मेरी दुनिया

(वातावरण शिक्षा)

कक्षा तीन

पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड

साहिबज़ादा अजीत सिंह नगर

© पंजाब सरकार

पहला संस्करण : 2018................................ 23,416 प्रतियाँ

All rights, including those of translation, reproduction
and annotation etc., are reserved by the
Punjab Government.

कोऑरडीनेटर : **रविन्द्र कौर बनवैत**
विषा माहिर

कवर डिज़इन : **मनजीत सिंह ढिल्लों**
आरटिस्ट

चेतावनी

1. कोई भी एजेंसी-होल्डर अधिक पैसे लेने के उदेश्य से पाठ्य-पुस्तकों को जिल्दबन्दी नहीं कर सकता। (एजेंसी-होल्डरों के साथ हुए समझौते की धारा नं. 7 के अनुसार)
2. पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा मुद्रित तथा प्रकाशित पाठ्य-पुस्तकों के जाली और नकली प्रकाशन (पाठ्य-पुस्तकों) की छपाई, प्रकाशन, स्टॉक करना, जमाखोरी या बिक्री आदि करना भारतीय दंड प्रणाली के अन्तर्गत गैरकानूनी जुर्म है।

मूल्य: 52.00 रुपये

सचिव, पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड, विद्या भवन फेज़-8, साहिबज़ादा अजीत सिंह नगर 160062 द्वारा प्रकाशित
तथा **मैस: मिकाडो ऑफसैट प्रिटर्ज़, जालन्धर** द्वारा मुद्रित ।

प्राक्कथन

पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड अपनी स्थापना के समय से ही स्कूल स्तर के पाठ्यक्रम बनाने, राष्ट्रीय और राज्य स्तर पर बदलती शैक्षिक आवश्यकताओं के अनुसार पाठ्यक्रम व पाठ्य-पुस्तकें तैयार करने के लिए प्रयत्नशील रहा है।

हस्तीय पुस्तक विभिन्न वर्कशॉप लगाकर क्षेत्रीय विशेषज्ञों द्वारा NCF-2005 और PCF-2013 आधार पर तैयार की गई है। क्रियाओं और चित्रों द्वारा पुस्तक की रोचकता बढ़ाने के प्रयास किए गए हैं। यह पुस्तक बोर्ड, एन.सी.ई.आर.टी के विशेषज्ञ और क्षेत्र के तजुर्बेकार अध्यापकों/ विशेषज्ञों के सहयोग से तैयार की गई है। बोर्ड इन सब का आभारी है।

लेखकों द्वारा यह प्रयत्न किया गया है कि इस पुस्तक की रूपरेखा तीसरी श्रेणी के विद्यार्थियों के मानसिक स्तर के अनुसार हो। विषय-साम्रगी एवं पुस्तक में दिये गये उदाहरण विद्यार्थी के आस-पास के वातावरण तथा उससे सम्बन्धित स्थितियों के अनुसार विकसित किए गए हैं। प्रत्येक पाठ में कई क्रियाएँ दी गई हैं जो विद्यार्थियों की जीवनशैली, आसपास परिस्थितियों तथा उपलब्ध स्थानीय साधनों के अनुसार बदली भी जा सकती हैं।

आशा है कि वातावरण विषय की यह पुस्तक विद्यार्थियों और अध्यापकों के लिए लाभदायक सिद्ध होगी। पुस्तक में सुधार के लिए क्षेत्र से आए सुझावों को बोर्ड द्वारा सादर स्वीकार किया जाएगा।

चेयरमैन

पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड

पाठ्य-पुस्तक निर्माण कमेटी

लेखक

•श्रुति शुक्ला	डि. डा. एस. सी. ई. आर. टी (पंजाब)
•राजपाल सिंह	(रिटा. लैक्चरार) स.स.स., हरीनाऊ, कोटकपुरा, फरीदकोट
•गुरमीत सिंह	(रिटा. लैक्चरार.) स.स.स., खरड़ (मॉडल) एस. ए. एस. नगर
•कुल्वंत सिंह ढंड	(रिटा. लैक्चरार) स.स.स., स्कूल मानकपुर खेडा, पटियाला
•वरिन्द्र कुमार	हैड टीचर, स. प्र. स., मचाकी मल सिंह, फरीदकोट
•गुरविन्द्र सिंह	साईंस. मास्टर, स.स.स.स., झुँब्बा, बठिंडा
•निर्मल सिंह	अध्यापक,स.प्र.स., नंगल, फरीदकोट
•अमरजीत सिंह	अध्यापक, स.प्र.स., रल्ली, मानसा
•अमृतवीर सिंह बोहा	अध्यापक, स.प्र.स., जलवेरा, मानसा
•हरिन्द्र सिंह ग्रेवाल	अध्यापक, स.प्र.स., पुराना हाईकोर्ट नाभा, पटियाला
•गुरबाज़ सिंह	अध्यापक, स.प्र.स., इच्छेवाल, पटियाला
•पंकज शर्मा	अध्यापक, स.प्र.स., तीर्थपुर, श्री अमृतसर साहिब
•नरिन्द्र कुमार	अध्यापक, स.प्र.स., ब्राँच होशियारपुर

अनुवादक

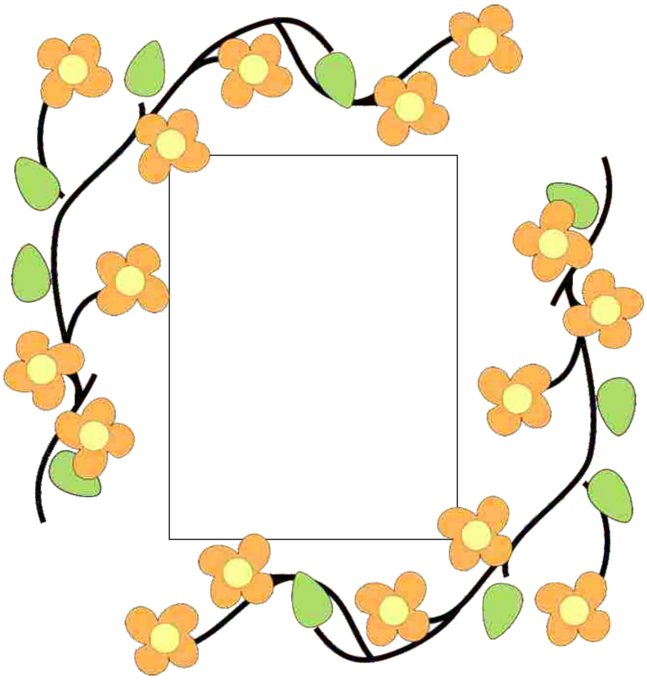
•अजय कुमार	लैक्चरार हिंदी, स.क.स.स.स. जंडियाला गुरु, श्री अमृतसर साहिब

संशोधन कमेटी

•सीमा खेड़ा	विषय विशेषज्ञ एस.सी.ई.आर.टी (पंजाब)
•महिन्द्र सिंह	अध्यापक, स.प्र.स. ढुडी, फरीदकोट
•वजिन्द्र सिंह	अध्यापक, स.प्र.स. नवां नथेवाल, फरीदकोट
•जसविन्दर सिंह	अध्यापक, स.प्र.स. सैद्दके, फरीदकोट
•वन्दना शर्मा	लैक्चरार स.स.स.स. बडाली आला सिंह, श्री फतेहगढ़ साहिब

विषय सूची

अध्याय		पन्ना नं.
1.	परिवार रिश्ते	01—06
2.	जब दादा जी जवान थे	07—12
3.	हमारे सहयोगी कारीगर	13—17
4.	आओ खेलें	18—23
5.	पौधे-हमारे मित्र	24—32
6.	रंग-बिरंगे पत्ते	33—38
7.	जंतु-एक जान-पहचान	39—43
8.	पक्षियों का संसार	44—48
9.	भोजन पकाये और खायें	49—59
10.	परिवार और जानवर	60—66
11.	हमारा आवास	67—73
12.	हमारा आस-पड़ोस	74—79
13.	पानी जीवन का आधार	80—84
14.	पानी के स्त्रोत (स्त्रोत)	85—84
15.	श्री अमृतसर साहिब की यात्रा	92—102
16.	पंखुडी का संदेश	103—108
17.	फूलों वाली फ्रॉक	109—116
18.	मिट्टी के खिलौने	117—120
19.	डिजीटल उपकरण	121—125



नाम..

कक्षा......................... सैक्शन.........................

पाठ-1

परिवार तथा रिश्ते

प्यारे विद्यार्थियो! हम सभी अलग-अलग रहने के स्थान पर समूह में रहना पसन्द करते हैं, जैसे किरण, उसका भाई और उसके माता-पिता एक घर में रहते हैं। यह एक परिवार है। परिवार के सदस्य मिल-जुल कर रहते हैं। आओं, कुछ परिवारों से जान-पहचान करें।

परिवार

किरण के परिवार

किरण के परिवार में चार सदस्य हैं। किरण, उसके पिता जी, माँ और किरण का छोटा भाई। उस के पिता जी बैंक कर्मचारी हैं और माता जी स्कूल में अध्यापिका हैं। दो साल पहले वे सारे किरण के दादा-दादी के साथ एक घर में रहते थे, पर जब उस के पिता जी को नौकरी शहर में मिल गई तो ये चारों यहाँ शहर में रहने लग गए।

कुलदीप का परिवार

कुलदीप का बहुत बड़ा घर है। अवतार सिंह, उस के पिता जी, एक किसान हैं और खेतों में काम करते हैं। उसके चाचा जगतार सिंह भी (उस के पिता जी की) खेती-बाड़ी के काम में

सहायता करते हैं। उस की माता जी नसीब कौर, घर में गाय, भैंस आदि का ध्यान रखती हैं। जब उस की माता जी भैंस का दूध दोहती हैं तो उसकी चाची जी रसोई घर में खाना पकाती है। उस के चाचा जी की बेटी, मनदीप भी उन के साथ रहती है। शाम को जब खाना पक जाता है, उस की दादी परिवार के सभी सदस्यों को खाना परोसती है।

कल शाम को जब दादी मां खाना परोस रहे थे तब कुलदीप बाहर से खेल कर आया और सीधा खाने वाली थाली के पास आकर बैठ गया। दादी जी ने खाने की थाली एक तरफ करते हुए कहा, ''जा, पहले हाथ साफ करके आ, गन्दे हाथ में कीटाणु होते हैं, जो बीमार कर देते हैं।''

निजी सफाई को शरीर की साफ-सफाई भी कहा जा सकता है और अपनी सफाई का ध्यान रख कर हम गन्दगीं से होने वाली बीमारियों से बचकर स्वस्थ रह सकते हैं।

बच्चों! आओ अब अच्छी आदतों के विषय में जानकारी प्राप्त करें :

- खुले में शौच ना करना और अपने घर में बने पखाने का प्रयोग करना।
- रोज अपने दाँतों को साफ करना।
- पानी का दुरुपयोग ना करना।
- रोज स्नान करके स्कूल जाना।
- स्नान करने के बाद साफ कपड़े पहनना।
- अपने हाथों और पैरो के नाखूनों को समय पर काटना।
- खाना खाने से पहले अपने हाथों को साबुन से साफ करना।
- साफ वर्दी और पालिश किए हुए बूट पहन कर स्कूल जाना।

1 एक दो, 2
हाथ धो।
3 तीन चार, 4
साबुन साथ हर बार।
5 पांच छ:, 6
सभी को साबुन दो।
7 सात आठ, 8
खोल अक्ल की गांठ।
9 नौ दस, 10
बात सबके आगे रख।

क्रिया-1

आपके घर में कौन-कौन हैं? उनके नाम लिखो और बताएं आपका उनके साथ क्या रिश्ता है-

नाम	रिश्ता
....	....
....	....
....	....
....	....

पम्मी का परिवार

पम्मी अपने नाना-नानी के पास रहती है। उस के मामा-मामी भी साथ ही रहते हैं। एक दिन पम्मी को एक ट्रंक में कुछ गुड़ियाँ मिली। उस की नानी ने उसे बताया कि जब उस की माँ छोटी बच्ची थी, वह उन गुड़ियों संग खेलती थी। पम्मी को यह जान कर बहुत आश्चर्य हुआ कि कभी उस की मम्मी भी एक बच्ची थी। पम्मी को पता चला कि शादी से पहले उस की मम्मी उसी परिवार की भी सदस्य थी और शादी के बाद दादा-दादी के घर की सदस्य बन गई।

क्रिया-2

अपने घर के किसी बड़े बुजुर्ग से पूछें कि क्या वह अपने बचपन में इसी परिवार के सदस्य थे ?

रानी का परिवार

रानी के पिता जी मज़दूरी करते हैं। रानी की तीन बहनें और दो भाई हैं। जब रानी की माँ घर के काम करती है तो रानी अपने छोटे भाइयों की देखभाल करती है। इसलिए वह स्कूल नहीं जा सकती। रानी भी स्कूल जाना चाहती है, पर उस के पिता जी कहते हैं कि वह सभी बच्चों की पढ़ाई का खर्चा नहीं उठा सकते।

प्रश्न 1. रानी को स्कूल जाना चाहिए या घर पर रह कर छोटे भाइयों की देखभाल करनी चाहिए ?

....

....

जब दीपू को चोट लगी

प्यारे बच्चो, स्कूल के बाद आप अपने घर जाते हैं। दीपू भी जब कल अपने घर गया, उसकी माता जी ने उसे खाना खाने को दिया। खाना खा कर दीपू बाहर खेलने चला गया। खेलते-खेलते दीपू गिर गया और उसके घुटने छिल गये। जब वह रोने लगा तो बाकी बच्चे भाग गए।

उसका भाई उसे घर ले गया। उसकी माता जी ने उस की चोटों पर मरहम लगाई तो दीपू को आराम मिला। दीपू के पिता जी ने उसे समझाया कि उसे अपने से बड़े बच्चों के साथ नहीं खेलना चाहिए।

शरण का अच्छा बच्चा बनना

शरण की माता जी अपना घर बहुत साफ़ सुथरा रखती हैं। उसकी बड़ी बहन भी हर चीज़ अपनी जगह पर ठीक से रखती है। पर शरण अपनी चीज़ों में गड़बड़ कर देता है। अपने कपड़े बिस्तर पर फैंक देता है व जूते आँगन में। अपना गृहकार्य करने के बाद अपनी कॉपी-किताबें भी यहाँ-वहाँ रख देता है। सुबह कोई चीज़ अपनी जगह पर नहीं मिलती। इसलिए उसे हर समय डाँट पड़ती रहती है जबकि उसकी बहन की सब प्रशंसा करते हैं। इस सब से शरण चिढ़ जाता है व उदास हो जाता है। उस की माँ उसे हमेशा समझाती रहती है कि अपनी चीज़ों को सही जगह पर सम्भाल कर रखो। अब शरण ने माँ से वादा किया है कि वह अपनी सभी वस्तुएँ ठीक से सही स्थान पर रखा करेगा।

शरण और भी अच्छी बातें सीख रहा है। वह हमेशा देखता है कि जब उस के दादा जी घर आते हैं तो उस के पिता जी उन के चरण स्पर्श करते हैं। अब शरण भी अपनी दादी जी के पाँव छू कर उन का आदर करता है। अब घर में सब उसे बहुत प्रेम करने लगे हैं।

शरण की बहन बहुत अच्छा गाती है। उसकी माता जी उसे हारमोनियम (बाजा) बजाना सिखाती हैं। अपने स्कूल के वार्षिक उत्सव पर जब उस ने देश भक्ति का गीत सुनाया तो ज़ोरदार तालियों से उस की प्रशंसा हुई। उसे अपनी प्रिंसीपल से इनाम भी मिला।

अध्यापक के लिए— अध्यापक को बच्चों को बताना चाहिए कि परिवार में पदार्थ वस्तुए जैसे - रोटी, कपड़े, किताबें, खिलौने आदि मिलते हैं। अध्यापक बच्चों को बताएं कि इन वस्तुओं के इलावा मोह, प्यार, शिक्षा, जीवन के मूल्य, अच्छी आदतें भी परिवार से ही प्राप्त होती हैं।

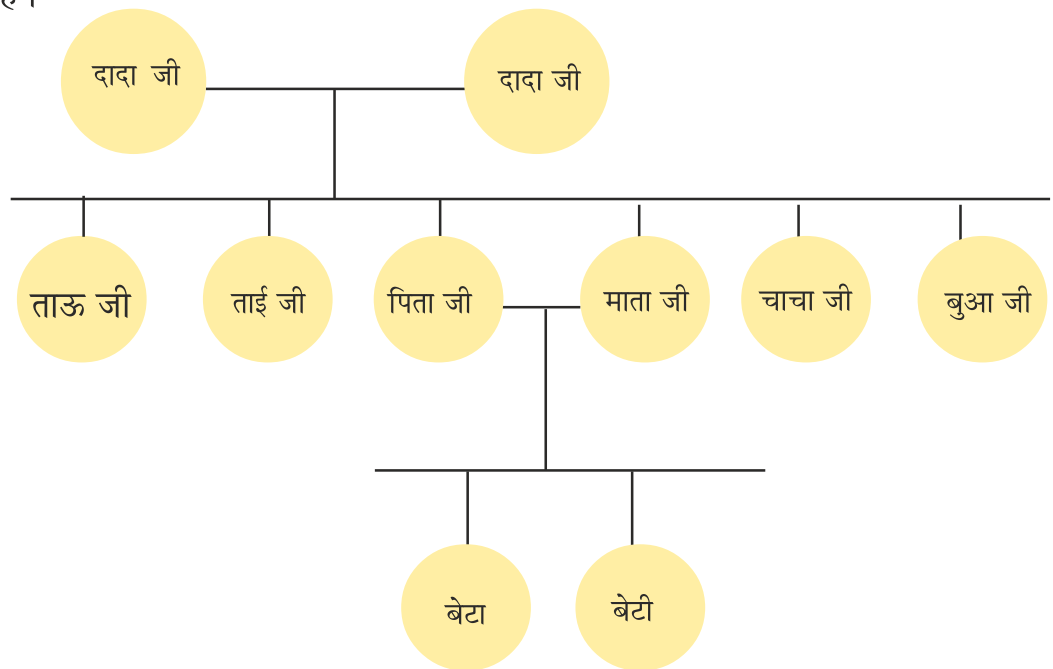
प्यारे बच्चों, आपके परिवार में कौन किस जैसा दिखता है ? परिवार में अक्सर परिवार के सदस्य की शक्ल, ऊँचाई, नयन-नक्श आदि परिवार के सदस्य में किसी न किसी से मिल जाते हैं।

प्रश्न 2. तुम्हारी शक्ल परिवार के किस सदस्य से मिलती है ?

....

मेरा परिवार वृक्ष

नीचे दिए अनुसार अपने परिवार का वृक्ष बनाऐं। इसमें अपने बड़ों की मदद भी ले सकते हैं।



याद रखने योग्य बातें

- परिवार दो तरह का होता है- बड़ा परिवार, छोटा परिवार।
- कुलदीप का परिवार बड़ा परिवार (संयुक्त परिवार) है।
- कीटाणु हमें बीमार कर देते हैं।
- हमें वस्तुओं का प्रयोग करके उन्हें उनके स्थान पर रख देना चाहिए।
- हर बच्चे को स्कूल पढ़ने ज़रूर जाना चाहिए।
- हमें हाथ साफ करके खाना खाना चाहिए।

प्रश्न 3. **रिक्त स्थान भरो :-**

(ज्यादा, स्थान, कीटाणु, नाना-नानी, छोटा)

1. गन्दे हाथों में .... होते हैं।
2. बच्चे के जन्म के बाद परिवार के सदस्यों की संख्या .... हो जाती है।
3. वस्तुओं का प्रयोग करने के बाद उनको उनके .... पर रखना चाहिए।
4. किरण का परिवार .... है।
5. आपकी माता जी आपके .... की बेटी है।

प्रश्न 4. **सही मिलान करें :-**

माता	फूफा
मामा	मासड़
बुआ	पिता
ताऊ	मामी
मासी	ताई

प्रश्न 5. **नीचे दिए गए वाक्यों के आगे (✓) का चिह्न लगाए :-**

1. तुम्हारे दादा जी के पिता जी तुम्हारे क्या लगते हैं ?

   चाचा जी ☐ पड़दादा जी ☐ नाना जी ☐
2. तुम्हारी दादी तुम्हारी माता की क्या लगती है ?

   बुआ ☐ मामी ☐ सास ☐
3. तुम्हारे पिता जी की बहन तुम्हारी क्या लगती है ?

   मासी ☐ बुआ ☐ बहन ☐
4. तुम्हारी माता जी की बहन तुम्हारी क्या लगती है ?

   बुआ ☐ मासी ☐ चाची ☐

*****

पाठ-2

जब दादा जी जवान थे

राजू के घर में एक पुरानी तस्वीर लगी थी। एक दिन राजू ने अपने पिता जी से पूछा, ''पिता जी, यह किस की तस्वीर है ?''

पिता जी — यह मेरे पिता जी की तस्वीर है।

राजू — (हैरानी के साथ)-आप के पिता जी ! अर्थात् मेरे दादा जी।

पिता जी — हाँ, बेटे।

राजू — पर पिता जी, दादा जी, तो बहुत दुर्बल हैं। वे छड़ी के सहारे चलते हैं। यह चित्र तो किसी बलवान व हृष्ट-पुष्ट व्यक्ति का है।

पिता जी — बेटे, तुम्हारे दादा जी भी जवानी में बहुत बलवान व्यक्ति थे। अब वे बूढ़े हो गये हैं।

राजू — क्या आप भी बूढ़े हो जाएँगे ?

पिता जी — हाँ बेटे, ना केवल मैं बल्कि समय के साथ-साथ तुम्हारी माँ भी बूढ़ी हो जाएगी पर तब तक तुम एक नौजवान युवक बन जाओगे।

राजू के मन में अपने दादा जी के लिए बहुत आदर व प्यार है। उन के घर रोज़ अख़बार आता है और नज़र कमज़ोर होने के कारण उस के दादा जी अख़बार नहीं पढ़ सकते। राजू अपने दादा जी को रोज़ अख़बार पढ़ कर सुनाता है। जब दादा जी को प्यास लगती है, राजू उन्हें पानी पिलाता है।

उसके दादा जी भी उसे बहुत प्यार करते हैं।

राजू ने अपने दादा जी से कहा कि उसे बहुत दुःख है कि वे कमज़ोर हैं व उन की नज़र भी कमज़ोर है। दादा जी ने उसे बताया कि उन्हें इस बात का ज्यादा दुःख नहीं है, क्योंकि राजू के माता-पिता उन का बहुत ध्यान रखते हैं।

प्रश्न 1. आप अपने परिवार में बड़े-बूढ़ों के लिए क्या करते हो ?

....

....

प्रश्न 2. परिवार के बड़े-बूढ़े तुम्हारे लिए क्या करते हैं ?

....

....

प्रश्न 3. बड़े-बूढ़ों को हमारी सहायता की जरूरत क्यों पड़ती है ?

....

....

कुछ लोग नजर के बिना भी पढ़ लेते हैं

एक दिन छुट्टियों में, सोनू और उसके मित्र बहुत शोर मचा रहे थे। उस के अंकल ने शोर का कारण पूछा।

सोनू — चाचा जी, आज मनोज बहुत बड़ा झूठ बोल रहा है।

चाचा — वह क्या झूठ बोल रहा है ?

सोनू — यह कहता है कि एक लड़का जो देख नहीं सकता, किताब पढ़ सकता है। यह कैसे हो सकता है ?

हरपाल — चाचा जी, हम ने उसे कहा कि हम उसकी आँखों पर पट्टी बाँध देंगे। फिर वह हमें पढ़ कर दिखाए।

चाचा — हूँ .... मनोज, ऐसे कौन पढ़ सकता है? तुम्हें किस ने बताया ?

मनोज — मैं इन छुट्टियों में अपनी बुआ के पास गया था। उन के पड़ोस में एक लड़का था, जो देख नहीं सकता था पर किताब पढ़ सकता था।

चाचा — अच्छा, क्या उसकी पुस्तकें तुम्हारी पुस्तकें जैसी थी ?

मनोज — नहीं, उसकी पुस्तकें बहुत बड़े आकार की थी। उन के पन्नों पर बिन्दुओं जैसा कुछ उभरा हुआ था।

चाचा — हाँ बच्चो, मनोज बिल्कुल ठीक बता रहा है। जो लोग देख नहीं सकते, वे भी पुस्तकें पढ़ सकते हैं, पर उन की पुस्तकें विशेष प्रकार की होती हैं।

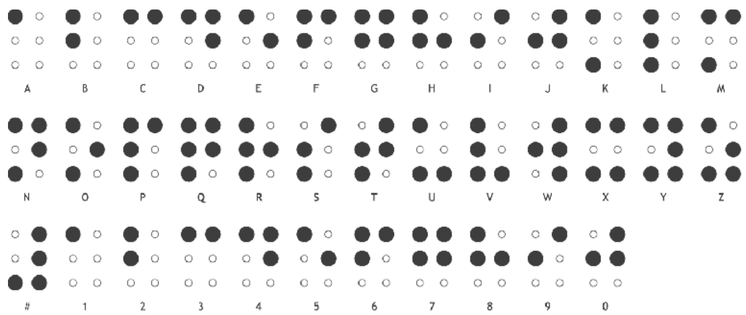
बच्चे — वे अन्धे बच्चे उन पुस्तकों पर अक्षरों को कैसे देख सकते हैं ?

चाचा — वे देखते नहीं हैं, पर उभरे हुए अक्षरों को अपनी उँगलियों के पोरों से छू कर महसूस करते हैं और पढ़ते हैं।

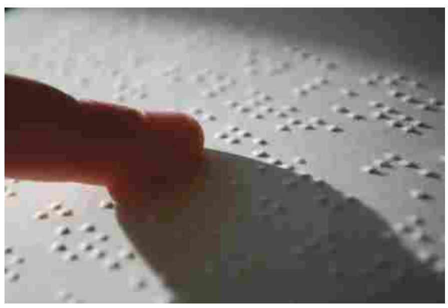
क्रिया-1 : एक बच्चे की आँखों पर पट्टी बाँधें। बाकी बच्चे एक-एक कर के उसे छूएँगे। वह पट्टी वाला बच्चा इन बच्चों को छू कर पहचानेगा। देखना वह बहुत सारे बच्चों को पहचान लेगा। उसे छूते समय बच्चे हँसेंगे या कुछ न कुछ बोलेंगे और इस तरह आसानी से पहचाने जाएँगे। बच्चे जानेंगे कि बिना देखे, छूने से या आवाज़ सुनने से भी हम दूसरों को पहचान सकते हैं।

आओ, ब्रेल लिपि के विषय में जानकारी प्राप्त करें

बच्चो ! एक लड़का जिस का नाम 'लुईस ब्रेल' था, बचपन में एक तेज़ धार वाला औज़ार आँख में लग जाने के कारण अपनी दृष्टि गँवा बैठा। उसे पढ़ने का बहुत शौक था। उसने सोचा कि अगर वह बाकी वस्तुओं की पहचान छू कर कर सकता था तो फिर अक्षर या वर्ण क्यों नहीं ? इसलिए उसने एक मोटे कागज़ पर नुकीले कीलों से अलग-अलग वर्णों के लिए अलग-अलग डिजाइन बनाएं। हर वर्ण के लिए उसने छः से कम बिन्दु बनाए ताकि पढ़ना सरल हो सके। इन बिन्दुओं को छूकर महसूस किया जा सकता था। थोड़े से अभ्यास से ही इन वर्णों को पहचानना आसान हो जाता



ब्रेल लिपि



ब्रेल लिपि पढ़ते हुए

है और इस तरह विशेष पुस्तकें पढ़ी जा सकती हैं इस प्रकार छू कर पढ़ी जाने वाली लिपि को 'ब्रेल लिपि' कहते हैं।

प्रश्न 4. स्पर्श करके पढ़ी जाने वाली लिपि को क्या कहते हैं ?

....

प्रश्न 5. ब्रेल लिपि को किसने बनाया ?

....

राजू जगजीत का मित्र बना

गर्मियों की छुट्टियों में राजू के ताया जी का परिवार उन के घर आया। राजू के ताया जी का लड़का जगजीत सुन नहीं सकता। बचपन में वह बहुत बीमार हो गया था। उस बीमारी के कारण उसकी सुनने की शक्ति चली गई। अब उस के परिवार में लोग उस के साथ इशारों से बात करते हैं। राजू ने भी इशारों से बात करना सीख लिया है। इस कारण वह जगजीत का मित्र बन गया है।

राजू को पता चला कि जगजीत पढ़ाई में बहुत अच्छा है। उसे (राजू को) बहुत हैरानी हुई। उसने अपने ताया जी से पूछा कि जब जगजीत सुन नहीं सकता तो वह अपने अध्यापक की बात कैसे समझ पाता है। उस के ताया जी ने बताया कि शहरों में इस प्रकार के बच्चों के लिए विशेष विद्यालय हैं जहाँ संकेतों की भाषा द्वारा पढ़ाया जाता है।

क्रिया-2 : हम बिना बोले इशारों द्वारा अपनी बात समझा सकते हैं। नीचे दिये गये चित्रों में पहचानो व लिखो-

(हम जीत गए, रूक जाओ, चुप हो जाओ)

1. .... 2. .... 3. ....

क्रिया-3 : अब आप नीचे लिखे कामों के बारे, बिना बोले इशारा कर के कैसे समझाओगे ?

1. मैं पानी पीना चाहता हूँ।
2. मुझे कुछ खाने को चाहिए।
3. चले जाओ।
4. खड़े हो जाओ।
5. यहाँ आओ।

याद रखने योग्य बातें

- बुढ़ापे में शरीर कमजोर हो जाता है।
- ब्रेल लिपि को हाथ से स्पर्श करके पढ़ा जाता है।
- हमें अपने बड़े-बूढ़ों की देखभाल करनी चाहिए।

प्रश्न 6. रिक्त स्थान भरो :-

(देखभाल, स्पर्श, पढ़ना, कहानियाँ)

1. आँखो की रोशनी कम होने पर .... मुश्किल हो जाता है।
2. दादा-दादी हमें .... सुनाते हैं।
3. अभ्यास से वस्तुओं को .... करके पहचान सकते हैं।
4. हमें बड़े-बूढ़ों की .... करनी चाहिए।

प्रश्न 7. सही (✓) गलत (×) का निशान लगाएं :-

1. हमे अपने बड़े-बूढ़ों का आदर करना चाहिए। ☐

2. जो बच्चे बोल या सुन नही सकते, उनकी नकल नही करनी चाहिए। [ ]

3. हमें आँखें बन्द करके खेलना चाहिए। [ ]

4. ना बोल सकने वाले कुछ लोग इशारों की भाषा में बात करते हैं। [ ]

प्रश्न 8. सही मिलान करें :-

लुई ब्रेल	संकेत भाषा
कमज़ोर शरीर	ब्रेल लिपि
इशारों से बातचीत	बुढ़ापा

*****

पाठ-3

हमारे सहयोगी कारीगर

प्यारे विद्यार्थियों, आपने देखा होगा कि बहुत सारे लोग अलग-अलग काम करते हैं। यह काम करके वह पैसे कमाकर अपना गुजारा करते हैं। अलग-अलग काम करने वाले यह कारीगर हमारे सहयोगी हैं। आओ! एक विवाह के दृश्य द्वारा इन कारीगरों के बारे में जानें।

मेरे भाई की शादी है। बारात जाने में केवल तीन दिन बचे हैं। मिस्त्री ने मुख्य द्वार को बहुत सुन्दर सा बना दिया है। पेंटर ने सारे घर को सुन्दर रंगों से सजा दिया है। हलवाई भी आ गया है। पिता जी कहते हैं कि वह हमारे शहर का सब से बढ़िया हलवाई है। वह बहुत ही स्वादिष्ट मिठाइयाँ बनाता है। दूध वाले ने दो बड़े ड्रम दूध के भर कर हमारे घर में रख दिये हैं। यह दूध वाला सुबह-सुबह सारे गाँव से ताज़ा दूध इकट्ठा करता है।

मेरे मामा जी भी परिवार सहित पहुँच गए हैं। मेरे मामा जी डॉक्टर हैं और मामी जी एक स्कूल अध्यापिका हैं। वे अपने गाँव के स्कूल में ही पढ़ाती हैं। मेरी बुआ जी और फूफा जी भी आए हैं। मेरे फूफा जी दर्ज़ी हैं और उन का बेटा विमान उड़ाता है। विमान उड़ाने वाले को पायलट कहते हैं। उस को छुट्टी नहीं मिली, इसलिए वह शादी में नहीं आ सकेगा।

बारात का दिन

आज सारा घर खुशियों से गूँज रहा है। सब बाराती तैयार हो रहे हैं। सब से पहले मेरे दूल्हे भाई के मित्र तैयार हो गये हैं। उन के एक दोस्त की हमारे शहर में करियाने की दुकान है। उन का दूसरा दोस्त पुलिस में है। मेरी मौसी जी व मौसा जी अभी-अभी पहुँचे हैं। उन की बेटी भी आई है। वह अस्पताल में नर्स है। वहाँ वह रोगियों की देखभाल करती है।

बारात में जाने वाली गाड़ियाँ आ पहुँची हैं। पर मेरे मौसा जी स्थानीय मोची से जूते पॉलिश करवाने चले गए हैं। जूते मुरम्मत करने वाला मोची शहर के बीचों-बीच चौपाल में बैठता है। यहाँ और भी स्थानीय लोग इकट्ठे होकर ताश खेल कर समय व्यतीत करते हैं। सब बाराती बारात चलने से पहले गुरुद्वारे माथा टेकने व प्रार्थना करने गए हैं। मेरे मौसा जी अभी-अभी वापिस आए हैं।

क्रिया-1 : नीचे कुछ चित्र दिए हैं। अध्यापक की सहायता से उनके बारे में कुछ पंक्तियाँ लिखें-

मोची

. . . .

. . . .

. . . .

. . . .

दुकान

. . . .

. . . .

. . . .

. . . .

चौपाल

. . . .

. . . .

. . . .

. . . .

गुरुद्वारे के भाई जी ने सभी बारातियों की ओर से प्रार्थना की। मेरी माता जी बारात में नहीं जाएँगी। वे घर में रह कर घर की देखभाल करेंगी। पहले भी सारा घर का काम माता जी ही करते हैं। मेरे पिता जी ने सभी वाहन चालकों/ड्राइवरों को निर्देश दिया है कि कोई भी चालक बारात वाली गाड़ी तेज़ नहीं चलाएगा।

बारात शहर के मुख्य चौक पर पहुँच गई है। वहाँ सचमुच बहुत भीड़ है। एक आदमी सभी वाहन चालकों को आने-जाने का इशारा कर रहा है। उसने गले में एक सीटी डाल रखी है। मेरे

मौसा जी ने मुझे बताया कि वह ट्रैफिक पुलिस कर्मचारी है। अंत में हम बारात घर पहुँच गये। हमारे साथ आए हुए बैण्ड बाजे वाले अपने बाजे बजाने लगे। वहाँ हमारा दुल्हन वालों की ओर से भव्य स्वागत हुआ। पैलेस के बाहर खाकी वर्दी में एक व्यक्ति खड़ा था। मेरे चाचा जी ने बताया वह बारात घर/पैलेस का चौकीदार था। वहाँ पैलेस में बहुत से लोगों ने एक जैसे वस्त्र/वर्दी पहनी हुई थी और हमारे लिए वे खाने पीने का सामान ला रहे थे। मेरे फूफा जी ने बताया कि वे वेटर/बैरा थे। एक व्यक्ति मंच से गाने गा कर हमारा मनोरंजन कर रहा था। वह एक गायक था।

क्रिया-2 : आप के परिवार में कौन क्या काम करता है ?

परिवार के सदस्य	कार्य
....	....
....	....
....	....

फिर मैं अपने चाचा जी के साथ बारात घर के मुख्य द्वार पर आया। वहाँ कुछ लड़के गुब्बारे बेच रहे थे। कुछ बच्चे चाचा जी से पैसे माँगने लगे। चाचा जी ने उनसे पूछा कि वे स्कूल क्यों नहीं जाते ? एक बच्चे ने बताया कि वह तो स्कूल जाना चाहता है पर उस के पिता जी बीमार रहते हैं, इसलिए उसे घर चलाने के लिए काम करना पड़ता है। एक लड़की ने बताया कि उसका भाई तो स्कूल जाता है पर उसे और उस की बहन को स्कूल नहीं जाने दिया गया। एक खिलौने बेचने वाली लड़की ने बताया कि उस की माँ काम पर जाती है और उसे खिलौने बेचने के बाद घर जाकर घर का सारा काम करना पड़ता है। उस ने आगे बताया कि वह अपनी माँ के साथ काम पर जाना चाहती थी पर माँ ने इन्कार कर दिया क्योंकि उस का काम बहुत कठिन व मेहनत वाला था।

मेरे चाचा जी की बेटी भी वहाँ आ गई। उसने हमसे कहा कि हम चल कर खाना खा लें। मेरे चाचा जी ने बच्चों के लिए भोजन लगवाया। हमने दोपहर का खाना खाया। शाम को बारात वापस चल पड़ी। हम खुशी-खुशी अपने घर पहुँच गए।

अपने इर्द-गिर्द के ऐसे बच्चों का पता लगाएँ जो स्कूल नहीं जाते हैं। ऐसे बच्चों के विषय में अपने अध्यापक के साथ चर्चा करें।

अध्यापक के लिए— शिक्षा के अधिकार को ध्यान में रखते हुए अध्यापक सरल भाषा में 'शिक्षा सब का अधिकार है'। विषय पर विद्यार्थियों को उत्साहित करने वाली चर्चा करे।

याद रखने योग्य बातें

- अलग-अलग काम करने वाले लोग कामगार होते हैं।
- काम करके कारीगर पैसे कमाते हैं।
- दूध बेचने वाला, किसान, ड्राइवर, मिस्त्री, पायलट, मोची आदि कारीगर हैं।

प्रश्न 1. **गुब्बारे बेचने वाला बच्चा स्कूल क्यों नहीं जा रहा ?**

....

....

प्रश्न 2. **क्या लड़कियों को स्कूल पढ़ने के लिए भेजना अच्छी बात है ?**

....

....

प्रश्न 3. **चौंकीदार क्या काम करता है ?**

....

....

प्रश्न 4. **ट्रैफिक पुलिस वाला क्या काम करता है ?**

....

....

प्रश्न 5. गायक का क्या काम है ?

....

....

प्रश्न 6. मिलान करो :-

1.	मिठाई बनाने वाला	दूध वाला (ग्वाला)
2.	दूध बेचने वाला	नर्स
3.	घर बनाने वाला	किसान
4.	खेतों में फसलें उगाने वाला	हलवाई
5.	मरीजों की देखभाल करने वाली	मिस्त्री

प्रश्न 7. सही उत्तर पर (✓) चिह्न लगाए :-

1. चप्पल कौन जोड़ता/बनाता है ?

   मोची ☐ मिस्त्री ☐ दर्जी ☐

2. कपड़े सीने वाले को क्या कहते है ?

   मोची ☐ दर्जी ☐ मिस्त्री ☐

3. जहाज उड़ाने वाले को क्या कहते है ?

   ड्राईवर ☐ दुकानदार ☐ पायलट ☐

प्रश्न 8. रिक्त स्थान भरें :-

(डाक्टर, चौंकीदार, अध्यापिका)

1. रक्षा करने वाले को .... कहते हैं।
2. .... स्कूल में पढ़ाती है।
3. मरीज का इलाज .... करता है।

क्रिया-3 : अलग अलग कामगारों के चित्र चार्ट पर बनाएं :

*****

पाठ-4

आओ खेलें

खेलना सब को अच्छा लगता है। खेलें हमें सेहतमंद बनाती हैं। खेलें हमारा मनोरंजन भी करती हैं। कुछ खेल खेलने के लिए खुले मैदान की (Outdoor) आवश्यकता होती है और कुछ कमरे के अन्दर (Indoor) खेली जाती हैं। आओ! खेलों के बारे में और जानकारी प्राप्त करें।

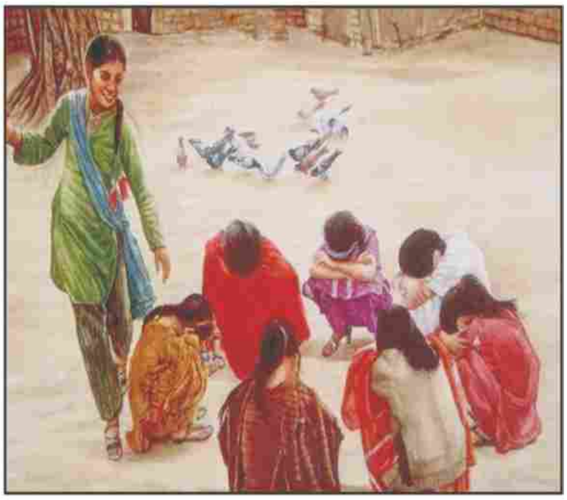
चित्रों में बच्चे क्या कर रहे हैं ? खेल रहे हैं। आओ, जानें वे क्या खेल रहे हैं ?

पहचानें और चित्र के नीचे लिखें-

....

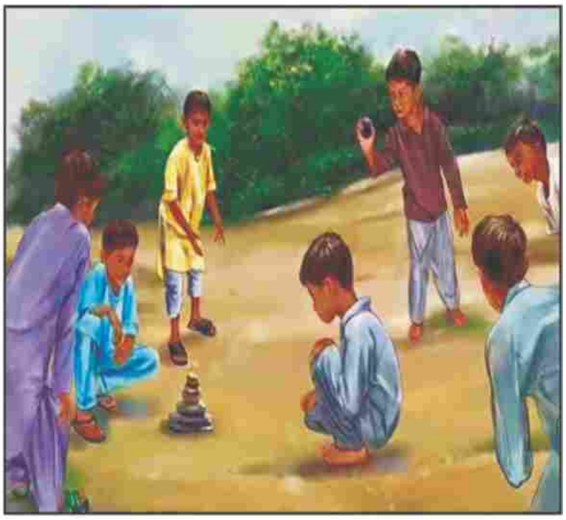
....

....

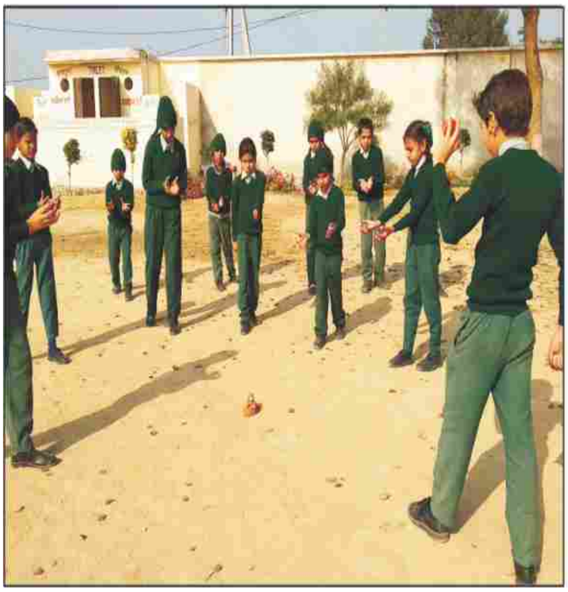


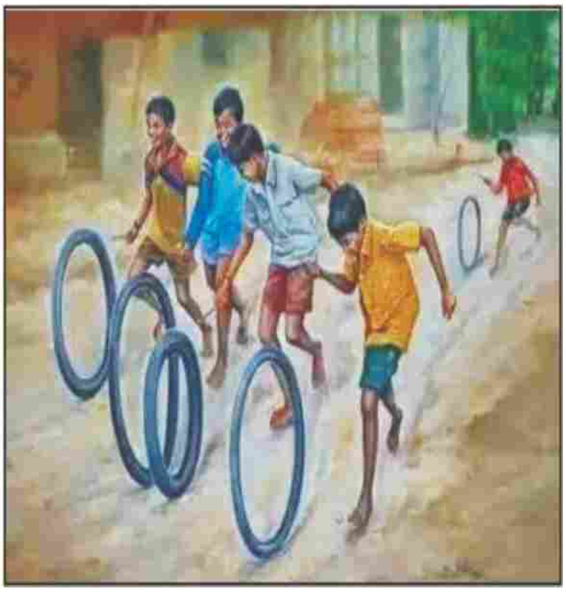
....

खेलने के बारे में करें।



....





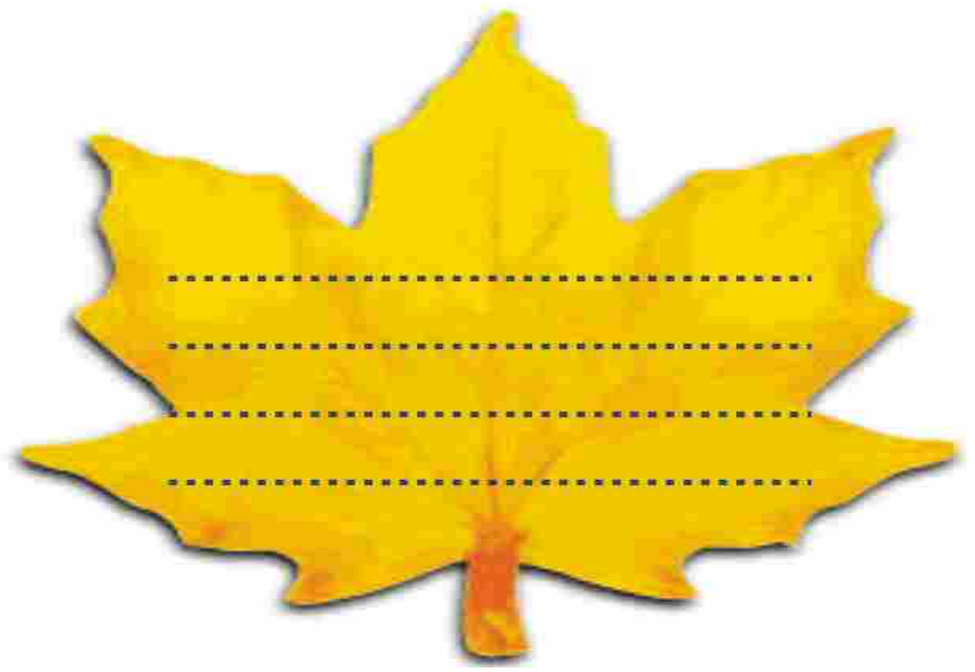
....

क्या इन बच्चों की तरह आपको भी खेलना अच्छा लगता है। आज हम खेलेंगे। पहले कुछ बातें खेलने के बारे में करें।

क्रिया-1 : नीचे कुछ खेलों के नाम दिए गए हैं। उन में से जो खेलें आपने खेली हुई हैं, उनके सामने (✓) का निशान लगाए तथा यह भी बताओं कि ये खेल खुले मैदान या कमरे में खेली जा सकती हैं ?

खेल का नाम	कमरा/खुला मैदान	खेली है
शतंरज		
कबड्डी		
आंख मिचौली		
कैरम बोर्ड		
हॉकी		
गुल्ली डंडा		
खो-खो		

क्रिया-2 : अब आप अपने मनपसन्द खेल के बारे में नीचे दिये वर्गों में लिखो।



क्रिया-3 : अपने बड़ों से पूछ कर लिखो कि वे अपने बचपन में कौन से खेल खेलते थे।

....

अध्यापक के लिए— अध्यापक बच्चों के साथ कक्षा में स्थानीय खेलों के बारे में बातचीत करेंगे जैसे कोटला-छापाकी, खो-खो, ऊँच-नीच, कैरम, कबड्डी या अन्य और यदि सम्भव हुआ तो उन्हें खेलने में सहायता करेंगे।

हम व्यर्थ समय में खेलों के अतिरिक्त और भी बहुत सारी गतिविधियां कर सकते हैं जैसे किताब पढ़ना, चित्र बनाना, पौधों की देखभाल करना, टी. वी. देखना आदि।

क्रिया-4 : आप के परिवार के अन्य सदस्य भी अपने खाली समय में कुछ तो करते हैं। आओं लिखें कौन क्या करता है।

सदस्य	काम
(क)	....
(ख)	....
(ग)	....
(घ)	....

याद रखने योग्य बातें

- खेल हमारे शरीर को तन्दरुस्त रखती है।
- कुछ खेल कमरे के अन्दर (Indoor) खेले जाते हैं।
  जैसे शतरंज, कैरम बोर्ड, गोटियां आदि
- कुछ खेल सिर्फ खुले मैदान (Outdoor) में खेले जाते हैं। जैसे- खो-खो, कबड्डी, हॉकी आदि।
- कुछ खेले खेलने के लिए खिलाड़ियों को कुछ सामान की जरूरत होती है। जैसे क्रिकेट खेलने वाले को गेंद, बैट, विकेट आदि।

प्रश्न 1. आप व्यर्थ समय में क्या करते हैं ?

....

....

प्रश्न 2. आपकी मनपसंद खेल कौन सी है ?

....

....

प्रश्न 3. रिक्त स्थान भरो :-

(हॉकी, गोटियां, तन्दरूस्त, मनोरंजन)

1. खेलें हमारा .... करती हैं।
2. .... हम कमरे में बैठ कर खेल सकते हैं।
3. .... के लिए खुले मैदान की जरूरत होती है।
4. खेलें हमें .... बनाती हैं।

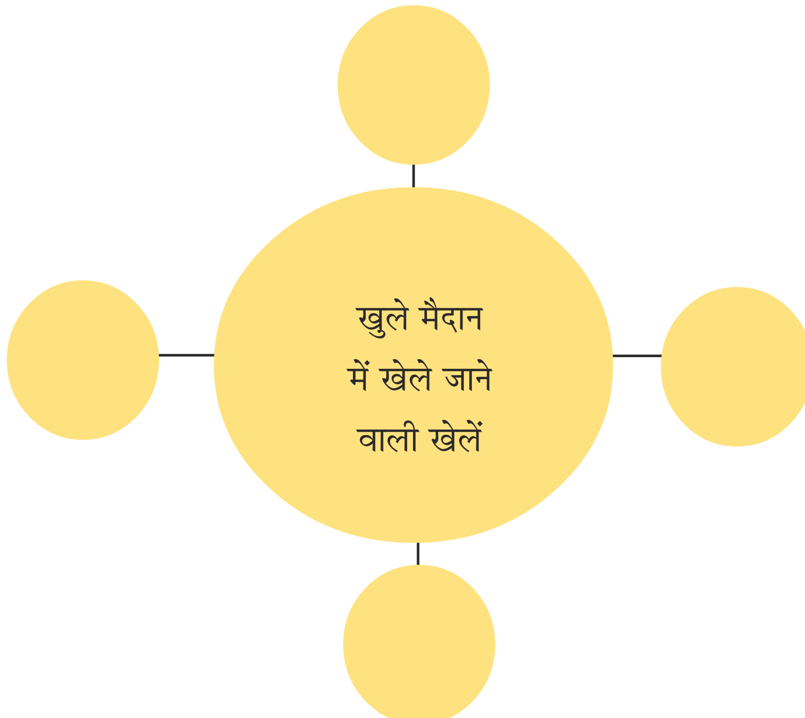
प्रश्न 4. सही (✓) गलत (×) का निशान लगाओ :-

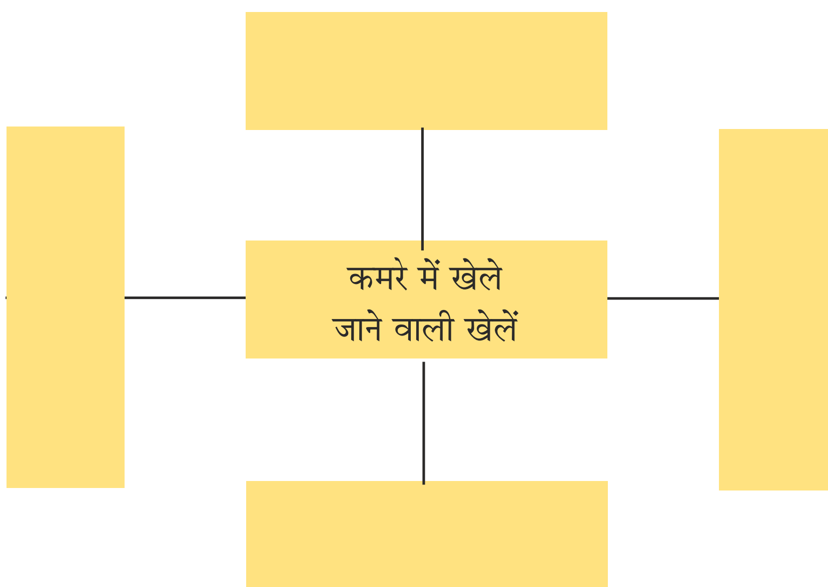
1. सभी खेल खुले मैदान में खेले जा सकते हैं। ☐
2. खेलने से समय खराब होता है। ☐
3. खेलों के कुछ नियम होते हैं। ☐
4. खेलते समय लड़ाई करना अच्छी बात नही है। ☐

प्रश्न 5. नीचे दिए अनुसार सूची तैयार करें—

	टीम में खेलने वाले खेल	अकेले खेलने वाले खेल
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

दिमाग लगाओ





*****

पाठ–5

पौधे–हमारे मित्र

गुरलीन अपने पिता जी के साथ विद्यालय आई। उस के पिता जी अपने साथ बहुत से पौधे लाए थे। उन्होंने बताया कि गुरलीन के जन्मदिन के अवसर पर, वे विद्यालय में पौधे लगाकर उस का जन्मदिन मनाना चाहते थे। सभी ने स्कूल के मैदान में खुशी–खुशी पौधे लगाए।

पौधे लगाते बच्चे

तीसरी कक्षा के कुलवंत को, गुरलीन द्वारा लगाया गया पौधा बहुत पसंद आया। उस ने उत्सुकता के साथ अपनी अध्यापिका से पूछा, ''मैडम, यह कौन सा पौधा है ?''

उस की अध्यापिका ने बताया कि यह गुलाब का पौधा है।

सभी बच्चे पौधों के बारे में जानने के लिए पूछने लगे– ''यह कौन सा पौधा है ? वह कौन सा पौधा है ? इत्यादि।

अध्यापिका मुस्करा कर बोली, ''चलो, हम सब एक खेल खेलते हैं। इस खेल द्वारा तुम सब बच्चे पौधों के बारे में नई–नई जानकारी प्राप्त करोगे।''

तब सभी बच्चों को एक–एक स्लेट व कुछ चॉक दिए गए।

अध्यापिका बोली, ''जब मैं ताली बजाऊँगी, तुम अपने मनपसन्द पौधे को छू लेना व उस का नाम स्लेट पर लिख लेना।''

बरगद

नीम

शहतूत

क्रिया–1 : ऊपर दिए चित्रों में बच्चों ने पौधे पहचान लिए हैं। विद्यार्थियों ने दूसरे चित्र में कुछ और पौधे पहचानने हैं व उन के नाम लिखने हैं। विद्यार्थी नीचे दिए चित्रों में पेड़ों को पहचानें व उनके नाम लिखें।

. . . .

. . . .

सभी बच्चे पौधों को छू कर बहुत प्रसन्न हुए। तब अध्यापिका ने कुछ पेड़ों की ओर इशारा किया व आदेश दिया कि बच्चे उन पेड़ों के तनों की मोटाई को ध्यान से देखें व धागे की सहायता से मोटाई नाप कर पता लगाएँ कि किस पेड़ का तना मोटा है व कौन सा तना पतला है।

सभी पेड़ एक ही जैसे आकार, नाप व रंग के नहीं होते, जैसे बबूल के पेड़ का तना काले रंग का होता है व सफेदे का तना सफेद रंग का। 'बर्मा डेक' एक छतरी जैसा दिखता है व सफेदे का पेड़ सीधा ऊँचा बढ़ता है। काशी फल का पौधा बेल रूप में धरती पर फैलता है।

आप ने अपने घर में, स्कूल में, अपने खेल के मैदान में व पुस्तकों में भिन्न-भिन्न पेड़ देखे होंगे। उसके आधार पर निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दो-

धागे की सहायता से तना नापते बच्चे

प्रश्न 1. भिन्न-भिन्न रंग के तने वाले दो पौधों के नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 2. छत्तरी के आकार वाले दो पौधों के नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 3. लम्बे व सीधे तने वाले दो पौधों के नाम लिखो।

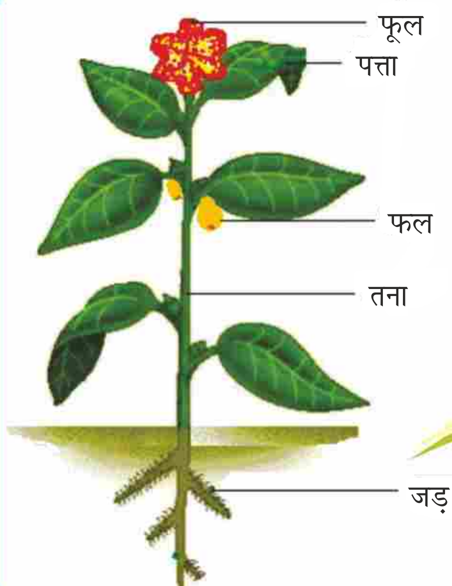
....

....

प्रश्न 4. धरती पर फैलने वाले दो पौधों के नाम लिखो।

....

....



क्या आप जानते हो?
पौधे के मध्य भाग जड़, तना, पत्ते, फूल और फल होते हैं।

जगजीत ने अपनी अध्यापिका को बताया कि उसे पेड़ो के बारे में एक बहुत अच्छा गीत आता है। अध्यापिका ने सभी बच्चों को पेड़ की छाँव में बैठने को और जगजीत को गाना सुनाने के लिए कहा।

मुफ्त में ये हमें छाँव देते हैं,
ठंडी ठंडी हवा देते हैं,
पीछे कर लें कुल्हाड़ी व आरी,
पेड़ों के संग कर लें पक्की यारी।

आम, सेब और केला मीठा,
कीनू, सन्तरा व नींबू खट्टा,
पेड़ों से फल मिलते आओ–पेड़ लगा लें
पेड़ों के संग पक्की यारी कर लें।

पक्षियों को ये रैन बसेरा,
लकड़ी, भोजन देते बहुतेरा,
पेड़ों जैसा मित्र ना गँवा दें,
पेड़ों के संग पक्की यारी कर लें।

वर्षा करने में सहायता करते,
जड़ी–बूटी देकर रोग दूर भगाते,
गंदी वायु को शुद्ध कर लें,
पेड़ों के संग पक्की यारी कर लें।

वचन लें अंधा धुंध हम पेड़ न काटें,
आवश्यकता पड़ने पर ही काटें,
एक के बदले पाँच और लगा लें,
पेड़ों के संग यारी कर लें –पेड़ों के संग यारी कर लें।

सब ज़ोर से ताली बजाते हैं। गीत से बच्चों ने सीखा कि पेड़ पौधे मनुष्य के लिए कितने लाभदायक हैं।

क्रिया-2 : नीचे कुछ वस्तुओं की सूची दी गई है। उन शब्दों में से पेड़-पौधों से मिलनी वाली वस्तुओं को गोला लगाएँ।

परछाईं	दवाइयाँ	फल
आईसक्रीम	लकड़ी	पैन
ठंडी हवा	रूई	साइकिल
चिड़िया का घोंसला	कच्चा खाना	हल्दी

"अध्यापिका जी, पौधे वर्षा भी करवा सकते हैं?" राजू ने पूछा।

"हां बेटा, पौधे वर्षा करवा सकते हैं, हवा को साफ करते हैं और भू क्षरण (खोर) से रक्षा करते हैं।" अध्यापिका ने समझाना आरम्भ किया।

भू-क्षरण (खोर) से भाव हवा और पानी से धरती की ऊपरी परत का क्षरण (खोर) जाना है। पौधों की जड़ें मिट्टी को जकड़ कर रखती हैं और भू-क्षरण से बचाती हैं।

अचानक राहुल खुशी से चिल्ला उठा, "इसका अर्थ यह हुआ कि पेड़-पौधे हम सब के प्रिय मित्र हैं।" तब मैडम ने पूछा, "कौन-कौन पेड़ों को अपना मित्र बनाना चाहेगा?"

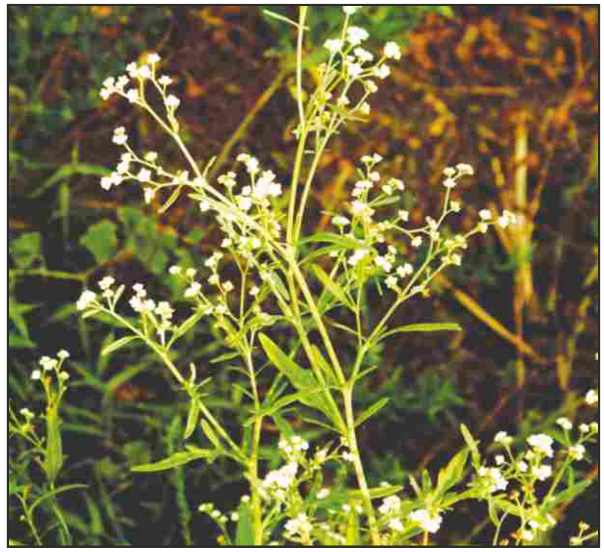
"मैं, मैं, मैं भी" सभी बच्चे एक साथ बोल उठे व सबने अपना हाथ ऊपर उठा कर समर्थन किया। मैडम ने प्रत्येक बच्चे को उस के मनपसन्द पेड़/पौधे को मित्र बना कर, उस का ध्यान रखने का निर्देश दिया।

तभी रणदीप ने पूछा, "मैडम जी, क्या हमारे स्कूल में सेब का कोई पेड़ है?" मैडम बोली, "नहीं बेटा, सेब के पेड़ ठंडे इलाके में उगते हैं।"

पौधे का नाम	जिस क्षेत्र में अधिक मिलता है
बादाम का पेड़	कश्मीर और हिमाचल
नारियल का पेड़	केरल और गोवा
गेहूँ का पौधा	पंजाब और हरियाणा

अगले दिन गुरलीन एक पौधे के पत्ते ले कर आई। ये पत्ते गाजर घास (काँग्रेस ग्रास) के थे। वह उन पत्तों के बारे में सब को बताने को बहुत उत्सुक थी। उसने बताया कि कल उस के दादा जी ने उसे बहुत से पौधे दिखाए थे। उन्होंने उसे (गुरलीन) बताया कि जब वे (दादा जी) छोटे थे तब उस तरह के पौधे होते ही नहीं थे।

गुरलीन के पड़ोसी बुजुर्ग संता सिंह जी ने उसे बताया कि काँग्रेस घास बहुत बड़े इलाके में अपने आप उग जाती है। यह एक तरह की जंगली बूटी है जो अनाज वाले पौधों पर बुरा प्रभाव डालती है। इस बूटी को नष्ट करने के लिए कीटनाशक दवाइयों का प्रयोग किया जाता है। ये दवाइयाँ धरती, हवा व पानी को दूषित कर देती हैं।



याद रखने योग्य बातें

- पौधे के मुख्य भाग जड़, तना, पत्ते, फूल और फल होते हैं।
- पौधों के भिन्न-भिन्न भागों का प्रयोग दवाइयों में किया जाता है।
- पौधों से हमें लकड़ी, फल, छाया आदि प्राप्त होते हैं।
- भू-क्षरण से भाव है-हवा और पानी से धरती की ऊपरी सतह का क्षरण होना।
- हमें पेड़ लगाकर उनकी देखभाल करनी चाहिए।

प्रश्न 5. पौधे के कोई दो भाग बताओ ?

....

....

प्रश्न 6. पौधों से मिलने वाली दो वस्तुओं के नाम बताओ ?

....

....

प्रश्न 7. रिक्त स्थान भरो :-

(खट्टे, ठण्डे, छतरी, वेल (लता), साफ)

1. पौधे गन्दी हवा को .... करने में सहायक है।
2. कीनू, नींबू और संतरा .... फल है।
3. कद्दू की .... धरती के ऊपर फैलती है।
4. बर्मा दरेक देखने में .... जैसी लगती है।
5. सेब के पौधे .... इलाके में होते हैं।

प्रश्न 8. दिमागी कसरत : बूझो व सही उत्तर संग मिलान करो :-

1.	केसरी लगें फूल इस को – बिन पत्तियाँ करे छाँव	
	बूझो तो भला बच्चों– इस पेड़ का नाम।	गन्ना
2.	काठ पर काठ–बीच में बैठा जगन्नाथ।	नीम
3.	एक छड़ी की कहानी, बीच में भरा मीठा पानी।	करीर
4.	टहनियाँ कड़वी–फल मीठा	बादाम
	पत्ते कड़वे – गुण मीठा	

प्रश्न 9 . सही उत्तर (✓) पर निशान लगाएं :-

1. पौधे का कौन सा भाग मिट्टी को पकड़ कर रखता है।

   पत्ते ☐ जड़े ☐ फूल ☐

2. .... हमारी फसलों की खुराक खा जाती है।

   गाजर घास ☐ कीकर ☐ नीम ☐

3. भू-क्षरण से क्या भाव है ?

बाढ़ आ जाना। ☐

वृक्षों का सूख जाना। ☐

भूमि का खुर (क्षरण) हो जाना। ☐

प्रश्न 10. सही (✓) या गलत (×) का निशान लगाएं :-

1. हमें अधिक से अधिक पेड़ लगाने चाहिए। ☐
2. पौधों को देखभाल की जरूरत नही होती। ☐
3. ज़हरीली दवाइयां धरती हवा और पानी को ज़हरीला बना रही हैं। ☐

*****

पाठ-6

रंग-बिरंगे पत्ते

कल रात अनमोल पेड़ों के बारे में बातचीत करते-करते सो गई। चूँकि आज रविवार था इसलिए उस की माँ ने भी उठाया नहीं पर जब सूर्य की किरणें उस के चेहरे पर पड़ी तो वह जाग गई और उसके आश्चर्य का ठिकाना न रहा जब उसने देखा कि सारा घर भिन्न-भिन्न प्रकार के पत्तों से भरा हुआ था-मानो पत्तों का मेला लगा हुआ हो।

अनमोल ने अपनी माता जी से पूछा कि इतने सारे पत्ते कहाँ से आए?

माँ ने उत्तर दिया, ''कल रात तूफ़ान आया था।''

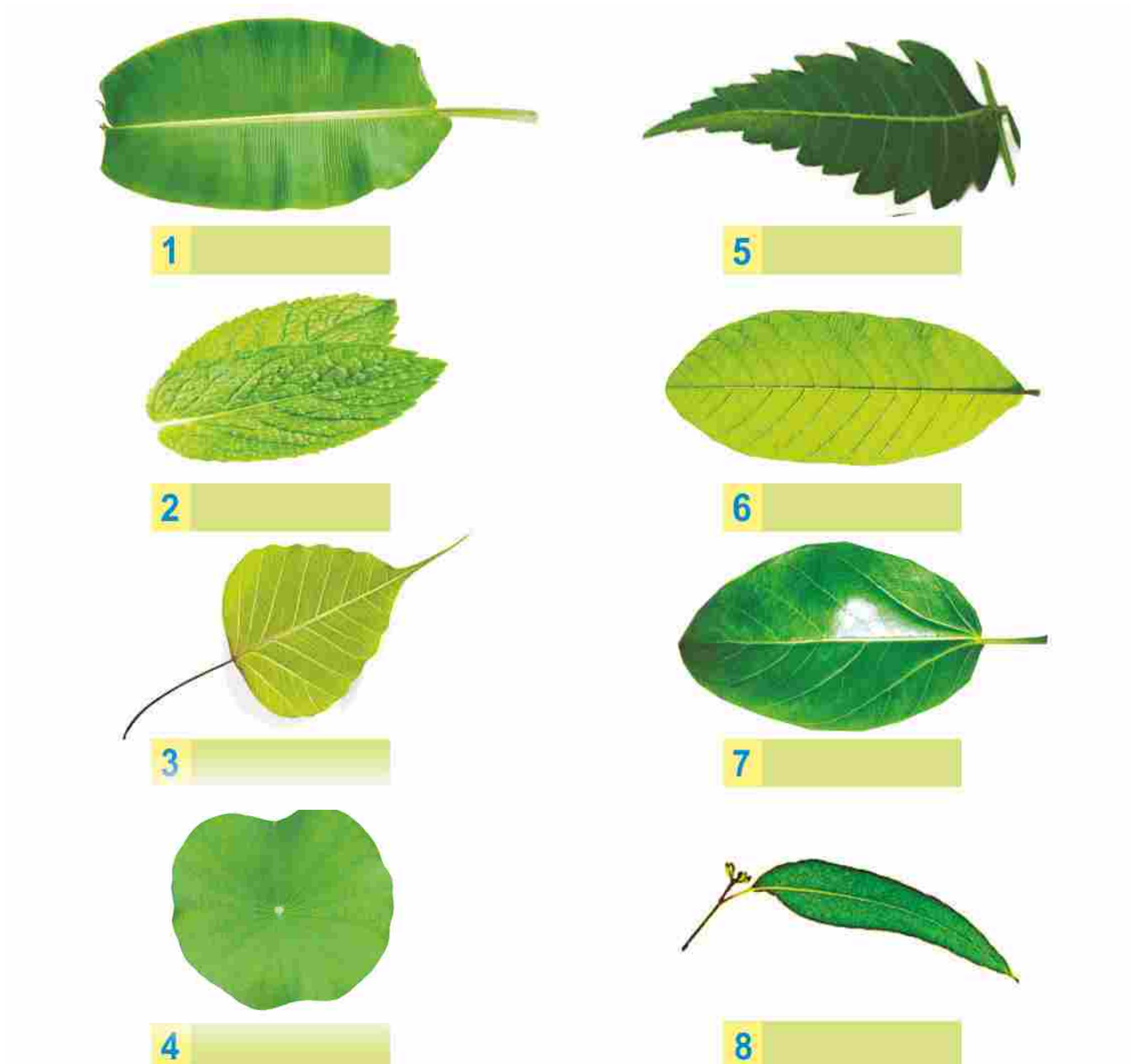
अनमोल ने फिर पूछा, ''माँ, क्या पत्ते केवल तूफ़ान आने से ही पेड़ों से गिरते हैं?''

''नहीं बेटा'', माँ बोली- ''पत्ते शरद ऋतु के आने से पहले भी गिरते हैं। इसको **पतझड़** कहते हैं।''

पतझड़

इसी समय अनमोल के पिता जी और उस का भाई जसमनजोत भी घर आ गए। अनमोल के पिता जी ने उसे पूछा कि क्या वह भिन्न भिन्न पेड़ों के पत्तों को पहचान सकती है ?

क्रिया–1 : आप भी नीचे दिए गए चित्र से पत्तों को पहचानें व दी गई सूची में से पत्तों के नाम रिक्त स्थान पर लिखें –



ऊपर दिये पत्तों के नाम की सूची

सफेदा, कमल, बरगद, पीपल, अमरूद, पुदीना, नीम, केला।

अनमोल की माता जी ने झाड़ू लगा कर सब पत्तों को इकट्ठा कर लिया और कहा कि वह उन्हें (पत्तों को) जलाने जा रही है। जसमन एक दम चिल्ला उठा, ''नहीं, नहीं! इस से प्रदूषण फैलेगा। हमें स्कूल में बताया गया है कि पत्ते, फल, सब्जियों का कूड़ा एक गड्ढे में इकट्ठा करना चाहिए, ताकि धीरे-धीरे वह खाद में परिवर्तित हो जाए। यह खाद स्वस्थ पेड़ों के बढ़ने में सहायक होती है।''

जसमन के पिता जी ने हैरान हो कर पूछा, ''यह सब तुम्हें किस ने बताया?'' उस ने उत्तर दिया कि उसे उसके अध्यापक ने बताया है। उस के विद्यालय में अध्यापक पत्तों को इकट्ठा करके खाद तैयार करते हैं।

पत्तों से खाद बनाने का तरीका

अभी हम बातें ही कर रहे थे कि अनमोल के ताया जी भी खेत से वापिस आ गए। अनमोल के ताया जी ने थैले में से पुदीने की गुच्छी निकाली और अनमोल को रसोई घर में रखने को कहा। पुदीने में से बहुत खुशबू आ रही थी। अनमोल पुदीने को बार-बार सूंघती हुई रसोई घर में चली गई।

क्रिया-2 : अपने आस-पास से कुछ सुगन्ध वाले पत्ते जैसे-तुलसी, धनिया, पुदीना, तेजपत्ता, कीकर, जंगली पुदीना, नीम, नींबू, मेथी इत्यादि एकत्र करो। आँखों पर पट्टी बाँध कर उन्हें खुशबू से पहचानो।

नोट-बच्चों को इन पत्तियों के प्रयोग / लाभ के बारे में विस्तार से बताना चाहिए।

क्रिया-3 : नीचे दी गई पहेली में कुछ भोजन सामग्री के नाम हैं-जिन में इन सुगंधित पत्तियों का प्रयोग होता है। ऐसे चार पकवानों को ढूँढ कर लिखो-

याद रखने योग्य बातें

- झड़े पत्तों से खाद बनाई जा सकती है।
- खुशबूदार पत्तों का प्रयोग सब्जी, दाल, दही, जूस, चटनी आदि में किया जा सकता है। जैसे धनिया, पुदीना।
- सभी पत्तों का रंग हरा नही होता है।
- पत्ते जलाने से हवा गन्दी (प्रदूषित) हो जाती है।

प्रश्न 1. कोई तीन पौधों के नाम लिखो जिनके पत्ते तुम पहचान सकते हो ?

....

....

प्रश्न 2 आपने कौन-कौन से रंग के पत्ते देखे हैं ?

....

....

प्रश्न 3. नीचे दिये गये वाक्यों के आगे (✓) या (×) का चिह्न लगाएँ :-

(क) देसी खाद के लिए पत्तों को छोटा-छोटा तोड़ें। ☐

(ख) घर में इकट्ठे किये गए पत्तों को जला देना चाहिए। ☐

(ग) सब्ज़ियों और फलों के छिलके, बीज आदि देसी खाद बनाने में प्रयोग करने चाहिए। ☐

(घ) सभी पेड़ पौधों के पत्ते हरे रंग के होते हैं। ☐

(ड.) सभी पत्ते एक ही आकार के नहीं होते हैं। ☐

प्रश्न 4. रिक्त स्थान भरो :-

(नीम, दूषित, मेंहदी)

(क) पत्ते जलाने से हवा .... होती है।

(ख) खुशी के अवसर पर हाथों पर .... लगाई जाती है।

(ग) .... के पत्ते स्वाद में कड़वे होते हैं।

प्रश्न 5. सही उत्तर पर (✓) सही का निशान लगाएं :-

(क) पौधों के पत्ते किस ऋतु में झड़ते हैं?

बसंत ऋतु ☐ वर्षा ऋतु ☐ पतझड़ ☐

(ख) कौन से वृक्ष का पत्ता बड़ा होता है?

शीशम ☐ बरगद ☐ नीम ☐

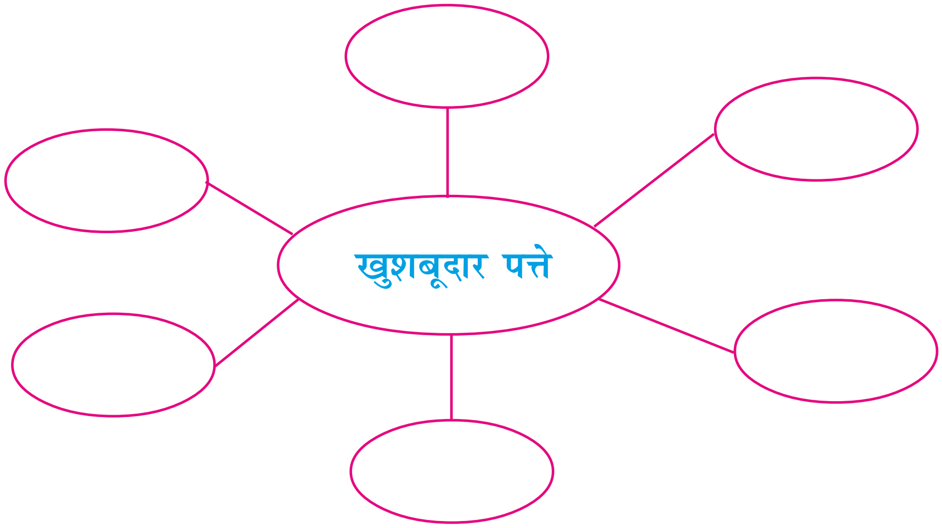
(ग) कौन सा पत्ता चटनी बनाने के लिए प्रयोग किया जाता है?

केला ☐ पुदीना ☐ अमरूद ☐

(घ) खाद .... से बनाई जा सकती है।

पत्तों ☐ ईंटें ☐ पॉलिथीन ☐

प्रश्न 6. दिमाग लगाओ



*****

पाठ-7

जंतु-एक जान-पहचान

दीपी बहुत खुश थी। स्कूल में छुट्टियाँ थीं, इसलिए वह नानी को मिलने आई थी। उस की छोटी बहन गोगी भी उस के साथ थी। नानी की गाँव में यह उनका पहला दिन था। नानी उन्हें एक कहानी सुना रही थी-तभी उन्हें ऊँची आवाज़ सुनाई दी। गोगी तो डर ही गई। उसने पूछा, ''यह क्या है?'' नानी मुस्कराई व बोली, ''चलो, मैं दिखाती हूँ।''

नानी ने बताया, ''यह गाय है, बेटी।'' नानी ने गाय को प्यार से थपथपाया। गोगी का डर निकल गया। बाकी सब जानवर भी आवाज़ें निकाल कर शोर करने लगे। दीपी व गोगी उनकी नकल उतारने लगीं।

गोगी ने नानी से पूछा, ''ये क्या कह रहे हैं''? नानी बोली ''इन्हें भूख लगी है।'' नानी ने गाय और भैंस को चारा दिया। कुत्ते और बिल्ली को दूध दिया। गोगी ने मुर्गी को दाना खिलाया। नानी ने गोगी व दीपी को गिलास में दूध दिया।

दूसरी सुबह नानी बोली, ''तुम्हारे नाना जी को भूख लगी होगी। मैं खेत पर जाकर उन्हें खाना दे आती हूँ।'' दीपी और गोगी बोलीं, ''हम भी जाएँगे।'' सब खाना लेकर खेत पर गये। नाना जी ने खाना खाया। उन्होंने एक रोटी बचा ली। उस के छोटे-छोटे टुकड़े कर के पेड़ के नीचे डाल दिए। चिड़िया, कौवा, कबूतर, तोता, फाख़्ता और लाली जैसे पक्षी इकट्ठे हो गए। कुछ चूहे व चीटियां भी आ गईं।

एक चील आकर पेड़ पर बैठ गई। सभी जानवर भाग गये। दीपी ने पूछा, ''नाना जी, सभी जानवर अपना चोगा छोड़कर क्यों चले गए?'' नाना जी ने बताया कि ये सब चील से डरते हैं।

क्रिया-1 : सभी जानवरों का भोजन भिन्न-भिन्न प्रकार का है। क्या कभी तुम ने जानवर या पक्षियों को खाना खिलाया है ? नीचे दी गई शब्द पहेली से जानवरों का भोजन ढूँढ कर उनके चित्र के नीचे लिखें।

म	छ	ली	प	ठ	न
य	ख	र्मि	ची	श	थ
घा	स	ड	दू	ध	र
प	दा	ना	य	ल	व

मिर्ची
....

....

....

दोनों बहनें नानी के साथ घर वापिस आ गईं। उन्होंने नानी से रात के खाने के बाद, कहानी सुनने की ज़िद्द की। नानी ने उन्हें मधुमक्खी व फाख़्ता की कहानी सुनाई। कहानी सुनते–सुनते उन्हें नींद आ गई।

मधुमक्खी व फाख़्ता

एक बार एक मधुमक्खी दरिया में गिर गई। नदी किनारे एक पेड़ पर एक फाख़्ता बैठा था। उस ने जब मधुक्खी को खतरे में देखा तो एक पत्ता पानी में उस के पास गिरा दिया। मक्खी पत्ते पर बैठ कर पानी से बाहर आ गई व सूखे परों से उड़ गई और उसने फाख्ता का धन्यवाद किया।

कुछ दिनों बाद एक शिकारी जंगल में आया। उस ने फाख़्ता को एक पेड़ पर बैठे देखा। उस ने अपनी बंदूक से फाख़्ता पर निशाना साधा। अचानक मधुमक्खी की नज़र पड़ गई। उसने झट से जाकर शिकारी के हाथ पर डंक मारा। शिकारी का निशाना चूक गया। फाख़्ता की जान बच गई। उसने मधुमक्खी का धन्यवाद किया व उड़ गई।

प्यारे बच्चों !

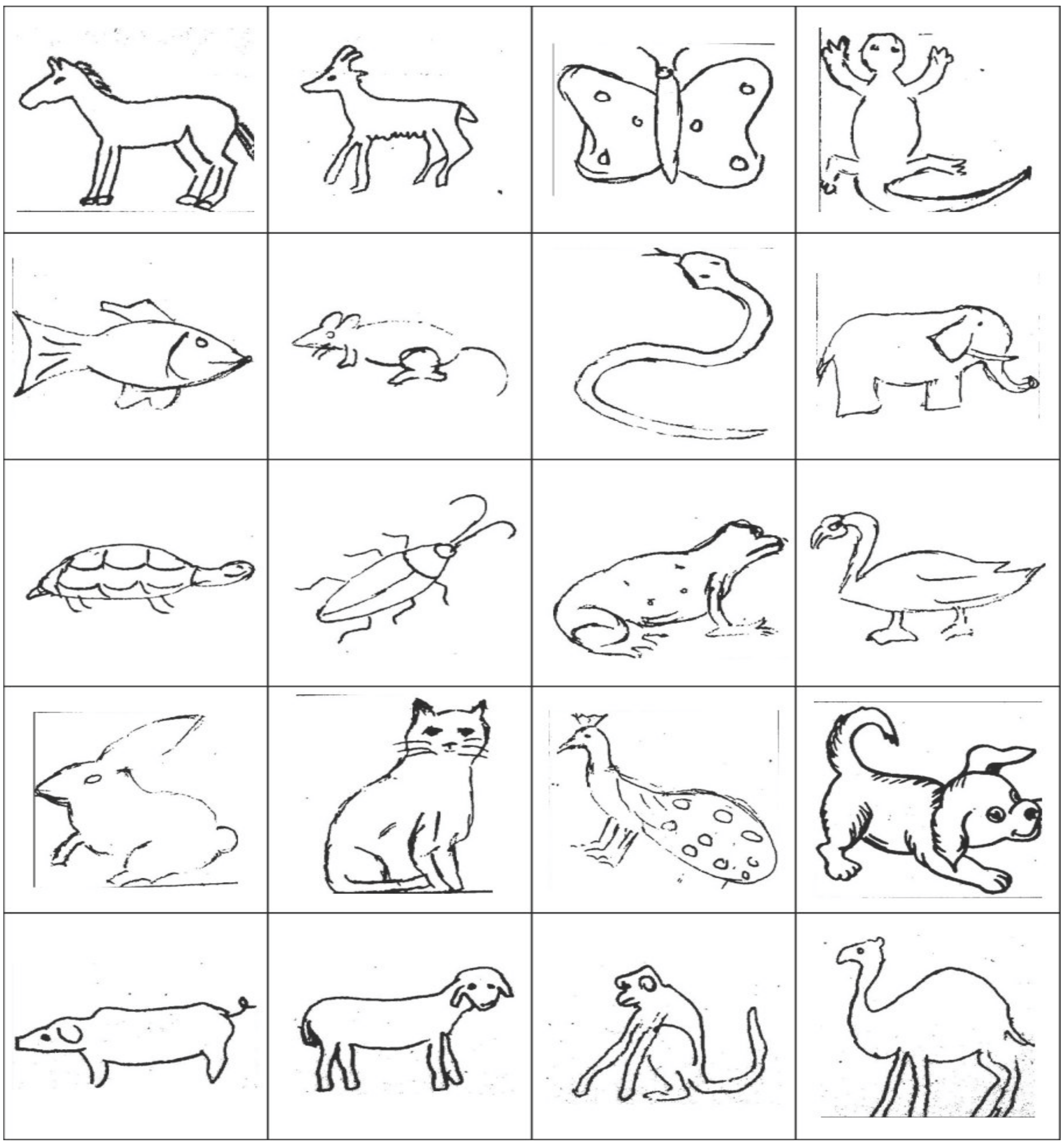
नीचे दिए गए कीड़ों में से आप को किसी ने काटा है ? उसे (✓) करे।

मच्छर .... मधुमक्खी .... ततैया ....

अध्यापक के लिए— अध्यापक को बच्चों को नानी वाली कहानी सुनानी चाहिए व बच्चों को घरवालों से जानवरों पर आधारित कुछ और कहानियाँ सुनने को उत्साहित करना चाहिए। उन्हें बच्चों से वे कहानियाँ कक्षा में सुनाने को प्रेरित करना चाहिए।

दीपी और गोगी ने नानी के गाँव में बहुत सारे जानवर देखे। आपने भी बहुत सारे जानवर भिन्न-भिन्न स्थानों पर देखे होंगे।

क्रिया-2 : आओ एक छोटा सा खेल खेलें। क्या आप ने इस चित्र में दिए गए जन्तुओं को कहीं देखा है ? यदि हाँ तो कौन सा जन्तु कहाँ देखा है। आप चाहो तो इनमें रंग भी भर सकते हो।



प्यारे बच्चों! जैसे हम एक स्थान से दूसरे स्थान पर जाते हैं, जानवर भी जाते हैं। कुछ तैरते हैं, कुछ उड़ते हैं, कुछ रेंगते है।

क्या आप बता सकते है निम्नलिखित जानवर एक स्थान से दूसरे स्थान पर कैसे जाते हैं ?

1. साँप रेंगता है।
3. गाय .... है।
2. मछली.................. है।
4. तितली .... है।
5. तोता.................. है।
6. मच्छर .... है।

याद रखने योग्य बातें

- भिन्न-भिन्न जानवर भिन्न-भिन्न तरह का भोजन खाते हैं। जैसे:- तोता मिर्च खाता है और बिल्ली दूध पीती है।
- मधु मक्खी, मच्छर, भरिण्ड आदि डंक मारते हैं।
- सारे जानवर उड़ नही सकते।

प्रश्न 1. जानवर और उनकी आवाज़ का मिलान करे :-

जानवर का नाम	आवाज़
बकरी	गुटरू गूं
मुर्गी	म्यायूं-म्यायूं
बिल्ली	कुकडू-कूँ
कबूतर	मै, मैं

प्रश्न 2. अलग-अलग जीव जन्तुओं को रहने का स्थान लिखो :—

जन्तु का नाम	**रहने का स्थान**
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....

प्रश्न 3. रिक्त स्थान भरें :-

(अलग-अलग, दाने, डंक)

1. मधु मक्खी .... मारती है।
2. हर जानवर की आवाज .... होती है।
3. मुर्गी .... खाती है।

प्रश्न 4. सही (✓) या गलत (×) का निशान लगाए :-

(क) कुत्ता घर की रक्षा करता है। ☐

(ख) तोता मिर्च खाता है। ☐

(ग) पक्षी पंखो की सहायता से उड़ते हैं। ☐

(घ) छिपकली उड़ती है। ☐

प्रश्न 5. डंक मारने वाले जीवों के नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 6. घास खाने वाले दो जानवरों के नाम लिखो।

....

....

*****

पाठ-8

पक्षियों का संसार

आज जंगल में बहुत चहल-पहल थी। टेलर (दर्जी) पंछी (बया) ने अपना घोंसला बनाया था। सभी पक्षी उसे देखने आए थे। वे सब बहुत प्रसन्न थे तथा एक खेल खेल रहे थे। पक्षियों ने अपना-अपना परिचय गाना गा कर दिया। कोयल ने अपने आप को पत्तों के पीछे छुपा रखा था। सब से पहले, सब ने उसे ही गाना सुनाने को कहा। उस ने अपनी मीठी व सुरीली आवाज में गाया-

कोयल, मैं काली हूँ,
आम के पेड़ पर रहती हूँ।
अपनी मीठी सुरीली आवाज़ में,
सब को प्यार का संदेश देती हूँ।

तोता मिर्च खाने में व्यस्त था। मोर के कहने पर वह अपने बारे में बोला-

लाल चोंच और हरे हैं पंख,
मिर्ची खाना-मुझे पसन्द।
'मियां मिट्ठू' कह लोग बुलाते,
मीठी-मीठी चूरी खिलाते।

अब मोर की बारी थी। उस ने अपने सुन्दर पंख फैलाए और बोला-

सुन्दर पंख-मतवाली चाल,
सिर पर कलगी, मैं हूँ मोर।
काले बादल छा जाने पर,
नाच करु, सब को विभोर।

कौवा अपने बारे में बहुत उत्सुक था। अपनी प्रशंसा में बोला-

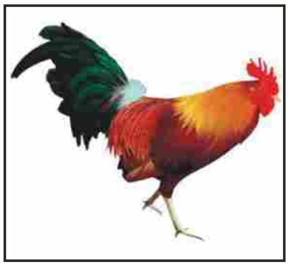
काँव-काँव करता मैं कौवा हूँ

गाँव–शहर ऊपर मंडराता

ऊपर नीचे क्षण भर में उड़ता

कोई पकड़ ना पाता।

अब मुर्गा अपनी बारी आने पर बोला



राजसी कलगी सिर पर मेरे,

सुबह–सुबह उठ बांग मैं दूँ,

'जागो' अब हुआ सवेरा,

रोशन हुआ, जग सारा।

सभी पक्षी खुश थे पर गिद्ध उदास थी। उसने अपने बारे में कहा–

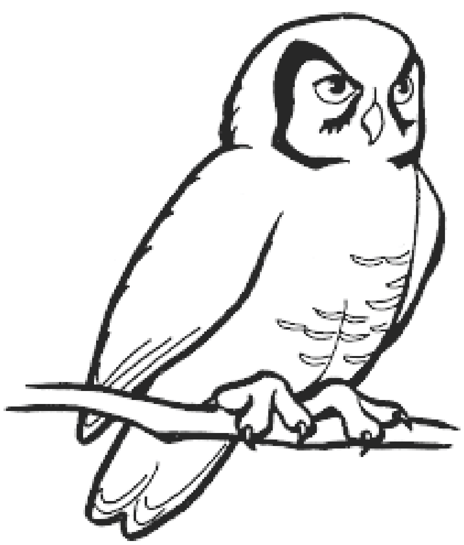
सुनो दोस्तो! मेरी पुकार

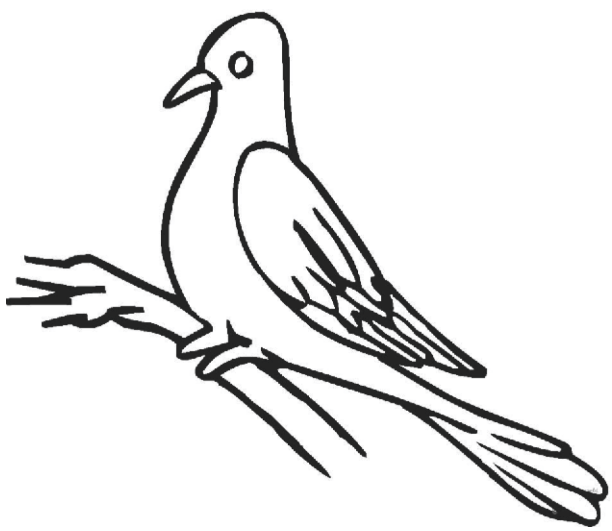
लोगों ने किया खत्म, मेरा परिवार

साफ करूं मैं इर्द–गिर्द को

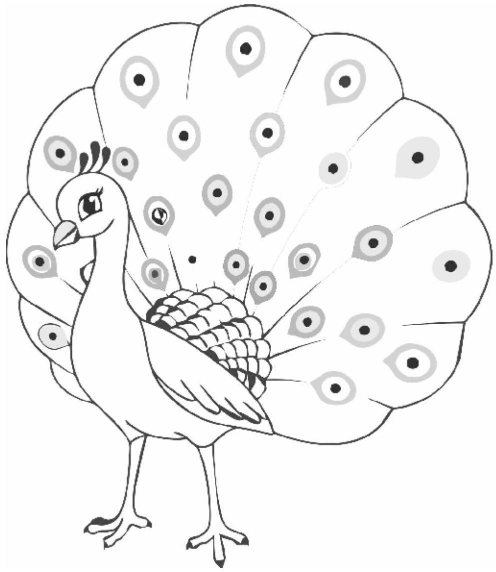
या हो गर्मी, या हो सर्दी।

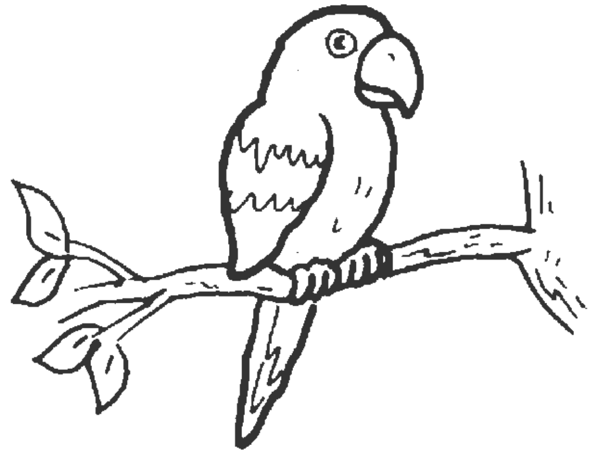
क्रिया–1 : चित्र के दिए गए पक्षियों को पहचानें व चित्रों में रंग भरे।





....





....

उपरोक्त पक्षियों के अतिरिक्त पक्षी भिन्न-भिन्न प्रकार का भोजन करते हैं। कुछ पक्षी फल खाते हैं जैसे तोता, कुछ अनाज जैसे चिड़िया व कुछ पक्षी कीड़े मकौड़े जैसे कठफोड़वा।

क्रिया-2 : उपरोक्त पक्षियों के अतिरिक्त आप ने जो पक्षी देखे हैं क्या आपको पता है कि वह क्या खाते हैं ? नीचे दिये खाने में पक्षियों के नाम लिखो और सामने उनका भोजन भी लिखो।

पक्षी का नाम	भोजन
....	....
....	....

क्रिया-3 : गर्मियों में बहुत से पक्षी प्यास से मर जाते हैं। तुम उन्हें बचा सकते हो। एक खुले मुँह वाला बर्तन लो। उसे पानी से भर दो। उसे घर की छत पर या बरामदे में रखो। क्या तुम चाहते हो कि पक्षी तुम्हारे मित्र बनें ? अगर हाँ, तो उन्हें दाना खिलाओ व पानी पिलाओ।

प्यारे बच्चों! पँख, पक्षियों को गर्मी-सर्दी से बचाते हैं। ये पक्षियों को उड़ने में मदद करते हैं। पक्षियों के पँख बहुत सुंदर होते हैं। पँखो सहित पक्षी, रंग-बिरंगे व खुबसूरत दिखाई देते हैं।

क्रिया-4 : आप सब बच्चों ने धरती पर पक्षियों के गिरे हुए पंख देखे होंगे। उन्हें एकत्रित करके उनसे सजावट की वस्तुएँ बनाएं और कक्षा में सब को दिखाएँ।

पंखों से तैयार सजावटी समान

सुन्दर प्यारा घर

पक्षी भी घर बनाते हैं–उस में रहने के लिए। उन के घर को घोंसला कहते हैं। क्या आप पहचान सकते हैं कि ये घोंसले किन पक्षियों के हैं? –पहचानें

....

याद रखने योग्य बातें

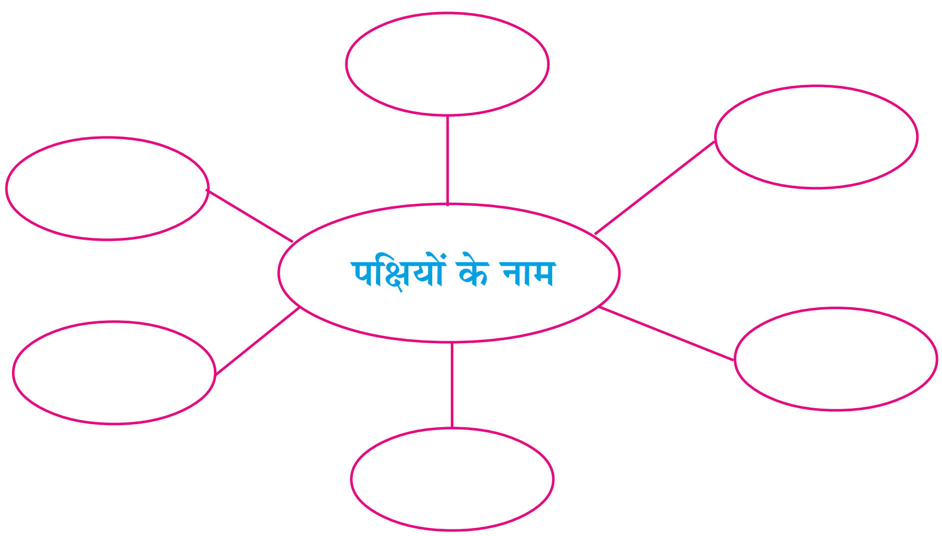
- पंख पक्षियों की उड़ने में सहायता करते हैं।
- बहुत सारे पक्षी अपना घर बनाते हैं। इस घर को घोंसला कहते हैं।
- कुछ पक्षी अनाज खाते हैं। कुछ पक्षी फल और कुछ पक्षी जीव-जन्तु खाना पसंद करते हैं।
- मोर हमारा राष्ट्रीय पक्षी है तथा बाज हमारा राज्य पक्षी है।

प्रश्न 1. **रिक्त स्थान भरो :-**

(जीव-जन्तु, पंख, मिर्च)

1. मोर के .... बहुत सुन्दर होते हैं।
2. तोता .... खाना पसन्द करता है।
3. चक्की राहा (चकोर) .... खाता है।

प्रश्न 2. **दिमाग लगाओ**



*****

पाठ–9

भोजन पकाये और खायें

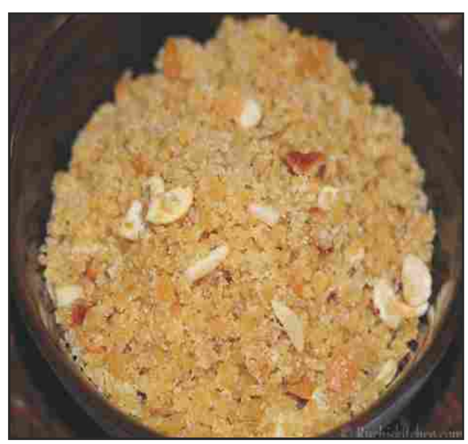
गुरजोत के मामा जी फौजी थे। उनके बच्चे और पत्नी उनके साथ पठानकोट छावनी के क्वार्टर में रहते थे। एक बार वह अपनी माता जी के साथ मामा जी को मिलने गया। वह मामा जी के बच्चों के साथ उनके स्कूल गया। उसने आधी छुट्टी में कक्षा के सभी बच्चों के साथ मिलकर खाना खाया।

सभी बच्चे अपने क्षेत्र के अनुसार अलग–अलग भोजन लेकर आये थे। बच्चे खाने में तमिलनाडू की इडली–सांबर, बंगाल के मछली चावल, पंजाब का मक्की (मकई) की रोटी, सरसों का साग, राजस्थान का चूरमा और पूर्वी क्षेत्र वाले मौमोज भी लेकर आये हुए थे।

साग–मक्की की रोटी

इडली–सांबर

मछली–चावल



चूरमाँ

घर आकर गुरजोत ने हैरानी से अलग-अलग तरह के भोजन के बारे में माता जी को बताया। उसने पूछा, ''यह बच्चे अलग-अलग तरह का भोजन क्यों खाते हैं ?''

माता जी— बेटा, हमारे देश के अलग-अलग स्थानों पर अलग-अलग भोजन पैदा होता है। इसलिए वहां रहने वाले लोग उसके अनुसार ही अपनी भोजन सम्बन्धी आदतें बना लेते हैं। जैसे हम पंजाब में ज्यादा गेंहू खाते हैं। पश्चिमी बंगाल के लोग चावलों की खेती होने के कारण चावल और समुद्र के नजदीक रहने वाले मछली खाते हैं।

भोजन का महत्व

गुरजोत : मामा जी ''हम भोजन क्यों खाते हैं ?''

मामा जी : बेटा, हमें जीवित रहने के लिए तीन चीजों की जरूरत पड़ती है। यह हवा भोजन और पानी है। इसलिए भोजन हमारे जीवित रहने के लिए शरीर के अन्दर तीन जरूरी काम करता है।

1. हमें अलग-अलग काम करने के लिए ऊर्जा देता है।
2. हमारे शरीर के विकास में सहायता करता है।
3. शरीर को कई तरह की बीमारियों से बचाता है।

भोजन ऊर्जा देता है

भोजन वृद्धि करता है

पौधों से भोजन

गुरजोत — मामा जी, हमें तो भोजन माता जी ही बनाकर देते हैं।

मामा जी — हाँ बेटा, असल में तुम्हारे माता जी पौधों और जन्तुओं से प्राप्त भोजन को अच्छी तरह पकाकर तुम्हें देते है। आओ! पौधों के अलग-अलग भागों से भोजन प्राप्त करने के बारे में जानकारी प्राप्त करते हैं।

जड़ : गाजर, मूली और शलगम	**तना :** प्याज, आलू, अदरक और लहसुन	**पत्ते :** सरसों का साग, पुदीना, धनिया, मेथी, चाय
फूल : फूल गोभी, ब्रोकली	**फल :** सेब, मिर्चा, मटर, फलियां, टमाटर, अमरूद	**बीज या अनाज :** गेहू, चावल, मक्की, बाजरा, कॉफी
1	2	3 ....
4	5	6 ....

प्रत्येक चित्र के नीचे भोजन के रूप में प्रयोग किया जाने वाला भाग तथा भोजन का नाम लिखो।

सब्ज़ियों को पका कर और सलाद की तरह काट कर खाया जा सकता है। कुछ फलों को कच्चा खाया जाता है और कुछ का जूस निकाल कर पिया जाता है। आम तौर पर आम को दूध में मिलाकर मैंगो शेक बनाया जाता है।

कहो।

फलों का जूस

फल खाना

मैंगो शेक

सब्ज़ियों का सलाद

क्रिया–1 : अपने माता–पिता की मदद से गर्मी और सर्दी के फलों और सब्जियों की सूची बनाओ।

क्रम संख्या	गर्मी की ऋतु		सर्दी ऋतु	
	सब्जी	फल	सब्जी	फल

क्रिया–2 : बच्चों को अपने घर में माता के साथ शिंकजवी बनाने और सलाद काटने के लिए कहो।

बच्चों को चाकू का प्रयोग ध्यान से करना चाहिए।

जानवरों से भोजन

गुरजोत— मामा जी, पर दूध तो हमें जानवरों से प्राप्त होने वाला भोजन है।

मामा जी— बेटा, हम अपनी खुराक का कुछ हिस्सा जानवरों से भी प्राप्त करते हैं। हम गाय, भैंस और बकरी से दूध प्राप्त करते हैं। इस दूध से दही, लस्सी, पनीर, मक्खन, घी आदि तैयार किया जाता है। रेगिस्तान में लोग ऊँटनी का दूध भी पीते हैं। पहाड़ी क्षेत्र में याक का दूध प्रयोग किया जाता है। मुर्गी, बतख, मछली आदि से हमें मीट और अण्डे भी मिलते हैं।

अध्यापक के लिए— बच्चों आपके घर में दूध से लस्सी कैसे बनाई जाती है ? इस विषय में अध्यापक बच्चों से चर्चा करे।

प्रश्न 1. हम कौन-कौन से जानवरों से दूध प्राप्त करते हैं ?

....

....

प्रश्न 2. कौन-कौन सी सब्जी कच्ची या सलाद के रूप में खाई जाती है ?

....

....

भोजन के पौष्टिक तत्व

मामा जी— बेटा, जो भोजन हम खाते हैं उसमें कुछ जरूरी पौष्टिक तत्व होते हैं।

1. कार्बोहाइड्रेट और चर्बी हमारे शरीर को ऊर्जा देते हैं।
2. प्रोटीन हमारे शरीर के विकास में मदद करता है।
3. विटामिन और खनिज हमारे शरीर को बीमारियों से बचाते हैं।
4. पानी शरीर का तापमान स्थिर रखने में मदद करता है।

संतुलित भोजन

मामा जी— बेटा, हमें कभी भी कई दिनों तक एक प्रकार का भोजन नहीं खाना चाहिए। हमें सभी प्रकार के भोजन का कुछ हिस्सा रोज खाना चाहिए। इससे हमारे शरीर को सभी पोषक तत्व मिल जाएंगे और हमारा शरीर तन्दरुस्त रहेगा। जिस आहार में सभी तत्व मौजूद होते हैं उसे **संतुलित भोजन** कहते हैं।

संतुलित भोजन

शाकाहारी और मांसाहारी

जो लोग पौधों से प्राप्त भोजन खाते हैं और जन्तुओं का दूध पीते हैं उन्हें **शाकाहारी** कहते हैं। वे अण्डे और मीट नही खाते।

जो लोग भोजन में मीट और अण्डा खाते हैं उन्हें **मांसाहारी** कहते हैं।

खाने पकाने के ढंग

गुरजोत— मामा जी, एक बच्चे ने बताया कि उसके माता जी खाना भाप से पकाते हैं। क्या हमें भोजन को पका कर ही खाना चाहिए।

मामा जी— पुराने समय में मनुष्य कच्चा भोजन ही खाता था। आग की खोज के बाद उसने भोजन पका के खाना शुरू कर दिया। पकाने से भोजन स्वादिष्ट और जल्दी पच जाता है।

फिर हम सभी मामा जी के साथ बाजार चले गए। बाजार में उन्होंने अलग-अलग दुकानों पर दिखाकर भोजन पकाने के तरीके और बरतनों के विषय में जानकारी दी।

1. उबालकर (Boiling)— चाय, कॉफी, चावल, दालें, सब्जियां, कड़ी, मीट आदि भोजन को पानी में उबाल कर बनाया जाता है। इस तरह करने से भोजन में मौजूद कीटाणु खत्म हो जाते हैं। इसके लिए कढ़ाई या पतीला प्रयोग किया जाता है।

2. भाप द्वारा पकाना (Steaming)— इस विधि में भोजन को कुकर या प्रेशर कुकर से भाप की मदद से पकाया जाता है। जैसे चावल, इडली, ढोकला और मौमोज।

3. बेकिंग (Baking)— इस विधि में भोजन को भट्ठी में रख कर सूखा ही पकाया जाता है। जैसे केक, बिस्कुट, ब्रैड, डबलरोटी और पैटीज़ आदि।

4. भून कर (Roasting)— छल्ली (भूट्टा) ; पापड़ शकरकंदी आदि भोजन को सीधा आग पर भून कर पकाया जाता है।

5. तलकर (Frying)— इस विधि में भोजन को गरम तेल में तलकर पकाया जाता है। जैसे पूरी, पकौड़े, समोसा और जलेबी आदि।

क्रिया-4 : बच्चे घर में अलग-अलग ढंग से पकाये जाते भोजन की सूची बनाए।

क्रम संख्या	भोजन का नाम	भोजन पकाने की विधि

भोजन पकाने के लिए बरतन

आमतौर पर लोग भोजन पकाने के लिए कई प्रकार के बरतनों का प्रयोग करते हैं। घरों में छोटे और ढाबे पर बड़े बरतनों का प्रयोग किया जाता है। पुराने समय में लोग मिट्टी के बरतनों का प्रयोग करते थे। पर दूध गरम करने के लिए और साग बनाने के लिए आज भी मिट्टी के बरतनों का प्रयोग किया जाता है। आजकल लोहे, एलमीनियम, तांबे, पीतल और स्टील के बरतनों का प्रयोग किया जाता है। इसके अलावा बिजली पर खाना बनाने के लिए नॉन स्टिक बरतनों का प्रयोग किया जाता है।

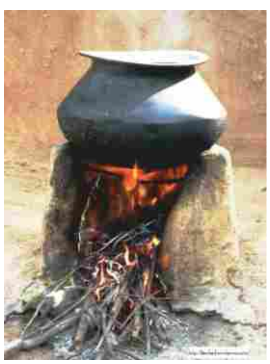
क्रिया-5 : अलग-अलग बरतनों के नीचे उनके नाम लिखो।

1. .... 2. .... 3. ....

4. ....   5. ....

चूल्हा और ईंधन— भोजन को पकाने के लिए कई प्रकार के चूल्हे और ईंधन का प्रयोग किया जाता है। गांव में भोजन पकाने के लिए मिट्टी के चूल्हे, तंदूर और अंगीठियों का प्रयोग किया जाता है। इनमें गोबर के उपले, लकड़ी और पत्थर के कोयले का प्रयोग किया जाता है। इस प्रकार भोजन पकाने पर बहुत धुआं निकलता है और वातावरण दूषित होता है। इसके धुएं से भोजन पकाने वाले को सांस की बीमारी हो सकती है। इसलिए आजकल गोबर गैस प्लांट का प्रयोग भोजन पकाने के लिए किया जाता है।

क्रिया-6 : अलग-अलग चूल्हों और ईंधनों के नाम लिखो।



1. ....   2. ....

3. ....   4. ....

5. ....   6. ....

7. ....   8. ....

शहरों में एल.पी.जी (L.P.G. तरल पैट्रोलियम गैस) सिलैण्डर पर चलने वाले चूल्हे और भट्ठी का प्रयोग किया जाता है। हलवाई मिठाई बनाने के लिए डीज़ल और मिट्टी के तेल से चलने वाली भट्ठी का प्रयोग करते हैं। सौर ऊर्जा से चलने वाले सोलर कुकर और बिजली से चलने वाले माईक्रोवेव, ओवन भी खाना बनाने के लिए प्रयोग किए जाते हैं।

मामा जी की बातें सुनकर हमें आज बहुत सी जानकारी प्राप्त हुई। हम सभी हंसते-खेलते घर वापस आ गये।

याद रखने योग्य बातें

- मनुष्य की जीवित रहने के लिए हवा, पानी, और भोजन की जरूरत है।
- भोजन में कार्बोहाइड्रेट, चर्बी, प्रोटीन, विटामिन और खनिज पदार्थ आदि जरूरी पोषक तत्व होते हैं।
- संतुलित खुराक में सभी पोषक तत्व मौजूद होते हैं।
- मनुष्य अपना भोजन पौधों और जीवों से प्राप्त करता है।
- हमारे घरों में प्रयोग किए जाने वाले सिलैण्डर में L.P.G या तरल पैट्रोलियम गैस होती है।

प्रश्न 3. सही (✓) या गलत (×) पहचाने।

1. गोबर के उपले जलने से धुआं पैदा नही होता। ☐
2. पुराने समय में मिट्टी के बरतन प्रयोग किए जाते थे। ☐
3. गोबर गैस पशुओं के गोबर से पैदा होती है। ☐

प्रश्न 4. आजकल घरों में कौन सी गैस के सिलैण्डर पर खाना पकाया जाता है।

....

प्रश्न 5. सूर्य की किरणों की गर्मी से काम करने वाले चूल्हे का क्या नाम है।

....

भोजन खाने से पहले और बाद में हाथों को साबुन से अच्छी तरह से धोना चाहिए।

*****

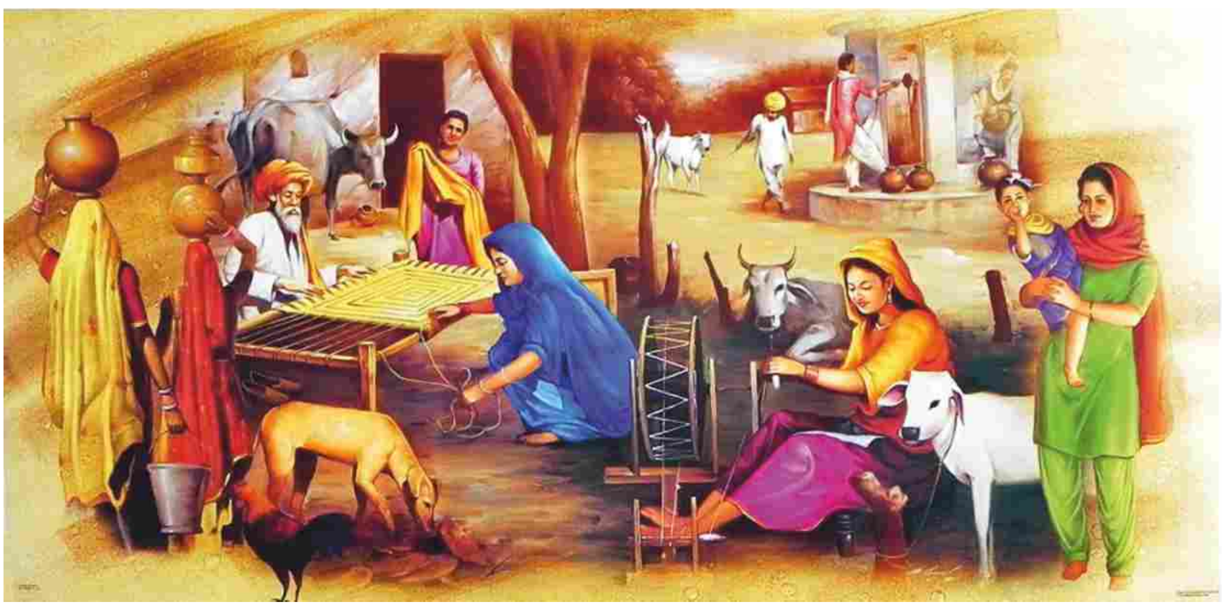
पाठ-10

परिवार और जानवर

नूरा के घर में उसका छोटा भाई, माता-पिता और दादा-दादी जी रहते हैं। उन्होंने घर में कुछ पालतू जानवर भी रखे हुए हैं।

उसके परिवार के सदस्य एक जैसा भोजन नही खाते हैं। वे सभी अपनी उम्र, काम और शारीरिक जरूरत के अनुसार ही भोजन खाते हैं।

उसके दादा और दादी बुजुर्ग है। उनकी उम्र ज्यादा होने के कारण खेती बाड़ी और पशुओं की देखभाल नहीं कर सकते। उनके दाँत भी नहीं है और बैठे रहने के कारण भोजन हज़म नही कर सकते इसलिए वह हल्का-फुल्का और कम मात्रा में ही भोजन खाते हैं। बीमार होने पर वह गाय का दूध और दलिया खाते हैं।



उसके भाई की आयु 6 महीने है। वह छोटा होने के कारण माँ का दूध ही पीता है। माँ के दूध में छोटे बच्चे के शरीर को बढ़ने-फूलने के लिए जरूरी पोषक तत्व मौजूद होते हैं। माँ का दूध बच्चों को सभी बीमारियों से बचाता है। उसके माता जी भाई के बड़ा होने पर उसको दूध के साथ-साथ केला, दलिया, दालें, सब्जियों का पानी और उबला हुआ अण्डा भी दिया करेंगे।

नूरा नाचती-कूदती (उछलती-कूदती) रहने के कारण सारा दिन कुछ न कुछ खाती रहती है। घर में पकने वाले भोजन के साथ-साथ वह बर्गर, पिज्ज़ा और बाज़ार के खाद्य पदार्थ खाने की भी शौकीन है। यह जंक फूंड खाने से कई बार बीमार और मोटे हो जाते हैं। उसकी माता जी उसको यह फास्ट-फूड खाने से मना करते हैं।

पिता जी सारा दिन खेत में खेती-बाड़ी का काम करते हैं। इसलिए वह पेट भर के भोजन खाते हैं। हरी सब्जियां, दालें, सूखे मेवे, दूध, दही, घी और मक्खन आदि उनकी दैनिक खुराक में शामिल होते हैं।

नूरा के माता जी सारा दिन घरेलू काम (घर का काम) करते हैं। वह उसके छोटे भाई को दूध भी पिलाते हैं। इसलिए वह दूध, पनीर, हरी सब्जियों वाला भोजन खाते हैं।

नूरा के माता जी और दादी जी मिल-जुल कर बहुत स्वादिष्ट और पौष्टिक खाना बनाते हैं। उनके घर में सबसे पहले दादा और दादी जी भोजन खाते हैं। नूरा दादा-दादी को खुशी-खुशी रोटी पकड़ाती और जूठे बरतन भी उठाती है। इस कारण उसके घर के सदस्य उसे बहुत प्यार करते हैं। उनके घर में अंत में नूरा और उसके माता-पिता इकट्ठे बैठ कर खाना खाते हैं। उसका भाई दूध पीकर जल्दी सो जाता है।

खाना तैयार करने के लिए उसके पिता जी सब्जियां, दालें, अनाज, खेतों में ही पैदा कर लेते हैं। वनस्पति घी, तेल, नमक और मसाले आदि बाजार से खरीद लेते हैं। दूध पालतू पशुओं से प्राप्त कर लेते हैं।

बच्चो! दूध एक संपूर्ण आहार है। अपने घर में सभी सदस्यों को दूध का महत्व जरूर बताएं।

प्रश्न 1. रिक्त स्थान भरे :-

(माता जी, मोटापा, अलग-अलग, दूध, खरीद)

1. .... एक संपूर्ण आहार है।
2. हमारे परिवार के सभी सदस्य .... तरह का भोजन पसंद करते हैं।
3. कुछ खाद्य पदार्थ .... लाते हैं।
4. बर्गर और नूडल्ज खाने से .... हो जाता है।
5. हमारे घर में .... खाना पकाते हैं।

प्रश्न 2. **हल्का-फुल्का भोजन कौन सा होता है ?**

....

....

प्रश्न 3. **कौन-कौन से खाद्य पदार्थ हम बाजार से लेकर आते हैं ?**

....

....

प्रश्न 4. **नूरा के भाई को दूध के साथ-साथ उसके माता जी खाने को क्या देंगे ?**

....

....

पालतू पशुओं की देखभाल और भोजन

नूरा के घर में गाय, भैंस, कुत्ता, बकरी, मुर्गी, बैल और ऊंट पालतू जानवर भी रहते हैं। उसके पिता जी इन जानवरों से खेती के काम में भी मदद लेते हैं। माता जी पशुओं से दूध और मुर्गियों से अण्डे प्राप्त करते हैं। उसके पिता जी घोड़े रखने के भी शौकीन हैं। उनका डब्बू कुत्ता जानवरों और घर की रखवाली करता है। नूरा डब्बू को बहुत प्यार करती है। उसके माता और दादा जी इन जानवरों को बहुत प्यार करते हैं और नीचे लिखे अनुसार देखभाल करते हैं।

1. पालतू पशुओं को समय पर भोजन देते हैं।
2. उनको पानी पिलाते है और नहलाते हैं।
3. पशुओं को सर्दी और गर्मी से बचाने के लिए शैड के नीचे रखते हैं।
4. पशुओं के बीमार होने पर डाक्टर से इलाज करवाते हैं।
5. उनको जंगली जानवरों के काटने से बचाते हैं।

घर में पालतु जानवरों की देखभाल

नूरा के परिवार के सदस्यों की तरह आस-पास के जीव-जन्तु भी अलग-अलग भोजन खाते हैं। इनके निवास-स्थान भी अलग होते हैं।

1. बिल्ली और कुत्ता दूध पीते हैं और रोटी भी खा लेते हैं। यह कभी-कभी पक्षियों और चूहों को भी खा जाते हैं।

2. मुर्गियाँ दाने और छोटे-छोटे जीव-जन्तु खाती है।

3. बकरी और भेड़ें घास और वृक्षों के पत्ते खाती हैं।

4. मुर्गियां तबेले में, बकरियां और भेड़ बाड़े में, पशु छत्त के नीचे और घोड़ा तबेले में रहता है।

5. गाय, भैंस और बैल हरा चारा खाते हैं। घोड़ा चने और ऊँट खाने का भूसा (नीरा) खाता है।

जंगली जानवर और भोजन

मेढ़क, छिपकली, काक्ररोच और चूहे आदि रात को आते हैं। साँप, गिलहरी, चिड़िया और बाज जैसे जानवर भोजन की तलाश और छुपने के लिए घर में चुपके से आ जाते हैं। इनको हम पालतू नही बना सकते। शेर, चीता, अजगर, हाथी और हिरण आदि जानवर जंगल में रहते हैं। यह जंगली जानवर होते हैं। इनमें से कुछ जानवर घास खाते हैं और कुछ जानवरों का मांस खाते हैं। इनसे कई बार हमें और हमारे पालतु पशुओं को खतरा हो सकता है।

नीचे दिये गये चित्रों के नीचे जंगली जानवरों के नाम लिखो—

1. ....   2. ....

3. ....   4. ....

क्रिया-2 : आपके घर के अन्दर बाहर मिलते जानवरों की सूची बनाए

जन्तु का नाम	क्या खाता है ?	पालतू या जंगली है	दिन या रात को आता है

याद रखने योग्य बातें

- छोटे बच्चों के लिए दूध एक सम्पूर्ण आहार है।
- फास्ट फूड खाने से मोटापा आ जाता है।
- घर में रखे जाने वाले जानवरों को पालतू जानवर कहते हैं।
- जंगली जानवरों को घर में नही रखा जा सकता।

प्रश्न 5. सही (✓) या गलत (×) का चिह्न लगाएँ :-

(क) जानवरों को भोजन और पानी देना चाहिए। ☐

(ख) शेर एक पालतू जानवर है। ☐

(ग) कुत्ता एक वफादार जानवर है। ☐

(घ) ऊँट और बैल खेतों में किसान की सहायता भी करते हैं। ☐

(ङ) मुर्गियों से हमें ऊन मिलती है। ☐

प्रश्न 6. कुछ पालतू जानवरों के नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 7. कुछ जंगली जानवरों के नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 8. चूहा घर में क्या खाने आता है।

....

....

प्रश्न 9. साँप कभी-कभी हमारे घर में क्यों आ जाते हैं?

....

....

जानवरों को प्यार करना चाहिए। यदि आप किसी जानवर को तंग करोगे, तो वह भी आप को तंग करेगा। वह हमारे आस-पास को सुन्दर बनाते हैं। सोचो! कितना अच्छा होगा यदि पक्षी या जानवर आपका दोस्त बन जाए।

*****

पाठ-11

हमारा आवास

आज खेल-खेल में हमारी कक्षा के बच्चे मिट्टी के घर बना कर खुश हो रहे थे। उनके पास खड़े अध्यापक ने बच्चों से पूछा कि हमें घर बनाने की आवश्यकता क्यों पड़ती है ?

यह सुन कर किरण ने ऊँची आवाज में कहा, ''रहने के लिए।'' सभी बच्चों ने उत्तर सुनकर ताली बजाई।

अध्यापक — ''बेटा, घर हमें रहने के साथ-साथ गर्मी, सर्दी, बारिश, अंधेरी, जंगली जानवरों से भी बचाते है। घर में हम अपने परिवार के साथ मिल-जुल कर इकट्ठे रहते है। इकट्ठे रहने से हम किसी भी मुश्किल को हल कर सकते है।'' अध्यापक जी ने कहा।

रिंकू – ''अध्यापक जी! जब घर नही होते थे तब लोग कहाँ रहते थे?''

अध्यापक — ''बेटा जी, शुरू-शुरू में मनुष्य जंगलो में रहता था। फिर बारिश, अंधेरी, गर्मी, सर्दी और जंगली जानवरों से बचने के लिए गुफाओं में रहने लगा। धीरे-धीरे वह घर बनाकर रहने लगा।''

करमन — ''अध्यापक जी, संदीप के घर को अंधेरी और बारिश ने गिरा दिया था''

अध्यापक — ''संदीप का घर कच्चा था। जिस कारण अंधेरी और बारिश ने गिरा दिया था।'' बच्चों! घर कई किस्म के होते हैं।

कच्चा घर

कच्चा घर लकड़ी, मिट्टी, घास-फूस आदि से बनाया जाता है। कच्चे घर ठण्डे और हवादार होते है। घर की औरतें उनके मिट्टी से लीप-पोत कर रखती है।

पक्का घर

ये ईट, सीमेंट, पत्थर और लोहे से बनता है। इसमें खिड़कियाँ, दरवाजे और रोशनदान बने होते हैं।''

1. .... 2. ....

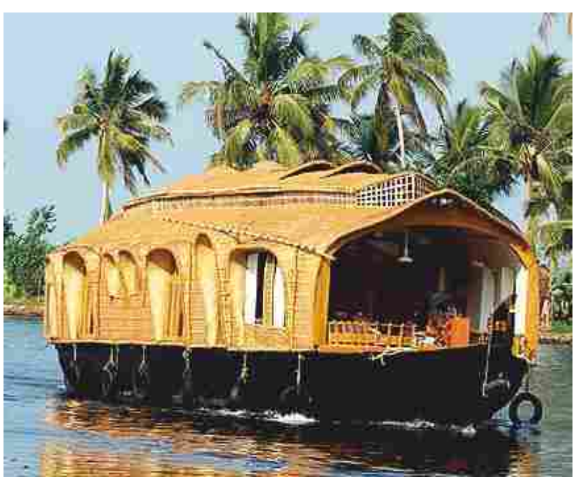
चित्रों के नीचे घर की किस्म लिखो

प्रश्न 1. घर किस काम आता है ?

....

अस्थाई घर

यह कपड़े, बाँस और लकड़ी के बने होते हैं। यह टैंट, कारवाँ और हॉऊसबोट के रूप में भी हो सकते है। गाड़ी वालों का घर कारवाँ रूपी होता है। हॉऊसबोट एक किश्ती रूपी घर है जो पानी के ऊपर तैरता है। देश के सिपाही कैंप में टैंट के घर बना कर रहते हैं।



1. .... 2. ....

3. .... 4. ....

चित्रों के नीचे उनकी किस्म लिखें

''अध्यापक जी! कल टी.वी. में एक प्रोग्राम में टेढ़ी छतो वाले घर भी दिखाए गये थे। हमारे घर ऐसे क्यों नही होते'' प्रीती ने पूछा।

''बेटा, टेढ़ी छते या ढलानदार छतों वाले घर पहाड़ी क्षेत्रों में होते है। इन क्षेत्रों में बर्फ बहुत पड़ती है। ढलानदार छते होने के कारण बर्फ छतों पर जमा नही होती। यह जल्दी नीचे खिसक जाती है। क्योंकि हम मैदानी इलाकों में रहते हैं, यहाँ बर्फ नही पड़ती, यहाँ सिर्फ बारिश पड़ती है इसलिए हमारे घरों की छत ढलानदार ना होकर सीधी होती है।'' अध्यापक ने कहा।

क्रिया-1 : भिन्न-भिन्न किस्मों के घरों के लिए इकट्ठा करके उन्हें चार्ट पर चिपकायें।

प्रश्न 2. अस्थाई घर किन चीजों से बने होते हैं ?

....

....

प्रश्न 3. पहाड़ों पर कैसे घर होते हैं ?

....

....

क्रिया-2 : अपने-अपने घर की खिड़कियों, दरवाजें, रोशनदानों की संख्या (गिनती) नोट करके लाए।

बच्चों! जिस घर में हम रहते हैं वह साफ-सुथरा होना चाहिए। इसलिए ज़रूरी है कि घर की

हर चीज़ सही जगह पर रखे। कूड़ा-कर्कट फैंकने के लिए कूड़ेदान का प्रयोग करो। घर को सजाने के लिए तस्वीर, फूल, पत्तियों और लड़ियों आदि का प्रयोग कर सकते हैं। त्योहारों और विशेष अवसरों पर गुब्बारों से भी सजा सकते हैं। फ़र्श पर अलग-अलग रंगो से डिज़ाइन बनाये जा सकते हैं। इस तरह के डिज़ाइन को **रंगोली** कहते हैं।

गुब्बारों से सजावट

फूलों से सजावट

रंगोली

रंग-बिरंगे कागजों से सजावट

लवली : अध्यापक जी! मेरे माता जी सुबह-सुबह उठकर घर में झाड़ू और पोंचा लगाकर साफ करते है। मेरे पिता जी भी उनकी इस काम में मदद करते हैं। रविवार को हम सभी मिल-जुल कर घर की हर वस्तु को साफ करके सही जगह पर रखते है। मेज पर फूल और पत्तियों से गुलदस्ता बना कर रखते है। हम घर का कूड़ा-कर्कट एक कूड़ेदान में डालते हैं।

मेरी दोस्त निशा का घर भी हमारे घर के पास है। वह राजस्थान के रहने वाला है। वह फ़र्श पर

अलग-अलग रगों से रंगोली बनाते हैं। उसके भाई के जन्मदिन पर उन्होंने गुब्बारों और रंग बिरंगे कागज़ की लड़ियों से घर को सजाया था।

क्रिया-3 : अलग-अलग अवसर पर घरों की सजावट के लिए प्रयोग किए जाने वाले सामान की सूची बनाओ।

अध्यापक जी - "क्या हमारे घर में परिवार के सदस्यों के इलावा कोई और भी रहता है ?"

बंटी - "अध्यापक जी, घर में मेरे साथ मेरा कुत्ता भी रहता है। यह मेरा दोस्त है और मैं उसके साथ बहुत खेलता हूँ।"

अध्यापक - "बेटा! गाय, भैंस, कुत्ता, बैल, ऊँट, मुर्गी और बकरी जैसे जानवर भी हमारे साथ रहते हैं। हम परिवार के अन्य सदस्यों की तरह इनकी देखभाल करते है। यह सब पालतू जानवर हैं। चूहे जैसे जानवर बिल बना कर घर में रहते हैं जो रात को भोजन खाने के लिए बाहर निकलते हैं। काकरोच, चमगादड़ और ऊल्लू और जानवर केवल रात में ही दिखाई देते है। ये पालतू नही हैं।"

याद रखने योग्य बातें

- घर हमे गर्मी, सर्दी, वर्षा, तूफान, जंगली जानवरों से बचाता है।
- घर कई प्रकार के होते हैं : पक्का घर, कच्चा घर, अस्थाई घर।
- पक्के घर के लिए ईंट, सीमेंट, लोहा, पत्थर, आदि सामग्री का प्रयोग होता है।
- कच्चे घर के लिए गारे, घास-फूस और लकड़ी की सामग्री का प्रयोग होता है।
- एक अच्छा घर साफ-सुथरा और हवादार होता है।
- कूड़ा-कर्कट हमेशा कूड़ेदान में फैंकना चाहिए।

प्रश्न 4. आप किस किस्म के घर में रहते हो ?

....

....

प्रश्न 5. क्या आपके घर में कोई पालतू जानवर रहता है ? अगर रहता है तो उसका नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 6. रिक्त स्थान भरो :-

(खिड़कियाँ, गारे, साफ-सुथरा, घर, जंगलों)

(क) हम जहां पर रहते है उसको .... कहते है।

(ख) आरम्भ में मनुष्य .... में रहता था।

(ग) घरों में .... और रोशनदान जरूर होने चाहिए।

(घ) हमारा घर .... होना चाहिए।

(ङ) कच्चा घर मिट्टी और .... से बना होता है।

प्रश्न 7. सही उत्तर पर (✓) का निशान लगाए :-

(क) एक अच्छा घर होता है :

साफ-सुथरा और हवादार ☐

गन्दा और बन्द ☐

बहुत बड़ा ☐

(ख) कच्चा घर बनाया जाता है :

ईट, सीमेंट, रेत आदि ☐

घास-फूस, गारा और लकड़ी आदि ☐

कपड़े बांस आदि ☐

(ग) गाड़ी वालों के घर होते हैं :

पक्के घर ☐

कच्चे घर ☐

अस्थाई घर ☐

(घ) कूड़ा कर्कट फैंकना चाहिए :

आंगन में ☐ कूड़ेदान में ☐ गली में ☐

(ङ) घर बनाने वाले को कहते हैं :

डॉक्टर ☐ मिस्त्री ☐ वकील ☐

प्रश्न 8. नीचे लिखे कथनों पर सही (✓) गलत (✕) का निशान लगाओ :-

1. पक्का घर घास-फूस का बना होता है। ☐
2. कच्चे घर ठण्डे होते हैं। ☐
3. सिपाही कैंप लगाते समय पक्के घरों में रहते हैं। ☐
4. हॉऊसबोट पानी के ऊपर तैरने वाला घर होता है। ☐
5. घर बनाने में कई लोग हमारी मदद करते हैं। ☐

प्रश्न 9. मिलान करो

जानवर	**रहने का स्थान**
शेर	बिल
चूहा	गुफा
घोड़ा	बाड़ा
मछली	अस्तबल
भैंस	पानी

*****

पाठ–12

हमारा आस-पड़ोस

लवली के घर के पास एक पार्क है। उसने अपने दोस्त हरमन को वहाँ खेलने के लिए बुलाया परन्तु हरमन उसका घर नही जानता था। हरमन ने अपने पिता जी से फोन पर लवली की बात करवाई। हरमन के पिता जी ने पूछा, ''लवली! आपके घर के पड़ोस में क्या-क्या पड़ता है ?'' लवली ने हैरान हो के पूछा, ''अंकल जी, यह पड़ोस क्या होता है ?''

हरमन के पिता जी ने समझाया, ''बेटा, हम अपने परिवार सहित घर में रहते हैं। बहुत सारे परिवार हमारे घर के आस-पास रहते हैं। यह परिवार हमारे पड़ोसी है। हमारे घर के नजदीक और इमारतें जैसे:- अस्पताल, स्कूल, डाकखाना, बाजार और बस-स्टैंड आदि।

लवली ने कहा ''अंकल जी, मैं समझ गया। हमारे घर के पास पार्क, अस्पताल, बाजार, और डाकखाना है।''

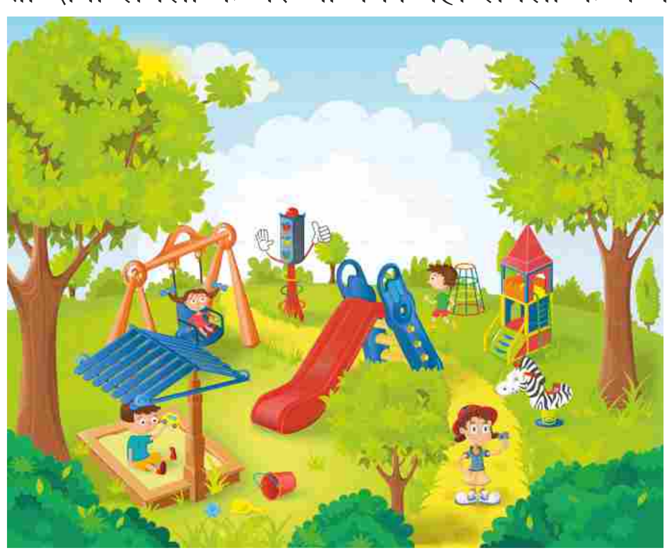
प्रश्न 1. पड़ोस क्या होता है ?

....

....

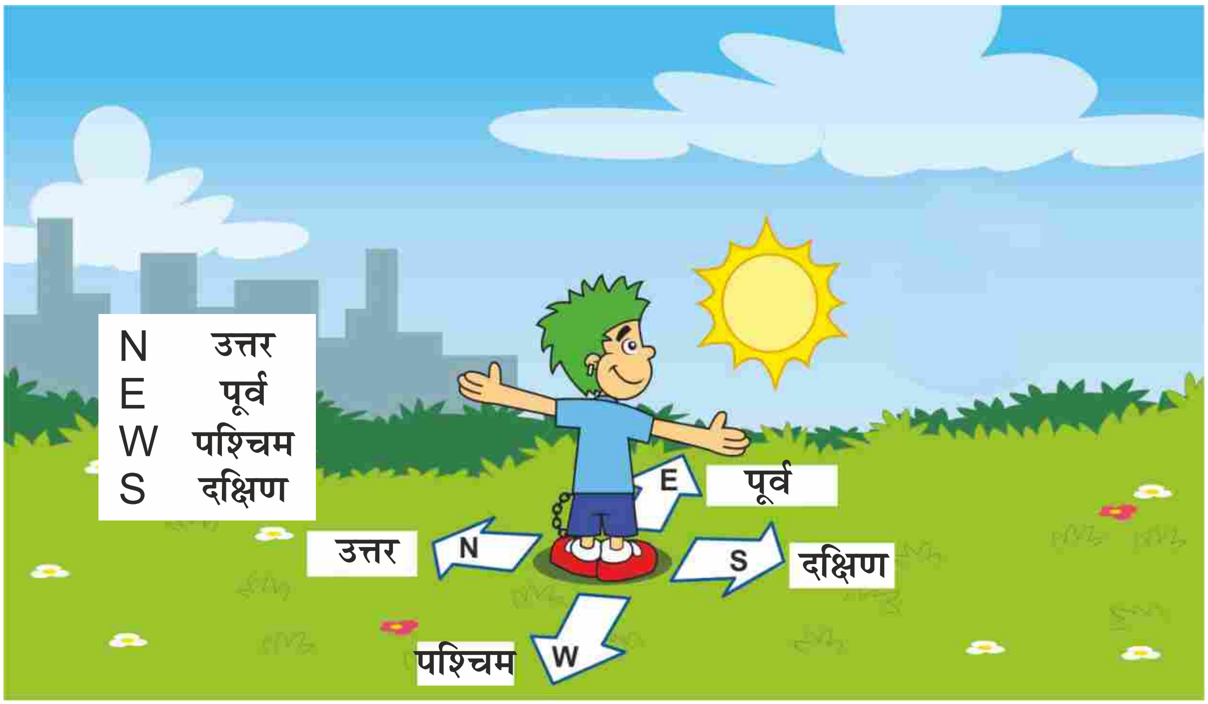
क्रिया-1 : विद्यार्थियों को अपने घर के पड़ोस में मौजूद स्थानों की सूची बना कर लाने के लिए कहा जाये।

हरमन को पार्क में पहुंचने के लिए 15 मिनट लगे। हरमन को देख कर लवली बहुत खुश हुआ। काफी समय तक खेल कर दोनों थक गये तो दोनों लवली के घर आ गये। वहाँ लवली के मम्मी (माता जी) उसके भाई और बेटी को पढ़ा रही थी। लवली और हरमन भी सुनने लग गये। ''बंटी! अगर हमने एक जगह से दूसरी जगह पर जाना है तो नक्शे में दिशाओं की सहायता से हम रास्ता ढूँढ लेते हैं।'' मम्मी ने समझाया।



हरमन ने पूछा, ''दिशाओं का पता कैसे चलता है ?'' लवली की मम्मी बोली, ''बच्चों! चार दिशाएं होती है- उत्तर,

दक्षिण, पूर्व, पश्चिम। सूर्य हमें दिशाओं का सही निर्देश देता है।'' ''वह कैसे मम्मी जी ?'' बंटी ने पूछा। ''बच्चों ! उगते सूर्य के सामने मुँह करके खड़े हो जाओ। तुम्हारे सामने पूर्व दिशा, पीछे पश्चिम दिशा, बाएँ उत्तर दिशा और दाएँ दक्षिण दिशा होगी। हम मानचित्र (नक्शे) पर दिशाओं द्वारा कुछ भी दिखा सकते है।'' भारत के मानचित्र (नक्शे) के ऊपर की तरफ उत्तर, नीचे की तरफ दक्षिण, दाई तरफ पूर्व और बाई तरफ पश्चिम होता है।

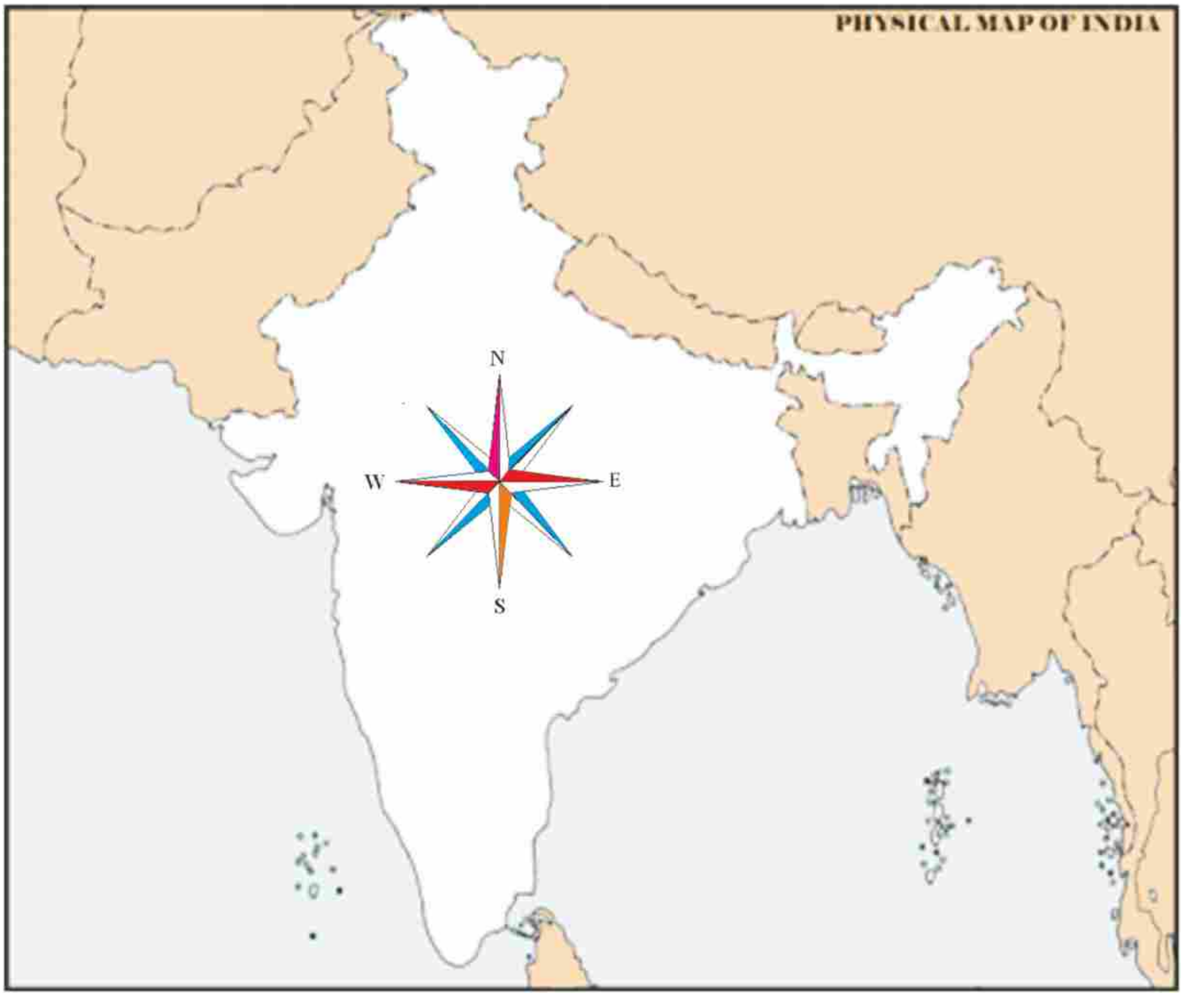


प्रश्न 2. दिशाएँ कितनी होती है। इनके नाम लिखो ?

....

....

''क्या मानचित्र (नक्शे) के द्वारा हम अपना गांव/शहर भी खोज सकते हैं ?'' हरमन ने पूछा। ''हां ! बेटा जी, हम अपना गांव/शहर ही नही, अपने पड़ोसी गांव/शहर, तहसील, राज्य भी पता कर सकते हैं।'' बंटी की मम्मी ने समझाया। ''मम्मी जी ! पड़ोसी गाँव तो समझ गया, पर यह तहसील, राज्य क्या है ?'' लवली ने पूछा। ''कई गाँवो को मिलाकर तहसील बनती है। कई तहसील को मिला कर एक ज़िला बनता है। सभी ज़िले मिलाकर एक राज्य बनाते हैं और सभी राज्य मिलाकर एक देश बनाते हैं।'' मम्मी ने समझाया।



भारत का मानचित्र (नक्शा)

रेखा चित्र

गाँव ⟶ तहसील ⟶ ज़िला ⟶ राज्य ⟶ देश

प्रश्न 3. रिक्त स्थान भरो :-

क. हमारे गाँव का नाम .... है।

ख. हमारी तहसील का नाम .... है।

ग. हमारे ज़िले का नाम .... है।

घ. हमारे राज्य का नाम .... है।

ङ. हमारे राज्य की राजधानी .... है।

च. हमारे देश का नाम .... है।

छ. हमारे देश की राजधानी .... है।

क्रिया-2 : अपने गाँव के साथ लगते पड़ोसी गाँव या शहर की सूची बना कर लाएँ।

क्रिया-3 : स्कूल की चारों दिशाओं में क्या-क्या बना है। इसकी भी सूची बनाओ।

हरमन को लवली का घर बहुत पसन्द आया। ''आंटी जी आपके घर में बहुत सफाई है। काश! हमारा घर भी यहाँ पर होता'' हरमन ने कहा। ''बेटा, हमें अपना घर और आस-पास साफ रखना चाहिए। इससे आस-पास सुन्दर तो लगता ही है, साफ वातावरण हमें कई बीमारियों से भी बचाता है। मम्मी ने समझाया।

क्रिया-4 : स्कूल में साफ-सफाई रखने की आदत का विकास करने के लिए टीमें बना कर जिम्मेदारी सौंपी जाये।

याद रखने योग्य बातें

- हमारे घर के आस-पास हमारी जरूरतों से संबंधित सेवाएं हमारा आस-पड़ोस है।
- दिशाएं चार होती है-उत्तर दिशा, दक्षिण दिशा, पूर्व दिशा और पश्चिम दिशा।
- सूर्य हमेशा पूर्व दिशा से निकलता है और पश्चिम दिशा में अस्त होता है।
- हमें अपना आस-पड़ोस साफ रखना चाहिए।

प्रश्न 4. नीचे लिखे उत्तर के सामने (✓) का निशान लगाओ :-

क. दिशाएं कितनी होती हैं-

2 ☐ 4 ☐ 5 ☐

ख. सूर्य किस दिशा से निकलता है ?

उत्तर ☐ दक्षिण ☐ पूर्व ☐

ग. नक्शे के ऊपर की ओर कौन सी दिशा है।

पूर्व ☐ उत्तर ☐ पश्चिम ☐

घ. किन को मिलाकर तहसील बनती है ?

गाँवों को ☐ शहरो को ☐ दोनों को ☐

ङ. आस–पड़ोस साफ रखने से हम क्या रहते हैं ?

तंदरुस्त ☐ बीमार ☐ उदास ☐

प्रश्न 5. सही कथन पर (✓) और गलत कथन पर (×) का निशान लगाओ :–

1. सूर्य हमें दिशाओं के बारे में बताता है। ☐
2. कई ज़िलों को मिलाकर तहसील बनती है। ☐
3. हमें अपने आस–पड़ोस की सफाई रखनी चाहिए। ☐
4. सूरज दक्षिण दिशा से निकलता है। ☐
5. पड़ोस हमारे घर से बहुत दूर होता है। ☐

प्रश्न 6. दिशाओं के नाम लिखो।

....

....

....

प्रश्न 7. खाली स्थान भरो :-

(ज़िलों, पश्चिम, साफ-सुथरा, परिवार, राज्य)

1. बहुत सारे .... हमारे घर के नजदीक रहते है।
2. कई .... को मिलाकर देश बनता है।
3. कई .... को मिलाकर राज्य बनता है।
4. हमें अपने घर को .... रखना चाहिए।
5. सूरज .... दिशा में छिपता है।

प्रश्न 8. सही मिलान करो :-

भारत	राज्य
पंजाब	ज़िला
पटियाला	देश

प्रश्न 9. मिलान करो :-

डाकखाना	सुरक्षा
अस्पताल	चिट्ठी-पत्र
स्कूल	इलाज
पुलिस स्टेशन	शिक्षा
बैंक	गाँव के
पंचायत घर	पैसे का लेन-देन

*****

पाठ–13

पानी जीवन का आधार

आज स्कूल की सुबह की सभा में बहुत गर्मी थी। इसलिए सभा के बाद कक्षा में आते ही सुरेन्द्र ने अध्यापक से पूछा, ''मैं पानी पीने के लिए जा सकता हूँ जी?'' अध्यापक ने उसे जाने की आज्ञा देते हुए कहा, ''बेटा, आज गर्मी बहुत है इसलिए जिस बच्चे ने भी पानी पीना है, वह पानी पीने के लिए जा सकता है।'' बहुत सारे बच्चे पानी पानी के लिए चले गए।

क्या कोई बता सकता है कि हम पानी क्यों पीते हैं?'' ''जी! हमें प्यास लगती है।'' बच्चों का उतर था। ''और अगर हमें प्यास लगने पर पानी न मिले फिर ? अध्यापक का दूसरा प्रश्न था। ''फिर तो हम प्यास से मर ही जाएँगे।'' रजनी बोली।

जल ही जीवन है

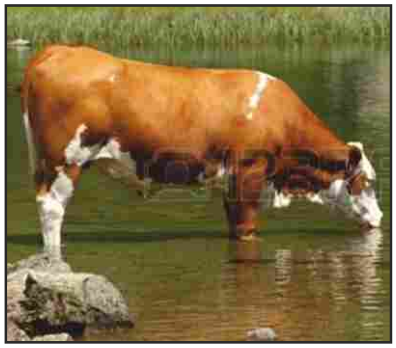
अध्यापक, प्यारे बच्चो। इसलिए तो हम कहते हैं जल ही जीवन है अर्थात् पानी ही इस धरती पर जीवन का आधार है। पानी के बिना हम जीवित नही रह सकते।

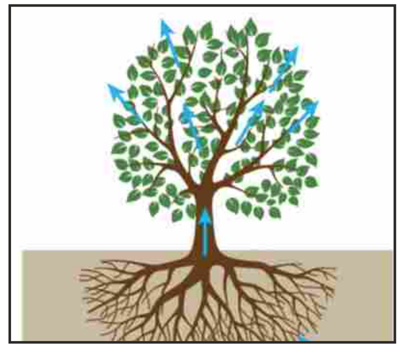
हमारे शरीर में ज्यादा भाग पानी ही है। मनुष्य के अलावा जीव–जन्तुओं के लिए भी पानी बहुत ज़रूरी है। कोई भी जीव–जन्तु पानी के बिना जीवित नही रह सकता। आपने अपने घर में पालतू पशु रखे होगें, जिनको समय–समय पर पानी पिलाया जाता है। भैंसे और गायें कई–कई बाल्टियां पानी एक बार में ही पी जाती हैं। जबकि कुत्ते और बिल्लियों जैसे छोटे जानवरों को हम कटोरी/कटोरों में पानी पिलाते है। जंगली जानवर जंगल में ही किसी तालाब या नदी में पानी पी लेते हैं। कई जीव–जन्तु तो रहते ही पानी में हैं। जिनके विषय में हम अगली कक्षा में पढ़ेंगे। इसके इलावा पौधों और वनस्पति के लिए भी पानी ज़रूरी है। पौधे पानी के बिना फल–फूल नही सकते। पौधे अपनी जड़ो से धरती में से पानी चूसते हैं; इसलिए हमें समय–समय पर पौधों तथा खेतों को पानी देना पड़ता है।

क्रिया-1 नोट करो कि आप रोजाना कितने गिलास पानी पीते हैं ?

अध्यापक के लिए— बच्चों को बताए कि हमें रोज कितना पानी पीना चाहिए।

खेतों में फसलों को भी समय-समय पर पानी की जरूरत पड़ती है। आपने देखा होगा कि खेतों





में ट्यूबवैल के द्वारा फसलों को पानी दिया जाता है। इसका अर्थ है कि अगर पानी न हो तो फसलें भी नही होगी और न ही अनाज पैदा होगा जिससे हमारा भोजन बनता है। इसलिए पानी के बिना हमें अनाज भी नही मिल सकता।

सोचो ! अगर हमें पानी न मिले तो क्या होगा ?

रोजाना जीवन में पानी का प्रयोग

ब्रश करना

नहाना

कपड़े धोना

खाना पकाना

बर्तन धोना

सफाई करना

खेतों को पानी देना

बगीचे को पानी देना

हम रोज़ाना जीवन में पानी का प्रयोग बहुत सारे कामों के लिए करते हैं। बच्चों! क्या उपरोक्त चित्र को देखकर आप बता सकते हो कि पानी का प्रयोग हम कौन-कौन से कार्य के लिए करते हैं ? इन कामो की सूची बनाओ :

पानी के प्रयोग की सूची	
1.	6. ....
2.	7. ....
3.	8. ....
4.	9. ....
5.	10. ....

इन कामों के अलावा कई फैक्टरियों, कारखानों में भी पानी का बहुत प्रयोग होता है।

याद रखने योग्य बातें

- पानी ही इस धरती पर जीवन का आधार है।
- पानी के बिना मनुष्य, जीव-जन्तु और पेड़-पौधे भी जीवित नही रह सकते।
- पानी के बिना फसले भी पैदा नही हो सकती।
- पानी रोजाना जीवन में हमारे कई काम आता है।
- पानी का प्रयोग कई कारखानों में भी किया जाता है।
- पानी से बिजली पैदा की जाती है।

प्रश्न 1. रिक्त स्थान भरो :-

(प्यास, पानी, जीवन, जीवित, बिजली)

क. पानी ही .... है।

ख. पानी ही हमारी .... बुझाता है।

ग. पानी के बिना हम .... नही रह सकते।

घ. पानी से ही .... भी पैदा की जाती है।

ङ. हमारे शरीर में ज्यादा भाग .... ही है।

प्रश्न 2. सही उत्तर पर (✓) का निशान लगाओ :-

क. प्यास लगने पर सब से पहले हम क्या पीते है ?

दूध ☐ चाय ☐ पानी ☐

ख. पौधे धरती के नीचे से पानी कैसे चूसते हैं ?

जड़ों द्वारा ☐ पत्तों द्वारा ☐ शाखाओं द्वारा ☐

ग. ट्यूबवैल द्वारा पानी कहाँ दिया जाता है ?

खेतों में ☐ घरों में ☐ जंगलों में ☐

घ. बिजली पैदा करने के लिए नदियों के ऊपर क्या बनाये जाते है ?

कारखाने ☐ डैम ☐ बिजली घर ☐

ङ. पानी की जरूरत किसे है ?

मनुष्य को ☐ जीव-जन्तुओं को ☐ सभी को ☐

प्रश्न 3. सभी कथन पर (✓) गलत कथन पर (×) का निशान लगाओ :-

क. पौधों को पानी की कोई जरूरत नही। ☐

ख. जंगली-जानवर पानी के बिना भी रह सकते है। ☐

ग. पानी भोजन को पचाने में हमारी सहायता करता है। ☐

संक्षेप में उत्तर दें :-

प्रश्न 4. जंगली जानवर पानी कहाँ पीते हैं ?

....

....

प्रश्न 5. भैंसे और गायें एक बार में कितना पानी पीती हैं ?

....

....

प्रश्न 6. पानी क्यों ज़रूरी है ?

....

....

ज़रा सोचो :- अगर इस धरती पर पानी नही होगा तो क्या होगा ? इसकी कल्पना करने में (अध्यापक बच्चों की सहायता करेगा)

*****

पाठ-14

पानी के स्त्रोत (स्त्रोत)

अगले दिन सुबह की सभा के बाद अध्यापक ने फिर पानी के बारे में चर्चा शुरू की।

''प्यारे बच्चो! पानी जीवन का आधार है। पानी के बिना जीवन संभव ही नही है। परन्तु क्या आप को मालूम है कि पानी आखिर आता कहाँ से है? उसका स्रोत क्या है ?

हरमन—''हमारे घर में पानी नल द्वारा आता है।''

अध्यापक—''परन्तु नल में पानी कहाँ से आता है?''

जसलीन—''वह तो अध्यापक जी बड़ी टैंकी में से आता है?'' जसलीन ने कहा।

अध्यापक—''हाँ, हाँ, बच्चो। बिल्कुल ठीक। उसको 'हम वाटर वर्कस' कहते है, पर वाटर वर्कस में पानी कहाँ से आता है?''

बच्चों को चुप देखकर अध्यापक ने समझाया, ''वाटर वर्कस में पानी नहरों से या धरती के नीचे से (नलकूप) ट्यूबवैल के द्वारा निकाला जाता है। परन्तु नहरों में और धरती के नीचे पानी कहां से आता है?'' बच्चों को एक बार फिर चुप देख कर अध्यापक ने कहा, ''बच्चो! धरती के नीचे और नहरों में पानी होता है, वह असल में वर्षा का पानी होता है। इसलिए वर्षा ही धरती के पानी को मुख्य स्रोत है।''

प्रश्न 1. धरती के नीचे से पानी कैसे निकाला जाता है ?

....

....

वर्षा

''प्यारे बच्चो! वर्षा होती आप सभी ने देखी होगी। वर्षा का पानी बहता हुआ नदियों, नालों, दरिया, तालाब, छप्पर का रूप ले लेता है।''

प्रश्न 2. धरती पर पानी का मुख्य स्रोत क्या है ?

....

....

बर्फवारी

जब पहाड़ी, ठण्डे क्षेत्रों में बादलों से पानी की बूंदे गिरती हैं तो वे पानी की बूंदें जम जाती हैं और बर्फ बन के गिरती है। बर्फ पहाड़ों की चोटी पर जम जाती है। गर्मियों में यह बर्फ पिघल कर पानी के रूप में नदियों, नालों और दरियाओं के द्वारा समुद्र तक पहुंचती है।

नदियाँ/दरिया— वर्षा या बर्फबारी का पिघला हुआ पानी जब पहाड़ों से झरनों के रूप में नीचे की ओर बहता है तो अपना रास्ता मैदानों में अपने आप ही बना लेता है। इसको नदी या दरिया कहते है। **गंगा, यमुना, सतलुज, ब्यास आदि उत्तरी भारत की प्रमुख नदियां हैं**। सतलुज, व्यास और रावी नदियां/दरिया पंजाब में से निकलते हैं।

प्रश्न 3. पंजाब में से कौन-कौन से नदियां या दरिया निकलते हैं ?

....

....

नहरें/नाले— नहरे या नाले नदियों के रूप में दूर-दूर के क्षेत्रों में पानी पहुंचाने के लिए बनाए जाते हैं। इनका मुख्य उद्देश्य सिंचाई और पीने के पानी की जरूरतों को पूरा करना होता है। जैसेः भाखड़ा नहर।

गड्ढे/तालाब— यह गाँवो/शहरों के वे निचले क्षेत्र होते हैं जहाँ वर्षा का पानी इक्ट्ठा किया जाता है। इसका प्रयोग कई क्षेत्रों में सिंचाई के लिए भी किया जाता है और कई स्थानों पर तालाब बना कर मछली भी पाली जाती है।

इन्द्रधनुष — हम आसमान में सात रंगों से बना हुआ एक अर्ध चक्र देखते है। इसको इन्द्रधनुष भी कहा जाता है। इन्द्रधनुष वर्षा होने के बाद सूर्य से विपरीत दिशा में बनता है।

अध्यापक के लिए— बच्चों को इन्द्रधनुष के सात रंगों (VIBGYOR) की सही पहचान और ढंग से अवगत करवाया जाए।

प्रश्न 4. इन्द्रधनुष में कितने रंग होते हैं ?

....

....

धरती के नीचे का पानी (भू-जल)— हमने यह पहले ही पढ़ लिया है कि वर्षा का पानी धरती के नीचे चला जाता है जिसको हम भू-जल या धरती के नीचे का पानी कहते हैं। इसको धरती के नीचे से तालाबों, नलकों या जलकूपों के द्वारा निकाला जाता है। भू-जल को धरती के नीचे जमा होने में हजारों साल लग जाते हैं। इसलिए इसका प्रयोग ध्यान से करना चाहिए।

प्रश्न 5. पानी का प्रयोग ध्यान से क्यों करना चाहिए ?

....

....

पानी की कमी— आजकल हम पानी का बहुत दुरुपयोग कर रहे हैं। इस कारण धरती के नीचे का पानी का स्तर लगातार नीचे की तरफ जा रहा है। घरों और फैक्ट्रियों, कारखानों का गन्दा पानी नदियों (दरियाओं) के साफ पानी में मिल रहा है। इससे पीने वाले साफ पानी की कमी हो रही है। हम सबको पानी का दुरुपयोग नही करना चाहिए। हमें अपने दोस्तों के साथ मिलकर पानी की कमी और दुरुपयोग के बारे में लोगों को जागृत करना चाहिए।

अध्यापक के लिए— ऐसी गतिविधियों की सूची बनाने में विद्यार्थियों की सहायता करें जिस से पानी का दुरुप्रयोग होता है।

याद रखने योग्य बातें

- धरती के ऊपर पानी के अनेक स्रोत हैं।
- पानी का मुख्य स्रोत वर्षा है।
- धरती के नीचे का पानी भी वर्षा का पानी ही होता है।
- बर्फवारी भी वर्षा का ही एक रूप है।
- इन्द्रधनुष वर्षा होने के बाद बनता है।
- घर तथा गाड़ियों को धोने से भी पानी का दुरुपयोग होता है।

प्रश्न 6. रिक्त स्थान भरो :-

(वाटर-वर्कस, मछली, वर्षा, समुद्र, सात)

क. धरती के ऊपर पानी का मुख्य स्रोत .... है।

ख. हमारे घर के नल में पानी .... से आता है।

ग. इन्द्रधनुष में .... रंग होते हैं।

घ. दरिया अंत में .... में मिल जाता है।

ङ. तालाबों में .... भी पाली जाती है।

प्रश्न 7. सही कथन पर (✓) और गलत कथन पर (×) का निशान लगाओ :-

क. सतलुज दरिया पंजाब में से निकला है। ☐

ख. इन्द्रधनुष वर्षा से पहले बनता है। ☐

ग. धरती के नीचे वर्षा का पानी ही होता है। ☐

घ. भू-जल का प्रयोग ध्यान से करना चाहिए। ☐

ङ. इन्द्रधनुष सूर्य की तरफ देखने पर दिखाई देता है। ☐

प्रश्न 8. सही उत्तर पर (✓) का निशान लगाओ :-

क. काली ईटें काले रोड़, ... करा दे जोरो जोर।

फूल ☐ वर्षा (बारिश) ☐ बर्फ ☐

ख. इन्द्रधनुषी झूले में इनमें से कौन सा रंग होता है ?

लाल ☐ पीला ☐ गुलाबी ☐

ग. उत्तरी भारत की मुख्य नदी कौन सी है ?

गंगा ☐ कृष्णा ☐ नर्मदा ☐

घ. धरती के नीचे पानी इकट्ठा होने में कितने साल लगते है ?

10 साल ☐ 100 साल ☐ हज़ारो साल ☐

ङ. कौन सा दरिया पंजाब में से नहीं निकलता ?

यमुना ☐ रावी ☐ ब्नास ☐

प्रश्न 9. इन्द्रधनुष बना कर सही ढंग से रंग भरो :-

*****

इकाई–15

श्री अमृतसर साहिब की यात्रा

सुखविन्द्र तथा अमन सरकारी प्राइमरी स्कूल, फेज–3 बी–1 अजीतगढ़ (मोहाली) के विद्यार्थी हैं। उनकी अध्यापिका श्रीमती रिश्मा शर्मा ने बताया कि उनकी कक्षा को श्री अमृतसर साहिब की यात्रा पर लेकर जाया जायेगा। अमन बहुत खुश था। परन्तु उसे इस बात का दुःख था कि उसका सबसे गहरा मित्र सुखविन्द्र साथ नही जा रहा था। क्योंकि उसे दो दिन से बुखार था तथा डॉक्टरों ने उसे आराम करने की सलाह दी थी। अमन ने सुखविन्द्र से वायदा किया कि वह चिन्ता न करे वह उसे वापिस आकर यात्रा सम्बन्धी सारी बातें बतायेगा। अमन अपनी कक्षा के साथ यात्रा पर चला गया। यात्रा से वापिस आ कर वह सुखविन्द्र के घर आया। सुखविन्द्र अमन से श्री अमृतसर साहिब के बारे में जानने को बहुत उत्सुक था।

सुखविन्द्र — अमन, तुम वापस कब आए ?

अमन — हम कल दोपहर के बाद वापस आए।

सुखविन्द्र — अमृतसर तो बहुत दूर है। वहां जाने के लिए तुमने कौन से साधन का प्रयोग किया ?

अमन — अजीतगढ़ (मोहाली) से अमृतसर लगभग 240 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। रिश्मा मैडम ने कल ही कक्षा में बताया था कि कम दूरी के लिए जहां हम साइकिल, रिक्शा एवं आटो रिक्शा का प्रयोग करते हैं। वही लम्बी दूरी के लिए कार, जीप, बस, रेलगाड़ी तथा हवाई जहाज का प्रयोग किया जाता है। पर हम अमृतसर रेलगाड़ी द्वारा जायेंगे। हम रेलगाड़ी द्वारा अमृतसर गए। चण्डीगढ़ से वाया अजीतगढ़ (मोहाली) अमृतसर के लिए रेलगाड़ी सुबह सात बजे जाती है। इसलिए अमृतसर जाने के लिए हम सभी रेलवे स्टेशन पर इकट्ठे हुए थे। मुझे मेरे पिता जी स्कूटर से स्टेशन पर छोड़ने आए थे।

एक स्थान से दूसरे स्थान पर जाने के लिए हम जिन साधनों का प्रयोग करते है, उसको यातायात के साधन कहते है।

सुखविन्द्र के अध्यापक ने बताया कि अलग-अलग स्थानों पर जाने के लिए कई साधनों का प्रयोग किया जाता हैं। आए हम इन साधनों का नाम लिखे।

1. .... 2. .... 3. ....

4. .... 5. .... 6. ....

सुखविन्द्र – रेलवे स्टेशन पर पहुँच कर तुम ने क्या किया ?

अमन – रेलवे स्टेशन पर बहुत भीड़ थी। कुछ लोग चाय स्टॉल से चाय पी रहे थे। कुछ नाश्ता कर रहे थे। अखबार वाले अखबार बेचने के लिए आवाजे लगा रहे थे। स्टेशन पर बहुत चहल-पहल थी। रेलवे स्टेशन पर जरूरत मंदों के लिए व्हीलचेयर (पहिया कुरसी) का विशेष प्रबन्ध था।

अपने नाना-नानी या दादा-दादी से पूछो कि जब वह छोटे थे तो आने-जाने के लिए किन-किन साधनों का प्रयोग करते थे ?

रेलवे स्टेशन का दृश्य

अध्यापक के लिए— यह रेलवे स्टेशन की तस्वीर है। लोग अलग-अलग कामों में व्यस्त हैं। बच्चे बहुत कल्पनाशील होते हैं। उनको तस्वीरे दिखा के इस बारे में वे स्वयं लिखे।

व्यक्ति	काम	व्यक्ति	काम
1.		4.	
2.		5.	
3.		6.	

सुखविन्द्र — फिर गाड़ी कब आई ?

अमन — गाड़ी ठीक समय पर आ गई। हमरा डिब्बा डी–5 था। अध्यापक ने सभी बच्चों के नाम पढ़े तो हम सभी अपनी–अपनी सीटों पर बैठ गए। गाड़ी में सफाई का प्रबन्ध बहुत अच्छा था।

सुखविन्द्र — मुझे बहुत उत्सुकता हो रही है। बताओ आगे क्या हुआ ?

अमन – हां, रास्ते में हमने बहुत सारे खेत तथा वाहन देखें। बाहर देखने पर ऐसे लगता था कि जैसे पेड़ भाग रहे हो। हमने देखा कि किसान ट्रैक्टर द्वारा अपने खेतों में खेती कर रहे थे। एक किसान अपनी बैलगाड़ी भी लेकर जा रहा था। दूध बेचने वाले अपने साइकिलों पर ड्रम भर के शहर की तरफ जा रहे थे। हम सुबह ग्यारह बजे अमृतसर रेलवे स्टेशन पहुंच गए थे।

क्रिया–1 : पुराने अखबारों या मैगज़ीनों में यातायात के साधनों की तस्वीरें काट कर नीचे चिपकाओं तथा उनके नाम लिखो।

सुखविन्द्र — अमृतसर पहुंच के तुम सबसे पहले कहाँ गए ?

श्री हरिमंदिर साहिब

अमन — रिश्मा मैडम ने बताया कि सबसे पहले हम श्री हरिमन्दिर साहब जाएंगे। इसलिए उन्होंने ऑटो रिक्शा का प्रबन्ध किया हुआ था। ऑटो रिक्शा वाला हमें 'शेरां वाला गेट' ले गया। वहां से हम ताँगे में बैठ कर के टाऊन हॉल पहुंचे। इसके बाद हम पैदल श्री हरिमन्दिर साहब की तरफ चले गए। रास्ते में बहुत ही सुन्दर इमारतें थी। डॉ. बी. आर. अम्बेदकर तथा महाराजा रणजीत सिंह जी की प्रतिमा भी थी। रास्ते में एक तरफ बहुत बड़ी स्क्रीन लगी हुई थी। जिस पर श्री दरबार साहब में चल रहे कीर्तन का सीधा प्रसारण हो रहा था।

सुखविन्द्र — तुम वहां पैदल क्यों गए ?

अमन — मैडम जी ने बताया कि पैट्रोल तथा डीजल से चलने वाले वाहनों के कारण वायु प्रदूषण बहुत फैलता है, अमृतसर शहर भी इसकी मार से अछूता नही रहा है। गाड़ियों के धुएँ से फैलने वाले प्रदूषण को ध्यान में रखते हुए सरकार ने टाऊन हॉल से आगे किसी भी वाहन के जाने को मना करने के हुक्म दिए थे।

सुखविन्द्र — यह तो बहुत अच्छी बात है, अच्छा, तुमने अपना सामान कहां रखा ?

अमन — रास्ते में हमने कार पार्किंग के सामने बना गुरुद्वारा सारागड़ी के पास बनी सराय में ठहरे। वहां हमने कमरों में अपना सामान रखा। इसके बाद हम श्री हरिमन्दिर साहब पहुँचे। अन्दर पहुँच करके हमने पंक्ति में लग के माथा टेका। हम श्री अकाल तख्त साहब भी गए। परिक्रमा में हमने दु:ख भंजनी बेरी के भी दर्शन किए।

सुखविन्द्र — क्या तुमने लंगर भी खाया ?

अमन — हाँ, हमने लंगर घर में जाकर लंगर खाया। वहां बहुत बड़ी सामूहिक रसोई है। जहां लाखों लोगों के लिए हर रोज लंगर बनता है। जिसमें सभी धर्मों के लोग बिना किसी भेदभाव से एक ही स्थान पर बैठ कर लंगर खाते हैं। फिर हम बाहर आकर जलियांवाला बाग देखने गए। यहां पर शहीदों की याद में यादगार बनाई गई है।

जलियाँवाला बाग

सुखविन्द्र — क्या, फिर तुम वापस सराय में आ गए ?

अमन — नही, अध्यापिका जी ने आगे हमे इलैक्ट्रिक रिक्शे दिखाए। ये बिजली से चार्ज होते हैं। ये बिल्कुल शोर रहित तथा प्रदूषण रहित होते हैं।

सुखविन्द्र — आप फिर कहां गए ? आप ने वहां और क्या देखा ?

अमन — इसके बाद हम पंजाब सरकार के सैर-सपाटा विभाग की ओर से यात्रियों के लिए चलाई गई टूरिस्ट डबल डैकर बस में सवार हो कर हम श्री हरि मन्दिर साहिब, किला गोबिन्दगढ़ तथा महाराजा रणजीत सिंह पैनोरमा देखने गए। जिस बस में हम बैठे, वह दो मंज़िला थी तथा ऊपर वाली मंजिल पर कोई छत नही थी। इसमें बैठ के हम श्री अमृतसर साहब के प्रसिद्ध बाज़ार भी देखे।

डबल डैकर बस

अमन ने श्री अमृतसर साहब में जो कुछ देखा उसे आगे दिए गए खाने में लिखो तथा वहां जाने के लिए जिन साधनों का प्रयोग किया वह भी लिखो :-

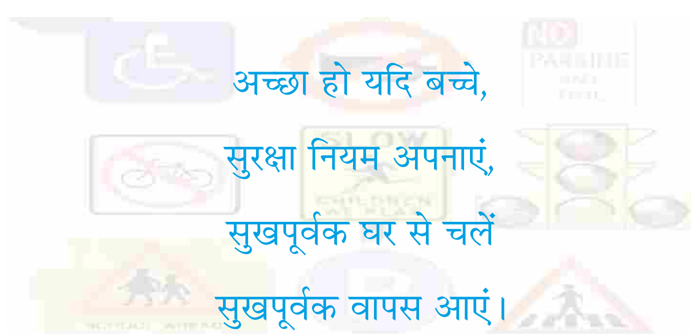
देखा गया स्थान	जाने के लिए साधन

क्रिया-1 : बच्चों ! तुम छुट्टियों में जरूर नानी या मासी के पास गए होगे। वहां तुम कौन-कौन से स्थान पर गए उनके नाम लिखो जिस साधन द्वारा गए वह भी लिखो।

स्थान	साधन

सुखविन्द्र - फिर तुम कहाँ गए ?

अमन - वहां से हम उसी बस में बैठ कर अटारी बार्डर देखने गए। वहां पर हमने शाम को भारत पाकिस्तान सीमा पर झंडा उतारने की रस्म देखी। वहां हमारी मुलाकात भारत सीमा सुरक्षा बल के जवान स. गुरप्रीत सिंह के साथ हुई। उन्होंने हमें सड़क सुरक्षा नियमों के बारे में एक कविता भी सुनाई।



अच्छा हो यदि बच्चे,
सुरक्षा नियम अपनाएं,
सुखपूर्वक घर से चलें
सुखपूर्वक वापस आएं।

चलने के लिए एक नियम है पक्का, बाएं हाथ ही जायें,
करतब कभी सड़क पर न करें,
नही खेले खिलाये।
तेज रफ़्तारी, बहुत है बुरी,
इससे बचे और बचाएं,
लाइट सिपाही तथा मानों चिह्नों को,
अपना फर्ज़ निभाए।
ब्रेक, घण्टी तथा इंडीकेटर,
को प्रयोग में लाए।
वाहन चलाते फोन न करे,
न ऊँचा संगीत बजाए।

सुखविन्द्र — वापस आ कर तुमने क्या किया ?

अमन — वापस आ कर हम ने सारागड़ी सराय के पास एक ढाबे पर खाना खाया और सराये में आकर सो गए।

सुखविन्द्र — आप वापिस कैसे आयें ?

अमन — अगले दिन सुबह हम ने सराय से स्टेशन तक वैन किराए पर ली। हम स्टेशन पर पहुंच के रेलगाड़ी द्वारा वापिस आ गए। श्री अमृतसर साहब की यात्रा। बहुत ही बढ़िया तथा जानकारी से भरपूर थी।

सुखविन्द — पूरी यात्रा का वृत्तांत सुनकर के बहुत मज़ा आया। ऐसा लगा जैसे मैं ही श्री अमृतसर साहिब जा के आया हूँ।

अमन — अच्छा, अब मैं चलता हूं, कल स्कूल में मिलेंगे।

प्रश्न 1. रिक्त स्थान भरो :-

(रेलगाड़ी, झंडा, शहीदों, व्हीलचेयर)

क. रेलवे स्टेशन पर ज़रूरतमदों के लिए .... का विशेष प्रबन्ध होता है।

ख. चंडीगढ़ से वाया अजीतगढ़ (मोहाली) अमृतसर के लिए .... सुबह सात बजे जाती है।

ग. अटारी बार्डर पर हर रोज़ शाम को .... उतारने की रस्म होती है।

घ. जलियावाला बाग की यादगार .... की याद में बनाई गई।

प्रश्न 2. श्री अमृतसर साहब के प्रसिद्ध भ्रमणीय केन्द्रों के नाम लिखो।

....

....

प्रश्न 3. इलैक्ट्रिक रिक्शे क्या होते है ? इनका क्या फायदा है ?

....

....

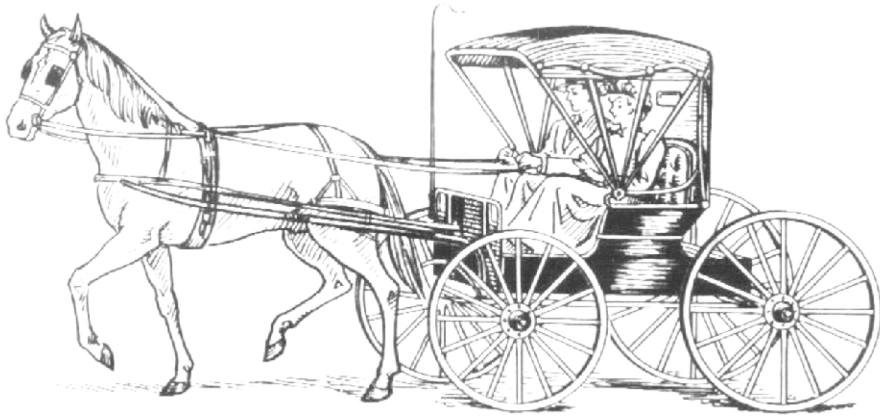
प्रश्न 4. श्री अमृतसर साहिब में चलते समय सुखविन्द्र ने क्या कुछ देखा ?

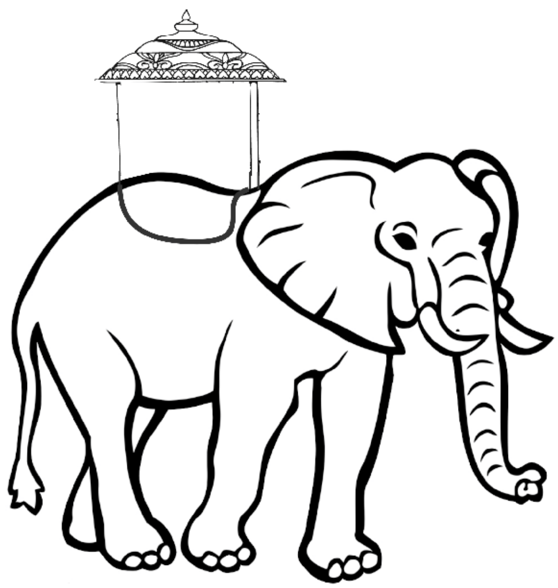
....

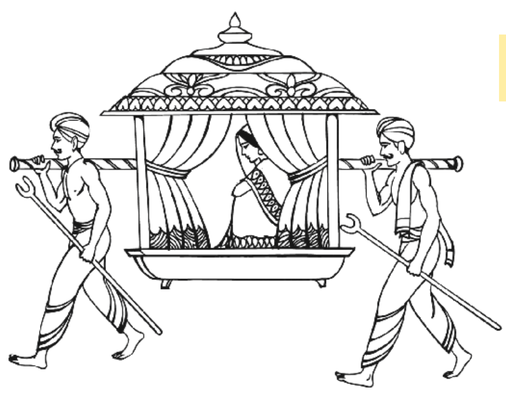
....

*****

प्रश्न 5. नीचे कुछ चित्र दिए गए है, अपने से बड़ो या अध्यापक की सहायता से उनके नाम लिखो तथा रंग भरो :-







प्रश्न 6.   नीचे लिखी पहेलियों को ढूंढो तथा चित्रों के साथ मिलान करो :-

छुक छुक का राग सुनाती,
मटक मटक कर यह चलती है।

....

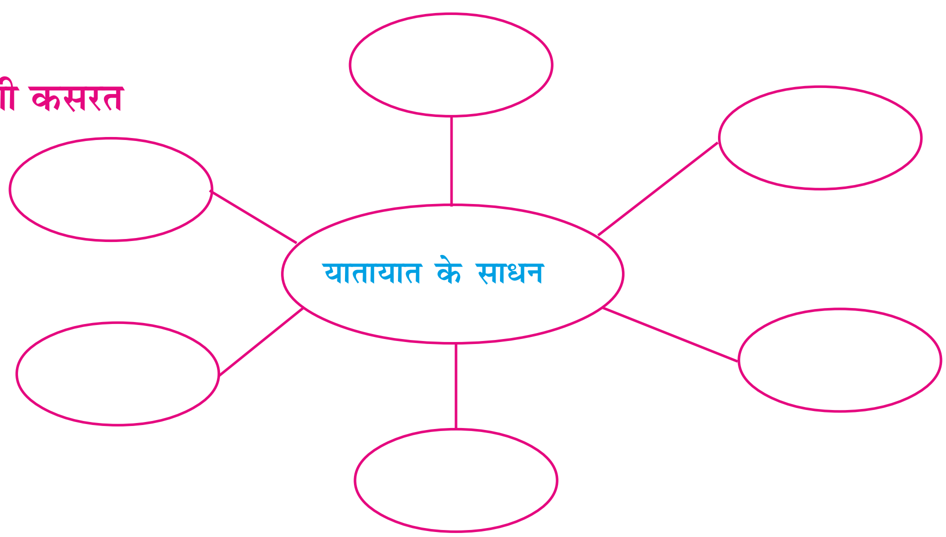
ऊँचा आसमान में उड़ता जाये,
झटपट पहुँचावे देर न लगाए।

....

यह है सबसे बढ़िया सवारी,
कम प्रदूषण दूर बीमारी।

....

प्रश्न 7.   दिमागी कसरत



पाठ-16

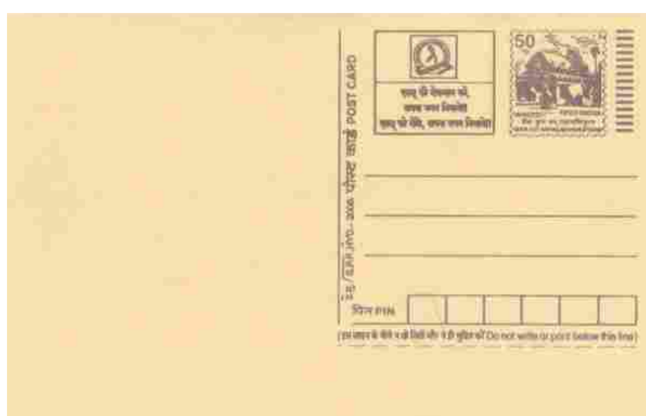
पंखुड़ी का संदेश

पंखुडी हमारे घर में सबसे होशियार एवं होनहार लड़की है। बचपन से ही उसको पढ़ने का बहुत शौक है। कॉलेज में पढ़ाई के बाद वह दिल्ली चली गई, जहां वह टैलीकॉम कम्पनी में मैंनेजर है। वह अपने दादा जी से बहुत प्यार करती है। दिल्ली में रहती हुई भी वह हम सब से लगातार सम्पर्क में रहती है। हम सबको उसके संदेश मिलते रहते हैं।

बच्चों, सोचो कि पंखुड़ी अपने संदेश कैसे घर तक पहुँचाती होगी ?

हमारे दादा जी बताते थे कि पुराने समय (जमाने) में एक स्थान से दूसरे स्थान पर संदेश भेजने के लिए दूत भेजे जाते थे। जो आने-जाने के लिए घोड़ो का प्रयोग करते थे। पक्षियों द्वारा भी संदेश भेजे जाने के अनेक उदाहरण मिलते हैं। दादा जी बताते थे कि उस समय संदेश भेजने में महीने लग जाते थे। परन्तु बाद में संदेश भेजने के ढंग तरीकों में और परिवर्तन आए तथा संदेश हमारे तक पत्रों (चिट्ठी) द्वारा भेजे जाने लग पड़े। आज भी डाकिए पत्र, पार्सल, मनीआर्डर आदि पहुंचाते है।

क्रिया-1 : बच्चों! डाकिए के पास कई तरह की चिट्ठियां होती हैं, अध्यापक की सहायता से चित्रों में दी गई चिट्ठियों के नाम रिक्त स्थानों में भरो-



1. ....

2. ....

3. ....   4. ....

संचार से भाव है– संदेश भेजना एवं प्राप्त करना। संचार साधनों में प्रगति मनुष्य के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। यह संसार के एक देश के लोगों को दूसरे देश के लोगों के साथ जोड़ता है। आज मनुष्य प्रगति (उन्नति) की तरफ बढ़ रहा है। इसका मुख्य श्रेय संचार के आधुनिक साधनों को जाता है।

क्रिया-2 : नीचे दर्शाए गए संचार साधनों को पहचानों तथा उन चित्रों के आगे उनके नाम लिखो :-

1. ....   2. ....   3. ....

ऐसे साधन जो एक ही समय में लाखों लोगों तक पहुंच सकते हैं इन को **लोक संचार के साधन** कहा जाता है। जैसे:- रेडियो, टैलीविज़न, अखबार (समाचार पत्र) मैगजीन, उपग्रह आदि।

पंखुड़ी द्वारा हमारे पास संदेश पहुचाने के लिए कई ढंग अपनाए जाते है, क्या आप पहचान सकते हो ? नीचे लिखें रिक्त स्थानों में उस साधन का नाम भरों-

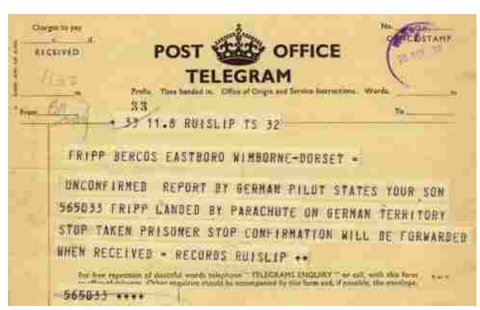
मुझे .... कहते हैं। मेरे द्वारा संसार के कोने-कोने में संदेश तुरन्त ही पहुंच जाते है। मेरे द्वारा बहुत सी बातें की जा सकती है। जबकि चिट्ठी द्वारा सीमित बातचीत की जाती है। परन्तु अब मेरा उपयोग कम होता जा रहा है।

मुझे...........कहते है। मेरे द्वारा जब चाहे, जहां चाहें बातचीत की जा सकती है। मैं लिखित पत्र (चिट्ठी) भी तुरन्त भेज देता हूँ। चिट्ठी लिखने के लिए किसी कागज़ या पैन की भी ज़रूरत नही होती। लोग आम तौर पर मुझे अपनी ज़ेब में रखते है।

मुझे...........कहते है। मेरे द्वारा लिखे हुए पत्रों की नकल दूसरी तरफ तुरन्त प्राप्त की जा सकती है।

मैं............हूँ। मुझे लिखने के लिए किसी कागज़ या पैन की ज़रूरत नही होती। आजकल आपके स्कूलों में संदेश मेरे द्वारा तुरन्त पहुंच जाते है। मेरा पूरा नाम इलैक्ट्रोनिक मेल है। जिसको ई-मेल भी कहा जाता है। मुझे कम्प्यूटर द्वारा भेजा जाता है।

मैं...........हूँ। मेरा उपयोग आज कल बन्द हो गया है। पुराने समय में मुझे जरूरी खबरें पहुंचाने के लिए प्रयोग किया जाता था। गाँवों में तार का प्राप्त होना आम तौर पर बुरी खबर का संदेश मानते थे।



बच्चों! मोबाइल फोन द्वारा दुनिया के किसी भी भाग में रह रहें व्यक्ति के साथ बातचीत की जा सकती है। आजकल मोबाइल फोन अधिक प्रचलित हो गए हैं। परन्तु स्कूटर, मोटर साइकिल या कार चलाते समय मोबाइल फोन पर बात करना खतरनाक सिद्ध हो सकता है। इस कारण कई दुर्घटनाएं भी हो जाती हैं। इसके साथ ही टैलीविज़न का भी लोगों पर गहरा प्रभाव है। परन्तु बच्चों! हर रोज लगातार टी. वी. देखना और गेम खेलने से हमारी आंखें खराब हो सकती हैं और इसका हमारे मानसिक स्वास्थ्य पर भी बुरा प्रभाव पड़ता है।

पंखुड़ी ने बताया था कि संचार के इन साधनों से हमारे रहन–सहन में बहुत बड़ा बदलाव आया है। हम पल भर में दुनिया के किसी भी कोने में रह रहे किसी भी व्यक्ति से सम्पर्क कर सकते हैं। हमें देश के विकास के लिए इन साधनों का उचित प्रयोग करना चाहिए।

याद रखने योग्य बातें

- पुराने समय में एक स्थान से दूसरे स्थान पर संदेश भेजने के लिए 'दूत' भेजे जाते थे, जो आने–जाने के लिए घोड़ो का प्रयोग करते थे।
- डाकिया चिट्ठियां, पार्सल, मनीआर्डर आदि पहुंचाता है।
- संचार से भाव है कि संदेश भेजना तथा प्राप्त करना।
- ऐसे साधन जो एक ही समय में लाखों लोगों तक पहुंच सकते है। इनको लोक संचार के साधन कहा जाता है। जैसे:– रेडियो, टैलीविजन, मैगज़ीन, उपग्रह आदि।
- टैलीग्राम (तार) का प्रयोग आज कल बन्द हो गया है।
- स्कूटर, मोटर साइकिल या कार चलाते समय मोबाइल फोन पर बातचीत करना खतरनाक सिद्ध हो सकता है। जिससे कई दुर्घटनाओं भी हो सकती हैं।

प्रश्न 1. रिक्त स्थान भरो—

(फैक्स, टैलीग्राम (तार), दूत, खतरनाक)

क. पुराने समय में एक स्थान से दूसरे स्थान पर संदेश भेजने के लिए .... भेजे जाते थे।

ख. गाँवों में .... का प्राप्त होना बुरी खबर का संदेश माना जाता था।

ग. .... द्वारा लिखे हुए पत्रों की नकल दूसरी तरफ तुरन्त प्राप्त की जा सकती है।

घ. स्कूटर, मोटर साइकिल या कार चलाते समय मोबाइल फोन पर बात करना .... सिद्ध हो सकता है।

प्रश्न 2. सही (✓) या गलत (×) का निशान लगाओ

क. लोग आमतौर पर मोबाइल फोन को जेब में रखते हैं। ☐

ख. उपग्रह एक संचार साधन नही है। ☐

ग. डाकिया चिट्ठियां पहुंचाने का काम करता है। ☐

प्रश्न 3. संचार से क्या भाव है ?

....

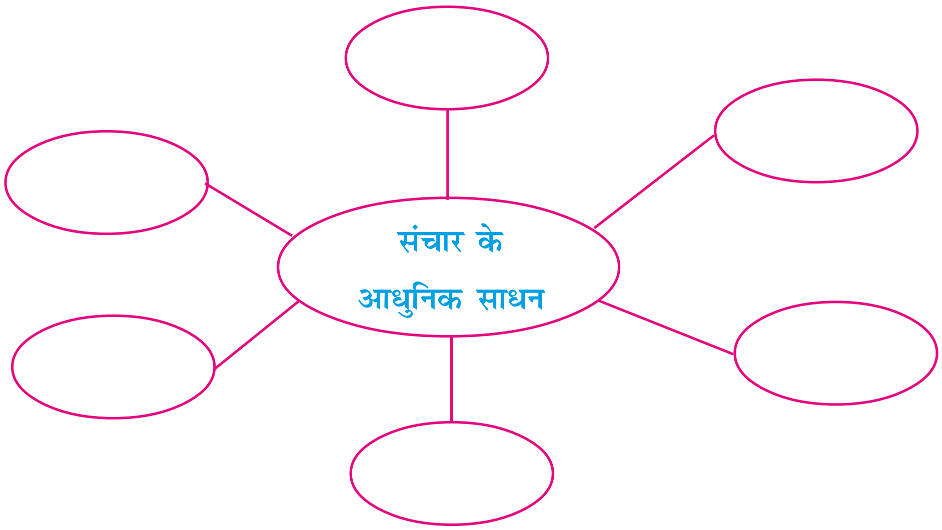
प्रश्न 4. लोक संचार साधन क्या होते हैं? इन साधनों की कुछ उदाहरणें दो।

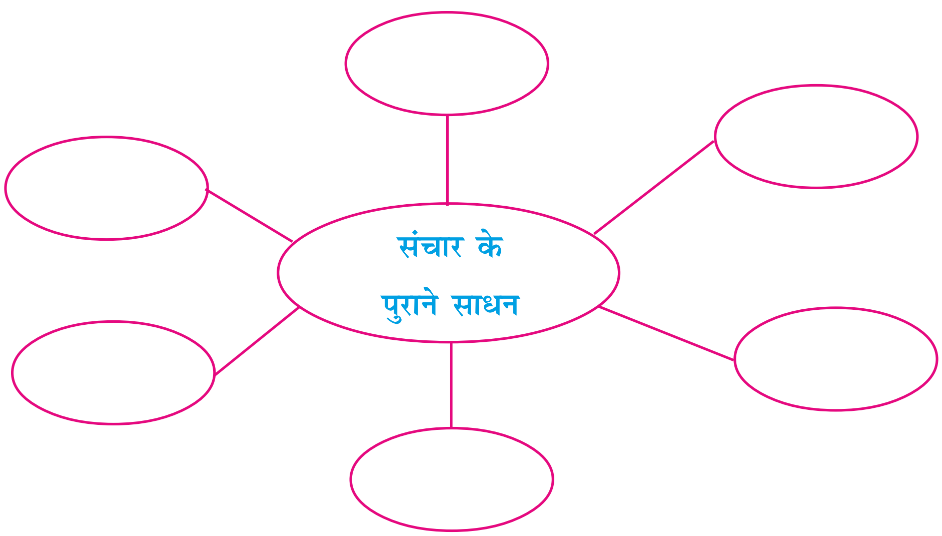
....

प्रश्न 5. ई-मेल से क्या भाव है? यह किस तरह संदेश का संचार करती है ?

....

प्रश्न 6. दिमागी कसरत





*****

पाठ-17

फूलों वाली फ्रॉक

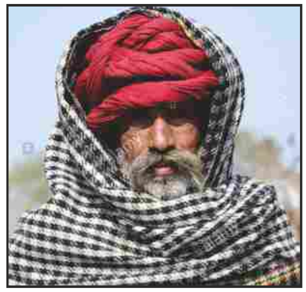
सतवीर और मनदीप दोनों सगे बहन-भाई हैं। आज राखी का त्योहार होने के कारण सतवीर और मनदीप को उनकी दादी ने सुबह ही नहला दिया और नए कपड़े पहना दिए। दोनों बहुत सुन्दर लग रहे थे। सतवीर ने मनदीप की कलाई पर राखी बाँध दी और लड्डू खिला कर मुँह मीठा करवा दिया।

''हमारा तोहफा'' मनदीप ने सब की ओर देखते हुए कहा। उनके दादा जी ने दोनों को ही रंग-बिरंगे कागज में लिपटा हुआ एक-एक डिब्बा दे दिया। मनदीप ने सतवीर से पहले अपना डिब्बा खोल लिया। उसमें से एक कपड़ा निकला।

''दादा जी, इसका मैं क्या करूं?'' मनदीप ने पूछा, ''बेटा! यह आपके बाँधने के लिए पगड़ी है।'' दादा जी ने जवाब दिया।

उनके पापा को कुछ नया सूझा। उन्होंने दोनों बच्चों को अपने पास बुलाया और बिना सिले कपड़ों को कई तरह से पहनना सिखाया।

तस्वीरें पहचानो और लिखो कि बच्चों ने इस कपड़े को कैसे-कैसे पहना है ?



1. .... 2. .... 3. ....

बिना सिले कपड़ा पहनने के अलग-अलग तरीके

नीचे दिए चित्र में बिना सिले कपड़ों को अलग-अलग ढंगों से कमर पर बाँधा गया है। अध्यापक की मदद से पहचानो कि इस तरह के बाँधे गए कपड़े को क्या कहते है ?

चित्र को देख कर पहचानो और खाली स्थान में सही उत्तर लिखो।

1. .... 2. ....

सतवीर ने भी अपना डिब्बा खोल लिया। उसमें से एक फ्रॉक निकली। फ्रॉक के ऊपर फूलों वाला बड़ा सुन्दर नमूना था। मनदीप बहुत हैरान था। उसने अपने पापा से पूछा, ''पापा! फ्रॉक के ऊपर फूल किसने बनाए हैं?''

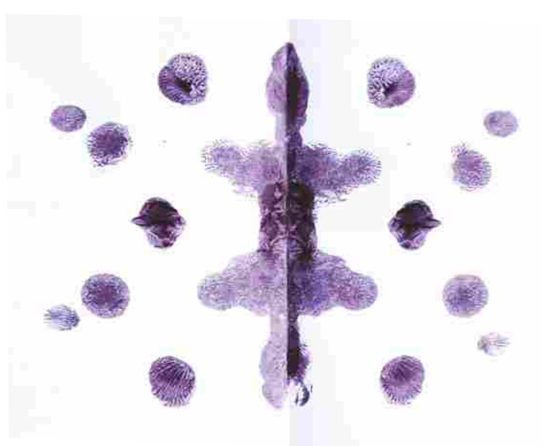
पिता जी ने बताया कि कपड़े के ऊपर नमूना और डिजाइन बनाने के लिए कारखानों (कपड़े

की मिलों) में बड़ी-बड़ी मशीनों की मदद ली जाती है। कुछ लोग घरों में भी नमूने बनवाने का काम करते है। नमूने बनाने के लिए लकड़ी के ठप्पे का प्रयोग किया जाता है। कारीगर एक रंग में दूसरा रंग मिलाकर नया रंग तैयार करते है। नमूने बनाने के लिए ऐसे रंग करने वाले (नमूना बनाने वालों) को **ललॉरी/रंगराज या रंगरेज** वाला भी कहा जाता है।

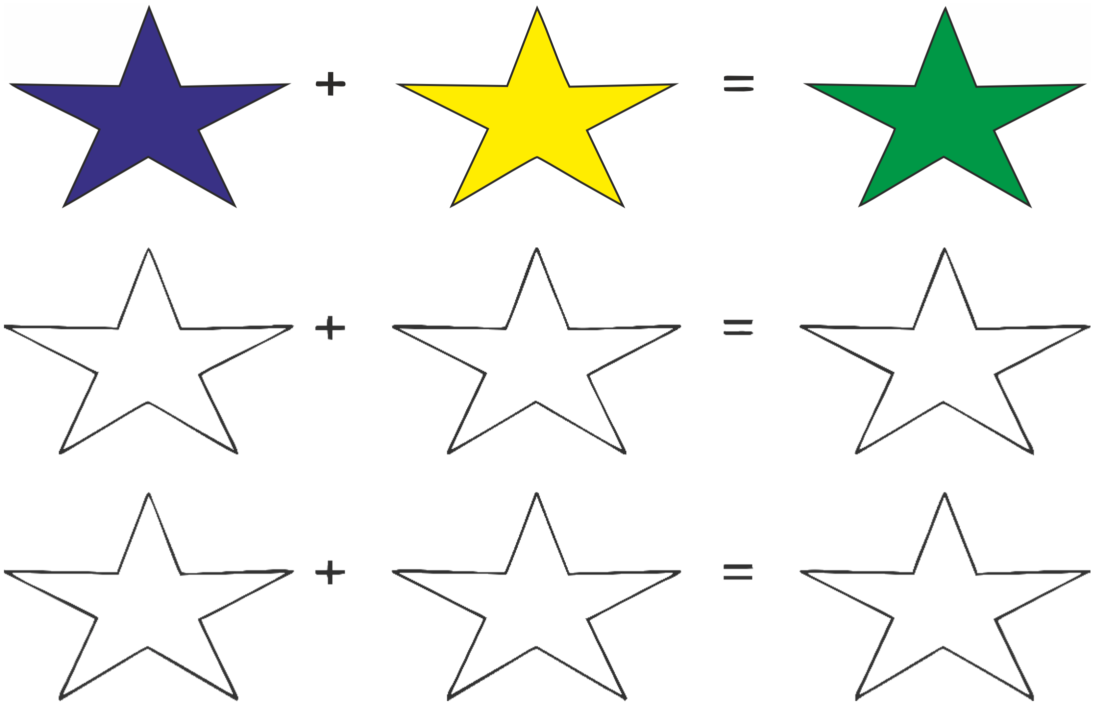
डिज़ाइने तैयार करने के लिए प्रयोग किये जाने वाले लकड़ी के ठप्पे

मनदीप के पिता जी उनके नजदीक रहते एक रंगराज के घर ले गए। रंगराज दुपट्टे (चुन्नी) और सूटों को रंग बिरंगे पानी के घोल में से निकाल रहा था। बच्चों का मन रंगो की नई दुनिया (संसार) देख कर खुश हो गया।

क्रिया-1 : कागज पर अलग-अलग रंग की बूंदे लगाकर उनको तह लगाया जाए तो तह खोलने पर कई किस्म के रंग-बिरंगे नमूने प्राप्त होते हैं। आप स्वयं इस तरह के डिजाइन तैयार करें।



क्रिया–2 : दिए हुए चित्र में पहले दोनों तारों में अपना पंसदीदा रंग भरो फिर तीसरे तारे में दोनों रंग मिलाकर नया रंग तैयार करके भरो।



प्रश्न 1. सही उत्तर पर (✓) सही का निशान लगाओ :-

क. पगड़ी शरीर के कौन से हिस्से पर पहनी जाती है ?

सिर	☐	हाथ	☐
गर्दन	☐	कन्धा	☐

ख. फ्रॉक कौन पहनता है ?

मर्द	☐	औरत	☐
लड़का	☐	लड़की	☐

ग. भाई को राखी कौन बाँधता है ?

माता (मम्मी)	☐	बुआ	☐
बहन	☐	चाची	☐

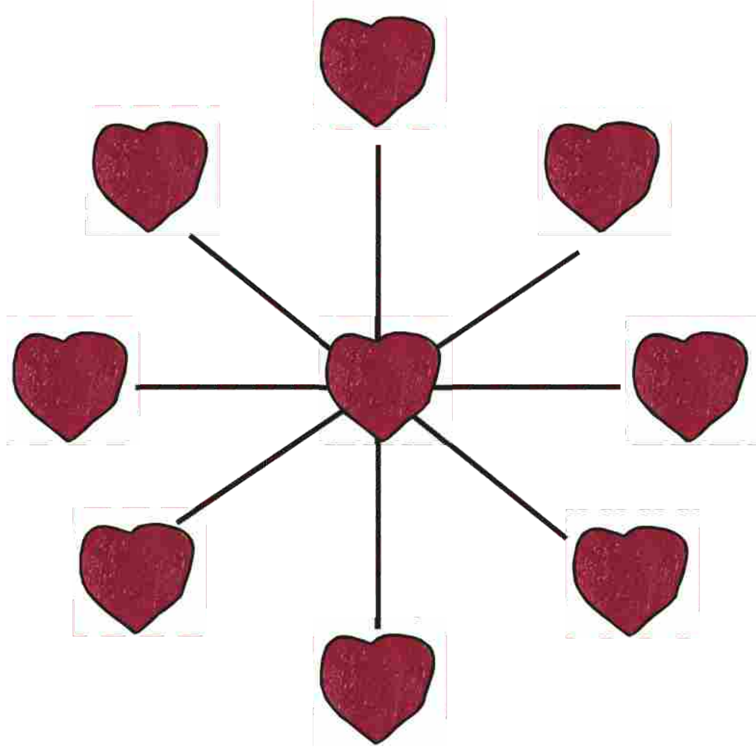
घ. प्यार से दी गई भेंट को क्या कहते है ?

तोहफा	☐	इनाम	☐
चीज़	☐	उधार	☐

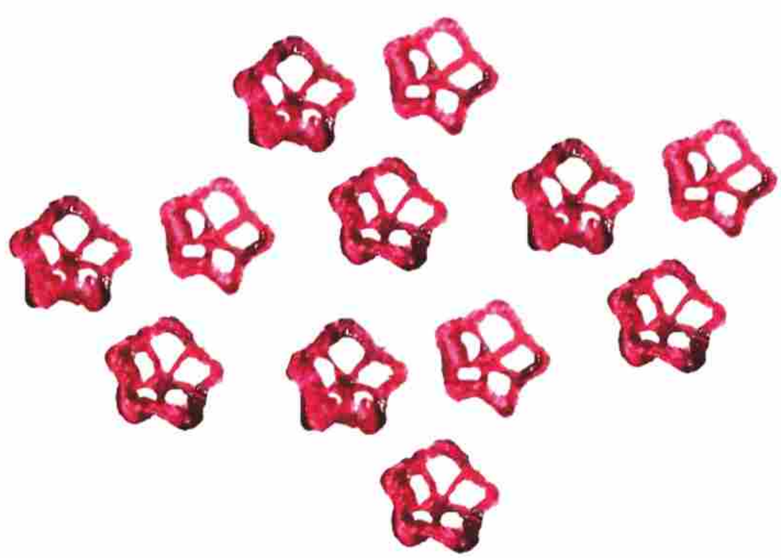
रंगराज ने कई दुपट्टों (चुन्नियों) को जगह-जगह पर गाँठें बाँधी हुई थी। अलग-अलग रंगो को मिलाकर तैयार किए रंगो से दुपट्टों की रंगाई की। रंगाई करने के बाद उसने दुपट्टों को नमक के पानी में डाल दिया। उसने बताया ऐसा करने से रंग पक्के हो जाते है। सीधे धूप में सुखाने से कपड़ों का रंग उड़ जाता है। मनदीप ने रंगराज को दुपट्टों की गाँठें खोलने के लिए कहा। गाँठे और तह खोलने से दुपट्टों के ऊपर रंग-बिरंगे सुन्दर-सुन्दर नमूने तैयार हो गए। ललारी ने बच्चों को कपड़ों पर नमूना बनाने के लिए प्रयोग में लाए जाने वाले लकड़ी के ठप्पे भी दिखाएं।

बच्चों को ललारी के घर में बहुत कुछ नया सीखने को मिला। घर वापस लौट कर मनदीप जिद्द करने लगा, मुझे भी लकड़ी के ठप्पे से नमूने बनाने हैं। उसकी (मम्मी) माता जी ने कहा, ''बेटा अपने घर में लकड़ी के ठप्पे नही हैं।''

मनदीप की दादी ने उसे अलग-अलग सब्जियाँ जैसे आलू और भिण्डी को काट कर उनसे ठप्पे बनाकर दिए। इन ठप्पों से बच्चों ने खाली कागज पर चित्र तैयार किया।



आलू के ठप्पे से तैयार किया गया नमूना



भिंडी के ठप्पे से तैयार किया गया नमूना

क्रिया-3 : आप भी ऐसा कर सकते है।

1. अपने मनपसंद (पसंदीदा) रंग लो और अलग अलग रंगो को मिलाकर नया रंग तैयार करो।
2. आलू को चित्र में दर्शाये अनुसार काट लो। आप अपनी पसंद का डिज़ाइन भी बना सकते है।
3. साफ कपड़े पर आलू के ठप्पे और रंगो की मदद से चित्र बनाओ।
4. ऐसे ही भिण्डी, शिमला-मिर्च और प्याज़ की मदद ली जा सकती है।

मनदीप के बनाये गए चित्र पर अचानक सतवीर से पानी गिर गया। कुछ जगह से रंग उतर गया। मनदीप रोने लगी। उसकी दादी ने चुप करवाते हुए मनदीप को बताया कि कुछ रंग कच्चे होने के कारण उतर जाते हैं। रंग उतर जाने के बाद कपड़े भी (गंदे) भद्दे दिखने लग जाते हैं। परन्तु पक्के रंग खराब नही होते। साथ ही दादी मां ने बात जोड़ते हुए कहा कि कपड़ों को लम्बे समय तक सुंदर और टिकाऊ रखने के लिए उन की संभाल भी ज़रूरी हैं। मैले कपड़ों को धोकर धूप में सूखा कर प्रैस करके, तह लगाकर, बक्से या अलमारियों में रखना चाहिए। इनको कीड़ा और टिड्डियों से बचाने के लिए ट्रंकों और अलमारियों में नीम की पत्तियों को सुखा कर या फिर कपड़ों में फिनाइल की गोलियो को बाँध कर रखा जाता है। बच्चों को ऐसा महसूस हुआ जैसे खेल-खेल में वह एक नई दुनिया घूम आए हो।

याद रखने योग्य बातें

- कपड़ों पर नमूने और डिजाइन बनाने के लिए लकड़ी के ठप्पे प्रयोग किए जाते हैं।
- वर्तमान समय में नमूने और डिज़ाइन बनाने के लिए मशीनों का प्रयोग होने लगा।
- ललारी/रंगराज कपड़े रंगता है।

प्रश्न 2. मिलान करो :-

क	ख
राखी	लाल
पगड़ी	औरत
साड़ी	कपड़ा रंगना
ललारी	मिठाई
लड्डू	कलाई
रंग	सिर

प्रश्न 3. रिक्त स्थान भरो :-

(नीम, भद्दे, रंगरेज, राखी, नमूने)

क. बहन अपने भाई को .... बाँधती है।

ख. .... कपड़ा रंगता (रंगाई) है।

ग. कपड़े को सुन्दर बनाने के लिए उसके ऊपर .... बनाए जाते हैं।

घ. रंग निकल जाने के बाद कपड़े .... दिखाई देते हैं।

ङ. .... के पत्ते सूखा के ट्रंको में रखे जाते हैं।

प्रश्न 4. कपड़ें रंगने के बाद कैसे दिखाई देते हैं ?

....

प्रश्न 5. रंग निकल जाने के बाद ये कैसे दिखाई देते हैं ?

....

प्रश्न 6. ठप्पा किस चीज़ का बना होता है ?

....

*****

पाठ-18

मिट्टी के खिलौने

रविवार का दिन था। प्रवीण को आज स्कूल से छुट्टी थी। "सारा दिन टी. वी. पर कार्टून देख-देख कर तेरी आँखें खराब हो जाएगी।" सुबह से लगातार टी. वी. देख रही प्रवीण को उसकी दादी माँ ने टोकते हुए बाहर से ही ऊँची आवाज में कहा।

"तो फिर मैं खाली बैठी क्या करूं? मन लगाने के लिए भी तो कुछ न कुछ करना ही पड़ता है, दादी माँ।"

दादी माँ बोली, "आज कल बच्चे तो सारा दिन टी. वी., कम्प्यूटर और मोबाइल से ही जुड़े रहते हैं। कोटला छपाकी, बादर किल्ला और पिट्ठू कैम जैसे खेल तो इन्हें मालूम ही नही हैं। हमारे समय में कहाँ होते थे टी. वी. और कम्प्यूटर! हम तो मिट्टी के खिलौनों से खेल कर जवान हो गए।

"हैं! मिट्टी के खिलौने! मिट्टी से खेल कर तो कपड़े गन्दे हो जाते हैं।" बाहर को जाती हुई प्रवीण बोली।

"नही बेटा! मिट्टी से जुड़े रहने और खेलने से मन प्रसन्न रहता है। हम छोटे होते हुए (बचपन) में चिकनी मिट्टी में पानी डाल कर गूँथ के उससे सुन्दर-सुन्दर खिलौने, दीये, चूल्हे और बरतन बनाकर खेलते थे।"

"क्यों दादी माँ! आपके समय में बरतन नही होते थे?"

"नही बेटा! हमारे समय में आज के जैसे स्टील, एल्युमीनियम के बरतन नही होते थे। मिट्टी के बरतन ही प्रयोग में लाये जाते थे। कुज्जे, चाटियां, पतीले, काड़नियाँ और ड्रमों की जगह दोहने, भड़ोलियां ही होते थे।" "दादी माँ! मैने भी मिट्टी के बरतन बनाने सीखने हैं।"

दादी माँ ने प्रवीण को साथ में लिया और नजदीक गाँव के खेत में से चिकनी मिट्टी गड्ढे में से खोद कर थैले में डाल कर घर ले आए।

प्रश्न 1. सही (✓) उत्तर पर निशान लगाओ :-

क. बहुत ज्यादा टी. वी. देखने से .... खराब हो जाती हैं।

कान	☐	नाक	☐
आँखें	☐	दिमाग	☐

ख. पुराने समय में अनाज स्टोर करने के लिए प्रयोग किए जाते थे।

ड्रम	☐	संन्दूक	☐
पतीले	☐	भड़ोली	☐

ग. खिलौने बनाने के लिए किस किस्म की मिट्टी चुनी जाती है ?

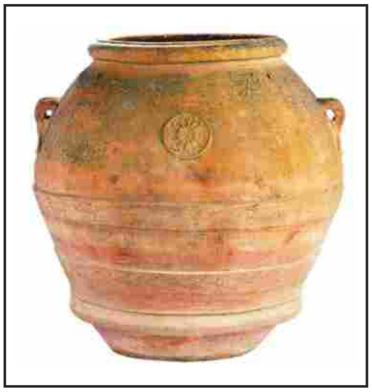
लाल	☐	काली	☐
चिकनी	☐	पीली	☐

घ. दीवाली की रात किस-किस चीज के बनाए दीये जलाते हैं ?

स्टील	☐	काँच	☐
पीतल	☐	मिट्टी	☐

क्रिया-1 : अध्यापक विद्यार्थियों को मिट्टी के खिलौने घर से बना कर लाने के लिए कहा जाए।

बात को आगे बढ़ाते हुए दादी माँ बोली, ''बेटा! जैसे-जैसे समय बदलता गया, मनुष्य की सोच बदलती गई। उसके रहने-सहने के ढंग में बड़ी तबदीली (परिवर्तन) आई। पहले मनुष्य जंगलो में रहता था और मांस खाता था। परन्तु आग और पहिये की खोज ने उनका जीवन आसान कर दिया। जगह-जगह खाना बदोश वन के घूमने वाला आदि मानव अब एक जगह पर रहने लगा। कच्चे माँस को आग पर भून कर खाने लग गया। खेती करके अनाज और दालें पैदा करने लग गया। पर मुश्किल समय में खाने की वस्तुओं को स्टोर करके रखना बहुत ज़रूरी था। इसलिए उसको बरतनों की ज़रूरत महसूस हुई। पहिये (चक्का) के ऊपर गोली गूंथी हुई मिट्टी रख के हाथ से मिट्टी के बरतन बनाने लग गए। बुद्धि का अधिक विकास हुआ तो उसने कच्चे मिट्टी के बरतन को आग में पका कर मज़बूत करना सीख लिया। आग के पके हुए बरतनों का उसे यह लाभ हुआ कि वह इनमें दूध, पानी, तेल और तरल पदार्थ भण्डार करने लगा। अपने मन के भावों और इच्छाओं को प्रकट करने के लिए इनके ऊपर अलग-अलग आकृति के जानवर, पौधे, सूरज, चाँद बनाकर उनमें रंग भरने लगा।''



पुराने समय में प्रयोग किये जाने वाले मिट्टी के बर्तन

धरती की खुदाई से पुराने बरतनों के कई टुकड़े और अवशेष मिले हैं जिन्हें आज भी अजायब घरों में बड़ा संभाल कर रखा गया है। ताकि नई पीढ़ी पुराने समय के रहन-सहन का तरीका जान सके।

अध्यापक के लिए— पंजाब में बहुत से अजायब घर हैं। हो सकता है तुम्हारे नजदीक गाँव या शहर में कोई अजायब घर हो। अगर संभव हो तो बच्चों को वहाँ पर ले जाया जाए।

क्रिया-2 : मिट्टी के बरतन बनाने वाले कारीगर को कुम्हार कहते हैं। अपने माता-पिता या परिवार के किसी सदस्य के साथ कुम्हार के घर जाओ और देखें कि कैसे बरतन बनाता और पकाता है।

कुम्हार द्वारा बनाए जा रहे मिट्टी के दीये

याद रखने योग्य बातें

- पुराने समय में मिट्टी के बनाये बरतन प्रयोग किए जाते थे।
- आग और पहिये की खोज से मनुष्य का जीवन सुखद हो गया।
- कुम्हार पहिए (चक्के) की सहायता से मिट्टी के बरतन बनाता है।
- अजायब घरों में दुर्लभ वस्तुओं को संभाल कर रखा जाता है।

प्रश्न 2. **मिट्टी के बरतन बनाने वाले कारीगर को क्या कहते हैं ?**

....

प्रश्न 3. **किस खोज से आदि मानव कच्चा मांस भूनकर खाने लगा ?**

....

प्रश्न 4. **पुराने समय में अनाज को भण्डार करने के लिए प्रयोग किए जाने वाले बरतन का नाम बताओ।**

....

प्रश्न 5. **कुम्हार द्वारा प्रयोग किए जाने वाले पहिए को क्या कहते हैं ?**

....

प्रश्न 6. **रिक्त स्थान भरो :-**

(मिट्टी, अजायबघर, पहिये, कच्ची मिट्टी)

क. दीवाली वाली रात को हम मुण्डेर पर .... के बने दीये जलाते हैं।

ख. .... और .... की खोज से आदि मानव का जीवन सुखद हो गया।

ग. पुरानी दुर्लभ वस्तुओं को .... में संभाल के रखा जाता है।

घ. कुम्हार कच्ची मिट्टी के बरतन .... में पकाता है।

*****

पाठ-19

डिजीटल उपकरण

बच्चो! आज हमारी दुनिया में बिजली से चलने वाली मशीनें विशेषत: डिजीटल मशीनों की भरमार है। आजकल हमारे घर में ही बहुत सारे उपकरण है जो बिजली से चलते हैं और हमारे भिन्न-भिन्न काम क्षणों में कर देते हैं। इस पाठ में हम उन डिजीटल उपकरणों के बारे में जानेंगे जो कि आमतौर पर हमारे घरों में प्रयोग किए जाते हैं।

अब विज्ञान ने इतनी उन्नति कर ली है कि लगभग घर के सभी उपकरण डिजीटल एवं सक्षम हो गए हैं। पहले के मुकाबले कार्य करने की क्षमता एवं गुणवता में कई गुणा वृद्धि हुई है। आए कुछ उपकरणों के बारे में जानकारी लें :-

1. रेडियो— रेडियो का प्रयोग हम घरों में खबरें सुनने तथा गाने सुनने के लिए करते हैं। यह हमें कई तरह की जानकारी देता है जैसे-सेहत तथा शिक्षा। यह शब्द-भण्डार में भी वृद्धि करता है तथा हमारा मनोरंजन भी करता है।

2. टी.वी.— टी.वी. (टैलीविजन) बच्चों के मनोरंजन का मनपसंद साधन है। इसमें आवाज के साथ-साथ चलती-फिरती तस्वीरें भी नजर आती हैं। यह हमें घर बैठे ही सारी दुनिया की सैर करवा देता है। कार्टून, फिल्में, गाने, खेलें आदि कितना कुछ यह रिमोट का एक बटन दबाने से हमारे सामने पेश कर देता है।

3. फ्रिज— फ्रिज का प्रयोग घरों में खाने की वस्तुओं को ठण्डा रखने के लिए किया जाता है। इससे खाना खराब होने से बच जाता है। इसका प्रयोग आपकी मां आपको ठण्डी तथा मीठी

आइसक्रीम बना के देने के लिए भी करती हैं। गर्मियों में तुम सभी घर आते ही ठण्डा पानी पीने के लिए फ्रिज की तरफ ही भागते हो। कई दवाइयों को खराब होने से बचाने के लिए कम तापमान की जरूरत होती है। इसलिए ये दवाइयां फ्रिज में रखी जाती हैं, जैसे:- पोलियो वैक्सीन।

4. प्रैस— बच्चों! आपके मम्मी भी स्कूल आने के समय आपकी वर्दी को प्रैस की सहायता से ही साफ तथा सुन्दर बनाते हैं। कपड़े धोने के बाद उनमें जो सिलवटें पड़ जाती हैं, उन्हें निकालने के लिए गर्म-गर्म प्रैस बस कुछ ही मिनट लगाती है। परन्तु बच्चों तुम्हें प्रैस के नजदीक जाने से परहेज करना चाहिए, नही तो तुम्हारे हाथ या कोई और अंग जल सकता है।

5. कैमरा— कैमरे का प्रयोग तस्वीरें खीचने के लिए किया जाता है। आजकल के डिजीटल कैमरों में कोई भी रोल नही डालना पड़ता बल्कि सीधे ही तस्वीरें प्रिंट हो जाती हैं।

6. मोबाइल— पहले मोबाइल का प्रयोग केवल दूर बैठे व्यक्ति से बातें करने के लिए ही किया जाता था। परन्तु आजकल के स्मार्ट मोबाइल फोन पर तुम बहुत सारे काम कर सकते हो। गेम

खेलना, मार्ग ढूंढना, मौसम की जानकारी लेना, चैटिंग करना, तस्वीरें तथा वीडियो देखना एवं भेजना, बिल भरना और पता नही कितने कार्य आज मोबाइल कर रहा है।

7. वाशिंग मशीन— इसका प्रयोग कपड़े धोने के लिए किया जाता है। अब स्मार्ट वाशिंग मशीनें आ गई है, जो कि कपड़ों को अपने आप ही धो देती हैं तथा सुखा भी देती हैं। आपने बस उसमें कपड़े डालने के बाद उसको चालू ही करना है......... और बस, हो गई कपड़ों की सफाई।

8. कम्प्यूटर— कम्प्यूटर एक ऐसी डिजीटल मशीन है, जिसने अब प्रत्येक घर मे ंअपना स्थान बना लिया है। इसका प्रयोग प्रत्येक कार्य के लिए होने लगा है फिर चाहे वह मनोरंजन ही क्यों न हो। यह एक स्मार्ट मशीन है जो हमारे हर कार्य को आसान बना देती हैं। गाने सुनना, फिल्में देखना, गेमें खेलना, इंटरनैट

से जानकारी ढूंढना, हिसाब-किताब करना, पढ़ाई करना, बिल भरना, दूर बैठे रिश्तेदारों से बातचीत करना, पत्र लिखना तथा भोजन आदि हर तरह के काम आप इस मशीन द्वारा कर सकते हैं।

याद रखने योग्य बातें

- गीले हाथों से या नंगे पैरों से किसी भी उपकरण को छूना नही चाहिए।
- प्रैस का प्रयोग बच्चों को स्वयं नहीं करना चाहिए।

प्रश्न 1. **रिक्त स्थान भरो :-**

(कम्प्यूटर, डिजीटल, फ्रिज, आसान, मनोरंजन)

क. रेडियो हमारा .... करता है।

ख. .... खाने की वस्तुओं को ठंडा रखता है।

ग. .... कैमरे में रोल भी नहीं डालना पड़ता।

घ. .... स्मार्ट मशीन है जो हमारे काम को .... करती है।

प्रश्न 2. **उत्तर दो :-**

क. कम्प्यूटर के उपयोग के तीन क्षेत्र लिखो।

1. .... 2. .... 3. ....

ख. गरम प्रैस के नज़दीक क्यों नहीं जाना चाहिए ?

....

*****