सर्व शिक्षा अभियान

सब पढ़ें सब बढ़ें

पर्यावरण अध्ययन प्रशिक्षण मॉड्यूल (कक्षा 3 से 5)

वर्ष 2017–18

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद,
उत्तर प्रदेश, लखनऊ

पर्यावरणीय अध्ययन (कक्षा 3 से 5)

शिक्षक–प्रशिक्षण मॉड्यूल

(2017–18)

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद,

उत्तर प्रदेश, लखनऊ

मुख्य संरक्षक:

डॉ0 वेदपति मिश्र, आई0ए0एस0, राज्य परियोजना निदेशक, उ0प्र0 सभी के लिए शिक्षा परियोजना कार्यालय, विद्या भवन, उ0प्र0, लखनऊ

संरक्षक:

डॉ0 सर्वेन्द्र विक्रम बहादुर सिंह, निदेशक, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उ0प्र0, लखनऊ

निर्देशन:

श्री अजय कुमार सिंह, संयुक्त निदेशक (एस0एस0ए0), एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ
डॉ0 चन्द्रपाल, सहायक शिक्षा निदेशक, एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ
श्रीमती दीपा तिवारी, सहायक शिक्षा निदेशक, एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ

सम्पादन:

श्रीमती वत्सला पवार, शोध प्रध्यापक, एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ
श्रीमती सवित्री सिंह यादव, प्रवक्ता (शोध), एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ
श्रीमती रूचिता चौहान, प्रवक्ता (शोध), एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ

लेखक मण्डल:

सुश्री मंजरी भारद्वाज, प्रवक्ता डायट गाजियाबाद (हापुड़)
डॉ0 राधेकान्त चतुर्वेदी, स.अ. पू.प्रा.वि. भद्दीसिर्स, मोहनलालगंज, लखनऊ
डॉ0 आशीष कुमार दीक्षित, स.अ., उ.प्रा.वि. मलयपुर, सुमेरपुर, उन्नाव
श्रीमती अर्चना पालीवाल, स.अ. प्रा. वि. नुनारी उमर्दा, कन्नौज
श्री शिवम् श्रीवास्तव, सहायक अध्यापक प्रा.वि. अमृतापथेली, वि.क्षे. मोहम्मदी, लखीमपुर खीरी
श्री दुर्गेश नन्दन त्रिपाठी, सहायक अध्यापक, प्रा. वि. कोयलीपुरवा, वि. क्षे. धौरहरा, लखीमपुर खीरी
श्रीमती माया सिंह, स.अ., प्रा. वि. जलालपुर, चहनियाँ, चन्दौली
श्री शिवम् शर्मा, स.अ. प्रा. वि. खजुहाई, भरखनी, हरदोई
श्री संजीव कुमार, प्रवक्ता डायट, हापुड़, गाजियाबाद
सुश्री सविता सैनी, प्र.अ., प्रा. वि. रामपुर खालसा, बिछिया, उन्नाव
सुश्री क्षमा गौड़, सहायक अध्यापक, प्रा.वि. मढ़िया, वि. क्षे. नियामताबाद, जिला चन्दौली
श्रीमती अमिता यादव, स. अ., प्रा. वि. सन्तोषपुर, पतारा, कानपुर नगर
श्रीमती ज्योत्स्ना, स.अ., प्रा. वि. सीवों, वि.क्षे. चिरईगाँव, वाराणसी
श्री सन्दीप कुमार पटेल, स.अ. प्रा.वि. हरिहरपुर सेवापुरी वाराणसी

कम्प्यूटर ले–आउट: श्रीमती अपर्णा चक्रवर्ती, श्रीमती मोनिका गुप्ता, सुश्री अमरजीत कौर

भूमिका

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में वैश्वीकरण के युग में हम तेजी से विकासोन्मुख हैं। प्रगति की लालसा में हम पर्यावरण असंतुलन के कारक भी बनते जा रहे हैं। पर्यावरण को विकृत करने का दोष हमारी अति भौतिक एवं अदूरदर्शिता को कहा जा सकता है। विकास की दौड़ में हमारी स्थिति उस लकड़हारे के समान होती सी दिख रही है जो जिस डाल पर खड़ा है, उसी को काट रहा है। अनाड़ी लकड़हारे रूपी हम सभी लोगों को अपनी सीमायें समझते हुये उचित चिन्तन–मनन एवं क्रियान्वयन करना होगा। जीवन के अस्तित्व को बनाये रखने के लिए हमें पर्यावरण को सहेजने की आवश्यकता है। हमारे राष्ट्र के भावी नागरिक अर्थात हमारे बच्चों में समाज के प्रति जिम्मेदारी, अधिकार एवं कर्तव्य, परिवेश के प्रति जागरुकता व संवेदनशीलता का भाव लाने व उसके क्रियान्वयन हेतु पर्यावरणीय अध्ययन (कक्षा 3 से 5) विषय के प्रशिक्षण माड्यूल का विकास राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद उत्तर–प्रदेश, लखनऊ द्वारा किया गया है।

माड्यूल के अन्तर्गत प्रतिभागियों एवं बच्चों में मौलिक चिन्तन का वातावरण सृजित करने हेतु विचार–विमर्श, प्रदत्त कार्य, अभिनय शैली आदि को समाहित करते हुये गतिविधि आधारित शिक्षण को रोचक एवं प्रभावी बनाने का प्रयास किया गया है। इन गतिविधियों के द्वारा विषयागत जटिल बिन्दुओं को सहजता के साथ स्पष्ट करने का प्रयास किया गया है। राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद उत्तर प्रदेश, लखनऊ द्वारा विकसित इस माड्यूल में पर्यावरण के संरक्षण व संवर्द्धन, भौतिक संसाधनों के समुचित उपयोग और संरक्षण, स्थानीय एवं वैश्विक विकास के मध्य सामंजस्य स्थापित करने के लिए शिक्षकों एवं छात्रों को अभिप्रेरित किया गया है। आपके सुझाव माड्यूल को और अधिक समृद्ध बनाने में सहायक सिद्ध होंगे।

प्रशिक्षण में ध्यान देने योग्य बातें

अनुशासन किसी भी प्रशिक्षण का केन्द्रबिन्दु होता है। प्रशिक्षण में उत्साह एवं आनन्द का वातावरण बनाये रखने के लिए आवश्यक है कि कुछ महत्वपूर्ण बिन्दुओं को प्रशिक्षण की कार्ययोजना में सम्मिलित कर लिया जाये।

- प्रशिक्षण कक्ष सुरुचिपूर्ण व व्यवस्थित हो।
- कक्ष में पर्याप्त रोशनी की व्यवस्था हो।
- प्रशिक्षण कक्ष में अनुशासन बनाये रखने के उद्देश्य से प्रतिभागियों द्वारा लाये गये मोबाइल के प्रयोग को लेकर आवश्यक दिशा–निर्देश प्रदान कर दिये जायें।
- कक्षा का आकार प्रतिभागियों की संख्या के अनुरूप हो। बैठने की व्यवस्था इस प्रकार से की गयी हो कि सभी लोग एक दूसरे को देख सकें, क्योंकि संवाद के लिये यह अतिमहत्वपूर्ण है।
- व्हाइटबोर्ड/प्रोजेक्टर/श्यामपट्ट की व्यवस्था इस प्रकार हो कि वह कमरे के प्रत्येक कोने से दिखायी दे सके।
- प्रशिक्षण के दौरान काम आने वाली सामग्री पर्याप्त मात्रा में हो। जैसे–चॉक, डस्टर, पठन सामग्री की पर्याप्त प्रतियाँ, चार्ट पेपर, स्केच पेन आदि।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रशिक्षण स्थल पर प्रत्येक सत्र की निर्धारित समयावधि का पालन किया जाये।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों से सदैव शालीन व्यवहार करें। सभी प्रतिभागियों को बोलने का अवसर दें तथा उनकी बात को धैर्यपूर्वक सुनें।
- सुगमकर्ता द्वारा सत्र से पहले ही सत्र की तैयारी एवं रणनीति बना लेनी चाहिए।
- सुगमकर्ता स्वयं को भी प्रतिभागी की तरह ही मानें।
- प्रशिक्षणोपरान्त रिपोर्ट तैयार करें तथा सामग्रियों को व्यवस्थित कर लें।
- समय–समय पर वातावरण को सहज बनाने के लिये तार्किक चिंतन पर आधारित गतिविधियों का आयोजन भी किया जा सकता है। प्रतिदिन सत्रारम्भ से पहले, पूर्व दिवस के सत्र/सत्रों का पुनरावलोकन/फीडबैक ले लिया जाए।

अनुक्रमणिका

क्र0सं0	अध्याय	पृष्ठ संख्या
1	पर्यावरण संरक्षण	8–16
2	ग्राम पंचायत–भागीदारी / जिम्मेदारी	17–22
3	आओ जानें अपनी स्थिति	23–29
4	स्वच्छता	30–34
5	लोकतंत्र–अपनी व्यवस्था अपने हाथ	35–39
6	हम और हमारा इतिहास	40–44
7	सौर परिवार की सैर	45–49
8	बाल अधिकार	50–56
9	भोजन एवं स्वास्थ्य	57–59
10	आपदा प्रबन्धन	60–62
11	प्रतीकों की भाषा	63–66
12	हमारा संविधान हमारा रक्षक	67–75
13	यातायात के नियम एवं उपयोगिता	76–79
14	प्रोजेक्ट एवं भ्रमण	80–84
15	शान्ति एवं सौहार्द्र	85–90

- *गतिविधि से संबंधित पत्रक मॉड्यूल के अन्त में संलग्न हैं, सत्र–संचालन के दौरान सुगमकर्ता उनकी छायाप्रतियों का प्रयोग सुविधानुसार करें।*

पर्यावरणीय अध्ययन (कक्षा 3 से 5) मॉड्यूल के उद्देश्य

- पर्यावरण संरक्षण के महत्व पर समझ विकसित करना।
- पर्यावरणीय संरक्षण की चुनौतियों को समझना एवं उनके निदान हेतु चिंतन करते हुए उपाय खोजना संवैधानिक मूल्यों तथा कानून के महत्व को समझना।
- विद्यार्थियों में पर्यावरण के संदर्भ में भौगोलिक तथ्यों के ज्ञान की समझ को विकसित करना।
- पर्यावरण संरक्षण के संदर्भ में लोकतंत्र की भूमिका को समझना।
- सामाजिक उत्थान एवं पर्यावरणीय विकास हेतु शांति एवं सौहार्द्र की उपयोगिता को समझना।
- पर्यावरणीय संरक्षण में ग्राम पंचायत की भूमिका को समझना।
- त्योहारों को मनाते समय पर्यावरण संरक्षण के संबंध में सावधानियों के प्रति जागरूकता उत्पन्न करना।
- प्रतीकों की दैनिक व सामाजिक जीवन में आवश्यकता एवं महत्व को समझना।
- यातायात के नियम एवं पर्यावरण संरक्षण में भूमिका को समझना।
- प्राकृतिक आपदाओं के कारण एवं बचाव के उपायों पर समझ विकसित करना।
- पर्यावरण अध्ययन में भ्रमण एवं प्रोजेक्ट की उपयोगिता एवं क्रियान्वयन पर समझ विकसित करना।
- विद्यार्थियों में पर्यावरण के प्रति जागरूकता उत्पन्न करना एवं संरक्षण हेतु समझ विकसित करते हुए भागीदारी के लिए प्रेरित करना।

अध्याय–1

पर्यावरण संरक्षण

प्रत्याशित परिणाम–

1. पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरुकता का संचार करना।
2. पर्यावरण की उपयोगिता एवं महत्व से परिचय कराना।

प्रस्तावना–हमारी आधुनिक जीवनशैली और रहन–सहन के तरीकों ने पर्यावरण को काफी प्रभावित किया है। बढ़ते औद्योगीकरण ने जहां एक ओर नदियों के जल को प्रदूषित करने का काम किया है, वहीं दूसरी ओर वाहनों और कल–कारखानों से निकलने वाले धुएं से वातावरण में वायु प्रदूषण का खतरा बढ़ रहा है। देश की विशाल जनसंख्या के लिए भोजन और आवास की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए पेड़–पौधों की अंधाधुंध कटाई होने से पर्यावरण का संतुलन तेजी से बिगड़ रहा है। इन सभी पहलुओं की ओर ध्यान आकर्षित करने का एकमात्र उद्देश्य यहीं है कि हम अपने पर्यावरण के प्रति जागरुक बनें। हमारी कल की दुनिया तभी रहने लायक बची रहेगी, जब हमारा आज का आचरण पर्यावरण के अनुकूल होगा। पर्यावरण के प्रति हमारी थोड़ी सी जागरुकता इसके संरक्षण में एक बड़ी भूमिका निभा सकती है।

गतिविधि 1– विचार करें

आवश्यक सामग्री– प्रश्न व कथन लिखे पत्रक

पत्रकों पर लिखे प्रश्न–

1. अब सुबह सुबह चिड़ियों की चीं–चीं सुनाई क्यों नहीं देती?
2. नहरें और नदियां गन्दे नालों में कैसे बदल गये?
3. शहर में जगह जगह कचरे के ढेर पर्वत की शक्ल लेने लगे हैं?
4. सार्वजनिक स्थलों पर हम प्रायः अपनी नाक बन्द क्यों कर लेते हैं?
5. अब ताजी हवा पार्कों में भी नहीं होती...
6. हर साल गर्मी बढ़ क्यों जाती है?
7. रास्तों के किनारे पेड़ कम दिखते हैं...
8. भोजन से पौष्टिकता कहां गायब हो गयी?
9. दूध तो दूध अब तो... पानी की भी कीमत हो गयी...
10. दुकानदार से सामान खरीदकर हम प्रायः कहते हैं– जरा एक पालीथीन देना.....

प्रक्रिया–उपर्युक्त पत्रकों को दिखाते हुये सुगमकर्ता प्रतिभागियों का ध्यान विषय पर केन्द्रित करेगा। सुगमकर्ता इन पत्रकों को दिखाते हुये लिखे प्रश्नों को बोलेगा और सारे पत्रकों को दिखाने के बाद एक अन्य पत्रक भी दिखायेगा जिस पर पहले से **'जिम्मेदार कौन'** लिखा होगा। सुगमकर्ता इस बात पर बल देगा कि मनुष्य की गतिविधियों ने पर्यावरण पर अत्यंत बुरा प्रभाव डाला है और इसमें सुधार करने का उत्तरदायित्व भी हमारा ही है।

सुझावः– इन विचारों को एक चार्ट को विभिन्न प्रकार से मोड़ते हुये प्रदर्शित करें, इससे रोचकता बढ़ेगी और अधिगम भी प्रभावी होगा।

समेकन– इस गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों में पर्यावरण के प्रति जागरुकता निर्माण करेगा। प्रतिभागियों से प्रतिक्रियायें लेते हुये सुगमकर्ता इस तथ्य को स्पष्ट करेगा कि अपने आसपास के पर्यावरण में नकारात्मक बदलावों का कारण प्राकृतिक संसाधनों का आवश्यकता से अधिक दोहन है और साथ ही पर्यावरण के प्रति हमारी उदासीनता ने भी इसे दूषित किया है।

गतिविधि 2– जागो भाई! जागो!

आवश्यक सामग्री– वीडियो क्लिप

प्रकिया–

सुगमकर्ता पर्यावरण के प्रति हमारी असंवेदनशीलता को प्रकट करने वाले दृश्यों को वीडियो क्लिप के माध्यम से प्रस्तुत करेगा और प्रतिभागियों से पर्यावरण की उपयोगिता पर बातचीत करेगा और इनकी शुरुआत निम्न प्रश्नों के माध्यम से करेगा–

प्र.1. क्लिप में मेढक ने मास्क क्यों पहन रखा है?

प्र.2. ओजोन परत किन मुख्य गैसों के कारण क्षतिग्रस्त हो रही है?

प्र.3. वन्य जीवों के विलुप्त होने का प्रमुख कारण क्या है?

प्र.4. पानी मनुष्य के किन कार्यों के कारण दूषित हो रहा है?

प्र.5. रासायनिक खाद के प्रयोग का हमारे खाद्य पदार्थों पर क्या प्रभाव पड़ रहा है?

प्र.6. प्रस्तुत क्लिप में पर्यावरण बचाव के किन उपायों के बारे में बताया गया है?

इसके बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पर्यावरण को क्षति पहुंचाने वाले कारकों पर बात करते हुये एक समूह चर्चा करायेगा। सुगमकर्ता यह प्रयास करेगा कि चर्चा में पर्यावरण को प्रभावित करने वाले कारक और इसे संरक्षित करने के तरीकों पर चर्चा हो।

समेकन– चर्चा के दौरान सुगमकर्ता प्रतिभागियों की प्रतिक्रियाओं को श्यामपट्ट पर सूचीबद्ध करेगा और चर्चा के उपरान्त सभी बिन्दुओं को समाहित करते हुये प्रतिभागियों को पर्यावरण सुरक्षा के प्रति जागरूक बनने के लिए प्रेरित करेगा। वह इस तथ्य को स्पष्ट करेगा कि हमारे द्वारा किये गये छोटे–छोटे प्रयास भी पर्यावरण संतुलन को बनाने में एक बड़ा योगदान दे सकते हैं।

गतिविधि 3– अपनी पृथ्वी की देखभाल करें

आवश्यक सामग्री– प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार वर्ग पहेली वाले पेज, मार्कर व अन्य सहायक सामग्री

TAKE CARE OF OUR EARTH

R	H	S	A	R	T	L	Z	Q	M
E	B	D	N	S	W	A	T	E	R
C	L	N	A	T	R	N	A	I	E
Y	I	A	E	A	T	D	V	O	U
C	R	T	L	X	R	B	M	E	S
L	P	U	C	R	E	D	U	C	E
E	A	R	T	H	E	B	D	S	E
N	I	E	R	X	S	V	P	L	R
H	N	O	I	T	U	L	L	O	P
D	E	N	E	R	G	Y	N	X	V
P	L	A	N	E	T	P	A	I	R

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता उपर्युक्त पत्रक को सभी प्रतिभागियों में वितरित कर देगा और उनसे पर्यावरण, प्रदूषण और पृथ्वी से संबंधित कुछ शब्दों को ढूंढने के लिए कहेगा। इस वर्ग पहेली में ऐसे 15 शब्द छिपे हुये हैं। इस गतिविधि के लिए 5 मिनट का समय प्रदान किया जायेगा। सबसे पहले सभी सही शब्दों को खोज लेने वाले प्रतिभागी के लिए सुगमकर्ता पूरे सदन से प्रोत्साहन के रूप से तालियां बजवायेगा। इस गतिविधि के माध्यम से पृथ्वी और पर्यावरण से संबंधित कुछ शब्दों की खोज प्रतिभागियों द्वारा करायी जायेगी।

इस वर्ग पहेली में आये शब्द–

RECYCLE	REUSE	REDUCE	PLANET	EARTH
POLLUTION	TRASH	LAND	WATER	AIR
AIR	TREES	APRIL	NATURE	ENERGY

समेकन– सुगमकर्ता पर्यावरण से संबंधित इन शब्दों के महत्व के बारे में प्रतिभागियों के साथ चर्चा करेगा और पर्यावरण में इनके योगदान पर पूरे सदन के विचार लेते हुये गतिविधि का समेकन करेगा।

गतिविधि 4– आओ संवारें कल

आवश्यक सामग्री– चार्ट, स्केच, मार्कर व अन्य सहायक सामग्री।

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 6 समूहों में बांटकर उनमें निम्न शीर्षकों को आवंटित कर देगा–

1. REUSE, REDUCE, RECYCLE
2. प्रदूषण, कारण और निवारण
3. ऊर्जा के वैकल्पिक स्रोत
4. पेड़ लगाओ, पृथ्वी बचाओ
5. पॉलीथीन– अब और नहीं
6. पर्यावरण से संबंधित स्लोगन

इसके बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों को निर्देश देगा कि वे अपने–अपने समूहों में कार्य करते हुये उपर्युक्त शीर्षकों पर प्रस्तुतीकरण तैयार करें। इसके लिए उन्हें 15 मिनट का समय दिया जायेगा। तत्पश्चात सुगमकर्ता सभी समूहों द्वारा सदन में समूहवार प्रस्तुतिकरण करायेगा।

समेकन–प्रत्येक प्रस्तुतीकरण के उपरान्त सुगमकर्ता समूह द्वारा प्रस्तुत किये गये विचारों को समेकित करेगा और अंत में मुख्य बिन्दुओं को रेखांकित करते हुये समेकन करेगा।

गतिविधि 5– बेहाल पक्षी (कहानी)

अभिनय या फिंगर पपेट के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों के सम्मुख निम्न कहानी का प्रस्तुतीकरण करेगा–

जून का महीना था। गर्मी के मौसम में चिलचिलाती धूप चारों ओर पसरी थी और साथ ही पसरा था चारों और सन्नाटा। ऐसा लग रहा था मानों मातम छाया हो। सूर्य देवता ठीक बीच शिखर पर थे। तभी अचानक किसी ओर से उड़ता हुआ एक पक्षी आया। वह वहां लगे खम्भे के तार पर बैठ गया। गर्मी से उसका बुरा हाल था। पसीने से तरबतर चक्कर खाकर गिरने ही वाला था कि उसने खुद को संभाला। ऐसा मालूम होता था कि वह शहर के बाहर उस जंगल से आयी थी, जहां पेड़ों की कटाई का काम चल रहा था।

तभी वह पक्षी ऊपर देखते हुये बोला– ''हे भगवान! मेरे साथ इतना अन्याय क्यों? मेरा घर भी छीन लिया और पीने को एक बूंद पानी भी नसीब नहीं हो रहा, आखिर क्यों?''

तभी एक भयानक जोरदार आवाज हुयी– हाहाहा.....हाहाहा.....

आसमान में काले रंग के बादल छा गये और उनमें एक मुख की आकृति बन गई और हंसते हुये बोली– ऐ नादान पक्षी! इसमें भगवान का कोई कूसूर नहीं। यह तो खुद को समझदार समझने वाले इंसानों की बेवकूफी का नतीजा है।

पक्षी उसे देखकर घबरा गया और हकलाते हुये बोला– त..तत... तुम... कौन हो?

उस आकृति ने जवाब दिया– मैं कलयुग का दैत्य ब्लैक स्मोक हूं।

पक्षी– लेकिन इंसान मेरी बर्बादी का कारण कैसे है? वे तो अपने रहने के लिए ही जंगल काटकर घर बना रहे हैं।

दैत्य– हाहाहा.... हाहाहा... वही तो आबादी को बढ़ने से रोकने की जगह खूब पेड़ काट रहे हैं और जब जगह ही खत्म हो जायेगी, तो आपस में ही सब लड़ मरेंगे।

पक्षी इस बात पर हैरान हो गया और बोला–चलो रहने के लिए घर नहीं तो कम से कम पीने को दो घूंट पानी तो मिले।

तभी दैत्य ने इशारा करते हुये कहा– पानी, वो शहर के उस किनारे पर वह फैक्ट्री दिख रही है। वहां से निकलने वाले केमिकल ने नदी का सारा पानी विषैला कर दिया है। तुम्हे पानी तो मिलेगा लेकिन वह पीने लायक न होगा।

अचानक पक्षी को कुछ घुटन महसूस होने लगी– यह मेरा दम क्यों घुट रहा है।

दैत्य– मेरी मौजूदगी के कारण....

पक्षी– लेकिन तुम मेरे साथ ऐसा क्यों कर रहे हो। मैने तुम्हारा क्या बिगाड़ा है?

दैत्य– मैं तो जन्मा ही इन सभी के विनाश के लिए हूं, संसार के अंत के लिए। ये मनुष्य पेड़–पौधे काट–काट कर और प्रदूषण फेलाकर मेरी ताकत बढ़ा रहे हैं, लेकिन ये इस बात को भूल रहे हैं कि एक दिन मेरी ताकत इतनी बढ़ जायेगी कि जिस तरह आज तुम्हारा अंत होने वाला है, इसी तरह सब इंसानों का भी अंत हो जायेगा।

उस दैत्य के हाहाकार के बीच उस पक्षी के प्राण निकल गये और मानवजाति के लिए एक सवाल खड़ा हो गया।

समेकन– कहानी पूरी होने के बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों से बिगड़ते वातावरण के कारणों और सुधार के उपायों पर चर्चा करते हुये उनकी प्रतिक्रियाओं को श्यामपट्ट पर अंकित करते हुये वातावारण की उपयोगिता और इसके महत्व पर प्रतिभागियों से चर्चा करेगा।

सुझाव– सुगमकर्ता इस कहानी का प्रस्तुतीकरण प्रतिभागियों से अभिनय द्वारा भी करा सकता है।

गतिविधि 6– इतनी गर्मी क्यों?

आवश्यक सामग्रीः– संबंधित वीडियो क्लिप, मार्कर व अन्य सहायक सामग्री।

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को ग्लोबल वार्मिंग से संबंधित वीडियो क्लिप दिखायेगा। इसके उपरान्त निम्न प्रश्नों के माध्यम से ग्रीन हाउस प्रभाव को कम करने के उपायों पर प्रतिभागियों से चर्चा करेगा–

प्र.1. 21वीं सदी में पृथ्वी के तापमान में कितनी वृद्धि की बात कही गयी है?

प्र.2. पृथ्वी का तापमान किन गैसों के कारण बढ़ रहा है?

प्र.3. ग्रीन हाउस प्रभाव से जलीय प्राणियों और हिमखण्डों को क्या नुकसान हो रहा है?

प्र.4. ग्लोबल वार्मिंग को किस प्रकार कम किया जा सकता है?

अन्यः– शिक्षक एक प्रयोग द्वारा कक्षा में बच्चों के समक्ष ग्लोबल वार्मिंग की अवधारणा स्पष्ट कर सकता है। इसके लिए एक कांच के जार और दो थर्मामीटर की आवश्यकता होती है। सूर्य के प्रकाश में एक थर्मामीटर को जार में बन्द करके रख दिया जाता है, दूसरे थर्मामीटर को खुले वातावरण में लेकिन धूप में ही रखा जाता है। यह बात ध्यान रखना जरूरी है कि जार का ढक्कन अच्छी तरह से बन्द हो। इसके बाद प्रत्येक एक मिनट बाद दोनों थर्मामीटर के पाठ्यांकों को नोट किया जाता है। 10 मिनट तक जार के अन्दर रखे थर्मामीटर के बदलते हुये पाठ्यांक की ओर बच्चों का ध्यान आकर्षित करते हुये ग्लोबल वार्मिंग के प्रभाव को स्पष्ट किया जाये।

गतिविधि 7– सुधारें मेरी सेहत

आवश्यक सामग्री– प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार नीचे दिये गये पत्रक, मार्कर, स्केच व अन्य सहायक सामग्री।

प्रक्रिया–सुगमकर्ता प्रतिभागियों में नीचे दिये गये दोनों पत्रकों को वितरित करेगा और उनसे एक पत्रक में दिये गये बिन्दुओं को दूसरे पत्रक में छांटकर दिये गये प्रारूप के अनुसार भरना होगा। इसमें उन्हें यह विचार करना होगा कि कौन सी बात हमारे पर्यावरण के लिए लाभदायक है और किन कृत्यों से पर्यावरण को क्षति पहुंचती है।

पत्रक 1

1. वृक्ष लगाना
2. कम दूरी के लिए साइकिल का उपयोग
3. पानी बचाना
4. कैन्स का पुनःचक्रण
5. पार्क में कूड़ा फेंकना
6. अखबारों का पुनः चक्रण
7. विद्युत उपकरणों को अनावश्यक रूप से चालू अवस्था में छोड़ देना

8. वृक्षों की कटाई
9. वाहनों में ईंधन का जरूरत से अधिक उपयोग
10. सड़कपर यहां–वहां कूड़ा फेंकना
11. कल–कारखानों के अपशिष्ट को नदी या नहरों में बहा देना
12. कीटनाशकों का अत्यधिक उपयोग
13. कांच और प्लास्टिक की बोतलों को फेंक देना
14. परिवेशीय पेड़–पौधों और जन्तुओं की देखभाल करना
15. घर में सूखे और गीले कचरे के लिए अलग–अलग कूड़ेदान का प्रयोग
16. पर्याप्त सूर्य का प्रकाश होने पर लाइट्स को बन्द रखना
17. फैक्टरियों से निकलने वाले रसायनों को नहरों व नालियों में बहा देना
18. बर्तन धुलने के दौरान या शेव करते समय पानी का उचित उपयोग
19. खिड़की से बाहर कूड़ा फेंक देना
20. प्लास्टिक की थैलियों का उपयोग

पत्रक 2

मैं खुश!

मैं दुःखी!

प्रोजेक्ट कार्य–

1. शिल्प कार्य के अन्तर्गत छात्रों से विद्यालय में पुराने अखबारों, बोरियों आदि का प्रयोग करते हुये थैलों का निर्माण करायें।
2. शिक्षक छात्रों के साथ मिलकर प्रत्येक कक्षा–कक्ष के लिए कूड़ेदान का निर्माण करायें, जिन्हें बनाने के लिए पेंट के पुराने डिब्बों और अखबारों का प्रयोग किया जा सकता है।
3. विद्यालय में 'मेरा पौधा' नाम से क्रियाकलाप करायें जिसके अन्तर्गत छात्रों के नाम से विद्यालय की फुलवारी क्यारी में पौधे लगवायें।

अध्याय–2

ग्राम पंचायत भागीदारी / जिम्मेदारी

सम्भावित परिणाम :–

1 ग्राम पंचायत की समझ विकसित होगी।

2: ग्राम पंचायत के कार्यो को सूचीबद्ध कर पायेंगे।

3. विद्यालय हेतु ग्राम पंचायत द्वारा किए जाने वाले कार्यों को बता पायेंगे।

4. ग्रामवासी के रूप में अपने अधिकारों एवं कर्तव्यों से परिचित हो सकेंगे।

प्रस्तावना–हम जिस गांव में रहते हैं उस गांव के सदस्य के रूप में हमारा क्या अधिकार है और क्या कर्तव्य है, यह जानना हमारे लिए अत्यन्त आवश्यक है। साथ ही हमारे गांव की समस्याओं का निपटारा कैसे होता है, कोई नया कार्य करना हो तो उसकी योजना किस प्रकार बनती है, उसका क्रियान्वयन कैसे होता है, यह जानना भी जरूरी है। प्रस्तुत अध्याय द्वारा हमें इन बिन्दुओं पर जानकारी प्राप्त होगी।

गतिविधि 1– वीडियो – ग्राम विकास (भागीदारी / जिम्मेदारी)

https://youtu.be/-v6BgOGbRK

सहायक सामग्री–चार्ट पेपर, A-4 साइज पेपर, मार्कर, कलर, लैपटाप, प्रोजेक्टर, पेन ड्राइव आदि।

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को एक वीडियो दिखाया जायेगा। वीडियो दिखाने के पश्चात प्रतिभागियों को एक प्रश्नावली दी जायेगी एवं साथ में एक ओ0एम0आर0 शीट दी जायेगी। प्रतिभागियों को एक निश्चित समय में (2 से 3 मिनट अधिकतम) ओ0एम0आर0 शीट भरने को कहा जायेगा। तत्पश्चात भरें हुये शीट को सुगमकर्ता द्वारा एकत्रित कर लिया जायेगा। एवं उनका मूल्यांकन कर प्राप्तांक से प्रतिभागियों को अवगत करा दिया जायेगा।

मूल्यांकन प्रपत्र

प्र01– पंचायती राज व्यवस्था का लक्ष्य क्या है?
(क) ग्राम विकास
(ख) केवल पुरूषों का विकास
(ग) केवल महिलाओं का विकास
(घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

प्र02– ग्राम विकास की जिम्मेदारी किसकी है?
(क) गांव के बुजुर्गों की
(ख) केवल पुरूषों की
(ग) गांव के सभी लोगों की
(घ) केवल सरकार की

प्र03– गाँव के विकास के लिए निम्न में से किन–किन बिन्दुओं पर ध्यान देना आवश्यक है?
(क) स्वास्थ्य
(ख) शिक्षा
(ग) शौचालय निर्माण
(घ) उपरोक्त सभी

प्र04– दीर्घ योजना और लघु योजना कितने–कितने वर्ष की बनाने की बात कही गयी है?
(क) 5 वर्ष –1 वर्ष
(ख) 10 वर्ष –2 वर्ष
(ग) 15 वर्ष –3 वर्ष
(घ) 20 वर्ष –4 वर्ष

प्र05– वीडियो में किस बात का ध्यान रखने की बात की गयी है?
(क) आंख मूंद कर न रहने की
(ख) ग्राम विकास में भागीदार न बनने की
(ग) ग्राम विकास योजना न बनाने की
(घ) उपरोक्त सभी

प्र06– पंचायत का चुनाव कितने वर्ष बाद होता है?
(क) 1 वर्ष बाद
(ख) 5 वर्ष बाद
(ग) 10 वर्ष बाद
(घ) 15 वर्ष बाद

प्र07– प्रधान को और किस नाम से जानते है?
(क) सरपंच
(ख) जिला पंचायत अध्यक्ष
(ग) ग्राम विकास अधिकारी
(घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

प्र08– प्राकृतिक संसाधन क्या है?
(क) नदी
(ख) फैक्ट्री
(ग) मकान
(घ) उपरोक्त सभी

प्र09– वीडियो में कौन सा चित्र नहीं दिखाया गया है?
(क) गांव का
(ख) विद्यालय का
(ग) तालाब का
(घ) शहर का

प्र010– ग्राम–पंचायत के कार्यों का लेखा–जोखा (रिकार्ड) कौन रखता है?
(क) ग्राम सचिव
(ख) गांव के बुजुर्ग व्यक्ति
(ग) खण्ड विकास अधिकारी
(घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

उत्तर पत्रक (ओ0एम0आर0 शीट)

क्र0 सं0	क	ख	ग	घ
1.	○	○	○	○
2.	○	○	○	○
3.	○	○	○	○
4.	○	○	○	○
5.	○	○	○	○
6.	○	○	○	○
7.	○	○	○	○
8.	○	○	○	○
9.	○	○	○	○
10.	○	○	○	○

समेकन– सुगमकर्ता द्वारा प्रमुख बिन्दुओं की पुनरावृत्ति करते हुए स्पष्ट किया जायेगा कि इस गतिविधि में दिखाये गये वीडियो में आपने देखा कि ग्रामीण क्षेत्रों में कौन–कौन से संसाधन उपलब्ध हैं एवं सामूहिक भागीदारी द्वारा हम उन संसाधनों का जनकल्याण हेतु किस प्रकार उपयोग करें कि पर्यावरणीय संरक्षण के साथ हम विकास के पथ पर आगे बढ़ पायें।

गतिविधि 2– 'प्रधान के नाम पत्र'

सहायक सामग्री–चार्ट पेपर, A-4 साइज पेपर, मार्कर, कलर आदि।

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी से प्रधान के नाम एक–एक पत्र लिखने को कहेगा जिसमें प्रतिभागी उन कार्यों का उल्लेख करेंगे जो कि वो प्रधान के माध्यम से अपने विद्यालय अथवा गांव में कराना चाहते हैं।

समेकन– पत्रों के संकलन के बाद सुगमकर्ता द्वारा प्रमुख बिन्दुओं पर सदन से चर्चा करते हुए इस प्रक्रिया को समेकित किया जायेगा।

गतिविधि 3– नाटक –''हमारी ग्राम पंचायत, हमारे प्रधान जी की जबानी'

सहायक सामग्री–चार्ट पेपर, A-4 साइज पेपर, मार्कर, कलर आदि।

प्रक्रिया–किसी एक प्रतिभागी को ग्राम प्रधान बनाया जायेगा तथा दूसरा प्रतिभागी ग्रामवासी की भूमिका निभायेगा। सुगमकर्ता सदन प्रारम्भ होने से पूर्व नाटक मंचन हेतु प्रतिभागियों को नाटक का छपा हुआ पत्रक उपलब्ध करायेगा। वे मंच पर आकर बैठेगें तथा शेष सभी प्रतिभागी जनता के रूप में प्रश्न पूछेगें तथा प्रधानजी उसका उत्तर देगे।

एक लघु नाटक का उदाहरण–

प्रधान– आओ–आओ नन्दन भइया, बहुत दिन बाद आना हुआ।

नन्दन– राम–राम प्रधान जी।

प्रधान– राम–राम।

नन्दन– क्या करें प्रधान जी आना तो चाहते थे लेकिन ये बीमारियां पीछा छोड़े तब ना।

प्रधान– बीमारियां अरे क्या हुआ?

नन्दन– पूंछों नहीं प्रधान जी, जब देखो तब पेट खराब रहता है घर में सभी को उल्टी–दस्त आये दिन होने लगते हैं। डॉक्टर के पास जाओं तो बस वो एक इंजेक्शन लगाता है और रू0100 ले लेता है।

प्रधान– हमने सुना था तुम्हारी बेटी को बिटिया हुई थी, वह भी खत्म हो गई?

नन्दन– हाँ प्रधान जी! ऊपरी चक्कर हो गया था।

प्रधान जी– अच्छा नन्दन ये बताओ हमने शौचालय बनवाया था तुम्हारा वो कैसा काम कर रहा है। उसी में जाते होना शौच के लिये?

नन्दन–(झिझकते हुए) कहां प्रधान जी! बीना की अम्मा तैयार ही नहीं उसमें शौच जाने के लिए तो बड़े लल्ला ने उसमें दो पट्टियां डालकर परचून की दूकान खोल ली। क्या करते प्रधान जी खर्चा भी बहुत हैं ना।

प्रधान– फिर शौच के लिए?

नन्दन– अरे प्रधान जी शौच के लिये घर के पीछे वाली ऊसर है ना।

प्रधान– नन्दन बस यही तुम और तुम्हारे परिवार की बीमारी का कारण है। सरकार कितनी योजनायें तुम्हारे हित में चला रही है लेकिन तुम हो कि पुरानी आदतों को छोड़ना ही नहीं चाहते।

तुम्हारे द्वारा खुले में किये गये शौच पर बैठी मक्खी अपने छोटे–छोटे पैरों में सैकड़ों कीटाणु समेटे जब तुम्हारे भोजन पर बैठेगी तो तुम्हे कौन ठीक कर पायेगा। हर घर में शौचालय बनवाना सरकार का मुख्य उद्देश्य है। इसी के साथ सरकार पक्के मकान और मकान के स्नानघर बनाने की भी शुरूआत कर चुकी है ताकि हम शौचालय में शौच जायें और प्रतिदिन स्नानघर में स्नान सफाई के साथ नहा कर बीमारियों से बचे रहें, और तो और स्वच्छ पेय जल हेतु हैण्डपम्प की मरम्मत कराने के तो आदेश हैं ही, साथ ही तुम्हारे गांव में अब पानी की टंकी लगने वाली है जिसका कनेक्शन प्रत्येक ग्रामवासी को दिया जायेगा और ग्रामवासी को शुल्क के रूप में कुछ रूपये सरकार को देने होंगे, ताकि हर घर में नल द्वारा शुद्ध पानी पहुंच सकें।

नन्दन– अच्छा! ये तो नई योजना लगती है प्रधान जी, लेकिन हमारे पास तो रूपये ही कहाँ है कनेक्शन लेने के।

प्रधान–नन्दन! तुम्हारी वृद्धावस्था पेंशन और तुम्हारे छोटे लड़के को सरकार ने विकलांग पेंशन देने का आदेश कर दिया है। तो उससे तुम्हें थोड़ी राहत जरूर मिलेगी और रही तुम्हारी बीमारी की समस्या तो गांव के सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर डा0/ए0एन0एम0 सप्ताह के कुछ निश्चित दिन आते है उनसे मुफ्त में इलाज कराओ।

अब तो तुम्हारे गांव में कौशल विकास केन्द्र भी खुलने वाला है जिसमें लघुउद्योग जेसे– अचार, पापड़, बडी बनाना, बागवानी, कढ़ाई सिलाई, कम्प्यूटर इत्यादि का प्रशिक्षण भी मुफ्त में दिया जायेगा। सरकार भी लघु उद्योगों के लिये कम ब्याज पर ऋण देती है। तुम चाहो तो बडी बेटी, बेटे एवं पत्नी को यहाँ से प्रशिक्षण दिलवा सकते हो एवं स्वयं का उद्योग धन्धा डाल सकते हो।

नन्दन– वाह प्रधान जी! ऐसा लग रहा है जंगल में मंगल होने वाला है।

प्रधान– हां नन्दन लेकिन एक बात और अपने छोटे बच्चों को नियमित विद्यालय भेजो ताकि वे तुम्हारी तरह अनपढ़ रह कर जिन्दगी में संघर्ष ही करते न रह जाये। प्राथमिक विद्यालय में अब पर्याप्त शिक्षक, निःशुल्क ड्रेस, बर्तन, किताबों का प्रावधान है और मध्यान्ह भोजन भी है।

नन्दन– प्रधान जी मुझे तो पता ही नहीं था इतना सब कुछ गांव में हो रहा है। बहुत–बहुत धन्यवाद प्रधान जी मैं चलता हूँ शौचालय से दुकान जो मुझे हटानी है।

प्रधान– ठीक है नन्दन जाओ जाओ गांव के विकास की जिम्मेदारी एवं भागीदारी सभी की है। जाओ और अपने परिवार के साथ सभी को बताओ और जागरूक करो।

समेकन– सुगमकर्ता द्वारा प्रमुख बिन्दुओं पर सदन से चर्चा करते हुए स्पष्ट करेगा कि उपरोक्त गतिविधि के माध्यम से ग्राम पंचायत द्वारा कौन से कार्यक्रम ग्रामवासियों के स्वास्थ्य, स्वच्छता एवं प्रगति के लिए चलाये जा रहे हैं, का ज्ञान सुगमतापूर्वक एवं रोचकता के साथ बच्चों को कराकर विकास कार्यक्रमों के प्रति बच्चों में जागरुकता ला सकते हैं।

गतिविधि 4– कैसे काम करती है हमारी ग्राम पंचायत'

सहायक सामग्री–चार्ट पेपर, A-4 साइज पेपर, मार्कर, कलर आदि।

प्रक्रिया– टेप रिकार्डर के माध्यम से ऑडियो क्लिप–'**कैसे काम करती है हमारी ग्राम पंचायत'** सुनायी जायेगी।

(नोट– ऑडियो सुनाने से पहले समूह को टीम ए एवं बी में विभाजित किया जायेगा एवं यह निर्देश दिया जायेगा कि प्रत्येक समूह ऑडियो सुनकर 20 प्रश्नों का निर्माण करेगा जो समूह ए द्वारा बी से व समूह बी द्वारा समूह ए से पूछे जायेंगे। सुमगकर्ता हर सही उत्तर पर उस टीम को 1अंक प्रदान करेगा।)

समेकन– सुगमकर्ता द्वारा प्रमुख बिन्दुओं पर सदन से चर्चा करते हुए इस प्रक्रिया को समेकित किया जायेगा।

गतिविधि 5– 'समस्या हमारी समाधान हमारा'

सहायक सामग्री–चार्ट पेपर, A-4 साइज पेपर, मार्कर, कलर आदि।

प्रक्रिया– टेप रिकार्डर के माध्यम से ऑडियो क्लिप– सुनायी जायेगी।

सुगमकर्ता पूर्व तैयारी में ग्रामीण समस्याओं से संबंधित समस्याओं की पर्चियां तैयार रखेगा। प्रतिभागियों को दो समूहों में विभाजित करेगा। तत्पश्चात एक समूह को पर्ची उठाकर समस्या पढ़नी होगी एवं दूसरे समूह को उन समस्याओं पर सुझाव देने होंगे।

1. सड़क की समस्या
2. बिजली की समस्या
3. शुद्ध पेय जल का अभाव
4. सिंचाई के साधनों का अभाव
5. शिक्षा व्यवस्था
6. स्वच्छ परिवेश का अभाव
7. स्वास्थ्य सुविधाओं का अभाव
8. रोजगार के अवसरों का अभाव
9. प्राकृतिक संसाधनों का अत्यधिक दोहन
10. गांव में बढ़ते अपराध एवं नशाखोरी

समेकन– उपरोक्त समस्याओं पर प्रतिभागियों द्वारा चर्चा परिचर्चा के पश्चात् सुगमकर्ता हमारी समस्या, हमारा समाधान के अन्तर्गत महत्वपूर्ण बिन्दुओं का समेकन करते हुए स्पष्ट करेगा कि इस गतिविधि के माध्यम से हमने देखा कि किस तरह की समस्यायें हमारे ग्रामीण क्षेत्रों में आती है और उनका किस तरह समाधान स्थानीय स्तर पर कर सकते हैं। इसके लिए ग्राम प्रधान के साथ स्थानीय स्तर की जनता की सहभागिता एवं जागरूकता आवश्यक है।

प्रोजेक्ट कार्य– समूह को चार भागों में विभाजित करके प्रत्येक समूह को निम्न में से एक– एक कार्य दिया जायेगा।

1. ग्राम पंचायत द्वारा किये जाने वाले कार्यो से सम्बंधित स्क्रेब बुक बनाना।
2. केन्द्र और राज्य सरकार की योजनाओं से संबंधित पेपर कटिंग पर प्रोजेक्ट वर्क बनाए।
3. अपने–अपने विद्यालय से संबंधित ग्राम पंचायत के विकास कार्य पर प्रोजेक्ट वर्क बनाए।
4. एक आदर्श ग्राम पंचायत का मॉडल (थर्माकोल द्वारा) तैयार करना।

अध्याय–3
आओ जानें अपनी स्थिति

प्रत्याशित परिणाम –

- कक्षा–शिक्षण में दिशाओं के ज्ञान से पहले दिशाओं की महत्ता समझना सहज हो सकेगा।
- ग्लोब के विषय में बताने से पूर्व गेंद के माध्यम से सरल से जटिल की ओर जाना सहज हो सकेगा।
- अक्षांश–देशांतर रेखाओं का महत्व स्पष्ट हो सकेगा।
- प्रतिभागियों के माध्यम से अक्षांश एवं देशान्तर रेखाओं को स्पष्ट करने हेतु नवीन विधियाँ जान सकेंगे।

प्रस्तावना –

कक्षा–शिक्षण में बच्चों को सिखाये गये प्रकरण को उनके व्यवहारिक दैनिक जीवन से सह–सम्बन्धित करना अत्यंत आवश्यक है। इस सत्र के अन्तर्गत बच्चों को उनके परिवेश का ज्ञान कराने के सन्दर्भ में उनके निवास की स्थिति, रिश्तेदारों के रहने की स्थिति, उनके गाँव के आस–पास के स्थल आदि को बताते समय दिशाओं के ज्ञान के महत्व को बताना अत्यंत लाभप्रद होगा। बच्चों को पृथ्वी के विषय में बताने के लिए ग्लोब जैसे जटिल मॉडल को प्रयोग में लाने से पूर्व गेंद के माध्यम से सम्बन्धित करते हुए सरल से जटिल की ओर ले जाना उचित रहेगा। अक्षांश एवं देशांतर रेखाओं के विषय में जानकारी देने से पूर्व इन रेखाओं की महत्ता एवं आवश्यकता को सरलता से स्पष्ट कर देना हमारे शिक्षण में सहायक सिद्ध होगा।

गतिविधि 1 –

आवश्यक सामग्री – सादा कागज, मार्कर

प्रक्रिया –

- सुगमकर्ता सर्वप्रथम प्रतिभागियों के सम्मुख एक सादा कागज व मार्कर लेकर प्रस्तुत होगा।
- सुगमकर्ता किसी एक प्रतिभागी के करीब जाकर उससे मार्कर द्वारा सादे कागज पर एक बिन्दु बनवाएगा।
- सुगमकर्ता उस लगाये गये बिन्दु को कुछ रोचक नाम देकर नामित कर देगा, जैसे – बिन्दु–मीना।

- इसी प्रकार पुनः यही प्रक्रिया दोहराई जायेगी और उस नये बिन्दु को भी कुछ रोचक नाम दे दिया जायेगा, जैसे – बिन्दु–मिट्ठू।
- सुगमकर्ता अब इस सादे कागज को सभी प्रतिभागियों को प्रदर्शित करते हुए निम्नवत् प्रश्नों के माध्यम से प्रतिभागियों के उत्तर आमंत्रित करके चर्चा करवायेगा।

सम्भावित प्रश्न –

- बिन्दु मीना कहाँ पर है? {सर्वप्रथम सादे कागज पर बिन्दु की स्थिति प्रदर्शित करते हुए}
- बिन्दु मिट्ठू कहाँ पर है?
- पुनः बिन्दु मीना कहाँ पर है? {सादे कागज को उलट–पलट कर (ऊपर से नीचे) प्रदर्शित करते हुए}
- पुनः बिन्दु मिट्ठू कहाँ पर है?
- अच्छा! अब बिन्दु मीना कहाँ पर है? {सादे कागज को पुनः दायें से बायें घुमाकर प्रदर्शित करते हुए}
- अच्छा! अब बिन्दु मिट्ठू कहाँ पर है?

सम्भावित उत्तर –

- बिन्दु मीना ऊपर है, बिन्दु मिट्ठू नीचे है।
- बिन्दु मीना अब नीचे है व बिन्दु मिट्ठू अब ऊपर है।
- बिन्दु मीना अब दायीं ओर है, बिन्दु मिट्ठू अब बायीं ओर है।

सम्भावित उत्तरों के प्राप्त होने के पश्चात् बिन्दुओं की सटीक स्थिति को जानने को लेकर एक भ्रम की स्थिति उत्पन्न होगी, ऐसी स्थिति में सुगमकर्ता दिशाओं की महत्ता की ओर प्रतिभागियों का ध्यानाकर्षण करते हुए उन्हें 4 समूहों में विभाजित करने के उपरान्त निर्धारित समयावधि में (5 मिनट) दिशाओं की महत्ता पर विचार संकलन (सादे कागज पर) करायेगा और संक्षेप में बड़े समूह में साझा करने को कहेगा।

प्राप्त होने वाले सम्भावित उत्तर –

1. दिशा का ज्ञान वस्तु की स्थिति का सही अनुमान लगाने के लिए आवश्यक है।
2. यात्रा के दौरान सही गंतव्य पर पहुँचने के लिए जरूरी है।
3. किसी के सापेक्ष अपनी स्थिति जानने के लिए जरूरी है।

प्रस्तुतीकरण के दौरान किसी एक प्रतिभागी के माध्यम से सुगमकर्ता महत्वपूर्ण एवं समान उत्तरों (विचारों) को एक चार्ट पेपर पर अंकित करा लेगा।

- अब सुगमकर्ता प्राप्त उत्तरों का सम्बन्ध दिशा के महत्व से जोड़ते हुए हमारे दैनिक जीवन में उसकी उपयोगिता को सदन के सहयोग से स्पष्ट करेगा।
- कक्षा–शिक्षण में मानचित्र का ज्ञान कराते समय दिशा के ज्ञान की आवश्यकता को सह–सम्बन्धित करेगा।

गतिविधि 2 – (कक्षा–शिक्षण हेतु)

आवश्यक सामग्री – लकड़ी की दो छड़ें, कील, धागा, मार्कर, कागज।

प्रक्रिया –

- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को अवगत कराया जायेगा कि धन चिह्न के आकार के बने लकड़ी की छड़ के यंत्र को कक्षा–शिक्षण के दौरान किसी वस्तु/व्यक्ति के सापेक्ष घुमाकर दिशा को जानने का अभ्यास बच्चों से कराया जा सकता है, जिस पर दिशायें अंकित हों।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागी को आमंत्रित करते हुये संबंधित गतिविधि को अन्य प्रतिभागियों के समक्ष प्रस्तुतीकरण किया जायेगा।

गतिविधि 3 –

आवश्यक सामग्री – 4 कुर्सियाँ, चुम्बकीय कम्पास

प्रक्रिया –

- सुगमकर्ता 4 प्रतिभागियों को आगे बुलाकर उन्हें सामने पड़ी कुर्सियों के चारों ओर चक्कर लगाने को कहेगा, जबकि उसे एक गाना मोबाइल द्वारा बजता हुआ सुनाई दे रहा होगा।
- जैसे ही गाना बंद होगा, प्रतिभागी जहाँ कहीं भी कुर्सी पाएगा उस ओर मुख करके बैठ जायेगा। (कुर्सियाँ चारों दिशाओं की ओर मुख की हुई होंगी)
- सुगमकर्ता इन चारों बैठे प्रतिभागियों के मुख की सही स्थिति (दिशा) को पता लगाने के लिए अन्य सभी प्रतिभागियों से प्रश्न करेगा।

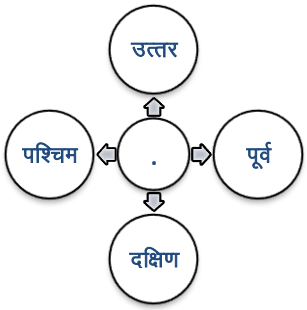
सम्भावित प्रश्न –

1. बताइए! प्रतिभागी (1) किस दिशा में है?
2. बताइए! प्रतिभागी (2) किस दिशा में है?
3. बताइए! दक्षिण दिशा में कौन सा प्रतिभागी है?

सम्भावित उत्तर –

1. प्रतिभागी (1) पूर्व दिशा में है।
2. प्रतिभागी (2) पश्चिम दिशा में है।
3. दक्षिण दिशा में प्रतिभागी (4) है।
   (समस्यात्मक उत्तर भी हो सकते हैं।)

कुर्सियों के क्रम



इस प्रकार प्राप्त सभी सम्भावित उत्तरों को सुनने के बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों को वास्तविक दिशाओं व मानचित्र, दिशाओं के बीच अंतर स्पष्ट करेगा व बतायेगा कि यहाँ बंद कमरे में यह बता पाना मुश्किल है कि सामने की ओर बैठा प्रतिभागी उत्तर दिशा में ही है। इसके लिए वह सूरज से सम्बन्ध जोड़ते हुए अंतर स्पष्ट करेगा और कहेगा कि इसलिए सूरज के आधार पर दिशाओं का निर्धारण सुनिश्चित किया गया है, जिसके आधार पर ही हम अन्य तीन दिशाओं का पता लगा सकते हैं।

- सुगमकर्ता इसी दौरान प्रतिभागियों के मध्य कम्पास दिखाकर इसकी सुइयों की दिशाओं से परिचित कराकर भी चारों दिशाओं को जानने का अभ्यास करायेगा।
- इसी क्रम में सुगमकर्ता दिशाओं का सम्बन्ध मानचित्र से जोड़ने के उपरान्त सदन से निम्नलिखित प्रश्न करेगा–

प्रश्न – छात्रों को पृथ्वी की संकल्पना समझाने के लिए हम किन वस्तुओं का प्रयोग करते हैं?

सम्भावित उत्तर – गेंद, संतरे, ग्लोब का प्रयोग।

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों के साथ चर्चा करते हुये दिशाओं एवं मानचित्र संबंधी शिक्षण हेतु प्रयोग में लायी जा रही विभिन्न गतिविधियों एवं क्रियाकलापों का क्रमशः प्रस्तुतीकरण कराते हुये समझ विकसित की जायेगी।

प्रस्तुतीकरण के उपरान्त सदन का ध्यान ग्लोब की ओर आकर्षित करते हुए ग्लोब की जटिलताओं की ओर चर्चा को गति देने के लिए ग्लोब का प्रदर्शन करते हुए सदन से निम्नलिखित प्रश्न करेगा –

सम्भावित प्रश्न –

- आर्कटिक महासागर कहाँ है?
- देशातंर रेखाएँ कितनी हैं?
- अंतर्राष्ट्रीय तिथि रेखा तिरछी क्यों है?

चर्चा के दौरान प्राप्त सम्भावित सही उत्तरों की अपेक्षा न करते हुए सदन की सहमति इस बात के लिए स्थापित करेगा कि देखा! कैसे एकदम से आपके समक्ष ग्लोब ला देने से आप स्वयं उसकी जटिलताओं में उलझकर रह गये और सभी प्रतिभागी सही उत्तर न दे सके, इसलिए सदन का ध्यान इस ओर आकर्षित करेगा कि ग्लोब प्रदर्शन से पहले प्रतिभागियों को ग्लोब से पूर्व की जानकारियाँ सरलता से गेंद के माध्यम से समझाना ज्यादा बेहतर होगा।

गतिविधि 4– आओ समझें अपनी धरती

आवश्यक सामग्री– नीली गेंद, साइकिल तीली/सींक/लकड़ी

प्रक्रिया–

- सुगमकर्ता स्वयं एक नीली गेंद (पूर्व से दो बराबर भागों में विभाजित परन्तु हाथ से जोड़ी हुई) प्रतिभागियों के सम्मुख साइकिल तीली/सींक/लकड़ी घुसाकर (पूर्व से किये छिद्रों में) उत्तरी ध्रुव, दक्षिणी ध्रुव, गोलार्द्ध, भूमध्य रेखा, कर्क रेखा, मकर रेखा इत्यादि मार्कर से बनाते हुए सामान्य समझ विकसित करेगा।
- इसके उपरान्त सुगमकर्ता प्रतिभागियों के मध्य अक्षांश एवं देशातंर रेखाओं की आवश्यकता एवं महत्व पर निम्नलिखित गतिविधि के माध्यम से समझ विकसित करने का प्रयास करेगा।

गतिविधि 5– बूझो तो जानें

आवश्यक सामग्री– गेंद, मार्कर

प्रक्रिया–

- सुगमकर्ता एक गेंद पर मार्कर से एक बिन्दु लगाकर प्रश्न करेगा कि इसकी स्थिति क्या है?
- सम्भावित उत्तर होगा – बिन्दु आगे की ओर है।
- सुगमकर्ता द्वारा अब गेंद को घुमाकर उसी बिन्दु की स्थिति पूछी जायेगी।
- सम्भावित उत्तर होगा – बिन्दु अब पीछे की ओर है।
- इस प्रकार सुगमकर्ता प्रतिभागियों से बिन्दु की सही स्थिति जानने का प्रयास करेगा तो यह पायेगा कि इस गेंद में बिन्दु की स्थिति आगे, पीछे, दायें, बायें, ऊपर, नीचे जैसे उत्तरों के रूप में प्राप्त हो रही है, लेकिन प्रतिभागी इस बिन्दु की सही स्थिति बता पाने में असमर्थ हैं।

गतिविधि 6 – समझ का जाल

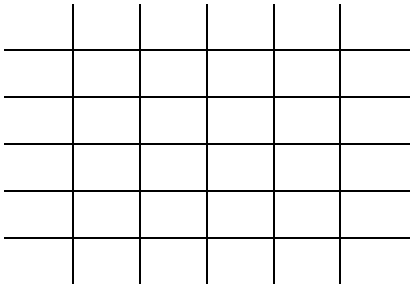
आवश्यक सामग्री – रिबन/पट्टी, धागा, क्लिप/चिमटी

प्रक्रिया –

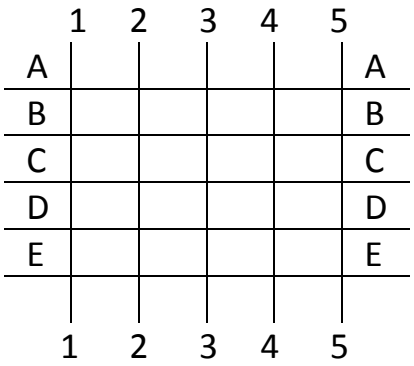
- सुगमकर्ता सदन में रिबन/पट्टी द्वारा निर्मित (खड़ी एवं पड़ी रेखा द्वारा) जाल प्रतिभागियों के सम्मुख प्रस्तुत करेगा।
- किसी एक स्थिति पर चिमटी/क्लिप लगाकर प्रतिभागियों से क्लिप की स्थिति जानने का प्रयास करेगा।

सम्भावित उत्तर –

पुनः उत्तर – ऊपर–नीचे, दायें–बायें के रूप में मिलेंगे।



(जाल 1)



(जाल 2)

- इस प्रकार सुगमकर्ता चर्चा को आगे बढ़ाते हुए कहेगा कि यह भ्रम की स्थिति बन रही है कि हम क्लिप/चिमटी की सही स्थिति नहीं जान पा रहे हैं।
- अब पुनः सुगमकर्ता इस रिबन/पट्टी द्वारा निर्मित जाल को पलटकर प्रतिभागियों के सम्मुख प्रस्तुत करेगा, जिसमें इस बार खड़ी और पड़ी रेखाओं को क्रमशः 1, 2, 3, 4 ..... व A, B, C, D ..... द्वारा दर्शाया गया होगा।

- जाल 2 को पुनः प्रतिभागियों को दिखाकर चिमटी/क्लिप की सही स्थिति जानने का प्रयास करवायेगा।
- इस बार सुगमकर्ता यह पायेगा कि प्राप्त सम्भावित उत्तरों में उस क्लिप/चिमटी की स्थिति उनके द्वारा दर्शाये गये बिन्दुओं जैसे A, B, C, D .....या 1, 2, 3, 4 ..... के आधार पर मिलने लगेंगे।
- सुगमकर्ता इस क्रम को आगे बढ़ायेगा और पुनः गेंद पर कुछ खड़ी और पड़ी रेखाएँ खींच कर क्रमशः उन्हें 1, 2, 3, 4 ..... व A, B, C, D .....बिन्दुओं के रूप में दर्शायेगा और तब कहीं एक बिन्दु लगाकर उसकी स्थिति प्रतिभागियों द्वारा जानने का प्रयास करेगा।
- प्राप्त उत्तरों में वह यह पायेगा कि अब सभी प्रतिभागी गेंद में बिन्दु की सही स्थिति बता पा रहे हैं।
- अब सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहेगा कि देखा आपने! कैसे आप इतनी आसानी से इस जाल पर, जिसमें रेखाओं पर बिन्दु चिन्हित थे और वह गेंद, जिस पर रेखाएँ प्रदर्शित थीं, आपने उन दोनों जगहों पर क्रमशः चिमटी/क्लिप और बिन्दु की स्थिति बता ली।
- अब सुगमकर्ता प्रतिभागियों का ध्यान ग्लोब की ओर ले जाते हुए उन्हें अवगत करायेगा कि इन्हीं रेखाओं के आधार पर हम आसानी से देशों की स्थिति जान सकते हैं। ग्लोब में पड़ी हुई रेखा को अक्षांश और खड़ी रेखा को देशांतर कहते हैं।
- इस प्रकार सुगमकर्ता रेखाओं का महत्व समझाते हुए प्रतिभागियों से अपनी कक्षाओं में कक्षा–शिक्षण के दौरान इसी क्रम में आगे बढ़ते हुए ग्लोब की कठिनाइयों को दूर करने को कहेगा।

समेकन – पूरे सत्र को समेकित करते हुए सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों का ध्यान इस ओर ले जायेगा कि हमारे बच्चों को इन सभी तथ्यों यथा दिशाओं का ज्ञान, महत्व, ग्लोब की जानकारी, मानचित्र ज्ञान आदि होना अत्यंत आवश्यक है और यह सब हमारे पर्यावरण का ही हिस्सा हैं। इन सभी तथ्यों को जानने के बाद हम सहजता से कह सकते हैं कि हमारे आस–पास की वस्तु/व्यक्ति/ स्थान की स्थिति यह है।

प्रोजेक्ट कार्य –

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को मिट्टी/आटा/क्ले/गेंद से एक गोला बनाकर उसमें ऊपर–नीचे दोनों ओर सींक लगाते हुए और एक धागा बीचो–बीच बाँधते हुए एंव चिन्ह के आधार पर भूमध्य रेखा, ध्रुव इत्यादि दर्शाकर लाने को कहेगा। सुगमकर्ता प्रतिभागियों को यह भी बतायेगा कि इसी प्रोजेक्ट को वे अपने कक्षा–शिक्षण के दौरान बच्चों द्वारा भी करवा सकता है।
2. सुगमकर्ता द्वारा अपने प्रतिभागियों से उनके तैनाती विद्यालय के गाँव का नज़री नक्शा बनवाया जा सकता है।

अध्याय–4

स्वच्छता

प्रत्याशित परिणाम–

1. स्वच्छता के महत्व की समझ विकसित होगी।
2. व्यक्तिगत एवं परिवेशीय स्वच्छता के प्रति जागरूक होगें।
3. 'स्वच्छ भारत मिशन' की उपयोगिता जान सकेंगे।

प्रस्तावना–

आज के दौर में स्वच्छता बहुत ही चुनौतीपूर्ण मुद्दा है। स्वच्छता मानव समुदाय का एक आवश्यक गुण है। महात्मा गाँधी का यह एक सपना था कि सभी भारतवासी स्वच्छता के बारे में सीखें और उस पर अमल करें। खानपान, वेषभूषा, शारीरिक स्वच्छता, घर व वातावरण की सफाई के द्वारा आत्मिक उन्नति के लिए प्रयास किया जाता है। प्रस्तुत सत्र में व्यक्तिगत स्वच्छता के साथ–साथ परिवेशीय स्वच्छता को भी शामिल किया गया है। इसके अन्तर्गत स्वच्छ भारत मिशन को भी सम्मिलित किया गया है जिसके द्वारा पूरे भारतवर्ष में स्व्च्छता के प्रति लोगों में जागरुकता पैदा कर अपने वातावरण को साफ–सुथरा बनाये जाने के लिए प्रेरित किया जा रहा है।

गतिविधि–1 स्वच्छता की ओर (वीडियो)

आवश्यक सामग्री– वीडियो व अन्य सहायक सामग्री

प्रकिया–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को स्वच्छता से संबंधित एक वीडियो दिखायेगा जिसकी अवधि लगभग 5 मिनट की होगी। वीडियो दिखाने के उपरान्त सुगमकर्ता प्रतिभागियों से निम्न प्रश्न करते हुये उनसे परिवेशीय स्वच्छता को बनाये रखने के लिए कचरे के प्रबंधन पर बातचीत करेगा–

1. वीडियो की शुरुआत किस दृश्य से हुयी?
2. बुजुर्ग व्यक्ति के थूकने से क्या हुआ?
3. अस्पताल के बाउंडी के पास कचरे के ढेर का अस्पताल के रोगियों पर क्या प्रभाव पड़ रहा है?
4. कीटाणु किस प्रकार फैल रहे हैं?
5. अस्पताल की सफाई कैसे की गयी?
6. सफाई के बाद अस्पताल के परिवेश में क्या–क्या परिवर्तन हुये?

समेकन–उपर्युक्त प्रश्नों के माध्यम से कचरा प्रबंधन पर प्रतिभागियों से चर्चा करते हुये मुख्य बिन्दुओं को शामिल करते हुये सुमकर्ता समेकन करेगा।

गतिविधि 2– कहानी पूरी करें

आवश्यक सामग्री– प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार अधूरी कहानी लिखे पत्रक व अन्य सहायक सामग्री

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता अधूरी कहानी लिखे हुये पत्रकों में प्रतिभागियों मध्य वितरित कर देगा और उनसे उन्हें पूरी करने के लिए कहेगा। साथ ही उन्हें यह निर्देश देगा कि कहानी पूरी करने के लिए उन्हें कोष्ठक में लिखे संकेतों का उपयोग करना होगा। इसके लिए 5 मिनट का समय दिया जायेगा और इसके बाद सुगमकर्ता पत्रकों को एकत्र करके किन्हीं दो या तीन पत्रकों में लिखी गयी कहानी को पूरे सदन में पढ़कर सुनायेगा। तत्पश्चात सुगमकर्ता प्रतिभागियों से इस कहानी का उदाहरण देते हुये कीटाणुओं के फैलने और इनके प्रसार को रोकने के लिए किये जाने वाले उपायों पर सदन के प्रतिभागियों से प्रतिक्रियायें लेगा।

कहानी

आछीं! आछीं! .....(नाम) ..... (क्रिया विशेषण) छींकी और अपने ..... (संज्ञा) को ढकना भूल गई। बस यहीं से फ्रेड नाम के कीटाणु की कहानी शुरू होती है। फ्रेड एक ....(रंग) दिखाई देने वाला ..... (विशेषण) कीटाणु है, जिसे अपने आस पास के वातावरण में इधर–उधर .....(क्रिया) बहुत पसन्द है। फ्रेड की यात्रा ..... (वहीं नाम) के छींकने से शुरू हुई। जैसे ही ..... (वहीं नाम) ने छींका, फ्रेड ..... (क्रिया) पास वाली मेज पर आकर बैठ गया। इसके बाद ..... (दूसरा नाम) ने अपने हाथ मेज पर रखे और फ्रेड उसके हाथ पर चला गया। इसके बाद ..... (वहीं नाम) ने उसी हाथ से अपने चेहरे और आंखों को छुआ। अब .... (वहीं नाम) ने अपने एक दूसरे साथी ..... (नाम) से हाथ मिलाया और इस तरह से फ्रेड .... (वहीं नाम) तक पहुंच गया। इतने में ..... (वहीं नाम) पानी ..... (क्रिया) के लिए जाता है। कक्षा से बाहर जाते समय वह दरवाजे में लगे ..... (संज्ञा) का प्रयोग करते हुये उसे ..... (क्रिया)। इस बार फ्रेड कूदकर दरवाजे के हत्थे पर चला जाता है और जो भी अगला अध्यापक या विद्यार्थी कक्षा में ..... (क्रिया) करता है। फ्रेड उसी के पास चला जाता है। फ्रेड कीटाणु का जीवन तब समाप्त होता है, जब गर्म पानी और साबुन से हाथों को धुलते हैं।

गतिविधि–3 'ऐसे फैलें कीटाणु'

आवष्यक सामग्री–स्पारकल या रंग लगी गेंद

प्रक्रिया–सुगमकर्त्ता 5 प्रतिभागियों को बुलाकर अपने साथ गोल घेरे में खड़ा करेगा तथा स्पारकल लगी गेंद किसी एक प्रतिभागी को देकर उससे गेंद को अपने पास वाले प्रतिभागी को देने के लिए कहेगा और इसी प्रकार यह क्रम आगे बढ़ाने को कहेगा। यह निर्देश भी देना होगा कि जब आपके हाथ में गेंद आये तो उसे हथेलियों के बीच में रखकर घुमायेगा और उसके बाद अगले प्रतिभागी को गेंद देगा। सभी प्रतिभागी यहीं क्रिया दोहरायेंगे।

तत्पश्चात सभी प्रतिभागियों से अपने हाथ दिखाने को कहेगा। गेंद पर लगा हुआ स्पारकल प्रतिभागियों की हथेलियों में भी लग जाता है। अब सुगमकर्ता इस बात को स्पष्ट करेगा कि जिस प्रकार यह रंग एक प्रतिभागी से दूसरे प्रतिभागी तक पहुंच गया इसी प्रकार कीटाणु जोकि हमें दिखाई नहीं देते हैं, एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक पहुंच जाते हैं।

समेकन– सुगमकर्ता प्रतिभागियों बतायेगा कि जिस प्रकार गेंद में लगा स्पारकल एक से दूसरे के हाथ में लगता चला गया उसी प्रकार गन्दगी के साथ जीवाणु और विषाणु एक से दूसरे तक हमारे पास पहुँचते जाते है। जिससे बिमारियाँ फैलती है जिस कारण हम यह समझ नही पाते कि संतुलित आहार लेने के बावजूद हम बीमार कैसे पड़ जाते हैं।

गतिविधि 4– हम बनें साफ सुथरे

आवश्यक सामग्री– प्रतिभागियों की संख्या के अनुसार वर्ग पहेली के पत्रक व अन्य सहायक सामग्री।

वर्ग पहेली

आ	जि	स्‍	ना	न	ड	सू
जा	का	ह	न	ज	मं	प
र	ट	क	ल	ने	नै	सा
ट	या	का	स	र	शौ	बु
ब्र	लि	कि	र	ला	च	न
श	तौ	व	व	पू	म्‍	शै
न	गा	ल	षा	पी	घी	कं

प्रक्रिया–सुगमकर्ता प्रतिभागियों में पत्रकों को वितरित कर देगा और उनसे प्रस्तुत वर्ग पहेली से व्यक्तिगत स्वच्छता से संबंधित शब्दों को ढूंढने का निर्देश देगा। इसके लिए उन्हें 5 मिनट का समय प्रदान किया जायेगा। इस पहेली में निम्न शब्द शामिल हैं–

साबुन रुमाल तौलिया शैम्पू मंजन शावर ब्रश नेलकटर कंघी स्नान

सबसे पहले सभी शब्दों की खोज करने वाले प्रतिभागी का प्रोत्साहन करते हुये सुगमकर्ता व्यक्तिगत स्वच्छता पर चर्चा को आगे बढ़ायेगा और हम स्वयं को किस प्रकार साफ–सुथरा बनाये रखें, इस पर पूरे सदन से प्रतिक्रियायें लेते हुये समेकन करेगा।

गतिविधि 5– सफाई अपनाओ बीमारी भगाओ

आवश्यक सामग्री– चार्ट, स्केच, मार्कर व अन्य सहायक सामग्री।

प्रक्रिया–

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 5 समूहों में बांट देगा जिसके लिए वह उनमें साफ–सफाई से संबंधित वस्तुओं के नामों की पर्चियों का उपयोग करेगा। इन पर्चियों पर निम्न पांच वस्तुओं के नाम लिखे होंगे–
  1. मंजन
  2. साबुन
  3. झाड़ू
  4. रुमाल
  5. कूड़ादान
- समूह बन जाने के बाद सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को निम्न में से एक–एक शीर्षक दे देगा–
  1. स्वस्थ तन–सुरक्षित हम
  2. साफ सुथरा अपना देश, स्वच्छ रहे जब घर–परिवेश
  3. विद्यालय हेतु एक स्वच्छता योजना
  4. स्वच्छ भारत मिशन
  5. मुझे प्रयोग करें (कूड़ादान)
- पहले समूह को सुगमकर्ता निर्देशित करेगा कि वह एक चित्रात्मक कहानी के रूप में व्यक्तिगत स्वच्छता के महत्व को दर्शाये।
- दूसरे समूह को सुगमकर्ता यह निर्देश देगा कि वह परिवेशीय स्वच्छता से संबंधित स्लोगनों की एक श्रृंखला तैयार करे।
- तीसरा समूह विद्यालय हेतु एक स्वच्छता योजना तैयार करेगा।
- चौथा समूह स्वच्छ भारत मिशन की उपयोगिता और महत्व पर अपने विचारों का प्रस्तुतिकरण करेगा।

- पाँचवा समूह कूड़ेदान के प्रयोग और सूखे व गीले कचरे के प्रबंधन पर प्रस्तुतिकरण तैयार करेगा।
- समूह में चर्चा करने के लिए सुगमकर्ता 15 मिनट का समय देगा। इस अवधि में सभी प्रतिभागी अपने–अपने समूह में चर्चा करते हुये दिये गये शीर्षक के आधार पर एक प्रस्तुतीकरण तैयार करेंगे।
- सुगमकर्ता सभी समूहों द्वारा प्रस्तुतीकरण करायेगा और प्रत्येक प्रस्तुतीकरण में आये प्रमुख बिन्दुओं को रेखांकित करते हुये अन्त में समेकन करेगा।

आँख में अंजन दाँत में मंजन, नित कर नित कर नित कर
नाक में उँगली कान में तिनका, मत का मत का मत कर

गतिविधि 6– शौचालय प्रयोग (वीडियो)

आवश्यक सामग्री– वीडियो व अन्य सहायक सामग्री।

प्रक्रिया–सुगमकर्ता वीडियो दिखाने के बाद निम्न प्रश्नों के माध्यम से प्रतिभागियों से विषय से संबंधित चर्चा करेगा–

1. वीडियो किस विषय पर आधारित है?
2. वीडियो में आपने किस अभिनेता को देखा?
3. बार–बार दरवाजा बन्द करने पर जोर क्यों दिया जा रहा है?
4. खुले में शौच करने से क्या नुकसान है?

समेकन– इस गतिविधि में माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों को अप्रत्यक्ष रूप से शौचालय में शौच के बाद हाथों कि सफाई के बारे में बताने के लिए प्रेरित करेगा।

अध्याय–5

लोकतंत्र–अपनी व्यवस्था अपने हाथ

प्रत्याशित परिणाम–

1. लोकतन्त्र की अवधारणा विकसित होगी।
2. आदर्श नागरिक के रूप में अपने कर्तव्यों के प्रति जागरूकता आयेगी।
3. लोकहित में सजग भागीदारी के प्रति जागरूकता आयेगी।

प्रस्तावना–लोकतन्त्र का आशय इस बात से है कि जनता अपना प्रतिनिधि स्वयं ही चुने ताकि बिना किस शोषण एवं भेदभाव के विकास हो सके। जनता स्वयं विकास कार्यो में प्रतिभाग करें और समाज के निम्नतर वर्ग का भी विकास हो। कल्याणकारी राज्य की स्थापना हो और बिना किसी विभेद के, बिना किसी दबाव के लोग अपनी जिम्मदारियों को समझें और निर्वहन करें। इसी प्रकार पर्यावरणीय समस्याओं से निपटने के लिये भी सभी को मिलजुलकर प्रतिभाग करना चाहिए तथा अपने द्वारा चुने गये मुखिया की मदद से स्थानीय स्तर पर भी इन समस्याओं से निपटना चाहिए। मृदा अपरदन, पेड़ की कटाई, जल प्रदूषण आदि समस्यायें इसी माध्यम से निपटाई जा सकती हैं।

गतिविधि 1– वीडियो का प्रस्तुतिकरण– **''आओ देखें और सीखें''**

सहायक सामग्री– पैन ड्राइव, प्रोजेक्टर, लैपटॉप

प्रक्रिया–सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक वीडियो दिखायेगा, जिसका शीर्षक है''लोकतन्त्र गर्वेमेन्ट''(LOCAL GOVERNMENT LINK-https://youtu.be/5TBOGhA9hdl

प्रक्रिया–वीडियो की समाप्ति के बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक खेल खिलायेगा, जिसका शीर्षक होगा ''बाद में आना पहले पाना''। सुगमकर्ता वीडियो से सम्बन्धित प्रश्नों की कुछ पर्चियॉ तैयार रखेगा। सदन में जो प्रशिक्षणार्थी देर से आया होगा उससे खेल की शुरूआत होगी अर्थात् पर्ची वह प्रशिक्षणार्थी उठाएगा जो सदन में सबसे अंत में आया होगा। इस तरह खेल आगे बढ़ाया जायेगा।

प्र01 लोगों के सिर पर क्या गिरा?

प्र02 अंजान फल को देखकर उनके मन में क्या विचार आया?

प्र03 राजा को अंजान फल की सूचना देने पर उसने क्या प्रतिक्रिया व्यक्त की?

प्र04 जनता ने नारियल का प्रयो किन–किन क्षेत्रों में किया?

प्र05 आप यदि राजा होते तो क्या प्रतिक्रिया व्यक्त करते?

प्र06 आप नारियल के फल का प्रयोग किन–किन क्षेत्रों में कर सकते हैं?

प्र07 नारियल के उपयोग के विविध तरीके उन्हें कैसे मिले होंगे ?

प्र08 नारियल द्वारा बनाई गई वस्तुओ से समाज में किस–किस को लाभ प्राप्त हुआ ?

प्र09 फल के सार्थक उपयोग किसने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई ?

प्र010 कहानी के माध्यम से आपको क्या–क्या संदेश प्राप्त हुआ ?

समेकन– सुगमकर्ता प्रशिक्षणार्थियों द्वारा दिए गए उत्तरों का समेकन करते हुए स्पष्ट करेगा कि

जैसा कि आपने वीडियो के माध्यम से देखा कि एक अन्जान फल की प्राप्ति राजा को जनता के माध्यम से हुई तो उसने निरसता अकर्मण्यता के साथ बस मुहर लगा दी और राज्य के नाम पेटेन्ट करने का आदेश कर दिया और जनता उसे स्वीकार कर लिया। परन्तु समाज में कुछ ऐसे भी लोग थे जिन्होंने विचार किया कि इस संसाधन का लोक कल्याण के लिए समाज के सभी वर्गो को ध्यान में रखते हुए कैसे उपयोग किए जाए कि सभी का बराबर का लाभ हो, सभी प्रगति कर सके। एक वर्ग तक यह साधन सीमित होकर न रह जाए।

इसके लिए उन्होंने उस संसाधन से सड़क बना ली, उसको घरेलू बर्तन के रूप मे प्रयोग किया, बच्चों को पढ़ाने की सामग्री बना ली और खाद्यान्न के रूप में उसका उपयोग करने लगे।

यही हमारी लोकतान्त्रिक शासन व्यवस्था का व्यापक स्वरूप है। लोकतन्त्र की आत्मा को बनाए रखने के लिए सर्वे भवन्तु सुखिनः आधार पर हमारे भारत का संविधान, मूल अधिकार, एवं कर्तव्य, वयस्क मताधिकार, स्वतन्त्र एवं निष्पक्ष न्यायलय की स्थापना की गई।

(बच्चो के लिए– बच्चो के अन्दर ऐसी सोच का विकास करना जिससे सभी की भलाई हो। मत देने का अधिकार मिलने पर निष्पक्ष होकर ऐसे प्रतिनिधि चुने या स्वयं ऐसे प्रतिनिधि बने जो बिना भेदभाव के सभी को प्रगति के समान अवसर उपलब्ध कराए।)

गतिविधि 2:– सुगमकर्ता द्वारा प्रशिक्षणार्थियों को चार समूहों में बांटकर निम्नवत गतिविधि कराई जाएगी। जिसका शीर्षक है ''मेरा हक मेरा अधिकार''।

सहायक सामग्री– ए4 पेपर, स्कैच, मार्कर।

प्रक्रिया– प्रशिक्षणार्थियों को एक कागज पर प्रशिक्षण के लिए एक सुझाव लिखने अवसर दिया जाएगा। महिलाएं इस ग्रुप में प्रतिभाग नही करेगी।

सुगमकर्ता सुझाव दिए गए प्रपत्रों स्वयं जमा कर लेगा । बारी–बारी से सुझावों पर चर्चा–परिचर्चा करते हुए इस बिन्दु पर आकर्षित करेगा की –

प्रश्न 1– इस गतिविधि की प्रक्रिया उचित थी ?

उत्तर :– नहीं।

प्रश्न 2:– आपके अनुसार यह प्रक्रिया उचित क्यो नहीं थी ?

उत्तर :– इसमे महिलाएं अपने सुझाव देने से वंचित रह गई।

प्रश्न 3:– इससे क्या हानि हो गई, हमे जो सुझाव चाहिए थे वो मिल गए ?

उत्तर :– महिलाएं भी समाज का एक महत्वपूर्ण अंग है समस्या समाधान, विचार–विमर्श आदि में उनको सम्मिलित किया जाना चाहिए तत्पश्चात् महिलाओं को भी ए4 साइज पेपर दिया जायेगा, जिसमें वो भी अपने विचार देंगी और उनके द्वारा दिये गये सुझावों पर भी चर्चा की जायेगी।

समेकन :– जिस तरह से आपने देखा कि प्रशिक्षण जैसा छोटी प्रक्रिया में किसी भी सुझाव के लिए सभी को अपने विचार व्यक्त करने की स्वतंत्रता होनी चाहिए ठीक उसी प्रकार आदर्श लोकतन्त्र स्थापना हेतु बिना किसा भेदभाव, शोषण, दबाव, के प्रत्येक व्यक्ति के विचारों का आदर करना चाहिए एवं लोक कल्याणकारी गतिविधियो में अपना पूर्ण योगदान देना चाहिए। इसी प्रकार से सामाजिक आर्थिक पर्यावरणीय मुद्दों पर भी महिलाओं की भागीदारी अनिवार्य होनी चाहिये, जिससे दैनिक कार्यों में भी वो पर्यावरणीय मुद्दों के प्रति संवेदनशील रहें।

गतिविधि 3 मेरा नेता कैसा हो?

सहायक सामग्री– थर्माकॉल की प्लेटें (छोटी वाली), मार्कर

प्रक्रिया–

1. प्रत्येक प्रतिभागी को समूह में बॉटा जायेगा।
2. प्रत्येक समूह को थर्माकॉल की प्लेट (एक –एक) तथा मार्कर बॉटा जाऐगा।
3. प्रत्येक समूह चर्चा करके उन प्लेटों में उन गुणों को लिखेगा, जो वह अपने नेता के अन्दर देखना चाहता है।
4. अंत में जो गुण प्रत्येक समूह में कॉमन पायें जायेंगे, उन पर चर्चा की जायेगी तथा आदर्श नेता की छवि प्रस्तुत की जायेगी।

समेकन–उपर्युक्त गतिविधि के माध्यम से यह दर्शाया गया कि लोगों को मतदान के द्वारा एक ऐसे व्यक्ति का चुनाव करके अपना मुखिया चुनना चाहिए, जिसके व्यक्तित्व में अत्यधिक धनात्मक गुण हो। अगर प्रतिनिध अच्छे गुणों को समाहित किए हुये होगा, तो विकास कार्य निष्पक्ष एवं प्रभावी हो जायेगा।

गतिविधि 4– शीर्षक– ''कहानी–कहानी में लोकतंत्र''

सहायक सामग्री– प्रोजेक्टर, पैन ड्राइव, ए4 पेपर, स्कैच पैन, मार्कर

प्रक्रिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभिागियों को स्लाइड दिखाएगा।
2. प्रतिभागी उन स्पाइड को ध्यान से देखकर, 50 शब्दों में उन बातों को समाहित करने को कहेगा जो उसे इन स्लाइडों से समझ आई।
3. इसके बाद इन सभी पर चर्चा होगा कि किस प्रतिभागी ने क्या समझा और क्या निष्कर्ष निकला। सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पुनः जनभागीदारी का उद्देश्य बताते हुए उसको पर्यावरणीय समस्याओं के निदान से जोड़ेगा।
4. अंत में परिचर्चा में जो उद्देश्य निकल के आयेगा, प्रत्येक प्रतिभागी उस विषय से सम्बन्धित एक कहानी लिखेगा। (ए4 पेपर पर)
5. जो भी प्रभावी कहानियॉ होंगी, उनको सभी में साझा किया जायेगा।

नोट– कहानी 'लोकतन्त्र' से सम्बन्धित होगी। प्रोजेक्टर के अभाव में फ्लैश कार्ड या थीम बताकर भी यह गतिविधि करायी जा सकती है।

समेकन–इस गतिविधि द्वारा यह दर्शाया जाऐगा कि किस प्रकार दैनिक जीवन में लोकतंत्र की भावना को समाहित किया जा सकता है। संभवतः कहानी विभिन्न विषयों से सम्बन्धित होगी, जैसे ''जंगल में लोकतंत्र'' दैनिक जीवन में लोकतंत्र, विद्यालय, गॉव में लोकतंत्र। यह उदाहरण देकर जन कल्याण, विकासात्मक कार्यों का उल्लेख किया जायेगा। इस बात पर प्रभाव डालने का प्रयास किया जायेगा कि बच्चे या प्रतिभागी 'लोकतंत्र' को सही मायने में समझकर अपने जीवन में आत्मसात करने का प्रयास करें।

गतिविधि 5– आदर्श लोकतंत्र में बाधायें एवं समाधान

सहायक सामग्री–चार्ट, स्कैच, कलर, टेप

प्रक्रिया– सुगमकर्ता निम्नलिखित विषय पर प्रतिभागियों को चार समूह में विभाजित करते हुए चार्ट पर अपने विचार बिन्दु लिखने को कहेगा।

1. आदर्श लोकतंत्र की अवधारणा।
2. आदर्श लोकतंत्र के सिद्धांत।
3. आदर्श लोकतंत्र में बाधायें।
4. आदर्श लोकतंत्र में नागरिक की भूमिका।

समेकन–प्रतिभागियों द्वारा बिन्दु लिखने के पश्चात् सुगमकर्ता प्रत्येक समूह का प्रस्तुतिकरण कराते हुऐ स्व्यं लोकतंत्र की बाधाओं एवं समाधान पर अपने विचार अभिव्यक्त करते हुए स्पष्ट करेगा कि आदर्श लोकतंत्र तभी सम्भव है जब हम आदर्श नागरिक बनें, दूसरे के हित–अहित को ध्यान में रखते हुए जीवन जीयें। जब हम आदर्श नागरिक बनेंगे तब लोकतंत्र की स्थापना में बाधायें कम आयेंगी। जब बाधायें कम होंगी तब हम लोकतंत्र के सिद्धांतों का पालन कर पायेंगे और जब हम लोकतंत्र के सिद्धांतों का पालन करेंगे तभी हम सच्चे लोकतंत्र की अवधारणा को अपने राष्ट्र में स्थापित कर पायेंगे।

प्रदत्त कार्य :– वर्तमान समय में आदर्श लोकतन्त्र विषय पर अपने विचार बिन्दुओं को लिखकर लाएं।

अध्याय–6
हम और हमारा इतिहास

प्रत्याशित परिणाम–

1. शिक्षक में इतिहास की समझ विकसित होगी।
2. इतिहास की महत्ता को जान सकेंगे व बता सकेंगे।
3. इतिहास का सामाजिक जीवन में इसका अनुप्रयोग कर सकेंगे।
4. किसी व्यक्ति स्थान अथवा व्यक्ति का इतिहास कैसे बनता है, की समझ विकसित होगी।

प्रस्तावना–

पर्यावरण जैसा संवेदनशील मुद्दा जब भी हमारे समक्ष उभरता है तो अधिकांशतः हमारा ध्यान बीते हुये समय के क्रिया–कलापों की ओर जाता है, क्योंकि आज जो परिवर्तन (चाहे वे धनात्मक हो या ऋणात्मक) देखने को मिल रहे है वे हमारे ही द्वारा बीते हुये समय में किये गये कार्यो का परिणाम है। अतः जब हम पर्यावरण की बात करते है तो हमारा बीता हुआ कल अर्थात हमारा इतिहास स्वतः ही इस का महत्वपूर्ण अंग बनकर उभरता है।

गतिविधि–1 टाइम मशीन

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों से चर्चा परिचर्चा करते हुये वातावरण सृजन हेतु निर्देशित करेंगा कि आज हम सब टाइम मशीन में बैठकर आज से सौ दो सौ वर्ष पूर्व के समय में घुमने चलेंगे
2. तत्पश्चात सुगमकर्ता सौ दो सौ पूर्व एवं आज की वर्तमान स्थितियों में निम्नलिखित बिन्दुओं के अभाव पर आये परिवर्तनों पर विचार विर्मश करेंगा कि उस समय और आज क्या प्रत्यर्श परिवर्तन हमें देखने को मिल रहे है, उनके कारण क्या है एवं समाज पर उनका क्या प्रभाव पड़ रहा है।

चर्चा के बिंदु–

1. परिवार
2. शिक्षा
3. औषधि
4. खान–पान
5. भौतिक वातावरण आदि

3. सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा बताये गये बिंदुओं पर विस्तार से चर्चा करेंगा एवं वर्तमान में परिवर्तनों को हमारे समाज, परिवेश, पर्यावरण से जोडते हुये इतिहास एवं पर्यावरण में सम्बंध स्थापित करेंगा।

समेकन– उपरोक्त गतिविधि द्वारा सुगमकर्ता सरलता एवं सहजता पूर्वक पर्यावरण को इतिहास से जोडते हुये प्रतिभागियों में पर्यावरण के प्रति संवेदनशीलता का भाव उत्पन्न करने में सफल रहेगा।

नोट– यह गतिविधि सुगमकर्ता सुविधा अनुसार पी0पी0टी0, स्लेश कार्ड, कागज पर लिखवाकर भी कर सकता है।

गतिविधि 2– इतिहास की झलक

आवश्यक सामग्री– वीडियो

प्रकिया–

सुगमकर्ता एक ऐतिहासिक घटना पर आधारित वीडियो क्लिप दिखाकर वातावरण सृजन करेगा।

प्र0– इस वीडियों में आपने क्या देखा?

स0 उ0– युद्ध के दृश्य, वैज्ञानिक खोज, चाँद पर पदार्पण, प्रथम उड़ान, टाइटिनिक जहाज को डूबते हुए।

प्र0 क्या आप परमाणु बम गिराने की घटना को याद करते हैं?

स0 उ0– हाँ, जापान के हीरोशिमा और नागासाकी नगरों पर अमेरिका ने द्वितीय विश्वयुद्ध के दौरान, क्रमशः 6 अगस्त एवं 9 अगस्त 1945 को गिराया था।

समेकन–जैसा कि लोगो ने वीडियोक्लिप देखकर बताया कि ये युद्ध की घटना है या वैज्ञानिक खोज है या मानव का चाँद पर पदार्पण है या अमेरिका द्वारा जापान पर गिराये गये परमाणु बम की घटना है। ये सब बीते हुए समय की बाते है। यही इतिहास है। इनमें से कुछ घटनाएं हमें गौरव प्रदान करती है, परन्तु कुछ घटनाएं यह सीख देती है कि यह दुबारा घटित न होने पायें।

इस चर्चा को आगे बढ़ाते हुए 5 समूहों का विभाजन करते हैं और चर्चा के 5 बिन्दु प्रस्तुतीकरण हेतु प्रत्येक समूह को अलग–अलग देते है।

गतिविधि–3 इतिहास जानना– हमारी आवश्यकता

आवश्यक सामग्री– चार्ट पेपर, स्केच पेन।

1. इतिहास को जानने की आवश्यकता क्यों है?
2. ऐतिहासिक घटनाओं का आपके जीवन में क्या महत्व है?
3. किसी एक स्थान का इतिहास व उसकी विशेषता बतायें?
4. किसी एक महान व्यक्ति का इतिहास व उसकी विशेषता बतायें?
5. किसी खेल/संगीत/कृति का इतिहास व विशेषता बतायें?

प्रक्रिया–

समूह–1 को निर्देशित करेंगे कि अपने शीर्षक को व्याख्यान विधि से प्रस्तुतीकरण दें। समूह के प्रत्येक सदस्य को एक–एक बिन्दु प्रस्तुत करना आवश्यक है।

समूह–2 को निर्देशित करेंगे कि ऐतिहासिक घटना का वर्णन प्रसंग के माध्यम से करेंगे। जीवन में इस घटना का महत्व स्पष्ट करेंगे।

समूह–3 को निर्देशित करेंगे कि उस स्थान का नाम, भाषा–बोली, पर्यटन स्थल से जुड़ी ऐतिहासिक घटनाओं व विशेषताओं को स्पष्ट करेंगे।

समूह–4 को निर्देशित करेंगे कि महान व्यक्ति का इतिहास उनके उद्घोष वाक्यों व उनकी भाव–भंगिमाओं के द्वारा अभिनीत कर स्पष्ट करेंगे।

उदाहरण–तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आजादी दूँगा–

नेताजी सुभाष चन्द्र बोस

'' स्वराज्य हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है, हम इसे

लेकर रहेंगे–बाल गंगाधर तिलक

समूह–5 को निर्देशित करेंगे कि किसी खेल/संगीत/कृति का इतिहास एवं विशेषता कविता या खेल के माध्यम से प्रस्तुत करें।

उदाहरण– छिति जल पावक गगन समीरा।

पंच रचित अति अधम सरीरा।

यह चौपाई गोस्वामी तुलसीदास रचित ''श्रीरामचरितमानस'' के किष्किन्धाकाण्ड की है। जिसमें श्रीरामजी स्वयं पाँचों मूल तत्वों के बारे में बता रहे है। हमारे पर्यावरण के मूल में यही मूल तत्व हैं ये हैं– छिति अर्थात् पृथ्वी, जल, अग्नि, आकाश और वायु।

अर्थात हमारे द्वारा किये गये सुकर्म इन्हें समृद्व करते हैं और हमारे अनियोजित स्वार्थकर्म इन्हे निर्बल करते हुए नष्ट करते हैं। हम सभी त्रिफला, त्रिकटु, पंचवटी, पंचपल्लव जैसे नामों को सुनते आये हैं। ये सभी पर्यावरण संरक्षण के प्रतीक है।

समेकन– सुगमकर्ता सभी समूहों से प्राप्त एक–एक महत्वपूर्ण बिन्दु को क्रमशः श्यामपट्ट पर लिखकर देख लेंगे कि जो अधिगम सम्प्राप्ति होनी चाहिए, हुई या नहीं। तदोपरान्त निष्कर्ष पर जायेंगे। सुगमकर्ता इतिहास की आवश्यकता एवं महत्व को स्पष्ट करेगा।

'' पर्यावरणीय इतिहास'' एवं ''इतिहास में पर्यावरण'' को स्पष्ट करेगा।

गतिविधि–4 ''क्या हुआ? कब हुआ?

आवश्यक सामग्री– चार्ट पेपर, स्केच पेन, पेन्सिल, रबर, स्केल, सादे कागज।

प्रक्रिया–सुगमकर्ता किसी ऐसी ऐतिहासिक घटना को लेगा जो पर्यावरण की दृष्टि से अत्यन्त महत्वपूर्ण होगी। इसे निम्न गतिविधि से जोड़ा जायेगा।

उदाहरण–हीरोशिमा एवं नागासाकी पर परमाणु बम हमला

प्रक्रिया–सुगमकर्ता पूर्व में ही निम्न प्रकार का चार्ट निर्माण कर लेगा–

क्या हुआ ?	कब हुआ?
1. हीरोशिमा पर बम गिराया गया? 2. नागासाकी पर बम गिराया गया? 3. हीरोशिमा किस देश में स्थित हैं? 4. इन दोनो शहरों पर किस युद्ध में परमाणु बम गिराया गया।	

इनके उत्तर दूसरे पत्रक पर लिखकर रखेगा

6 अगस्त 1945	9 अगस्त 1945	जापान	द्वितीय विश्वयुद्ध

फिर प्रतिभागियों को क्रमशः बुलाकर उन्हें, इनके स्थान पर लगाने को कहेगा।

समेकन– सुगमकर्ता क्रियाविधि से प्राप्त निष्कर्षो पर घटना को क्रमबद्ध तरीके से स्पष्ट करेगा। अन्य प्रमुख घटनाओं जैसे–भोपाल गैस त्रासदी चैरनोबिल परमाणु दुर्घटना पर भी यह गतिविधि कराई जायेगी।

गतिविधि–5 हम और हमारा इतिहास

आवश्यक सामग्री– ए4 शीट, स्केच पेन आदि।

प्रक्रिया–सुगमकर्ता प्रतिभागियों को निम्न गतिविधि से स्पष्ट करेगा कि वो उनको स्वयं के इतिहास से उनको कैसे जोड़ेगा। इसके लिए पहले सुगमकर्ता उनसे निम्न प्रश्न बोलेगा और इन्हें निर्देशित करेगा कि उत्तर लिखे।

प्र01 आपकी प्राथमिक शिक्षा किस विद्यालय से हुई है?

प्र02 आपकी प्राथमिक शिक्षा के समय सबसे प्रिय अध्यापक का नाम?

प्र03 आपके प्राथमिक शिक्षा के समय सबसे प्रिय मित्र का नाम?

प्र04 विद्यार्थी के रूप में किसी ऐसे व्यक्ति का आचरण जिसने आपको बहुत प्रभावित किया हो?

प्र05 उस व्यक्ति की एक प्रमुख विशेषता?

प्र06 विद्यार्थी जीवन की कोई घटना जिसका आपके जीवन पर कुछ विशेष प्रभाव पड़ा हो?

उत्तर लिख लेने के पश्चात, सुगमकर्ता किन्हीं 3–4 लोगो से उत्तर सुनेगा और निम्न निष्कर्षो पर जायेगा और इन्हें स्पष्ट करेगा–

1. बीती हुई घटनाओं से सीख लेना।
2. अतीत की गलतियों के कारण भुगत रहे दुखद पहलुओं को जानना।
3. इतिहास (पूर्व घटित घटनाओं) की सीख से भविष्य की प्रगति का आधार तैयार करना।

उपरोक्त प्रश्नों को सुगमकर्ता प्रतिभागियों से कराने के बाद स्पष्ट करेगा कि ऐसे ही कुछ प्रश्नों की मदद से बच्चों को उनके गाँव का इतिहास और इतिहास की एक समझ विकसित कर पायेगा।

जैसे–

प्र01–आपके गाँव का नाम क्या है?

प्र02–आपके गाँव का सबसे पुराना पेड़ कौन सा है?

समेकन–उपरोक्त प्रश्नों को सुगमकर्ता मौखिक रूप से ही पढ़कर स्पष्ट करेगा कि ऐसे ही कुछ सामान्य प्रश्नों से बच्चों को उनके गाँव के सामान्य इतिहास व पर्यावरण से जोड़ सकता है।

प्रोजेक्ट कार्य– सभी प्रतिभागियों को कहेंगे की अपने गाँव/जिले/प्रदेश के किसी स्थान की भाषा बोली और वहाँ की विशेषता लिखकर लाये।

अध्याय–7
सौर परिवार की सैर

प्रत्याशित परिणाम –

- सौर परिवार के विषय में रूचिपूर्ण गतिविधि आधारित शिक्षण हेतु प्रेरित हो सकेंगे।
- ग्रहों की विशेषताओं को गतिविधि आधारित शिक्षण से समझना सहज हो सकेगा।
- छात्रों को 'सूर्योदय एवं सूर्यास्त' की समझ स्पष्ट की जा सकेगी।
- विभिन्न आकाशीय पिण्डों के महत्व को पर्यावरण के सन्दर्भ में समझ सकेंगे।

प्रस्तावना –

'सौर परिवार' के विषय में कक्षा शिक्षण करते समय सौर परिवार की समझ को बच्चों में स्पष्ट करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। इसी भांति बच्चों में 'सूर्य स्थिर है एवं पृथ्वी गतिमान है' की समझ को लेकर प्रायः भ्रम की स्थिति बनी रहती है। ऐसे में कक्षा शिक्षण के दौरान आडियो–वीडियो एवं रूचिपूर्ण गतिविधियों का प्रयोग बच्चों के समझ के स्तर को बढ़ाने में सहायक सिद्ध हो सकता है जो कि बच्चों के पर्यावरणीय ज्ञान से सह सम्बन्ध स्थापित करने में उपयोगी रहेगा।

सत्र संचालन–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों के समक्ष 'सौर परिवार' के चित्र का प्रदर्शन करेगा एवं प्रश्नोत्तर के आधार पर चर्चा को दिशा देगा।

सम्भावित प्रश्न–

- चित्र में क्या दिखाई दे रहा है?
- सौर परिवार में कौन–कौन से ग्रह हैं?
- सौर परिवार का मुखिया किसे कहा जाता है?
- लाल ग्रह किसे कहते हैं?

- ऐसे कौन से ग्रह हैं जिनके उपग्रह नहीं है?
- दूरी (सूर्य से) के अनुसार ग्रहों का क्रम क्या है?

उपरोक्त प्रश्नों के आधार पर सुगमकर्ता सरल से जटिल की ओर ले जाते हुए प्रतिभागियों का ध्यान ग्रहों की विशेषताओं की ओर ले जाएगा।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 5 समूहों मे विभक्त कर, ग्रहों की विशेषताओं पर पर्यावरणीय अध्ययन में महत्व विषय पर चर्चा का आयोजन करायेगा। चर्चा उपरान्त प्रत्येक समूह के प्रतिनिधि सदस्य द्वारा विचारों का प्रस्तुतीकरण कराया जायेगा।

उपरोक्त प्रस्तुतीकरण के आधार पर सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से ग्रहों की विशेषताओं संबंधी गतिविधियों का कक्षा–शिक्षण में प्रयोग संबंधी जानकारी अन्य प्रतिभागियों के साथ साझा की जायेगी।

सुगमकर्ता द्वारा उक्त प्रकरण को सरल एवं रोचक ढंग से बच्चों के समक्ष प्रस्तुत करने की आवश्यकता को व्यक्त करते हुये 'हमारा सौर–परिवार' गतिविधि गीत का ऑडियो प्रतिभागियों के मध्य साझा किया जायेगा।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 'हमारा सौर परिवार' के बारे में अवगत कराएगा कि वे अपने कक्षा शिक्षण के दौरान ग्रहों की विशेषताओं को छात्रों में साझा करने के उपरान्त नौ छात्रों को सौर परिवार के सदस्य के रूप में नामित कर सकते हैं। पूर्व से रिकार्ड किए गए ऑडियो (अथवा छात्र अपनी पंक्तियाँ याद कर स्वयं बोलकर) को सुनाने के दौरान क्रमशः सूर्य एवं आठ ग्रहों द्वारा क्रमशः गोल घेरे में घूमते हुए एक–एक कर सामने आकर अपना परिचय देने को कह सकते हैं, गतिविधि के दौरान सूर्य एवं आठ ग्रह मुखौटा/टोपी (जो कि उनके रंग से सम्बन्धित हो) लगाए रहेंगे।

गतिविधि 1–
आवश्यक सामग्री– चार्ट पेपर, दफ्ती, रंग पेन्सिल, रबर, धागा, रिबन एवं फेविकोल

प्रक्रिया –सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को 9 छोटे समूहो में विभक्त कर निर्धारित अवधि में आवश्यक सामग्री उपलब्ध कराकर सौर–परिवार के एक–एक सदस्य के रूप में नामित करते हुए संबन्धित ग्रह की विशेषताओं

का प्रदर्शन करने वाले मुखौटे के निर्माण हेतु प्रेरित किया जाऐगा और अन्त में प्रस्तुतीकरण कराते हुए सत्र का समापन किया जायेगा।

गतिविधि गीत–हमारा सौर परिवार

सूर्य

मैं सूरज ग्रहों संग
'सौर परिवार' बनाता हूँ।
बहुत बड़ा आग का गोला
प्रकाश और जीवन लाता हूँ।।

बुध

मैं बुध ग्रह कहलाता
सूरज के सबसे पास हूँ।
स्लेटी सा रंग मेरा
उपग्रहों से निराश हूँ।।

शुक्र

आकार में पृथ्वी सा दिखता
चमकीला शुक्र कहलाता।
उपग्रह बिन अकेला
पृथ्वी की बहन जाना जाता।

पृथ्वी

मैं पृथ्वी पानी से नीली
जीवन ज्योति जगाती हूँ।
चन्द्रमा मेरा चक्कर लगाए
खुद पर मैं इठलाती हूँ।।

मंगल

मैं मंगल दो उपग्रह संग
लाल ग्रह कहलाता।
चट्टानी धरती, ऊँचे–पहाड़
मंगलयान यहाँ भेजा जाता।।

बृहस्पति

सबसे बड़ा ग्रह हूँ मैं
बृहस्पति नाम से जाना जाता।
सबसे बड़ा उपग्रह मेरा
गैसीय ग्रह मैं कहलाता।।

शनि

वलयों ने घेरा मुझको

काला रंग मुझको भाता।
टाइटन बड़ा उपग्रह मेरा
शनि नाम मेरा कहलाता।।

अरूण

अरूण ग्रह कहते मुझको
सबसे ठण्डा जाना जाता।
हरा रंग धूल का घेरा
मेरी पहचान बतलाता।।

वरूण

वरूण नाम से जाना जाता
पथरीला मेरा संसार है।
सबसे दूर का ग्रह जानो
मुझ संग पूरा सौर परिवार है।।

उपरोक्त गतिविधि प्रतिभागियों के बीच कराने के उपरान्त सुगमकर्ता द्वारा सूर्य से दूरी के अनुसार ग्रहो का क्रम निम्नलिखित (ट्रिक) के माध्यम से बताया जा सकता है–

सूर्य से दूरी के अनुसार ग्रहों का क्रम–

ट्रिक :–

बुद्धू शुतुरमुर्ग पृथ्वी का मंजन– ब्रश अरूण– वरूण ग्रह पर ले जाता है।

बुद्ध शुक्र पृथ्वी मंगल बृहस्पति शनि अरूण वरूण

अगला चरण :–

सुगमकर्ता एक वीडियो क्लिप/चित्र द्वारा प्रशिक्षकों का ध्यान सूर्योदय की ओर ले जायेगा

- सुगमकर्ता सूर्योदय की संकल्पना को स्पष्ट करने के लिए प्रतिभागियों द्वारा (3–4 प्रतिभागियों) किए जा रहे शैक्षिक प्रयासों/किया–कलापों को सदन में साझा करने के लिए आमंत्रित करेगा।

- प्राप्त सम्भावित उत्तरो के उपरान्त सुगमकर्ता सदन के समक्ष बस का उदाहरण देगा जिससे यह बताने का प्रयास होगा कि उस चलती हुई बस में बैठा व्यक्ति बाहर के पेड़ों के साथ कैसा महसूस करता है, वह यह आभास करता है कि खिड़की के बाहर वाले पेड़ उससे पीछे जा रहे हैं जबकि वह स्थिर है।
- इस आधार पर सुगमकर्ता प्रतिभागियों को सूर्य के पूरब से पश्चिम में जाने वाली अवधारणा को स्पष्ट करेगा। साथ ही गेंद व टॉर्च के माध्यम से भी समझाने का प्रयास करेगा।
- इस तरह सुगमकर्ता प्रतिभागियों में आकाश से सम्बन्धित घटनाओं के प्रति लगाव उत्पन्न करने व उनके कारण जानने के प्रति उनमें समझ विकसित करने का प्रयास करेगा।

समेकन :–पूरे सत्र को समेकित करते हुए सुगमकर्ता प्रतिभागियों को यह स्पष्ट करेगा कि हमारे आस–पास की चीजों में पेड़–पौधें, जानवर, मानव, घर, खेत इत्यादि सभी आते हैं साथ में हमारे आकाश में भी जो चीजें हमें दिखाई देती हैं वो भी हमारे पर्यावरण का ही एक हिस्सा है क्योंकि वे हमें और हमारे पर्यावरण को प्रभावित करती हैं कभी वर्षा के रूप में, कभी सूखे के रूप में, कभी मौसमों में होने वाले परिवर्तन के रूप में।

इस तरह हमें अपने बच्चों को कक्षा–शिक्षण के दौरान पर्यावरणीय अध्ययन कराने के लिए, मात्र धरती तक ही सीमित रखना उचित नहीं होगा, इसलिए उन्हें सौर परिवार की सैर भी अवश्य कराई जाए।

प्रोजेक्ट कार्य :–

- कक्षा–शिक्षण के दौरान सूर्योदय एवं सूर्यास्त की संकल्पना स्पष्ट करते हुए सम्बंधित शिक्षक अपना 3 मिनट का वीडियो क्लिप बनाकर जमा करें।
- सूर्योदय/सूर्यास्त की संकल्पना स्पष्ट होता हुआ कोई वीडियो इन्टरनेट के माध्यम से डाउनलोड करके लायें।
- सूर्य ग्रहण/चन्द्र ग्रहण से सम्बन्धित कोई वीडियो डाउनलोड करके लायें।

अध्याय–8

बाल अधिकार

प्रत्याशित परिणाम

- बाल अधिकारों की आवश्यकता एवं महत्व पर अपने विचार व्यक्त कर सकेंगे।
- प्रमुख बाल अधिकारों को सूचीबद्ध कर लेंगे।
- बाल–अधिकारों का उपयोग करने में सक्षम होंगे।

प्रस्तावना– किसी भी राष्ट्र का भविष्य उस राष्ट्र के बालकों में निहित होता है क्योंकि आज के बालक ही कल के नागरिक बनेगे। अतः इस स्थिति में एक शासन व्यवस्था को सुचारू रूप से चलाने के लिए नियमावली तैयार की जाये तो बालकों को सर्वांगीण विकास हेतु नियमावली में विशेष स्थान दिया जाये। इसी उद्देश्य की पूर्ति हेतु प्रत्येक राष्ट्र में बच्चों को कुछ विशेष अधिकार प्रदान किये गये है जिन्हें बाल अधिकारों की संज्ञा दी जाती है। आवश्यक है कि बच्चे भी स्वयं के अधिकारों को लेकर जागरूक हों।

गतिविधि 1– चिन्तन–मनन बुलेट ट्रेन

सहायक सामग्री– चार्ट पेपर, ए–4 साइज़ प्लेन पेपर, कलर पेन, मार्कर, स्टिकिंग स्लिप्स आदि।

प्रक्रिया– सुगमकर्ता सर्वप्रथम प्रतिभागियों के 5 समूह बनायेगा, तत्पश्चात् उन्हें स्टिंकिंग स्लिप्स और मार्कर उपलब्ध करायेगा। इसके बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों को स्टिकिंग स्लिप्स पर बच्चों के जीवन के लिए दो–दो आवश्यक बिन्दु लिखने हेतु निर्देशित करेगा। इसके बाद सुगमकर्ता पहले से तैयार एक रेलगाड़ी का चित्र लेकर प्रत्येक समूह में जायेगा। जिस–जिस समूह के पास यह चित्र जायेगा, वह आवश्यक बिन्दु लिखी स्टिकिंग स्लिप को रेलगाड़ी के डिब्बे में चस्पा करता जायेगा। जब सभी स्लिप्स चस्पा हो जायेंगी तब प्रतिभागियों के साथ बाल अधिकार पर विचार–विमर्श निम्न प्रश्नों के अंतर्गत किये जायेंगे–

1. बच्चे के जीवन में इन बिन्दुओं का क्या महत्त्व है?
2. बाल अधिकार को आप अपने शब्दों में परिभाषित कीजिए।
3. बाल अधिकारों के अभाव का समाज पर क्या प्रभाव पड़ेगा?
4. बाल अधिकारों के संरक्षण हेतु हम विद्यालय स्तर पर क्या कदम उठायेंगे?
5. बाल अधिकारों की समझ विकसित करने हेतु आप विद्यालय में कौन–कौन सी गतिविधियों को पाठ्यक्रम में समाहित करेंगे?

समेकन– मित्रों, प्रस्तुत प्रकरण पर चर्चा के उपरान्त हमें यह जानकारी प्राप्त हुयी थी कि बच्चों के सर्वांगीण विकास हेतु कौन कौन से अधिकार आवश्यक हैं एवं इन अधिकारों की जानकारी हम उन्हें (बच्चों को) किस प्रकार प्रदान करें।

गतिविधि 2– मुझे क्या चाहिए

सहायक सामग्री– चार्ट पेपर, कलर पेन, डबल साइडेट टेप, स्टिकिंग चिट।

प्रक्रिया– सुगमकर्ता प्रतिभागियों को चार वर्गों में विभाजित कर प्रत्येक समूह को एक चार्ट, एक मार्कर, एक चिपकाने वाली पर्चियों का पैक प्रदान करेगा। सुगमकर्ता प्रतिभागियों से चार्ट पर एक बच्चे की रूपरेखा बनाने को कहेगा। रूपरेखा बनाने के पश्चात सुगमकर्ता प्रतिभागियों को इस बच्चे का एक नाम लिखने को बोलेगा। तत्पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक प्रश्न लिखने को बोलेगा–

1. बच्चे को अपने बचपन में खुश एवं स्वस्थ रहने के लिए किन–किन साधनों की जरूरत होगी? (कम से कम पन्द्रह साधन लिखें) इसका उत्तर प्रतिभागियों को चिपकाने वाली पर्चियों पर लिखकर बच्चे की रूपरेखा के अंदर लगाना है। इनमें से कुछ आवश्यकतायें ऐसी है जो प्रत्यक्ष देखी जा सकती है एवं कुछ इस तरह की होगी जिन्हें हम केवल महसूस कर सकते है।
2. अब सुगमकर्ता इन पन्द्रह जरूरतों में से 5 कम आवश्यक आवश्यकताओं की पर्ची हटाने के लिए निर्देश देगा।
3. पुनः सुगमकर्ता 5 और कम आवश्यक आवश्यकताओं की पर्ची हटाने के लिए निर्देशित करेगा जिनके बिना भी बच्चा खुश एवं स्वस्थ रह सकता है।
4. अंत में शेष 5 महत्वपूर्ण संसाधनों पर सुगमकर्ता प्रत्येक समूह द्वारा प्रस्तुतीकरण करायेगा कि उस समूह के अनुसार 5 महत्वपूर्ण आवश्यकतायें कौनसी है? एवं वह बच्चे के जीवन को किस तरह प्रभावित करती हैं।

   समेकन– अंत में सुगमकर्ता स्वयं के शब्दों में बाल अधिकार एवं उसके महत्व पर प्रकाश डालते हुए बतायेगा कि बच्चों के जीवन को सुचारू रूप से चलाने एवं उनके सर्वांगीण विकास के उद्देश्य से प्रत्येक देश में बाल अधिकार बनाये गये है जिनके बिना बच्चों के खुशहाल एवं स्वस्थ जीवन की कल्पना नहीं की जा सकती।

गतिविधि 3– मेरा बाल अधिकार

(वीडियो– https://youtu.be/1DBBwuTLHqk)

सहायक सामग्री– प्रोजेक्टर, संबंधित वीडियो, प्लेन पेपर, पेन्सिल/पेन।

प्रक्रिया– सुगमकर्ता द्वारा सर्वप्रथम प्रोजेक्टर पर संबंधित वीडियो–'मेरा बाल अधिकार' दिखाया जायेगा। तत्पश्चात पूरे सदन से निम्नांकित बिन्दुओं पर चर्चा की जायेगी–

- वीडियो में आपने क्या–क्या देखा?
- वीडियो में कौन–कौन से बाल अधिकारों पर बात की गयी थी?
- आपके अनुसार और कौन–कौन से बाल अधिकार हैं या होने चाहिए?
- वीडियो का शीर्षक क्या होना चाहिए?

समेकन– सुगमकर्ता द्वारा प्रक्रिया के दौरान उठे प्रमुख बिन्दुओं पर बात करते हुए इस गतिविधि पर चर्चा समाप्त की जायेगी।

गतिविधि 4– आओ जाने अपने अधिकार (नाटक द्वारा)

सहायक सामग्री– कठपुतली, प्लेन पेपर, पेन्सिल/पेन।

टीना दीदी, चंदू, पिंकी

पिंकी–हू बू उ उ उ उ उ उ उ .... (रोते हुए)

चंदू–क्या हुआ पिंकी तुम रो क्यों रही हो?

पिंकी–चंदू मुझे जोर से भूख लग रही थी मैने मां से खाना मांगा तो माँ ने मना कर दिया बोली भाई और पिताजी पहले खाले जब बचेगा, तब तू खाना। लेकिन जोरों से भूख के कारण मैंने पहले खाना खा लिया इसलिए मेरी माँ ने मुझे बहुत मारा।

चंदू–पिंकी मार तो मैंने भी खाई है आज। पड़ोस वाला श्यामू रोज विद्यालय जाता है मैंने भी पिता जी से कहा कि मैं भट्टे पर काम करने नहीं जाऊँगा, मैं पढ़ना चाहता हूँ अभी काम नहीं करना चाहता। लेकिन मेरे पिता जी ने मेरी बात नहीं सुनी। जब मैंने कल से काम करने से मना कर दिया तो उन्होंने मुझे मारा।

टीना दीदी–मछलियां प्यारी–प्यारी, मछलियां ..... अरे! पिंकी और चंदू तुम दोनों इतने उदास क्यों हो?

चंदू–टीना दीदी बड़े जो चाहते हैं वो कर सकते हैं लेकिन हम बच्चे क्यों नहीं?

मैं पढ़ना चाहता हूँ लेकिन पिता जी कहते है भट्टे पर काम करो वो ज्यादा जरूरी है।

पिंकी भी सबके साथ बराबरी से खाना खाना चाहती है लेकिन उसकी माँ उसे भाई और पिताजी के बाद बचा खुचा खाना देती है।

क्या हम बच्चों के लिए कोई नियम नहीं बना सकता ताकि हम भी अपनी उम्र के और बच्चों की तरह अच्छा जीवन जी सके?

टीना दीदी–अच्छा तो ये बात है।

तुमको पता है हर देश के नागरिकों के लिए कुछ अधिकार बने ठीक उसी तरह से बच्चों के लिए भी हर देश की सरकार ने कुछ अधिकार निश्चित किये हैं जिन्हें बाल अधिकार कहते है।

चंदू–बाल अधिकार दीदी?

मतलब अपने सिर पर बाल रखने या न रखने का अधिकार

टीना दीदी एवं पिंकी– हा हा हा हा हा....

पिंकी–चंदू बाल मतलब बच्चे

अर्थात् बच्चों के अधिकार, है ना दीदी

टीना दीदी–हाँ

पिंकी–लेकिन दीदी बाल अधिकार में बच्चों को कौन–कौन से अधिकार दिये गये है?

टीना–बताती हूँ, बताती हूँ। पिंकी हमारे यहाँ बच्चों को–

1. जीने का अधिकार
2. संतुलित भोजन एवं देखभाल का अधिकार
3. व्यक्तित्व विकास का अधिकार
4. स्वास्थ्य सुविधायें पाने का अधिकार
5. अभिव्यक्ति एवं स्वतंत्र प्रतिभाग का अधिकार
6. शिक्षा प्राप्त करने का अधिकार
7. आर्थिक एवं शारीरिक शोषण से मुक्ति का अधिकार
8. स्वच्छ एवं स्वस्थ पर्यावरण में रहने का अधिकार

चंदू–इतने सारे अधिकार है हमारे। (आश्चर्य से) लेकिन दीदी अगर कोई बड़ा इन्हें न माने तो? हम बच्चे क्या करेंगे?

टीना दीदी–बहुत अच्छा सवाल किया चंदू। इनकी रक्षा के लिए न्यायपालिका ने दण्ड का भी प्रावधान रखा है। यदि कोई भी व्यक्ति किसी बच्चे को भोजन, शिक्षा, स्वास्थय सुविधाओं से वंचित करता है तो न्यायपालिका उसे जुर्माना लगाकर, बंदी बनाकर दण्डित करती है।

तुम अपनी इस समस्या के लिए अपने गांव के समझदार बुर्जुग, विद्यालय के मास्टर जी, अपने गांव में आने वाली ए0एन0एम0 दीदी, आंगनबाड़ी दीदी, प्रधान जी आदि की मदद भी मांग सकते हो। मुझे पूरा विश्वास है तुम्हें हल जरूर मिलेगा।

चंदू, पिंकी से (प्रसन्न मुद्रा में) तो फिर पिंकी हम मास्टर जी के पास चले अपने अधिकार की बात करने। ऐसा न हो वो चले जाये। निम्नांकित बिन्दु पर आठ कार्ड बनेगें।

1. समानता का अधिकार
2. सौहार्दपूर्ण समाज में रहने का अधिकार
3. शिक्षा का अधिकार
4. स्वच्छ हवा का अधिकार
5. विचार अभिव्यक्ति का अधिकार
6. संतुलित भोजन का अधिकार
7. शोषण के विरुद्व अधिकार
8. स्वच्छ जल का अधिकार

पिंकी–हाँ हाँ जल्दी चलो। धन्यवाद दीदी।

नोट– उपरोक्त गतिविधि को कठपुतली अभिनय, पी0पी0टी0 बनाकर भी समझा सकते है।

समेकन– सुगमकर्ता उपरोक्त नाटक की समाप्ति पर इस नाटक के उद्देश्यों पर चर्चा–परिचर्चा करते हुये स्पष्ट करेगा कि आपने देखा कि बाल अधिकारों की जानकारी के अभाव में बच्चे आसानी से शोषण का शिकार हो जाते हैं, अतः शिक्षक होने के नाते हमारा कर्तव्य है कि हम बच्चों को बाल अधिकारों से परिचित कराते हुये उन्हें सर्वांगीण विकास के अवसर उपलब्ध करायें।

गतिविधि 4– अधिकार आये, कर्तव्य साथ में लायें

सहायक सामग्री–ए–4 शीट, डबल साइडेड टेप, कलर पेन।

प्रक्रिया–सुगमकर्ता बाल अधिकार के आठ कार्ड तैयार करेगा। तत्पश्चात् प्रतिभागियों के समूह को दो भागों में विभाजित किया जायेगा।

प्रत्येक समूह में चार–चार कार्ड बांट दिये जायेगें। अब सुगमकर्ता एक समूह से एक कार्ड पढ़ने को बोलेगा एवं दूसरे समूह को प्रति उत्तर में तीन कर्तव्य या जिम्मेदारी बताने को बोलेगा।

उदाहरण– समूह(अ)–कार्ड–स्वस्थ एवं स्वच्छ पर्यावरण

समूह (ब)–3 कर्तव्य–1. थैलियां का प्रयोग न के बराबर करें।

2. वृक्ष लगायें।
3. आस–पास परिवेशीय स्वच्छता बनाये रखे।

समेकन–इसी प्रकार आठों अधिकार एवं उनके प्रति कर्तव्यों पर चर्चा–परिचर्चा करते हुए सुगमकर्ता अधिकार एवं कर्तव्यों का समेकन करते हुए स्पष्ट करेगा कि अधिकार एवं कर्तव्य एक दूसरे के पूरक है। यदि हम अपने अधिकारों का संरक्षण चाहते हैं तो उसके लिए हमें पहले दूसरों के प्रति अपने कर्तव्यों का पालन करना होगा

गतिविधि 5– बाल अधिकार गीत

सहायक सामग्री– ए–4 साइज पर गीत लिखा होगा।

प्रक्रिया– सुगमकर्ता द्वारा पूरे सदन के साथ संगीत का गायन किया जायेगा।

बाल गीत
बाल अधिकार जो बच्चों के हैं वो।
बच्चों को मिलने ही चाहिए।।
वेश–भूषा, जाति और धर्म का।
भेदभाव होना न चाहिए।।
जन्म के साथ ही हर बच्चे को।
राष्ट्रीयता मिलनी ही चाहिए।।
बाल अधिकार.....
बच्चों को शिक्षा और संरक्षण।
आनन्द, प्रेम मिलना चाहिए।।
काया निरोगी रहे बच्चों की।
मदद चिकित्सा कि मिलनी चाहिए।।
बाल अधिकार.....

समेकन–

इस प्रकार के अन्य बाल अधिकार गीतों द्वारा आप रोचक ढंग से बच्चों को उनके बाल अधिकार से परिचित करा सकते हैं। साथ ही सामाजिक अव्यवस्थाओं के अन्य मुद्दों जैसे–लिंगीय भेदभाव, जल एवं भोजन की बर्बादी, वृक्षों का कटान आदि पर बच्चों को गीत द्वारा जागरूक एवं संवेदनशील बनाया जा सकता है।

गतिविधि–6 चित्र देखे कहानी बनाये।

सहायक सामग्री– पी0पी0टी0, A4 साइज पेपर, (संख्यानुसार)

प्रक्रिया– सर्वप्रथम सुगमकर्ता पूरे सदन को दस छोटे–छोटे समूह में विभक्त करेंगा। पी0पी0टी0 के माध्यम से दस चित्र दिखाये जायेगें प्रत्येक समूह को एक चित्र पर कहानी लिखने को कहा जायेगा। कहानी लिखने हेतु दो से तीन मिनट का समय दिया जायेगा। तत्पश्चात प्रत्येक समूह से एक प्रतिभागी द्वारा उसका प्रस्तुतीकरण किया जायेगा।

समेकन– इस प्रकार हम चित्र आधारित कहानी के माध्यम से बाल–अधिकार से सम्बंधित बिन्दुओं पर बातचीत की तथा जाना कि बालकों के कौन–कौन से अत्यन्त आवश्यक है।

प्रदत्त कार्य–सुगमकर्ता द्वारा पूरे सदन को 3 या 4 समूह में बांटकर, प्रत्येक समूह को बाल अधिकारों पर आधारित बाल अखबार निर्माण करने को कहा जायेगा।

बाल अधिकार पर आधारित बाल अखबार के निर्माण हेतु प्रमुख निर्देश–

- बाल–अखबार कम से कम पाँच पेज का होना चाहिए।
- अखबार में चित्र, कविता, कहानी, स्लोगन, सम्पादकीय का समावेश हो।
- कलर पेन का प्रयोग हो।

अध्याय–9
भोजन एवं स्वास्थ्य

प्रत्याशित परिणाम–

- संतुलित भोजन के महत्व की समझ विकसित हो सकेगी।
- संतुलित भोजन एवं स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों एवं समाधानों के क्रियान्वयन पर समझ बन सकेगी।
- पोषण एवं स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता हेतु नवीन शिक्षण विधियाँ एवं क्रियाकलाप आपसी सहयोग से सीख सकेंगे।

प्रस्तावना–

हमारे पर्यावरण में मानव एक प्रमुख अंग है। मानव के स्वस्थ शरीर एवं स्वस्थ मन का सीधा प्रभाव हमारे पर्यावरण पर परिलक्षित होता है। स्वस्थ शरीर के विषय में चिन्तन करते ही भोजन से प्राप्त होने वाले विभिन्न पोषक तत्वों की ओर ध्यान आकृष्ट होना सहज ही है। विद्यार्थियों में स्वस्थ शरीर की महत्ता एवं शरीर को स्वस्थ रखने वाले पोषक तत्वों की महत्ता स्पष्ट होना लाभप्रद रहेगा। विद्यार्थियो को प्राप्त होने वाले एम0डी0एम0 के कुशल क्रियान्वयन का सकारात्मक प्रभाव बच्चों के स्वास्थ्य पर पड़ेगा। खेलकूल एवं विभिन्न शारीरिक गतिविधियों को शैक्षणिक क्रियाकलापो में सम्मिलित करके रोचक शिक्षण के संग ही विद्यार्थियों के उत्तम स्वास्थ्य के लक्ष्य को भी प्राप्त कर सकेंगे।

सुगमकर्ता एक प्लेट में कुछ खाद्य सामग्री (जैसे–केला, सेब, मूंगफली, चना आदि) लेकर सदन में प्रतिभागियों को उत्साहपूर्वक वितरित कर सत्र सम्बंधी वातावरण सृजित करेगा।

गतिविधि– पर्यावरणीय अंग्रेजी वर्णमाला

सामग्री– प्रतिभागियों द्वारा प्रयोग में लाया जा रहा रजिस्टर।

- सुगमकर्ता समय निर्धारित करते हुए प्रतिभागियों को A को Z तक के वर्णों से आरम्भ हो रहे उन अंग्रेजी शब्दो को लिखने के लिए प्रेरित करेगा जिनका सीधा संबंध पर्यावरण से है।

जैसे– I For Ice, W=Water, R=Reuse

- उपरोक्त गतिविधि के उपरान्त सुगमकर्ता प्रतिभागियो के सहयोग से सदन का ध्यान एवं चिन्तन बच्चो के भोजन (पोषण) एवं स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों की ओर आकृष्ट करेगा।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के विद्यालयों के छात्रों को पोषण एवं स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों एवं अनुभवों को सभी सहभागियों के समझ साझा कराएगा।

  (3 से 4 प्रतिभागी)
- सुगमकर्ता प्रतिभागियो द्वारा साझा की जा रही चुनौतियों को श्यामपट्ट/White Board पर बिन्दुवार लिखेगा।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियो का ध्यान केवल चुनौतियों पर ही नहीं वरन् उनके समाधान के उपाय खोजने एवं क्रियान्वयन पर आकृष्ट किया जायेगा।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियो को 5 समूहों में (प्रोटीन, विटामिन, वसा, खनिज लवण एवं कार्बोहाइड्रेट) में विभक्त कर निम्नलिखित विचार बिन्दु चर्चा हेतु दिए जायेंगे।

<u>चर्चा के बिन्दु–</u>

- ❖ बच्चो को संतुलित भोजन का महत्व स्पष्ट करने हेतु रोचक गतिविधियाँ एवं क्रियाकलाप।
- ❖ मिड–डे मील के सन्दर्भ में स्वच्छता हेतु उपाय।
- ❖ सीमित संसाधनों में संतुलित भोजन कैसे?
- ❖ पाँच रोचक शारीरिक गतिविधियाँ/क्रियाकलाप।
- ❖ संतुलित भोजन की थाली।

- सुगमकर्ता द्वारा उपरोक्त समूह चर्चा एवं विचार संकलन हेतु समय निर्धारण किया जायेगा।
- प्रतिभागियो द्वारा समूह में प्रस्तुतीकरण दिया जायेगा।

गतिविधिः अंग घुमाओ, स्वास्थ्य बनाओ

- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियो को अपने सम्मुख अपने स्थान पर ही खड़े होने को निर्देशित करेगा।
- सुगमकर्ता स्थान की उपलब्धता और सुविधानुसार 4 या 5 प्रतिभागियो को आगे बुलाकर कुछ शारीरिक गतिविधियॉ कराएगा, जिसमें हाथ–पैर, गर्दन, कमर इत्यादि का घुमाव होगा। 'शान्त' शब्द के कहने पर प्रतिभागी अपने स्थान पर मूर्ति अवस्था में आ जायेंगे।
- उपरोक्त प्रक्रिया कुछ पंक्तियों को दोहराकर अपनायी जा सकती है– जैसे

गोल घुमाओ भाई गोल घुमाओ

हाथो को अपने गोल घुमाओ– आदि

समेकन–

सुगमकर्ता द्वारा सत्र की विभिन्न गतिविधियो एवं क्रियाकलापो को बच्चो के दैनिक जीवन में पोषण एवं स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियो समाधानों एवं क्रियान्वयन पर समझ विकसित करेंगे। बच्चो हेतु विद्यालय के मिड–डे मील कार्यक्रम के कुशल संचालन में पोषण एवं स्वास्थ्य संबंध बिन्दुओ पर समण बनाते हुए स्वस्थ तन–स्वस्थ मन की शुभकामना के साथ सत्र पूर्ण करेंगे।

अध्याय–10

आपदा प्रबन्धन

प्रत्याशित परिणाम –

- विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से प्राकृतिक आपदाओं के सम्बन्ध में समझ विकसित कर सकेंगे।
- प्राकृतिक आपदाओं के कारणों से अवगत हो सकेंगे।
- विभिन्न प्राकृतिक आपदाओं से बचाव के उपाय बता सकेंगे।

प्रस्तावना –

हमारे विद्यालयी व ग्रामीण परिवेश में अक्सर ऐसा देखने को मिलता है कि कहीं न कहीं किसी रूप में हर कोई प्रकृति के कहर से प्रभावित होता है, चाहे वो कभी बाढ़ के रूप में देखने को मिलता है, कभी सूखे के रूप में, कभी शीतलहर के रूप में, तो कभी किसी अन्य रूप में। हम सभी प्राकृतिक आपदाओं से समय–समय पर प्रभावित होते रहते हैं, इसलिए यह अत्यंत आवश्यक हो जाता है कि हम प्रकृति के इस स्वरूप को भी समझें और इसे कक्षा–शिक्षण के द्वारा रुचिपूर्ण एवं प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत करें।

गतिविधि 1:

आवश्यक सामग्रीः भूकम्प/त्रासदी से सम्बन्धित वीडियो अथवा चित्र

प्रक्रिया –

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के बड़े समूह को भूकम्प–त्रासदी का वीडियो/चित्र प्रदर्शित करेगा।
- सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी को एक सादा कागज उपलब्ध कराने के उपरान्त कुछ प्रश्नों पर अपने विचार अंकन करने को कहेगा।

सम्भावित प्रश्न –

1. प्रदर्शित किये गये वीडियो/चित्र में क्या–क्या दिखाई दे रहा था?
2. सम्बन्धित दृश्य किस प्राकृतिक आपदा का दुष्परिणाम है?
3. भूकम्प से बचने के क्या–क्या उपाय हैं?

विचारों का अंकन हो जाने के पश्चात् वह प्रतिभागियों को एक गोल घेरे के रूप में व्यवस्थित करेगा और सुगमकर्ता द्वारा निम्नवत् गतिविधि करायी जायेगी।

गतिविधि 2: आओ मिलकर विचारें हम,
भूकम्प से न हारें हम।

आवश्यक सामग्रीः गेंद (भूकम्प लिखी हुई), मार्कर, कागज

प्रक्रियाः

- उक्त गतिविधि से अवगत कराते हुए सुगमकर्ता प्रतिभागियों के सम्मुख एक गेंद (जिस पर भूकम्प लिखा हो) दिखाते हुए निर्देशित करेगा कि ये (गेंद) भूकम्प है।
- अब हम सब एक गोल घेरे में खड़े होकर पंक्तियाँ 'आओ मिलकर विचारे हम–भूकम्प से न हारे हम' दोहरायेंगे और पंक्ति पूर्ण होते ही प्रतिभागी अपनी गेंद (भूकम्प) को दूसरे प्रिय साथी प्रतिभागी को देंगे।
- जिस प्रतिभागी के हाथ में (गेंद) भूकम्प आएगी, वह भूकम्प से बचने का एक उपाय बताएगा।
- पंक्ति को दोहराते हुए गतिविधि की पुनरावृत्ति के उपरान्त गतिविधि समाप्त कर प्रतिभागियों को यथास्थान बैठने को कहा जायेगा।

गतिविधि 3: मै कौन हूँ

आवश्यक सामग्रीः लू, बाढ़, शीतलहर, सूखा लिखी चार अलग पट्टिकाएँ, इसी से सम्बन्धित वीडियो क्लिप/चित्र, चार्ट–पेपर/सादे कागज/मार्कर, कलर

प्रक्रियाः

- लू, बाढ़, सूखा, शीतलहर से सम्बन्धित वीडियो क्लिप दिखाने के उपरान्त सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 4/5 समूह में विभाजित करते हुए आपदा सम्बन्धी पट्टिका प्रदान कर नामित करेंगे।
- कुछ सामान्य प्रश्न करने के उपरान्त सुगमकर्ता चर्चा समय का निर्धारण करते हुए समूह चर्चा हेतु प्रेरित करेगा।

सम्भावित चर्चा बिन्दु –

1. आपदा की सामान्य जानकारी
2. आपदा के कारण
3. आपदा से बचने के उपाय

- प्रत्येक समूह अपने निर्धारित विषय यथा लू, बाढ़, सूखा, शीतलहर आदि पर चर्चा बिन्दु के आधार पर चर्चा करेंगे।
- सुगमकर्ता घूम–घूम कर सहयोग एवं दिशा प्रदान करेंगे।
- चार्ट पेपर पर विचारों का समेकन करने के उपरान्त प्रस्तुतीकरण की प्रक्रिया पूर्ण कर उत्साहवर्धन किया जायेगा।

गतिविधि 4:

आवश्यक सामग्रीः षट्फलकीय बड़ा पासा, लू, शीतलहर, बाढ़, सूखा, भूकम्प लिखी पट्टिकाएँ

प्रक्रियाः

- सुगमकर्ता द्वारा पूर्व से तैयार षट्फलकीय बड़ा पासा, जिसके 5 फलकों पर क्रमशः लू, शीतलहर, बाढ़, सूखा, भूकम्प लिखा हुआ लेकर प्रतिभागियों को गोल घेरे में खड़ा कर किसी एक प्रतिभागी द्वारा पासा फेंकने को प्रेरित करेगा एवं पासे पर प्रदर्शित बिन्दु यथा लू, शीतलहर, बाढ़, सूखा, भूकम्प आदि पर उक्त सत्र के आधार पर प्रश्न करते हुए मूल्यांकित करके सत्र समाप्ति की घोषणा करेगा।

समेकनः सुगमकर्ता सत्र के अन्तर्गत की गयी विभिन्न गतिविधियों की महत्ता का अपने दैनिक जीवन से सम्बन्ध स्पष्ट करेगा। जीवन की उपयोगिता एवं उसकी रक्षा हेतु प्राकृतिक आपदा से बचाव के उपायों के बारे में जानकारी होना एवं अवसर आने पर दैनिक जीवन में प्रयोग कर पाने को आवश्यक बताते हुए छात्रों को शिक्षण के दौरान स्पष्ट करने की उपयोगिता को स्पष्ट करेगा।

प्रोजेक्ट कार्यः

1. लू, शीतलहर, बाढ़, सूखा, भूकम्प आदि से बचाव हेतु उपायों से सम्बन्धित कोई पत्रक तैयार कर लाने को कहा जायेगा।
2. लू, शीतलहर, बाढ़, सूखा, भूकम्प आदि प्राकृतिक आपदाओं में से किसी एक विषय पर वीडियो/चित्रों का संकलन/डाउनलोड कर लाने को कहा जायेगा।

अध्याय–11
प्रतीकों की भाषा

प्रत्याशित परिणाम –

- प्रतीकों की पहचान व उसके सही संदेश को जान सकेंगे।
- प्रतीकों की दैनिक व सामाजिक जीवन में आवश्यकता को समझ सकेंगे।
- राष्ट्रीय प्रतीकों के महत्व को समझेंगे और उनका सम्मान करेंगे।

प्रस्तावना –

हमारे परिवेश व समाज में कई नियम बनाये जाते हैं। यह नियम हमें सुगमता से जीवन जीने में सहायता प्रदान करते हैं। पर्यावरण संरक्षण व अच्छी आदतों को बताने वाले कईसंदेश होते हैं, इन सभी नियमों व संदेशों को जन समुदाय तक बिना भाषा का प्रयोग किये मात्र चित्रों अथवा चिह्नों के माध्यम से अभिव्यक्त किया जाता है। इस प्रकार मूलरूप से वहाँ उपस्थित हुये भी प्रतीकों अथवा चिह्नों के द्वारा हम अपनी बात को सभी तक पहुँचा सकते है एवं अभिव्यक्त संदेश को समझ सकते हैं। अतः इन प्रतीकों का प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में अत्यन्त महत्व है। इसी प्रकार कोई भी प्रतीक यदि पूरे राष्ट्र की विशेषता को दर्शाता है, तो वह राष्ट्रीय प्रतीक कहलाता है।

गतिविधि 1: हमारी पहचान

आवश्यक सामग्रीः नोट पैड, पेन, स्केच पेन, पेन्सिल

प्रक्रियाः

- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को निर्देशित करेगा कि वे अपने जिले/शहर/गाँव से सम्बन्धित अथवा उसे दर्शाता हुआ एक चित्र अपने नोट पैड पर बनायें।
- तदोपरान्त कुछ प्रतिभागियों द्वारा बनाये गये संकेतों को इनका महत्व व उपयोग बताते हुए सदन में प्रस्तुत करवाया जायेगा।

समेकनः इस प्रकार हम देखते हैं कि भाषा का प्रयोग किये बिना ही हम किसी भी वस्तु, स्थान, संदेश व निर्देश को मात्र संकेतकों व चिह्नों की सहायता से प्रदर्शित कर सकते हैं तथा हमारे जीवन में भी इन चिह्नों का बहुत महत्व है।

गतिविधि 2: चर्चा पत्रक

आवश्यक सामग्रीः 5 चार्ट पेपर, मार्कर

प्रक्रियाः

- सुगमकर्ता पूरे सदन के प्रतिभागियों को पाँच समूहों में विभक्त करेगा। उन्हें समूहवार चर्चा करने हेतु, निम्नलिखित बिन्दु एक–एक पर्ची पर लिखकर उपलब्ध करवायेगा।

चर्चा पत्रक के बिन्दु –

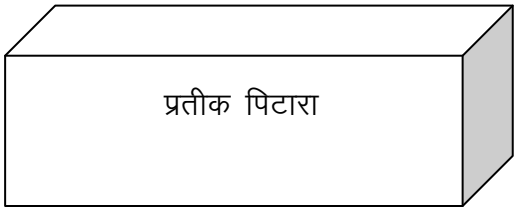
1. प्रतीक की आवश्यकता
2. प्रतीक का महत्व
3. प्रतीक का व्यवहारिक जीवन में अनुप्रयोग (उदाहरण व चित्रों सहित दर्शाये)
4. सामान्य प्रतीक व राष्ट्रीय प्रतीक में अन्तर
5. राष्ट्रीय प्रतीक की आवश्यकता एवं महत्व

- सुगमकर्ता चर्चा के उपरान्त निकले निष्कर्ष को बिन्दुवार उपलब्ध पत्रक पर प्रतिभागियों को लिखने को कहेंगे व समूह के सदस्य उसको सदन के समक्ष प्रस्तुतीकरण करेंगे।

समेकनः इस चर्चा से हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि भाषा का प्रयोग किये बिना भी हम किसी संदेश, वस्तु, नियम अथवा राष्ट्र को अभिव्यक्त कर सकते हैं। ये प्रतीक हमारे जीवन में सदुपयोगी हैं व इनके अभाव में हमें कठिनाई होती है।

गतिविधि 3: 'बूझो तो जानें'

आवश्यक सामग्रीः चार्ट, कई रंगों के मार्कर, प्रतीक पिटारा बनाने हेतु गत्ते का डिब्बा, राष्ट्रीय प्रतीकों के चित्र



सुगमकर्ता निम्नलिखित विषयों पर प्रतीकों के चित्र बनाकर 'प्रतीक पिटारे' में डालेंगे –

1	बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ	
2	पादप संरक्षण	
3	धूम्रपान निषेध	
4	परिवार नियोजन	
5	एड्स	
6	सर्व शिक्षा अभियान	
7	राज चिह्न	
8	स्वच्छ भारत अभियान	
9	राष्ट्रीय पुष्प	
10	यू टर्न	
11	मोबाइल का प्रयोग न करें	
12	राष्ट्रीय ध्वज	
13	राष्ट्रीय पशु	
14	राष्ट्रीय गीत (सुगमकर्ता प्रतिभागी से गाने को कहेंगे)	
15	विजेता चिह्न	

प्रक्रियाः

- सुगमकर्ता उपरोक्त 10–15 संकेतों तथा राष्ट्रीय प्रतीकों को पूर्व में बनाकर तैयार कर लेगा।
- सदन में इन संकेतकों को एक पिटारे में डाल देगा।
- तदोपरान्त प्रतिभागियों को दो समूहों में विभक्त करेगा।
- इसके उपरान्त प्रत्येक समूह से क्रमशः एक प्रतिभागी को बुलाकर एक पर्ची चुनने को कहेगा।
- प्रतिभागी एक पर्ची को उठायेगा व अपने समूह के अन्य प्रतिभागियों की सहायता से उसका परिचय देगा व उसका महत्व बतायेगा।
- सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतीक के महत्व को पर्यावरण व समाज के परिप्रेक्ष्य में बताने का प्रयास करेगा।

समेकनः इस रोचक गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता प्रतिभागियों को यह स्पष्ट करेगा कि प्रत्येक प्रतीक समाज व जन समुदाय के लिए कितना महत्वपूर्ण है, समाज को सजग व जागरूक करने के लिए ये प्रतीक अत्यन्त महत्वपूर्ण हैं, इनकी जानकारी के द्वारा हम एक सभ्य व सुदृढ़ समाज की स्थापना कर सकते हैं।

इसी प्रकार राष्ट्रीय प्रतीक देश का गौरव बढ़ाने में तथा देश में सभी को एकता के सूत्र में बांधने में एक अच्छी भूमिका निभाते हैं। हमारे देश की पहचान विश्व पटल पर इन्हीं प्रतीकों के माध्यम से होती है।

नोट–सुगमकर्ता प्रतिभागियों को उचित प्रोत्साहन देकर उन्हें प्रतीकों की पहचान करने हेतु विभिन्न गतिविधियों को अपने विद्यालय में प्रयोग करने को प्रेरित करेगा।

प्रोजेक्ट कार्यः सुमगकर्ता सभी प्रतिभागियों को अपनी रुचि के अनुसार एक–एक प्रतीक का चित्र बनाकर तथा उसकी उपयोगिता व महत्व को लिखकर लाने को कहेगा।

अध्याय–12

हमारा संविधान हमारा रक्षक

प्रत्याशित परिणाम–

1. संविधान एवं कानून निर्माण की आवश्यकता स्पष्ट करना।
2. संविधान एवं कानून के विषय में गतिविधि आधारित शिक्षण कार्य करने में सक्षम बनाना।
3. संविधान एवं कानून पर आधारित नवाचार, मल्टीमीडिया, समाचाार के प्रयोग हेतु प्रेरित करना।

प्रस्तावना–

किसी भी संस्था को सुचारू रूप से चलाने के लिए एवं नागरिकों के अधिकारों के संरक्षण हेतु हमें कुछ नियमों/कानूनों को बनाने की आवश्यकता होती है। ये लिखित एवं मौखिक दोनों रूपों में देखने को मिलते हैं। इस लिखित दस्तावेज को ही संविधान की संज्ञा दी गयी है। प्रत्येक राष्ट्र की परिवेशीय स्थितियों के आधार पर ही संविधान का निर्माण किया जाता है ताकि प्रत्येक नागरिक अपने परिवेशीय स्थितियों में सुगमता पूर्वक विकास के अवसर प्राप्त कर सकें।

गतिविधि 1– आओ सुने कहानी।

आवश्यक सामग्री– चार्ट पेपर, A4 साइज पेपर, मार्कर, कलर, लैपटाप, प्रोजेक्टर, पेन ड्राइव आदि।

प्रक्रिया–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से बड़े समूह में परिवार एवं विद्यालय के संचालन पर वार्तालाप करते हुए प्रोजेक्टर के माध्यम से कहानी सुनाएगा।

कहानी

प्राथमिक विद्यालय नुनारी की प्रधानाध्यापिका हमेशा विद्यालय के छात्र/छात्राओं के समय पर विद्यालय न आने, विद्यालय का गणवेष न पहनने, नियमित गृह कार्य न करके लाने के कारण परेशान रहती थी। इन अनियमितताओ के कारण विद्यालय का शिक्षण कार्य सुचारू रूप से नही चल पा रहा था। क्योंकि कुछ बच्चे ठीक समय पे आते है, कुछ प्रातः 9:00 बजे के बाद आते थे। अतः एक दिन प्रधानाध्यापिका ने सभी शिक्षकों, अभिभावकों एस0एम0सी0 के सदस्यों की एक बैठक बुलाई। सभी के समक्ष विद्यालय की

समस्याओ का रखा गया और उसके समाधान बताने को कहा गया। बैठक में सभी सदस्यों ने आपस में विचार–विमर्श किया और अपने–अपने सुझाव एक कागज पर लिखकर दिया।

प्रधानाध्यपिका के पास बहुत सुझाव आ चुके थे। उन्होनें एक डायरी पर मुख्य–मुख्य सुझावों को क्रमबद्ध लिखकर उसकी एक पुस्तिका छपवा दी और उसका नाम **"विद्यालय की संविधान पुस्तिका"** रखा।

एक दिन बाल सभा के अवसर पर प्रधानाध्यापिका ने संविधान के नियम बताते हुए उसी दिन से संविधान के नियम लागू कर दिए। अब प्रतिवर्ष विद्यालय में नए नामांकित बच्चों में कक्षा 1 व 2 के बच्चों के अभिभावकों को एवं 3,4,5 के बच्चो को विद्यालय संविधान की पुस्तिका दी जाती है कि वे विद्यालय में नियमों और कानूनों का पालन करे।

सुगमकर्ता प्रशिक्षणार्थियों से संबंधित चार प्रश्न लिखने को बोलेगा। तत्पश्चात बड़े समूह को चार समूहों में विभाजित कर तीन मिनट विचार करने को कहेगा। चर्चा के प्रश्न नं0–

1. प्रधानाध्यापिका को विद्यालय में विशेष बुलाने की आवश्यकता क्यों पड़ी ?
2. आपकी समझ में बैठक में एस0एम0सी0 सदस्य, अभिभावक, छात्र–छात्र ने क्या सुझााव दिए होगे ?
3. यदि प्रधानाध्यापक आप होते तो बैठक अतिरिक्त और क्या करते?
4. इस क्रिया–कलाप से बच्चो में क्या समझ उत्पन्न हुई होगी ?

समेकन– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों उत्तरो पर चर्चा करते हूए समेकन किया जाएगा की– **जिस प्रकार विद्यालय को चलाने के लिए नियमों और कानूनों को बनाने की आवश्यकता पड़ी ठीक उसी प्रकार एक देश की शासन व्यवस्था को सुचारू रूप से चलाने के लिए लिखित तौर पर नियम और कानून बनाए जाते है। इन नियमों और कानूनों के संकलन/दस्तावेज को संविधान कहते है।**

नोट– उपरोक्त गतिविधि को सुगमकर्ता अभिनय/रोल–प्ले आदि द्वारा भी करवा सकता है।

गतिविधि 2– ऐसे बना हमारा कानून
आवश्यक सामग्री– सम्बन्धित ऑडियो, सही गलत लिखे हुए चार–चार कार्ड आदि।
प्रक्रिया– सुगमकर्ता ऑडियों समाप्ति के पश्चात् प्रतिभागियों को सही गलत के कार्ड बाटे गये।

इसके बाद सुगमकर्ता निम्नलिखित प्रश्नावली से एक–एक प्रश्न पढ़ेगा एवं प्रतिभागी उनमें से सही एवं गलत विचार पर अपनी प्रतिक्रिया कार्ड के माध्यम से व्यक्त करेंगे।

प्रश्नावली–

1. केवल लोक सभा में महत्वपूर्ण विषय स्वीकृत हो जाने पर कानून बन जाता है।
2. जनता स्वयं कानून का निर्माण करती है।
3. कानून की रक्षा का दायित्व न्याय पालिका के पास होता है।
4. जनता द्वारा प्रत्यक्ष रूप से चुने गये प्रतिनिधि सांसद कहलाते है।
5. अखबार, इन्टरनेट, टीवी द्वारा, बने हुए कानूनों की सूचना आम जनता तक पहुचती है।
6. कार्यपालिका कानून को लागू करने का कार्य करती है।
7. कानून निर्माण में सरकार के तीन अंगो का महत्वूपर्ण योगदान रहता है।
8. हम अपने क्षेत्र की गम्भीर समस्याओं को अपने क्षेत्र के सांसद को बता कर उस पर कानून बनाने का प्रस्ताव रख सकते है।
9. केन्द्रीय सरकार के पांच अंग है।
10. सांसद जनता की समस्याओं एवं सुझावों को केन्द्र सरकार तक पहुचाती है।

समेकन– उपरोक्त गतिविधि से हमने जाना कि जब हमारे समक्ष कोई समस्या उत्पन्न होती है यह जीवन जीने में हम असुविधा का अनुभव करते है तब हमें आवश्यकता होती है कि हम अपने विवके के अनुसार कोई ऐसे नियम का निर्धारण करें। जिससे उस समस्या का निदान निकलें वर्तमान समय में अपने परिवेश को बचाने के लिए हमे समाज एवं विद्यालयीय स्तर पर इसी तरह की गतिविधियों की आवश्यकता , जिसे हम स्वयं अपने अनुभव के अनुसार बनाये और पर्यावरण संरक्षण में अपना योगदान दे सकें।

गतिविधि 3– आओ अपने नियम बनाये पर्यावरण में स्वच्छता लायें।

आवश्यक सामग्री– चार्ट, ए–4 शीट, रंगीन टेप, पेन्सिल, रबर, रंगीन पेपर, मार्कर, स्कैच पेन, वैक्स कलर आदि।

प्रकिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 06 समूह में विभाजित करेगा।
2. तत्पश्चात् सुगमकर्ता प्रत्येक समूह में सदस्य संख्या अनुसार सहायक सामग्री उपलब्ध करायेगा।
3. इसके बाद सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को निम्नलिखित में से एक–एक विषय देगा–
    - वृक्षों को काटना
    - धार्मिक स्थलों पर गन्दगी।
    - जल स्त्रोतों (नदी, तालाब एवं हैंडपम्प) के आस–पास जमा कचरा।
    - खेतो में व्याप्त न सड़ने वाले पदार्थ (पॉलीथिन, काँच, प्लास्टिक आदि)

- पशु–पक्षियों के प्रति हिंसा।
- ऐतिहासिक एवं धार्मिक महत्व की ईमारतों को मनुष्य द्वारा हानि पहुँचाना (पान खाकर थूकना, दीवार खरोचना आदि)

4. उपरोक्त विषय पर सुगमकर्ता प्रतिभागियो ंको इन गतिविधियों का हमारे परिवेश पर प्रभाव एवं इनकी रोकथाम के लिए स्थानीय स्तर पर इनके संरक्षण हेतु पाँच नियम बनाकर लिखने के लिए कहेगा।
5. अन्त में तैयार किये गये चार्ट का समूहवार प्रस्तुतीकरण कराया जायेगा।

समेकन– उपरोक्त गतिविधि में हमने जाना कि कौन–कौन से ऐसे क्रिया कलाप हैं जिसके कारण हमारे परिवेश को नुकसान पहुंच रहा है। और इसकी रोकथाम के लिए हम स्वयं अपने स्थानीय शासन में कौन से नियम बना सकते है। जिसके द्वारा हम अपने परिवेश को सरंक्षित रख सकें। हम स्वयं अपने विद्यालय, बच्चों परिवार आदि के सदस्यों को इन नियमों के पालन हेतु प्रेरित कर पर्यावरण संरक्षण में अपना योगदान दे सकते है।

गतिविधि 4– कौन बनेगा संविधान ज्ञाता

आवश्यक सामग्री– सम्बन्धित वीडियो, प्रश्नावली पत्रक, बजर आदि

प्रक्रिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को निर्देशित करते हुए बतायेगा कि अभी कुछ ही देर में हम एक वीडियो देखेंगे आपसे निवेदन है कि इसे एकाग्रचित्त होकर देंखे क्योंकि आगे की हमारी गतिविधि इसी वीडियो पर आधारित है।
2. वीडियो का प्रसारण
3. वीडियो समाप्त होने के पश्चात् सुगमकर्ता एक–एक ए–4 शीट सभी प्रतिभागियों को देगा एवं निर्देशित करेगा कि आपको पांच मिनट का समय देते हुए प्रोजेक्टर पर एक प्रश्नावली दिखायी जायेगी। जिसका उत्तर आपको अपनेए–4 शीटपर केवल प्रश्न नं0 डालकर, उसके ही समक्ष उत्तर नं0 डालकर देना है।

प्रश्नावली

प्रश्न–1. संविधान को बनाने में कुल कितना समय लगा।

1. 2 वर्ष 10 महीने 18 दिन
2. 2 वर्ष 11 महीने 17 दिन
3. 1 वर्ष 8 माह 06 दिन
4. 1 वर्ष 11 महीने 17 दिन

प्रश्न–2. सविंधान सभा की प्रथम बैठक में कितने लोगो ने प्रतिभाग किया।

1. 285
2. 432
3. 325
4. 389

प्रश्न–3 सविंधान सभा की प्रथम बैठक कब सम्पन्न हुयी।

1. 1 दिसम्बर 1947
2. 1 दिसम्बर 1946
3. 4 सितम्बर 1948
4. 3 सितम्बर 1947

प्रश्न–4 सविंधान में कुल कितने परिशिष्ट हैं।

1. 11
2. 9
3. 8
4. 12

प्रश्न–5 सविंधान में कुल कितने भाग हैं।

1. 20
2. 30
3. 25
4. 35

प्रश्न–6 भारतीय सविंधान बनाने में कुल कितनी धनराशि व्यय हुयी।

1. 6.24 करोड़ रूपये
2. 6.15 करोड़ रूपये
3. 2.65 करोड़ रूपये
4. 5.34 करोड़ रूपये

प्रश्न–7 सविंधान मूल रूप से किस भाषा में लिखा गया है।

1. मराठी
2. हिन्दी
3. अंग्रेजी
4. तेलगू

प्रश्न–8 गणतन्त्र दिवस को और किस नाम से जाना जाता है।

1. प्रजा की व्यवस्था का दिन
2. कानून निर्माण का दिन
3. हमारा दिन
4. देश की शासन व्यवस्था का दिन

प्रश्न–9 संविधान का रचना कार किसे कहा जाता है।

1. पं0 जवाहर लाल नेहरू
2. महात्मा गांधी
3. लाल बहादुर शास्त्री
4. डॉ0 भीम राव अम्बेडकर

प्रश्न–10 निम्न में से कौन सी व्यवस्था भारतीय संविधान की विशेषता नही है

1. संधात्मक शासन व्यवस्था
2. एक नागरिकता की व्यवस्था
3. अल्पसंख्यक समुदाय के हितो की रक्षा
4. अपरिवर्तनशील संविधान

उत्तर माला

प्रश्न	उत्तर
1	2
2	4
3	2
4	4
5	3
6	1
7	2
8	1
9	4
10	4

3 दी गयी समयावधि में जो प्रश्नावली शीघ्र हल कर लेगा वह सदन में संविधान ज्ञाता की उपाधि से नवाजा जायेगा।

नोट– उपरोक्त गतिविधि को सुगमकर्ता प्रोजेक्टर के अभाव में स्वविवेक से सदन को समूह में विभाजित कर मौखिक प्रश्न पूछ कर अथवा प्रिन्टेड प्रश्नावली प्रपत्र, कौन बनेगा करोड़पति के आधार पर भी करवा सकता है।

कौन बनेगा करोड़पति के आधार पर कक्षा–5 के पाठ्यक्रम पर आधारित प्रश्नावली

1. संविधान सभा के अध्यक्ष कौन थे?
   - A. पं. जवाहर लाल नेहरू
   - B. महात्मा गाँधी
   - C. डा0 भीमराव अम्बेडकर
   - D. डा0 राजेन्द्र प्रसाद
2. संविधान सभा की प्रारूप समिति के अध्यक्ष कौन थे?
   - A. लाल बहादुर शास्त्री
   - B. रवीन्द्र नाथ टैगोर
   - C. महात्मा गाँधी
   - D. डा0 भीमराव अम्बेडकर

3. संविधान को बनने में कितना समय लगा?

   A. 2 वर्ष 11 माह 18 दिन

   B. 3 वर्ष 11 माह 18 दिन

   C. 1 वर्ष 11 माह 18 दिन

   D. इनमें से कोई नहीं

4. हमारा संविधान कब लागू हुआ?

   A. 26 जनवरी 1947

   B. 26 जनवरी 1950

   C. 26 जनवरी 1951

   D. 27 जनवरी 1950

5. हमारे संविधान में मूल अधिकारों की संख्या कितनी है?

   A. 6

   B. 9

   C. 5

   D. 11

6. हमारे संविधान में कुल कितने मूल कर्तव्य हैं?

   A. 8

   B. 4

   C. 6

   D. 11

7. गणतंत्र दिवस कब मनाया जाता है?

   A. 15 अगस्त

   B. 2 अक्टूबर

   C. 31 जनवरी

   D. 26 जनवरी

8. संविधान के अनुसार शासन व्यवस्था में निम्न में से किस पद को सर्वोच्च स्थान दिया गया है?

   A. प्रधानमंत्री

   B. मुख्यमंत्री

   C. थल सेनाध्यक्ष

D. राष्ट्रपति

9. संविधान के अनुसार आम निर्वाचन में निम्न में से कितनी वर्ष की आयु के व्यक्ति को मत देने का अधिकार दिया गया है–

   A. 21 वर्ष

   B. 18 वर्ष

   C. 25 वर्ष

   D. 20 वर्ष

10. संविधान के अनुसार संसदीय शासन प्रणाली में मंत्रिपरिषद निम्नलिखित में से किसके प्रति उत्तरदायी होती है?

   A. लोकसभा

   B. राष्ट्रपति

   C. विधानसभा

   D. विधानपरिषद

समेकन– सुगमकर्ता प्रतिभागियों स्पष्ट करेगा कि आपने देखा इस गतिविधि कराने में हमारा पूरा सदन सक्रिय हो गया और सभी ने अपनी सहभागिता दर्ज की इससे दो बिन्दु निकल कर आते है। पहला हम शिक्षक है और विद्यालय से जुड़े तो इस तरह की गतिविधि हम अपने विद्यालयों में कराकर बच्चों के अधिगम स्तर में सुधार ला सकते है। द्वितीय बिन्दु की बात करें तो सामाजिक प्राणी होने के नाते हमारा उत्तर दायित्व है कि हम अपने समाज राष्ट्र के विकास में आने वाली बाधाओं पर जैसे– पर्यावरण असन्तुलन, अशिक्षा, शोषण, भ्रष्टाचार आदि पर सक्रिय भागी द्वारा इन समस्याओं को हल करने का प्रयार करें।

प्रदत्त कार्य :– प्रतिभागियों को चार समूह में बाट कर निम्न विषय पर एक संविधान पुस्तिका तैयार करके लानी होगी।

विषय :– मेरा विद्यालय, बी0आर0सी0 का संधिवान एन0पी0आर0सी0 का संविधान, मेरा गाँव (इसी तरह बच्चों के लिए मेरा घर, मेरी दिनचर्या, मेरी कक्षा, पर संविधान पुस्तिका तैयार करायी जा सकती है।)

अध्याय–13

यातायात के नियम एवं उपयोगिता

प्रत्याशित परिणाम–

1. यातायात के नियमों के प्रति जागरूकता विकसित करना।
2. सुगम व सुरक्षित यातायात को बढ़ावा देने का प्रयास करना।
3. वर्तमान परिदृश्य में यातायात की स्थिति तथा इसका हमारे जीवन पर पड़ने वाले प्रभाव को स्पष्ट करेंगे।

प्रस्तावना–

हम सभी प्रतिदिन एक जगह से दूसरी जगह की यात्रा करते हैं चाहे वह छोटी हो या बड़ी लेकिन वर्तमान परिस्थितियों में यह यात्रा सुगम व सुरक्षित हो, यह अति महत्वपूर्ण है। इसके लिए सर्वप्रथम हमें यातायात के नियमों को कठोरता से पालन करना होगा। बच्चों को मानव गार्ड रहित रेलवे लाइन कैसे पार करते हैं या सड़क पर किस ओर चलकर हम सुरक्षित रह सकते है, इन नियमों से बच्चों को अवगत कराना होगा तथा उन्हें इन नियमों का पालन करने के लिए प्रेरित करना होगा।

गतिविधि 1– जानें संकेतों की भाषा

आवश्यक सामग्री– यातायात के संकेतों की बनी एक पीपीटी व प्रोजेक्टर आदि।

प्रक्रिया–

- सुगमकर्ता यातायात के संकेतों की बनी पीपीटी का प्रोजेक्टर के माध्यम से प्रदर्शन करेगा।
- सभी संकेतों को दिखाने के बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों को दो मिनट का समय देकर उनसे संकेतों को लिखने के लिए कहेगा।
- इसके बाद सबसे अधिक संकेत लिखने वाले प्रतिभागी के लिए प्रोत्साहन के रूप में सुगमकर्ता द्वारा तालियां बजवाई जायेंगी।
- अब सुगमकर्ता संकेतों के प्रकारों और उनके अर्थों के बारे में प्रतिभागियों के साथ चर्चा करेगा।

समेकन –

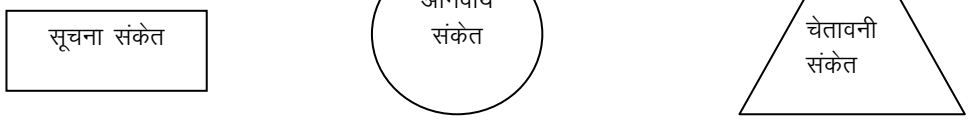
सुगमकर्ता प्रतिभागियों के समक्ष इस तथ्य को स्पष्ट करेगा कि इन संकेतों को अलग अलग आकारों में क्यों दर्शाया गया है और साथ ही दैनिक जीवन में इनकी उपयोगिता पर प्रकाश डालते हुये गतिविधि का समेकन करेगा।

गतिविधि 2– आओ बनायें यातायात के संकेत

आवश्यक सामग्री– चार्ट, दफ्ती, स्केच, तीन छोटे डिब्बे व अन्य सहायक सामग्री।

प्रक्रिया–

- सबसे पहले सुगमकर्ता प्रतिभागियों को तीन समूहों में बाँट देगा।
- इसके बाद प्रत्येक समूह को निम्न संकेतों के प्रकारों में वर्गीकृत करेगा–
  1. गोले में बने संकेत
  2. त्रिभुज में बने संकेत
  3. आयत में बने संकेत
- अब सुगमकर्ता समूहों को निर्देश देगा कि वे संबंधित संकेतों को चार्ट व दफ्ती का प्रयोग करते हुये तैयार करें। इसके लिए उन्हें 10 मिनट का समय दिया जायेगा।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह से पाँच–पाँच संकेत कार्ड बनाने के लिए कहेगा।
- साथ ही सुगमकर्ता दो प्रतिभागियों की मदद से तीन छोटे–छोटे डिब्बे तैयार कर लेगा, जिन पर निम्न पट्टिकायें चस्पा कर दी जायेंगी–



- सभी समूहों द्वारा संकेत तैयार हो जाने के बाद सुगमकर्ता अब किन्हीं भी पाँच–पाँच प्रतिभागियों को बारी बारी से बुलाकर उनमें तैयार किये गये कोई भी संकेत वितरित कर देगा।
- इसके बाद उन सभी से संकेतों को सही डिब्बे में डालने का निर्देश देगा।
- यहीं क्रम दो से तीन बार दोहरायें।

समेकन–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों के समक्ष यातायात के संकेतों के तीनों प्रकारों और उन्हें दर्शाने के लिए प्रयुक्त आकारों पर चर्चा करते हुये गतिविधि का समेकन करेगा।

गतिविधि–3 हमेशा अपने बाएँ चलें

प्रकिया–

1. प्रतिभागियों में से 5–5 लोगो को बुलाते हैं और उन्हें एक–दूसरे के सामने 3 मीटर की दूरी पर खड़ा होने के लिए कहते हैं।
2. अब उन्हें एक–दूसरे की जगह पर 2 सेकेण्ड में पहुॅचन को कहते है।
3. अब पुनः उन्हें उनकी पूर्व स्थिति में खड़ा करके दूसरे स्थान पर अपने बाएॅ चलते हुए दूसरे स्थान पर 2 सेकेण्ड में पहुँचने को कहेंगे।

सम्भावित प्रश्न–

1. आप लोगो को कौन सी स्थिति सुविधाजनक लगी?
2. पहली बार स्थान परिवर्तन में क्या सही नही था?

समेकन–

इस गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों में अपने बाएॅ चलेन के लिए प्रेरित करेगा।

गतिविधि–4 स्टॉप, रेडी एण्ड गो

सहायक सामग्री– गत्ता, कैंची, लाल, पीला, हरा पेपर तथा गोंद

प्रकिया–

1. प्रतिभागियों में से कुछ लोगों को बुलायेंगे और उन्हें वाहनो के नाम के फ्लैश कार्ड अपने हाथों में पकड़ने को कहेंगे।
2. एक प्रतिभागी को लाल, पीली, हरी, बत्ती हाथ में पकड़ा देगें।
3. वाहनों को सड़क पर चलने के लिए कहेगें, इसके बाद प्रतिभागी को बारी–बारी से लाइट दिखाने को कहेगा।
4. वाहनों को लाइट के अनुसार रूकना, चलना और तैयार रहना होगा।

समेकन–

इस गतिविधि के माध्यम सुगमकर्ता यातायात से सम्बन्धित लाइटों के महत्व को स्पष्ट करेगा तथा यातायात को सुगम बनाया जा सके और दुर्घटनाओं की सम्भावना कम हो जाती है।

गतिविधि–5 ''बूझो तो जानें''

सहायक सामग्री– यातायात के चिन्ह बने फ्लैश कार्ड

प्रकिया– यातायात के चिन्हों को दर्शाती एक वीडियो दिखायेंगे–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को दो समूहों में बाँटेगा।
2. एक समूह को यातायात के चिन्हों को दर्शाते हुए फ्लैश कार्ड देगा।
3. दूसरा समूह पहले समूह द्वारा दिखाये गये फ्लैश कार्ड का उत्तर तुरन्त देगा अन्यथा उनके नम्बर कट जायेंगे।
4. सुगमकर्ता अन्त में यह दिखायेगा कि कौन सा समूह विजयी होगा।

समेकन– इस गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों के मध्य यातायात के चिन्हों के प्रति जागरूकता विकसित करने का प्रयास करेगा।

प्रोजेक्ट कार्य

1. प्रतिभागो छात्रों को सड़क पर लगी लाल, पीली व हरी बत्तियों का अर्थ समझाने वाला मॉडल बनाकर लायेगें।
2. मानव रहित रेलवे लाइन कैसे पर करें, इसके लिए कोई वीडियो लेकर आयेंगे।

अध्याय–14

प्रोजेक्ट एवं भ्रमण

प्रत्याशित परिणाम–

- प्रोजेक्ट के महत्व एवं आवश्यकता पर समझ विकसित कर सकेंगे।
- प्रोजेक्ट कराने से पूर्व कार्ययोजना एवं सावधानियों पर समझ विकसित कर सकेंगे।
- भ्रमण के महत्व और आवश्यकता पर समझ विकसित कर सकेंगे।
- भ्रमण से पूर्व योजना एवं भ्रमण के दौरान सावधानियों पर समझ विकसित कर सकेंगे।

प्रस्तावना–विद्यार्थियों को क्रियात्मक रूप से परिवेशीय ज्ञान कराने की दिशा में योजना पद्धति (प्रोजेक्ट विधि) का बहुत महत्व है। योजना पद्धति के अन्तर्गत योजना निर्माण के महत्व को समझ कर उचित क्रियान्वयन के फलस्वरूप अपेक्षित शैक्षिक परिणाम प्राप्त कर सकते हैं। इसी प्रकार प्राथमिक स्तर पर परिवेशीय ज्ञान कराने में स्वयं अनुभव करके सीखना बेहतर समझ विकसित करता है। भ्रमण से प्राकृतिक स्थलों, संस्कृति, भाषा, रहन–सहन, आदि को समझना आसान हो जाता है। उचित योजना एवं सावधानियों को दृष्टिगत रखते हुए हम शिक्षण में प्रोजेक्ट एवं भ्रमण का सफल क्रियान्वयन सुनिश्चित कर सकते हैं।

गतिविधि–1 ''कबाड़ से जुगाड़''

आवश्यक सामग्री–खाली प्लास्टिक बोतलें, कैंची, चार्ट पेपर, कार्ड शीट, दफ्ती, सादे कागज, डोरी, फेविकोल आदि।

सत्र संचालन–

- सुगमकर्ता बड़े समूहों के प्रतिभागियों को छः समूहों में विभक्त कर बैठक व्यवस्था निर्धारित करने के उपरान्त प्रत्येक समूह में कुछ सामग्री जैसे खाली प्लास्टिक बोतल, गोंद, कागज, कैंची, कार्डशीट आदि को वितरित करने के उपरान्त दस मिनट का समय निर्धारित करते हुए अपने शिक्षण कार्य से संबंधित कोई एक (मॉडल) सहायक सामग्री बनाने को प्रेरित करेगा।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह में जाकर उचित दिशा/सहयोग प्रदान करेगा।
- संबंधित प्रोजेक्ट कार्य का सभी प्रतिभागियों के समक्ष प्रदर्शन किया जायेगा।

भ्रमण/प्रोजेक्ट कार्य करते बच्चों का वीडियो अथवा चित्र–

- इसके बाद प्रत्येक समूह को एक सादा कागज देने के बाद निम्नलिखित प्रश्नों के माध्यम से विचार बिन्दु कागज में संकलित करने को कहा जायेगा। प्रत्येक प्रश्न के उपरान्त एक मिनट का समय विचार अंकन हेतु निर्धारित रहेगा।

सम्भावित प्रश्न–

1. वीडियो में आप को क्या दृश्य दिख रहे थे?
2. वीडियो में प्रतिभागी बच्चों के मनोभाव क्या थे?
3. भ्रमण के दौरान बच्चे कैसा महसूस कर रहे थे?
4. जब आप प्रोजेक्ट कार्य कर रहे थे तो आपको कैसा अनुभव हो रहा था?

संभावित उत्तरों का अंकन सादे कागज पर कर लेने के उपरान्त प्रत्येक समूह का एक प्रतिनिधि बड़े समूह के समक्ष अपने विचार क्रमशः साझा करेगा एवं उसकी कार्ययोजना, सावधानियों आदि पर ध्यान आकर्षित करते हुए पूर्व निर्धारित समूहों में अग्रलिखित गतिविधि आयोजित करेगा। चर्चा के उपरान्त प्रस्तुतीकरण के उपरान्त सभी समूहों के विचारों का आपसी सह–सम्बन्ध अपने कक्षा शिक्षण में प्रोजेक्ट एवं भ्रमण के महत्व से स्थापित कर चर्चा को दिशा देगा।

प्रशिक्षक/सुगमकर्ता बड़े समूह में आपसी समझ स्थापित करेगा कि यदि प्रोजेक्ट/भ्रमण इतना महत्वपूर्ण एवं आवश्यक है तो क्यों न हम सभी, कक्षा शिक्षण में भ्रमण/प्रोजेक्ट का अधिकाधिक प्रयोग करें।

गतिविधि–2

आवश्यक सामग्री–सादा पेपर, स्केच पेन, आदि

प्रक्रिया–प्रतिभागियों को सुगमकर्ता द्वारा 6 समूहों में विभक्त किया जायेगा। सुगमकर्ता प्रत्येक समूह निर्देशित करेगा कि यदि आपको किसी एक पर्यटन स्थल पर भ्रमण हेतु जाना हो तो आप किस स्थान का चयन करेंगे?

- सुगमकर्ता स्पष्ट करेगा कि पर्यटन स्थल का चयन करते समय आम सहमति के आधार पर किसी एक स्थल का चयन किया जाए।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा स्थल चयन हो जाने के उपरान्त शीर्षक के रूप में सादे कागज पर लिखने को कहा जायेगा।

- सुगमकर्ता द्वारा उत्साहजनक एवं सुखद वातावरण का सृजन करते हुए समूहों को निर्धारित समयावधि(10 मिनट) में सम्बन्धित पर्यटन स्थल पर जाने हेतु आवश्यक सामग्री की सूची/सावधानियों आदि को संक्षेप में अंकित करने को कहा जायेगा।
- प्रस्तुतीकरण के उपरान्त सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों के प्रदर्शन का उत्साहवर्धन करते हुए उनका ध्यान भ्रमण एवं उसकी कार्य योजना, सावधानियों आदि पर आकर्षित करते हुए पूर्व निर्धारित समूहों में अग्रलिखित गतिविधि आयोजित करेगा।

गतिविधि –3

आवश्यक सामग्री–चार्ट पेपर, स्केच पेन, सादा कागज आदि।

प्रक्रिया–सुगमकर्ता पूर्व से निर्धारित 6 समूहों को चर्चा बिन्दु प्रदान करते हुए निर्धारित समयावधि (15 मिनट) में चर्चा का आयोजन कराएगा।

चर्चा बिन्दु–

1. प्रोजेक्ट–आवश्यकता एवं महत्व
2. प्रोजेक्ट–कार्य योजना–सावधानियाँ
3. प्राथमिक स्तर पर प्रोजेक्ट हेतु सम्भावित विषय बिन्दुओं की सूची।
4. भ्रमण– आवश्यकता एवं महत्व
5. भ्रमण के पूर्व योजना एवं सावधानियाँ
6. प्राथमिक स्तर पर भ्रमण हेतु सम्भावित स्थलों की सूची।

- चर्चा के उपरान्त प्रस्तुतीकरण एवं विचारों का समेकन करते हुए सुगमकर्ता प्रोजेक्ट एवं भ्रमण को कक्षा शिक्षण/गृह कार्य हेतु उपयोगिता पर समझ विकसित करेगा।

समेकन–सत्र को समेकित करते हुए सुगमकर्ता प्रतिभागियों के सहयोग से इस बात पर आम सहमति स्थापित करेगा कि जब हम किसी विषय वस्तु पर समझ विकसित करने हेतु स्वयं अनुभव करके अथवा स्वयं करके सीखने की प्रक्रिया को अपनाते हैं तब संबंधित विषय वस्तु पर विस्तृत एवं स्थायी समझ विकसित कर पाते हैं। बच्चों में भी घूमने–फिरने , स्वयं अनुभव करने, करके सीखने एवं नया जानने की प्रवृत्ति होती है, बच्चों की इस प्रवृत्ति को यदि हम अपने कक्षा शिक्षण में भ्रमण एवं प्रोजेक्ट के रूप में उचित दिशा प्रदान कर सकें तो निश्चित ही बेहतर परिणाम प्राप्त करने में सफल हो सकेंगे।

प्रोजेक्ट कार्य का मूल्यांकन

प्रोजेक्ट कार्य का मूल्यांकन केवल जानकारी पर ही नहीं अपितु विविध पक्षों पर निर्भर हेाता है। प्रोजेक्ट कार्य का समग्र मूल्यांकन व्यावहारिक तौर पर किया जाना चाहिए। प्रोजेक्ट कार्य के मूल्यांकन के क्रम में हमें देखना चाहिए कि–

1. प्रोजेक्ट के विषय के चयन का आधार क्या है?
2. प्रोजेक्ट कार्य में बच्चे की रूचि कितनी है?
3. कार्य की योजना का स्वरूप क्या है?
4. तथ्य संकलन का तरीका क्या है?
5. सर्वेक्षण कार्य कितना वास्तविक व त्रुटिहीन है?
6. प्रोजेक्ट की प्रश्नावली कैसी है?
7. प्रोजेक्ट की तय समय–सीमा का पालन किस सीमा तक किया गया है?
8. तुलना करने व निष्कर्ष निकालने का ढंग कैसा है?
9. प्रस्तुतीकरण का तरीका/नियोजन क्या है?

प्रोजेक्ट में शिक्षण की विधाएँ

भूगोल/सामाजिक विषय के सन्दर्भ में प्रोजेक्ट कार्य की निम्नवत् विधाएँ हो सकती है–

- योजना प्रारूप के अनुरूप लेखन एवं प्रेषण
- चित्रात्मक प्रदर्शन
- प्रोजेक्ट पत्रिका
- प्रोजेक्ट कोलाज
- प्रोजेक्ट कार्ड
- सर्वेक्षण अध्ययन
- अवलोकन आधारित आदि।

प्राथमिक/उच्च प्राथमिक स्तर पर प्रोजेक्ट का क्षेत्र व्यापक है। उद्देश्य के आधार पर (शिक्षण के सम्बन्ध में) प्रोजेक्ट कार्य को निम्नांकित वर्गों में बाँटा जा सकता है–

- संज्ञानपरक प्रोजेक्ट
- बोधपरक प्रोजेक्ट

- कौशल प्रधान
- उपर्युक्त तीनों पर मिश्रित प्रोजेक्ट
- रचनात्मक प्रोजेक्ट
- कलात्मक प्रोजेक्ट
- सृजनात्मक प्रोजेक्ट
- देशज सीख पर आधारित प्रोजेक्ट
- परिवेशीय आवश्यकता आधारित प्रोजेक्ट
- नवाचार आधारित प्रोजेक्ट

प्रोजेक्ट के सम्बन्ध में आवश्यक है कि वह–

- परिवेशीय हो
- पहुँच के दायरे में हो
- व्यावहारिक हो
- वास्तविक हो
- विश्वसनीय हो
- सुगम हो
- उद्देश्यपरक हो
- युक्तिसंगत हो
- संभव हो
- लचीला हो
- वैधतायुक्त हो
- मूल्यांकनपरक/तुलनीय हो।

<u>प्रोजेक्ट–</u>

- कक्षा–3 की पुस्तक 'हमारा परिवेश' में छात्रों को दिये जा सकने वाले प्रोजेक्ट कार्यों की सूची बनाना।
- प्राथमिक स्तर के छात्र/छात्राओं हेतु सम्भावित क्षेत्रीय पर्यटन स्थलों की सूची।
- प्राथमिक स्तर के छात्र/छात्राओं के भ्रमण के पूर्व/दौरान सावधानियों के बिन्दुओं की सूची बनाना।

अध्याय–15
शांति और सौहार्द्र

प्रत्याशित परिणाम–

1. शांति की अवधारणा की समझ विकसित होगी।
2. अशांति के कारणों को समझते हुए उन कारणों के निदान के प्रति सजग बनेगें।
3. शांति के प्रमुख तत्वों के प्रति जागरूक बनेगें।
4. समाज एवं पर्यावरण के उत्थान के लिए शांति एवं सौहार्द की उपयोगिता के प्रति संवेदनशीलता विकसित होगी।

प्रस्तावना– वर्तमान परिदृश्य में एक व्यक्ति का दूसरे व्यक्ति से एक समाज का दूसरे समाज से एवं एक दूसरे देश से किसी न किसी विचार पर आपसी वैचारिक मतभेद देखने को मिलता है। कई बार ये मतभेद इतने अधिक बढ़ जाते है कि हम हमारा समाज विनाश के कगार पर पहुँच जाता है। इस स्थिति में हमें आवश्यकता है कि हम अपने देश के भविष्य अर्थात् बच्चों में बचपन से ही ऐसी समझ विकसित करें कि वे अपने व्यक्तिगत स्वार्थों को छोड़कर विश्व शांति एवं सौहार्द की भावना के साथ राष्ट्र उत्थान में अपना योगदान दे सकें। हमारे पर्यावरण अध्ययन के अंतर्गत शांति एवं सौहार्द विषय का समावेश करने का उद्देश्य बच्चों को शांति, सौहार्द का महत्व एवं उसके मूल तत्वों से परिचित कराना है ताकि आने वाले समय में हम शांतिपूर्ण तरीके से जीवन को जीने में सक्षम बने।

गतिविधि 1– जीवन का आधार

सहायक सामग्री– संबंधित पी0पी0टी0, ए–4 शीट, पी0पी0टी0 उपलब्ध न होने पर फ्लैश कार्ड का उपयोग

प्रक्रिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक पी0पी0टी0 दिखायेगा।
2. उसके बाद सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक–एक ए–4 शीट देगा।
3. तत्पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पी0पी0टी0 में देखे गये चित्रों से प्राप्त संदेशों को 10 बिन्दुओं में लिखने को कहेगा।
4. प्रतिभागियों द्वारा लिखे गये बिन्दुओं पर सुगमकर्ता कुछ प्रतिभागियों का प्रस्तुतीकरण करायेगा।

समेकन–सुगमकर्ता द्वारा विभिन्न स्लाइड्स के द्वारा हमें सहयोग, सहानुभूति, दया, प्रेम, करूणा, संवेदनशीलता आदि का संदेश मिला। ये बिन्दु हमारे जीवन का आधार बनाते है हमें मिलजुल कर स्नेह के साथ अपने परिवेश को सहेजना सिखाते है।

गतिविधि 2– आओ बसायें नई दुनिया

सहायक सामग्री– संबंधित वीडियो

प्रक्रिया–

1. वीडियो समाप्ति के पश्चात सदन से इस वीडियो में दिखाये गये संदेश पर सुगमकर्ता प्रतिभागियों से चर्चा करेगा, उनके विचारों को सुनेगा।
2. तत्पश्चात् सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को एक–एक प्रश्नावली शीट एवं संबंधित ओ0एम0आर0 शीट प्रदान करेगा।
3. इसके बाद 5 मिनट का समय देते हुए सुगमकर्ता प्रतिभागियों को प्रश्नावली के अनुसार ओ0एम0आर0 शीट भरने का निर्देश देगा।

प्रश्नावली

प्र01– ऊँ किस धर्म का प्रतीक है?

क) हिन्दू ख) मुस्लिम ग) सिख घ) ईसाई

प्र02– क्रॉस का निशान किस धर्म से जुड़ा है?

क) हिन्दू ख) मुस्लिम ग) सिख घ) ईसाई

प्र03– किस धर्म के लोग सदैव सिर पर पगड़ी धारण करते है?

क) हिन्दू ख) मुस्लिम ग) सिख घ) कोई नहीं

प्र04– मजहब के आधार पर आपस में क्या नहीं करना चाहिए?

क) भाईचार ख) लड़ाई ग) प्रेम घ) सहयोग

प्र05– उड़ता हुआ सफेद कबूतर किसका प्रतीक है?

क) शांति एवं अमन ख) असहयोग ग) घृणा घ) संघर्ष

प्र06– वीडियो देखकर बच्चे के अंदर किस गुण का विकास अपेक्षित है?

क) प्रेम ख) शांति ग) सहयोग घ) उपरोक्त सभी

प्र07– वीडियो में फूल देकर बच्ची क्या संदेश देना चाहती है?

क) अलगाव ख) सौहार्द ग) अवरोध घ) संघर्ष

प्र08– सजदा करने की प्रक्रिया किस प्रकार है?

क) बातचीत करना ख) प्रार्थना करना ग) घुटने के बल बैठ के अभिवादन करना घ) कोई नहीं

प्र09 'सिर पर टोपी पहने दुआ करता बालक' किस धर्म का प्रतिनिधित्व करता है।

(क) सिख (ख) मुसिलम (ग)ईसाई (घ) बौद्ध।

प्र010 अंधे को रास्ता दिखाना किस गुण का परिचायक है।

(क) असहयोग (ख) मानवता (ग) घृणा (घ) त्याग।

समेकन– इस वीडियो में हमने विभिन्न देश, उनकी संस्कृति, धर्म आदि के विषय में देखा कि हमारा धर्म, वेशभूषा भले ही अलग–अलग हो लेकिन उद्देश्य एक ही है ''सभी का कल्याण सभी का उत्थान''। यह प्रतीक है एकता–अखण्डता का। विश्व शांति एवं सौहार्द को बनाये रखने के लिए आवश्यक है कि हम अपने बच्चों में यह भाव कहानी, कविता, गीत, वीडियो के माध्यम से बचपन से ही दे ताकि एकता की भावना उनमें विकसित हो सके और मिलकर अपने परिवेश में होने वाली क्षति पर एक साथ होकर धनात्मक कदम बढ़ाये।

गतिविधि 3– आओ खोजे शांति के तत्व

सहायक सामग्री– संबंधित वर्ग पहेली

प्रक्रिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 06 समूह में विभाजित करेगा।
2. सभी समूहों को पांच मिनट की समयावधि दी जायेगी।
3. तत्पश्चात् सुगमकर्ता सभी समूहों को वर्ग पहेली का प्रपत्र प्रदान करेगा।
4. पांच मिनट के पश्चात् सुगमकर्ता द्वारा प्रपत्र जमा कर लिये जायेगें।
5. जो सभी तत्व खोज लेगा वह समूह विजेता घोषित किया जायेगा।

वर्ग पहेली

क	ति	प	झ	ह	स	नू	ति	अं	ना	का	सा	औ
ह	अ	क	गु	जू	हा	न	ख	ला	प्प	हिं	ध	श
य	म	त्या	ल	ट	न	क्ष	ज	ज	अ	र	पि	ग
थि	द	ए	ग	ना	भू	टी	क	आ	द	म	गो	स
स	लि	म	ग	ख	ति	र	ऐ	रु	छ	यो	ह	ति
ऊ	स	ह	यो	ग	र	स	मा	ठ	णा	ब	इ	च
प	या	र	ष	चि	ज्ञ	ई	हि	त्र	ल	द	ओ	मी
वि	चो	घू	का	न	प्रे	ढ	फ	ष्णु	ग	अः	या	ड
ता	च	ढ	त	उ	ण	म	श	भ	ता	कु	व	घ

उत्तर– 1. त्याग 2. प्रेम 3. सहयोग 4. सहिष्णुता 5. दया 6. अहिंसा 7. करूणा 8. सहानुभूति

समेकन– सुगमकर्ता वर्ग पहेली में आये त्याग, प्रेम, सहयोग, सहिष्णुता, दया आदि तत्वों पर विचार विमर्श करते हुए बतायेगा कि ये तत्व शांति को बनाये रखन में महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करते है। यदि हम अपने जीवन में इन गुणों को सम्मिलित करें तो बहुत से विवादों को होने से रोका जा सकता है।

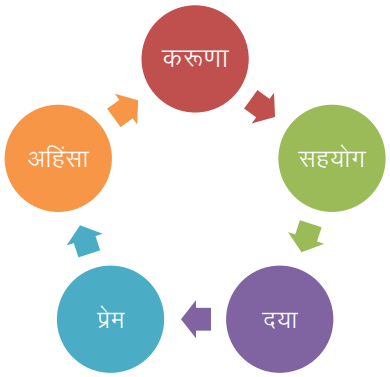
गतिविधि 4– शांति संदेश

सहायक सामग्री– चार्ट, ए–4 शीट, मार्कर, स्पार्कल पेन, वेक्स के रंग, रंगीन टेप

प्रक्रिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 4 समूह में विभाजित करेगा।
2. तत्पश्चात् सुगमकर्ता सभी समूह को एक–एक चार्ट, ए–4 शीट, मार्कर, रंग, टेप इत्यादि उपलब्ध करायेगा।
3. अब सुगमकर्ता प्रतिभागियों के प्रत्येक समूह को अभिव्यक्ति हेतु एक–एक विधा देगा।
    - प्रथम समूह–कविता
    - द्वितीय समूह–स्लोगन
    - तृतीय समूह–चित्र
    - चतुर्थ समूह–लोकोक्ति, मुहावरे, छन्द, चौपाई

4. इसके पश्चात सुगमकर्ता प्रतिभागियों को दी गयी विधा के आधार पर सहायक सामग्री की मदद से शांति संदेश लिखन के लिए निर्देशित करेगा।
5. प्रतिभागियों द्वारा संदेश लिखने के बाद प्रत्येक समूह अपने चार्ट का प्रस्तुतीकरण देगा एवं उन चार्टस् को प्रशिक्षण कक्ष की चारों दिवारों पर चस्पा किया जायेगा।



समेकन–सुगमकर्ता समस्त बिन्दुओं को आपस में संलग्न करते हुए मानव जीवन एवं परिवेशीय संरक्षण में इन विचारों की उपयोगिता को स्पष्ट करेगा कि जीवन को सुव्यवस्थित तौर पर जीने के लिए आवश्यक है कि हम अपने समाज में प्रेम, स्नेह, सहयोग आदि भावों को आत्मसात् कर शांति का माहौल बनाये रखे ताकि युद्ध, विवाद, तनाव जैसी गंभीर समस्याओं को टाला सके क्योंकि विवाद, युद्ध, तनाव जैसी स्थितियों में जहां अपार धन–जन की हानि होती है वही दूसरी ओर हमारे पर्यावरण को भी नुकसार पहुँचता है।

गतिविधि 5– शांति के वाहक

सहायक सामग्री– चार्ट, क्ले, रंगीन स्केच पेन, रंग, गोंद, रूई, आइस्क्रीम स्टिक आदि।

प्रक्रिया–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 4 समूह में विभाजित करेगा।
2. तत्पश्चात् सुगमकर्ता सभी समूह को सहायक सामग्री के रूप में सुगमकर्ता चार्ट, क्ले, रंगीन स्केच पेन आदि उपलब्ध करायेगा।
3. उसके बाद सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को एक–एक विषय प्रदान करेगा।
    - प्रथम समूह–शांति कबूतर
    - द्वितीय समूह–शांति वृक्ष
    - तृतीय समूह–शांति गुलदस्ता
    - चतुर्थ समूह–पुंज/दीप
4. उपरोक्त विषय पर सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को शांति की अवधारणा को मॉडल या चित्र के रूप में तैयार करने को बोलेगा।

उदाहरण–

शांति की अवधारणा के तत्व

1. अहिंसा
2. प्रेम
3. सद्भावना
4. भाईचारा
5. सहयोग
6. दया
7. सहानुभूति
8. सहिष्णुता
9. करूणा
10. एकता
11. सम्मान
12. त्याग

5. मॉडल/चित्र तैयार हो जाने पर सुगमकर्ता प्रत्येक समूह का प्रस्तुतीकरण करायेगा।

समेकन–उपरोक्त प्रस्तुतीकरण में सुगमकर्ता बतायेगा कि शांति के वाहक के रूप में हमने जाना कि दीप, कबूतर, वृक्ष, गुलस्ता सभी पर्यावरण के अंग है जो हमें मार्गदर्शन, शांति, परोपकार, सहयोग आदि का संदेश देते है जिनको यदि गहराई से देखे तो हम पायेंगे कि शांति एवं सौहार्द का संदेश हमे प्रकृति से भी मिलता है। प्रकृति में भी परस्पर सहभागिता, एकता के आधार पर सांमजस्य देखने को मिलता है जो कि उनके अस्तित्व को आधार देता है। ठीक इसी तरह समाज को आधार देने उसके अस्तित्व को बनाये रखने के लिए शांति एवं सौहार्द को हमें बनाये रखने की आवश्यकता है।

गृहकार्य– स्क्रेप बुक तैयार करना।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पाँच या छः समूह में विभाजित करेगा एवं प्रत्येक समूह को एक–एक स्क्रेप बुक तैयार करने को कहा जायेगा। प्रत्येक समूह को एक एक विषय जैसे–एकता, समानता, अनुशासन, अहिंसा, प्रेम एवं सौहार्द दिया जायेगा।

स्क्रेप बुक बनाने हेतु दिशा–निर्देश–

- स्क्रेप बुक चार से पांच पेज की होगी।
- स्क्रेप बुक में लेखन एवं चित्रांकन दोनों विधायों का समावेश अनिवार्य होगा।
- विषय अभिव्यक्ति हेतु कविता, कहानी, लेख, स्लोगन आदि का प्रयोग अनिवार्य रूप से किया जायेगा।

Session Plan

क्र0 सं0	सत्र का नाम	सुगमकर्ता का नाम	समय
प्रथम दिवस 10.10.2017			
1	नामांकन पूर्व आकलन प्रपत्र परिचय सत्र एवं उद्देश्य		प्रातः 9:30 से 11:30
2	पर्यावरण संरक्षण		प्रातः 11:30 से अपरान्ह 1:30
भोजनावकाश 1:30-2:00 प्रेरणा दायी वीडियो प्रदर्शन अपरान्ह 2:00 से 2:30			
3	ग्राम पंचायतः भागीदारी / जिम्मेदारी		अपरान्ह 2:30 से 4:00
4	आओ जानें अपनी स्थिति		सायं 4:00–5:30
द्वितीय दिवस 11.10.2017			
1	स्वच्छता		प्रातः 9:30 से 11:30
2	अपनी व्यवस्था अपने हाथ		प्रातः 11:30 से अपरान्ह 1:30
भोजनावकाश 1:30-2:00 प्रेरणा दायी वीडियो प्रदर्शन अपरान्ह 2:00 से 2:30			
3	हम और हमारा इतिहास		अपरान्ह 2:30 से 4:00
4	सौर परिवार की सैर		सायं 4:00–5:30
तृतीय दिवस 12.10.2017			
1	बाल अधिकार		प्रातः 9:30 से 11:30
2	भोजन एवं स्वास्थ्य		प्रातः 11:30 से अपरान्ह 1:30
भोजनावकाश 1:30-2:00 प्रेरणा दायी वीडियो प्रदर्शन अपरान्ह 2:00 से 2:30			
3	प्राकृतिक आपदा प्रबंधन		अपरान्ह 2:30 से 4:00
4	प्रतीकों की भाषा		सायं 4:00–5:30
चतुर्थ दिवस 13.10.2017			
1	हमारा संविधान–हमारा रक्षक		प्रातः 9:30 से 11:30
2	यातायात के नियम एवं उपयोगिता		प्रातः 11:30 से अपरान्ह 1:30
भोजनावकाश 1:30-2:00			
3	प्रोजेक्ट एवं भ्रमण		अपरान्ह 2:30 से 3:30
4	शांति और सौहार्द्र		सायं 3:30–5:00
समापन सायं 5:00–5:30			

प्राथमिक स्तर पर पर्यावरणीय अध्ययन हेतु संभावित प्रोजेक्ट कार्यों की सूची

1. समूह के साथियों की सहायता से उन निकटवर्ती स्थलों की सूची तैयार करो जिन स्थानों का आप भ्रमण करना चाहते हो।
2. छात्रों को अपने गाँव की किसी एक पर्यावरणीय समस्या को पता करने को कहेंगे। यदि आपको (छात्रों) को पर्यावरण पुलिस बना दिया जाये, तो इस समस्या के निदान हेतु किये जाने वाले कार्यों/प्रयासों की सूची बनाने को कहेंगे।
3. गाँव में अधिक संख्या में पाये जाने वाले वृक्षों एवं कम संख्या में पाये जाने वाले वृक्षों के नामों की सूची बनाने को कहेंगे।
4. विभिन्न वृक्षों की पत्तियों (सूखी हुयी) को चार्ट पेपर पर चिपकाकर प्रदर्शित करें।
5. सर्दी, गर्मी और वर्षा के समय में गाँव में पैदा होने वाले फलों एवं सब्जियों की सूची तैयार करें।
6. खाली एवं अनुपयोगी बोतल में एक पौधा लगाकर उस पर पौधे एवं स्वयं का नाम अंकित करें।
7. मिट्टी अथवा कागज की लुगदी की सहायता से सौर परिवार के सदस्य ग्रहों का एक मॉडल तैयार करें।
8. अपने खेत की किसी एक फसल की कृषि संबंधी जानकारियों जैसे कृषि उपकरण, जुताई, बुआई, सिंचाई, निराई, गुड़ाई व कटाई आदि की विधि–समय–रखरखाव आदि के विषय में सूचनायें एकत्र कर फसल पत्रक तैयार करें।
9. गोबर, घास–फूस या पत्तियों आदि को किसी निष्प्रयोज्य डिब्बे/बर्तन/घड़े आदि में रखकर खाद तैयार करें।
10. रात में खुले आसमान की ओर देखें और दिखाई देने वाली वस्तुओं के नामों की सूची तैयार करें।
11. हवाई जहाज में बैठकर आकाश में उड़ने की कल्पना करके पृथ्वी पर दिखाई देने वाली वस्तुओं को अभ्यास पुस्तिका में लिखें।
12. विद्यालय के मैदान/अपने घर के आसपास दो गड्ढे खोदें, एक गड्ढे में सब्जी और फलों के छिलके और दूसरे गड्ढे में प्लास्टिक की थैलियाँ डालकर उन्हें बन्द कर दें। ईंट से दबाकर 10 दिन बाद उन ईंटों को हटाकर दोनों गड्ढों में आये बदलावों को अपनी कॉपी में लिखें।
13. दैनिक समाचार पत्र में दी गई मौसम संबंधित जानकारी को काटकर (पिछले एक सप्ताह की) अपनी कॉपी पर चस्पा करें।
14. पुराने मटके/टीन के डिब्बे आदि से अपनी कक्षा या घर के लिये कूड़ादान बनाओ और प्रयोग में लाओ।
15. अपने विद्यालय का रेखाचित्र बनाकर उसमें पूर्व, पश्चिम, उत्तर और दक्षिण दिशायें दर्शाइये।
16. समूह की सहायता से खेल के मैदान में उत्तर–प्रदेश का नक्शा बनाइये व उसमें मिट्टी, रेत, कंकड़ आदि जमाकर प्रदेश के प्राकृतिक भागों को दर्शाइये।

प्रशिक्षण के दौरान समूह–निर्माण हेतु सुझाव

सुगमकर्ता द्वारा समूह विभाजन एवं बैठक व्यवस्था में परिस्थिति अनुसार/आवश्यकतानुसार परिवर्तन हेतु संभावित उपाय–

1. प्रतिभागियों की उपस्थिति पंजिका में अंकित क्रमांक के आधार पर विभिन्न समूहों में विभाजित करना।

   उदाहरण– क्रमांक 1 से 5 तक, 6 से 10 तक आदि।
2. अंक (1, 2, 3, 4, 5) व वर्ण (A, B, C, D, E) लिखी पर्चियों (समूह की आवश्यकतानुसार) को एक पेटिका में डालकर प्रतिभागियों द्वारा चुनकर।
3. हिन्दी या अंग्रजी वर्णमाला के वर्णों से आरम्भ होने वाले नामों (प्रतिभागियों के) के आधार पर

   उदाहरण– A से D तक नाम प्रारम्भ होने वाले प्रतिभागियों को समूह या 'क' वर्ग से नाम आरंभ होने वाले प्रतिभागियों का समूह।
4. जन्म वर्ष के आधार पर।

   उदाहरण–1950–60 तक जन्म लेने वाले प्रतिभागियों का समूह

   1961–70 तक जन्म लेने वाले प्रतिभागियों का समूह आदि।
5. न्याय पंचायत/विकास खण्ड से आये प्रतिभागियों का समूह बनाकर।
6. विभिन्न विषयों जैसे विज्ञान शिक्षक/सामाजिक विषय शिक्षक आदि के समूह बनाकर।
7. पद नाम के आधार पर (प्रधान शिक्षक व सहायक शिक्षक) समूह निर्माण।
8. आम सहमति से प्रतिभागियों में से (आवश्यकतानुसार) टीम लीडर द्वारा साथी शिक्षकों का चयन कराकर।
9. विभिन्न कक्षाओं के शिक्षकों के समूह बनाकर।

   कक्षा–1 में शिक्षण करने वाले शिक्षकों का समूह या कक्षा–5 में शिक्षण करने वाले शिक्षकों का समूह।
10. पहने हुये वस्त्रों के रंगों के आधार पर।

मेरी क्यारी सबसे न्यारी – पर्यावरणीय भागीदारी (नवाचार)

डॉ0 आशीष कुमार दीक्षित (स.शि.)
उ0प्रा0वि0, मलयपुर, सुमेरपुर, उन्नाव

नवाचार लागू करने से पूर्व कक्षा–कक्ष में आने वाली चुनौतियाँ –

नवाचार को लागू करने से पूर्व विद्यालय स्तर पर छात्र–छात्राओं की नियमित उपस्थिति में कमी, छात्र/छात्राओं के आत्मविश्वास एवं टीम भावना में कमी, छात्र/छात्राओं के पर्यावरणीय ज्ञान में कमी, विद्यालय प्रांगण का कम आकर्षक लगना आदि मुख्य चुनौतियाँ थीं। सामाजिक स्तर पर ग्रामीणों एवं अभिभावकों में पर्यावरण के प्रति जिम्मेदारी का भाव अपेक्षाकृत कम था, साथ ही विद्यालय से भी उनका जुड़ाव संतोषजनक प्रतीत नहीं होता था।

नवाचार लागू करने से पूर्व किये गये प्रयास –

- उपरोक्त चुनौतियों को लेकर मेरे एवं साथी शिक्षकों द्वारा प्रार्थना सभा के समय एवं कक्षा–शिक्षण के समय छात्र/छात्राओं को विभिन्न प्रकार से समझााने के प्रयास किये जाते रहे थे।
- जब भी अभिभावकों से सम्पर्क होता, हम उनसे विद्यालय से जुड़ने की अपील करते परन्तु संतोषजनक परिणाम प्राप्त नहीं हो पा रहे थे।

नवाचार क्रियान्वयन करने से पूर्व की गयी तैयारी –

- इस नवाचार को लागू करने से 2 सप्ताह पूर्व से ही मेरे द्वारा प्रार्थना सभा के दौरान पर्यावरण को लेकर दो से चार मिनट की संक्षिप्त चर्चा/व्याख्यान/प्रसंग आदि करना प्रारम्भ किया गया।
- पर्यावरण के प्रति तनिक भी अच्छा करने/सोचने वाले छात्र/छात्रा की प्रशंसा की जाती रही।
- धीरे–धीरे छात्रों में पर्यावरण के प्रति हल्का/आकर्षण आने लगा। साथ ही मेरे द्वारा विद्यालय परिसर के उन स्थानों का चयन किया गया। जिन स्थानों पर 'पौधे क्यारी' विकसित करना सहज था।

नवाचार के क्रियान्वयन में उपरोक्त सामग्री एवं लागत –

इस नवाचार हेतु उपयोग की जाने वाली सामग्री के रूप में फावड़ा, खुरपी और कुछ पौधों की आवश्यकता थी। खुरपी एवं फावड़ा विद्यालय में उपलब्ध थे। साथ ही ग्रामीण अंचल के छात्र/छात्राओं के पिता अधिकांशतः किसान एवं मजदूर थे, तो कृषि के इन औजारों को कुछ समय के लिए प्राप्त कर पाना सहज था। पौधे एवं बीज के लिए छात्र/छात्राओं को प्रेरित कर खेतों/मेढ़ों आदि के इर्द–गिर्द अनायास

ही जम आये पौधों/बीजों आदि को मंगाकर उपयोग में लाया गया। इस प्रकार शून्य निवेश कर इस नवाचार को आगे बढ़ाया गया।

नवाचार क्रियान्वयन की प्रक्रिया –

- सर्वप्रथम स्वप्रेरित छात्र/छात्राओं को 'पौध–क्यारी' बनाने एवं उसका संरक्षण करने हेतु आमंत्रित किया गया।
- प्रार्थना सभा के दौरान प्रत्येक मंगलवार को 'क्यारी पालक' छात्र/छात्राओं के कार्यों की सराहना की जाती रही।
- क्यारी को क्रमांक प्रदान कर दिये गये।
- क्यारी पालक के नाम–कक्षा पौध आदि का विवरण कागज पर लिख क्यारी के पृष्ठ भाग पर चस्पा कर छात्र/छात्राओं में जिम्मेदारी का भाव विकसित किया गया।
- प्रारम्भ में केवल 3 छात्रों ने ही 'क्यारी पालक' की जिम्मेदारी ली, परन्तु जब प्रत्येक सप्ताह उनके कार्यों की सराहना होती एवं पौध पर पुष्प खिलते देख अन्य छात्र/छात्राएँ भी क्यारी की जिम्मेदारी को लेने आगे आये।
- धीरे–धीरे पच्चीस से अधिक क्यारियाँ विकसित हो गयीं।
- प्रत्येक सप्ताह क्यारी निरीक्षण एवं बेहतर करने वाले छात्र/छात्राओं की सराहना की जाती रही।
- आगामी 6 माह पश्चात् 'क्यरी संरक्षण' में निपुण छात्र/छात्राओं को 'क्यारी संरक्षण समिति' के रूप में टीम लीडर के रूप में नियुक्त किया गया।
- विद्यालय स्तर पर वृक्षारोपण, वृक्ष संरक्षण, स्वच्छता विषयक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें क्यारी पालकों को उनकी रुचि के अनुसार प्रतिभाग करने एवं नेतृत्व करने के अवसर प्रदान किये गये। साथ ही विद्यालय पधारने वाले अतिथियों, अभिभावकों आदि से छात्र/छात्राओं के बेहतर कार्यों को साझा किया गया।
- विद्यालय परिसर में एक सैम्पल 'किचेन गार्डेन' विकसित करने हेतु कुशल क्यारी पालक छात्रों के दल को 'किचेन गार्डेन समिति' के रूप में जिम्मेदारी एवं सहयोग देकर उसमें धनिया, मिर्च, फूलगोभी, बंदागोभी, टमाटर आदि सब्जियों का सांकेतिक उत्पादन कर एम0डी0एम0 में उपयोग किया गया। इस कार्य में छात्रों का ग्रामीण परिवेश से होना एवं कृषि विषय की प्रायोगिक समझ सहायक रही।

नवाचार का प्रभाव –

विद्यालय एवं अन्य शिक्षकों पर – उपरोक्त नवाचार लागू करने में विद्यालय परिसर हरा–भरा एवं आकर्षक हुआ है, साथी प्रधानाध्यापक श्री अजीत कुमार सिंह, शिक्षक श्री मुकेश सचान आदि भी विद्यालय के प्रति निरंतर सहयोग प्रदान करते रहे।

विद्यालय स्तर पर – विद्यालय की छात्र संख्या एवं उपस्थिति प्रतिशत में क्रमशः वृद्धि है। छात्रों में टीम भावना, आत्मविश्वास एवं जिम्मेदारी का भाव बढ़ा है, जिसका सकारात्मक प्रभाव उनकी अधिगम सम्प्राप्ति पर परिलक्षित होता है।

समुदाय पर – जन समुदाय की शिक्षकों, विद्यालय एवं पर्यावरणीय कार्यक्रमों के प्रति आस्था एवं योगदान में वृद्धि हुई है।

नवाचार को और अधिक प्रभावी बनाने के लिए भविष्य की योजना –

प्रत्येक तीन माह में नवाचार में आवश्यक्तानुसार संशोधन एवं परिवर्तन किये जाते हैं। भविष्य में छात्र/छात्राओं की रुचि एवं अधिगम स्तर के अनुसार विभिन्न सरलीकृत पर्यावरणीय कार्यक्रमों (विषयानुसार, शून्य निवेश आधारित) को योजनाबद्ध रूप से क्रियान्वित करना है। इस नवाचार द्वारा कक्षा 3 से 8 तक के छात्र/छात्राओं की आसानी से पर्यावरणीय भागीदारी सुनिश्चित की जा सकती है।

प्रशिक्षण पूर्व आंकलन प्रपत्र

1. पर्यावरण से आप क्या समझते हैं?
   .....
   .....

2. पर्यावरण अध्ययन शिक्षण हेतु आप कौन सी विधि अपनाते हैं? किन्हीं दो विधियों के नाम लिखिए।
   प्रथम विधि .....
   द्वितीय विधि .....

3. आपके विद्यालय के छात्र–छात्राओं द्वारा पर्यावरण संरक्षण हेतु किये जा रहे कोई दो प्रयास–
   .....
   .....
   .....

4. आपके द्वारा विद्यालय या अपने आसपास के पर्यावरण संरक्षण हेतु किये जा रहा एक प्रयास–
   .....
   .....

5. पर्यावरण संरक्षण की आवश्यकता क्यों है?
   .....
   .....

6. आपके अनुसार पर्यावरण की प्रमुख दो चुनौतियाँ क्या हैं?
   .....
   .....

7. लोकतंत्र को आप क्या मानते हैं–एक विचारधारा या शासन व्यवस्था और क्यों? अपने विचार लिखें–
   .....
   .....
   .....

8. इस प्रशिक्षण से आपकी क्या अपेक्षाएँ हैं?
   .....
   .....

दिनांकः–

प्रतिभागी का नाम व हस्ताक्षरः– **संस्था/विद्यालय का नामः–**

प्रशिक्षण पश्चात् आंकलन प्रपत्र

1. पर्यावरण संरक्षण की भावना छात्रों में विकसित करने के लिए आपकी क्या भूमिका होगी?

.....

.....

.....

.....

2. पर्यावरण प्रदूषण के प्रति जागरुकता लाने के लिए आपके द्वारा किया जा सकने वाला कोई एक प्रयास–

.....

.....

.....

3. ग्राम स्तर पर पर्यावरण संवर्द्धन हेतु आप अपने छात्रों के साथ कौन सा एक कार्य सर्वप्रथम करेंगे?

.....

.....

.....

4. इस प्रशिक्षण से सीखी हुई कौन सी शिक्षण विधि/तकनीक का प्रयोग आप अपने कक्षा–शिक्षण में करेंगे?

.....

.....

5. प्रशिक्षण कार्यक्रम के दौरान संचालित समस्त सत्रों में से आपको सबसे उपयोगी सत्र कौन सा लगा और क्यों?

.....

.....

.....

.....

6. इस प्रशिक्षण हेतु आपका कोई एक सुझाव–

.....

.....

.....

.....

दिनांकः–

प्रतिभागी का नाम व हस्ताक्षरः– **संस्था/विद्यालय का नामः–**

भारत के राज्य एवं दिशायें

सात बहनों का समूह जहाँ है,
प्रातः दर्शन सूये के वहाँ है,
रोशनी सर्वप्रथम जहाँ है आती,
दिशा **पूर्व** है वो कहलाती।

समुद्र तट जहाँ बड़ा है सबसे,
नमक निर्माण का स्त्रोत है वो वर्षों से,
सूर्य वहाँ पहुँचे तो हो जाती शाम,
पश्चिम इस दिशा का नाम।

बायां हाथ जिधर कर इशारा,
वो है हिमालय कुश्मीर हमारा,
शत्रुओं से रक्षा हिमालय का काम,
उत्तर इस दिशा का नाम।

दायें हाथ को जिधर फैजाया,
कन्याकुमारी को उधर है पाया,
दक्षिण दिशा को इधर है पाये,
भारत भ्रमण हम कर आये।

प्रार्थना

इतनी शक्ति हमें देना दाता,

इतनी शक्ति हमें देना दाता,
मन का विश्वास कमजोर हो ना।
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे
भूल कर भी कोई भूल हो ना।

दूर अज्ञान के हों अन्धेरे,
तू हमें ज्ञान की रोशनी दे।
हर बुराई से बचते रहें हम,
जितनी भी दे भली जिन्दगी दे।

बैर हो ना किसी का किसी से,
भावना मन में बदले की हो ना।
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे,
भूल कर भी कोई भूल हो ना।

हम न सोचे हमें क्या मिला है,
हम ये सोचे किया क्या है अर्पण।
फूल खुशियों के बाँटे सभी में,
सबका जीवन ही बन जाये मधुबन।

अपनी करूणा का जल तू बहा के,
कर दे पावन हर इक मन कोना।
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे
भूल कर भी कोई भूल हो ना।

ऐ मालिक तेरे बन्दे हम

ऐ मालिक तेरे बन्दे हम ऐसे हों हमारे करम,
नेकी पर चलें और बदी से डरें, ताकि हँसते हुए निकले दम।
ऐ मालिक तेरे बन्दे हम.....
बड़ा कमजोर है आदमी, अभी लाखों हैं इसमें कमी।
पर तू जो खड़ा है दयालु बड़ा, तेरी कृपा से धरती बनी।
दिया तुने हमें जब जनम, तू ही लेगा हम सब के गम।
नेकी पर चलें और बदी से डरें, ताकि हँसते हुए निकले दम।

ऐ मालिक तेरे बन्दे हम.....।

है अँधेरा घना छा रहा, तेरा इन्सान घबरा रहा।
हो रहा बेखबर, कुछ नआता नजर, सुख का सूरज छिपा जा रहा।
है तेरी रोशनी में जो दम, तू अमावस को कर दे पूनम,
नेकी पर चलें और बदी से डरें, ताकि हँसते हुए निकले दम।
ऐ मालिक तेरे बन्दे हम.....।
जब जूल्मों का हो सामना, तब तू ही हमें थामना,
वे बुराई करें हम भलाई करें, नहीं बदले की हो भावना।
बढ़ उठे प्यार का हर कदम, और मिटे बैर का ये भरम,
नेकी पर चलें और बदी से डरें, ताकि हँसते हुए निकले दम।
ऐ मालिक तेरे बन्दे हम.....।

हमको मन की शक्ति देना

हमको मन की शक्ति देना, मन विजय करें,
दूसरों की जय से पहले, खुद को जय करें।
हमको मन की शक्ति देना.....।
भेदभाव अपने दिल से साफ कर सकें,
दूसरों से भूल हो तो माफ कर सकें।
झूठ से बचे रहें ,सच का दम भरें,
दूसरों की जय से पहले, खुद को जय करें।
हमको मन की शक्ति देना.....।
मुश्किलें पड़े हम पे, इतना कर्म कर,
साथ दें धर्म का चलें तो धर्म पर।
खुद पे हौसला रहे बदी से ना डरें,
दूसरों की जय से पहले, खुद को जय करें।
हमको मन की शक्ति देना.....।

तुम्हीं हो माता

तुम्हीं हो माता–पिता तुम्हीं हो,
तुम्हीं हो बन्धु सखा तुम्हीं हो।
तुम्हीं हो साथी, तुम्हीं हो सहारे,
कोई न अपना, सिवा तुम्हारे।
तुम्हीं हो नैया, तुम्हीं खेवइया,
तुम्हीं हो बन्धु सखा तुम्हीं हो,

तुम्हीं हो माता–पिता तुम्हीं हो।
जो खिल सके ना वो फूल हम है,
तुम्हारे चरणों की धूल हम हैं।
दया की दृष्टि सदा ही रखना,
तुम्हीं हो बन्धु सखा तुम्हीं हो,
तुम्हीं हो माता–पिता तुम्हीं हो।

वह शक्ति हमें दो दयानिधे

वह शक्ति हमें दो दयानिधे
वह शक्ति हमें दो दयानिधे, कर्तव्य मार्ग पर डट जावें।
पर सेवा पर उपकार हम, जगजीवन सफल बना जावें।।
हम दीन दुःखी निबलों विकलों के सेवक बन सन्ताप हरें।
जो हैं अटके, भूले भटके उनको तारे खुद तर जावें।।
छल, दम्भ, द्वेष, पाखण्ड, झूठ, अन्याय से निश दिन दूर रहें।
जीवन शुद्ध सरल अपना शुचि प्रेम सुधा रस बरसावें।।
निज आन–मान मर्यादा का प्रभु ध्याान रहे अभिमान रहे।
जिस देश भूमि पर जन्म लिया बलिदान उसी पर हो जावें।।
वह शक्ति हमें दो दयानिधे, कर्तव्य मार्ग पर डट जावें।
पर सेवा पर उपकार हम, जगजीवन सफल बना जावें।।

तू ही राम है तू रहीम है

तू ही राम है तू रहीम है,
तू करीम कृष्ण खुदा हुआ।
तू ही वाहे गुरू तू ईशु मसीह,
हर नाम में तू समा रहा।
अरदास है कहीं कीर्तन,
कहीं राम धुन, कहीं आवाहन।
विधि वेद का है, ये सब रचन,
तेरा भक्त तुझको बुला रहा,
तेरी जात पाक कुरान में,
तेरा दरश वेद पुराण में,
गुरु ग्रन्थ जी के बखान में,
तु प्रकाश अपना दिखा रहा।

तू ही राम है तू रहीम है,
तू करीम कृष्ण खुदा हुआ।

हर देश में तू, हर वेश में तू

हर देश में तू, हर वेश में तू
तेरे नाम अनेक तू एक ही है।
तेरी रंग भूमि यह विश्व धरा,
हर खेल में मेल तू ही तू है।
सागर से उठा बादल बनकर,
बादल से गिरा जल होकर के।
फिर नहर बनी नदिया गहरी,
तेरे भिन्न प्रकार तू एक ही है।
मिट्टी से अणु परमाणु बना,
सब जीव जगत का रूप लिया।
कहीं पर्वत वृक्ष विशाल बना,
सौन्दर्य तेरा तू एक ही है।
यह दृश्य दिखाया है जिसने,
वह है गुरूदेव की पूर्ण दया।
तुक्कड़िया कहे और कोई नहीं,
वश मैं और तू सब एक ही हे।।

समूह गान

सारे जहाँ से अच्छा हिन्दोस्तां हमारा।

सारे जहाँ से अच्छा हिन्दोस्तां हमारा।
हम बुलबुले है इसके, ये गुलिस्ता हमारा।।
पर्वत वो सबसे ऊँचा हम साया आसमां का।
वह सन्तरी हमारा, वह पासवाँ हमारा।।
सारे जहाँ.....
हम बुलबुले.....
गोदी में खेलती हैं, जिसकी हजारों नदियाँ।
गुलशन है जिसके दम से, रश्के जिना हमारा।।
सारे जहाँ से अच्छा.....
हम बुलबुले है.....
मजहब नहीं सिखाता आपस में बैर रखना।
हिन्दी है हम, वतन है, हिन्दोस्ता हमारा।
सारे जहाँ से अच्छा.....
हम बुलबुले है.....

हिन्द देश के निवासी

हिन्द देश के निवासी सभी जन एक हैं।,
रंग–रूप वेश–भूषा चाहे अनेक हैं।
बेला, गुलाब, जूही, चम्पा, चमेली,
प्यारे–प्यारे फूल गुँथे, माला में एक हैं।
हिन्द देश के निवासी.....
कोयल की कूल प्यारी, पपीहा की टेर न्यारी,
गा रही तराना बुलबुल, राग मगर एक हैं।
हिन्द देश के निवासी.....
गंगा , यमुना, ब्रहापुत्र, कृष्णा कावेरी,
जा के मिल गयी सागर में, हुई सब एक हैं।
हिन्द देश के निवासी.....
रंग–रूप वेश–भूषा चाहे अनेक.....

तू जिन्दा है तो जिन्दगी की, जीत पर यकीन कर।

तू जिन्दा है तो जिन्दगी की, जीत पर यकीन कर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।.....2
ये गम के और चार दिन, सितम के और चार दिन।
ये दिन भी जायेंगे गुजर, गुजर गये हजार दिन।।
कभी तो होगी इस चमन पे, भी बहार की नजर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
तू जिन्दा है तो जिन्दगी की, जीत पर यकीन कर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
सुबह और शाम के रंगे, हुए गगन को चुमकर।
तू सुन जमीन गा रही है, कब से झूम–झूम कर।
तू आ मेरा श्रृंगार कर, तू आ मुझे हसीन कर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
तू जिन्दा है तो जिन्दगी की, जीत पर यकीन कर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
हमारे करवाँ को मंजिलों का इन्तजार है।
ये आँधियाँ, ये बिजलियों की पीठ पर सवार हैं।
तू आ कदम मिला के चल, चलेंगे साथ–साथ हम।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
तू जिन्दा है तो जिन्दगी की, जीत पर यकीन कर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
बुरी है आग पेट की, बुरे हैं दिल के दाग ये।
न बुझ सके, न बुझेंगे ये बनेंगे इन्कलाब ये।
गिरेंगे जुल्म के महल, बनेंगे फिर नवीन घर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।
तू जिन्दा है तो जिन्दगी की, जीत पर यकीन कर।
अगर कहीं है स्वर्ग तो, उतार ला जमीन पर।।

जीवन में कुछ करना है

जीवन में कुछ करना है, तो मन को मारे मत बैठो।
आगे–आगे बढ़ना है, तो हिम्मत हारे मत बैठो।।

चलने वाला मंजिल पाता, बैठा पीछे रहता है।
ठहरा पानी सड़ने लगता, बहता निर्मल होता है।
पाँव मिले चलने की खातिर, पाँव पसारे मत बैठो।
आगे–आगे बढ़ना है, तो हिम्मत हारे मत बैठो।।

तेज दौड़ने वाला खरहा, दो पल चल कर हार गया।
धीरे–धीरे चलकर कछुआ, देखो बाजी मार गया।
चलो कदम से कदम मिलाकर, दूर किनारे मत बैठो।
आगे–आगे बढ़ना है, तो हिम्मत हारे मत बैठो।।

धरती चलती तारे चलते, चाँद रात भर चलता है।
किरणों का उपहार बाँटने, सूरज रोज निकलता है।
हवा चले तो महक बिखरे, तुम भी प्यारे मत बैठो।
आगे–आगे बढ़ना है, तो हिम्मत हारे मत बैठो।।

जीवन में कुछ करना है, तो मन को मारे मत बैठो।
आगे–आगे बढ़ना है, तो हिम्मत हारे मत बैठो।।

वर्ग पहेली

आ	जि	स्‍	ना	न	ड	सू
जा	का	ह	न	ज	मं	प
र	ट	क	ल	ने	नै	सा
ट	या	का	स	र	शौ	बु
ब्र	लि	कि	र	ला	च	न
श	तौ	व	व	पू	म्‍	शै
न	गा	ल	षा	पी	घी	कं

TAKE CARE OF OUR EARTH

R	**H**	**S**	**A**	**R**	**T**	**L**	**Z**	**Q**	**M**
E	**B**	**D**	**N**	**S**	**W**	**A**	**T**	**E**	**R**
C	**L**	**N**	**A**	**T**	**R**	**N**	**A**	**I**	**E**
Y	**I**	**A**	**E**	**A**	**T**	**D**	**V**	**O**	**U**
C	**R**	**T**	**L**	**X**	**R**	**B**	**M**	**E**	**S**
L	**P**	**U**	**C**	**R**	**E**	**D**	**U**	**C**	**E**
E	**A**	**R**	**T**	**H**	**E**	**B**	**D**	**S**	**E**
N	**I**	**E**	**R**	**X**	**S**	**V**	**P**	**L**	**R**
H	**N**	**O**	**I**	**T**	**U**	**L**	**L**	**O**	**P**
D	**E**	**N**	**E**	**R**	**G**	**Y**	**N**	**X**	**V**
P	**L**	**A**	**N**	**E**	**T**	**P**	**A**	**I**	**R**

मैं खुश!	मैं दुःखी!

उत्तर पत्रक (ओ0एम0आर0 शीट)

क्र0 सं0	क	ख	ग	घ
1.	○	○	○	○
2.	○	○	○	○
3.	○	○	○	○
4.	○	○	○	○
5.	○	○	○	○
6.	○	○	○	○
7.	○	○	○	○
8.	○	○	○	○
9.	○	○	○	○
10.	○	○	○	○

प्रश्नावली

प्रश्न–1. संविधान को बनाने में कुल कितना समय लगा।

1. 2 वर्ष 10 महीने 18 दिन
2. 2 वर्ष 11 महीने 17 दिन
3. 1 वर्ष 8 माह 06 दिन
4. 1 वर्ष 11 महीने 17 दिन

प्रश्न–2. सविंधान सभा की प्रथम बैठक में कितने लोगो ने प्रतिभाग किया।

1. 285
2. 432
3. 325
4. 389

प्रश्न–3 सविंधान सभा की प्रथम बैठक कब सम्पन्न हुयी।

1. 1 दिसम्बर 1947
2. 1 दिसम्बर 1946
3. 4 सितम्बर 1948
4. 3 सितम्बर 1947

प्रश्न–4 सविंधान में कुल कितने परिशिष्ट हैं।

1. 11
2. 9
3. 8
4. 12

प्रश्न–5 सविंधान में कुल कितने भाग हैं।

1. 20
2. 30
3. 25
4. 35

प्रश्न–6 भारतीय सविंधान बनाने में कुल कितनी धनराशि व्यय हुयी।

1. 6.24 करोड़ रूपये
2. 6.15 करोड़ रूपये
3. 2.65 करोड़ रूपये
4. 5.34 करोड़ रूपये

प्रश्न–7 सविंधान मूल रूप से किस भाषा में लिखा गया है।

1. मराठी
2. हिन्दी
3. अंग्रेजी
4. तेलगू

प्रश्न–8 गणतन्त्र दिवस को और किस नाम से जाना जाता है।

1. प्रजा की व्यवस्था का दिन
2. कानून निर्माण का दिन
3. हमारा दिन
4. देश की शासन व्यवस्था का दिन

प्रश्न–9 संविधान का रचना कार किसे कहा जाता है।

1. पं0 जवाहर लाल नेहरू
2. महात्मा गांधी
3. लाल बहादुर शास्त्री
4. डॉ0 भीम राव अम्बेडकर

प्रश्न–10 निम्न में से कौन सी व्यवस्था भारतीय संविधान की विशेषता नही है

1. संधात्मक शासन व्यवस्था
2. एक नागरिकता की व्यवस्था
3. अल्पसंख्यक समुदाय के हितो की रक्षा
4. अपरिवर्तनशील संविधान

उत्तर माला

प्रष्न	उत्तर
1	2
2	4
3	2
4	4
5	3
6	1
7	2
8	1
9	4
10	4

वर्ग पहेली

क	ति	प	झ	ह	स	नू	ति	अं	ना	का	सा	औ
ह	अ	क	गु	जू	हा	न	ख	ला	प्प	हिं	ध	श
य	म	त्या	ल	ट	न	क्ष	ज	ज	अ	र	पि	ग
थि	द	ए	ग	ना	भू	टी	क	आ	द	म	गो	स
स	लि	म	ग	ख	ति	र	ऐ	रु	छ	यो	ह	ति
ऊ	स	ह	यो	ग	र	स	मा	ठ	णा	ब	इ	च
प	या	र	ष	चि	ज्ञ	ई	हि	त्र	ल	द	ओ	मी
वि	चो	घू	का	न	प्रे	ढ	फ	ष्णु	ग	अः	या	ड
ता	च	ढ	त	उ	ण	म	श	भ	ता	कु	व	घ

कौन बनेगा करोड़पति के आधार पर कक्षा–5 के पाठ्यक्रम पर आधारित प्रश्नावली

1. संविधान सभा के अध्यक्ष कौन थे?

    A. पं. जवाहर लाल नेहरू

    B. महात्मा गाँधी

    C. डा0 भीमराव अम्बेडकर

    D. डा0 राजेन्द्र प्रसाद

2. संविधान सभा की प्रारूप समिति के अध्यक्ष कौन थे?

    A. लाल बहादुर शास्त्री

    B. रवीन्द्र नाथ टैगोर

    C. महात्मा गाँधी

    D. डा0 भीमराव अम्बेडकर

3. संविधान को बनने में कितना समय लगा?

    A. 2 वर्ष 11 माह 18 दिन

    B. 3 वर्ष 11 माह 18 दिन

    C. 1 वर्ष 11 माह 18 दिन

    D. इनमें से कोई नहीं

4. हमारा संविधान कब लागू हुआ?

    A. 26 जनवरी 1947

    B. 26 जनवरी 1950

    C. 26 जनवरी 1951

    D. 27 जनवरी 1950

5. हमारे संविधान में मूल अधिकारों की संख्या कितनी है?

    A. 6

    B. 9

    C. 5

    D. 11

6. हमारे संविधान में कुल कितने मूल कर्तव्य हैं?

A. 8

B. 4

C. 6

D. 11

7. गणतंत्र दिवस कब मनाया जाता है?

A. 15 अगस्त

B. 2 अक्टूबर

C. 31 जनवरी

D. 26 जनवरी

8. संविधान के अनुसार शासन व्यवस्था में निम्न में से किस पद को सर्वोच्च स्थान दिया गया है?

A. प्रधानमंत्री

B. मुख्यमंत्री

C. थल सेनाध्यक्ष

D. राष्ट्रपति

9. संविधान के अनुसार आम निर्वाचन में निम्न में से कितनी वर्ष की आयु के व्यक्ति को मत देने का अधिकार दिया गया है–

A. 21 वर्ष

B. 18 वर्ष

C. 25 वर्ष

D. 20 वर्ष

10. संविधान के अनुसार संसदीय शासन प्रणाली में मंत्रिपरिषद निम्नलिखित में से किसके प्रति उत्तरदायी होती है?

A. लोकसभा

B. राष्ट्रपति

C. विधानसभा

D. विधानपरिषद

पर्यावरणीय अध्ययन शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम
10-10-17 से 13-10-17 तक

राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ
दूरभाष–0522–2780385 फैक्स–0522–2781125
वेबसाइट–www.scertup.co.in ई–मेल–dscertup@gmail.com
फेसबुक–@dscertup