शिक्षक के लिए

प्रकरण : मेरा परिवार और मेरे मित्र

यह प्रकरण क्यों?

इस प्रकरण को पाठ्यक्रम एवं पाठ्यपुस्तक में रखने का उद्देश्य बच्चों में यह समझ बनाना है कि बदलते समय के अनुसार परिवारों की संरचना और जीवन–शैली में परिवर्तन आते रहते हैं। ये परिवर्तन अनेक कारणों से आते हैं। परिवारों को स्थान बदलने पड़ते हैं। इस बदलाव से परिवारों के सामने अनेक समस्याएँ भी आती हैं। प्रकरण द्वारा बच्चों को विशेष आवश्यकताओं वाले लोगों की उपलब्धियों से अवगत कराना और ब्रेल पद्धति की जानकारी देना है। साथ ही उन्हें स्थानीय, परंपरागत और आधुनिक खेलों, मार्शल आर्ट और मनोरंजन के बदलते स्वरूप से भी परिचित कराना है। बच्चों में यह समझ बनाना ज़रूरी है कि कोई भी काम छोटा या बड़ा नहीं है। समुदाय में विभिन्न कार्यों के लिए हम एक दूसरे पर निर्भर हैं। प्रकरण में इस बात पर भी बल दिया गया है कि घर व आस–पास की सफ़ाई क्यों और कैसे रखी जाए। समुदाय में साफ़–सफ़ाई से जुड़े लोगों के प्रति बच्चों में स्वस्थ भावना पैदा करना भी प्रकरण का उद्देश्य है।

इस प्रकरण में है क्या?

इस प्रकरण में चार पाठ हैं। प्रकरण के पहले पाठ में परिवारों के विभिन्न कारणों से स्थान बदलने और इन बदलावों से संबंधित समस्याओं पर चर्चा है। दूसरे पाठ में मनोरंजन के बदलते स्वरूप पर बातचीत है। तीसरे पाठ में साफ़–सफ़ाई व श्रम की महत्ता तथा स्वच्छता संबंधी कार्यों में लगे लोगों के बच्चों की प्रोत्साहनात्मक उपलब्धि का विवरण है। चौथे पाठ में विशेष आवश्यकताओं वाले लोगों द्वारा हासिल की गई उपलब्धियों व ब्रेल पद्धति पर चर्चा है।

इस प्रकरण के पाठों को कैसे कराएँ?

- इन पाठों में अवलोकन करने, चर्चा करने व अपने अनुभव सुनाने के अनेक मौके दिए हैं। पाठों को कराते समय सभी बच्चों को खुलकर अभिव्यक्ति के अवसर दें।
- पाठों में जिन स्थानों पर उत्तर लिखने के लिए जगह छोड़ी गई है, उन्हें पुस्तक में ही कराएँ अन्यथा कॉपी में कराएँ।
- बच्चों के लेखन कार्य में सुधार के लिए अभ्यास कराएँ।
- 'पता करो' गतिविधियाँ कराने हेतु बच्चों को समुदाय के लोगों से बातचीत के अवसर दें।
- बच्चों को स्कूल के पुस्तकालय से पुस्तकें लेकर और जानकारी ढूँढ़ने, महापुरुषों की जीवनियाँ पढ़ने तथा अपने राज्य के बारे में जानकारी इकट्ठी करने के लिए प्रेरित करें।
- सचित्र परियोजना तैयार करने के अभ्यासों में प्रत्येक बच्चे की भागीदारी सुनिश्चित करें।
- समुदाय के स्वच्छता संबंधी मुद्दों को इस तरीके से कराएँ कि बच्चे साफ़–सफ़ाई के कार्यों में लगे लोगों

पाठ 1 ejh lguk, viuh dgk

D;k dgr g ;s lc\

ऊपर दिए गए चित्र को देखो।

lkpk vkj dkih e fy[kk

1. क्या कंचन, सतनाम और पीटर की तरह कभी तुम्हारे परिवार को या किसी परिचित को भी अपना घर छोड़कर दूसरे स्थान पर जाकर रहना पड़ा है?
2. उन्हें दूसरी जगह जाकर रहना कैसा लगता होगा?
3. नई जगह जाकर रहने में क्या अच्छा लगता है और क्या अच्छा नहीं लगता?
4. लोगों को किन–किन कारणों से अपना घर छोड़कर दूसरे स्थानों पर जाना पड़ता है?

vè;kid d fy, ldr : बच्चों से परिवारों के विस्थापन, विस्थापन के कारणों व संबंधित समस्याओं पर संवेदनशीलता के साथ चर्चा करें। बच्चों को उनके अनुभव बताने के लिए समुचित अवसर प्रदान करें।

अहमद, काजल और नंदिनी के परिवारों को अक्सर अपने रहने के स्थान बदलने पड़ते हैं। आओ, उनके बारे में जानें।

vgen dh dgkuh

vgen& मेरा नाम अहमद खान है। मेरा गाँव कोसी नदी के किनारे पर है। वहाँ अक्सर बाढ़ आती रहती है। बाढ़ के कारण हमारी खेती–बाड़ी को काफ़ी नुकसान होता है। इसलिए मेरे अब्बू–अम्मी को काम की तलाश में दूसरी जगह जाना पड़ता है।

वे ईंट–भट्ठे पर काम करते हैं। उन्हें कभी किसी एक भट्ठे पर काम मिलता है, तो कभी दूसरे पर। अब्बू को जिस जगह काम मिलता है, हम वहीं पर झुग्गी डालकर रहते हैं। बार–बार जगह बदलने के कारण मुझे स्कूल भी बदलना पड़ता है। इससे मेरी पढ़ाई का बहुत नुकसान होता है। पुराने दोस्त बिछुड़ जाते हैं। बरसात के दिनों में जब ईंट–पथाई का काम नहीं होता, तो मेरे अब्बू–अम्मी मज़दूरी करते हैं। मेरे बड़े अब्बू और बड़ी अम्मी (दादा–दादी) गाँव में रहते हैं। उन्हें वहीं रहना अच्छा लगता है। मुझे भी गाँव में ही रहना ज़्यादा पसंद है। वहाँ मुझे नाव में घूमना और खेतों की पगडंडियों पर दौड़ना बहुत भाता है। बड़ा होकर मैं अपने गाँव में रोज़गार के और अवसर बढ़ाना चाहता हूँ, जिससे गाँव के लोगों को काम की तलाश में अपने घर छोड़कर किसी दूसरी जगह न जाना पड़े।

vc crkvk

- अगर अहमद की जगह तुम होते, तो बार–बार स्कूल बदलना तुम्हें कैसा लगता? और क्यों?
- अहमद, उसके बड़े अब्बू और बड़ी अम्मी को अपने ही गाँव में रहना क्यों अच्छा लगता होगा?
- बड़े होकर अहमद की तरह तुम अपने गाँव या शहर के लिए क्या करना चाहोगे?

गाड़ा में घर

काजल– हम गाडिया लुहार हैं। हम किसी एक जगह नहीं रह पाते। हम गाड़ों (एक प्रकार की बैलगाड़ी) में रहते हैं। समय–समय पर हम ठिकाना बदलते रहते हैं, पर गाड़े हमारे साथ ही रहते हैं। गाड़ों में रहना आसान नहीं होता। छोटे–से गाड़े में घर का सारा सामान होता है और परिवार के सब लोग रहते हैं। हर मौसम में अलग तरह की दिक्कतें आती हैं। मेरी माँ और पिताजी लोहे की चीज़ें जैसे–तवा, चिमटा, छाज, छलनी, दराँत, झारना आदि बनाते हैं। हमारे समुदाय के बच्चे आजकल स्कूलों में जाने लगे हैं। मेरे पिताजी हमारे समुदाय के लोगों की मदद करते हैं। मुझे भी यह सब अच्छा लगता है।

सोचो और कॉपी में लिखो

5. क्या तुम कभी घुमंतू समुदाय के लोगों से मिले हो? यदि हाँ, तो कहाँ?
6. उनके सामने क्या–क्या समस्याएँ आती होंगी?

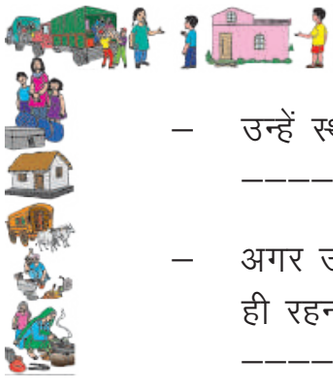
ऐसा करो

- यदि तुम्हें गाड़े में रहना पड़े, तो दी गई सूची में से तुम जिन चीज़ों को साथ रख पाओगे, उन पर गोला (◯) लगाओ–

डबलबैड	टी.वी.	सोफ़ासैट	फ्रिज	मेज़–कुर्सी	गैस का चूल्हा	बैट–बॉल
बस्ता	संदूक	बर्तन	कपड़े	अलमारी	चारपाई	साइकिल

- क्या तुम्हारे गाँव या शहर में किसी घुमंतू समुदाय के लोग रहते हैं ? यदि हाँ, तो उनसे बातचीत करके प्राप्त जानकारी को दिए गए स्थान पर लिखो–
  - उनके समुदाय का क्या नाम है ? ____________________
  - मूलरूप से कहाँ के रहने वाले हैं ? ____________________
  - यह जगह उनकी मूल जगह से कैसे भिन्न है ? ____________________

अध्यापक के लिए संकेत : कक्षा में घुमंतू समुदायों पर चर्चा करें तथा घुमंतू समुदायों व प्रवासी लोगों में अंतर स्पष्ट करें।



– उन्हें स्थान बदल–बदल कर रहना कैसा लगता है ?

_____

– अगर उन्हें रहने के लिए स्थायी घर मिल जाए, तो वे घर में रहेंगे या घुमंतू तरीके से ही रहना पसंद करेंगे ?

_____

– स्थायी घर में रहने से क्या उनकी रोज़ी–रोटी की ज़रूरतें पूरी हो पाएँगी ?

_____

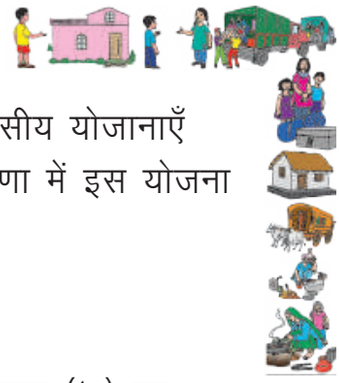
ppk djk

- अपने बड़ों से कुछ अन्य घुमंतू समुदायों के नाम, उनके निवास स्थान व काम के बारे में पता करो और कक्षा में चर्चा करो।

ubl txg&u, nkLr

ufnuh– मेरे पिताजी सेना में हैं। जब कभी उनका तबादला होता है, हम भी उनके साथ जाते हैं। हम वहाँ की फ़ौजी छावनी (कैंट) में रहते हैं। इस समय मेरे पिताजी हरियाणा में हैं। इससे पहले महाराष्ट्र में और उससे पहले जम्मू–कश्मीर में तैनात थे। मुझे और मेरी माँ को पिताजी का तबादला होना बहुत अच्छा लगता है। नई जगह पर जाकर सब कुछ नया–नया सा लगता है। नया घर, नया स्कूल, नए दोस्त। मुझे अलग–अलग भाषाएँ सीखने के मौके मिलते हैं। अब मैं तमिल, हिंदी और मराठी भाषाएँ बोल व समझ लेती हूँ। मैंने हरियाणवी बोली के भी कई शब्द सीख लिए हैं। हम जहाँ भी जाते हैं, मेरी माँ वहाँ के पकवान व खाना बनाना सीख लेती हैं। पड़ोस की एक दादी से वे कल ही राबड़ी बनाना सीख आई हैं। माँ कहती हैं कि तबादले के कारण हमें देश के अलग–अलग भागों को देखने के अवसर मिल जाते हैं।

vè;kid d fy, lqdr : बच्चों से विस्थापन से होने वाली समस्याओं के साथ सकारात्मक पहलुओं पर चर्चा करें।



विस्थापन कभी–कभी सरकारी योजनाओं के अंतर्गत भी होता है। वैकल्पिक आवासीय योजनाएँ बनाई जाती है जिनके अंतर्गत आधुनिक आवास उपलब्ध करवाए जाते है। हरियाणा में इस योजना को 'आशियाना' के नाम से जाना जाता है।

,lk djk

- नीचे लिखे वाक्यों को पढ़कर दिए गए स्थान ☐ में सही (✓) अथवा गलत (✗) का निशान लगाओ–

– नंदिनी के पिताजी रेल विभाग में काम करते हैं। ☐

– उसे और उसकी माँ को नए स्थान पर रहना अच्छा लगता है। ☐

– नंदिनी ने अनेक भाषाएँ सीख ली हैं। ☐

– उसकी माँ को नए–नए स्थानों का खाना अच्छा नहीं लगता। ☐

irk djk vkj fy[kk

7. अपने आस–पड़ोस के कुछ ऐसे लोगों से बातचीत करो और तालिका में लिखो, जो अपना मूल निवास स्थान छोड़कर दूसरी जगह पर रहने के लिए आए हुए हैं–

Ø-l-	uke	dk;l	ey fuokl LFkku	vkus dk dkj.k	dgk&dgk dke fd;k \	
1	राम खिलावन	फ़ैक्ट्री मज़दूर	बिहार	रोज़गार की तलाश	जयपुर	फ़रीदाबाद
2						
3						
4						
5						

vkvk ;s Hkh djs

1. अपने शब्दों में विस्तार से लिखो–

– घुमंतू समुदाय ____

– रोज़गार ____

– तबादला ____

2. कहानी लिखो:

दिए गए चित्र को देखो और निम्नलिखित शब्दों की सहायता से चित्र से संबंधित एक कहानी लिखो। कहानी का शीर्षक लिखना मत भूलना।

झुग्गी	बस्ता	स्कूल	चूल्हा	बर्तन	बारिश	सामान
	बिल्डिंग	स्कूल	दोस्त	नई जगह		बुल्डोज़र

dgkuh dk ‘kh”kd

&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&

&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&

&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&

&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&

&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&

&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&&

3. बस्तियों को हटाकर वैकल्पिक स्वच्छ आवास प्रदान किए जाने संबंधी कुछ खबरें समाचार पत्रों से काटो और अपनी कॉपी में चिपकाओ। हटाए जाने के कारण भी लिखो।

4. चर्चा करो :
   - परिवारों को किन कारणों से अपने स्थान बदलने पड़ते हैं?
   - अहमद के परिवार जैसे अनेक परिवार अपने गाँवों से नगरों और महानगरों में रहने के लिए आते हैं। क्या नए स्थानों पर उनकी ज़िंदगी पहले से बेहतर होती है? महानगरों में उन्हें किस तरह के अनुभव होते होंगे?

5. कारण बताओ :
   - बरसात के दिनों में ईंट–पथाई का काम नहीं होता।
   - नंदिनी अनेक भाषाएँ बोल सकती है।
   - गाँवों की अपेक्षा शहरों में रोज़गार के अवसर अधिक होते हैं।

पाठ 2 [kyk dh nqfu;k

अध्यापिका ने कक्षा में कहा– प्यारे बच्चो, आज मैं तुम्हें आरती, गीता और ऋतु के बारे में बताती हूँ। ये तीनों लड़कियाँ जूडो खेलती हैं। आरती के पिताजी वैन चालक हैं। गीता के पिताजी लकड़ी का काम करते हैं।

आरती पिछले चार साल से जूडो सीख रही है। वह गुड़गाँव के एक सरकारी स्कूल में आठवीं कक्षा में पढ़ती है। गीता और ऋतु भी उसके साथ उसी स्कूल में पढ़ती हैं। आरती ने जूडो में राष्ट्रीय स्तर पर तथा गीता और ऋतु ने राज्य स्तर पर कई पदक जीते हैं। आओ, उनसे तथा उनके कोच से हुई मेरी बातचीत के कुछ अंश पढ़ते हैं।

;g Hkh tkuk

जूडो नामक खेल डॉ. कॉनों जिगारो ने 1882 में जापान में शुरू किया था। यह जापान की मार्शल आर्ट की एक विधा है।

vè;kfidk – मार्शल आर्ट्स में तुमने जूडो ही क्यों चुना?

vkjrh – मुझे यह अच्छा लगता है। मेरी दीदी ने भी यही सीखा था।

xhrk – हमारे सर ने बताया है कि इस खेल से हम अपनी रक्षा अच्छी तरह करना सीख जाते हैं।

_r| – इससे हमारा शरीर चुस्त–दुरुस्त और मज़बूत बनता है।

vè;kfidk – इस खेल को खेलने के लिए तुम्हें किसने प्रोत्साहित किया ?

vkjrh – मेरे मम्मी–पापा ने। उन्हें मेरे खेलने, पढ़ने और आगे बढ़ने से खुशी होती है। यही कारण है कि उन्होंने इसके लिए कभी आपत्ति नहीं की।

xhrk o _r| – हमारे मम्मी–पापा ने भी हमें इसके लिए बहुत प्रोत्साहित किया।

vè;kfidk – लड़की होने की वजह से तुम्हें खेलों में भाग लेने में कोई कठिनाई तो नही आई?

vè;kid d fy, l|dr : खेलों के माध्यम से शारीरिक व मानसिक विकास तथा परस्पर सहयोग व सहभागिता की भावना के विकास पर कक्षा में चर्चा करें।

vkjrh] xhrk o _r – नहीं मैडम। कठिनाई की क्या मजाल जो हमारे पास आए।

dkp – (हँसते हुए) जी हाँ, मैडम, जूडो और मार्शल आर्ट्स से आत्मविश्वास बढ़ता है और हम हर मुश्किल का सामना करने को तैयार रहते हैं।

vè;kfidk – सर, आप बच्चों को इस खेल की ट्रेनिंग कैसे देते हैं?

dkp – किसी भी खेल में निपुण होने के लिए सबसे ज़रूरी है–उचित आहार व नियमित अभ्यास। मैं बच्चों की एक दिन की भी छुट्टी किए बिना अभ्यास करवाता हूँ। थोड़ी देर बच्चे कसरत करते हैं। उसके बाद मैं इनकी दौड़ लगवाता हूँ। योगाभ्यास भी करवाता हूँ। इनसे शरीर में चुस्ती–फुर्ती बनी रहती है। शरीर में लचीलापन आता है और एकाग्रता बढ़ती है।

vè;kfidk – सर, आप आप कौन–कौन से आसन कराते हैं?

dkp – भुजंगासन, ध्रुवासन, ताड़ासन आदि कराता हूँ।

भुजंगासन

ध्रुवासन

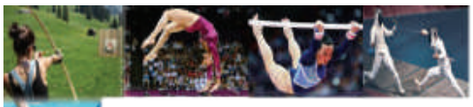
ताड़ासन

lkpk vkj fy[kk

1. क्या तुम अपने शरीर को चुस्त–दुरुस्त रखने के लिए व्यायाम या योगाभ्यास करते हो? यदि हाँ, तो कौन–कौन से?
2. योगाभ्यास से तुम्हें क्या फ़ायदा होता है?

vc crkvk

- तुम्हें कौन–सा खेल खेलना पसंद है?
- यह खेल खेलने के लिए तुम्हें किसने प्रोत्साहित किया है?
- क्या तुमने किसी खेल का प्रशिक्षण लिया है? यदि हाँ, तो कहाँ–से?
- क्या तुम्हारे घर के आस–पास खेलने की कोई जगह है?
- वहाँ कौन–कौन से खेल खेले जाते हैं? कौन–कौन खेलते हैं?



rjhd! vkRe lqj{kk d!

बिना किसी हथियार के आत्मरक्षा करना मार्शल आर्ट है। जूडो के अलावा कराटे, ताइक्वांडो और कुंगफू भी मार्शल आर्ट्स के अंतर्गत आते हैं। कुंगफू और ताइक्वांडो में आक्रमण पर अधिक बल दिया जाता है, जबकि जूडो में बचाव पर। आत्मरक्षा की इन सभी कलाओं में शरीर के अलग–अलग अंगों का प्रयोग किया जाता है। जूडो में हाथों का, कराटे में हाथ के पंजों का, ताइक्वांडो में पैरों का और कुंगफू में उँगलियों का प्रयोग करते हैं।

कराटे

ताइक्वांडो

कुंगफू

इसी तरह भारतीय मार्शल आट्र्स के भी कई रूप हैं। जैसे–

केरल का कलारी पायट्टू

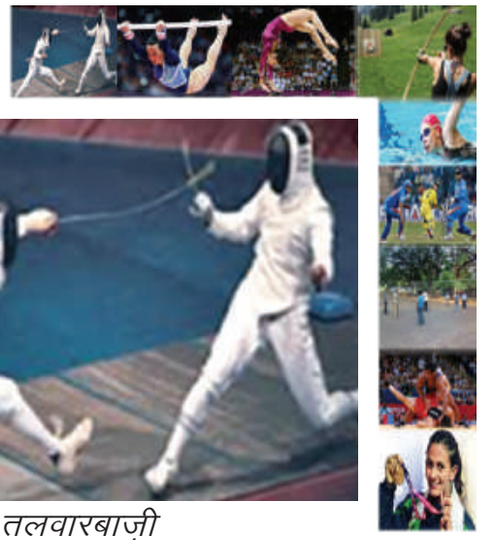
महाराष्ट्र का मर्दानी खेल

मणिपुर का थंगटा

irk djks vkSj fy[kks

- अन्य राज्यों के कुछ मार्शल आट्र्स के बारे में पता करो और लिखो–

jkT; dk uke	ek’kZy vkVZ dk uke	fdl volj ij [ksyk tkrk gS\	fo'ks"k ik'kkd	mís’;



भारतीय मार्शल आर्ट के अलावा कुछ पारंपरिक खेल भी हैं, जैसे– गिल्ली–डंडा, कबड्डी, खो–खो, आँखमिचौली, स्टापू, पिट्ठू, पतंगबाज़ी, कुश्ती, तलवारबाज़ी, नटों के करतब आदि। इनमें से कुछ ऐसे खेल हैं, जिनके स्वरूप में अब बहुत परिवर्तन आ चुका है, जैसे तलवारबाज़ी। पहले समय में लड़ाई तलवार से हुआ करती थी। योद्धाओं के लिए तलवारबाज़ी सीखना आवश्यक होता था। धीरे–धीरे यह एक मान्यता प्राप्त खेल के रूप में परिवर्तित हो गई।

तलवारबाज़ी

अपने शारीरिक अंगों के लचीलेपन से नट भिन्न–भिन्न करतब दिखाते रहे हैं। अब धीरे–धीरे यह कला खत्म हो रही है। नट गज़ब का शारीरिक संतुलन बनाते हैं। आधुनिक खेल जिम्नास्टिक में भी खिलाड़ी अपने शारीरिक संतुलन, लचीलेपन व दमखम के आधार पर इस कला का प्रदर्शन करते हैं।

नट का खेल

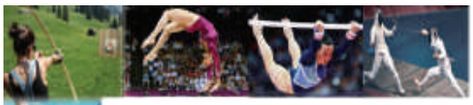
जिम्नास्टिक

lkpk vkj fy[kk

3. क्या तुमने कभी नट का खेल देखा है? यदि हाँ, तो तुम्हें उसके कौन–कौन से करतब अच्छे लगे?
4. इसके अलावा तुमने और कौन–कौन से खेल–तमाशे देखे हैं?

d’rh dk ne[ke

पुराने समय में कुश्ती को मल्लयुद्ध तथा दंगल भी कहा जाता था। राजाओं के किलों में अखाड़े हुआ करते थे। वहाँ पहलवान कुश्ती लड़ते थे। कुश्ती जीतने वाले पहलवान को इनाम दिया जाता था। कुश्ती में समय निर्धारित नहीं होता था। जब तक कोई पहलवान हार नहीं जाता था, तब तक कुश्ती पूरी नहीं होती थी। कुश्ती के अनेक प्रकार हुआ करते थे, जैसे– हनुमंती कुश्ती, भीमसेनी कुश्ती, जामवंती कुश्ती आदि। स्थानीय लोगों में दंगल बहुत लोकप्रिय था। आजकल कुश्ती नए नियमों के



अनुसार खेली जाती है। बराबर उम्र व वज़न के पहलवानों के बीच तय समय सीमा में कुश्ती कराई जाती है। आजकल राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कुश्ती की अनेक प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाता है।

विश्व की सबसे बड़ी खेल प्रतियोगिता ओलंपिक खेल है। इसमें हमारे राज्य के निम्नलिखित पहलवानों ने कुश्ती में पदक जीते हैं–

2008– बीजिंग ओलंपिक में सुशील कुमार ने कांस्य पदक।

2012– लंदन ओलंपिक में सुशील कुमार ने रजत पदक।

2012– लंदन ओलंपिक में योगेश्वर दत्त ने कांस्य पदक।

;g Hkh tkuk

ओलंपिक खेल विश्व की सबसे बड़ी खेल प्रतियोगिता है जिसमें कई देशों के हजारों खिलाड़ी विभिन्न प्रकार के खेलों में भाग लेते हैं। ओलंपिक खेल सबसे पहले सन 1896 में एथेंस (यूनान) में शुरू हुए थे। ये खेल प्रत्येक चार वर्ष के बाद आयोजित किए जाते हैं। भारत ने ओलंपिक खेलों में अब तक हॉकी में 8 बार स्वर्ण पदक जीते हैं। भारत की ओर से प्रथम व्यक्तिगत स्वर्ण पदक अभिनव बिंद्रा ने शूटिंग में जीता है।

लंदन ओलंपिक 2012 से महिला कुश्ती को भी शामिल किया गया है। हमारे राज्य की गीता फोगाट देश की पहली महिला कुश्तीबाज़ हैं, जिनका 2012 के ओलंपिक खेलों के लिए चयन हुआ। गीता फोगाट व उसकी सभी बहनें कुश्ती करती हैं। उन्होंने राष्ट्रीय व अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर अनेक प्रतियोगिताएँ जीती हैं।

गीता फोगाट

सुशील कुमार

योगेश्वर दत्त

irk djk vkj fy[kk

- हमारे राज्य में और किन खिलाड़ियों ने, खेलों में ओलंपिक पदक जीते हैं?

Ø-l-	f[kykMh dk uke	[ky dk uke	ind
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

vc crkvk

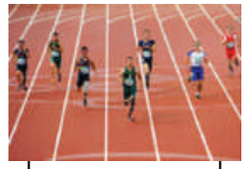
- तुम्हारे विचार से खेलों में लड़कियों को आगे लाने के लिए समाज किस प्रकार से सहयोग कर सकता है?
- कुश्ती का खेल तुम्हें कैसा लगता है?
- क्या तुमने कभी अपने मित्रों के साथ कुश्ती की है अथवा कुश्ती का खेल देखा है? यदि हाँ, तो कहाँ पर?
- खिलाड़ियों के लिए पौष्टिक खुराक क्यों ज़रूरी है?
- क्या तुम्हारे इलाके या स्कूल में लड़के और लड़कियाँ अलग–अलग तरह के खेल खेलते हैं? अगर हाँ, तो लड़के क्या खेलते हैं और लड़कियाँ क्या खेलती हैं?

irk djk vkj dkih e fy[kk

5. हमारे देश में अंतरराष्ट्रीय स्तर की किन–किन खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन हुआ है? और कब–कब?

n[kk vkj fy[kk

- दिए गए चित्रों के नीचे खेल का नाम लिखो–

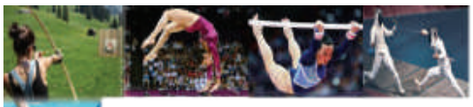


- उन खेलों के नाम लिखो जो–
  - व्यक्तिगत रूप से खेले जाते हैं।

    _____ _____ _____
  - टीम में खेले जाते हैं।

    _____ _____ _____

vè;kid d fy, lq>ko : बच्चों से उनके खेल संबंधी अनुभवों को सुनें। इन मुद्दों पर बच्चों की अपनी समझ पर चर्चा कराई जा सकती है, जैसे लड़के–लड़कियों के खेल एक जैसे हों, सभी को खेलने के बराबर मौके मिलें, आदि।



– व्यक्तिगत रूप से एवं टीम में, दोनों तरह से खेले जाते हैं?

_____ _____ _____

vc crkvk

- क्या तुमने कभी अपने स्कूल, कक्षा या मोहल्ले की टीम के खिलाड़ी के रूप में कोई खेल खेला है? किस टीम के साथ और कौन–सा खेल?
- टीम के लिए खेलना या अपने लिए खेलना, दोनों में क्या अंतर है? तुम्हें क्या अच्छा लगता है और क्यों?
- यदि तुम किसी टीम के कप्तान होते, तो अपनी टीम के लिए क्या करते?

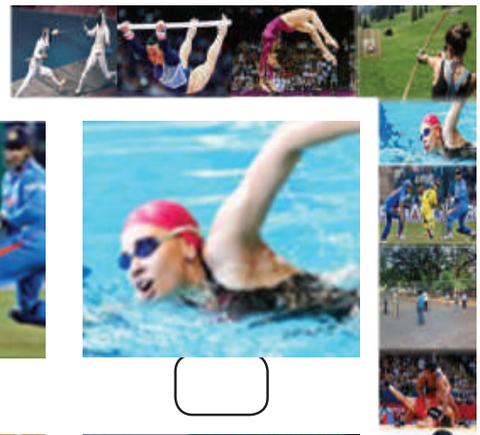
ppk djk

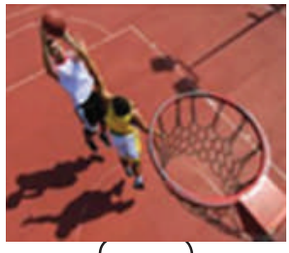
- क्या लड़के और लड़कियों के खेलों और खेलने के तरीकों में अंतर होना चाहिए?

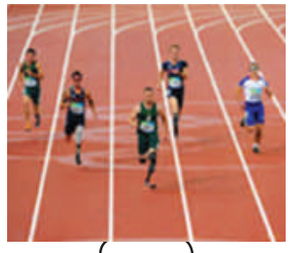
vkvk ;s Hkh dj

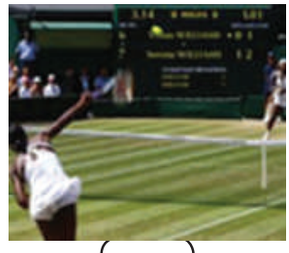
1. अपनी कॉपी में ओलंपिक खेलों का प्रतीक बनाओ और इसके बारे में कुछ पंक्तियाँ लिखो।
2. विभिन्न खेलों के खिलाड़ियों के चित्र एकत्रित करो और उनकी उपलब्धियों के साथ एक सचित्र परियोजना तैयार करो। अपने मनपसंद खिलाड़ी की तस्वीर सबसे पहले चिपकाना।
3. दिए गए संकेतों की सहायता से, चित्रों में खेलों को पहचानो और इनके नीचे इनकी क्रम संख्या लिखो–
   (i) इस खेल को बड़े मैदान में खेलते हैं और बॉल से गोल करते हैं।
   (ii) इस खेल में खिलाड़ी बॉल को ऊपर बने नैट में डालते हैं।
   (iii) यह खेल रैकेट व पीली गेंद से खेलते हैं।
   (iv) इस खेल में खिलाड़ी तरणताल (स्वीमिंगपूल) में तैर कर रेस पूरी करते हैं।
   (v) इस खेल में लक्ष्य पर तीर से निशाना लगाते हैं।
   (vi) इस खेल में खिलाड़ी चौके–छक्के लगाते हैं।
   (vii) इस खेल में खिलाड़ी रैकेट व शटल कॉक से खेलते हैं।
   (viii) इस खेल में खिलाड़ी ट्रैक पर दौड़ते हैं।

vè;kid d fy, lq>ko : कक्षा में बच्चों की टोलियाँ बनाकर उन्हें अलग–अलग खेल खेलने के मौके दें। बच्चों को प्रोत्साहित करें कि वे टीम में खेले जाने वाले खेल अपने लिए न खेलकर टीम के लिए मिलकर खेलें।

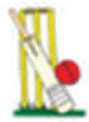




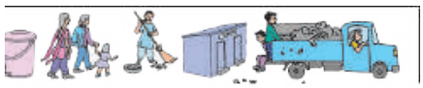




4. मिलान करो :

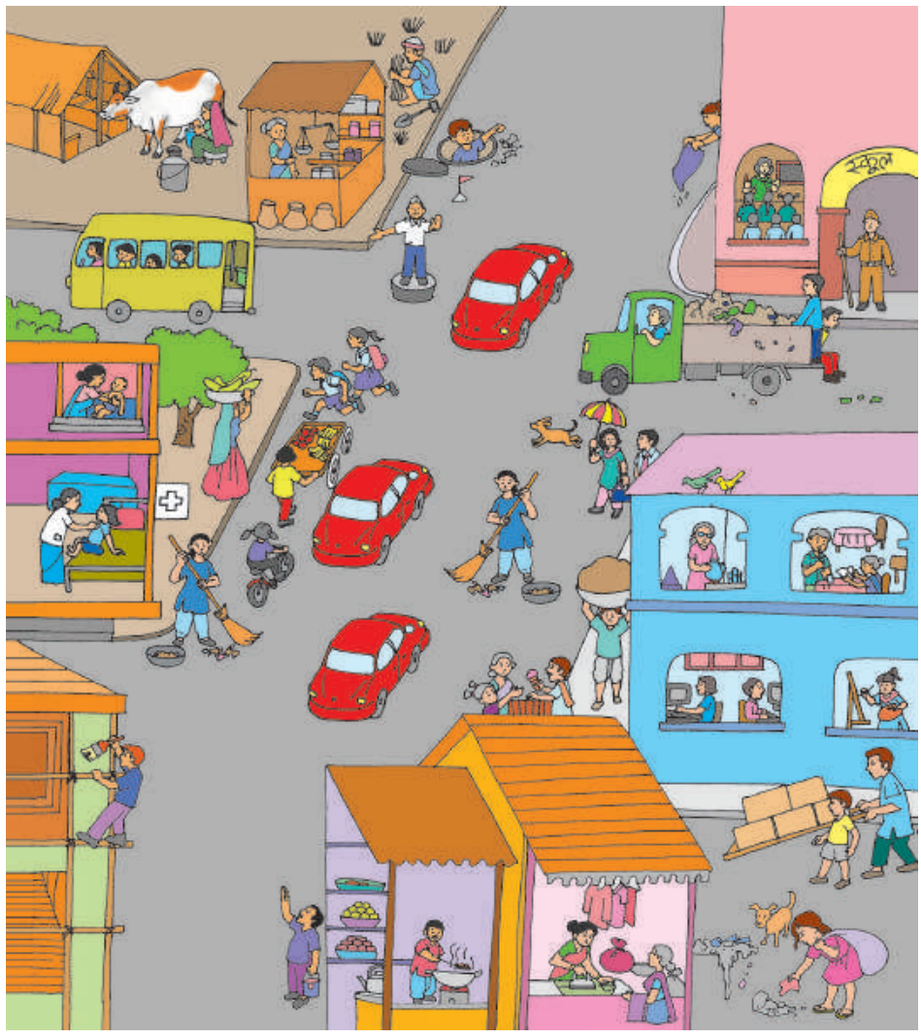


[ksy dk uke	eSnku	[ksy dk lkeku
1. क्रिकेट		
2. फुटबॉल		
3. मुक्केबाज़ी		
4. बास्केटबॉल		
5. बैडमिंटन		
6. हॉकी		
7. टेबलटेनिस		



पाठ 3 f'k{kk dk igyk ikB&LoPNrk

dku dj ;s dke\



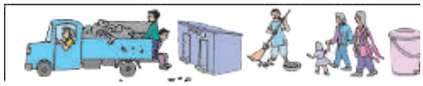
n[kk vkj fy[kk

- दिए गए चित्र में जो काम किए जा रहे हैं, उनके नाम लिखो।

_____ _____ _____

_____ _____ _____

_____ _____ _____



- तुम इनमें से कौन–कौन से कार्य करना चाहोगे? किन्हीं चार के नाम लिखो।

  _____ _____ _____ _____

- ऐसे कौन–से काम हैं, जो तुम्हें पसंद नहीं हैं?

  _____ _____ _____ _____

- लोग अक्सर किस तरह के काम करना पसंद नहीं करते? क्यों?

  _____

- इस तरह के काम कौन करता है? ये लोग ऐसे काम क्यों करते हैं, जिन्हें कोई भी करना पसंद नहीं करता?

  _____

- यदि ये काम कोई भी न करे, तो क्या होगा?

  _____

fgEer oky] dHkh u gkj

पुराने समय में सफ़ाई से जुड़े कार्यों को कुछ लोग अच्छा काम नहीं समझते थे। इन कार्यों से जुड़े लोगों से भेदभाव किया जाता था। परंतु हमारे देश में ऐसे अनेक महापुरुष हुए, जिन्होंने अपनी कोशिशों से भेदभाव की जंजीरें तोड़ीं। इनमें से एक महान व्यक्ति थे–बाबासाहब भीमराव अंबेडकर।

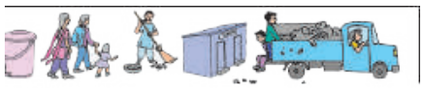
,d cpiu ,sls Hkh

यह बात लगभग सौ साल पुरानी है। सात साल का छोटा भीम महाराष्ट्र के गोरेगाँव में अपने पिता के साथ छुट्टियाँ मनाने गया था। उसने देखा कि एक नाई किसी बड़े किसान की भैंस की खाल पर उगे लंबे–लंबे बाल साफ़ कर रहा था। भीम को अचानक अपने बढ़े हुए बालों का ख्याल आया। नाई के पास जाकर उसने अपने बाल काटने को कहा। नाई फ़ट से बोल पड़ा, 'तुम्हारे बाल काटूँगा तो मैं और मेरा उस्तरा दोनों गंदे हो जाएँगे।' अरे, क्या इंसान के बाल काटना भैंस की खाल साफ़ करने से ज़्यादा गंदा काम है? छोटे भीम ने सोचा।

आगे चलकर यही भीम यानी भीमराव, बाबासाहब अंबेडकर के नाम से दुनिया भर में मशहूर हुआ। बाबासाहब ने अपने जैसे लोगों पर होने वाले अन्याय के खिलाफ़ लड़ाई लड़ी। आज़ादी के बाद बाबासाहब की अगुवाई में ही हमारे देश का संविधान तैयार हुआ।

;g Hkh tkuks

भीमराव रामजी अंबेडकर (बाबासाहब अंबेडकर) का जन्म 14 अप्रैल 1891 को मध्य प्रदेश के मऊ नामक स्थान पर हुआ था। वे स्वतंत्र भारत के प्रथम कानून मंत्री थे। उनकी अगुवाई में ही भारतीय संविधान का निर्माण हुआ। वे एक महान समाज सुधारक थे। उन्होंने दलितों, मज़दूरों व महिलाओं के उद्धार के लिए अनेक महत्त्वपूर्ण कार्य किए।



ppk djk

- सफ़ाई के कामों से जुड़े लोगों के साथ अन्य लोग प्रायः किस तरह का बर्ताव करते हैं?
- क्या काम के आधार पर किसी व्यक्ति को छोटा या बड़ा समझ कर भेदभाव करना उचित है?
- आस–पास की सफ़ाई बनाए रखने के लिए हमारा क्या कर्तव्य है?

tk dgk] og djd fn[kk;k

गाँधीजी स्वच्छता के बहुत बड़े पक्षधर थे। वे स्वयं भी शौचालय साफ़ करने में कोई संकोच नहीं करते थे। दक्षिण अफ़्रीका से लौटते समय गाँधीजी अपने सहयोगियों के साथ रेलगाड़ी के तीसरे दर्जे में सफ़र कर रहे थे। कंपार्टमैंट का गंदा शौचालय देखकर गाँधीजी ने अपने सहयोगियों से कहा–क्यों न हम यह शौचालय साफ़ करें। रेलगाड़ी के नल में पानी नहीं आ रहा था तथा गाँधीजी व उनके मित्रों के पास केवल एक जग पानी था। गाँधीजी ने एक समाचार पत्र उठाया और कहा– देखो, मैं कैसे एक जग पानी और कागज़ से शौचालय साफ़ करता हूँ। गाँधीजी ने अपने हाथों से शौचालय की गंदगी साफ़ कर समाज के सामने एक आदर्श उदाहरण प्रस्तुत किया।

साभार – गाँधी कथा

;g Hkh tkuk

मोहनदास करमचंद गाँधी (महात्मा गाँधी) का जन्म 2 अक्तूबर, 1869 को गुजरात राज्य के पोरबंदर नामक स्थान पर हुआ। अहिंसा के मार्ग पर चलते हुए गाँधीजी ने स्वतंत्रता आंदोलन में अत्यंत ही महत्त्वपूर्ण योगदान दिया। राष्ट्र निर्माण के अतिरिक्त समाज तथा शिक्षा के क्षेत्र में भी उन्होंने बहुत महत्त्वपूर्ण कार्य किए। हम सब उन्हें प्यार से बापू कहते हैं।

lkpk vkj fy[kk

1. गाँधीजी ने जीवन में स्वच्छता को इतना महत्त्व क्यों दिया?
2. क्या तुम्हारे घर और स्कूल में शौचालय है?
3. तुम अपने घर में शौचालय को साफ़ रखने के लिए क्या–क्या करते हो?
4. तुम्हारे स्कूल में शौचालय की सफ़ाई कौन करता है?
5. क्या तुम कोई ऐसी जगह जानते हो जहाँ शौचालय होना चाहिए, परंतु है नहीं?

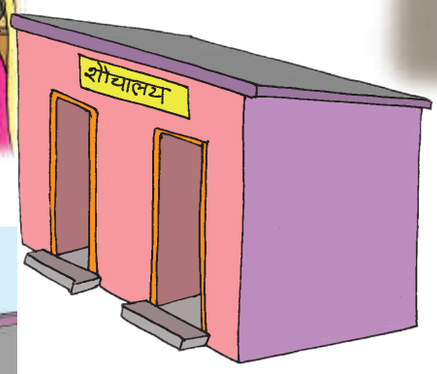
vè;kid d fy, lidr : बच्चों से सफ़ाई–कार्यों से जुड़े कामगारों के विषय में संवेदनशीलता के साथ चर्चा करें। यह भी बताएँ कि सफ़ाई का कार्य जीवन की एक महत्त्वपूर्ण व आवश्यक सेवा है।

ppk djk

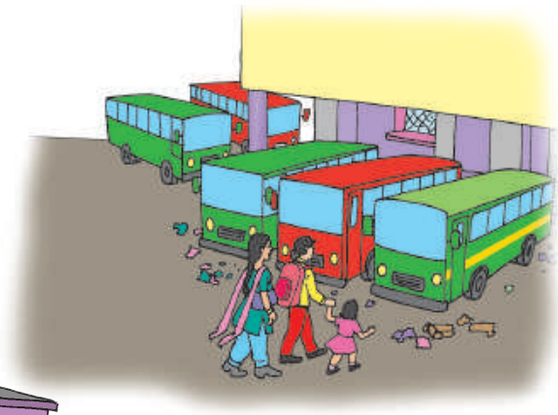
- कोई भी काम छोटा या बड़ा नहीं होता।
- शौचालय, नालियाँ और सीवर साफ़ करने के काम को तुम कैसा समझते हो? और क्यों?

viuk dke]lcdk dke

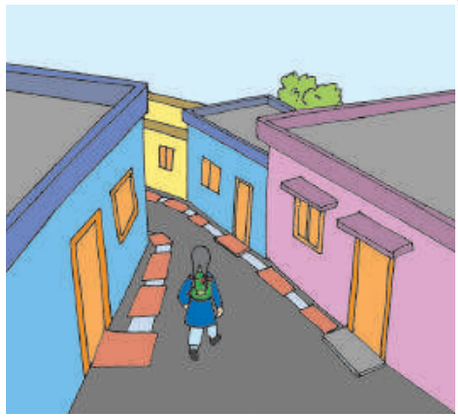
कक्षा–कक्ष



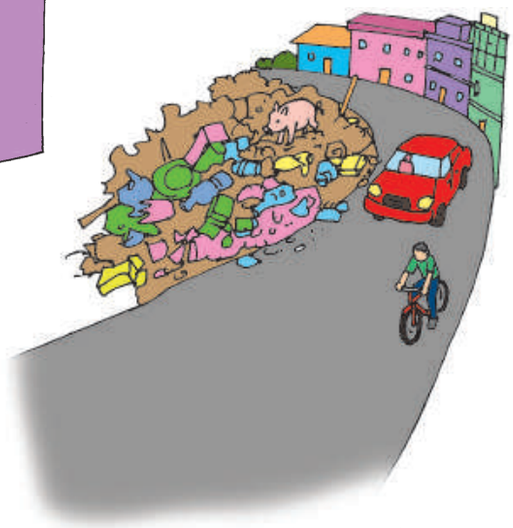
सुलभ शौचालय



बस अड्डा



गली



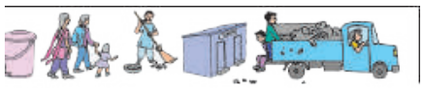
सड़क के किनारे

n[kk vkj fy[kk

6. इनमें से किस स्थान की सफ़ाई तुम खुद करते हो?
7. किस–किस स्थान की सफ़ाई कोई और करता है?
8. वे कौन–से स्थान हैं, जिनकी सफ़ाई रखने में तुम मदद कर सकते हो?

अस्पताल, पार्क, बस अड्डा आदि सार्वजनिक संपत्ति है। हमें इनकी साफ़ –सफ़ाई का भी ध्यान रखना चाहिए।

vè;kid d fy, ldr : शौचालय की उपलब्धता तथा शौचालय प्रयोग करने की अनिवार्यता के बारे में बच्चों को बताएँ। खुले में शौच जाने से होने वाले नुकसानों पर चर्चा करें।



LoPNrk dk ikB

बात उन दिनों की है जब गाँधीजी बिहार के चंपारण नामक स्थान पर थे। उन्होंने स्वयंसेवकों से आस–पास के गाँवों में स्कूल खोलने व चलाने को कहा। एक दिन गाँधीजी ने कस्तूरबा से कहा–तुम भी बच्चों के लिए स्कूल क्यों नहीं खोल लेतीं?

बा बोलीं– मैं यहाँ स्कूल खोलकर क्या करूँगी? क्या मैं उन्हें गुजराती में पढ़ाऊँ? मैं उनकी भाषा नहीं जानती, समझती। मैं तो उनसे बात तक नहीं कर सकती।

गाँधीजी ने कहा– किसी भी बच्चे की शिक्षा का पहला पाठ स्वच्छता का है। तुम बच्चों की आँखों और दाँतों की जाँच करो। उन्हें नहलाओ। बच्चों में स्वच्छता की आदतें डालो। यह शिक्षा किसी भी शिक्षा से कम महत्त्वपूर्ण नहीं है। तुम आज से ही अपना काम शुरू कर दो। इस तरह बा ने पहले पाठ के रूप में स्वच्छता का पाठ पढ़ाते हुए अपना स्कूल आरंभ किया।

साभार – गाँधी कथा

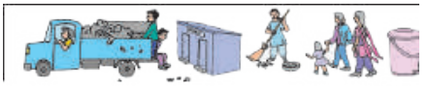
vc crkvk

- गाँधीजी ने क्यों कहा कि किसी भी बच्चे का पहला पाठ स्वच्छता का है?
- गाँधीजी ने बा को बच्चों से स्वच्छता संबंधी क्या–क्या काम करने को कहे?
- यदि तुम कस्तूरबा के स्कूल में पढ़ते, तो स्वच्छता संबंधी किन–किन बातों का ध्यान रखते?

d{kk dh lQkbZ

हमारी अध्यापिका जी ने बताया कि स्वस्थ रहने के लिए शरीर व पास–पड़ोस की साफ़–सफ़ाई बहुत आवश्यक है। अगर हमारे घर, पड़ोस, गाँव या शहर में सफ़ाई न रहे, तो कई बीमारियाँ फैल सकती हैं। हम सबने मिलकर अपनी कक्षा की सफ़ाई की। सीमा ने झाड़ू लगाई। नीलम, आरती और साज़िद ने

vè;kid d fy, ldr : बच्चों को गंदगी नहीं फैलानी चाहिए। इस आदत को विकसित करने का प्रयास करें।



झाड़न से डेस्क और बेंच साफ़ किए। राहुल, दीपक और अमरजीत ने बाहर रखे कूड़ेदान में कूड़ा डाला। हमारी अध्यापिका जी ने छत पर व कोनों में लगे जाले उतारे। हमें तो खूब मज़ा आया, अपनी कक्षा को साफ़ करने में।

lkpk vkj fy[kk

9. क्या तुमने भी कभी किसी स्थान की सफ़ाई की है? कहाँ की?
10. क्या तुम कूड़े के लिए कूड़ेदान का प्रयोग करते हो?
11. क्या तुम्हारी बस्ती या मोहल्ले में कोई सफ़ाई करने वाला आता है? वह कचरे को किस तरह इकट्ठा करता है?

,lk djk

- घर के कूड़ेदान तथा सार्वजनिक कूड़ेदान के चित्र बनाओ।

vkvk ;s Hkh djs

1. जो लोग तुम्हारे स्कूल, कॉलोनी या आस–पास सफ़ाई का काम करते हैं, उनसे पता करो और लिखो–

   – वे सफ़ाई का काम कब से कर रहे हैं?

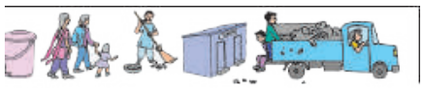
   ____

   – वे कहाँ तक पढ़े हैं?

   ____

   – क्या उनके परिवार के अन्य सदस्य भी यही काम करते हैं?

   ____



– उन्हें यह काम करने में क्या–क्या कठिनाइयाँ आती हैं?

_____

– क्या वे अपने काम से खुश हैं?

_____

– क्या वे चाहते हैं कि उनके बच्चे भी बड़े होकर यही काम करें?

_____

2. दिए गए वाक्यों में ठीक के सामने सही (√) और गलत के सामने (✗) का निशान लगाओ–

   – हमें कूड़ा कूड़ेदान में नहीं डालना चाहिए। ☐

   – स्वस्थ रहने के लिए साफ़–सफ़ाई बहुत आवश्यक है। ☐

   – कूड़ा फैलाना अच्छी बात है। ☐

   – अपने गाँव या शहर की साफ़–सफ़ाई हम सबकी ज़िम्मेदारी है। ☐

   – नालियाँ या सीवर साफ़ करना ज़रूरी नहीं है। ☐

3. कुछ महापुरुषों के जीवन से संबंधित प्रेरक प्रसंग पढ़ो। कोई दो प्रसंग अपनी कॉपी में लिखो।

4. 'स्वच्छ भारत अभियान' से संबंधित कुछ तस्वीरें समाचार पत्रों से काटकर सचित्र परियोजना तैयार करो।

5. दिए गए स्थान पर 'स्वच्छ भारत अभियान' का लोगो (चिह्न) बनाओ–

पाठ 4 gkSlyk dh mM+ku

iDdk bjknk

वहीदा बोल–बोल कर अख़बार पढ़ रही है– 'बेटियों ने रचा इतिहास'। सिविल सर्विस परीक्षा–2014 में इरा सिंघल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।

वहीदा का छोटा भाई हामिद सुन रहा है।

oghnk dh vEeh – वहीदा, इरा सिंघल के बारे में पढ़ रही हो क्या?

oghnk – हाँ, अम्मी। अख़बार के इस साक्षात्कार में उन्होंने बताया है–मुझे रीढ़ की हड्डी (स्कोलियोसिस) की समस्या जन्म से ही थी। 7–8 साल की उम्र से इसके कारण अधिक परेशानी आने लगी थी। मेरे हाथों व पैरों में भी समस्या थी। रीढ़ की हड्डी जैसे–जैसे बढ़ती गई, वैसे–वैसे मुड़ती गई। इसके लिए ब्रेस (पेटी) बाँधी जाती, जिससे रीढ़ की हड्डी सीधी हो जाती है। इन समस्याओं के बावजूद मैंने कभी हार नहीं मानी।

vEeh– पढ़ाई के साथ–साथ इरा और भी कई शौक रखती है, जैसे– डांस करना, एक्टिंग करना, थियेटर और यात्राएँ करना।

oghnk – अम्मी, इतनी परेशानियों के होते हुए इरा का यहाँ तक पहुँचना बहुत मुश्किल रहा होगा?

इरा सिंघल

;g Hkh tkuk

स्कोलियोसिस बीमारी नहीं बल्कि एक समस्या है, जिसमें रीढ़ की हड्डी एक ओर झुक जाती है। जिन बच्चों में यह समस्या होती है, उनमें उम्र बढ़ने के साथ हड्डियों के विकास के कारण यह समस्या बढ़ती जाती है।

vEeh – हाँ, मुश्किल तो था ही। कुछ लोगों ने यहाँ तक भी कहा कि उसे विशेष आवश्यकताओं वाले बच्चों के स्कूल में ही पढ़ना चाहिए। लेकिन उसने हार नहीं मानी। इरा का कहना है कि हमें अपनी कमियों पर ध्यान न देकर, अपनी खूबियों को बढ़ाना चाहिए।

इतने में पूनम दीदी आ गईं। वे देख नहीं सकतीं। वे एक स्कूल में पढ़ाती हैं।

gkfen – दीदी, आज आपके स्कूल की छुट्टी है?

nhnh – हाँ, तुम भी तो स्कूल नहीं गए।

gkfen – दीदी, आप बिना देखे, पढ़ाने का काम कैसे करती हैं? आपको कैसे पता चलता है कि कौन–कौन बच्चे कक्षा में हैं और कौन–कौन नहीं?

nhnh – हामिद, हम लोग हर बच्चे को उसकी आवाज़ से पहचान लेते हैं? बच्चों को पढ़ाने के लिए मैं खुद भी पहले पढ़ कर जाती हूँ।

gkfen – खुद पढ़ कर। वह कैसे?

nhnh – मैं ब्रेल लिपि से पढ़ती हूँ तथा ऑडियो कैसेट और कंप्यूटर में एक विशेष प्रकार के सॉफ्टवेयर से सुनकर अपने विषय की तैयारी करती हूँ।

oghnk – दीदी, आप अपने कॉलेज में भी प्रथम स्थान पर आती थीं न? आप ब्रेल से पढ़ तो लेती हैं, पर परीक्षा कैसे देती हैं?

nhnh – परीक्षा में लिखने के लिए हमें एक लेखक साथ ले जाने की अनुमति होती है। हम बोलते हैं और वह लिखता है।

gkfen – दीदी, ब्रेल लिपि के बारे में कुछ बताओ न।

nhnh – लुई ब्रेल को इस लिपि का जनक माना जाता है। उनका जन्म 4 जनवरी, 1809 में फ्रांस में हुआ था। बचपन में आँख में चोट लगने से वे आँखों की रोशनी खो बैठे। अंध–विद्यालय में शिक्षा ग्रहण करते समय लुई को पता चला कि सेना के कैप्टन बार्बर ने सेना के लिए ऐसी कूटलिपि का

;g Hkh tkuk

कानून में संशोधन करके शिक्षा के अधिकार द्व ारा सभी तरह के विशेष आवश्यकताओं वाले बच्चों को कक्षा में सामान्य बच्चों की तरह शिक्षा प्राप्त करने का प्रावधान किया गया है।

vè;kid d fy, ldr : बच्चों के मन में विशिष्ट योग्यताओं से युक्त छात्रों के प्रति सहयोग व संवेदनशीलता विकसित करने का प्रयास करें।

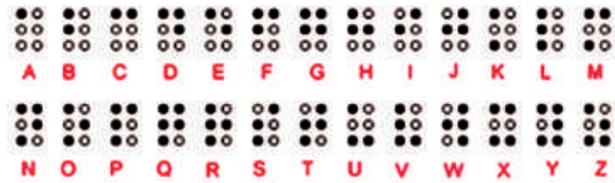
विकास किया, जिसकी सहायता से वे अंधेरे में भी संदेशों को टटोलकर पढ़ सकते थे। लुई आठ वर्ष के कठोर परिश्रम के बाद छह बिंदुओं वाली लिपि बनाने में सफल हुए। इसे ब्रेल लिपि के नाम से जाना गया।

cy fyfi

ब्रेल लिपि के छह बिंदुओं को उनके सामने लिखे अक्षरों या अंकों द्वारा जाना जाता है।

इस लिपि में इन्हीं छह बिंदुओं से वर्णों की आकृतियों का निर्माण किया जाता है।

स्केल पर कुछ चौरस खिड़कियाँ बनी होती हैं। इन खिड़कियों में लाइन से कटावदार 6–6 बिंदु बने होते हैं। एक नुकीली कलम (स्टाइलस) से स्केल की खिड़कियों में बने कटावदार बिंदुओं से कागज़ पर छेद करके लिखा जाता है। कागज़ के उलटी तरफ़ उभरे हुए छेदों को शब्दों के रूप में छूकर पढ़ा जाता है।



irk djk

- अपने आस–पास किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में पता लगाओ, जिसने विशेष आवश्यकताओं के बावजूद कोई महत्त्वपूर्ण उपलब्धि प्राप्त की हो।

lkpk vkj fy[kk

1. जो लोग ठीक से चल नहीं सकते, उनके लिए स्कूलों में किस तरह की सुविधाएँ उपलब्ध होनी चाहिएँ?
2. क्या तुम्हारे स्कूल में वे सभी सुविधाएँ हैं?
3. यदि नहीं, तो इसके लिए किस प्रकार के प्रयास करने चाहिएँ?
4. क्या तुम्हें लगता है कि स्कूल में विशेष आवश्यकताओं वाले बच्चों को यदि उनकी आवश्यकताओं के अनुरूप सभी सुविधाएँ मिलें, तो वे स्कूल आने में अधिक उत्साह दिखाएँगे?

vkvk tku gyu dyj d ckj e

हेलन केलर 20वीं शताब्दी की एक विलक्षण महिला थीं। दो साल की उम्र में एक गंभीर बीमारी ने उनकी देखने व सुनने की शक्ति छीन ली। हेलन ने अपनी अक्षमता को स्वीकार किया व उसके

vè;kid d fy, ldr : ब्रेल लिपि की आवश्यक सामग्री एकत्रित करके बच्चों को क्रियात्मक रूप से ब्रेल लिपि को लिखने की विधि समझाएँ।

अनुरूप अपने आपको ढाला। मई 1888 में हेलन बोस्टन स्थित 'पार्किंस इंस्टिट्यूट फॉर द ब्लाइंड' संस्थान में दाखिल हुई। चौबीस वर्ष की अवस्था में कला स्नातक की डिग्री हासिल करने वाली वह पहली दृष्टि बाधित एवं बधिर महिला थीं। दूसरों के साथ पारस्परिक संवाद संभव करने के लिए प्रतिबद्ध हेलन ने बातचीत करना सीखा। होठों के स्पर्श से लोगों की बात समझने का हुनर सीखना उनकी अद्‌भुत स्पर्श क्षमता का प्रमाण था। हेलन केलर ब्रेल तथा हाथों के स्पर्श से सांकेतिक भाषा समझने में भी निपुण थीं। हेलन केलर को घूमने, खेलने, पशुओं के साथ रहने, थियेटर देखने, समुद्री यात्रा करने का शौक था। उन्हें ग्रामीण परिवेश से प्यार था। सामाजिक कार्यों के लिए हेलन को कई बार सम्मानित किया गया। उन्होंने नेत्रहीनों के लिए कई महत्त्वपूर्ण कार्य किए।

lkdfrd Hkk"kk

बात बताने और समझने का एक और भी तरीका है–शरीर के हाव–भाव और संकेतों से बात बताना व जानना। इसमें बोलने वाले व्यक्ति के होठों के हिलने और चेहरे के भावों को ध्यान से देखा जाता है।

जो लोग बोल नहीं सकते, वे कुछ संकेतों के माध्यम से अपनी बात समझाते हैं। इसी प्रकार के कुछ संकेत नीचे दिए गए हैं। इन्हें ध्यान से देखो और ऐसे ही कुछ संकेत तुम स्वयं बनाओ और अपने साथियों के साथ इन संकेतों में बात करो।

हैलो

गुड–बाय

कृपया

आपका स्वागत है

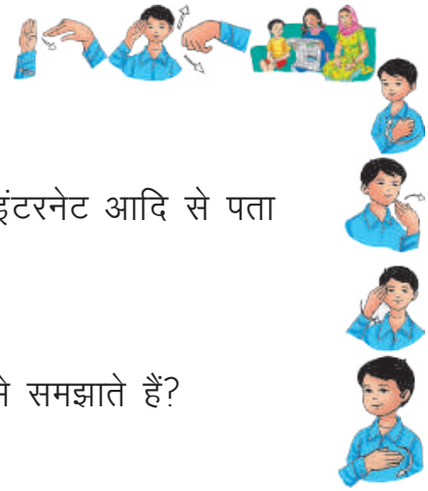
हाँ

माफ़ करना

धन्यवाद

नहीं

कौन–सा



vkvk ;s Hkh djs

1. विशेष आवश्यकताओं वाले किन्हीं पाँच व्यक्तियों के बारे में पुस्तकों, इंटरनेट आदि से पता लगाओ, जिन्होंने विशेष उपलब्धियाँ प्राप्त की हैं।
2. पता करो :
   - जो लोग बोल या सुन नहीं सकते, वे दूसरों को अपनी बातें कैसे समझाते हैं?
3. ऐसा करो :
   - हेलन केलर के बारे में और जानकारी प्राप्त करो।
   - स्कूल की लाइब्रेरी से कुछ महान व्यक्तियों की जीवनी संबंधी पुस्तकें लेकर पढ़ो।

vkvk ij[kk&D;k lh[kk

1. संयुक्त परिवार के कुछ सदस्य किन कारणों से दूसरे स्थानों पर रहने के लिए चले जाते हैं?

   ____

2. आस–पडोस की स्वच्छता न रखने से कौन–स बीमारियाँ हो सकती हैं?

   ____

3. रिक्त स्थानों की पूर्ति करो :

ब्रेल	स्कोलियोसिस	छः	लुई ब्रेल	दृष्टि–बाधित

– जो लोग देख नहीं सकते, वे ____________ लिपि से पढ़ते हैं।

– हेलन केलर पहली ____________ व बधिर स्नातक महिला थीं।

– ब्रेल लिपि में ____________ बिंदु होते हैं।

– ____________ रीढ़ की हड्डी की एक समस्या है।

– ब्रेल लिपि के जनक ____________ हैं।