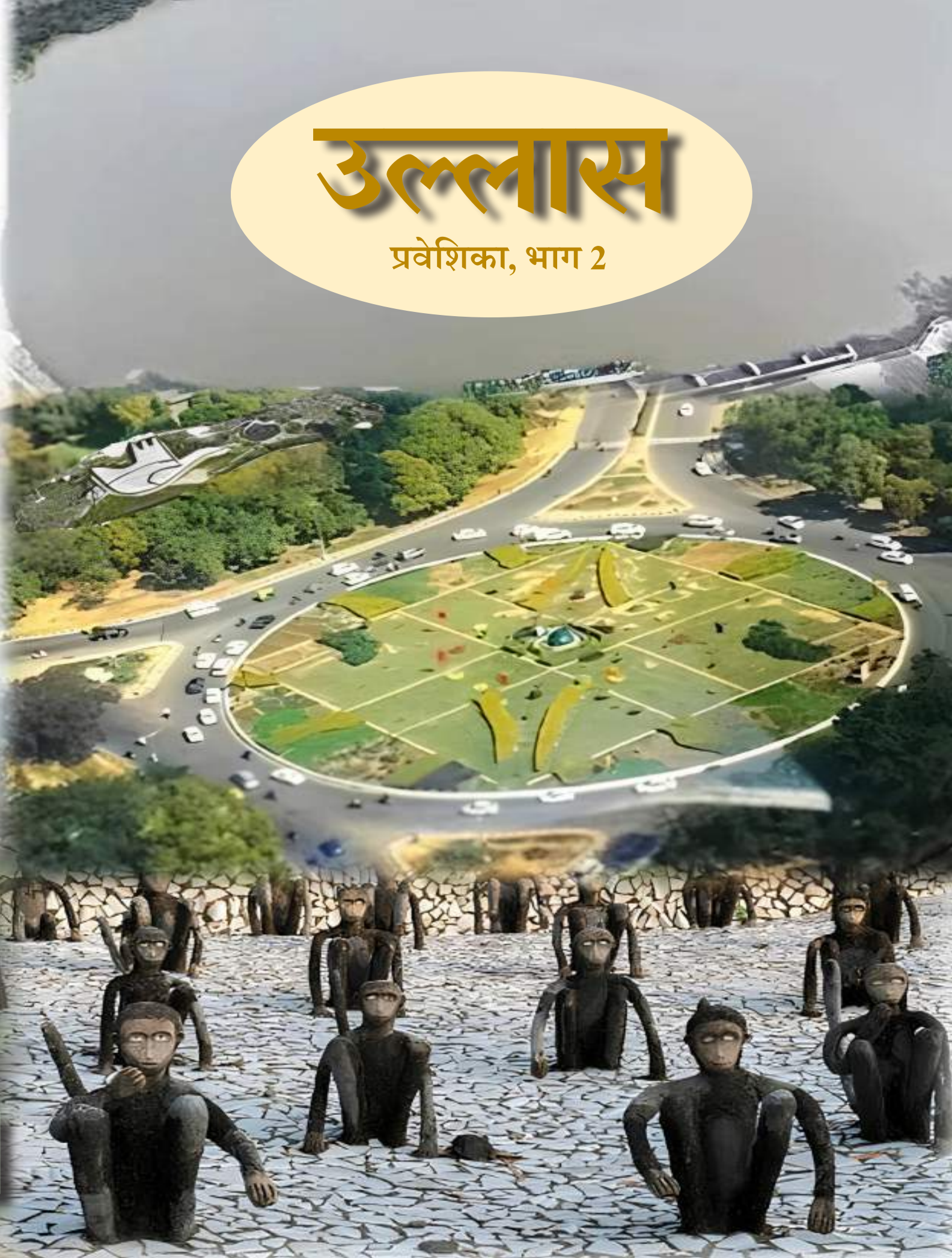
उल्लास

प्रवेशिका, भाग 2



पढ़-लिख अब लेती हूँ,
हिसाब भी कर लेती हूँ।
कंप्यूटर भी कोई सिखाए,
तो जीवन आगे बढ़ पाए।
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING
नव भारत साक्षरता कार्यक्रम

पढ़ूँगी मैं,
बढ़ूँगी मैं,
आत्मनिर्भर
बनूँगी मैं।
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING
नव भारत साक्षरता कार्यक्रम

उल्लास

प्रवेशिका

भाग 2

विद्यया ऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्

यू. टी. चंडीगढ़

आमुख

सभी के लिए शिक्षा का उद्देश्य 15 वर्ष या उससे अधिक आयु वाले उन सभी के लिए पढ़ने-लिखने के अवसर उपलब्ध कराना है जो किन्हीं कारणों से साक्षरता और संख्या ज्ञान अर्जित नहीं कर सके। इस संदर्भ में राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 की अनुशंसाओं के क्रियान्वयन के लिए 1 अप्रैल 2022 से भारत सरकार द्वारा *नव भारत साक्षरता कार्यक्रम* का प्रारंभ किया गया है जिसमें वयस्क शिक्षा के सभी पक्ष शामिल हैं। इस योजना का उद्देश्य न केवल आधारभूत साक्षरता और संख्यात्मकता प्रदान करना है, बल्कि 21वीं सदी के नागरिक के लिए आवश्यक अन्य घटकों को भी शामिल करना है, जैसे- महत्वपूर्ण जीवन कौशल (वित्तीय साक्षरता, डिजिटल साक्षरता, वाणिज्यिक कौशल, स्वास्थ्य देखभाल और जागरूकता सहित, शिशु देखभाल तथा शिक्षा एवं परिवार कल्याण), व्यावसायिक कौशल विकास (स्थानीय रोज़गार प्राप्त करने की दृष्टि से), बुनियादी शिक्षा (प्रारंभिक, मध्य और माध्यमिक स्तर की समकक्षता सहित) और सतत शिक्षा (कला, विज्ञान, प्रौद्योगिकी, संस्कृति, खेल और मनोरंजन में समग्र प्रौढ़ शिक्षा पाठ्यक्रम के साथ-साथ स्थानीय शिक्षार्थियों के लिए रुचि या उपयोग के अन्य विषय, जैसे महत्वपूर्ण जीवन कौशल पर अधिक उन्नत सामग्री सहित)। इस प्रकार यह योजना मानव व्यक्तित्व के विकास को समग्रता में देखती है और न्यायसंगत, तर्कशील एवं उत्कृष्ट नागरिक का निर्माण करती है।

नव भारत साक्षरता कार्यक्रम के दस्तावेज़ में यह उल्लिखित है कि *2011 की जनगणना के अनुसार देश में 15 वर्ष और उससे अधिक आयु वर्ग में गैर-साक्षरों की कुल संख्या 25.76 करोड़ (पुरुष 9.08 करोड़, महिला 16.68 करोड़) है। 2009-10 से 2017-18 के दौरान साक्षर भारत कार्यक्रम के तहत साक्षर के रूप में प्रमाणित व्यक्तियों की 7.64 करोड़ की प्रगति को ध्यान में रखते हुए यह अनुमान लगाया गया है कि वर्तमान समय में भारत में लगभग 18.12 करोड़ वयस्क अभी भी गैर-साक्षर हैं।* राष्ट्रीय शिक्षा नीति– 2020 वर्ष 2030 तक 100% साक्षरता प्राप्त करने का लक्ष्य निर्धारित करती है और एनसीईआरटी में राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र की स्थापना की अनुशंसा करती है। इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए राष्ट्रीय एवं राज्य स्तर पर अनेक प्रयास सतत जारी हैं।

यह संभव है कि *सभी के लिए शिक्षा* में शामिल शिक्षार्थी साक्षर भले ही न हों, लेकिन वे शिक्षित होंगे और अपने जीवन के संघर्ष, चुनौतियों का सामना करने तथा उचित निर्णय लेने में सक्षम भी होंगे। ये शिक्षार्थी अपने जीवन के अलग-अलग संदर्भों में अपनी भाषा या भाषाओं का मौखिक प्रयोग भी करते हैं और गणितीय समझ के साथ अपने-अपने कामों में लेन-देन भी करते हैं। इन्हें केवल पढ़ना-लिखना और संख्या ज्ञान सीखने की आवश्यकता है जिससे गुणवत्तापूर्ण एवं गरिमामय जीवन जीने का मार्ग प्रशस्त हो सके।

साक्षरता एक व्यापक अवधारणा है जो केवल अक्षर या संख्या ज्ञान तक सीमित नहीं है बल्कि *विभिन्न संदर्भों में विषयों को दृश्य, श्रव्य और डिजिटल सामग्री का उपयोग करके पहचानने, समझने, रचने, गणना करने और संवाद करने की क्षमता है।* (अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता संघ (आईएलए) से उद्धृत)।

इस रूप में बुनियादी साक्षरता और संख्या-ज्ञान प्रकार्यात्मक है और जीवन को बेहतर तरीके से जीने में मदद करता है।

'बुनियादी साक्षरता प्राप्त करना, शिक्षा प्राप्त करना और जीविकोपार्जन का अवसर प्राप्त करना प्रत्येक नागरिक का अधिकार है। साक्षरता और बुनियादी शिक्षा, किसी के वैयक्तिक, नागरिक, सामाजिक, आर्थिक और जीवनपर्यंत शिक्षा के अवसरों की एक नवीन दुनिया खोल देती है। यह नवीन दुनिया व्यक्ति को निजी और व्यावसायिक, दोनों ही स्तरों पर आगे बढ़ाने में मदद करती है।' राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के इस परिप्रेक्ष्य को ध्यान में रखते हुए शिक्षा मंत्रालय के *नव भारत साक्षरता कार्यक्रम* के अंतर्गत असाक्षर शिक्षार्थियों के लिए ***उल्लास*** प्रवेशिका (चार भागों में) का निर्माण किया गया है। ये प्रवेशिकाएँ समेकित रूप में बनाई गई हैं जिसमें भाषा और गणित दोनों शामिल हैं। विषय सामग्री के रूप में 13 विषय (थीम) तय किए गए हैं जो आमतौर पर हमारे आस-पास दिखाई देते हैं। ये विषय हैं – परिवार और पड़ोस, बातचीत, हमारे आस-पास, खान-पान और स्वास्थ्य, मतदान, कानूनी जानकारी, आपदा प्रबंधन, समय, यात्रा, मनोरंजन, वित्तीय साक्षरता, डिजिटल साक्षरता, कानूनी साक्षरता, पर्यावरण के प्रति जागरूकता आदि। भाषा के अंतर्गत इन्हीं विषयों से जुड़ी सार्थक, समग्र और रोचक सामग्री तथा दिन-प्रतिदिन के हिसाब-किताब को लेते हुए, हिंदी भाषा और अंकगणित को पढ़ने-लिखने के अवसर जुटाए गए हैं। शिक्षार्थियों के पढ़ने-लिखने और अंकगणित सीखने में मदद के लिए एक मार्गदर्शिका का भी निर्माण किया गया है। यह मार्गदर्शिका शिक्षकों/सुगमकर्ताओं द्वारा उपयोग में लाई जाएगी जो शिक्षार्थियों के सीखने में मदद करेगी। इस मार्गदर्शिका में साक्षरता का व्यापक परिप्रेक्ष्य, भाषा व गणित शिक्षण-बिंदु और सीखने-सिखाने की प्रक्रिया पर विस्तृत चर्चा की गई है। प्रवेशिकाओं और मार्गदर्शिका में दिए गए बिंदु सुझाव के तौर पर हैं। शिक्षार्थियों के स्तर, क्षमता, आवश्यकताओं और स्थानीय परिवेश को ध्यान में रखते हुए इनमें आवश्यकतानुसार बदलाव किया जा सकता है।

उल्लास प्रवेशिका में शामिल बुनियादी साक्षरता और संख्या-ज्ञान संबंधी शिक्षण-बिंदुओं को केंद्र में रखते हुए शिक्षार्थियों/स्वयंसेवी शिक्षकों के लिए ऑनलाइन मॉड्यूल या वीडियो कार्यक्रमों का निर्माण किया गया है जो दीक्षा मंच (DIKSHA Portal) पर *सभी के लिए शिक्षा* वर्टिकल पर उपलब्ध हैं। इनकी सहायता से शिक्षार्थियों को सीखने-सिखाने में मदद मिलेगी।

परिषद् प्रवेशिकाओं और मार्गदर्शिका के निर्माण में शामिल सभी विषय-विशेषज्ञों और परिषद् के संकाय सदस्यों, परियोजना-कर्मचारियों के अथक परिश्रम के लिए कृतज्ञता व्यक्त करती है। साथ ही उन सभी रचनाकारों, संस्थाओं के प्रति भी कृतज्ञ है जिन्होंने अपनी सामग्री और सहयोगियों की मदद लेने में हमें उदारतापूर्वक सहयोग दिया। इन प्रवेशिकाओं को और अधिक बेहतर बनाने के लिए आपके सुझावों का स्वागत है।

डॉ. सुरेन्द्र सिंह दहिया
निदेशक
राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद् ,यू.टी. चंडीगढ़

दिसम्बर, 2023

स्वयंसेवी शिक्षकों से दो बातें

बुनियादी साक्षरता एवं संख्या-ज्ञान *सभी के लिए शिक्षा* (प्रौढ़ शिक्षा) का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। इसका उद्देश्य 15 वर्ष अथवा उससे अधिक आयु वाले उन शिक्षार्थियों को साक्षर बनाना है जो शिक्षित तो हैं लेकिन जिनके पास अक्षर ज्ञान नहीं है, या वे असाक्षर हैं। ***नव भारत साक्षरता कार्यक्रम*** के अंतर्गत पढ़ने-लिखने तथा संख्या-ज्ञान के कौशल को उन शिक्षार्थियों तक लेकर जाना है जो किसी कारण से स्कूली शिक्षा से नहीं जुड़ सके या उसे जारी नहीं रख सके। इसलिए संभव है कि सामाजिक चेतना केंद्र अथवा आपके संपर्क में आने वाले असाक्षर शिक्षार्थी पढ़ने-लिखने की प्रक्रिया में अलग-अलग स्तर पर हों।

हमें यह ध्यान रखना होगा कि ये शिक्षार्थी समझदार हैं और इन्हें जीवन जीने का एक लंबा अनुभव है। वे अपने जीवन की प्रतिकूल परिस्थितियों का सामना करते हैं और उन्हें अपने अनुकूल बना लेने की कुशलता भी रखते हैं। यह संभव है कि इनमें से अधिकांश लोग कामकाजी हों जो घर में या बाहर किसी न किसी काम-काज में लगे हुए हैं या फिर कोई न कोई ज़िम्मेदारी उठा रहे हैं। हमारा उद्देश्य यह है कि साक्षरता/पढ़ना-लिखना और गणित की समझ उनके दैनिक जीवन को और अधिक सरल बनाए जिसके माध्यम से वे अपने अनुभव और समझ (क्षमता) को और अधिक गहन एवं विस्तृत कर सकें। साथ ही वे इन क्षमताओं का प्रयोग जीवन की विभिन्न परिस्थितियों में कर सकें। संभव है कि इससे उनके आत्मविश्वास में और वृद्धि होगी।

स्वयंसेवी शिक्षक के रूप में हमारे लिए यह जानना आवश्यक है कि -

- साक्षर बनने में हम जिन शिक्षार्थियों की मदद करने जा रहे हैं वे 15 वर्ष अथवा उससे ऊपर की आयु के हैं। यह संभव है कि उनके पास हमसे भी अधिक अनुभवों का भंडार हो। उनके अनुभवों का सम्मान करना अपेक्षित है।
- वे अपने रोज़मर्रा के कार्य अपने ढंग से कर लेते हैं। उनकी कार्य कुशलता की सराहना करना अपेक्षित है।
- वे तभी पढ़ेंगे जब उन्हें पढ़ना उपयोगी लगेगा। शिक्षार्थियों को पूरी तैयारी से पढ़ाएँ ताकि वे जो पढ़ रहे हैं उसका लाभ उन्हें मिल सके। इससे हम भी बहुत कुछ नया सीखेंगे व आपका भी आत्मविश्वास बढ़ेगा। अत: हम पूरी तैयारी, मेहनत और आदर के साथ शिक्षार्थियों को पढ़ाएँ।
- ***उल्लास*** प्रवेशिका हिंदी भाषा और गणित का एकीकृत स्वरूप है। इसके प्रत्येक पाठ में हिंदी भाषा की क्षमताओं और गणितीय क्षमताओं के विकास के लिए पर्याप्त स्थान है।
- शिक्षार्थी हिंदी भाषा सुनने और बोलने में तो सक्षम हैं लेकिन संभव है कि पढ़ने-लिखने के मौके न मिल पाने के कारण वे पढ़ने-लिखने में किसी प्रकार की कठिनाई महसूस करते हों। यह भी संभव है कि कुछ शिक्षार्थियों को थोड़ा-बहुत अक्षर ज्ञान हो। इसी प्रकार शिक्षार्थी के पास गणित का

मौखिक प्रयोग करने की कुशलता और गणना करने के अनौपचारिक मौके तो हों, लेकिन अंकों की पहचान तथा विभिन्न प्रकार की गणितीय समस्याओं को हल करने में उन्हें कठिनाई होती हो।

- पाठों में समग्र चित्र, कहानी, कविता या किसी अन्य रोचक सामग्री के माध्यम से हिंदी भाषा के कुछ नए अक्षरों, शब्दों, पाठ्य-वस्तु को पढ़ना-लिखना सिखाया गया है। इसी पठन-सामग्री के संदर्भ में गणित के अंक, गणना व समस्याएँ हल करना सिखाया गया है। हम चाहें तो शिक्षण बिंदुओं को केंद्र में रखते हुए अतिरिक्त स्थानीय संसाधन सामग्री का प्रयोग कर सकते हैं। इससे हम शिक्षार्थियों के स्तर, उनकी क्षमता और आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए पठन-सामग्री जुटा सकते हैं।
- प्रवेशिका में दिए गए चित्रों का भरपूर प्रयोग करें। चित्र अनुमान लगाकर पढ़ना-लिखना सीखने में सहायक होंगे। चित्रों में एक वस्तु भी हो सकती है और एक पूरी प्रक्रिया या घटना भी, आवश्यकता के अनुसार चित्रों का प्रयोग किया जा सकता है। चित्र शिक्षार्थियों को बातचीत करने और अपने अनुभवों की साझेदारी करने के लिए आमंत्रित करते हैं।
- ***उल्लास*** के पहले पृष्ठ पर खास तौर पर शिक्षार्थियों के लिखने के लिए पर्याप्त जगह दी गई है ताकि वे अपना नाम, पता और संपर्क सूत्र (फ़ोन नंबर) लिखें। शिक्षार्थियों की ज़िंदगी में ऐसे मौके बार-बार आते हैं जब उन्हें अपना नाम आदि लिखना होता है। यह कार्य उनकी ज़िंदगी से बहुत नज़दीक से जुड़ा हुआ है। हो सकता है कि वे अपना नाम न लिख पा रहे हों तो ऐसे शिक्षार्थियों को उनका नाम, पता, फ़ोन नंबर आदि ज़रूरी सूचनाएँ लिखकर दिखाएँ और देखकर लिखने में उनकी मदद करें।
- ***उल्लास*** प्रवेशिका के चारों भागों के अंत में हिंदी भाषा की वर्णमाला दी गई है। इसका उद्देश्य शिक्षार्थियों को हिंदी वर्णमाला के अक्षरों से परिचित कराना है। लेकिन प्रारंभ सार्थक सामग्री से ही होगा। एक बार अक्षरों से परिचित हो जाने के बाद वर्णमाला के माध्यम से शिक्षार्थियों से अक्षरों की पहचान करवाई जा सकती है। जो शिक्षार्थी पहले से ही थोड़ा-बहुत *अक्षर-ज्ञान* की कुशलता रखते हैं, वे हिंदी वर्णमाला चार्ट वाले पृष्ठ का प्रयोग पहले भी कर सकते हैं।
- हिंदी वर्णमाला का चार्ट बार-बार देखने से शिक्षार्थियों की अक्षर-पहचान मज़बूत होगी। वे अनुमान लगाकर अक्षरों को पहचानने, पढ़ने और लिखने में इस कुशलता का प्रयोग कर सकते हैं।
- हिंदी भाषा के अक्षरों की पहचान के इर्द-गिर्द भाषा-खेलों का आयोजन किया जा सकता है। उदाहरण के लिए हिंदी वर्णमाला में दिए किसी एक अक्षर से शुरू होने वाले शब्दों को बोलना, एक से अधिक अक्षरों का प्रयोग करते हुए शब्द बनाना और पढ़ना आदि। एक से अधिक अक्षर/मात्रा का प्रयोग करते हुए शब्दों को बोलना, पढ़ना-लिखना जैसे खेल भी सहायक हो सकते हैं।
- हिंदी वर्णमाला के अक्षरों को एक *अक्षर-जाल* के रूप में प्रयोग करते हुए शब्द बनाने का काम भी खेल के रूप में करवाया जा सकता है। इस *अक्षर-जाल* में सीखे हुए अक्षर/मात्राएँ ली जा सकती हैं।
- प्रवेशिका के अंत में दी गई हिंदी वर्णमाला को शिक्षार्थी पढ़ना-लिखना सीखने के दौरान कभी भी देख सकते हैं, पढ़ने-लिखने में उनका प्रयोग कर सकते हैं।

शिक्षार्थियों को पढ़ाते समय ध्यान रखने योग्य बातें

- **अपने शिक्षार्थी को जानें** – हम अपने शिक्षार्थी के बारे में जानें कि क्या उन्हें बिलकुल भी पढ़ना-लिखना नहीं आता या वे पहले से कुछ पढ़ना-लिखना जानते हैं या फिर उन्हें केवल अक्षरों की पहचान है या फिर वे केवल अपना नाम ही लिखना जानते हैं। यह भी हो सकता कि वे संख्याओं का ज्ञान नहीं रखते या गणित के अंक और गणना के औपचारिक तरीके जानते हैं। उनके बारे में, उनकी पसंद-नापसंद, सुख-दुख, परिवार, चिंताएँ, संघर्ष को भी जानें ताकि जब हम सीखने-सिखाने की प्रक्रिया को प्रारंभ करें तो उनके जीवन की घटनाओं को भी ध्यान में रखते हुए बातचीत कर सकें। बातों-बातों में उन्हें हौसला मिल सके और वे सशक्त महसूस कर सकें। हमारी आत्मीयता उनके जीवन के अनेक दुखद पक्षों से उनका ध्यान हटा सकती है।
- **अपनी पढ़ने-पढ़ाने की गतिविधियों को मनोरंजक बनाएँ** – आपके आस-पास ऐसी अनेक चीज़ें होंगी जो पाठ के शिक्षण के लिए उपयोगी हो सकती हैं। पाठ से जुड़ी ऐसी उपलब्ध चीज़ों जैसे– कोई अख़बार, पत्रिका, विज्ञापन, बिजली का बिल, रेलगाड़ी की टिकट आदि का समुचित प्रयोग करें।
- **शिक्षार्थी को अपनी बात कहने का अवसर दें** – स्वयं अधिक बोलने से बचें। शिक्षार्थी को चर्चा करने, अपने विचार अभिव्यक्त करने के पर्याप्त अवसर दें। हो सकता है हमारी इच्छा बहुत कुछ जानकारी देने की हो, लेकिन हमें याद रखना है कि हमारे शिक्षार्थी पहले से ही बहुत कुछ जानते हैं। बल्कि हम स्वयं उनकी जानकारी और अनुभवों का लाभ उठा सकते हैं। इसके लिए हम उन्हें धन्यवाद देना न भूलें।
- **अतिरिक्त पठन-सामग्री का इस्तेमाल करें** – ***उल्लास*** के प्रत्येक पाठ को पढ़कर उससे जुड़ी विभिन्न प्रकार की अर्थपूर्ण पठन-सामग्री इकट्ठा करें जो रोचक हो और आस-पास आसानी से उपलब्ध हो। इससे पढ़ी जा रही पाठ्य वस्तु को समझना सरल होगा, शिक्षार्थी उससे जुड़ सकेंगे।
- **शिक्षार्थी के प्रति संवेदनशील और सकारात्मक दृष्टिकोण रखें** – हम यह न समझें कि हम उम्र में छोटे हैं तो वे हमारी बातों को गंभीरता से नहीं लेंगे। वे आपको भरपूर आदर और प्यार देंगे, क्योंकि हम पढ़ना-लिखना और संख्या बोध सीखने में उनकी सहायता कर रहे हैं। आप बहुत ही समझदार, अनुभवी और संवेदनशील व्यक्ति हैं, फिर भी यह याद दिलाना ज़रूरी है कि उनके कामकाज, वेशभूषा, उच्चारण या फिर उठने- बैठने के तौर-तरीकों पर किसी तरह की नकारात्मक टिप्पणी न करें।
- **शिक्षार्थी की सहूलियत का ध्यान रखें** – पढ़ने-पढ़ाने का समय, स्थान, सीमा आदि का निर्धारण शिक्षार्थी के अनुकूल ही रखें। शिक्षार्थियों के लिए बैठने की सुविधा कुछ इस तरह से हो कि वे आराम से बैठ सकें और जब हम उन्हें अक्षर और शब्द पढ़कर दिखा रहे हों तो वे आसानी से देख भी सकें। दरी, मूढ़े इत्यादि का पहले से ही प्रबंध कर लें जिससे अधिक उम्र वाले जिन शिक्षार्थियों के घुटने आदि में दर्द हो, उन्हें घंटा- दो घंटा बैठने में कोई असुविधा न हों।

- **बुनियादी ज़रूरतों का प्रबंध करना** – जिस स्थान पर हम शिक्षार्थियों को पढ़ा रहे हैं, वहाँ पीने के पानी का इंतज़ाम होना ज़रूरी होगा। वहाँ पर्याप्त प्रकाश भी होना चाहिए ताकि आँखों पर ज़ोर न पड़े।
- **शिक्षार्थी के अनुभव और कुशलता का सम्मान करें** – हमारे शिक्षार्थी को अपने जीवन के बहुत से अनुभव हैं। पढ़ना-लिखना सीखने में इन अनुभवों का भरपूर लाभ उठाया जाए तो आपके लिए पढ़ना-लिखना सिखाना आसान हो जाएगा। हमारे शिक्षार्थी कामकाजी हैं। वे तरह–तरह के कौशल जानते होंगे। उनके कामकाज की शब्दावली और गणितीय कौशलों का पढ़ना-लिखना सिखाने में सही तरह से उपयोग किया जा सकता है। पढ़ने-लिखने के संदर्भ में आपकी समझ अधिक है, कामकाज व जीवन के अनुभवों की बात की जाए तो उनकी समझ गहरी है। आपसे अपेक्षा है कि आप उन्हें आदरपूर्वक संबोधित करेंगे। उनकी आयु व उनके अनुभवों को पूरा सम्मान देंगे।
- **शिक्षार्थी के सीखने की प्रक्रिया को समझें** – यह हो सकता है कि आपने जो आज सिखाया है, वे दो–तीन दिन बाद भूल जाएँ। यह बहुत ही स्वाभाविक-सी बात है। अत: पिछले सीखे हुए को दोहराना और अभ्यास करने के लिए प्रोत्साहित करना ज़रूरी होगा। हर शिक्षार्थी के सीखने की गति और तरीका अलग होगा–इस बात का विशेष ध्यान रखें और उन्हीं की गति और तरीके से सीखने में उनकी मदद करें। सीखने और बदलाव में समय लगता है इसलिये धैर्य बनाए रखें। केंद्र के माहौल को रोचक बनाने के लिए समय-समय पर मनोरंजक खेल, तीज-त्योहारों के अनुसार गीत आदि भी गाएँ। गीत, किस्से-कहानी, अनुभवों कि साझेदारी से हम सीखने-सिखाने के बिंदुओं को जोड़ सकते हैं। इससे सीखने की प्रक्रिया को रोचक बनाया जा सकता है। सीखने के लिए एक प्रेरक और आनंददायी माहौल का होना अनिवार्य है।

असीम शुभकामनाएँ!

उषा शर्मा
प्रोफ़ेसर एवं प्रभारी
राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ
एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

प्रवेशिका निर्माण-समिति

अध्यक्ष

डॉ. सुरेन्द्र सिंह दहिया, *निदेशक,*राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, यू.टी. चंडीगढ़

निर्माण-समिति

सरबजीत कौर, प्रमुख, प्रारम्भिक बाल्यावस्था की देखभाल और शिक्षा, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, चंडीगढ़

गिफटी, प्रमुख, शिक्षा सर्वेक्षण और मूल्यांकन विभाग ,राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, चंडीगढ़

डॉ. दीपिका गुप्ता, प्रमुख, अध्यापक शिक्षण और सेवाकालीन प्रशिक्षण विभाग,राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, चंडीगढ़

इंदु बाला, अध्यापिका, राजकीय आदर्श उच्च विद्यालय, सेक्टर 40, चंडीगढ़

नीतु, अध्यापिका, राजकीय आदर्श उच्च विद्यालय, सेक्टर 41D, चंडीगढ़

विक्की पांचाल, अध्यापक, राजकीय आदर्श उच्च विद्यालय, सेक्टर 34, चंडीगढ़

विशु जुनेजा, अध्यापिका, राजकीय उच्च विद्यालय, सेक्टर 53, चंडीगढ़

समीक्षा-समिति

राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र- प्रकोष्ठ

उषा शर्मा, प्रोफ़ेसर एवं प्रभारी, राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र- प्रकोष्ठ, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

बाणी बोरा, वरिष्ठ परामर्शदाता , एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

यासमीन अशरफ,वरिष्ठ परामर्शदाता, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

शिवा श्रीवास्तव, परामर्शदाता, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

रोहित नैनवाल, परामर्शदाता, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

सोनाली, कनिष्ठ परियोजना अध्येता, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

सदस्य समन्वयक

उषा शर्मा, *प्रोफ़ेसर एवं प्रभारी,* राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

आभार

परिषद्, उन सभी रचनाकारों के प्रति आभार व्यक्त करती है, जिनकी रचनाएँ पुस्तक में शामिल की गई हैं। इसके साथ ही पुस्तक में चित्रांकन के लिए परिषद् सभी चित्रकारों का विशेष आभार व्यक्त करती है।

परिषद्,दिनेश प्रसाद सकलानी, निदेशक, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नयी दिल्ली और उषा शर्मा, *प्रोफ़ेसर एवं प्रभारी,* राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली का विशेष आभार व्यक्त करती है जिन्होंने उल्लास प्रवेशिका भाग(I-IV) प्रदान किया और हमे चंडीगढ़ के संदर्भ में इसका प्रासंगिकीकरण करने का अवसर प्रदान किया।

परिषद्, प्रवेशिका के विकास के विभिन्न चरणों में सहयोग के लिए राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली की बाणी बोरा, वरिष्ठ परामर्शदाता , यासमीन अशरफ,वरिष्ठ परामर्शदाता, शिवा श्रीवास्तव, परामर्शदाता, रोहित नैनवाल, परामर्शदाता, सोनाली, कनिष्ठ परियोजना अध्येता की आभारी है।

परिषद्, बलजिंदर सिंह, तकनीकी विशेषज्ञ, एस.सी.ई.आर.टी., चंडीगढ के प्रति आभारी है जिनके सहयोग से इस कार्य को पूरा करने में मदद मिली।

विषय-सूची

आमुख *iii*

स्वयंसेवकों से दो बातें *v*

प्रवेशिका निर्माण-समिति *ix*

आभार *xi*

4. हमारा आस-पास **88–117**

- ए, ऐ, ज,भ, ड, ड़, श, ष, अनुस्वार, अनुनासिक
- सुखोमाजरी गाँव की कहानी
- 51 से 100 तक की संख्याएँ पहचानना, पढ़ना और लिखना
- समूहों में गिनना
- 1 से 50 तक जोड़ और घटा करना (पुनर्समूहन के साथ)
- 51 से 100 तक जोड़ और घटा करना (बिना पुनर्समूहन के)
- समुद्र से पानी कहाँ जाता है

5. खान-पान और सेहत **118–149**

- उ, ऊ, ह, छ, थ, फ, ठ
- खानपान
- 100 से 1000 तक की संख्याएँ पहचानना, पढ़ना और लिखना
- इकाई, दहाई और सैकड़ों के समूहों में गिनना। (स्थानीय मान)
- एक अंकीय सख्याओं का गुणा करना
- गांधी जी के आश्रम में

6. मतदान **150–171**

- क्ष, घ, ध, ढ, ढ़
- तीन अंकों वाली संख्याओं का जोड़ और घटा करना
- गुणा के तथ्यों का निर्माण करना
- लंबाई की माप (सेंटीमीटर, मीटर)।

7. कानूनी जानकारी **172–194**

- त्र, श्र, ण, ऋ, ज्ञ
- क्षमा बुआ के पत्र
- मदद मिली तो कैसे
- ज्ञानू, ज्ञानी, ज्ञान
- दैनिक जीवन में उपयोग होने वाली भिन्नों की समझ
- भाग की समझ बनाना
- वज़न का मापन करना (ग्राम और किलोग्राम)

मेरी किताब

मेरा नाम – _____

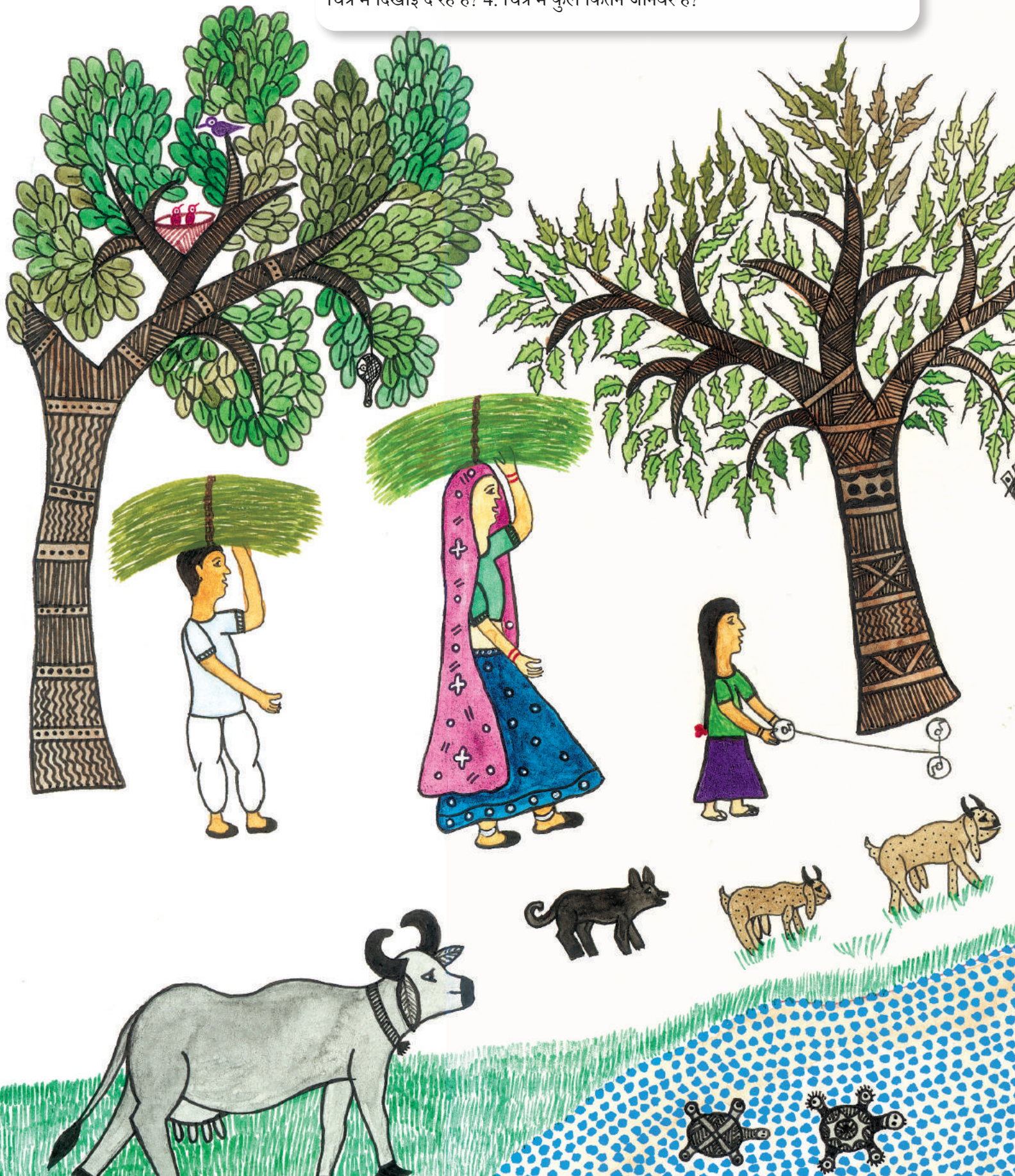
मेरा पता – _____

_____

मेरा मोबाइल नंबर – _____

बातचीत के लिए

सहभागियों के साथ खेत, किसानी आदि से जुड़ी बातों पर चर्चा करें। उनसे पूछें- 1. दिए गए चित्र में कुल कितनी चारपाइयाँ हैं? 2. दिए गए चित्र में कुल कितने घर हैं? 3.कुल कितने लोग इस चित्र में दिखाई दे रहे हैं? 4. चित्र में कुल कितने जानवर हैं?



सुनीता

4 हमारा आस-पास

हम सीखेंगे

ए	ऐ	ज	भ	ड	ड़	श	ष	ं	ँ

- 51 से 100 तक की संख्याएँ पहचानना, पढ़ना और लिखना
- समूहों में गिनना
- 1 से 50 तक जोड़ और घटा करना (पुनर्समूहन के साथ)
- 51 से 100 तक जोड़ और घटा करना (बिना पुनर्समूहन के)

चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए

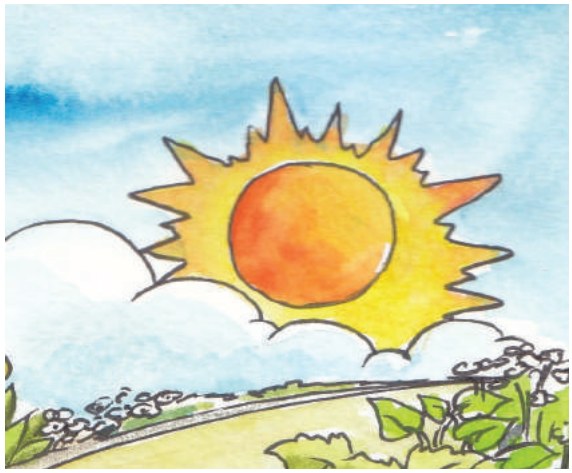
जंगल

कुआँ

बादल

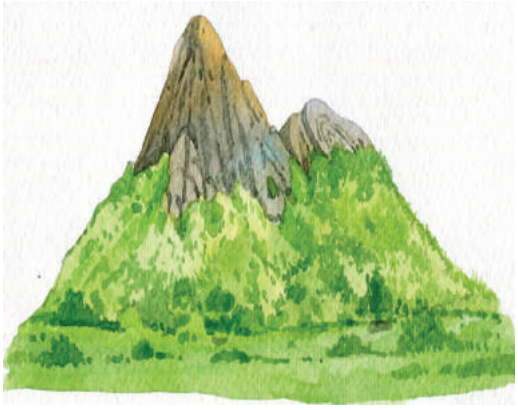
झरना

शिक्षक-निर्देश — ऊपर दिए गए शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उन्हें चित्र के आधार पर अनुमान लगाने के अलावा उनके बढ़ते शब्द और अक्षर ज्ञान का इस्तेमाल करने के लिए प्रेरित करें।



सूरज

जानवर



पहाड़

धुआँ

पढ़िए और अक्षर लिखिए

ए

मैंने एटीएम से पैसे निकाले।

एड़ी

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

1

पढ़िए और अक्षर लिखिए

ऐ

ऐम्बुलेंस

अब मैं ऐनक पहनकर पढ़ पाती हूँ।

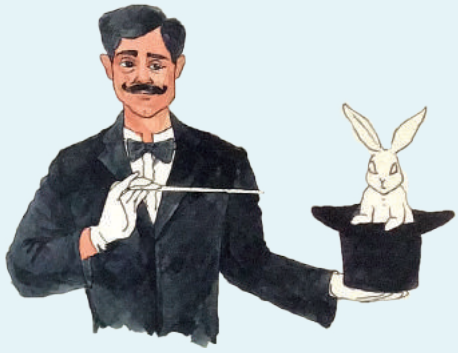
चित्र देखिए और शब्द लिखिए

शिक्षक-निर्देश— चित्र देखकर शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें, उनसे अक्षर लिखवाएँ। दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखने के लिए कहें।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

ज

जड़



जादूगर

जौ

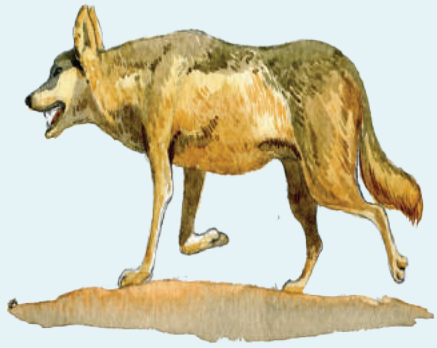
जल	ज़मीन	जैसा	जोतना	सब्ज़ी	जौ
जेब	बाजा	जितना	जीत	जिला	जोखिम

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उनसे अक्षर लिखवाएँ और दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखने के लिए कहें।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

भिंडी



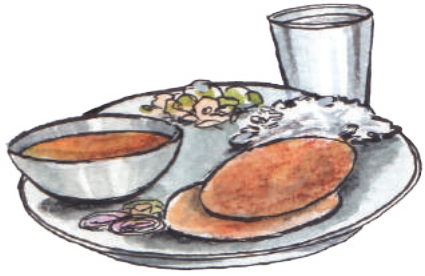
भेड़िया

भ

भारत

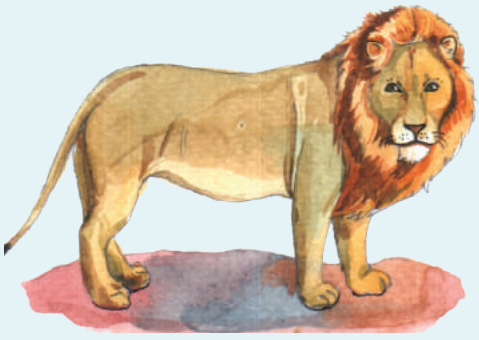
भोर	भिंडी	भात	भाभी	भेंट
भोजन	भौंकना	भिड़ना	भिगोना	भील
भवन	भाड़ा	भीनी	भूल	अभी

चित्र देखिए और शब्द लिखिए



पढ़िए और अक्षर लिखिए

श



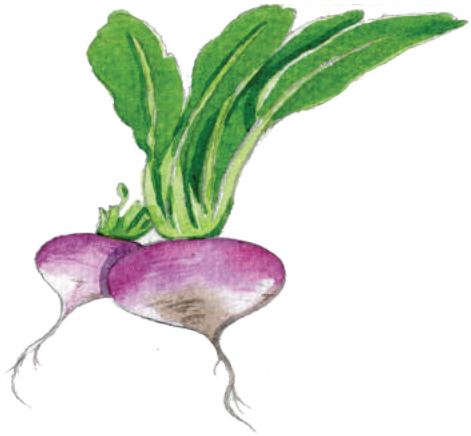
शेर

शेरवानी

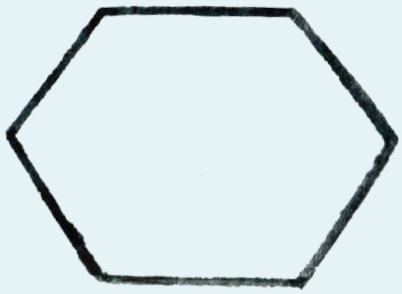
शहद

शक	शरारत	शैतानी	शोर	शोला
शोभा	शौकीन	शिकायत	शिमला	आशा
शीशा	काशी	शामियाना	कोशिश	शेष

चित्र देखिए और शब्द लिखिए



पढ़िए और अक्षर लिखिए



ष

षट्कोण

इंद्रधनुष

मैं हिंदी भाषा बोलती
और लिखती हूँ।

पोषण	कृष	कोष	भाषण	पुरुष
दोषी	आभूषण	घोषणा	संघर्ष	मनीषा
प्रदूषण	वर्षा	विष	भीषण	भाषा

ड

डमरू

डायरी

डाक-पेटी

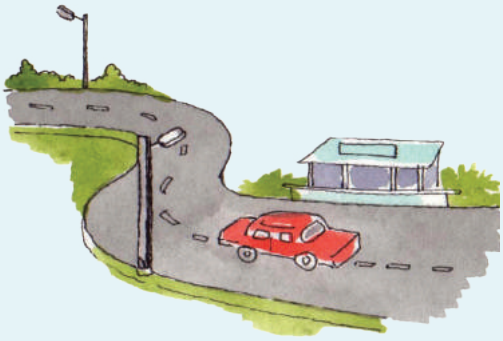
डकार	लाडली	डेरा	डील-डौल	डीज़ल
डसना	डोरी	डोलना	डकैत	डालना
डिपो	डिब्बा	डगर	डमरू	निडर

ड

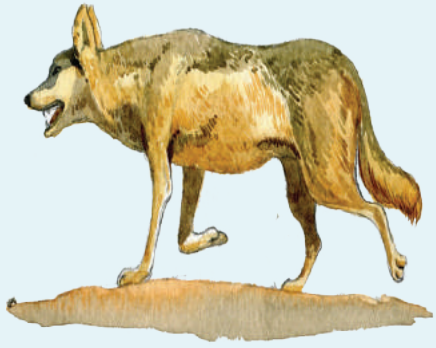
ड

पढ़िए और अक्षर लिखिए

ड़



सड़क

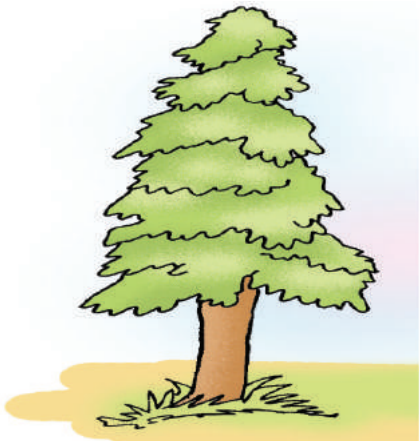


भेड़िया

लड़का

भेड़	गड़बड़	भाड़ा	पकौड़ी	साड़ी
जोड़े	कोड़े	सड़क	खड़ा	छड़ी
जोड़	खड़िया	बड़ा	लड़ाई	पगड़ी

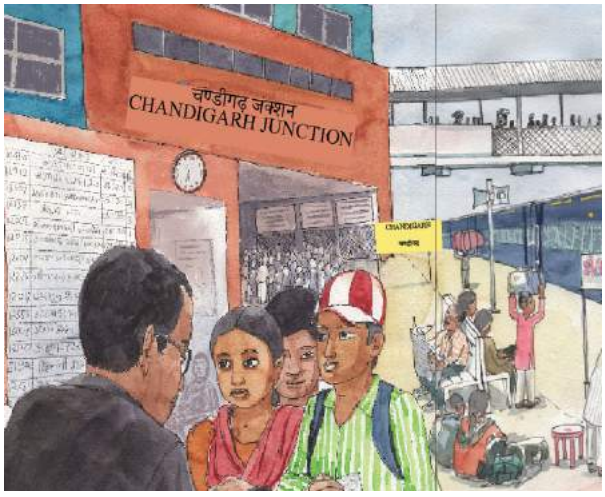
चित्र देखिए और शब्द लिखिए



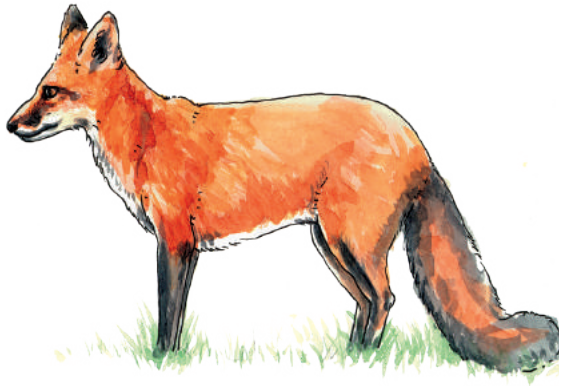
■ आपके घर के आस-पास इनमें से क्या-क्या है? खाली बॉक्स ☐ में सही का निशान (✓) लगाइए-

केले का पेड़ ☐

बगीचा ☐



रेलवे स्टेशन ☐



लोमड़ी ☐

स्कूल

अस्पताल

खेत

झरना

पढ़िए और बातचीत कीजिए

धनास गाँव की कहानी

धनास नाम का एक गाँव था। उसके जंगल काट दिए गए थे। कुओं और पंपों में पानी नहीं था। नदियों का पानी बहुत मटमैला हो गया था। पर 1970 में धनास गाँव बदल गया। धनास में ग्राम सभा बनी। ग्राम सभा ने मिलजुल कर फ़ैसला लिया– सबसे पहले जंगलों को बचाना है।

बारिश के पानी को जमा करने के लिए सिंचाई टैंक बनाया। सिंचाई टैंक के चारों तरफ पेड़ लगाए। बच्चों ने भी पेड़ लगाए। काम कठिन था। पर गाँव वालों ने खूब मेहनत की। पाँच सालों में धनास हरा-भरा खुशहाल गाँव बन गया।

शिक्षक-निर्देश— ऊपर दी गई कहानी, सहभागियों को पढ़कर सुनाएँ और उनसे इसी तरह की अन्य कहानियाँ सुनाने को कहें। पेड़, जंगल, पानी जमा करना आदि की ज़रूरत के बारे में चर्चा करें। पर्यावरण संरक्षण के बारे में सहभागियों से बातचीत करें।

नीचे दिए गए सवालों के जवाब दीजिए-

प्रश्न 1. अपने गाँव का नाम लिखिए।

प्रश्न 2. आपके घर में इस्तेमाल के लिए पानी कहाँ-कहाँ से आता है?

नल	पंप	तालाब	नदी	कुआँ	टंकी	बोतल का पानी

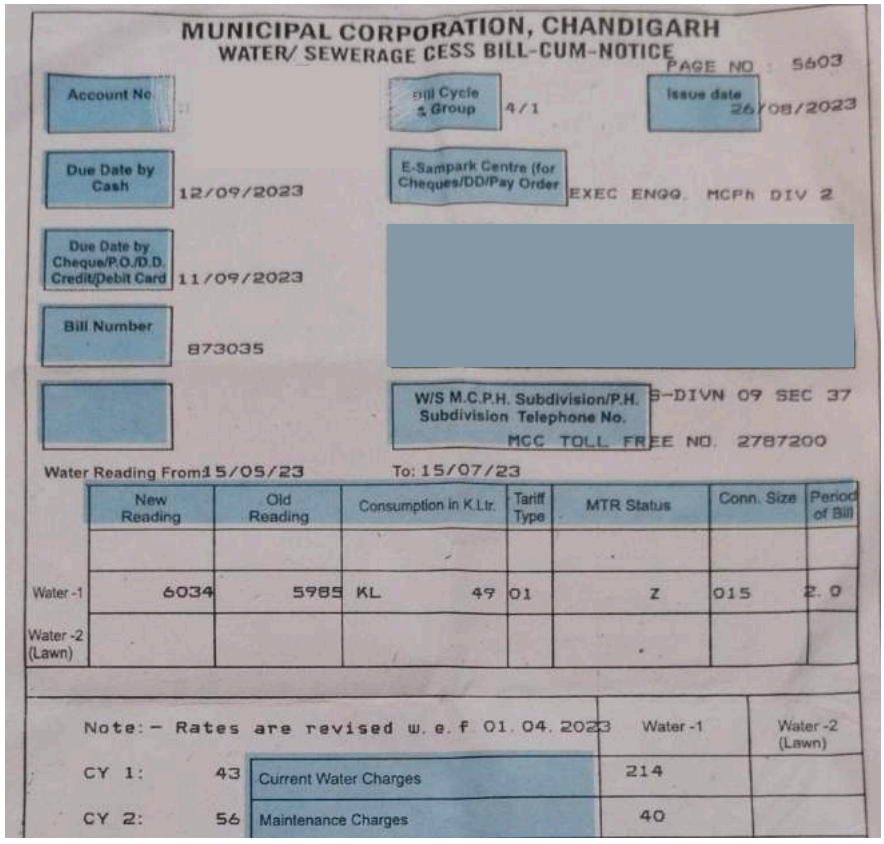
प्रश्न 3. घर में इस्तेमाल का पानी किसमें भरकर रखते हैं?

लोटा	घड़ा	बाल्टी	टंकी	बोतल	टब	केन

प्रश्न 4. क्या आपके इलाके में भी पानी की दिक्कत है? आपको इस कमी के क्या कारण नज़र आते हैं? चर्चा कीजिए।

शिक्षक-निर्देश— ऊपर दिए गए प्रश्नों पर चर्चा करें और जवाब लिखने में सहभागियों की मदद करें। सहभागी बॉक्स में दिए गए शब्दों की मदद ले सकते हैं। प्रश्न 4 पर विशेष बातचीत करें। साफ पानी पीने के लाभों पर भी चर्चा करें।

आइए, चर्चा करें



MUNICIPAL CORPORATION, CHANDIGARH
WATER/ SEWERAGE CESS BILL-CUM-NOTICE

PAGE NO : 5603

Account No
Bill Cycle & Group 4/1
Issue date 26/08/2023
Due Date by Cash 12/09/2023
E-Sampark Centre (for Cheques/DD/Pay Order EXEC ENGG. MCPh DIV 2
Due Date by Cheque/P.O./D.D. Credit/Debit Card 11/09/2023
Bill Number 873035
W/S M.C.P.H. Subdivision/P.H. Subdivision Telephone No. S-DIVN 09 SEC 37
MCC TOLL FREE NO. 2787200

Water Reading From 15/05/23 To: 15/07/23

	New Reading	Old Reading	Consumption in K.Ltr.	Tariff Type	MTR Status	Conn. Size	Period of Bill
Water -1	6034	5985	KL 49	01	Z	015	2.0
Water -2 (Lawn)							

Note:- Rates are revised w.e.f 01.04.2023

CY 1: 43
CY 2: 56

	Water -1	Water -2 (Lawn)
Current Water Charges	214	
Maintenance Charges	40	

चंडीगढ़ के सेक्टर 41 के एक मकान का पानी का बिल

ऊपर दिए गए बिल को देखिए, बिल में गोला लगाकर अपना जवाब बताइए-

प्रश्न 1. बिल के किन हिस्सों को देखकर पता चलता है कि यह पानी का बिल है?

प्रश्न 2. यह बिल किस जगह का है?

प्रश्न 3. बिल किस व्यक्ति के नाम पर आया है?

प्रश्न 4. बिल भुगतान की आखिरी तारीख क्या है?

प्रश्न 5. पानी का यह बिल कितने दिन का है?

प्रश्न 6. बिल में पानी बचाने की बात कहाँ लिखी हुई है?

शिक्षक-निर्देश—पहले बिल का विवरण दें। दिए गए प्रश्नों पर सहभागियों के साथ बातचीत करें। बिल में जवाब के लिए गोला लगवाएँ।

राजू की माँ

फूलों की माला बनाने में राजू अपनी माँ की सहायता कर रहा था। वह एक-एक करके फूल अपनी माँ को देता गया और संख्या बोलता गया।

10 फूलों की एक माला यानी, हर माला में 10 फूल। राजू फूल देता गया और माला बनती गई। तो आइए, समझें कि कितने फूलों के बाद एक माला तैयार होती है।

50 + 1=51	पाँच दहाई	+	एक इकाई	=	**51 इक्यावन**
50 + 2=52	पाँच दहाई	+	दो इकाई	=	**52 बावन**
50 + 3=53	पाँच दहाई	+	तीन इकाई	=	**53 तिरेपन**
50 + 4=54	पाँच दहाई	+	चार इकाई	=	**54 चौवन**

50 + 5=55	पाँच दहाई	+	पाँच इकाई	=	55 पचपन
50 + 6=56	पाँच दहाई	+	छह इकाई	=	56 छप्पन
50 + 7=57	पाँच दहाई	+	सात इकाई	=	57 सत्तावन
50 + 8=58	पाँच दहाई	+	आठ इकाई	=	58 अट्ठावन
50 + 9=59	पाँच दहाई	+	नौ इकाई	=	59 उनसठ
50 +10=60	पाँच दहाई	+	एक दहाई	=	60 साठ

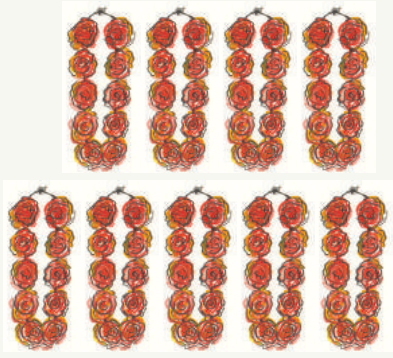
इकाई और दहाई अंकों का जोड़

60+1	=	61
60+2	=	62
60+3	=	63
60+4	=	64
60+5	=	65
60+6	=	66
60+7	=	67
60+8	=	68
60+9	=	69
60+10	=	70

70+1	=	71
70+2	=	72
70+3	=	73
70+4	=	74
70+5	=	75
70+6	=	76
70+7	=	77
70+8	=	78
70+9	=	79
70+10	=	80

80+1	=	81
80+2	=	82
80+3	=	83
80+4	=	84
80+5	=	85
80+6	=	86
80+7	=	87
80+8	=	88
80+9	=	89
80+10	=	90

90+1	=	91
90+2	=	92
90+3	=	93
90+4	=	94
90+5	=	95
90+6	=	96
90+7	=	97
90+8	=	98
90+9	=	99
90+10	=	100

90 +10=100	नौ माला मतलब नौ दहाई 	+	एक माला मतलब एक दहाई	=	**100 सौ (सैकड़ा)**

मेरे शब्द

■ खाली स्थानों में सही क्रम में संख्या लिखिए-

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11		13	14			17			20
21			24						
					36				
		43						49	
	52				56				
61			64			67		69	
		73							80
			84				88		
91		93				96			100

■ **बताइए ₹68 और ₹78 में कौन-सी राशि ज़्यादा है?**

_____ से _____ ज़्यादा हैं।

■ **राहुल ने गुलाब का एक पौधा ₹53 का लिया और गेंदे का एक पौधा ₹28 का लिया तो राहुल ने कुल कितने रुपए खर्च किए?**

राहुल के पौधे का मूल्य ₹53		
गेंदे के पौधे का मूल्य ₹28		
राहुल का कुल खर्च		₹ _____

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को प्रोत्साहित करें कि वे विभिन्न संख्याओं की तुलना करें और तुलना करने के लिए विभिन्न तरीके खोजें।

- **राहुल के पास ₹60 हैं और उसे गेंदे का एक और पौधा लेना है तो एक पौधा और लेने के बाद राहुल के पास कितने रुपए बचेंगे?**

राहुल के पास ₹60 है		
गेंदे के पौधे का मूल्य ₹28 है।		
राहुल के पास ₹ बचे।		

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को विभिन्न संदर्भों में जोड़ और घटाव वाले उदाहरण दें जहाँ वे संख्याओं का पुनर्समूहन करें। पर्यावरण संरक्षण के बारे में भी चर्चा करें।

■ मिलकर पढ़िए

समुद्र से पानी कहाँ जाता है?

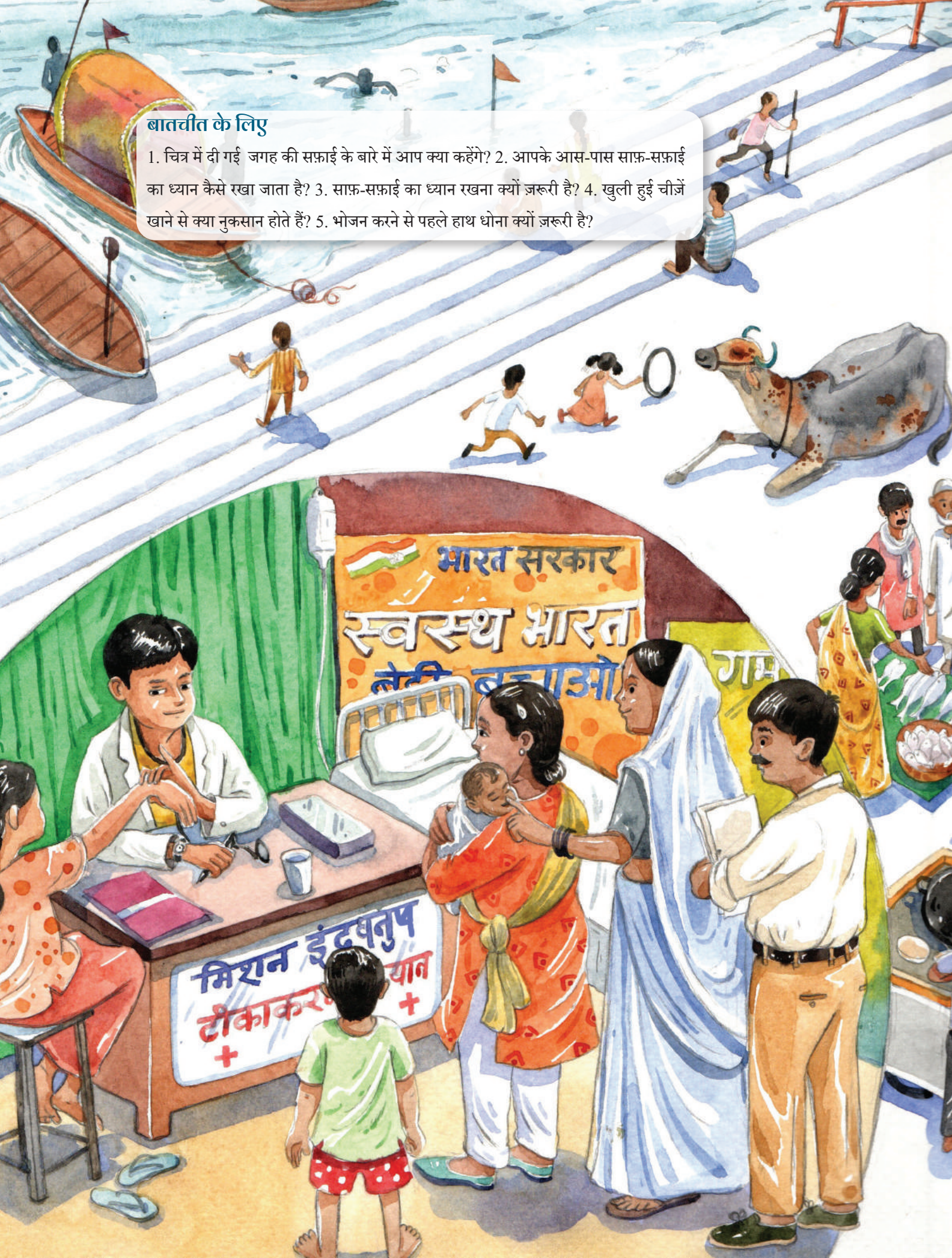
स्रातों, तालाबों और दलदलों से पानी बहकर नालों में पहुँचता है। नालों से छोटी नदियों में, छोटी नदियों से बड़ी नदियों में और फिर सभी ओर से नदियाँ आकर समुद्र में मिलती हैं। ऐसा तब से होता है, जब से यह दुनिया बनी है। पर समुद्र से पानी कहाँ जाता है? वह किनारों से छलकता क्यों नहीं है?

समुद्र से पानी भाप बनता है। भाप ऊपर उठती है और फिर उससे बादल बनते हैं। हवा बादलों को उड़ाती है और दूर-दूर फैला देती है। बादलों से पानी बारिश बनकर ज़मीन पर गिरता है। ज़मीन से बहकर दलदलों और नालों में पहुँच जाता है। नालों से नदियों में पहुँचता है और नदियों से समुद्र में, समुद्र से पानी फिर भाप बनकर ऊपर उठता है और बादल बन जाता है। हवा बादलों को उड़ाकर दूर-दूर फैला देती है।

-लियो टॉल्स्टॉय

मेरे शब्द

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को प्रोत्साहित करें कि वे पानी के विभिन्न स्त्रोतों के बारे में चर्चा करें। तालाब, नदी, समुद्र की सफ़ाई और संरक्षण के बारे में भी बातचीत करें।



बातचीत के लिए

1. चित्र में दी गई जगह की सफ़ाई के बारे में आप क्या कहेंगे? 2. आपके आस-पास साफ़-सफ़ाई का ध्यान कैसे रखा जाता है? 3. साफ़-सफ़ाई का ध्यान रखना क्यों ज़रूरी है? 4. खुली हुई चीज़ें खाने से क्या नुकसान होते हैं? 5. भोजन करने से पहले हाथ धोना क्यों ज़रूरी है?

रफ़ीक भाई फूल वाले
नमस्कार
नरेन्द्र चाय वाले
हाथ
धोना

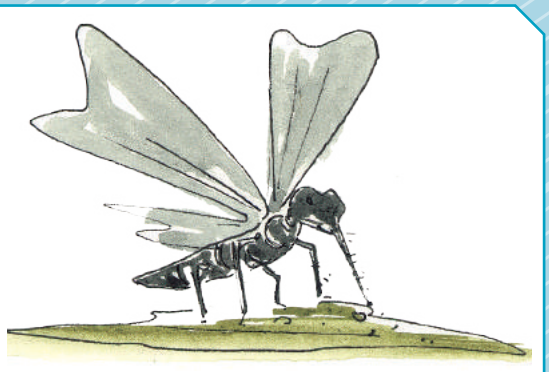
5 खान-पान और सेहत

हम सीखेंगे

उ ऊ ह छ थ फ फ़ ठ

- 100 से 1000 तक की संख्याएँ पहचानना, पढ़ना और लिखना
- इकाई, दहाई और सैकड़े के समूहों में गिनना (स्थानीय मान)
- एक अंकीय संख्याओं का गुणा करना

चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए



मच्छर

फल

साफ़ हाथ

कूड़ा

दूध

दवाइयाँ

कसरत

कूड़ेदान

साबुन

शिक्षक-निर्देश— ऊपर दिए गए शब्द और चित्र खानपान और सेहत की विषय-वस्तु से जुड़े हुए हैं। शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उन्हें चित्र के आधार पर अनुमान लगानें के अलावा उनके बढ़ते शब्द और अक्षर ज्ञान को इस्तेमाल करने के लिए प्रेरित करें। खान-पान, सेहत, सफ़ाई आदि के बारे में भी चर्चा करें।

क्या आप मच्छरों को दावत दे रहे हैं?

सावधान!

मलेरिया, डेंगू, चिकनगुनिया हो सकता है!

आस-पास पानी इकट्ठा जमा न होने दें। गड्ढों को भर दें।

पानी के बरतन, टंकी, कूलर को साफ़ रखें। हर हफ़्ते सुखाएँ।

मच्छरदानी का इस्तेमाल करें।

गड्ढों में भरे पानी में मिट्टी का तेल छिड़कें।

बातचीत के लिए

1. क्या आपने ऐसा पोस्टर कहीं लगा हुआ देखा है?
2. इस पोस्टर में किन बातों पर ध्यान दिलाने की कोशिश की गई है?
3. ऐसे पोस्टर कौन लगाता होगा?
4. अखबारों में इस तरह के पोस्टर कौन देता होगा?
5. आपके आस-पास कितने व्यक्ति डेंगू से पीड़ित हुए? पता लगाएँ।
6. गंदगी से पनपने वाली बीमारियों के बारे में चर्चा करें।

1. पोस्टर में से कुछ शब्द दिए गए हैं-

मलेरिया	डेंगू	चिकनगुनिया

ये किसके नाम हैं? सही का (✓) निशान लगाइए-

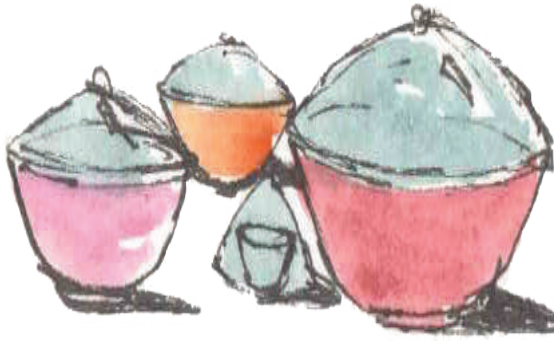
- दवाई के ☐
- मच्छरों के ☐
- बीमारी के ☐

2. नीचे कुछ चित्र दिए गए हैं। इनमें से कहाँ-कहाँ मच्छर अंडे दे सकते हैं? दिए गए बॉक्स ☐ में सही का (✓) निशान लगाइए-

☐ गमले

☐ कूलर

टूटे टायर



बंद बर्तन

चप्पल

पानी भरे जूते

खाली डिब्बा

झूले

खानपान

शरीर स्वस्थ रहे इसके लिए संतुलित भोजन ज़रूरी है। संतुलित भोजन यानी शरीर के लिए खान-पान की ज़रूरी चीज़ें। मौसमी फल और सब्ज़ियाँ खाने से शरीर तरोताज़ा रहता है। गाजर, मटर, टमाटर, बैंगन आदि तरह-तरह के रंग सब्ज़ियों में दिखाई देते हैं। इसी तरह फल और अनाज भी कई रंगों के होते हैं, क्योंकि अलग-अलग रंग की खानपान की मिली-जुली चीज़ें खाना सेहत के लिए अच्छा रहता है।

नीचे तीन ख़ाने बनाए गए हैं। एक ख़ाने में ऋतु (गर्मी, बारिश, सर्दी) के नाम हैं। उसके आगे के ख़ाने में इन दिनों में मिलने वाले फल और सब्ज़ियों के नाम हैं। एक ख़ाना खाली छोड़ा गया है। इसमें आप उन फलों-सब्ज़ियों आदि के नाम लिखें जो इन दिनों में आप खाते हैं।

ऋतु	सब्ज़ी, अनाज और फल	जो आप खाते हैं
गर्मी	ककड़ी, खीरा, तरबूज़, खरबूजा, आम, अंगूर।	
बारिश	मूँगफली, बाजरा, ज्वार, मक्का, मूँग, केला।	
सर्दी	चना, गेहूँ, मटर, मूली, बथुआ।	

बारिश में कच्ची मूँगफली और सर्दियों में गेहूँ की बालें और हरे चने आग में भूनकर खाने का स्वाद ही कुछ और होता है।

खानपान को लेकर कुछ घरेलू तरीके हैं जो अपनाए जाने चाहिए-

- सब्ज़ियों को काटने से पहले धोएँ। काटने के बाद धोने से उनके पोषक तत्व कम हो जाते हैं।
- गुड़ और मूँगफली को कूटकर गुड़पट्टी बनाई जाती है।
- तिल और गुड़ को कूटकर तिल के लड्डू बनाकर खाए जा सकते हैं। सर्दियों में ये खाना सेहत के लिए फ़ायदेमंद रहता है।
- चना, मूँग जैसे अनाजों को अंकुरित करके खाना सेहत के लिए फ़ायदेमंद होता है।
- आटे में खमीर आने से वह ज़्यादा गुणकारी हो जाता है।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

उ

आज नगद कल उधार उस्तरा

उल्लू

उलझना	उपज	उचकना	उलटना	उपचार
उसका	उफ़ान	उकसाना	उड़ना	उतरना

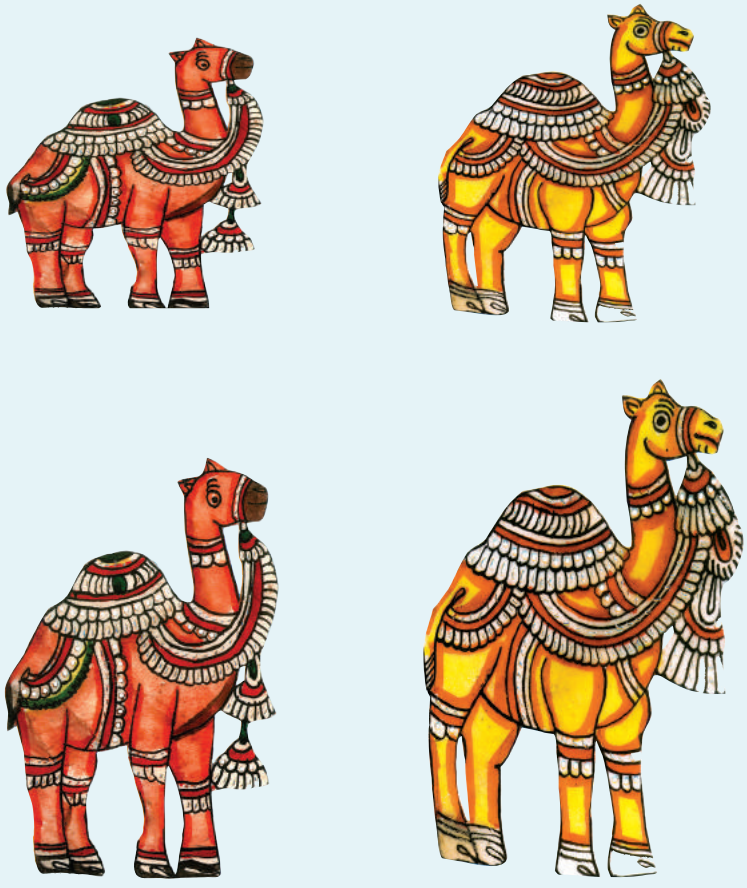
चित्र देखिए और शब्द लिखिए

49

शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें, उनसे अक्षर लिखवाएँ। दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

ऊ



कुछ ऊँट ऊँचा, कुछ पूँछ ऊँची,
कुछ ऊँचे ऊँट की पीठ ऊँची

ऊँचा	ऊबना	ऊँचा	प्याऊ	ऊधम
ऊपर	खाऊँगी	जाऊँगा	ऊँघना	खाऊँगा

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों से 'कुछ ऊँट ऊँचा' वाले वाक्य को बार-बार बुलवाने का प्रयास करें।

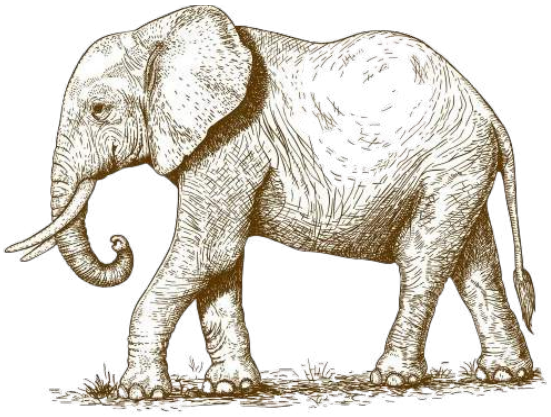
पढ़िए और अक्षर लिखिए

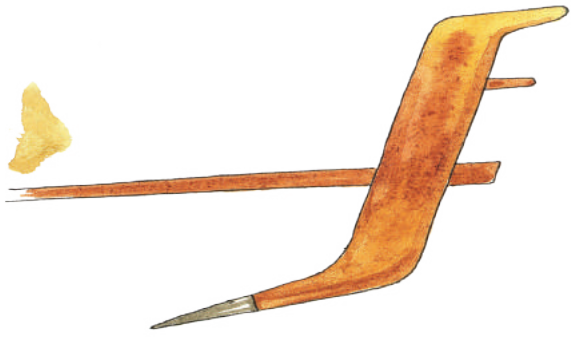
ह

होली के दिन रंगों से रंग मिल जाते हैं।

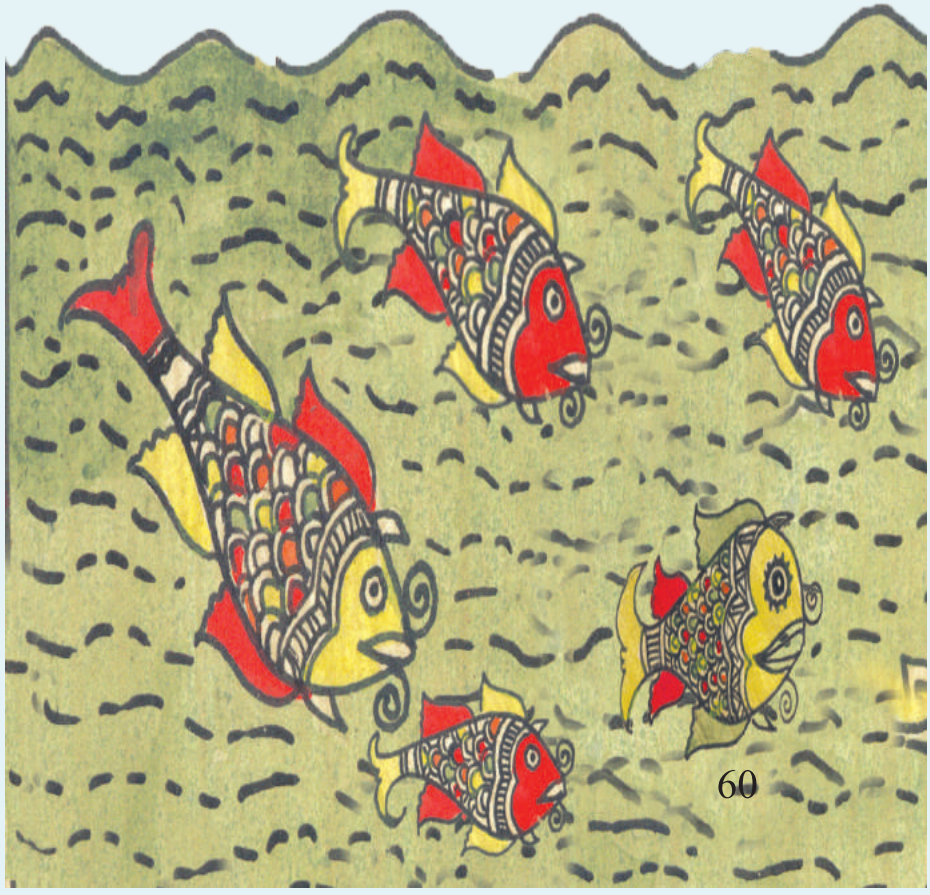
हम	हकीम	हेरा-फेरी	हैरत	हैरानी
हैजा	हौंसला	हौदी	होशियार	हुनर
हथेली	शहर	शौहर	मशहूर	महीना
राही	गवाही	कोल्हू	कहो	राही

चित्र देखिए और शब्द लिखिए





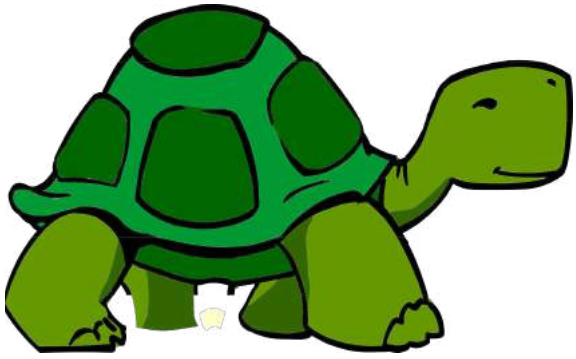
पढ़िए और अक्षर लिखिए



मछुआरे के जाल में सुनहरी मछलियाँ फँस गईं।

छत	छाप	छिलका	छीलना	छींकना
छीनना	छुआरा	छुटकू	छुपना	छूना
छुरी	छेद	छोले	छौंकना	बछड़ा
मछली	बछिया	बिछौना	गमछा	पंछी

चित्र देखिए और शब्द लिखिए



6

पढ़िए और अक्षर लिखिए

थ

उतना ही लो थाली में व्यर्थ ना जाए नाली में।

थमना	थकान	थरमस	थूकना	थोक
थिरकना	थोड़ा	थैली	थापना	बथुआ
हथेली	हथौड़ा	पोथी	कत्था	कथा

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

पढ़िए और अक्षर लिखिए

फ

फ़

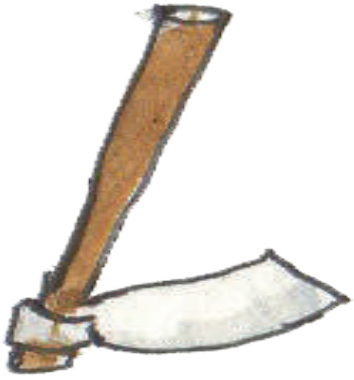
फागुनी, जल्दी खाओ
कुल्फ़ी पिघल रही है।

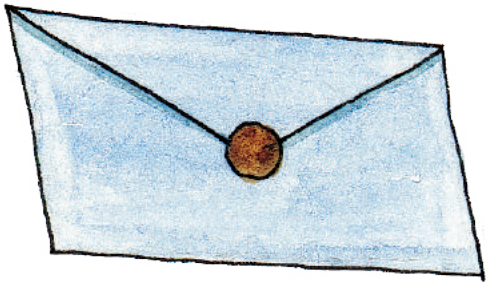
फल	फसल	फव्वारा	फागुन	फ़ैसला
फ़ैशन	फिसलना	फिरकी	फ़ोटो	फ़ीस
फीका	फ़ौजी	फूल	फुदकना	सफ़ाई

फ़

फ़

चित्र देखिए और शब्द लिखिए





शिक्षक-निर्देश— सहभागियों के साथ शब्द पढ़ते समय 'फ' और 'फ़' की आवाज़ के अंतर को समझाएँ।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

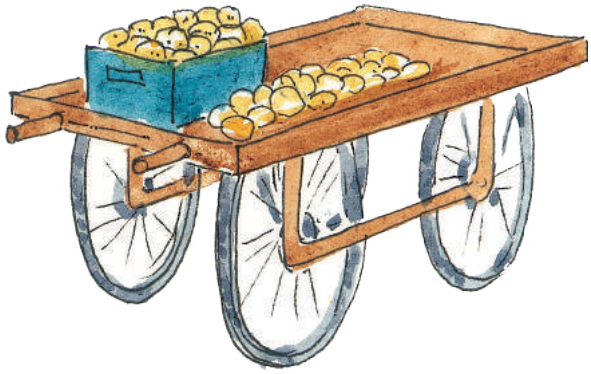
ठ

कठफोड़वा पेड़ के तने पर चोंच मार रहा है।

ठग	ठहरना	काठ	गठरी
ठिठकना	कठोर	ठिकाना	ठुमकना
ठूँठ	ठूँसना	ठेस	बैठना
कठिन	ठोकर	बैठो	ठौर

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

8



60

■ **नीचे कुछ शब्द दिए गए हैं। हर शब्द में शामिल अक्षरों को पहचान कर शब्दों को सही जगह पर लिखिए-**

छतरी फल डर ठोकर हम मछली पाठ
महान डगर छोटी थैला डाली

ह	छ	थ	फ	ड	ठ
हम	छतरी				

■ **कई शब्दों में अक्षरों के जोड़े आते हैं। बॉक्स में दिए गए शब्दों को पहचान कर सही जोड़े वाले शब्द लिखिए-**

मट्ठा बुड्ढा पट्टी सस्ते अच्छा रफ़्तार

मच्छर	च्छ	_____
इकट्ठा	ट्ठा	_____
गड्ढा	ड्ढा	_____
मिट्टी	ट्टी	_____
हफ़्ता	फ़्त	_____
इस्तेमाल	स्ते	_____

संयुक्ताक्षर

- **कुछ वर्ण ऐसे होते हैं, जिनकी खड़ी पाई या डंडा हटा देने से वे आधे (स्वर रहित) हो जाते हैं, जैसे-**

च	च्	-	बच्चा	सच्चा	कच्चा
न	न्	-	न्याय	धन्य	कन्या
प	प्	-	प्यासा	प्याज़	प्याला
म	म्	-	म्यान	अम्माँ	अचम्भा
ल	ल्	-	बिल्ली	दिल्ली	गिल्ली

- **क और फ वर्णों को आधा बनाने के लिए उनकी घुंडी काट दी जाती है, जैसे-**

क	क्	-	क्या	क्यों	क्यारी
फ	फ्	-	फ्लू	मुफ़्त	हफ़्ता

- **कुछ वर्णों को आधा बनाने के लिए हलन्त (्) लगाया जाता है, जैसे-**

ट	ट्	-	खट्टा	चिट्ठी	मिट्टी
द	द्	-	गद्दा	भद्दा	रद्दी
ड	ड्	-	अड्डा	टिड्ढा	गड्ढा

- **र के अन्य रूप**

र्	र्म	-	गर्म	वर्षा	हर्ष
्र	ट्र	-	ट्रेन	राष्ट्र	ट्रक
्र	क्र	-	क्रोध	ध्रुव	भ्रम

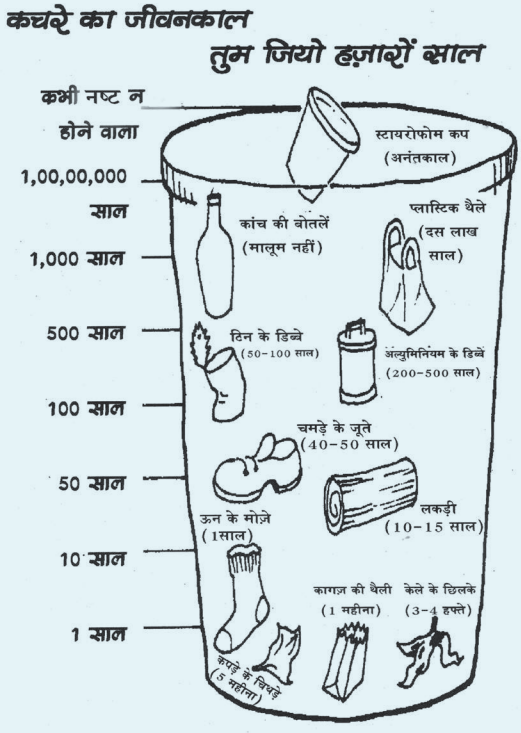
शिक्षक-निर्देश— स्वर रहित अक्षरों के बारे में सहभागियों को समझाएँ। 'आधा' लिखने का क्या अर्थ है? इस पर चर्चा करें। अक्षर पर र के ^ ʿ , अलग-अलग रूप हैं, जिनका उच्चारण भिन्न प्रकार से करते हैं।

मेरे शब्द

शिक्षक-निर्देश— 'खानपान और सेहत' विषय पर बातचीत कीजिए। सहभागियों से पूछकर इस विषय से जुड़े 3–4 शब्द लिखिए। ये शब्द उनकी अपनी भाषा के भी हो सकते हैं, जैसे– 'हैंडपंप' के लिए 'चापाकल' आदि।

कचरे का जीवनकाल

देखिए, हम जो कचरा फैलाते हैं, वह कितने समय तक नष्ट नहीं होता–



जल्दी नष्ट न होने वाला यह कचरा हमारे घर और मोहल्लों से उठा तो लिया जाता है। पर इस चित्र से हमें यह समझ आता है कि वह कचरा भले ही आँखों से दूर हो जाए, लेकिन प्रकृति को नुकसान पहुँचाता रहता है। इसका उपाय यही है कि हम कचरा कम से कम करने की कोशिश करें।

अब बताइए-

प्रश्न 1. कौन-कौन सी चीज़ें 50 सालों से कम समय में नष्ट हो जाती हैं?

प्रश्न 2. कौन-कौन सी चीज़ें कभी नष्ट नहीं होती हैं?

प्रश्न 3. कौन-सी चीज़ सबसे कम समय में नष्ट हो जाती है?

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों से इस बात पर चर्चा करें कि कौन-कौन सी चीज़ें हमारी प्रकृति के लिए हानिकारक है। उनसे सुझाव लें कि हमें कचरे का निपटारा कैसे करना चाहिए।

■ **विद्यालय में स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर बच्चों को लड्डू के डिब्बे बाँटे गए। एक डिब्बे में चार लड्डू आ सकते हैं। आइए पता लगाते हैं कि 10 बच्चों को डिब्बे देने हैं तो कितने लड्डू चाहिए?**

1 बच्चे को मिलेंगे अर्थात् 1 डिब्बा 4 लड्डुओं का
1 बार 4
1 गुणा 4
या 1× 4 = 4 लड्डू

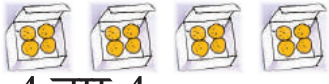
---

2 बच्चों को मिलेंगे अर्थात् 2 डिब्बे 4 लड्डुओं के
4 + 4
2 बार 4
2 गुणा 4
या 2 × 4 = 8 लड्डू

---

3 बच्चों को मिलेंगे अर्थात् 3 डिब्बे 4 लड्डुओं के
4 + 4 + 4
3 बार 4
3 गुणा 4
या 3 × 4 = 12 लड्डू

---

4 बच्चों को मिलेंगे  अर्थात् 4 डिब्बे 4 लड्डुओं के
4 + 4 + 4 + 4 = 4 बार 4
या 4 गुणा 4 = 4 × 4 = 16 लड्डू

---

5 बच्चों को मिलेंगे अर्थात् 5 डिब्बे 4 लड्डुओं के
4 + 4 + 4 + 4 + 4 = 5 बार 4
या 5 गुणा 4 = 5 × 4 = 20 लड्डू

शिक्षक-निर्देश— किसी संख्या को बार-बार जोड़ने की संक्षिप्त प्रक्रिया को गुणा कहते हैं। सहभागियों को विभिन्न संदर्भों (जैसे कुर्सी के पैरों की संख्या) का प्रयोग करके 1 अंकीय संख्याओं के गुणन बनाने और लिखने के लिए प्रेरित करें।

बताइए, 7 बच्चों को कितने लड्डू मिलेंगे?

4 + ___ + ___ + ___ + ___ + ___ + ___ = ___ बार ___

या ___ गुणा ___ = ___ × ___ = ___ लड्डू

10 बच्चों को कितने लड्डू मिलेंगे?

4 + ___ + ___ + ___ + ___ + ___ + ___ + ___ + ___ + ___

___ = ___ बार ___ = ___ गुणा ___ = ___ × ___ = ___ लड्डू

- **मोहल्ले से उठा लिए गए कचरे में से कुछ कचरे का दोबारा इस्तेमाल भी संभव है, जैसे- प्लास्टिक, काँच, कागज़ आदि। इसमें कबाड़वाले की अहम भूमिका होती है।**

  जॉन ने घर की सफ़ाई की और सफ़ाई के बाद निकले कबाड़ को कबाड़वाले को बेचा। कबाड़वाले की रेट लिस्ट देखकर बताइए-

कबाड़वाले की रेट लिस्ट

वस्तु	मूल्य (प्रति किलोग्राम)
अखबार	₹ 10
प्लास्टिक	₹ 8
लोहा	₹ 20
कॉपी/किताब	₹ 8
गत्ता/ गत्ते के डिब्बे	₹ 5
काँच	₹ 4

- 8 किलोग्राम प्लास्टिक बेचने पर कितने रुपए मिलेंगे?
- 7 किलोग्राम अखबार बेचने पर कितने रुपए मिलेंगे?
- कबाड़वाले के पास सबसे कम मूल्य किस वस्तु का है?

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को विभिन्न संदर्भों में वस्तुएँ खरीदने या बेचने पर मूल्य का हिसाब लगाने तथा संबंधित गुणन तथ्यों को लिखने के लिए प्रेरित करें।

- **प्लास्टिक की थैलियों के प्रयोग को कम करने के लिए रायपुर गाँव के निवासियों ने मिलकर यह फैसला किया कि सामान लाने के लिए वे कपड़े के थैले का प्रयोग करेंगे। गाँव में थैले बाँटने के लिए उन्होंने 100-100 थैलों का एक बंडल बनाया।**

आइए, थैले गिनें-

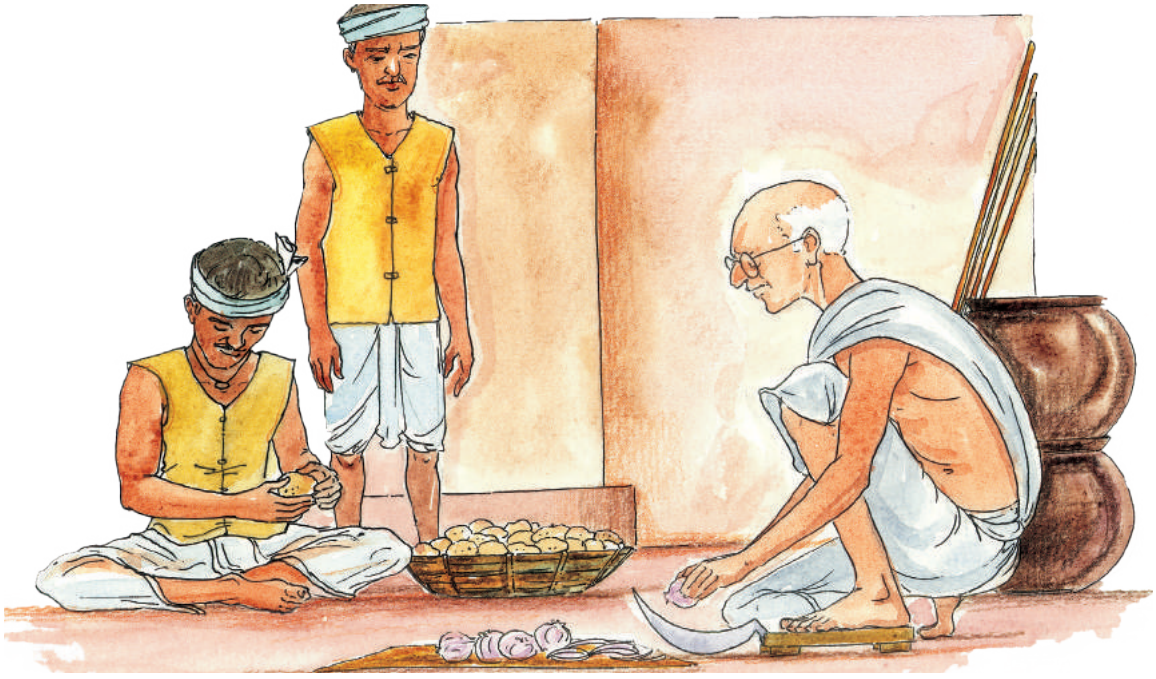
1 बंडल 100 थैलों का या 1 बार 100 या	1× 100 = 100 थैले
2 बंडल 100 थैलों का या 2 बार 100 या	2× 100 = 200 थैले
3 बंडल 100 थैलों का या 3 बार 100 या	3× 100 = 300 थैले
	4 × 100 = 400 थैले
	5 × 100 = 500 थैले
	6 × 100 = 600 थैले
	7 × 100 = 700 थैले
	8 × 100 = 800 थैले
	9 × 100 = 900 थैले
	10 × 100 = 1000 थैले

शिक्षक-निर्देश—सहभागियों का 100 से बड़ी संख्याओं से परिचय करवाएँ और बड़ी संख्याओं को स्थानीय मान के अनुसार सैंकड़ों, दहाइयों और इकाइयों के रूप में समझने एवं लिखने के लिए प्रेरित करें। साथ ही एक हज़ार के अभ्यास कार्य के माध्यम से आगे 5 हज़ार तक की गुणन संख्याओं का परिचय करवाएँ।

■ मिलकर पढ़िए

गांधी जी के आश्रम में

कुछ वर्षों तक गांधी जी ने आश्रम के भंडार का काम सँभालने में मदद दी। सुबह की प्रार्थना के बाद वे रसोईघर में जाकर सब्ज़ियाँ छीलते थे। रसोईघर या भंडारे में अगर वे कहीं गंदगी या मकड़ी का जाला देख पाते थे तो अपने साथियों को आड़े हाथों लेते। उन्हें सब्ज़ी, फल और अनाज के पौष्टिक गुणों का ज्ञान था। एक बार एक आश्रमवासी ने बिना धोए आलू काट दिए।



गांधी जी ने उसे समझाया कि आलू और नींबू को बिना धोए नहीं काटना चाहिए। एक बार एक आश्रमवासी को कुछ ऐसे केले दिए गए जिसके छिलके पर काले चक्ते पड़ गए थे। उसने बहुत बुरा माना। तब गांधी जी ने उसे समझाया कि ये जल्दी पच जाते हैं और तुम्हें खासतौर पर इसलिए दिए गए हैं कि तुम्हारा हाज़मा कमज़ोर है। गांधी जी आश्रमवासियों को अक्सर स्वयं ही भोजन परोसते थे। इस कारण वे बेचारे बेस्वाद उबली हुई चीज़ों के विरुद्ध कुछ कह भी नहीं पाते थे। दक्षिण अफ़्रीका की एक जेल में वे सैकड़ों कैदियों को दिन में दो बार भोजन परोसने का कार्य भी कर चुके थे।

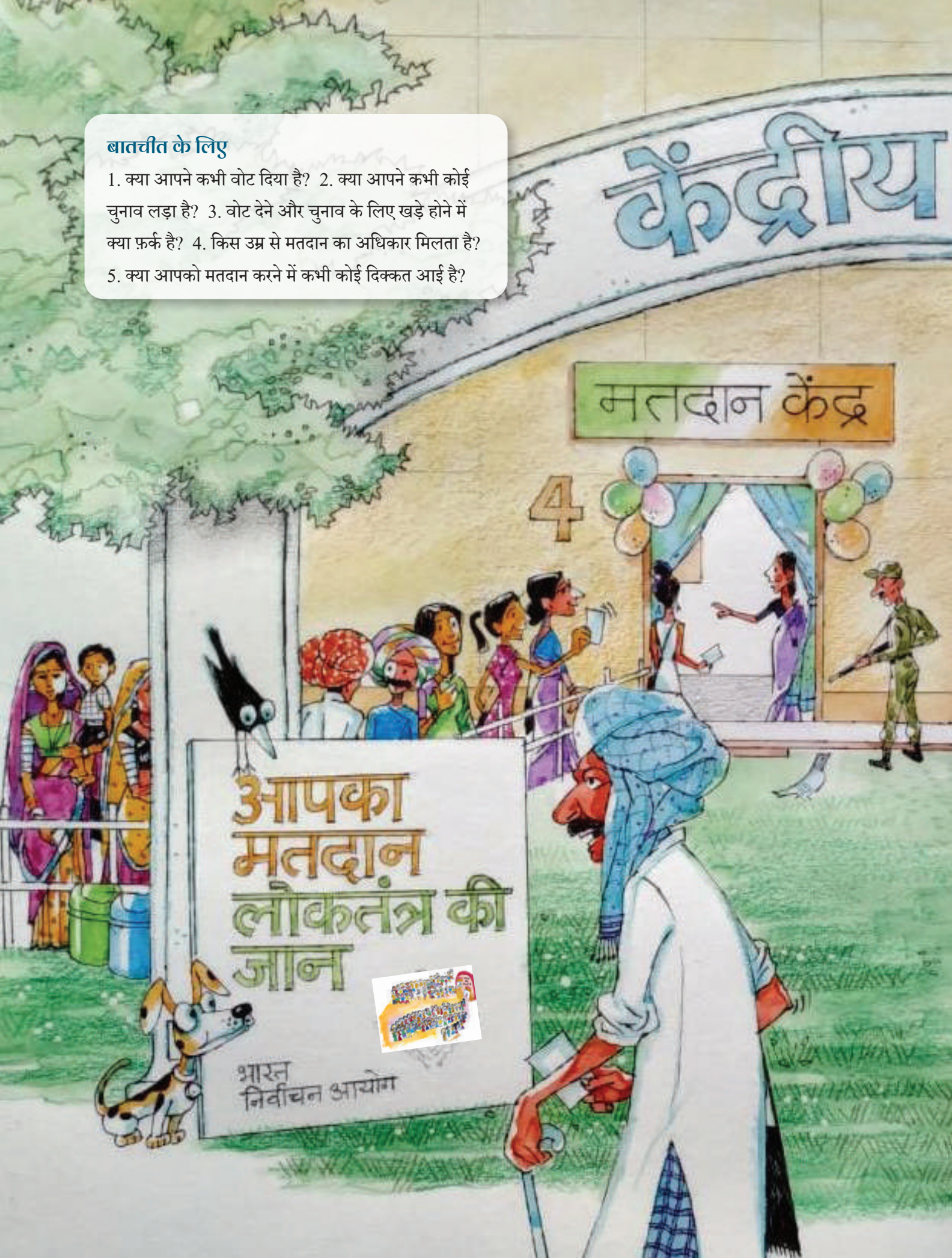
आश्रम का एक नियम यह था कि सब लोग अपने बरतन खुद साफ़ करें। रसोई के बरतन बारी-बारी से कुछ लोग दल बाँधकर धोते थे। एक दिन गांधी जी ने बड़े-बड़े पतीलों को खुद साफ़ करने का काम अपने ऊपर लिया। बरतन एकदम चमकते न हों, तब तक गांधी जी को संतोष नहीं होता था। एक बार जेल में उनको जो मददगार दिया गया था उसके काम से असंतुष्ट होकर उन्होंने बताया था कि वे खुद कैसे लोहे के बरतनों को भी माँजकर चाँदी-सा चमका सकते थे।

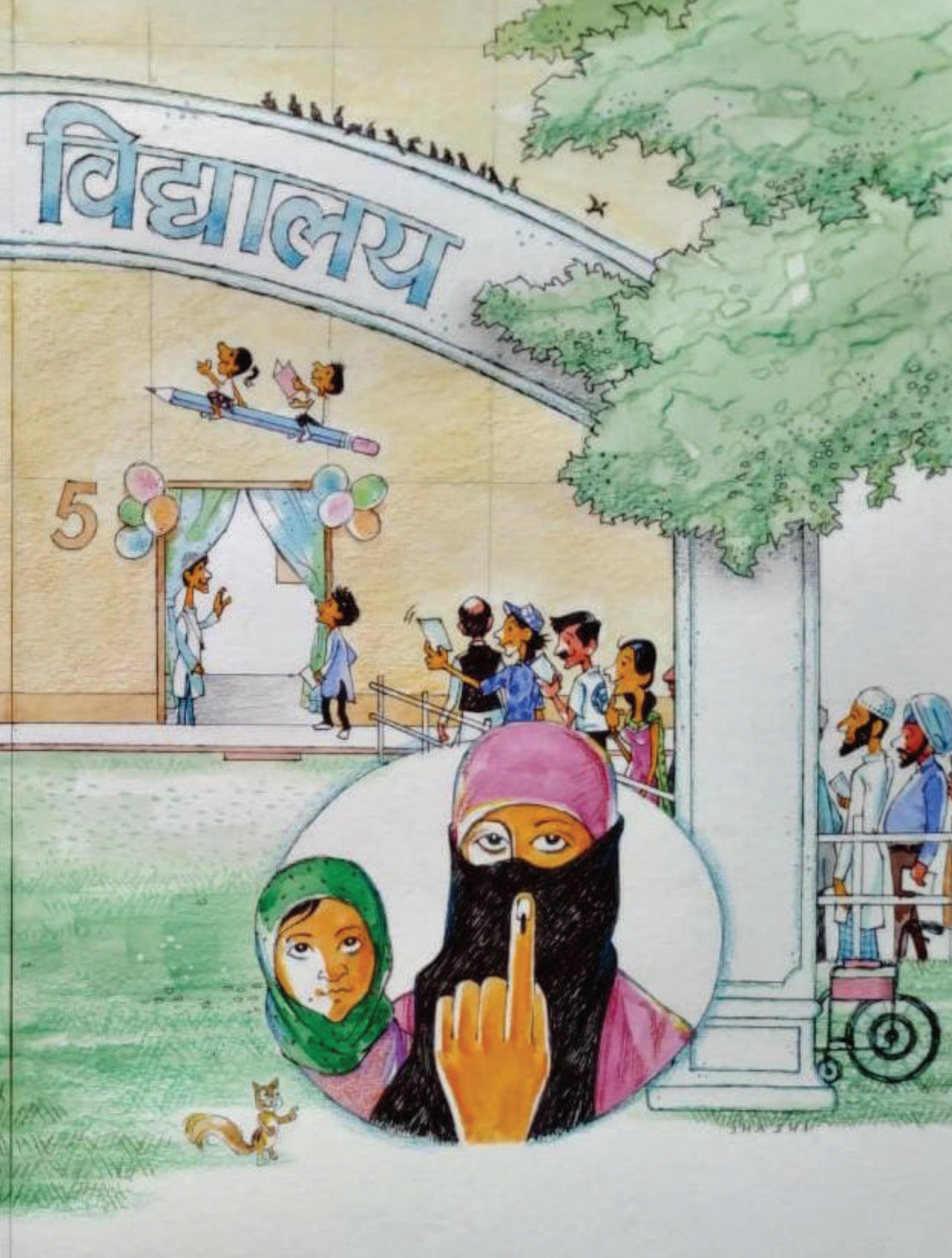
स्रोत— वसंत, कक्षा-6, एन.सी.ई.आर.टी.

टिप्पणी

बातचीत के लिए

1. क्या आपने कभी वोट दिया है? 2. क्या आपने कभी कोई चुनाव लड़ा है? 3. वोट देने और चुनाव के लिए खड़े होने में क्या फ़र्क है? 4. किस उम्र से मतदान का अधिकार मिलता है? 5. क्या आपको मतदान करने में कभी कोई दिक्कत आई है?




विद्यालय
5

6 मतदान

हम सीखेंगे

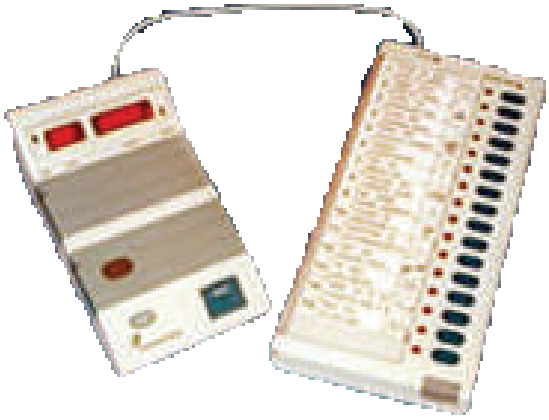
क्ष घ ध ढ ढ़

- तीन अंकों वाली संख्याओं का जोड़ और घटा करना।
- गुणा के तथ्यों का निर्माण करना।
- लंबाई की माप (सेंटीमीटर, मीटर)।

▪ चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए

मतदान केंद्र

मतदान

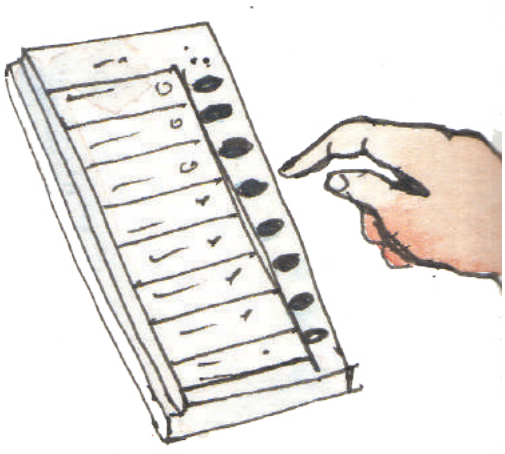


ई.वी.एम. मशीन

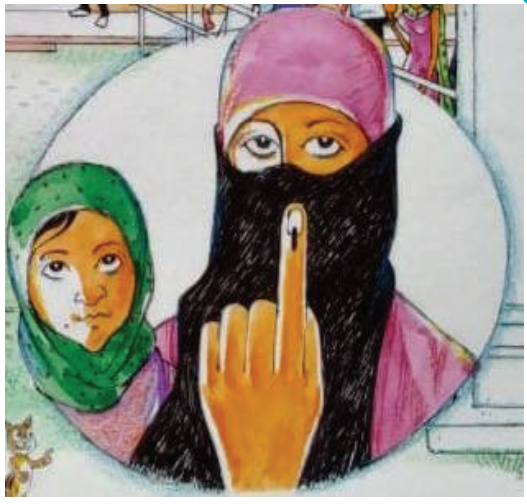
चुनाव अधिकारी

उम्मीदवार

पहचान-पत्र



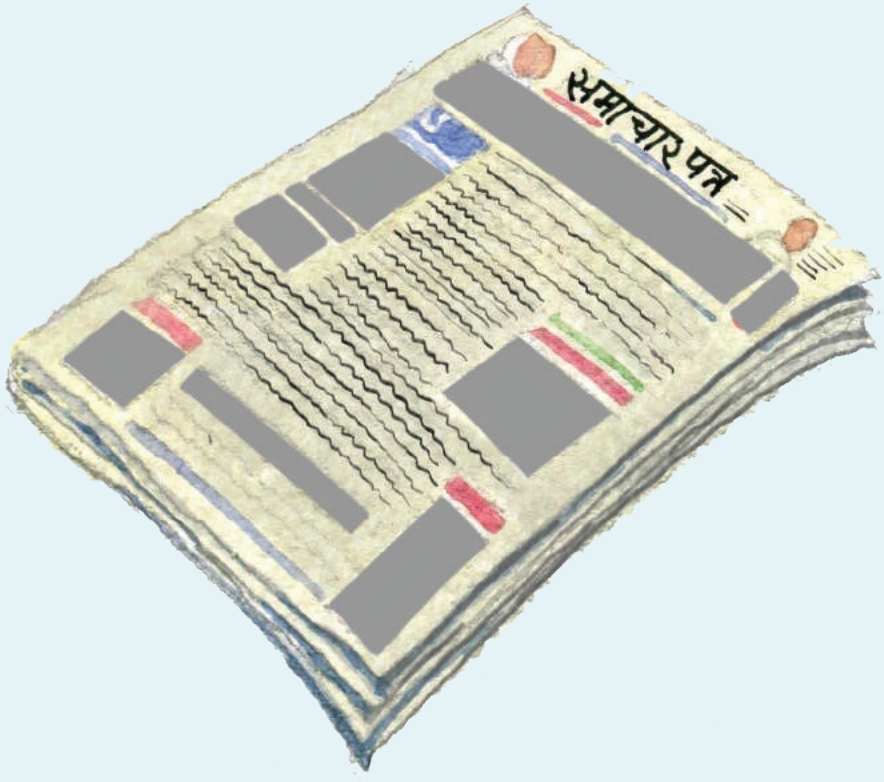
मतदान सूची



चुनावी स्याही

शिक्षक-निर्देश- सहभागियों से बारी-बारी से सभी चित्रों की पहचान करवाएँ। चित्रों के नीचे उनसे संबंधित शब्द दिए गए हैं। उनसे चित्र के नीचे दिए गए शब्द पढ़ने के लिए कहें।

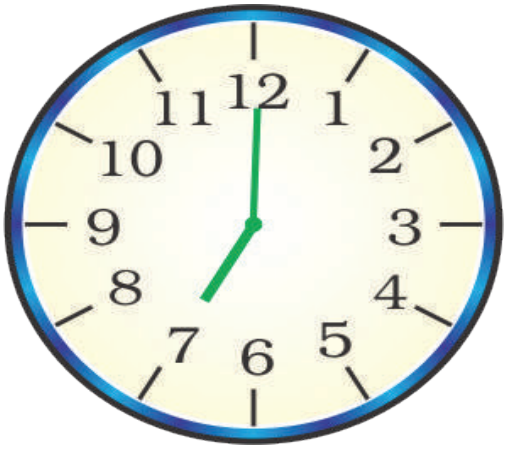
घ



आज के अखबार में एक बड़ी दुर्घटना की खबर है।

घर	घटा	घाट	घेरा	घोड़ा
घिसना	घिनौना	घीया	घुन	घुटना
घूमना	घूँट	घूँसा	बाघिन	कंघी

चित्र देखिए और शब्द लिखिए



शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें और उनसे अक्षर लिखवाएं। दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

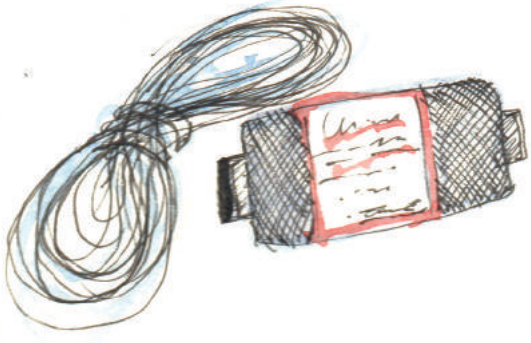
ध

धीरे-धीरे रे मना, धीरे सब कुछ होय,
माली सींचे सौ घड़ा, ऋतु आए फल होय।

-कबीर

धक्का	धड़कन	धेला	धोना	धौलपुर
धौंस	धौंकनी	धीरज	धुआँ	धुंध
धूल	बाँधना	अधिक	अधूरा	उधेड़ना
दूध	गधा	आधा	कंधा	आँधी

चित्र देखिए और शब्द लिखिए



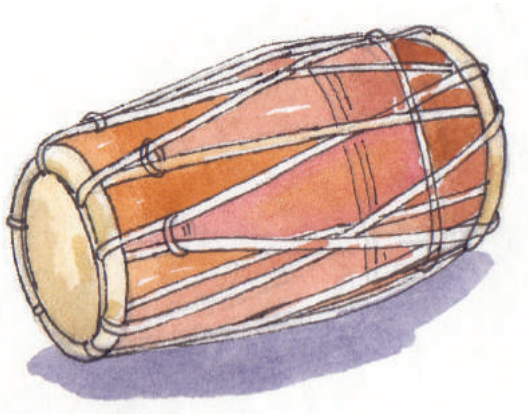
शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उनसे अक्षर लिखवाएँ। दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

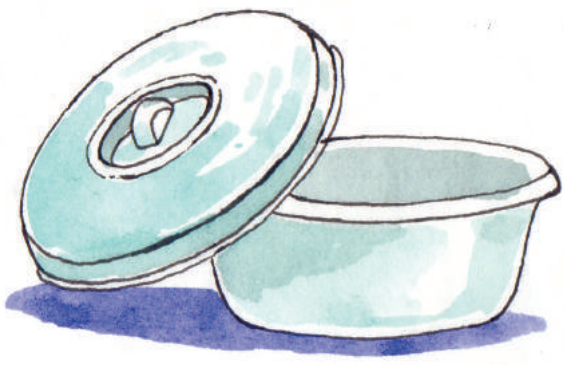
पढ़िए और अक्षर लिखिए

बगल में छोरा,
नगर में ढिंढोरा

ढलान	ढकना	ढाँचा	ढेला	ढेर
ढिबरी	ढीला	ढीली	ढीठ	ढोकला
ढोल	ढोंग	ढुलाई	ढूँढ़ना	मेंढक

चित्र देखिए और शब्द लिखिए





शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उनसे अक्षर लिखवाएँ। दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

पढ़िए और अक्षर लिखिए

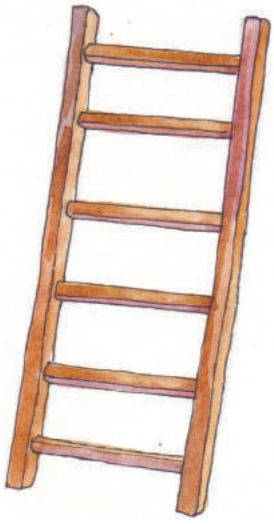
ढ़

पढ़ना लिखना सीखो,
ओ मेहनत करने वालों!

-सफ़दर हाश्मी

पढ़ना	पढ़ाना	पढ़ाई	कढ़ाई	बढ़ाई	चढ़ाई
बढ़ई	गढ़	पढ़ो	चढ़ो	बढ़ो	चढ़ी
पीढ़ा	बाढ़	गाढ़ा	बूढ़ा	कढ़ाई	बढ़िया

चित्र देखिए और शब्द लिखिए



शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उनसे अक्षर लिखवाएँ। दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

▪ पढ़िए और अक्षर लिखिए

क्ष

बच्चों को राक्षसों की कहानियाँ पसंद आती हैं।

क्षमा	राक्षस	कक्ष
परीक्षा	शिक्षा	शिक्षित

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

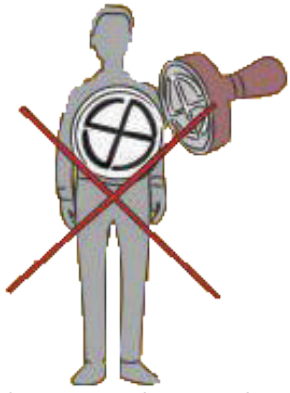
आप एक वोटर हैं

■ आप का नाम वोटर सूची में शामिल हो सकता है, अगर आप-

भारतीय नागरिक हैं।

मतदान क्षेत्र के निवासी हैं।

आपकी उम्र उस वर्ष की 1 जनवरी को 18 साल की हो चुकी हो।



वह व्यक्ति वोट नहीं दे सकते जो दिमागी तौर से स्वस्थ नहीं हैं या फिर चुनाव से जुड़े किसी अपराध में शामिल हैं।

NOTA- अगर आप किसी भी उम्मीदवार को वोट नहीं देना चाहते तो NOTA वाले बटन को दबाएँ।

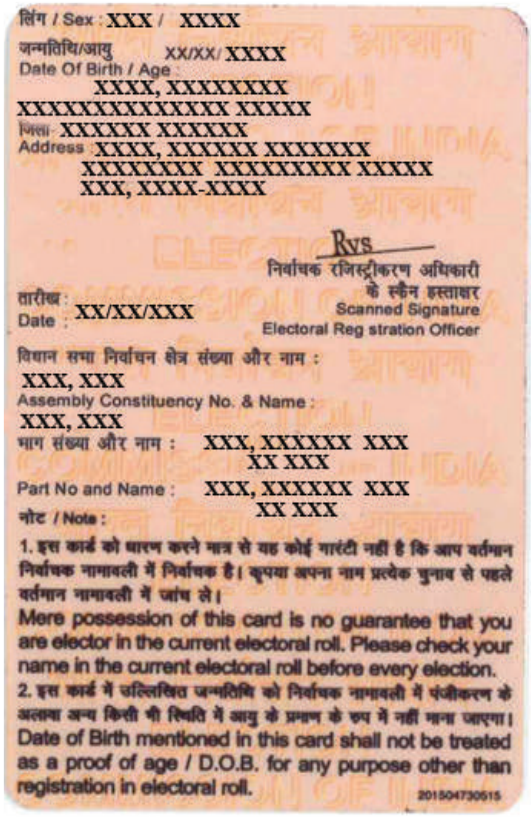
प्रश्न 1. क्या आपके पास वोटर कार्ड है?

प्रश्न 2. आपके मतदान क्षेत्र का नाम क्या है?

प्रश्न 3. वोट देने के लिए आपके पास क्या-क्या होना चाहिए?

शिक्षक-निर्देश— मतदान से जुड़ी कुछ बातें ऊपर दी गई हैं। सहभागियों से पढ़ने को कहें। ज़रूरत पड़ने पर मदद करें।

■ वोटर कार्ड को देखिए और प्रश्नों के जवाब लिखिए-



प्रश्न 1. वोटर कार्ड में दी गई जानकारी किन भाषाओं में है?

प्रश्न 2. आपका वोटर कार्ड किन भाषाओं में है?

प्रश्न 3. क्या वोटर कार्ड में आपकी विवाह संबंधी जानकारी दी गई है?

प्रश्न 4. पुरुष अथवा महिला की पहचान किससे की गई है, पिता से या पति से?

प्रश्न 5. क्या पत्नी से पुरुष की पहचान नहीं होती?

प्रश्न 6. अपने वोटर कार्ड को देखकर उसमें दी गई जानकारी की सूची बनाइए-

क्र.सं.	जानकारी
1.	मतदाता का नाम
2.	
3.	लिंग
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

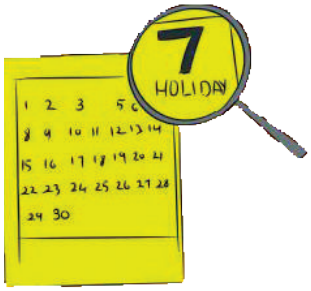
मतदान पहचान पत्र भारत के सभी नागरिकों जिनकी उम्र 18 या 18 से अधिक है, उनके लिए जारी किया जाता है। पहचान पत्र भारत निर्वाचन आयोग द्वारा जारी किया जाता है।

चर्चा कीजिए-

- वोट देना क्यों ज़रूरी है?
- लोकतंत्र किसे कहते हैं?
- आप कब-कब वोट देते हैं?
- वोट देने से पहले आप क्या-क्या सोचते है और क्यों?

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों से मतदान और उससे जुड़ी आवश्यक बातों पर चर्चा करें। वोट के अधिकार विशेष और उसके सही प्रयोग पर बल दें।

वोट देने की तैयारी



मतदान के दिन छुट्टी दी जाती है तो आपको काम पर जाने की भागदौड़ नहीं करनी है।

अपना नाम मतदाता सूची में देख लें। यह आप चुनाव अधिकारी की वेबसाइट पर भी देख सकते हैं।

घर से निकलते समय अपना पहचान-पत्र (वोटर कार्ड) ले जाना न भूलें। पर मोबाइल, कैमरा आदि न लेकर जाएँ। मतदान केंद्र में यह ले जाने की अनुमति नहीं है।

मतदान केंद्र के बाहर कतार में खड़े हों। आप ज़रूर चाहेंगे कि अगर किसी के लिए कतार में खड़े रहना मुश्किल है तो आप उन्हें वोट पहले डालने दें।

स्रोत— *http://ecisveep.nic.in/gallery/image/1349-general-voters-guide/?context=new*

ध्यान से देखिए, पढ़िए और आपस में चर्चा कीजिए

मेरे शब्द

शिक्षक-निर्देश— 'मतदान' विषय पर बातचीत कीजिए। सहभागियों से पूछकर इस विषय से जुड़े 3–4 शब्द लिखिए। ये शब्द उनकी अपनी भाषा के भी हो सकते हैं, जैसे– 'वोट देना' के लिए 'वोट पड़ना' आदि।

चुनाव में मतदान के पश्चात् वोटों की गिनती की जाती है जिसे मतगणना कहते हैं। सबसे अधिक वोट मिलने वाले को विजयी घोषित किया जाता है।

एक मतदान से संबंधित सूचना दर्शाई गई है-

दीपिका	–	200 वोट
अनिल कुमार	–	124 वोट
सुनीता कुमारी	–	176 वोट
डाले गए कुल वोट	–	500

ऊपर दी गई सूचना को समझकर बताइए-

क. किसे सबसे अधिक वोट मिले हैं? _____

ख. सबसे कम वोट किसे मिले हैं? _____

ग. चुनाव में दूसरे स्थान पर कौन है? _____

घ. चुनाव में कुल कितने उम्मीदवार हैं? _____

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को प्रोत्साहित करें कि वे विभिन्न संदर्भों में तीन अंकों में तुलना कर सकें तथा जोड़-घटाव करने के विविध तरीके खोजें और साथ ही दी गई जानकारी के आधार पर निर्णय ले सकें।

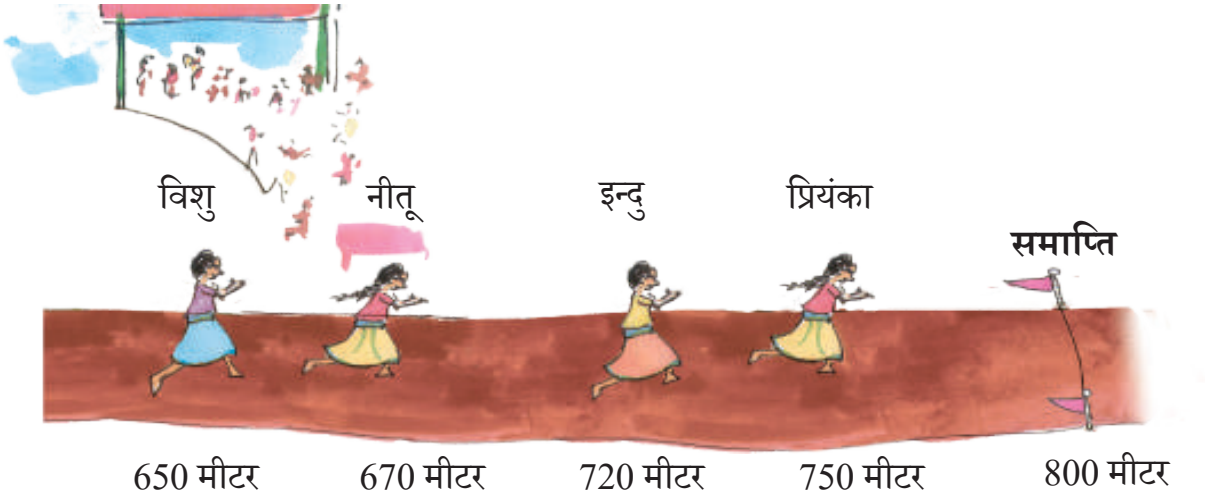
माप-तोल

याद रखें

1 से.मी. = 10 मि.मी.

100 से.मी. = 1 मीटर

1000 मी. = 1 कि.मी.



- **चुनाव की रेस में तो दीपिका जीत गई थी। बताइए, बच्चों की रेस में कौन जीतेगी?**

चित्र के आधार पर नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर दीजिए—

क. दौड़ में सबसे पीछे कौन है?

ख. कितने मीटर और दौड़ने के बाद प्रियंका जीत सकती है?

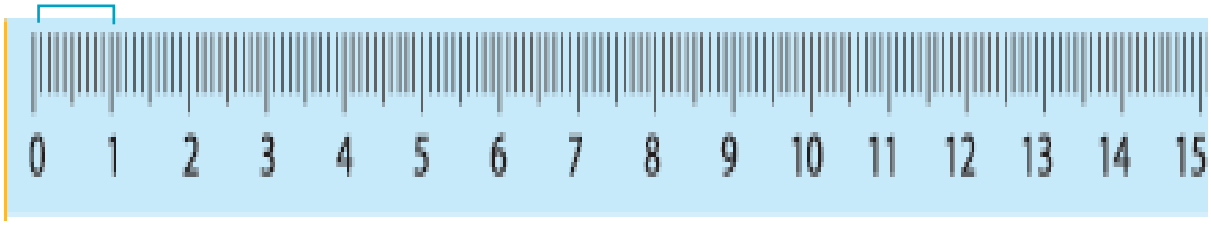
ग. विशु, नीतू से कितनी पीछे है?

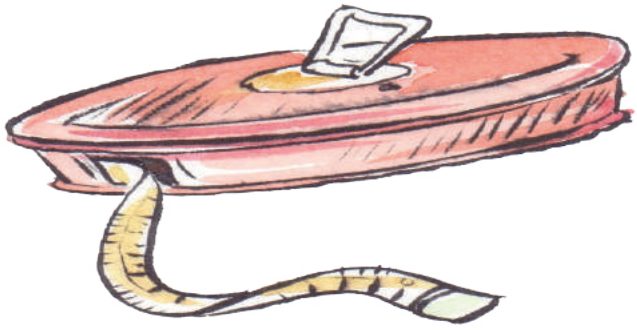
घ. इन्दु , प्रियंका से कितनी पीछे है?

शिक्षक-निर्देश— अधिक दूरी को मापने के लिए किलोमीटर का प्रयोग करते हैं। कम दूरी को मापने के लिए मीटर तथा बहुत ही कम दूरी को मापने के लिए सेंटीमीटर का प्रयोग करते हैं। किलोमीटर को कि.मी., मीटर को मी. तथा सेंटीमीटर को से.मी. भी लिखते हैं। बहुत ही ज्यादा छोटी लंबाई को मिलीमीटर में मापते हैं तथा इसे मि.मी. लिखते हैं।

■ मापने के लिए अलग-अलग तरह के पैमाने होते हैं जैसे-

1 सेंटीमीटर





मापिए तथा माप को खाली स्थान में लिखिए-

- नाखून _____ से.मी.
- पेंसिल _____ से.मी.
- मोबाइल फ़ोन _____ से.मी.

- दीवार पर ऐसे दो निशान लगाएँ जिनके बीच की दूरी 1 मीटर है।

सोचिए और खाली स्थान भरिए-

- दो शहरों के बीच की दूरी को हम _____ में मापते हैं।
- नाखून की चौड़ाई _____ में मापी जाती है।

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को आस-पास की वस्तुओं की लंबाई का अनुमान लगाने तथा वास्तविक मापन द्वारा सत्यापित करने का मौका दें। यह भी चर्चा करें कि बार-बार अनुमान लगाने से अनुमान सटीक हो जाता है।

7 कानूनी जानकारी

हम सीखेंगे

त्र श्र ण ऋ ज्ञ

- दैनिक जीवन में उपयोग होने वाली भिन्नों की समझ
- भाग की समझ बनाना
- वज़न का मापन करना (ग्राम और किलो-ग्राम)

देखिए और पढ़िए

पुलिस थाना

अदालत

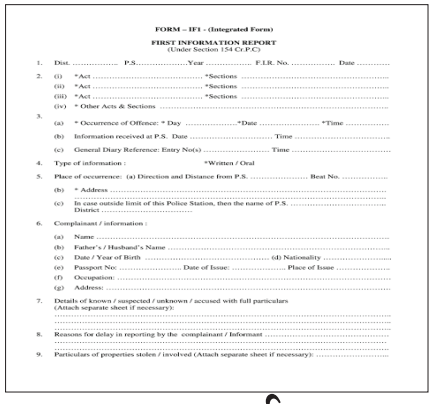
कानून

सरकारी वकील

नोटरी

कोर्ट

पारिवारिक न्यायालय



FORM – IF1 - (Integrated Form)

FIRST INFORMATION REPORT

(Under Section 154 Cr.P.C)

1. Dist. ..... P.S. ..... Year ..... F.I.R. No. ..... Date .....
2. (i) *Act ..... *Sections .....
   (ii) *Act ..... *Sections .....
   (iii) *Act ..... *Sections .....
   (iv) * Other Acts & Sections .....
3. (a) * Occurrence of Offence: * Day .....*Date ..... *Time .....
   (b) Information received at P.S. Date ..... Time .....
   (c) General Diary Reference: Entry No(s) ..... Time .....
4. Type of information : *Written / Oral
5. Place of occurrence: (a) Direction and Distance from P.S. ..... Beat No. .....
   (b) * Address .....
   (c) In case outside limit of this Police Station, then the name of P.S. .....
   District .....
6. Complainant / information :
   (a) Name .....
   (b) Father's / Husband's Name .....
   (c) Date / Year of Birth ..... (d) Nationality .....
   (e) Passport No: ..... Date of Issue: ..... Place of Issue .....
   (f) Occupation: .....
   (g) Address: .....
7. Details of known / suspected / unknown / accused with full particulars (Attach separate sheet if necessary):
8. Reasons for delay in reporting by the complainant / Informant .....
9. Particulars of properties stolen / involved (Attach separate sheet if necessary): .....

एफ.आई.आर.

नीचे दिए गए शब्दों में से कानून से जुड़े शब्दों को पढ़िए और लिखिए-

बरी	मतदाता	मुकदमा	अपील
अर्ज़ी	गवाह	फ़ौजदारी	वकील
कैद	तारीख	अपराधी	न्यायालय
हिरासत	मुजरिम	जज	ज़मानत
बेल	बरामद	हथकड़ी	खारिज
अपील	दोषी	गिरफ़्तार	गश्त
कोतवाली	फ़रियाद	गुनाह	मुलतवी

पढ़िए और लिखिए

त्र

चित्रा अपनी बुआ क्षमा को पत्र लिख रही है।

पत्र	इत्र	सत्र	रात्रि	नेत्र
मित्र	त्रुटि	स्त्री	यात्री	चित्र
यात्रा	त्रिशूल	विचित्र	त्रिकोण	पात्र

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

17

शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उनसे अक्षर लिखवाएँ तथा दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

क्षमा बुआ के पत्र

क्षमा बुआ पत्रों में ऐसा
लिखती अक्सर,
यत्र तत्र सर्वत्र यहाँ
मच्छर ही मच्छर।
ऊपर से तेरे फूफा जी
कटाक्ष करते,
खुद को शिक्षित-दीक्षित
मुझको यूँ ही समझते।
परोक्ष ढंग से कहते मैं ही
आक्षेप करती हूँ,
क्षोभ हो रहा है मन में अब
पटाक्षेप करती हूँ।
सोनाक्षी बिटिया की जब
हो जाए परीक्षा,
उसको लेकर ज़रूर
मिलने आना चित्रा।

-प्रभात

पढ़िए और अक्षर लिखिए

श्र

श्रीमती और श्री श्रेष्ठ, शादी में आमंत्रित हैं।

श्रम	श्रद्धा	श्रावण	श्राद्ध	श्रोता	आश्रम	परिश्रम

श्र

श्र

ण

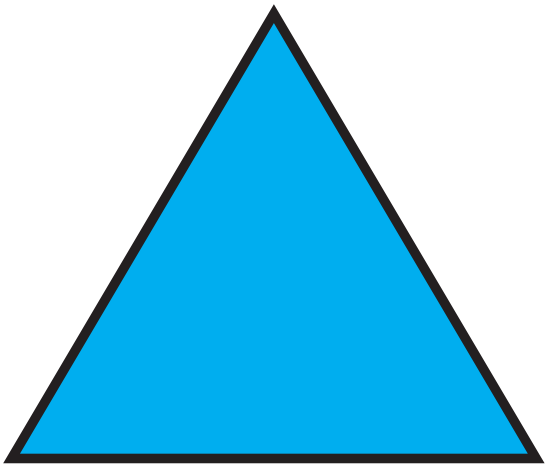
चुनाव से पहले नेताओं ने खूब भाषण दिए।

पूर्ण	पुणे	बाण	रावण	लक्षण	गुण गुण
प्राण	प्राणी	दर्पण	पणजी	त्रिकोण	परिणाम
गणना	रणवीर	पूर्णिमा	गणित	गुणा	आरक्षण

ए

ए

▪ चित्र देखिए और शब्द लिखिए



ऋ

बीज खरीदने के लिए मैंने बैंक से ऋण लिया।

ऋषभ	ऋण	ऋतु	ऋषि
मृग	कृषक	मृत्यु	वृक्ष
नृत्य	गृह	कृपा	प्रकृति

चित्र देखिए और शब्द लिखिए

ज्ञ

ज्ञानी	ज्ञान	अज्ञात	अज्ञान

शिक्षक-निर्देश— शब्द पढ़ने में सहभागियों की मदद करें। उनसे अक्षर लिखवाएँ तथा दी गई जगह पर चित्र का नाम लिखवाएँ।

मदद मिली तो कैसे

ज्ञानो का बुरा हाल है। उसके बेटे श्रवण को पुलिस ने गिरफ़्तार कर लिया है। उनका कहना है कि दुकान में उसी ने आग लगाई है।

झुनवा की दुकान में कल रात आग लगी थी। दुकान का बहुत-सा सामान जलकर राख हो गया था। अभी पता नहीं चल सका था कि आग कैसे लगी और पुलिस ने श्रवण को गिरफ़्तार कर लिया।

श्रवण की गिरफ़्तारी की खबर आनन-फानन फैल गई। ज्ञानो समझ नहीं पा रही थी कि श्रवण को छुड़ाए कैसे? उसके पास फूटी कौड़ी भी नहीं थी। आस -पड़ोस के लोग भी उसी की तरह गरीब थे।

आखिर आशा की किरण चमकी। ज्ञानो को मीना ताई की याद आई। उन्होंने ज्ञानो को राह सुझाई, वे ज्ञानो को मुफ़्त कानूनी सहायता केंद्र ले गई। मुफ़्त कानूनी सहायता केंद्र, तहसील, जिला, राज्य तथा केंद्र स्तर पर बने होते हैं। वहाँ गरीबों को वकील की सेवा मुफ़्त मिलती है। ज़रूरी कागज़ात के लिए फ़ीस भी नहीं देनी पड़ती।

ज्ञानो ने उनकी मदद से सहायता अधिकारी को अर्ज़ी दी। अधिकारी ने उसे कानूनी मदद का भरोसा दिलाया। अगले दिन श्रवण को अदालत में पेश किया गया। मुफ़्त सहायता केंद्र के वकील ने ज़मानत के कागज़ जमा किए। जज ने पूछताछ की और ज़मानत मंज़ूर कर ली।

श्रवण को ज़मानत पर रिहा किया गया। इसके बाद मुकदमा चला। मुफ़्त कानूनी सहायता केंद्र से बराबर मदद मिलती रही। ज्ञानो को न तो वकील की फ़ीस देनी पड़ी ना ही कागज़ों पर पैसा खर्च करना पड़ा। श्रवण के खिलाफ़ कोई सबूत न मिला। वह अदालत से बाइज़्ज़त बरी हो गया।

मुफ़्त कानूनी सहायता केंद्र की मदद के कारण श्रवण बच गया। ज्ञानो और श्रवण की खुशी का ठिकाना न रहा। वे आज भी मुफ़्त कानूनी सहायता केंद्र और मीना ताई की तारीफ़ करते नहीं थकते।

ज्ञानू ज्ञानी ज्ञान

नाम असल में ज्ञानचंद का
ज्ञानचंद था,
मगर कोई भी ज्ञानचंद को
ज्ञानचंद न कहता।

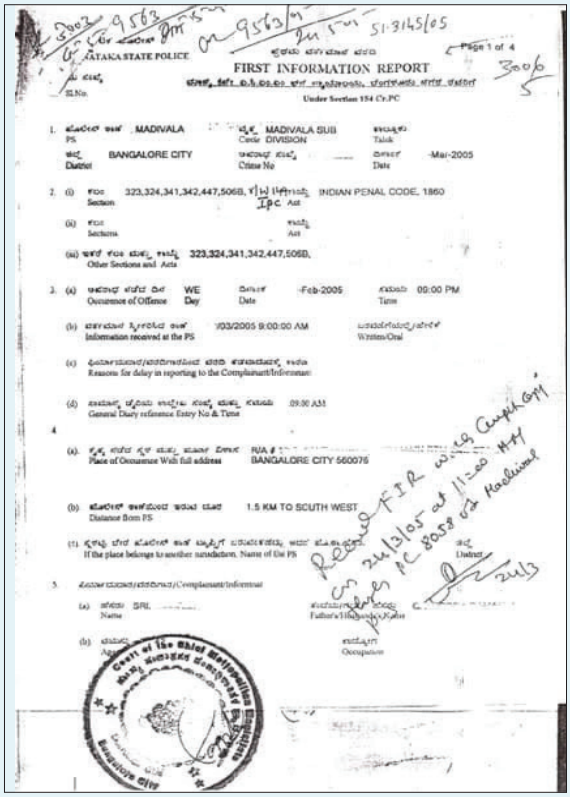
घर में सारे ज्ञानू कहते
ज्ञानी कहते मित्र,
कक्षा-शिक्षक ज्ञान ही कहते
ये था बड़ा विचित्र!

जान गई पर दुनिया सारी
सभी गए अब मान।
ज्ञानचंद के तीन नाम हैं
ज्ञानू ज्ञानी ज्ञान!

-प्रभात

प्रथम सूचना रिपोर्ट (एफ़.आई.आर.)

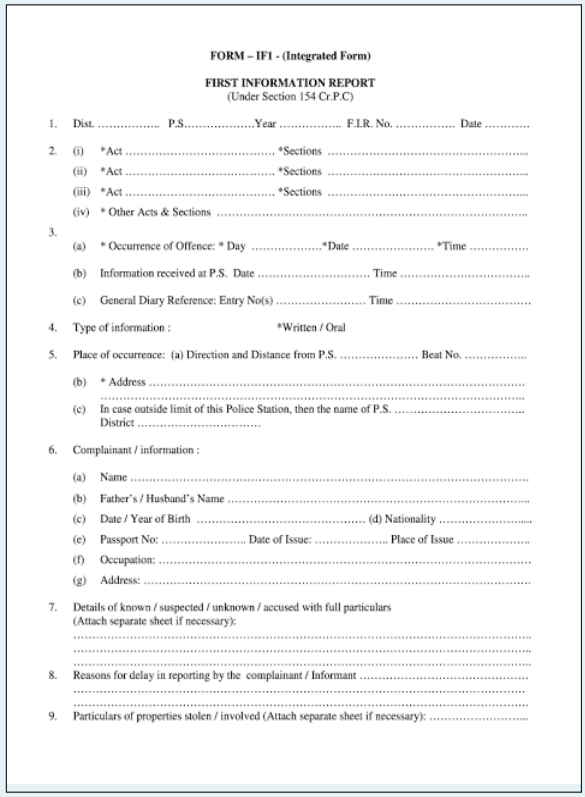
पुलिस एफ़.आई.आर. दर्ज होने के बाद ही किसी अपराध की पड़ताल शुरू कर सकती है। कानून में कहा गया है कि अपराध की सूचना मिलने पर नज़दीकी थाने में फ़ौरन एफ़.आई.आर. दर्ज करनी चाहिए। पुलिस को यह सूचना मौखिक, लिखित या किसी भी रूप में मिल सकती है। एफ़.आई.आर. में आमतौर पर वारदात की तारीख, समय और स्थान को दर्ज किया जाता है। उसमें वारदात के मूल तथ्यों और घटनाओं का विवरण भी लिखा जाता है। अगर अपराधियों का पता हो तो उनके नाम तथा गवाहों के नाम को भी शामिल किया जाता है। एफ़.आई.आर. में शिकायत दर्ज कराने वाले का नाम और पता लिखा होता है। एफ़.आई.आर. के लिए पुलिस के पास एक खास फॉर्म होता है। इस पर शिकायत करने वाले के दस्तखत कराए जाते हैं। शिकायत करने वाले को पुलिस से एफ़.आई.आर. की एक नकल कॉपी मुफ़्त पाने का कानूनी अधिकार होता है।



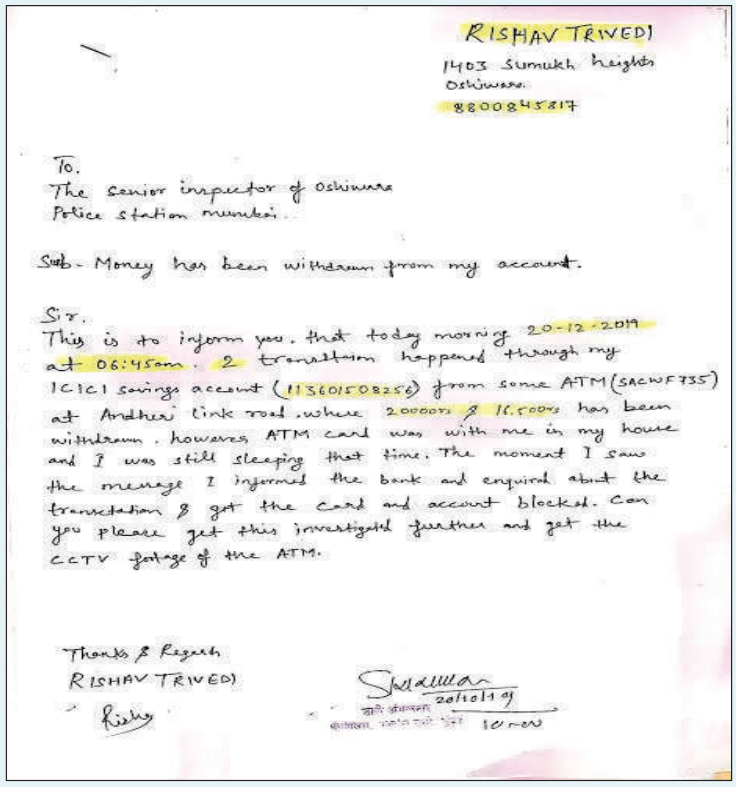
(सामाजिक एवं राजनीतिक जीवन-III, एन.सी.ई.आर.टी.)

FORM – IF1 - (Integrated Form)

FIRST INFORMATION REPORT
(Under Section 154 Cr.P.C)



1. Dist. .... P.S.................Year .... F.I.R. No. .... Date ....
2. (i) *Act ....*Sections ....
   (ii) *Act ....*Sections ....
   (iii) *Act ....*Sections ....
   (iv) * Other Acts & Sections ....
3. (a) * Occurrence of Offence: * Day ....*Date ....*Time ....
   (b) Information received at P.S. Date .... Time ....
   (c) General Diary Reference: Entry No(s) .... Time ....
4. Type of information : *Written / Oral
5. Place of occurrence: (a) Direction and Distance from P.S. .... Beat No. ....
   (b) * Address ....
   (c) In case outside limit of this Police Station, then the name of P.S. .... District ....
6. Complainant / information :
   (a) Name ....
   (b) Father's / Husband's Name ....
   (c) Date / Year of Birth .... (d) Nationality ....
   (e) Passport No: .... Date of Issue: .... Place of Issue ....
   (f) Occupation: ....
   (g) Address: ....
7. Details of known / suspected / unknown / accused with full particulars (Attach separate sheet if necessary):
8. Reasons for delay in reporting by the complainant / Informant ....
9. Particulars of properties stolen / involved (Attach separate sheet if necessary): ....



RISHAV TRIVEDI
1403 Sumukh heights
Oshiwara.
8800845817

To.
The senior inspector of Oshiwara
Police station mumbai.

Sub- Money has been withdrawn from my account.

Sir,
This is to inform you. that today morning 20-12-2019 at 06:45am. 2 transaction happened through my ICICI savings account (113601508256) from some ATM (SACWF735) at Andheri link road. where 20000rs & 10,500rs has been withdrawn. however ATM card was with me in my house and I was still sleeping that time. The moment I saw the message I informed the bank and enquired about the transaction & got the card and account blocked. Can you please get this investigated further and get the CCTV footage of the ATM.

Thanks & Regards
RISHAV TRIVEDI
Rishav

प्रश्न 1. क्या आपने कभी एफ़.आई.आर. दर्ज करवाई है?

प्रश्न 2. आपके घर से सबसे नज़दीकी पुलिस थाना कौन-सा है?

प्रश्न 3. ज़रूरत पड़ने पर आप पुलिस की मदद किस टेलीफ़ोन नंबर पर ले सकते हैं?

प्रश्न 4. महिला सुरक्षा के लिए किस नंबर पर संपर्क किया जाता है?

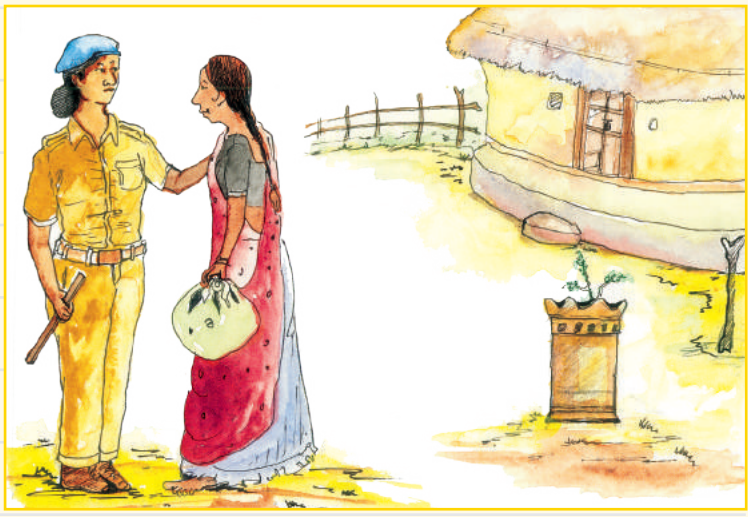
शिक्षक-निर्देश— सहभागियों के साथ प्रथम सूचना रिर्पोट 'एफ.आई.आर' के बारे में विस्तार से चर्चा करें। उनसे पूछें कि कभी उनकी एफ.आई.आर. करवानी पड़ी है क्यों और कैसे? एफ.आई.आर. प्रक्रिया पर उनसे चर्चा करें।

मेरे शब्द

शिक्षक-निर्देश— 'कानूनी जानकारी' विषय पर बातचीत कीजिए। सहभागियों से पूछकर इस विषय से जुड़े 3–4 शब्द लिखिए। ये शब्द उनकी अपनी भाषा के भी हो सकते हैं, जैसे— 'कानूनी दाँव-पेंच' के लिए 'कानूनी लफड़ा' आदि।

■ चित्र देखकर खाली जगह पर स्वयं की कहानी बनाइए और लिखिए-

शशि का एक छोटा-सा घर है। वह सिलाई करती है। इसी से उसकी गुज़र-बसर होती है। पति नहीं हैं, तीन साल पहले वे गुज़र गए थे। शशि के दो बच्चे हैं। वे स्कूल में पढ़ते हैं। शशि के घर के नज़दीक ही ज्ञानचंद की फ़ैक्टरी है। ज्ञानचंद शशि पर दबाव डालता है कि वह अपना घर उसे बेच दे। दरअसल ज्ञानचंद वहाँ अपनी नई फ़ैक्टरी खोलना चाहता है।



मुफ्त सहायता केंद्र

■ जानें वज़न के बारे में

1 किलोग्राम = 1000 ग्राम

आधा किलोग्राम = 500 ग्राम

चौथाई किलोग्राम या पाव किलोग्राम = 250 ग्राम

1. आपका वज़न कितना है? तौलें तथा लिखें। _____
2. आपके मित्र का वज़न कितना है? _____
3. वज़न करके लिखिए और बताइए किसका वज़न ज्यादा है– आपका या आपके मित्र का? _____

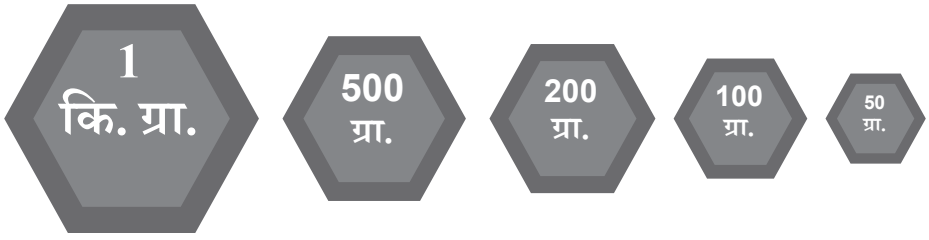
- एक फूलगोभी का वज़न कितना होगा?
- यदि चंदा ने 1 किलोग्राम चीनी खरीदी परंतु उसको उसके वज़न से ऐसा आभास हुआ कि इसका वज़न 1 किलोग्राम नहीं है। उसने दूसरी दुकान पर जाकर चीनी तुलवाई जो कि कुल 900 ग्राम निकली। चंदा को दुकानदार ने कितनी चीनी कम दी?
- कम चीनी या कम वज़न तौलने की शिकायत आप कहाँ करेंगे?

शिक्षक-निर्देश— पहले वज़न के बारे में विवरण दें तथा सहभागियों को भार की इकाइयों, जैसे- किलोग्राम, ग्राम के अनुभव प्रदान कर उनकी समझ विकसित करने में मदद करें। अधिक वज़न वाली वस्तुओं का वज़न तौलने के लिए किलोग्राम का प्रयोग होता है। कम वज़न वाली वस्तुओं को तौलने के लिए ग्राम का प्रयोग होता है। किलोग्राम को कि.ग्रा. व ग्राम को ग्रा. भी लिख सकते हैं।

- 5 कि.ग्रा. गेहूँ ₹100 में आए हैं तो 25 कि.ग्रा. गेहूँ का मूल्य कितना होगा?
- 25 कि.ग्रा. गेहूँ खरीदने के लिए आप कौन-कौन से और कितने नोट देंगे? लिखिए। _____

■ वज़न नापने के बाट

इसी तरह अधिक भारी वस्तुओं के वज़न को मापने के लिए बड़े बाट होते हैं।



■ शारदा सब्ज़ी खरीदने बाज़ार गई। हिसाब लगाइए, उसने कुल कितने रुपए की सब्ज़ियाँ खरीदीं?

क्रम	सब्ज़ी का नाम	दर (रेट) प्रति किलोग्राम	कितनी ली (मात्रा)	रुपए चुकाए (मूल्य)
1	आलू	20	2 किलोग्राम	
2	प्याज़	15	1 किलोग्राम	
3	टमाटर	25	3 किलोग्राम	
4	लौकी	10	आधा किलोग्राम	
			कुल रुपए	

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों को जागरूक करें कि जब वे किसी दुकान से सामान खरीदें तो दुकानदार से उसका बिल ज़रूर लें तथा इसके उपयोग पर चर्चा करें। यदि आपको लगता है कि आपने जो सामग्री खरीदी है वह निर्धारित वज़न से कम है तो आप दुकानदार से तराज़ू के सामग्री वाले पलड़े में बाट और बाट वाले पलड़े में सामग्री रखकर पुन: तौल करा सकते हैं। यदि आपको लगता है कि दुकानदार के बाट निर्धारित मानक के नहीं हैं तो आप नाप तौल विभाग के कार्यालय में इसकी शिकायत कर सकते हैं।

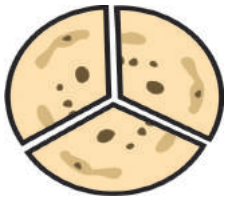
▪ पढ़िए और समझिए

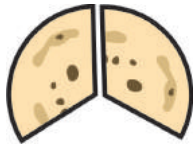
माँ ने एक बड़ी रोटी बनाई। उसके दो बराबर हिस्से किए। उनमें से एक हिस्से में से आधा-आधा अपने दोनों बच्चों– रजत और रानी को दिया। चित्र देखकर बताइए, किसको कितना मिला?

	कहते हैं	पढ़ते हैं	लिखते हैं
	1 पूरा	पूर्ण	1
	आधा	दो बराबर हिस्सों में से एक हिस्सा	$\frac{1}{2}$ एक बटे दो
	एक चौथाई	चार बराबर हिस्सों में से एक हिस्सा	$\frac{1}{4}$ एक बटे चार

- रोटी का कितना भाग बच गया?
- रजत ने रोटी का कितना भाग खाया?
- रानी ने रोटी का कितना भाग खाया?

▪ यदि माँ रोटी के तीन बराबर हिस्से करती तो ऐसे बँटवारा होता-





क्या बच्चों को पहले से ज़्यादा हिस्सा मिलेगा?

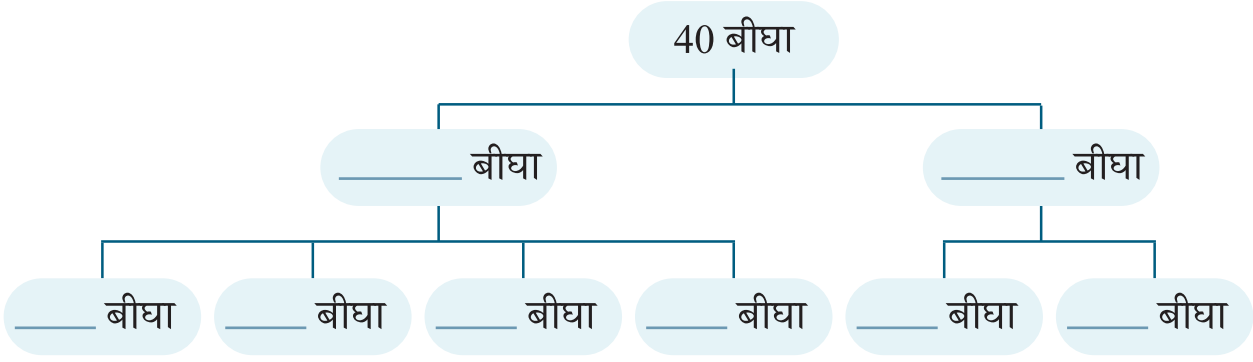
1 पूर्ण = 1 दो तिहाई = $\frac{2}{3}$ एक तिहाई = $\frac{1}{3}$

शिक्षक-निर्देश— सहभागियों से ऐसे ही कई अन्य रोज़मर्रा के उदाहरण लेकर चर्चा कीजिए। कागज़ को मोड़कर और कंकड़ों की सहायता से भी बातचीत की जा सकती है। वज़न को मापने के लिए अब डिजिटल मशीनों का भी उपयोग किया जा रहा है। डिजिटल मशीनों में वज़न नापने के पहले यह निश्चित कर लेना चाहिए कि मशीन शून्य पर सेट हो। ऐसी मशीनें आस-पास कहाँ उपयोग हो रही हैं, इस पर चर्चा करें।

■ **नीचे बनी तालिका में फसल का बँटवारा दिया है। कुछ जगह से लिखाई मिट गई है। तालिका भरने में सहायता कीजिए-**

फसल	कुल पैदावार (बोरों में)	कुल पैदावार का आधा (बोरों में)	कुल पैदावार का एक चौथाई (बोरों में)
मटर	24		
चना	32		
गेहूँ	40	20	
			5
	22		साढ़े पाँच या 5 और आधा

■ **सुंदर जी के पास 40 बीघा ज़मीन है। सुंदर जी के दो बच्चे सुशील और शीला हैं। दोनों बच्चों में जमीन का बराबर-बराबर बँटवारा हुआ। आगे चित्र में देखते हैं कि अगली पीढ़ी में ज़मीन का बँटवारा कैसे हुआ-**



- 40 को 2 बराबर भागों में बाँटा

  $40 \div 2 =$ ____

- 20 को 4 बराबर भागों में बाँटा

  $20 \div 4 =$ ____

- 20 को 5 बराबर भागों में बाँटा

  $20 \div$ ____ $= 5$

शिक्षक-निर्देश— भूमि या किसी अन्य सामग्री के बराबर-बराबर बँटवारा करते हुए भाग की समझ पर चर्चा करें।

वर्णमाला

अ आ इ ई उ ऊ ऋ ए ऐ ओ औ

क ख ग घ ङ

च छ ज झ ञ

ट ठ ड ढ ण ड़ ढ़

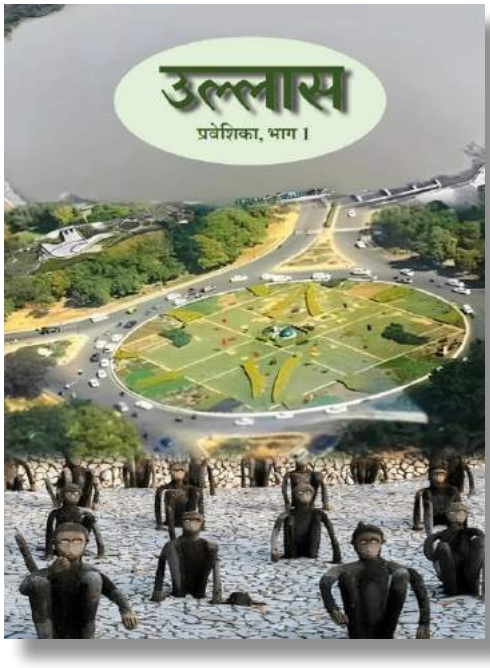
त थ द ध न

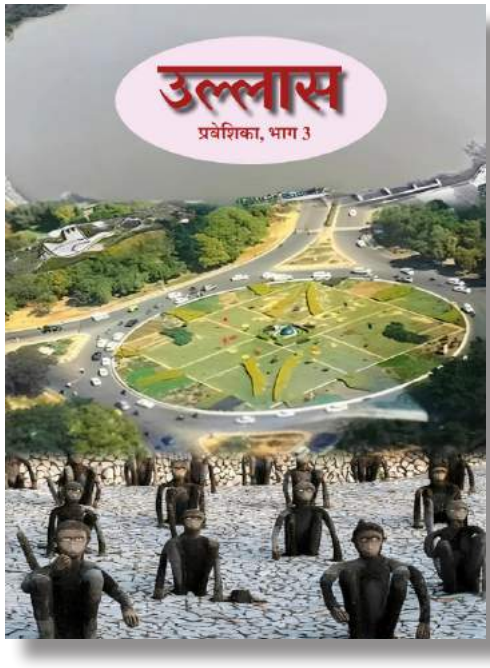
प फ ब भ म

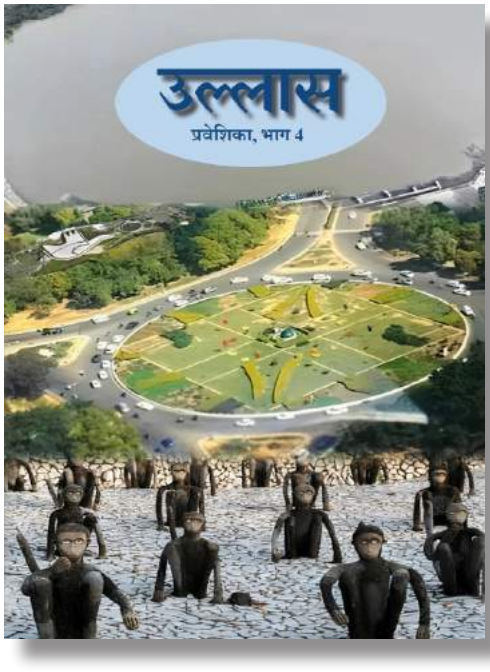
य र ल व

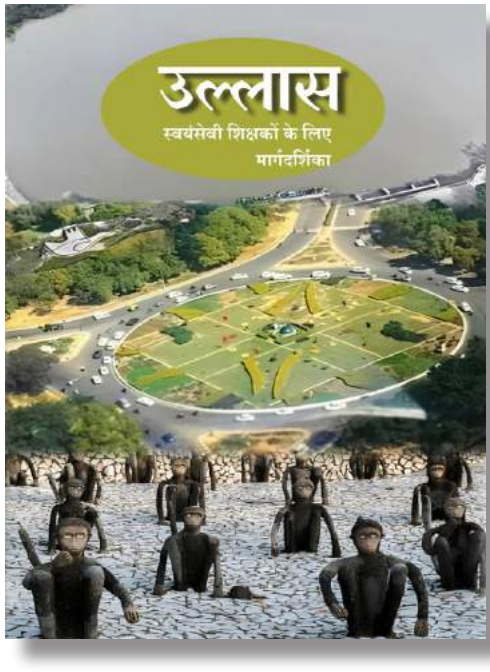
श ष स ह

क्ष त्र ज्ञ श्र


उल्लास
प्रवेशिका, भाग 1


उल्लास
प्रवेशिका, भाग 3


उल्लास
प्रवेशिका, भाग 4


उल्लास
स्वयंसेवी शिक्षकों के लिए
मार्गदर्शिका

विद्यया ऽ मृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

SCERT

STATE COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

Sector 32 C , UT Chandigarh