उल्लास

संक्षिप्त संस्करण

स्वयंसेवी शिक्षकों के लिए मार्गदर्शिका

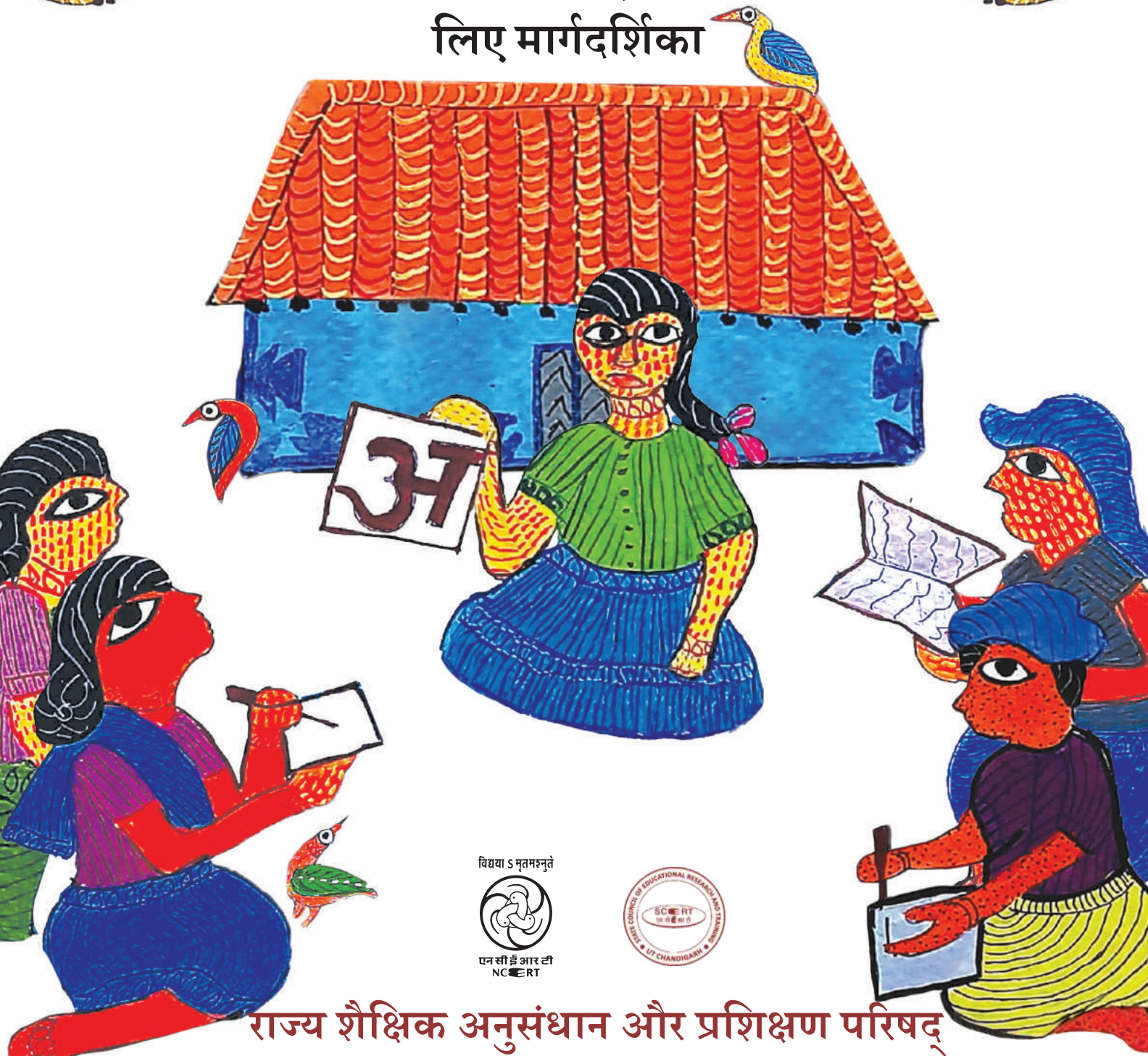
राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
STATE COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING
Sector 32 C, UT Chandigarh - 160030

साक्षर बन रहा हूँ,
बहुत कुछ सीख गया हूँ।
'डिजिटल पेमेंट' का फायदा,
मैं भी समझ गया हूँ।
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING
उल्लास ULLAS
नव भारत साक्षरता कार्यक्रम
NEW INDIA LITERACY PROGRAMME

पाएँ जीवन में शिक्षा,
पूरी करें हर इच्छा।
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING
उल्लास ULLAS
नव भारत साक्षरता कार्यक्रम
NEW INDIA LITERACY PROGRAMME

उल्लास

स्वयंसेवी शिक्षकों के लिए मार्गदर्शिका



विद्यया ऽ मृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्

यू. टी. चंडीगढ़

प्रस्तावना

शिक्षार्थियों को पढ़ना-लिखना और गणित सीखने में मदद करने का दायित्व उठाने के लिए बधाई!

'उल्लास' प्रवेशिका बुनियादी साक्षरता और संख्या ज्ञान सीखने-सिखाने के अवसर देती है। हिंदी भाषा और संख्या-ज्ञान से जुड़े सीखने के प्रतिफलों को प्राप्त करने के लिए यह मार्गदर्शिका मदद करती है। यह समझना होगा कि जिन शिक्षार्थियों को हम सीखने में मदद कर रहे हैं, उनके पास जीवन का बहुत अनुभव है, शायद वे कोई-न-कोई काम भी कर रहे होंगे लेकिन वे साक्षर नहीं हैं। यह भी हो सकता है कि उन्हें थोड़ा बहुत पढ़ना-लिखना और गणित जानते हों। वे साक्षर भले ही न हों, लेकिन वे शिक्षित होंगे। ये अ-साक्षर शिक्षार्थी 15 साल और उससे अधिक आयु वाले हैं और वे अपनी उम्र के किसी भी पड़ाव पर होंगे। इनमें सीखने की इच्छा तब जागृत होगी जब उन्हें पढ़ना-लिखना सीखना अपने काम के लिए, अपने जीवन के लिए उपयोगी लगेगा। जब-तब उन्हें साक्षर होने के लिए प्रेरणा देते रहिए, क्योंकि साक्षर होना हर व्यक्ति की एक बुनियादी ज़रूरत है।

'उल्लास' प्रवेशिका में हिंदी भाषा और गणित साथ-साथ हैं। प्रवेशिका में पढ़ने-पढ़ाने की सामग्री शिक्षार्थियों के जीवन से जुड़ी हुई है – परिवार, पड़ोस, खान-पान, सेहत, समय, डिजिटल अंक, बातचीत, मतदान, कानूनी जानकारी, बैंक, कैलेंडर, पर्यावरण के प्रति जागरूकता आदि। ये विषय ऐसे हैं जहाँ पढ़ने-लिखने और गणित की जानकारी चाहिए। रुपए-पैसे का लेन-देन, बैंक में रुपए जमा करना, रुपए निकालना, दूध का हिसाब-किताब रखना, कैलेंडर पढ़ना, घड़ी देखना आदि सभी विषय पढ़ने-लिखने की माँग करते हैं।

पाठों में दिए गए पोस्टर पर बातचीत करें और साथ ही उनके अपने अनुभव सुनें-सुनाएँ। पोस्टर में दिख रही चीज़ों के बारे में बताने के लिए कहें। चित्रों के सहारे अनुमान लगाकर पढ़ने में मदद करें। शब्दों के नीचे अँगुली रखकर पढ़ने से यह पता चलेगा कि लिखी हुई बातों को कैसे बोला जाता है। शब्दों में आए अक्षरों की पहचान करने के लिए कहें। लिखना भी इसी पुस्तक में है लेकिन आप शिक्षार्थी को ध्यान में रखते हुए, उनकी ज़रूरत के अनुसार अन्य प्रकार की विषय-सामग्री बना सकते हैं। मार्गदर्शिका पढ़ना-लिखना और गणित के सिखाने के तरीकों और उपकरणों की बात भी करती है।

हमें विश्वास है कि यह मार्गदर्शिका स्वयं सेवी शिक्षकों को एक दृष्टि देगी जिससे वे शिक्षार्थियों को साक्षर बनाने में मदद कर सकेंगे।

सामग्री के संवर्धन के लिए आप सभी के सुझाव सादर आमंत्रित हैं।

नवंबर, 2023
नयी दिल्ली

उषा शर्मा
प्रोफेसर एवं प्रभारी
राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र प्रकोष्ठ
एनसीईआरटी

स्वयंसेवी शिक्षकों से दो बातें

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अंतर्गत *'सभी के लिए शिक्षा'* (पूर्व में प्रौढ़ शिक्षा) की अनुशंसाओं के क्रियान्वयन हेतु ***'नव भारत साक्षरता कार्यक्रम'*** में राष्ट्रीय स्तर पर विविध प्रकार की शैक्षणिक सामग्री के निर्माण का उल्लेख किया गया है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 मुख्य घटक के रूप में बुनियादी साक्षरता एवं संख्या-ज्ञान पर बल देते हुए शिक्षार्थियों के जीवन से जुड़े महत्वपूर्ण जीवन कौशलों पर विशेष ध्यान केंद्रित करती है। नव भारत साक्षरता कार्यक्रम में दिए गए दिशा-निर्देशों को पूरा करने के लिए 'उल्लास' (ULLAS) को एक ऐसे माध्यम के रूप में देखा जा रहा है जो शिक्षार्थियों के पढ़ना-लिखना सीखने के लिए अनेक संभावनाओं के द्वार खोलता है। इसी बिंदु को ध्यान में रखते हुए "उल्लास" प्रवेशिका (संक्षिप्त रूप) का निर्माण किया गया है जो बुनियादी साक्षरता एवं संख्या-ज्ञान से संबंधित सीखने के प्रतिफलों को प्राप्त करने में सहायक है। इसमें पढ़ना और लिखना साथ-साथ होता है यानी भाषा और गणित एकीकृत रूप में चलती है। सात अध्यायों मे विभाजित इस उल्लास प्रवेशिका में बुनियादी साक्षरता एवं संख्या ज्ञान के साथ-साथ जीवन के महत्वपूर्ण कौशलों जैसे – स्वास्थ्य, मतदान, कानूनी साक्षरता, लोक जीवन आदि को स्थान दिया गया है।

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 अक्षर ज्ञान से वंचित हैं यानी वे असाक्षर हैं। नव भारत साक्षरता कार्यक्रम के अंतर्गत पढ़ने-लिखने व संख्या ज्ञान के कौशल को हमें उन शिक्षार्थियों तक लेकर जाना है जो किन्हीं कारणों से स्कूल नहीं जा पाए और शिक्षा से दूर रहे। ये वे शिक्षार्थी भी हो सकते हैं जो किसी की मदद से थोड़ा बहुत पढ़ना जानते हों इसलिए पढ़ने-पढ़ाने की इस प्रक्रिया में हमारे शिक्षार्थी अलग-अलग स्तर पर हो सकते हैं।

यह ध्यान में रखने की बात है कि ये शिक्षार्थी समझदार हैं, जीवन का एक लंबा अनुभव रखते हैं और शायद कुशल कारीगर भी हों। ये शिक्षार्थी संभव है कि कामकाजी हों या किसी प्रकार के श्रम द्वारा आजीविका चलाते हों। ये घर और घर के बाहर की ज़िम्मेदारियाँ उठाने वाले व्यक्ति भी होंगे। हमारा उद्देश्य यह है कि हम उनके जीवन को साक्षरता की लौ से प्रकाशवान करें और उनके जीवन को सुगम और अधिक सरल बनाने में सहयोग करें। वे पढ़ने-लिखने और गणित की समझ के द्वारा अपने अनुभवों से ज़्यादा सीख पाएँ, सोच और समझ के दायरे को अधिक गहन एवं विस्तृत कर पाएँ। साथ ही वे अपनी क्षमताओं का विकास व पूर्ण प्रयोग अपने जीवन को बेहतर बनाने में कर पाएँ जिससे देश व समाज का उत्थान भी हो पाए।

शिक्षार्थियों को पढ़ना-लिखना सिखाने के दौरान यह ध्यान रखें कि –

- इस प्रवेशिका का उद्देश्य बुनियादी साक्षरता और संख्या ज्ञान से शिक्षार्थियों को अवगत कराना है। साथ ही उन्हें इस ज्ञान से जोड़ना है।

- ये शिक्षार्थी 15 वर्ष अथवा उससे ऊपर की आयु के हैं जिनके पास अनुभव का भंडार है। यह भी संभव है कि उनके पास हमसे अधिक अनुभवों का भंडार हो। इसलिए उनके अनुभवों का सम्मान करें, उन्हें आदर दें और उनकी बातों को ध्यानपूर्वक सुनें।
- वे अपने रोज़मर्रा के कार्य स्वयं व अपने ढंग से कर लेते हैं इसलिए उनकी कार्य कुशलता की सराहना अवश्य करें।
- ध्यान रखें कि वे पढ़ने-लिखने की प्रक्रिया में तभी ध्यानपूर्वक जुड़ पाएँगे जब उन्हें पढ़ना उपयोगी लगेगा। इसलिए पूरी तैयारी के साथ पढ़ाएँ और ज़्यादा से ज़्यादा उनके जीवन से जुड़े अनुभवों को उदाहरण की तरह समझाने में इस्तेमाल करें।
- ये शिक्षार्थी हिंदी भाषा सुनने और बोलने में सक्षम हैं, वे इस भाषा का प्रयोग अपनी बोलचाल में करते हैं। इसलिए ध्यान रखें कि इस भाषा ज्ञान का प्रयोग कर हम उन्हें पढ़ने-लिखने के मौके दें। हो सकता है शिक्षार्थी के पास गणित का मौखिक प्रयोग करने की कुशलता और गणना करने के अनौपचारिक तरीके तो हों लेकिन उन्हें अंकों की पहचान न हो और गणितीय समस्याओं को हल करने में कठिनाई होती हो। आपको उन्हें अंक-ज्ञान से जोड़ना है, उनकी गणितीय समझ को बनाते और बढ़ाते हुए।
- पाठों को चित्रों, कहानियों, पोस्टर आदि के द्वारा पढ़ाने का प्रयास करें। चित्र पठन, पोस्टर पढ़ना व अनुमान लगाना, चित्रों को देखकर उसके नीचे लिखे शब्दों को अनुमान लगाकर पढ़ना, पढ़ना-पढ़ाना सीखने-सिखाने के तरीके हैं। चित्रों में एक वस्तु भी हो सकती है और एक पूरी प्रक्रिया या घटना भी। आवश्यकता के अनुसार चित्रों का इस्तेमाल विभिन्न तरीकों से किया जा सकता है। जैसे- चित्र पर बातचीत की जा सकती है, चित्र में उपलब्ध/दी गई वस्तु/घटना पर चर्चा की जा सकती है, चित्र द्वारा अनुमान लगाकर कोई कहानी बनाई/बनवाई जा सकती है। प्रवेशिका में भी चित्र देखकर अनुमान लगाकर पढ़ने के अवसर दिए गए हैं, जैसे मकान का चित्र देखकर मकान शब्द का अनुमान लगाना और पढ़ना, परिवार के लोगो का चित्र देखकर परिवार शब्द का अनुमान लगाना और पढ़ना आदि।
- हमारे शिक्षार्थियों का शब्द-भंडार वृहद है, इसलिए आपको इसका इस्तेमाल करते हुए उन्हें पढ़ना और लिखना सीखने में मदद करनी होगी। इसके लिए हम व्यक्ति/वस्तुओं के नामों द्वारा उनमें आए अक्षर व शब्दों की पहचान करने पर ज़ोर देंगे।
- हम भाषा को पूर्णरूप में बोलते और सीखते हैं, टुकड़ों में नहीं। शब्दों को तोड़कर या जोड़कर पढ़ना-लिखना नहीं सिखाया जा सकता है। इसलिए पढ़ना-लिखना सिखाने के दौरान यह याद रखें कि शब्दों और वाक्यों की मदद से अक्षर की पहचान करवाने व शब्दों को पढ़वाने का काम किया जाए। जैसे 'म' अक्षर की समझ बनाने के लिए वे शब्द जिनमें इस अक्षर का प्रयोग हुआ है उन्हें दिखाना और पढ़वाना, जैसे आम, माला, माचिस, टमाटर आदि।
- भाषा एक संदर्भ (Context) में अपनी समझ बनाती है। भाषा में संदर्भ के साथ ही लिखना-पढ़ना सिखाया जाए। बिना संदर्भ के भाषा का अर्थपूर्ण होना संभव नहीं है। जैसे – हल शब्द का अकेले प्रयोग हो तो यह समझने में मुश्किल है कि हम औज़ार की बात कर रहे हैं या किसी प्रश्न के जवाब

की। वहीं वाक्य में इसका प्रयोग (जैसे-मेरी पहेली का हल मुझे मिल गया) इसके अर्थ की सटीकता व सही समझ बनाने में पढ़ने वाले की मदद करता है। वर्णमाला के द्वारा भी अक्षर ज्ञान व अक्षर की समझ को विकसित करवाने का काम किया जा सकता है पर पहले अक्षरों को शब्दों में दिखाकर, बोलकर बताया जाए और पहचान करवाई जाए। उसके बाद ही वर्णमाला द्वारा पहचान को और मज़बूत किया जाए। इससे भाषा का शब्द भंडार, जिसका इस्तेमाल शिक्षार्थी अपने दैनिक जीवन में रोज़ करते हैं, उससे जोड़कर पढ़ने का प्रयास करेंगे।

- हम प्रवेशिका में अक्षरों के साथ अलग-अलग मात्राओं को जोड़कर उनकी पहचान करना सिखा रहे हैं। इससे अक्षर-ध्वनि संबंध समझने में शिक्षार्थी को आसानी होगी और उनकी बेहतर समझ भी विकसित होगी। जैसे – प, पा, पि, पी, आदि।
- भाषा-खेलों के द्वारा भी पढ़ना-लिखना सिखाने में मदद मिलेगी। साथ ही अक्षर ध्वनि संबंध की समझ भी विकसित होगी जिससे पढ़ने-लिखने में आसानी होगी। जैसे- एक से अधिक अक्षरों का प्रयोग करते हुए शब्द बनाना और पढ़ना, शब्दों को बोलना, पढ़ना-लिखना जैसे खेल।
- अक्षर जाल का प्रयोग करके भी अक्षर व मात्रा की पहचान संबंधी समझ को और विकसित व सुदृढ़ किया जा सकता है। अक्षर जाल शब्द निर्माण और शब्दों की पहचान करने का एक अच्छा विकल्प है। प्रवेशिका में कई जगह भाषा खेल दिए गए हैं जहाँ शब्दों को पहचानने का काम व उन्हें पहचान कर उन पर घेरा लगाने का काम दिया गया है।
- संख्या ज्ञान को भाषा के साथ ही जोड़कर पढ़ाने के लिए प्रवेशिका में दोनों को एकीकृत रुप में सम्मिलित किया गया है। कहानी और कविताओं द्वारा भाषा और संख्या ज्ञान को एक साथ रखा गया है ताकि दोनों की बेहतर समझ बन सके।
- संख्या ज्ञान से शिक्षार्थी थोड़ा-बहुत परिचित होंगे क्योंकि वे इसे अपने दैनिक जीवन में सुनते, देखते और करते होंगे, चाहे वह रुपयों का लेन-देन हो, सामान खरीदना हो, सब्ज़ियाँ खरीदना या बेचना हो, सामान गिनना हो आदि। इन सभी कामो में संख्या ज्ञान की आवश्यकता पड़ती है। इसलिए पहले जान लें कि शिक्षार्थी को कितना पता है, उसके बाद ही आगे की शुरुआत करें।
- हम अपने आस-पास मौजूद वस्तुओं का उपयोग संख्याओं की पहचान करवाने के लिए कर सकते हैं, जैसे मोबाइल का इस्तेमाल अंकों की पहचान करने के लिए कर सकते हैं। चूंकि मोबाइल का प्रयोग सभी के दैनिक जीवन की ज़रूरतों से जुड़ा है और इस तरह समझाने से वे ज़्यादा अच्छे से समझ बना सकेंगे और समझेंगे कि पढ़ना-लिखना हमारे जीवन को आसान बनाने में सहायक है। प्रवेशिका में भी इसी तरह के उदाहरणों के साथ संख्या ज्ञान से परिचित करवाने का काम किया गया है।
- कुछ शिक्षार्थियों को वस्तुओं को गिनने का ज्ञान हो सकता है इसलिए वस्तुओं को गिनकर संख्या की पहचान करवाएँ। संख्या से अवगत होने के बाद ही वे बाकी गणितीय अवधारणाओं को समझ और सीख सकेंगे।

- प्रवेशिका में संख्या की पहचान करवाने के बाद आप पोस्टर, चार्ट, व अन्य लिखित सामग्री का इस्तेमाल कर पहचान और समझ को गहरा करवा सकते हैं। फ्लैश कार्ड के इस्तेमाल द्वारा भी संख्या की पहचान करवाई जा सकती है।
- गणितीय अवधारणओं को और मज़बूत करने के लिए दैनिक जीवन से जुड़े उदाहरण ज़्यादा से ज़्यादा दें और उन्हें गणितीय अवधारणओं से परिचित करवाने के लिए भी दैनिक जीवन से जुड़े ज़्यादा से ज़्यादा उदाहरण दें।
- जोड़ व घटा जैसी गणितीय अवधारणओं को वस्तुओं के साथ सिखाएँ। जैसे तीन में चार जोड़ने पर क्या मिला, इसे दर्शाने के लिए एक जैसी तीन वस्तुओ में उसके जैसी चार और वस्तुओं को मिलाकर दिखाएँ और गिनने को कहें। उसी तरह घटाने में भी वस्तुओं को हटाकर गिनने के लिए कहें।
- प्रवेशिका में रुपयों के द्वारा भी जोड़ना और घटना सिखाया गया है जिससे जोड़ व घटा की गणितीय अवधारणा को भी समझा जा सके और रुपयों की समझ पर भी साथ काम किया जा सके। शिक्षार्थियों के साथ रुपए लेन-देन की एक छोटी गतिविधि भी करवाई जा सकती है जिससे उन्हें रुपए लेन-देन की समझ और जोड़ व घटा की गणितीय अवधारणा साथ-साथ समझाई और सिखाई जा सके।
- कहानी व गीत के द्वारा भी गणितीय अवधारणाओं को समझाने का प्रयास किया जा सकता है। इकाई दहाई जैसी अवधारणाओं को समझाने के लिए दैनिक जीवन से जुड़े अनुभव लेने का प्रयास करें। जिससे शिक्षार्थी की समझ बेहतर हो पाए। अलग-अलग वस्तुओं के बंडल बनवाकर भी इस अवधारणा को समझाया जा सकता है। इससे शिक्षार्थियों को समझने में आसानी भी होगी क्योंकि इस तरह के काम वे अपनी निजी ज़िंदगी में करते हैं।
- प्रवेशिका में गुणा की अवधारणा को सिखाने के लिए जोड़ की समझ का प्रयोग किया गया है। इससे न सिर्फ़ जोड़ की समझ पुख्ता होगी बल्कि गुणा को समझाना भी आसान होगा। इसके साथ यह भी ज़रूरी है कि वस्तुओं के साथ गुणा को समझाया जाए जैसे चार गुना समझाने के लिए एक वस्तु को चार बार दर्शाएँ। इसी तरह 2×2 दिखाने और समझाने के लिए 2 वस्तुओं को दो अलग-अलग समूह में रखना और गिनकर बताना।
- मापन की अवधारणा को वज़न, तौल, ठोस व तरल पदार्थ में अलग-अलग मापने के तरीकों के बारे में बातचीत के द्वारा समझाएँ। शिक्षार्थी मापने की इकाइयों को सामान खरीदते समय सुनते हैं और इनसे कुछ-कुछ परिचित भी होंगे। हमारा उद्देश्य यह है कि जो जानकारी शिक्षार्थियों के पास है, उसको जानें और फिर उससे जोड़ते हुए उन्हें मापन की इकाइयों से परिचित करवाएँ।
- अलग-अलग आकार के बर्तनों का इस्तेमाल करके इकाइयों की पहचान व किस तरह की वस्तु के लिए हम किस इकाई का इस्तेमाल करते हैं, इसपर बातचीत करें। इकाई बदलने के बारे में भी इसी तरह बातचीत की जा सकती ताकि इकाइयों की समझ को विकसित किया जा सके। अगर कोई सब्ज़ी बेचने का काम करता है तो उस व्यक्ति से बाट मँगवाकर, बाट दिखाकर भी किलोग्राम और ग्राम की समझ बनाने में आसानी होगी। इसी तरह दूध मापने के यंत्रों को दिखाकर लीटर की समझ बनाने में मदद की जा सकती है।

- समय देखना सिखाने के लिए प्रवेशिका में सुई वाली और डिजिटल, दोनों घड़ियों का उदाहरण देकर बात की गई है। कोशिश करें कि समय देखना सिखाने के लिए एक दीवार घड़ी को शिक्षार्थियों के सामने लाकर सुइयों की पहचान और सुइयों को घुमाकर समय बदल-बदल कर, समय देखना सिखाएँ और उन्हें खुद घड़ी देखकर समय बताने को कहें। इससे समय सीखना मज़ेदार भी होगा और उसकी पूरी समझ भी बनेगी।
- डिजिटल घड़ी को शिक्षार्थियों के सामने ज़रूर लाएँ ताकि वे डिजिटल संख्याओं को पढ़ना सीख पाएँ और डिजिटल तराजू, घड़ी आदि को आसानी से पढ़ पाएँ।
- 12 घंटे और 24 घंटे की घड़ियों को पढ़ने के अलग-अलग तरीके हैं इसलिए 24 घंटे की घड़ी को कैसे पढ़ा जाता है, इस पर बात करें और उसे पढ़ने के तरीके ज़रूर बताएँ। ट्रेन के टिकट का इस्तेमाल कर 24 घंटे की घड़ी को पढ़ना सिखाया जा सकता है।
- कैलेंडर को पढ़ना और देखना सिखाने के लिए शिक्षार्थियों को एक कैलेंडर दिखाएँ और महीनों के नाम और दिनांक पढ़ना सिखाएँ। शिक्षार्थियों को हर दिन कैलेंडर देखकर महीना और दिनांक बताने का काम दें जिससे वे इसका इस्तेमाल करें और पढ़ें।
- प्रवेशिका में महत्वपूर्ण जीवन कौशल से संबंधित विषय जैसे कानूनी जानकारी, वित्तीय साक्षरता आदि से जुड़े विषय जैसे मतदान, बैंक खाता संबंधी जानकारी; पर बातचीत के लिए अवसर दिए गए हैं। चेक बुक, जमा पर्ची आदि को शिक्षार्थियों के साथ साझा करके उन्हें पढ़ना और भरना सिखाएँ।

असीम शुभकामनाएँ!

मार्गदर्शिका निर्माण-समिति

परामर्श

दिनेश प्रसाद सकलानी, *निदेशक*, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद् नयी दिल्ली

समीक्षा-समिति

आयुष्मान गोस्वामी, *प्रोफ़ेसर* एवं *अध्यक्ष,* शिक्षा विभाग, क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान, अजमेर, राजस्थान
कंचन देवरारी, *अपर निदेशक*, एस.सी.ई.आर.टी., देहरादून, उत्तराखंड
चाँदकिरण सलूजा, *निदेशक*, संस्कृत संवर्धन प्रतिष्ठान, नई दिल्ली
प्रशांत पाण्डेय, *सहायक निदेशक*, एस.सी.ई.आर.टी., रायपुर, छत्तीसगढ़
संजीव कुमार, *पूर्व प्रधानाचार्य*, डाइट, आर.के. पुरम, नई दिल्ली
सत्यवीर सिंह, *प्रधानाचार्य*, राजकीय इंटर कॉलेज, बागपत, उत्तर प्रदेश
उषा शर्मा, *प्रोफ़ेसर* एवं *प्रभारी,* राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

निर्माण-समिति

अक्षय कुमार दीक्षित, *मेंटर शिक्षक*, शिक्षा निदेशालय, दिल्ली
याचना गुप्ता, *वरिष्ठ परामर्शदाता,* राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली
यासमीन अशरफ़, *परामर्शदाता,* राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली
सत्यवीर सिंह, *प्रधानाचार्य*, राजकीय इंटर कॉलेज, बागपत, उत्तर प्रदेश
सोनाली, *कनिष्ठ परियोजना अध्येता*, राष्ट्रीय साक्षरता केंद्र-प्रकोष्ठ, 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

यू.टी. चंडीगढ़ मार्गदर्शिका 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

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

तकनीकी सहयोग

बलजिंदर सिंह, तकनीकी विशेषज्ञ, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, चंडीगढ़

आभार

परिषद्, मार्गदर्शिका के विकास के विभिन्न चरणों में सहयोग के लिए मसीहुद्दीन, *डी.टी.पी. ऑपरेटर*; योगेश, *डी.टी.पी. ऑपरेटर*; शुभम कुमार, *सीनियर ग्राफ़िक डिज़ाईनर*; जितेंद्र कुमार, *टाइपिस्ट* की आभारी है जिनके सहयोग से इस कार्य को पूरा करने में मदद मिली।

प्रकाशन प्रभाग से मिले सहयोग का परिषद् आभार व्यक्त करती है।

पहले पाठ से पहले– आपने शिक्षार्थियों को पढ़ना-लिखना सिखाने और बुनियादी हिसाब सिखाने का बहुत अच्छा फैसला लिया है। इस निर्णय के लिए आपको बहुत बहुत बधाई।

यह काम शुरू करने से पहले आपसे अनुरोध है कि आप संक्षिप्त प्राइमर उल्लास को अच्छी तरह देख लें, पढ़ लें और समझ लें। इसके साथ-साथ आप इस शिक्षक संदर्शिका को भी अच्छी तरह पर समझ लें तो आपका कार्य बहुत आसान और रोचक हो जाएगा।

आप मार्गदर्शिका को खोलेंगे तो आपको सबसे पहले 'स्वयंसेवी शिक्षकों से दो बातें' पढ़ने को मिलेंगी। इन्हें पढ़ने के बाद आपको काफी कुछ बातें स्पष्ट हो जाएँगी। इसके बाद विषय-सूची दी गई है। विषय-सूची के ठीक अगले पृष्ठ पर 'मेरी किताब' शीर्षक दिया गया है। आप देख सकते हैं कि यहां शिक्षार्थी को अपने बारे में 3 सूचनाएं लिखनी हैं- पता और मोबाइल नंबर। अनेक शिक्षार्थी इन सूचनाओं को आपकी सहायता से स्वयं भर सकेंगे। यदि किसी शिक्षार्थी को यह सूचनाएं लिखने में कठिनाई या असहजता हो तो बिल्कुल चिंता ना करें। वह अभी के लिए यह सूचनाएं देखकर भी लिख सकते हैं या आप उनके लिए लिखने का कार्य कर सकते हैं। इन सूचनाओं को स्वयं भरने से शिक्षार्थियों में पुस्तक के प्रति अपनेपन और जुड़ाव का एहसास बढ़ेगा।

विषय-सूची

स्वयंसेवी शिक्षकों से दो बातें *v*
मार्गदर्शिका निर्माण समिति *x*
यू.टी. चंडीगढ़ मार्गदर्शिका निर्माण समिति *xi*
आभार *xii*

1 परिवार और पड़ोस **1**

2. बातचीत **12**

3. हमारा रहन-सहन **25**

4. हमारा आस-पास **34**

5. खानपान और सेहत **43**

6. मतदान **53**

7. कानूनी जानकारी **60**

1 परिवार और पड़ोस

शिक्षण-बिंदु

अ | आ | न | प | स | र | व

- 1 से 20 तक की संख्याएँ पहचानना, पढ़ना और लिखना

हिंदी भाषा

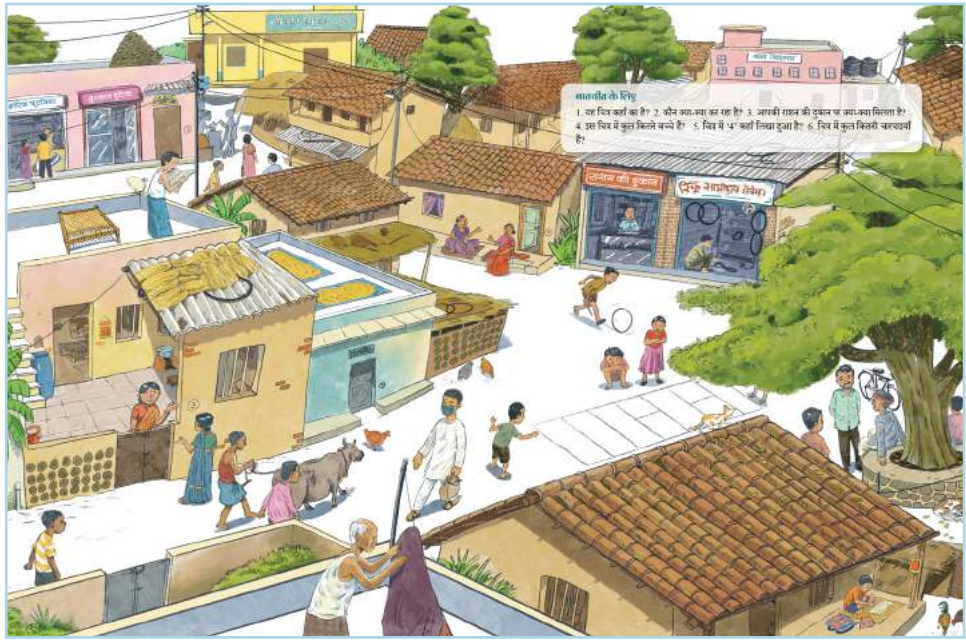
जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है यह पाठ परिवार और पड़ोस के बारे में है। इस पाठ में आपको परिवार और पड़ोस से जुड़े अनेक मुद्दों पर बातचीत करने का अवसर मिलेगा। इस पाठ में इस बातचीत के द्वारा आप शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे-

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **चित्र पर बातचीत** – 'उल्लास' में लगभग प्रत्येक पाठ की शुरुआत एक बड़े चित्र के साथ की गई है। ये चित्र इसलिए दिए गए हैं ताकि आप इनके द्वारा शिक्षार्थियों के साथ बातचीत की शुरुआत कर सकें। बातचीत ही पढ़ना-लिखना सिखाना शुरू करने का सबसे सहज और सरल तरीका है। बातचीत से आपको और शिक्षार्थियों को अपनी बात कहने और दूसरे की बात सुनने का अवसर मिलेगा। शिक्षार्थी अपनी अनुभव, अपनी राय, अपने सपने आदि बता सकेंगे। उनका शब्द-भंडार बढ़ेगा। इसी लिए 'उल्लास' के पहले पाठ 'परिवार और पड़ोस' में सबसे पहले एक चित्र दिया गया है।

  इस चित्र में एक सामान्य घर, पड़ोस और उसके आस-पास होने वाले काम-काज, घटने वाली चीज़ें दिखाई गई हैं। चित्र के आधार पर शिक्षार्थियों के साथ बातचीत करें, जैसे– यह चित्र कहाँ का है? यह आपको कैसे पता चला? आपने कैसे अंदाज़ा लगाया? इस चित्र में ऐसी कौन-कौन सी चीज़ें हैं जो

आपको अपने आस-पास दिखाई देती हैं? आप चित्र में क्या-क्या देख रहे हैं? वे क्या-क्या कर रहे हैं? क्या ये बच्चे स्कूल जाते होंगे? आप कभी स्कूल गए



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 2-3

हैं? क्या आप राशन खरीदने जाते हैं? आपकी राशन की दुकान पर क्या-क्या मिलता है? क्या आपके घर में लड़कियाँ पतंग उड़ाती हैं? घर की छत खपरैल की बनी हुई है। बारिश के मौसम में इन घरों को क्या दिक्कतें आती होंगी? उन दिक्कतों को कैसे दूर किया जा सकता है? बातचीत के दूसरे बिंदु हो सकते हैं – मोबाइल की दुकान, परिवार, स्कूल, पेड़-पौधे, बिजली की तार, पानी की टंकी, बच्चों के खेल, पंचायत घर, पड़ोस, घर आदि।

बातचीत के द्वारा चित्र की बारीक चीज़ों और कामों की ओर शिक्षार्थियों का ध्यान आकर्षित करें और चित्र को उनके जीवन-अनुभवों से जोड़ें। चित्र में पहले क्या हुआ होगा, बाद में क्या होगा, दो व्यक्ति क्या बातें कर रहे होंगे, लड़का क्या सोच रहा होगा आदि प्रश्नों के द्वारा शिक्षार्थियों की कल्पना को बढ़ावा दें।

बातचीत को संख्याओं से भी जोड़ा जा सकता है। शिक्षार्थियों से पूछें – चित्र में कितनी साइकिलें हैं? कितने पेड़ हैं? लड़के अधिक हैं या लड़कियाँ? कितने लोग पढ़ रहे हैं और कितने काम कर रहे हैं आदि। चित्र में संख्याओं पर अँगुली रखकर उन्हें पढ़ने के लिए कहें।

इस चित्र की सबसे खास बात यह है कि इसमें अकसर आस-पास नज़र आने वाला प्रिंट भी प्रदर्शित किया गया है, जैसे– दुकान के नाम (राशन की दुकान, मोबाइल की दुकान, साइकिल की दुकान), पंचायत घर, मकानों के नंबर आदि। शिक्षार्थियों का ध्यान प्रिंट यानी लिखे हुए की ओर दिलाएँ ताकि वे 'लिखत' को पढ़ने और उसके साथ संबंध जोड़ने की कोशिश करें। यदि आपने एक बार 'दुकान' शब्द की ओर संकेत करके शिक्षार्थी को बता दिया है तो उससे पूछें कि 'दुकान' शब्द और कहाँ-कहाँ है। 'दुकान' के बाद 'मकान' शब्द को पहचानने की चुनौती दी जा सकती है। प्रयास करें कि शिक्षार्थियों को इन सब कार्यों में पहेली बूझने जैसा आनंद आए। यदि शिक्षार्थी के परिवेश में इसी प्रकार की कुछ लिखी या छपी सामग्री है तो उसके बारे में भी बातचीत करें। हो सकता है कि शिक्षार्थी को अपने परिवेश में लिखी या छपी सामग्री के बारे में पहले से पता हो कि वह क्या लिखा है। बातचीत करें कि उन्हें कैसे पता चला कि वहाँ क्या लिखा/छपा है।

इस चित्र के साथ-साथ आप इन सब बातों के अलावा भी अनेक तरह की बातचीत कर सकते हैं। आप अपने आसपास उपलब्ध अन्य चित्रों का प्रयोग करके भी बातचीत कर सकते हैं।

- **पाठ के नाम पर अँगुली रखकर पढ़ें** – परिवार और पड़ोस। शिक्षार्थियों से अनुमान लगाकर पाठ का नाम पढ़ने के लिए कहें। उनसे पूछें - इस पाठ में क्या-क्या पढ़ने को मिल सकता है? आपको ऐसा क्यों लगता है? ये प्रश्न शिक्षार्थियों के लिए पाठ से जुड़ने में सहायक होंगे।

- **चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए** – इस भाग में परिवार और पड़ोस से जुड़े हुए चार चित्र दिए गए हैं, जैसे – दुकान, परिवार, दरवाज़ा और रसोईघर। चूँकि शिक्षार्थियों से पिछले चित्र पर बातचीत करने के दौरान ये शब्द अवश्य उभरकर आए होंगे, इसलिए इन चित्रों को देखते ही वे पिछले चित्र पर हुई बातचीत से इनका संबंध जोड़ लेंगे। यहाँ हर चित्र के नीचे उसका नाम भी दिया गया है। चित्र अनुमान लगाकर पढ़ने में मदद करते हैं। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसकी पहचान करने के लिए कहें और शब्द और चित्र के आधार पर

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 4

शब्द पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। 'पढ़ने' का अर्थ यहाँ लिखे हुए शब्द को पहचान लेना है। यह आवश्यक नहीं है कि शिक्षार्थियों से अक्षर या मात्रा (के चिह्न) जैसे घ, र, ा आदि पूछे ही जाएँ। शिक्षार्थी बिना किसी अक्षर या मात्रा को बताए भी किसी शब्द को पहचान कर बता सकते हैं। यह भी पढ़ना ही है। शिक्षार्थी शब्द को पहचान रहे हैं तो धीरे-धीरे उस शब्द के अक्षर और मात्राएँ पहचानना भी शुरू कर देंगे। इस कार्य में आगे दी गई गतिविधियाँ आपकी काफ़ी सहायता करेंगी। हो सकता है कि वे कुछ-कुछ पढ़ लें या बिलकुल ही न पढ़ पाएँ। ज़रूरत के अनुसार पढ़ने में उनकी सहायता करें। यदि शिक्षार्थी किसी चित्र को देखकर छपे हुए शब्द के अलावा कोई अलग शब्द बता देते हैं तो उन्हें छपे हुए शब्द को पढ़कर बता दें। चित्रों में दी गई वस्तुओं के बारे में छोटी-मोटी बातचीत भी की जा सकती है ताकि शिक्षार्थी उन शब्दों से जुड़ सकें।

शिक्षार्थियों से पूछें कि दी गई वस्तुओं में से उनके घर के आसपास क्या-क्या है और उन वस्तुओं पर सही का निशान (✓) लगवाएँ। इसका उद्देश्य पढ़े गए नामों की ओर उनका ध्यान एक बार फिर दिलवाना और दी गई सामग्री को उनके जीवन से जोड़ना है।

- **पढ़िए और लिखिए** – दिए गए अक्षरों की आकृति एवं ध्वनि पर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ। इसके लिए दिए गए चित्रों के नामों पर अँगुली रखकर पढ़ाएँ और उनके नामों की पहली ध्वनि की ओर उनका ध्यान दिलाएँ। इन ध्वनियों को अलग रंग से दिया गया है ताकि शिक्षार्थी का ध्यान उनकी ओर आकर्षित हो। यहाँ भी चित्रों पर बातचीत अवश्य करें ताकि वे इन चित्रों, उनके नाम की ध्वनियों और उन ध्वनियों से जुड़े अक्षरों पर ध्यान दे सकें। आप देखेंगे कि यहाँ 'अ-आ, न-ना, प-पा, स-सा, र-रा और व-वा' साथ-साथ दिए गए हैं ताकि शिक्षार्थियों को इनकी आकृति और ध्वनि में अंतर स्पष्ट रूप से दिखाई दे सके। ये अक्षर किसी शब्द के आरंभ, मध्य या अंत में कहाँ-कहाँ आ रहे है इस ओर ध्यान दिलाएँ, जैसे – 'समोसा' में 'सा' अंत में है और 'स' आरंभ में।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 5

'प, र, व, स, न, आ, अ' को बारी-बारी दिखाएँ और बुलवाएँ। कुछ ऐसे शब्द सुझाएँ जिनके आरंभ में, अंत में या मध्य में भी ये ध्वनियाँ आती हों और फिर उनसे ऐसे ही और शब्द पूछें, जैसे- पतंग, कप, रुपए, रथ, घर, गरम, वन,

नाव, देवर, सवेरा, घास, तसला, आम, आप, आराम, कौआ, अनार आदि। आ की मात्रा (ा) से बने अन्य शब्दों को दिखाएँ और बोलने का अभ्यास करवाएँ, जैसे- पारा, आरा, सपना, पापा, नाना, दादा। शिक्षार्थियों को 'आ' की मात्रा सिखाने के लिए ज़रूरी होगा कि वे 'अ' और 'आ' की आवाज़ तथा उससे जुड़ी आकृति में अंतर कर सकें। अत: शिक्षार्थियों के साथ कल-काल, जल-जाल, पल-पाल, नव-नाव आदि शब्दों के जोड़ों का प्रयोग कर सकते हैं। इससे वे दोनों शब्दों को देखकर-सुनकर उनमें अंतर समझ सकेंगे। वे यह भी समझ सकेंगे कि दोनों शब्दों में अगर आवाज़ का अंतर है तो उनके लिखने में भी अंतर होगा।

उन्हें इन मात्राओं से बने ऐसे ही और शब्द सुझाने के लिए कहें। उनसे पूछें कि क्या उनके नाम में इनमें से कोई अक्षर आता है। यदि हाँ, तो कौन-सा अक्षर आता है? लिखे हुए विभिन्न शब्दों में इन अक्षरों और मात्रा को पहचानने के लिए कहें और लिखने का अभ्यास करवाएँ। दिए गए बिंदुओं वाले अक्षरों की सहायता से अक्षरों को बार-बार लिखने का अभ्यास करवाएँ। उन्हें बताएँ कि अक्षरों की आकृति बनाने के लिए कलम को किस दिशा से किस ओर लेकर जाना है। यदि आपके शिक्षार्थी लिखने में सहज नहीं हैं या उनसे लिखा नहीं जा रहा है तो उन्हें प्रोत्साहित करें। उनकी कोशिशों की प्रशंसा करें और धीरे-धीरे छोटे और सरल लक्ष्यों से शुरुआत करें। शुरू में ही बड़े-बड़े शब्द या वाक्य लिखवाने के बजाय कोई रेखाचित्र बनाने के लिए कहें, जैसे वे अपने घरों में दीवारों पर या धरती पर बनाते होंगे। उनसे 'रंगोली' या 'सतिया' आदि भी बनवाया जा सकता है।

याद रहे हम सभी अक्षर एक दिन में नहीं सिखा सकते। धैर्य बनाए रखें। शिक्षार्थी को अपनी गति से पढ़ने दें। एक दिन में एक ही अक्षर या मात्रा को लें, परंतु प्रयास करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे जो कुछ भी लिखें, उसे इस तरह लिखें कि वह पढ़ा जा सके। जो कुछ शिक्षार्थियों ने सीखा है, उसे खेल-खेल में दोहराएँ, जैसे– ऐसी हरी सब्ज़ी के चित्र पर अँगुली रखें जिसका नाम 'पा' से शुरू होता है। (पालक) लिखने का काम करवाने के लिए ज़रूरी नहीं है कि आप दिए गए बिंदुओं वाले अक्षरों का ही प्रयोग करें। आप इसके लिए ब्लैक बोर्ड, फ़र्श या किसी नोटबुक का उपयोग भी कर सकते हैं।

- **देखिए और पढ़िए** – पूरे पाठ में सीखे गए अक्षरों से बनने वाले शब्दों की एक बार फिर से पहचान करवाने के लिए और यह जानने के लिए कि शिक्षार्थियों ने कितना सीख लिया है, इस गतिविधि को करवाएँ। शब्दों, अक्षरों की पहचान ताज़ा करने के लिए उनके बारे में बातचीत करें। बातचीत के बाद शिक्षार्थियों को दिए गए शीर्षक 'देखिए और पढ़िए' को अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। अँगुली रखकर पढ़ना इसलिए आवश्यक है ताकि शिक्षार्थी ध्यान दे सकें कि कौन-सा शीर्षक पढ़ा जा रहा है और पढ़े जा रहे शब्दों की आकृति की ओर भी उनका ध्यान जाए। इसके बाद उन्हें शब्द पढ़कर सुनाने के लिए कहें। यदि शिक्षार्थी दिए गए शब्द स्वयं नहीं पढ़ पाएँ तो पढ़कर बता दें।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 8

- **शब्दों को पहचानकर घेरा लगाइए -** आपको मार्गदर्शिका में एक अक्षर-जाल दिखाई देगा। अक्षर-जाल छोटे-छोटे वर्गों में लिखे अक्षरों का एक जाल होता है जिन्हें ध्यान से देखने पर हम कुछ शब्द बना सकते हैं। उदाहरण के लिए, आपको इस अक्षर-जाल में अ ना र यानी 'अनार' शब्द पर एक घेरा लगा हुआ दिखाई देगा। इसी उदाहरण का उपयोग करते हुए शिक्षार्थियों को इस अक्षर-जाल में से अधिक से अधिक सार्थक शब्द बनाने के लिए प्रेरित करें। सार्थक शब्दों का अर्थ है ऐसे शब्द जिनका कोई न कोई अर्थ वे समझते हों। यदि उनके द्वारा बनाया गया कोई शब्द ऐसा है जिसका अर्थ आपको पता नहीं है, तो उनसे उस शब्द का अर्थ अवश्य पूछें। इससे आपका शब्द भंडार भी समृद्ध होगा। आप उनके द्वारा बनाए गए या खोजे गए शब्दों को नोटबुक में लिखने के लिए भी कह सकते हैं। इस गतिविधि के द्वारा शिक्षार्थियों को परिचित या सीखे गए अक्षरों से नए-नए शब्द बनाने के कौशल को मज़बूत करने में सहायता मिलेगी। हो सकता है कि आपके शिक्षार्थियों के लिए इस प्रकार की गतिविधि या पहेली

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 8

को हल करना बिलकुल नया हो। इसलिए शिक्षार्थियों को पर्याप्त समय दें और उनके प्रयासों की सराहना करते रहें।

अनार के अतिरिक्त आप इस अक्षर-जाल में वानर, आस, आना, पाना, पर, नर, नाना, वन, नाप, नारा, आप, आरा, नार, वसा, सान आदि शब्दों को खोज सकते हैं।

- **चित्र देखकर खाली जगह भरिए -** इस प्रश्न में तीन चित्र दिए गए हैं - अनार, वानर और नाव। इन चित्रों के नीचे इनके अधूरे नाम लिखे हैं। शिक्षार्थियों को ये अधूरे नाम पूरे करने हैं। इसके लिए शिक्षार्थियों से इन चित्रों को पहचानकर इनके नाम बताने के लिए कहें। यदि शिक्षार्थी छपे हुए नामों से अच्छा नाम बताते हैं तो उनसे पूछें, इसे और क्या कहते हैं? प्रयास करें कि वे छपे हुए नामों तक आ जाएँ। नाम बताने के बाद शिक्षार्थियों को इन नामों को पूरे पाठ में कहीं भी खोजकर उन पर घेरा बनाने के लिए कहा जा सकता है।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 9

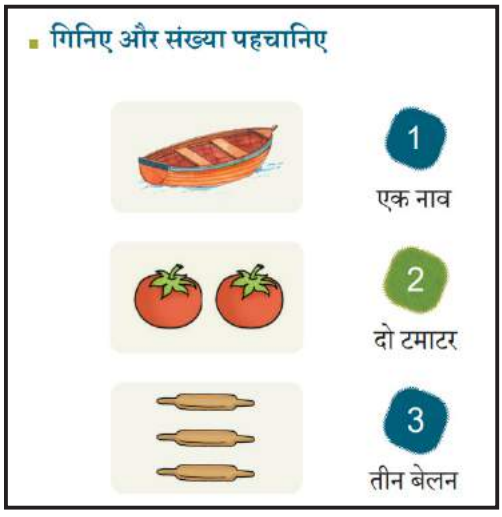
इसके बाद शिक्षार्थियों से खाली स्थान भरकर वे नाम पूरे करने के लिए कहें। जब शिक्षार्थियों से आप कुछ लिखने के लिए कहें तो धैर्य बनाए रखें। शिक्षार्थियों की लिखने की गति अलग-अलग हो सकती है। अक्षरों की आकृति बनाने में अनेक शिक्षार्थियों को कठिनाई हो सकती है। ऐसे में उन्हें अक्षरों की आकृति स्वयं बनाकर दिखाएँ। अब ये शब्द एक बार फिर पढ़ने के लिए शिक्षार्थियों से कहें।

गणित

- **चित्र पर बातचीत** – 'परिवार और पड़ोस' पाठ में सबसे पहले एक बड़ा चित्र दिया गया है। इस चित्र में एक सामान्य घर, पड़ोस और उसके आस-पास होने वाले काम-काज, घटने वाली चीजें दिखाई गई हैं। हिंदी भाषा के शिक्षण के संदर्भ में चित्र पर विस्तार से बात हो चुकी है। आप इस बातचीत को गणित से जोड़ सकते हैं, जैसे- परिवार में कुल कितने सदस्य हैं? इस प्रश्न के माध्यम

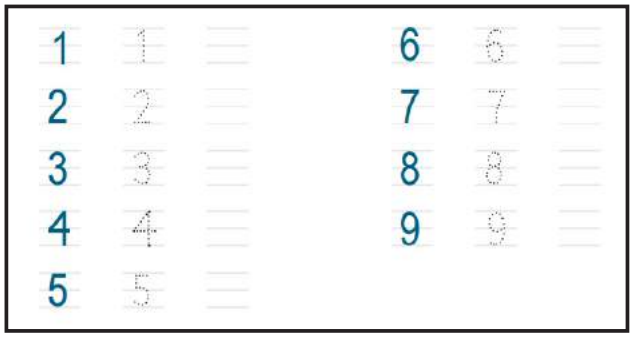
से शुरूआती गिनती के बारे में बातचीत शुरू करें। बातचीत को संख्याओं एवं संख्याओं की तुलना से भी जोड़ा जा सकता है। शिक्षार्थियों से पूछा जा सकता है कि चित्र में कितनी साइकिलें हैं? कितने पेड़ हैं? लड़के अधिक हैं या लड़कियाँ? कितने लोग पढ़ रहे हैं और कितने काम कर रहे हैं? आदि। चित्र में कई जगह अंकों का प्रयोग किया गया है, जैसे मकानों के नंबर- 3, 4, 7, 9 आदि। शिक्षार्थियों से अंकों की पहचान करने के लिए कहें। हो सकता है कि कुछ शिक्षार्थी उन अंकों की पहचान कर सकें और कुछ नहीं। ज़रूरत के अनुसार उनकी मदद करें।

- **1 से 9 तक गिनिए और संख्या पहचानिए** – पहले पाठ में कुछ चीज़ें दी गई हैं और साथ में उनकी संख्या भी दी गई है। संख्याओं के बढ़ते क्रम में दैनिक जीवन में काम आने वाली वस्तुओं के चित्र, शब्दों में उनकी संख्या तथा संख्यांक लिखे गए हैं, जैसे- एक नाव 1, तीन बेलन 3, चार आम 4, आदि। यह कोशिश करें कि शिक्षार्थी चित्रों में दिखाई गई चीज़ों को गिनें और उनकी दी गई संख्या को पहचानें। शिक्षार्थियों को अपने आस-पास मौजूद चीज़ों को भी गिनने का अवसर दें, जैसे - कमरे में कितनी खिड़कियाँ या दरवाज़े हैं?आस-पास कितने पेड़ हैं? कमरे में कितने व्यक्ति हैं? आदि। बारी-बारी से चीज़ों की संख्या बदलकर शिक्षार्थियों से पूछें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 10

- **1 से 9 तक के अंकों को लिखना** – वस्तुओं को गिनने तथा अंकों को पहचानने के बाद अंको को लिखने का अभ्यास कराना है। इसके लिए 1 से 9 तक के अंकों को लिखने का अभ्यास करवाएँ। अभ्यास हेतु पहले बिंदु वाले अंकों की सहायता से अभ्यास कराएँ। उसके बाद स्वतंत्र रूप से लिखने का अभ्यास कराएँ। यदि कोई शिक्षार्थी लिखने में कठिनाई महसूस करता है तो उसकी सहायता करें। अंकों की बनावट पर अभी ज़्यादा ध्यान न दें क्योंकि शुरूआती लेखन में अंकों का आकार सामान्य से बड़ा हो सकता है। अगर ऐसा है तो शिक्षार्थी को कहा जा सकता है कि अंकों का आकार थोड़ा छोटा बनाएँ। यह कोशिश करें कि शिक्षार्थी



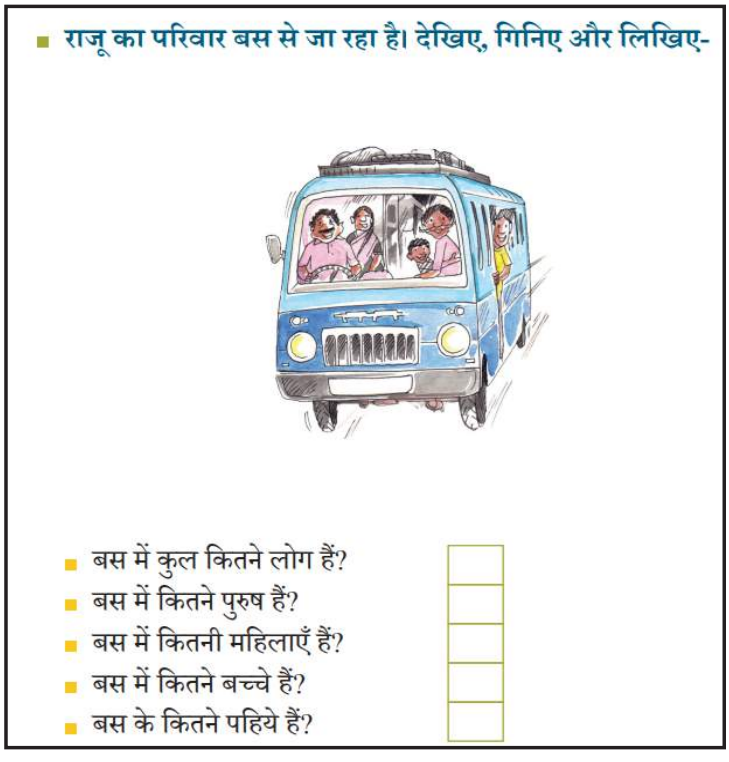
उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 12

1 से 9 तक के अंकों को बोलें और लिखें। पहले बिंदु वाले अंकों की मदद से और फिर बिना बिंदुओं के। जिन शिक्षार्थियों को अधिक अभ्यास की ज़रूरत हो, उन्हें अभ्यास का अवसर दें।

- **मोबाइल में कौन-सा अंक कहाँ?** – यह कोशिश करें कि शिक्षार्थी मोबाइल के की-पैड पर लिखी संख्याओं के पैटर्न को पहचानें, उसके आधार पर संख्याओं (1 से 9 तक) की पहचान करें तथा बोलकर बताएँ। ऐसा करने से शिक्षार्थी संख्यांक पहचानने लगेंगे। इसकी पक्की जाँच के लिए आस-पास लिखे संख्यांकों के बारे में पूछें। साथ ही 'मोबाइल में कौन-सा अंक कहाँ?' वाला अभ्यास पूरा कराएँ।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 12

- **गिनती बोलिए और लिखिए** – जब शिक्षार्थी संख्या लिखना सीख जाएँ तो प्रवेशिका में दिए 'राजू का परिवार' के चित्र पर बातचीत करें और उसके साथ दिए गए अभ्यास 'राजू का परिवार बस से जा रहा है। देखिए, गिनिए और लिखिए' को पूरा करें। साथ में ऐसे ही अन्य सवाल भी पूछे जा सकते हैं, जैसे- बस में कुल कितने लोग दिखाई दे रहे हैं? आपके परिवार में कुल कितने लोग हैं? इत्यादि। ऐसे ही अन्य अभ्यास भी दिए जा सकते हैं, जैसे- प्रवेशिका में पहले पाठ 'परिवार और पड़ोस' में सबसे पहले एक चित्र दिया गया है। इस परिवार में कुल कितने सदस्य हैं? कितनी साइकिलें हैं? कितने पेड़ हैं? आदि को अब संख्यांक के रूप में लिखवाया जा सकता है। शिक्षार्थियों से वस्तुओं को गिनकर सही संख्यांक लिखने का अभ्यास

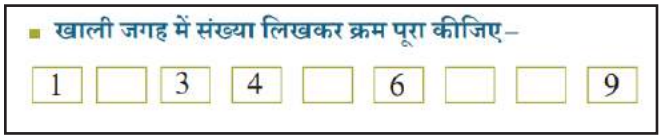


उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 13

करवाएँ। कभी-कभी वस्तुओं के चित्रों के सामने गलत संख्यांक लिखकर यह जाँच की जा सकती है कि शिक्षार्थी उस गलत संख्यांक को पहचान पाते हैं या नहीं, उन्होंने संख्या और संख्यांक को कितना समझा है।

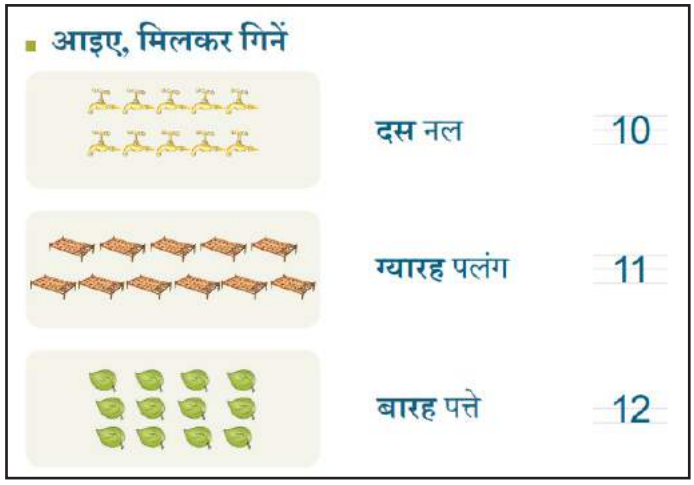
शिक्षार्थियों का ध्यान उनके आस-पास लिखे अंकों की ओर आकर्षित करें। उनकी दैनिक ज़रूरत, जैसे - मोबाइल नंबर, आधार कार्ड आदि को लिखवाने का अभ्यास करवाएँ। शिक्षार्थियों से कहें कि वे अपना मोबाइल नंबर लिखें। साथ ही पूछें कि अगर आपको अपना मोबाइल नंबर मिलाना हो तो कौन-सा अंक 1 से ज़्यादा बार दबाएँगे? अगर आपको अपना मोबाइल नंबर मिलाना हो तो 5 वाला बटन दबाना पड़ेगा या नहीं। अभ्यास के लिए परिवार के सदस्यों की संख्या, इलाके का पिन कोड, मकान संख्या आदि भी लिखवा सकते हैं।

- **1 से 9 तक की संख्याओं का क्रम पूरा करें** – अंकों के लिखने के अभ्यास के बाद संख्याओं के क्रम को पूरा करने का अभ्यास करें। 1 से 9 तक की संख्याओं के क्रम में बीच-बीच में संख्याएँ छोड़कर लिखें तथा शिक्षार्थियों को संख्या लिखकर क्रम पूरा करने के लिए कहें। इसके लिए उल्लास में दिए गए अभ्यास को भी पूरा कराएँ।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 13

- **आइए, मिलकर गिनें** – अभी तक हमने 1-9 तक की संख्या एवं संख्यांक पहचाने और लिखे हैं। आगे बढ़ने से पहले उन्हें दोहराएँ। दोहराने की प्रक्रिया में गिनती को शब्दों एवं अंकों दोनों में लिखवाएँ ताकि शिक्षार्थी संख्या एवं संख्यांक दोनों के बीच संबंध स्थापित कर सकें, जैसे- तीन एवं 3, चार एवं 4, आदि। अब आगे कि यानी 10-20 तक की संख्या पहचान करना एवं लिखना सिखाएँ।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 14

10 से ज़्यादा वस्तुएँ या रुपए देकर गिनने के लिए कहें। साथ ही उतनी ही वस्तुओं के चित्र भी दिखा सकते हैं। बताएँ कि जिस प्रकार चार को 4 लिखा जाता है उसी तरह ग्यारह वस्तुओं के लिए 11 लिखा जाता है, ऐसे ही बारह के लिए

12 आदि। ध्यान रखें, वस्तुएँ या वस्तुओं के चित्रों के साथ शब्दों में तथा अंकों में भी 20 तक की संख्याओं को समझा एवं लिखा जाए, जैसे– बारह पत्ते 12, चौदह पतंग 14, पंद्रह राखी 15, आदि। शिक्षार्थियों को चित्रों की मदद से गिनने का अवसर अवश्य दें ताकि वे 10 से 20 तक की संख्याओं को पहचानना सीखें।

- **10 से 20 तक की संख्याओं का क्रम पूरा करें**– अंकों के लिखने के अभ्यास के बाद संख्याओं के क्रम को पूरा करने का अभ्यास कराएँ। 10 से 20 तक की संख्याओं के क्रम में बीच-बीच में संख्याएँ छोड़कर लिखें तथा शिक्षार्थियों को संख्या लिखकर क्रम पूरा करने के लिए कहें। इसके लिए उल्लास में दिए गए अभ्यास को भी पूरा कराएँ। इस अभ्यास के बाद 1 से 20 तक की संख्याओं के क्रम को पूरा करने का अभ्यास भी शिक्षार्थियों को दिया जा सकता है।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 15

ध्यान दें कि संख्याएँ दैनिक जीवन की गतिविधियों का एक अभिन्न हिस्सा हैं। हम अपने परिवेश, परिवार एवं समुदाय में संख्या संबंधी विभिन्न गतिविधियों को देखने, सुनने और समझने का प्रयास करते रहते हैं। बाज़ार में दुकान से दैनिक जीवन से संबंधित सामग्री खरीदते हैं तो संख्याओं का उपयोग करते हैं, जैसे– सामग्री की मात्रा 1 बोतल, 2 गिलास, 5 फावड़े, 2 किलो चीनी, रुपए-पैसों का लेन-देन, दुकानदार से खरीदी गई सामग्री के बदले में कुल राशि का भुगतान करने के लिए संख्याओं का उपयोग करते हैं। हमें शिक्षार्थियों के इन अनुभवों को समृद्ध करते हुए ही संख्या की समझ विकसित करनी है।

2 बातचीत

शिक्षण-बिंदु

इ | ई | ब | त | म | ख | ट | च

- 21 से 50 तक की संख्याएँ पहचानना, पढ़ना और लिखना
- 50 तक की संख्याओं का जोड़ और घटा करना
- इकाई और दहाई समूहों में गिनना

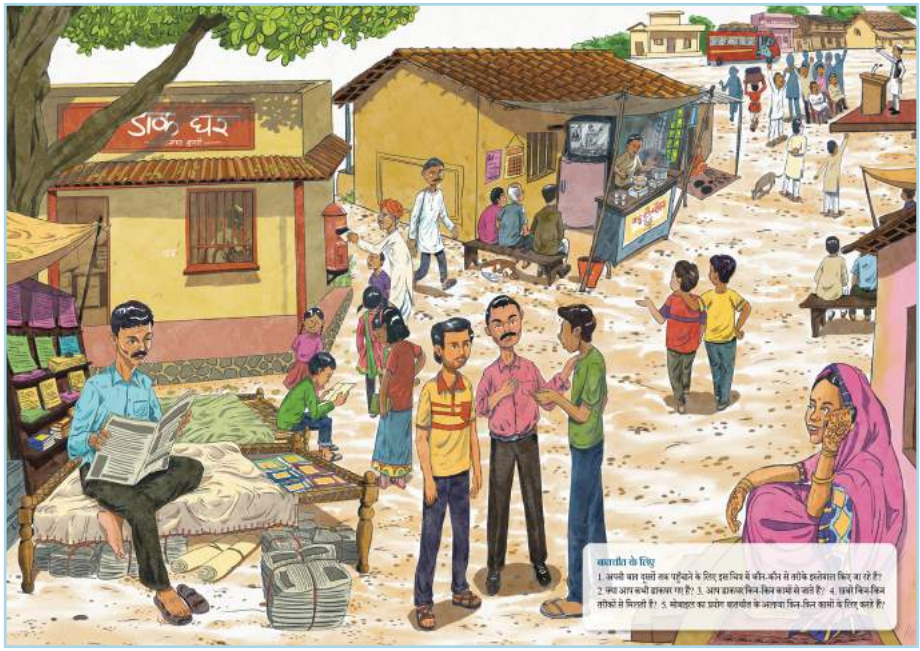
हिंदी भाषा

जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है यह पाठ बातचीत के बारे में है। इस पाठ में आपको यह चर्चा करने के अनेक अवसर मिलेंगे कि हम अपने आसपास के लोगों से किन-किन तरीकों से बातचीत करते हैं। अखबार, फोन, माइक, रेडियो आदि अनेक तरीकों या माध्यमों के द्वारा हम एक-दूसरे की बातें सुन पाते हैं या अपनी बातें सुना पाते हैं। इस पाठ में आप इस चर्चा के द्वारा शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे–

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में इस पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **चित्र पर बातचीत** – जैसा कि आप जानते ही हैं, 'उल्लास' में लगभग प्रत्येक पाठ की शुरुआत एक बड़े चित्र के साथ की गई है। ये चित्र इसलिए दिए गए हैं ताकि आप इनके द्वारा शिक्षार्थियों के साथ बातचीत की शुरुआत कर सकें। बातचीत ही पढ़ना-लिखना सिखाना शुरू करने का सबसे सहज और सरल तरीका है। बातचीत से आपको और शिक्षार्थियों को अपनी बात कहने और दूसरे की बात सुनने का अवसर मिलेगा। शिक्षार्थी अपने अनुभव, अपनी राय, अपने सपने आदि बता सकेंगे। उनका शब्द भंडार बढ़ेगा। इसी लिए 'उल्लास' के पाठ 'बातचीत' में सबसे पहले एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में बातचीत करते हुए लोगों और बातचीत करने के साधनों को दिखाया गया है। शिक्षार्थी को चित्र ध्यान से देखने के लिए कहें। उनसे पूछें – क्या आप इसके बारे में कुछ

जानना चाहते हैं? चित्र के आधार पर शिक्षार्थियों के साथ बातचीत करें, जैसे – यह चित्र कहाँ का है? यह आपने कैसे सोचा/ इसका अनुमान आपने कैसे लगाया? कौन क्या-क्या कर रहा है? आपके आसपास इस चित्र से मिलते-जुलते कौन-कौन से स्थान हैं? क्या आपके घर के आस-पास डाकघर है? क्या



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 1, पृष्ठ 19

आप कभी डाकघर जाते हैं? चारपाई को आपके यहाँ क्या कहते हैं? क्या आप अखबार पढ़ते हैं? आपके यहाँ कौन-सा अखबार आता है? बातचीत के कितने तरीके इस चित्र में दिखाए गए हैं? क्या बातचीत तभी होती है जब दो लोग आमने-सामने हों? चित्र में कौन-कौन हैं? यहाँ क्या-क्या हो रहा है? यहाँ दिन का कौन-सा समय दर्शाया गया है? कैसे पता चला? सुबह के काम के बाद आप अपना समय कैसे बिताते हैं? क्या और भी ऐसे काम या रोज़गार हैं जो सुबह के वक्त के हैं? आपको किससे बातचीत करना अच्छा लगता है औ क्यों? क्या बातचीत केवल दो लोगों में ही होती है? आप बातचीत क्यों करते हैं? आप बातचीत कब-कब करते हैं?

बातचीत को गणित से जोड़ने की कोशिश भी करें। उनसे पूछें –

- कितने लोग अखबार पढ़ रहे हैं? (एक)
- कितने लोग चिट्ठी लिख रहे हैं? (शून्य/एक भी नहीं)

- चारपाई का यह नाम क्यों पड़ा होगा? (चार पाँव के कारण)
- चित्र में कितने लोग दिखाई दे रहे हैं? इनमें कितने पुरुष हैं, कितनी स्त्रियाँ हैं?
- चप्पल कितनी हैं? दो चप्पलों को क्या कहते हैं? (चप्पलों का जोड़ा)

प्रिंट यानी लिखे हुए की ओर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ ताकि वे 'लिखत' को पढ़ने और उसके साथ संबंध जोड़ने की कोशिश करें। उनसे पूछें - डाकघर कहाँ लिखा होगा? शिक्षार्थी यदि लिखे हुए को पहचानते हैं तो अनुमान से अवश्य बता देंगे कि 'डाकघर' कहाँ लिखा है, भले ही उन्हें 'डाकघर' शब्द के अक्षर या मात्रा पता न हों।

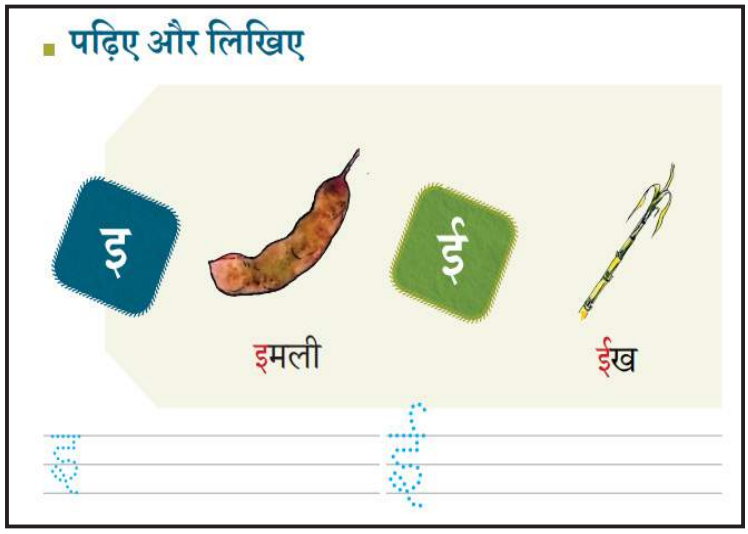
- **चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए** – दिए गए प्रश्न 'चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए' को अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। अँगुली रखकर पढ़ना इसलिए आवश्यक है ताकि शिक्षार्थी ध्यान दे सके कि कौन-सा प्रश्न पढ़ा जा रहा है और साथ-साथ पढ़े जा रहे शब्दों की आकृति की ओर भी उसका ध्यान जाए।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 20

इस भाग में कुछ चित्र दिए गए हैं जो बातचीत थीम से जुड़े हुए हैं, जैसे– डाक-पेटी, अखबार, मोबाइल आदि। बातचीत से जुड़े इन विषयों के बारे में शिक्षार्थी बहुत कुछ बता सकते हैं। उन्हें चित्र देखकर बोलने के लिए प्रेरित करें। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसकी पहचान करने के लिए कहें, शब्द और चित्र के आधार पर शब्द पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। 'पढ़ने' का अर्थ यहाँ लिखे हुए शब्द को पहचान लेना है। यह आवश्यक नहीं है कि शिक्षार्थियों से अक्षर या मात्रा-चिह्न आदि पूछे ही जाएँ। यदि शिक्षार्थी किसी चित्र को देखकर छपे हुए शब्द की बजाय कोई अलग शब्द बता देते हैं तो उन्हें छपे हुए शब्द को पढ़कर बता दें। चित्रों में दी गई वस्तुओं के बारे में छोटी-मोटी बातचीत भी की जा सकती है ताकि शिक्षार्थी उन शब्दों से जुड़ सकें।

शिक्षार्थियों से पूछें कि दी गई वस्तुओं में से उनके घर में क्या-क्या है और उन वस्तुओं पर सही का निशान (✓) लगवाएँ। उन वस्तुओं से संबंधित अपने अनुभव सुनाने के लिए प्रेरित करें।

- **पढ़िए और लिखिए** – दिए गए प्रश्न 'पढ़िए और लिखिए' को अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। 'इ' और 'ई' अक्षरों की आकृति और आवाज़ पर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ। इमली और ईख शब्दों की पहली आवाज़ बोलने के लिए कहें। 'इ' और 'ई' की आकृति बनाने में शिक्षार्थियों की सहायता करें। हो सकता है शिक्षार्थियों को इन आकृतियों को बनाने में कुछ कठिनाई हो। ऐसे में धैर्य से काम लें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 21

'इ', 'ई' की मात्रा से बने अन्य शब्दों को दिखाएँ व बोलने का अभ्यास कराएँ, जैसे – 'इमली, इमरती, इमारत, ईंट, ईख, ई-मेल' आदि। जैसा कि पहले पाठ में सुझाया गया था, वैसे ही इस पाठ में भी शिक्षार्थियों को 'इ' और 'ई' की मात्रा सिखाने के लिए ज़रूरी होगा कि वे 'इ' और 'ई' की आवाज़ तथा उससे जुड़ी आकृति में अंतर कर सकें। अत: शिक्षार्थियों के साथ 'मिल-मील, दिन-दीन, सील-सील, पिला-पीला' आदि शब्दों के जोड़ों का प्रयोग कर सकते हैं। इससे वे दोनों शब्दों में सुनकर अंतर समझ सकेंगे। वे यह भी समझ सकेंगे कि दोनों शब्दों में अगर आवाज़ का अंतर है तो उनके लिखने में भी अंतर होगा! 'इ' और 'ई' की मात्रा से बनने वाले अन्य शब्द पूछें और सुझाएँ, जैसे – 'दिन, गिन, बिना, मिला, हिल, खिला, मीनार, हिसाब, किताब, गिरा, घिरा' आदि। लिखे हुए विभिन्न शब्दों में इन अक्षरों व मात्राओं को पहचानने के लिए कहें और लिखने का अभ्यास कराएँ।

नए अक्षरों की आकृति व आवाज़ पर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ। जिन वस्तुओं के नाम ब-बा-बि-बी, त-ता-ति-ती, म-मा-मि-मी, ख-खा-खि-खी, ट-टा-टि-टी, च-चा-चि-ची से शुरू होते हैं, उन वस्तुओं के चित्रों को दिखाकर उनके नाम पूछें। चित्रों के नीचे इनके नाम लिखे हुए हैं। शिक्षार्थियों से वे नाम अनुमान लगाकर पढ़ने के लिए कहें। प्रत्येक चित्र एक-एक करके दिखाएँ और उनके नामों पर अँगुली रखकर पढ़वाएँ। उनके नामों की पहली ध्वनि की

ओर उनका ध्यान दिलाएँ। इन ध्वनियों को अलग रंग से दिया गया है ताकि शिक्षार्थी का ध्यान उनकी ओर आकर्षित हो। यदि शिक्षार्थी मार्गदर्शिका में दिए नाम न बताकर कोई अन्य नाम बताएँ तो उनके उत्तरों में रुचि लेते हुए उन्हें बताएँ कि इस वस्तु को हिंदी में यह भी कहते हैं जो कि इसके चित्र के नीचे लिखा है।

जिन शब्दों में ये अक्षर शुरू में, कहीं बीच में या अंत में आते हैं, उन शब्दों को बोलने के लिए कहें। पहले आप स्वयं कुछ शब्द सुझाएँ, जैसे– 'बस, बतख, खबर, रबड़, किताब, जवाब, तराज़ू, तकिया, पतीला, बारात, बरसात, चरखा, चारपाई, चटाई, कचरा, काँच, टायर, कटाई, घटाना, नोट, खबर, खंबा, खत, खेत, लिखना, मकान, मटर, माला, कमरा, बीमार, नमक, डमरू, इमली, इनाम, ईंट, ईख, कलाई, भलाई, धुलाई' आदि। ये अक्षर किसी शब्द के आरंभ, मध्य या अंत में कहाँ-कहाँ आ रहे हैं - इस ओर ध्यान दिलाएँ। उनसे पूछें - चार के अलावा और किस-किस संख्या के नाम में 'च' आता है? इन चित्रों में से कौन-कौन सी वस्तुएँ आपके घर में भी हैं? किसे आज तक नहीं देखा? आपके घर की भाषा में इसे क्या कहते हैं? आदि।

दिए गए बिंदुओं वाले अक्षरों की सहायता से अक्षरों को बार-बार लिखने का अभ्यास करवाएँ। उन्हें बताएँ कि अक्षरों की आकृति बनाने के लिए कलम को किस दिशा से किस ओर लेकर जाना है। यदि आपके शिक्षार्थी लिखने में सहज नहीं हैं या उनसे लिखा नहीं जा रहा है तो उन्हें प्रोत्साहित करें। उनकी कोशिशों की प्रशंसा करें।

जैसा कि पहले भी बताया गया है कि हम सभी अक्षर एक दिन में नहीं सिखा सकते। शिक्षार्थी को अपनी गति से पढ़ने दें। प्रतिदिन एक ही अक्षर या मात्रा का अभ्यास करवाएँ। लेकिन प्रयास करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे, लिखना-पढ़ना-बोलना-सुनना साथ-साथ चलता रहे। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे जो कुछ भी लिखें, उसे इस तरह लिखें कि वह पढ़ा जा सके।

जिन शब्दों को शिक्षार्थी चित्रों की सहायता से पढ़ना सीख चुके हैं, लिख चुके हैं, उन्हें एक-एक करके किसी नोटबुक या बोर्ड पर लिखकर शिक्षार्थियों से पढ़ने के लिए कहें। यदि शिक्षार्थी पढ़ लें तो उनकी सराहना करें। यदि वे पढ़ने में कठिनाई महसूस करें तो उनका उत्साहवर्धन करें, फिर से चित्रों की सहायता

से पढ़ने के लिए कहें और उनके प्रयासों की सराहना करें। आप पढ़ना-लिखना सिखाने के लिए चित्रों के स्थान पर वास्तविक वस्तुओं का उपयोग भी कर सकते हैं जैसे मोबाइल, अखबार आदि।

- **चित्र देखकर खाली स्थान भरिए -** दिए गए प्रश्न 'चित्र देखकर खाली स्थान भरिए' को अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। इस प्रश्न में चार चित्र दिए गए हैं – आम, मकान, माचिस, और टमाटर। इन चित्रों के नीचे इनके अधूरे नाम लिखे हैं। शिक्षार्थियों को ये अधूरे नाम पूरे करने हैं। इसके लिए शिक्षार्थियों से इन चित्रों को पहचानकर इनके नाम बताने के लिए कहें। नाम बताने के बाद शिक्षार्थियों को इन नामों को पूरे पाठ में कहीं भी खोजकर उन पर घेरा बनाने के लिए कहा जा सकता है। इसके बाद शिक्षार्थियों से खाली स्थान भरकर वे नाम पूरे करने के लिए कहें। जब शिक्षार्थियों से आप कुछ लिखने के लिए कहें तो धैर्य बनाए रखें। शिक्षार्थियों की लिखने की गति अलग-अलग हो सकती है।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 27

अक्षरों की आकृति बनाने में अनेक शिक्षार्थियों को कठिनाई हो सकती है। ऐसे में उन्हें अक्षरों की आकृति स्वयं बनाकर दिखाएँ। अब ये शब्द एक बार फिर पढ़ने के लिए शिक्षार्थियों से कहें।

- **वाक्यों को मिलकर पढ़िए** – शिक्षार्थियों को दिया गया प्रश्प अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। अँगुली रखकर पढ़ना इसलिए आवश्यक है ताकि शिक्षार्थी ध्यान दे सके कि कौन-सा प्रश्न पढ़ा जा रहा है और साथ-साथ पढ़े जा रहे शब्दों की आकृति की ओर भी उसका ध्यान जाए। यहाँ अब तक सीखे अक्षरों और मात्राओं से बनने वाले शब्दों का उपयोग करते हुए 5 सार्थक वाक्य दिए गए हैं। शिक्षार्थियों को प्रत्येक वाक्य

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 28

पढ़ने के लिए प्रेरित करें। यदि एक से अधिक शिक्षार्थी हैं तो उन्हें पढ़ने में एक-दूसरे की सहायता करने के लिए कहें। यदि एक अकेला शिक्षार्थी है तो आप पढ़ने में उसकी सहायता करें। इसका उद्देश्य यह है कि शिक्षार्थी स्वतंत्र रूप से परिचित शब्दों और वाक्यों को आत्मविश्वासपूर्वक पढ़ सकें। आप ये वाक्य लिखवा भी सकते हैं।

- **चित्रों के नाम लिखिए** – पूरे पाठ में सीखे गए अक्षरों से शुरू होने वाले शब्दों की एक बार फिर से पहचान करवाने के लिए और यह जानने के लिए कि शिक्षार्थी ने कितना सीख लिया है, इस गतिविधि को करवाएँ। दिए गए प्रश्न 'चित्रों के नाम लिखिए' को अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। इस प्रश्न में चार चित्र दिए गए हैं - खीरा, तबला, चरखा और मछली। शिक्षार्थियों से इन चित्रों को पहचानकर इनके नाम बताने के लिए कहें। नाम बताने के बाद शिक्षार्थियों को इन नामों को पूरे पाठ में कहीं भी खोजकर उन पर घेरा बनाने के लिए कहा जा सकता है। इसके बाद शिक्षार्थियों से खाली स्थानों में ये नाम लिखने के लिए कहें। जब शिक्षार्थियों से आप कुछ लिखने के लिए कहें तो धैर्य बनाए रखें। शिक्षार्थियों की लिखने की गति अलग-अलग हो सकती है। अक्षरों की आकृति बनाने में अनेक शिक्षार्थियों को कठिनाई हो सकती है। ऐसे में उन्हें अक्षरों की आकृति स्वयं बनाकर दिखाएँ। अब ये शब्द एक बार फिर पढ़ने के लिए शिक्षार्थियों से कहें।

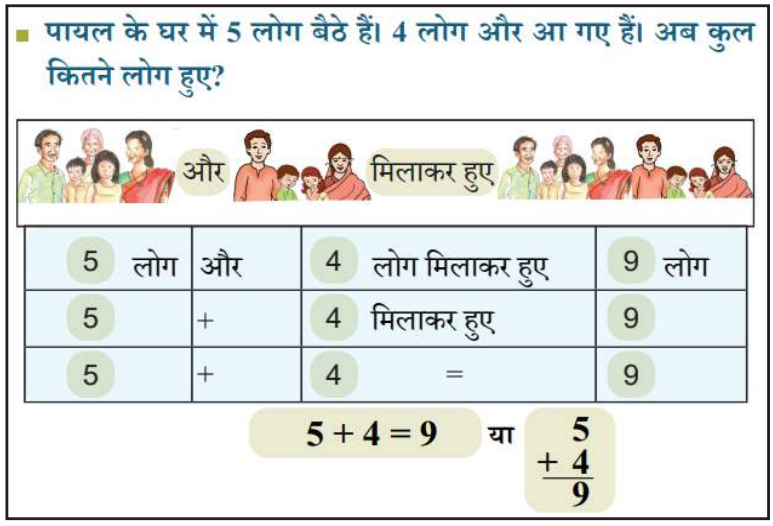
उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 28

ख, त, छ, म या अन्य सीखे गए अक्षरों से शुरू होने वाले या अंत होने वाले शब्द शिक्षार्थी अपने मन से भी बता या लिख सकते हैं, जैसे – खरगोश, सखी आदि।

गणित

- **चित्र पर बातचीत** – पाठ 'बातचीत' में सबसे पहले एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में बातचीत करते हुए लोगों और बातचीत करने के साधनों को दिखाया गया है। हिंदी भाषा के शिक्षण के समय चित्र पर विस्तार से बात हो चुकी है। आप इस बातचीत को गणित से जोड़ सकते हैं, जैसे-कितने लोग अखबार पढ़ रहे हैं? (एक)। कितने लोग चिट्ठी लिख रहे हैं? (शून्य-एक भी नहीं)। कितने बच्चे किताब पढ़ रहे हैं? कितने बच्चों के पास किताबें हैं? बातचीत के कितने तरीके इस चित्र में दिखाए गए हैं? चित्र में कितने जानवर हैं? आदि। चित्र दिखाकर शिक्षार्थियों को गणित से जोड़ना आसान होता है।

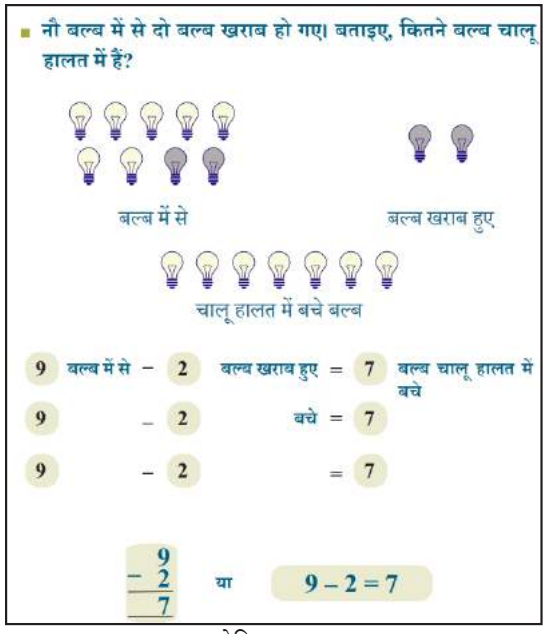
- **आइए 1 से 9 तक की संख्याएँ जोड़ें** – अभी तक आपने 1 से 20 तक की संख्याओं को पहचानना, पढ़ना तथा लिखना सिखाया है। इसका पर्याप्त अथ्यास करवाएँ क्योंकि आपके जीवन में संख्याओं का उपयोग होता ही रहता है। दैनिक जीवन में ऐसे कई अवसर आते हैं जहाँ दो संख्याओं का जोड़ करना होता हैं। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे अलग-अलग संख्याओं को जोड़ सकें। चित्रों की मदद से शिक्षार्थियों को गिनकर जोड़ सिखाने का प्रयास करें। प्रवेशिका में दिए गए अभ्यास 'पायल के घर में 5 लोग हैं। 4 लोग और आ गए हैं। अब कुल कितने लोग हुए?' पर चर्चा करें। पहले चित्रों के माध्यम से सवाल को हल करने का प्रयास करवाएँ। शिक्षार्थियों को चित्रों में सदस्यों की गिनती कर कुल सदस्यों की संख्या पता करने को कहें। इसके बाद इसी प्रश्न को '+' (जोड़) एवं "=" (बराबर) के गणितीय चिह्नों का प्रयोग कर हल करने की कोशिश करवाएँ।


पायल के घर में 5 लोग बैठे हैं। 4 लोग और आ गए हैं। अब कुल कितने लोग हुए?

5 लोग	और	4 लोग मिलाकर हुए	9 लोग
5	+	4 मिलाकर हुए	9
5	+	4 =	9

5 + 4 = 9 या $\begin{array}{r} 5 \\ +\ 4 \\ \hline 9 \end{array}$

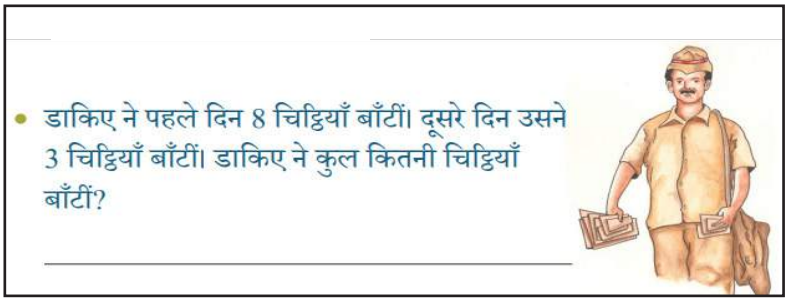
उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 29



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 30

■ **आइए 1 से 9 तक की संख्याएँ घटाएँ**– इसी प्रकार 9 तक की संख्याओं का प्रयोग कर 'घटा' का भी अभ्यास करवाएँ। प्रवेशिका में दिए गए प्रश्न 'नौ बल्ब में से दो बल्ब खराब हो गए तो बताइए कितने बल्ब चालू हालत में हैं?' में चित्रों की सहायता से घटाने की प्रक्रिया सिखाई गई है। चित्रों में बल्ब की संख्या गिनकर बचे हुए बल्ब का पता लगाने का प्रयास करवाएँ। इसके बाद '-' (घटा) और '=' (बराबर) के गणितीय चिह्नों का प्रयोग कर प्रश्न को हल करने का प्रयास करवाएँ।

■ **दैनिक जीवन में जोड़ एवं घटा के उदाहरण**– वास्तविक उदाहरणों की सहायता से जोड़ एवं घटा को समझना आसान होगा, जैसे- डाकिए ने पहले दिन 8 चिट्ठियाँ बाँटीं। दूसरे दिन उसने 3 चिट्ठियाँ बाँटीं। डाकिए ने कुल कितनी चिट्ठियाँ बाँटीं? ऐसे ही अन्य उदाहरण भी लिए जा सकते हैं। बार-बार ध्यान दिलाएँ कि '+' यह जमा का निशान है, '-' यह घटा का निशान है और '=' यह बराबर का निशान है। इन चिह्नों के प्रयोग से गणितीय कथनों को लिखना भी सिखाएँ।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 29

दैनिक जीवन में ऐसे अवसर आते हैं जहाँ कभी-कभी घटा करने पर शून्य बचता है। जैसे- दुकानदार के पास 10 मोबाइल थे। उसने पहले दिन 3 मोबाइल बेच दिए। अब उसके पास कितने मोबाइल हैं? दूसरे दिन उसने 4 मोबाइल और बेचे। अब उसके पास कितने मोबाइल बचे? उसके अगले दिन उसने 3 मोबाइल और बेचे। अब दुकान में कितने मोबाइल बचे हैं?

किसी भी वस्तु के ना होने को '0' से दर्शाते हैं। एक भी मोबाइल नहीं, शून्य मोबाइल, ज़ीरो मोबाइल आदि को दर्शाने के लिए '0' के उपयोग के बारे में

चर्चा करें। यदि शिक्षार्थी 'कुछ भी नहीं' उत्तर दें तो ऐसी स्थिति पर भी चर्चा करें। इसे समझाने के लिए कंकड़, बीज, मोती, आदि का उपयोग करें और चर्चा करें कि शून्य, ज़ीरो का उपयोग कब किया जा सकता है। शिक्षार्थियों को ऐसे कथन या कहानियाँ बनाने तथा सुनाने के लिए प्रेरित करें जिनमें 'शून्य' का उपयोग हो। उस कहानी से संबंधित गणितीय तथ्य लिखवाएँ।

समझ पक्की करने एवं दस के जोड़ और घटा के तथ्य समझने के लिए कैलकुलेटर का भी उपयोग किया जा सकता है। शिक्षार्थियों को कैलकुलेटर पर लिखे अंकों को पहचानने के लिए कहें। पहचानने के बाद कहें कि ऐसी दो संख्याओं को लिखिए जिनका जोड़ 10 आएगा। इसका सत्यापन कैलकुलेटर द्वारा करवाएँ। इन स्थितियों को गणितीय कथनों में लिखने के लिए कहें। शिक्षार्थियों के साथ अलग-अलग संख्याओं के जोड़ एवं घटाव पर आधारित स्थितियों पर चर्चा करें तथा जोड़ एवं घटाव पर आधारित तथ्य लिखने के लिए भी प्रेरित करें।

- **आइए करके देखें** – दीवाली की चर्चा करते हुए विभिन्न त्योहारों पर सामान की खरीदारी करने एवं खर्च के हिसाब-किताब पर शिक्षार्थियों से चर्चा करें। लेन-देन के दौरान दस-दस के नोट एवं सिक्कों पर बातचीत करें। जैसे-गुब्बारे बेचते हुए रमेश के पास 1 रुपए के बहुत सारे सिक्के इक्कठे हो गए। उसने सिक्कों को रुपए में बदलने के लिए दुकानदार को 1 रुपए के दस सिक्के दिए और बदले में दुकानदार ने उसे 10 रुपए का एक नोट दिया। शिक्षार्थियों के साथ चर्चा करें कि 1 रुपए के ग्यारह सिक्कों में एक 10 का नोट बनता है तथा एक खुला सिक्का बचेगा। इसी तरह 1 रुपए के बारह सिक्कों में एक 10 का नोट बनता है तथा दो 1 रुपए के सिक्के बचेंगे। इन स्थितियों को वास्तविक मुद्रा या चित्रों के माध्यम से वास्तविक रूप में प्रदर्शित करवाएँ।

  इस स्थिति पर भी चर्चा करें कि यदि आपके पास 1 रुपए के उन्नीस सिक्के हों और 1 रुपए का एक और सिक्का आपको मिले तो आप इनके बदले दुकानदार से 10 रुपए के दो नोट ले सकते हैं। इसे भी वास्तविक मुद्रा या चित्रों के माध्यम से वास्तविक रूप में प्रदर्शित करवाएँ। साथ ही यह भी चर्चा करें कि 20 रुपए में 10 रुपए के दो नोट एवं 1 रुपए के शून्य सिक्के होते हैं। शिक्षार्थियों से पूछें कि अगर रमेश दुकानदार को 1 रुपए के बीस सिक्के देगा तो उसके बदले में उसे 10 रुपए के कितने नोट मिलेंगे? ऐसी ही चर्चा बीस से ज़्यादा सिक्के लेकर भी करें।

शिक्षार्थियों को 1 रुपए के बहुत से सिक्के देकर पूछें- इनके बदले 10 रुपए के कितने नोट मिल सकते हैं और 1 रुपए के कितने सिक्के आपके पास रहेंगे? फिर कुछ 10 रुपए के नोट एवं कुछ 1 रुपए के सिक्के देकर पूछें कि कुल कितने रुपए हैं? मनु को 24 फूल खरीदने हैं। फूल की एक माला में दस फूल हैं। मनु को कितनी फूलों की माला एवं खुले फूल खरीदने होंगे?

- **आइए, जोड़कर गिनती सीखें** – शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि दस-दस के समूह में गिनने से बड़ी-बड़ी संख्याओं को गिनना आसान हो जाता है। यह समझ भी विकसित करनी है कि दस इकाइयों से मिलकर एक दहाई बनती है। प्रवेशिका में मिठाई के डिब्बे और खुली मिठाई के चित्रों द्वारा यह तथ्य समझाए गए हैं। 30 के ऊपर की गिनती को इसी प्रकार इकाई जोड़-जोड़कर तालिका में दर्शाया गया है। इन चित्रों और तालिका को समझने और इनके माध्यम से संख्याओं को सीखने में शिक्षार्थियों की मदद करें।

आइए, जोड़कर गिनती सीखें

मिठाई के एक डिब्बे में 10 लड्डू हैं। 10 इकाइयों का मतलब 1 दहाई होता है। देखिए, समझिए और लिखिए

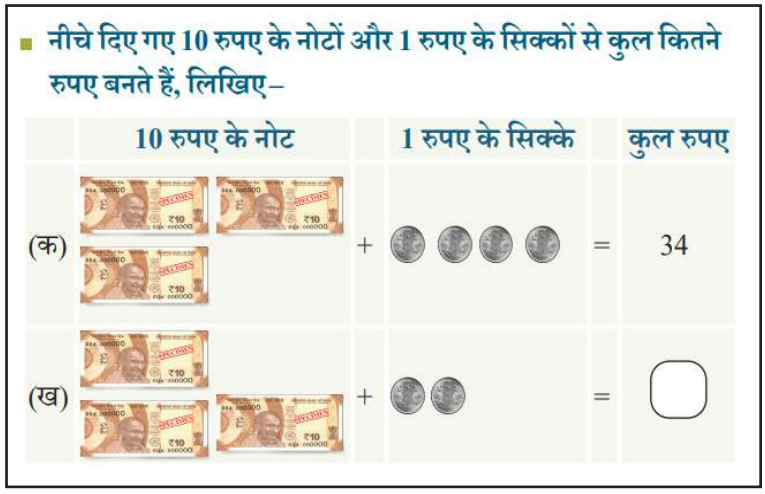
20 + 1 = 21
2 दहाई और 1 इकाई
इक्कीस

20 + 2 = 22
2 दहाई और 2 इकाई
बाईस

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 31

- **इकाई और दहाई की समझ** – रुपए एवं मिठाई के डिब्बों के द्वारा शिक्षार्थियों में इकाई तथा दहाई की समझ विकसित करने की एक शुरूआत की गई है। शिक्षार्थी को इकाई और दहाई की समझ को पक्की करने के लिए स्वयं अपने आस-पास की चीज़ों के दस-दस के समूह बनाने के लिए प्रेरित करें। ऐसी अन्य संख्याओं को लेकर शिक्षार्थियों से प्रश्न पूछें कि उनमें कितने दस (दहाई) और कितने एक (इकाई) होंगे। वास्तविक उदाहरणों पर चर्चा करते हुए लेन-देन में दस-दस तथा एक-एक के सिक्कों द्वारा मूल्य चुकाए जाने पर चर्चा करें। जैसे- आपके पास 10 रुपए के नोट या सिक्के तथा 1 रुपए के नोट या सिक्के हैं। आपको बाज़ार से कुछ सामान खरीदना है।

शिक्षार्थियों को बताएँ कि दस-दस के समूह में गिनने से बड़ी-बड़ी संख्याओं को गिनना आसान हो जाता है। यह समझ भी विकसित करनी है कि दस इकाइयों से मिलकर एक दहाई बनती है। शिक्षार्थियों से पूछा जा सकता हैं कि यदि आपके पास दस-दस एवं एक-एक के नोट या सिक्के हैं तो बताइए आप दुकानदार को वस्तु का मूल्य 34 रुपए कैसे चुकाएँगे? (ध्यान रहे कि 1 रुपए के नोट या सिक्के एक बार में 10 से कम ही उपयोग कर सकते हैं।) इकाई और दहाई की समझ को पक्की करने के लिए प्रवेशिका में दिए गए इसी प्रकार के अन्य प्रश्नों को हल करने में शिक्षार्थियों की मदद करें।

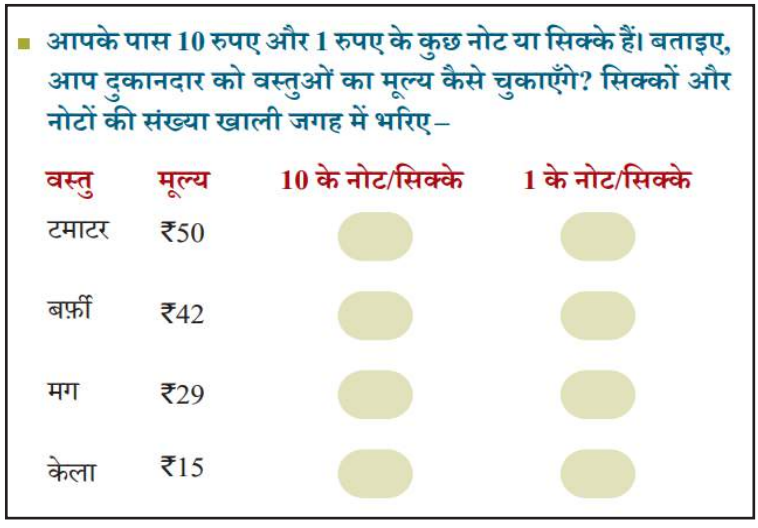


- नीचे दिए गए 10 रुपए के नोटों और 1 रुपए के सिक्कों से कुल कितने रुपए बनते हैं, लिखिए–

	10 रुपए के नोट		1 रुपए के सिक्के		कुल रुपए
(क)		+		=	34
(ख)		+		=	☐

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 34

- **दैनिक जीवन के उदाहरण** – इकाई एवं दहाई से संबंधित दैनिक जीवन के उदाहरणों पर चर्चा करें। प्रवेशिका में दिए गए माचिस की तीलियों के उदाहरण से वास्तविक अभ्यास कराएँ। साथ ही एक-एक एवं दस-दस के सिक्कों एवं नोटों की सहायता से भी वास्तविक अभ्यास कराएँ। बंडल तीली एवं माला बनाने का भी अभ्यास कराया जा सकता है। उदाहरण के लिए- आपके पास 10 रुपए और 1 रुपए के कुछ नोट या सिक्के हैं। बताइए, आप किसी वस्तु के मूल्य को कैसे चुकाएँगे? सिक्कों एवं नोटों की संख्या बताइए।

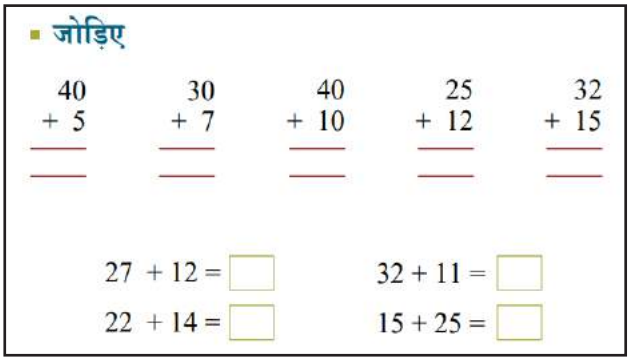


- आपके पास 10 रुपए और 1 रुपए के कुछ नोट या सिक्के हैं। बताइए, आप दुकानदार को वस्तुओं का मूल्य कैसे चुकाएँगे? सिक्कों और नोटों की संख्या खाली जगह में भरिए–

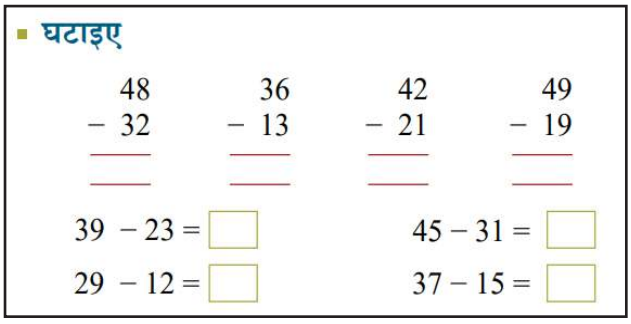
वस्तु	मूल्य	10 के नोट/सिक्के	1 के नोट/सिक्के
टमाटर	₹50		
बर्फ़ी	₹42		
मग	₹29		
केला	₹15		

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 35

■ **आइए जोड़ एवं घटा का अभ्यास करें** – 1 से 9 तक की संख्याओं के जोड़ एवं घटा के पर्याप्त अभ्यास के बाद 50 तक की संख्याओं (जोड़ का परिणाम 50 तक) के जोड़ एवं घटा के सवालों का अभ्यास कराएँ। इसके लिए प्रवेशिका में पर्याप्त अभ्यास दिए गए हैं। आप भी आसपास के संदर्भों के साथ जोड़कर अन्य प्रश्न शिक्षार्थियों को दे सकते हैं।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 37



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 2, पृष्ठ 37

■ **ध्यान दें** – विभिन्न कारणों से वास्तविक जीवन में इकाइयों और दहाइयों में गिनती महत्वपूर्ण है। यह खरीदारी, बजट बनाने और खाना पकाने जैसे रोज़मर्रा के कार्यों में सहायता करता है। दुकानदार को पैसे देने या दैनिक जीवन में लेन-देन करने में दस-दस में गिनना बहुत ही आसान होता है। जोड़ और घटा का दैनिक जीवन में बहुत महत्व है। जोड़ हमें खर्च एवं लागतों की गणना करने, बजट बनाने और वस्तुओं के कुल मूल्य बताने में मदद करता है। यह खरीदारी, वित्तीय योजना और खाना पकाने में सामग्री की मात्रा मापने के लिए भी महत्वपूर्ण है। घटाव हमें मूल्यों के बीच अंतर खोजने, छूट का पता करने जैसे कार्यों में सहायता करता है।

3 हमारा रहन-सहन

शिक्षण-बिंदु

ओ | औ | झ | द | ल | ग | क | य

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

हिंदी भाषा

उल्लास के इस तीसरे पाठ का विषय है लोगों के रहन-सहन का तरीका। रहन-सहन मतलब हमारी संस्कृति। इसमें वह सबकुछ शामिल है जो हमें एक भारतीय बनाता है - हमारे रीति-रिवाज जैसे विवाह, बारात; हमारे खान-पान के तरीके, हमारे खेल-खिलौने, हमारे कपड़े-परिधान, संगीत, यातायात, भाषा आदि। इस पाठ में आपको अपने शिक्षार्थियों से इन सब विषयों पर बात करने के अवसर मिलेंगे। इस पाठ में आप इस चर्चा के द्वारा शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे-

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में इस पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **चित्र पर बातचीत** – इस पाठ में सबसे पहले एक बस्ती के बीच बसे एक बाज़ार का चित्र दिया गया है। बाज़ार की सड़क पर एक बारात जा रही है। कुछ लोग सामान खरीद-बेच रहे हैं। शिक्षार्थी को चित्र ध्यान से देखने के लिए कहें। उनसे पूछें – क्या आप इसके बारे में कुछ जानना चाहते हैं? शिक्षार्थियों से चित्र में दिखाई दे रही चीज़ों और लोगों के बारे में बातचीत करें, जैसे - यह चित्र कहाँ का है? यह आपको कैसे पता चला? कौन क्या-क्या कर रहा है? आपको कैसे पता चला कि यह भीड़ एक बारात है? लोगों ने कौन-कौन से कपड़े पहने हुए हैं? अपने बाल सुखा रही महिला कहाँ खड़ी है? चित्र में कौन-कौन से पशु दिखाई दे रहे हैं? चित्र में कितने पशु दिखाई दे रहे हैं? मिठाई की दुकान कहाँ है?

चूड़ियाँ कहाँ मिलेंगी? यह दिन का कौन-सा समय होगा? कौन-कौन सी वस्तुएँ गोल हैं, कौन-सी वस्तुएँ लंबी हैं? ये किस चीज़ के तार हैं? कहाँ-कहाँ पर कुछ लिखा हुआ है? शिक्षार्थियों का ध्यान प्रिंट यानी लिखे हुए की ओर दिलाएँ

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 38-39

ताकि वे 'लिखत' को पढ़ने और उसके साथ संबंध जोड़ने की कोशिश करें। उनसे पूछें - इस बैंड वाले के हाथ की तख्ती पर क्या लिखा होगा? आपको शादी से जुड़े कौन – कौन से गाने आते हैं? रेहड़ी पर सामान बेच रहे व्यक्ति ने क्या लिखा होगा? उनके उत्तर देने के बाद आप उन्हें पढ़कर बता भी सकते हैं कि वहाँ क्या लिखा हुआ है।

- **पढ़िए और बातचीत कीजिए** – इस भाग में कुछ चित्र दिए गए हैं जो 'हमारा रहन-सहन' विषय-वस्तु से जुड़े हुए हैं, जैसे – बारात, बाजा, खिलौने और गोदना। शिक्षार्थियों को चित्र देखकर बोलने के लिए प्रेरित करें। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसकी पहचान करने के लिए कहें और शब्द और चित्र के आधार पर शब्द पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। 'पढ़ने' का अर्थ यहाँ लिखे हुए शब्द को पहचान लेना है। शिक्षार्थियों से

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 40

अलग-अलग अक्षर, मात्रा- चिह्न आदि पूछने की अपेक्षा नहीं है। यदि शिक्षार्थी किसी चित्र को देखकर छपे हुए शब्द की बजाय कोई अलग शब्द बता देते हैं तो उन्हें छपे हुए शब्द को पढ़कर बता दें। दिए गए चित्रों के बारे में उनके साथ बातचीत करें ताकि वे उन शब्दों से जुड़ाव महसूस कर सकें, जैसे – आप पिछली बार कब किसी बारात में गए थे? क्या वह भी इस बारात जैसी थी? आपने बाजा कहाँ-कहाँ बजते हुए सुना या देखा है? आपके घर में कितने खिलौने हैं? क्या आपने भी कहीं गोदना गुदवाया है? कब? क्यों? कहाँ आदि।

- **पढ़िए और लिखिए** – यहाँ आपको इस पाठ में शामिल किए गए अक्षरों और मात्राओं से शुरू होने वाले कुछ शब्द दिखाई देंगे। इन शब्दों के साथ इनके लिए चित्र भी दिए गए हैं। बारी-बारी से चित्र पर अँगुली रखकर उसकी पहचान करवाएँ। जब वे वही शब्द बता दें जो कि चित्र के नीचे लिखा है तो बता दें कि इस शब्द को ऐसे लिखते हैं।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 41

नए अक्षरों (जैसे ओ, औ, झ आदि) की आकृति और उनकी आवाज़ पर ध्यान दिलाएँ। 'ओ, औ, झ, द, ल, ग, क, य' को बारी-बारी दिखाएँ और बुलवाएँ। चित्रों के नीचे उनके नाम लिखे हुए हैं। शिक्षार्थियों से वे नाम अनुमान लगाकर पढ़ने के लिए कहें। प्रत्येक चित्र एक-एक करके दिखाएँ और उनके नामों पर अँगुली रखकर पढ़वाएँ। उनके नामों की पहली ध्वनि की ओर उनका ध्यान दिलाएँ। इन ध्वनियों को अलग रंग से दिया गया है ताकि शिक्षार्थी का ध्यान उनकी ओर आकर्षित हो। यदि शिक्षार्थी मार्गदर्शिका में दिए नाम न बताकर कोई अन्य नाम बताएँ तो उनके उत्तरों में रुचि लेते हुए उन्हें बताएँ कि इस वस्तु को हिंदी में यह भी कहते हैं जो कि इसके चित्र के नीचे लिखा है।

साथ ही उनसे शुरू होने वाले, समाप्त होने वाले व इन वर्णों को मध्य में लिए शब्द बोलने के लिए कहें। पहले आप स्वंय कुछ शब्द सुझाएँ, जैसे– 'लगन, झूला, कमर, कसरत, अकसर, झाग, कनस्तर, कमरा, याद, दाल,

दोना' आदि। आप चित्रों के अलावा वास्तविक वस्तुओं का उपयोग भी पढ़ना-लिखना सिखने में कर सकते हैं। वस्तु दिखाकर उसका नाम पूछें। फिर नाम की पहली या अंतिम ध्वनि को पहचानकर बताने या लिखने के लिए कहें। जैसे, उन्हें 'दाल' दिखाकर पूछें - यह क्या है? 'दाल' की पहली आवाज़ क्या है? (दा/द) यह आवाज़ और किस-किस शब्द में आती है? इसे कैसे लिखते हैं?

'ओ', 'औ' की मात्रा से बने शब्दों को दिखाएँ व बोलने का अभ्यास कराएँ, जैसे – ओस, ओला, औज़ार, औषधि आदि। आप चाहें तो शिक्षार्थियों की मदद से 'ओ, औ' से बनने वाले और भी कई शब्द लिख सकते हैं। विभिन्न शब्दों में इन अक्षरों व मात्राओं को पहचानने के लिए कहें और लिखने का अभ्यास कराएँ।

'ओ' और 'औ' की मात्रा (ो और ौ) वाले अन्य शब्दों को दिखाएँ व बोलने का अभ्यास करवाएँ, जैसे- कोस, कोना, पौधा, मौका, कोट, भोर, शोर, रौनक, कचौड़ी आदि। शिक्षार्थियों को 'ओ' और 'औ' की मात्रा सिखाने के लिए ज़रूरी होगा कि वे 'ओ' और 'औ' की आवाज़ तथा उससे जुड़ी आकृति में अंतर कर सकें। अत: शिक्षार्थियों के साथ 'ओर-और, खोल-खौल, लोट-लौट' आदि शब्दों के जोड़ों का प्रयोग कर सकते हैं। इससे वे दोनों शब्दों में सुनकर अंतर समझ सकेंगे। वे यह भी समझ सकेंगे कि दोनों शब्दों में अगर आवाज़ का अंतर है तो उनके लिखने में भी अंतर होगा।

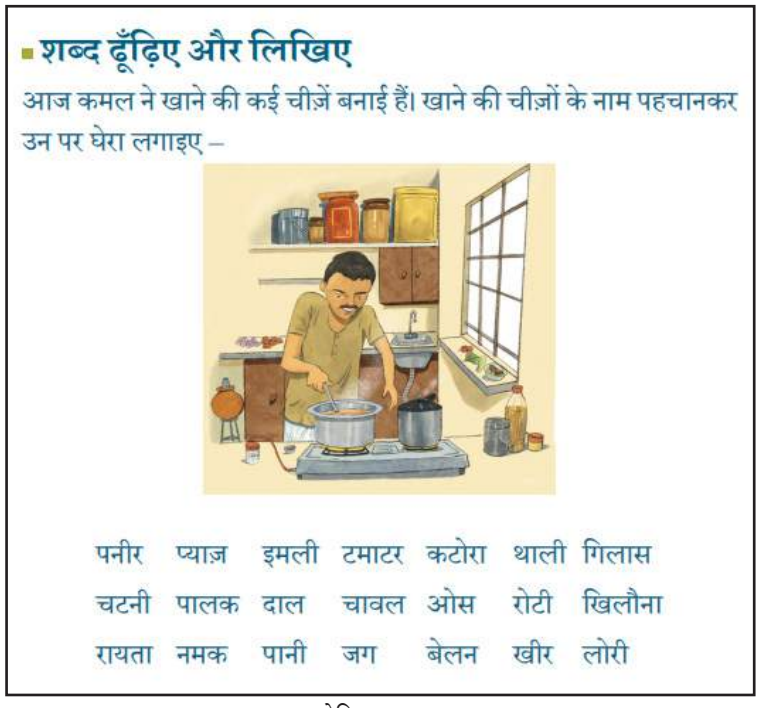
आप कोई अक्षर बोलकर उसे पाठ में खोजने या उसपर घेरा लगाने का काम भी करवा सकते हैं। यदि इस पाठ में सीखा कोई अक्षर शिक्षार्थी या उसके परिवार के किसी सदस्य के नाम में भी आता है तो उस नाम का उपयोग भी किया जा सकता है।

याद रहे हम सभी अक्षर एक दिन में नहीं सिखा सकते। शिक्षार्थी को अपनी गति से पढ़ने दें। प्रतिदिन एक ही अक्षर या मात्रा का अभ्यास कराएँ लेकिन कोशिश करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे।

बिंदु मिलाकर लिखने की शुरुआत करने के बाद शिक्षार्थियों को सही आकृति बनाना सिखाएँ। यदि शिक्षार्थी ऐसी लिखाई न लिख सकें जिसे पढ़ा जा सके तो धैर्य रखें और लिखने के लिए शिक्षार्थियों को आदरपूर्वक प्रेरित करें। उन्हें बताएँ कि अक्षरों की आकृति बनाने के लिए कलम/पेन/पेंसिल को

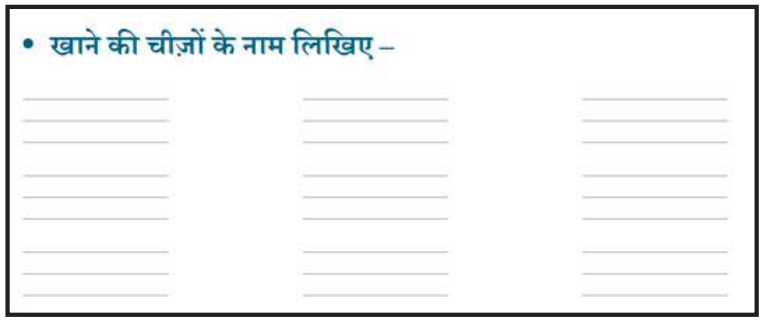
किस दिशा से किस ओर लेकर जाना है। यदि आपके शिक्षार्थी लिखने में सहज नहीं हैं या उनसे लिखा नहीं जा रहा है तो उन्हें प्रोत्साहित करें। उनकी कोशिशों की प्रशंसा करें।

- **शब्द ढूँढ़िए और लिखिए** – दिए गए प्रश्न 'शब्द ढूँढ़िए और लिखिए' को अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ। यहाँ एक रसोई का चित्र दिखाया गया है जहाँ एक आदमी कुछ पका रहा है। शिक्षार्थी के साथ चित्र और खाने की चीज़ों पर बातचीत करें, जैसे- चित्र में क्या हो रहा है? चित्र में क्या-क्या दिखाई दे रहा है? आपके घर में खाने की कौन-कौन सी चीज़ें बनती हैं? आपके घर में कौन खाना बनाता है? अगर आप ऑफ़िस से थककर आती हैं तो आपको पानी कोई देता है या स्वयं पानी ले लेती हैं? खाने में डलने वाले मसालों के नाम पूछें, जैसे-मिर्च, हल्दी, नमक। आदि! चित्र के नीचे अनेक शब्द दिए गए हैं। अपेक्षा यह है कि शिक्षार्थी इन्हें पढ़ने की कोशिश करेंगे। शिक्षार्थियों के साथ बातचीत करने के बाद इन शब्दों को अँगुली रखकर पढ़ने के लिए कहें। यदि वे कोई शब्द न पढ़ सकें या सही न पढ़ सकें तो उन्हें वे शब्द पढ़कर बता दें। शब्दों को अँगुली रखकर पढ़ें ताकि वे उस शब्द को पहचान सकें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 48

- **खाने की चीज़ों के नाम लिखिए**– पूरे पाठ में सीखे गए अक्षरों से शुरू होने वाले शब्दों की एक बार फिर से पहचान करवाने के लिए और यह जानने के लिए कि शिक्षार्थी ने कितना सीख लिया है, इस गतिविधि को करवाएँ।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 48

शिक्षार्थियों से पूछें कि उनके घर में खाने-पीने की कौन-कौन सी चीज़ें बनाई जाती हैं? उन्हें खाने में क्या-क्या पसंद है? बाज़ार में जाकर क्या-क्या खाते हैं? वे जानने की इच्छा ज़ाहिर करें तो अपनी पसंद की चीज़ों के नाम भी बताएँ। इसके बाद शिक्षार्थियों से खाने-पीने की चीज़ों के नाम लिखने के लिए कहें। वे नाम कहीं से देखकर भी लिख सकते हैं और आपकी सहायता से भी। यदि वे बिलकुल सही-सही नहीं भी लिख पा रहे हैं तो चिंतित न हों। उनके प्रयासों की सराहना करें।

- **पढ़िए और लिखिए** – यहाँ शिक्षार्थियों के लिए 5 वाक्य दिए गए हैं। पहले इन वाक्यों को पढ़ने के लिए कहें। यदि आवश्यकता हो तो पढ़ने में उनकी सहायता करें। इसके बाद उन्हें ये वाक्य पढ़ने के साथ-साथ लिखने के लिए भी कहें। तीन पंक्तियों में कैसे लिखा जाता है, यह शिक्षार्थी को स्वयं लिखकर दिखाएँ। उन्हें अधिक से अधिक स्पष्ट लिखने के लिए प्रेरित करें। यदि वे स्वयं न लिख पाएँ तो उन्हें लिखने में सहायता करें।

गणित

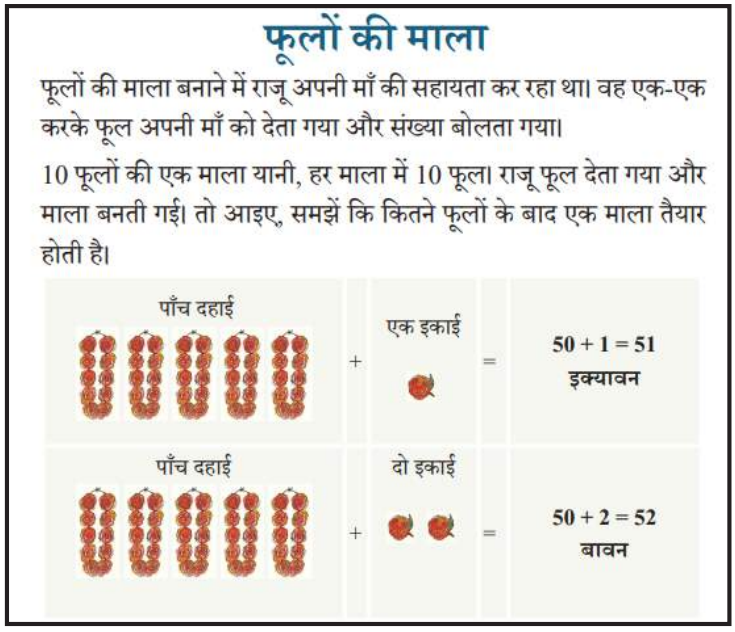
- **चित्र पर बातचीत** – सबसे पहले एक बस्ती के बीच बसे एक बाज़ार का चित्र दिया गया है। बाज़ार की सड़क पर एक बारात जा रही है। कुछ लोग सामान खरीद-बेच रहे हैं। शिक्षार्थियों से चित्र में दिखाई दे रही चीज़ों और लोगों के बारे में बातचीत करें। जैसे– चित्र में कितने पशु दिखाई दे रहे हैं? कितने बैंड वाले हैं? बैंड वालों के पास कितनी तरह के बाजे हैं? कितने बाराती हैं? आदि। देखिए, पढ़िए और बातचीत कीजिए के दौरान भी पूछा जा सकता है कि आपके घर में कितने मोती, कितनी माला, खिलौने हैं? आदि।

- **फूलों की माला** – पिछले पाठों में सीखे गए इकाई और दहाई से संख्या बनाने के तरीके को दोहराएँ। इसी आधार पर 'फूलों की माला' पाठ में फूलों की माला बनाते हुए 50 से ऊपर की गिनती सिखाई गई है।

  फूलों की एक माला को दहाई तथा खुले फूलों को इकाई के रूप में समझकर 50 से 100 तक की संख्याओं को पहचानना एवं लिखना सिखाएँ। इसके लिए दी गई तालिकाओं का प्रयोग करें। इस पाठ में 51 से 60 तक की संख्याओं को

दहाइयों एवं इकाइयों में लिखा गया है। साथ ही इन संख्याओं को शब्दों एवं अंकों में भी लिखा गया है।

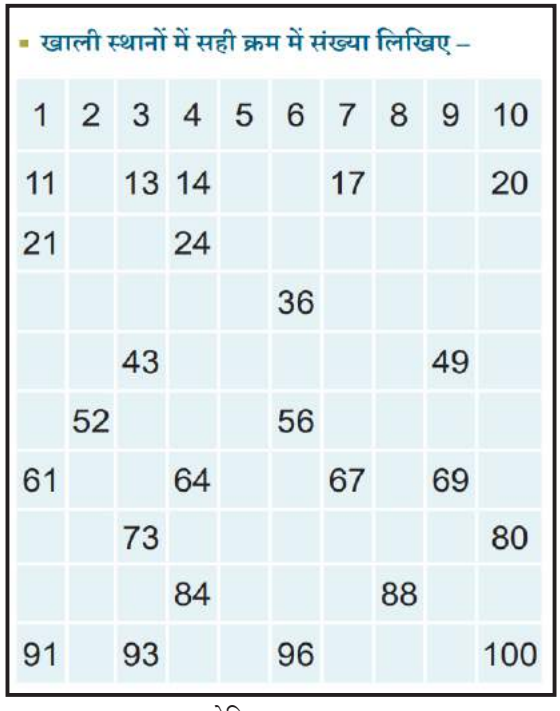
शिक्षार्थियों से चर्चा करें कि एक माला में कुल कितने फूल हैं? सौ खुले फूलों की सहायता से दस-दस फूलों की 10 मालाएँ बनाई जा सकती हैं। सौ को संख्यांक 100 से प्रदर्शित करके दिखाएँ। साथ ही चर्चा करें कि 100 में 10 दहाई होती हैं, और एक सैकड़ा। यहीं पर शिक्षार्थियों को सैकड़े से भी परिचित कराएँ। गतिविधि के रूप में मोती लेकर दस-दस मोतियों की माला बनवाएँ तथा बार-बार पूछें कि कितनी मालाएँ बनीं एवं कितने खुले मोती बचे। फिर इसे संख्यांक के रूप में लिखवाएँ। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे बड़ी संख्याओं को समझने के लिए इकाई तथा दहाई का इस्तेमाल करें। इसके अभ्यास हेतु दस-दस तीलियों के बंडल भी बनवाए जा सकते हैं।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 50

- **1 से 100 तक की संख्याओं का क्रम** – 100 तक की संख्याओं की समझ होने के बाद 1 से 100 तक की संख्याओं को क्रम से भी लिखवाएँ। इसके अभ्यास के लिए पाठ में खाली स्थानों में सही क्रम में संख्या लिखने के लिए अभ्यास भी दिया गया है। आप भी ऐसे ही अभ्यास बना सकते हैं तथा शिक्षार्थियों से पूरा करा सकते हैं। इसी क्रम की सहायता से संख्याओं की तुलना करना सिखाएँ। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे विभिन्न संख्याओं की तुलना करें और तुलना करने के लिए विभिन्न तरीके खोजें।

- **आइए गुणा करना सीखें** – वास्तविक जीवन के ऐसे उदारहणों पर चर्चा करें जहाँ चीज़ें समूहों में होती



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 53

है जैसे- हाथ-पैर, गाड़ी के पहिए,लड्डू के डिब्बे आदि। शिक्षार्थियों से पूछें कि ऐसी और कौन-सी चीज़ें हैं जो समूह में पाई जाती हैं? जैसे कुर्सी के पैर, मेज के पैर आदि। शिक्षार्थियों से पूछें कि वे समूह में मिलने वाली चीज़ों को कैसे गिनते हैं? बार-बार जोड़ने के तरीके पर चर्चा करें। जोड़ को चित्रों की सहायता से बार-बार समझाएँ तथा फिर गुणा पर चर्चा करें। गुणा करने एवं गणितीय रूप में गुणा के चिह्न '×' को लिखने के तरीके को प्रवेशिका के अनुसार ही समझाएँ।

■ **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 यानी 1 डिब्बा 4 लड्डुओं का
1 बार 4 या 1 गुणा 4
या 1× 4 = 4 लड्डू

---

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

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 56

कुछ उदाहरण देने के बाद शिक्षार्थियों से अभ्यास करवाएँ। प्रवेशिका में दिए गए 'लड्डू के डिब्बे' वाले उदाहरणों एवं अभ्यास की मदद से शिक्षार्थियों को समझाएँ कि बार-बार जोड़ने की संक्षिप्त प्रक्रिया ही गुणन होता है। जैसे- 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? ऐसे ही अन्य अभ्यास भी आप बना सकते हैं।

- **आओ करें हिसाब-किताब** – इसी अभ्यास को पक्का करने के लिए कबाड़ी की दुकान की रेटलिस्ट की भी चर्चा कर सकते हैं। दिए गए सवालों को जोड़ और फिर गुणन प्रक्रिया से हल करवाएँ। यदि संभव हो तो कोई वास्तविक बिल लेकर बार-बार जोड़ तथा गुणा पर चर्चा करें। बाद में जोड़ द्वारा बिल की कुल राशि, दी गई धनराशि एवं वापस मिलने वाली धनराशि के हिसाब-किताब पर भी बातचीत करें। शिक्षार्थियों को विभिन्न संदर्भों में वस्तुएँ खरीदने या बेचने पर मूल्य का हिसाब लगाने के लिए प्रेरित करें तथा संबंधित गुणन तथ्य कॉपी में लिखवाएँ।

- **100 से बड़ी संख्याओं से परिचय** – शिक्षार्थियों को 100 से बड़ी संख्याओं से परिचय करवाते हुए स्थानीय मान के अनुसार सैकड़ों, दहाइयों और इकाइयों के रूप में समझने एवं लिखने के लिए प्रोत्साहित करें। 100 के बार-बार जोड़

पर भी चर्चा करें। शिक्षार्थियों से ऐसे समूह के बारे में पूछें जहाँ चीज़ें 100-100 के समूह में होती हैं, जैसे-बिस्किट के पैकेट, पेंसिल के पैकेट आदि। उनसे पूछें कि क्या वे हर बार एक-एक करके पेंसिल गिनते हैं? क्या पैकेट के अंदर वाली चीज़ों की संख्या पैकेट के बाहर कहीं लिखी होती है? एक-एक करके गिनने की जगह गुणा करके पैकेट के अंदर की चीज़ों की संख्या का अनुमान लगवाएँ। इसी प्रकार 100 रुपए का एक नोट 100 रुपए, 100 रुपए के दो नोट 200 रुपए, 100 रुपये के तीन नोट 300 रुपए और ऐसे ही आगे भी चर्चा करें। ऐसा करने के बाद गुणन प्रक्रिया से 100 रुपए के नोटों की कीमत पता करने के लिए प्रोत्साहित करें। गुणा के चिह्न का प्रयोग करके गुणन-तथ्य लिखने के लिए प्रेरित करें।

हमारी दुनिया को समझने और लेनदेन करने के लिए इकाइयों, दहाइयों और सैकड़ों में गिनती सीखना आवश्यक है। इकाइयों, दहाइयों और सैकड़ों में गिनती किराने का सामान खरीदने से लेकर लेनदेन करने और दूरियाँ मापने को आसान बनाती है। बार बार जोड़ करने से बचने तथा कम समय में गणना करने के लिए हम गुणा का उपयोग करते हैं। यह बजट बनाने, खाना पकाने, खरीदारी और समय प्रबंधन जैसे रोज़मर्रा के कार्यों में सटीक माप करने में सहायक है।

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 × 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

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 3, पृष्ठ 57

4 हमारा आस-पास

शिक्षण-बिंदु

ए	ऐ	ज	भ	ड	ड़	श	ष	ं	ँ

- तीन अंकों वाली संख्याओं का जोड़ एवं घटा करना
- लंबाई, वज़न और धारिता का मापन करना
- दो अंकीय संख्याओं का एक अंकीय संख्याओं से गुणा

हिंदी भाषा

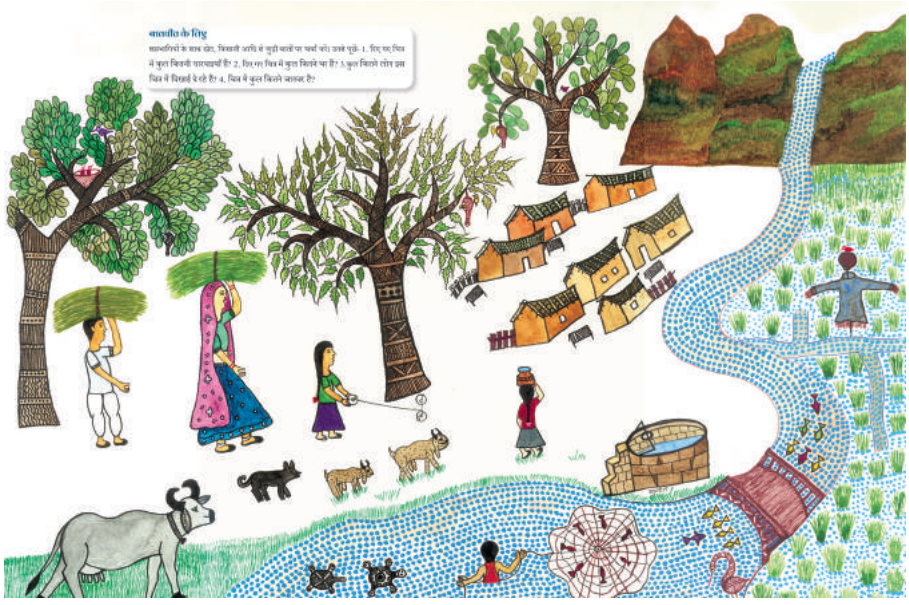
उल्लास के इस पाठ का विषय है लोगों के आस-पास का परिवेश। इसमें शामिल है हवा, पानी, धरती, आसमान, पहाड़, नदियाँ, जंगल, पशु-पक्षी, पेड़ आदि। इस पाठ में आपको अपने शिक्षार्थियों से इन सब विषयों पर बात करने के अवसर मिलेंगे। इस पाठ में आप इस चर्चा के द्वारा शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे-

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में इस पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने-सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **चित्र पर बातचीत** – इस पाठ में सबसे पहले एक बड़ा चित्र दिया गया है जिसमें पहाड़, नदी, मछलियाँ, गाँव आदि दिखाया गया है। दिए गए चित्र पर बातचीत करें जैसे – यह चित्र कहाँ का है? यह आपने कैसे पहचाना? कौन क्या-क्या कर रहा है? क्या आप कभी गाँव में गए हैं? आपका गाँव कहाँ है? उसका नाम क्या है? चित्र में क्या-क्या दिखाई दे रहा है? लोग क्या-क्या काम कर रहे हैं? ये लोग कहाँ जा रहे हैं? कितने घर और कितने पेड़ दिखाई दे रहे हैं? क्या आप पेड़ या पत्ते गिन सकते हैं? क्या आप चित्र में दिखाई किसी वस्तु का नाम लिख सकते हैं? सभी मछलियाँ पानी के बहाव के साथ तैर रही हैं लेकिन एक मछली उलटे तैर रही है। क्यों?

- **दिए गए चित्र के परिवार पर शिक्षार्थी के साथ चर्चा करें। उनसे पूछें** – ये कौन लोग होंगे? ये क्या कर रहे हैं? क्या ये एक ही परिवार के लोग होंगे या

अलग-अलग परिवार के? इनके नाम क्या होंगे? आपके इलाके में घास को और क्या कहते हैं? आपके परिवार के लोग क्या काम करते हैं? क्या सभी सदस्य मिलकर काम करते हैं? आप अपने परिवार के काम में क्या मदद करते



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 60-61

हैं? क्या-क्या काम करते हैं? आपको अपने काम करने में क्या-क्या समस्याएँ आती हैं? क्या आपको अपने काम के पूरे पैसे मिलते हैं? कब-कब आपको ऐसा लगता है कि काम करते हुए आप बहुत अधिक थक गए हैं?

इस पाठ के लिए लोक शैली के चित्र का प्रयोग किया गया है। आप शिक्षार्थियों से उनके क्षेत्र की विभिन्न लोक-कलाओं के बारे में भी बातचीत कर सकते हैं, जैसे- आपके क्षेत्र में कौन-सी लोककला प्रचलित है- चित्रकारी? संगीत? नृत्य? या और कोई? क्या आप लोगों में से भी किसी को कोई लोककला आती है? क्या आप अपनी लोक कला से संबंधित किसी तरह के कार्य या व्यवसाय से जुड़े हैं? उसके बारे में विस्तार से बताइए आदि।

- **चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए** – पर्यावरण थीम से जुड़े हुए कुछ चित्र इस भाग में दिए गए हैं जैसे – जंगल, कुआँ, झरना और बारिश। शिक्षार्थियों का ध्यान चित्रों की ओर दिलाएँ। चित्रों के बारे में थोड़ी बातचीत भी करें

ताकि वे उन शब्दों को अपने अनुभवों से जोड़ लें। फिर शिक्षार्थियों को ये चित्र देखकर इनके नाम बोलने के लिए प्रेरित करें। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसकी पहचान करने के लिए कहें और शब्द और चित्र के आधार पर शब्द पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। पहले सीखे हुए अक्षरों को पहचानने के लिए भी कहा जा सकता है। हो सकता है वे इन शब्दों के लिए अपनी भाषा-बोली में कोई अन्य शब्द बताएँ। ऐसे में उनकी सराहना करें और उनसे कहें – आपने जो नाम बताया, वह बिलकुल सही है। उसके साथ, इसे .. भी कहते हैं। यहाँ ..... लिखा है। इस प्रकार, शिक्षार्थी किसी चित्र को देखकर छपे हुए शब्द की बजाय कोई अलग शब्द बता दें तो उन्हें छपे हुए शब्द को पढ़कर बता दें।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 62

- **पढ़िए और लिखिए** – दिया गया प्रश्न 'पढ़िए और लिखिए' अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ और उन्हें भी पढ़ने के लिए कहें। इस पाठ में आए नए अक्षरों की आकृति और आवाज़ पर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ। यहाँ ए-ऐ, ज-भ, ड, ड़, श-ष से शुरू होने वाले कुछ शब्द दिए गए हैं जैसे - एड़ी, ऐनक, भालू, जंगल आदि। उनसे संबंधित चित्र भी साथ ही दिए गए हैं। इनके साथ इन शब्दों को वाक्यों में प्रयोग करके भी लिखा गया है।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 63

इन चित्रों को बारी-बारी से दिखाएँ, उन्हें पहचानने के लिए कहें और वे शब्द बुलवाएँ। चित्रों पर चर्चा करें। उन शब्दों के सामने सही का निशान (✓) लगवाएँ जो शिक्षार्थी के घर या पड़ोस में मौजूद हैं। यदि शिक्षार्थी उनसे जुड़ी कोई घटना या बात बताना चाहे तो धैर्यपूर्वक सुनें और उसमें रुचि प्रदर्शित करें।

ए और ऐ की मात्रा से बने शब्दों को पढ़ने के लिए कहें और उन्हें बोलने का अभ्यास कराएँ, जैसे – एड़ी, ऐनक, कैसा, सेब, सवेरा, भैंस आदि। दोनों के उच्चारण में जो अंतर है, उसे पहचानने में शिक्षार्थी की सहायता करें। लिखे हुए विभिन्न शब्दों में इन अक्षरों और ए-ऐ की मात्राओं (े ै) को पहचानने के लिए कहें। दिए गए वाक्यों को भी अँगुली रखकर पढ़वाएँ। साथ ही ऐसे शब्द

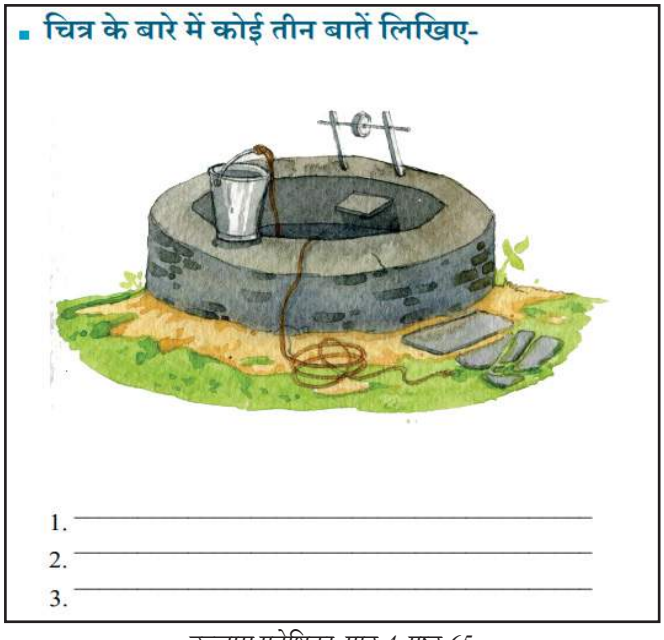
बोलने के लिए कहें जो इन अक्षरों से शुरू होते हों, अंत होते हों और जो इन शब्दों के बीच में कहीं आते हों। पहले आप स्वयं कुछ शब्द सुझाएँ जैसे– जलन, अजगर, बाजा आदि। फिर शिक्षार्थियों से ऐसे और शब्द बोलने के लिए कहें।

बिंदुओं वाले अक्षरों की सहायता से अक्षरों को बार-बार लिखने का अभ्यास करवाएँ। तीन पंक्तियों वाले स्थान को इसलिए दिया गया है ताकि शिक्षार्थियों को सही आकृति बनाने में सहायता मिल सके। आप स्वयं तीन पंक्तियों में लिखकर बता सकते हैं कि यहाँ कैसे लिखा जाता है। यदि कोई शिक्षार्थी इन आकृतियों को बनाने में अधिक समय ले, तो धैर्य बनाए रखें। उनके प्रयास की सराहना करें।

यहाँ आपको कुछ शब्द बिना चित्रों के भी दिखाई देंगे जैसे- कोशिश, लाडली, पगड़ी आदि। इन शब्दों को पढ़कर लिखने के लिए कहें। हो सकता है कि वे कुछ-कुछ पढ़ लें या बिलकुल ही न पढ़ पाएँ। ज़रूरत के अनुसार पढ़ने में उनकी सहायता करें। यदि कोई शब्द शिक्षार्थियों के लिए नया हो तो उसका अर्थ स्पष्ट करें।

याद रहे हम सभी अक्षर एक दिन में नहीं सिखा सकते। शिक्षार्थी को अपनी गति से पढ़ने-लिखने दें। प्रतिदिन एक ही अक्षर या मात्रा का अभ्यास करें परंतु प्रयास करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे।

- **चित्र देखिए और वाक्य लिखिए** – यहाँ एक कुएँ का चित्र दिया गया है। दिए गए चित्र की ओर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ। चित्र पर बातचीत करें ताकि शिक्षार्थी उनसे जुड़ सकें। उनसे पूछें - यह क्या है? क्या आपने कभी कोई कुआँ देखा है? कहाँ? कब? क्या वह इस कुएँ जैसा ही था या कुछ अलग था? क्या अलग था? कुएँ से क्या निकालते हैं? कैसे निकालते हैं? क्या यह काम आसान होता है? आपके घर में पानी कहाँ से आता है?



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 65

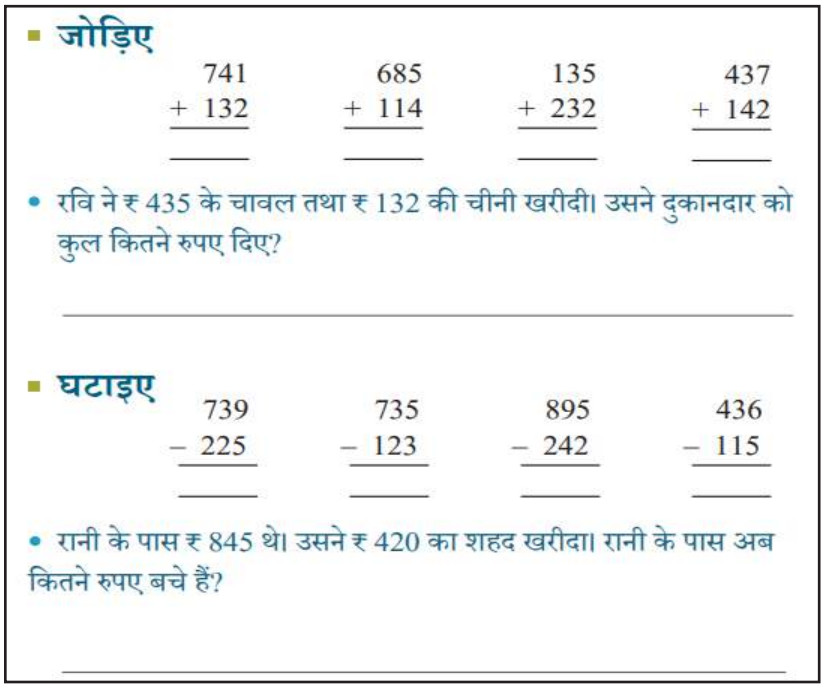
बातचीत करने के बाद दिया गया प्रश्न अँगुली रखकर पढ़ें। शिक्षार्थियों को भी पढ़ने के लिए कहें। उनसे पूछें - इस प्रश्न में क्या करना है?

शिक्षार्थियों द्वारा बताने के बाद उनसे चित्र के बारे में 5 वाक्य लिखवाएँ। यदि शिक्षार्थियों को कुछ लिखने में असुविधा हो तो उनकी सहायता करें।

गणित

- **चित्र पर बातचीत** – दिए गए चित्र को गणित से जोड़कर बातचीत करें, जैसे- चित्र में कितने घर और कितने पेड़ दिखाई दे रहे हैं? चित्र में कितने जानवर हैं? चित्र में कुल कितने लोग दिखाई रहे हैं? चित्र में कुल कितनी चारपाइयाँ हैं? सभी चारपाइयों के कुल कितने पैर हैं? पुल के दोनों तरफ़ कितनी-कितनी मछलियाँ हैं? कुल मिलाकर कितनी मछलियाँ हुईं? जाल में कितनी मछलियाँ फँसी हैं? इन मछलियों को निकालने के बाद नदी में कितनी मछलियाँ बचेंगी? आदि।

- **आइए बडी संख्याओं का जोड़ एवं घटा करें** – दैनिक जीवन में जोड़ने का बहुत अधिक महत्व है। हम पहले के पाठों में एक अंक एवं दो अंकों का जोड़ करना सीख चुके हैं। कभी-कभी हमें अधिक मूल्य वाला सामान खरीदना पड़ता है। ऐसी स्थिति में तीन अंकों में भी हिसाब-किताब करना पड़ता है। जैसे- यदि आपने 230 रुपए की चीनी तथा 240 रुपए के चावल खरीदे तो दुकानदार को कुल कितने पैसे देने होंगे? इत्यादि।



  इसी तरह हमें बड़ी संख्याओं में लेन-देन करते समय घटाने की भी ज़रूरत पड़ती है। जैसे- यदि

- **जोड़िए**

741	685	135	437
+ 132	+ 114	+ 232	+ 142

- रवि ने ₹ 435 के चावल तथा ₹ 132 की चीनी खरीदी। उसने दुकानदार को कुल कितने रुपए दिए?

- **घटाइए**

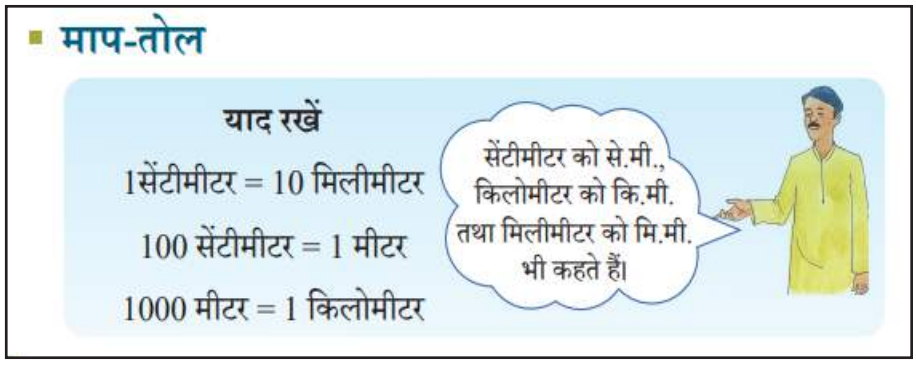
739	735	895	436
– 225	– 123	– 242	– 115

- रानी के पास ₹ 845 थे। उसने ₹ 420 का शहद खरीदा। रानी के पास अब कितने रुपए बचे हैं?

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 66

आपके पास 500 रुपए हैं और आपने दुकान से 240 रुपए का सामान खरीदा तो दुकानदार आपको कितने पैसे वापस करेगा? इत्यादि।

- **लंबाई का मापन** – शिक्षार्थियों से उनके कामों को लेकर चर्चा करें। उनके कार्यस्थल से निवास की लगभग दूरी पूछें। शिक्षार्थियों को मौका दें कि वे स्वयं तय करें कि कौन काम करने सबसे दूर जाता है। अवलोकन करें कि वे किस प्रकार तुलना करते हैं। परिणाम पर चर्चा करें। हो सकता है सभी की दूरी बताने की इकाई अलग-अलग हो और तुलना करना मुश्किल हो तो आप उनकी सहायता करें तथा सभी की दूरी एक ही इकाई में परिवर्तित करें। उन्हें भी बताएँ कि 1 कि.मी. में 1000 मीटर होते हैं तथा 1 मीटर में 100 से.मी. होते हैं। इकाइयों के इस संबंध का उपयोग करते हुए शिक्षार्थियों से भी एक इकाई को दूसरी इकाई में परिवर्तित करने का अभ्यास करवाएँ।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 66

वास्तविक अनुभव हेतु अगर संभव हो तो शिक्षार्थियों की दौड़ भी करायी जा सकती है। ऐसे में दौड़ में तय की गई दूरी को मापने के लिए लंबे वाले फीते की ज़रूरत होगी या छोटे फीते की? शिक्षार्थियों से अलग-अलग प्रकार के फीते या पैमाने पर बातचीत करें। किस तरह की दूरी को मापने के लिए कौन-सा फीता उपयोग में लेंगे और क्यों? इस पर भी शिक्षार्थियों से बातचीत करें। शिक्षार्थियों को आस-पास की वस्तुओं की लंबाई का अनुमान लगाने एवं वास्तविक मापन द्वारा सत्यापित करने का मौका दें। यह भी चर्चा करें कि बार-बार अनुमान लगाने से अनुमान सटीक हो जाता है।

शिक्षार्थियों से पूछें कि दो शहरों के बीच की दूरी किस इकाई में मापते हैं। कपड़े की लंबाई किस इकाई में मापते हैं। दूरियों को बड़ी से छोटी इकाइयों में बदलने का अभ्यास कराएँ। प्रवेशिका में इस पाठ में सोचिए और खाली स्थान भरिए वाले अभ्यास को पूरा कराएँ। शिक्षार्थियों से प्रवेशिका में दिखाए गए

पैमानों पर बातचीत करें तथा पूछें कि इससे लंबाई कैसे मापते हैं। लंबाई मापने में शिक्षार्थियों की सहायता करें।

- **वज़न का मापन** – शिक्षार्थियों को भार की इकाइयों, जैसे-किलोग्राम, ग्राम के अनुभव प्रदान कर उनकी समझ विकसित करने में मदद करें। शिक्षार्थियों से वज़न तौलने की तरह-तरह की मशीन पर चर्चा करें। तराजू में उपयोग होने वाले बाटों पर चर्चा करें। शिक्षार्थियों से बाटों के हल्के एवं भारी होने पर चर्चा करें कि अधिक वज़न वाली वस्तुओं का वज़न बड़े बाट से तौलते हैं तथा कम वज़न वाली वस्तुओं को छोटे बाट से तौलते हैं। शिक्षार्थियों के साथ चर्चा करें कि अधिक वज़न वाली वस्तुओं का वज़न मापने के लिए किलोग्राम का प्रयोग किया जाता है। कम वज़न वाली वस्तुओं का वज़न मापने के लिए ग्राम का प्रयोग किया जाता है। किलोग्राम को कि.ग्रा. तथा ग्राम को ग्रा. लिख सकते हैं।

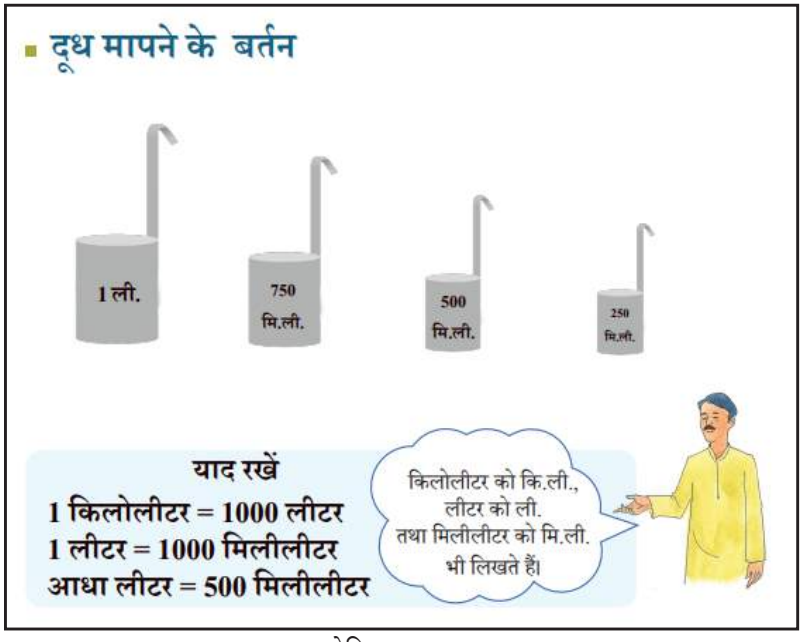
  शिक्षार्थियों से किलोग्राम एवं ग्राम के संबंध पर चर्चा करें। बताएँ कि 1 किलोग्राम में 1000 ग्राम होते हैं। आधा किलोग्राम में 500 ग्राम तथा चौथाई किलोग्राम या पावभर में 250 ग्राम होते हैं। शिक्षार्थियों से कम तौल के बारे में भी चर्चा करें। उनसे बातचीत करें कि यदि आपको लगता है कि सामान तौल में कम है तो कम तौल की जाँच के लिए सामान पलड़ों में अदल-बदल कर तौलें। कम तौल की शिकायत के बारे में भी चर्चा करें। सामान लेने के बाद बिल की जाँच अवश्य करें। प्रवेशिका में इस पाठ में खाली स्थान भरिए वाले अभ्यास को पूरा कराएँ।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 68

  वज़न को मापने के लिए अब डिजिटल मशीनें भी उपयोग की जा रही हैं। 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 भी चर्चा करें। शिक्षार्थियों से ऐसे ही कई अन्य रोज़मर्रा के उदाहरण लेकर चर्चा कीजिए। शिक्षार्थियों से वज़न को जोड़ने और घटाने पर भी चर्चा करें।

जैसे- "एक खेत में 325 किलोग्राम तथा दूसरे खेत में 420 किलोग्राम पैदावार हुई हो तो दोनो खेतों में कुल मिलाकर कितनी पैदावार हुई?"

- **धारिता का मापन** – धारिता के मापन की मानक इकाइयों जैसे मिलीलीटर (मि.ली.) और लीटर (ली.) के बारे में और इनके आपस के संबंध के बारे में चर्चा करें। एक लीटर, आधा लीटर, चौथाई लीटर का मिलीलीटर से संबंध पर भी चर्चा करें। शिक्षार्थियों को अलग-अलग माप के बर्तनों/बोतलों की धारिताओं को पढ़ने के लिए प्रेरित करें। जैसे पानी की बोतलें, शैम्पू के पाउच, तेल की शीशी आदि। उन्हें विभिन्न धारिता वाले बर्तनों/बोतलों में आपस में संबंध स्थापित करने का अवसर दें। जैसे- 500 मि.ली. वाली कितनी बोतलों से 1 लीटर वाली बोतल पूरी भर जाएगी।

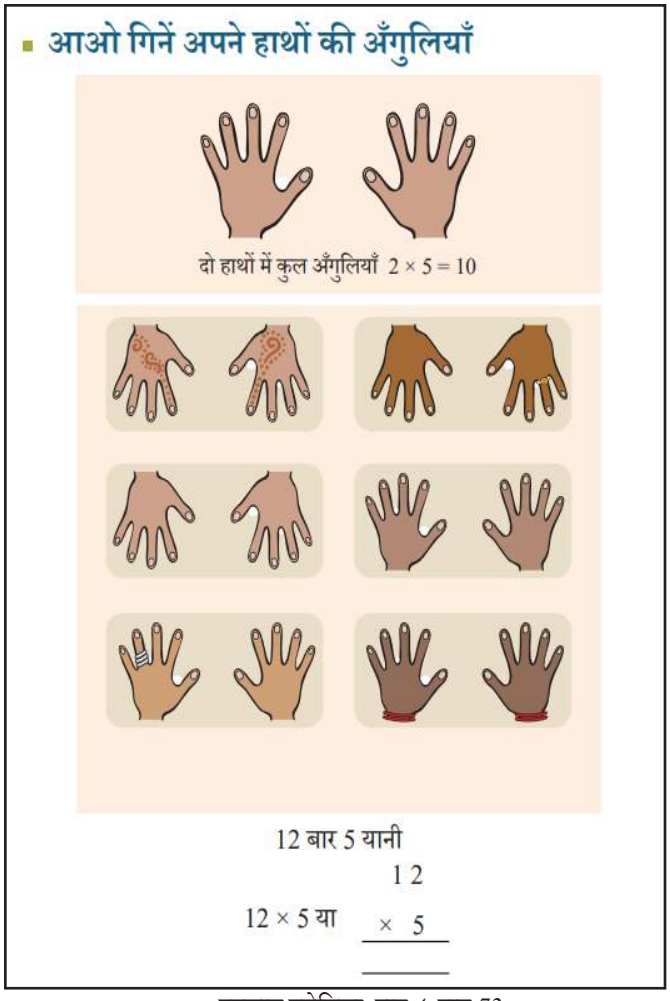


उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 70

शिक्षार्थियों से चर्चा करें कि दो 500 मि.ली. की बोतलों से 1 लीटर बोतल की भर गई। तो 500 मि.ली. + 500 मि.ली. = 1000 मि.ली. होता है।

1 लीटर तो 1000 मि.ली. = 1 लीटर

ऐसे ही 100 मि.ली., 250 मि.ली., 500 मि.ली. और 1 लीटर में क्या संबंध होगा, यह भी बोतलों की मदद से स्थापित करवाएँ। इसी प्रकार लीटर और मिलीलीटर से संबंधित कुछ दैनिक जीवन से जुड़े सवाल दिए गए है। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे इन सवालों को पढ़कर समझें और गणितीय संक्रियाओं द्वारा हल करने का प्रयास करें। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे अपने दैनिक जीवन में आने वाली ऐसी परिस्थितियों को कक्षा में साझा करें जो धारिता की समझ से संबंधित हों।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 4, पृष्ठ 72

जैसे- खेती की दवा की मात्रा और उसमें कितना पैसा खर्च होगा, ऐसी समस्याएँ दी गई है। उन्हें हल करने में शिक्षार्थियों की मदद करें। शिक्षार्थियों के व्यवसाय के अनुसार इस प्रकार की समस्याएँ बनाकर उन्हें हल करने के लिए प्रोत्साहित करें।

- **आइए गुणा करें**– हाथों की अँगुलियों की सहायता से बार-बार जोड़ करते हुए गुणा का अभ्यास कराएँ। बराबर संख्या में वस्तुएँ लेकर उन्हें समूह में रखकर पूछें कि कितने समूह बने हैं? एक समूह में कुल कितनी वस्तुएँ हैं? इस तरह सभी समूहों में कुल कितनी वस्तुए हैं? प्रवेशिका में दिए गए अभ्यास 'गुणा कीजिए' को पूरा कराएँ।

वास्तविक जीवन में मापन महत्वपूर्ण है। मापन निर्णय लेने और समस्या-समाधान करने में सक्षम बनाता है। मापन खेत की फ़सल का हिसाब-किताब रखने, बीज की मात्रा तय करने, खाना पकाने, लंबाई-चौड़ाई पता करने और बजट बनाने जैसे रोज़मर्रा के कार्यों में सहायता करता है। मापन करने में जोड़, घटा, गुणा इत्यादि की ज़रूरत होती है।

5 खानपान और सेहत

शिक्षण-बिंदु

उ ऊ ह छ थ फ फ़ ठ

- समय देखना (घंटा, मिनट, सेकंड)
- समय की इकाईयों को परस्पर बदलना
- डिजिटल अंको की पहचान करना एवं लिखना

हिंदी भाषा

उल्लास के इस पाठ का विषय है हमारा खान-पान और सेहत। आप जानते ही हैं कि भारत का खान-पान दुनिया भर में प्रसिद्ध है। भारत के प्रत्येक गाँव-शहर में तरह-तरह के व्यंजन बनाए और खाए जाते हैं। खान-पान हमारे स्वास्थ्य से भी जुड़ा है। खान-पान में स्वाद के साथ-साथ स्वच्छता भी महत्वपूर्ण है। इस पाठ में आपको अपने शिक्षार्थियों से इन सब विषयों पर बात करने के अवसर मिलेंगे। इस पाठ में आप इस चर्चा के द्वारा शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे -

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में इस पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **चित्र पर बातचीत** – आपने पहले पढ़े पाठों में भी चित्र पर बातचीत की होगी। उसी आधार पर इन चित्रों पर भी बातचीत करें। कुछ अन्य संकेत यहाँ दिए गए हैं। उदाहरण के लिए शिक्षार्थियों से पूछें – यह चित्र किस बारे में हैं? यहाँ क्या-क्या हो रहा है? यहाँ क्या-क्या सही लग रहा है, और क्या-क्या यहाँ नहीं होना चाहिए था? आप कब-कब हाथ ज़रूर धोते हैं? मोटे अक्षरों में क्या लिखा हो सकता है? क्या आपने कभी ऐसा कोई कैंप कहीं देखा है? कहाँ? यहाँ लोग लाइन में क्यों खड़े होंगे? शिक्षार्थियों का ध्यान प्रिंट यानी लिखे हुए को ओर दिलाएँ ताकि वे 'लिखत' को पढ़ने और उसके साथ संबंध जोड़ने की कोशिश करें। उनसे पूछें – यहाँ क्या लिखा होगा? चाय कहाँ लिखा होगा?

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 74-75

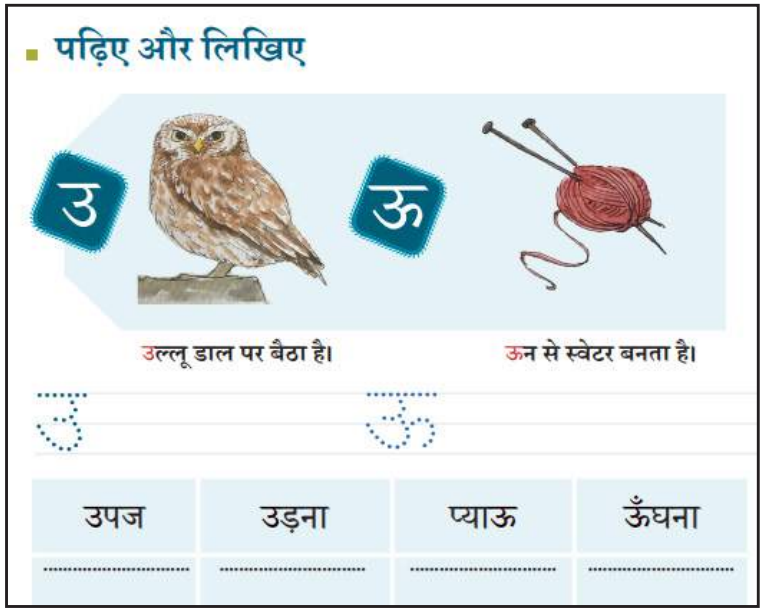
चित्र पर उनके साथ बातचीत करते समय उनके विचार और अनुभव धैर्यपूर्वक सुनें। पाठ में दिए गए चित्र के आधार पर अनुमान लगाने के बाद शिक्षार्थी अपनी – अपनी नोटबुल में या पुस्तक में पाठ के सभी चित्रों के नीचे उसके बारे में अपने मन से लिखें। लिखते समय वे एक – दूसरे की सहायता ले सकते हैं और एक – दूसरे को पढ़ा सकते हैं।

- **चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए** – थीम से जुड़े हुए कुछ चित्र इस भाग में दिए गए हैं जैसे– मच्छर, फल, कूड़ा आदि। उन्हें चित्र देखकर बोलने के लिए प्रेरित करें। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसे पहचानने के लिए कहें। शब्द और चित्र के आधार पर शब्द पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। पहले सीखे हुए अक्षरों को पहचानने के लिए भी कहा जा सकता है। 'पढ़ने' का अर्थ यहाँ लिखे हुए शब्द को पहचान लेना है। शिक्षार्थियों से अलग-अलग अक्षर, मात्रा-चिह्न आदि पूछने की आवश्यकता नहीं है। यदि शिक्षार्थी किसी चित्र को देखकर छपे हुए शब्द की बजाय कोई अलग शब्द बता देते हैं तो उन्हें और सोचने के लिए कहा जा

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 78

सकता है। पहले सीखे हुए अक्षरों और मात्राओं का उपयोग करते हुए अंदाज़ा लगाने के लिए कहें। यदि फिर भी वे लिखा हुआ न बता सकें तो आप छपे हुए शब्द को पढ़कर बता दें। दिए गए चित्रों के बारे में उनके साथ बातचीत करें ताकि वे उन शब्दों से जुड़ाव महसूस कर सकें; जैसे– क्या आपके घर में मच्छर हैं? उनसे बचने के लिए आप क्या करते हैं? आप कौन-कौन से फल खाते हैं? कौन-से फल आप उगाते हैं? क्या करने से क्या दूर हो जाएगा (जैसे सफ़ाई करने से कूड़ा दूर, मच्छरदानी लगाने से मच्छर दूर आदि) यदि किसी शब्द को समझने में शिक्षार्थी को कठिनाई हो तो उसका अर्थ बताएँ।

- **पढ़िए और लिखिए** – दिया गया प्रश्न 'पढ़िए और लिखिए' अँगुली रखकर पढ़कर सुनाएँ और उन्हें भी पढ़ने के लिए कहें। इस पाठ में आए नए अक्षरों की आकृति और आवाज़ पर शिक्षार्थियों का ध्यान दिलाएँ। यहाँ उ-ऊ, ह- छ, थ-फ और ठ से शुरू होने वाले कुछ शब्द दिए गए हैं जैसे- उल्लू, ऊन, होली, ठेला आदि। उनसे संबंधित चित्र भी साथ ही दिए गए हैं। इनके साथ इन शब्दों को वाक्यों में प्रयोग करके भी लिखा गया है।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 79

उ-ऊ, ह- छ, थ-फ और ठ और उनसे जुड़े चित्रों को बारी-बारी दिखाएँ, उन्हें पहचानने के लिए कहें और वे शब्द बुलवाएँ। चित्रों पर चर्चा करें। उन शब्दों के सामने सही का निशान लगवाएँ जो शिक्षार्थी के घर या पड़ोस में मौजूद हैं। यदि शिक्षार्थी उनसे जुड़ी कोई घटना या बात बताना चाहे तो धैर्यपूर्वक सुनें और उसमें रुचि प्रदर्शित करें।

उ और ऊ की मात्रा से बने शब्दों को दिखाएँ और बोलने का अभ्यास कराएँ, जैसे – पुल, सूना, सुन, पूस, दूर, दुनिया आदि। दोनों के उच्चारण में जो अंतर है, उसे पहचानने में शिक्षार्थी की सहायता करें। लिखे हुए विभिन्न शब्दों में इन अक्षरों व मात्राओं को पहचानने के लिए कहें।

दिए गए वाक्यों को भी अँगुली रखकर पढ़वाएँ। साथ ही ऐसे शब्द बोलने के लिए कहें जो इन अक्षरों से शुरू होते हों, अंत होते हों और जो इन शब्दों के बीच में कहीं आते हों। पहले आप स्वयं कुछ शब्द सुझाएँ जैसे- हल, बहन, राह आदि। फिर शिक्षार्थियों से ऐसे और शब्द बोलने के लिए कहें। ये अक्षर किसी शब्द के आरंभ ,मध्य या अंत में कहाँ - कहाँ आ रहे हैं, इस ओर ध्यान दिलाएँ।

दिए गए बिंदुओं वाले अक्षरों की सहायता से अक्षरों को बार-बार लिखने का अभ्यास करवाएँ। तीन पंक्तियों वाले स्थान को इसलिए दिया गया है ताकि शिक्षार्थियों को सही आकृति बनाने में सहायता मिल सके। आप स्वयं तीन पंक्तियों में लिखकर बता सकते हैं कि यहाँ कैसे लिखा जाता है। यदि कोई शिक्षार्थी इन आकृतियों को बनाने में अधिक समय ले, तो धैर्य बनाए रखें। उनके प्रयास की सराहना करें। यदि शिक्षार्थी को अक्षरों की पठनीय आकृति बनाने में असुविधा हो रही हो, तो उनका उत्साहवर्धन करें और स्वयं आकृति बनाकर दिखाएँ।

यहाँ आपको कुछ शब्द बिना चित्रों के भी दिखाई देंगे जैसे- महीना, सफ़ाई, ठोकर आदि। इन शब्दों को पढ़कर लिखने के लिए कहें। हो सकता है कि वे कुछ-कुछ पढ़ लें या बिलकुल ही न पढ़ पाएँ। ज़रूरत के अनुसार पढ़ने में उनकी सहायता करें। यदि कोई शब्द शिक्षार्थियों के लिए नया हो तो उसका अर्थ स्पष्ट करें।

याद रहे हम सभी अक्षर एक दिन में नहीं सिखा सकते। शिक्षार्थी को अपनी गति से पढ़ने-लिखने दें। प्रतिदिन एक ही अक्षर या मात्रा का अभ्यास करें परंतु प्रयास करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे।

- **जोड़े वाले शब्द** – इस प्रश्न में शिक्षार्थियों को संयुक्त अक्षरों से परिचित करवाया गया है। ये वे शब्द हैं जिनमें कोई अक्षर दो बार आता है, जैसे हड्डी, पट्टी, मक्का आदि। इन दोनों अक्षरों में से पहला अक्षर 'स्वर रहित' होने के कारण दूसरे अक्षर के साथ जोड़कर लिखा और बोला जाता है।

  शिक्षार्थियों को दिए गए निर्देश पढ़कर सुनाएँ। पढ़ते समय आप या शिक्षार्थी पढ़े जा रहे शब्दों पर अँगुली रखें। पढ़ने के बाद किसी शब्द या अक्षर पर अँगुली रखकर पूछें – यह क्या लिखा है? इसके बाद उन्हें देख-देख कर सही

स्थान पर सही शब्दों को लिखने के लिए कहें। उदाहरण के लिए, 'मच्छर' शब्द के सामने 'अच्छा' शब्द लिखा जाएगा। इस गतिविधि के द्वारा शिक्षार्थी संयुक्त अक्षरों की बनावट और उनके उच्चारण पर ध्यान दे सकेंगे। हो सकता है कि कुछ शिक्षार्थी संयुक्त अक्षरों की सही आकृति बनाने में थोड़ी दिक्कत महसूस करें। इसलिए संयुक्त अक्षरों को लिखवाने पर विशेष ध्यान दें। ज़रूरत हो तो उन्हें स्वयं लिखकर दिखाएँ।

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

मट्ठा	बुड्ढा	पट्टी	सस्ता	अच्छा	रफ़्तार

मच्छर	च्छ
इकट्ठा	ट्ठा
गड्ढा	ड्ढा
मिट्टी	ट्टी
हफ़्ता	फ़्त
बस्ता	स्त

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 82

■ **तालिका भरना** – शिक्षार्थियों को दिए गए निर्देश पढ़कर सुनाएँ। पढ़ते समय आप या शिक्षार्थी पढ़े जा रहे शब्दों पर अँगुली रखें। पढ़ने के बाद किसी शब्द या अक्षर पर अँगुली रखकर पूछें – यह क्या लिखा है? इसके बाद शब्दों को अक्षरों के अनुसार तालिका में सही स्थान पर लिखने के लिए कहें। उदाहरण के लिए, ह अक्षर वाले कालम में हम, महान शब्द लिखे जाएँगे। अपनी ओर से भी तालिका में लिखने के लिए शब्द बोल सकते हैं। शिक्षार्थी चाहें तो अपनी ओर से भी शब्द जोड़ सकते हैं।

■ 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

छ	ह	थ	फ	ड	ठ
छतरी					
मछली					
छोटी					

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 82

■ **संयुक्ताक्षर (आधे अक्षर)** – शिक्षार्थियों को 'आधे अक्षर' यानी संयुक्त अक्षरों के बारे में दी गई जानकारी उदाहरणों के साथ समझाएँ। उन्हें संयुक्त अक्षरों वाले शब्द पढ़कर सुनाएँ और उन्हें भी पढ़कर सुनाने के लिए प्रेरित

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

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 82

करें। इसके बाद उन्हें इन शब्दों को किसी नोटबुक या बोर्ड आदि पर लिखने के लिए कहें। यदि शिक्षार्थियों को संयुक्त अक्षर लिखने में असुविधा हो तो धैर्यपूर्वक उन्हें संयुक्त अक्षरों की आकृति बनाकर दिखाएँ और उनका उत्साहवर्धन करें। शिक्षार्थियों को उदाहरणों की सहायता से स्पष्ट करें कि कब 'र' की आकृति बदल जाती है। इन शब्दों के बोलने और लिखने का तरीका समझाएँ।

- **मेरे शब्द** – दिए गए स्थान पर शिक्षार्थियों से उसकी पसंद के कोई भी शब्द लिखने के लिए कहें। यहाँ किसी प्रकार की कोई पाबंदी नहीं है। शिक्षार्थी, जो उनके मन में आए, वे शब्द लिख सकते हैं, जैसे- अपना नाम, पता, शहर का नाम, अपने बच्चों का नाम, अपने मित्रों का नाम, फोन नंबर आदि। इन सूचनाओं को कुछ दिन लगातार लिखवाने का प्रयास करें ताकि वे ज़रूरत पड़ने पर स्वयं लिख पाएँ।

▪ मेरे शब्द

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 83

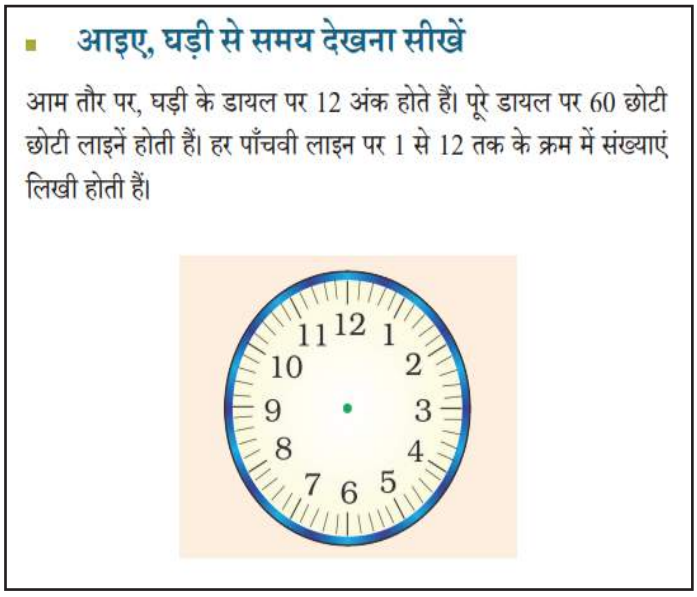
प्रयास करें कि शिक्षार्थी अपने लिखे हुए शब्द को पढ़कर बता भी दें। यहाँ शिक्षार्थी जितने शब्द चाहे लिख सकते हैं। शिक्षार्थियों को अधिक से अधिक लिखने के लिए प्रेरित करें। उन्हें लिखने में सहायता करें। शिक्षार्थी चाहें तो बिना देखे, चाहें तो कहीं से देखकर किसी शब्द को पहचानने की कोशिश करते हुए भी उन शब्दों को लिख सकते हैं। इस कार्य को शिक्षार्थियों की नोटबुक या किसी बोर्ड आदि पर भी नियमित रूप से करवाया जा सकता है। शिक्षार्थी जितना अधिक लिखेंगे, उतना अधिक उनके लेखन कौशल का विकास होगा। इससे उनमें स्वतंत्र रूप से लिख पाने का आत्मविश्वास भी मज़बूत होगा।

गणित

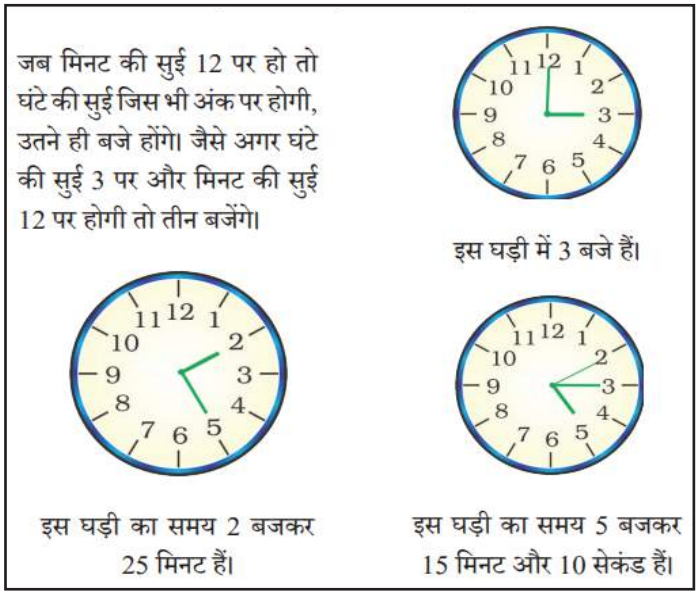
- **चित्र पर बातचीत** – दिए गए चित्र पर गणित संबंधी बातचीत करें जैसे- चित्र में कितने जानवर हैं? इन सभी जानवरों के कुल कितने पैर होंगे? शिक्षार्थी

जानवरों के पैरों को गिनकर उत्तर दें तो स्वीकार करें। साथ ही पूछें कि आपने कैसे गिना? शिक्षार्थियों से पूछें कि कितने पुरूष हैं? इनके कुल कितने पैर होंगे? कुल कितनी महिलाएँ हैं? इनके कुल कितने हाथ होंगे? अस्पताल में कितने मरीज़ हैं? इनके कुल कितने सिर होंगे? चित्र में 'जमा' का चिह्न कहाँ पर है?

- **आइए, घड़ी से समय देखना सीखें** – शिक्षार्थियों से उन अनुभवों पर चर्चा करें जो समय के महत्त्व से संबंधित हों जैसे-कहीं समय पर न पहुँचने की वजह से नुकसान हुआ हो या समय पर पहुँचने से फ़ायदा हुआ हो। शिक्षार्थियों से हमारे जीवन में घड़ी की उपयोगिता पर चर्चा करें एवं उनका ध्यान घड़ी की बनावट, उसमें लिखी संख्याओं, और घंटे, मिनट तथा सेकेंड की सुई की तरफ़ ले जाएँ। घड़ी का पूरा डायल कितने खानों में बँटा है इस पर चर्चा करें। शिक्षार्थियों को बताएँ कि आम तौर पर, घड़ी के डायल पर 12 अंक होते हैं। पूरे डायल पर 60 छोटी-छोटी लाइनें होती हैं। हर पाँचवी लाइन पर 1 से 12 तक के क्रम में संख्याएँ लिखी होती हैं। सबसे छोटी सुई घंटे की सुई है। यह घंटे बताती है। घंटे की सुई एक अंक से दूसरे अंक पर एक घंटे में पहुँचती है। यह 12 घंटे में पूरे डायल का एक चक्कर लगाती है। उससे लंबी सुई मिनट की है। यह घंटे की सुई से तेज़ चलती है और मिनट बताती है। मिनट की सुई एक अंक से दूसरे अंक पर पाँच मिनट में पहुँचती है। यह 60 मिनट में पूरे डायल का एक चक्कर लगाती है।

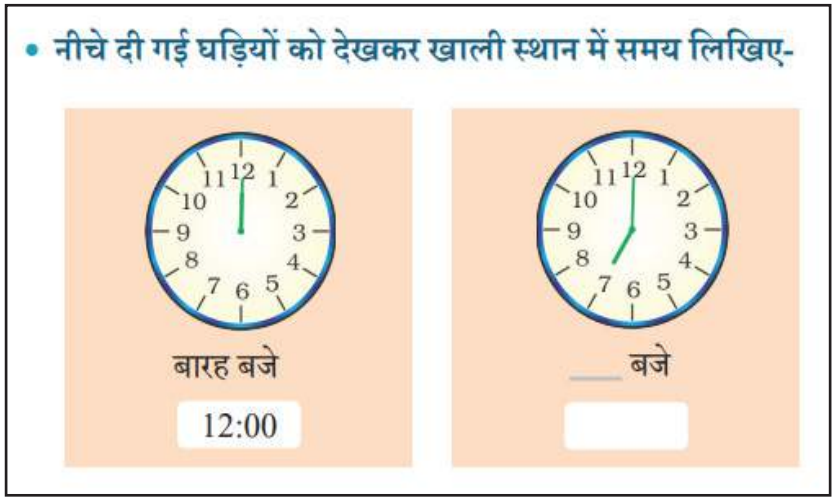


उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 84



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 85

■ **आइए, घंटा, मिनट तथा सेकेंड को जाने** – 5 के गुणन तथ्यों या बार-बार जोड़ की सहायता से घंटे एवं मिनट में संबंध पर चर्चा करें। 60 मिनट पूरे होने पर एक घंटे का समय होता है, मिनट की सुई 60 मिनट में पूरे डायल का एक चक्कर लगाती है, घंटे की सुई एक अंक से दूसरे अंक तक एक घंटे में पहुँचती है, इत्यादि तथ्यों पर चर्चा करें। शिक्षार्थियों को तीन सुइयों वाली घड़ी, दो सुइयों वाली घड़ी एवं डिजिटल घड़ी दिखाएँ। घड़ी में दर्शाए गए समय को पढ़ने एवं लिखने में शिक्षार्थियों की सहायता करें। असली घड़ी या उसके चित्र की मदद से शिक्षार्थियों को घड़ी में दर्शाए गए समय को देखने एवं दिए गए समय को घड़ी में दर्शाने के पर्याप्त अवसर प्रदान करें। शिक्षार्थियों को डिजिटल घड़ी एवं मोबाइल में समय देखने के लिए कहें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 86

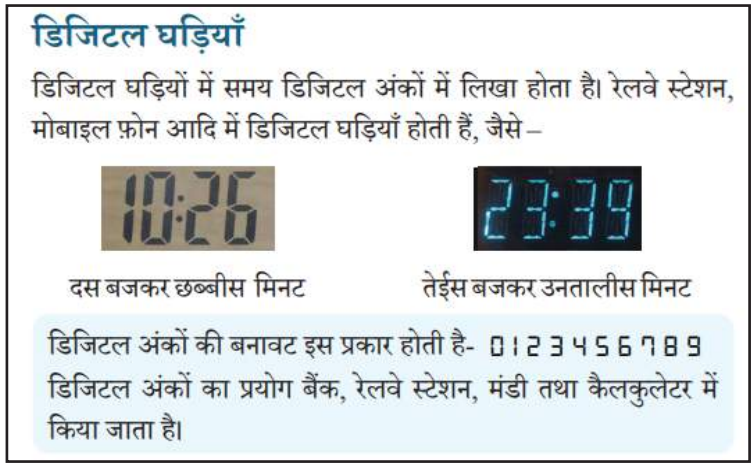
किसी काम में लगने वाले समय का पता लगाने के तरीकों पर चर्चा करें। दैनिक जीवन के कामों में लगने वाले समय पर चर्चा करें, जैसे-ऐसे कौन से काम हैं जो 1 मिनट से कम समय में किए जा सकते हैं? किन कामों को करने में 1 घंटे से ज़्यादा समय लगता है? दैनिक जीवन के कामों में लगने वाले समय, दो कामों में लगने वाले समय की तुलना व समय संबंधित अन्य प्रश्नों पर चर्चा करें। शिक्षार्थियों को अपने जीवन के ऐसे अनुभवों को साझा करने के लिए प्रोत्साहित करें।

अनुमान लगाना हमारे जीवन का एवं गणित से संबंधित एक महत्वपूर्ण कौशल है। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे विभिन्न कार्यों जैसे- खाना, नहाना, सोना, यात्रा इत्यादि में लगने वाले समय का अनुमान लगाएँ और फिर घड़ी के प्रयोग से पता लगाएँ कि उन्हें यह काम करने में कितना समय लगा।

शिक्षार्थियों से रेलवे स्टेशन, बस अड्डा, उनके कार्यालय में प्रयोग की जाने वाली घड़ियों पर चर्चा करें। रेलवे टिकट पर लिखे समय को पढ़ने एवं

चर्चा करने के अवसर प्रदान करें। शिक्षार्थियों को प्रोत्साहित करें कि वे अपनी दिनचर्या पर चर्चा करें, जैसे- उठने का समय, काम पर जाने का समय, काम पर जाने की यात्रा में लगने वाला समय, इत्यादि।

- **आइए, डिजिटल अंकों को पहचानें** – आजकल डिजिटल अंकों का प्रयोग तेज़ी से बढ़ रहा है। बैंक में कार्य करना हो, घड़ी में समय देखना हो, वज़न तौलना हो, कैलकुलेटर पर गणना करनी हो, सभी में डिजिटल अंकों का उपयोग होता है। शिक्षार्थियों को घड़ी या वज़न तौलने की मशीन का उपयोग वास्तविक रूप से करवाएँ तथा बारी-बारी उनसे समय या तौल पूछें। चित्र के रूप में तरह-तरह की स्क्रीन पर डिस्प्ले को दिखाएँ, जैसे- टी.वी. स्क्रीन, रेलवे प्लेटफॉर्म की स्क्रीन इत्यादि तथा उस पर दिखाई गई सूचना के बारे में शिक्षार्थियों से पूछें। शिक्षार्थियों को डिजिटल अंकों से बने टोकन देकर बारी-बारी से उनकी टोकन संख्या पूछें।



डिजिटल घड़ियाँ

डिजिटल घड़ियों में समय डिजिटल अंकों में लिखा होता है। रेलवे स्टेशन, मोबाइल फ़ोन आदि में डिजिटल घड़ियाँ होती हैं, जैसे –

10:26 — दस बजकर छब्बीस मिनट

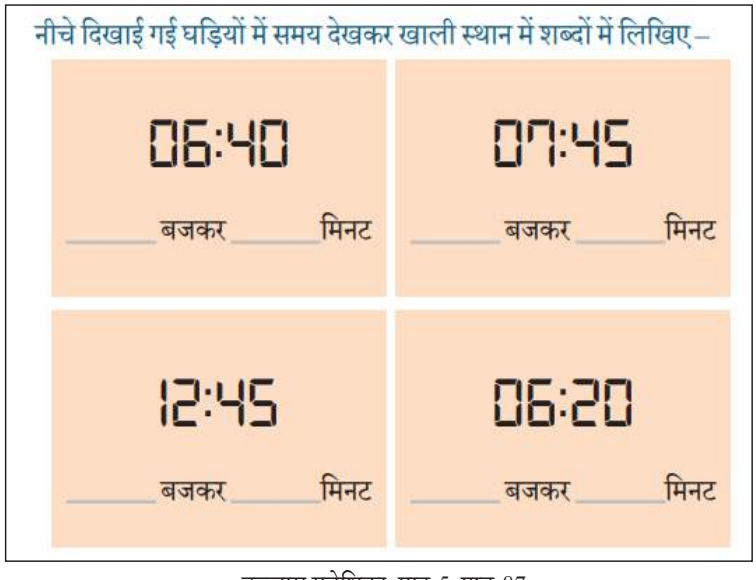
23:39 — तेईस बजकर उनतालीस मिनट

डिजिटल अंकों की बनावट इस प्रकार होती है- 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

डिजिटल अंकों का प्रयोग बैंक, रेलवे स्टेशन, मंडी तथा कैलकुलेटर में किया जाता है।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 87

- **आइए, डिजिटल घड़ियों में समय पढ़ना सीखें** – डिजिटल घड़ियों में समय डिजिटल अंकों में लिखा होता है। रेलवे स्टेशन, मोबाइल फोन आदि में डिजिटल घड़ियाँ होती है। डिजिटल घड़ियों में पहले दो अंक घंटे बताते हैं तथा बाद के दो अंक मिनट बताते हैं। जैसे- 10:25 का मतलब है दस बजकर पच्चीस मिनट।



नीचे दिखाई गई घड़ियों में समय देखकर खाली स्थान में शब्दों में लिखिए –

06:40 _____ बजकर _____ मिनट

07:45 _____ बजकर _____ मिनट

12:45 _____ बजकर _____ मिनट

06:20 _____ बजकर _____ मिनट

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 5, पृष्ठ 87

समय हमारे जीवन में बहुमूल्य है, जो हमारे कार्यों और निर्णयों का मार्गदर्शन करता है। एक डिजिटल

घड़ी एक महत्वपूर्ण उपकरण के रूप में कार्य करती है। अपने सटीक प्रदर्शन के साथ, एक डिजिटल घड़ी त्रुटियों को कम करती है। तेज़ गति वाले डिजिटल युग में, समय पर अपडेट और सूचनाएँ महत्वपूर्ण हैं; डिजिटल घड़ी वास्तविक समय की जानकारी प्रदान करती है तथा योजना बनाने में सहायता करती है।

6 मतदान

शिक्षण-बिंदु

क्ष | घ | ध | ढ | ढ़

- समय की माप का उपयोग करना (12 और 24 घंटे वाली घड़ी)
- कैलेंडर, समय-सारिणी और रेल टिकट पर दी गई सूचनाओं की समझ बनाना

हिंदी भाषा

उल्लास के इस पाठ का विषय है मतदान। आप जानते ही हैं कि भारत एक लोकतांत्रिक देश है। मतदान लोकतंत्र की जान है। भारत में प्रत्येक वयस्क नागरिक को मतदान का अधिकार है। इस पाठ के माध्यम से शिक्षार्थी पढ़ने-लिखने के कौशलों का विकास करने के साथ-साथ मतदान के अधिकार के बारे में जागरूक हो सकेंगे। इस पाठ में आप इस चर्चा के द्वारा शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे–

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में इस पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **चित्र पर बातचीत** – इस पाठ में सबसे पहले एक चित्र दिया गया है जिसमें मतदान की प्रक्रिया को दर्शाया गया है। दिए गए चित्र 'मतदान' पर बातचीत करें जैसे – यह चित्र किस बारे में हैं? क्या चित्र में कहीं कुछ लिखा है? क्या लिखा हो सकता है? क्या आपने कभी मतदान किया है? कहाँ? कब? कक्ष का क्या मतलब हो सकता है? क्या आप कक्ष जैसा कोई और शब्द बता सकते हैं? (कक्षा) मतदान को और क्या कहते हैं? (वोट देना) जिन लोगों को चलने में तकलीफ है, उनके मतदान के लिए क्या सुविधा दी जाती है? आदि। बातचीत के द्वारा विषय को शिक्षार्थी के जीवन से जोड़ने का प्रयास करें। उदाहरण के लिए, उनसे पूछा जा सकता है कि दिए गए चित्र और जब उन्होंने मतदान

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 90-91

किया था, उस स्थान में कौन-कौन सी बातें एक जैसी हैं और कौन-सी बातें अलग हैं?

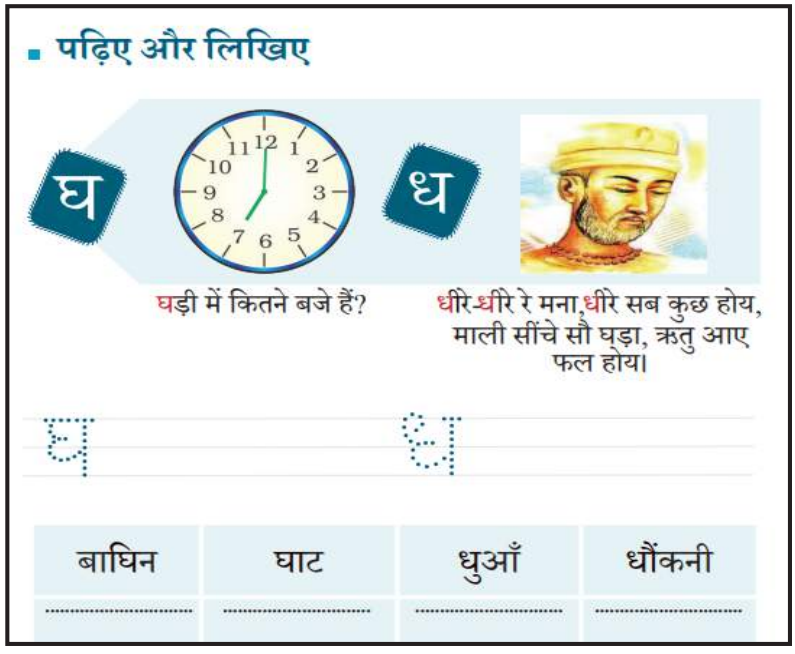
शिक्षार्थियों से पूछें चित्र में कहाँ-कहाँ क्या-क्या लिखा हुआ है? बोर्ड पर लिखे नारे 'आपका मतदान लोकतंत्र की जान' के बारे में बातचीत करें। इसका अर्थ क्या है? इस नारे को सच बनाने के लिए शिक्षार्थियों को क्या करना होगा और क्या नहीं करना होगा, इस बारे में भी चर्चा करें।

- **चित्र से अनुमान लगाकर पढ़िए** – मतदान थीम से जुड़े हुए कुछ चित्र इस भाग में दिए गए हैं जैसे – मतदान, चुनाव अधिकारी, मतदान केंद्र आदि। उन्हें चित्र देखकर बोलने के लिए प्रेरित करें। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसकी पहचान करने के लिए कहें। चित्र और उसके नीचे छपे शब्द के आधार पर पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। यहाँ पहले के पाठों से सीखे हुए अक्षरों को पहचानने के लिए भी कहा जा सकता है। यदि शिक्षार्थी किसी चित्र को देखकर छपे हुए

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 92

शब्द के अलावा कोई अलग शब्द बता देते हैं तो उन्हें छपे हुए शब्द को पढ़कर बता दें। शब्दों और चित्रों के बारे में शिक्षार्थी से बातचीत करें।

- **पढ़िए और लिखिए** – नए अक्षरों के आकार व आवाज़ पर ध्यान दिलाएँ। घ-ध, ढ-ढ़ और क्ष को बारी-बारी दिखाएँ और बुलवाएँ। दिए गए वाक्यों और शब्दों को भी अँगुली रखकर पढ़वाएँ। साथ ही उनसे शुरू होने वाले, समाप्त होने वाले व इन वर्णों को मध्य में लिए शब्द बोलने के लिए कहें। वाक्यों के अर्थ पर बातचीत करें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 93

दिए गए बिंदुओं वाले अक्षरों की सहायता से अक्षरों को बार-बार लिखने का अभ्यास करवाएँ। तीन पंक्तियों वाले स्थान को इसलिए दिया गया है ताकि शिक्षार्थियों को सही आकृति बनाने में सहायता मिल सके। आप स्वयं तीन पंक्तियों में लिखकर बता सकते हैं कि यहाँ कैसे लिखा जाता है। यदि कोई शिक्षार्थी इन आकृतियों को बनाने में अधिक समय ले, तो धैर्य बनाए रखें। उनके प्रयास की सराहना करें। यदि शिक्षार्थी को अक्षरों की पठनीय आकृति बनाने में असुविधा हो रही हो, तो उनका उत्साहवर्धन करें और स्वयं आकृति बनाकर दिखाएँ।

यहाँ आपको कुछ शब्द बिना चित्रों के भी दिखाई देंगे जैसे - पढ़ना, राक्षस आदि। इन शब्दों को पढ़कर लिखने के लिए कहें। हो सकता है कि वे कुछ-कुछ पढ़ लें या बिलकुल ही न पढ़ पाएँ। ज़रूरत के अनुसार पढ़ने में उनकी सहायता करें। यदि कोई शब्द शिक्षार्थियों के लिए नया हो तो उसका अर्थ स्पष्ट करें।

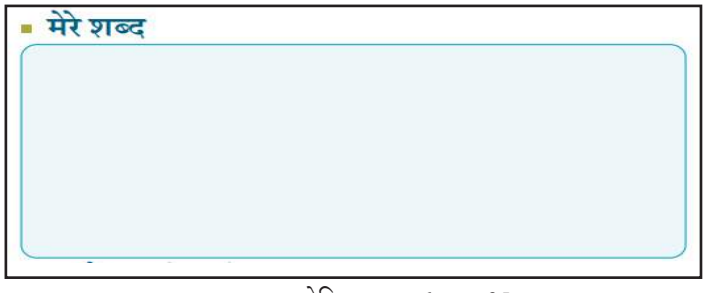
याद रहे हम सभी अक्षर एक दिन में नहीं सिखा सकते। शिक्षार्थियों को अपनी गति से पढ़ने दें। प्रतिदिन एक ही अक्षर या मात्रा का अभ्यास करवाएँ परंतु प्रयास करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 94

- **ध्यान से देखिए, पढ़िए और आपस में चर्चा कीजिए** – यहाँ मतदान से जुड़े कुछ चित्र, पोस्टर और डाक टिकट दिए गए हैं। शिक्षार्थियों को चित्रों के साथ दिए गए वाक्यों को पढ़कर सुनाने में सहायता करें। पढ़ते समय आप या शिक्षार्थी पढ़े जा रहे शब्दों पर अँगुली रखें। पढ़ने के बाद किसी शब्द या अक्षर पर अँगुली रखकर पूछें – यह क्या लिखा है? शिक्षार्थी दिए गए प्रश्नों के उत्तर मौखिक या लिखित रूप में दे सकते हैं। मतदान से जुड़े शिक्षार्थियों के अनुभव सुनें। मतदान क्यों करना चाहिए, इस विषय पर उनके विचार सुनें। वोटर कार्ड से जुड़े प्रश्न करवाएँ। इसके लिए शिक्षार्थियों के अपने वोटर कार्ड का भी प्रयोग किया जा सकता है।

  वोट देने की तैयारी, वोट देने का तरीका, आदि पर चर्चा करें। दिए गए पोस्टर और डाक टिकट पर दी गई सूचनाएँ पढ़वाएँ। यदि कोई शब्द शिक्षार्थी के लिए नया हो तो उसका अर्थ स्पष्ट करें।

- **मेरे शब्द** – दिए गए स्थान पर शिक्षार्थी से उसकी पसंद के कोई भी शब्द लिखने के लिए कहें। प्रयास करें कि शिक्षार्थी अपने लिखे हुए शब्द को पढ़कर बता भी दें। यहाँ शिक्षार्थी जितने शब्द चाहे लिख सकते हैं। यहाँ किसी प्रकार की कोई पाबंदी नहीं है, जो शब्द शिक्षार्थी के मन में आएँ, वे उन्हें यहाँ लिख सकते हैं जैसे– अपना नाम, पता, शहर का नाम आदि। शिक्षार्थी को अधिक से अधिक लिखने के लिए प्रेरित करें। हो सकता है वे स्वयं कुछ न लिख पाएँ। उन्हें लिखने में सहायता करें। शिक्षार्थी 'उल्लास' के चित्रों के नाम या अपने आस-पास की चीज़ों, लोगों, जगहों आदि के नाम भी लिख सकते हैं।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 95

गणित

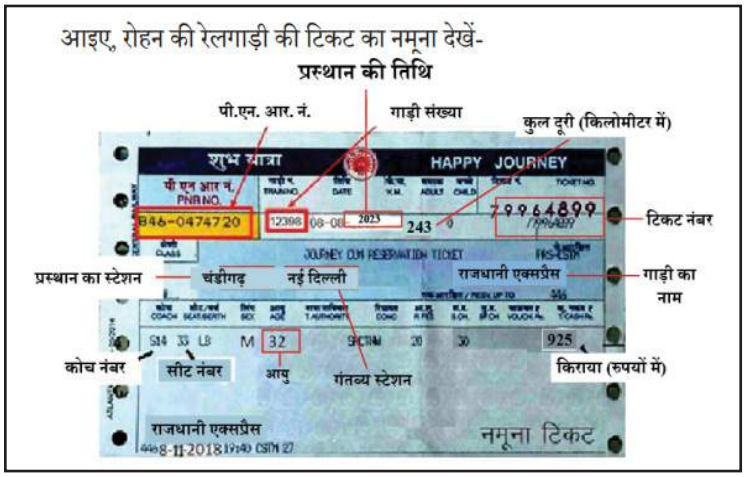
- **चित्र पर बातचीत**– दिए गए चित्र 'मतदान' पर बातचीत करें जैसे- क्या आपको अपना मतदाता क्रमांक पता है? आपको चुनाव में उम्मीदवार बनना हो तो क्या करना होगा? आपके मतदान क्षेत्र में कुल कितने मतदाता है? उनमें से कितने मतदाता पुरूष हैं और कितनी महिलाएँ? आप इन सभी मुद्दों पर बातचीत करें। यदि संभव हो तो अपना मतदाता क्रमांक उन्हें दिखाएँ। आप नाटकीय मतदान का अभिनय भी करवा सकते हैं और मतगणना एवं परिणाम तक पूरी प्रक्रिया को समझा सकते हैं।

  शिक्षार्थियों से ट्रेन तथा बस से जुड़े उनके अनुभवों पर चर्चा कीजिए। शिक्षार्थियों से घड़ी में समय, प्रस्थान समय सारणी में दी गई ट्रेनों का प्रस्थान समय इत्यादि पर चर्चा करें। यात्रा पर चर्चा करते हुए शिक्षार्थियों का ध्यान समय से संबंधित शब्दों की तरफ़ ले जाएँ (जैसे- दिन, घंटे, सप्ताह, वर्ष, इत्यादि)। घंटों एवं दिन, दिन एवं सप्ताह, सप्ताह एवं महीने, महीने एवं वर्ष के संबंधों पर चर्चा करें। किसी काम या यात्रा में लगने वाले दिनों की संख्या पर चर्चा करें।

- **आइए 24- घंटे वाली घड़ी के समय को 12-घंटे वाली घड़ी में बदलना सीखें** – 24- घंटे वाली घड़ी से शिक्षार्थियों को परिचित कराएँ। शिक्षार्थियों को प्रेरित करें कि वे 24-घंटे वाली घड़ी और 12-घंटे वाली घड़ी में समय देखकर बताएँ। 24-घंटे वाली घड़ी में दिए गए समय को 12-घंटे वाली घड़ी के समय में बदलना सिखाएँ। दोपहर से पहले AM और दोपहर के बाद PM लिखने की ज़रूरत की ओर शिक्षार्थियों का ध्यान ले जाएँ। रेलवे समय सारिणी के उपयोग से अभ्यास के पर्याप्त अवसर प्रदान करें। रेलवे समय सारिणी दिखाकर, किसी स्टेशन पर रेल कब पहुँचेगी एवं रेलगाड़ी उस स्टेशन पर कितनी देर रुकेगी जैसे प्रश्नों पर चर्चा करें।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 96

■ **आइए रेलगाड़ी के टिकट को पढ़ना सीखें** – शिक्षार्थियों को रेलवे टिकट (असली) या उसका नमूना दिखाकर, उस पर लिखी जानकारियों पर बातचीत करें, जैसे– गाड़ी संख्या, कोच नंबर, सीट नंबर, कुल दूरी, कुल किराया, इत्यादि। बार-बार जोड़ तथा गुणन तथ्यों का उपयोग करके यात्रियों की संख्या के अनुसार कुल किराये का पता लगाने के लिए प्रोत्साहित करें। टिकट खरीदने में पैसो के लेन-दन से संबंधित सवालों पर चर्चा करें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 97

■ **आइए कैलेंडर को पढ़ना सीखें** – वर्ष, महीने, सप्ताह, दिन से संबंधित तथ्यों जैसे साल में 12 महीने होते हैं, कुछ महीने 30 दिन के एवं कुछ महीने 31 दिन के होते हैं, साल का पहला महीना जनवरी और आखिरी महीना दिसंबर होता हैं, इत्यादि पर चर्चा करें। शिक्षार्थियों से महीनों से संबंधित घटनाओं और चीजों पर चर्चा करें जैसे- कौन-से त्योहार किस महीने में आते हैं? बच्चों की छुट्टियाँ या परीक्षा किन-किन महीनों में होती हैं? इत्यादि। शिक्षार्थियों से कहें कि वे कैलेंडर में दी गई तिथि के लिए दिन बताएँ, कैलेंडर पर दिन और महीने के अनुसार तिथि पहचानें एवं कैलेंडर में दी गई सूचनाएँ पढ़ें (जैसे कि महीने मे पड़ने वाले त्योहार, छुट्टियाँ इत्यादि)। शिक्षार्थियों से 'कैलेंडर का हमारे दैनिक जीवन में उपयोग' पर चर्चा करें। उनको अवसर प्रदान करें कि वे कैलेंडर की मदद से दी गई दो तारीखों के बीच के दिनों का हिसाब लगा सकें। शिक्षार्थियों को प्रेरित करें कि वे अपने दैनिक जीवन मे कैलेंडर का प्रयोग करें।

आधुनिक जीवन को प्रभावी ढंग से आगे बढ़ाने के लिए घड़ियों और कैलेंडरों को पढ़ने का तरीका जानना महत्वपूर्ण है। यात्रा का समय जानने, काम पर जाने, काम पूरा करने इत्यादि सभी में समय की जानकारी आवश्यक है। यात्रा कब शुरू करनी है तथा किस दिन वापस आना है, इत्यादि सभी में कैलेंडर

कैलेंडर

एक साल में 12 महीने होते हैं। कुछ महीने 30 दिन के होते हैं, कुछ 31 दिन के। फरवरी का महीना 28 या 29 दिन का होता है। साल का पहला महीना जनवरी और आखिरी महीना दिसंबर होता है। एक साल में 365 दिन होते हैं। जिस साल फरवरी माह 29 का होता है, उस साल में 366 दिन होते हैं।

2024

जनवरी

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

फ़रवरी

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

मार्च

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

अप्रैल

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

मई

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

जून

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

जुलाई

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

अगस्त

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

सितम्बर

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

अक्टूबर

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

नवंबर

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

दिसम्बर

र	सो	मं	बु	गु	शु	श
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 6, पृष्ठ 98

की जानकारी आवश्यक है। इन कौशलों में दक्षता दूसरों के साथ कुशल संचार और समन्वय सुनिश्चित करती है। इसके अलावा, समय और तारीखों को समझने से ज़िम्मेदारी की भावना बढ़ती है, क्योंकि व्यक्ति दायित्वों को तुरंत पूरा कर सकते हैं। व्यक्तिगत और व्यावसायिक दोनों क्षेत्रों में, आज की तेज़ गति वाली दुनिया में काम करने और समय पर पहुँचने के लिए घड़ियों और कैलेंडर की जानकारी आवश्यक है।

7 कानूनी जानकारी

शिक्षण-बिंदु

त्र श्र ण ऋ ज्ञ

- **बैंक संबंधी फ़ॉर्म पढ़ना, समझना और भरना (चेक, जमा पर्ची, नकद निकासी पर्ची)**

हिंदी भाषा

उल्लास के इस पाठ का विषय है – कानूनी जानकारी। आपके शिक्षार्थियों को और हम सभी के जीवन में अनेक ऐसे अवसर होते हैं जब हमें कानूनी जानकारी की ज़रूरत होती है। बैंक खाते में कोई धोखाधड़ी, चोरी, झगड़ा, ट्रैफ़िक चालान आदि के साथ-साथ एक उपभोक्ता के रूप में हमारे क्या अधिकार हैं, ये सभी विषय ऐसे हैं जो नियम-कानूनों से जुड़े हुए हैं। इस पाठ में आपको अपने शिक्षार्थियों से इन सब विषयों पर बात करने के अवसर मिलेंगे। इस पाठ में आप इस चर्चा के द्वारा शिक्षण बिंदुओं या अवधारणाओं को सीखने-सिखाने के लिए अनेक तरह की गतिविधियाँ कर सकेंगे –

ये शिक्षण बिंदु 'उल्लास' में इस पाठ की क्रम-संख्या और नाम के साथ 'हम सीखेंगे' शीर्षक के नीचे भी दिए गए हैं। अब यह जानने का प्रयास करते हैं कि इस पाठ में क्या-क्या शामिल है और आप इसे किस प्रकार सीखने सिखाने के लिए उपयोग में ला सकते हैं।

- **देखिए और पढ़िए** – 'कानूनी जानकारी' थीम से जुड़े हुए कुछ चित्र इस भाग में दिए गए हैं, जैसे – अदालत, कानून आदि। शिक्षार्थी को चित्र देखकर बोलने के लिए प्रेरित करें। बारी-बारी से एक-एक चित्र के नीचे अँगुली रखें, उसे पहचानने के लिए कहें। शब्द और चित्र के आधार पर पढ़ने में शिक्षार्थियों की मदद करें। पहले सीखे हुए अक्षरों को पहचानने के लिए भी कहा जा सकता है। चित्रों को पहचानने में शिक्षार्थियों की सहायता करें। यदि वे चित्रों के लिए कोई

अन्य नाम बता दें तो उनके द्वारा बताए गए नामों को बोर्ड पर लिख दें। उनके प्रयास की सराहना करें और उनसे कहें – इसे .... भी कहते हैं।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 7, पृष्ठ 102

शिक्षार्थी पढ़ने में यदि आपकी सहायता ले रहे हैं तो एक से अधिक बार इन शब्दों को पढ़वाएँ और उनके बारे में बातचीत करें ताकि वे उन शब्दों को पहचानने लगें। जो शब्द शिक्षार्थी के लिए नए हैं, उनके अर्थ समझाएँ। इसके बाद शिक्षार्थी से छपे हुए उन शब्दों के नीचे या किसी कागज़ पर उन्हीं शब्दों को लिखवाएँ। इन शब्दों को वे अपने बगल में बैठे हुए साथी को पढ़कर सुनाएँ। अपना लिखा हुआ भी दिखाएँ।

- **पढ़िए और लिखिए** – नए अक्षरों की आकृति व आवाज़ पर शिक्षार्थी का ध्यान दिलाएँ। ज्ञ, श्र, ऋ, त्र, ण को बारी-बारी दिखाएँ और बुलवाएँ। दिए गए वाक्यों और शब्दों को भी अँगुली रखकर पढ़वाएँ। साथ ही उनसे शुरू होने वाले, समाप्त होने वाले व इन वर्णों को मध्य में लिए शब्द बोलने के लिए कहें। दिए गए बिंदुओं वाले अक्षरों की सहायता से उन्हें लिखने का अभ्यास करवाएँ। शिक्षार्थी को अपनी गति से पढ़ने दें। प्रतिदिन एक ही अक्षर या मात्रा का अभ्यास करें परंतु प्रयास करें कि पूरे पाठ की दोहराई रोज़ होती रहे।

उल्लास प्रवेशिका, पाठ 7, पृष्ठ 103

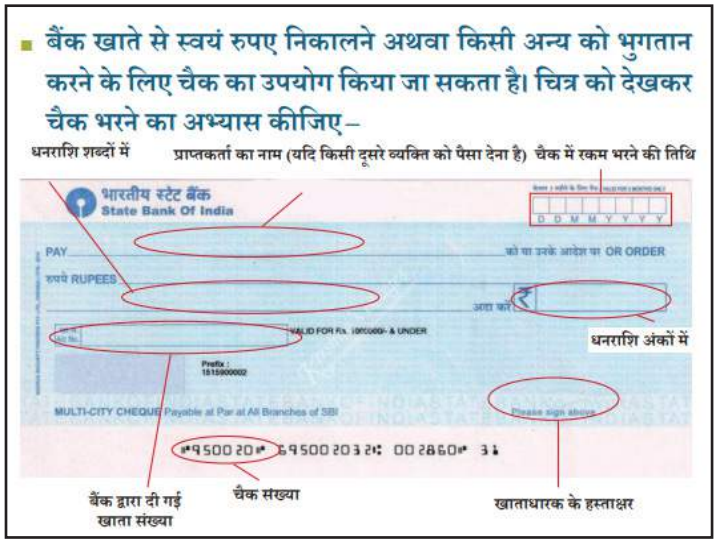
दिए गए चित्रों के नाम लिखवाएँ। यदि लिखने में असुविधा हो तो शिक्षार्थियों की सहायता करें। अक्षरों की पहचान करवाने के लिए दिए गए अभ्यास जैसे और अभ्यास करवाएँ। संयुक्त अक्षरों और मात्राओं के सही उपयोग पर विशेष ध्यान दें।

शिक्षार्थी जिन शब्दों को पहचानने लगे हैं उन्हें एक बड़े कागज़ पर लिखकर सेंटर में लगाइए। शिक्षार्थियों को प्रतिदिन इसे पढ़ने के मौके मिलेंगे।

- **मेरे शब्द** – दिए गए स्थान पर शिक्षार्थी से उसकी पसंद के कोई भी शब्द लिखने के लिए कहें। प्रयास करें कि शिक्षार्थी अपने लिखे हुए शब्द को पढ़कर बता भी दें। यहाँ शिक्षार्थी जितने शब्द चाहे लिख सकते हैं। वे यहाँ अपनी घर की भाषा-बोली में भी शब्द लिख सकते हैं।

गणित

- **आइए चैक भरना सीखें** – बैंक खाते से स्वयं रुपए निकालने अथवा किसी अन्य को भुगतान करने के लिए चैक का उपयोग किया जा सकता है। शिक्षार्थियों को बैंक से संबंधित फार्म दिखाएँ। बिना भरा चैक दिखाकर शिक्षार्थियों को बताएँ कि हम चैक के द्वारा भी पैसों का लेन-देन कर सकते हैं। किसी चैक के नमूने पर शिक्षार्थियों को चैक भरना सिखाएँ।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 7, पृष्ठ 106

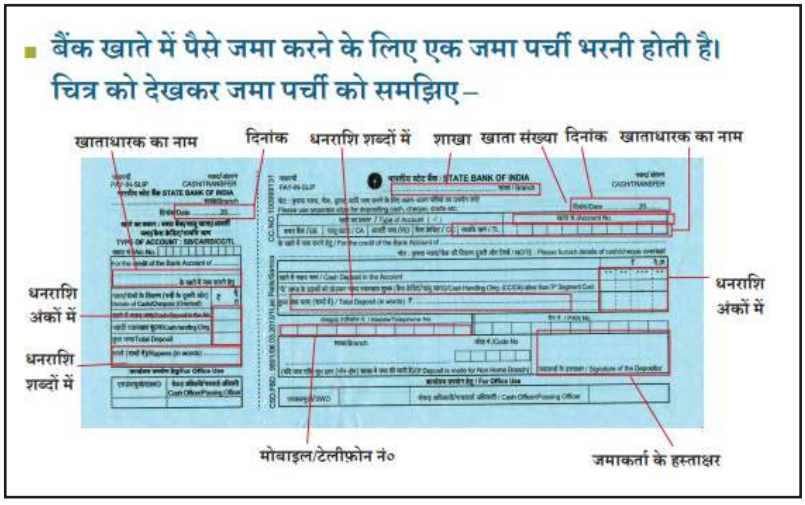
शिक्षार्थियों को चैक पर भरी जाने वाली आवश्यक सूचनाओं जैसे-उस व्यक्ति का नाम जिसे चेक दिया जाना है, चैक भरने की तारीख, दी जाने वाली धनराशि, अपने हस्ताक्षर इत्यादि के बारे में बताएँ।

शिक्षार्थियों को बताएँ कि वास्तविक रूप से चैक भरने में कई चरण शामिल होते हैं। 'दिनांक' पंक्ति पर वर्तमान दिनांक लिखकर प्रारंभ करें। 'पे टू द ऑर्डर' लाइन पर, प्राप्तकर्ता का नाम या व्यवसाय लिखें। 'रुपए' बॉक्स में, भुगतान राशि को संख्याओं में नोट करें। राशि को निकटवर्ती पंक्ति में शब्दों में लिखें। आपका हस्ताक्षर नीचे-दाहिनी पंक्ति पर है। सटीकता की दोबारा जाँच करें और स्पष्ट रूप से हस्ताक्षर करें।

रिकॉर्ड रखने के लिए, अपने चेकबुक रजिस्टर में चेक नंबर और राशि नोट करें। यदि चेक कोई छिद्रित पृष्ठ न हो तो उसे सावधानीपूर्वक फाड़ दें। हमेशा एक पेन का उपयोग करें और चेक सुरक्षित रूप से रखें।

- **आइए जमा पर्ची को भरना सीखें** – शिक्षार्थियों को बताएँ कि बैंक खाते में पैसे जमा करने के लिए एक जमा पर्ची भरनी होती है। खाली पर्ची दिखाकर शिक्षार्थियों को बताएँ कि हम इस पर्ची के द्वारा अपने खाते में पैसे जमा कर सकते हैं। संभव हो तो खाली पर्ची की फोटोकॉपी कराकर शिक्षार्थियों को पैसे जमा करने की पर्ची भरना सिखाएँ।

बैंक खाते में पैसे जमा करने के लिए एक जमा पर्ची भरनी होती है। चित्र को देखकर जमा पर्ची को समझिए –

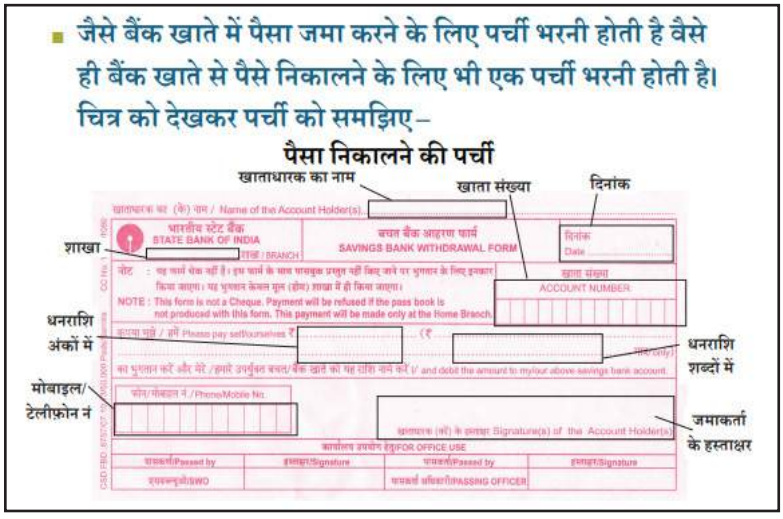


उल्लास प्रवेशिका, पाठ 7, पृष्ठ 107

शिक्षार्थियों को बताएँ कि बैंक में जमा पर्ची भरने में कई चरण शामिल होते हैं। सबसे पहले, निर्धारित स्थान में अपना नाम और खाता संख्या स्पष्ट रूप से लिखें। खाते का प्रकार लिखें- बचत या चालू- और जमा की तारीख बताएँ। सटीकता सुनिश्चित करते हुए, वह धनराशि दर्ज करें जिसे आप जमा करना चाहते हैं। यदि नकद जमा कर रहे हैं, उसे अंकों और शब्दों दोनों रूपों में स्पष्ट लिखें। धनराशि को सावधानीपूर्वक गिनें और किस-किस प्रकार के नोट/ सिक्के हैं, अलग से दर्ज करें। यदि चेक जमा कर रहे हैं तो उनके नंबर और रकम को अलग-अलग सूचीबद्ध करें। संदर्भ के लिए अपना फोन नंबर लिखें। अंत में, पर्ची पर हस्ताक्षर करें। जमा करने से पहले सभी जानकारी दोबारा जाँच लें।

- **आइए पैसा निकालने की पर्ची भरना सीखें** – जिस प्रकार बैंक खाते में पैसा जमा करने के लिए पर्ची भरनी होती है वैसे ही बैंक खाते से पैसे निकालने के लिए भी एक पर्ची भरनी होती है। खाली पर्ची दिखाकर शिक्षार्थियों को बताएँ कि हम इस पर्ची के द्वारा अपने खाते से पैसे निकाल सकते हैं। संभव हो तो खाली पर्ची की फोटोकॉपी कराकर शिक्षार्थियों को पैसे निकालने की पर्ची भरना सिखाएँ।

शिक्षार्थियों को बताएँ कि बैंक में निकासी पर्ची भरने में सबसे पहले, तारीख और अपने खाते का विवरण - खाता संख्या और खाताधारक का नाम लिखें। फिर, निकासी राशि को शब्दों और अंकों दोनों में लिखें। पर्ची पर हस्ताक्षर करें।



उल्लास प्रवेशिका, पाठ 7, पृष्ठ 108

सही लेन-देन के लिए बैंक फॉर्म और पर्चियाँ भरने का तरीका जानना महत्वपूर्ण है। यह व्यक्तियों को सटीक रूप से खाता विवरण प्रदान करने, पैसे जमा करने या निकालने और धन हस्तांतरित करने का अधिकार देता है। सही ढंग से भरे गए फॉर्म त्रुटियों को रोकते हैं, लेन-देन में देरी, गलतफहमी और संभावित विवादों के जोखिम को कम करते हैं। इसके अलावा, यह वित्तीय साक्षरता को बढ़ावा देता है, जिससे व्यक्ति अपनी बैंकिंग गतिविधियों को बेहतर ढंग से समझ पाते हैं।

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

उल्लास ULLAS

नव भारत साक्षरता कार्यक्रम
NEW INDIA LITERACY PROGRAMME

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

उल्लास ULLAS

नव भारत साक्षरता कार्यक्रम
NEW INDIA LITERACY PROGRAMME

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
STATE COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING
Sector 32 C, UT Chandigarh - 160030