ART INTEGRATED LEARNING ACTIVITIES

शिखर 6

पाठ 1: उषा आ रही है

1. **रचनात्मक कोना:** 'प्रात:काल का दृश्य' – इस विषय पर एक अनुच्छेद लिखो। **(पेज 8)**

पाठ 2: प्यार की नींव

1. **रचनात्मक कोना:** आजकल बच्चे अपने शिक्षकों के साथ अभद्र व्यवहार करने से भी नहीं चूकते। तुम्हारी दृष्टि में, क्या कारण है कि हमारे जीवन-मूल्यों का ह्रास होता जा रहा है। इस विषय पर कक्षा में चर्चा करो। **(पेज 15)**

पाठ 3: सादगी की मूरत

1. **रचनात्मक कोना:** भारतवर्ष के राष्ट्रपतियों की सूची बनाओ और उनका कार्यकाल भी लिखो। **(पेज 22)**
2. 'सादा जीवन उच्च विचार' – इस विषय पर कक्षा में चर्चा करो। **(पेज 22)**

पाठ 4: एलबम

1. **रचनात्मक कोना:** बताओ कि निम्नलिखित समाचारपत्र किस भाषा में छपते हैं –

   (क) दैनिक जागरण

   (ख) लोकमत

   (ग) अमृत बाज़ार पत्रिका

   (घ) इंडियन एक्सप्रेस

   (ङ) इनाडू **(पेज 30)**

2. तुमने नववर्ष के लिए कुछ रंगीन तथा आकर्षक कार्ड बनाए हैं। उन्हें बेचने के लिए एक विज्ञापन तैयार करो। **(पेज 30)**
3. आजकल टेलीविज़न के कार्यक्रमों के साथ ढेर सारे विज्ञापन दिखलाए जाते हैं। इन विज्ञापनों की उपयोगिता पर कक्षा में चर्चा करो। **(पेज 30)**

पाठ 5: चंद्रशेखर वेंकट रामन

1. **रचनात्मक कोना:** सर्वप्रथम न्यूटन ने साबित किया था कि सूर्य का प्रकाश सात रंगों के मेल से बना होता है। उनकी इस खोज से संबंधित प्रयोग के बारे में जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 36)**
2. इंटरनेट या अन्य स्रोतों से चंद्रशेखर वेंकट रामन के बारे में विस्तार से जानो। **(पेज 36)**
3. जिन-जिन भारतीय नागरिकों या भारतीय मूल के नागरिकों को नोबेल पुरस्कार मिला है, उनसे संबंधित परियोजना तैयार करो। **(पेज 36)**

पाठ 7: वीर

1. **रचनात्मक कोना:** 26 जनवरी पर साहसी बच्चों को 'वीरता पुरस्कार' दिए जाते हैं। इस बार जिन बच्चों को यह पुरस्कार मिला है, उनके बारे में जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 42)**
2. तुम्हारे जीवन में भी ऐसा समय आया होगा जब तुमने हिम्मत से काम लेकर अपनी परेशानी को दूर

किया होगा। इसपर कक्षा में चर्चा करो। इससे दूसरे बच्चों को भी निडर बनने की प्रेरणा मिलेगी।
(पेज 42)

3. संस्कृत में एक श्लोक है –

उद्यमेन हि सिद्धयन्ति कार्याणि न मनोरथैः।
न हि सुप्तस्य सिंहस्य प्रविशन्ति मुखे मृगा ः।।

इस श्लोक का अर्थ अध्यापक/अध्यापिका से जानो। **(पेज 42)**

पाठ 8: बूढ़ी काकी

1. **रचनात्मक कोनाः** हमारे समाज में ऐसे भी लोग हैं जो अपने वृद्ध माता-पिता को बोझ समझ, उन्हें वृद्धाश्रम में छोड़ आते हैं। ऐसे लोगों के बारे में तुम क्या सोचते हो? अपने विचार से कक्षा को अवगत कराओ। **(पेज 51)**
2. मान लो, तुम्हारे बीमार नाना जी या दादा जी कुछ दिनों के लिए तुम्हारे यहाँ रहने आए हैं। तुम उनके लिए क्या-क्या करना चाहोगे? सूची बनाकर बताओ। **(पेज 51)**

पाठ 9: दारा सिंह की कलम से

1. **रचनात्मक कोनाः** दारा सिंह एक पहलवान ही नहीं, अभिनेता और राजनेता भी थे। उनकी जीवनी पढ़कर विस्तृत जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 57)**
2. ओलंपिक खेलों में कुश्ती में भारत के किन-किन पहलवानों ने पदक जीते हैं और कब-कब? जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 57)**
3. 'ज्ञान फिर भी ज्ञान है, इसका लाभ हर उम्र में पहुँचता है।' – इस विषय पर कक्षा में चर्चा करो। **(पेज 57)**

पाठ 10: जैसे को तैसा

1. **रचनात्मक कोनाः** सेठ से बदला लेने के लिए क्या कोई दूसरा उपाय भी हो सकता था। कम-से-कम एक अन्य उपाय बताओ। **(पेज 65)**
2. इस कहानी को नाटक के रूप में कक्षा में प्रस्तुत करो। बच्चे अपने पात्र को निभाते समय अपनी ओर से भी कुछ संवाद जोड़ सकते हैं। **(पेज 65)**

पाठ 11: मांडले जेल से

1. **रचनात्मक कोनाः** स्वतंत्रता सेनानियों को अंग्रेज़ सरकार 'कालापानी' की सज़ा देती थी। इसके बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 71)**

पाठ 13: मोको कहाँ ढूँढ़े

1. **रचनात्मक कोनाः** बताओ कि निम्नलिखित तीर्थस्थल किन राज्यों में स्थित हैं –

(क) कोणार्क का सूर्य मंदिर

(ख) वैष्णो देवी का मंदिर

(ग) निज़ामुद्दीन औलिया की दरगाह

(घ) स्वर्ण मंदिर

(ङ) कामाख्या मंदिर

(च) तिरुपति बालाजी का मंदिर

(छ) तख्त हरमंदिर

(ज) मोइनुद्दीन चिश्ती की दरगाह **(पेज 80)**

2. 'इस जगत का रखवाला ईश्वर है।' – इस विचार से तुम कहाँ तक सहमत हो? कक्षा में बताओ। **(पेज 80)**

3. इस कविता को गीत के रूप में भी गाया गया है। कैलाश खेर द्वारा गाए इस गीत के कैसेट या सीडी मँगवाकर सुनो। **(पेज 80)**

पाठ 14: वैद्य जी

1. **रचनात्मक कोना:** इस कहानी को वार्तालाप के रूप में कक्षा में सुनाओ। **(पेज 87)**

पाठ 15: रहस्य खुल गया

1. **रचनात्मक कोना:** 1. मेजर शर्मा राकेश को सेना से संबंधित महत्वपूर्ण बैठकों में भाग लेने के लिए कार्यालय ले गए। क्या उन्होंने सही किया? वाद-विवाद के रूप में कक्षा में अपने विचार प्रस्तुत करो। **(पेज 93)**

2. रहस्य पर से पर्दा उठने की खबर समाचारपत्र में छपनी है। इस खबर की रूपरेखा तैयार करो। **(पेज 93)**

पाठ 16: पुस्तक-कीट

1. **रचनात्मक कोना:** दूसरों का मज़ाक उड़ाना गलत बात है। तुम्हारा भी किसी ने मज़ाक उड़ाया होगा। उस समय तुम्हें कैसा अनुभव हुआ होगा, अन्य बच्चों से चर्चा करो। **(पेज 100)**

2. निर्मला ने घर जाकर अपने माता-पिता या अभिभावक को क्या बताया होगा और उनकी क्या प्रतिक्रिया रही होगी? अनुमान से लिखो। **(पेज 100)**

3. निर्मला पाठ को समझती नहीं थी, केवल उसे रटती थी। क्या तुम भी ऐसा ही करते हो? यदि नहीं तो फिर तुम अपने पाठ की तैयारी किस प्रकार करते हो, कक्षा में बताओ। **(पेज 100)**

पाठ 17: भारत और एकता

1. **रचनात्मक कोना:** भारतवर्ष के आस-पास कौन-कौन से देश हैं? उनके नाम लिखो और यह भी बताओ कि उनमें से किन-किन देशों के भू-भाग भारत के भू-भाग से सटे हैं। **(पेज 105)**

2. यह पाठ जवाहरलाल नेहरू द्वारा लिखित पुस्तक 'डिस्कवरी ऑफ़ इंडिया' से लिया गया है। इस पुस्तक के बारे में जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 105)**

पाठ 19: ऋतुराज वसंत

1. **रचनात्मक कोना:** 'ऋतुराज वसंत'– इस विषय पर एक अनुच्छेद लिखो। **(पेज 112)**

पाठ 20: दो कलाकार

1. **रचनात्मक कोना:** अमृता शेरगिल के बारे में जानकारी प्राप्त करो तथा उनका जीवन परिचय भी जानो। **(पेज 122)**

2. समाज सेवा करना ज़्यादा ज़रूरी है या स्वयं के बारे में ही सोचना। 'चित्रा' और 'अरुणा' के चरित्रों का तुलनात्मक अध्ययन करते हुए बताओ। **(पेज 122)**

3. नीचे कुछ समाज सेवी संस्थाओं के नाम दिए जा रहे हैं। इंटरनेट की सहायता से पता करो कि ये संस्थाएँ किन क्षेत्रों से जुड़ी हैं। **(पेज 122)**

पाठ 21: हौसले से वीर-युवराज

1. **रचनात्मक कोना:** मान लो, तुम्हें अपने विद्यालय की ओर से 'यू वी कैन' के लिए चंदा इकट्ठा करना है। इसके लिए अनुरोध करते हुए एक सूचना बनाओ जिसे विद्यालय के सूचनापट्ट पर लगाया जा सके। **(पेज 127)**
2. कैंसर एक घातक बीमारी है परंतु आज विज्ञान ने इससे बचने के उपाय खोज लिए हैं। इस क्षेत्र में और क्या नई-नई खोजें हो रही हैं, इस बारे में इंटरनेट से जानकारी प्राप्त करो। **(पेज 127)**
3. कैंसर से उबरने के बाद युवराज ने पहला अंतर्राष्ट्रीय मैच कब और कहाँ खेला था? पता करो। **(पेज 127)**

पाठ 22: अन्याय के विरोध में

1. **रचनात्मक कोना:** लेखक ने जूलिया के साथ जो कुछ किया, वह तरीका सही था या गलत। अपने समर्थन या विरोध में विचार व्यक्त करो। **(पेज 134)**
2. क्या तुमने कभी राह चलते, किसी दुकान पर या अपने आस-पास किसी के साथ अन्याय होते देखा है? यदि हाँ, तो उस समय तुम्हारे मन में क्या विचार उठे? अपना संस्मरण कक्षा में सुनाओ। **(पेज 134)**

पाठ 23: भारत-दर्शन

1. **रचनात्मक कोना:** भारत का मानचित्र लेकर उसमें आइजॉल, सिल्चर, पंचकुला, चंडीगढ़, शिमला और कुन्नूर ढूँढ़ो। **(पेज 141)**
2. हरियाणा के पर्यटन विभाग को पत्र लिखकर पता करो कि मोरनी हिल्स घूमने जाने के लिए उपयुक्त मौसम कौन-सा है। **(पेज 141)**

ART INTEGRATED LEARNING ACTIVITIES

शिखर 6

शिक्षक संदर्शिका

पाठ 1: उषा आ रही है

1. **अध्यापन संकेत:** कविता का सस्वर वाचन करें। बच्चों से कविता के एक-एक अंश का वाचन करवाएँ। उन्हें कविता का मूल भाव बताने को कहें।

   कविता की पंक्तियों में छिपा भाव स्पष्ट करें। **नई ज़िंदगी पाश ..... अँगड़ा रही है।** – इन पंक्तियों का अर्थ है कि जो लोग अपनी परेशानियों से, राह की बाधाओं से निराश हो गए थे, यह उषा अर्थात् सुबह उनके जीवन को बाधाओं से सामना करने के लिए प्रेरित कर रही है।

   नए स्वप्न ..... लहरा रही है। – इन पंक्तियों का अर्थ है कि प्रत्येक नया दिन एक नई शुरुआत लेकर आता है। यह प्रभा अर्थात् सुबह लोगों को अपने लक्ष्य की प्राप्ति की ओर अग्रसर कर रही है।

   हृदय में उषा ..... मुसका रही है। – इन पंक्तियों का अर्थ है कि जब सवेरा होता है तब प्रकृति के चारों ओर फैली कोहरे की चादर कहीं गुम हो जाती है और सुबह की लाली कोहरे का दमन करती हुई मुसकराती हुई प्रतीत होती है। इसका भावार्थ यह है कि जब मनुष्य अपने अज्ञान रूपी अंधकार को दूर कर देता है तब उसका हृदय नई उमंग और खुशी से भर जाता है।

   पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

   - 'नया दिन, नई शुरुआत' ऐसा क्यों कहा जाता है? क्या वास्तव में तुम ऐसा मानते हो?
   - कौन-सा अँधेरा अधिक घना होता है? अज्ञान का अँधेरा अथवा प्राकृतिक अँधेरा?

   डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से कविता की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर कविता के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 5)**

पाठ 2: प्यार की नींव

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का वाचन करें। पाठ की महत्वपूर्ण घटनाओं तथा पंक्तियों का आशय स्पष्ट करें। बच्चों से मौलवी साहब के चरित्र की विशेषताओं के बारे में पूछें। पाठ में निहित जीवन-मूल्यों को बच्चों में विकसित करें।

   पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

   - बच्चों से जानें, सांप्रदायिक हिंसा क्या होती है?
   - इसे किस तरह रोका जा सकता है?
   - गुरु का स्थान सदैव ऊँचा माना जाता है। क्यों? अपने विचार रखो।
   - यदि कोई तुम्हें हानि पहुँचाना चाहे अथवा तुम्हारे प्रति बैर-भाव रखे, तो उसके प्रति तुम्हारा व्यवहार कैसा होगा?

   डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 7)**

पाठ 3: सादगी की मूरत

1. **अध्यापन संकेत:** बच्चों से पाठ का वाचन करवाएँ। महत्वपूर्ण अनुच्छेदों को बच्चों को समझाएँ। बच्चों

को राजेंद्र प्रसाद जी के बारे में बताएँ। बताएँ कि वे भारत के प्रथम राष्ट्रपति थे। समझाएँ कि तुम सभी को अपने कर्तव्यों का बोध होना चाहिए।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- 'सादा जीवन उच्च विचार' से तुम क्या समझते हो?
- राजेंद्र बाबू को 'देश रत्न' की उपाधि दी गई थी। ऐसी ही कुछ उपाधियाँ जैसे – 'लोकमान्य', 'सरदार', 'महात्मा', 'लोकनायक', 'देशबंधु', 'गुरुदेव' आदि हैं। बताइए, ये उपाधियाँ किन महान विभूतियों को दी गई हैं।
- 'भारत रत्न' का सम्मान किन्हें दिया जाता है? तुम्हारी जानकारी में यह सम्मान दिए जाने का क्या विशेष मानदंड होता है?
- यह सम्मान किसके द्वारा दिया जाता है तथा इसके अंतर्गत क्या-क्या दिया जाता है? (उदाहरण के लिए मेडल, प्रशस्ति पत्र, शॉल आदि) बच्चों से पूछें।

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 9)**

पाठ 4: एलबम

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें अथवा बच्चों से एक-एक अंश पढ़वाएँ। पाठ की महत्वपूर्ण पंक्तियों या अनुच्छेदों का सरलीकरण करें। पाठ में निहित जीवन-मूल्यों को बच्चों के अंदर ढूँढ़ने का प्रयास करें। इसके लिए बच्चों से कुछ प्रश्न पूछे जा सकते हैं, जैसे – यदि कोई वस्तु तुम्हें बहुत प्रिय हो परंतु वह वस्तु किसी अन्य व्यक्ति की आवश्यकता हो तो तुम क्या करोगे? क्या वह वस्तु उसे दे दोगे अथवा अपने बारे में सोचोगे!

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- क्या उपकार का बदला उपकार द्वारा चुकाकर हम उस व्यक्ति के आभार से मुक्त हो जाते हैं अथवा उस उपकार का महत्व जीवन भर बना रहता है?
- क्या किसी की सहायता करके मन में संतोष एवं खुशी का भाव उत्पन्न होता है?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 12)**

पाठ 5: चंद्रशेखर वेंकट रामन

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। बच्चों को चंद्रशेखर वेंकट रामन के बारे में बताएँ। उन्हें नोबेल पुरस्कार के बारे में जानकारी दें। बताएँ कि नोबेल पुरस्कार के जनक स्वीडन वैज्ञानिक अल्फ्रेड नोबेल हैं। पाठ में निहित जीवन-मूल्यों को बच्चों में विकसित करें।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- नोबेल पुरस्कार किस-किस क्षेत्र में दिया जाता है?
- क्या तुम्हारे मन में भी कुछ चीज़ों के होने का कारण जानने की जिज्ञासा उत्पन्न होती है? अपनी जिज्ञासाएँ बताइए।
- भारत का सर्वोच्च नागरिक सम्मान कौन-सा है?
- किन-किन भारतीयों अथवा भारतीय मूल के लोगों को नोबेल पुरस्कार मिल चुका है, बताएँ।

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग

का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 14)**

पाठ 6: हाज़िरजवाब मुल्ला

1. डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 15)**

पाठ 7: वीर

1. **अध्यापन संकेत:** कविता का सस्वर वाचन करें। बच्चों से मौन पठन करने के लिए कहें। बच्चों से पूछें, सच्चे अर्थों में वीर कौन कहलाता है। कविता में आए कठिन शब्दों का अर्थ समझाएँ। कविता की पंक्तियों का भाव स्पष्ट करें।

सच है, विपत्ति ..... राह बनाते हैं। – इन पंक्तियों का अर्थ है कि विपत्ति के समय, कठिनाइयों के कारण जो व्यक्ति अपना संयम खो देता है और पलायन का रास्ता चुनता है, वह कभी वीर की श्रेणी में नहीं खड़ा हो सकता। वह कायर कहलाता है। सच्चा वीर वही होता है जो विपरीत परिस्थितियों में भी संयम नहीं छोड़ता, बड़ी से बड़ी मुसीबत से भी नहीं घबराता और अपने मनोबल के सहारे प्रतिकूल परिस्थितियों को भी अनुकूल बनाने का साहस रखता है।

शूलों का ..... छाते हैं। – इन पंक्तियों का अर्थ है कि वीर व्यक्ति विपत्तियों से घबराने के स्थान पर उन्हें जड़ से ही समाप्त करने का प्रयास करते हैं।

मानव जब ..... बन जाता है। – इन पंक्तियों का भाव है कि मनुष्य इतना सक्षम एवं समर्थ है कि वह जो चाहे प्राप्त कर सकता है। मनुष्य के साहस और दृढ़ इच्छाशक्ति के सामने बड़े से बड़े पत्थर भी हिल जाते हैं। इसी का प्रमाण है कि मनुष्य ने पहाड़ के बीच से भी रास्ता निकाल लिया।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- यदि बार-बार प्रयास करते रहने पर भी सफलता न मिले, तब तुम क्या करोगे – क्या निराश हो जाओगे अथवा सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़ोगे?
- जीवन में किसी लक्ष्य का होना क्यों आवश्यक है? क्या तुमने अपने लिए कोई लक्ष्य निर्धारित किया है?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से कविता की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर कविता के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 16)**

पाठ 8: बूढ़ी काकी

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। बच्चों से पाठ का एक-एक अंश पढ़ने के लिए कहें। कहानी का मूल भाव विस्तार से समझाएँ। पाठ के महत्वपूर्ण गद्यांश अथवा पंक्तियों का अर्थ स्पष्ट करें। कठिन शब्दों का अर्थ बताएँ। महान साहित्यकार और इस कहानी के लेखक मुंशी प्रेमचंद के बारे में बच्चों को जानकारी दें। बताएँ कि प्रेमचंद एक साहित्यकार होने से पहले एक शिक्षक थे तथा वे हिंदी में लिखने से पहले उर्दू में लिखा करते थे।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- तुम अपने बड़े-बुज़ुर्गों की देखभाल कैसे करते हो?
- क्या वास्तव में वृद्धावस्था में व्यक्ति का स्वभाव और व्यवहार एक बालक की भाँति हो जाता है?
- बहुत से लोग विवाह या समारोह में जाते समय घर के वृद्धजनों को अपने साथ न ले जाकर घर पर ही छोड़ जाते हैं। तुम्हारे विचार से वे ऐसा क्यों करते होंगे? क्या तुम्हारे घर में भी ऐसा होता है?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 18)**

पाठ 9: दारा सिंह की कलम से

1. **अध्यापन संकेत:** बच्चों से पाठ का वाचन करवाएँ। पाठ के महत्वपूर्ण अनुच्छेद अथवा पंक्तियों का अर्थ स्पष्ट करें। कठिन शब्दों का अर्थ बताएँ तथा पाठ में निहित जीवन-मूल्यों से संबंधित चर्चा करें। यह पाठ दारा सिंह का आत्मकथांश है जिसमें उन्होंने आहार संबंधी जानकारी दी है। बच्चों को उनके जीवन के अन्य पहलुओं से संबंधित जानकारी भी दें। उन्हें बताएँ कि दारा सिंह पहलवान होने के साथ-साथ एक अभिनेता और नेता भी थे।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- तुम अपने स्वास्थ्य तथा खाने-पीने का ध्यान कैसे रखते हो?
- आजकल लोग सुबह-शाम पार्कों में या घर से बाहर दौड़ लगाने के स्थान पर घर पर ही 'ट्रेडमील' पर दौड़ना अधिक पसंद करते हैं। व्यायाम करने के लिए भी कई आधुनिक उपकरण बाज़ार में आ गए हैं। क्या इन उपकरणों के कारण प्राकृतिक व्यायाम के तरीके जैसे हरी घास पर दौड़ना, योगा आदि का महत्व एवं प्रभाव समाप्त होता जा रहा है?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 20)**

पाठ 10: जैसे को तैसा

1. **अध्यापन संकेत:** कक्षा के बच्चों से पाठ के एक-एक अंश का वाचन करवाएँ। पाठ के महत्वपूर्ण अंश अथवा पंक्तियों का अर्थ स्पष्ट करते जाएँ। बच्चों से कहानी का मूल भाव जानें।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- धूर्त और चालाक लोगों को कैसे सबक सिखाया जा सकता है?
- यदि तुम सोमपाल की जगह होते तब तुम अपने गाड़ी-बैल कैसे वापस पाते? अपने कुछ सुझाव या उपाय प्रकट करो।

डिजीडिस्क (क्पहपक्पेब) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 22)**

पाठ 11: मांडले जेल से

1. **अध्यापन संकेत:** पत्र-वाचन करें। बच्चों को बाल गंगाधर तिलक एवं सुभाषचंद्र बोस के बारे में जानकारी दें। बच्चों को बताएँ कि इन दो महान विभूतियों ने देश में जागरूकता लाने के उद्देश्य से प्रसिद्ध नारे दिए थे। बच्चों से उन नारों के बारे में पूछें। पाठ में आए कठिन शब्दों का अर्थ बताते जाएँ।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- स्वाधीनता संग्राम के समय की कुछ प्रसिद्ध जेलें जहाँ स्वतंत्रता सेनानियों को रखा जाता था, जैसे – मांडले जेल, यरवदा जेल, नैनी जेल, सेल्युलर जेल (कालापानी) आदि के बारे में तुम क्या जानते हो?
- वर्तमान में जेलों में कैदियों को रोज़गारपरक काम सिखाए तथा करवाए जाते हैं। क्या यह वास्तव में कारगर है?

- प्रत्येक व्यक्ति अपनी-अपनी तरह से देशभक्ति या देश-प्रेम प्रकट करता है। तुम देश के प्रति प्रेम कैसे प्रकट करते हो?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 24)**

पाठ 12: पानी की पुकार

1. डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 26)**

पाठ 13: मोको कहाँ ढूँढ़े

1. **अध्यापन संकेत:** कबीर की साखियों का सस्वर वाचन करें। बच्चों को मौन वाचन करने के लिए कहें। कबीर जी की निर्गुण भक्तिधारा के बारे में बच्चों को बताएँ। बताएँ कि कबीर जी ईश्वर के निर्गुण रूप की उपासना करते हैं। कबीर के राम दशरथ पुत्र राजा राम नहीं हैं बल्कि उनके राम वह राम नाम रूपी विश्वास है जो प्रत्येक जीवात्मा में बसते हैं। साखियों की पंक्तियों का अर्थ स्पष्ट करें।

ना मैं जप ..... श्वास में। – इन पंक्तियों का अर्थ है कि ईश्वर जप-तप, व्रत-उपवास आदि करने से नहीं मिलता। न ही उसे योगी-संन्यासी बनकर पाया जा सकता है। वह न तो ग्रह-नक्षत्रों में रहता है और न किसी गुफ़ा या आकाश में रहता है। यदि उसे ढूँढ़ना ही चाहते हो, उससे साक्षात्कार करना चाहते हो तो उसे अपने अंदर ढूँढ़ो। वह तो प्रत्येक मानव के हृदय में वास करता है।

खोजि होय ..... विश्वास में – इन पंक्तियों में कबीर जी कहना चाहते हैं कि यदि तुम ईश्वर को ढूँढ़ना चाहते हो तो वह तुम्हें एक क्षण में ही मिल जाएगा। उसके लिए तुम्हें यहाँ-वहाँ घूमने-फिरने की आवश्यकता नहीं पड़ेगी क्योंकि उसे ढूँढ़ने के लिए केवल विश्वास की आवश्यकता होती है। ईश्वर केवल विश्वास में ही निवास करता है।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- यदि ईश्वर केवल आस्था-विश्वास में बसता है तो लोग मंदिर क्यों जाते हैं, पूजा-व्रत क्यों करते हैं?
- यदि ईश्वर प्रत्येक व्यक्ति के अंदर समाया हुआ है तो फिर लोग अपराध कैसे कर सकते हैं!

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से कविता की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर कविता के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 27)**

पाठ 14: वैद्य जी

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। पाठ के महत्वपूर्ण अंशों तथा पंक्तियों का सरलीकरण करते हुए अर्थ समझाएँ। कहानी का मूल भाव समझाएँ। पाठ में निहित जीवन-मूल्यों, कर्तव्यनिष्ठा, परोपकार, सहानुभूति एवं सहायता को विकसित करें तथा इन मूल्यों का महत्व समझाएँ।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- डॉक्टर को भगवान का दूसरा रूप कहा जाता है। क्या तुम भी ऐसा ही मानते हो?
- क्या तुम भी अपनी पढ़ाई के प्रति इतनी ही निष्ठा और लगन रखते हो, जितनी वैद्य जी अपने काम के प्रति रखते थे।

डिजीडिस्क (क्पहपक्पेब) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 29)**

पाठ 15: रहस्य खुल गया

1. **अध्यापन संकेत:** बच्चों से एक-एक करके पाठ का वाचन करवाएँ। पाठ के महत्वपूर्ण बिंदुओं पर बच्चों से चर्चा करें। कठिन शब्दों के अर्थ स्पष्ट करें।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- भारतीय सेना के तीनों अंगों के बारे में तुम क्या जानते हो? ये सेनाएँ किस प्रकार देश की रक्षा करती हैं?
- तुम्हारी दृष्टि में किसी भी देश में सैन्य शक्ति का क्या महत्व है?
- देश की रक्षा के अतिरिक्त ये सैन्य दल और क्या कार्य करते हैं? बच्चों को बताएँ कि ये सैन्य दल आवश्यकता पड़ने पर प्राकृतिक आपदा जैसे – बाढ़, भूकंप के अतिरिक्त आतंकवादी हमलों में बचाव कार्य में भी अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 31)**

पाठ 16: पुस्तक-कीट

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। बच्चों से पाठ से मिलने वाले संदेश पर चर्चा करें।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- क्या तुम भी निर्मला की तरह पाठ समझने की बजाए रटने में विश्वास रखते हो?
- प्राचीन शिक्षा पद्धति के बारे में तुम क्या जानते हो?
- वर्तमान शिक्षा प्रणाली तथा प्राचीन शिक्षा पद्धति में क्या समानताएँ एवं भिन्नताएँ हैं?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 33)**

पाठ 17: भारत और एकता

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। पाठ के महत्वपूर्ण बिंदुओं को समझाएँ। बच्चों को भारत की संस्कृति-सभ्यता से अवगत कराएँ। बताएँ कि यह पाठ जवाहरलाल नेहरू की पुस्तक 'डिस्कवरी ऑफ़ इंडिया' के हिंदी रूपांतर 'भारत एक खोज' से लिया गया है।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- संस्कृति तथा सांस्कृतिक एकता से तुम क्या समझते हो?
- भारत को 'अनेकता में एकता' का देश कहा जाता है। क्यों?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 35)**

पाठ 18: अनुमति

1. डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 36)**

पाठ 19: ऋतुराज वसंत

1. **अध्यापन संकेत:** कविता की पंक्तियों का सस्वर वाचन करें। बच्चों को बताएँ कि 'वसंत' को ऋतुओं

का राजा कहा जाता है। वसंत आने पर चारों ओर का वातावरण खिल उठता है तथा प्रकृति की सुंदरता देखते ही बनती है। कविता में आए कठिन शब्दों के अर्थ बताएँ। कविता की पंक्तियों का अर्थ स्पष्ट करें –

मृदु मंद ..... ऋतुराज री! – इन पंक्तियों का अर्थ है कि माँ, देखो यह वसंत की ऋतु आ गई है। वसंत ऋतु के आने से धरती पर चारों ओर फूलों की सुगंध बिखेरती हवा धीरे-धीरे सर-सर की ध्वनि करती हुई चल रही है। यह हवा जैसे ही धरती को छूती है, सारी धरती शीतल हो जाती है।

फूली सरसों ..... ऋतुराज री! – इन पंक्तियों का अर्थ है कि वसंत के मौसम में खेतों में सरसों फूलने लगी है और सरसों पर पड़ने वाली सूरज की किरणें सोने की भाँति चमक उत्पन्न कर रही हैं। इस चमक के बिखरने से सारा खेत सोने जैसी सुंदर आभा से सज गया है।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- भारत को ऋतुओं का देश क्यों कहा जाता है?
- वसंत ऋतु को ही ऋतुओं का राजा कहा जाता है, ऐसा क्यों?
- ऋतुओं की रानी किसे माना जाता है?
- बच्चों से पूछें, कि वसंत पंचमी के दिन सरस्वती की पूजा क्यों की जाती है? उन्हें बताएँ, वसंत पंचमी के दिन विद्या की देवी सरस्वती का जन्मदिन होता है इसीलिए माघ महीने के शुक्ल पक्ष के पाँचवे दिन सरस्वती पूजा की जाती है।

बच्चों को यह भी बताएँ कि वसंत पंचमी के दिन से ही वसंत ऋतु का आरंभ होता है।

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 36)**

पाठ 20: दो कलाकार

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। पाठ के महत्वपूर्ण गद्यांश या मुख्य बिंदुओं का भाव बच्चों को समझाएँ। उनसे पूछें, कि यह कहानी क्या कहना चाहती है अर्थात् कहानी का मूल भाव क्या है।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- पूछें, तुम्हारी दृष्टि से सच्चे कलाकार में क्या गुण होने चाहिए? अथवा तुम एक सच्चा कलाकार किसे कहोगे?
- एक चित्रकार द्वारा कैनवास पर बनाई गई कोई भी आकृति, क्या केवल उसकी कल्पना मात्र होती है! क्या उसमें उस चित्रकार की आत्मा या मर्म (भावना) का अंश मात्र भी नहीं झलकता? इस बारे में तुम्हें क्या लगता है?
- अरुणा ने भिखारिन के बच्चों को अपना लिया परंतु यदि ऐसी स्थिति दोबारा आ जाए तब वह क्या करेगी? अरुणा की जगह स्वयं को रखकर अपने विचार प्रकट कीजिए।
- आधुनिक चित्रकला (मॉडर्न आर्ट) के बारे में तुम क्या जानते हो?

  बच्चों को बताएँ, आधुनिक कला में एक चित्रकार चित्रों को पारंपरिक रूप में न बनाकर, उस रूप में चित्रित करता है जिस रूप में वह आस-पास की वस्तुओं को समझता या आत्मसात करता है। यह चित्रण उस वस्तु के मूल रूप-रंग से मिलता-जुलता या बिलकुल भिन्न हो सकता है। इससे कलाकार की एक विशेष शैली का परिचय मिलता है।
- कुछ आधुनिक चित्रकारों के नाम भी पूछ सकते हैं जैसे – एम.एफ. हुसैन, जामिनी राय, अंजलि

इला मेनन, सतीश गुजराल, राजा रवि वर्मन।

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 38)**

पाठ 21: हौसले से वीर – युवराज

1. **अध्यापन संकेत:** बच्चों से पाठ का वाचन करवाएँ। युवराज द्वारा दिए गए प्रश्नों के उत्तरों में छिपी महत्वपूर्ण सीख को बच्चों को समझाएँ। बच्चों से युवराज सिंह के बारे में चर्चा करें, जैसे – उन्होंने क्रिकेट कब से खेलना आरंभ किया, लोग उन्हें किस नाम से पुकारते हैं? आदि।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- विपरीत परिस्थितियों से लड़ने के लिए व्यक्ति हौसला जुटाता है। यह हौसला वह कैसे जुटाता है? मंदिरों में पूजा-अर्चना करके, अपने पर विश्वास रखकर अथवा परिवार तथा मित्रों के सहयोग द्वारा।
- इस पाठ से तुम किस प्रकार प्रेरित हुए? अपने विचार प्रकट करो।

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 41)**

पाठ 22: अन्याय के विरोध में

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ का आदर्श वाचन करें। बच्चों से पाठ का मूल भाव पूछें फिर उन्हें मूल भाव समझाएँ। पाठ के महत्वपूर्ण अंश अथवा पंक्तियों का अर्थ समझाएँ। कठिन शब्दों के अर्थ बताएँ।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- पूछें, यदि चुप रह जाने से तुम्हारा काम सिद्ध हो सकता हो लेकिन उस काम के लिए तुम्हारा शोषण भी किया जा रहा हो, तब तुम क्या करोगे? क्या तुम अपना फ़ायदा देखोगे या उस शोषण के खिलाफ़ आवाज़ उठाओगे?
- अपने अधिकारों के प्रति जागरूक होना कितना आवश्यक है?
- क्या कभी तुम्हारे साथ ऐसा हुआ है कि तुम किसी दुकान पर कोई सामान लेने गए और दुकानदार ने पैसों का हेर-फेर किया हो?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 42)**

पाठ 23: भारत-दर्शन

1. **अध्यापन संकेत:** पाठ के एक-एक अंश का बच्चों से वाचन करवाएँ। भारत की विशेषताओं से संबंधित कुछ चर्चा करें। पाठ में आए महत्वपूर्ण बिंदुओं को समझाएँ।

पाठ से संबंधित कुछ विशेष बातों पर बच्चों से विचार-विमर्श करें –

- तुम्हें हमारे देश भारत की सबसे विशेष बात क्या लगती है? अथवा तुम्हारी दृष्टि में हमारे देश की ऐसी कौन-सी विशेषता है जिसे देखने पर्यटक दूर देश से आते हैं।
- क्या सिर्फ़ भारत-भ्रमण द्वारा हम अपने देश की सभ्यता-संस्कृति को समझ सकते हैं? तुम क्या सोचते हो?

डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से पाठ की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर पाठ के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 44)**

पाठ 24: हम होंगे कामयाब

1. डिजीडिस्क (DigiDisc) के माध्यम से कविता की ई-बुक विद्यार्थियों को दिखाकर कविता के प्रत्येक अंग का स्पष्टीकरण कीजिए। गतिविधियों की दुनिया से परिचय भी कराइए। **(पेज 45)**