A102

मुक्त प्रौढ़ शिक्षा

पर्यावरण अध्ययन

स्तर-क

(कक्षा-3 के समतुल्य)

पाठ्यक्रम समन्वयक

डॉ. बालकृष्ण राय

हरपाल सिंह

विवेक सिंह

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान

ए-24.25, इंस्टीट्यूशनल एरिया, सेक्टर-62,

नोएडा-201309 (उ0प्र0)

वेबसाइट : www.nios.ac.in, टोल फ्री न. 18001809393

सलाहकार-समिति

डॉ. सितांशु शेखर जेना
अध्यक्ष
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
नोएडा

डॉ. कुलदीप अग्रवाल
निदेशक (शैक्षिक)
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
नोएडा

श्रीमती गोपा बिस्वास
संयुक्त निदेशक (शैक्षिक)
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
नोएडा

पाठ्यक्रम-समिति

श्रीमती निशात फारुख
पूर्व निदेशक
राज्य संसाधन केन्द्र, दिल्ली

अरविंद मिश्र
संयुक्त निदेशक, राष्ट्रीय बचत निदेशालय
उत्तराखंड सरकार, देहरादून

डॉ. अनन्त राम
पूर्व रीडर,
कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय

पाठ-लेखक

हरपाल सिंह
वरिष्ठ सलाहकार
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान, नोएडा

वीरेन्द्र मुलासी
पूर्व समन्वयक, (सामग्री निर्माण)
एस.आर.सी., लखनऊ

लायक राम मानव
पूर्व समन्वयक, सामग्री निर्माण
राज्य संसाधन केन्द्र, लखनऊ

मनोहर पुरी
वरिष्ठ पत्रकार
दिल्ली

डॉ. रविन्द्र कौर
पूर्व वरिष्ठ प्राध्यापक
डाइट, दिल्ली

श्रीमती निशात फारुख
पूर्व निदेशक
राज्य संसाधन केन्द्र दिल्ली

डॉ. नीरजा धनकड़
प्रिंसिपल आर्मी कॉलेज ऑफ एजुकेशन
दिल्ली कैंट

डॉ. डी. एस. मिश्रा
पूर्व संयुक्त निदेशक,
प्रौढ़ शिक्षा निदेशालय, भारत सरकार

संपादक-मंडल

डॉ. डी. एस. मिश्रा
पूर्व संयुक्त निदेशक,
प्रौढ़ शिक्षा निदेशालय, भारत सरकार

लायक राम मानव
पूर्व समन्वयक, सामग्री निर्माण
राज्य संसाधन केन्द्र, लखनऊ

मनोहर पुरी
वरिष्ठ पत्रकार
दिल्ली

वीरेन्द्र मुलासी
पूर्व समन्वयक, सामग्री निर्माण
एस.आर.सी., लखनऊ

पाठ्यक्रम समन्वयक

डॉ. बालकृष्ण राय
शैक्षिक अधिकारी
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान, नोएडा

हरपाल सिंह
वरिष्ठ सलाहकार
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान, नोएडा

विवेक सिंह
वरिष्ठ कार्यकारी अधिकारी,
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान, नोएडा

रेखा चित्रांकन

राजकुमार सरकार
चित्रकार
गाजियाबाद, उ.प्र.

डी.टी.पी. कार्य

शिवम् ग्राफिक्स
रानी बाग, दिल्ली-110034

अध्यक्ष का संदेश

प्रिय शिक्षार्थी,

किसी भी वर्ग, समाज तथा राष्ट्र की उन्नति की परिकल्पना शिक्षा के बिना नहीं की जा सकती। वही देश विकसित तथा उन्नत हैं, जिनकी साक्षरता दर अधिक है। निरक्षरता के कारण हम न केवल देश-दुनिया की हलचलों से दूर रहते हैं, बल्कि अपनी जिन्दगी के हालात को समझने, बदलने और सामाजिक विकास प्रक्रिया में हस्तक्षेप करने में भी सक्षम नहीं हो पाते। दुर्भाग्यवश हमारे देश में समाज का एक बड़ा हिस्सा शिक्षित नहीं होने के कारण लोकतांत्रिक प्रक्रिया में भी भागीदारी नहीं कर पाता। जब पूरा समाज शिक्षित होगा, तभी समाज में बदलाव आयेगा। साक्षरता का उद्देश्य मात्र लोगों को पढ़ाना-लिखाना नहीं है, बल्कि उन्हें समाज के व्यापक हिस्से और प्रक्रियाओं से जोड़ना तथा देश की मुख्य धारा में लाना है।

आजादी के बाद देश में शिक्षा में सुधार के लिए अनेक योजनायें चलाई गईं। इन योजनाओं के बाद शिक्षा का स्तर तो बढ़ा, लेकिन साथ-साथ निरक्षरों की संख्या भी बढ़ती गई। इस चुनौती से निबटने के लिए 5 मई, 1988 को पूरे देश में 'राष्ट्रीय साक्षरता मिशन' प्रारंभ किया गया, जिसमें 'संपूर्ण साक्षरता अभियान' चलाया गया। किंतु निरक्षरों की संख्या में कमी नहीं आई।

अगले चरण में राष्ट्रीय साक्षरता मिशन के तहत 8 सितम्बर, 2009 को 'साक्षर भारत' कार्यक्रम की शुरुआत हुई। इस योजना में शिक्षा के साथ-साथ व्यावसायिक शिक्षा, कौशल विकास, व्यावहारिक ज्ञान तथा नैतिक मूल्यों से संबंधित कार्यात्मक शिक्षा का प्रावधान रखा गया।

मिशन का प्रमुख उद्देश्य नवसाक्षरों की मूल साक्षरता से आगे की पढ़ाई जारी रखना है। इसके लिए राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान को 'साक्षर भारत' योजना के साथ जोड़ा गया है। यह संस्थान समतुल्यता कार्यक्रम के लिए सामग्री निर्माण के लिए पाठ्यक्रम तैयार करेगा, पुस्तकों का निर्माण करेगा तथा नव साक्षरों का मूल्यांकन कर सफल नवसाक्षरों को प्रमाणपत्र भी जारी करेगा।

वे प्रौढ़, जिन्होंने 'साक्षर भारत' में शिक्षा प्राप्त की है तथा जिन प्रौढ़ों की पढ़ाई किसी कारणवश छूट गई है। उन्हें आगे पढ़ने का अवसर देने हेतु समतुल्यता कार्यक्रम से जोड़ा जा रहा है। समतुल्यता कार्यक्रम में मुक्त प्रौढ़ शिक्षा के अन्तर्गत स्तर 'क' के लिए दूरस्थ प्रणाली के द्वारा हिन्दी, गणित, पर्यावरण अध्ययन, व्यावसायिक शिक्षा तथा कम्प्यूटर साइंस को शामिल किया गया है। स्तर 'क' में प्रौढ़ शिक्षा में लाभान्वित शिक्षार्थियों के ज्ञान के स्तर को आगे बढ़ाकर उनको कक्षा तीन तक तैयार किया जायेगा।

इसी शृंखला में प्रस्तुत पुस्तक 'पर्यावरण अध्ययन' स्तर 'क' (कक्षा तीन के समतुल्य) के लिए तैयार की गई है। इस पुस्तक में विषयों का चुनाव करते समय यह देखा गया है कि नव-साक्षर राष्ट्रीय मूल्य, राष्ट्रीय एकता, धर्म निरपेक्षता, महिलाओं की समानता, जनसंख्या शिक्षा, पर्यावरण संरक्षण, वैज्ञानिक सोच में परिपक्वता तथा पंचायती राज प्रणाली इत्यादि का ज्ञान प्राप्त करते हुए अपने जीवन में अथवा तत्काल भविष्य में कार्यस्थल पर व्यक्तिगत तथा सामाजिक उन्नति के लिए उसका प्रयोग कर सकेंगे। इस विषय में शिक्षार्थी सामाजिक स्थितियों की गहन समझ के साथ-साथ जागरूकता, मौजूदा दुर्गति और समस्याओं के जिम्मेदार कारणों को समझ सकेंगे और जीवन को बेहतरीन बनाने समस्याओं को सुलझाने के तरीके ढूँढ सकेंगे। साथ ही साथ भाषाई कुशलताओं, जैसे बोलना, पढ़ना, लिखना को भी पुष्ट कर सकेंगे।

इस पुस्तक में आप परिवार तथा संबंधों का महत्त्व, सामाजिक परिवेश, सामाजिक व राष्ट्रीय पर्व, हमारे चारों ओर के परिवेश की अवधारणा तथा उनका संरक्षण, सूर्य, चन्द्रमा, तारे, रात-दिन, ऋतुएँ, मानव की बुनियादी आवश्यकतायें, भोजन, पानी, वायु, मानव शरीर, स्वास्थ्य, परिवहन एवं संचार, राष्ट्रीय प्रतीक, राष्ट्रीय गान, राष्ट्रीय गीत, आर्थिक परिवेश, शिक्षा का अधिकार, सूचना का अधिकार, मनरेगा तथा भूमंडलीकरण के बारे में जानेंगे।

पुस्तक के निर्माण के समय शिक्षार्थी की दक्षताओं और क्षमताओं का विशेष ध्यान रखा गया है। उन्हीं शब्दों का प्रयोग किया गया है, जिनसे प्रौढ़ भली-भाँति परिचित हैं। इसमें आम बोल-चाल की भाषा का ही प्रयोग किया गया है। संयुक्त अक्षर कम से कम प्रयोग में आए हैं। औपचारिक शिक्षार्थियों की तुलना में प्रौढ़ों का आयुगत अनुभव अधिक होता है। उनके बोलने, समझने की योग्यता अधिक विकसित होती है। उनको समाज का भरपूर अनुभव है। बहुत सी बातें वे सामाजिक तथा पारिवारिक प्रक्रिया से सीख जाते हैं। इस बात का विशेष ध्यान रखा गया है कि सामग्री प्रौढ़ों के ही अनुकूल हो।

पुस्तक में चार पाठ के बाद एक जाँच पत्र दिया गया है। इन्हें नव-साक्षर स्वयं करके अपनी दक्षता का मूल्यांकन कर सकते हैं।

मैं उन सभी विद्वानों के प्रति आभार प्रकट करता हूँ, जिन्होंने इस सामग्री को रुचिकर और उपयोगी बनाने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाई है। मुझे विश्वास है कि शिक्षार्थी इसे पसंद करेंगे। मैं सभी के उज्ज्वल और सफल भविष्य की कामना करता हूँ। सामग्री में सुधार हेतु विद्वानों के विचारों का स्वागत है।

(डॉ. एस.एस. जेना)
अध्यक्ष
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान

मुक्त प्रौढ़ शिक्षा (स्तर-क)

पर्यावरण अध्ययन

विषय-सूची

क्र.सं.	पाठ का नाम	पृष्ठ संख्या
1.	परिवार की अवधारणा और आपसी संबंध	1
2.	हमारा सामाजिक परिवेश	19
3.	हमारे पर्व और त्योहार	42
4.	परिवेश की अवधारणा	59
	जाँच पत्र-1 (पाठ 1 से 4 तक)	74
5.	परिवेश का संरक्षण	78
6.	सूर्य-चंद्रमा-तारे, दिन-रात और ऋतुएँ	99
7.	हमारी बुनियादी ज़रूरतें	114
8.	भोजन	124
	जाँच पत्र-2 (पाठ 5 से 8 तक)	140
9.	बाहरी अंगों का रख-रखाव	142
10.	परिवहन एवं संचार	153
11.	राष्ट्रीय पहचान	176
12.	हमारा सामाजिक-आर्थिक परिवेश	189
	जाँच पत्र-3 (पाठ 9 से 12 तक)	206
	नमूने का वार्षिक परीक्षा प्रश्न पत्र	210

पाठ 1

परिवार की अवधारणा और आपसी संबंध

इस पाठ से हम सीखेंगे

- परिवार क्या होता है।
- परिवार में संबंधों का क्या महत्व है।
- माता-पिता (अभिभावकों) की बच्चों के प्रति क्या ज़िम्मेदारी है।
- समाज में लड़कियों और महिलाओं का क्या दर्जा है।
- समाज में बुजुर्गों और शारीरिक तथा मानसिक रूप से कमज़ोर लोगों का आदर ज़रूरी है।

मनुष्य अकेला नहीं रहता है। अपनी जरूरतों को पूरा करने और सुरक्षा के लिए मनुष्य ने परिवार और समाज बनाया है। परिवार में बहुत से लोग रहते हैं– स्त्री, पुरुष, बच्चे, जवान, बुजुर्ग। इनमें सभी लोग एक समान नहीं होते। कुछ लोग शारीरिक या मानसिक रूप से कमजोर भी हो सकते हैं। परिवार के सभी लोगों को सुख-सुविधा और सुरक्षा की आवश्यकता होती है।

इस तरह इस पाठ में हम जानेंगे – परिवार क्या है? परिवार में आपसी संबंधों का क्या महत्त्व है? माता-पिता की बच्चों के प्रति क्या जिम्मेदारी है? बुजुर्ग और शारीरिक या मानसिक रूप से कमजोर लोगों की जरूरतों का किस तरह ख्याल रखा जाए? लड़कियों और महिलाओं का समाज में क्या दर्जा है?

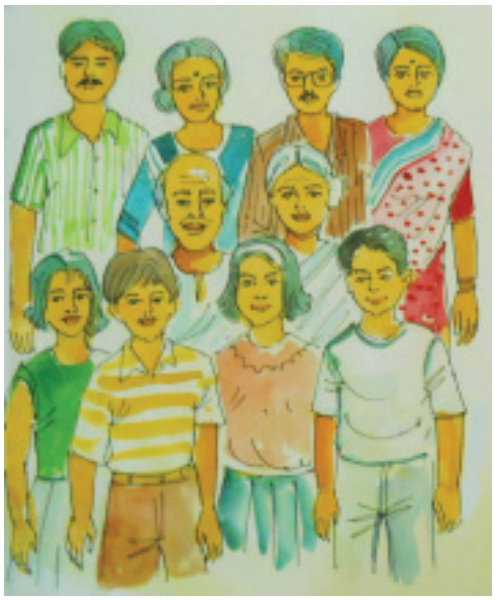
1.1 परिवार क्या है?

परिवार समाज की सबसे छोटी इकाई है। सुखी और शांत परिवारों से समाज खुशहाल बनता है। परिवार में आमतौर से पति-पत्नी होते हैं। उनसे ही परिवार बढ़ता है। परिवार में तीन-चार पीढ़ी के लोग भी होते हैं। परिवार बच्चों की पहली पाठशाला है। यहीं से वे अच्छी या बुरी आदतें सीखते हैं। यहीं से उनमें धार्मिक आस्था तथा रहन-सहन, खान-पान, पसंद-नापसंद संबंधी रुचियाँ पनपती हैं।

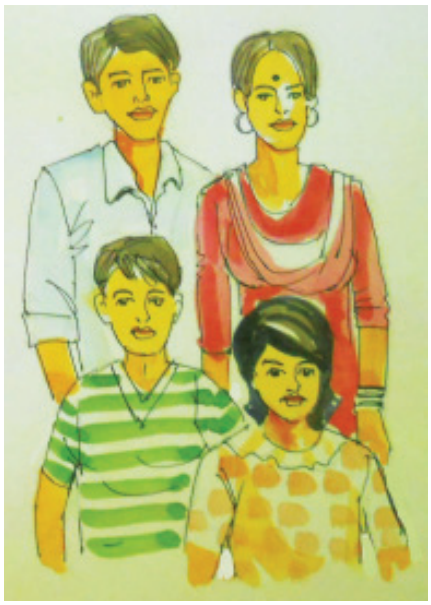
पुश्तैनी धंधों का विकास भी परिवार से ही होता है।

परिवार दो तरह के होते हैं– संयुक्त परिवार और एकल परिवार।

जब कई पीढ़ी के लोग एक साथ रहते हैं, तो उसे संयुक्त परिवार कहते हैं। आज भी बहुत से लोग संयुक्त परिवार में रहते हैं। समय के साथ मनुष्य इधर-उधर जाने



संयुक्त परिवार



एकल परिवार

लगा। इससे एकल परिवार का जन्म हुआ। एकल परिवार में पति-पत्नी और उनके अविवाहित बच्चे रहते हैं।

दोनों प्रकार के परिवारों की अपनी अच्छाइयाँ और कमियाँ हैं।

रेखा संयुक्त परिवार में रहती है। उसके परिवार में दादा-दादी, माता-पिता, भाई-बहन, चाचा-चाची, ताऊ-ताई, उनके बच्चे और बुआ रहती हैं। सभी एक ही रसोई का बना खाना खाते हैं। दादा जी परिवार के मुखिया हैं। उन्होंने कुछ नियम बनाए हैं, जिन्हें सभी मानते हैं। ज़्यादातर फ़ैसले भी वही करते हैं। सब मिल-जुलकर काम करते हैं, इसलिए किसी पर किसी प्रकार का बोझ नहीं है। ख़र्चा भी कम होता है, जैसे रसोई-ख़र्च, त्योहार-खर्च आदि।

ज़मीन-जायदाद भी संयुक्त है। परिवार के सभी सदस्य उसके मालिक हैं। पूरे परिवार के कल्याण को किसी एक व्यक्ति के कल्याण से ज़्यादा महत्त्व दिया जाता है।

हाँ, कभी-कभी परिवार के किसी एक सदस्य का बर्ताव दूसरे को पसंद नहीं आता, इससे मनमुटाव हो जाता है। परिवार में तनाव हो जाता है।

रेखा की शादी शहर में हुई। उसका पति अमर दफ़्तर में काम करता है। अब उसके दो बच्चे भी हो गए हैं। रेखा घर के काम सँभालती है। रेखा और अमर रोज़मर्रा की कठिनाइयों से अकेले ही जूझते हैं। परिवार के सब फ़ैसले आपसी राय से करते हैं। ज़रूरत पड़ने पर बच्चों से भी राय लेते हैं। लेकिन एक परेशानी है। अचानक ज़रूरत पड़ने पर मदद के लिए कोई मौजूद नहीं होता। रेखा का परिवार एकल परिवार है। शहरों में अधिकतर लोग एकल परिवार में ही रहते हैं।

रेखा और उसका परिवार

परिवार समाज की सबसे छोटी इकाई है। परिवार में आमतौर से पति-पत्नी होते हैं। तीन-चार पीढ़ी के लोग भी परिवार में होते हैं। परिवार से ही मनुष्य में अच्छी या बुरी आदतें और रुचियाँ विकसित होती हैं। परिवार मुख्य रूप से दो प्रकार के होते हैं– संयुक्त परिवार और एकल परिवार। दोनों प्रकार के परिवारों की अपनी अच्छाइयाँ और कमियाँ हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 1.1

(i) परिवार कितनी तरह के होते हैं?

.....

(ii) संयुक्त परिवार में फ़ैसले कौन करता है?

.....

(iii) एकल परिवार की एक कमी बताइए।

.....

संबंधों का महत्त्व

परिवार संयुक्त हो या एकल, परिवार के सदस्य एक साथ रहें या अलग-अलग, उनमें आपसी संबंध हमेशा बने रहते हैं। परिवार के सदस्य एक-दूसरे पर निर्भर होते हैं। वे एक-दूसरे के प्रति कुछ ज़िम्मेदारियाँ निभाते हैं।

पारिवारिक संबंध मज़बूत हों तो परिवार सुखी व सुरक्षित रहता है। पारिवारिक संबंध तभी मज़बूत होते हैं, जब–

- हर सदस्य परिवार के अन्य सदस्यों का आदर करे।
- हर सदस्य दूसरे के प्रति ज़िम्मेदारी निभाए।

- एक सदस्य दूसरे सदस्यों की भावनाओं को ठेस न पहुँचाए।
- सभी एक-दूसरे की मदद करें।
- लड़ने-झगड़ने के बजाय बातचीत द्वारा आपसी मनमुटाव दूर करें।

घर में मिल-जुलकर काम करते परिवार के सदस्य

1.2 माता-पिता (अभिभावक) की ज़िम्मेदारी

अमीर हों या गरीब, बच्चे माँ-बाप की आँखों के तारे होते हैं। सभी माँ-बाप चाहते हैं कि उनके बच्चे खुश रहें। वे तरक्की करें और बेहतर जीवन बिताएँ।

इसके लिए ज़रूरी है कि उनका बच्चा स्वस्थ, शिक्षित, होनहार और समझदार बने। वह अच्छे संस्कार और अच्छी आदतें सीखे।

बच्चों की परवरिश के लिहाज़ से उनकी उम्र को तीन हिस्सों में बाँटा जा सकता है : 0-6 साल, 6-12 साल और 12-18 साल। हर उम्र के बच्चों की समस्याएँ और हल अलग-अलग होते हैं।

0-6 साल की उम्र बहुत खास है। इस उम्र में बच्चा जो सीखता है, वह जीवन-भर उसी पर चलता है। इसलिए, इस उम्र में उसे अच्छी आदतें और संस्कार सिखाने ज़रूरी हैं।

बुजुर्गों के साथ बच्चे

- हर उम्र का बच्चा अभिभावक के बर्ताव की नकल करता है, इसलिए उसके सामने सही बर्ताव करें। अगर अभिभावक कहते हैं कि झूठ बोलना गलत है, तो, खुद भी झूठ न बोलें।
- घर के माहौल का बच्चे पर बहुत असर होता है। घर में लड़ाई-झगड़ा हो, तो बच्चे पर बुरा असर पड़ता है। माता-पिता के बीच विवाद हो तो बच्चे के सामने न उलझें, अकेले में सुलझाएँ।
- बच्चे पर बार-बार हाथ उठाया जाए, तो उसे बेइज़्ज़ती महसूस होती है। इससे बच्चा या तो दब्बू या ढीठ बन जाता है। बच्चे को सख़्त सज़ा देना भी अच्छा नहीं है।
- बच्चा कुछ अच्छा करे, तो उसकी तारीफ़ करना और इनाम देना चाहिए। इनाम के तौर पर उसे कहानी सुनाएँ, घुमाने ले जाएँ आदि।
- बच्चे के जन्म से ही उसके स्वास्थ्य का ध्यान रखना ज़रूरी है। बीमारियों से बचाने के लिए नियमित रूप से टीके लगवाने चाहिए। बच्चा बीमार पड़े, तो उसका उचित इलाज ज़रूरी है।

बच्चों को टीका लगवाना

- बच्चे को उम्र के अनुसार सही भोजन देना चाहिए। यह भी देखना चाहिए कि उसका सही विकास हो रहा है या नहीं।
- बच्चों को उनकी पसंद के कपड़े और खिलौने दें।

घर में पढ़ाई करते बच्चे

- लड़का हो या लड़की–दोनों को शिक्षा के समान अवसर मिलने चाहिए।
- खेलने–खाने की उम्र में उनसे मज़दूरी नहीं करानी चाहिए।

- उन्हें बोलने और अपने विचार रखने की आज़ादी देनी चाहिए। घर के फ़ैसलों में उनकी भी राय लेनी चाहिए।
- उन्हें अच्छे संस्कार देने चाहिए और अच्छी बातें सिखानी चाहिए, जैसे– सच बोलना, चोरी न करना, बड़ों और महिलाओं का आदर करना, अपनी सामाजिक ज़िम्मेदारियों को समझना आदि।

संस्कारवान बच्चा

शारीरिक रूप से कमजोर बच्चे के लिए डॉक्टर की सलाह लेते माता-पिता

बच्चा शारीरिक या मानसिक रूप से कमज़ोर हो तो माँ–बाप की ज़िम्मेदारी बढ़ जाती है। ऐसे बच्चे के माता–पिता को मान लेना चाहिए कि बच्चे में कोई कमी है। ऐसा करने से समस्याएँ कम हो जाती हैं। डॉक्टर की सलाह से बच्चे की परेशानियों को कम करने के उपाय किए जा सकते हैं। उन्हें काबिल बनाया जा सकता है।

परिवार की ख़ुशहाली के लिए अच्छे संबंध आवश्यक हैं। पारिवारिक संबंध मज़बूत हों, तो परिवार सुखी और सुरक्षित रहता है।

माता-पिता (अभिभावक) की ज़िम्मेदारी है कि उनका बच्चा स्वस्थ, शिक्षित, होनहार, संस्कारी और ज़िम्मेदार नागरिक बने।

देखें, आपने क्या सीखा 1.2

(i) परिवार कब मज़बूत बनते हैं?

.....

(ii) माता-पिता (अभिभावक) की तीन ज़रूरी ज़िम्मेदारियाँ लिखिए।

.....

1.3 समाज में लड़कियों और महिलाओं का दर्जा

हमारा समाज पुरुष-प्रधान समाज है, यानी लड़कियों और महिलाओं का दर्जा लड़कों और पुरुषों से कम है। जन्म से ही लड़की को कम महत्त्व दिया जाता है। भ्रूण-हत्या, बालिका-हत्या, दहेज़, लड़के के जन्म पर ख़ुशी मनाना और लड़की के जन्म पर दुखी होना जैसी कुरीतियाँ इसी सोच का फल हैं।

घर में काम करती लड़की, खेलता लड़का

लड़कियों के लालन-पालन, खान-पान, खेल-कूद, शिक्षा में भी असमानता झलकती है। लड़कियों को विकास के वे अवसर नहीं मिलते, जो लड़कों को मिलते हैं। जैसे– लड़का प्राइवेट स्कूल में जाता है, जबकि लड़की सरकारी स्कूल में। लड़का बाहर जाता है, तो लड़की घर में रहती है; लड़का मोटर कार और हवाई जहाज़ जैसे खिलौनों से खेलता है, तो लड़की गुड़ियों से; लड़का सबके सामने बोल सकता है, परंतु लड़की को सबके सामने बोलने की आज़ादी नहीं होती आदि।

यही कारण है कि घर, बाज़ार और समुदाय में लड़कों और लड़कियों के व्यवहार और बर्ताव में बहुत अंतर दिखता है। लड़कियाँ विनम्र, शर्मीली, दब्बू, कम बोलने वाली और आदेशों का पालन करने वाली होती हैं; लड़के निडर, जोशीले और बेबाक होते हैं। परंतु देखा गया है कि लड़कियों को विकास के समान अवसर मिलें, तो वे लड़कों से बेहतर प्रदर्शन कर सकती हैं। नौकरी और अन्य क्षेत्रों में भी वे आगे जा सकती हैं। इसी सोच के तहत महिला-पुरुष और लड़के-लड़कियों के बीच असमानता मिटाने के कई उपाय किए गए हैं, जैसे–

- महिलाओं के हित में सरकार ने कई कानून बनाए हैं, जैसे– संपत्ति में बराबरी का कानून, पति से गुज़ारा-भत्ता पाने का कानून, समान काम-समान मज़दूरी का कानून, घरेलू हिंसा निवारण कानून आदि।
- पंचायत और कुछ अन्य चुनावों में महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत सीटों का आरक्षण है।

जागरूक महिलाएँ

- अब लड़कियों की शिक्षा पर ख़ास ध्यान दिया जा रहा है। इसके लिए कई योजनाएँ बनाई गई हैं, जैसे– सर्व शिक्षा अभियान, लाडली योजना, कस्तूरबा गाँधी स्वतंत्र विद्यालय योजना, महिला समाख्या आदि।
- महिला–साक्षरता बढ़ाने के लिए साक्षर भारत जैसे विशेष कार्यक्रम हैं।

महिला साक्षरता

महिला आयोग का कार्यालय

- महिला आयोग में महिलाएँ अपनी शिकायत दर्ज करा सकती हैं।
- इसी प्रकार, आयकर (आमदनी पर टैक्स) में महिलाओं को खास छूट मिलती है। संपत्ति के रजिस्ट्रेशन शुल्क में उन्हें रियायत मिलती है। बस, ट्रेन आदि में उनके लिए सीटें आरक्षित होती हैं। उन्हें बस और ट्रेन में सफ़र के लिए रियायती दर पर किराया देना होता है।

महिलाओं के लिए आरक्षित सीट

1.4 समाज में महिलाओं का दर्जा ऊँचा करने के उपाय

ऊपर दी गई सुविधाओं से समाज में महिलाओं का दर्जा ऊँचा हुआ है। वे आँगनबाड़ी वर्कर, टीचर, नर्स, डॉक्टर, इंजीनियर बनी हैं। उनमें साक्षरता–दर बढ़ी

है। महिलाएँ पंच और सरपंच बनी हैं। परंतु, जहाँ एक ओर तरक्की हुई है, वहीं कुछ महिलाएँ आज भी बहुत पीछे हैं, जैसे–

महिला प्रधान

- बहुत-सी महिलाएँ आज भी संपत्ति के अधिकार से वंचित हैं।
- उनका शोषण होता है। वे घरेलू हिंसा का शिकार होती हैं।
- लड़के-लड़कियों के लालन-पालन में भेदभाव बरता जाता है।
- दहेज़-प्रथा आज भी कायम है।
- भ्रूण-हत्या और बालिका-हत्या की प्रथा अनेक कोशिशों के बाद भी बंद नहीं हो सकी है।
- महिला-कल्याण के लिए विशेष कानून बने हैं, परंतु उनका सही ढंग से पालन नहीं हो पा रहा है।

महिला और पुरुष परिवार-रूपी गाड़ी के दो पहियों के समान हैं। परिवार के विकास में दोनों का समान योगदान ज़रूरी है। परिवार तभी तरक्की करता है, जब महिला को भी सम्मान और बराबरी का दर्जा मिले।

महिला-पुरुष असमानता सदियों पुरानी है। महिला-पुरुष और लड़के-लड़कियों के बीच असमानता मिटाने के कई उपाय किए जा रहे हैं। इन उपायों से समाज में महिलाओं का दर्जा ऊँचा हुआ है, परंतु जहाँ एक ओर तरक्की हुई है, वहीं कुछ महिलाएँ आज भी पीछे हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 1.3

सही या गलत (√ या ×) का निशान लगाइए:

(i) महिलाओं के हित में सरकार ने कई कानून बनाए हैं। ☐

(ii) सरकार लड़कियों की शिक्षा पर ध्यान नहीं दे रही है। ☐

(iii) पंचायत-चुनावों में महिलाओं के लिए सीटों का आरक्षण नहीं है। ☐

(iv) महिलाओं को आयकर में छूट मिलती है। ☐

(v) महिला और पुरुष परिवार-रूपी गाड़ी के दो पहिए हैं। ☐

1.5 बुजुर्गों का आदर

बुजुर्ग परिवार की रीढ़ होते हैं। परिवार में उनका एक महत्त्वपूर्ण स्थान होता है। शरीर से तंदुरुस्त आदमी परिवार की देख-रेख करता है। धन कमाता है। परिवार की उन्नति में सहायक होता है। वहीं कमज़ोर व बुजुर्ग लोग भी परिवार में उतना ही महत्त्व रखते हैं। वे परिवार के सदस्यों को सही काम करने की सलाह देते हैं। बच्चों को अच्छे संस्कार सिखाते हैं। उनकी देख-रेख में बच्चे अधिक सुरक्षित अनुभव करते हैं।

परिवार और समाज की ज़िम्मेदारी है कि बुजुर्गों को आदर व सम्मान दें। उन्हें पोषक आहार दें। उनके स्वास्थ्य और सुरक्षा का ध्यान रखें। तभी तो सरकार द्वारा उनकी देखभाल के लिए कई उपाय किए गए हैं, जैसे–

- बसों और ट्रेनों में उनके लिए सीटों का आरक्षण और किराए में छूट।
- संतान से गुज़ारा-भत्ता पाने का अधिकार।

वरिष्ठ नागरिकों के लिए आरक्षित सीट

- बड़ी उम्र के लोगों के लिए कई योजनाएँ भी बनी हैं, जैसे– अन्नपूर्णा योजना, वरिष्ठ नागरिक बचत योजना, मॉर्टगेज योजना, यानी मकान आदि गिरवी रखकर गुज़ारा राशि पाना, बीमारों के लिए ख़ास बीमा योजना, वृद्धावस्था पेंशन योजना।
- आयकर में विशेष छूट। 80 वर्ष के बाद कोई आयकर नहीं।
- बैंकों और डाकखाने में जमा धन पर अधिक ब्याज।

बड़ी उम्र के लोगों को स्वयं भी ऐसे उपाय करने चाहिए, जिससे वे मानसिक और शारीरिक रूप से सक्रिय रहें। इससे उनका स्थान और सम्मान बना रहेगा।

1.6 शारीरिक व मानसिक रूप से कमज़ोर लोगों का आदर

परिवार व समाज में कई लोग मानसिक या शारीरिक रूप से कमज़ोर होते हैं। कोई बोल-सुन नहीं पाता। कोई देख नहीं पाता। किसी का दिमाग कमज़ोर होता है। परंतु ऐसे लोग दूसरे बहुत से काम अच्छी तरह कर पाते हैं। उनमें भी अपनी कुछ ख़ासियत होती है। समाज में सबको सम्मानपूर्वक जीवित रहने का अधिकार है। माता-पिता, परिवार और समाज को उन्हें आगे बढ़ने का मौका देना चाहिए। आदर देना चाहिए। गलत नामों से नहीं पुकारना चाहिए, जैसे–लंगड़ा, लूला, बहरा आदि।

शारीरिक व मानसिक रूप से कमजोर बच्चे

शारीरिक और मानसिक रूप से कमज़ोर लोगों को भी शिक्षा और नौकरी के अवसर दिए गए हैं, ताकि वे भी समाज के विकास में अपना योगदान दे सकें:

- शारीरिक या मानसिक रूप से कमज़ोर बच्चों के लिए विशेष स्कूल बने हैं। वहाँ उन्हें पढ़ना-लिखना, खेलना-कूदना और रोज़ी-रोटी कमाने के हुनर सिखाए जाते हैं।
- जो बच्चे बोल या सुन नहीं पाते, उन्हें इशारों से बात करना सिखाया जाता है।
- जो बच्चे देख नहीं पाते, वे टेप या ख़ास तरह की किताबों से पढ़ते हैं। इन किताबों पर बहुत से बिंदु होते हैं। उन पर उँगलियाँ फेर कर पढ़ा जाता है। इसको 'ब्रेल लिपि' कहते हैं।

ब्रेल से पढ़ाई करते हुए

- इनके लिए विशेष खेल-कूद, पेन्टिंग, दौड़ आदि प्रतियोगिताएँ आयोजित की जाती हैं।
- उनके लिए स्कूल में दाखिले और बाद में नौकरी में आरक्षण है। ऐसे बच्चों को विशेष छात्रवृत्ति मिलती है।

ऐसे लोगों के विकास में परिवार और सारे समाज का योगदान भी ज़रूरी है। इन्हें यह एहसास दिलाना ज़रूरी है कि ये किसी से कम नहीं हैं।

कुछ सरकारी योजनाओं के तहत इन्हें पेंशन, कृत्रिम अंग ख़रीदने के लिए अनुदान, दुकान-निर्माण के लिए राशि व मुफ्त यात्रा-सुविधा आदि भी मिलती हैं।

परिवार और समाज में बहुत से लोग बड़ी आयु के होते हैं। उम्र के साथ उनका शरीर और याददाश्त कमज़ोर हो जाती है। इसी प्रकार कुछ लोग शारीरिक और मानसिक रूप से कमज़ोर होते हैं। परिवार और समाज की ज़िम्मेदारी है कि उन सबको आदर और सम्मान से जीने का मौका दें, ताकि वे भी जीवन का आनंद उठा सकें। सरकार ने भी उनके हित में कई कानून और योजनाएँ बनाई हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 1.4

(i) इशारों से बातें करना किसको सिखाया जाता है?

.....

(ii) ब्रेल और टेप से कौन लोग पढ़ते हैं?

.....

(iii) सही शब्द चुनकर खाली जगह भरिए :

संस्कार, रीढ़, उम्र, गुज़ारा–भत्ता

(क) बुजुर्ग लोग परिवार की ..... होते हैं।

(ख) बुजुर्ग बच्चों को अच्छे ..... सिखाते हैं।

(ग) माता–पिता को संतान से ..... पाने का अधिकार है।

(घ) बड़ी ..... के लोगों की देखभाल के लिए कई योजनाएँ बनी हैं।

आइए, दोहराएँ

- परिवार समाज की सबसे छोटी इकाई है।
- परिवार दो प्रकार के होते हैं– संयुक्त परिवार और एकल परिवार।
- माता-पिता की ज़िम्मेदारी होती है कि उनका बच्चा अच्छा नागरिक बने।
- परिवार समाज की सबसे छोटी इकाई है।
- पारिवारिक संबंध मज़बूत हों, तो परिवार सुखी रहता है।
- लड़का और लड़की को शिक्षा के समान अवसर दिए जाने चाहिए।
- महिलाओं के हित में सरकार ने कई कानून बनाए हैं।
- बड़े-बूढ़ों को आदर व सम्मान देना चाहिए।
- शारीरिक और मानसिक रूप से कमज़ोर लोगों को भी समाज में सम्मान से जीने का अधिकार है।

अभ्यास

1. आपके परिवार में कौन-कौन हैं? उनका नाम और उनसे अपना रिश्ता लिखिए:

नाम	रिश्ता	नाम	रिश्ता
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

2. **संयुक्त परिवार की दो अच्छाइयाँ लिखिए:**

(i) .....

(ii) .....

3. **एकल परिवार में कौन-कौन रहते हैं?**

.....

4. **पारिवारिक संबंध मज़बूत करने के दो उपाय लिखिए:**

.....

.....

5. **बच्चों के प्रति माता-पिता की दो ज़िम्मेदारियाँ लिखिए:**

.....

.....

6. **उचित शब्द चुनकर खाली जगह भरिए:**

महिलाओं, शिक्षा, चुनाव, कानून

- महिलाओं के हित में कई ..... बनाए गए हैं।
- लड़कियों की ..... पर ख़ास ध्यान दिया जा रहा है।
- पंचायत के ..... में महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत सीटें आरक्षित हैं।
- समाज में ..... का दर्जा ऊपर उठाने के उपाय हो रहे हैं।

7. **सही (√) या गलत (×) का निशान लगाइए:**

- बड़ी उम्र के लोगों की कोई ज़िम्मेदारी नहीं है। ☐
- बड़ी आयु के लोगों का आदर नहीं करना चाहिए। ☐
- बड़ी आयु के लोगों के लिए कई योजनाएँ बनी हैं। ☐

- जो बच्चे देख नहीं पाते, वे इशारों से पढ़ते हैं। ☐
- शारीरिक और मानसिक रूप से कमज़ोर बच्चों को वजीफा मिलता है। ☐

आइए, करके देखें

1. किसी बड़े से उनके बचपन का कोई मज़ेदार किस्सा सुनिए और अपने तरीके से लिखिए।

उत्तरमाला

1.1 (i) दो

(ii) परिवार का मुखिया।

(iii) अचानक ज़रूरत पड़ने पर मदद के लिए कोई मौजूद नहीं होता।

1.2 (i) जब हर सदस्य परिवार के अन्य सदस्यों का आदर करे। दूसरे की भावनाओं को ठेस न पहुँचाए। लड़ने-झगड़ने के बजाय बातचीत द्वारा मनमुटाव दूर करे।

(ii) बच्चों के स्वास्थ्य का ध्यान रखना, उन्हें शिक्षा देना, अच्छे संस्कार देना।

1.3 (i) √

(ii) ×

(iii) ×

(iv) √

(v) √

1.4 (i) जो बोल-सुन नहीं सकते।

(ii) जो देख नहीं सकते।

(iii) (क) रीढ़ (ख) संस्कार (ग) गुज़ारा-भत्ता (घ) उम्र

पाठ 2

हमारा सामाजिक परिवेश

इस पाठ से हम सीखेंगे

- हमारे आस-पास के विभिन्न व्यवसाय क्या हैं।
- हमें हर व्यवसाय से जुड़े लोगों का सम्मान करना चाहिए।
- हमारे आस-पास कौन-कौन सी जन-सेवाएँ हैं।
- परिवार, पास-पड़ोस और समुदाय की समाज के विकास में क्या भूमिका है।

हमारे आस-पास बहुत से लोग रहते हैं, जैसे—नाई, धोबी, मोची, सफाई वाला, डॉक्टर, मास्टर आदि। इसके अलावा कुछ जन-सेवाएँ भी हैं, जैसे– अस्पताल, स्कूल, बैंक, डाकघर, पुलिस आदि। इन सभी की मदद से हम सुखमय जीवन बिताते हैं। ये सभी सेवाएँ हमारे लिए आवश्यक हैं। विभिन्न काम-धंधों से जुड़े लोगों के साथ हमारा कैसा व्यवहार होना चाहिए? समाज के विकास में पास-पड़ोस के व्यवसाय और जन सेवाओं की क्या भूमिका है? इस पाठ में हम यही पढ़ेंगे।

2.1 पास-पड़ोस के व्यवसाय

हमारे गाँवों का मुख्य पेशा खेती-बाड़ी है, लेकिन गाँव में सभी तरह के लोग रहते हैं, क्योंकि कोई भी अपनी ज़रूरत के सभी काम खुद नहीं कर सकता। जैसे–

बाल काटने और हजामत बनाने के लिए नाई है। मिट्टी के बर्तन बनाने के लिए कुम्हार है। चमड़े का कार्य करने के लिए चर्मकार है। कपड़े धोने के लिए ध ोबी है। सफ़ाई करने के लिए सफ़ाई वाला है। कपड़ा बुनने के लिए जुलाहा है। फावड़ा खुरपी, कुदाल, दराँती, हँसिया आदि बनाने को लोहार है। लकड़ी का काम करने को बढ़ई है। सोने-चाँदी के गहने बनाने के लिए सुनार है। तेल निकालने के लिए तेली है। चना, मक्का, गेहूँ, जौ आदि भूनने के लिए भड़भूजा है।

विभिन्न काम-धंधे करते लोग

धोबी

नाई

कुम्हार

लोहार

बुनकर

ये सभी अपने हुनर में माहिर हैं। ये काम उनके पुश्तैनी पेशे रहे हैं। इन्हें उनके बच्चे बचपन से सीखते रहे हैं। वर्षों के अभ्यास और अनुभव के बाद उनके हुनर में निखार आता है।

कपड़े प्रेस करती महिला

समय के साथ-साथ इन सबके काम-धंधों में बदलाव और नयापन आने लगा है। बसंती धोबन का बेटा शहर में सिर्फ कपड़े इस्त्री करने का काम करता है। अनवर दर्जी का बेटा है रहमान। रहमान किताबों में देखकर नए डिजाइन के कपड़े सिलता है। सोबरन मोची का बेटा नए डिजाइन के जूते-चप्पल बनाने के साथ-साथ पर्स, बैग और बेल्ट भी बनाने लगा है। कस्बे में उसकी दुकान खूब चलती है। जुम्मन अब हथकरघे पर अच्छे-अच्छे कपड़े बनाता है। रवीकरन सुनार का काम अब शहर में करता है। गिरधारी लाल पंसारी की दुकान अब मंडी में है।

पहले	*अब*
महिला हाथ से दोने-पत्तल बनाती हुई	*मशीन से दोने-पत्तल बनाता हुआ कारीगर*

पहले	अब
 हल-बैल से जुताई	 ट्रैक्टर से खेत की जुताई
 महिला चरखा चलाकर सूत कात रही है	 कपड़ा बनाने की मिल
 नाइन हाथ से पैरों में आलता (रंग) लगा रही है	 ब्यूटी पार्लर में फेशियल किया जा रहा है
 चर्मकार जूते बना रहा है	 चर्मकार जूते के साथ पर्स, बेल्ट वगैरह भी बना रहा है

2.2 यह बदलाव क्यों आया है?

- परिवार में सदस्यों की संख्या बढ़ी है, इसलिए सभी लोगों की उसी धंधे में खपत नहीं होती।
- पहले लोग गुज़ारे के लिए केवल किसानों या गाँव के धनी लोगों पर निर्भर रहते थे। अब वे गाँव के बाहर जाकर काम करने लगे हैं।
- नई पीढ़ी पुश्तैनी रोज़गार से होने वाली आमदनी से संतुष्ट नहीं है।
- हर व्यक्ति को कोई भी व्यवसाय करने की छूट है।
- लोग पढ़-लिखकर नए-नए हुनर सीख रहे हैं। दूसरी नौकरी या दूसरे व्यवसाय करने लगे हैं।
- नई-नई मशीनें आई हैं। नई तकनीक से कम समय में बेहतर काम होने लगा है।

इन सब कारणों से हर रोज़गार में बदलाव आया है।

2.3 पास-पड़ोस के व्यवसायों से जुड़े लोगों का सम्मान

रोज़ी-रोटी कमाने के लिए हर व्यक्ति कोई न कोई काम-धंधा करता है। हमने यह भी देखा कि हर इंसान अपनी ज़रूरतों के लिए दूसरों पर निर्भर रहता है। हर इंसान खाने के लिए किसान पर निर्भर है। किसान अपने औजारों के लिए लोहार और दूसरे कारीगारों पर निर्भर है। रोज़ की ज़रूरत का सामान रामसहाय और शबरातन बुआ की दुकान पर ही मिलता है। मुरारी लोहार का तवा न हो, तो रोटी न मिले। चमनलाल के घड़े-सुराही न हों, तो गर्मी में गरम पानी पीना पड़े। सुलेमान दर्जी, आफ़ताब रंगरेज़, सतबीर सुनार, रामकली नाइन के बिना तीज-त्योहार और शादी-ब्याह फीके हैं। हरी राम चर्मकार के जूते-चप्पल के बिना पैरों में छाले पड़ जाएँ।

इसका मतलब है कि हर व्यवसाय और उससे जुड़े लोगों का विशेष महत्त्व है। एक के बिना दूसरे का जीवन कठिन है। कोई काम छोटा या बड़ा नहीं है, इसलिए हमें हर व्यवसाय और उससे जुड़े लोगों का आदर करना चाहिए। एक-दूसरे को सहयोग करना चाहिए। मदद करनी चाहिए। सबके साथ अच्छा व्यवहार रखना चाहिए।

हमें रोज़ बहुत-सी चीजों की ज़रूरत पड़ती है। हम अपनी सभी ज़रूरतें खुद पूरी नहीं कर पाते। इसमें हमारी मदद करते हैं, विभिन्न व्यवसायों (काम-धंधों) से जुड़े लोग। इस तरह हर व्यक्ति अपनी ज़रूरत के लिए किसी और पर निर्भर होता है। एक के बिना दूसरे का काम नहीं चलता। इसलिए, हर व्यवसाय और उससे जुड़े लोगों का आदर-सम्मान ज़रूरी है।

देखें, आपने क्या सीखा 2.1

1. पास-पड़ोस में होने वाले पाँच काम लिखिए। इन कामों को करने वालों को क्या कहते हैं, यह भी लिखिए:

काम	***काम करने वालों के नाम***
जैसे– कपड़े रँगना	रंगरेज़
(i)	.....
(ii)	.....
(iii)	.....
(iv)	.....
(v)	.....

2. हमारे पास-पड़ोस में महिलाएँ कई तरह के रोज़गार करती हैं। ऐसे किन्हीं तीन रोज़गारों के नाम लिखिए, जो महिलाएँ करती हैं:

जैसे– दाई बच्चे पैदा कराने का काम करती है।

(i) .....

(ii) .....

(iii) .....

3. रेखा खींचकर बताइए कि हम कॉलम एक के कामों के लिए किस पर निर्भर हैं:

	कॉलम-एक	*कॉलम-दो*
जैसे–	(i) औजारों के लिए	दर्जी पर
	(ii) कपड़े सिलवाने के लिए	बढ़ई पर
	(iii) अनाज के लिए	सफ़ाई कर्मचारी पर
	(iv) जेवर बनवाने के लिए	लोहार पर
	(v) जूते-चप्पल बनवाने के लिए	किसान पर
	(vi) साफ-सफ़ाई के लिए	सुनार पर
	(vii) लकड़ी का सामान बनाने के लिए	चर्मकार पर

4. पास-पड़ोस के व्यवसायों से जुड़े लोगों का सम्मान क्यों ज़रूरी है?

.....

.....

2.4 आस-पास की जन-सेवाएँ

ऊपर आपने देखा कि समाज में एक-दूसरे की ज़रूरतों को पूरा करने के लिए तरह-तरह के व्यवसाय के लोग अपने-अपने धंधे में जुटे हैं। इनके अलावा भी बहुत-सी ज़रूरतें हैं, जैसे– इलाज के लिए अस्पताल; बच्चों की पढ़ाई-लिखाई के लिए स्कूल; हमारे धन, आदि की सुरक्षा के लिए तथा बचत जमा करने को

बैंक; पत्र भेजने, बचत जमा करने के लिए डाकघर तथा हमारी व्यवस्था, नियम, कानून को सही रखने के लिए पुलिस की ज़रूरत पड़ती है।

अस्पताल, स्कूल, डाकखाना, थाना जैसी जगहों से हमारा रोज़ का नाता है। इनकी मदद से हमारा जीवन आसानी से गुज़रता है। इन सभी सेवाओं को हम जन-सेवा कहते हैं। जन-सेवा सरकारी हो सकती है और गैर-सरकारी भी। आइए, हम कुछ जन-सेवाओं के बारे में जानें।

2.4.1 अस्पताल में सुविधाएँ

- अस्पताल में मरीज़ों का इलाज होता है। बच्चों को टीके लगाए जाते हैं। यहाँ प्रसव होता है और माँ-बच्चे की देखभाल भी।
- सभी वार्डों में 24 घंटे स्टाफ़ नर्स होती हैं।
- जनरल वार्ड में भर्ती मरीज़ों के लिए कई टैस्ट मुफ़्त हैं, जबकि कैट स्कैन, अल्ट्रासाउंड आदि सरकार द्वारा तय फ़ीस लेकर किए जाते हैं।
- जनरल वार्ड में भर्ती मरीज़ों का इलाज व खाना मुफ़्त होता है। सभी मरीज़ों के अटेन्डेन्ट को एक पास दिया जाता है।

अस्पताल का दृश्य

अस्पताल में बच्चे का इलाज़

- सभी अस्पतालों में इमरजेन्सी केस को प्राथमिकता दी जाती है।
- सभी अस्पतालों में इमरजेन्सी के आस-पास मुफ्त फोन की सुविधा होती है।
- सरकारी अस्पतालों में गरीब मरीजों के लिए एंबुलेन्स सुविधा मुफ़्त होती है, जबकि बाकी लोग तय फ़ीस देकर इस सुविधा का फ़ायदा ले सकते हैं।
- सभी सरकारी व निजी अस्पताल आर्थिक रूप से कमज़ोर लोगों का मुफ़्त इलाज करने के लिए बाध्य हैं।
- सरकारी अस्पतालों में मरीज़ को जीवनरक्षक दवाइयाँ भी मुफ़्त दी जाती हैं।
- सरकारी अस्पतालों में बच्चों को ज़रूरी टीके मुफ़्त लगाए जाते हैं। हफ़्ते में दो दिन यह सुविधा उपलब्ध होती है।

2.4.2 स्कूल में सुविधाएँ

- सरकार ने शिक्षा का कानून बनाया है। इस कानून के अनुसार सरकारी स्कूल में 6 से 14 साल तक के बच्चों को कक्षा आठ तक कोई फ़ीस नहीं देनी पड़ती। किताबें, कॉपियाँ, बस्ता, वर्दी और दोपहर का खाना भी मुफ़्त मिलता है।
- स्कूल में बच्चा पढ़ना-लिखना, खेल-कूद और प्रेम तथा भाईचारे से रहना सीखता है।
- निजी स्कूलों में भी गरीब बच्चों के लिए 25% सीटें होती हैं। वहाँ उनको मुफ़्त शिक्षा का अधिकार प्राप्त है।

स्कूल में बच्चे

- दाखिले के समय जन्म प्रमाण पत्र देने की जरूरत नहीं है।
- दाख़िले के समय कोई स्कूल चंदा या इन्टरव्यू-टैस्ट नहीं ले सकता। अगर कोई ऐसा करता है, तो शिकायत करने पर उसे 25 हजार से 50 हज़ार रुपये तक जुर्माना देना होगा।
- निजी स्कूलों में गरीब लोगों के बच्चों को सभी बच्चों के साथ शिक्षा दी जाएगी।
- ग्राम प्रधान, ग्राम शिक्षा समिति तथा प्रधान अध्यापक की ज़िम्मेदारी है कि गाँव के सभी बच्चों का स्कूल में दाख़िला कराएँ।

2.4.3 डाकघर में सुविधाएँ

पहले नाई या हरकारे हमारे पैगाम दूसरों तक पहुँचाते थे, परंतु अब हमारी चिट्ठी-पत्री डाक सेवा द्वारा भेजी जाती है।

- डाकघर का मुख्य काम है– डाक को एक जगह से दूसरी जगह तक पहुँचाना। पहले डाक कई दिन में पहुँचती थी, मगर अब स्पीड पोस्ट द्वारा डाक जल्दी पहुँच जाती है।
- चिट्ठी के अलावा डाकघर से मनीऑर्डर (पैसा भेजना) और पार्सल (सामान भेजना) भी भेजे जाते हैं।
- डाकघर में खाता खोलकर लोग उसमें धन जमा करते हैं।
- मनरेगा में हर मज़दूर की मज़दूरी बैंक या डाकघर में जमा की जाती है।
- छोटी-छोटी बचत योजनाओं द्वारा लोगों को बचत करना भी सिखाया जाता है।

डाकघर

- संसार की सबसे बड़ी डाक सेवा भारत में ही है।
- आजकल डाक और पार्सल भेजने का काम प्राइवेट कोरियर सर्विस द्वारा भी किया जाता है।

2.4.4 बैंक में सुविधाएँ

पहले लोग सुरक्षा के लिए धन और ज़ेवर आदि जमीन में गाड़ देते थे, लेकिन अब ऐसा नहीं है। अब लगभग हर बड़े गाँव में बैंक-सुविधा उपलब्ध है।

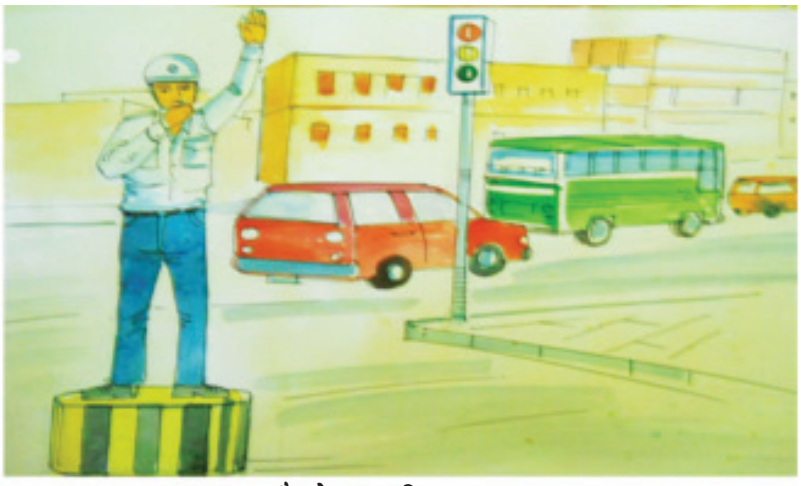
- बैंक का मुख्य काम है– लोगों का धन सुरक्षित रखना। बैंक में खाता खोलकर लोग वहाँ अपना धन जमा कर सकते हैं। जमा धन पर ब्याज भी मिलता है। ज़रूरत पड़ने पर धन वापस निकाला जा सकता है।
- बैंक में गहने व अन्य कीमती सामान भी सुरक्षित रखा जाता है। यह सामान छोटी-छोटी तिजोरियों में रखा जाता है। इन्हें लॉकर कहते हैं।

बैंक

- बैंक सरकारी या निजी हो सकते हैं। गाँव में ग्रामीण बैंक, सहकारी बैंक और राष्ट्रीय बैंक होते हैं।
- बैंक काम-धंधे, पढ़ाई, खेती आदि के लिए कम ब्याज पर ऋण देता है। बहुत से ऋणों में छूट भी मिलती है।

2.4.5 पुलिस से प्राप्त सुविधाएँ

- पुलिस हमारी सुरक्षा के लिए है। ट्रैफिक पुलिस सड़कों पर चल रहे वाहनों और लोगों की सुरक्षा करती है।
- अपराधों के खिलाफ़ हम थाने में एफ.आई.आर. दर्ज कराते हैं। जाँच के बाद पुलिस अपराधी को पकड़ती है।
- पुलिस समाज में शांति बनाए रखने में मदद करती है।
- पुलिस समाज में सुरक्षा-व्यवस्था को कायम रखने के लिए है।



चौराहे पर पुलिस वाला

2.4.6 अदालत से प्राप्त सुविधाएँ

- गाँव में लोगों के झगड़े पहले पंचायतों द्वारा सुलझाए जाते हैं, परंतु अगर न सुलझें, तो इसके लिए लोग कचहरी जाते हैं। यहाँ झगड़ों और जुर्मों के फ़ैसले होते हैं। जुर्मों के फ़ैसले जज करते हैं। मुकदमों की सुनवाई जज के सामने होती है। वकील अपने मुवक्किल की बात जज के सामने न्याय के लिए रखते हैं।
- जुर्म कितना गंभीर है या झगड़ा कितनी रकम का है, इसके हिसाब से अदालत छोटी या बड़ी होती है। ज़िला स्तर की अदालत को डिस्ट्रिक्ट कोर्ट या जिला न्यायालय कहते हैं। राज्य स्तर पर हाई कोर्ट या उच्च न्यायालय है। देश की सबसे बड़ी अदालत को सुप्रीम कोर्ट या उच्चतम न्यायालय कहते हैं।

अदालत का दृश्य

- उच्चतम न्यायालय नई दिल्ली में है। यहाँ नीचे के सभी न्यायालयों की अपील आती है। स्वतंत्र मुकदमे भी आते हैं। उच्चतम न्यायालय का फ़ैसला अंतिम होता है। इसके विरुद्ध कहीं भी अपील नहीं की जा सकती।
- न्यायपालिका का प्रमुख कार्य यह देखना है कि देश की कानून-व्यवस्था संविधान के अनुसार चल रही है या नहीं।
- किसी के साथ अन्याय हो और उसके पास मुकदमे की फ़ीस के पैसे न हों, तो जज उसकी फ़ीस माफ़ कर देते हैं। वे मुफ़्त वकील भी नियुक्त कर देते हैं।
- सरकार ने हर कचहरी में मुफ़्त कानूनी सहायता के लिए एक दफ़्तर खोला है। इसको 'कानूनी सहायता केंद्र' (लीगल एड सेल) कहते हैं।

2.4.7 नगरपालिका और नगर निगम के कार्य

शहर में जीवन से जुड़ी अनेक सुविधाओं के रख-रखाव की ज़िम्मेदारी इन्हीं दफ्तरों की है। बिजली, पानी, साफ़-सफ़ाई, बीमारियों की रोकथाम, सड़क, शिक्षा, पार्क आदि की देखभाल यही दफ़्तर करते हैं। जन्म और मृत्यु-प्रमाण पत्र भी इन्हीं दफ़्तरों में बनते हैं।

2.4.8 ग्राम-पंचायत का काम

गाँव में लोगों को सुविधाएँ प्रदान करने का काम पंचायत का है। यहाँ विकास की योजनाएँ बनाई जाती हैं। समाज-सेवा और गाँव के विकास की सभी सरकारी व गैर-सरकारी योजनाएँ यहीं से लागू होती हैं। मनरेगा में काम के लिए पंजीकरण यहीं होता है। जॉब कार्ड भी यहीं बनता है।

कृषि और बागवानी का विकास; चरागाह का विकास और उनकी रक्षा करना; पेड़ लगाना; भूमि-सुधार; भूमि-संरक्षण, जैसे– पुस्ते, बाँध, चकबंदी आदि काम, सिंचाई के साधनों का विकास, निर्माण, मरम्मत तथा उनकी देखरेख; पशुओं की नस्लें सुधारना; दूध-उत्पादन; मछली पालन; मुर्गी पालन, सूअर पालन आदि; सार्वजनिक भूमि पर तथा सड़कों के किनारे पेड़ लगाना; लघु उद्योग, कुटीर उद्योग, ग्राम उद्योग, जैसे– माचिस, बाँस की बनी चीजें आदि बनाना; ग्रामीण आवास बनाना; पानी के लिए सार्वजनिक कुओं, तालाबों, पोखरों की देखरेख; ईंधन, चारा, भूमि का विकास; गाँव की सड़कें, पुलिया, नौकाघाट, जलमार्ग की देखरेख; गाँव में बिजली का प्रबंध; गरीबी हटाने के कार्यक्रम; प्राथमिक व माध्यमिक शिक्षा; खेलकूद; सांस्कृतिक कार्य; ग्राम की स्वच्छता, मनुष्यों एवं पशुओं का टीकाकरण; जन्म-मृत्यु व विवाह का रजिस्ट्रेशन, परिवार-कल्याण, विकास की योजनाएँ बनाना। ये सभी कार्य पंचायत करती हैं।

इसी तरह कई जन-सेवाएँ और भी हैं। इनसे हमारे जीवन में खुशहाली आती है। इसलिए हमारी ज़िम्मेदारी है कि हम इन सभी सेवाओं से जुड़े लोगों का आदर करें।

अच्छा, साफ़-सुथरा गाँव

उन्हें उनका काम अच्छी तरह करने में सहयोग दें। उनके काम में अड़चन न डालें, जैसे–अस्पताल में जाकर डॉक्टर और नर्स से झगड़ा न करें।

हमारे आस-पास कई जन-सेवाएँ होती हैं, जैसे– स्कूल, अस्पताल, कचहरी, डाकखाना, बैंक आदि। इनसे हमारा जीवन आसान हो जाता है। हमारी ज़िम्मेदारी है कि इनसे जुड़े लोगों का आदर करें। उन्हें उनका काम करने में सहयोग दें। उनके काम में अड़चन न डालें।

देखें, आपने क्या सीखा 2.2

1. किन्हीं चार जन-सेवाओं के नाम लिखिए। यह भी लिखिए कि वहाँ क्या-क्या काम होते हैं:

जन-सेवा का नाम	**क्या काम होता है**
जैसे– स्कूल	बच्चों को पढ़ना-लिखना, खेल-कूद आदि सिखाया जाता है।
(i)	.....
(ii)	.....
(iii)	.....
(iv)	.....

2. सही (√) या गलत (×) का निशान लगाइए:

(i) अस्पताल में डॉक्टर और नर्स काम करते हैं। ☐

(ii) बैंक में जज फ़ैसला सुनाते हैं। ☐

(iii) डाकघर से मनीऑर्डर और पार्सल नहीं भेजे जाते। ☐

(iv) पुलिस हमारी सुरक्षा के लिए है। ☐

3. गरीबों को मुफ़्त कानूनी सहायता कहाँ मिलती है?

.....

4. ग्राम-पंचायत के 4 काम लिखिए:

(i) .....

(ii) .....

(iii) .....

(iv) .....

2.5 परिवार, पास-पड़ोस और समुदाय की सामाजिक विकास में भूमिका

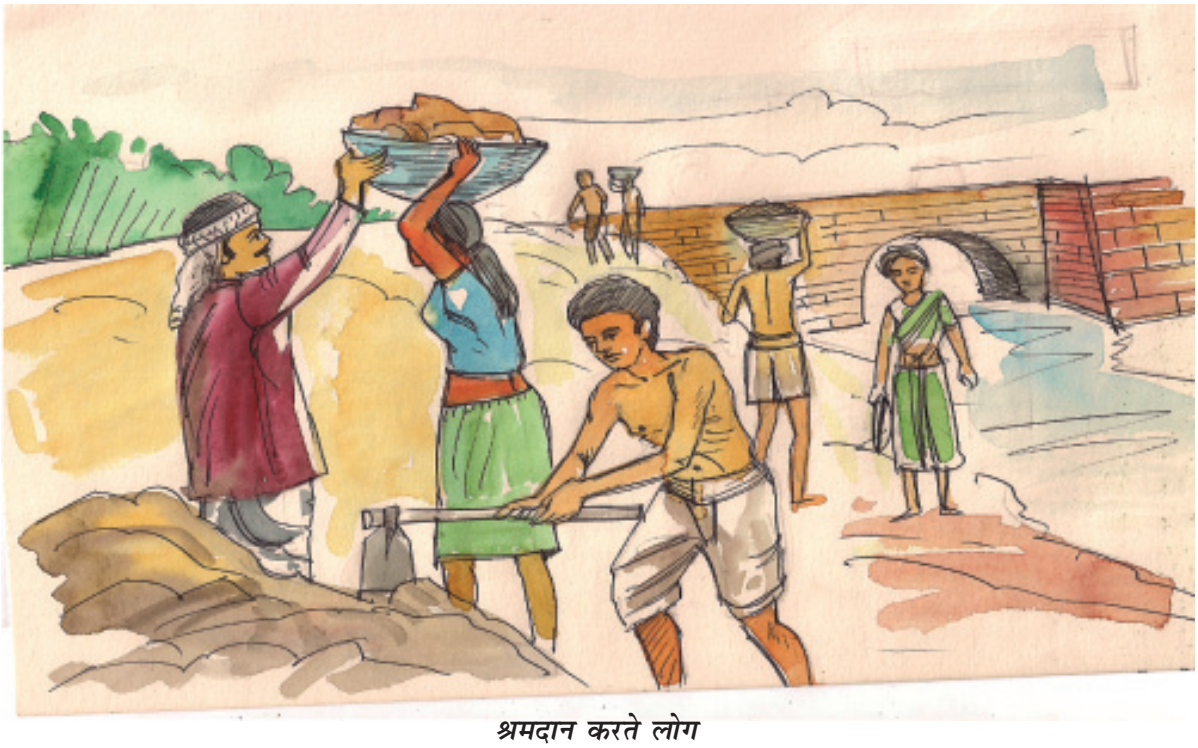
सोनिया का गाँव छोटा-सा है, लेकिन उसमें कई सुविधाएँ हैं। बच्चों के लिए प्राइमरी स्कूल है। स्वास्थ्य केंद्र और प्रसूति-घर हैं। चारों तरफ सफाई है। पक्की नालियाँ बनी हैं। घरों से पानी का निकास सही है। जगह-जगह हैंड पंप लगे हैं। तालाब साफ-सुथरे हैं। उसमें मछलियाँ पाली जाती हैं। घर-घर में शौचालय बने हैं। गलियाँ बनी हैं। गाँव में खड़ंजा बिछा है। गाँव की सड़कें पक्की हैं और शहर जाने वाली सड़क से जुड़ी हैं।

इन सुविधाओं से यह लाभ हो रहा है कि गाँव में शिक्षा का माहौल है। लड़के-लड़कियाँ पढ़ रहे हैं। प्रौढ़ शिक्षा केंद्र में महिलाएँ पढ़ाई-लिखाई के साथ नए-नए हुनर भी सीख रही हैं।

सफ़ाई है, इसलिए बीमारियाँ भी कम हैं। सड़कें हैं, तो शहर आना-जाना आसान है। इससे कारोबार को बढ़ावा मिला है। सबकी आमदनी बढ़ी है। लेकिन, यह सब हुआ कैसे?

यह सब हुआ है, सबके सहयोग से। लोग अपने घर और घर के आस-पास सफ़ाई

रखते हैं। सभी लोग अपनी ज़िम्मेदारी समझते हैं। हैंड पंप टूट जाए, तो इंतज़ार नहीं करते कि सरकार ही उसे ठीक करवाए। सब मिल-जुलकर उसे ठीक करवा लेते हैं।



श्रमदान करते लोग

इसी तरह गली में खड़ंजा बिछा, तो लोगों ने श्रमदान किया। सबने ख़ुद कोशिश की। पंचायत में मिल-जुलकर फ़ैसले किए, तो स्कूल और स्वास्थ्य केन्द्र बने।

गाँव वालों की एकता और ज़िम्मेदारी की भावना देख सरकार और स्वयंसेवी संस्थाओं ने भी गाँव के विकास में सहयोग दिया। इस तरह परिवारों, पास-पड़ोस और समुदाय की मिली-जुली कोशिशों से गाँव तरक्की कर रहा है। इस गाँव के अच्छे विकास की वजह से देश-विदेश के लोग इसे देखने आते हैं।

परिवार और पास-पड़ोस की सामाजिक विकास में महत्त्वपूर्ण भूमिका है। लोग पढ़े-लिखे हों, स्वस्थ हों, अपनी ज़िम्मेदारी समझें, मेल-मिलाप से रहें; तो समाज का विकास होता है।

देखें, आपने क्या सीखा 2.3

1. गाँव के लोग कहाँ से शिक्षा पा रहे हैं?

.....

2. सही पर (√) और गलत पर (×) का निशान लगाइए:

(i) सफ़ाई के कारण बीमारी फैलती है। ☐

(ii) घरों में पानी की निकासी सही होनी चाहिए। ☐

(iii) स्वास्थ्य की देखभाल ज़रूरी है। ☐

(iv) मेल-जोल से समाज का विकास नहीं होता। ☐

आइए, दोहराएँ

- कोई भी व्यवसाय छोटा या बड़ा नहीं होता।
- गाँवों का मुख्य पेशा खेती-बाड़ी है।
- हर व्यक्ति को कोई भी व्यवसाय करने की छूट है।
- हर व्यक्ति अपनी ज़रूरतों के लिए किसी और पर निर्भर होता है।
- अस्पताल, स्कूल, डाकखाना, थाना आदि जन-सेवा के संस्थान हैं।
- सरकार ने हर कचहरी में मुफ़्त कानूनी सहायता देने का प्रबंध किया है।
- परिवार और पास-पड़ोस की सामाजिक विकास में महत्त्वपूर्ण भूमिका होती है।
- नगर-पालिका, नगर, निगम, पंचायत, सभी लोगों को सुविधाएं पहुँचाने का काम करती हैं।

अभ्यास

1. चित्र देखकर लिखिए, ये कौन लोग हैं:

.....

.....

.....

.....

2. अपने आस-पास होने वाले कोई पाँच काम लिखिए। यह भी लिखिए कि इन कामों को करने वालों को क्या कहते हैं:

काम	काम करने वाले
जैसे : फूलों के हार बनाने वाला	माली
(i)	.....
(ii)	.....

(iii) ....

(iv) ....

(v) ....

3. सही पर (√) और गलत पर (×) का निशान लगाइए:

(i) गाँव का मुख्य पेशा खेती-बाड़ी है। ☐

(ii) जन-सेवाओं से जुड़े लोगों के काम में अड़चन डालनी चाहिए। ☐

(iii) समय के साथ व्यवसाय में बदलाव नहीं आया है। ☐

(iv) अस्पताल में जच्चगी भी होता है। ☐

(v) गाँव के विकास के लिए एकता ज़रूरी है। ☐

(vi) बैंक में जमा धन पर ब्याज नहीं मिलता। ☐

4. ऐसी तीन जन-सेवाओं के नाम लिखिए, जहाँ गरीबों को मुफ़्त सहायता मिलती है।

(i) ..... (ii) ..... (iii) .....

5. ग्राम पंचायत के कोई पाँच काम लिखिए:

(i) ..... (ii) ..... (iii) .....

(iv) ..... (v) .....

6. सही शब्द चुनकर खाली जगह भरिए:

थाने मनीऑर्डर अदालत अस्पताल गहने

(i) बीमार लोगों को ..... में भर्ती किया जाता है।

(ii) डाकघर से ..... भी भेजा जाता है।

(iii) सबसे बड़ी ..... को सुप्रीम कोर्ट कहते हैं।

(iv) बैंक में ..... भी सुरक्षित रखे जाते हैं।

(v) एफ़.आई.आर. ..... में लिखाई जाती है।

5. एक शब्द में उत्तर दीजिए:

(i) मरीज़ों की देखभाल में कौन मदद करता है? .....

(ii) मरीज़ों की जाँच कौन करता है? .....

(iii) मुकदमों के फैसले कौन करता है? .....

(iv) मुफ़्त कानूनी सहायता कहाँ मिलती है? .....

(v) जन्म और मृत्यु-प्रमाण पत्र कहाँ बनते हैं? .....

आइए, करके देखें

1. आपके घर के आस-पास कौन सी जन-सेवाएँ हैं, पता करके सूची बनाइए।
2. बैंक में कितने प्रकार के खाते खोले जा सकते हैं? हर तरह के खाते की क्या ख़ासियत है? किस तरह के खाते में कितना ब्याज मिलता है? पता करके लिखिए।

.....

.....

.....

उत्तरमाला

2.1 3. (ii) दर्जी पर (vi) सफ़ाई कर्मचारी पर
(iii) किसान पर (vii) बढ़ई पर
(iv) सुनार पर
(v) चर्मकार पर

4. हर व्यवसाय और उससे जुड़े लोगों का अपना महत्व है। कोई काम छोटा या बड़ा नहीं है। इसलिए हमें हर व्यवसाय और उससे जुड़े लोगों का सम्मान करना चाहिए।

2.2 2. (i) √

(ii) ×

(iii) ×

(iv) √

3. कानूनी सहायता केंद्र (लीगल एड सेल) में।

4. (i) भूमि-संरक्षण (ii) बिजली का प्रबंध (iii) गाँव की सड़कें व नालियाँ बनवाना (iv) गाँव की स्वच्छता

2.3 1. स्कूल और प्रौढ़ शिक्षा-केंद्र से।

2. (i) × (ii) √ (iii) √ (iv) ×

पाठ 3

हमारे पर्व और त्योहार

इस पाठ से हम सीखेंगे

- देश के अलग-अलग इलाकों में मनाए जाने वाले त्योहारों के बारे में।
- अलग-अलग धर्मों के त्योहारों के बारे में।
- अपने राष्ट्रीय पर्वों के बारे में।

हमारा देश त्योहारों का देश कहा जाता है। यहाँ हर धर्म के अपने-अपने त्योहार हैं। पर सभी धर्मों के लोग मिल-जुलकर इन्हें मनाते हैं। हमारे कुछ त्योहार ऐसे हैं, जो खेती से जुड़े हैं। फ़सल कटने के बाद ये त्योहार देश के सभी हिस्सों में मनाए जाते हैं। अलग-अलग इलाकों में ये त्योहार अलग-अलग नामों से जाने जाते हैं। त्योहार चाहे किसी भी धर्म के हों, किसी भी इलाके में मनाए जाते हों, किसी भी नाम से जाने जाते हों, संदेश सबके एक से ही हैं—भाईचारा, प्रेम, सेवा, खुशी, बुराई पर अच्छाई की जीत।

इन सामाजिक त्योहारों के अलावा हमारे कुछ राष्ट्रीय पर्व भी हैं। ये हैं—स्वतंत्रता-दिवस, गणतंत्र-दिवस और गाँधी जयंती। ये किसी एक धर्म के त्योहार नहीं हैं, पूरा देश साथ मिलकर इन्हें मनाता है।

आइए, अब अपने देश में मनाए जाने वाले त्योहारों के बारे में जानें।

3.1 मकर संक्रांति

मकर संक्रांति का त्योहार जनवरी में उस समय मनाया जाता है, जब सूर्य मकर राशि में प्रवेश करता है। इस दिन से सूर्य उत्तरायण हो जाता है। यह त्योहार किसी-न-किसी रूप में पूरे देश में मनाया जाता है।

मकर संक्रांति पर्व पर स्नान करते हुए

यह खेती से जुड़ा त्योहार है। इस समय तक धान, तिल, ज्वार, बाजरा, उड़द, गन्ने की फसल कट चुकी होती है। नया अन्न घर में आ जाता है। इसलिए हर घर में खुशी का माहौल रहता है। इस दिन चावल और तिल से बनी चीज़ें खाई जाती हैं।

तमिलनाडु में इस दिन को पोंगल के रूप में मनाया जाता है। वहाँ इस दिन खीर खाई और खिलाई जाती है।

असम में इसी दिन बिहू का त्योहार मनाया जाता है।

उत्तर भारत में मकर संक्रांति के दिन लोग गंगा एवं अन्य नदियों में स्नान करते हैं। इस दिन हरिद्वार और प्रयाग में दूर-दूर से लोग गंगा-स्नान के लिए आते हैं। वहाँ बड़ा मेला लगता है। स्नान के बाद लोग चावल या तिल के लड्डू दान करते हैं।

मकर संक्रांति को कहीं-कहीं खिचड़ी संक्रांति भी कहते हैं। बिहार, उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड में इस दिन लोग चावल और उड़द की खिचड़ी खाते हैं।

गुजरात में इस दिन पतंग उड़ाने का रिवाज़ है। पंजाब में इस मौके पर लोहड़ी मनाई जाती है।

इस तरह यह त्योहार पूरे देश में मनाया जाता है। यह त्योहार दिखाता है कि हमारी संस्कृति खेती से जुड़ी है। यह भी दिखाता है कि पूरे देश की भावना एक है, संस्कृति एक है। सबकी खुशी एक है।

3.2 होली

यह त्योहार फागुन की पूर्णिमा को मनाया जाता है। यह वसंत ऋतु के आने का समय है। वसंत मस्ती का मौसम होता है। फूल खिलने लगते हैं। नई पत्तियाँ निकलने लगती हैं। सब तरफ़ उल्लास का वातावरण रहता है।

होलिका दहन

होली के त्योहार से जुड़ी एक कथा है– सतयुग में हिरण्यकशिपु नाम का एक राजा था। वह अपने को भगवान मानता था। अपने राज्य में वह भगवान की पूजा नहीं होने देता था। हिरण्यकशिपु का बेटा प्रह्लाद बचपन से ही भगवान का भक्त था। हिरण्यकशिपु को यह बात बिल्कुल पसंद नहीं थी। उसने प्रह्लाद को बहुत समझाया, धमकाया भी, पर कोई असर नहीं पड़ा। तब हिरण्यकशिपु ने प्रह्लाद को सजा देने की ठानी। उसने प्रह्लाद को मारने की कई बार कोशिशें कीं, पर भगवान की कृपा से वह हर बार बच गया। अंत में हिरण्यकशिपु ने इस काम में अपनी बहन होलिका की मदद ली। होलिका को वरदान मिला हुआ था कि वह आग से नहीं जलेगी। हिरण्यकशिपु ने अपनी योजना होलिका को बताई। वह तैयार हो गई। होलिका प्रह्लाद को गोद में लेकर आग में बैठ गई। हिरण्यकशिपु ने सोचा था कि प्रह्लाद जल जाएगा। पर हुआ उल्टा। होलिका तो जल गई, प्रह्लाद बच गया। तभी से होली का त्योहार मनाया जाता है। लोग मिल–जुलकर होलिका का दहन करते हैं। इस तरह से सामूहिक रूप से अन्याय को जला दिया जाता है।

होली की सबसे बड़ी विशेषता है– इसका राग-रंग से जुड़ाव। इसमें पूजा-पाठ का इतना उत्साह नहीं है, जितना गाने-बजाने, खाने-पीने और अबीर-गुलाल का।

होली की तैयारी काफी समय पहले से होने लगती है। होली के दिन लोग एक-दूसरे पर रंग डालते हैं। फाग गाया जाता है। लोग मिल-जुलकर खुशी मनाते हैं। पुराने लड़ाई-झगड़े भूलकर गले मिलते हैं।

होली

ब्रज की होली बहुत मशहूर है। यहाँ बरसाने की लट्ठमार होली देखने के लिए तो दुनिया भर से लोग आते हैं। इसी मौके पर पंजाब में 'होला मोहल्ला' मनाया जाता है।

खुशी के इस त्योहार में कुछ लोग विष भी घोल देते हैं। लोगों पर कीचड़ डाल देते हैं। कभी-कभी तो तारकोल भी डाल देते हैं। रासायनिक रंग लगाते हैं। इन चीज़ों से शरीर को नुकसान होता है। कुछ लोग शराब और भाँग आदि पीकर हुड़दंग मचाते हैं। पुरानी रंजिश का बदला होली के मौके पर लेते हैं। इससे माहौल बिगड़ता है।

हमें कोशिश करनी चाहिए कि होली सभी के लिए खुशी का त्योहार बना रहे। रासायनिक रंगों का इस्तेमाल न करें। कीचड़ वगैरह न डालें। मन से पुराने वैर-भाव मिटा दें।

3.3 ईद-उल-फ़ितर

इस्लाम में रमज़ान का महीना बहुत पवित्र माना जाता है। पूरे महीने लोग रोज़े (सूर्योदय से सूर्यास्त तक निर्जल उपवास) रखते हैं। खुदा की इबादत करते हैं।

जरूरतमंदों को दान देते हैं, जिसे ज़कात कहते हैं। रमज़ान के 29 या 30 रोज़ों के बाद चाँद दिखाई देने के अगले दिन ईद-उल-फ़ितर त्योहार मनाया जाता है। सामान्यत: लोग इसे मीठी ईद के नाम से जानते हैं। शायद यह नाम एक दूसरे त्योहार ईद-उल-जुहा से अंतर सूचित करने के लिए पड़ा है। ईद-उल-जुहा में मेंढे, बकरे आदि की कुर्बानी दी जाती है।

ईद

ईद का मतलब है– खुशी मनाना। एक महीने के रोज़ों के बाद इस दिन सब खुशी मनाते हैं। नए कपड़े पहनते हैं। मस्जिद में जाकर नमाज़ पढ़ते हैं। एक-दूसरे से गले मिलते हैं। हर घर में सेवइयाँ बनती हैं। दूसरे पकवान भी बनते हैं। लोग एक-दूसरे के घर जाते हैं। ईद की मुबारकबाद देते हैं। घर के बड़े अपने से छोटों को पैसे देते हैं, जिसे 'ईदी' कहा जाता है। ईद मेल-मुलाकात का, भाईचारे का त्योहार है। खुशियाँ बाँटने का त्योहार है।

3.4 गुरुपर्व (गुरु नानक जयंती)

गुरुपर्व सिखों का सबसे बड़ा त्योहार है। यह त्योहार कार्तिक की पूर्णिमा को मनाया जाता है। इसी दिन सिखों के पहले गुरु नानक देव का जन्म हुआ था। गुरुपर्व को 'प्रकाश उत्सव' भी कहा जाता है। इस दिन लोग बाज़ारों में, सड़क के किनारे प्याऊ लगाकर सभी आने-जाने वालों को मीठा शर्बत पिलाते हैं। गुरुद्वारे जाकर मत्था टेकते हैं।

गुरु पर्व

इस दिन जगह-जगह लंगर लगते हैं। इनमें छोटे-बड़े, अमीर-गरीब सब साथ बैठकर खाना खाते हैं। गुरुपर्व भाईचारे का त्योहार है। प्रेम बाँटने का त्योहार है।

भारत में अलग-अलग इलाके के अपने-अपने त्योहार हैं। मकर संक्रांति खेती से जुड़ा त्योहार है। यह त्योहार किसी-न-किसी रूप में पूरे देश में मनाया जाता है। होली सामाजिक सद्भाव का त्योहार है। इस मौके पर होलिका जलाई जाती है। ईद मेल-मुलाकात का, भाईचारे का त्योहार है। गुरुपर्व गुरु नानक देव जी के जन्मदिन पर मनाया जाता है।

देखें, आपने क्या सीखा 3.1

(i) मकर संक्रांति तमिलनाडु में किस नाम से मनाई जाती है?

.....

(ii) ईद कब मनाई जाती है?

.....

(iii) गुरुपर्व क्यों मनाया जाता है?

.....

3.5 दुर्गा पूजा और दशहरा

इसे विजया दशमी भी कहते हैं। यह त्योहार आश्विन (क्वार) महीने के शुक्ल पक्ष की दशमी को मनाया जाता है।

माना जाता है कि राम-रावण युद्ध के दौरान क्वार की शुक्ल पक्ष की पहली से नवीं तिथि तक राम ने शक्ति की उपासना की थी और दसवें दिन रावण को मारा था। बंगाल और बिहार में दुर्गापूजा बहुत धूमधाम के साथ मनाई जाती है।

दशहरा अन्याय पर न्याय की जीत का पर्व है। यह असत्य पर सत्य की, अधर्म पर धर्म की जीत के रूप में मनाया जाता है।

विजया दशमी से पहले, नौ दिन नवरात्रि के होते हैं। नवरात्रि में लोग व्रत रखते हैं। साथ ही दुर्गादेवी के अलग-अलग रूपों की पूजा करते हैं।

दशहरा

दशहरे के पहले जगह-जगह रामलीला होती है। दशहरे के दिन रावण, कुम्भकर्ण, मेघनाद के पुतले जलाए जाते हैं। इन्हें अन्याय का प्रतीक माना जाता है।

कुल्लू का दशहरा बहुत मशहूर है। कुल्लू हिमाचल प्रदेश में है। इसी तरह मैसूर में भी दशहरा बहुत धूमधाम से मनाया जाता है। दुनिया भर से लोग कुल्लू और मैसूर का दशहरा देखने आते हैं।

3.6 दीपावली

दीपावली का त्योहार कार्तिक महीने की अमावस्या को मनाया जाता है। माना जाता है कि लंका को जीतने के बाद इसी दिन भगवान राम अयोध्या वापस आए थे। उनके वापस आने की खुशी में पूरे राज्य में दीपक जलाए गए। खूब रोशनी की गई। लोगों ने मिल-जुलकर खुशियाँ मनाईं। तभी से इस दिन को दीपावली के रूप में मनाया जाता है। दीपावली को दीवाली के नाम से भी जाना जाता है।

दीपावली के दिन खूब आतिशबाज़ी की जाती है। यह उल्लास और रोशनी का त्योहार है। अँधेरे पर उजाले की जीत का त्योहार है।

दीपावली का त्योहार धनतेरस से शुरू होता है। इससे अगले दिन नरक चतुर्दशी होती है। इसे छोटी दीपावली भी कहते हैं। फिर अमावस्या को दीपावली मनाई जाती है। इस दिन लक्ष्मी-पूजा होती है। दीपावली के अगले दिन होती है गोवर्धन-पूजा। इसके बाद भैया दूज मनाई जाती है।

दीपावली पवित्रता का त्योहार है, पर कुछ लोग इसे दूषित कर देते हैं। इस दिन जुआ खेलते हैं। अधिक आवाज़ और तेज़ धुएँ वाले पटाखे छुड़ाते हैं। इससे वातावरण दूषित होता है। बीमार और बूढ़े लोगों को परेशानी होती है।

क्रिसमस 25 दिसंबर को मनाया जाता है। इस दिन ईसा मसीह का जन्म हुआ था। ईसा मसीह से ही ईसाई धर्म की शुरुआत हुई थी।

क्रिसमस को हम 'बड़ा दिन' भी कहते हैं। यह ईसाइयों का सबसे बड़ा त्योहार है। इस दिन सभी ईसाई चर्च जाते हैं। प्रभु ईसा मसीह का जन्मदिन मनाते हैं। फिर साथ मिलकर खाते-पीते हैं। नाचते-गाते हैं। एक-दूसरे को शुभकामनाएँ देते हैं। लोग इस दिन सांता क्लॉज का रूप धारण कर निकलते हैं। वे घूम-घूमकर बच्चों को उपहार बाँटते हैं। इस दिन चर्चों में रोशनी की जाती है और घरों पर तरह-तरह के केक बनाए जाते हैं। यह त्योहार पूरी दुनिया में मनाया जाता है। भारत में नागालैंड और गोवा में यह त्योहार बहुत धूमधाम से मनाया जाता है।

क्रिसमस

प्रभु ईसा मसीह ने लोगों को प्रेम और मानवता का संदेश दिया। सेवा का महत्त्व बताया। वे दीन-दुखियों की सेवा को ही मानव-धर्म मानते थे। उनके यही विचार क्रिसमस के मूल संदेश हैं।

दशहरा अन्याय पर न्याय की जीत के रूप में मनाया जाता है। दीपावली अँधेरे पर उजाले की जीत का त्योहार है। क्रिसमस 25 दिसंबर को मनाया जाता है। यह प्रभु ईसा मसीह का जन्मदिन है।

देखें, आपने क्या सीखा 3.2

(i) किन जगहों का दशहरा मशहूर है?

.....

(ii) दीपावली का त्योहार क्यों मनाया जाता है?

.....

(iii) क्रिसमस का मूल संदेश क्या है?

.....

3.8 अन्य त्योहार

ये सभी हमारे सामाजिक त्योहार हैं। ये अलग-अलग धर्मों के त्योहार हैं, पर सब मिल-जुलकर इन्हें मनाते हैं।

इसी तरह के कई और त्योहार भी हमारे यहाँ मनाए जाते हैं। इनमें दो ख़ास त्योहार हैं—महावीर जयंती और बुद्ध पूर्णिमा। महावीर जयंती भगवान महावीर का जन्म दिन है। भगवान महावीर से ही जैन धर्म की शुरुआत हुई। वे अहिंसा को सबसे बड़ा धर्म मानते थे।

बुद्ध पूर्णिमा को भगवान बुद्ध का जन्म हुआ था। भगवान बुद्ध से बौद्ध धर्म की शुरुआत हुई। भगवान बुद्ध ने दुनिया को करुणा और भाईचारे का संदेश दिया।

3.9 राष्ट्रीय पर्व

कुछ त्योहार ऐसे भी हैं, जिन्हें हम राष्ट्रीय पर्व कहते हैं। ये किसी एक धर्म के त्योहार नहीं हैं। पूरा देश साथ मिलकर इन्हें मनाता है। हमारे तीन राष्ट्रीय पर्व हैं– 1. स्वतंत्रता-दिवस, 2. गणतंत्र-दिवस, और 3. गाँधी जयंती।

आइए, अब इन राष्ट्रीय पर्वों के बारे में जानें।

3.9.1 स्वतंत्रता-दिवस

लालकिले पर फहराता तरंगा

स्वतंत्रता-दिवस 15 अगस्त को मनाया जाता है। सन् 1947 को इसी दिन हमारा देश स्वतंत्र हुआ था। इससे पहले हमारे देश पर अंग्रेज़ों का शासन था। देश को स्वतंत्र कराने के लिए हमें बहुत संघर्ष करना पड़ा। देश के कई सपूतों को बलिदान देना पड़ा। स्वतंत्रता-दिवस के मौके पर हम इन बलिदानियों को याद करते हैं। इस दिन देश की राजधानी दिल्ली में बड़ा कार्यक्रम होता है। यहाँ प्रधानमंत्री लालकिले पर तिरंगा फहराते हैं। इस दिन प्रधानमंत्री देश के नाम संदेश देते हैं। उसमें अब तक देश में हुए विकास तथा योजनाओं के बारे में बताया जाता है। ऐसे ही कार्यक्रम राज्यों की राजधानियों और ज़िलों में भी मनाए जाते हैं। स्कूलों में भी स्वतंत्रता-दिवस समारोह मनाया जाता है।

3.9.2 गणतंत्र-दिवस

गणतंत्र दिवस 26 जनवरी को मनाया जाता है। सन् 1950 में इसी दिन हमारे देश का संविधान लागू हुआ, जिसमें भारत को एक गणतंत्र घोषित किया गया।

हम 15 अगस्त, 1947 को स्वतंत्र हो गए थे। इससे पहले देश पर अंग्रेज़ों का

शासन था। हम 1947 में स्वतंत्र तो हो गए, पर व्यवस्था अंग्रेज़ों की ही थी। फिर हमारा अपना संविधान बना। संविधान वह किताब है, जिसमें देश का शासन चलाने

भव्य परेड का चित्र

के नियम-कानून दिए गए हैं। यह संविधान 26 जनवरी, 1950 को लागू हुआ। तभी से अपने देश में हमारा अपना शासन शुरू हुआ।

इस दिन दिल्ली में राष्ट्रपति इंडिया गेट पर तिरंगा फहराते हैं। फिर परेड होती है। राष्ट्रपति परेड की सलामी लेते हैं। यह परेड राष्ट्रपति भवन से लाल किले तक होती है। इसके बाद रंग-बिरंगी झाँकियाँ निकलती हैं। इनमें अलग-अलग राज्यों की संस्कृति की झाँकियाँ होती हैं। देश के विकास की झाँकियाँ भी होती हैं। इन झाँकियों के साथ-साथ देश की सेना-शक्ति का प्रदर्शन करके जनता का मनोबल बढ़ाया जाता है। राज्यों की राजधानियों में भी गणतंत्र-दिवस के कार्यक्रम होते हैं। ज़िलों में भी गणतंत्र-दिवस धूमधाम से मनाया जाता है। स्कूलों में इस दिन कार्यक्रम आयोजित होते हैं।

3.9.3 गाँधी जयंती

गाँधी जयंती 2 अक्टूबर को मनाई जाती है। इसी दिन सन् 1869 को महात्मा गाँधी का जन्म हुआ था। गाँधीजी को हम राष्ट्रपिता कहते हैं। गाँधीजी ने हमें सत्य और अहिंसा का संदेश दिया। सत्य और अहिंसा के बल पर ही उन्होंने देश को आज़ादी दिलाई।

गाँधी-समाधि

गाँधीजी की समाधि दिल्ली में राजघाट पर है। गाँधी जयंती के दिन लोग गाँधीजी की समाधि पर जाते हैं। वहाँ फूल चढ़ाते हैं। रामधुन गाते हैं। चरखा भी चलाते हैं।

गाँधी जयंती के मौके पर प्राय: खादी भंडारों में खादी के कपड़ों पर कीमत में छूट मिलती है। यह छूट महीने भर मिलती रहती है। इस दिन राष्ट्रीय अवकाश होता है।

हमारा देश 15 अगस्त, 1947 को स्वतंत्र हुआ। तब से हर वर्ष 15 अगस्त को स्वतंत्रता-दिवस मनाया जाता है। गणतंत्र-दिवस 26 जनवरी को मनाया जाता है। इस दिन हमारे देश का संविधान लागू हुआ। गाँधी जयंती दो अक्टूबर को मनाई जाती है। गाँधीजी को हम राष्ट्रपिता कहते हैं। गाँधी जी ने सत्य और अहिंसा के बल पर हमारे देश को आज़ादी दिलाई थी।

देखें, आपने क्या सीखा 3.3

(i) हमारे राष्ट्रीय पर्व कौन-से हैं?

.....

(ii) 26 जनवरी को कौन-सा पर्व मनाया जाता है?

.....

(iii) स्वतंत्रता-दिवस को लाल किले पर झंडा कौन फहराता है?

.....

आइए, दोहराएँ

- मकर संक्रांति का त्योहार 14 जनवरी को मनाया जाता है। इसे तमिलनाडु में 'पोंगल' और असम में 'बिहू' के नाम से मनाया जाता है।
- मकर संक्रांति खेती से जुड़ा त्योहार है।
- होली मिल-जुलकर खुशी मनाने का त्योहार है। यह सामूहिक रूप से अन्याय को जलाने का त्योहार है।
- ईद रमज़ान के बाद मनाई जाती है। यह मेल-मुलाकात, भाईचारे का त्योहार है।
- गुरुपर्व गुरुनानक देव का जन्मदिन है। इसे 'प्रकाश उत्सव' भी कहा जाता है।
- दशहरा को 'विजयादशमी' भी कहते हैं। यह अन्याय पर न्याय की, असत्य पर सत्य की, अधर्म पर धर्म की जीत के रूप में मनाया जाता है।
- दीपावली कार्तिक महीने की अमावस्या को मनाई जाती है। यह अँधेरे पर उजाले की जीत का त्योहार है।

- ईसा मसीह का जन्मदिन क्रिसमस के रूप में मनाया जाता है। ईसा मसीह ने प्रेम और मानवता का संदेश दिया। यह त्योहार 25 दिसंबर को मनाया जाता है।
- हमारे तीन राष्ट्रीय पर्व हैं–स्वतंत्रता दिवस, गणतंत्र-दिवस और गांधी जयंती।

अभ्यास

1. नीचे लिखे प्रश्नों के उत्तर लिखिए :

(i) मकर संक्रांति का त्योहार किस दिन मनाया जाता है? .....

(ii) गुरुपर्व किस महापुरुष का जन्मदिन है? .....

(iii) ईद कब मनाई जाती है? .....

(iv) दशहरे का दूसरा नाम क्या है? .....

(v) क्रिसमस किस दिन मनाया जाता है? .....

(vi) गणतंत्र-दिवस किस दिन होता है? .....

2. लाइन खींचकर जोड़े बनाइए:

गुरुपर्व	रमज़ान
दशहरा	15 अगस्त
ईद	महात्मा गाँधी
क्रिसमस	26 जनवरी
महावीर जयंती	दुर्गा पूजा
स्वतंत्रता-दिवस	ईसा मसीह
गणतंत्र-दिवस	गुरु नानक
2 अक्टूबर	भगवान महावीर

3. खाली जगहों में सही शब्द भरिए:

(i) मकर संक्रांति ..... से जुड़ा त्योहार है। (खेती/पानी)

(ii) तमिलनाडु में .....का त्योहार मनाया जाता है। (बिहू/पोंगल)

(iii) होली के मौके पर पंजाब में.....मनाया जाता है। (होला मोहल्ला/प्रकाश उत्सव)

(iv) स्वतंत्रता-दिवस को प्रधानमंत्री.....पर झंडा फहराते हैं। (लाल किले/इंडिया गेट)

4. सही वाक्य के आगे (√) का और गलत के आगे (×) का निशान लगाइए:

(i) बिहू असम में मनाया जाता है। ( )

(ii) गुजरात में दीवाली के दिन पतंग उड़ाने का रिवाज़ है। ( )

(iii) ईद का त्योहार रमज़ान महीने के बाद मनाया जाता है। ( )

(iv) गुरु नानक का जन्म कार्तिक पूर्णिमा को हुआ था। ( )

(v) बुद्ध पूर्णिमा के दिन भगवान महावीर का जन्म हुआ था। ( )

(vi) गाँधी जयंती 2 नवंबर को मनाई जाती है। ( )

(vii) दशहरे को विजया दशमी भी कहते हैं। ( )

आइए करके देखें

1. आप अपने त्योहार पर किसी एक बुरी आदत को छोड़ने की कोशिश करें जैसे– बीड़ी, सिगरेट, तम्बाकू, शराब आदि।

2. हर त्योहार पर मोहल्ले व गाँव वालों के साथ मिलकर घर के आस-पास तथा गाँव की सफाई करें।

उत्तरमाला

3.1

(i) पोंगल

(ii) रमज़ान के बाद चाँद दिखाई देने के अगले दिन।

(iii) इस दिन गुरु नानक का जन्म हुआ था।

3.2

(i) कुल्लू और मैसूर का।

(ii) लंका को जीतने के बाद इस दिन राम अयोध्या वापस आए थे।

(iii) प्रेम, मानवता, दीन-दुखियों की सेवा।

3.3

(i) स्वतंत्रता-दिवस, गणतंत्र-दिवस और गांधी जयंती।

(ii) गणतंत्र-दिवस।

(iii) भारत के प्रधानमंत्री।

पाठ 4

परिवेश की अवधारणा

इस पाठ से हम सीखेंगे

- परिवेश किसे कहते हैं।
- अलग-अलग स्थानों पर अलग-अलग तरह के परिवेश होते हैं।
- भौतिक और जैविक परिवेश के विषय में।
- सजीव वस्तुओं – पौधे और जंतु – के बारे में।
- निर्जीव वस्तुओं – प्राकृतिक और मानव-निर्मित – के बारे में।
- सामान्य पौधों और जंतुओं की क्या पहचान है।

हर मनुष्य अकेला पैदा होता है, किन्तु वह माँ-बाप, भाई-बहन आदि के बीच पलता-बढ़ता है। आप पढ़ चुके हैं कि इसे परिवार कहते हैं। 'परि' का अर्थ होता है– चारों तरफ का, आस-पास का। जिस तरह परिवार के लोगों से हमारा संबंध होता है, ठीक इसी तरह हमारा संबंध अपने चारों ओर के प्राकृतिक, सामाजिक, राजनीतिक वातावरण से भी होता है। चारों ओर के इस वातावरण को परिवेश कहते हैं। इस पाठ में हम प्राकृतिक परिवेश के बारे में जानेंगे।

4.1 परिवेश किसे कहते हैं?

आप अपने चारों ओर देखिए। आपको जो कुछ भी नज़र आ रहा है, वह आपके

परिवेश का हिस्सा है। आपके आस-पास के लोग, पेड़-पौधे, पशु-पक्षी, इमारतें, गाड़ियाँ, सड़कें, मैदान, तालाब, कुआँ, बिजली के खंभे, हवा, पानी, मिट्टी, पहाड़, बादल, सूरज, चाँद, तारे– सभी मिलकर बनाते हैं आपका परिवेश।

आपके आस-पास के वातावरण की हर वह चीज़, जिसे आप देख सकते हैं या महसूस कर सकते हैं, आपका परिवेश है।

4.2 अलग-अलग स्थानों के परिवेश

अलग-अलग स्थानों के परिवेश भी अलग-अलग तरह के होते हैं, जैसे– गाँव का परिवेश शहर के परिवेश से भिन्न होता है। जंगल का परिवेश अलग तरह का होता है। अलग-अलग परिवेश में अलग-अलग तरह के पशु-पक्षी तथा पेड़-पौधे होते हैं। रेगिस्तान में कीकर, बबूल, काँटेदार झाड़ियाँ हैं, तो पहाड़ों पर चिनार के, चीड़ के बड़े-बड़े पेड़। रेगिस्तान में ऊँट मुख्य जानवर है, तो पहाड़ों में भेड़ और याक आदि। इसी तरह पहाड़ों पर, मैदानी भाग में, समुद्र-किनारे – सब जगह अलग-अलग तरह के परिवेश पाए जाते हैं।

हमारे परिवेश

गाँव का परिवेश

शहर का परिवेश

पहाड़ों का परिवेश

रेगिस्तान का परिवेश

जंगल का परिवेश

समुद्रतटीय परिवेश

देखें, आपने क्या सीखा 4.1

1. परिवेश किसे कहते हैं?

   .....

   .....

2. अपने परिवेश में दिखाई देने वाली पाँच चीज़ों के नाम लिखिए:

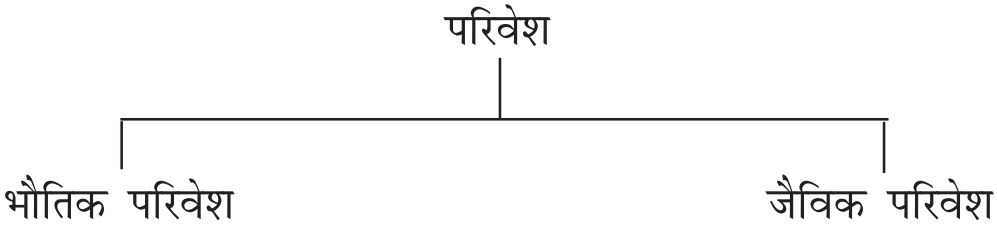
   1...... 2..... 3..... 4..... 5.....

3. रेगिस्तान के परिवेश में किस प्रकार के पौधे पाए जाते हैं–

1.…… 2.…… 3.…… 4.…… 5.……

भौतिक और जैविक परिवेश

हर परिवेश को दो भागों में बाँट सकते हैं– भौतिक और जैविक परिवेश।



सूरज, चाँद, सितारे, पहाड़, पानी, हवा, सड़कें, तापमान, गाड़ियाँ, नमी आदि भौतिक परिवेश बनाते हैं।

पेड़-पौधे, पशु-पक्षी, कीड़े-मकोड़े व मनुष्य आदि मिलकर जैविक परिवेश बनाते हैं।

भौतिक परिवेश में वे वस्तुएँ आती हैं, जिन्हें देखा जा सकता है, सुना जा सकता है, छुआ जा सकता है, चखा जा सकता है या सूँघा जा सकता है।

जैविक परिवेश में वे चीजें आती हैं, जिनमें जीवन हो। इनमें जीव-जंतु, पेड़-पौधे तथा अन्य वनस्पतियाँ आती हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 4.2

1. नीचे कुछ चीज़ों के नाम लिखे हैं। इनमें से कौन-सी चीज़ें भौतिक परिवेश का हिस्सा हैं और कौन-सी जैविक परिवेश का:

   मकान, झील, नीम का पेड़, रेलगाड़ी, बिल्ली, स्कूल, स्कूल के बच्चे, कबूतर, नाव, तितली

भौतिक परिवेश	जैविक परिवेश
1.	1. .....
2.	2. .....
3.	3. .....
4.	4. .....
5.	5. .....

सजीव और निर्जीव में अंतर

नीचे दिए चित्र में एक बिल्ली और एक साइकिल दिखाई गई है।

बिल्ली

साइकिल

ध्यान से देखिए और बताइए कि इनमें से–

- किसे भूख लगती है?

- कौन साँस लेता है?
- कौन अपनी मर्ज़ी से चल-फिर सकता है?
- कौन गुस्सा, प्यार, सरदी-गरमी आदि को महसूस करता है?
- कौन अपने जैसे बच्चे पैदा कर सकता है?
- किसे एक दिन अवश्य मरना है?

जी हाँ, ये सभी गुण बिल्ली में पाए जाते हैं, साइकिल में नहीं।

बिल्ली को हम सजीव वस्तु कहेंगे और साइकिल को निर्जीव।

घोड़ा, बकरी, कबूतर, छिपकली, केंचुआ और मनुष्य बिल्ली जैसी ही सजीव वस्तुएँ हैं।

साइकिल, बस, कुर्सी, मेज़, मिट्टी, पानी, गिलास आदि निर्जीव वस्तुएँ हैं। इन्हें न तो भूख लगती है, न ये बढ़ते हैं और न ही अपने जैसे बच्चे पैदा कर सकते हैं।

सजीव का मतलब है, ज़िंदा, जीवित, जिसमें जीवन व जान हो।
निर्जीव का मतलब है– जिसमें जान न हो।

4.3 सजीव वस्तुएँ – पेड़-पौधे और जीव-जंतु

सजीव वस्तुओं में जीवन होता है। वे खाना खाते हैं, साँस लेते हैं, आयु के साथ बढ़ते हैं, अपने जैसे बच्चे पैदा करते हैं, फिर मर जाते हैं, जैसे– मनुष्य, शेर, हाथी,

लोमड़ी, गाय, भैंस, मछली, कछुआ, मुर्गी–मुर्गा, कौआ, कबूतर, बाज, अन्य पक्षी, कीड़े–मकोड़े आदि।

जंतुओं के अलावा पेड़–पौधे भी सजीव हैं। वे भोजन करते हैं और साँस लेते हैं। ये पानी और हवा से अपना भोजन स्वयं बनाते हैं। इस भोजन को वे खुद तो खाते ही हैं, हमारे लिए भी जमा कर लेते हैं। अनाज, फल, सब्ज़ियाँ– सब पौधों द्वारा बनाया और जमा किया हुआ भोजन हैं।

पेड़-पौधे

पौधे भी हमारी तरह साँस लेते हैं और बढ़ते हैं। वे भी अपने जैसे और पौधे पैदा करते हैं। पौधों के बीज उगने पर उन जैसे ही पौधे बन जाते हैं।

पौधे एक स्थान से दूसरे स्थान तक चलते–फिरते नहीं, परंतु एक स्थान पर खड़े–खड़े भी उनमें थोड़ी–बहुत गति होती रहती है, जैसे–फूलों का खिलना, बंद होना।

पौधे भी एक समय के बाद मर जाते हैं, सूख जाते हैं।

इसलिए, सभी पेड़–पौधे सजीव वस्तुएँ हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 4.3

(i) सजीव वस्तुओं के पाँच गुण लिखिए:

.....

.....

(ii) चार निर्जीव वस्तुओं के नाम लिखिए:

.....

.....

(iii) नीचे लिखी वस्तुओं में से सजीव के आगे (स) लिखिए और निर्जीव के आगे (नि) लिखिए :

हाथी	.....	घास	.....
टेलीफ़ोन/मोबाइल	.....	मटका	.....
मकड़ी	.....	कार	.....
आम का पेड़	.....	मेंढक	.....
साँप	.....	पानी	.....

4.4 निर्जीव वस्तुएँ

निर्जीव वस्तुएँ दो प्रकार की होती हैं– **प्राकृतिक** और **मानव-निर्मित**। अर्थात् या तो उन्हें कुदरत बनाती है या मनुष्य। क्या कभी आपने सोचा है कि सूरज, चाँद और तारे किसने बनाए हैं? बरफ़ से ढके पहाड़, सुंदर झरने, रेगिस्तान, बड़े-बड़े समुद्र, छोटे-छोटे पत्थर, रेत के कण बनाने वाला कौन है?

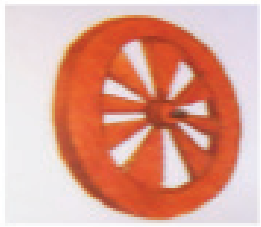
जी हाँ, ये सब हमारी प्रकृति या कुदरत की देन हैं।

इन सब वस्तुओं को **प्राकृतिक वस्तुएँ** कहते हैं।

मनुष्य की रचना भी प्रकृति ने की है यह प्रकृति की सबसे उत्तम रचना है। अपनी सूझ-बूझ और मेहनत से मनुष्य ने बहुत तरक्की की है। मनुष्य ने स्वयं कई चीज़ें बनाई हैं, जिनसे उसका जीवन सुखी हो गया है।

गैस का चूल्हा, पहिए, बिजली, घर में पीने के पानी के नल, मकान, सड़कें, बस, रेलगाड़ी – सब मनुष्य ने अपनी सूझ-बूझ और मेहनत से बनाए हैं। इन सब वस्तुओं को **मानव-निर्मित वस्तुएँ** कहते हैं।

वे सब वस्तुएँ, जो मनुष्य की सूझ-बूझ तथा उसकी मेहनत से बनी हैं, उनको मानव-निर्मित वस्तुएँ कहते हैं।

प्राकृतिक वस्तुएँ	मानव-निर्मित वस्तुएँ
	

देखें, आपने क्या सीखा 4.4

(i) मानव-निर्मित वस्तुएँ किन्हें कहते हैं?

.....

(ii) नीचे लिखी वस्तुओं में से प्राकृतिक और मानव-निर्मित वस्तुओं को अलग कीजिए:

.....

बिजली के खंभे, जंगल, सड़कें, नदी, कुर्सी, गेहूँ, बादल, टेलीफ़ोन

प्राकृतिक	मानव-निर्मित
1.	1. .....
2.	2. .....
3.	3. .....
4.	4. .....

4.5 सामान्य पौधों तथा जीव-जंतुओं की पहचान

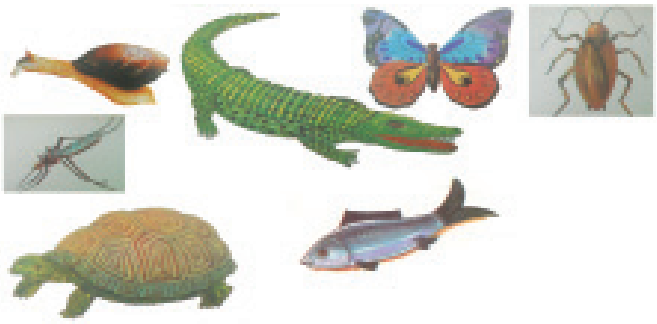
हमारे परिवेश में कई प्रकार के पेड़-पौधे, पशु-पक्षी व कीट पाए जाते हैं। आइए, अपने आस-पास पाए जाने वाले कुछ पेड़-पौधों और पशु-पक्षियों को पहचानें :

बरगद, पीपल, नीम, आँवला, आम, सहजन, कटहल, खेजड़ी, बबूल, शीशम, हरसिंगार, अमलतास, मीठा, नीम, झड़बेरी, मेंहदी, गुड़हल, चंपा, गुलाब, गेंदा, सूरजमुखी, लिली, कमल, नागफनी, तुलसी, धतूरा, सदाबहार

इस सबमें आपको क्या फ़र्क नज़र आता है? पेड़-पौधों को हम उनकी पत्तियों, फूलों और फलों से पहचानते हैं। सभी पेड़-पौधों की पत्तियों, फूलों और फलों की बनावट और रंग-रूप में अंतर होता है। अलग-अलग पेड़-पौधों की लंबाई, आकार और रंग-रूप भी अलग तरह के होते हैं।

गाय, भैंस, सूअर, कुत्ता, बिल्ली, घोड़ा, गधा, खच्चर, हिरन, नीलगाय, काला हिरण, हाथी, बकरी, भेड़, तोता, मैना, कबूतर, नीलकंठ, कौआ, चिड़िया, बतख, साँप, तितली, शहद की मक्खी, घरेलू मक्खी, मच्छर, चींटी, कॉकरोच, खटमल, जूँ, मछली, मगरमच्छ, कछुआ, घोंघा।

ऊपर बहुत से जीव-जंतुओं के नाम हैं। उनमें से कुछ पशु हैं, कुछ पक्षी हैं, कुछ कीड़े-मकोड़े हैं। कुछ धरती पर रहते हैं, तो कुछ पानी में। कोई पेड़ पर रहता है, तो कोई धरती में बिल बनाकर, कोई हवा में उड़ता है, तो कोई



रेंगकर चलता है।

आप आस-पास के जीव-जंतुओं, पशु-पक्षियों और कीड़े-मकोड़ों में और क्या अंतर पाते हैं? जी हाँ, सबकी बनावट और रंग-रूप अलग हैं। किसी के शरीर पर बाल हैं, तो किसी के पंख हैं। किसी के पैर हैं, तो कोई रेंगकर चलता है।

अर्थात्, जीव-जंतुओं को उनके रंग-रूप, शरीर की बनावट, रहन-सहन से पहचाना जाता है।

देखें, आपने क्या सीखा 4.5

अपने परिवेश में से पहचानकर सूची में दो-दो नाम लिखिए :

पेड़	1.	2. .....
झाड़ियाँ	1.	2. .....
पशु	1.	2. .....
पक्षी	1.	2. .....
कीट	1.	2. .....

आइए, दोहराएँ

- हमारे आस-पास पाई जाने वाली सभी चीज़ें मिलकर हमारा परिवेश बनाती हैं।
- परिवेश को हम दो भागों में बाँट सकते हैं—भौतिक परिवेश और जैविक परिवेश।
- सजीव वस्तुएँ जैविक परिवेश बनाती हैं और निर्जीव वस्तुएँ भौतिक परिवेश बनाती हैं।
- सजीव वस्तुओं को भोजन की जरूरत होती है और वे साँस लेती हैं।

- सजीव वस्तुएँ बढ़ती हैं और अपने जैसे जीव पैदा कर सकती हैं।
- सजीव वस्तुएँ सरदी, गरमी, गुस्सा, प्यार आदि को महसूस कर सकती हैं।
- सभी सजीव वस्तुएँ एक आयु के बाद मर जाती हैं।
- सभी पेड़-पौधे सजीव होते हैं।
- हमारे परिवेश में कुछ वस्तुएँ प्रकृति या कुदरत की बनाई होती हैं। इन्हें प्राकृतिक वस्तुएँ कहते हैं।
- मनुष्य द्वारा बनाई गई वस्तुओं को मानव-निर्मित वस्तुएँ कहते हैं।
- हमारे परिवेश में कई प्रकार के पेड़-पौधे और पशु-पक्षी पाए जाते हैं, जिन्हें उनके रंग- रूप और रहन-सहन से पहचाना जाता है।

अभ्यास

1. भौतिक और जैविक परिवेश की पाँच-पाँच वस्तुओं के नाम लिखिए:

	भौतिक परिवेश	जैविक परिवेश
(i)	.....	.....
(ii)	.....	.....
(iii)	.....	.....
(iv)	.....	.....
(v)	.....	.....

2. नीचे के वाक्यों में सही पर (√) तथा गलत पर (×) का निशान लगाएँ।

(i) पौधे हमारी तरह साँस लेते हैं। ☐

(ii) कार चलती है, इसलिए सजीव है। ☐

(iii) पीपल का पेड़ कभी नहीं मरता। ☐

(iv) रेगिस्तान में बबूल के पेड़ होते हैं। ☐

(v) मछलियाँ पानी में रहती हैं। ☐

3. चार प्राकृतिक और चार मानव निर्मित-वस्तुओं के नाम लिखिए:

प्राकृतिक	मानव निर्मित
(i)	(i) .....
(ii)	(ii) .....
(iii)	(iii) .....
(iv)	(iv) .....

उत्तरमाला

4.1 1. हमें अपने आस-पास जो कुछ भी दिखाई देता है, वह हमारा परिवेश कहा जाता है।

2. लोग, पेड़-पौधे, इमारतें, तालाब, पहाड़।

3. कीकर, बबूल, काँटेदार झाड़ियाँ

4.2 **भौतिक**–मकान, झील, रेलगाड़ी, स्कूल, नाव।

जैविक–नीम का पेड़, बिल्ली, तितली स्कूल के बच्चे, कबूतर।

4.3 (i) सजीव वस्तुएँ खाना खाती हैं, साँस लेती है, आयु के साथ बढ़ती हैं, अपने जैसे बच्चे पैदा करती हैं, मर जाती हैं।

(ii) निर्जीव वस्तुएँ – कार, गैस का चूल्हा, सड़क, मकान।

(iii) हाथी-स, टेलीफ़ोन/मोबाइल-नि, मकड़ी-स, आम का पेड़-स, साँप-स, घास-स - स, मटका - नि, कार - नि, मेंढक - स, पानी - नि

4.4 (i) जिन्हें मनुष्य बनाता है।

(ii) मानव निर्मित – बिजली के खंभे, कुर्सी, टेलीफोन, सड़कें

प्राकृतिक – जंगल, नदी, गेहूँ, बादल

4.5 पेड़ – नीम, गुलमोहर

झाड़ियाँ – झड़बेरी, करौंदा

पशु – गाय, बकरी

पक्षी – बाज, कबूतर

कीट – मक्खी, मच्छर

जाँच-पत्र-1

(पाठ 1 से 4 तक)

1. नीचे लिखे प्रश्नों के सही उत्तर पर सही (√) का निशान लगाइए:

(i) सूर्य के मकर राशि में प्रवेश करने पर कौन सा त्योहार मनाया जाता है?

(क) होली ☐ (ख) दशहरा ☐

(ग) मकर संक्रांति ☐ (घ) दीपावली ☐

(ii) गाँधी जी की समाधि दिल्ली में कहाँ पर है?

(क) लाल किले पर ☐ (ख) राजघाट पर ☐

(ग) इंडिया गेट पर ☐ (घ) स्टेशन पर ☐

(iii) ब्रेल लिपि से किन्हें पढ़ाया जाता है?

(क) जो सुन नहीं पाते ☐ (ख) जो देख नहीं पाते ☐

(ग) जो बोल नहीं पाते ☐ (घ) जो चल नहीं पाते ☐

(iv) रोजों के बाद चाँद दिखाई देने के दूसरे दिन कौन-सा त्योहार मनाया जाता है?

(क) ईद-उल-जुहा ☐ (ख) ईद-उल-फ़ितर ☐

(ग) क्रिसमस ☐ (घ) दीपावली ☐

(iv) अस्पताल में मुफ़्त इलाज किसका होता है?

(क) पुलिस वालों का ☐ (ख) गरीबों का ☐

(ग) अमीरों का ☐ (घ) विदेशियों का ☐

2. निम्नलिखित में से सजीव और निर्जीव छाँटकर अलग-अलग लिखिए:

मकान, किताब, पीपल, भैंस, तितली, कुर्सी, नेवला, पंखा, बछड़ा, साइकिल, नीम, टेलीविजन, दीपक, मछली, कछुआ, घंटी

सजीव	**निर्जीव**
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

3. कौन-सा पर्व कब मनाया जाता है? रेखा से मिलाकर बताइए:

होली	कार्तिक की अमावस्या
गुरुपर्व	25 दिसंबर
दशहरा	2 अक्टूबर
दीपावली	26 जनवरी
क्रिसमस	कार्तिक की पूर्णिमा
स्वतंत्रता-दिवस	आश्विन में शुक्ल पक्ष की दशमी
गणतंत्र-दिवस	फागुन की पूर्णिमा
गाँधी जयंती	15 अगस्त

4. नीचे बॉक्स में प्रश्नों के उत्तर लिखे हैं। सही उत्तर छाँटकर प्रश्नों के सामने लिखिए:

न्यायालय, प्रधानमंत्री, डाकघर, लंका, बैंक, संयुक्त परिवार

(i) मनीऑर्डर करने के लिए कहाँ जाएँगे? .....

(ii) ऋण लेने के लिए कहाँ जाएँगे? .....

(iii) न्याय पाने के लिए कहाँ जाएँगे? .....

(iv) जहाँ कई पीढ़ी के लोग एक साथ रहते हैं, उसे कैसा परिवार कहते हैं? .....

(v) 15 अगस्त पर लाल किले से झंडा कौन फहराता है? .....

5. सही शब्द चुनकर खाली जगह भरिए:

(i) बुद्ध पूर्णिमा को भगवान बुद्ध का ..... हुआ था। (विवाह/जन्म)

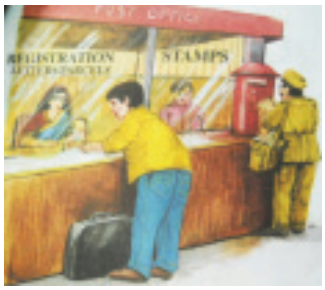
(ii) क्रिसमस को ..... भी कहा जाता है। (बड़ा दिन/गुरु पर्व)

(iii) महिलाओं के हित में सरकार ने कई ..... बनाए हैं। (सुझाव/कानून)

(iv) लकड़ी का सामान बनवाने के लिए हमें ..... के पास जाना पड़ता है। (लोहार/बढ़ई)

(v) पेड़-पौधे भी हमारी तरह ..... लेते हैं। (साँस/चल)

6. चित्र देखकर उनके नाम लिखिए:



.....

.....

.....

.

.....

.....

.....

पाठ 5

परिवेश का संरक्षण

इस पाठ से हम सीखेंगे

- उपयोगी जंतु कौन-कौन से हैं। उनकी देखभाल कैसे करें।
- पौधों के मुख्य भाग क्या हैं तथा पौधों का क्या उपयोग है।
- खाद्य-शृंखला और खाद्य-जाल क्या है।
- पर्यावरण का संरक्षण कैसे करें।
- जल-संरक्षण कैसे करें।

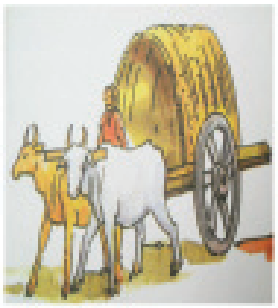
पिछले पाठ में आपने पढ़ा है कि हमारे आस-पास जो कुछ भी है, वह हमारा परिवेश है। यह परिवेश दो प्रकार का है—भौतिक और जैविक। दोनों प्रकार का परिवेश हमारे लिए बहुत ज़रूरी है। इसके बिना जीवन असंभव है। इसकी ज़रूरत को देखते हुए यह आवश्यक है कि हम इसको बचाने के लिए प्रयास करें। यानी अपने परिवेश का संरक्षण करें। आइए देखें, यह काम हम कैसे कर सकते हैं।

5.1 उपयोगी जंतु और उनकी देखभाल

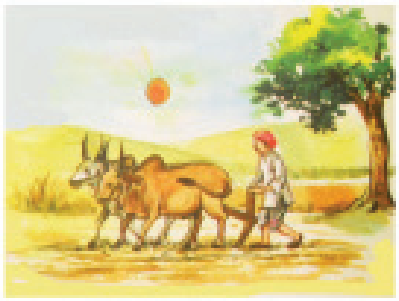
जब इंसान ने खेती करना शुरू नहीं किया था, तब जंतुओं के मांस से ही अपना पेट भरता था। खेती शुरू की, तो पशुओं ने ही उसका साथ दिया। बैल, भैंस, ऊँट

खेत जोतने के लिए काम में लाए गए। अब भी गाँवों में बैलों से ही हल चलाने का काम लिया जाता है। सामान ढोने और इधर-उधर ले जाने के लिए भी जानवर, जैसे–गधा, घोड़ा, हाथी, याक, ऊँट आदि की मदद ली जाती थी। घोड़े सवारी के लिए भी काम में लाए गए। घोड़ागाड़ी, भैंसागाड़ी, ऊँटगाड़ी, बग्घी भी ये जानवर ही खींचते हैं।

ऊँटगाड़ी



बैलगाड़ी



हल में जुते बैल

भेड़

याक

घोड़ा गाड़ी

राजा-महाराजाओं के रथों में घोड़े ही जोते जाते थे। युद्ध में घोड़े, हाथी वाले सैनिकों की सेना होती थी।

दूध देने वाले पशुओं का पालन सदियों से चला आ रहा है। पुराने समय में पशु को धन कहा जाता था। जिसके पास जितने अधिक पशु थे, उतने ही अधिक वे धनी माने जाते थे।

बारीकी से देखें, तो लगभग हर जंतु हमारे किसी न किसी काम का है, जैसे :

जंतु	उपयोग
गाय, भैंस, बकरी, ऊँटनी, याक	दूध, गोबर, गो-मूत्र, चमड़ा मिलता है, कुछ सवारी के काम आते हैं।
बकरा, मुर्गा, मुर्गी, सूअर, मछली	मांस, अंडे मिलते हैं।
भेड़, याक	दूध, ऊन, मांस मिलता है।
मधुमक्खी	शहद बनाती हैं।
बैल, भैंसा	खेत की जुताई करते हैं।
कुत्ता	रखवाली करता है। मनोरंजन के लिए भी पाला जाता है।
गधा, हाथी, खच्चर	बोझा ढोते हैं।
रेशम के कीड़े	रेशम बनाते हैं।
केंचुआ	मिट्टी को उपजाऊ बनाता है। जैविक खाद बनाता है।
साँप	बिल बनाकर मिट्टी को नरम रखता है। खेती को नुकसान पहुँचाने वाले चूहों को खाता है।
तितली, जुगनू	वातावरण को सुंदर बनाते हैं।

जंतुओं का चमड़ा, हड्डी, बाल, दाँत, मल-मूत्र तक किसी न किसी तरह हमारे काम आते हैं। छोटे-छोटे कीड़े-मकोड़े, जैसे- मकड़ी तक हमारे लिए उपयोगी हैं।

5.2 जंतुओं की देखभाल

जब जंतु हमारे लिए इतने उपयोगी हैं, तो उनकी देखभाल करना ज़रूरी है। उन्हें सताना और तकलीफ़ पहुँचाना गलत है।

पालतू जानवरों को साफ़-सुथरी हवादार जगह पर रखना चाहिए। उन्हें साफ़-सुथरा और पोषक आहार देना चाहिए। वे बीमार हों, तो उनका उचित/सही इलाज कराना ज़रूरी है। कुत्ते-बिल्ली जैसे जानवरों को नियमित रूप से 'रैबीज़' के टीके लगवाने चाहिए। बूढ़े जानवरों की देखभाल के लिए सरकार ने हर शहर में अस्पताल बनाए हैं। गौशालाएँ बनी हैं। कई स्वयंसेवी संस्थाएँ भी ऐसे जानवरों की मदद करती हैं। कुछ लोग शेर, भालू, बंदर, साँप, नेवले का तमाशा दिखाकर पैसे कमाते हैं। खेल सिखाने के लिए उन पर अत्याचार करते हैं। इसलिए, सरकस में जानवरों का खेल दिखाने पर रोक लगा दी गई है। यदि कोई यह खेल दिखाए, तो इसकी सूचना वन-विभाग या पुलिस को देनी चाहिए।

वन-विभाग व पशुपालन विभाग जानवरों की रक्षा के लिए हैं। पशु अस्पतालों में अपने पालतू कुत्तों, बिल्लियों और बंदरों को रेबीज के टीके जरूर लगवा लेने चाहिए।

पक्षियों को पिंजरे में बंद करना भी गलत है, इसलिए इनके ख़रीदने-बेचने पर भी रोक लगा दी गई है।

हमारे आस-पास कई ऐसे जीव-जंतु रहते हैं, जो पालतू नहीं हैं, जैसे– चिड़िया, छिपकली, चींटी, मकड़ी आदि। बिना वजह उनको मारना या उन पर अत्याचार

करना गलत है। उनका भी ध्यान रखना चाहिए। कुछ लोग चिड़ियों के लिए दाना डालते हैं, उनके लिए प्याऊ बनाते हैं। कोई जंगली जानवर तकलीफ़ में हो, तो उसकी सेवा और इलाज तक करते हैं।

जंतु दो प्रकार के होते हैं– जंगली और पालतू। सभी जंतु हमारे लिए किसी न किसी तरह उपयोगी हैं, इसलिए उनकी उचित देखभाल ज़रूरी है।

देखें, आपने क्या सीखा 5.1

(i) नीचे दिए जंतुओं से होने वाले लाभों को उनके नाम के सामने लिखिए :

जन्तु	लाभ
बकरी	
हाथी	
केंचुआ	
मधुमक्खी	
मछली	
मुर्गी	

(ii) पालतू जानवरों की देखभाल के लिए क्या करना चाहिए?

.....

(iii) जंगली जानवरों की देखभाल कैसे करें?

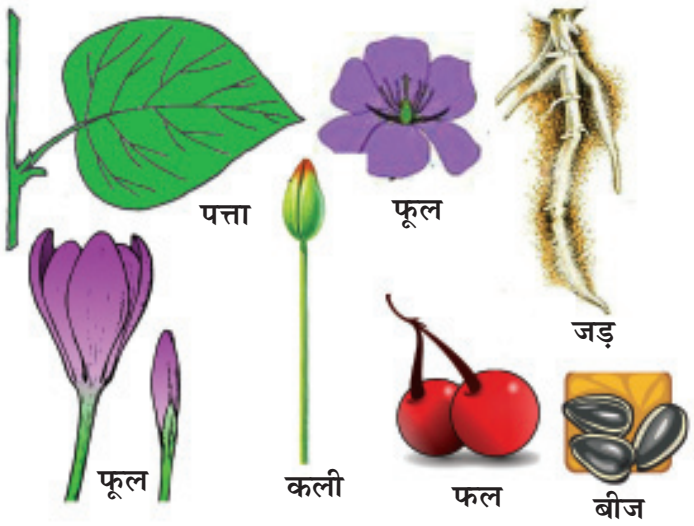
.....

5.3 पौधों के मुख्य भाग और उनके उपयोग

सभी पेड़-पौधे अलग-अलग आकार के होते हैं, परंतु लगभग सभी पेड़ों में ये भाग

होते हैं–जड़, तना, टहनियाँ, पत्ते, कली, फूल। आइए, इन भागों के काम देखें :

1. जड़ ज़मीन से पानी तथा अन्य खनिज पदार्थ सोखती है।
2. तना – जड़ से सोखे गए पानी तथा खनिज पदार्थों को पौधों के अन्य भागों तक पहुँचाता है।
3. टहनी – टहनियों पर पत्ते, फूल, फल लगते हैं।
4. पत्ते – पौधों के लिए भोजन तैयार करते हैं।
5. कली – कली से फूल बनते हैं।



6. फूल – फूल से फल बनता है। फूल पौधों को सुंदरता देते हैं।
7. फल – फल में बीज होते हैं।
8. बीज – बीजों से नए पौधे बनते हैं।

यूँ तो पौधे का हर भाग उपयोगी है परंतु सबसे ज्यादा उपयोगी हैं– पत्तियाँ। पत्तियाँ पेड़ का 'रसोईघर' हैं। वे पौधों के लिए खाना बनाती हैं। सभी जीव-जंतु साँस द्वारा गंदी हवा शरीर से बाहर निकालते हैं। इस हवा में 'कार्बन-डाई ऑक्साइड' नामक गैस होती है। पत्तियाँ सूर्य की रोशनी में इस गैस की सहायता से खाना बनाती हैं। बदले में वे 'ऑक्सीजन' गैस छोड़ती हैं। 'ऑक्सीजन' मनुष्य और सभी जीवों के जीवित रहने के लिए जरूरी है।

इसके अलावा पत्तियों से हमें छाया मिलती है। बहुत से जीव-जंतु, पक्षी, कीड़े-मकोड़े उनमें सुरक्षित रहते हैं। रेशम के कीड़े शहतूत की पत्ती खाकर ही जीवित रहते हैं। चाय की पत्ती से चाय बनती है।

पेड़-पौधों से मिलने वाली कुछ और चीजों के नाम और काम नीचे दिए गए हैं:

चीजें	फायदे
अनाज	कुछ पौधों के बीज अनाज के रूप में इस्तेमाल होते हैं, जैसे– गेहूँ, मक्का, चावल, बाजरा, ज्वार आदि।
दवाइयाँ	तुलसी, नीम, पोदीना, सफ़ेदा, केसर, अदरक, सदाबहार आदि की पत्तियाँ, फूल, फल, छाल, जड़ों से दवाइयाँ बनती हैं।
तेल	नारियल, सरसों, मूँगफली, सूरजमुखी, सोयाबीन आदि से तेल निकाला जाता है।
दालें	कुछ पौधों के बीज से दालें बनती हैं, जैसे– मूँग, मसूर, चना, सोयाबीन, उड़द आदि।
मसाले	अदरक, लौंग, इलायची, धनिया, दालचीनी, तेज-पत्ता, मिर्च, हल्दी आदि के फूल, कलियाँ, छाल, पत्तों से मसाले बनते हैं।
फल	अमरूद, अनार, आम, पपीता, केला, संतरा आदि।

सब्ज़ियाँ		अरवी, गाजर, मूली, आलू, मटर, बैंगन, पालक, आदि सब्ज़ी के रूप में खाते हैं।
लकड़ी		देवदार, चीड़, सागौन, आम आदि की लकड़ी से इमारतें और फर्नीचर बनते हैं।
जूट और सूत		कपास, नारियल, सन, सनई से जूट तथा सूत बनता है।
चारा		कई हरे पेड़-पौधों की पत्तियों, डालों और तनों से हरा चारा मिलता है। भूसे से सूखा चारा बनता है।

लगभग सभी पेड़-पौधों के मुख्य भाग हैं– जड़, तना, टहनियाँ, पत्ते, फूल, फल और बीज। पेड़-पौधे सभी जीवों के लिए उपयोगी हैं। लगभग सभी उपयोगी वस्तुएँ, जैसे– साफ़ हवा, छाया, अनाज, दवाइयाँ, तेल, दालें, फल, फूल, सब्ज़ियाँ, लकड़ी आदि पौधों से ही मिलते हैं।

देखें आपने क्या सीखा 5.2

(i) पौधों के चार मुख्य भागों के नाम लिखिए:

क.....ख.....ग.....घ.....

(ii) नीचे दिए गए पेड़-पौधों के उपयोग लिखिए :

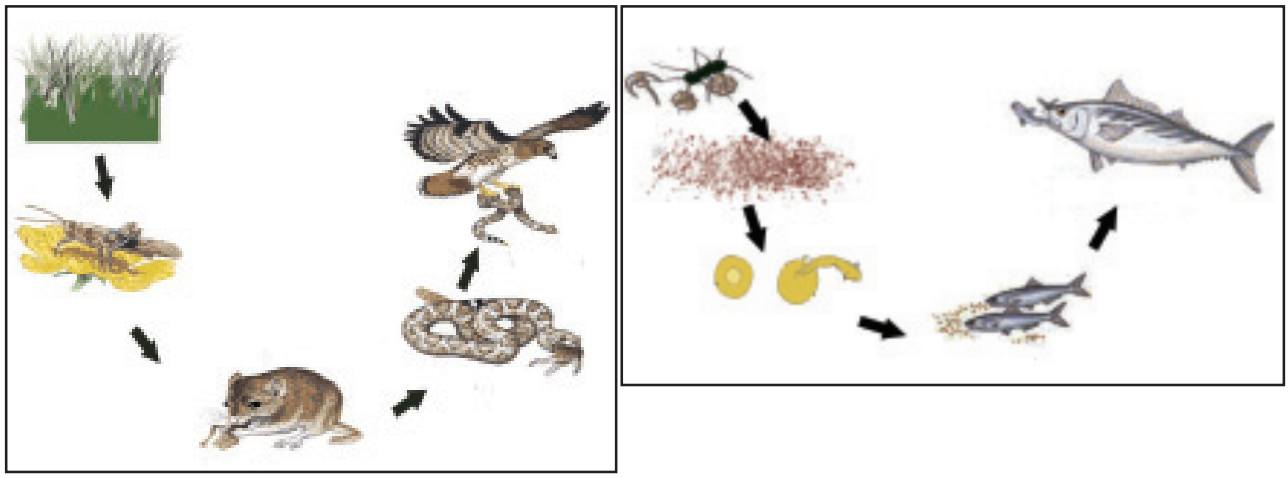
पौधे	उपयोग
अदरक	
कपास	
देवदार	
तुलसी	

(iii) पत्तियों को पौधों का रसोईघर क्यों कहते हैं?

.....

5.4 खाद्य-शृंखला और खाद्य-जाल

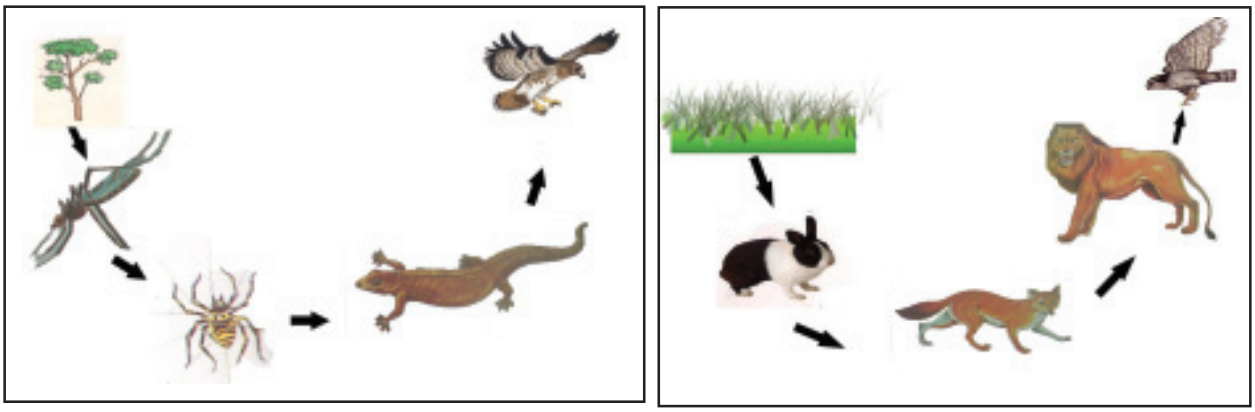
हर जीव को जीवित रहने के लिए ऊर्जा चाहिए। पेड़-पौधों को सूर्य से ऊर्जा मिलती है। कुछ जंतु पेड़-पौधे खाकर ऊर्जा लेते हैं, तो कुछ दूसरे जंतुओं को, जैसे– चिड़िया अनाज खाती है, बिल्ली चिड़िया को खाती है। इस प्रकार भोजन की एक कड़ी बन जाती है। आहार के लिए जो, जिसको, जिस क्रम में खाता है, उसे



खाद्य-शृंखलाएँ

'खाद्य शृंखला' कहते हैं।

हमें अपने आस-पास कई खाद्य-शृंखलाएँ दिखाई देती हैं, जैसे :



खाद्य-शृंखलाएँ

जब कोई जीव मरता है, तो उसे चील, बाज, कीड़े-मकोड़े और केकड़े खाते हैं। फिर काई और फफूँदी उनको बारीक कणों में बदल देती है। इस प्रकार ऊर्जा की अदला-बदली बराबर चलती रहती है। हमारे परिवेश में अनेक खाद्य-शृंखलाओं का जाल बिछा रहता है। खाद्य-शृंखलाओं के इस जाल को खाद्य-जाल कहते हैं।

पेड़-पौधे अपना खाना स्वयं बनाते हैं, और सभी खाद्य-शृंखलाओं में पहला जंतु पौधे ही खाता है। इसलिए बहुत से पेड़-पौधे ज़रूरी हैं। इसके अलावा, जीवित रहने के लिए यद्यपि जंतुओं के बीच होड़ लगी रहती है, फिर भी वे एक-दूसरे पर निर्भर रहते हैं। एक के बिना दूसरे का काम नहीं चलता। एक जाति के पशु यदि ख़त्म हो जाएँ तो उसका असर कड़ी की अन्य पशु-जातियों पर भी पड़ता है।

मच्छर पानी में अंडे देते हैं। मेंढक मच्छर के लारवा और अन्य कीड़े-मकोड़े खाते हैं। मेंढकों को साँप खाते हैं और साँप को नेवले और चील। यदि किसी तरह मेंढक खत्म हो जाएँ, तो मच्छरों और कीड़ों की आबादी बढ़ जाएगी। उन कीड़ों से खेतों को नुकसान होगा और मच्छरों से मलेरिया फैलेगा। मेंढक नहीं मिलेंगे, तो साँप घरों में घुसकर चूहे, अंडे और छोटी चिड़ियों को खाने पर मजबूर हो जाएँगे। इसी तरह,

यदि शेर-चीतों का वंश ख़त्म हो जाए, तो हिरण, नीलगाय की आबादी बढ़ेगी और वे खेतों और जंगलों का नाश करेंगे। हाथियों को जब जंगल में खाना नहीं मिलता, तो वे हमारे खेतों में पहुँच जाते हैं।

5.5 संतुलन

जैसे-जैसे मांसाहारियों की संख्या बढ़ती है, वे ज़्यादा से ज्यादा शाकाहारियों को खाते हैं। अंत में उन्हें शाकाहारी मिलने कठिन हो जाते हैं। आहार न मिलने से मांसाहारियों की संख्या भी कम होने लगती है। इस प्रकार मांसाहारी और शाकाहारी के बीच संतुलन बना रहता है। वे एक-दूसरे की जनसंख्या को सीमित रखते हैं। इसी तरह, पेड़-पौधे और शाकाहारियों के बीच भी संतुलन बना रहता है। पेड़-पौधे कम हों, तो शाकाहारी जंतु को भोजन मिलना कठिन हो जाता है। भोजन न मिलने के कारण शाकाहारी जंतुओं की संख्या भी कम हो जाती है।

बढ़ती आबादी के साथ लोगों की ज़रूरतें बढ़ रही हैं, लेकिन धरती तो बढ़ नहीं सकती। सबका पेट भरने के लिए ज़्यादा फ़सलें उगानी हैं। इसके लिए रासायनिक खाद प्रयोग की जाती है, जिससे धरती, पानी और हवा दूषित होते हैं। इसलिए, जीवित रहने के लिए संतुलन बहुत ज़रूरी है।

पेड़-पौधे अपना खाना खुद बनाते हैं। कुछ जंतु पेड़-पौधे खाते हैं, तो कुछ दूसरे जन्तुओं को। जिस क्रम में वे एक-दूसरे को खाते हैं, उसे खाद्य-शृंखला कहते हैं। परिवेश में अनेक खाद्य-शृंखलाओं के जाल हैं। इस जाल को खाद्य-जाल कहते हैं। खाद्य-शृंखला की एक भी कड़ी कम होने का असर अन्य जंतुओं पर पड़ता है।

देखें, आपने क्या सीखा 5.3

(i) कौन अपना खाना खुद बनाता है?

.....

(ii) निम्नलिखित जीवों में से कौन क्या-क्या खाता है:

गिलहरी, चूहा, खरगोश, साँप, हिरन, मकड़ी, शेर

जीव	क्या खाता है
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

(iii) खाद्य-शृंखला पूरी कीजिए:

कीड़े-मकोड़े, मेंढक, नेवला, साँप, वनस्पतियों का रस, चील

5.6 पर्यावरण का संरक्षण

हमारे चारों तरफ हरे-भरे पेड़ हैं, जीव-जंतु हैं, धरती है, पानी है, हवा है। यही सब हमारा पर्यावरण है। हम अपने पर्यावरण के अनुसार जीवन बिताने के आदी हैं। हमारे आस-पास के पर्यावरण में बदलाव हमें दुखी करता है।

कुछ बदलाव जीवन के अनुकूल नहीं होते। इनसे वातावरण दूषित होता है। वातावरण के दूषित होने को 'पर्यावरण प्रदूषण' कहते हैं। फ़ैक्ट्री का गंदा पानी नदी में जाकर नदी को

धुँआ छोड़ते कारखाने

नदी को प्रदूषित करता गंदा पानी

प्रदूषित करता है। खेतों में डाली गई रासायनिक खाद धरती को प्रदूषित करती है। मिल और गाड़ियों का धुआँ हवा को प्रदूषित करता है। प्रदूषण से कई तरह की बीमारियाँ होती हैं। पेड़-पौधों को नुकसान होता है।

पर्यावरण को संरक्षित करना ज़रूरी है। पर्यावरण की रक्षा करने के लिए धरती, पानी और जंगलों की देखभाल ज़रूरी है। साथ ही, ध्यान रखना होगा कि कुदरती चीज़ों और जीवों के बीच का संतुलन बना रहे।

धरती का बचाव : हमारी धरती हज़ारों वर्षों में बनी है। इसकी ऊपरी परत बहुत उपजाऊ है। इसकी सुरक्षा ज़रूरी है। घास और जंगल इसको नष्ट होने से बचाते हैं।

पौधे लगाता आदमी

घने जंगल

इसे घास और पेड़-पौधे नहीं ढकेंगे, तो यह बारिश के पानी के साथ बह जाएगी या हवा के साथ उड़ जाएगी।

5.7 जंगलों का बचाव

जंगल और पेड़-पौधे हमारे लिए बहुत ज़रूरी हैं। वे हवा को साफ़ और वातावरण को ठंडा रखते हैं। इनके बिना कोई ज़िंदा नहीं रह सकता। हमारे जीवन के लिए ज़रूरी 'ऑक्सीजन' गैस पेड़-पौधों से ही मिलती है। पेड़-पौधों से ही जानवरों के लिए चारा, ईंधन, लकड़ी, दवाएँ, शहद, लाख, मोम, गोंद, रबर, सूत, खाना, फल, फूल आदि मिलते हैं। पेड़ों की जड़ें धरती के अंदर जाल-सा बना देती हैं। इससे मिट्टी बिखरने नहीं पाती। पेड़ों से झड़ी पत्तियाँ बारिश का पानी सोख लेती हैं। यह पानी धीरे-धीरे धरती में रिसता रहता है।

पेड़ बाढ़ और सूखा रोकने में भी मदद करते हैं। पेड़ वर्षा के पानी को खेतों में रोके रहते हैं।

इसलिए पेड़ और जंगल काटना कानूनन जुर्म है। जंगलों में आदिवासी रहते हैं। वे भी जंगल बचाने के उपाय करते हैं।

पौधे लगाता आदमी

पर्यावरण बचाने के कुछ उपाय हैं:

- घर और खेतों के आस-पास ज़्यादा से ज्यादा पेड़ लगाए जाएँ।
- घर के आस-पास साफ़-सफ़ाई रखें। गंदगी न फैलाएँ।
- कूड़े-करकट, सड़ी-गली पत्तियों और अन्य चीज़ों से कम्पोस्ट खाद बनाएँ।
- खेतों में रासायनिक खाद कम से कम डाली जाए। जैविक खेती को बढ़ावा दिया जाए।

जैविक खाद्य

- जंगल और जंगली जानवरों की रक्षा की जाए।
- प्लास्टिक की थैली इधर-उधर फेंकने से वातावरण प्रदूषित होता है। गाय और जानवर इन्हें खाएँ, तो उनकी मृत्यु हो सकती है।
- कोई पर्यावरण प्रदूषित कर रहा हो, तो उसकी सूचना अधिकारियों को दें।

पानी का संरक्षण (बचाव)

पानी के बिना जीवन असंभव है। अच्छी पैदावार के लिए पानी ज़रूरी है। पानी

वातावरण को ठंडा और नम रखता है। बहता पानी ऊर्जा का स्रोत और यातायात का साधन है। हमें सबसे ज़्यादा पानी वर्षा से मिलता है। धरती वर्षा के पानी को सोखकर अपने अंदर जमा करती है। जो पानी धरती नहीं सोख पाती, वह नदी में बह जाता है। नदी के साथ वह पानी समुद्र तक पहुँच जाता है।

समुद्र का पानी खारा होता है। न तो वह पीने के काम आता है और न ही खेती-बाड़ी के।

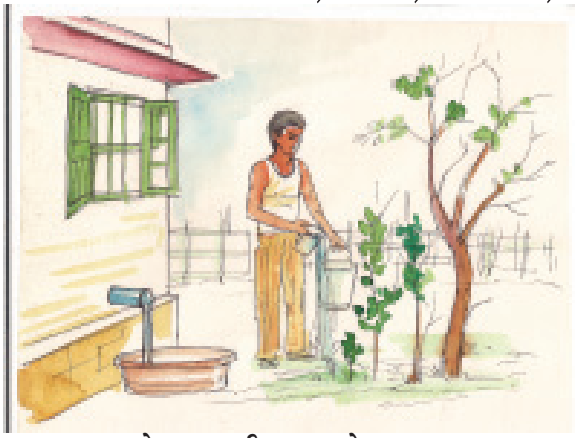
फ़सलों के लिए पानी बचाना ज़रूरी है। पीने के लिए साफ़ पानी चाहिए।

पुराने समय के बने तालाब, कुएँ, बावड़ियाँ आपने देखी होंगी, उनमें बरसात का पानी जमा किया जाता था। पानी सभी की ज़रूरत थी, इसलिए अमीर-गरीब सभी मिलकर इसका इंतज़ाम करते थे। इन तालाबों-बावड़ियों से आस-पास की ज़मीन नम और उपजाऊ रहती थी।

पानी बचाने और उसे शुद्ध रखने के उपाय सरकार और कई संस्थाएँ करती हैं, जैसे—नदियों और झीलों की सफ़ाई, नहरें, बाँध बनाना आदि। लेकिन, पानी बचाने की शुरुआत घर से करनी होगी, जैसे :

- पानी को बेकार न बहने दें। घर का गंदा पानी क्यारियों में डालें।
- खेतों में पानी रोकने के उपाय करें।
- पानी की टंकी, नहर, तालाब, नदी आदि को साफ़ रखें। इनमें गंदगी न डालें।

तालाब को गन्दा करते लोग



बेकार पानी का प्रयोग

- बारिश का पानी जमा करने के उपाय करें। सरकार और स्वयंसेवी संस्थाएँ इसके लिए मदद करती हैं।
- घरों में भी बारिश का पानी इकट्ठा करने का इंतज़ाम होता है। इसके लिए घर की छत पर बारिश का पानी इकट्ठा किया जाता है। यह पानी नाली द्वारा नीचे बने टैंक में इकट्ठा किया जाता है। छत की नाली पर जाली लगा दी जाती है, जिससे कूड़ा- कचरा टैंक में न जा सके। इस तरह जमा पानी को साफ़ करके काम में लाया जाता है।

तालाब की सफाई

- बच्चों को पानी की बचत करना और इसे साफ़ रखना सिखाएँ।

देखें, आपने क्या सीखा 5.4

(i) पर्यावरण किसे कहते हैं?

.....

(ii) जिस बदलाव से वातावरण दूषित होता है, उसे क्या कहते हैं?

.....

(iii) धरती की ऊपरी परत बचाने के लिए क्या करना होगा?

.....

(iv) कौन किसे प्रदूषित (गंदा) करता है, लाइन खींचकर सही मिलान कीजिए :

जैसे :	मिलों का धुआँ	पानी
	फ़ैक्ट्री की गंदगी	खेत
	रासायनिक खाद	हवा

(v) ऑक्सीजन कहाँ से मिलती है?

.....

आइए, दोहराएँ

- खेती के काम में मनुष्य पशुओं का उपयोग करता है।
- पशुपालन सदियों से होता चला आ रहा है।
- पशुपालन विभाग पशुओं की रक्षा के लिए है।
- पौधे का हर भाग उपयोगी होता है।
- आहार के लिए जो जिसको जिस क्रम में खाता है, उसे खाद्य शृंखला कहते हैं।
- पेड़-पौधे अपना खाना खुद बनाते हैं।
- प्रदूषण से कई तरह की बीमारियाँ होती हैं।
- फसलों के लिए पानी बचाना ज़रूरी है।

अभ्यास

1. तीन उपयोगी जंतुओं के नाम लिखिए:

(i) ..... (ii) ..... (iii) .....

2. **'रैबीज़' के टीके किन जंतुओं को लगाए जाते हैं?**

.....

3. **सही (√) या गलत (×) का निशान लगाइए :**

(i) बंदर, भालू, साँप का तमाशा दिखाना सही है। ☐

(ii) पक्षियों को पिंजरे में बंद करना गलत है। ☐

(iii) जंगली जानवरों पर अत्याचार किया जा सकता है। ☐

(iv) मधुमक्खी से मोम मिलता है। ☐

4. **पत्तियों को पेड़ का रसोईघर क्यों कहते हैं?**

.....

5. **जीवित रहने के लिए कौन-सी गैस ज़रूरी है?**

.....

6. **खाली जगह भरिए :**

(i) फूल से ..... बनता है।

(ii) बीज से नए ..... बनते हैं।

(iii) जड़ ज़मीन से ..... सोखती है।

(iv) फल में ..... होते हैं।

8. **अधिक पेड़ लगाने से क्या लाभ होगा?**

.....

9. **पेड़ों से मिलने वाली चार चीज़ों के नाम लिखिए।**

.....

10. पानी बचाने के दो उपाय लिखिए।

.....

.....

आइए, करके देखें

(i) गाँव वालों की मदद से गाँव के तालाब को गहरा करें। उसमें बारिश का पानी इकट्ठा करें। उसकी साफ-सफाई का भी इन्तजाम करें।

(ii) अपने यहाँ कूड़े-करकट से कम्पोस्ट खाद तैयार करें।

उत्तरमाला

5.1

(i)

जन्तु	लाभ
बकरी	दूध, मांस
हाथी	सामान, ढोना
केंचुआ	ज़मीन उपजाऊ बनाता है
मधुमक्खी	शहद
मछली	मांस
मुर्गी	मांस, अंडे

(ii) उन्हें साफ सुथरी जगह पर रखना चाहिए। पोषक आहार देना चाहिए। बीमार पड़ने पर इलाज कराना चाहिए।

(iii) उनको बिना वजह मारें नहीं। उन पर अत्याचार न करें।

5.2

(i) बीज, जड़, तना, पत्तियाँ

(ii)

पौधे	उपयोग
अदरक	मसाला, दवाई
कपास	कपड़ा
देवदार	फर्नीचर और घर बनाने की लकड़ी
तुलसी	दवाई

(iii) क्योंकि वे पौधों के लिए खाना तैयार करती हैं।

5.3

(i) पेड़-पौधे

(ii) गिलहरी-अनाज, फल; चूहा-कीड़े-मकोड़े और मनुष्यों वाला भोजन; खरगोश-घास; गाजर आदि साँप-चूहे, मेंढकों आदि; हिरन-घास आदि; मक्ड़ी-मक्खी, मच्छर, कीड़े; शेर अन्य जंतुओं का

(iii) वनस्पतियों का रस ⟶ कीड़े-मकोड़े ⟶ मेंढक ⟶ साँप ⟶ नेवला ⟶ चील

5.4 (i) हमारे चारों तरफ हरे-भरे पेड़, जीव-जन्तु, धरती, पानी और हवा आदि हमारा पर्यावरण हैं।

(ii) जिस बदलाव से वातावरण दूषित होता है, उसे 'पर्यावरण प्रदूषण' कहते हैं।

(ii) धरती पर घास, फसलें और जंगल उगाकर धरती की ऊपरी परत को नष्ट होने से बचाया जा सकता है।

(iv) मिलों का धुँआ — हवा
फैक्ट्री की गंदगी — पानी
रासायनिक खाद — खेत

(v) पेड़ों से

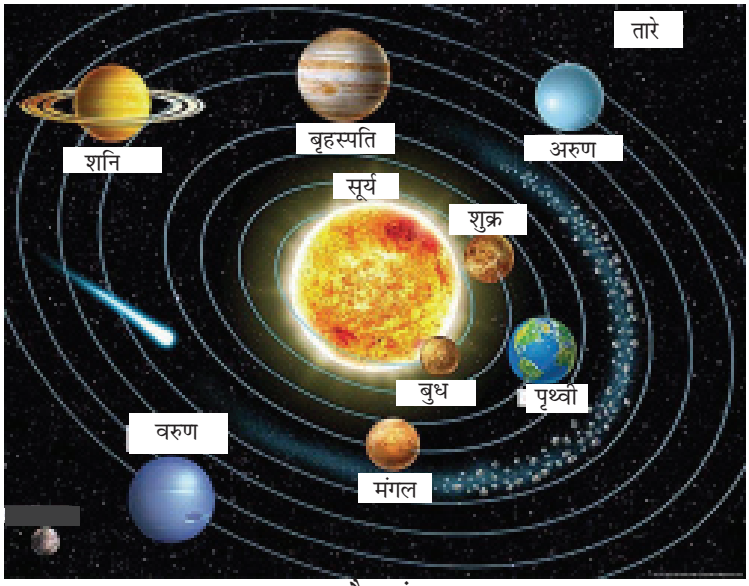
पाठ 6

सूर्य-चंद्रमा-तारे; रात-दिन और ऋतुएँ

इस पाठ से हम सीखेंगे

- सूर्य, चंद्रमा, तारों के बारे में।
- तारों और ग्रहों में अंतर।
- सूर्य और ग्रहों का आपसी संबंध।
- रात और दिन के बारे में।
- ऋतुओं के परिवर्तन के बारे में।

आदमी के जीवन में सूर्य, चंद्रमा और तारों की बहुत ही महत्त्वपूर्ण भूमिका है। इनके अभाव में मनुष्य का जीवन संभव ही नहीं है। पुराने ज़माने से लोग इनके बारे में अलग-अलग तरीकों से सोचते थे। माना जाता था कि हमारी धरती स्थिर रहती है और सूरज चलता है। वह सुबह उगता है



हमारा सौर-मंडल

और शाम को डूब जाता है। बाद में पता लगा कि धरती सूर्य के चारों ओर अपनी धुरी पर घूमती रहती है, जबकि सूरज एक ही स्थान पर स्थिर रहता है। धरती के सूरज के चारों ओर घूमने से ही दिन और रात बनते हैं। धरती की तरह ही चाँद भी घूमता रहता है। चाँद पृथ्वी के चारों ओर चक्कर लगता है। इस प्रकार सूरज, चंद्रमा धरती और तारों के आपसी संबंध से ही प्रकृति और मानव-जीवन का निर्माण हुआ है। सभ्यता और संस्कृति का उद्‌भव और विकास इन्हीं से हुआ है।

आइए, इस पाठ में हम इसके बारे में विस्तार से जानें।

6.1 हमारा सौर मंडल

जब मास्टरजी ने कक्षा में प्रवेश किया, तो उनके हाथ में एक ग्लोब था। बच्चे उसे बहुत ध्यान से देखने लगे।

अध्यापक बच्चों को पढ़ा रहा है

मास्टरजी ने पूछा– ''बच्चों, जानते हो यह मेरे हाथ में क्या है?''

''हाँ मास्टर जी, यह एक ग्लोब है। हमने इसे हेड मास्टरजी की मेज़ पर रखे हुए कई बार देखा है,'' बच्चों ने एक स्वर में उत्तर दिया।

''जानते हो, आज मैं इसे कक्षा में क्यों लाया हूँ?'' मास्टरजी ने प्रश्न किया।

''आज आपको भूगोल का पाठ जो पढ़ाना है, इसीलिए लाए होंगे,'' सारिका ने तत्काल उत्तर दिया।

''बिल्कुल ठीक, आज मैं आप सबको सौर-मंडल यानी धरती, सूरज, चाँद और तारों के बारे में जानकारी दूँगा,'' मास्टरजी ने कहा।

''यह सौर-मंडल क्या होता है सर?'' राजू ने पूछा।

''अरे अभी बताया तो! अच्छा, सबने सूर्य, चंद्रमा, पृथ्वी और तारों को तो देखा होगा!'' मास्टरजी ने पूछा।

''मैं तो रोज़ छत पर सोने से पहले अनेक तारों को देखता हूँ। उनको गिनने की कोशिश भी करता हूँ,'' महेश ने कहा।

''मास्टर जी, मैं उनमें रोज अपने दादा और दादी को ढूँढता हूँ, परंतु वे मिलते ही नहीं। माँ कहती है कि मेरे दादा और दादी दोनों तारे बनकर हमेशा हमें देखते रहते हैं,'' सुरेश ने उदास होकर कहा।

''मेरी मम्मी भी कहती हैं कि मरने के बाद मेरी नानी तारा बन गई हैं। क्या मरने के बाद सब तारे बन जाते हैं सर?'' सारिका ने प्रश्न किया।

''अरे नहीं, बिल्कुल भी नहीं। यह तो लोग नाहक ही पृथ्वी, चंद्रमा और तारों के बारे में तरह तरह की कहानियाँ बनाया करते हैं,'' मास्टरजी ने समझाने का प्रयास किया।

''क्या चाँद से हमारा कोई रिश्ता है? माँ बचपन से ही मुझे चंदा मामा दिखाकर दूध पिलाया करती थीं और लोरी भी सुनाती थीं। माँ कहती थीं कि यदि मैं पूरा दूध नहीं पिऊँगा, तो चंदा मामा नाराज़ हो जाएँगे,'' नरेश ने कहा।

''अच्छा, आज मैं आपको इन सब के बारे में सही-सही बताऊँगा। फिर स्वयं ही बताना कि हमारा उनसे क्या रिश्ता है? हाँ, रिश्ता है ज़रूर, यह मैं भी कहता हूँ,'' मास्टरजी ने उनको चुप करवाते हुए कहा। फिर बोले, ''तो सबने सूर्य, चंद्रमा और तारों को देखा है?''

''जी हाँ सर, रोज़ ही देखते हैं,'' बच्चों ने कहा।

''तो ग्रह, उपग्रह और नक्षत्रों के बारे में भी कुछ सुना होगा,'' मास्टरजी ने पूछा।

''जी सर, परंतु यह नहीं जानते कि यह सब क्या है?'' दो-तीन बच्चे एक साथ बोले।

"ये सभी मिलकर सौर-मंडल कहलाते हैं। आज मैं इसके बारे में पढ़ाऊँगा।"

मास्टर जी ने ग्लोब को ऊँचा करके सबको दिखाते हुए कहा– "हमारी धरती इसी तरह से गोल है और वह अपनी धुरी पर झुकी हुई इस प्रकार घूमती है।"

ग्लोब का चित्र

इतना कहते हुए उन्होंने ग्लोब को हाथ से घुमा दिया।

"मास्टरजी, पृथ्वी तो गाय के सींगों पर टिकी हुई है, तो फिर उन पर घूमती कैसे होगी?" महेश ने पूछा। फिर बोला, "सुना है कि जब गाय सींग बदलती है, तभी भूचाल आता है।"

"अरे, गाय के सींग पर नहीं, शेषनाग के फन पर टिकी है धरती," नरेश ने उसे टोका।

"मेरी मम्मी कहती है कि कछुए ने उसे अपनी पीठ पर उठाया हुआ है, तभी तो

उसकी पीठ इतनी सख्त हो गई है," राजेश ने अपनी बात कही।

"सब चुप रहो, ऐसा कुछ भी नहीं है। मूर्खों जैसी बातें मत करो। यह सब अंधविश्वास है और लोगों की बनाई हुई कहानियाँ हैं। पृथ्वी हमारे सौर-मंडल का एक सदस्य है। अभी मैं उसके बारे में बताता हूँ। तुम सब जान जाओगे कि पृथ्वी कैसे टिकी हुई है और कैसे घूमती है," मास्टरजी ने कहा।

"सर, पृथ्वी और सूर्य का आपस में क्या संबंध है?" सारिका ने जानना चाहा।

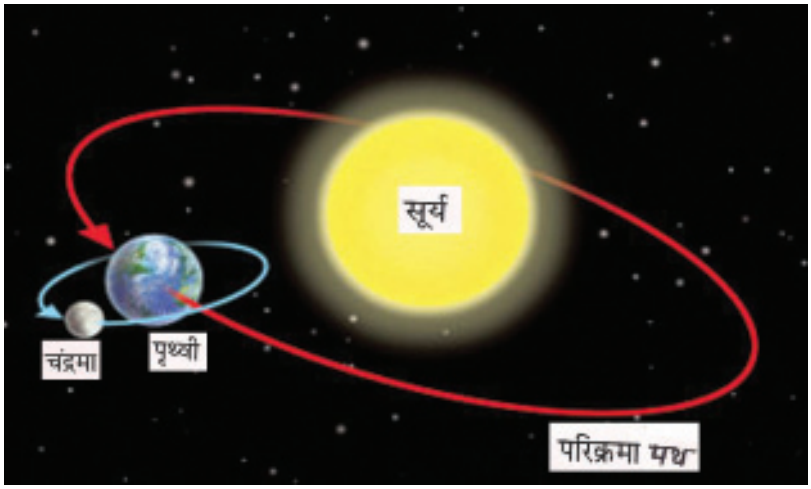
"तुम जानते हो कि हम सब पृथ्वी पर रहते हैं। अभी तक किसी दूसरे ग्रह पर जीवन होने का कोई प्रमाण नहीं मिला है। माना जाता है कि धरती सूरज से टूट कर बनी है। इस प्रकार धरती सूरज की बेटी हुई। हमारी लोक कथाओं में चंद्रमा को हमारा मामा कहा गया है। एक दूसरे ग्रह शनि को सूर्य का पुत्र माना जाता है। हुए न सब एक-दूसरे के रिश्तेदार," मास्टर जी ने हँसते हुए कहा।

"सर, अब आप अवश्य ही मज़ाक कर रहे हैं," राजू ने कहा।

"चलो, भूगोल की नज़र से बताते हैं। सूरज आग और गैसों का एक बड़ा गोला है। यह अपनी रोशनी से लगातार चमकता रहता है, इसीलिए इसे तारा माना जाता है," मास्टरजी ने कहा।

"तारा क्यों सर, सूरज तो सूरज है, तारा नहीं," सारिका ने टोका।

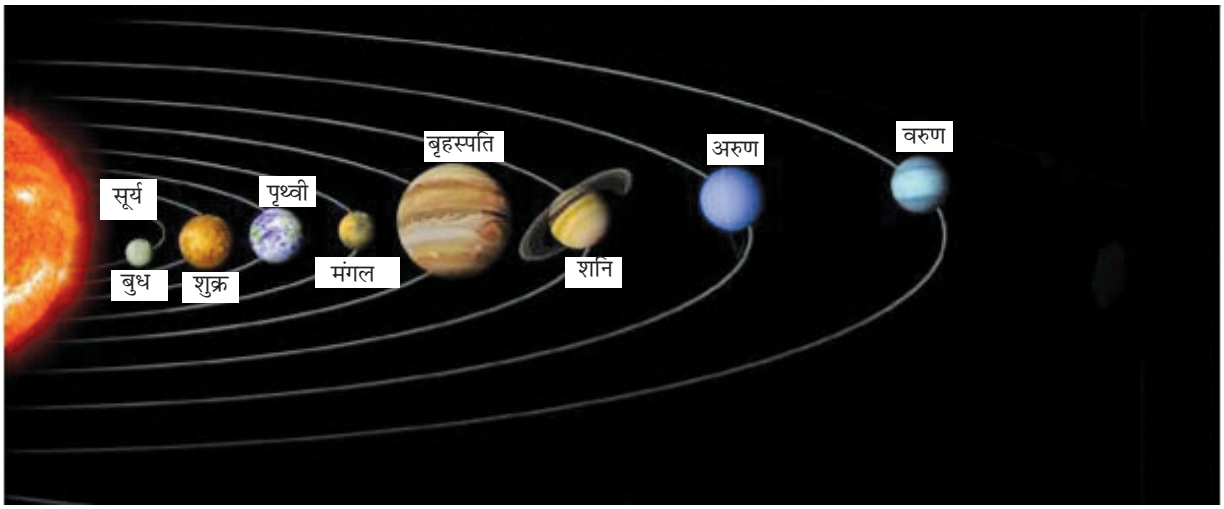
"जो स्वयं अपनी रोशनी से चमकता है, उसे तारा कहा जाता है। जो अपनी रोशनी तारे से प्राप्त करता है, उसे ग्रह कहते हैं। इसलिए हमारी पृथ्वी ग्रह है, क्योंकि वह अपनी रोशनी सूरज से प्राप्त करती है। जैसाकि मैंने पहले



बताया कि वह गोल है। वह अपनी झुकी हुई धुरी पर पूरब से पश्चिम की ओर घूमती रहती है। अपनी धुरी के साथ-साथ वह सूर्य के चारों ओर चक्कर भी लगाती है। परिक्रमा भी करती है। पृथ्वी की यह परिक्रमा 365 दिन में पूरी होती है।''

''क्या केवल पृथ्वी ही सूर्य के चारों ओर घूमती है सर?'' राजू ने पूछा।

''नहीं, पृथ्वी के अलावा सात और ग्रह हैं—मंगल, बुध, वृहस्पति, शुक्र, शनि, अरुण और वरुण, जो सूरज के चारों ओर घूमते हैं। पहले यम को भी ग्रह माना जाता था। अब कुछ विद्वान उसे ग्रह नहीं मानते। ये सभी अपनी चमक सूर्य से ही पाते हैं। इन ग्रहों की परिक्रमा करने वाले पिंड उपग्रह कहलाते हैं। इन्हें हम सूर्य का अपना परिवार कह सकते हैं। ये सभी मिलकर सौर-मंडल कहलाते हैं,'' मास्टर जी ने ग्रहों का चित्र ब्लैकबोर्ड पर बनाते हुए विस्तार से समझाया।



ग्रहों के नाम सहित सौर-मंडल का चित्र

''अच्छा, जो सूर्य की परिक्रमा करें, उससे रोशनी प्राप्त करें, वे ग्रह, और जो ग्रहों के चारों ओर चक्कर लगाएँ, वे उपग्रह,'' राजू ने कहा।

''बिल्कुल ठीक समझे तुम।''

''क्या पृथ्वी के चारों ओर भी उपग्रह घूमते हैं?'' सारिका ने पूछा।

''केवल एक उपग्रह धरती की परिक्रमा करता है। उसे चंद्रमा कहते हैं। वैसे दूसरे ग्रहों के चारों ओर भी बहुत से उपग्रह चक्कर लगाते हैं। जैसे मंगल के दो, वरुण के आठ, अरुण के 23, शनि के 18 और वृहस्पति के 17 उपग्रह हैं,'' मास्टरजी ने समझाया।

''क्योंकि चंद्रमा धरती के चक्कर लगाता है, इसीलिए वह भी हमें कभी छिपता और कभी निकलता हुआ दिखाई देता है। पर सर, उसके आकार में अंतर क्यों दिखाई देता है? कभी वह थाली जैसा पूरा दिखाई देता है, तो कभी हँसिए के आकार-सा अधूरा। यह लगातार घटता-बढ़ता भी रहता है,'' सारिका ने पूछा।

''हाँ, वह घटता-बढ़ता रहता है। घटता हुआ पूरी तरह से छिप जाता है, तब अमावस्या होती है और जब वह पूरी तरह से आकाश में चमकता है, तो वह रात पूर्णिमा की रात होती है। अमावस्या से पूर्णिमा तक की यात्रा में पंद्रह रातों का समय लगता है। चंद्रमा के इस घटने-बढ़ने को चंद्रमा की कलाएँ कहा जाता है। 15-15 रातों की दो कलाएँ शुक्ल पक्ष और कृष्ण पक्ष कही जाती हैं। भारतीय पंचांग की तिथियाँ इन्हीं पर आधारित हैं।

''आप लोगों ने यह भी देखा होगा कि आसमान में अनेक तारे टिमटिमाते रहते हैं। उनमें अनेक ऐसे तारे हैं, जो अपने आकार में सूर्य से कहीं अधिक बड़े हैं,'' मास्टरजी ने पाठ को आगे बढ़ाते हुए कहा।

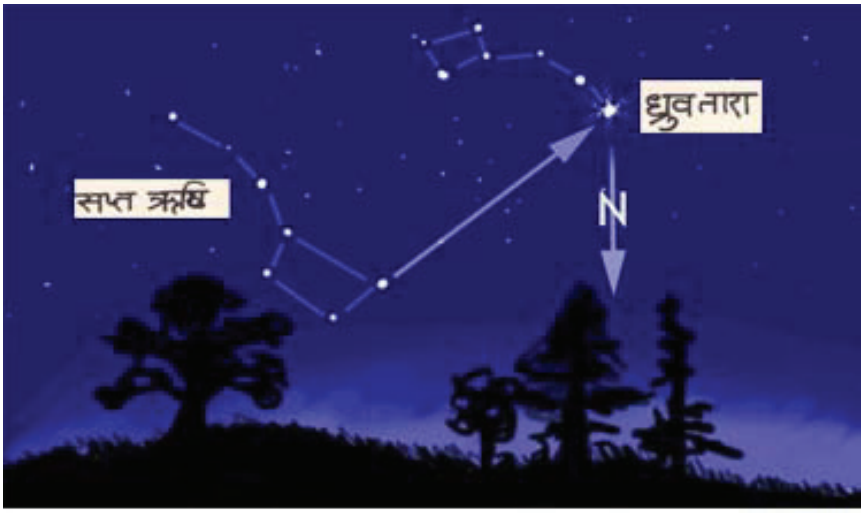
''तो वे इतने छोटे-छोटे से क्यों दिखाई देते हैं सर?'' महेश ने पूछा।

''क्योंकि वे हमारी पृथ्वी से सूर्य की अपेक्षा बहुत अधिक दूरी पर होते हैं। तुम जानते ही हो कि दूर की वस्तु छोटी दिखाई देती है। इन तारों के समूह को तारा-मंडल कहते हैं।''

''फिर तो उनके बहुत से समूह होते होंगे सर,'' महेश ने पूछा।

''जैसे ध्रुव तारे के साथ सात तारों का एक समूह होता है। एक बार पापा ने बताया था कि ये सात ऋषि हैं। क्या ऋषि भी तारे बन जाते हैं सर!'' सारिका ने सवाल किया।

''अभी बताया न कि ये सब कहानियाँ हैं। हाँ, यह ठीक है कि उत्तर दिशा में ध्रुव तारा स्थिर स्थिति में रहता है और उसके पास जो सात तारों का तारा-समूह है, उसका नाम सप्त ऋषि पड़ गया है, परंतु वे वास्तव में कभी ऋषि रहे होंगे– ऐसा कहना ठीक नहीं है,'' मास्टरजी ने बताया।



सप्तऋषि मंडल व ध्रुवतारा

''मास्टरजी, कभी-कभी आसमान में तारों का एक सफ़ेद दूधिया मार्ग-सा बना दिखाई देता है, वह क्या होता है?'' महेश ने पूछा।

''उसे आकाशगंगा कहते हैं। कभी-कभी आकाश में पुच्छल तारे भी दिखाई देते हैं'', मास्टरजी ने समझाया, फिर बोले– ''हमारे सभी ग्रह, उपग्रह, नक्षत्र और तारे इत्यादि अंतरिक्ष अर्थात् आकाश में घूमते रहते हैं। अंतरिक्ष अर्थात् आसमान का अर्थ ही है कि जिसका कोई छोर न हो, इस प्रकार तुमने जाना कि पृथ्वी सहित सभी

ग्रह आकाश में घूमते रहते हैं, इसलिए वे किसी भी वस्तु पर टिके हुए नहीं हो सकते।

- सूरज, धरती, चन्द्रमा आदि मिलकर सौर-मंडल बनाते हैं।
- सौर-मंडल में सूरज एक तारा है। यह खुद अपनी रोशनी से चमकता है।
- सौर-मंडल में पृथ्वी सूरज से रोशनी प्राप्त करती है। इसलिए पृथ्वी ग्रह कहलाती है।
- पृथ्वी की तरह मंगल, बुध, वृहस्पति, शुक्र, शनि, अरुण और वरुण भी ग्रह हैं। ये भी पृथ्वी की तरह सूरज की परिक्रमा करते हैं।
- चन्द्रमा हमारी पृथ्वी का उपग्रह है। यह धरती के चारों ओर घूमता है।
- चन्द्रमा की तरह दूसरे ग्रहों के भी उपग्रह हैं, जो उनकी परिक्रमा करते हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 6.1

(i) सौर-मंडल के ग्रहों के नाम क्या-क्या हैं?

.....

(ii) तारों और ग्रहों में क्या अंतर है?

.....

(iii) पृथ्वी किसकी परिक्रमा करती है?

.....

(iv) उपग्रह किससे रोशनी प्राप्त करते हैं?

.....

6.2 दिन-रात कैसे होते हैं

''मास्टरजी अभी आपने बताया कि सूर्य एक तारा है, तो फिर वह रात को दिखाई क्यों नहीं देता? तारे तो रात में ही टिमटिमाते हैं न?'' राजू ने पूछा।

''तुम जानते हो न कि हम पृथ्वी पर रहते हैं। सूर्य पूर्व दिशा से निकलता है और पश्चिम दिशा में छिप जाता है।'' मास्टरजी बोले।

''वाह! यह कौन नहीं जानता! मैं भी जानता हूँ,''– राजू ने उत्तर दिया।

''तो फिर अब यह सच भी जान लो कि सूर्य असल में कहीं नहीं जाता, न ही कहीं से आता है। न ही उगता है और न ही डूबता है। यह एक ही जगह पर स्थिर रहकर चमकता रहता है। उसकी इसी चमक से रोशनी फैलती है,'' मास्टरजी ने जानकारी देते हुए कहा।

''पर हमें तो सूर्य उगता और डूबता हुआ दिखाई देता है,'' राजू ने असहमत होते हुए कहा।

''अच्छा, तुम्हें यह भी बताया था न कि धरती इस ग्लोब की तरह से गोल है। वह अपनी झुकी हुई धुरी पर घूमती हुई सूर्य की परिक्रमा भी करती रहती है,''? मास्टरजी ने याद दिलाया।

''इससे क्या होता है, सर?''

''इसी के कारण सूरज उगता और डूबता हुआ दिखाई देता है। इसी से तो रात और दिन बनते हैं। मैंने बताया है न कि सूरज एक स्थान पर स्थिर रहकर चमकता रहता है। पृथ्वी का जो भाग सूरज के सामने आ जाता है, वह सूर्य की रोशनी से भर जाता है। वह रोशनी पृथ्वी के जिस भाग पर पड़ती है, वहाँ दिन निकल आता है,'' मास्टरजी ने ग्लोब के एक भाग को जलते हुए बल्ब के सामने रखकर कहा–

''देखो, ग्लोब का जो भाग इस बल्ब के सामने है, वह रोशनी से चमक रहा है, जबकि ग्लोब के पिछले भाग पर बल्ब की छाया-सी पड़ी दिखाई देती है। इस प्रकार इस पीछे के भाग तक रोशनी नहीं पहुँचती।''

जलते हुए बल्ब के सामने ग्लोब

''मतलब, जो भाग पीछे छिपा हुआ रह जाता है, वहाँ रोशनी नहीं होती। वहाँ पर रात मानी जाती है,'' राजू ने कहा।

''बिल्कुल ठीक। पृथ्वी अपनी धुरी पर 24 घंटे में एक चक्कर लगाती है। इसी से रात और दिन बनते हैं। अर्थात् पृथ्वी का जो भाग सूर्य के सामने आता-जाता है, वहाँ दिन होने लगता है। इसी तरह पिछले भाग में रात घिरने लगती है। इस प्रकार 12 घंटे का दिन और 12 घंटे की रात होती है। सात दिन का एक सप्ताह होता है। सप्ताह के दिनों के नाम भी इन्हीं नक्षत्रों के अनुसार रखे गए हैं।''

''सर, मंगल, बुध, वृहस्पति, शुक्र और शनि तो ग्रहों के नाम हैं, परंतु रविवार और सोमवार नाम किस आधार पर रखे गए हैं?''

''क्यों, क्या तुम नहीं जानते कि सूर्य ही रवि कहलाता है, इसी के नाम पर रविवार रखा गया। चंद्रमा का एक नाम सोम भी है, इसलिए एक दिन का नाम सोमवार रखा गया है।''

''तो फिर पृथ्वी की परिक्रमा से क्या होता है?''

6.3 ऋतुएँ कैसे बनती हैं

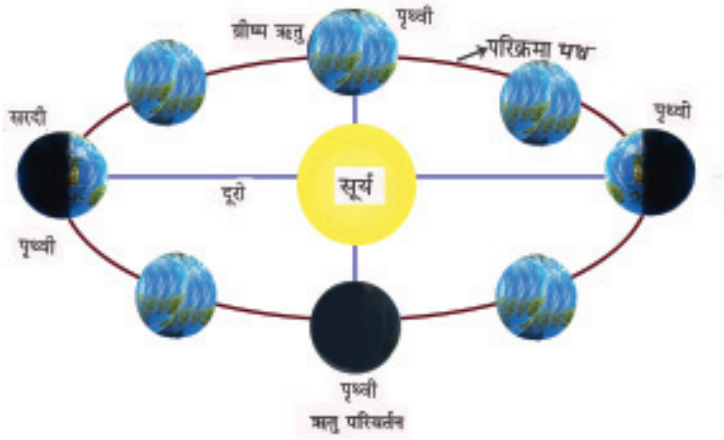
''पृथ्वी के सूर्य के चक्कर लगाने से दिन-रात बनते हैं, तो परिक्रमा से ऋतुएँ बनती हैं।''

''वह कैसे मास्टरजी?''

''पृथ्वी की यह परिक्रमा 365 दिन में पूरी होती है। सात दिन का सप्ताह, तीस दिन का एक महीना और 365 दिन में पूरा साल होता है।''

''पर, आप तो बात ऋतु बनने की कर रहे थे? '' महेश ने बीच में उठते हुए कहा।

''हाँ, इस परिक्रमा के दौरान सूर्य और पृथ्वी की आपस में दूरी अलग-अलग होती है। पृथ्वी का जो भाग सूर्य के सबसे समीप होता है, वहाँ पर उसकी गरमी का प्रभाव होने के कारण गरमी ऋतु होती है। जो भाग दूर होता है, वहाँ सरदी पड़ने लगती है। पृथ्वी के घूमने के कारण ऋतु-चक्र बन जाता है।''



''इस प्रकार तो केवल दो ही ऋतुएँ होनी चाहिए!'' राजू ने शंका व्यक्त की।

''सूरज और धरती की घटती-बढ़ती दूरी के कारण पृथ्वी के तापमान में अंतर आ जाता है। इन दोनों के मिश्रण से अन्य चार ऋतुएँ बन जाती हैं। इन्हें वर्षा, शिशिर, वसंत और पतझड़ कहा जाता है,'' मास्टरजी ने बताया।

''हमें तो यह सब पता ही नहीं था! धन्यवाद सर।'' छुट्टी की घंटी के साथ ही सब छात्र अपनी कक्षा से बाहर निकल गये।

- पृथ्वी जब अपनी धुरी पर घूमती है।
- उसके कारण दिन-रात बनते हैं।
- पृथ्वी द्वारा सूर्य के चारों ओर चक्कर लगाने को परिक्रमा कहा जाता है।
- सूरज और पृथ्वी की परस्पर दूरी के कारण ऋतुएँ बनती हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 6.2

(i) पृथ्वी के एक भाग में जब दिन होता है, तो दूसरे में रात क्यों होती है?

.....

(ii) हमारे देश में कितनी ऋतुएँ हैं?

.....

(iii) पृथ्वी को सूर्य का एक चक्कर पूरा करने में कितना समय लगता है?

.....

(iv) दिन और रात कैसे बनते हैं?

.....

(v) ऋतुएँ कैसे बनती हैं?

.....

आइए, दोहराएँ

- सूर्य और उसके आठों ग्रह मिलकर हमारे सौर-मंडल का निर्माण करते हैं।
- जो अपनी ऊर्जा से चमकते हैं, उन्हें तारा कहा जाता है।
- जो तारे से रोशनी प्राप्त करते हैं, उन्हें ग्रह कहा जाता है।
- जो पिंड ग्रहों के चक्कर लगाते हैं, उन्हें उपग्रह कहा जाता है।
- पृथ्वी द्वारा सूरज के चारों ओर चक्कर लगाने को परिक्रमा कहते हैं।
- पृथ्वी अपनी धुरी पर घूमने में 24 घंटे का समय लगाती है।
- पृथ्वी सूरज की परिक्रमा 365 दिन में पूरी करती है।
- पृथ्वी को अपनी धुरी पर घूमने के कारण दिन-रात और परिक्रमा के कारण ऋतुएँ बनती हैं।

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखिए :

(i) सौर-मंडल किसे कहते हैं?

.....

(ii) आकाश गंगा किसे कहते हैं?

.....

(iii) ग्रह तथा उपग्रह अपनी रोशनी किससे लेते हैं?

.....

(iv) तारा किसे कहते हैं?

.....

(v) ग्रह कौन-कौन से होते हैं?

I...... II..... III..... IV.....

V..... VI..... VII..... VIII.....

(vi) उपग्रह किसे कहते हैं?

.....

2. खाली स्थान भरिए:

(i) पृथ्वी अपनी धुरी पर ..... में एक चक्कर लगाती है।

(ii) पृथ्वी अपनी परिक्रमा ..... में पूरी करती है।

(iii) चन्द्रमा ..... का उपग्रह है।

(iv) सूरज .....और.....का बड़ा गोला है।

(v) सभी ग्रह .....की परिक्रमा करते हैं।

3. सही पर (√) तथा गलत पर (×) का निशान लगाइए :

- चन्द्रमा अपनी रोशनी से चमकता है। ☐
- पृथ्वी सूर्य के चारों ओर परिक्रमा करती है। ☐
- जो सूर्य की परिक्रमा करे, वह उपग्रह कहलाता है। ☐
- पृथ्वी का जो हिस्सा सूर्य के सामने होता है, वहाँ दिन होता है। ☐
- पृथ्वी के सूर्य के चक्कर लगाने से ऋतुएँ बनती हैं। ☐
- पृथ्वी का जो भाग सूर्य के नजदीक होता है, वहाँ गर्मी होती है। ☐
- साल में चार ऋतुएँ होती हैं। ☐

आइए, करके देखें

1. देखें, दिन रात कब बराबर होते हैं।
2. सबसे बड़ी रात तथा सबसे बड़ा दिन कब होता है।
3. सबसे छोटी रात तथा सबसे छोटा दिन कब होता है।
4. रात को सप्त ऋषि, आकाश गंगा या पुच्छल तारा, ध्रुवतारा देखें। यह कहाँ निकलता है। इसका समय क्या है।

उत्तरमाला

6.1

(i) पृथ्वी, मंगल, बुध, वृहस्पति, शुक्र, शनि, अरुण और वरुण।

(ii) जो स्वयं अपनी रोशनी से चमकता है, उसे तारा कहते हैं। जो अपनी रोशनी तारे से प्राप्त करता है, उसे ग्रह कहते हैं।

(iii) सूर्य की

(iv) सूर्य से

6.2

(i) पृथ्वी के पिछले भाग पर सूर्य की रोशनी नहीं पड़ती, इसलिए वहाँ रात होती है।

(ii) हमारे देश में छह ऋतुएँ हैं?

(iii) 365 दिन।

(iv) पृथ्वी के अपनी धुरी पर घूमने से रात और दिन बनते हैं।

(v) पृथ्वी के सूर्य की परिक्रमा करने से।

पाठ 7

हमारी बुनियादी ज़रूरतें

इस पाठ से हम सीखेंगे

- हमारी बुनियादी ज़रूरतें कौन-कौन सी हैं।
- हवा, पानी, भोजन, कपड़ा और मकान हमारे जीवन के लिए क्यों ज़रूरी हैं।
- अपनी बुनियादी ज़रूरतें पूरी करने के लिए किन बातों का ध्यान रखना चाहिए।
- हवा, पानी, भोजन, कपड़ा और मकान के संबंध में हमें क्या-क्या सावधानियाँ रखनी चाहिए।

कुछ चीज़ें हमारे जीवन के लिए बहुत ज़रूरी हैं। इनके बिना हमारा जीवन नहीं चल सकता। ये हैं– हवा, पानी और भोजन। पर इनके अलावा कुछ और चीज़ें भी हैं, जो हमारे लिए ज़रूरी हैं। ये हैं– कपड़ा और मकान।

हवा की ज़रूरत हमें साँस लेने के लिए होती है। बिना साँस लिए हम कुछ देर ही जी पाएँगे। इसी तरह, पानी भी हमारे जीवन के लिए ज़रूरी है। हमारे शरीर में करीब दो तिहाई हिस्सा पानी ही है। भोजन से हमारे शरीर को ऊर्जा मिलती है। यही ऊर्जा हमें काम करने की ताकत देती है।

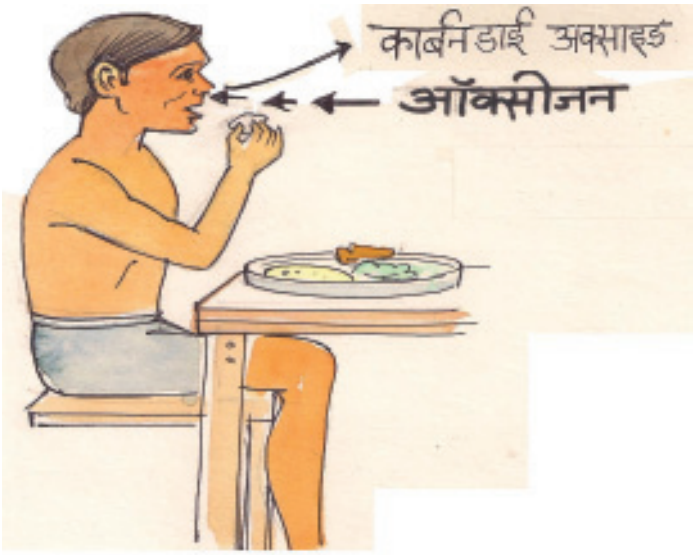
कपड़ों का मुख्य काम है– शरीर को ढँकना और हमें सर्दी-गर्मी से बचाना। इसी तरह मकान भी हमें वर्षा, सर्दी-गर्मी, आँधी-तूफ़ान से बचाते हैं।

हम स्वस्थ रहें, हमारी धरती सुरक्षित रहे– इसके लिए हमें हवा और पानी को प्रदूषण से बचाना चाहिए।

7.1 हवा

सोचिए, अगर हम साँस न ले पाएँ, तो क्या होगा? हमारा जीवन ख़त्म हो जाएगा न! कहते हैं न कि साँसों की डोर टूटी, तो जीवन छूटा। साँस लेने के लिए हमें हवा की जरूरत पड़ती है। अब यह जान लें कि हवा में ऐसा क्या है, जो जीवन के लिए ज़रूरी है। हवा में होती है ऑक्सीजन। इसे हम 'प्राण वायु' भी कहते हैं।

जब हम साँस लेते हैं, तो हवा हमारे शरीर में जाती है। यह हवा हमारे फेफड़ों में भर जाती है। हमारे शरीर का खून इस हवा में से ऑक्सीजन को सोख लेता है। खून हमारे पूरे शरीर में दौड़ता रहता है। खून के साथ मिलकर ऑक्सीजन और भोजन के पौष्टिक तत्त्व हमारे शरीर के हर अंग में पहुँच जाते हैं। इससे ही हमारे शरीर को ऊर्जा मिलती है।



खून पूरे शरीर का दौरा करके फेफड़ों में वापस आता है। तब यह अपने साथ कार्बन डाई ऑक्साइड लेकर आता है। इस गैस को हम साँस के साथ बाहर निकाल देते हैं।

बिना हवा के हमारा जीवन नहीं चल सकता। हमें साँस लेने के लिए साफ हवा मिले, इसके लिए कुछ बातों का ध्यान रखना होगा– हमारे मकान हवादार हों, हम पूरी तरह से बंद कमरों में न सोएँ, हवा को प्रदूषण से बचाएँ, अधिक-से-अधिक पेड़ लगाएँ।

7.2 पानी

हमारे शरीर में करीब दो-तिहाई हिस्सा पानी होता है। पानी न मिले, तो हम चार-पाँच दिन ही जी पाएँगे। हमारे खून का अधिकतर हिस्सा पानी ही है। इसी कारण खून आसानी से शरीर में इधर-उधर दौड़ता रहता है। इसके अलावा पानी हमारे शरीर में एक जरूरी काम और भी करता है। यह शरीर में बेकार बची चीज़ों को मूत्र और पसीने के रूप में बाहर निकाल देता है।

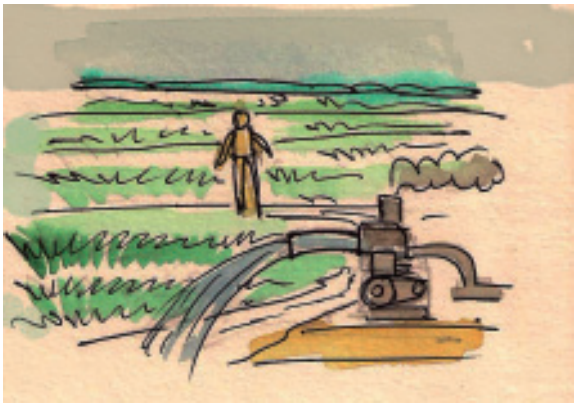
पौधों की सिंचाई

पानी पीते जीव-जन्तु

पानी पीने के लिए तो ज़रूरी है ही, और भी कामों के लिए हमें पानी की ज़रूरत पड़ती है। नहाने, कपड़े धोने, सिंचाई करने, घर की सफ़ाई करने के लिए भी पानी जरूरी है। हमारे घरों में जो बिजली जलती है, वह भी अधिकतर पानी से ही बनाई जाती है।

हमारे साथ-साथ जीव-जंतुओं, पेड़-पौधों– सभी के लिए पानी बहुत ज़रूरी है। कहा भी जाता है–'बिन पानी सब सून।'

हमें रोज़ 8-10 गिलास पानी ज़रूर पीना चाहिए। शरीर में पानी की कमी से कई



खेतों की सिंचाई में पानी का उपयोग

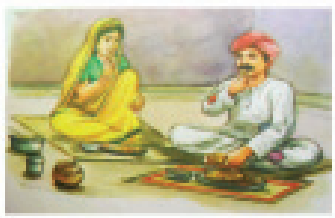
तकलीफें हो जाती हैं। एक बात और! पानी साफ़ रहे, इसका भी हमें ध्यान रखना चाहिए। पानी के स्रोतों के आस-पास गंदगी न फैलने दें। इससे पानी प्रदूषित होता है। घर में पीने का पानी ढककर रखना चाहिए। पानी की बरबादी को भी रोकना चाहिए। पानी को कहीं जमा न होने दें, इससे मच्छर पनपते हैं और बीमारियाँ फैलने का डर रहता है।

7.3 भोजन

भोजन भी हमारे जीवन के लिए बहुत ज़रूरी है। कहा भी जाता है–'भूखे भजन न होय गोपाला।' एक वक्त का खाना न मिले, तो हम भूख से बेहाल हो जाते हैं। बिना खाना खाए हम ज़्यादा दिन तक नहीं जी सकते।

सुबह से शाम तक हम कई काम करते हैं– शारीरिक भी, मानसिक भी। इन सबमें शरीर की ताकत ख़र्च होती है। यह ताकत हमें भोजन से मिलती है। हम जो खाना खाते हैं, उससे शरीर को ऊर्जा मिलती है। यही ऊर्जा हमें काम करने की ताकत देती है।

शारीरिक श्रम



भोजन करता व्यक्ति

शरीर स्वस्थ रहे, इसके लिए ज़रूरी है कि हमारा भोजन पौष्टिक हो, संतुलित हो। भोजन बनाने में हम सफ़ाई का ध्यान रखें। सब्ज़ियों को काटने से पहले अच्छी तरह धोएँ। जहाँ तक हो सके, बासी खाना न खाएँ।

हवा से हमें ऑक्सीजन मिलती है। हवा के कारण ही हम साँस ले पाते हैं। साँस के साथ ही ऑक्सीजन हमारे शरीर में जाती है। बिना हवा के हमारा जीवन ख़त्म हो जाएगा।

हमारे शरीर में करीब दो-तिहाई हिस्सा पानी है। हमें साफ़ पानी पीना चाहिए। पानी को प्रदूषित होने से बचाना चाहिए। प्रदूषित पानी से कई तरह की बीमारियाँ हो जाती हैं।

भोजन से हमें ऊर्जा मिलती है। यही ऊर्जा हमें काम करने की ताकत देती है।

देखें, आपने क्या सीखा 7.1

(i) प्राण वायु किसे कहते हैं?

.....

(ii) हमारे शरीर में कितना हिस्सा पानी होता है?

.....

(iii) भोजन बनाते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

.....

हवा, पानी और भोजन के बिना हमारा जीवन नहीं चल सकता। कुछ बुनियादी ज़रूरतें ऐसी भी हैं, जिनके बिना जीवन तो चल सकता है, पर, फिर भी वे हमारे लिए ज़रूरी हैं। ये ज़रूरतें हैं– कपड़ा और मकान। अब इनके बारे में जान लें।

7.4 कपड़ा

हमें अपने शरीर को ढँकने के लिए कपड़ों की जरूरत पड़ती है। कपड़ों से ही हम अपने शरीर को सर्दी, गर्मी, तेज़ हवा से बचाते हैं।

कपड़े हमारे शरीर की शोभा भी बढ़ाते हैं। यों भी, समाज में रहने के लिए कपड़े पहनना ज़रूरी है।

गर्मी के मौसम में सूती कपड़े अच्छे लगते हैं। इनसे हवा आसानी से आर-पार हो जाती है। इस कारण गर्मी कम लगती है।

सर्दी के मौसम में हम ऊनी कपड़े पहनते हैं। ये हमें सर्दी से बचाते हैं। पता है, कैसे? ऊनी कपड़ों के रेशों के बीच में हवा फँस जाती है। यह हवा हमारे शरीर की गर्मी को बाहर निकलने से रोकती है। इससे हमारा शरीर गरम बना रहता है।

सर्दियों में गरम कपड़े पहने लोग

रेशमी कपड़े भी लोग खूब पहनते हैं। ख़ास तौर से रेशमी साड़ियाँ तो महिलाओं को बहुत पसंद आती हैं।

अब तो ज्यादातर पॉलिएस्टर से बने कपड़े ही पहने जाते हैं। इन कपड़ों पर सिलवटें नहीं पड़तीं। इनके रंग भी धूप में हल्के नहीं पड़ते।

गर्मियों में पतले कपड़े पहने लोग

कपड़ा कोई भी हो, उसका मुख्य काम है– शरीर को ढँकना और उसे सर्दी-गर्मी से बचाना। पर, यह ध्यान रखना चाहिए कि कपड़े धुले हुए हों, साफ़-सुथरे हों। गंदे कपड़े लंबे समय तक न पहनें, इससे चमड़ी के रोग हो सकते हैं।

7.5 मकान

पहले इन्सान गुफाओं में रहते थे। बाद में पेड़ों पर मचान बनाकर रहने लगे। धीरे-धीरे सभ्यता का विकास होता गया, तब इन्सान ने मकान बनाकर रहना शुरू किया।

मकान हमें वर्षा, सर्दी, गर्मी, आँधी-तूफ़ान, बर्फ़वारी से बचाते हैं। साथ ही, जंगली जानवरों आदि से हमारी सुरक्षा करते हैं।

मकान ज़रूरत के हिसाब से कई तरह के बनाए जाते हैं। जिन इलाकों में हमेशा बर्फ़ पड़ती है, वहाँ कम ऊँचाई के मकान बनाए जाते हैं। इनके दरवाज़े भी छोटे होते हैं। इससे ठंडी हवा से बचाव होता है। इन मकानों की छत भी गोल या ढलुवाँ बनाई जाती है। इससे छत पर बर्फ़ जमा नहीं हो पाती।

बर्फ वाली जगहों पर बने मकान

बड़े शहरों में कई मंज़िला इमारतें बनाई जाती हैं। ऐसी एक इमारत में कई परिवार रहते हैं। भूकंप वाले इलाकों में ऐसे मकान बनाए जाते हैं, जो भूकंप के झटके सह सकें, गिरें नहीं।

मकान छोटा हो या बड़ा, उसे हवादार होना चाहिए। उसमें पानी की निकासी का ठीक इंतजाम होना चाहिए। रसोई ऐसी हो, जिसमें धुआँ न भरे। धुएँ से आँखें ख़राब हो जाती हैं। दूसरे रोग भी हो जाते हैं। एक बात और, मकान की साफ़-सफ़ाई भी बहुत ज़रूरी है। गंदगी से बीमारियाँ पनपती हैं। पर, यह ध्यान रखना चाहिए कि घर का कूड़ा हम सही जगह पर डालें। कूड़े को पड़ोसी के आँगन में या गली-सड़क पर न फेंकें।

अलग-अलग तरह के मकान

कपड़ों का मुख्य काम है, शरीर को ढकना और सर्दी-गर्मी से बचाना।

एक अच्छे मकान को हवादार होना चाहिए। उसमें पानी की निकासी का ठीक इंतजाम होना चाहिए। रसोई ऐसी हो, जिसमें धुआँ न भरे।

देखें, आपने क्या सीखा 7.2

(i) कपड़ों का मुख्य काम क्या है?

.....

(ii) पॉलिएस्टर से बने कपड़ों से क्या फायदे हैं?

.....

(iii) एक अच्छा मकान कैसा होना चाहिए?

.....

आइए, दोहराएँ

- हवा, पानी, भोजन, कपड़े और मकान हमारी बुनियादी जरूरतें हैं।
- हवा, पानी और भोजन के बिना हमारा जीवन नहीं चल सकता।
- हवा हमारे जीवन के लिए बहुत जरूरी चीज है।
- हवा में ऑक्सीजन होती है।
- ऑक्सीजन और भोजन के पौष्टिक तत्त्व मिलकर हमारे शरीर को ऊर्जा देते हैं। ऊर्जा से हमें काम करने की ताकत मिलती है।
- हमारे शरीर में करीब दो तिहाई हिस्सा पानी है।
- हमारे खून में अधिकतर हिस्सा पानी का ही है।
- खून पूरे शरीर में दौड़ता रहता है।
- ऑक्सीजन और भोजन के पौष्टिक तत्त्वों को शरीर के हर अंग तक खून ही पहुँचाता है।

- पानी शरीर में बेकार बची चीजों को पसीने और मूत्र के रूप में बाहर निकालता है।
- भोजन से हमारे शरीर को ऊर्जा मिलती है।
- हमें पौष्टिक और सन्तुलित भोजन करना चाहिए।
- कपड़े और मकान हमें सर्दी, हवा, तेज गर्मी से बचाते हैं।

अभ्यास

1. नीचे लिखे प्रश्नों के उत्तर लिखिए :

(i) बुनियादी ज़रूरतें क्या होती हैं?

.....

(ii) हवा हमारे लिए क्यों ज़रूरी है?

.....

(iii) ऊनी कपड़े हमें सर्दी से कैसे बचाते हैं?

.....

2. खाली जगह भरिए :

(i) हम साँस के साथ.....बाहर निकालते हैं।

(ii) ऑक्सीजन को.....भी कहते हैं।

(iii) हमारे शरीर में करीब.....हिस्सा पानी होता है।

3. खाली जगह पर सही शब्द लिखकर वाक्य पूरे कीजिए :

(i) बिना ..... के हमारा जीवन नहीं चल सकता। (हवा/मकान)

(ii) खून के साथ मिलकर भोजन के.....शरीर के हर अंग में पहुँच जाते हैं। (पौष्टिक तत्त्व/बचे हुए तत्त्व)

(iii) शरीर में बेकार बची चीज़ें.....और पसीने के रूप में बाहर निकल जाती हैं। (खून/मूत्र)

4. सही वाक्य पर (√) और गलत वाक्य पर (×) का निशान लगाइए :

(i) खून के साथ मिलकर ऑक्सीजन शरीर के हर अंग तक पहुँच जाती है। ☐

(ii) बिना साँस लिए हमारा जीवन चल सकता है। ☐

(iii) भोजन से हमें ऊर्जा नहीं मिलती। ☐

(iv) सूती कपड़ों से हवा आसानी से आर-पार हो जाती है। ☐

उत्तरमाला

7.1

(i) ऑक्सीजन को।

(ii) दो तिहाई।

(iii) सफाई का ध्यान रखना चाहिए। सब्ज़ियों को काटने से पहले धोना चाहिए।

7.2

(i) शरीर को ढँकना और सर्दी-गर्मी से बचाना।

(ii) इन पर सिलवटें नहीं पड़तीं। इनके रंग धूप में हल्के नहीं पड़ते।

(iii) उसे हवादार होना चाहिए। पानी की निकासी का ठीक इंतजाम होना चाहिए। रसोई ऐसी हो, जिसमें धुआँ न भरे।

पाठ 8

भोजन

इस पाठ से हम सीखेंगे

- हमें भोजन क्यों करना चाहिए।
- भोजन के मुख्य तत्त्व व उनके कार्य क्या हैं।
- संतुलित भोजन क्या होता है।
- भोजन से संबंधित क्या सावधानियाँ बरतनी चाहिए।

पिछले पाठ में आप मनुष्य की बुनियादी ज़रूरतों के बारे में पढ़ चुके हैं। इन जरूरतों में से हवा, पानी और भोजन ऐसी चीजें हैं, जिनके बिना हम जीवित ही नहीं रह सकते। जब से मनुष्य है, तब से उसके लिए हवा, पानी और भोजन अनिवार्य है। किसी ज़माने में मनुष्य को इनका उपयोग करते समय सोचना नहीं पड़ता था, लेकिन आज जब हमारे वातावरण में प्रदूषण बढ़ रहा है, रोग बढ़ रहे हैं तो हमें इन तीनों की ही शुद्धता तथा संतुलन के बारे में सोचना पड़ता है। आइए, इस पाठ में हम भोजन से संबंधित उपयोगी बातों को जानें।

8.1 भोजन क्यों आवश्यक है?

यह तो आप जानते हैं कि जिन्दा रहने के लिए खाना बहुत जरूरी है। पर यह किस-किस रूप में हमारे शरीर की जरूरतें पूरी करता है, यह जानना भी आवश्यक है। आइए जानें :

1. ऊर्जा (ताकत) के लिए

क्या आपने कभी व्रत रखा है या किसी कारण से एक दिन खाना नहीं खाया? आपको कैसा महसूस हुआ? भोजन करने से हमारे शरीर को क्या मिलता है?

हमारा शरीर सदैव कार्य करता रहता है। चाहे हम चल रहे हों, दौड़ रहे हों, पढ़ रहे हों, टेलीविजन देख रहे हों या सो रहे हों, हमारे हृदय, फेंफड़े तथा शरीर के भीतरी अंग हमेशा काम करते रहते हैं। इसके लिए ऊर्जा की जरूरत होती है। यह ऊर्जा हमें भोजन से मिलती है। भोजन शरीर के प्रत्येक अंग को काम करने की ताकत देता है। हमारा भोजन शरीर में मशीन के ईंधन की तरह है। जैसे बस पेट्रोल या डीजल से चलती है, हमारा शरीर भोजन से चलता है। सच बात यह है कि भोजन से ही हमारे शरीर में खून बनता है। खून के संचार से ही शरीर में काम करने की ताकत आती है।

ऊर्जा के लिए पौष्टिक भोजन

2. शरीर की बढ़वार और मरम्मत के लिए

भोजन करने से ही हमारा शरीर बढ़ता है। बच्चों का शरीर तेज़ी से बढ़ता है। इसलिए इनको अधिक ताकत वाला भोजन चाहिए। परंतु, बड़े होने पर शरीर की वृद्धि धीमी पड़ जाती है। उस अवस्था में सादा भोजन आवश्यक होता है। वृद्धि के अलावा शरीर को स्वस्थ रखने वाली कोशिकाओं की टूट-फूट की मरम्मत के लिए भी भोजन ज़रूरी है।

शारीरिक विकास के लिए दूध पीता बच्चा

3. रोगों से बचाव के लिए भोजन

हमारे भोजन में कई तरह के पदार्थ होते हैं, जो शरीर को बीमारियों से लड़ने की ताकत देते हैं। अगर हमें सही आहार न मिले, तो हमें तरह-तरह के रोग हो जाते हैं, जैसे– खून की कमी (अनीमिया), घेंघा (गले का बढ़ना), बच्चों में सूखा रोग, मसूढ़ों से खून निकलना (पायरिया) आदि। सही भोजन हमें ऐसी बीमारियों से बचाता है।

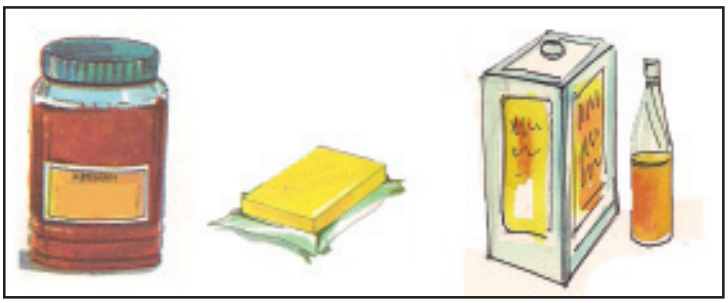
भोजन में पाए जाने वाले तत्त्व शरीर में भिन्न-भिन्न कार्य करते हैं। कार्य के आधार पर इन तत्वों को पाँच भागों में बाँटा गया है।

8.2 भोजन के पदार्थ (तत्त्व)

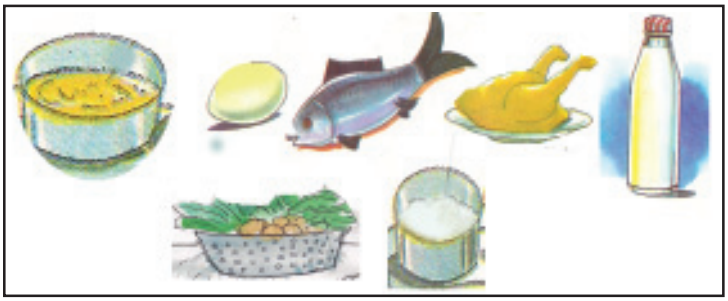
भोजन में मुख्यत: पाँच तत्त्व पाए जाते हैं।

1. **कार्बोहाइड्रेट–** (माड़ी वाले पदार्थ)– शरीर को ऊर्जा देने वाले पदार्थ को **कार्बोहाइड्रेट** कहते हैं। मेहनत-मजदूरी करने वालो को इनकी अधिक जरूरत होती है। यह गेहूँ, जौ, चावल, आलू, शकरकंदी, गुड़ आदि में पाया जाता है।

2. **वसा** (चिकनाई वाले पदार्थ)– वसा शरीर को ऊर्जा/शक्ति देता है। यह हमें घी, मक्खन और तेल आदि से प्राप्त होता है।



3. **प्रोटीन**– प्रोटीन शरीर को बढ़ने में और टूट-फूट की मरम्मत करने में सहायक होता है। बच्चों को प्रोटीन अधिक मात्रा में चाहिए, ताकि उनका



शरीर अच्छी तरह बढ़ सके। इसी तरह बड़ों को भी घाव होने पर (चोट लगने या ऑपरेशन करवाने पर) अधिक प्रोटीन की आवश्यकता होती है, ताकि घाव ठीक तरह से भर जाए।

4. **खनिज लवण**– खनिज लवण शरीर को मजबूती देने वाले और रोगों से बचाने वाले पदार्थ हैं। ये हमें थोड़ी मात्रा में ही चाहिए, परंतु स्वस्थ तथा मजबूत शरीर के लिए इनका भोजन में होना जरूरी है। खनिज लवणो में लोहा, सोडियम, कैल्शियम, आयोडीन, फास्फोरस आदि हैं।

5. **विटामिन**– विटामिन हमें रोगों से बचाते हैं। इन्हें ए,बी,सी,डी,ई आदि नाम दिया गया है। ये विटामिन हमें फलों, सब्जियों, सूखे मेवों, दूध, मक्खन आदि से मिलते हैं। विटामिन डी हमें धूप से मिलता है।

देखें आपने क्या सीखा 8.1

(i) भोजन करना हमारे लिए क्यों जरूरी है?

.....

(ii) भोजन के पाँच तत्त्व कौन-कौन से हैं?

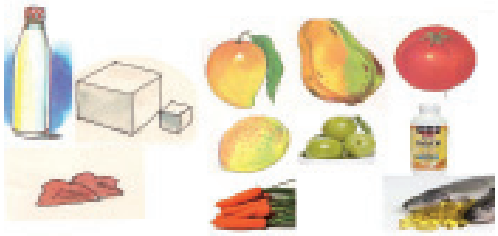
1. ..... 2. ..... 3. ..... 4. ..... 5. .....

(iii) कालम 'A' और 'B' का मिलान करें:-

कॉलम ए	कॉलम बी
(क) कार्बोहाइड्रेट	I शरीर को रोगों से बचाते हैं।
(ख) प्रोटीन	II शरीर को ताकत देते हैं।
(ग) वसा	III शरीर को बढ़ने में और टूट-फूट की मरम्मत करने के काम आते हैं।
(घ) लवण	IV शरीर को ऊर्जा/शक्ति देता है।
(ङ) विटामिन	V शरीर को मजबूत बनाने व रोगों से बचाने वाले पदार्थ।

8.3 भोजन के मुख्य घटकों (तत्त्व) के स्त्रोत और कार्य

क्र. सं.	भोजन का तत्त्व	स्रोत और कार्य
1	कार्बोहाइड्रेट (माड़ वाले पदार्थ)	अनाज (गेहूँ, जौ, मक्का, चावल), आलू, शकरकंद, शर्करा, गुड़, शहद आदि। कार्बोहाइड्रेट मुँह की लार के साथ मिलकर ग्लूकोज बनाता है। इसलिए ग्लूकोज़ या शहद से तुरंत ताकत मिलती है। ये शरीर को ऊर्जा प्रदान करते हैं।
2	वसा (चिकनाई वाले पदार्थ)	दूध, मक्खन, तेल, घी, मूँगफली, नारियल की गिरी आदि। इनसे शरीर में गर्मी आती है। सर्दी में लोगों को इसकी अधिक ज़रूरत होती है।
3	प्रोटीन	दालें, दूध, पनीर, अंडे, मांस, मछली, हरी सब्ज़ी (पालक, चौलाई आदि) शरीर की वृद्धि और मरम्मत में ये सहायक होते हैं।
4	खनिज लवण (कैल्शियम, सोडियम, लोहा, आयोडीन)	नमक (आयोडीनयुक्त), दूध, दही, मछली, अंडा, फल, हरी सब्ज़ियाँ, अनाज के चोकर आदि। लवण हमारे रक्त-संचार को ठीक करते हैं और रोगाणुओं से बचाते हैं।

5	विटामिन (विटामिन ए, बी, सी, डी, ई)	दूध, दही, पनीर, घी, मछली का तेल, आँवला, नीबू, दलिया, पत्तेदार सब्ज़ियाँ, गाजर, आम, पपीता, टमाटर, सूरज की धूप आदि में विटामिन पाए जाते हैं। ये हमें रोगों से बचाते हैं। 

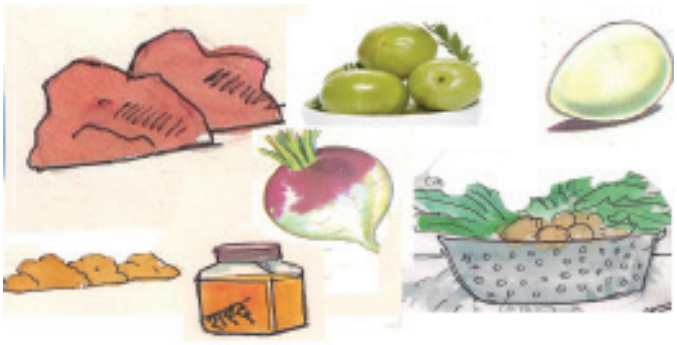
स्वस्थ शरीर के लिए जरूरी है कि हमारे शरीर में ये पाँचों तत्त्व सही मात्रा में हों।

जिस भोजन में पाँचों तत्त्व सही मात्रा में होते हैं, उसे **'संतुलित भोजन'** कहते हैं।

वह भोजन जिनमें अनाज, घी, तेल, दालें, सब्जियाँ, मौसमी फल शामिल हैं, संतुलित भोजन कहलाता है। बच्चे के लिए दूध एक संतुलित आहार माना जाता है। परन्तु दूध में भी लोहे व विटामिन सी की कमी होती है। छोटे बच्चों को पेट भर खाना न मिलने पर सूखा रोग हो सकता है।

कुछ लोग स्वाद के लिए या जल्दी भूख मिटाने के लिए बर्गर, नूडल्स आदि फ़ास्ट फूड खाकर ही गुज़ारा कर लेते हैं। इस प्रकार का भोजन अधिक खाने से शरीर में कई तत्त्वों की कमी हो जाती है और शरीर स्वस्थ नहीं रहता। अतः हमें फ़ास्ट फूड से दूर रहना चाहिए।

अधिकतर औरतों को 'एनीमिया' या खून की कमी हो जाती है। यह रोग भोजन में लोहे की कमी या कभी-कभी विटामिन बी की कमी से होता है। इससे बचने के लिए भोजन में पालक जैसी हरी, सब्ज़ियाँ, शलजम, गाजर, गुड़, चने, अंडा, कलेजी आदि खाना चाहिए।



मज़बूत हड्डियों के लिए शरीर को कैल्शियम और विटामिन डी की ज़रूरत होती है। इसके लिए दूध, अंडा, मछली, पालक आदि खाना चाहिए। धूप में बैठने से भी शरीर में विटामिन 'डी' की कमी नहीं रहती।

स्वस्थ आँखों के लिए विटामिन 'ए' वाले पदार्थ– गाजर, आम, पपीता, बंदगोभी, दूध, मछली का तेल आदि खाना लाभदायक है। अनाज के छिलकों में भी विटामिन 'ए' खूब मिलता है।

मसूढ़ों से खून निकलता हो तो आँवला, नीबू, अमरूद, टमाटर आदि **'विटामिन सी'** से भरपूर चीज़ों को खाने से लाभ होता है। 'विटामिन सी' हमारे शरीर की प्रतिरोधक-शक्ति (रोगों से बचाव की ताकत) को भी बढ़ाता है।

नमक ख़रीदते समय ध्यान रहे कि उस पर **'आयोडीनयुक्त नमक'** लिखा हो। शरीर में आयोडीन की कमी होने से गले में घूमड़ जैसा हो जाता है। इसे घेंघा या गलगंड रोग कहते हैं। आयोडीनयुक्त नमक खाने से शरीर में आयोडीन की कमी नहीं होती।

देखें, आपने क्या सीखा 8.2

(i) संतुलित भोजन किसे कहते हैं?

.....

(ii) छोटे बच्चों में प्रोटीन की अधिक कमी होने से कौन सा रोग होता है?

.....

(iii) एनीमिया रोग किस पदार्थ की कमी से होता है?

.....

(iv) मसूढ़ों से खून निकलता हो तो क्या-क्या खाना चाहिए?

.....

(v) कॉलम 'क' में भोज्य-पदार्थ व कॉलम 'ख' में उनसे प्राप्त तत्त्व (घटक) दिए गए हैं। सोच-समझकर इनका मिलान करें :

कॉलम क	कॉलम ख
1. अनाज (गेहूँ, चावल)	प्रोटीन
2. दालें, पनीर, अंडे	वसा
3. मक्खन, घी, तेल	विटामिन
4. आयोडीन युक्त नमक, पालक, शलगम	कार्बोहाइड्रेट
5. गाजर, आम, आँवला	खनिज लवण

- भोजन करने से शरीर को ऊर्जा मिलती है। शरीर की वृद्धि और मरम्मत के लिए भोजन आवश्यक है। रोगों से बचाव के लिए भी भोजन आवश्यक है।

  भोजन में मुख्यत: पाँच तत्त्व होते हैं। ये तत्त्व हैं– कार्बोहाइड्रेड, वसा, प्रोटीन, खनिज लवण और विटामिन।

- स्वस्थ शरीर के लिए ज़रूरी है कि भोजन में पाँचों तत्त्व सही मात्रा में हों। जिस भोजन में पाँचों तत्त्व उचित मात्रा में होते हैं, उसे संतुलित भोजन कहते हैं।

8.4 पीने का पानी : भोजन का एक जरूरी तत्त्व

हमारे शरीर का दो-तिहाई भाग पानी है। शरीर के अंदर सब पदार्थ पानी में घुलकर ही एक अंग से दूसरे अंग तक जाते हैं। भोजन भी पानी में घुलकर ही पचता है।

उल्टी व दस्त लगने पर शरीर में पानी की कमी हो जाती है। पानी की अधिक कमी से मृत्यु भी हो सकती है। इसीलिए डॉक्टर कहते हैं कि उल्टी व दस्त लगने पर मरीज़ को पानी, शिकंजी, ओ.आर.एस. या नमक-चीनी का घोल पिलाते रहना चाहिए। फलों का रस, सब्ज़ी और दाल का पानी देने से भी लाभ होता है।

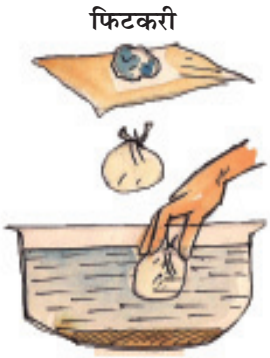
8.5 पेयजल पीने के पानी के स्रोत व स्वच्छ पानी का प्रबंध

पीने का पानी हमें नदी, तालाब, कुएँ, हैंडपंप आदि से प्राप्त होता है। पानी पीने से पहले यह जरूर देख लें कि वह साफ है या नहीं। गंदा पानी पीने से कई प्रकार के रोग हो सकते हैं, जैसे– पीलिया, टाइफ़ाइड, हैजा, डायरिया (उल्टी, दस्त) आदि। इसीलिए यह ध्यान रखना चाहिए कि पानी साफ़ हो और साफ़ बरतन में ढँककर रखा गया हो।

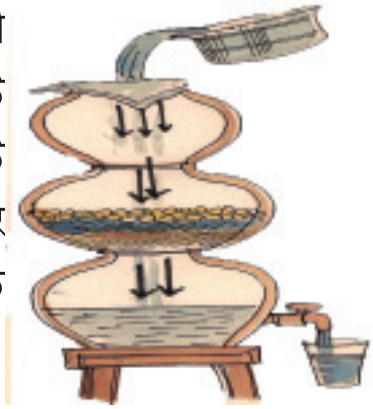
पानी को साफ़ कैसे करें

यदि पानी गंदा हो तो निम्न तरीकों से उसे साफ़ करके हम पीने लायक बना सकते हैं :

1. **फिटकरी द्वारा:** यदि पानी में महीन मिट्टी के कण हों, तो फिटकरी का एक टुकड़ा धागे के साथ बाँधकर 1 मिनट के लिए पानी में घुमा दें। ऐसा करने से मिट्टी के बारीक कण आपस में जुड़कर भारी हो जाएँगे और नीचे बैठ जाएँगे। इस पानी को साफ़ कपड़े से छान लें।


फिटकरी

2. **घरेलू फ़िल्टर बनाकर :** घरेलू फ़िल्टर मिट्टी के तीन घड़ों से बनाया जाता है। सबसे ऊपर के घड़े में कपड़े से छानकर पानी डालते हैं। उसके नीचे के घड़े में कंकड़, कोयले का चूरा और आख़िरी में रेत होता है। इससे छनकर पानी साफ़ हो जाता है।



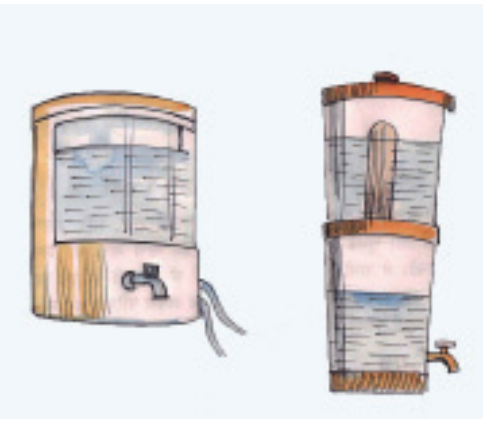
घरेलू फ़िल्टर

3. **क्लोरीन की गोलियों :** इनके प्रयोग से तथा लाल दवा द्वारा पानी शुद्ध किया जा सकता है। इससे जल में मौजूद कीटाणु नष्ट हो जाते हैं।

क्लोरीन की गोलियाँ

4. **उबालकर :** दूषित पानी को उबालने के बाद उसमें मौजूद कीटाणु नष्ट हो जाते हैं। उबले पानी को छानकर हम पी सकते हैं।

5. **आधुनिक फ़िल्टर लगाकर :** आजकल पानी साफ़ करने की कई मशीनें बाज़ार में मिलती हैं। इनको पानी का फ़िल्टर कहते हैं। ये मशीनें पानी में उपस्थित कीटाणुओं को मार देती हैं। इनमें से कुछ मशीनें बिजली से चलती हैं और कुछ बिना बिजली के। मशीन ख़रीदते समय यह ध्यान रहे कि उस पर ISI का निशान ज़रूर हो।



आधुनिक फ़िल्टर

8.6 स्वच्छ भोजन-स्वस्थ शरीर

भोजन पकाने व परोसने में साफ़-सफ़ाई का ध्यान रखना बहुत ज़रूरी है। धूल-मिट्टी व मक्खियों से दूषित भोजन करने से हैजा, डायरिया जैसे ख़तरनाक रोग हो सकते हैं।

इस बारे में ख़ास-ख़ास बातें नीचे लिखी हैं :

1. भोजन पकाने का स्थान (रसोईघर) साफ़-सुथरा रखें।
2. पकाने से पहले दाल, चावल आदि धोकर कुछ समय के लिए भिगो दें।
3. सब्ज़ियों और फलों को काटने से पूर्व अच्छी तरह धो लें। काटने के बाद धोने से उनके उपयोगी तत्त्व और विटामिन नष्ट हो सकते हैं।
4. भोजन को ढँककर रखें, ताकि उस पर धूल व मक्खियाँ न बैठें।
5. जहाँ तक हो सके, बासी भोजन न खाएँ। यदि खाना पड़े, तो पहले उसकी ठीक से जाँच कर लें।

6. भोजन बनाने व परोसने से पूर्व हाथ अवश्य धो लें।
7. खाने वाले व्यक्ति को भी भोजन से पूर्व हाथों को अच्छी तरह साफ़ करना चाहिए। माता-पिता को साफ़-सफ़ाई की ये बातें बच्चों को सिखानी चाहिए। इस बारे में यह बात याद रखें– 'हाथ हम धोएँ ज़रूर, बीमारी रहे कोसों दूर।'

यह जानना भी ज़रूरी है

1. भोजन में पाँचों तत्त्वों के संतुलन के साथ-साथ भोजन की मात्रा का ध्यान भी रखा जाना चाहिए। भोजन को दिन भर में छोटे-छोटे हिस्सों में करना चाहिए। एक बार में अधिक मात्रा में किया गया भोजन पाचन-क्रिया को बिगाड़ देता है।
2. भोजन के बाद दो-ढाई घंटे तक नहाना नहीं चाहिए। इससे भी पाचन-क्रिया पर असर पड़ता है।

3. रात का भोजन सोने से लगभग ढाई घंटे पहले कर लेना चाहिए। ढाई घंटे में पाचन-क्रिया पूरी हो जाती है।

4. भोजन करते समय बोलने से खाने के कण साँस की नली में जाने का ख़तरा बढ़ जाता है।

पानी भोजन का एक ज़रूरी तत्त्व है। स्वस्थ शरीर के लिए स्वच्छ पानी अति आवश्यक है। गंदे पानी से कई बीमारियाँ फैलती हैं। इसलिए पानी की सफ़ाई ज़रूरी है। भोजन परोसने तथा खाने से पहले हाथों को अच्छी तरह साफ़ कर लेना चाहिए।

देखें, आपने क्या सीखा 8.3

(i) हमारे शरीर का कितना भाग पानी है?

.....

(ii) पानी हमारे शरीर के लिए क्यों ज़रूरी है?

.....

(iii) उल्टी व दस्त लगने पर क्या करना चाहिए?

.....

(iv) गंदे पानी को पीने से होने वाले रोग कौन-कौन से हैं?

.....

(v) पानी को साफ़ करने की कितनी विधियाँ हैं?

.....

(vi) फल, सब्ज़ियों को काटने से पहले क्यों धोना चाहिए?

.....

(vii) भोजन पकाने और खाने से पहले हमें हाथों को अच्छी तरह क्यों धो लेना चाहिए?

.....

अभ्यास

1. सही शब्द चुनकर खाली जगहों में भरें :

एनीमिया, डायरिया, फिटकरी, नमक, वसा

(i) मक्खन, घी में ..... की मात्रा अधिक होती है।

(ii) दूषित भोजन करने से ..... हो जाता है।

(iii) गलगंड या घेंघा से बचने के लिए आयोडीनयुक्त ..... खाना चाहिए।

(iv) भोजन में लोहे की कमी से ..... रोग हो जाता है।

(v) ..... डालने से पानी में बारीक मिट्टी के कण आपस में जुड़कर भारी हो जाते हैं और नीचे बैठे जाते हैं।

2. 'क' कॉलम में लिखे शब्दों का 'ख' कॉलम में लिखे शब्दों से मिलान करें :

'क'	'ख'
धूप	स्वस्थ आँखें
आँवला	एनीमिया से बचाव
अंडा, दूध	स्वस्थ मसूढ़े
पालक	मज़बूत हड्डियाँ

3. नीचे कुछ खाने की चीजों के नाम दिए हैं। इनमें से संतुलित भोजन में क्या-क्या खाना चाहिए? सही का निशान लगाएँ।

रोटी, चावल, दाल, सब्ज़ी, दूध, ब्रेड पकौड़ा, कोका कोला, नूडल्स

आइए, दोहराएँ

- भोजन हमारे शरीर को ऊर्जा (काम करने की शक्ति) देता है।
- भोजन हमारे शरीर को बढ़ने में सहायता करता है और टूट-फूट की मरम्मत करता है।
- भोजन पाँच घटकों से मिलकर बनता है-कार्बोहाइड्रेट, वसा, प्रोटीन, खनिज लवण और विटामिन।
- जिस भोजन में पाँचों घटक सही मात्रा में होते हैं, उसे संतुलित भोजन कहते हैं।
- हमारे शरीर का दो तिहाई भाग पानी है।
- गंदा पानी पीने से कई तरह के रोग हो सकते हैं, जैसे टाइफाइड, हैजा, पीलिया आदि।
- स्वस्थ शरीर के लिए स्वच्छ भोजन आवश्यक है।
- भोजन पकाने और खाने में साफ-सफ़ाई जरूरी है।

आइए, करके देखें

एक सप्ताह तक आपने पूरे दिन क्या-क्या खाया, एक कापी में लिख लें। एक सप्ताह के बाद सब चीजों को देखकर सोचें कि क्या आप संतुलित भोजन खाते हैं? यदि नहीं तो अपने खाने को संतुलित बनाने की कोशिश करें।

उत्तरमाला

8.1

(i) भोजन हमें ऊर्जा/ताकत देता है, शरीर को बढ़ाता है, रोगों से बचाता है।

(ii) 1. कार्बोहाइड्रेट, 2. प्रोटीन, 3. वसा, 4. खनिज लवण, 5. विटामिन

(iii)

कालम ए	**कालम बी**
क	ii
ख	iii
ग	iv
घ	v
ङ	i

8.2

(i) जिस भोजन में पाँचों घटक सही मात्रा में होते हैं, उसे संतुलित भोजन कहते हैं।

(ii) बच्चों की ठीक प्रकार से वृद्धि नहीं होती। उन्हें सूखा रोग हो जाता है।

(iii) भोजन में लोहे की कमी से और कभी-कभी विटामिन बी की कमी से भी एनीमिया हो जाता है।

(iv) ऐसी चीजें खाएँ, जिनमें विटामिन सी हो, जैसे– आँवला, नीबू, अमरूद, टमाटर आदि

(v) 1. कार्बोहाइड्रेड, 2. प्रोटीन, 3. वसा, 4. खनिज लवण, 5. विटामिन

8.3

(i) दो तिहाई भाग।

(ii) शरीर के अंदर सब पदार्थ पानी में घुलकर ही एक अंग से दूसरे अंग तक जाते हैं।

(iii) पानी, ओ.आर.एस. या नमक-चीनी का घोल, शिकंजी आदि पिलाना चाहिए।

(iv) पीलिया, टाइफ़ाइड, डायरिया

(v) फिटकरी द्वारा, घरेलू फ़िल्टर द्वारा, क्लोरीन की गोलियों या लाल दवा द्वारा, उबालकर, आधुनिक फ़िल्टर द्वारा।

(vi) काटकर धोने से उनके उपयोगी तत्त्व नष्ट हो जाते हैं।

(vii) ताकि हाथों की गंदगी खाने में जाकर उसे दूषित न करे।

जाँच पत्र-2

(पाठ 5 से 8 तक)

(1) इनमें से कौन सी हमारी बुनियादी ज़रूरत नहीं है :

(क) हवा (ख) पानी (ग) वाहन (घ) भोजन

(2) हमारे शरीर में कितना हिस्सा पानी होता है?

(अ) तीन-चौथाई (ब) एक-तिहाई (स) आधा (द) दो-तिहाई

(3) सही शब्द लिखकर वाक्य पूरे कीजिए :

(i) बिना ..... के हमारा जीवन नहीं चल सकता। (हवा/मकान)

(ii) ..... पृथ्वी की परिक्रमा करता है। (सूर्य/चंद्रमा)

(iii) पृथ्वी अपनी धुरी पर ..... में एक चक्कर लगाती है।
(24 घंटे/7दिन)

(iv) प्रोटीन की कमी होने से बच्चों में ..... हो जाता है।
(रतौंधी/सूखा रोग)

(4) सही वाक्य के सामने (√) और गलत वाक्य के सामने (×) का निशान लगाइए:

(i) खून के साथ मिलकर ऑक्सीजन शरीर के हर अंग तक पहुँच जाती है। ☐

(ii) मक्खन में प्रोटीन की मात्रा अधिक होती है। ☐

(iii) घेंघा रोग से बचने के लिए आयोडीन वाला नमक इस्तेमाल करना चाहिए। ☐

(iv) पृथ्वी के दो उपग्रह हैं। ☐

(5) पृथ्वी सूर्य का एक चक्कर कितने समय में लगाती है?

(अ) 30 दिन (ब) 365 दिन (स) 280 दिन (द) 180 दिन

(6) लाइन से मिलाकर सही जोड़े बनाइए :

प्रोटीन	प्राण वायु
उपग्रह	दाल
ऑक्सीजन	चंद्रमा
भोजन	घी
वसा	ऊर्जा

(7) इनमें से कौन-सी चीज़ें सेहत के लिए अच्छी हैं :

रोटी	चावल	फल	ब्रेड पकौड़ा
नूडल्स	दाल	दूध	सब्ज़ी

.....

.....

.....

पाठ 9

बाह्य अंगों का रख-रखाव व स्वच्छता

इस पाठ से हम सीखेंगे

- शरीर के बाहरी अंगों के बारे में।
- बाहरी अंगों के कार्यों के बारे में।
- बाहरी अंगों की सफ़ाई और रखरखाव के बारे में।
- जननांगों की सफ़ाई के बारे में।

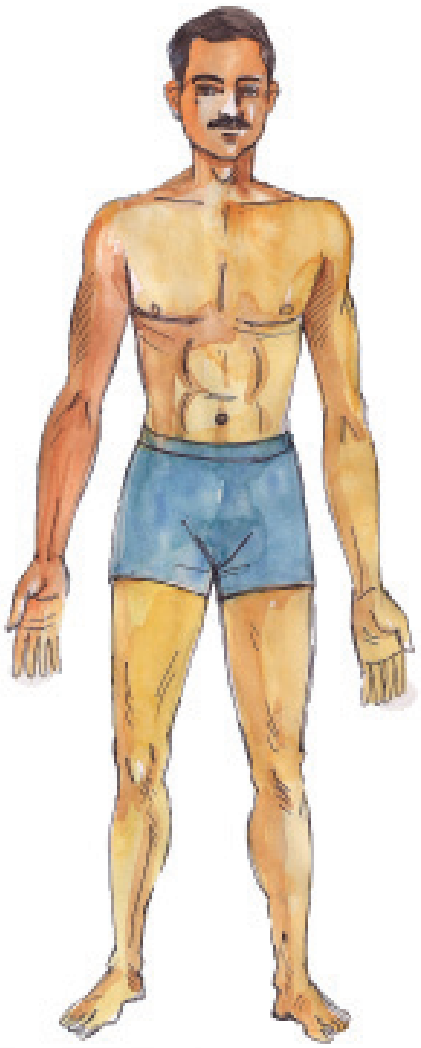
कोई भी व्यक्ति बूढ़ा, कमज़ोर और बीमार होना नहीं चाहता। सभी चाहते हैं कि वे जीवन भर स्वस्थ रहें, चुस्त-दुरुस्त बने रहें। परंतु ऐसा तभी होगा, जब हम अपने शरीर के सभी अंगों की उचित देखभाल करेंगे और सफ़ाई का ध्यान रखेंगे।

कुछ लोग 70-75 की उम्र में भी चुस्त-दुरुस्त बने रहते हैं। आँख, कान, नाक, दाँत, बाल आदि सब ठीक-ठाक हालत में काम कर रहे होते हैं। चेहरे की चमक बरकरार रहती है।

यह शरीर हमारा है। इसे चुस्त-दुरुस्त और स्वस्थ बनाए रखने की ज़िम्मेदारी भी हमारी है। हम जितने अच्छे ढंग से इसकी देखभाल करेंगे, खान-पान, स्वच्छता और रहन-सहन में सावधानी बरतेंगे, उतना ही स्वस्थ बने रहेंगे। आइए, इनके बारे में जानें :

9.1 शरीर के बाह्य (बाहरी) अंग

आसानी के लिए हम अपने शरीर को दो हिस्सों में बाँट लेते हैं– सिर और धड़। सिर में हैं– बाल, आँख, कान, नाक, दाँत आदि तथा धड़ में हाथ, पैर तथा ज़ननांग आदि। हमारी त्वचा भी शरीर का बाहरी हिस्सा है। त्वचा से शरीर के अंदर के सभी अंग ढँके रहते हैं। इससे हमारा शरीर सुंदर भी लगता है और अंगों की सुरक्षा भी होती है। ज़रा सोचिए, अगर त्वचा से पूरा शरीर ढँका न होता तो कैसा लगता?



शरीर के सभी अंगों के अपने-अपने कार्य हैं। सबका अपना-अपना महत्त्व है। हम आँखों से देखते हैं। कानों से सुनते हैं। नाक से सूँघते हैं। दाँतों से भोजन को काटते-चबाते हैं। जीभ से स्वाद लेते हैं। हाथों से काम करते हैं। पैरों से चलते हैं। त्वचा पूरे शरीर की हिफ़ाज़त करती है। इन सभी अंगों का आपस में तालमेल रहता है। हमारा जीवन चलाने में सबकी सहभागिता है।

जिन अंगों को हम छुपाकर या हमेशा ढँककर रखते हैं, वे गुप्तांग कहे जाते हैं, जैसे मल-मूत्र त्यागने वाले अंग। इनमें वे अंग, जो संतान-परंपरा को आगे बढ़ाने के काम आते हैं, जननांग कहलाते हैं। ये सभी अंग शरीर और जीवन के लिए अति महत्त्वपूर्ण हैं। इनकी देखभाल में विशेष सावधानी बरतने की ज़रूरत है। इनकी सफ़ाई का ख़ास ध्यान रखना चाहिए। गंदगी और लापरवाही के कारण यौन-रोगों की तकलीफ़ भोगनी पड़ सकती है।

देखें, आपने क्या सीखा 9.1

(i) शरीर के चार वाह्य अंगों के नाम लिखिए।

I. ..... II. ..... III. ..... IV. .....

(ii) हमारा शरीर कितने हिस्सों में बंटा है?

.....

(iii) गुप्तांग क्या हैं?

.....

9.2 अंगों की देखभाल एवं स्वच्छता

शरीर को चुस्त-दुरुस्त और स्वस्थ बनाए रखने के लिए हर अंग की उचित देखभाल करना बहुत ज़रूरी है। हर अंग की स्वच्छता भी ज़रूरी है। गंदगी और लापरवाही से शरीर में तमाम रोगों की संभावना बढ़ जाती है। आइए, इन ज़रूरी बातों को जानें-समझें :

9.2.1 बाल

(i) गंदगी के कारण बालों में जूँ पड़ जाती हैं। रूसी हो जाती है। कभी-कभी खोपड़ी में छोटी-छोटी फुंसियाँ पड़ जाती हैं। बालों का टूटना और झड़ना बढ़ जाता है।

(ii) बालों को स्वस्थ बनाए रखने के लिए उन्हें साफ़ रखना बहुत ज़रूरी है। अत: सप्ताह में दो बार किसी अच्छे शैंपू, बेसन-दही अथवा त्रिफला से बालों को धोएँ।

(iii) बालों में रोज कंघी करें, उन्हें सँवारकर रखें। कभी-कभी तेल की मालिश भी करें।

(iv) जाड़े के दिनों में बाल धोने के लिए गुनगुने पानी का प्रयोग करें। ध्यान रहे, पानी बहुत ज़्यादा गर्म न हो।

(v) बालों को धूल और गंदगी से बचाकर रखें।

9.2.2 आँखें

(i) आँखों से ही हम सारे संसार को देख पाते हैं। इनकी सुरक्षा का खास ध्यान रखें।

(ii) आँखों को स्वच्छ रखने के लिए साफ़-ताज़े पानी से छपके मारकर धोएँ।

(iii) आँखों को धूल, धुएँ, गंदगी, तेज़ रोशनी और उड़ते हुए कीट-पतंगों से बचाएँ।

आँखों को साफ़ पानी से धोना

(iv) आँखों को चोट से बचाएँ।

(v) बिना डॉक्टरी सलाह के आँखों में कोई दवा न डालें। इससे नुकसान हो सकता है।

(vi) आँखों में कुछ पड़ जाए, तो उन्हें मसलें नहीं। मसलने से अंदर घाव हो सकता है। साफ़-ताज़े पानी के छपके मारें। इससे वह चीज़ निकल जाएगी। यदि फिर भी न निकले, तो डॉक्टर से परामर्श लें।

9.2.3 कान

(i) कान साफ़ करने के लिए कोई सींक, तीली या नुकीली चीज़ कान में न डालें।

(ii) नहाते समय कानों के अंदर-बाहर की सफ़ाई ज़रूर करें, लेकिन ध्यान रखें कि कानों के अंदर पानी न जाने पाए।

(iii) बहुत तेज़ आवाज़ और शोरगुल से बचें।

(iv) कानों को चोट से बचाएँ।

(v) कानों में कोई चीज़ चली जाए, तो उसे उँगली अथवा कोई अन्य चीज़ डालकर निकालने की कोशिश न करें। इससे वह चीज़ और ज़्यादा अंदर जा सकती है। उसे निकालने के लिए डॉक्टर की मदद लें।

हमारा कान

(vi) कानों में फोड़ा-फुंसी हो, दर्द हो, या बहने लगे, तो तुरंत डॉक्टर के पास जाएँ। इधर-उधर की दवाओं या तेल आदि का इस्तेमाल न करें।

9.2.4 नाक

(i) नाक से हम साँस लेते हैं। इसकी सफ़ाई और देखभाल में लापरवाही न करें।

(ii) अक्सर ज़ुकाम होने पर छींकें आती हैं। नाक बहने लगती है। ऐसे समय सफ़ाई का विशेष ध्यान रखें। सफ़ाई के लिए साफ़ पानी और साफ़ रूमाल का प्रयोग करें। गंदे कपड़े व रूमाल का प्रयोग न करें।

नाक की साफ़ पानी से सफ़ाई

(iii) छींकते समय नाक पर रूमाल लगा लें।

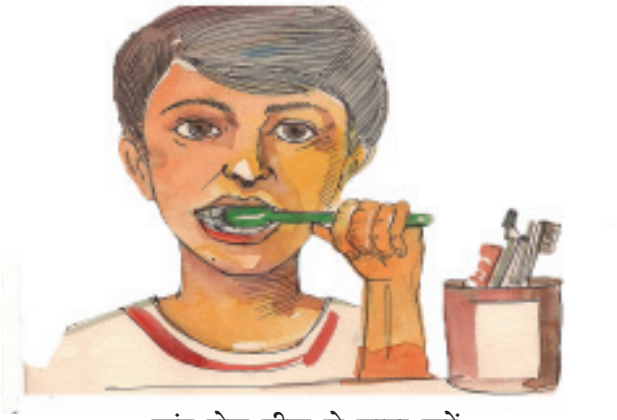
(iv) नाक में कुछ चला जाय, चोट लग जाय, फुंसी हो जाय, तो तुरंत डॉक्टर को दिखाएँ।

9.2.5 मुँह

(i) मुँह के अंदर दाँत, जीभ, मसूढ़े और तालू होते हैं।

(ii) दाँतों और मसूढ़ों की सफ़ाई के लिए रोज़ सुबह-शाम दातून, मंजन या टूथपेस्ट करें। जीभ भी साफ़ करें।

(iii) हर बार कुछ भी खाने के बाद ठीक से कुल्ला ज़रूर करें, जिससे भोजन के कण दाँतों या मसूढ़ों में फँसे न रह जाएँ।



दांत रोज ठीक से साफ़ करें

(iv) ख़ूब गरम और ख़ूब ठंडी चीज़ें न खाएँ-पिएँ। इससे दाँतों, मसूढ़ों, जीभ और तालू को नुकसान हो सकता है।

(v) पान, तम्बाकू, गुटखा, बीड़ी, सिगरेट आदि का सेवन न करें। इससे दाँत गंदे होते हैं। मुँह में घाव हो सकते हैं। यहाँ तक कि कैंसर भी हो सकता है।

(vi) दाँत साफ़ करने के लिए कोयले, राख या बालू का इस्तेमाल न करें।

9.2.6 हाथ-पैर

(i) नीरोग रहने के लिए हाथ-पैरों की सफ़ाई का विशेष ध्यान रखने की ज़रूरत है।

(ii) पैरों द्वारा बाहर की गंदगी घर के अंदर आ सकती है। इसी तरह खाने-पीने की चीज़ों के साथ हाथों द्वारा गंदगी शरीर के अंदर जा सकती है।

(iii) कुछ भी खाने-पीने से पहले साबुन से अच्छी तरह हाथ ज़रूर धोएँ।

(iv) खाना बनाने या खाने-पीने की चीज़ों को छूने से पहले भी हाथ ज़रूर साफ़ करें।

खाने से पहले साबुन से हाथ धोएं

(v) बाहर से आने पर जूते-चप्पल उतारकर घर के अंदर जाएँ। अच्छा होगा कि पैर धोकर रसोई में घुसें। घर के अंदर यदि नंगे पैर न रहना हो, तो अंदर पहनने वाली चप्पलें अलग रखें।

(vi) हाथ-पैरों के नाख़ून समय-समय पर काटते रहें। नाख़ून बड़े होने पर उनमें गंदगी भर जाती है।

9.3 गुप्तांग

(i) अक्सर लोग गुप्तांगों की सफ़ाई के प्रति लापरवाह रहते हैं। इससे कई तरह के रोग हो सकते हैं।

(ii) स्नान करते समय गुप्तांगों की सफ़ाई का विशेष ख़्याल रखें।

(iii) शौच करने के लिए हमेशा स्वच्छ पानी का ही प्रयोग करें।

(iv) महिलाएँ माहवारी के समय गंदे कपड़े अथवा राख आदि का इस्तेमाल न करें। हमेशा साफ़ धुले हुए सूखे कपड़े अथवा सेनेटरी पैड का ही इस्तेमाल करें।

(v) पेशाब करने के बाद जननांगों को धोकर साफ और सूखे कपड़े से पोंछ लें।

9.4 त्वचा

(i) त्वचा अंदरूनी अंगों को सर्दी-गर्मी, हवा, धूल और गंदगी से बचाती है।

(ii) इसके रोम छिद्र अंदर की गंदगी को पसीने के रूप में बाहर निकालने का काम करते हैं।

(iii) त्वचा की सफ़ाई का मतलब है– पूरे शरीर की सफ़ाई।

(iv) रोज़ साफ़-ताज़े पानी से रगड़-रगड़कर स्नान अवश्य करें। स्नान करने के बाद साफ़-सूखे तौलिये से रगड़-रगड़कर पूरे शरीर को पोंछें।

(v) जाड़े के दिनों में शरीर पर तेल की मालिश करें। गुनगुनी धूप का सेवन करें।

(vi) कभी-कभी त्वचा पर उबटन लगाएँ।

(vii) त्वचा को साफ़ करने के लिए झाँवे अथवा खुरदरे जूने से न रगड़ें, किसी अच्छे-मुलायम स्क्रबर का प्रयोग करें।

(viii) नहाने के लिए कपड़े धोने वाले साबुन अथवा डिटरजेन्ट का प्रयोग न करें।

स्वच्छता और स्वास्थ्य में बहुत गहरा संबंध है। स्वस्थ रहने के लिए हर अंग की स्वच्छता का ध्यान रखना बहुत ज़रूरी है।

शरीर को चुस्त-दुरुस्त और स्वस्थ बनाए रखने के लिए हर अंग की उचित देखभाल करना ज़रूरी है। आँख, कान, नाक, मुँह, दाँत, बाल, त्वचा और हाथ-पैरों की सफ़ाई रखें। स्नान करते समय गुप्तांगों की सफ़ाई पर विशेष ध्यान दें।

देखें, आपने क्या सीखा 9.2

(i) बालों में जूँ क्यों पड़ जाती हैं ?

.....

(ii) बिना डॉक्टरी सलाह के आँखों में दवा डालने से क्या हो सकता है?

.....

(iii) कान में कोई चीज़ चली जाए, तो क्या करना चाहिए ?

.....

(iv) मुँह के अंदर कौन-कौन से अंग हैं ?

.....

(v) नाख़ून न काटने से क्या होता है ?

.....

आइए, दोहराएँ

- शरीर को चुस्त-दुरुस्त और स्वस्थ बनाए रखने के लिए उचित देखभाल और स्वच्छता जरूरी है।
- शरीर में हर अंग का अपना महत्त्व है। सबका आपस में तालमेल है।
- आँख, कान, नाक, मुँह, बाल, त्वचा और हाथों-पैरों की बराबर सफाई रखें।
- स्नान करते समय गुप्तांगों की सफाई का विशेष ध्यान रखें।

अभ्यास

1. सही शब्द चुनकर खाली जगहों को भरिए :

(क) ..... के कारण बालों में जूँ पड़ जाती हैं।

(लंबाई/गंदगी)

(ख) छींकते समय नाक पर ..... लगा लें।

(हाथ/रूमाल)

(ग) हर बार कुछ भी खाने के बाद ..... जरूर करें।

(कुल्ला/स्नान)

(घ) शौच के लिए हमेशा ..... पानी का ही प्रयोग करें।

(गरम/स्वच्छ)

2. सही उत्तर के आगे सही (√) का निशान लगाइए :

(i) दाँतों से हम क्या करते हैं?

(क) स्वाद लेते हैं। ☐ (ख) भोजन को निगलते हैं। ☐

(ग) भोजन को चबाते हैं। ☐ (घ) भोजन को पचाते हैं। ☐

(ii) बालों का टूटना और झड़ना क्यों बढ़ जाता है? ☐

(क) बार-बार बाल धोने से ☐ (ख) रोज़-रोज़ कंघी करने से ☐

(ग) बाल पकने से ☐ (घ) गंदे होने से ☐

(iii) आँखों में कुछ पड़ जाए, तो क्या नहीं करना चाहिए?

(क) आँखों को खोलना नहीं चाहिए। ☐ (ख) आँखों को मसलना नहीं चाहिए। ☐

(ग) आँखों को धोना नहीं चाहिए। ☐ (घ) सोना नहीं चाहिए। ☐

(iv) पान, तम्बाकू और गुटखा खाने से क्या हो सकता है?

(क) मुँह का कैंसर ☐ (ख) ताज़गी का एहसास ☐

(ग) ज़ुकाम ☐ (घ) दुर्गंध से मुक्ति ☐

आइए, करके देखें

यहाँ कुछ प्रश्न दिए गए हैं। इनके उत्तर 'हाँ' या 'नहीं' में देना है। उत्तर 'हाँ' में है तो 'हाँ' पर सही का निशान लगाइए। यदि उत्तर 'नहीं' में है, तो 'नहीं' पर सही का निशान लगाइए।

1. क्या आप रोज़ सवेरे उठने के बाद और रात में सोने से पहले मंजन/पेस्ट करते हैं? हाँ/नहीं
2. क्या आप हर बार कुछ भी खाने के बाद कुल्ला करते हैं? हाँ/नहीं
3. क्या शौच के लिए आप हमेशा स्वच्छ पानी का प्रयोग करते हैं? हाँ/नहीं
4. क्या आप भोजन करने से पहले साबुन से हाथ धोते हैं? हाँ/नहीं
5. क्या आप रोज़ स्नान करते हैं? हाँ/नहीं
6. क्या आप नहाते समय गुप्तांगों की सफ़ाई का ध्यान रखते हैं? हाँ/नहीं

7. क्या आप छींकते समय नाक पर रूमाल लगाते हैं? हाँ/नहीं
8. क्या आप नियमित रूप से बालों की सफ़ाई करते हैं? हाँ/नहीं
9. क्या आप बालों में रोज़ कंघी करते हैं? हाँ/नहीं
10. क्या आप नाख़ूनों की सफ़ाई का ध्यान रखते हैं? हाँ/नहीं

अब देखिए, आप कितने जागरूक हैं?

- यदि 10 उत्तर 'हाँ' में हैं, तो आप हैं – पूर्ण जागरूक
- यदि 8–9 उत्तर 'हाँ' में हैं, तो आप हैं – जागरूक
- यदि 5–7 उत्तर 'हाँ' में हैं, तो आप हैं – कम जागरूक
- यदि 3–6 उत्तर 'हाँ' में हैं, तो आप हैं – बहुत कम जागरूक
- यदि 3 से भी कम उत्तर 'हाँ' में हैं, तो आप –जागरूक बिलकुल नहीं कहे जा सकते।

अपने उत्तर देखिए। जिन कामों के उत्तर 'नहीं' में हैं, उन कामों को करने की आदत डालिए। जब आदत पड़ जाएगी तो आपके सभी उत्तर हाँ में आ जाएँगे, और आप पूर्ण जागरूक बन जाएँगे।

उत्तरमाला

9.1

(i) I. आँख II. कान III. हाथ IV. पैर
(ii) दो हिस्सों में – सिर और धड़।
(iii) जिन अंगों को हम छुपाकर या हमेशा ढँककर रखते हैं, वे गुप्तांग कहे जाते हैं।
(iv) दाँत, मसूढ़े, जीभ और तालू।
(v) नाखूनों में गंदगी भर जाती है।

9.2

(i) गंदगी के कारण।
(ii) आँखों को नुकसान हो सकता है।
(iii) डॉक्टर के पास जाना चाहिए।

पाठ 10

परिवहन एवं संचार

10.1 परिवहन व्यवस्था

इस पाठ से हम सीखेंगे

- यातायात और संदेश भेजने के साधनों के विकास के बारे में।
- उनके विभिन्न प्रकारों के बारे में।
- उनसे होने वाले लाभों के बारे में।
- यातायात के संकेतों के बारे में।
- पर्यावरण पर उनके प्रभाव के बारे में।

लोगों की जरूरतें बढ़ने के साथ-साथ आने-जाने के साधनों पर निर्भरता भी बढ़ी है। आजकल की भाग-दौड़ की दुनिया में मानव की सबसे बड़ी निर्भरता यातायात के साधनों पर है। बच्चों को स्कूल जाना है, बड़ों को अपने काम पर दूर-दराज़ के रिश्तेदारों से मिलना है, घूमने-फिरने के लिए जाना है, सामान एक स्थान से दूसरे स्थान पर पहुँचाना है– यह सब यातायात के साधनों एवं परिवहन-व्यवस्था पर ही निर्भर है।

इटली का पीज़ा दिल्ली में, पंजाब के छोले-भठूरे लंदन व अमरीका में, लखनवी कुर्ता दिल्ली, बंगलूरु तथा अन्य शहरों में, अलीगढ़ के ताले दार्जिलिंग में, आसाम की चाय, दक्षिण का नारियल और इडली-दोसा दुनिया के हर शहर में पहुँच चुका है। रोज़मर्रा की ज़रूरत की वस्तुएँ, जैसे– दूध, फल, सब्ज़ियाँ, पनीर एवं अन्य खाने का सामान एक स्थान से दूसरे स्थान पर पहुँच जाता है। यह सब परिवहन-व्यवस्था का ही कमाल है। आइए, इस पाठ में इस बारे में विस्तार से जानें।

10.1.1 परिवहन का विकास

पहले लोग पैदल आया-जाया करते थे। अपने पैरों के निशानों से रहने के स्थान पर पहुँच पाते थे। उसी रास्ते से पशुओं को ले जाते थे। इन्हीं पर पशुओं द्वारा माल भी ढोया जाता था। भारी सामान को खींचकर भी ले जाते थे। इनके निशानों से रास्ता बन जाया करता था, उसे पगडंडी कहते थे। इस प्रकार के रास्ते जंगली व

एक आदिमानव कंधे पर शिकार ले जाता हुआ

पगडंडी पर सामान खींचता हुआ

पहाड़ी इलाकों में आज भी देखने को मिलते हैं। आवश्यकता पड़ने पर इनको चौड़ा किया गया। धीरे-धीरे इन्हीं रास्तों ने सड़कों का रूप ले लिया।

प्राचीन काल में लोग नदियों के किनारे रहते थे। इससे उनको पीने तथा अन्य इस्तेमालों के लिए पानी मिलता था। पानी के ज़रिये ही लोग अपना सामान एक स्थान से दूसरे स्थान तक ले जाते थे। खुद भी पानी के रास्ते आया-जाया करते थे। परिवहन के क्षेत्र में पानी के रास्ते माल लाने ले जाने की व्यवस्था बहुत पुरानी है।

धीरे-धीरे भारी सामान ले जाने की ज़रूरत पड़ी, तो पहिए का विकास हुआ। पहिए के विकास ने तो दुनिया को बदल ही डाला। इसी से सड़क-परिवहन, रेल-परिवहन, वायु-परिवहन, जल-परिवहन आदि का विकास हुआ। अब हम किसी भी स्थान से दूसरे स्थान तक आसानी से कम समय में आ-जा सकते हैं। सामान एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जा सकते हैं। यह सब रेल, हवाई जहाज़, पानी के जहाज़ व सड़क-परिवहन के कारण ही संभव हुआ है। झारखंड से कोयला पूरे देश में जाता है। सभी अनाज– गेहूँ, चावल, मटर, मक्का, बाजरा तथा सभी दालें देश के एक कोने से दूसरे कोने में आसानी से पहुँचाई जा सकती हैं। जल्दी आने-जाने व सामान ढोने की आवश्यकता के कारण परिवहन का विकास हुआ।

10.1.2 सड़क-परिवहन

साइकिल, रिक्शा, बस, ट्रक, कार, स्कूटर, मोटर साइकिल, बैलगाड़ी, घोड़ागाड़ी, ऊँटगाड़ी आदि सड़क-परिवहन के साधन हैं।

सड़क-परिवहन के विभिन्न साधन

सड़क-परिवहन में पहिए के विकास के बाद अधिक तेज़ी आई। सड़कें कच्ची व पक्की

दोनों तरह की होती हैं। आपने देखा होगा कि जिस गाँव के पास सड़क बन जाती है, उस गाँव का नक्शा ही बदल जाता है। उसमें अपने आप विकास शुरू हो जाता है। उस राज्य का विकास तेज़ गति से होता है, जिसमें अच्छी सड़कें हों।

क्या आप जानते हैं कि तारकोल की पहली सड़क बगदाद में बनी थी? सबसे बड़ी सड़क शेरशाह सूरी ने पेशावर (पाकिस्तान) से कलकता तक बनवाई थी। इसको जी.टी. रोड (ग्रान्ड ट्रंक रोड) के नाम से जाना जाता है। सरकार द्वारा चलाई गई प्रधानमंत्री ग्रामीण सड़क योजना के तहत देश के हर गाँव को मुख्य सड़क से जोड़ा जा रहा है। बड़े-बड़े राष्ट्रीय राजमार्ग बनाए गए हैं और बनाए जा रहे हैं। राष्ट्रीय राजमार्ग को हर बड़े शहर तथा हर प्रदेश की राजधानी से जोड़ा गया है। परिवहन के नए-नए साधन सड़क पर आए हैं। परिवहन में बहुत विकास हुआ है। अब तो उड़ने वाली कार भी आ चुकी है।

10.1.3 सड़क-परिवहन संकेत

सड़क संकेत

दुनिया में सड़क पर नए-नए परिवहन के साधन आ गए हैं। इनकी संख्या भी बहुत बढ़ गई है। इन सबको सुचारु रूप से चलाने के लिए संकेत-चिह्न बनाए गए हैं। ये दो प्रकार के होते हैं– (1) सड़क के बारे में संकेत करने वाले, जैसे–आगे पुल है, आगे सँकरा रास्ता है, आगे ज़ेब्रा क्रॉसिंग है, आगे यू टर्न है, आगे जंगल है, आगे स्कूल है, आगे अस्पताल है आदि।

दूसरे प्रकार के संकेत चिह्न यातायात को नियंत्रित करने के लिए होते हैं, जैसे–चौराहे पर बने प्रकाश संकेत, रास्ता बताने के संकेत आदि।

प्रकाश संकेत में तीन तरह की बत्तियाँ होती हैं– लाल, हरी और पीली। लाल बत्ती का मतलब है कि सभी वाहन सड़क पर बनी रेखा से पहले ठहर जाएँ। पीली बत्ती का मतलब है ठहरें, देखें, तब चलें। हरी बत्ती का मतलब है– आप चलते रहें। यदि इन संकेतों का सही पालन किया जाए, तो एक्सीडेन्ट (दुर्घटनाओं) से बचा जा सकता है।

बत्तियों से सड़क संकेत

पहिए के विकास ने दुनिया को बदल डाला। इसी से सड़क–परिवहन, वायु–परिवहन, जल–परिवहन आदि का विकास हुआ। सड़क पर परिवहन को सुचारु रूप से चलाने के लिए संकेत चिह्न बनाए गए हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 10.1

1. सही शब्दों से खाली जगह भरिए :

(i) सबसे पहले रास्तों को ..... कहते थे।

(ii) भारत में सबसे बड़ी सड़क का नाम ..... है।

(iii) सबसे पहले बड़ी सड़क ..... से ..... तक शेरशाह सूरी ने बनवाई थी।

(iv) ..... के विकास ने परिवहन में क्रांति ला दी।

(v) लाल बत्ती होने पर सबको ..... होता है?

(vi) हरी बत्ती होने पर सबको ..... होता है।

10.1.4 रेल-परिवहन

दुनिया में सबसे अधिक लोगों का आना-जाना तथा माल की ढुलाई रेल-यातायात द्वारा ही होती है। भारत में तीन प्रकार के रेल-मार्ग हैं। रेल की पटरियों के बीच की दूरी के अनुसार इन्हें ब्रॉड गेज, मीटर गेज एवं नैरो गेज कहा जाता है। महानगरों और बड़े शहरों को चौड़े रेल मार्गों (ब्रॉड गेज) से जोड़ा गया है। छोटे शहरों अथवा जहाँ तीव्र गति से रेल-परिवहन की आवश्यकता नहीं थी, वहाँ मीटर गेज की पटरियाँ बिछाई गई थीं। अब सभी मीटर गेज लाइनों को ब्रॉड गेज में बदला जा रहा है। कठिन एवं पहाड़ी क्षेत्रों में नैरो गेज रेलवे लाइनें बनाई गई हैं।

रेलवे लाइन

भारतीय रेल एशिया की सबसे बड़ी रेल है। दुनिया की दूसरे नंबर की रेल है। भारत में सबसे पहली 34 किलोमीटर लंबी रेल 1853 में मुबई से थाणे तक चली थी। भारत में सबसे पहली रेलगाड़ी को घोड़े जोतकर खींचा गया था। अब तो तीव्र गति से चलने वाली रेल, जैसे– शताब्दी, राजधानी एक्सप्रेस गाड़ियाँ चल रही हैं। भारत में ज़मीन के अंदर सबसे पहली रेल कलकत्ता में चली थी। अब दिल्ली में मैट्रो ने तहलका मचा दिया है। बहुत सारी मेट्रो ज़मीन के अंदर हैं, कुछ ऊपर हैं। अब मैगनेट की ऐसी रेल भारत में आने वाली है, जो पटरी से ऊपर चलेगी।

रेलगाड़ी

दुनिया में सबसे अधिक लोगों का आना-जाना तथा माल की ढुलाई रेल-यातायात द्वारा होती है। भारत में तीन प्रकार के रेलवे-मार्ग हैं– ब्रॉड गेज (बड़ी लाइन),

मीटर गेज (छोटी लाइन) और नैरो गेज (पहाड़ी इलाकों की बहुत संकरी लाइन)। अब तक रेल जम्मू तक थी। जम्मू और कश्मीर राज्य के दूसरे हिस्सों में भी रेल लाइनें बन गई हैं। इसी तरह त्रिपुरा को रेल द्वारा जोड़ा गया है। सरकार की योजना है कि देश के सभी क्षेत्रों को रेल द्वारा जोड़ा जाये।

देखें, आपने क्या सीखा 10.2

(i) दुनिया में सबसे अधिक माल की ढुलाई किस परिवहन से होती है?

.....

(ii) भारत में कितनी तरह की रेल लाइन हैं?

.....

(iii) भारत में सबसे पहली रेल कब और कहाँ से कहाँ तक चली थी?

.....

(iv) भारत में जमीन के अंदर सबसे पहली रेल किस शहर में चली थी?

.....

(v) दिल्ली में आधुनिकतम परिवहन क्या है?

.....

10.1.5 जल-परिवहन

सड़क और रेल-परिवहन से पहले जल-परिवहन का आरंभ हुआ। सबसे पहले नाव का प्रयोग मछली पकड़ने के लिए किया गया, परंतु आवश्यकतानुसार इसका विकास होता गया।

पानी का जहाज

व्यापार तथा युद्ध के लिए समुद्र तथा नदियों का प्रयोग होने लगा। आजकल बड़ी मात्रा में एक देश से दूसरे देश को माल ढोने का काम पानी के जहाजों से किया जाता है। पानी के ज़रिए समुद्र में रास्ते निर्धारित कर दिए गए हैं। आजकल इतने बड़े समुद्री जहाज़ हैं कि उन पर कई लड़ाकू विमान उतर सकते हैं तथा उड़ान भर सकते हैं। बड़े-बड़े जहाज़ों तथा पनडुब्बियों का विकास हुआ। हमारे यहाँ हुगली नदी, ब्रह्मपुत्र नदी तथा गंगा नदी में माल तथा यात्रियों को लाने ले जाने का काम होता है।

10.1.6 वायु-परिवहन

यह तीव्र गति से चलने वाला यातायात का एक मुख्य साधन है। सबसे पहले राइट ब्रदर्स ने 1903 में गुब्बारे से उड़ान भरी थी। इसके बाद हेलीकॉप्टर, ग्लाइडर, एअर बस, लड़ाकू विमान आदि बने। आपने 26 जनवरी पर इनका कमाल देखा होगा। अब सभी मुख्य शहरों और सभी प्रदेशों की राजधानियों के बीच हवाई जहाज़ चलते हैं। पहले जहाँ पहुँचना बहुत मुश्किल था, वहाँ अब हवाई अड्डे बना दिए गए हैं, इटानगर, तवाँग, बोमडिला, दीमापुर, नागालैंड में छोटे-छोटे जहाजों तथा हैलीकॉप्टरों द्वारा पहुँचा जा सकता है।

10.1.7 पाइप लाइन

पाइप लाइन का उपयोग पानी, तेल, प्राकृतिक गैस आदि के ले जाने में किया जाता है। आजकल रसोई गैस, पेट्रोल, सी.एन.जी. सभी पाइपों द्वारा भेजी जाती हैं। पीने का पानी पाइपों द्वारा आता है।

पाईप लाइन द्वारा परिवहन

जल-परिवहन का आरंभ रेल-परिवहन से पहले हुआ था। वायु-परिवहन तीव्र गति से चलने वाला यातायात का मुख्य साधन है। अब सभी मुख्य शहरों और सभी प्रदेशों को हवाई जहाज़ से जोड़ दिया गया है। तरल पदार्थ एवं गैस आदि को लाने-ले जाने के लिए पाइप-लाइन का प्रयोग होता है।

देखें आपने क्या सीखा 10.3

(i) सही शब्द चुनकर खाली जगहों को भरिए :

(क) सबसे पहले ..... परिवहन का आरंभ हुआ।

(ख) व्यापार तथा ..... के लिए समुद्र तथा नदियों का प्रयोग होने लगा।

(ग) समुद्री जहाज पर ..... उतर सकते हैं तथा उड़ान भर सकते हैं।

उत्तर लिखिए:

(क) वायु-परिवहन के कौन से साधन आजकल काम में आ रहे हैं?

.....

(ख) पाइप लाइन से क्या-क्या भेजा जाता है?

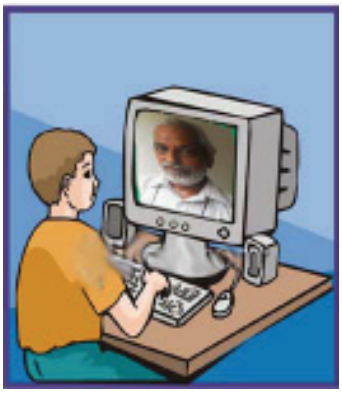
.....

10.2 संचार के साधन

इस पाठ से हम सीखेंगे

- संचार क्या है?
- संचार के साधनों का विकास।
- संचार के कौन-कौन से तरीके हैं?
- संचार के तरीके कैसे काम में लाए जाते हैं?
- संचार के तरीकों से फ़ायदे।

आपने देखा है कि लोग किताबें, अखबार, पत्रिकाएँ पढ़ते हैं। फोन तथा मोबाइल से बात-चीत करते हैं। रेडियो सुनते हैं। टेलीविजन पर समाचार सुनते हैं। फिल्में देखते हैं। मनोरंजन तथा खेल देखते हैं। कम्प्यूटर पर काम करते हैं। लैपटॉप पर काम करते हैं। यह सब क्या है? इसके जरिए हम अपने मन की बात दूसरों को बताते हैं। उनकी सुनते हैं। इसके लिए बोलकर, लिखकर, देखकर संकेतों तथा इशारों द्वारा सूचना भेजने तथा प्राप्त करने के तरीकों में बेहद तरक्की हुई है। पहले नाई या संदेशवाहक के द्वारा वह सब काम होता था। वही निमंत्रण पत्र पहुँचाता था। उसमें बहुत समय लगता था। अब तो घर बैठे टेलीफोन से दुनिया के किसी भी कोने में बैठे दोस्त या रिश्तेदार से बातें कर सकते हैं। इन्टरनेट से तो जैसे आमने-सामने बैठकर दुनिया में किसी से भी बातचीत कर सकते हैं।



कम्प्यूटर का प्रयोग

10.2.1 संचार क्या है

आपने देखा होगा कि हम दूसरे लोगों के साथ अपने विचारों, सूचनाओं तथा भावनाओं का आदान-प्रदान करते हैं। इसी को संचार

संचार के विभिन्न साधन

कहते हैं। विचारों, सूचनाओं, भावनाओं, आँकड़ों तथा तथ्यों को कैसे भेजा जाए? यही इनके साधन हैं। अखबार, किताबें, पत्रिकाएँ, टेलीफोन, मोबाइल, इन्टरनेट– ये सभी संचार के अंग हैं।

10.2.2 संचार के तरीकों का विकास

आजकल हम आधुनिक संचार युग में रह रहे हैं। संचार के तरीकों की कहानी उतनी ही पुरानी है, जितनी मानव सभ्यता की। जब इंसान पैदा हुआ, तब वह कबीलों में रहता था। वह अपने संदेश इशारों से भेजता था। ढोल, ड्रम, तुरही बनाकर मशाल, आग जलाकर, धुआं करके अपने संदेश भेजता था। धीरे–धीरे नई–नई खोजें होती गईं। अक्षरों तथा भाषाओं की खोज हुई। संदेश भेजने के साधन भी बदलते गए। राजा–महाराजा अपने संदेश भेजने के लिए तेज दौड़ने वाले घोड़े अथवा ऊँट काम में लाते थे। संदेश ले जाने वाला उनका बहुत ही विश्वास का आदमी होता था।

आग द्वारा संदेश

संदेश भेजने के लिए लोग कबूतर, तोता तथा बाज पाला करते थे। इस काम की खासतौर से उनको ट्रेनिंग दी जाती थी। मालूम है, पहला डाकिया कबूतर को ही माना जाता था। 1897 में इंग्लैंड में कबूतर संदेश सेवा स्थापित की गई थी। वहाँ पर ऐसी सेवा 1980 तक काम करती रही। पहले और दूसरे विश्व युद्ध में इन कबूतरों ने पूरी जिम्मेदारी से संदेशवाहक की भूमिका निभाई थी। फ्रांस की सेना में आज भी एक कबूतर वाहिनी काम करती है। भारत की नौ सेना में भी 'पिजन मेल सर्विस' काम कर रही है। आज भी पर्वतों पर चढ़ने वाले और दूर–दराज के लोग शीशे की चमक से भी सन्देश भेजते हैं। लेकिन अक्षरों के विकास के साथ लोगों ने पढ़ना–लिखना सीखा। सूचनाओं के आदान–प्रदान के लिए पत्तों का प्रयोग किया

कबूतर द्वारा संदेश

जाने लगा। धीरे-धीरे यह पुस्तकों, अखबारों, पत्रिकाओं के रूप में बदल गया। सबसे पहले चीन के लोगों ने ब्लॉक से छपी पुस्तक बनाई थी। शुरुआत में पुस्तकों की छपाई लेटर प्रेस की सहायता से की जाती थी। इसमें टाइप तथा चित्रों को उभरे हुए कागज पर स्याही को सही ढंग से लगाकर कागज की एक शीट पर रखकर दबाया जाता था। ऐसा करने से कागज पर मनचाही बात छप जाती थी।

किताबों की छपाई

इसके बाद मोनो और लाइनों द्वारा कम्पोजिंग होने लगी। अगली खोज फोटोटाइपसैटिंग की हुई। इसमें टाइपसैटिंग के लिए फोटोग्राफी को काम में लाया जाता था। आजकल कम्प्यूटर टाइपसैटिंग का प्रयोग बड़े पैमाने पर कम्पोजिंग के लिए होता है। इसे अधिकांश पुस्तकों, जिन्हें आप पढ़ते हो, की छपाई के काम में लाया जाता है। प्रिंटिंग प्रेस की खोज के साथ-साथ पुस्तकें ही नहीं, बल्कि समाचार पत्र-पत्रिकाएँ भी संचार के काम में आने लगीं तथा छपने लगीं।

फोटोटाइपसेटिंग

10.2.3 भारत में संचार का विकास:

भारत में संचार व्यवस्था की ठीक शुरुआत 1837 में पोस्टल सेवा से हुई। 1852 में प्रथम डाक टिकट एवं 1854 में पृथक डाक विभाग खोला गया। 1972 में पिनकोड व्यवस्था लागू की गई।

संचार व्यवस्था व्यक्ति से व्यक्ति तक ही सीमित थी। जन जागरूकता, प्रचार-प्रसार के लिए बड़े ही सीमित रूप में सिर्फ समाचार पत्र एवं पत्रिकाएँ होती थीं। इस क्रम

में 1920 में एक क्रांति आई, जब प्रथम रेडियो का प्रसारण हुआ। मुम्बई के रेडियो क्लब द्वारा 1923 में प्रथम कार्यक्रम प्रसारित किया गया। इसके बाद 15 सितम्बर, 1952 में नई दिल्ली से दूरदर्शन का प्रथम कार्यक्रम प्रसारित किया गया।

आईए अन्य संचार के साधनों के बारे में जानें–

10.2.4 टेलीग्राफ

पहले जो भी सूचना भेजने तथा प्राप्त करने के साधन थे, वह धीमी गति के थे। विद्युत टेलीग्राफ के अविष्कार ने इसमें तेजी ला दी। यह पहला मौका था, जब समाचार बिजली की तरह तेज गति से चले। 1860 तक संसार के बड़े शहर टेलीग्राफ की लाइन से जुड़ गए।

टेलीग्राम

10.2.5 टेलीफोन

आजकल टेलीफोन संचार का एक महत्त्वपूर्ण साधन है। 1876 में अलेक्जैन्डर ग्राहम बेल ने पहले टेलीफोन का आविष्कार किया, जिसके द्वारा हमारी आवाज को तार द्वारा भेजना संभव हो गया। अब तो आप कहीं भी टेलीफोन से बात कर सकते हैं। सभी नगरों में टेलीफोन एक्सचेंज बने हैं। उनको केबिल से जोड़ा गया। सड़क के किनारे-किनारे टेलीफोन लाइनें बिछाई गईं। रेलवे लाइन के पास तार देश के सभी शहरों को जोड़ने के लिए बिछाए गए। समुद्र के नीचे केबल डाले गए। अब तो पृथ्वी के चारों ओर घूमने कृत्रिम उपग्रह की खोज के कारण टेलीफोन लाइन जमीन में रखने का कार्य बन्द हो गया।

टेलीफोन

10.2.6 टेलीप्रिंटर

टेलीफोन के बाद टेलीप्रिंटर की खोज हुई। टेलीप्रिंटर में सूचना तथा संदेशों को लिखित रूप में भेजने के काम आता है। दूर-दूर से टेलीप्रिंटर पर भेजे जाने वाले संदेश टेलीप्रिंटरों द्वारा कागज पर अपने आप छप जाते हैं।

टेलीप्रिंटर

10.2.7 टेलीटेक्स्ट

टेलीप्रिंटर के बाद टेलीटेक्स्ट की खोज हुई। दूरदर्शन के परदे पर हम चित्र देखते हैं। आजकल टेलीटेक्स्ट ट्रेनों तथा जहाजों के आने-जाने के समय, ट्रेनों में आरक्षण की स्थिति, खेलकूद की सूचना और मौसम इत्यादि के बारे में बतलाता है।

10.2.8 रेडियो

संचार के साधनों में रेडियो एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण साधन है। सन् 1887 में हेनरी हर्ट्ज ने रेडियो तरंगों का पता लगाया। पहले गाँव में हफ्ते में एकाध अखबार आता था। कभी-कभार कोई मासिक पत्रिका देखने को मिल जाती थी। उनसे गाँव वालों को देश-विदेश के समाचार मिल जाया करते थे। जब तक ये खबरें गाँव में पहुँचतीं, पुरानी हो जाती थीं। रेडियो के आने से ताजा-ताजा समाचार मिलने लगे। एकाध रेडियो गाँव में होता था। लोग समाचार सुनने के लिए पंचायत घर पर इकट्ठे हो जाते थे। याद है, 1965 में पाकिस्तान के साथ हुई लड़ाई के समय सारा गाँव एक ही रेडियो के सामने जमकर बैठ जाता था।

रेडियो

रेडियो की आवाज सुनाई देने के लिए तार की जरूरत नहीं पड़ती। अब तो बच्चा-बच्चा रेडियो के बारे में जानता है।

10.2.9 टेलीविजन (टी.वी.)

टेलीविजन यानी दूरदर्शन ने तो संचार के क्षेत्र में क्रांति ही ला दी है। दूरदर्शन पर समाचार सुन सकते हैं। घटनाओं की जानकारी ले सकते हैं। मनोरंजन एवं शिक्षा संबंधी कार्यक्रम देख सकते हैं। रेडियो पर सिर्फ आवाज आती थी, टेलीविजन पर तो उनके फोटो भी आते हैं।

टेलीविजन

10.2.10 कम्प्यूटर तथा इन्टरनेट

कम्प्यूटर के आने बाद तो संचार के क्षेत्र की दुनिया ही बदल गई। इससे हम संचार के अलावा काम-धंधे, इलाज, खेल, शिक्षा, यातायात तथा मनोरंजन के क्षेत्र में भी काम कर सकते हैं। इसके आने के बाद दुनिया एक बॉक्स में सिमट गई है। हम घर बैठे-बैठे ही किसी के बारे में जान सकते हैं। दुनिया की हर चीज, नई-नई खोज, सभी के बारे में जानकारी ले सकते हैं। घर बैठे दूसरे देश में हो रहे खेल साथ ही साथ देख सकते हैं। यह सब कम्प्यूटर और इन्टरनेट का कमाल है।

कम्प्यूटर

गाँव में बैठे-बैठे ही हम फसलों की नई-नई किस्मों के बारे में जान सकते हैं। उनमें होने वाली बीमारियों की भी जानकारी ले सकते हैं। अपना अनाज बेचने के लिए देश की सभी मंडियों के भाव जान सकते हैं।

10.2.11 संचार का एक और रूप

प्राचीन काल के लोगों के सूचना के आदान-प्रदान के लिए एक अन्य व्यवस्था भी विकसित की थी, जो आज तक कुछ क्षेत्रों में प्रचलन में है। यह व्यवस्था है–

साप्ताहिक हाट, वार्षिक मेले एवं कुछ पर्व। साप्ताहिक हाट में स्थानीय अथवा आस-पड़ोस के गाँवों के लोग अपने दैनिक उपयोग की आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति तो करते ही है, साथ ही अपने एवं अपने पास-पड़ोस से सम्बन्धित सूचनाओं का आदान-प्रदान भी करते हैं। यहाँ लोग अपने संबंधियों के लिए हाट में आए लोगों के माध्यम से संदेश, निमंत्रण आदि भी भेजते हैं। वार्षिक मेलों में लोग बड़ी दूर-दूर से आकर इकट्ठे होते हैं। ये अपनी जरूरत की चीजें तो खरीदते ही हैं, अपने संबंधियों से भी मुलाकात करते हैं। कभी-कभी तो इन मेलों में शादी-विवाह की बात भी हो जाती है। पर्वों का आयोजन भी एक मेले के रूप में होता है, जहाँ लोग मिलते हैं एवं सूचनाओं तथा संदेशों का आदान-प्रदान करते हैं।

आज के युग में संचार की आधुनिक तकनीकों के द्वारा हम सूचनाओं का आदान-प्रदान सिर्फ बात-चीत के रूप में ही नहीं, बल्कि ई-मेल, एस.एम.एस., एम.एम.एस., विडियो क्लिप और फैक्स इत्यादि के रूप में करते हैं। टेलीकॉन्फ्रेन्सिंग एवं टेलीविजन के फेस टू फेस कार्यक्रमों संचार व्यवस्था को एक अन्य रूप प्रदान किया है। कुछ वर्ष पहले संचार व्यवस्था सिर्फ हमारी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए थी। परन्तु अब मनोरंजन के क्षेत्र में भी इसका इस्तेमाल होने लगा है। अब आपके सैलफोन में एफ.एम. के गीत सुने जा सकते हैं। टेलीविजन पर पंसद की फिल्म देखी जा सकती है।

देखें, आपने क्या सीखा 10.2.1

(i) संचार क्या है?

.....

(ii) इंसान जब पैदा हुआ, तब संचार के क्या तरीके थे?

.....

(iii) राजा-महाराजा अपने समाचार कैसे भेजते थे?

.....

(iv) सबसे पहले संदेश भेजने के लिए कबूतर का कहाँ इस्तेमाल हुआ?

.....

(v) अब कबूतरों का इस्तेमाल कौन करता है?

.....

(vi) टेलीफोन की खोज कब हुई?

.....

(vii) रेडियो की खोज कब हुई?

.....

(viii) टेलीविजन के कोई दो फायदे लिखिए?

.....

(ix) कम्प्यूटर से क्या फायदे हैं?

.....

(x) इन्टरनेट के कोई दो फायदे लिखिए।

.....

(xi) मेले में क्या-क्या होता है?

.....

10.2.12 मानव संचार के प्रकार

जब हम बात करते हैं तो मुस्कराते हैं भौंहें चढ़ाते हैं। इशारा करते हैं। लिखकर कुछ देते हैं ये सब हमारे सूचना देने के साधन हैं। आइए इनके बारे में जानें।

हाव-भाव : आमने-सामने बैठकर बिना बोले भी हम अपनी बात को कह देते हैं। गूँगे लोग अपनी बात इशारे के जरिए ही बताते हैं। इशारे सिखाने के स्कूल हैं। हाथ

से, भौंह से होंठों से, गर्दन हिलाकर अपनी बात को स्पष्ट कर देते हैं। जब हम अपने मेहमान का स्वागत करते हैं तो हाथ हिलाकर ही तो करते हैं। जब हम नमस्ते करते हैं तो हाथ से ही करते हैं। जब हम किसी की बात से सहमत होते हैं या नहीं होते तो गर्दन हिलाकर अपनी बात कहते हैं। बहुत समय पहले दूरी की पहचान के लिए चिह्नों को प्रयोग में लाते थे। जंगल में रास्ता पहचानने के लिए कुल्हाड़ी से पेड़ पर निशान बनाते थे। रोशनी से, ढोल बजाकर, रंग-बिरंगी फुलझड़ी छोड़कर संकेत देते थे। आज भी हमारी सेनाओं की टुकड़ियाँ अपनी पहचान के लिए कि हम कहाँ हैं, इसी तरह का गोला छोड़कर संकेत देती हैं।

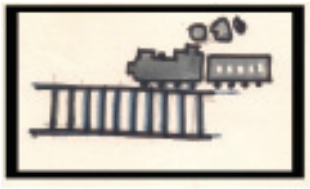
गूँगा इशारों से बात करते हुए

गुफाओं की दीवारों पर, अलग जगहों पर, नई-नई तरह के चित्र पाए गए हैं। ऐसे चित्र बनाकर वे संकेत देते थे कि हम क्या करते हैं। पुराने जमाने के चित्रों से ही उनका इतिहास जाना जाता है वे जैसे मोहनजोदड़ो हड़प्पा में मिले चिह्न।

10.2.13 संकेत चिन्ह

आपने अपने आस-पास कई तरह के चिह्न देखे होंगे, जैसे– आगे स्कूल है, आगे जंगल है, आगे यू टर्न है, यहाँ खतरा है, सिगरेट-बीड़ी पीना मना है, आगे रेलवे फाटक है, यहाँ अस्पताल है, यहाँ डॉक्टर है– ये सभी चिह्न संकेत करते हैं कि यहाँ क्या है?

सिगरेट पीना मना है



रेलवे फाटक है

अस्पताल है

स्कूल है

आगे खतरा है

10.2.14 भाषा

वर्णमाला या अक्षरों की खोज के बाद तो सब कुछ बदल गया। अब तो अनेक भाषायें हैं, उनके अनुवादक मौजूद हैं। अक्षरों की खोज से किताब, अखबार, पत्रिकाएँ छपना सम्भव हो पाया। इससे आप दूसरे देश के लोगों के विचारों को जान सकते हैं। पढ़ाई लिखाई ने सभी संचार साधनों को आसान बना दिया है।

10.2.15 पशुओं के बीच संचार

पशु मनुष्य की तरह बात तो नहीं कर सकते मगर वे अपने हाव–भाव से अपनी बात कह सकते हैं। पशु–पक्षियों के लिए आवाज सबसे महत्त्वपूर्ण है। वे नई–नई तरह की आवाज लगाकर अपने साथियों को अपनी बात बता देते हैं। बंदर या चिम्पांजी को देखा है– वे मनुष्य जैसे ही हाव–भाव प्रकट करते हैं। इनके संकेत हमारे संकेतों से मिलते हैं। गंध, पशु संचार का मुख्य साधन है। जैसे– किसी खोज के लिए कुत्ते छोड़े जाते हैं तो वे सूँघकर चीज को बता देते हैं। चीटियाँ भी अपनी गंध छोड़ जाती हैं, जिससे अन्य चीटियाँ वहाँ आ सकें।

देखें आपने क्या सीखा 10.2.2

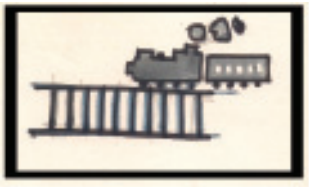
नीचे कुछ चिह्न बने हैं। इन्हें देखकर लिखिए, यह किसका चिह्न है।

चित्र

.....

.....

.....



.....

अभ्यास

1. खाली स्थान भरिए:

(i) टेलीविजन पर हम ..... सुनते हैं।

(ii) पहले निमंत्रण ..... के हाथ भेजे जाते थे।

(iii) .....से आमने-सामने बैठकर बातचीत कर सकते हैं।

(iv) संचार में .....व..... का आदान-प्रदान करते हैं।

(v) राजा-महाराजा अपने संदेश .....व..... से भेजते थे।

(vi) 1897 में ..... में कबूतर संदेश सेवा स्थापित की गई।

(vii) फ्रांस में ..... काम करती है।

(viii) भारत की नौ सेना में ..... आज भी काम करती है।

(ix) टेलीफोन में हमारी आवाज ..... द्वारा भेजना संभव हो गया।

(x) रेडियो में आवाज सुनाई देने के लिए ..... की जरूरत नहीं पड़ती।

2. प्रश्नों के उत्तर लिखिए:

(i) संचार क्या है?

.....

(ii) सबसे पहले ब्लॉक से पुस्तक किस देश में छपी थी?

.....

(iii) फोटोटाइपसेटिंग से आप क्या भेज सकते हैं?

.....

(iv) आज किताबें कैसे छपती हैं?

.....

(v) अक्षरों की खोज से क्या लाभ मिला?

.....

(vi) प्रतीक चिह्न क्या हैं?

.....

अभ्यास

3. नीचे लिखे प्रश्नों के उत्तर लिखें:

(i) पहिए का विकास क्यों हुआ?

.....

(ii) तारकोल की पहली सड़क कहाँ बनी थी?

.....

(iii) भारत में सबसे पहले बड़ी सड़क किसने बनाई थी?

.....

(iv) परिवहन संकेत कितनी प्रकार के होते हैं?

.....

(v) एशिया की सबसे बड़ी रेल-व्यवस्था कहाँ है?

.....

2. सही पर (√) तथा गलत (×) का निशान लगाइए:

(i) सड़क-परिवहन में पहिए के विकास के बाद अधिक तेज़ी आई। ☐

(ii) सबसे पहले लोग रेलगाड़ी से यात्रा करते थे। ☐

(iii) साइकिल-रिक्शा सड़क-परिवहन के साधन हैं। ☐

(iv) रेल की पटरियाँ पाँच प्रकार की होती हैं। ☐

3. सही शब्द चुनकर खाली स्थान भरिए:

(i) पहली रेल ..... से थाणे के लिए चली थी। (नागपुर/बम्बई)

(ii) ज़मीन के अंदर सबसे पहली रेल ..... में चली थी। (दिल्ली/कलकत्ता)

(iii) शहरों में पानी ..... द्वारा ले जाया जाता है। (पाइपों/जहाज़)

उत्तरमाला

10.1

(i) पगडंडी (ii) जी.टी. रोड

(iii) पेशावर, कलकत्ता (iv) पहिए

(v) रुकना (vi) चलना

10.2

(i) रेल–परिवहन (ii) तीन

(iii) 1853, मुम्बई से थाणे तक (iv) कलकत्ता में

(v) मेट्रो

10.3

(i) (क) जल (ख) युद्ध (ग) लड़ाकू विमान

(ii) (क) हवाई जहाज़ हेलीकॉप्टर

(iii) (ख) तरल पदार्थ और गैस (सी.एन.जी., पेट्रोल, रसोई–गैस, पानी आदि)

10.2.1

(i) विचारों सूचनाओं तथा भावनाओं के आदान–प्रदान को संचार कहते हैं।

(ii) ढोल, तुरही, आग जलाकर मशाल से, धुआँ करके अपने संदेश भेजते थे।

(iii) तेज चलने वाले वाहन, घोड़े या ऊँट से भेजते थे।

(iv) इंग्लैंड में

(v) फ्राँस

(vi) टेलीफोन की खोज 1876 में हुई

(vii) रेडियो की खोज 1887 में हुई

(viii) समाचार सुनते हैं। खेल देखते हैं।

(ix) किसी भी चीज की जानकारी ले सकते हैं।

(x) दूसरे देश में बैठे लोगों से आमने–सामने बात कर सकते हैं।

(xi) मेले में सामान खरीदते हैं आपस में मिलते हैं, शादी–विवाह की बात करते हैं।

10.2.2

(i) खतरा है, स्कूल है, अस्पताल है, रेलवे फाटक है।

पाठ 11

राष्ट्रीय पहचान

इस पाठ से हम सीखेंगे

- राष्ट्रीय झंडे के महत्त्व और इसके अलग-अलग रंगों के संदेश के बारे में।
- राष्ट्रीय दिवसों के बारे में।
- राष्ट्र गान और राष्ट्रीय गीत के बारे में।
- राष्ट्रीय चिह्न, राष्ट्रीय पशु, राष्ट्रीय पक्षी और राष्ट्रीय खेल के बारे में।

भारत एक विशाल देश है। इसमें अनेक धर्मों एवं जातियों के लोग रहते हैं। वे कई प्रकार की भाषाएँ बोलते हैं। अलग-अलग तरह का पहनावा पहनते हैं। अलग-अलग तरह का भोजन करते हैं। भाँति-भाँति के रीति-रिवाज़ों का पालन करते हैं। तरह-तरह के पर्व-त्योहार मनाते हैं।

हम अपने देश के पर्व-त्योहारों के विषय में पाठ-3 में जान चुके हैं। आइए, अब अपनी राष्ट्रीय पहचानों के विषय में भी जानें।

11.1 हमारा राष्ट्रीय ध्वज (झंडा)

आप जानते होंगे कि हर देश का अपना एक झंडा होता है। इस झंडे से देश की पहचान जुड़ी होती है, इसलिए यह देश के सम्मान का प्रतीक होता है। भारत का

भी अपना झंडा है। बड़े-बड़े सरकारी भवनों, जैसे– सुप्रीम कोर्ट और संसद भवन पर आपने इसे लहराते देखा होगा। विदेशों में भारतीय दूतावासों पर भी तिरंगा लगाया जाता है। राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय खेलों और सम्मेलनों में भी इसे फहराया जाता है। हम इसे अपने घरों और दफ़्तरों पर भी लगा सकते हैं, लेकिन पूरे सम्मान के साथ। आइए, अपने झंडे के बारे में और जानें :

झंडे की लंबाई और चौड़ाई का अनुपात 3:2 है। भारतीय झंडे की तीन समान चौड़ाई वाली आयताकार पट्टियाँ हैं।

केसरिया

सफ़ेद

हरा

तिरंगा

इसमें तीन रंग होते हैं। इसलिए इसे तिरंगा कहते हैं। सबसे ऊपर केसरिया रंग की पट्टी होती है। केसरिया रंग बलिदान और त्याग का संदेश देता है। बीच की पट्टी सफ़ेद होती है। सफ़ेद रंग शांति तथा सच्चाई का प्रतीक है। सबसे नीचे की पट्टी हरी है। हरा रंग हरियाली, ख़ुशहाली और विश्वास का प्रतीक है। बीच की सफ़ेद पट्टी के बीचोंबीच नीले रंग का एक चक्र है, जिसमें चौबीस तीलियाँ हैं। इसे अशोक स्तंभ से लिया गया है। चक्र गति और विकास का प्रतीक है। यह हमेशा चलते रहने और आगे बढ़ने का संदेश देता है।

हमें झंडे का सम्मान इस प्रकार करना चाहिए :

- इसे साफ़-सुथरा रखना चाहिए।
- फटा हुआ झंडा नहीं फहराना चाहिए।
- झंडा उल्टा नहीं लटकाना चाहिए।
- फहराने के बाद सम्मान से उतारकर, तह लगाकर सुरक्षित रखना चाहिए।
- झंडा फहराते समय केसरिया रंग की पट्टी हमेशा ऊपर होनी चाहिए।
- दूसरे झंडे राष्ट्रीय ध्वज से ऊँचे नहीं लगाए जाने चाहिए।
- ध्वज पर कोई प्रतीक चिह्न, माला, पुष्प आदि नहीं लगाने चाहिए।
- ध्वज का प्रयोग पहनावे के रूप में नहीं किया जाना चाहिए।
- रूमाल, मेजपोश, नैपकिन, तकिया, चादर, यूनीफ़ॉर्म आदि के छापे में ध्वज का प्रयोग नहीं होना चाहिए।

अति गणमान्य व्यक्तियों के निधन पर या राष्ट्रीय शोक के दिनों में राष्ट्रीय ध्वज आधा झुकाया जाता है, यानि– डंडे पर ध्वज बिल्कुल ऊपर न रखकर कुछ नीचे फहराया जाता है।

राष्ट्रीय ध्वज का किसी भी रूप में अपमान या निरादर अपराध है।

11.2 राष्ट्रीय चिह्न

भारत का राष्ट्रीय प्रतीक सारनाथ से मिली अशोक की लाट (स्तंभ) से लिया गया है। इस चिह्न में चार शेर हैं। ये एक पत्थर पर कमर मिलाकर बैठे हुए हैं। इसमें चार सिंह होते हैं, लेकिन किसी भी ओर से देखने पर तीन ही दिखाई देते हैं। इसकी आधार पट्टिका पर 24 तीलियों वाला एक चक्र है। चक्र के पूर्व में एक हाथी, पश्चिम में साँड, उत्तर में सिंह और दक्षिण में घोड़े की उभरी हुई मूर्तियाँ हैं?

राष्ट्रीय चिह्न जहाँ भी छपा होता है, उसके नीचे लिखा रहता है :

सारनाथ

'सत्यमेव जयते' यानि सत्य की सदा विजय होती है।

जानते हैं, यह पंक्ति कहाँ से ली गई है? हम वेदों, पुराणों, उपनिषदों को बहुत सम्मान से देखते हैं। उपनिषदों में एक उपनिषद् है– 'मुंडकोपनिषद्'। 'सत्यमेव जयते' इसी उपनिषद् में लिखा है।

हमारा राष्ट्रीय प्रतीक दस्तावेज़ों (सरकारी कागज़ों) और मुद्रा पर मुहर के रूप में लगाया जाता है।

11.3 भारतीय मुद्रा रुपए का चिह्न

पहले हम रुपए 540/– लिखा करते थे, मगर अब भारत सरकार ने इसका चिन्ह ₹ दिया है जो रुपए की जगह लिखा जाता है।

रुपये का चिन्ह

11.4 राष्ट्रीय पशु

भारत का राष्ट्रीय पशु बाघ है। बाघ बहादुरी और शक्ति का प्रतीक है। यह अपनी शालीनता, और फुर्ती के लिए भी जाना जाता है। इसे राष्ट्रीय पशु इसलिए माना गया है कि देश की जनता को शक्ति और स्वाभिमान का अनुभव हो। बाघ पर्यावरण के संरक्षण में भी सहायक होता है। बाघ का शिकार करना कानूनन अपराध है। यदि कोई ऐसा करता है तो उसे सजा मिल सकती है।

राष्ट्रीय पशु बाघ

11.5 राष्ट्रीय पक्षी

राष्ट्रीय पक्षी मोर

भारत का राष्ट्रीय पक्षी मोर है। मोर बहुत सुंदर और रंग-बिरंगा पक्षी है। सावन के महीने में खुशी से नाचते हुए मोर बहुत सुंदर लगते हैं। हमारे साहित्य, लोक-कथाओं और दंत-कथाओं में इसका विशेष स्थान है।

हमें अपने राष्ट्रीय पशु (बाघ) और राष्ट्रीय पक्षी (मोर) के संरक्षण (रक्षा) के उपाय करने चाहिए। सरकार ने इन्हें बचाने के लिए इनके शिकार पर रोक लगाई है। कई अन्य उपाय भी किए जा रहे हैं। मोर को मारना भी एक दंडनीय अपराध है।

11.6 राष्ट्रीय फूल

राष्ट्रीय फूल कमल

भारत का राष्ट्रीय फूल कमल है। कमल का फूल कीचड़ में खिलता है, लेकिन कीचड़ से गंदा नहीं होता। अपनी पवित्रता और सुंदरता बनाए रखता है और हमें खुशी देता है। इससे यह संदेश मिलता है कि बुराइयों और विपरीत हालात में रहते हुए भी हमें अपनी अच्छाई बनाए रखनी चाहिए तथा सबको अपने गुणों से खुश करना चाहिए।

11.7 राष्ट्रीय खेल

राष्ट्रीय खेल हाकी

भारत का राष्ट्रीय खेल हॉकी है। कई वर्षों तक भारत के खिलाड़ी विदेश जाकर भी इस खेल में विजय प्राप्त करते रहे हैं। हमें इस खेल को खेलने में गर्व होना चाहिए। हमें इसे खेलना-सीखना चाहिए तथा अपने साथियों को भी खेलने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

- हमारा राष्ट्रीय ध्वज तिरंगा है।
- हमारा राष्ट्रीय प्रतीक चार शेरों वाला चिह्न है।
- हमारा राष्ट्रीय पशु बाघ है।
- हमारा राष्ट्रीय पक्षी मोर है।
- हमारा राष्ट्रीय फूल कमल है।
- हमारा राष्ट्रीय खेल हॉकी है।

देखें, आपने क्या सीखा 11.1

(i) झंडे का सफ़ेद रंग क्या संदेश देता है?

.....

(ii) चक्र क्या संदेश देता है?

.....

(iii) भारत का राष्ट्रीय पशु कौन-सा है?

.....

(iv) भारत का राष्ट्रीय पक्षी कौन-सा है?

.....

(v) भारत का राष्ट्रीय खेल कौन-सा है?

.....

(vi) राष्ट्रीय चिह्न के नीचे क्या लिखा होता है और उसका अर्थ क्या है?

.....

(vii) राष्ट्रीय चिह्न का प्रयोग कहाँ-कहाँ किया जाता है?

.....

राष्ट्रगान, राष्ट्रीय गीत और राष्ट्रीय दिवस

11.8 राष्ट्रगान

जन-गण-मन हमारा राष्ट्रगान है। सभी विशेष राष्ट्रीय अवसरों पर इसे गाया जाता है। यह राष्ट्रीय एकता का प्रतीक है। इसे गुरुदेव रवीन्द्रनाथ टैगोर ने लिखा था। इसे 52 सेकेंड में गाया जाता है। राष्ट्रगान बोलते एवं सुनते समय सावधान खड़े होकर इसे सम्मान देना चाहिए। यह अपने देश की नदियों, प्रांतों और लोगों के लिए आदर-भाव व्यक्त करता है। यह राष्ट्रीय एकता और सहनशीलता को व्यक्त करता है। हमें अपने राष्ट्रगान पर गर्व है।

आइए, राष्ट्रगान के बोल पढ़ें :

जन-गण-मन अधिनायक जय हे
भारत भाग्य-विधाता।
पंजाब सिंध गुजरात मराठा
द्राविड़ उत्कल बंग।
विंध्य हिमाचल यमुना गंगा
उच्छल जलधि तरंग।
तव शुभ नामे जागे
तव शुभ आशिष माँगे,
गाहे तव जय गाथा,
जन-गण मंगल-दायक जय हे
भारत भाग्य-विधाता।
जय हे, जय हे, जय हे
जय जय जय जय हे।।

11.9 राष्ट्रीय गीत

देश भक्ति के कई गीत आपने सुने होंगे। क्या आपको पता है कि हमारा राष्ट्रीय गीत कौन-सा है? कई लोग राष्ट्रगान 'जन-गण-मन' को ही राष्ट्रीय गीत समझते हैं। लेकिन, राष्ट्रीय गीत अलग है। 'वंदे मातरम्' भारत का राष्ट्रीय गीत है। इसे बंकिम चंद्र ने लिखा था। आज़ादी के आंदोलन में इस गीत ने देश-प्रेम और राष्ट्रीय एकता की भावना पैदा करने में बहुत मदद की थी।

आइए, राष्ट्रीय गीत के बोल पढ़ें और उनका भाव समझें :

वंदे मातरम्,
सुजलाम् सुफलाम् मलयज शीतलाम्
शस्य-श्यामलाम् मातरम्।

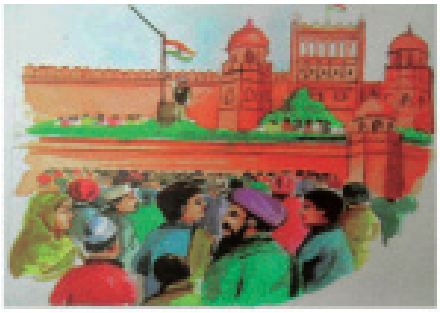
शुभ्र ज्योत्स्ना-पुलकित यामिनीम्
फुल्लकुसुमित द्रुम-दल शोभिनीम्
सुहासिनीम् सुमधुरभाषिणीम्
सुखदाम् वरदाम् मातरम्।

भाव-

अपनी धरती माता को प्रणाम।
हमारी धरती जल-स्रोतों, फलों और फसलों से भरी है।
इसमें मंद, सुगंधित और शीतल वायु चलती है।
रात को मधुर चाँदनी फैल जाती है।
पेड़ों पर फूल खिले रहते हैं।
देश की भाषा मीठी है।
लोग सुख-चैन से रहते हैं।
भारत माता अपनी संतान को सुख का वरदान देती है और दुखों से उस संतान की रक्षा करती है।

11.10 हमारे राष्ट्रीय दिवस या पर्व

15 अगस्त, 26 जनवरी तथा 2 अक्तूबर के दिन भारत के राष्ट्रीय दिवस या राष्ट्रीय पर्व कहलाते हैं। 15 अगस्त, 1947 को भारत अंग्रेज़ों की गुलामी से आज़ाद हुआ था। 26 जनवरी, 1950 को हमने अपना संविधान अपनाया था। 2 अक्तूबर भारत के राष्ट्रपिता महात्मा गाँधी का जन्म दिवस है। महात्मा गाँधी ने अहिंसा का मार्ग अपनाकर देश को आज़ादी दिलाई।



तो आप जान ही गए होंगे कि इन तीनों दिवसों का कितना महत्त्व है। सभी धर्मों, जातियों के लोग इन राष्ट्रीय पर्वों को देशभक्ति की भावना के साथ एकजुट होकर मनाते हैं।

- भारत का राष्ट्रगान 'जन-गण-मन' है।
- भारत का राष्ट्रीय गीत 'वंदे मातरम्' है।
- राष्ट्रगान एवं राष्ट्रीय गीत को सावधान खड़े होकर सम्मान से गाना चाहिए।
- भारत का स्वतंत्रता-दिवस 15 अगस्त और गणतंत्र-दिवस 26 जनवरी है और गांधी-जयंती 2 अक्तूबर को मनाई जाती है। ये तीनों राष्ट्रीय दिवस या पर्व कहलाते हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 11.2

(i) हमारे राष्ट्रीय दिवस कौन-कौन से हैं? ये क्यों मनाए जाते हैं?

.....

(ii) आपने राष्ट्रगान पढ़ा। इसमें आए दो प्रदेशों और दो नदियों के नाम लिखिए।

.....

(iii) राष्ट्रीय गीत से आपको जो संदेश मिला, उसे लिखिए।

.....

(iv) राष्ट्रगान गाते समय किस बात का ध्यान रखना चाहिए?

.....

आइए, दोहराएँ

- हमारे राष्ट्रीय प्रतीक हमें मिल-जुलकर रहने का तथा समानता का संदेश देते हैं।
- हमारे राष्ट्रीय गान तथा राष्ट्रीय गीत हमें देशभक्ति की भावना से भर देते हैं।
- हमें राष्ट्रीय पशु बाघ और राष्ट्रीय पक्षी मोर की रक्षा करने के लिए सरकार का साथ देना चाहिए।
- हमें अपनी राष्ट्र भाषा हिन्दी का प्रयोग गर्व से करना चाहिए।
- हम सब अपने घरों और दफ्तरों पर राष्ट्रीय झंडा फहरा सकते हैं, लेकिन पूरे सम्मान के साथ।
- कमल का फूल हमारा राष्ट्रीय फूल है। यह हमें बुराइयों से बचने का संदेश देता है।
- हमारा राष्ट्रीय खेल हॉकी है। इसे खेलने के लिए बढ़ावा देना चाहिए।

अभ्यास

1. **राष्ट्रीय झंडे में कौन-कौन से रंग होते हैं?**

.....

2. **राष्ट्रीय झंडे में बने चक्र में कितनी तीलियाँ होती हैं?**

.....

3. **राष्ट्रगान किसने लिखा है?**

.....

4. **नीचे लिखे प्रश्नों के सही जवाब पर (√) का निशान लगाइए:**

(i) राष्ट्रीय झंडे के बीचोंबीच क्या बना है?

(क) फूल ☐ (ख) चक्र ☐

(ग) चरण ☐ (घ) मोर ☐

(ii) हमारा राष्ट्रीय खेल क्या है?

(क) कबड्डी ☐ (ख) क्रिकेट ☐

(ग) हॉकी ☐ (घ) कुश्ती ☐

(iii) हमारा राष्ट्रगान कौन-सा है?

(क) सारे जहाँ से अच्छा ☐ (ख) झंडा ऊँचा रहे हमारा ☐

(ग) वंदे मातरम् ☐ (घ) जन-गण-मन ☐

(iv) दो अक्टूबर को इनमें से किस महापुरुष का जन्म हुआ था?

(क) महात्मा गाँधी ☐ (ख) जवाहर लाल नेहरू ☐

(ग) चन्द्रशेखर आज़ाद ☐ (घ) सुभाष चंद्र बोस ☐

5. रेखा खींचकर शब्दों के सही जोड़े बनाइए:

राष्ट्रीय झंडा	हॉकी
राष्ट्रीय पशु	वंदे मातरम्
राष्ट्रीय पक्षी	मोर
राष्ट्रीय फूल	तिरंगा
राष्ट्रीय खेल	कमल
राष्ट्रीय गीत	बाघ

6. दिए गए शब्दों में से सही शब्द चुनकर खाली जगह भरिए:

सावधान, कीचड़, आज़ाद, सच्चाई, वन्दे मातरम्

(क) राष्ट्रीय झंडे का सफेद रंग शांति और ..... का प्रतीक है।

(ख) कमल का फूल ..... में खिलता है।

(ग) राष्ट्रगान गाते और सुनते समय ..... होकर खड़े रहना चाहिए।

(घ) हमारा राष्ट्रीय गीत ..... है।

(ङ) 15 अगस्त, 1947 को हमारा देश ..... हुआ था।

आइए, करके देखें

1. राष्ट्रीय पशु/पक्षी को कोई मारता है तो उसकी शिकायत करें।
2. गाँव वालों के साथ राष्ट्रीय पर्व 26 जनवरी, 15 अगस्त मनाएँ।

उत्तरमाला

11.1

(i) शांति तथा सच्चाई का संदेश देता है।

(ii) हमेशा चलते रहने और आगे बढ़ने का संदेश देता है।

(iii) बाघ

(iv) मोर

(v) हॉकी

(vi) 'सत्यमेव जयते' लिखा होता है, जिसका अर्थ है– सत्य की सदा विजय होती है।

(vii) दस्तावेज़ों और मुद्रा पर मोहर के रूप में

11.2

(i) 15 अगस्त, 26 जनवरी और 2 अक्तूबर। 15 अगस्त, 1947 को हमारा देश आज़ाद हुआ था। 26 जनवरी, 1950 को हमने अपना संविधान अपनाया था। 2 अक्तूबर को हमारे राष्ट्रपिता महात्मा गाँधी का जन्म-दिवस होता है।

(ii) पंजाब, गुजरात गंगा और जमुना

(iii) राष्ट्रीय गीत से हमें देश-भक्ति और देश-प्रेम का संदेश मिला।

(iv) गाते समय सावधान खड़े रहना। प्रेम और गर्व की भावना से गाना।

पाठ 12

हमारा सामाजिक-आर्थिक परिवेश

इस पाठ से हम सीखेंगे

- भूमंडलीकरण क्या है।
- 'शिक्षा का अधिकार' बच्चों को क्या सुविधाएँ देता है।
- 'सूचना का अधिकार' से हमें क्या फायदा है।
- उपभोक्ता के अधिकार क्या-क्या हैं।
- मनरेगा क्या है। इससे ग्रामीणों को क्या लाभ है।

यह विज्ञान और तरक्की का युग है। आज पूरी दुनिया के लोग आपस में किसी न किसी रूप में जुड़े हैं। हम घर बैठे पूरी दुनिया का हाल जान लेते हैं। दूसरे देशों में बनी हुई चीज़ों का इस्तेमाल करते हैं। कुछ ही घंटों में हवाई जहाज़ द्वारा एक देश से दूसरे देश में पहुँच जाते हैं। यह सब भूमंडलीकरण की देन है। भूमंडलीकरण से तरक्की की राह आसान हुई है।

हमारे जीवन को खुशहाल बनाने के लिए सरकार ने कई कानून बनाए हैं। 'शिक्षा का अधिकार', 'सूचना का अधिकार', उपभोक्ता का अधिकार और मनरेगा आदि ऐसे ही कानून हैं, जो सीधे आम आदमी के जीवन से जुड़े हैं। अपने गाँव, समाज और परिवार की तरक्की के लिए इन कानूनों के बारे में जानना बहुत ज़रूरी है।

12.1 भूमंडलीकरण

एक समय था, जब आज की तरह आने-जाने के साधन नहीं थे। एक-दूसरे से संपर्क करने के साधनों का भी अभाव था। कहीं भी किसी से संपर्क करना हो, तो चलकर जाना पड़ता था। चाहे ख़ुद जाएँ या किसी संदेश ले जाने वाले को भेजें। धीरे-धीरे समय बदला। विज्ञान और तकनीक ने तरक्की की। इस तरक्की ने पूरे विश्व की तस्वीर ही बदल दी। विज्ञान और तकनीक की तरक्की ने पूरे विश्व के देशों को एक-दूसरे से जोड़ दिया। अब सब कुछ हमारी पहुँच में है। हमारे लिए कुछ भी अनजाना और दुर्लभ नहीं है।

अब हम घर बैठे पूरी दुनिया की ख़बरें टेलीवीजन पर देख लेते हैं। टेलीफ़ोन और मोबाइल से दुनिया के किसी भी कोने में बैठे किसी व्यक्ति से बात कर सकते हैं। किसी भी देश में कोई घटना घटती है, कोई आपदा आती है, तो तुरंत पूरी दुनिया को ख़बर लग जाती है। उस देश को तुरंत दूसरे देशों से सहायता भी मिल जाती है।

भले ही हमारा ज्ञान और हमारी पहुँच सीमित हो, लेकिन हम दूसरे देशों की बनी हुई चीज़ों का इस्तेमाल कर रहे हैं। एक देश की कंपनी दूसरे देशों में अपना माल खपा रही है। एक देश के लोग दूसरे देशों में जाकर काम कर रहे हैं। पैसे कमा रहे हैं। इन्टरनेट के ज़रिए पूरे विश्व के लोग एक-दूसरे के सम्पर्क में हैं।

इस तरह, पूरे विश्व का एक-दूसरे से आपस में जुड़ा होना ही भूमंडलीकरण है। भूमंडलीकरण का हमारे जीवन पर गहरा असर पड़ा है। इससे हमारा रहन-सहन,

खान-पान, बात-व्यवहार, और रीति-रिवाज़ सब कुछ तेज़ी से बदला है। नई-नई सुविधाएँ हमारे घरों तक पहुँच रही हैं। हमारी जानकारी बढ़ी है। हम अपने विकास और अधिकारों के प्रति जागरूक हुए हैं। भूमंडलीकरण विकास और तरक्की के लिए ज़रूरी है। इससे कोई भी व्यक्ति या देश अलग नहीं रह सकता।

भूमंडलीकरण का मतलब है, पूरी दुनिया का किसी न किसी माध्यम से आपस में जुड़े होना। ये माध्यम टेलीविजन, इन्टरनेट, मोबाइल फ़ोन, हवाई जहाज़, खेलकूद, व्यापार आदि कुछ भी हो सकते हैं।

देखें, आपने क्या सीखा 12.1

(i) कोष्ठक में से सही शब्द चुनकर खाली जगह भरिए :

(क) हम घर बैठे.....पर पूरी दुनिया की ख़बरें देख लेते हैं।
(अख़बार/टेलीविजन/रेडियो)

(ख) विकास और तरक्की के लिए भूमंडलीकरण बहुत.....है।
(नुकसानदेह/प्रतिकूल/ज़रूरी)

(ग) हम अपने अधिकारों के प्रति.....हुए हैं।
(जागरूक/लापरवाह/शंकालु)

(घ) भूमंडलीकरण से नई-नई.....हमारे घरों तक पहुँच रही हैं।
(योजनाएँ/सुविधाएँ/चुनौतियाँ)

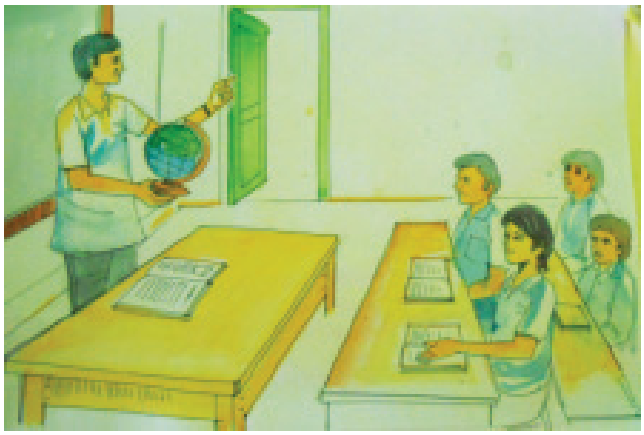
12.2 शिक्षा का अधिकार

हमारे देश में करोड़ों बच्चे गरीबी के कारण पढ़-लिख नहीं पाते। स्कूल जाने की उम्र में स्कूल का मुँह नहीं देख पाते। ये बच्चे ख़ासकर गाँवों व शहरों की मलिन

बस्तियों में रहते हैं। अनाथ, असहाय, दलित व उपेक्षित हैं। पढ़ने-लिखने की उम्र में ही इन्हें किसी न किसी काम में लगा दिया जाता है। इन्हें मज़दूरी करनी पड़ती है। इनमें से अधिकांश बच्चे बुरी संगत में पड़कर गंदी आदतों का शिकार हो जाते हैं। इसकी वजह से न तो उनके परिवार का ठीक से विकास हो पाता है, न देश का। विकास के लिए शिक्षा बहुत ज़रूरी है।

आज़ादी के बाद देश में शिक्षा के सुधार के लिए अनेक योजनाएँ चलाई गईं। इन योजनाओं के बावजूद परिस्थितियों में ख़ास सुधार नहीं आया। अनपढ़ों की बढ़ती तादाद देश के सामने चुनौती बनकर खड़ी है। इस चुनौती से निबटने के लिए सरकार ने 'शिक्षा का अधिकार' कानून बनाया है। इसके द्वारा देश के सभी बच्चों को अनिवार्य रूप से बेहतर एवं नि:शुल्क शिक्षा मुहैया कराई जाएगी। शिक्षा का अधिकार विधेयक सन् 2009 में संसद में पास किया गया। इसके लागू होने के बाद देश के प्रत्येक बच्चे को शिक्षित बनाने की राह खुल गई है। यह कानून उन बच्चों के लिए वरदान है, जो गरीबी के कारण विद्यालय का मुँह नहीं देख पाते।

शिक्षा का अधिकार वह मौलिक अधिकार है, जो प्रत्येक बच्चे को नि:शुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा प्रदान करने के लिए बनाया गया है। इसे नि:शुल्क एवं 'अनिवार्य बाल-शिक्षा का अधिकार अधिनियम 2009' के नाम से जाना जाता है। यह अधिनियम 1 अप्रैल, 2009 से पूरे देश में लागू किया गया।



अनिवार्य शिक्षा

कुछ मुख्य बातें

- 6-14 वर्ष के बच्चों को हर हाल में 8वीं तक की शिक्षा नि:शुल्क दी जाएगी। शारीरिक और मानसिक रूप से अशक्त बच्चों के लिए उम्र की सीमा 18 वर्ष होगी।

- नि:शुल्क शिक्षा का मतलब है कि शिक्षा पाने के लिए किसी प्रकार की फ़ीस अथवा ख़र्च का भुगतान नहीं करना होगा।
- सरकारी स्कूलों में हर बच्चे को कॉपी-किताबें, बस्ता, ड्रेस और दोपहर का भोजन मुफ़्त दिया जाएगा।
- सरकारी, सरकारी सहायता प्राप्त, निजी, नवोदय, केंद्रीय और सैनिक स्कूलों में हर बच्चे को प्रवेश लेने का अधिकार है।
- प्राइवेट स्कूलों को भी समाज के कमज़ोर वर्ग के बच्चों को कम से कम 25 फ़ीसदी दाख़िला देना होगा। इन बच्चों को अन्य सभी बच्चों के साथ ही बिठाकर पढ़ाना होगा।
- टी.सी., जन्म प्रमाणपत्र अथवा अन्य किसी प्रकार के कागज़ के न होने पर कोई स्कूल बच्चे को दाख़िला देने से मना नहीं कर सकता।
- कोई भी व्यक्ति बिना सरकारी मान्यता के स्कूल नहीं चला सकता। ऐसा करना दंडनीय अपराध है। इसके लिए एक लाख रुपए ज़ुर्माना हो सकता है।
- कोई स्कूल दाख़िले के लिए किसी बच्चे का टेस्ट या उसके अभिभावक का इन्टरव्यू नहीं ले सकता।
- कोई स्कूल बच्चे के दाख़िले के लिए चंदा अथवा किसी भी रूप में पैसे की माँग नहीं कर सकता।

देखें, आपने क्या सीखा 12.2

(i) नीचे लिखे दोनों तरफ़ के अधूरे वाक्यों को रेखा से मिलाकर सही वाक्य बनाइए:

(क) करोड़ों बच्चे गरीबी के कारण	अपराध है।
(ख) विकास के लिए शिक्षा	नि:शुल्क दी जाएगी।

(ग) बिना सरकारी मान्यता के स्कूल चलाना — पढ़-लिख नहीं पाते।

(घ) हर बच्चे को 8वीं तक की शिक्षा — बहुत ज़रूरी है।

12.3 सूचना का अधिकार

हम सरकार को कई रूपों में कई तरह के टैक्स देते हैं। दो रुपए की कोई चीज़ ख़रीदते हैं, तो उसमें भी टैक्स जुड़ा होता है। इस तरह गरीब से गरीब आदमी भी सरकार को टैक्स अदा करता है। सरकार इन्हीं पैसों से जनता को सुविधाएँ मुहैया कराती है। सड़कें बनवाती है। पुल बनवाती है। नालियाँ बनवाती है। स्वास्थ्य, सुरक्षा और शिक्षा की सुविधाएँ प्रदान करती है।

जनता के पैसों से ही जनता के लिए विकास और कल्याण की योजनाएँ चलती हैं। इसलिए जनता को यह जानने का हक है कि उसके द्वारा दिए गए पैसे का सही इस्तेमाल हो रहा है या नहीं! कुछ अधिकारी और कर्मचारी पैसों के लालच में योजनाओं को चलाने में बेईमानी करते हैं। पैसों की चोरी करते हैं। रिश्वत लेते हैं। इन सब कारणों के चलते विकास के कार्य ठीक से नहीं चल पाते।

समुचित विकास के लिए यह ज़रूरी है कि विकास के कार्यों में कुछ भी छिपा हुआ न रहे। योजनाएँ सही ढंग से चलें। पैसों का दुरुपयोग न हो। भ्रष्टाचार पर अंकुश लगाया जा सके। सूचना के लेन-देन में पारदर्शिता लाई जा सके। विकास के कार्यों में जनता की ज़िम्मेदारी और भागीदारी बढ़े। इसके लिए सरकार ने एक कानून बनाया है, यह कानून 'सूचना का अधिकार अधिनियम 2005' के नाम से जाना जाता है। इसे 12 अक्तूबर, 2005 को पूरे देश में लागू किया गया था। इस कानून के तहत हर किसी को

अपनी ज़रूरत की हर सूचना पाने का अधिकार है। हर नागरिक को अपने जीवन को किसी भी रूप में प्रभावित करने वाले किसी भी निर्माण, नीति, कार्यक्रम व परियोजना के बारे में जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है।

ख़ास बातें

- कोई भी नागरिक किसी विभाग के दस्तावेज़ या कागज़ात देख सकता है। सरकारी भवनों व इमारतों के निर्माण के लिए मिले पैसों तथा ख़र्च का ब्यौरा माँग सकता है।
- किसी भी दस्तावेज़ की नकल ले सकता है।
- किसी कार्य में प्रयोग की गई सामग्री के नमूने ले सकता है।
- मज़दूरी के मस्टर रोल, लॉग बुक, टेन्डर के दस्तावेज़ और कैशबुक आदि देख सकता है।
- विभाग की योजनाओं, ख़र्च की गई धनराशि, लाभ लेने वालों की सूची, व्यय-वाउचर और ऑडिट रिपोर्ट देख सकता है।
- काम करने वाले अधिकारियों, कर्मचारियों के अधिकार, वेतन-भत्ते और उनके भुगतान की जानकारी भी ले सकता है।

आवेदन का तरीका

- सूचना पाने के लिए कोई भी आवेदन कर सकता है। इसके लिए कोई कारण बताने की ज़रूरत नहीं है।
- आवेदन संबंधित विभाग के जन सूचना अधिकारी को देना होगा।
- आवेदन हिंदी, अंग्रेज़ी अथवा स्थानीय भाषा में हाथ से लिखकर सीधे दिया जा सकता है अथवा डाक द्वारा भी भेजा जा सकता है।

- जिन चीज़ों की सूचना या जानकारी लेनी है, आवेदन पत्र में उनका स्पष्ट उल्लेख करना ज़रूरी है।
- आवेदन पत्र में अपना पूरा नाम, पता, उम्र, व्यवसाय और टेलीफ़ोन नंबर आदि अवश्य लिखना चाहिए।

सूचना पाने का शुल्क

- आवेदन-पत्र के साथ शुल्क के रूप में दस रुपए का स्टांप पेपर अथवा भारतीय पोस्टल ऑर्डर लगाना जरूरी है। जिन विभागों में फ़ीस जमा करने का प्रावधान है, वहाँ दस रुपये जमा करके उसकी रसीद भी लगा सकते हैं। बी.पी.एल. परिवारों के लिए कोई शुल्क नहीं है।
- बड़े आकार के कागज़ पर नकल लेने के लिए शुल्क के रूप में उसका वास्तविक मूल्य देना होगा।
- किसी दस्तावेज़ का निरीक्षण करने के लिए पहले घंटे का शुल्क 10 रुपए है। इसके बाद प्रत्येक 15 मिनट का शुल्क 5 रुपए है।
- सी.डी. अथवा फ्लॉपी पर सूचना प्राप्त करने का शुल्क 50 रुपए है।

सूचना देने के नियम

- किसी भी विभाग द्वारा सूचना देने के लिए अधिक से अधिक 30 दिन का समय निर्धारित है।
- सूचना किसी व्यक्ति से संबंधित हो तो 48 घंटे में दे दी जानी चाहिए।

- यदि किसी विभाग को दूसरे विभाग से सूचना लेकर देनी है, तो उसके लिए समय-सीमा 45 दिन है।
- यदि आवेदक को निर्धारित समय में सूचना नहीं मिलती है, तो वह विभाग के अपीलीय अधिकारी से अपील कर सकता है।
- यदि वहाँ से भी सूचना न मिले, तो 90 दिनों के भीतर राज्य सूचना आयोग में दूसरी अपील कर सकता है।
- सूचना न देने अथवा देर से सूचना देने पर आयोग संबंधित अधिकारी पर 250 रुपए प्रतिदिन के हिसाब से जुर्माना कर सकता है। जुर्माने की अधिकतम राशि 25000/- रुपए तक हो सकती है।
- जुर्माना अधूरी, गलत अथवा भ्रामक सूचना देने पर भी लगाया जा सकता है।

कौन-सी सूचनाएँ नहीं मिल सकतीं

कोई भी व्यक्ति जनहित में सभी सूचनाएँ पा सकता है। लेकिन, कुछ सूचनाएँ ऐसी हैं, जिन्हें देने की बाध्यता नहीं है। ये सूचनाएँ निम्नलिखित हैं :

- जिसके देने से देश की एकता, अखंडता और सुरक्षा को ख़तरा हो।
- जिसे देने के लिए न्यायालय द्वारा रोक लगाई गई हो।
- जिसे देने से विधायिका की मर्यादा भंग होती हो।
- जो किसी भी दूसरे राष्ट्र द्वारा विश्वास में दी गई हो।
- जिसके देने से किसी के जीवन पर बुरा प्रभाव पड़े या उससे अपराध को बढ़ावा मिले।

देखें, आपने क्या सीखा 12.3

(i) सूचना का अधिकार अधिनियम क्यों बनाया गया?

.....

(ii) सूचना पाने के लिए आवेदन किसको देंगे?

.....

(iii) सूचना की फ़ोटो कापी पाने के लिए एक पृष्ठ का शुल्क क्या है?

.....

(iv) समय पर सूचना न देने पर क्या हो सकता है?

.....

12.4 मनरेगा

आप जानते हैं कि देश की आबादी दिन-पर-दिन बढ़ती जा रही है। बढ़ती आबादी के साथ बेरोज़गारी भी बढ़ रही है। बेरोज़गारी के कारण लोग इधर-उधर भटक रहे हैं। काम की तलाश में लोग गाँव छोड़कर शहर की ओर भाग रहे हैं। गाँव खाली हो रहे हैं। गाँव के लोगों को गाँव में ही रोज़गार मिले, गाँव का विकास हो, इसके लिए सरकार ने 'महात्मा गाँधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोज़गार गारन्टी अधिनियम-2005' बनाया है। इस अधिनियम के लागू होने के बाद रोज़गार पाना गाँव के लोगों का संवैधानिक अधिकार बन गया है।

मनरेगा का पूरा नाम 'महात्मा गाँधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारन्टी अधिनियम' है। यह अधिनियम गाँव के हर इच्छुक परिवार को साल में कम से कम 100 दिन का

रोज़गार देने की गारन्टी देता है। इस अधिनियम का उद्देश्य गाँवों में बेरोज़गारी की समस्या को दूर करना है। गाँव में अधिक से अधिक विकास करना है।

रोज़गार का हकदार कौन ?

- 18 वर्ष से ऊपर का कोई भी इच्छुक ग्रामीण रोज़गार पाने का हकदार है।
- वह काम करने के योग्य हो और उसी पंचायत का रहने वाला हो।
- रोज़गार में महिलाओं को प्राथमिकता दी जाएगी। रोजगार पाने वालों में कम-से-कम एक-तिहाई महिलाएँ होंगी।

रोजगार करते लोग

- एक समय में एक परिवार के केवल एक व्यक्ति को रोज़गार मिलेगा।
- परिवार का मतलब है– जिनका खाना एक जगह बनता हो। एक ही राशन कार्ड में सबका नाम हो।

रोज़गार कैसे मिलेगा ?

- रोज़गार पाने के लिए ग्राम-पंचायत को एक अर्ज़ी देनी होगी। अर्ज़ी के साथ कोई फ़ीस नहीं देनी पड़ती। ग्राम-पंचायत से अर्ज़ी देने की रसीद मिलती है।
- ग्राम-पंचायत अर्ज़ी की जाँच करके 15 दिनों के भीतर पंजीकरण करेगी।
- जॉब कार्ड के लिए भी ग्राम-पंचायत को एक अर्ज़ी देनी होगी। पंजीकरण के 15 दिन के अंदर ग्राम-पंचायत द्वारा जॉब कार्ड जारी किया जाएगा।

- जॉब कार्ड 5 वर्षों के लिए होगा। इसमें 5 पन्ने होंगे।
- जॉब कार्ड पर रोज़गार पाने वाले का फोटो भी लगा होगा। जॉब कार्ड और फ़ोटो के लिए कोई पैसा नहीं देना पड़ता।
- पंजीकरण के 15 दिनों के भीतर काम दे दिया जाएगा।
- 15 दिन के भीतर काम मिलने पर बेरोज़गारी-भत्ता दिया जाएगा।
- किसको कहाँ काम दिया गया है, इसकी सूचना ग्राम-पंचायत और क्षेत्र-पंचायत के कार्यालय पर लगाई जाएगी। उसे पढ़कर अथवा पढ़वाकर अपने काम पर पहुँच सकते हैं।
- श्रमिक के घर से 5 कि.मी. के अंदर काम दिया जाएगा। 5 कि.मी. से बाहर काम मिलने पर किराये के रूप में कुछ अतिरिक्त पैसों का भुगतान किया जाएगा।

मनरेगा

मज़दूरी का भुगतान

- मज़दूरी का भुगतान हर दशा में 15 दिनों के अंदर कर दिया जाएगा।
- भुगतान श्रमिक के बैंक अथवा डाकघर के खाते में किया जाएगा।
- महिला-पुरुष दोनों को बराबर मज़दूरी मिलेगी।
- जॉब कार्ड पर काम के दिनों का उल्लेख किया जाएगा।

मज़दूरी के अलावा अन्य सुविधाएँ

- काम की जगह पर पीने के पानी और छाया की निःशुल्क व्यवस्था होगी।
- महिला श्रमिकों के छोटे बच्चों की देख-रेख की व्यवस्था होगी। बच्चों की

देख-रेख के लिए उन्हीं श्रमिकों में से किसी महिला को लगाया जाएगा। उस महिला को भी उतनी ही मज़दूरी दी जाएगी, जितनी दूसरे मज़दूरों को दी जाती है।

- काम के दौरान चोट लगने पर नि:शुल्क इलाज होगा।
- इलाज के दौरान वह जितने दिन काम पर नहीं आ पाएगा, उतने दिन की आधी मज़दूरी उसे दी जाएगी।

- काम के दौरान मज़दूर या उसके बच्चे की मृत्यु हो जाने पर परिवार को रुपए 25,000 का मुआवजा दिया जाएगा, जबकि अंग-भंग होने पर मुआवज़े की राशि रुपए 15,000 होगी।

देखें, आपने क्या सीखा 12.4

(i) मनरेगा का पूरा नाम क्या है ?

.....

(ii) मनरेगा के अंतर्गत काम पाने के लिए अर्ज़ी कहाँ देनी पड़ती है ?

.....

(iii) काम के दौरान मृत्यु होने पर कितना मुआवज़ा मिलता है ?

.....

आइए, दोहराएँ

- भूमंडलीकरण विकास और तरक्की के लिए ज़रूरी है।
- शिक्षा का अधिकार अधिनियम हर बच्चे को मुफ़्त और अनिवार्य शिक्षा पाने का हक देता है।
- सूचना का अधिकार के तहत हर नागरिक को अपनी ज़रूरत की सूचना पाने का हक है।
- मनरेगा का पूरा नाम 'महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोज़गार गारन्टी अधिनियम' है। यह कानून गाँव के हर ज़रूरतमंद को वर्ष में कम से कम 100 दिन का रोज़गार देने की गारन्टी देता है।

अभ्यास

1. नीचे लिखे सवालों के सही जवाब पर सही का निशान लगाइए :

(i) भूमंडलीकरण क्या है?

(क) भूमि का समतल होना ☐ (ख) भूमि का हरा-भरा होना ☐

(ग) पूरे विश्व का जुड़ा होना ☐ (घ) भूमि की कमी ☐

(ii) शिक्षा पाने का अधिकार किसे है?

(क) केवल मानसिक विकलांग को ☐ (ख) हर बच्चे को ☐

(ग) केवल धनी बच्चे को ☐ (घ) केवल निर्धन बच्चे को ☐

(iii) सूचना का अधिकार किस पर लागू होता है:

(क) निजी एवं व्यक्तिगत सूचनाओं पर ☐ (ख) देश की सुरक्षा से संबंधित सूचनाओं पर ☐

(ग) न्यायालय द्वारा रोक लगी सूचनाओं पर ☐ (घ) व्यापक जनहित की सूचनाओं पर ☐

(iv) मनरेगा में हर ज़रूरतमंद श्रमिक को वर्ष में कम से कम कितने दिन काम मिलता है?

(क) वह जितने दिन चाहे ☐ (ख) 365 दिन ☐

(ग) 100 दिन ☐ (घ) 185 दिन ☐

2. नीचे लिखे प्रश्नों के उत्तर लिखिए:

(i) भूमंडलीकरण का हमारे जीवन पर क्या असर पड़ा है ?

.....

(ii) शिक्षा के अधिकार बच्चों को स्कूल से क्या सुविधाएँ मिलती हैं ?

.....

(iii) निर्धारित समय में सूचना न देने पर कितना ज़ुर्माना हो सकता है?

.....

3. नीचे लिखे दोनों तरफ़ के अधूरे वाक्यों को रेखा से मिलाकर सही वाक्य बनाइए:

1. भूमंडलीकरण से हमारा	–पाने का अधिकार है।
2. हर बच्चे को नि:शुल्क	–जॉब कार्ड दिया जाता है।
3. हर नागरिक को सूचना	–शिक्षा पाने का अधिकार है।
4. मनरेगा में हर श्रमिक को	–जीवन तेजी से बदला है।

4. नीचे लिखी बातों में सही (√) या गलत (×) के निशान लगाइए :

(क) भूमंडलीकरण का हमारे जीवन पर गहरा असर पड़ा है। ☐

(ख) प्राइवेट स्कूलों पर 'शिक्षा का अधिकार' कानून लागू नहीं होता। ☐

(ग) जॉब कार्ड 5 वर्षों के लिए बनता है। ☐

(घ) मनरेगा में काम पाने के लिए अर्ज़ी विधायक को देनी पड़ती है। ☐

आइए, करके देखें

1. आपके गाँव या मोहल्ले के विकास को जो पैसा सरकार ने दिया, जो खर्च हुआ है तथा कितना काम पूरा हुआ, इसकी सूचना 'सूचना का अधिकार' में माँगें।

2. अपने गाँव व आस-पास के कितने बच्चे स्कूल नही जाते उन्हें स्कूल भिजवाने का काम करें।

उत्तरमाला

12.1

(i) (क) टेलीविजन (ख) ज़रूरी (ग) जागरूक (घ) सुविधाएँ

12.2

(i) (क) करोड़ों बच्चे गरीबी के कारण पढ़-लिख नहीं पाते।

(ख) विकास के लिए शिक्षा बहुत ज़रूरी है।

(ग) बिना सरकारी मान्यता के स्कूल चलाना अपराध है।

(घ) हर बच्चे को 8वीं तक की शिक्षा नि:शुल्क दी जाएगी।

12.3

(i) सूचना पाने के लिए

(ii) संबंधित विभाग के जन सूचना अधिकारी को

(iii) दो रुपए

(iv) 250/- प्रतिदिन की दर से जुर्माना

12.4

(i) महात्मा गाँधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोज़गार गारन्टी अधिनियम

(ii) ग्राम पंचायत को।

(iii) 25000 रुपए।

जाँच-पत्र-3

(पाठ 9 से 12 तक)

1. सही उत्तर के आगे (√) का निशान लगाइए:

(क) कौन-सा अंग शरीर का बाहरी अंग नहीं है:

आँखें	☐	कान	☐
नाक	☐	दिल	☐

(ख) कौन-सा साधन सड़क-परिवहन नहीं है:

कार	☐	हैलीकॉप्टर	☐
बैलगाड़ी	☐	साइकिल	☐

(ग) कौन-सा राष्ट्रीय प्रतीक नहीं है:

तिरंगा	☐	ताजमहल	☐
मोर	☐	कमल	☐

(घ) छात्रों को शिक्षा के लिए कौन-सा अधिकार नहीं मिला:

नि:शुल्क कॉपी-किताबें	☐	नि:शुल्क बस्ता	☐
नि:शुल्क दोपहर का भोजन	☐	नि:शुल्क विदेश-यात्रा	☐

2. 'हाँ' अथवा 'नहीं' में उत्तर दीजिए :

	हाँ	नहीं
(क) हमारा शरीर अनमोल है।	☐	☐

(ख) आंखों को मसलने से अंदर घाव हो सकता है। ☐ ☐

(ग) भारतीय रेल-प्रणाली विश्व की सबसे बड़ी रेल-प्रणाली है। ☐ ☐

(घ) भारत का राष्ट्रीय पशु गाय है। ☐ ☐

(ङ) पंथ-निरपेक्षता की बात हमारे संविधान में शामिल है। ☐ ☐

3. खाली स्थान भरिए :

(क) शरीर के सभी अंगों के अपने-अपने ..... हैं।

(ख) तारकोल की पहली सड़क ..... में बनी थी।

(ग) पहली रेलगाड़ी ..... से थाणे तक चलाई गई थी।

(घ) तिरंगे झंडे में सबसे ऊपर ..... रंग की पट्टी होती है।

(ङ) सूचना के अधिकार के कारण सूचना न देने वाले पर ..... हो सकता है।

(च) हमारे देश में अलग-अलग ..... को मानने वाले लोग रहते हैं।

4. एक-दूसरे से संबंधित शब्दों को रेखा द्वारा मिलाइए :

मुँह	झंडा
पटरी	अधिनियम
तिरंगा	दाँत
संविधान	लोकतंत्र
मनरेगा	रेल

5. अधूरे वाक्यों को रेखा से मिलाकर पूरा कीजिए :

त्वचा से शरीर के	चार शेरों वाला चिह्न है।
सबसे पहले नाव का प्रयोग	सर्वधर्म समभाव से है।
हमारा राष्ट्रीय प्रतीक	अंदर के सभी अंग ढँके रहते हैं।
मज़दूरी का भुगतान हर दशा में	मछली पकड़ने के लिए होता था।
पंथ–निरपेक्षता से हमारा अभिप्राय	15 दिन के अंदर कर दिया जाएगा।

6. सही कथन के आगे (√) का निशान लगाइए :

(क) मनुष्य का शरीर बड़े भाग्य से मिलता है। ☐

(ख) शरीर के जिन अंगों को हम छिपाकर रखते हैं, उन्हें गुप्तांग कहते हैं। ☐

(ग) गंदगी के कारण बालों में जूँ पड़ जाती हैं। ☐

(घ) ज़ुकाम होने पर छींकें आती हैं। ☐

(ङ) पुराने ज़माने में रेल से माल ढोया जाता था। ☐

(च) सबसे बड़ी सड़क दिल्ली से फ़रीदाबाद तक जाती है। ☐

(छ) रेल की पटरियाँ तीन प्रकार की होती हैं। ☐

(ज) हमारे साहित्य में राष्ट्रीय पक्षी मोर का विशेष स्थान है। ☐

(झ) क्रिकेट हमारा राष्ट्रीय खेल है। ☐

(ञ) जन–गण–मन बंकिम चंद्र ने लिखा था। ☐

(ट) देश के विकास कि लिए शिक्षा बहुत ज़रूरी है। ☐

(ठ) कोई भी व्यक्ति बिना सरकारी मान्यता के स्कूल चला सकता है। ☐

(ड) मनरेगा के अंतर्गत गाँव के हर इच्छुक परिवार के एक व्यक्ति को साल में 100 दिन का रोज़गार पाने का अधिकार है। ☐

(ढ) हर नागरिक को अपनी पसंद के धर्म को मानने की स्वतंत्रता है। ☐

(ण) हमारे देश में धर्म के आधार पर कोई भेद-भाव नहीं होता। ☐

(त) भारत में नागरिकों को धर्म-परिवर्तन की स्वतंत्रता नहीं है। ☐

स्तर-क

नमूने का प्रश्न पत्र

वार्षिक परीक्षा – पर्यावरण अध्ययन

मुक्त प्रौढ़ शिक्षा

विषय - पर्यावरण अध्ययन

समय : 2½ घंटे *पूर्णांक 100*

- **अपना विवरण** (5)

सही विवरण भरने पर 5 अंक दिये जाएँगे।

नाम .....

केन्द्र गाँव .....

रोल न. .....

विषय .....

दिनांक .....

1. सही शब्द चुनकर खाली स्थान में भरिए: (10)

I. बुजुर्ग बच्चों को ..... सिखाते हैं।

II. सबसे बड़ी अदालत ..... है।

III. पालतू कुत्ते, बिल्ली को ..... के टीके लगवाने चाहिए।

IV. फूल से ..... बनता है।

V. अदरक ..... के काम आता है।

VI. पृथ्वी को मिलाकर सौर मंडल के ..... ग्रह हैं।

VII. पृथ्वी ..... की परिक्रमा करती है।

VIII. चन्द्रमा ..... की परिक्रमा करता है।

IX. कुछ भी खाने के बाद ..... जरूर करें।

X. पोंगल का त्योहार ..... में मनाया जाता है।

2. पढ़िए और उत्तर लिखिए : (10)

I. शिक्षा का अधिकार कानून में मुफ्त में मिलने वाली दो सुविधाओं के नाम:

क. ..... ख. .....

II. डाकघर के किन्हीं दो कार्यों के नाम:

क. ..... ख. .....

III. पंचायत के किन्हीं दो कार्यों के नाम:

क. ..... ख. .....

IV. सजीव वस्तुओं की किन्हीं दो विशेषताओं के नाम:

क. ..... ख. .....

V. प्रकृति द्वारा बनी किन्हीं दो चीजों के नाम:

क. ..... ख. .....

VI. सूर्य के किन्हीं दो ग्रहों के नाम:

क. ..... ख. .....

VII. किन्हीं दो राष्ट्रीय पर्वों के नाम:

क. ..... ख. .....

VIII. पर्यावरण बचाने के कोई दो उपाय:

क. ..... ख. .....

IX. दवाइयों के काम आने वाले किन्हीं दो पौधों/चीजों के नाम:

क. ..... ख. .....

X. प्रोटीन से मिलने वाले कोई दो फायदे:

क. ..... ख. .....

3. एक शब्द में उत्तर लिखिए : (10)

I. आने-जाने के साधनों में सबसे तेज गति किसकी है?.....

II. झंडे के चक्र में कितनी तीलियाँ हैं?.....

III. पृथ्वी के उपग्रह का क्या नाम है?.....

IV. महिलाओं के लिए बनाए गए कानून का क्या नाम है?.....

V. निजी स्कूलों में गरीब बच्चों की कितनी प्रतिशत सीटें आरक्षित हैं?
.....

VI. मुफ्त कानूनी मद्द कहाँ से मिलती है?.....

VII. भारत का संविधान कब लागू हुआ?.....

VIII. साँस के साथ हम क्या लेते हैं?.....

IX. मनरेगा में एक परिवार के कितने सदस्यों को काम मिलता है?
.....

X. 'सूचना का अधिकार' कानून के तहत किसी विभाग से सूचना लेने की क्या फीस है?.....

4. सही (√) या गलत (×) का निशान लगाइए: (10)

I. बैंक में हम गहने नहीं रख सकते। ☐

II. औरतों में खून की कमी से अनीमिया होता है। ☐

III. तम्बाकू व गुटका खाने से कैंसर हो सकता है। ☐

IV. मनरेगा में बीमार मजदूर का इलाज नहीं होता। ☐

V. शरीर से बेकार तत्त्व पसीना तथा पेशाब के रास्ते निकल जाते हैं। ☐

VI. डाकघर में बचत की रकम नहीं जमा कर सकते। ☐

VII. 15 अगस्त को हमारे देश का संविधान लागू हुआ। ☐

VIII. निजी स्कूलों में गरीब बच्चों के दाखिले के लिए पहले टेस्ट लिया जाता है। ☐

IX. सूचना का अधिकार कानून में किसी भी विभाग के दस्तावेज व कागजात देख सकते हैं। ☐

X. मनरेगा में जॉब कार्ड बनाने के लिए पंचायत को फीस देनी होती है। ☐

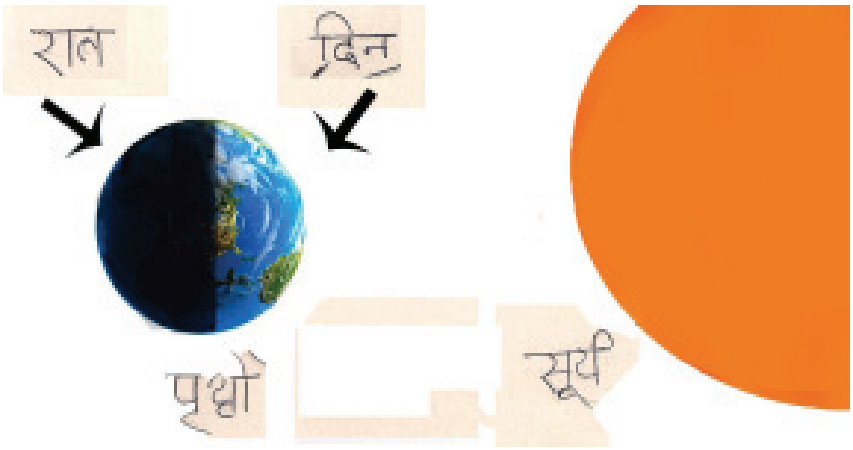
5. कॉलम 'क' में दिए गए वाक्यों को कॉलम 'ख' में दिए गए सही वाक्यों से मिलाइए: (10)

क	ख
I. पंचायत में महिलाओं के लिए	I. 25% आरक्षण है।
II. निजी स्कूलों में गरीब बच्चों के लिए	II. जीवन रक्षक दवाइयाँ मुफ्त मिलती हैं।
III. गरीबों को अस्पताल में	III. ऋतुएँ बनती हैं।
IV. पर्यावरण की रक्षा के लिए	IV. 33% आरक्षण है।
V. सूरज और पृथ्वी की परस्पर दूरी के कारण।	V. धरती, पानी और जंगलों की देखभाल जरूरी है।

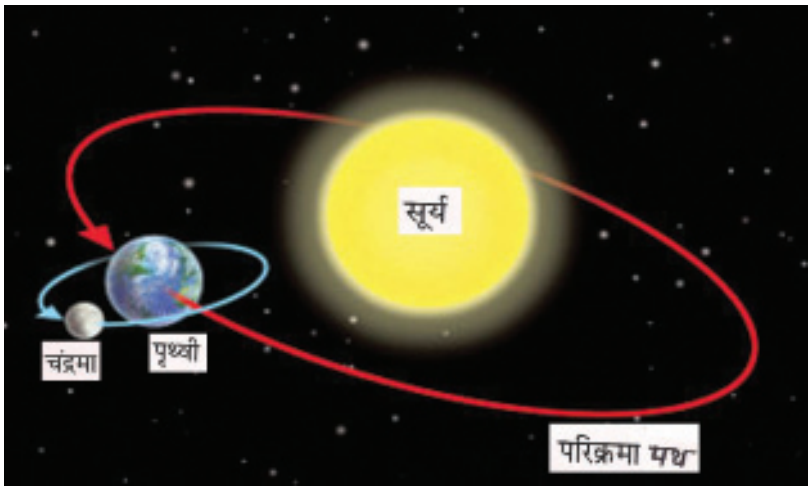
6. विटामिन की कमी से होने वाली बीमारियों तथा उनसे बचने के लिए खाने को दी जाने वाली चीजों के नाम नीचे दिए गए हैं। सही मिलान करें : (10)

विटामिन/अन्य कारण	*बीमारी*	*खाने की चीजें*
I. विटामिन सी	I. पीलिया, टाइफाइड, हैजा, डायरिया	I. पालक, शलगम, गाजर, गुड़, कलेजी
II. विटामिन ए	II. अनीमिया, खून की कमी	II. आँवला, नीबू, अमरूद, टमाटर
III. विटामिन बी	III. आँखों की बीमारियाँ	III. दूध, अंडा, मछली, पालक, धूप सेंकना
IV. विटामिन डी तथा कैल्शियम	IV. मसूढ़ों में खून आना, पायरिया	IV. साफ़ पानी, ओ.आर.एस. घोल
V. गंदा पानी	V. हड्डियों की कमजोरी	V. गाजर, आम, पपीता, दूध, मछली का तेल, बंद गोभी।

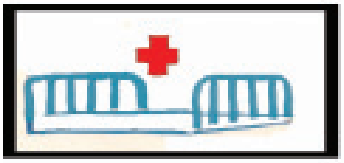
7. चित्र देखकर बताइए कि इनमें क्या दिखाया गया है? (10)



.....



.....



.....

.....

.....

.....

.....

8. सही उत्तर पर सही (√) निशान लगाएँ: (2×5=10)

1. बच्चों से माता-पिता क्या कराएँ?

I. मजदूरी कराएँ ☐ II. टीके लगवाएँ ☐

III. पढ़ने न भेजें ☐ IV. गलती करने पर पिटाई करें ☐

2. बुजुर्गों के लिए कौन-सी योजना है?

I. मार्टगेज योजना ☐ II. घरेलू हिंसा ☐

III. पंचायत से 33% सीटों में आरक्षण ☐ IV. लाडली योजना ☐

3. डाकघर में क्या सुविधा है?

I. मनी आर्डर और पार्सल भेजना ☐ II. गहने व कीमती सामान रखना ☐

III. काम-धन्धा व पढाई के लोन ☐ IV. अपराधों के खिलाफ एफ.आई.आर. दर्ज कराना ☐

4. स्वतंत्रता दिवस कब मनाया जाता है?

I. 26 जनवरी को ☐ II. 25 दिसम्बर को ☐

III. 15 अगस्त को ☐ IV. 2 अक्टूबर को ☐

5. ब्रेल लिपि से किसे पढ़ाया जाता है?

I. जो सुन नहीं पाते ☐ II. जो देख नहीं पाते ☐

III. जो बोल नहीं पाते ☐ IV. जो चल नहीं पाते ☐

मौखिक परीक्षा (15)

1. आपका एकल परिवार है या संयुक्त परिवार?
2. आपको इससे क्या फायदे हैं?
3. आप अपने बच्चों की देखभाल के लिए क्या करते हैं?
4. आपके आस-पास कौन-कौन से धन्धे के लोग हैं?
5. आप कौन-कौन से खास-खास त्योहार मनाते हैं? क्या आप जानते हैं कि वे त्योहार क्यों मनाए जाते हैं?
6. 15 अगस्त तथा 26 जनवरी पर आपके यहाँ क्या होता है?
7. आपके यहाँ प्राकृतिक चीजें क्या-क्या हैं?
8. आपने कभी ध्रुवतारा तथा सप्तऋषि मंडल देखा है? वह किस दिशा में होता है?
9. क्या आप अनीमिया के बारे में जानते हैं? वह क्या है?
10. पौधे लगाने से क्या फायदे हैं?
11. आप घर के आस-पास तथा शरीर की सफाई में क्या करते हैं?
12. हमारे देश के झन्डे में कौन-कौन से रंग हैं? वे रंग क्या दर्शाते हैं?
13. आपने राष्ट्रीय गीत, राष्ट्रीय गान कभी सुना है?
14. शिक्षा का अधिकार में बच्चों को क्या-क्या मुफ्त मिलता है?
15. मनरेगा में आपको क्या-क्या दिक्कतें आती हैं?