निःशुल्क वितरण के लिए

कार्य शिक्षा

तीसरी कक्षा

कार्यशिक्षण इयत्ता तिसरी (हिंदी माध्यम)

टेली मानस हेल्पलाइन

Tele MANAS (Tele Mental Health Assistance and Networking Across States)

(१४४१६/१८००-८९-१४४१६)

राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत केंद्र द्वारा प्रायोजित योजना 'टेली मानस' महाराष्ट्र राज्य में अक्तूबर २०२२ से कार्यान्वित की गई है। 'टेली मानस' कार्यक्रम के अंतर्गत हेल्पलाइन नंबर १४४१६ द्वारा नि:शुल्क एकात्मिक और सर्वसमावेशक मानसिक स्वास्थ्य सेवा २४x७ प्रदान की जाती है। इसमें विविध मानसिक समस्याओं के लिए विशेषज्ञों द्वारा उपचार और समुपदेशन किया जाता है। 'टेली मानस' हेल्पलाइन पर आपके द्वारा दी गई जानकारी को पूर्णत: गोपनीय रखा जाता है। इस कारण विद्यार्थी अपनी समस्याएँ हेल्प लाइन नंबर पर कॉल करके नि:संकोच बताएँ। तथा मन में उत्पन्न किसी भी शंका के संबंध में पूछकर उसके निराकरण और अपनी समस्या से संबंधित मार्गदर्शन प्राप्त करें और अन्य लोगों को भी इस सुविधा का लाभ उठाने हेतु प्रोत्साहित करें।

मनोदर्पण

शिक्षा मंत्रालय द्वारा राष्ट्रीय शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद के अंतर्गत जुलाई २०२० से मनोदर्पण (८४४८४४०६३२) हेल्पलाइन की नि:शुल्क दूरध्वनि सेवा आरंभ की गई है। यह सुविधा विद्यार्थियों, अभिभावकों एवं शिक्षकों के लिए मनोवैज्ञानिक मार्गदर्शन तथा सहायता प्रदान करने हेतु प्रतिदिन प्रात: ८ बजे से संध्या ८ बजे की कालावधि में उपलब्ध कराई गई है। विद्यार्थी, अभिभावक एवं शिक्षक हेल्पलाइन पर संपर्क करके मार्गदर्शन एवं समुपदेशन प्राप्त कर सकते हैं।

शासन निर्णय क्रमांक : अभ्यास-२११६/(प्र.क्र.४३/१६) एसडी-४ दिनांक २५.०४.२०१६ के अनुसार समन्वय समिति का गठन किया गया। दि. १३.०४.२०२६ को हुई इस समिति की बैठक में यह पाठ्यपुस्तक शैक्षणिक वर्ष २०२६-२०२७ से निर्धारित करने हेतु मान्यता प्रदान की गई है।

कार्य शिक्षा

तीसरी कक्षा

समग्र शिक्षा

महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे ४

चौखट में दिए गए Q.R.Code को स्मार्ट फोन द्वारा स्कैन करने पर तुम्हें डिजिटल पाठ्यपुस्तक एवं पाठ्यपुस्तक में दिए घटकों से संबंधित दृक, श्रव्य एवं दृक-श्रव्य रूप में अध्ययन-अध्यापन सामग्री भी उपलब्ध होगी।

प्रथमावृत्ति
२०२६

© महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे ४११ ००४

इस पुस्तक का सर्वाधिकार महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ के अधीन सुरक्षित है। इस पुस्तक का कोई भी भाग महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ के संचालक की लिखित अनुमति के बिना प्रकाशित नहीं किया जा सकता।

✻ कार्य शिक्षा समिति सदस्य ✻

श्रीमती पल्लवी आपटे	(अध्यक्ष)
श्रीमती लिना तलाठी	(सदस्य)
श्रीमती तेजस्विनी म्हस्के	(सदस्य)
श्रीमती वंदना फडतरे	(सदस्य)
श्री सुनिल मोरे	(सदस्य)
डॉ. रुपेश तांबे	(सदस्य)
श्रीमती गीतांजली काशिद	(सदस्य)
श्री अंकित देशमुख	(निमंत्रित सदस्य)
श्रीमती रश्मी राजपूरकर	(निमंत्रित सदस्य)
श्री प्रकाश पारखे	(निमंत्रित सदस्य)
श्री विद्याधर म्हात्रे	(निमंत्रित सदस्य)
श्रीमती दिपाली जोगदंड	(अभ्यासक्रम समन्वयक)
डॉ. अजयकुमार लोळगे	(सदस्य सचिव)

✻ गुणवत्ता समीक्षक ✻

डॉ. एम. जी. गुरव	(गुणवत्ता परीक्षक)
ॲड. संदेश साखरे	(विधितज्ञ)
डॉ. अतुल जाधव	(CWSN तज्ञ)

✻ मुखपृष्ठ एवं अंतर्गत चित्राकृति ✻

श्री लक्ष्मीकांत काळे
श्रीमती प्राजक्ता केरकर

✻ अक्षरांकन ✻

समृद्धी, पुणे

✻ संयोजक ✻

डॉ. अजयकुमार लोळगे
विशेषाधिकारी, कार्यानुभव (वि.का)
प्र. विशेषाधिकारी, कला

✻ हिंदी भाषांतर संयोजन ✻

डॉ. अलका पोतदार
विशेषाधिकारी हिंदी (वि.का.)

✻ भाषांतर विषयतज्ञ ✻

श्री रामहित यादव
श्रीमती पूर्णिमा पांडेय
श्री ज्ञानेश्वर सोनार

कागज : ७० जीएसएम, क्रिमवोव

मुद्रणादेश :

मुद्रक :

✻ निर्मिति ✻

श्रीमती मिताली शितप
प्र. मुख्य निर्मिति अधिकारी
श्री प्रशांत हरणे
निर्मिति अधिकारी

✻ प्रकाशक ✻

श्री हेमंत बाबर
प्र. नियंत्रक
पाठ्यपुस्तक निर्मिती मंडळ,
प्रभादेवी, मुंबई - २५

भारत का संविधान

उद्देशिका

हम, भारत के लोग, भारत को एक **संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य** बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :

सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक **न्याय,**
विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म
और उपासना की **स्वतंत्रता,**
प्रतिष्ठा और अवसर की **समता**

प्राप्त कराने के लिए,
तथा उन सब में

व्यक्ति की गरिमा और राष्ट्र की एकता
और अखंडता सुनिश्चित करने वाली **बंधुता**

बढ़ाने के लिए

दृढ़संकल्प होकर **अपनी इस संविधान सभा में** आज तारीख 26 नवंबर, 1949 ई. (मिति मार्गशीर्ष शुक्ला सप्तमी, संवत् दो हजार छह विक्रमी) **को एतद् द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं ।**

भारत का संविधान

भाग ४ क

मूल कर्तव्य

अनुच्छेद ५१ क

मूल कर्तव्य– भारत के प्रत्येक नागरिक का यह कर्तव्य होगा कि वह –

(क) संविधान का पालन करे और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज और राष्ट्रगान का आदर करे;
(ख) स्वतंत्रता के लिए हमारे राष्ट्रीय आंदोलन को प्रेरित करने वाले उच्च आदर्शों को हृदय में संजोए रखे और उनका पालन करे;
(ग) भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता की रक्षा करे और उसे अक्षुण्ण रखे;
(घ) देश की रक्षा करे और आह्वान किए जाने पर राष्ट्र की सेवा करे;
(ङ) भारत के सभी लोगों में समरसता और समान भ्रातृत्व की भावना का निर्माण करे जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग पर आधारित सभी भेदभावों से परे हो, ऐसी प्रथाओं का त्याग करे जो स्त्रियों के सम्मान के विरुद्ध हैं;
(च) हमारी सामासिक संस्कृति की गौरवशाली परंपरा का महत्त्व समझे और उसका परिरक्षण करे;
(छ) प्राकृतिक पर्यावरण की, जिसके अंतर्गत वन, झील, नदी और वन्य जीव हैं, रक्षा करे और उसका संवर्धन करे तथा प्राणिमात्र के प्रति दयाभाव रखे;
(ज) वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन तथा सुधार की भावना का विकास करे;
(झ) सार्वजनिक संपत्ति को सुरक्षित रखे और हिंसा से दूर रहे;
(ञ) व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष की ओर बढ़ने का सतत प्रयास करे जिससे राष्ट्र निरंतर बढ़ते हुए प्रयत्न और उपलब्धि की नई ऊँचाइयों को छू ले;
(ट) यदि माता-पिता या संरक्षक हैं, छह वर्ष से चौदह वर्ष तक की आयुवाले अपने, यथास्थिति बालक या प्रतिपाल्य के लिए शिक्षा के अवसर प्रदान करें।

राष्ट्रगान

जनगणमन - अधिनायक जय हे
भारत - भाग्यविधाता ।
पंजाब, सिंधु, गुजरात, मराठा,
द्राविड, उत्कल, बंग,
विंध्य, हिमाचल, यमुना, गंगा,
उच्छल जलधितरंग,
तव शुभ नामे जागे, तव शुभ आशिस मागे,
गाहे तव जयगाथा,
जनगण मंगलदायक जय हे,
भारत - भाग्यविधाता ।
जय हे, जय हे, जय हे,
जय जय जय, जय हे ।।

प्रतिज्ञा

भारत मेरा देश है । सभी भारतीय मेरे भाई-बहन हैं ।

मुझे अपने देश से प्यार है । अपने देश की समृद्ध तथा विविधताओं से विभूषित परंपराओं पर मुझे गर्व है ।

मैं हमेशा प्रयत्न करूँगा/करूँगी कि उन परंपराओं का सफल अनुयायी बनने की क्षमता मुझे प्राप्त हो ।

मैं अपने माता-पिता, गुरुजनों और बड़ों का सम्मान करूँगा/करूँगी और हर एक से सौजन्यपूर्ण व्यवहार करूँगा/करूँगी ।

मैं प्रतिज्ञा करता/करती हूँ कि मैं अपने देश और अपने देशवासियों के प्रति निष्ठा रखूँगा/रखूँगी । उनकी भलाई और समृद्धि में ही मेरा सुख निहित है ।

राज्यगीत

जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा
जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा ।।धृ।।

भिती न आम्हा तुझी मुळी ही गडगडणाऱ्या नभा
अस्मानाच्या सुलतानीला जबाब देती जिभा
सह्याद्रीचा सिंह गर्जतो शिव शंभू राजा
दरी दरीतून नाद गुंजला महाराष्ट्र माझा
जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा ।।१।।

काळ्या छातीवरी कोरली, अभिमानाची लेणी
पोलादी मनगटे खेळती, खेळ जीवघेणी
दारिद्र्याच्या उन्हात शिजला
निढळाच्या घामाने भिजला
देश गौरवासाठी झिजला
दिल्लीचे ही तख्त राखितो, महाराष्ट्र माझा
जय जय महाराष्ट्र माझा, गर्जा महाराष्ट्र माझा
जय जय महाराष्ट्र माझा ।।२।।

प्रस्तावना

प्रिय बाल मित्रो,

राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० के अनुसार तीसरी कक्षा के कार्य शिक्षा की यह पाठ्यपुस्तक तुम्हारी आयु और अनुभवों को ध्यान में रखते हुए तैयार की गई है। यह पाठ्यपुस्तक तुम्हें पढ़ते हुए आनंद प्राप्त होगा और नये-नये प्रयोग करने का अवसर मिलेगा।

इस पाठ्यपुस्तक से दैनिक जीवन के कार्यों की जानकारी प्राप्त होगी। परिवार के लोग, परिसर में रहने वाले लोग, अलग-अलग व्यवसाय और कारीगर का कार्य करते हैं, इसकी तुम्हें जानकारी मिलेगी। अच्छे व्यवहार, सभी से उचित संवाद और समाज में कैसे व्यवहार करें, यह भी सीखने-समझने का अवसर प्राप्त होगा।

पुस्तक में अनेक कृतियाँ दी गई हैं, जैसे-कागज से फूल बनाना, फूल-पत्तों की रंगोली बनाना, माला-तोरण तैयार करना, बीजों की कलाकृति, मिट्टी से खिलौने तैयार करना, गृहवाटिका और क्षेत्र भ्रमण करना आदि इन कृतियों के माध्यम से तुम्हारी कल्पनाशक्ति, हस्तकौशल और विचार करने की क्षमता में वृद्धि होगी।

कृति, चित्र, संवाद, कहानी, गीत और खेलों से अध्ययन अधिक सुलभ और आनंददायी होगा। इस पाठ्यपुस्तक से तुम्हें स्वयं प्रत्येक कृति करते हुए सीखने का अवसर मिलेगा। अध्यापक तुम्हारे काम की ओर ध्यान देंगे, तुमने क्या सीखा देखेंगे और लिखित रिकॉर्ड भी रखेंगे। हमारी ये अपेक्षा है कि प्रत्येक विद्यार्थी अपनी पद्धति से सीखे, प्रयास करे और सभी कृतियों में भाग ले।

पुस्तक में पसंद आई बातों पर अपने अभिप्राय एवं अधिक प्रभावी सुझाव देना न भूलें। तो फिर चलो सीखें, कृतियाँ करें और आनंद उठाएँ।

तुम्हारे उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ!

(अनुराधा ओक)
संचालक
महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व
अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे-४

पुणे
दिनांक : १९ एप्रिल २०२६
भारतीय सौर दिनांक : वैशाख शु. २, शके १९४८, अक्षय तृतीया

शिक्षकों के लिए

राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० के अनुसार निर्धारित किए हुए ५+३+३+४ शैक्षिक प्रारूप के अनुसार 'पूर्व तैयारी स्तर' का विचार करते हुए तीसरी कक्षा के लिए पहली बार कार्य शिक्षा विषय की पाठ्यपुस्तक विकसित की गई है। विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देते हुए उनके अनुभवों के आधार पर कृति एवं आनंददायी शिक्षा प्रदान करना ही इस पुस्तक का मुख्य उद्‌देश्य है। इस पाठ्यपुस्तक की रचना करते हुए कृति एवं अनुभवों पर आधारित पद्धति का उपयोग किया है। अभ्यासक्रम के उद्‌देश्य, क्षमता और अध्ययन निष्पत्ति का विचार करते हुए उपक्रम एवं कृतियों पर आधारित आशय का चयन किया गया है। विद्यार्थियों को दैनिक जीवन के कार्यों की पहचान, घर और परिसर में लोगों की भूमिका, सामाजिक जीवन में सकारात्मक व्यवहार, साथ ही विविध व्यवसायों व कारीगरों के कार्यों की जानकारी एवं अनुभव प्राप्त हों, इसलिए विविध उपक्रमों को इस पाठ्यपुस्तक में सम्मिलित किया गया है।

विद्यार्थियों में संवाद कौशल, हस्त कौशल, यांत्रिक कौशल और सृजनशीलता विकसित करने की दृष्टि से कागज काम, फूल-पत्तों की रंगोली, तोरण-माला, बीज से कलाकृति, मिट्‌टी से खिलौना तैयार करना, गृहवाटिका, क्षेत्र भ्रमण, पहेली इन विविध कृतियों और उपक्रमों का इस पुस्तक में समावेश किया गया है। ये सभी कृतियाँ और उपक्रम अनुभवों पर आधारित उदाहरणों के माध्यम से स्पष्ट किए गए हैं। साथ ही विद्यार्थियों के जीवन से समन्वय स्थापित किया है। आकर्षक चित्र, प्रायोगिक कृति, रंग संगति और प्रत्यक्ष कृति के कारण यह पाठ्यपुस्तक अधिक प्रभावी एवं मैत्रीपूर्ण बनी है।

प्रत्येक घटक की कृतिशीलता और विचार क्षमता को प्राथमिकता देते हुए क्षमता और अध्ययन निष्पत्ति से जोड़ा गया है। संवाद, कहानी, गीत इनका प्रयोग करते हुए अध्ययन-अध्यापन प्रक्रिया आनंददायी बनाने का प्रयास किया गया है। प्रत्यक्ष कृति पर आधारित अध्यापन को दिया गया महत्त्व ही इस पाठ्यपुस्तक की विशेषता है। इन कृतियों को कक्षा एवं कक्षा के बाहर करने के अवसर देने की सूचना प्रत्येक घटक के नीचे अध्यापन संकेत द्‌वारा गुलाबी चौखट में दी गई है।

विशेष विद्यार्थियों के संबंध में अध्ययन-अध्यापन क्रिया करते समय सांकेतिक भाषा, (SIGN LANGUAGE) साथ ही अन्य पूरक अध्यापन पद्‌धतियों का उपयोग करें। विशेष विद्यार्थियों को उनके भाव प्रकट करना संभव हो, ऐसी पद्‌धति से प्रस्तुति करने के लिए अवसर प्रदान करें।

अभ्यासक्रम उद्‌देश्य(अ.उ.), अध्ययन क्षमता (अ.क्ष.), अध्ययन निष्पत्ति (अ.नि.), अध्ययन अनुभव एवं मूल्यांकन पद्‌धति का विचार करते हुए सरकार से निश्चित किए हुए कालांश के अनुसार उपक्रमों को रखा गया है। अध्ययन निष्पत्ति की परिणामकारकता की जाँच के लिए विविध कसौटियों का उपयोग करते हुए सतत एवं सर्वंकष मूल्यमापन करें। विशेष विद्यार्थियों का मूल्यांकन करते हुए संवेदनशीलता से उन्हें अभिव्यक्ति एवं कृतियों में सम्मिलित होने के लिए अवसर देना आवश्यक है।

विद्यार्थियों की क्षमताओं का विकास करने के लिए शिक्षक अनेक नवीनतम उपक्रम कर रहे हैं। ऐसे उपक्रमों की जानकारी एवं छायाचित्र पाठ्यपुस्तक मंडल को अवश्य भेजें। इस पाठ्यपुस्तक का प्रत्यक्ष उपयोग करने के बाद अपनी सभी संबंधित सूचनाएँ एवं अभिप्राय पाठ्यपुस्तक मंडल को भेजेंगे, ऐसी अपेक्षा है। आपकी कल्पना एवं उपक्रमों का पूरे मन से स्वागत है।

इक्कीसवीं शताब्दी का विद्यार्थी सक्षम, सृजनशील और जिम्मेदार नागरिक बने इसलिए पाठ्यपुस्तक मंडल द्‌वारा एक सकारात्मक कदम उठाया गया है। इस प्रयास के लिए सभी का सहयोग मिले, यही अपेक्षा है।

कार्य शिक्षा (विषय समिति)
पाठ्यपुस्तक मंडळ, पुणे

पाठ्यक्रम, अध्ययन क्षमता, घटक

पाठ्यक्रम उद्देश्य : CG-1 : दैनिक कार्यों के बारे में जानकारी बताना।	
अध्ययन क्षमता : C-1.1 : घर के व्यक्तियों के दैनिक कार्यों के बारे में जानकारी बताना।	**घटक :** दैनिक कार्य
उपघटक	**अध्ययन निष्पत्ति (LOs)**
१) परिवार के दैनिक कार्य	१) घर के व्यक्तियों के दैनिक कार्यों का निरीक्षण करता है।
२) घर के साधन	२) घर के काम करते समय उपयोग किए जाने वाले साधनों/सामग्रियों की जानकारी लेता है।
३) साधनों का उपयोग	३) घर के विभिन्न साधनों का उपयोग अपने शब्दों में बताता है।
४) घर के काम में मदद	४) अपनी पसंद और क्षमता के अनुसार घर के काम में मदद करता है।
अध्ययन क्षमता : C-1.2. : परिसर के व्यक्तियों के दैनिक कार्यों के बारे में जानकारी प्राप्त करना और उसके बारे में बताना।	
घटक : परिसर के व्यक्ति और उनके काम	
१) परिसर के व्यक्ति और उनके काम	५) परिसर के व्यक्तियों के कार्यों का निरीक्षण करता है।
२) कार्य का उपयोग	६) परिसर के व्यक्तियों के कार्यों का उपयोग बताता है।
	७) परिसर के व्यक्तियों के कार्यों का अनुभव बताता है।
पाठ्यक्रम उद्देश्य : CG-2 : सामाजिक जीवन जीते समय सकारात्मक व्यवहार करना।	
अध्ययन क्षमता : C-2. 1. : घर और समाज में रहते समय सकारात्मक व्यवहार करना।	**घटक :** हमारा व्यवहार
१) सकारात्मक व्यवहार	८) परिवार के व्यक्तियों के सकारात्मक व्यवहार का निरीक्षण करता है।
२) अनुकरण	९) परिवार के व्यक्तियों के सकारात्मक व्यवहार का अनुकरण करता है।
३) परिवार और सुरक्षा	१०) परिवार की सुरक्षा को समझकर उसके अनुसार व्यवहार करता है।
घटक – समाज	
१) सामाजिक व्यवहार के नियम	११) सामाजिक व्यवहार के नियमों को समझकर उसके अनुसार व्यवहार करता है।
२) आपातकालीन स्थिति में व्यवहार	१२) आपातकालीन स्थिति का अर्थ समझता है।
३) स्व-सुरक्षा	१३) स्व-सुरक्षा के बारे में जानकारी प्राप्त करता है।
पाठ्यक्रम उद्देश्य : CG-3 : विभिन्न व्यवसायियों/कारीगरों के काम के प्रति उत्सुकता और रुचि दिखाना।	
अध्ययन क्षमता : C-3.1 : परिसर के व्यवसायों और व्यवसायियों के काम के बारे में जानकारी प्राप्त करना।	
घटक : परिसर के व्यवसायों की पहचान	
१) व्यवसाय की पहचान	१४) परिसर के व्यवसायों को पहचानता है।
२) परिसर के पारंपरिक व्यवसाय	१५) परिसर के पारंपरिक व्यवसायों की जानकारी लेता है।
३) परिसर के आधुनिक व्यवसाय	१६) परिसर के पारंपरिक और आधुनिक व्यवसायों के बीच का अंतर समझकर जानकारी प्राप्त करता है।
४) व्यवसायों में विभिन्नता	१७) पारंपरिक और आधुनिक व्यवसायों में अंतर बताता है।
५) श्रम प्रतिष्ठा	१८) परिसर के व्यवसायियों/कारीगरों के काम के प्रति आदर रखता है।
अध्ययन क्षमता : C-3.2 : परिसर के सजीवों पर आधारित उत्पादक कार्यों के बारे में जानना।	
उपघटक	**अध्ययन निष्पत्ति (LOs)** — **घटक :** प्रकृति एक स्रोत
१) गृहवाटिका	१९) गृहवाटिका के कार्यों के बारे में जानकारी लेता है।
२) पशु-पक्षियों से संबंधित व्यवसाय	२०) पशु-पक्षियों से संबंधित व्यवसायों की जानकारी लेता है।
पाठ्यक्रम उद्देश्य : CG-4 : विभिन्न कौशलों का विकास करना।	
अध्ययन क्षमता : C-4.1 हस्त कला, संवाद और तकनीकी कौशल विकसित करना।	
१) हस्त कौशल	२१) दैनिक कार्यों के लिए आवश्यक कौशल समझता है। — **घटक :** कौशल विकास
	२२) हस्त कौशल का उपयोग करके विभिन्न वस्तुएँ तैयार करता है।
२) संभाषण कौशल	२३) संवाद कौशल का उपयोग करके बातचीत करता है।
३) तांत्रिक कौशल	२४) दैनिक उपयोग की वस्तुओं में तकनीक को समझकर उनका सही उपयोग करता है।

विषय सूची

अ. क्र.	घटक	पृष्ठ
१.	दैनिक कार्य	१
२.	साधनों का उपयोग	३
३.	घर–कार्य में सहायता	७
४.	पाक कला	१०
५.	मेरा परिसर	११
६.	गृहवाटिका	१४
७.	परिसर के व्यक्ति और उनके कार्य	२०
८.	कार्यों का उपयोग	२५
९.	हस्त कौशल–१	२९
१०.	हमारा व्यवहार : सकारात्मक व्यवहार	३२
११.	परिवार और सुरक्षा	३५
१२.	सामाजिक व्यवहार के नियम	३९
१३.	आपातकालीन परिस्थितियों में व्यवहार	४३
१४.	स्व–सुरक्षा : अच्छा स्पर्श / बुरा स्पर्श	४५
१५.	परिसर के व्यवसायों की पहचान	४८
१६.	श्रम प्रतिष्ठा	५६
१७.	हस्त कौशल–२	५७
१८.	पशु–पक्षियों से संबंधित व्यवसाय	५९
१९.	मत्स्य व्यवसाय	६४
२०.	आवश्यक कौशल	६६
२१.	तकनीक में परिवर्तन	७४
२२.	संगणक के भागों की पहचान	७६

सूचना : विशेष विद्यार्थियों के संबंध में अध्ययन–अध्यापन क्रिया करते समय सांकेतिक भाषा, (Sign Language) साथ ही अन्य पूरक अध्यापन पद्धतियों का उपयोग करें। विशेष विद्यार्थियों को उनके भाव प्रकट करना संभव हो, ऐसी पद्धति से प्रस्तुति करने के लिए अवसर प्रदान करें।

नि:शुल्क वितरण के लिए

१. दैनिक कार्य

दैनिक कार्य का अर्थ है– वे काम जो हमें प्रतिदिन करने पड़ते हैं। इन कार्यों को समय पर और ठीक से करने से हमारा जीवन अनुशासित और आनंदित रहता है। हमें अच्छी आदतें लगती हैं। हम स्वस्थ एवं जिम्मेदार बनते हैं, इसलिए दैनिक कार्यों का हमारे जीवन में बहुत महत्त्व है।

मेरी कृति

१. दिए गए चित्रों का निरीक्षण करो। कौन क्या कर रहा है, इस बारे में चर्चा करो।

२. कौन क्या करता है ?

चित्रों का निरीक्षण करो। कौन क्या काम कर रहा है, यह अपने शब्दों में लिखो।

१) दादी – ....

२) दीदी – ....

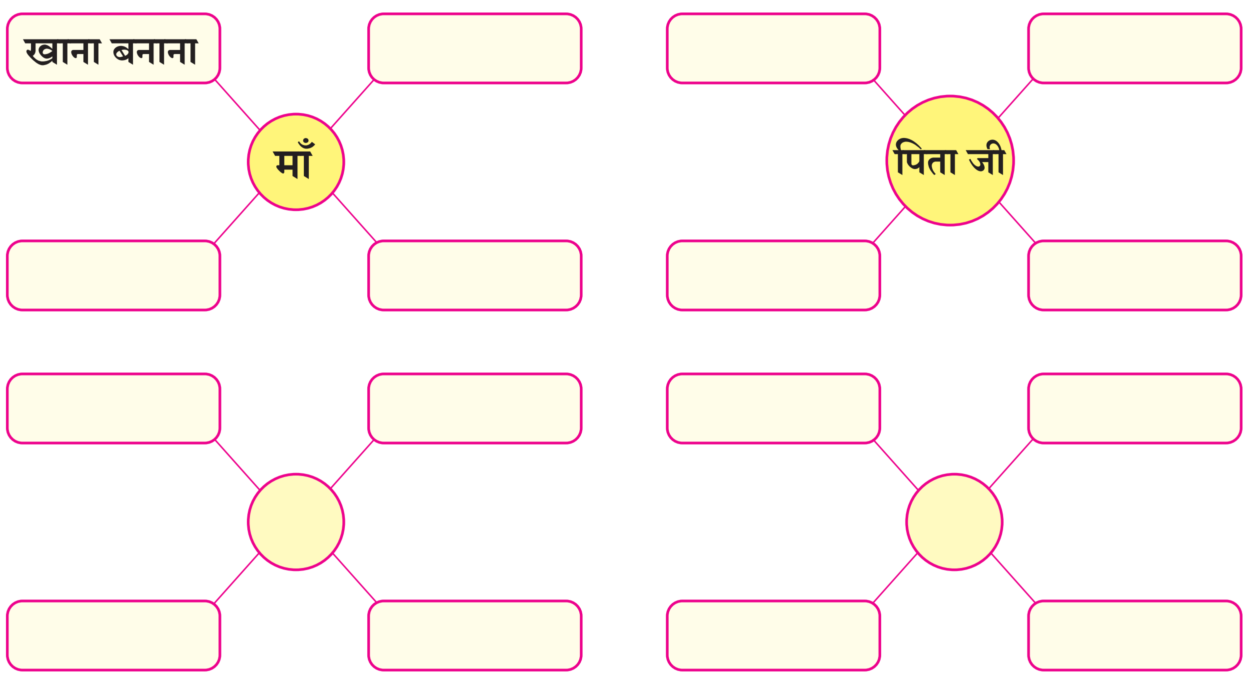
३) पिता – ....

४) दादा जी – ....

५) माँ – ....

६) बड़े भाई – ....

३. तुम्हारे घर के व्यक्ति कौन–कौन से काम करते हैं इसकी जानकारी नीचे दी गई खाली जगह में लिखो।



अ. उ. १

अ. क्ष. १.१

अ. नि. १

• घर के दैनिक कार्यों के बारे में चर्चा करो।

२. साधनों का उपयोग

हम हर दिन कई काम करते हैं। इन कामों को करने के लिए विभिन्न वस्तुओं की आवश्यकता होती है। इन वस्तुओं को साधन कहते हैं तो चलो, कुछ साधनों को पहचानते हैं।

चकला -बेलन

झाड़ू

तवा

परात

सींक वाली झाड़ू

बाल्टी

शौचालय साफ करने वाला ब्रश

झारी

हँसिया

घमेला

पतीला

कंघा

मेरी कृति

१. चित्रों का निरीक्षण करो। चित्र में दी गई वस्तुओं के नाम बताओ और उनके उपयोग लिखो।

वस्तु (चित्र)	वस्तु का नाम	उपयोग

२. घर के दैनिक कार्यों के लिए आवश्यक साधनों के चित्र इकट्‌ठा करके चिपकाओ और उसके नीचे उसका नाम और उपयोग लिखो।

नाम .... नाम .... नाम ....
उपयोग .... उपयोग .... उपयोग ....

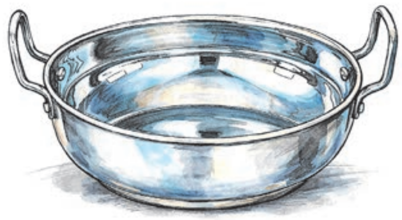
नाम .... नाम .... नाम ....
उपयोग .... उपयोग .... उपयोग ....

नाम .... नाम .... नाम ....
उपयोग .... उपयोग .... उपयोग ....

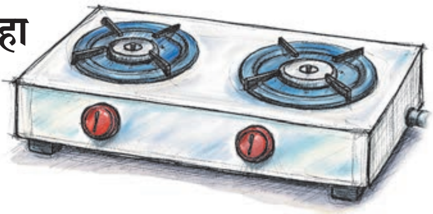
३. मेरा साथी ढूँढ़ो।

रोटी

कड़ाही



गैस चूल्हा



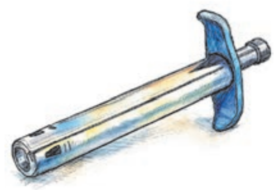
झारी

पूड़ी

तवा

फूल का पौधा

लाइटर



मिट्टी

घास काटने वाली कैंची

घास

घमेला

४. पहचानो तो – मैं कौन हूँ?

१) रोटी–भाकरी का आटा गूँथने के लिए उपयोग करते हैं। ....

२) फूलों के पौधों को पानी देने के लिए उपयोग करते हैं। ....

३) पौधा लगाते समय गड्ढा खोदने के लिए उपयोग करते हैं। ....

४) दाने (मूँगफली आदि) कूटने के लिए उपयोग करते हैं। ....

५) गर्म पतीला उठाने के लिए उपयोग करते हैं। ....

६) कद्दूकस करने के लिए उपयोग करते हैं। ....

७) बिजली न होने पर मसाला पीसने के लिए उपयोग करते हैं। ....

८) गंदे हाथों को साफ करने के लिए उपयोग करते हैं। ....

९) अनाज फटकने (पछोरने) के लिए उपयोग करते हैं। ....

१०) गैस चूल्हा या मिट्टी का चूल्हा जलाने के लिए उपयोग करते हैं। ....

अ. उ. १

अ. क्ष. १.२

अ. नि. २,३

- बातचीत के माध्यम से विद्यार्थियों से पूछें कि उनके घर में खाना बनाने, साफ–सफाई और बागवानी जैसे कामों के लिए किन उपकरणों (साधनों) का उपयोग किया जाता है। इनकी एक सूची तैयार कराएँ।

३. घर कार्य में सहायता

घर के सभी सदस्यों को काम में एक-दूसरे की सहायता करनी चाहिए। इससे काम जल्दी हो जाते हैं। जिम्मेदारी की भावना पैदा होती है। स्वच्छता और सलीके से रहने की आदत लगती है। परिवार में प्रेम और सहयोग बढ़ता है।

मेरी कृति

१. आओ गाना गाएँ

चलो हम सब विचार करें,
घर के कामों में मदद करें।

माँ-दादी खाना बनाएँ, आओ उनकी मदद करें,
खाना बनाकर सब एक साथ भोजन करें।

भैया सब्जी चुनता है, हम भी साथ चुनें,
कचरा उठाकर आओ, भैया की मदद करें।

दादा जी बगीचे में काम करें, हम भी साथ रहें,
पौधों को पानी देकर, चलो उनकी मदद करें।

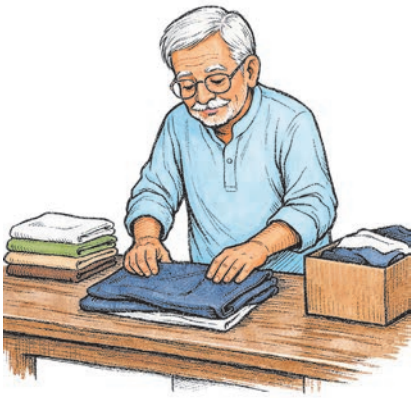
चाचा-पापा सब्जी लाएँ, कपड़े की थैली दें उनको,
थैली उठाकर दोनों की मदद करें।

दीदी-चाची रंगों से रंगोली बनाएँ,
रंगोली सजाने में,चलो उनकी मदद करें।

घर के कामों में मदद करें
मदद करके सबको खुशहाल करें ॥

• उचित आरोह-अवरोह, लय-ताल में गीत गाएँ। घर कार्यों में एक-दूसरे की सहायता करने से होने वाले लाभ समझाएँ।

२. नीचे दिए गए चित्रों में घर के सदस्य अलग–अलग काम कर रहे हैं। उनमें तुम जिन कार्यों में सहायता करते हो उन चित्रों के सामने ✓ का चिह्न लगाओ।



३. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर लिखो।

१. तुम घर के कार्यों में सहायता करते/करती हो क्या ?

....

२. तुमने जिन-जिन घर कार्यों में मदद की है, ऐसे पाँच कार्यों की सूची बनाओ।

....

....

....

....

....

अ. उ. १
अ. क्ष. १.१
अ. नि. ४

• कक्षा में विद्यार्थियों से घर-कार्यों का नाट्यीकरण करवाएँ।

४. पाक कला

घर में उपलब्ध सामग्री का उपयोग करके भी स्वादिष्ट व्यंजन बनाए जा सकते हैं। उनमें पोषक तत्व भी मिल सकते हैं। इसी तरह हम बिना ईंधन (बिना गैस जलाए) खाना बनाने की विधि देखने वाले हैं।

मेरी कृति

नीचे दिए गए चित्र का निरीक्षण करो और उपलब्ध सामग्री एवं साधनों का उपयोग करके 'दम पोहे' बनाओ।

सामग्री और साधन

पोहे, प्याज, हरी मिर्च, खारे मूँगफली के दाने, चीनी, नमक, नींबू, टमाटर, ताजा कसा हुआ नारियल, चम्मच, कटोरी और छोटी थाली या प्लेट।

१. एक छोटी थाली में पोहे लो।

२. प्याज, टमाटर, हरी मिर्ची बारीक काट लो।

३.पोहे में कटा हुआ प्याज, टमाटर, मिर्ची, मूँगफली के दाने, कद्दूकस किया हुआ नारियल, थोड़ी शक्कर, स्वादानुसार नमक और नींबू का रस डालकर अच्छी तरह मिला लो।

४. इस पोहे को एक थाली से ढाँक दो।

५. ढँकी हुई थाली पर कोई भारी सामान रखकर उसे पंद्रह मिनट उसी तरह रहने दो।

६. दम पोहे खाने के लिए तैयार है।

अ. उ. ४

अ. क्ष. ४.१

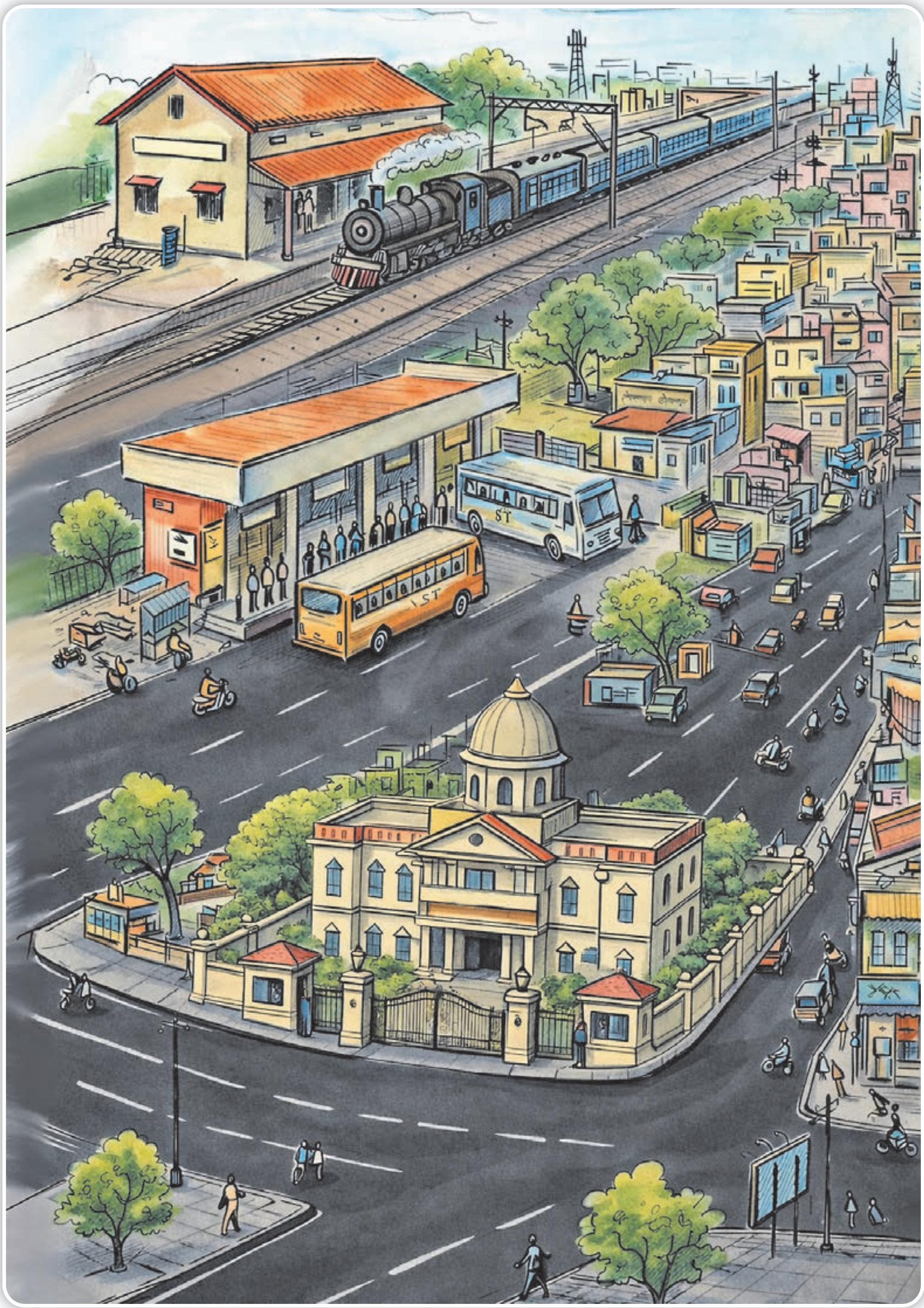
अ. नि. २२

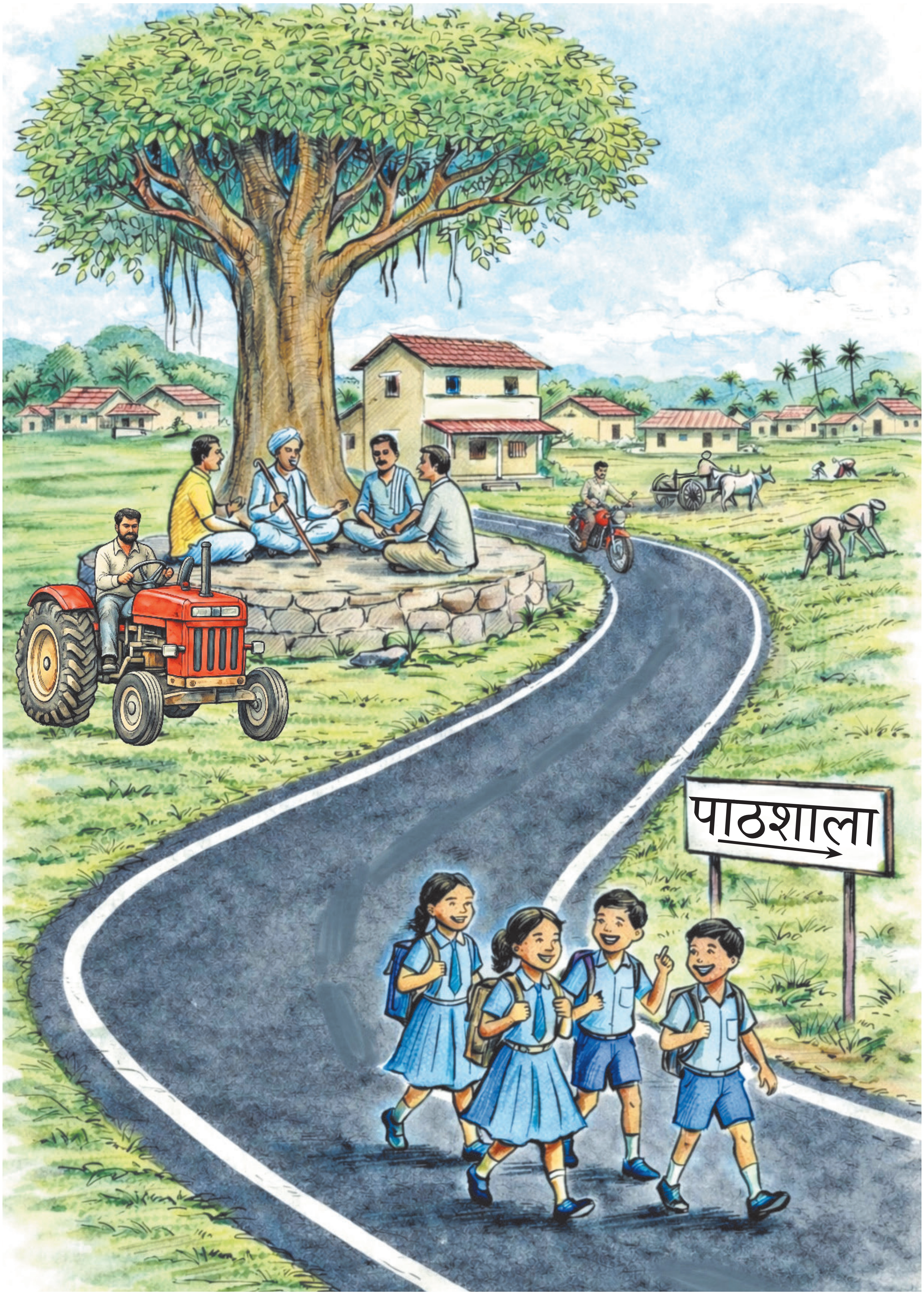
• दम पोहे बनाने के लिए लगने वाली सामग्री लाने के लिए कहें। कक्षा में अपनी उपस्थिति में दम पोहे बनवाएँ।

५. मेरा परिसर

हमारा घर और उसके आस-पास का भाग 'हमारा परिसर' है। इसमें पाठशाला, सड़कें, घर, पेड़, बाग, जानवर, पक्षी, खेती, मिट्टी, पत्थर, नदी, नाले, अस्पताल, बस अड्डा, रेलवे स्टेशन जैसी सभी सजीव और निर्जीव चीजें आती हैं।

१. शहरी परिसर




पाठशाला

मेरी कृति

निःशुल्क वितरण के लिए

१. दिए गए चित्रों के बारे में चर्चा करो।

१. दिए गए दोनों चित्रों में अंतर बताओ।
२. चित्र में बच्चे कहाँ जा रहे हैं?
३. अपने पाठशाला से घर आते समय रास्ते में क्या-क्या दिखाई देता है?
४. अपने परिसर की कम-से-कम पाँच वस्तुओं के नाम बताओ।

२. अपने परिसर का चित्र बनाओ।

अ. उ. १
अ. क्ष. १.२
अ. नि. ५

• शहरी परिसर एवं ग्रामीण परिसर में अंतर समझाते हुए बताएँ।

६. गृहवाटिका

घर, पाठशाला या परिसर की उपलब्ध जगह में पौधे को लगाकर तैयार किया गया छोटा बगीचा यानी 'गृहवाटिका' है। गृहवाटिका में छोटी मात्रा में सब्जियाँ और फल उगाए जाते हैं। इसमें फलवाली सब्जियाँ, पत्तेदार सब्जियाँ, औषधीय पौधे और फलों के पेड़ लगाए जाते हैं। उदाहरण के लिए: गवार, भिंडी, हरी चाय (लेमन ग्रास), टमाटर, ककड़ी, नींबू, अजवाइन, अदरक, तोरई, करेला, नारियल, अमरूद, सीताफल, तुलसी, फूलों के पौधे आदि।

गृहवाटिका में इन्हें लगाने से हमें ताजे फल, फूल, पत्तियाँ, सब्जियाँ और औषधीय वनस्पतियाँ मिलती हैं। गृहवाटिका के लिए फल, सब्जियों, फूलों की पौध (Saplings) सरकारी पौधशाला(नर्सरी), कृषि विश्वविद्यालय या निजी पौधशाला में उपलब्ध होते हैं।

गृहवाटिका के कारण घर बैठे ही ताजी सब्जियाँ और फल मिलते हैं। इससे शरीर को सही पोषण मिलता है और स्वास्थ्य सुधरता है। बाजार से सब्जी-फल खरीदने का खर्च कम होता है। यदि पैदावार अधिक हो तो उन्हें बेचकर पैसा भी कमाया जा सकता है।

मेरी कृति

१. तुम जिस गृहवाटिका में गए हो, वहाँ के पौधों के नाम लिखो।

....

२. पाठशाला या घर की गृहवाटिका में लगाने के लिए तुम कौन से पेड़-पौधे चुनोगे?

....

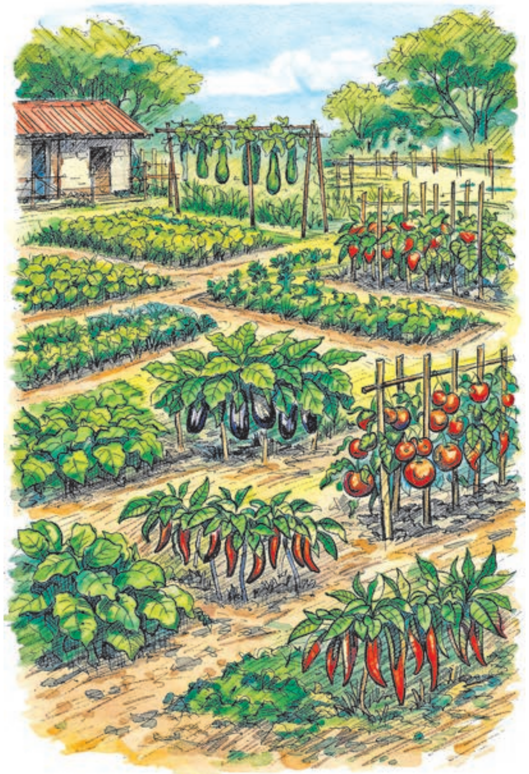
३. शब्द पहेली में छिपे औषधीय पौधों/वृक्षों के नाम ढूँढ़कर लिखो।

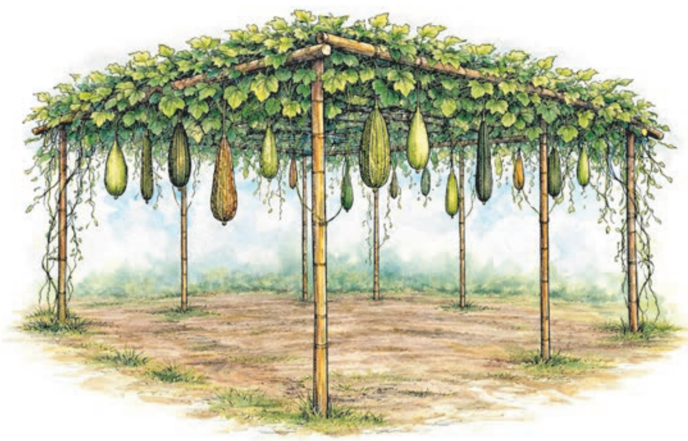
क	आँ	पु	दी	ना	ह
ड़	व	तु	ल	सी	री
वी	ला	लौं	ग	अ	चा
नी	ब्रा	म्ही	ह	द	य
म	बे	ल	ल	र	दू
गि	लो	य	दी	क	र्वा

__________ __________ __________ __________ __________

__________ __________ __________ __________ __________

* परिसर की गृहवाटिका या सब्जी के खेत में जाकर वहाँ की सब्जियों और फलों के पेड़ों की जानकारी दें।
* गृहवाटिका में कौन-सी फलवाली सब्जियाँ, पत्तेदार सब्जियाँ, फूलों के पौधे और फलों के पेड़ दिखाई दिए, उनकी सूची तैयार करने के लिए कहें।
* क्षेत्र भ्रमण (Field Visit) की यह गतिविधि करना अनिवार्य है।





मेरी कृति

१. गृहवाटिका की सब्जियों के नाम बताओ।

---

२. अपनी पसंद की सब्जियों की सूची बनाओ।

---

३. बेमेल शब्द पहचानो और उसे गोल करो :

१) टमाटर, बैंगन, मेथी, शिमला मिर्च।

२) करेला, ककड़ी, तुरई, खट्‌टी पालक।

३) पालक, अदरक, धनिया, सोया।

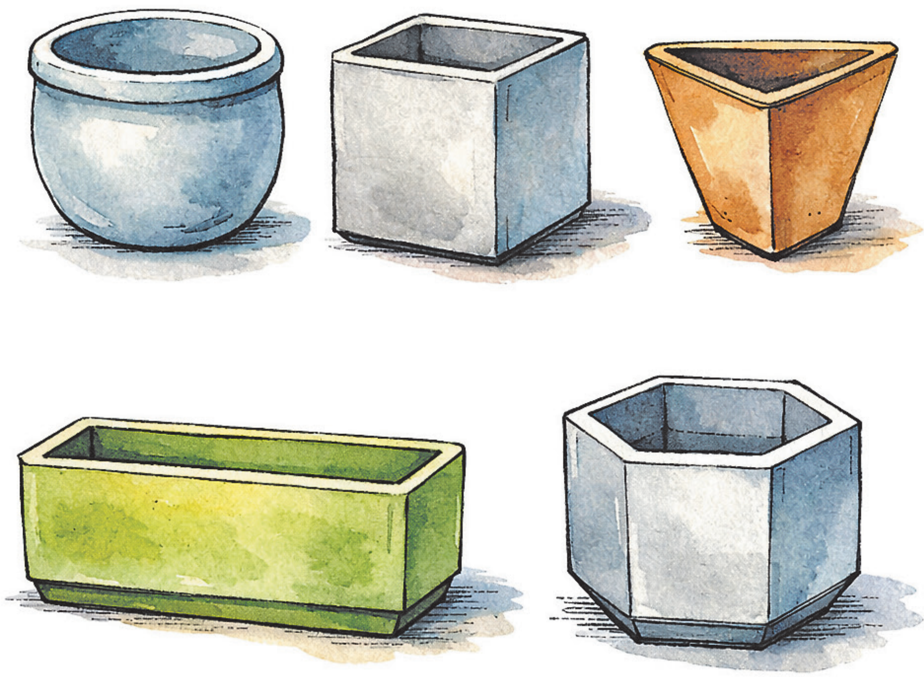
४) गाजर, चुकंदर, मूली, भिंडी।

- पाठशाला की गृहवाटिका में पौधों को पानी देने का नियोजन करें।
- पौष्टिक आहार के लिए जरूरी सब्जियाँ और फलवाली सब्जियाँ पाठशाला की गृहवाटिका में लगाने के लिए कहें।
- सब्जी मंडी या साप्ताहिक बाजार में माता-पिता या अभिभावकों के साथ जाने के लिए कहें।

◈ गमले में पौधा रोपण :

कभी-कभी पौधों को लगाने के लिए घर या पाठशाला में जगह उपलब्ध नहीं होती है। ऐसे समय में पौधों को गमले में लगाया जाता है।

गमलों के विभिन्न आकार



मेरी कृति

१. चित्र में दिखाए गए गमले को सजाएँ।

- गमले में कौन-कौन से पौधे लगाए जाते हैं, इसके बारे में जानकारी दें।
- प्रत्यक्ष रूप से गमले में पौधा लगाकर दिखाएँ।

◈ मेरी छोटी बगिया :

गृहवाटिका के काम : गृहवाटिका में पौधों को पानी देना, मिट्‌टी की गुड़ाई करना, खाद मिलाना, खरपतवार (अनावश्यक घास) निकालना, बाड़ लगाना, बीज बोना, नये पौधे लगाना और पौधों की वृद्‌धि का निरीक्षण करना जैसे काम करने पड़ते हैं। इन कामों को करते समय गृहवाटिका के औजारों का सावधानीपूर्वक उपयोग करना और काम पूरा होने के बाद अपने हाथ-पैर धोना आवश्यक है।

मेरी कृति

१. तुम्हारे द्‌वारा लगाए गए पौधे पर उसके नाम की पर्ची लगाओ।

२. गृहवाटिका में काम करते समय लगने वाले साधनों (औजारों) की सूची तैयार करो।

अ. उ. ३
अ. क्ष. ३.२
अ. नि. १९

• गृहवाटिका में काम करते समय बरती जाने वाली सावधानियों के बारे में मार्गदर्शन करें।

पालक-मेथी सलाद :

गृहवाटिका में कई तरह की पत्तेदार सब्जियाँ उगाई जाती हैं। इन सब्जियों का उपयोग करके पौष्टिक सलाद बनाया जा सकता है।

मेरी कृति

नीचे दी गई सामग्रियों और साधनों का उपयोग करके पालक-मेथी सलाद तैयार करो।

साधन सामग्री

मेथी और पालक के पत्ते, प्याज, टमाटर, नमक, नींबू, लाल मिर्च पाउडर, चाट मसाला, पतीला, बड़ा चम्मच, चाकू आदि।

विधि (बनाने का तरीका) : मेथी और पालक के पत्तों को साफ करो, धोओ और उन्हें छलनी में पानी निथारने के लिए रख दो। टमाटर को भी धो लो। मेथी, पालक, प्याज और टमाटर को बारीक काट लो और इन सभी कटी हुई चीजों को एक पतीले में इकट्ठा करो। इसमें स्वादानुसार नमक, लाल मिर्च और थोड़ा चाट मसाला डालो। अब चम्मच की मदद से इसे अच्छी तरह मिला लो। तैयार पौष्टिक और स्वादिष्ट मेथी-पालक सलाद को सब मिलकर खाओ।

- संबंधित कृति लिखने के लिए विद्यार्थियों को उपलब्धता के अनुसार सामग्री लाने के लिए कहें।
- विद्यार्थियों की सहभागिता के साथ कृति पूरी करवाएँ।

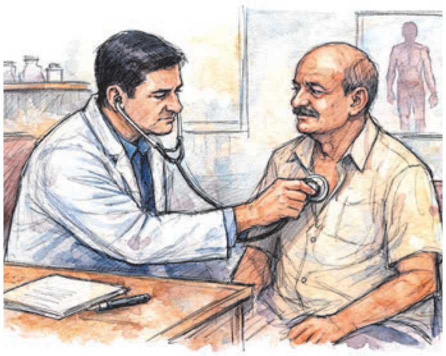
७. परिसर के व्यक्ति और उनके कार्य

परिसर के कई व्यक्ति अलग-अलग काम करते हैं जिससे हमारा जीवन सुचारु रूप से चलता है। आओ इनमें से कुछ कार्यों की पहचान करें।

दूधवाला

सिलाई करने वाला

फूल-हार बेचने वाला



मरीज को जाँचते हुए डॉक्टर

सफाई करने वाला-सफाई कर्मी

फल विक्रेता

समाचारपत्र विक्रेता

पालनाघर

मोबाईल विक्री केंद्र

- चित्र में दिखाए गए व्यवसायियों के कार्यों बारे में जानकारी दें।

मेरी कृति

नि:शुल्क वितरण के लिए

१. तुम्हारे परिसर में इनसे अलग व्यवसाय करने वाले व्यक्तियों के बारे में जानकारी बताओ।

२. तुम्हारे परिसर के अन्य व्यक्तियों के कार्यों के चित्रों का संग्रह करो और चिपकाओ।

- विविध व्यवसायियों के चित्र अथवा फ्लैशकार्ड दिखाकर उनके कार्यों के बारे में जानकारी दें।

३. मेरे कार्य पहचानो :

कार्य : ....
....

कार्य : ....
....

कार्य : ....
....

कार्य : ....
....

कार्य : ....

....

कार्य : ....

....

कार्य : ....

....

कार्य : ....

....

४. रिक्त स्थान पर उचित अक्षर लिखो और व्यवसायियों के नाम पूर्ण करो।

१. वै ____ ____ क

२. ____ भि यं ____

३. दु ____ ____ ____ र

४. ह ____ ल ____ र

५. बु ____ क ____

६. सु ____ ____

५. अपने परिसर के ऐसे कुछ कार्य करने वाले व्यक्तियों के कार्यों की सूची बनाओ।

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

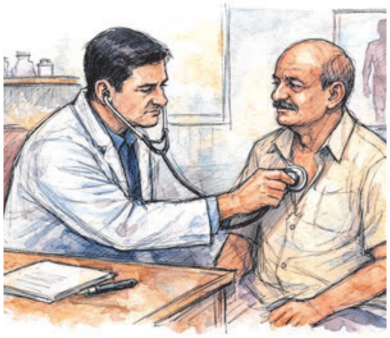
• परिसर में विविध कार्य करने वाले व्यक्तियों को पाठशाला में बुलाएँ। उनका साक्षात्कार लेने का अवसर विद्‌यार्थियों को उपलब्ध कराएँ।

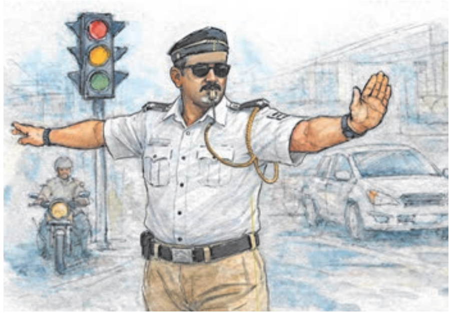
८. कार्यों का उपयोग

हमारे परिसर में अनेक व्यक्ति कई कार्य करते हैं। उनके कार्यों से एक-दूसरे को बहुत सहायता मिलती है। इसीलिए प्रत्येक काम का महत्त्व होता है।

मेरी कृति

१. नीचे दिए गए चित्र के व्यक्ति अलग-अलग कार्य कर रहे हैं। उन कार्यों के नाम बताओ और उनसे हमें होने वाले लाभ लिखो।





चित्रों में आए कार्यों का उपयोग

१. .... २. ....

३. .... ४. ....

५. .... ६. ....

७. .... ८. ....

२. इनके अलावा अन्य किन कार्यों के लिए हमें मदद की जरूरत पड़ती है, इनकी सूची तैयार करो।

....

....

....

....

३. एक शब्द में उत्तर लिखो।

१) वाहन धोने का स्थान ....

२) यातायात सुचारु करने वाला ....

३) घर-घर पत्र, पार्सल पहुँचाने वाला ....

४) सामान बेचने वाला ....

५) बस में टिकट देने वाला ....

६) अनाज उगाने वाला ....

४. बड़े होकर तुम क्या बनना चाहोगे?

....

....

....

....

५. तालिका पूर्ण करो।

व्यक्ति	कार्य	उपयोग
शिक्षक	बच्चों को पढ़ाई में मदद करते हैं।	बच्चे समझदार बनते हैं।
किसान	______________ ______________	अन्न प्राप्त होता है।
______________	बीमारियों का इलाज करते हैं।	हमारी बीमारियाँ ठीक होती हैं।
सफाई कर्मचारी	सड़कों की सफाई करते हैं।	______________ ______________
ट्रैफिक पुलिस	______________ ______________	यातायात सुचारु रहता है।
डाकिया (पोस्टमैन)	______________ ______________	लोगों को समय पर पत्र और पार्सल मिलते हैं।
दुकानदार	दैनिक उपयोग की वस्तुएँ बेचते हैं।	______________ ______________
माली	______________ ______________	बाग सुंदर और सुशोभित रहता है।
इलेक्ट्रीशियन	बिजली के उपकरण ठीक करते हैं।	______________ ______________
प्लंबर	नल ठीक करते हैं।	______________ ______________

अ. उ. १
अ. क्ष. १.२
अ. नि. ६

• विविध व्यक्तियों के कार्यों की उपयोगिता के बारे में समझाएँ।

◈ मेरा प्रिय कार्य :

६. नीचे दिए गए चित्रों में विविध व्यावसायियों के कार्यों में से तुम्हारी रुचि के कार्य के नीचे ✓ का निशान लगाओ।

- विद्यार्थियों से उनके पसंदीदा कार्य के बारे में जानकारी पूछें।
- विभिन्न व्यवसायियों का भूमिकाभिनय (रोल-प्ले) करवाएँ। वे कौन-सा कार्य कर रहे हैं, इसे पहचानने का खेल आयोजित करें।

९. हस्त कौशल-१

दूसरों के प्रति अपनी भावनाओं को व्यक्त करने और शुभकामनाएँ देने के लिए 'भेंट कार्ड' का उपयोग किया जाता है।

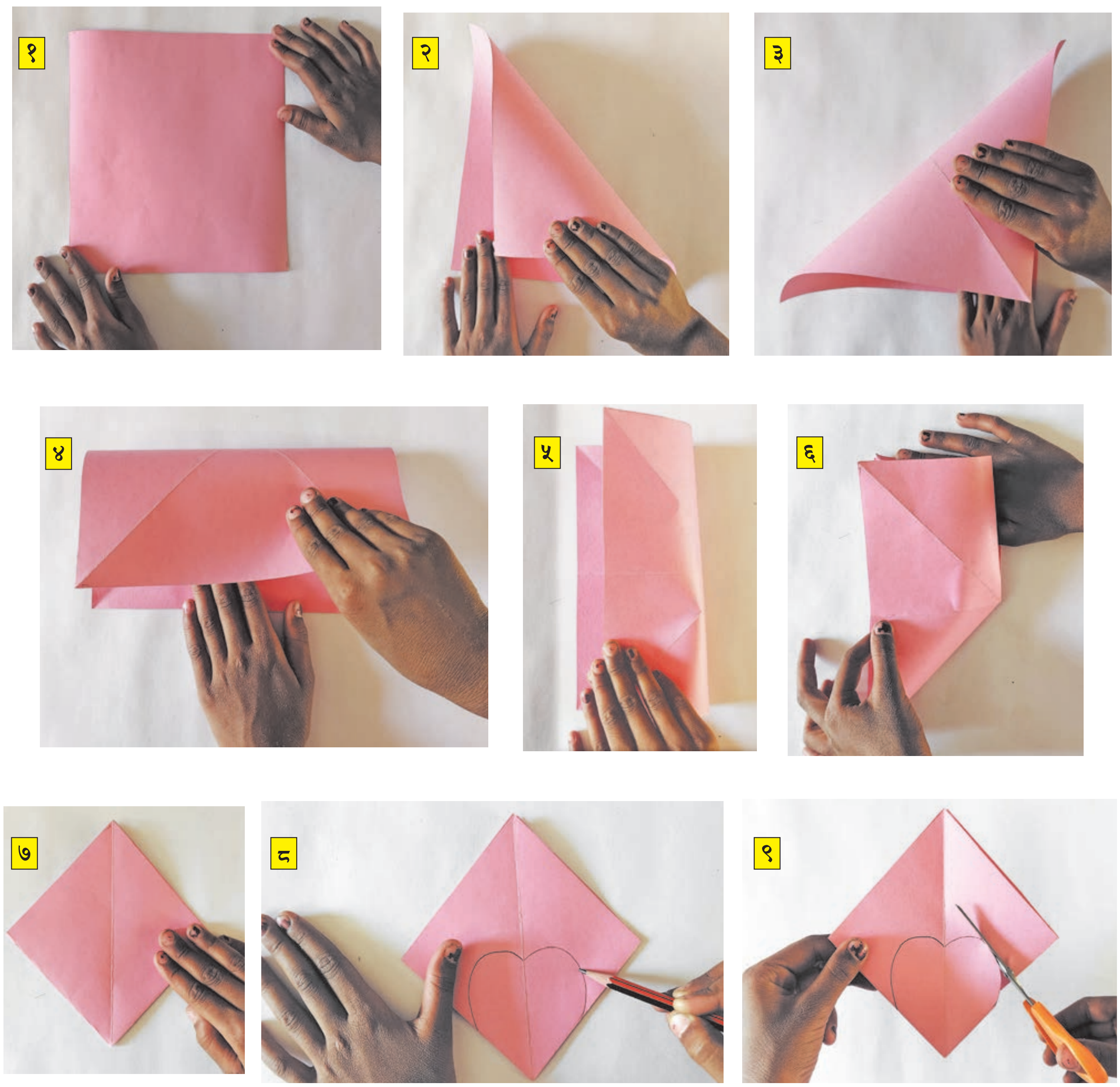
मेरी कृति

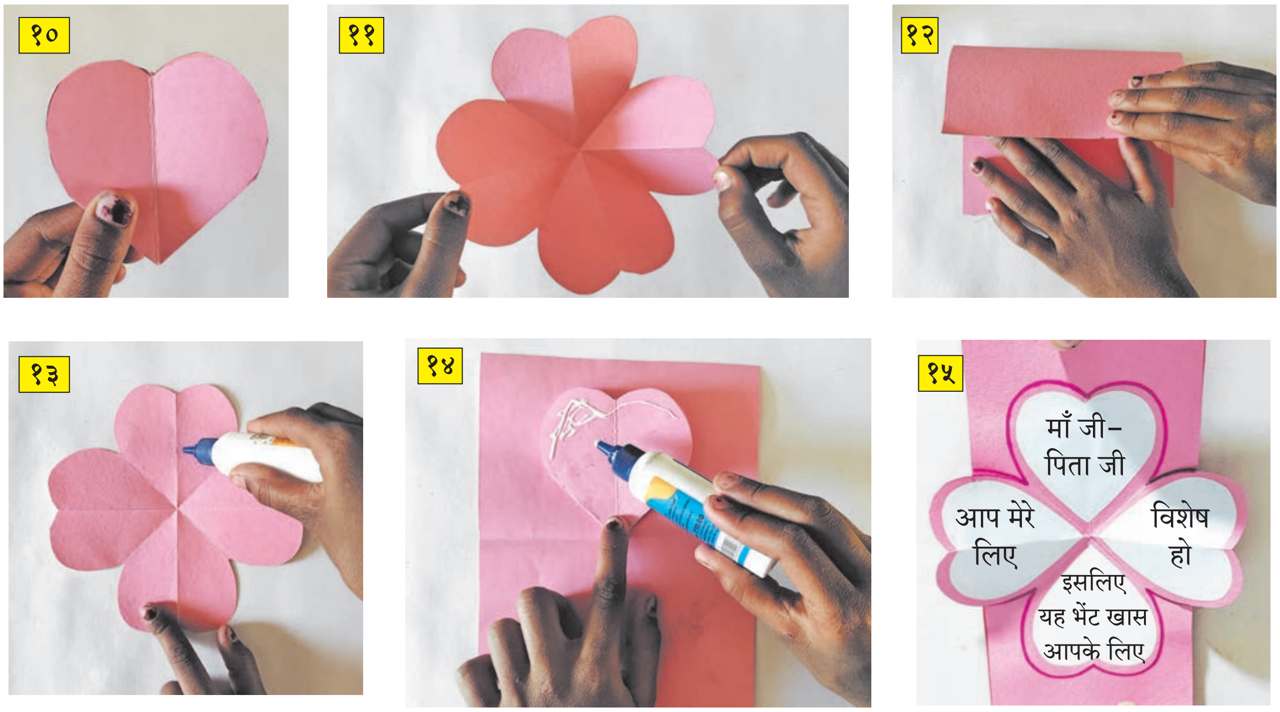
१. भेंट कार्ड (Greeting Card) तैयार करना।

नीचे दी गई सामग्री और साधनों का उपयोग करके चित्र में दिए गए क्रमानुसार कृति करो।

सामग्री और साधन :

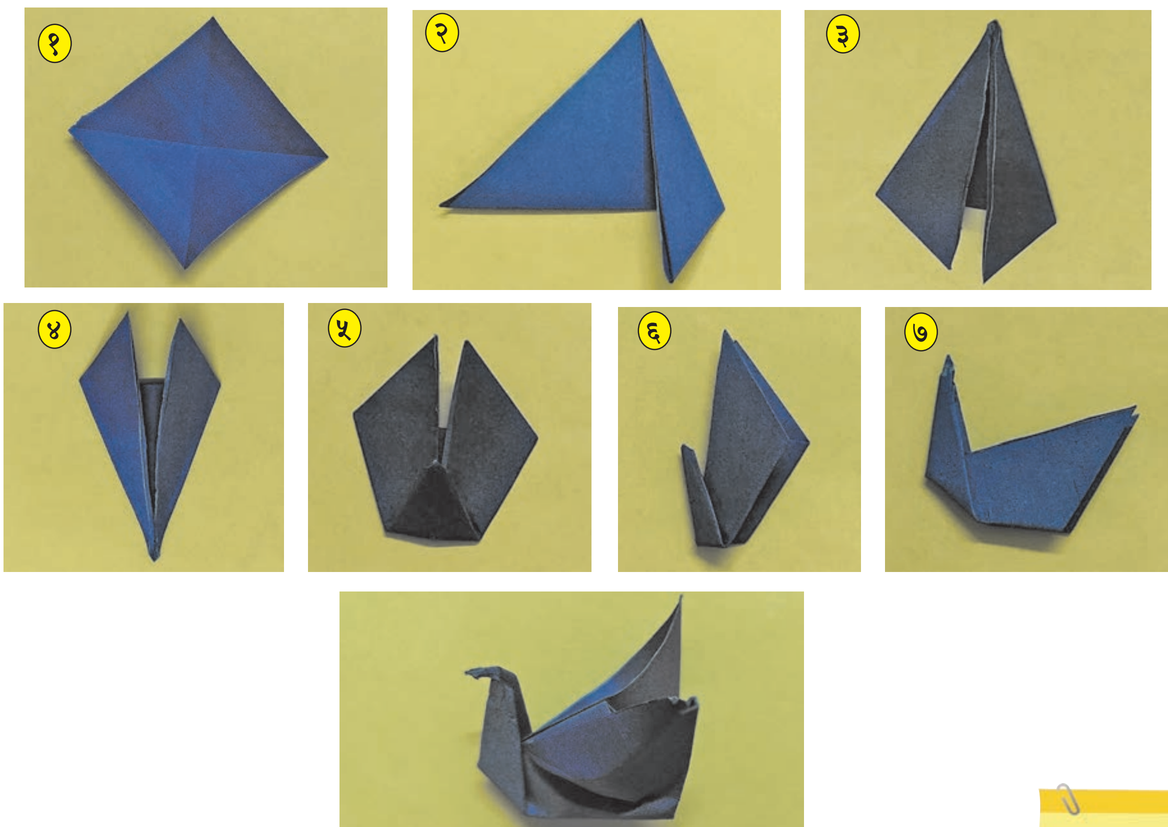
गुलाबी कार्डशीट, सफेद कार्डशीट, कैंची, ग्लू (गोंद) या फेविकोल, स्केच पेन, ग्लिटर पेन, इत्यादि।





२. शिक्षक दिवस के दिन शिक्षकों को देने के लिए भेंट कार्ड तैयार करो।

३. रंगीन कागज से पक्षी तैयार करो।



- भेंट कार्ड तैयार करने के लिए आवश्यक साधन और सामग्री लाने के लिए कहें।
- साहित्य एवं साधनों का सुरक्षित उपयोग करने के लिए सूचित करें।

अ. उ. ४
अ. क्ष. ४.१
अ. नि. २२

◈ मिट्टी की वस्तु बनाना :

नि:शुल्क वितरण के लिए

४. दिए गए क्रमांक के अनुसार कृति करते हुए मिट्टी से मोबाइल तैयार करो।

साधन और सामग्री

१. नरम मिट्टी २. पानी ३. मिट्टी भिगोने के लिए बरतन

४. सजावट के लिए रंग ५. हाथ पोंछने के लिए कपड़ा ६. ब्रश

१. मिट्टी भिगोना

२. मिट्टी गूँथना

३. हाथ से मिट्टी को आकार देना

४. वस्तु को घुमाना

६. वस्तु को रँगना

• विद्यार्थियों से फल, वस्तु, खिलौना आदि बनाने के लिए कहें।
• विद्यार्थियों द्‌वारा बनाई गई वस्तुओं की प्रदर्शनी लगवाएँ।

अ. उ. १
अ. क्ष. १.२
अ. नि. ७

१०. हमारा व्यवहार : सकारात्मक व्यवहार

राहुल ने खिलौनों से खेलने के बाद उन्हें व्यवस्थित तरीके से उनकी जगह पर रख दिया। यह देखकर उसकी माँ को बहुत खुशी हुई और उन्होंने उसे शाबाशी दी। अनन्या का पैर गलती से दादा जी के चश्मे पर लग गया लेकिन उसने तुरंत 'माफ कीजिए' कहा और चश्मा ठीक से उठाकर रख दिया। ये सकारात्मक व्यवहार के उदाहरण हैं।

मेरी कृति

सकारात्मक व्यवहार का अर्थ ही अच्छा व्यवहार है।

१. नीचे दिए गए चित्रों का निरीक्षण करो। योग्य व्यवहारवाले चित्र के नीचे ✓ ऐसा निशान लगाओ।

२. तुम क्या करोगे ?

१. दादा जी अखबार पढ़ने के लिए चश्मा ढूँढ़ रहे हैं।

....

२. माँ बाजार से सामान की थैलियाँ लेकर आ रही हैं।

....

३. पिता जी ऑफिस से घर आए हैं।

....

४. घर पर मेहमान आए हैं।

....

५. घर के किसी कमरे में कोई नहीं है फिर भी लाइट और पंखे चल रहे हैं।

....

६. रास्ते में केले का छिलका पड़ा है।

....

७. घर में अखबार, पत्रिकाएँ और किताबें बिखरी पड़ी हैं।

....

८. गमले का पौधा सूख रहा है।

....

९. बस्ता नीचे गिरा है और उसमें से कॉपियाँ-किताबें बाहर निकल आई हैं।

....

१०. घर में पानी का नल चालू है।

....

अ. उ. २

अ. क्ष. २.१

अ. नि. ०८

• चित्रों के आधार पर सकारात्मक व्यवहार के बारे में चर्चा करें।

◈ सकारात्मक अनुकरण :

परिवार और समाज के व्यक्तियों के अच्छे गुणों और आदतों का निरीक्षण करके उनके अनुसार व्यवहार करना ही सकारात्मक अनुकरण कहलाता है।

मेरी कृति

तुम अपने परिवार के बड़े व्यक्तियों के किस अच्छे व्यवहार का अनुकरण करते हो, लिखो।

अ. उ. २

अ. क्ष. २.१

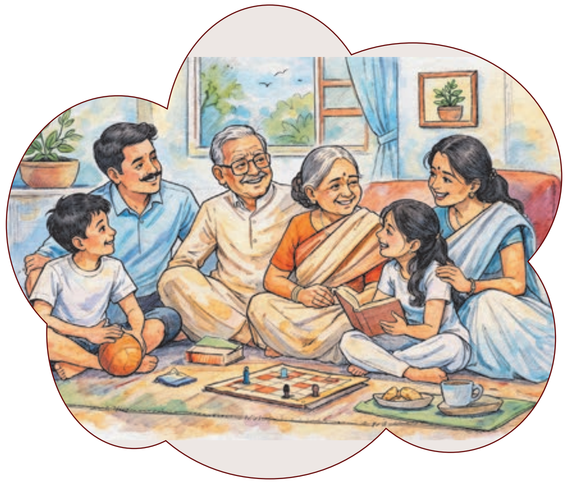
अ. नि. ०९

- 'अनुकरण' के प्रसंगों के बारे में चर्चा करें। उसमें सकारात्मक व्यवहार वाली कृतियों का अभिनय (Role-play) करवाएँ।

११. परिवार और सुरक्षा

मेरी कृति

१. चलो गीत गाएँ



मेरा परिवार, प्यारा परिवार,
ममता बरसाने वाला मेरा परिवार!
माँ-पिता जी, दीदी-भाई
दादी-दादा से रौनक आई!

घर की सुरक्षा - हमारी जिम्मेदारी,
सावधान रहने की हो तैयारी!
अनजान व्यक्ति को रोकें दरवाजे पर,
सबकी सुरक्षा के नियम सिर-आँखों पर!

चाहे पानी का नल हो या बिजली और गैस का बटन
सावधानी से इस्तेमाल करेंगे हम सब जन!
घर से बाहर जाते समय दरवाजे पर ताला लगाएँगे,
दरवाजे, खिड़कियाँ बंद करके ही बाहर जाएँगे!

एक-दूसरे का रखेंगे खयाल,
है सुरक्षा महत्वपूर्ण एवं घर की देखभाल!

अपने घर की सुरक्षा घर के प्रत्येक व्यक्ति की जिम्मेदारी है।

- परिवार के सदस्यों की सुरक्षा से संबंधित छोटे प्रसंग बताकर बच्चों से अभिनय (Role-play) करवाएँ।

२. बताओ तो!

१) दरवाजे पर किसी अजनबी के आने पर तुम क्या करोगे?

....

२) घर से बाहर जाते समय तुम क्या सावधानी बरतोगे?

....

३) पानी का नल या बिजली के उपकरणों का उपयोग करते समय तुम क्या सावधानी बरतोगे?

....

४) तुम्हारे घर में सुरक्षा के लिए माता-पिता क्या करते हैं?

....

५) परिवार की सुरक्षा के लिए क्या किया जाना चाहिए, तुम्हें क्या लगता है?

....

३. किन-किन अवसरों पर सावधानी बरतनी चाहिए लिखो।

....

....

....

४. अपनी कॉपी में नीचे दिए गए संपर्क क्रमांक (मोबाइल नंबर) लिखकर उन्हें याद करो।

* माँ -
* पिता -
* पड़ोसी या रिश्तेदार -
* कक्षा अध्यापक -
* प्रधानाध्यापक -

आपातकालीन नंबर

* पुलिस - १००
* एम्बुलेंस - १०२
* बच्चों और माताओं के लिए रुग्णवाहिका (एम्बुलेंस) - १०८
* दमकल विभाग (फायर ब्रिगेड) - १०१
* चाइल्ड हेल्पलाईन नंबर -१०९८

• विद्यार्थियों द्‌वारा दिए गए उत्तरों पर चर्चा करें।

प्रथमोपचार पेटी (फर्स्ट एड बॉक्स)

हमारे परिवार के किसी भी व्यक्ति को तत्काल उपचार की आवश्यकता होने पर प्रथमोपचार पेटी हमारे काम आती है। कटने, छिलने, जलने या चोट लगने पर इसमें उपलब्ध सामग्री का उपयोग करके हम घर पर ही अस्थायी और तत्काल उपचार कर सकते हैं। प्रथमोपचार पेटी की सामग्री का उपयोग घर के बड़े व्यक्तियों के मार्गदर्शन में ही करना चाहिए।

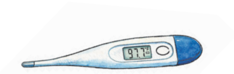
प्रथमोपचार पेटी (फर्स्ट एड बॉक्स) के लिए आवश्यक सामग्री

कपास (रुई), मलहम (घाव पर लगाने के लिए, जली हुई त्वचा पर लगाने के लिए आदि), घाव पर बाँधने की पट्टी (बैंडेज), कैंची, तापमापक (थर्मामीटर), बीटाडीन, डेटॉल, घाव पर लगाने वाली औषधीय पट्टी (बैंडएड), सेफ्टीपिन, रूमाल और जल संजीवनी (ओरल रिहाइड्रेशन सॉल्यूशन – ओआरएस) आदि।

५. निम्नलिखित सामग्री का उपयोग किसलिए किया जाता है, उसके सामने वाले चौकोर बॉक्स में ✓ का निशान लगाओ।

सामग्री	१.	अथवा	२.	
कीटाणुरहित रुई	घाव साफ करने के लिए		बुखार मापना	
कैंची	बैंडेज काटने के लिए		मलहम काटना	
जलसंजीवनी(ORS)	शरीर में पानी की कमी दूर करने के लिए एवं कमजोरी दूर करने के लिए		घाव धोने के लिए	
नमक का पानी	बुखार आने पर सिर पर पट्टियाँ रखने के लिए		घाव पर लगाने के लिए	
बीटाडीन	शरबत बनाने के लिए		संक्रमण रोकने के लिए	

६. सही चित्र के सामने ✓ का निशान लगाओ।

घाव पर बाँधने के लिए उपयोग करते हैं	घाव पर बाँधने वाली पट्टी (बैंडेज)	कागज
घाव पर लगाने के लिए उपयोग करते हैं	मलहम	नमक
ताप मापने के लिए	पट्टी	 थर्मामीटर

७. नीचे दिए गए साधनों के चित्रों का निरीक्षण करो और उनके उपयोग के बारे में जानकारी प्राप्त करो।

रक्त में शक्कर मापने का यंत्र

रक्त की ऑक्सीजन मापने का यंत्र

रक्तदाब मापने का यंत्र

- प्रथमोपचार पेटी (फर्स्ट एड बॉक्स) की सामग्रियों की पहचान करवाएँ। उनके उपयोग बताएँ। बच्चों को वे वस्तुएँ हाथ में लेकर देखने दें। उनमें मौजूद सामग्री का उपयोग कैसे करें, इसका प्रायोगिक दिखाएँ।
- उपयोग की अंतिम तिथि (एक्सपायरी डेट) देखकर ही सही सामग्री रखें।

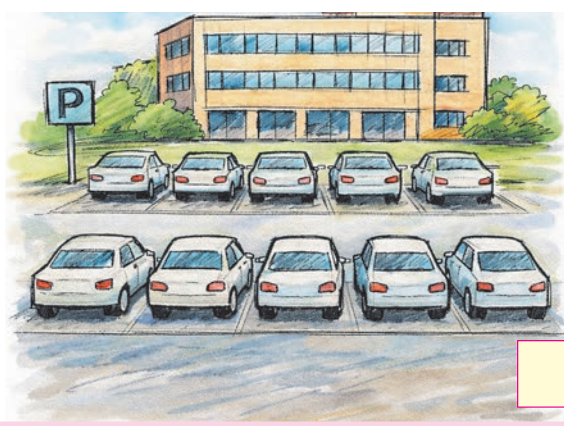
अ. उ. २
अ. क्ष. २.१
अ. नि. १०

१२. सामाजिक व्यवहार के नियम

परिसर में रहते या घूमते समय हमारे कुछ कार्यों से दूसरों को परेशानी होने की संभावना होती है। अत: हमें दूसरों को परेशान करने वाला व्यवहार नहीं करना चाहिए।

मेरी कृति

१. नीचे दिए गए चित्रों को देखो। सही कार्य के नीचे वाले बॉक्स में ✓ का और गलत कार्य के नीचे × का निशान लगाओ।



• सामाजिक योग्य व्यवहार के संदर्भ में चर्चा, बातचीत करें एवं उनकी सूची बनवाएँ।

२. **सही और गलत कार्यों की पहचान करो। सही कार्य के सामने वाली चौखट में ✓ और गलत के सामने ✕ का चिह्न लगाएँ।**

१) अस्पताल में जोर-जोर से बातें करनी चाहिए। ☐

२) सड़क पार करते समय जेब्रा क्रॉसिंग का उपयोग करना चाहिए। ☐

३) सार्वजनिक बगीचे से फूल तोड़ने चाहिए। ☐

४) पशु और पक्षियों को नुकसान न पहुँचाएँ। ☐

५) सड़क पर न थूकें। ☐

३. **चित्र का निरीक्षण करो और तुम क्या करोगे, लिखो।**

१) मित्र पाठशाला की डेस्क पर परकार (divider) से कुरेद रहा है। - ....

२) सार्वजनिक स्थान के पानी का नल खुला है। उसमें से पानी बह रहा है। - ....

३) बस में एक बुजुर्ग दादा जी खड़े हैं। तुम सीट पर बैठे हो। - ....

४. चित्रों का निरीक्षण करते हुए यातायात के नियमों पर चर्चा करो।

- यातायात के नियमों की जानकारी दें। कार में शिशु सीट बेल्ट लगाना। दुपहिये वाले वाहन पर छोटे बच्चे को ले जाते समय 'बेबी कैरियर' का उपयोग करना। इस तरह की सुरक्षा संबंधी जानकारी दें।
- यातायात के नियमों का भूमिकाभिनय कराएँ।

सड़क पर यातायात सुचारु रूप से चले, इसके लिए यातायात के नियम और संकेत बनाए गए हैं। यातायात के नियमों और संकेतों का सभी को पालन करना चाहिए।

५. अपने परिसर में सड़क पर चलते समय देखो कि क्या निम्नलिखित संकेत दिखाई देते हैं। उनके बारे में जानकारी प्राप्त करो।

१) रुकिए

२) आगे पाठशाला है

३) प्रवेश बंद (नो एन्ट्री)

४) सँकरा पुल

५) रेल मार्ग (रेल क्रॉसिंग)

६) वाहन खड़ा करना मना है (नो पार्किंग)

७) गतिरोधक (स्पीड ब्रेकर)

८) पादचारी मार्ग (जेब्रा क्रॉसिंग)

९) ओवर टेकिंग मना है (नो ओव्हरटेकिंग)

१०) हॉर्न बजाना मना है (नो हॉर्न)

६. कार्ड बोर्ड की सहायता से ज्ञात यातायात चिह्न (Traffic Signs) तैयार करो और उन्हें अपने पाठशाला परिसर में लगाओ।

अ. उ. २
अ. क्ष. २.१
अ. नि. ११

- यातायात पुलिस के साक्षात्कार का आयोजन करें।
- यातायात चिह्नों के फ्लैश कार्ड्स बनवाएँ और उनसे संबंधित खेल खेलाएँ।

नि:शुल्क वितरण के लिए

१३. आपातकालीन परिस्थितियों में व्यवहार

आपातकालीन परिस्थिति का अर्थ है– प्रकृति या मानव निर्मित अचानक आने वाला संकट। इसमें भूकंप, बाढ़, दुर्घटना, आग लगना आदि का समावेश होता है।

मेरी कृति

१. चित्र का निरीक्षण करो और प्रश्नों के उत्तर दो।

१. लोगों की भीड़ क्यों इकट्ठा हुई है? ....

२. किसको फोन किया होगा? ....

३. कौन-सी गाड़ी आई है? ....

४. अग्निशमन सेवा का मोबाईल (भ्रमण ध्वनि) नंबर क्या है? ....

५. अग्निशमन सेवा को ही क्यों बुलाया गया है? ....

२. तुम्हें ज्ञात प्राकृतिक और मानव निर्मित आपदा का नाम लिखो।

प्राकृतिक आपदा	मानव निर्मित आपदा

३. आपातकालीन परिस्थितियों में हमारा व्यवहार कैसा होना चाहिए, लिखो।

....

....

....

....

◈ आपातकालीन परिस्थितियों में उपयोगी संपर्क क्रमांक

पुलिस – १००

दमकल विभाग – १०१

चाइल्ड हेल्पलाइन – १०९८

रुग्णवाहिनी – १०२, १०८

- 'आपातकालीन स्थिति' की अवधारणा समझाएँ। अन्य आपातकालीन स्थितियों जैसे भूकंप, बाढ़, दीवार गिरना, दुर्घटना होने पर हमारा व्यवहार कैसा होना चाहिए, इसका प्रायोगिक द्‌वारा अभ्यास करवाएँ।
- दमकल विभाग (फायर ब्रिगेड) और रुग्णवाहिनी (एम्बुलेंस) के कर्मचारियों को प्रत्यक्ष बुलाकर उनका साक्षात्कार लें।

अ. उ. २
अ. क्ष. २.२
अ. नि. १२

१४. स्व–सुरक्षा : अच्छा स्पर्श/बुरा स्पर्श

अच्छा स्पर्श

वह स्पर्श जिससे हमें सुरक्षा और खुशी महसूस होती है।

बुरा स्पर्श

वह स्पर्श जिससे बेचैनी, डर या शर्मिंदगी महसूस होती है।

- चित्रों की सहायता से स्व–सुरक्षा का अर्थ समझाएँ।
- 'अच्छा स्पर्श और बुरा स्पर्श' का अंतर स्पष्ट करते हुए समझाएँ।

◈ स्व–सुरक्षा के नियम :

संकट के समय या असुरक्षित स्थिति में सुरक्षा के निम्नलिखित नियम याद रखो।

१. तुम्हारे शरीर पर सिर्फ तुम्हारा ही अधिकार है। किसी को भी तुम्हारी अनुमति के बिना तुम्हें स्पर्श करने का अधिकार नहीं है।

२. अपने माता–पिता से कोई बात मत छुपाओ।

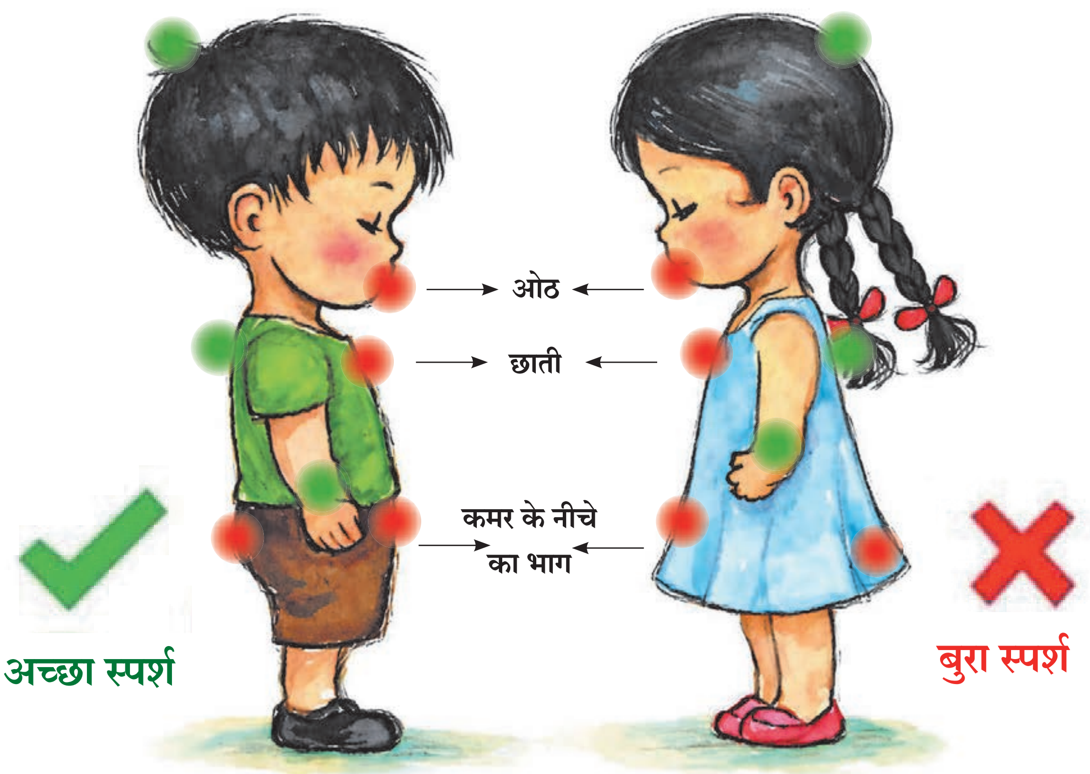
३. संकट के समय 'नहीं' कहो – अगर कोई गलत तरीके से छूने की कोशिश करे तो बिना डरे जोर से चिल्लाओ या जोर से 'नहीं' कहो ।

४. अगर कोई किसी स्पर्श को गुप्त (सीक्रेट) रखने के लिए कह रहा है तो वह निश्चित रूप से 'असुरक्षित स्पर्श' (बैड टच) है।

५. सभी स्पर्श हमेशा बुरे नहीं होते हैं।

६. असुरक्षित महसूस होने पर वहाँ से भाग जाओ । तुरंत किसी सुरक्षित स्थान या भीड़भाड़वाली जगह पर चले जाओ ।

७. अपने किसी विश्वसनीय व्यक्ति (माँ, पिता जी, शिक्षक, पुलिस) को हुई घटना के बारे में बताओ। जब तक कोई आपकी बात न सुन ले तब तक बताते रहो।



- अच्छे और बुरे स्पर्श (Good and Bad Touch) के बारे में चर्चा करें।
- स्व-सुरक्षा (Self-protection) कैसे की जाए, इस विषय पर चर्चा करें। स्कूल के दर्शनीय भाग (प्रमुख स्थान) में चाइल्ड हेल्पलाइन नंबर, मनोदर्पण और टेलीमानस हेल्पलाइन नंबर देना अनिवार्य है।
- स्कूल में रखी शिकायत पेटी (Complaint Box) के बारे में जानकारी दें।

अ. उ. २
अ. क्ष. २.३
अ. नि. १३

१५. परिसर के व्यवसायों की पहचान

प्रत्येक व्यक्ति कोई न कोई कार्य करके अपना और अपने परिवार का उदर निर्वाह करता है। इसे व्यवसाय कहते हैं। उसमें से कुछ व्यवसायों के चित्र नीचे दिए गए हैं।

मेरी कृति

१. नीचे दिए गए चित्रों का निरीक्षण करो और उनके व्यवसाय के बारे में जानकारी बताओ।

२. उपरोक्त व्यवसायियों के अतिरिक्त अन्य व्यवसायियों के चित्र इकट्ठा करो और चिपकाओ।

अ. उ. २

अ. क्ष. २.३

अ. नि. १४

- विद्यार्थियों को पाठशाला के पास व्यावसायिक स्थान पर क्षेत्र भ्रमण के लिए ले जाएँ और संबंधित व्यवसायी का साक्षात्कार लें।

◈ परिसर के पारंपरिक व्यवसाय

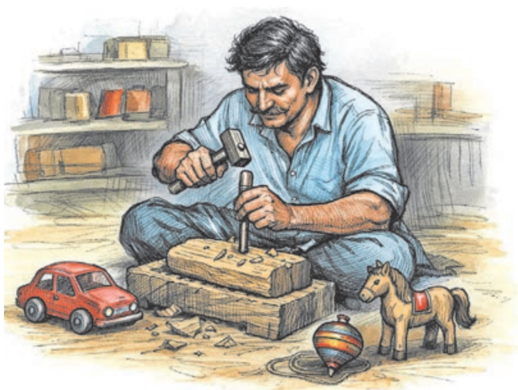
पीढ़ी दर पीढ़ी जो व्यवसाय किया जाता है उसे पारंपरिक व्यवसाय कहते हैं।

मेरी कृति

१. मैं क्या कर रहा हूँ ?

....

....



....

....

....

....

२. तुम्हें ज्ञात विविध पारंपरिक व्यवसायों की सूची बनाओ।

नि:शुल्क वितरण के लिए

....

....

....

....

....

३. अपने घर/पाठशाला के पास चलने वाले किसी पारंपरिक व्यवसाय के स्थान का क्षेत्र भ्रमण करो। वहाँ के व्यवसायियों से उनके कार्यसंबंधी जानकारी लेने के लिए निम्नलिखित प्रश्नों का उपयोग करो।

१) आप क्या कार्य करते हैं ?

२) इस कार्य को करने के लिए आपको किन साधनों की आवश्यकता होती है ?

३) क्या आपके दादा-दादी जी यही व्यवसाय करते थे ?

४) आप कौन-कौन-सी वस्तुएँ बनाते हैं ?

५) तैयार वस्तु आप कहाँ बेचते हैं ?

- प्राप्त जानकारी यहाँ लिखो।

....

....

....

....

....

....

....

....

....

- चित्र दिखाकर उनके व्यवसाय को समझाकर बताएँ।
- इन व्यवसायों को पारंपरिक व्यवसाय क्यों कहते हैं, स्पष्ट करें। अन्य पारंपरिक व्यवसायों की जानकारी भी दें।
- पाठशाला के नजदीक पारंपरिक व्यवसाय के स्थान का क्षेत्र भ्रमण करें। वहाँ के व्यवसायियों का साक्षात्कार लेने को कहें।

अ. उ. ३

अ. क्ष. ३.१

अ. नि. १५

◈ परिसर के आधुनिक व्यवसाय

बदलते समय और हमारी बदलती आवश्यकताओं के अनुसार व्यवसायों में भी बदलाव हुए हैं। ऐसे नये स्वरूप के व्यवसायों को 'आधुनिक व्यवसाय' कहते हैं।

मेरी कृति

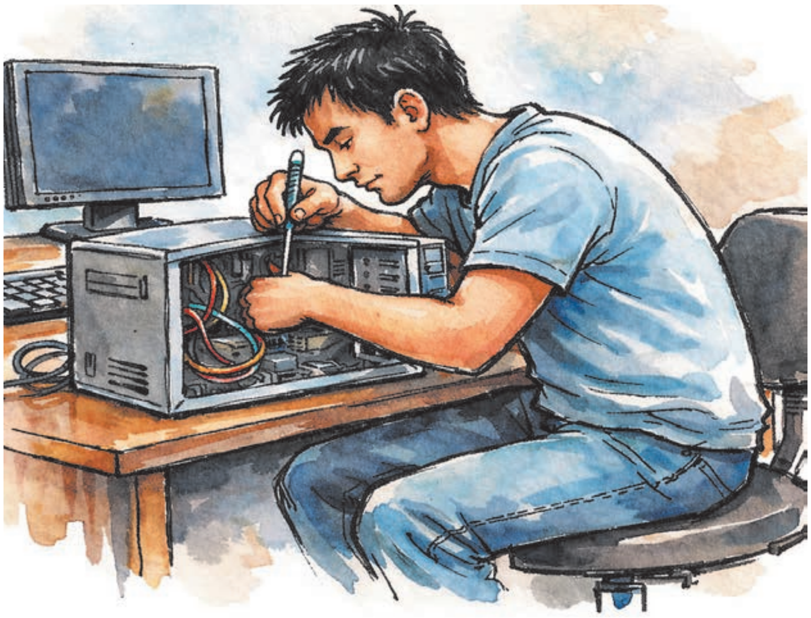
१. नीचे दिए गए चित्र में व्यवसाय पहचानो और लिखो।

....

....

....

....



२. आधुनिक व्यवसायियों के चित्र इकट्ठा करो और चिपकाओ।

३. नजदीक के आधुनिक व्यवसाय के स्थान पर जाओ। व्यावसायिकों से बातचीत करने के लिए प्रश्नावली तैयार करो। व्यावसायिकों का साक्षात्कार लेकर यहाँ लिखो।

....

....

....

....

....

अ. उ. ३

अ. क्ष. ३.१

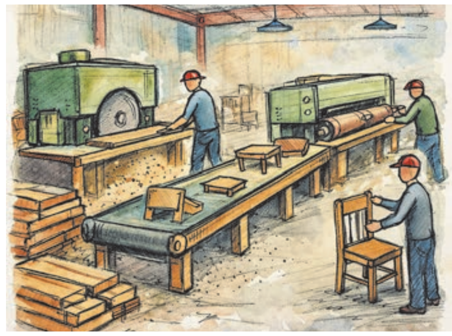
अ. नि. १६

• आधुनिक व्यवसायों की जानकारी दें।

◈ व्यवसायों में भिन्नता

मेरी कृति

१. दिए गए चित्रों का निरीक्षण करो और उनमें अंतर पहचानो।



• एक ही प्रकार के दो व्यवसायों के बीच का अंतर चित्रों के माध्यम से पूछें।

२. शब्द पहेली

उलट-पुलट दिए गए अक्षरों को सही ढंग से जोड़ो और पहचानो कि वह कौन-सा व्यवसाय है।

१. पा न शु ल प -

२. गा म का र -

३. ग का रं म -

४. ता त या या -

५. षि का कृ र्य -

३.नीचे दिए गए चौखट में से व्यवसायियों के नाम खोजो।

अ	भि	यं	ता	×	चि	त्र	का	र
×	×	मा	×	र	त्री	पु	ड	स
सो	अ	ग्नि	शा	म	क	लि	×	व
का	×	ली	×	रा	क	स	डॉ	की
ळ	अ	ई	×	कि	सा	न	क्ट	ल
स्व	दा	ध्या	मा	सु	नि	क्ट	र	×
र्ण	सै	×	प	×	शि	ल्प	का	र
का	दु	नि	×	क	च	प	रा	सी
र	क	र	क	दु	का	न	दा	र

अ. उ. ३

अ. क्ष. ३.१

अ. नि. १७

• पारंपरिक और आधुनिक व्यवसाय में अंतर समझाएँ।

१६. श्रम प्रतिष्ठा

हर व्यक्ति कोई न कोई व्यवसाय करके आजीविका कमाता है। हमारे लिए हर वस्तु स्वयं बनाना संभव नहीं है। उसके लिए एक-दूसरे की मदद लेनी पड़ती है इसलिए हर किसी का कार्य महत्त्वपूर्ण होता है।

उदाहरणार्थ :

१. सफाई कर्मचारी कचरा इकट्ठा करता है।
२. किसान अनाज उगाता है।
३. शिक्षक अध्यापन करके विद्‌यार्थियों को सीखने में मदद करते हैं।
४. दमकलकर्मी (फायरमैन) आग बुझाते हैं।
५. डॉक्टर उपचार और दवा देते हैं।

- **हर व्यक्ति के कार्य करने से हमारा जीवन सुचारु रूप से चलने में मदद मिलती है।**
- **हमें हर किसी के कार्य का सम्मान करना चाहिए।**

मेरी कृति

१) अपनी पाठशाला के काका, मौसी और सफाई कर्मचारियों को देने के लिए कागज के फूलों का एक सुंदर पुष्पगुच्छ तैयार करो। उन्हें देकर उनका आभार व्यक्त करो।
२) सैनिकों को भेजने के लिए राखी तैयार करो और उसपर एक सुंदर धन्यवाद संदेश लिखो।

- यदि व्यवसायी और सहायक काम नहीं करेंगे तो क्या होगा, इसपर चर्चा करें।
- काम और काम करने वालों का सम्मान करना क्यों आवश्यक है, यह समझाकर बताएँ।
- पुष्पगुच्छ, राखी और भेंट कार्ड (ग्रीटिंग कार्ड) तैयार करवाएँ।

अ. उ. ३
अ. क्ष. ३.१
अ. नि. १८

१७. हस्त कौशल–२

रंगीन कागजों से पुष्पगुच्छ :

कागज से कई प्रकार की आकर्षक कलाकृतियाँ तैयार की जा सकती हैं। अगर हम अपने दोस्त, सहेलियों को अपने हाथों से बना हुआ पुष्पगुच्छ दें तो उन्हें बहुत अच्छा लगेगा। इसलिए हम रंगीन कागजों का उपयोग करके पुष्पगुच्छ तैयार करने जा रहे हैं।

मेरी कृति

नीचे दिए गए साधनों और सामग्रियों का उपयोग करके चित्र में दिए गए क्रम के अनुसार कृति करो।

साधन और सामग्री : कार्ड पेपर, सफेद टिश्यू पेपर, अलग-अलग रंगों के पतले कागज के टुकड़े, गोंद, स्केच पेन आदि।

- पुष्पगुच्छ तैयार करने के लिए आवश्यक सामग्री लाने के लिए कहें। ऊपर दिए गए नमूने के अनुसार पुष्पगुच्छ तैयार करवाएँ।

अ. उ. ४
अ. क्ष. ४.१
अ. नि. २१.२

१८. पशु–पक्षियों से संबंधित व्यवसाय

प्राचीन काल से ही मनुष्य पशु–पक्षियों से मित्रता कर उनका उपयोग खेती, परिवहन, भोजन और अन्य आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए करता आ रहा है। गाँवों और शहरों के पास कुछ परिवार गाय और भैंस, मुर्गियाँ या बकरियाँ पालकर व्यवसाय करते हैं। वे अपने परिवार का भरण–पोषण करते हैं। हमें रोज मिलने वाले दूध, अंडे, शहद और अन्य कुछ खाद्य पदार्थ पशुओं से प्राप्त होते हैं। इन पदार्थों को बेचकर विभिन्न व्यवसाय किए जाते हैं। जैसे– दुग्ध व्यवसाय (डेयरी व्यवसाय), मुर्गी–पालन, शहद की बिक्री आदि।

मेरी कृति

१) नीचे पशु–पक्षियों के चित्र दिए गए हैं। चित्रों का निरीक्षण करो। पशु–पक्षियों से हमें होने वाले उपयोग लिखो।

पशु/पक्षी चित्र	उपयोग
	....
	....
	....
	....

२. अपने परिसर के प्राणियों का निरीक्षण करो और उनका उपयोग बताओ।

१) कुत्ता

२) बिल्ली

३) बैल

४) केंचुआ

५) गधा

पशु–पक्षियों से संबंधित व्यवसाय :

३. नीचे दिए गए चित्रों का निरीक्षण करो और उस संदर्भ में अधिक जानकारी बताओ।

४. अपने परिसर में पशु-पक्षियों से संबंधित व्यवसायों के स्थान का क्षेत्र भ्रमण करो।

क्षेत्र भ्रमण के स्थान :

१. दुग्ध व्यवसाय केंद्र/डेयरी
२. घरेलू मुर्गी पालन/पोल्ट्री फार्म
३. घरेलू बकरी या भेड़ पालन/गोट फार्म
४. मधुमक्खी पालन केंद्र

क्षेत्र भ्रमण के बाद निम्नलिखित प्रश्नों के आधार पर जानकारी लिखो।

- कौन-से पशु या पक्षी पाले गए हैं? उनके नाम लिखो।
- उन्हें क्या भोजन दिया जाता है?
- उनकी देखभाल कैसे की जाती है?
- किस पशु से क्या उत्पाद मिलता है, उसे देखो और लिखो।
- उन उत्पादों का भंडारण और बिक्री कैसे की जा रही है?
- तुम्हें कौन-सा व्यवसाय करना रुचिकर लगेगा? क्यों?

५. तुम्हारे परिसर/गाँव में कौन-कौन-से व्यवसाय किए जाते हैं, लिखो।

६. नीचे दिए गए मुद्दों के आधार पर अपने परिसर के एक व्यवसायी की जानकारी लिखो।

मुद्दे :
- व्यवसायी का नाम
- कौन-सा कार्य करते हैं?
- कब से
- कार्य का उपयोग
- परिवार के कौन-कौन सदस्य व्यवसाय में सहायता करते हैं?

७. जोड़ियाँ मिलाओ : प्राणी और उनसे प्राप्त होने वाली वस्तुएँ।

अ	उत्तर	ब
गाय		शहद
मधुमक्खी		ऊन
मुर्गी		दूध
भेड़		अंडा

- विद्यार्थियों के लिए अपने परिसर में पशु-पक्षियों से संबंधित व्यवसायों के स्थान का क्षेत्र भ्रमण आयोजित कराएँ।
- क्षेत्र-भ्रमण का आयोजन अनिवार्य है।

अ. उ. ३
अ. क्ष. ३.२
अ. नि. २०

१९. मत्स्य व्यवसाय

नदी, नहरें, बाँध, तालाब, समुद्र और निजी तालाबों में मछलियाँ पाई जाती हैं। मछलियाँ पकड़ने के लिए यांत्रिक साधनों के साथ-साथ विभिन्न प्रकार के जाल का उपयोग किया जाता है। इस पद्धति से एक ही समय में कई प्रकार की मछलियाँ बड़ी मात्रा में प्राप्त होती हैं।

विभिन्न प्रकार की मछलियाँ :

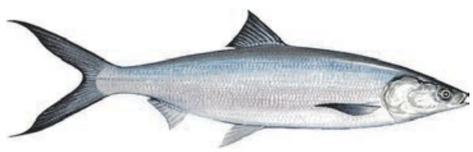
कतला मछली

मृगल मछली

मुलेट मछली

पापलेट मछली

सुरमई मछली



चानोस मछली

मछलियाँ मनुष्य का पौष्टिक आहार हैं। मछलियाँ जल्दी खराब हो जाती हैं। उन्हें अधिक दिनों तक सुरक्षित रखने के लिए बर्फ में संग्रहीत किया जाता है। ताजी मछलियाँ, सूखी और नमक लगाकर सुखाई हुई मछलियाँ भी आहार में उपयोग की जाती हैं। ताजी मछलियों को बाजार में अधिक कीमत मिलती है। मत्स्य व्यवसाय से नकद आय प्राप्त होती है और स्थानीय स्तर पर रोजगार मिलता है।

मेरी कृति

१. तुम्हें ज्ञात हो, ऐसी मछलियों के नाम बताओ।

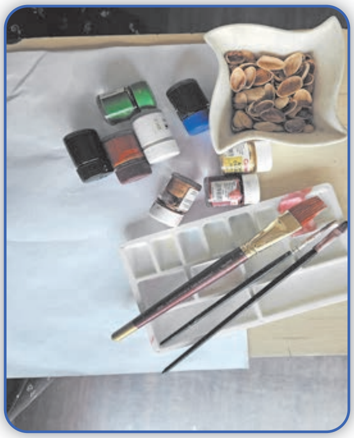
अ. उ. ३
अ. क्ष. ३.२
अ. नि. २०

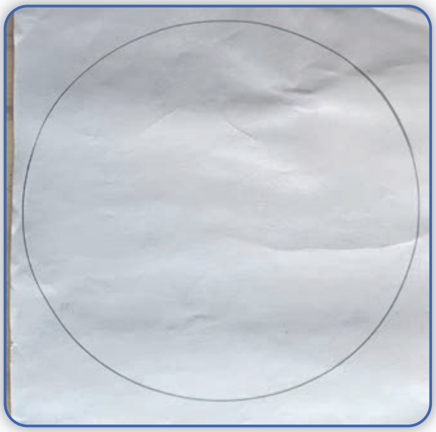
• परिसर के मछली बाजार का दौरा करें। विद्यार्थियों को विभिन्न मछलियों की जानकारी लेने के लिए कहें।

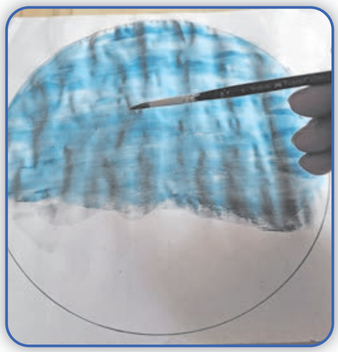
२. सुशोभन (सजावट)

दी गई सामग्री का उपयोग करके क्रमानुसार चित्रों को सजाएँ।

सामग्री और साधन :– सफेद कागज, पेन्सिल, छिलके (जैसे मूँगफली या पिस्ता के), रंग, ब्रश।







• छिलकों का उपयोग करते हुए विभिन्न कलाकृतियाँ तैयार कराएँ।

२०. आवश्यक कौशल

किसी कार्य को प्रभावी ढंग और अच्छे तरीके से करने की क्षमता को कौशल कहते हैं। किसी बात की केवल जानकारी होना ही पर्याप्त नहीं है बल्कि उस जानकारी का उपयोग करके प्रत्यक्ष कार्य को उत्तम ढंग से करना आवश्यक होता है।

उदा. – संगणक के बारे में जानकारी पढ़ना अर्थात ज्ञान प्राप्त करना है, लेकिन संगणक का प्रत्यक्ष उपयोग करके कार्य करना 'कौशल' कहलाता है।

- **हस्त कौशल –** हाथों की सहायता से विभिन्न कार्यों को सटीकता से कर पाना। घर का काम करना, सिलाई करना, उदा. हस्तशिल्प की वस्तुएँ बनाना आदि हस्त कौशल के उदाहरण हैं।

- **संभाषण कौशल :** दूसरों से बात करते समय अपने विचारों, भावनाओं एवं जानकारी को स्पष्ट और प्रभावी ढंग से पहुँचाने की क्षमता।

- **तकनीकी कौशल :** किसी विशिष्ट साधन, यंत्र या तकनीक का उपयोग करके काम को सटीकता से पूरा करने की क्षमता।

कौशलों का महत्त्व :

- **स्वावलंबन :** हम दूसरों पर निर्भर नहीं रहते।
- **आत्मविश्वास :** जब कोई भी काम अच्छे से आने लगता है तो हमारा आत्मविश्वास बढ़ता है।
- **सृजनशीलता :** नये-नये विचार आने और नये कार्य करने की क्षमता विकसित होती है।

अ. उ. ४
अ. क्ष. ४.१
अ. नि. २१

• कौशल का महत्त्व समझाएँ।

◈ हस्त कौशल : गिफ्ट बॉक्स

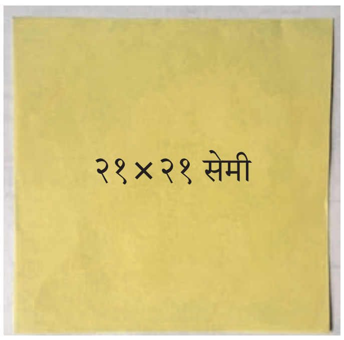
त्योहार, जन्मदिन या अन्य महत्त्वपूर्ण अवसरों पर हम अपने मित्रों को उपहार देते हैं। यदि यह उपहार तुम्हारे द्‌वारा स्वयं तैयार किए गए सुंदर बॉक्स में दिया जाए तो वह और भी अधिक मूल्यवान लगेगा। कार्ड पेपर का उपयोग करके आज हम एक छोटा 'गिफ्ट बॉक्स' बनाना सीखेंगे।

मेरी कृति

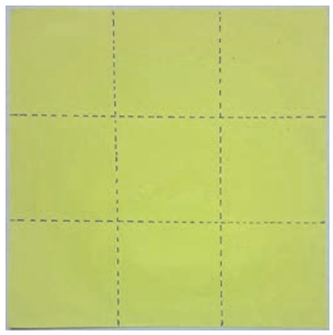
१. नीचे दी गई सामग्री और साधनों का उपयोग करके चित्रों के क्रमानुसार कृति करो।

साधन और सामग्री : कार्ड पेपर, कैंची, गोंद, स्केच पेन इत्यादि।

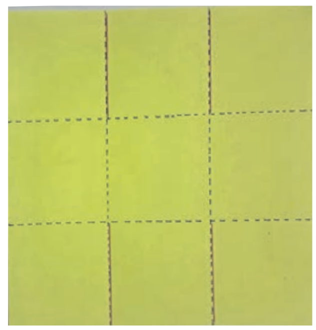
कृति क्रम :



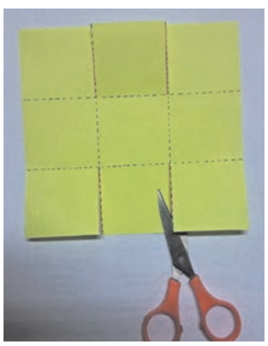
१



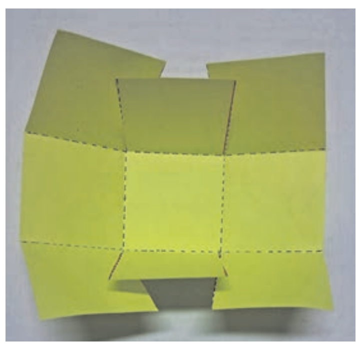
२



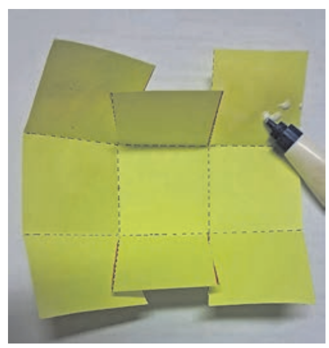
३



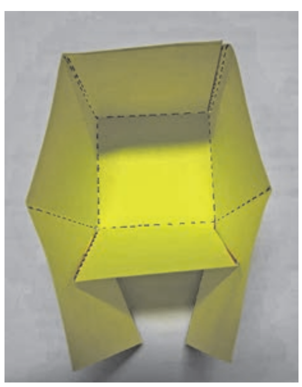
४



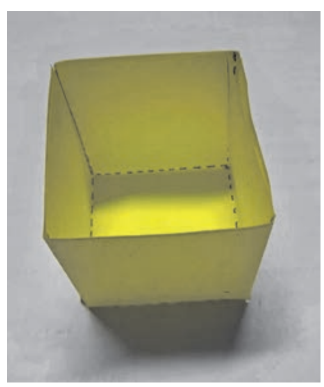
५



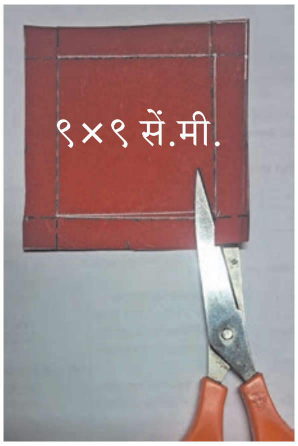
६



७

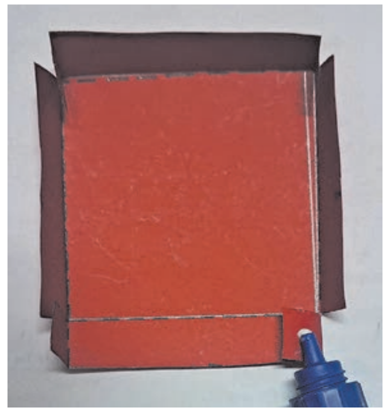


८

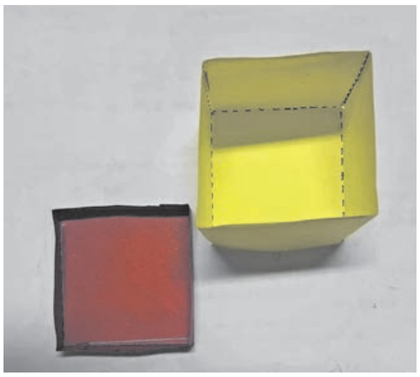


९

१०



११



१२

१३

१४

१५

आकर्षकता बढ़ाने के लिए टिकली, मनके आदि का उपयोग करो।

सुरक्षा :

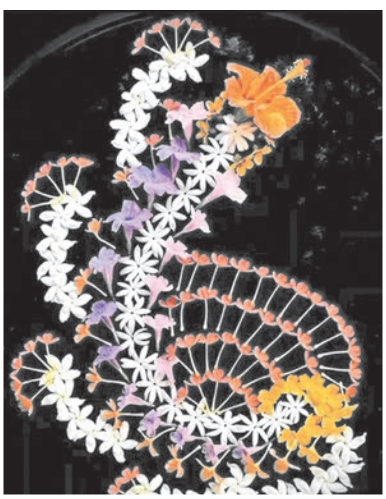
- कैंची का उपयोग सावधानी से करो।

- गिफ्ट बॉक्स बनाने के लिए आवश्यक सामग्री लाने के लिए कहें।
- विभिन्न आकारों का माप लेते समय जहाँ आवश्यक हो, मार्गदर्शन करें।

२. पत्तों और फूलों की सजावट :

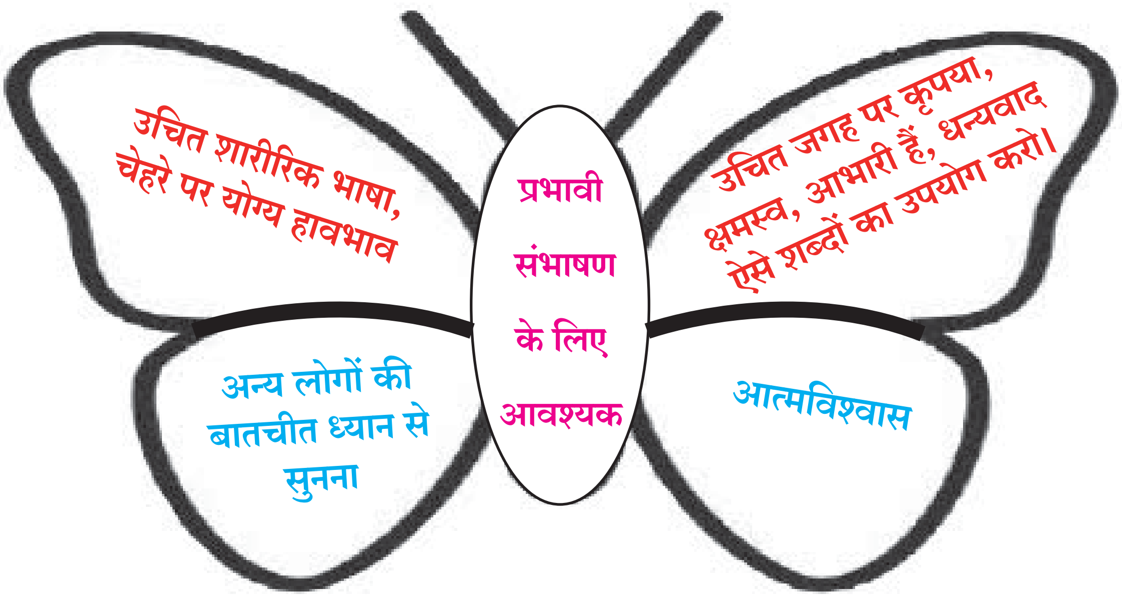
विभिन्न प्रकार के पत्तों और फूलों से सुंदर कलाकृतियाँ बनाई जा सकती हैं। उपलब्ध पत्तों और फूलों से रंगोली, माला, तोरण तथा गजरे तैयार किए जा सकते हैं।

नीचे पत्तों-फूलों की रंगोली और सजावट के चित्र दिए गए हैं। अपनी पसंद की पत्तों-फूलों की सजावट या रंगोली तैयार करो।



◈ संभाषण कौशल

हम दैनिक जीवन में अपने आस-पास के विभिन्न व्यक्तियों से बात करते हैं। व्यक्तियों की आपस में होने वाली बातचीत को 'संवाद' कहते हैं। संवाद अच्छा होने के लिए उचित तरीके से बोलना आवश्यक होता है। इसे 'संभाषण कौशल' कहते हैं।



मेरी कृति

१. संवाद पढ़कर उसमें से योग्य और अयोग्य वार्तालाप/बातचीत पहचानो।

- **पहला मित्र :** क्या तुम मुझे अपनी कहानी की पुस्तक पढ़ने के लिए दोगे?
  दूसरा मित्र : हाँ, यह लो!
  पहला मित्र : धन्यवाद! ....

- **दादी :** बेटी, क्या तुम यह पता बता सकती हो?
  लड़की : नहीं! मैं काम में हूँ। किसी और से पूछिए।
  (परेशान आवाज में) ....

- **स्त्री :** मैं जनगणना के लिए आई हूँ। घर में कोई बड़ा है क्या?
  लड़का : नहीं काकी, अभी माँ, पिता जी घर पर नहीं हैं।
  स्त्री : क्या तुम जानकारी दे सकते हो?
  लड़का : (विनम्रता से) नहीं काकी, कृपया आप बाद में आइए। ....

नि:शुल्क वितरण के लिए

- **शिक्षक :** बच्चो, हमें बालसभा आयोजित करनी है।

लड़की : अच्छा सर? बालसभा कब आयोजित करनी है?

शिक्षक : क्या अगले सप्ताह करें?

लड़का : ठीक है सर! अगले शुक्रवार को करते हैं।

शिक्षक : तो फिर... बालसभा के कामों की जिम्मेदारी लेने के लिए कौन तैयार है?

लड़की : मैं तैयार हूँ सर।

लड़का : मैं भी तैयार हूँ सर।

....

२. उचित संवाद लिखो :

- ग्राहक और दुकानदार के बीच संवाद।

____

____

____

____

____

____

- घर आए अतिथि के साथ होने वाला संवाद।

____

____

____

____

____

____

अ. उ. ४

अ. क्ष. ४.१

अ. नि. २३

- विविध विषयों पर संवाद तैयार कराएँ।

तकनीकी कौशल

साधनों की सहायता से कुशलतापूर्वक कार्य करने की क्षमता 'तकनीकी कौशल' कहलाता है।

तकनीकी कौशल का महत्त्व :

तकनीकी कौशल

- काम में सफाई
- समय की बचत
- अन्य कार्यों में उपयोग
- श्रम की बचत

मेरी कृति

१. घर के तकनीकी साधनों (गैजेट्स) की सूची तैयार करो।

....

....

२. दैनिक जीवन में तकनीकी कौशल उपयोग करने का महत्त्व बताओ।

....

....

अ. उ. ४
अ. क्ष. ४.१
अ. नि. २४

- बातचीत के माध्यम से तकनीकी कौशल का महत्त्व समझाकर बताएँ।

तकनीकी साधन :

दैनिक जीवन में हम अनेक साधनों का उपयोग करके अपने काम करते हैं। उनमें से कुछ कृतियाँ नीचे दी गई हैं।

३. नीचे दिए गए चित्रों का निरीक्षण करके चित्र में उपयोग किए गए साधनों की सूची बनाओ और उनके बारे में बातचीत करो।

कैंची से कागज काटना

रंगोली के साँचे की सहायता से रंगोली बनना

सुई-धागे से माला बनाना

चाकू से सब्जी काटना

ब्रश से दीपक रँगना

२१. तकनीक में परिवर्तन

बदलते समय के अनुसार तकनीक में परिवर्तन हो रहे हैं।

मेरी कृति

१. नीचे दिए गए चित्रों का निरीक्षण करो और तकनीक में हुए बदलावों के बारे में चर्चा करो।

खरल (खलबत्ता)

मिक्सर

दूरध्वनि / लैंडलाइन

भ्रमणध्वनि / मोबाईल

दूरदर्शन संच

एल.इ.डी.

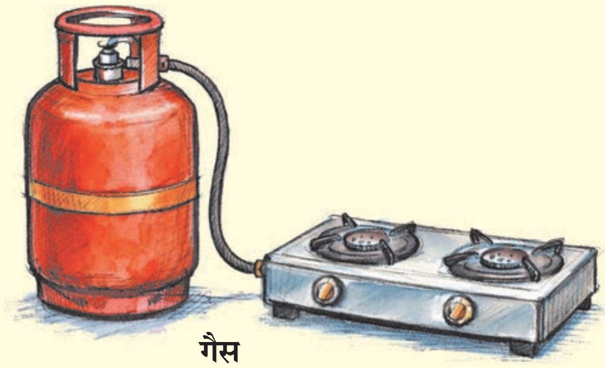
सादा श्यामपट्ट

इंटरैक्टिव बोर्ड

सादा संगणक

लैपटॉप

चूल्हा



गैस

साइकिल

गियर वाली साइकिल

२. इनके अतिरिक्त पहले के समय में और अब एक ही काम के लिए उपयोग की जाने वाली वस्तुओं की सूची बनाओ।

....

....

....

....

....

• तकनीक में हो रहे बदलावों के बारे में विद्यार्थियों से चर्चा/बातचीत करें।

अ. उ. ४
अ. क्ष. ४.१
अ. नि. २४

२२. संगणक के भागों की पहचान

आज के समय में कई जगहों पर संगणक का उपयोग किया जाता है। जैसे – पाठशाला, कार्यालय, बैंक, अस्पताल आदि।

संगणक एक इलेक्ट्रॉनिक यंत्र है। इसमें जानकारी सहेजी जा सकती है, जानकारी पर प्रक्रिया की जा सकती है और जरूरत पड़ने पर सहेजी गई जानकारी का पुनः उपयोग किया जा सकता है। संगणक के विभिन्न भाग होते हैं। संगणक के भाग और उनके उपयोग नीचे दिए गए चित्र में दिए गए हैं, उनका निरीक्षण करो।

मॉनिटर उपयोग : स्क्रीन पर जानकरी दिखने के लिए।	**की बोर्ड** उपयोग : अंक, अक्षर और संख्या टाइप करने के लिए।
माउस उपयोग : जानकारी का चयन करके स्क्रीन स्क्रोल करने के लिए।	**सी.पी.यू.** उपयोग : जानकारी संग्रहीत करने के लिए।
प्रिंटर उपयोग : जानकारी मुद्रित (छापने) करने के लिए।	**स्पीकर्स** उपयोग : आवाज सुनने के लिए।

मेरी कृति

१. संगणक के भागों के नाम नीचे दी गई शब्द पहेली में छुपे हुए हैं। वे नाम खोजकर उनपर चौकट बनाओ और लिखो।

यू	टो	पो	मॉ	ग
पी	र	नी	सं	मा
सी	ट	बो	ऊ	ण
र	प्रिं	स	ई	क

१) ....

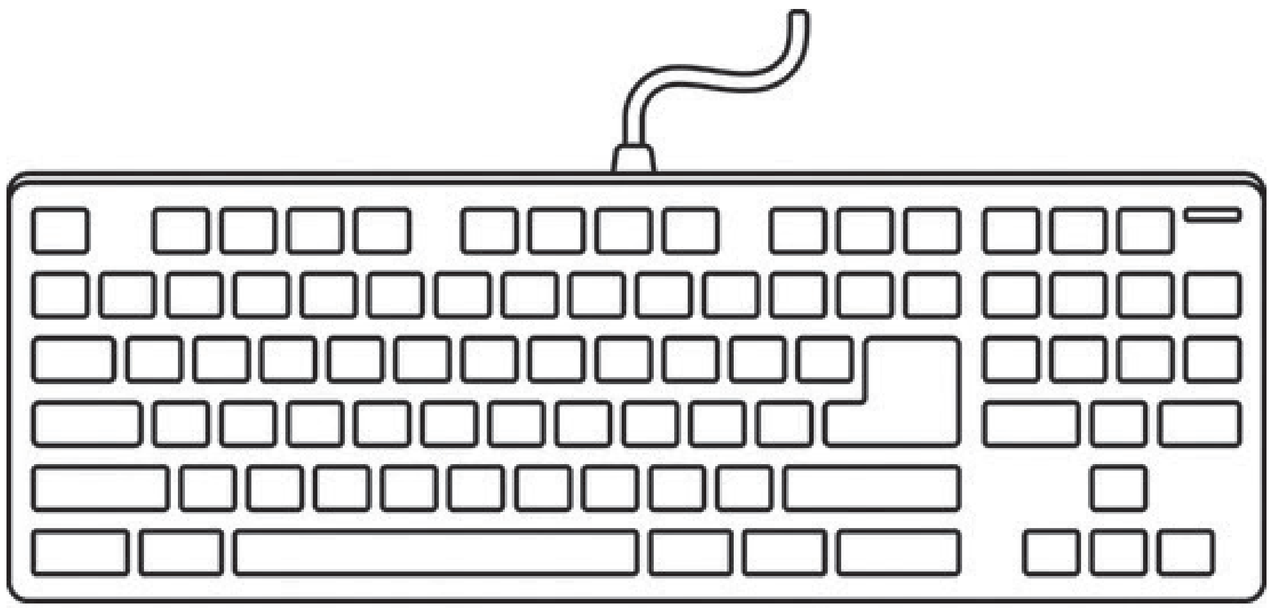
२) ....

३) ....

४) ....

५) ....

२. नीचे दिए गए चित्र में की-बोर्ड पर अंक और अक्षर 'की बोर्ड' के क्रम से लिखो।



अ. उ. ४

अ. क्ष. ४.१

अ. नि. २४.३,४

- संगणक के विविध भागों का परिचय कराएँ।
- संगणक के विविध भागों का उपयोग समझाकर बताएँ।

◈ संगणक शुरू और बंद करना :

संगणक के उपयोग से अनेक कार्य शीघ्र और आसानी से हो जाते हैं, इसलिए अनेक स्थानों पर संगणक का उपयोग किया जाता है। संगणक के उपयोग के लिए उसे शुरू एवं बंद कैसे करें, इसकी जानकारी होना आवश्यक है।

मेरी कृति

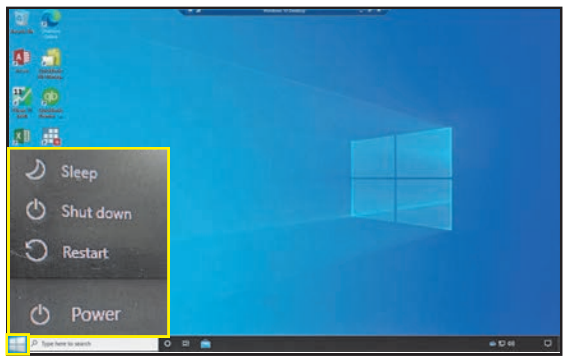
१. संगणक शुरू और बंद करने की कृति का निरीक्षण करो तथा शुरू और बंद करके देखो।

- **संगणक शुरू करना :**

१. संगणक प्लग वाले बिजली के बटन (स्विच) को शुरू (ऑन) करो।

२. सी.पी.यू. (CPU) या मॉनिटर पर दिया गया पावर बटन दबाओ।

३. मॉनिटर शुरू हो जाएगा। उसके बाद कुछ देर रुको, डेस्कटॉप दिखाई देगा।



- **संगणक बंद करना :**

१. संगणक के नीचे की ओर स्थित स्टार्ट आइकन पर माउस की सहायता से तीर (कर्सर) ले जाओ।

२. उसके बाद तुम्हे पावर ⏻ का विकल्प दिखाई देगा।

३. माउस का बायाँ बटन दबाकर पावर विकल्प पर क्लिक करो।

४. उसके आगे आपको स्लीप (sleep), शट्डाउन (shut down) और रिस्टार्ट (Restart) ये तीन विकल्प दिखाई देंगे।

५. माउस के बाएँ बटन को दबाकर पावर में 'शटडाऊन' (shut down) विकल्प पर क्लिक करो। कंप्यूटर पूरी तरह बंद होने तक प्रतीक्षा करो।

- **ध्यान रखो :**

> कंप्यूटर को अचानक बंद न करो। हमेशा 'शटडाउन' विकल्प चुनकर ही कंप्यूटर बंद करना चाहिए।

> शिक्षकों या माता-पिता की मदद से ही कंप्यूटर का उपयोग करो।

> शिक्षकों या माता-पिता की अनुमति के बिना कंप्यूटर में कोई भी जानकारी डाउनलोड या शेयर न करो।

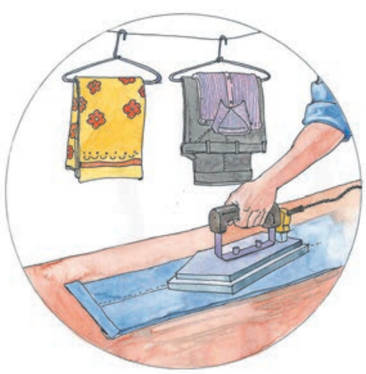
• संगणक कक्ष में विद्यार्थियों से संगणक शुरू व बंद करने की कृति कराएँ।

मेरा पृष्ठ

मैं मामा जी के साथ गाँव की यात्रा पर गया था। वहाँ मुझे कुछ व्यवसाय देखने को मिले। नीचे दिए गए चित्र में आओ वे व्यवसाय खोजें।

मेरे परिसर के कुछ व्यवसाय

आओ! अपने परिसर के व्यवसाय पहचानो।



प्रिय विद्यार्थी मित्रो और सहेलियो,

यदि तुम्हें कोई अयोग्य ढंग से स्पर्श करता है और तुम असमंजस या असहज अनुभव करते हो तो तुम कदापि चुप मत रहो । ऐसी घटना होने पर तुम्हें निम्न बातें करना आवश्यक है ।

१) स्वयं को दोष मत दो ।

२) जिन लोगों पर तुम्हें विश्वास है; उनसे घटित घटना के बारे में बताओ ।

३) तुम पॉक्सो ई–बॉक्स के माध्यम से तुम्हारे अधिकारों की रक्षा हेतु स्थापित राष्ट्रीय आयोग को भी सूचित कर सकते हो ।

जब कोई तुम्हें अनुचित/अयोग्य ढंग से छूता है/स्पर्श करता है तब तुम्हें बुरा लग सकता है । तुम परेशान और भ्रमित हो सकते हो । तुम स्वयं को असहाय महसूस कर सकते हो परंतु तुम्हें 'बुरा' लगने का कोई कारण नहीं होना चाहिए क्योंकि ऐसी घटना में तुम्हारा कोई दोष नहीं होता है ।

इस बटन को दबाओ ।

POCSO **यह** e-box ncpcr@gov.in **इस वेबसाईट पर उपलब्ध है ।**

यदि तुम्हारी आयु १८ वर्ष से कम है और तुम्हें किसी ने सताया है/ तंग किया है और तुम कुछ समझ नहीं पा रहे हो, चिंतित अथवा तनावग्रस्त महसूस कर रहे हो अथवा इस प्रकार की परेशानी अनुभव करने वाले किसी लड़का/लड़की को जानते हो तो तुम १०९८ (दस नौ आठ) पर संपर्क करो । ऐसा करने से तुम्हारा और तुम्हारे मित्रों/सहेलियों का जीवन बदल सकता है ।

चाइल्ड लाइन १०९८ (दस नौ आठ) : यह २४ घंटे टोल फ्री राष्ट्रीय आपातकालीन फोन सेवा है । महिला एवं बालविकास मंत्रालय द्वारा पीड़ित लड़कों/लड़कियों के लिए यह उपक्रम चाइल्ड लाइन फाउंडेशन ने प्रारंभ किया है ।

नए समाज की ओर
Towards a new dawn

विद्यार्थियों को उनके आयुगुट के अनुसार अच्छा स्पर्श और बुरा स्पर्श पहचानने के लिए शारीरिक एवं भावनिक दृष्टि से मार्गदर्शन करें ।

महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व
अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे.
कार्यशिक्षण इयत्ता तिसरी (हिंदी माध्यम)

समग्र शिक्षा
Samagra Shiksha
(निःशुल्क वितरण के लिए)