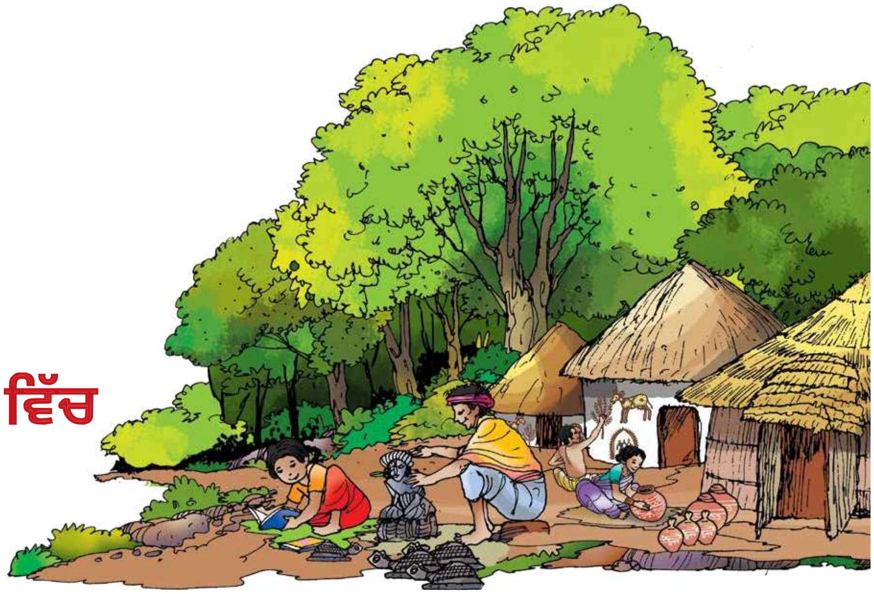
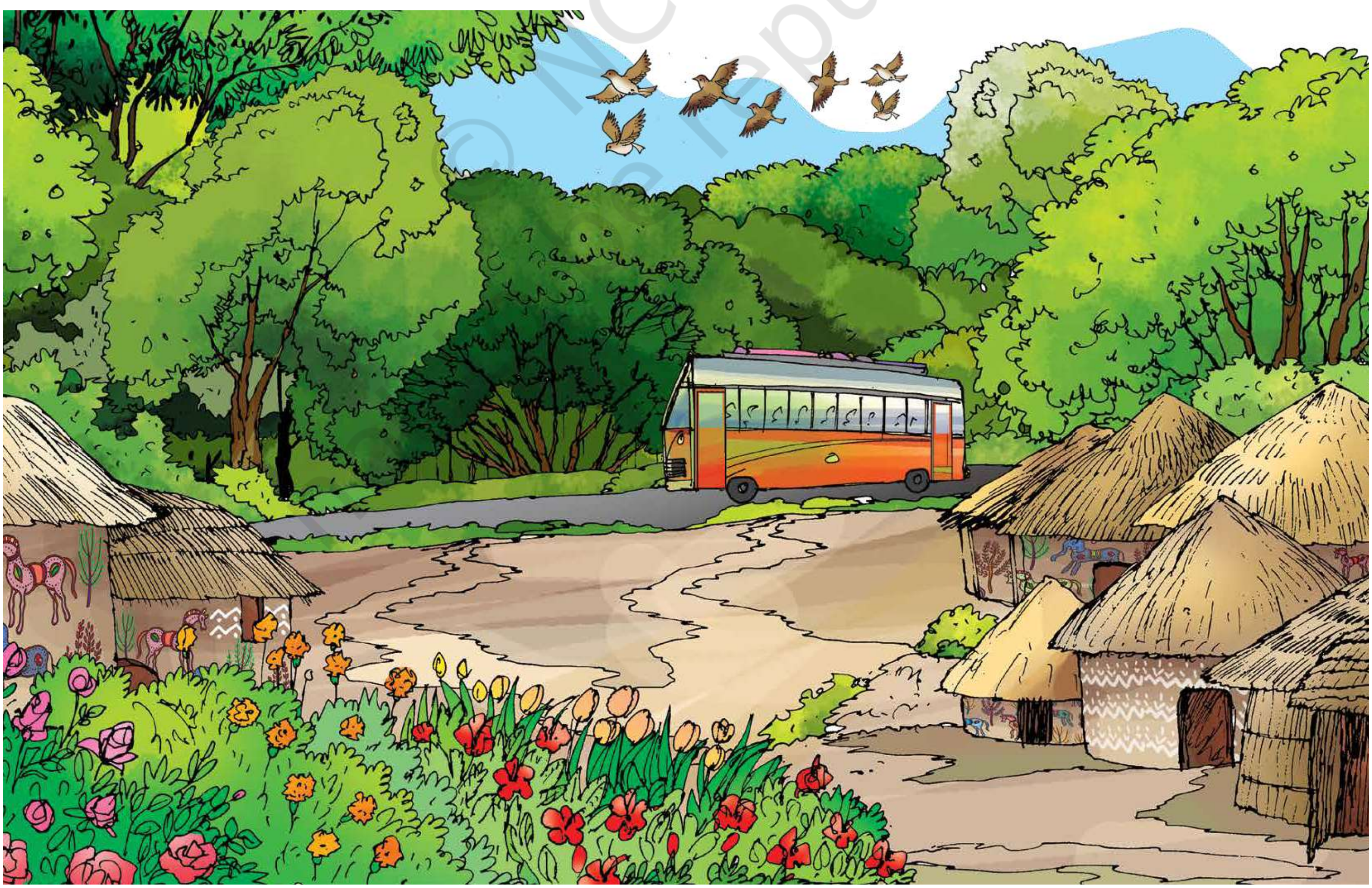
0435CH04



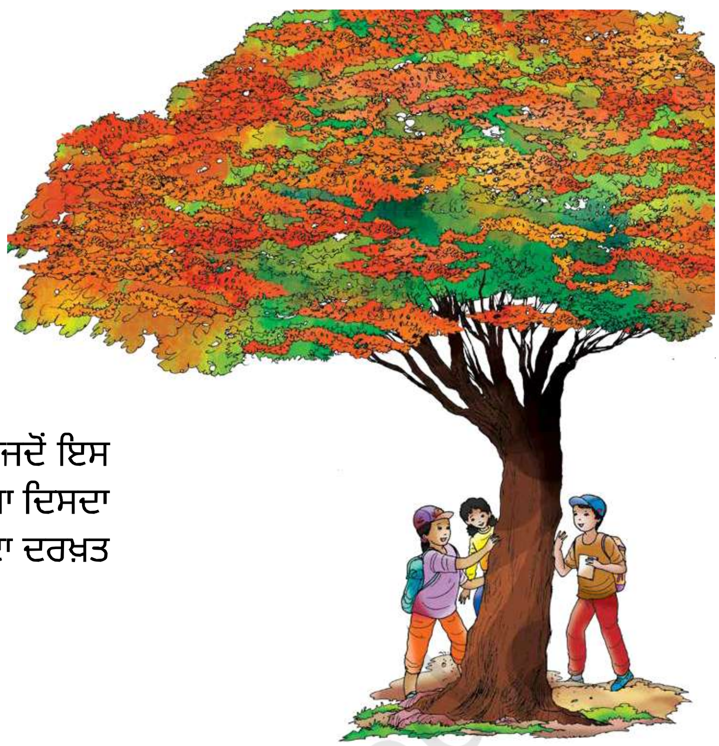
4 ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਵਧਣਾ - ਫੁੱਲਣਾ

ਜੰਗਲ਼ ਦੀ ਯਾਤਰਾ

ਰੀਨਾ ਅਤੇ ਅਮਿਤ ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੌਰੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਉਤਸੁਕ ਸਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਜੰਗਲ਼ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸੀ। ਇਹ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਹ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਮੌਕਾ ਵੀ ਸੀ। ਉਸ ਦਿਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਿੰਡ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੂਰਜੀ ਊਰਜਾ ਨਾਲ਼ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ਾ ਪਿੰਡ ਬਣ ਜਾਣਾ ਸੀ! ਉਹ ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਇਸ ਮੌਕੇ ‘ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨਾਲ਼ ਰੁਸ਼ਨਾਏ ਜਾਣ ਅਤੇ ਜਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਨ ਲਈ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾ ਰਹੇ ਸਨ।



© NCERT not to be republished



ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ!

ਜਦੋਂ ਉਹ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੇ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਦਰਖ਼ਤਾਂ ‘ਤੇ ਚਮਕਦੇ ਸੰਤਰੀ ਰੰਗੇ ਫੁੱਲ ਵੇਖੇ।

ਰੀਨਾ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, “ਇਹ ਫੁੱਲ ਕਿਹੜੇ ਹਨ?” ਪਿਤਾ ਜੀ ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਬੋਲੇ, “ਇਹ ਪਲਾਸ਼ ਦਾ ਦਰਖ਼ਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਸ ‘ਤੇ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਜੰਗਲ਼ ਦੂਰੋਂ ਸੰਤਰੀ ਰੰਗਾ ਦਿਸਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਪਲਾਸ਼ ਨੂੰ ਜੰਗਲ਼ ਦੀ ਜੋਤ ਜਾਂ ਅੱਗ ਦਾ ਦਰਖ਼ਤ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।”

ਗਤੀਵਿਧੀ 1

1. ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਪੰਜ ਰੰਗ–ਬਿਰੰਗੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ। ਉਦਾਹਰਨ: ਗੁਜਰਾਤ ਵਿੱਚ ਪਲਾਸ਼ ਨੂੰ ਕੇਸੂਡਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੁੱਲ ਦਾ ਨਾਮ	ਸਥਾਨਕ ਨਾਮ	ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਫੁੱਲ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰੋ।

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਨੋਟ

ਅਧਿਆਪਕ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸੋਲਰ ਪੈਨਲ (Solar Panels) ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਜਲੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਿਜਲੀ ਫਿਰ ਪੱਖਾ, ਬਲਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਘਰੇਲੂ ਉਪਕਰਨ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

© NCERT not to be republished

ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਜਸ਼ਨ ਲਈ ਸਜਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਅਮਿਤ: "ਵਾਹ! ਇਹ ਘਰ ਤਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੱਖਰੇ ਲੱਗ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੰਧਾਂ ਉੱਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਜਾਵਟ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁੰਦਰ ਹੈ।"

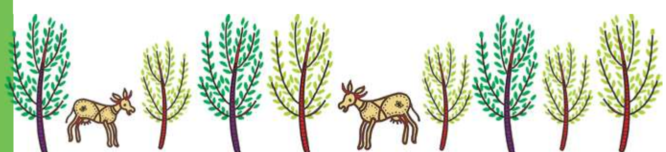
ਮਾਂ: "ਅਮਿਤ, ਇਹ ਘਰ ਮਿੱਟੀ, ਫੂਸ, ਗੋਬਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੁਦਰਤੀ ਸਮਗਰੀ ਨਾਲ਼ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਵੇਖੋ, ਇਹ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਦਾਦੀ ਜੀ ਨੇ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਚਾਵਲ ਦੇ ਆਟੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਰੰਗ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।"

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਨੋਟ
ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਕੁਦਰਤੀ ਸਮਗਰੀ ਨਾਲ਼ ਬਣੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 2

ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ; ਜਿਵੇਂ ਮਿੱਟੀ, ਲੱਕੜ ਦੀਆਂ ਸੋਟੀਆਂ, ਫੂਸ, ਘਾਹ, ਪੱਤੇ ਆਦਿ ਨਾਲ਼ ਘਰ ਦਾ ਇੱਕ ਨਮੂਨਾ ਬਣਾਓ। ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਕਲਾ-ਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ਼ ਸਜਾਓ।

ਰੀਨਾ ਅਤੇ ਅਮਿਤ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖੇਡਣ ਲੱਗੇ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਾਦੀ ਕੱਪੜੇ 'ਤੇ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ। ਅਮਿਤ ਨੇ ਰੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ। ਦਾਦੀ ਜੀ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਹ ਰੰਗ ਫੁੱਲਾਂ, ਪੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਰੰਗੀਲੇ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਬਰੀਕ ਪਾਊਡਰ ਤੋਂ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ।



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?
ਗੋਂਡ ਕਲਾ (Gond Art) ਚਿੱਤਰਕਲਾ ਦਾ ਇੱਕ ਰੂਪ ਹੈ ਜੋ ਕੰਧਾਂ 'ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਰੰਗਾਂ ਨਾਲ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਕਲਾਕਾਰ ਕੁਦਰਤੀ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ - ਦਰਖ਼ਤ, ਜਾਨਵਰ, ਪੰਛੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 3

ਆਉ ਕੁਦਰਤੀ ਰੰਗ ਤਿਆਰ ਕਰੀਏ:

ਪੜਾਅ 1. ਕੁਝ ਫੁੱਲ, ਪੱਤੇ, ਸੱਕ ਅਤੇ ਜੜ੍ਹਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰੋ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੁਕੰਦਰ, ਗੁੜਹਲ ਅਤੇ ਗੇਂਦੇ ਦੇ ਫੁੱਲ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗਣ ਦੀਆਂ ਖ਼ੂਬੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪੜਾਅ 2. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਲਗਪਗ 1-2 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ,ਭਾਂਡੇ ਨੂੰ ਢੱਕਣ ਨਾਲ਼ ਢਕ ਕੇ, 30 ਮਿੰਟ ਤੋਂ 1 ਘੰਟੇ ਤੱਕ ਉਬਾਲੋ। (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਦੀ ਮਦਦ ਜ਼ਰੂਰ ਲਓ।)

ਪੜਾਅ 3. ਇਸ ਉਬਲੇ ਹੋਏ ਮਿਸ਼ਰਨ ਨੂੰ ਛਾਣੋ ਤਾਂ ਕਿ ਪੌਦੇ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਅਲੱਗ ਹੋ ਜਾਣ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਦਰਤੀ ਰੰਗ ਬਚੇ।

ਹੁਣ, ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਰੰਗ ਵਰਤ ਕੇ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਵਾਲ਼ਾ ਰੁਮਾਲ ਜਾਂ ਛੋਟਾ ਤੌਲੀਆ ਰੰਗਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਸਵੇਰੇ ਨਿਚੋੜੋ ਅਤੇ ਸੁੱਕਣ ਲਈ ਰੱਖ ਦਿਓ।

© NCERT not to be republished

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਕੱਢਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੇ ਔਜ਼ਾਰ ਵੇਖਣ ਦੀ ਉਤਸੁਕਤਾ ਸੀ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਨਾਜ ਸੰਭਾਲ਼ਣ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਘੜੇ ਅਤੇ ਬਾਂਸ ਦੀਆਂ ਟੋਕਰੀਆਂ ਸਨ। ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਘੜਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਿੰਮ ਦੇ ਪੱਤੇ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਬਾਂਸ ਦੀਆਂ ਟੋਕਰੀਆਂ ਤੇ ਗਾਂ ਦੇ ਗੋਹੇ ਦੀ ਪਰਤ ਚੜ੍ਹਾਈ ਹੋਈ ਸੀ। ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ਼ ਸੰਭਾਲਿਆ ਹੋਇਆ ਅਨਾਜ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

not to be republished

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਨੋਟ

ਅਧਿਆਪਕ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ਿਲਪਕਾਰ ਜਾਂ ਕਲਾਕਾਰ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸੱਦ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਲਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਣ। ਇਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਕਲਾ ਰੂਪਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਦੱਸਣਾ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਜੇਨੂ ਕੁਰਬਾ ਕਰਨਾਟਕ ਦੀ ਇੱਕ ਜਨਜਾਤੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਾਮ "ਜੇਨੂ" ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸ਼ਹਿਦ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਛੱਤੇ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਦ ਇਕੱਠਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਮੱਖੀਆਂ ਤੋਂ ਮਾਫ਼ੀ ਮੰਗਣ ਲਈ ਗੀਤ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੁਦਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਆਦਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 4

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਸੰਭਾਲ਼ਣ ਦੇ ਰਵਾਇਤੀ ਤਰੀਕੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸਾਰਨੀ ਭਰੋ। ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਨਾਮ	ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੈ	ਮਰਤਬਾਨ ਦਾ ਵੇਰਵਾ
ਤੁਮੜ੍ਹੀ	ਉਤਰਾਖੰਡ	ਗੋਲ ਜਾਂ ਅੰਡਾਕਾਰ ਸੁੱਕੀ ਲੌਕੀ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

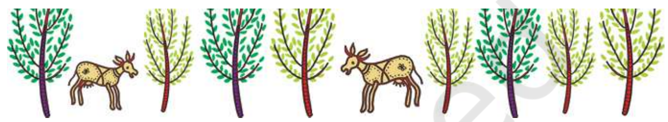
© NCERT not to be republished

ਰੀਨਾ ਅਤੇ ਅਮਿਤ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਏ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਾਦਾ ਜੀ ਨੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਇੱਕ ਬੋਤਲ ਕੱਢੀ।

ਦਾਦਾ ਜੀ: ਇਹ ਨਿੰਮ ਦੇ ਤੇਲ ਨਾਲ਼ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਇੱਕ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਮਲ਼ ਲਵੋਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੱਛਰ ਨਹੀਂ ਕੱਟਣਗੇ।

ਰੀਨਾ: ਦਾਦਾ ਜੀ, ਕੀ ਇਹ ਮੁਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਕਸਾ (ਫ਼ਰਸਟ ਏਡ ਬਾੱਕਸ) ਹੈ? ਮੈਂ ਵੀ ਇੱਕ ਮੁਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਕਸਾ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦੀ ਹੋਈ ਮੱਛਰ ਭਜਾਉਣ ਵਾਲ਼ੀ ਕ੍ਰੀਮ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 5



ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਵੱਡਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸਾਰਨੀ ਵਿੱਚ ਪੌਦੇ ਦਾ ਨਾਮ, ਉਸ ਦੇ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਉਪਯੋਗ ਲਿਖੋ।

ਪੌਦੇ ਦਾ ਨਾਮ	ਪੌਦੇ ਦੇ ਹਿੱਸੇ	ਉਪਯੋਗ
ਤੁਲਸੀ	ਪੱਤੇ	
ਅਜਵਾਇਣ		

ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ

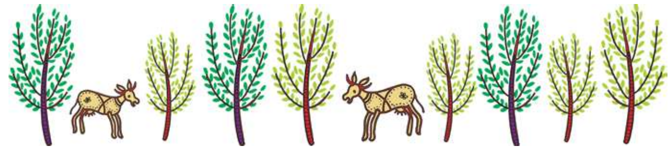
1. ਮੁਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਕੀ-ਕੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?
2. ਜੇ ਕੋਈ ਜਖ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਮੁਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ? ?

© NCERT not to be republished

ਚਮਕਦਾਰ ਰੌਸ਼ਨੀ, ਖੁਸ਼ਗਵਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ

ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਪਿੰਡ ਰੰਗ-ਬਰੰਗੀਆਂ ਬੱਤੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਰੌਸ਼ਨ ਹੋ ਗਿਆ। ਸਭ ਲੋਕ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ। ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਰਵਾਇਤੀ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਗਹਿਣੇ ਪਾਏ ਹੋਏ ਸਨ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਢੋਲ ਅਤੇ ਨਗਾਰੇ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਗੂੰਜ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਉਤਸ਼ਾਹੀ ਧੁਨਾਂ ਨੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਾਲ਼ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਥਾਪ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਅਮਿਤ ਅਤੇ ਰੀਨਾ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲਿਆ।

© NCERT not to be republished



ਗਤੀਵਿਧੀ 6

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ਼ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਾਲਾਨਾ ਦਿਵਸ ‘ਤੇ ਇੱਕ ਰਵਾਇਤੀ ਨਾਚ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ।

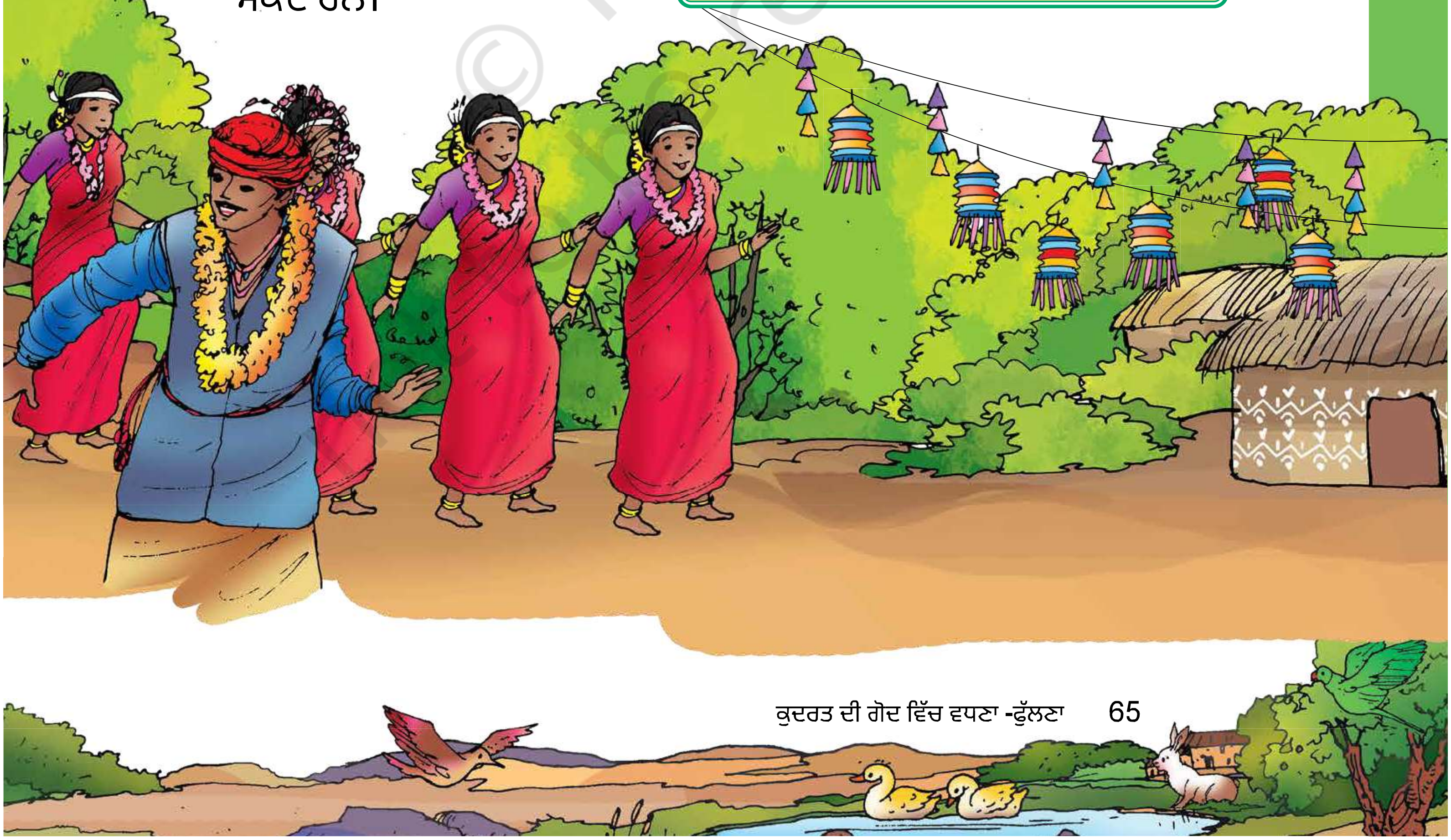
ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ

ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਬਿਜਲੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੀ–ਕੀ ਬਦਲਾਅ ਆਉਣਗੇ?

ਰੀਨਾ ਅਤੇ ਅਮਿਤ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਨਾਲ਼ ਸੁੰਦਰ ਨਾਤਾ ਦੇਖ ਕੇ ਹੈਰਾਨ ਰਹਿ ਗਏ। ਉਹ ਸੋਚਣ ਲੱਗ ਪਏ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਰ ਨਿਆਮਤ ਲਈ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਪਵਿੱਤਰ ਉਪ-ਵਣ, ਜੰਗਲਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ–ਛੋਟੇ ਭਾਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵੱਲੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਲੇ ਰੁੱਖਾਂ ਅਤੇ ਜੰਗਲ਼ੀ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਥਾਂਵਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ, ਪੂਜਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤੀ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੰਨੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।



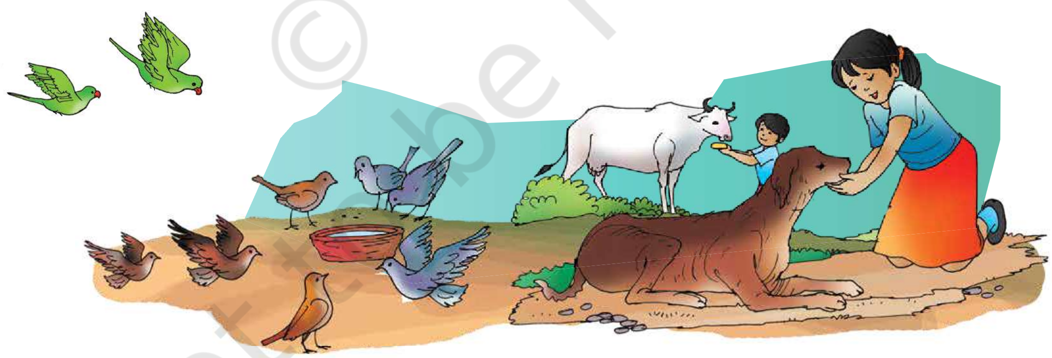
© NCERT not to be republished

ਗਤੀਵਿਧੀ 7

ਆਪਣੇ ਵੱਡਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜਾਂ/ਦਿਵਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰੋ, ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ/ਮਨਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਹਨ:

ਦਿਵਸ ਦਾ ਨਾਂ	ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੌਦੇ / ਜਾਨਵਰ	ਗਤੀਵਿਧੀ
ਵੱਤ ਪੂਰਨਿਮਾ	ਬੋਹੜ	ਪੂਜਾ ਕਰਨਾ
ਹਰੀ ਜਿਰੋਤੀ	ਫ਼ਲ਼ਦਾਰ ਰੁੱਖ	ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣਾ
ਕਾਜ਼ੀਰੰਗਾ ਹਾਥੀ ਮਹਾਂਉਤਸਵ	ਹਾਥੀ	ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਮੁਹਿੰਮ

ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੇਸ ਦੇ ਵੱਖ–ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।



ਸਾਡੇ ਆਲ਼ੇ–ਦੁਆਲ਼ੇ ਮੌਜੂਦ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਇੱਥੇ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਹਨ:

- ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਘਟਾਓ
- ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਓ।

© NCERT not to be republished

ਪੰਛੀਆਂ ਲਈ ਦਾਣਾ-ਪਾਣੀ ਰੱਖੋ

ਰੁੱਖ ਲਗਾਓ

ਸਫ਼ਾਈ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਓ

ਆਓ ਅਭਿਆਸ ਕਰੀਏ

1. ਅਸੀਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ	ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਚੀਜ਼ਾਂ			
ਭੋਜਨ	ਫ਼ਲ			
ਕੱਪੜੇ	ਰੂੰ			
ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ਼	ਨਿੰਮ			
ਹੋਰ				

2. ਪ੍ਰਾਕਿਰਤਿਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ਼ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇ ਅਸੀਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੱਕੜ ਵਰਤਾਂਗੇ ਤਾਂ ਜੰਗਲ਼ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

ਪਾਣੀ: ____________________

ਮਿੱਟੀ: ____________________

ਸਮੁੰਦਰੀ ਉਤਪਾਦ: ____________________

ਹੋਰ: ____________________

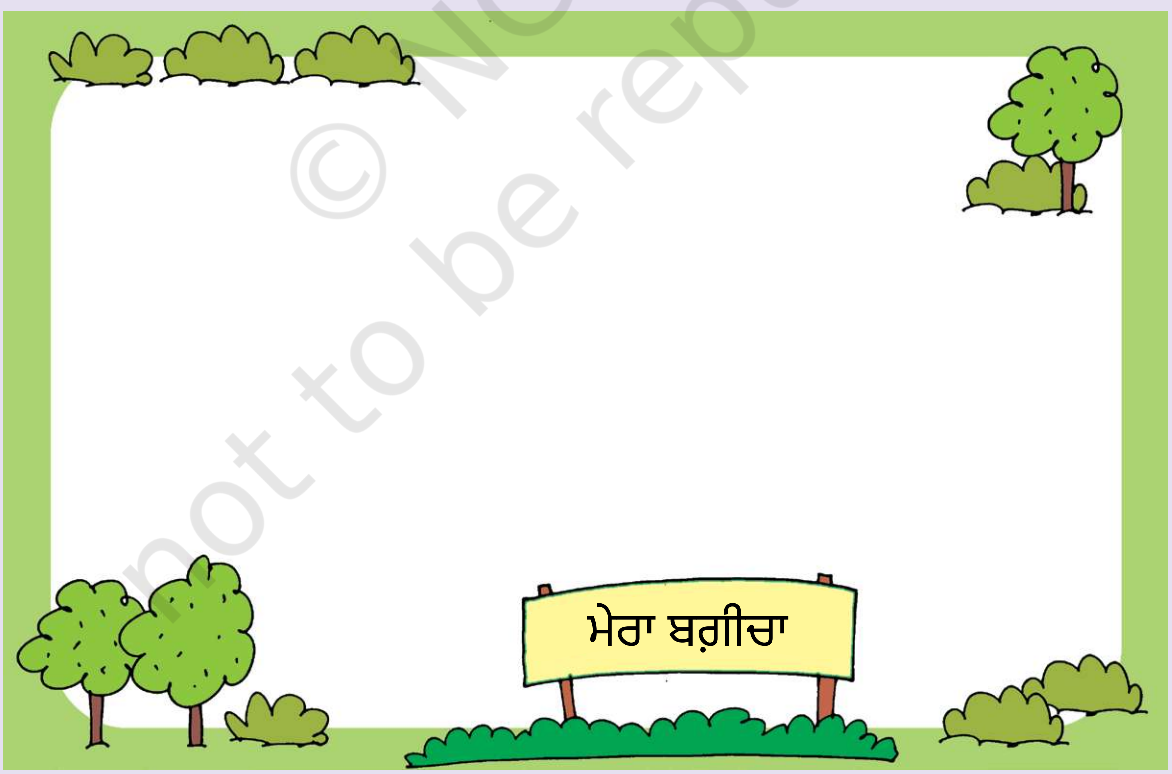
© NCERT not to be republished

3. ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

ਘਰ ਵਿੱਚ	ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ	ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ	ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ

4. **ਜੜ੍ਹੀ- ਬੂਟੀ ਬਗ਼ੀਚਾ (ਹਰਬਲ ਗਾਰਡਨ) ਤਿਆਰ ਕਰੋ।**

ਇਹ ਜੜ੍ਹੀਆਂ-ਬੂਟੀਆਂ ਦੇ ਬਗ਼ੀਚੇ ਲਈ ਥਾਂ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਜੜ੍ਹੀਆਂ-ਬੂਟੀਆਂ ਦੇ ਚਿੱਤਰ ਬਗ਼ੀਚੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ। ਕੀ ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਜੜ੍ਹੀਆਂ-ਬੂਟੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਪਸੰਦ ਹਨ? ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਣਾਓ।



© NCERT not to be republished