ਇਕਾਈ 5

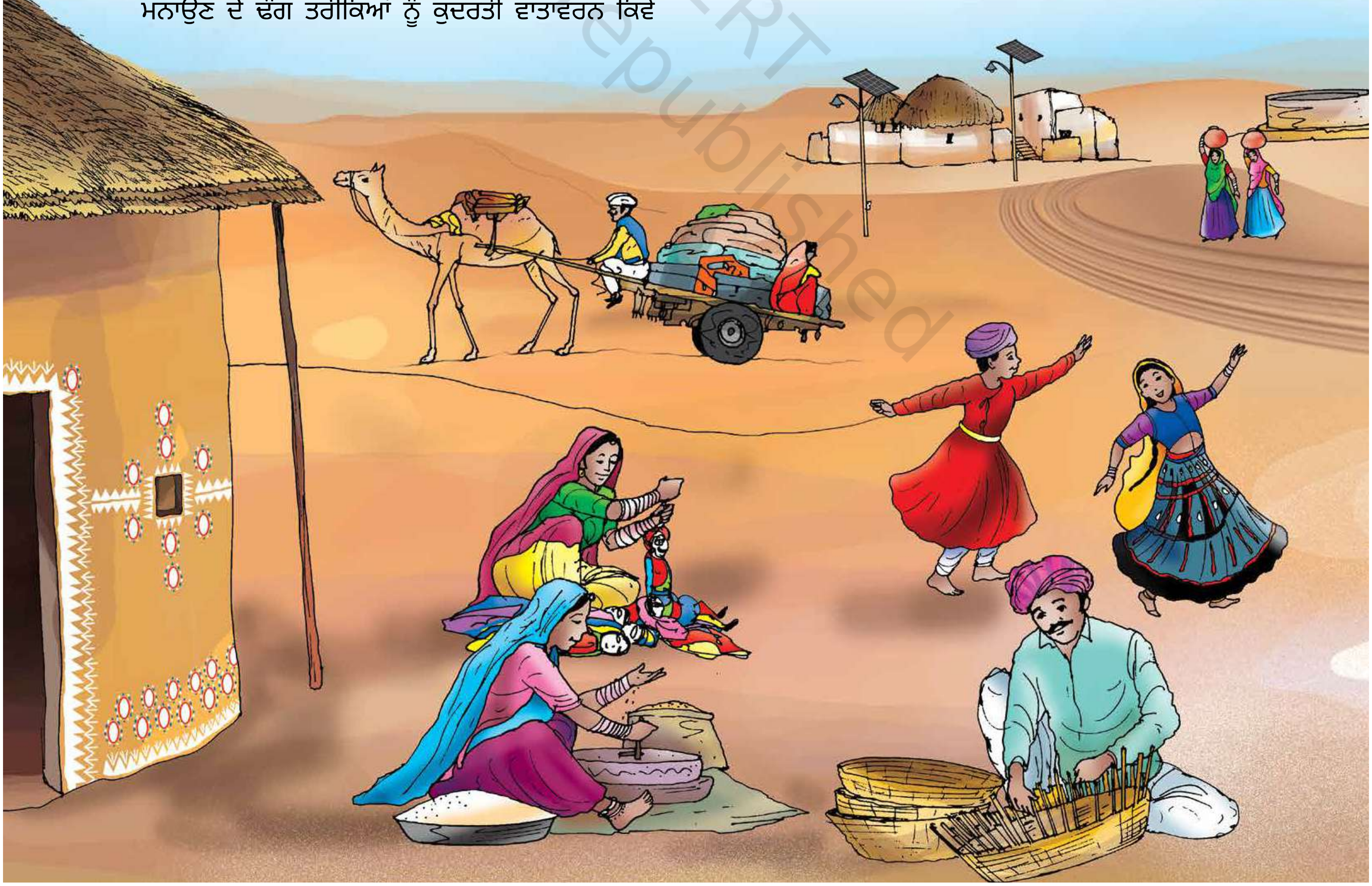
ਸਾਡਾ ਵਾਤਾਵਰਨ

ਇਸ ਇਕਾਈ ਬਾਰੇ

ਇਹ ਇਕਾਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮੀ-ਰੂਪਾਂ, ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀਆਂ ਵਿਭਿੰਨ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕਾਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਕਾਸ਼ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚਲੇ ਸੂਰਜ, ਚੰਨ ਅਤੇ ਤਾਰਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਵੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਧਰਤੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਸਤਹਿ ਉੱਤੇ ਅਸੀਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਤੁਰਦੇ-ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ, ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਕਾਸ਼ ਤੱਕ ਦੀ ਸਾਡੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਰਹੱਸਾਂ ਨਾਲ਼ ਭਰਪੂਰ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਡੂੰਘੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮੀ ਰੂਪਾਂ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਦਾਨਾਂ, ਮਾਰੂਥਲਾਂ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਤੱਟ ਵਾਲ਼ੇ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਪਹਾੜਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਅਨੁਭਵ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਭੂਮੀ ਰੂਪਾਂ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਪਹਿਰਾਵੇ, ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣ ਦੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਦਕਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚਲੇ ਵਿਲੱਖਣ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿਚਲੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ਼ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋਵੇਗੀ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਕਾਸ਼ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ, ਸੂਰਜ, ਚੰਨ, ਤਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਸਕਣਗੇ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਚਾਰਨ ਤੇ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਦੌਰਾਨ ਅਪਣਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿਰੀਖਣ, ਵਿਹਾਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣਾਤਮਕ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਗਿਆਨ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਰ (ਪ੍ਰਾਕ੍ਰਿਤਕ ਸੰਸਾਰ) ਅਤੇ ਸਮਾਜ, ਜਿਸ ਦਾ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਹਨ, ਦੀ ਤਹਿ-ਦਿਲੋਂ ਕਦਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋਵੇਗਾ।



not to be republished © NCERT

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਨੋਟ

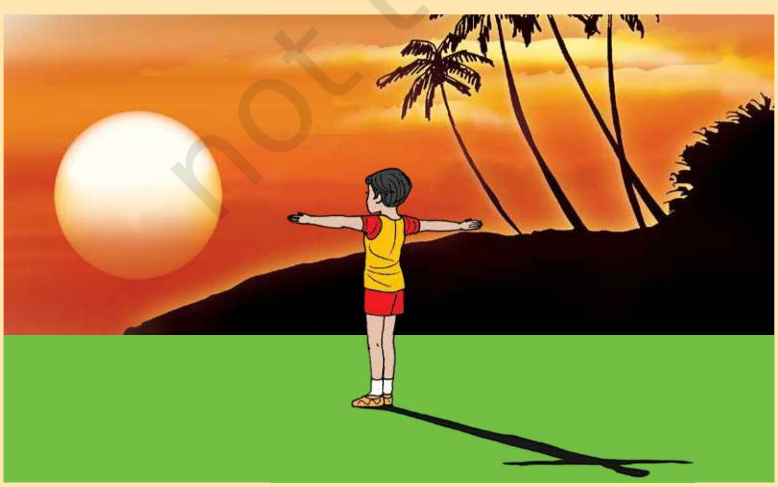
ਇਸ ਇਕਾਈ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਇ 9 - ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮੀ-ਰੂਪ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ, ਅਤੇ ਅਧਿਆਇ 10 - ਸਾਡਾ ਅਕਾਸ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅਧਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਮੁੱਖ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਅਧਿਆਇ 9

- 'ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮੀ-ਰੂਪ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ', ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲ਼ਾ ਅਧਿਆਇ ਮੈਦਾਨਾਂ, ਮਾਰੂਥਲਾਂ, ਤੱਟਵਰਤੀ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਪਹਾੜਾਂ ਵਰਗੇ ਵਿਭਿੰਨ ਭੂਮੀ-ਰੂਪਾਂ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਇੱਥੋਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਇਹ ਭੂਮੀ-ਰੂਪ ਇਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਵਿਲੱਖਣ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਨਾਲ਼ ਜੁੜਦੇ ਹੋਏ, ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ਼ ਸਮਾਜਿਕ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਵੀ ਹੋਣਗੇ।

ਅਧਿਆਇ 10

- 'ਸਾਡਾ ਅਕਾਸ਼' ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲ਼ਾ ਅਧਿਆਇ ਅਕਾਸ਼ ਦੇ ਰਹੱਸਾਂ ਅਤੇ ਸੂਰਜ, ਚੰਨ ਅਤੇ ਤਾਰਿਆਂ ਵਰਗੇ ਅਕਾਸ਼ੀ ਪਿੰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਉਤਸੁਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀ ਆਧਾਰਿਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਅਕਾਸ਼ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ। ਉਹ ਦਿਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਬਣੇ ਪਰਛਾਵਿਆਂ ਦਾ ਅਵਲੋਕਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਵਧਣ ਜਾਂ ਘਟਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਵੀ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

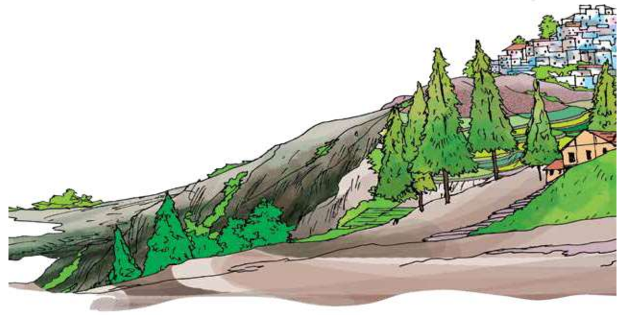


ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ

- ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਸਮਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵਿਲੱਖਣ ਸਜਾਵਟੀ ਵਸਤੂਆਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਟਾਰਚ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬਣਦੇ ਪਰਛਾਵਿਆਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।
- ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਚੰਨ ਦਾ ਅਵਲੋਕਣ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਦੇ ਬਦਲਦੇ ਆਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਰੂਪਾਂ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੇ ਤਾਰਿਆਂ ਦੀ ਤਰਤੀਬ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੈਟਰਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਅਕਾਸ਼ੀ ਪੈਟਰਨਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਡੂੰਘਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਾਰੇ ਵੇਖਣ ਦੇ ਇੱਕ ਸੈਸ਼ਨ ਜਾਂ ਪਲੈਨੇਟੇਰੀਅਮ (ਤਾਰਾ-ਮੰਡਲ) ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

not to be republished © NCERT

0435CH09



9 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮੀ-ਰੂਪ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ

ਛੁੱਟੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਵਾਪਸੀ

ਜਮਾਤ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ਼ ਭਰਪੂਰ ਸੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਜਮਾਤ ਵਿਚਲੇ ਮੇਜ਼, ਰੰਗੀਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਘੁੰਮੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ਼ ਭਰੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ।

ਚਾਂਦਨੀ ਨੇ ਓਡੀਸ਼ਾ ਵਿਚਲੇ ਇੱਕ ਸਮੁੰਦਰੀ ਤੱਟ ਦੀ ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ। ਰਿਤਿਕਾ ਨੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੇ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕੀਤਾ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਦੇ ਘਰ ਜਾਣ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਈਆਂ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਨਯਨ ਨੇ ਸਿਕਿੱਮ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪਹਾੜਾਂ ਦੀ ਸੈਰ ਦਾ ਵਰਨਣ ਆਪਣੀ ਡਾਇਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਇਆ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 1

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਕੁਝ ਥਾਂਵਾਂ ‘ਤੇ ਘੁੰਮਣ ਗਏ ਹੋਵੋਗੇ। ਉਹਨਾਂ ਥਾਂਵਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਖ਼ਾਸ ਲਿਖੋ। ਆਪਣੇ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਦੋਸਤਾਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਥਾਂਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਘੁੰਮਣ ਗਏ ਸਨ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸਾਰਨੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।

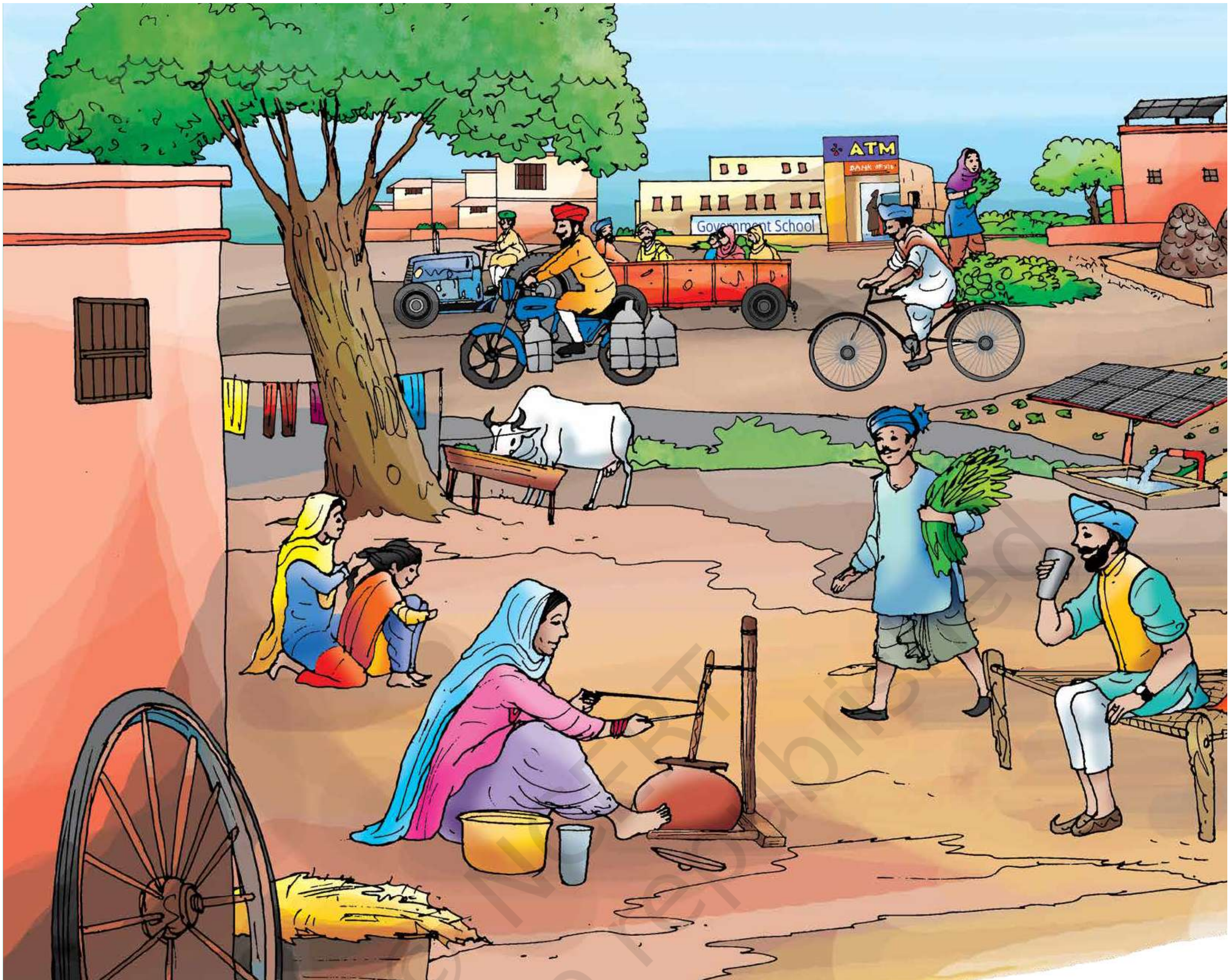
ਦੋਸਤ ਦਾ ਨਾਮ	ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਨਾਂ	ਥਾਂਵਾਂ (ਭੂਮੀ-ਰੂਪ) ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ (ਪਹਾੜੀ, ਮੈਦਾਨੀ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟ ਦੇ ਖੇਤਰ, ਮਾਰੂਥਲ, ਆਦਿ)	ਥਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਖ਼ਾਸ
ਪਹਿਲਾ ਦੋਸਤ		ਪਹਾੜ	ਚੀੜ੍ਹ ਦੇ ਦਰਖ਼ਤ
ਦੂਜਾ ਦੋਸਤ			
ਤੀਜਾ ਦੋਸਤ			
ਚੌਥਾ ਦੋਸਤ			
ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ			

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਥਾਂ ਦਿਲਚਸਪ ਲੱਗਦੀ ਹੈ?
- ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਘੁੰਮੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਹਨ?

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਨੋਟ

ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਘਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਚਰਚਾ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਤਜਰਬਾ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਭੋਜਨ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਆਦਿ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਹੋ।

© NCERT not to be republished



ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਨਾਲ਼ ਖੇਤੀ-ਬਾੜੀ ਵਾਲ਼ੀ ਭੂਮੀ ‘ਤੇ

ਲਿਖੋ

ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਚਿੱਤਰ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ਼ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਦਰਜ ਕਰੋ।

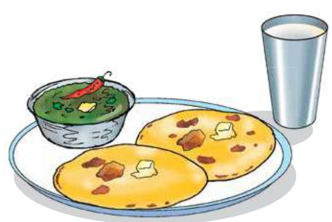
1. ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭੂਮੀ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋ?
2. ਚਿੱਤਰ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕ ਕਿਹੜੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਇਸ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
3. ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋ?
4. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੇਖਿਆ ਹੈ?

© NCERT not to be republished

© NCERT not to be republished

ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਉੱਚੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਬੋਲਿਆ, "ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਤਰ!"। ਉਹ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਨਾਲ਼ ਖਿੜ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਦਾਦੀ ਨੇ ਉਸ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ਼ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਮੈਦਾਨੀ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਖੇਤ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਉਪਜਾਊ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮਨਪਸੰਦ ਭੋਜਨ ਮੱਕੀ ਦੀ ਰੋਟੀ, ਸਰ੍ਹੋਂ ਦਾ ਸਾਗ ਅਤੇ ਲੱਸੀ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਗਲਾਸ ਹੈ।

ਲਿਖੋ



1. ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਸ਼ਹੂਰ ਪਕਵਾਨ ਕੀ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀ ਮੁੱਖ ਸਮਗਰੀ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?

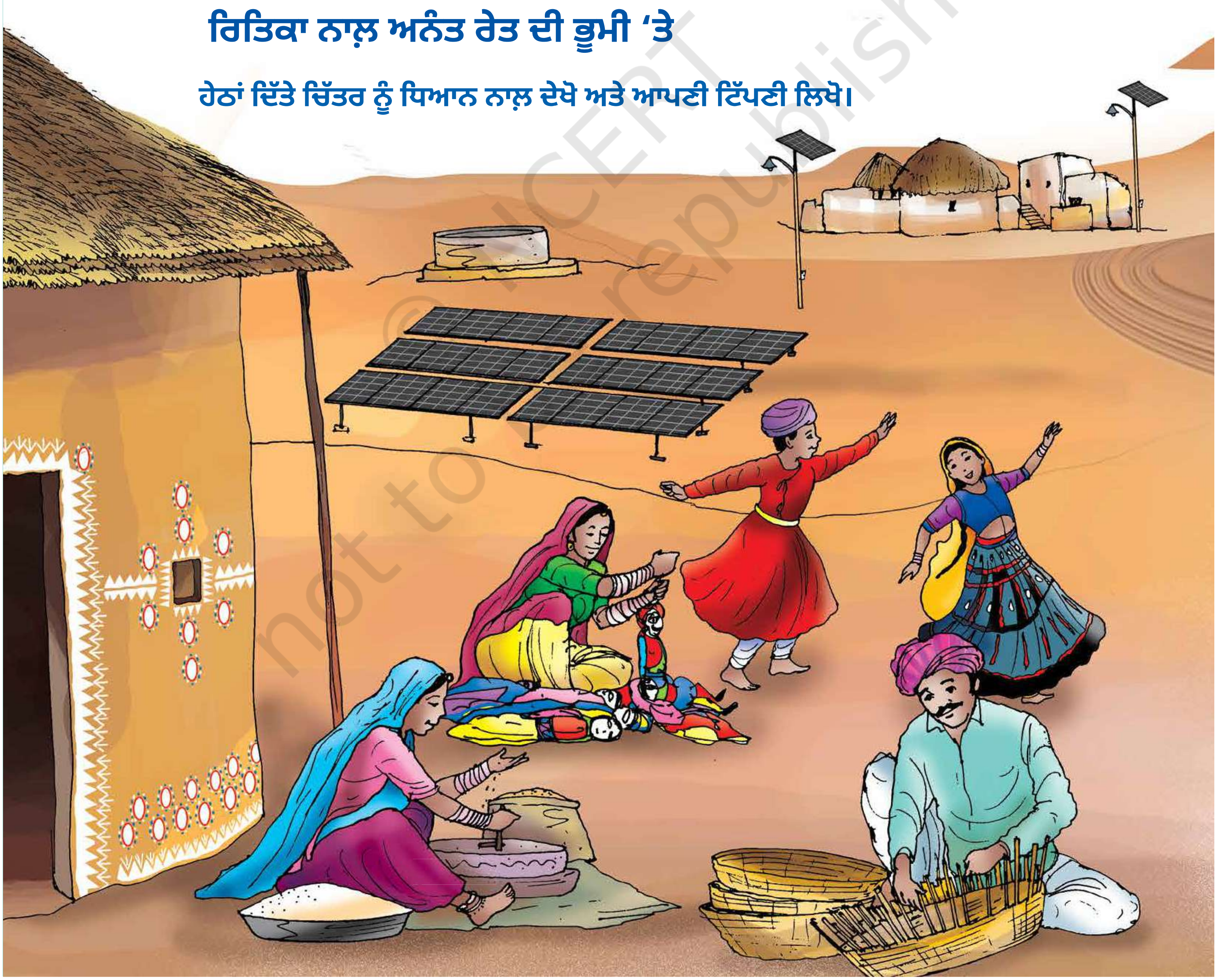
ਪਕਵਾਨ ਦਾ ਨਾਂ: ______________________

ਸਮਗਰੀ : ______________________

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ, ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਸ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਢਾਂਚੇ 'ਤੇ ਸੋਨਾ ਮੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਇੱਕ ਪਵਿੱਤਰ ਸਰੋਵਰ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ, ਦੀ ਖ਼ਾਸੀਅਤ ਇੱਥੋਂ ਦੀ ਲੰਗਰ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਮੁਦਾਇਕ ਸੇਵਾ-ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਸਵੈ-ਇੱਛਾ ਨਾਲ਼ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ, ਵਰਤਾਉਣ ਅਤੇ ਭਾਂਡੇ ਧੋਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਰਿਤਿਕਾ ਨਾਲ਼ ਅਨੰਤ ਰੇਤ ਦੀ ਭੂਮੀ 'ਤੇ

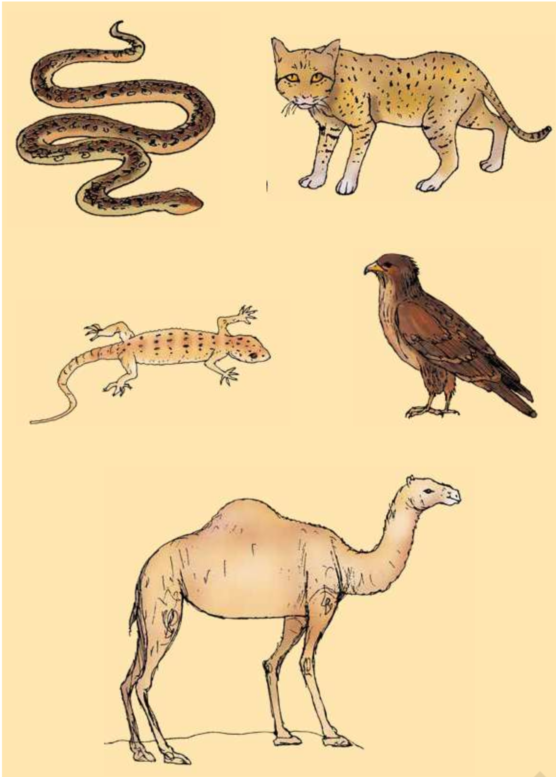
ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਿੱਤਰ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ਼ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਟਿੱਪਣੀ ਲਿਖੋ।



© NCERT not to be republished

1. ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭੂਮੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ?
2. ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੌਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ? ਇਹ ਪੌਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੇ ਪੌਦਿਆਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਵੱਖਰੇ ਹਨ?
3. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪਿੰਡ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਦੇ ਢੰਗ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ ?
4. ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਲੋਕ ਕਿਵੇਂ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ?
5. ਇਸ ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਪਸੰਦ ਆਇਆ ਹੈ?

© NCERT not to be republished



ਮਾਰੂਥਲ ਖੁਸ਼ਕ ਕਿਸਮ ਦਾ, ਘੱਟ ਮੀਂਹ ਵਾਲ਼ਾ ਇਲਾਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਥੋਹਰ (ਕੈਕਟਸ), ਖੇਜੜੀ ਅਤੇ ਕਿੱਕਰ ਜਿਹੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਪੌਦੇ ਉੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੌਦੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਪਾਣੀ ਨਾਲ਼ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਪੌਦੇ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਥੋਹਰ (ਕੈਕਟਸ) ਆਪਣੇ ਤਣੇ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਊਠਾਂ, ਕਿਰਲੀਆਂ, ਜੰਗਲੀ-ਬਿੱਲੀਆਂ, ਅਜਗਰ ਅਤੇ ਇੱਲ੍ਹਾਂ ਜਿਹੇ ਪਸ਼ੂ-ਪੰਛੀ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਊਠ ਨੂੰ 'ਮਾਰੂਥਲ ਦਾ ਜਹਾਜ਼' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰਿਤਿਕਾ ਨੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਤੋਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਰੰਗੀਨ ਚੂੜੀਆਂ ਅਤੇ ਬੰਧਨੀ ਦੁਪੱਟਾ ਵੀ ਦਿਖਾਇਆ। "ਰਾਜਸਥਾਨੀ ਔਰਤਾਂ ਇਹ ਚੂੜੀਆਂ ਅਤੇ ਦੁਪੱਟਾ ਨੱਚਦੇ ਸਮੇਂ ਸੁੰਦਰ ਘੱਗਰਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਪਹਿਨਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਰਦ ਰੰਗੀਨ ਪੱਗਾਂ ਬੰਨ੍ਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖੜਤਾਲ ਤੇ ਸਾਰੰਗੀ ਵਜਾਉਂਦੇ ਹਨ।"

ਪਤਾ ਕਰੋ

ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਲੋਕ-ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਨਾਚਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸਾਰਨੀ ਵਿੱਚ ਨੋਟ ਕਰੋ।

ਨਾਚ ਦੀ ਕਿਸਮ	ਲੋਕ ਸੰਗੀਤ

ਮਾਰੂਥਲ ਵਿਚਲੇ ਰਵਾਇਤੀ ਘਰ, ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਘਾਹ-ਫੂਸ ਦੀਆਂ ਛੱਤਾਂ ਵਾਲ਼ੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਂਕ (ਪਾਣੀ ਵਾਲ਼ੇ ਟੈਂਕ) ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਰਾਜ ਦੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪਕਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਲ-ਬਾਟੀ ਚੂਰਮਾ ਅਤੇ ਕੇਰ ਸਾਂਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

© NCERT not to be republished

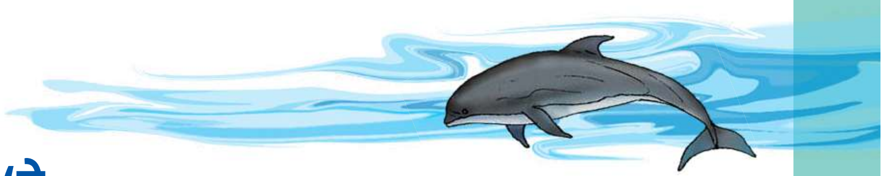
ਜੈਸਲਮੇਰ ਦਾ ਕਿਲ੍ਹਾ

ਜੈਸਲਮੇਰ ਦਾ ਕਿਲ੍ਹਾ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿਚਲੇ ਕਿਲ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਉਦਾਹਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਟੀਆਂ ਕੰਧਾਂ, ਸੁਨਹਿਰੀ ਰੰਗ ਦੇ ਰੇਤਲੇ ਪੱਥਰ ਦੀਆਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਲ੍ਹਾ, ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਸੋਂ ਵਾਲ਼ੇ ਕਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਫਿਲਮਕਾਰ ਸੱਤਿਆਜੀਤ ਰੇਅ ਨੇ ਆਪਣੀ ਬੰਗਾਲੀ ਫਿਲਮ 'ਸੋਨਾਰ ਕੇਲਾ' ਵਿੱਚ ਇਸ ਕਿਲ੍ਹੇ ਨੂੰ ਵਿਆਪਕ ਰੂਪ 'ਤੇ ਦਰਸਾਇਆ ਸੀ।

ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋਣ ਦਾ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹੈ?

© NCERT not to be republished



ਚਾਂਦਨੀ ਨਾਲ਼ ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟ 'ਤੇ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਿੱਤਰ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ਼ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਵਲੋਕਣ ਲਿਖੋ।

1. ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
2. ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਿਹੜੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਰੁੱਖ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਮਾਰੂਥਲਾਂ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੇ ਰੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਵੱਖਰੇ ਹਨ?
3. ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟ ਉੱਤੇ ਕਰਨੀਆਂ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
4. ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿੱਚ ਕੀ ਖ਼ਾਸ ਹੈ?

ਚਾਂਦਨੀ, ਓਡੀਸ਼ਾ ਰਾਜ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਸ਼ਹਿਰ ਪੁਰੀ ਘੁੰਮਣ ਗਈ। ਇਸ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਰੇਤਲੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਲਾਕਾਰ ਰੇਤ ਦੀਆਂ ਸੁੰਦਰ ਕਲਾ-ਕਿਰਤਾਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟਾਂ 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਸ਼ੰਖ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਮੰਦਰਾਂ ਅਤੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਜਾ ਦੌਰਾਨ ਵਜਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

© NCERT not to be republished

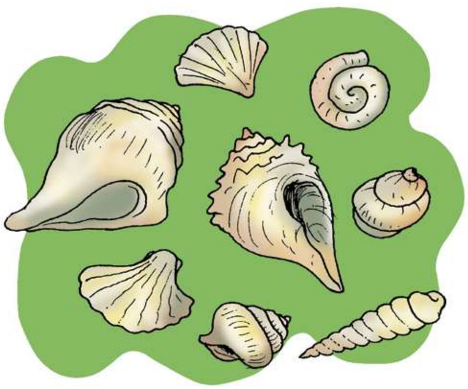
ਚਾਂਦਨੀ ਦੀ ਸਕ੍ਰੈਪ ਬੁੱਕ ਦਾ ਇੱਕ ਪੰਨਾ

© NCERT not to be republished

ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਲਈ ਮੱਛੀ ਫੜਨ ਦੇ ਕੰਮ ‘ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਓਡੀਸ਼ਾ ਦੇ ਲੋਕ ਦਲਮਾ, ਪਖਾਲਾ, ਛੇਨਾ-ਪੋੜਾ, ਰਸਗੁੱਲਾ, ਆਦਿ ਰਵਾਇਤੀ ਪਕਵਾਨਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਗਤੀਵਿਧੀ 2

ਆਓ ਕੁਝ ਬਣਾਈਏ



ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟ 'ਤੇ ਮਿਲ਼ਣ ਵਾਲ਼ੀ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਿਆਂ ਇੱਕ ਦਿਲਚਸਪ ਸਜਾਵਟੀ ਵਸਤੂ ਬਣਾਓ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਫੋਟੋ ਫ਼ਰੇਮ, ਗਲ਼ ਦਾ ਹਾਰ, ਪੇਂਟ ਕੀਤਾ ਪੱਥਰ, ਛੋਟੀ ਟੋਕਰੀ ਜਾਂ ਰੇਤ ਨਾਲ਼ ਕੀਤੀ ਕਲਾਕਾਰੀ ਵਾਲ਼ਾ ਜਾਰ। ਆਪਣੀ ਰਚਨਾਤਮਕ ਯੋਗਤਾ ਨਾਲ਼ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਜੋੜੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਸਥਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਮਗਰੀ ਨਾਲ਼ ਸਜਾਵਟੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼੍ਰੀ ਜਗਨਨਾਥ ਮੰਦਰ

ਪੁਰੀ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਸ਼੍ਰੀ ਜਗਨਨਾਥ ਮੰਦਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਮੰਦਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਹ ਨਕਾਸ਼ਕਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਵੱਡੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਵਾਲ਼ਾ ਇੱਕ ਸੁੰਦਰ ਮੰਦਰ ਹੈ। ਪੁਰੀ ਸ਼ਹਿਰ ਇੱਥੇ ਕੱਢੀ ਜਾਂਦੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਰਥ-ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਜਗਨਨਾਥ, ਸੁਭੱਦਰਾ ਅਤੇ ਬਲਭੱਦਰ ਨਾਂ ਦੇ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਤੇ ਰੰਗੀਨ ਰਥਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ਼ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ।

© NCERT not to be republished

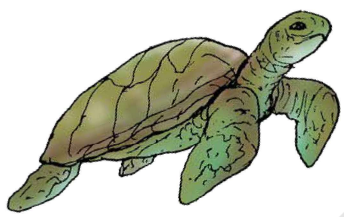
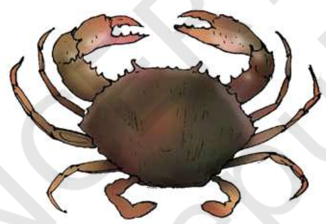
ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

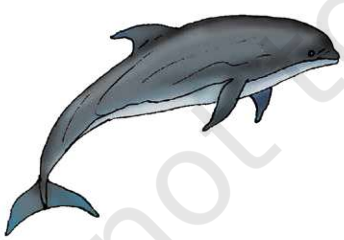
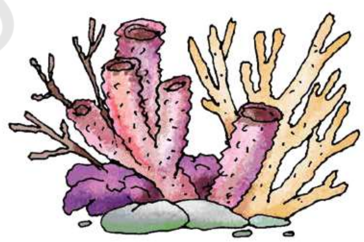
1. ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਇਲਾਕੇ ਅਤੇ ਮਾਰੂਥਲ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਫ਼ਰਕ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੋ
2. ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਟਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

ਗਤੀਵਿਧੀ 3

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਜੀਵ-ਜੰਤੂਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਸਮੁੰਦਰੀ ਕੱਛੂ-ਕੁੰਮਾ	ਕੇਕੜਾ	ਡੌਲਫਿਨ
ਕੋਰਲ	ਸਮੁੰਦਰੀ ਸੈੱਲ	ਤਾਰਾ-ਮੱਛੀ

© NCERT not to be republished

ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵਾਲ਼ਾ ਜੀਵਨ

ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਚਾਂਦਨੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਓਡੀਸ਼ਾ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਇਲਾਕਿਆਂ 'ਤੇ ਅਕਸਰ ਤੇਜ਼-ਹਵਾਵਾਂ ਚਲਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਚੱਕਰਵਾਤ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਤੱਟਵਰਤੀ ਰਾਜ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਚੱਕਰਵਾਤਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਚੱਕਰਵਾਤਾਂ ਬਾਰੇ ਅਧਿਐਨ ਕਰਕੇ ਜਾਨ-ਮਾਲ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਦੇ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਓਡੀਸ਼ਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਚੱਕਰਵਾਤਾਂ ਦੌਰਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਬਚਾਉ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ; ਅਗਾਊਂ ਚੇਤਾਵਨੀ, ਮੁਢਲੀ ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੁਰਸਕਾਰ ਜਿੱਤੇ ਹਨ।

ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

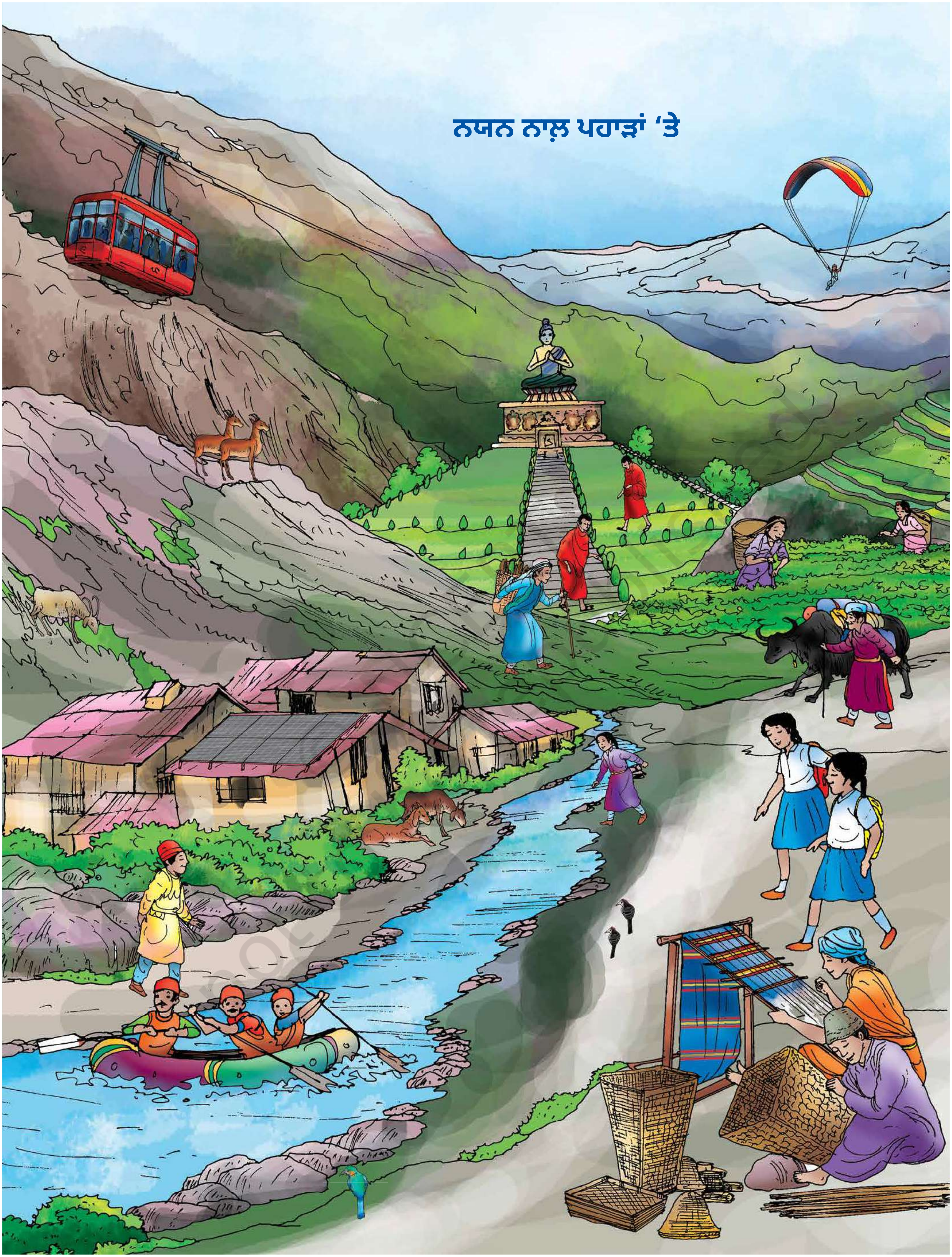
1. ਚੱਕਰਵਾਤ ਦੇ ਮਾੜੇ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?
2. ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਸਮਾਜਿਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਨੋਟ

ਚੱਕਰਵਾਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦਿਖਾਓ ਅਤੇ ਸਮਝਾਓ ਕਿ ਚੱਕਰਵਾਤ ਜਨ-ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

© NCERT not to be republished

ਨਯਨ ਨਾਲ਼ ਪਹਾੜਾਂ 'ਤੇ



ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਚਿੱਤਰ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ਼ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਲਿਖੋ।

1. ਤੁਸੀਂ ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋ?
2. ਪਹਾੜੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿਚ ਕੀ ਅੰਤਰ ਹੈ?
3. ਪਹਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਰੁੱਖਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।

ਪਹਾੜ, ਜ਼ਮੀਨ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਉੱਠੇ ਹੋਏ ਚਟਾਨੀ ਭੂਮੀ-ਰੂਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਠੰਢੇ ਖੇਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਿਮਾਲਿਆ ਪਰਬਤ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪਹਾੜ ਬਰਫ਼ ਨਾਲ਼ ਢਕੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਪਹਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਤਿੱਖੀਆਂ ਢਲਾਣਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਘਾਟੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਘਿਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਦੇਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਹਾੜ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਨਯਨ ਨੇ ਹਿਮਾਲਿਆ ਪਹਾੜਾਂ ਵਿਚ ਸਥਿਤ ਸਿੱਕਮ ਰਾਜ ਦੀ ਸੈਰ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਮਿਤੀ: 10 ਫਰਵਰੀ 2024

ਸਥਾਨ: ਗੈਂਗਟੌਕ

ਪਿਆਰੀ ਡਾਇਰੀ,

ਮੌਸਮ ਠੰਢਾ ਸੀ ਤੇ ਹਵਾ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਅਸੀਂ ਗੈਂਗਟੌਕ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰੁਕੇ, ਜਿੱਥੋਂ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕ ਬੜੇ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਦਿਆਲੂ ਸਨ। ਕੰਚਨਜੰਗਾ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਦੂਈ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਲੈ ਗਏ। ਜਦੋਂ ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨੇ ਬਰਫ਼ ਨਾਲ਼ ਢਕੀਆਂ ਚੋਟੀਆਂ ਨੂੰ ਖੂਬਸੂਰਤ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਵਾਂਗ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਅਸੀਂ ਸਿੱਕਮ ਦੇ ਗਰਮ ਥੁਕਪਾ ਅਤੇ ਮਿੱਠੀ ਤੇ ਨਰਮ ਸੇਲ ਰੋਟੀ ਵਰਗੇ ਸੁਆਦੀ ਪਕਵਾਨਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਵੀ ਮਾਣਿਆ।

ਸਥਾਨਕ ਲੋਕ ਬਾਖੂ, ਦੁਮਦਯਮ ਅਤੇ ਗੁਨਯੋ ਚੋਲੋ ਜਿਹੇ ਸੁੰਦਰ ਰਵਾਇਤੀ ਪਹਿਰਾਵੇ ਪਹਿਨਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਯਾਕ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਦਾ ਅਨੰਦ ਵੀ ਮਾਣਿਆ। ਯਾਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਹਾੜੀ ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਚਿੱਤਰ, ਸਿੱਕਮ ਦੇ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜੀਵ-ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਜੀਵੰਤ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਅਮੀਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਵਿਲੱਖਣ ਭੋਜਨ, ਰਵਾਇਤੀ ਘਰ, ਰੰਗੀਨ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਲੂਸੋਂਗ ਤੇ ਨਾਮਸੂੰਗ ਨਾਂ ਦੇ ਉਤਸ਼ਾਹਪੂਰਨ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਥੇ ਬਲੂਤ (ਓਕ), ਚੀੜ੍ਹ, ਅਖਰੋਟ ਅਤੇ ਚੈਸਟਨਟ ਵਰਗੇ ਰੁੱਖ ਵੀ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਚਰਚਾ ਕਰੋ

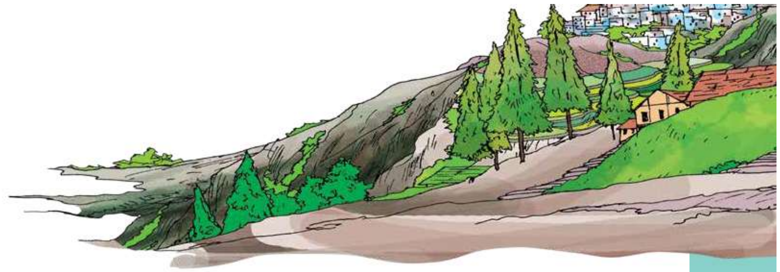
1. ਪਹਾੜੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚਲਾ ਠੰਢਾ ਮੌਸਮ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਅਤੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ?
2. ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਰਵਾਇਤੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ? ਇਹ ਸਥਾਨਕ ਜਲਵਾਯੂ ਨਾਲ਼ ਕਿਵੇਂ ਅਨੁਕੂਲ ਹਨ?
3. ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਉਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਚੀੜ੍ਹ ਅਤੇ ਬਲੂਤ (ਓਕ) ਜਿਹੇ ਰੁੱਖ ਪਹਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਵਧਦੇ-ਫੁਲਦੇ ਹਨ?
4. ਸਿੱਕਮ ਦੇ ਠੰਢੇ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿੱਚ ਯਾਕ ਵਰਗੇ ਜਾਨਵਰ ਕਿਵੇਂ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ?

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਲੂਸੋਂਗ ਤੇ ਨਾਮਸੂੰਗ ਸਿੱਕਮ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਿਓਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਹ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਭਰਿਆ ਤਿਓਹਾਰ ਸਿੱਕਮ ਦੇ ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਇਸ ਤਿਓਹਾਰ ਦਾ ਅਨੰਦ ਸਥਾਨਕ ਪਕਵਾਨਾਂ, ਰਵਾਇਤੀ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਚਾਮ ਨਾਮਕ ਮਖੌਟਾ ਨਾਚ ਕਰਕੇ ਮਾਣਦੇ ਹਨ।

ਚਰਚਾ ਕਰੋ

1. ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੱਕਮ ਵਿਚਲੇ ਰਵਾਇਤੀ ਘਰ ਲੱਕੜ ਦੇ ਕਿਉਂ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਛੱਤਾਂ ਢਲਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?
2. ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪਹਾੜੀ ਘਰਾਂ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ?
3. ਬਰਸਾਤਾਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਪਹਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਭੂ-ਖਿਸਕਣ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਆਮ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
4. ਭੂ-ਖਿਸਕਣ ਦੌਰਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?
5. ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੇ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਆਫ਼ਤਾਂ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣਾ ਘਰ ਗਵਾਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਸਮੁਦਾਇ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?



ਮੇਰੇ ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਦਾ ਜੀਵਨ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੇ ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ। ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦਾ ਨਾਂ, ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਦਿਲਚਸਪ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਕਿੱਤੇ, ਭੋਜਨ, ਘਰ, ਪੌਦੇ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।

© NCERT
not to be republished

ਆਓ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ।

1. ਰੁੱਖਾਂ, ਜਾਨਵਰਾਂ, ਘਰਾਂ, ਪਹਿਰਾਵਾ, ਭੋਜਨ, ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਲਾ-ਰੂਪਾਂ ਵਿਚਲੇ ਅੰਤਰ ਦੇ ਆਧਾਰ ਉੱਤੇ ਪਹਾੜਾਂ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨਾਂ ਵਿਚਲੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ	ਮੈਦਾਨ	ਮਾਰੂਥਲ	ਸਮੁੰਦਰ ਤਟੀ ਇਲਾਕੇ	ਪਹਾੜ
ਰੁੱਖ				
ਜਾਨਵਰ	ਛੋਟੀ ਜੱਤ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਗਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮੱਝਾਂ			
ਰਿਹਾਇਸ਼				ਢਲਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਛੱਤਾਂ ਵਾਲ਼ੇ ਲੱਕੜ ਦੇ ਘਰ
ਪਹਿਰਾਵਾ				
ਭੋਜਨ				
ਤਿਉਹਾਰ				
ਕਲਾ-ਰੂਪ				

© NCERT not to be republished

2. ਪਹਾੜਾਂ, ਮੈਦਾਨਾਂ, ਤਟੀ-ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਮਾਰੂਥਲਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ ਇੱਕ ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਦਾ ਖ਼ਾਕਾ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦਾ ਚਿਤਰਨ ਕਰੋ।

© NCERT not to be republished

(ੳ) ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਸ ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਸ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੀਤੀ?

(ਅ) ਇਸ ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਦੀ ਹਰੇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ, ਲੋਕਾਂ, ਜੀਵ-ਜੰਤੂਆਂ ਜਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ?

(ੲ) ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ ਭੂਮੀ-ਖੇਤਰ ਉੱਤੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ- ਕਿਹੜੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?