1. Slide # 9: Activity 1 (Formative assessment) – Quick-Writes

पोला पर्व

दिखाई गई वीडियो / लेख में से पोला पर्व पर महत्वपूर्ण बातें, **आपस में बातचीत करके,** दिए गए घेरे में लिखिए | हिंदी न आने पर अंग्रेज़ी में लिखिए |

http://www.youtube.com/watch?v=a40rzfakRog

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
आर्थिक उन्नति	Economic progress
उपजीविका	occupation
धूमधाम एवं हर्षोल्लास	Pomp and show
मुख्य आधार	Main base
साधन	Means, modes
विकसित	develop
ग्रामीण अंचल	Country side
प्राणी मात्र	Not only a living being
विधिवत	methodical

कृषि-प्रधान भारत देश में अब आर्थिक उन्नति एवं उपजीविका के साथी बैलों की पूजा का पर्व पोला रविवार को किसानों ने बड़ी धूमधाम एवं हर्षोल्लास से मनाया | देश की अर्थव्यवस्था का मुख्य आधार कृषि ही है | कृषि कार्य में बैलों का सबसे बड़ा महत्व है | आज के अति आधुनिक युग में टेक्नालॉजी ने काफी साधन विकसित कर लिए हों परंतु आज भी किसानों ने बैलों का साथ नहीं छोड़ा है | ग्रामीण

अंचल में हर किसान के घर बैलों की जोड़ी नज़र आती है | किसान अपने इन्हीं साधनों के साथ अपने खेतों में पहुँचकर, कृषि कार्य को निपटाकर, शाम के वक्त, यही बैल किसान के साथ घरों की ओर लौट आते हैं | बैल किसानों के लिए प्राणी मात्र नहीँ बल्कि उनके जीवन का एक अभिन्न अंग होता है | किसान परिवार अपने इस साथी की पूजा कर पोला पर्व मनाता है | देश का किसान आज भी अपनी उपजीविका के साथी बैल की पूजा की परम्परा को नहीं भूल पाए हैं | बढ़ती महँगाई और आर्थिक संकट में घिरे होने के बावजूद ज़िले के किसानों ने पोला पर्व बड़ी धूमधाम से मनाया | किसान परिवारों ने अपने घरों में बैलों को बड़ी सुंदरता से सजाकर उनकी विधिवत पूजा-अर्चना की | पठानपूरा गेट के समीप सजे- धजे बैलों को इकट्ठा कर पोला का पर्व मनाया गया | मंदिर में हनुमानजी की पूजाकर बैलों की भी पूजा की गई | पोला पर्व मनाने आए लोगों की भीड़ से मेले जैसा माहौल नज़र आ रहा था |

पोला पर्व

2. Slide # 12: Activity 2 (Formative assessment) – Chalkboard Splash

बिहू

लेख पढिए और यू ट्यूब वीडियो (1, 2, & 3) **देखिए और नीचे दिए गए टेबल में हर कॉलम में दिखाई गई वीडियो से आपस में बातचीत करके, , पूछे गए प्रश्नों का उत्तर दीजिए |**

लेख और यू ट्यूब वीडियो :

1. http://hindi.webdunia.com/%E0%A4%85%E0%A4%B8%E0%A4%AE-%E0%A4%AC%E0%A4%BF%E0%A4%B9%E0%A5%82-%E0%A4%AA%E0%A4%B0%E0%A4%82%E0%A4%AA%E0%A4%B0%E0%A4%BE/%E0%A4%85%E0%A4%B8%E0%A4%AE-%E0%A4%95%E0%A5%80-%E0%A4%AC%E0%A4%BF%E0%A4%B9%E0%A5%82-%E0%A4%AA%E0%A4%B0%E0%A4%82%E0%A4%AA%E0%A4%B0%E0%A4%BE-1110504025_1.htm
2. **http://www.youtube.com/watch?v=A65TpPn6rDc**
3. **http://www.youtube.com/watch?v=VpMzqm0mxEI**
4. http://www.youtube.com/watch?v=Zeh5oYMEyM4

असम की बिहू परंपरा

बिहू : गौरवपूर्ण परंपरा की पहचान

- दीपिका बोडो

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
प्राकृतिक सौंदर्य	Natural beauty
प्रतीक	symbol
गौरव	pride
रीति-रीवाज	tradition
हल्दी	turmeric
औषधि	medicine
मच्छर-मक्खी	Mosquitoes –house flies

असम सिर्फ एक प्रदेश का नाम नहीं, प्राकृतिक सौंदर्य, प्रेम, विभिन्न संस्कृतियों इत्यादि की झलक का प्रतीक है। असम की ढेर सारी संस्कृतियों में से बिहू एक ऐसी परंपरा है जो यहां का गौरव है। असम में मनाए जाने वाले बिहू मुख्यतः तीन प्रकार के होते हैं...

बैसाख बिहू - असमिया कैलेंडर बैसाख महीने से शुरू होता है जो अंग्रेजी माह के अप्रैल महीने के मध्य में शुरू होता है और यह बिहू सात दिन तक अलग-अलग रीति-रीवाज के साथ मनाया जाता है। बैसाख महीने का संक्रांति से बोहाग बिहू शुरू होता है। इसमें प्रथम दिन को गाय बिहू कहा जाता है। इस दिन लोग सुबह अपनी-अपनी गायों को नदी में ले जाकर नहलाते हैं।

गायों को नहलाने के लिए रात में ही भिगो कर रखी गई कलई दाल और कच्ची हल्दी का इस्तेमाल किया जाता है। उसके बाद वहीं पर उन्हें लौकी, बैंगन आदि खिलाया जाता है। माना जाता है कि ऐसा करने से साल भर गाएं कुशलपूर्वक रहती हैं। शाम के समय जहां गाय रखी जाती हैं, वहां गाय को नई रस्सी से बांधा जाता है और नाना तरह के औषधि वाले पेड़-पौधे जला कर मच्छर-मक्खी भगाए जाते हैं। इस दिन लोग दिन में चावल नहीं खाते, केवल दही चिवड़ा ही खाते हैं।

पहले बैसाख में आदमी का बिहू शुरू होता है। उस दिन भी सभी लोग कच्ची हल्दी से नहाकर नए कपड़े पहन कर पूजा-पाठ करके दही चिवड़ा एवं नाना तरह के पेठा-लडडू इत्यादि खाते हैं। इसी दिन से असमिया लोगों का नया साल आरंभ माना जाता है। इसी दौरान सात दिन के अंदर 101 तरह के हरी पत्तियों वाला साग खाने की भी रीति है।

इस बिहू का दूसरा महत्व है कि उसी समय धरती पर बारिश की पहली बूंदें पड़ती हैं और पृथ्वी नए रूप से सजती है। जीव-जंतु एवं पक्षी भी नई जिंदगी शुरू करते हैं। नई फसल आने की हर तरह तैयारी होती है। इस बिहू के अवसर पर संक्रांति के दिन से बिहू नाच नाचते हैं। इसमें 20-25 की मंडली होती है जिसमें युवक एवं युवतियां साथ-साथ ढोल, पेपा, गगना, ताल, बांसुरी इत्यादि के साथ अपने पारंपरिक परिधान में एक साथ बिहू करते हैं।

बिहू आज कल बहुत दिनों तक जगह-जगह पर मनाया जाता है। बिहू के दौरान ही युवक एवं युवतियां अपने मनपसंद जीवन साथी को चुनते हैं और अपनी जिंदगी नए सिरे से शुरू करते हैं इसलिए असम में बैसाख महीने में ज्यादातर विवाह संपन्न होते हैं। बिहू के समय में गांव में विभिन्न तरह के खेल-तमाशों का आयोजन किया जाता है ।

इसके साथ-साथ खेती में पहली बार के लिए हल भी जोता जाता है। बिहू नाच के लिए जो ढोल व्यवहार किया जाता है उसका भी एक महत्व है। कहा जाता है कि ढोल की आवाज से आकाश में बादल आ जाते हैं और बारिश शुरू हो जाती है जिसके कारण खेती अच्छी होती है।

काति बिहू/कंगाली बिहू - धान असम की प्रधान फसल है इसलिए धान लगाने के बाद जब धान की फसल में अन्न लगना शुरू होता है उस समय नए तरह के कीड़े धान की फसल को नष्ट कर देते हैं। इससे बचाने के लिए कार्तिक महीने की संक्रांति के दिन में शुरू होता है काति बिहू।

इस बिहू को काति इसलिए कहा गया है कि उस समय फसल हरी-भरी नहीं होती है इसलिए इस बिहू को काति बिहू मतलब कंगाली बिहू कहा जाता है। संक्रांति के दिन में आंगन में तुलसी का पौधे लगाया जाता है और इसमें प्रसाद चढ़ा कर दीया जलाया जाता है और भगवान से प्रार्थना की जाती है कि खेती ठीक से रखें।

भोगाली बिहू - माघ महीने की संक्रांति के पहले दिन से माघ बिहू अर्थात भोगाली बिहू मनाया जाता है। इस बिहू का नाम भोगाली इसलिए रखा गया है कि इस दौरान खान-पान धूमधाम से होता है, क्योंकि तिल, चावल, नारियल, गन्ना इत्यादि फसल उस समय भरपूर होती है और उसी से तरह-तरह की खाद्य सामग्री बनाई जाती है और खिलाई जाती है।

उस समय कृषि कर्म से जुड़े हुए लोगों को भी आराम मिलता है और वे रिश्तेदारों के घर जाते हैं। संक्रांति के पहले दिन को उरूका बोला जाता है और उसी रात को गांव के लोग मिलकर खेती की जमीन पर खर के मेजी बनाकर विभिन्न प्रकार के व्यंजनों के साथ भोज करते हैं। उसमें कलाई की दाल खाना जरूरी होता है।
उसी रात आग जलाकर लोग रात भर जागते रहते हैं और सुबह सूर्य उगने से पहले नदी, तालाब या किसी कुंड में स्नान करते हैं। स्नान के बाद खर से बने हुए मेजी को जला कर ताप लेने का रिवाज है। उसके बाद नाना तरह के पेठा, दही, चिवड़ा खाकर दिन बिताते हैं। उसी दिन पूरे भारत में संक्रांति, लोहड़ी, पोंगल इत्यादि त्योहार मनाया जाता है।

वीडियो 1(Video 1)	**वीडियो 2 (Video 2)**	**वीडियो 3 (Video 3)**
<u>क्या हो रहा है ?</u> <u>कौन से बिहू से सम्बन्ध है?</u> <u>इस बिहू में और क्या होता है?</u>	<u>क्या हो रहा है ?</u> <u>कौन से बिहू से सम्बन्ध है?</u> <u>इस बिहू में और क्या होता है?</u>	<u>क्या हो रहा है ?</u> <u>कौन से बिहू से सम्बन्ध है?</u> <u>इस बिहू में और क्या होता है?</u>

3. Slide # 21: Activity 3 (Formative assessment)- Like/Dislike questions (opinions)

ओणम

ओणम पर लेख (1) और नीचे दी गई चार यूट्यूब वीडियो (2, 3, 4, & 5) **में से एक एक वीडियो के बारे में बताने की ज़िम्मेदारी आपके दल को दी गई है | सभी वीडियो देखिए, और अपनी वीडियो के बारे में सभी को बताइए | फिर नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर दीजिए | हिंदी न आने पर अंग्रेज़ी में लिखिए |**

लेख और यू ट्यूब वीडियो

1. http://jagranyatra.jagranjunction.com/2010/08/25/onam-festival-hindi-blog/
2. http://www.youtube.com/watch?v=qAF_V1iJBfU
3. http://www.youtube.com/watch?v=h4-m1HEOWVc
4. http://www.youtube.com/watch?v=cbQeNJkfNGg
5. http://www.youtube.com/watch?v=sAIVzNz-GVk

1. http://jagranyatra.jagranjunction.com/2010/08/25/onam-festival-hindi-blog/

केरल पर्व - ओणम (Onam Festival Hindi Blog)

पोस्टेड ओन: 25 Aug, 2010 जनरल डब्बा में

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
भौगोलिक स्थिति	Geographical position
विविधता	diversity
क्रम	series
विशेषता	specialty
संदर्भ	reference
असुर	demon

सुहावना	pleasant
उमंग	zeal
जागृत होता है	activates
गोलाकार	circular
मूर्ति विसर्जन	Idol immersion
व्यंजन	dish
सरकार	government
पर्यटक	tourist
सांस्कृतिक धरोहर	Cultural heritage
समूचा	whole
नावस्पर्धा	Boat competition
जीवंत	alive
जीवन के सौंन्दर्य	Beauty of life
सहर्ष अंगीकार करने का प्रतीक है.	Symbol of adopting it cheerfully/happily.

भारत एक रंग-बिरंगा देश है. यहां की भौगोलिक स्थिति जितनी रंगारंग है उतनी ही विविधता इसके त्योहारों में भी है. भारत के कोने-कोने में मनाएं जाने वाले सांस्कृतिक त्योहारों की रंगीन तस्वीर देखते ही बनती है.

इसी क्रम में केरल का ओणम त्योहार भी शामिल है. इस त्योहार की सबसे बडी विशेषता यह है कि इस दिन लोग मंदिरों आदि में पूजा-अर्चना नहीं करते, अपितु घर में ही पूजा की जाती है. इस पर्व के संदर्भ में कहा जाता है कि महाबली नाम से एक असुर राजा था केरल में और इसी के आदर में लोग ओणम मनाते हैं. लोग इसे फसल और उपज के लिए भी मनाते हैं. ओणम दस दिन के लिए मनाया जाता है. इस दौरान सर्पनौका दौड़ के साथ कथकली नाच

और गाना भी होता है.

श्रावण मास की शुक्ल त्रयोदशी को मनाए जाने वाले इस त्यौहार को **तिरू-ओणम** भी कहा जाता है. श्रावण के महीने में ऐसे तो भारत के हर भाग में हरियाली चारों ओर दिखाई पड़ती है किन्तु केरल में इस महीने में मौसम बहुत ही सुहावना हो जाता है. फसल पकने की खुशी में लोगों के मन में एक नई उमंग, नई आशा और नया विश्वास जागृत होता है. इसी प्रसन्नता में श्रावण देवता और फूलों की देवी का पूजन हर घर में होता है.

ओणम के त्योहार से दस दिन पूर्व इसकी तैयारियां शुरू हो जाती हैं. हर घर में एक फूल-गृह बनाया जाता है और कमरे को साफ करके इसमें गोलाकार रुप में फूल सजाए जाते हैं. इस त्योहार के पहले आठ दिन फूलों की सजावट का कार्यक्रम चलता है. नौवें दिन हर घर में भगवान विष्णु की मूर्ति बनाई जाती है. उनकी पूजा की जाती है तथा परिवार की महिलाएं इसके इर्द-गिर्द नाचती हुई तालियां बजाती हैं. इस नृत्य को **थप्पतिकलि** कहते हैं. रात को गणेशजी और श्रावण देवता की मूर्ति बनाई जाती है और सायं को पूजा-अर्चना के बाद मूर्ति विसर्जन किया जाता है.

ओणम को लोग विशेषकर इसकी नौका रेस के लिए जानते हैं. यह इसका सबसे महत्वपूर्ण पक्ष है. नौका दौड़ को **वल्लमुकलि** कहते हैं. इस दौड़ में बड़ी-बड़ी लम्बी नौकाएं होती हैं और इन्हें चलाने वाले भी 20 से 40 तक व्यक्ति होते हैं.

इस पर्व का एक खास व्यंजन भी होता है जिसे **वल्लसन** कहते हैं और यह हर घर में पकाया जाता है. इस दिन प्रातः भाप से पके हुए केले के पकवान खाए जाते हैं. इस नाश्ते को **नेमद्रम** कहते हैं. यह एक विशेष प्रकार का केला होता है, जो केवल केरल में ही पैदा होता है. अन्य त्योहारों का भांति इस त्योहार में भी बढ़िया-बढ़िया पकवान बनते हैं.

इस पर्व को केरल सरकार एक पर्यटक त्योहार के रुप में मनाती है. इस दौरान केरल की सांस्कृतिक धरोहर देखते ही बनती है. ओणम के अवसर पर समूचा केरल नावस्पर्धा, नृत्य, संगीत, महाभोज आदि कार्यक्रमों से जीवंत हो उठता है. यह त्योहार केरलवासियों के जीवन के सौंन्दर्य को सहर्ष अंगीकार करने का प्रतीक है. यह त्योहार भारत के सबसे रंगा-रंग त्योहारों में से एक है.

प्रश्न (क): ओणम पर होने वाला कौनसा कार्यक्रम सबसे अच्छा लगा और क्यों ?

उत्तर :

प्रश्न (ख): ओणम पर होने वाला कौनसा कार्यक्रम सबसे खराब लगा और क्यों ?

उत्तर :

4. Slide # 22: Activity 4 (Formative assessment)- Build up story

नीचे दी गई "ओणम की कहानी" पढिए और समझिए | फिर यू ट्यूब वीडियो (muted) चलाकर दृश्य के हिसाब से ओणम की पूरी कहानी अपनी कक्षा को सुनाइए | (समय के अभाव में हर बच्चा कहानी की एक-एक लाइन बोले |)

[यू ट्यूब वीडियो]

http://www.youtube.com/watch?v=3ruHt7uCWF4 (mute it)

ओणम की कहानी

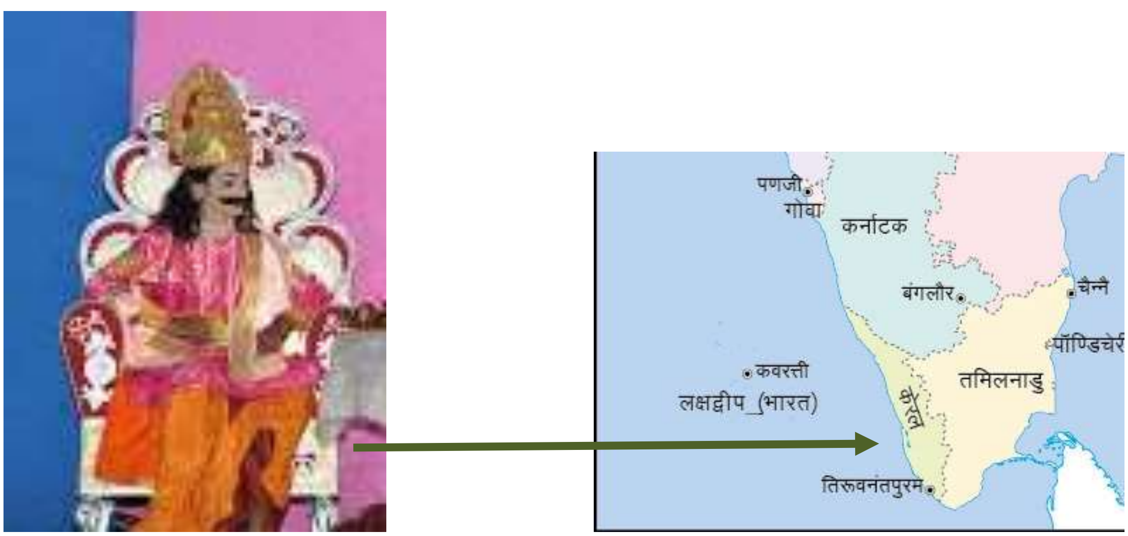
- *उषा हूडा*

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
दक्षिणी	southern
राक्षस	demon
उदार	Generous
महापराक्रमी	Very brave
प्रजा	citizens
अन्याय	injustice
चिन्तित	concerned
सहायता की गुहार लगाई	Sought help
दिन - प्रतिदिन	Day by day
शक्तिशाली	powerful
खतरा	danger
अर्थात	In other words
बौने	dwarf
सभा	court
ओजस्वी	Energetic, bright

ब्रह्मचारी	Bachelor
नवयुवक	young man
आकर्षित हो गया	Got attracted
लघु पैरों	Small feet
स्वीकार कर लिया	accepted
भेंट	gift
आकार	size
एकाएक	At once
नाप डाला	measured
मस्तक ही प्रस्तुत कर दिया	Presented his head only
पाताल लोक	The underworld
नम्रता	humbleness
चूँकि	because
स्नेह	love
वरदान	wish

एक समय भारत के दक्षिणी राज्य केरल में महाबलि नाम का राक्षस का राज्य था | वह बहुत उदार और महापराक्रमी था |

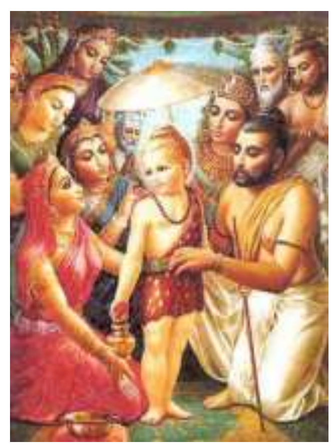


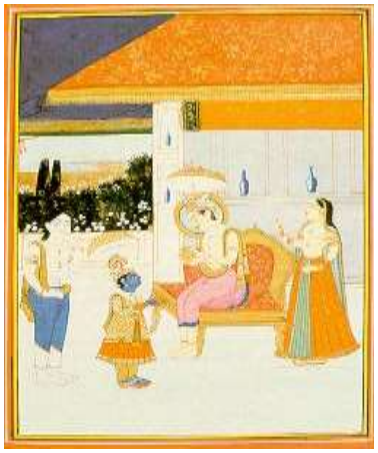
महाबलि राजा

उसके राज में बहुत खुशहाली थी | उसकी प्रजा उससे बहुत खुश थी | कहीं भी अन्याय नहीं था |

इससे देव बहुत चिन्तित थे | तब परेशान देवताओं ने भगवान विष्णु से सहायता की गुहार लगाई, "भगवान विष्णु, महाबलि दिन - प्रतिदिन शक्तिशाली होता जा रहा है | उससे हमें खतरा है, कृपया हमारी मदद कीजिए |"

प्रार्थना सुन भगवान श्री विष्णु ने वामन, अर्थात बौने के रूप में महर्षि कश्यप व उनकी पत्नी अदिति के घर जन्म लिया।

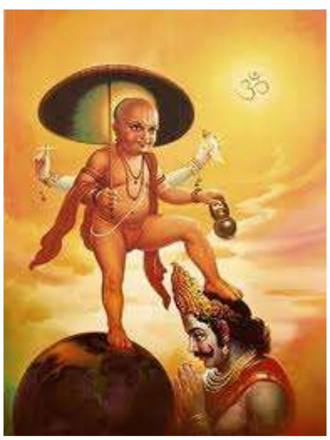




एक दिन वामन महाबलि की सभी में पहुँचे। इस ओजस्वी, ब्रह्मचारी नवयुवक को देखकर एकाएक महाबलि उनकी ओर आकर्षित हो गया। महाबलि ने श्रद्धा से इस नवयुवक का स्वागत किया और जो चाहे माँगने को कहा।

तब श्री वामन ने कहा, " मुझे अपने लघु पैरों के तीन क़दम जितनी भूमि देने की कृपा कीजिए ।" उदार महाबलि ने यह स्वीकार कर लिया।

किन्तु जैसे ही महाबलि ने यह भेंट श्रीवामन को दी, वामन का आकार एकाएक बढ़ता ही चला गया।



वामन ने तब एक क़दम से पूरी पृथ्वी को ही नाप डाला तथा दूसरे क़दम से आकाश को। अब तीसरा क़दम तो रखने को स्थान बचा ही नहीं था। जब वामन ने बलि से तीसरा क़दम रखने के लिए स्थान माँगा, तब उसने नम्रता से अपना मस्तक ही प्रस्तुत कर दिया। वामन ने अपना तीसरा क़दम मस्तक पर रख महाबलि को पाताल लोक में पहुँचा दिया। बलि ने यह बड़ी उदारता और नम्रता से स्वीकार किया।

चूँकि बलि की प्रजा उससे बहुत ही स्नेह रखती थी, इसीलिए श्रीविष्णु ने बलि को वरदान दिया कि वह अपनी प्रजा को वर्ष में एक बार अवश्य मिल सकेगा। अतः जिस दिन महाबलि केरल आते हैं, वही दिन ओणम के रूप में मनाया जाता है। इस त्योहार को केरल के सभी धर्मों के लोग मनाते हैं।

http://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%93%E0%A4%A3%E0%A4%AE

5. Slide # 29: Activity 5 (Formative assessment) - Circle the right answer

बैसाखी पर नीचे दी गई यू ट्यूब वीडियो (1) **देखिए, और और एक लेख** (2) **पढिए | फिर नीचे दिए गए प्रश्नों के सही उत्तर/ उत्तरों पर घेरा लगाइए |**

यू ट्यूब वीडियो और एक लेख :

1. http://www.youtube.com/watch?v=Lt9YplvKgdQ
2. **http://www.rainrays.com/topic/baisakhi_festival-4848-283.htm**

बैसाखी

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
महोत्सव	Main festival
समारोह	celebration
फसल की समृद्धि	Bumper crop
सिख समुदाय	Sikh community
गुरुद्वारों	gurudwaaroN (religious place of worship for Sikhs)
कीर्तन	Religious singing
आयोजन करते हैं	organizes
मूल नेताओं	Religious (root) leaders
नेतृत्व	Guidance, leadership
प्रदर्शन	show
पोशाक	dress
आकर्षण	attraction
क्रमशः	Successively, in order
ऊर्जावान	energetic

महोत्सव का नाम: बैसाखी महोत्सव

समारोह मनाने का समय : बैसाखी महोत्सव 13 अप्रैल को हर साल मनाया जाता है |

समारोह के प्रमुख शासित प्रदेश : बैसाखी महोत्सव पंजाब और भारत के हरियाणा राज्य में मनाया जाता है |

इस त्योहार का महत्व : यह किसानों का त्योहार है और इस दिन लोग अच्छी फसल की समृद्धि के लिए भगवान को धन्यवाद देते हैं |

समारोह के बारे में : बैसाखी महोत्सव प्रसिद्ध त्योहार है और सिख समुदाय के लोगो द्वारा मनाया जाता है | इसको **"वैसाखी"** भी कहा जाता है इस त्योहार के दिन लोग गुरु सिख गुरु गोबिंद सिंह के मंदिर के लिए जाते है और समृद्धि के लिए प्रार्थना करते हैं | बैसाखी एक किसानो के त्यौहार के रूप में पंजाब और हरियाणा राज्यों में बड़े कृषक समुदाय द्वारा मनाया जाता है. यह किसानों द्वारा भगवान को धन्यवाद देने का दिवस है |

सिखों के द्वारा इस दिन **पवित्र किताब , 'ग्रंथ साहिब',** 'पंज प्यार' (पांच वरिष्ठ सिखों) जो गुरुद्वारों में कीर्तन और 'ग्रंथ साहिब' का भी आयोजन करते हैं , जो मूल नेताओं का प्रतीक हैं उनके द्वारा और उनके नेतृत्व में एक जुलूस निकला जाता है |

लोग अपने घर को साफ करते है और फूल, रंगोली और रोशनी के साथ को सजाते है. इस त्योहार के दिन पर मेले का भी आयोजित किया जाता है और लोंगो के द्वारा **भांगड़ा नृत्य** का प्रदर्शन किया जाता है | इस दिन पर हर कोई नए पोशाक पहनते हैं. मेले में खरीदारी और खाने के कई स्टाल लगे होते हैं |

बैसाखी समारोह के प्रमुख आकर्षण क्रमशः पुरुषों और महिलाओं द्वारा ऊर्जावान **भांगड़ा और गिद्दा नृत्य** का प्रदर्शन है | ढोल की ताल पर हर समूहों के द्वारा लोक नृत्य का प्रदर्शन भी किया जाता है | इस त्योहार के दिन लोग **खीर, मक्की दी रोटी सरसों का साग , गजक तिल** भी बनाते हैं |

प्रश्न (क): बैसाखी पर आदमी कौनसा नृत्य करते हैं ?

(अ) **गिद्धा**

(आ) **कथक**

(इ) **बिहू**

(ई) **भाँगड़ा**

प्रश्न (ख): बैसाखी पर कौनसे तीन **वाद्य यंत्र** बजाते हैं ?

(अ) **पेपा**

(आ) **ढोल**

(इ) **सप्प**

(ई) **खुंडा**

प्रश्न (ग): बैसाखी पर औरतें कौनसा नृत्य करती हैं ?

(अ) **गिद्धा**

(आ) **कथककलि**

(इ) **बिहू**

(ई) **भाँगड़ा**

प्रश्न (घ): बैसाखी पर कौनसा भोजन खाते हैं ?

(अ) तिल के लड्डू

(आ) सरसों का साग और मक्की की रोटी

(इ) केले के चिप्स और गुड़

6. Slide # 26-28: Activity 6 (Summative assessment) - Harvest Festivals of India

भारत के शस्योत्सव

1. आप सभी नीचे दिए गए भारत के किसी एक राज्य या अमेरिका देश से हैं |

   1. महाराष्ट्र,
   2. असम,
   3. केरल,
   4. पंजाब, और
   5. अमेरिका

2. अपने-अपने दल में, आपस में बातचीत कीजिए कि

   (क) आपके राज्य में कौनसा शस्योत्सव मनाया जाता है, कैसे और क्यों ?

   (ख) आप अपने शस्योत्सव की अमेरिकी शस्योत्सव "थैंक्सगीविंग" और भारत के दूसरे राज्यों में मनाए जाने वाले दूसरे शस्योत्सवों से कैसे समान और भिन्न है, यह सारी जानकारी दिए गए वेन डाइग्राम में भरिए | वेन डाइग्राम एक पोस्टर बोर्ड पर बनाइए | वेन डाइग्राम की रूप रेखा स्लाइड में दिखाई गई है |

   आप पुराने काम और यू ट्यूब वीडियो की मदद ले सकते हैं |

   (यू ट्यूब वीडियो (अमेरिका) - http://www.youtube.com/watch?v=CzVXun4Uyp0)

3. अपने माता-पिता के लिए एक ग्रीटिंग कार्ड बनाइए जिसके अंदर आप एक पत्र भी लिखिए | इसमें आप शस्योत्व जिसमें आपने भाग लिया उसका विवरण लिखिए | विवरण प्रथम पुरुष में लिखिए | और अपने शस्योत्व के लिए कोई भी एक आर्ट एक्टीविटी करिए |

   महाराष्ट्र - बैल बनाइए (पोस्टर बोर्ड से) और उसको सजाइए, माला बनाइए, या दुशाला बनाइए |

   असम - मेजी, पेपा, या दिया बनाइए (क्ले से)|

   केरल - शेर का मुखौटा (पोस्टर बोर्ड से), सर्प नौका (क्ले से)|

   पंजाब - ढोल बनाइए |

   (पाँचवे दल (अमेरिका) के बच्चे महाराष्ट्र/असम/केरल/पंजाब बाकी के चार दलों में बँट जाइए और उनकी मदद कीजिए|)

4. एक पोस्टर बोर्ड (हर दल) लीजिए

(क) उसे अपने राज्य / देश के आकार में काटिए,

(ख) वहाँ मनाए जानेवाले शस्योत्सव का शीर्षक लिखिए,

(ग) वेन डाइग्राम चिपकाइए, और

(घ) **अपने माता-पिता को आपके द्‌वारा तैयार किया गया ग्रीटिंग कार्ड भी चिपकाइए |**

7. Slide # 32: Activity 7 (Summative assessment) - Jigsaw Puzzle

पहले सभी बच्चों को पढने के लिए नीचे दिए गए दो लेख दीजिए |

लेख: **1.**

http://bharatdiscovery.org/india/%E0%A4%A6%E0%A4%BE%E0%A4%B2#.E0.A4.A6.E0.A4.B2.E0.A4.B9.E0.A4.A8_.E0.A4.95.E0.A5.83.E0.A4.B7.E0.A4.BF

2. http://bharatdiscovery.org/india/%E0%A4%A4%E0%A4%BF%E0%A4%B2%E0%A4%B9%E0%A4%A8

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
वनस्पति शास्त्र	botany
गण	class
अंतर्गत	under
आवश्यकता की पूर्ति	Fulfill the need
स्रोत	source
अतिरिक्त	beside
शर्करा	sugar
पाचन	Digestion
सरलता	easily
ऊर्जा	energy
मांसपेशी	muscle
वृद्धि	increase
ऊतकों	tissue
नवजीवन	New life
प्रदान करने	To give
वयस्क व्यक्ति	Adult person
छिलकेदार	With crust
व्यावसायिक दृष्टि	Business point of view
लाभप्रद	profitable
चक्की	Grinder, mill
मोयकर	Rubbing hard

दाल

भारत डिस्कवरी प्रस्तुति

दाल अरहर, मूँग, उड़द, चना, मसूर, खेसारी आदि अनाजों को दलने से प्राप्त होती है। यह अनाज दलहन कहलाते हैं। ये सभी अनाज वनस्पति शास्त्र के लिग्यूमिनोसी (Leguminosae) गण के अंतर्गत हैं। दालें प्रोटीन की आवश्यकता की पूर्ति करने का प्रमुख स्रोत हैं। इन अनाजों के अतिरिक्त कुछ और बीज हैं, जैसे- सोयाबीन, सेम इत्यादि, जिनसे कहीं-कहीं दालें बनती हैं।

पोषक तत्त्व

हमारे भोजन का मुख्य अंग कार्बोहाइड्रेट है, जो हमें चावल, गेहूँ इत्यादि अन्नों से स्टार्च के रूप में तथा फलों से शर्करा के रूप में प्राप्त होता है। कार्बोहाइड्रेट का पाचन सरलता से होता है और इससे ऊर्जा प्राप्त होती है, किंतु मांसपेशी बनने, शरीर की वृद्धि तथा पुराने ऊतकों का नवजीवन प्रदान करने में कार्बोहाइड्रेट से कोई सहायता नहीं मिलती है। इन कार्यों के लिए प्रोटीन की आवयकता पड़ती है। मांसाहारी जीवों को मांस से तथा शाकाहारियों को वनस्पतियों से प्रोटीन प्राप्त होता है। दालें शाकाहारियों के प्रोटीन प्राप्त करने की प्रमुख स्रोत हैं। एक वयस्क व्यक्ति के संतुलित भोजन में डेढ़ छटाँक दाल का होना आवश्यक है।

दाल	प्रोटीन (%)	वसा(%)	कार्बोहाइड्रेट(%)	लवण(%)	जल(%)	तेल(%)	अन्य
अरहर	27.67	2.31	57.27	5.50	10.08	-	विटामिन बी
मूँग	23.62	2.67	53.45	6.57	10.87	-	विटामिन बी, रोगियों के लिए अच्छी
उड़द	25.5	1.7	53.40	3.3	13.1	-	-
मसूर	25.5	-	52.20	-	-	1.9	लोहा - 2.8% पोटटेसियम, फॉस्फोरस
मटर	22.5	-	53.70	-	-	1.6	-
चना	सर्वाधिक पौष्टिक पदार्थ, हॉर्स ग्राम (Horse gram) कहलाता है						विटामिन सी
सोयाबीन	-	14 - 19	-	-	66-71	-	नाइट्रोज- 5-6% स्टार्च- 1.5-3% हेमिसेलूलोज़- 8- 9.5% कैल्सियम, मैग्नीशियम, फॉस्फोरस
सेम	15-20	-	-	-	-	-	शर्करा - 21-29% स्टार्च और डेक्सट्रिन - 14-23% हेमिसेलूलोज़- 8.5- 11%

दलहन से दाल बनाना

दलहन से दाल छिलकेदार तथा बिना छिलके की बनाई जाती है। अब तो दलहन को दाल मिलों में भेजकर दाल बनवाना व्यावसायिक दृष्टि से लाभप्रद हो गया है। घरों में भी दलहन से दाल बनाई जाती है। छिलकेदार दाल बनाने के लिए जिस दलहन की दाल बनानी हो उसे चक्की द्वारा दल लेते हैं। बिना छिलके की दाल दो प्रकार से बनती है, पानी में भिगोकर अथवा मोयकर। दलहन को दलकर पानी में दो तीन घंटे तक भिगो देते हैं। इसके बाद दाल को पानी से निकालकर हाथ से खूब मसलकर छिलका अलग करते हैं और इस मसली हुई दाल को पानी में डाल देते हैं, जिससे छिलका पानी के ऊपर आ जाता है और दाल नीचे बैठ जाती है। छिलके को पानी के ऊपर से हटाकर, दाल को दो तीन बार मसलने और धोने से दाल प्राय: बिल्कुल छिलके रहित हो जाती है इस छिलके रहित दाल को धूप में सुखाकर रख लिया जाता है।

छिलके रहित दाल बनाने की दूसरी विधि है, पहले दलहन को धूप में खूब सुखा लेते हैं। एक सेर दलहन के लिए पानी में एक भर तेल मिलाकर, रात में दलहन को मोयकर, रातभर ढककर रख देते हैं और सुबह धूप में सुखाते हैं। इस सूखे दलहन को चक्की में दलकर ओखली में छाँट लेते हैं, जिससे छिलका अलग हो जाता है। दाल को छाँटने में विशेष योग्यता की आवश्यकता होती है, जिससे दाल टूटे नहीं।

तिलहन

भारत डिस्कवरी प्रस्तुति

Vocabulary words/phrases/sentences

Word	Meaning
पैदावार	Production, yield
न्यूनाधिक मात्रा	Disproportionate amount
नियोजन काल	Planning period
यद्यपि	although
हमारी मांग की तुलना में	As compared to our demand

तिलहन वे फ़सलें हैं, जिनसे तेल उत्पन्न किया जाता है। तिलहनी फ़सलों में तिल, मूँगफली, सोया और सूरजमुखी महत्त्वपूर्ण हैं। तिलहन के उत्पादन में भारत का स्थान विश्व में तीसरा है। यहाँ विश्व की 24 प्रतिशत मूँगफली, 25 प्रतिशत तिल, 20 प्रतिशत रेंडी और 17 प्रतिशत सरसों उत्पन्न की जाती है।

पैदावार

सभी प्रकार के तिलहनों के लिए भिन्न-भिन्न प्रकार की मिट्टी, वर्षा एवं तापमान की आवश्यकता होती है। अतः ये भारत के सभी राज्यों में न्यूनाधिक मात्रा में पैदा किए जाते हैं। भारत में नियोजन काल में तिलहनों के उत्पादन क्षेत्र एवं कुल उत्पादन में यद्यपि वृद्धि हुई, फिर भी यह हमारी मांग की तुलना में कम है। भारत में वर्ष 1960-1961 में 13.8 मिलियन हेक्टेअर क्षेत्र में तिलहन की खेती की गई, जिसमें कुल 7 मिलियन टन तिलहन का उत्पादन हुआ। इस वर्ष प्रति हेक्टेअर तिलहन का उत्पादन 507 कि.ग्रा. रहा। वर्ष 2008-2009 में कुल उत्पादन 27.5 मिलियन हेक्टेअर क्षेत्र में तिलहन की खेती की गई, जिसमें कुल 28.2 मिलियन टन तिलहन का उत्पादन हुआ। वर्ष 2008-2009 में तिलहन का प्रति हेक्टेअर उत्पादन 1,016 कि.ग्रा. रहा।

- उपर्युक्त तिलहनों में मूँगफली, सरसों एवं तारामीरा तिल, अलसी, अरण्डी, सोयाबीन, सूरजमुखी, सफ्लोवर (कर्डी) तथा नाइजर सीड सम्मिलित है। नारियल, बिनौला तथा अखाद्य तिलहन, जैसे- नीम, महुआ आदि इसमें शामिल नहीं हैं।

दलहन और तिलहन की फसलें

Materials required:

1. Green (6) and Red (6) index cards with numbers 1, 2, 3, …. 6.
2. Zip lock bags
3. Six different types of dalhan in 6 different cups
4. Six different types of tilhan in different cups

आप Jigsaw jigsaw puzzlepuzzle खेल रहे हैं |

1. **दो बच्चों के दल में आप (1, 2, 3, 4, 5, & 6), अलग - अलग स्टेशन पर अपने कार्ड नम्बर से जाइए |**

2. **उस स्टेशन पर रखे Realia material (दलहन और तिलहन की फसलों) के विषय में क्या जानते हैं, पहले आपस में बातचीत कीजिए और फिर नीचे दी गई प्रश्नावली में दिए गए प्रश्नों के उत्तर लिखिए |**

प्रश्नावली (उत्तर पूरे वाक्यों में लिखिए |)

(अ) ये क्या है ?

(आ) ये कौनसी फसलें (दलहन/तिलहन) हैं ? और क्यों ?

(इ) इनका कौनसे शस्योत्सव से सम्बन्ध है ?

(ई) कोई और विशेष बात जो आप इनके बारे में बताना चाहेंगे |

(अ) **फिर सभी अपने कार्ड के रंगों (लाल और हरा) के आधार पर दो दल बनाइए |**

(आ) **सभी एक दूसरे के साथ अपने - अपने पिछले स्टेशन के उनके काम के विषय में अपने दल के साथियों को बताइए | इस तरह एक दल "दलहन" का बन जाएगा और दूसरा दल "तिलहन" का | दोनों दल अपने दल के खाद्य पदार्थों की महत्वपूर्ण बातें बताइए |**

(इ) **हर दल अपने काम को दूसरे दलों के सामने प्रस्तुत करेगा | और बाद में विज्ञान -प्रदर्शनी में अपने माता-पिता के सामने |**

Assessment Rubrics: दलहन और तिलहन की फसलें

Category	Rating Scale	Points	Comments
Vocabulary	0 = used no vocabulary 1 = used new vocabulary and somewhat structures correctly in sentences 2 = used good and new vocabulary and structures correctly		
Followed directions given in the activity by finishing all parts (Parts 1 and 2).	0 = somewhat finished 1 = did finish it completely		
Speaking	0 = not/somewhat finished and not comprehensible/correct sentences. 1 = somewhat comprehensible/correct sentences. 2 = completely finished and all comprehensible/correct sentences.		
Presentation	0 = not/somewhat finished and not comprehensible/correct questions. 1 = somewhat comprehensible/correct questions. 2 = completely finished and all comprehensible/correct questions.		

8. Slide # 34 : Activity 8 (Formative assessment) – Panel Discussion

पैनल चर्चा - "त्योहारों का महत्व - पर्यटन को बढावा देने के लिए"

1. **टी. वी. चैनल "आज तक" पर प्रसारित होने वाली पैनल चर्चा शो "आपका मंच" में आपको भाग लेना है|** जो विषय आपको दिया गया था - **""क्या हमें पर्यटन को बढावा देने के लिए त्योहारों को पारम्परिक तरीकों से मनाने पर ज़ोर देना चाहिए जो आजकल की तेज़ दौड़ती ज़िंदगी में खोते जा रहे हैं, अगर हाँ, तो इसे कैसे किया जाए ? " अपने पक्ष को तथ्य के साथ प्रस्तुत कीजिए"** - उस पर आपको चर्चा-परिचर्चा करनी है |

2. **आप सभी मिलकर अपने में से एक मॉडरेटर (मध्यस्थ) चुन लीजिए |**

3. **इस पैनल चर्चा के लिए समाज के अलग-अलग वर्ग के लोगों को आमंत्रित किया गया है | सभी एक पात्र का लेबल चुन लीजिए |**

   1 – मॉडरेटर (Modertor)

   2, 3 – कलाकार, नर्तक (Artists, dancers)

   4, 5 - कलाकार, वाद्य - यंत्र बजानेवाले (Artists, instrument players)

   6, 7 - पर्यटक (tourists)

   8, 9 – उद्योगपति, जिनकी फैक्टरी में खिलौने बनते हैं (industrialists, their factory makes toys)

   10, 11 – हलवाई (sells sweets)

   12 - पर्यटन मंत्री (minister of tourism)

4. **फिर सभी हिस्सेदार (पार्टिसिपन्ट) राउंड टेबल के इर्द गिर्द बैठ जाइए |**

5. **मॉडरेटर अब आप पैनल चर्चा शुरू कीजिए | आप अपने और दिए गए विचारों और अभ्यासों का दूसरे देशों और सभ्याताओं के विचार और अभ्यास के साथ तुलना भी कर सकते हैं | अपने विचारों की पुष्टि के लिए प्रमाण का उपयोग करना न भूलें |**

6. **आपके इस काम को विज्ञान प्रदर्शनी में आपके मात-पिता और दोस्तों के दिखाया जाएगा |**

Assessment Rubrics: त्योहारों का महत्व - पर्यटन को बढावा देने के लिए

Category	Rating Scale	Points	Comments
Vocabulary	0 = used no vocabulary 1 = used new vocabulary and somewhat structures correctly in sentences 2 = used good and new vocabulary and structures correctly		
Followed directions given in the activity by finishing all parts (Parts 1 and 2).	0 = somewhat finished 1 = did finish it completely		
Speaking	0 = not/somewhat finished and not comprehensible/correct sentences. 1 = somewhat comprehensible/correct sentences. 2 = completely finished and all comprehensible/correct sentences.		
Presentation	0 = not/somewhat finished and not comprehensible/correct questions. 1 = somewhat comprehensible/correct questions. 2 = completely finished and all comprehensible/correct questions.		