ToB बालमंच

मासिक जुलाई -2021 नन्हीं कलम से .....

मानसून विशेषांक

इस अंक में पढ़ें

क्यों होता है वर्षा का जल शुद्ध ?

प्रधान सम्पादक :- रूबी कुमारी
उ. म. वि. सरौनी, बौंसी (बाँका)

संपादक :- त्रिपुरारि राय
म. वि. रौटी, महिषी (सहरसा)

अंक – 14

प्रधान संपादिका के कलम से.....

प्यारे बच्चों,

सरकारी विद्यालय के बाल कलाकारों के उत्कृष्ट क्रियाकलापों, रचनाओं, गतिविधियों को समर्पित "ToB बालमंच, नन्हीं कलम से...✍का 14 वां अंक आपको सौंपते हुए अपार हर्ष की अनुभूति हो रही है।

बच्चों यह अंक मानसून विशेषांक है। आप जानते हैं कि ऋतुओं की रानी वर्षा ऋतु ने दस्तक दे दी है। बारिश के दिनों में हमें अपने स्वास्थ्य सुरक्षा के लिए ज्यादा सजग रहने की जरूरत होती है। इसी मौसम में डायरिया ,हैजा जैसी खतरनाक बीमारी हमें खतरे में डाल देते हैं। इसलिए बच्चों, पानी उबालकर पीना, घर में ओ आर एस जरूर रखना, भोजन व पानी को ढक कर रखना, हाथों को समय-समय पर धोते रहना, इत्यादि आदतें हमें डाल लेनी चाहिए। तड़ित से सुरक्षा के उपायों को ध्यान में हमेशा रखना चाहिए। आपकी स्वास्थ्य सुरक्षा हमारी प्राथमिकता है।

इसलिए इस अंक में आपके स्वास्थ्य सुरक्षा हेतु कई उपाय सुझाए गए हैं। जिसे आप अवश्य पढ़ें, जानें, सीखें व अपनाएँ।

यह अंक आपको कैसा लगा? इसे ई-मेल या व्हाट्सएप के माध्यम से अवश्य बताएं। हम इसे भी बालमन नामक स्थाई स्तंभ के रूप में प्रमुखता से प्रकाशित करेंगे।

हमारे नन्हे-मुन्ने बच्चों तथा बालमंच की उज्जवल भविष्य की कामना के साथ .....

रूबी कुमारी
प्रधान संपादिका
'ToB बालमंच',नन्हीं कलम से...✍

सम्पादकीय

नमस्ते बालमित्रों ,

भारत के हर प्रान्त के लोकगीतों में वर्षा ऋतु को महत्त्वपूर्ण स्थान प्राप्त है। उत्तर प्रदेश के प्रचलित लोकगीतों में ब्रज का मलार, पटका, अवध की सावनी, बुन्देलखण्ड का राछरा तथा मिर्जापुर और वाराणसी की 'कजरी'। लोक संगीत के इन सब प्रकारों में वर्षा ऋतु का मोहक चित्रण मिलता है। इन सब लोक शैलियों में 'कजरी' ने देश के व्यापक क्षेत्र को प्रभावित किया है। बरसात की शुरूआत के साथ कजरी का मौसम आ जाता है। नवविवाहिताएं कजरी के माध्यम से मायके में छूट गए रिश्तों की उपेक्षा की वेदना प्रकट करती हैं। बदलते समय के साथ लोक संगीत के दूसरे प्रारूपों में तो बहुत बदलाव आए, लेकिन यह कजरी जस की तस रही। कजरी गीत का एक प्राचीन उदाहरण तेरहवीं शताब्दी के बड़े सूफ़ी शायर अमीर ख़ुसरो की बहुप्रचलित रचना है- 'अम्मा मेरे बाबा को भेजो जी कि सावन आया।' अंतिम मुग़ल बादशाह बहादुर शाह ज़फ़र की एक रचना 'झूला किन डारो रे अमरैया' भी बेहद प्रचलित है। भारतेन्दु हरिश्चन्द्र ने ब्रज और भोजपुरी के अलावा संस्कृत में भी कुछ कजरी गीतों की रचना की है। लगभग सभी शास्त्रीय गायकों और वादकों ने कजरी की पीड़ा को सुर दिए हैं। गिरिजादेवी की आवाज़ और बिस्मिल्लाह खां की शहनाई में कजरी की वेदना शिद्दत से महसूस होती है। भोजपुरी लोकगायिका विंध्यवासिनी देवी और शारदा सिन्हा के गाए कजरी गीत हमारी अनमोल धरोहर हैं। हिंदी और भोजपुरी सिनेमा में भी कजरी गीतों का खूब प्रयोग हुआ है, लेकिन ज्यादातर कजरी गीतों में कजरी की आत्मा कहीं नहीं नज़र आती।

कजरी गीतों में वर्षा ऋतु का वर्णन विरह-वर्णन तथा राधा-कृष्ण की लीलाओं का वर्णन अधिकतर मिलता है। कजरी की प्रकृति क्षुद्र है। इसमें श्रींगार रस की प्रधानता होती है। उत्तरप्रदेश एवं बनारस में कजरी गाने का प्रचार खुब पाया जाता है।

वर्षा ऋतू का विशेषांक कैसा लगा? हमें पत्र द्वारा अवश्य बताना| चुने हुए पत्र को हम इस पत्रिका में अवश्य स्थान देंगें| शुभकामना सहित|

तुम्हारा मित्र

त्रिपुरारि राय
सम्पादक, ToB बालमंच
स.शि. मध्य विद्यालय रौंटी
महिषी (सहरसा)

प्रेरक प्रसंग

एक शाम घनघोर वर्षा प्रारंभ हो गई। सभी शिष्य प्रसन्न थे कि खेती के लिए पर्याप्त पानी की व्यवस्था हो जाएगी किंतु महर्षि आयोधधौम्य चिंतित थे। उन्हें भय था कि अत्यधिक वर्षा के कारण खेत की मेड़ टूट न जाए। महर्षि को चिंतित देख एक शिष्य ने उनकी चिंता का कारण पूछा। महर्षि ने अपनी चिंता उनके सामने व्यक्त कर दी। सभी शिष्य भी चिंतित हो गए। किसी को समझ में नहीं आ रहा था कि ऐसे मौसम में क्या किया जाए। उन शिष्यों में आरुणि भी था। उसने महर्षि से खेत जा कर मेड़ों को देखकर आने की आज्ञा मांगी। महर्षि ने उसे आज्ञा प्रदान करते हुए कहा- "पुत्र यदि खेत की मेड़ टूट गई हो तो उसकी मरम्मत कर देना। खेत में पानी का जमा रहना आवश्यक है।

सम्पादक मंडल

प्रधान संपादिका:-	रूबी कुमारी, उ. म. वि. सरौनी, बौंसी (बाँका)
सम्पादक -सह- ग्राफिक्स डिजाइनर :-	त्रिपुरारि राय, म. वि. रौंटी, महिषी (सहरसा)
सह-संपादिका :-	ज्योति कुमारी, म.वि. भनरा, (बाँका)
प्रूफ़ रीडर:-	विकास कुमार, म.वि.महिसरहो,महिषी (सहरसा)
सहयोगकर्ता ;-	1. मृत्युंजयम् , म.वि.नवाबगंज, समेली, (कटिहार) 2. रंजेश कुमार, प्रा. वि. छुरछुरिया. फारबिसगंज (अररिया)
संरक्षक:-	1. शिव कुमार, संस्थापक- टीचर्स ऑफ़ बिहार 2. ई. शिवेंद्र प्रकाश सुमन, तकनीकी टीम

-: स्थाई स्तंभ :-

1. प्रधान सम्पादक की कलम से
2. सम्पादकीय
3. आवरण कथा
4. कविता
5. कहानी
6. हँसो रे बाबू
7. बूझो तो जानें
8. वैज्ञानिक कारण
9. कहानी बनाओ प्रतियोगिता
10. अखबारों की नजर में हम
11. उभरते सितारे
12. तकनीकी कोना
13. बालमन
14. विद्यालयी क्रियाकलाप
15. क्या आप जानते हैं ?
16. अंग्रेजी सीखें
17. ड्राइंग / पेंटिंग
18. उभरते सितारे
19. फोटो ऑफ़ द मंथ
20. हिंदी ज्ञान
21. प्रमुख दिवसें
22. प्रेरक प्रसंग
23. रोचक तथ्य
24. खेल-खेल में योग
25. तुम भी बनाओ.....
26. आपकी बात आपकी जुबानी

आरुणि गुरु की आज्ञा लेकर खेत पहुंचा। वहां जाकर देखता है कि खेत की मेड़ टूट गई है और खेत का सारा पानी बह रहा है। अरुण ने काफी प्रयास किया। अगल-बगल से मिट्टी को डालने का प्रयास किया किंतु गीली मिट्टी होने के कारण मेड़ पर वह मिट्टी टिक नहीं पा रहे थे। अंत में आरुणि ने एक उपाय सोचा। वह टूटे हुए मेड़ के पास लेट गया। उसके लेटने से वह पानी बंद हो गया और सुबह तक वह मेड़ पर लेटा रहा।इधर गुरुजी आरुणि के आश्रम में नहीं लौटने से महर्षि चिंतित थे। महर्षि ने कुछ शिष्यों को लेकर खेत तक पहुंचे। वहां जाकर देखते हैं कि आरुणि खेत की मेड पर लेटा हुआ है। गुरु जी ने शिष्यों की मदद से मेड़ को ठीक किया और आरुणि को उठाकर गले से लगा लिया। आरुणि की गुरुभक्ति देख महर्षि आयोदधौम्य अत्यंत प्रसन्न हुए। उन्होंने आरुणि को अपने परम शिष्य में स्थान देते हुए तेजस्वी और दीर्घायु होने का आशीर्वाद दिया।

विकास कुमार
म.वि. महिसरहो, महिषी
(सहरसा)

शुभकामना संदेश

बालमंच ऑनलाइन पत्रिका नन्हे- मुन्ने बच्चे जो भविष्य के भावी पीढ़ी हैं, के लिए एक बेहतरीन प्रयास है। इस पत्रिका की एक-एक कड़ी मोतियों में पिरोए हुए बच्चों के लिए ज्ञानवर्धक एवं मनोरम है।

शिक्षकों द्वारा बच्चों के लिए अनेक स्थाई स्तंभ में उनकी भागीदारी हेतु अवसर प्रदान किया गया है। बच्चों की प्रतिभा को मौका एवं प्रोत्साहन देना उनके भावी जीवन के लिए बेहद महत्वपूर्ण है।

मैं 'ToB बालमंच' के पुरोधा श्रीमती रूबी कुमारी एवं त्रिपुरारि राय तथा प्रकाशक- टीचर्स ऑफ बिहार को शुभकामना देती हूँ कि आज के समय की मांग को देखते हुए आप ऐसे ही बच्चों को नवाचारिता से अग्रसर करते रहें।

धन्यवाद।

श्रीमती ममता कुमारी
व्याख्याता (फाउंडेशन)
जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान(डायट) बाँका।

बूझो तो जानें

पहेली-1

बीसों का सर काट लिया, ना मारा ना ख़ून किया

पहेली-2

खेत में उपजे सब कोई खाय।
घर में होवे घर खा जाय॥

उत्तर अगले अंक में .....

पिछले अंक का उत्तर- सिगरेट, ऑक्सीजन

क्या आप जानते हैं?

● क्या आप जानते हैं कि टीचर्स ऑफ़ बिहार ग्रुप के द्वारा सरकारी विद्यालय के बच्चों के लिए ऑनलाइन क्लासेस 23 अप्रैल,2021 से ही प्रारंभ है?

● क्या आप जानते हैं कि पांचवी से दसवीं के बच्चों के लिए प्रतिदिन 22 शिक्षक अपराहन 1:00 बजे से 4:30 तक कक्षाएं लेते हैं? दो समूह में चलने वाली इन कक्षाओं में कुल 50 से भी अधिक शिक्षक शामिल हैं।

● क्या आप जानते हैं कि इसके लिए फेसबुक पर एक अलग से ग्रुप का निर्माण किया गया जहां 3000 बच्चे जुड़कर इसका लाभ उठा रहे हैं।

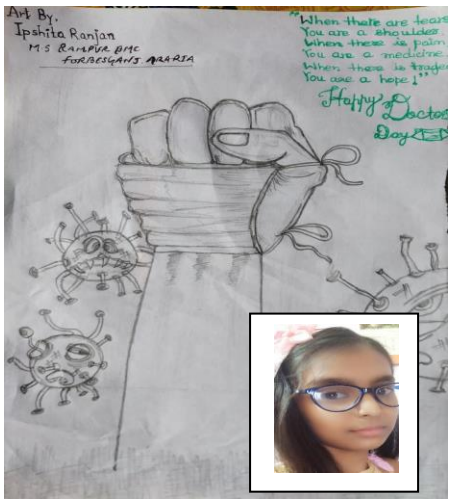
आइए, टीचर्स ऑफ बिहार के 'स्कूल ऑन मोबाइल' (SoM) फेसबुक ग्रुप से जरूर जुड़े और ज्यादा से ज्यादा बच्चों को जोड़ने में मदद करें|

www.tinyurl.com/SchoolonMobile

कहानी बनाओ प्रतियोगिता

दिए गए चित्र को देखें और उसपर एक सुन्दर सा कहानी लिख कर हमें भेजें| उत्कृष्ट कहानी को टीचर्स ऑफ़ बिहार के तरफ से पुरष्कृत किया जाएगा | कहानी के साथ अपना पूरा पता और फोन नम्बर अवश्य दें |

जानकी कुमारी



Ipshita Ranjan, class 9, MS RAMPUR BMC FORBISGANJ ARARIYA

Soumya mahi ranjan
Class- 9
School- UMS Barinagar, Barari.

अपना समय आने पर टीका अवश्य लगवाएं

वर्षा के समय आकाशीय बिजली से सुरक्षा के उपाय

1.) आकाशीय बिजली से बचने के लिए घरों में तड़ित चालक लगवाएं।

2) घर में इलेक्ट्रिसिटी से चलने वाले सभी उपकरण बंद कर दें।

3) यदि आप बाइक अथवा कार से यात्रा कर रहे हैं, तो तुरंत किसी सुरक्षित जगह पर चले जाएं।

4) कभी भी किसी इकलौते पेड़ के नीचे आश्रय न लें।

5) यदि आप जंगल में फंसे हुए हैं, तो घने पेड़ों की छाया में चले जाएं।

6) जब आकाश में बिजली चमक रही है, तो घर में नंगे पैर फर्श पर न घूमें।

7) यदि आप खुले मैदान में फंस गए हैं तो उकड़ू - मुकड़ु बैठ जाएं। ********

Divya Aanand Raj,class 5, School- Shree Gurunanak Kanya Madhya Vidyalay Gurubazar , Barari, Katihar

अंग्रेजी सीखें

By- T. Roy

PERSON

Person in English grammar is a pronoun which is used to distinct between speaker, listener and other.

KINDS OF PERSON

There are three kinds of person.

1. First person
2. Second person
3. Third person

FIRST PERSON

The first person is the person who speaks.
Examples: I, my, mine, we, us, ours etc.

SECOND PERSON-

The second person is the person spoken about.
Examples: you, yours, yourself etc.

THIRD PERSON-

The third person is the person spoken about.
Examples: he, him, she, her, it, this, cow, father, Mohan etc.

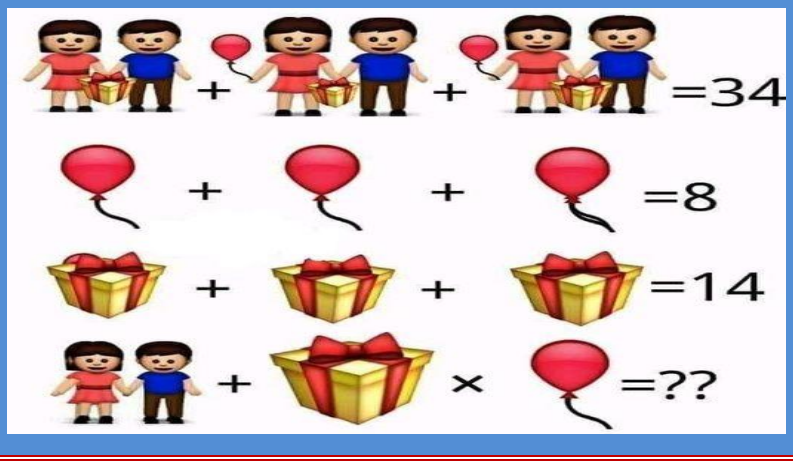
****

TLM

Kisu Kumari, Class-3, UMS, Golhatti, Bounsi

आकृति कुमारी- 9th
श्री नेहरू स्मारक इंटर विद्यालय नारपुर, पकड़िया (नवादा)

खुशी राज, प्रा.वि. उचित ग्राम पिपरा, प्रखंड अमौर,जिला –पूर्णिया, बिहार



Jitu kumar, Aanganvadi kendra Golhatti, Bounsi, (Banka)

TEACHERS OF BIHAR
The Change Makers

संस्कृत

★नासा के वैज्ञानिकों के अनुसार जब वो अंतरिक्ष ट्रैवलर्स को मैसेज भेजते थे तो उनके वाक्य उलट हो जाते थे। इस वजह से मैसेज का अर्थ ही बदल जाता था। उन्होंने कई भाषाओं का प्रयोग किया लेकिन हर बार यही समस्या आई। आखिर में उन्होंने संस्कृत में मैसेज भेजा क्योंकि संस्कृत के वाक्य उलटे हो जाने पर भी अपना अर्थ नही बदलते हैं।

तकनीकी कोना..... ई. शिवेंद्र सुमन

ई-लॉट्स लाइब्रेरी ऑफ टीचर्स एंड स्टूडेंट्स बिहार शिक्षा विभाग की अनूठी पहल है जिसमें 1 से लेकर 12 तक के बच्चों के लिए पुस्तक वीडियो एवं स्व मूल्यांकन की व्यवस्था की गई है। इसमें विद्यार्थी अपने-अपने विषय की प्रत्येक पाठ का अध्ययन कर सकते हैं, उससे संबंधित वीडियोज़ को भी देख सकते हैं एवं अपना स्व मूल्यांकन भी कर सकते हैं। इस पोर्टल की सबसे बड़ी खूबी यह है कि यहां बच्चे विषय विशेषज्ञों से डिस्कशन फोरम के अंतर्गत प्रश्न भी पूछ सकते हैं। इस पोर्टल और ऐप में पढ़ने एवं स्व-मूल्यांकन के लिए लॉगिन की आवश्यकता नहीं है किंतु यदि आप प्रश्न पूछना चाहते हैं तो आपको लॉगिन करना पड़ेगा। इस पोर्टल के लॉन्चिंग के साथ बिहार देश में पहला राज्य बन गया है जिसमें अपनी रिपोजिटरी खुद बनाई।

Website:bepclots.bihar.gov.in
Mobile App: http://bit.ly/3uwZKL7

फोटो ऑफ़ द मंथ

नूर फ़ातिमा,
प्राथमिक विद्यालय
दोगाछी, किशनगंज

Shreyash Jha, Class- 5, M.S. Bihma, Tarapur, Munger (Bihar)

Mithi Kumari, Class 1, U.M.S. Golhatti

TEACHERS OF BIHAR

The change makers....

वैज्ञानिक कारण

वर्षा का जल शुद्ध क्यों होता है ?

वर्षा जल प्राकृतिक आसवन प्रक्रिया जो कि वाष्पीकरण, संघनन एवं अवक्षेपण को सम्मिलित किया है, से प्राप्त होता है। वर्षा जल बहुत ही तनु विलियन होता है जिसमें बहुत ही कम मात्रा समानतः 10 से 20 मिलीग्राम प्रति लीटर में आयन घुले रहते हैं इसीलिए यह शुद्ध व पीने योग्य होता है।

वर्षा जल का पी.एच. मान 6.7 से 7.2 उपभोग की दृष्टि से सही माना जाता है जो कि क्षेत्र के अनुसार परिवर्तित होता है। तटीय क्षेत्र में समुद्री फुहार के कारण आयन उच्च मात्रा में विलय होते हैं। शुद्ध वर्षा जल शरीर के लिए आवश्यक खनिज तत्वों व आयनों की पर्याप्त मात्रा नहीं रखता है इसीलिए वर्षा जल में उचित परिवर्तन करने के पश्चात पेयजल के रूप में इसका उपयोग किया जा सकता है। वर्षा का जल आरंभिक बूंदों के साथ वातावरणीय अशुद्धियों युक्त होता है। परंतु कुछ देर की लगातार वर्षा के बाद जल अपेक्षाकृत शुद्ध अवस्था में होता है।

औद्योगिक नगरी जैसे- आगरा, कानपुर, फरीदाबाद, आदि और वायु प्रदूषित शहर में वर्षा का जल अम्लीय प्रकृति का होता है जो पीने योग्य नहीं होता है।

-: प्रस्तुतकर्ता :-

त्रिपुरारि राय

मध्य विद्यालय रौटी, महिषी (सहरसा)

हंसो रे बाबू

एक बार गणित और इतिहास विषय के दो छात्र में लड़ाई हो गई |

इतिहास का छात्र- "मैं अकबर की सेना लाकर तुमपर आक्रमण कर दूँगा|"

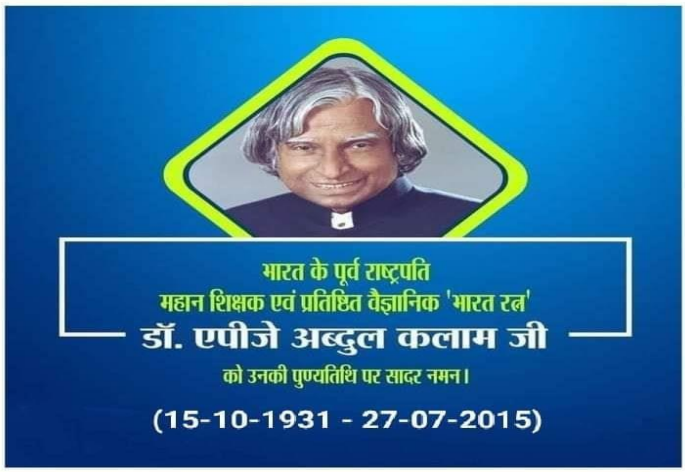
गणित का छात्र- "मैं सबको 0 (शून्य) से गुणा कर दूँगा " **(इतिहास का छात्र कॉमा में है)**

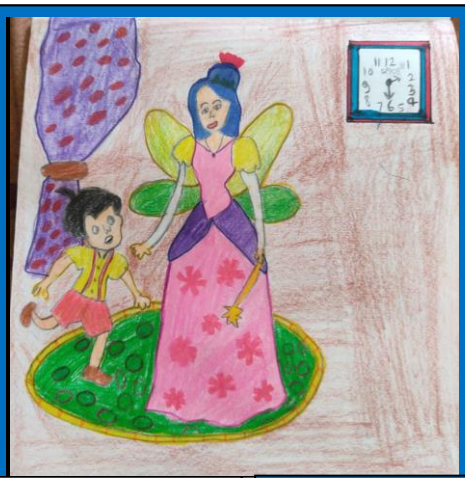
Vaishnavi Sonam,
Class- 8,
UHS Thakur Gangti, Godda,
(Jharkhand)

सूचना:- आप भी अपने विद्यालय के बच्चों को प्रोत्साहित कर उनसे उनकी छिपी हुई प्रतिभा को कला के माध्यम से सामने लाकर हमें भेजें | चुने हुए विधा, यथा- कविता, कहानी, चित्रकारी, चुटकुले, पहेली आदि को 'ToB बालमंच' पत्रिका में स्थान दिया जाएगा |

बच्चों की चुनिन्दा रचनाएँ हमारे इमेल- balmanch.teachersofbihar@gmail.com पर या **Whatsapp No- 62028 39650** पर भेजें | आप टेलीग्राम ग्रुप https://t.me/joinchat/1933vhvzywkxNjQ1 से भी जुड़ कर बच्चों की रचनाएँ भेज सकते हैं, और हाँ बच्चों की रचना के साथ उनका नाम, वर्ग और विद्यालय का नाम लिखना ना भूलें|

शुभकामना सहित |





Aditi Kumari
Class- 5
M.S. Urdana
Kutumba
(Aurangabad)

अखबारों के नजर में हम

दीक्षा पोर्टल पर ई स्कॉर्ट कार्यक्रम के तहत तृतीय बैच का ई कोर्स हुआ लॉन्च

अमित कुमार

प्राथमिक शिक्षा निदेशालय, राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण संस्थान, पटना तथा मंत्रा चार चेंज के सामूहिक सहयोग द्वारा शुक्रवार को मिशन केवल्य प्रोग्राम के तहत ई स्कार्ट कार्यक्रम के अंतर्गत तृतीय बैच लॉन्च किया गया। जिसमें हितधारकों के साथ परस्पर संवाद एवं अभिप्रेरण की जरूरत विषय पर चर्चा की गई। कार्यक्रम के प्रारंभ में निदेशक प्राथमिक शिक्षा द्वारा लांच किए गए द्वितीय कोर्स पर 97 प्रतिशत शिक्षक, प्रधानाध्यापक, सीआरसीसी द्वारा कोर्स को पूरा किए जाने के लिए बधाई दी गई। साथ ही ई-एस्कोर्ट कार्यक्रम के अंतर्गत तीन कोर्स, ह्यप्रारम्भिक कक्षाओं में संवाद का कौशल, गणित शिक्षण में आकलन तथा सीआरसीसी के लिए शिक्षण प्रेरणा संवर्धन के कौशल को भी लांच किया गया। अन्य वक्ताओं में प्रोग्राम कोर्डिनेटर, मिशन कैवल्य डा अर्चना के अलावे पटना से शिव कुमार, सहरसा से त्रिपुरारि राय तथा अररिया से चंद्रकिशोर साहू शामिल थे। ई-एस्कोर्ट के डाटा एनेलाइजर अभिषेक कुमार द्वारा मिशन कैवल्य के दूसरे फेज में कोर्स को पूरे किए जाने वाले बिहार के 38 जिलों में कोर्स-ए एवम कोर्स-बी में सहरसा का स्थान क्रमशः सातवां वां एवं छठा रहा। जो पिछ्ले बार के स्तर से तीन पायदान ऊपर रहा। सहरसा की स्थिति टॉप टेन में सातवें और छठे स्थान पर रहने पर सहरसा के सभी शिक्षकों में हर्ष व्याप्त है। कार्यक्रम समाप्त होते ही श्री राय को चारों तरफ से लोगों ने बधाई दी। बधाई सन्देश में सभी शिक्षकों ने यह प्रण लिया कि आने वाले फेज-थ्री में इससे भी ऊपर का स्थान लाकर जिला का नाम गौरवान्वित करेंगे। कार्यक्रम में राज्य के सभी डीईओ, डीपीओ, बीइओ, बीआरपी के साथ सभी डीआरसीसी, प्रधानाध्यापक, प्रधानाध्यापिका एवं शिक्षकगण यूट्यूब सेशन से जुड़े। पांच सदस्यीय इस लाइव कार्यक्रम में सहरसा जिला के महिषी प्रखंड अंतर्गत मध्य विद्यालय रौटी के शिक्षक श्री राय को बतौर पेनेलिस्ट शामिल किया गाया। उक्त कार्यक्रम में एससीइआरटी के एंकर नेहा ने श्री राय से चंद सवाल पूछे। जिसका सभी जबाब उन्होंने सटीक दिया। समग्र शिक्षा अभियान के जिला कार्यक्रम पदाधिकारी जियाउल होदा खां ने प्रसन्नता जाहिर करते हुए कहा कि जिले के लिए बहुत ही गर्व की बात है। शिक्षकों, प्रधानाध्यापक, संकुल समन्वयकों से अपील किया कि सभी लोग शत प्रतिशत भागीदारी सुनिश्चित करते हुए इस बार जिले का नाम प्रथम स्थान पर लाने का काम करेंगे। संभाग प्रभारी नन्दलाल पासवान, ओमप्रकाश जी, सत्यप्रकाश, सरवर, कुंदन आदि एसएसए कर्मी ने प्रसन्नता जाहिर किया।

कार्टून से बच्चों को गणित सिखा रहे हैं सौरभ सुमन

जागरण विशेष

संवाद सूत्र, त्रिवेणीगंज (सुपौल) : सौरभ सुमन अपने विद्यालय की छात्राओं को कार्टून और एनिमेशन के जरिये गणित और विज्ञान सिखा रहे हैं। वे कंप्यूटर शिक्षक के रूप में 2 ललित नारायण लक्ष्मी नारायण प्रोजेक्ट बालिका उच्च विद्यालय त्रिवेणीगंज में कार्यरत हैं।

उन्होंने गणित व विज्ञान की जटिलता को सरल तरीके से समझाने के लिए प्राथमिक कक्षा के सिलेबस का एनिमेशन व कार्टून बनाया है। यह वीडियो सरल बोलचाल की भाषा में बनाया गया है। वे राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद पटना की विज्ञान और गणित की विभागाध्यक्ष डा. रश्मि प्रभा के साथ मिलकर ई-कंटेंट तैयार कर रहे हैं साथ ही टीचर्स आफ बिहार जो शिक्षकों की आनलाइन कम्युनिटी है के साथ मिलकर बिहार के सरकारी स्कूल के छात्र और शिक्षकों को कोडिंग द्वारा गेम, कार्टून और एनिमेशन की जानकारी दे रहे हैं। इनके कई प्रोजेक्ट को पुरस्कृत भी किया गया है। सौरभ सुमन ने बताया कि वह टीचर्स आफ बिहार के फेसबुक पर बच्चों को कोडिंग सिखाते हैं। इसमें बिहार के सभी जिले के शिक्षक एवं छात्र-छात्राएं जुड़े हैं। स्टडी काउंसिल आफ एजुकेशन रिसर्च एंड ट्रेनिंग (एससीईआरटी) के विज्ञान एवं गणित की विभागाध्यक्ष डा.रश्मि प्रभा भी जुड़ी हैं। उन्होंने मुझे कोडिंग क्लास के दौरान सिलेबस के अनुसार एनिमेशन कार्टून बनाने के बारे में कहा। एनिमेशन और ई-कंटेंट को टीचर्स आफ बिहार के फेसबुक पेज के फाउंडर शिव कुमार ने अपलोड किया है। इस एनिमेशन व कार्टून का वीडियो बच्चे मोबाइल, कंप्यूटर एवं टीवी पर भी देख सकते हैं।

लैपटाप पर ज्ञान सीखते बच्चे • जागरण

सुमन का बनाया हुआ कार्टून • जागरण

सौरभ सुमन • जागरण

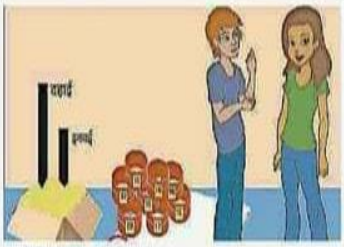
सम्मानित हो चुकी है बुलबुल

10वीं की छात्रा बुलबुल कुमारी बताती है कि सुमन सौरभ सर के मार्गदर्शन से विज्ञान और तकनीक की जानकारी मिल रही है। उन्होंने बताया कि जब कोरोना को लेकर लाकडाउन चल रहा था तब हमारे गुरु ने गणित व विज्ञान की जटिलता को सरल तरीके से समझाने के लिए एनिमेशन व कार्टून बनाया है। जिस कारण हम लोगों को कोई परेशानी नहीं हुई। इसका नतीजा है कि इस वर्ष विज्ञान दिवस पर मुझे तारामंडल पटना में विज्ञान और प्रौद्योगिकी मंत्री और लोकेश कुमार आइएएस द्वारा सम्मानित किया गया।

बोली छात्राएं

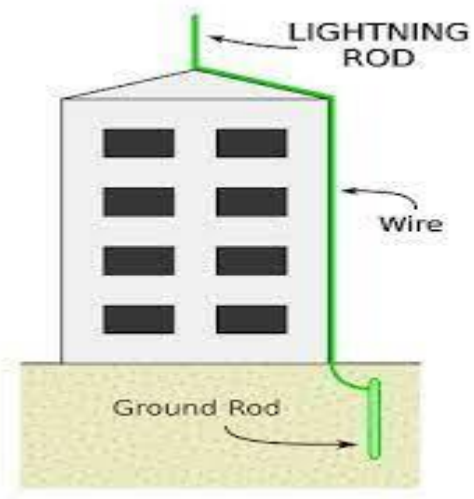
10वीं की छात्रा आस्था केजरीवाल बताती है कि सुमन सौरभ सर ने मुझे कोडिंग के द्वारा गेम तैयार करना सिखाया। मेरे द्वारा तैयार गेम को एससीईआरटी द्वारा राज्य स्तर पर प्रथम पुरस्कार मिला।

चित्रांकन से वैक्सीन के प्रति अभिभावकों को जागरूक कर रहे दिव्या व आयुष



कटोरिया, बिहार व झारखंड के बॉर्डर पर स्थित चांदन प्रखंड के मध्य विद्यालय भनरा के वर्ग सप्तम की छात्रा दिव्या दर्वे व उसका भाई आयुष कुमार चित्रांकन के माध्यम से अभिभावकों को कोरोना की वैक्सीन व गाइडलाइन का अनुपालन करने को लेकर अभिप्रेरित कर रहे हैं. दोनों भाई-बहर दिव्या व आयुष की इच्छा है कि गांव व अगल-बगल के सभी अभिभावक वैक्सीन लेकर सुरक्षित हो जायें, ताकि उनका स्कूल जल्दी से खुल जाये. वैक्सिनेशन से ही कोरोना की तीसरी लहर से मुकाबला में लोग सक्षम हो पायेंगे. छात्रा दिव्या कुमारी व छात्र आयुष कुमार ने बताया कि उन्होंने अपनी शिक्षिका ज्योति कुमारी से सवाल किया था कि हमारा स्कूल कब खुलेगा. जवाब मिला था कि जब सभी लोग वैक्सीन ले लेंगे. इसी से प्रेरणा लेकर दिव्या व आयुष ने लोगों में फैले भ्रम व अफवाहों का खंडन करने के लिये चित्रांकन को ही अपना माध्यम चुना.

मानसून के मौसम में आकाशीय बिजली से बचाव के लिए घरों में तडित चालक का प्रयोग करें |



कहानी: कबड्डी

रानी एक प्यारी सी बच्ची थी। वह कक्षा छह में पढ़ती थी। वह पढ़ने में होशियार होने के साथ बहुत समझदार भी थी। एक दिन वह अपने चाचा के साथ घूमने जा रही थी। तब ही रास्ते मे मैदान में उसे कुछ बच्चे आपस मे लड़तें हुए दिखाई पड़े। रानी वहाँ गई और उनसे पूछा कि तुमलोग आपस में क्यों लड़ रहे हो?

उन बच्चों ने एक दूसरे पर आरोप लगाया कि ये लोग कबड्डी में चीटिंग कर रहें हैं। रानी ने उन्हें झगड़ने से रोका और कहा कि किसी भी खेल के कुछ नियम होते है। चलो मैं तुमलोगों को कबड्डी के नियम बताती हूँ।

साधारण शब्दों में इसे ज्यादा अंक हासिल करने के लिए दो टीमों के बीच की एक स्पर्धा कहा जा सकता है। अंक पाने के लिए एक टीम का रेडर (कबड्डी-कबड्डी बोलने वाला) विपक्षी पाले (कोर्ट) में जाकर वहाँ मौजूद खिलाडियों को छूने का प्रयास करता है। इस दौरान विपक्षी टीम के स्टापर (रेडर को पकड़ने वाले) अपने पाले में आए रेडर को पकड़कर वापस जाने से रोकते हैं और अगर वह इस प्रयास में सफल होते हैं तो उनकी टीम को इसके बदले एक अंक मिलता है। और अगर रेडर किसी स्टापर को छूकर अपने पाले में चला जाता है तो उसकी टीम के एक अंक मिल जाता और जिस स्टापर को उसने छुआ है उसे नियमत: कोर्ट से बाहर जाना पड़ता है। कबड्डी में 12 खिलाड़ी होते हैं जिसमें से 7 कोर्ट में होते हैं और 5 रिज़र्व होते हैं। कबड्डी कोर्ट डॉज बॉल गेम जितना बड़ा होता है। कोर्ट के बीचोबीच एक लाइन खिंची होती है जो इसे दो हिस्सों में बाँटती है। कबड्डी महासंघ के हिसाब से कोर्ट का माप 13 मीटर × 10 मीटर होता है।खिलाडियों के पाले में आने के बाद टॉस जीतने वाली टीम सबसे पहले अपना खिलाड़ी (रेडर) विपक्षी पाले में भेजती है। यह रेडर कबड्डी-कबड्डी बोलते हुए जाता है और विपक्षी खिलाडियों को छूने का प्रयास करता हैं। वह अपनी चपलता का उपयोग कर विपक्षी खिलाडियों (स्टापरों) को छूने का प्रयास कर सकता है। इस प्रक्रिया में अगर वह विपक्षी टीम के किसी भी स्टापर को छूने में सफल होता है तो उस स्टापर को मरा हुआ (डेड) समझ लिया जाता है। ऐसे में उस स्टापर को कोर्ट से बाहर जाना पड़ता है। और अगर स्टापरों को छूने की प्रक्रिया में रेडर अगर स्टापरों की गिरफ्त में आ जाता है तो उसे मरा हुआ (डेड) मान लिया जाता है। यह प्रक्रिया दोनों टीमों की ओर से बारी-बारी चलती रहती है।

इस तरह से हर दल का खिलाड़ी बारी बारी से क्रम बदलते रहते हैं और अन्त में जिसके दल में सबसे ज्यादा सदस्य बचे रह जाते हैं उस दल को विजेता घोषित कर दिया जाता है। .....और कबड्डी खेलने के बहुत सारे लाभ भी है।

कबड्डी शरीर को मजबूत और स्वस्थ बनाता है। लगातार कबड्डी कबड्डी बोलने से आपके फेफड़े अधिक मजबूत और स्वस्थ हो जाते हैं। इससे इंटरनल ऑर्गेन बेहतर तरीके से काम करने लगते हैं। दिल का स्वास्थ्य भी इससे बेहतर होता है। इन सबके आलावा इससे आपमें सहनशक्ति के साथ साथ मांसपेशियों को मजबूती मिलती है।खेल बच्चों में आत्म-विश्वास बढाने के साथ साथ आत्म-सम्मान को पहचानने में भी मदद करता है। इसके अलावा खेलने से बच्चों में लीडरशिप की भावना जागती है जो उनके भविष्य के लिए बहुत ही जरूरी है। खेलना थकान और डिप्रेशन को दूर करता है।

.....अरे वाह रानी तुम्हे तो बहुत कुछ पता है। किसने तुम्हे बताया यह सब।

रानी ने हँसते हुए कहा ये देखो मेरे चाचा इन्होंने मुझे यह सब बताया है।

.....तो चलो एक बार फिर से खेलें। और फिर सब बच्चे खेलने लगते है।

कहानीकार - सानिया बेगम- वर्ग- 5 विद्यालय- PS सुहागी, ठाकुरगंज (किशनगंज)

मानसून

मानसून क्या है?

मानसून / बरसात का मौसम, मौसम के मिजाज में एक ऋतु-संबंधी बदलाव है, जो समुद्र से भूमि पर गर्म, नम हवा लाकर, एक निरंतर अवधि के लिए वर्षा की उच्च अवधि बनाता है।

कैसे मानसून स्वास्थ्य को प्रभावित करता है?

मानसून/ बरसात के मौसम द्वारा उत्पन्न की गई स्वास्थ्य चुनौतियाँ आम तौर पर मौजूद स्थिर पानी के प्रभाव से जुड़ी होती हैं, जो मच्छरों के लिए प्र जनन आसान कर देता है और मलेरिया तथा डेंगू बुखार फैलने की सम्भावा को बढ़ावा देता है।

मानसून में स्वास्थ्य सुरक्षा कैसे करें?

1) मच्छरों को खुद से दूर रखें।
2) स्वच्छ भोजन तथा पेय पदार्थ का सेवन करें।
3) स्वयं शुष्क एवं स्वच्छ रहें।
4) अपने घर को स्वच्छ रखें।

डाईट में क्या लें ?

मानसून में फाइवर, विटामिन- ए, विटामिन-सी. एंटीऑक्सीडेंट जैसे पोषक तत्वों के लिए मौसमी फलों जैसे नाशपाती, जामुन, चेरी, आड़ू, अनार आदि फलों का सेवन करना चाहिए | सब्जियों में लौकी, करेला आदि का सेवन स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है | अपने आहार में हल्दी, अदरक, जैसे मसाले शामिल करें क्योंकि इनमें एंटीसेप्टिक और प्रतिरक्षा बढाने वाले गुण होते हैं | इस मौसम में सिर्फ-और-सर्फ घर का बना गर्म और ताजा खाना खाना चाहिए| बाहरी जंक फूड से बचना चाहिए |

आओ योग सीखें

"भुजंगासन"

विधि:- पेट के बल लेट जायें। हाथों की हथेलियां भूमि पर रखते हुए हाथों को छाती के दोनों ओर रखें। केहूनियां ऊपर उठी हुई तथा भुजाएं छाती से सटी हुई होनी चाहिए।

पैर सीधे तथा पंजी आपस में मिले हुए हों। पंजे पीछे की ओर तने हुए, भूमि पर टिके हुए हों।

श्वास अंदर भरकर छाती एवं सिर को धीरे-धीरे ऊपर उठायें। नाभि के पीछे वाला भाग भूमि पर टिका रहे। सिर को ऊपर उठाते हुए ग्रीवा को जितना पीछे की ओर मोर सकते हैं मोरना चाहिए इस स्थिति में करीब 30 सेकंड रहना चाहिए।

लाभ:- सर्वाइकल, स्पोंडोलाइटिस एवं स्लिप डिस्क आदि समस्त मेरुदंड के रोगों के लिए अति महत्वपूर्ण आसन है।

मानसून के मौसम में आकाशीय बिजली से बचाव के लिए घरों में तडित चालक का प्रयोग करें |

बालमन

मुझे पहली बार बालमंच से जुड़ने का मौका मिला लेकिन मैं बालमंच के कई अंक को देख चुकी हूं। मुझे बहुत अच्छा लगता है। मैं बहुत चाहती थी कि बालमंच में मेरी ड्रॉइंग पब्लिश हो। इस बार हो रही है।बहुत खुश हूं यह जानकर कि मैंने जैसा भी ड्राइंग किया है मेरे ड्रॉइंग को बहुत सारे लोग देखेंगे। आगे भी मैं चाहूंगी कि मेरे ड्राइंग बालमंच में पब्लिश होते रहे। लेकिन मैं और भी ज्यादा खुश होती यदि हमारा बालमंच हमारे हाथों में होता मोबाइल में नहीं। फिर भी आप सबों ने मेरे जैसे बहुत बच्चों के ड्राइंग को इतना आगे बढ़ाया है, इसके लिए बहुत-बहुत धन्यवाद

मीठी कुमारी, वर्ग- 1,
विद्यालय-उत्क्र0 म0 वि0 गोलहट्टी,बौंसी बाँका।

प्रमुख दिवसें

1 जुलाई-	राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस, भारतीय स्टेट बैंक का स्थापना दिवस
4 जुलाई-	स्वामी विवेकानंद स्मृति दिवस
9 जुलाई-	राष्ट्रीय विद्यार्थी दिवस
11 जुलाई-	विश्व जनसंख्या दिवस
12 जुलाई-	राष्ट्रीय सादगी दिवस
22 जुलाई-	राष्ट्रीय झंडा अंगीकरण दिवस
23 जुलाई-	राष्ट्रीय प्रसारण दिवस
24 जुलाई-	आयकर दिवस
25 जुलाई-	गोस्वामी तुलसीदास जयंती
26 जुलाई-	कारगिल विजय दिवस
27 जुलाई-	केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल स्थापना दिवस
28 जुलाई-	विश्व प्रकृति संरक्षण दिवस, विश्व हेपेटाइटिस दिवस
29 जुलाई-	विश्व बाघ दिवस
31 जुलाई-	मुंशी प्रेमचंद्र जयंती दिवस

रोचक तथ्य

हिंदी ज्ञान

संक्षेपण

संक्षेपण लेखन की विधि

संक्षेपण के निश्चित नियम नहीं बनाए जा सकते ,तथापि अभ्यास के लिए कुछ सामान्य नियमों का उल्लेख किया जा सकता है ।कि निम्न प्रकार के हो सकते हैं -

1 उदाहरण ,दृष्टांत ,उपमा अलंकार आदि को संक्षेप में सरल शब्दों में व्यक्त करने की आवश्यकता होती है। अतः केवल उनका आशय ग्रहण कर लेना चाहिए।

2 संक्षिप्तीकरण में भावों की सजावट और उसकी क्रमबद्धता पर भी ध्यान रखना होता है। भावों का क्रम निर्धारित कर लेना चाहिए जिससे जो कुछ व्यक्त करना है ,उसे तर्कपूर्ण लिखा जा सके ।

3 यह भी ध्यान रखना चाहिए कि किसी भाव की व्याख्या न की जाए ।उसका उल्लेख मात्र ही पर्याप्त है ।लेकिन संक्षिप्तीकरण में स्पष्टता हो और मूल अवतरण के भावों की पूर्ण अभिव्यक्ति हो जाए यह भी आप ध्यान रखें ।

4 संक्षिप्तीकरण में अपनी भाषा और शैली का पूर्ण रुप से होना जरूरी है।अवतरण की भाषा नहीं लिखनी चाहिए।

5 संक्षिप्तीकरण के साथ कभी-कभी अवतरण का शीर्षक भी पूछ लिया जाता है। मूल अवतरण को दो तीन बार पढ़ लेने के पश्चात उस में निहित मुख्य तथ्य समझ में आ जाए ,उसके बाद ही शीर्षक लिखना चाहिए।शीर्षक छोटा मुल कथ्य से संबंधित होना जरूरी है|

क्रमशः

आपकी बात आपकी जुबानी

बच्चों आपको बालमंच का ये अंक कैसा लगा हमें अवश्य बताएँ| आप हमें नीचे दिए गए किसी भी माध्यम email या whatsapp द्वारा सूचित कर सकते हैं|

email-

balmanch.teachersofbihar@gmail.com

Whatsapp No. :- 6202839650

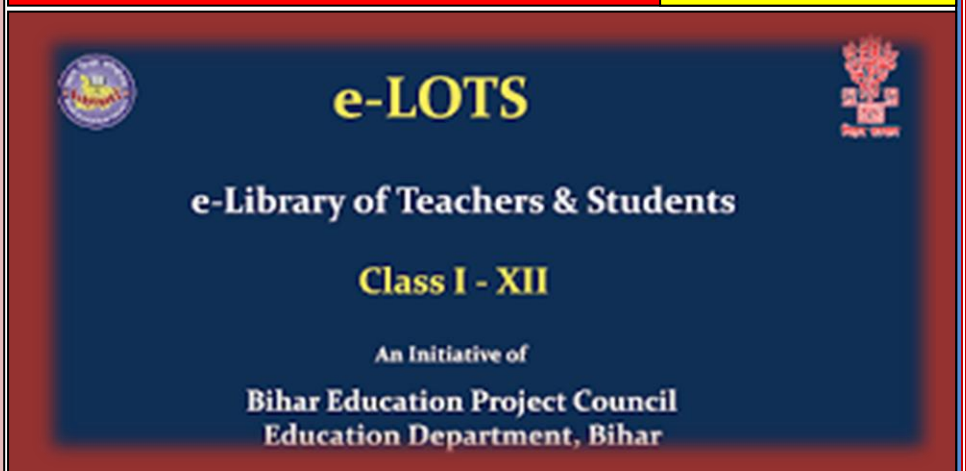
(Tripurari Roy)

धन्यवाद

उभरते सितारे

जिनको भी प्रशस्ति-पत्र मिल रहा है उनका लिस्ट इस लिंक पर उपलब्ध है:-

https://www.teachersofbihar.org/award



सबों के अच्छे स्वास्थ्य की शुभकामना सहित .....

समाप्त