अंक 49

जनवरी 2026

बालमन

धीरज के साथ

नन्हें हाथों की कलाकारी

पेंटिंग्स और हस्त निर्मित सामग्री

ज्ञानवर्धक जानकारी और रोचक तथ्य

कविता, कहानी और बहुत कुछ

निःशुल्क पढ़ने के लिए स्कैन करें।

www.teachersofbihar.org

सम्पादकीय

प्यारे बच्चों,

वर्ष का पहला महीना बहुत ही यादगार ठंडी से भरपूर और खास होता है।हम सभी फिर से एक नए वर्ष में प्रवेश कर चुके है।इस ठंडी में बदलते मौसम में खुद को बचा कर रखना है साथ ही छोटे बच्चों और बुजुर्गों का विशेष ध्यान भी रखना है।बदलते मौसम के साथ यह महीना बहुत सारे खास लोगों के जन्मदिन और दिवस विशेष के बीच अपनी एक अलग ही पहचान बनाता है,ठीक वैसे ही जैसे आप सभी बच्चे अपनी प्रतिभ से बालमन को खास बनाते हैं। बालमन टीम आप सभी नन्हें कलाकारो का भी बहुत सम्मान करती है।आप सभी जिस तरह से बालमन से जुड़ कर अपनी प्रतिभा और कला को हम तक पहुंचाते हैं, ऐसे ही जारी रखे। राज्य स्तर से लेकर राष्ट्रीय स्तर पर आपकी प्रतिभा सभी को पसंद आ रही है।

बच्चो ! हमे आपको बताते हुए बहुत ही हर्ष हो रहा हैं कि टीचर्स ऑफ बिहार बालमन सभी के बीच काफी लोकप्रिय है। हम शुरू से बेहतर से बेहतरीन की ओर अग्रसर है। इस महीने की पत्रिका को आपको समर्पित करते हुए हमे बहुत खुशी हो रही है। आज का जमाना सोशल मीडिया का है। यदि आपके पास कला है तो उसे अपने शिक्षको से जरूर साझा करे और बालमन की टीम के माध्यम से उसे जरूर हम तक पहुंचाए।

हमारी ToB बाल मन पत्रिका की टीम बेहतर से बेहतर करने के लिए सदा प्रयन्नशील है। अनजाने में कोई भूल या त्रुटि हुई हो तो उसके लिए हम क्षमाप्रार्थी है। हम आपके उज्जवल भविष्य की कामना करते है।

शुभकामनाओं सहित

धीरज कुमार

प्रधान संपादक (बालमन पत्रिका)

राजकीय शिक्षक सम्मान (वर्ष 2022)

से सम्मानित शिक्षक(बिहार)

बालमन सम्पादक मंडल

प्रधान सम्पादक सह ग्राफिक्स डिजाइनर

धीरज कुमार, नव. प्रा. वि. हरनाटॉड, भभुआ कैमूर(बिहार)

राष्ट्रीय समन्वयक समिति

1. शरद कुमार वर्मा (उत्तर प्रदेश)
2. निकिता चौधरी (गुजरात)
3. सिध्दार्थ सपकाळे (महाराष्ट्र)
4. दीपिका श्रीवास्तव (छत्तीसगढ़)
5. अभय शर्मा (मध्य प्रदेश)

राज्य समन्वयक समिति

1.कुमार राकेश मणि, मध्य वि. कोटा, नुआंव (कैमूर)

2.रवि शर्मा,प्रा वि पकड़ी अनु.जाति टोला रामनगर(पश्चिम चंपारण)

अन्य सहयोगी सदस्य

1. राकेश कुमार, म.वि. बलुआ, मनेर (पटना)
2. पुनीता कुमारी, न.प्रा.वि. बलरा दुसाध टोली, बरौली(गोपालगंज)
3. कुमारी कान्ति, मध्य विद्यालय शर्फुद्दीनपुर,बोचहा(मुजफ्फरपुर)

संरक्षक

1. शिव कुमार, संस्थापक, टीचर्स ऑफ़ बिहार
2. ई. शिवेंद्र प्रकाश सुमन, ToB तकनीकी टीम लीडर

आपके लिए इस अंक में

	पेज संख्या
1. अनमोल विचार	01
2. प्रेरक प्रसंग	02
3. मास्टरसाहेब कहिन	04
4.अंतर खोजें	05
5.डॉट्स मिलाओ	08
6. बालमन पेंटिंग	09
7.रास्ता खोजें	14
8. नन्हें कलाकार	15
9. इंग्लिश कॉर्नर	16
10. हंसी के हंसगुल्ले	19
11. रोचक गणित	20
12. पेन पेंसिल आर्ट	21
13.ब्लैक बोर्ड आर्ट	24
14. दर्शनीय स्थल	25
15.गुणकारी अदरक	26
16.एक नज़र इधर भी	27
17.कहना जरूरी हैं	28
18.क्विज टाइम	31
19.बूझो तो जानें	32
20. कविता	34
21.चेतना सत्र	35
22.निपुण भारत	37
23. सामान्य ज्ञान	38

बालमन

अनमोल विचार

"याद रखें कि सबसे बड़ा अपराध अन्याय और गलत के साथ समझौता करना है।"

नेताजी सुभाष चंद्र बोस

जन्म: 23 जनवरी 1897

(स्वतन्त्रता संग्राम के अग्रणी नेता सह आजाद हिंद फौज के संस्थापक)

पद्य पंकज

वह पथ क्या, पथिक कुशलता क्या, जिस पथ पर बिखरे शूल न हों, नाविक की धैर्य परीक्षा क्या, जब धाराएं प्रतिकूल न हों।

जन्म : 30 जनवरी 1889

मृत्यु: 15 नवंबर 1937

जयशंकर प्रसाद

योग से रहेंगे निरोग

धनुरासन (Bow Pose)

पेट के बल लेटकर घुटनों को मोड़कर टखनों को हाथों से पकड़ा जाता है और साँस लेते हुए शरीर को धनुष के आकार में ऊपर उठाया जाता हैं।

लाभ: कमर दर्द, स्लिप डिस्क और साइटिका में आराम मिलता है।रीढ़ की हड्डी में लचीलापन और मजबूती आती है।शरीर में ऊर्जा और स्फूर्ति आती है।

||जो चाहोगे सो पाओगे||

रजनीश कुमार पाठक

एक साधु था, वह रोज घाट के किनारे बैठ कर चिल्लाया करता था, "जो चाहोगे सो पाओगे", जो चाहोगे सो पाओगे।" बहुत से लोग वहाँ से गुजरते थे पर कोई भी उसकी बात पर ध्यान नहीं देता था और सब उसे एक पागल आदमी समझते थे। एक दिन एक युवक वहाँ से गुजरा और उसने उस साधु की आवाज सुनी, "जो चाहोगे सो पाओगे", जो चाहोगे सो पाओगे।" और आवाज सुनते ही उसके पास चला गया।

उसने साधु से पूछा- "महाराज आप बोल रहे थे कि 'जो चाहोगे सो पाओगे' तो क्या आप मुझको वो दे सकते हो जो मैं चाहता हूँ?"

साधु उसकी बात को सुनकर बोला- "हाँ बेटा तुम जो कुछ भी चाहता है मैं उसे जरुर दुँगा, बस तुम्हें मेरी बात माननी होगी। लेकिन पहले ये तो बताओ कि तुम्हें आखिर चाहिये क्या?"

युवक बोला- "मेरी एक ही ख्वाहिश है मैं हीरों का बहुत बड़ा व्यापारी बनना चाहता हूँ।"

साधू बोला, "कोई बात नहीं, मैं तुम्हें एक हीरा और एक मोती देता हूँ, उससे तुम जितने भी हीरे मोती बनाना चाहोगे बना पाओगे!"

और ऐसा कहते हुए साधु ने अपना हाथ आदमी की हथेली पर रखते हुए कहा, "पुत्र, मैं तुम्हें दुनिया का सबसे अनमोल हीरा दे रहा हूं, लोग इसे 'समय' कहते हैं, इसे तेजी से अपनी मुट्ठी में पकड़ लो और इसे कभी मत गंवाना, तुम इससे जितने चाहो उतने हीरे बना सकते हो।"

युवक अभी कुछ सोच ही रहा था कि साधु उसका दूसरी हथेली, पकड़ते हुए बोला, "पुत्र, इसे पकड़ो, यह दुनिया का सबसे कीमती मोती है, लोग इसे 'धैर्य' कहते हैं, जब कभी समय देने के बावजूद परिणाम ना मिलें तो इस कीमती मोती को धारण कर लेना, याद रखन जिसके पास यह मोती है, वह दुनिया में कुछ भी प्राप्त कर सकता है।"

युवक गम्भीरता से साधु की बातों पर विचार करता है और निश्चय करता है कि आज से वह कभी अपना समय बर्वाद नहीं करेगा और हमेशा धैर्य से काम लेगा। और ऐसा सोचकर वह हीरों के एक बहुत बड़े व्यापारी के यहाँ काम शुरू करता है और अपने मेहनत और ईमानदारी के बल पर एक दिन खुद भी हीरों का बहुत बड़ा व्यापारी बनता हैं।

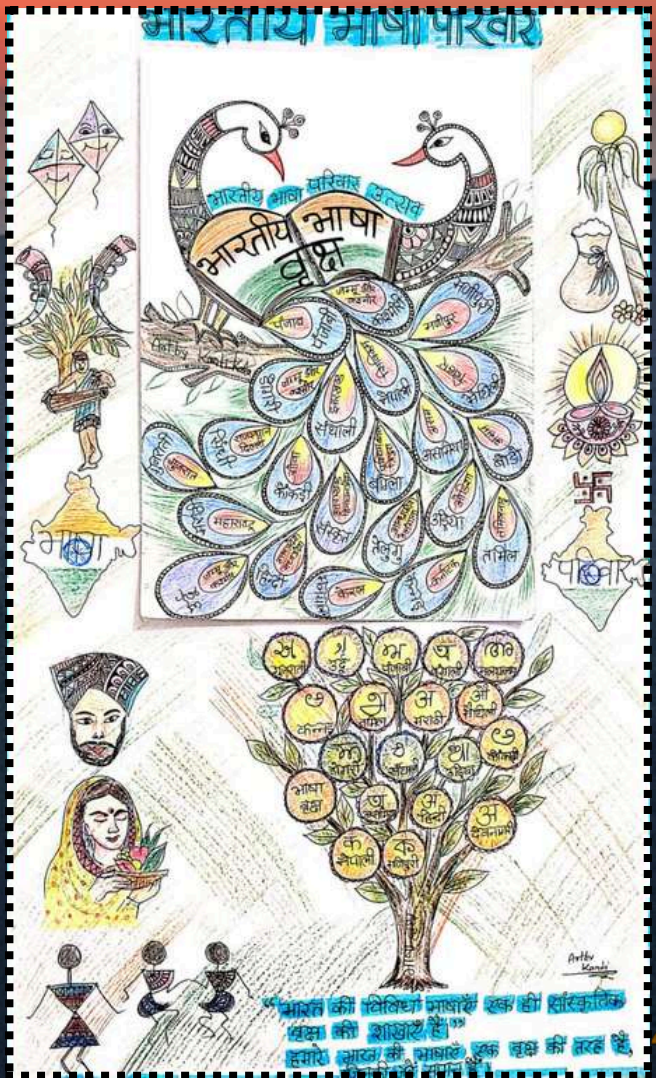
शिक्षा: समय' और 'धैर्य' वह दो हीरे-मोती हैं जिनके बल पर हम बड़े से बड़ा लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं। अतः ज़रूरी है कि हम अपने कीमती समय को बर्वाद ना करें और अपनी मंज़िल तक पहुँचने के लिए धैर्य से काम लें।

बालमन

SUDOKU

- प्रत्येक पंक्ति में 1-4 तक की संख्याएँ केवल एक बार ही आनी चाहिए।
- प्रत्येक कॉलम में 1-4 तक की संख्याएँ केवल एक बार ही शामिल होनी चाहिए।
- प्रत्येक 4x4 ब्लॉक में 1-4 तक की संख्याएँ केवल एक बार ही होनी चाहिए।

	3	4	
4			2
1			3
	2	1	



बालमन

सबसे अलग हूं मैं...

दिए गए चारों आकृतियों में से सबसे अलग आकृति को पहचाने और घेरा लगाएं

ToB मास्टर साहेब कहिन....

जानिए क्या होता है..."बीटिंग द रिट्रीट

मास्टर साहेब: धीरज कुमार
न्यू प्राथमिक विद्यालय हरनाटांड़, भभुआ
कैमूर (बिहार)

बीटिंग द रिट्रीट गणतंत्र दिवस आयोजनों का आधिकारिक रूप से समापन घोषित करता है। सभी महत्वपूर्ण सरकारी भवनों को 26 जनवरी से 29 जनवरी के बीच रोशनी से सुंदरता पूर्वक सजाया जाता है। हर वर्ष 29 जनवरी की शाम को अर्थात् गणतंत्र दिवस के तीसरे दिन बीटिंग द रिट्रीट आयोजन किया जाता है।यह आयोजन तीन सेनाओं के एक साथ मिलकर सामूहिक बैंड वादन से आरंभ होता है जो लोकप्रिय मार्चिंग धुनें बजाते हैं।

English study time

Match the Action

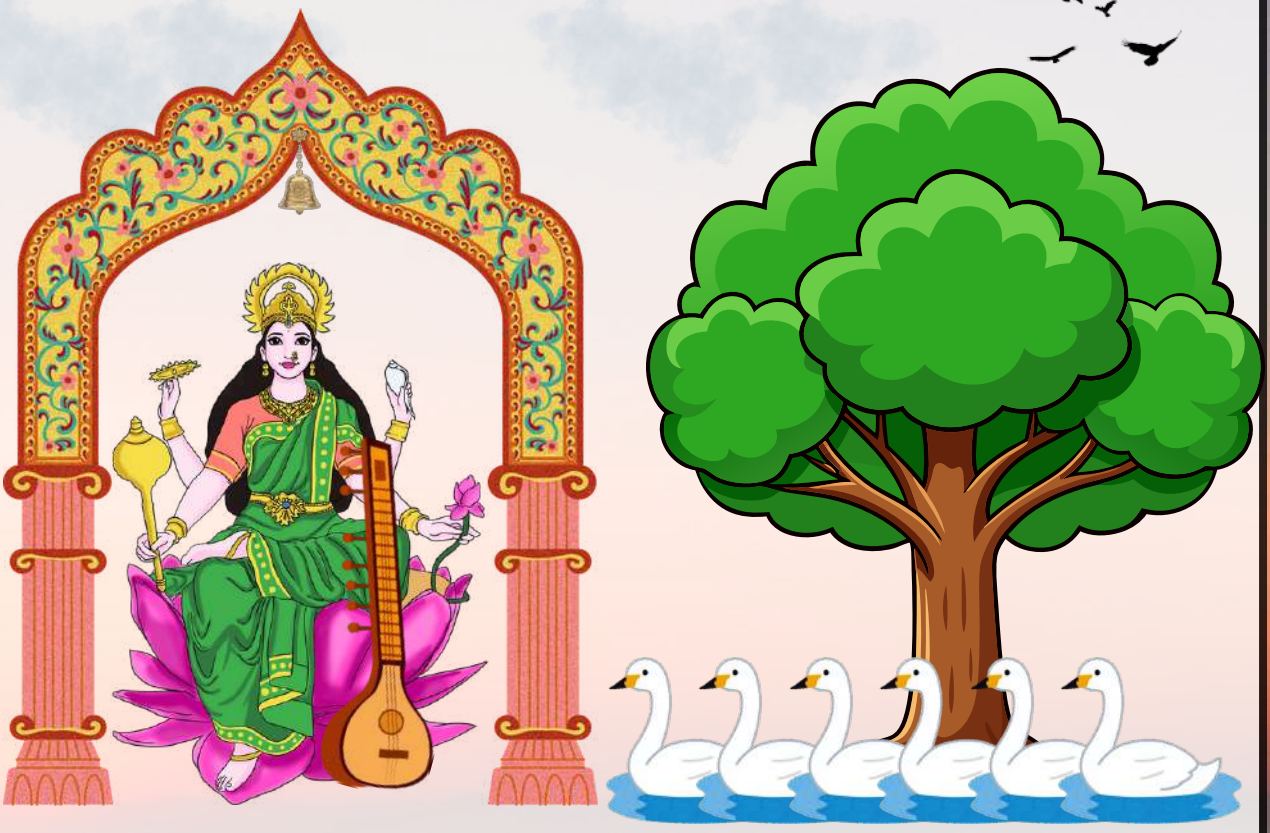
निर्देश: प्रत्येक पात्र के चित्र को देखें। वह शब्द ढूंढें जो उनके द्वारा की जा रही क्रिया का वर्णन करता हो। क्रिया शब्द को खींचकर पात्र के नीचे दिए गए खाली बॉक्स में लिख दें।

Reading | Running | Eating | Singing | Painting

बालमन

अन्तर खोजें

20 सेकड में 5 अंतर खोजे



आप अपने उत्तर को हमे 9431680675 पर व्हाट्सएप द्वारा भेज सकते है।

सही भावनाओं को मिलाओ

ANGRY (गुस्सा)

THINK (सोचना)

HAPPY (खुश)

SAD (उदास)

रोचक तथ्य

राकेश कुमार

भारत ने आंध्र प्रदेश में मात्र 24 घंटों में 28.95 किमी सड़क तैयार कर नया वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाया है। NHAI और राजपथ इन्फ्राकॉन ने 10,675 मीट्रिक टन कंक्रीट का उपयोग कर इस चुनौतीपूर्ण कार्य को रिकॉर्ड समय में मुमकिन कर दिखाया।

गुजरात में बसा माधापार गांव भारत का सबसे अमीर गांव है। यहाँ गांववालों के पास कुल ₹5000 करोड़ की जमा राशि है। इसके साथ ही प्रति व्यक्ति आय के हिसाब से यह दुनिया का सबसे अमीर गांव भी हो सकता है।

आंध्र प्रदेश के डिप्टी सीएम पवन कल्याण पहले भारतीय समुराई बन चुके हैं। यह कामयाबी उन्हें तीन दशकों तक ट्रेनिंग करने के बाद मिली है।

37 सालों तक बच्चों के दिलों पर राज करने के बाद डोरेमोन का प्रसारण आधिकारिक रूप से बंद हो गया है। मेकर्स ने इस शो को बंद करने का ऐलान कर दिया है। इसके साथ ही एक पूरा बचपन, यादें और मासूमियत का दौर खत्म हो गया।

बालमन शिक्षा शब्दकोश

विकासात्मक विकार

विकासात्मक विकार (Developmental Disorders) वे स्थितियाँ हैं जो किसी व्यक्ति के शारीरिक, संज्ञानात्मक (सीखने), भाषाई या व्यवहारिक विकास को प्रभावित करती हैं, जो अक्सर बचपन में शुरू होती हैं और जीवन भर रह सकती हैं, जिससे दैनिक कार्य करने और सीखने में कठिनाई होती है, जैसे ऑटिज़्म, एडीएचडी, और लर्निंग डिसऑर्डर (जैसे डिस्कैलकुलिया) इसके सामान्य उदाहरण हैं।

राकेश कुमार

ToB बालमन

डॉट्स मिलाओ चित्र बनाओ

कुमारी कान्ति (शिक्षिका)
मध्य विद्यालय शर्फुद्दीनपुर बोचहा
मुजफ्फरपुर(बिहार)

आप डॉट्स मिला कर बनी आकृति को रंग कर फोटो क्लिक कर 9431680675 पर भेज सकते है।

बालमन

भाग 1

पेंटिग

प्रा वि बक्सीडीह
फलका कटिहार

प्राथमिक शाला हरदी
बिलासपुर छत्तीसगढ़

M S Madanpur, Agiaon Bhojpur

मध्य विद्यालय, नोनिया टोला,
चकला नरपतगंज, अररिया

उर्दू प्राथमिक विद्यालय करवंडिया चांद ,कैमूर

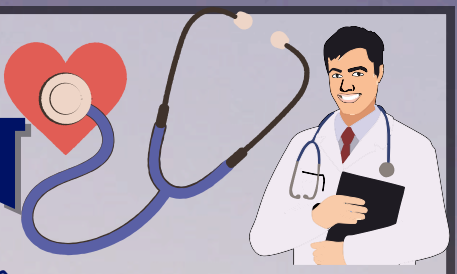
मध्य विद्यालय भेकास, भभुआ
कैमूर

मध्य विद्यालय भेकास, भभुआ
कैमूर

NPS खुटौना यादव टोला पताही, पूर्वी चंपारण

बालमन

स्वास्थ्य सुझाव



Health is wealth

स्वस्थ जीवनशैली से पाए स्वस्थ जीवन

मानसिक स्वास्थ्य:

तनाव को पहचानें और उसे कम करने के लिए योग, ध्यान, या दोस्तों/परिवार से बात करें। सकारात्मक दृष्टिकोण बनाए रखें।

CYBER मंत्र

साइबर शिक्षा से साइबर सुरक्षा

यदि कोई साइबर अपराध होता है, तो आप इन माध्यमों से सहायता ले सकते हैं:

हेल्पलाइन नंबर: 1930 (साइबर अपराध हेल्पलाइन)।

पोर्टल: cybercrime.gov.in पर रिपोर्ट करें।

OLD IS GOLD

चलते - चलते

भगवानी देवी डागर

94 वर्ष की उम्र में मैदान पर उतरीं, 100 मीटर दौड़ में बनीं वर्ल्ड चैंपियन

दिल्ली की भगवानी देवी 1 जनवरी को ही 98वां जन्मदिन मनाई है बायपास सर्जरी के बाद भी वे 94 वर्ष की उम्र में मैदान पर उतरीं। 100 मीटर दौड़ सिर्फ 24.74 सेकंड में पूरी कर गोल्ड मेडल जीता।

दुनिया की सबसे उम्रदराज प्रतिस्पर्धी भगवानी कहती हैं कि जब तक जिऊंगी, खेलती रहूंगी।

फोटो साभार: आज तक

बालमन

भाग 2

पेंटिंग

संस्कृत उत्क्रमित मध्य विद्यालय, चैनपुर, कैमूर

UMS बहेरिया, चांद, कैमूर

प्रा वि बक्सीडीह
फलका, कटिहार

उत्क्रमित मध्य विद्यालय गौरा
मोहनिया, कैमूर

प्राथमिक विद्यालय बक्सीडीह
फलका, कटिहार

प्राथमिक विद्यालय असराढ़ि
भभुआ , कैमूर

प्राथमिक विद्यालय सालेहपुर,
जगदीशपुर, भागलपुर

अभ्यासार्थ मध्य विद्यालय शेखपुरा

मध्य विद्यालय भर्राही
बाजार मधेपुरा

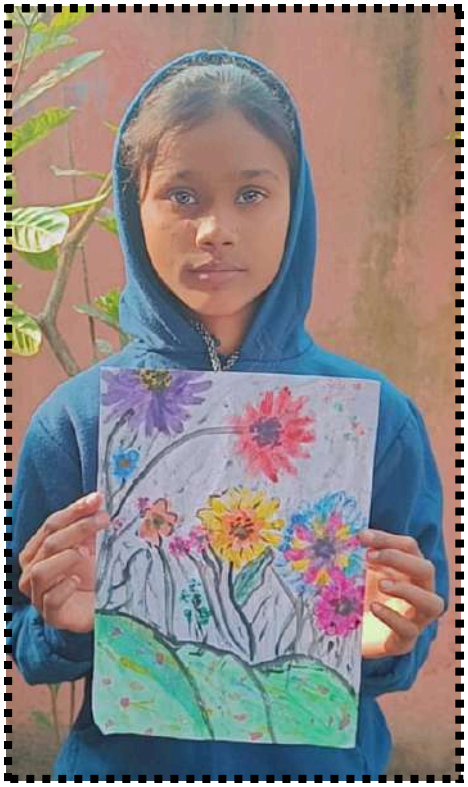
TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
TEACHERS OF BIHAR
7th
Anniversary
Wonderful 7 years
मैं नही हम
20 January 2026
www.teachersofbihar.org
Dhiraj Kumar

TEACHERS OF BIHAR
बालमन
18 जनवरी 2026
4th
Anniversary
CELEBRATING PROGRESS AND IMPACT
2018 - 2026
7TH FOUNDATION DAY
TEACHERS OF BIHAR
TOB बालमन टीम की तरफ से
आप सभी को बहुत बहुत बधाई।
आपके प्रतिभा का हम करते है सम्मान।
ToB बालमन के साथ अपनी प्रतिभा को दे एक नया आयाम।

टीचर्स ऑफ़ बिहार की एक सशक्त मुहिम एवं बिहार सरकार से अपील
TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
"किताब के साथ हो अख़बार — पढ़ेंगे बच्चे, बदलेगा बिहार"
अख़बार रोज़ पढ़ना बच्चों के ज्ञान, सोच और भाषा के लिए ऑक्सीजन जैसा है।
उत्तर प्रदेश और राजस्थान के सरकारी विद्यालयों में अब समाचार पत्र अनिवार्य
हर विद्यालय के चेतना सत्र का अभिन्न अंग हो समाचार पत्र
शिक्षा विभाग, बिहार सरकार से सादर अपील
बिहार के सभी सरकारी विद्यालयों में आयोजित होने वाले चेतना सत्र एवं विद्यालय के दैनिक शैक्षणिक क्रियाकलापों में समाचार पत्र वाचन को अनिवार्य रूप से शामिल किए जाने पर गंभीरता से विचार किया जाए।
शिक्षा विभाग से विनम्र आग्रह है कि समाचार पत्र वाचन को विद्यालयों की नियमित दिनचर्या का अभिन्न अंग बनाते हुए चेतना सत्र में इसे संस्थागत रूप प्रदान किया जाए, ताकि शिक्षा का उद्देश्य केवल पाठ्यक्रम तक सीमित न रहकर जीवन से जुड़ा हुआ बन सके।
धन्यवाद
www.teachersofbihar.org

बालमन

पेंटिंग भाग 3

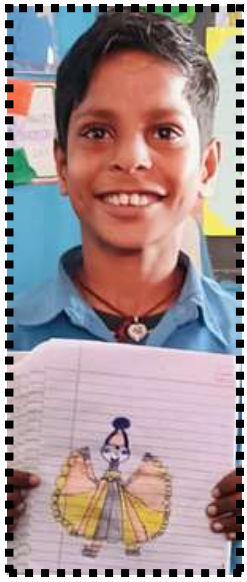


jyoti Kumari,class 4
PS mahi siding, Sonpur, Saran.

मध्य विद्यालय सिमराहा प्रखंड फारबिसगंज
जिला अररिया

उर्दू प्राथमिक विद्यालय करवडिया चांद, कैमूर

कन्या उत्क्रमित मध्य विद्यालय बिछियाँ, दुर्गावती , कैमूर



UMS महुलिया लदनिया
मधुबनी

राजवीर कुमार , शिवानी कुमारी वर्ग-5
NPS खुटौना यादव टोला पताही, पूर्वी चंपारण

M.S.Belagopi, gaighat, Muzaffarpur

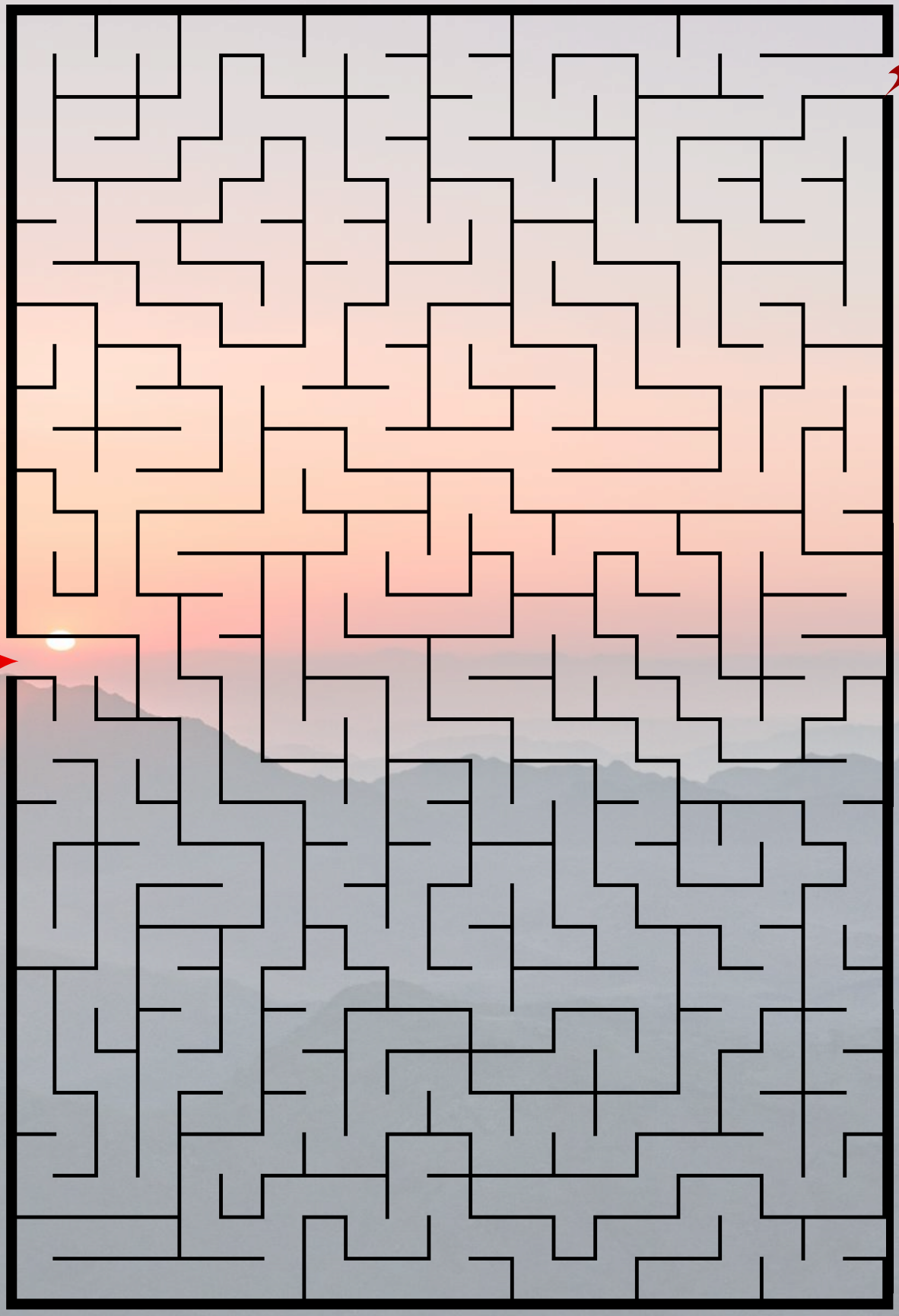
प्राथमिक विद्यालय कुकुराढ़, भभुआ, कैमूर

MS MAHESHKUNDA KAHALGANV
BHAGALPUR

Abhyas middle school, Sheikhpura

बालमन

एक तरफ से दूसरे तरफ



यदि आपको सही रास्ता मिल जाएं तो आप हमे 9431680675 पर भेज सकते हैं।

बालमन
नन्हें कलाकार भाग 1

ashiyana khatun class 7 middle school maheshamunda hindi kahalgaon,Bhagalpur

न्यू प्राथमिक विद्यालय
नवानगर कोचस रोहतास

अण्डे के कैरेट से सुन्दर गुलाब के फूल ।
निधि कुमारी उत्क्रमित मध्य विद्यालय
दुघरा, भभुआ, कैमूर

निशा कुमारी ,वर्ग-5
नव प्राथमिक विद्यालय हरिजन टोला,
कलगीगंज,कहलगाँव, भागलपुर

मध्य विद्यालय सिमराहा,
फ़ारबिसगंज, अररिया

उत्क्रमित मध्य विद्यालय चकला, अररिया

न्यू प्राथमिक विद्यालय हसनपुरा,भभुआ, कैमूर

न्यू प्राथमिक
विद्यालय
सेमरिया,
अख़लासपुर,
भभुआ, कैमूर

English Corner

QUESTION WORDS

विज्ञान कॉनर

पुनीता कुमारी

धातु

* धातुएं प्रायः कठोर होती है।
* धातुओं में एक विशेष चमक होती है।
* धातुएं प्रायः आघातवर्धनीय होते हैं।
* धातुएं प्रायः तन्य होते हैं।
* धातुएं प्रायः विधुत चालन करते हैं।

अधातु

* अधातुएं प्रायः नरम एवं भंगूर होते हैं।
* अधातुओं में चमक नहीं होती है।
* अधातुएं आघातवर्धनीय नहीं होते हैं।
* अधातुएं तन्य नहीं होते हैं।
* अधातुएं विधुत चालन नहीं करते हैं।

नन्हें कलाकार

निशा कुमारी वर्ग-5
नव प्रा. वि.हरिजन टोला,
कलगीगंज,कहलगाँव,भागलपुर

middle school maheshamunda hindi, Bhagalpur

राजकीय मध्य विद्यालय बृजबनिया प्रखंड
चनपटिया जिला पश्चिमी चंपारण

Abhyas middle school, Sheikhpura

प्रा ०वि० बक्सीडीह फलका कटिहार

उत्क्रमित मध्य विद्यालय महुलिया लदनिया जिला मधुबनी

बालमन कविता

नववर्ष तुम्हारा स्वागत है।

नववर्ष तुम्हारा स्वागत है,
खुशियाँ मिले सबको बस यही चाहत है ।

नया जोश, नया उल्लास छाया है,
खुशियाँ लेकर अपार नववर्ष आया है ।

तोड़कर नफरत भरी सब दीवारें अब,
प्रेम और सद्भाव से जीवन को सवारें ।

जो कुछ भी काम अधूरे रह गए हैं,
संकल्प लेकर हम अब उसे पूर्ण करें ।

जो कोई भी हमसे रूठ गए हैं,
उनको सादर प्रेम पूर्वक मनायें ।

नववर्ष में नये गीत मिलकर हम गाएँ,
खुशी - खुशी हमसब मिलकर
नववर्ष मनायें ।

आशीष अम्बर(शिक्षक)
उत्क्रमित मध्य विद्यालय धनुषी
केवटी,दरभंगा(बिहार)

धन्यवाद टीचर्स ऑफ बिहार

है कोटि-कोटि धन्यवाद
ऐ टीचर्स ऑफ बिहार
तेरे बदौलत हीं सबका
होता है सपना साकार

रचनाएं दब सी जाती थी
होता न था प्रचार प्रसार
लिखना शुरू मैंने किया
तुने दिया है , इसमें धार

लेखनी में होती जो त्रुटियां
यहां सबका होता है सुधार
टीओबी की प्रकाशन टीम
सदैव ही , रहती है तैयार

टीम के अथक प्रयास से
हुआ दो साईट का विस्तार
पद्य पंकज व गद्य गुंजन से
होती है रचनाओं का प्रसार

धन्य है ,उनकी सक्रिय सोच को
किए जो TOB का अविष्कार
जिसमें हम शिक्षक कवियों की
लिखित रचना का होता है प्रसार

स्वयं को Google में पाकर के
मेरा मन प्रफुल्लित हुआ अपार
धन्य है , समस्त टीम टीओबी
धन्य है मेरा टीचर्स ऑफ बिहार

एम० एस० हुसैन "कैमूरी"
(शिक्षक)
उत्क्र. म. वि. छोटका कटरा
मोहनियां, कैमूर(बिहार)

हँसी के हसगुल्ले

अरविंद कुमार(शिक्षक)
NPS हसनपुरा, भभुआ
(कैमूर)

शिक्षक: इस वाक्य को अंग्रेजी में अनुवाद करो कि" वसन्त में मुझे मुक्का मारा।"

एक छात्र: "वसन्त पंचमी"

शिक्षक: अरे मैं पर्व का नाम नहीं अनुवाद पूछ रहा हूं।

छात्र: सर वही तो बोल रहे है" Vasant punch me."

टीचर - एक टोकरी में 10 केले थे 3 सड़ गए तो कितने केले बचे ?

मंटू - 10

टीचर - अरे अरे.... 10 कैसे बचेंगे ?

मंटू - सड़े हुए केले कहां जाएंगे, सड़ने से केले तो केले ही रहेंगे न आम थोड़े बन जाएंगे।

पिंटू (अपनी मम्मी से) मम्मी मैं कल से स्कूल नहीं जाऊंगा....

मम्मी : क्यों क्या हुआ ?

पिंटू : अरे मम्मी, मैडम अपने आप को पता नहीं क्या समझती है....

मम्मी : ऐसा भी क्या हो गया ?

पिंटू: मैडम ने खुद ब्लैकबोर्ड पर लिखा " महाभारत " और मुझसे पूछने लगी की महाभारत किसने लिखा है तो मैंने भी कह दिया की आपने ही तो लिखा है उतने में मुझे मैडम ने बहुत कूटा !!!

बालमन

रोचक गणित

कुमार राकेश मणि
(प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा,
नुआंव(कैमूर) बिहार

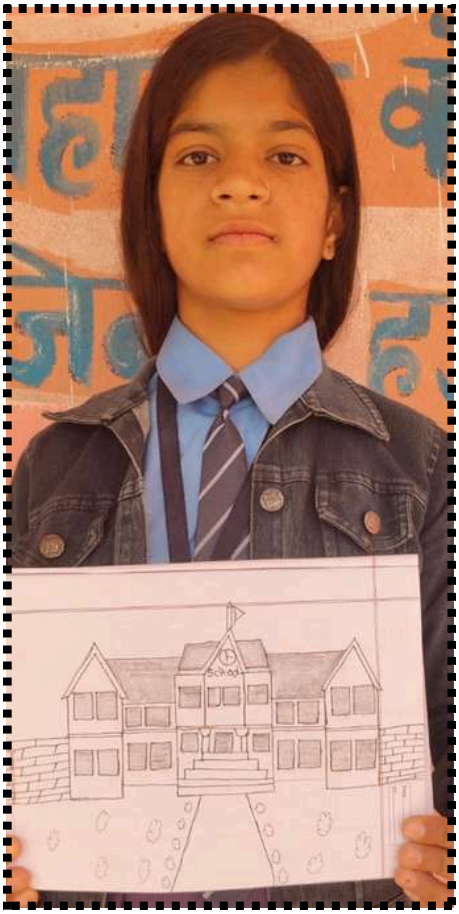
वैदिक गणित प्राचीन भारतीय गणना पद्धति पर आधारित एक आधुनिक प्रणाली है, जिसे 1911 से 1918 के बीच जगद्गुरु स्वामी भारती कृष्ण तीर्थजी महाराज ने वेदों (विशेषकर अथर्ववेद के परिशिष्ट) से खोजा था। उन्होंने 16 सूत्रों और 13 उपसूत्रों के माध्यम से जटिल गणितीय समस्याओं को अत्यंत सरल व तेज़ गति से हल करने की विधियाँ विकसित कीं, जिसे 1957 में पुस्तक के रूप में प्रकाशित किया गया।

वैदिक गणित के 16 सूत्र (Sutras):

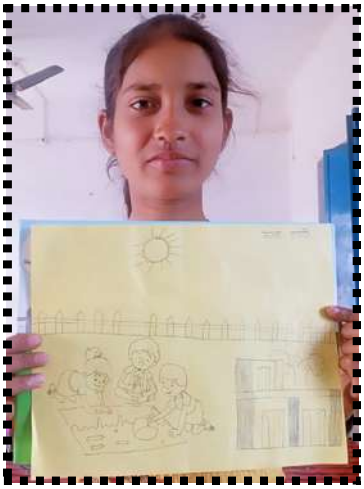
- एकाधिकेन पूर्वेण (Ekadhikena Purvena): पहले वाले से एक अधिक के द्वारा.
- निखिलं नवतश्चरमं दशतः (Nikhilam Navatashcaramam Dashatah): सभी को 9 से और अंतिम को 10 से
- ऊर्ध्व तिर्यग्भ्यां (Urdhva Tiryagbhyam): सीधे और तिरछे (Vertical & Crosswise).
- यावदूनं तावदूनं (Yavadunam Tavadunam): जितनी कमी हो, उतना ही.
- परावर्त्य योजयेत् (Paravartya Yojayet): विपरीत उपयोग करें (Transpose and Apply).
- एकन्यूनेन पूर्वेण (Ekanyunena Purvena): पहले वाले से एक कम के द्वारा.
- व्यास्ति-समस्ति (Vyasti-Samasti): व्यक्तिगत और समग्र (Part and Whole).
- गुणकसमुच्चय-समुच्चयगुणकः (Gunakasamuccaya Samucchaya-Gunakah): गुणनफल का योग, योग का गुणनफल.
- शून्यं साम्यसमुच्चये (Shunyam Saamyasamuccaye): जब समुच्चय (योग) समान हो, तो वह शून्य होता है.
- अनुरूप्ये शून्यमान्यत (Anurupyena Shunyamanyat): यदि एक अनुपात में हो, तो दूसरा शून्य होता है.
- संकलन-व्यकलनाभ्यां (Sankalana-Vyavakalanam): जोड़ और घटाव से (By Addition and Subtraction).
- पूर्ण-अपूर्णाभ्यां (Puranapuranabhyam): पूर्ण और अपूर्ण से (By Completion or Non-completion).
- चलन-कलनाभ्यां (Chalana-Kalanabhyam): अंतर और समानताओं से (Differences and Similarities).
- सोपांत्याद्वयमंत्यां (Sopaantyadvayamantyam): अंतिम और दोगुने उप-अंतिम से (The Ultimate and Twice the Penultimate).
- शेषन्यांकेन चरमेन (Shesanyankena Charamena): अंतिम अंक से शेषफल (Remainder by the Last Digit).
- ध्वजाङ्क (Dhwajanka) (Flag Method): यह एक उप-सूत्र (Upa-Sutra) है जिसे मुख्य सूत्र माना जाता है, जो ध्वज (flag) के सिद्धांत पर काम करता है.

बालमन

पेन और पेंसिल आर्ट



मध्य विद्यालय गौसाघाट, दरभंगा



उत्क्रमित मध्य विद्यालय बगवां

मध्य विद्यालय भेकास, भभुआ, कैमूर

UMS Makhdumabad
Arwal Bihar

प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक,
बरारी, कटिहार

M S Madanpur Agiaon Bhojpur

stay safe

माह: January 2026

शनिवार	विषय
प्रथम शनिवार दिनांक 03.01.2026	शीतलहर से खतरे एवं बचाव के बारे में जानकारी
द्वितीय शनिवार दिनांक 10.01.2026	सड़क / रेल दुर्घटना से खतरे एवं बचाव के सन्दर्भ में जानकारी
तृतीय शनिवार दिनांक 17.01.2026	भूकंप के संदर्भ में कौशल विकास एवं प्रशिक्षण तथा अभ्यास
चतुर्थ शनिवार दिनांक 24.01.2026	बाल शोषण से बचाव एवं बाल विवाह तथा बाल अधिकार के बारे में जानकारी

किसी माह पांचवे शनिवार पड़ने की स्थिति में बच्चों को स्वच्छता संबंधित जानकारी देंगे एवं उसका अभ्यास करायेंगे।

बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

www.teachersofbihar.org

माह: February 2026

शनिवार	विषय
प्रथम शनिवार दिनांक 07.02.2026	भूंकप से खतरे एवं बचाव के बारे में जानकारी (मॉकड्रिल)
द्वितीय शनिवार दिनांक 14.02.2026	कुपोषण से होनेवाली परेशानियां एवं उसके समाधान के सन्दर्भ में जानकारी
तृतीय शनिवार दिनांक 21.02.2026	(जलवायु परिवर्तन) जल एवं भूमि का संरक्षण, वायु प्रदूषण एवं पेड़-पौधों का संरक्षण के सन्दर्भ में जानकारी
चतुर्थ शनिवार दिनांक 28.02.2026	(जलवायु परिवर्तन) जल एवं भूमि का संरक्षण, वायु प्रदूषण एवं पेड़-पौधों का संरक्षण

न्यू प्राथमिक विद्यालय बलरा दुसाध टोली, बरौली, गोपालगंज

पीएम श्री मध्य विद्यालय शिवगंज, डेहरी, रोहतास

बालमन कविता

मेरे गांव का विद्यालय

मेरे बबुरबानी गाँव का विद्यालय,
ज्ञान का प्यारा घर है।
यहाँ पढ़ना, लिखना, खेलना,
हर दिन नया सफ़र है।
शिक्षक, हमें प्यार सिखाते,
सच की राह दिखाते हैं।
मेहनत और अनुशासन,
हम सबको अपनाते हैं।
सपनों को पंख मिलते हैं,
आशा की किरण जगती है।
मेरे बबुरबानी गाँव का विद्यालय,
हम सबकी पहचान बनाती है।

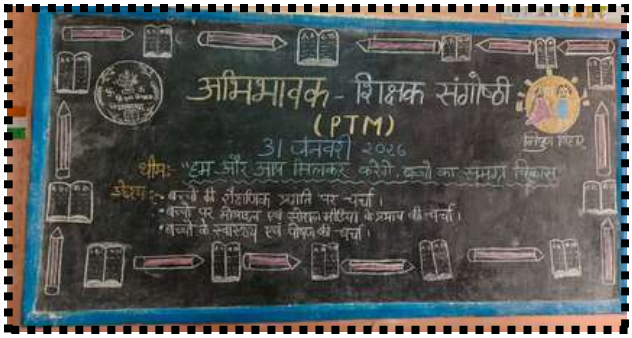
ज्योति कुमारी
कक्षा -6
उत्क्र. म. वि, बबुरबानी,
सोनपुर, सारण(बिहार)

बालमन कार्टून कॉर्नर कान्ति दीदी के साथ

ब्लैक बोर्ड आर्ट

बालमन

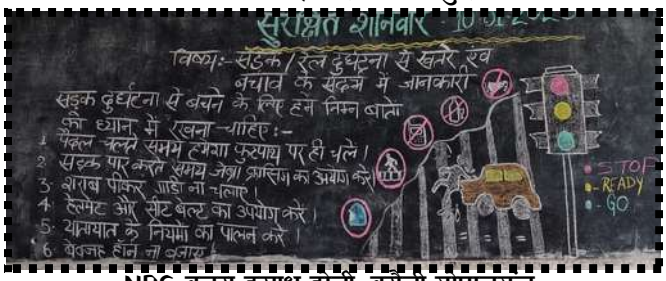
उत्क्रमित मध्य विद्यालय महुलिया लदनिया जिला मधुबनी



प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक, बरारी, कटिहार

प्रा ०वि० प्रखंड कॉलोनी, फूलवारीशरीफ, पटना

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर, छत्तीसगढ़



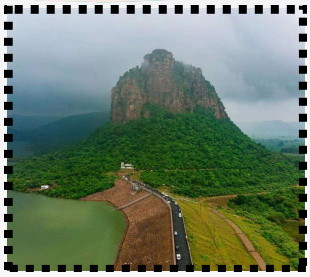
NPS बलरा दुसाध टोली, बरौली गोपालगंज

मध्य विद्यालय सिमराहा प्रखंड फारबिसगंज जिला अररिया

प्राथमिक विद्यालय, माहीसाइडिंग सोनपुर, सारण

मध्य विद्यालय राँटी, मधुबनी

MS MAHESHKUNDA KAHALGANV BHAGALPUR



करमचट डैम

कुमार राकेश मणि

कैमूर की पहाड़ियों में बसा करमचट डैम एक खूबसूरत पर्यटन स्थल है। जिसे 'बिहार का स्विट्ज़रलैंड' भी कहा जाता है। हरियाली, शांत झील, पहाड़ और अब बोटिंग की सुविधा इसे फैमिली पिकनिक और रोमांटिक ट्रिप के लिए परफेक्ट डेस्टिनेशन बनाते हैं।

बिहार के रोहतास जिले की हरियाली में स्थित, एक सुरम्य गंतव्य है जिसे कई लोग "बिहार का स्विट्जरलैंड" कहते हैं - लुभावनी करमचैट बांध। लुढ़कती हरी पहाड़ियों, शांत पानी और एक ताज़ा हवा से घिरा हुआ, यह सुंदर स्थान धीरे-धीरे प्रकृति प्रेमियों, सप्ताहांत यात्रियों और स्थानीय खोजकर्ताओं के बीच लोकप्रियता प्राप्त कर रहा है।

प्रकृति में एक शातिपूर्ण पलायन

करमचट बांध सिर्फ एक जलाशय से कहीं अधिक है। यह एक शातिपूर्ण रिट्रीट है जो प्राकृतिक सुंदरता और शाति का एक आदर्श मिश्रण प्रदान करता है। बांध घने जंगलों और पहाड़ियों से घिरा हुआ है, जो इसे प्रकृति की गोद में एक शांत दिन बिताने के इच्छुक किसी भी व्यक्ति के लिए एक आदर्श गंतव्य बनाता है।

करमचट डैम का मौसम अक्सर पहाड़ी क्षेत्रों जैसा प्रतीत होता है. बादलों की आवाजाही, ठंडी हवा और हरियाली से ढके चट्टानों की छांव में बैठना एक शांत अनुभव देता है। डैम का पानी इतना साफ और स्थिर है कि इसमें सामने की पहाड़ियों का प्रतिबिंब स्पष्ट नजर आता है. यह दृश्य हर नेचर फोटोग्राफर की पसंद बन चुका है।

चाहे आप एक पिकनिक, एक छोटी सड़क यात्रा, या एक फोटोग्राफी सत्र की योजना बना रहे हों, स्थान कुछ विशेष प्रदान करता है। जैसे ही आप पहुंचते हैं, शांत पानी और ठंडी हवा आपका स्वागत करती है। पक्षी पृष्ठभूमि में चहचहाते हैं, और पहाड़ियां लगभग पूरे साल एक हरी शॉल पहनती हैं।

करमचट डैम केवल सुंदरता ही नहीं, यहाँ आसपास के गांवों की लोकजीवन और सादगी भी देखने लायक होती है। मिट्टी के घर, खेत और ग्रामीण लोगों की मुस्कान इस अनुभव को और भी गहराई देती है। अगर आप यहां जाना चाहते हैं, तो करमचट डैम, कैमूर जिला मुख्यालय भभुआ से करीब 40 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है. सड़क मार्ग से आसानी से पहुंचा जा सकता है। नजदीकी रेलवे स्टेशन भभुआ रोड (मोहनिया) है, जो कि ग्रैंड ट्रंक रोड (GT Road) पर स्थित है। वहां से टैक्सी या स्थानीय वाहन से सीधे करमचट डैम तक पहुंचा जा सकता है।

गुणकारी अदरक

भारत के आयुर्वेदिक ग्रंथों में अदरक को सबसे महत्वपूर्ण बूटियों में से एक माना गया है। यहां तक कि उसे अपने आप में औषधियों का पूरा खजाना बताया गया है। आयुर्वेदिक चिकित्सक इसको एक शक्तिशाली पाचक के रूप में लेने की सलाह देते हैं क्योंकि यह पाचक अग्नि को भड़काता है और भूख बढ़ाती है। इसके पोषक तत्व शरीर के सभी हिस्सों तक आसानी से पहुंच पाते हैं। आयुर्वेद में अदरक को जोड़ों के दर्द, मतली और गति के कारण होने वाली परेशानी के उपचार में भी इस्तेमाल किया जाता है।

अदरक के प्रमुख फायदे:

• पाचन में सहायक: अदरक का सेवन गैस, अपच और एसिडिटी जैसी पेट की समस्याओं से राहत देता है।

• सर्दी-खांसी में राहत: इसमें मौजूद औषधीय गुण बलगम को कम करते हैं और सर्दी-खांसी के साथ गले की खराश में राहत देते हैं।

• सूजन और दर्द में कमी: यह शरीर की सूजन और जोड़ों के दर्द को कम करने में मददगार है।

• इम्युनिटी बूस्टर: यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है।

• माइग्रेन और मतली से राहत: यह माइग्रेन के दर्द, सिरदर्द, मतली और उल्टी में भी काफी राहत देता है।

• अदरक कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने में सक्षम होता है।

• दुनिया के सबसे ज्यादा उपजाए जाने वाले मसाले के रूप में अदरक दुनिया का सबसे बहुपयोगी औषधीय गुण वाला पदार्थ है। 100 से ज्यादा बीमारियों में इस चमत्कारी मसाले के औषधीय लाभों पर अनगिनत अध्ययन किए गए हैं। आधे से अधिक पारंपरिक हर्बल औषधियों में इसे शामिल किया जाता है।

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा, नुआंव (कैमूर)

एक नजर इधर भी...

JUHS khamhar Bibhutipur samastipur

Rajkiy Buniyadi Karcholiya
Panapur Saran

NPS बलरा दुसाध टोली, बरौली गोपालगंज

ps जगरिया, कैमूर

प्रा ०वि० प्रखंड कॉलोनी फुलवारीशरीफ पटना

M S Madanpur Agiaon bhojpur

प्रा वि देवघर अनुसूचित टोला जगदीशपुर भोजपुर

मध्य विद्यालय गौसाघाट दरभंगा

मध्य विद्यालय बेलागोपी, गायघाट, मुजफ्फरपुर

मध्य विद्यालय सिमराहा, अररिया

मध्य विद्यालय दुर्गा स्थान, खजाची हाट, पूर्णिया

उत्क्रमित मध्य विद्यालय महुलिया लदनियां जिला मधुबनी

प्राथमिक विद्यालय पार्षद टोला मजगामा कस्बा, पूर्णियाँ

UHS BASANTPUR SUPAUL

UMS फुलवरिया घंघटी चकिया पूर्वी चंपारण

प्राथमिक विद्यालय लखमनपुर, चैनपुर, कैमूर

बालमन

कहना जरूरी हैं....

भारतीय संस्कृति पर पश्चिमी सभ्यता का प्रभाव गहरा और बहुआयामी रहा है, जिसने आधुनिकता, विज्ञान और तकनीकी विकास को बढ़ावा दिया है, लेकिन साथ ही पारंपरिक मूल्यों, संयुक्त परिवारों और पहनावे को भी प्रभावित किया है। पश्चिमीकरण के कारण भारतीय जीवनशैली में तर्कवाद, व्यक्तिवाद, और आत्मनिर्भरता का समावेश हुआ है, जबकि खान-पान, भाषा (अंग्रेजी) और वेशभूषा में पाश्चात्य संस्कृति स्पष्ट झलकती है।

भारतीय संस्कृति पर पाश्चात्य सभ्यता के प्रमुख प्रभाव इस प्रकार हैं:

• जीवनशैली और वेशभूषा: खान-पान में फास्ट फूड का चलन बढ़ा है और पारंपरिक परिधानों की जगह पश्चिमी कपड़े युवाओं में आम हो गए हैं।

• पारिवारिक संरचना: संयुक्त परिवार प्रणाली टूट रही है और एकल परिवारों (Nuclear Families) का चलन बढ़ रहा है।

• शिक्षा और विचारधारा: पश्चिमी शिक्षा प्रणाली से तार्किक सोच, विज्ञान और अंग्रेजी भाषा का महत्व बढ़ा है।

• सामाजिक मूल्य: व्यक्तिवाद, आत्मनिर्भरता, लैंगिक समानता और प्रेम विवाह जैसी अवधारणाओं को बढ़ावा मिला है, लेकिन रिश्तों में संवेदनशीलता और सामूहिकता में कमी आई है।

• धर्म और रूढ़िवादिता: तर्कशक्ति के कारण रूढ़िवादिता कम हुई है, लेकिन भौतिकवाद ने धर्म और परंपराओं के प्रति उदासीनता भी पैदा की है।

हालाकि इस प्रभाव से सकारात्मक आधुनिकीकरण हुआ है, लेकिन अपनी सांस्कृतिक पहचान, पारंपरिक मूल्यों और रीति-रिवाजों को संरक्षित करने की आवश्यकता भी बनी हुई है।

पश्चिमी संस्कृति का प्रभाव भारतीय वैवाहिक जीवन पर कई चुनौतियां लाया है, जैसे सद्भाव में कमी, हिंसा, आत्म-क्षति, और धोखा। लेकिन भारतीय संस्कृति की गहरी जड़ें और मूल्य हमें इन चुनौतियों से निकलने की शक्ति देते हैं। प्रेम, विश्वास, और संवाद के साथ हम अपने वैवाहिक जीवन को मजबूत कर सकते हैं। पश्चिमी और भारतीय संस्कृति का संतुलन बनाकर हम एक सुखी और समृद्ध जीवन जी सकते हैं।

अपने परिवार और रिश्तों को प्राथमिकता दें। आज ही एक नई शुरुआत करें और अपने जीवन में पश्चिमी सभ्यता के प्रभाव से टूटते रिश्ते को बचाने हेतु सकारात्मक बदलाव लाएं!

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा, नुआंव (कैमूर)

विश्व के धरोहर

शान्तिनिकेतन

पश्चिम बंगाल में 'लाल माटी के देश' के नाम से मशहूर बीरभूम ज़िले में बसे शांति निकेतन का नाम देश और दुनिया में अनजाना नहीं है. इसे मशहूर बनाया कवि गुरु रवींद्रनाथ टैगोर की ओर से स्थापित विश्वभारती विश्वविद्यालय ने।इसकी शुरुआत मूल रूप से महर्षि देवेंद्रनाथ टैगोर (रवींद्रनाथ टैगोर के पिता) द्वारा ध्यान केंद्र के रूप में की गई थी, जिसे बाद में गुरुदेव ने विश्वभारती विश्वविद्यालय में विकसित किया।

हरे रंग के पेड़ों के माध्यम से लाल मिट्टी की सड़कों के साथ, शांतिनिकेतन के परिदृश्य की शांत सुंदरता ने वर्षों से अनगिनत कवियों, कलाकारों और विचारकों को प्रेरित किया है, जिनमें स्वयं रवींद्रनाथ टैगोर भी शामिल हैं। प्रसिद्ध "चातिम ताला" पेड़, जिसके तहत टैगोर ने अपने कई छंदों की रचना की थी, आगंतुकों और तीर्थयात्रियों के लिए समान रूप से एक आध्यात्मिक केंद्र बना हुआ है।

यूनेस्को की विश्व धरोहर सूची में शांतिनिकेतन का शामिल होना प्रकृति, संस्कृति और शिक्षा के अपने अनूठे मिश्रण की मान्यता है। यह एक ऐसा स्थान है जहाँ अतीत निर्बाध रूप से वर्तमान के साथ विलय हो जाता है, जहाँ टैगोर की भावना पीढ़ियों को प्रेरित करती रहती है। चाहे आप एक कला उत्साही हों, एक प्रकृति प्रेमी हों, या ज्ञान के साधक हों, शांतिनिकेतन एक गंतव्य है जैसा कि कोई अन्य नहीं है। यूनेस्को के इस विश्व धरोहर रत्न पर जाएँ और इसकी सुंदरता और रचनात्मकता को अपनी आत्मा पर एक अमिट छाप छोड़ने दें।

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा, नुआंव, कैमूर

बोलती तस्वीरें Part 1

छोटे बच्चों के लिए मस्ती खेल के साथ
न्यू प्राथमिक विद्यालय हरनाटांड़, भभुआ, कैमूर, बिहार

न्यू प्रा वि परसिया, न्यू प्रा वि रामपुर पथरा चाँद कैमूर में शिक्षकों के सहयोग से सभी बच्चों को स्वेटर और टोपी का वितरण किया गया।

मध्य विद्यालय बेलगोपी, गायघाट, मुजफ्फरपुर

मध्य विद्यालय सिमराहा फ़ारबिसगंज अररिया

सामूहिक सूर्य नमस्कार
शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय त्योंदा(मध्य प्रदेश)

प्राथमिक शाला हरदी,
बिलासपुर(छत्तीसगढ़)

बालमन QUIZ TIME

१.प्रश्नः राष्ट्रीय युवा दिवस कब मनाया जाता हैं?

क. 16 जनवरी   ख. 24 मार्च   ग. 12 जनवरी   घ. 31 मार्च

२.प्रश्नः निम्न में से किनको"नेताजी"के नाम से भी जानते है?

क. मदन मोहन मालवीय   ख. महात्मा गांधी

ग. सरदार वल्लभ भाई पटेल   घ. सुभाष चंद्र बोस

३.प्रश्नः विश्व की सबसे लंबी नदी का क्या नाम है?

क. गंगा नदी   ख.नील नदी

ग. यांग्त्ज़ी नदी   घ. मिसिसिपी नदी

४.प्रश्नः"करो या मरो" का नारा किसने दिया था?

क. महात्मा गांधी   ख. अटल बिहारी वाजपेई

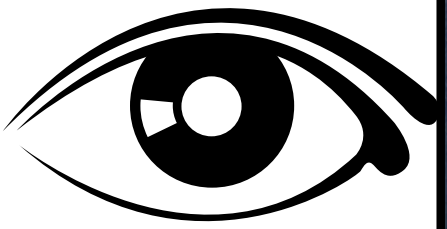
ग. लाल बहादुर शास्त्री   घ. मनमोहन सिंह

सही उत्तर: १. ग, २. घ, ३. ख, ४. क

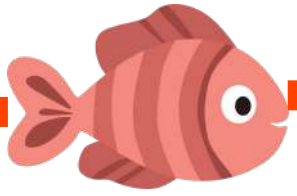
बैंक का नाम बताओ

दिमाग की बत्ती जलाओ

1



2



सही उत्तर: 1.SBI 2.HDFC

बालमन

बूझो तो जानें

पहेली संख्या 1

विद्या की देवी के हाथों में है सुशोभित।
मधुर ध्वनि से सबका दिल लेता है जीत।
नाम बताओ जल्दी तनिक न हो भयभीत।।

सही उत्तर : वीणा

पहेली संख्या 2

पंख नहीं है फिर भी आकाश में उड़ जाता हूँ।
हवाओं से बात करते हुए खूब इठलाता हूं।।
अपने जैसे कई को नीचे गिरा देता हूं ।
बच्चों ही नहीं बड़ों को भी मैं खूब भाता हूं।।

सही उत्तर : पतंग

पहेली संख्या 3

साईं- सुई सट गोड,
तीन मुड़ी दस गोड।।

सही उत्तर : गाय, बछड़ा और ग्वाला दूध दुहते हुए

पहेली संख्या 4

हरी थी मन भरी थी,
राजा जी के बाग में
दुशाला ओढ़े खड़ी थी।

सही उत्तर : मकई

बोलती तस्वीरें

UMS सिलौटा, भभुआ, कैमूर

UMS फुलवरिया घघटी चौकिया पूर्वी चंपारण

प्राथमिक विद्यालय खरांटी कुत्तबी पालीगंज, पटना।

NPS हरनाटाड, भभुआ, कैमूर

NPS बलरा दुसाध टोली, बरौली, गोपालगंज

न्यू प्राथमिक विद्यालय हसनपुरा, भभुआ, कैमूर में निःशुल्क टाई बेल्ट और आई कार्ड का वितरण

मध्य विद्यालय सिमराहा, फारबिसगंज(अररिया)

उत्क्रमित उच्च माध्यमिक विद्यालय मुज़ान, मोहनियां, कैमूर

NPS खुटौना यादव टोला पताही, पूर्वी चंपारण

मध्य विद्यालय भर्राही बाजार मधेपुरा

प्राथमिक विद्यालय मानपुर बिक्रमगंज रोहतास

बालमन कविता

सर्दी आई

सर्दी आई, सर्दी आई,
बच्चों के मन को खूब है भायी।
स्कूल सारे हो गए बंद,
अभी नहीं करनी होगी पढ़ाई।
सर्दी आई सर्दी आई।

चारों तरफ आग जले हैं ,
दादा -दादी सिकुड़ पड़े हैं ।
ओढ़ कंबल और रजाई,
सर्दी आई सर्दी आई।

हम बच्चों के मन को भायी,
मस्ती करते हैं घर पर हम भाई- भाई।
नहीं करनी पड़ती पढ़ाई,
सर्दी आई सर्दी आई ।

घर पर रह लड़ते भाई - बहना,
नहीं सुनते किसी का कहना।
बाहर जाकर सब खेलते,
कभी पतंग ,कभी हॉकी ,तो कभी कबड्डी खेलते।।

आलू पराठा मन को भाता,
कभी चॉकलेट तो कभी कुरकुरे आता।
दिन दिन भर मस्ती करता ,।
सब बच्चे मिल मूंगफली फोड़ते।
सब बच्चे मिल हमजोली करते।।

जगतारिणी उत्क्र. उ. मा. विद्यालय खम्हार,
बिभूतिपूर समस्तीपुर।
नाम -मीनाक्षी कुमारी
क्लास- 9th
रोल नंबर -16

एक बेहतरीन साल

हर साल आती - जाती है,
हर साल कुछ नया सिखा जाती है ,
पिछला साल बेहतर था,
इस साल को बेहतरीन बनाते है।

एक नई वर्ष ,
एक नई ऊर्जा ,
एक नई जिंदगी ,
एक नई खुशियां।

अब भी है वही तमाशे ,
बस झूठे वादे और झूठे दिलासे ,
आखिर कब होगा बदलाव ?
कब लगेगी मझधार से किनारे
नाव ?

कब बदलेगी ये दुनिया की सूरत ?
कब होगा सब अच्छा आज भी है सवाल ?
कैसे मान लू मैं की ये नया साल है ,
आखिर कुछ तो नया नजर आये अगर ये
नया साल है ।

अक्स नाज़,वर्ग 11
ठाकुरगंज (किशनगंज) बिहार

बालमन

चेतना सत्र

उत्क्रमित उच्च माध्यमिक विद्यालय मुज़ान, मोहनियां, कैमूर

प्राथमिक विद्यालय माहिसेडिंग , सोनपुर,सारण

उत्क्रमित मध्य विद्यालय महुलिया लदनियां जिला मधुबनी

मध्य विद्यालय ओरलाहा, बड़हरा कोठी पूर्णिया

मध्य विद्यालय वीरसिंहपुर, कल्याणपुर, समस्तीपुर

प्राथमिक विद्यालय मिर्धाचक आदिवासी टोला प्रखंड - कहलगांव, जिला - भागलपुर

संस्कार , संस्कृति और भावनाएं

ज्योति कुमारी (प्रधान शिक्षिका)
प्राथमिक विद्यालय पार्षद टोला मजगामा
कस्बा,पूर्णियाँ(बिहार)

जीवन के मौन संवाद

मानव जीवन केवल भौतिक उपलब्धियों से नहीं, बल्कि उसके संस्कारों, संस्कृति और भावनाओं से पूर्ण होता है। ये तीनों तत्व मिलकर व्यक्ति के चरित्र का निर्माण करते हैं और समाज को दिशा प्रदान करते हैं। इनके बिना जीवन यान्त्रिक और नीरस बन जाता है।

संस्कार मनुष्य के जीवन की आधारशिला होते हैं। ये हमें परिवार, समाज और शिक्षा के माध्यम से प्राप्त होते हैं। सत्य बोलना, बड़ों का सम्मान करना, ईमानदारी, परिश्रम और अनुशासन—ये सभी अच्छे संस्कारों के उदाहरण हैं। संस्कार ही व्यक्ति को सही और गलत में अंतर करना सिखाते हैं और कठिन परिस्थितियों में भी सही निर्णय लेने की शक्ति देते हैं।

संस्कृति किसी समाज की पहचान होती है। हमारी भाषा, वेशभूषा, खान-पान, रीति-रिवाज, पर्व-त्योहार और परंपराएँ मिलकर संस्कृति का निर्माण करती हैं। संस्कृति हमें हमारी जड़ों से जोड़ती है और सामूहिक जीवन जीने की कला सिखाती है। भारतीय संस्कृति "वसुधैव कुटुंबकम्" की भावना पर आधारित है, जो पूरे विश्व को एक परिवार मानती है।

भावनाएँ मनुष्य को संवेदनशील और मानवीय बनाती हैं। प्रेम, करुणा, सहानुभूति, दया और सम्मान जैसी भावनाएँ समाज में आपसी संबंधों को मजबूत करती हैं। भावनाओं के बिना संस्कार कठोर हो जाते हैं और संस्कृति केवल बाहरी दिखावा बनकर रह जाती है। भावनाएँ ही हमें दूसरों के दुःख-दर्द को समझने और सहायता करने के लिए प्रेरित करती हैं।

संस्कार, संस्कृति और भावनाएँ—तीनों एक-दूसरे से गहराई से जुड़े हुए हैं। संस्कार संस्कृति को जीवंत बनाते हैं और भावनाएँ उन्हें मानवीय स्वरूप देती हैं। आज के आधुनिक और तकनीकी युग में भले ही जीवन तेज़ हो गया हो, लेकिन यदि हम इन मूल्यों को भूल जाएँ, तो प्रगति अधूरी रह जाएगी।

अतः हमें अपने जीवन में अच्छे संस्कार अपनाने चाहिए, अपनी संस्कृति का सम्मान करना चाहिए और भावनाओं को सकारात्मक दिशा देनी चाहिए। तभी हम एक संतुलित, सशक्त और संवेदनशील समाज का निर्माण कर सकते हैं।

निपुण भारत

निपुण भारत का अर्थ है समझ और संख्यात्मकता के साथ पठन में दक्षता हेतु राष्ट्रीय पहल। यह शिक्षा मंत्रालय द्वारा जुलाई 2021 में शुरू की गई एक योजना है जिसका उद्देश्य 2026 से 27 तक कक्षा 3 के अंत तक भारत के प्रत्येक बच्चे के लिए आधारभूत साक्षरता और संख्यात्मकता (FLN)सुनिश्चित करना है। इस मिशन का लक्ष्य बच्चों को बुनियादी साक्षरता और गणितीय कौशल प्रदान करना है और यह सुनिश्चित करना है कि वह पढ़ने, समझने और संख्याओं के साथ काम करने में सक्षम हो।

निपुण भारत के मुख्य उद्देश्य: -

आधारभूत साक्षरता और संख्यात्मकता 2026 से 2027 तक कक्षा 3 के अंत तक प्रत्येक बच्चों में बुनियादी साक्षरता और संख्यात्मकता हासिल करना।

उच्च गुणवत्ता वाली शिक्षा:- बच्चों को उच्च गुणवत्ता वाली सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक शिक्षण सामग्री उपलब्ध कराना।

समस्या समाधान कौशल:- बच्चों को संख्याओं मैप और आकार को समझने में सक्षम बनाना ,तर्क और समस्या समाधान कौशल विकसित करना ।

समावेशी शिक्षा:-खेल आधारित और गतिविधि आधारित शिक्षा शास्त्र को शामिल करके एक समावेशी कक्षा वातावरण बनाना।

शिक्षक विकास शिक्षकों को प्रभावी शिक्षण विधियों में प्रशिक्षित करना और उनकी क्षमता बढ़ाना।

"योजना का महत्व"

* यह योजना प्रारंभिक शिक्षा में उन गंभीर कमीयों को दूर करती है जहां कहीं स्कूली बच्चे छोटी पाठ पुस्तक के पढ़ने और समझने में असमर्थ है

** यह राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP) 2020 का एक हिस्सा है।

सबनम फैयाज
यू .एम.एस फुलवरिया घंघटी चकिया पूर्वी चंपारण बिहार

बालमन सामान्य ज्ञान

1. भारत का सबसे बड़ा राज्य (क्षेत्रफल के अनुसार) – **राजस्थान**
2. भारत की सबसे लंबी नदी – **गंगा**
3. विश्व का सबसे ऊँचा पर्वत – **माउंट एवरेस्ट**
4. भारत में कितने राज्य हैं – **28 राज्य**
5. कर्क रेखा भारत के कितने राज्यों से गुजरती है – **8 राज्य**
6. भारत को आज़ादी कब मिली – **15 अगस्त 1947**
7. भारत के प्रथम राष्ट्रपति – **डॉ. राजेन्द्र प्रसाद**
8. सिंधु घाटी सभ्यता का प्रसिद्ध स्थल – **हड़प्पा, मोहनजोदड़ो**
9. अशोक किस वंश का शासक था – **मौर्य वंश**

बालमन कविता

2025 में क्या देखा?

क्या बोले पब्लिक...
2025 में क्या-क्या देखा,
वक़्त से पहले मानसून देखा,
अप्रैल के महीने में जून देखा।
पहलगाम में गोलियां
अंधाधुन देखा
ऑपरेशन सिंदूर में
देश का जुनून देखा।
पडोसी मुल्क को
बेचैन मजबूर देखा
सैनिकों के माथे पर
कर्तव्य का अभिमान देखा,
माँ भारती की रक्षा में
हर दिल कुर्बान देखा।
एक स्वर, एक संकल्प,
पूरा हिंदुस्तान देखा,
इतिहास ने फिर करवट ली,
दुनिया ने भारत का
बढ़ता सम्मान देखा।

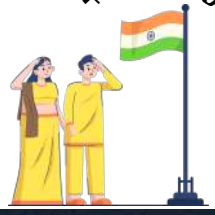
गोपाल कौशल भोजवाल
नागदा जिला धार
मध्यप्रदेश

गणतंत्र का पावन पर्व

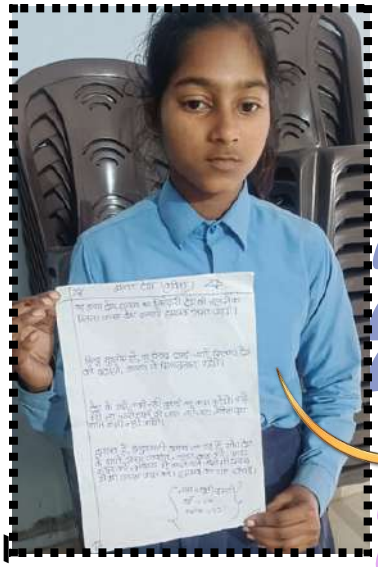
आया है गणतंत्र दिवस,
लेकर नव आलोक अपार।
सविधान की ज्योति से
जगमग हुआ देश हमारा।।

तिरंगे की पावन छाया में
बढ़ते हैं हम बालक आज,
सत्य, श्रम और साहस से
गढ़ते हैं भारत का काज।।

वीरों के बलिदानों से
सजा स्वतंत्रता का द्वार,
कर्तव्य-पथ पर चलकर
करें राष्ट्र का उद्धार।।



वंदन है इस पावन धरा को,
वंदन भारत माता को।
नमन है वीर सपूतों को
वंदन है भारत की एकता को।।



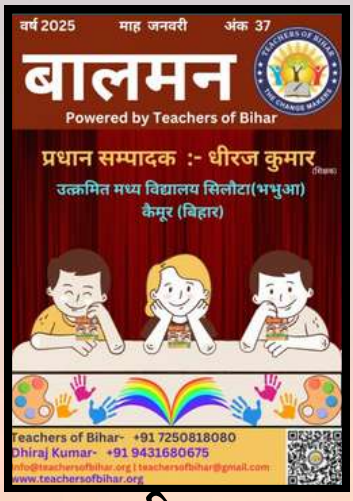
आदित्य कुमार, कक्षा ५
उत्क्रमित मध्य विद्यालय
महुलिया
लदनिया (मधुबनी)बिहार

ब्यूटी कुमारी, वर्ग 6
मध्य विद्यालय भर्राही
बाजार, मधेपुरा

बालमन

Teachers of Bihar :
+917250818080
Dhiraj Kumar :
+91 9431680675
teachersofbihar@gmail.com
www.teachersofbihar.org

वर्ष 2025 की पत्रिका को पढ़ने के लिए पत्रिका पर क्लिक करें।



जनवरी 2025

फरवरी 2025

मार्च 2025

अप्रैल 2025

मई 2025

जून 2025

जुलाई 2025

अगस्त 2025

सितम्बर 2025

अक्टूबर 2025

नवम्बर 2025

दिसम्बर 2025

ToB बालमन के व्हाट्सएप ग्रुप से जुड़ने के लिए
QR कोड को स्कैन करे या क्लिक करे।