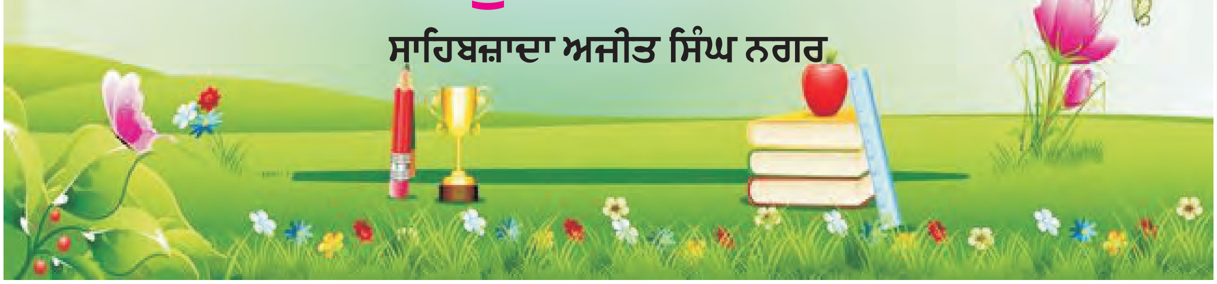
# ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ

## ਪੰਜਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ

R3Q2Y1



## ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ

© ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ

ਪਹਿਲਾ ਐਡੀਸ਼ਨ 2020

ਐਡੀਸ਼ਨ 2021-22............................ 1,95,200 ਕਾਪੀਆਂ

All rights, including those of translation, reproduction and annotation etc., are reserved by the Punjab Government.

## ਚਿਤਾਵਨੀ

1. ਕੋਈ ਵੀ ਏਜੰਸੀ-ਹੋਲਡਰ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ ਵਸੂਲਣ ਦੇ ਮੰਤਵ ਨਾਲ਼ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ 'ਤੇ ਜਿਲਦ-ਸਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। (ਏਜੰਸੀ-ਹੋਲਡਰਾਂ ਨਾਲ਼ ਹੋਏ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ. 7 ਅਨੁਸਾਰ)
2. ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੁਆਰਾ ਛਪਾਈਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੇ ਜਾਲ੍ਹੀ/ਨਕਲੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਂ (ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ) ਦੀ ਛਪਾਈ, ਸਟਾਕ ਕਰਨਾ, ਜਮ੍ਹਾਖ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਆਦਿ ਕਰਨਾ ਭਾਰਤੀ ਦੰਡ-ਪ੍ਰਨਾਲ਼ੀ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਜੁਰਮ ਹੈ।

(ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੀਆਂ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਬੋਰਡ ਦੇ 'ਵਾਟਰ ਮਾਰਕ' ਵਾਲ਼ੇ ਕਾਗ਼ਜ਼ ਉੱਪਰ ਹੀ ਛਪਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।)

ਸਕੱਤਰ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ, ਵਿੱਦਿਆ ਭਵਨ, ਫੇਜ਼-8 ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ-160062 ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਅਤੇ ਰਾਹੁਲ ਆਰਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰੈਸ ਜਲੰਧਰ ਵੱਲੋਂ ਛਾਪੀ ਗਈ।

# ਦੋ ਸ਼ਬਦ

ਕੌਮੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਖ਼ਾਕਾ (ਐੱਨ. ਸੀ. ਐੱਫ.)-2005 ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਖ਼ਾਕਾ (ਪੀ.ਸੀ. ਐੱਫ਼-2013 ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦਾ ਬੋਝ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਹਾਮੀ ਹਨ ਦੋਵੇਂ ਅਹਿਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਇਸ ਪੱਖ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿਰਫ਼ ਜਮਾਤ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰਵਾਇਤੀ ਵਿਧੀ ਤੋਂ ਜ਼ਰਾ ਹਟ ਕੇ ਬਾਹਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਜਗਤ ਨਾਲ ਵੀ ਜੁੜੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਮਹਿਜ਼ ਕਿਤਾਬੀ ਇਲਮ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰਵਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਮਿਲੇਗਾ

ਸ੍ਰੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਕੁਮਾਰ ਆਈ. ਏ. ਐੱਸ. ਸਕੱਤਰ, ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਬਿਰਤੀ ਦੀ ਰੂਹ ਫੂਕੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਸਰਵਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਉਸ ਦੇ ਨੈਤਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਜੋਕੇ ਪਦਾਰਥਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਚੰਗਾ ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ ਤਾਂ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਅਸਲੋਂ ਸਭਿਅਕ ਹੋਣ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸੇ ਲੋੜ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੈਸ਼ਨ 2020-21 ਤੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰੀ-ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਤੋਂ ਬਾਰਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੱਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮਨੁੱਖੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਸਬੰਧੀ ਮਿਆਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਹਾਰ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ ਇਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੀ ਆਪਣੇ ਉੱਚ ਇਖ਼ਲਾਕ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਮਾਣਮੱਤਾ ਧੁਰਾ ਬਣ ਸਕਣ ਦੀ ਸੋਝੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਇਸ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਨਵੇਂ ਵਿਸ਼ੇ 'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ' ਦੀ ਹਥਲੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਇਸ ਦੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਸੁਹਿਰਦ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਭਰਪੂਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵਿਸ਼ਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਬਹੁ-ਮੁਖੀ ਅਤੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕੇ ਯਕੀਨਨ ਹੀ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਨਵੇਂ ਵਿਸ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਉੱਚ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਇਸ ਯੁੱਗ ਦਾ ਹਾਣੀ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਭਿੱਅਕ ਮਨੁੱਖ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇਗੀ

ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਇਸ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਭਵਿੱਖਤ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਲਈ ਰਿਣੀ ਰਹੇਗਾ

ਚੇਅਰਮੈਨ

ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

# ਮੁੱਖ ਬੰਦ

ਆਧੁਨਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਮਹਿਜ਼ ਕਿਤਾਬੀ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦੇ ਕੌਸ਼ਲ ਸਿਖਾ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਸਰਵ-ਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ਵੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਅਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉੱਤਮ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਵੀ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇ, ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸਾਲ 2020-21 ਤੋਂ **'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ'** ਦਾ ਨਵਾਂ ਵਿਸ਼ਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੀ ਮੁਢਲੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੁਸਤਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸੌਂਪੀ ਗਈ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਿਹਨਤ, ਗੰਭੀਰਤਾ ਅਤੇ ਮੌਲਿਕਤਾ ਨਾਲ਼ ਇਸ ਕੰਮ ਨੂੰ ਨੇਪਰੇ ਚਾੜ੍ਹਿਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚਲੇ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦਿਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬੌਧਿਕ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਮੁੱਚੀ ਪੁਸਤਕ ਸਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਰਵਾਇਤੀ ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪ ਸਿੱਖਣਗੇ।

ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਤਹਿ-ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬਹੁਮੁੱਲੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆ ਨੂੰ ਪੁਸਤਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਜੋਅ ਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਤੋਹਫ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

**ਡਾ. ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੋਹਾ,**
**ਸਟੇਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ**
ਪੜ੍ਹੋ ਪੰਜਾਬ, ਪੜ੍ਹਾਓ ਪੰਜਾਬ

# ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਰਚਨਾ ਕਮੇਟੀ

**ਵਿਸ਼ਾ-ਮੂਲਕ ਅਗਵਾਈ:**

- ਡਾ.ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੋਹਾ, ਸਟੇਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ , ਪੜ੍ਹੋ ਪੰਜਾਬ, ਪੜ੍ਹਾਓ ਪੰਜਾਬ

**ਲੇਖਣ ਅਤੇ ਪਰੂਫ਼ ਰੀਡਿੰਗ:**

- ਡਾ. ਪੁਸ਼ਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਲੈਕਚਰਾਰ ਪੰਜਾਬੀ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਮਲਟੀਪਰਪਜ਼ , ਪਟਿਆਲਾ
- ਡਾ. ਚਰਨ ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਲੈਕਚਰਾਰ ਪੰਜਾਬੀ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਬਸੀ ਕਲਾਂ, ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ
- ਮਦਨ ਵੀਰਾ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਸਟਰ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਚੋਹਾਲ, ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ
- ਸਤਪਾਲ ਭੀਖੀ, ਈ.ਟੀ.ਟੀ., ਸ.ਪ੍ਰ.ਸ. ਅਸਰਪੁਰ, ਬਲਾਕ ਭੁੱਨਰਹੇੜੀ-2, ਪਟਿਆਲਾ
- ਮਨਜੀਤ ਪੁਰੀ, ਲੈਕਚਰਾਰ ਪੰਜਾਬੀ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਖੋਖਰ, ਸ੍ਰੀ ਮੁਕਤਸਰ ਸਾਹਿਬ
- ਡਾ.ਸ਼ਮਸ਼ੇਰ ਮੋਹੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਸਟਰ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਭੂੰਗਾ, ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ
- ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਸਟਰ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਮਾਨਸਾ (ਮੁੰਡੇ), ਮਾਨਸਾ
- ਪਰਗਟ ਸਿੰਘ ਸਤੌਜ, ਡੀ.ਪੀ.ਈ., ਸ.ਹ.ਸ. ਉਗਰਾਹਾਂ, ਸੰਗਰੂਰ
- ਤਰਸੇਮ, ਹਿੰਦੀ ਮਾਸਟਰ, ਸ.ਸ.ਸ.ਸ. ਖੁੱਡੀ ਕਲਾਂ, ਬਰਨਾਲਾ
- ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਸਟਰ, ਸ.ਮਿ.ਸ. ਦੇਧਨਾ, ਪਟਿਆਲਾ
- ਨੀਲਮ ਕੁਮਾਰੀ, ਸਾਇੰਸ ਮਿਸਟ੍ਰੈੱਸ, ਸ.ਹ.ਸ. ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਮਾਜਰਾ, ਫ਼ਤਿਹਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ
- ਡਾ.ਲਖਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਿਸਟ੍ਰੈੱਸ, ਸ.ਮਿ.ਸ. ਘੁਟੀਂਡ, ਫ਼ਤਿਹਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ
- ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਿਸਟ੍ਰੈੱਸ, ਸ.ਹ.ਸ. ਫ਼ਤਿਹਪੁਰ ਰਾਜਪੂਤਾਂ, ਪਟਿਆਲਾ

**ਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਗ੍ਰਾਫਿਕਸ:**

- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਧਿਆਪਕ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ, ਕਬਰ ਵੱਛਾ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ।

**ਕਵਰ ਚਿੱਤਰ :**

- ਅਮਨਜੋਤ ਕੌਰ (ਅ/ਕ ਟੀਚਰ) ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ, ਭੇਡਪੁਰਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪਟਿਆਲਾ।

# ਤਤਕਰਾ


| ਲੜੀ ਨੰ: | ਪਾਠ ਦਾ ਨਾਮ | ਪੰਨਾ ਨੰ: |
|---|---|---|
| 1. | ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ | 1-12 |
| | (ੳ) ਕੀਟਾਣੂ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀਆਂ | |
| | (ਅ) ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤ | |
| | (ੲ) ਸਫ਼ਾਈ | |
| | (ਸ) ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ | |
| 2. | ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ | 13-23 |
| | (ੳ) ਜਮਾਤ ਪੱਧਰ 'ਤੇ | |
| | (ਅ) ਸਕੂਲ ਪੱਧਰ 'ਤੇ | |
| | (ੲ) ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ | |
| 3. | ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ | 24-27 |
| | (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਜਾਣਦੇ ਹੋ? | |
| | (ਅ) ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣੀਏ ਅਤੇ ਸਮਝੀਏ | |
| | (ੲ) ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਾ ਖੇਤਰ | |
| | (ਸ) ਆਓ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਅਪਣਾਈਏ | |
| 4. | ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਰੱਖੀਏ | 28-36 |
| | (ੳ) ਆਪਣੇ ਰਾਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਸਾਂਝਾਂ | |
| | (ਅ) ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ | |
| | (ੲ) ਦੇਸ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬੋਲੀਆਂ ਬਾਰੇ | |
| | (ਸ) ਦੇਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ | |
| 5. | ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ | 37-40 |
| | (ੳ) ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ | |
| 6. | ਸਭ ਦਾ ਬਰਾਬਰ ਸਤਿਕਾਰ | 41-45 |
| | (ੳ) ਸਮਾਜਿਕ ਮੇਲ਼-ਜੋਲ਼ | |
| 7. | ਸਹਿਯੋਗ | 46-50 |
| | (ੳ) ਮਦਦ ਕਰੋ, ਚੰਗੇ ਬਣੋ | |
| | (ਅ) ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ? | |
| | (ੲ) ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ? | |
| 8. | ਆਤਮ-ਸੁਰੱਖਿਆ | 51-57 |
| | (ੳ) ਕਰਾਟਿਆਂ ਦੀ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ | |
| | (ਅ) ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ | |
| | (ੲ) ਗਤਕੇ ਦੀ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ | |
| | (ਸ) ਚੰਗਾ ਛੂਹਣਾ, ਮਾੜਾ ਛੂਹਣਾ | |
| | (ਹ) ਵਾਰਤਾਲਾਪ | |
| | (ਕ) ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ! ਮਿੰਨੀ ! | |
| | (ਖ) ਮਹਾਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ | |
| 9. | ਉਲਝਣ ਦਾ ਸਹੀ ਹੱਲ | 58-62 |
| | (ੳ) ਆਓ ਪਤੰਗ ਉਡਾਈਏ | |
| | (ਅ) ਹਰ ਮਸਲੇ ਦਾ ਹੱਲ | |
| | (ੲ) ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਨੋਟ | |

ਪਾਠ 1

# ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ

## (ੳ) ਕੀਟਾਣੂ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀਆਂ

ਬੱਚਿਓ, ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਲਿਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਬੁਖ਼ਾਰ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?

ਬੱਚਿਓ, ਬੁਖ਼ਾਰ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਖਾਂਸੀ ਸਾਨੂੰ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨਾਲ਼ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਟਾਈਫਾਈਡ, ਹੈਜ਼ਾ, ਪੇਚਿਸ਼, ਖਸਰਾ ਆਦਿ। ਕੀਟਾਣੂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ਼ ਆਲੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੀ ਗੰਦਗੀ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਨਹੁੰਆਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

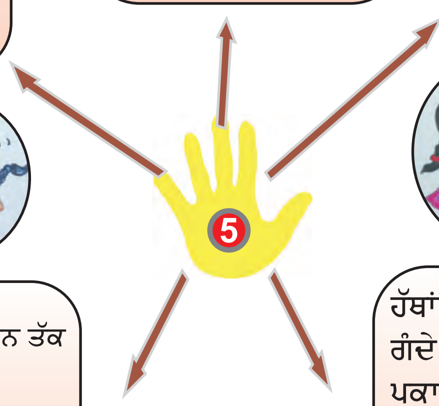
### ਆਓ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿਵੇਂ ?

**ਕੀਟਾਣੂ ਅਕਸਰ ਹੱਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ।**

**ਨੱਕ, ਮੂੰਹ, ਹੱਥਾਂ, ਅੱਖਾਂ ਤੋਂ। ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਮਲ਼ਣ ਤੇ ਹੱਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ।**
ਬਚਾਅ: ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ ਸਮੇਂ ਰੁਮਾਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

**ਬਿਮਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪਖ਼ਾਨੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੱਕ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ।**
ਬਚਾਅ : ਪਖ਼ਾਨੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਬਣ ਨਾਲ਼ ਧੋਣਾ

**ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਤੱਕ। ਛੂਹਣ 'ਤੇ।**
ਬਚਾਅ: ਹੱਥ ਧੋਣਾ।



ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਾਕੀ ਭੋਜਨ ਤੱਕ ਹੱਥਾਂ ਰਾਹੀਂ।
ਬਚਾਅ: ਭੋਜਨ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਣਾ। ਫਲ਼ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਕੇ ਖਾਣਾ।

ਹੱਥਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ? ਗੰਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ਼ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਖਾਣ ਨਾਲ਼।
ਬਚਾਅ : ਹਮੇਸ਼ਾ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥ ਧੋਣਾ।

- ਮਨਕਰਨ ਨੂੰ ਇਹ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਸਭ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ?

## ਮੈਂ ਕੀਟਾਣੂ ਮੁਕਤ ਹਾਂ ✓

ਨਾਂ - ਮਨਕਰਨ ਜਮਾਤ- ਪੰਜਵੀਂ

1. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਧੋਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ✓
2. ਮੈਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਨਹਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ✓
3. ਮੈਂ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ✓
4. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੰਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ✓
5. ਮੇਰਾ ਘਰ ਅਤੇ ਆਲ਼ਾ-ਦੁਆਲ਼ਾ ਸਾਫ਼ - ਸੁਥਰਾ ਹੈ ✓
6. ਮੈਂ ਫ਼ਲ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਧੋ ਕੇ ਖਾਂਦਾ ਹਾਂ ✓

### ਕਿਰਿਆ-1: ਹੱਥ ਮਿਲਾਓ

ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗੋਲ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰੋ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ 'ਤੇ ਟੈਲਕਮ ਪਾਊਡਰ ਪਾਓ, ਉਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਗਲੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ਼ ਹੱਥ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਹੱਥ ਮਿਲ਼ਾਉਣ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਹੱਥ ਨਾ ਮਿਲਾ ਲੈਣ। ਹੁਣ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਾਪੀ, ਕਿਤਾਬ, ਪੈੱਨ, ਪੈਨਸਿਲ ਆਦਿ ਫੜਨ ਲਈ ਕਹੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਊਡਰ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਛੂਹਣ 'ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੀਟਾਣੂ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਤੱਕ ਹੱਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ

### ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ :

1. ਕੀਟਾਣੂ ਅਕਸਰ .........ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ (ਅੱਖਾਂ / ਹੱਥਾਂ )
2. ਖੰਘਣ ਛਿੱਕਣ ਸਮੇਂ .........ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ( ਹੱਥਾਂ / ਰੁਮਾਲ )
3. ਪਖ਼ਾਨੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ.............ਨਾਲ਼ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ (ਸਾਬਣ / ਮਿੱਟੀ )
4. ਕੀਟਾਣੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਤੱਕ ...........ਤੇ ਫੈਲਦੇ ਹਨ (ਛੂਹਣ/ਖਾਣ)

ਸੁਖਦੀਪ ਨੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਤਾ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਸ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਦਾ ਹੈ। ਅਚਾਨਕ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਪੈ ਗਿਆ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ਼ ਗਿਆ। ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਦੱਸਿਆ। ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਹੀ ਕਾਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ :

- ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਤਾ ਰੱਖਣਾ ☐
- ਕੁੱਤੇ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਣਾ ☐
- ਕੁੱਤੇ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥ ਨਾ ਧੋਣਾ ☐
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ☐

**ਆਓ ਸਮਝ ਪਰਖੀਏ :**

1. ਕੀਟਾਣੂ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ ?

   ੳ) ਛੂਹਣ ਨਾਲ਼ ਅ) ਖੰਘਣ/ਛਿੱਕਣ ਨਾਲ਼

   ੲ) ਹਵਾ ਨਾਲ਼ ਸ) ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ਼

2. ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਮੁੱਢਲਾ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ ?

   ੳ) ਬਾਹਰ ਨਾ ਜਾਣਾ ਅ) ਨੱਕ ਢਕ ਕੇ ਰੱਖਣਾ

   ੲ) ਕਿਸੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਜਾਣਾ ਸ) ਸਵੱਛਤਾ

3. ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ?

   ੳ) ਡਾਇਰੀਆ ਅ) ਜ਼ੁਕਾਮ

   ੲ) ਅੰਧਰਾਤਾ ਸ) ਟੀ.ਬੀ.

4. ਕੀਟਾਣੂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ?

   ੳ) ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਅ) ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ

   ੲ) ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਸ) ਹਰ ਥਾਂ

## (ਅ) ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤ

### (ਕਹਾਣੀ)

ਇੱਕ ਦਿਨ ਹਵਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਹਵਾ ਆਖਣ ਲੱਗੀ, "ਪਾਣੀ ਵੀਰੇ, ਕੀ ਗੱਲ ਹੈ? ਇੰਨਾ ਉਦਾਸ ਕਿਉਂ ਦਿਖ ਰਿਹਾ ਹੈਂ?" ਪਾਣੀ ਚੁੱਪ ਰਿਹਾ ਜਿਵੇਂ ਦੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਕੋਲ਼ ਹੀ ਪਲੇਟ ਵਿੱਚ ਪਿਆ ਭੋਜਨ ਬੋਲਿਆ, " ਕੀ ਕਰੇ ਵਿਚਾਰਾ ਉਸਦਾ ਦੁੱਖ ਵੱਡਾ ਹੈ! ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਗੰਦਗੀ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਮੈਲ਼ਾ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।" "ਸੱਚਮੁੱਚ ਹਵਾ ਭੈਣੇ, ਮੈਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਗੁਣ ਹੀ ਗਵਾ ਬੈਠਾ ਹਾਂ। ਕਿੰਨਾ ਪਾਕ ਤੇ ਪਵਿੱਤਰ ਸਾਂ ਮੈਂ! ਠੰਡਾ ਅਤੇ ਮਿੱਠਾ ਵੀ। ਯਾਦ ਕਰੋ ਕਿੰਨਾ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਰੀਰ ਸੀ ਮੇਰਾ! ਵਿਅਰਥ ਵਹਾਓ ਕਾਰਨ ਕਿੰਨਾ ਸੁੰਗੜ ਗਿਆ ਹੈ।" ਹਵਾ ਨੇ ਕਿਹਾ, " ਮੇਰੀ ਹਾਲਤ ਵੀ ਤੇਰੇ ਜਿਹੀ ਹੀ ਹੈ, ਅਣਗਿਣਤ ਵਾਹਨਾਂ ਅਤੇ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਦੇ ਗੰਦੇ ਧੂੰਏਂ ਕਾਰਨ ਮੇਰੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਵੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਇਸ ਸੋਚ

ਨੇ ਤੰਗ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੀ ਬਣੂ? ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਦੇਰ ਮੈਂ ਇਸ ਦੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤਾਜ਼ਗੀ ਭਰ ਸਕਾਂਗੀ  ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਹ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲਾ ਤੱਤ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਗਿਆ ਹੈ।" "ਸਹੀ ਗੱਲ ਹੈ ਹਵਾ ਭੈਣੇ", ਭੋਜਨ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਮੇਰੀ ਵੀ ਹਾਲਤ ਕੋਈ ਬਹੁਤੀ ਵਧੀਆ ਨਹੀਂ। ਪਾਣੀ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਨ ਅਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਕਾਰਨ ਮੇਰਾ ਸਵਾਦ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ ਵੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ  ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਇਹ ਫ਼ਿਕਰ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਮੈਨੂੰ ਖਾ ਕੇ ਭਿਆਨਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ  ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸੋਝੀ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀ? ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਵਰਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਅਣਗਹਿਲੀ ਅਤੇ ਲਾਲਚੀ ਸੋਚ ਦਾ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ  ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਹੀ ਸਰਮਾਇਆ ਹੈ "

**ਕਿਰਿਆ 1**

ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ

**ਕਿਰਿਆ 2**

ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਆਪਣੀ ਵਿਗੜੀ ਹੋਈ ਹਾਲਤ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹਨ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੱਲ ਸੁਝਾਅ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਵਾ

……………………………………

……………………………………

……………………

……………………………

ਪਾਣੀ

……………………………………

……………………

……………………

……………………

ਭੋਜਨ

……………………………………

……………………

……………………

……………………

ਕਿਰਿਆ 3

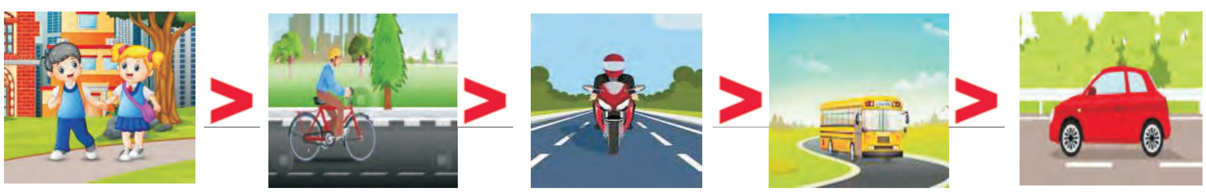
***ਆਓ ਤਿਆਰ ਕਰੀਏ***

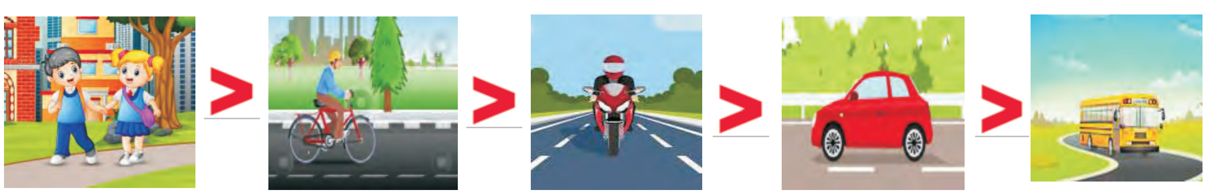
ਹਵਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਰੈਲੀ ਕੱਢਣ ਲਈ ਬੈਨਰ ਅਤੇ ਸਲੋਗਨ

**ਇਹ ਦੱਸੋ :**

★ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵਿਗੜੀ ਹੋਈ ਹਾਲਤ ਕਾਰਨ ਉਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਕੀ ਘੱਟ ਗਿਆ ਹੈ?

★ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤਰਜੀਹ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਵਿਕਲਪ ਸਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ?





**ਆਓ ਸਮਝ ਪਰਖੀਏ :**

1. ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਕਿਸ ਦੇ ਗੰਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਮਾਰੂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ?

   ੳ) ਹਵਾ　　　　ਅ) ਪਾਣੀ

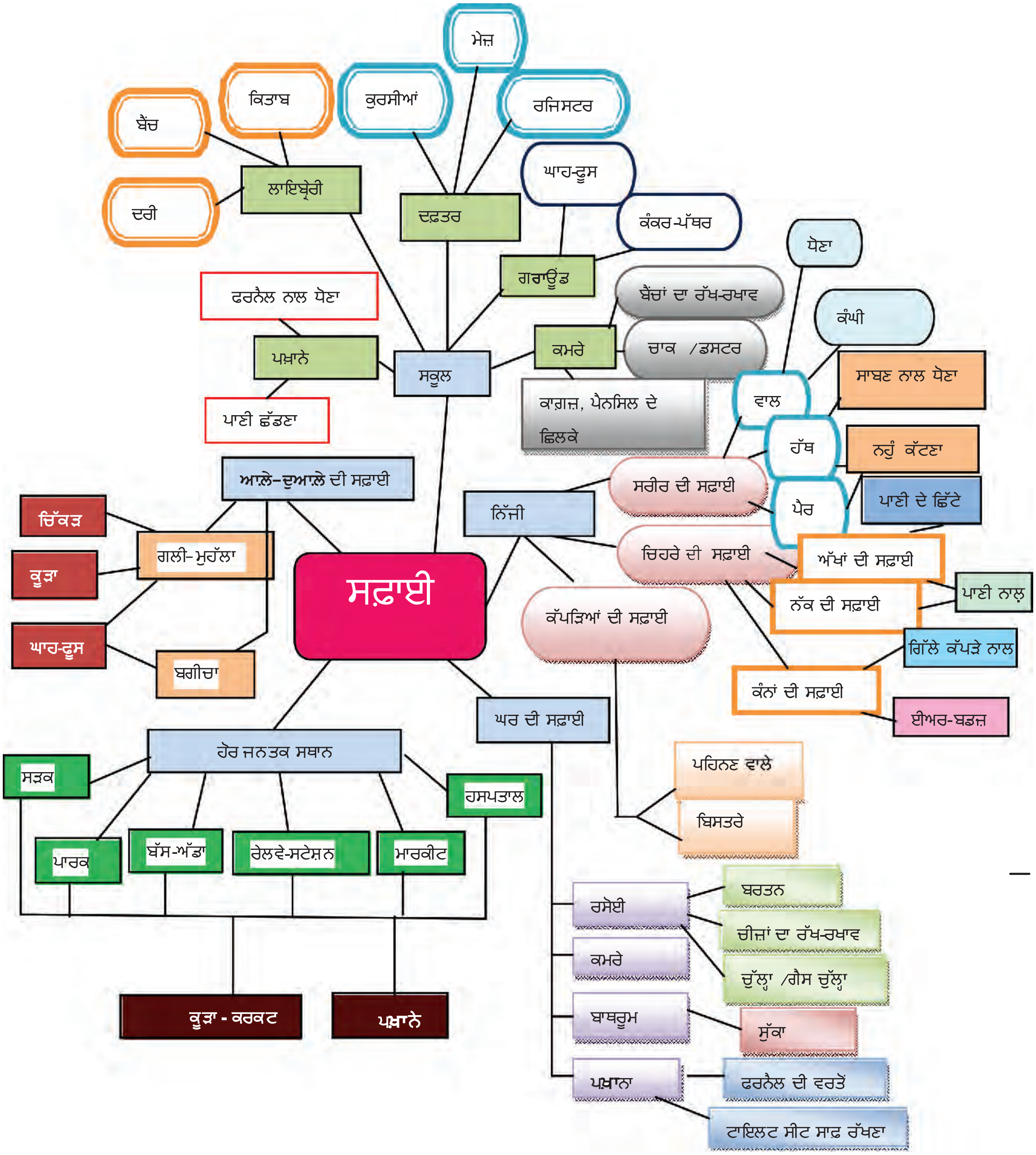
   ੲ) ਭੋਜਨ　　　　ਸ) ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ

2. ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਹਵਾ ਨਾਲ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?

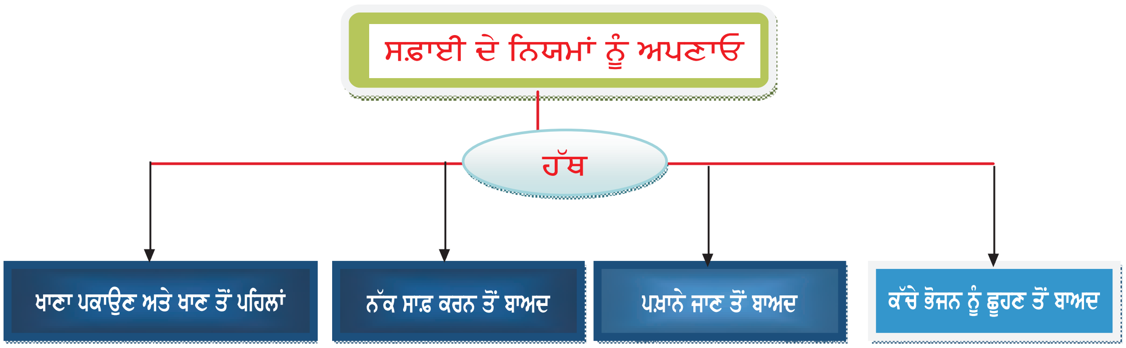
   ੳ) ਭੋਜਨ ਤੱਤਾਂ ਦਾ　　　　ਅ) ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ

   ੲ) ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਦਾ　　　　ਸ) ਪਾਣੀ ਦਾ

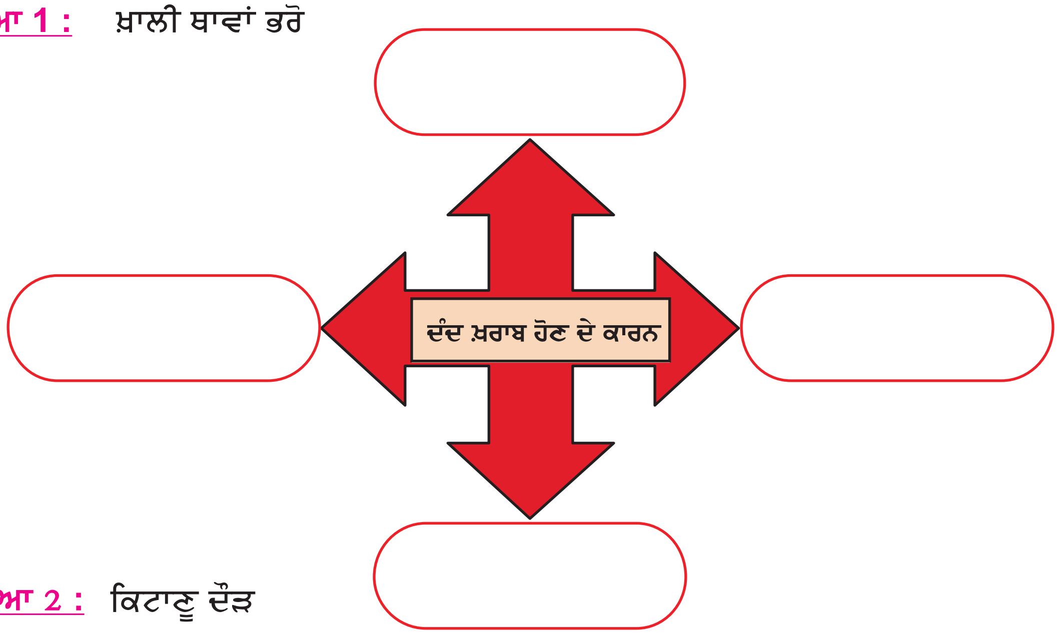
## (ੲ) ਸਫ਼ਾਈ




**ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ**–ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਮਾਈਂਡ–ਮੈਪ ਅਨੁਸਾਰ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਫ਼ਾਈ ਦੇ ਵੱਖ– ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ




**ਕਿਰਿਆ 1 :** ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ




**ਕਿਰਿਆ 2 :** ਕਿਟਾਣੂ ਦੌੜ

**ਮੰਤਵ : ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣਾ ਕਿ ਸਫ਼ਾਈ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ਼ ਫੈਲਦੇ ਹਨ**

ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ਼ ਦੋ ਫਲੈਸ਼ ਕਾਰਡ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਜਿਸ ਤੇ **ਕੀਟਾਣੂ** ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇ ਅਧਿਆਪਕ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ

ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ **ਚੱਕਰ** ਬਣਾ ਕੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਾਈ ਲਿਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਪੂਰੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਬੱਚੇ ਅਲੱਗ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਗਲ਼ ਵਿੱਚ **ਕੀਟਾਣੂ** ਵਾਲ਼ਾ ਫਲੈਸ਼ ਕਾਰਡ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਉਹ ਦੋਵੇਂ **ਕੀਟਾਣੂ** ਬਣਨਗੇ ਤੇ ਬਾਕੀ ਬੱਚੇ ਹੱਥ ਬਣਨਗੇ ਹੱਥ ਬਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਾਈ ਵਾਲ਼ੇ **ਚੱਕਰ** ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੱਥ ਬਣੇ ਬੱਚੇ ਸਫ਼ਾਈ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਭੱਜਣਗੇ ਤੇ ਫਿਰ ਅਧਿਆਪਕ **ਕੀਟਾਣੂ** ਬਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਫੜ ਕੇ **ਦੌੜਨ** ਅਤੇ ਹੱਥ ਬਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਕਹੇਗਾ ਉਹ ਕੀਟਾਣੂ ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੜ ਲੈਣਗੇ ਉਹ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੱਥ ਫੜ ਕੇ ਦੌੜੇਗਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ **ਕੀਟਾਣੂਆਂ** ਦੀ ਸੰਖਿਆ

**ਕੀਟਾਣੂ ਚੱਕਰ ਤੋੜੋ !**

**ਕਿਰਿਆ 3 :** ਆਪਣੇ ਘਰ/ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜਿੱਥੇ ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਢੰਗ ਵੀ ਸੁਝਾਓ

| ਸਥਾਨ | ਸੁਝਾਅ |
|---|---|
| | |

★ ਇਹ ਦੱਸੋ:

ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਵਿੱਚ ਕੀ – ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ?

..........................................................................................

..........................................................................................

..........................................................................................

..........................................................................................

ਮੈਂ ਸਫ਼ਾਈ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਹਰ ਥਾਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਪਰ ਮੈਂ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਹਾਂਗੀ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੋਗੇ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੋਗੇ ਅਤੇ ਦੱਸੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਹਾਂ ਤੇ ਕਿੱਥੇ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ?

| ਸਥਾਨ | ਮੈਂ ਹਾਂ ( ✓ ) | ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ( ✗ ) |
|---|---|---|
| | | |

★ **ਗਲਤ (✓) ਸਹੀ ( ✗ ) ਚੁਣੋ :**

1. ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ☐
2. ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ਼ੋਂ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣਾ ਸੌਖਾ ਹੈ ☐
3. ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਨਾਲ਼ ਅਸੀਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ☐

**ਆਓ ਸਮਝ ਪਰਖੀਏ :**

1. ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਿੱਥੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

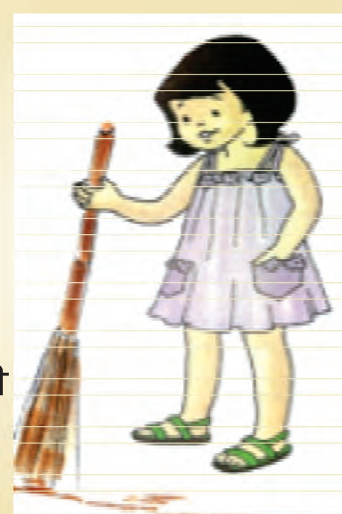
ੳ) ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਅ) ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਆਲ਼ੇ ਤੋਂ

ੲ) ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਸ) ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢ ਤੋਂ

2. ਸਾਨੂੰ ਸਫ਼ਾਈ ਕਿਉਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ?

ੳ) ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਸਵੱਛਤਾ ਲਈ ਅ) ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਲਈ

ੲ) ਗੰਦਗੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ



(ਸ) ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ

## ਕਵਿਤਾ

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ......
ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ,
ਹਰ ਰੋਜ਼ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਤੇ ਨਹਾਉਣਾ,
ਹੋ ਗਏ ਜੇ ਦੰਦ ਖ਼ਰਾਬ,
ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਊ ਗੰਨੇ ਚੂਪਣਾ ਤੇ ਛੱਲੀਆਂ ਚਬਾਉਣਾ।

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ......
ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿੰਨੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੇ,
ਨਹਾ ਕੇ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣੇ,
ਪਸੀਨਾ, ਬਦਬੂ ਤੇ ਕੀਟਾਣੂ ਨਾਲ਼ ਜੇ ਹੋ ਗਏ ਬਿਮਾਰ ,
ਤਾਂ ਪੈਣਗੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣੀਆਂ ਤੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ।

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ.....
ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ,
ਘਰ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਤੇ ਸਵੱਛ ਬਣਾਉਣਾ,
ਕੂੜਾ ਜੇ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪਾਇਆ ਤਾਂ,
ਮੱਖੀ ਨਾਲ ਹੈਜ਼ਾ, ਮੱਛਰ ਨਾਲ ਮਲੇਰੀਆ ਹੈ ਫੈਲ ਜਾਣਾ

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ ...
ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ,
ਗ਼ਲੀ ਵਿੱਚ ਝਾੜੂ ਲਗਾਉਣਾ,
ਜੇ ਨਾ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਿਆ ਆਲ਼ਾ-ਦੁਆਲਾ,
ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਕੂੜਾ ਮੁੜ ਘਰ ਨੂੰ ਹੀ ਆਉਣਾ।

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ ...........

ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ,

ਚੰਗੀਆਂ ਭੋਜਨ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣਾ,

ਖਾਂਦੇ ਰਹੇ ਜੇ ਗੰਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ਼ ਨੰਗਾ ਭੋਜਨ,

ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਊ ਸਿਹਤ ਤੇ ਪੈ ਜਾਊ ਪਛਤਾਉਣਾ।

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ ...

ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ,

ਹਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ਼ ਤੇ ਸਲਾਦ ਖਾਣਾ,

ਖਾ ਕੇ ਬਜ਼ਾਰੂ ਭੋਜਨ, ਪੀਂਦੇ ਰਹੇ ਜੇ ਕੋਲਡ ਡ੍ਰਿੰਕ ,

ਤਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣਗੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਪਵੇਗਾ ਚਸ਼ਮਾ ਲਗਵਾਉਣਾ।

ਪ੍ਰੀਤੀ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀ ਹੈ .......

ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਹੈ ਆਪਣੀ ਦਾਦੀ ਦਾ ਕਹਿਣਾ

ਵੇਲ਼ਾ ਰਹਿੰਦੇ ਕਰ ਲਓ ਵਿਚਾਰ ,

ਕਿਉਂਕਿ ਲੰਘਿਆ ਵੇਲ਼ਾ ਕਦੇ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਆਉਣਾ ।

## ਕਿਰਿਆ 1 .

**ਚਰਚਾ :**

ਕੀ ਪ੍ਰੀਤੀ ਸੱਚਮੁੱਚ ਸਿਆਣੀ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਿਉਂ ?

## ਕਿਰਿਆ 2 .

ਪ੍ਰੀਤੀ ਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਆਦਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ :

.................................................................................................................................

.................................................................................................................................

.................................................................................................................................

.................................................................................................................................

**ਕਿਰਿਆ** 3. ਪ੍ਰੀਤੀ ਨੇ ਚੰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਆਦਤਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਣ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਹੈ ਭਾਸ਼ਣ ਲਿਖਣ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ

**ਆਓ ਸਮਝ ਪਰਖੀਏ:**

1. ਪ੍ਰੀਤੀ ਕਿਉਂ ਸਿਆਣੀ ਹੈ ?

   ੳ) ਉਸ ਦੀ ਉਮਰ ਵੱਧ ਹੈ। ਅ ) ਉਹ ਦੁੱਧ ਪੀਂਦੀ ਹੈ।

   ੲ ) ਉਹ ਸੁੰਦਰ ਹੈ। ਸ) ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

2. ਗੰਦੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

   ੳ) ਬਦਬੂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਅ) ਕਿਟਾਣੂ ਫ਼ੈਲਦੇ ਹਨ।

   ੲ) ਬੀਮਾਰੀ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ) ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁੱਝ।

ਪਾਠ 2

# ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ

## (ੳ) ਜਮਾਤ ਪੱਧਰ 'ਤੇ

*ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ, ਅੱਜ ਆਪਾਂ 'ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ' ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਾਂਗੇ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਅਰਥ ਜਮਾਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਕਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਇੱਕ ਜਮਾਤ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਮਾਤ। ਘਰ, ਸਕੂਲ, ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇਸ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਸਾਡੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਸਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਹੀ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਪਿਆਰ, ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਅਤੇ ਸਮਰਪਣ ਹੈ ਆਓ, ਆਪਾਂ ਕੋਈ ਸਮੂਹਿਕ ਕਾਰਜ ਕਰੀਏ*

**ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਕੰਮ :** ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਮਿਲ਼ ਕੇ ਇੱਕ ਚਾਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸੇਧ ਦਿੰਦੇ ਮਾਟੋ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਇਹ ਸਕੂਲ ਦੀ ਦੀਵਾਰ 'ਤੇ ਲਾਵਾਂਗੇ ਬਾਕੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਹੋਰ ਕੰਮ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ

**(ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਬੱਚੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ)**

ਗੁਰਲੀਨ : ਮੇਰੇ ਕੋਲ਼ ਗੁਲਾਬੀ ਰੰਗ ਦਾ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਚਾਰਟ ਹੈ, ਮੈਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ

ਸ਼ਿਵਮ : ਮੇਰੇ ਕੋਲ਼ ਰੰਗ ਹਨ ਆਪਾਂ ਇਸ ਚਾਰਟ ਲਈ ਰੰਗ ਵਰਤਾਂਗੇ ਮੈਂ ਰੰਗ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਾਂਗਾ

ਕਰਨਬੀਰ ਸਿੰਘ : ਮੈਂ ਪੇਂਟਿੰਗ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਲਿਖਾਈ ਵੀ

ਬਲਕਾਰ ਸਿੰਘ : ਆਹ ਲਵੋ ਪੈਨਸਿਲ, ਫੁੱਟਾ, ਘਾੜੂ ਅਤੇ ਰਬੜ

ਗਗਨਦੀਪ : ਪਰ ਇਸ ਚਾਰਟ 'ਤੇ ਜੋ ਲਿਖਣਾ ਹੈ ਉਹ ਨਾਅਰੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ਼ ਹੈ ਨਹੀਂ?

ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ : ਮੇਰੇ ਤੇ ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਕੋਲ਼ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਟੋ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ-ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਸਵੇਰ ਦੀ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਬੋਲਦੇ ਹੁੰਦੇ ਨੇ ਉਹ ਅਸੀਂ ਕਾਪੀ ਤੇ ਲਿਖੇ ਨੇ

ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ : ਹਾਂ ! ਹਾਂ ! ਮੇਰੇ ਕੋਲ਼ ਵੀ ਨੇ, ਮੇਰੇ ਵੱਡੇ ਭਰਾ ਨੇ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਲਿਖਵਾਏ ਸੀ

ਹਰਸਿਮਰਨ ਤੇ ਨਵਜੋਤ : ਬਣਾਓ-ਬਣਾਓ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੈਲੋ-ਟੇਪ ਤੇ ਗੂੰਦ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ

**(ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਚਾਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਚਾਰਟ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖ ਕੇ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਰਨਬੀਰ ਚਾਰਟ 'ਤੇ ਲਾਈਨਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਲਿਖਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਦੂਸਰੇ ਬੱਚੇ ਪੂਰੇ ਉਤਸੁਕ ਹਨ)**

ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ : ਲਿਖੋ-

**ਵਿੱਦਿਆ ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਹੈ ਗਹਿਣਾ**
**ਜਿਸ ਨੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਉਸ ਦੇ ਪੈਣਾ**

(ਕਰਨਬੀਰ ਸਿੰਘ ਲਿਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ)

ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ :(ਕੁਝ ਰੁਕ ਕੇ) ਆਹ ਵਿਚਾਰ ਬਹੁਤ ਸੋਹਣਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਸਰ ਬੋਲਦੇ ਹੁੰਦੇ ਨੇ:

**ਧੀ, ਪਾਣੀ ਤੇ ਰੁੱਖ ਬਚਾਓ**
**ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸਮਤੋਲ ਬਣਾਓ**

ਗਗਨਦੀਪ ਸਿੰਘ : ਸ਼ਰਨ ਦੀਦੀ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਰਫ਼ ਕਾਪੀ 'ਤੇ ਸਾਫ਼-ਸਾਫ਼ ਲਿਖ ਕੇ ਦੇ ਦੋ, ਕਰਨ ਤੋਂ ਜਲਦੀ-ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਲਿਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ

ਕਰਨਬੀਰ ਸਿੰਘ : ਹਾਂ ! ਮੈਨੂੰ ਲਿਖ ਕੇ ਦੇ ਦੋ

(ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਆਪਣੀ ਕਾਪੀ 'ਤੇ ਲਿਖਦੀ ਹੈ)

**ਗੁਰੂਆਂ ਨੇ ਹੈ ਗੱਲ ਸਮਝਾਈ**
**ਦਸਾਂ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਕਰੋ ਕਮਾਈ**

**ਜਾਤ-ਪਾਤ, ਰੰਗ-ਧਰਮ ਦੀ ਸਾਡੀ ਨਹੀਂ ਲੜਾਈ**
**ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਵੈਰੀ ਨਹੀਂ, ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਭਾਈ-ਭਾਈ**

ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ : ਦੀਦੀ ਇੱਕ ਆਹ ਵਿਚਾਰ ਲਿਖ ਲੈ:

ਐਸੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ
ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਲ ਨਹੀਂ

**(ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਲਿਖਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਮਿਲ ਕੇ ਚਾਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ)**

**ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ :-** ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਰਿਆ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਦੇ ਅਰਥ ਦੱਸੇ ਜਾਣਗੇ ਸਮੂਹਿਕ ਸਾਂਝ ਨਾਲ਼ ਅਸੀਂ ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

### ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ :-

1. ਕਮਰਾ ਸਜਾਉਣਾ
2. ਰਜਿਸਟਰ ਤੇ ਕਵਰ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ
3. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਉਣਾ
4. ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨ ਮਨਾਉਣਾ

### ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਦੱਸੋ:

1) ਮਾਟੋ ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਵਿੱਦਿਆ ਬਾਰੇ ਕੀ ਗੱਲ ਕਹੀ ਗਈ ਹੈ?
2) ਮਾਟੋ ਦੋ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?
3) ਸਾਨੂੰ ਦਸਾਂ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਕਿਰਤ ਕਿਉਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
4) ਸਾਨੂੰ ਆਪਸ 'ਚ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?
5) 'ਐਸੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਲ ਨਹੀਂ' ਇਸ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?

## (ਅ) ਸਕੂਲ ਪੱਧਰ 'ਤੇ

### ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਰਸਾਲਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ

**(ਨੋਟ:- ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਰਸਾਲਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ, ਪੇਂਟਿੰਗ ਹੋਣ)**

**(ਵਿਹਲੇ ਪੀਰੀਅਡ ਵਿੱਚ ਬੈਠੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਰਸਾਲਾ ਕਿਵੇਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾਵੇ)**

ਗੁਰਵਿੰਦਰ, ਗੁਰਲੀਨ ਅਤੇ ਦੀਪਜੋਤ : ਸਾਡੀ ਲਿਖਾਈ ਬਹੁਤ ਸੁੰਦਰ ਹੈ ਅਸੀਂ ਜਸਮੀਤ ਸਿੰਘ ਸਰ ਤੋਂ ਸਿੱਖੀ ਹੈ ਅਸੀਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਕਰਕੇ ਲਿਖਾਂਗੇ

ਫ਼ਰੀਦਾ ਤੇ ਸਿਮਰਨ : ਅਸੀਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਵਾਂਗੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ਼ ਸਾਡਾ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਬਹੁਤ ਸੁੰਦਰ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ

ਗੁਰਸੇਵਕ: ਮੈਂ ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਪੰਨਾ (ਟਾਈਟਲ ਪੇਜ) ਬਣਾਵਾਂਗਾ, ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੋਹਣਾ

ਤਾਨੀਆ ਅਤੇ ਅਰੁਣ : ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੁਝ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਨੇ, ਮੰਮੀ, ਫ਼ੌਜੀ ਚਾਚਾ, ਕੁਲਫ਼ੀ, ਤਿਤਲੀ ਬਾਰੇ, ਉਹ ਦੇਵਾਂਗੇ

ਸਾਹਿਲ : ਮੈਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂ ਨੇ ਘਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਤੇ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਵੀ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਨੇ ਉਹ ਵੀ ਲਾਵਾਂਗੇ

ਖੁਸ਼ੀ : ਮੇਰੀ ਦਾਦੀ ਮੈਨੂੰ ਬੁਝਾਰਤਾਂ ਪਾਉਂਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਮੇਰੀ ਕਾਪੀ 'ਤੇ ਲਿਖੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨੇ ਮੈਂ ਉਹ ਲਿਖ ਕੇ ਦੇਵਾਂਗੀ

ਅਨਿਲ : ਮੈਂ 'ਅੱਜ ਦਾ ਵਿਚਾਰ' ਕਾਪੀ 'ਤੇ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਹਨ ਸਾਡੇ ਮੈਡਮ ਜੀ ਲਿਖਵਾਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਲੈ ਲੈਣਾ

ਪ੍ਰੀਤੀ : ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਵੱਡਾ ਰਜਿਸਟਰ ਹੈ ਤੇ ਰੰਗ ਹਨ । ਉਹ ਲੈ ਲਵੋ। ਪੈਨਸਿਲ, ਗੂੰਦ, ਫੁੱਟਾ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ, ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ

**(ਬੱਚੇ ਮਿਲ਼ ਕੇ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਰਸਾਲਾ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਸਾਰੇ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਅਧਿਆਪਕਾ ਕੋਲ਼ ਜਾਂਦੇ ਹਨ)**

ਸੱਤ-ਅੱਠ ਬੱਚੇ: ਮੈਡਮ ਜੀ, ਅਸੀਂ ਰਸਾਲਾ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕਾ : (ਰਸਾਲਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ) ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ਬੱਚਿਓ! ਆਹ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਮਾਲ ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਥੋੜ੍ਹੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਐਨਾ ਕੰਮ, ਵਾਹ!
(ਕੁਝ ਰੁਕ ਕੇ) ਹੁਣ ਆਪਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਝੰਡੇ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਵੀ ਲਾਵਾਂਗੇ, ਸ਼ਹੀਦਾਂ, ਗੁਰੂਆਂ, ਪੀਰਾਂ, ਖਿਡਾਰੀਆਂ, ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਗਾਵਾਂਗੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਹੋਣਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵੀ ਲਾਵਾਂਗੇ

ਬੱਚੇ : ਜੀ ਮੈਡਮ ਜੀ, ਜ਼ਰੂਰ ਲਾਵਾਂਗੇ

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਲਵੋ ਅਗਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਤੋਂ ਰਿਲੀਜ਼ ਕਰਵਾਵਾਂਗੇ

ਬੱਚੇ : ਜੀ ਮੈਡਮ ਜੀ

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਪਰ ਬੱਚਿਓ! ਇਸ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਦਾ ਕੀ ਨਾਂ ਰੱਖਿਆ?

ਤਾਨੀਆ : ਜੀ, ਅਸੀਂ ਨਾਂ ਰੱਖਿਆ ਹੈ, 'ਸਾਂਝ ਵਧਾਈਏ'।

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਇਹ ਨਾਂ ਕੁਝ ਢੁੱਕਵਾਂ ਨਹੀਂ, ਆਪਾਂ ਨਾਮ ਰੱਖੀਏ 'ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਤਾਰੇ' ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਤਾਰੇ ਹੋ, ਸਾਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਹੋ

**ਅਗਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ -** ਸਕੂਲ ਦਾ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਤਾਰੇ ਰਿਲੀਜ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-**

1) ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਰਸਾਲੇ ਦਾ ਕੀ ਨਾਂ ਹੈ?
2) ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਰਚਨਾ ਸਕੂਲ ਦੇ ਰਸਾਲੇ 'ਚ ਛਪੀ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ ਤੇ ਸੁਣਾਓ
3) ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਝਾਰਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਸੁਣਾਓ? ਬਾਕੀ ਬੱਚੇ ਬੁੱਝਣਗੇ
4) ਸੁੰਦਰ ਲਿਖਾਈ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸਿਖਾਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ
5) ਕੁੱਝ ਬਾਲ-ਰਸਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਦੱਸੋ।

### (ੲ) ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ

### (i) ਰੈਲੀ ਕੱਢਣੀ

(ਅਧਿਆਪਕ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਪਿੰਡ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ, ਦਸਵੀਂ-ਬਾਰ੍ਹਵੀਂ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਪਿੰਡ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸੂਝਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ਼ ਮਿਲ ਕੇ ਰੈਲੀ ਕੱਢ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗੱਤੇ ਦੀਆਂ ਤਖ਼ਤੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਕੜ ਦੇ ਡੰਡਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ, ਗੱਤੇ 'ਤੇ ਮਾਟੋ ਲਿਖ ਕੇ ਲਿਜਾਏ ਜਾਣਗੇ ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੋਲ਼ ਮਾਟੋ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਨਾਅਰੇ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਜਾਣਗੇ ਮਾਟੋਆਂ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ, ਪੜ੍ਹਾਈ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ, ਸ਼ੁੱਧ ਹਵਾ, ਰੁੱਖ ਬਚਾਓ, ਨਸ਼ੇ ਤਿਆਗੋ, ਖੇਡਾਂ, ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਕਰ ਹੋਵੇਗਾ )

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕਿਰਿਆ-1 ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਪੋਸਟਰ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਟੋ ਲਗਾਏ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਤਖ਼ਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ

ਵਿੱਦਿਆ ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਹੈ ਗਹਿਣਾ
ਜਿਸ ਨੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਉਸ ਦੇ ਪੈਣਾ

ਧੀ, ਪਾਣੀ ਤੇ ਰੁੱਖ ਬਚਾਓ
ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸਮਤੋਲ ਬਣਾਓ

ਗੁਰੂਆਂ ਨੇ ਹੈ ਗੱਲ ਸਮਝਾਈ
ਦਸਾਂ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਕਰੋ ਕਮਾਈ

ਜਾਤ-ਪਾਤ, ਰੰਗ-ਧਰਮ ਦੀ ਸਾਡੀ ਨਹੀਂ ਲੜਾਈ
ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਵੈਰੀ ਨਹੀਂ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਭਾਈ-ਭਾਈ

ਐਸੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ
ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਲ ਨਹੀਂ

**ਨਵੇਂ ਮਾਟੋ ਅਤੇ ਨਾਅਰੇ:**

1. ਧੀ ਬਚਾਓ–ਧੀ ਪੜ੍ਹਾਓ
2. ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ 'ਚ ਦਾਖ਼ਲੇ ਕਰਾਓ
   ਹਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਪੜ੍ਹਾਓ
3. ਹਰ ਬੱਚੇ ਨੇ ਸਹੁੰ ਇਹ ਖਾਈ
   ਪਿੰਡ ਦੀ ਰੱਖਣੀ ਬਹੁਤ ਸਫ਼ਾਈ
4. ਆਓ ਮੈਡੀਕਲ ਕੈਂਪ ਲਗਾਈਏ
   ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਬਣਾਈਏ
5. ਲੋਕੋ ਜਾਗੋ - ਨਸ਼ੇ ਤਿਆਗੋ

## (ii) ਪਿੰਡ ਦਾ ਇਨਾਮ-ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ

**(ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਸਮਾਗਮ ਹੈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਆਏ ਹੋਏ ਹਨ ਸਟੇਜ ਉੱਤੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ ਸ: ਪ੍ਰੇਮ ਸਿੰਘ, ਮੁੱਖ-ਅਧਿਆਪਕ, ਅਧਿਆਪਕ ਤੇ ਹੋਰ ਪਤਵੰਤੇ ਸੱਜਣ ਇਨਾਮ ਵੰਡਣ ਦੀ ਮੁਦਰਾ 'ਚ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਏ ਹਨ )**

ਅਧਿਆਪਕ : ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਾਂਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਦਾ ਨਾਂ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ ਬਲਰਾਜ ਅਤੇ ਉਸਦੇ 10 ਦੋਸਤਾਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਨਾਲ਼ ਮਿਲ ਕੇ ਸੌ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੁੱਖ ਲਗਾਏ ਤੇ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰੱਖੇ, ਪਾਣੀ ਦਿੱਤਾ ਹੁਣ ਉਹ ਵੱਡੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ

11 ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਰੈਲੀ ਕੱਢ ਕੇ ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਇੱਕ ਟੀਮ ਨੇ ਮੈਡੀਕਲ-ਕੈਂਪ ਲਗਵਾਇਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਦੇ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਚੈੱਕ-ਅਪ ਕੀਤਾ ਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਇਆ

15 ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਅਨਪੜ੍ਹ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ

ਅਧਿਆਪਕ : ਹੁਣ ਮੈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਾਂਗਾ ਸਾਡੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਕਿ ਉਹ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਆਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਡੇ ਨਾਲ਼ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ

ਸਰਪੰਚ : ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਬਜ਼ੁਰਗੋ, ਭੈਣੋਂ-ਭਰਾਵੋ, ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਹਿਬਾਨ ਅਤੇ ਪਿਆਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ, ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਪਿੰਡ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਆਇਆ ਹੈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਤਾੜੀ ਲਾਓ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ

(**ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਤਾੜੀਆਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਗੂੰਜਦੀ ਹੈ**)

ਅਧਿਆਪਕ : ਧੰਨਵਾਦ ਸਰਪੰਚ ਸਾਹਿਬ ਇਸ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮੌਕੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਪੇਸ਼ ਹੈ, ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥਣ ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਦੀ ਸੁਰੀਲੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗੀਤ:

**ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਆਪਣਾ ਗੀਤ ਗਾਉਂਦੀ ਹੈ :**

ਕੀ ਲੈਣਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਲੜ ਕੇ,
ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਾਂਝ ਵਧਾਵਾਂਗੇ।
ਸਭ ਮਾੜੀਆਂ ਰਸਮਾਂ ਛੱਡਾਂਗੇ,
ਅਸੀਂ ਅੱਗੇ ਵਧਦੇ ਜਾਵਾਂਗੇ।

ਧਰਤ, ਹਵਾ ਤੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ,
ਨਾਲ਼ੇ ਧੀਆਂ ਤਾਈਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ,
ਅਸੀਂ ਗੰਦੇ ਗੀਤ ਨਹੀਂ ਸੁਣਨੇ,
ਏਕੇ ਦਾ ਗਾਣਾ ਗਾਉਣਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਊਚ-ਨੀਚ ਦੀ ਲਾਹਨਤ ਨੂੰ,
ਰਲ਼-ਮਿਲ਼ ਕੇ ਦੂਰ ਭਜਾਵਾਂਗੇ,
ਕੀ ਲੈਣਾ...........।

ਮਿਲ-ਜੁਲ ਕੇ ਇਹੋ ਦੁਆ ਕਰੀਏ,
ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਰਹੇ ਪੰਜਾਬ ਸਾਡਾ,
ਕਣ-ਕਣ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਹੀ ਹੋਵਣ,
ਮਹਿਕੀ ਜਾਏ ਸਦਾ ਗੁਲਾਬ ਸਾਡਾ,
ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਰਹਿ ਕੇ ਦੂਰ ਸਦਾ,
ਅਸੀਂ ਹੱਕ ਦੀ ਰੋਟੀ ਖਾਵਾਂਗੇ,
ਕੀ ਲੈਣਾ...........।

(ਤਾੜੀਆਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼)

## ਸਵਾਲਨਾਮਾ (i)

### ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼:

## ਸਵਾਲਨਾਮਾ (ii)

ਅਧਿਆਪਕ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਿੰਡ
PUNJAB DE PIND

INDIA
BAY OF BENGAL
ARABIAN SEA
INDIAN OCEAN

## ਪਾਠ 3

# ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ

### (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਜਾਣਦੇ ਹੋ :

(ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਸੰਖੇਪ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇਗਾ)

ੳ) ਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

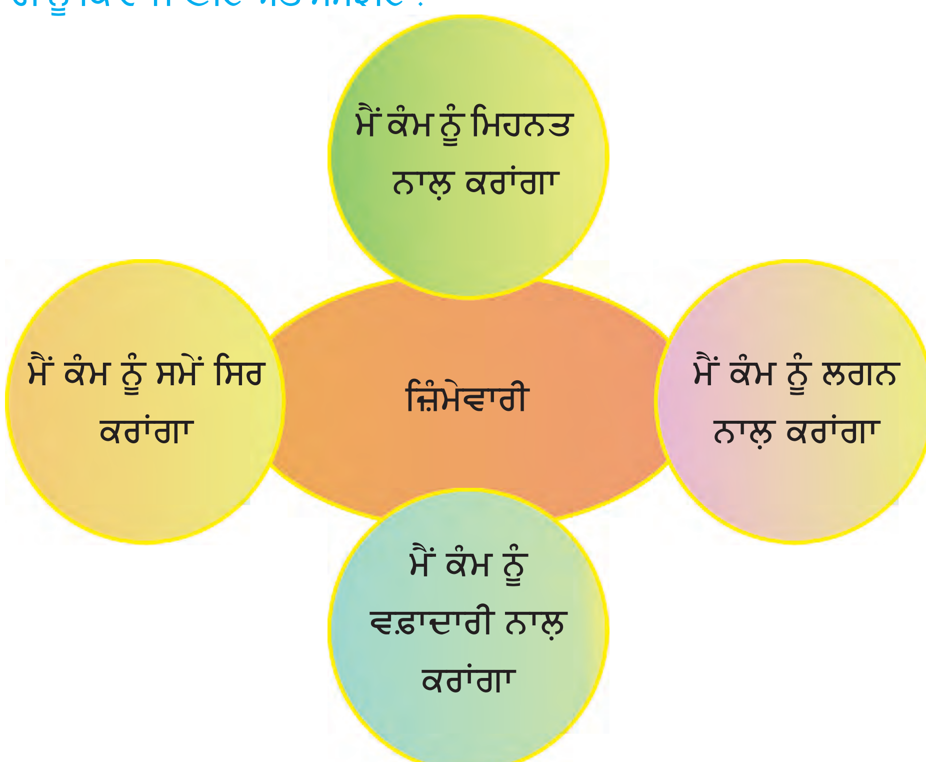
ਅ) ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸੀਂ ਕੀ-ਕੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?

ੲ) ਕੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਸ) ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

(ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਖੀਰਲਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਸਮਝਾਏਗਾ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ)

### (ਅ) ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣੀਏ ਅਤੇ ਸਮਝੀਏ ?

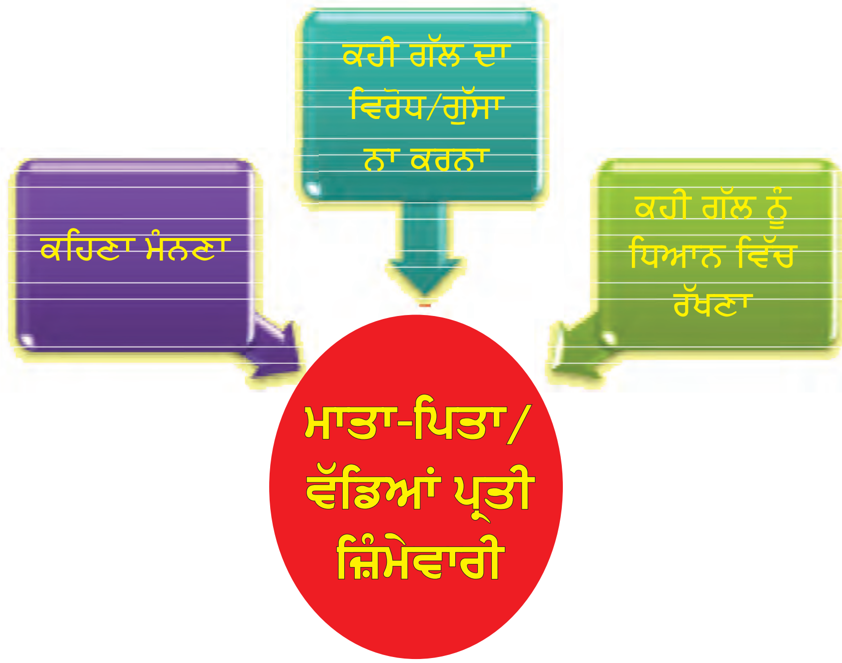



ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਮਿਹਨਤ, ਲਗਨ, ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਰਨਾ ਹੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ

### (ੲ) ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਾ ਖੇਤਰ

ਬੱਚੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਵੱਖ–ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ਼ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਲੱਗ–ਅਲੱਗ ਪੱਖਾਂ ਤਹਿਤ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੱਖਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

**(i)**




**(ii)**

### (ਸ) ਆਓ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਅਪਣਾਈਏ

**ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ**

↓

ਰੋਜ਼ ਨਹਾਉਣਾ

↓

ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨਹਾਉਣਾ

↓

ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ

↓

ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ

↓

ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ

↓

ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣਾ

↓

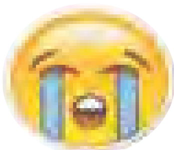
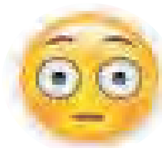
ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ

## ਹ) ਕੀ ਠੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਗ਼ਲਤ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ? ਦੱਸੋ

1. ਸਫ਼ਾਈ ਠੀਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ☐ ਕਿਉਂ? ....................
2. ਨਹਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ☐ ਕਿਉਂ? ....................
3. ਨਹੁੰਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕੱਟਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ☐ ਕਿਉਂ? ....................
4. ਵਾਲ਼ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਧੋਵੋ। ☐ ਕਿਉਂ? ....................
5. ਪੀਲ਼ੇ ਦੰਦ ਸੁੰਦਰ ਲਗਦੇ ਹਨ ☐ ਕਿਉਂ? ....................

## ਕ) ਸਰੀਰਕ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਬੱਚਿਓ ਤੁਸੀਂ ਕੀ-ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਹਾਂ ਜਾਂ ਨਾਹ ਵਿਚ ਜਵਾਬ ਦਿਓ।

| ਠੀਕ ਨਹੀਂ 1-2 | ਠੀਕ 3-4 | ਮੱਧਮ 5-6 | ਵਧੀਆ 7-8 | ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ 9-10 |
|---|---|---|---|---|

1. ਮੈਂ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਹਾ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ☐
2. ਮੈਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ☐
3. ਮੈਂ ਵਾਲ਼ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਧੋਂਦਾ ਹਾਂ ☐
4. ਮੈਂ ਵਾਲ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ☐
5. ਮੈਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨਹੁੰ ਕੱਟਦਾ ਹਾਂ ☐
6. ਮੈਂ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥ ਧੋਂਦਾ ਹਾਂ ☐
7. ਮੈਂ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥ ਧੋਂਦਾ ਹਾਂ ☐
8. ਮੈਂ ਸਾਫ਼ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ☐
9. ਮੈਂ ਰੋਜ਼ ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਦਾ ਹਾਂ ☐
10. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ਼ ਰੁਮਾਲ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ☐

ਜੋੜ → ਕੁੱਲ ਅੰਕ → ਦਰਜਾਬੰਦੀ

(ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਰਜਾਬੰਦੀ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ)

ਪਾਠ 4

# ਦਿਲ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਰੱਖੀਏ

## (ੳ) ਆਪਣੇ ਰਾਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਾਂਝਾਂ

ਰੰਗਲਾ ਹੈ ਸਾਡਾ ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਬੇਲੀਓ !
ਫੁੱਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਫੁੱਲ ਜਿਉਂ ਗੁਲਾਬ ਬੇਲੀਓ !
ਰੱਖਦੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੂਰ ਲੋਕ ਏਥੋਂ ਦੇ,
ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਦੇਖਦੇ ਨੇ ਖ਼ਾਬ ਬੇਲੀਓ !

ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਦੇ ਵਾਸੀ ਹਾਂ ਪੰਜਾਬ ਭਾਰਤ ਦਾ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਰਾਜ ਹੈ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਪਛਾਣ ਹੈ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਨਾਂ ਪੰਜ ਦਰਿਆਵਾਂ ਸਤਲੁਜ, ਬਿਆਸ, ਰਾਵੀ, ਚਨਾਬ ਅਤੇ ਜਿਹਲਮ ਤੋਂ ਪਿਆ ਹੈ 1947 ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵੰਡ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਦੋ ਦਰਿਆ ਚਨਾਬ ਅਤੇ ਜਿਹਲਮ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਚਲੇ ਗਏ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਇੱਥੇ ਤਿੰਨ ਦਰਿਆ ਸਤਲੁਜ, ਬਿਆਸ ਅਤੇ ਰਾਵੀ ਵਗਦੇ ਹਨ

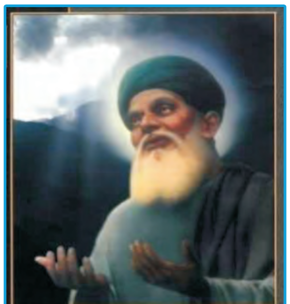
ਪੰਜਾਬ ਇੱਕ ਸਰਹੱਦੀ ਰਾਜ ਹੈ ਸਰਹੱਦੀ ਰਾਜ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਜੰਗਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦਾ ਡਰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਵਿਰਸਾ ਬਹਾਦਰੀ ਭਰਿਆ ਹੈ ਦੇਸ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਬਹਾਦਰੀ ਕਰਕੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਨ

ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ

ਸ਼ਹੀਦ ਊਧਮ ਸਿੰਘ

ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲ਼ੇ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੂਰ-ਦੂਰ ਤੱਕ ਫੈਲੇ ਹੋਏ ਹਨ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲ਼ਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਦਸਵੇਂ-ਗਿਆਰ੍ਹਵੇਂ ਨੰਬਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਸਾਡੇ ਗੁਰੂਆਂ, ਸੂਫ਼ੀਆਂ, ਫ਼ਕੀਰਾਂ, ਕਵੀਆਂ ਅਤੇ ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਕੇ ਇਸ ਦਾ ਮਾਣ ਵਧਾਇਆ ਹੈ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਮੀਰ ਭਾਸ਼ਾ ਕਰਕੇ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ



ਬਾਬਾ ਫ਼ਰੀਦ

ਬੁੱਲ੍ਹੇ ਸ਼ਾਹ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਾ ਪ੍ਰੀਤਮ

ਪੂਰਨ ਸ਼ਾਹ ਕੋਟੀ

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ-ਨਾਚ ਭੰਗੜਾ ਅਤੇ ਗਿੱਧਾ ਹਨ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਨਾਚ ਦਾ ਨਾਂ ਭੰਗੜਾ ਹੈ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਨਾਚ ਦਾ ਨਾਂ ਗਿੱਧਾ ਹੈ ਇਹ ਨਾਚ ਕਿਸੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਉੱਤੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਨੱਚਣਾ-ਗਾਉਣਾ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਰੂਹ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਹੈ

(ਭੰਗੜਾ ਪਾਉਂਦੇ ਗੱਭਰੂਆਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ, ਗਿੱਧਾ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ)

ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀ-ਬਾੜੀ ਕਰਕੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੈ ਇੱਥੋਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਬੜੀ ਉਪਜਾਊ ਹੈ ਇੱਥੇ ਕਣਕ, ਚੌਲ਼, ਮੱਕੀ ਅਤੇ ਗੰਨੇ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਫ਼ਸਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਕੁੱਲ ਖੇਤਰਫਲ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇਹ ਭਾਰਤ ਦੇ ਅਨਾਜ ਭੰਡਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਖੇਤੀ-ਬਾੜੀ ਦੇ ਨਾਲ਼-ਨਾਲ਼ ਪਸ਼ੂ-ਪਾਲਣ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਿੱਤਾ ਹੈ

ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਮੇਲਿਆਂ ਦਾ ਵੀ ਬੜਾ ਚਾਅ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੇਲੇ ਵੀ ਲਗਦੇ ਹਨ ਇਹਨਾਂ ਮੇਲਿਆਂ ਵਿਚ ਵਿਸਾਖੀ ਦਾ ਮੇਲਾ, ਛਪਾਰ ਦਾ ਮੇਲਾ, ਜਰਗ ਦਾ ਮੇਲਾ, ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ, ਮਾਘੀ ਦਾ ਮੇਲਾ, ਪ੍ਰੋ. ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਮੇਲਾ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਨ

ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਸੁਭਾਅ ਪੱਖੋਂ ਬੜੇ ਖੁੱਲ੍ਹ-ਦਿਲੇ, ਖ਼ੁਸ਼-ਮਿਜ਼ਾਜ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਹਨ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਲਈ ਲੰਗਰ ਲਗਾਉਣੇ, ਛਬੀਲਾਂ ਲਗਾਉਣੀਆਂ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ਼ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਮੁੱਢ-ਕਦੀਮੀ ਸੁਭਾਅ ਹੈ

ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

1) ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿੰਨੇ ਦਰਿਆ ਸਨ?
2) ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਕਿਹੜੇ ਤਿੰਨ ਦਰਿਆ ਹਨ?
3) ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?
4) ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?
5) ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਿੱਤੇ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਹਨ?
6) ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਮੇਲੇ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਹਨ?
7) ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਕਿਹੋ-ਜਿਹਾ ਹੈ?
8) ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਕਿਹੋ-ਜਿਹਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

(ਅ) ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ

ਅਧਿਆਪਕ: ਬੱਚਿਓ, ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਾਂਗੇ

ਅੰਕੁਰ: ਸਰ, ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਅਧਿਆਪਕ: ਬੱਚਿਓ, ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਉਹ ਬੋਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਬੱਚਾ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ

ਬਲਜੀਤ: ਸਰ, ਜੇ ਬੱਚਾ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਕਿਉਂ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ?

ਅਧਿਆਪਕ: ਹਾਂ ਬਈ, ਬਲਜੀਤ ਤੂੰ ਬੜਾ ਸੋਹਣਾ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਿਆ ਹੈ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਮਾਂ ਕੋਲ਼ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਸ਼ਾਇਦ ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ ਦਾ ਨਾਂ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਪੈ ਗਿਆ ਹੋਣਾ

ਚੰਦਨ: ਸਰ, ਹਰਭਜਨ ਮਾਨ ਦਾ ਇਕ ਗੀਤ ਹੈ-ਮੈਨੂੰ ਇਉਂ ਨਾ ਮਨੋਂ ਵਿਸਾਰ, ਵੇ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਮਾਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਹਾਂ

ਅਧਿਆਪਕ: ਸ਼ਾਬਾਸ਼! ਪੁੱਤ ਤੂੰ ਬੜੇ ਸੋਹਣੇ ਗੀਤ ਦਾ ਚੇਤਾ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ

ਬਲਜੀਤ: ਸਰ, ਸਤਿੰਦਰ ਸਰਤਾਜ ਦਾ ਵੀ ਇੱਕ ਗੀਤ ਹੈ- ਮੈਂ ਗੁਰਮੁਖੀ ਦਾ ਬੇਟਾ

ਅਧਿਆਪਕ: ਹਾਂ ਪੁੱਤ, ਉਹ ਵੀ ਬੜਾ ਸੋਹਣਾ ਗੀਤ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਬੜੇ ਸੋਹਣੇ ਗੀਤ ਸੁਣਦੇ ਹੋ ਪੁੱਤ,ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸੀ ਹੈ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ

ਸਵਿਤਾ: ਸਰ ਸਾਡੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ ਨਾ?

ਅਧਿਆਪਕ: ਹਾਂ ਜੀ, ਸਾਡੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ

ਸਵਿਤਾ: ਸਰ, ਫਿਰ ਗੁਰਮੁਖੀ ਕੀ ਹੈ?

ਅਧਿਆਪਕ : ਪੁੱਤ ਗੁਰਮੁਖੀ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਲਿਪੀ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਨੇ, ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਿਪੀ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਜਿਵੇਂ ੳ ਅ ੲ ਸਿਹਾਰੀ, ਬਿਹਾਰੀ, ਬਿੰਦੀ, ਟਿੱਪੀ ਜਿਹੜੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਵੀ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਨੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਲਿਪੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖਣ ਲਈ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਸਵਿਤਾ : ਸਰ, ਕਈ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੇ ਨੇ?

ਅਧਿਆਪਕ : ਬੱਚਿਓ, ਪੰਜਾਬੀ ਬੜੀ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਬੋਲਣ ਵਾਲ਼ਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ਼ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਕੋਈ ਦਸਵੇਂ-ਗਿਆਰ੍ਹਵੇਂ ਨੰਬਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕੋਈ 160 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਪੁੱਜ ਚੁੱਕੇ ਨੇ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਈ ਪੰਜਾਬੀ ਬੰਦੇ ਉਸ ਫ਼ਿਲਮ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਨੇ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਵਾਲ਼ੇ ਆਪਣੀਆਂ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਸ਼ਹੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਨੇ

ਭਾਰਤੀ : ਸਰ, ਸਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਹਿੰਦੀ ਬੋਲਦੇ ਨੇ ਸਾਡਾ ਪੱਕਾ ਘਰ ਯੂ.ਪੀ. ਵਿੱਚ ਹੈ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਵੀ ਹਿੰਦੀ ਬੋਲਦੇ ਨੇ

ਅਧਿਆਪਕ : ਬੇਟੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਫਿਰ ਹਿੰਦੀ ਹੋਈ ਕੋਈ ਨਾ ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ-ਭੈਣਾਂ ਨੇ ਹਰ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਦਾ ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨਾਲ਼ ਬੜਾ ਡੂੰਘਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਸੁਣੀ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹੀ ਗੱਲ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ਼ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਬਲਜੀਤ : ਹਾਂ ਜੀ ਸਰ, ਇਹ ਤਾਂ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕ : ਪਰ ਬੱਚਿਓ, ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਸਿੱਖਣੀਆਂ ਬੱਸ ਇੰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਸਿੱਖਣੀਆਂ ਹਰਭਜਨ ਮਾਨ ਇਹੋ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ-ਮੈਨੂੰ ਇਉਂ ਨਾ ਮਨੋਂ ਵਿਸਾਰ

ਬਲਜੀਤ : ਸਰ, ਮੇਰੇ ਪਾਪਾ ਦੇ ਫ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਮਨਮੋਹਨ ਵਾਰਿਸ ਦਾ ਇਕ ਗੀਤ ਹੈ, ਮਾਂਵਾਂ ਤਿੰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ

ਅਧਿਆਪਕ : ਬਲਜੀਤ ਤੇਰੇ ਪਾਪਾ ਵੀ ਬੜੇ ਸੋਹਣੇ ਗੀਤ ਸੁਣਦੇ ਨੇ ਮੈਂ ਵੀ ਉਹ ਗੀਤ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮਾਂਵਾਂ ਤਿੰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ, ਇਕ ਮਾਂ ਧਰਤੀ, ਦੂਜੀ ਮਾਂ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ, ਤੀਜੀ ਮਾਂ ਜਨਮ-ਦਾਤੀ ਸੱਚੀ ਬੱਚਿਓ, ਇਹ ਤਿੰਨੋਂ ਸਾਨੂੰ ਪਾਲ਼ਦੀਆਂ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਕਰਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਲਾਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ

ਸਵਿਤਾ : ਸਰ, ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਨੇ

ਅਧਿਆਪਕ : ਹਾਂ ਬੱਚਿਓ, ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ, ਸ਼ਿਵ ਕੁਮਾਰ, ਸੁਰਜੀਤ ਪਾਤਰ ਅਤੇ ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪੂਰ ਵਰਗੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਹੁਤ ਪੜ੍ਹੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਨੇ

ਅੰਕੁਰ : ਸਰ, ਮੇਰੇ ਵੀਰ ਜੀ ਕੰਪਿਊਟਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਅਖ਼ਬਾਰ ਪੜ੍ਹਦੇ ਨੇ

ਅਧਿਆਪਕ : ਹਾਂ ਬੱਚਿਓ, ਕੰਪਿਊਟਰ 'ਤੇ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਬੜਾ ਕੁਝ ਹੈਗਾ ਮੈਂ ਵੀ ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਉੱਠ ਕੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਹੀ ਤਿੰਨ ਪੰਜਾਬੀ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ-ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ, ਨਵਾਂ ਜ਼ਮਾਨਾ ਅਤੇ ਅਜੀਤ

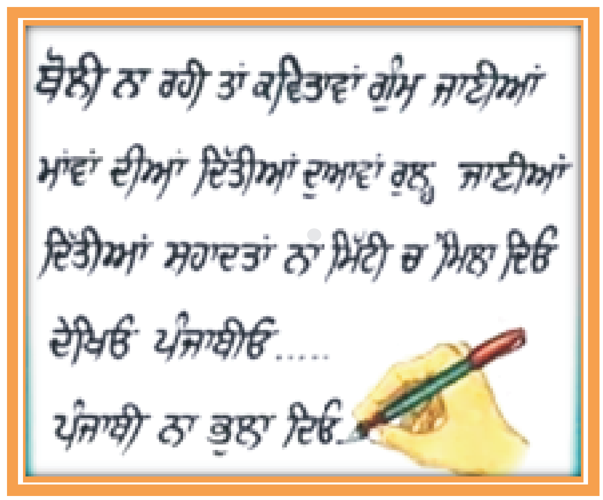
ਚਲੋ ਬੱਚਿਓ ! ਆਪਣੀ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਏਥੇ ਹੀ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਫਿਰ ਅੱਜ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤੁਸੀਂ ?

ਭਾਰਤੀ : ਸਰ, ਅੱਜ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਭੁਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ

ਅਧਿਆਪਕ : ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ! ਚਲੋ, ਲਹਿੰਦੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਕ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਦੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਨਾਲ਼ ਇਹ ਗੱਲ ਖ਼ਤਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ-

ਮੈਨੂੰ ਕਈਆਂ ਨੇ ਆਖਿਆ ਕਈ ਵਾਰੀ,
ਤੂੰ ਲੈਣਾ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਨਾਂ ਛੱਡ ਦੇ
ਜਿਦ੍ਹੀ ਗੋਦੀ 'ਚ ਪਲ਼ ਕੇ ਜਵਾਨ ਹੋਇਓਂ,
ਉਹ ਮਾਂ ਛੱਡ ਦੇ ਤੇ ਗਰਾਂ ਛੱਡ ਦੇ

ਜੇ ਪੰਜਾਬੀ-ਪੰਜਾਬੀ ਈ ਕੂਕਣਾ ਈ,
ਜਿੱਥੇ ਖਲਾ ਖਲੋਤਾ ਉਹ ਥਾਂ ਛੱਡ ਦੇ
ਮੈਨੂੰ ਇੰਝ ਲੱਗਦਾ ਲੋਕੀਂ ਆਖਦੇ ਨੇ,
ਤੂੰ ਪੁੱਤਰਾ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਛੱਡ ਦੇ




## ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ :

1) ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤਿੰਨ ਮਾਂਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

2) ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਕਿਹੜੀ ਹੈ?

3) ਕੀ ਕੰਪਿਊਟਰ 'ਤੇ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖੀ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

4) ਅੱਜ ਦੀ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸੀਂ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ?

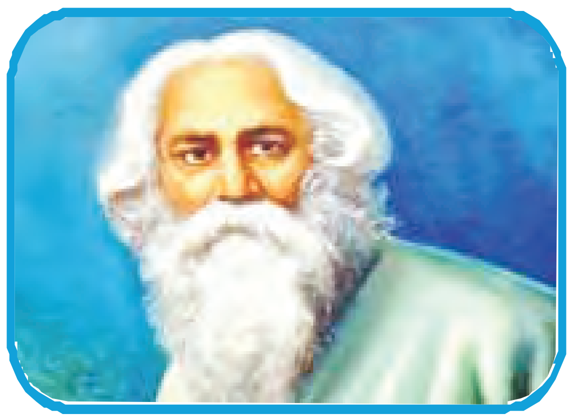
## (ੲ) ਦੇਸ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬੋਲੀਆਂ ਬਾਰੇ

ਜਿਵੇਂ ਸਾਡੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਂ-ਬੋਲੀਆਂ ਹਨ  ਉਹ ਵੀ ਸਾਡੇ ਵਾਂਗ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਨੇ  ਕਈ ਤਾਂ ਸਗੋਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ਼ੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਨੇ  ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ  ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਹੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ  ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸੈਂਕੜੇ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਪ-ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ  ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਕੁਝ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਸ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਭਾਰਤੀ ਰੁਪਏ ਦਾ ਨੋਟ ਦੇਖਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ਇਸ ਉੱਤੇ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਮੇਤ 17 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨੋਟ ਰਾਸ਼ੀ ਲਿਖੀ ਮਿਲ਼ਦੀ ਹੈ  ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਇੱਕ ਬਹੁ-ਭਾਸ਼ੀ ਦੇਸ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵੱਖ਼-ਵੱਖ਼ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਗੁਲਦਸਤਾ ਹੈ  ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਹਰ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਬਣਦਾ ਹੱਕ ਦਿੰਦੀ ਹੈ  ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਨਿੰਦਣਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ  ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਓਨੀ ਹੀ ਪਿਆਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿੰਨੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਤਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਬੋਲਣੀ ਵੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਹੋਰ ਬੋਲੀਆਂ ਵੀ ਸਿੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ  ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖੇ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣਾ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉੱਥੋਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵੀ ਸਿੱਖ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ  ਇਹ ਸਿੱਖ ਲੈਣ ਨਾਲ਼ ਸਾਡੀਆਂ ਕਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਹੱਲ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ  ਵੈਸੇ ਵੀ ਅਸੀਂ ਜਿੰਨੀਆਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਡੇ ਲਈ ਗਿਆਨ ਦੇ ਓਨੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ  ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੰਗਲਾ, ਅਸਾਮੀ, ਮਰਾਠੀ, ਕਸ਼ਮੀਰੀ, ਬੋਡੋ, ਕੰਨੜ, ਮਲਿਆਲਮ, ਗੁਜਰਾਤੀ, ਡੋਗਰੀ, ਉਰਦੂ ਅਤੇ ਤਾਮਿਲ ਆਦਿ ਹਨ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਨਸ਼ੀ ਪ੍ਰੇਮ ਚੰਦ ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਲੇਖਕ ਸਨ ਰਾਬਿੰਦਰ ਨਾਥ ਟੈਗੋਰ ਦਾ ਨਾਂ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਣਿਆ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ ਟੈਗੋਰ ਬੰਗਾਲੀ ਸਨ ਉਹ ਬੰਗਲਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਿਖਦੇ ਸਨ ਭਾਰਤ ਦਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗਾਣ 'ਜਨ-ਗਣ-ਮਨ' ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਸੋ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਸਮਝਣੀ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ



ਦੇਸ ਮੇਰੇ ਦੀਆਂ ਸਭ ਬੋਲੀਆਂ ਨਿਆਰੀਆਂ
ਦੇਸ ਦੀ ਅਮੀਰੀ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਸਾਰੀਆਂ
ਜਿੰਨੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਸੀਂ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ,
ਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਓਨੀਆਂ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਬਾਰੀਆਂ

ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

1) ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਸੈਂਕੜੇ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਗ਼ਲਤ?
2) ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੋਈ ਦੋ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਦੱਸੋ
3) ਰਾਬਿੰਦਰ ਨਾਥ ਟੈਗੋਰ ਕਿੱਥੋਂ ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੇ ਸਨ?
4) ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ?

## (ਸ) ਦੇਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਸੱਚਾ ਦੇਸ-ਪਿਆਰ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਮਨੁੱਖੀ ਗੁਣ ਹੈ ਇਹ ਪਿਆਰ ਨਿਰਾ ਦੇਸ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ-ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਸਲੀ ਦੇਸ-ਪਿਆਰ ਦੇਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਦੇਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਭਾਵ ਦੇਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਦੇਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਅਸੀਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਦੇਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖ ਹਾਂ ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਤੀ ਕੋਈ ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਜਾਂ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ

ਕੋਈ ਨਾਗਰਿਕ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਧਰਮ ਨੂੰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਤੀ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੇਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਉਸ ਨਾਲ਼ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਉਚ-ਨੀਚ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਨਾ ਸੋਚੇ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਨਾਲ਼ ਕੋਈ ਹੇਰਾ-ਫੇਰੀ ਨਾ ਕਰੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਹੀ ਦੇਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੱਲ ਹੈ, ਦੇਸ ਦੇ ਗ਼ਰੀਬ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਸਾਨੂੰ ਗ਼ਰੀਬ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸੁਖਾਲ਼ਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ-ਲਿਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਦੇਸ ਤਾਂ ਹੀ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਦੇਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋਣ, ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ਼ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹੋਣ ਕਿਸੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨੂੰ ਨਾਲ਼ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲਣਾ ਹੀ ਤਾਂ ਅਸਲੀ ਨੇਕੀ ਹੈ ਆਓ, ਇਕ ਕਵਿਤਾ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ:

ਆਓ, ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੀਏ,
ਦਿਲਾਂ 'ਚ ਕਦੇ ਨਾ ਨਫ਼ਰਤ ਭਰੀਏ।
ਸਾਰੇ ਹੀ ਨੇ ਆਪਣੇ, ਬੇਗਾਨਾ ਕੋਈ ਨਾ,
ਪਿਆਰ ਜਿਹਾ ਜੱਗ 'ਚ ਤਰਾਨਾ ਕੋਈ ਨਾ।
ਸੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਦਿਲ 'ਚ ਵਿਚਾਰ ਰੱਖੀਏ,
ਦਿਲ 'ਚ ਨਾ ਕਦੇ ਹੰਕਾਰ ਰੱਖੀਏ।
ਵੰਡੀਆਂ ਦਿਲਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇਈਏ ਨਾ,
ਝਗੜਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਦੇ ਪਾਉਣ ਦੇਈਏ ਨਾ।

ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

1) ਕੀ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਭਾਰਤੀ ਇੱਕ ਹਾਂ?
2) ਸਾਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨ?
3) ਪਿਆਰ ਨਾਲ਼ ਰਹਿਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ?
4) ਦੇਸ ਵੀ ਤਾਂ ਇਕ ਵੱਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਗ਼ਲਤ ?
5) ਕੀ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਖ਼ੂਨ ਇੱਕੋ-ਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰਾ?
6) ਕੀ ਧਰਮ, ਜਾਤ ਜਾਂ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਲੜਨਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ?
7) ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ਼ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਮਝਾਉਗੇ?

ਪਾਠ 5

# ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ

## (ੳ) ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼

### ਕਹਾਣੀ / ਝੋਲ਼ੇ ਵਾਲ਼ੇ ਮਾਸਟਰ ਜੀ

ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਆਪਸ ਵਿਚ ਘੁਸਰ-ਮੁਸਰ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ  ਉਹ ਇਹ ਗੱਲ ਜਾਣਨ ਲਈ ਉਤਸੁਕ ਸਨ ਕਿ ਨਵੇਂ ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਆਪਣੀ ਡਾਇਰੀ ਅਤੇ ਰੋਟੀ ਵਾਲ਼ਾ ਡੱਬਾ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਬਣੇ ਥੈਲੇ 'ਚ ਹੀ ਕਿਉਂ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ  ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਾਂ ਵੀ 'ਝੋਲੇ ਵਾਲ਼ੇ ਮਾਸਟਰ ਜੀ' ਰੱਖ ਲਿਆ ਸੀ  ਅੱਜ ਰਾਣੇ ਨੇ ਝਿਜਕਦਿਆਂ ਪੁੱਛ ਹੀ ਲਿਆ, "ਸਰ ਜੀ, ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਕਿੰਨੇ ਸੋਹਣੇ ਆਉਂਦੇ ਨੇ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਕੱਪੜੇ ਦਾ ਥੈਲਾ ਹੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ?"

ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਮੁਸਕਰਾਏ  ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ਼ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਦੇਖ ਰਹੇ ਸਨ  ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਨੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਪਿਆਰ ਨਾਲ਼ ਬੋਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ, "ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ ! ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਸੀ ਘੁਸਰ-ਮੁਸਰ ਤੋਂ ਇਹ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਪੁੱਛ ਨਹੀਂ ਰਹੇ..... ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਵੀ ਦੱਸਦਾਂ, ਪਰ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਪੱਲੇ ਬੰਨੋ ਕਿ ਕਦੇ ਵੀ, ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਵੀ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਝਿਜਕ ਨਾ ਮੰਨੋ  ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲ਼ੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੀ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਇਨਸਾਨ ਬਣਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ..."

"ਜੀ ...ਸਰ ਜੀ..." ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਰਲ਼ ਕੇ ਉੱਚੀ ਅਵਾਜ਼ 'ਚ ਬੋਲਦੇ ਹਨ

"ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ! ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੇ ਹੋ, ਭੋਲ਼ੇ-ਭਾਲ਼ੇ ਵੀ ..." ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਨੇ ਗੱਲ ਅੱਗੇ ਵਧਾਈ , "ਝੋਲੇ ਦੀ ਗੱਲ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਸਤਰ 'ਚ ਦੱਸਣੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਕੱਪੜੇ ਦਾ ਝੋਲ਼ਾ ਰੱਖਣਾ ਮੇਰੀ ਆਦਤ ਹੈ  ਮੈਂ ਬਜ਼ਾਰ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਕੁਝ ਖਰੀਦ ਕੇ ਲਿਆਉਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਇਹ ਥੈਲਾ ਕੋਲ਼ੇ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ਤੇ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਮੈਂ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ ..."

“ ਕਿਉਂ ਸਰ ਜੀ ? ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਫ਼ਾਇਦਾ ਈ ਬਹੁਤ ਐ ,
ਵਰਤੋ ਤੇ ਸੁੱਟ ਦਿਓ ...” ਸੁੱਖੇ ਨੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਪੁੱਛਿਆ

“ ਬੱਚਿਓ ! ਇਹ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਬਹੁਤ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੇ ਨੇ ...”

“ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਜੀ ?” ਰਾਣੀ ਕੌਰ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ

“ ਇਹਨਾਂ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨ੍ਹੀਂ , ਸਗੋਂ ਅਨੇਕਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਨੇ ...” ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਨੇ ਦੱਸਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੈਰਾਨੀ ਨਾਲ਼ ਸੁਣਨ ਲੱਗੇ ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਨੇ ਗੱਲ ਅੱਗੇ ਵਧਾਈ ,” ਜਿਵੇਂ ਸੁੱਖਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹੈ, ਵਰਤੋ ਤੇ ਸੁੱਟ ਦੇਵੋ , ਪਹਿਲਾਂ ਇਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਸੁਣੋ ... ਇਹ ਹਵਾ ਨਾਲ਼ ਉੱਡ ਕੇ ਨਾਲ਼ੀਆਂ ’ਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਨੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿਕਾਸ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਾਣੀ ਫਿਰ ਗਲ਼ੀਆਂ ’ਚ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੈ ਤੇ ਮੱਖੀ ਮੱਛਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨੇ , ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ...”

“ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸਹੀ ਹੈ ਸਰ ਜੀ, ਕਈ ਦਿਨ ਹੋਗੇ , ਸਾਡੀ ਗਲ਼ੀ ’ਚ ਵੀ ਇਉਂ ਹੀ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹ ਗਿਆ ਸੀ , ਨਾਲ਼ੀ ’ਚ ਆਹ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਹੀ ਫਸੇ ਹੋਏ ਸਨ ...” ਹਰਗੁਣ ਨੇ ਦੱਸਿਆ

“ ਬਿਲਕੁਲ ! ਹੋਰ ਸੁਣੋ ... ਇਹਨਾਂ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਡੰਗਰ-ਪਸ਼ੂ ਵੀ ਕੁਝ ਖਾਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਨਿਗਲ ਜਾਂਦੇ ਨੇ, ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸਬਜ਼ੀ ਦੇ ਛਿੱਲੜ ਜਾਂ ਬੇਹੀਆਂ ਰੋਟੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ’ਚ ਪਾ ਕੇ ਸੁੱਟ ਦਿੰਨੇ ਆਂ ...”

“ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਖਾਣ ਨਾਲ਼ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਜੀ ?” ਗੁਰਲੀਨ ਨੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਪੁੱਛਿਆ

“ ਇਹ ਹਜ਼ਮ ਨ੍ਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਪੁੱਤ , ਕਿੰਨੇ ਪਸ਼ੂ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਖਾਣ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਮਰੇ ਨੇ ... ਨਹਿਰਾਂ, ਨਦੀਆਂ ’ਚ ਸੁੱਟਣ ਨਾਲ਼ ਪਾਣੀ ਵਾਲ਼ੇ ਜੀਵ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਨੇ ...”

“ਅੱਛਾ ਜੀ !” ਸਾਰੇ ਹੈਰਾਨ ਸਨ

“ਸਰ ਜੀ, ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਫਿਰ ਤਾਂ ...” ਪਰਦੀਪ ਨੇ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਦੀ ਗੱਲ ਜਚ ਗਈ

“ਪਰ ਬੱਚਿਓ, ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਹਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾਉਂਦੇ ਆਂ, ਇਹਨਾਂ ’ਚੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਗੈਸਾਂ ਨਿਕਲ਼ਦੀਆਂ ਨੇ , ਜੋ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਨੇ ...”

“ਫੇਰ ਤਾਂ ਜੀ , ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿੱਟੀ ’ਚ ਦੱਬ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦੈ ... ਨਾ ਤਾਂ ਫੇਰ ਉੱਡ ਕੇ ਨਾਲ਼ੀਆਂ ਬੰਦ ਕਰਨ, ਨਾ ਹੀ ਖਾ ਕੇ ਡੰਗਰ ਮਰਨ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਾੜੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਨਿਕਲਣ ...” ਸੀਰਤ ਕੌਰ ਨੇ ਕਿਹਾ

“ਤੇਰੀ ਗੱਲ ਠੀਕ ਐ ਸੀਰਤ ! ਪਰ ਹੁਣ ਦੱਬਣ ਵਾਲ਼ੀ ਗੱਲ ਵੀ ਸੁਣ ਲਓ, ਇਹ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਾਲ ਗਲ਼ਦੇ ਨਹੀਂ, ਮਿੱਟੀ ’ਚ ਉਵੇਂ ਹੀ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਨੇ ...ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਾਂ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਉਪਜਾਊਪਣ ਘਟ ਜੂ, ਸਾਡੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਹੋਣੋਂ ਹਟ ਜਾਣਗੀਆਂ ਆਹ ਜਿਹੜੇ ਫੁੱਲ-ਬੂਟੇ ਨੇ, ਇਹ ਨੀ ਹੋਣੇ ...”

“ਓ ਹੋ, ਫੇਰ ਤਾਂ ਜੀ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਹੋ, ਅਸੀਂ ਵੀ ਅੱਜ ਤੋਂ ਇਹਨਾਂ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਆਂ ਜੀ...” ਕਈ ਬੱਚੇ ਇਕੱਠੇ ਹੀ ਬੋਲੇ

“ਵੈਰੀ ਗੁੱਡ ! ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ ! ਫੇਰ ਆਏਂ ਦੱਸੋ , ਬਈ ਹੁਣ ਸਬਜ਼ੀ , ਖੰਡ-ਚਾਹ ਕਾਹਦੇ ’ਚ ਲਿਆਇਆ ਕਰੋਗੇ ਹੱਟੀ-ਦੁਕਾਨ ਤੋਂ ...”

"ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਬਣੇ ਝੋਲਿਆਂ 'ਚ ਜੀ ..." ਸਾਰੇ ਰਲ਼ ਕੇ ਬੋਲੇ

"ਸੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ ! ਤੁਸੀਂ ਸਮਝ ਗਏ ਕਿ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਸਮਾਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲ਼ੇ ਕੱਪ-ਪਲੇਟਾਂ, ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਆਦਿ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨੇ ... ਇਹ ਸਭ ਸਾਡੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦੇ ਨੇ ..."

"ਹਾਂ ਜੀ, ਜਿਵੇਂ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਮਿੱਟੀ, ਧੁੱਪ ਸਾਡੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸ੍ਰੋਤ ਨੇ ਤੇ ਇਹ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰਦੇ ਨੇ..." ਗਿਆਨਦੀਪ ਨੇ ਦੱਸਿਆ

"ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਹੈ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ! ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਇਹ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆਪ ਨਹੀਂ ਵਰਤੋਂਗੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਨੂੰ ਵੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੋਗੇ ..."

"ਹਾਂ ਜੀ ..." ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਉੱਚੀ ਅਵਾਜ਼ 'ਚ ਕਿਹਾ

"ਸਰ ਜੀ , ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਇੱਕ ਬੋਲੀ ਜੋੜੀ ਐ ਜੀ ਹੁਣੇ ਬੈਠੇ-ਬੈਠੇ ਨੇ ... ਸੁਣਾਵਾਂ ਜੀ ?" ਰਾਣੇ ਨੇ ਨਿਮਰਤਾ ਨਾਲ਼ ਪੁੱਛਿਆ

"ਸੁਣਾਓ ਬੇਟੇ ..."

"ਸਾਫੇ...ਸਾਫੇ...ਸਾਫੇ
ਮਿੱਤਰੋ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣੇ
ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ..."

ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਤਾੜੀਆਂ ਮਾਰੀਆਂ

ਮੌਖਿਕ ਸੁਆਲ-ਜੁਆਬ :

1. ਅਧਿਆਪਕ ਕੱਪੜੇ ਦਾ ਥੈਲਾ ਕਿਉਂ ਵਰਤਦਾ ਸੀ ?
2. ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦੇ ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹਨ ?
3. ਕੀ ਸਬਜ਼ੀ ਦੇ ਛਿੱਲੜ, ਬੇਹੀਆਂ ਰੋਟੀਆਂ ਅਤੇ ਗੁੰਨਿਆ ਆਟਾ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ 'ਚ ਪਾ ਕੇ ਕੇ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?

4. ਸਾਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਸਮਾਨ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ?
5. ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ?
6. ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?
7. ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਘਟਦੀ ਹੈ ?
8. ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਅਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ?
9. ਨਾਲ਼ੀਆਂ, ਖਾਲ਼ ਤੇ ਸੀਵਰੇਜ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿਕਾਸ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ?
10. ਉਕਤ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਕੀ ਸਮਝਿਆ ਹੈ ?

## ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਕਾਰਜ

ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕ ਛੋਟੀ ਇਕਾਂਗੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਜਾਂ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਦਿਲਚਸਪ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ ਤੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਅਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਮੌਖਿਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕੁਝ ਸੁਆਲ-ਜੁਆਬ ਵੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਦੇਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਘਰੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਨੂੰ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਗੇ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨਗੇ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਰਦਿਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਕੀ-ਕੀ ਦੱਸਿਆ ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਿਖ ਕੇ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਗੇ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਨਾਲ਼ ਇਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਦੋਂ ਦੁਕਾਨ ਤੋਂ ਸੌਦਾ-ਪੱਤਾ ਲਿਆਉਂਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਿਆਉਂਦੇ ਸਨ ਕੀ ਉਦੋਂ ਵੀ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਮੋਮਜਾਮੇ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਦੇ ਸਨ।

ਪਾਠ 6

# ਸਭ ਦਾ ਬਰਾਬਰ ਸਤਿਕਾਰ

## (ੳ) ਸਮਾਜਕ ਮੇਲ਼-ਜੋਲ਼

### ਲੋਕ-ਕਿੱਤਾਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ

| | |
|---|---|
| 1 | 2 |
| ਲੋਹੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ : ਲੁਹਾਰ | ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲ਼ਾ : ਘੁਮਿਆਰ |
| 3 | 4 |
| ਖੇਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ : ਕਿਸਾਨ | ਦਾਣੇ ਭੁੰਨਣ ਵਾਲ਼ੀ : ਭਠਿਆਰਨ |
| 5 | 6 |
| ਸੋਨੇ-ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲ਼ਾ : ਸੁਨਿਆਰ | ਜੁੱਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲ਼ਾ : ਮੋਚੀ |

7

**ਲੱਕੜੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ :ਤਰਖਾਣ**

## ਅਭਿਆਸ : 1

### ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

| | |
|---|---|
| ਲੱਕੜੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ | ਲੁਹਾਰ |
| ਜੁੱਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲ਼ਾ | ਕਿਸਾਨ |
| ਸੋਨੇ-ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲ਼ਾ | ਭਠਿਆਰਨ |
| ਲੋਹੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ | ਤਰਖਾਣ |
| ਖੇਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ | ਮੋਚੀ |
| ਦਾਣੇ ਭੁੰਨਣ ਵਾਲ਼ੀ | ਸੁਨਿਆਰ |

## ਅਭਿਆਸ: 2

ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧੰਦਿਆਂ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋਇਆ ਹੈ ਇਹ ਸਾਰੇ ਧੰਦੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਜਕ ਲੋੜ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ ਕੋਈ ਵੀ ਧੰਦਾ ਚੰਗਾ-ਮਾੜਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਸਾਰੇ ਧੰਦਿਆਂ ਦਾ ਆਪਸ 'ਚ ਗੂੜ੍ਹਾ ਸੰਬੰਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਲੋਕ-ਕਿੱਤਾਕਾਰ ਲੋਕ-ਕਲਾਕਾਰ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਹਰ ਲੋਕ-ਕਿੱਤੇ ਦੀ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਮੂਲ ਸਮੱਗਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨਵੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨੁੱਖੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਧੰਦੇ ਆ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ

ਅਭਿਆਸ: 3

ਹਰੇਕ ਲੋਕ-ਧੰਦੇ ਦੀ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਮੂਲ ਸਮੱਗਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਕੋਲ਼ੋਂ ਮੂਲ ਸਮੱਗਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇਗਾ ਤੇ ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਭਰਨ ਨੂੰ ਕਹੇਗਾ

| ਲੋਕ-ਧੰਦਾ | ਸਮੱਗਰੀ |
|---|---|
| ਤਰਖਾਣਾ ਕੰਮ | ਲੱਕੜੀ |
| ਲੁਹਾਰਾ ਕੰਮ | .......... |
| ਸੁਨਿਆਰ | ......... |
| ਜੁੱਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣਾ | ......... |

(ਅ) ਅਸੀਂ ਸਭ ਬਰਾਬਰ ਹਾਂ !

**ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਫ਼ਰ: ਜੰਗਲ ਤੋਂ ਸਮਾਜ ਤੱਕ**

ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਸ਼ੂ ਤੋਂ ਸਮਾਜਕ ਪਸ਼ੂ ਬਣਨ ਲਈ ਕਰੋੜਾਂ ਸਾਲ ਲੱਗ ਗਏ ਆਰੰਭ 'ਚ ਚੁਫ਼ੇਰੇ ਜੰਗਲ ਹੀ ਜੰਗਲ ਸਨ ਮਨੁੱਖ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਕਬੀਲਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਕਲ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਸਨ ਉਹ ਗੁਫ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਦਰੱਖਤਾਂ ਉੱਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਪੱਕਾ ਟਿਕਾਣਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦਾ ਰੁੱਤਾਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਤਾਂ ਉਹ ਰਹਿਣ ਵਾਲ਼ੀ ਥਾਂ ਵੀ ਬਦਲ ਲੈਂਦੇ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ਼ ਪਹਿਨਣ ਲਈ ਕੱਪੜਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦਾ ਉਹ ਪੱਥਰ ਦੇ ਔਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਲ਼ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਾਸ ਖਾ ਲੈਂਦੇ ਤੇ ਖੱਲ ਨੂੰ ਸੁਕਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਉੱਤੇ ਲੈ ਲੈਂਦੇ

ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਅਸਮਾਨੀ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ਼ ਜੰਗਲ 'ਚ ਅੱਗ ਲੱਗਦੀ ਤਾਂ ਉਹ ਬਹੁਤ ਡਰ ਜਾਂਦੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਅੱਗ ਬਹੁਤ ਡਰਾਉਣੀ ਅਤੇ ਬੇਕਾਬੂ ਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਸੀ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪੱਥਰ ਦੇ ਔਜ਼ਾਰ ਬਣਾਉਂਦਿਆਂ, ਪੱਥਰਾਂ ਦੀ ਰਗੜ ਨਾਲ਼ ਅਚਾਨਕ ਅੱਗ ਦੀ ਚਿੰਗਾਰੀ ਨਿਕਲੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰੋਂ ਇਹ ਸੋਚ ਉੱਭਰੀ ਕਿ ਇਸ ਚਿੰਗਾਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਨ-ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ਼ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਏ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਗ ਦੀ ਖੋਜ ਹੋਈ ਇਸ ਖੋਜ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜਿਉਣ ਦੇ ਢੰਗ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਉਹ ਮਾਸ ਨੂੰ ਅੱਗ 'ਤੇ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਣ ਲੱਗਾ ਉਹ ਅੱਗ ਨਾਲ਼ ਲੋੜ ਜੋਗਾ ਜੰਗਲ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ ਤੇ ਉਸ ਸਾਫ਼ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੇਤੀ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ

ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸਨੇ ਪਹੀਏ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਲਈ ਪਹੀਏ ਦੀ ਖੋਜ ਨਾਲ਼ ਉਸ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ। ਮਨੁੱਖ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦਾ ਗਿਆ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਸੰਕੇਤਾਂ ਜਾਂ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਹਿੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਫਿਰ ਉਹ ਹਰੇਕ ਸ਼ੈਅ ਨੂੰ ਨਾਂ ਦੇਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਇਸ ਨਾਲ਼ ਉਸ ਦੀ ਸਭ ਨਾਲ਼ੋਂ ਵੱਡੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ

ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਤਕੜਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਫਿਰ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਸੋਹਣਾ ਦਿਖਣ ਦੀ ਖ਼ਾਹਸ਼ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਉਹ ਕੁਦਰਤੀ ਸ਼ੈਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗਾ ਸਦੀਆਂ ਤੱਕ ਉਹ ਘੋਗੇ-ਸਿੱਪੀਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੱਡੀਆਂ ਤੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਲਈ ਵਰਤਦਾ ਰਿਹਾ ਸੋਹਣਾ ਦਿਖਣ ਦੀ ਇਹ ਖ਼ਾਹਿਸ਼ ਉਸ ਨੂੰ ਸਦੀਆਂ ਬਾਅਦ ਸੋਨੇ-ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਗਹਿਣਿਆਂ ਤੱਕ ਲੈ ਗਈ

ਜੰਗਲ ਤੋਂ ਸਮਾਜ ਤੱਕ ਆਉਂਦਿਆਂ, ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਬੜਾ ਕੁਝ ਸਿਰਜਿਆ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਉਸਨੇ ਕੱਪੜਾ ਬੁਣਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਲੋਹੇ ਦੇ ਔਜ਼ਾਰ ਅਤੇ ਹਥਿਆਰ ਬਣਨ ਲੱਗੇ ਲੱਕੜੀ ਨੂੰ ਤਰਾਸ਼ ਕੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾਣ ਲੱਗੀਆਂ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਅਨਾਜ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ਼ਣ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਬਣਾਏ ਜਾਣ ਲੱਗੇ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਨੰਗੇ ਪੈਰਾਂ ਨਾਲ਼ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਫਿਰ ਇਸ ਨੇ ਮੋਏ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਚੰਮ ਦੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ

ਵਕਤ ਦੇ ਬੀਤਣ ਨਾਲ਼ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਭਟਕਣ ਦਾ ਅੰਤ ਹੋਣ ਲੱਗਾ ਉਹ ਇੱਕ ਥਾਂ ਟਿਕ ਕੇ ਜਿਉਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ ਲੱਗਾ ਗੁਫ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਦਰਖ਼ਤਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਉਹਨੇ ਘਾਹ-ਫੂਸ ਦੇ ਢਾਰੇ ਤੇ ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੱਚੀਆਂ ਤੇ ਫਿਰ ਇਹਨਾਂ ਇੱਟਾਂ ਨੂੰ ਪਕਾ ਕੇ ਪੱਕੇ ਮਕਾਨ ਬਣਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਕਰੋੜਾਂ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਸਫ਼ਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਜ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤਰੱਕੀ ਦੀਆਂ ਸਿਖ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਛੋਹ ਰਿਹਾ ਹੈ

**ਸਿੱਟਾ :** ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਸੀ ਇਸ ਸਿੱਟੇ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚੇ ਹਾਂ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨਾਂ ਦੀ ਜਾਤੀ ਨੇ ਕਰੋੜਾਂ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਮਿਹਨਤ ਭਰੇ ਸਫ਼ਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਅੱਜ ਵਾਲ਼ਾ ਮੁਕਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਇਹ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖਤਾਂ ਨੂੰ ਅੱਜ ਵਾਲ਼ੇ ਮੁਕਾਮ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣਾ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਹੈ ਸੋ, ਸਭ ਮਨੁੱਖ ਬਰਾਬਰ ਹਨ

## ਅਭਿਆਸ : 1

### ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਆਰੰਭ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ....................ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ (ਗੁਫ਼ਾ, ਝੋਂਪੜੀ)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. ਆਰੰਭ ਦਾ ਮਨੁੱਖ...................ਪਹਿਨਦਾ ਸੀ (ਕੱਪੜੇ, ਖੱਲ)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. ਖ਼ਾਲੀ ਸਥਾਨ ਭਰੋ :

.............ਦੀ ਖੋਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਨੁੱਖ ਮਾਸ ਨੂੰ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਣ ਲੱਗਾ (ਅੱਗ, ਪਾਣੀ)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. ਮਨੁੱਖ ਘੋਗੇ ਸਿੱਪੀਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੱਡੀਆਂ ਤੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਲਈ ਵਰਤਦਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। (ਠੀਕ ਜਾਂ ਗ਼ਲਤ)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5. ਖ਼ਾਲੀ ਸਥਾਨ ਭਰੋ :

ਮਨੁੱਖ ਲੋੜ ਜੋਗਾ ............. ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਉਸ ਸਾਫ਼ ਥਾਂ ............. ਕਰਨ ਲੱਗਾ। (ਖੇਤੀ, ਜੰਗਲ)

## ਅਭਿਆਸ : 2

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਖੋਜਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਟਿਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਗੇ

## ਪਾਠ 7

# ਸਹਿਯੋਗ

(ੳ) ਮਦਦ ਕਰੋ, ਚੰਗੇ ਬਣੋ:

ਕਹਾਣੀ : ਇੱਕ ਪਿਤਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦੋ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਚੰਗਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ? ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ ਇਸ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਹਨ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਵੇਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਸਨ ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚੰਗਿਆਈ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ

ਦੋਵੇਂ ਪੁੱਤਰ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਤੋਂ ਆਗਿਆ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਰ ਪਏ

ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ, 'ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਪੈਸਾ ਕਮਾਵਾਂਗਾ ਮੇਰਾ ਕਮਾਇਆ ਪੈਸਾ ਵੇਖ ਕੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਬਹੁਤ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਮੇਰੇ ਭਰਾ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਹੋਣ ਦਾ ਖਿਤਾਬ ਦੇਣਗੇ '

ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਹੱਟੀ ਪਾ ਲਈ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰੋਂ ਸਸਤਾ ਮਾਲ ਲਿਆ ਕੇ ਮਹਿੰਗੇ ਭਾਅ ਵੇਚਦਾ ਰਿਹਾ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੇ ਚੰਗਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾ ਲਿਆ

ਛੋਟਾ ਬੇਟਾ ਖ਼ਾਲੀ ਹੱਥ ਜੰਗਲ ਨੂੰ ਤੁਰ ਪਿਆ ਉਹ ਸ਼ਾਮ ਤੱਕ ਤੁਰਦਾ ਗਿਆ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬੁੱਢਾ ਤੇ ਬੁੱਢੀ ਮਿਲੇ ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਰੋ ਰਹੇ ਸਨ

"ਬਾਬਾ ਜੀ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਰੋ ਰਹੇ ਹੋ?" ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੁੱਢੇ ਤੇ ਬੁੱਢੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ

"ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਸੱਪ ਦੇ ਡੱਸਣ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬੇਟੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਸਾਡਾ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਸਹਾਰਾ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਭੁੱਖੇ ਮਰ ਜਾਵਾਂਗੇ " ਬੁੱਢਾ ਉੱਚੀ-ਉੱਚੀ ਰੋਣ ਲੱਗ ਪਿਆ

"ਬਾਬਾ ਜੀ, ਤੁਸੀਂ ਰੋਵੋ ਨਾ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੁੱਤਰ ਹੀ ਸਮਝੋ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਾਂਗਾ ਉਹ ਮੁੰਡਾ ਬੁੱਢਾ-ਬੁੱਢੀ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਲੈ ਗਿਆ ਪੂਰਾ ਸਾਲ ਉਹ ਖ਼ੁਦ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਫ਼ਸਲ-ਬਾੜੀ ਵੇਖਦਾ ਰਿਹਾ ਜਦੋਂ ਫ਼ਸਲ ਪੱਕ ਗਈ ਤਾਂ ਦਾਣੇ ਕੱਢ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਆਇਆ ਕਿ ਮੈਂ ਤਾਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਸੀ ਉਹ ਬੁੱਢਾ ਤੇ ਬੁੱਢੀ ਨੂੰ ਅਗਲੀ ਫ਼ਸਲ ਬੀਜਣ ਤੱਕ ਮੁੜ ਆਉਣ ਦਾ ਕਹਿ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਵੱਲ ਚੱਲ ਪਿਆ

ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਕਰ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਵੱਡੇ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ, "ਮੈਂ ਇੱਕ ਦੁਕਾਨ ਪਾ ਲਈ ਸੀ ਤੇ ਹੁਣ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾ ਲਿਆ ਹੈ "

ਛੋਟੇ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਪਿਤਾ ਜੀ, ਮੈਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਕਮਾਇਆ ਮੈਨੂੰ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬੁੱਢਾ ਤੇ ਬੁੱਢੀ ਰੋਂਦੇ ਹੋਏ ਮਿਲੇ ਸਨ ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਹੀ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਰੂਪ ਜਾਪੇ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਆਵਾਂ, ਅਸੀਸਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕਮਾ ਲਈਆਂ ਹਨ "

ਪਿਤਾ ਜੀ ਛੋਟੇ ਬੇਟੇ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਬੇਟਾ ਜੀ, ਪੈਸੇ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਜੱਗ ਹੀ ਕਮਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਅਸਲ ਕਮਾਈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚੰਗਿਆਈ ਹੈ ਛੋਟੇ ਨੇ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰ ਕੇ ਜੋ ਜਸ ਖੱਟਿਆ ਹੈ ਇਹ ਸਭ ਕਮਾਈਆਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਬੇਸ਼ਕੀਮਤੀ ਹੈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛੋਟੇ ਕੋਲ ਵੱਡੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਚੰਗਿਆਈ ਹੈ। ਫਿਰ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਵੱਡੇ ਦੇ ਸਿਰ ਉੱਪਰ ਹੱਥ ਰੱਖਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, "ਪੁੱਤਰ ਜੀ, ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਵਾਂਗ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਵਾਂਗ ਹੀ ਚੰਗਾ ਬਣ ਕੇ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੈ "

ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ :

1. ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕਿਸ ਗੱਲ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹਿਆ?
2. ਵੱਡੇ ਬੇਟੇ ਨੇ ਕੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ?
3. ਛੋਟੇ ਬੇਟੇ ਨੇ ਕੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ?
4. ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਬੇਟੇ ਦਾ ਕੰਮ ਪਸੰਦ ਆਇਆ ਤੇ ਕਿਉਂ?
5. ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦੋਵੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੀ ਸਮਝਾਇਆ?

(ਨੋਟ ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਵਾਵੇਗਾ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵੀ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ)

ਕਿਰਿਆਵਾਂ - ੳ) ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਉੱਪਰ ਜਿਲਦਾਂ ਚੜ੍ਹਵਾਉਣੀਆਂ

ਅ) ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਵਾਉਣਾ

### (ਅ) ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ?

(ਅਧਿਆਪਕ 'ਮਦਦ ਕਰਨ' ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਆਪਣੇ ਨਾਲ਼ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ਼ ਵਾਪਰੀ ਕੋਈ ਵੀ ਘਟਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਘਟਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੌਖ਼ਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ)

ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦਿਆਂ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਹੀ ਹੋਏ ਸਨ ਹੁਣ ਸਰਦੀ ਦੀ ਰੁੱਤ ਅਲਵਿਦਾ ਆਖ ਰਹੀ ਸੀ ਇੱਕ ਦਿਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੀਂਹ ਪਿਆ ਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਠੰਢ ਹੋ ਗਈ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕੋਟੀਆਂ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰ ਲਏ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਕੋਟੀਆਂ ਨਹੀਂ ਪਾ ਕੇ ਆਏ ਸਨ, ਉਹ ਕੋਟੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਆਉਣ ਲਈ ਘਰ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਦੋ ਕੁੜੀਆਂ ਅਜੇ ਵੀ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਸਨ

"ਬੇਟਾ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਕੋਟੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਆਓ " ਮੈਂ ਕਿਹਾ

"ਸਾਡੇ ਕੋਲ਼ ਹੈ ਨਹੀਂ ਸਰ ਜੀ "

"ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ, ਜੇ ਵਰਦੀ ਵਾਲ਼ੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਪਾ ਆਓ " ਮੈਂ ਫਿਰ ਕਿਹਾ

"ਸਾਡੇ ਕੋਲ਼ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ " ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਬੋਲੀ

"ਬੇਟਾ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ?" ਉਹ ਕੁੜੀਆਂ ਵੱਡੇ ਸ਼ਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਬੁੱਕਲਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਸਨ ਕਿ ਹੇਠੋਂ ਇਹ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਕੋਟੀ ਪਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚੀਆਂ ਨੇ ਨੀਵੀਂ ਪਾ ਲਈ

ਮੈਂ ਫਿਰ ਪੁੱਛਿਆ, "ਬੇਟਾ ! ਤੁਸੀਂ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਇੰਝ ਹੀ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ? ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਉਂ ਨਾ ਦੱਸਿਆ?" ਮੇਰਾ ਮਨ ਬੜਾ ਦੁਖੀ ਹੋਇਆ

ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਸੋਹਣੀਆਂ ਦੋ ਕੋਟੀਆਂ ਲਿਆ ਕੇ ਦੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਕਿਹਾ, "ਲਓ ਪੁੱਤਰ, ਹੁਣ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸੋਹਣੀਆਂ ਕੋਟੀਆਂ ਲਿਆ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਨੇ। ਇਸ ਦੇ ਬਦਲੇ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਲਈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰਦਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸੋਹਣੇ ਨੰਬਰ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ "

## ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ

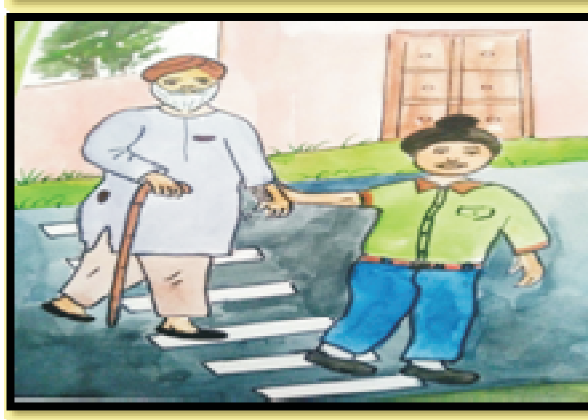
1. ਕਦੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਹੈ?
2. ਬੱਚਿਓ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਈ ਇੱਕ ਮਦਦ ਦੱਸੋ
3. ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ?

## ਕਵਿਤਾ

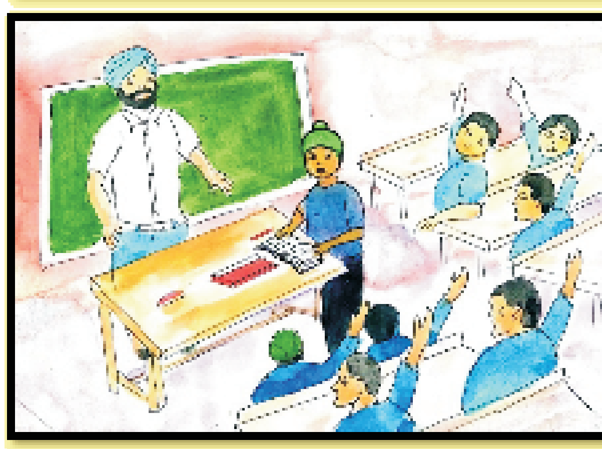
ਮੰਮੀ ਰੋਟੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ,
ਭਾਂਡੇ ਮੈਂ ਫੜਾਉਂਦਾ ਹਾਂ।

ਡੈਡੀ ਕੰਮ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਨੇ,
ਪਾਣੀ ਮੈਂ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹਾਂ,
ਪਾਪਾ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨੇ,
ਫਿਰ ਕੰਧੇੜੇ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ,
ਮੈਂ ਇੰਝ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।

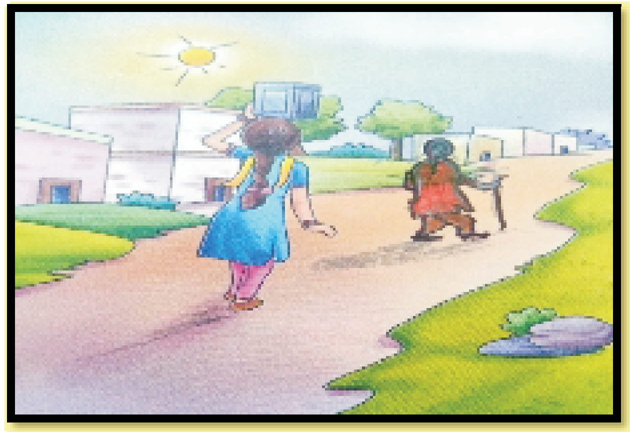
ਦਾਦਾ ਜੀ ਨੇ ਕਿਤੇ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ,
ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਤੇਲ ਲਗਾਣਾ ਹੋਵੇ,
ਨਵਾਂ ਸੂਟ ਕੋਈ ਪਾਣਾ ਹੋਵੇ,
ਮੈਂ ਲਿਆ ਕੇ ਕੋਲ਼ੇ ਧਰਦਾ ਹਾਂ,
ਮੈਂ ਇੰਝ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।



ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕੁਝ ਸਿਖਾਉਣਾ ਹੋਵੇ,
ਸਾਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨੇ ਪਾਉਣਾ ਹੋਵੇ,
ਕੰਮ ਚੈੱਕ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੋਵੇ,
ਜਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਕੁਝ ਸੁਣਾਉਣਾ ਹੋਵੇ,
ਮੈਂ ਉੱਚੀ-ਉੱਚੀ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ,
ਮੈਂ ਇੰਝ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।



ਘਰ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਬੇਗਾਨਾ ਹੋਵੇ,
ਚਾਚਾ, ਤਾਇਆ, ਮਾਮਾ ਹੋਵੇ,
ਮੈਂ ਗੱਲ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮੋੜਾਂ ਨਾ,
ਕਿਸੇ ਦਾ ਵੀ ਦਿਲ ਤੋੜਾਂ ਨਾ,
ਜੋ ਰਾਹ ਦੱਸਿਆ ਏ ਗੁਰੂਆਂ ਨੇ,
ਮੈਂ ਪੌੜੀ-ਪੌੜੀ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ,
ਮੈਂ ਇੰਝ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।



## ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ

1. ਬੱਚਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ?
2. ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ?
3. ਉਹ ਦਾਦਾ ਜੀ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ?
4. ਉਹ ਸਿਰਫ ਘਰ ਵਾਲ਼ਿਆਂ ਦਾ ਹੀ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸਭ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਨੋਟ: ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਸਭ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਦੱਸਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ-ਕਿਸ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਸਹਿਯੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਪਾਠ
8

# ਆਤਮ-ਸੁਰੱਖਿਆ

## (ੳ) ਕਰਾਟਿਆਂ ਦੀ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ

ਆਤਮ-ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ, ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦਾ ਬਚਾਅ ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਬਚਾਅ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ?
ਬੱਚਿਓ, ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਰਾਟਿਆਂ ਦੀ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਨਾ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ? ਉਹ ਇਸ ਕਰਕੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਕਿ ਕੁੜੀਆਂ ਕਰਾਟੇ ਸਿੱਖ ਕੇ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਆਪ ਕਰ ਸਕਣ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਵੀ ਨਿਰਭਰ ਨਾ ਰਹਿਣ

**ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-**

(1) ਆਤਮ-ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ?

(2) ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰਾਟਿਆਂ ਦੀ ਖੇਡ ਦੇਖੀ ਹੈ?

(3) ਕਰਾਟਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ?

ਅਧਿਆਪਕ ਕੁਝ ਕੁੜੀਆਂ ਦੇ ਐਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ

## (ਅ) ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ

ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀ ਖੇਡ ਹੈ ਪੁਰਾਣੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੀਆਂ ਲੜਾਈਆਂ ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਹੀ ਜਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਨੂੰ 'ਪਿਸਟੇ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਹ ਖੇਡ ਬੰਦ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਦੋਵੇਂ ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ ਇੱਕ ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਵਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆਂ ਲਈ ਢਾਲ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਟੀ.ਵੀ. ਤੇ ਲੜੀਵਾਰ ਨਾਟਕ 'ਰਾਮਾਇਣ' ਅਤੇ 'ਮਹਾਭਾਰਤ' ਵਿੱਚ ਤੁਸੀ ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਜੌਹਰ ਦੇਖੇ ਹੋਣੇਗੇ

ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-

(1) ਤਲਵਾਰਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?

(2) ਤੁਸੀਂ ਤਲਵਾਰਬਾਜ਼ੀ ਕਿੱਥੇ ਦੇਖੀ ਹੈ ?

(3) ਤਲਵਾਰ ਦੇ ਵਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

(ੲ) ਗੱਤਕੇ ਦੀ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ

ਅਧਿਆਪਕ ਪੋਸਟਰ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੱਤਕੇ ਦੀ ਖੇਡ ਅਤੇ ਤਲਵਾਰ-ਬਾਜ਼ੀ ਦੌਰਾਨ ਕਿਵੇਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰਲ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦੱਸੇਗਾ

ਅਧਿਆਪਕ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਖੇਡ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਖੇਡ ਦੀ ਭਾਵਨਾ,ਉੱਥੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋਣਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ

(ਗੱਤਕਾ ਇੱਕ ਜੰਗੀ ਕਲਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜੰਗਬੰਦੀ ਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਨਾਲ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕਲਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਕੋਈ ਵੀ ਮਰਦ/ਔਰਤ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਇਸ ਕਲਾ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਣਗਿਣਤ ਕਲਾਵਾਂ 'ਚੋ ਇੱਕ ਕਲਾ ਹੈ : ਸ਼ਸਤਰ ਕਲਾ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ੈਲੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਇਕ ਸ਼ੈਲੀ ਹੈ, ਗੱਤਕਾ ਜੋ ਵਧੇਰੇ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਈ ਇਲਾਕਿਆ ਵਿੱਚ ਖੇਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਹੋਲੇ-ਮਹੱਲੇ 'ਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਝਲਕੀਆਂ ਦੇਖੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਜਾਪਾਨ ਦੀ ਖੇਡ ਕਰਾਟੇ ਸਵੈ-ਰੱਖਿਆ ਵਾਲ਼ੀ ਖੇਡ ਹੈ ਉਵੇਂ ਹੀ ਗੱਤਕਾ ਵੀ ਬਚਾਅ ਵਾਲ਼ੀ ਖੇਡ ਹੈ ਗੱਤਕੇ ਵਿੱਚ ਸਾਢੇ ਤਿੰਨ ਹੱਥ ਲੰਬਾ ਡੰਡਾ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਢਾਲ਼ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਲਿਆਂਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-

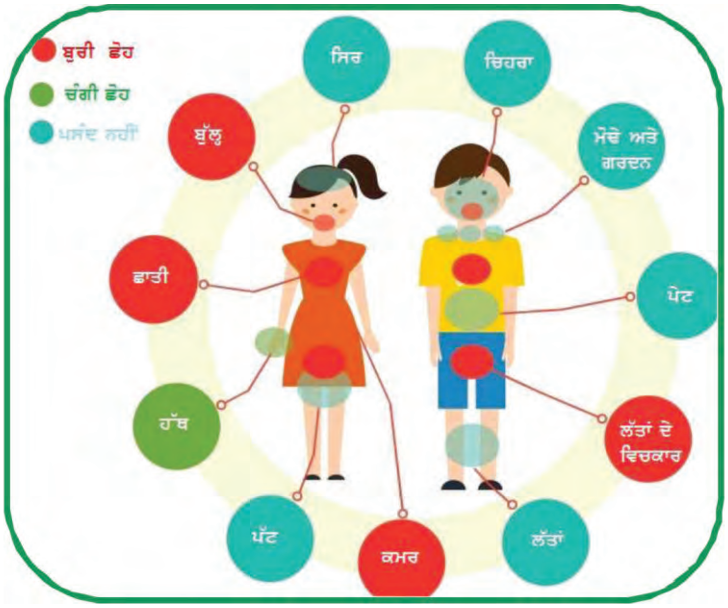
(1) ਤੁਸੀ ਗੱਤਕੇ ਦੀ ਖੇਡ ਕਿੱਥੇ ਦੇਖੀ ਹੈ ?

(2) ਗੱਤਕੇ ਦੀ ਖੇਡ ਕੌਣ-ਕੌਣ ਖੇਡ ਸਕਦਾ ਹੈ?

## (ਸ) ਚੰਗਾ ਛੂਹਣਾ ,ਮਾੜਾ ਛੂਹਣਾ

Good Touch, Bad Touch

**ਅਧਿਆਪਕ ਸਰੀਰਕ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਪੋਸਟਰ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ-ਮਾੜੀ ਛੋਹ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗਾ**




**ਮੌਖ਼ਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-**

(1) ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?

(2) ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਛੂਹੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?

(3) ਤੁਸੀ ਬਜ਼ਾਰ/ਮੇਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਵਿਚਰਦੇ ਹੋ ?

## (ਹ) ਵਾਰਤਾਲਾਪ

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਕੀ ਤੁਸੀ ਬਜ਼ਾਰ 'ਚ, ਮੇਲੇ 'ਚ, ਜਾਂ ਕਿੱਧਰੇ ਤਿੱਥ-ਤਿਉਹਾਰ ਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ?

ਬੱਚੀਆਂ : ਹਾਂ ਜੀ

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਭੀੜ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ਼ ਟਕਰਾ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਹੋਵੋਗੇ?

ਬੱਚੀਆਂ : ਝਾਕੀਆਂ ਦੇਖਣ ਵੇਲੇ ਬਹੁਤੀ ਭੀੜ ਵਿੱਚ ਬੜੀ ਧੱਕਾ-ਮੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਅਜਿਹੀ ਭੀੜ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਬੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਨੇ, ਜੋ ਬੱਚੀਆਂ ਜਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਤੰਗ ਕਰਦੇ ਨੇ (ਬੱਚੀਆਂ ਅਧਿਆਪਕਾ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵੱਲ ਦੇਖਦਿਆਂ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਸੁਣ ਰਹੀਆਂ ਹਨ )

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉੱਥੇ ਕੋਈ ਛੂਹੇ ਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਲਗਦਾ ਹੈ?

ਬੱਚੀਆਂ : (ਸਾਰੀਆਂ ਇੱਕਠੀਆਂ) ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾੜਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ! ਜਦੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾੜਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਛੂਹ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ?

ਬੱਚੀਆਂ : (ਸਾਰੀਆਂ ਚੁੱਪ)

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਡਰਨਾ ਤਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਘਬਰਾਉਣਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜਾਂ ਫੇਰ ਰੌਲ਼ਾ ਪਾਓ ਸਮਝੀਆਂ ਮੇਰੀ ਗੱਲ?

ਬੱਚੀਆਂ : ਹਾਂ ਜੀ ਜੇ ਕੋਈ ਸਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਨਿਡਰ ਹੋ ਕੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫੇਰ ਰੌਲ਼ਾ ਪਾਉਣਾ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕਾ : ਤੁਸੀ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਿਆਣੀਆਂ ਬੇਟੀਆਂ ਹੋ

## ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ :-

(1) ਕੀ ਤੁਸੀ ਝਾਕੀਆਂ ਦੇਖਣ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ?

(2) ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਪਰਿਆਂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?

(3) ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਛੂਹੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਕੀ ਕਰੋਗੇ ?

ਅਧਿਆਪਕਾ ਬੱਚੀਆਂ ਨਾਲ ਸੁਖਾਵੇਂ ਮਾਹੌਲ 'ਚ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਾੜੀ ਛੋਹ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਣਾ ਹੈ, ਸਮਝਾਏਗੀ

### (ਕ) ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ! ਮਿੰਨੀ !

ਮਿੰਨੀ ਪੰਜਵੀਂ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੀ ਹੈ ਉਹ ਕਲਾਸ ਦੀ ਮੋਨੀਟਰ ਹੈ ਉਹ ਇੱਕ ਖੋ-ਖੋ ਦੀ ਵਧੀਆ ਖਿਡਾਰਨ ਹੈ ।

ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 'ਖੋ-ਖੋ' ਅਤੇ 'ਕਬੱਡੀ' ਆਦਿ ਖੇਡਾਂ ਖਿਡਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁੜੀਆਂ-ਮੁੰਡੇ ਰਲ਼ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ ।

ਐਤਵਾਰ ਦਾ ਦਿਨ ਸੀ ਲੜੀਵਾਰ ਰਾਮਾਇਣ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਸੀ ਮਿੰਨੀ ਟੀ.ਵੀ ਮੂਹਰੇ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਬੈਠੀ ਸੀ ਮੰਮੀ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਮਿੰਨੀ ਕੁੱਝ ਦੁਖਦਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ?"

"ਨਹੀਂ ਮੰਮੀ" ! ਮਿੰਨੀ ਨੇ ਟੀ.ਵੀ. ਬੰਦ ਕਰਦਿਆਂ, ਚੁੱਪ ਜਿਹੀ 'ਚੋਂ ਜੁਆਬ ਦਿੱਤਾ ।

"ਫੇਰ ਮੇਰੀ ਤਿਤਲੀ ਅੱਜ ਮੁਰਝਾਈ ਜਿਹੀ ਕਿਉਂ ਬੈਠੀ ਹੈ? ਮੰਮੀ ਨੇ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਹੱਥ ਰੱਖਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ।

"ਮੰਮੀ ਇਉਂ ਦੱਸੋ" ਕੁਝ ਸੋਚਦਿਆਂ ਮਿੰਨੀ ਬੋਲੀ।

"ਹਾਂ ਬੋਲ ਮੇਰੀ ਲਾਡੋ" ਮੰਮੀ ਨੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ਼ ਹੱਥ ਫੜਦਿਆ ਕਿਹਾ ।

"ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਹੱਥ ਰੱਖਿਆ ਤਾਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ !" ਮਿੰਨੀ ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਬੋਲ ਰਹੀ ਸੀ ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਯਾਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ।

(ਮੰਮੀ ਉਸਦੇ ਮੂੰਹ ਵੱਲ ਥੋੜ੍ਹਾ ਹੈਰਾਨੀ ਨਾਲ਼ ਦੇਖ ਰਹੀ ਸੀ )

ਕੱਲ੍ਹ ਖੇਡਦਿਆਂ ਜਦ ਕਿਸੇ ਮੁੰਡੇ ਦਾ ਹੱਥ ਮੇਰੇ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਲੱਗਿਆ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਖੇਡ ਨਹੀਂ ਸਕੀ। ਮਿੰਨੀ ਮੰਮੀ ਦੇ ਜੁਆਬ ਲਈ ਉਸ ਵੱਲ ਝਾਕਣ ਲੱਗੀ।

"ਆਹੀ ਸੀ ਤੇਰੀ ਚੁੱਪ ਦਾ ਕਾਰਨ?" ਮਿੰਨੀ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ 'ਚ ਲੈਂਦਿਆ ਮਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੇਰੀ ਰਾਣੀ ਧੀਏ ਜਦ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਛੂੰਹਦੀ ਹਾਂ ਚਾਹੇ ਉਹ ਮੋਢਾ ਹੋਵੇ , ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਹੱਥ ਹੋਵੇ, ਤੈਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਮਾਂ ਹਾਂ ਇਸ ਛੋਹ ਨੂੰ ਤੂੰ ਨਿੱਕੇ ਹੁੰਦਿਆ ਤੋਂ ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਤੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ।"

"ਹਾਂ ਮੰਮੀ !" ਮਿੰਨੀ ਨੇ ਲਾਡ ਨਾਲ਼ ਚਿੰਬੜਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ।

'ਪਿਆਰੀ ਮਿੰਨੀਏ! ਜਦੋ ਇਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਕੋਈ ਬੇਗਾਨਾ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੈਨੂੰ ਬੁਰਾ ਲਗਦੈ ਨਾ!' ਮਾਂ ਨੇ ਮਿੰਨੀ ਵੱਲ ਝਾਕਦਿਆਂ ਪੁੱਛਿਆ।

"ਬਹੁਤ !" ਮਿੰਨੀ ਨੇ ਬੁਰਾ ਜਿਹਾ ਮੂੰਹ ਬਣਾ ਕੇ ਕਿਹਾ।

"ਹਾਂ ਰਾਜੇ ! ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਛੂੰਹ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ, ਮਾੜੀ ਹੈ " ਮੰਮੀ ਨੇ ਸਮਝਾਉਂਦਿਆਂ ਕਿਹਾ। "ਮਿੰਨੀ ਪੁੱਤ, ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ, ਜੋ ਛੋਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ, ਅਸਹਿਜ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਮਾੜੀ ਹੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਛੂਹੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਪਾਪਾ ਜਾਂ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਪਰ ਚੁੱਪ ਨਾ ਰਹੋ ।"

'ਫ਼ਿਕਰ ਨਾ ਕਰੋ ਮਾਤੇ! ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੰਨੀ ਏਨੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਕਿ ਗ਼ਲਤ ਛੂਹਣ ਵਾਲ਼ੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇਵੇਗੀ ਮੈਂ ਖਿਡਾਰੀ ਜੋ ਹਾਂ " ਮਿੰਨੀ ਨੇ ਟੀ.ਵੀ ਆਨ ਕਰਦਿਆਂ ਹੱਸ ਕੇ ਕਿਹਾ।

"ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ਮਿੰਨੀਏ!" ਮਾਂ ਨੇ ਬੁੱਕਲ ਵਿੱਚ ਲੈਂਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ।

## ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-

(1) ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵੱਡਿਆਂ ਕੋਲੋਂ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਦੇ ਹੋ?

(2) ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀ-ਕਿਹੜੀ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਹੋ ?

(3) ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੰਦੇ ਹੋ?

(4) ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਵੀ.'ਤੇ ਕਿਹੜਾ ਨਾਟਕ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ?

(ਕ) ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਜੋ ਬਿਮਾਰੀ ਇੱਕੋ ਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਹਾਮਾਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਪਲੇਗ, ਚੇਚਕ, ਹੈਜਾ ਅਤੇ ਕੋਰੋਨਾ ਆਦਿ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਕੋਰੋਨਾ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰ ਲਿਆ ਹੈ ।

ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਇਹਦੇ ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਉਪਾਅ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਦੱਸੇਗਾ।

★ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕ ਇੱਕ ਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਸਮਝਾਏਗਾ ਜਿਵੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਗੋਲ਼-ਚੱਕਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਬੱਚੇ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਗੋਲ਼- ਚੱਕਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਭਰ ਜਾਵੇਗਾ।

★ ਅਧਿਆਪਕ ਇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਧੱਕਾ ਦੇਣ ਨੂੰ ਕਹੇਗਾ ਬੱਚਾ ਧੱਕਾ ਦੇਵੇਗਾ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਮੂਹਰਲਾ ਬੱਚਾ ਡਿੱਗ ਜਾਵੇਗਾ । ਇਸ ਤਰਾਂ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਇਕ-ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਡਿੱਗਦੇ ਜਾਣਗੇ ।

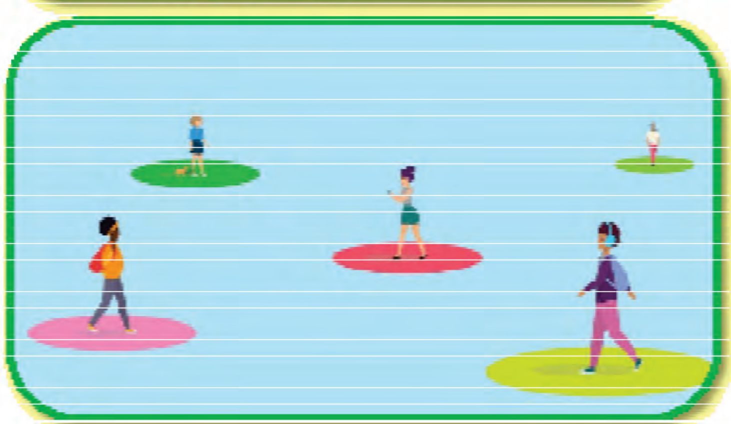
(ਅਧਿਆਪਕ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕੋਰੋਨਾ ਲਾਗ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਗੇ)

ਅਧਿਆਪਕ ਫੇਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੋਲ਼-ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਹੇਗਾ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਰਿਆ ਦੁਹਰਾਉਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ ਬੱਚਾ ਫੇਰ ਧੱਕਾ ਮਾਰੇਗਾ ਬੱਚੇ ਡਿੱਗਦੇ ਜਾਣਗੇ। ਅਧਿਆਪਕ ਇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ 'ਚੋ ਬਾਂਹ ਫੜ ਕੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਲਵੇਗਾ ਹੁਣ ਬੱਚੇ ਡਿੱਗਣੇ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

(ਅਧਿਆਪਕ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ 'ਚ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਲੜੀ ਚਲਦੀ ਰਹੇਗੀ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੱਸੇਗਾ ਇਸ ਲੜੀ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣੀ, ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਮਾਸਕ ਨਾਲ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖਣਾ, ਖੰਘ ਛਿੱਕ ਵੇਲ਼ੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਰੁਮਾਲ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ਼ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖਣਾ, ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਸੈਕਿੰਡ ਧੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ)

ਮਾਸਕ ਪਾਉਣਾ

ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣਾ



ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ

**ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:-**

(1) ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ? ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ ?

(2) ਕੋਰੋਨਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਅਸੀ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ?

(3) ਕੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ?

# ਪਾਠ ੭ ਉਲਝਣ ਦਾ ਸਹੀ ਹੱਲ

## (ੳ) ਆਓ ਪਤੰਗ ਉਡਾਈਏ

ਅੱਜ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਬਾਲ ਰਸਾਲੇ' ਵਿੱਚ ਛਪੀ ਹੋਈ ਮਾਣਯੋਗ ਅਧਿਆਪਕ ਸ਼੍ਰੀ ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਬਾਹਲਵੀ ਜੀ ਦੀ ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ.......

ਉਡਦੇ ਹੋਏ ਪਤੰਗ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਦੇਖੇ ਹੋਣੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਚੋਂ ਕਈ ਬੱਚੇ ਆਪ ਵੀ ਛੁੱਟੀ ਵਾਲ਼ੇ ਦਿਨ ਪਤੰਗ ਉਡਾਉਂਦੇ ਹੋਣਗੇ ਬਚਪਨ 'ਚ ਮੈਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗਾ ਸੀ ਮੈਂ ਵੀ ਪਤੰਗ ਉਡਾਇਆ ਕਰਦਾ ਸੀ।

ਬਸੰਤ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਮੈਂ ਤੇ ਮੇਰਾ ਆੜੀ ਨਿੰਮਾ ਪਤੰਗ ਉਡਾ ਰਹੇ ਸਨ ਘਰਾਂ ਦੀਆਂ ਛੱਤਾਂ 'ਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਵੀ ਪਤੰਗ ਉਡਾ ਰਹੇ ਸੀ ਪੇਚੇ ਲੱਗ ਰਹੇ ਸਾਂ ਰੌਲਾ-ਰੱਪਾ ਤੇ ਸ਼ੋਰ-ਸ਼ਰਾਬਾ ਸੀ ਅਸੀਂ ਵੀ ਦੋਵੇਂ ਪੂਰੀ ਮੌਜ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ।

ਅਚਾਨਕ ਨਿੰਮੇ ਕੋਲੋਂ ਡੋਰ ਉਲਝ ਗਈ। ਮੈਂ ਹੋਰ ਡੋਰ ਛੱਡਣੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਡੋਰ ਨੂੰ ਗੁੰਝਲ ਪੈ ਗਏ। ਸਾਰਾ ਮਜ਼ਾ ਕਿਰਕਿਰਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਪਤੰਗ ਸੰਭਾਲ਼ੀ ਨਾ ਗਈ ਤੇ ਕੱਟੀ ਗਈ। ਮੈਨੂੰ ਨਿੰਮੇ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਗੁੱਸਾ ਆਇਆ ਨਿੰਮੇ ਨੇ ਆਪਣਾ ਗੁੱਸਾ ਚਰਖੜੀ 'ਤੇ ਕੱਢਿਆ।

ਹੁਣ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ, ਨਿੰਮੇ ਦਾ ਕੋਈ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਕਸੂਰ ਚਰਖੜੀ ਦਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਕਸੂਰ ਡੋਰ ਵਿੱਚ ਪਈ ਗੁੰਝਲ ਦਾ ਸੀ, ਉਲਝਣ ਦਾ ਸੀ। ਸੋ, ਜੇ ਗੁੰਝਲ ਨਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਪਤੰਗ ਅਸਮਾਨ ਵਿੱਚ ਉੱਡਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

### ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ :–

1. ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਹਾਣੀ ਕਿੱਥੋਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਈ ਸੀ ?
2. ਪਤੰਗ ਕੌਣ–ਕੌਣ ਉਡਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ?
3. ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਕਿਰਕਿਰਾ ਕਿਉਂ ਹੋਇਆ ?
4. ਕਸੂਰ ਕਿਸ ਦਾ ਸੀ ?

### ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ

ਉਲਝਣਾਂ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਗ ਹਨ ਇਹ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਵੀ ਹਨ, ਪਰ ਹਰ ਉਲਝਣ ਦਾ ਹੱਲ ਹੈ ।

### ਸੋ ਆਓ ਗਾਈਏ......

ਜੇ ਸਵਾਲ ਸਮਝ ਨਾ ਆਵੇ,
ਜੇ ਵੱਡਾ ਬੱਚਾ ਧਮਕਾਵੇ,
ਕੋਈ ਵੀ ਜੇ ਫ਼ਿਕਰ ਸਤਾਵੇ,
ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲ਼ ਜਾਈਏ,
ਤੇ ਉਲਝਣ ਨੂੰ ਦੂਰ ਭਜਾਈਏ,
ਨਾ ਕਦੇ ਡਰੀਏ,
ਨਾ ਡਰਾਈਏ ।

### (ਅ) ਹਰ ਮਸਲੇ ਦਾ ਹੱਲ

ਮੰਤਰੀ ਮੰਡਲ (ਰਾਜ-ਦਰਬਾਰ) ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬੱਚਿਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਦਿਖਾਈ ਜਾਏਗੀ ਇਸ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਚਿਹਰੇ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋਣਗੇ ।

ਪੰਜ ਬੱਚੇ ਪੰਜ ਕਾਵਿ-ਟੁਕੜੀਆਂ ਬੋਲਣਗੇ

ਪਹਿਲਾ ਬੱਚਾ – ਆਉ ਦੇਖੋ ਆਹ ਤਸਵੀਰ,
ਬੈਠਾ ਰਾਜਾ, ਖੜ੍ਹਾ ਵਜ਼ੀਰ ।

ਦੂਜਾ ਬੱਚਾ – ਗੁੰਝਲ ਹੈ ਸੱਚਮੁੱਚ ਗੰਭੀਰ,
'ਕੱਠੇ ਹੋਣ, ਭੈਣਾਂ ਤੇ ਵੀਰ।

ਤੀਜਾ ਬੱਚਾ – ਪੂਰੀ ਸਭਾ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਿੱਚ ਹੈ,
ਦਰਬਾਰੀ ਹੈਰਾਨੀ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਚੌਥਾ ਬੱਚਾ – ਆ ਜਾਣ ਸਾਰੇ ਗੁਣੀ-ਗਿਆਨੀ,
ਸੂਝਵਾਨ ਵੱਡੇ ਵਿਗਿਆਨੀ।

ਪੰਜਵਾਂ ਬੱਚਾ – ਲੱਭ ਜਾਣਾ ਮਸਲੇ ਦਾ ਹੱਲ,
ਪੈ ਜਾਏਗੀ ਆਫ਼ਤ ਨੂੰ ਠੱਲ।

**ਸੋ ਬੱਚਿਓ ਇਸ ਕਵਿਤਾ ਪਾਠ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਸਿੱਟੇ ਤੇ ਪੁੱਜੇ ਹਾਂ ਕਿ :**

1. ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ / ਉਲਝਣ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ।
2. ਮੁਸ਼ਕਲ / ਉਲਝਣ ਵੇਲੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਾਰ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
3. ਤਰਕ ਅਤੇ ਦਲੀਲ ਗੁੰਝਲ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1 - ਦੋ ਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਉਲਝਣ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ

1.

2.

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2 - ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਉਲਝਣ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੀਤਾ ਸੀ ?

1.

2.

## (ੲ) ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਨੋਟ

ਸਵਿਜੋਤ ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦਾ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੈ ਪਿਛਲੇ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਉਹ ਖਿਝਿਆ-ਖਿਝਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਘਟ ਗਿਆ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਤਣਾਅ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਹ ਸਕੂਲ 'ਚੋਂ ਵੀ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣ ਲੱਗਾ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕ ਤੇ ਸਵਿਜੋਤ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ

ਅਧਿਆਪਕ - ਸਵਿਜੋਤ ਕੀ ਗੱਲ, ਤੂੰ ਹੁਣ 'ਰੀਡਿੰਗ-ਕਾਰਨਰ' 'ਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ?

ਸਵਿਜੋਤ - ਸਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਸਮੇਂ ਦੀ ਥੁੜ੍ਹ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ - ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਬਈ? ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਤੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਹੋ ਕੇ ਹਰ ਨਵੀਂ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਦਾ ਸੀ।

ਸਵਿਜੋਤ - ਪਹਿਲਾਂ ਠੀਕ ਸੀ ਸਰ, ਹੁਣ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮ ਕਾਰਨ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ।

ਅਧਿਆਪਕ - ਪਰ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਦੱਸ।

ਸਵਿਜੋਤ - ਜੀ ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹਨ।

ਅਧਿਆਪਕ - ਕੀ ਗੱਲ ਹੋਈ ਹੈ?

ਸਵਿਜੋਤ - ਸਰ ਟੈਸਟ ਰਿਪੋਰਟ ਤੋਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ - ਡਰੋ ਨਾ, ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੈ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚੋਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਮੁਫ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਸਵਿਜੋਤ - ਹਾਂ ਸਰ, ਅਸੀਂ ਹੁਣ ਉੱਥੋਂ ਹੀ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ - ਬਸ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਦੋਵੇਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਸਵਿਜੋਤ - ਠੀਕ ਹੈ ਸਰ।

ਅਧਿਆਪਕ - ਤੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਫ਼ਿਕਰ ਨਾ ਕਰ ਤੇਰਾ ਸਿਲੇਬਸ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਤੋਂ ਡਰਨਾ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸੀਂ ਤੂੰ ਸਾਡਾ ਸਿਆਣਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੈਂ।

**ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ :** ਟੀ.ਬੀ. ਛੂਤ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ਼ ਕਰਨ ਵੇਲ਼ੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਬਿਸਤਰੇ ਦੀ ਚਾਦਰ ਵੀ ਬਦਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

**ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ :-**

1. ਸਵਿਜੋਤ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਿਉਂ ਸੀ ?
2. ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਸੀ ?
3. ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੀ ਕਿਹਾ ?
4. ਛੂਤ ਦੀਆਂ ਦੋ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਦੱਸੋ।

ਆਪਣੀ ਡਾਇਰੀ ਵਿੱਚ ਸਵਿਜੋਤ ਬਾਰੇ ਕੁੱਝ ਸਤਰਾਂ ਲਿਖੋ