साढ़ी नोखी दुनिया

पाठ्य-पुस्तक कलास 3

आस्तै

साढ़े आस्सै-पास्सै दी दुनिया

0335

© NCERT not to be republished

विद्ययाऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

0335 - हेतुंदे डब्ल्यूऑन्ड्रस डब्ल्यूऑर्ल्ड- टीएक्सटीबीओओक फोर सीलास 3 साढ़ी आस्से-पास्से दी दुनिया

ISBN 978-93-5292-863-7

पैह् ला संस्करण

जून 2024 सीनियर 1946

PD 1000T SU

© राश्ट्री शैक्षिक अनुसंधान ते प्रशिक्षण परिशद, 2024

₹ 65.00

एनसीईआरटी वाटरमार्क दे कन्नै 80 जीऐस्सऐम्म पेपर पर छपेआ

सचिव, राश्ट्री शैक्षिक अनुसंधान ते प्रशिक्षण परिशद, श्री अरबिंदो मार्ग, नमीं दिल्ली 110 016 आसेआ प्रकाशन प्रभाग च प्रकाशत ते नागीन प्रकाशन प्राइवेट लिमिटेड, ग्राम सलारपुर, राजपुरा, मवाना रोड, मेरठ - 250 001 (यू.पी.) च छपेआ।

सारे अधिकार सुरक्खत

- प्रकाशक दी पूर्व इजाज़त बगैर इस प्रकाशन दे कुसै बी हिस्से गी कुसै बी रूपै च जां कुसै बी तरीके कन्नै, इलेक्ट्रानिक, यांत्रिक, फोटोकॉपी, रिकार्डिंग जां कुसै होर चाल्ली कन्नै परतियै बनाना, पुनर्प्राप्ति प्रणाली च रक्खेआ जां परतियै पेश नेईं कीता जाई सकदा ऐ।
- एह् कताब इस शर्त पर बेची जा करदी ऐ जे इसगी बपार राहें प्रकाशक दी सैह् मती बगैर दुधार नेईं दित्ता जाह् ग, परतियै बेचेआ नेईं जाह् ग, कराए पर नेईं दित्ता जाह् ग जां कुसै होर चाल्ली कन्नै बरबाद नेईं कीता जाह् ग, छुट इसदे जेह् दे च एह् प्रकाशत कीती गेदी ऐ।
- इस प्रकाशन दा स्हेई मुल्ल इस पेज पर छपे दा ऐ, रबड़ स्टैंप जां स्टिकर जां कुसै होर तरीके कन्नै लाए दा मुल्ल गल्त ऐ ते इसगी मन्नेआ नेईं जाना चाहिदा।

प्रकाशन प्रभाग दे दफतर, एनसीईआरटी
एनसीईआरटी कैंपस श्री अरबिंदो मार्ग
नमीं दिल्ली 110 016 फोन : 011-26562708

108, 100 फुट सिड़क
होस्दकेरे हल्ली बस्तार
बनशंकरी त्रिये चरण
बेंगलुरु 560 085 **फोन : 080-26725740**

नवजीवन ट्रस्ट बिलडिंग
पी.ओ. नवजीवन
अहमदाबाद 380 014 **फोन : 079-27541446**

सीडब्ल्यूसी कैंपस
एपी. धनकल बस स्टॉप
पनहाटी
कोलकत्ता 700 114 **फोन : 033-25530454**

सीडब्ल्यूसी काम्प्लेक्स
मालीगांव
गुवाहाटी 781 021 **फोन : 0361-2674869**

प्रकाशन समूह

प्रमुख, प्रकाशन : : अनूप कुमार राजपूत
डिवीजन
मुक्ख संपादक : *श्वेता उप्पल*
मुक्ख उत्पादन अधिकारी : *अरुण चितकारा*
मुक्ख बपार प्रबंधक : *अमिताभ कुमार*
उत्पादन अधिकारी : *जहां लाल*

कवर, डिजाइन ते कलाकृति
जोएल गिल

Illustration
सिल्जा बंसरियार, सुसानाटा पॉल, पलक शर्मा ते नानीत बी.एस
—अजीम प्रेमजी फाउंडेशन, बेंगलुरु

© NCERT not to be republished

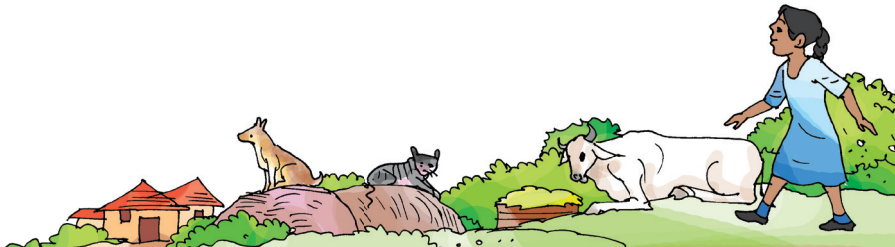
भूमका

राश्ट्री शिक्षा नीति (ऐन्न.ई.पी.)2020 आसेआ परिकल्पत स्कूली शिक्षा च बुनियदी चरण, ज्याणें दे समूचे बकास आस्तै नीह्-पत्थर दे रूपै च कम्म करदा ऐ। एह् उ'नें गी नां छड़ा साढ़े देश दे लोकाचार ते बधानक ढांचे च छप्पे दे नमुल्ले संस्कारें गी जजब करने च समर्थ बनांदा ऐ, बल्के बुनियादी साक्षरता ते गिनती ज्ञान हासल करने च बी समर्थ बनांदा ऐ। एह् नींह् उ'नें गी मते चुनौतीपूर्ण तैयारी चरण च निर्बाध रूप कन्नै संक्रमण करने आस्तै लैस करदी ऐ।

बुनियदी चरण नीह्-पत्थर ते मझाटले चरणें च इक पुल दे रूपा च कम्म करदा ऐ, जेह् ड़ा कलास 3 कोला कलास 5 तगर ल'ऊं ब'रें च फैले दा ऐ। इस चरण दरान प्रदान कीती जाने आह् ली शिक्षा बुनियदी चरण दे शैक्षणक द्रिश्टीकोण पर अधारत ऐ। जदू के खेढ-तरीका ते खोज, कन्नै गै गतिविधि - अधारत सिक्खने दे तरीके जारी न, ज्याणें गी पाठ्य-पुस्तकें ते रस्मी कलासै दियें स्थितियें कन्नै बी बाकफ कराया जंदा ऐ। इस बाकबी दा उद्देश अभिभूत करना नेईं ऐ, बल्के पाठयक्रम खेतरें च इक बुनियाद स्थापत करना ऐ, जेह्दे च पढ़ने, लिखने, बोलने, ड्राइंग, गाना ते खेढने राहें समग्र शिक्षा ते आत्म - खोज गी बढ़ावा देना ऐ। इस व्यापक द्रिश्टीकोण च शरीर सरबंधी शिक्षा, कला शिक्षा, बातावरण शिक्षा, भाशां, गणत, बुनियादी विज्ञान ते समाजक विज्ञान शामल न। एह् व्यापक द्रिश्टीकोण एह् पक्का करदा ऐ जे ज्याणे संज्ञानात्मक - संवेदनशील ते शरीरी - प्राणिक (भावनात्मक) दौनें स्तरें पर शैल चाल्ली त्यार होन तां जे ओह् असानी कन्नै मझालटी स्थित च जाई सकन ।

स्कूली शिक्षा आस्तै राश्ट्री पाठ्यक्रम ढांचे (एन.सी.एफ-ऐस्स.ई.)दियें सफारशें दा पालन करदे होई, एन.ई.पी. 2020 दे अनुवर्ती रूप च, बुनियादी चरण च 'साढ़े आस्से-पास्से दी दुनिया' नांS दा इक नमां विशे खेतर कड्ढेआ गेआ। इस विशे दा उद्देश इक अनुभवात्मक शिक्षा द्रिश्टीकोण दे राहें बातावरण शिक्षा प्रदान करना ऐ, जेह् ड़ा ज्याणें दे अनुभवें गी बक्ख-बक्ख विशे खेतरें दियें बुनियादी धारणाएं कन्नै जोड़दा ऐ जिं'दा ओह् मझाटले चरण च अध्ययन करङन।

'साढ़ी नोखी दुनिया', साढ़े आस्से-पास्से दी दुनिया दी पाठ्य-पुस्तक, ज्याणें गी अपनी दुनिया दे बारे च अपने रोजध्याड़ी दी सिक्खेआ गी बक्ख-बक्ख विशे खेतरें - विज्ञान, समाजक विज्ञान ते बातावरण शिक्षा दियें बुनियादी धारणाएं कन्नै जोड़ने च मदद करने आस्तै बनाया गेआ ऐ। एह् दा उद्देश अपने बातावरण दे प्रति उं'दी संवेदनशीलता गी बधाना, बरादरी कन्नै कम्म करने आस्तै कौशल विकसत करना ते बक्ख-बक्ख व्यवसायें प्रति सकारात्मक रवैये गी बढ़ावा देना ऐ।



© NCERT not to be republished

साढ़ी नोखी दुनिया बचारक समझ, आलोचनात्मक सोच, रचनात्मकता ते इस विकास चरण आस्तै लाजमी मुल्लें ते स्भाऽ पर जोर दिंदी ऐ। एह् दे च समावेशन, बहुभाशीवाद, लिंग-बरोबरी ते सांस्कृतक जड़ता जनेह् क्रास-कटिंग विशें गी शामल कीता गेआ ऐ, जेह् दे च मनासब आई . सी . टी . उपकरणें ते स्कूल अधारत लेखे-जोखे गी किट्ठा कीता गेआ ऐ।

इस चरण च ज्याणें दी जन्मजात जिज्ञासा गी उं'दे सोआलें गी संबोधत करियै ते मुक्ख सिक्खने दे सद्धांतें पर अधारत गतिविधियें गी डिजाइन करियै पालन-पोशन करने दी लोड़ ऐ। जदूं के प्ले-वे विधि जारी ऐ, पढ़ाने आस्तै इस्तेमाल कीते जाने आह् लियें खडालें ते खेढें दा सुआतम छड़ा आकर्शन दे बजाए जुड़ाव गी बधाने आस्तै बिकसत होंदा ऐ।

जदूं के एह् पाठ्य-पुस्तक कीमती ऐ, ज्याणें गी इस विशे पर बाद्धू संसाधनें दा पता लाने दी बी लोड़ ऐ। स्कूली लाइब्रेरियें गी इस विस्तारत शिक्षा गी सुविधाजनक बनाना चाहिदा, ते मा-प्यो ते शिक्षकें गी उं'दे प्रयासें दा समर्थन करना चाहिदा।

इक असरदार सिक्खने दा बातावरण ज्याणें गी प्रेरत करदा ऐ, उ'नें गी मशगूल रखदा ऐ ते जिज्ञासा ते तज्जब गी बढ़ावा दिंदा ऐ, जेह् ड़ा सिक्खने आस्तै जरुरी ऐ। में शुरूआती चरण च सभनें ज्याणें ते शिक्षकें गी परोसे कन्नै इस पाठ्य-पुस्तक दी सफारश करनां । में एह् दे बकास च शामल सभनें लोकें दा आभार प्रगट करनां ते मेद करनां जे एह् उम्मीदें पर खरी उतरग। की जे एनसीईआरटी प्रणालीगत सुधारें ते प्रकाशन दी गुणवत्ता च सधार आस्तै प्रतिबद्ध ऐ, अस पाठ्य-पुस्तक दे सधार आस्तै फीडबैक दा सुआगत करने आं। समग्गरी

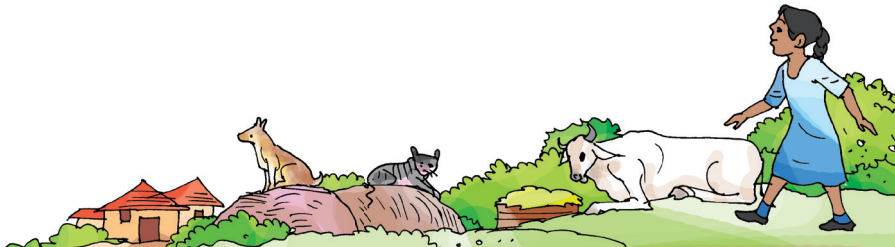
दिनेश प्रसाद सकलानी
निदेशक
राश्ट्री शैक्षिक परिशद्
अनुसंधान ते प्रशिक्षण

नमीं दिल्ली
25 मई 2024

© NCERT not to be republished

पाठ्य-पुस्तक दे बारे च

स्कूली शिक्षा आस्तै राश्ट्री पाठ्यक्रम ढांचे (एन . सी . एफ . - ऐस्स . ई .) 2023 ने कलास 3-5 आस्तै स्कूली शिक्षा दे तैयारी चरण च द वर्ल्ड अराउंड अस (टी. डब्ल्यू. ए. यू.) दी पन्छान इक मुक्ख पाठ्यचर्या खेतर दे रूप च कीती ऐ। राश्ट्री शिक्षा नीति (ऐन्न.ई.पी.) 2020 ते ऐन्न. सी.ऐफ्फ.-ऐस्स.ई. 023 इस विशे खेतर च सिक्खने आस्तै इक समग्र ते बहुआयामी द्रिश्टीकोण गी कट्ठा करने दी लोड़ पर जोर दिंदे न। इस चाल्ली, इस विशे खेतर दे सुआतम गी कट्ठा ते अंतर-अनुशासनात्मक दे रूप च सफारश कीती गेई ऐ। उप्पर दित्ते गेदे दोऐ नीति दस्तावेज़ शुरूआती चरण पाठ्यक्रम दे इक लाजमी घटक दे रूप च अनुभवात्मक शिक्षा, खोज ते खोज दी वकालत करदे न।उप्पर दित्ती गेदी नीति द्रिश्टीकोण दे अधार पर, त्ती क्लास आस्तै साढ़ी नोखी दुनिया शीर्शक दी इक पाठ्य-पुस्तक डिजाइन ते विकसत कीती गेई ऐ। साढ़ी नोखी दुनिया, जि'यां के शीर्शक थमां पता चलदा ऐ, जिज्ञासा पैदा करदी ऐ ते अनुभवात्मक शिक्षा, अन्वेषण, जांच, खोज ते हत्थें कन्नै चलने आह् ली गतिविधियें ते खु'ल्ले - अंत पुच्छ-गिच्छ दे राहें आलोचनात्मक सोच गी बढ़ावा दिंदी ऐ। एह् विशे विज्ञान, समाजक विज्ञान ते बातावरण शिक्षा गी कट्ठा करदा ऐ। कताब समझ गी डूंह् गा करने ते समस्या सुलझाने ते आलोचनात्मक सोच कौशल गी बढ़ावा देने आस्तै वास्तविक जीवन दे अनुभवें पर जोर दिंदी ऐ की जे ज्याणे खुशी ते जिज्ञासा दे कन्नै अपने आस्से-पास्से दा पता लांदे न। हर इक इकाई आस्तै ध्यायें दा डिजाइन नौजोआन दिमागें गी अजाद रूपै कन्नै सोचने, उं'दे टिप्पणियें पर बिचार करने ते खु'ल्ले सुआलें दा जवाब देने दा मौका प्रदान करदा ऐ। एह् ज्याणें गी रट्टे दे चेते गी खत्म करने दा मौका प्रदान करदा ऐ ते ज्याणें गी अपने आस्सै-पास्सै सक्रिय रूप कन्नै जुड़ने आस्तै प्रोत्साहत करदा ऐ, जेह् दे कन्नै जिज्ञासा ते पुच्छ-गिच्छ दी भावना गी बढ़ावा मिलदा ऐ। एह् द्रिश्टीकोण अवधारणाएं ते कौशल दे विकास च ज्ञात कोला अज्ञात तगर, स्थानी कोला वैश्विक, असान कोला जटिल, ठोस कोला अमूर्त ते बाकफ कोला अनजान तगर दी तरक्की दा अनुसरण करदा ऐ। इस पाठ्य-पुस्तक दे त्रै मोकले घटक न। पैह् ला घटक अपेक्षित सिक्खने आस्तै समग्गरी ते कौशल दा चनाऽ ऐ। दूआ घटक इस चाल्ली कन्नै समग्गरी दी प्रस्तुति ऐ जेह् ड़ी ज्याणें आस्तै इंटरैक्टिव होऐ। एह् शिक्षकें गी अवधारणाएं ते कौशल दा लेन-देन करने च मदद करदा ऐ। पाठ दी प्रस्तुति च बक्ख-बक्ख उमर - मनासब शैक्षणिक द्रिश्टीकोण शामल न जि'यां जे खेढ - अधारत, विशे - अधारत, खडाल - अधारत ते जांच - अधारत तां जे लैन-देन सरबंधी



© NCERT not to be republished

प्रक्रियाएं गी ज्याणें - केंदरत ते सुखद बनाया जाई सकै। त्रिया घटक मूल्यांकन प्रक्रियाएं दा चनाऽ ते ज्याणें दे सिक्खने दी प्रगति पर नज़र रक्खना ऐ। अस सब्भै जानदे आं जे ज्याणे चित्र पढ़ने, चर्चा, प्रयोग, पहेलियें ते पहेलियें गी सुलझाने, अनुभवें गी सांझा करने ते ड्राइंग ते लेखन दे राहें विचारें ते विचारें गी व्यक्त करने दे राहें बी सिक्खदे न। मूल्यांकन दे भार गी हल्का करने आस्तै, नेहियें गतिविधियें दे राहें सिक्खने दा आकलन करने दे निर्देश दित्ते गे न। प्रभावी ते सार्थक मूल्यांकन आस्तै, हर इक विशे च वर्ग-वार सिक्खने दे परिणामें ते दक्षताएं दी पन्छान कीती गेई ऐ, ते शिक्षकें गी ओह् दे मताबक सिक्खने दा आकलन करना चाहिदा।

इस पाठ्य-पुस्तक दे द्रिश्टीकोण कन्नै सरबंधत त्र'ऊं घटकें गी इस मसाल कन्नै समझेआ जाई सकदा ऐ - 'फूड वी ईट' ध्याऽ च, ज्याणे हाख (इक किसम दा सैल्ला साग जेह् ड़ा श्रीनगर च मश्हूर ऐ) जनेह् पारंपरिक व्यंजनें दे बारे च जानदे न। एह् मसाल उं'दे अपने खेतर ते साढ़े देश दे बक्ख-बक्ख खेतरें च खाद्य पदार्थें दी बन्न-सबन्नता दे बारे च जिज्ञासा पैदा करदी ऐ। एह् खोज बक्ख-बक्ख विशें गी कट्ठा करदी ऐ की जे अस बशेश खाद्य पदार्थ पकाने आस्तै इस्तेमाल कीती जाने आह् ली समग्गरी गी समझने दी कोशश करने आं, उ'नें खेतरें दे बारे च जानने आं जित्थै एह् खाद्य पदार्थ पैदा होंदे न ते उं'दी सांस्कृतक प्रथाएं दे बारे च जानने आं। ज्याणे परख करदे न जे भोजन पूरे भारत च सांस्कृतक प्रथाएं गी कि'यां दसदा ऐ। इस चाल्ली दा अंतर-अनुशासनक द्रिश्टीकोण ज्याणें दी समझ गी डूंह् गा करदा ऐ, ते उ'नें गी विशें', विशें ते अवधारणाएं च भरपूर सरबंध बनाने च मदद करदा ऐ।

साढ़ी नोखी दुनिया गी ज्याणें दे आस्सै-पास्सै दी दुनिया कन्नै जुड़े दे विशें कन्नै सरबंधत च'ऊं इकाइयें च रचेआ गदा ऐ। हर इक इकाई दी रचना ज्याणें गी प्रभावी रूप कन्नै शामल करने आस्तै डिजाइन कीते गेदे इक साफ खाके दा पालन करदी ऐ।

इकाइयें दे हर इक ध्याऽ च सखाई जा'रदी अवधारणाएं ते कौशल आस्तै इक इंटरैक्टिव - सह-संवाद जां क्हानी - सैह् - कथात्मक द्रिश्टीकोण शामल ऐ। मसाल आस्तै, यूनिट 2 च, विशे 'बूह् टें गी जानना ' उ'नें ज्याणें च इक इंटरैक्टिव संवाद पेश करदा ऐ जेह् ड़े इक बगीचे दी खोज करा'रदे न ते बक्ख-बक्ख किस्में दे बूह् टें, बूह् टे दे किश हिस्सें दी खोज करा दे न, ते संतुलत ते सामंजस्यपूर्ण जीवन आस्तै बूह् टें दी दिक्खभाल करने दी लोड़ ऐ।

हर इक ध्याऽ च विशे-वस्तु दी पेशकश ज्याणें दे अनुकूल होंदी ऐ, ते सिक्खने दी विधी च ज्याणें दी चुस्त हिस्सेदारी गी प्रोत्साहत करदी ऐ। आपूं - व्याख्यात्मक चित्रें दा उद्देश ज्याणें दे अवलोकन ते आलोचनात्मक - सोच कौशल गी विकसत करना ऐ। इक कोशश कीती गेई ऐ जे कताब च भाशा ते अवधारणाएं दा स्तर उमरी दे मताबक ऐ ते साढ़े देश दे बक्ख-बक्ख खेतरें कन्नै सरबंधत ऐ।

© NCERT not to be republished

हर इक इकाई दी शुरुआत च, हर इक ध्याऽ आस्तै इक अवधारणा योजना दित्ती जंदी ऐ जेह् ड़ी मरजी दी म्हारत ते लोढ़ मताबक सिक्खने दे परिणामें गी लक्षत करने च मदद करग।

कताबा च इस्तेमाल कीती गेदी भाशा असान ते साफ ऐ, जेह् ड़ी एह् पक्का करदी ऐ जे ज्याणे च'ऊं इकाइयें च दित्ती गेदी धारणाएं गी असानी कन्नै समझी सकन। हालां-के, कताब च इक असान चनौती पेश करने ते ज्याणें दे भाशा कौशल दा बस्तार करने आस्तै किश नमीं शब्दावली गी बी शामल कीता गेदा ऐ, जि'यां के समग्गरी ते उं'दे गुणें दे बारे च सिक्खने दे संदर्भ च 'पारदर्शी', 'अपारदर्शी' ते 'पारदर्शी' जनेह् शब्दें गी पेश करियै । ज्याणें गी वास्तविक दुनिया दियें वस्तुएं दे सरबंधै च इ'नें शब्दें गी समझने च मदद करने आस्तै चित्रें ते विवरणें दे राहें एह् दी व्याख्या कीती गेई ऐ।

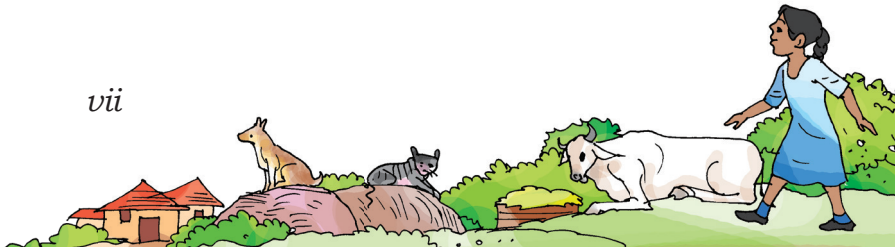
एह् दे अलावा, हर इक ध्याऽ च इक अंतर्निहित मूल्यांकन बिचार ऐ जेह् ड़ा ज्याणें दी तरक्की पर नजर रक्खने ते ओह् दे मताबक सिक्खने - शिक्षण रणनीतियें गी सिलाई करने च मदद करदा ऐ। इ'नें मूल्यांकन बचारें च घर कोला स्कूल तगर स्केच बनाना, कुदरत दी समग्गरी दा इस्तेमाल करियै रंगोली बनाना, चर्चा बिंदु, आमदोरफ्त संकेतें दा मिलान करना, किश तस्वीरें गी लेबल करना, बूह् टें दे विकास गी दिक्खने आस्तै असान प्रयोग करना, जां बूह् टे दे बक्ख-बक्ख हिस्सें दे कम्में दे बारे च खु'ल्ले सुआलें दा जवाब देना जनेही गतिविधियां शामल न।

'आओ चिंतन करचै' इक नेहा खंड ऐ जेह् दे च ज्याणें गी ध्याऽ थमां सिक्खे दा थोड़े च पेश करने दा मौका मिलदा ऐ।

कताबा च दित्ती गेदियां गतिविधियां सुझाऽ आह् लियां न। शिक्षक ज्याणें पर कुसै बी चाल्ली दा दबाऽ पाए बगैर कताबा च दित्ती गेदी गतिविधियें दे अलावा बाद्धू गतिविधियां बनाने आस्तै सुतंतर न, ते कन्नै ओह् ज्याणें गी अपने स्थानी बातावरण कन्नै जोड़दे न। अपनी नोखी दुनिया दे माध्यम कन्नै, असें अपने ज्याणें गी गतिशील ते प्रभावत सिक्खने दे अनुभव प्रदान करने दा जतन कीता ऐ।

असेंगी मेद ऐ जे एह् कताब कुदरत दे चमत्कारें गी समझने दे दरवाजे खोह् ल्ली देग ते इस जरुरी अंतर-अनुशासनक विशे दे शैल सिक्खने-पढ़ाने दी बक्खी लेई जाह्ग।

© NCERT not to be republished



साढ़ा राश्ट्री गान

जाना-गण-माना कैप्टन, जय है
भारत-भाग्य-विधाता।
पंजाब-सिंध-गुजरात-मराठा
द्रविड़-उत्कल-बंगा
विंध्य - हिमाचल - यमुना - गंगा
उथली-पानी दी लैह् र।
तवा शुभ दे नांऽ पर जागदा ऐ,
पिच्छें तवा शुभा असीसा,
गाहे ताव जय गाथा।
जना-गना-मंगल-द्याक जय ऐ
भारत-भाग्य-विधाता।
जया हे, जाई हे, जाई हे,
जय जय जय, जय ऐ !

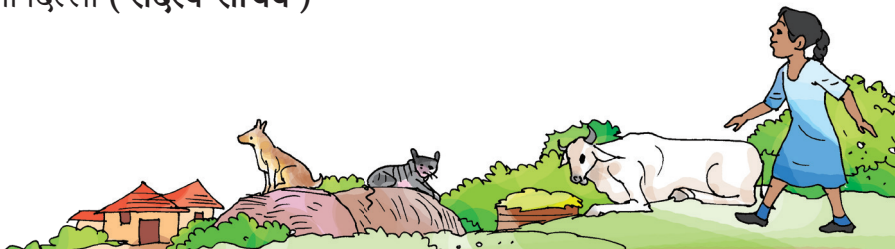
साढ़ा राश्ट्रगान, जेह् दी रचना मूल रूप कन्नै रवींद्रनाथ टैगोर आसेआ बांग्ला च कीती गेई ही, गी 24 जनवरी 1950 गी संविधान सभा आसेआ भारत दे राश्ट्रगान दे रूप च अपने हिंदी संस्करण च अपनाया गेआ हा।

© NCERT not to be republished

राश्ट्री पाठ्यक्रम ते शिक्षण शिक्षण समग्गरी समिति (ऐन्न .ऐस्स.टी.सी.)

1. एम. सी. पंत, चांसलर, राश्ट्री शैक्षिक योजना ते प्रशासन संस्थान (एन. आई.ई.पी.ए.) **(अध्यक्ष)**
2. प्रिंसटन विश्व-विद्यालय दे प्रोफेसर, मंजुल भार्गव **(सैह् - प्रधान)**
3. सुधा मूर्ति, मश्हूर लखारी ते शिक्षाविद्
4. बिबेक देबराय, आर्थक सलाह् कार परिशद् दे प्रधान - प्रधानमंत्री (ई. ए. सी. - पी एम)
5. शेखर मांडे, पूर्व महानिदेशक, सी.ऐस्स.आई.आर., विशिश्ट प्रोफेसर, सावित्रीबाई फुले पुणे विश्व-विद्यालय, पुणे
6. सुजाता रामदोराई, प्रोफेसर, ब्रिटिश कोलंबिया विश्व-विद्यालय, कनाडा
7. शंकर महादेवन, संगीत मास्ट्रो, मुंबई
8. प्रकाश पादुकोण बैडमिंटन अकैडमी, बैंगलोर दे निदेशक यू. विमल कुमार
9. मिशेल डेनिनो, विजिटिंग प्रोफेसर, आईआईटी-गांधीनगर
10. सुरीना राजन, आई.ए.ऐस्स. (सेवानिवृत्त), हरियाणा, पूर्व महानिदेशक, एच.आई.पी.ए.
11. चामू कृष्ण शास्त्री, भारती भाशा समिति, शिक्षा मंत्रालय दे प्रधान
12. संजीव सान्यल, सदस्य, आर्थिक सलाह् कार परिशद् - प्रधानमंत्री (ईएसी - पीएम)
13. एम. डी. श्रीनिवास , अध्यक्ष, सेंटर फॉर पॉलिसी स्टडीज, चेन्नई
14. ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. कार्यक्रम च दफतर दे प्रमुख गजानन लांधे
15. राबिन छेत्री, निदेशक, स्कर्ट, सिक्किम
16. प्रत्यूषा कुमार मंडल, प्रोफेसर, समाजिक विज्ञान मैह् कमा, ऐन्न.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली
17. दिनेश कुमार, प्रोफेसर ते प्रमुख, योजना ते निगरानी प्रभाग, एन.सी.ई.आर. टी., नमीं दिल्ली
18. कीर्ति कपूर, प्रोफेसर, भाशाएं च शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली
19. रंजना अरोड़ा, प्रोफेसर ते प्रमुख, पाठ्यक्रम अध्ययन ते विकास मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली (**सदस्य-सचिव**)

© NCERT not to be republished



भारत दा संविधान

प्रस्तावना

अस, भारत दे लोक, भारत गी इक संपूर्ण प्रभुत्व सम्पन्न समाजवादी धर्मनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने गितै ते उसदे सभनें नागरिकें गी हेठ लिखी दी सुरक्षा प्रदान करने आस्तै सत्यनिष्ठा कन्नै संकल्प लैन्ने आं :

न्यांऽ, सामाजिक, आर्थिक ते राजनीतिक;

विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, आस्था ते उपासना की सुतैंत्तरता;

स्थिति ते अवसर दी **समानता;** ते उनें सभनें च बढ़ावा देना

भाईचारा व्यक्ति ते [राष्ट्र दी एकता ते अखंडता]

सम्मान का आश्वासन दिंदा ऐ;

अपनी संविधान सभा च अज्ज छब्बी नवम्बर, 1949 गी इस संविधान गी अंगीकृत, अधिनियमित ते आत्मार्पित करने आं।

---

1. सेबे, कौस्टिडियो पारिया) अधिनियम, 1974 द्वारा, 5.2. "सोवरसिन डेमोक्रेटिक रिपब्लिक" थमां (3.1.1977 थमां प्रभावी)
2. संविधान सभा ते नागरिक अधिकार अधिनियम, 1978 द्वारा "राष्ट्र के अंग" दे थाह्रै पर प्रतिस्थापित... 3.1.1977)

© NCERT not to be republished

पाठ्य-पुस्तक विकास टीम

मार्गदर्शन

महेश चंद्र पंत, चेयरपर्सन, ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. ते सदस्यसमन्वय समिति, पाठयक्रम खेतर समूह (सीएजी): तैयारी चरण

मंजुल भार्गव, सह-प्रधान, ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. ते सदस्य, समन्वय समिति, सीएजी : तैयारी चरण

सुनीति सनवाल, प्रोफेसर ते सिर, प्राथमिक शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली ते सदस्य-संयोजक, समन्वय समिति, पाठयक्रम खेतर समूह: तैयारी चरण

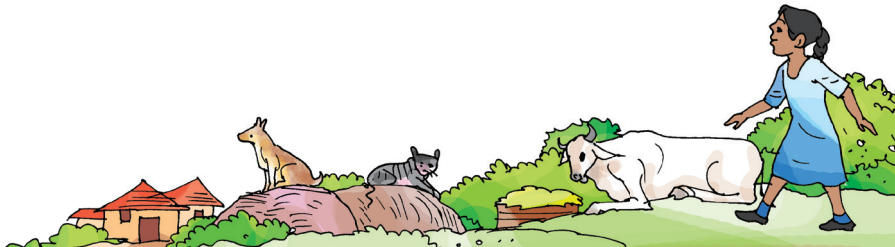
अध्यक्ष, उप-समूह (टीडब्ल्यूएयू)

राबिन छेत्री, निदेशक, एससीईआरटी, सिक्किम

जोगदान देने आह् ले

अनीता भटनागर, साबका आई.ए.ऐस्स. ते ज्याणें दियें कताबें दियां लखारी
अर्चना पनिकर, कार्यक्रम निदेशक, पर्यावरण शिक्षा केंदर (सी.ई.ई.), अहमदाबाद
बिनय पट्टनायक, मुक्ख सलाहकार, ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. कार्यक्रम दफतर, ऐन्न.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली
चोंग शिमरे, एसोसिएट प्रोफेसर, प्राथमिक शिक्षा मैह् कमा, ऐन्न.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली
देबोरा दत्ता, अनुसंधान ते प्रलेखन सलाहकार, ग्रांईं प्रबंधन संस्थान, आनंद
एनसीईआरटी दे प्राथमिक शिक्षा मैह् कमे दे एसोसिएट प्रोफेसर धन्या कृष्णा
डिकिला लेप्चा, सहायक प्रोफेसर, ऐस्स.सी.ई.आर.टी., सिक्किम
गायत्री दवे, कार्यक्रम समन्वयक, पर्यावरण शिक्षा केंदर (सी.ई.ई.), अहमदाबाद
जयश्री रामदास, विज्ञान शिक्षा दी सेवानिवृत्त प्रोफेसर , एच. बी. सी. एस. ई. ते टी. आई. ऐफ्फ. आर. हैदराबाद
महेंद्रकुमार अर्जन चोटालिया, पूर्व डीन, शिक्षा संकाय ते सरदार पटेल विश्व-विद्यालय, गुजरात दे स्नातकोत्तर शिक्षा मैह् कमे दे प्रमुख
मातृका शर्मा, पी.जी.टी . (इतिहास), सरकारी सीनियर सेकेंडरी स्कूल, डिकलिंग, सिक्किम
पटेल राकेश कुमार चंद्रकांत, मुक्ख शिक्षक, नवा नदीसर प्राइमरी स्कूल, पंचमहल, गुजरात

© NCERT not to be republished



अखिल भारती आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स), नमीं दिल्ली दे एन. एम. आर. मैह् कमे दे प्रमुख रमा जयसुंदर

रोमिला भटनागर, एसोसिएट प्रोफेसर, प्राथमिक शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली

संदीप कुमार, सहायक प्रोफेसर, प्राथमिक शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली

शमीन पडलकर, सहायक प्रोफेसर, टाटा इंस्टीट्यूट ऑफ सोशल साइंसेज, मुंबई

श्रीदेवी के.वी., एसोसिएट प्रोफेसर, खेतरी शिक्षा संस्थान, अजमेर

स्वाति शेलार, वरिश्ठ परियोजना सहयोगी, क्रिएटिव लर्निंग केंदर, आई.आई.टी. गांधीनगर

तरूण चौबिसा, निदेशक, शिक्षाशास्त्र ते नवाचार (विज्ञान) सीड 2 सैपलिंग एजुकेशन फाउंडेशन, बेंगलुरु

तुलिका डे, एसोसिएट प्रोफेसर, पूर्वोत्तर खेतरी शिक्षा संस्थान, शिलांग।

वेना कपूर, नेचर एजुकेशन सलाहकार, नेचर क्लासरूम, बेंगलुरु

विजय दत्ता, प्रिंसिपल, मॉडर्न स्कूल, बाराखंबा रोड, नमीं दिल्ली

वी. रामनाथन, सहायक प्रोफेसर, टाटा इंस्टीट्यूट ऑफ सोशल साइंसेज (टी.आई.ऐस्स. ऐस्स.), मुंबई

समीक्षक

मंजुल भार्गव, सैह् - अध्यक्ष, ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. ते सदस्य, समन्वय समिति, कैग: तैयारी चरण

अनुराग बेहर, सदस्य, राश्ट्री दिक्ख-रिक्ख समिति (एन.ओ.सी.)

रंजना अरोड़ा, प्रोफेसर ते प्रमुख, पाठ्यक्रम अध्ययन ते विकास मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी.,

नमीं दिल्ली

ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. कार्यक्रम च दफतर दे प्रमुख गजानन लांधे

सदस्य-समन्वयक, उप-समूह (टीडब्ल्यूएयू)

रोमिला भटनागर, एसोसिएट प्रोफेसर, प्राथमिक शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर. टी.,नमीं दिल्ली

कविता शर्मा, प्रोफेसर, प्राथमिक शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली

सरला वर्मा, एसोसिएट प्रोफेसर (को-कॉर्डिनेटर), शिक्षक शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी., नमीं दिल्ली

© NCERT not to be republished

आभार दी

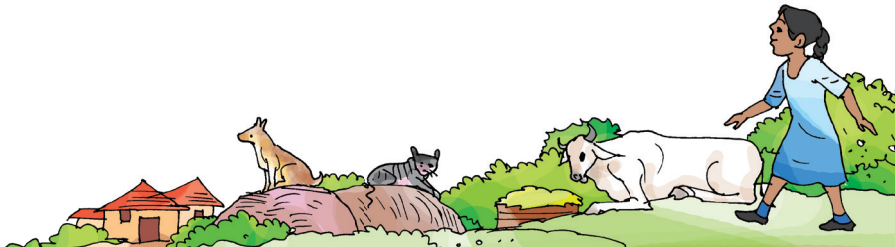
राश्ट्री शैक्षिक अनुसंधान ते प्रशिक्षण परिशद् (एन.सी.ई.आर.टी.)इस पाठ्य-पुस्तक गी विकसत करने च क्रास - कटिंग विशें पर उं'दे दिशानिर्देशें आस्तै सम्मानत अध्यक्ष ते राश्ट्री पाठ्यक्रम रूपरेखा दिक्ख-रिक्ख समिति दे सदस्यें, पाठ्यचर्या खेतर समूह् (सीएजी) दे प्रधान ते सदस्यें : तैयारी चरण ते होर केईं सरबंधत सीएजी दे मार्गदर्शन ते समर्थन गी मंजूर करदी ऐ।

एनसीईआरटी प्राथमिक शिक्षा मैह् कमे दे प्रोफेसर वरदा निकलजे दे समर्थन गी मंजूर करदा ऐ; कीर्ति कपूर, प्रोफेसर, भाशा मैह् कमा; इंद्राणी भादुड़ी, प्रोफेसर ते प्रमुख, शैक्षिक सर्वेक्खन प्रभाग, एन.सी.ई.आर.टी. एन.सी.ई.आर.टी. दे लिंग अध्ययन मैह् कमे दी प्रोफेसर, मोना यादव; विनय सिंह, प्रोफेसर ते प्रमुख, बशेश जरूरतें आह् ले समूहें दे शिक्षा मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी. ; मिली रॉय, प्रोफेसर ते प्रमुख, लिंग अध्ययन मैह् कमा, एन.सी.ई.आर.टी. ; ते एन.सी.ई.आर.टी. दे कला ते सौंदर्यशास्त्र च शिक्षा मैह् कमे दी प्रोफेसर ते प्रमुख ज्योत्सना तिवारी ; इस पाठ्य-कताब च लिंग दे एकीकरण, समावेशन, कला शिक्षा बगैरा जनेह् क्रास-कटिंग विशें दी समीक्षा करने लेई।

ऐन्न.ऐस्स.टी.सी. कार्यक्रम दफतर, एन.सी.ई.आर.टी. दे मुक्ख सलाहकार, गजानन लोंढे ते बिनय पट्टनायक दा बशेश धन्नवाद ऐ, जि'नें इस पाठ्य-पुस्तक दे विशे-वस्तु गी खीरी रूप देने ते डिजाइन करने आस्तै तालमेल च म्हत्तवपूर्ण भूमका नभाई।

विशे-वस्तु संपादन च अपर्णा जोशी, गार्गी कालज ते दिल्ली विश्व-विद्यालय दी एलएसआर स्मृति शर्मा दे समर्थन दी सराह् ना कीती जंदी ऐ। सुष्मिता मलिक, पूर्व सलाहकार, एनसीईआरटी ते लेखक; मंजू जैन, पूर्व प्रोफेसर, डीईई, एनसीईआरटी; बलजीत कौर, प्रिंसिपल ते समन्वयक पी.ई.सी. समग्र शिक्षा, दिल्ली; केंदरी विद्यालय शालीमार बाग, नमीं दिल्ली दी सेवानिवृत्त

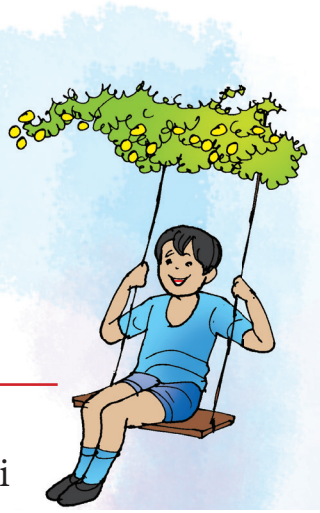
© NCERT not to be republished



शिक्षिका संगीता अरोड़ा ते सुपर्णा दिवाकर ने बी समग्गरी दे संपादन ते अनुवाद च मदद कीती। कताब च विशे-वस्तु गी सुधारने दी दिशा च उं'दे शैक्षणिक जोगदान आस्तै अजीम प्रेमजी विश्व-विद्यालय, बैंगलोर दे विकास चंद्र राय, तिरंग लुइकांग रंगसनामेई, अरुण नाइक ते रोनिता शर्मा गी बी मानता दित्ती गेई ऐ।

पाठ्य-पुस्तक दे प्रारूप च तकनीकी मदद प्रदान करने आस्तै संगीता माथुर, हरगुन कौर, रिंकी, चंचल दहिया, तरनदीप कौर, ममता ते मनीष दे जतनें दी सराह् ना कीती जंदी ऐ। परिशद् एन.सी.ई.आर.टी. दे प्रकाशन प्रभाग दे डी.टी.पी. सैल दे प्रभारी पवन कुमार बैरियार दे जोगदान गी मंजूर करदी ऐ। इल्मा नासिर, संपादक (अनुबंध), विपन कुमार शर्मा, विवेक राजपूत ते बिट्टू कुमार महतो, डीटीपी ऑपरेटर (अनुबंध), प्रकाशन प्रभाग, एनसीईआरटी ने इस दस्तावेज़ गी खीरी रूप दित्ता।ने इस दस्तावेज़ गी खीरी रूप दित्ता।

© NCERT not to be republished



समग्गरी

प्रस्तावना iii
पाठ्य-पुस्तक दे बारे च v

यूनिट 1: साढ़े परोआर ते समुदाय

अध्याय 1:परोआर ते मित्तर 3
अध्याय 2:मेले च जाना 19
अध्याय 3:किट्ठे रलियै तेयार मनाओ 34

यूनिट 2: साढ़े आस्सै-पास्सै जीवन

अध्याय 4:बूह् टें गी जानना 47
अध्याय 5:बूह् टे ते जानवर कट्ठे रौंह् दे न 62
अध्याय 6:मिली-जुली रौह् ना 72

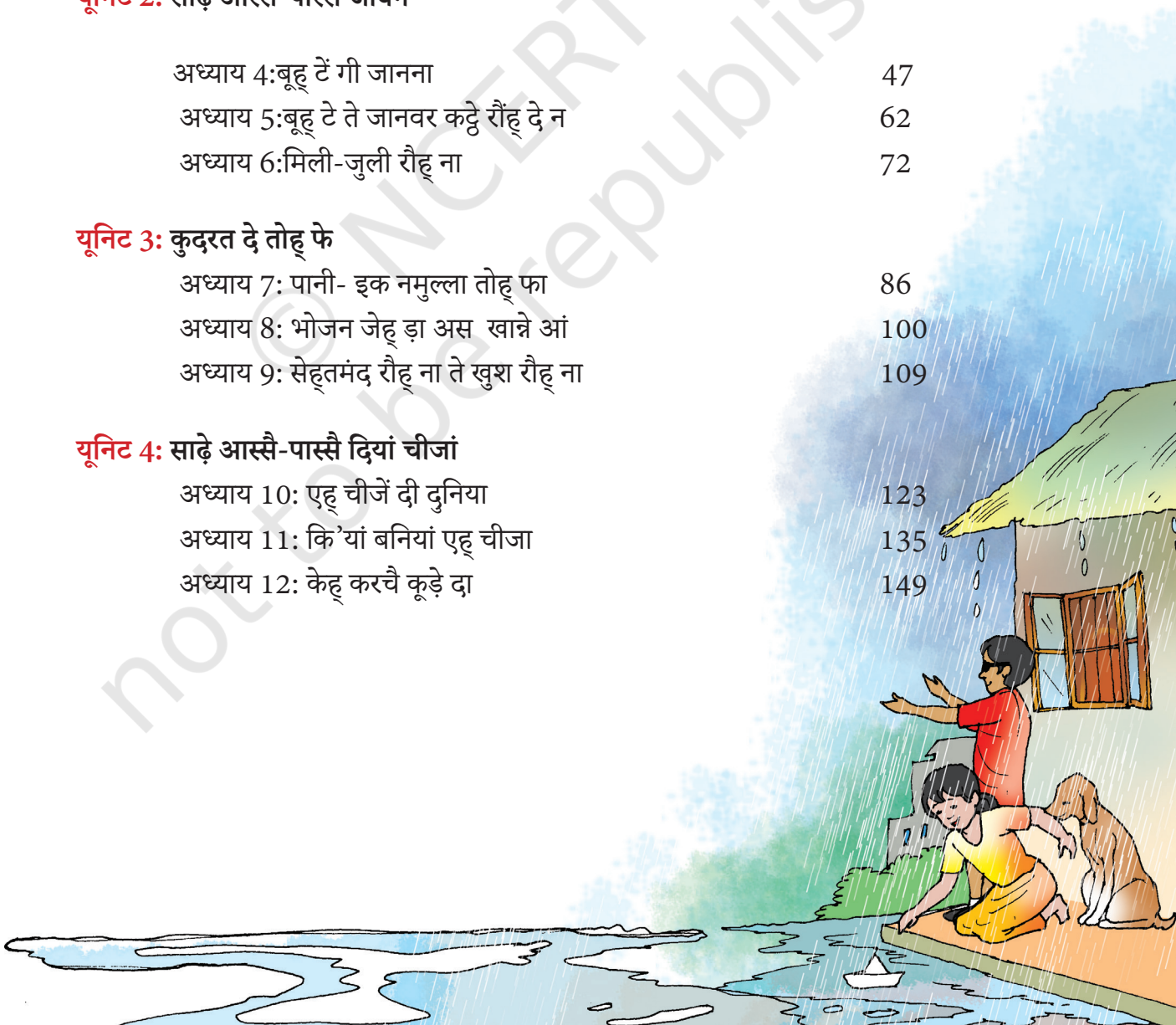
यूनिट 3: कुदरत दे तोह् फे

अध्याय 7: पानी- इक नमुल्ला तोह् फा 86
अध्याय 8: भोजन जेह् ड़ा अस खान्ने आं 100
अध्याय 9: सेह्तमंद रौह् ना ते खुश रौह् ना 109

यूनिट 4: साढ़े आस्सै-पास्सै दियां चीजां

अध्याय 10: एह् चीजें दी दुनिया 123
अध्याय 11: कि'यां बनियां एह् चीजा 135
अध्याय 12: केह् करचै कूड़े दा 149

© NCERT not to be republished



An Initiative of the Ministry of Education

If you are stressed, anxious, worried, sad or confused about ....

Studies and Exams

Personal Relationships

Career Concerns

Peer Pressure

Seek Support of Counsellors

National Toll-free
Counselling Tele-Helpline
8am to 8pm
All days of the week

MANODARPAN

Psychosocial Support for Mental Health & Well-being of Students during the COVID-19 Outbreak and beyond
(An initiative by Ministry of Education, Government of India, as part of Atma Nirbhar Bharat Abhiyan)

www.https://manodarpan.education.gov.in

© NCERT not to be republished