16 खेल-खेल में

गली में सभी बच्चे **स्टापू** खेल रहे थे। अवंतिका भी अपनी बहन नंदिता के साथ वहीं खेल रही थी। पर नंदिता को ठीक से खेलना नहीं आ रहा था।

अवंतिका : अरे नंदिता, सुनो! ठीक से समझ लो। **ठिप्पी** को पहले खाने में डालो। फिर ठिप्पी वाले खाने को छोड़ कर बाकी खानों में एक पैर से छलाँग लगाओ। लाइन पर पैर रखोगी तो खेल से बाहर। आखिरी खाने में उछलकर वापिस घूमो। वापसी में ठिप्पी ज़रूर उठाकर लाना। याद रहे, 4–5 और 7–8 खाने में ही दोनों पाँव रख सकते हैं। अब, दूसरे खाने में ठिप्पी डालो। इसी तरह सभी खानों में बारी-बारी ठिप्पी डालकर खेलो।

पाठ में कुछ स्थानीय खेल, जैसे–स्टापू, पिट्ठू, अष्टा-चंगा-पे आदि तथा उन्हें खेलने में इस्तेमाल की गई चीज़ें जैसे ठिप्पी के नाम आए हैं। बच्चों से इनके स्थानीय नाम पर बातचीत करवाई जा सकती है।

बच्चे फिर से खेल में लग गए। चाची बहुत देर से उन्हें खेलते हुए देख रही थीं। उनका भी खेलने का मन कर रहा था। जब उनसे रुका नहीं गया तो वे बोल पड़ीं – बच्चों, मैं भी तुम्हारे साथ स्टापू खेलूँ?

यह सुनकर सब बच्चे हँसने लगे।

अवंतिका : चाची, आप खेलेंगीं!

चाची : तुम सोचती हो, मुझे स्टापू खेलना नहीं आता? अरे, तुम्हारी उम्र में तो हम कितने ही खेल खेलते थे।

नंदिता : कौन-कौन से खेल, चाची?

चाची : एक टाँग से दौड़ना, छुपनछुपाई, ऊँच-माँगी-नीच, गिट्टे और न जाने क्या-क्या। और कबड्डी में तो हमारी टीम दस गाँव में सबसे आगे थी।

रजत : चाची, आपको खेलने का इतना समय कहाँ से मिलता था? हमें तो खेलने के लिए समय ही नहीं मिलता।

चाची : तुम्हें टी.वी. देखने से फुरसत मिले, तब न।

नंदिता : चाची, क्या चाचा भी ये सब खेल खेलते थे?

चाची : पूछो मत। तुम्हारे चाचा बताते हैं कि वे सारा दिन गिल्ली-डंडा, कंचे, अष्टा-चंगा-पे, पिट्ठू और न जाने क्या-क्या खेलते रहते थे। पतंग के चक्कर में खाना तक भूल जाते थे।

नंदिता : आओ! खेलो न।

चाची बच्चों के साथ खेलने लगीं। अभी कुछ ही देर खेल पाए थे कि बारिश आ गई।

सब बच्चे : उफ हो!

चाची : चलो, हमारे घर चलो, अंदर चलकर खेलते हैं।

2021-22

© NCERT not to be republished

यह सुनकर सब बच्चे खुश हो गए।

सब बच्चे : चलो, चलो, चाची के घर चलकर खेलते हैं।

सब बच्चे चाची के घर आ गए। अंदर, चाचा और बुआ शतरंज खेल रहे थे।

अवंतिका : चाची, क्या खेलें?

रजत : चाची, घर-घर खेलते हैं।

कुछ बच्चे : हाँ, हाँ, घर-घर का खेल खेलते हैं।

रजत : अगर गुड़िया होती तो हम गुड़िया से खेलते।

चाची : गुड़िया चाहिए? अभी बना लेते हैं गुड़िया।

चाची ने एक पुराना कपड़ा लिया और बच्चों ने चाची की मदद से गुड़िया बना ली।

कुछ बच्चे गिट्टे खेलना चाहते थे और कुछ अष्टा-चंगा-पे। सब अपने-अपने समूह बनाकर खेलने लगे।

2021-22

© NCERT not to be republished

पाठ में जिन-जिन खेलों के नाम आए हैं उनके नाम तालिका में लिखो। इनमें से जो खेल घर के अंदर खेले जाते हैं उनके सामने ⌂ बनाओ। घर के बाहर खेले जाने वाले खेल के सामने 🌳 बनाओ। खेल के सामने खिलाड़ियों की संख्या लिखना मत भूलना। खेल के खेलने में अगर कुछ चीज़ों की ज़रूरत होती है तो उनके नाम भी लिखो।

पाठ में आए खेलों के नाम	⌂/🌳	कितने खिलाड़ी	किन चीज़ों की ज़रूरत

तालिका को भरने में बच्चों को मदद की आवश्यकता हो सकती है। बच्चों को एक-दूसरे की मदद करने का मौका दें। एक-दूसरे से बच्चे सहजता से बहुत कुछ सीखते हैं।

© NCERT not to be republished

क्या तुम स्टापू से मिलता-जुलता कोई और खेल खेलते हो? उस खेल का क्या नाम है? खेल को खेलने के लिए ज़मीन पर जो आकृति बनाते हो उसे यहाँ बनाओ।

❇ तुम परिवार में किस के साथ क्या खेल खेलते हो?

परिवार का सदस्य	खेल का नाम
___________	___________
___________	___________
___________	___________
___________	___________
___________	___________

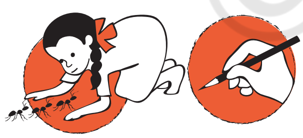
© NCERT not to be republished

❋ क्या तुम अपने इलाके के किसी मशहूर खिलाड़ी का नाम जानते हो? यदि हाँ तो उसका नाम और वह किस खेल से जुड़ा है, लिखो।

❋ तुम गेंद से खेले जाने वाले कितने खेल जानते हो? दी गई गेंद में उनकी सूची बनाओ।

❋ क्या तुमने सानिया मिर्ज़ा का नाम सुना है? वे भी गेंद से ही एक खेल खेलती हैं। पता करो और लिखो कौन-सा।

❋ तुम्हें कौन-सा खेल सबसे ज़्यादा पसंद है?



अपने घर या आस-पास के किसी बड़े व्यक्ति से पता करो – जब वे छोटे बच्चे थे तब वे क्या-क्या खेल खेलते थे?

स्थानीय मशहूर खिलाड़ियों पर जानकारी एकत्रित करवाएँ जो बच्चों को खेलों के बारे में ज्ञान और खिलाड़ियों के प्रति सम्मान को बढ़ावा देगा।

© NCERT not to be republished

पहेली को चित्र से जोड़ो और खेल का नाम लिखो।

रंग-बिरंगी काँच की गोली
साध निशाना जीती भोली।

____

साँप काटे तो नीचे आऊँ
सीढ़ी मिले तो झट चढ़ जाऊँ।

____

बाँध गले में सूत
बिन पंख मैं उड़ जाऊँ।

____

बेगम, बादशाह, इक्का, गुलाम
बावन पत्तों के खेल का नाम।

____

लगा लो तुम चौके-छक्के
बना लोगे सौ रन पक्के।

____

राजा, रानी, वजीर, सिपाही
सबकी आपस में हुई लड़ाई।

____

बच्चों ने कई खेल खेले होंगे, कई देखे भी होंगे। कुछ के बारे में सुना होगा, पढ़ा होगा या फिल्मों, नाटकों में देखा होगा। इन सभी को चर्चा में शामिल किया जा सकता है।

© NCERT not to be republished

खेलने के अलावा तुम क्या–क्या करते हो?

_______________ _______________ _______________

_______________ _______________ _______________

तुम्हारे परिवार के लोग दिए गए चित्रों में से जो कुछ करते हैं उनमें रंग भरो। खाली छोड़ी हुई जगह में कुछ और भी जो वे करते हैं, उसका चित्र बनाओ और लिखो।

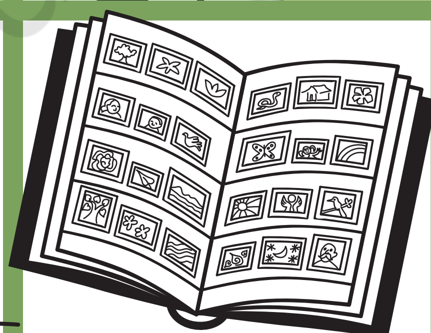
पढ़ना

सिलाई–कढ़ाई करना

नाचना

गप–शप करना

पेड़–पौधों की देखभाल


डाक–टिकट इकट्ठे करना

© NCERT not to be republished