SLAM OUT LOUD!
WORLD'S LARGEST LESSON
जेन अर्थ
GEN EARTH
क्रिएटिव क्लाइमेट एक्शन फॉर यंग लर्नर्स
Creative Climate Action for Young Learners

वर्ल्ड्ज़ लार्जेस्ट लेसन (डब्ल्यूएलएल/WLL) यूनिसेफ के साथ साझेदारी में चलाया गया एक वैश्विक शैक्षिक अभियान है। डब्ल्यूएलएल (WLL) सीखने में संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास लक्ष्यों (UN-SDG) के उपयोग को बढ़ावा देता है ताकि बच्चे सभी के बेहतर भविष्य में योगदान दे सकें। नागरिकता और न्याय से लेकर जलवायु परिवर्तन और पर्यावरण तक, डब्ल्यूएलएल (WLL) का उद्देश्य बच्चों को प्रेरित करना है। डब्ल्यूएलएल (WLL) प्रोजेक्ट एवरीवन का एक प्रोग्राम है।

स्लैम आउट लाउड (एसओएल) दृश्य और प्रदर्शन कला की परिवर्तनकारी शक्ति का उपयोग वंचित समुदायों के बच्चों में रचनात्मक विश्वास और कौशल जैसे कि संचार, महत्वपूर्ण सोच और सहानुभूति बनाने में मदद करता है।
एसओएल (SOL) पेशेवर कलाकारों और ई-लर्निंग संसाधनों के सहयोग से काम करता है ताकि बच्चों को बड़े सपने देखने के कौशल का निर्माण करने में मदद मिल सके और ऐसे माध्यमों का निर्माण किया जा सके जिनके माध्यम से लिंग, जलवायु कार्रवाई और सामाजिक न्याय जैसे मुद्दों के बारे में जागरूकता बढ़ाई जा सके - और अधिक सकारात्मक भविष्य बनाने की उम्मीद में।

जेन अर्थ: क्रिएटिव क्लाइमेट एक्शन फॉर यंग लर्नर्स रिसोर्स पैक की संकल्पना, निर्माण और डिजाइन स्लैम आउट लाउड (SOL) द्वारा डब्ल्यूएलएल (WLL) के साथ साझेदारी में किया गया है।

पाठ्यक्रम विकास: उमैमा एहतेशाम,स्लैम आउट लाउड
इलस्ट्रेटर: काव्या सिंघल
हिन्दी अनुवाद: चारु देव और सैमसन थियोडोर, लोगोस ट्रान्स्फ़ोर्मेशन
वीडियोग्राफर: शुभोजीत दासगुप्त
भारतीय साइन लैंग्वेज इंटरप्रेटर: प्रीती सपरा
ऑडियो कथन:जिज्ञासा लबरू, आस्था सिंह रघुवंशी, तलहा बिन एहतेशाम

कहानी योगदान:

तत्व 3: आग - प्रिया मुथुकुमार, स्टोरीपुर
तत्व 4: पानी – आ वेल इस बोर्न राधिका चढा द्वारा लिखी गयी, तुलिका प्रकाशक, चेन्नई, 2010 द्वारा प्रकाशित वॉटर स्टोरीज़ फ़्रम अराउंड द वर्ल्ड।
तत्व 5: प्रकृति – हू ओंज़ द वॉटर दीपा बलसावर द्वारा लिखी गयी, तुलिका प्रकाशक, चेन्नई, 2010 द्वारा प्रकाशित वॉटर स्टोरीज़ फ़्रम अराउंड द वर्ल्ड।

यदि आपके कोई प्रश्न या टिप्पणियां हैं, तो कृपया हमसे contact@slamoutloud.org या lesson@project-everyone.org पर संपर्क करें

सीखने के क्षेत्र

जेन अर्थ (Gen eARTh) के माध्यम से, शिक्षार्थी निम्नलिखित उद्देश्य सीखने में सक्षम होंगे-

- परिवर्तन के लिए कला को एक शक्तिशाली माध्यम के रूप में सराहना करते हुए जलवायु संकट को समझें
- पर्यावरणीय मुद्दों में जटिलताओं से अवगत रहें और कला के सरल माध्यम से इसे व्यक्त करें
- सुधारात्मक उपाय करने के लिए अन्य जीवित प्रजातियों और प्रेरणा के प्रति सहानुभूति बनाएं
- जलवायु परिवर्तन के जवाब में कार्य करने के लिए आत्मविश्वास और रचनात्मकता विकसित करना
- प्रकृति के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने के लिए कल्पना और अन्वेषण में संलग्न हों
- रचनात्मक कलात्मक खोज के माध्यम से जलवायु परिवर्तन के अनुभव पर व्याख्या, विश्लेषण और विस्तार करें

पाठ्यक्रम संरचना

जेन अर्थ (Gen eARTh) एक आत्म-निर्देशित पाठ्यक्रम है। इसमें 5 तत्व, वायु, पानी, आग, पृथ्वी और प्रकृति शामिल हैं जो शिक्षार्थियों को पूरा करने में लगभग 16 घंटे लेने की उम्मीद है। पूरे संसाधन पैक के भीतर 25 गतिविधियां हैं।

प्रत्येक तत्व में 5 जुड़ाव हैं, एक ध्यान अभ्यास, एक लोक कथा, एक वर्कशीट, एक निर्देशित कला गतिविधियों और आखिरकार, एक आत्म-निर्देशित कला गतिविधियों। इन्हें या तो निर्धारित प्रगति में पालन किया जा सकता है या स्वतंत्र रूप से पूरा किया जा सकता है, जो शिक्षार्थियों को अपने सीखने के अनुभव को चुनने के लिए स्वतंत्रता प्रदान करता है।

इस संसाधन को सुलभ और समावेशी बनाने के हमारे प्रयास में सभी लोक कथा वीडियो भारतीय साइन लैंग्वेज में अनुवाद भी प्रदान किए गया हैं।

छात्रों को विभिन्न तथ्यों को समझाने के लिए गतिविधियाँ **"डीड़"(DEED)** के द्वारा अभ्यास कराई गयी हैं

विकसित करें : जलवायु परिवर्तन का समर्थन करने के लिए एक आवाज विकसित (Develop)करें

जुड़ाव करें : कला के माध्यम से सीखने और अभिव्यक्ति (Engage) करने में जुड़े रहें।

देखें: पृथ्वी और उसके सहयोगी मुद्दों की समझ विकसित करना। (Evolve)

परिभाषित करें : सुधारात्मक कार्रवाई योग्य उपाय परिभाषित (Define) करें।

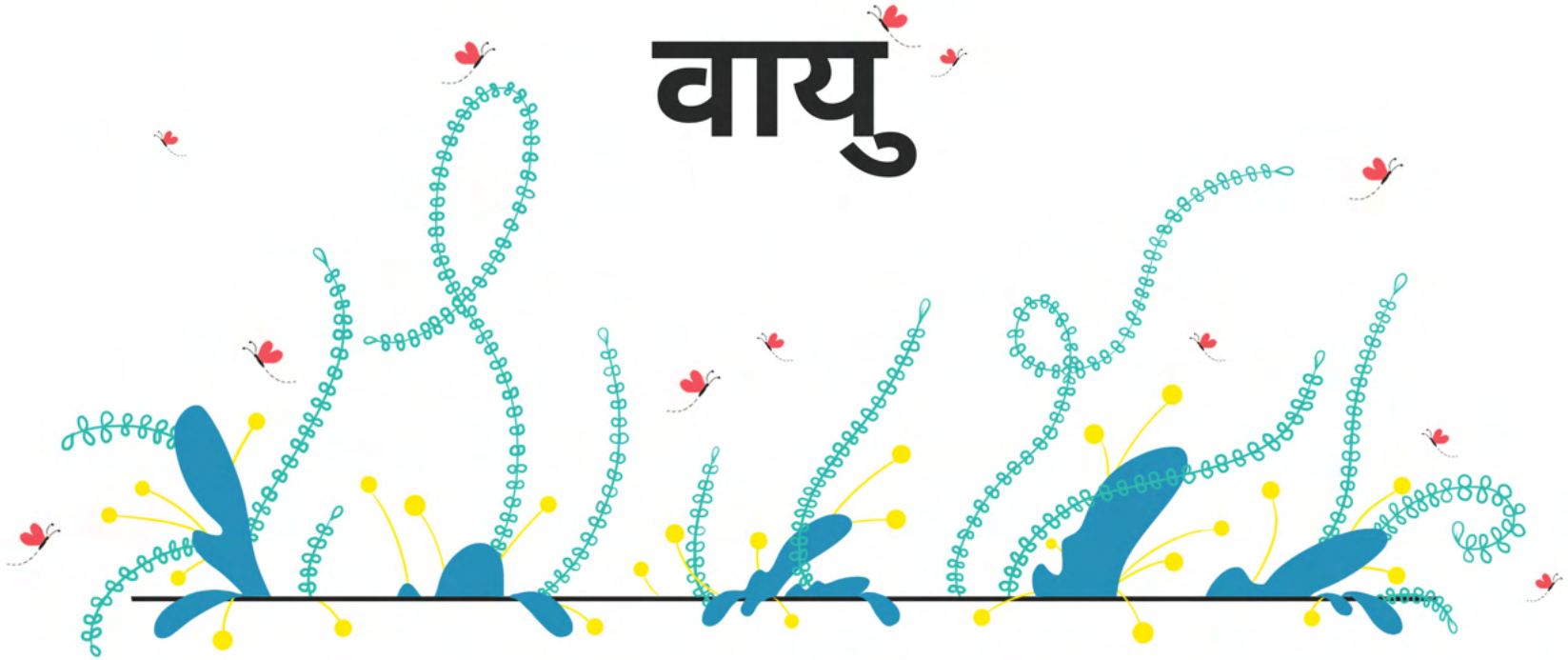
जेन अर्थ (Gen eARTh) में साझा कीय गए प्रमुख संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास लक्ष्य (UN-SDG)

स्लैम आउट लाउड (SOL) x वर्ल्ड्ज़ लारजेस्ट लेसन

पर्यावरण के लिए SOL का 5X5 फ्रेम

	गतिविधि	विधि	वायु	पृथ्वी	अग्नि	पानी	प्रकृति
1.	चेतना सहित	ध्यान क्रिया का अभ्यास (वीडियो)	प्रकृति में खुशी और आनंद की परिकल्पना करना	एक पेड़ की कल्पना करना	बॉडी स्कैन एवं आसपास की ऊर्जा के साथ कनेक्ट करना	समुद्र किनारे की कल्पना करना	प्रकृति की सैर की परिकल्पना करना
2.	कहानी सुनाना	लोक कथा (वीडियो)	वायु की कहानी	राहुल और निस्वार्थी पेड़	ग्रैंड मदर स्पाइडर ऊर्जा जाग्रत करना सूक्ष्म कथा	लोक कला, उंगलीवाली मछली कठपुतली -लघु कथा,	तूलिका टेल्स अत्यंत लघु कथा
3.	रिफलेक्ट (Reflect)	वर्क शीट	वायु गुणवत्ता सूचकांक पक्षी वायु प्रदूषण	कूड़े को अलग करने की प्रक्रिया को समझना	जलवायु परिवर्तन सौर ऊर्जा	महासागर में प्लास्टिक का कूड़ा फेंकना	किसी वस्तु की कहानी माइंड मैप
4.	भावों की अभिव्यक्ति	विजुअल आर्ट	मेरे पौधे का प्रकार, निर्देशित गतिविधि	पृथ्वी की देखभाल	जलवायु हाइकु	मेरी मछली का प्रकार	बिल्कुल उसी तरह !
5.	एक्ट (Act)	कॉल टू एक्शन स्वतंत्र अभिव्यक्ति	किसी पौधे को गोद लेना	चलो अब थोड़ा अलग हो जाएँ	भलाई के लिए सौर ऊर्जा	प्लास्टिक को बैन करो – संकल्प	प्रकृति के किसी वस्तु को उपहार में देना
			3 Hr 45 Mins	2 Hr 35 Mins	3 Hr 15 Mins	3 Hr 15 Mins	2 Hr 55 Mins

वायु



पहला कदम

चेतना सहित - ध्यान क्रिया का अभ्यास

मेरे साथ ध्यान लगाने के लिए यहाँ क्लिक करें

दूसरा कदम

कहानी सुनाना - लोक कथा

आइ.एस.एल

हिंदी कैप्शन

यहाँ क्लिक करें
लोक कथा सुनें और नीचे दिये गए सूत्रों पर चर्चा करें

यदि आपको पौधों, जमीन पर जानवरों, समुद्र में मछली, आकाश में पक्षियों और हमारे बीच के सम्बन्ध को एक कविता या एक कलाकृति के माध्यम से संबंध दिखाना हो तब वह काम कैसे होगा?

यदि सांस लेने वाली हवा, बाजार में बेची जाने वाली एक दुर्लभ वस्तु हो तब इसे चित्रित करने के लिए आप किस चेहरे की अभिव्यक्ति का उपयोग करेंगे?

यह परिस्थिति आपको कैसी दिखती है? आप अपनी सांस को कैसे नियंत्रित करेंगे?

दूसरा कदम

अब आपने कहानी को पढ़/सुन लिया है
अब आपको इसी प्रकार की एक कहानी अपने आप बनानी है!

परिस्थिति क्या होगी

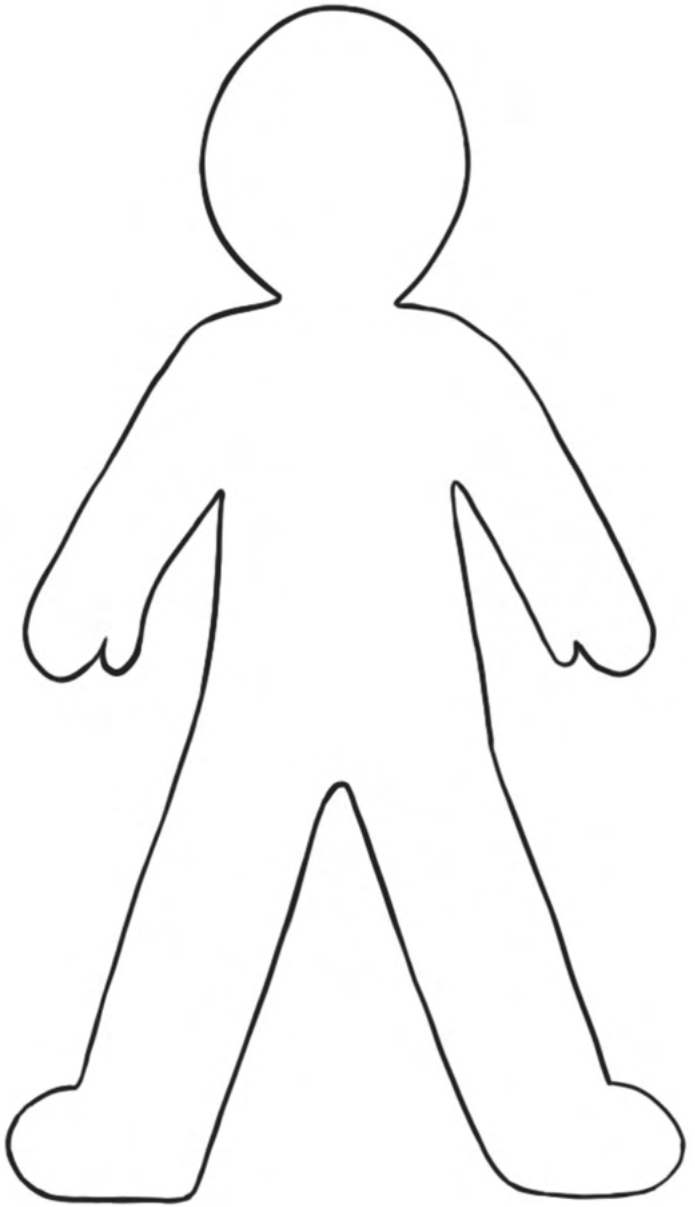
जिस प्रकार से हम अपने संसाधनों का उपयोग कर रहे हैं उससे हवा के देवता वायु नाराज हो गए हैं। उद्योग और वाहन आदि के कारण हवा में प्रदूषण फैल रहा है। इस स्थिति के कारण गुस्से में भगवान वायु ने इस स्थिति को संभालने के लिए पृथ्वी वासियों को 10 दिन का समय दिया, नहीं तो इसके बाद वे पृथ्वी पर हवा को बहने से रोक देंगे। आपके पास इस परिस्थिति को बदलने के लिए सुपर पावर है!

आप एक कागज़ पर एक व्यक्ति का चित्र बनाएँ (जैसा आपको संदर्भके लिए यहाँ दिया गया है), उस चित्र के नीचे एक नाम लिखें और आप स्वयं को पृथ्वी की भयानक परिस्थिति को बदलने के लिए सुपर पावर दें। अपनी कहानी को बनाने के लिए यहाँ दिये गए संकेतों का भी प्रयोग कर सकते हैं।

अपनी कल्पना को उड़ान भरने दें और एक कैरेक्टर का निर्माण करें!

संकेत या प्रॉम्प्ट:

1. इस समय पृथ्वी पर क्या हो रहा है इसके बारे में क्या सोच सकते हैं?
2. इससे आपको कैसा महसूस हो रहा है?
3. आपकी सुपर पावर आपको कैसे मदद कर सकती हैं?
4. आप पृथ्वी पर क्या बदलाव लाने वाले हैं?
5. वो कौन सी बुरी शक्तियाँ हैं आपको जिनका सामना करना है?
6. जब आपने परिस्थिति में बदलाव कर दिया तब पृथ्वी कैसी लग सकती है?



दूसरा कदम

नीचे दिए गए स्थान में 250-300 शब्दों की एक छोटी सी कहानी लिखें

अपनी कहानी यहाँ शेयर करें

तीसरा कदम

रिफलेक्ट वर्कशीट

आइये इन स्थितियों पर और अधिक विचार करें

वायु गुणवत्ता सूचकांक (Air Quality Index) | वायु प्रदूषण (Air Pollution) | पक्षी प्रवास (Bird Migrations)

ओज़ोन और आण्विक प्रदूषण (AQI Basics For Ozone And Particle Pollution)

चिंता के विषय का स्तर	सूचकांक के मूल्य	वायु गुणवत्ता का विवरण
अच्छा	0 से 50	वायु की गुणवत्ता संतोषजनक है और वायु प्रदूषण का बहुत कम या बिल्कुल खतरा नहीं है।
मध्यम	51 से 100	वायु की गुणवत्ता थोड़ी ठीक है। फिर भी उन लोगों के लिए जिन्हें वायु प्रदूषण से परेशानी होती है, उनके लिए थोड़ा खतरा हो सकता है।
संवेदनशील समूहों के लिए अस्वास्थ्यकारी	101 से 150	संवेदनशील समूह के लोगों के लिए हेल्थ संबंधी थोड़ी परेशानी हो सकती है। सामान्य जनता का इसपर बहुत कम प्रभाव हो सकता है।
अस्वास्थ्यकारी	151 से 200	सामान्य जनता में से कुछ लोगों की हेल्थ पर इसका बुरा प्रभाव देखा जा सकता है, संवेदनशील समूह के लोगों की हेल्थ पर थोड़े गंभीर प्रभाव देखे जा सकते हैं।
अत्यधिक अस्वास्थ्यकारी	201 से 300	स्वास्थ्य संबंधी चेतावनी: प्रत्येक व्यक्ति की हेल्थ पर खतरा बढ़ सकता है।
खतरनाक	301 और अधिक	आपातकालीन स्थितियों की चेतावनी: प्रत्येक व्यक्ति पर अधिक प्रभाव देखे जा सकते हैं।

https://www.airnow.gov/aqi/aqi-basics/

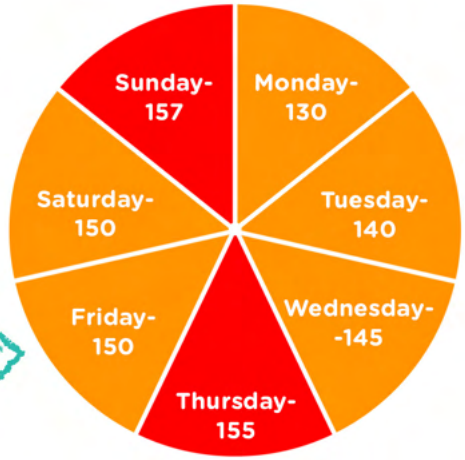
जैसा कि ऊपर दिया गया है, वायु गुणवत्ता सूचकांक (Air Quality Index (AQI), हमें इस बात का वास्तविक संकेत देता है कि हम वर्तमान में किस प्रकार की हवा में सांस ले रहे हैं। AQI को एक ऐसी नौका के रूप में सोचें जो 0 से 500 तक चलती है। AQI मान जितना अधिक होगा, उतना ही अधिक होगा वायु प्रदूषण और स्वास्थ्य की चिंता का स्तर।

करने के लिए काम Activity -

एक सप्ताह के लिए इस लिंक https://app.cpcbccr.com/AQI_India/ की सहायता से वायु गुणवत्ता सूचकांक (AQI)की गणना करें

खाली चार्ट में इंडेक्स में दी गई विधि अनुसार दिनों को रंग से भरें
यदि आपके पास स्मार्टफोन है तब आप मौसम विजेट्स (weather widgets) से इसे चेक कर सकते हैं या फिर न्यूज़ चैनल पर दिखाई गई मौसम की जानकारी का भी उपयोग कर सकते हैं।

सप्ताह के लिए हमारा AQI चार्ट



सोचिए

आपके चार्ट में कौन सा रंग अधिक रूप में दिखाई दे रहा है?
उसे देखकर आपको कैसा महसूस हो रहा है?

हमारे चार्ट में ऑरेंज रंग सबसे अधिक दिखाई दे रहा है जिसका मतलब है कि हवा की क्वालिटी बहुत खराब होने के कारण अधिक देर घर से बाहर रहने पर और ऐसी हवा के संपर्क में रहने पर संवेदनशील समूह के लोगों की हेल्थ को नुकसान पहुँचने की संभावना हो सकती है। आप वर्कशीट की शुरुआत में दिए गए रंगों के कोड को अपने AQI चार्ट में उपयोग कर सकते हैं।

इस चार्ट से आपको क्या पता लगता है?

तीसरा कदम

कविता -

टांका कविता (The Tanka)

अब हम आपके चार्ट से प्रमुख रंग और उसके अर्थ के आधार पर एक टांका कविता बनाने का प्रयास करेंगे।

टांका एक पाँच-लाइन कविता है जो एक छोटी कहानी बताती है। इसमें प्रत्येक पंक्ति के लिए शब्दांशों की संख्या के नियम हैं। आमतौर पर, तीसरी पंक्ति एक मोड़ है जो कहानी की शुरुआत को अंत तक जोड़ती है।

कैसे लिखें How to write

1. एक परिस्थिति के बारे में सोचें
उस परिस्थिति को बताते हुए कुछ वाक्य लिखें
वहाँ कौन था, उसने क्या काम किया और उस काम का क्या परिणाम निकला

2. कुछ ऐसे महत्वपूर्ण और उपयोगी शब्द जैसे आपने उस परिस्थिति में क्या देखा, सुना और उसको महसूस करने वाले तथा उसको बताने वाले शब्द आदि के बारे में सोचें और उनकी लिस्ट बनाएँ जिससे आपकी कहानी सोचने में मदद मिल सकती है।

3. अपने बनाए हुए नोट्स को रेफर करते हुए टांका जैसी अपनी कविता बनाएँ।
हमने रंगों और उसके अर्थ के आधार पर एक कविता बनाई है।

आपका नाम :	**स्लैम आउट लाउड**
कविता का नाम :	**नारंगी आसमान**
पहली लाइन : 5 अक्षर **दूसरी लाइन : 7 अक्षर** **तीसरी लाइन : 5 अक्षर** **चौथी लाइन : 7 अक्षर** **पाँचवी लाइन : 7 अक्षर**	**तेज़ खांसी ने मुझे जगाया** **धुएँ भरी सांस ने मेरा दम घोंटा** **खिड़की से जब मैंने देखा** **न थी वहाँ कोई हवा** **दूर चिमनी से निकल रहा था धुआँ**

आपका नाम :	
कविता का नाम :	

अपनी कविता को हमारे साथ यहाँ शेयर करें–

तीसरा कदम

एक कॉमिक चित्र कहानी बनाएँ

क्या आपने कभी सोचा है कि पक्षी आपस में क्या बात करते हैं? वे अलग-अलग परिस्थितियों में और पर्यावरण में बदलाव आने पर कैसा व्यवहार करते हैं? आइये इसके लिए अलग-अलग परिस्थिति के बारे में सोचें और देखें कि पक्षी इनमें क्या कर सकते हैं

विभिन्न चरित्रों के बारे में सोचें:

आपने अपने स्कूल जाते हुए, पार्क में घूमते हुए अपने चारों ओर जो भी पक्षी देखें है उनके बारे में सोचें

जो भी पक्षी आपको सबसे अधिक पसंद हो, वह कोई भी हो सकता है, उसके बारे में अपनी आँखें बंद करके, सोचिए और कल्पना करें

उन्हें कोई सुंदर से नाम (जैसे बंकू और चॉको)दें

इनमें से कोई भी दो पक्षी जो आपकी चित्र कथा के मुख्य नायक/नायिका होंगे, उन्हें चुन लें

अब परिस्थिति के बारे में सोचें:

आपने जिस जगह में उन पक्षियों को देखा है, उसके बारे में सोचें। क्या आपने उन्हें खुले आकाश में, नदी किनारे, जंगल में या फिर किसी और जगह देखा है? वो वहाँ क्या कर रहे थे? जैसे हमने आपके लिए यहाँ बनाई है, उसी प्रकार आप भी तीन परिस्थितियों के बारे में सोचें

कॉमिक चित्र कथा का नाम : बंकू और चॉको क्यूँ चले गए?

आपका नाम : स्लैम आउट लाउड

परिस्थिति 1: बंकू और चॉको एक पार्क के तालाब में नहा रहे हैं

परिस्थिति 2 : बंकू और चॉको ने उड़ते हुए देखा कि जिस जंगल में वो रहते थे, वो कट गया है

परिस्थिति 3: बंकू और चॉको अपने नए घर की तलाश में एक शहर के ऊपर उड़ रहे हैं।

तीसरा कदम

यहाँ दिये गए पाँच रिक्त स्थानों में अपनी परिस्थितियों के बारे में बताएं। उन्हें 1-2 लाइन में बताएं।
इन परिस्थितियों में अपने पक्षी चरित्रों को रखते हुए वह लिखे जो वे आपस में बात कर रहें हों।

कॉमिक चित्र कथा का नाम :

आपका नाम :

परिस्थिति 1:

परिस्थिति 2:

परिस्थिति 3:

परिस्थिति 4:

परिस्थिति 5:

अपनी कॉमिक यहाँ शेयर करें

चौथा कदम

अभिव्यक्ति – निर्देशित कला गतिविधि (Guided Art Activity)

1

सबसे पहले क्या

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें। अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और फिर बाहर छोड़ दें। इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2

कल्पना करें

ऐसे किन्हीं दो लोगों के बारे में सोचें जो आपके मन के बहुत नजदीक हों जैसे आपके माता-पिता, भाई-बहन या कोई भी जिन्हें आप जानते और प्यार करते हों। उनके व्यक्तित्व के बारे में बताने के लिए कम से कम तीन शब्दों का प्रयोग करें।
जैसे मेरी बहन बहुत लापरवाह, आज़ाद ख्याल और हंसमुख स्वभाव वाली है।

3

ड्राइंग और रंग भरो

एक कागज को दो हिस्सों में मोड़ो और यहाँ उन लोगों की तस्वीर बनाओ जिनके बारे में आपने सोचा था। ध्यान रहे कि चित्र बनाते समय कुशल चित्रकार की भांति नहीं काम करना है। बस चित्र से व्यक्तित्व का पता लगना चाहिए। चित्र बने जाने के बाद इसमें रंग भरें।

4

एक पौधे के साथ जुड़ें

अगले पृष्ठ पर दी गई गाइड को देखें और उसमें से अपने लिए एक पौधे को पसंद करें। अब अपने पसंद किए हुए पौधे का चित्र बनाएँ और उसे शेयर करें।

5

रिफलेक्ट (Reflect)

क्या आप जानते हैं कि मनुष्यों की भांति पौधों के भी विभिन्न प्रकार के व्यक्तिव और स्वभाव होते हैं। उनकी भी थोड़ी अलग प्रकार से देखभाल की जाती है। क्या पौधे बिल्कुल हमारे जैसे ही नहीं हैं !

मेरे पौधों के प्रकार

खिलाड़ी: एक

कठिनाई का स्तर: मध्यम

कुल समय: 30 मिनट

औज़ार: रंग, पेंसिल, रबड़, कागज़ और कैंची

खेल के पुरस्कार: रचनात्मक्ता, गहन सोच और बहुत सारा मज़ा

आयु सीमा: 8-14

क्या आपने कभी अपने आसपास, पड़ोस की बालकनी में या फिर करीब के पार्क में उगे पेड़ और पौधों को ध्यान से देखा है?

क्या आप उनके नाम जानते हैं या फिर उन्हें ढूंढ सकते हैं?

इस काम में आपको कैसा महसूस होगा?

पौधों के संग ली गई आपकी तस्वीरों को हमारे साथ शेयर करें:

अपनी कला यहाँ शेयर करें

चौथा कदम

मेरे पौधों के प्रकार -गाइड

पौधे का नाम	विशेष गुण	मुख्य विशेषताएँ
Snake Plant स्नेक प्लांट	कम स्थान घेरने वाला, न्यूनतम देखभाल, इंडोर प्लांट	देखभाल में सरल और अपने आप फलने वाला पौधा
Bamboo Plant बांस	घर में रखा जाने वाला गुड लक प्लांट, पानी और मिट्टी में एक साथ उगाया जा सकता है	थोड़ा अविश्वासी, देखभाल ज़रूरी और धार्मिक विश्वास वाला
Pothos and Money Plant पोथोस और मनी प्लांट	देखभाल में आसान, कम से कम लागत और घर के अंदर की हवा को आसानी से साफ कर दे	लोगों के साथ प्रसन्न रहने वाला और विख्यात
Sunflower सूरजमुखी (सनफ़्लावर)	धूप में रखा जाने वाला चमकदार फूलों वाला पौधा	साहसी, चमकदार और शानदार व्यक्तित्व वाला पौधा
Succulents सरस (सुककुलेन्ट)	बहुत कम देखभाल वाला	शर्मिला और अंतर्मुखी
Spider Plant स्पाइडर प्लांट	आसानी से उगाया जा सकता और किसी भी जलवायु में सरलता से पनप जाता है	हर प्रकार की जलवायु में पनपता और बहुत काम का पौधा
Aloe Vera एलो वेरा	थोड़ी देखभाल ज़रूरी और कम पानी की ज़रूरत	विभिन्न प्रकार से उपयोगी
Fiddle Leaf Fig फ़िडल लीफ फिग	थोड़ी बहुत लाइट की ज़रूरत और देखभाल थोड़ी कठिन होती है	बहुत जल्दी नष्ट होने वाला पौधा
Peace Lilly पीस लिली	देखभाल में कठिन और नियमित रूप से पानी देना ज़रूरी	ध्यान मांगता है
Gardenia गंधराज (गार्डनीय)	इसमें कीड़े बड़ी जल्दी लगते हैं और इसमें फूल भी मुश्किल से आते हैं	सुस्त और सावधानी से लगाने वाला पौधा

पाँचवाँ कदम

एक्ट (Act)
कॉल टू एक्शन स्वतंत्र अभिव्यक्ति

1

पहचान करें

घर में नया पौधा लाने से पहले, उस स्थान की पहचान कर लें जहां से आपको उसे लाना है, वैसे इस काम के लिए सबसे अच्छी जगह कोई पौधों की अच्छी नर्सरी हो सकती है। पौधों की नर्सरी वह जगह होती है जहां पौधों को हर प्रकार की सावधानी रखते हुए उगाया और बड़ा किया जाता है, बिल्कुल उसी तरह जैसे एक स्कूल में आपको जिंदगी में आगे बढ़ने के सभी अच्छे मौके दिये जाते हैं, इसीलिए हमने कहा था न कि पौधे बिल्कुल मनुष्य जैसे ही होते हैं।

यदि आपको कोई अच्छी नर्सरी नजदीक में नहीं मिलती है तब अपने घर के आसपास देखे कि क्या किसी ने अपने घर की बालकनी, बाग या पार्क में पौधे लगाए हैं, यदि हाँ तो उससे पूछें-

1. उन्होंने ये पौधे कहाँ से लिए हैं?

2. क्या वो आपको एक पौधे की कलाम या जड़ काटकर दे सकते हैं (मस्ती भरा काम: बहुत सारे पौधे जड़ काटकर भी उगाये जा सकते हैं, जैसे मनी प्लांट। एलोवेरा जैसे पौधों को उनकी कलम को काटकर भी पास में उगाया जा सकता है)

2

गोद लें

घर में अपने किसी बड़े सदस्य की मदद से कम से कम 2 पौधों को गोद लें और इसके लिए आप "पौधों के प्रकार -गाइड" में से भी या फिर अपनी पसंद से भी किसी पौधे को चुन सकते हैं।
अपने घर में उन्हें रखने के लिए किसी अच्छी जगह का चयन करें।

3

सोचें

आप अपने पौधों को क्या नाम देंगे? उनकी देखभाल करने के लिए आप कौन से दो काम करेंगे?
आपने किस कारण से उन पौधों को गोद लिया है? वो कौन से दो काम है जिन्हें करके आप अपने मित्रों को भी ऐसे ही पौधे गोद लेने के लिए प्रोत्साहित करेंगे। घर में नए पौधे लाने से आपको कैसा लगता है?

4

बनाएँ

अपनी पसंद की किसी भी कला का उपयोग करते हुए अपनी भावनाओं को व्यक्त करें।

आप इसके लिए कोई छोटी कविता लिख सकते हैं, चित्र बना कर या फिर अपनी आवाज़ में कदम 3 में बताए गए प्रश्नों के उत्तर भी दे सकते हैं।

पौधे को गोद लें !

खिलाड़ी : एक से अधिक

कठिनाई का स्तर : मध्यम

कुल समय : 30 मिनट

औज़ार : कैमरे वाला मोबाइल फोन

खेल के इनाम : रचनात्मक्ता, गहन सोच और बहुत सारा मज़ा

आयु सीमा: 8-14

अपनी कला यहाँ शेयर करें

पृथ्वी

पहला कदम

चेतना सहित (माइंडफुलनेस)- ध्यान क्रिया का अभ्यास

मेरे साथ ध्यान लगाने के लिए यहाँ क्लिक करें

दूसरा कदम

कहानी सुनाना - लोक कथा

आइ.एस.एल

हिंदी कैप्शन

यहाँ क्लिक करें

लोक कथा सुनें और नीचे दिए गए संकेतों (प्रॉम्प्ट)पर चर्चा करें

आपके लिए इस कहानी का क्या मतलब है?

अगर आप राहुल के स्थान पर होते तब क्या करते?

क्या राहुल कुछ इससे अलग कर सकता था? आपका इस बारे में क्या विचार है?

दूसरा कदम

यदि आप सुंदर पेड़ों और उनकी दिये हुई ढेर सारे उपहारों के संबंध में एक सुंदर उपमा देती हुई कविता लिखना चाहते हैं (उपमा देना, दो अलग-अलग प्रकार की चीजों की परस्पर तुलना को कहते हैं), तो क्या आपकी कविता कैसी होगी?
हमारी उपमा वाली कविता कुछ ऐसी है :

पारिवारिक पेड़
पेड़ हमें प्यार करते हैं जैसे करती हमारी माँ
ऐसे करते क्षमा हमें जैसे करते हमारे पिता
भाई की तरह निभाते हैं हमसे ये मित्रता
देखभाल हमारी करते जैसे करे प्यारी बहना
और खुश रहते जैसे खुश रहता हूँ मैं सदा

कुछ पल के लिए अपनी आँखें बंद करें और सोचें कि पेड़ आपके लिए क्या करते हैं!
नीचे दिए गए स्थान में अपनी उपमा वाली कविता को पाँच लाइनों में लिखें

अपनी कविता यहाँ शेयर करें

आपका नाम:	
कविता का नाम:	
पहली लाइन:	
दूसरी लाइन:	
तीसरी लाइन:	
चौथी लाइन:	
पाँचवी लाइन:	

तीसरा कदम

रिफलेक्ट वर्कशीट

क्लाइमेट चेंजमेकर या जलवायु में परिवर्तन का समर्थन करने वाले समूहों में कटिबद्ध छात्रों के साथ वो सभी युवा शामिल हैं जो समाज के सभी व्यक्तियों को जलवायु संकट का सामना करने के लिए न केवल प्रोत्साहित करते हैं बल्कि यह भी समझाते हैं कि वो किस प्रकार ग्लोबल लक्ष्यों को प्राप्त करने के साथ ही समाज में बड़े पैमाने पर पॉज़िटिव परिवर्तनों के लिए क्या काम कर सकते हैं।

जलवायु समाधान में आपकी आवाज़, कौशल और इच्छा शामिल होती हैं जो इस संसार को रहने लायक एक अच्छा स्थान बना सकती हैं।

इस समय हम जिस पर्यावरण संकट में जी रहे हैं वहाँ **आप** जैसे क्लाइमेट चेंजमेकर एक पॉज़िटिव परिवर्तन के लिए कुछ कदम (LEAP) ले सकते हैं।

चलो

आइये जलवायु परिवर्तन के बारे में थोड़ा सीखें (Learn)	इस संकट का समाधान निकालने के लिए इसे समझें और महसूस (Experience) करें	जलवायु संबंधी नीति, सिद्धांत और आदतों को अपनाएँ (Adopt)	दीर्घकालीन और चिरस्थायी व एक समान वृद्धि के लिए सुरक्षित (Preserve) करना

आपका एक्शन महत्वपूर्ण है!

अब समय आ गया है कि आप थोड़ा सैर करते हुए अपने घर की रसोई में एक राउंड लगा कर आयें
वहाँ देखें कि किस तरह सारे मसाले और शेष सामग्री किस प्रकार रखी हुई है

क्या उन्हें अलग-अलग जार में रखा हुआ है ?
क्या वे एक बड़े डिब्बे में मिले-जुले रूप में रखे हैं ?
क्या आपने कभी सोचा है कि अगर उन्हें एक साथ रख दिया जाये तब क्या होगा ?

हर मसाले का अपना अलग रंग, खुशबू और सुगंध होती है। उन्हें अलग-अलग रखने से न केवल उनका स्वाद सुरक्षित रहता है बल्कि उन्हें इस्तेमाल करना भी आसान हो जाता है। कल्पना करें कि यदि चीनी, नमक, लाल मिर्च और सभी मसालों को मिला कर एक साथ रख दिया जाये तब क्या हम इस मिले जुले मसाले से कुछ भी खाना बना सकेंगे?

जब बहुत सारी चीजों को उनके गुणों और विशेषताओं के आधार पर अलग-अलग रखा जाता है तब इसे “अलग करना”(Segregation) कहा जाता है।

बिल्कुल यही नियम हम अपने पारंपरिक कूड़े (waste) पर भी लागू कर सकते हैं।

ज़रा 'वेस्ट (WASTE) या कूड़े के बारे में सोचें

यदि आपको 3 विशेषण या गुण बताने वाले शब्दों को लिखने के लिए कहा जाये तब वे क्या हो सकते हैं

a.

b.

c.

इससे आपके अंदर कैसी भावना जागती है? यदि आप इसे कोई चित्र बनाकर व्यक्त करना चाहे तो यह कैसा बनेगा, इसे नीचे बने बॉक्स में बना कर देखें-

मेरा नाम है:
मुझे महसूस होता है:

क्या आपने कभी सोचा है कि अगर पेड़ भी कूड़ा पैदा करने लगें तो वह कैसा होगा? फूल, फल और नीचे ज़मीन पर गिरे सूखे पत्ते, इन सबका क्या होता है?

टूटे खराब बल्ब, पुरानी बैटरी, पुराने कपड़ों के रूप में हम जो कूड़ा पैदा करते हैं, उसका क्या होगा, यह कहाँ खत्म होगा?

ज़रा अंतर देखें कि किस तरह प्रकृति अपने कूड़े के साथ क्या करती है और हम क्या करते है। "राहुल और निस्वार्थी पेड़" कहानी में राहुल ने क्या किया, देखें किस तरह पेड़ हर समय जवाब देता है?

अब अपनी आँखें बंद करें और उन 10 चीजों के बारे में सोचें जो "कूड़ा" शब्द आते ही आपके दिमाग में आ रही हैं। यहाँ नीचे दी हुई आकृति में उन चीजों के चित्र बनाएँ:

तीसरा कदम

चलो आओ -इसे -कूड़े में फेंकें

कल्पना करें कि गर्मियों की छुट्टियों में आप घर में हैं और आपकी माँ ने घर को साफ करने के बारे में विचार किया। उन्होनें घर में रखी बेकार चीजों को फेंकने का निर्णय लिया। उन्होनें आपके कमरे में से ये नीचे लिखी 10 चीज़ें छाँट कर बाहर निकाल ली

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.

1. टूटी हुई कैंची का जोड़ा
2. पुराने कपड़े
3. पुरानी बैटरी
4. इस्तेमाल किए हुए टिश्यू
5. खाली हो गए चिप्स के पैकेट
6. खाली प्लास्टिक की बोतलें
7. पुराने टैब
8. पुराने न्यूज़पेपर
9. बेकार पड़े बिजली के तार
10. फलों के छिलके

वस्तुओं को रंग दें और उन्हें काटें। वस्तुओं को एक डिब्बे में रखें जिसमें आप उन्हें डालेंगे (आप डिब्बे में वस्तुओं की ड्राइंग भी बना सकते हैं)। यह निर्धारित करेगा कि इन वस्तुओं के साथ क्या होता है।

जाँच करें कि क्या आपको यह सही मिला

हरा कूड़े का डिब्बा – वह सब कुछ जिसे **खाद बनाई सकती(Composted)** है या फिर वह ओर्गनिक (organic) है (10)

नारंगी कूड़े का डिब्बा- वह सब कुछ जिसे **दोबारा इस्तेमाल लायक** न बनाया **(Recycled or Reused)** जा सके और निगम के कूड़ा विभाग में भेज दिया जाये (3,4,7,9)

नीला कूड़े का डिब्बा - वह सब कुछ जिसे **दोबारा इस्तेमाल लायक बनाया** जा सके (1,2,5,6,8)

अब अपने घर में देखें कि इसके अलावा किस और प्रकार का कूड़ा हो सकता है और किस रंग के कूड़े के डिब्बे में फेंका जा सकता है।

क्या आपके घर के आसपास कोई ऐसी जगह है जहां कूड़े को सम्हालने के लिए चीजों को रिसाइकल (recycle) किया जाता हो।

हमारा नीला कूड़े का डिब्बा ऐसा दिखता है-

कुछ नए शब्द सीखें

कंपोस्टिंग

ओर्गेनिक चीज़ें जैसे पत्तियाँ और खाने का कूड़ा कम्पोस्ट करके प्राकृतिक रूप से खाद बनाने कि प्रक्रिया ।

रिसाइकल

पुरानी सामग्री को नए रूप में बदल देना।

रिड्यूस

प्राकृतिक संसाधनों को सुरक्षित रखते हुए और उन्हें कूड़े में कम से कम रूप में बचाने के लिए किया जाने वाला अभ्यास रिड्यूस कहलाता है।

रियूज

चीजों को एक से ज्यादा बार इस्तेमाल करना

रिसाइक्लर्स

ऐसे कोई व्यक्ति या कंपनी जो कूड़े को इकठ्ठा करके उसे छाँटकर उपयोगी वस्तुओं के रूप में बनाकर उन्हें फिर से इस्तेमाल लायक बनाना।

अपनी कला यहाँ शेयर करें

चौथा कदम

अभिव्यक्ति – निर्देशित कला गतिविधि

पृथ्वी की देखभाल!

खिलाड़ी : एक
कठिनाई का स्तर : सरल
कुल समय : 30 मिनट
औज़ार : रंग, पेंसिल, रबड़ और एक कागज़
खेल का इनाम : रचनात्मक्ता, गहन सोच और बहुत सारा मज़ा
आयु सीमा: 8-14 साल

1. सबसे पहले क्या

हमारा ग्रह विभिन्न प्रकार से हमारी देखभाल करता है, लेकिन इसके बदले हम उसको किस प्रकार देखभाल कर सकते हैं?
कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें और सोचें कि अपने ग्रह के प्रति प्यार, देखभाल और दयालुता के कामों के लिए हम क्या कर सकते हैं।
अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकें

2. शब्द का चयन करें

आज हम किसी शब्द के प्रत्येक अक्षर से एक नया शब्द बनाकर फिर उससे अपने लिए एक कविता को बनाएँगे
इसकी शुरुआत करने के लिए – **रिसाइकल (RECYCLE), रीयुज (REUSE)**और **रिड्यूस (REDUCE)** शब्दों में से किसी एक शब्द को चुनें और इसे नीचे लिखें, जैसे मैंने चुना सीखो (LEARN)
L
E
A
R

3. अब एक शब्द इसमें जोड़ें

अब इसे आगे बढ़ाते हुए, हर अक्षर से एक शब्द बनाते हुए ऐसा कोई शब्द लिखें जो आपको लगता है कि पहले लिखे शब्द के साथ सही प्रतीत होता है। जैसे मैंने चुना "सीखो"(LEARN) इसलिए यहाँ प्यार (L-love), पृथ्वी (E- earth), करना (A- acts), कम करना (R- reduce), कभी नहीं (N- never) शब्द बन सकते हैं। इसी तरह आप अपने लिए शब्द बनाएँ और उन्हें कविता की तरह लिखते चलें। इसमें कुछ भी सही या गलत नहीं होता और हमेशा तुक भी मिलाने की ज़रूरत नहीं है। आप अपनी मर्ज़ी और पसंद से कुछ भी लिख सकते हैं। इसके लिए सबसे अच्छा तरीका यही है कि आप इस तरह के विचारों के साथ कुछ समय खेलते हुए बिताएँ। इसके साथ आपके दिमाग में जो भी शब्द आते जाएँ उन्हें लिखते जाएँ।

4.कविता बनाएँ

अब आप अपने ढूँढे हुए शब्दों या वाक्यों को यहाँ दी हुई लाइनों में इस तरह लिखें जहां प्रत्येक पंक्ति एक समान अक्षर से शुरू होती हो। अब इसी तरह कविता बनाने के लिए बाकी लाइनें भी अपनी पंक्तियों को लिख दें। हमारी कविता कुछ ऐसी हो सकती है –

प्यार करें हम अपने ग्रह को
पृथ्वी बहुत दयालु है, जो करती है देखभाल,
जिसे चलना है लंबे समय को वो करे
रिसाइकल, रीयूज ,रिड्यूस
और कभी नुकसान न हो, नुकसान न हो

5. शेयर करें

अब अपनी कविता को बुलंद आवाज में पढ़ें और परिवार में सबको सुनाएँ।
अब आप बताएं कि इस एक्टिविटी के बाद आपको कैसा लग रहा है?
अब ज़रा सोचें कि हमें अपने ग्रह की देखभाल करने के लिए क्यों ज़रूरत है?
रिड्यूस , रीयुज , रिसाइकल करने की ज़रूरत क्यों होती है?

अपनी कला यहाँ शेयर करें

पाँचवाँ कदम

एक्ट (Act) – कॉल टू एक्शन
स्वतंत्र अभिव्यक्ति

चलो थोड़ा अलग हो जाएँ!

खिलाड़ी : एक या एक से अधिक

कठिनाई का स्तर : मध्यम

कुल समय : 30 मिनट (तैयारी और रिकॉर्ड करने के लिए)

औज़ार : कैमरे वाला मोबाइल फोन, कोलाज बनाने वाल एप/ लेपटोप, पेंसिल, रबड़, शार्पनर, एक कागज की शीट

खेल का इनाम : रचनात्मक्ता, गहन सोच और बहुत सारा मज़ा

आयु सीमा: 8-14 साल

1. सबसे पहले क्या

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें
अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2.खोजें

अब अपने घर के प्रत्येक कमरे में जाएँ और उन चीजों की पहचान करें जो बिजली से चलती हैं। जैसे जब मैंने अपना बाथरूम देखा तो उसमें बिजली से चलने वाली इन चीजों को पाया
बिजली से चलने वाले बल्ब, हेयर ड्रायर, गीजर, ट्रिमर, इलेक्ट्रिक टूथब्रश
अब अपने फोन की मदद से इन सभी चीजों की फोटो खींच लें। यदि आपके पास कैमरे वाला फोन नहीं है तब आप कागज़ पर इनके चित्र भी बना सकते हैं।
इसके अलावा भी आप और बहुत सारी चीजों को ढूंढ सकते हैं।

3. बनाएँ

अब इन सभी फोटो या चित्रों का एक कोलाज बना लें, इसके लिए आप लैपटॉप के प्रोग्राम 'पेंट ब्रश' की भी मदद ले सकते हैं या फिर अपने स्मार्टफोन से कोलाज बनाने वाले एप का इस्तेमाल भी कर सकते हैं। यदि इनमें से कुछ भी नहीं है तब आप पेंसिल और रंगों की सहायता से इनका चित्र बनाकर उसमें इनके नाम लिख दें।

4. सोचें

1.क्या आपने कभी इन चीजों का सही रूप से और सोच समझकर इस्तेमाल किया है?
2.आप किस तरह अपने घर में बिजली की खपत को कम कर सकते हैं और इसके लिए आपको क्या बदलाव करने होंगे?
3.आपके लिए बिजली की बचत का क्या मतलब है?
4.क्या होगा यदि हर व्यक्ति बिजली को बचाकर इसके अधिक होने वाले प्रयोग को कम करने लगेगा?
5.आपके लिए ग्रह की देखभाल करने का क्या मतलब है?

आपको जो भी कला पसंद हो उसमें अपने विचारों को व्यक्त करें। आप अपने विचारों को बताने के लिए एक छोटी कविता लिख सकते हैं, चित्र बना सकते हैं या फिर लेख भी लिख सकते हैं।

5. शेयर करें

आपकी बनी हुई कोलाज फोटो को अपने विचारों के साथ हमारे संग शेयर करें और देखें कि आप जैसे ही दूसरे चेंज मेकर क्या कह रहे या कर रहे हैं, इस लिंक पर देखें - <link>

फसिलिटेटर का नोट

छात्रों के पास, हमारा ग्रह हमारी देखभाल कैसे करता है और हमें अपने ग्रह की देखभाल कैसे करनी है, सीखने का अच्छा अवसर है। दूसरे कदम में बिजली कैसे बनती है, आपको बताई गई कहानी में आप इसको भी यहाँ जोड़ सकते हैं। छात्रों को यह भी समझने में मदद करें कि हम रोज़ की आदतों में बदलाव करते हुए, किस तरह से बिजली की बचत करके संसाधनों की खपत को कम कर सकते हैं और इससे अपने ग्रह की ओर थोड़ी दया का भाव भी दिखा सकते हैं। अपनी कला यहाँ शेयर करें

अग्नि

पहला कदम

चेतना सहित - ध्यान क्रिया का अभ्यास

मेरे साथ ध्यान लगाने के लिए यहाँ क्लिक करें

दूसरा कदम

कहानी सुनाना - लोक कथा

आइ.एस.एल

हिंदी कैप्शन

यहाँ क्लिक करें

लोक कथा सुनें और नीचे दिये हुए संकेतों (Prompts) पर चर्चा करें

भारत के नई दिल्ली, जयपुर, मथुरा और वाराणसी जैसे शहरो में जयपुर के महाराजा सवाई जय सिंह जी द्वारा बनवाई जंतर मंतर दरसल एक बहुत ही लुभावनी संरचना मानी जाती है। यह एक प्रकार की सूर्य घड़ी है जो आकाश में सूर्य की गति के आधार पर दिन का समय बताती है। इसमें 19 प्रकार के खगोलीय (astronomical) उपकरणों का संग्रह है जिसमें दुनिया के सबसे बड़े सूर्यघड़ी पत्थर “सम्राट यंत्र” का भी उपयोग है और यह युनेस्को की वर्ल्ड हेरिटेज साइट के रूप में भी जानी जाती है।

दूसरा कदम

सूक्ष्म कथा(Drabble) बनाएँ

सूक्ष्म कथा या ड्रेबल (Drabble) कहानी का वह रूप है जिसमें केवल 100 शब्दों में ही कहानी कह दी जाती है। यहाँ हम दिये गए संकेतों (prompts) की सहायता से एक सूक्ष्म कथा लिखने का प्रयास कर रहे हैं।

संकेत (Prompts)-

पात्र (Characters): अपनी कहानी में आप किन पात्र को ले सकते हैं ? यह जानवर, वस्तुएँ , मानव या फिर या फिर कोई अन्य चीज़ हो सकती हैं। इसके बारे में सोचिए।, उनके बारे में सोचिए

परिस्थिति : ऐसी परिस्थिति के बारे में सोचिए जहां आपके पात्र किसी स्थान या वातावरण में हों, वहाँ वे क्या कर रहे हैं?

क्या हो सकता है यदि सूरज एक हफ़्ते के लिए गायब हो जाता है।

क्लाइमेक्स : कहानी में क्लाइमेक्स को जोड़ दें। (किसी कहानी में क्लाइमेक्स वह बिन्दु होता है जब उस कहानी में बताया संकट या समस्या को शामिल किया जाता है, दरअसल यह वह जगह है जहां से कहानी में जबर्दस्त मोड़ आ जाता है।

समस्या का हल: उन उपायों के बारे में सोचें जिससे पात्र कहानी में आए क्लाइमेक्स को दूर करने में सफल होते हैं।

अंत में क्या करना है : क्या किया जा सकता है? आपके पात्र किस प्रकार पृथ्वी को बचाएंगे? इस बिन्दु पर आकार अपनी कहानी को समाप्त करने का प्रयास करें।

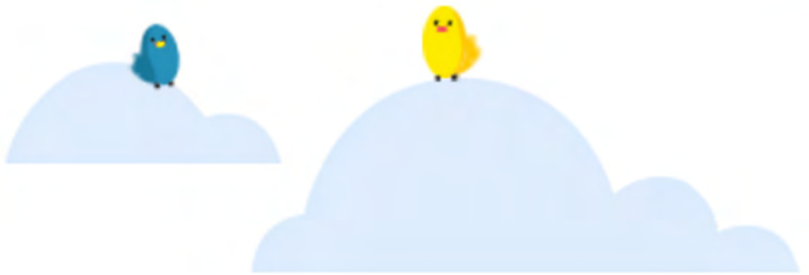
शब्दावली

कोयला

कोयला एक गैर-पुनरुत्पादित ऊर्जा का मुख्य स्त्रोत है क्योंकि इसको बनने में अनेकों साल लगते हैं। इसमें पौधों के द्वारा संचालित की गई ऊर्जा होती है।

जलवायु

एक महीने या अलग-अलग महीने में विभिन्न प्रकार के वातावरण की विभिन्न औसत स्थितियों को जलवायु कहा जाता है।



दूसरा कदम

अपनी कहानी को बनाने के लिए ड्रेबल शीट का सहारा लें। Use the Drabble worksheet to craft your story.

नाम: _____ #: _____

क्लाइमेक्स

यदि एक हफ्ते के लिए सूरज गायब हो जाएगा तो क्या होगा?

समाधान

पात्र

परिस्थिति

अंत में किया जाने वाला काम

अपनी कहानी हमारे साथ यहाँ शेयर करें -

रिफलेक्ट -वर्कशीट (Reflect – Worksheet)

ऊर्जा और हम

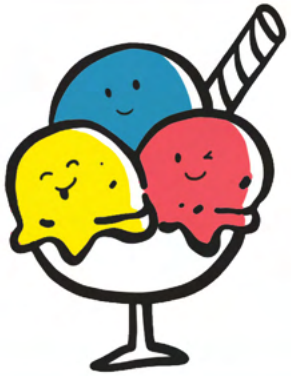
क्या आप जानते हैं?

भारत में अधिकतर कोयले को जलाकर ही बिजली बनाई जाती है! "लेकिन दुर्भाग्य से कोयले को जलाने से वातावरण में कार्बनडाइऑक्साइड घुलने लगती है जिसके कारण हमारे प्रिय ग्रह में गर्मी बहुत जल्दी हो जाती है। हम जो भोजन खाते हैं उसे बनाने के लिए और यातायात के साधनों के लिए जिस ऊर्जा की ज़रूरत होती है उसके लिए मानव के द्वारा की जाने वाली विभिन्न गतिविधियों के लिए कोयला, तेल और गैस के जलायी जाती है और इसके लिए पेड़ काट दिये जाते हैं।"

WWF UK

अब थोड़ा समय लें और सोचें

आपने अपने क्षेत्र में कौन-कौन से मौसम देखे हैं?
उस मौसम से जुड़ी हुई किसी वस्तु या फिर किसी ऐसे एहसास जो आप महसूस करते हैं, उसका चित्र बनाए।
हमने गर्मी के मौसम को दिखाते हुए आइसक्रीम का चित्र बनाया है क्यूंकि हमें गर्मियों में आइसक्रीम खाना पसंद हैं।



मौसम : गर्मी
आपका नाम : स्लैम आउट लाउड

मौसम:
आपका नाम:

तीसरा कदम

आइये जानते हैं कि आपके दादा-नाना या घर के दूसरे बड़ों का इस बदलते मौसम के बारे में क्या कहना है, यहाँ नीचे दिये हुए स्थान में आप उनका चित्र बनाएँ और उनसे ये सवाल पूछें -

अपने घर के प्रिय सदस्यों के चित्र यहाँ बनाएँ	आपका नाम:
	आपके निकट संबंधी का नाम:
	आपका उनसे संबंध:
	उनका पसंदीदा मौसम:
	वे इसके बारे में क्या पसंद करते हैं?
	इस मौसम के दौरान उन्होंने किन गतिविधियों का आनंद लिया?
	इन वर्षों में, क्या उन्होंने मौसम में कोई बदलाव देखा है?
	वे गतिविधियों को अलग तरीके से कैसे कर रहे हैं? या वे उन्हें अब बिल्कुल नहीं कर सकते हैं?

अपनी कला यहाँ शेयर करें

उनके जवाब सुनकर आपको कैसा लगा?

पृथ्वी के जलवायु तापमान में किसी भी वृद्धि से मौसम की स्थिति में काफी बदलाव आता है, जहाँ हम रहते हैं, जिससे हम मौसम का अनुभव करते हैं और गर्मी के मौसम, सूखा, और तूफान जैसी नई जलवायु घटनाओं का परिचय देते हैं।

"लेकिन अब हम जो तेजी से वार्मिंग देख रहे हैं, उसे वार्मिंग और कूलिंग के प्राकृतिक चक्रों द्वारा नहीं समझाया जा सकता है। आम तौर पर सैकड़ों-हजारों वर्षों में होने वाले परिवर्तन दशकों में हो रहे हैं। "

WWF UK

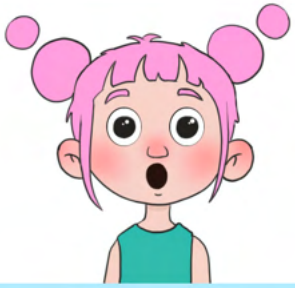
क्या इसका मतलब है कि बिजली बनाने के लिए कोयले के जलने से भी पृथ्वी के तापमान में वृद्धि हो जाती है? (एक सोचता हुआ चेहरे का चित्र बनाएँ, इसलिए यहाँ उत्तर देने की जगह नहीं बनाई गई है।)

क्या हमारे काम और चुनाव सीधे ही पृथ्वी के बढ़ते हुए तापमान से सीधे जुड़े हुए हैं?

अब अच्छी खबर यह है कि हम जानते हैं कि प्रकृतिक खजाने को जलाने जैसे कोयला आदि से ग्रह को परेशानी होती है। इसीलिए लोग अब ऊर्जा के लिए दूसरे साधन ढूँढने का प्रयास कर रहे हैं जिन्हें एक से अधिक बार इस्तेमाल किया जा सके और हमारे ग्रह को भी नुकसान न हो। इसके लिए हमारी रचनात्मकता और कुछ अलग सोचने के ढंग की ज़रूरत है।

हम ऊर्जा के लिए नए स्ट्रोतों का निर्माण करना, खोज करना और उनके बारे में सोचना जिससे प्रदूषण फैलाने वाले कोयले को जलाने वाले तरीके को पीछे छोड़ा जा सके।

यदि कोई भी दो भावों (expressions) के चित्र आपको बनाने हों, और अगर अपनी भावनाओं को "जलवायु परिवर्तन"शब्दों के साथ दिखानी हों तो वह चित्र और भावनाएँ कैसे हो सकते हैं ? हम तो हैरान हो गए हैं!

		
आपका नाम : स्लैम आउट लाउड भावनाएँ : हैरान	आपका नाम: भावनाएँ:	आपका नाम: भावनाएँ:

शब्द संग्रह

मौसम- किसी विशेष स्थान और समय में वातावरण की स्थितियों को शोधकर्ता उस स्थान के मौसम को 80% शुद्धता के आधार पर अनुमान लगा सकते हैं।

नवीनीकरण करने योग्य – कोई भी ऐसा संसाधन जिसे प्राकृतिक रूप से दोबारा इस्तेमाल करने लायक बनाया जा सकता है।

जिसका नवीनीकरण नहीं हो सकता- कोई भी ऐसा संसाधन जो सीमित क्षमता में हो और जिसे दोबारा इस्तेमाल न किया जा सकता हो।

वैश्विक लक्ष्य 7- सस्ती और साफ ऊर्जा का वैश्विक लक्ष्य है जिस पर ध्यान देते हुए हर जगह के लोगों को सुनिश्चित किया जा सके कि उनके पास ऐसी ऊर्जा की पहुँच है जिसे वो आसानी से खरीद भी सकते हैं और उसके इस्तेमाल से पृथ्वी को भी कोई नुकसान नहीं पहुंचेगा।

नयी खोज : सौर ऊर्जा से गर्म होने वाले मिलिटरी टेंटस

वैज्ञानिक और शिक्षाकर्मी सोनम वांगचुक ने इको-फ्रेंडली सौर ऊर्जा से गरम होने वाले टेंट बनाए हैं जिन्हें सेना के जवान पहाड़ों पर जमा देने वाली ठंड में भी आराम से इस्तेमाल कर सकते हैं।

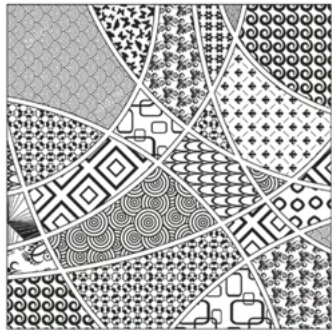
सौर ऊर्जा से गर्म होने वाले मिलिट्री टेंट पृथ्वी पर उपलब्ध प्राकृतिक ईंधन की बचत तो करते ही हैं साथ ही इस ईंधन के इस्तेमाल से होने वाले पर्यावरण के नुकसान को होने से भी बचा लेते हैं।

ये टेंट सूर्य ऊर्जा का इस्तेमाल करके उसे दिन के समय उस कपड़े में एकठ्ठा कर देते हैं जिससे इन टेंटों के अंदर का तापमान 15 डिग्री वाले ठंडे मौसम में भी अंदर गरम रहता है।

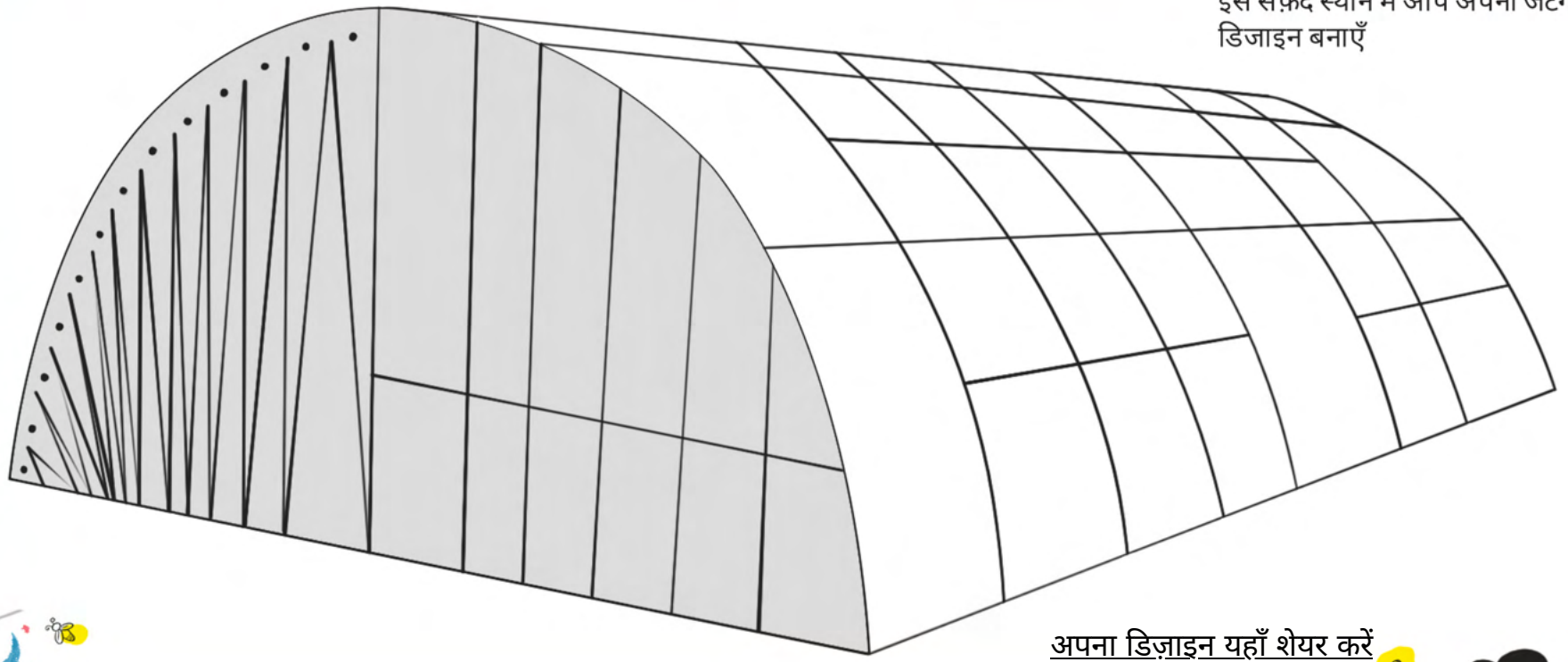
तीसरा कदम

इस जानकारी को ध्यान में रखते हुए सोचें कि किस प्रकार सौर ऊर्जा को प्रतिदिन होने वाली समस्याओं के समाधान के रूप में इस्तेमाल किया जा सकता है या इस समय जो समाधान उपलब्ध हैं क्या उनका कोई विकल्प हो सकता है। इस बारे में सोचते हुए आप सोनम वांगचुक द्वारा बनाए गए सौर ऊर्जा से गर्म होने वाले टेंट के लिए ज़ेंटेंगल डिजाइन (Zentangle design) बनाएँ (जेंटेंगल डिजाइन एक तरह की कला होती है जिसे बनाने के लिए बिन्दुओं, लाइनों या सिर्फ गोलाकार आकृतियों का इस्तेमाल किया जाता है)।

हमारा जेंटेंगल डिजाइन कुछ ऐसा दिखाई देगा:



सौर ऊर्जा से गर्म होने वाले मिलिट्री टेंट का डिजाइन- सोनम वांगचुक का बनाए हुआ



इस सफ़ेद स्थान में आप अपना जेंटेंगल डिजाइन बनाएँ

अपना डिज़ाइन यहाँ शेयर करें

तीसरा कदम

नीचे दिये हुए बॉक्स में दिये गए संकेतों के आधार पर सोचिए और एक कॉमिक पंक्तियाँ लिखिए जिसमें प्रतिदिन किए जाने वाले कामों में पारंपरिक तरीकों जैसे बिजली/ईंधन/ऊर्जा आदि के स्थान पर सूरज की ऊर्जा का इस्तेमाल करना है।

हमारी कॉमिक पंक्तियाँ कुछ ऐसी हो सकती हैं -

कॉमिक पंक्ति का नाम : सूरज और हम

आपका नाम : स्लैम आउट लाउड

परिस्थिति : सड़क पर जलने वाली लाइट

परिस्थिति : सड़क पर जलने वाली लाइट

साथ में दिये हुए स्थान में आप अपनी कॉमिक पंक्तियाँ बनाएँ -

कॉमिक पंक्ति का नाम :

आपका नाम :

परिस्थिति : पानी को गरम करना

परिस्थिति : खाना बनाना

परिस्थिति : यातायात के साधन

परिस्थिति : विद्युतीकरण (Electrification)

परिस्थिति : सार्वजनिक स्थल

अपनी कॉमिक यहाँ शेयर करें

चौथा कदम

भावों की अभिव्यक्ति -निर्देशित कला अभिव्यक्ति

जलवायु हाइकु

खिलाड़ी :
एक

कठिनाई का स्तर :
मध्यम

कुल समय :
30 मिनट

औजार :
पेंसिल, रबड़,
कागज़ की शीट

खेल का इनाम :
रचनात्मकता,
गहन सोच
और बातचीत

आयु सीमा :
8 -14

आप अपने काम को इस लिंक <link> पर सबमिट करें और आप जैसे दूसरे लोग इस संबंध में क्या कहते हैं उन्हें भी पढ़ें, इसके लिए इस लिंक को देखें

1. सबसे पहले क्या

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें और उस समय के बारे में सोचें जब आपने सूर्य को उगते या अस्त होते हुए देखा था। तब आपको कैसा महसूस हुआ था?
नाक से सांस भरते हुए तीन सेकेंड के लिए उसे रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2. एक शब्द का चयन करें

हाइकु दरअसल तीन लाइन वाली बहुत खूबसूरत कविता होती है जिसे एक सांस में पढ़ा जा सकता है। पारम्परिक जापानी हाइकु में पहली लाइन में पाँच अक्षर , दूसरी में सात और अंतिम लाइन में फिर पाँच अक्षर होते हैं। हम अपने लिए हाइकु बनाते समय जिन अक्षरों का चयन करते हैं वो हैं जलवायु, पृथ्वी, मौसम , परिवर्तन और सूरज हमने अपने लिए मौसम शब्द का चयन किया है।

3. एक शब्द जोड़ें

अब आपने जिस विषय का चयन किया है उसके लिए चुने हुए शब्दों को लिखना शुरू करें। हो सकता है कि आपकी लिखी हुई कविता में आपके सभी चुने हुए अक्षरों का इस्तेमाल हो जाये, लेकिन इस सूची से आपको अपने हाइकु को बनाते समय इनसे मिलते जुलते अन्य शब्दों का भी पता लग जाएगा। जहां तक हो सके वर्णन करने वाले शब्दों का ही चयन करें। इस ग्रह की जलवायु के बारे में सोचते समय आपके मन में जो भी भाव आ रहे हैं उनके बारे में सोचिए ।

याद रखें कि सबसे अच्छी प्रेरणा केवल अपने आसपास को ध्यान से देखने से ही आ जाती है।

4. हाइकु बनाएँ

ऊपर दिये गए नियम के आधार पर अपने चुने हुए शब्दों से हाइकु का निर्माण करें और एक ऐसा चित्र बनाएँ जो आपके हाइकु को बहुत अच्छी तरह से दिखाता हो। “माई हाइकु कलेक्शन” (My Haiku Collection') पेज पर दिये गए नमूनों का भी आप इस्तेमाल कर सकते हैं। मौसम विषय पर हमारे बनाए हाइकु कुछ इस प्रकार के हो सकते हैं:

आपका नाम :	**स्लैम आउट लाउड**
हाइकु का नाम:	**बसंत की ज्वाला**
5 अक्षर	सर्दियां आती, वसंत फिर आता
7 अक्षर	जैसे भावनाओं, रंगों और जीवन की तरह
5 अक्षर	जैसे तितलियों के वसंत अंगारे

5. शेयर करें

अब अपने बने हुए हाइकु को अपने मित्रों, परिवार के सदस्यों को दिखाएँ और उनके बनी कविताओं से देखें कि वो लोग मौसम को किस रूप में देखते हैं और उसकी खुशी मनाने के लिए वो क्या करते हैं।

चौथा कदम

माई हाइकु कलेक्शन (My Haiku Collection)

जहां से अपने शब्दों का चयन करना है (ऐसे किन्हीं 3 शब्दों को रंग दें जिन पर आपने हाइकु को बनाना है ।

1. प्रकृति | 2. जलवायु | 3. पृथ्वी | 4. मौसम | 5. परिवर्तन | 6. सूरज

आपका नाम:		आपके बनाए चित्र
हाइकु का नाम:		
5 अक्षर		
7 अक्षर		
5 अक्षर		

आपका नाम:		आपके बनाए चित्र
हाइकु का नाम:		
5 अक्षर		
7 अक्षर		
5 अक्षर		

आपका नाम:		आपके बनाए चित्र
हाइकु का नाम:		
5 अक्षर		
7 अक्षर		
5 अक्षर		

आप अपने किसी मित्र के साथ मिलकर भी हाइकु बना सकते हो इसके लिए इन लाइनों पर काम करें और अपने हाइकु की कटिंग करते हुए उन लोगों को उपहार में दें जिन्हें आप सबसे ज़्यादा प्यार करते हैं।

हमारे साथ यहाँ शेयर करें -

पाँचवाँ कदम

करने के लिए -कॉल टू एक्शन
स्वतंत्र अभिव्यक्ति

अच्छे के लिए सौर ऊर्जा

खिलाड़ी :
एक /एक से अध्क

कठिनाई का स्तर :
मध्यम

कुल समय :
30 मिनट

औजार :
पेंसिल, रबड़, शार्पनर, राग और कागज़ की एक शीट व कैमरा

खेल का इनाम :
रचनात्मकता , गहन सोच और बातचीत

आयु सीमा :
8 -14

1. सबसे पहले क्या

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें और सोचें कि आप अपने ग्रह की देखभाल और प्यार करने के लिए आप क्या काम कर सकते हैं
अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2. खोज करें

कभी स्कूल जाते हुए या फिर बाज़ार जाते हुए उन जगहों को ध्यान से देखें जिन्हें सार्वजनिक इस्तेमाल के लिए बनाया गया है। ये स्थान सुलभ शौचालय कॉम्प्लेक्स (सामुदायिक शौचालय), पब्लिक पार्क, साधारण पार्क, पंचायत घर या फिर ऐसा ही कोई अन्य स्थान हो सकता है।

a. इन सभी स्थानों की लिस्ट बनाएँ

b. यदि हो सके तो इन सभी स्थानों की फोटो खींच लें

c. किसी ऐसी जगह को चुन लें जिसका आपके आसपास सबसे ज़्यादा इस्तेमाल होता हो।

अपनी कलाकृति को यहाँ सबमिट करें और आप जैसे ही दूसरे व्यक्तियों ने इस बारे में क्या कहा है इसे जानने के लिए इस लिंक को देखें <link>

3. सोचें

a. इन चुने हुए स्थानों पर ऊर्जा की खपत का अंदाज़ा आप कैसे लगा सकते हैं?

b. हम इस बिजली की मांग को सौर ऊर्जा से कैसे पूरा कर सकते हैं

c. इसका नजदीकी समाज पर क्या प्रभाव हो सकता है

d. यदि आपके प्रयासों से जनता पर अच्छा प्रभाव पड़ता है तब आपको कैसा लगेगा

4. सृजन करना

अपनी पसंद की किसी भी कला के रूप को चुनकर आप उसके माध्यम से अपनी भावनाओं को व्यक्त कर सकते हैं। इसके लिए आप अपने विचारों पर एक छोटी कविता लिख सकते हैं, चित्र बना सकते हैं, पत्र लिख सकते हैं या फिर अपने जवाबो को अपनी आवाज़ में रिकॉर्ड भी कर सकते हैं।

5. शेयर

अपनी बनाई हुई कलाकृति को लेकर अपने स्थानीय प्रशासन के पास जाएँ और उनसे कहें कि जलवायु परिवर्तन की समस्या से जूझने के लिए कुछ करना चाहिए। उसे सार्वजनिक स्थानों की वैकल्पिक ऊर्जा के रूप में स्वच्छ ऊर्जा को अपनाने के लिए कहें।

पानी

पहला कदम

चेतना सहित - ध्यान क्रिया का अभ्यास

मेरे साथ ध्यान लगाने के लिए यहाँ क्लिक करें

दूसरा कदम

कहानी सुनाना - लोक कथा

आइ.एस.एल

हिंदी कैप्शन

यहाँ क्लिक करें

लोक कथा सुनें और अगले पृष्ठ पर दिये फिश फिंगर पपेट या उंगली वाली मछली कठपुतली ने क्या किया उसे दोहराएँ

दूसरा कदम

उंगली वाली मछली कठपुतली (Fish Finger Puppets)
-लघु कथा

अब आपने यह कहानी पढ़/सुन ली है, तो अब आपको इस वाक्य का प्रयोग करते हुए कि **" एक बार मैं एक जंगल के बीच में बहने वाली नदी के पास से गुज़र रहा/रही था/थी कि मैंने देखा"**
-----अपनी एक कहानी स्वयं बनानी है! अब एक छोटी कहानी को आपको लिखना है!

लघु कथा (Flash fiction) वह कहानी होती है जो 5 से लेकर 1500 शब्दों में तक में लिखी जा सकती है। हम यहाँ कम से कम 100 शब्दों वाली कहानी लिखेंगे।

संकेत (Prompts)-

1. **चरित्र (Character) कैसे बनाएँ :**

फिंगर पपेट के नमूने पर किसी काल्पनिक चरित्र (कोई समुद्री जानवर, पक्षी या फिर कोई बिलकुल अलग या विचित्र भी हो सकता है) का चित्र बनाएँ। अपने बनाए चित्र के नीचे उसका नाम भी लिखें। इसके साथ ही अपनी कल्पना को उड़ान भरने का मौका दें। आप एक से अधिक चरित्र भी बना सकते हैं। हमने आपकी मदद के लिए एक चरित्र जिसका नाम 'सोल' है, बनाया है।

2. **कठपुतली (Puppets) बनाएँ :**

अब चित्रों को उसके बॉर्डर से मिलाते हुए काट लें और उसके दो किनारों को अपनी उंगली के आकार के अनुसार वहाँ चिपका लें।

3. **कहानी :**

आपको अपनी लघु कथा में कुछ चीजों जैसे

1. सुनहरा डिब्बा, 2. प्लास्टिक बोतल , 3. समुद्री सीपी, 4. मछली पकड़ने का जाल आदि को ज़रूर शामिल करना है।

अब ऐसे सोचिए कि जैसे आप किसी जंगल में से गुज़र रहे हैं और वहाँ आपने एक नदी को बहते हुए देखा है। अब क्या होगा आगे ! थोड़ा सोचें और ऊपर बताई गई चारों चीजों को शामिल करते हुए काल्पनिक कहानी बनाएँ।

1. किस प्रकार नदी दूसरे जीव-जंतुओं और प्राणियों को सहयोग करती है?
2. आप नदी की कल्पना किस रूप में करते हैं?
3. क्या नदी के पास कोई मनुष्य है? यदि हाँ तो वह क्या कर रहा है?

दूसरा कदम

आपकी लघु कथा का नाम:

आपका नाम:

मैं एक बार जंगल में से गुज़र रहा था कि मैंने देखा

उंगली वाली कठपुतली (Finger Puppet)

चिपकाएँ

नाम: SOL

चिपकाएँ

अपनी कहानी के लिए किसी चरित्र (character) का चित्र बनाएँ

चिपकाएँ

नाम:

चिपकाएँ

अपनी कला यहाँ शेयर करें

तीसरा कदम

रिफलेक्ट -वर्कशीट

क्या आप जानते हैं?

इस ग्रह का लगभग 72% भाग पानी से बना हुआ है !
यही नहीं नदियों , झीलों, बर्फीली चोटियों और ग्लेशियर का पानी भी भाप के रूप में बदलकर हवा में भी मौजूद रहता है, इसके साथ ही ज़मीन की मिट्टी में और जलीय चट्टानों में भी नमी के रूप में मिलता है ।
हमारे शरीर में लगभग 60% पानी है।
आइये अब "वॉटर वर्ड मॅरेथॉन " खेलते हुए दायीं ओर बने हुए अक्षरों के इस पहेलीनुमा चित्र की मदद से नए-नए शब्द ढूंढें और बनाएँ।

वाटर वर्ड मैराथन (Water Word Marathon)

करने के लिए -

जिन शब्दों के अर्थ आपको नहीं मालूम नहीं उन्हें पीला रंग करें। ज़रा सोचें इस काम में कौन आपकी मदद कर सकता है?
वह कोई एक शब्द जिसने आपको सबसे अधिक प्रभावित किया है उसके चारों ओर गोल घेरा बनाएँ

बादल	महासमुद्र	CLOUD	OCEAN
प्यास	तालाब	THIRSTY	RESERVOIR
छिड़काव	पीना	SPLASH	DRINKING
बहुत ऊंची लहर	बूंदें	TIDE	DROPLET
पानी	सुनामी	WATER	TSUNAMI
ओस	बर्फ	OASIS	SNOW
भाप बनना	अकाल	EVAPORATION	DROUGHT
कुआं	पानी की चट्टान	WELL	AQUIFER
समुद्र	बर्फ	SEA	ICE
झील	फव्वारा	LAKE	FOUNTAIN
ग्लेशियर	तरल	GLACIER	LIQUID
तालाब	नदी	POND	RIVER

W	R	Q	W	O	D	U	O	L	C	M	N	N	C
T	A	U	I	F	D	R	O	P	L	E	T	E	G
R	A	T	N	I	A	T	N	U	O	F	E	V	T
E	E	G	E	W	R	I	V	E	R	G	R	A	I
S	S	L	N	R	A	S	N	A	R	N	A	P	N
E	L	A	S	S	P	L	A	S	H	I	T	O	L
R	C	C	H	U	O	S	A	L	O	K	S	R	A
V	L	I	N	E	Y	T	A	Y	T	N	U	A	K
O	I	E	O	L	T	I	Q	O	H	I	N	T	E
I	Q	R	C	L	S	D	U	A	G	R	A	I	P
R	U	L	E	E	R	E	I	S	U	D	M	O	O
T	I	O	A	W	I	A	F	I	O	O	I	N	N
D	D	E	N	T	H	L	E	S	R	T	P	L	D
N	W	O	N	S	T	I	R	T	D	L	O	K	G

तीसरा कदम

वाटर वर्ड मैराथन (Water Word Marathon) की मदद से बनाए 5 शब्दों का इस्तेमाल करते हुए अब हम एक कविता बनाएँगे (उन शब्दों को रंग करें जिनसे आपको अपनी चित्रों वाली कविता बनानी है)

1. बादल 2. महासमुद्र 3. पानी 4. ओस 5. नदी

हम अपनी कविता की शुरुआत करने के लिए अपने चुने हुए शब्दों में से प्रत्येक के पहले अक्षर को उसी प्रकार चुनेंगे जैसे हमने बादल (CLOUD) को चुना है।
अब इसी तरह कविता के क्रम को आगे बढ़ाते हुए आप पहले लिखे शब्द के साथ मिलाते हुए शब्दों को लिखते रहें। जैसे हमने इन कुछ शब्दों को चुना है, CLOUD , जिसमें,

C- Clear
L- Large
O- Outside
U- Unique
D- Do

आदि ऐसे ही शब्द हैं।
इसी तरह आप अपने लिए शब्दों का भी निर्माण कर सकते हैं। इसमें कुछ सही या गलत नहीं होता है और किसी तरह की कोई तुक भी मिलाने की ज़रूरत नहीं है। इसके लिए सबसे अच्छा तरीका तो यही है कि आप बहुत अच्छी तरह से सोचें और फिर ऐसे शब्दों की एक लिस्ट बना लें जो आपकी कविता में फिट होते हों।

अब आपने सोच समझ कर लिखे हुए शब्दों को नीचे दी हुई लाइनों में लिखें और इसी तरह करते हुए सभी खाली लाइनों को भरते हुए अपनी कविता को लिख लें। अपनी कविता के साथ उसके साथ मेल खाते हुए आप चित्र भी बना सकते हैं।

अपनी कविता यहाँ शेयर करें

हमारी कविता इस प्रकार की हो सकती है -

आपका नाम :	स्लैम आउट लाउड
चित्रात्मक (Acrostic) कविता :	फ़्लफ़्फ़ी पानी (Fluffy Water)
C	Clear is the sky.
L	Large and fluffy clouds have floated by!
O	Outside we wait for the rains to arrive.
U	Unique are our water resources.
D	Do we realise?

आपका नाम :		आपका चित्र
चित्रात्मक कविता:		

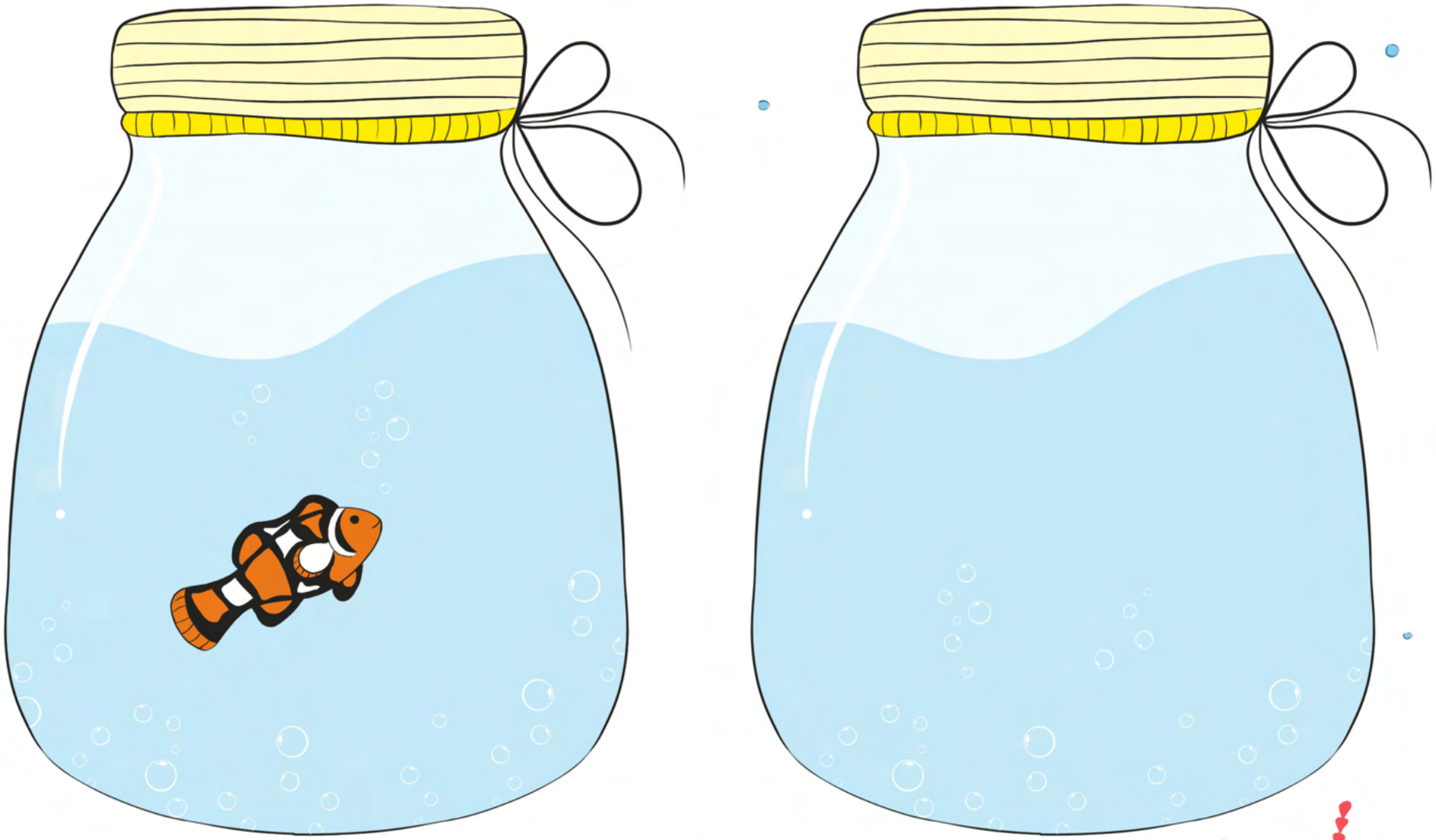
तीसरा कदम

क्या आप जानते कि हर साल लगभग 8 मिलियन टन (8,00,00,00,000 Kg, ओह !)प्लास्टिक का कूड़ा हमारे सुंदर और नीले महासागरों में चला जाता है।
और यह हमारे लहरों के लिए सचमुच सबसे बड़ी बुरी खबर के रूप में देखी जाने वाली खबर हो सकती है-----

इन महासागरों में 700 प्रकार के समुद्री जीव या तो इस प्लास्टिक के कूड़े को खा गए हैं या फिर इस कचरे में फंस चुके हैं – और वैज्ञानिकों का ख्याल है कि जिस हिसाब से यह कूड़ा महासागर में गिर रहा है, वह 2050 तक तिगुना हो सकता है।
लेकिन फिर भी एक अच्छी खबर यह है कि इस परेशानी को समझ लेने और उसपर तुरंत कार्यवाही कर लेने से आप महासागर को साफ करके और समुद्री जीवन को जीवनदान देकर भविष्य को बदल भी सकते हैं। स्त्रोत: नेट जियो किड़

आप ऐसे सभी प्लास्टिक के बेकार हो गए सामान के बारे में सोचें जिसे आपने इस्तेमाल करने के बाद फेंक दिया है। अब उनकी लिस्ट बनाएँ।

1.	2.
3.	4.
5.	6.
7.	8.
9.	10.



दो जार साफ पीने वाले पानी से भरे हुए हैं। अब इन जार में आप मछलियों के साथ 10 प्लास्टिक के बेकार सामान की ऐसी चीजों के चित्र बनाएँ जिनके नाम आपने अपनी लिस्ट में लिखे हैं।

ज़रा सोचें –

1. जार में तैर रही उस मछली का क्या होगा जब उसमें प्लास्टिक की बेकार चीजों को भी जोड़ दिया जाएगा?

2. इसे देखकर हमें बुरा लगता है, आपको कैसा लगता है? अपनी भावनाओं को चित्र के द्वारा दिखाओ-

आपका नाम : स्लैम आउट लाउड	आपका नाम:
भवानाएँ : घबराहट (Anxious)	भावना (Emotion):

3. यदि हम इसी प्रकार से कूड़े को इसमें शामिल करते जाएँ तो महासागर और दूसरे जल संसाधनों के साथ क्या हो सकता है?

हर प्रकार के कूड़े में जानवर, पक्षी और मछली फंस सकते हैं, उनका दम घुट सकता है और आपस में वो उलझ भी सकते हैं। खराब हुए मछली पकड़ने के जाल, पुरानी प्लास्टिक की बोतलें, पोलिथीन बैग आदि प्लास्टिक की चीज़ें नुकसानदेह हो सकती हैं। इनसे निकालने वाला प्लास्टिक का छोटा कूड़ा जैसे बोतल के ढक्कन,खाने के सामान के रैपर आदि को खा लेने से इन जानवरों के पेट में बीमारी होने से ये बीमार भी हो जाते हैं।

4. समुद्री जनजीवन को बचाने के लिए वो कौन से दो दयालुता दिखाने वाले काम आप कर सकते हैं? हमने अपने काम नीचे चित्र के माध्यम से दिखाएं हैं, आप अपने भी नीचे दिखाएं-

⃠ प्लास्टिक को ना बोलें		
आपका नाम : स्लैम आउट लाउड	आपका नाम:	आपका नाम:
दयालुता वाला काम : एक बार इस्तेमाल होने वाली प्लास्टिक की बोतल को न इस्तेमाल करने की कसम खाना	दयालुता वाला काम 1:	दयालुता वाला काम 1:

हमारे जार कुछ ऐसे दिखाई दे सकते हैं। हम इस कूड़े को कम करने की कसम खाते हैं और कुछ भी सामान किसी भी सड़क पर या पानी के संसाधन में नहीं फेंकेंगे।

अपनी कला यहाँ शेयर करें

चौथा कदम

अभिव्यक्ति – निर्देशित कला गतिविधि

मेरी मछली का प्रकार

खिलाड़ी : एक

कठिनाई का स्तर : माध्यम

कुल समय : 30 मिनट

औज़ार : रंग, पेंसिल, रबड़, कागज की शीट और कैंची

खेल का इनाम : रचनात्मकता, गहन सोच और खूब सारा मज़ा

आयु सीमा : 8-14

अपनी कला यहाँ शेयर करें

1 स्वयं को केंद्रित करें:

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें
अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2 कल्पना करें :

आप किन्हीं ऐसे दो लोगों के बारे में सोचें जो आपके दिल के नजदीक हों, ये आपके माता-पिता, भाई-बहन या और कोई भी हो सकते हैं जिन्हें आप जानते हैं। उन लोगों के बारे में अच्छी तरह सोचते हुए उनके तीन ऐसे गुण लिखिए जिससे वो पहचाने जाते हैं।
ये एक शब्द में या फिर एक वाक्य में लिखे जा सकते हैं। जैसे यदि मुझे अपने मित्र के बारे में लिखना हो तो मैं लिखूंगा वह नरम दिल, मजबूत इरादे और मेहनत करने वाला इंसान है।

इसी तरह आप भी अपने प्रिय मित्रों के बारे में भी लिखें।

3 चित्र बनाएँ और रंग भरें:

कागज़ को दो हिस्सों में बांटे और मोड दें। प्रत्येक आधे हिस्से में आपने जिन लोगों के बारे में सोचा है उनके चित्र बना दें। ध्यान रखें कि आपको एक कुशल चित्रकार की भांति चित्र नहीं बनाना है, बल्कि बस समझ आ जाये ऐसा ही करना है। एक बार आप चित्र बना लें और अब इसमें चित्र में रंग भर दें।

4 एक मछली के साथ मिलाजुला किजीये

अब अगले पृष्ठ पर दी हुई गाइड के अनुसार एक मछली का चयन करके अपने लिए एक "मछली का प्रकार"चुनें जो आपके चुने हुए प्रिय जनों के प्रतीक के रूप में ली जाएगी। अब इसमें से देखें कि आप किस मछली का प्रकार हैं। अब सभी चुने हुए मछली के प्रकारों को इस चित्र के नीचे लिखे और अपने प्रिय जनों के साथ शेयर करें।

5 रिफ़्लेक्शन (Reflection)

क्या आप जानते हैं कि लोगों की भांति मछलियों के भी अलग-अलग व्यक्तित्व, प्रकार और विशेषताएँ होती हैं। क्या सभी जानवर, पक्षी और मछली बिलकुल हमारे ही जैसे नहीं होते !
अपने नजदीक के पानी के स्त्रोत के पास जाकर देखें कि क्या यह प्राकृतिक रूप से बनाया गया है या फिर मानव-निर्मित तालाब, झील, नाला या फिर नदी है।
a. यह देखें कि क्या उसमें मछली है?
b. क्या आप उनका नाम जानते हैं?
c. आप उन्हें कैसे ढूंढ सकते हैं ?

चौथा कदम

मेरी मछली का प्रकार

मछली का नाम विशेषताएँ	विशेषताएँ	प्रतिकात्मक विशेषताएँ
पफर फिश (Puffer Fish)	बहुत बड़ी, रखने में मुश्किल	बहुत समझदार, शर्मीली, खाना पसंद
क्रे फिश (Cray Fish)	आकार में छोटी, अंधेरी और शांत जगह में रहती	आसानी से नाराज़ होती
बेट्टा स्प्लेंडेंस (Betta Splendens)	अपनी ही जगह में रहना पसंद करती, रखने के लिए बड़ी जगह की जरूरत होती है	हमेशा उत्सुक रहती, एक्टिव, खाना पसंद करने वाली
ऑस्कर (Oscar)	खाना खिलाया जाना पसंद करती है, बड़ी मछली के रूप में बड़ी होती है	साहसी, चमकदार, लोगों को पसंद करने वाली
क्लाउन लोच (Clown Loach)	ज़्यादा जगह की ज़रूरत, बड़ी मछली बनती है, लोगों के आने पर छिप जाती है	शर्मीली, अपने में मस्त, शांत
फेंसी गोल्डफिश (Fancy Goldfish)	ज़्यादा जगह की ज़रूरत, सबकुछ खा लेती है	बुद्धू , मज़ाकिया, उत्साही, अनाड़ी
नियोन टेटरा (Neon Tetra)	छोटी, पतली, सरल देखभाल, समूह में रहती मिलकर	शांत, चुपचाप रहने वाले, काम करने वाली
गपपीज़ (Guppies)	रंगीन, सरल देखभाल	सबको प्रिय, जीवंत
मोलीज़(Mollies)	छोटी, मस्त, सब कुछ खाने वाली, बच्चों को जन्म देती	खेल-कूद पसंद, मस्तमौला मिलकर काम करने वाली
एंजल फिश(Angel Fish)	रंगीन, अपनी ही जगह में रहने वाली	चमकदार, जल्द गुस्सा आने वाली

मछली के प्रकार के साथ ही अपने चित्र भी हमारे साथ यहाँ शेयर करें -

पाँचवाँ कदम

कॉल टू एक्शन
स्वतंत्र अभिव्यक्ति

सौर की शक्ति

खिलाड़ी:
एकल / मल्टीप्लेयर

कठिनाई स्तर:
मध्यम

कुल समय:
30 मिनट

औज़ार:
पेंसिल, इरेज़र, शार्पनर, कलर्स, पेपर की एक शीट

खेल का उपहार:
रचनात्मकता, गंभीर सोच, संचार

आयु समूह:
8- 14 वर्ष

1 सबसे पहले क्या

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें और सोचें कि आप अपने ग्रह की देखभाल और प्यार करने के लिए क्या काम कर सकते हैं
अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2 सोचें

a. आप हर दिन उपयोग होने वाली प्लास्टिक वस्तुओं की संख्या को कैसे कम कर सकते हैं?

b. आप पुन: प्रयोज्य विकल्पों के साथ घर पर प्लास्टिक की वस्तुओं को कैसे बदल सकते हैं?

c. ये परिवर्तन आपके जीवन को सकारात्मक रूप से कैसे प्रभावित कर सकते हैं?

d. आसपास के समुदाय में परिवर्तन कैसे प्रभावित कर सकते हैं?

e. अगर आपकी हरकतें धरती पर मरीन लाइफ की ज़िंदगी में बदलाव लाती हैं, तो आप कैसा महसूस कर सकते हैं?
अपनी प्रतिक्रियाओं के बारे में सोचो।

3 बनाएँ

प्रदत्त स्क्रॉल टेम्पलेट पर, प्रश्नों की प्रतिक्रियाओं को ध्यान में रखते हुए, उन 5 चीजों की सूची बनाएं जिन्हें आप पृथ्वी पर समुद्री जीवन को बचाने के लिए करने की प्रतिज्ञा करेंगे!
आप अपनी पसंद के किसी भी कला रूप का उपयोग करके अपनी प्रतिज्ञा भी व्यक्त कर सकते हैं
यह एक छोटी कविता हो सकती है, एक ड्राइंग, एक पत्र के रूप में, या आप भी ऊपर उल्लेखित संकेतों का जवाब देते हुए खुद को रिकॉर्ड कर सकते हैं।

4 वकालत करे

अपने परिवार और दोस्तों के साथ अपनी प्रतिक्रियाओं के साथ अपनी अंतिम कलाकृति साझा करें, अपनी प्रतिज्ञा पर हस्ताक्षर करने के लिए कम से कम 5 अन्य मित्रों को प्राप्त करें!
हम मिलकर जलवायु परिवर्तन से निपटने की दिशा में कदम उठा सकते हैं!

अपना प्लास्टिक बैन जमा करें- प्लेज़ स्क्रॉल करें और यह भी पढ़ें कि आपके जैसे अन्य परिवर्तन करने वाले लोगों को क्या कहना है, लिंक का पता लगाएं - <लिंक>

मैं आज हमारी धरती की मदद करने की प्रतिज्ञा करता हूं

हस्ताक्षर_____**पृथ्वी दिवस 2021**

प्रकृति

पहला कदम

चेतना सहित - ध्यान क्रिया का अभ्यास

मेरे साथ ध्यान लगाने के लिए यहाँ क्लिक करें

दूसरा कदम

कहानी सुनाना – लोक कथा

आइ.एस.एल

हिंदी कैप्शन

यहाँ क्लिक करें

कहानी को सुनें और अगले पृष्ठ पर दी गई गतिविधि को पूरा करें

दूसरा कदम

अत्यंत लघु कथा (Postcard Fiction)

अब अपने किसी प्रिय मित्र को अपने घर के आसपास देखी किसी पसंदीदा वस्तु के बारे में पत्र लिखें। यह कोई जानवर, पक्षी, मछली या फिर कोई पौधा भी हो सकता है।

सोचिए

a. यह कहाँ रहता है और क्या करता है?
b. यह अपने आसपास के वातावरण के साथ किस प्रकार बातचीत करता है? क्या इसे इस काम के लिए दूसरों की मदद की ज़रूरत होती है?
c. हम एक ऐसा स्थान किस प्रकार बना सकते हैं जहाँ ये लोग एक साथ मिलकर और खुशी से रह सकें?
d. ज़रा सोचें कि किस प्रकार आप और आपकी पसंदीदा वस्तु अपनी जरूरतों और व्यवहार में एक समान हैं?

अत्यंत लघु कथा (Postcard fiction) जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है | वह कहानी होती है जो एक छोटे से पोस्टकार्ड पर भी समा सकती है। दरअसल यह 250 शब्दों से लेकर 500 शब्दों तक या कभी-कभी 25 शब्दों की भी हो सकती है।

यहाँ नीचे दिये हुए पोस्टकार्ड में अपनी कहानी को 100 शब्दों में लिखो और साथ में दिये हुए स्थान में कल्पना से चित्र बनाने में अपने मित्र की सहायता करें।

अपना पोस्टकार्ड यहां शेयर करें

तीसरा कदम

रिफलेक्ट (Reflect)- वर्कशीट

एक वस्तु की कहानी

A. ऐसी कोई भी 5 वस्तुएँ जिनका आप रोज़ उपयोग करते हैं:

उन्हें यहाँ नीचे बनाएँ

नाम:				
वस्तु 1:	**वस्तु 2:**	**वस्तु 3:**	**वस्तु 4:**	**वस्तु 5:**

हमारी वस्तु एक आलू है

नाम : स्लैम आउट लाउड
वस्तु : आलू

B. माइंड मैप्स (Mind Maps)

a. आपकी बनाई हुई लिस्ट में किसी एक वस्तु का चयन करें।

b. अपनी चुनी हुई वस्तु की ड्रॉइंग को कागज के बीच में बनाएँ (या फिर नीचे दिये हुए नमूने को भी कॉपी कर सकते हैं)

c. एक गोल घेरे से निकलती हुई 4 लाइनें खींच लें।

d. आप इसके अलावा और भी सोच सकते हैं कि इस वस्तु की ड्रॉइंग को कैसे बनाया जा सकता है।

पहली लाइन: आपने इसे कहाँ से लिया है?	तीसरी लाइन: इसे कहाँ और कैसे तैयार किया गया था? उसमें कच्चे माल के लिए किसका उपयोग किया गया था?
दूसरी लाइन: इसे कहाँ पर इकठ्ठा/पैक किया गया है?	चौथी लाइन: कच्चे माल को कैसे बनाया गया था या खोदा गया था?

e. खींची हुई चारों लाइनों पर या तो उन वस्तुओं के नाम लिखें या फिर ड्रॉइंग करें जिन्हें आप शेयर करने के बारे में सोच रहे हैं !

g. अपनी इस कलाकृति को बहुत सुंदर और रंगीन बनाएँ। इस माइंड मैपिंग एक्टिविटी को अपने विशेष अंदाज़ से तैयार करें।

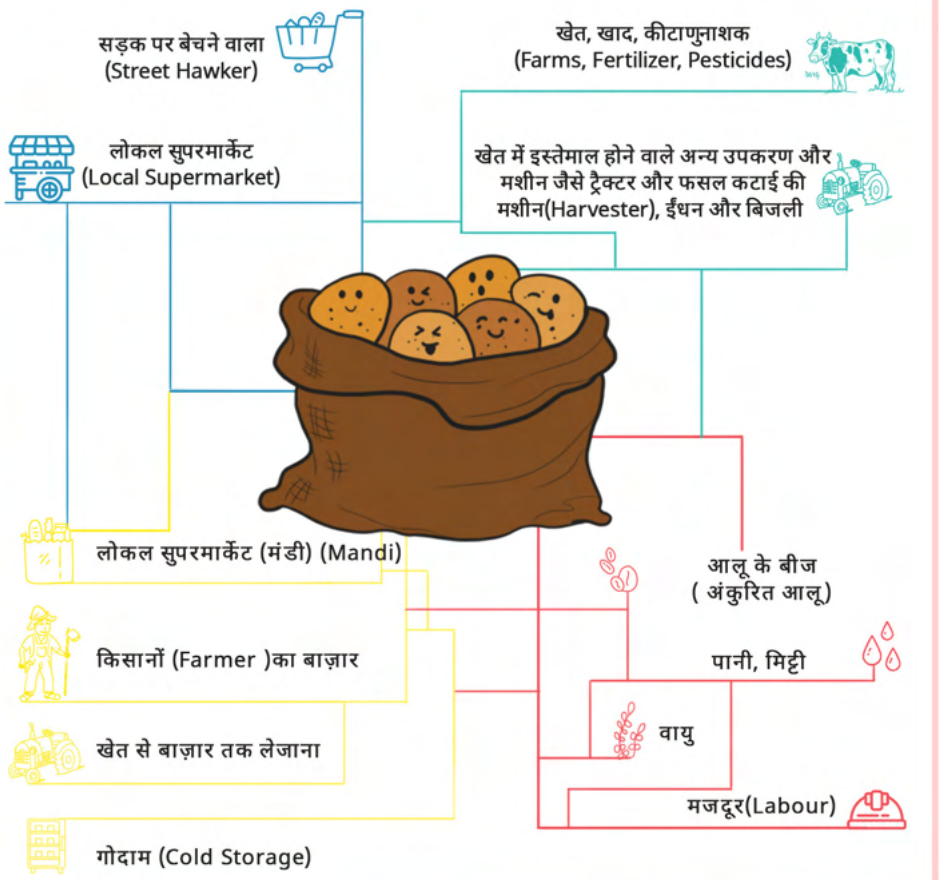
h. अपने इस माइंड मैप को जितना हो सके उतना रंगीन चित्र वाला बनाएँ।

जैसे हमने अपने माइंड मैप एक्टिविटी के लिए आलू की बोरी का चित्र बनाया है। हमने आलू के मूल स्रोत यानी वह खेत जहां से यह आलू उगाया जाता है और बाकी के काम होते हैं वहाँ जाने की कोशिश की है।

ज़रा देखें किस तरह अलग-अलग लोग और हमारी आसपास की प्रकृति आपस में एक ही वस्तु से परस्पर जुड़े हुए हैं।

आपका नाम : स्लेम आउट लाउड

माइंड मैप : एक आलू का जीवन चक्र



पहली लाइन: आपने इसे कहाँ से लिया है?	दूसरी लाइन: इसे कहाँ पर इकठ्ठा/ पैक किया गया है?	तीसरी लाइन: इसे कहाँ और कैसे तैयार किया गया था? उसमें कच्चे माल के लिए किसका उपयोग किया गया था?	चौथी लाइन: कच्चे माल को कैसे बनाया गया था या खोदा गया था?

आपका नाम:

माइंड मैप (Mind Map) का नाम:

पहली लाइन: आपने इसे कहाँ से लिया है?	दूसरी लाइन: इसे कहाँ पर इकठ्ठा /पैक किया गया है?	तीसरी लाइन: इसे कहाँ और कैसे तैयार किया गया था? उसमें कच्चे माल के लिए किसका उपयोग किया गया था?	चौथी लाइन: कच्चे माल को कैसे बनाया गया था या खोदा गया था?

अपना माइंडमैप यहां शेयर करें

B. सोचिए

इस माइंड मैप की ओर देखें जो आपने अभी-अभी बनाया है। इसमें बने हुए भावनाओं के चक्र (emotions wheel) को देखिये और उसमें से आप क्या महसूस कर रहे हैं, उस भावना का चयन करें। ज़रा सोचें कि आप क्यूँ इन भावनाओ को महसूस कर रहे हैं।

आपका नाम : स्लेम आउट लाउड
भावना (emotions): हैरान

अपनी चुनी हुई चीजों की लिस्ट में से किन्हीं दो का चित्र बनाएँ। हम तो हैरान हो गये हैं !

आपका नाम :	आपका नाम :
भावना (emotions):	भावना (emotions):

D. करें

यदि आपको प्रकृति के दिये हुए उपहार से कुछ महसूस होता है और उसे कुछ दोहों (couplet) के रूप में लिखना हो, तब वो दोहे कैसे होंगे ? कोई भी दोहा एक पैराग्राफ के रूप में ली जाने वाली दो लाइनें होती हैं जो परस्पर आपस में एक लय से बंधी होती हैं।

आपका नाम : स्लैम आउट लाउड	**आपका नाम :**
भावना का नाम : हैरान (Surprised)	**आपके दोहे का नाम :**
एकांत की तलाश में मैं जंगल से गुज़र रहा था, कूड़े ने मेरे मूड को खराब कर दयिा। यह हमारा उतावला व्यवहार था	

अपनी कविता यहाँ शेयर करें

चौथा कदम

अभिव्यक्ति – निर्देशित कला गतिविधि

कितने मिलते - जुलते हैं

खिलाड़ी :
एक

कठिनाई का स्तर :
मध्यम

कुल समय :
30 मिनट

औज़ार :
रंग, पेंसिल, रबड़, कागज़ की शीट, शार्पनर

खेल के इनाम :
रचनात्मक्ता, गहन सोच और बहुत सारा मज़ा

आयु सीमा:
8-14

अपनी कला यहाँ शेयर करें

1. स्वयं को केन्द्रित करें:

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें
उन सभी जीव-जंतुओं के बारे में सोचें जो आपके साथ इस ग्रह पर रहते हैं
अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2. चित्र बनाएँ और रंग भरें

क्या आपको लगता है कि सिर्फ मनुष्यों के पास महसूस करने की शक्ति होती है?
क्या आपने कभी नोटिस किया कि दूसरे जीव-जंतुओं के पास भी महसूस करने की शक्ति होती है।
कुछ पल रुकें, देखें और सोचें कि आपको ये भावनाएँ कैसी महसूस होती हैं , ये आपके दोस्तों, परिवार और किसी भी अन्य के साथ भी हो सकती हैं।

प्यार - देखभाल - सहयोग - क्रोध - खुशी

अब इसी प्रकार का व्यवहार विभिन्न जानवरों, आदमी और जानवरों के बीच में होते हुए देखें। जैसे विभिन्न जानवर अपने छोटे बच्चों की कैसे देखभाल करते हैं और इसी प्रकार आपके माता-पिता आपके लिए करते हैं।

4. रिफ्लेक्शन

यह जानवर कैसा लगता है कि हम इस ग्रह पर रहने वाले अन्य जीव जंतुओं के साथ कितने मिलते जुलते हैं?
उन सभी जरूरतों के बारे में हम कैसे जान सकते है जो हम सबके साथ शेयर करते हैं?
हम इस ग्रह पर रहने वाले अन्य जंतुओं के लिए रहने लायक थोड़ी अलग जगह कैसे बना सकते हैं?

5. अभिव्यक्ति

हमने, मनुष्य और जानवर कैसे एक दूसरे के साथ प्यार बांटते हैं ये भी शेयर किया है!

भावनाएँ (Emotions) : प्यार	
मनुष्य	जानवर
आपका नाम : स्लैम आउट लाउड	

भावनाएँ (Emotions) :	
मनुष्य	जानवर
आपका नाम :	

भावनाएँ (Emotions) :	
मनुष्य	जानवर
आपका नाम :	

अपने जवाबों के साथ चित्रकला का काम अपने परिवार और दोस्तों के साथ शेयर करने के लिए इस लिंक पर यहाँ शेयर करें
आपकी तरह दूसरे बच्चों ने क्या शेयर किया उसे भी पढ़ें

पाँचवाँ कदम

करने के लिए -कॉल टू एक्शन
स्वतंत्र अभिव्यक्ति

बहुत समान

खिलाड़ी :
एकल खिलाड़ी

कठिनाई का स्तर :
मध्यम

कुल समय :
30 मिनट

औज़ार :
रंग, पेंसिल,
कागज की एक शीट,
शार्पनर, इरेज़र

खेल के इनाम :
रचनात्मकता,
महत्वपूर्ण सोच,
और बहुत मज़ा

आयु सीमा:
8-14

अपनी कला यहाँ शेयर करें

I. सबसे पहले क्या

कुछ समय के लिए अपनी आँखें बंद करें और गहरी सांस भरें और अपनी नाक से गहरी सांस लेते हुए तीन सेकेंड के लिए रोकें और सोचें कि अपने ग्रह के प्यार और देखभाल के लिए क्या कर सकते हैं।
नाक से सांस भरते हुए तीन सेकेंड के लिए उसे रोकें और फिर बाहर छोड़ दें।
इस क्रिया को तीन बार दोहराएँ

2. सोचें

a. आप अपने रोज़ के इस्तेमाल में होने वाली चीजों को कैसे एक से अधिक बार अलग-अलग काम के लिए इस्तेमाल करते हुए उन्हें रीयुज कर सकते हैं।

b. क्या अपने प्रिय जनों को उपहार देने के लिए कम से कम वेस्ट करते हुए हरा-भरा उपहार आप ढूंढ सकते हैं?

c. आपके द्वारा उपहार के रूप में हरी-भरी वस्तुओं को देने से हमारे ग्रह पर किसी प्रकार का प्रभाव लंबे समय तक कैसे हो सकता है? इन प्रश्नों के बारे में ज़रा सोचिए।

अपने उन सभी दोस्त/परिवार के सदस्यों के नाम सोचिए जिनका जन्मदिन अगले 30 दिनों में आने वाला है। वो ऐसे कोई भी हो सकते हैं जिन्हें आप जानते हों।

क्यूँ न आप उन्हें एक ऐसी वस्तु को उपहार में दे जो पुन: उपयोग की गई वस्तुओं से बनी हुई है और कम से कम कूड़े के रूप में बदल देता है? आपको यह सुनिश्चित करना होगा कि उपहार स्टोर से नहीं खरीदा गया है।

3. बनाएँ और रिफलेक्ट करे

सचेत रहें कि आपके उपहार के लिए आपके द्वारा उपयोग की जाने वाली सामग्री कहाँ से आ रही है।
आप एक कविता, एक ड्राइंग या अपने नृत्य की एक मजेदार रिकॉर्डिंग भी उपहार में दे सकते हैं, यह व्यक्त करते हुए कि वे आपको कितना अद्भुत महसूस करते हैं

आप इस बारे में सोचें कि आप इस तरह के पुनर्निर्मित हस्तनिर्मित उपहार के लिए मूल्य कैसे बना सकते हैं या जोड़ सकते हैं? क्या हम केवल मौद्रिक रूप से मूल्य प्रदान करते हैं या ऐसा करने के अन्य तरीके भी हैं।

4. वकालत करे

अपनी कलाकृति और अपने जवाबों के साथ उन्हें अपने परिवार और दोस्तों के साथ शेयर करें। अपने हरे-भरे उपहार की एक तस्वीर हमारे पास शेयर करें और यह भी पढ़ें कि आपकी तरह दूसरे चेंजमेकर का क्या कहना है । इस लिंक पर और देखें |

WORLD'S LARGEST LESSON

[SLAM OUT LOUD!]

bit.ly/ClimateChangeMakers

www.slamoutloud.com

contact@slamoutloud.com

For more resources and the Gen eARTh activity pack:

bit.ly/WLLxSOL-ResourcePacks

Or WhatsApp to: +91 92679 79278