

कहानी का सारांश

यह कविता एक समूह के लोगों को एक साथ मिलकर काम करने और एक कठिन कार्य को पूरा करने के लिए प्रेरित करती है। कविता में, लोगों को सीना तानकर, रस्सा पकड़कर, और ज़ोर लगाकर खींचने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

यह कविता हमें सिखाती है कि एक साथ मिलकर काम करने और दृढ़ता से प्रयास करने से हम किसी भी कठिन कार्य को पूरा कर सकते हैं।

कहानी का संदेश: कविता में एक सकारात्मक और प्रेरक भावना है। यह कठिन परिस्थितियों में भी हार न मानने और सफलता के लिए प्रयास करने का संदेश देती है।

शब्दार्थ

अकड़ कर	:	घमंड या अभिमान के साथ।
ज़ोश-खरोश	:	उत्साह और जोश।
दाँव करारे	:	कठिन या चुनौतीपूर्ण।
बिचलने पाए	:	ध्यान भटकने या विचलित होने।
भिड़ाओं	:	इस्तेमाल करना या अपनाना।

प्रश्न - अभ्यासबातचीत के लिए

1. आप कौन-कौन से खेल खेलते हैं?

उत्तर:- मैं कबड्डी, क्रिकेट, बैडमिंटन, जूडो, खो-खो, शतरंज, लँगड़ी, आइस -पाइस आदि खेल खेलते हूँ।

2. आपका सबसे प्रिय खेल कौन-सा है?

उत्तर:- मेरा सबसे प्रिय खेल बैडमिंटन है।

3. ऐसे खेलों का नाम बताइए जिनमें दो टीमों आमने-सामने होती हैं?

उत्तर:- बास्केटबॉल, वॉलीबॉल, रग्बी, वॉटर पोलो, हैंडबॉल, क्रिकेट, बेसबॉल, फुटबॉल, हॉकी।

4. आपने रस्सी का प्रयोग करते हुए कौन-कौन से खेल खेले हैं?

उत्तर:-

रस्साखींची : यह एक ऐसा खेल है जिसमें दो टीमों एक-दूसरे के खिलाफ रस्सी खींची होती है। जीतने वाली टीम वह होती है जो रस्सी को अपनी ओर खींचकर अपने निर्धारित चिह्न तक ले जाती है।

लंगड़ी दौड़ : इस खेल में, खिलाड़ी अपने पैरों को एक साथ बांधकर रस्सी से पकड़कर दौड़ते हैं।

रस्सी कूदना : यह एक ऐसा खेल है जिसमें खिलाड़ी एक लंबी रस्सी को घुमाते हुए उसके ऊपर से कूदते हैं।

रस्सी पुल : एक नदी या खाई को पार करने के लिए रस्सियों से बना एक पुल।

रस्सी झूला : एक पेड़ या अन्य ऊंचे स्थान से लटकी हुई रस्सी जिस पर लोग झूलते हैं।

5. वे कौन से खेल हैं जिन्हें खेलने के लिए हमें अधिक साथियों की आवश्यकता पड़ती है?

उत्तर:- फुटबॉल, क्रिकेट, हॉकी, कबड्डी, वॉलीबॉल, बास्केटबॉल, टेनिस, बैडमिंटन, टेबल टेनिस, बोर्ड गेम्स, वीडियो गेम्स।

सोचिए और लिखिए

1. कविता में "जोर लगाओ, हेई सा! हेई सा! भई, हेई सा!" क्यों कहा गया है?

उत्तर:- "जोर लगाओ, हेई सा! हेई सा! भई, हेई सा!" का उपयोग कविता में उत्साह, प्रेरणा, और सामूहिकता की भावना पैदा करने के लिए एक प्रभावी साधन के रूप में किया जाता है।

2. कविता में शरीर से जुड़े किन-किन अंगों का वर्णन हुआ है? ढूँढ़कर लिखिए।

उत्तर:- कविता में हाथ, सीना, पीठ, कमर और पैर का ही स्पष्ट रूप से उल्लेख है।

3. रस्साकशी के खेल में जीतने के लिए क्या-क्या करना पड़ता है?

उत्तर:- यह एक ऐसा खेल है जिसमें दो टीमों एक-दूसरे के खिलाफ रस्सी खींचती हैं। जीतने वाली टीम वह होती है जो रस्सी को अपनी ओर खींचकर अपने निर्धारित चिह्न तक ले जाती है।

4. चित्र में दिखाया गया खेल रस्साकशी कैसे खेला जाता है, लिखिए-

उत्तर:- खेल का उद्देश्य प्रत्येक टीम के लिए विपक्षी टीम के सदस्यों के साथ रस्सी को अपनी तरफ खींचना है। जैसे ही रस्सी पर केंद्र लाल निशान से दूसरा निशान केंद्र रेखा को पार करता है, रस्सी को अपने क्षेत्र में खींचने वाली टीम गेम जीत जाती है।

- आपने बहुत से खेल खेले होंगे। आइए, चित्र देखकर खेल पहचानिए-



कबड्डी



संगड़ी टांग



पोणम्या



मिल्टी-डंडा

भाषा की बात

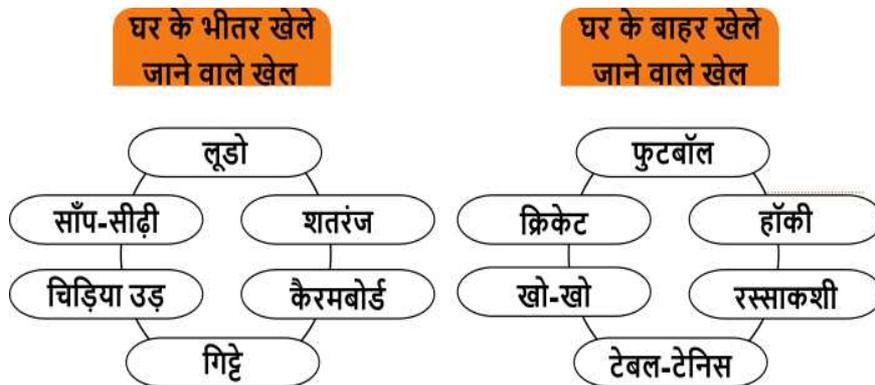
कविता में अकड़-पकड़ जैसे तुक मिलने वाले शब्दों का प्रयोग किया गया है। आप भी तुक मिलने वाले शब्द सोचकर लिखिए-

उत्तर:- अडाओं = भिड़ाओं फिसल = बिचल जोश = खरोश
सारे = करारे इधर = उधर हमारे = तुम्हारे

2. आइए खेलें 'मात्रा हटाओ, दूसरा शब्द बनाओ, जादू दिखाओ' का खेल- उदहारण:- भार = भर
इसी प्रकार नीचे दिए गए शब्दों की मात्रा हटाइए और उसके सामने नया शब्द लिखते हुए अपना जादू दिखाइए-

**कविता से आगे**

1. नीचे कुछ खेलों के नाम दिए गए हैं। इनमें से कुछ खेल घर से बाहर मैदान में खेले जाते हैं और कुछ घर के भीतर खेले जाते हैं। घर से बाहर तथा घर के भीतर खेले जाने वाले खेलों को छाँटते हुए उन्हें अलग-अलग लिखिए-



2. आपका सबसे प्रिय खेल कौन-सा है? उसके बारे में चार पंक्तियाँ लिखिए-

उत्तर:- मेरा सबसे प्रिय खेल कबड्डी है।

कविता

दौड़, खो, पकड़, जंग,
कबड्डी में है जोश का रंग।
छुओ रेखा, लांघो मैदान,
वीरता का बनो प्रतीक महान।

सांस रोको, रण में डटे रहो,
विपक्षी को धूल चटाओ।
टीम भावना, एकता का संग,
कबड्डी है भारत का तन-मन।

3. आओ बताएँ



बनाइए

खेल खेलते समय प्रायः छोटी-छोटी चोट लग जाती है। जब आपको चोट लगाती है, तब आप क्या-क्या करते हैं? अपने लिए एक छोटा-सा डिब्बा बनाइए और बताइए कि आप उसमें रुई और पट्टी के अतिरिक्त क्या-क्या रखेंगे?
उत्तर:- रुई, पट्टी, एंटीसेप्टिक क्रीम, थर्मामीटर, कैंची, दस्ताने

कुछ नया करें

1. नीचे कुछ खेलों के चित्र दिए गए हैं। आप इनमें से अपने मनभावन खेल को पहचानिए और उस खेल में रुचि होने का कारण भी लिखिए-

उत्तर:- इनमें से, मेरा पसंदीदा खेल छुपमछाई है।

छुपमछाई में भागदौड़ और छिपने-ढूँढने की क्रियाएं शामिल होती हैं, जो एक अच्छी शारीरिक गतिविधि हैं।

यह मुझे स्वस्थ और सक्रिय रहने में मदद करता है।

2. चित्रों में अपनी रुचि अनुसार के रंग भरिए। किसी एक खेल के बारे में अपने विचार लिखिए-

