



0225CH05



आओ करें

- ऐसे आसनों पर ○ बनाइए, जिनमें खड़ी रेखाएँ दिखाई दे रही हैं।
- ऐसे आसनों पर ✓ बनाइए, जिनमें खड़ी और तिरछी दोनों रेखाएँ दिखाई दे रही हैं।
- ऐसे आसनों पर ✗ बनाइए, जिनमें घुमावदार रेखाएँ दिखाई दे रही हैं।
- ऐसे आसनों पर ★ बनाइए, जिनमें पड़ी रेखाएँ दिखाई दे रही हैं।
- कुछ आसनों का अभ्यास कीजिए। इन आसनों का अभ्यास करते समय बनने वाली रेखाओं पर चर्चा कीजिए।

बच्चों को विभिन्न आसन करने में सहायता कीजिए। उनसे कहिए कि वे अपनी पीठ सीधी रखें, हाथ सीधे रखें, अपनी पीठ को मोड़ें, अपनी बाहों और पैरों को तिरछा करें आदि। शिक्षक, प्राचीन शास्त्रों में वर्णित अष्टांग योग के विषय में भी चर्चा कर सकते हैं।



क्या है सीधा?

एक धागे के टुकड़े को दोनों हाथों से पकड़ें: अब अपने हाथों को पास-पास ले कर आँ



क्या यह सीधा है?



क्या अब धागा सीधा है?



क्या आप इसे तिरछा/पड़ा/खड़ा कर सकते हो?



आओ करें

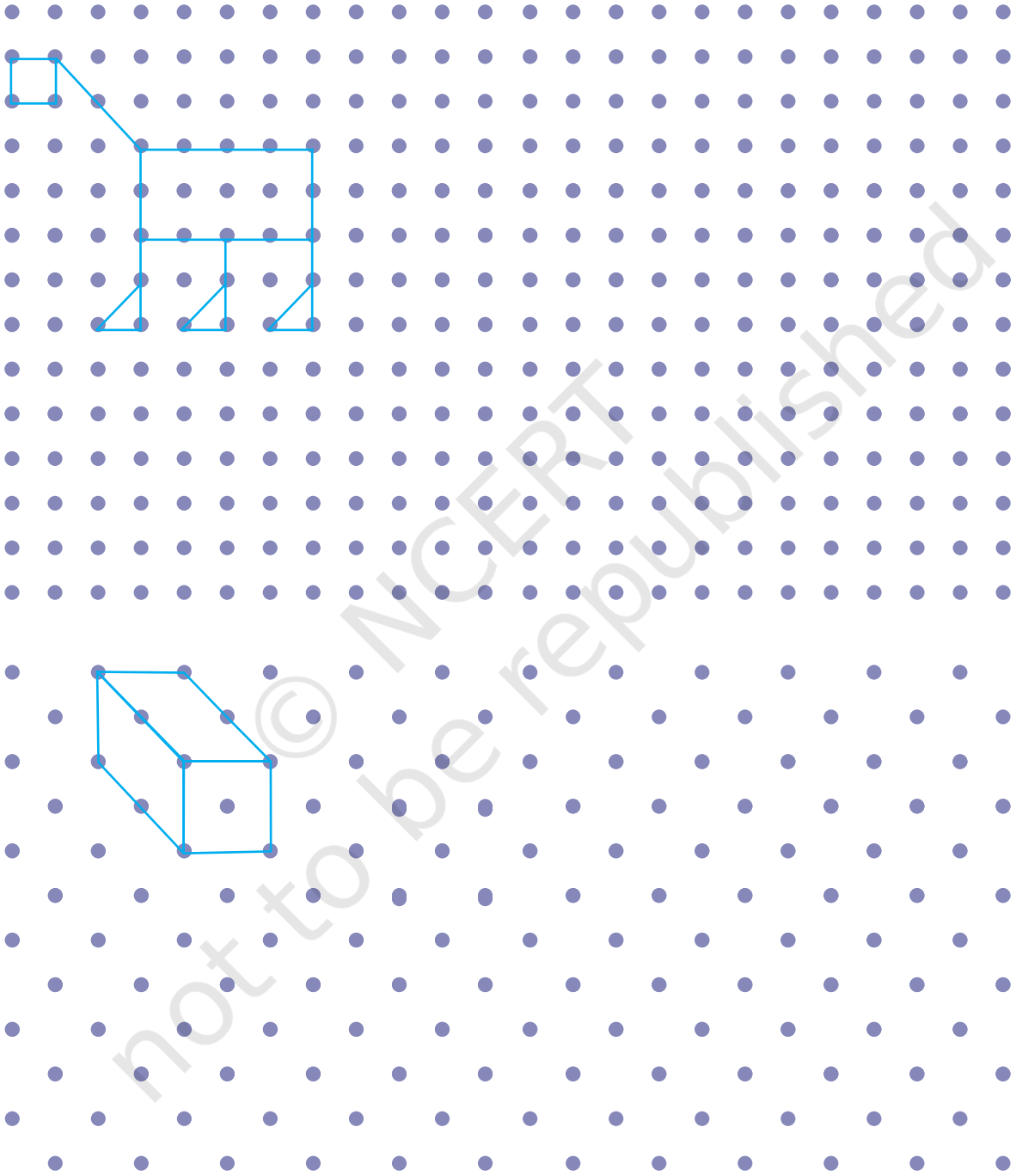
नीचे दिए गए चित्र में छूटी हुई खड़ी, पड़ी, तिरछी और घुमावदार रेखाएँ बनाइए।



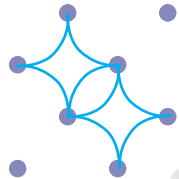
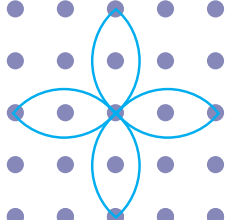
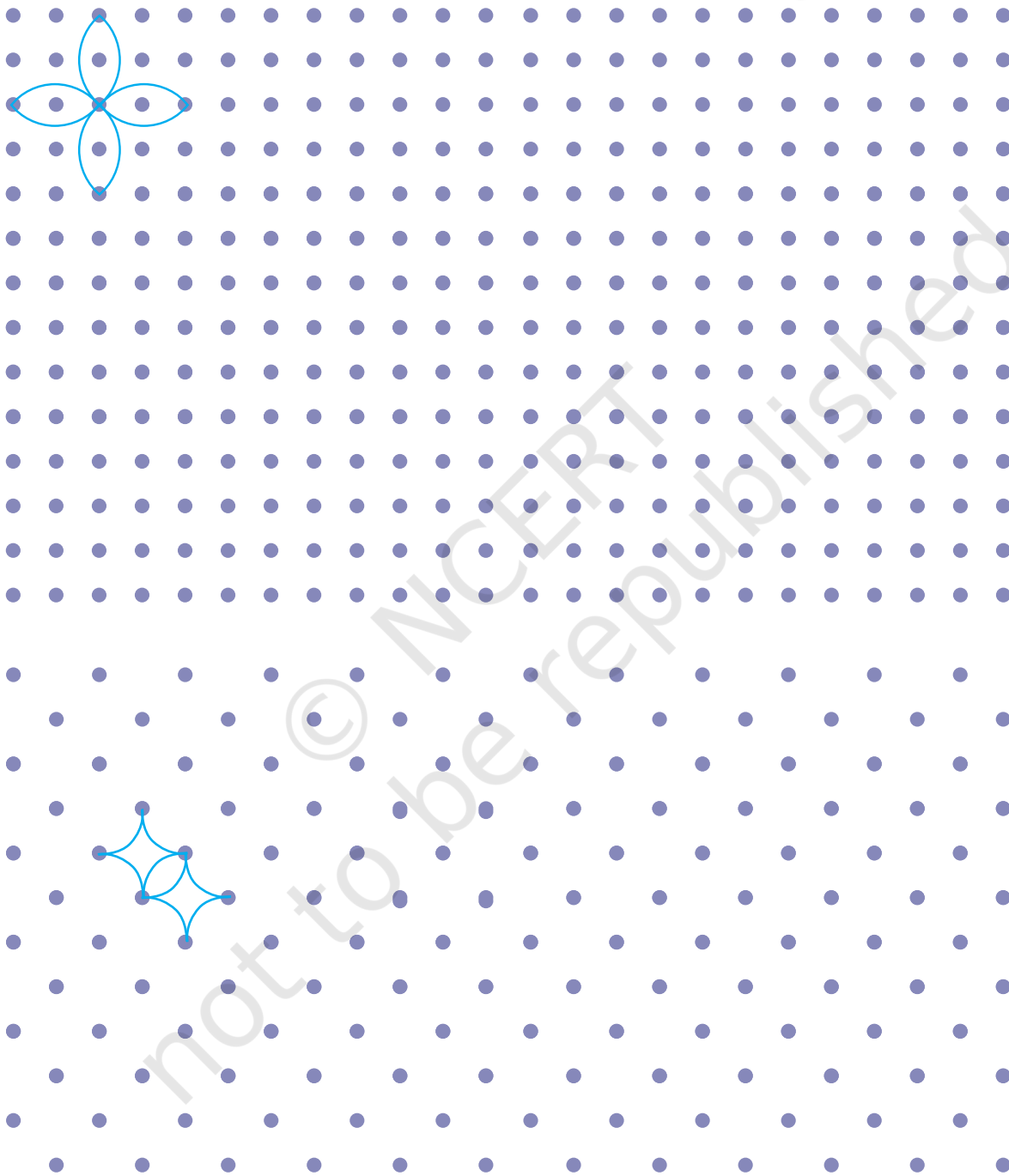


बिंदुओं से खेलें

क. सीधी रेखाओं (खड़ी, पड़ी और तिरछी) के साथ नई आकृतियाँ या डिजाइन बनाइए।



ख. आइए, आकाश में बादलों और इंद्रधनुष की तरह घुमावदार रेखाओं से कुछ आकृतियाँ या डिजाइन बनाएँ।





आओ करें

क. दो प्रकार की रेखाओं से डिजाइन बनाइए।

ख. किन्हीं तीन प्रकार की रेखाओं से डिजाइन बनाइए।



ग. सभी प्रकार की रेखाओं से डिजाइन बनाइए।



परियोजना कार्य

कागज़ मोड़कर बनाइए

यदि हम एक कागज़ लें और इसे मोड़ें तो इससे बीच में एक रेखा बनती है। अब यदि हम कागज़ को और मोड़ते रहें तो हमें बहुत-सी रेखाएँ दिखाई देंगी। आइए, देखते हैं कि कागज़ को मोड़ने पर हमें अलग-अलग रेखाएँ कैसे प्राप्त होती हैं। सीधी रेखाओं को लाल रंग और तिरछी रेखाओं को नीले रंग से बनाइए।

विभिन्न कला शैलियों, जैसे— मधुबनी, कलमकारी, वली या किसी अन्य स्थानीय कला शैली पर चर्चा कीजिए, जिससे बच्चे परिचित हों। शिक्षक, स्थानीय चित्रकारों को आमंत्रित कर सकते हैं और बच्चों के साथ उनकी विभिन्न रेखाएँ और आकृतियाँ बनाने की प्रक्रिया के विषय में चर्चा कर सकते हैं।

