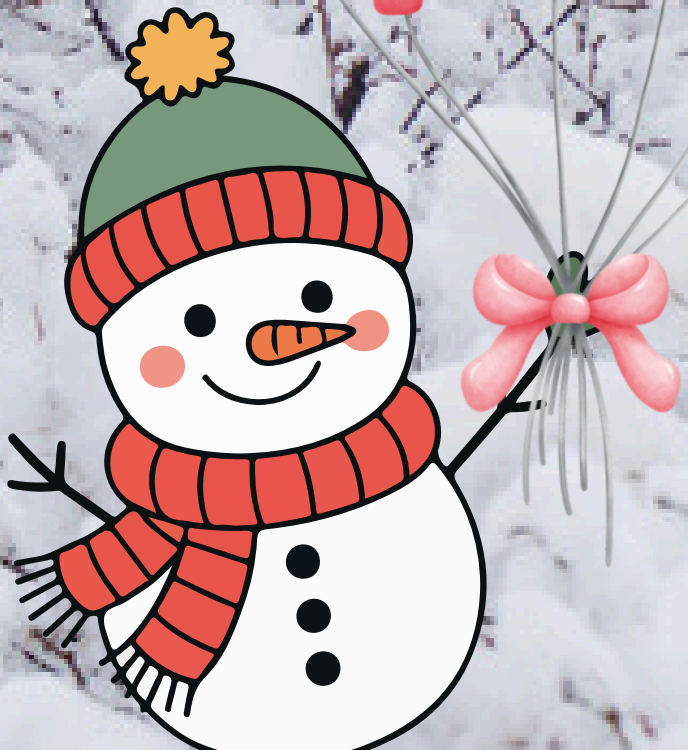
वर्ष 2025 | माह दिसम्बर | अंक 48

बालमन

बच्चों की प्रतिभा को दे एक नया आयाम।
बालमन से मिले हर प्रतिभा को सम्मान।।

WINTER



निःशुल्क बालमन को पढ़ने के लिए
QR कोड स्कैन करें या क्लिक करे

SCAN ME

रश्मि प्रभा

कार्यालय
संयुक्त निदेशक
राज्य शिक्षा शोध एवं
प्रशिक्षण परिषद
पटना(बिहार)

शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर बहुत प्रसन्नता हुई कि हमारे सरकारी विद्यालय के छात्र/छात्राओं को जागरूक बनाने तथा प्रतिभावान बच्चों के प्रतिभा को प्रदर्शित कर प्रोत्साहित और सम्मानित करने के उद्देश्य से टीचर्स ऑफ बिहार 'बाल मन' पत्रिका का प्रकाशन विगत कई वर्षों से कैमूर जिले के शिक्षक सह प्रधान संपादक श्री धीरज कुमार द्वारा किया जा रहा है। इस प्रकार की मासिक पत्रिका का प्रकाशन बच्चों के सृजनात्मक विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। इसके माध्यम से बच्चें ज्ञान, कला और सृजनशीलता के साथ सुनहरे भविष्य के लिए अपना मार्ग प्रशस्त करेंगे।
आशा है कि इस बाल मन पत्रिका से विद्यार्थी ,शिक्षक एवं समाज में सकारात्मक और उन्नत सोच विकसित होगा।

मैं इस उपयोगी पत्रिका के प्रकाशन के लिए बधाई देते हुए राज्य स्तर पर विद्यार्थी हित में बाल मन के प्रकाशन की सफलता हेतु अपनी शुभकामना व्यक्त करती हूँ।

रश्मि प्रभा
ज्वाइंट डायरेक्टर
SCERT पटना (बिहार)

05 अक्टूबर 2024

सम्पादकीय

प्यारे बच्चों,

वर्ष का आखरी महीना बहुत ही यादगार ठंडी से भरपूर और खास होता है।हम सभी फिर से एक नए वर्ष की ओर अग्रसर होते है।इस ठंडी में खुद को ठंडी से बचा कर रखना है साथ ही छोटे बच्चों और बुजुर्गों का विशेष ध्यान भी रखना है।ठंडी का मौसम के साथ यह महीना बहुत सारे खास लोगों के जन्मदिन और दिवस विशेष के बीच अपनी एक अलग ही पहचान बनाता है,ठीक वैसे ही जैसे आप सभी बच्चे अपनी प्रतिभ से बालमन को खास बनाते हैं। बालमन टीम आप सभी नन्हें कलाकारो का भी बहुत सम्मान करती है।आप सभी जिस तरह से बालमन से जुड़ कर अपनी प्रतिभा और कला को हम तक पहुंचाते हैं, ऐसे ही जारी रखे। राज्य स्तर से लेकर राष्ट्रीय स्तर पर आपकी प्रतिभा सभी को पसंद आ रही है।

बच्चो ! हमे आपको बताते हुए बहुत ही हर्ष हो रहा हैं कि टीचर्स ऑफ बिहार बालमन सभी के बीच काफी लोकप्रिय है। हम शुरू से बेहतर से बेहतरीन की ओर अग्रसर है। इस महीने की पत्रिका को आपको समर्पित करते हुए हमे बहुत खुशी हो रही है। आज का जमाना सोशल मीडिया का है। यदि आपके पास कला है तो उसे अपने शिक्षको से जरूर साझा करे और बालमन की टीम के माध्यम से उसे जरूर हम तक पहुंचाए।

हमारी ToB बाल मन पत्रिका की टीम बेहतर से बेहतर करने के लिए सदा प्रयन्नशील है। अनजाने में कोई भूल या त्रुटि हुई हो तो उसके लिए हम क्षमाप्रार्थी है। हम आपके उज्जवल भविष्य की कामना करते है।

शुभकामनाओं सहित

धीरज कुमार
प्रधान संपादक (बालमन पत्रिका)
राजकीय शिक्षक सम्मान (वर्ष 2022)
से सम्मानित शिक्षक(बिहार)

बालमन सम्पादक मंडल

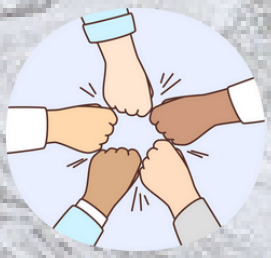
प्रधान सम्पादक सह ग्राफिक्स डिजाइनर

धीरज कुमार, नव. प्रा. वि. हरनाटॉड, भभुआ कैमूर(बिहार)

राष्ट्रीय समन्वयक समिति

1. शरद कुमार वर्मा (उत्तर प्रदेश)
2. निकिता चौधरी (गुजरात)
3. सिध्दार्थ सपकाळे (महाराष्ट्र)
4. दीपिका श्रीवास्तव (छत्तीसगढ़)
5. अभय शर्मा (मध्य प्रदेश)

राज्य समन्वयक समिति



1.कुमार राकेश मणि, मध्य वि. कोटा, नुआंव (कैमूर)

2.रवि शर्मा,प्रा वि पकड़ी अनु.जाति टोला रामनगर(पश्चिम चंपारण)

अन्य सहयोगी सदस्य

1. राकेश कुमार, म.वि. बलुआ, मनेर (पटना)
2. पुष्पा प्रसाद, राजकीय कन्या मध्य विद्यालय कुचायकोट (गोपालगंज)
3. पुनीता कुमारी, न.प्रा.वि. बलरा दुसाध टोली, बरौली(गोपालगंज)

संरक्षक

1. शिव कुमार, संस्थापक, टीचर्स ऑफ़ बिहार
2. ई. शिवेंद्र प्रकाश सुमन, ToB तकनीकी टीम लीडर

आपके लिए इस अंक में

	पेज संख्या
1. अनमोल विचार	01
2. प्रेरक प्रसंग	02
3. मास्टरसाहेब कहिन	04
4.अंतर खोजें	05
5.डॉट्स मिलाओ	08
6. नन्हें कलाकार	09
7.रास्ता खोजें	14
8. बालमन पेंटिंग	15
9. इंग्लिश कॉर्नर	20
10. हंसी के हंसगुल्ले	25
11. रोचक गणित	26
12. पेन पेंसिल आर्ट	27
13.ब्लैक बोर्ड आर्ट	30
14. दर्शनीय स्थल	31
15.सेहत का खजाना	32
16.खेल कॉर्नर	33
17.कहना जरूरी हैं	34
18.क्विज टाइम	37
19.बूझो तो जानें	38
20. कविता	40
21.चेतना सत्र	41
22.बालमन कहानी	43
23. सामान्य ज्ञान	44

अनमोल विचार

शिक्षा ऐसी होनी चाहिए जो विद्यार्थियों को समाज का अच्छा नागरिक बनाए।"

जन्म: 25 दिसंबर 1861
मृत्यु : 12 नवम्बर 1946

महामना मदन मोहन मालवीय
(बनारस हिंदू विश्वविद्यालय के संस्थापक)

पद्य पंकज

मैं जी भर जिया, मैं मन से मरूं,
लौटकर आऊंगा, कूच से क्यों डरूं ।

जन्म 25 दिसंबर, 1924
मृत्यु: 16 अगस्त, 2018

अटल बिहारी वाजपेयी
(भारत के पूर्व प्रधानमन्त्री)

योग से रहेंगे निरोग

सुखासन (आसान मुद्रा)

कैसे करें: योगा मैट पर पालथी मारकर बैठें, हाथ घुटनों पर रखें (हथेलियाँ ऊपर), रीढ़ सीधी रखें, आँखें बंद करें और गहरी साँस लें.
लाभ: तनाव कम करता है, पीठ के लचीलेपन के लिए अच्छा है.

॥ईश्वर का निर्णय॥

प्रेरक प्रसंग

रजनीश कुमार पाठक

जंगल में एक गर्भवती हिरनी बच्चे को जन्म देने को थी। वो एकांत जगह की तलाश में घुम रही थी, कि उसे नदी किनारे ऊँची और घनी घास दिखी। उसे वो उपयुक्त स्थान लगा शिशु को जन्म देने के लिये।

वहां पहुँचते ही उसे प्रसव पीडा शुरू हो गयी। उसी समय आसमान में घनघोर बादल वर्षा को आतुर हो उठे और बिजली कड़कने लगी।

उसने बाये देखा तो एक शिकारी तीर का निशाना, उसकी तरफ साध रहा था। घबराकर वह दाहिने मुडी, तो वहां एक भूखा शेर, झपटने को तैयार बैठा था। सामने सूखी घास आग पकड चुकी थी और पीछे मुडी तो नदी में जल बहुत था।

मादा हिरनी क्या करती ? वह प्रसव पीडा से व्याकुल थी। अब क्या होगा ? क्या हिरनी जीवित बचेगी ? क्या वो अपने शावक को जन्म दे पायेगी ? क्या शावक जीवित रहेगा ?

क्या जंगल की आग सब कुछ जला देगी ? क्या मादा हिरनी शिकारी के तीर से बच पायेगी ? क्या मादा हिरनी भूखे शेर का भोजन बनेगी ? वो एक तरफ आग से घिरी है और पीछे नदी है। क्या करेगी वो ?

हिरनी अपने आप को शून्य में छोड, अपने बच्चे को जन्म देने में लग गयी। कुदरत का करिश्मा देखिये। बिजली चमकी और तीर छोड़ते हुए, शिकारी की आँखें चौंधियां गयी। उसका तीर हिरनी के पास से गुजरते, शेर की आँख में जा लगा, शेर दहाडता हुआ इधर उधर भागने लगा और शिकारी, शेर को घायल ज़ानकर भाग गया। घनघोर बारिश शुरू हो गयी और जंगल की आग बुझ गयी। हिरनी ने शावक को जन्म दिया।

शिक्षा: हमारे जीवन में भी कभी कभी कुछ क्षण ऐसे आते हैं, जब हम पूर्ण पुरुषार्थ के बावजूद चारों तरफ से समस्याओं से घिरे होते हैं और कोई निर्णय नहीं ले पाते। तब सब कुछ नियति के हाथों सौंपकर अपने उत्तरदायित्व व प्राथमिकता पर ध्यान केन्द्रित करना चाहिए। अन्ततः यश-अपयश, हार-जीत, जीवन-मृत्यु का अन्तिम निर्णय ईश्वर करता है। हमें उस पर विश्वास कर उसके निर्णय का सम्मान करना चाहिए।

बालमन

SUDOKU दिमागी कसरत

INSTRUCTIONS

1 से लेकर 9 तक की संख्या से इस सुडोकू को पूरा करे।
एक संख्या का प्रयोग केवल एक ही बार नौ छोटे वर्गाकार वाले प्रत्येक वर्ग में करे।

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

सफलता का मंत्र : निंदा पर ध्यान न दे।

प्राचीन काल में एक संत दूसरे गांव जाने के क्रम में अपने एक शिष्य के साथ एक गांव में कुछ दिनों को लिए रुके। गांव के लोग संत के पास अपनी समस्याएं लेकर पहुंचने लगे। संत बहुत विद्वान थे। वे अपनी बुद्धि से सभी परेशानियों को दूर करने रास्ता बता देते थे। कुछ ही दिनों में संत की प्रसिद्धि पूरे क्षेत्र में फैल गयी।

संत रोज प्रवचन भी देते थे। उनके उपदेश सुनने के लिए गांव में दूर-दूर से लोग आने लगे। संत की बढ़ती प्रसिद्धि को देखकर गांव के एक पुजारी को जलन होने लगी। वह सोचने लगा कि इस तरह तो उसके भक्त भी संत के पास पहुंचने लगेंगे। पुजारी जलन की वजह से संत को शत्रु मानने लगा था। पुजारी ने संत की छवि खराब करना शुरू कर दिया। वह गांव के लोगों को कहने लगा कि ये संत पाखंडी है और लोगों मूर्ख बना रहा है। पुजारी के कुछ साथी भी इस काम में उसका साथ दे रहे थे। एक दिन संत के शिष्य ने गांव में अपने गुरु की बुराई सुनी तो वह क्रोधित हो गया।

शिष्य तुरंत ही गुरु के पास पहुंचा और गांव में हो रही बुराई के बारे में बताया। संत ने शिष्य की बातें सुनी और कहा कि हमें इन बातों पर ध्यान नहीं देना चाहिए। अगर हम उस पंडित से वाद-विवाद करेंगे तो भी ये बातें चलती रहेंगी। जिस तरह हाथी पर कुत्ते भौंकते हैं, लेकिन हाथी अपनी मस्त चाल में चलते रहता है। ठीक उसी तरह हमें भी ऐसी बुराइयों पर ध्यान नहीं देना चाहिए। अपने काम में मन लगाना चाहिए।

संदेश : यह जरूरी नहीं कि हर व्यक्ति आपके पक्ष में हो। समाज में कुछ लोग हमारे पक्ष में होते हैं तो कुछ विपक्ष में भी होते हैं। हमसे मतभेद रखने वाले लोग दूसरों के सामने हमारी बुराई करते हैं और वे हमारी परेशानियां बढ़ाने रहते हैं। ऐसी स्थिति में हमें निंदाओं से विचलित हुए बिना अपना काम करते रहना चाहिए।

रजनीश कुमार पाठक

सबसे अलग हूं मैं....

सबसे अलग को पहचानते हुए घेरा लगाइए

ToB मास्टर साहेब कहिन....

मास्टर साहेब: धीरज कुमार
न्यू प्राथमिक विद्यालय हरनाटांड़, भभुआ
केमूर (बिहार)

अंग्रेजी कैलेंडर की शुरुआत 01 जनवरी से

अंग्रेजी कैलेंडर (ग्रेगोरियन कैलेंडर) की शुरुआत पोप ग्रेगरी XIII ने 1582 में की थी, लेकिन ब्रिटेन और उसके उपनिवेशों (भारत सहित) में यह 1752 में अपनाया गया, जिसमें 1 जनवरी को साल का पहला दिन माना गया। जूलियस सीज़र ने 45 ईसा पूर्व में जूलियन कैलेंडर बनाया, जिसमें 1 जनवरी को साल की शुरुआत तय की गई थी।बाद में, यूरोप में धार्मिक कारणों से साल की शुरुआत 25 मार्च (लेडी डे) या 25 दिसंबर (क्रिसमस) से होने लगी।पोप ग्रेगरी XIII ने 1582 में जूलियन कैलेंडर की त्रुटियों को ठीक करने के लिए ग्रेगोरियन कैलेंडर शुरू किया, जिससे 1 जनवरी को फिर से साल का पहला दिन बना दिया गया।

Teachers Of Bihar

आओं सीखें

शिक्षण शैली

शिक्षण शैली शिक्षक का व्यक्तिगत ढंग होता है, जिसके माध्यम से वह पढ़ाता है। इसमें उसकी भाषा, समझाने का तरीका, उदाहरण और व्यवहार शामिल होते हैं। यह हर शिक्षक में अलग-अलग हो सकती है।

जैसे : - एक शिक्षक कहानी सुनाकर और बच्चों से सवाल पूछकर पढ़ाता है, जबकि दूसरा वही पाठ चित्र बनाकर और उदाहरण देकर समझाता है। दोनों की शिक्षण शैली अलग है।

VS

शिक्षण पद्धति

शिक्षण पद्धति पढ़ाने की निश्चित और स्वीकृत विधि होती है। जैसे– व्याख्यान पद्धति, प्रश्नोत्तर पद्धति, गतिविधि आधारित पद्धति आदि। इसका उपयोग सभी शिक्षक कर सकते हैं।

जैसे : - यदि शिक्षक पहले विषय समझाता है, फिर प्रश्न पूछता है और अंत में अभ्यास कराता है, तो यह प्रश्नोत्तर पद्धति या व्याख्यान पद्धति कहलाती है।

संक्षेप में :-

- शिक्षण शैली = कैसे शिक्षक पढ़ाता है (व्यक्तिगत तरीका)
- शिक्षण पद्धति = किस विधि से पढ़ाता है (तय तरीका)

www.teachersofbihar.org

बालमन

अन्तर खोजें

20 सेकंड में 5 अंतर खोजे

आप अपने उत्तर को हमे 9431680675 पर व्हाट्सएप द्वारा भेज सकते है।

बालमन

सही मिलान करे।

वाद्य यंत्र देखो और उनसे संबंधित व्यक्ति से मिलान करे ।

i

ii

iii

iv

A

उस्ताद जाकिर हुसैन

B

उस्ताद विश्वमोहन भट्ट

C

अनिल श्रीनिवासन

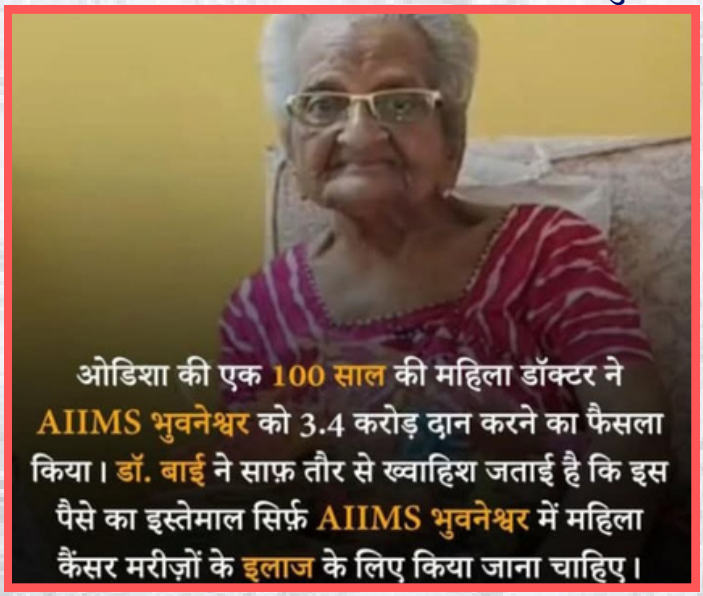
D

पण्डित रवि शंकर

सही उत्तर: (i) C, (ii) D, (iii) A (iv)B

रोचक तथ्य

राकेश कुमार



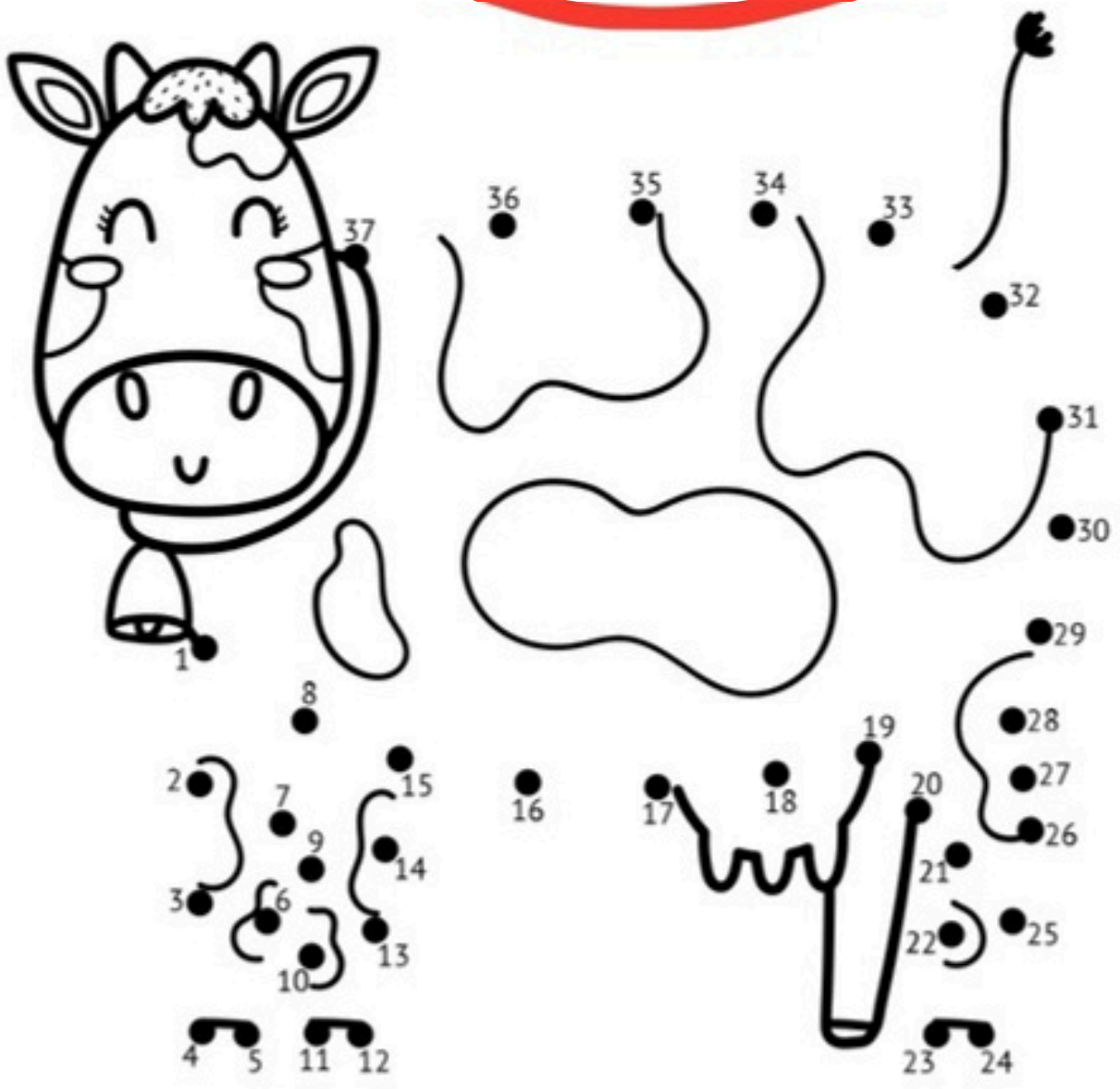
बालमन शिक्षा शब्दकोश

क्वांटम युग

क्वांटम युग (Quantum Era) उस आधुनिक समय को कहते हैं, जब क्वांटम यांत्रिकी (Quantum Mechanics) के सिद्धांतों पर आधारित नई प्रौद्योगिकियाँ, जैसे क्वांटम कंप्यूटिंग, हमारे जीवन और विज्ञान में गहरा असर डाल रही हैं।यह परमाणु और उप-परमाणु स्तर पर ऊर्जा और पदार्थ के व्यवहार को समझने और उन्हें नियत्रित करने का युग है, जो अभूतपूर्व तकनीकी विकास और नई संभावनाओं के साथ-साथ सुरक्षा व नैतिक चुनौतियाँ भी ला रहा है, जैसे क्वांटम कंप्यूटर वर्तमान एन्क्रिप्शन को तोड़ने में सक्षम हो सकते हैं।

राकेश कुमार

डॉट्स मिलाओ चित्र बनाओ



आप डॉट्स मिला कर बनी आकृति को रंग कर फोटो क्लिक कर 9431680675 पर भेज सकते है।

बालमन

भाग 1

नन्हें कलाकार

आराध्या कुमारी ,UMS सिलौटा, कैमूर

NPS मुसहरी टोला भदौल
पूर्वी मधेपुरा

प्रा वि जनकवाघ कूलस्रास
कस्वा ,पूर्णिया

उ म विद्यालय मखदुमपुर,
फुलवारी शरीफ, पटना

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर,
छत्तीसगढ़

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर
छत्तीसगढ़

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर, छत्तीसगढ़

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर
छत्तीसगढ़

उत्क्रमित मध्य विद्यालय
असलान रामपुर
गड़हनी भोजपुर

प्राथमिक विद्यालय पार्पद टोला
मजगामा कस्वा, पूर्णियां

प्राथमिक विद्यालय प्रखण्ड कॉलोनी फूलवारीशरीफ, पटना

बालमन

स्वास्थ्य सुझाव

Health is wealth

स्वस्थ जीवनशैली से पाए स्वस्थ जीवन

राजीव कुमार

सर्दियों में धूप लेना सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है क्योंकि यह विटामिन डी का प्राकृतिक स्रोत है, जो हड्डियों को मजबूत बनाता है, इम्यूनिटी बढ़ाता है, मूड को बेहतर करता है (सेरोटोनिन हार्मोन के कारण), और तनाव व सुस्ती को कम करता है। यह त्वचा के फंगल इन्फेक्शन और ब्लड सर्कुलेशन को सुधारने में भी मदद करता है, साथ ही यह नींद और ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में सहायक होता है।

CYBER मंत्र

साइबर शिक्षा से साइबर सुरक्षा

सॉफ्टवेयर को अपडेट रखें, सुरक्षित वाई-फाई का उपयोग करें (सार्वजनिक वाई-फाई से बचें), डेटा का बैकअप लें और पहचान की चोरी और मैलवेयर से बचाव के लिए सोशल मीडिया पर व्यक्तिगत जानकारी साझा करने को सीमित करें।

OLD IS GOLD

चलते - चलते

फौजा सिंह

फौजा सिंह भारतीय मूल के एक ब्रिटिश धावक थे, जिन्हें दुनिया का सबसे उम्रदराज मैराथन धावक माना जाता था और 'पगड़ीधारी तूफान' (Turbaned Tornado) के नाम से मशहूर थे, जिन्होंने 100 साल की उम्र में मैराथन पूरी की और अपनी स्वस्थ जीवनशैली और दृढ़ संकल्प से दुनियाभर में लाखों लोगों को प्रेरित किया; उन्होंने 2013 में संन्यास लेने से पहले कई रिकॉर्ड बनाए और 2012 लंदन ओलंपिक में मशालवाहक भी बने, लेकिन उनका निधन 114 वर्ष की आयु में जुलाई 2025 में एक सड़क दुर्घटना में हो गया।

फोटो साभार: india.Com

बालमन

भाग-2

नन्हें कलाकार

संस्कृत उत्क्रमित मध्य विद्यालय, चैनपुर, कैमूर

प्राथमिक विद्यालय प्रखण्ड कॉलोनी फूलवारीशरीफ, पटना

उ म विद्यालय सिलौटा, भभुआ, केमूर

मध्य विद्यालय सिमराहा अररिया

प्राथमिक विद्यालय कालीगंज उत्तर टोला, बिहटा

प्रा.वि बक्सीडीह फलका कटिहार

मध्य विद्यालय सिमराहा, अररिया

प्राथमिक विद्यालय नावानगर, कोचस, रोहतास

मध्य विद्यालय गोसाघाट दरभंगा

मध्य विद्यालय गोसाघाट दरभंगा

प्राथमिक विद्यालय कालीगंज उत्तर टोला, बिहटा

उत्क्रमित मध्य विद्यालय असलान रामपुर गड़हनी भोजपुर

बालमन

पानी तेरे कितने नाम

आकाश से गिरे तो - बारिश

आकाश की ओर उठे तो - भाप

अगर जमकर गिरे तो - ओले

अगर गिरकर जमें तो - बर्फ

फूल पर गिरे तो - ओस

फूल से निकले तो - इत्र

जमा हो जाए तो - झील

बहने लगे तो - नदी

सीमाओं में रहे तो - जीवन

सीमाएं तोड़ दे तो - प्रलय

आंख से निकले तो - आंसू

शरीर से निकले तो - पसीना

Punita kumari

बालमन

नन्हें कलाकार

मध्य विद्यालय बिलोटी,शाहपुर, भोजपुर

प्राथमिक विद्यालय जगरिया, चैनपुर, कैमूर

मध्य विद्यालय माङनपुर, अगियांव,भोजपुर

म वि मसदी पूर्व सुल्तानगंज ,भागलपुर

प्राथमिक विद्यालय जनकबाग कुल्लाखास कसबा पूर्णिया

प्राथमिक विद्यालय जनकबाग कुल्लाखास कसबा पूर्णिया

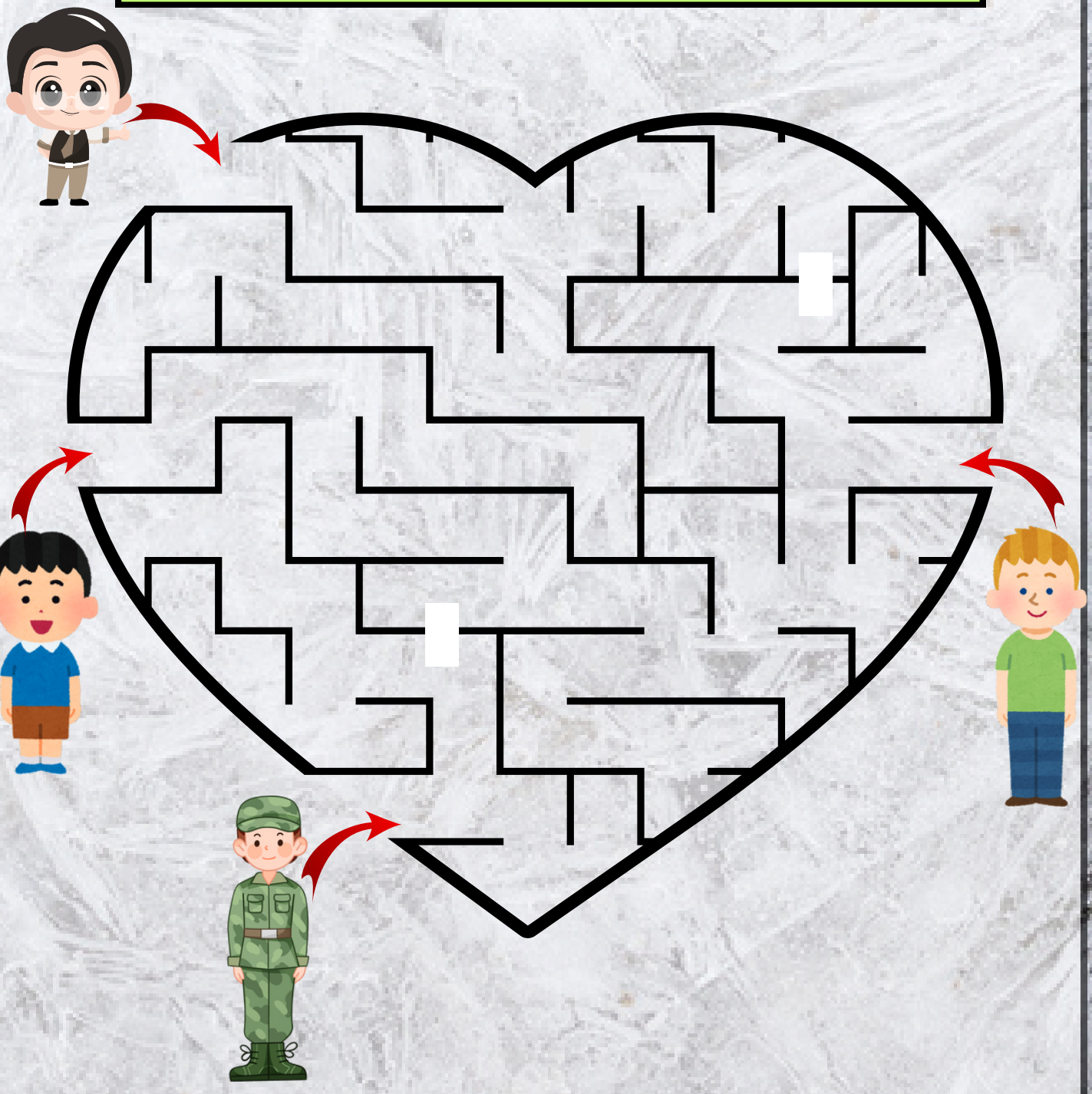
उत्क्रमित मध्य विद्यालय चंदा, चांद, कैमूर

मध्य विद्यालय मसदी पूर्व सुल्तानगंज ,भागलपुर

बालमन

सही रास्ता खोजे

चारों भाइयों को एक दूसरे से मिलाने में मदद करे।



यदि आपको सही रास्ता मिल जाएं तो आप हमे 9431680675 पर भेज सकते हैं।

भाग-4

बालमन

नन्हें कलाकार

उत्क्रमित मध्य विद्यालय हरिहरपुर, भभुआ, केमूर

मध्य विद्यालय माझनपुर, अंगियांव,भोजपुर

म वि गोसाघाट दरभंगा

JUHS khamhar Bibhutipur samastipur

उत्क्रमित मध्य विद्यालय चंदा चांद, केमूर

प्राथमिक विद्यालय बकसैडीह फलका कटिहार

प्राथमिक विद्यालय प्रखण्ड कॉलोनी फुलवारीशरीफ, पटना

बालमन क्रॉसवर्ड

इस क्रॉसवर्ड में पांच भारतीय क्रिकेटर के नाम को खोजे और घेरा लगाएं।

रो	क	पि	म	दे	व	रा
हि	वि	सौ	हें	या	णा	हु
त	रा	र	द्र	झा	र	ल
श	ट	व	सिं	र	गु	द्र
र्मा	को	गां	ह	ख	ज	वि
म	ह	गु	धो	न्	रा	ड
डु	ली	ली	नी	ड	त	रा
न	यु	व	रा	ज	सिं	ह

आप अपने उत्तर को हमे व्हाट्सएप नंबर 9431680675 पर भेज सकते है।

कभी सोचा है आपने...

बाल सफेद क्यों हो जाते है ?

बालों का काला रंग मेलानिन नामक पिंगमेंट के कारण होता है। उम्र की वृद्धि के साथ-साथ मेलानिन का बनना कम होता जाता है, जिससे बाल सफेद होने लगते हैं। युवावस्था में पैतृक गुणों के कारण बाल सफेद होते हैं। चिता, दुख एवं शोक के कारण भी बाल सफेद हो जाते हैं, क्योंकि मेलानिन बनना कम हो जाता है।

बालमन

भाग-1

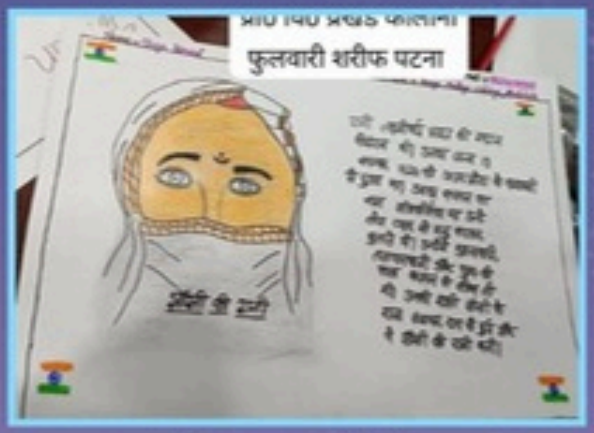
बालमन पेंटिंग

कन्या मध्य विद्यालय विछिया ,दुर्गावती, कैमूर

JUMS Khamhar Bibhutipur Samastipur

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर, छत्तीसगढ़

प्राथमिक विद्यालय बैरगाछी कुमारीपुर मनिहारी ,कटिहार



प्रा वि प्रखण्ड कॉलोनी फुलवारी शरीफ पटना

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर, छत्तीसगढ़

उत्क्रमित मध्य विद्यालय सिलौटा, भभुआ, कैमूर

देव नारायण सिंह म वि मकराइन, डेहरी

उ म वि महलिया लदनिया जिला मधुबनी

M S KORAI GARHPURA BEGUSARAI

बालमन

भाग-2

बालमन पेंटिंग

शासकीय प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर, छत्तीसगढ़

मध्य विद्यालय गोसाघाट दरभंगा

उ०म०वि अमोल फलका कटिहार

प्रा वि पकड़ी अनुसूचित जाति टोला रामनगर प चंपारण

उत्क्रमित मध्य विद्यालय भर्राही बाजार, मधेपुरा

उत्क्रमित मध्य विद्यालय भर्राही बाजार, मधेपुरा

मध्य विद्यालय रौटी, मधुबनी

प्रा वि पकड़ी अनुसूचित जाति टोला रामनगर प चंपारण

प्राथमिक विद्यालय जानकबाग कुल्लाखास,कन्या, पूर्णिया

प्राथमिक विद्यालय जगरिया, चैनपुर, कैमूर

बालमन

भाग-3

बालमन पेंटिंग

प्रा वि प्रखण्ड कॉलोनी
फुलवारी शरीफ पटना

मध्य विद्यालय गोसाघाट, दरभंगा

प्राथमिक विद्यालय बक्सीडीह, फलका, कटिहार

प्राथमिक विद्यालय कुकुराढ़, भभुआ, कैमूर

मध्य विद्यालय बेलगोपी,गायघाट, मुजफ्फरपुर

प्राथमिक विद्यालय खरांटी कुत्तबी
पालीगंज, पटना

प्राथमिक विद्यालय खरांटी कुत्तबी पालीगंज, पटना

English Corner

SYNONYMS : "Synonym" means a word has nearly the same meaning as another word.

Large - Big		
Vary - Differ	Easy -Simple	Good -Fine
Present -Gift	Start - Begin	Safe - Secure
Fast -Quick	False -Untrue	Silent - Quite
Last -Final	One - Single	Get - Receive

विज्ञान कॉर्नर

राजेश कुमार सिंह

क्वथनांक/Boiling Point

वह तापमान है जिस पर कोई द्रव (liquid) से गैस (gas) में बदलता है । जैसे : पानी का 100°C पर उबलना।

द्रव → गैस (Liquid → Gas)

बाहरी दाब (Pressure) पर निर्भर करता है।दाब बढ़ने से बढ़ता है और घटने से घटता है (जैसे ऊँचाई पर)

यह एक तीव्र प्रक्रिया है जिसमें पूरे द्रव से वाष्प बनती है।

द्रवणांक /Melting Point

वह तापमान जिस पर कोई ठोस (solid) से द्रव (liquid) में बदलता है । जैसे :बर्फ का 0°C पर पिघलना।

ठोस → द्रव (Solid → Liquid)

यह भी दाब पर निर्भर करता है, लेकिन आमतौर पर क्वथनांक जितना नहीं बदलता।

यह एक धीमी प्रक्रिया है जिसमें ठोस के कणों की क्रिस्टल संरचना टूटने लगती है।

बालमन

भाग-4

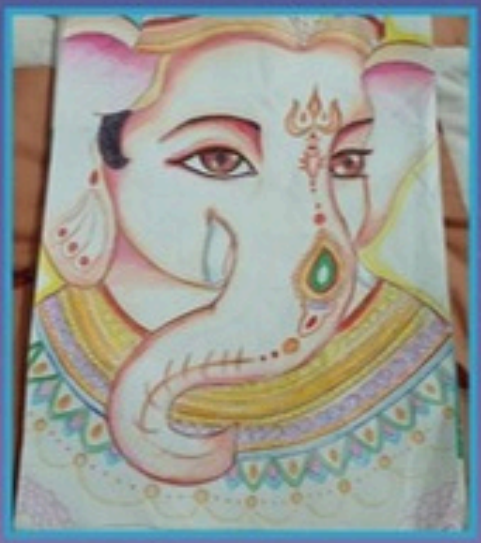
बालमन पेंटिंग

मध्य विद्यालय सिमराहा, अररिया

मध्य विद्यालय सिमराहा अररिया

प्राथमिक विद्यालय पार्षद टोला मजगामा कस्बा जिला _पूर्णियां

मध्य विद्यालय महेशमुंडा हिन्टी ,कहलगांव,भागलपुर



प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक बरारी, कटिहार

प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक बरारी, कटिहार

NPS BHADAUL MUSHARI
TOLA EAST Madhepura

बालमन

भाग-5

दीप्ति तिवारी
वर्ग 6
UMS असलान
रामपुर गड़हनी
भोजपुर

बालमन पेंटिंग

उत्क्रमित मध्य विद्यालय महलिया लदनियां जिला मधुबनी

रा कन्या म वि कुचायकोट, गोपालगंज

UMS बहेरिया, चांद केमूर

NPS खुटोना यादव टोला, पताही, पूर्वी चंपारण

राजकीय प्राथमिक विद्यालय बथना मेहसी पूर्वी चंपारण

प्राथमिक विद्यालय सालेहपुर, जगदीशपुर, भागलपुर

N.P.S. Hakam Naya tola Baikunthpur Gopalganj

UMS बहेरिया, चांद केमूर

NPS हरनाटांड भभुआ, केमूर

M.S. BHARRAHI BAZAR MADHEPURA

उ०म०वि०उ०अमोल फलका कटिहार

प्रा वि हासिमपुर बालक बरारी, कटिहार

बालमन कविता

गरीबों की रोटी

भूखों की रोटी का,
कोई इंतजाम नहीं सोचा।

बिना छत रहती है,उनकी आवाम,
फिर भी उनका हाल नहीं सोचा।

बेबाकी से हुकूमत के
ऐब गिनाए जाते हैं।

सज़ा ही मिलती रही उनको,
बस कोई इनाम नहीं सोचा।

सोचने पर एक ही ख्याल आया बार-बार,
सोचने पर एक ही ख्याल आया बार-बार,

आखिर क्यों इन बच्चों का
घर-बार नहीं सोचा।

यूं ही खताओं पर खताएं करते रहे सब,
पर होने को किसी ने बदनाम नहीं सोचा।

सलोनी कुमारी
वर्ग 8
मध्य विद्यालय मड़नपुर
अगिआंव, भोजपुर
(बिहार)

प्यारे फूल

कितने प्यारे - प्यारे फूल

दिखते न्यारे - न्यारे फूल

सबसे अच्छे सबसे सुंदर

इनसे मीठे शहद है बनते

लाल गुलाबी पीले फूल

खिलते रंग रगीले फूल

पूजा - पाठ में काम भी आते

शादी व्याह में इन्हे मंगाते

घर को फूल से खूब सजाते

कितने प्यारे - प्यारे फूल

दिखते न्यारे न्यारे फूल

अदिती कुमारी क्लास ५
उत्क्रमित मध्य विद्यालय
असलान रामपुर गड़हनी
भोजपुर(बिहार)

21 दिसंबर

साल का सबसे छोटा दिन

इस दिन उत्तरी गोलार्ध में सूर्य की किरणें सबसे कम कोण पर पड़ती है, जिससे दिन छोटा और रात सबसे लंबी होती है।

PUNITA KUMARI
NPS BALRA DUSAD TOLI
BARAULI, GOPALGANJ

बालमन TLM

CLASS 3
EVS

माह - दिसंबर

हमारा परिवार

* परिवार समाज की इकाई है जिसमें माता-पिता, उसकी संतान और सगे-संबंधी रहते हैं।
* परिवार दो प्रकार के होते है:- एकल परिवार और संयुक्त परिवार।
* एकल परिवार में माता-पिता और उनके बच्चे रहते हैं, जबकि संयुक्त परिवार में माता-पिता और बच्चों के साथ दादा-दादी व घर के अन्य सदस्य एक साथ रहते हैं।
* हम अपने जीवन में जो कुछ भी प्राप्त करते हैं, वह परिवार के सहयोग और समर्थन से ही करते हैं।
* एक परिवार के सदस्यों में कई समानताएं भी पाई जाती है।
* हर एक व्यक्ति को सबसे प्रथम अपने परिवार से संस्कार, परंपरा और मूल्य की सीख मिलती है।
* हम सभी अपने परिवार के साथ मिलजुल कर तथा आपसी प्रेम के साथ रहते हैं।
* हमारे परिवार की तरह आस-पास कई परिवार हैं, इन्हीं परिवारों से मिलकर हमारा समाज बनता है।

मन की बात

बालमन पत्रिका छात्र/छात्राओं को जागरूक बनाने एवं उनकी प्रतिभा निखारने हेतु उत्कृष्ट पत्रिका है। यह पत्रिका छात्र/छात्राओं के साथ-साथ शिक्षकों के लिए भी काफी उपयोगी है। यह पत्रिका हर माह प्रकाशित होती है, जिसमें शिक्षकों एवं छात्रों के प्रतिभा का उत्कृष्ट प्रदर्शन होता है। बालमन पत्रिका के संपादक एवं पूरे टीम को आभार व्यक्त करती हूं।

पुनीता कुमारी (प्रधान शिक्षिका)
NPS बलरा दुसाध टोली, बरौली
(गोपालगंज)

हँसी के हसगुल्ले

अरविंद कुमार(शिक्षक)
NPS हसनपुरा, भभुआ
(कैमूर)

टीचर: बच्चो! स्वर और व्यंजन में फर्क बताओ ?

एक छात्र : सर, स्वर मुंह से बाहर निकलते हैं और व्यंजन मुंह के अंदर जाते हैं।

शिक्षक: विदेशों में बच्चे 15 साल की उम्र तक अपने पैरों पर खड़े हो जाते है।

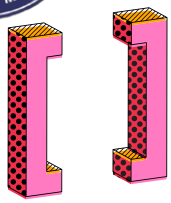
एक छात्र : सर ऐसा कह क्यों शिकायत कर रहे है ? अपने यहां तो साल भर में ही बच्चा भागने लगता है।

परीक्षा में शिक्षक : अपनी कॉपी ढंक कर लिखो।पीछे वाला तुम्हारा कॉपी देख रहा है।

विद्यार्थी: लिखने दीजिए सर। मैं परीक्षा में अकेले फेल होना नहीं चाहता।

रोचक गणित

कुमार राकेश मणि
(प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा,
नुआंव(कैमूर) बिहार



BODMAS

BODMAS नियम एक ऐसा नियम है जो गणितविदों को निर्देश देता है कि गणितीय अभिव्यक्ति को कैसे हल किया जाए। यह संचालन का एक क्रम अनुक्रम देता है जिसका पालन एक समीकरण को हल करते समय किया जाना चाहिए जिसमें इसमें कई ऑपरेटर शामिल होते हैं।

BODMAS एक बहुत ही महत्वपूर्ण अवधारणा है जो कई उदाहरणों में उपयोगी साबित हुई है जिनके लिए त्वरित गणना की आवश्यकता होती है। इस प्रकार, आपको BODMAS की इस अवधारणा को बहुत अच्छी तरह से सीखना चाहिए।

BODMAS का संक्षिप्त नाम है -

BRACKET - OF - DIVIDE - MULTIPLY - ADDITION - SUBTRACTION

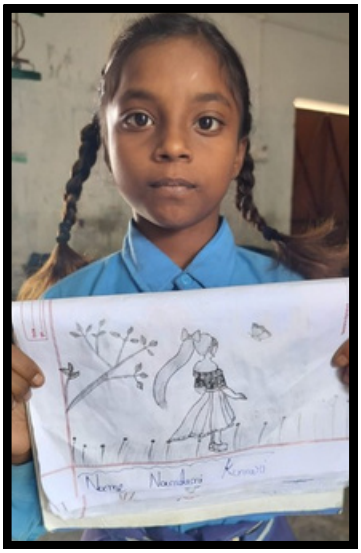
कोष्ठक - आदेश/का - विभाजन - गुणन - जोड़ - घटाव

BODMAS गणितीय सक्रियाओं को क्रमबद्ध करने का एक नियम है वस्तुतः गणित में 4 मूलभूत सक्रिया होती है जोड़ना घटाना गुणा और भाग इसके अतिरिक्त गणित में विभिन्न कोष्टकों का उपयोग किया जाता है यदि यह सभी एक साथ आए तो किस क्रम में इसको हल किया जाए इसकी व्याख्या यह नियम करती है।

बालमन

पेन और पेंसिल आर्ट

मध्य विद्यालय भर्राही बाजार, मधेपुरा



उत्क्रमित मध्य विद्यालय सिलौटा, भभुआ, कैमूर

डिम्पल कुमारी, वर्ग 8
मध्य विद्यालय चांद, कैमूर

मध्य विद्यालय बिछिया,
दुर्गावती, कैमूर

प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक
बरारी, कटिहार

Mantsha Parvin
PS MAKTAB KABAI NAYATOLA
VIDYAPATINAGAR (SAMASTIPUR)

अर्पित कुमार ,कक्षा 7
रेलवे हायर सेकेंड्री स्कूल चारबाग लखनऊ(उत्तर प्रदेश)

मुख्यमंत्री विद्यालय सुरक्षा कार्यक्रम
(सुरक्षित शनिवार)

राकेश कुमार

stay safe

बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

www.teachersofbihar.org

उत्क्रमित मध्य विद्यालय भरहीं बाजार, मधेपुरा

राजकीय प्राथमिक विद्यालय मकतब कबइ नयाटोल, विद्यापतिनगर, समस्तीपुर

राजकीय उ० मध्य_विद्यालय सेनुअरिया(पश्चिमी चम्पारण)

प्राथमिक विद्यालय झनकी, घोसवरी

बालमन कविता

आसमान की रानी

वो तो थी आसमान की रानी ।
जिसकी हम सब पढ़ते हैं कहानी।।
आसमान में उड़ने का जिनको आता था खूब कला ।
वह हरियाणा में जन्म ली देश की कल्पना चावला ।।
वह कल्पना को सच कर दिखलाता थी।
प्रकृति के साथ खूब प्यार जताती थी ।।
दो बहनों में पली - बड़ी थी ।
मुश्किलों से तो खूब लड़ी थी।।
खुद उड़ती , दूसरों को भी उड़ाती थी।
इसलिए तो आसमान की रानी कहलाती थी ।।
सब लोगों के मन में बस गई ।
उन पर मेरी एक कविता बन गई।।

नित्या कुमारी, वर्ग 7
उत्क्रमित मध्य विद्यालय गौरा
मोहनियां ,कैमूर (बिहार)

महाराणा प्रताप

||१||

रंग गई रणभूमि खूनो से,
था अमर वो अपने जुनूनो से।
सर कटाना मंजूर पर झुकना कभी न जाना था,
मुगलों को भगाने की मन में उसने ठाना था।
माटी की रक्षा में था, वो शूरवीर अड़ा था
मुगलों का दहशत बड़ा ,
फिर भी राणा ले तलवार खड़ा ।।

||२||

घायल होने के बाद भी न पीछे हटने वाला था,
स्वाभिमान की रक्षा में कितनो को काट डाला था ।
खूनो से लिखी खुदकी कहानी थी,
दुश्मनों के लहू से लथपथ वो तलवार राजपूतानी थी।
बिन सोचे, सम्मान के खातिर लड़ पड़ा
मुगलों का दहशत बड़ा,
फिर भी राणा ले तलवार खड़ा।।

||३||

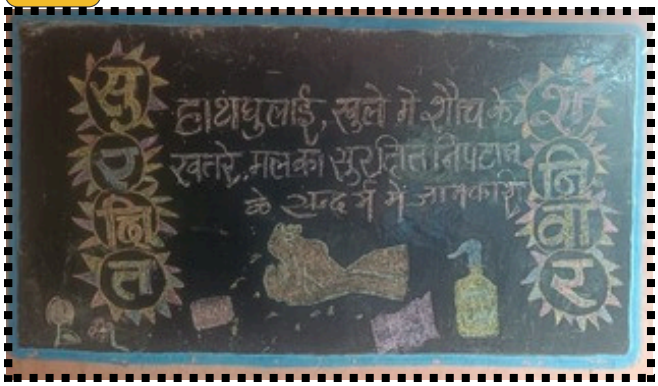
राणा के घोड़े का शौर्य भी बड़ा ही निराला था,
हाथियो पर चढ़ उसने कई बार उन्हें झुका डाला था।
देख वीरता चेतक की हुए दुश्मन भयभीत,
प्रताप की मदद करके युद्ध को लेता जीत ।।
पल भर में ही जाते थे दुश्मन लड़खड़ा
मुगलों का दहशत बड़ा
फिर भी राणा ले तलवार खड़ा ।।

||४||

न मान गुलामी मुगलों की वीरों के लिए मिसाल बना, मातृभूमि की रक्षा में वो लोहे का ढाल बना।
सैन्य शक्ति कम होने के बाद भी था उसको कोई ग़म नहीं,
स्वतंत्रता पाने की चाहत, उसकी आंखों से झलक रही ।
है वीरशिरोमणि, साहस से हुआ वो महाराणा था
मुगलों का दहशत बड़ा
फिर भी राणा ले तलवार खड़ा।।

अमृत राज सिंह,वर्ग 10
उच्च विद्यालय भभुआ, कैमूर

ब्लैक बोर्ड आर्ट

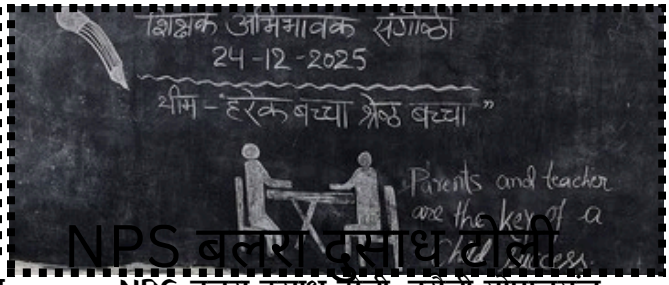


प्राथमिक विद्यालय मही साइडिंग, सोनपुर,सारण

प्राथमिक विद्यालय लखमनपुर, चैनपुर , कैमूर

राजकीय बुनियादी विद्यालय करचोलीया , पानापुर, सारण

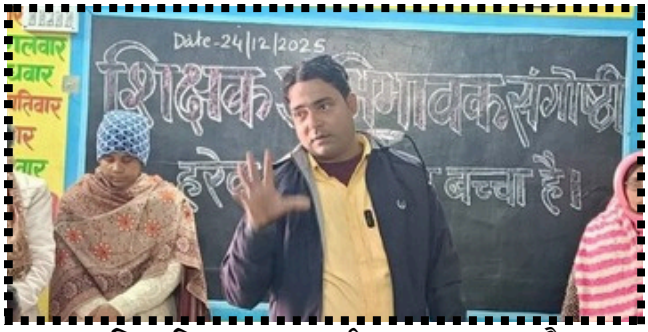
उर्दू प्राथमिक विद्यालय करवडिया, चांद, कैमूर



NPS बलरा दुसाध टोली, बरौली गोपालगंज

मध्य विद्यालय सिमराहा प्रखंड फारबिसगंज जिला अररिया

मध्य विद्यालय राँटी, मधुबनी



प्राथमिक विद्यालय सरस्वतीपुर, छातापुर, सुपौल

वाल्मीकि टाइगर रिजर्व

कुमार राकेश मणि

वाल्मीकि टाइगर रिजर्व बिहार के पश्चिम चंपारण जिले के सबसे उत्तरी भाग में स्थित है। गंडक और मसान नदियाँ इस क्षेत्र से होकर बहती है और इसकी सीमा नेपाल के चितवन नेशनल पार्क से लगती है। टाइगर रिजर्व का मुख्य क्षेत्र एक राष्ट्रीय उद्यान (जैन 2001) है। बिहार के अधिकांश तराई जंगलों और घास के मैदानों को कृषि क्षेत्रों में बदल दिया गया है। वाल्मीकि टाइगर रिजर्व एकमात्र ऐसा आवास है जिसे बिहार में अछूता छोड़ दिया गया है। यह रिजर्व अतिक्रमणकारियों और शिकारियों के भी जबरदस्त दबाव में है। सरैया मान पक्षी अभयारण्य बाघा से 7 किमी दूर एक मीठे पानी का निकाय है। यह अच्छी संख्या में जल पक्षियों के लिए जाना जाता है। इस छोटे से पक्षी अभयारण्य और टाइगर रिजर्व को एक आई. बी. ए. के रूप में नामित किया गया है। वनों के प्रकारों में मिश्रित पर्णपाती वन, केन ब्रेक, घास के मैदान और दलदली वन शामिल हैं। महत्वपूर्ण पेड़ों में साल शोरिया रोबस्टा, खैर बबूल कैटेचू और केन कैलामस स्यूडो-टेनुइस शामिल हैं।

वाल्मीकि टाइगर रिज़र्व, बिहार राज्य का एकमात्र बाघ संरक्षित क्षेत्र है। यहाँ बाघ, हाथी, तेंदुआ, गौर, हिरण, और सैकड़ों पक्षी प्रजातियाँ पाई जाती हैं। साथ ही गिद्ध, सांभर, और भालू भी यहाँ देखे जा सकते हैं। घने साल के जंगल, पहाड़, जलधाराएँ और विविध वनस्पति इसे जैव विविधता का धनी क्षेत्र बनाते हैं। पर्यटक यहाँ जंगल सफारी, बर्ड वॉचिंग, नेचर ट्रेल, और कैम्पिंग का आनंद ले सकते हैं। वन विभाग द्वारा ईको टूरिज्म हट्स, गाइडेड ट्रेक्स, और बोटिंग की भी व्यवस्था की जाती है।

वाल्मीकि टाइगर रिज़र्व एक स्थल है, खासकर प्रकृति प्रेमियों, वन्यजीव फोटोग्राफरों और रोमांच के शौकीनों के लिए। यहाँ की यात्रा एक अद्वितीय प्राकृतिक अनुभव देती है।

सेहत का खजाना

गुड़

गुड़ गन्ने के रस को गर्म करके गाढ़ा और ठोस बनाकर तैयार किया जाता है। यह चीनी की तुलना में कम प्रोसेस्ड होता है, इसलिए इसमें प्राकृतिक पोषक तत्व बरकरार रहते हैं। इसका रंग हल्के पीले से लेकर गहरे भूरे तक हो सकता है। और इसका व्यापक रूप से मिठाई, पेय पदार्थ और पारंपरिक व्यंजनों में उपयोग किया जाता है।

• गुड़ में मौजूद फाइबर, कार्बोहाइड्रेट्स, प्रोटीन, कैल्शियम, मैग्नीशियम, मैंगनीज, पैटेशियम, जिंक, फॉस्फोरस, कॉपर, आयरन, प्लांट प्रोटीन, विटामिन बी के साथ थियामिन, राइबोफ्लेविन, नियासिन, फाइटोकेमिकल्स, एंटीऑक्सीडेंट्स जैसे पोषक तत्व सेहत को कई गजब के फायदे देते हैं।गुड़ में फाइटोन्यूट्रिएंट्स होते हैं जो सूजन और ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस को कम करते हैं।

• पुराने गुड़ को "पुराना गुड़, सोने सा गुड़" कहा जाता है—यह अधिक पौष्टिक होता है।

• गुड़, काले तिल या मूंगफली के साथ खाने पर हड्डियों के लिए और फायदेमंद होता है

• आयुर्वेद में गुड़ को त्रिदोष (वात, पित्त, कफ) को संतुलित करने वाला बताया गया है।

गुड़ सिर्फ एक मीठा नहीं, बल्कि पोषण से भरा खजाना है। यह आपकी सेहत के लिए रिफाइंड चीनी से बेहतर विकल्प है। लेकिन इसे संतुलित मात्रा में ही खाएं।

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा, नुआंव (कैमूर)

एक नजर इधर भी...

प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक, बरारी, कटिहार

मध्य विद्यालय सिमराहा, फारबिसगंज अररिया

NPS बलरा दुसाध टोली, बरौली, गोपालगंज

खेल कॉर्नर

राकेश कुमार (शिक्षक)
मध्य विद्यालय बलुआ
मनेर(पटना)

3 साल के सर्वज्ञ को फिडे रेटिंग: दुनिया का सबसे कम उम्र के खिलाड़ी बने; इतनी सी उम्र में नहीं खेले थे आनंद, कार्लसन, गुकेश

भारत के सर्वज्ञ सिंह कुशवाहा ने मात्र तीन साल, सात महीने, 20 दिन की उम्र में इतिहास रच दिया है। मध्य प्रदेश के सागर जिले के इस नन्हे खिलाड़ी ने आधिकारिक फिडे रेटिंग हासिल कर दुनिया के सबसे कम उम्र के रेटेड चेस खिलाड़ी बनने का रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है।

बालमन

कहना जरूरी हैं....

बच्चों में संस्कार के बीज बचपन में ही बोये जाते हैं। वह संस्कार ही आगे चलकर उन बच्चों को सफलता की राह दिखाते हैं। जिन बच्चों की परवरिश अच्छी तरह से नहीं होती है कि उसका प्रभाव भी उनके जीवन पर पड़ता है। वर्तमान दौर की शिक्षा पद्धति में नैतिक शिक्षा का अभाव है। आधुनिक शिक्षा पद्धति के माध्यम से बच्चों में संस्कार दे पाना संभव नहीं लगता है। ऐसी स्थिति में उन बच्चों के माता-पिता और अभिभावकों को ही यह जिम्मेदारी उठानी पड़ेगी कि कैसे उनका नैतिक विकास हो सके।

घर का माहौल, समाज का माहौल और अभिभावको के व्यवहार का प्रभाव बच्चों पर दिखता है। जिन घरों में परिवारों के बीच लड़ाई-झगड़े, गाली-गलौच की स्थिति बनी रहती है, उन घरों के बच्चों की विशेषतौर पर नैतिक प्रगति रूक जाती है। इसलिए अभिभावकों को भी बदलते दौर की बिसंगतियों को समझने की जरूरत है।

कहते हैं कि एक कुम्हार मिट्टी का जैसा आकार देता है, बर्तन वैसा ही बनता है। उसी तरह बच्चों की सही परवरिश और उसके भीतर नैतिक संस्कारों का बोध कराने की एक निश्चित उम्र होती है। आज के पाठ्य पुस्तक में संस्कार, आस्था, नैतिकता, परिवार, राष्ट्रीयता एवं देश के महान विभुतियों से जुड़े विषय वस्तु नहीं के बराबर हैं। संस्कार विहीन शिक्षा से सांस्कृतिक और नैतिक मूल्यों का पतन हो रहा है।

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा, नुआंव (कैमूर)

विश्व के धरोहर

एल्लोरा की गुफाएं

महाराष्ट्र के छत्रपति संभाजीनगर से थोड़ी ही दूरी पर 2 किमी के क्षेत्र में फैले हुए, ये 34 मठ-मंदिर एक ऊंची बेसाल्ट चट्टान की दीवार को काटकर साथ-साथ ही बनाए गए हैं। 600 से लेकर 1000 ईस्वी काल के दौरान एक के बाद एक बने स्मारकों से समृद्ध एलोरा, प्राचीन भारत की सभ्यता को जीवंत करता है। एलोरा परिसर, न केवल एक अद्वितीय कलात्मक रचना और तकनीकी कार्य है, अपितु यह बौद्ध, हिंदू और जैन धर्म को समर्पित अपने मठ-मंदिरों के साथ सहिष्णुता की उस भावना को भी पूरी तरह से दर्शाता है, जो प्राचीन भारत की विशेषता थी।

एलोरा गुफाएं भारत में यूनेस्को की विश्व धरोहर स्थल है, जिसमें हिंदू, बौद्ध और जैन चट्टानों से कटी हुई गुफाओं का एक समूह है। यह जटिल नक्काशी और मूर्तियों के साथ लगभग 100 गुफाओं का एक परिसर है। गुफाओं में सबसे प्रसिद्ध एक स्मारक है जिसे कैलासा मंदिर कहा जाता है। गुफा 16 में स्थित यह मंदिर एक विशाल, अखंड चट्टान को ऊपर से नीचे की ओर काटकर बनाया गया है, जो वास्तुकला का एक चमत्कार है. यह एक विशाल मोनोलिथिक संरचना है जिसे एक ही चट्टान से तराशा गया है।

खुदाई की गई 100 गुफाओं में से 34 जनता के लिए खुली हैं। इनमें 12 बौद्ध गुफाएं (1-12), 17 हिंदू गुफाएं (13-29) और 5 जैन गुफाएं (30-34) शामिल हैं। और ये भारत के इतिहास और संस्कृति में रुचि रखने वाले किसी भी व्यक्ति के लिए अवश्य देखने योग्य हैं। एलोरा प्राचीन भारतीय कला, वास्तुकला और धार्मिक सहिष्णुता का एक अद्भुत संगम है, जिसे देखना एक अविस्मरणीय अनुभव है।

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोटा, नुआंव, कैमूर

बोलती तस्वीरें Part 1

धीरज कुमार+पुष्पा प्रसाद

प्राथमिक शाला हरदी, बिलासपुर
छत्तीसगढ़ (बच्चो द्वारा संचालित FLN स्टॉल)

प्राथमिक विद्यालय हासिमपुर बालक बरारी,
कटिहार(ईको क्लब गतिविधि)

गुल्लक बचत बैंक (एक नवाचार)
न्यू प्राथमिक विद्यालय हरनाटांड़, भभुआ, कैमूर, बिहार

मध्य विद्यालय सिमराहा, अररिया

राजकीय प्राथमिक मकतब कबई नयाटोल, प्रखंड - विद्यापतिनगर जिला - समस्तीपुर

प्राथमिक विद्यालय बैरगाछी कुमारीपुर मनिहारी ,कटिहार

बालमन QUIZ TIME

१.प्रश्न: राष्ट्रीय उपभोक्ता अधिकार दिवस कब मनाया जाता हैं?

क. 16 अक्टूबर ख. 24 दिसंबर ग. 21 दिसंबर। घ. 31 मार्च

२.प्रश्न: सत्यमेव जयते" का नारा किसने दिया था?

क. मदन मोहन मालवीय ख. महात्मा गांधी

ग. सरदार वल्लभ भाई पटेल घ. सुभाष चंद्र बोस

३.प्रश्न: विश्व की सबसे ऊंची इमारत का क्या नाम है?

क.शंघाई टॉवर ख.वर्ल्ड ट्रेंड सेंटर

ग.बुर्ज खलीफा घ.लखता केंद्र

४.प्रश्न:"जय जवान,जय किसान,जय विज्ञान" नारा किसने दिया था?

क. बाल गंगाधर तिलक ख. अटल बिहारी वाजपेई

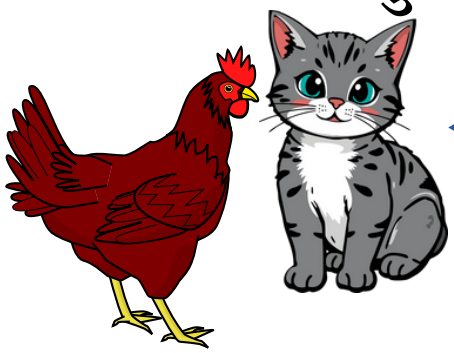
ग. लाल बहादुर शास्त्री घ. मनमोहन सिंह

सही उत्तर: १. ख,२. क , ३.ग ,४. ख

दिमाग की बत्ती जलाओ

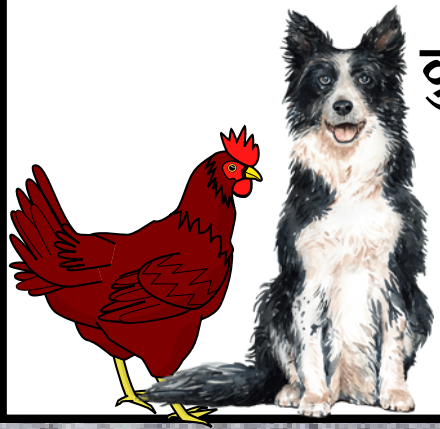
कुत्ता+ बिल्ली

26kg



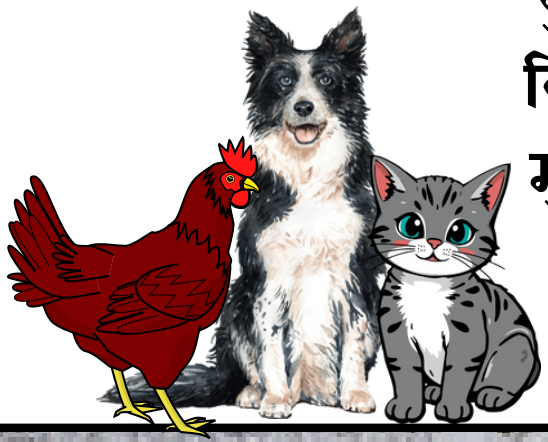
मुर्गी + बिल्ली

10kg



कुत्ता+ मुर्गी

20kg



कुत्ता+ बिल्ली+ मुर्गी=?

सही उत्तर: 28 kg

बूझो तो जानें

धीरज कुमार

पहेली संख्या 1

गर्म हो कर ऊपर जाता है,ठंड हो कर जम जाता है।
नाम एक है पर रूप अनेक,सही जवाब देने वाला जीनियस बन जाता हैं।

सही उत्तर : पानी

पहेली संख्या 2

एक पेड़ ऐसा जो ट्री तो कहलाता है,
पर फल फूल इसमें नहीं आता है।
एक खास दिन ये सबको भाता है,
पर्व की जानकारी वाला तुरंत नाम बतलाता है।

सही उत्तर : क्रिसमस ट्री

पहेली संख्या 3

बूढ़ा बाबा की बात निराली है,
लाल ड्रेस है और सफेद दाढ़ी है।
घंटी वो बजाते है,
बड़ी पोटली के गिफ्ट हम तक पहुंचाते है।

सही उत्तर : सैंटा क्लॉज

पहेली संख्या 4

सफेद चादर को ओढ़ ,
सूरज को भी ढंक देता हैं।
दिन छोटा और रात बड़ा होता है,
नाम आसान है इसके बाद ही नया साल जो आता है।

सही उत्तर : दिसम्बर

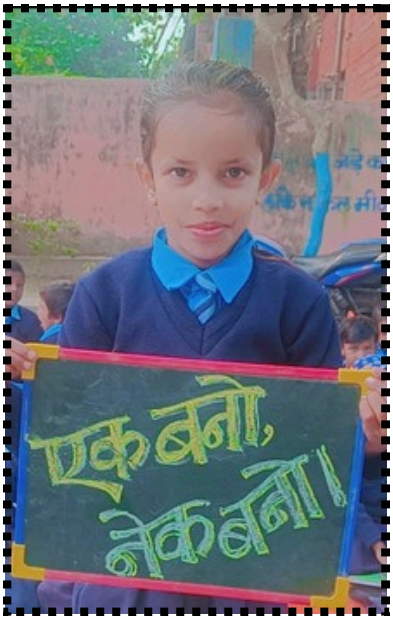
पुष्पा प्रसाद+ धीरज कुमार

बालमन

बोलती तस्वीरें part 2

उत्क्रमित मध्य विद्यालय गौरा, मोहनियां, कैमूर

NPS हरनाटाड, भभुआ, कैमूर



PS Mahi Siding, Sonpur, Saran

उत्क्रमित मध्य विद्यालय महुलिया लदनिया जिला मधुबनी

राजकीय कन्या मध्य विद्यालय कुचायकोट, गोपालगंज

प्राथमिक विद्यालय खरांटी कुत्तबी पालीगंज, पटना।

JUHS khamhar Bibhutipur samastipur

मध्य विद्यालय सिमराहा, अररिया

बालमन कविता

पापा - मम्मी FLN मेले आना

नन्हे कदमों की प्यारी टोली,
सीख रही है बातें निराली ।
अक्षर-गिनती, बौद्धिक ज्ञान
जीवन के कौशल खेल-खेल में ।।

"मम्मी-पापा तुम जरुर आना,
FLN मेले की शोभा बढ़ाना ।
हमारी मेहनत देखना आज,
करोगे तुम हम पर नाज़ ।।

मुस्कानों से भरी कहानी,
बच्चों की प्रतिभा निराली।
अक्षर बोले, संख्या गाए,
खेलों में छिपा ज्ञान समाएं ।।

मम्मी-पापा करो ना कोई बहाना
हमारी नन्ही उड़ान में पंख लगाना।
आपके, गुरुजनों के आशीष से
लक्ष्य पूर्ण कर निपुण भारत बनाना ।।

गोपाल कौशल भोजवाल(शिक्षक)
शासकीय नवीन प्राथमिक विद्यालय
नयापुरा माकनी जिला धार
(मध्यप्रदेश)

नारी

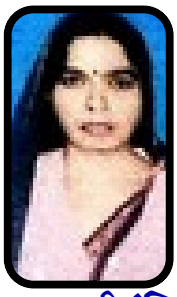
इस दुनिया की शान है नारी
शक्ति का अवतार है नारी,
घर आंगन की मुस्कान है नारी
ईश्वर के समान है नारी।

शक्ति का भंडार है नारी
धैर्य का प्रमाण है नारी।

नारी बिन ये जग है अधुरा,
जीवन का आधार है नारी

सरस्वती का रूप नारी,
लक्ष्मी का स्वरूप नारी।

जब बढ़ जाए अत्याचार
काली दुर्गा के अनुरूप है नारी,
जीवन का परिभाषा है नारी
जगत जननी महान है नारी।



सुनीता कुमारी(शिक्षिका)
उत्क्रमित मध्य विद्यालय बराढी
नुआँव (कैमूर)

बालमन

चेतना सत्र

उत्क्रमित मध्य विद्यालय महुलिया लदनिया (मधुबनी)

न्यू प्राथमिक विद्यालय हाकम नया टोला,(गोपालगंजं)

प्राथमिक विद्यालय बक्सीडीह फलका (कटिहार)

मध्य विद्यालय सिमराहा अररिया

मध्य विद्यालय मड़नपुर , अंगियाँव (भोजपुर)

प्राथमिक विद्यालय महिसाइडिंग, सोनपुर(सारण)

बाल अधिकार

ज्योति कुमारी
प्रधान शिक्षिका
प्राथमिक विद्यालय
पार्षद टोला मजगामा
कस्बा,पूर्णियाँ(बिहार)

किसी भी देश का भविष्य होते हैं। उनका स्वस्थ, सुरक्षित और खुशहाल होना ही समाज की प्रगति का आधार है। इसलिए बच्चों को विशेष सुरक्षा, शिक्षा, स्वास्थ्य, प्यार और सम्मान देने के लिए कई प्रकार के बाल अधिकार निर्धारित किए गए हैं। ये अधिकार न केवल कानून का हिस्सा हैं, बल्कि मानवीय संवेदनाओं का भी प्रतीक हैं।

बाल अधिकार क्या हैं ?

बाल अधिकार वे अधिकार हैं जो हर बच्चे को जन्म से मिलते हैं—चाहे उनका धर्म, जाति, रंग, भाषा या आर्थिक स्थिति कुछ भी हो। संयुक्त राष्ट्र संघ (UNICEF) और भारत के संविधान में बच्चों के लिए विशेष प्रावधान किए गए हैं ताकि उन्हें सुरक्षित वातावरण मिल सके।

मुख्य बाल अधिकार

1. जीवन और सुरक्षा का अधिकार

हर बच्चे को सुरक्षित जीवन जीने, हिंसा-शोषण से मुक्त रहने और बुनियादी सुविधाएँ प्राप्त करने का अधिकार है।

2. शिक्षा का अधिकार

भारत में 6 से 14 वर्ष तक के बच्चों को मुफ्त और अनिवार्य शिक्षा का अधिकार मिला हुआ है। शिक्षा ही बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की कुंजी है।

3. स्वास्थ्य और पोषण का अधिकार

बच्चों को उचित भोजन, टीकाकरण, इलाज और साफ-सफाई जैसी सुविधाएँ मिलना बेहद जरूरी है ताकि उनका शारीरिक और मानसिक विकास ठीक से हो सके।

4. खेल और मनोरंजन का अधिकार

खेल-कूद बच्चों का स्वाभाविक अधिकार है। खेल उन्हें अनुशासन, टीमवर्क और आत्मविश्वास सिखाते हैं।

5. अभिव्यक्ति का अधिकार

बच्चे भी अपनी भावनाएँ, सुझाव और विचार स्वतंत्र रूप से व्यक्त करने का अधिकार रखते हैं।

6. श्रम से सुरक्षा का अधिकार

बाल मजदूरी बच्चों के विकास को रोकती है। इसलिए बच्चों को खतरनाक कामों से दूर रखना और उनका दुरुपयोग रोकना बहुत जरूरी है।

भारत में बाल अधिकारों की रक्षा

भारत में बाल अधिकारों की रक्षा के लिए कई कानून बनाए गए हैं—जैसे बाल संरक्षण कानून, बाल विवाह निषेध कानून, बाल श्रम निषेध और विनियमन कानून आदि। इसके अलावा कई संगठन और सरकार मिलकर बच्चों को न्याय दिलाने और सुरक्षित जीवन देने का काम करती हैं।

बच्चों को अधिकार देना ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि इन अधिकारों का पालन होना भी उतना ही जरूरी है। समाज, परिवार, स्कूल और सरकार—सभी की जिम्मेदारी है कि वे हर बच्चे को सुरक्षित, शिक्षित और सम्मानपूर्ण जीवन दें। जब हर बच्चा अपने अधिकारों के साथ आगे बढ़ेगा, तभी हमारा देश सच-मुच प्रगति की राह पर आगे बढ़ सकेगा।

Child helpline number : 1098

जो जैसा करेगा कर्म.....

एक गाँव में उदय नाम का एक अमीर आदमी रहता था। वह बहुत लालची था। उसके पास धन दौलत की कमी नहीं थी फिर भी उसे संतुष्टि नहीं था। उसी गाँव में एक गरीब आदमी रहता था, जिसका नाम सुंदर सुंदर था। वह बहुत ही गरीब था।जहाँ उसे काम मिलता वह वही पर ईमानदारी से काम करना शुरू कर देता था और अपने परिवार का पालन-पोषण करते था।उसकी ईमानदारी से सभी प्रभावित रहते थे।एक दिन कि बात है सुंदर जब काम करके अपने घर लौट रहा था। वह अचानक गिर पड़ा ।उसी रास्ते से उदय नाम का वह अमीर आदमी जा रहा था। उसकी नजर गिरे हुए गरीब सुन्दर पर पड़ी। उसको देखकर वह अपने मन में ही बोला अरे मेरे ही गाँव का आदमी है पर इसके कौन उठाने जाएगा,इसके पास तो धन- दौलत भी नहीं रहता है यह तो पुरा ही गरीब है। इसे कौन जाएगा उठाने को? उसी रास्ते से एक आदमी गुजर रहा था ।वह सड़क पर गिरे हुए आदमी सुन्दर को देखकर दौड़ कर आया और उसने उसे उठा कर देखा कि वह बेहोश है। बहुत जल्द ही पानी लाया, उसके मुँह पर पानी का छींटा मारा ।कुछ देर बाद सुंदर की आंखे खुली।अमीर आदमी उदय को यह सब देखकर अच्छा नहीं लगा।वह उस आदमी के पास आया और बोला कि भाई इस गरीब आदमी के पास धन दौलत भी नहीं है, फिर भी तुम इसका मदद कर रहे हो। इसका मदद करना बेकार है। चलो भाई चलो इसकी मदद कर तुम्हे कुछ मिलने वाला नहीं है। ये सब सुनते ही उस आदमी को बहुत ही गुस्सा आया ।उसने बोला भाई मै किसी को गरीब या अमीर धन वाला से नही जानता।मैं तो यही जानता हूं कि आदमी के कर्म से ही सभी जानते है। जो जैसा कर्म करेगा ईश्वर उसे वैसा ही फल देगा ।यह सब सुनकर उदय को समझ में आ गया कि कितना भी धन दौलत रहे उसको धन दौलत से नही जानते है।सुन्दर गरीब भले था पर लोग उसे उसकी ईमानदारी और कर्म से जानते है। जो जैसा काम करेगा उसको उसी तरह से फल ईश्वर देगा। उदय को सब कुछ समझ में आ गया ।वह सुंदर के पास जा कर उससे माफी माँगने लगा और बोला कि भाई मुझसे बहुत बड़ा गलती हो गया।मुझे यह सीख आज मिला कि कोई भी इंसान गरीब हो या अमीर उसका अपमान नहीं करना चाहिए। अब से हम ईमानदारी पूर्वक अच्छे कर्म करेंगे। गरीब हो या अमीर उसको अपना ही भाई-बहन मानेंगे और सबकी सहायता करेंगे।

ब्यूटी कुमारी, वर्ग 6
उत्क्रमित उच्च माध्यमिक विद्यालय भर्राही बाजार,मदनपुर
मधेपुरा (बिहार)

सामान्य ज्ञान/गणित/विज्ञान

प्रश्न: भारतीय संविधान में 'मौलिक अधिकार' (Fundamental Rights) किस देश के संविधान से लिए गए हैं?

उत्तर: संयुक्त राज्य अमेरिका (USA)

प्रश्न: जलियाँवाला बाग हत्याकांड किस तारीख और वर्ष में हुआ था?

उत्तर: 13 अप्रैल 1919

प्रश्न: लेंस की क्षमता (Power of Lens) का S.I. मात्रक क्या है?

उत्तर: डायोप्टर (Dioptre)

प्रश्न: कर्क रेखा (Tropic of Cancer) भारत के कितने राज्यों से होकर गुजरती है?

उत्तर: 8 राज्यों से

प्रश्न: ओजोन परत (Ozone Layer) के क्षरण के लिए मुख्य रूप से कौन सी गैस जिम्मेदार है?

उत्तर: क्लोरोफ्लोरोकार्बन (CFC)

प्रश्न: अर्थव्यवस्था में 'कृषि और पशुपालन' को किस क्षेत्र (Sector) में रखा जाता है?

उत्तर: प्राथमिक क्षेत्र (Primary Sector)

प्रश्न: मानव शरीर की सबसे बड़ी ग्रंथि (Gland) कौन सी है?

उत्तर: यकृत (Liver)

प्रश्न: 1857 की क्रांति के समय भारत का गवर्नर जनरल कौन था?

उत्तर: लॉर्ड कैनिंग

प्रश्न: आकाश का रंग नीला किस वैज्ञानिक घटना के कारण दिखाई देता है?

उत्तर: प्रकाश का प्रकीर्णन (Scattering of Light)

पूजा ओझा(शिक्षिका)
मध्य विद्यालय बिलोटी
शाहपुर(भोजपुर)

कम्प्यूटर ज्ञान

पूजा ओझा

1. कंप्यूटर का जनक कौन है?

उत्तर: चार्ल्स बैबेज

2. कंप्यूटर का पहला प्रोग्रामर कौन था?

उत्तर: एडा लवलेस

3. कंप्यूटर की पहली पीढ़ी कौन सी थी?

उत्तर: वैक्यूम ट्यूब पीढ़ी

4. कंप्यूटर की दूसरी पीढ़ी कौन सी थी?

उत्तर: ट्रांजिस्टर पीढ़ी

5. कंप्यूटर की तीसरी पीढ़ी कौन सी थी?

उत्तर: इंटीग्रेटेड सर्किट पीढ़ी

6. कंप्यूटर की चौथी पीढ़ी कौन सी थी?

उत्तर: माइक्रोप्रोसेसर पीढ़ी

7. कंप्यूटर की पांचवीं पीढ़ी कौन सी है?

उत्तर: आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पीढ़ी

8. कंप्यूटर का मस्तिष्क क्या है?

उत्तर: सीपीयू (सेंट्रल प्रोसेसिंग यूनिट)

9. कंप्यूटर की मेमोरी क्या है?

उत्तर: रैम (रैंडम एक्सेस मेमोरी)

10. कंप्यूटर का इनपुट डिवाइस क्या है?

उत्तर: कीबोर्ड, माउस

11. कंप्यूटर का आउटपुट डिवाइस क्या है?

उत्तर: मॉनिटर, प्रिंटर

12. कंप्यूटर वायरस क्या है?

उत्तर: एक प्रकार का मैलवेयर

13. कंप्यूटर नेटवर्क क्या है?

उत्तर: दो या अधिक कंप्यूटरों का आपस में जुड़ना

14. इंटरनेट क्या है?

उत्तर: एक वैश्विक नेटवर्क

15. ईमेल क्या है?

उत्तर: इलेक्ट्रॉनिक मेल

16. कंप्यूटर की सुरक्षा कैसे करें?

उत्तर: एंटीवायरस सॉफ्टवेयर का उपयोग करें

17. कंप्यूटर का ऑपरेटिंग सिस्टम क्या है?

उत्तर: विंडोज, लिनक्स, मैक ओएस

18. कंप्यूटर का प्रोसेसर क्या है?

उत्तर: सीपीयू (सेंट्रल प्रोसेसिंग यूनिट)

19. कंप्यूटर की हार्ड डिस्क क्या है?

उत्तर: एक प्रकार की स्टोरेज डिवाइस

20. कंप्यूटर का मॉडेम क्या है?

उत्तर: एक प्रकार का हार्डवेयर डिवाइस

21. कंप्यूटर का स्क्रीन क्या है?

उत्तर: मॉनिटर

22. कंप्यूटर का कीबोर्ड क्या है?

उत्तर: एक प्रकार का इनपुट डिवाइस

23. कंप्यूटर का माउस क्या है?

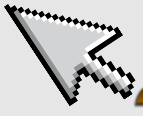
उत्तर: एक प्रकार का इनपुट डिवाइस

24. कंप्यूटर का प्रिंटर क्या है?

उत्तर: एक प्रकार का आउटपुट डिवाइस

25. कंप्यूटर का स्कैनर क्या है?

उत्तर: एक प्रकार का इनपुट डिवाइस



Happy new year

शुभकामनाएँ

धीरज कुमार(प्रधान संपादक सह प्रधान शिक्षक)
न्यू प्रा वि हरनाटांड़, मनुआ, कैमूर

नया साल आपके जीवन में नई मुस्कान, नए सपने और नई सफलताएँ लेकर आए।
एक शिक्षक के रूप में मेरी यही कामना है कि आप रोज़ कुछ नया सीखें, सवाल पूछने से न डरें और हमेशा सच्चाई के रास्ते पर चलें।
गलतियाँ होना बुरा नहीं, उनसे सीखना ज़रूरी है।
मेहनत, अनुशासन और आत्मविश्वास—यही आपकी सबसे बड़ी ताकत हैं।
अपने माता-पिता और गुरुजनों का सम्मान करें,
और एक अच्छे इंसान बनने का प्रयास कभी न छोड़ें।
नया साल आप सभी के लिए ज्ञान, संस्कार और उज्ज्वल भविष्य लेकर आए।

नववर्ष की ढेर सारी शुभकामनाएँ।

नववर्ष केवल उत्सव नहीं, मूल्यांकन का अवसर भी है। ऐसे समय में जब समाज तीव्र परिवर्तन के दौर से गुजर रहा है, शिक्षक की भूमिका पहले से कहीं अधिक निर्णायक हो गई है।

शिक्षक आज केवल पाठ्यवस्तु का संवाहक नहीं, बल्कि विचारों का शिल्पकार है। उसकी कक्षा से निकलने वाला विद्यार्थी ही कल समाज की दिशा तय करता है। ऐसे में शिक्षक की जवाबदेही ज्ञान तक सीमित नहीं रह जाती—वह संविधानिक मूल्य, नैतिक विवेक और सामाजिक चेतना का भी संवाहक बनता है।

यह नववर्ष शिक्षा को अंकों से ऊपर उठाकर अर्थ देने का आह्वान करता है। शिक्षक का दायित्व है कि वह प्रश्न पूछने का साहस, असहमति की शालीनता और सत्य के प्रति प्रतिबद्धता विकसित करे।

नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएँ।

रवि शर्मा (प्रधान शिक्षक)
प्रा वि पकड़ी अनुसूचित जाति टोला, समनगर पं चंपारण

कुमार राकेश मणि (प्रधानाध्यापक)
मध्य विद्यालय कोल, बुआंव,कैमूर

नववर्ष समय की देहरी पर खड़ा एक मौन प्रश्न है—क्या हम अपने दायित्वों के प्रति और अधिक सजग हुए हैं? शिक्षक, जो दीपक बनकर स्वयं जलता है, वही समाज के भविष्य को प्रकाश देता है।

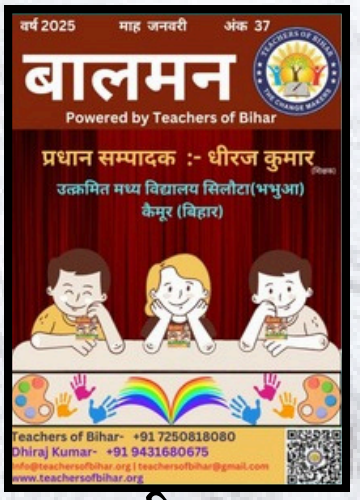
शिक्षक की जिम्मेदारी केवल ज्ञान देना नहीं, बल्कि सोच को दिशा, चरित्र को आकार और संवेदनाओं को भाषा देना है। वह अंधकार में भी संभावना खोजता है और हर विद्यार्थी में भविष्य का बीज देखता है।

यह शिक्षक के लिए नवसंकल्प का अवसर है—
पाठ्यक्रम से आगे बढ़कर जीवन पढ़ाने का,
प्रतिस्पर्धा से ऊपर उठकर मानवता सिखाने का।
क्योंकि जब शिक्षक सजग होता है, तो आने वाला कल सुरक्षित होता है।

नववर्ष की मंगलकामनाएँ।

बालमन

वर्ष 2025 की पत्रिका को पढ़ने के लिए पत्रिका पर क्लिक करें।



जनवरी 2025

फरवरी 2025

मार्च 2025

अप्रैल 2025

मई 2025

जून 2025

जुलाई 2025

अगस्त 2025

सितम्बर 2025

अक्टूबर 2025

नवम्बर 2025

प्रधान संपादक
धीरज कुमार
(राजकीय शिक्षक सम्मान,
वर्ष 2022 से सम्मानित शिक्षक)

Teachers of Bihar : +917250818080
Dhiraj Kumar : +91 9431680675
teachersofbihar@gmail.com
www.teachersofbihar.org

ToB बालमन के व्हाट्सएप ग्रुप से जुड़ने के लिए
QR कोड को स्कैन करे या क्लिक करे।