लयदार करिअर... संगीत ५

'भावनां'च्या टीमवर्कची धमाल गोष्ट ३

नक्कलबाज 'मिठुमियां' ४

सकाळ

पुणे, शुक्रवार, १८ ऑगस्ट २०२३ ■ पाने १२ किंमत ₹ ६

ऋतू मनभावन...

(मोहन पाटील : सकाळ छायाचित्रसेवा)

NIE NEWSPAPER IN EDUCATION

श्रावणमासीं हर्ष मानसीं

श्रावणमासीं हर्ष मानसीं, हिरवळ दाटे चोंहिकडे;
क्षणांत येतें सरसर शिरवें, क्षणांत फिरूनी ऊन पडे.

वरतीं बघता इंद्रधनूचा गोफ दुहेरी विणलासे;
मंगल तोरण काय वांधिले नभोमंडपीं कुणी भासे!

झालासा सूर्यास्त वाटतो, सांज अहाहा! तों उघडे;
तरुशिखरांवर, उंच घरांवर पिवळें पिवळें ऊन पडे.

उठवी वरतीं जलदांवरती अनंत संध्याराग पहा;
सर्व नभावर होय रेखिलें सुंदरतेचे रूप महा.

बलाकमला उडतां भासे कल्पसुमांची माळचि ते;
उतरुनि येती अवनीवरतीं ग्रहगोलचि की एकमतें.

फडफड करूनी भिजले अपुले पंख पाखरें सावरिती;
सुंदर हरिणी हिरव्या कुरणीं निज बाळांसह बागडती.

खिल्लारें हीं चरती रानीं, गोपहि गाणीं गात फिरे;
मंजुळ पावा गाय तयाचा श्रावणमहिमा एकसुरें.

सुवर्णचंपक फुलला, विपिनी रम्य केवडा दरवळला;
परिजातही बघतां भामा-रोष मनीचा मावळला.

सुंदर परडी घेऊनी हाती पुरोपकंठी शुद्धमती;
सुंदर बाला या फुलमाला रम्य फुलें-पत्री खुडती.

देवदर्शना निघती ललना, हर्ष माइना हृदयांत;
वदनीं त्यांच्या वाचुनि घ्यावें श्रावण महिन्याचें गीत.

— बालकवी (त्र्यंबक बापूजी ठोंबरे)

मित्र-मैत्रिणींनो, सर्वांचा लाडका श्रावण महिना सुरू झाला आहे. दिव्यांच्या अवसेनं घरातले सगळे दिवे उजळून श्रावणाच्या स्वागताची सज्जता सर्वत्र पूर्ण झाली आहे. सृष्टीच्या पाचव्या महिन्याचं, **'ऋतू मनभावन'** असलेल्या श्रावणाचं गीत सर्वत्र ऐकू येत आहे. नवी ऊर्जा देणाऱ्या, **'हर्ष मानसीं'** श्रावणाचं आपणही उत्साहात, नव्या उमेदीनं स्वागत करूयात...

शूर, धाडसी जवानांना सलाम!

कारगिल लढाईत भारताच्या विजयाला २४ वर्षे पूर्ण झाली. याची आठवण म्हणून दरवर्षी २६ जुलैला कारगिल विजय दिवसानिमित्त आपण विविध उपक्रम राबवितो. या वेळी 'ए मेरे वतन के लोगो....' हे गाणं नक्कीच ऐकायला मिळतं. हा अमूल्य दिवस भारतीय लष्कराच्या शौर्याची आठवण करू देतो. या दिवशी भारतीय लष्कराने कारगिलच्या युद्धात आपल्या विजयाचा ध्वज फडकविला होता. भारत-पाकिस्तान असे झालेले हे युद्ध १९९९ मध्ये कारगिल येथे लढले गेले होते. साधारण ६० दिवस ते सुरू होते. त्या वेळी सीमेवर काय चालले असेल असाच प्रश्न प्रत्येकाला पडत होता. सीमेवर लढणाऱ्या सैनिकांच्या परिवाराला 'सर्व काही ठीक असेल ना' अशीच चिंता सतावत होती. भारताचा प्रत्येक नागरिक या सैनिकांच्या कुटुंबाकडे त्यागाचे, धैर्याचे, राष्ट्रप्रेमाचे प्रतीक म्हणून पाहतो. हे शूर सैनिक म्हणजे गुंजन सक्सेना, विक्रम बत्रा, कॅप्टन मनोज कुमार पांडे आणि असे लाखो सैनिक...

कारगिल दिवस आपल्याला आपल्या देशासाठी शहीद झालेल्या वीरांची आठवण करून देतो, म्हणूनच हा दिवस भारताच्या इतिहासात सुवर्णाक्षरांनी लिहिला गेला आहे. मला वाटते की, आपण रोज नाही. परंतु, किमान या दिवशी तरी भारतमातेसाठी प्राण पणाला लावून लढलेल्या जवानांना मानाचा मुजरा करायला हवा. अशा धैर्यवान, नीडर, शूर, धाडसी, देशप्रेमी जवानांना भावपूर्ण श्रद्धांजली...

अभा प्रतीक खिसमतराव, न्यू इंग्लिश स्कूल, लांडेवाडी, ता. आंबेगाव

सण म्हणजे संस्कृतीचे प्रतीक

भारतीय सण हे भारतीय संस्कृतीचे प्रतीक आहेत. 'असत्यावर सत्याचा विजय' याचे प्रतीक म्हणून आपण विजयादशमी किंवा दसरा साजरा करतो, तर जीवनातील अंधःकार दूर व्हावा म्हणून दीपोत्सव साजरा केला जातो. होळी, रक्षाबंधन, महाशिवरात्री, रामनवमी असे प्रत्येक सण आपल्या संस्कृतीचे प्रतीक आहेत. सण साजरे करण्याच्या निमित्ताने घरात स्वच्छता, सजावट केली जाते.

घरात लावल्या जाणाऱ्या संगीताने वातावरण प्रसन्न होते. गावांमध्ये जत्रा, प्रदर्शने भरविली जातात. थोडा काळ का होईना, परंतु दुःख, चिंता यापासून मुक्ती मिळते. आम्ही लहान मुले सण साजरे करण्यासाठी फार उत्सुक असतो. आपणच आपल्या सणांचे महत्त्व समजून घेतले पाहिजे.

अर्चित नीलेश काजळे,
स्व. सौ. एस. के सोमैया प्राथमिक विद्या मंदिर, श्रीरामपूर

संस्कार म्हणजे नक्की काय?

संस्कार... संस्कार म्हणजे नक्की काय हो? हा विषय वाचला आणि आठवले ते स्वामी विवेकानंद यांनी शिकागो येथे केलेले भाषण...'सिस्टर्स ॲण्ड ब्रदर्स...' याला संस्कार म्हणत नाही का? परस्त्रीला मातेसमान समजून तिची खणानारळाने ओटी भरून तिला सन्मानाने मुक्त करण्यात येते, हे छत्रपती शिवाजी महाराजांवर जिजाऊंनी केलेले संस्कारच आहेत, असं मला वाटतं. एवढं काय तर, अगं/अरे नीट बस, मोबाईल कमी वापर, शुभंकरोति म्हण असं सांगणारी आपली आईही संस्कारांचे एक मोठे पुस्तकच म्हणावे लागेल.

संस्कार म्हणजे नक्की काय याचे उत्तर द्यायचे झाल्यास, नकळतपणे जे आपल्याला दिले जातात ते संस्कार, चालता बोलता होतात ते संस्कार. संस्कार ही अशी शिदोरी आहे, जी आई-वडिलांकडून मुला-मुलींना, बहिणीकडून भावाला, भावाकडून बहिणीला दिली जाते. संस्कार म्हणजे चांगल्या सवयी. शरीर निरोगी ठेवण्यासाठी बालकांना लसीकरण केले जाते, तसेच संस्काराचेही म्हणता येईल.

प्रत्येकावर होणारे संस्कार हे त्याचे कुटुंब, समाज, गुरू यांच्याकडून होत असतात. मी शिक्षिका असल्याने गुरू म्हणून आणि पालक म्हणून विद्यार्थ्यांवर चांगले संस्कार करण्याचा प्रयत्न करते. कारण, संपूर्ण जीवनाचा पाया उत्तम संस्कारांवरच अवलंबून असतो. सध्याचे वातावरण पाहता संस्कार लुप्त होत चालले आहेत की काय असा प्रश्न पडू शकतो, परंतु मला वाटते की आजच्या पिढीची संस्काराची परिभाषा बदलली आहे. सर्वत्र १४ फेब्रुवारी हा दिवस प्रेमाचा दिवस म्हणून साजरा करतात. मात्र या दिवशी आमच्या शाळेत विद्यार्थ्यांच्या पालकांना बोलावून 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' साजरा करतो. मला वाटतं, काळानुरूप बदल होत असल्याने आपणही मुलांवर त्यांच्याच पद्धतीने संस्कार करण्याची गरज आहे.

प्रीतम आनंद फिसरेकर, कन्या विद्यालय, पिंपरी वाघेरे, पुणे

सृष्टीचं रूप बदलणारा ऋतू

उन्हामुळे धरणी तप्त झालेली असते, बळिराजाच्या नजरा आकाशाकडे लागलेल्या असतात अन् अशा वेळी अचानक पाऊस येतो आणि सृष्टीचं रूपच बदलून जाते. सर्वत्र हिरवळ पसरते, त्यात झाडांवर बहरलेला फुलांचा गालिचा मन मोहून टाकतो. नद्या दुथडी भरून वाहू लागतात. पावसाच्या आगमनाने संपूर्ण जीवसृष्टी सुखावते.

श्रावणमासीं हर्ष मानसीं, हिरवळ दाटे चोहींकडे।
क्षणात येते सरसर शिरवे, क्षणात फिरुनी ऊन पडे ।।

अशा शब्दांत बालकवींनी पावसाचे वर्णन केले आहे. भूजल पातळी व पाण्याचे नैसर्गिक स्रोत प्रवाहित राहण्यासाठी पाऊस महत्त्वाचा आहे. उन्हामुळे आटलेले नैसर्गिक स्रोत पावसामुळे पुन्हा जिवंत होतात. सतत पडणारा पाऊस आपल्याला पाणी साठविण्याची संधी देतो. धरणातील या पाणी साठ्याचा उपयोग आपण पिण्याच्या पाण्यासाठी, शेतीसाठी, वीजनिर्मिती आणि अन्य कारणांसाठी करू शकतो. **भारत कृषिप्रधान देश असल्याने शेतीसाठी योग्य प्रमाणात पाऊस पडणे गरजेचे असते. मात्र, अतिवृष्टी झाल्यास शेतीचे नुकसान होते. नैसर्गिक आपत्ती निर्माण होऊन जनजीवन विस्कळित होते.** धरणे तुडुंब भरून वाहू लागल्यावर पाण्याच्या केल्या जाणाऱ्या विसर्गामुळे नद्यांच्या आसपासच्या भागात पाणी साचते. अनेकदा नाल्यांची स्वच्छता न झाल्याने आणि प्लास्टिकच्या पिशव्यांमुळे ओढ्या, नाल्यातून वाहणाऱ्या पावसाच्या पाण्याला अडथळा निर्माण होतो. त्यामुळे अनेकांच्या घरात पाणी शिरते. नैसर्गिक आपत्ती आपण टाळू शकत नाही. मात्र, मानवनिर्मित आपत्ती आपण टाळू शकतो. त्यासाठी ओढे, नाले, नद्यांमध्ये प्लास्टिक, अन्य कचरा टाकणे आपण टाळले पाहिजे. पावसामुळे सृष्टी सुंदर होईलच, परंतु सृष्टीच्या सौंदर्याकडे आपणही थोडे लक्ष दिले पाहिजे.

आदित्य संदीप ढमाले,
माईर्स 'एमआयटी'चे श्री संत ज्ञानेश्वर महाविद्यालय

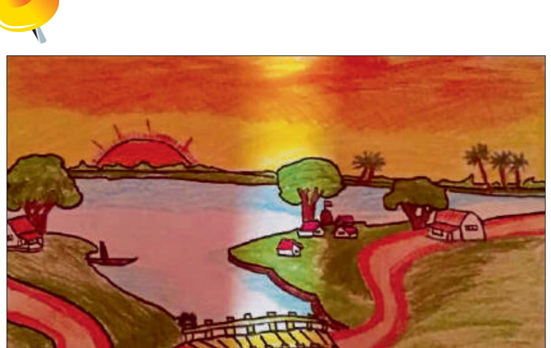
बदलती शिक्षण पद्धत

मानसिक गुणांचे संवर्धन अन् दोषांचे उच्चाटन जे करते ते शिक्षण. जगात वावरण्यासाठी सर्वांगीण विकास करून घेण्यासाठी आवश्यक असणारे ज्ञान म्हणजे शिक्षण. पूर्वी वर्णांनुसार भिन्नभिन्न स्वरूपाचे शिक्षण होते. मात्र, आता ती शिक्षण पद्धत बदलली आहे.

आजचे शिक्षण पुस्तकी स्वरूपाचे झाले आहे. पुस्तकाबाहेरील कुठल्याही गोष्टीचा विचार करण्याची मुभा विद्यार्थ्याला आणि शिक्षकालाही नसते. त्यामुळे विद्यार्थ्यांची स्वतंत्रपणे विचार करण्याची क्षमता नष्ट होते. परिणामी, विद्यार्थ्यांची खरी गुणवत्ता अनेकदा कळू शकत नाही. पदव्यांना अवास्तव महत्त्व प्राप्त होऊन त्या मिळवण्यासाठीची जीवघेणी स्पर्धा सुरू होते. यामुळे वैद्यकीय, अभियांत्रिकी तसेच अन्य शैक्षणिक क्षेत्रांमध्ये प्रवेश मिळवणेही आज जिकरीचे झाले आहे. पाठांतर उत्तम तोच अत्यंत हुशार असा गैरसमज रूढ झाला आहे.

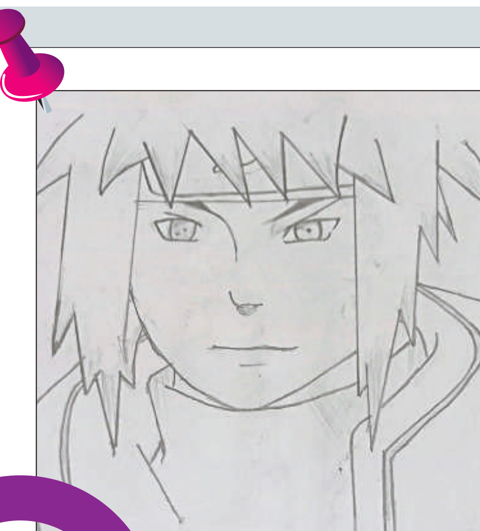
दिवसेंदिवस पदवीधरांची संख्या वाढत आहे, परंतु त्यांनी घेतलेल्या शिक्षणाचा दर्जा वेगाने घसरत आहे. त्यामुळे देशाचे फार मोठे नुकसान होत आहे. खरं पाहिलं तर, आज वाढत्या औद्योगिकीकरणाच्या परिस्थितीत व्यवसायाभिमुख आणि प्रात्यक्षिकांवर आधारित शिक्षणाची गरज आहे. मात्र, ती गरज आज पूर्ण होत नाही. पुस्तकी शिक्षणावरच अधिक भर दिलेला आढळतो. व्यक्तिमत्त्वविकास हा उद्देश डोळ्यासमोर ठेवल्यास नृत्य, गायन, शिल्पकला इत्यादी कलांचाही शिक्षणात अंतर्भाव करायला हवा. दुर्दैवाने या विषयांकडे आजही दुर्लक्ष केले जाते. शारीरिक, बौद्धिक, भावनिक अशा सर्वंकष विकासासाठी शिक्षण पद्धतीत आमूलाग्र परिवर्तनाची गरज आहे. भाकरी मिळवून देणारे, सुसंस्कार घडविणारे, स्वदेश, स्वभाषा, बांधवांविषयी अभिमान निर्माण करणारे शिक्षण हवे आहे. व्यक्तिमत्त्वविकासासह या व्यक्तींद्वारे समाजविकास होईल व राष्ट्र सर्व दृष्टीने संपन्न होईल, असे शिक्षण मिळणे आवश्यक आहे. भारत सरकारने या दृष्टीने टाकलेली पावले स्वागतार्ह आहेत, असे म्हटले पाहिजे.

विनीता गणेश केऱ्हाळे
नंदिनीबाई वामनराव मुलीचे विद्यालय



सोहम शरद रायकर,
भाऊसाहेब फिरोदिया हायस्कूल, नगर

समृद्धी अनिल शिंदे
श्रीमती र. ज. चौहाण (बिटको) गर्ल्स हायस्कूल, नाशिकरोड



राज संजय पाटील
काशिनाथ पलोड पब्लिक स्कूल, जळगाव

? २ 'श्रावणमासीं हर्ष मानसीं, हिरवळ दाटे चोहींकडे' या कवितेचे कवी कोण?

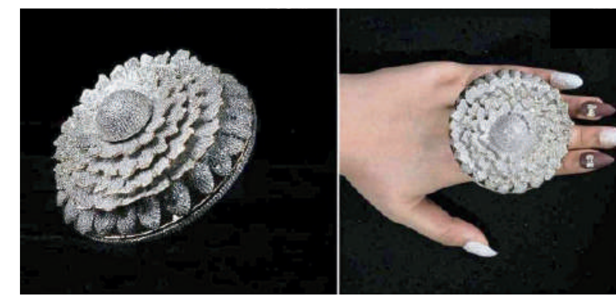
✓ ७ 'सीके-१२' हे संकेत स्थळ सहावी ते बारावीच्या विद्यार्थ्यांसाठी आहे.

विक्रमांची अजब दुनिया

दोस्तहो, विक्रमांची दुनिया अजब आणि अतर्क्य. चला तर, विक्रमांच्या पोतडीत या वेळी काय काय आहे ते बघूया.

ट्रान्स्फॉर्मरचा चाहता

आपल्यापैकी अनेकांनी ट्रान्स्फॉर्मर हा हॉलिवूडचा चित्रपट पाहिला असेल. तुफान लोकप्रिय असलेल्या या चित्रपटाच्या एका चाहत्यानं हे चित्रपट पाहता पाहता स्वतःच अनेक नवनवीन पात्रंच तयार केली आहेत. **एजे आर्ड असं या चाहत्याचे नाव असून तो अमेरिकेतील कॅलिफोर्नियामध्ये राहतो. त्याच्याकडे ट्रान्स्फॉर्मरच्या वस्तूंचा किती मोठा संग्रह असेल ठाऊक आहे? तब्बल ५,१५० इतका.** एवढ्यावर तो थांबला नाही. तर, या वस्तू ठेवण्यासाठी त्याने स्वतंत्र तीन खोल्याच तयार केल्या आहेत..आहे की नाही अजब...! शिवाय, त्याकडील पात्र ट्रान्सफॉर्मरच्या सीरिजमध्ये समाविष्ट व्हावीत अशी त्याची अपेक्षा आहे. तुमचीही आहे का अशी काही इच्छा? तुमचाही आहे का असा काही संग्रह? नसेल तर नक्की करून पहा...



काय सांगता! १२ हजार हिऱ्यांची अंगठी!

एखाद्याकडे हिरेजडित अंगठी असेल, तर आपल्याला त्याचं किती कौतुक असतं नाही का,पण एका ज्वेलरनं पाच-सहा हिऱ्यांची नाही तर तब्बल १२,६३८ हिऱ्यांची अंगठी तयार केली आहे... आता तुम्ही म्हणाल छे, कसं शक्य आहे? एवढे हिरे एका अंगठीत कसे मावतील. तर ऐका, हे शक्य आहे आणि तेही **एका भारतीय ज्वेलरनं शक्य करून दाखवलंय. ज्वेलरी डिझाइनचा अभ्यास केलेल्या हरशीत बन्सल यांनी हा विक्रम आपल्या नावे केला.** फुलाच्या पाकळ्यांचे आकार तयार करून त्यांनी त्यावर हिरे बसवून त्यातून सुंदर अशी फुलाच्या आकाराची हिऱ्याची अंगठी साकारली. या अंगठीचं वजन आहे १६५ ग्रॅम.

पोकेमॉनसाठी जगभ्रमंती

पोकेमॉनची मुलांमधील क्रेझ काही निराळीच... त्यांच्या जादुई शक्तींची तर अनेकांना भुरळ. चॉकलेटच्या स्टिकरवर आजही पोकेमॉनमधील कार्टून असतात. तुम्हीही असे कार्टूनचे स्टिकर, टॉय जमा केली असतील. युरोपमधील एका लिझा नावाच्या मुलीने असेच १२ हजार पोकेमॉन जमा केले आहेत. अहो, खरंच. त्यासाठी म्हणे ती, जगभर फिरली. पोकेमॉन जमा करण्याची एवढी क्रेझ..बाप रे!

अबब! आइस्क्रीमच्या काड्यांचा 'टॉवर'

आइस्क्रीम खाल्ल्यावर त्याच्या काड्या साठविण्याचा आपल्याला छंद असतो. काहींनी या काड्यांचा बंगलाही बनविला असेल; पण, एका पठ्ठ्याने याच काड्या साठवून चक्क २०.२० फूट उंच टॉवर उभारला. **अमेरिकेतील १२ वर्षांच्या एरिक क्लाबेल याने हा विक्रम केला.** एक-एक काडी जोडून उंच टॉवर उभारताना त्याला किती मेहनत घ्यावी लागली असेल. इतकं बारीक काम अन् थोडा धक्का लागला तर संपूर्ण कष्ट पाण्यात. बरं, एवढा मोठा टॉवर उभारायचा म्हणजे किती काड्या लागल्या असतील, हा हिशेब न केलेलाच बरा. या काड्यांपासून त्याने खेळण्यातील मोटार कार, जहाज अशा बऱ्याच अमेझिंग वस्तूही बनविल्या आहेत, बरं का.

'भावनां'च्या टीमवर्कची धमाल गोष्ट

स्क्रीन टाइम

अनीश प्रभुणे

इनसाइड आउट

काय मज्जा आहे 'इनसाइड आउट'ची?

- माणसाच्या अनेक भावनांची रंजक आणि मानवी मांडणी.
- प्रथितयश कलाकारांनी वेगवेगळ्या भावनांना दिलेले समर्पक आवाज.
- भावना वेगळ्या आणि भावनांचे रंगही वेगळेच! प्रत्येक भावना वेगवेगळ्या रंगत दाखवून बघणाऱ्यासाठी एकदम मजेदार आणि रंगीत अनुभव.
- भावना महत्त्वाच्या आहेतच; परंतु त्या योग्य पद्धतीनं जोपासणं आणि त्यांची कदर करणं असे संदेश खूप सहज आणि सोप्या पद्धतीनं.

सकाळी उठून शाळेत जायचं म्हणजे किती कंटाळा येतो ना? पण मग आपले मित्र-मैत्रिणी भेटणार, खूप मज्जा येणार, भांडण झालं की राग येणार, मग उगाच भांडलो याचं दुःख पण होणार... अगदी एका दिवसातसुद्धा आपण सगळे किती वेगवेगळ्या भावना अनुभवतो, नाही का? आता गंमत बघा बरं का, माणसांना भावना असतातच, पण जर... भावनांनासुद्धा भावना असतील तर? आपल्या भावना माणसांसारख्या बोलू लागल्या तर? काय घडेल, काय सांगतील त्या आपल्याला?

...मजेशीर वाटतंय ना? हीच धमाल अत्यंत सुंदर पद्धतीनं दाखविली आहे, 'इनसाइड आउट' या सिनेमामध्ये.

रायली नावाच्या ११ वर्षांच्या मुलीची, खरं तर, तिच्या आतमध्ये असलेल्या भावनांची ही गोष्ट आहे. वडिलांची बदली झाल्यानं आपलं आवडतं आणि लहानपणापासून असलेलं घर, शहर सोडून, रायली आता एका वेगळ्याच शहरात आलीये. वेगळी माणसं, शाळा या नवीन जगात वावरताना तिला फार काही मज्जा येत नाहीये. तेव्हा आपण डोकावतो रायलीच्या मनात. वेगवेगळ्या भावना जिवंत होऊन आपल्याला रायलीला कसं आनंदी ठेवता येईल यावर काम करताना दिसतात. सर्व भावना एकमेकांशी, एखाद्या टीमसारखं जुळवून घेऊन रायलीच्या भल्यासाठी एक छान यंत्रणा चालवत असतात.

परंतु, येणाऱ्या अनुभवातून, रायलीचं जग पूर्ण बदलतं. आनंद ही भावनाच रायली विसरून जाते! आता? अशा वेळेस, जर फक्त दुःख, राग, द्वेष अशा सर्व नकारात्मक भावनांनी रायलीचा ताबा घेतला तर? बापरे! हे तर अजिबातच चांगलं नाही. मग सुरू होतो एक विलक्षण प्रवास. वेगवेगळ्या भावना मनाच्या अत्यंत आडबाजूच्या कोनाकोपऱ्यात, अगदी तळाशी आणि मुळाशी जाऊन 'आनंद' भावनेला शोधू लागतात.

काय होतं मग या सगळ्या धावपळीचं? आनंद सापडतो का? रायलीला मजेत ठेवतानाया सर्व भावनांच्या 'मॅनेजमेंट'ची उडणारी तारांबळ, त्याच वेळेस 'आनंद' कुठे गायब आहे? कुठे आणि कसा शोधायचा तो?... ही सगळी धमाल धावपळ म्हणजे 'इनसाइड आउट'.

आपल्या मनामध्ये असणाऱ्या अनेक भावना कशा आहेत? त्या तशाच का आहेत? या विषयाकडे जात असतानाच, माणसाचं माणूसपण त्याच्या भावनांमुळे कसं साकार होतं याचं नितांतसुंदर चित्रण या सिनेमात केलं आहे. भावना - फक्त आपल्याच नव्हे, तर इतरांच्यासुद्धा, कशा जपाव्यात याचं सहजतेनं शिक्षण हा चित्रपट आपल्याला देतो.

ॲनिमेशन स्वरूपात केलेला हा चित्रपट २०१५ मध्ये प्रदर्शित झाला होता. प्रेक्षकांनी तो अक्षरशः डोक्यावर घेतला. अनेक मानाचे पुरस्कार आणि प्रतिष्ठित ऑस्कर पुरस्कारसुद्धा या चित्रपटानं पटकावला. भावनांच्या 'मनस्वी' विश्वाची मजेदार सफर अनुभवायची असेल, तर हा चित्रपट जरूर पहा. (डिस्ने + हॉटस्टारवर उपलब्ध)

खजुराचे लाडू

माय रेसिपी

दोस्तानो, तुम्हाला वेगवेगळ्या रेसिपी करायला मजा येतेय ना? चला, आता आज आपण जरा आणखी हेल्दी रेसिपी बघूया. तुम्हाला वेगवेगळ्या प्रकारचे लाडू आवडतात ना? मग आता आपण खजुराचा लाडू करू या. एकदम सोपा आणि एकदम हेल्दी. आई-बाबा एकदम खूषच होतील हा लाडू खाऊन.

साहित्य :

पाव किलो सीडलेस खजूर, एक वाटी सुक्या खोबऱ्याचा कीस किंवा डेसिकेटेड कोकोनट, एक वाटी किसलेला गूळ, अर्धी वाटी प्रत्येकी काजू व बदामपूड (काजू-बदाम नसल्यास एक वाटी पंढरपुरी डाळे पूडसुद्धा तुम्ही वापरू शकता), एक लहान चमचा वेलदोडा पूड.

कृती :

- खजूर मिक्सरमध्ये बारीक करून घ्या.
- खोबऱ्याचा कीस भाजून घ्या. सर्व साहित्य एकत्र करून मळून घ्या.
- तुपाचा हात लावून लाडू वळा.

हेल्थ फूड खजूर :

खजूर हे कर्बोदकीय अन्न असून शरीराला तृप्ती देणारे आहे. वजन वाढण्यासाठी खजूर उत्तम आहे. फक्त दातांची काळजी घ्यायला हवी. खजूर सारक असून पोट साफ होण्यास मदत करते. दुर्बल व्यक्तीसाठी हा चांगला खुराक आहे. ज्यांना हाडे मजबूत हवी आहेत, त्यांनी नेहमी खारीक खायला हरकत नाही.

कोणास फायद्याचे?

दोस्तांनो, ज्यांचे वजन कमी आहे, अशा व्यक्तींसाठी हा पौष्टिक खुराक होऊ शकतो. बारीक अंगकाठी असेल, तर नाश्ता म्हणूनसुद्धा तुम्ही तो खाऊ शकता. हिवाळ्यात, पावसाळ्यात खजुराचे लाडू नक्कीच खा. उन्हाळ्यात मात्र तो खाताना तारतम्य ठेवा म्हणजे झालं.

नंतरची आवराआवर

दोस्तांनो, कोणताही पदार्थ करताना जो उत्साह असतो, तोच उत्साह नंतरही दाखवला पाहिजे तो आवराआवरीत आणि हो, तयार केलेले लाडू छानपैकी सजवा आणि एखाद्या डब्यात घालून ठेवा.

? ३ 'इनसाइड आउट' हा सिनेमा कोणत्या वर्षी प्रदर्शित झाला?

✓ ८ राल्फच्या कथेत बेअर बंधू चार्लीला वाचवतात.

अवतीभवती

पोपट हा पक्षी आपल्याला माहीत आहे. आपल्या घरांच्या टेरेसवर, झाडांवर तो दिसतो. काही जण तो पाळतातसुद्धा. मिठुमियां असं त्याला गमतीनं म्हणतात. नक्कल करण्याची अतिशय जबरदस्त क्षमता असलेल्या या पक्ष्याविषयी आणखी इंटरेस्टिंग माहिती जाणून घेऊया. रेडी ना?

नक्कलबाज ‘मिठुमियां’

पोपट हा पक्षी पाळीव प्राणी म्हणून ओळखला जातो. तुम्हाला पोपटाचे वैज्ञानिक नाव काय माहिती आहे का? त्याचे नाव ‘सिटकुला कॅमरी’. पोपट एक बुद्धिमान पक्षी आहे. तो रंग आणि आकार ओळखायला शिकतो. ‘पक’ या नावाच्या पोपटाने १ हजार ७२८ शब्द लक्षात ठेवले! इंटरेस्टिंग आहे ना? जगातील सर्वांत लहान पोपटाचे नाव ‘पिग्मी’ आहे व तो आहे चक्क बोटाच्या आकाराचा.

पोपट चक्क पायाने खातो!

पोपटाचे पाय कोणतीही वस्तू सहजरित्या घट्ट पकडू शकतात. ते दोरीवर झोके घेऊ शकतात किंवा उलटे लटकूही शकतात. पोपटांचे पाय मानवी हातांसारखे असतात. ते त्यांच्या मदतीने वस्तू उचलू शकतात आणि ते अन्न उचलून तोंडात घेऊ शकतात. पेरू व मिरची हे पोपटाचे आवडते खाद्य आहे.

पोपट आवाजाची नक्कल का करतो?

आवाजाची नक्कल करण्याची क्षमता, हे पोपट ‘पाळीव’ बनण्याचे एक कारण आहे. ते अन्नाची उपलब्धता आणि धोका यांसारख्या महत्त्वपूर्ण समस्यांबद्दल इतर प्राण्यांच्या कळपांशी संवाद साधू शकतात. ते शिकारीपासून बचाव करण्यासाठी इतर प्राण्यांच्या आवाजाची नक्कलही करतात. उदाहरणार्थ, जवळ येत असलेल्या सापाला घाबरविण्यासाठी ते गरुडाच्या आवाजाची नक्कल करू शकतात!

पोपटांना चव कळते

पोपट काही पदार्थ अगदी चवीनं, पुनःपुन्हा खातात हे तुम्ही बघितलंच असेल. त्याचं कारण त्यांना चव कळते. येस्स! पोपटांच्या तोंडात वरच्या बाजूला काही टेस्ट बड्स म्हणजे रुची कलिका असतात. त्यांचा वापर करून पोपट चवी घेतात. पोपटांच्या तोंडात सुमारे तीनशे टेस्ट बड्स असतात. आता माणसांच्या तोंडात दहा हजार टेस्ट बड्स असतात. त्यांच्या तुलनेत मिठुमियांच्या तोंडातल्या या टेस्ट बड्सची संख्या कमी असली, तरी विशिष्ट अन्न चवीनं खाण्यासाठी त्या नक्की उपयोगी पडतात.

हे माहीत आहे का?

१ पोपट जोड्यांमध्ये राहतात.

२ पोपट झाडांमधील खोबण्यांमध्ये (झाडातील पोकळ भाग) राहतात.

३ पोपटांची पिले जन्मानंतर सुमारे दोन आठवड्यांनंतर डोळे उघडतात.

४ काही पोपटांच्या मानेवर लाल वर्तुळ असते.

५ आतापर्यंत तुम्हाला पोपटाच्या एक, दोन किंवा तीन एवढ्याच प्रजाती आहेत असे वाटत होते ना? थांबा, तसे नाहीये. पोपटाच्या ३५० हून अधिक प्रजाती शोधल्या गेल्या आहेत.

पोपट पाळण्याची प्रथा तीन हजार वर्षांपूर्वीपासून

प्राचीन इजिप्शियन लोकांनी प्रथम पोपट पाळला. त्यानंतर भारतीय आणि चिनी लोकांनी पोपटाला पाळले. किंग हेन्री आठवा, मार्को पोलो, राणी इसाबेला, मेरी अँटोनेट, क्विन व्हिक्टोरिया, मार्था वॉशिंग्टन अशा काही प्रसिद्ध व्यक्ती आहेत, ज्यांनी पोपट पाळल्याचे इतिहासात दाखले आहेत.

पोपटांची चोच शक्तिशाली

पोपटाची चोच केवळ मोठीच नाही, तर शक्तिशालीदेखील असते. हे वाचून खूप आश्चर्य वाटेल; पण ब्राझील नट पॉड्स आणि मॅकाडॅमिया नट शेल्स ही फळे फोडण्यासाठी सर्वांत कठीण मानली जातात, मात्र पोपट ते अगदी सहज फोडतात.

असं का?...

तारे का चमचमतात?

खरं तर तारे चमचमतात असं आपल्याला दिसत असलं, तरी ते तसे चमचमत नसतात. आपल्याला तसं वाटतं. आपल्या पृथ्वीच्या भोवती वातावरण नावाचा एक थर असतो. या ताऱ्यांचा प्रकाश वातावरणातून आपल्यापर्यंत येतो. या वातावरणात वेगवेगळं तापमान किंवा वेगवेगळी घनता असते. सोप्या शब्दांत सांगायचं तर या वातावरणामुळे ताऱ्यांचा प्रकाश एक प्रकारे अडथळत आपल्यापर्यंत येतो, त्यामुळे आपल्याला तो सलग दिसत नाही. त्यामुळे हे तारे चमचमल्यासारखे दिसतात. सूर्याचा प्रकाश मात्र खूप प्रखर असल्यामुळे त्याला या अडथळ्यांमुळे काहीही होत नाही आणि तो आपल्याला असा चमचमल्यासारखा वाटत नाही.

पाण्याची चव वेगवेगळी कशी?

अनेकदा विहिरींमधलं पाणी गोड लागतं, आपल्या घरी येतं त्या नळाच्या पाण्याला कसलीच चव नसते आणि समुद्रातलं पाणी तर खारट असतं. पाणी एकच, पण त्याच्या चवी निरनिराळ्या कशा? दोस्तांनो, खरं तर पाण्याला कोणतीच चव नसते. आपल्याला चव लागते ती असते त्यातल्या क्षारांची. विहिरीचं, कूपनलिकांचं पाणी आपल्याला गोड लागतं ते त्या जमिनीतल्या क्षारांमुळे. शिवाय सगळीकडे क्षार असतीलच असं नाही, त्यामुळे गोड चव सगळ्याच विहिरींच्या पाण्याला असेल असं नाही. काही वेळा नकोशीही चव लागते. आपल्या घरात नळावाटे पाणी येतं, तेव्हा ते पाणी पूर्ण शुद्ध करून येतं, त्यामुळे त्यातले क्षार बऱ्याच अंशी कमी झालेले असतात, त्यामुळं त्या पाण्याला चवच लागत नाही.

समुद्रातलं पाणी खारट लागतं कारण त्यात सगळीकडून येणाऱ्या नद्यांच्या पाण्यातले क्षार मिसळलेले असतात. हे क्षार वर्षानुवर्षं समुद्रात साठत जातात. समुद्राच्या पाण्याची वाफ होऊन त्यातलं शुद्ध पाणी हवेत जातं; पण क्षार मात्र तिथंच राहतात. त्यामुळे ते पाणी खारट लागतं.

कांदा कापताना डोळ्यांतून पाणी का येतं?

आपण कांदे कापतो, तेव्हा त्यातल्या पेशी म्हणजे त्यांचे अगदी छोटे भाग असतात ना त्यातून काही प्रकारची आम्लं बाहेर पडतात. त्यांची एक प्रकारची रासायनिक प्रक्रिया येते आणि सल्फर नावाचा एक वायू बाहेर पडतो. हा वायू आणि आपल्या डोळ्यांतलं पाणी एकत्र येतं आणि त्यांचं पुन्हा एक आम्ल तयार होतं त्यामुळे डोळे चुरचुरल्यासारखे वाटतात. आपण कांदा नंतर भाजीत घालतो, तेव्हा उकळल्यामुळे, भाजल्यामुळे किंवा इतर गोष्टींमुळे हे सल्फरचं प्रमाण कमी होतं आणि तेव्हा डोळ्यांतून पाणी येत नाही.

"SAKAL NIE' ॲप

Sakal NIE शैक्षणिक ॲप, इयत्ता पाचवी ते दहावीच्या मराठी व सेमी इंग्रजी माध्यमाच्या शाळेतील विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक आणि सर्वांगीण विकासासाठी अत्यंत उपयुक्त आहे.

शालेय पाठ्यपुस्तकातील प्रत्येक धड्यावरील स्वाध्याय प्रश्नोत्तरे, कविता संगीतबद्ध आणि कराओके रूपात, तसेच दैनंदिन अभ्यासाची उजळणी, चाचणी परीक्षा, मूल्यशिक्षण आधारित साहित्य, ६०००पेक्षा अधिक व्हिडिओ उपलब्ध करून दिले आहेत. विद्यार्थ्यांना गृहपाठासाठी या ॲपचा नक्की उपयोग होईल.

सकाळ NIE ॲपचे फायदे

- शालेय शिक्षणास पूरक उजळणीचे व्हिडिओ
- धडा लक्षात ठेवण्याचे तंत्र
- एकाग्रतेसाठी धडे ऐकण्याची सुविधा आणि बालभारतीच्या धड्यानुसार ई-पुस्तके
- धड्याखालील सोडविलेले स्वाध्याय आणि इंटरॅक्टिव्ह प्रश्नोत्तरे
- परीक्षेच्या तयारीसाठी टेस्ट सीरिज, स्कॉलरशिप सराव प्रश्नसंच.
- विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी मूल्यशिक्षण, ध्यान, योग, मेमरी टेक्निक व शिक्षणोपयोगी व्हिडिओंचा स्वतंत्र विभाग
- माहिती तंत्रज्ञानाची कौशल्ये याविषयीची पूर्ण माहिती व मार्गदर्शन

शेजारील QR कोड स्कॅन करून ‘प्ले स्टोअर’वरून ॲप आताच डाउनलोड व इन्स्टॉल करा! NIE सभासद असाल तर १ वर्षाचे फ्री सबस्क्रिप्शन मिळवण्यासाठी ९८८१५ ९८८१५ वर कॉल करा!

? ४ सिटीकुला कॅमरी हे कोणत्या पक्षाचे शास्त्रीय नाव आहे?

✓ १ एका संस्थेने दुसऱ्या संस्थेला किंवा व्यक्तीला दिलेली रक्कम म्हणजे कर्ज.

हे का करावे?

पाणी का प्यायचं?

दोस्तांनो, आपण रोज पाणी पितो. काही जण टाळाटाळ करतात, तेव्हा आई-बाबा भरपूर पाणी प्या, असं सांगत असतात. पाणी मुळात का प्यायचं, असा प्रश्न काहींना पडू शकतो. पाणी प्यावं लागतं ते अनेक कारणांसाठी. मुळात आपल्या शरीराचा निम्म्यापेक्षा जास्त भाग पाण्यानं बनलेला असतो. याचं कारण आपलं शरीर ज्या पेशींनी बनलेलं असतं, त्या पेशींमधला सगळ्यांत मोठा भाग पाणी हाच असतो. त्यामुळे शरीराच्या चलनवलनासाठी, नवनवीन पेशी तयार होण्यासाठी पाणी अतिशय आवश्यक असतं.

आपण अन्न खातो, ते नुसतंच खाल्लं तर ते पचेल का? नाही. शिवाय त्यातले विविध घटक पेशींपर्यंत तरी कसं पोचतील? त्यामुळे अन्न पचनासाठी, त्यातून पोषक घटक पेशींपर्यंत पोचण्यासाठी, मलमूत्र व्यवस्था योग्य पद्धतीनं होण्यासाठी अशा अनेक कारणांसाठी पाणी लागतंच. आपल्या शरीरभर रक्तवाहिन्यांतून रक्त फिरत असतं. ते वाहतं राहण्यासाठी, द्रवरूप राहण्यासाठीसुद्धा पाणीच हवं की नाही? फक्त इतकंच नाही, तर शरीराचं तापमान नियंत्रित राहतं तेसुद्धा पाण्यामुळेच की. उन्हाळ्यात किंवा गरम वातावरणात आपल्याला घाम येतो आणि शरीराचं तापमान नियंत्रित राहतं. आता घामाद्वारे पाणी समजा हवेत निघून गेलं, तर ते पुन्हा शरीरात यायला पाहिजेच ना. पाण्यामुळे शरीराच्या आतल्या सगळ्या अवयवांचं कार्य 'फ्रिक्शन'विरहित पद्धतीनं होण्यासाठीही मदत होते. पाणी कमी प्यायलं तर बद्धकोष्ठतेपासून किडनी स्टोनपर्यंत अनेक आजार होऊ शकतात. त्यामुळे पाणी नियमित आणि भरपूर पिणं गरजेचं आहे.

कपडे का धुवायचे?

रोज कपडे धुवायला टाका, स्वतः धुवा असं आपल्याला सांगितलं जातं. कपडे रोज किंवा विशिष्ट दिवसांनी धुणं गरजेचं असतं. आपण कपडे घालतो, तेव्हा आपल्या शरीरातला घाम कपड्यांना लागत असतो, त्यामुळे त्यांना नंतर दुर्गंधी येऊ लागते. हवेत खूप धुलीकण असतात. ते धुलीकण कपड्यांवर जमा होतात आणि घामाचे कण आणि हे धुलीकण यांच्यामुळे तिथे काही प्रकारचे सूक्ष्मजंतू वाढू शकतात. विशिष्ट प्रकारच्या बुरशीही कपड्यांवर वाढत असतात. त्यामुळे हे सगळं टाळण्यासाठी कपडे धुवायला पाहिजेत. ते फक्त पाण्यानं धुवून उपयोग नसतो. कारण फक्त पाणी वापरून दुर्गंधी निर्माण करणारे घटक दूर होत नाहीत, त्यामुळे चांगला साबण वापरणं आणि कपडे व्यवस्थित घासणं आवश्यक असतं. याचबरोबर, इतर अनेक प्रकारचे डागही कपड्यांवर पडत असतात. अन्न खाताना, काही वस्तू वापरताना, अभ्यास करताना शाईचे वगैरे किती तरी डाग असतात. हे डाग निघून जाण्यासाठीही कपडे धुणं आवश्यक असतं.

स्किल्स बकेट...

लयदार करिअर... संगीत

तुम्हाला गायन करण्याची आवड आहे? एखाद्या म्युझिकल कार्यक्रमात गेल्यावर तुम्ही एकदम तल्लीन होता? तुमचा आवाज छान आहे अशी तुम्हाला प्रतिक्रिया मिळते?... तर मग मित्र-मैत्रिणींनो, तुम्ही नक्कीच या करिअरचा सीरियसली विचार करू शकता. शाळेत असल्यापासूनच तुम्ही तुमच्या आवडीला किंवा छंदाला छान आकार दिलात, तर मोठेपणे तुम्ही चांगले गायक-गायिका, वादक, संगीतकार बनू शकता. त्यातून नाव, पैसे आणि आनंद या सगळ्याच गोष्टी तुमच्यापर्यंत चालून येतील.

संगीत ही अशी गोष्ट आहे- जी आवड असल्याशिवाय स्वतःत भिनवता येत नाही आणि ज्याला संगीत हा विषय प्रचंड मनापासून आवडतो, तो त्याला सोडू शकत नाही. त्यामुळे तुमची आवड खरंच आहे का, किंवा आपल्याला इतकं चांगलं दुसरं काही करता येणार नाही का, असे विचार स्वतःशी नक्की करून बघा. तुम्हाला खरंच आवड असेल, तर तुम्ही त्यात रंगून जाता. तुम्हाला गायनाचा क्लास लावला असेल आणि तो तास-दीड तास म्हणजे समजा तुमच्यासाठी सर्वोच्च आनंदाचा भाग असेल आणि घरीही त्यात वारंवार तुम्ही प्रयोग करून बघत असाल, तर मग तुमच्यात ती गोष्ट नक्की आहे असं समजा. **आई-बाबा तुम्हाला सवाई गंधर्व संगीत महोत्सवात किंवा इतर कोणत्या गाण्याच्या कार्यक्रमात घेऊन गेले आणि तुम्ही त्यात विलक्षण रंगून जात असाल तरीही तुमच्यासाठी हे क्षेत्र नक्की आहे हे लक्षात ठेवा. कोणतं चांगलं गाणं ऐकल्यावर, वाद्यांचा एखादा तुकडा कुठे वाजत असेल आणि तुमचे कान टवकारले जात असतील, एखादा विशिष्ट भाग वारंवार ऐकावा असं वाटत असेल तर तुमच्या कानही नक्की तयार आहे असं समजा.**

संगीत या क्षेत्रात स्वतः गायन करणं, गायनाचे ठिकठिकाणी कार्यक्रम करणं, दूरचित्रवाणी, आकाशवाणी अशा विविध ठिकाणी कार्यक्रम करणं, स्वतःचं यूट्यूब चॅनेल काढणं, संगीतकारांसाठी गायन करणं अशा किती तरी संधी असतात. चित्रपटांपासून मालिकांपर्यंत अनेक ठिकाणी नवनवीन गायक-गायिका किती येत असतात हे तुम्ही बघताच. वादन करणाऱ्यांसाठी तर आणखी जास्त संधी आहेत. कारण तुम्ही बघा, गाण्यात गायक किंवा गायिका एखाद-दुसरीच असते, पण वादक किती तरी असतात. फक्त वादनाचे कार्यक्रम, साथ, पार्श्वसंगीत अशाही गोष्टी असतात. म्युझिक अरेंजर, संगीतकार अशीही करिअर करता येतात आणि हो, सगळ्यांत महत्त्वाचं, तुम्ही संगीत या विषयात निपुण झाल्यावर स्वतः प्रशिक्षणही देऊ शकता आणि त्यातूनही खूप चांगलं उत्पन्न मिळू शकतं.

हे करा

- संगीत या क्षेत्रात मुळात आवड असायला पाहिजे. आवड नसेल, तर या क्षेत्रात पुढे जाता येत नाही, ही गोष्ट कायम लक्षात ठेवा.
- इतर क्षेत्रांसारखं हे क्षेत्र सोपं नाही. इथे खूप मेहनत घ्यावी लागते, तासन् तास रियाज करावा लागतो, तुमचे शिक्षक किंवा गुरूंकडून बारीकसारीक गोष्टी शिकून घ्याव्या लागतात.
- तुमचा कान तयार झाला पाहिजे. त्यासाठी टीव्ही, मोबाईल, कॉम्प्युटर जिथे जिथे शक्य असेल तिथे तिथे संगीतविषयक गोष्टींचा आस्वाद घ्या. मोठमोठ्या कार्यक्रमांना हजेरी लावण्यासाठी आई-बाबांकडे जरूर हट्ट धरा.
- तुमच्यात सातत्य आहे का, हेही बघा. या क्षेत्रात अचानक थांबता येत नाही. त्यामुळे तुमच्यातली 'पॅशन' ओळखा.
- इतर काम सांभाळून संगीत क्षेत्रात काम करायचं आहे, की हेच काम आयुष्यभर करायचं आहे हेही नक्की ठरवा.

लवकर निजे, लवकर उठे त्याला...

'लवकर निजे, लवकर उठे त्याला आरोग्य, धनसंपदा लाभे' ही म्हण आपण वाचली आहे आणि आपल्या घरीही तसं सतत सांगितलं जातं. लवकर उठण्याचे उपयोग काय, लवकर उठण्याचा योग्य उपयोग कसा करून घ्यायचा हे आपण बघूया.

सकाळी लवकर उठण्याचे फायदे जाणून घेण्यासाठी आणि इतर गोष्टींची माहिती करून घेण्यासाठी रॉबिन शर्मा यांचे 'फाइव्ह एएम क्लब' हे पुस्तक नक्की वाचा.

यशस्वी लोक लवकर उठतात

अनेक यशस्वी लोकांचं चरित्र आपण वाचलं किंवा त्यांच्या सवयी बघितल्या, तर ते लवकर उठतात आणि लवकर उठून त्यांच्या विषयाला वेळ देतात असं आपल्याला दिसेल. म्हणजे यशस्वी लेखक पहाटे लेखन करतात, सगळे गायक पहाटे उठून रियाज करतात, इतरही अनेक यशस्वी लोक पहाटे उठून आपला दिवस सार्थकी लावतात असं दिसेल.

दिवसाची रचना यशाच्या दृष्टिकोनातून

फक्त पहाटे लवकर उठून चालणार नाही, तर त्या दिवसाची रचना तुम्ही कशी करता तेही महत्त्वाचं आहे. तुम्हाला यश मिळावं अशा दृष्टिकोनातून दिवसाची रचना करा. म्हणजे परीक्षेसाठी अभ्यास मन लावून करा, एखाद्या वक्तृत्व स्पर्धेसाठी भाषणाच्या तयारीचं ध्येय ठरवा किंवा इतर काहीही करा. थोडक्यात सकाळ तुमच्या यशाची मुहूर्तमेढ लावण्यासाठी वापरा.

'कंफर्ट झोन' सोडा

दोस्तांनो, आपल्याला आई-वडील सांगत असतात, की लवकर उठून अभ्यास करा, चांगलं काही तरी करा म्हणून; पण आपल्याला पांघरुणात नुसतं पडून राहायला आवडतं, बरोबर ना? अर्थात छान वाटणारच; पण लवकर जाग येऊनही तुम्ही नुसतेच लोळत असाल तर त्याचा उपयोग काय? तो 'कंफर्ट झोन' सोडा आणि छान फ्रेश होऊन कामाला लागा. अभ्यास करा, काही लेखन करा, वाचन करा. तुमच्या आवडीची कोणतीही गोष्ट करा. पहाटे केलेली गोष्ट जास्त टिकाऊ असते असं तुमच्या लक्षात येईल.

पहिला तास महत्त्वाचा

तुम्ही तुमचा दिवस सुरू करता, तेव्हा त्यातला पहिला तास अतिशय महत्त्वाचा असतो. हा तास तुम्ही आळसात घालवला, तर दिवस आळसात जाईल. हा तास तुम्ही उत्पादक, उपयुक्त बनवलात, तर दिवसही उपयुक्त बनेल.

मोह टाळा

दोस्तांनो, समजा सकाळी लवकर उठण्याची सवय लावून घेतलीत, तर नंतरचे मोह मात्र टाळलेच पाहिजेत बरं का, म्हणजे रात्री जागरणं करणं, मित्रमैत्रिणींशी चॅटिंग करणं वगैरे गोष्टी टाळा. हे मोह तुम्ही जितके टाळाल, तितकी तुमची सकाळी लवकर उठण्याची सवय पक्की होत जाईल.

वेळ सत्कारणी लावा

पहाटे लवकर उठणं चांगलं आहेच; पण पहिल्या तासावर खूप छान काम केलं पाहिजे. त्याचे समजा तीन भाग केले आणि त्यांचा योग्य उपयोग केला, तर उपयुक्त ठरेल. त्यासाठी २०-२०-२० असा फॉर्म्युला तुम्ही वापरू शकता. म्हणजे वीस मिनिटं व्यायामासाठी, वीस मिनिटं काही शिकण्यासाठी, कौशल्य आत्मसात करण्यासाठी आणि वीस मिनिटं मननासाठी किंवा चिंतनासाठी अशा पद्धतीनं तुम्ही हा तास विभागलात, तर त्यामुळे तुमच्यात शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक आणि आत्मिकही बदल जाणवतील. व्यायामामुळे नैराश्य जाईल, आनंदी हार्मोन्समुळे दिवसही आनंदी बनेल. मनन, चिंतनामुळे तुम्हाला काही गोष्टींत बारकाईनं विचार करण्याची सवय लागेल. अनेक समस्यांची उत्तरं मिळतील. आणि अर्थातच सकाळच्या वेळापैकी एकतृतीयांश वेळ अभ्यासासाठी किंवा काही कौशल्यं आत्मसात करण्यासाठी वापरलात तर तो अभ्यास परिणामकारक सिद्ध होईल.

सवयीवर ठाम राहा

कोणतीही सवय तुमच्या जीवनाचा भाग बनण्यासाठी तिच्याबाबत ठाम राहिलं पाहिजे. कोणतीही सवय भिनण्यासाठी ६६ दिवस लागतात, असं विज्ञान सांगतं. त्यामुळे तुमच्या सवयीत सातत्य ठेवा आणि ठाम राहा.

? ५ रक्तवाहिन्यांत रक्त फिरत राहण्यासाठी काय आवश्यक असते?

✔ २ 'श्रावणमासी हर्ष मानसी, हिरवळ दाटे चोहीकडे' या कवितेचे कवी बालकवी आहेत.

संस्कार

सुभाषित

वाचनं ज्ञानदं बाल्ये तारुण्ये शीलरक्षणम् ।
वार्धक्ये दुःखहरणं वाचनं तद् हितावहम् ।।

वाचनामुळे बालपणी ज्ञान मिळते, तरुणपणी व्यक्तिमत्त्व घडते, म्हातारपणी दुख नाहीसे होते. असे वाचन सर्वांनाच हितावह असते.

गीता श्लोक

अफलाकांक्षिभिर्यज्ञो विधिदृष्टो य इज्यते।
यष्टव्यमेवेति मनः समाधाय स सात्त्विकः।।

फलाची आकांक्षा न ठेवता, यज्ञ करणे हे आपले कर्तव्य समजून, शास्त्र विधीप्रमाणे शांतचित्ताने जो यज्ञ करतात तो सात्त्विक यज्ञ असतो.

सुविचार

अनुभव हा आपला सर्वोत्तम शिक्षक आहे.
जोपर्यंत जीवन आहे तोपर्यंत शिकत राहा.
- स्वामी विवेकानंद

दिनविशेष १८ ऑगस्ट

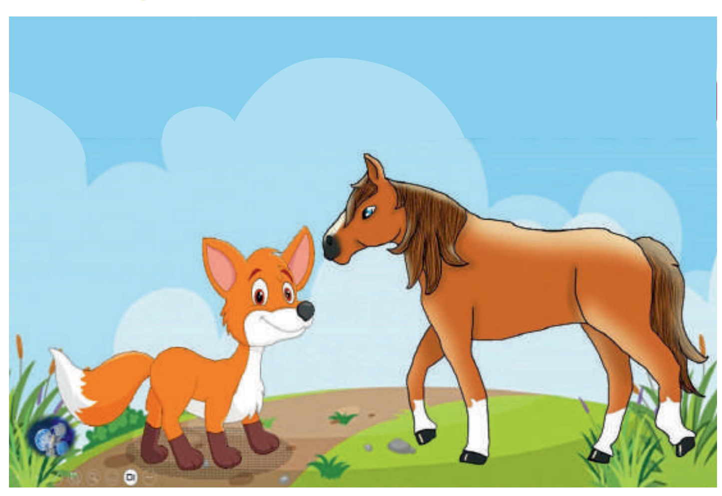
१९९२ : जमिनीवरून जमिनीवर मारा करू शकणाऱ्या मध्यम पल्ल्याच्या 'पृथ्वी' क्षेपणास्त्राची आठवी चाचणी यशस्वी.

२००६ : जागतिक बिलियर्डस विजेता पंकज अडवानी याला २००५चा 'राजीव गांधी खेलरत्न पुरस्कार' जाहीर.

२००९ : भूमिगत जलपातळी उंचावण्यासाठी केलेल्या कार्याबद्दल हिवरे बाजारचे (जि. नगर) सरपंच पोपटराव पवार यांना 'इंटरनॅशनल असोसिएशन ऑफ हायड्रॉलॉजिस्ट'तर्फे विशेष पुरस्कार जाहीर.

बोधकथा

प्रशांत सरुडकर



रिकामी चौकशी

इसाप ग्रीक नीतिकथाकार. तो गुलाम होता. बाजारामध्ये त्याचीही विक्री झाली होती. प्रयत्नवाद आणि विचारशक्तीच्या जोरावर तो गुलामगिरीतून मुक्त झाला आणि त्याने लोकशाही व्यवस्थेच्या संरक्षणासाठी नीतिकथा लिहिल्या. इसवी सन पूर्व सहाव्या शतकात तो होऊन गेला. 'इसाप'च्या नीतिकथांचे लॅटिनमध्ये, 'फाबिले एसोपियाने' हे भाषांतर इ.स.१४७६मध्ये प्रसिद्ध झाले. नंतर इंग्लंडमध्ये कॅक्स्टन यांनी'' द फेबल्स ऑफ इसाप'' हा ग्रंथ प्रकाशित केला. मित्रांनो इसापनितीमधील एक गोष्ट सांगणार आहे. एक घोडा शांतपणे चरत होता. हिरवेगार गवत तो आनंदाने खात होता. तेवढ्यात एका कोल्ह्याने घोड्याला पाहिले. कोल्हा हा इतरांची मजा करणारा प्राणी. तो घोड्याजवळ गेला आणि म्हणाला, ''दादा, तुझे नाव काय?'' घोडा शांतपणे चरत होता. त्याने कोल्ह्याकडे लक्ष दिले नाही व तो थोड्या दूर अंतरावर जाऊन चरू लागला. कोल्हा तिथे गेला आणि पुन्हा त्याने तोच प्रश्न विचारला, ''दादा, तुझे नाव काय?'' घोड्याने पुन्हा दुर्लक्ष केले. परंतु कोल्हाही हट्टाला पेटला होता. त्याने पुन्हा विचारले, ''तुझे नाव काय?'' आता मात्र घोड्याला त्याचा राग आला. यावर घोडा त्याच्याकडे पाहत म्हणाला, ''हे बघ मी निरक्षर आहे. माझे नाव मला माहीत नाही.'' यावर कोल्हा त्याला म्हणाला, ''अरे स्वतःचे नाव तुला माहीत नाही, हे आश्चर्यच आहे! तुला तुझे नाव माहीत असायला हवे आहे.'' याच्यावर घोडा म्हणाला, ''हे बघ, मी निरक्षर असलो, तरी माझे आई-वडील सुशिक्षित होते आणि आपल्या मुलाची पुढे अडचण होईल, हे त्यांना माहीत होते. म्हणून त्यांनी माझ्या मागच्या पायाच्या खुरावर माझे नाव करून ठेवले आहे. तुला उत्सुकताच असेल तर तू वाच.'' कोल्ह्याची उत्सुकता ताणली गेली. तो पाठीमागे गेला. घोड्याने पाय उचलला आणि कोल्हा वाचण्यासाठी समोर झुकताच, घोड्याने जोरात लाथ मारली आणि कोल्ह्याचे तोंड रक्तबंबाळ झाले. त्याच्याकडे पहात घोडा म्हणाला, ''आता पुन्हा पुन्हा माझे नाव विचारण्याची तुला गरज पडणार नाही. कारण माझे नाव कायमस्वरूपी तुझ्या तोंडावर कोरलेले आहे.'' लोकांची टिंगल टवाळी करत, विनाकारण लोकांची मजा आणि खोडी काढणाऱ्या व्यक्तींची कशी फजिती होते.

टाइम मॅनेजमेंट

सुप्रिया पुजारी लाइफ कोच

वेळेच्या नियोजनाचे फायदे

मित्रांनो, मागील लेखात राजाची गोष्ट पहिली. जंगलाने भरलेल्या वनात त्याला जावे लागणार होते. राजाचे पद स्वीकारल्यावर, पहिल्या वर्षी जंगलात जाण्यासाठी योग्य मार्ग तयार करण्यासाठी काही झाडे तोडण्याचे नियोजन आणि अंमलबजावणी सुरू केली. दुसऱ्या वर्षी त्या जंगलाशिवाय धोकादायक प्राण्यांना सुरक्षित ठिकाणी हलवण्याची योजना सुरू केली. पुढे तिसऱ्यावर्षी कष्ट करून शेती सुरू केली आणि आजूबाजूला काही छोटी घरे बनवली. त्या ५ वर्षांत राजाने उत्तम नीतीने वेळेचा योग्य वापर केला. म्हणजेच काय तर आपल्याला वेळ कमी पडत आहे असा विचार करण्यापेक्षा, मिळालेल्या वेळेत आपण काय करतो हे अधिक महत्त्वाचे आहे. वरील गोष्टीमध्ये राजाने मिळालेल्या वेळेत पुढच्या आयुष्याची योजना करून ठेवली. काय नाही आहे यापेक्षा आहे त्या परिस्थितीमध्ये आपण काय करू शकतो याचा विचार करावा. वेळेचे नियोजन फक्त कामापुरता मर्यादित नसून त्याचे आपल्या सर्वांगीण विकासासाठी खूप उपयोग होतो वेळेच्या नियोजनाचे काही फायदे पाहू.

१) आत्मविश्वास : वेळेचे नियोजन केल्यामुळे आत्मविश्वास वाढतो. तुम्ही अधिक सकारात्मक बनता.

२) तणावमुक्ती : वेळेचा योग्य वापर केल्याने तुम्ही तणावमुक्त राहता. कितीही जास्त अभ्यास व इतर कामे आली तरी तुम्ही शांतपणे हाताळू शकता.

३) क्षमता : वेळेचे नियोजन केल्यास तुमच्यामध्ये अमर्याद क्षमता असल्याचे उमजेल.

४) एकाग्रता : एक काम करताना बाकीच्या कामांचे विचार आले की एकाग्रता नष्ट होते. त्यामुळे, वेळ आधीच राखून ठेवला तर हातातील काम एकाग्रतेने संपूर्ण करू शकतो.

वेळेचे नियोजन करण्याआधी त्यातील अडथळे आपण पुढील लेखात समजून घेऊ

लक्षात ठेवा : प्रत्येकाकडे २४ तासच असतात. त्यामध्ये आपण काय करतो हेच तुमचे यश निश्चित करते.

वाचू आनंदे...

प्रेम आणि वागण्याचे संस्कार

शालेय वयात चांगली पुस्तकं वाचणं म्हणजे एक आनंदवारीच असते. कार्टून आणि छोट्या छोट्या फिल्म मनाला आनंद देतात, मनोरंजनही करतात. हे सारं दोन घटका करमणूक इतपतचं असतं. पुस्तकं तुमच्या मनात रेंगाळतात. काही चांगल्या बाबी तुमच्यात रुजवतात. अशाच पुस्तकमालेतील अमोल प्रकाशनाचा हा नवा पुस्तकसंच. क्षिप्रा शहाणे यांच्या कथांचा हा संच आवर्जून वाचावा असा आहे. गोष्ट डेबुची, दिव्यदृष्टी, आगळी वेगळी भाऊबीज, जिज्ञासू पार्थ, समज यासारख्या दहा पुस्तकातल्या एकूण तीस गोष्टी मुलांवर संस्कारांबरोबर नेमकेपणानं शिकवतात. आयुष्यात कसं वागायचं, चांगुलपणा, खरेपणा आणि प्राण्याबद्दल तसेच प्रर्यावरण संरक्षणासाठी झाडांची निगा कशी राखली पाहिजे त्याबाबतही मार्गदर्शन केलंय. प्रत्येक पुस्तकात पूरक अशी सुंदर चित्रे लक्षवेधक आहेत.

हाक वसुंधरेची

ऋतू, ऋतुमान...

पृथ्वीचा गोळा खूप उष्ण असताना पाण्याची वाफ सतत वातावरणात जात असे, तिथे तिचे द्रवीभवन होऊन पाऊस कोसळत होता, विजा सतत चमकत होत्या. ज्वालामुखींचे उद्रेक सुरू होते. एकंदरीत हवामान-ऋतुमान उग्र व अनिश्चित होते. अशा प्रकारच्या ऋतुमानात सजीव सृष्टीचा उगम शक्यच नव्हता. त्यानंतर पृथ्वी हळूहळू थंड होत गेली. ऋतुमान उबदार राहायला सुरुवात झाली. त्या दरम्यान पृथ्वीवर सतत रासायनिक प्रक्रिया होतच राहिल्या. त्यातून काही रसायने समुद्राच्या पाण्यात साठत गेली आणि त्यातून एक थोडीशी दाट अशी लापशी तयार झाली यालाच आपण 'प्रिमॉर्डिअल सूप' म्हणतो.

यातूनच एकपेशीय सूक्ष्मजीव निर्माण झाले. या सूक्ष्मजीवांच्या कडून आणि शेवाळ्यासारख्या वनस्पतीकडून टाकाऊ म्हणून बाहेर पडलेला ऑक्सिजन वातावरणात साठून राहू लागला. त्याचा उपयोग करून त्याच्यावर अवलंबून असणाऱ्या इतर सजीवांची उत्पत्ती झाली. गेल्या २६ लाख वर्षापासून पृथ्वीच्या ऋतुमानाचा इतिहास हा असा आहे. म्हणजे काय तर हवामान अतिशय थंड किंवा अतिशय उष्ण असेच राहिले आहे. आजचे उबदार ऋतुमान फक्त गेल्या अकरा हजार वर्षापासून आहे. पृथ्वीवरचे ऋतुमान थोडे स्थिरस्थावर झाल्यानंतर व सजीवांच्या अस्तित्वानंतर, पृथ्वीचे स्वतःभोवती फिरणे आणि सूर्याभोवती फिरणे यातून घडून येणाऱ्या हवामान बदलामुळे होणारे ऋतुचक्रे नियमित झाली. पृथ्वीच्या कुठल्या भागांमध्ये सजीव आहेत त्यावर अवलंबून वेगवेगळ्या सजीवांच्या वेगवेगळ्या जीवनपद्धती विकसित झाल्या. त्याची माहिती पुढील भागात घेऊयात.

गुड मॅनर्स

खिलाडू वृत्ती हवी

मित्रांनो, खेळ खेळताना खिलाडूवृत्ती असली पाहिजे. मुळात आयुष्यात सर्वच ठिकाणी ही वृत्ती गरजेची आहे. खेळात जिंकणं महत्त्वाचं असलं, तरी तिथंही 'मॅनर्स' विसरून कसं चालेल?. खेळताना दुसऱ्याला चिडवणं, खिजवणं ही गोष्ट पूर्णपणे चुकीचीच आहे. काही मित्र-मैत्रिणी जिंकण्यासाठी फसवाफसवी करतात, दुसऱ्यांना त्रास देतात, चुकीच्या गोष्टींचा वापर करतात. असं करून तुम्ही जिंकलात तर त्याला काय अर्थ? तुम्ही कोणत्याही खेळात जिंकलात, तर त्यामुळं तुमचे हात आभाळाला टेकले असं वागू नका आणि हरलात तर त्यामुळं मित्र-मैत्रिणींवर राग तर अजिबात काढू नका. जिंकणाऱ्या व्यक्तींचं अभिनंदनही केलं पाहिजे हे कायमस्वरूपी लक्षात ठेवा. खेळाचा आनंद स्वतः घेतला पाहिजे आणि दुसऱ्यालाही दिला पाहिजे. खेळात पराभव झाला, तर त्यामुळं जवळच्या मित्रांना शत्रू बनवू नका. जिंकलात तरी त्याच्या आनंदात त्यांना दूर लोटू नका. खेळताना बरोबरच्या मित्र-मैत्रिणींनाही प्रोत्साहन द्या. तुम्ही त्यांना प्रोत्साहन दिलंत, तर तुम्हालाही ते प्रतिसाद देतील. एखादा स्पर्धक सारखा हरतोय असं वाटलं, तर त्याच्यावर सारखंसारखं राज्य देऊ नका. उलट त्याला खेळाचे नियम किंवा त्यातले स्मार्ट फंडे समजावून सांगा. खेळात स्वतः जिंकणं जितकं महत्त्वाचं, तितकंच दुसऱ्यालाही कधी तरी जिंकू देणं हेसुद्धा महत्त्वाचं... शेवटी खेळ काय एका दिवसापुरता असतो, परंतु मित्र-मैत्रिणी कायमसाठी असतात, बरोबर ना? त्यामुळं तुम्ही खेळाशिवाय इतरत्र वागतानाही खिलाडूवृत्ती जरूर बाळगा.

योग जीवन

मनाली देव

बद्धहस्त गोमुखासन

आपण बैठक स्थितीमधील सोपे परंतु उपयुक्त आसन पाहणार आहोत. गोमुखासन किंवा बद्धहस्त गोमुखासन यामध्ये शरीराचा आकार गायीच्या मुखाप्रमाणे दिसतो म्हणून यास गोमुख असे संबोधले जाते.

असे करावे आसन

- प्रथम दोन्ही पाय सरळ करून ताठ बसावे.
- उजवा पाय गुडघ्यात वाकून आतील बाजूला घ्यावा.
- उजव्या पायाची टाच डाव्या बाजूच्या शरीराजवळ असावी. त्यानंतर दुसरा पाय याच पद्धतीने गुडघ्यात वाकून उजव्या पायाच्या मांडीजवळ घ्यावा.
- दोन्ही पायाचे गुडघ्यावर गुडघे येतील अशी स्थिती असावी.
- जो पाय वर आहे तो हात वरच्या दिशेला घ्यावा. यामध्ये डावा पाय वर घेतलाय म्हणून डावा हात वरती घेऊया.
- डावा हात कोपरात वाकवून पाठीच्या दिशेला घ्यावा त्यानंतर उजवा हात खालच्या बाजूने वाकवून पाठीकडे घ्यावा.
- दोन्ही हाताची बोटे एकमेकात गुंफावी. मान व पाठ ताठ असावी.
- नजर स्थिर असावी. श्वसन संथ सुरू ठेवावे. छायाचित्राप्रमाणे आसनस्थितीचा प्रयत्न करावा.

फायदे :

- या आसनाच्या सरावाने रक्त प्रवाह सुरळीत होतो.
- खांद्याचे स्नायू व शिरा मोकळ्या होतात.
- पाठीच्या कण्यालाही ताण बसतो.
- शरीराची पुढची बाजूही छान ताणली गेल्याने फुफ्फुसे, हृदय, पोटातील अवयवांचे कार्य सुधारते.
- श्वसनाशी संबंधित त्रास कमी होतात.
- आत्मविश्वास वाढतो. भीती कमी होते.
- पायाला ताण बसल्याने पायाचे स्नायू अधिक सक्षम होतात.

काळजी :
गुडघ्याचा त्रास आहे त्यांनी हे आसन करू नये.

❓ ६ पंकज अडवानीला कोणत्या वर्षी खेलरत्न पुरस्कार मिळाला?

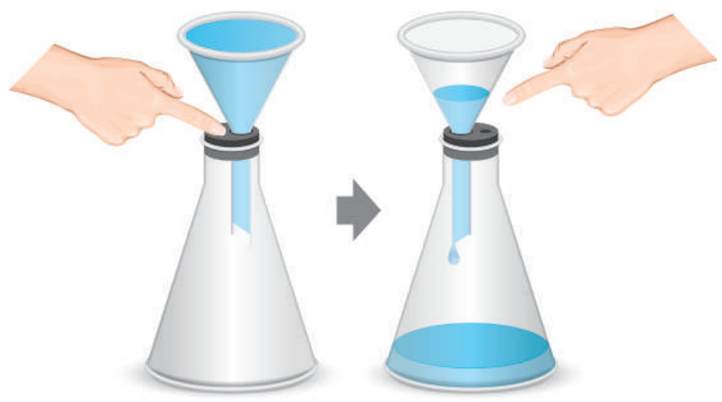
✅ ३ 'इनसाइड आउट' हा सिनेमा २०१५मध्ये प्रदर्शित झाला.

घरच्या घरी प्रयोगशाळा...!

— अशोक तातुगडे

मित्र-मैत्रिणींनो, आज आपण करायला खूप सोपे सोपे असे दोन प्रयोग करणार आहोत. या सोप्या प्रयोगातूनही विज्ञानाची काही मूलतत्त्वे समजावून घेणार आहोत.

एक प्रयोग आहे 'हवे' आणि दुसरा आहे 'प्रकाशा' विषयी.



हवेचे अस्तित्व आणि शक्ती

या प्रयोगातून आपण दोन तत्त्वे शिकणार आहोत. एक म्हणजे 'हवा' हा पदार्थ आहे आणि तो जागा व्यापतो. तो डोळ्यांना दिसत नसला तरी. दुसरं आहे हवेला 'शक्ती' असते. हवा तिच्यापेक्षा जास्त वजन असलेल्या पाण्यालाही वर ढकलू शकते. या प्रयोगासाठीचे साहित्य अगदीच सहज आपल्याला घरातच मिळणारे आहे.

साहित्य :

- साधारण एक लिटर पाणी मावेल अशी रिकामी बाटली. एक नरसाळे. नरसाळ्यात पाणी ओतण्यासाठी एक मग.

कृती :

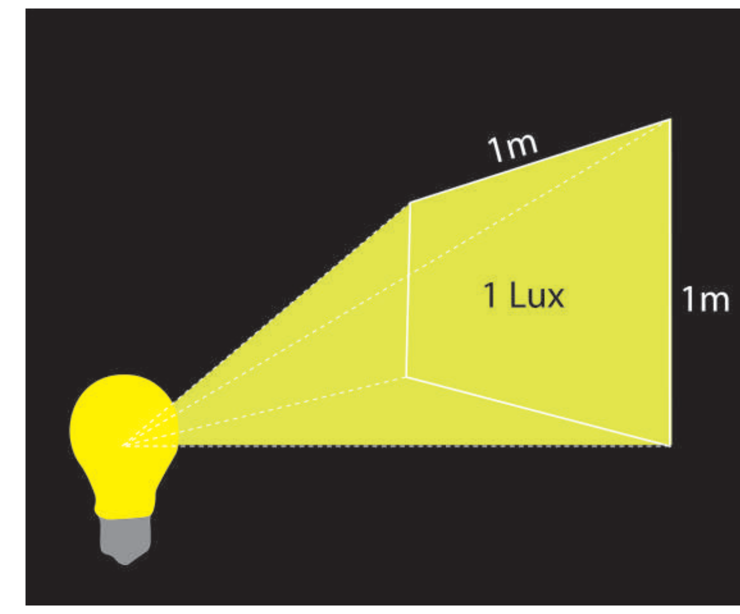
- प्रथम नरसाळे बाटलीच्या तोंडावर ठेवून नरसाळे जिथे बाटलीच्या तोंडाला चिकटले आहे तिथे चिकन माती असेल तर किंवा एम.सील. लावून ती तिथून पाणी जाणार नाही अशी हवा बंद करून घ्यावी.
- अगदी सेलोटेप लावूनही बाटली आणि नरसाळे हवा बंद करता येतील. आता मगमध्ये पाणी भरून घेऊन पाणी नरसाळ्यातून बाटलीत हळूहळू पडेल असे सोडा.
- काय होते ते लक्षपूर्वक पहा. काही वेळ पाणी बाटलीत पडेल, त्यानंतर पाणी बाटलीत पडणे बंद होईल, जरी बाटलीत जागा असेल तरी, नरसाळे भरून पाणी नरसाळ्याच्या बाहेर वहायला लागेल.

यावरून आपल्याला दोन गोष्टींचे अनुमान काढता येते. एक निष्कर्ष म्हणजे हवा हा पदार्थ आहे आणि तो जागा व्यापतो. पाणी जेव्हा, बाटलीत जागा असूनही, आत जाऊ शकत नाही आणि नरसाळ्यातून बाहेर वहायला लागते याचा अर्थ बाटलीतील रिकामी जागा हवेने व्यापलेली आहे.

याबरोबरच दुसरा निष्कर्ष निघतो की बाटलीत असलेल्या हवेला शक्तीही आहे. वरून पडणाऱ्या पाण्याच्या शक्तीपेक्षा जास्त असल्यामुळे पाणी आत शिरू शकत नाही. खरंतर हवेपेक्षा वजन जास्त असल्यामुळे पाणी बाटलीत शिरायला हवे होते. परंतु हवेला बाहेर जाण्याचा मार्ग नसल्यामुळे आतल्या हवेच्या दाबामुळे शक्ती निर्माण होते. हीच शक्ती पाण्याला बाटलीत शिरू देत नाही.

आहे ना गंमतशीर प्रकार.

मित्रांनो घरच्या घरी फक्त एका कागदाच्या साहाय्याने दिव्यांच्या प्रकाशाची प्रखरता मोजता येईल असे यंत्र बनवता येते, असे सांगितल्यावर तुम्हाला आश्चर्याचा धक्काच बसेल ना?
चला तर बनवूया हे यंत्र.



दिव्याची प्रखरता मोजणारे यंत्र...

साहित्य :

- वेगवेगळ्या प्रखरतेचे दोन दिवे. (वेगवेगळ्या म्हणजेच २० आणि ६० वॉट्सचे)

कृती :

- दिवे दोन टेबल लॅम्पमध्ये लावून एका मोठ्या टेबलवर टेबलाच्या टोकाला ठेवा.
- त्याआधी ए-४ आकाराचा एक पांढरा स्वच्छ कागद घेऊन त्याच्या मध्यभागावर २-३ तेलाचे थेंब टाकून थोडेसे गोलाकार पसरवा. तेल जास्त वाटत असल्यास टिपकागदाने शोषून घ्या. थोडावेळ हा डाग सुकू द्या.
- आता खोलीत अंधार करून घ्या. दोन्ही टेबल लॅम्प लावा. त्यांच्या मध्यावर डाग असलेला कागद धरून दोन्ही दिव्यांच्यामध्ये असा हलवा की काही एका विशिष्ट अंतरावर डाग दिसेनासा होईल. डाग जिथे दिसेनासा होतो तिथे एक खूण करा. त्या खुणेपासून दोन्ही दिव्यांचे अंतर मोजा.
- दोन्ही दिव्यांची प्रखरता वेगळी वेगळी असेल तर कागदाची डाग दिसेनासा होण्याची जागा दोन्ही टेबल लॅम्पच्या बरोबर मध्यावर असणार नाही. हे अंतर टेपच्या साहाय्याने मोजा.
- समजा एक दिवा-अ कागदापासून दोन फूट अंतरावर आहे. दिवा-ब तीन फूट अंतरावर आहे. यांच्यातला प्रखरतेचा संबंध आपल्या एक गणिताने कळू शकतो. 'अ' दिव्याचे अंतर दोन फूट आहे आणि 'ब' दिव्याचे अंतर आहे ३ फूट आहे.
- आता दोन्हींचे वर्ग घ्या. म्हणजे २x२ =४ आणि ३x३=९ .

आता ९÷४= २.२५ हे गुणोत्तर येईल. याचाच अर्थ 'ब' दिवा हा 'अ' दिव्यापेक्षा २.२५पटीने प्रखर आहे. थोडक्यात म्हणजे जिथे कागदावरचा डाग दिसेनासा होतो तिथपासून ज्या दिव्याचे अंतर जास्त त्याची प्रखरता जास्त.

हा प्रयोग तुम्ही वेगवेगळ्या वॉट्सचे दिवे लावून वेगवेगळी निरीक्षणे नोंदवा. मजा येईल तुम्हाला सोपा प्रयोग करताना.

अॅप माझे

वैभव गाटे

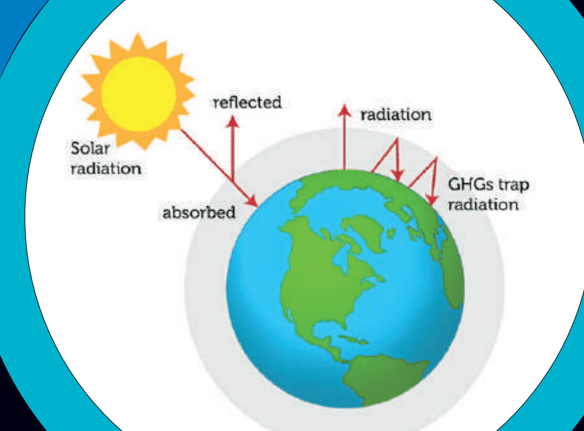
गणित, विज्ञानाच्या गोडीसाठी!

शाळेमध्ये गणित, विज्ञान या विषयांचे धडे शिकल्यावर त्याचा सरावही आवश्यक असतो. हा सराव आपण घरच्या घरी अगदी सोप्या भाषेत, सोप्या पद्धतीने, नोट्स आणि व्हिडिओच्या स्वरूपात करू शकतो. त्यासाठी आपल्याला मदत करेल 'सीके-१२' हे संकेतस्थळ. आकृत्या, आलेख, तक्ते या माध्यमातून गणित, विज्ञानाच्या संकल्पना विद्यार्थ्यांना समजून सांगण्याचा प्रयत्न यात करण्यात आला आहे.

काय आहे 'सीके-१२'?

गणितातील पूर्णांक, अपूर्णांक किंवा विज्ञानातील ऊर्जा, उत्सर्जन अशा अनेक संकल्पना येथे उपलब्ध आहेत. या संकेतस्थळावर 'सीबीएसई'च्या इयत्ता सहावीपासून बारावीपर्यंतच्या गणित, विज्ञान, रसायनशास्त्र, जीवशास्त्र, भैतिकशास्त्राच्या अभ्यासक्रमाचा समावेश केलेला आहे.

गणित, विज्ञान शिकण्यासाठी क्यूआर कोड स्कॅन करा.



वैशिष्ट्ये

- कठीण संकल्पना समजावून सांगण्यासाठी व्हिडिओ
- आलेख, तक्ते, छायाचित्र, आकृत्यांचा वापर
- अॅनिमेटेड व्हिडिओंचाही वापर
- मजकूर हायलाइट करून ठेवण्याची सुविधा
- धडा शिकल्यानंतर त्यांचा सारांश
- विषय किती समजला हे पाहण्यासाठी प्रश्न-उत्तरांचा टास्क
- प्रश्नांची उत्तरे देताना काही अडचणी आल्यास हिंट देण्यासाठी एआय ट्यूटर
- जगाचा इतिहास, अर्थशास्त्र यासंबंधीही धडे

cK-12

कोठे उपलब्ध?
'सीके-१२' संकेतस्थळ

कोठे वापरता येईल?
संगणक, मोबाईल, टॅब

कोण वापरू शकते?
६ वी ते १२वी पर्यंतचे विद्यार्थी

किंमत
सर्वांसाठी मोफत

पुस्तकांचा खजिना

अभ्यासाबरोबरच आपले मनोरंजनही व्हावे, असे सर्वांनाच वाटते. ते आपण गोष्टींची पुस्तके वाचत किंवा ऐकत केले तर? सत्यकथा, काल्पनिक कथा, सुपर हिरो, पक्षी-प्राण्यांबद्दलच्या गोष्टी यांसारख्या अनेक कथा आपल्याला 'ऑक्सफर्ड आउल' उपलब्ध करून देते. पुस्तकांचा खजिना असलेले हे संकेतस्थळ तुम्हाला नक्कीच वाचनाची गोडी लावेल.

काय आहे 'ऑक्सफर्ड ओव्ल'?

ऑक्सफर्ड युनिव्हर्सिटी प्रेसने ही ई-बुक लायब्ररी विद्यार्थ्यांसाठी उपलब्ध करून दिली आहे. विविध विषयांवरील पुस्तके, यासह इंग्रजी, गणित शिकण्यासाठी 'ऑक्सफर्ड आउल'चा वापर तुम्ही करू शकतात. विशेष म्हणजे, यात आपल्या वयानुसार आपल्याला हवी असलेली पुस्तके निवडता येतात. शिवाय हसत-खेळत विविध अॅक्टिव्हिटींचा आनंदही लुटता येतो. यासाठी मोफत अॅक्टिव्हिटी शीट्सही उपलब्ध आहेत.

वैशिष्ट्ये

- हजारो पुस्तकांचा खजिना.
- भरपूर कार्टून्सचा वापर.
- वाचनासह कथा ऐकण्यासाठीही उपलब्ध.
- पुस्तकांतील वाक्य हायलाइट करता येतात.
- वाचन थांबविताना बुकमार्कचा पर्याय वापरता येतो.
- पुस्तकांची आकर्षक रचना.
- वाचताना जाहिरातींचा अडथळा नाही.
- गणित, इंग्रजी शिकण्यासाठीही भरपूर पुस्तके, अॅक्टिव्हिटी.
- कवितांची पुस्तकेही उपलब्ध.

कोठे उपलब्ध?

- ऑक्सफर्ड आउल संकेतस्थळ

कोठे वापरता येणार?

- संगणक, टॅब

कोण वापरू शकतो?

- ३ ते ११ वर्षे वयोगट

किंमत

- काही पुस्तके निःशुल्क, काही सशुल्क

पुस्तके वाचण्यासाठी क्यूआर कोड स्कॅन करा.

? ७ 'सीके-१२' हे संकेत स्थळ कोणत्या वर्गातील विद्यार्थ्यांसाठी आहे?

✓ ५ रक्तवाहिन्यांत रक्त फिरत राहण्यासाठी पाणी आवश्यक असते.

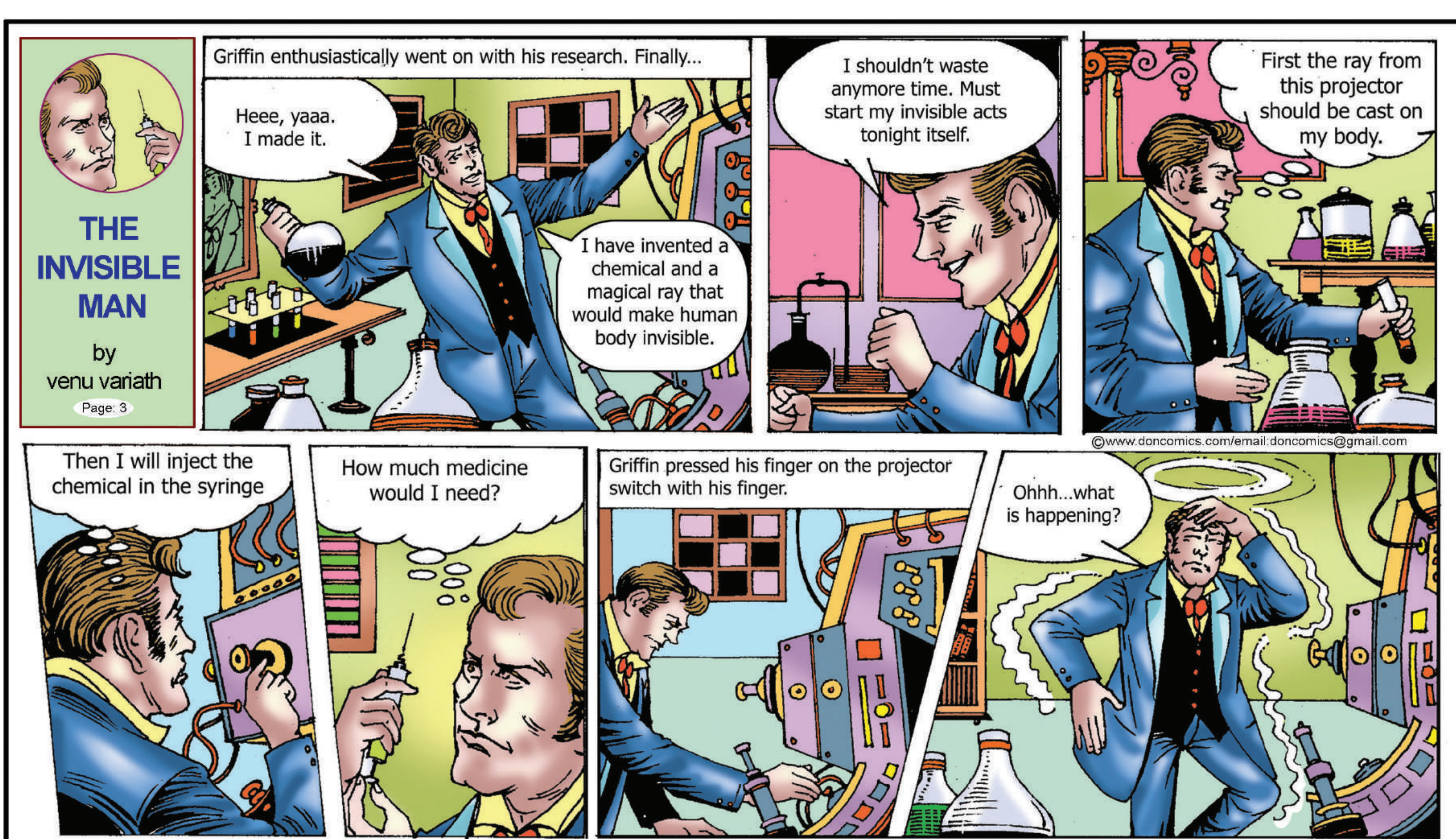
हिममानव राल्फ

नायक म्हटलं, की त्याला डिवचणारा खलनायक आलाच! मग, चित्रपट असो, मालिका असो किंवा कार्टूनपट. कार्टून नेटवर्कवरील लोकप्रिय ‘वुई बेअर बेअर्स’ कार्टून मालिकेतील राल्फ नावाचे पात्र खलनायकाची आठवण करून देतो. तो बेअर्स भावंडांच्या अनेक शत्रूंपैकी एक असतो. राल्फ हिममानव असून, तो मनुष्य आणि प्राण्यांचा खोड्या काढत आनंद घेणारा असतो. या मालिकेतील अन्य पात्र चार्ली हा राल्फचा मित्र.

चार्लीला राल्फचे व्यक्तिमत्त्व आपल्याशी मिळतेजुळते असल्याचे वाटत असते, म्हणूनच त्यांची मैत्री होते. मात्र, चार्ली त्याच्याइतका वाईट विचार करणारा नसतो. राल्फ हा बलदंड आणि उंच असतो. त्याच्या मिशा चार्लीसारख्याच असतात. राल्फ खुनशी आणि फाजील आत्मविश्वास बाळगणारा आहे. इतरांचा तो कधीही विचार करत नाही. लोकांना त्रास देत आसुरी आनंद मिळवत असतो. त्यामुळे चार्लीचा त्याच्यापुढे निभाव लागत नाही. तो सतत चांगले सांगण्याचा प्रयत्न करत असतो, पण ऐकेल तो राल्फ कसला! राल्फचे व्यक्तिमत्त्व एखाद्या मसलमॅनसारखे असते. त्याच्या खोड्या एवढ्या धोकादायक असतात, की प्रसंगी एखाद्याचा जीवदेखील जाऊ शकतो. तो एका मालिकेत म्हणतो, की Just kidding. Get Dunked on! अशा प्रवृत्तीचा राल्फचा राग आल्याशिवाय राहत नाही. वुई बेअर बेअर्सच्या ‘राल्फ’ या भागचे कथानक पाहिल्यास राल्फचा स्वभाव कळतो. पर्यटकांचा घोळका जंगलात फिरायला येतो. या घोळक्याकडे राल्फ आणि मित्र चार्लीचे लक्ष जाते. मग काय, राल्फच्या खोड्या सुरू होतात. तो त्रास देऊ लागतो. त्यांची छेडछाड करत हैराण करतो. तो बेअर बंधू गिझ्झली, पांडा आणि आइस बेअरनाही सोडत नाही. राल्फ त्यांच्या घरात जातो आणि त्यांना छळतो. त्यांचे जेवण फस्त करतो आणि पंजा लढविण्याच्या शर्यतीत हरवतो. शेवटी त्याचा मोर्चा पुन्हा जंगलाकडे वळतो. पर्यटक जेव्हा जंगलातील एका झुलत्या पुलावरून जात असतात, तेव्हा तो त्यांना पाडण्याचे ठरवतो. राल्फ हा पुलाची दोरी तोडतो, मात्र चार्ली तो दोरी पकडून ठेवतो. त्यामुळे पर्यटक कसेबसे वाचतात. अशावेळी चार्लीच संकटात सापडतो, पण त्याची तमा न करता राल्फ निघून जातो. अखेर बेअर बंधू चार्लीला वाचवतात.

— अरविंद रेणापूरकर

वुई बेअर ब्रेअर्स या मालिकेतील तीन पात्र ग्रिझ्झली, पांडा आणि आइस बेअरबद्दल तुम्ही ऐकलेच असणार. या तिघांची व्यक्तिमत्त्वे, त्यांच्या आवडीनिवडी आणि हुशारीने केलेल्या करामतींबद्दल वाचायला तुम्हाला नक्कीच आवडेल. त्याबद्दल आपण पुढच्या भागात आणखी जाणून घेऊयात.



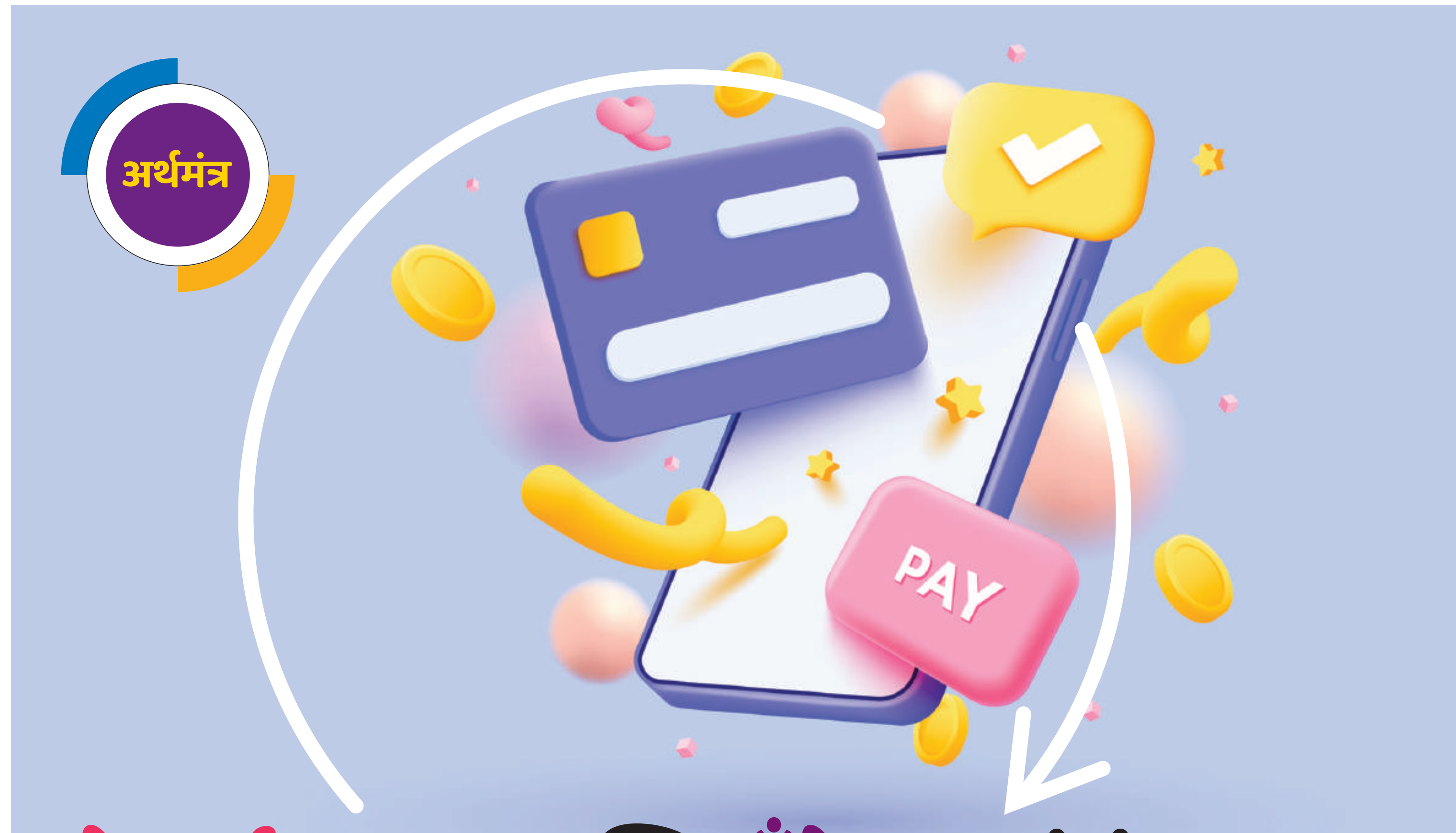
? ८ राल्फच्या कथेत बेअर बंधू कोणाला वाचवतात?

✓ ४ सिटीकुला कॅमरी हे पोपट या पक्षाचे शास्त्रीय नाव आहे.

कर्ज म्हणजे काय?

दोस्तांनो, 'आपण घर कर्जाऊ घेतलं आहे', 'गाडीसाठी कर्ज घेतलं आहे', 'घरासाठीचे हप्ते फेडायचे आहेत'... अशी वाक्यं कधी तुम्ही आई-बाबांकडून ऐकली असतील, किंवा इतर ठिकाणीही कानावर पडली असतील. कर्ज हा शब्द आपण अनेक ठिकाणी ऐकतो; पण कर्ज ही मुळात संकल्पना आहे तरी काय, असा प्रश्न तुम्हाला पडला असेल ना?

कर्ज म्हणजे एका संस्थेनं दुसऱ्या संस्थेला किंवा व्यक्तीला दिलेली रक्कम. म्हणजे आपल्यासारखे सर्वसामान्य लोक असतात ते बँकेकडून, किंवा काही आर्थिक संस्थांकडून अशी रक्कम घेतात. ही रक्कम गाडीसाठी असू शकते, घरासाठी असू शकते, किंवा इतर कोणत्या कारणांसाठी असते. कर्ज कुणीही देऊ शकत नाही, ती संस्था विविध नियमांनुसार वैध असावी लागते. उदाहरणार्थ बँक. बँकांना सरकारनं या कामासाठी नियुक्त केलेलं असतं, किंवा त्यांनी विविध निकषांची पूर्तता केल्यामुळे त्यांच्याकडे कर्ज देण्याचं काम सोपवलेलं असतं. आता हे सगळं खूप क्लिष्ट असल्यामुळे ते आपण सोडून देऊ- आपण तूर्त इतकंच लक्षात ठेवू, की कर्ज म्हणजे एका संस्थेनं दुसऱ्या संस्थेला किंवा व्यक्तीला दिलेली रक्कम. अर्थातच ही रक्कम विनामूल्य नसते. ती परत द्यायची असते. ती एकरकमी परत देता येते, किंवा त्या रकमेचे वेगवेगळे हप्ते करून ती परत करता येते. फक्त इतकंच नाही, तर या दिलेल्या कर्जासाठी संबंधित संस्थेला विशिष्ट शुल्क द्यावं लागतं. त्याला म्हणतात व्याज. हे व्याज दर साल दर शेकडा अशा पद्धतीनं आकारलं जातं. हे व्याज किती असावं त्याचेही काही निकष आहेत. कुणालाही कसंही व्याज आकारता येत नाही, बरंका.



मोबाईलचा आणि बँकेचा संबंध काय?

दोस्तांनो, कधी तुमच्या आई-बाबांना दुसऱ्या गावात राहणाऱ्या आजीचा किंवा आजोबांचा फोन येतो. तिला काही पैशांची आवश्यकता असते. आई किंवा बाबा मग काही लगेच बँकेत जात नाहीत. ते त्यांच्या मोबाईलमध्ये काही तरी करतात आणि मग आजी किंवा आजोबा त्यांना पैसे मिळाल्याचा फोन करतात. केवळ काही मिनिटांत आई किंवा बाबा मोबाईलवर असं काय करतात, की त्यामुळे थेट दुसऱ्या गावाला पैसे मिळतात? तुम्हालाही असा प्रश्न पडला असेल ना?

दोस्तहो, ही किमया आहे मोबाईल बँकिंगची. जेव्हा बँकेत खातं उघडलं जातं, तेव्हा मोबाईल नंबर देणं आवश्यक असतं. हा मोबाईल क्रमांक तुमच्या खात्याला लिंक केला जातो. त्यामुळे बँकेत असलेल्या खात्यात जे जे काही व्यवहार होतात त्यांची माहिती मोबाईलवर मिळते. तुम्ही बघितलं आहे का, तुम्ही कधी पालकांबरोबर एटीएम केंद्रात जाता, तेव्हा पैसे काढल्यावर लगेच बाहेर येईपर्यंत किती पैसे काढले गेले त्याचा, खात्यात किती पैसे शिल्लक आहेत त्याचा मेसेज येतो. कधी त्यांनी एखादा चेक भरलेला असतो, त्याची रक्कम खात्यातून वळती झाली, तरी त्याचा मेसेज लगेच येतो. त्यामुळे मोबाईल आणि बँक खातं याचं नातं अशा प्रकारे तयार होतं.

पण मोबाईलमधून, किंवा लॅपटॉपवरून किंवा कंप्युटरवरून पैसे कसे पाठवता येतात? ते पाठवण्यासाठी काही विशिष्ट तंत्रज्ञानांचा वापर केला जातो बरंका. या तंत्रज्ञानांची नावं आहेत

- एनईएफटी
- यूपीआय
- आयएमपीएस
- आरटीजीएस

या सगळ्या तंत्रज्ञानांची माहिती आपण नंतर बघत राहूच; पण या तंत्रज्ञानांचा वापर करून एका खात्यातून दुसऱ्या खात्यात पैसे पाठवता येतात. प्रत्येक तंत्रज्ञानात पैसे पाठवण्याची पद्धत वेगळी असते. किती पैसे पाठवायचे त्याचे लिमिट असते आणि पैसे किती वेळाच पोचणार हेसुद्धा प्रत्येक तंत्रज्ञानानुसार बदलतं. आपण तूर्त एवढंच लक्षात ठेवू, की आई-बाबा याच तंत्रज्ञानांचा वापर करून पैसे पाठवतात. **ही वेगवेगळी तंत्रज्ञानं कोणत्याही डिजिटल उपकरणांचा वापर करून वापरता येतात. त्यामुळे बँकिंगचे हे व्यवहार कंप्युटर, लॅपटॉप, टॅब, मोबाईल अशा कशावरही करता येतात. मात्र, मोबाईल हे अगदी हातातलं उपकरण असल्यामुळे बहुतांश जण मोबाईलचा वापर करतात.** अनेक बँकांच्या ऑनलाइन सेवा असतात, त्यांचे क्रमांक असतात. या क्रमांकांना कॉल करूनसुद्धा अनेक व्यवहार करता येतात. त्यामुळे तुम्ही बघितलंसुद्धा असेल, की बाबांना मोबाईलवरून बँकेचा काही तरी व्यवहार करायचा आहे, त्यासाठी त्यांनी बराच काळ मोबाईलला कान लावले आहेत आणि ते मोबाईलच्या कीपॅडवर काही आकडेसुद्धा टाइप करत आहेत.

मोबाईलमुळे बँकिंगच्या सेवा ग्राहकांच्या हातात आल्या आहेत. स्वतःला मोबाईलचा वापर करून बँकिंग व्यवहार करणं आत्ता शक्य नसलं आणि या वयात त्यात जोखीमसुद्धा असली, तरी नंतर मोठे झाल्यावर तुम्हाला या सेवा वापरता येतील. कदाचित तुम्ही मोठे होईपर्यंत या सेवा आणखी सुलभ आणि जलद होतील किंवा नवीन तंत्रज्ञानसुद्धा विकसित होईल, कुणी सांगावं? तूर्त एवढंच लक्षात ठेवू, की मोबाईलवरून बहुतांश सर्व प्रकारचे बँकिंग व्यवहार करता येतात.

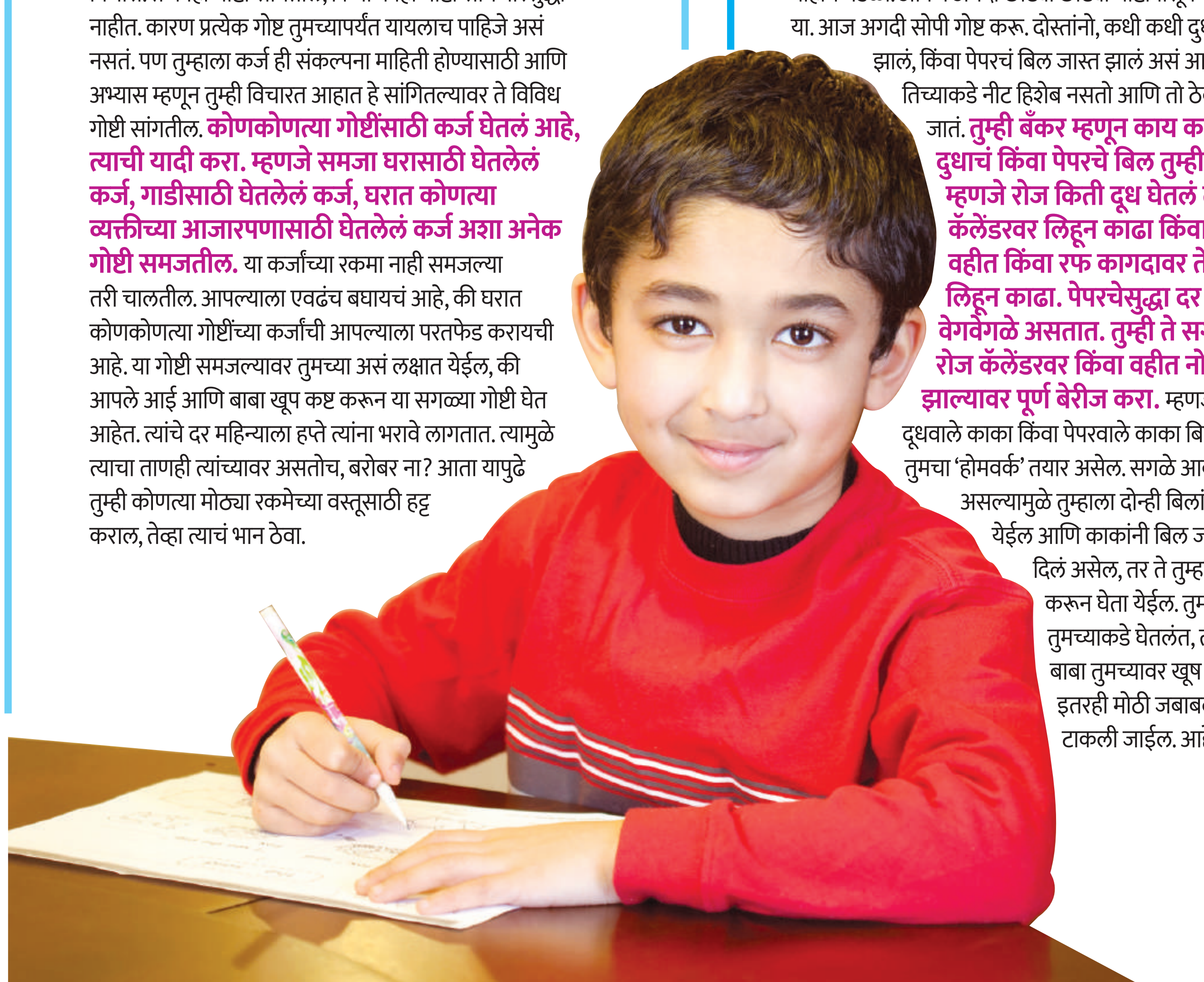
हे करा...

कर्जांची माहिती घ्या

कर्ज म्हणजे काय हे तर तुम्ही बघितलं. आता थोडा घराचा अभ्यास करू या? तुमच्या घरात अनेक गोष्टींसाठी कर्ज घेतलेलं असतं. तुम्ही आईला किंवा बाबांना कोणकोणती कर्जं आहेत हे विचारा. ते काही गोष्टी सांगतील, किंवा काही गोष्टी सांगणारसुद्धा नाहीत. कारण प्रत्येक गोष्ट तुमच्यापर्यंत यायलाच पाहिजे असं नसतं. पण तुम्हाला कर्ज ही संकल्पना माहिती होण्यासाठी आणि अभ्यास म्हणून तुम्ही विचारत आहात हे सांगितल्यावर ते विविध गोष्टी सांगतील. **कोणकोणत्या गोष्टींसाठी कर्ज घेतलं आहे, त्याची यादी करा. म्हणजे समजा घरासाठी घेतलेलं कर्ज, गाडीसाठी घेतलेलं कर्ज, घरात कोणत्या व्यक्तीच्या आजारपणासाठी घेतलेलं कर्ज अशा अनेक गोष्टी समजतील.** या कर्जांच्या रकमा नाही समजल्या तरी चालतील. आपल्याला एवढंच बघायचं आहे, की घरात कोणकोणत्या गोष्टींच्या कर्जांची आपल्याला परतफेड करायची आहे. या गोष्टी समजल्यावर तुमच्या असं लक्षात येईल, की आपले आई आणि बाबा खूप कष्ट करून या सगळ्या गोष्टी घेत आहेत. त्यांचे दर महिन्याला हप्ते त्यांना भरावे लागतात. त्यामुळे त्याचा ताणही त्यांच्यावर असतोच, बरोबर ना? आता यापुढे तुम्ही कोणत्या मोठ्या रकमेच्या वस्तूसाठी हट्ट कराल, तेव्हा त्याचं भान ठेवा.

मी घरचा बँकर

दोस्तांनो, आपण आर्थिक गोष्टींची माहिती करून घेत आहोत, तर मग तुम्ही जबाबदारीही घेतली पाहिजे, बरोबर ना? तुम्ही घरचा बँकरच बनता का? एकदम सोपं आहे. फार मोठं काही करायची नाहीये मंडळी. आपण अगदी छोट्या छोट्या गोष्टींपासून सुरुवात करू या. आज अगदी सोपी गोष्ट करू. दोस्तांनो, कधी कधी दुधाचं बिल जास्त झालं, किंवा पेपरचं बिल जास्त झालं असं आई म्हणते; पण तिच्याकडे नीट हिशेब नसतो आणि तो ठेवणं अवघडसुद्धा जातं. **तुम्ही बँकर म्हणून काय करायचं, की हे दुधाचं किंवा पेपरचे बिल तुम्हीच तयार करा. म्हणजे रोज किती दूध घेतलं त्याचा आकडा कॅलेंडरवर लिहून काढा किंवा एखाद्या वहीत किंवा रफ कागदावर ते आकडे लिहून काढा. पेपरचेसुद्धा दर अनेकदा वेगवेगळे असतात. तुम्ही ते सगळे रोजच्या रोज कॅलेंडरवर किंवा वहीत नोंदवा. सगळं झाल्यावर पूर्ण बेरीज करा.** म्हणजे नंतर जेव्हा दूधवाले काका किंवा पेपरवाले काका बिल देतील, तेव्हा तुमचा 'होमवर्क' तयार असेल. सगळे आकडे तुमच्याकडे असल्यामुळे तुम्हाला दोन्ही बिलांची तुलना करता येईल आणि काकांनी बिल जास्त किंवा कमी दिलं असेल, तर ते तुम्हाला बरोबर करून घेता येईल. तुम्ही हे काम तुमच्याकडे घेतलंत, तर आई किंवा बाबा तुमच्यावर खूष होतील आणि मग इतरही मोठी जबाबदारी तुमच्यावर टाकली जाईल. आहे तुमची तयारी?



स्मार्ट माहिती

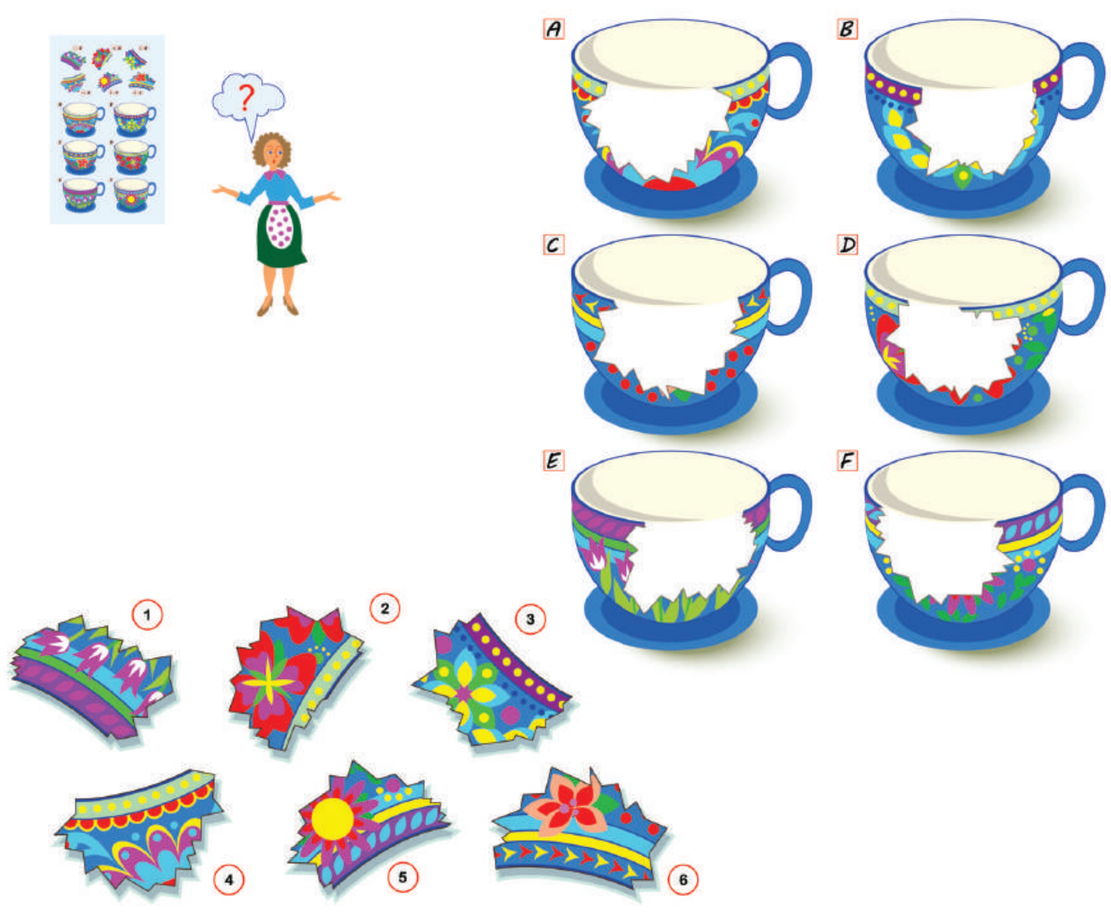
अर्थसंकल्प

केंद्रीय अर्थमंत्र्यांनी अर्थसंकल्प सादर केला, महाराष्ट्रात अर्थसंकल्प सादर करण्यात आला, असे तुम्ही वाचले असेल. देशाचा किंवा राज्याचा अर्थसंकल्प म्हणजे देशाचा किंवा राज्याच्या जमा-खर्चाचा तपशील. घरात कसे आई किंवा बाबा यांचा पगार ही जमा असते आणि किराणा सामान, भाजीपाला, शाळेच्या फी वगैरे गोष्टी म्हणजे खर्च असतो, तशाच प्रकारे देशाचा किंवा राज्याचाही जमा-खर्च मांडायला नको का? हा तपशील मांडणं म्हणजे देशाचा किंवा राज्याचा तपशील सादर करणं. **सरकारचं उत्पन्न काय असतं, तर विविध प्रकारच्या करांमधून जमा होणारं उत्पन्न. म्हणजे वस्तू आणि मालमत्ता कर (जीएसटी), प्राप्तिकर आणि इतर विविध करांमधून सरकारकडे पैसे जमा होत असतात. सरकार मग या जमा होणाऱ्या पैशांतून काय करतं, तर विविध पायाभूत सुविधा, कल्याणकारी योजना इत्यादींसाठी खर्च करतं. रस्तेबांधणी, सरकारी कर्मचाऱ्यांचे पगार, गरिबांसाठीच्या विविध योजना असे विविध खर्च त्यातून भागवले जातात.** अर्थातच हे फक्त इतकंच नसतं, तर हजारो गुंतागुंतीच्या गोष्टी असतात. हे सगळे तपशील या अर्थसंकल्पात मांडले जातात. मग एखाद्या विशिष्ट वस्तूवरचा कर वाढवला जातो, कोणती नवीन शेतीविषयक योजना जाहीर केली जाते, काही सवलती जाहीर केल्या जातात, काही समाजघटकांसाठी मदत जाहीर केली जाते. अशा सगळ्या गोष्टी या अर्थसंकल्पात मांडल्या जातात. त्या मांडायच्या अशासाठी की या सगळ्या गोष्टींचा समतोल कसा साधायचा हे सरकार तिथं दाखवतं. म्हणजे अमुक योजना जाहीर केल्यावर तिच्यासाठी पैसे कमी तर पडणार नाहीत ना, अशा प्रश्नांची उत्तरं अर्थसंकल्पात मिळू शकतात.

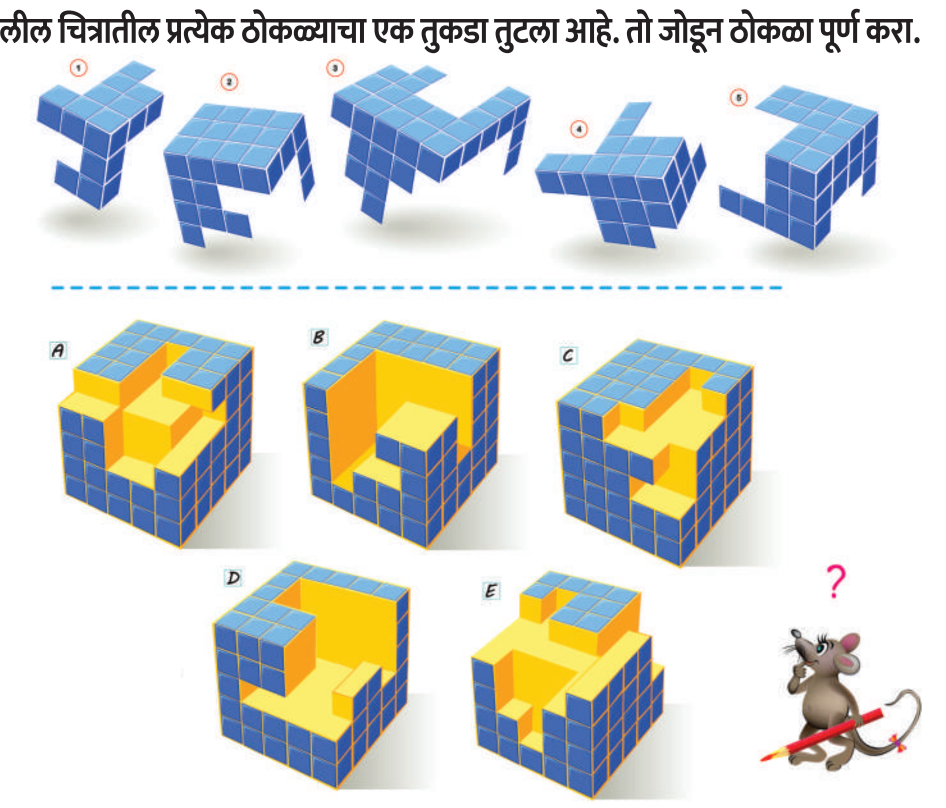
? १ एका संस्थेने दुसऱ्या संस्थेला किंवा व्यक्तीला दिलेली रक्कम म्हणजे काय?

✓ ६ पंकज अडवानीला कोणत्या २००६ या वर्षी खेलरत्न पुरस्कार मिळाला.

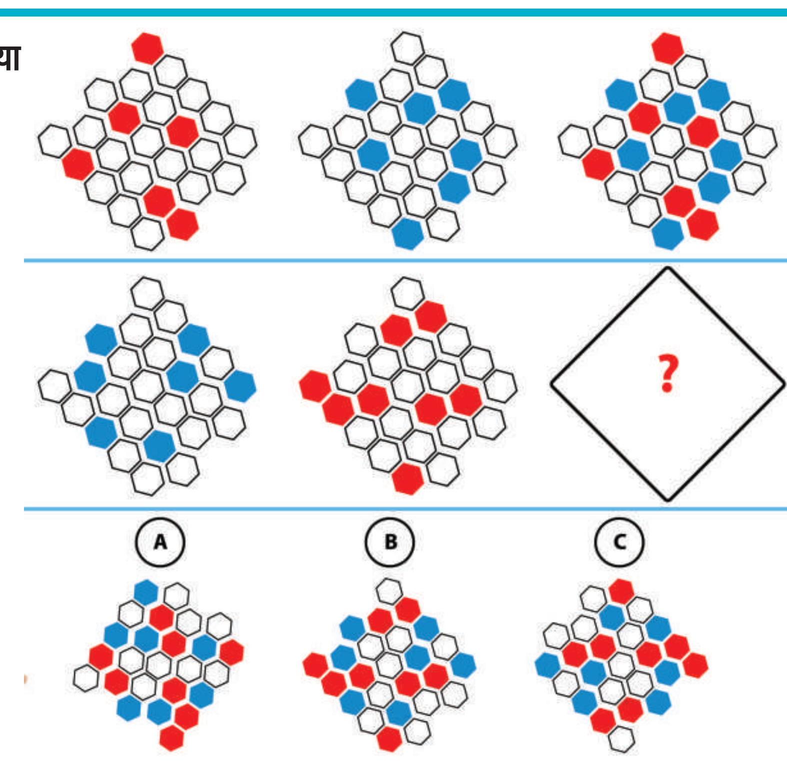
कपातील नक्षीकामाचा तुकडा शोधून योग्य ठिकाणी जोडा



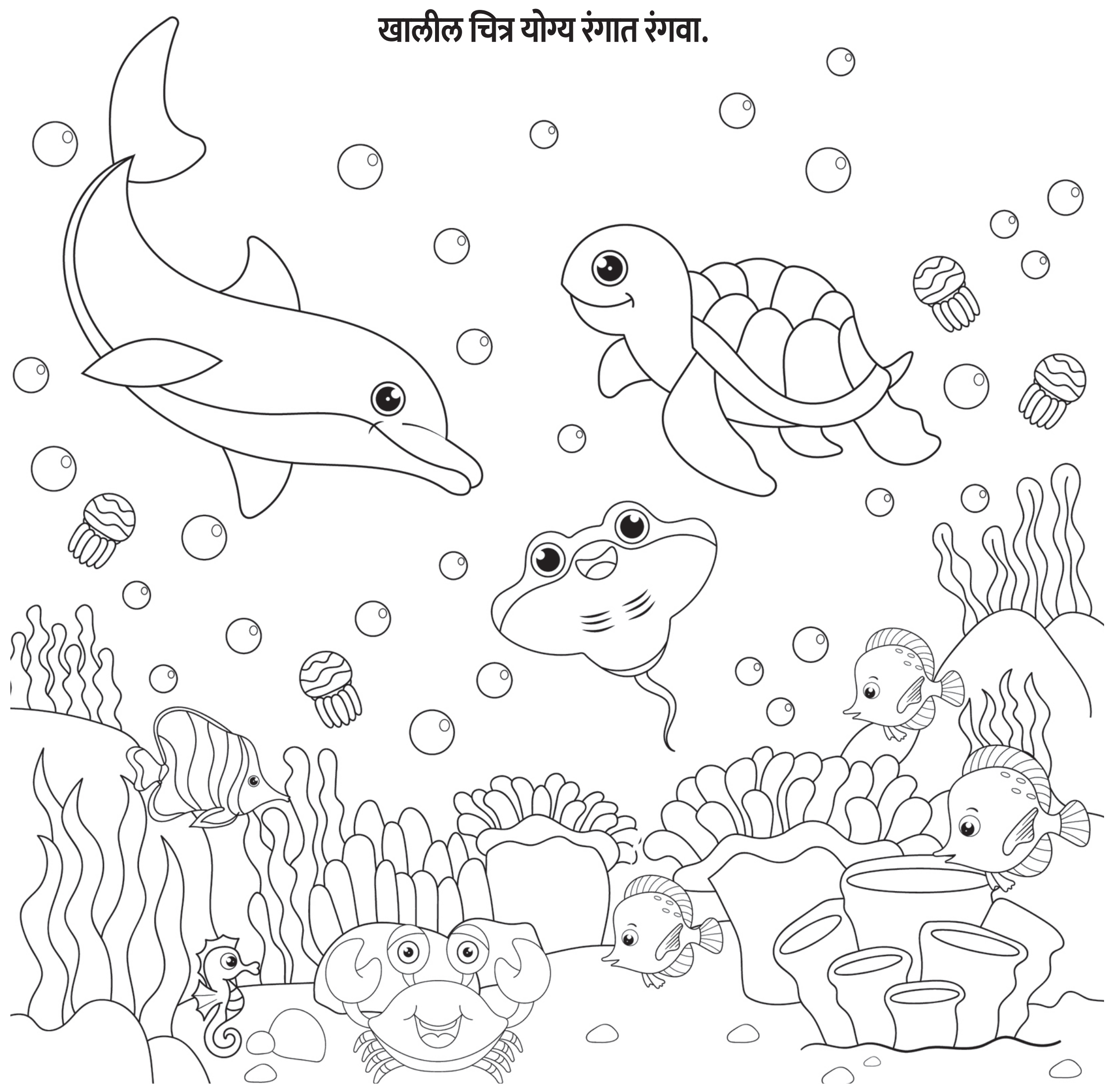
खालील चित्रातील प्रत्येक ठोकळ्याचा एक तुकडा तुटला आहे. तो जोडून ठोकळा पूर्ण करा.



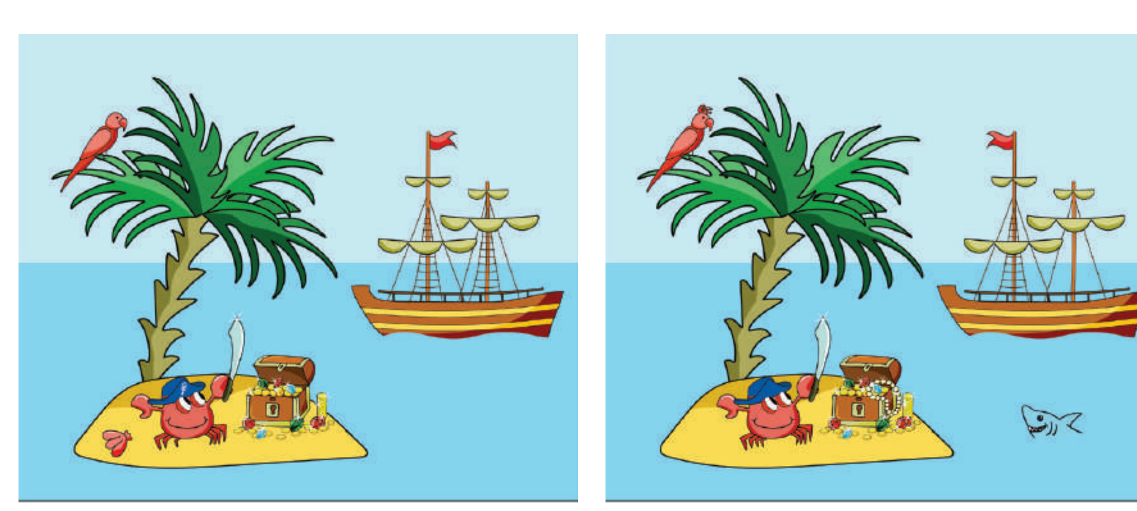
प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती आकृती येईल ते शोधा.



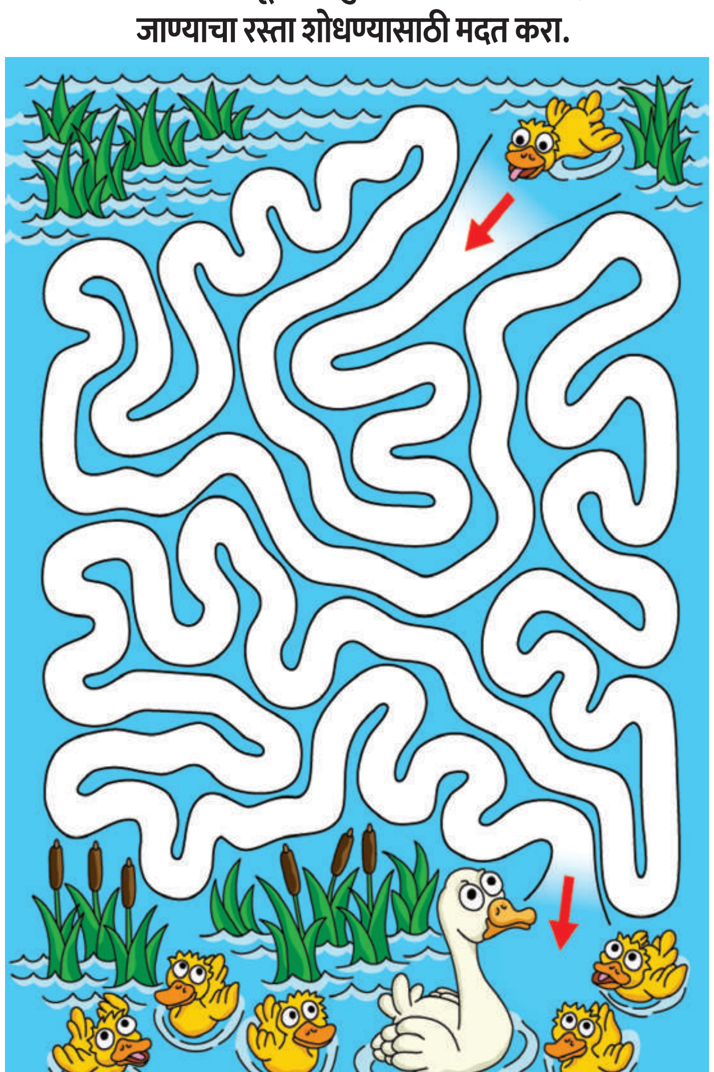
खालील चित्र योग्य रंगात रंगवा.



फरक ओळखा



बदकाचे एक पिल्लू रस्ता चुकले आहे. त्याला आईपर्यंत जाण्याचा रस्ता शोधण्यासाठी मदत करा.



खालील शब्दकोडे इंग्रजीत पूर्ण करा.

शिष्यवृत्ती इयत्ता ५ वी

Subject - English

Ms. Smita Kshirsagar

Unit - Letters of Alphabet

Weightage - 04%, Expected Number of questions - 2

विद्यार्थी मित्रांनो, शिष्यवृत्ती परीक्षेचा अभ्यास करत असताना इंग्रजी विषय गुण मिळवण्यासाठी अतिशय महत्त्वाचा असून जर सातत्याने या विषयाचा अभ्यास करत गेलात तर अगदी ५० पैकी ५० गुणदेखील तुम्ही या विषयात मिळवू शकता. आज आपण Letters of Alphabet या घटकातील उपघटक 1.1 Associating the Name of a Letter with its sound (अक्षरे व ध्वनी यांची सांगड घालणे) आणि 1.2 Formation of Words using given letters of the Alphabet. (मुळाक्षरांतील अक्षरे वापरून अर्थपूर्ण शब्द तयार करणे) अभ्यासणार आहोत.

या घटकावरील प्रश्न सोडवण्यापूर्वी काही गोष्टी तुम्हाला माहीत असणे आवश्यक आहे.

1. What is the letter? - Letter is a symbol that is used for writing certain sounds.
2. What is the alphabet? - The set of 26 letters used to write English is called the alphabet.
3. Written form of Capital letters and Small letters.
   Capital letters - वरील 3 ओळीत
   Small letters - वरील 3 ओळीत - b, d, f, h, k, l, t
   - मधील 2 ओळीत - a, c, e, i, m, n, o, r, s, u, v, w, x, z
   - खालील 3 ओळीत- g, j, p, q, y
4. Learn the order of the Alphabet.
5. Vowels (स्वर) - A, E, I, O, U
6. Consonants (व्यंजने) B, C, D, F, G, H, J, K, L, M, N, P, Q, R, S, T, V, W, X, Y, Z
7. Different sounds of each alphabet For example, In word 'cup' the sound of 'c' is 'क', in 'city' sound of 'c' is 'स' and in 'chair' sound of 'c' is 'च'. So first learn the proper sound of each letter.

या घटकावरील काही प्रश्नांचा अभ्यास करून हा घटक आपण समजून घेऊया.

1. Different sound of letter

I) Which of the following word has a different sound of the letter 'o'?
(1) orange (2) box (3) doll (4)onion

Explanation- Read the words carefully. Sound of 'o' in the first three options is 'ऑ' and in the 4th option "onion" it is 'अ'. *So option no. 4 is the correct answer.*

2. Hidden letter in the given picture

I. Find the hidden letter in the given picture.

(1) A (2) D (3) O (4) R

Explanation- Observe the picture carefully. You can see letter 'O' in the picture of flower. *So the correct answer is option no. 3*

3. Alphabetical order

I) Choose the word that comes alphabetically first.
(1) Sunday (2) Tuesday (3) Monday (4) Friday

Explanation- When we arrange the words alphabetically Friday comes first. *So correct answer is option 4*

II) Choose the option which have correct alphabetical order.
(1) sing, ring, king, wing (2) mat, bat, cat, rat
(3) day, may, say, way (4) take, make lake, bake

Explanation- When we arranged the words alphabetically *option no. 3 is correct answer.*

III) Complete the arranging the names of the fruits in alphabetical order. Apple, Banana, Grapes, Orange,
(1) Pomegranate (2) Cabbage (3) Rose (4) Spinach

Explanation- Option 1 Pomegranate is fruit and also comes last in the given list when we put it in alphabetical order. *So answer is option 1*

Tip- अशा प्रकारच्या प्रश्नात जर प्रत्येक शब्दाचे पहिले अक्षर वेगळे असेल तर फक्त त्या पहिल्या अक्षरांचा विचार करून alphabetical order ठरवावी. जेणेकरून कमी वेळात आपण योग्य उत्तरापर्यंत पोहोचू.

1.2 Formation of Words using given letters of the Alphabet. (मुळाक्षरातील अक्षरे वापरून अर्थपूर्ण शब्द तयार करणे)

1. Complete the following.

	a	t		r		e	l	o	

(1) w, e, m, n, (2) m, e, n, t (3) v, e, m, n (4) h, a, m, n

Explanation- After using letters w,e,m,n from option no. 1 we can get meaningful word i.e. watermelon. *So correct answer is option 1.*

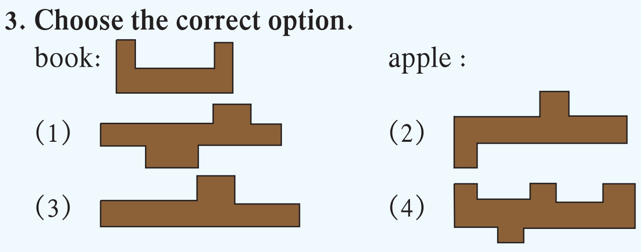
2. Write down the name of vegetable by arranging the letters.

abcabeg

(1) cababge (2) cabbage (3) cabbega (4) Cebbaga

Explanation- Cabbage is a vegetable. So correct answer is option 2

3. Choose the correct option.



Explanation- Observe the images carefully. Understand the written form of each letter in the word. *You will get correct answer i.e. option 1*

4. Pick up the first alphabet of each word to form a new word and correct option.

monkey apple nose goat owl

(1) National Animal (2) National Fruit (3) National Flower Bird (4) National

Explanation- After picking up the first letter from given words we get the word 'mango'. Mango is a National fruit *so option 2 is correct answer.*

5. Arrange the numbers properly and make a meaningful word.

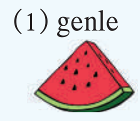
r	d	u	t	y	h	a	s
1	2	3	4	5	6	7	8

(1) 48735126 (2) 53721846 (3) 46318275 (4) 25618437

Explanation- We get the meaningful word thursday. (46318275). *So the answer is option no. 3*

* Questions for Practice *

1. Which of the following word has a different sound of the letter 'g'?
   (1) genle (2) gaint (3) gate (4) giraffe



2. **Find the hidden letter in the given picture.**
   (1) D (2) O (3) M (4) V
3. **Choose the word that comes at third if placed alphabetically.** book, bucket, bench, box
   (1) book (2) box (3) bench (4) bucket
4. **Choose the option which have correct alphabetical order.**
   (1) my, shy, why, buy (2) pen, hen, ten, men
   (3) can, fan, man, pan (4) took, look, book, hook
5. **Complete the following.**

f		v		u		i	t		

   (1) w, r, e, o (2) e, a, r, f (3) a, o, r, e (4) o, r, e, a
6. **Write down the name of the shape by arranging the letters.**
   aterlegcn
   (1) ractengel (2) rectangel (3) ratcengle (4) rectangle
7. **Pick up the first alphabet of each word to form a new word and choose correct option.**
   eggs axe girl light eyes
   (1) Fruit (2) Bird (3) Animal (4) Colour
8. **Find out the set of missing letters to complete the meaningful word.**
   P_r_ot
   (1) ar (2)oo (3) eo (4) ao

शिष्यवृत्ती इयत्ता ८ वी

Subject - English

Mr. Kishor Borse

Unit - Vocabulary

Weightage-16%, Expected Number of questions - 8

"You can't build up a vocabulary if you never meet any new words. And to meet them you must read. The more you read the better" by Rudolf Flesch

विद्यार्थी मित्रांनो, शिष्यवृत्ती परीक्षेच्या दृष्टीने इंग्रजी शब्दसंपत्ती, शब्दसंग्रह हा एक महत्त्वाचा घटक आहे. या घटकाचे गुण प्राप्त करण्यासाठी काही गोष्टी आपल्याला नियमित करणे अपेक्षित आहे.

1) Read your English Textbook from 5th class to 8 class.
2) Read and Write all the margin words of all lessons and poems.
3) Make Your Friendship with the English Dictionary. English Dictionary is one of the most important parts of this topic.
4) Read and write at least 5 new words/ phrases from the dictionary.
5) Read the English Newspaper to increase your word power.
6) Read one story in a week.
7) Solve the previous years' questions on this topic.
8) Read the questions and options carefully.

English Vocabulary या मुख्य घटकाची विभागणी खालील उपघटकांमध्ये केलेली आहे. आपण या प्रत्येक घटकावरती यापूर्वी आलेल्या प्रश्नाचा अभ्यास करून हे घटक समजून घेऊ या.

1) English Words Using Given Clues (दिलेल्या सूचनांनुसार शब्द लिहिणे)

I) Find the meaningful word from the following jumbled letters. - EATRTHE
(1) EARTHE (2) THROWING
(3) THIEF (4) THEATRE

Explanation- Read the spelling carefully and make a meaningful word.
Meaningful word is THEATRE - *Option number 4 is the correct answer.*

2) Writing the contextual meaning of words (संदर्भासंबंधी शब्दांचे अर्थ लिहणे)

I) Choose the correct alternative that shows the correct meaning of the underlined words.
They received the president of the college with open arms.
(1) with someone's presence (2) with excellent work
(3) with fear (4) with warm welcome

Explanation- with open arms means with warm welcome So *Option number 4 is the correct answer.*

3) Similar and Opposite words (समानार्थी व विरुद्धार्थी शब्द)

I) Select one correct option for the underlined word to make it opposite of it.
If you do not wake up early in the morning, you are .... for school.
(1) late (2) early (3) perfect (4) in

Explanation-The opposite word of 'early' is 'late'. *So Option number 1 is the correct answer.*

4) Word Formation (शब्द रचना)

I) Which prefix will you add to make the opposite of the word 'happy'?
(1) dis (2) ness (3) ly (4) un

Explanation- Word Formation या उपघटकांमध्ये Prefix and Suffix या संकल्पनेचा समावेश आहे. For ex. Happy is a base word 'Un' है Prefix शब्दाच्या आधी जोडले तर नवीन शब्द तयार होतो Unhappy. It is the opposite of happy. *So Option number 4 is the correct answer.*

Happy या शब्दानंतर 'ly' हे Suffix जोडल्यावर happily हा नवीन शब्द तयार होतो. असे नवीन word formation करतांना योग्य Prefix for ex- 'un, im, ir, dis' and Suffix for ex.- less, ness, er, tion चा वापर करणे.

5) Homophones - सामान उच्चार असलेले, परंतु स्पेलिंग व अर्थ वेगळा असलेले शब्द

I) Read the following pairs of homophones and find out a pair which is not a homophone, Choose any one correct option.
(1) steel - still (2) though - thought
(3) see - sea (4) right - write

Explanation- though thought या दोन्ही शब्दांचा उच्चार वेगळा आहे.
So Option number -2- It is not homophone.

6) Phrases - (अर्थपूर्ण शब्दसमूह)

I) Choose the two correct alternatives from the following options which means.
Mansukh could not walk fast but he found a long thick rope out of his luggage. Then the ill feeling vanished in a flash.
(1) In some seconds (2) at once
(3) after sometime (4) with lightning

Explanation- in a flash means in some seconds and at once. *Answer-1 & 2*

7) Writing one-word substitute for the clue provided - (दिलेल्या माहितीसाठी एक शब्द)

I) Choose the correct option for the underlined part of the following.
Charuta wants to decorate her bungalow. For that purpose, she visited a person who is a master in beautifying the inside of a house.
(1) building contractor (2) merchant
(3) sailor (4) interior decorator

Answer - who is a master in beautifying the inside of a house means interior decorator *so answer is Option number 4.*

8) Guessing the meaning of the word- (शब्दांचा अर्थ ओळखणे)

I) Choose two correct alternatives to find out the meaning of the underlined word.
The mother said, "I forbid you to play outside as it is stormy."
(1) prohibit (2) inform
(3) allow (4) not allow

Explanation- forbid means - prohibit and not allow *so answer is Option number is 1 & 4.*

Questions for Practice Test

Read the question carefully (2 times) For practice test you can use your textbook as well as English Dictionary. Best Luck !!!

1) **If medicine is the science and practice of diagnosis, then .... is the science of earth surface and physical features.**
   (1) geometry (2) geography
   (3) physics (4) global
2) **Find meaningful word related to the internet from jumbled words.**
   Kipewidia
   (1) Encyclopedia (2) Web-site
   (3) Knowledge (4) Wikipedia
3) **Read the sentences. Find out the word which gives correct meaning of sentence:**
   I) Gopal wanted to choose the royal physician for Maharaja. He called the candidates who could relieve him from...
   (1) Pens (2) pains (3) panes (4) pence
4) **Four pairs are given. Which pair is not a pair of opposite words.**
   incomplete X complete 2) poor X rich 3) hard X easy 4) praise X admire
5) **Read the sentence and choose two correct options by guessing the meaning of underlined word: The teacher said, "Look at every plant. Choose that part which has medicinal value."**
   (1) place where industrial process takes place, (2) to put in the ground to grow, useful to us in many ways, (3) a place where power is produced, (4) a living thing that grows on the earth and usually has stem, leaves, roots
6) **Choose one correct alternative from the following option.**
   The scientific study of metals and their uses means......
   (1) allurgy (2) metallurgy
   (3) chemistry (4) extract
7) **Find out the words which is related to 'parts of plants' leaves, flowers, stem..........**
   (1) bark (2) feather
   (3) horn (4) soil
8) **Read the following sentence and choose one correct alternative of the underlined phrase. When teacher announced the holiday, all the students sprang up from the benches.**
   (1) return to original place (2) quick
   (3) cheerful (4) particular season

• Registered • Date of Publication : शुक्रवार, ११ ऑगस्ट २०२३ • Posted at BPC Vishrambagwada, CSO Pune Daily. • आर.एन.आय. MAHMAR-१५५७/५७, रजि. नं. पी.सी.डब्ल्यू./०६९/२०२१-२०२३.

Ishan Kishan

मित्रांनो, या पोस्टरसोबतच्या रिकाम्या चौकोनांत तुम्ही आठवड्यातील प्रगतीबद्दल, गमतीजमतींबद्दल, योजनांबद्दल व गृहपाठाबद्दलच्या नोंदी ठेवू शकता.

AUGUST 2023

SUN 13 | MON 14 | TUE 15 | WED 16 | THU 17 | FRI 18 | SAT 19