

चेचक / प्रत्युष शर्मा

बच्चों, अगर तुम विंटर वेकेशन पर अपनी फैमिली के साथ कहीं स्नोफॉल वाले इलाके में जाने का प्लान कर रहे हो तो कुछ क्रिएटिव-मजेदार आउटडोर गेम्स और एक्टिविटीज के बारे में जरूर जान लो, ताकि वहां जाकर इन्हें एंजॉय करो।

विंटर वेकेशन में करो फन इन आउटडोर एक्टिविटीज संग

एक बात का ध्यान रखना कि आइस स्केटिंग करते समय अपने सिर और अंगुलियों की सुरक्षा के लिए हेलमेट और मोटे दस्ताने जरूर पहन लेना।

स्कीइंग-स्नो बोर्डिंग गेम्स

बच्चों, स्कीइंग और स्नो बोर्डिंग बहुत मजेदार गेम्स हैं। बर्फबारी वाली पहाड़ी पर ये दोनों गेम खेलने में बहुत मजा आता है। बच्चों के लिए भी स्कीइंग और स्नोबोर्ड के लिए जरूरी उपकरण उपलब्ध कराए जाते हैं। अगर तुम स्कीइंग में नए हो तो वहां पर तुम्हें स्की ट्रेनर भी मिल जाएगा। एक बार जब तुम स्कीइंग या स्नोबोर्ड चलाया सीख जाओगे तो इसमें बहुत मजा आएगा।

रंगीन बर्फ के गोले

बच्चों, स्नोफॉल होने पर तुम रंग-बिरंगे बर्फ के गोले बना सकते हो। इसके लिए जमीन पर गिरी बर्फ को इकट्ठा करके थोड़ा गम करके पिघला लो। पानी ठंडा होने पर गुब्बारे में भर लो, इसी के साथ तुम खाने में उपयोग किए जाने वाले रंग की कुछ बूंदें भी इसमें मिला सकते हो। इसके बाद रंगीन पानी के गुब्बारों को चर के बाहर पड़ी बर्फ में डालकर ऊपर से बर्फ से ढंक दो, इसे कुछ घंटों के लिए छोड़ दो। एक बार रंगीन पानी जम जाने पर, गुब्बारों को



फोड़ो। अब तुम्हारे पास अपनी पसंद के रंगों के सुंदर बर्फ के गोले होंगे। इन्हें सजाने के लिए या खेलने के लिए बाहर ले जा सकते हो।

बर्फ का महल

बच्चों, गर्मियों में रेत के महल तो तुमने खूब बनाए होंगे, विंटर में बर्फ का महल बनाना भी बहुत मजेदार एक्टिविटी है। रेत के महल बनाने के उपकरण जैसे कप, कटोरे, फावड़े आदि की जरूरत होती है, बर्फ के महल के लिए भी इन उपकरणों की जरूरत होगी। इनकी मदद से अपने भाई-बहन और पैरेंट्स के साथ बर्फ का महल बनाओ फिर इसे पेट के पत्तों से सजाओ। महल को अनोखा बनाने के लिए इसमें थोड़ा रंगीन पानी भी डाल सकते हो। *

पेट के लिए बनाओ स्पेशल स्नो केक

केक किस को पसंद नहीं होता, हर किसी को केक पसंद होता है, यहां तक कि पेट एनिमल्स को भी। बच्चों, बर्फबारी वाले इलाके में जाकर तुम अपने पेट के लिए स्नो केक बना सकते हो। जमीन पर एक बड़ा स्नो केक बनाने के लिए बर्फ का उपयोग करो। अपने एनिमल की फेवरेट चीजों को बर्फ के ऊपर सजा सकते हो। तुम्हारा पेट एनिमल स्नो केक देखकर बहुत खुश हो जाएगा। *



बच्चों, बर्फबारी वाले इलाके में जाकर फैमिली के साथ मजे करने के लिए आउटडोर एक्टिविटीज एक बहुत मजेदार ऑप्शन है। यहां हम तुम्हें कुछ एक्टिविटीज के बारे में बता रहे हैं, जो विंटर वेकेशन का मजा दोगुना कर देंगी।

स्नोमैन या स्नो एनिमल्स

बर्फबारी वाले इलाके में फैमिली के साथ जमीन पर पड़ी बर्फ से स्नोमैन बनाने से बेहतर यादगार लम्हा कुछ और नहीं हो सकता। बच्चों, अगर तुम इस एक्टिविटी में क्रिएटिव बदलाव लाना चाहते हो तो स्नोमैन के बजाय अपने किसी फेवरेट एनिमल जैसे- बालू, बिल्ली, कुत्ता, पेंगुइन की आकृति भी बना सकते हो। इन्हें देखकर बहुत मजा आएगा।

आइस स्केटिंग

विंटर में जहां बर्फबारी होती है या तापमान जीरो डिग्री सेल्सियस के नीचे रहता है। वहां आउटडोर एक्टिविटीज में आइस स्केटिंग सबसे



मजेदार खेल है। आइस स्केटिंग आउटडोर रिक (एक निर्धारित आइस कोर्ट) पर करते हैं। अधिकांश रिक में बड़ों के साथ कम उम्र के बच्चों के लिए भी आइस स्केट्स उपलब्ध होती हैं। यहां बच्चों

माउंट एवरेस्ट के ऊपर उड़ने वाला बार-हेडिड गूज

अनोखा पक्षी

बच्चों, इन दिनों कड़ाके की ठंड पड़ रही है। तुम्हें सुबह-सुबह रजाई से बाहर आने में बहुत आस आता होगा। जरा-सा ठंडा पानी शरीर पर लग जाए तो पूरे शरीर में कंपकंपी होने लगती होगी। दुनिया में एक ऐसा पक्षी है, जो ऐसी कड़ाके की ठंड में हिमालय पर्वत श्रृंखला के ऊपर आसानी से उड़ान भर लेता है। इस अनोखे पक्षी का नाम बार-हेडिड गूज है। यह हंस की एक प्रजाति है, जिसे अपने देश में राजहंस कहा जाता है।



बच्चों, बार-हेडिड गूज प्रजाति बांग्लादेश, भूटान, चीन, अफगानिस्तान, भारत, मंगोलिया, म्यांमार, नेपाल, पाकिस्तान, रूस, थाईलैंड और वियतनाम देशों में पाई जाती है। यह प्रजाति सर्दी के मौसम में भारत की ओर प्रवास करती है। इस दौरान यह पक्षी हिमालय पर्वत श्रृंखला को पार करता है। यह औसतन 20,000 फीट तक की ऊंचाई पर उड़ान भरता है। इसलिए बार-हेडिड गूज का नाम दुनिया में सबसे ज्यादा ऊंचाई पर उड़ने वाले पक्षियों में शामिल है। उड़ान भरने के दौरान जब यह हिमालय के मध्य से उड़ान भरता है तो हवा की गति 322 किमी. प्रति घंटा होती है। जानकारों के अनुसार पर्वतारोहियों ने बार-हेडिड गूज को माउंट एवरेस्ट की चोटी के ऊपर से उड़ान भरते हुए देखा है, यह ऊंचाई करीब 30,000 हजार फीट से अधिक होगी। इसके अलावा बार-हेडिड गूज लगातार लंबी दूरी तक की उड़ान भरने में सक्षम है। कहा जाता है कि यह पक्षी एक ही दिन में बिना रुके 1,000 मील यानी करीब 1,609 किमी. की दूरी तय कर सकता है। वैज्ञानिकों के अनुसार इसकी वजह इस पक्षी के शक्तिशाली पंख होते हैं। साथ ही इस पक्षी की रक्त कोशिकाओं में एक विशेष प्रकार का प्रोटीन पाया जाता है, जो काफी ऊंचाई पर भी ऑक्सीजन को बहुत जल्दी अवशोषित करने में मदद करता है। इसलिए यह हिमालय पर्वत श्रृंखला को आराम से पार कर लेता है। * प्रस्तुति : देवेंद्र पांडे

बूझो तो जानें

Infographic with 3 questions and answers about winter. 1. गुंफ नहीं लेकिन फली निराली, जाड़ो की मेवा कहलाती। बड़े स्वाद से गुड़को खाते तब में सबके शक्ति बढ़ती। 2. नज्हा हूँ लेकिन शक्ति बढ़ता, सपेट, कांला दो रंग में आता। गजक, लड्डू बनते हैं गुड़से, सर्दी लगने से मैं हूँ बचता। 3. किश और मिश मे नाम छिपा है, बड़ी गुलाबम शक्ति वाली। बच्चे-बूढ़े सबको मैं गाऊँ, खीर का स्वाद बढ़ाने वाली। 4. तन मेरा है बड़ा कठोर, तोड़ी तो गुस्तक-सा मित्र। जो खाता मेरे फल को, शक्ति दूँ मैं सच्चा मित्र।

Section titled 'कविता / इंद्रजीत कौशिक' with 'रजाई' and 'जीके क्विज-86'. Includes a poem about winter and a list of 10 general knowledge questions.

Section titled 'कहानी' with 'हरीश कुमार 'अमित'' and 'जिंक क्विज-85 का उत्तर'. Includes a story about a school bus and its driver, and the answers to a quiz.

Section titled 'अनोखी खुशी'. Includes a story about a school bus and a boy, and a general knowledge quiz with answers.

Section titled 'जंतु-जगत / अशोक जोशी'. Includes a story about a boy and a bear, and a general knowledge quiz with answers.

Section titled 'रंग भरो-141'. Includes a drawing of Santa Claus and a list of children's names and their addresses.

Section titled 'रंग भरो-142'. Includes a drawing of a child and a dog, and a list of children's names and their addresses.

Section titled 'रंग भरो-142'. Includes a drawing of a child and a dog, and a list of children's names and their addresses.

Section titled 'सही परछाई पहचानो'. Includes a drawing of a child and a list of children's names and their addresses.