



11

हमारी सुरक्षा



दुर्घटना कहीं भी हो सकती है, घर में या घर के बाहर भी। हमें अपने दैनिक जीवन में स्वयं की सुरक्षा के प्रति सावधान रहना चाहिए। इसके लिए हमें सुरक्षा नियमों की जानकारी होनी चाहिए।

इन नियमों की जानकारी होने के साथ-साथ इनका पालन भी करना चाहिए।

सड़क पर, खेल के स्थान पर, घर में, विद्यालय में रहन-सहन की अच्छी आदतें और व्यवहार हमें कई प्रकार के नुकसान से बचाते हैं। अपनी सुरक्षा के लिए नीचे दी गई बातों के बारे में अपने साथियों से चर्चा करो—

- सड़क पर मत खेलो। सड़क पर तरह-तरह के वाहन चलते हैं जिनसे टकराकर हमें चोट लग सकती है। सड़क पर चलते समय यातायात के नियमों का पालन करो।
- चलते वाहन में दरवाज़े के पास मत खड़े हो। खिड़की से हाथ या सिर को बाहर मत निकालो।



- नुकीली वस्तुओं जैसे ब्लेड, चाकू, कैंची से मत खेलो। पेंसिल तथा अन्य नुकीली वस्तुओं को मुँह या कान में मत डालो। इससे तुम्हें नुकसान पहुँच सकता है।
- रसोईघर या अन्य किसी स्थान पर आग तथा गर्म वस्तुओं से दूर रहो।
- बिजली के तार तथा उपकरणों का उपयोग करते समय सावधानी रखो। गीले हाथ से स्विच मत छुओ। गीले हाथ से छूने पर करंट लग सकता है।
- अपनी वस्तुओं को उचित जगह पर रखो। वस्तुएँ इधर-उधर बिखरी होने पर हम उनसे टकरा कर गिर सकते हैं। इससे हमें चोट भी लग सकती है। सीढ़ी से दौड़ते हुए मत उतरो या चढ़ो। इससे गिर सकते हैं।
- कोई भी खेल खेलते समय खेल के नियमों का पालन करो। खेलते समय झगड़ा मत करो। किसी को धक्का मत दो। किसी निर्जन एवं अँधेरे स्थान पर अकेले मत खेलो।
- किसी अपरिचित व्यक्ति से खाने की कोई चीज़ मत लो और उसके साथ कहीं न जाओ।

सोचो और बताओ –

1. अमित को बहुत तेज भूख लगी है। खाना बहुत गर्म है। उसकी माँ उसे कुछ देर रुक कर खाने के लिए कहती है। अमित अपनी माँ का कहना मानता है। अगर अमित अपनी माँ का कहना न माने तो क्या हो सकता है?
2. तुम कहीं यात्रा पर जा रहे हो। उसके लिए क्या-क्या सावधानियाँ रखोगे?

ध्यान रखो –

बिजली के उपकरणों का प्रयोग सावधानीपूर्वक करें। उपयोग के बाद स्विच बंद कर दें। इससे हम अपनी सुरक्षा के साथ-साथ ऊर्जा (बिजली) की बचत भी कर सकते हैं।

चित्र देखकर सही (✓) और गलत (X) का निशान लगाओ—


☐

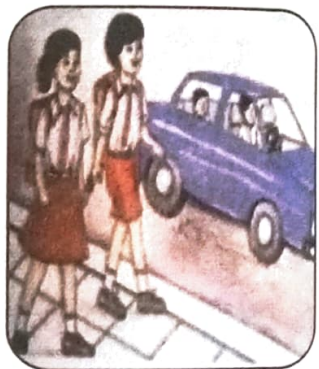
☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

✱ असावधानी से होने वाली दुर्घटनाओं पर बच्चों के अनुभवों को साझा करें तथा चर्चा के माध्यम से दुर्घटनाओं के प्रति जागरूक करें।





1. प्रश्नों के उत्तर लिखो—

- (क) नुकीली वस्तुओं जैसे चाकू, ब्लेड आदि के साथ क्यों नहीं खेलना चाहिए?
- (ख) सीढ़ी चढ़ते एवं उतरते समय क्या ध्यान रखना चाहिए ?
- (ग) वस्तुओं को सही जगह पर नहीं रखने से क्या हो सकता है ?
- (घ) सड़क पर चलते समय यातायात के नियमों का पालन करना क्यों जरूरी है ?

2. कथन के सामने (✓) और गलत (x) का निशान लगाओ—

- (क) सड़क पर खेलना चाहिए। ()
- (ख) आग या गर्म वस्तुओं से दूर रहना चाहिए। ()
- (ग) गीले हाथ से स्विच नहीं छूना चाहिए। ()
- (घ) खेलते समय खेल के नियमों का पालन नहीं करना चाहिए। ()

3. अपने शिक्षक एवं साथियों की सहायता से एक फर्स्ट एड बॉक्स तैयार करो।

4. पाठ से तुमने जो सीखा, उसके आधार पर लिखो कि तुम्हें अपनी सुरक्षा के लिए —

क्या करना चाहिए	क्या नहीं करना चाहिए
.....	