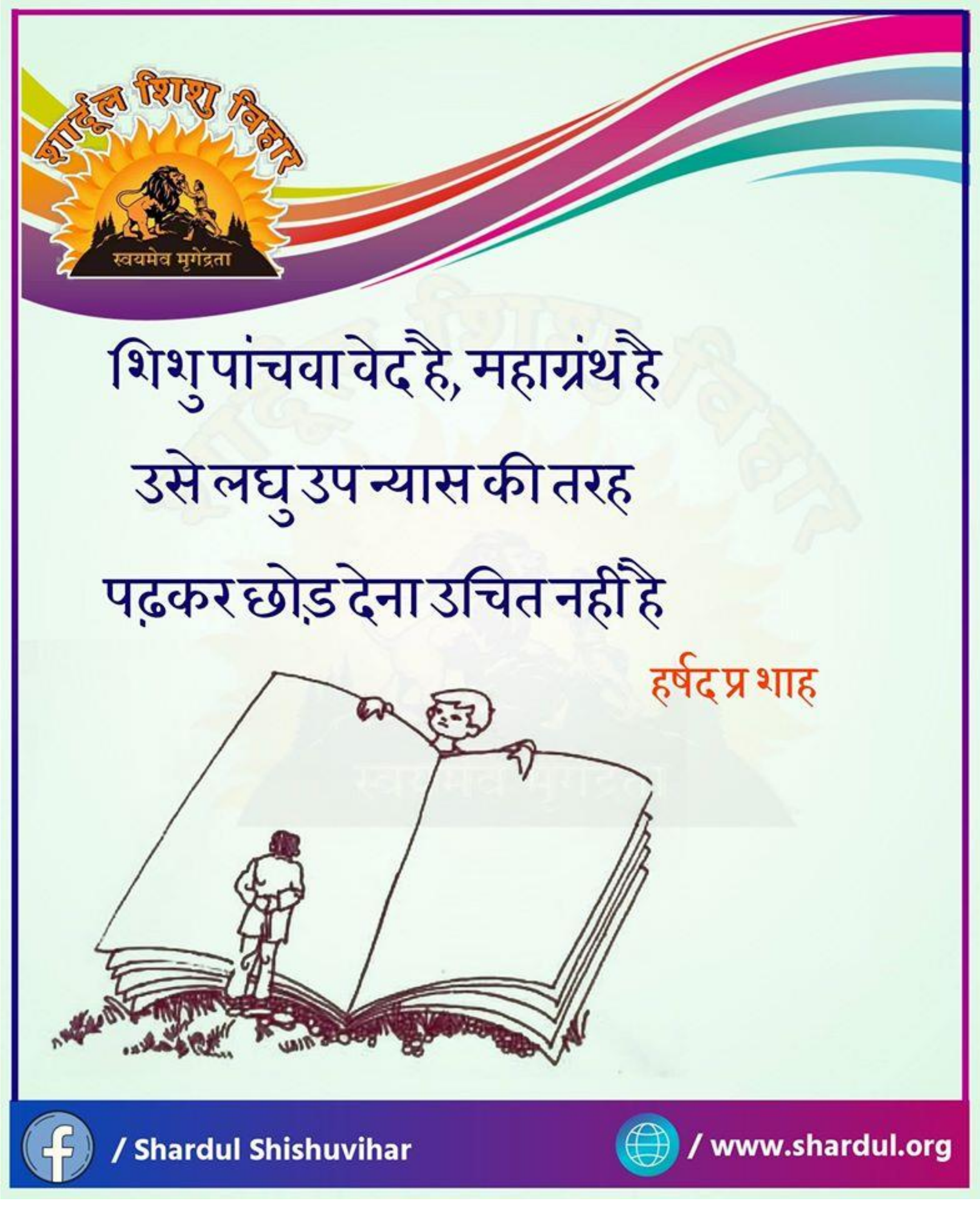
તા- ૧૮/૦૫/૨૦૨૦



शार्दूल शिशु विहार
स्वयमेव मृगेंद्रता
शिशु पांचवा वेद है, महाग्रंथ है
उसे लघु उपन्यास की तरह
पढ़कर छोड़ देना उचित नहीं है
हर्षद प्र शाह
/ Shardul Shishuvihar
/ www.shardul.org

સુડોકુ

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

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

ઉખાણું

હાથમાં કોઇની આવું નહીં
નજરે કોઇને દેખાઉં નહીં
જો કોઇ મારી કદર નકરે
તો જીવનભર પછતાયા કરે.

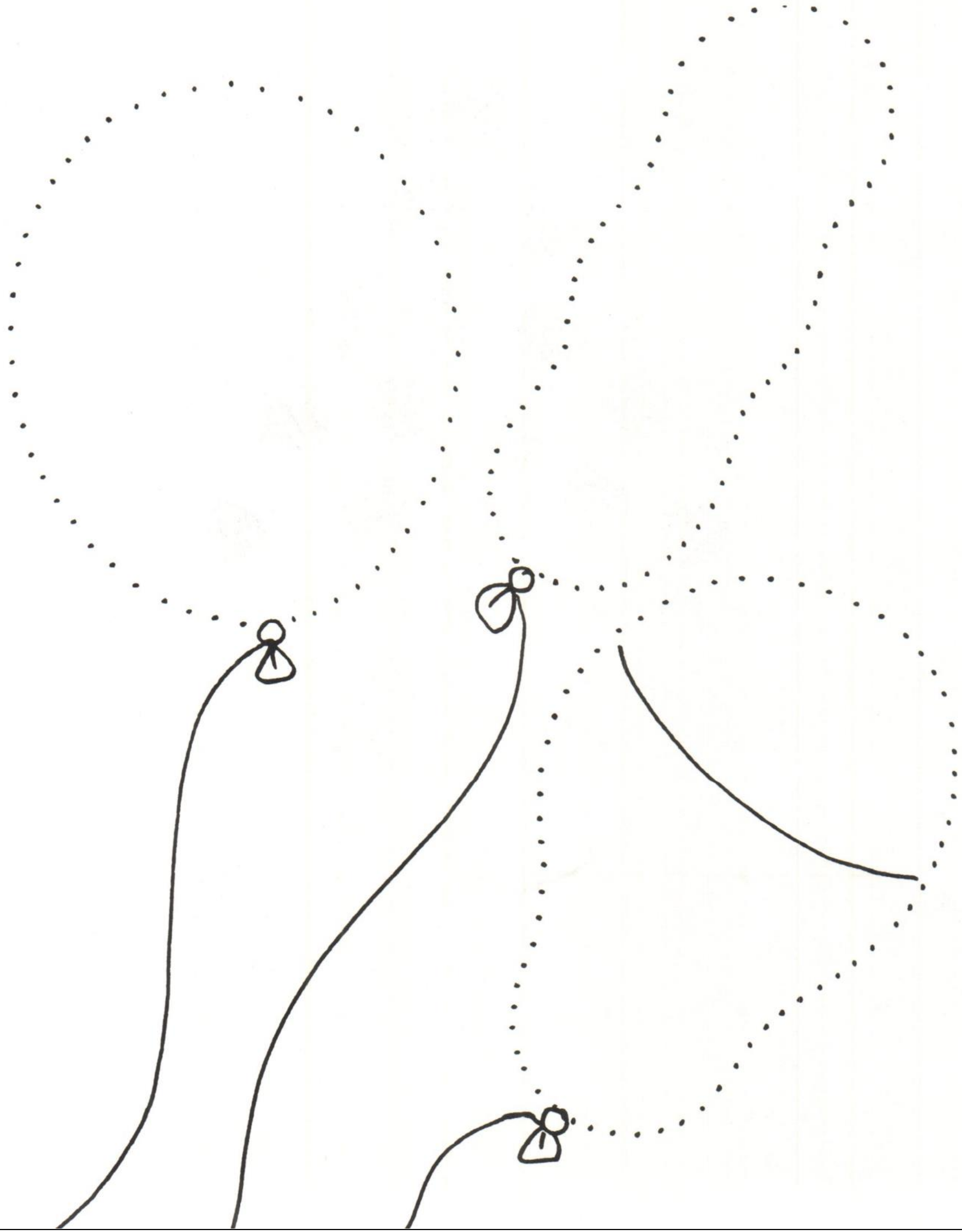
જોડકણા

અજગર કેવો ભરડો લેતો ઝાડની ડાળે ઝૂકે ?
તરાપ મારી, જીભ લપકાવી શિકારને એ ફાંસે.

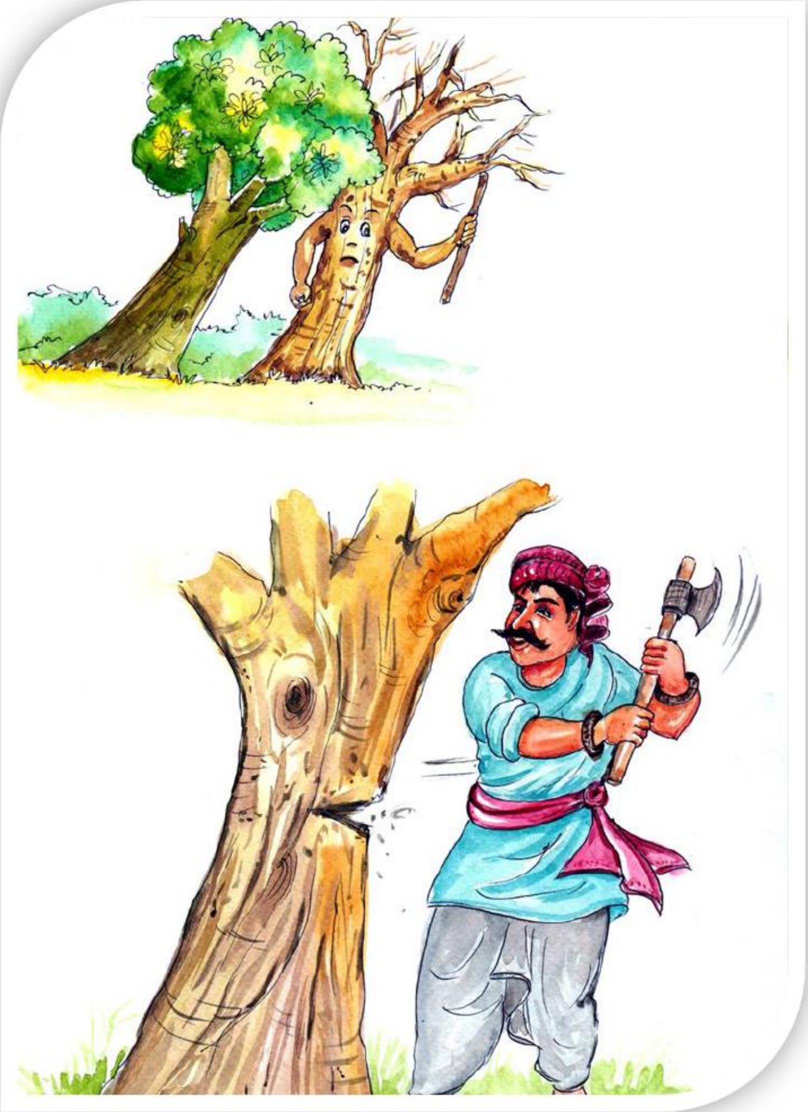
ક્રિયાકલાપ

સાધન સામગ્રી	સ્કેચ પેન
વર્ણન	મિક્ષ સ્કેચપેનથી ડીઝાઇન કરો

ચિત્ર



વાર્તા



કુહાડીનો હાથો

— રતિલાલ સાં. નાયક

એક કઠિયારો હતો તે ગરીબીમાં આવી ગયો.

તેણે કોઈની પાસે માગીને ખાવું પસંદ ન કર્યું. તેણે નક્કી કર્યું કે મહેનત કરવી ને એમાંથી જે મળે એની ઉપર જ જીવવું.

એક પડોશીએ એને લોઢાનું પાનું ભેટ આપ્યું. તેણે કહ્યું, ‘આનાથી તું જંગલમાં જઈ લાકડાં કાપજે, ને એ વેચી ગુજારો કરજે.’

કઠિયારો લોઢાનું પાનું લઈ જંગલમાં ગયો.

જંગલનાં મોટાં ઝાડ ધ્રૂજી ગયાં. એમને થયું, ‘આપણું આવી બન્યું. આ કઠિયારો એની પાસેના પાનાથી આપણને કાપી નાંખશે. એક જૂનું ઝાડ જે આગેવાન જેવું હતું એણે કહ્યું, ‘‘આ કઠિયારો લોઢાનું પાનું લઈ આવ્યો છે

એથી ગભરાવાની કશી જરૂર નથી. આપણી સામે ભય ઊભો થયો છે તો આપણે એકસંપ થઈ ભયનો સામનો કરીએ. કઠિયારાને પહેલાં તો લોઢાના પાનાના વેહમાં પૂરવા લાકડું જોઈશે. કઠિયારો લાકડાનો હાથો બનાવી વેહમાં બેસાડે તો લોઢાનું પાનું કુહાડો બને ને આપણને એનાથી એ કાપી શકે. આપણે આપણી વચ્ચે ફૂટ ન પડવા દઈએ ને કઠિયારા માટે હાથો બનવાનું સાધન ન બનીએ તો આપણને એ કશું નુકસાન ન કરી શકે.''

કઠિયારાએ આ સાંભળ્યું ને એ પાછો ગયો.

એણે નક્કી કર્યું, રોજ જંગલમાં આવવું ને ઝાડ વચ્ચે ફૂટ પડે ત્યાં સુધી ધીરજ ધરવી.

એને ખાતરી હતી કે કોઈ ને કોઈ ઝાડ એક દિવસ તો ઝઘડશે જ.

અને એમ જ થયું, એક ઘટાદાર લીલા ઝાડ અને એક સૂકા ઠૂંઠા ઝાડ વચ્ચે નહિ જેવી વાતમાં ઝઘડો થયો. પવનના એક જોરદાર વાવાઝોડાને કારણે ઘટાદાર લીલા ઝાડનો થોડોક ભાગ પાસે જ ઊગેલા સૂકા ઠૂંઠા ઝાડ ઉપર જોરથી અથડાયો. સૂકું ઝાડ ઢળી પડતું માંડ બચ્યું. એણે ગુસ્સે થઈને લીલા ઝાડને કહ્યું, 'સૂકું એવું હું તારી પડોશમાં ઊભું છું તે તને નથી ગમતું. તું જાણી જોઈને મને પાડી નાખવા માગે છે.'

લીલું ઝાડ આ ખોટો આરોપ સહન ન કરી શક્યું ને સૂકા ઝાડને એણે ન કહેવાનાં વેણ કહ્યાં.

સૂકા ઝાડને એ વેણ હાડોહાડ લાગી ગયાં. એણે નક્કી કર્યું, લીલું ઝાડ મને ઉખેડી મૂકે એ પહેલાં હું જ લીલા ઝાડને પડાવી નાખું. એ માટે હું પેલા રોજ આવતા કઠિયારાની કુહાડીનો હાથો બનું.

કઠિયારાને તો આટલું જ જોઈતું હતું. સૂકા ઠૂંઠા ઝાડે સામે ચાલીને હાથા માટે લાકડું આપવા તૈયારી બતાવી. એણે કહ્યું કે તારે બીજાં ઝાડ કાપવાનાં જેમાં આ હરામખોર લીલું મોટું ઝાડ તો ખરું જ, પણ મને ક્યારેય નહિ કાપવાનું.

કઠિયારાએ પછી પ્રથમ તો લીલા મોટા ઝાડનો જ ખુડદો બોલાવી દીધો. અને રોજ રોજ આવી બીજાં ઝાડ પણ કાપી કાપીને લાકડાં લેવા માંડયાં.

એમ કરતાં જંગલનાં બધાં ઝાડ પૂરાં થયાં. હવે બચ્યું હતું માત્ર પેલું સૂકું ઠૂંઠું ઝાડ.

એક દિવસ કઠિયારો એને પણ કાપવા તૈયાર થઈને આવ્યો. સૂકા ઠૂંઠા ઝાડે પોતે કરેલા ઉપકારની ઘણી યાદ આપી પણ કઠિયારો તો એક જ વાક્ય બોલતો રહ્યો : 'તને ન કાપું ને શું હું ભૂખ્યો રહું ?'

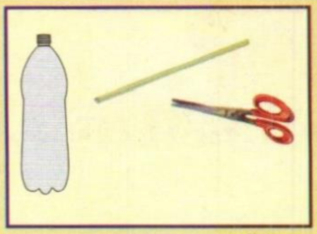
બીજાને માટે ખાડો ખોદનારનો એવો જ ખાડો એક દિવસ તો ખોદાઈને જ રહે છે એ વાત સૂકું ઠૂંઠું ઝાડ સમજ્યું ખરું પણ ત્યારે મોતે એનો કબજો લઈ લીધો હતો.

■

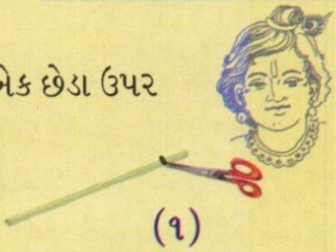
વિજ્ઞાન પ્રયોગ

૬

રમૂજી સ્ટ્રો



સાધન-સામગ્રી : ૧ લિટર ઢાંકણ વિનાની ખાલી પ્લાસ્ટિકની બૉટલ, એક છેડા ઉપર કાણું પાડેલી ૧ સ્ટ્રો, પાણી



(૧)

કૃતિ :

૧. બૉટલ પાણીથી સંપૂર્ણ ભરી દો.

૨. સ્ટ્રો બૉટલમાં નાંખો.

૩. તમારા મિત્રને સ્ટ્રોના બંને છેડે વારાફરતી પાણી પીવાનું કહો.

(૨)

નિરીક્ષણ : તમારો મિત્ર માત્ર એક જ છેડેથી પાણી પી શકશે. કાણાવાળા છેડેથી નહીં પી શકે તે જોવાની મજા આવશે.

શા માટે ? :

૧. જ્યારે તે સ્ટ્રોના કાણાવાળા છેડેથી પાણી પીવાનો પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે કાણામાંથી હવા તેના મુખમાં જાય છે તેથી તે પાણી પી શકતો નથી.

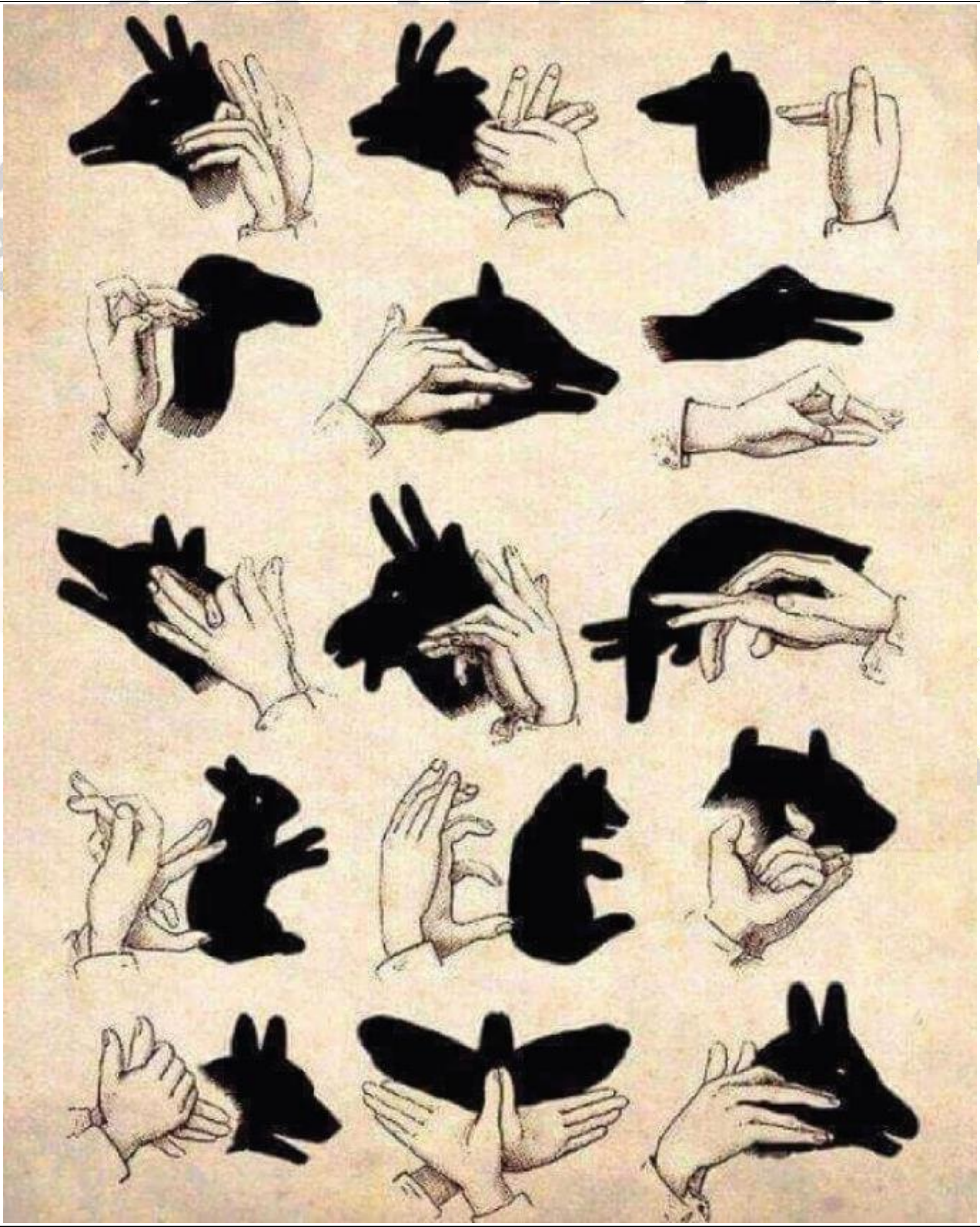
૨. જ્યારે કાણા વિનાના છેડા ઉપરથી પાણી પીવાનો પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે મોં વડે બૉટલમાં રહેલું પાણી ઉપર ખેંચાય છે તેથી તે પાણી પી શકે છે.

(૩)

સિદ્ધાંત :

૧. જ્યારે આપણે સ્ટ્રોની મદદથી પાણી પીએ છીએ ત્યારે જડબાના પોલાણથી હવા મોંમાં ઉપર લઈએ છીએ અને નાકથી બહાર નીકળે છે તેથી આપણા મોં અને બૉટલમાં રહેલા પ્રવાહીની સપાટી ઉપર હવાના દબાણનો તફાવત સર્જાય છે.

૨. આ તફાવત આપણને સ્ટ્રોથી પાણી પીવામાં મદદ કરે છે.

ગૃહકાર્ય
https://vimeo.com/showcase/7112662
https://vimeo.com/showcase/7112715
https://www.youtube.com/watch?v=ZIvsUTzn5Mg&feature=youtu.be


રમત
https://vimeo.com/showcase/7112712
https://vimeo.com/showcase/7112683
https://vimeo.com/showcase/7112678
https://vimeo.com/showcase/7112704
https://www.youtube.com/watch?v=k20mquOHrko&feature=youtu.be

મેરા ભારત મહાન.

-: રામાયણ :-

નલ અને નીલ ને કોણે વરદાન આપેલું? શું? ક્યારે?

दुर्लभं भारते जन्म

ચેન્નકેશવ મંદિર, બેલુર, કર્ણાટક

બેલુર કર્ણાટક રાજ્યના હસન જિલ્લામાં એક ઐતિહાસિક સ્થળ છે. બેલુર એ મધ્યયુગીન કાળમાં, હોયસાલા રાજ્યની રાજધાની હતી. બેલુર સ્થિત ચેન્નકેશવનું પ્રખ્યાત મંદિર સ્થાપત્ય અને કલાનો ઉત્તમ નમૂનો છે. ઈસવીસન બારમી સદીમાં હોયસાલા વંશના રાજા વિષ્ણુવર્ધન દ્વારા બાંધવામાં આવેલ ચેન્નકેશવનું મંદિર ભગવાન વિષ્ણુને સમર્પિત છે જે બેલુરની ખ્યાતિનું કારણ છે. આ મંદિર, સ્થાપત્ય અને શિલ્પકૃતિની દ્રષ્ટિએ ભારતના સર્વોત્તમ મંદિરોમાંનું એક છે. મોઘલ શાસન દરમિયાન મુસ્લિમો દ્વારા ઘણી વખત લૂંટ કરવામાં આવ્યું હતું, પરંતુ હિન્દુ રાજાઓએ વારંવાર તેનું નવીનીકરણ કર્યું હતું. આ મંદિર ૧૭૮ફૂટ લાંબું અને ૧૫૬ ફૂટ પહોળું છે. મંદિરની પ્રત્યેક દીવાલો ભારતીય સંસ્કૃતિથી છલકાતી જોવા મળે છે. મંદિરના શિલ્પકારોએ મહાભારત, રામાયણ, વિવિધ પુરાણ અને હિન્દૂ દેવીદેવતાઓ, રાજા મહારાજાઓની આકૃતિઓ ખુબજ બારીકાઈથી કોતરેલી જોવા મળે છે. આ મંદિર નક્ષત્રના આકારનું છે. તેનું પ્રવેશદ્વાર પૂર્વ તરફનો છે. ચતુર્ભુજ મંડપ મુખ્ય દરવાજામાંથી અંદર આવતાં આવે છે. મંદિરમાં ભગવાનની મૂર્તિ લગભગ ૭ ફૂટ ઊંચી ચતુર્ભુજ છે. તેમની સાથે દેવી લક્ષ્મી છે અને ભગવાનના હાથમાં શંખ, ચક્ર, ગદા અને પદ્મ છે.

शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम् ।।

સર્કિટ ટ્રેનિંગ

1. હાફ સ્ક્વૉટ્સ

(૧૦ થી ૧૫ આવર્તનના
3 થી ૫ સેટ કરી શકાય છે)

2. ટ્રાઈસેપ્સ પ્રેસ

(૧૦ થી ૧૫ આવર્તનના
3 થી ૫ સેટ કરી શકાય છે)

3. ફોરવર્ડ લંજીસ

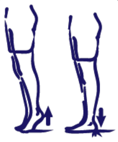
(૧૦ થી ૧૫ આવર્તનના
3 થી ૫ સેટ કરી શકાય છે)

4. હિપ બ્રિજ

(30 સેકન્ડથી ૧ મિનિટ
સુધીના 3 સેટ કરી શકાય છે)

5. પુશ-અપ્સ

(૧૦ થી ૧૫ આવર્તનના
3 થી ૫ સેટ કરી શકાય છે)

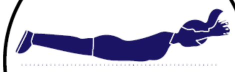


6. હીલ રેઈઝ

(૧૦ થી 30 આવર્તનના
૨ થી 3 સેટ કરી શકાય)

7. ફ્રન્ટ પ્લાન્ક્સ

(30 સેકન્ડથી ૨ મિનિટ
સુધીના 3 સેટ કરી શકાય છે)



8. બેક રેઈઝ

(૧૦ થી ૧૫ આવર્તનના
૨ થી 3 સેટ કરી શકાય છે)

9. માઉન્ટેઈન ક્લાઈમ્બર

(૧૦ થી 30 આવર્તનના
૨ થી 3 સેટ કરી શકાયછે)

10. સાઈડવર્ડ લંજીસ

(૧૦ થી ૧૫ આવર્તનના 3
થી ૫ સેટ કરી શકાય છે)

-: અપેક્ષા રહિત કામ કરવું :-

શાર્દૂલ શિશુ વિહાર સુરત :- 7818088520 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર જુનાગઢ :- 9722127743 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર કર્ણાવતી :- 9904469844 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર પુણે :- 7249696110 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર વડોદરા :- 79845 49896
પાછલા ઝરણાંની આવૃત્તિ માટે જાવ http://www.shardul.org/
https://www.facebook.com/Shardul.Official/