Mission Shikshan Samvad

मिशन शिक्षण संवाद

सृजन संसार

बाल गीत मंजरी

कु. सन्ध्या की स्वरचित कविताओं का संकलन

संकलन
मिशन शिक्षण संवाद

कु. सन्ध्या कक्षा- 8
कम्पोजिट विद्यालय अमौली
ब्लॉक- अमौली, जनपद- फतेहपुर

मार्ग दर्शन एवं सहयोग
प्रतिमा उमराव (शिक्षिका)

Mission Shikshan Samvad

सृजन संसार

बाल गीत मंजरी

सन्तुलित भोजन

01

सन्तुलित भोजन की एक थाली,
जिसमें गेहूँ, चावल, मक्का, आलू।
इनमें होता है कार्बोहाइड्रेट,
इनसे मिलती है ऊर्जा हमको तेज।

राजमा, सोयाबीन, दाल का सेवन करना है प्रतिदिन,
होता है इनमें प्रोटीन जिससे होती शरीर की वृद्धि।
अंडा, मांस, दूध, घी, मछली इनमें है वसा का वास,
इस भोजन के सेवन से मिलती है ऊर्जा खास।

हरी सब्जियाँ और फल जो हैं खाते,
खनिज-लवण और विटामिन है पाते।
सन्तुलित भोजन रोगों से हैं ये रक्षा करते,
सन्तुलित भोजन के सेवन से स्वस्थ निरोगी हम रहते।

रचनाकार

कु. सन्ध्या कक्षा- 8
कम्पोजिट विद्यालय अमौली
ब्लॉक- अमौली, जनपद- फतेहपुर

मार्गदर्शन
प्रतिमा उमराव (शिक्षिका)

Mission Shikshan Samvad

सृजन संसार

बाल गीत मंजरी

पौधों की आवश्यकता

02

आओ मिलकर पेड़ लगाएं,
साँसों को अपनी महकाएं।
जिनसे धरती की सुन्दरता है बढ़ती,
इसमें मधुमक्खियाँ शहद हैं गढ़तीं।।
आओ मिलकर पेड़ ...

मत इनको काटो तुम, छाया हमेशा देते,
बिना किसी भेद-भाव के फल-फूल हैं ये देते ।
इनसे बढ़ती है वातावरण की शान,
ऑक्सीजन देता हम सबको जान।।
आओ मिलकर पेड़...

आओ मिलकर हम कसम ये हैं खाते,
हर बच्चे के जन्म दिन पर एक पेड़ हम लगाते।
आओ मिलकर पेड़...

रचनाकार

कु. सन्ध्या कक्षा- 8
कम्पोजिट विद्यालय अमौली
ब्लॉक- अमौली, जनपद- फतेहपुर

मार्गदर्शन

प्रतिमा उमराव
(शिक्षिका)

Scanned with Cam

Mission Shikshan Samvad

सृजन संसार

बाल गीत मंजरी

योग से लाभ

03

योग हमारे जीवन में है अनमोल।

इसे करो सुप्रभात में सब तुम,
स्वस्थ रखो शरीर-मस्तिष्क तुम।
चक्रासन करना है तुमको प्रतिदिन,
शरीर में स्फूर्ति और शक्ति बढ़ती है हर दिन।।

योग हमारे जीवन में......

शीर्षासन से होता है ये लाभ,
स्मरण शक्ति का होता है विकास।
पद्ममयूरासन करना है तुमको,
पेट और मोटापा दूर भगाना है तुमको।।

योग हमारे जीवन में......

रचनाकार
कु. सन्ध्या कक्षा- 8
कम्पोजिट विद्यालय अमौली
ब्लॉक- अमौली, जनपद- फतेहपुर

मार्गदर्शन
प्रतिमा उमराव (शिक्षिका)

Scanned with Cam

Mission Shikshan Samvad

सृजन संसार

बाल गीत मंजरी

मेरी इच्छा

04

सूरज की तरह चमक सकूँ,
निशा में दीपक सा जल सकूँ ,
सच्चाई का मार्ग हमेशा मैं चुन सकूँ ,
सही-गलत की पहचान मैं खुद कर सकूँ
बस इतनी सी इच्छा है मेरी ||

हर विपत्ति का डटकर सामना कर सकूँ,
चिड़िया की तरह लम्बी उड़ान भर सकूँ,
भर कर आसमान को मैं छू सकूँ,
जीवन की हर कठिनाई को पार कर मंजिल पा सकूँ ,
बस इतनी सी इच्छा है मेरी ||

किसी के दर्द का मरहम बन सकूँ,
किसी के बेरंग जिंदगी में रंग भर सकूँ,
दुखी-गरीब लोगों का हौसला बढ़ा सकूँ,
अपनी हर इच्छा को पूरी कर सकूँ,
किसी के मुस्कुराने की वजह बन सकूँ,
बस इतनी सी इच्छा है मेरी ||

रचनाकार
कु. सन्ध्या कक्षा- 8
कम्पोजिट विद्यालय अमौली
ब्लॉक- अमौली, जनपद- फतेहपुर

शिक्षा का उत्थान, मिशन शिक्षण संवाद, शिक्षक का सम्मान।

मार्गदर्शन
प्रतिमा उमराव (शिक्षिका)

Scanned with Cam

Mission Shikshan Samvad

सृजन संसार

बाल गीत मंजरी

जल का महत्व

05

जल की महिमा है न्यारी।

जल से ही मनुष्य का जीवन है शुरू,
पौधे, पक्षी, जन्तु, नर-नारी।
जल है हमारे लिए उपयोगी बहुत,
जल बिन धरती पर नहीं रह पायेगी हरियाली।।

जल बिना कुछ नहीं रह पायेगा,
मनुष्य करता है जल को बर्बाद।
मनुष्य का जीवन कैसे रह पायेगा,
यह एहसास नहीं है उनको आज।।
जल की महिमा....

जब जल ही नहीं रहेगा तो,
पक्षी कैसे रह पायेंगे।
जल ही ईश्वर का रूप है,
जीवन की प्यास बुझाएंगे।।
जल की महिमा....

रचनाकार

कु. सन्ध्या कक्षा- 8
कम्पोजिट विद्यालय अमौली
ब्लॉक- अमौली, जनपद- फतेहपुर

मार्गदर्शन

प्रतिमा उमराव (शिक्षिका)

Scanned with Cam

Mission Shikshan Samvad

टेक्निकल एवं इमेज निर्माण टीम

शहनाज बानो, चित्रकूट
आयुषी अग्रवाल, मुरादाबाद
आकांक्षा मिश्रा, हरदोई
प्रतिमा उमराव, फतेहपुर
सुधांशु श्रीवास्तव, फतेहपुर
हेमलता गुप्ता, अलीगढ़
नमिता राजपूत, मुरादाबाद
नाज़िया परवीन, मुरादाबाद

मार्गदर्शन
आर के शर्मा, चित्रकूट

संकलन - मिशन शिक्षण संवाद

Scanned with Cam