बाल भारती पब्लिक स्कूल ,पीतमपुरा
साप्ताहिक पाठ योजना
कक्षा -सातवीं
विषय - हिंदी

कालांश -२

सप्ताह -18/1/21 से 22/1/21
उपविषय -खान पान की बदलती तस्वीर
अधिगम प्रतिफल
१)पौष्टिक भोजन का महत्त्व छात्र समझ सकेंगे ।
२) एक प्रदेश की संस्कृति का दूसरे प्रदेश की संस्कृति से मिलना ।
३)देश -विदेश के व्यंजन मालूम होना ।
४)राष्ट्रीय एकता को बढ़ावा मिलना ।
५)अपौष्टिक भोजन के नुक़सान के बारे में छात्र जान पाएँगे ।
निर्देशात्मक सहायक सामग्री
नीचे दिए गए लिंक के द्वारा छात्र पाठ को समझेंगे ।
https://youtu.be/13s5Vqicf6Y
पाठ परिवर्धन
कालांश -१
पाठ का सार

इस निबंध के द्वारा लेखक श्री प्रयाग शुक्ल ने आधुनिक युग तथा पश्चिमी सभ्यता के कारण खान-पान की बदलती हुई तस्वीर को दर्शाया है। पिछले दस-पंद्रह वर्षों से हमारे देश की खान-पान की संस्कृति में बहुत बदलाव आया है। उन्होंने समूचे भारत को एकीकृत कर दिया है। दक्षिण भारतीय व्यंजन इडली, डोसा, सांभर उत्तर भारत में बड़े चाव से खाए जाते हैं वहीं उत्तर भारतीय व्यंजन रोटी, दाल, साग देश के सभी भागों में मिलते हैं। फ़ास्ट फूड (तुरंत भोजन) का चलन सब जगह बढ़ चुका है। 'टू मिनिट नूडल्स' के पैकेट बंद रूप से सभी लोग परिचित हो चुके हैं। अब स्थानीय व्यंजनों के साथ अन्य प्रदेशों के व्यंजन पकवान भी प्रायः हर क्षेत्र में उपलब्ध हैं। गुजरात का ढोकला और बंगाल के रसगुल्ले हर जगह दिखाई देते हैं। अंग्रेजों के समय के ब्रेड अब लाखों-करोड़ों घर में नाश्ते का रूप ले चुके हैं। खानपान की इस मिश्रित संस्कृति का सबसे सकरात्मक पक्ष यह है कि नई पीढ़ी को देश-विदेश के व्यंजनों को जानने का अवसर मिला है। अब कामकाजी महिलाएँ जल्दी तैयार होनेवाले व्यंजन को पसंद करती हैं| मध्यमवर्गीय जीवन में भोजन विविधता अपनी जगह बना चुकी है। खान-पान की नई संस्कृति में राष्ट्रीय एकता के नये बीज मिलते हैं।

लेकिन खानपान की मिश्रित संस्कृति से हमारे स्थानीय व्यंजनों की लोकप्रियता घट गई। अब यह केवल पाँच सितारा होटल में 'एथनिक' के नाम से प्रचलित है। मौसमी सब्जियों के व्यंजन भी अब नहीं मिलते हैं। गली-मुहल्लों में मिलने वाली आम वस्तुएँ केवल खास-दुकानों पर ही बिकती हैं। खान-पान की मिश्रित संस्कृति से भी हमें असली स्वाद नहीं मिलता। लेकिन इस मिश्रित संस्कृति का विकास अभी रुका नहीं है बल्कि यह और भी विकसित होती रहेगी|

शब्दार्थ

- खान-पान – खाना-पीना
- बड़ा – दक्षिण भारतीय एक व्यंजन
- मिश्रित – मिली-जुली
- सकारात्मक – अच्छा
- गृहिणियों में – घर में रहने वाली स्त्रियों में
- कामकाजी – काम करने वाली
- विस्तार – फैलाव
- आम – सामान्य
- खास – विशेष
- पश्चिम – पश्चिमी देशों की सभ्यता

बहुविकल्पी प्रश्न

प्रश्न 1.'खानपान की बदलती तसवीर' नामक पाठ के लेखक का नाम बताएँ।

- रामचंद्र शुक्ल
- शिवप्रसाद सिंह
- प्रयाग शुक्ल
- विजय तेंदुलकर।

प्रश्न 2.

खानपान की संस्कृति में बड़ा बदलाव कब से आया?

- पाँच-सात वर्षों में
- आठ-दस वर्षों में
- दस-पंद्रह वर्षों में
- पंद्रह-बीस वर्षों में

प्रश्न 3.
युवा पीढ़ी इनमें से किसके बारे में बहुत अधिक जानती है?

- स्थानीय व्यंजन
- नए व्यंजन
- खानपान की संस्कृति
- इनमें से कोई नहीं।

प्रश्न 4.
ढाबा संस्कृति कहाँ तक फैल चुकी है?

- दक्षिण भारत
- उत्तर भारत तक
- पूरे देश में
- कहीं नहीं।

प्रश्न 5.
पाव-भाजी किस प्रांत का स्थानीय व्यंजन है?

- राजस्थान
- महाराष्ट्र
- गुजरात
- मध्य प्रदेश।

प्रश्न 6.
किसी स्थान का खान-पान भिन्न क्यों होता है?

- मौसम के अनुसार, मिलने वाले खाद्य पदार्थ
- रुचि के आधार पर
- आसानी से वस्तुओं की उपलब्धता
- उपर्युक्त सभी

प्रश्न 7.
इनमें से किसे फास्ट फूड के नाम से जाना जाता है।

- सेव
- रोटी
- दाल
- बर्गर

प्रश्न ४.
पाठ की विधा कौन सी है ?

- निबंध
- कहानी
- कविता
- नाटक
-

क्रियाकलाप - पौष्टिक और अपौष्टिक भोजन के पाँच - पाँच चित्र कॉपी में चिपकाएँ ।

कालांश -२
नीचे दिए गए लिंक के द्वारा छात्र पाठ को समझेंगे ।
https://youtu.be/3qnquFpanxA
लघु उत्तरीय प्रश्न
1. उत्तर भारत की कौन-सी संस्कृति पूरे देश में फैल चुकी हैं ?
2. उत्तर भारत और दक्षिण भारत के स्थानीय व्यंजनों के नाम लिखें।
3. खानपान में आए एक बदलाव से सबसे अधिक प्रभावित कौन हुआ हैं ?
4. अंग्रेजों के जमाने में ब्रेड कहा तक सीमित थी ?
5.स्थानीय व्यंजनों की गुणवत्ता पर क्या असर हुआ है ?
6.दक्षिण भारत का प्रमुख व्यंजन क्या था ?
7.एक गुजराती व्यंजन का नाम बताएँ जिसका ज़िक्र लेखक ने पाठ में किया है ?

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न
1. पिछले दस पंद्रह वर्षों में हमारी खानपान की संस्कृति में क्या बदलाव आया हैं?
2. देश में खानपान की संस्कृतिमें बदलाव के प्रमुख कारण क्या हैं ?
3. स्थानीय व्यंजनों के प्रति लोगों का आकर्षण क्यों कम होता जा रहा हैं ?
4. खानपान की नई संस्कृति के नकारात्मक पक्ष का वर्णन करें।
5. दोपहर के टिफ़िन विभिन्न प्रदेशों को कैसे जोड़ देते हैं ?
6. एथनिक से आप क्या समझते हैं ?
7. गृहणियों और महिलाओं को खानपान में आए बदलाव से क्या लाभ हुआ ?

क्रियाकलाप - अपौष्टिक भोजन के लाभ और हानियाँ विषय पर परिचर्चा ।

मूल्यांकन कक्षा गतिविधि ,मौखिक चर्चा एवं लिखित कार्य के आधार पर किया जाएगा।

DPS PITAMPURA