



हिन्दुस्तान
स्काउट्स एंड गाइड्स
प्रमोशिएशन



गुरुपद
GURUPAD

Published By :
The Hindustan Scouts and Guides Association

Recognized by Ministry of Youth Affairs and Sports
Government of India and full member of WFIS Germany

National Head Qtrs :- C-5/19, Sector-5, Rohini, Delhi-110085

Phone No :- 011-27931146

E-mail : info@hindustanscoutsandguideassociation.com

Visit us at :

<https://www.hindustanscoutsandguideassociation.com/contact-us/>

@Publishers

ONKAR PRINTERS

6, SATNAM PARK, OPP. 1, RAM NAGAR,
KRISHNA NAGAR, DELHI-110051



Second Edition : 2022

Price : Rs. 88/-

An Initiative By :

Queen Global International School
C-Block, Dilshad Garden, Delhi-110095

चीफ स्काउट संदेश



शुभाशीर्वाद

मेरा ऐसा मानना है कि भौतिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए तो संसार का हर प्राणी चाहे वह जलचर हो, नभचर हो या थलचर हो हर संभव काम करता है। मानव एक ऐसा प्राणी है जो आत्मा के लिए भी कुछ कर सकता है।

मैं स्काउटिंग गाइडिंग को आत्मा के लिए किया जाने वाला श्रेष्ठ कार्य समझता हूँ जो घर या समाज में प्रतिदिन एक भलाई का कार्य करने से प्रारंभ होता है। स्काउटिंग गाइडिंग के 10 नियम, 3 प्रतिज्ञाएं, सिद्धांत व ईश्वर, मातृभूमि और स्वयं के प्रति कर्तव्य का प्रशिक्षण, उनको जीवन में उतारना, बालक बालिकाओं को श्रेष्ठ मानव बनाता है। इसके साथ-साथ हमने हिंदुस्तान स्काउट्स व गाइड्स संस्था के पाठ्यक्रम में सर्व धर्म ध्यान योग, योगासन व प्रणायाम को भी अंतर्राष्ट्रीय पाठ्यक्रम के साथ जोड़ा है जो मानव के आत्मोत्थान में सहायक है।

मैं अपने सभी स्काउट्स/गाइड्स/बच्चों को अपनी ओर से सफलता और उनके स्काउटिंग और गाइडिंग लाइफ में इस पुस्तक के बेहतर उपयोग के लिए शुभकामनाएं देता हूँ। मुझे विश्वास है कि यह पुस्तक स्काउट्स एंड गाइड्स को एक अद्भुत समर्थन देगी, साथ ही यह उद्यमिता और सच्ची देशभक्ति पर जोर देता है।

शुभ स्काउटिंग गाइडिंग

श्री श्रीनिवास शर्मा – लीडर ट्रेनर

संस्थापक, चीफ स्काउट (भारत)

मुख्य सम्पादक के कलम से

शुभाशीर्वाद



विख्यात महान शिक्षाविदों के परिवार की साझीदार होने के कारण मेरा झुकाव सदैव आकादमिक उत्कृष्टता की ओर ही रहा है, क्योंकि सदैव मुझसे यही कहा जाता था कि "खेलोगे-कूदोगे बनोगे खराब, पढोगे—लिखोगे तो बनोगे नवाब।"

लेकिन उपर्युक्त दी गई उक्ति के ठीक विपरीत मेरे पूज्य पिताजी ने मुझे स्काउट्स और गाइड्स के शिविरों में संलग्न रहने हेतु नित्य पथ—प्रदर्शन और प्रेरित किया परन्तु यह तभी सम्भव हो पाया, जब मैं स्वतंत्र व्यक्तित्व के लिए अपने स्व की खोज कर रही थी जिसके परिणामस्वरूप मैं हर पल इसका एक हिस्सा बनी रही और यही दृढ़ता मेरी ताकत के रूप में आगे बढ़ती चली गई मेरी इसी सोच ने

मुझे इस क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया, जिसके तहत मुझे बहुत प्रोत्साहन भी मिला। मैंने शिक्षा के क्षेत्र में अपनी पहली यात्रा ६० के दशक से आरम्भ की थी और तभी से मैंने स्काउटिंग और गाइडिंग को शिक्षा जगत में महत्वपूर्ण अंग बना दिया २१वीं सदी की सदस्या होने के नाते, मैंने सदैव अपने विद्यार्थियों को इस समय में आने वाली चुनौतियों के लिए तैयार किया और उन्हें मजबूत किया।

हिन्दुस्तान स्काउट्स एवं गाइड्स की सदस्या रूप में मैंने इसे पाठ्यक्रम में अंगीकृत कर विद्यार्थियों के लिए सुलभ बनाया। हिन्दुस्तान स्काउट्स एवं गाइड्स का उद्देश्य विद्यार्थियों को न केवल उन्नति, नये अनुभव और सफलता हेतु क्षमता को प्रदान करता है, बल्कि यह विद्यार्थी के जीवन में आनन्द के साथ आध्यात्मिक विकास के अवसर भी प्रदान करता है इस संगठन में प्राथमिक चिकित्सा प्रशिक्षण, रस्सी द्वारा चढ़ना, विभिन्न प्रकार की गॉटे, बैकवुड मैंन कूकिंग एवं कई अन्य गतिविधियों का समन्वय मिलता है तथा साथ ही मार्चिंग, ताल की उपयोगिता जैसे बहुकौशलों का भी परिचय मिलता है इन्हीं सभी बातों को ध्यान में रखकर मेरे द्वारा इसके पाठ्यक्रम को तैयार किया गया, जो विद्यार्थियों को उनके समग्र विकास की ओर ले जाता है। यह पुस्तक मेरे पाठकों के लिए केवल एक साधारण पुस्तक न होकर बल्कि एक ऐसी पुस्तक है जो पाठकों के पथ—प्रदर्शन के रूप में कार्य करेगी, साथ ही समाज के सम्पूर्ण विकास में नव परिवर्तन करते हुए प्रेरणादायी सिद्ध होगी। १३ वर्षों के अपूर्व अनुभवों में स्काउटिंग और गाइडिंग ने मेरे जीवन में जो नया उत्साह और उमंग उत्पन्न किया है, उससे वह मेरे अनुभवों को और सुंदर बना देता है और साथ ही मेरे विद्यार्थियों के लिए भी दृढ़ता प्रदान करने में सहायता करता है।

इसलिए मैं कहूंगी कि—

"मैं महसूस करती हूँ कि हमारी दुनिया को और बेहतर बनाया जा सकता है"

डा. ज्योत्सना मिनोचा

प्रिंसिपल

क्वीन ग्लोबल इन्टरनेशनल स्कूल

बेसिक कमिश्नर—एच.एस.जी.

प्रस्ताव



स्काउटिंग/गाइडिंग देश के युवाओं के सर्वांगीण विकास के लिए एक आंदोलन है। स्काउटिंग में हम छोटे बच्चों के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक विकास के लिए मिलकर काम करते हैं और उन्हें भविष्य में स्थानीय, राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय समुदाय के अच्छे नागरिक बनने के लिए तैयार करते हैं। यह आंदोलन आपके समय, सुझाव, समर्थन और मदद देश में एक बड़ा बदलाव ला सकती है, जो इस समय एक महत्वपूर्ण आवश्यकता है।

हिंदुस्तान स्काउट्स एंड गाइड्स एसोसिएशन, भारत के स्काउट्स / गाइड्स के लिए यह गुरुपद ट्रेनिंग बुक देते हुए मुझे बहुत खुशी हो रही है, कि यह पुस्तक एचएसजी, शिविरों और सामाजिक कार्यक्रमों की गतिविधियों, सेवाओं, लक्ष्यों और उद्देश्यों की हमारी भविष्य की सफलता की कहानी के लिए एक मजबूत उपकरण होगी। स्काउटिंग और गाइडिंग को समाज की आवश्यकताओं के अनुरूप होना चाहिए। स्काउटिंग युवाओं को देश में आवश्यक कौशल से लैस करके भविष्य की चुनौतियों का सामना करने का मार्ग प्रशस्त कर रहा है। एक स्काउट और गाइड के रूप में आप देश के भविष्य हैं और एक प्रशिक्षक के रूप में हम भविष्य के निर्माता हैं, इसलिए हमें एक प्रशिक्षक के रूप में प्रत्येक स्काउट और गाइड को समाज के लिए एक अच्छा इंसान बनाने के लिए भगवान और देश के प्रति अपने कर्तव्यों और जिम्मेदारी को पूरा करना चाहिए।

मैं अपने सभी स्काउट्स/गाइड्स/बच्चों को अपनी ओर से सफलता और उनके स्काउटिंग और गाइडिंग लाइफ में इस पुस्तक के बेहतर उपयोग के लिए शुभकामनाएं देता हूं। मुझे विश्वास है कि यह पुस्तक स्काउट्स एंड गाइड्स को एक अद्भुत समर्थन देगी, साथ ही यह उद्यमिता और सच्ची देशभक्ति पर जोर देता है।

श्री राहुल कुमार
राष्ट्रीय प्रशिक्षण आयुक्त (एस.)
स्काउटिंग योग्यता –
पुरुस्कार –

लीडर ट्रेनर स्काउट्स, एच. डब्ल्यू. बी. (रोवरिंग)
राष्ट्रपति पुरुस्कार से सम्मानित
पं. श्रीराम वाजपेयी सम्मान
आर.एस.पी. श्रेष्ठ पुरुस्कार दिल्ली पुलिस द्वारा
लांग सर्विस पदक प्राप्त एच.एस.जी.ए. द्वारा
यूथ पुरुस्कार युवा मामले एवं खेल मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा
यूथ लीडर बेस्ट टीचर पुरुस्कार, नेहरू युवा केन्द्र, भोपाल
एस.एम.सी. पुरुस्कार शिक्षा विभाग दिल्ली सरकार द्वारा
बी.ए.

शैक्षिक योग्यता –

प्रस्ताव



स्काउटिंग एवं गाइडिंग गतिविधियाँ अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर विश्व स्तर का सबसे बड़ा आंदोलन है, जिसका एकमात्र लक्ष्य देश के ऊर्जावान युवक-युवतियों को रचनात्मक और साहसी गतिविधियों में प्रशिक्षित कर उन्हें देश की सेवा के लिए नागरिकता, मानवतावाद और समाजवाद के रूप में तैयार करना है। इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए स्काउटिंग और गाइडिंग गतिविधियों के प्रत्येक क्षेत्र और स्तर के लिए विशेष पाठ्यक्रम और प्रशिक्षण विधियाँ निर्धारित की गई हैं। इस पुस्तिका को

राष्ट्रीय मुख्यालय नई दिल्ली के पाठ्यक्रम के अनुसार लिखने का छोटा-सा प्रयास किया गया है।

स्काउटिंग गाइडिंग का पाठ्यक्रम इतना विशाल है कि समग्र रूप से एक पुस्तक का रूप देना कठिन है, फिर भी इसको एक जगह समाहित करने का एक सफल प्रयास किया गया है, स्काउट जगत की कुछ विशेष बातें हैं, जो प्रत्येक दिन के जीवन से संबंधित हैं, जिसका वर्णन इसमें दिया जाना चाहिए। स्काउटिंग गाइडिंग के ज्ञान और सुविधा को बढ़ाने की दृष्टि से इस पुस्तक को आप तक पहुँचाने का प्रयास किया गया है। इसमें संकलित विषय ज्ञान सामग्री आपके लिए बहुत उपयोगी सिद्ध होगी।

मैं अपने सभी स्काउट्स/गाइड्स/बच्चों को अपनी ओर से सफलता और उनके स्काउटिंग और गाइडिंग लाइफ में इस पुस्तक के बेहतर उपयोग के लिए शुभकामनाएं देता हूँ।

श्री सन्तराम

राष्ट्रीय संयुक्त प्रशिक्षण आयुक्त (स्काउट)

स्काउटिंग योग्यता –

पुरूस्कार –

शैक्षिक योग्यता –

लीडर ट्रेनर (स्काउट)

लांग सर्विस पदक प्राप्त एच.एस.जी.ए. द्वारा

एम.ए. (संस्कृत, समाज शास्त्र),

मास्टर ऑफ सोशल वर्क

बी.एड.

अनुक्रमणिका

अनुक्रमांक	विषय	पृष्ठ संख्या
1.	स्काउट गाइड प्रार्थना एवं ध्वज गीत	6
2.	प्राथमिक चिकित्सा	7
3.	गांठे/बंधन/लैशिंग	16
4.	शिविर यंत्र व उनका प्रयोग	19
5.	पायनियरिंग, पुल निर्माण	20
6.	मानचित्र बनाना	26
7.	योग एवं कसरत	30
8.	दक्षता पदक	32
9.	राज्य पुरस्कार का पाठ्यक्रम	40
10.	राष्ट्रपति पुरस्कार का पाठ्यक्रम	49
11.	गुरुपद टेस्ट कार्ड	41
12.	प्रेरणादायक गीत	44
13.	निनाद	47
14.	प्रशसित पत्र	48

स्काउट /गाइड प्रार्थना

वह शक्ति हमें दो दयानिधे, कर्तव्य मार्ग पर डट जायें।
पर-सेवा पर उपकार में हम, निज जीवन सफल बना जायें ॥
हम दीन दुःखी निबलों - विकलों के, सेवक बन संताप हरे।
जो हैं अटके भूले-भटके, उनको तारे खुद तर जायें।
छल, दंभ, द्वेष, पाखंड, झूठ, अन्याय से निश्चिद्विद्वान् दूर रहे।
जीवन हो शुद्ध सरल अपना, शुचि प्रेम - सुधा रस बरसायें।
निज ज्ञान- वान मर्यादा का प्रभु, ध्यान रहे अभिमान रहे।
जिस पुण्य धरा पर जन्म लिया, बलिदान उसी पर हो जायें।
वह शक्ति हमें दो दयानिधे, कर्तव्य मार्ग पर डट जायें।
पर सेवा पर उपकार में हम, निज जीवन सफल बना जायें ॥

स्काउट/गाइड ध्वज गीत

हिन्द स्काउट - गाइड ध्वज , उड़ते रहो गगन में।
देशप्रेम की भरो भावना, हर प्राणी के मन में।
कैसरिया रंग त्याग, तपस्या और बलिदान सिखाये।
तीन पंखुडियां तीन प्रतिज्ञाओं, की याद दिलाये।
दस नियमों का पालन, जीवन सुंदर सुखद बनाये।
सेवा के प्रेरक बन उभरें, जन- जन के जीवन में,
हिन्द स्काउट -गाइड ध्वज , उड़ते रहो गगन में।
उड़ते रहो गगन में।

बनावटी सांस का ज्ञान

फेफड़ों को स्वच्छता पर्याप्त मात्रा में ना मिलने पर फेफड़े रक्त शुद्धि का कार्य पूर्णतया संपन्न नहीं कर सकते। अशुद्ध रक्त ही शरीर में भ्रमण करने लगता है। यही दम घुटना है। पानी में डूबने से, विषैली गैस में सांस लेने से, कम ऑक्सीजन में सांस लेने से, बिजली का झटका लगने से, पेट पर अधिक दबाव पड़ने से सांस फूलने लगती है। बेहोशी, सांस का रुकना पर व्यक्ति निर्जीव सा दिखाई देने लगता है। व्यक्ति को मरा मत समझो और तुरंत कृत्रिम सांस क्रिया दो। इसमें थोड़ा सभी विलंब मृत्यु का कारण बन सकता है।

कृत्रिम श्वास की विधियां :-

शेफर विधि :- रोगी को मुंह के बल लिटा दो। दोनों भुजाये सिर की ओर फैला दो, मुंह एक ओर को घुमा दो, रोगी की बगल में घुटने के बल बैठो, दोनों हाथ रोगी की अंतिम पसलियों पर, अंगूठे को एक दूसरे के समानांतर 1 इंच की दूरी पर रखो। अब धीरे-धीरे अपने शरीर का भार रोगी की पसलियों पर डालो। जिससे भीतर की हवा निकल जाये। 2 सेकंड तक दबाव देने के पश्चात धीरे-धीरे शरीर को पीछे लाओ और 3 सेकंड तक ठहरों ताकि फेफड़ों में ताजी हवा आ जाये। यह क्रिया करते रहो जब तक व्यक्ति होश में न आ जाए या डॉक्टर मृत घोषित न कर दे।

मुंह से सांस देने की विधि :-

रोगी को पीठ के बल चित लिटा दो, एक हाथ से नीचे का जबड़ा पकड़कर जीभ बाहर निकाले रहो। उसके मुंह के अंदर अपना मुंह रखो और पूरी सांस रोगी के अंदर डालो। जिसे फेफड़ों तक हवा पहुंच जाये और छाती फूल जाये। फिर अपना मुंह हटा लो ताकि रोगी की सांस बाहर निकल जाये। यह क्रिया 1 मिनट में 10 बार करते रहो।



शरीर के मुख्य अंगों का ज्ञान

मानव कंकाल शरीर की आन्तरिक संरचना होती है। यह जन्म के समय 306 हड्डियों से बना होता है, शिशुओं में 270 हड्डियाँ पायी जाती है और युवावस्था में कुछ हड्डियों के सम्मिलित होने से यह 206 तक सीमित हो जाती है। तंत्रिका में हड्डियों का द्रव्यमान 30 वर्ष की आयु के लगभग अपने अधिकतम घनत्व पर पहुँचता है। मानव कंकाल को अक्षीय कंकाल और उपांगी कंकाल में विभाजित किया जाता है। अक्षीय कंकाल मेरुदण्ड, पसली पिंजर और खोपड़ी से मिलकर बना होता है। उपांगी कंकाल अक्षीय कंकाल से जुड़ा हुआ होता है तथा अंस मेखला, श्रेणी मेखला और अधः पाद एवं ऊपरी पाद की हड्डियों से मिलकर बना होता है।

मानव कंकाल छः कार्य करता है :- उपजीवन, गति, रक्षण, रुधिर कणिकाओं का निर्माण, आयनों का भंडारण और अंतःस्रावी विनियमन।

हड्डी :-

सिर की हड्डियां, गर्दन और रीढ़ की हड्डी, ऊपर के अंगों की हड्डियां, पाखोरे की हड्डी, भुजा के हड्डी, अंगरबाहु की हड्डियां, हथेली की हड्डी, उंगली की हड्डी, जांघ की हड्डियां, कूल्हे की हड्डी, टांग की अगली हड्डी, टखने की हड्डी आदि

संधि (जोड़) :-

जहाँ हड्डियां मिलती है जोड़ बन जाता है। कुल्हा, घुटना, कोहली आदि के जोड़ में हड्डियों के सिरे एक उपास्थि से ढके रहते हैं और उन पर एक थैली से लिपटी रहती है। जिससे जोड़ों को चिकनाई पहुंचाने के लिए रस भरा रहता है। मजबूत तसमें में जिनको लिगामेंट कहते हैं हड्डियों को बांधे हुए रहते हैं परंतु इनका हिलना डुलना नहीं रोकते।

पेशियां :-

पेशियां शरीर के लाल मांस को कहते हैं और इनमें लोच होता है। पेशी के हड्डियों में जुड़े रहते हैं और वे किसी जोड़ के ऊपर होती है। पेशी के हड्डी जिसमें लगी है, चलती है। जब हड्डी टूट जाती है तो पेशी के कभी-कभी हड्डी के टुकड़े तले के ऊपर हो जाते हैं।

हृदय :-

हृदय अनैच्छिक मांसपेशियों से निर्मित खोखला मांस पिंड है। यह एक प्रकार का पंपिंग स्टेशन है। जिसके बल से सारे शरीर में रक्त संचार होता है। यह एक बंद मुट्ठी के बराबर खोखला मांस का एक लोथड़ा है। यह छाती के भीतरी बाईं और धड़कता हुआ आसानी से मालूम किया जा सकता है। यह अंदर की ओर एक सुदृढ़ दीवार जिसे इंटरवेंट्रिकुलर सेप्टम कहते हैं के द्वारा दो बड़े भागों में विभक्त रहता है। यह विभाजन खड़े बल में होता है और इस प्रकार हृदय बाएं दाएं दो भागों में बंट जाता है। इन दोनों भागों में परस्पर कोई संबंध नहीं होता। इनमें दाहिना भाग मुलायम व बायां भाग कडा होता है। बाईं के ओरिकिल और वेटिकल भाग में साफ और उत्तम रक्त होता है जो पूरे शरीर में भेजा जाता है और बाएं ओर के खाने में शरीर का खराब रक्त है जो साफ होने के लिए फेफड़ों में भेजा जाता है।

शरीर के अन्य भाग :-

- | | |
|------------------------|------------------|
| क) खाने की नली | ख) सांस की नली |
| ग) दाएं और बाएं फेफड़े | घ) दिल |
| ण) जिगर / यकृत | च) अग्नाशय स्टमक |
| छ) बड़ी आँत | ज) छोटी आँत |
| झ) गुर्दे | ट) तिल्ली |
| ठ) मूत्राशय | |

रक्त की रंगे तीन प्रकार की होती हैं

- क) ताजे खून की बड़ी रंगे जिनको धमनी कहते हैं।
- ख) खून की छोटी रंगे जिन्हें कैपिलरी कोशिकाएं कहते हैं।
- ग) अशुद्ध या व्यवहार में आए हुए रक्त की रंगे जिनको शिराएं अथवा वेन कहते हैं।

फेफड़े :-

रुधिर के बयान में ही इस बात का पता चल गया होगा कि फेफड़ों का मुख्य कार्य दिल से आए हुए खराब खून को साफ करके फिर दिल को भेज देना है। अब यह देखना है कि हवा वहां तक कैसे पहुंचती है। हवा नाक में जाती है और फिर हलक के पीछे भाग से पहुंचती है। यहां पर 2 नलिया है जो अंदर जाती हैं। इसके सिर पर एक पर्दा है जो खाना पानी नली में नहीं जाने देता केवल हवा जाने देता है। इस हवा की नली के आगे चलकर दो भाग हो जाते हैं जो अलग अलग फेफड़े को गए। वहां इनसे और भी छोटी-छोटी असंख्य शाखाये फूटी है और सारे फेफड़ों पर छा गई हैं। फेफड़े दो होते हैं एक छाती के अंदर दायीं और दूसरा बाईं और होता है।

दबाव बिंदुओं का ज्ञान और दबाव बिंदुओं द्वारा रक्त स्राव को रोकना

खून हमारे शरीर का रत्न है। बिना खून हम जीवित नहीं रह सकते। इसलिए कहीं से भी खून निकलता है तो हमारा धर्म है कि उसे रोके। हमारे शरीर मे तीन प्रकार की रंगे हैं जिनसे खून निकलता है। आर्टरी, वेंस, कैपिलरी।

वेंस और कैपिलरी

वेंस ओर कैपिलरी से निकलने वाले खून को आसानी से रोक सकते हैं। क्योंकि दिल से मिलने वाली शक्ति यहां तक नहीं पहुंचती।

आर्टरी

आर्टरी में से निकलने वाला खून जोर रखता है उसे रोकने के तरीके भिन्न हैं।

पहले वेंस, कैपिलरी और आर्टरी से निकलते खून के बारे में जानकारी लेंगे।

आर्टरी से निकलने वाला खून :-

यह चटक लाल रंग का होता है। यदि आर्टरी चमड़े के पास और अधिक गहराई में मांस के भीतर नहीं है तो खून फव्वारे की तरह झटके के साथ निकलेगा। ज्यों ज्यों दिल और जोर लगाएगा त्यों त्यों धार झटके से निकलेगी। यह खून घाव के उस ओर से निकलेगा जो दिल की तरफ है।

कैपिलरी (छोटी नसों) से निकलने वाला खून :-

यह लाल होता है। घाव के चारों से झरता है, बीच में जहां घाव गहरा होता है वहां भर जाता है।

वेंस :-

वेंस से निकलने वाला रक्त बैंगनी रंग का स्याही के समान होता है। एक सीधी धार से बहता है। घाव के उस ओर से निकलता है जो दिल से दूर हो।

नसों से निकलने वाले खून को रोकने के तरीके :-

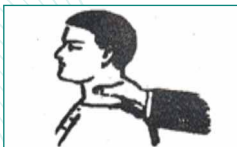
1. वेंस और कैपिलरी से निकले हुए खून को रोकने के लिए मरीज को लिटा दो या बैठा दो। याद रखो कि खड़े रहने से ज्यादा खून निकलता है।
2. यदि जांच की हड्डी टूट न गई हो तो जांच को ऊंचा उठा दो। जब खून को ऊपर की ओर जाना पड़ेगा तो कम निकलेगा। यह साधारण नियम है।
3. यदि घाव के ऊपर कपड़ा आदि हो तो उसे हटा दो।
4. यदि हड्डी न टूटी हो या कुछ घुसा न रह गया हो तो घाव के मुंह पर साफ अंगूठे को रखकर दबाव डालो खून निकलने का मार्ग बंद हो जाएगा।
5. यदि कोई बंधन कमर गले व छाती में बंधा हो उसे खोल दो।
6. सोफ्रामायसिन को अच्छी तरह घाव तथा उसके आसपास लगा दो।
7. घाव पर स्टेरलाइजर पैड रखकर 5 से 10 मिनट दबाकर इलास्टिक क्रेप की पट्टी कस दो।
8. जखमी अंग को गलपट्टी द्वारा या जैसे उचित हो सहारा लगाकर साधे रहो। हिलने डुलने मत दो।

आर्टरी से निकलने वाले खून को रोकने के लिए उपर्युक्त बातें आवश्यक हैं।

केवल कठिनाई है कि आर्टरी वाला खून अंगूठे से दाब कर नहीं रोक सकते क्योंकि दिल का जोर खून निकलने के रास्ते को खोल देता है। इसलिए घाव से आगे ही यदि आर्टरी को ऐसा दाब दे कि उसमें होकर घाव तक खून आए ही नहीं तो घाव से जरूर खून निकलना बंद हो जाएगा और तब बोरिक पाउडर सोफ्रामीसिन क्रीम लगाकर गद्दी पट्टी द्वारा दबाव डालकर घाव का मुंह बंद कर सकते हैं।

आर्टरी कहीं-कहीं शरीर में बिल्कुल चमड़े के ऊपर होकर गुजरी है। जहां हम आसानी से उसे दाब कर रक्त प्रवाह रोक सकते हैं। ऐसे स्थानों को प्रेशर पॉइंट यानी दबाव डालने योग्य स्थान कहते हैं। भिन्न-भिन्न भागों के लिए भिन्न-भिन्न प्रेशर प्वाइंट हैं। आर्टरी के प्रेशर पॉइंट द्वारा खून को रोकने के उपाय निम्नलिखित हैं जिन्हें दबा कर रक्त प्रवाह को रोका जा सकता है।

1. यदि गला कट गया हो तो कंठ के बगल से जाने वाली आर्टरी पर अंगूठे से दबाव डालो जिससे अंगूठे और रीड की हड्डी के (गर्दन से होकर सिर में जाती है) बीच में आर्टरी पड़े और खून आना बंद हो जाए। यदि ऊपर से आने वाले वेंस से खून आए तो उसे भी दबाना चाहिए। याद रहे हवा की नली ना दवे। कभी भी पट्टी को गले के चारों ओर डाल कर न कसे।



2. यदि ठोड़ी, होंठ, गला या नाक के बाहरी भाग से खून निकलता है तो जबड़े के कोने से दो-तीन उंगल आगे गड्ढे में प्रेशर प्वाइंट हैं उसे दबाए। होट या गाल से तो उंगली और अंगूठे के बीच में ही दबा कर खून बंद कर सकते हैं।



3. यदि आंखों से ऊपर कहीं माथे आदि से खून निकले तो कान के बिल्कुल पास ही उसको ठीक सामने चली नब्ज मालूम होती है वहां अंगूठे से दबाव डालो।



4. यदि सिर के किसी भाग से खून निकले तो एक स्थान पर ही रखकर पट्टी से कसकर बंधे तो खून बंद हो जाएगा।



5. यदि हड्डी टूटी हो तो एक कड़ी छल्ले दार गद्दी तैयार करके उस स्थान पर रखो जो चारों तरफ तो दबाव डालें पर बीच में नहीं।



6. यदि बाजू (बांह) में खून का आना बंद करना चाहो तो हंसली की हड्डी के पीछे वाले गड्ढे में एक प्रेशर प्वाइंट है उसे दबाओ। ऊपर की बाजू में एक प्रेशर प्वाइंट है उसे दाब दोगे तो खून आना बंद हो जाएगा। इसमें बांह (बाजू) सीधी फैला लो, हथेली आसमान की ओर रखो। देखोगे कि रोगी के ऊपरी भागों में गोशत का टुकड़ा उठ जाता है इसके और नीचे वाले मांस के बीच के गड्ढे में प्रेशर पॉइंट है उसे दबाओ।



7. यदि कलाई के नीचे खून रोकना है तो कलाई पर दोनों बिंदुओं पर दबाव डालो। चाहे दोनों अंगूठे का प्रयोग करो या बोतल के कार्क को एक-एक पॉइंट पर रखकर पट्टी कसकर बांध दो। जब आर्टरी पैरों में आती है तो जाघ के जोड़ पर बड़े जोर के साथ कूदती हुई मालूम पड़ती है। यदि इससे 3 मिनट तक बिना रुके खून निकलता रहे तो मनुष्य मर जाएगा। इसे दबाना भी अच्छी तरह जान लो। बीमार को लिटा कर पैर मोड़ो और एक पर दूसरा अँगूठा रखकर कूल्हे के (जहां पर कपड़ा मोड़ जाता है जब टांग मोड़ते हैं) आधे पर दबाव डालो।



8. यदि सारे जांघ में खून जाना बंद करना हो और चोट जांघ से नीचे हो तो जिस तरह ऊपरी बाजू में प्रेशर प्वाइंट था उसी तरह जांघ में भी भीतर की ओर एक प्रेशर पॉइंट है। एक मुट्ठी के बराबर बड़ी गद्दी बनाकर जांघ के भीतरी और इतना ऊपर रखो कि जहां पर पट्टी बांधी जा सके, वहां रख कर कस दो। जब चाहो जब ढीला कर सको। ऐसे बंधन को टूर्निकेट कहते हैं।

हड्डियों की टूट

हड्डी की टूट साधारण, विशेष या पेचीदा कोई भी हो सकती हैं। इसके सूजन, बेडौल और दर्द लक्षण हैं। हड्डी टूटने में यदि रक्तस्राव हो तो तुरंत बंद करना चाहिए। अंग को हिलाना डुलाना नहीं चाहिए। घायल अंग को स्थिर करके सहारा दे देना चाहिए। यदि संभव हो तो अंग को अपने स्वाभाविक स्थान पर बैठा देना चाहिए। झोली में लटकाना चाहिए।

हड्डी टूटने के तीन कारण हो सकते हैं :-

क. सीधी चोट से

ख. दूर की चोट के पास की हड्डी टूटना।

ग. मांसपेशी पर जोर पड़ने या झटका लगने से।

हड्डी टूटने के तीन भेद हैं :-

- क. साधारण टूट / सिंपल फ्रैक्चर
- ख. विशेष टूट / कंपाउंड फ्रैक्चर, जब चमड़ी से हड्डी बाहर निकल आए।
- ग. विषम टूट फ्रैक्चर, जब हड्डी टूटने से फेफड़े, मस्तिष्क, रीड आदि पर भी चोट पहुंची हो।
साधारण टूट अज्ञान वश विशेष या विषम टूट बन सकती है।

चोट के आधार पर हड्डी टूट तीन प्रकार की होती है :-

- क. किरच टूट / कम्युनिटीड फ्रैक्चर :- हड्डी के कई टुकड़े हो जाना।
- ख. कच्ची टूट / ग्रीन फ्रैक्चर :- बच्चे की हड्डी का फट जाना।
- ग. चढ़ी हुई टूट / टूटी हड्डी एक दूसरे पर चढ़ जाना।

हड्डियों के टूटने की पहचान :-

- क. टूट के स्थान पर पीड़ा और दर्द।
- ख. अंग में शक्ति न रहना। अंग में सूजन आ जाना।
- ग. टूटा हुआ अंग छोटा बड़ा या असली शक्ल में न रहना।
- घ. हड्डी का इधर-उधर हो जाना।
- ण. किरकिराहट की आवाज।
- च. अस्वाभाविक रूप से अंग का मुड़ जाना।

चिकित्सा :-

सर्वप्रथम डॉक्टर को बुलाना चाहिए। मरीज को उस हालत में रखो जिसे उसे आराम मिले। खपच्चियों की सहायता से पट्टियां बांधें। खपच्ची न हो तो लाठियां, लकड़ी के टुकड़े, छड़ियाँ, छतरी, वेंट, जूते, चप्पल, किताबें, तह की अखबार, गते के टुकड़े आदि खपच्चियों का काम ले सकते हैं।

जबड़े की टूट :-

पहचान - दांतों की पंक्ति का टेड़ापन, जबड़े में दर्द, कभी-कभी मसूड़ों में खून निकलना।

उपचार - जबड़े की टूटी हुई हड्डी के नीचे हथेली लगाकर धीरे-धीरे ऊपर की ओर दबाकर उसे अपनी जगह पर ले जाओ। एक संकरी पट्टी टोड़ी के नीचे से ले जाकर सिर पर बांध दो। दूसरी संकरी पट्टी टोड़ी के सामने से ले जाकर गर्दन के पीछे बांधें और फिर पहली पट्टी के सिरों से अलग-अलग बांध दो।



हंसली की हड्डी का टूटना / कॉलर बोन :-

पहचान - घायल और भुजाएं बेकाबू हो जाना, कंधा झुक जाना, स्वस्थ हाथ से मरीज घायल बाजू की कोहनी को सहारा दिया रहता है।

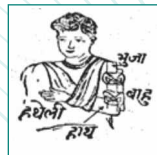
उपचार - बगल में एक छोटी मुट्टी के बराबर गद्दी लगाओ। कोहनी को छाती से बांध दो और सेंट जॉनशिलिंग से बांध दो। पहले रोगी के घायल अंग की ओर हाथ की छाती पर इस तरह रखो कि हथेली छाती की तरफ और उंगलियां दूसरे कंधे की ओर रहें। एक तिकोनी खुली पट्टी छाती पर ले जाकर इस तरह रखो कि उसका एक सिरा स्वस्थ कंधे पर हो और



नोक घायल कोहनी की नीचे। दूसरा सिरा पीछे से घुमाकर उसी कंधे पर आ जाये। अब कोहनी और पूरे बाजू को साध कर पट्टी के कर्ण पर ऐसा रखो कि सारा बोझ कर्ण पर आ जाए। पट्टी मजबूती से कसकर ठीक कंधे पर बांध दो। अंत में लटकी हुई नोक बाजू और पट्टी के बीच धीरे-धीरे दबा दो।

बाजू की हड्डी का टूटना :-

यह हड्डी कंधे के पास बांह के बीच में या कोहनी के पास टूट सकती है। एक चौड़ी पट्टी लो और बीच से घायल भुजा के ऊपर और बाहर की तरफ रखो। उसके सिरो को आमने सामने की तरफ से बगलो में से निकालो और कंधे पर बांधें। फिर हाथ को सहारे के लिए झोली में डाल दो। जो चीज मिल सके उसकी चार खपच्चियां बनाकर एक भुजा के अंदर एक बाहर एक सामने और एक पीछे की तरफ लगाओ। यह खपच्ची कोहनी से कंधे तक लम्बी हो सिवाय सामने वाली के जो कोहनी के झुकाव से जरा ऊपर रहना चाहिए। यदि फ्रैक्चर यात्रा में हो जाए तो डॉक्टरों से मिलने में देरी हो तो समकोण खपच्ची लगाओ और छोटी झोली में हाथ डाल देना चाहिए।



कलाई की दोनों हड्डियों का टूटना :-

गद्दी से मढ़ी हुई कलाई से चौड़ी दो खपच्चिया लो। एक खपच्ची कोहनी के भीतर की तरफ से उंगलियों के सिरे तक और दूसरी कोहनी के बाहर से हाथ के ऊपर तक लंबी होनी चाहिये। एक पतली पट्टी पहले ऊपर के सिरे पर, फिर नीचे के सिरे पर और आखिर को फ्रैक्चर के दोनों तरफ लगाकर खपच्चियों से बांध दो। एक बड़ी गल पट्टी लगा दो।

जांघ की हड्डी की टूट :-

धीरे से पैर को खींचकर दूसरे के बराबर कर लो और मजबूती से पट्टी बांध दो। शेष नीचे से निकाल कर इस क्रम में फैला लो -

- क. छाती के नीचे से बिल्कुल बगल में मिली
- ख. पेड़ू के नीचे, ठीक कूल्हे के जोड़ से मिली हुई
- ग. दोनों टखनों के नीचे
- घ. दोनों जांघों के नीचे टूटने के हिसाब से कुछ ऊपर
- ण. दोनों जांघों के नीचे टूटने के स्थान से कुछ नीचे
- च. दोनों टांगों के नीचे
- छ. दोनों घुटनों के नीचे चौड़ी पट्टी रहेगी

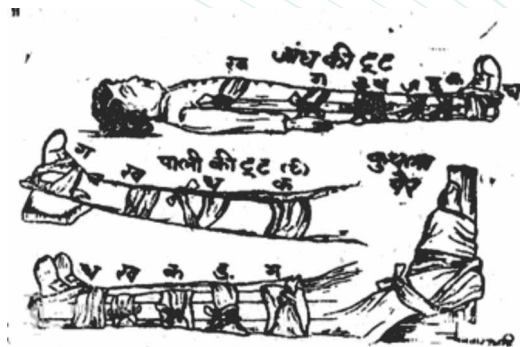
एक खपच्ची बगल से एड़ी के आगे तक पहुंचने वाली टूटी जांघ के बाहर की ओर लगाओ और ऊपर के क्रम से गाँठे खपच्ची पर बांध दो। केवल अष्टाकार घुमाकर तलवे के सामने गांठ लगेगी।

घुटने की हड्डी टूट या पाली की टूट :-

घायल को चित लेटा कर सिर और कंधों को ऊंचा रखें। एड़ी को उठाओ और स्वस्थ पैर या तह किये हुये कोट पर रख दो। टांगों के नीचे कुल्हे से एड़ी तक खपच्ची लगाओ। एक पतली पट्टी टूटी हुई हड्डी के ऊपर रखकर उसके दोनों सिरे घुटने और सीलिंग के पीछे से लाकर सामने की ओर घुटने के नीचे गांठ लगाओ। खपच्ची को सही तरह रखने के लिए तीन और पट्टियां बांधो।

टांग की टूटी हड्डी :-

टूटे हुए पैर को धीरे से खींच कर इसे टांग के बराबर कर लो और जब तक खपच्ची बंध न जाए, छोड़ो मत। टांग के बाहर और भीतरी ओर टांग के बराबर चौड़ाई की खपच्चियाँ लगाओ जो घुटने से आगे तक ऊपर की ओर और एड़ी से आगे तक नीचे पहुंचती हो। यदि एक ही खपच्ची मिल रही हो तो बाहर की ओर लगाओ दूसरी टांग को दूसरी खपच्ची मान लो।



बिजली के झटके का उपचार :-

बिजली के कारण कई बार झटका लग जाता है। आजकल ए.सी. बिजली है जो बड़ी खतरनाक है। यह मनुष्य को अपने साथ चिपका लेती है। जब कभी ऐसी स्थिति आ गई तो फॉरैन स्विच बंद कर देना चाहिए। यदि ऐसा न हो सके तो लकड़ी, लाठी आदि की सहायता से रोगी को छुड़ाये, उसे छूना नहीं चाहिये। रबड़ के जूते, चटाई, लकड़ी की खड़ाऊ, रबड़ के दस्ताने आदि का उपयोग करके उसको हटाइए। लकड़ी की किसी वस्तु पर चढ़कर रोगी को छुड़ाया जा सकता है। रोगी के गले में सुखा कपड़ा धोती आदि डालकर खींचा जा सकता है। उसे छुड़ाने के बाद सदमे का इलाज करे। आवश्यकतानुसार बनावटी सांस दीजिए। रोगी की जीभ को पकड़कर तुरंत असली स्थिति में ले आइए। जले हुए का इलाज करें।

पानी में डूबने का इलाज :-

पानी में डूबने की घटनाएं बहुत हुआ करती हैं। पानी में डूबने वाला मनुष्य काफी छटपटाता और बचने के लिए हाथ पाव फेंकता है। फलतः उसकी नाक और मुंह के रास्ते पानी शरीर के भीतर प्रवेश कर जाता है। जिसके कारण उसकी सांस रुक जाती है और सदमे के कारण हृदय गति बंद हो जाती है। जिसके कारण वह तुरंत मर जाता है।

उपचार -

पानी में डूबे हुए मनुष्य को बाहर निकालकर सर्वप्रथम उसके मुंह तथा नाक से लगे कीचड़ आदि को पोंछ देना चाहिए। छाती के कपड़ों को हटाकर उसके मुंह को खोलो तथा दांतों के बीच एक लकड़ी का टुकड़ा फसा दो ताकि दांतों की भिच्ची न लग सके। जब रोगी को पेट के बल लिटा दो। अपने दोनों हाथों को उसके पेट के नीचे रखकर धड़ को ऊपर की ओर उठाओ ताकि उसके फेफड़ों में से पानी निकल जाए। जब मुंह तथा नाक से पानी निकलना बंद हो जाए तब उसे पेट के बल लेटा दो। फिर एक कपड़े का गोला बनाकर उसके पेट के नीचे रखो और स्वयं उसकी पीठ पर अपने दोनों हाथ रख कर जोर से दबाओ तथा एकदम छोड़ दो। एक मिनट में 12 के अनुपात से यह क्रिया करते रहो। इस प्रकार पीठ को

दबाने से फेफड़ों में से वायु बाहर निकल जाती है तथा दबाव लेने पर प्रवेश करती है। यदि डूबे हुए व्यक्ति में जीवन के कुछ भी चिन्ह हो तो यह क्रिया एक घंटा या और भी अधिक समय तक करते रहना चाहिए। यदि कोई दूसरा व्यक्ति पास हो तो उसके द्वारा डूबे हुए व्यक्ति के शरीर को शीघ्रता पूर्वक मलवाओ ताकि वह सूख जाए। फिर गर्म पानी से भरे हुए बोतल रोगी के शरीर के समीप रखो ताकि उस में गर्मी पहुंचे। पानी इतना गरम भी ना हो कि रोगी जल जाए।



पानी में डूबे का उपचार



पानी में डूबते का उपचार

मिर्गी :-

मिर्गी एक ऐसी बीमारी है जिसमें रोगी को अचानक दौरा पड़ता है। यह तंत्रिका तंत्र की बीमारी है। इस बीमारी में दौरा पड़ने पर रोगी अपना दिमागी संतुलन खो बैठता है। उसके हाथ-पैर अकड़ने लगते हैं। शरीर कांपने लगता है और एँठ जाता है। इसका इलाज करवाने पर यह बीमारी पूरी तरह से खत्म नहीं होती। जब तक रोगी इसकी मेडिसिन लेता रहता है तो वो ठीक रहता है और जब वह बंद कर देता है तो दोबारा दौरे पड़ने शुरू हो जाते हैं। आगे हम आपको मिर्गी का दौरा पड़ने का कारण और इसके घरेलू उपचार बताएंगे, जिसे इस्तेमाल करके आप इससे राहत पा सकते हैं।

मिर्गी का दौरा पड़ने के कारण :-

मस्तिष्क का काम न्यूरॉन्स के सही तरह से सिग्नल देने पर निर्भर करता है। जब इसमें किसी तरह की बाधा होती है, तब मस्तिष्क के काम में प्रॉब्लम आनी शुरू हो जाती है। इसके कारण रोगी को मिर्गी का दौरा पड़ता है। इसके अलावा सिर पर चोट लगने, ज्यादा शराब का सेवन करने, ब्रेन ट्यूमर होने, लकवे, मासिक धर्म में गड़बड़ी और मस्तिष्क में ऑक्सीजन की कमी होने पर मिर्गी का दौरा पड़ सकता है।

मिर्गी का दौरा होने पर क्या करें

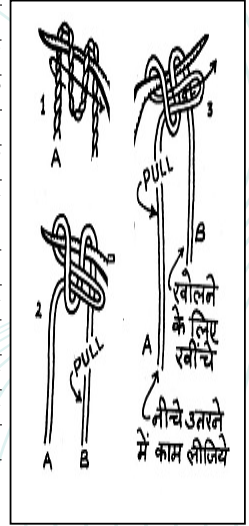
1. मरीज के कपड़े, खासतौर पर गर्दन के आसपास वाले कपड़े ढीले कर दें ताकि मरीज को सांस लेने में तकलीफ न हो।
2. मिर्गी के रोगी को कभी दबाना नहीं चाहिए।
3. मरीज को धीरे से सीधा लेटा दें।
4. मरीज को चोट से बचने के लिए आसपास के फर्नीचर अथवा धारदार वस्तुएं हटा दें।
5. मरीज को दौरा पड़ने पर जबरदस्ती पकड़ने या दौरा रोकने की या उसके मुँह में कुछ डालने की कोशिश न करें, ऐसा करना खतरनाक हो सकता है।
6. उसे बदबूदार जूते या सड़ा प्याज न सुंघाएं।
7. दौरा खत्म होने के बाद मरीज जब तक होश में न आ जाए, उसे अकेला न छोड़ें और ना ही कुछ खिलाने की कोशिश करें।
8. यदि मरीज का दौरा पांच मिनट से अधिक रहता है या फिर पहले दौरे के तुरंत बाद दूसरा दौरा आता है, तो तुरंत नजदीकी डॉक्टर से संपर्क करें।

गांठे, कैंप क्राफ्ट एवं पायनियरिंग

1. ड्रा हिच (खिंच खुलनी फांस) :- यह अत्यंत लाभदायक तथा उपयोगी फांस है। इसका सबसे बड़ा लाभ यह है कि इसका एक सिरा मात्र खींचने से यह तुरंत खुल जाती है। इसलिए इसका नाम खिंच खुलनी फांस (ड्रा हिच) पड़ा है। इस फांस को हाईवे मैनुअल हिच भी कहते हैं

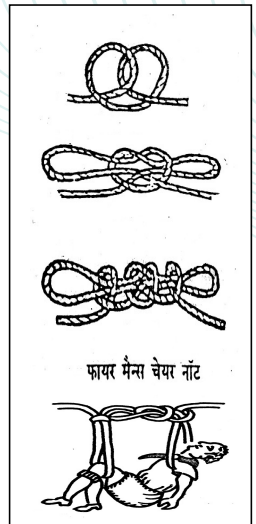
उपयोग - यह फांस पेड़ से अथवा आग लगने पर मकान की छत या खिड़की आदि से उतरने के लिए काम में लाई जाती है। इसके द्वारा नावों तथा घोड़ों आदि को भी बांधा जा सकता है ताकि उन पर सवार होकर बाद में रस्सी के एक सिरे को एक ही झटके से खींच कर रस्सी को खोला जा सके और रस्सी उनके हाथ में आ जाए।

विधि - इस फांस को लगाना जितना आसान है उतनी ही इसमें सतर्कता की आवश्यकता है। तनिक से गलती से जान जा सकती है। इसे लगाने के लिए सर्वप्रथम रस्सी को दोहरा कर लो। फिर इस दोहरी रस्सी से बने मोड़ को किसी मोटी मजबूत शाखा के ऊपर इस प्रकार डालो कि मोड़ वाला भाग आठ दस इंच लटकता रहे। इसके बाद मोड़ पर बने घेरे में अपना एक हाथ डालकर शाखा के नीचे वाले भाग की ओर से रस्सी को पकड़कर बाहर अपनी ओर खींच ले। ऐसा करने पर रस्सी का एक घेरा बन जाएगा। रस्सी खींचने पर पहले वाला घेरा रस्सी के मोड़ द्वारा कस जाएगा। अब इस बने घेरे में हाथ डालकर दूसरी रस्सी को पकड़कर बाहर अपनी ओर खींच लो। इससे दूसरा घेरा बन जाएगा इस घेरे की लंबाई आठ नौ इंच रखते हुए दूसरे भाग वाली राशि को वापस नीचे की ओर खींचने से दूसरे वाले गहरे पर कसाब आ जाएगा। बाद में खींची जाने वाली रस्सी के सहारे आप पेड़ पर नीचे उतर सकते हैं। नीचे उतर कर दूसरी वाली रस्सी को झटके के साथ खींचने पर ऊपर लगी फांस खुल जाएगी और पूरी रस्सी नीचे आ जाएगी।



2. फायरमैन चेरर नॉट (कुर्सी गांठ) :- किसी भवन में आग लग जाने पर वहां फांस व्यक्तियों, घायलों या किसी सचेत व्यक्ति को भवन से नीचे उतारने अथवा सीढ़ी के ना होने पर या जब आग के कारण सीढ़ी प्रयोग में नहीं लाई जा सकती तो इस गांठ द्वारा बचाव कार्य किया जाता है।

विधि - भवन की ऊंचाई के दुगना से थोड़ा ज्यादा लंबाई की रस्सी लो। इस रस्सी के मध्य में खूटा फांस के दो घेरे (लूप) बायीं ओर वाला अंडर लूप तथा दाएं ओर वाला ओवरलूप बनाओ उन्हें एक दूसरे पर इस प्रकार रखो कि बाईं ओर वाला घेरा दाएं ओर वाले घेरे के ऊपर रहे। इससे अंदर की तरफ एक दूसरे को काटते हुए दो वृत्त खंड बन जाएंगे। अब बाएं हाथ की ओर वाले छोटे वृत्तखंड को बायें बड़े वृत्त खंड के ऊपर से तथा दाएं हाथ की ओर वाले छोटे वृत्तखंड को दाएं बड़े वृत्त खंड के नीचे से बाहर की ओर खींचो। इस प्रकार बाहर की ओर दो घेरे बन जाएंगे। इसमें एक घेरे को लगभग साढ़े 3 फुट का तथा दूसरे को लगभग ढाई फुट का बना लो। आवश्यकतानुसार घेरों को अधिक छोटा या बड़ा भी बनाया जा सकता है। बड़े वाला घेरा घुटनों के नीचे तथा छोटा घेरा कंधों के नीचे

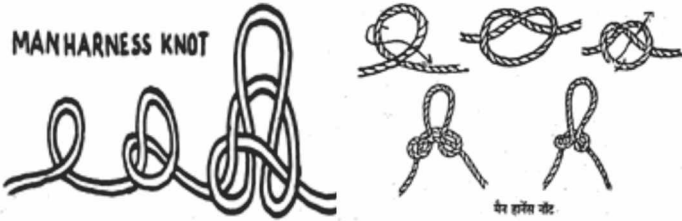


डालने के लिए होता है। अब दोनों के प्रत्येक और रस्सी के सुस्त भाग द्वारा एक-एक अर्द्ध फॉस लगा दो। छोटे घेरे की ओर वाली रस्सी पर ओवरहेड लूप तथा बड़े घेरे वाली रस्सी पर अंडर हैंड लूप बनाकर अर्द्ध फॉस लगाये। फिर इन दोनों को खिसका कर गांठ के पास ले जाओ और सब को खींचकर भली प्रकार कस दो। प्रयोग में लाने के लिये गांठ को उलटकर रस्सी के दोनों सिरों को ऊपर की ओर व दोनों घेरों को नीचे की ओर ले आइये।

3. मैन हार्नेस नॉट (सहबंधन या भार वाहक गांठ) :-

उपयोग- यह गांठ रस्सी के दोनों सिरों को काम में लिए बिना उसके मध्य में एक या अधिक फंदे बनाने के काम में आती है। इसका उपयोग किसी भारी सामान को पीठ पर लादने या घसीट कर ले जाने अथवा इसमें लकड़ी के तख्ते लगाने में किया जाता है। नाविक इसे अपने कंधे लगा कर नदी या समुद्र तट पर भारी नावों को एक स्थान से दूसरे स्थान पर अत्यंत सरलता पूर्वक खींच ले जाते हैं। पर्वतारोही इसका प्रयोग करते हैं पर्वतारोही एक ही रस्सी में तीन घेरे बनाकर अपनी कमर में पहन लेते हैं और फिर चढ़ना आरंभ करते हैं। इसमें जब पहला साथी अपनी मंजिल पर पहुंच कर बैठ जाता है तो दूसरा चढ़ने लगता है यदि उसका पैर फिसल जाता है तो पहला उसे थाम लेता है। इस प्रकार सभी एक दूसरे को संभाले रहते हैं और आगे बढ़ते हैं।

विधि - इस गांठ को सरलता पूर्वक लगाने के लिए रस्सी को जमीन पर रखें। जहाँ गांठ लगानी है वहाँ रस्सी में एक ऊर्ध्व हस्त घेरा बनाइए। अब घेरे के नीचे वाले भाग को उठाकर विपरीत दिशा में नीचे वाली रस्सी के ऊपर डाल दो। अब गोल घेरे के उपरी भाग को नीचे वाली रस्सी के नीचे से निकालते हुए घेरे के दूसरे भाग के ऊपर से निकाल लो। इसके बाद घेरे को इतना बड़ा कर लो जितनी आवश्यकता है। अंत में दोनों ओर की गांठों को घेरे के पास लाकर रस्सी के दोनों सिरों वाले भाग को खींच कर भली प्रकार कस दीजिये।



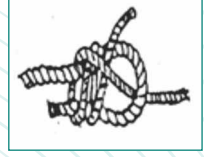
4. लीवर हिच, मर्लिन स्पाइक हिच / टेंकली फॉस :- यह गांठ डंडों द्वारा सीढ़ी बनाने, किसी लकड़ी को जकड़ कर फँसाए रखने या लट्ठों से बांधकर उसे खींचने के काम आती है। अग्निकांड के अवसर पर ऐसी फॉस में डंडो या बांस के टुकड़ों को फँसा कर अस्थाई सीढ़ी बना ली जाती है। इस सीढ़ी को बनाने समय यह विशेष ध्यान रखा जाना चाहिए कि सबसे नीचे और सबसे ऊपर के डंडों पर खूंट फॉस लगाई जाए और डंडों का अंतर सामान रखा जाए।

विधि - एक ऊर्ध्व हस्त घेरा बनाकर उसे रस्सी के शेष भाग पर पलट दो और रस्सी के शेष भाग को थोड़ा सा उसके अंदर से निकाल दो तथा उसे निकाले गए भाग में डंडा या बांस का सिरा डाल कर कस दो। इसके उपरांत दोनों को विपरीत दिशाओं में कसकर खींच लो।



5. दोहरा पाल बंध / डबल शीट बैण्ड :-

यह गांठ साधारण शीट बैण्ड की तरह लगाई जाती है, परंतु इसे बैण्ड पर एक बार के स्थान पर दो बार लपेटा जाता है। इसका प्रयोग दो असमान मोटाई की रस्सियों, एक पतली व दूसरी मोटी रस्सी को जोड़ने, दो गीली रस्सियों को जोड़ने पर जब डर रहे की अधिक जोर पड़ने पर कहीं शीट बैण्ड खुल ना जाए या उसके सिरों अपने स्थान से खिसक न जाये, तब डबल शीट बैण्ड लगाया जाता है। इससे जुड़ी रस्सियाँ अधिक मजबूत रहती है।



विधि – इसे शीट बैण्ड की तरह लगाया जाता है। केवल पतली या गीली वाली रस्सी के चुस्त सिरों को मोटी/गीली रस्सी के बैण्ड के चारों ओर एक बार घुमाने के स्थान पर दो बार घुमाकर सिरों को उसी पतली या गीली रस्सी के नीचे से लेकर मोटी या दूसरी गीली रस्सी के ऊपर से निकाल कर कस देते हैं।

6. होल्ड फास्ट एंड एंक्रेजीज / जकड़न :-

एक पायनियर को कम से कम दो प्रकार की जकड़न/होल्ड फास्ट ज्ञान पाठ्यक्रम के अनुसार हो जाना चाहिए। यह जकड़न या होल्ड फास्ट किसी ऐसे कार्य में उपयोग की जाती है जिसका हम निर्माण करते हैं, बनाते हैं या उसे खड़ा रखना चाहते हैं। उसे खड़ा करने के लिए जो साधन तैयार किए जाते हैं जकड़न/होल्डफास्ट कहलाते हैं। देखना यह भी होता है कि जमीन कैसी है? जमीन के अनुसार ही वर्णित जगहों में से चुनना पड़ेगा कि कौन सी जकड़न कहां अनुकूल और उपयुक्त रहेगी।

जकड़न मुख्य रूप से दो प्रकार की है

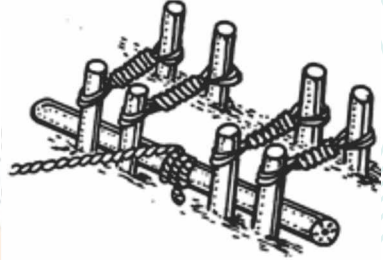
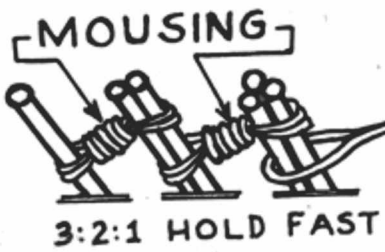
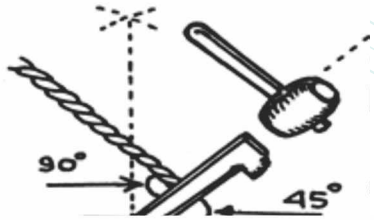
1. **प्राकृतिक जकड़न** – नाम के अनुसार स्पष्ट है कि यह पेड़, पेड़ की जड़ें या अन्य बल्ली या खम्बा जो पहले से स्थिर अवस्था में शामिल होती हैं। तात्पर्य यही है कि हमें बिना निर्मित किए जो जकड़न मिल जाए बस वही प्राकृतिक जकड़न हैं।
2. **अप्राकृतिक जकड़न** – जो जकड़न हमारे द्वारा तैयार होगी वह सारी अप्राकृतिक जकड़न हैं। इन्हें एंकरेज भी कहते हैं।

जकड़न या होल्डफास्ट गाड़ने की विधि :-

एक खूंटी की जकड़न/सिंगल पिकेट होल्डफास्ट – खूंटा गाड़ना आसान नजर आता है लेकिन इसमें भी कुछ नियम हैं। उनका ध्यान रखना आवश्यक है। अगर असावधानी बरती गई तो दुर्घटना हो सकती है। इसका तरीका यह है खूंटी को जमीन पर रखो 45 डिग्री में तंबू की उलटी दिशा में झुकाओ। मोगरी या हथौड़े से थोड़ा मारो, खूंटी रुक जाएगी और तंबू की तरफ पीठ करके खड़े हो जाओ और थोड़ी टांगे खोलो अब आप खूंटी पर प्रहार करो। इससे अगर आपके हथौड़े का प्रहार चूक भी जाएगा तो पैर में चोट नहीं लगेगी और हथौड़ा टांगों के बीच से निकल जाएगा। अगर लंबा खूंटा गाड़ना हो तो खूटे के दाएं या बाएं खड़े होकर प्रहार करना चाहिए। खूंटी की रोक जमीन की तरह होनी चाहिए। जमीन में खूंटी की गहराई के लिए जमीन और आपकी विश्वस्तता पर निर्भर करता है। फिर भी खूंटी को दो तिहाई हिस्सा जमीन में गाड़ देना चाहिए। इस प्रकार गाड़े हुए खूटे की वहन शक्ति 250 किलोग्राम तक हो जाएगी।

एक एक खूंटी की जकड़न/वन वन पिकेट होल्ड फास्ट :- खूंटी के पीछे दूसरी खूंटी गाड़ी जाती है। आगे की मुख्य खूंटी से पीछे वाली खूंटी के साथ रस्सी बांधकर माऊसिंग किया जाता है। मुख्य खूंटी के पीछे दूसरी खूंटी को गहराई में गाड़ सकते हैं। इससे मुख्य खूंटी की माऊसिंग करने के बाद ताकत डबल

हो जाएगी। इसकी वहन शक्ति एकल खूंटी से दुगनी हो जाएगी। तीन दो एक खूंटी की जकड़न और खूंटी और लाठी की जकड़न को आप चित्र अनुसार देखकर तैयार कर सकते हैं।



शिविर यंत्र एवं उनका प्रयोग

कैम्प में निम्नलिखित औजारों की आवश्यकता पड़ती है :-

- क. चाकू – स्काउट गाइड के पास चाकू रहना नितांत आवश्यक है। चाकू पर सान रखी हुई रहनी चाहिए। इसका प्रयोग बड़ी सावधानी से करना चाहिए। प्रयोग करने के बाद उसे बंद करके रखना चाहिए। चाकू का रसोईघर में तो प्रयोग है ही साथ ही जंगल में छोटी-छोटी शाखाओं के काटने, पेड़ों पर निशान लगाने, फल आदि काटने में प्रयोग किया जाता है।
- ख. कुल्हाड़ी – पेड़ काटने आदि के काम में आती है। जंगलों में शिविर करते समय इसकी उपयोगिता बढ़ जाती है।
- ग. खुरपी – इसका प्रयोग घास छीलने, शिविर भूमि को समतल करने, छोटा गड्ढा खोदने आदि में किया जाता है।
- घ. फावड़ा – ऊंची नीची जमीन को समतल करने तथा बड़े गड्ढे खोदने के लिए इसकी आवश्यकता होती है।
- ण. कुदाल – कड़ी एवं पथरीली अथवा कंकड़ जमीन को खोदने में काम आती है।
- च. आरी – लकड़ी काटने या उसको छोटे सही माप के टुकड़ों में विभाजित करने के लिए इसका उपयोग होता है। शिविर में गैजेट बनाने में भी इसकी आवश्यकता होती है।
- छ. हथोड़ा – शिविर में खूंटे गाड़ने, टेंट लगाने आदि में इसकी आवश्यकता पड़ती है।
- ज. वसाका, सुम्मी – इसकी आवश्यकता किसी बांस वल्ली को गाड़ने से पहले जमीन में गड्ढा करने के लिए की जाती है।

पायनियर/ पुल निर्माण

स्काउटिंग में पायनियरिंग सबसे अधिक आकर्षक व कौशल पूर्ण गतिविधि है। जिसका कोई अंत नहीं, यह ऐसा तकनीक कौशल है जो प्रारंभिक इंजीनियरिंग और नाविक विद्या पर आधारित है। वन विद्या का यह क्रियात्मक पहलु है। इसके बिना स्काउटिंग अधूरी व निष्प्राण सी अनुभव होती है। उपयोगी गांठों, बंधनों व सांठों को लगाना, झोपड़ी बनाना, ऊंचाई नापना, अनुमान लगाना, पुल आदि बना लेना यह एक टोलागत अभ्यास है। टोली भाव जागृत करने में अत्यंत उपयोगी साधन हैं। डंडे और रस्सियों का अतिशय उत्साही मनोरंजक खेल है जो स्काउट में दूरदर्शिता आत्मविश्वास एवं सक्रियता को विकसित करता है। पुलों के निर्माण के लिए आवश्यक ज्ञान जरूरी है क्योंकि उनका निर्माण ऐसी जगह करना पड़ सकता है जिसके ऊपर से बहुत आदमियों को गुजरना पड़ सकता है। गांठों, बंधनों और सांठों का ज्ञान प्राप्त करने के बाद स्काउट व गाइड इस दिशा में अपने परिपक्व अवस्था में पहुंच जाते हैं। इसलिए उनका अगला चरण पुलों का निर्माण ही है। अतः उन्हें निम्न बातों का ध्यान रखना आवश्यक है :-



1. पुल की मजबूती,
2. पुल की सामग्री
3. कार्य संचालन योजनाबद्ध हो
4. पुल का अनुपात ठीक हो
5. मेहनत और लगन हो।
6. गांठों, बंधनों और खूंटो को लगाते समय आत्मविश्वास हो।
7. सामान्य ज्ञान की क्षमता हो
8. पुल बनाने के स्थान की जमीन और वहां से प्राकृतिक उपलब्धियों को ध्यान में रखते हुए आवश्यकतानुसार पुल बनाएं। टोली विधि को अपनाएं
9. अनुशासन में रहकर कार्य करो

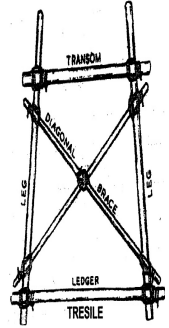
पुल बनाने से पहले निम्न चीजों का ध्यान रखें :-

1. बल्लिया, बांस, लाठियां, मोटे और पतले रस्से, पतली रस्सियां, मोगरी व हथोड़ा, लंबी और छोटी खूंटियां, कुल्हाड़ी, चाकू और सुतली आदि।
2. पुल का निर्माण दो पेड़ों पर भी किया जा सकता है एक तरफ पेड़ और दूसरी तरफ दूसरे साधन से। अगर पेड़ ना मिले तो बल्लियों से पुल बनाया जा सकता है।

ट्रेसल/ढांचा पुल :- इसके लिए स्काउट गाइड को कर्ण बंधन तथा वर्गाकार बंधन बांधने आने चाहिए। यह पुल बड़ी जल्दी बन जाता है इसमें एक सीढ़ी भी बनानी चाहिये।

सामान - चार ट्रेसल के लिए लाठियाँ - 24, रस्सियाँ - 36 (2-2 मीटर लम्बी) बल्लियाँ- 2 (10-10 फुट), रस्सियाँ - 20 (1-1 मीटर लंबी), डंडे - 10 (3-3 फुट के)

विधि - पहले दो लाठियाँ भुजा के रूप में इस प्रकार रखिए की शीर्ष की ओर चार भाग हो तो नीचे आधार की ओर 6 भाग हो। अब दोनों भुजाओं पर आधार की ओर एक लाठी रखिए है और एक लाठी शीर्ष अर्थात ऊपरी भाग पर रखिये। इस तरह एक विषम चतुर्भुज बन जाएगा। इसके मध्य में दो लाठियों को इस तरह रूप में रखिये की लाठी का एक सिरा एक भुजा के नीचे रहे, शेष सिरें भुजाओं के ऊपर रहेंगे। अब सभी स्थान पर वर्गाकार बंधन तथा जहां दो लाठियाँ X गुजरती हैं वहां कर्ण बंधन बांधें। इस तरह चार ट्रेसल बना ले। अब सीढ़ी बनाने के लिए 10 फुट की दोनों बल्लियों को नीचे जमीन पर बिछा दे। बल्लियों के बीच की दूरी 2 फुट से अधिक न हो। एक-एक फुट की दूरी पर 3 फुट वाले डंडे रखिए और वर्गाकार बंधन से बांध दीजिए। सीढ़ी तैयार हो जाएगी। दोनों ट्रेसिलों को आमने-सामने जोड़कर खड़ा कीजिए और ऊपर से सीढ़ी रख दीजिए। नदी नाला पार कीजिये और समान खोलकर अपने साथ ले जाए।



कमांडो ब्रिज/दो रस्सों का पुल :- यह सबसे कम सामान वाला और सबसे सरल पुल है।

सामान - दो रस्से, चार स्थानों के लिए बोरा बन्दी या टाट।

विधि - पहले टोली का एक स्काउट नाले के उस पार जाएगा व रस्सी का एक सिरा अपने साथ ले जाएगा। नीचे की रस्सी को वह किनारे के पेड़ पर टाट लगाकर बांध देगा। जिससे पेड़ को रगड़ न लगे। यहाँ क्लोव हिच लगेगी। फिर दूसरी ओर का स्काउट बोरी या टाट लगाकर कई बार लपेट देकर क्लोव हिच लगा देंगे। फिर दूसरी रस्सी 3 से 4 फुट की ऊंचाई पर इसी प्रकार बांधी जाएगी। पुल तैयार हो जाएगा। इस पुल को पार करने के लिए पैर के बीच के हिस्से से पैर को रस्सी से छूते हुए आगे बढ़ना है और ऊपर की रस्सी को दोनों हाथों से मजबूती से पकड़े रहना चाहिये।



लैडर ब्रिज/सीढ़ीदार पुल :- यह भी रस्सों द्वारा तैयार होने वाला पुल है। इसे दो ट्रेसलो पर ही बनाना पड़ता है।

सामान — आधार स्तंभ के लिए,

बल्लियाँ— 4 (12 फुट वाली),

बल्लियाँ— 4 (10 फुट वाली),

बल्लियाँ— 4 (8 फुट वाली),

खूंटे— 10,

लैशिंग — 18 (15 फुट वाली बल्लिया)

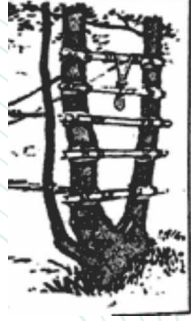
लैशिंग — 4 (10 फुट वाली बल्लियाँ),

घिरियाँ — 2 (एक सिंगल, 1 डबल)

रस्से — 4 (1 इंच से डेढ़ इंच मोटे) पुल की दुगनी लंबाई के,

रस्से — 4 (आधा इंच से पौन इंच के मोटे) पुल की लंबाई के हाथों को सहारा देने के लिए 30 फुट,

डंडे — आवश्यकतानुसार दो-दो फुट के



विधि — इसमें दो बड़े ट्रेसल बनाने होंगे। उन्हें थोड़ा जमीन में गाड़ना भी होगा। सारी रचना खूटा बंदी के अनुसार ही होगी। इसमें अवधि 2 घंटे की होगी।

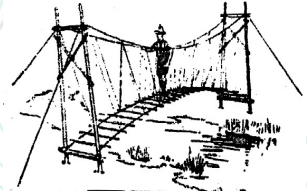
सस्पेंशन ब्रिज/लटकता हुआ पुल :- यह भी रस्सों द्वारा बनाया जाता है। ऋषिकेश में जो राम झूला व लक्ष्मण झूला है वे उसी तरह के हैं परंतु वे लोहे के तार के हैं।

सामान — बल्लियाँ — 4,
छोटी बल्लियाँ— 8
बंधन रस्सियाँ — 15 से 20,
तनाव रस्सियाँ दृ 4,
खूंटे— 8 से 12
बोरा बंदी दृ 4,

रस्से — 4 (1 इंच से डेढ़ इंच मोटाई के नदी की चौड़ाई से डेढ़ गुना लंबे)

रस्सियाँ — 2 (पौना इंच से एक इंच मोटा जाली के लिए)

सीढ़ी के डंडे — 4 फुट से बड़े (आवश्यकतानुसार)



लटकता हुआ पुल

विधि — आधार के लिए दो ऊंचे ट्रेसल बनाने होंगे। जिनमें से होकर सीधा निकलने के लिए रास्ता रह जाएगा। नीचे दो मोटे रस्सों पर सीढ़ी बनाकर स्थिर कर दी जाएगी। ऊपर के दोनों मोटे रस्सों को ट्रेसल पर भीतर की ओर से डाल कर प्रणाली तथा 3 से एक खूटा बंदी मजबूती से की जाएगी। सीढ़ी के लिए वही ढंग है जो पिछले अभ्यास में बताया गया है। इसमें चौड़ाई अधिक होगी साइड (बाजू) की जाली कसकर बांधी जाएगी। रस्सों पर एक चक्कर लगाकर टाइट किया जाएगा। बस पुल बन जाएगा।

मंकी ब्रिज झूलता पुल :- यह रस्सों द्वारा बनाया जाता है लाठी भी प्रयोग में लाई जाती है। जब इसे पार करते हैं तो ऐसा लगता है मानो बंदर उछल रहा हो। इसलिए इसे मंकी ब्रिज कहते हैं।

सामान - बल्लिया - 4 बल्ली के टुकड़े
 डंडे - 2 खूटे 4 से 6,
 धिरियाँ - 2 या 2 कड़ियाँ
 लैशिंग - 8 से 10 फुट की रस्सी से



विधि - दो स्काउट एक एक कैंची बनाएंगे। दो बल्लियों को पुल की ऊंचाई पर एक्स X करके डायग्नल लैशिंग लगेगी। उस पर टाट लगाकर सुतली से कसे। दूसरा नीचे की चौड़ाई तय करके उस पर आधार के लिए एक मजबूत डंडा वर्गाकार बंधन से बांधें। मोटा रस्सा बीच में बिछेगा जिसमें तीन तीन फुट की दूरी पर पतले रस्से बिछाएंगे। यह 2 फुट की रस्सी पर डंडे रखें ध्यान रहे मोटा भाग बीच के रास्ते पर रहे पतला भाग ऊपर। दोनों डंडों का मुंह एक दूसरे का विरोधी होगा ऊपर के सिरे को डंडे में लीवर हिच तथा नीचे वाले को भी लीवर हिच से बांधें। नदी नाले के दोनों तरफ कैंची खड़ी करके रस्सिया कस कर खुटे गाड़ कर बांधें। पुल तैयार हो जाएगा। यदि लंबी रस्सी होगी तो डब्ल्यू आकार में जाली बनेगी।

स्काउट ट्रांसपोर्टर/स्विमिंग डेरिक :- यह एक रोचक अभ्यास है। कम पानी वाले झरने व नाले को पार करने के लिए, कटीले तारों की दीवार कूदने के लिए इसका प्रयोग होता है। इसे बड़ी सावधानी से प्रयोग में लाने की जरूरत है। इससे टोली भावना का सही परीक्षण हो सकता है।

सामान - रस्से - 2 (30 फुट लंबे 1 इंच मोटे)
 लैशिंग - 4 (15 फुट)
 लैशिंग - 3 (10 फुट),
 बल्लियाँ - 3 (12 फुट से 15 फुट)
 एक बल्ली - 6 फुट
 दो बल्ली - 3 फुट



विधि - दो स्काउट दो बल्लियों को बराबर ऊपर की ओर 2 फुट छोड़कर शीयर लैशिंग करें वह भी कसकर नहीं, क्योंकि नीचे के भाग को खोलकर 6 फुट वाली बल्ली को दोनों ओर स्केवयर लैशिंग भी करना होगा। 30 फुट वाली दोनों रस्सियों को शीयर लैशिंग से बांधकर निर्देशिका रस्सी बना दें, जिसे एक एक स्काउट पकड़कर रखेगा। शीयर लैशिंग के नीचे दोनों बल्लियों पर रस्सी लपेट कर सीट बनानी है। यह सीट इतनी नीचे रहेगी की इसमें स्काउट आसानी से बैठ सकें और नीचे ना फिसले। टोली नायक का काम होगा कि वह 3-3 फुट वाले दो डंडों से वी (V) आकार का उवनी बनाये और जहां शीयर लैशिंग किया था वहां ऊपर लगा दे। जिसे की तीसरी बल्ली से ट्रांसपोर्टर को उठाया जा सके। यही ट्रांसपोर्टर है।

इनके अलावा लुकआउट लिफ्ट, पिरामिड टावर, सिग्नल टावर आदि को चित्र अनुसार बनाया जा सकता है। स्काउट गाइड को इन्हें बनाने का भी अभ्यास करना चाहिये।



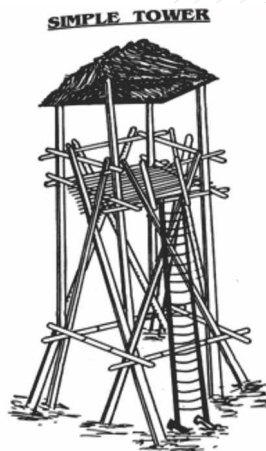
पेड़ पर झोपड़ी



Pyramid Tower



Lookout Lift



SIMPLE TOWER



मानचित्र बनाना और पढ़ना :- प्रायः सभी स्काउट गाइड को मानचित्र पढ़ना व बनाना आना चाहिये। नक्शा स्काउट गाइड को सुगम और छोटा रास्ता बताएगा। खतरों से बचाएगा, भटक जाने पर गंतव्य तक पहुंचाएगा। वास्तव में मानचित्र समस्त पृथ्वी अथवा किसी क्षेत्र का निश्चित पैमाना व निश्चित सांकेतिक चिन्ह द्वारा समतल जगह पर तैयार किया गया ऐसा भौगोलिक प्रदर्शन है जैसा कि वायुमंडल से देखने से दिखाई देता है। निष्कर्ष रूप से नक्शे का महत्व तभी है जब उसका व्यवहारिक अध्ययन करें अर्थात् नक्शा समझे, पढ़ें और बनाएं। पढ़ने के लिए स्काउट एंड गाइड को इसका पूर्ण ज्ञान होना चाहिए।

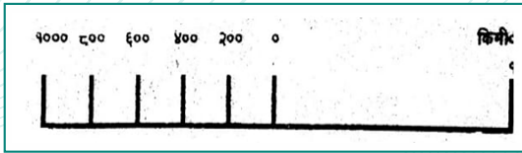
पैमाना – किसी विशेष स्थान का नक्शा सामने आने पर सबसे पहले उसके पैमाने पर ध्यान जाता है। पैमाना प्रदर्शित करने के तीन प्रमुख तरीके हैं :-

1. शब्दों द्वारा – इस विधि में मानचित्र पर स्थित दो बिंदुओं के बीच की दूरी को सेंटीमीटर में और भूमि की दूरी अर्थात् वास्तविक दूरी को नीचे किलोमीटर में प्रदर्शित किया जाता है।

बड़ा मापक— 1 सेंटीमीटर = 500 मीटर, 1 सेंटीमीटर= 100 मीटर छोटा मापक – 1 सेंटीमीटर = 10 किलोमीटर, 1 सेंटीमीटर= 1 कि मी

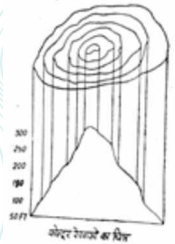
बड़े मापक का प्रयोग छोटे-छोटे भागों की विस्तृत जानकारी प्राप्त करने के लिए किया जाता है और छोटे मापक का प्रयोग ट्रांसपोर्ट, रेलवे द्वारा होता है।

प्रदर्शक भिन्न द्वारा – इस विधि द्वारा भूमि पर की दूरी और मानचित्र की दूरी का अनुपात भिन्न के रूप में दिखाया जाता है। अर्थात् अंश जितनी दूरी मानचित्र पर दिखाता है, उसे उतने ही अधिक दूरी धरातल पर दिखाता है। इस विधि में एक रेखा द्वारा मापक का प्रदर्शन किया जाता है। वास्तव में यह सबसे सुगम तरीका है। जिसे अधिकतर मानचित्रों में रेखा की सहायता से प्रदर्शित किया जाता है। मानचित्र के नीचे एक रेखा खींची जाती है और उसे कई भागों में विभक्त कर उस पर पूर्णांक दिए जाते हैं।



कंटूर रेखाएं – नक्शे में ऊंचाई दिखाने के लिए कई तरीके काम में लाए जाते हैं उनमें मुख्य समोच्च रेखाएं या कंटूर रेखाएं हैं।

समुद्र तल से एक ऊंचाई वाले स्थान को मिलाने वाली रेखाये ही कंटूर रेखाये कहलाती हैं। ये भूरे रंग से बनाई जाती है और प्रत्येक रेखा के लिए ऊंचाई बताने के लिए संख्या फुटो या मीटर में रेखा पर या नीचे तालिका में लिखी होती है। भारत में कटक के पास कल्पित बिंदु को समुद्र तल से ऊंचाई माना गया है। कंटूर रेखाएं बराबर ऊंचाई के अंतर में खींची जाती है जैसे एक रेखा 50 फीट ऊंचे स्थान को दिखाएगी तो दूसरी सौ और तीसरी डेढ़ सौ आदि। दो रेखाओं को स्पष्ट करने के लिए उनके बीच के भाग को विभिन्न रंगों से रंग देते हैं या रंगों से दिखाते हैं।



सांकेतिक चिन्ह – नक्शा बनाते समय चिन्हों को या वस्तुओं को सही दिखाने के लिए कुछ चिन्ह निर्धारित किए जाते हैं जिनकी सहायता से डाकघर, तार घर, मंदिर, मस्जिद आदि का पता चलता है। इसलिए खास खास बातों के लिए संसार भर में कुछ निशान मान लिए हैं। उन निशानों को देखकर एक अर्थ निकालते हैं। वस्तुतः यह निशान किसी वस्तु की आकृति व स्वभाव के ही आधार पर तैयार किए जाते हैं इन्हें सांकेतिक चिन्ह कहते हैं। भारतीय सर्वेक्षण विभाग द्वारा प्रमाणिक कुछ सांकेतिक चिन्ह निम्नलिखित हैं :-

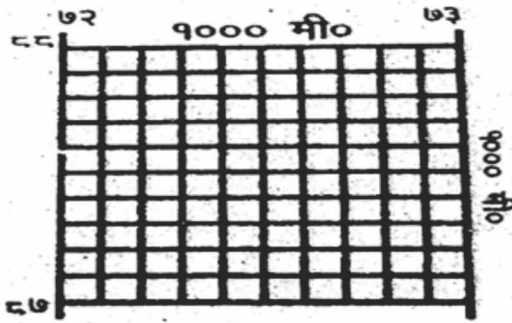
1. एक पक्की सड़क,
2. दूरी का पत्थर,
3. कच्ची सड़क,
4. पैदल मार्ग,
5. नदी के ऊपर पुल
6. बड़ा पुल,
7. पुलिया,
8. बांध,
9. जलधारा, तालाब,
10. रेलवे लाइन,
11. गांव,
12. आबादी,
13. किला,
14. झोपड़ी,
15. मंदिर,
16. गृह,
17. पुलिस थाना,
18. सर्किट हाउस,
19. जंगल,
20. खान,
21. बाग, अंगूर का बाग
22. पेड़,
23. सूखा कुआं,
24. अंतर्राष्ट्रीय सीमा,
25. राज्य सीमा,
26. जिला सीमा,
27. तहसील सीमा,
28. प्रकाश पोल
29. प्रकाश स्रोत आदि

CONVENTIONAL SIGNS

	METALLED ROAD एक पक्की सड़क		DOUBLE LINE RAILWAY
	UNMETALLED ROAD कच्ची सड़क		SINGLE LINE RAILWAY
	ROAD THROUGH A CUTTING (SURVEYED)		METRE GAUGE RAILWAY
	COUNTRY BOUNDARY (SURVEYED)		TRAMWAY ON MINERAL LINE
	(TEMPLE) मंदिर		ROAD OVER RAILWAY
	MOSQUE मस्जिद		RAILWAY OVER ROAD
	FORT किला		RAILWAY OVER RAILWAY
	CHURCH WITH TOWER चर्च		TUNNEL ट्यूनि
	FOOTPATH एक पैदल मार्ग		TELEGRAPH LINE तार के खंभे
	RIVER नदी		TELEPHONE KIOSK
	SIMPLE BOUNDARY सरल सीमा		POST OFFICE डाकघर
	ELECTRIC WIRE बिजली के तार		HOSPITAL स्पिटल
	HEDGE पेड़ों के बने हुए बांध		GRAVE YARD कब्रिस्तान
	STONE WALL पत्थर की दीवार		HOUSES घर

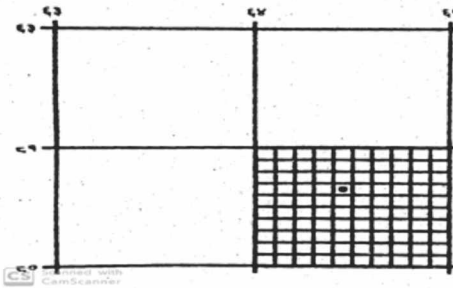
ग्रिड :- पृथ्वी गोल है उसको ग्लोब से ही प्रकट किया जा सकता है पर व्यवहारिक कठिनाइयों के कारण किसी समतल कागज या वस्तु पर निश्चित पैमाने के अनुसार ग्लोब की अक्षांश व देशांतर रेखाओं के काल्पनिक जाल को प्रदर्शित करने की पद्धति मानचित्र प्रक्षेप कहलाती है। ग्रिड पद्धति के अनुसार के समस्त विश्व को 80 डिग्री उत्तरी अक्षांश व 80 डिग्री दक्षिण अक्षांश के मध्य 60 डिग्री क्षेत्रों में विभाजित किया गया है। भारतीय ग्रिड पद्धति के अनुसार 2500000 x 2500000 मीटर के ग्रिड क्षेत्र को 5x5 = 25

ग्रिड वर्गों में विभाजित किया गया है। जिन्हें अंग्रेजी वर्णमाला के 1 अक्षर को छोड़कर A&Z तक के 25 अक्षरों से प्रदर्शित किया जाता है। प्रत्येक ग्रिड वर्ग का क्षेत्रफल 500000 ' 500000 मीटर है।



ग्रिड मानचित्र निर्देश :- ग्रिड मानचित्र पर किसी वस्तु चिन्ह या तथ्य को पढ़ने निर्देशन करने की पद्धति को ग्रिड मानचित्र निर्देश कहते हैं। इसके दो प्रमुख तरीके हैं :-

- 1. 4 अंकीय निर्देश** – पहले देशांतर रेखा के दोनों अंको व अक्षांश रेखा के 2 अंको को लेकर 4 अंकीय निर्देश तैयार हो जाता है।
- 2. 6 अंकीय निर्देश** – किसी बिंदु चिन्ह का पहले 4 अंकीय निर्देश ज्ञात कर लेते हैं फिर ग्रिड वर्ग को Easting व Northing रेखा को 10-10 भागों में विभाजित करके बिंदु का निश्चित भाग ज्ञात करके Easting व Northing के आगे लिख देते हैं।



नक्शा बनाने की दो प्रमुख विधियाँ

- 1) सर्वे** – इस में केवल दो स्थानों तक जाना पड़ता है और उन्हीं के बीच की दूरी नापनी पड़ती है। शेष स्थान वेयरिंग (दिशा बताने वाली रेखा) खींच कर ज्ञात कर सकते हैं पर यह तभी संभव है जब स्थान जो नक्शे में दिखाने हैं उन दो स्थानों से दिखाई देते हो।
- 2) ट्रैवर्स सर्किट विधि** – इस विधि में हर स्थान पर नक्शा बनाने वाले को जाना पड़ता है, पर जब ऐसे दुर्लभ स्थान पड़ जाए जहां जाना संभव न हो सर्वे विधि काम में आती है। अतः नक्शा बनाने में दोनों विधियों का उपयोग किया जाता है।

फासला – फासला जंजीर या फीते से नापा जाता है पर स्काउट अपने कदमों से भी फासला नाप लेता है। एक स्काउट के कदम की औसत लंबाई 60 सेंटीमीटर से 70 सेंटीमीटर तक होती है।

सामान – 1 स्काउट कम्पास (कुतुबनुमा), 1 कड़ी दपती या लकड़ी के तख्ते पर आलपिन द्वारा टिके हुए कागज, साइज कार्ड शीट या ग्राफ या चारखाने का मोटा कागज, पेंसिल, रबर आदि।

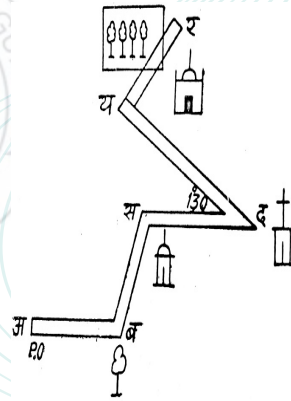
कम्पास (कुतुबनुमा)—कुछ कुतुबनुमा चार भागों में बँटे रहते हैं और हर भाग 60 डिग्री में विभाजित रहता है उत्तर और दक्षिण में 0 डिग्री होता है और पूर्व और पश्चिम पर 60 डिग्री। ऐसे कुतुबनुमा में एक बिंदु जो उत्तर 45 डिग्री पश्चिम की ओर है। ऐसे कुतुबनुमा में एक बिंदु केवल उस डिग्री की संख्या है जिसे सीध मिलती है।

वेयरिंग – वेयरिंग लेने के लिए सरल उपाय है कि जिस स्थान का वेयरिंग लेना हो उसकी ओर मुंह करके खड़े हो जाओ। कुतुबनुमा को छाती के सामने दोनों हाथों में समतल पर लिए रहो। अब कुतुबनुमा का इतना घुमाओ कि उसमें लिखा उत्तर ठीक उत्तर बताने वाली सुई के नीचे आ जाए। वह कोण जो उत्तर से घड़ी की चाल की ओर क्लॉक वाइज उस बिंदु तक बनता है जिसको हम देखना चाहते हैं यह दिशा कौन वेयरिंग कहलाता है। बिंदु से कुतुबनुमा के केंद्र को काटने वाली कल्पित रेखा जिसे डिग्री पर काटे उसे पढ़ लीजिए यही उस स्थान का वेयरिंग है।

वैक वेयरिंग – यदि 180 डिग्री से कम है तो वैक वेयरिंग के लिये उसमें 180 डिग्री जोड़ना चाहिए और यदि 180 डिग्री से अधिक है तो वेयरिंग के लिए उसमें से 180 डिग्री को हटा देना चाहिये।

दोनों विधि से नक्शा बनाना

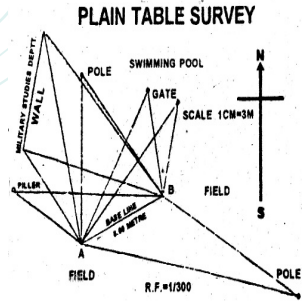
प्रारंभ के लिए ऐसा स्थान चुन लो जहां 2 सड़कें मिली हो या जहां से सड़क घूमी हो। यहां से जिस सड़क पर तुम्हें जाना हो उसका वेयरिंग लेकर नोट कर लो। अब उस सड़क पर कदम गिनते हुए चलो। मान लो तुम्हारा कदम 60 सेंटीमीटर का है और 50 कदम पर तुम्हें पुल मिला तो अपने कागज पर 3000 सेंटीमीटर या 30 मीटर पर नोट कर लो। नीचे नाला उसका बहाव सब नोट कर लो। आगे कदम मिलते हुए बढ़ते चलो जो बातें चित्र में दिखाने योग्य मिले जैसे तार घर, खंबा, मंदिर आदि उसी सड़क पर जहां जिसका स्थान हो बनाते चलो। इस तरह दूसरे मोड़ तक जाओ और जितना चलो हिसाब से अपने कागज पर लिख लो। यहां से सड़क के मुड़ने पर जो दिशा हो गई है फिर वेयरिंग द्वारा मालूम करो और पहले की तरह कदम मिलते हुए स्थान पर मिले वस्तुओं चिन्ह आदि को नोट करके अगले मोड़ तक आओ। इस तरह एक मोड़ से दूसरे मोड़ तक बराबर चित्र बनाते हुए वहीं पहुंच जाओ जहां से चले थे। यदि कोई स्थानीय वस्तु जो सड़क से दूर है और पहुंच नहीं सकते तो सड़क के दोनों सिरों से उस वस्तु की वेयरिंग लो जहां दोनों वेयरिंग कटेगी वही उस वस्तु का स्थान होगा। साफ नक्शा बनाते समय पहले पूरा चक्कर खींच लो। मार्ग की बातें चिन्ह द्वारा बाद में दिखाना। चक्कर पूरा करते समय आप देखेंगे कि अंतिम रेखा ठीक उसी बिंदु पर नहीं आती जहां से चलना शुरू किया था। जबरदस्ती अपनी रेखा उस बिंदु पर मत मिलाओ। अगर अधिक अंतर आता है तो काम की फिर से जांच कर लो कि कहीं बेयरिंग आदि नोट करने में गलती ना हो गई हो।



मार्ग का चित्र

सर्वे विधि से नक्शा बनाना -

इसके लिए दो पेड़ों के बीच में या किन्हीं ऐसी दो वस्तुएं जो दूर से दिखाई दे उनके बीच अपना आधार बना लो। एक पैमाना मान लो। इस आधार को नापो और अपने कागज पर लिख दो। इस आधार रेखा के एक सिरे पर जाओ। अपने कागज को आलपिनो द्वारा दफती बोर्ड) पर जमा दो आधार रेखा के सिर के पास संभव हो उसे रखो। सतह समतल हो कुतुबनुमा को उत्तर दक्षिण वाली रेखा के तीर जो पहले खींच चुके हो के ऊपर रखो और अपनी दफती को बिना कुतुबनुमा छुए घुमाना शुरू करो यहां तक कि रेखा और कुतुबनुमा की सुई एक दिशा प्रकट करें। इस प्रकार नक्शे को दिशानुकूल रखना अंग्रेजी में सेटिंग द मैप कहलाता है। यह जब-जब नक्शा नए स्थान पर ले जाओ तब नक्शे में कुछ खींचने से पहले दिशानुकूल करना होता है। जब आधार रेखा कागज पर खींची जाएगी इसके लिए आधार रेखा के सिरे पर नक्शे को दिशानुकूल करने के बाद कागज पर जहां तुम हो वह स्थान दिखाने के लिए एक बिंदु ऐसा निश्चित करो कि दूसरे स्थान भी कागज पर दिखा सको। यदि इन दोनों स्थानों से कोई वस्तु साफ दिखाई नहीं देती हो तो वेयरिंग की दो अन्य रेखाओं के मिलन बिंदु या बिंदुओं से उस वस्तु की वेयरिंग लेकर उस स्थान को बता सकते हो। नोट करने के बाद साफ चित्र बना सकते हो।



नक्शा बनाना सीख गए तो नक्शे को पढ़ना अत्यंत आसान हो जाता है। टूरिस्ट नक्शे सर्वे व ट्रैवर्स विधि से मिलकर बने होते हैं। इसमें यात्रियों की सुविधाओं के लिए प्रायः निम्न बातें होती हैं। किसी केंद्रीय या मुख्य स्थान से दर्शनीय स्थान को नक्शे में संख्या डालकर दिखाना और अलग से उसकी दूरी की तालिका दे दी जाती है। केंद्रीय स्थान व अन्य महत्वपूर्ण स्थानों को संक्षेप विवरण अलग से लिखा जाता है। इन स्थानों के (यदि हो) एयरपोर्ट, रोडवेज, अस्पताल, पुलिस स्टेशन, धर्मशाला, होटल, बैंक, ट्रैवल एजेंसी आदि के नाम पते व फोन नंबर भी लिखे होते हैं।

योग एवं कसरत

शीतली प्राणायाम

किसी भी आरामदायक आसन में बैठे। घुटने जमीन पर टिके हो तथा पीठ, कमर, गर्दन और सीधे रहे। हाथों को घुटने पर रखें। जीभ अधिक से अधिक बाहर निकाल कर उसे नाली की तरह मोड़ लीजिए। मुड़ी हुई जीभ तथा मुख से श्वास खींचिए। मानों आप हवा को चूसते हुए पेट के भीतर ले जा रहे हैं। जीभ को सामान्य स्थिति में लाकर मुख के भीतर ले जाइए तथा मुख बंद करके धीरे-धीरे नासिका से श्वास छोड़ें।



शीतकारी प्राणायाम

किसी भी आरामदायक आसन में सीधे बैठे ओर घुटने जमीन से लगाए रखें। जीभ को पलट कर तालु से सटा लीजिए। दांतों को भीचकर होठों को अधिक से अधिक खुला रखें। दांतों के बीच से मुख द्वारा सांस लीजिए। होठों को बंद कर धीरे-धीरे श्वास को छोड़िए।



योग

कोमल पद, ध्रुवपद के योगासन की पुनरावृत्ति। निम्नलिखित में से किन्ही 6 योगासन का अभ्यास करना – कर्णासन, उत्कासन, उत्तानपादासन, शलभासन, चक्रासन, धनुरासन, सर्वांगासन, हलासन, मयूरासन, शीर्षासन।



सिगनेलियर

1. स्काउट में सीमाफोर कोड द्वारा 25 शब्दों का संदेश भेजना व प्राप्त करना ।
2. गाइड में मोर्स कोड द्वारा 30 शब्दों का संदेश भेजना व प्राप्त करना ।



पायनियर

1. कुशलता पूर्वक कम से कम 225 सेंटीमीटर व्यास का मोटा सूखा पेड़ गिरा सके या कम से कम 125 सेंटीमीटर व्यास की बल्ली से फाड़ सफाई से जल्दी बना सके ।
2. विभिन्न प्रकार की रस्सियों का प्रारंभिक ज्ञान, उसकी लड़े, संग्रह व देखभाल ।



ध्रुवपद व गुरुपद की गांठों के अतिरिक्त निम्नलिखित गांठों का उपयोग कर सके – कैटस्पा, बोलाइन ऑन वाइट, डबल सीट बैंड ।

1. आष्टाकार बंधन से बल्ली से लट्टा बांध सके ।
2. भिन्न प्रकार की भूमि में दो प्रकार के स्तंभ खड़े कर सके ।
3. एक आदर्श पुल या डेरिक भार वाहक और सीढी बना सके ।
4. शिविर का रसोईघर बना सके दो ।
5. व्यक्तियों के लिए कैंप या झोपड़ी बना सके ।
6. एकल धिरनी और दोकल धिरनी सही प्रयोग किसी बल्ली या धिरी में कर सकें ।

गाइड्स के लिए

1. कैंप फायर के लिए उपयुक्त लकड़ियों को इकट्ठा कर काटकर उन्हें उचित ढंग से लगा सके
2. रसोईये का पदक प्राप्त किया हो ।
3. वह कैंप की आग में दो प्रकार का भोजन पका सके ।
4. ध्रुवपद एवं गुरु पद की गांठों के अतिरिक्त कैटस्पा, डबल सीट बैंड, बोलाइन ऑन वाइट गांठ लगा सके ।

सामुदायिक कार्यकर्ता

1. सामुदायिक विकास की प्रक्रिया के बारे में जानकारी हो ।
2. कम से कम 12 स्थानीय नवयुवकों या नवयुवतियों को स्काउट गाइड आंदोलन में भर्ती होने के लिए प्रोत्साहित कर सके और समझा सके ।
3. समुदाय विकास के विविध स्रोतों जैसे बैंक आदि के माध्यम मध्य संपर्क कर्ता का कार्य करें ।
4. लोगों की कम से कम 2 मूल आवश्यकताओं की पूर्ति में सहायता कर सकें जैसे स्वच्छ जल, स्कूल भवन, सब्जी बाजार आदि कुवे साफ रखने में, नदी नाले तालाब को गंदा होने से बचाएं ।
5. अपने मोहल्ले, गांव, गंदी बस्तियों में परिवार कल्याण शिविर आयोजित करें ।



नागरिक सिटीजन दक्षता पदक

1. इस पदक के लिए वोटर की योग्यता का ज्ञान आवश्यक है साथ ही अपने परिवार और पड़ोस में हर वोटर को वोट देने के अधिकार का समुचित प्रयोग करने के लिए प्रोत्साहित करना
2. भारत संघ के राष्ट्रपति और उपराष्ट्रपति तथा राज्यों के राज्यपालों के कार्य और शक्तियों का ज्ञान
3. लोकसभा राज्यसभा विधानसभा विधान परिषद के कार्यों का ज्ञान
4. स्थानीय संस्थाओं जैसे नगरपालिका स्थानीय बोर्ड जिला पंचायतें आदि के विषयों का ज्ञान
5. राज्य और स्थानीय प्रशासन के कार्यों एवं उनकी कार्यप्रणाली को जानना
6. देश में न्यायपालिका का सामान्य ज्ञान एवं कार्य विधि की जानकारी
7. स्काउट की मॉक पार्लियामेंट में क्रियात्मक भाग लेना



प्राकृतिज्ञ नेचुरलिस्ट

1. अपने निरीक्षण में निम्न में से किसी एक विषय के बारे में बताना – मेंढक का विकास, किसी कीटाणु, मकड़िया, मछली का इतिहास
2. चिड़ियों का विकास उसकी यादें गीत या उनकी आवाजों के विषय में जानकारी
3. चार जंगली जानवरों और तालाब के कुछ प्राणियों की आदतों के विषय में जानकारी
4. बसंत गर्मी पतझड़ जाड़े में दो मौसमों की प्राकृतिक डायरी रखना जिसमें तिथि सहित निम्नलिखित का रिकॉर्ड हो – कम से कम 10 चिड़ियों, 10 पौधों,
- 10 पेड़, 10 प्रकार की तितलियां की और इस बीच में दिखाई देने वाले जानवरों का संक्षिप्त विवरण रिकॉर्ड का पेंसिल स्केच या पत्तियों को डालकर रखने पर उनकी छाप करना
5. 10 जीवित जानवरों या चिड़ियों के स्केच बनाएं और उनके इतिहास लिखना
6. 30 विभिन्न प्रकार के पक्षी, जानवरों की आदतों का वर्णन करना और उनकी गीत व आवाज से पहचानना।



पथ प्रदर्शक पाथफाइंडर

1. अपने खोज और भ्रमण के आधार पर अपने हेडक्वार्टर या घर के चारों ओर के सार्वजनिक भवनों, जन सेवाओं, अग्निशमन केंद्र, यातायात साधन, संचार माध्यम, स्वास्थ्य सेवाओं आदि का गहन और व्यक्तिगत ज्ञान इसके अतिरिक्त डॉक्टर, उत्तरदायित्व पूर्ण जन अधिकारी, देहाती क्षेत्रों में प्रतिष्ठित व्यक्तियों की जानकारी, मार्गों के प्रयोग की जानकारी, और खेल के मैदान में सार्वजनिक संपत्ति का ज्ञान।
2. अपने जिले का सामान्य ज्ञान ताकि किसी अनजान व्यक्ति को दिन या रात में 10 किलोमीटर अर्धव्यास के क्षेत्र में पथ प्रदर्शन कर सकें। उन्हें 50 किलोमीटर के अंदर के निकटवर्ती स्थान जिला शहर की सामान्य जानकारी दे सकें।
3. अपने जिले के आसपास के उस स्थान विशेष के इतिहास की और वहां के ऐतिहासिक भवनों की जानकारी।



साक्षरता

1. अपने गांव मोहल्ले में प्रौढ़ों के लिए साक्षरता अभियान चलाना ।
2. स्कूल ने पढ़ने वाले छोड़ देने वाले बच्चों के लिए रात्रि पाठशाला खोलने में सहायता करना ।
3. कम से कम 10 अनपढ़ों को पढ़ना लिखना और हिसाब सिखाना या 10 बच्चों की पढ़ाई में सहायता करना ।
4. साक्षरता अभियान हेतु जागरूकता अभियान चलाना ।
5. सरकार व स्वेच्छक संस्थाओं द्वारा प्रकाशित पोस्टर आदि की प्रदर्शनी आयोजित करना ।



पर्यावरण सुधारक इकोलॉजिस्ट

1. पर्यावरण संतुलन के लिए जो संस्थाएं कार्य कर रही हैं उनके विषय में जानकारी ।
2. इस संबंध में किसी विशेषज्ञ का सहयोग लेना ताकि जनता को वार्तालाप एवं दृश्य श्रव्य साधनों से शिक्षित किया जा सके ।
3. पृथ्वी की कटान के विरुद्ध प्रचार अभियान ।
4. मानसून में वन महोत्सव आयोजित करना ।
5. अपने क्षेत्र में प्रदूषण की समस्याओं के संबंध में लोगों को शिक्षित करना ।
6. निम्नलिखित में से अपने आसपास दो समस्याओं को हल करने का प्रयास करना भू संरक्षण, भूक्षरण, वृक्ष कटाव, जानवरों को मारना, पानी की बर्बादी एवं जल प्रदूषण, वायु प्रदूषणए कूड़ा फेंकना ।



कोढ़ निवारक

1. दृश्य श्रव्य साधनों द्वारा इस तत्व को प्रचारित करना कि कोढ़ ठीक हो जाता है ।
2. त्वचा विशेषज्ञ राष्ट्रीय कुष्ठ निवारण कार्यक्रम कार्यकर्ता स्वयंसेवक से संपर्क करना ।
3. प्रत्येक विद्यालय मोहल्ला या गांव में कुष्ठ रोग की जांच की जाए समाज का दूसरों के प्रति दृष्टिकोण में बदलाव के लिए किसी चिकित्सक या विशेषक की सहायता ली जाए जो आपकी बस्ती के लोगों को शिक्षित कर सके ।
4. समाज के दृष्टिकोण में परिवर्तन लाना दृश्य श्रव्य साधनों द्वारा पोस्टर, दीवार चित्रों, नारों भाषणों नाटक, पंपलेट आदि द्वारा प्रदर्शित करना कि कोढ़ का इलाज संभव है ।
2. अपने निकटतम त्वचा विशेषज्ञ जिला स्वास्थ्य अधिकारी कोढ़ निवारण कार्यक्रम इकाई लायंस क्लब या रोटरी क्लब के साथ मिलकर कार्यक्रम आयोजन करना ।
6. कुष्ठ रोगी के चिकित्सा की त्वरित व्यवस्था कराना ।



स्वच्छता परमोटर

1. अपने आसपास की बस्ती कॉलोनी में पीने के लिए स्वच्छ पानी के प्रबंध के कार्य करना ।
2. पानी छानने, उबालने व इकट्ठा करने की विधियों का प्रदर्शन करना ।
3. अनाज को चूहे आदि से बचाना ।
4. पके हुए भोजन को मक्खियों मच्छरों गंदगी से बचाना ।
5. मच्छरों के रहने के स्थानों, कोनो, नालियों, कूलरों आदि की सफाई करते रहना व लोगों को जागरूक करना ।



6. स्वच्छता के लिए अभियान चलाना ।
7. कूड़ा कचरा गोबर आदि को फेंकना और कंपोस्ट पिट बनाना ।
8. खाली डिब्बे बोतलों का रीसाइकिल और उपयोग करना ।
9. स्वच्छता के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए रैलियां एवं अन्य का आयोजन करना । शौचालयों का निर्माण कराना लोगों को शौचालय उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करना खाने से पहले व खाने के बाद साबुन से हाथ धोने के लिए लोगों को जागरूक करना

ग्राम कार्यकर्ता

1. गांव के संबंध में विस्तृत जानकारी हो जैसे— गांव के क्षेत्रफल जनसंख्या उपज पीने के पानी के अन्य साधन रीति रिवाज स्कूल जाने योग्य बालक बालिकाओं की संख्या साक्षरों की संख्या
2. गांव की स्वच्छता का सामान्य ज्ञान
3. गांव में प्रौढ़ शिक्षा कार्यक्रम स्वास्थ्य स्वस्थ नशाबंदी आदि कार्यक्रम का भाग लेना ।
4. कम से कम 10 व्यक्तियों की कुष्ठ रोग संबंधी व अन्य बीमारियों से जांच कराना ।
5. कम से कम 10 माताओं को दस्त रोकने का टॉनिक के बारे में समझाना ।
6. अपने गांव मोहल्ले बस्ती में आंख, दांत व अन्य स्वास्थ्य अभियान की व्यवस्था करना ।



चाइल्ड नर्स (केवल गाइड के लिए)

1. बच्चों के जन्म से लेकर 5 वर्ष तक की देखभाल निम्न बातों का ध्यान रखना
2. प्रत्येक ऋतु में उसके जिले के अनुसार रात में दिन में उनकी पोशाक तैयार करना ।
3. बच्चों का भोजन तैयार करना ।
4. बच्चे के शरीर व कपड़ों की सफाई ।
5. स्वस्थ वातावरण बनाना ।
6. बच्चों के आराम और व्यायाम का ध्यान ।
7. अपने व्यवसाय व संयम द्वारा कैसे सुखी रहे ।
8. बच्चों के शरीर की किस प्रकार मालिश करें ।



कैम्पर या शिविरक (स्काउट के लिए)

1. पांच दिवसीय शिविर हेतु व्यक्तिगत आवश्यक वस्तुओं की जानकारी ।
2. 1 सप्ताह की टोली हाईक या भ्रमण हेतु सामान और राशन की जानकारी
3. नक्शा बनाकर यह बता सके कि वह पेट्रोल का शिविर किस प्रकार लगाएगा ।
4. तंबू रसोई सफाई आदि के विषय में क्या व्यवस्था करेगा ।
5. कुल्हाड़ी का प्रयोग खुरपी का प्रयोग उनके बारे में बताना तथा उनकी देखभाल करना ।
6. कोमल पद और ध्रुवपद की गांठों का ज्ञान ।
7. टेंट लगाना उखाड़ना व सामान इकट्ठा करना ।
8. 2 लोगों के लिए सोने योग्य झोपड़ी बनाना ।
9. शिविर में बिना बर्तन खाना पका सके ।
10. तंबू या झोपड़ी में अपने दल के साथ 5 रात्रि शिविर कर चुका हो ।



गाइड के लिए

1. अलग-अलग अवसरों पर 5 रातें खुले में बिताई हो।
2. पांच दिवसीय शिविर और हाइक के लिए व्यक्तिगत समान की जानकारी।
3. तंबू लगाना उखाड़ना लपेटना आदि आना।
4. तंबू लगाने के लिए शिविर स्थल चुनना नक्शा बनाना रूपरेखा बनाना।
5. कूल्हाड़ी व चाकू का प्रयोग और संभाल कर रखना।
6. खुले में भोजन पकाना व बिना बर्तन के भोजन पकाना।

दर्जी

1. अपने नाप की स्काउट कमीज और नेकर काटना, और सिलना, हाथ से या मशीन से या इसी प्रकार के अन्य कोई पोशाक रफू करना, बटन टांकना, काज बनाना आदि।
2. गाइड के लिए ब्लाउज बनाना वेवी फ्रॉक बनाना नेकर या पेटिकोट बनाना।
3. बटन व काज बना कर दिखाना सूती छपे हुए या बुने हुए कपड़े में पैबंद लगाना। दो प्रकार के कपड़ों को रफू करना।



पोषण साधक शिक्षक (न्यूट्रिशन एजुकैटर)

1. पोषण के संबंध में मूल तत्व जैसे कैलोरी चिकनाई कार्बोहाइड्रेट प्रोटीन विटामिन खनिज आदि की जानकारी और हमारे भोजन में उनकी सही मात्रा का ज्ञान और सामान्य भोजन का ज्ञान जिनसे यह पदार्थ प्राप्त हो सकें
2. कुपोषण की पहचान और उनका शरीर पर प्रभाव
3. सामान्य वयस्क हेतु संतुलित आहार की मात्रा का ज्ञान
4. विशिष्ट पदार्थ खाद्य पदार्थों व पेय पदार्थों के अधिक मात्रा में सेवन करने से होने वाली हानि का ज्ञान।
5. शराब के अतिरिक्त अन्य उत्तेजक पदार्थ आदि के हानियां बताना।
6. गांव बस्ती में पोषण संबंधी सर्वेक्षण और लोगों को डॉक्टर से परामर्श हेतु प्रोत्साहित करना।
7. पोषण शिक्षण संबंधी कम से कम पांच पोस्टर तैयार करना।
8. शीशी से दूध पिलाने की की हानियां स्तनपान के लाभ को प्रोत्साहन देना।



प्राथमिक चिकित्सक

1. कोमल पद, ध्रुवपद की प्राथमिक चिकित्सा का ज्ञान।
2. स्ट्रेचर बनाना पट्टी बांधना आदि का ज्ञान



एंबुलेंस मैन

1. ध्रुवपद व गुरुपद की प्राथमिक सहायता संबंधी प्रश्नों के उत्तर दे सकें।
2. खून के बहने को रोक सकें।
3. टूटे अंगों की पहचान कर बंधन बांध सकें।
4. दम घुटने की चिकित्सा।
5. मुंह द्वारा बनावटी सांस देने का ज्ञान।
6. स्ट्रेचर बनाना व पट्टियां बांधना
7. मरीज को स्ट्रेचर द्वारा सही से ले जाना आदि का ज्ञान होना चाहिए।



इलेक्ट्रॉनिक

1. एक सादे सर्किट डायग्राम को पढ़ सकें और उसमें लेवल लगा सकें।
2. इलेक्ट्रॉनिक जांच उपकरणों का ज्ञान हो।
3. एक सादे किट का इस्तेमाल करते हुए एक सादे इलेक्ट्रॉनिक संयंत्र को असेंबल कर सकें।
4. मूल इलेक्ट्रॉनिक थ्योरी को स्पष्ट करें।
5. एक सस्ते उपकरण को बनाने की जानकारी।
6. किसी वायरलेस की मामूली खराबी दूर कर सकें।
7. किसी लाउडस्पीकर की कार्य विधि का ज्ञान।
8. किसी टेक्निकल डायग्राम को पढ़ना और उसके सिंबल को समझना।
9. बल्ब बदल सके स्विच सॉकेट आदि बदल सकें।



सचिव (सेक्रेटरी)

1. ग्रुप कंपनी में जिला स्तर पर हिंदुस्तान स्काउट गाइड का सामान्य ज्ञान।
2. दल पंचायत टोली परिषद का ज्ञान।
3. कम से कम ढाई सौ शब्दों का एक गद्यांश लिखना।
4. 100 शब्द टाइप करना कंप्यूटर साफ करना व रखरखाव करने का ज्ञान।
5. समिति का प्रबंध जानना जिसमें कार्यक्रम बनाना कार्यवाई लिखना आदि।
6. स्काउट ग्रुप कंपनी के ढांचे को समझना।
7. किसी दल टोली के आय-व्यय का लेखा-जोखा रखना।
8. बैंक आदि के बारे में जानकारी होना।
9. संबंधित विभागों से पत्राचार के बारे में जानकारी होना किसी ग्रुप पेट्रोल के कार्यक्रम के लिए पत्रादि ड्राफ्ट करना बनाना।



होम मेकर (गाइड के लिए)

1. जल्दी जगना आग जलाना अपने व किसी अन्य के जूते साफ करना।
2. नाश्ता भोजन आदि में माता की सहायता करना।
3. बिस्तर को लपेटना व धूप दिखाना।
4. चौका साफ करना झाड़ू पोछा करने में माता की मदद करना
5. खाना पकाने के बर्तनों को साफ करना
6. मुरब्बा चटनी बना कर दिखाना
7. घर के कपड़ों की देखभाल व मरम्मत करना
8. घरेलू पदार्थों की खरीदारी कर सकना
9. किसी पैकिंग केस को खोलना बांधना
10. फूलों से घर को सजाना



(अपने माता-पिता या संरक्षक से प्रमाण लाना कि वह साफ सुथरी आज्ञाकारी व घर में सहायक है।)

फॉरेस्टर

1. जंगल के संबंध में मूल धारणा को जानना, भारत में जंगल का विस्तार और वर्तमान परिस्थिति में जंगल का महत्व।
2. अपने अनुभव व निरीक्षण से बीज बोने भूमि तैयार करने नर्सरी पाली तैयार करने वृक्ष लगाने छटनी और गिराने का समय जानें।
3. वृक्ष कैसे जीवित रहते हैं और बढ़ते हैं उसके ज्ञान के बारे में जानें।
4. अपने गांव में कॉलोनी में विभिन्न प्रकार के वृक्षों के उगने के विकास का ज्ञान और किसी भी मौसम में दूर से उनकी पहचान उनकी छाल पत्ती फूल को पहचान करना उनका चारा फल औषधी इमारत व अन्य उपयोग में के विषय में जानकारी।
5. जंगल की आग उसके लगने के कारण और दूर करने के उपायों की जानकारी।
6. वृक्षारोपण कार्यक्रम में भाग लेना। सामाजिक जंगलात सड़क के किनारों के जंगल आदि की जानकारी।
7. भूमि कटाव का व्यवहारिक ज्ञान इसके कारण वे रोकने के उपाय।
8. किसी वृक्ष में उपयोगी इमारती लकड़ी व औषधीय ज्ञान के बारे में जानकारी।



अग्निशमन कर्ता

1. ज्वलनशील घरेलू वस्तुएं जैसे त्योहारों की सजावट सूती ऊनी और सैलो लाइट की वस्तुओं के एवं सूर्य की किरणों के खतरों को समझें।
2. गैस लीक को पहचान सके उसके उपाय कर सकें।
3. दोषपूर्ण विद्युत फिटिंग के खतरों को समझें। आग लगने पर सर्वप्रथम कार्य क्या किया जाए जाने।
4. आग बुझाने के दो साधारण उपायों के बारे में जानकारी।
5. भीड़ को आगे न बढ़ने में हाथ बांधने का उपयोग, रस्सियों का उपयोग, कुर्सी गांठ द्वारा मरीज को उतारना-चढ़ाना, घुँए में बेहोश आदमी को खींचना व पशुओं की जान बचना।
6. कैफायर की आग को जलाना वह बुझाना।
7. शिविर में भोजन के लिए आग जलाना व आग को बुझाने की विधि का ज्ञान।



टोकरी बनाना गाइड के लिए

1. टोकरी में कम से कम 15 सेंटीमीटर व्यास 3 चटाई से 15 मीटर आधार की टोकरी व कागज की टोकरी बनाना।
2. प्रत्येक वस्तु स्वयं की विभिन्न पदार्थ बेंट रफिया भूसे की हल्की घास तूड़ी आदि की पत्ती से बनाई हो।
3. विभिन्न कच्ची सामग्री का ज्ञान उसको प्राप्त करना और काम के लिए उसे तैयार करना आदि का ज्ञान।



मनोरंजनकर्ता / कत्री (एंटरटेनर गाइड)

1. जनता के मनोरंजन हेतु नृत्य, गाना, किसी वाद्ययंत्र को बजाना, कविता पाठ आदि का ज्ञान।
2. नीचे लिखे दो विषयों द्वारा 10 मिनट तक मनोरंजक कर सके जादू के खेल द्वारा किसी चलने योग्य यंत्र के द्वारा किसी की नकल द्वारा कोरस के गीत द्वारा।



3. कंपनी के मनोरंजन हेतु कैप फायर में कार्यक्रम प्रस्तुत करना ।

संगीतज्ञ

1. पियानो वायलिन सैलो वीणा सितारों बांसुरी का ढोलक हारमोनियम आदि बजा सकें ।
2. संगीतमय राष्ट्रगान गा सकना ।
3. कर्नाटकी, हिंदुस्तानी गीत संगीत का ज्ञान होना ।



पत्रकार

1. दल के कार्यों की स्वयं आख्या लिखना ।
2. निम्न में से किसी एक की आख्या लिखना – किसी उद्यान की खुले मैदान का कार्यक्रमए गार्डन पार्टी रैली के बारे में लिखना ।
3. अपने किसी प्रकाशित लेख या रिपोर्ट की कटिंग प्रस्तुत करना ।
4. मेकअप का अर्थ जानना और किसी प्रेस के लिए 8 पृष्ठ की पांडुलिपि तैयार करना जिसमें प्रपत्र रिपोर्ट व सूची हो ।
5. टाइप में पॉइंट सिस्टम को जानना और 6 प्रचलित टाइप के फेस को जानना ।
6. शुद्धिकरण के चिन्ह जानना ।



राज्य पुरस्कार का पाठ्यक्रम (योग्यता - गुरु पद (तृतीय पद पाश्)

1. राज्य स्तरीय पांच दिवसीय राज्य पुरस्कार जाँच शिविर में सम्मिलित हो ।
2. पवित्र स्थान, गांव, कालोनी मेला, अस्पताल, रेलवे स्टेशन, बस स्टैंड, में से किसी एक स्थान पर 36 घंटे की सेवा प्रदान करके अपनी लॉग बुक में अंकित करना ।
3. निम्नलिखित में से कोई एक प्रोजेक्ट चयन कर अपनी लॉग बुक में अंकित करना
क सर्व शिक्षा अभियान,
ख पर्यावरण प्रदूषण मुक्ति,
ग स्वच्छता अभियान
4. निम्नलिखित पायनियरिंग प्रोजेक्ट में से कोई दो प्रोजेक्ट तैयार करें जो पहले न किए हो ।
क मंकी ब्रिज,
ख ट्रेसिल,
ग सस्पेंशन ब्रिज,
घ सिगनलिंग टावर,
ण स्काउट ट्रांसपोर्टर,
5. निम्नलिखित में से किसी एक कार्यक्रम में सम्मिलित होना ।
क जिला रैली,
ख राष्ट्रीय एकता शिविर,

(नोट –सहभागिता प्रमाण पत्र शिविर में प्रस्तुत करें ।)

6. कसरत और योग – ध्रुवपद और गुरु पद की कसरत और योग का अभ्यास करना
7. निम्न दक्षता बैज में से कोई पांच बैज उत्तीर्ण करें जो पहले उत्तीर्ण न किए हो ।
 - 1 सोशल वर्कर
 - 2 वातावरण सुधारक
 - 3 कुष्ठ रोग निवारक
 - 4 साक्षरता कैम्पेन
 - 5 विलेज वर्कर
 - 6 कैप वार्डन

7 योगा शिक्षक

9 तैराक

11 प्राथमिक चिकित्सक

13 टेलर, कुक

15 हाईकर

8 पायनियर

10 साइकिलिस्ट

12 चाइल्ड नर्स (गाइड)

14 न्यूट्रीशन

16 एजुकैटर

नोट – दक्षता बैज परीक्षक राज्य मुख्यालय द्वारा नियुक्त किए जाएंगे। राज्य पुरस्कार बैज बाईं भुजा पर गुरु पद के स्थान पर पहना जाएगा।

8. फ़रैक्चर की जानकारी तथा स्प्लिटिंग प्रयोग का ज्ञान। (गुरुपद में जो प्राथमिक चिकित्सा दी है उसका ज्ञान व पुनः अभ्यास।)
9. योग और कसरत का आपके जीवन पर क्या प्रभाव पड़ा अपनी लॉग बुक में अंकित करें।
10. अध्यापक द्वारा दिए हुए प्रश्नों के उत्तर अपनी लॉग बुक में अंकित करें।

राष्ट्रपति स्काउट गाइड का पाठ्यक्रम

1. राज्य पुरस्कार प्राप्त किया हो
 2. पांच रात्रि कैंप में भाग लिया हो (इसमें रैली जंबूरी आदि की गणना नहीं होगी)
 3. स्काउट गाइड कैंप में प्रयोग होने वाले औजारों के बारे में जानकारी चाकू, हाथ की आरी, छोटी कुल्हाड़ी, हथोड़ा, सुम्मा- वरमा आदि का प्रयोग जाने।
 4. प्राकृतिक उपलब्ध पदार्थों से झोपड़िया मचान दो व्यक्तियों के लिए तैयार करना।
 5. स्काउट व गाइड दोनों को एंबुलेंस मैन बैज प्राप्त करना
 6. स्काउट को निम्न में से कोई दो दक्षता पदक प्राप्त करना जो पहले अर्जित न किए हो।—
 - 1 इलेक्ट्रॉनिक्स,
 - 2 फॉरेस्टर,
 - 3 पत्रकार,
 - 4 कोड निवारक,
 - 5 ग्राम कार्यकर्ता,
 - 6 सचिव,
 - 7 अग्निशमन कर्ता,
 - 8 कैम्पर
- गाइड को एक दक्षता पदक अर्जित करना जो पहले न किया हो—
- 1 इलेक्ट्रॉनिक्स,
 - 2 टोकरी बनाना,
 - 3 दर्जी,
 - 4 मनोरंजनकर्ता,
 - 5 संगीतज्ञ,
 - 6 पत्रकार,
 - 7 पथ प्रदर्शक,
 - 8 ग्राम कार्यकर्ता,
 - 9 होम मेकर
7. माह के अंतराल में 36 घंटे की समाज सेवा (जो कम से कम सप्ताह में एक दिन अवश्य हो) डायरी लिखना व प्रति सप्ताह दल पंचायत को देना।
 8. दूसरे स्काउटों के साथ 10 किलोमीटर पैदल रात्रि हाईक करना और उसकी आख्या 10 दिन के अंदर स्काउट मास्टर को देना या 50 किलोमीटर रात्रि साइकिल हाइक दूसरे स्काउटों के साथ करना और उसकी आख्या 10 दिन के अंदर लॉग बुक में दर्ज कर स्काउट मास्टर को देना।
 9. गाइड में 8 किलोमीटर पैदल यात्रा दूसरी गाइडों के साथ करना या 15 किलोमीटर साइकिल हाइक करना व आख्या गाइड कैप्टन को 10 दिनों के अंदर देना।

10. स्वास्थ्य संरक्षण, साक्षरता या अल्प बचत की किसी सघन सामुदायिक परियोजना में भाग लेना ।
11. किसी निकटवर्ती पैक / प्लॉक, दल / कंपनी में बैज प्रशिक्षण का काम करना या 15 दिन तक छोटे बच्चों को खेल खिलौना ।
12. गाइड में आंतरिक सजावट या फैंसी कुकिंग कराना ।

राष्ट्रपति पुरस्कार प्राप्त करने के नियम :-

1. राज्य पुरस्कार प्राप्त करने के पश्चात कोई भी स्काउट गाइड राष्ट्रपति स्काउट गाइड अवार्ड प्राप्त कर सकता है ।
2. महामहिम राष्ट्रपति भारत स्वयं अपने हाथों से यह अवार्ड तथा प्रमाण पत्र प्रदान करते हैं ।
3. यह अवार्ड बैज सहित राष्ट्रीय मुख्यालय की संपत्ति है । मर्यादा भंग करने पर यह किसी भी निर्धारित अधिकारी के माध्यम से वापस लिया जा सकता है ।
4. कोई भी स्काउट गाइड राज्य पुरस्कार उत्तीर्ण करने पर राष्ट्रपति अवार्ड की तैयारी कर सकते हैं ।
5. यह बैज 13 वर्ष 6 माह से 17+ वर्ष तक की आयु में कोई भी स्काउट गाइड प्राप्त कर सकता है ।
6. यह बैज राज्य पुरस्कार प्राप्त करने के 12 माह पश्चात मिल सकता है ।
7. राज्य पुरस्कार प्राप्त कर लेने के पश्चात व्यवहारिक ज्ञान के अतिरिक्त ऊपर लिखित परीक्षाएं भी उत्तीर्ण करनी होती हैं ।
8. जब कोई स्काउट गाइड राष्ट्रपति स्काउट गाइड अवार्ड की तैयारी कर रहा हो तो वह अपने दल / जिला संस्था के माध्यम से व राज्य संस्था के माध्यम से राष्ट्रीय प्रधान केंद्र द्वारा निर्धारित प्रपत्र पर 31 मार्च या निर्धारित तिथि तक प्रार्थना पत्र देता है । राज्य प्रधान केंद्र सामान्यतः 20 मई तक उसका पंजीकरण राष्ट्रीय प्रधान केंद्र को नामावली प्रेषित करता है । स्काउट गाइड को अपने नाम और पते के साथ स्काउटिंग गाइडिंग की विभिन्न परीक्षाएं उत्तीर्ण करने की विभिन्न तिथियां भी भेजनी होती है । जिन स्काउटों का रजिस्ट्रेशन हो जाता है । उन्हें राज्य प्रधान केंद्र से प्राप्त एक प्रपत्र 4 प्रतियों में भरना होता है । जिसकी एक प्रति ग्रुप में, एक जिला स्थानीय संस्था में और 2 प्रतियां राज्य और राष्ट्रीय प्रधान केंद्र को भेजी जाती हैं । इसके उपरांत राष्ट्रीय प्रधान केंद्र संबंधित निदेशक के निरीक्षण में केंद्र उनके पुनः प्रशिक्षण और परीक्षा की व्यवस्था किसी शिविर में करता है । उत्तीर्ण होने पर राष्ट्रपति स्काउट गाइड की रैली में जाते हैं जहाँ उन्हें राष्ट्रपति पुरस्कार से सम्मानित किया जाता है ।

गुरु पद टेस्ट कार्ड

परीक्षा का नाम	परीक्षा की तिथि	स्काउट मास्टर / गाइड कैप्टन के हस्ताक्षर
1 प्राथमिक चिकित्सा :- 1. बनावटी श्वांस का ज्ञान तथा बनावटी श्वांस देने का प्रदर्शन 2. शरीर के मुख्य अंगों का ज्ञान 3. साधारण फ्रेक्चर का ज्ञान तथा कॉलर बोन, पैर, भुजा और जबड़े के फ्रेक्चर का ज्ञान		

परीक्षा का नाम	परीक्षा की तिथि	स्काउट मास्टर / गाइड कैप्टन के हस्ताक्षर
<p>4. दबाव बिंदुओं का ज्ञान तथा दबाव बिंदुओं द्वारा रक्त स्राव को रोकना</p> <p>5. दौरे, विद्युत करंट व झटके की स्थिति में प्राथमिक चिकित्सा</p> <p>2 कैंप क्राफ्ट एवं पायनियरिंगरू—</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. बन्धनों की पुनरावृत्ति 2. ड्रॉ हिच, लीवर हिच, मैनहार्नेस, चैयर नॉट, दोहरी ध्रुवगांड, होल्ड पास एनकरेजिज 3. शिविर यंत्र और उनका प्रयोग। <p>3 निम्न में से कोई दो पायनियरिंग प्रोजेक्ट बनाना</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. कमांडो ब्रिज, 2. लैंडर ब्रिज, 3. मंकी ब्रिज, 4. सस्पेंशन ब्रिज, 5. स्विमिंग ड्रैक, 6. सिगनेलिंग टावर <p>4 सिगनेलिंग ममोमा – कम से कम 30 शब्दों में संदेश ममोमा / सीमा फोर (हिंदी में या अंग्रेजी में) भेजना और प्राप्त करना</p> <p>5 अनुमान लगाना – गहराई और ऊंचाई</p> <p>6 मानचित्र ज्ञान –</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. मानचित्र बनाना व पढ़ना , 2.. मार्ग का मानचित्र बनाना, 3. यात्रा तथा सर्वे ऑफ इंडिया <p>7 हाइक –</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 30 किलोमीटर साइकिल अथवा 10 किलोमीटर पैदल हाइक अपनी टोली के साथ (स्काउटों के लिए) 2. 20 किलोमीटर साइकिल अथवा 8 किलोमीटर पैदल हाइक अपनी टोली के साथ (गाइडस के लिए) हाइक की रिपोर्ट, मार्ग के मान चित्र सहित अपने यूनिट लीडर को 		

परीक्षा का नाम	परीक्षा की तिथि	स्काउट मास्टर/ गाइड कैप्टन के हस्ताक्षर												
<p>प्रस्तुत करना।</p> <p>8 शिविर जीवन – 5 रात्रि अपनी टोली के साथ शिविर जीवन व्यतीत करना व लॉगबुक में अंकित करना</p> <p>9 दक्षता पदक – निम्न में से कोई 4 दक्षता पदक जो पहले उत्तीर्ण न किये हो।</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>1. सिटीजन,</td> <td>7. कैम्पर</td> </tr> <tr> <td>2. एथलीट</td> <td>8. पायनियर</td> </tr> <tr> <td>3. योग</td> <td>9. इंटरटेनर</td> </tr> <tr> <td>4. फर्स्ट एडर</td> <td>10. ड्राइंग</td> </tr> <tr> <td>5. क्लाईंबर</td> <td>11. स्विमर</td> </tr> <tr> <td>6. हाईकर</td> <td>12. फोक डांस एंड सॉना</td> </tr> </table> <p>10 योग और कसरत – निम्न में से कि नहीं 6 आसन करने का अभ्यास –</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. कागासन 2. उत्कासन 3. उत्तानपादासन 4. शलभाषण 5. चक्रासन 6. धनुरासन 7. सर्वांगासन 8. हलासन 9. मयूरासन 10. शीर्षासन 11. शीतली या शीतकारी प्राणायाम <p>11 सर्व धर्म, ध्यान योग – प्रार्थना सभा का अभ्यास</p> <p>12 वन विद्या, लॉगबुक तैयार करना।</p> <p>13 स्काउट गाइड को निम्नलिखित गतिविधियों में भी भाग लेना जरूरी है जैसे—</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 36 घंटे के लिए किसी मेले, धार्मिक स्थल, अस्पताल, बस स्टैंड, रेलवे स्टेशन पर सेवा कार्य करना। 2. स्वच्छता अभियान चलाना <p>14 समाज सेवा के कार्यों में भाग लेना।</p>	1. सिटीजन,	7. कैम्पर	2. एथलीट	8. पायनियर	3. योग	9. इंटरटेनर	4. फर्स्ट एडर	10. ड्राइंग	5. क्लाईंबर	11. स्विमर	6. हाईकर	12. फोक डांस एंड सॉना		
1. सिटीजन,	7. कैम्पर													
2. एथलीट	8. पायनियर													
3. योग	9. इंटरटेनर													
4. फर्स्ट एडर	10. ड्राइंग													
5. क्लाईंबर	11. स्विमर													
6. हाईकर	12. फोक डांस एंड सॉना													

प्रेरणादायक गीत

हिन्दू देश के निवासी

हिन्दू देश के निवासी सभी जन एक हैं
रंग-रूप, वेष-भूषा सब चाहे अनेक
बेला, गुलाब, जूही, चंपा, चमेली-
प्यारे-प्यारे फूल गंधे माला में एक है
हिन्दू देश के निवासी - - - -

रंग-रूप, वेष-भूषा सब चाहे अनेक है
कोयल की कूक प्यारी,
पपीहे की टेर की न्यारी-

गा रही तराना बुलबुल, राग मगर एक हैं
हिन्दू देश के निवासी - - - -

रंग-रूप, वेष-भूषा सब चाहे अनेक हैं
गंगा, जमुना, ब्रह्मपुत्र, कृष्णा, कावेरी-
जाकर मिल गयी सागर हुयी सब एक हैं
हिन्दू देश के निवासी - - - -

ऐसी खीर पकाइए

ऐसी खीर पकाइए

सारे मिलकर खायेंगे

कौन खायेगा चम्मच से.,

हम खायेंगे चम्मच से ..(१)

चम्मच चम्मच चम्मच चम्मच खायेंगे

ऐसी खीर पकाइए .

कौन खायेगा कटोरी से.,

हम खायेंगे कटोरी से(१)

कटोरी कटोरी कटोरी कटोरी खायेंगे

ऐसी खीर पकाइए

सारे मिलकर खायेंगे..(१)

कौन खायेगा तपेली से,

हम खायेंगे तपेली से(१)

तपेली तपेली तपेली तपेली खायेंगे.

ऐसी खीर पकाइए ...

कौन खायेगा चमचे से.,

हम खायेंगे चमचे से (१)

प्रेरणादायक गीत

झाँकी हिंदुस्तान की
आओ बच्चों तुम्हें दिखाएँ
झाँकी हिंदुस्तान की
इस मिट्टी से तिलक करो
ये धरती है बलिदान की,
वंदे मातरम ... वंदे मातरम
उत्तर में रखवाली करता
पर्वतराज विराट है,
दक्षिण में चरणों को धोता
सागर का सम्राट है
जमुना जी के तट को देखो
गंगा का ये घाट है,
बाट-बाट पे हाट-हाट में
यहाँ निराला ठाट है,
देखो ये तस्वीरें
अपने गौरव की अभिमान की,
इस मिट्टी से २ २ २ २ २ २ २ २ २ २ २ २

नन्हा मुन्ना राही हूँ

नन्हा मुन्ना राही हूँ, देश का सिपाही हूँ
बोलो मेरे संग, जय हिंद, जय हिंद, २ ..रस्ते पे चलूंगा न डर-डर के
चाहे मुझे जीना पड़े मर-मर के, मंजिल से पहले ना लूंगा कहीं दम
आगे ही आगे बढ़ाऊंगा कदम, दाहिने बाएं दाहिने बाएं, धम!

नन्हा २ २ २ २ २

धूप में पसीना बहाऊंगा जहाँ, हरे-भरे खेत लहराएंगे वहाँ
धरती पे फाँके न पाएंगे जनम, आगे ही आगे २ २ २ २ २
बड़ा हो के देश का सितारा बनूंगा, दुनिया की आँखों का तारा बनूंगा
रखूँगा ऊँचा तिरंगा हरदम

आगे ही आगे २ २ २ २ २

शांति कि नगरी है मेरा ये वतन
सबको सिखाऊंगा प्यार का चलन
दुनिया में गिरने न दूंगा कहीं बम
आगे ही आगे २ २ २ २ २

प्रेरणादायक गीत

स्काउटिंग दीप जलायेंगे

स्काउटिंग दीप जलायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
निश्चय हमारा, ध्रुव सा अटल है, काया का भेद छोड़, सेवा का व्रत है।
जागृति शंख बजायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
स्काउटिंग दीप

बदली हैं हमने, चारों दिशाओं, मंजिल नई तय करके दिखाये।
रती को स्वर्ग बनायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
स्काउट दीप

श्रम से बनायेंगे, माटी को सोना, जीवन बनायेंगे, उपवन शलौना।
मंगल सुमन खिलायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
स्काउटिंग दीप

कोरी कल्पना की तोड़ेंगे काया, ममता की निर्मल बहायेंगे धारा।
प्रेम का दीप जलायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
स्काउट दीप

सारे जहाँ से अच्छा

सारे जहाँ से अच्छा, हिंदोस्तां हमारा
हम बुलबुले हैं इसकी, यह बुलसिता हमारा॥
पर्वत हो सबसे ऊंचा, हमसाया आसमां का।
वो संतरी हमारा, वो पासवां हमारा ॥
गोदी में खेलती हैं, जिसकी हजारों नदियाँ।
गुलशन है जिसके दम से, रश्के जहाँ हमारा ॥
मजहब नहीं सिखाता, आपस में बैर रखना।
हिंदी हैं हम वतन है, हिंदोस्तां हमारा ॥
सारे जहाँ से अच्छा, हिन्दोस्तां हमारा ॥

निनाद - जय घोष

घुआछूत को
प्रेमभाव को
कौन
क्या करोगे

भगाने वाले
जगाने वाले
हम- हम, हम सब
जागे हैं, जगायेंगे,
जान तक लड़ायेंगे

तुम कौन
जन्म जहां पर
अन्न जहां का
वस्त्र जहां के
वह प्यारा
उसकी रक्षा कौन
करेगा

वीर भारती
हमने पाया
हमने ख़ाया
हमने पहने
देश हमारा
हम हम करेंगे, हम
करेंगे

देश की रक्षा
जीना है तो
मरना है तो

करना सीखो
मरना सीखो
जीना सीखो

क्या करोगे
क्या करोगे
क्या करोगे
क्या करोगे

परोपकार
चमत्कार
देश उख़ार
परोपकार, चमत्कार,
देश उख़ार

घर-घर गूँजे
देश हमारा

यह जय नाथ
जिंदाबाद जिंदाबाद

तन से मन से
जीवन में हम
पर सेवा में

स्वस्थ रहेंगे
स्वच्छ रहेंगे
मस्त रहेंगे

क्या करोगे

जागे हैं, जगायेंगे,
जान तक लड़ायेंगे

स्काउट गाइड
आगे आओ
एक चीज लाए हैं
मथुरा के पेड़े

हां भाई हां
क्यों भाई क्यों
क्या भाई क्या
वाह भाई वाह

देश की रक्षा
जीना है तो
मरना है तो

करना सीखो
मरना सीखो
जीना सीखो

क्या बनोगे
क्या बनोगे
क्या बनोगे
क्या बनोगे

सत्यवादी
आशावादी
चरित्रवान
सत्यवादी, आशावादी,
चरित्र वादी

बोलो रे भाई
बोलो रे भाई
बोलो रे भाई

२...स
२...स
२सगुल्ला

स्काउट गाइड
क्या करोगे
क्या करोगे
क्या करोगे
क्या करोगे
काम करेंगे

पढ़ेंगे
सेवा करेंगे
काम करेंगे
पढ़ेंगे, सेवा करेंगे,

भारत हमारा
हमारा
हमारा
सर्वस्व हमारा
देश है

कर्म देश है
धर्म देश है
जीवन देश है
देश है देश है

प्रशस्ति पत्र

प्रिय स्काउट गाइड

प्रस्तुत पुस्तक को स्काउट गाइड विद्यानुसार आपके ज्ञानवर्धन, प्रोत्साहन एवं मार्गदर्शनार्थ प्रस्तुत करते हुए मैं विषय ज्ञान संकलन के परिणाम स्वरूप प्रशंसा करते हुए, स्काउटिंग गाइडिंग के प्रचार प्रसार की शुभकामना करता हूँ।

मो. मकबुल
पूर्व राष्ट्रीय प्रशिक्षण आयुक्त (स्का.)

प्रिय स्काउट गाइड

प्रस्तुत पुस्तक को स्काउट गाइड विद्यानुसार आपके ज्ञानवर्धन, प्रोत्साहन एवं मार्गदर्शनार्थ प्रस्तुत करते हुए मैं विषय ज्ञान संकलन के परिणाम स्वरूप प्रशंसा करते हुए, स्काउटिंग गाइडिंग के प्रचार प्रसार की शुभकामना करती हूँ।

जी निर्मला
राष्ट्रीय प्रशिक्षण आयुक्त (गाइड)

प्रिय स्काउट गाइड

स्काउटिंग के संपूर्ण विषय का अध्ययन और ज्ञान देते हुए हमारे सभी एच. एस. जी. के स्काउट गाइड और स्काउटर और गाइडर के लिए यह पुस्तक उनको स्काउटिंग शिक्षर में आगे ले जाने में काफी सहायक सिद्ध होगी। मैं पुस्तक लिखने वाले लेखक और उसका लाभ लेने वाले सभी एच. एस. जी. परिवार के सदस्यों को अपनी शुभकामनाएं देती हूँ।

मुकेश शर्मा
राष्ट्रीय संगठन आयुक्त (गाइड)



QUEEN GLOBAL INTERNATIONAL SCHOOL
PLOT NO. 10, SECTOR 10, GATEWAY TO INDIA, Gurgaon, Haryana
AFFILIATED TO THE GOVT. BOARD OF SCHOOL EDUCATION
GURGAON, HARYANA

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN
UNITED STATES OF AMERICA
UNITED KINGDOM OF GREAT BRITAIN

TREE PLANTATION DRIVE

QUEEN GLOBAL INTERNATIONAL SCHOOL

HINDUSTAN SCOUTS & GUIDE

The Plantation Drive Hindustan Scouts & Guide

