

## सत्र योजना, डूबेगा या तैरेगा

**इस संस्करण के बारे में।** इस संस्करण का अनुवाद अंग्रेज़ी पैक से एआई ने किया है। इसमें गलतियाँ हो सकती हैं। अगर कुछ ठीक करना हो या किसी बात को अलग ढंग से कहना हो, तो [hello@potnis.org](mailto:hello@potnis.org) पर लिखें — हम इसे सुधार देंगे।

**About this edition.** This edition was translated from the English pack with AI. It may contain mistakes. Write to [hello@potnis.org](mailto:hello@potnis.org) if something should be fixed or said differently — we will update it.

**लक्ष्य।** हर लड़की कहे कि चीज़ पानी में क्या करेगी, आजमाए, और कहे कि किस बात ने चौंकाया।

### शुरू करने से पहले

- छिछला कटोरा, पानी से आधा भरा, फ़र्श या नीची मेज़ पर। गहरी बाल्टी कभी नहीं। पूरे समय उससे हाथ भर की दूरी में रहें।
- हर तरह की दो चीज़ें: हथेली भर के पत्थर, पत्ते, डंडियाँ, बड़े ढक्कन, चम्मच, कागज़। **हर एक को रात पहले अपने कटोरे में आजमा लें।**
- बारह से ज़्यादा लड़कियाँ: दूसरा कटोरा, या जोड़ियाँ, एक चीज़ और एक-एक अंदाज़ा।
- हर जगह: पन्ना क, पन्ना ख, पेंसिल या दो के बीच एक। शुरू से पहले आस्तीनें ऊपर।

### घड़ी, 30 मिनट

- 0 से 4: आस्तीनें ऊपर, हाथ बाहर, इशारा
- 4 से 11: पहले अंदाज़ा, फिर पानी में
- 11 से 18: हर लड़की की एक चीज़
- 18 से 25: वैसी ही एक और
- 25 से 30: बताओ किस बात ने चौंकाया

नए समूह: 30। 45 में: 6, 17, 26, 38, 45। 60 में: 8, 22, 34, 50, 60। ज़्यादा चार साल की हों तो बीच काटें, समापन नहीं।

### आप क्या करें

1. कटोरा नीचे रखें। दो नियम: "अपनी बारी तक हाथ बाहर। यह पानी कोई नहीं पिएगा।"
2. इशारा सिखाएँ: हाथ ऊँचा यानी ऊपर रहेगी, हाथ नीचा यानी नीचे जाएगी। दो बार करवाएँ।
3. पत्थर उठाएँ: "बोलना मत, तीन पर हाथ दिखाओ।" गिनें, डालें। पूछें: "किसने कहा नीचे? किसने ऊपर?" कारण न लें, न दें।
4. हर लड़की को एक चीज़ और पन्ना क: "इसे बनाओ। पानी में डालने से पहले अंदाज़े पर निशान।"
5. एक-एक करके: निशान दिखाए, चीज़ डाले, निशान लगाए क्या हुआ, फिर "एक जैसे" या "एक जैसे नहीं"। कहें: "अलग अंदाज़ा भी अच्छा अंदाज़ा है।"
6. उसी तरह की दूसरी चीज़ और पन्ना ख। हर बार पहले अंदाज़ा और निशान। तीन से पूछें: "क्यों लगता है?" जवाब लें, कोई न दें।
7. पानी ख़ाली कर दें। घेरे में हर लड़की एक बात बताए जिसने उसे चौंकाया। दोहराना चल सकता है।

### इन पर नज़र रखें

1. कोई लड़की कुछ भी पानी छूने से पहले हाथ ऊपर या नीचे करे, पास वाली को देखे बिना।
2. नतीजा अलग हो तो वह अंदाज़े का निशान न छेड़े, "एक जैसे नहीं" पर निशान लगाए।
3. कोई लड़की ज़ोर से कहे क्या सोचा और क्या हुआ: "मैंने कहा नीचे। यह ऊपर रही।"

**सबसे ज़्यादा क्या बिगड़ता है।** पहले हाथ की नक़ल होती है। "नज़र अपने हाथ पर", तीन से उलटी गिनें, इशारे एक साथ लें।

CC BY 4.0 · Potnis Family / [potnis.org](http://potnis.org)