

Bihar Board Class 6 Science Notes Chapter 1 भोजन कहाँ से आता है?

अध्ययन सामग्री :

जिस प्रकार वायु एवं जल हमारे जीवन के लिए अतिआवश्यक तत्वों में से एक माने जाते हैं, ठीक उसी प्रकार भोजन भी हमारे जीवन के लिए आवश्यक तत्व है। भोजन वह भोज्य पदार्थ है जो हमारे शारीरिक एवं मानसिक विकास को ऊर्जा प्रदान करता है। इतना ही नहीं, मनुष्य को हरेक काम करने के लिए ऊर्जा की आवश्यकता होती है जो हमें भोजन से ही प्राप्त होती है।

भोजन से हमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा विटामिन खनिज-लवण आदि पोषक तत्वों की प्राप्ति होती है जो हमारी मांसपेशियाँ, मांस, हड्डी, दाँत, बाल, नाखून आदि के विकास में सहायक होता है। इसके साथ-साथ सभी शारीरिक क्रिया-कलापों के सम्पादन में भी सहायक होता है।

भोज्य पदार्थ की उपलब्धता ही आहार श्रृंखला को बनाए रखने में मदद करती है। इसके परिणामस्वरूप ही पर्यावरण में हरे-भरे पेड़-पौधों, जीव-जन्तुओं, पशु-पक्षियों एवं मानव दिखाई पड़ते हैं। भोज्य पदार्थों की प्राप्ति हम दो रूपों में करते हैं।

(क) पादप उत्पाद

(ख) जन्तु उत्पाद।

जहाँ एक ओर अधिक-से-अधिक भोज्य पदार्थ की प्राप्ति हमें पेड़-पौधों से होती है, कुछ पेड़-पौधों की जड़, तो कुछ पौधों के तना, तो कुछ पेड़-पौधों की पत्ती, तो कुछ पेड़-पौधों के फल तो कुछ के फूल को हम अपने भोजन के रूप में लेते हैं। जैसे –

भोज्य पदार्थ	पौधों के भाग
मूली, गाजर, आलू, अदरक, प्याज	जड़
साग, पत्तगोभी	पत्ती एवं तना
सरसों, मूंगफली, सोयाबीन	बीज
चना, गेहूँ, आम, टमाटर, केला	फल

दूसरी तरफ हम अंडा, मांस, दूध शहद आदि पशु-पक्षियों से प्राप्त करते हैं। इस प्रकार भोज्य पदार्थ की प्राप्ति पेड़-पौधों, जीव-जन्तुओं, पशु-पक्षियों आदि से होती है।

पर्यावरण में सभी जीव-जन्तु एक-दूसरे पर अपने आहार के लिए आश्रित हैं।

खाद्य सामग्री – वे सभी पदार्थ जो पेड़-पौधे या जन्तुओं से प्राप्त होते – हैं तथा जिसके खाने से हमें ऊर्जा प्राप्त होती है। उसे खाद्य सामग्री कहते हैं। जैसे-गेहूँ, चावल, दाल, सरसों, दूध, अंडा तथा मांस आदि।

खाद्य सामग्री के स्रोत – पादप उत्पाद एवं जन्तु उत्पाद!

पादप उत्पाद – दाल, चावल गेहूँ, पालक, गोभी, टमाटर, आलू, प्याज – आदि।

जन्तु उत्पाद – मांस, अंडे, दूध, घी, मछली आदि।

सजीव जगत के जीव-जन्तुओं (मानव सहित) को तीन भागों में बाँटे गए हैं-शाकाहारी, मांसाहारी, सर्वाहारी आदि।

शाकाहारी – वे सभी जन्तु जो केवल पौधे व उसके उत्पाद को भोजन के रूप में लेते हैं। उस शाकाहारी कहते हैं।

जैसे – गाय, भैंस, चूहा, हाथी, बकरी, तोता आदि।

मांसाहारी – वे सभी जन्तु जो दूसरे जन्तुओं को भोजन के रूप में लेते .

हैं उन्हें मांसाहारी कहते हैं। जैसे—छिपकली, शेर, बाघ, आदि।

सर्वाहारी – वे सभी जन्तु जो पादप एवं जन्तु दोनों उत्पादों को अपने भोजन के रूप में लेते हैं उसे सर्वाहारी कहते हैं। जैसे – मनुष्य, कौआ, तिलचट्टा, कुत्ता, बिल्ली, आदि।