चेतना

सोमवार
बिहार
05-अक्टूबर-2026
Monday
वर्ष : 5
प्रादेशिक संस्करण

शिक्षकों का, शिक्षकों के लिए और शिक्षकों द्वारा प्रकाशित

संपादकीय
चेतना सत्र
सविधान
दैनिक कार्ययोजना
समय सरणी
पीएम पोषण योजना

भारत के संस्कृति; पर्यटन मंत्री

गजेंद्र सिंह शेखावत

बिहार के प्रमुख विभाग मंत्री

मंगल पांडेय

OCTOBER			2026			
र.	सो.	म.	बु.	गु.	शु.	श.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2 गाँधी जयंती
3 जीवित पुत्रिका व्रत (जीउतीया)
17 दुर्गा पूजा
19 दुर्गा पूजा
20 दुर्गा पूजा
21 दुर्गा पूजा

अनिल कुमार प्रभाकर
प्रधान संपादक

श्री कुंदन कुमार वर्मा
संपादक

फरहान
संपादक मंडल

श्रीमती रिंकू कुमारी
संपादक मंडल

श्री राकेश कुमार
संपादक मंडल

श्री सुशील कुमार यादव
संपादक मंडल

श्री विवेक कुमार
संपादक मंडल

श्री अमोद कुमार
संपादक मंडल

चेतना

"टीचर्स ऑफ बिहार" द्वारा प्रकाशित ***"चेतना"*** दैनिक पत्रिका बिहार के शिक्षकों एवं छात्र/छात्राओं के शैक्षिक बेहतरी के लिए एक महत्वपूर्ण संसाधन है। इसमें सम्मिलित सामग्री शिक्षकों को विद्यालय के दैनिक कार्य में मदद करती है। आइए, हम सब मिलकर इस अनूठे प्रयास का हिस्सा बनकर

हमारे महान विभूति

गोंडवाना की वीरांगना महारानी एवं शासक

जीवन परिचय

नाम	:	रानी दुर्गावती
जन्म	:	5 अक्टूबर 1524
जन्म स्थान	:	कालिंजर किला, वर्तमान बाँदा, उत्तर प्रदेश
पिता	:	राजा शालिवाहन/कीर्तिराय चदेल
माता	:	विश्वसनीय स्रोतों में स्पष्ट जानकारी उपलब्ध नहीं
पति/पत्नी	:	राजा दलपत शाह
शिक्षा	:	युद्धकला, घुड़सवारी, तीरंदाजी एवं शस्त्र संचालन में दक्ष थीं
अवार्ड	:	1988 में भारत सरकार ने स्मारक डाक टिकट जारी किया
नागरिकता	:	भारतीय
मृत्यु	:	24 जून 1564

-: आज की प्रेरणा :-

मुश्किल वक्त का सबसे बड़ा सहारा है उम्मीद, जो ये यकीन दिलाती है कि सब अच्छा ही होगा।

आज से हम :

सदा उम्मीद का दामन थामे रखें...

The greatest support during difficult times is HOPE that gives us the faith all will surely be well!

Today Onwards Let's :

keep holding onto hope unswervingly.

नोट : रविवार के दिन खुलने वाले विद्यालय शुक्रवार के दिन प्रकाशित होने वाले चेतना का उपयोग कर सकते हैं।

\

1. प्रार्थना

प्रार्थना

तू ही राम है, तू रहीम है, तू करीम कृष्ण खुदा हुआ,
तू ही राम है तू रहीम हैं, तू करीम कृष्ण खुदा हुआ।
तू ही वाहे गुरु तू यीशु मसीह, हर नाम में तू समा रहा,
तू ही राम है, तू रहीम है।
तेरी जात पाक कुरान में, तेरा दर्श वेद पुराण में,
गुरु ग्रन्थ जी के बखान में, तू प्रकाश अपना दिखा रहा।
तू ही राम है, तू रहीम है, तू करीम कृष्ण खुदा हुआ,
तू ही राम है, तू रहीम है।
अरदास है कहीं कीर्तन, कहीं राम धुन कहीं आह्वान,
अरदास है कहीं कीर्तन, कहीं राम धुन कहीं आह्वान
विधि वेद का है ये सब रचन, तेरा भक्त तुझको बुला रहा,
तू ही राम है, तू रहीम है, तू करीम कृष्ण खुदा हुआ,
तू ही राम है, तू रहीम है।

अभियान गीत

घर-घर अलख जगाएगें, हम बदलेंगे जमाना।।
निश्चय हमारा, ध्रुव सा अटल है।
काया की रग-रग में, निष्ठा का बल है।।
जागृति शंख बजायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
बदली हैं हमने अपनी दिशायें।
मंजिल नयी तय, करके दिखायें।।
धरती को स्वर्ग बनायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।।
श्रम से बनायेंगे, माटी को सोना।
जीवन बनेगा, उपवन सलोना।।
मंगल सुमन खिलायेंगें, हम बदलेंगे जमाना।।
कोरी कल्पना की तोड़ेंगे कारा।
ममता की निर्मल, बहायेंगे धारा।।
समता की दीप जलायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।।

बिहार राज्य प्रार्थना

मेरी रफ्तार पे सूरज की किरण नाज करे
ऐसी परवाज दे मालिक कि गगन नाज करे
वो नजर दे कि करूँ कद्र हरेक मजहब की
वो मुहब्बत दे मुझे अमनो अमन नाज करे
मेरी खुशबू से महक जाये ये दुनिया मालिक
मुझको वो फूल बना सारा चमन नाज करे
इल्म कुछ ऐसा दे मैं काम सबों के आऊँ
हौसला ऐसा हीं दे गंग जमन नाज करे
आधे रस्ते पे न रुक जाये मुसाफिर के कदम
शौक मंजिल का हो इतना कि थकन नाज करे
दीप से दीप जलायें कि चमक उठे बिहार
ऐसी खूबी दे ऐ मालिक कि वतन नाज करे
जय बिहार जय बिहार जय जय जय जय बिहार

- एम. आर. चिश्ती

बिहार राज्य गीत

मेरे भारत के कंठहार, तुझको शत-शत वंदन बिहार
तू वाल्मीकि की रामायण, तू वैशाली का लोकतंत्र
तू बोधिसत्व की करूणा है, तू महावीर का शातिमंत्र
तू नालंदा का ज्ञानदीप, तू हीं अक्षत चंदन बिहार
तू है अशोक की धर्मध्वजा, तू गुरूगोविंद की वाणी है
तू आर्यभट्ट तू शेरशाह, तू कुंवर सिंह बलिदानी है
तू बापू की है कर्मभूमि, धरती का नंदन वन बिहार
तेरी गौरव गाथा अपूर्व, तू विश्व शाति का अग्रदूत
लौटेगा खोया स्वाभिमान, अब जाग चुके तेरे सपूत
अब तू माथे का विजय तिलक,
तू आँखों का अंजन बिहार
तुझको शत-शत वंदन बिहार,
मेरे भारत के कंठहार

- सत्यनारायण

2. आज का विचार

3. शब्द ज्ञान

English

1.	weather	वेदर	मौसम
2.	Good	गुड	अच्छा
3.	Fan	फैन	पंखा

हिन्दी

अग्र	आगे
अटकल	अंदाजा,अनुमान
अटकाव	अवरोध,प्रतिबंध

संस्कृत

स्वीयाम्	स्वयं की
बद्धः	बँधा हुआ
शमय	शांत करो

اردو (उर्दू)

1.	کشادہ	*Kushada*	विस्तृत
2.	وادی	*Waadi*	घाटी
3.	منعقد	*Munaqad*	आयोजित

4. दिवस ज्ञान

विश्व शिक्षक दिवस

5. सामान्य ज्ञान-विज्ञान

1. रेगिस्तान का जहाज़ किसे कहा जाता है? : ऊंट को
2. सबसे तेज दौड़ने वाला जानवर कौन सा है? : चीता
3. सबसे लंबी गर्दन वाला पशु कौन सा है? : जिराफ़

6. तर्क ज्ञान

1. A, C, E , G.....? : I
2. AAB, BBC ,CCD, DDE,...? : EEF
3. A1, D4, G7, J10...? : M13

7. विलोम शब्द

1. पक्ष : विपक्ष
2. प्राचीन : आधुनिक
3. पृथक : संयुक्त

8. प्रेरक प्रसंग

दिखाई न देने वाली नींव

एक गाँव में वर्षों से एक पुराना विद्यालय था। उसकी इमारत छोटी थी, लेकिन वहाँ पढ़ने वाले बच्चों की संख्या लगातार बढ़ रही थी। गाँव के लोगों ने मिलकर विद्यालय के लिए एक नया भवन बनाने का निर्णय लिया।

भवन बनाने के लिए एक अनुभवी राजमिस्त्री हरिदास को बुलाया गया।

काम शुरू हुआ। कुछ दिनों तक हरिदास और उसके साथी केवल जमीन खोदते रहे। वे गहरी नींव तैयार कर रहे थे।

गाँव के कुछ लोग रोज वहाँ से गुजरते और पूछते,

"अभी तक दीवारें क्यों नहीं बनीं? इतना समय तो नींव खोदने में ही लग रहा है।"

हरिदास मुस्कुराकर कहता,

"दीवारें बाद में बनेंगी, पहले उन्हें संभालने वाली नींव मजबूत होनी चाहिए।"

कुछ दिनों बाद नींव पूरी हुई और उसके ऊपर धीरे-धीरे दीवारें उठने लगीं। कुछ ही महीनों में विद्यालय का सुंदर भवन तैयार हो गया।

उद्घाटन के दिन गाँव के सभी लोग वहाँ एकत्र हुए। भवन देखकर सब उसकी प्रशंसा कर रहे थे।

एक व्यक्ति ने हरिदास से कहा,

"आपने बहुत सुंदर भवन बनाया है।"

हरिदास ने सामने खड़ी इमारत को देखा और शांत स्वर में बोला,

"धन्यवाद, लेकिन इस भवन की सबसे महत्वपूर्ण चीज वह है जिसे आज कोई देख भी नहीं सकता।"

लोगों ने पूछा,

"वह क्या है?"

हरिदास ने भवन की ओर इशारा करते हुए कहा,

"इसकी नींव।"

एक बुजुर्ग व्यक्ति ने मुस्कुराकर कहा,

"सच है। आज सबकी नजर दीवारों, खिड़कियों और छत पर है, लेकिन इन सबको संभालने का काम तो नीचे छिपी नींव कर रही है।"

हरिदास ने कहा,

"जीवन भी ऐसा ही है। हमारी सफलता में कई ऐसी चीजों का योगदान होता है जिन्हें लोग देख नहीं पाते—हमारी तैयारी, अनुशासन, सीखने की आदत, परिवार का सहयोग और वर्षों की छोटी-छोटी मेहनत। लोग अक्सर परिणाम देखते हैं, लेकिन परिणाम के पीछे बनी नींव नहीं देख पाते।"

विद्यालय के प्रधानाचार्य ने यह बात सुनी तो उन्होंने कहा,

"आज इस भवन के साथ हमें एक और महत्वपूर्ण बात सीखने को मिली है—जो दिखाई नहीं देता, वह जरूरी नहीं कि कम महत्वपूर्ण हो।"

उस दिन विद्यालय के प्रवेश द्वार पर एक छोटी-सी पंक्ति लिखी गई—

"मजबूत भविष्य की शुरुआत हमेशा दिखाई नहीं देती।"

समय बीतता गया। विद्यालय में पढ़ने वाले कई बच्चे आगे चलकर अलग-अलग क्षेत्रों में सफल हुए। जब लोग उनकी सफलता की चर्चा करते, तो गाँव के बुजुर्ग अक्सर उसी विद्यालय की नींव को याद करते और कहते—

"हर बड़ी उपलब्धि के पीछे कुछ ऐसी मेहनत जरूर होती है, जो दुनिया को दिखाई नहीं देती।"

शिक्षा

हर सफलता के पीछे एक मजबूत नींव होती है। इसलिए उस मेहनत, तैयारी और अनुशासन को कभी कम मत आँकिए जिसे लोग नहीं देख पाते। दिखाई देने वाला परिणाम अक्सर अदृश्य प्रयासों पर खड़ा होता है।

सविधान

राष्ट्र-गान

जन-गण-मन अधिनायक जय हे
भारत भाग्य विधाता ।
पंजाब-सिंधु-गुजरात-मराठा
द्राविड़-उत्कल-बंग
विंध्य हिमाचल यमुना गंगा
उच्छल जलधि तरंग
तव शुभ नामे जागे, तव शुभ आशिष मागे
गाहे तव जय-गाथा ।
जन-गण-मंगलदायक जय हे भारत भाग्य विधाता ।
जय हे, जय हे, जय हे, जय जय जय जय हे ।

- रविन्द्रनाथ टैगोर

राष्ट्रीय गीत

वदे मातरम्
सुजालां सुफलां मलयजशीतलाम्
शस्यशामलां मातरम्।
शुभ्रज्योत्सनापुलकितयामिनिं
फुल्लकुसुमितद्रुमदलशोभिनीं
सुहासिनीं सुमधुर भाषिणीं
सुखदां वरदान मातरम्।। 1.. वदे मातरम्।
कोटि-कोटि-कण्ठ-कल-कल-निनाद-कराले
कोटि-कोटि-भुजैर्धृत-क्रकरवाले,
अबला केन मा एते बल।
बहुबलधारिणीं नमामि तारिणीं
रिपुदलवारिणीं मातरम्।। 2.. वदे मातरम्।
तुम विद्या, तुमि धर्मि, तुम हृदि, तुमि मर्म
त्वं हि प्राणा: शरीरे, बहुते तुमि मां शक्ति,
हृदये तुमि मां भक्ति, तोमरै प्रतिमा घड़ी
मंदिरे-मंदिर मातरम्।। 3 .. वदे मातरम्।
त्वं हि दुर्गा दशप्रहरणधारिणी, कमला कमलदलविहारिणी
वाणीदायिनी, नमामि त्वम्, नमामि कमलां अमलां अतुलां
सुजालां सुफलां मातरम्।। 4.. वदे मातरम्।
श्यामलां सरलां सुस्मितां भूषितां
धरणिं भरणिं मातरम्।। 5.. वन्दे मातरम् ।।

- बकिमचन्द्र चटर्जी

मौलिक अधिकार

1. समता का अधिकार (अनुच्छेद 14-18)
2. स्वतंत्रता का अधिकार (अनुच्छेद 19-22)
3. शोषण के विरुद्ध अधिकार (अनुच्छेद 23-24)
4. धर्म की स्वतंत्रता का अधिकार (अनुच्छेद 25-28)
5. संस्कृति और शिक्षा संबंधी अधिकार (अनुच्छेद 29-30)
6. सवैधानिक उपचारों का अधिकार (अनुच्छेद 32)

सविधान में उपबधित मौलिक कर्तव्य

1. सविधान का पालन करना और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज एवं राष्ट्र गान का आदर करना।
2. स्वतंत्रता के लिये हमारे राष्ट्रीय संघर्ष को प्रेरित करने वाले महान आदर्शों का पालन करना।
3. भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता को बनाए रखना और उसकी रक्षा करना।
4. देश की रक्षा करना और आह्वान किये जाने पर राष्ट्र की सेवा करना।
5. भारत के लोगों में समरसता और समान भातृत्व की भावना का निर्माण करना जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग आधारित सभी प्रकार के भेदभाव से परे हो। साथ ही ऐसी प्रथाओं का त्याग करना जो स्त्रियों के सम्मान के विरुद्ध हैं।
6. हमारी समग्र संस्कृति की समृद्ध विरासत को महत्त्व देना और संरक्षित करना।
7. वनों, झीलों, नदियों और वन्यजीवन सहित प्राकृतिक पर्यावरण की रक्षा एवं सुधार करना और प्राणिमात्र के लिए दयाभाव रखना।
8. मानवतावाद, वैज्ञानिक दृष्टिकोण तथा ज्ञानार्जन एवं सुधार की भावना का विकास करना।
9. सार्वजनिक संपत्ति की सुरक्षा करना एवं हिंसा से दूर रहना।
10. व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधि के सभी क्षेत्रों में उत्कृष्टता के लिये प्रयास करना ताकि राष्ट्र लगातार उच्च स्तर की उपलब्धि हासिल करे।
11. 6 से 14 वर्ष तक के आयु के अपने बच्चों को शिक्षा के अवसर उपलब्ध कराना। (86वें सविधान द्वारा जोड़ा गया)

भारत के सविधान की प्रस्तावना

हम, भारत के लोग, भारत को एक संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :
सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय,
विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म
और उपासना की स्वतंत्रता,
प्रतिष्ठा और अवसर की समता,
प्राप्त कराने के लिए,
तथा उन सब में, व्यक्ति की गरिमा और
राष्ट्र की एकता और अखण्डता
सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए
दृढ़ संकल्पित होकर अपनी इस सविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर 1949 ईस्वी (मिति मार्गशीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत दो हजार छह विक्रमी) को एतद् द्वारा इस सविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

दैनिक कार्ययोजना (DAILY PLANNER)

चेतना

05-Oct-2026	Monday	सोमवार

आज के टॉप 3 कार्य

- [ ]
- [ ]
- [ ]

RATE YOUR DAY

कुल नामांकित छात्रों कि संख्य :	
आज उपस्तिथ छात्रों कि संख्य :	
MDM खाने वालों छात्रों कि संख्या :	

TIME TRACKER

09:30 AM	
10:00 AM	
10:40 AM	
11:20 AM	
12:00 PM	
01:20 PM	
02:00 PM	
02:40 PM	
03:20 PM	
04:00 PM	

TO DO'S

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

CALLS / EMAIL

MONEY TRACKER

+/-	AMOUNT	EXPENSE / SAVED

MENU OF THE DAY

- [ ] BREAKFAST
- [ ] LUNCH
- [ ] SNACKS
- [ ] DINNER

WATER

EXERCISE hours

HIGHLIGHT OF THE DAY

विद्यालय समय सारणी

05-अक्टूबर-2026 | Monday | सोमवार | वर्ष 05

सत्र : 2026-2027

समय	घंटी / कक्षा	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
	घंटी	सोमवार							
	कक्षा	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
09:30 से 10:00	साफ-सफाई, चेतना सत्र - प्रार्थना								
10:00 से 10:40	प्रथम	गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि)					गणित	सामाजिक विज्ञान	विज्ञान
		23 संख्या 21-34	9 घटाव (पृष्ठ 90 से 103 तक भिन्न)	6 भिन्न संख्या	9 लंबाई का माप	7 कोण			
10:40 से 11:20	दूसरी	गणित (कार्यपुस्तिका)					विज्ञान	गणित	सामाजिक विज्ञान
		23 संख्या 21-34	9 घटाव (पृष्ठ 90 से 103 तक भिन्न)	6 भिन्न संख्या	9 लंबाई का माप	7 कोण			
11:20 से 12:00	तीसरी	हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि)					अंग्रेजी	विज्ञान	गणित
		11 पटना का चिड़ियाघर	12 कितने कौए	14 दीप जले	13 चाचा का पत्र	16 मरता क्या न करता			
12:00 से 12:40	मध्यांतर / मध्याह्न भोजन कार्यक्रम								
12:40 से 01:20	चौथी	हिंदी (कार्यपुस्तिका)					सामाजिक विज्ञान	अंग्रेजी	कम्प्यूटर लैब
		11 पटना का चिड़ियाघर	9 घटाव (पृष्ठ 90 से 103 तक भिन्न)	14 दीप जले	13 चाचा का पत्र	16 मरता क्या न करता			
01:20 से 02:00	पंचमी	अंग्रेजी पाठ्यपुस्तक					हिंदी / उर्दू / अन्य	कम्प्यूटर लैब	अंग्रेजी
		17 Swing Swing	10 People who help us	10 I Can Dance	10 Work will Bring its Own Reward	10 The Ant and the Grasshopper			
02:00 से 02:40	छठी	अंग्रेजी कार्यपुस्तिका					संस्कृत / राष्ट्रभाषा / अन्य	हिंदी / उर्दू / अन्य	संस्कृत / राष्ट्रभाषा / अन्य
		17 Swing Swing	10 People who help us	10 I Can Dance	10 Work will Bring its Own Reward Read and enjoy-1 The	10 The Ant and the Grasshopper			
02:40 से 03:20	सप्तमी	शब्द एवं संख्या ज्ञान		पर्यावरण और हम पाठ्यपुस्तक			कम्प्यूटर लैब	संस्कृत / राष्ट्रभाषा / अन्य	हिंदी / उर्दू / अन्य
				14 पानी	19 ककोलत से कन्याकुमारी	14 सूरज एक काम अनेक			
03:20 से 04:00	आठमी	खेलकूद		खेलकूद			खेलकूद		

नोट:-1. उपरोक्त वर्ग - समय सारिणी सुझावात्मक है।
2. विद्यालय अपने संसाधनों यथा - शिक्षक, छात्र, वर्ग कक्ष, सेक्शन की संख्या आदि की उपलब्धता के आधार पर उपरोक्त वर्ग - समय सारणी में परिवर्तन कर सकता है।
3. जिन विद्यालयों में पुस्तकालय है वहाँ बच्चों को सप्ताह में किसी दो अलग-अलग घटियों में पुस्तक पढ़ने को प्रेरित किया जा सकता है। 4. प्रत्येक सप्ताह में सभी विषय की साप्ताहिक मूल्यांकन विद्यालय अपनी सुविधा अनुसार किसी भी दिन किसी भी घंटी करेंगे।

पीएम पोषण योजना

चेतना

05-अक्टूबर-2026 Monday सोमवार वर्ष 05

पीएम पोषण योजना का मेनू : -

दिनांक	दिन	प्रस्तावित मीनू
05-Oct-2026	सोमवार	चावल + मिश्रित दाल तड़का (हरी सब्जी युक्त)

पीएम पोषण योजना :-

बच्चों को अपने जीवन, भोजन, शिक्षा तथा विकास का अधिकार है। इस अधिकार की प्राप्ति बच्चे करें एवं उन्हें इसके उचित अवसर मिलें, यह राज्य का दायित्व है। भारतीय संविधान की धारा 21A के अंतर्गत 6 से 14 आयुवर्ग के सभी बच्चों को नि:शुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा का मौलिक अधिकार प्रदत्त है। प्रारंभिक शिक्षा के सर्वव्यापीकरण में मदद करने के उद्देश्य से सभी प्राथमिक एवं मध्य विद्यालयों में पीएम पोषण योजना उपलब्ध कराने का प्रावधान किया गया है। इस योजना का लाभ निम्नवत है :-

- ***बच्चों को पौष्टिक आहार एवं स्वास्थ्य की प्राप्ति।***
- ***बच्चों के शैक्षिक स्तर में वृद्धि।***
- ***बच्चों के बीच सामाजिक समता।***
- ***बच्चों की सीखने की क्षमता एवं आत्मसम्मान के स्तर को बढ़ाना।***
- ***बच्चों के छीजन में कमी।***
- ***नामांकन एवं उपस्थिति में निरंतर बढ़ोतरी।***
- ***बच्चों के ठहराव, अधिगम एवं एकाग्रता सुनिश्चित करने में मदद।***

परिवर्तन मूल्य की नई दर की विवरणी (01-12-2024 से प्रभावित)

कक्षा 01 से 05 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	20 Gram	120.00	2.40
सब्जी	50 Gram	28.00	1.40
तेल	5 Gram	160.00	0.80
मसाला / नमक	स्वादुनसार		0.68
जलावन	100 Gram	15.00	1.50
		कुल =	6.78

कक्षा 06 से 08 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	30 Gram	120.00	3.60
सब्जी	75 Gram	28.00	2.10
तेल	7.5 Gram	160.00	1.20
मसाला / नमक	स्वादुनसार		1.02
जलावन	150 Gram	15.00	2.25
		कुल =	10.17

बीस सूचक

चेतना

05-अक्टूबर-2026 Monday सोमवार वर्ष 05

(बिहार शिक्षा परियोजना परिषद्)

द्वारा

संचालित "समझे - सीखें", गुणवत्ता शिक्षा कार्यक्रम के बीस सूचक -

1. *विद्यालय समय से खुलना एवं बंद होना ।*
2. *समय से चेतना सत्र का आयोजन ।*
3. *हर एक बच्चा एवं शिक्षक विद्यालय के समय विद्यालय में उपस्थित ।*
4. *हर एक बच्चा एवं हर एक शिक्षक सीखने-सिखाने की प्रक्रिया में तल्लीन ।*
5. *शिक्षकों को बच्चे के शैक्षिक स्तर की जानकारी एवं उसका संधारण ।*
6. *सतत एवं व्यापक मूल्यांकन ।*
7. *कक्षा एक के लिए विशिष्ट रूप से निर्धारित पूर्णकालिक शिक्षक ।*
8. *विद्यालय के सभी कक्षाओं में श्यामपट्ट का पूर्ण उपयोग ।*
9. *सभी कक्षाओं में दैनिक शिक्षण-तालिका की उपलब्धता तथा उपयोग ।*
10. *अंतिम घंटी में खेलकूद, कला तथा सांस्कृतिक गतिविधियां ।*
11. *विद्यालयों में उपलब्ध कराए गए कहानी की किताबें, खेल सामग्री आदि का उपयोग ।*
12. *मेनू के अनुसार मध्याहन भोजन का दैनिक वितरण ।*
13. *सक्रिय बाल-संसद तथा मीना मंच ।*
14. *साफ-सुथरे बच्चे तथा साफ-सुथरा विद्यालय ।*
15. *उपलब्ध पेयजल व्यवस्था एवं शौचालयों का उपयोग ।*
16. *विद्यालय परिसर में बागवानी ।*
17. *विद्यालयों में उपलब्ध कराए गए अनुदानों का उपयोग ।*
18. *सभी बच्चों के पास अपनी कक्षा की पाठ्य पुस्तकें उपलब्ध ।*
19. *विद्यालय प्रबंध समिति की नियमित बैठक में शिक्षा की गुणवत्ता पर चर्चा ।*
20. *विद्यालय में साप्ताहिक कक्षावार शिक्षक अभिभावक की नियमित बैठक ।*

चेतना

टीचर्स ऑफ़ बिहार

समस्तीपुर

पिन - 848207 (बिहार)

Mobile : 9473119007

7250818080

email : chetanastr@gmail.com

Website : www.teachersofbihar.org

Follow Us

@teachersofbihar

@teachersofbihar

@teachersofbihar

@teachersofbihar

@teachersofbihar