चेतना

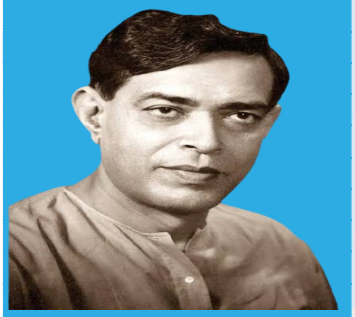
विद्यालय दैनिक पत्रिका

शनिवार
बिहार
21 सितंबर 2024
Saturday
वर्ष: 3
प्रादेशिक संस्करण

शिक्षकों का, शिक्षकों के लिए और शिक्षकों द्वारा प्रकाशित

विश्व शांति दिवस

संपादकीय
चैतना सत्र
संविधान
अर्धवार्षिक मूल्यांकन 2024 (समय सारणी)
पीएम पोषण योजना
बैगलेस सुरक्षित शनिवार



रामधारी सिंह 'दिनकर

हिन्दी के प्रसिद्ध लेखक, कवि एवं निबंधकार थे। 'राष्ट्रकवि दिनकर' आधुनिक युग के श्रेष्ठ वीर रस के कवि के रूप में स्थापित हैं। उनको राष्ट्रीय भावनाओं से ओतप्रोत, क्रांतिपूर्ण संघर्ष की प्रेरणा देने वाली ओजस्वी कविताओं के कारण असीम लोकप्रियता मिली।

23 सितंबर, 1908, - 24 अप्रैल, 1974

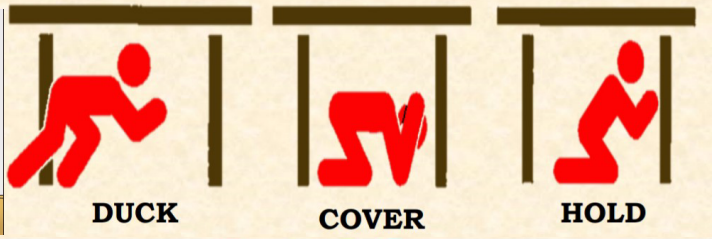
सितम्बर						
सो.	म.	बु.	गु.	शु.	श.	र.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

6-7 तीज
16 हजरत मुहम्मद साहब जन्म दिवस
17 अनंत चतुर्दशी
25 जिउतिया

भूकंप – एक प्राकृतिक आपदा

भूकंप क्या है ?

- भूकंप का मतलब भूमि का कंपन ।
- हिमालय से नजदीक होने के कारण भूगर्भ में प्लेटों के टकराने की संभावना ज्यादा रहती है।
- इन क्षेत्रों में जमीन के अंदर फॉल्ट लाईन के कारण चट्टानों के टकराने से भूकंप का खतरा ज्यादा होता है।
- दोनों के बीच की वह जगह जहां से भूकंप का कंपन शुरू होता है, वह भूकंप का केंद्र कहलाता है।
- भूकंप आने की सूचना हमें पहले से नहीं होती है।



अनिल कुमार प्रभाकर
प्रधान संपादक

कला एवं प्रबंध संपादक

श्रीमती बबिता कुमारी
शिक्षिका

श्रीमती अध्याशा
शिक्षिका

श्रीमती रिंकु कुमारी
शिक्षिका

मो० फरहान
शिक्षक

श्री मिथुन कुमार राय
शिक्षक

सुश्री नेहा कुमारी
शिक्षिका

श्रीमती सिमरन कुमारी
शिक्षिका

श्रीमती स्निग्धा
शिक्षिका

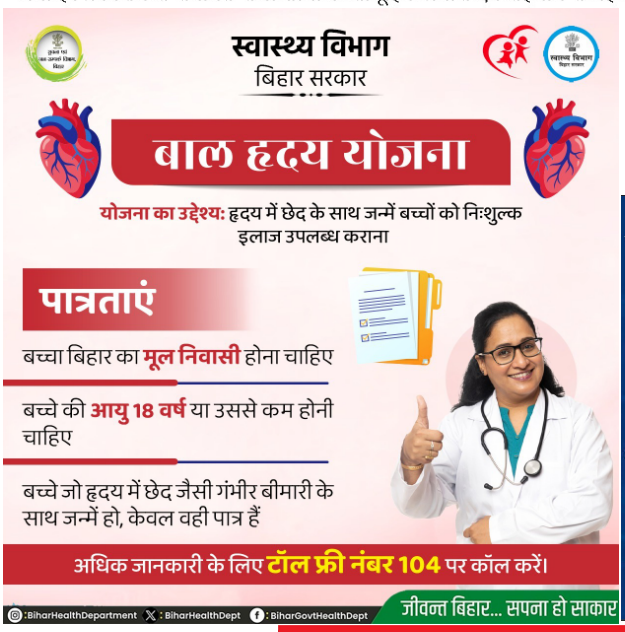
प्रिय गुरुजन !

आज समाज और देश के सामने सबसे बड़ा प्रश्न है शिक्षा किस लिए दी जाए? विभिन्न मनोवैज्ञानिकों एवं शिक्षा विशारदों ने शिक्षा के विभिन्न उद्देश्य बतलाएँ हैं। किसी विद्वान का मत है कि "विद्या के लिए विद्या" है तो दूसरे विद्वान का मत है कि आजीविका या व्यवसाय के लिए तैयार करना ही शिक्षा का उद्देश्य है। कुछ विद्वानों का मत है कि मनुष्य का शारीरिक, मानसिक, नैतिक तथा अन्य सभी पहलुओं से विकास करना ही शिक्षा का उद्देश्य है। कुछ लोग सच्चरित्र निर्माण को शिक्षा का उद्देश्य मानते हैं।

वैदिक ऋषियों के अनुसार शिक्षा का उद्देश्य है मानव का सर्वांगीण विकास अर्थात मानव जीवन का जो उद्देश्य है उस उद्देश्य तक पहुँचना ही शिक्षा का उद्देश्य होना चाहिए। मानव जीवन का उद्देश्य पुरुषार्थ-मोक्ष। इसके लिए हमें शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक, सामाजिक, राजनीतिक और नैतिक सभी नियमों का ज्ञान होना चाहिए। घर में हम अपने माता-पिता के साथ कैसा व्यवहार करें, समाज में कैसा उत्तम नागरिक बनें, साथियों के साथ कैसे व्यवहार करें, आजीविका के लिए क्या करें, सामाजिक तथा राजनैतिक समस्याओं का क्या हल निकालें। संक्षेप में हर बात में हम पूर्ण हों किसी में अधूरी न रहें, यह वैदिक ऋषियों की शिक्षा का उद्देश्य है। यदि हम अपना सर्वांगीण विकास करते हुए पुरुषार्थ को प्राप्त कर सके, तो हमारी शिक्षा सफल शिक्षा है अन्यथा नहीं।

इसका निष्कर्ष यह है कि शिक्षा का प्रमुख उद्देश्य विद्यार्थी का सर्वांगीण विकास और सर्वांगीण विकास का अर्थ है - मानसिक, शारीरिक और रचनात्मक कौशल का विकास। चेतना विद्यालय दैनिक पत्रिका इन उद्देश्यों की पूर्ति के साधनों का एक प्रमुख अंग है। **"चेतना"** विद्यालय दैनिक पत्रिका जहाँ एक ओर बालमन की कोमल भावनाओं के फूटते अंकुर का पोषण करती है वहीं बालमन का पल-पल विकास होते देखकर परम संतोष का अनुभव होता है ठीक वैसे ही जैसे खिलते हुए फूलों को देखकर माली को होता है जो उन्हें सींचता है।

आपकी सर्वाग्रगण्य एवं लोकप्रिय विद्यालय दैनिक पत्रिका **"चेतना"** का आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए हमें हर्ष एवं संतोष की अनुभूति हो रही है, पत्रिका के प्रस्तुत अंक को आपकी आकांक्षाओं के अनुरूप अधिक-से-अधिक उपयोगी बनाने का प्रयास किया गया है। प्रकाशन से संबंधित सभी लोगों के सामूहिक प्रयास एवं सहयोग से यह अंक इतना अधिक उपयोगी बन पाया है।



चेतना टीम
समस्तीपुर
पिन - 848207 (बिहार)
मो. +91 9473119007
Email : chetanastr@gmail.com
https://t.me/TeacherHelpline
https://www.teachersofbihar.org/

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

चेतना सत्र

चेतना

21 सितंबर 2024 Saturday शनिवार वर्ष 03

1. प्रार्थना

प्रार्थना

दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना।
दया करना, हमारी आत्मा को शुद्धता देना॥
हमारे ध्यान में आओ, प्रभु आँखों में बस जाओ।
अंधेरे दिल में आकर के परम ज्योति जगा देना॥
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना...
बहा दो प्रेम की गंगा, दिलो में प्रेम का सागर।
हमें आपस में मिलजुल कर, प्रभु रहना सिखा देना॥
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना...
हमारा धर्म हो सेवा, हमारा कर्म हो सेवा
सदा ईमान हो सेवा, हो सेवकचर बना देना।
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना...
वतन के वास्ते जीना, वतन के वास्ते मरना।
वतन पर जा फ़िदा करना, प्रभु हमको सिखा देना॥
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना...
दया करना, हमारी आत्मा, को शुद्धता देना
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना...
दया कर, दान भक्ति का, हमें परमात्मा देना।
दया करना, हमारी आत्मा को शुद्धता देना॥

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 रूक 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 शांतिमंत्र
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 शांति 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

जितने वाले अलग चीजें नहीं करते, वो चीजों को अलग तरह से करते हैं

3. शब्द ज्ञान

English		
TODAY	*टुडे*	आज
TONIGHT	*टुनाइट*	आज रात
AFTERNOON	*आफ्टरनून*	दोपहर
DAWN	*डाउन*	भोर
DUSK	*डस्क*	

हिन्दी	
यश	प्रतिष्ठा
सालगिरह	वर्षगाँठ
प्रतिज्ञा	शपथ
पारंगत	निपुण
सम्राट	राजा

संस्कृत	
प्रसार:	फैलाव
कपाट:	किवाड़
आपणेषु	दुकानों में
विपणिषु	बाजारों में
सुधया	चुने से

اردو (उर्दू)		
وتد	*Watad*	लाठी
وتر	*Witar*	अकेला
وتيره	*Watira*	सेवा
وثاق	*Wisaq*	ठहरना
وثوق	*Wasooq*	भरोसा

4. दिवस ज्ञान

विश्व शांति दिवस

5. सामान्य ज्ञान-विज्ञान

1. भारत के सबसे बड़े महासागर के किनारे बसा शहर कौन सा हैं? : मुंबई
2. भारतीय स्वंत्रता आंदोलन कबसे कब तक चला? : 1857 से 1947
3. भारत का प्राचीन सबसे बड़ा महाकाव्य कौन सा हैं? : महाभारत
4. भारत में सबसे बड़ा महासागर कौन सा हैं? : हिंद महासागर
5. भारत का राष्ट्रीय पंचांग कौन सा हैं? : हिंदू पंचांग

6. तर्क ज्ञान

1. नेत्रदान में आंख के किस हिस्से को प्रतिरोपित किया जाता है? : कॉर्निया
2. भारतीय पुनर्जागरण का जनक किसे कहा जाता है? : राजा राममोहन राय
3. निम्न में से कौन से शब्द रात्रि के पर्यायवाची नहीं है? रजनी ,समीर , विभावरी, निशि? : समीर
4. सबसे छोटी भाज्य संख्या और अभाज्य संख्या का गुणनफल होगा? : 8
5. एक आदमी एक औरत से कहता है कि तुम्हारे मां के पति का बहन हमारी बूआ है तो वह आदमी औरत से किस प्रकार से संबंधित है? : भाई

7. मुहावरे

1. प्राण संकट में डालना : खतरा मोल लेना
2. अपने मुंह मियां मिट्ठू बनना : अपनी प्रशंसा स्वयं करना
3. हाथों को हाथ ना सूझना : बहुत अंधेरा होना
4. पीठ थपथपाना : शाबाशी देना
5. लकीर का फकीर होना : पुरानी बातों पर चलना

8. प्रेरक प्रसंग

'संगत का असर'

एक अध्यापक अपने शिष्यों के साथ घूमने जा रहे थे । रास्ते में वे अपने शिष्यों के अच्छी संगत की महिमा समझा रहे थे । लेकिन शिष्य इसे समझ नहीं पा रहे थे । तभी अध्यापक ने फूलों से भरा एक गुलाब का पौधा देखा । उन्होंने एक शिष्य को उस पौधे के नीचे से तत्काल एक मिट्टी का ढेला उठाकर ले आने को कहा ।

जब शिष्य ढेला उठा लाया तो अध्यापक बोले – " इसे अब सूंघो ।"

शिष्य ने ढेला सूंघा और बोला – " गुरु जी इसमें से तो गुलाब की बड़ी अच्छी खुशबू आ रही है ।"

तब अध्यापक बोले – " बच्चो ! जानते हो इस मिट्टी में यह मनमोहक महक कैसे आई ? दरअसल इस मिट्टी पर गुलाब के फूल, टूट टूटकर गिरते रहते हैं, तो मिट्टी में भी गुलाब की महक आने लगी है जो की ये असर संगत का है और जिस प्रकार गुलाब की पंखुड़ियों की संगति के कारण इस मिट्टी में से गुलाब की महक आने लगी उसी प्रकार जो व्यक्ति जैसी संगत में रहता है उसमें वैसे ही गुणदोष आ जाते हैं ।

संगति का असर कहानी से सीख Moral of the Story on Sangati Ka Asar : इस शिक्षाप्रद कहानी से सीख मिलती है कि हमें सदैव अपनी संगत अच्छी रखनी चाहिए ।

संविधान

चेतना

21 सितंबर 2024 Saturday शनिवार वर्ष 03

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 मांगे
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

वंदे मातरम्, वंदे मातरम्!
सुजलाम्, सुफलाम्, मलयज शीतलाम्,
शस्यश्यामलाम्, मातरम्!
वंदे मातरम्!
शुभ्रज्योत्सनाम् पुलकितयामिनीम्,
फुल्लकुसुमित द्रुमदल शोभिनीम्,
सुहासिनीम् सुमधुर भाषिणीम्,
सुखदाम् वरदाम्, मातरम्!
वंदे मातरम्, वंदे मातरम्॥

- बंकिमचन्द्र 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. *संवैधानिक उपचारों का अधिकार (अनुच्छेद 32)*

संविधान में उपबंधित मौलिक कर्तव्य

1. *संविधान 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 संविधान द्वारा जोड़ा गया)*

भारत के संविधान 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 संविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर 1949 ईस्वी (मिति मार्गशीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत दो हजार छह विक्रमी) को एतद् द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

अर्धवार्षिक मूल्यांकन 2024

प्रारंभिक विद्यालय में अध्ययनरत वर्ग I एवं VIII के सभी छात्र - छात्राओं की अर्द्धवार्षिक मूल्यांकन 2024 निम्न तालिका के अनुसार संपादित की जाएगी

तिथि	प्रथम पाली समय 10.00 पूर्वा0 से 12.00 अप0	द्वितीय पाली समय 01.00 अप0 से 03.00 अप0
18.09.2024 (बुधवार)	पर्यावरण अध्ययन / सामाजिक विज्ञान (कक्षा III-VIII के लिए)	विज्ञान (कक्षा VI-VIII से के लिए)
19.09.2024 (गुरूवार)	राष्ट्रभाषा हिन्दी (कक्षा III-VIII के लिए)	संस्कृत (कक्षा VI-VIII से के लिए)
20.09.2024 (शुक्रवार)	भाषा (हिन्दी / उर्दू) (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा) (मकतब / मदरसा विद्यालयों को छोड़कर सभी विद्यालयों के लिए)	सह–शैक्षिक गतिविधियाँ का अवलोकन (मकतब / मदरसा विद्यालयों को छोड़कर सभी विद्यालयों के लिए)
21.09.2024 (शनिवार)	भाषा (हिन्दी / उर्दू) (कक्षा III से V के लिए)	भाषा (हिन्दी / उर्दू) (कक्षा VI से VIII के लिए)
22.09.2024 (रविवार)	भाषा (हिन्दी / उर्दू) (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा) (मकतब / मदरसा विद्यालयों के लिए)	सह–शैक्षिक गतिविधियाँ का अवलोकन (मकतब / मदरसा विद्यालयों के लिए)
23.09.2024 (सोमवार)	अंग्रेजी (कक्षा III-V के लिए)	अंग्रेजी (कक्षा VI-VIII से के लिए)
24.09.2024 (मंगलवार)	गणित (कक्षा III-V के लिए)	गणित (कक्षा VI-VIII से के लिए)
25.09.2024 (बुधवार)	अंग्रेजी (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा)	
26.09.2024 (गुरूवार)	गणित (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा)	

पीएम पोषण योजना

चेतना

21 सितंबर 2024 Saturday शनिवार वर्ष 03

पीएम पोषण योजना का मेनू : -

दिनांक	दिन	प्रस्तावित मीनू
21 सितंबर 2024	शनिवार	खिचड़ी (हरि सब्जी युक्त) + चोखा + केला / मौसमी फल

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 (01-10-2022 से प्रभावित)

कक्षा 01 से 05 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	20 Gram	103.00	2.06
सब्जी	50 Gram	22.00	1.10
तेल	5 Gram	121.00	0.60
मसाला / नमक	स्वादुनसार		0.49
जलावन	100 Gram	12.00	1.20
		कुल =	5.45

कक्षा 06 से 08 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	30 Gram	103.00	3.09
सब्जी	75 Gram	22.00	1.65
तेल	7.5 Gram	121.00	0.90
मसाला / नमक	स्वादुनसार		0.73
जलावन	150 Gram	12.00	1.80
		कुल =	8.17

साप्ताहिक मेनू		
क्र.	दिन	मेनू
1.	सोमवार	चावल + मिश्रित दाल + हरी सब्जी
2.	मंगलवार	जीरा चावल + सोयाबीन + आलू की सब्जी
3.	बुधवार	खिचड़ी (हरि सब्जी युक्त) + चोखा + केला / मौसमी फल
4.	गुरुवार	चावल + मिश्रित दाल + हरी सब्जी
5.	शुक्रवार	पुलाव + काबुली चना + लाल चना का छोला + हरा सलाद + उबला अंडा / मौसमी फल
6.	शनिवार	खिचड़ी (हरि सब्जी युक्त) + चोखा + केला / मौसमी फल

माह – सितंबर क्षेत्र (Domain) - " मैं हूँ शिक्षक "

क्रम संख्या	गतिविधि का नाम	गतिविधि का विवरण	वीडिओ देखने के लिए QR कोड स्कैन करें
6.1	बाल अधिकार पर कार्यक्रम Programme on Child rights	शिक्षक द्वारा बच्चों को बाल अधिकार से संबंधित जानकारी दिया जायेगा। जिसमें बतलाया जायेगा कि शिक्षा के कानून के अंतर्गत सभी बच्चे जिनकी उम्र 6-14 साल की हो, वैसे बच्चे का विद्यालय में नामांकित होना बच्चे का अधिकार है। यह कानून कहता है की जिस बच्चे का पढ़ने का उम्र है उन्हें काम से हटा कर विद्यालय में नामांकित होना चाहिए अन्यथा इस कानून के तहत बच्चों के अभिभावक के साथ बच्चे पर कानूनी कार्यवाई हो सकती है	
6.2	शिक्षक दिवस पर विशेष कार्यक्रम Special programme on Teachers day.	शिक्षक द्वारा डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन की जीवनी (व्यक्तित्व एवं कृतित्त्व) पर प्रकाश डालते हुए शिक्षक के प्रति सम्मान की भावना जागृत करने हेतु शिक्षक दिवस के अवसर पर विद्यालय में वाद-विवाद प्रतियोगिता, निबंध प्रतियोगिता के साथ सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन विद्यालय में किया जा सकता है।	
6.3	नक्शा पढ़ना/बनाना Map reading	विद्यालय में शिक्षक द्वारा उपलब्ध मानचित्रों को दिखाते हुए बच्चों को मानचित्र एवं उसके संकेत चिन्हों के बारे में बताना एवं रेखा चित्रों के द्वारा नक्शा बनवाना और संकेतों को दर्शाना। साथ ही बच्चों से विद्यालय एवं उसके गाँव / मोहल्ले/ टोला आदि का नजरी नक्शा का निर्माण करवाना।	
6.4	वित्तीय साक्षरता Financial Literacy	इसमें बच्चों को बैंक, डाकघर का भ्रमण कराते हुए शिक्षक द्वारा बैंक और डाकघर में होने वाले वित्तीय लेनदेन और क्रियाकलापों से संबंधित जानकारी दी जाएगी। साथ ही विद्यालय में बच्चों के द्वारा बैंकों एवं डाकघरों से संबंधित गतिविधि करवाना। जैसे- निकासी एवं जमा पर्ची भरवाना, बैंक ड्राफ्ट, चेक, ATM , क्रेडिट कार्ड, डेबिट कार्ड बीमा आदि से संबंधित जानकारी देना।	
6.5	अपने आस-पास के समस्या के समाधान हेतु किए गए प्रयास पर चर्चा Discussion on the effort made to solve problems of immediate surroundings.	विद्यालय में शिक्षक द्वारा बच्चों के साथ आस-पास के समस्या की पहचान और उसके निदान हेतु योजना निर्माण एवं क्रियान्वयन से संबंधित जानकारी की समझ बनाना और इसका उपयोग करने के लिए प्रेरित करना।	
6.6	"हमारी भी सुनिए कार्यक्रम" "Hamari Bhi Suniye"	हमारी भी सुनिए कार्यक्रम के अंतर्गत शिक्षक बच्चों का किसी एक एक शनिवार को शिक्षक-छात्र संवाद गोष्ठी का आयोजन करेंगे। जिसमें बच्चे बेझिझक अपनी कठिनाईयों, स्कूल से संबंधित शिकायतों, समस्याओं को शिक्षकों के बीच रखेंगे साथ ही विद्यालय के शिकायत पेटी से बच्चों द्वारा बताई गयी समस्याओं का निवारण करने का प्रयास किया जायेगा।	
6.7	पोषण मेला (Poshan Mela)	विद्यालय में पोषण मेला लगायेंगे और उसमें सभी खाद्य सामग्रियों को प्रदर्शित करेंगे।	
6.8	मीडिया साक्षरता Media Literacy	विभिन्न प्रकार के मीडिया और उसके उपयोग के बारे में जानकारी दी जाएगी।	
6.9	सहयोगात्मक शिक्षण Collaborative Learning	सहयोगात्मक शिक्षण के तहत शिक्षक बच्चों के समूह को एक साथ गतिविधि के साथ सीखने के लिए प्रेरित करेंगे। जिससे बच्चे एक दूसरे का सहयोग करते हुए और एक दूसरे की बातों को जानते हुए रचनात्मक कार्य कर पाएंगे साथ ही ज्यादा से ज्यादा सीख पाएंगे।	
6.10	बुक बैंक निर्माण Book Bank Formation	शिक्षक, अभिभावक, समुदाय और पूर्व के छात्र-छात्राओं के द्वारा विद्यालय में शैक्षणिक पत्र-पत्रिकाएँ , पुस्तक और अन्य पठन सामग्री का स्वैच्छिक दान देकर बुक बैंक का निर्माण किया जायेगा। जिससे वर्तमान में पढ़ रहे छात्र-छात्राएं उसका अपने शिक्षण में समुचित उपयोग कर पायेंगें।	

सप्ताह	गर्मी			बरसात				जाड़ा (सर्दी)				गर्मी की छुट्टी
	अप्रैल	मई	जून	जुलाई	अगस्त	सितम्बर	अक्टूबर	नवम्बर	दिसम्बर	जनवरी	फरवरी	मार्च
प्रथम शनिवार	फोकल शिक्षक एवं बाल प्रेरकों का चयन	विद्यालय आपदा प्रबंधन योजना का सूत्रण	अपने गाँव के बच्चों के साथ गाँव / टोले / मोहल्ले का बाल सुरक्षा समिति के मदद से हजार्ड हंट	हाथ धुलाई, व्यक्तिगत स्वच्छता, आसपास की साफ–सफाई, कचरा प्रबंधन की जानकारी एवं अभ्यास	पेयजल की अशुद्धता से होने वाले खतरे एवं इसके उपाय के बारे में जानकारी	डायरिया के संबंध में जानकारी तथा ओ. आर.एस. बनाने से संबंधित कौशल प्रशिक्षण एवं अभ्यास	दशहरा / छठ / मुहर्रम आदि पर्वों में भीड़ एवं भगदड़ संबंधी जोखिम एवं बचाव (प्राथमिक उपचार, सी.पी. आर. सहित)	भगदड़ संबंधी जोखिम एवं बचाव के संदर्भ में जानकारी	निमोनिया एवं सर्दी–खाँसी / जुकाम, आँख एवं त्वचा का संक्रमण, चेचक से खतरे तथा इसके बचाव के उपाय की जानकारी	शीतलहर तूफान से खतरे एवं इसके उपाय के बारे में जानकारी	भूकंप से खतरे एवं बचाव के बारे में जानकारी (मॉकड्रिल)	अगलगी से खतरे एवं बचाव के संदर्भ में जानकारी
द्वितीय शनिवार	विद्यालय आपदा प्रबंधन समिति का गठन / पुर्नगठन	विद्यालय आपदा प्रबंधन योजना का सूत्रण	अवकाश के दौरान हजार्ड हंट एवं अगलगी से बचाव का अभ्यास	भूकम्प के संदर्भ में कौशल विकास, मॉकड्रिल तथा अभ्यास	बाढ़ से खतरे एवं बचाव के उपाय, कौशल विकास एवं प्रशिक्षण तथा अभ्यास (मॉकड्रिल)	रेल / सड़क दुर्घटना से बचाव के संदर्भ में जानकारी	नाव दुर्घटना एवं पानी में डूबने से बचाव के संदर्भ में जानकारी	नाव दुर्घटना एवं पानी में डूबने से बचाव के संदर्भ में जानकारी	हाथ धुलाई, खुले में शौच के खतरे, सुरक्षित मल का निपटान के संदर्भ में जानकारी	रेल / सड़क दुर्घटना से खतरे एवं उपाय के संदर्भ में जानकारी	कुपोषण से होनेवाली परेशानियाँ एवं उसके समाधान के संदर्भ में जानकारी	चक्रवाती तूफान / आँधी से खतरे एवं इससे बचाव के उपाय के बारे में सावधानी
तृतीय शनिवार	हजार्ड हंट	बज्रपात (ठनका) एवं चक्रवाती तूफान / आँधी से खतरे एवं इसके उपाय के बारे में जानकारी	अवकाश के दौरान हजार्ड हंट एवं लू / गरम हवा, वज्रपात से बचाव का अभ्यास	वज्रपात से बचाव की जानकारी	साँप–बिच्छू एवं अन्य विषैले जीव–जन्तुओं के काटने से होनेवाली परेशानियाँ एवं समाधान के संदर्भ में जानकारी	भूकंप से खतरे एवं बचाव के बारे में जानकारी (मॉकड्रिल)	दीवाली के पटाखों एवं प्रदूषण से उत्पन्न स्वास्थ्य संबंधी जोखिम एवं बचाव के संदर्भ में जानकारी	भूकंप से खतरे एवं बचाव के बारे में जानकारी (मॉकड्रिल)	जल एवं भूमि का संरक्षण, वायु प्रदूषण एवं पेड़–पौधों का संरक्षण के संदर्भ में जानकारी	भूकंप के संदर्भ में कौशल विकास एवं प्रशिक्षण तथा अभ्यास (मॉकड्रिल)	बिजली से घात, जल जमाव से परेशानियाँ तथा बोरिंग के गड्ढे से होनेवाली घटनाओं के बारे में जानकारी	डायरिया के संबंध में जानकारी तथा ओ. आर. एस. बनाने से संबंधित कौशल प्रशिक्षण एवं अभ्यास
चतुर्थ शनिवार	अगलगी से खतरे एवं बचाव के बारे में जानकारी	अगलगी, लू से खतरे एवं बचाव के संदर्भ में जानकारी	अवकाश के दौरान अपने गाँव के बच्चों के साथ गाँव/ टोले का हजार्ड हंट एवं आपदा प्रबंधन योजना का निर्माण	बाढ़ से बचाव हेतु कौशल विकास एवं प्रशिक्षण तथा अभ्यास (मॉकड्रिल)	नाव दुर्घटना एवं पानी में डूबने से बचाव के संदर्भ में जानकारी	बाल अधिकार, बाल विवाह, बाल शोषण तथा बच्चों से छेड़छाड़ के संदर्भ में जानकारी	सड़क दुर्घटना से बचाव के संदर्भ में जानकारी	बाल अधिकार, बाल विवाह, बाल शोषण तथा बच्चों से छेड़छाड़ के संदर्भ में जानकारी	शीतलहर से खतरे एवं इससे बचाव के उपाय के बारे में जानकारी।	बाल अधिकार, बाल विवाह, बाल शोषण तथा बच्चों से छेड़छाड़ के संदर्भ में जानकारी	जल एवं भूमि का संरक्षण, वायु प्रदूषण एवं पेड़–पौधे का संरक्षण के संदर्भ में जानकारी	**AES/JE** से बचाव के बारे में जानकारी

- किसी माह पाँचवे शनिवार पड़ने की स्थिति में बच्चों को स्वच्छता संबंधित जानकारी देगें एवं उसका अभ्यास करायेगें।
- जुलाई के प्रथम पखवारे में विद्यालय सुरक्षा पखवारा तथा 4 जुलाई को विद्यालय सुरक्षा दिवस प्रत्येक विद्यालय में आयेजित होगा। विद्यालय सुरक्षा पखवारे में क्षेत्र विशेष को प्रभावित करने वाले सभी आपदाओं (सुखाड़, सहित) पर आधारित कार्यक्रम किये जाएगें।
- स्थानीय विशेष कारणों से सप्ताह में वर्णित गतिविधियों को आगे–पीछे किया जा सकता है।
- विद्यालय में लंबी छुट्टी होने की स्थिति में बच्चों को होमवर्क के रूप में विद्यालय सुरक्षा से संबंधित विषयों का अभ्यास एवं उसपर चर्चा करने संबंधी कार्य दिये जाएं।

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