# चेतना

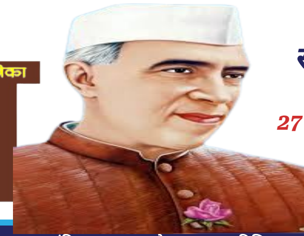
विद्यालय दैनिक पत्रिका

TEACHERS OF BIHAR — THE CHANGE MAKERS

2024-25 प्रवेशोत्सव नामांकन अभियान

शिक्षकों का, शिक्षकों के लिए और शिक्षकों द्वारा प्रकाशित

सोमवार
बिहार
27 मई 2024
Monday
वर्ष : 3
समस्तीपुर

पंडित जवाहरलाल नेहरू का पुण्य तिथि

संपादकीय

चेतना सत्र

संविधान

विद्यालय समय सारणी एवं पाठ टीका

दैनिक शैक्षणिक कैलेण्डर (वर्ग I - VIII)

पीएम पोषण योजना

चहक

...

भारत के क्रांतिकारी, स्वतंत्रता सेनानी, समाजसुधारक, इतिहासकार, राजनेता तथा विचारक थे। उनके समर्थक उन्हें वीर सावरकर के नाम से सम्बोधित करते हैं।

## विनायक दामोदर सावरकर

की जन्मदिवस पर हार्दिक शुभकामनाएं।

28 मई 1883 - 26 फरवरी 1966)

मई

| 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 | 31 | | |

1 मजदुर दिवस

17 जानकी नवमी

23 बुद्ध पूर्णिमा

# संपादकीय

चेतना

27 मई 2024 Monday सोमवार समस्तीपुर वर्ष 03

## प्रधान संपादक

श्री अनिल कुमार प्रभाकर

## संपादक

श्री कुन्दन कुमार

## संपादक मंडल

श्री रंजीत कुमार रमण
श्री विनोद कुमार विमल
श्री बालविजय कुमार

## कला एवं प्रबंध संपादक

श्री संतोष कुमार ठाकुर
श्रीमती बबिता कुमारी
श्रीमती रिंकु कुमारी
श्रीमती अध्याशा
श्रीमती अनुपमा कुमारी
मो० फरहान
श्री दीपक कुमार सिंह
सुश्री नेहा कुमारी
श्री मिथुन कुमार राय


**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।

**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।


# बिहार विद्यालय परीक्षा समिति

विज्ञप्ति संख्या – पी॰आर॰ 198/2024

**माह मई, 2024 में 11वीं कक्षा में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के लिए मासिक परीक्षा आयोजित करने के संबंध में आवश्यक सूचना**

एतद् द्वारा राज्य के +2 स्तर के मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थानों के प्रधान, अध्ययनरत् विद्यार्थी, उनके अभिभावक, जिला कार्यक्रम पदाधिकारी (मा0 शि0) तथा सभी जिला शिक्षा पदाधिकारी को सूचित किया जाता है कि शिक्षा विभाग के अधिसूचना संख्या 09/विविध–62/2023–889, पटना, दिनांक 05.12.2023 द्वारा राज्य के माध्यमिक/उच्च विद्यालयों के 11वीं एवं 12वीं कक्षा में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के लिए मासिक/त्रैमासिक परीक्षा आयोजित किए जाने का निर्णय संसूचित है। मासिक/त्रैमासिक परीक्षा +2 विद्यालय/महाविद्यालय के स्तर पर संचालित होगी।

2. 11वीं कक्षा में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के लिए माह मई, 2024 की मासिक परीक्षा **दिनांक 30.05.2024 से 08.06.2024 तक** आयोजित होगी। परीक्षा का कार्यक्रम कंडिका–7 में अंकित है।

3. राज्य के विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्राप्त हो, इसके लिए यह आवश्यक है कि विद्यार्थियों का सतत् एवं व्यापक मूल्यांकन किया जाए। इस उद्देश्य से माह मई, 2024 की मासिक परीक्षा में सभी विद्यार्थियों का शामिल होना अनिवार्य है।

4. मासिक परीक्षा के अन्तर्गत सैद्धान्तिक विषयों की परीक्षा के आयोजन हेतु गोपनीय एजेंसी द्वारा **दिनांक 28.05.2024 तक** की अवधि में गोपनीय प्रश्न–पत्र जिला शिक्षा पदाधिकारी कार्यालय में प्राप्त कराया जाना संभावित है। इसलिए यह आवश्यक है कि गोपनीय मुद्रक के प्रतिनिधि द्वारा आपूरित प्रश्न–पत्र जिला शिक्षा पदाधिकारी कार्यालय के द्वारा प्राप्त कर एजेंसी प्रतिनिधि को प्राप्ति रसीद दे दिया जाए तथा प्रश्न–पत्र को जिला शिक्षा पदाधिकारी के द्वारा अपनी अभिरक्षा में सुरक्षित रखवा लिया जाए।

5. जिला शिक्षा पदाधिकारी आपूरित गोपनीय सामग्री को **दिनांक 28.05.2024 तक** अपने जिलान्तर्गत सभी मान्यता प्राप्त +2 स्तर के शिक्षण संस्थानों के प्रधान अथवा उनके द्वारा प्राधिकृत प्रतिनिधि को अनिवार्य रूप से प्राप्त कराने की व्यवस्था सहित सभी आवश्यक कार्रवाई ससमय कराना सुनिश्चित कराएँगें। साथ ही शिक्षण संस्थान के प्रधान/उनके द्वारा प्राधिकृत प्रतिनिधि को अपने स्तर से स्पष्ट निदेश देंगे कि किसी भी परिस्थिति में इसकी गोपनीयता भंग न हो पाए। गोपनीय सामग्रियों के सुरक्षित संधारण की सम्पूर्ण जवाबदेही शिक्षण संस्थान के प्रधान की होगी।

6. शिक्षण संस्थान के प्रधान का यह दायित्व होगा कि जिला शिक्षा पदाधिकारी कार्यालय से **दिनांक 28.05.2024 तक** अचूक रूप से स्वयं अथवा विधिवत् प्राधिकृत प्रतिनिधि के माध्यम से प्रश्न–पत्र प्राप्त करेंगे तथा मासिक परीक्षा से संबंधित सूचना विद्यालय/महाविद्यालय के सूचनापट्ट एवं वर्ग शिक्षक के माध्यम से भी अवगत कराना सुनिश्चित करेंगे।

**7. माह मई, 2024 के 11वीं की मासिक परीक्षा का कार्यक्रम निम्नवत है:–**

Programme : Intermediate Monthly Examination (Theory), 2024
Month - May (For Class XI )

| Date of Examination | Faculty | 1st Sitting (06:30 AM-08:00 AM) | | Faculty | 2nd Sitting (08:30AM - 10:00 AM) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 30-05-2024 (Thursday) | I.Sc | 117- Physics | | I.Sc | 118- Chemistry | |
| | I.Com. | 218- Entrepreneurship | | I.Com. | 220- Accountancy | |
| | I.A. | 320- Philosophy | | I.A. | 322- Political Science | |
| 03-06-2024 (Monday) | I.Sc | 121- Mathematics | | I.Sc | 119- Biology | |
| | I.A. | 327- Mathematics | | I.Com. | 217- Business Studies | |
| | | | | I.A. | 323- Geography | |
| 04-06-2024 (Tuesday) | I.Sc | 105- English | उन परीक्षार्थियों के लिए जिनके द्वारा इस भाषा विषय का चयन **अनिवार्य विषय समूह** के अन्तर्गत किया गया है। | I.Sc | 106-Hindi | उन परीक्षार्थियों के लिए जिनके द्वारा इस भाषा विषय का चयन **अनिवार्य विषय समूह** के अन्तर्गत किया गया है। |
| | I.Com | 205- English | | I.Com | 206-Hindi | |
| | I.A. | 305- English | | I.A. | 306-Hindi | |
| 05-06-2024 (Wednesday) | I.Sc | 107-Urdu, 108-Maithili, 109-Sanskrit, 110-Prakrit, 111- Magahi, 112- Bhojpuri, 113-Arabic, 114-Persian, 115-Pali, 116- Bangla | उन परीक्षार्थियों के लिए जिनके द्वारा इन भाषा विषयों में से किसी एक विषय का चयन **अनिवार्य विषय समूह** के अन्तर्गत किया गया है। | I.A. | 324- Psychology | |
| | I.Com | 207-Urdu, 208-Maithili, 209-Sanskrit, 210-Prakrit, 211- Magahi, 212- Bhojpuri, 213- Arabic, 214- Persian, 215- Pali, 216- Bangla | | | | |
| | I.A. | 307-Urdu, 308-Maithili, 309-Sanskrit, 310-Prakrit, 311- Magahi, 312- Bhojpuri, 313- Arabic, 314- Persian, 315- Pali, 316- Bangla | | | | |
| 06-06-2024 (Thursday) | I.Sc | 120- Agriculture | | I.A. | 325- Sociology | |
| | I.Com. | 219-Economics | | | | |
| | I.A. | 326- Economics | | | | |
| 07-06-2024 (Friday) | I.A. | 321- History | | I.A. | 318- Music | |
| 08-06-2024 (Saturday) | I.A. | 319- Home Science | | | XXX | |

8. शैक्षणिक सत्र 2024–26 में 11वीं कक्षा में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के लिए निर्देश है कि निर्धारित परीक्षा कार्यक्रम के अनुसार माह मई, 2024 की मासिक परीक्षा में निश्चित रूप से सम्मिलित होंगे।

परीक्षा नियत्रक (उ0मा0)

Follow @ @officialbseb @officialbseb @officialbseb biharschoolexaminationboard



# बिहार विद्यालय परीक्षा समिति

विज्ञप्ति संख्या – पी॰आर॰ 197/2024

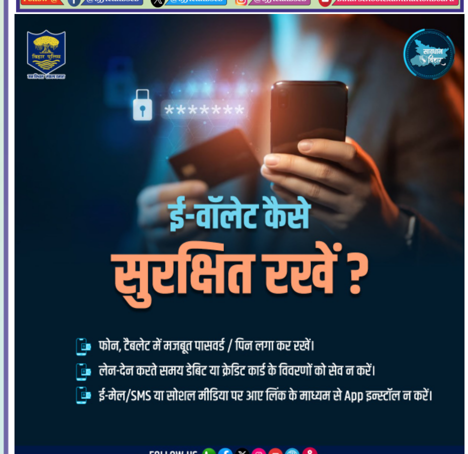
**सिमुलतला आवासीय विद्यालय, सिमुलतला, जमुई के कक्षा–11वीं (सत्र 2024–26) में नामांकन हेतु प्रवेश परीक्षा-2024 में सम्मिलित होने के इच्छुक अभ्यर्थियों/उनके अभिभावक के लिए आवश्यक सूचना**

एतद् द्वारा विज्ञप्ति संख्या– पी०आर० 175/2024 के क्रम में सिमुलतला आवासीय विद्यालय, सिमुलतला, जमुई के कक्षा 11वीं (सत्र 2024–26) में नामांकन हेतु योग्य अभ्यर्थियों, उनके अभिभावकों, सभी जिला शिक्षा पदाधिकारियों को सूचित किया जाता है कि सिमुलतला आवासीय विद्यालय, सिमुलतला, जमुई के कक्षा–11वीं में नामांकन हेतु आयोजित प्रवेश परीक्षा, 2024 के लिए **ऑनलाईन परीक्षा आवेदन पत्र भरने एवं परीक्षा शुल्क जमा करने की अवधि दिनांक 02.06.2024 तक विस्तारित की जाती है।**

**2. विज्ञप्ति संख्या– पी०आर० 175/2024 के अन्तर्गत प्रकाशित शेष निदेश यथावत् रहेंगे।**

परीक्षा नियंत्रक (विविध)

Follow @ @officialbseb @officialbseb @officialbseb biharschoolexaminationboard

# चेतना सत्र



27 मई 2024 Monday सोमवार समस्तीपुर वर्ष 03

## 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 मैं,
गुरु ग्रन्थ जी के बख़ान 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 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

पीड़ितों की सेवा ही भगवान की सच्ची आराधना(worship) है ।

## 3. शब्द ज्ञान

| English | | |
|---|---|---|
| DOSS | डॉस | चारपाई |
| ROOF | रूफ | छत |
| PLAZA | प्लेज़ | चौक |
| DUNG | डंग | गोबर |
| MUD | मड | कीचड़ |

| हिन्दी | |
|---|---|
| चेष्टा | कोशिश |
| विपत्ति | संकट |
| संरक्षण | देखरेख |
| विचलित | चंचल |
| पथिक | राहगीर |

| संस्कृत | |
|---|---|
| न्यूना: | कम |
| मृत्तिकाम् | मिट्टी को |
| गत्वा | जाकर |
| असेवे | सेवा की |
| अयाचे | माँगा |

| اردو (उर्दू) | | |
|---|---|---|
| گنجینہ | Gunjina | खजाना |
| گند | Gund | महक |
| گند | Gund | मैला |
| گندم | Gundam | गेहू |
| گندا | Gunda | मोटा |

## 4. दिवस ज्ञान

पंडित जवाहरलाल नेहरू का पुण्य तिथि

## 5. सामान्य ज्ञान-विज्ञान

1. भारतीय संविधान की लंबाई कितनी है? : 1,17,369 शब्दों में
2. भारतीय रेलवे की स्थापना कब हुई थी? : 16 अप्रैल 1853
3. भारत का सबसे ऊँचा पर्वत कौन सा है? : कंचनजंघा

4. भारत का सबसे बड़ा बांध कौन सा है? : सरदार सरोवर बांध
5. भारत की पहली उपग्रह मिशन का नाम क्या था? : आर्यभट्टा

## 6. तर्क ज्ञान

1. x का 30% =24 है तो x का मान होगा? : 80
2. निम्न में कौन भिन्न हैं गीता ,कुरान ,बाइबिल, महाभारत : महाभारत
3. रेशम के कीड़े किस पेड़ की पतियों को खाते हैं? : शहतूत
4. आपके नाना के बेटे की बहन आपको कौन लगेंगी? : मम्मी
5. त्रिलोचन में कौन समास हैं? : बहुव्रीहि समास

## 7. युग्म शब्द

1. कुटी : झोपड़ी
2. अन्य : दूसरा
3. अणु : कण
4. अविराम : लगातार
5. अविलम्ब : शीघ्र

## 8. प्रेरक प्रसंग

### आईना झूठ नहीं बोलता

एक छोटी सी लड़की थी, उसका नाम था परी, वो बात-बात पर गुस्सा होती थी। उसकी मां उसे हमेशा समझाती रहती कि 'परी बेटा, इतना गुस्सा करना अच्छी बात नहीं है, लेकिन फिर भी उसके स्वभाव में कोई बदलाव नहीं आया। एक दिन परी अपना होमवर्क करने में व्यस्त थी। उसकी टेबल पर एक सुंदर-सा फूलों से सजा पॉट रखा था। तभी उसके छोटे भाई का हाथ उस पॉट से टकराया और गिरने पर उसके कई टुकड़े हो गए।

अब क्या, परी गुस्से से बौखला उठी। तभी वहां उसकी मां ने एक आईना लाकर उसके सामने रख दिया। अब गुस्से से भरी परी ने अपनी शक्ल आईने में देखी, जो कि गुस्से में बहुत ही बुरी लग रही थी। अपना ऐसा बिगड़ा चेहरा देखते ही परी का गुस्सा छू-मंतर हो गया। तब उसकी मां ने कहा, देखा परी! गुस्से में तुम्हारी शक्ल आईने में कितनी बुरी लगती है, क्योंकि आईना कभी झूठ नहीं बोलता। अब परी को पता चल गया था कि गुस्सा करना कितना बुरा होता है। तभी से उसने गुस्सा न करने का एक वादा अपने आप से किया।

# संविधान

चेतना

27 मई 2024 Monday सोमवार समस्तीपुर 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।*

# समय सारणी    पाठ टीका

चेतना

| 27 मई 2024 | Monday | सोमवार | समस्तीपुर | वर्ष 03 |
|---|---|---|---|---|

ज्ञापांक : 01/मा०शि०-68/24/1030    दिनांक :- 13/05/2024

| समय | | 09:00 - 10:00 | 10:00 - 10:40 | 10:40 - 11:20 | 11:20 - 12:10 | 12:10 - 12:50 | 12:50 - 01:30 | 01:30- 02:10 | 02:10 - 02:50 | 02:50 - 03:30 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 06:00 - 07:00 | 07:00 - 07:40 | 07:40 - 08:20 | 08:20 - 09:10 | 09:10 - 10:00 | 10:00 - 10:30 | 10:30 - 11:00 | 11:00 - 11: 30 | 11:30 - 12:00 | 12:00 - 01:00 | 01:00 - 01:30 |
| वर्ग | घंटी | | पहली | दूसरी | तीसरी | चौथी | | पंचमी | छठी | सप्तमी | | |
| 1 | | साफ-सफाई, चेतना सत्र - प्रार्थना | हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (कार्यपुस्तिका) | गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | अंग्रेजी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | मध्यांतर / मध्याह्न भोजन कार्यक्रम | हिंदी (पढ़ना) | गणित (कार्यपुस्तिका) | अंग्रेजी (पढ़ना और कार्यपुस्तिका) | मिशन दक्ष के लिए अंतर्गत विशेश कक्षा (सोमवार से शनिवार) | वर्ग 1-2 के बच्चों को छोड़कर शेष वर्ग के बच्चों के होमवर्क को चेक करना, पाठ टीका (lesson plan) तैयार करना एवं मिशन दक्ष के बच्चों का प्रोफाइल तैयार करना एवं मिशन दक्ष की विशेष कक्षा लेना, साप्ताहिक मूल्यांकन के आधार पर छात्र-छात्राओं का प्रोफाइल तैयार करना इत्यादि । |
| 2 | | | हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (कार्यपुस्तिका) | गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | अंग्रेजी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | | हिंदी (पढ़ना) | गणित (कार्यपुस्तिका) | अंग्रेजी (पढ़ना और कार्यपुस्तिका) | | |
| 3 | | | हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (कार्यपुस्तिका) | गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | अंग्रेजी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | | पर्यावरण और हम (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (पढ़ना) | गणित (कार्यपुस्तिका) | | |
| 4 | | | हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (कार्यपुस्तिका) | गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | अंग्रेजी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | | पर्यावरण और हम (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (पढ़ना) | गणित (कार्यपुस्तिका) | | |
| 5 | | | हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (कार्यपुस्तिका) | गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | अंग्रेजी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | | पर्यावरण और हम (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि) | हिंदी (पढ़ना) | गणित (कार्यपुस्तिका) | | |
| 6 | | | गणित | अंग्रेजी | विज्ञान | सामाजिक विज्ञान | | हिंदी / उर्दू / अन्य | संस्कृत /राष्ट्रभाषा / अन्य | संस्कृत / राष्ट्रभाषा / अन्य | | |
| 7 | | | सामाजिक विज्ञान | गणित | अंग्रेजी | विज्ञान | | संस्कृत /राष्ट्रभाषा / अन्य | हिंदी / उर्दू / अन्य | संस्कृत / राष्ट्रभाषा / अन्य | | |
| 8 | | | विज्ञान | सामाजिक विज्ञान | गणित | अंग्रेजी | | संस्कृत /राष्ट्रभाषा / अन्य | संस्कृत /राष्ट्रभाषा / अन्य | हिंदी / उर्दू / अन्य | | |

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।

# पाठ टीका NOTES ON LESSONS

| दिनांक | घंटी | कक्षा | विषय | प्रस्तावित पाठ की संक्षिप्त टिप्पणी | कृष्णपट-कार्य | अभ्युक्ति |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Date | Period | Class | Subject | Brief notes on lessons proposed | Black Board work | Remarks |
| 27 मई 2024 | | सभी | चेतना सत्र | साफ-सफाई, प्रार्थना, व्यायाम एवं अन्य आयाम | | |
| | 1 | | | | | |
| | 2 | | | | | |
| | 3 | | | | | |
| | 4 | | | | | |
| | | सभी | मध्यांतर / मध्यान्ह भोजन कार्यक्रम | | | |
| | 5 | | | | | |
| | 6 | | | | | |
| | 7 | | | | | |
| | 8 | पाठ टीका का संधारण | | | | |

शिक्षक का हस्ताक्षर

# दैनिक शैक्षणिक कैलेण्डर

चेतना

27 मई 2024 | Monday | सोमवार | समस्तीपुर | वर्ष 03

## कक्षा - I

| हिन्दी | | गणित | | English | |
|---|---|---|---|---|---|
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson |
| 2 | बगीचा (चित्र-कथा) | 1 | कौन-किधर | 2 | Clothes We Wear |

## कक्षा - II

| हिन्दी | | गणित | | English | |
|---|---|---|---|---|---|
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | दिवस संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson |
| 1 | सी-सॉ पर हाथी (चित्र कथा) | 1 | आकृति, स्थान एवं दिशाएँ | 1 | Hop a Little (Rhyme) |

## कक्षा - III

| हिन्दी | | गणित | | English | | पर्यावरण और हम | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson | पाठ संख्या | पाठ का नाम |
| 1 | प्रार्थना | 1 | ज्यामिति (पृष्ठ 1 से 11 तक) | 2 | Murli's Mango Tree | 2 | हमारा परिवार |

## कक्षा - IV

| हिन्दी | | गणित | | English | | पर्यावरण और हम | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson | पाठ संख्या | पाठ का नाम |
| 2 | चार मित्र | 1 | संख्याओं का मेला | 1 | I Love Grandma | 2 | कोई देता अंडे, कोई देता बच्चे |

## कक्षा - V

| हिन्दी | | गणित | | English | | पर्यावरण और हम | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson | पाठ संख्या | पाठ का नाम |
| 2 | टिपटिपवा | 1 | संख्याओं का मेला | 1 | Nobody's Friend | 1 | पटना से नाथुला तक |

## कक्षा - VI

| हिन्दी | | गणित | | English | | विज्ञान | | सामाजिक विज्ञान | | | | | | संस्कृत | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | हमारी दुनिया | | अतीत से वर्तमान | | सामाजिक, आर्थिक एवं राजनीतिक जीवन | | पाठ का नाम | | | |
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | | | | |
| 2 | असली मित्र | 1 | संख्याओं की समझ | 1 | My Mother | 1 | भोजन कहाँ से आता है | 1 | हमारा सौरमंडल | 1 | हमारा अतीत | 1 | विविधता की समझ | प्रार्थना | बालक | गम् लट् ललकार | क्रियाकोष: |

## कक्षा - VII

| हिन्दी | | गणित | | English | | विज्ञान | | सामाजिक विज्ञान | | | | | | संस्कृत | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | हमारी दुनिया | | अतीत से वर्तमान | | सामाजिक, आर्थिक एवं राजनीतिक जीवन | | पाठ का नाम | | | |
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | | | | |
| 1 | मानव बनो | 1 | पूर्णांक की समझ | 1 | Sympathy | 1 | जल और जंगल | 1 | पृथ्वी के अन्दर ताक-झाँक | 1 | कब, कहाँ और कैसे | 1 | लोकतंत्र में समानता | वन्दना | वर्णा: | दातृ, पितृ | पठ्, गम् |

## कक्षा - VIII

| हिन्दी | | गणित | | English | | विज्ञान | | सामाजिक विज्ञान | | | | | | संस्कृत | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | हमारी दुनिया | | अतीत से वर्तमान | | सामाजिक, आर्थिक एवं राजनीतिक जीवन | | पाठ का नाम | | | |
| पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | Lesson | Name of the Lesson | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | पाठ संख्या | पाठ का नाम | | | | |
| 1 | तू जिन्दा है | 1 | परिमेय संख्याएँ | 1 | I Wonder | 1 | दहन और ज्वाला : चीजों का जलना | 1 | संसाधन (क) भूमि, मृदा एवं जल संसाधन (ख) वन एवं वन्य जीव संसाधन | 1 | कब, कहाँ और कैसे | 1 | भारतीय संविधान (प्रारंभ से भारतीय संविधान का एतिहासिक सन्दर्भ तक) | मंगलम् | वर्ण विचार | सखि | दृश् |

नोट : यह समय सारणी बिहार शिक्षा परियोजना के द्वारा संचालित मासिक कैलेंडर से लिया गया।

# पीएम पोषण योजना

चेतना

27 मई 2024 Monday सोमवार समस्तीपुर वर्ष 03

***पीएम पोषण योजना का मेनू : -***

| दिनांक | दिन | प्रस्तावित मीनू |
|---|---|---|
| 27 मई 2024 | सोमवार | चावल + मिश्रित दाल + हरी सब्जी |

***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 |

दिन - 05 | सत्र - 01 | अवधि - 1 घंटा

सामाजिक एवं भावनात्मक विकास

**खेल**

## मेरे नए दोस्त

**उद्देश्य**

- बच्चों का आपसी परिचय।

**प्रक्रिया**

- **खेल** - सभी बच्चे गोलाकार में बैठेंगे।
- गतिविधि की शुरुआत शिक्षक के द्वारा मोबाइल फोन, घंटी या किसी अन्य धुन से की जाएगी।
- धुन बजता रहेगा तथा एक बच्चा दूसरे बच्चे के हाथ में, दूसरा तीसरे और तीसरा चौथे बच्चे के हाथ में गेंद देता जाएगा।
- धुन रुकने पर जिस बच्चे के हाथ में गेंद होगा, वह अपना नाम, पिता का नाम, माता का नाम, मुहल्ला एवं अपनी पसंद-नापसंद (भोजन, कपड़े, दोस्त आदि) के बारे में बताएगा।
- परिचय देने के बाद वह बच्चा बगल वाले बच्चे को गेंद देकर घेरे से बाहर बैठ जाएगा और दूसरे बच्चों का परिचय सुनेगा।
- इस तरह सभी बच्चों को अपना परिचय देने का अवसर मिलेगा।

**सामग्री**

- मोबाइल फोन, स्कूल की घंटी, प्लेट-चम्मच, रद्दी अखबार की गेंद, प्लास्टिक की गेंद।

**विकल्प**

- इस गतिविधि को शिक्षक सभी बच्चों से बारी-बारी से परिचय पूछने के बाद दूसरे बच्चों से कक्षा के अन्य बच्चों का परिचय पूछ कर भी करवा सकते हैं।

**प्रतिफल**

- बच्चे अपनी कक्षा के बच्चों का परिचय जानेंगे।
- बच्चों में सुनने एवं बोलने के कौशल का विकास होगा।

दिन - 05 | सत्र - 02 | अवधि - 1 घंटा

संख्यात्मक विकास
एवं
पर्यावरणीय जागरूकता

कविता

# हमारा काम

## बोलो हाँ जी! हाँ जी! हाँ

क्या तुम खाना खाते हो?
हाँ जी! हाँ जी! हाँ,
क्या तुम खाना पकाते हो?
ना जी, ना जी, ना,
खाने में हाँ, पकाने में ना,
ऐसे कैसे चलेगा काम?–2

क्या तुम गंदा करते हो?
हाँ जी! हाँ जी! हाँ,
क्या तुम सफाई करते हो?
ना जी, ना जी, ना,
गंदा में हाँ, सफाई में ना,
ऐसे कैसे चलेगा काम?– 2

क्या तुम पानी पीते हो?
हाँ जी! हाँ जी! हाँ,
क्या तुम पानी बचाते हो?
ना जी, ना जी, ना,
पीने में हाँ, बचाने में ना,
ऐसे कैसे चलेगा काम? – 2

क्या तुम कपड़े पहनते हो?
हाँ जी! हाँ जी! हाँ,
क्या तुम कपड़े धोते हो?
ना जी, ना जी, ना,
पहनने में हाँ, धोने में ना,
ऐसे कैसे चलेगा काम?–2

**उद्देश्य**

- व्यक्तिगत एवं परिवेश की स्वच्छता के प्रति जागरूकता।
- 'अपना काम' स्वयं करने की समझ का विकास।

**प्रक्रिया**

- **कविता** - शिक्षक बच्चों को 'हाँ जी! हाँ जी! हाँ' कविता गाकर सुनाएँगे और बच्चे उसे दुहराएँगे। कविता की पंक्तियों से संबंधित शिक्षक बच्चों से बातचीत करेंगे।
- **शिक्षक - छात्र संवाद** - शिक्षक बच्चों के साथ यह बात करेंगे कि अपने विद्यालय को कैसे साफ एवं सुंदर बनाए रखा जा सकता है। इस सवाल पर चर्चा करेंगे कि विद्यालय में गंदगी कैसे फैलती है? पानी कैसे बर्बाद होता है? आदि। वे बच्चों के साथ बातचीत कर निम्न बिन्दुओं पर उनकी स्पष्ट समझ बनाने का प्रयास करेंगे-
  -नल के उपयोग के बाद उसे बंद करना।
  -बेकार सामग्री तथा कचरे को कूड़ेदान में डालना।
  -शौचालय में शौच के पूर्व एवं पश्चात पानी डालना।
  -शौच के बाद तथा भोजन के पूर्व दोनों हथेलियों एवं
  -अँगुलियों को साबुन से अच्छी तरह साफ करना।
- शिक्षक बच्चों को सफाई में काम आने वाली सामान्य सामग्री- झाड़ू, कूड़ेदान, टोकरी, साबुन आदि दिखाकर उनसे परिचित कराएँगे।

**सामग्री**

- आवश्यकतानुसार

**विकल्प**

- शिक्षक बच्चों को मुँह और दाँत की सफाई के ऊपर दी गई कविता के आधार पर व्यक्तिगत सफाई की आवश्यकता से अवगत करवा सकते हैं। जैसे कुछ भी खाने के बाद दाँतों की सफाई के लिए साफ पानी से कुल्ला करना तथा सुबह एवं रात में दाँतों की सफाई, दातुन या ब्रश से करने की आवश्यकता से बच्चों को अवगत कराना।

**प्रतिफल**

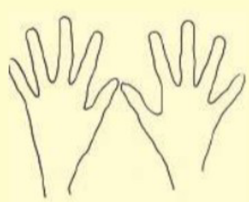
- बच्चों में व्यक्तिगत एवं परिवेश की स्वच्छता के प्रति जागरूकता का विकास होगा।
- बच्चों में अपने काम स्वयं करने हेतु इच्छा-शक्ति विकसित होगी।

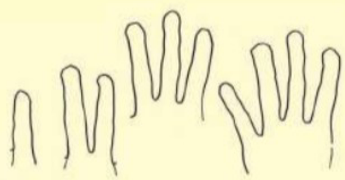


दिन - 05 | सत्र - 03 | अवधि - 1 घंटा

भाषा विकास

# हथेली के सहारे चित्र बनाना





**उद्देश्य**

- एकाग्रता का बढ़ना एवं लिखने के कौशल का विकास।

**प्रक्रिया**

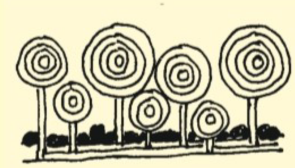
- **चित्रकला** - बच्चे अपनी बायीं हथेली को चार्ट पेपर या ब्लैक बोर्ड पर रखकर दायें हाथ से हथेली के बाहरी हिस्से पर लकीर खींचेंगे। पुनः दायीं हथेली के साथ यही कार्य करेंगे।
- बच्चों ने चार्ट पेपर के जिस स्थान पर अपनी हथेली का आकार खींचा है, शिक्षक उसके नीचे उस बच्चे का नाम लिख देंगे। आकार यदि कागज पर बनाया गया है तो शिक्षक उसे दीवार पर प्रदर्शित कर वर्ग लिख देंगे।
- बच्चे हथेली के चित्र पर लिखे हुए अपने नाम को देखकर पहचानने का प्रयास करेंगे।
- अंत में सभी बच्चे एक-दूसरे के द्वारा बनाए गये चित्रों को घूम-घूमकर देखने का आनंद उठाएँगे।

**सामग्री**

- चॉक, पेंसिल, पेन, चार्ट पेपर और स्केच पेन।

**विकल्प**

- शिक्षक चाहें तो बच्चों से एक से लेकर पाँचों अँगुलियों के अलग-अलग चित्र भी बनवा सकते हैं।



**प्रतिफल**

- बच्चों में एकाग्रता बढ़ेगी एवं लिखने के कौशल का विकास होगा।

# चेतना टीम

**समस्तीपुर**

**पिन - 848207 (बिहार)**

Mobile : **9473119007**
Email ID : chetanastr@gmail.com
WhatsApp : https://chat.whatsapp.com/BgYPOv5HKSv2Vx6uoX1LOZ
Telegram : https://t.me/TeacherHelpline
Facebook : https://www.facebook.com/Anil9473119007

## TEACHERS OF BIHAR

Patna (Bihar)

Mobile : **7250818080**
Website : www.teachersofbihar.org
Email ID : teachersofbihar@gmail.com
Facebook : https://www.facebook.com/teachersofbihar
Youtube : https://www.youtube.com/c/teachersofbihar
Instagram : https://instagram.com/teachersofbihar
Twiter : https://twitter.com/teachersofbihar