Teachers of Bihar

The Change Makers

सुरक्षित शनिवार एवं बैगलेस डे साप्ताहिकी

विषय: नाव दुर्घटना एवं पानी में डूबने से बचाव के सन्दर्भ में जानकारी

चतुर्थ शनिवार , 26 सितम्बर 2026

https://teachersofbihar.org/

Teachers of Bihar

The Change Makers

चेतना सत्र – बातचीत एवं अनुभव साझा करना

🙋‍♂️ शिक्षक बच्चों से पूछें:

1. क्या आपने कभी नाव की सवारी की है?
2. नाव में यात्रा करते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?
3. नदी/तालाब के पास कौन-कौन से खतरे हो सकते हैं?
4. यदि कोई व्यक्ति पानी में गिर जाए तो हम क्या करेंगे?
5. क्या डूबते व्यक्ति को बचाने के लिए तुरंत पानी में कूदना सही है?

💡 **बच्चों के उत्तरों के आधार पर शिक्षक सही जानकारी दें।**

Teachers of Bihar

The Change Makers

गतिविधि – "सही या गलत"

शिक्षक कुछ कथन बोलें। बच्चे सही होने पर हाथ ऊपर और गलत होने पर हाथ नीचे करें।

सही ✅ **1. नाव में लाइफ जैकेट पहनना चाहिए।**

गलत ❌ **2. नाव में क्षमता से अधिक लोग बैठ सकते हैं।**

गलत ❌ **3. नाव में खड़े होकर यात्रा करना सुरक्षित है।**

गलत ❌ **4. डूबते व्यक्ति को देखकर बिना सोचे पानी में कूद जाना चाहिए।**

सही ✅ **5. पानी के पास बच्चों को अकेले नहीं जाना चाहिए।**

सही ✅ **6. खराब मौसम में नाव यात्रा से बचना चाहिए।**

सही ✅ **7. डूबते व्यक्ति की ओर रस्सी या तैरने वाली वस्तु फेंकी जा सकती है।**

Teachers of Bihar
The Change Makers

कौशल विकास – “पहुंचो, फेंको, खींचो”

🏃 **विद्यालय के मैदान में बिना पानी के यह अभ्यास कराया जाए।**

एक बच्चा “मुसीबत में व्यक्ति” और दूसरा “बचावकर्ता” बने।

👉 पहुँचो (Reach)
सुरक्षित दूरी से डंडा/कपड़ा आगे बढ़ाएँ।

👉 फेंको (Throw)
रस्सी, खाली प्लास्टिक बोतल या अन्य तैरने वाली वस्तु फेंकें।

👉 खींचो (Pull)
वस्तु पकड़ने पर व्यक्ति को धीरे-धीरे किनारे की ओर खींचें।

⚠ महत्वपूर्ण सूचना
बच्चों को वास्तविक पानी में यह अभ्यास न कराया जाए।

Teachers of Bihar
The Change Makers

नाव सुरक्षा का रोल-प्ले

👉 भूमिका और दृश्य

बच्चों को नाव यात्री, नाविक और सुरक्षा निरीक्षक की भूमिका दें।
दृश्य: कुछ बच्चे नाव में यात्रा कर रहे हैं।

👉 नाविक के निर्देश

नाविक कहे: "सभी बच्चे बैठ जाएँ, लाइफ जैकेट पहनें और नाव के एक तरफ भीड़ न लगाएँ।"

👉 गतिविधि और सुरक्षा

एक बच्चा जानबूझकर गलत व्यवहार करे (जैसे खड़ा होना या नाव के किनारे झुकना)। सुरक्षा निरीक्षक उसे सही व्यवहार बताए।

💡 मुख्य उद्देश्य

इससे बच्चे करके सीखेंगे।

"खतरे की पहचान" गतिविधि

शिक्षक विद्यालय के आसपास या चित्रों में जलस्रोतों से जुड़े संभावित खतरों की पहचान करवाएँ:

- ⚠ 1. खुला कुआँ
- ⚠ 2. गहरा तालाब
- ⚠ 3. नदी/नहर
- ⚠ 4. बाढ़ का पानी
- ⚠ 5. जलभराव
- ⚠ 6. फिसलन वाली जगह
- ⚠ 7. बिना सुरक्षा के नाव

❓ बच्चों से पूछें

"यहाँ खतरा क्या है और इससे कैसे बचेंगे?"

Teachers of Bihar
The Change Makers

मॉकड्रिल – डूबने की घटना में क्या करें?

💬 **शिक्षक एक काल्पनिक स्थिति बनाएँ:**

"तालाब के किनारे एक बच्चा पानी में गिर गया है।"

👉 1. शांत रहें और सुरक्षित रहें (प्राथमिक कदम)

घबराएँ नहीं ➔ स्वयं पानी में बिल्कुल न कूदें।

👉 2. सहायता बुलाएँ और सहारा दें

आसपास के लोगों को बुलाएँ ➔ रस्सी / डंडा / तैरने वाली वस्तु दें।

👉 3. सुरक्षित बचाव और आपातकालीन मदद

सुरक्षित तरीके से सहायता करें ➔ तुरंत वयस्क या आपात सहायता बुलाएँ।

Teachers of Bihar
The Change Makers

पोस्टर /स्लोगन गतिविधि

🎨 बच्चों को समूहों में बाँटकर पोस्टर बनवाएँ।

💬 स्लोगन के उदाहरण :

👉 "नाव में सुरक्षा जैकेट, जीवन की सबसे बड़ी सुरक्षा।"

👉 "गहरे पानी से दूरी रखें, सुरक्षित जीवन चुने।"

👉 "डूबते को बचाएँ, लेकिन खुद खतरे में न जाएँ।"

👉 "पानी के पास सावधानी, दुर्घटना से सुरक्षा।"

👉 "पहले सुरक्षा, फिर नाव की सवारी।"

Teachers of Bihar
The Change Makers

मूल्यांकन

❓ **अंत में बच्चों से ये 5 प्रश्न पूछें:**

1. नाव में लाइफ जैकेट क्यों पहनते हैं?
2. नाव में क्षमता से अधिक लोग बैठने से क्या खतरा है?
3. पानी के पास बच्चों को अकेले क्यों नहीं जाना चाहिए?
4. डूबते व्यक्ति को देखकर पानी में सीधे कूदना क्यों खतरनाक है?
5. “पहुंचो–फेंको–खींचो” का क्या अर्थ है?

Teachers of Bihar
The Change Makers

समापन – सुरक्षा शपथ

🗣️ **सभी बच्चे शिक्षक के साथ दोहराएँ :**

✋ "मैं प्रतिज्ञा करता/करती हूँ..."

👉मैं पानी के पास हमेशा सावधानी रखूँगा/रखूँगी।

👉नदी, तालाब, नहर और गहरे पानी में अकेले नहीं जाऊँगा/जाऊँगी।

👉नाव में सुरक्षा नियमों का पालन और लाइफ जैकेट का प्रयोग करूँगा/करूँगी।

👉डूबते व्यक्ति को देखकर स्वयं पानी में नहीं कूदूँगा/कूदूँगी।

👉सुरक्षित तरीके से सहायता करूँगा/करूँगी और बड़ों को तुरंत सूचना दूँगा/दूँगी।

Teachers of Bihar
The Change Makers

NTH: SEPTEMBER

बैगलेस डे

गतिविधि का नाम

गतिविधि का नाम : सहयोगात्मक शिक्षण

चतुर्थ शनिवार , 26 सितम्बर 2026

https://teachersofbihar.org/

Teachers of Bihar

The Change Makers

विकसित होने वाले कौशल

1. सहयोग और टीम वर्क
2. संचार एवं संवाद कौशल
3. समस्या समाधान क्षमता
4. नेतृत्व और अनुसरण
5. रचनात्मकता और नवाचार
6. सकारात्मक सोच
7. सामाजिक उत्तरदायित्व

Teachers of Bihar
The Change Makers

MONTH: SEPTEMBER

सीखने के परिणाम

1. विभिन्न धर्मों और संस्कृतियों के प्रार्थना गीतों का महत्व समझना
2. प्रार्थना गीतों के बोलों का सही उच्चारण और भावपूर्ण गायन सीखना
3. भक्ति और श्रद्धा के भाव को व्यक्त करना
4. समूह में सामंजस्यपूर्ण गायन करना
5. प्रार्थना गीतों के माध्यम से मानसिक शांति और एकाग्रता प्राप्त करना
6. धार्मिक और सांस्कृतिक एकता का अनुभव करना

Teachers of Bihar

The Change Makers

आवश्यक सामग्री

1. चार्ट, रंगीन कागज, पेन, पेंसिल
2. समूह कार्य हेतु गतिविधि पर्चियां
3. प्रोजेक्ट वर्क या असाइनमेंट शीट
4. सहयोगात्मक खेल या एक्टिविटी सामग्री
5. प्रस्तुति के लिए बोर्ड/फिलपचार्ट
6. स्लोगन, प्रेरक उद्धरण
7. समूह पहचान के लिए बैज या टैग

Teachers of Bihar
The Change Makers

शिक्षकों के लिए निर्देश

1. सहयोगात्मक शिक्षण की आवश्यकता और महत्व को बच्चों को समझाएं
2. बच्चों को छोटे-छोटे समूहों में बाँटें और प्रत्येक समूह को एक कार्य/समस्या/प्रोजेक्ट दें
3. समूह में विचार-विमर्श, योजना और कार्यान्वयन के लिए मार्गदर्शन करें
4. प्रत्येक सदस्य को भागीदारी के लिए प्रोत्साहित करें
5. समूह कार्य की प्रस्तुति और मूल्यांकन के लिए समय निर्धारित करें
6. सकारात्मक वातावरण बनाए रखें और समूहों के बीच स्वस्थ प्रतिस्पर्धा को बढ़ावा दें
7. सहयोग, संवाद और नेतृत्व के उदाहरण प्रस्तुत करें

Teachers of Bihar

The Change Makers

MONTH: SEPTEMBER

छात्रों के लिए निर्देश

1. समूह में मिलकर कार्य करें, सभी की राय को महत्व दें
2. निर्धारित कार्य/प्रोजेक्ट/समस्या का समाधान मिलकर निकालें
3. समूह के प्रत्येक सदस्य को जिम्मेदारी दें और सहयोग करें
4. प्रस्तुति के लिए विचारों को साझा करें और आत्मविश्वास से प्रस्तुत करें
5. अनुशासन, समय प्रबंधन और सम्मान बनाए रखें
6. सहयोगात्मक कार्य के अनुभव और सीखी गई बातों का संक्षिप्त अभिलेख तैयार करें

Teachers of Bihar
The Change Makers

कार्यक्रम की प्रक्रिया

1. उद्देश्य स्पष्ट करें

- कक्षा में शिक्षण शुरू करने से पहले सीखने का लक्ष्य स्पष्ट करें
- विद्यार्थियों को बताएं कि इस गतिविधि के अंत में उन्हें क्या सीखना है।
- **उदाहरण :** "विद्यार्थी पर्यावरण संरक्षण के उपाय समझ सकें।"

2. विद्यार्थियों को समूहों में बाँटें

- कक्षा को 3 से 5 विद्यार्थियों के समान आकार के समूहों में विभाजित करें।
- समूहों का गठन करते समय विविधता (ज्ञान, रुचि, लिंग आदि) का ध्यान रखें।
- प्रत्येक समूह को नाम या नंबर दें।

3. प्रत्येक समूह में भूमिकाएँ तय करें

प्रत्येक सदस्य को एक सक्रिय भूमिका दें, जैसे:

- **नेता** (Leader)
- **लेखक** (Recorder)
- **वक्ता** (Presenter)
- **समय प्रबंधक** (Time Keeper)

यह सुनिश्चित करें कि सभी विद्यार्थी उत्तरदायित्व निभा रहे हैं

कार्यक्रम की प्रक्रिया

1. सभी समूहों को कार्य दें

- एक सामूहिक गतिविधि या समस्या दें, जिसे सभी मिलकर हल करें
- कार्य इस प्रकार का हो कि व्यक्तिगत उत्तर की जगह साझा उत्तर जरूरी हो

2. छात्रों को मिलकर कार्य करने के लिए कहें

- सभी समूह आपस में विचार-विमर्श कर समाधान निकालें
- शिक्षक समूहों के बीच घूमते हुए मार्गदर्शन दें, परंतु हस्तक्षेप कम करें

3. प्रस्तुति का आयोजन करें

- सभी समूहों को अपनी प्रस्तुति (Presentation) देने का अवसर दें
- वक्ता समूह का कार्य समझाए और अन्य समूह प्रश्न पूछें या सुझाव दें

4. मूल्यांकन एवं आत्मचिंतन

प्रदर्शन और सहभागिता का मूल्यांकन करें

- समूह के कार्य, सहभागिता, समय-प्रबंधन और रचनात्मकता का मूल्यांकन करें
- मूल्यांकन सूचियाँ (Rubrics) का प्रयोग करें

पुनरावलोकन और आत्मचिंतन कराएँ

- सभी समूहों से यह पूछें:
    - "आपने सहयोग से क्या सीखा?"
    - "समूह में काम करना कैसा अनुभव रहा?"
- छात्रों को सीख पर विचार करने और सुधार के सुझाव देने को कहें

Teachers of Bihar

The Change Makers

रोजगार के अवसर

- शिक्षक / प्रशिक्षक
- प्रशासनिक अधिकारी
- समूह संचालक
- काउंसलर
- इवेंट मैनेजर
- जनसंपर्क अधिकारी
- प्रोजेक्ट मैनेजर
- मीडिया एवं संवाद विशेषज्ञ
- मानव संसाधन प्रबंधक
- प्रेरक वक्ता / ट्रेनर
- एनजीओ / स्वयंसेवी संस्था कार्यकर्ता
- एवं अन्य उज्ज्वल अवसर

https://teachersofbihar.org/

Teachers of Bihar

The Change Makers

धन्यवाद

Publication: Teachers of Bihar

email: teachersofbihar@gmail.com

Developed By: P. K. Pankaj, Head Teacher, P S Adalpur, Motipur, Muzaffarpur

Proofreading By: Nivedita Rani, School Teacher, UMS Pupari, Kurhani, Muzaffarpur

Tob whatsApp
Channel: https://whatsapp.com/ch
annel/0029Va9AFpl65yD3brB8Sl17

Scan करें और जुड़ें