# एकीकृत शिक्षक प्रशिक्षण मॉड्यूल

# 'संपूर्ण'

प्राथमिक स्तर के शिक्षकों के क्षमता संवर्द्धन हेतु

वर्ष 2024-25

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद
उत्तर प्रदेश, लखनऊ

## एकीकृत शिक्षक प्रशिक्षण मॉड्यूल

# 'संपूर्ण'

## प्राथमिक स्तर के शिक्षकों के क्षमता संवर्द्धन हेतु

**राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद**
**उत्तर प्रदेश, लखनऊ**
**वर्ष 2024-25**

**मुख्य संरक्षक:**

**श्री दीपक कुमार,** अपर मुख्य सचिव, वित्त, माध्यमिक शिक्षा एवं बेसिक शिक्षा, उत्तर प्रदेश शासन, लखनऊ।

**प्रेरणा:**

**श्रीमती कंचन वर्मा,** महानिदेशक, स्कूल शिक्षा/राज्य परियोजना निदेशक, समग्र शिक्षा, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**मार्गदर्शन:**

**श्री गणेश कुमार,** निदेशक, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**संकल्पना एवं निर्देशन:**

**डॉ0 पवन कुमार,** संयुक्त निदेशक (एस0एस0ए0), राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**अकादमिक निर्देशन:**

**श्रीमती दीपा तिवारी,** उप शिक्षा निदेशक, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**समन्वयन एवं सम्पादन:**

**डॉ0 मनीषा शुक्ला,** प्रवक्ता (शोध), राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**लेखक मण्डल:**

**श्री संतोष कुमार मिश्र,** प्रवक्ता (जीव विज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, संतकबीर नगर।

**डॉ0 मनीष मोहन श्रीवास्तव,** प्रवक्ता (शिक्षाशास्त्र), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, संतकबीर नगर।

**श्रीमती मोनिका शर्मा,** प्रवक्ता (रसायन विज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, अलीगढ़।

**श्रीमती अदिति श्रीवास्तव,** प्रवक्ता (मनोविज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, लखनऊ।

**डॉ0 गीतांजलि सिंह यादव,** प्रवक्ता (शिक्षाशास्त्र), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, बाराबंकी।

**डॉ0 अनीता,** प्रवक्ता (हिन्दी), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, रायबरेली।

**डॉ0 चंदन शुक्ला,** प्रवक्ता (हिन्दी), कालेज ऑफ टीचर एजूकेशन, लखनऊ।

**डॉ0 अलका रस्तोगी,** प्रवक्ता (गृह विज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, इटावा।

**डॉ0 रेनू सिंह,** प्रवक्ता (गृह विज्ञान), राज्य शिक्षा संस्थान, उ0प्र0, प्रयागराज।

**श्रीमती सीमा वर्मा,** प्रवक्ता (जीव विज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, सीतापुर।

**श्री धमेन्द्र प्रसाद गौतम,** प्रवक्ता (भौतिक विज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, आगरा।

**डॉ0 अभिषेक भारद्वाज,** प्रवक्ता (समाज कार्य), कालेज ऑफ टीचर एजूकेशन, प्रयागराज।

**श्रीमती प्रतिमा चतुर्वेदी,** प्रवक्ता (अंग्रेजी), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, अयोध्या।

**डॉ0 ज्ञानवेन्द्र सिंह,** प्रवक्ता (उर्दू), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, लखनऊ।

**सुश्री मोनिका गौतम,** प्रवक्ता (समाज कार्य), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, सीतापुर।

**प्रशासनिक सहयोगः**

**श्रीमती पुष्पा रंजन,** सहायक उप शिक्षा निदेशक (प्रशिक्षण), राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**प्रूफ रीडिंग**

**श्री संतोष कुमार मिश्र,** प्रवक्ता (जीव विज्ञान), जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, संतकबीर नगर।

**कम्प्यूटर ले–आउट एवं डिज़ाइनिंगः**

**श्री पंकज कुमार,** कम्प्यूटर ऑपरेटर, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**कवर पृष्ठ आभारः**

**मो0 तनवीर,** कम्प्यूटर ऑपरेटर, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

**संस्करण– प्रथम**

**आभार :**

**इण्टरनेट तथा अन्य स्रोत,** जिनकी सामग्री का प्रयोग किया गया है।

**श्री गणेश कुमार**
**निदेशक**

**राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।**
**फोन (कार्यालय) :** 0522–780385, 2780505
**फैक्स :** 0522–2781125
**ई–मेल :** dscertup@gmail.com

**दिनांक : 08.02.2025**

## निदेशक की कलम से.....

शिक्षा समग्र विकास की आधारशिला है। राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 की सिफारिशों में यह अनुशंसा की गयी है कि शिक्षा बोझ रहित हो तथा शिक्षण व अधिगम आनंदमय बने। विद्यालय का वातावरण भयमुक्त हो। बच्चे न केवल सीखें बल्कि सीखने के लिये तैयार हो, इसलिए आवश्यक है कि शिक्षकों का समेकित क्षमता संवर्धन किया जाये जिससे नवाचारी शिक्षण विधियों का प्रयोग करने तथा बच्चों को करके सीखने के पर्याप्त अवसर प्रदान करने के कौशल का विकास शिक्षकों में किया जा सके।

उक्त परिप्रेक्ष्य में राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ द्वारा समेकित शिक्षक प्रशिक्षण मॉड्यूल 'संपूर्ण' का विकास कराया गया है। इस मॉड्यूल का उद्देश्य प्रारंभिक स्तर पर विद्यार्थियों के सीखने के प्रतिफल में सुधार कर उनकी भावी शिक्षा की नींव को सुदृढ़ करने हेतु प्राथमिक विद्यालयों के शिक्षकों का क्षमता संवर्धन करना है। मॉड्यूल में राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 के आलोक में प्राथमिक स्तर पर आवश्यक सभी विषयों जैसे– गणित एवं भाषा शिक्षण, पर्यावरण शिक्षा, नैतिक शिक्षा, जीवन कौशल, अनुभवात्मक शिक्षण, आकलन, कला एवं संगीत, क्राफ्ट एवं पपेट्री, समावेशी शिक्षा, नेतृत्व क्षमता संवर्धन, स्वास्थ्य के लिए खेल के योगदान को समाहित किया गया है। इस मॉड्यूल में अवधारणाओं की समझ, रचनात्मकता एवं तार्किक सोच का विकास, 21वीं सदी के अपेक्षित जीवन कौशलों के विकास, समावेशी एवं सुरक्षित विद्यालयी वातावरण के सृजन हेतु विभिन्न प्रकार की गतिविधियों को स्थान दिया गया है।

यह राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ द्वारा किया गया एक अभिनव प्रयास है जिससे कम समय में एक समेकित प्रशिक्षण कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न विषयों पर शिक्षकों की व्यापक समझ विकसित की जा सकेगी एवं शिक्षकों के माध्यम से विद्यार्थियों में आलोचनात्मक चिन्तन, अवधारणाओं की समझ, जिज्ञासु प्रवृत्ति का विकास सहजता से किया जा सकेगा। 'संपूर्ण' मॉड्यूल का निर्माण विशेषज्ञों के सतत् परामर्श और राज्य स्तर के विभिन्न हितधारकों की व्यापक भागीदारी द्वारा किया गया है। मॉड्यूल की विषयवस्तु को रोचक बनाने के लिए चित्रों, ग्राफिक्स, पी०पी०टी०, वीडियो आदि का उपयोग किया गया है। मॉड्यूल आधारित प्रशिक्षण जीवंत और रुचिकर हो सके, इसके लिए विभिन्न प्रशिक्षण विधियों जैसे– समूह चर्चा, रोल प्ले, डेमो, खेल गतिविधि आदि रखे गए हैं।

'संपूर्ण' मॉड्यूल को तैयार करने में निर्देशन हेतु डॉ0 पवन सचान, संयुक्त निदेशक (एस0एस0ए0) तथा अकादमिक निदेशन हेतु श्रीमती दीपा तिवारी, उप शिक्षा निदेशक एवं समन्वयन हेतु डॉ0 मनीषा शुक्ला, प्रवक्ता (शोध), एस0सी0ई0आर0टी0, उ0प्र0, लखनऊ को धन्यवाद देता हूँ, साथ ही लेखक मण्डल को बधाई देता हूँ जिनके द्वारा अल्पावधि में इस महत्वपूर्ण कार्य को पूर्ण किया गया है।

आशा है कि यह मॉड्यूल प्रशिक्षण के उद्देश्यों को प्राप्त करने में सफल होगा। शिक्षक बहुत कुछ नया सीख पाएंगे तथा उत्तर प्रदेश को निपुण प्रदेश बनाने में अपनी भूमिका का सम्यक् निर्वहन कर सकेंगे।

इस सम्बन्ध में आपके सुझाव आमंत्रित हैं।

शुभकामनाओं सहित

**(गणेश कुमार)**
निदेशक
राज्य शैक्षिक अनुसंधान और
प्रशिक्षण परिषद, उ0प्र0 लखनऊ।

**डॉ. पवन सचान**
**संयुक्त निदेशक (एस0एस0ए0)**

**राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।**
**फोन (कार्यालय) :** 0522–780385, 2780505
**फैक्स :** 0522–2781125
**ई–मेल :** dscertup@gmail.com
**दिनांक : 08.02.2025**

# संदेश

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ के द्वारा उत्तर प्रदेश के प्राथमिक विकल्पों में शिक्षण कार्य करने वाले शिक्षकों को ध्यान में रखते हुए प्रारंभिक स्तर पर सीखने के परिणामों में सुधार हेतु प्राथमिक विद्यालयों के शिक्षकों के क्षमता संवर्धन हेतु आयोजित समेकित शिक्षण प्रशिक्षण हेतु इस ''संपूर्ण'' मॉड्यूल का विकास किया गया है। इस मॉड्यूल के अंतर्गत प्राथमिक शिक्षकों के क्षमता संवर्धन हेतु निपुण भारत अभियान, राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020, जीवन कौशल, नवाचारी शिक्षण विधियाँ, नैतिकता और मूल्यबोध, पर्यावरण शिक्षा, पुस्तकालय आदि का समावेश किया गया है। इस वृहद व एकीकृत प्रशिक्षण कार्यक्रम का मूल उद्देश्य छात्रों में आलोचनात्मक सोच को प्रोत्साहित करने, मूल्यांकन, सामुदायिक सहभागिता को बढ़ावा देने के लिए शिक्षकों को प्रेरित और सुसज्जित करना है। यह अपनी तरह की अनूठी पहल है, इस मॉड्यूल के द्वारा शिक्षकों को प्रथम स्तर के परामर्शदाता के रूप में प्रशिक्षित किया जा सकेगा ताकि वे छात्रों की सामाजिक, भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं के प्रति सजग और उत्तरदायी रहें।

यह मॉड्यूल राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश द्वारा प्राथमिक स्तर के शिक्षकों के क्षमता संवर्धन की दृष्टि से महत्वपूर्ण विषयों/बिंदुओं के प्रभावकारी संकलन का एक अभिनव प्रयास है। मॉड्यूल में गणित एवं भाषा शिक्षण, पर्यावरण शिक्षा, नैतिक शिक्षा, जीवन कौशल, अनुभवात्मक शिक्षण, आकलन, कला एवं संगीत, क्राफ्ट एवं पपेट्री, समावेशी शिक्षा, नेतृत्व क्षमता संवर्धन, स्वास्थ्य के लिए खेल के योगदान इत्यादि से सम्बंधित बिन्दुओं को मात्र पाँच दिवसों के 22 सत्रों में समाहित करने का प्रयास किया गया है, जिसमें इन बिन्दुओं के शिक्षण के माध्यम से शिक्षकों को प्रशिक्षित करने का कार्य किया जाना है। प्रत्येक सत्र में ऐसी गतिविधियों का समावेश किया गया है, जो सत्र के उद्देश्यों की प्राप्ति के साथ–साथ शिक्षकों के माध्यम से विद्यार्थियों के व्यवहार में वांछनीय परिवर्तन लाने में उपयोगी सिद्ध होगी। मॉड्यूल का उद्देश्य शिक्षक की योग्यताओं, प्रभावी कक्षा प्रबंधन कौशलों का विकास करना, विभिन्न शैक्षिक दृष्टिकोणों और शैलियों से परिचित कराना, पाठ योजनाएं विकसित करने के लिए प्रशिक्षित करना, समावेशी और सतत मूल्यांकन तकनीकों से अवगत कराना, शिक्षक के संसाधनों के प्रसार में सहायता करना इत्यादि है, जिसके द्वारा शिक्षक अपने स्वयं के अनुभवों और अनुभवात्मक ज्ञान को उपलब्ध संसाधनों के साथ जोड़ सकेंगे। इस ''संपूर्ण'' मॉड्यूल के निर्माण एवं इस पर आधारित एकीकृत प्रशिक्षण प्रणाली से प्राथमिक विद्यालयों के शिक्षकों का समस्त महत्वपूर्ण विषयों का प्रशिक्षण मात्र 05 दिवसों में पूर्ण हो सकेगा, जिससे समय की बचत होगी और अध्यापकों को छात्र–छात्राओं के अध्यापन हेतु अधिक समय मिल सकेगा।

इस कार्य में संलग्न हमारी राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश की टीम, विशेषतः श्रीमती दीपा तिवारी, उप शिक्षा निदेशक व डॉ0 मनीषा शुक्ला, प्रवक्ता (शोध) के प्रति विशेष आभार प्रकट करता हूँ तथा समस्त हितधारकों को शुभकामनाएं भी सम्प्रेषित करता हूँ।

**डॉ0 (पवन सचान)**
संयुक्त निदेशक (एस0एस0ए0)
राज्य शैक्षिक अनुसंधान और
प्रशिक्षण परिषद, उ0प्र0 लखनऊ।

# भूमिका

सामाजिक परिवर्तन एवं विकास एक सतत् प्रक्रिया है जिसमें शिक्षा की महती भूमिका है। शिक्षा किसी भी व्यक्ति अथवा समाज की प्रगति को निर्णायक दिशा देती है। यह सुनिश्चित करना आवश्यक है कि देश के प्रत्येक बच्चे को गुणवत्तापरक शिक्षा प्राप्त हो। बच्चों के शिक्षण–अधिगम की अनेकानेक विधाएं हैं किन्तु प्रत्येक बच्चे का सीखने का स्तर, उसकी रुचि, अनुभव, पूर्वज्ञान, विभिन्न प्रेरकों से संपर्क एवं उनके प्रति बच्चे की अनुक्रिया से आकार लेता है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति – 2020 में इस प्रकार की शिक्षा की अनुशंसा की गयी है जो बच्चों को गतिविधियों, खोज और अन्वेषण आदि के माध्यम से सीखने पर बल देती है। वर्तमान में प्रचलित शिक्षण के पारम्परिक विधियों को नवीन विधियों से परिवर्तित किया जा रहा है, जिसमें रचनात्मकता, सूचना संचार एवं प्रौद्योगिकी (आई0सी0टी0) का प्रयोग और विद्यार्थी केंद्रित शिक्षण का महत्वपूर्ण स्थान है। बदलते शैक्षिक परिदृश्य में यह विश्वास निहित है कि बच्चे अपने ज्ञान का निर्माण स्वयं करते हैं एवं बच्चों को अपने ज्ञान पर चिंतन करने और दैनिक जीवन में उपयोग हेतु प्रोत्साहित करने की आवश्यकता है। इस हेतु शिक्षकों को बच्चों को समझने की आवश्यकता है, जिससे सीखना उनके लिए बोझ न होकर आनंददायक और रोचक अनुभव हो सके जो शिक्षकों के साथ–साथ विद्यार्थियों के समग्र विकास में सहयोगी हो। इस आवश्यकता के दृष्टिगत उपर्युक्त परिप्रेक्ष्य में शिक्षकों के क्षमता संवर्धन हेतु एकीकृत प्रशिक्षण मॉड्यूल की आवश्यकता अनुभूत की गयी, जिसका राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्, उत्तर प्रदेश द्वारा विकास किया गया।

राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश द्वारा प्राथमिक विद्यालयों में अध्यापन कर रहे, शिक्षकों के क्षमता संवर्धन की दृष्टि से महत्वपूर्ण विषयों एवं बिंदुओं के प्रभावकारी संकलन का एक नवीन प्रयास है। मॉड्यूल में गणित एवं भाषा शिक्षण, पर्यावरण शिक्षा, नैतिक शिक्षा, जीवन कौशल, अनुभवात्मक शिक्षण, आकलन, कला एवं संगीत, क्राफ्ट एवं पपेट्री, समावेशी शिक्षा, नेतृत्व क्षमता संवर्धन, स्वास्थ्य के लिए खेल के योगदान आदि विषयों को समाहित करने का प्रयास किया गया है। प्रत्येक सत्र में ऐसी गतिविधियों का समावेश किया गया है जो सत्र के उद्देश्यों की प्राप्ति के साथ–साथ शिक्षकों के माध्यम से विद्यार्थियों के व्यवहार में वांछनीय परिवर्तन लाने में उपयोगी सिद्ध होगी। मॉड्यूल का उद्देश्य शिक्षकों की क्षमता संवर्धन, प्रभावी कक्षा प्रबंधन कौशलों का विकास करना, विभिन्न शैक्षिक दृष्टिकोणों और शैलियों से परिचित कराना है, जिसके द्वारा शिक्षक स्वयं के अनुभवों और अनुभवात्मक ज्ञान को उपलब्ध संसाधनों के साथ जोड़ सकेंगे।

मॉड्यूल में दी गई नियोजित गतिविधियाँ प्रतिभागी शिक्षकों की शिक्षण क्षमता संवर्धन, अवधारणाओं की समझ में वृद्धि, विद्यार्थियों के व्यक्तित्व और सामाजिक कौशल को विकसित करने के लिए आवश्यक अधिगम प्रक्रिया को मजबूत करने में सहायक होंगी। जिससे अंततोगत्वा बच्चों में कल्पनाशीलता, रचनात्मकता, सृजनशीलता, नैतिकता आदि मूल्यों का विकास किया जा सकेगा तथा वे समाज के योग्य नागरिक बनकर देश के विकास एवं उन्नति में महत्वपूर्ण योगदान दे सकेंगे।

# प्रशिक्षक/सुगमकर्ता के लिये निर्देश

- प्रतिभागियों की रुचि व भागीदारी बढ़ाने के लिए गतिविधियों व शिक्षण–अधिगम सामग्री का प्रयोग अधिकाधिक करें।
- सरल व स्थानीय भाषा का प्रयोग करते हुए व्यावहारिक उदाहरण प्रस्तुत करें।
- सुगमकर्ता सत्र के मध्य में प्रतिभागियों से संवाद स्थापित करते हुए ऐसे प्रश्न पूछें जिससे प्रतिभागियों की समझ स्पष्ट व सुनिश्चित हो सके।
- प्रतिभागियों के विचारों और अनुभवों को सम्मान दें। प्रतिभागी जब बोल रहे हों तो उन्हें अनावश्यक न टोकें। यह सुनिश्चित करें कि सभी प्रतिभागियों को अभिव्यक्ति का समान अवसर प्राप्त हो सके।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के विचारों की सराहना करते हुए अन्य प्रतिभागियों को ध्यान से सुनने के लिए निर्देशित करें।
- समूह कार्य या गतिविधि के दौरान, यथासंभव सुगमकर्ता प्रतिभागियों के पास उनके सहयोग के लिए उपस्थित रहें।
- सुगमकर्ता इस बात का ध्यान रखे कि समूह चर्चा के दौरान प्रतिभागी चर्चा के विषय से विचलित न हो।
- समस्त सुगमकर्ता पारस्परिक सहयोग करते हुए सत्र का प्रभावी संचालन करें।
- सुगमकर्ता सत्र के समेकन में प्रतिभागियों द्वारा साझा की गयी बातों एवं जानकारियों का सार निकालें और प्रस्तुत करें। खुद अंतिम निर्णय देने से बचें।
- प्रत्येक सत्र में एक से अधिक गतिविधियां सम्मिलित की गयी है, सुगमकर्ता अपनी सुविधानुसार गतिविधि का चयन कर सकते है व स्वयं द्वारा विकसित अन्य गतिविधि के माध्यम से सत्र का प्रभावी संचालन कर सकते है।

# प्रशिक्षण का नियोजन एवं तैयारी

- प्रभावी एवं सफल प्रशिक्षण हेतु प्रशिक्षण का नियोजन एवं तत्सम्बन्धी पूर्व तैयारी अत्यन्त आवश्यक है। प्रशिक्षण के नियोजन एवं तैयारी में निम्नांकित बिन्दुओं को दृष्टि में रखना अपेक्षित है–
- प्रशिक्षण / कार्यशाला के स्थल का चयन।
- प्रशिक्षण / कार्यशाला की अवधि / समय प्रबन्धन (उद्घाटन / समापन सहित)।
- प्रतिभागियों व संदर्भ व्यक्तियों / अतिथि विशेषज्ञों / अतिथि वक्ताओं की सूची बनाना व उनकी उपस्थिति सुनिश्चित करना।
- सुगमकर्ताओं में परस्पर कार्य विभाजन करना।
- सत्र के क्रम को निर्धारित करना एवं आगामी दिवस के सत्रों की गतिविधियों को निर्धारित करना।
- निर्धारित गतिविधियों हेतु आवश्यक संसाधनों एवं सामग्री की पूर्व व्यवस्था करना।
- प्राप्त प्रतिपुष्टि व स्वयं के अनुभवों के आधार पर सुगमकर्ताओं द्वारा प्रशिक्षण / कार्यशाला का समग्र मूल्यांकन करना।
- प्रशिक्षण के उपरान्त फॉलो–अप गतिविधियों का निर्धारण करना।

- प्रशिक्षण का अभिलेखीकरण।
- प्रशिक्षण के दौरान प्रत्येक दिवस के अंत में उस दिन के क्रियाकलापों पर चर्चा करना, सफल बिन्दुओं को अगले दिवस मे सम्मिलित करना एवं असफल बिन्दुओं के लिए नई रणनीति बनाना।
- प्रशिक्षण सत्रों की वीडियो रिकार्डिंग/फोटोग्राफी की व्यवस्था करना।

# प्रतिभागियों हेतु नियम/निर्देश

प्रशिक्षण से पूर्व प्रतिभागियों को निम्नलिखित निर्देश दें– (यह निर्देश प्रतिभागियों की सहायता से भी तैयार किये जा सकते हैं)–

- प्रशिक्षण की फोटोग्राफी की व्यवस्था संस्थान की ओर से की गयी है। अतः सत्र के दौरान फोटोग्राफी न करें।
- कृपया अपने मोबाइल को साइलेंट मोड पर रखे एवं सत्र के दौरान अनावश्यक रूप से कक्ष के बाहर न जाएं।
- प्रशिक्षण कक्ष में स्वच्छता बनाये रखें। चाय के खाली कप व नाश्ते के पैकेट, रैपर आदि कूड़ेदान में ही डालें।
- कार्यशाला में कोई दर्शक नहीं होगा, सभी प्रतिभागी होंगे। सभी प्रशिक्षण में बराबर की भागीदारी सुनिश्चित करें। जब कोई अपनी बात रखे तो उसकी बात पूरी होने का इंतजार करें, तभी अपनी प्रतिक्रिया दें।
- सभी को अभिव्यक्ति का अवसर प्रदान करें।
- गतिविधि हेतु जो भी स्टेशनरी या सामग्री लें, उपयोग के बाद यथा स्थान वापस रख दें।
- स्वानुशासित होकर प्रशिक्षण की गरिमा बनाये रखें।
- क्यू–आर कोड के माध्यम से प्रशिक्षण से पूर्व पंजीकरण एवं पूर्व–आकलन प्रपत्र भरना सुनिश्चित करें।
- प्रशिक्षण की समाप्ति के बाद पश्च–आकलन प्रपत्र और प्रतिपुष्टि प्रपत्र भरना सुनिश्चित करें।

# अनुक्रमणिका


| क्र0सं0 | विषयवस्तु / पाठ्यवस्तु | पृष्ठ संख्या |
|---|---|---|
| 1 | उद्घाटन सत्र (पंजीकरण एवं मॉड्यूल परिचय) | 01 |
| 2 | प्राथमिक शिक्षा के परिपेक्ष्य में राष्ट्रीय शिक्षा नीति – 2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालय शिक्षा) – 2023 | 02 |
| 3 | निपुण भारत अभियान | 05 |
| 4 | कला एवं संगीत एकीकृत शिक्षण | 08 |
| 5 | स्वास्थ्य शिक्षा एवं खेल एकीकृत शिक्षण | 15 |
| 6 | एन0सी0ई0आर0टी0 आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों का उन्मुखीकरण | 19 |
| 7 | हिन्दी भाषा शिक्षण | 22 |
| 8 | संस्कृत भाषा शिक्षण | 30 |
| 9 | उर्दू भाषा शिक्षण | 36 |
| 10 | नैतिक शिक्षा एवं मूल्य बोध | 40 |
| 11 | शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण–1 | 44 |
| 12 | शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण–2 | 54 |
| 13 | जीवन कौशल भाग–1 | 59 |
| 14 | जीवन कौशल भाग–2 | 64 |
| 15 | अंग्रेजी भाषा शिक्षण | 70 |
| 16 | आकलन | 75 |
| 17 | समग्र प्रगति पत्र | 81 |
| 18 | गणित शिक्षण | 83 |
| 19 | अनुभवात्मक शिक्षण एवं पुस्तकालय प्रयोग | 89 |
| 20 | नवाचारी शिक्षण विधियाँ एवं शिक्षण में आई0सी0टी0 का प्रयोग | 95 |
| 21 | समावेशी शिक्षा | 104 |
| 22 | कक्षा–कक्ष प्रबन्धन व विद्यालय प्रबन्धन | 109 |

| | | |
|---|---|---|
| 23 | पर्यावरण शिक्षा शिक्षण | 118 |
| 24 | सुरक्षा–संरक्षा (भाग– 1) | 126 |
| 25 | सुरक्षा–संरक्षा (भाग–2) | 131 |
| 26 | नेतृत्व क्षमता संवर्धन एवं सामुदायिक सहभागिता | 148 |
| 27 | समापन | 152 |
| 28 | परिशिष्ट<br>(i) पूर्व एवं पश्च आकलन प्रपत्र | 153 |
| | (ii) प्रतिपुष्टि फॉर्म (फीडबैक फॉर्म) | 159 |
| | (iii) एकीकृत शिक्षण मॉड्यूल 'सम्पूर्ण' हेतु सहायक सामग्री | 161 |

# एकीकृत शिक्षक प्रशिक्षण माड्यूल सत्र-योजना

| दिवस | समय (अवधि) | प्रथम दिवस | द्वितीय दिवस | तृतीय दिवस | चतुर्थ दिवस | पंचम दिवस |
|---|---|---|---|---|---|---|
| सत्र | 09:30–10:00 (30 मिनट) | प्रातः गतिविधि | प्रातः गतिविधि | प्रातः गतिविधि | प्रातः गतिविधि | प्रातः गतिविधि |
| प्रथम | 10:00–11:15 (75 मिनट) | पंजीकरण एवं मॉड्यूल परिचय | एन0सी0ई0आर0टी0 आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों का उन्मुखीकरण | शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण–2 | गणित शिक्षण | पर्यावरण शिक्षा शिक्षण |
| 11:15–11:30 (15 मिनट) सूक्ष्म जलपान | | | | | | |
| द्वितीय | 11:30–12:45 (75 मिनट) | प्राथमिक शिक्षा के परिपेक्ष्य में राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 | हिन्दी भाषा शिक्षण | जीवन कौशल भाग–1 | अनुभवात्मक शिक्षण एवं पुस्तकालय प्रयोग | सुरक्षा–संरक्षा –1 |
| 12:45–01:30 (45 मिनट) भोजन | | | | | | |
| तृतीय | 01:30–02:45 (75 मिनट) | निपुण भारत अभियान | संस्कृत भाषा / उर्दू भाषा शिक्षण | जीवन कौशल भाग–2 | नवाचारी शिक्षण विधियाँ एवं शिक्षण में आई0सी0टी0 का प्रयोग | सुरक्षा–संरक्षा –2 |
| 02:45–03:00 (15 मिनट) सूक्ष्म जलपान | | | | | | |
| चतुर्थ | 03:00–04:15 (75 मिनट) | कला एवं संगीत एकीकृत शिक्षण | नैतिक शिक्षा एवं मूल्य बोध | अंग्रेजी शिक्षण | समावेशी शिक्षण | नेतृत्व क्षमता संवर्धन एवं सामुदायिक सहभागिता |
| पंचम | 04:15–05:30 (75 मिनट) | स्वास्थ्य शिक्षा एवं खेल एकीकृत शिक्षण | शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण–1 | आकलन एवं समग्र प्रगति पत्र | कक्षा–कक्ष / विद्यालय प्रबन्धन | समापन सत्र |

# विषय- उद्घाटन सत्र (पंजीकरण एवं मॉड्यूल परिचय)

**अवधि–75 मिनट**

राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद, उत्तर प्रदेश, लखनऊ द्वारा राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में उल्लिखित समस्त शिक्षकों हेतु न्यूनतम 50 घंटे के सतत् व्यावसायिक विकास (CPD) के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए पाँच दिवसीय समेकित एवं एकीकृत प्रशिक्षण मॉड्यूल तैयार किया गया है। इस मॉड्यूल में कक्षा 1 से 5 तक के परिषदीय प्राथमिक विद्यालयों में शिक्षण कार्य कर रहे शिक्षकों के क्षमता संवर्धन हेतु निम्नलिखित विषयों को सम्मिलित किया गया है–

1. प्राथमिक शिक्षा परिपेक्ष्य में राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023
2. निपुण भारत अभियान
3. कला एवं संगीत एकीकृत शिक्षण
4. एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्य पुस्तकों का समेकित प्रयोग
5. प्राथमिक स्तर पर हिन्दी भाषा शिक्षण
6. शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण
7. नैतिक शिक्षा एवं मूल्यबोध
8. प्राथमिक स्तर पर अंग्रेजी भाषा शिक्षण
9. जीवन कौशल
10. कक्षा प्रबंधन व विद्यालय प्रबंधन
11. प्राथमिक स्तर पर गणित शिक्षण
12. अनुभवात्मक शिक्षण एवं पुस्तकालय प्रयोग
13. नवाचारी शिक्षण विधियाँ एवं शिक्षण में आई०सी०टी० का प्रयोग
14. समावेशी शिक्षा
15. पर्यावरण शिक्षा
16. आकलन एवं समग्र प्रगति पत्र (Holistic progress card)
17. नेतृत्व क्षमता संवर्धन एवं सामुदायिक सहभागिता
18. स्वास्थ्य शिक्षा एवं खेल एकीकृत शिक्षण
19. प्राथमिक स्तर पर संस्कृत/उर्दू भाषा शिक्षण
20. सुरक्षा–संरक्षा

इस मॉड्यूल में कक्षा 1 से 5 तक की कक्षाओं में शिक्षण हेतु सभी विषयों के शिक्षणशास्त्र, उपचारात्मक शिक्षण, नवाचारी गतिविधियों, अनुभवात्मक अधिगम पर आधारित शिक्षण तथा आई०सी०टी० के प्रयोग आदि पर चर्चा–परिचर्चा करते हुए शिक्षण–अधिगम प्रक्रिया को प्रभावी बनाने का प्रयास किया गया है।

सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को प्रशिक्षण के उद्देश्यों एवं नियमों से परिचित कराते हुए सत्र को संचालित करेगा।

प्रतिभागियों की प्रशिक्षण से क्या अपेक्षाएं हैं?, सुगमकर्ता उनसे लिखकर देने को कहें एवं इस पर उनके साथ चर्चा–परिचर्चा भी करें।

इस प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य प्राथमिक विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के अधिगम सम्प्राप्ति में आने वाली चुनौतियाँ एवं उनके सम्भावित समाधान तथा कक्षा–शिक्षण में नवीन गतिविधियों एवं आधुनिक शिक्षण तकनीकों का प्रयोग करना है।

**दिवस- प्रथम** **सत्र- द्वितीय**

# विषय- प्राथमिक शिक्षा के परिपेक्ष्य में राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)-2023

**अवधि**–75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी शिक्षक निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के अनुसार गतिविधि आधारित शिक्षण विधियों का प्रयोग करना।
- विद्यालयी शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा–2023 के प्रावधानों का क्रियान्वयन।
- बच्चों के संज्ञानात्मक, सामाजिक और भावनात्मक विकास हेतु एक मजबूत आधार प्रदान करने के लिए खेल–आधारित रचनात्मक शिक्षण विधियों का प्रयोग।

**आवश्यक सामग्री–** पी०पी०टी०, चार्ट पेपर, स्टिकी नोट, पेंसिल, बोर्ड, मार्कर, स्केच पेन, स्केल, कैंची आदि।

**सत्र संचालन–**

**सत्र भाग (1) राष्ट्रीय शिक्षा नीति– 2020**

- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागी शिक्षकों से पूछा जाए कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 सुनते ही उनके मस्तिष्क में कौन–कौन से शब्द/विचार आते हैं, उसे ''मेंटीमीटर'' की सहायता से वर्ड क्लाउड के रूप में प्रदर्शित करें या उन शब्दों/विचारों को बोर्ड पर लिखते जाएं। प्राप्त बिंदुओं को प्राथमिक शिक्षा के संदर्भ में स्पष्ट करते हुए पी०पी०टी० के माध्यम से प्रस्तुतीकरण करें।

  सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों के साथ व्यापक स्तर पर शिक्षा प्रणाली को प्रभावी बनाने हेतु राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में निहित अनुशंसाओं पर चर्चा करें–

  - मातृभाषा/स्थानीय भाषा/क्षेत्रीय भाषा पर बल देने के साथ–साथ बहु–भाषिकता और अध्ययन–अध्यापन के कार्य में भाषा की शक्ति को प्रोत्साहित करना।
  - बुनियादी साक्षरता और संख्या ज्ञान को प्राथमिकता देना जिससे सीखने के मूलभूत कौशलों का विकास हो सके।
  - खेल और गतिविधि आधारित शिक्षण को बढ़ावा देना।
  - प्रत्येक विद्यार्थी की विशिष्ट क्षमताओं की स्वीकृति, पहचान और उनके विकास हेतु प्रयास करना।
  - समग्र और समावेशी शिक्षण प्रणाली का विकास करना।
  - शिक्षण प्रक्रिया में लचीलापन लाना ताकि विद्यार्थी अपनी प्रतिभा और रुचियों के अनुसार जीवन में अपना लक्ष्य तय कर सकें।
  - अवधारणात्मक समझ का विकास करना।
  - रचनात्मकता, तार्किक सोच एवं नवाचार को प्रोत्साहित करना।
  - कला, विज्ञान व अन्य विषयों पर आधारित (पाठ्यक्रम और पाठ्येतर) गतिविधियों में सहज सम्बन्ध स्थापित करते हुए शिक्षण कार्य करना।
  - सीखने के लिए सतत् आकलन को बढ़ावा देना।
  - तकनीकी शिक्षा के यथासंभव उपयोग पर बल देना।

- नैतिक, मानवीय व संवैधानिक मूल्यों के विकास पर बल देना।
- विद्यार्थियों को भारतीय संस्कृति एवं मूल्यों से जोड़ने पर बल देना।

**गतिविधि 1 –**

**गतिविधि पूर्व तैयारी–**

सुगमकर्ता भाषा सीखने की निम्नलिखित विधियों से सम्बन्धित पर्ची बना लें–

1. कहानी  2. कविता  3. लोकगीत  4. लोकोक्ति  5. रोल प्ले  6. वार्तालाप

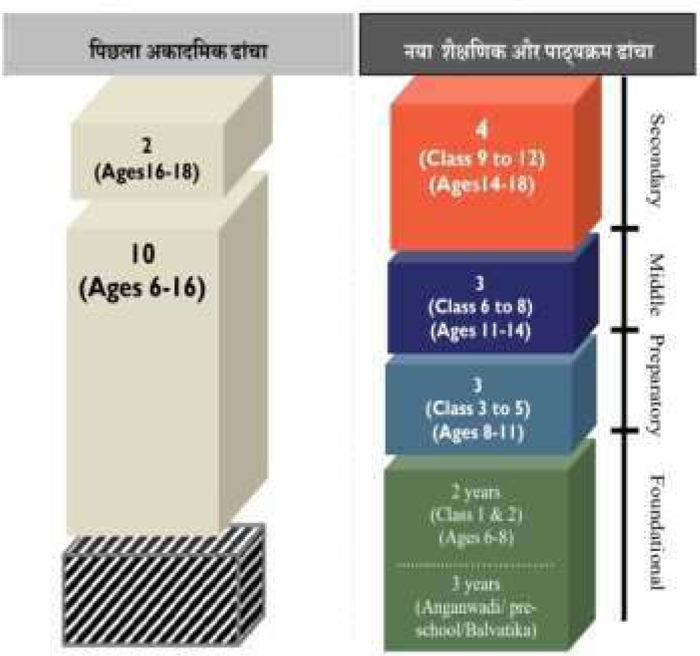
**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को छः समूहों में विभाजित करें।
- प्रत्येक समूह से एक प्रतिभागी को एक पर्ची का चयन करने को कहें।
- चयनित पर्ची के आधार पर प्रत्येक समूह क्षेत्रीय भाषा/मातृभाषा में अपना प्रस्तुतीकरण करें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ भाषा सीखने की विधियों पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे।

**समेकन –** सुगमकर्ता राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के लक्ष्यों पर इंगित करते हुए गतिविधि का समेकन करें। सुगमकर्ता प्रतिभागियों को क्षेत्रीय भाषा/मातृभाषा के प्रयोग में संकोच व हिचकिचाहट को दूर कर इसके अधिकाधिक प्रयोग हेतु प्रेरित करें।

➢ सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों के साथ राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के ढांचे पर भी चर्चा करें।




➢ सुगमकर्ता राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में वर्णित शिक्षा के उद्देश्य के बारे में विस्तार से चर्चा करते हुए स्पष्ट करें कि –

- शिक्षा का उद्देश्य न केवल विद्यार्थियों के संज्ञानात्मक विकास से है अपितु चरित्र निर्माण और 21वीं सदी के प्रमुख कौशलों व सर्वांगीण विकास से भी है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति के आलोक में ज्ञान एक अमूल्य निधि है और शिक्षा इसकी अभिव्यक्ति का माध्यम है, जो

व्यक्तित्व को पूर्णता प्रदान करता है। इन महत्वपूर्ण लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए पाठ्यक्रम और शिक्षण–शास्त्र के सभी पक्षों को पुनरीक्षित कर नवीन आयाम प्रदान करने की अनुशंसा करता है।

**राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 का विजन–**

- सुगमकर्ता राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के क्रियान्वयन सम्बन्धी चुनौतियों एवं सुझाव पर चर्चा करें व बहु भाषा विकास हेतु नीतियों पर प्रकाश डालें।

**सत्र भाग (2) राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023**

सुगमकर्ता प्राथमिक शिक्षा के संदर्भ में राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 के प्रमुख बिन्दुओं पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे–

1. **समानुभूति और नैतिक शिक्षा**– विद्यार्थियों को सामाजिक मूल्यों एवं नैतिक मूल्यों से अवगत कराना।
2. **प्रोजेक्ट आधारित शिक्षा**–विद्याार्थियों को व्यावहारिक शिक्षा के माध्यम से सीखने के अवसर प्रदान करना।
3. **अन्तः विषय क्षेत्र**–विभिन्न विषयों और विधियों को एक–दूसरे से जोड़कर शिक्षण कार्य करना।
4. **व्यावसायिक शिक्षा**–विद्यालयी शिक्षा में व्यावसायिक शिक्षा को जोड़कर जीविका, कार्य एवं आर्थिक भागीदारी के लिए विद्यार्थियों में क्षमता/कौशल विकसित करना।
5. **समग्र आकलन**– विद्यार्थियों की शैक्षिक प्रगति का आकलन केवल परीक्षा के आधार पर नहीं बल्कि पूरे वर्ष के दौरान उनकी विभिन्न गतिविधियों पर आधारित होना।
6. खेल, कला और संगीत के माध्यम से समग्र विकास आधारित गतिविधियों को सम्मिलित करना।
7. **कौशल आधारित शिक्षा**– जीवन कौशल, भावनात्मक कौशल एवं सामाजिक कौशल पर विशेष ध्यान देना। विद्यार्थियों में सामान्य डिजिटल और तकनीकी कौशल का विकास करना।

**गतिविधि 2 –**

सुगमकर्ता राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 के प्रमुख बिंदुओं पर प्रतिभागियों से उनके विचार लिखने के लिए कहें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में प्राथमिक शिक्षा से सम्बन्धित अनुशंसाओं पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे।

**समेकन–**

सुगमकर्ता द्वारा समेकन करते हुए स्पष्ट किया जायेगा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में निहित प्राथमिक शिक्षा, शिक्षा नीति का सर्वाधिक महत्वपूर्ण भाग है। बिना नींव मजबूत किये राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के निर्धारित लक्ष्यों को प्राप्त करना आसान नहीं होगा इसीलिए यह अपेक्षा की गयी है, कि प्राथमिक शिक्षा के निर्धारित लक्ष्यों को अतिशीघ्र प्राप्त किया जाए। राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 की मूल अवधारणा रटने की प्रवृत्ति के बजाय तार्किक एवं अवधारणात्मक क्षमता का विकास करना है। अतः गतिविधि–आधारित सीखने की प्रक्रिया को अपनाने का प्रयास करना होगा।

**सत्र समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 की अनुशंसाओं को संकलित करते हुए सत्र का समापन करेंगे।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के अनुसार गतिविधि आधारित शिक्षण विधियों का प्रयोग करना।
- विद्यालयी शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा–2023 के प्रावधानों का क्रियान्वयन।

दिवस- प्रथम

सत्र- तृतीय

# विषय- निपुण भारत अभियान

**अवधि– 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- निपुण भारत अभियान व उसके उद्देश्य
- निपुण भारत अभियान के क्रियान्वयन के लिए शिक्षण हेतु रणनीतियों का प्रयोग
- टाइम एंड मोशन स्टडी शासनादेश का क्रियान्वयन

**आवश्यक सामग्री–** पी०पी०टी०, स्केच पेन, ए–4 पेपर, मार्कर आदि

**सत्र संचालन–**

**सत्र भाग (1)–**

- सत्र के प्रारम्भ में सुगमकर्ता प्रतिभागियों से निपुण भारत अभियान से सम्बंधित प्रश्न (जैसे : NIPUN का पूरा नाम, मुख्य उद्देश्य, कक्षानुरूप विषयवार दक्षताएं आदि) पूछें।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों की पूर्व जानकारी को आधार बनाते हुए निपुण भारत अभियान का परिचय दें।

**निपुण भारत अभियान–** समझ और संख्यात्मक ज्ञान के साथ पढ़ने में प्रवीणता के लिए राष्ट्रीय पहल (NIPUN) का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि देश में ग्रेड स्तर 3 तक का प्रत्येक बच्चा अनिवार्य रूप से 2026–27 तक मूलभूत साक्षरता और संख्यात्मकता का ज्ञान प्राप्त कर ले। निपुण भारत अभियान, समग्र शिक्षा की केंद्र प्रायोजित योजना के तत्त्वाधान में प्रारम्भ किया गया है। यह अभियान विद्यालयी शिक्षा के प्रारम्भिक वर्षों में बच्चों तक पहुँच सुनिश्चित करने और विद्यालय में उनकी उपस्थिति बनाये रखने पर ध्यान केंद्रित करने के साथ शिक्षक क्षमता संवर्धन, उच्च गुणवत्ता वाले शिक्षण संसाधनों/शिक्षण सामग्री का विकास और सीखने के परिणामों को प्राप्त करने में प्रत्येक बच्चे की प्रगति पर भी नजर रखेगा।

- सुगमकर्ता निपुण भारत अभियान के उद्देश्यों पर विस्तृत रूप से प्रकाश डालें व हितधारकों की भूमिका पर चर्चा करें ।

**निपुण भारत अभियान के उद्देश्य–**

- बच्चों को संख्या, माप और आकार के क्षेत्र को तर्क के साथ समझने और उन्हें गणना एवं समस्या के समाधान में स्वतंत्र बनाना।
- बच्चों को परिवेशीय/मातृभाषा में उच्च गुणवत्तायुक्त शिक्षण सामग्री को उपलब्ध कराना और उनका प्रभावी उपयोग सुनिश्चित करना।
- शिक्षकों, शिक्षक–प्रशिक्षकों और शिक्षा प्रशासकों की क्षमताओं को विकसित करना।
- प्रभावी अधिगम सुनिश्चित करने हेतु सभी हितधारकों अर्थात् शिक्षकों, अभिभावकों, विद्यार्थियों और नीति निर्माताओं के साथ सक्रिय रूप से जुड़ना।
- पोर्टफोलियो, समूह और सहयोगात्मक कार्य, परियोजना कार्य, प्रश्नोत्तरी, रोल प्ले, खेल, मौखिक प्रस्तुतीकरण, लघु परीक्षण आदि के माध्यम से सीखने की प्रक्रिया को प्रभावी बनाते हुए आकलन सुनिश्चित करना।
- सभी विद्यार्थियों के सीखने के स्तर का सतत् अवलोकन करना।
- सतत् पठन और लेखन कौशल की समझ हेतु बच्चों को प्रेरित करना, स्वतंत्र बनाना और लेखन शैली में सक्षम बनाना।

- खेल, खोज और गतिविधि आधारित शिक्षण–शास्त्र को शामिल करके, बच्चों को दैनिक जीवन की स्थितियों से जोड़कर और बच्चों की स्थानीय भाषाओं को औपचारिक रूप से शामिल करके कक्षा में समावेशी वातावरण सुनिश्चित करना।

सुगमकर्ता राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के उद्देश्य "विद्यालयी और उच्च शिक्षा प्रणालियों में परिवर्तनकारी सुधारों का मार्ग प्रशस्त करना" के परिप्रेक्ष्य में निपुण भारत अभियान के सफल क्रियान्वयन हेतु प्रतिभागियों के सहयोग से सुझाव एवं नवाचारों पर प्रकाश डालें।

**गतिविधि 1– खेल–खेल में सीखो**

**गतिविधि हेतु निर्देश –**

- सुगमकर्ता निपुण भारत अभियान के अंतर्गत उल्लिखित सीखने की प्रभावी विधियों जैसे– समूह व सहयोगात्मक कार्य, प्रोजेक्ट कार्य, प्रश्नोत्तरी, रोल–प्ले, खेल, मौखिक प्रस्तुतीकरण आदि पर पर्चियाँ तैयार कर लें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों में बाँटें ।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को निपुण भारत अभियान के अंतर्गत उल्लिखित सीखने की प्रभावी विधियों से सम्बन्धित फ्लैश कार्ड वितरित करें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों के प्रत्येक समूह को फ्लैश कार्ड पर लिखी विधि का प्रयोग करते हुए एक निपुण दक्षता पर आधारित प्रभावी शिक्षण हेतु कक्षा सत्र का प्रस्तुतीकरण करने के निर्देश दें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह के द्वारा गतिविधि का प्रस्तुतीकरण/प्रदर्शन कराएं।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता सीखने की प्रभावी विधियों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– सुगमकर्ता निपुण भारत अभियान में अन्तर्निहित महत्वपूर्ण बिन्दुओं एवं उनके सफल क्रियान्वयन हेतु सुझाव को समाहित करते हुए गतिविधि का समेकन करें ।

**गतिविधि 2 – साझा करें– प्रगति करें**

**गतिविधि हेतु निर्देश –**

- सुगमकर्ता निपुण भारत अभियान से सम्बंधित कक्षा एवं दक्षतायें लिखी हुई पर्चियां तैयार कर लें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे समूहों में बाँटें।
- प्रत्येक समूह को लिखी हुई पर्चियों में से कोई एक पर्ची का चयन करने को कहें।
- चयनित पर्ची पर लिखी दक्षता की प्राप्ति हेतु सुझावात्मक गतिविधि एवं प्रयास लिख कर चार्ट बनाने को कहें।
- प्रतिभागी सुझावों एवं प्रयासों को गैलरी वॉक के माध्यम से प्रस्तुत करें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता अधिगम प्रतिफल पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– सुगमकर्ता गतिविधि का समेकन करते हुए नवाचारी प्रयासों को साझा करें।

**सत्र भाग (2) टाइम एंड मोशन स्टडी शासनादेश–**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों की टाइम एंड मोशन स्टडी शासनादेश के प्रति जागरूकता स्तर की पहचान कर शासनादेश को निम्नलिखित प्रश्नों के माध्यम से जानने का प्रयास करेंगे–
  1. शासनादेश में कुल कितने बिन्दुओं का समावेशन किया गया है?
  2. शासनादेश में कितने शिक्षण दिवस सुनिश्चित करने के बारे में कहा गया है?

3. शासनादेश के अनुसार समय सारणी में प्रत्येक कालांश कितने मिनट का है?
4. शासनादेश मे कितनी पंजिकाओं के रख–रखाव के बारे में कहा गया है?
5. विद्यालय अवधि में समय के सदुपयोग हेतु शिक्षकों को कौन से कार्य करने के निर्देश दिये गये है?

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों की जानकारी का संवर्धन करते हुए टाइम मोशन आधारित शासनादेश के मुख्य उद्देश्य स्पष्ट करें व समय प्रबंधन हेतु शासनादेश की आवश्यकता एवं शिक्षा की गुणवत्ता के उन्नयन में इसकी भूमिका पर चर्चा करें।

**गतिविधि 3 – स्वयं को जाने।**

**गतिविधि हेतु निर्देश –**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को ए–4 साइज का पेपर वितरित करें।
- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को 2 मिनट का समय निर्धारित करते हुए टाइम एंड मोशन स्टडी आधारित शासनादेश के बिन्दुओं को याद कर लिखने को कहें।
- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों से पूछें कि उन्होंने कितने बिन्दुओं को लिखा है? तत्पश्चात् सभी प्रतिभागियों द्वारा लिखित बिन्दुओं का संकलन कर उनके सफल क्रियान्वयन हेतु सुझावों पर चर्चा करें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता निपुण भारत अभियान व टाइम एवं मोशन स्टडी आधारित शासनादेश के क्रियान्वयन पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– सुगमकर्ता निपुण भारत अभियान व टाइम एवं मोशन स्टडी आधारित शासनादेश के प्रति प्रतिभागियों की समझ को स्पष्ट करते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे।

**सत्र समेकन** – सुगमकर्ता प्रतिभागियों से निपुण भारत अभियान एवं टाइम एंड मोशन स्टडी आधारित शासनादेश सम्बन्धी चर्चा के प्रमुख बिन्दुओं की पुनरावृत्ति करते हुए सत्र का समेकन करें।

**इस सत्र से हमने सीखा**–

- निपुण भारत अभियान व उसके उद्देश्य
- निपुण भारत अभियान के क्रियान्वयन के लिए शिक्षण हेतु रणनीतियों का प्रयोग
- टाइम एंड मोशन स्टडी आधारित शासनादेश का क्रियान्वयन

# विषय- कला एवं संगीत एकीकृत शिक्षण

**अवधि**– 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. शिक्षण–अधिगम प्रक्रिया को रोचक एवं कलात्मक बनाना
2. विद्यार्थियों में कलात्मक अभिवृत्ति का विकास करना
3. विद्यालय में भयमुक्त, रुचिकर एवं सकारात्मक वातावरण का निर्माण करना
4. विद्यार्थियों में सृजनात्मकता, कलात्मकता, कल्पनाशीलता इत्यादि कौशलों का विकास करना

**आवश्यक सामग्री–** ए–4 साइज पेपर, वाटर कलर, पेंसिल, रबर, मोम कलर, पेन आदि

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों से कला के अर्थ, लाभ एवं प्रकार पर चर्चा करेंगे

कला एवं संगीत हमारे जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं और हमें असंख्य तरीकों से प्रभावित भी करते हैं। ये शिक्षा का अभिन्न अंग हैं तथा बच्चों के समग्र विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। ये विधाएं अधिगम प्रक्रिया में एक उत्प्रेरक का कार्य करती हैं।

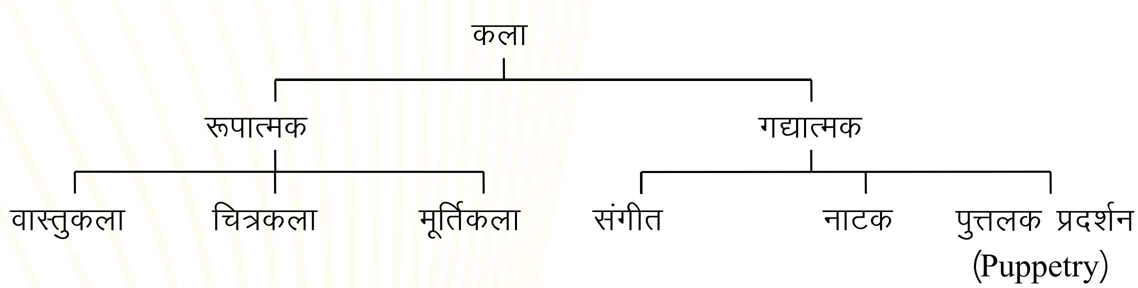
**'नाद धीनम् जगत् सर्वम्'**

अर्थात् सम्पूर्ण सृष्टि में संगीत व्याप्त है बस उसे अनुभव करने की आवश्यकता है। वेद शिक्षा एवं संगीत के मुख्य स्त्रोत हैं। कला और संगीत के शिक्षक विद्यार्थियों के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। कला और संगीत की शिक्षा से निम्नलिखित लाभ होते हैं–

1. मस्तिष्क में रचनात्मकता उत्पन्न होती है।
2. सृजनात्मक कल्पनाशीलता में वृद्धि होती है।
3. भावनात्मकता में वृद्धि होती है।
4. संज्ञानात्मक एवं सामाजिक कौशल विकसित होते हैं।
5. आत्म–विश्वास और आत्म–सम्मान में वृद्धि होती है।

विद्यार्थियों में असीम ऊर्जा होती है। इस ऊर्जा को सही दिशा में लगाने का कार्य हम संगीत एवं कला के माध्यम से कर सकते हैं। अपने चारों ओर हम जहां भी दृष्टि डालते हैं, सभी स्थानों पर कला की अनुभूति होती है। फूलों के रंग, आकृति, तितलियां, आसमान, बारिश की ध्वनि, चिड़ियों का चहचहाना इत्यादि सभी स्थानों पर सर्वत्र कला एवं संगीत ही दिखाई देता है।

सैद्धान्तिक रूप से कला के दो प्रकार होते है–



यदि हम कला विषय पर गंभीरता से विचार करें तो कला बच्चे के विकास की प्रथम सीढ़ी है। कला विषय पूर्ण रूप से 'करके सीखो' (Learning by doing) के सिद्धान्त पर आधारित है, जो बाल केन्द्रित शिक्षण में सहायक है। इसी तथ्य को ध्यान में रखते हुए बच्चों को विभिन्न विषयों के पाठ्यक्रम के कठिन सोपानों/पाठों को चित्रकला, पुत्तल कला एवं संगीत के द्वारा सरल एवं बोधगम्य बनाने का प्रयास किया जाता है। शिक्षण कार्य गतिशील, प्रभावशाली, अर्थपूर्ण तथा मनोरंजक हो सके, इस दृष्टिकोण से अध्यापन कार्य में विविध साधनों का उपयोग किया जाना आवश्यक है। इन साधनों से कला, संगीत एवं शिल्प के द्वारा बच्चों की मांसपेशियों, सृजनात्मक शक्तियों एवं अभिव्यक्ति की क्षमता का विकास होता है।

**गतिविधि 1 – मेरी कल्पना**

**गतिविधि हेतु निर्देश –**

1. सुगमकर्ता समस्त प्रतिभागियों को चार समूहों में विभाजित कर लें।
2. प्रत्येक समूह को वाटर कलर की डिब्बी और ए–4 साइज के पेपर दें।
3. गतिविधि के दौरान प्रतिभागी पेन्सिल, ब्रश अथवा पेन का प्रयोग किये बिना सीधे जल रंगों (Water colour) का प्रयोग करके आकृति या डिजाइन बनायें।
4. इसके पश्चात् सभी समूह अपने द्वारा बनायी गयी आकृति या डिजाइन को किसी विषय वस्तु से जोड़कर प्रस्तुत करें।

**चर्चा–परिचर्चा–** इस गतिविधि द्वारा छात्रों को प्राथमिक रंगों के बारे में बताया जा सकेगा।

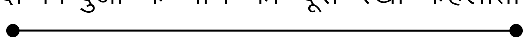
**प्राथमिक रंग–** ये किसी रंग के मिश्रण से तैयार नहीं होते हैं। लाल, पीला और नीला प्राथमिक रंग हैं।

**द्वितीयक रंग–** प्राथमिक रंगों के मिश्रण से द्वितीयक रंग बनते हैं। जैसे– पीला + नीला = हरा। शिक्षक कक्षा में बच्चों से अन्य प्राथमिक रंगों को मिलाकर द्वितीयक रंग बनाने का निर्देश दें। शिक्षक इस गतिविधि की सहायता से विद्यार्थियों को विभिन्न प्रकार की रेखाओं तथा उनके प्रयोग से बनने वाले शब्द सिखा सकते हैं।

**समेकन–** गतिविधि के उपरान्त सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से कक्षा में रेखाओं एवं आकृतियों के माध्यम से अन्य विषयों को सुगम बनाने पर चर्चा करेंगे जैसे–

- कक्षा–कक्ष के श्यामपट्ट, खिड़की, दरवाजे, मेज आदि का उदाहरण देकर खड़ी और पड़ी रेखाओं में अन्तर बता सकते हैं।
- विभिन्न प्रकार की रेखाओं के माध्यम से हिन्दी एवं अंग्रेजी के अक्षरों और गिनतियों को लिखने का अभ्यास करा सकते हैं।

**रेखा**–दो बिन्दुओं के बीच की दूरी रेखा कहलाती है

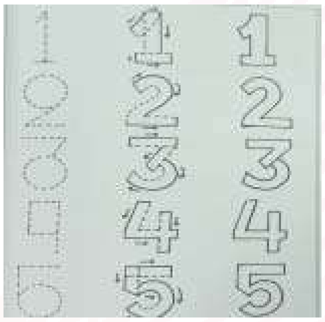


**क** **रेखा** **ख**

जैसे बिन्दु क और ख के बीच की दूरी रेखा है।

मुख्य रूप से रेखाएं निम्नलिखित प्रकार की होती है–

**रेखा के प्रकार**




**गतिविधि 2– मुहावरों की चित्रकारी**

**गतिविधि हेतु निर्देश** – प्रतिभागियों को चार–चार के समूह में विभाजित करें।

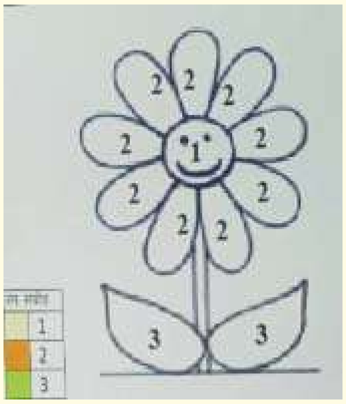
- प्रत्येक समूह से अपने मनपसंद मुहावरों को चित्र के माध्यम से दर्शाने को कहें। प्रतिभागी यह चित्र मुहावरों के शब्द पर बनायेंगे न की अर्थ पर।
- प्रत्येक समूह अपने द्वारा बनाये गये चित्र दूसरे समूह को दिखाएं।
- दूसरा समूह चित्र देखकर मुहावरे का अनुमान लगाए, उसका अर्थ बताए व उसका प्रयोग कर वाक्य बनाए।
- उदाहरण के लिए–

उपरोक्त चित्र 'बिल्ली के गले में घंटी बाँधना' मुहावरे को प्रदर्शित कर रहा है।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता गतिविधि के पश्चात् प्रतिभागियों से 'आर्ट इंटीग्रेटेड लर्निंग' के शिक्षण दृष्टिकोण पर चर्चा करते हुए कला को कैसे अन्य विषयों के साथ जोड़ा जाये पर भी विचार विमर्श करेंगे। इसके अंतर्गत निम्नलिखित बिन्दुओं पर भी चर्चा करेंगे। जैसे–

- कक्षा–शिक्षण हेतु पाठ्य योजना बनाते समय यह ध्यान रखा जाए कि कला का मुख्य विषयों (गणित, विज्ञान, हिन्दी, सामाजिक अध्ययन आदि) के बीच कैसे संबंध स्थापित किया जा सकता है।
- पाठ्यक्रम के उद्देश्यों की प्राप्ति के लिए कला की विभिन्न गतिविधियों (चित्रकला, नाटक, संगीत, नृत्य) को शिक्षण–अधिगम प्रक्रिया में सम्मिलित किया जाना चाहिए।
- कलात्मक गतिविधियों के समावेशन से छात्रों की रचनात्मकता और सोचने की क्षमता को प्रोत्साहन मिलता है।
- कला आधारित शिक्षण योजनाएं समझ एवं मूल्यांकन की अच्छी पद्धति हो सकती हैं। ये छात्र की विचारशीलता मापने में सहायक होती हैं।

**समेकन**– परिचर्चा के पश्चात् सुगमकर्ता गतिविधि का समेकन करें कि कला के माध्यम से न केवल बच्चों की सृजनशीलता की अभिव्यक्ति होती है, वरन् अन्य विषयों के अधिगम में भी सहायता प्राप्त होती है। इस सम्पूर्ण प्रक्रिया में शिक्षक की भूमिका अत्यन्त महत्वपूर्ण होती है। एक आदर्श शिक्षक मूल विषयों को कला के माध्यम से सुगम और सरल बना सकता है, जिससे बच्चों में कल्पनाशीलता, रचनात्मकता, सृजनशीलता, नैतिकता आदि मूल्यों का विकास किया जा सकता है जैसे – अंकों की समझ विकसित करने तथा रंग भरने का अभ्यास एक साथ करवाने हेतु चित्र में प्रदर्शित अंकों के लिए निर्धारित रंग को चित्र में भरने का अभ्यास कराया जा सकता है।




## संगीत

भारत में संगीत की परम्परा प्राचीन काल से ही समृद्ध रही है। सामवेद संगीत का प्रमुख ग्रन्थ है। इसके अतिरिक्त भारतीय महाकाव्यों रामायण एवं महाभारत की रचना में संगीत का प्रमुख प्रभाव रहा है। भरतमुनि कृत 'नाट्यशास्त्र' गायन, वादन तथा नृत्य का वृहद विश्लेषण करता है।

भारतीय संगीत को सामान्यतः तीन भागों में बाँटा जा सकता है–

1. **शास्त्रीय संगीत**
2. **उपशास्त्रीय संगीत**
3. **सुगम संगीत**

1. भारतीय शास्त्रीय संगीत की दो प्रमुख पद्धतियां हैं –

हिन्दुस्तानी संगीत – जो उत्तर भारत में प्रचलित हुआ।

कर्नाटक संगीत – जो दक्षिण भारत में प्रचलित हुआ।

हिन्दुस्तानी संगीत मुगल बादशाहों की छत्रछाया में विकसित हुआ और कर्नाटक संगीत दक्षिण के मन्दिरों में। इसी कारण दक्षिण भारतीय कृतियों में भक्ति रस अधिक मिलता है और हिन्दुस्तानी संगीत में श्रृंगार रस।

2. उपशास्त्रीय संगीत में ठुमरी, टप्पा, होरी, दादरा, कजरी, चैती आदि आते हैं।

सुगम संगीत जनसाधारण में प्रचलित है जैसे – भजन, भारतीय फिल्म संगीत, गज़ल, भारतीय पॉप (Pop) संगीत, लोक संगीत, चित्रपट–संगीत इत्यादि।

भारतीय संगीत के इतिहास में महान साहित्यकार जैसे स्वामी हरिदास, तानसेन, अमीर खुसरो आदि ने महत्वपूर्ण येागदान दिया है।

संगीत दो शब्दों से मिलकर बना है सम् + गीत जिसका अर्थ है– गानसहित अर्थात् नृत्य व वादन के साथ किया गया गान।

**गतिविधि 3– एकता में बल**

**आवश्यक सामग्री– वीडियो लिंक https://youtu.be/vkEl6HmKbZI?si=-zXD0EIkUKk1KGa_**

**निर्देश–**

- सुगमकर्ता प्रशिक्षण कक्ष में प्रोजेक्टर पर उक्त लिंक द्वारा वीडियो चलाएँ।
- समस्त प्रतिभागी शिक्षक दिखाए जा रहे वीडियो को ध्यानपूर्वक देखें।

**चर्चा परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से निम्नलिखित बिन्दुओं के आधार पर चर्चा करेंगे–

- वीडियो देखने के पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से वीडियो में क्या संदेश निहित है पर चर्चा करें।
- प्रतिभागी बारी–बारी से वीडियो के एक–एक पक्ष को बताएँ।
- प्रतिभागी शिक्षक 'एक एवं अनेक' की अवधारणा को समझते हुए 'एकता में बल है' की प्रांसगिकता को समझ सकेंगे।

**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को 'एक एवं अनेक' की अवधारणा एवं 'एकता में बल' की प्रासंगिकता पर प्रकाश डालते हुए गतिविधियों का समेकन करेंगे।

**गतिविधि 4– देश की झांकी**

**आवश्यक सामग्री– वीडियो लिंक https://youtu.be/aZjyPrzfwUs?feature=shared**

**निर्देश–**

- सुगमकर्ता प्रशिक्षण कक्ष में प्रोजेक्टर पर उक्त लिंक द्वारा वीडियो चलाएँ।
- समस्त प्रतिभागी शिक्षक वीडियो को ध्यानपूर्वक देखें।
- प्रतिभागी शिक्षक वीडियो के मुख्य बिन्दुओं को अपनी नोट बुक में नोट करें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से निम्नलिखित बिन्दुओं के आधार पर चर्चा करेंगे–

- वीडियो दिखाने के पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से वीडियो के प्रत्येक बिन्दु पर विचार–विमर्श करेंगे।
- प्रतिभागी शिक्षक बच्चों में देश की एकता व अखण्डता एवं विविधता पर समझ विकसित कराएंगे।
- प्रतिभागी शिक्षक कक्षा शिक्षण में देश की महान विभूतियों के बलिदान को समझाएंगे।

**समेकन**– सुगमकर्ता देश की महान विभूतियों के बलिदान की महत्त्व को बताते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे व शिक्षकों को विद्यार्थियों के साथ इसी प्रकार की गतिविधियां कराकर समाज के विकास मे अपना योगदान सुनिश्चित करने हेतु निर्देश दें।

**गतिविधि 5– शब्द बताओ, गीत गाओ–**

- सुगमकर्ता समस्त प्रतिभागी शिक्षकों को दो समूहों में विभाजित करें।
- इसके पश्चात् सुगमकर्ता कोई एक शब्द बोलें तथा एक समूह से उस शब्द से कोई गीत गाने को कहें– जैसे– सुगमकर्ता बोलेगा 'मछली'।

- फिर एक समूह से एक प्रतिभागी शिक्षक मछली से सम्बन्धित कोई गीत अथवा कविता हाव–भाव के साथ प्रस्तुत करें।
- इसके पश्चात् प्रस्तुतीकरण देने वाला समूह दूसरे समूह को भी एक शब्द देगा जैसे–'बन्दर'।
- फिर दूसरा समूह भी 'बन्दर' शब्द से सम्बन्धित कविता का हाव–भाव के साथ प्रस्तुतीकरण करें।
- यह क्रम पाँच बार दोहराया जाए।
- यदि कोई समूह दिये गये शब्द से कोई गीत या कविता प्रस्तुत नहीं कर पाता तो दूसरे समूह को विजेता घोषित किया जाए।

**चर्चा–परिचर्चा–**

- प्रतिभागी इस सम्पूर्ण प्रक्रिया को अपने कक्षा–कक्ष में कैसे सम्पन्न करवाएंगे इस बिन्दु पर भी चर्चा की जायेगी।
- यह गतिविधि शिक्षकों के लिए बच्चों के संज्ञानात्मक कौशल को विकसित करने में किस प्रकार सहायक होगी इस पर भी चर्चा की जायेगी।

**समेकन–** गतिविधि के पश्चात् सुगमकर्ता समेकन करते हुए संगीत के माध्यम से अन्य विषयों को कक्षा में कैसे पढ़ाया जाये, इस पर भी चर्चा करेंगे। जैसे– गीत के माध्यम से एक ही वर्ण से सम्बन्धित कई विषयों का ज्ञान कराना।

**उदाहरण– आओ गा कर सीखें–**

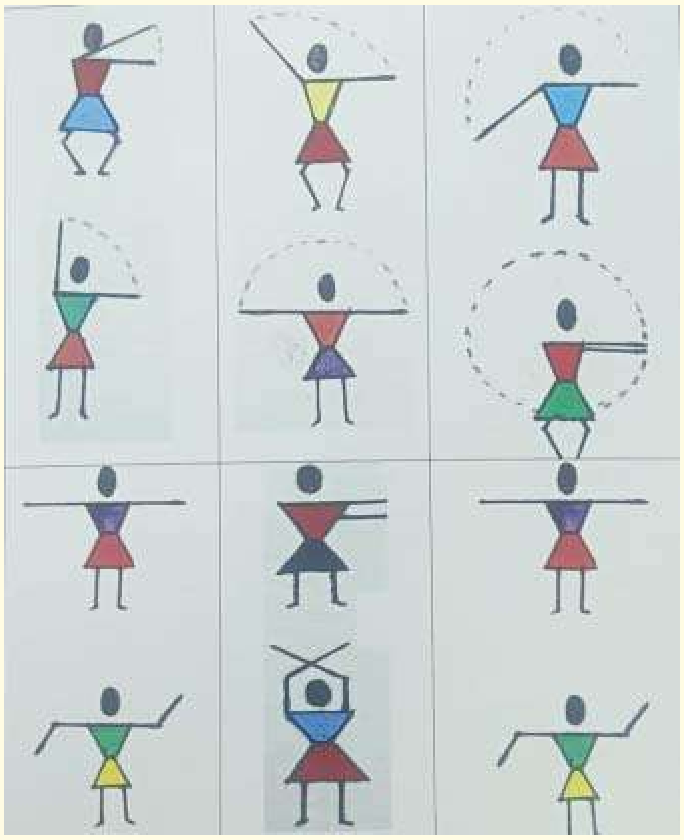
**गतिविधि 6 – आओ झूमें**

**गतिविधि हेतु निर्देश –**

- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को दो समूहों में विभाजित करें।
- एक समूह के प्रतिभागियों को दाँए घूमो, बाँए घूमो, आगे चलो, पीछे मुड़ो जैसी गतिविधियाँ कराएँ।
- इन गतिविधियों को अचानक बीच में रोक कर दूसरे समूह से कहें कि वह पहले समूह के प्रतिभागियों में कौन–कौन सी आकृतियाँ (वक्र, त्रिभुज, वर्ग इत्यादि) देख पा रहें है, उनको स्पष्ट करें।

**चर्चा–परिचर्चा–**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा बताए गये कोण एवं आकृतियाँ।
- व्यवहारिक जीवन में आकृतियों का प्रयोग।
- नृत्य मुद्राओं के माध्यमे से विविध ज्यामितीय प्रारूपों जैसे कोण, त्रिभुज की समझ।



**समेकन–** सुगमकर्ता ज्यामितीय आकृतियों के प्रति समझ को स्पष्ट करते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे।

**सत्र समेकन–** उक्त सत्र से सम्बन्धित कठिनाइयों एवं अन्य पद्धतियों पर प्रशिक्षण कक्ष में विस्तार से चर्चा की जायेगी जिसमें सभी प्रतिभागी शिक्षक अपना–अपना मत स्वतंत्रतापूर्वक प्रस्तुत करेंगे।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- कला एवं संगीत अधिगम प्रक्रिया को रोचक बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करते हैं।
- विद्यालय में सुगम वातावरण के निर्माण हेतु संगीत एवं कला अत्यन्त उपयोगी हैं।
- कला एवं संगीत से बच्चों मे सृजनात्मकता, कल्पनाशीलता एवं नैतिक मूल्यों का विकास सरलता से हो पाता है।
- कला एवं संगीत अन्य विषयों के अध्ययन एवं अध्यापन में अत्यन्त उपयोगी हैं।

# विषय- स्वास्थ्य शिक्षा एवं खेल एकीकृत शिक्षण

**अवधि**– 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- स्वास्थ्य की अवधारणा
- उत्तम स्वास्थ्य का महत्व
- विभिन्न रोगों के प्रकार, कारण एवं निवारण के उपाय
- खेल के विभिन्न प्रकारों से परिचय
- स्वस्थ जीवन के लिए खेल की भूमिका
- आपात स्थिति में प्रदान की जाने वाली प्राथमिक चिकित्सा

**आवश्यक सामग्री**– कैंची, योगासनों के चित्र, 2 बॉक्स, चार्ट पेपर, कार्ड्स आदि

**सत्र संचालन**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्नलिखित प्रश्न करेंगे जैसे–

- स्वास्थ्य क्या है?
- उत्तम स्वास्थ्य के क्या लक्षण हैं?
- स्वस्थ रहने के लिए खेल क्यों आवश्यक हैं?

तत्पश्चात् सुगमकर्ता निम्नवत् बिन्दुओं की अवधारणा को स्पष्ट करेंगे–

**शारीरिक स्वास्थ्य**– शारीरिक स्वास्थ्य को शारीरिक क्षमता, ऊर्जा स्तर, रोग मुक्ति और स्वस्थ शारीरिक कार्यक्षमता के रूप में मापा जा सकता है। इसमें संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, पर्याप्त नींद एवं स्वस्थ जीवन शैली सम्मिलित है।

**मानसिक स्वास्थ्य**– यह मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक क्षेत्रों में स्थिरता, स्वस्थ मनोवृत्ति, तनाव प्रबन्धन और संतुलन की ओर संकेत करता है। मानसिक स्वास्थ्य, सकारात्मक सोच, मनोरंजन तथा मनोरोग इत्यादि से प्रभावित होता है।

**सामाजिक स्वास्थ्य**– सामाजिक स्वास्थ्य व्यक्ति के सामाजिक सम्बन्धों, सामाजिक सहभागिता और समाज में सम्मान की स्थिति की ओर इंगित करता है। यह सहयोग, समरसता और सामाजिक सम्पर्क द्वारा प्रभावित होता है।

स्वास्थ्य ⟹ शारीरिक स्वास्थ्य + मानसिक स्वास्थ्य + सामाजिक स्वास्थ्य

यद्यपि ये तीनों पक्ष अलग–अलग हैं लेकिन स्वास्थ्य का पूर्णतावादी परिप्रेक्ष्य इन सभी पक्षों/पहलुओं के संतुलन पर निर्भर करता है। संक्षेप में स्वास्थ्य को शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक सम्पूर्णता की स्थिति के रूप में परिभाषित किया जा सकता है।

स्वास्थ्य एवं खेल के मध्य अटूट सम्बन्ध है। खेल से न केवल शरीर बल्कि मन भी स्वस्थ रहता है। खेलने से शरीर के सभी अंगों का व्यायाम हो जाता है जिससे मांसपेशियाँ मजबूत होती हैं। मजबूत मांसपेशियाँ निरोगी काया की द्योतक होती हैं। खेल द्वारा शरीर में सेरेटोनिन, एंडोर्फिन, डोपामीन जैसे रसायनों का

स्त्राव होता है जो मानसिक तनाव को कम करते हैं तथा बेहतर मानसिक स्वास्थ्य के निर्माण में अहम भूमिका निभाते हैं। शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य निश्चित रूप से सामाजिक स्वास्थ्य को प्राप्त करने में सहायक हैं। इस प्रकार स्वास्थ्य के सभी पक्षों को मजबूत करने में खेल अहम भूमिका का निर्वहन करते हैं।

### सत्र भाग (1) रोगों की रोकथाम –

मच्छर जनित रोग मानव जाति की प्रमुख समस्याओं में से एक हैं। डेंगू, चिकनगुनिया, मलेरिया और जापानी इंसेफलाइटिस हमारे देश में पाये जाने वाले प्रमुख मच्छर जनित रोग हैं। कुछ भागों में फाइलेरिया भी पाया जाता है। अस्वच्छ एवं अस्वास्थ्यकर वातावरण, अनियोजित ठोस एवं तरल अपशिष्ट प्रबंधन, अनावश्यक जल संचयन के कारण मच्छरों की संख्या तथा मच्छर जनित बीमारियों में वृद्धि होती है। मच्छरों और उनके द्वारा फैलाई जाने वाली बीमारियों से बचाव का एकमात्र उपाय मच्छरों के काटने से बचना है।

- मच्छर तंग कपड़ों के माध्यम से काट सकते हैं अतः शरीर को लम्बे, ढीले व हल्के रंग के कपड़ों से ढककर रखें।
- मच्छर भगाने वाले उत्पादों का उपयोग करें।
- अपने निवास स्थान के आस–पास रुके हुए पानी को हटा दें जहां मच्छर पनप सकते हैं।
- शिशुओं की त्वचा के स्थान पर उनके कपड़ों पर मच्छर विकर्षक स्प्रे का प्रयोग करें।
- सोते समय मच्छरदानी का प्रयोग करें।

**गतिविधि 1 – मच्छर जनित रोग**

सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से मच्छर जनित रोगों से सम्बन्धित रोल–प्ले करने को कहें जिसमें प्रतिभागी विभिन्न प्रकार के मच्छरों से फैलने वाले रोगों एवं उसके उपचार से सम्बन्धित जानकारी साझा करें।

उदाहरणार्थ– सुगमकर्ता पटकथा हेतु सहायक सूचना (Hint) दें और उसका प्रयोग करते हुए कहानी का निर्माण कर रोल–प्ले करने का निर्देश दें–

पहला प्रतिभागी– मैं एडीज मच्छर हूँ। मैं डेंगू, यलो फीवर, चिकनगुनिया जैसे रोगों का वाहक हूँ।

दूसरा प्रतिभागी– मैं एनॉफिलीज मच्छर हूँ। मेरे काटने से मलेरिया रोग होता है।

तीसरा प्रतिभागी– मैं क्यूलेक्स मच्छर हूँ। मैं इंसेफेलाइटिस के प्रसार के लिए जिम्मेदार हूँ।

**चर्चा–परिचर्चा** – सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं के आधार पर प्रतिभागी शिक्षकों से चर्चा करेंगे–

- मच्छरों के प्रसार और उनके नियंत्रण की विधियाँ।
- मच्छर जनित रोगों के प्रसार के कारण।
- रोगों के प्रभाव और उनके लक्षण।
- मच्छर जनित रोगों से बचाव के तरीके।

**समेकन**– सुगमकर्ता इसी प्रकार के अन्य संक्रामक रोगों की रोकथाम के लिए स्वच्छता के महत्त्व के विषय में वार्ता करते हुए गतिविधि का समेकन करें।

### सत्र भाग (2) हमारा भोजन –

भोजन वह पदार्थ है जिसे जीव अपने पोषण और ऊर्जा के लिए ग्रहण करता है। भोजन में मुख्य रूप से प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा और विटामिन जैसे अनके पोषक तत्व होते हैं। भोजन से शरीर को अनेक लाभ होते हैं, जैसे– शरीर का विकास, शरीर को स्वस्थ रखना, शरीर को ऊर्जा देना, शरीर की महत्वपूर्ण प्रक्रियाओं को बनाये रखना इत्यादि। उपरोक्त लाभों को प्राप्त करने हेतु यह आवश्यक है कि हम संतुलित आहार ग्रहण करें। संतुलित आहार की संकल्पना को समझने के लिए फूड पिरामिड को पांच खाद्य समूहों में विभाजित किया गया है यथा– 'अनाज', 'दालें,' 'फल एवं सब्जियां,' 'दूध एवं दुग्ध उत्पाद अथवा माँस', 'तेल (वसा), शर्करा एवं नमक' इत्यादि।

**गतिविधि 2– भोजन का महत्त्व–**
**आवश्यक सामग्री**– व्हाइट बोर्ड, मार्कर
**निर्देश**– सुगमकर्ता व्हाइट बोर्ड को चार भागों मे बाँट कर खाद्य समूहों यथा–सब्जियाँ, फल, दालें, अनाज का नाम लिखें। सुगमकर्ता वर्णमाला का कोई एक अक्षर चुनकर प्रतिभागियों के साथ उस अक्षर से शुरू होने वाले उन सभी खाद्य पदार्थों जिनके बारे में वे सोच सकते हैं, का उल्लेख करें।
उदाहरणार्थ– 'M' का अर्थ है– Mango, Meat, Mushroom इत्यादि। सुगमकर्ता प्रतिभागियों से उचित खाद्य समूह के नीचे चयनित अक्षर से शुरू होने वाले खाद्य पदार्थों को लिखने को कहें।
**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं के माध्यम से प्रतिभागी शिक्षकों से चर्चा करेंगे–

- खाद्य पदार्थों का महत्व।
- खाद्य समूहों का वर्गीकरण।
- खाद्य समूहों के कार्य।
- संतुलित आहार का स्वास्थ्य पर पड़ने वाला प्रभाव।

**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा बताए गए खाद्य पदार्थों एवं वर्गीकृत खाद्य समूहों के कार्यों एवं उनके स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों पर चर्चा–परिचर्चा करते हुए गतिविधि का समेकन करें।

## सत्र भाग (3) योगाभ्यास–

योग अनिवार्य रूप से एक विज्ञान पर आधारित आध्यात्मिक अनुशासन है जो मन व शरीर के बीच सामंजस्य स्थापित करने पर केन्द्रित है। यह स्वस्थ जीवन जीने की एक कला व विज्ञान है। योग को समझने के लिए इसके तीन भागों की जानकारी आवश्यक है। यथा–

1. **योगासन**– इसमें सूक्ष्म व्यायाम तथा आसन को सम्मिलित किया गया है। योगासन का सम्बन्ध शारीरिक स्वास्थ्य से है।
2. **प्राणायाम**– प्राणवायु (सांस) से सम्बन्धित क्रियाओं को प्राणायाम कहा जाता है। यह हमें शारीरिक व मानसिक दोनों प्रकार से स्वस्थ रहने में सहायता प्रदान करता है।
3. **ध्यान**– यह हमारे मानसिक स्वास्थ्य को उत्तम करके आध्यात्म की ओर ले जाता है।

अतः शारीरिक तथा मानसिक दोनों प्रकार से स्वस्थ रहने के लिए हमें योगासन, प्राणायाम तथा ध्यान तीनों का ही अभ्यास करना चाहिए।

**गतिविधि 3– करें योग, रहें निरोग –**
**निर्देश**– सुगमकर्ता योग के विभिन्न आसनों यथा–चक्रासन, सर्वांगासन से सम्बन्धित कार्ड्स को एक बॉक्स में रखें। प्रतिभागियों को बारी–बारी बुलाकर एक–एक कार्ड उठाने को कहें। चुने हुए कार्ड में प्रदर्शित आसन का नाम बताने एवं प्रदर्शित आसन को करके दिखाने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा** – सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं के माध्यम से प्रतिभागी शिक्षकों से चर्चा करेंगे–

- योगासनों के प्रकार
- योगासनों का स्वास्थ्य पर प्रभाव

**समेकन**– सुगमकर्ता योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान से होने वाले स्वास्थ्य लाभों पर प्रकाश डालते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे।

**सत्र भाग (4) खेल–**

योगासनों की भांति ही खेल भी हमारे स्वास्थ्यवर्धन के लिए आवश्यक हैं। ये शरीर के सभी अंगों व तंत्रों को ठीक रखने में सहायता करते हैं।

**गतिविधि 4 – आओ खेलें खेल–**

**निर्देश**– चार्ट पेपर को दो भागों में विभाजित करें–

1. खेल
2. उपकरण

10 कार्ड्स पर खेलों के नाम लिखें एवं 10 अन्य कार्ड्स पर उनसे सम्बन्धित उपकरणों के नाम लिखें। एक बॉक्स में खेल के नाम वाले कार्ड्स तथा दूसरे बॉक्स में उपकरणों से सम्बन्धित कार्ड्स रखें। प्रतिभागियों से बॉक्स–1 से एक खेल का कार्ड तथा बॉक्स–2 से उस खेल से सम्बन्धित उपकरण वाला कार्ड चुनने को कहें। अब सेलो टेप की सहायता से चार्ट पेपर पर खेल के नीचे खेल का कार्ड एवं उपकरण के नीचे सम्बन्धित उपकरण का कार्ड चिपकाने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा** – सुगमकर्ता प्रतिभागियों से खेल से सम्बन्धित निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा करें–

- खेल कितने प्रकार के होते हैं?
- खेल का स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है?

**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा दिये गये उत्तरों को समेकित करते हुए खेल के स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों को समझायेंगे।

**सत्र भाग (5) प्राथमिक चिकित्सा–**

रोगी अथवा घायल व्यक्ति को दुर्घटना अथवा रोग होने के तुरन्त बाद दी जाने वाली देखभाल को प्राथमिक चिकित्सा कहते हैं। इसका उद्देश्य दीर्घकालिक हानियों को रोकना व जीवन प्रत्याशा को बढ़ाना है। प्राथमिक चिकित्सा किसी व्यक्ति को चिकित्सक के आने से पूर्व या उसे सुरक्षित स्थान पर ले जाने तक त्वरित चिकित्सा प्रदान करती है।

**गतिविधि 5 – प्राथमिक चिकित्सा शेरार्ड–**

**निर्देश**– यह प्राथमिक स्तर के विद्यार्थियों को दुर्घटनाओं एवं प्राथमिक उपचार से सम्बन्धित सूचनाओं से अवगत कराने की रोचक गतिविधि है। सर्वप्रथम सुगमकर्ता विभिन्न दुर्घटनाओं जैसे– जलना, डूबना, चोट लगना इत्यादि का नाम लिखकर पर्ची तैयार करें। तत्पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागी को एक पर्ची चुनने को कहें। चयनित पर्ची पर अंकित घटना की पहचान कराने के लिए प्रतिभागी को अभिनय करने के लिए कहें। अन्य प्रतिभागी उस अभिनीत घटना को पहचानकर उसके प्राथमिक उपचार के बारे में बतायें।

**चर्चा–परिचर्चा** – सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं के माध्यम से प्रतिभागी शिक्षकों से चर्चा करेंगे–

- प्राथमिक चिकित्सा का महत्व।
- गतिविधि में वर्णित घटनाओं के अतिरिक्त अन्य घटनाओं पर दी जाने वाली प्राथमिक चिकित्सा।

**समेकन**– विभिन्न गतिविधियों में प्रतिभागियों द्वारा प्राप्त उत्तरों/बिन्दुओं पर चर्चा के उपरान्त सुगमकर्ता सत्र के उद्देश्यों की पूर्ति सुनिश्चित करें।

**इस सत्र से हमने सीखा–** स्वास्थ्य शिक्षा एवं खेल से सम्बन्धित इस सत्र से हमनें उत्तम स्वास्थ्य, विभिन्न रोगों के प्रकारों एवं उनके लक्षणों, खेल एवं स्वास्थ्य के मध्य सम्बन्ध, खाद्य समूहों, भोजन के महत्त्व तथा आपात स्थिति में दी जाने वाली प्राथमिक चिकित्सा की जानकारी प्राप्त की। जीवन को सरल व सुगम बनाने में उपरोक्त जानकारी की महत्वपूर्ण भूमिका है।

**दिवस- द्वितीय** **सत्र- प्रथम**

# विषय- एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों का उन्मुखीकरण

**अवधि– 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों की समझ
2. नवीन पाठ्यपुस्तकों पर आधारित कार्यपुस्तिकाओं के प्रयोग की समझ
3. नवीन पाठ्यपुस्तकों एवं कार्यपुस्तिकाओं के आधार पर शिक्षण कार्य करने हेतु निर्मित शिक्षण संदर्शिकाओं की समझ

**आवश्यक सामग्री** – एन.सी.ई.आर.टी. की 1–5 तक की कक्षाओं की पाठ्यपुस्तकें, कार्यपुस्तिकाएं एवम् संदर्शिकायें, ए–4 साइज पेपर, पेन, स्केच पेन, चार्ट पेपर आदि।

**सत्र संचालन–**

**गतिविधि 1–**

सुगमकर्ता एन.सी.ई.आर.टी. आधारित अलग–अलग कक्षाओं की पाठ्यपुस्तकों, कार्यपुस्तिकाओं एवम् संदर्शिकाओं के आवरण पृष्ठ पर छपे नाम को सफेद कागज की पट्टी से ढक कर या सॉफ्ट कॉपी में ब्लर करके सभी प्रतिभागी शिक्षकों को दिखाकर, पुस्तकों के बारे में निम्नलिखित प्रश्न पूछें–

1. यह किस विषय की पुस्तक है?
2. पुस्तक किस कक्षा की हैं?
3. इस पुस्तक का क्या नाम है?
4. एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकें उत्तर प्रदेश में कब लागू की गयीं ?
5. कक्षा 1–3 में नवीन पाठ्यपुस्तकों के पहले किन पाठयपुस्तकों द्वारा शिक्षण कार्य कराया जाता था?

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ एन.सी.ई.आर.टी. आधारित अलग–अलग कक्षाओं की पाठ्यपुस्तकों के नाम, विषय इत्यादि पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा पुस्तकों से सफेद कागज की पट्टी हटाते हुए पुस्तकों का अभिमुखीकरण किया जायेगा।

**मुख्य बिंदुओं पर चर्चा–**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को बतायें कि–

- उत्तर प्रदेश सरकार ने पिछले वर्ष ही एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों को लागू करने का निश्चय किया था। इस क्रम में अकादमिक वर्ष 2024–25 में कक्षा–1 और 2 में एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों द्वारा शिक्षण कार्य कराया जा रहा है। सत्र 2025–26 से कक्षा–3 में भी एन.सी.ई.आर.टी. आधारित पाठ्यपुस्तकों द्वारा शिक्षण कार्य कराया जाएगा और आगे आने वाले सत्रों में क्रमशः कक्षा–4 और 5 में भी एन.सी.ई.आर.टी आधारित पाठ्यपुस्तकों द्वारा शिक्षण कार्य कराया जाएगा ।

- राज्य शिक्षा संस्थान एवं एस.सी.ई.आर.टी. ने एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों में उत्तर प्रदेश के सन्दर्भ को ध्यान में रखते हुए आंशिक बदलाव किए हैं। इस बदलाव के अंतर्गत मुख्य रूप से कुछ पाठों, चित्रों एवं गतिविधियों को बदला गया है।
- इन पाठ्यपुस्तकों और पाठ्यपुस्तकों पर आधारित कार्यपुस्तिकाओं द्वारा शिक्षण कार्य को सरल बनाने हेतु शिक्षक संदर्शिकाओं का निर्माण किया गया है।

**गतिविधि 2**— पाठ्यपुस्तकों, कार्यपुस्तिकाओं एवं शिक्षक संदर्शिकाओं की समग्र समझ विकसित करने हेतु समूह कार्य कराना।

सुगमकर्ता सभी प्रतिभागी शिक्षकों को उनकी रुचियों के अनुसार 5 समूहों में बांट देंगे—

1. हिंदी विषय में रुचि रखने वाले प्रतिभागियों का समूह
2. अंग्रेजी विषय में रुचि रखने प्रतिभागियों का समूह
3. गणित विषय में रुचि रखने वाले प्रतिभागियों का समूह
4. रोचक गतिविधियों में रुचि रखने वाले प्रतिभागियों का समूह
5. शिक्षण—अधिगम प्रक्रियाओं में रुचि रखने वाले प्रतिभागियों का समूह

समूह निर्माण के उपरांत समूहों को पाठ्यपुस्तकों, कार्यपुस्तिकाओं एवं शिक्षक संदर्शिकाओं को निम्नानुसार पढ़ने और आपस में चर्चा करने तथा प्रस्तुतीकरण हेतु तैयारी करने को कहेंगे।

**समूह—1** सुगमकर्ता पाठ्यपुस्तक 'सारंगी' कक्षा—1 में दिए गए आलेख ''पुस्तक के बारे में'' पढ़ें और पुस्तक पर आपस में चर्चा करें—

**चर्चा के प्रश्न :**

1. कक्षा—1 में कुल कितने पाठ हैं, नाम बताइए?
2. ये पाठ किस प्रसंग (थीम) पर आधारित है?

**समूह—2** पाठ्यपुस्तक 'आनंदमय गणित' कक्षा—2 में दिए गए आलेख 'पुस्तक के बारे में' पढ़ें और पुस्तक पर आपस में चर्चा करें।

**समूह—3** पाठ्यपुस्तक 'मृदंग' कक्षा—3 में दिए गए आलेख 'पुस्तक के बारे में' पढ़ें और पुस्तक पर आपस में चर्चा करें—

**समूह—4** पाठ्य पुस्तक 'सारंगी', 'मृदंग' और 'आनंदमय गणित' पर आधारित कार्यपुस्तिकाओं को पढ़ें और उस पर आपस में चर्चा करें।

**समूह—5** शिक्षक संदर्शिका में लिखित आकलन ट्रैकर को पढ़ें और उस पर आपस में चर्चा करें।

**प्रस्तुतीकरण**

सुगमकर्ता सभी समूहो को प्रस्तुतीकरण हेतु 5 मिनट का समय दें। साथ ही प्रस्तुतीकरण के पश्चात् 2 मिनट का समय देते हुए प्रश्नोत्तर सत्र का आयोजन करें।

**समेकन–**

अंत में सुगमकर्ता एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्य पुस्तकों के अभिमुखीकरण से संबंधित सभी बिंदुओं को संक्षेप में दोहराते हुए सत्र समाप्त करेंगे।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियो को एन0सी0ई0आर0टी0 आधारित नवीन पाठ्य पुस्तकों द्वारा शिक्षण कार्य को प्रभावशाली बनाये जाने हेतु प्रेरित करेंगे।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकों की समझ
- नवीन पाठ्यपुस्तकों पर आधारित कार्यपुस्तिकाओं के प्रयोग की समझ
- नवीन पाठ्यपुस्तकों एवं कार्यपुस्तिकाओं के आधार पर शिक्षण कार्य करने हेतु निर्मित शिक्षण संदर्शिकाओं की समझ

# विषय- हिन्दी भाषा शिक्षण

**अवधि–** 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी शिक्षक राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में निहित हिन्दी भाषा शिक्षण की अनुशंसाओं के आधार पर विभिन्न गतिविधियों और नवाचारों के माध्यम से निम्नलिखित बिन्दुओं पर समझ विकसित कर सकेंगे–

1– भाषायी कौशलों का विकास

2– विभिन्न प्रकार की पाठ्य–पुस्तकों को पढ़ने हेतु रुचि जागृत करना

3– व्याकरणिक अवधारणाओं की समझ विकसित करने के साथ उनके अनुप्रयोग की क्षमता का विकास

**आवश्यक सामग्री–** पी०पी०टी०, प्रोजेक्टर, चार्ट पेपर, स्केच पेन, मार्कर, ए–4 साइज पेपर (रंगीन/सफेद) और पाठ्यपुस्तक से कोई कहानी या अनुच्छेद की छायाप्रति, कागज, पेंसिल, गेंद, चॉक, फूल, कहानी की पुस्तक, पत्थर, टोपी इत्यादि।

**सत्र संचालनः–** सत्र का प्रारंभ गतिविधि से किया जाएगा।

**उप विषय–** प्राथमिक स्तर पर हिन्दी भाषा शिक्षण

**गतिविधि 1– भाषा की समझ–**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को भाषा की समझ से सम्बन्धित एक गतिविधि कराएं। इसके लिए प्रतिभागियों को एक–एक पर्ची दें। पर्ची में लिखे बिन्दु पर कुछ प्रतिभागियों को मौखिक प्रस्तुतीकरण करने को कहें तथा अन्य प्रतिभागी ध्यानपूर्वक सुनें।

**पर्ची पर लिखे बिन्दु–**

| | |
|---|---|
| स्वयं के अनुभव | सांकेतिक अभिव्यक्ति (हाव–भाव) |
| भाषा अवलोकन और विश्लेषण (रेडियो, टी०वी०, प्रशिक्षण कक्ष) | भाषा और जीवन |

**चर्चा–परिचर्चा–**

1. मौखिक भाषा का विकास
2. सांकेतिक भाषा की समझ

**समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को चर्चा के बिन्दुओं के आधार पर भाषा की समझ को कक्षा–शिक्षण में प्रयोग करने हेतु प्रेरित किया जायेगा।

## भाषा क्या है?

भाषा सम्प्रेषण का माध्यम है, जिससे हम अपने विचारों, भावों, अनुभवों आदि को एक–दूसरे के साथ साझा करते हैं। विद्वानों ने भाषा की निम्नलिखित परिभाषाएं दी हैं –

''जो वाणी – वर्णों में व्यक्त होती है उसे भाषा कहते हैं।'' – महर्षि पतंजलि

''भाषा ध्वनि संकेतों का व्यवहार है।'' – श्यामसुन्दर दास

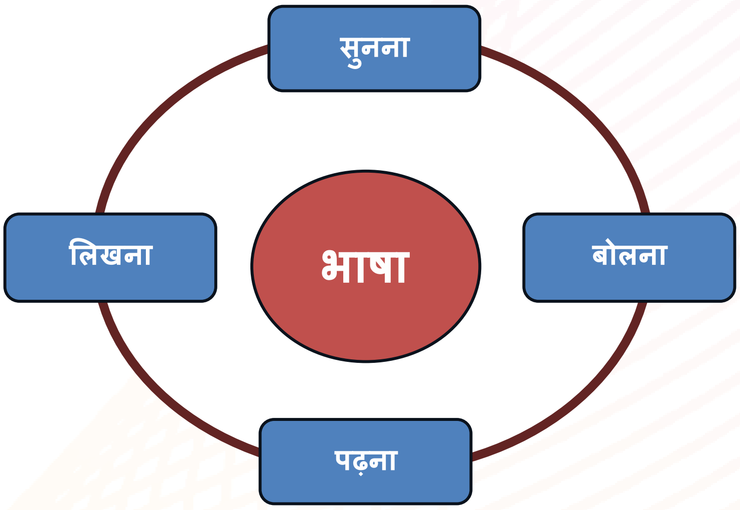
''ध्वन्यात्मक शब्दों, विचारों का प्रकटीकरण भाषा है।'' – स्वीट

सुगमकर्ता पी0पी0टी0 के माध्यम से चित्र दिखाकर प्रतिभागियों से मौखिक, लिखित तथा सांकेतिक भाषा पर चर्चा करेंगे तथा प्रतिभागियों से कहेंगे कि आप भी अपने कक्षा शिक्षण में इसी प्रकार बच्चों को चित्र दिखाकर उस पर चर्चा करते हुए मौखिक, लिखित तथा सांकेतिक भाषा का ज्ञान करा सकते हैं।

भाषा के प्रकार–

- मौखिक
- लिखित
- सांकेतिक

**भाषायी कौशलों का परस्पर संबंध–** भाषायी कौशलों में सुनना, बोलना, पढ़ना, लिखना ये चार कौशल आते हैं। अपने भावों, विचारों, भावनाओं को सशक्त एवं प्रभावशाली ढंग से अभिव्यक्त करने की क्षमता विकसित करने हेतु सुनने, बोलने, पढ़ने, लिखने का आरम्भिक स्तर से अभ्यास कराया जाता है, जिससे बच्चे भाषायी कौशलों में दक्षता प्राप्त कर सकें। भाषायी कौशलों का विकास एक रेखीय न होकर चक्रीय होता है।




- सुनकर अर्थ ग्रहण करना 'श्रवण कौशल' कहलाता है।
- श्रवण कौशल भाषा शिक्षण के सन्दर्भ में– ''श्रवण में किसी कथन को ध्यानपूर्वक सुनने, सुनी हुई बात पर चिंतन–मनन करने, अपना मंतव्य स्थिर करने तद्नुसार आचरण या व्यवहार करने जैसी जटिल प्रक्रियाएँ सम्मिलित हैं।'' – मातृभाषा हिन्दी शिक्षण (एन.सी.ई.आर.टी. नई दिल्ली)
- बोलकर विचार व्यक्त करना 'मौखिक अभिव्यक्ति कौशल' कहलाता है।

**विद्यार्थियों में मौखिक भाषा का विकास (जिसमें सुनना और बोलना दोनों शामिल है) निम्नवत् विधियों का प्रयोग करके करा सकते हैं–**

- **चित्रों के माध्यम से**– शिक्षक कक्षा में विद्यार्थियों को कोई परिवेशीय चित्र दिखाकर उस पर चर्चा करें।
- **कविता और कहानी के माध्यम से**– विद्यार्थियों को छोटी–छोटी कविताएँ और कहानियाँ सुनाएं और फिर उनसे प्रश्न पूछें जैसे– उन्होंने क्या सुना? इससे उनकी सुनने की क्षमता और समझ में वृद्धि होगी।
- **खेल के माध्यम से**– विद्यार्थियों को भाषा आधारित खेल गतिविधि कराएं। जैसे– चित्र पहेली को सही क्रम में जोड़कर कहानी बनाएँ। चित्र कहानी को अपनी भाषा में सुनाएं।
- **बिग बुक के माध्यम से**– शिक्षक कक्षा शिक्षण के दौरान बिग बुक के माध्यम से उसमें दिए गए चित्रों/कहानियों पर विद्यार्थियों से चर्चा करें और उनको अपनी बात रखने के ज्यादा से ज्यादा अवसर प्रदान करें।
- **रोल प्ले के माध्यम से**– विभिन्न परिदृश्यों पर रोल प्ले कराएं, जैसे कि बाजार में खरीददारी करना या डॉक्टर के पास जाना। इससे उनकी मौखिक अभिव्यक्ति में विकास होगा।
- **परिवेशीय चर्चा–परिचर्चा के माध्यम से**– शिक्षक, विद्यार्थियों से उनके परिवेश से जुड़े विषयों पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे। जैसे– विद्यालय आते समय रास्ते में आपको क्या–क्या दिखाई दिया?,

आप मेला देखने किसके साथ गये और वहाँ आपने क्या–क्या देखा? त्यौहार (दीपावली, होली, रक्षाबन्धन, ईद आदि) पर आपने क्या–क्या किया?

- **संवाद अभ्यास**– सरल संवादों का अभ्यास कराएं। इससे विद्यार्थियों में सहज वार्तालाप करने की क्षमता का विकास होगा। इसके लिए पाठ्यपुस्तक की किसी कहानी को लेकर उसके संवादों पर अभ्यास कराया जा सकता है।
- **चर्चा–परिचर्चा**– विभिन्न विषयों पर विद्यार्थियों से प्रश्न पूछें और उनसे उत्तर देने के लिए कहें। इससे विद्यार्थियों में तर्क, चिन्तन और मौखिक भाषा की अभिव्यक्ति क्षमता का विकास होगा।

  यदि शिक्षक कक्षा शिक्षण में इन विधियों का प्रयोग करते हैं तो विद्यार्थियों में मौखिक भाषा का विकास सहज ही हो जायेगा। कुछ बच्चों से कहें कि वे प्रश्न पूछें ओर दूसरे बच्चे उनका उत्तर दें।

(प्रतिभागियों से यह भी पूछा जाए कि वे कक्षा शिक्षण में मौखिक भाषा विकास हेतु किन गतिविधियों का प्रयोग करते हैं।)

**गतिविधि 2– पाठ पढ़ाओ, विधि बताओ**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता शिक्षण विधियों की पर्चियाँ बना लें।
- प्रतिभागियों को आठ समूहों में विभाजित करें।
- प्रत्येक समूह को एक–एक पर्ची दें।
- पर्ची में लिखी विधि के अनुसार पाठ्य–पुस्तक के किसी पाठ पर आधारित गतिविधि करने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा**– भाषा शिक्षण की विधियों पर चर्चा करें।

**समेकन**– गतिविधि के उपरान्त सुगमकर्ता प्रतिभागियों से शिक्षण विधियों पर चर्चा करते हुए कक्षा–शिक्षण के दौरान इसके प्रयोग पर बल देंगे।

सत्र को आगे बढ़ाते हुए सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को कक्षा शिक्षण में सहशैक्षिक क्रियाओं और कक्षेत्तर क्रियाकलापों के दौरान सुनना एवं बोलना कौशलों का विकास किस प्रकार से करना है, यह बताया जायेगा।

### सुनने एवं बोलने के कौशल विकास हेतु क्या करें–

**कक्षा शिक्षण के दौरान–**

1. बालगीत और कविता सुनना तथा सुनाना
2. कहानी सुनना तथा सुनाना
3. सस्वर वाचन कराना
4. प्रश्नोत्तर

**सहशैक्षिक क्रियाओं के दौरान–**

1. कविता सुनाओ प्रतियोगिता
2. कहानी सुनाओ प्रतियोगिता
3. शब्द अन्त्याक्षरी प्रतियोगिता
4. समाचार वाचन (प्रार्थना सभा में)

**कक्षेत्तर क्रिया–कलापों के दौरान–**

1. दूरदर्शन में देखे गये दृश्य (स्वतन्त्रता दिवस, गणतन्त्र दिवस परेड) का अपने शब्दों में वर्णन ।
2. रेडियो में सुनी गयी किसी कविता, कहानी, जीवनी का अपने शब्दों में वर्णन।
3. किसी कथन को विभिन्न मनोभावों के साथ व्यक्त करना ।
4. किसी घटना को अपने शब्दों में सुनाना।

**गतिविधि 3 – वस्तु उठाओ, किस्सा बताओ–**

- शिक्षक कुछ वस्तुओं को लेकर एक बॉक्स में डाल दें जैसे– कागज, पेंसिल, गेंद, चॉक, फूल, कहानी की पुस्तक, पत्थर, टोपी इत्यादि।
- सभी बच्चे गोल घेरे में बैठें और बॉक्स को बीच में रख लें।
- बच्चे एक–एक करके आएं और अपनी आँखे बंद करके बॉक्स से कोई एक वस्तु निकालें।
- फिर वे छूकर अंदाजा लगाएं कि उन्होंने बॉक्स से क्या निकाला है।
- फिर वो उस वस्तु से जुड़ा कोई रोचक प्रसंग बताएँ।

**उदाहरण**– अगर किसी विद्यार्थी के पास चॉक आया है, तो वह बता सकता है कि कैसे एक दिन चॉक से उसे बोर्ड पर लिखने का अवसर मिला और उसने कैसा अनुभव किया।

**चर्चा–परिचर्चा**– मौखिक भाषा का विकास की विधियों पर चर्चा करें।

**समेकन**– सुगमकर्ता इस प्रकार विद्यार्थियों से इन वस्तुओं से सम्बन्धित कोई कविता या कहानी सुनाने को भी कह सकते हैं।

**पठन कौशल–**

पढ़कर अर्थ ग्रहण करना 'पठन कौशल' कहलाता है ।

**"पढ़ना महज लिखे हुए का उच्चारण करना ही नहीं, बल्कि उसके अर्थ को समझना और उससे जुड़ना भी जरूरी है।" – भाषा की समझ (एन० सी० ई० आर० टी०, नई दिल्ली)**

सुगमकर्ता एक/दो प्रतिभागियों से पाठ्य–पुस्तक के पाठों (कविता कहानी) को हाव–भाव, उचित आरोह–अवरोह, विराम चिह्नों, शुद्ध उच्चारण आदि को ध्यान में रखते हुए पठन करवा सकते हैं। इसके उपरान्त सुगमकर्ता पठन में ध्यान रखने योग्य बातों पर चर्चा करेंगे।

**गतिविधि 4 – क्रम से लगाये, कहानी बनायें**

- यह गतिविधि आप किसी भी ऐसी कहानी को लेकर कर सकते हैं जिस पर आपने कक्षा में बच्चों के साथ चर्चा की हो।
- सुनाई गई कहानी को आप 5 वाक्यों में चार्ट पर लिख लें। ध्यान रहे प्रत्येक वाक्य अलग–अलग लिखें। फिर चार्ट काट कर प्रत्येक वाक्य को अलग–अलग कर लें।
- प्रत्येक समूह को कहानी के यह पाँच वाक्य दें और उन्हें इन वाक्यों को सही क्रम में लगाने को कहें।
- इस दौरान शिक्षक कक्षा में अवलोकन करें और जरूरत पड़ने पर बच्चों की सहायता करें।
- जब बच्चे वाक्यों को व्यवस्थित क्रम में लगा लें। तो एक समूह के बच्चों को एक–एक वाक्य पढ़ कर सुनाने के लिए भी कहें और दूसरे समूह के बच्चों से ध्यानपूर्वक कहानी सुनने को कहें।

शिक्षक कक्षा में इस गतिविधि को करने के लिए कहानी की घटनओं के क्रम बदल कर ब्लैकबोर्ड पर लिख सकते हैं और बच्चों को ब्लैकबोर्ड पर लिखे वाक्यों को सही क्रम में रखने के लिए उनके आगे क्रम का

सही अंक लिखने को कह सकते हैं। इस गतिविधि को समूह में कराने हेतु कक्षा में बच्चों को समूहों में बाँट दें, प्रत्येक समूह को अलग–अलग कहानी के वाक्यों को देकर क्रम से लगाने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा**– वाक्य विन्यास

**समेकन**– सुगमकर्ता समेकन करते हुए बतायेंगे कि इस प्रकार से हम बच्चों में वाक्यों को क्रम से लगाते हुए कहानी बनाकर, उनमें पठन क्षमता का विकास कर सकते हैं।

## लेखन कौशल–

लिखकर विचार व्यक्त करना लेखन कौशल कहलाता है।

**''समझ कर अपने भावों विचारों को लिपिबद्ध करना ही लेखन कहलाता है।'' इस प्रकार लेखन, लिपि प्रतीकों को समझ के साथ व्यवस्थित रूप में लिखना एवं भाव प्रकाशन का व्यापक एवं शक्तिशाली माध्यम है।**

## लेखन कौशल के प्रकार–

1. **बुनियादी लेखन कौशल**– बुनियादी लेखन कौशल में अक्षरों/मात्राओं की सही आकृति बनाना शब्दों की सही वर्तनी, आधारभूत व्याकरण, विराम चिह्न, वाक्य विन्यास आदि शामिल है।

2. **उच्च स्तरीय लेखन कौशल** – उच्च स्तरीय लेखन कौशल में किसी विषयवस्तु को पढ़ने के उपरान्त व्यवस्थित ढंग से सार्थक वाक्य बनाना तथा स्वतंत्र विचारों को व्यवस्थित रूप में लिखना शामिल है।

## लेखन कौशल के विभिन्न चरण–

**1. प्रारंभिक लेखन स्तर (उभरता लेखन)**

आड़ी–टेढ़ी रेखाएं खींचना, चित्र बनाना

**2. मध्यवर्ती लेखन**

- वर्ण और अक्षर लिखना, शब्द लिखना
- लिपि के उपयोग का आरम्भ

**3. संरचनात्मक लेखन**

- वाक्य संरचना, लिंग, वचन, क्रिया, काल आदि के अनुसार शब्दों का वाक्यों में प्रयोग।

**4. प्रवाहपूर्ण/स्वतंत्र लेखन**

- बुनियादी और रचनात्मक लेखन कौशल का पूरा ज्ञान।
- प्रश्नों के उत्तर, विचार, घटनाएं, अनुभव और सोचकर लिखने हेतु कुछ गतिविधियाँ जो शिक्षक विद्यार्थियों से करायेंगे। जैसे–

- विद्यार्थियों को अपने पास – पड़ोस से कम से कम पाँच–पाँच समाचार की हेड लाइन बनाकर लाने को कहें।
- विद्यार्थियों को कुछ शब्द जैसे–बारिश, पेड़, कबूतर आदि देकर कहानी और कविता की रचना करने के लिए कहें।
- विद्यार्थियों को चित्र दिखाकर, देखे गए चित्र के आधार पर अपनी सोच के अनुसार वाक्य लिखने को कहें।

**गतिविधि 5 – वाक्य में वाक्य जोड़ें**

- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को एक वाक्य दिया जायेगा।
- प्रत्येक प्रतिभागी से उस वाक्य के आगे नया वाक्य जोड़ने को कहा जायेगा।
- यही क्रम अन्य प्रतिभागियों के साथ दोहराया जायेगा।
- कही गई बात में प्रतिभागी अपने आस–पास के अनुभवों को स्वयं से जोड़कर वाक्य रचना में शामिल होंगे।
- प्रत्येक वाक्य की रचना में स्वयं को रखने के साथ–साथ कई लोगों को भी शामिल किया जा सकता हैं।

उदाहरण– सीमा कल शाम अपनी सहेली के घर गयी थी।
वह स्कूटी से गयी थी।
वह नया सूट पहनकर गयी थी।

**चर्चा–परिचर्चा–**

1. अभिव्यक्ति कौशल
2. वाक्य विन्यास

**समेकन** – इसी प्रकार से शिक्षक विद्यार्थियों को विभिन्न प्रकार के शब्दों व उनके प्रयोग को खेल–खेल में सिखा सकते है।

**गतिविधि 6 – पढ़ो कहानी ढूँढो शब्द**

सुगमकर्ता, प्रतिभागियों को पाठ्य पुस्तक से अनुच्छेद (कहानी) दें और उस अनुच्छेद में संज्ञा, सर्वनाम, विलोम शब्द, उपसर्ग, विशेषण तथा पर्यायवाची शब्द चिह्नित करने के लिए कहें और प्रस्तुतीकरण करवायेंगे।

"लोग उसे सनकी कहते हैं, कुछ जुनूनी तो कुछ और। मगर रमइया को इससे फर्क नहीं पड़ता। वह अपनी साइकिल पर ढेरों पौधे लिए रोज सुबह घर से निकल पड़ता है, गीत गाता है और सबसे पेड़ उगाने को कहता है। रमइया अपने सपने की धुन में मगन है। उसका सपना है हरी–भरी धरती का, जंगल बचाने का, पेड़ लगाने का। रमइया जानता है कि इस सपने को कैसे पूरा करना है। किसी की शादी हो तो उपहार में पौधा देता है। जन्मदिन हो तो पौधा भेंट करता है। जहाँ जो भी मिल जाए उसे एक पौधा थमा देता है।"

| क्रम संख्या | शब्द अर्थ | संज्ञा | सर्वनाम | विशेषण | उपसर्ग | विलोम | विराम चिह्न |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | सनकी | रमइया | उसे | जुनूनी | उपहार | सुबह | हरी–भरी |
| 2 | | पेड़ | वह | सनकी | जन्मदिन | धरती | |
| 3 | | | उसका | | | | |
| 4 | | | | | | | |

**चर्चा–परिचर्चा–**

1. शब्द पहचान
2. व्याकरण ज्ञान

**समेकन–** इसी तरह से शिक्षक विद्यार्थियों मे व्याकरणिक अवधारणाओं को स्पष्ट करने के लिए पाठ्य पुस्तक के पाठों मे से कक्षा–शिक्षण के दौरान कुछ वाक्य चिन्हित करेंगे और उन वाक्यों में संज्ञा, सर्वनाम, विशेषण, विलोम, पर्यायवाची, उपसर्ग, प्रत्यय आदि शब्द की पहचान करवायेंगे।

**सत्र समेकन–** सत्र के अंत में सुगमकर्ता द्वारा सत्र में आए सभी बिंदुओं पर संक्षेप में प्रकाश डालते हुए सत्र का समेकन किया जाएगा और सत्र को समाप्त किया जाएगा।

## इस सत्र से हमने सीखा–

- शिक्षक द्वारा विद्यार्थियों में भाषायी कौशलों का विकास किया जाता है।
- बच्चों में पाठ्य–पुस्तकों के प्रति रुचि जागृत किया जाता है।
- विभिन्न प्रकार की व्याकरणिक अवधारणाओं की समझ विकसित करने के साथ–साथ उनके अनुप्रयोग की क्षमता का विकास करने की विधियों की जानकारी।
- विभिन्न प्रकार की भाषा शिक्षण सम्बन्धी गतिविधियों और नवाचारों की जानकारी।

दिवस- द्वितीय सत्र- तृतीय

# विषय- संस्कृत भाषा शिक्षण

**अवधि**– 75 मिनट
**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- संस्कृत भाषा के प्रति समझ
- संस्कृत व्याकरण की मूलभूत अवधारणाओं की समझ तथा उनका अनुप्रयोग
- भाषायी कौशलों को विकसित करने में सक्षम बनाना
- विभिन्न गतिविधियों एवं नवाचारों के द्वारा विषय को रुचिकर बनाना
- सरल सुभाषित श्लोकों के माध्यम से नैतिक मूल्यों का विकास
- संस्कृत शब्दों का शुद्ध उच्चारण एवं शुद्ध लेखन

**आवश्यक सामग्री**– पी0पी0टी, चार्ट पेपर, ए–4 साइज पेपर, स्टिकी नोट, फ्लैशकार्ड, पाठ्यपुस्तक कक्षा 01 से 05 तक।
**सत्र संचालन**– सुगमकर्ता पी0पी0टी0 के द्वारा भाषा शिक्षण हेतु विभिन्न मनोभावों और संकेतों से सम्बन्धित चित्रों को प्रदर्शित करेंगे।

सुगमकर्ता उपर्युक्त चित्रों के द्वारा प्रश्नोत्तर विधि से प्रतिभागियों के समक्ष 'भाषा' की समझ को स्पष्ट किया जाएगा। भाषा क्या हैं? भाषा के रूप तथा भाषा कैसे कार्य करती है? स्पष्ट करते हुए सत्र को आगे बढ़ायेंगे।

सुगमकर्ता 'भाषा की समझ' चर्चा–परिचर्चा को स्पष्ट करने के बाद भाषायी कौशलों पर अपने विचार साझा करेंगे।

सुनना → बोलना → पढ़ना → लिखना

इस चर्चा–परिचर्चा के माध्यम से हमने जाना की भाषा क्या हैं, कैसे कार्य करती हैं तथा इसको सीखने के कौन–कौन से कौशल हैं और विद्यार्थियों को सहज व सरल तरीके से भाषा कैसे सिखा सकते हैं।

**संस्कृत भाषा सीखना**

- प्रार्थना सभा
- सूक्तियाँ

- बाल सभा
- रुचियाँ
- चित्र दिखाकर बोलने का अवसर देना, • रिश्ते–नाते / घर–परिवार पर बातचीत, • कविता तथा कहानी के माध्यम से • विद्यालय तथा विद्यालयी वस्तुओं परिचर्या • मेला / त्योहार पर चर्चा।

## संस्कृत में वातावरण सृजन –

बालगीत / कविता / शब्द / वाक्य के माध्यम से बार–बार संस्कृत शब्दों के उच्चारण से संस्कृत विषय के प्रति विद्यार्थियों के मन मे इसके कठिन होने की धारणा समाप्त होगी तथा विद्यार्थी इस विषय मे रूचि लेने लगेंगे। अतः संस्कृत भाषा शिक्षण के लिए कक्षा–कक्ष परिवेश निर्माण के लिए निम्नलिखित क्रियाकलापों पर विशेष ध्यान देना चाहिए–

- कक्षा–कक्ष मे हिन्दी के साथ संस्कृत नाम लिखें निम्नलिखित वस्तुओं के चित्र / चार्ट लगाएं–
- पशु–पक्षी, फल–फूल, कक्षाकक्ष की सामग्री, शरीर के अंगों, दिनों, महीनों और खाने–पीने की वस्तुओं के नाम आदि।
- छोटे–छोटे नीति–वचनों / सूक्तियों को दीवार पर लिखवाएं या सूक्ति पट्टी बनाकर टाँगे जैसे– सत्यमेव जयते, अहिंसा परमो धर्मः, विद्या ददाति विनयम् आदि।
- चाक, डस्टर, श्यामपट्ट, कुर्सी कॉपी, कलम जैसे कक्षा–कक्ष में प्रयुक्त होने वाली सामग्रियों का प्रयोग करते समय इनके संस्कृत नाम बोलें–

श्यामपट्टः – श्यामपट्ट
सुधाखण्डः – चाक
मार्जिका – डस्टर
आसन्दिका – कुर्सी
कलमः – कलम

कक्षा–कक्ष में दिये जाने वाले निर्देश हाव–भाव के साथ संस्कृत में बोलें–यथा–

एवं मा कुरू – ऐसा मत करो।
अत्र आगच्छ – यहाँ आओ।
तत्र गच्छ – वहाँ जाओ।
उपविश – बैठो / बैठ जाओ।
उत्तिष्ठ – खड़े हो जाओ।
पुस्तकम् उदघाट्य – किताब खोलो।
पुस्तिकायाम् लिखतु – कॉपी में लिखो।

बच्चों को हिन्दी के साथ–साथ संस्कृत में निम्नलिखित वाक्यों को बुलवाएं–

क्या मैं आ सकता हूँ

1. किम् अहम् आगन्तुं शक्नोमि?
2. किम् अहम् आगच्छानि?

क्या मैं जा सकता हूँ

1. किम् अहम् गन्तुम् शक्नोमि?
2. किम् अहम् गच्छामि?

आज छुट्टी चाहता हूँ।
अद्य अवकाशम् इच्छामि।

जल पीना चाहता हूँ।
जलं पातुम इच्छामि।

इस प्रकार के अन्य विषयों पर वार्तालाप कक्षा–कक्ष काराये जा सकते हैं।

**गतिविधि 1 – बालगीतम्**

शिक्षक बालगीत के चार्ट को दीवार बोर्ड पर प्रदर्शित करें।

| | |
|---|---|
| **गन्त्री गच्छति** | **गाड़ी जाती** |
| **अग्रे गच्छति** | **आगे जाती** |
| **पृष्ठे गच्छति** | **पीछे जाती** |
| **उच्चैः गच्छति** | **ऊँचे जाती** |
| **नीच्चैः गच्छति** | **नीचे जाती** |
| **गन्त्री गच्छति** | **गाड़ी जाती** |
| **मन्दं गच्छति** | **धीरे जाती** |
| **वक्रं गच्छति** | **टेढ़ी जाती** |
| **सरलं गच्छति** | **सीधी जाती** |

इस 'बालगीतम्' का गायन शिक्षक कक्षा शिक्षण के दौरान तीन चरणों मे कराएं–

**प्रथम चरण**– शिक्षक 'बालगीतम्' का स्वयं सस्वर गायन करें फिर विद्यार्थियों के साथ संस्कृत में गायन करें।

**द्वितीय चरण**– शिक्षक 'बालगीतम्' की आधी पंक्ति स्वयं गाएँ तथा बाद की आधी पंक्ति का गायन विद्यार्थियों से करवाएं, जैसे–

| | | | |
|---|---|---|---|
| शिक्षकः | गन्त्री गच्छति | विद्यार्थीः | गाड़ी जाती |
| शिक्षकः | अग्रे गच्छति | विद्यार्थीः | आगे जाती |

**तृतीय चरण**– शिक्षक पूरी एक पंक्ति गाएं तथा दूसरी पंक्ति का गायन विद्यार्थियों से करवाएं, जैसे–

शिक्षकः गन्त्री गच्छति गाड़ी जाती।

विद्यार्थीः अग्रे गच्छति, आगे जाती।

**चर्चा–परिचर्चा**–

1. गीत के माध्यम से संस्कृत भाषा को सरल एवं रूचिकर बनाना।
2. उच्चारण ज्ञान

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा चर्चा के बिन्दुओं को समाहित करते हुए संस्कृत भाषा को सरल एवं रोचक बनाया जायेगा।

**गतिविधि 2**– सुगमकर्ता समस्त प्रतिभागियों को दो समूहों मे विभाजित कर लेंगे। इनमें से एक समूह प्रशिक्षण कक्ष में उपलब्ध किसी वस्तु (किताब, पेन, मेज, कुर्सी, पंखा, लाइट, रंग, इत्यादि) का चयन करके दूसरे समूह से उसे संस्कृत में बताने को कहेंगे। इसके लिए 20 सेकेण्ड का समय निर्धारित किया जायेगा। इस प्रक्रिया को प्रशिक्षण कक्ष में पाँच बार कराया जाएगा।

**चर्चा–परिचर्चा**– परिवेशीय वस्तुओं के संस्कृत नाम

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान परिवेशीय वस्तुओं के संस्कृत के नाम हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जायेगी।

**गतिविधि 3– चित्र मिलाये शब्द भंडार बढ़ायें**

सुगमकर्ता फल फूल, सब्जी, पशु, पक्षी आदि के चित्र कार्ड बना लेंगे। प्रतिभागियों को पाँच समूहों में विभाजित कर देंगे। पर्ची में बने चित्र को क्रमशः पाँच समूहों में बाँटकर चित्रों के संस्कृत नाम को लिखने को कहेंगे और प्रस्तुतीकरण करने को कहेंगे।

**फल** **फूल** **सब्जी** **पशु** **पक्षी**

**चर्चा–परिचर्चा**– चित्रो के माध्यम से परिवेशीय वस्तुओं के संस्कृत शब्दों का ज्ञान।

**समेकनः**– सुगमकर्ता द्वार प्रतिभागियों को कक्षा–शिक्षण में चर्चा के बिन्दुओं के आधार पर गतिविधि के प्रयोग हेतु प्रेरित किया जायेगा।

**गतिविधि 4**– बच्चों को गोल घेरे में बैठा दें। एक बच्चा घेरे के चारों तरफ फलम्, पुष्पम्, शाकम बोलते हुए चक्कर लगाए। चक्कर लगाता हुआ बच्चा किसी एक बैठे हुए बच्चे के सिर पर हाथ रखते हुए फलम्, पुष्पम्, शाकम् में से कोई एक शब्द बोले। बैठा हुआ बच्चा (जिसके सिर पर हाथ रखा गया था) खड़े होकर बोले गये शब्द के अनुसार क्रमशः किसी एक फल–फूल या सब्जी का नाम संस्कृत में बताएं। (फल, फूल, सब्जी का नाम हिन्दी में बताने पर शिक्षक उसकी संस्कृत बताने में मदद करें)

**चर्चा–परिचर्चा**–

1. मौखिक भाषा विकास
2. संस्कृत शब्द भंडार में वृद्धि

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान भाषा विकास हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जाये।

**गतिविधि 5 — चित्र की पहचान बढ़ायें शब्द ज्ञान**

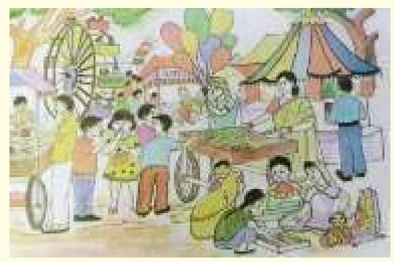
शिक्षक कक्षा मे बच्चों को दो समूहों में बैठायेंगे। शिक्षक एक समूह को चित्र बने हुए फ्लैश कार्ड और दूसरे समूह को उन चित्रों के नाम लिखे हुए फ्लैश कार्ड देंगे। प्रथम समूह एक चित्र कार्ड निकालकर दिखायेगा। दूसरा समूह उस चित्र को पहचानकर उसका नाम लिखा हुआ चित्रकार्ड दिखाएं। सही मेल होने पर प्रोत्साहित करने के लिए ताली बजवाएं।

**चर्चा—परिचर्चा**— चित्रों के द्वारा संस्कृत शब्दों का ज्ञान

**समेकन**— सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान संस्कृत शब्दों के ज्ञान में वृद्धि हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जाये।

**गतिविधि 6 — शब्दों का खेल**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पाँच समूहों में एक—एक चित्र देंगे, चित्र से सम्बन्धित संस्कृत शब्द उसके अर्थ शीर्षक लघु वाक्य निर्माण प्रत्येक समूह से संस्कृत में लिखने के लिए कहेंगे और उसका प्रस्तुतीकरण करवाएं।



**चर्चा—परिचर्चा**—

1. संस्कृत शब्द के अर्थ एवं उनके प्रयोग का ज्ञान
2. वाक्य निर्माण

**समेकनः**— सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान संस्कृत शब्दों के अर्थ ज्ञान एवं उनके प्रयोग और लघु वाक्य निर्माण हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जायेगी।

**गतिविधि 7 — शब्दों की चुनौती**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को दो समूहों में विभाजित करें। एक समूह संस्कृत में कोई शब्द बोलेगा और दूसरा समूह उस शब्द से सम्बन्धित वाक्य संस्कृत में बोलेगा। यह प्रक्रिया दोनों समूहों के द्वारा की जायेगी।

**चर्चा—परिचर्चा**— मौखिक भाषा का विकास एवं अभिव्यक्ति कौशल

**समेकन**— सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान संस्कृत में वार्तालाप करने का कौशल विकसित करने हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जायेगी।

**गतिविधि 8 – तम्बोला**

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| नौ | शु | न | रः | पि | कः | भू |
| का | कः | ग | जः | क | रः | ध |
| अ | जा | तु | ला | ज | नः | रः |

**उदाहरणः** नौका

शिक्षक श्यामपट्ट पर शब्दों का तम्बोला बना दें। प्रत्येक प्रतिभागी इस तम्बोले से ढूंढकर दो–दो संस्कृत शब्द अपनी कॉपी पर लिखें।

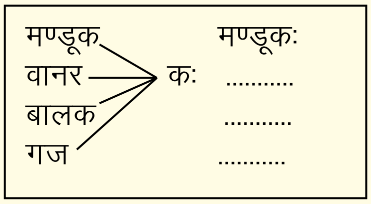
**चर्चा–परिचर्चा–**

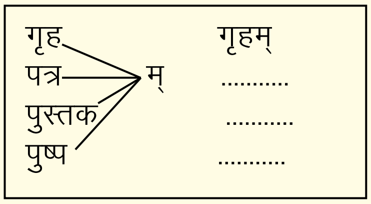
1. शब्द भंडार में वृद्धि
2. लेखन कौशल का विकास

**समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान शब्द ज्ञान एवं लेखन कौशल को विकसित करने हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जायेगी।

**गतिविधि 9 – जोड़कर लिखें**

विद्यार्थियों को दो समूहों में बांट दें। दोनो समूहों को अलग–अलग शब्द कार्ड दे दें, जिनमें विसर्ग (:) हलन्त (म्) लगाने हो। कार्ड इस प्रकार तैयार करें–




समूह (1) विसर्ग (:) लगाकर जैसे मण्डूकः लिखे तथा

समूह (2) हलन्त 'म्' लगाकर 'गृहम्' लिखे।

इस प्रकार के अन्य शब्दों का संग्रह शिक्षक विद्यार्थियों द्वारा पुस्तक से कराएंगे। कार्ड को समूहकर आपस में बदलकर विद्यार्थी शब्द बनाएंगे।

**चर्चा–परिचर्चा–** संस्कृत में हलन्त एवं विसर्ग का ज्ञान।

**समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा शिक्षण के दौरान संस्कृत में हलन्त एंव विसर्ग के ज्ञान एवं शब्दो में उनके प्रयोग हेतु इस प्रकार की गतिविधि करायी जायेगी।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा सत्र में चर्चा किये गये मुख्य बिन्दुओं का संकलन प्रभावी शिक्षण–प्रशिक्षण हेतु समेकित करते हुए सत्र का समेकन किया जायेगा।

### इस सत्र से हमने सीखा–

- भाषायी कौशलों का विकास करना।
- सरल सुभाषित श्लोकों के माध्यम से नैतिक मूल्यों का विकास करना।
- संस्कृत शब्दों का शुद्ध उच्चारण एवं लेखन कराना।

# विषय- उर्दू भाषा शिक्षण

**अवधि–** 75 मिनट

**उद्देश्य–** सत्र समाप्ति के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- उर्दू वर्णमाला और उसके सही उच्चारण की समझ का विकास
- सरल शब्दों को पढ़ने और लिखने की प्रभावी तकनीक का विकास
- कक्षा में उर्दू भाषा के शिक्षण में रचनात्मक और आकर्षक दृष्टिकोण का विकास
- शिक्षण में बच्चों की रुचि बढ़ाना और भाषा के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करना

**आवश्यक सामग्री–** पी०पी०टी०, उर्दू वर्णमाला का चार्ट, उर्दू अक्षरों के फ्लैश कार्ड, मॉड्यूल आदि।

**सत्र संचालन–**

उर्दू जिसे कहते हैं, तहज़ीब का चश्मा है

वो शख्स मोहज़्ज़ब है, जिसको ये ज़बाँ आई

उर्दू भाषा अपनी नफ़ासत, नज़ाकत और शायरी के लिए जानी जाती है। इसकी तहज़ीब–ओ–तमद्दुन, गहरी सांस्कृतिक धरोहर को दर्शाती है। ग़ज़ल, नज़्म और कहानी, साहित्य में इसकी अभिव्यक्ति के अनूठे अंदाज़ हैं। उर्दू की मिठास और लहजा इसे हर दिल अज़ीज बनाता है। यह भाषा प्रेम, सौन्दर्य और इंसानी जज़्बात की अनमोल तस्वीर पेश करती है।

''तो चलिए, आज फिर से करें, इन लफ़्जों से रिश्तों को रोशन,

अदब और मोहब्बत का दीप जलाएं, दुनिया को बनायें गुलशन''।

**गतिविधि 1– उर्दू भाषा में अभिवादन/शिष्टाचार**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को हिन्दी भाषा में प्रयुक्त होने वाले अभिवादन/शिष्टाचार के कुछ शब्दों का उर्दू रूपान्तरण एवं अनुवाद करायें तथा प्रतिभागियों को इसे दुहराने के लिए कहें।

नमस्ते/नमस्कार/प्रणाम– आदाब

| | | |
|---|---|---|
| शुभ प्रभात | – | सुब्ह–ब–खैर |
| शुभ रात्रि | – | शब–ब–खैर |
| धन्यवाद | – | शुक्रिया |
| कृपया | – | मेहरबानी करके |
| क्षमा करें | – | माफ़ कीजिए |
| स्वागत है | – | खुशामदीद |
| शुभकामनाएं | – | नेकी की दुआएं |
| विदा | – | अलविदा |
| आपका दिन शुभ हो | – | आपका दिन अच्छा हो |

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से उर्दू भाषा में अभिवादन के शब्दों/वाक्यों के दैनिक जीवन में प्रयोग पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– उर्दू भाषा के नज़ाकत एवं नफ़ासत पर चर्चा करते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे।

सुगमकर्ता प्राथमिक कक्षाओं में उर्दू शिक्षण हेतु प्रतिभागियों को उर्दू वर्णमाला के तकनीकी पक्षों की निम्नानुसार समझ विकसित कराते हुए सत्र को आगे बढ़ायेंगे।

**गतिविधि 2– उर्दू वर्णमाला गीत**

**अलिफ़** से अम्मी प्यारी सबकी
**बे** से बाजी दुलारी सबकी
**पे** से पंतग उड़ाते हैं सब
**ते** से तितली पकड़ते हैं सब
**टे** से टांग पकड़कर गिराते
**से** से समर से सेहत बनाते
**जीम** से जहाज़ आसमान में उड़ता
**चे** से चाँद पे विक्रम पहुँचा
**हे** से हलवाई मिठाई बनाता
**ख़े** से ख़रगोश दौड़ लगाता
**दाल** से दिया जला घर आँगन
**डाल** से डमरू बजा डमा डम
**ज़ाल** से ज़ख़ीरा अनाज का होता
**रे** से रहीम लगाता ग़ोता
**ड़े** से कुछ नहीं समझो और
**ज़े** से जंजीर पर बैठा मोर
**सीन** से सेब को अब्बा लाते
**शीन** से शहद चाट कर खाते
**स्वाद** से साबुन करे सफाई
**ज्वाद** से ज़ईफ खाता दवाई
**तो** से तोता मिट्ठू बेटा
**ज़ो** से ज़रूफ़ किचन में होता
**ऐन** से ऐनक धरी नाक पर
**ग़ैन** से ग़ुब्बारे सजे रात भर
**फ़े** से फ़ौव्वारा चलता देखो
**क़ाफ** से क़लम से लिखना सीखो
**काफ** से कार्टून मज़ा लगाते
**गाफ़** से गाजर शौक से खाते
**लाम** से लटटू खूब नचाते
**मीम** से मटर की सब्जी खाते
**नू** से नल को खुला मत छोड़ो
**वाव** से वरक़ कभी मत मोड़ो
**हे** से हाथी चले शान में
**दो** चश्मी हे रहे ध्यान में
**हमज़ा** खाली खाली रहता
**इये** से एक्का चलता फिरता
**ईये** हर्फ़ आख़िर में आता
**खत्म** हुरूफ़–ए–तहज्जी करता

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता और प्रतिभागी एक साथ उपर्युक्त उर्दू वर्णमाला पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि द्वारा प्रतिभागी उर्दू वर्णमाला की ध्वनियों से परिचित हो सकेंगे।

## उर्दू वर्णमाला / व्याकरण की संरचना और शिक्षण तकनीक का सामान्य परिचय–

1. **हुरूफ़–ए–तहज्जी–** हर भाषा की एक वर्णमाला होती है इसी प्रकार उर्दू के वर्णों की भी वर्णमाला होती है। जिसे हुरूफ़–ए–तहज्जी कहते हैं। अक्षर ज्ञान वस्तुओं के नाम बताकर, उसके पहले अक्षर से अंताक्षरी बनाकर, अक्षर लिखकर तथा अक्षर पर आधारित कविता के माध्यम से पढ़ाया एवं सिखाया जा सकता है।

2. **ऐराब–** ऐराब मात्राओं को कहते हैं। उर्दू में इसका ज्ञान अत्यन्त आवश्यक है, जैसे– 'आ' की मात्रा 'मद' होता है। यह जब अलिफ पर लगेगा तो 'आ' की आवाज़ में अक्षर को पढ़ा जायेगा। इसके अलावा ज़ेर, ज़बर, पेश, जज़्म, तशदीद, नुगुन्नां आदि उर्दू की मात्राएं हैं।

3. **वाक्य प्रयोग–** जब विद्यार्थी शब्दों को पढ़ने लगेगा तो आगे वह वाक्य बनाने लगेगा। विद्यार्थियों को सबक़ ख़्वानी (पाठ पढ़ना) कराकर और इमले के माध्यम से वाक्य प्रयोग का अभ्यास कराना चाहिए।

4. **कवायद–** विद्यार्थियों को उर्दू जबान की तालीम के साथ–साथ उर्दू व्याकरण का भी ज्ञान कराते रहना चाहिए। इस्म, फ़ेल, सिफ़त, ज़मीर, मुज़क्कर, मोअन्नस, वाहिद, जमा आदि को इबारत पढ़ते समय जहां जो आये, उसको बताकर शब्दों को चिन्हित करवाते रहना चाहिए।

5. **नज़्म ख़्वानी–** लफ़्ज़ों के सही उतार चढ़ाव व तलफ़्फ़ुज को ध्यान में रखते हुए नज़्म को उम्दा लहज़े और मुतरन्नुम आवाज़ में शिक्षक विद्यार्थियों के सामने पढ़े। जिससे विद्यार्थी उसी अंदाज़ में पढ़ने की मश्क कर सकें। मुश्किल अल्फ़ाज़ की निशानदेही करके उसका आसान और आम फ़हम मतलब बताएं, जिससे विद्यार्थी दिलचस्पी के साथ उन अल्फ़ाज़ को जान सकें। कुछ अच्छी नज्मों को ज़बानी याद करायें और कक्षा में विद्यार्थियों को दो समूह में बांट कर बैतबाज़ी (अंताक्षरी) करायें।

6. **नस्रख़्वानी–** नस्री पाठ को भी शिक्षक विद्यार्थियों के सामने आदर्श पठन के रूप में प्रस्तुत करें। मुश्किल अल्फाज़ को लिखकर उसके मतलब और मफ़हूम को बतायें। उस पर सवाल बनवायें और जबाव उसी में से तलाश करवाकर लिखवा दें। कवायद का पूरा ख़्याल रखें।

7. **दर्ख़्वास्त एवं मज़मून निगारी–** विद्यार्थियों को अवकाश के लिए दरख़्वास्त लिखना बतायें। जिससे ज़रूरत के ऐतबार से सभी तरह की दर्ख़्वास्त लिखना व पढ़ना आ जाये, विद्यार्थी जब लिखने लगें तो किसी मेला, त्यौहार आदि का शीर्षक देकर पहले शिक्षक उस पर वाक्य बोलने को कहें, सभी विद्यार्थियों से दुहराने को कहें उसके बाद उन वाक्यों को लिखने को कहें। जिससे उनमें निबन्ध या किसी शीर्षक पर लिखने का अभ्यास होता रहेगा।

8. **मोआविन अशिया–** जो भी पढ़ाना हो उसके पाठ संकेत बनायें और फिर उसके अनुसार उपयुक्त मोआविन अशिया (टी0एल0एम0) को बनाया जाये, जिससे प्रभावशाली ढंग से शिक्षण हो सके।

**गतिविधि 3– भाषा का खेल**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक–एक करके उर्दू अक्षरों के फ्लैश कार्ड दिखायें। प्रतिभागी फ्लैश कार्ड पर बने अक्षरों की पहचान कर इसका सही उच्चारण करें। गतिविधि के अगले चरण में सुगमकर्ता उर्दू अक्षरों के मेल से उर्दू शब्दों का निर्माण करे और प्रतिभागियों को इसके अभ्यास के लिए कहें। गतिविधि के अन्त में हिन्दी के कुछ प्रचलित शब्दों को उर्दू भाषा में लिखें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ दैनिक जीवन में प्रयोग होने वाले उर्दू के सामान्य शब्दों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागी उर्दू भाषा व्याकरण के कुछ पक्षों से सामान्य रूप से परिचित होकर कक्षा–शिक्षण में इसके प्रयोग के लिए प्रेरित होंगे।

उर्दू भारत की शासकीय भाषाओं में से एक है। यह जम्मू और कश्मीर की मुख्य प्रशासनिक भाषा है। साथ ही तेलंगाना, दिल्ली, बिहार और उत्तर प्रदेश की अतिरिक्त शासकीय भाषा है।

सत्र के अंतिम चरण में हम उर्दू भाषा के प्रयोग से सम्बन्धित गतिविधि में हिस्सा लेंगे।

**गतिविधि 4– उर्दू समाचार**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों में से किसी एक प्रतिभागी को आंमत्रित करें और दिये गये समाचार के प्रारूप का प्रशिक्षण कक्ष में वाचन करने के लिए कहें।

**नई तालीमी पॉलिसी का ऐलान**

**हुकूमत ने तालीमी निज़ाम में सुधार के लिए नई तालीमी पॉलिसी का ऐलान किया है, जिसका निफ़ाज़ अगले साल से होगा।**

**वज़ीर-ए-तालीम ने गुजिश्ता रोज़ एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में इस पॉलिसी की तफ़सीलात पेश कीं। इस पॉलिसी के तहत प्राइमरी सतह पर तालीम मुफ्त होगी और निसाब में जदीद मज़ामीन शामिल किए जाएंगे।**

**वज़ीर-ए-तालीम के मुताबिक, इस पॉलिसी के तहत 70 लाख तालिब-ए-इल्मों को फायदा होगा और हुकूमत इस पर 500 अरब रुपये खर्च करेगी।**

**"यह पॉलिसी हमारे मुल्क के तालीमी निज़ाम में इनक़लाबी तब्दीली लाएगी और नई नस्ल के मुस्तक़बिल को रोशन करेगी।"**

**माहर-ए-तालीम ने इस पॉलिसी को सराहा है, लेकिन कुछ लोगों का कहना है कि इसके मौसिर निफ़ाज़ के लिए मजीद इक़दामात की ज़रूरत होगी।**

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ उर्दू समाचार वाचन पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** सुगमकर्ता उपरोक्त गतिविधि के द्वारा प्रतिभागी शिक्षकों को दैनिक जीवन में उर्दू जबान के प्रयोग से परिचित कराते हुए समेकन करेंगे।

**सत्र समेकन–** सत्र के उपरान्त प्रतिभागी शिक्षक उर्दू भाषा की सामान्य समझ और दैनिक जीवन में इसके प्रयोग से परिचित हो सकेंगे और उर्दू भाषा–शिक्षण में यथासंभव इसका प्रयोग कर सकेंगे।

इस सत्र में हमने सीखा–

- उर्दू वर्णमाला और उसके सही उच्चारण की समझ
- उर्दू भाषा को पढ़ने और लिखने की प्रभावी तकनीक
- उर्दू भाषा के शिक्षण को रुचिकर बनाना

दिवस- द्वितीय

सत्र- चतुर्थ

# विषय- नैतिक शिक्षा एवं मूल्य बोध

**अवधि – 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य –** सत्र के पश्चात प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- एकता एवं सहयोग की भावना का विकास
- उचित–अनुचित के बीच भेद करने की क्षमता का विकास
- कठिन परिस्थितियों या जीवन की चुनौतियों का सामना करने की क्षमता का विकास
- ज्ञान का व्यावहारिक जीवन में प्रयोग करने की क्षमता का विकास

**आवश्यक सामग्री –** पी० पी०टी०, प्रोजेक्टर, चार्ट पेपर, स्केच पेन, मार्कर, ए–4 साइज पेपर आदि।

**सत्र संचालन –**

सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्नलिखित प्रश्न करेंगे –

1. नैतिक मूल्य क्या है?
2. नैतिक मूल्यों की हमारे जीवन में क्या आवश्यकता है?

नैतिक मूल्य प्रत्येक मनुष्य को अपने कर्तव्यों के प्रति जिम्मेदार बनाने के लिए आवश्यक सिद्धान्तों का एक समूह है। नैतिक मूल्य किसी व्यक्ति को उचित और अनुचित के बीच अन्तर करने में सहायता करते हैं। चरित्र निर्माण एक महत्वपूर्ण प्रक्रिया है, जिसे बचपन से ही प्रारम्भ किया जाना चाहिए। प्रत्येक विद्यार्थी को छोटी उम्र से ही नैतिक सिद्धान्तों के पालन करने हेतु प्रेरित करना चाहिए। शिक्षकों को नैतिक मूल्यों को विकसित करने और विद्यार्थियों के समक्ष एक उदाहरण प्रस्तुत करने की आवश्यकता है। ये उदाहरण उचित और अनुचित के बीच अन्तर करने की क्षमता विकसित करने का सबसे उत्तम तरीका है।

विद्यार्थी अनुकरण के माध्यम से सीखते हैं। शिक्षकों को चाहिए कि वे अपने व्यक्तित्व में नैतिक मूल्यों को सम्मिलित करें और विद्यार्थियों में उन नैतिक मूल्यों का विकास करने के लिए उदाहरण बनें। विद्यार्थी वही सीखते हैं जो वे अपने बड़ों को करते हुए देखते हैं, इसलिए शिक्षकों द्वारा नैतिक मूल्यों को अपनाना पहला और सबसे महत्वपूर्ण कदम है।

विद्यार्थियों में नैतिक मूल्यों को प्रारम्भ से ही विकसित किया जाना चाहिए, क्योंकि नैतिक मूल्यों का विकास प्रारम्भिक बाल्यवस्था से प्रारम्भ हो जाता है। विद्यार्थी अपने आस–पास के लोगों के व्यवहार का अनुकरण करते हैं। शिक्षक विद्यार्थियों के साथ बातचीत करते समय अपनी बातचीत में कुछ बुनियादी शिष्टाचार शामिल कर सकते हैं। जैसे– वह निम्न वाक्यांशों का प्रयोग आपसी बातचीत में कर सकते हैं–

- धन्यवाद (Thank you)
- क्षमा करें (Sorry)
- कृपया (Please)
- क्षमा (Excuse me)
- स्वागत है (Welcome)

इन वाक्यांशो का प्रयोग करने से विद्यार्थियों को शिष्टाचार का ज्ञान होता है और उन्हें सामाजिक संकेतों को समझने में मदद मिलती है। एक विद्यार्थी अपने बड़ों व शिक्षकों के कार्यों को देखता है और उनसे सीखता है। यदि शिक्षक विद्यार्थियों के समक्ष शिष्टाचार का उदाहरण प्रस्तुत करें तो वे वही सीखेंगे और समय आने पर इन वाक्यांशो का दैनिक जीवन में प्रयोग करेंगे।

**गतिविधि 1 – Five magical words**

**निर्देश**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को निम्न **Action song** संबंधित वीडियो दिखाएं।

**वीडियो लिंक– https://youtube.com/watch?v=TdJlMbUa8qI&feature=shared**

**गतिविधि संचालन– Action song for five magical words.**

| | | |
|---|---|---|
| Please- | If you **want something** | (2) |
| | What will you say | (2) |
| | I will say **please** | (2) |
| | That's what I say | (2) |
| Sorry- | If you **hurt** someone | (2) |
| | What will you say | (2) |
| | I will say **sorry** | (2) |
| | That's what I say | (2) |
| Thank you- | If you **get something** | (2) |
| | What will you say | (2) |
| | I will say **thank you** | (2) |
| | That's what I say | (2) |
| Excuse me- | If you are **sneezing** | (2) |
| | What will you say | (2) |
| | I will say **excuse me** | (2) |
| | That's what I say | (2) |
| Welcome- | If someone say **thank you** | (2) |
| | What will you say | (2) |
| | I will say **welcome** | (2) |
| | That's what I say | (2) |

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्नलिखित प्रश्नों के माध्यम से नैतिक मूल्यों के प्रति समझ विकसित करने के उद्देश्य से चर्चा करेंगे जैसे–

- इस गतिविधि के माध्यम से किन मूल्यों की समझ विकसित हुई?
- Thank you कब बोला जायेगा?
- Sorry कब बोला जायेगा?

सुगमकर्ता उपरोक्त प्रश्नों के आधार पर प्रतिभागी शिक्षकों से magical words से सम्बन्धित अन्य प्रश्न भी पूछ सकते है।

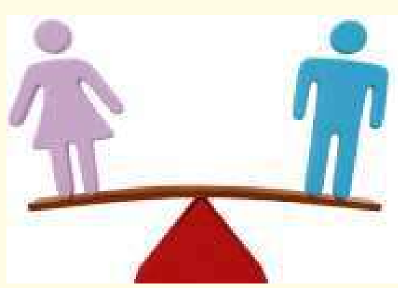
**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों में विभिन्न गतिविधियों व विभिन्न क्रियाकलापों के माध्यम से नैतिक मूल्यों की समझ विकसित कर पायेंगे तथा उनके प्रयोग हेतु प्रोत्साहित करते हुए समेकन करेंगे।

**गतिविधि 2 – पहचानों और सुनाओ**

**आवश्यक सामग्री– मूल्य सम्बन्धी चित्र**

**गतिविधि संचालन–**

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूह में विभाजित करें।
2. प्रत्येक समूह को मूल्य से सम्बन्धित एक चित्र दें।
3. सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को उस चित्र में प्रदर्शित हो रहे मूल्य को पहचानने का निर्देश दें।
4. प्रत्येक समूह चित्र में प्रदर्शित हो रहे मूल्य पर आधारित गीत/कविता/गज़ल/कहानी आदि सुनायें।



**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता चित्रों में प्रदर्शित मूल्यों पर प्रकाश डालते हुए निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा करेंगे–

1. विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास हेतु मूल्य विकास की आवश्यकता
2. कक्षा–कक्ष शिक्षण के दौरान मूल्य विकास हेतु रणनीतियां

**समेकन**– सुगमकर्ता एन0सी0ई0आर0टी0 के द्वारा बताये गये मूल्यों के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए, विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास में इनकी उपयोगिता को बतायेंगे।

**गतिविधि 3 – मूल्यों का प्रदर्शन**

**वीडियो लिंक**– https://youtube.com/watch?v=WYVue8TwIV4&feature=shared

**निर्देश**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को दिये गये लिंक द्वारा वीडियो दिखायें।

**गतिविधि संचालन** –

वीडियो दिखाने के बाद किस प्रकार के भाव उत्पन्न हुए हैं, प्रतिभागियों से पूछें और उससे सम्बन्धित मूल्यों पर चर्चा करें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्नलिखित प्रश्न के माध्यम से चर्चा करेंगे–

1. बच्चे ने किसकी सहायता की?
2. बच्चे ने क्यों सहायता की?
3. इससे आपको किस मूल्य का बोध हुआ?

**समेकन**– सुगमकर्ता इस प्रकार के अन्य वीडियो व कहानी के माध्यम से शिक्षकों को विद्यार्थियों में मूल्यों के विकास की आवश्यकता को बताते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे।

**सत्र समेकन**– सुगमकर्ता सत्र योजना में निहित मूल्यों की प्रासंगिकता और शिक्षणेत्तर क्रियाकलापों द्वारा विद्यार्थियों में मूल्य बोध कराकर उनके आचरण में नैतिक मूल्य कैसे परिलक्षित हो, पर चर्चा करते हुए सत्र का समापन करें।

**इस सत्र में हमने सीखा**–

- कठिन परिस्थितियों या जीवन की चुनौतियों का सामना करना
- ज्ञान का व्यावहारिक जीवन में प्रयोग करने की क्षमता का विकास
- विद्यार्थियों में मूल्य विकास हेतु रणनीतियां
- विद्यार्थियों के विकास हेतु व्यक्तित्व विकास हेतु मूल्यों की आवश्यकता एवं महत्त्व

दिवस- द्वितीय

सत्र- पंचम

# विषय- शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण- 1

**अवधि** – 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य** – सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- पाठ योजना की अवधारणा का ज्ञान
- पाठ योजना के महत्त्व व आवश्यकता की समझ
- पाठयोजना के विभिन्न चरणों के बारे में जानकारी प्रदान करना
- पाठयोजना निर्माण का कौशल

**आवश्यक सामग्री**– चार्ट पेपर, मार्कर, प्रोजेक्टर, पाठयोजना का प्रतिदर्श (Sample) शिक्षण सामग्री, हैंड आउट्स, पर्चियां (शिक्षण से सम्बन्धित अवधारणा लिखे हुए)

**सत्र संचालन**–

**सत्र भाग 1 – प्रस्तावना सत्र**

- सुगमकर्ता गूगल फॉर्म के माध्यम से प्रतिभागी शिक्षकों की पाठयोजना/शिक्षण योजना संबंधी पूर्व जानकारी प्राप्त करने से सत्र का प्रारम्भ करें।
- सुगमकर्ता सत्र के उद्देश्य और महत्व को स्पष्ट करें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों से उनके कक्षा शिक्षण के अनुभव और चुनौतियों के बारे में संक्षिप्त चर्चा करें।

**गतिविधि 1– आइस– ब्रेकर**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता पूर्व में कुछ सामग्रियो की सूची व दुकानों की स्थिति का मानचित्र (मैप) तैयार करें। इसका एक प्रारूप नीचे दिया गया है।

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को चार्ट के माध्यम से या बड़ी स्क्रीन पर मानचित्र (मैप) दर्शायें।
- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों से, उक्त सूची की सामग्री को क्रय करने हेतु एक रोड मैप बनाने के लिए कहें।
- सुगमकर्ता उपलब्ध समयानुसार कुछ प्रतिभागियों से उनके द्वारा तैयार किये गये रोड मैप को प्रस्तुत करने के लिए कहें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से गतिविधि करते समय उनके अनुभव को साझा करने को कहेंगे व उनके अनुभव को समाहित करते हुए नियोजन की आवश्यकता एवं चरणों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**–सुगमकर्ता प्रतिभागियों के प्रस्तुतीकरण के पश्चात् यह बतायेंगे कि किसी ने भी सामग्री की सूची के क्रम के आधार पर रोड मैप नहीं बनाया अपितु सभी ने पहले एक जैसी सामग्रियों को एक साथ करके, रोड मैप तैयार किया। इस प्रकार हमने यह सीखा कि किसी भी कार्य को करने से पहले उसका नियोजन (Planning) आवश्यक है।

## सत्र भाग 2 – पाठ योजना निर्माण का परिचय

- सुगमकर्ता उपरोक्त गतिविधि के आधार पर नियोजन का महत्व बताते हुए कक्षा में पाठयोजना के महत्व पर चर्चा करेंगे।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों की सहायता से पाठ योजना क्या है, उसकी परिभाषा और उपयोगिता के विषय में चर्चा करेंगे।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों की सक्रिय भागीदारी से पाठ योजना के नियोजन हेतु मुख्य तत्वों पर आधारित पी0पी0टी0 बनाकर (उद्देश्य, पूर्व ज्ञान, सामग्री, शिक्षण विधि, मूल्यांकन, सहायक सामग्री आदि) पर चर्चा करेंगे।
- सुगमकर्ता पाठ योजना के प्रतिदर्श की सहायता से उसके प्रत्येक चरण को स्पष्ट करेंगे।

## पाठ योजना की अवधारणा एवं उसका महत्व–

पाठयोजना का तात्पर्य किसी पाठ के विशिष्ट उद्देश्यों एवं अपेक्षित व्यावहारिक परिवर्तनों के संदर्भ में क्रमबद्ध एवं विस्तारपूर्वक गतिविधियों को नियोजित करने से है।

डेविस के मतानुसार–

**"कक्षा में जाने से पूर्व शिक्षक की पूर्व तैयारी आवश्यक है क्योंकि शिक्षक की प्रगति में सर्वाधिक बाधक उसकी अपूर्ण तैयारी है।"**

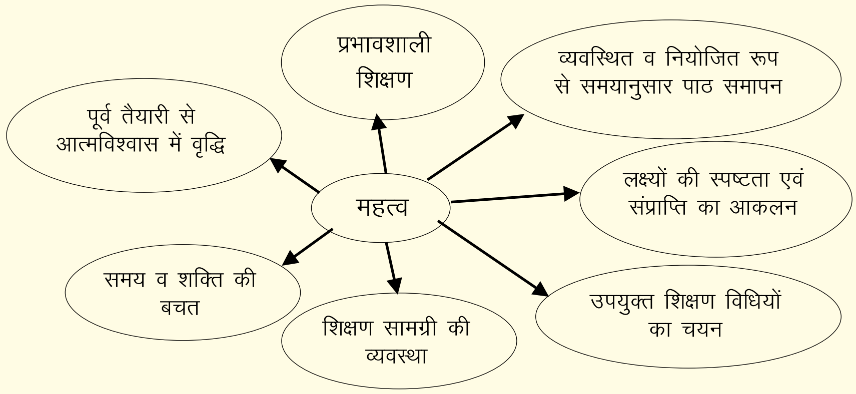
उपरोक्त कथन में डेविस महोदय ने कक्षा में जाने से पूर्व शिक्षक की तैयारी को ही पाठ योजना माना है।

एन. एल. वासिंग ने पाठ योजना को परिभाषित करते हुए लिखा है कि **"शिक्षण क्रियाओं तथा उद्देश्यों के आलेख को ही पाठ योजना कहते हैं। शिक्षण के उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिए शिक्षक जिन क्रियाओं का नियोजन करता है उन्हीं आलेखों को पाठ योजना के नाम से जाना जाता है।"**

स्पष्ट है पाठ योजना शिक्षण प्रक्रिया की एक ऐसी व्यावहारिक लिखित योजना है जो शिक्षण क्रियाओं को नियोजित करके किसी भी शिक्षक को कक्षा में जाने से पूर्व मानसिक रूप से तैयार करती है।

## पाठयोजना के तत्व–

## पाठ–योजना का महत्व




## सत्र भाग 3– पाठ–योजना के उद्देश्यों का निर्धारण तथा मूल्यांकन प्रश्न–

सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों से ब्लूम टेक्सोनॉमी के क्रियासूचक शब्दों की सहायता से उद्देश्य लेखन की प्रक्रिया पर विस्तृत चर्चा करें।

- सुगमकर्ता उद्देश्य लेखन की प्रक्रिया व उद्देश्यों के आधार पर मूल्यांकन प्रश्नों के निर्माण की प्रक्रिया पर प्रकाश डालें।

**गतिविधि 2– उद्देश्यों का निर्धारण**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता कक्षा 1 से कक्षा 5 तक के विभिन्न विषयों की अवधारणाओं की पर्ची बनाकर एक कटोरी में रखें। प्रतिभागियों को समूह में विभाजित कर प्रत्येक समूह के एक प्रतिभागी से पर्ची निकलवायें। उदाहरणार्थ पर्ची :–

  | |
  |---|
  | कक्षा–4 |
  | विज्ञान |
  | प्रकाश संश्लेषण |

- प्रत्येक समूह को उनके द्वारा चुनी गयी अवधारणा के विशिष्ट उद्देश्यों की ब्लूम टेक्सोनॉमी के संदर्भ में लिखने के लिए कहें।
- तत्पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागियों को विशिष्ट उद्देश्यों के आधार पर मूल्यांकन प्रश्न बनाने के निर्देश दें।
- सुगमकर्ता समय की उपलब्धता के अनुसार प्रस्तुतीकरण करायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों का सहयोग करते हुए मूल्यांकन प्रश्नों के प्रकारों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**–सुगमकर्ता प्रत्येक समूह के प्रस्तुतीकरण के पश्चात् अन्य समूह के प्रतिभागियों के सहयोग से उद्देश्यों तथा मूल्यांकन प्रश्नों की उपयुक्तता की समीक्षा करते हुए गतिविधि का समेकन करेंगे।

## संज्ञानात्मक उद्देश्यों के वर्गीकरण पर आधारित कियासूचक शब्द (Action Verbs)-

| स्मरण (Remembering) | बोध (Understanding) | अनुप्रयोग (Applying) | HOTS (Higher Order Thinking Skills) (Analysing/Evaluating/Creating) |
|---|---|---|---|
| प्रत्यास्मरण करना (Recall), पहचानना (Recognition), परिभाषा देना (Define), कथन करना (State), मिलान करना (Match), सूची बनाना (List) | व्याख्या करना (Explain), उदाहरण देना (Illustrate), प्रस्तुत करना (Present), प्रतिपादन करना (Formulate), वर्गीकरण करना (Classify), चयन करना (Select), परिवर्तित करना (Convert), अर्थापन (Interpret) | पूर्व कथन देना (Predict), जांच करना (Assess), गणना करना (Compute), रचना करना (Construct), प्रयोग करना (Use), ज्ञात करना (Find), प्रदर्शन करना (Demonstrate), उल्लेख करना (Cite) | विश्लेषण करना (Analyse), विभाजन करना (Divide), तुलना करना (Compare), भेद करना (Differentiate), अलग करना (Separate), पुष्टि करना (Justify), तर्क करना (Argue), वाद–विवाद करना (Discuss), निष्कर्ष करना (Conclude), व्यवस्थित करना (Organize), पूर्व कथन करना (Predict), सामान्यीकरण करना (Generalize), सारांश करना (Summarise), सारांश करना (Precise), एकीकृत करना (Integrate), सम्बन्ध करना (Associate), जोड़ना (Combine), निर्णय लेना (Judge), मूल्यांकन करना (Evaluate),आलोचना करना (Criticize), बचाव करना (Defend) |

### सत्र भाग 4– पाठ–योजना हेतु पाठ्यवस्तु का निर्धारण–

पाठ–योजना की पाठ्यवस्तु का निर्धारण करने हेतु छात्रों के पूर्व ज्ञान और पाठ के उद्देश्यों/पाठ सम्प्राप्ति की स्पष्ट समझ होना आवश्यक हैं जिससे पाठ के उद्देश्यों की सम्प्राप्ति संभव हो सकें।

पूर्व ज्ञान

↓ पाठ्यवस्तु

पाठ सम्प्राप्ति

**गतिविधि 3**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से चर्चा–परिचर्चा के माध्यम से छात्रों के पूर्व ज्ञान को ज्ञात करने के विभिन्न तरीकों को जानने का प्रयास करेंगे–

**चर्चा परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्नों के माध्यम से चर्चा करेंगे–

- छात्रों का पूर्व ज्ञान कैसे जाना जा सकता है?
- क्या इसके हेतु कोई एक विधि ही उपुयक्त है?

**समेकन**– सुगमकर्ता चर्चा के पश्चात मुख्य बिन्दुओं को श्यामपट्ट पर लिखे/लिखवायें।

| | |
|---|---|
| • प्रश्नों के माध्यम से | • पूर्व अनुभव की गतिविधियां |
| • बातचीत के माध्यम से | |

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देश दिया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर कक्षा–शिक्षण के मध्य पाठ–योजना के विभिन्न चरणों का प्रयोग करते हुए प्रस्तावना कौशल के प्रयोग करने पर बल दिया जायेगा।

### प्रस्तावना प्रश्न/कथन हेतु आवश्यक घटक–

छात्रों के पूर्व ज्ञान का उपयोग कक्षा में रुचि उत्पन्न करने के लिए किया जाता है। पूर्व ज्ञान, नये ज्ञान के लिए सेतु का कार्य करता है जिसको बनाकर नये ज्ञान को सुगम व सरल बनाया जाता है–

### घटक

1) पूर्व ज्ञान से संबधित कथन
2) विषयवस्तु व पाठ के उद्देश्यों से संबंधित कथन
3) कथनों/प्रश्नों में श्रृंखलाबद्धता
4) छात्रों में प्रेरणा व रूचि जाग्रत करने की क्षमता
5) उचित सहायक सामग्री/विधि का प्रयोग
6) उद्देश्य कथन में पूर्वज्ञान को नये ज्ञान का आधार बनाना

**गतिविधि 4–**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों की सहायता से किसी एक प्रकरण पर प्रस्तावना प्रश्न बनाकर उदाहरण के रूप में प्रदर्शित करेंगें।

- सुगमकर्ता प्रस्तावना प्रश्नों को प्रस्तावना प्रश्न/कथन के घटकों के आधार पर निरीक्षण करने हेतु कहेंगे। इस हेतु इस निरीक्षण तालिका के प्रारूप को उपयोग कर सकते है–

| क्र0सं0 | घटक | रेटिंग स्केल | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ प्रस्तावना प्रश्नों की विशेषताओं पर चर्चा करेंगे।
**समेकन**– सुगमकर्ता निरीक्षण तालिका के आधार पर प्रस्तावना प्रश्नों की प्रभाविता की जांच करेंगे।

### सत्र भाग 5– पाठ–योजना हेतु उपयुक्त शिक्षण विधि का चयन

सुगमकर्ता एक गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागियों को यह स्पष्ट करने का प्रयास करेंगे कि एक अवधारणा के शिक्षण हेतु कई विधियाँ अपनाई जा सकती है। विधियों का निर्धारण कई आधारों पर किया जा सकता है।

**गतिविधि 5– अवधारणा एक दृष्टिकोण अनेक**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता गतिविधि कराने से पूर्व कक्षा 1 से कक्षा 5 तक की कई अवधारणाओं की पर्ची बनाकर एक कटोरी में रखें। कुछ प्रतिभागियों से अवधारणाओं की पर्ची निकलवायें।

| |
|---|
| कक्षा–5 |
| विषय |
| अवधारणा |

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पर्ची पर लिखी अवधारणा को कक्ष में बतायें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को बतायी गई अवधारणा के शिक्षण हेतु विभिन्न विधियों को विस्तारपूर्वक बताने का निर्देश दें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ सम्बन्धित अवधारणाओं हेतु उपर्युक्त विधि पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**–सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों के सहयोग से उक्त अवधारणा के कक्षा–शिक्षण हेतु सबसे उपयुक्त विधि का चयन करायेंगे। इस गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागी यह समझ सकेंगे कि एक अवधारणा का कई विधियों द्वारा शिक्षण किया जा सकता है और हर अवधारणा के लिए सदैव प्रत्येक विधि उपयुक्त नहीं होती है।

या

**गतिविधि 6– विषय एक विधि अनेक**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता इस गतिविधि को कराने से पूर्व कुछ पर्चियाँ तैयार करें। प्रत्येक पर्ची पर एक अवधारणा के साथ एक विधि लिखें।

| |
|---|
| कक्षा–5 |
| विषय |
| अवधारणा–विधि |

- सुगमकर्ता इस गतिविधि को कराने से पूर्व समस्त प्रतिभागियों को 5–6 समूह में विभाजित करें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह के एक प्रतिभागी से एक पर्ची उठाने के लिए कहें।
- प्रत्येक समूह को पर्ची पर अंकित प्रकरण और विधि का प्रयोग करते हुए पाठ का संक्षिप्त प्रस्तुतीकरण तैयार करने को कहें।
- प्रस्तुतीकरण हेतु सभी को तैयारी करने हेतु 5 मिनट का समय दें। तत्पश्चात् प्रत्येक समूह से प्रस्तुतीकरण करायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ अवधारणा के शिक्षण हेतु विधियों पर चर्चा करेंगे।

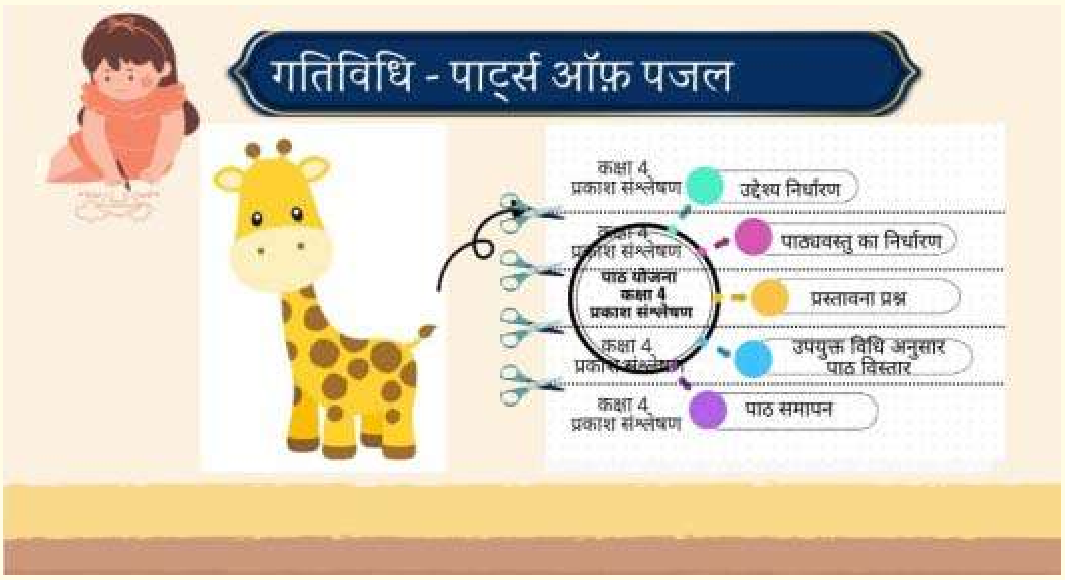
**समेकन**–सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों के सहयोग से उक्त अवधारणा के कक्षा शिक्षण हेतु सबसे उपयुक्त विधि का चयन करायेंगे। इस गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागी यह समझ सकेंगे कि एक अवधारणा का कई विधियों द्वारा शिक्षण किया जा सकता है।

**गतिविधि 7– अंतःक्रियात्मक पाठ–योजना** (Interactive lesson plan): **"पार्ट्स ऑफ द पजल"**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

सुगमकर्ता द्वारा पाठ–योजना के चरण लिखे हुए पजल पार्ट्स (पेपर कार्ड जिस पर एक तरफ चित्र और दूसरी तरफ प्रकरण के साथ चरण लिखे हों) गतिविधि कराने से पूर्व तैयार करके रखें जायें।

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों में विभाजित करें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के प्रत्येक समूह से किसी एक प्रतिभागी को बुलाकर पजल पार्ट्स में से एक पार्ट को चयनित करने के निर्देश दें।
- सुगमकर्ता चयनित पजल पार्ट पर लिखे हुए पाठयोजना के अलग–अलग चरण (जैसे उद्देश्य, सामग्री, गतिविधियां, आकलन) पर कार्य करने के लिए कहें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी की प्रतिभागिता सुनिश्चित करने हेतु कार्य पूर्ण करने के निर्देश दें।
- अंत में सभी समूह अपने–अपने पजल के पार्ट्स से चित्र को पूरा करें। सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को पजल के दूसरे तरफ देखने को कहें। इस गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागी पाठ–योजना के चरण से अवगत हो, उसी क्रम में पाठ–योजना के चरणों को जोड़कर एक संपूर्ण पाठ–योजना बनाएं।




- यह गतिविधि उनके रचनात्मक सोच को बढ़ावा देगी।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ अंतःक्रियात्मक पाठ–योजना के अवयवों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**–सुगमकर्ता इस गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागियों के सहयोग से पाठ–योजना के चरणों को चार्ट/श्यामपट्ट पर लिखेंगे। सुगमकर्ता गतिविधि के आधार पर पाठ–योजना के चरणों की पहचान करते हुए विस्तृत चर्चा करें।

**पाठ योजना के चरण–**

1. कक्षा की सामान्य जानकारी (कक्षा, विषय, उप विषय, अवधि, कालांश आदि)
2. सामान्य उद्देश्य
3. विशिष्ट उद्देश्य
4. सहायक सामग्री
5. पूर्व ज्ञान
6. प्रस्तावना प्रश्न
7. उद्देश्य कथन
8. प्रस्तुतीकरण
9. शिक्षण विधि
10. बोध प्रश्न
11. श्यामपट्ट कार्य
12. निरीक्षण कार्य
13. मूल्यांकन
14. पुनरावृत्ति प्रश्न
15. गृह कार्य

(प्रस्तुतीकरण →)

- **गणित/भाषा व्याकरण**– निगमन विधि का उपयोग करते हुए प्रस्तुतीकरण किया जाता है।
- **विज्ञान/सामाजिक विज्ञान**– आगमन विधि का उपयोग करते हुए प्रस्तुतीकरण किया जाता है।
- भाषा गद्य
- भाषा पद्य
- भाषा (सृजनात्मक लेखन)

सुगमकर्ता एक मॉडल पाठ–योजना की सहायता से पाठयोजना निर्माण के विभिन्न चरणों को स्पष्ट करेंगे।

## सत्र भाग 7 – पाठ–योजना निर्माण हेतु महत्वपूर्ण बिन्दु:

**गतिविधि 8– Concept Mapping –**

**गतिविधि हेतु निर्देश**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को समूहों में विभाजित करें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के समूहों को पाठ–योजना के किसी एक चरण से संबंधित ध्यान रखने योग्य महत्त्वपूर्ण बिंदुओं का Concept Map बनाने का निर्देश दें।

सुगमकर्ता प्रत्येक समूह द्वारा बनाये गये Concept Map को चार्ट या डिजिटल माध्यम से प्रस्तुत करवायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ Concept Maping पर चर्चा करेगा।

**समेकन:** सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा प्रस्तुत Concept Map को आधार बनाते हुए पाठ–योजना के प्रत्येक चरण से सम्बन्धित ध्यान रखने हेतु महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर चर्चा करें।

## पाठ–योजना का निर्माण करते समय शिक्षक को निम्न सावधानियाँ रखनी चाहिए–

1. पाठ–योजना को बनाते समय इस बात का ध्यान रखा जाना चाहिए कि उसमें निर्धारित उद्देश्य पूर्णतः स्पष्ट हो और उन्हें प्राप्त किया जा सके। उद्देश्य के स्पष्ट निर्धारित तथा परिभाषित होने से छात्र तथा शिक्षक दोनों ही सक्रिय रहते हैं और उद्देश्य संप्राप्ति संभव होती है

2. पाठ–योजना का निर्माण करते समय शिक्षक को विषयवस्तु से पूर्णतया परिचित होना चाहिए। विषय के पूर्ण रूप से स्पष्ट तथा परिचित न होने की स्थिति में विभिन्न तथ्यों को कक्षा में पढ़ाते समय स्पष्ट करना कठिन हो जाता है।
3. शिक्षक को पाठ–योजना बनाते समय अपने विषय से सम्बन्धित सिद्धान्तों, विधियों एवं नीतियों का भी पूर्ण ज्ञान होना चाहिए। किसी भी विषय/अवधारणा को पढ़ाने हेतु उपयुक्त विधि का चयन भी महत्वपूर्ण होता है।
4. शिक्षक को विद्यार्थियों की रुचियों, अभिरुचियों एवं योग्यताओं आदि का भी पूर्ण ज्ञान होना चाहिए तभी उसके द्वारा बनायी गयी पाठ–योजना विद्यार्थियों के लिए लाभकारी सिद्ध हो सकेगी।
5. शिक्षक को पाठ–योजना बनाते समय विद्यार्थियों के पूर्व ज्ञान का भी आकलन करना आवश्यक है। क्योंकि इस पूर्व ज्ञान को ही प्रस्तावना प्रश्नों का आधार बनाकर शिक्षक विद्यार्थियों को नवीन ज्ञान सरलता से जोड़ सकते हैं।
6. पाठ योजना के विभिन्न सोपानों का विभाजन बड़ी सावधानी और सतर्कता के साथ किया जाना चाहिए। साथ ही यह भी निश्चित कर लिया जाना चाहिए कि शिक्षण के किस सोपान में किस शिक्षण विधि का प्रयोग किया जाना विद्यार्थियों के लिए अधिक लाभकारी सिद्ध हो सकेगा।

    सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक स्टिकी नोट्स पर तीन प्रमुख बातें लिखने के लिए कहें जो उन्होंने सत्र से सीखी हैं व उन्हें एक चार्ट पेपर पर प्रदर्शित करें।

- सुगमकर्ता सत्र की मुख्य बातों का पुनरावलोकन करें।

  पाठ–योजना की अवधारणा

  पाठ–योजना का महत्त्व

  पाठ–योजना के चरण

  पाठ–योजना का प्रारूप

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के प्रश्नों का उत्तर दें और उनके अनुभवों पर चर्चा करें।
- सुगमकर्ता भविष्य में सीखने की संभावनाओं को बताते हुए पाठ–योजना के अभ्यास हेतु प्रेरित करें।

**प्रदत्त कार्य–**

- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को 5 समूहों मे विभाजित करें।

- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को एक विषय के प्रकरण जैसे– गणित अथवा विज्ञान का एक प्रकरण, भाषा में व्याकरण, कविता, गद्य एवं सृजनात्मक लेखन आदि पर आधारित पाठ योजना बनाने का कार्य दें।
- सुगमकर्ता समूहों को मार्गदर्शन और आवश्यक सहयोग प्रदान करें।
- सुगमकर्ता समूहों द्वारा तैयार की गयी पाठयोजना का प्रयोग कर पाठयोजना के अगले दिन के सत्र मे प्रस्तुतीकरण करने को कहें।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों को शिक्षण योजना एवं पाठ–योजना के निर्माण की तकनीकियों को कक्षा–शिक्षण में प्रयोग करने हेतु प्रेरित करते हुए सत्र का समेकन करेंगे।

**इस सत्र मे हमने सीखा–**

- पाठ योजना की अवधारणा
- पाठ योजना के महत्त्व व आवश्यकता
- पाठयोजना के विभिन्न चरणों के बारे में जानकारी
- पाठयोजना निर्माण का कौशल

# विषय- शिक्षण योजना व पाठ योजना निर्माण-2

**अवधि** – 75 मिनट

**सत्र उद्देश्यः–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ/कौशल विकसित कर सकेंगे–

- प्रभावी पाठ योजना निर्माण
- प्रभावी शिक्षण योजना निर्माण

**आवश्यक सामग्री–** चार्ट पेपर, मार्कर, प्रोजेक्टर, शिक्षण योजना उदाहरण (Sample) शिक्षण सामग्री, हैंड आउट्स, उद्धरण कार्ड्स (शिक्षण से सम्बन्धित), शिक्षण संग्रह आदि।

**सत्र संचालन–**

**सत्र भाग 1 – प्रस्तावना सत्र**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों से उनके कक्षा शिक्षण के अनुभव और चुनौतियों के बारे में संक्षिप्त चर्चा करेंगे।

**गतिविधि 1– आइस–ब्रेकर**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से एक चर्चा–परिचर्चा करें जिसमें वे अपने शिक्षण अनुभवों को साझा करें या अपने पसंदीदा शिक्षण अनुभव को एक पंक्ति में व्यक्त करें।

या

**प्रेरणादायक उद्धरण चुनें**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

एक टेबल पर शिक्षा से जुड़े प्रेरणादायक विभिन्न उद्धरण कार्ड्स रखें। प्रत्येक उद्धरण कार्ड पर शिक्षा संबंधी कुछ कथन लिखें। जैसे–

| |
|---|
| शिक्षा वह नींव है जिस पर हम अपने भविष्य का निर्माण करते हैं। |
| शिक्षा वह ताकत है जिससे पूरी दुनिया बदल सकते है। |
| ज्ञान और शिक्षा कठिन रास्तों पर चलने से ही मिलती है। |

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी को एक उद्धरण कार्ड चुनने को कहें जो उनके लिए सबसे ज्यादा महत्व रखता हो, उस पर संक्षेप में चर्चा करें।

**समेकन**–इस गतिविधि के माध्यम से शिक्षण के महत्व पर एक सकारात्मक वातावरण का निर्माण होगा।

**सत्र भाग 2 – पाठ योजना के विभिन्न प्रकारों का प्रस्तुतीकरण**

- सुगमकर्ता द्वारा पाठ योजना के प्रथम सत्र में प्रतिभागियों को समूह में विभाजित कर विषयवस्तु पर आधारित पाठयोजना बनाने का कार्य दिया गया था।
- सुगमकर्ता द्वारा समूहों को कक्षा में शिक्षण हेतु तैयार की गई पाठयोजना का प्रस्तुतीकरण कराया जाये।
- सुगमकर्ता इस हेतु निम्न गतिविधियों का उपयोग कर सकते हैं।

**गतिविधि 2– Gallery Walk**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता समूहों द्वारा बनाई गई पाठ योजनाओं को कक्ष में प्रदर्शित करें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों से उन पर टिप्पणियाँ और सुझाव देने के लिए समय (लगभग 10 मिनट) निर्धारित कर "Gallery Walk" करवायें। इस हेतु प्रत्येक पाठ योजनाओं के साथ एक पेज (A4 साइज पेपर) रखें जिस पर अन्य प्रतिभागी अपनी टिप्पणियाँ अपने नाम सहित लिखें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों द्वारा निर्मित पाठ–योजना के विभिन्न बिन्दुओं पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों की पाठयोजना पर प्राप्त सकारात्मक व नकारात्मक प्रतिक्रिया पर चर्चा करें।

**गतिविधि 3– मेरी पाठ–योजना मेरी पहचान**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता गणित, विज्ञान, भाषा शिक्षण की विभिन्न शैलियों (कविता, कहानी, व्याकरण, निबंध एवं नाटक) में से कम से कम एक समूह द्वारा बनायी गयी पाठ–योजना का प्रस्तुतीकरण करायें तथा अन्य समूहों को निर्देशित करें कि वे प्रस्तुत की जा रही पाठ–योजना की टिप्पणियों को लिखें। प्रतिभागी विभिन्न प्रकार की पाठयोजनाओं के चरणों को समझते हुए क्रमबद्ध रूप में लिखें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक प्रस्तुतीकरण के पश्चात् पाठ–योजना के प्रारूप पर चर्चा कर सुझाव दें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पाठ–योजना के प्रारूप पर चर्चा करेंगे और विभिन्न शिक्षण शैलियों के मध्य अंतर जानने का प्रयास करेंगे।

**समेकन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के सहयोग से पाठयोजनाओं के विभिन्न प्रकारों, उनके चरणों व प्रस्तुतीकरण पर चर्चा करें। इसके द्वारा प्रतिभागी समझ सकेंगे कि पाठयोजनाओं में विषय व अवधारणा के आधार पर अन्तर होता है।

## सत्र भाग 3 – शिक्षण योजना का निर्माण

- सुगमकर्ता द्वारा शिक्षण योजना के चरणों पर विस्तार से चर्चा करते हुए एक उदाहरण के माध्यम से स्पष्ट करने का प्रयास करेंगे। इस हेतु शिक्षण संग्रह के अन्त में दिये गये उदाहरणों की सहायता ली जा सकती है।

### शिक्षण योजना– विज्ञान (स्त्रोत– शिक्षण संग्रह, समग्र शिक्षा, उ.प्र.)

| दिनांक | कक्षा | विषय | समय |
|---|---|---|---|
| | 8 | विज्ञान | 40मिनट |

1. लर्निंग आउटकम– बच्चे प्रकाश यंत्रों के कार्य व उदाहरण बता लेते हैं।
2. प्रकरण– प्रकाश एवं प्रकाश यंत्र

3. सीखने–सिखाने की सामग्री– सूक्ष्मदर्शी, दूरबीन, हैण्डलेन्स, लेंस वाली टॉर्च, चश्मे, उत्तल एवं अवतल लेंस

4. सीखने सिखाने की प्रक्रियाएँ / गतिविधियाँ–

| क्रम | चरण | समय | आकलन के तरीके |
|---|---|---|---|
| क | **शिक्षण के प्रारम्भ में– (05 मिनट)**<br>• बच्चों से प्रश्न करें कि यदि आपको बहुत दूर की वस्तु स्पष्ट देखनी हो तो उसके लिए आप किसकी सहायता लेंगे?<br>• क्या आप कुछ ऐसी वस्तुओं के नाम बता सकते हैं जिनमें किसी लेंस का उपयोग किया गया हो? | 05 मिनट | प्रश्नोत्तर |
| ख | **शिक्षण के मध्य–**<br>**(समय 10 मिनट)**<br>• आरम्भिक चर्चा के उपरान्त सभी बच्चों को 5–5 के समूहों में विभाजित कर हर समूह को एक–एक वस्तु / उपकरण का अवलोकन करने को उपलब्ध करायें।<br>• प्रत्येक समूह को निर्देश देंगें कि वह उपकरण को देखते समय निम्न बिन्दुओं पर चर्चा करें– | 20 मिनट | अवलोकन |
| ग | ▪ उपकरण किस कार्य में प्रयुक्त किया जाता है?<br>▪ देखने वाली वस्तु उपकरण से कितनी दूर होती है?<br>▪ देखने पर वस्तु बड़ी / छोटी दिखती है।<br>▪ उपकरण में कितने और किस प्रकार के लेंस प्रयुक्त किये गये हैं?<br>▪ उन लेंसों के आकार कैसे हैं?<br>• शिक्षक समूह में जाकर बच्चों की मदद करेगें जहाँ आवश्यक हो उपकरण खोल कर भी दिखायेंगे जिससे वस्तु / उपकरण को समझने में मदद मिले।<br>**(समय 10 मिनट)**<br>• बच्चों का समूह में प्रस्तुतीकरण करायें। | | |
| घ | • **शिक्षण के पश्चात्–**<br>• **(समय 10 मिनट)**<br>• शिक्षक बच्चों के प्रस्तुतीकरण के बाद बोर्ड पर लिखेगें।<br>• हैण्डलेंस का प्रयोग वस्तु को बड़ा करके देखने में प्रयुक्त होता है। यह लेंस छूने में बीच में उभरा और किनारे पतला होता है। इस लेंस को उत्तल लेंस कहते हैं।<br>• सूक्ष्मदर्शी सूक्ष्म वस्तुओं को देखने में प्रयोग किया जाता है। इसमें दो उत्तल लेंस लगे होते हैं। एक उत्तल लेंस आकार में छोटा होता है और वस्तु के निकट होता है। इस लेंस को **ऑबजेक्टिव लेंस** कहते है। दूसरा लेंस जिसे **आई पीस लेंस** कहते हैं, आँख के नजदीक होता है। आई पीस लेंस वस्तु का प्रतिबिम्ब और बड़ा कर देता है।<br>• दूरबीन दूर की वस्तुओं को देखने में प्रयोग किया जाता है। इसमें दो उत्तल लेंस लगे होते हैं। दोनो लेंस बीच में उभरे और किनारे पर पतले होते हैं।<br>• जो लेंस वस्तु की ओर होता है उसका आकार बड़ा होता है। दूसरा लेंस जो आँख के नजदीक होता है आकार में छोटा होता है। दूर की वस्तु का प्रतिबिम्ब बड़ा कर देता है जिसे आँख आसानी से देख सके।<br>**(समय 5 मिनट गृहकार्य देने हेतु)** | 10 मिनट | कार्य अवलोकन |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | • **प्रदत्त कार्य/गृह कार्य (असाइनमेंट)**– विभिन्न उपकरणों का चित्र बनायें। | | |

5. **शिक्षक की आगामी योजना**– यह योजना आवश्यकतानुसार दो वादनों में पूर्ण की जायेगी।

## सत्र भाग 4 – पाठयोजना/शिक्षण योजना निर्माण में आने वाली समस्या

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को व्यावहारिक अनुभव प्रदान करने और शिक्षण योजना निर्माण की प्रक्रिया में संलग्न करने के उद्देश्य से निम्न गतिविधियों को सम्मिलित कर सकते है–

**आवश्यक सामग्री – उदाहरण (Sample) पाठयोजना/शिक्षण योजना**

- सुगमकर्ता कुछ पाठ योजनाओं/शिक्षण योजनाओं का चयन करें और प्रतिभागियों को समूहों में बाँटें। उनसे पाठयोजना/शिक्षण योजना की समीक्षा कर प्रस्तुतीकरण करवायें।

या

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे–छोटे 10 समूह में विभाजित कर किसी कक्षा की 1 विषय की एक अवधारणा पर पाठयोजना/शिक्षण योजना के विभिन्न चरणों को लिखने का कार्य दें।
- इस हेतु सुगमकर्ता एक सूची तैयार करें जिसमें क्रमबद्ध रूप में पाठयोजना और शिक्षण योजना के विभिन्न चरण लिखे जायें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह से एक अंक चुनने को कहेगा। समूह द्वारा चुने गये अंक के क्रम पर लिखे गये चरण पर समूह को कार्य करना होगा।
- सुगमकर्ता इस कार्य हेतु समुचित समय (लगभग 05 मिनट) दें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह को प्रस्तुतीकरण का अवसर दें।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह के प्रस्तुतीकरण के पश्चात् उस समूह को निर्धारित चरण में आने वाली समस्याओं का उल्लेख करने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पाठ–योजना निर्माण में आने वाली समस्याओं एवं उनके समाधान पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**–प्रस्तुतीकरण के पश्चात् सकारात्मक एवं नकारात्मक टिप्पणियों पर चर्चा करें। इसके साथ ही प्रत्येक चरण में आने वाली समस्याओं के समाधान पर भी चर्चा करें।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से इस सत्र में सीखे गए किसी एक महत्वपूर्ण बिन्दु पर विचार व्यक्त करने को कहें और उसे अपनी कक्षा में कैसे लागू करेंगे, यह बताने को कहें। साथ ही निर्देश दें कि वे इसे एक–दूसरे के साथ साझा करें।

- सुगमकर्ता सत्र की मुख्य बातों का पुनरावलोकन करें।
  - ✓ पाठयोजना के विभिन्न प्रारूप के चरण
  - ✓ शिक्षण योजना
  - ✓ पाठयोजना एवं शिक्षण योजना निर्माण में आने वाली समस्याओं का समाधान।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों के प्रश्नों का उत्तर दें और उनके अनुभवों पर चर्चा करेंगे।

- सुगमकर्ता भविष्य में सीखने की संभावनाओं को बताते हुए पाठ योजना/शिक्षण योजना के अभ्यास हेतु प्रेरित करेंगें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पाठ योजना/शिक्षण योजना निर्माण प्रक्रिया को अपनाने के लिए प्रोत्साहित करेंगें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पश्च आकलन प्रपत्र भरवायें।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों को कक्षा–शिक्षण में प्रभावी शिक्षण योजना के प्रयोग हेतु प्रेरित करते हुए सत्र का समेकन करेंगे।

**इस सत्र से हमने सीखा** –

- प्रभावी पाठ योजना निर्माण तकनीकी
- प्रभावी शिक्षण योजना निर्माण तकनीकी

# विषय- जीवन कौशल भाग-1

**अवधि**– 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- स्वयं को समझने व क्षमता संवर्धन कर पाने में सक्षम बनाना
- स्वयं मे निहित जीवन कौशल के प्रति जागरूक होते हुए स्वयं का विकास करना
- जीवन में चुनौतीपूर्ण स्थिति का सामना करने के लिए दक्षता का विकास करना
- उपलब्ध अवसरों का अधिकतम उपयोग करने के लिए समर्थ बनाना
- दैनिक जीवन की चुनौतियों का प्रभावी ढंग से सामना करना और समाधान करना
- गतिविधियों, क्रियाकलापों, प्रसंगों आदि के माध्यम से बच्चों में जीवन कौशल का विकास करना

**जीवन कौशल**–

"यह जीने की कला और ऐसी योग्यता है जिसके कारण अपने परिवेश के अनुकूल खुद को ढाला जा सके तथा अनुकूल व्यवहार किया जा सके जिससे कि व्यक्ति अपने दिन–प्रतिदिन के जीवन की अपेक्षाओं और चुनौतियों का समाधान प्रभावी तरीके से करें।"

**–विश्व स्वास्थ्य संगठन**

## जीवन कौशल

| सामाजिक कौशल | चिंतन कौशल | भावनात्मक कौशल |
|---|---|---|
| • स्वजागरूकता<br>• समानुभूति<br>• सम्प्रेषण कौशल<br>• पारस्परिक सम्बन्ध कौशल | • समालोचनात्मक चिंतन<br>• सृजनात्मकता<br>• निर्णय कौशल<br>• समस्या समाधान | • भावना प्रबंधन<br>• तनाव प्रबंधन |

**उप विषय– स्वजागरूकता कौशल (Self Awareness skill)**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- स्वजागरूकता की अवधारणा
- अपनी योग्यताओं, कमज़ोरियों, पसंद व नापसंद का ज्ञान
- स्वयं के प्रति बेहतर समझ का विकास

**आवश्यक सामग्री–** पी0पी0टी0, ए–4 साइज पेपर, स्केच, पेन, गेंद (बॉल) आदि।

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता स्वजागरूकता का अर्थ, जीवन में महत्त्व और इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**स्वजागरूकता –** अपनी भावनाओं, अनुभूतियों, स्वभाव, मूल्यों, उद्देश्यों, क्षमताओं, कमजोरियों आदि का स्पष्ट ज्ञान होना स्वजागरूकता कहलाता है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – आओ खुद को जानें**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी शिक्षक को ए–4 साइज पेपर देते हुए कहें कि उन्हें एक शिक्षक/प्रधानाध्यापक के रूप में स्वॉट विश्लेषण (SWOT analysis) करना है। सुगमकर्ता स्वॉट विश्लेषण को पी0पी0टी0 के माध्यम से समझाते हुए प्रतिभागी शिक्षकों से उनके सामर्थ्य, कमजोरी, अवसर और खतरे लिखने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा –** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा करें–

1. क्या आपने इससे पहले कभी अपनी योग्यताओं एवं कमियों के बारे में विचार किया है?
2. क्या अपनी ताकत एवं कमजोरियाँ लिखना आपके लिए आसान था?
3. इस अभ्यास को करते समय कैसा लग रहा था?
4. इस अभ्यास को करके आपको कैसा लगा?

**समेकन–** सुगमकर्ता उपरोक्त गतिविधि के द्वारा प्रतिभागियों को उनके आंतरिक एवं बाहरी विश्लेषण करने में सहायता करेगा।

**गतिविधि 2 – "स्वयं की खोज"**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक गोल घेरे में खड़े होने को कहें। सुगमकर्ता किसी भी एक प्रतिभागी शिक्षक की ओर गेंद को फेकें। जिसने भी यह गेंद पकड़ी उस शिक्षक को स्वयं के बारे में एक छोटा वाक्य बोलना है जो विशेषता उसमें नहीं है। इस गतिविधि को 5–10 मिनट तक ऐसे ही जारी रखें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ उनकी स्वयं की विशेषताओं पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे।

**समेकन–** इस गतिविधि के द्वारा प्रतिभागी स्वयं की विशेषताओं से अवगत होंगे और उन्हें यह आभास होगा कि कैसे एक व्यक्ति दूसरे से भिन्न है।

**उपविषय– समानुभूति कौशल (Empathy skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- दूसरों के प्रति करुणा एवं दया के भाव का विकास
- दूसरों के प्रति सम्मान, सहयोग एवं परोपकार की भावना का विकास
- सहानुभूति एवं समानुभूति में अंतर

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता समानुभूति का अर्थ, सहानुभूति एवं समानुभूति में अंतर तथा इससे संबंधित प्रमुख पक्षों पर चर्चा करते हुए इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**समानुभूति –** दूसरों के भावों जैसे सुख–दुःख, संतोष–असंतोष, सफलता–असफलता को समान, स्पष्ट और यथार्थ रूप में समझने की योग्यता समानुभूति कहलाती है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – रोल प्ले**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक रोल प्ले करने का निर्देश दें। इस रोल प्ले में सभी प्रतिभागी शिक्षकों को बच्चों का अभिनय करना है, जिसमें एक बच्चे को चोट लगने पर बाकी बच्चों की प्रतिक्रिया दर्शानी है।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ विद्यार्थियों की प्रतिक्रिया पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे। यह प्रतिक्रिया दो प्रकार की होगी–

प्रतिक्रिया–1– कुछ विद्यार्थियों द्वारा चोट लगने पर उस विद्यार्थी का मज़ाक उड़ाया जाता है।

प्रतिक्रिया–2– एक विद्यार्थी समानुभूति का भाव दर्शाते हुए चोट लगे विद्यार्थी की सहायता करता है।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता समानुभूति कौशल विकसित कर सकेंगे।

**गतिविधि 2 – वीडियो क्लिप**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक वीडियो क्लिप दिखाते हुए इस पर चर्चा–परिचर्चा करें।

**वीडियो लिंक– https://animalsaustralia.org/our-work/compassionate-living/the-present/**

**चर्चा–परिचर्चा–** उपरोक्त गतिविधि में सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा करेंगे।

1. वीडियो देखकर आपको कैसा लगा?
2. वीडियो मे कौन–कौन से जीवन कौशल दिखाने का प्रयास किया गया है?
3. वह लड़का कुत्ते के साथ बाहर खेलने क्यों गया?

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता समानुभूति कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय– सम्प्रेषण कौशल (Communication Skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- विचारों, सूचनाओं एवं भावों का स्पष्ट रूप से आदान–प्रदान
- प्रभावी संप्रेषण का विभिन्न उद्देश्यों की पूर्ति हेतु कौशल के रूप में विकास
- दैनिक जीवन एवं विद्यालयी परिवेश मे प्रभावी संप्रेषण की भूमिका

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को संप्रेषण का अर्थ, प्रकार एवं इसकी प्रक्रिया को बताते हुए इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**सम्प्रेषण–** सूचनाओं, तथ्यों और विचारों का आदान–प्रदान सम्प्रेषण कहलाता है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – ''टोन बदलो'' खेल**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को कुछ सरल वाक्य दें जैसे–

1. मैं आज बाजार जा रहा हूँ।
2. अरे! यह क्या हो गया?

अब सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को निर्देश दें कि वे इन वाक्यों को अलग–अलग टोन या लहजे में बोलें जैसे– खुशी, गुस्सा, दुःख, डर, उत्साह के साथ। कुछ अन्य वाक्यों को लेकर यह गतिविधि दोहरायें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ विचारों एवं सूचनाओ के आदान–प्रदान में टोन/लहजे के महत्त्व पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता सम्प्रेषण कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय– पारस्परिक सम्बन्ध कौशल (Interpersonal Relationship skill)**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- जीवन में विभिन्न प्रकार के सम्बन्धों का महत्त्व
- वैयक्तिक भिन्नताओं को समझकर विविधताओं को स्वीकार करने की भावना का विकास
- सभी धर्मों, संस्कृति, पृष्ठभूमि के लोगों के प्रति आदर और सम्मान की भावना का विकास
- समूह भावना का विकास

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता पारस्परिक सम्बन्ध कौशल का परिचय देते हुए विभिन्न प्रकार के संबंधों के महत्त्व, सामाजिक विविधताओं को समझाते हुए अच्छे पारस्परिक सम्बन्ध कैसे विकसित करें, से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**पारस्परिक सम्बन्ध–** व्यक्तिगत रूप से और समूहों में अन्य लोगों के साथ संवाद करते समय प्रयोग में आने वाला कौशल 'पारस्परिक सम्बन्ध कौशल' कहलाता है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – कहानी जोड़कर पूर्ण करें**

**निर्देश–** सुगमकर्ता एक छोटी कहानी का चयन करते हुए उसे 5 भागों में बांटकर चार्ट पेपर के 5 टुकड़ों पर लिखें। प्रतिभागियों के 5 समूहों में से प्रत्येक समूह को कहानी का एक टुकड़ा दें। इसके बाद उन्हें आपसी सहयोग से कहानी के प्रत्येक टुकड़े को क्रम से मिलाते हुए पूर्ण करने को कहें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ समूह भावना के विकास पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता पारस्परिक सम्बन्ध कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय–समालोचनात्मक चिन्तन कौशल (Critical Thinking skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- समालोचनात्मक–चिंतन का महत्त्व
- परिस्थितियों का तार्किक अवलोकन एवं आकलन
- विश्लेषणात्मक क्षमता का विकास

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता समालोचनात्मक चिंतन का अर्थ, आवश्यकता तथा जीवन में इसके महत्त्व पर चर्चा करते हुए इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**समालोचनात्मक चिन्तन–** वस्तुनिष्ठ तरीके से सूचना और अनुभव का विश्लेषण करने की चिन्तन क्षमता 'समालोचनात्मक चिन्तन' कहलाती है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – परिस्थिति कार्ड**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से समालोचनात्मक चिन्तन कौशल से सम्बन्धित निम्नलिखित समस्याओं को साझा करें।

प्रश्न (1)– माता–पिता को अपने बच्चों को कैरियर का चुनाव करने में अधिक छूट देनी चाहिए। इस विषय में आपका क्या विचार है?

प्रश्न (2)– माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों को सह–शैक्षिक गतिविधियों के बजाय केवल शैक्षिक गतिविधियों पर ही ध्यान केन्द्रित करना चाहिए। इस विषय में आपका क्या विचार है?

★ प्रतिभागी शिक्षक समलोचनात्मक चिन्तन सम्बन्धित अन्य प्रश्न भी पूछ सकते हैं।

**चर्चा–परिचर्चा–** समूह को दिये गये प्रश्नों के सकारात्मक एवं नकरात्मक पक्षों का विश्लेषण करने के उपरान्त कुछ प्रतिभागी शिक्षकों से उनके विचार प्रस्तुत करने को कहें।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता समालोचनात्मक चिन्तन कौशल विकसित कर सकेंगे।

**गतिविधि 2 – वीडियो क्लिप**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक वीडियो क्लिप दिखाते हुए इस पर चर्चा–परिचर्चा करें।

**वीडियो लिंक– https://youtu.be/bP73nIPH6qM?si=071i5a7Shg21YCJb**

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा–परिचर्चा करेंगे–

1. वीडियो मे विद्यार्थियों द्वारा दिये गये विचारों मे से किसके विचार सबसे अधिक प्रभावी है?
2. एक अच्छा अध्यापक होने के लिए विद्यार्थियों से कैसा व्यवहार करना चाहिए?
3. विद्यालय में विद्यार्थियों से किस प्रकार का व्यवहार किया जाये जिससे विद्यार्थियों में समालोचनात्मक चिन्तन कौशल का विकास किया जा सके।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता समालोचनात्मक चिन्तन कौशल विकसित कर सकेंगे।

**सत्र समेकन–** इस सत्र के माध्यम से प्रतिभागियों को कक्षा–शिक्षण के दौरान जीवन कौशल के विभिन्न उप कौशलों को विकसित करने के लिए प्रेरित करते हुए सत्र का समेकन किया जायेगा।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- स्वयं को समझने व क्षमताओं के सवंर्धन कर पाने में सक्षम बनाना
- स्वयं मे निहित जीवन कौशल के प्रति जागरूक होते हुए स्वयं का विकास करना

# विषय- जीवन कौशल भाग-2

**उप विषय–** **सृजनात्मक चिन्तन कौशल (Creative Thinking skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- सृजनात्मक चिंतन का अर्थ
- मौलिक तथा उपयोगी विचारों का विकास एवं प्रकटीकरण
- दैनिक जीवन मे ंनवीन विचारों का प्रयोग

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता सृजनात्मक चिंतन का अर्थ, आवश्यकता, सृजनात्मकता का विकास और जीवन में इसके प्रयोग पर चर्चा करते हुए इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**सृजनात्मक चिन्तन–** किसी नये विचार या नयी वस्तु का निर्माण करने की योग्यता सृजनात्मक चिन्तन कहलाती है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – पी0एम0आई0 गतिविधि** (Plus, Minus, Interesting)

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को 5 समूहों में विभाजित करते हुए प्रत्येक समूह को एक–एक प्रश्न एक पेपर पर लिखकर दें। प्रत्येक समूह को दिये गये प्रश्न से संबंधित दो सकारात्मक (P), दो नकारात्मक (M) और दो रोचक बिन्दु (I), लिखने को कहें। अन्त में लिखे गये बिन्दुओं का प्रस्तुतीकरण करायें।
सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को निम्नलिखित प्रकार के प्रश्न दें–
प्र01– अगर मेरे पास तीन हाथ होते–
प्र02– अगर मेरे पंख होते–
प्र03– अगर मैं एक दिन का प्रधानमंत्री बन जाऊँ–
प्र04– अगर मैं एक दिन के लिए अदृश्य हो जाऊँ–
प्र05– अगर मेरे पास एक जादू की छड़ी होती–

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों द्वारा दिये गये उत्तरों पर चर्चा करेंगे।
**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता सृजनात्मक चिन्तन कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय–** **निर्णय लेने का कौशल (Decision Making skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- निर्णय लेने के कौशल की आवश्यकता
- निर्णय लेने की प्रक्रिया
- उचित निर्णय लेने की क्षमता का विकास

**सत्र संचालन**—सुगमकर्ता निर्णय लेने के कौशल का परिचय देते हुए उसके स्वरूप, आवश्यकताओं, विशेषताओं और निर्णय लेने के कौशल का विकास कैसे किया जाये, इस पर चर्चा करते हुए इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**निर्णय लेने का कौशल**— किसी परिस्थिति में उपलब्ध विकल्पों का मूल्यांकन करके सही निर्णय लेने की क्षमता निर्णय कौशल कहलाता है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ**—

**गतिविधि 1 – परिस्थिति कार्ड (Situation Card)**

**निर्देश**— सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को 2 समूहों में विभाजित करते हुए प्रत्येक समूह को एक–एक सिचुएशन कार्ड दें। प्रत्येक सिचुएशन कार्ड में निम्नलिखित प्रश्न होंगे। जिनका उत्तर प्रतिभागियों को पेपर पर लिखना है।

स्थिति–1– आप रास्ते में अपने सहकर्मी के बच्चे को धूम्रपान करते हुए देखते हैं। आप असमंजस में हैं कि सर्वप्रथम बच्चे से बात करें या उसके माता–पिता को सूचित करें। ऐसी स्थिति में आप क्या निर्णय लेंगे?

स्थिति–2– आपका छोटा भाई अपने एक मित्र की जन्मदिन पार्टी में जाता है। उसके मित्र ने एक महंगे ब्रांड की घड़ी पहनी होती है। आपके भाई को वह घड़ी बहुत अच्छी लगती है और वह घर आकर आपसे घड़ी खरीदने की जिद करता है। ऐसी स्थिति में आप क्या निर्णय लेंगे?

**चर्चा–परिचर्चा**— सुगमकर्ता प्रतिभागियों के साथ दिए गए उत्तरों पर चर्चा करें।

**समेकन**— उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता निर्णय लेने का कौशल विकसित कर सकेंगे।

**गतिविधि 2 – लघु कहानी**

**निर्देश**— सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक कहानी सुनाते हुए इस पर चर्चा–परिचर्चा करें।

**कहानी – किसान की समझदार बेटी**

एक लोक कथा के अनुसार पुराने समय में एक साहूकार से गरीब किसान ने कर्ज लिया था। बहुत कोशिशों के बाद भी वह कर्ज चुका नहीं पा रहा था। एक दिन साहूकार ने किसान से कहा कि तुम मेरा कर्ज चुकाओ या तुम्हारी बेटी शादी मुझसे करवाओं। ये सुनकर किसान और लड़की परेशान हो गए। किसान ने कहा कि ये ठीक नहीं। ऐसा नहीं हो सकता।

साहूकार ने कहा कि मैं एक बैग मे एक काला और एक सफेद पत्थर रखूंगा। तुम्हारी बेटी को बैग मे से एक पत्थर निकालना है। अगर इसने काला पत्थर तो इसे मुझसे शादी करनी होगी। अगर सफेद पत्थर निकाला तो मैं तुम्हारा पूरा कर्ज माफ कर दूंगा और यह शादी भी नहीं होगी।

साहूकार ने कहा कि अगर तुम्हारी बेटी बैग से पत्थर नहीं निकालेगी तो इसे शादी करनी होगी और तुम्हें जेल जाना होगा। पिता और बेटी के पास साहूकार की बात मानने के अलावा कोई और विकल्प नहीं था। दोनों भगवान पर भरोसा करके इस बात के लिए तैयार हो गए।

साहूकार ने एक बैग लिया और जमीन पर पड़े पत्थरों में से दो पत्थर उठाकर बैग में डाल दिए। ये काम करते हुए लड़की ने साहूकार को ध्यान से देखा। साहूकार ने दोनों ही काले पत्थर बैग में डाले थे।

उसने सफेद पत्थर उठाया ही नहीं था अब लड़की सोचने लगी कि क्या करे। उसके सामने तीन विकल्प थे। पहला विकल्प ये कि पत्थर निकालने से ही मना कर दे, लेकिन ऐसा करने पर भी उसे शादी करनी होगी।

दूसरा विकल्प ये था कि वह साहूकार से बोल दे कि उसने चालबाजी की है और दोनों ही काले पत्थर बैग में डाले हैं। ऐसा करने से साहूकार धोखेबाज साबित हो जाएगा, लेकिन उसके पिता का कर्ज माफ नहीं होगा। तीसरा विकल्प ये था कि वह काला पत्थर चुन ले और साहूकार से शादी कर ले। इससे पिता का कर्ज उतर जाएगा और पिता को जेल भी जाना नहीं होगा।

लड़की भी बुद्धिमान थी, उसने दिमाग चलाया और चौथा विकल्प खोज लिया। लड़की ने बैग में हाथ डाला और एक पत्थर निकालते ही उसे नीचे गिरा दिया। लड़की ने बोला कि एक पत्थर मैंने निकाला, लेकिन वह हाथ से छूट गया है। नीचे काले–सफेद बहुत सारे पत्थर पड़े हुए थे। ऐसे में ये नहीं मालूम कि पत्थर निकाला था। बैग में देखा तो उसमें काला पत्थर था। लड़की ने तुरन्त कहा कि इसका मतलब मैंने सफेद पत्थर निकाला था।

साहूकार लड़की का मुंह देखते रह गया। वह कुछ बोल भी नहीं सका, क्योंकि उसने तो चतुराई से दोनों ही बैग में काले पत्थर रखे थ। इस तरह लड़की ने बुद्धिमानी से अपने पिता का कर्ज माफ करवा दिया और साहूकार से शादी करने से भी बच गई।

**चर्चा–परिचर्चा**– संदर्भदाता प्रतिभागी शिक्षकों से कहानी में लड़की के द्वारा लिये गये निर्णय पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता निर्णय लेने का कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय– समस्या समाधान कौशल (Problem solving skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- समस्या समाधान कौशल का परिचय
- समस्या समाधान की प्रक्रिया
- दैनिक जीवन में समस्या समाधान कौशल का व्यावहारिक उपयोग

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता समस्या समाधान कौशल का परिचय देते हुए इसकी प्रक्रिया, दैनिक जीवन में इस कौशल का प्रयोग तथा इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**समस्या समाधान–** किसी समस्या को पहचानना, उसके कारणों का पता लगाना और उसे हल करने के लिए विकल्पों की पहचान करना 'समस्या समाधान' कहलाता है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – लघु कहानी**

**निर्देश–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक लघु कहानी सुनाते हुए इस पर चर्चा–परिचर्चा करें।

**कहानी– चित्रकार का दिमाग**

## चित्रकार का दिमाग

**पुराने** समय में एक राजा बहुत साहसी और कुशल शासक था। उसके राज्य की प्रजा राजा की वजह से सुखी थी। लेकिन, राजा में दो कमियां थीं। उसकी एक आंख और एक पैर नहीं था। वह लाठी के सहारे से चलता था। एक दिन टहलते-टहलते उसने राजमहल में एक खाली दीवार देखी। उसने सोचा कि यहां मेरी एक सुंदर तस्वीर होनी चाहिए।

राजा ने अपने मंत्रियों से कहा कि राज्य के सभी चित्रकारों को बुलाओ और मेरा चित्र बनाने के लिए कहो। मंत्रियों ने राज्य के सभी चित्रकारों को बुला लिया और राजा की इच्छा बताई। लेकिन, सभी चित्रकार ये सोच रहे थे कि राजा की एक आंख और एक पैर नहीं है, ऐसे में सुंदर चित्र कैसे बन सकता है। अगर राजा नाराज हो गया तो वह मृत्युदंड दे देगा। इसीलिए सभी चित्रकारों ने कुछ न कुछ बहाना बना चित्र बनाने से इंकार करप दिया और महल से चले गए। लेकिन, एक चित्रकार वहीं खड़ा रहा।

राजा ने उससे पूछा कि क्या तुम मेरा सुंदर चित्र बना सकते हो? चित्रकार ने हां कर दी और कहा कि मैं कुछ ही दिनों में आपका बहुत सुंदर चित्र बना दूंगा। राजा ने चित्रकार के लिए पूरी व्यवस्था कर दी। अब वह कलाकार अपने काम जुट गया। कुछ ही दिनों में उसने राजा का चित्र बना लिया। राज्य के सभी लोग देखना चाहते थे कि आखिर इस चित्रकार ने राजा का सुंदर चित्र कैसे बनाया है? जब तस्वीर को सभी के सामने रखा गया तो सभी लोग हैरान थे। क्योंकि वास्तव में चित्र बहुत ही सुंदर था। चित्रकार ने राजा को एक तरफ से घोड़े पर बैठा हुआ दर्शाया था, राजा एक आंख बंद करके धनुष-बाण से निशाना लगा रहा था। इस तरह राजा की एक आंख और एक पैर की कमजोरी छिप गई थी। चित्र देखकर राजा बहुत खुश हुआ और उसने चित्रकार को बहुत सारा धन और कई उपहार भेंट किए।

**सीख** - इस कथा की सीख यह है कि मुश्किल काम भी आसानी से पूरे हो सकते हैं। बस हमें सोच सकारात्मक रखनी चाहिए और धैर्य से काम लेना चाहिए।

**चर्चा–परिचर्चा–** संदर्भदाता प्रतिभागी शिक्षकों से चित्रकार द्वारा किये गये समाधान पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता समस्या समाधान कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय– तनाव प्रबन्धन कौशल (Stress Management skill )**

**उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- तनाव प्रबन्धन की आवश्यकता
- तनाव प्रबंधन की तकनीकियां
- दैनिक जीवन में तनाव प्रबंधन

**सत्र संचालन**– सुगमकर्ता तनाव प्रबंधन कौशल का परिचय देते हुए दैनिक जीवन में तनाव प्रबंधन तकनीकों के प्रयोग और इस कौशल से संबंधित अन्य गतिविधियाँ करायेंगे।

**तनाव प्रबन्धन**– मानसिक तनाव में कमी लाना और मानसिक स्थिति में सुधार करना तनाव प्रबन्धन कहलाता है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – ''आनन्द का गुब्बारा''**

**निर्देश**– सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी शिक्षक को कुछ गुब्बारे देते हुए उन्हें गुब्बारे फुलाने को कहें। साथ में उन्हें यह निर्देश दें कि वे गुब्बारे को जितना अधिक फुला सकते हैं उतना फुलायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा करें–

- गुब्बारे के फूलने का क्या कारण है?
- गुब्बारे में सीमा से अधिक हवा भरने पर क्या होगा?
- गुब्बारा फटने का क्या कारण है?
- हम सब किसी परिस्थिति, घटना या बात पर अधिक दबाव महसूस करते हैं तो उसके क्या–क्या दुष्परिणाम हो सकते हैं?

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता तनाव प्रबंधन कौशल विकसित कर सकेंगे।

**गतिविधि 2 – हँसी के ठहाके**

**निर्देश**– सुगमकर्ता किसी एक प्रतिभागी शिक्षक को सामने बुलाकर उससे हँसने को कहें। बाकी प्रतिभागियों को किसी अन्य प्रकार से हँसने को कहें। इसी प्रकार दो–तीन प्रतिभागियों को यह अवसर दें और उपरोक्त प्रक्रिया दोहरायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता दैनिक जीवन में तनाव प्रबंधन की तकनीकों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता तनाव प्रबंधन कौशल विकसित कर सकेंगे।

**उप विषय– भावना प्रबन्धन कौशल (Emotional management skill)**

**उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- संवेगों के प्रकार
- सकारात्मक एवं नकारात्मक भावनाओं में अंतर
- भावनाओं की उचित प्रकार से अभिव्यक्ति
- भावनाओं को नियंत्रित करते हुए दैनिक जीवन की चुनौतियों का सामना

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता भावना प्रबंधन कौशल का परिचय देते हुए संवेगों के प्रकार, सकारात्मक एवं नकारात्मक भावनाओं में अंतर, भावनाओं की उचित प्रकार से अभिव्यक्ति, दैनिक जीवन में भावना प्रबंधन तथा इस कौशल से संबंधित गतिविधियाँ करायेंगे।

**भावना प्रबन्धन–** विभिन्न परिस्थितियों में स्वयं तथा दूसरों की भावनाओं को समझते हुए स्वयं की भावना को नियोजित, नियन्त्रित एवं संयमित करने की क्षमता भावना प्रबन्धन कहलाती है।

**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

**गतिविधि 1 – भावनाओं की अभिव्यक्ति**

**निर्देश–** सुगमकर्ता किसी एक प्रतिभागी शिक्षक को आगे बुलायें और उसे बाक्स में रखे गये विभिन्न भावनाओं को दर्शाते (जैसे– खुशी, दुःख, गुस्सा, रोना आदि) पिक्चर कार्ड्स में से एक कार्ड उठाकर उसमें बने चित्र के अनुरूप अभिनय करने को कहें। यही प्रक्रिया कुछ अन्य प्रतिभागी शिक्षकों से करायें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता उपरोक्त गतिविधि में संवेगों के प्रकार सकारात्मक एवं नकारात्मक भावनाओं मे अंतर पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के द्वारा सुगमकर्ता भावना प्रबन्धन कौशल विकसित कर सकेंगे।

**सत्र समेकन–** इस सत्र के माध्यम से प्रतिभागियों को कक्षा–शिक्षण के दौरान जीवन कौशल के विभिन्न उप कौशलों को विकसित करने के लिए प्रेरित करते हुए सत्र का समेकन किया जायेगा।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- सृजनात्मक चिंतन का अर्थ
- मौलिक तथा उपयोगी विचारों का विकास एवं प्रकटीकरण
- दैनिक जीवन मे ंनवीन विचारों का प्रयोग

# विषय- अंग्रेजी भाषा शिक्षण

**अवधि** – 75 मिनट
**उपविषय** – प्राथमिक स्तर पर अंग्रेजी भाषा शिक्षण।
**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- भाषायी कौशलों (Language skills) को विकसित करने में सक्षम बना सकेंगे
- चिन्तन करने (Comprehension), स्वानुभवों (Self-experience) तथा घटनाओं (events and incidents) को अभिव्यक्त (express) करने के लिए प्रेरित कर सकेंगे
- व्याकरणिक अवधारणाओं (Grammar) की समझ विकसित करने के साथ उनके अनुप्रयोग (Usages) बता सकेंगे
- विभिन्न गतिविधियों और नवाचारों (activities & innovative methods) के माध्यम से विषय ज्ञान को रुचिकर और स्थायी बना सकेंगे
- शिक्षक अंग्रेजी भाषा सीखने में आने वाले अवरोधों (Barriers) की पहचान कर उनके संभावित समाधान कर सकेंगे

**आवश्यक सामग्री** – ए4 साइज पेपर, पी0पी0टी0, चार्ट पेपर, मार्कर, प्रोजेक्टर, स्केच पेन, पेन, English text books (class 1 to 5) आदि
**सत्र संचालन**– चर्चा–परिचर्चा

**गतिविधि – 1 Let's break the ice**

सुगमकर्ता पी0पी0टी0 के माध्यम से भाषायी कौशल से सम्बन्धित चित्रों/वीडियो का प्रदर्शन करें और उन पर चर्चा परिचर्चा करें।

या वीडियो दिखाकर चर्चा परिचर्चा कर सकते हैं।

**वीडियो लिंक**– https://youtu.be/jetoWelJJJk?feature=shared

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से साकेतिक भाषा के प्रयोग एवं महत्त्व पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– इस प्रकार सुगमकर्ता Ice Breaking activities के माध्यम से कक्षा में बच्चों को अंग्रेजी भाषा में बात–चीत करने के लिए प्रेरित करें।

| Listening | Speaking | Reading | Writing |
|---|---|---|---|

गतिविधि के अन्त में सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को 'Process is more important than product' की अवधारणा से जोड़ते हुए अंग्रेजी भाषा के कौशलों की अवधारणा को स्पष्ट करेंगे।

**कौशलों का विभाजन –**

1. Receptive Skills - 1. Listening
   2. Reading
2. Productive Skills - 1. Speaking
   2. Writing

उत्पादक और ग्रहणशील कौशल (Productive and Receptive Skills) भाषा सीखने में दो महत्वपूर्ण श्रेणियाँ होती हैं, जो यह दर्शाती हैं कि हम भाषा का उपयोग कैसे करते हैं और समझते हैं।

**1. ग्रहणशील कौशल (Receptive Skills):**

**सुनना (Listening) :** यह कौशल सुनकर भाषा को समझने और उसका अर्थ निकालने की क्षमता को संदर्भित करता है।

**पढ़ना (Reading):** यह कौशल लिखित सामग्री को समझने और उसका अर्थ निकालने की क्षमता को संदर्भित करता है।

ग्रहणशील कौशल में जानकारी को ग्रहण करना और उसे समझना शामिल होता है।

**2. उत्पादक कौशल (Productive Skills):**

**बोलना (Speaking):** यह कौशल विचारों, भावनाओं और जानकारी को मौखिक रूप से व्यक्त करने की क्षमता को संदर्भित करता है।

**लिखना (Writing):** यह कौशल विचारों और जानकारी को लिखित रूप में व्यक्त करने की क्षमता को संदर्भित करता है।

उत्पादक कौशल में सक्रिय रूप से विचारों को व्यक्त करना सम्मिलित होता है।

दोनों कौशल महत्वपूर्ण हैं, क्योंकि एक अच्छे भाषा उपयोगकर्ता को न केवल जानकारी प्राप्त करनी चाहिए (सुनना और पढ़ना), बल्कि उसे ठीक से व्यक्त भी करना चाहिए (बोलना और लिखना)।

इस प्रकार से भी इन कौशलों का विभाजन किया जाता है–

1. Oral Skills -
    1. Listening
    2. Speaking
2. Writing Skills -
    1. Reading (Silent reading, Loud reading)
    2. Writing

"Listening is to listen carefully and respond accordingly" (Comprehension)

उपरोक्त सभी कौशलों को विकसित करने के लिए निम्नलिखित माध्यमों से शिक्षण–अधिगम कार्य को सुगम बनाया जा सकता है–

1. By using pictures
2. By poems/stories
3. By role-play
4. By group discussion
5. By observation
6. By drawing pictures

**गतिविधि – 2 Let's do it**

सुगमकर्ता शिक्षण विधियों से संबंधित पर्चियाँ बना लें तथा प्रतिभागियों को पाँच समूहों में बाँट दें। प्रत्येक समूह को एक–एक पर्ची दें तथा पाठ्य पुस्तक से किसी पाठ को चयनित करके पर्ची में लिखी विधि के आधार पर शिक्षण प्रक्रिया का प्रस्तुतीकरण करवायें।

Role Play | Conversation | Story telling | Pictures | Using

प्रस्तुतीकरण के दौरान अन्य समूह ध्यानपूर्वक उन्हें सुनेंगे, देखेंगे व फीडबैक देंगे।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से अंग्रेजी भाषा शिक्षण की विधियों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– इस प्रकार की गतिविधियों से कक्षा में अधिकतम बच्चों की प्रतिभागिता करायी जा सकती है।

**गतिविधि – 3 Find me**

Fruits, Flowers & Vegetabels आदि के नामों के दो–दो फ्लैश कार्ड जिसमें एक में चित्र और दूसरे में नाम लिखे हों।

- सुगमकर्ता चित्र वाले फ्लैश कार्ड गोल घेरे में रखें।
- नाम से संबंधित फ्लैश कार्ड प्रतिभागी को tag कर दें।
- सुगमकर्ता किसी भी चित्र से सम्बन्धित नाम बोलें।
- प्रतिभागी गोल घेरे में रखे सम्बन्धित चित्र को उठा ले।

यही क्रम अन्य प्रतिभागियों के साथ दोहराया जायेगा।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से अंग्रेजी भाषा व्याकरण के अवयवों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– इस गतिविधि को कक्षानुरूप Alphabet (small and capital letters), words, vowels, consonants, Parts of speech, Antonyms, Synonyms आदि सिखाने के लिए प्रयोग कर सकते हैं।

**गतिविधि – 4 'Vocabulary Museum'/Collage**

- प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों मे विभाजित करें।
- प्रत्येक समूह को किसी विशेष समूह (प्रकार) के शब्दों का संग्रह करने को कहें जैसे–कोई एक समूह फूलों के नाम, दूसरा फलो के नाम, तीसरा अनाजों के नाम, चौथा जानवरों के नाम, पाँचवा यातायात के साधन आदि।
- प्रत्येक समूह को दिये गये निर्धारित समय में उन शब्दों को उच्चारित करने और अर्थ बताने को कहें।

| Name of Flowers | Name of Fruits | Name of Grains | Name of Animals | Means of Transport |
|---|---|---|---|---|
| 1- ............ | 1- ............ | 1- ............ | 1- ............ | 1- ............ |
| 2- ........... | 2- ........... | 2- ........... | 2- ........... | 2- ........... |
| 3- ............ | 3- ............ | 3- ............ | 3- ............ | 3- ............ |
| 4- ............ | 4- ............ | 4- ............ | 4- ............ | 4- ............ |

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से अंग्रेजी भाषा सीखने में शब्दकोश के महत्त्व पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– इस गतिविधि के दौरान सुगमकर्ता शब्दों के English pronunciation को ध्यान से सुनें और गतिविधि के बाद Pronunciation Technique को स्पष्ट करें।

इस गतिविधि के माध्यम से Vocabulary, parts of speech, आदि का कक्षानुसार पठन–पाठन कराया जा सकता है।

अंग्रेजी उच्चारण सुधारने के लिए कुछ प्रभावी तकनीकियां हैं, जिन्हें आप अपना सकते हैं–

1. मूल वक्ताओं को ध्यान से सुनें। अंग्रेजी पॉडकास्ट, न्यूज, फिल्में, या टीवी शो देखें और सुनें। इससे आप अंग्रेजी के शब्दों का सही उच्चारण कर सकते हैं।

2. शैडोइंग (Shadowing): इस तकनीक में आप एक वाक्य सुनते हैं और तुरंत उसे दोहराते हैं। प्रयास करें कि आप Pronunciation, Intonation & Stress का सही तरीके से अनुकरण करें।

3. शब्दों का तनाव (Word Stress): अंग्रेजी में कुछ अक्षरों को जोर देकर उच्चारित किया जाता है, जैसे "REcord" (संज्ञा) और "reCORD" (क्रिया)। ऐसे शब्दों में तनाव का अभ्यास करें।

4. वाक्य तनाव (Sentence Stress): अंग्रेजी में कुछ शब्दों (Nouns, Verbs, Adjectives & Adverbs) पर जोर दिया जाता है, जबकि कुछ शब्द जैसे helping Verbs पर कम जोर होता है।

**5. Intonation:-** वाक्य में स्वर का उतार–चढ़ाव, जो किसी भावना या अर्थ को व्यक्त करता है। जैसे– सवाल पूछते समय स्वर का चढ़ाव (राइजिंग इंटोनेशन)।

6. कठिन ध्वनियों पर काम करें

**गतिविधि–5**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक शब्द देकर पर्यावरण व मूल्य बोध का समावेशन करते हुए उस पर लघु कविता/कहानी लिखने को कहें। कुछ प्रतिभागियों से प्रस्तुतीकरण करायें तथा शेष प्रतिभागियों से लिखित फीडबैक देने को कहें।

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Tree | Season | Rain | Elephant | Peacock |

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पर्यावरण व मूल्यबोध विषय पर कविता/कहानी की लेखन शैली पर चर्चा करेंगे।

**समेकन–** सुगमकर्ता मूल्यबोध व परिवेश का समावेश करने के लिए कुछ उदहरण देकर बच्चों से करायें।

**गतिविधि 6 – Let's watch and do**

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को एक News reading video clip दिखायें।
2. उसके पश्चात् प्रतिभागियों को, अपने आस–पास होने वाली गतिविधियों पर 5–5 Headlines बनाने को कहें।
3. किसी भी एक समूह को Headlines reading के लिए बुलायें।
4. अन्य सभी प्रतिभागी सुनकर समझने का प्रयास करें।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से वाक्य निर्माण एवं विन्यास के महत्त्व पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि से कक्षा में बच्चों के भाषा सम्बन्धित सभी कौशलों का विकास किया जा सकता है।

सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों की सक्रिय प्रतिभागिता सुनिश्चित कराने हेतु किसी एक गतिविधि को प्रतिभागियों के माध्यम से भी करा सकते हैं।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता सत्र में चर्चा किये गये मुख्य बिन्दुओं का समेकित करते हुए सत्र का समापन करेंगे।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- अंग्रेजी भाषा के कौशलों को विकसित करने में गतिविधियों की महत्वपूर्ण भूमिका है।
- नवाचारों के माध्यम से व्याकरणिक अवधारणाओं की समझ को स्थायी बनाया जा सकता है।

# विषय- आकलन

**अवधि**– 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- आकलन की आवश्यकता (बच्चों के समग्र विकास हेतु)
- आकलन की अवधारणा एवं इसके प्रकार
- एन0सी0एफ0 2023, एन0ई0पी0 2020 एवं शिक्षक संदर्शिका समग्र शिक्षा उ0प्र0, के अनुसार आकलन की अवधारणा

**आवश्यक सामाग्री**– ए4 साइज पेपर, कहानी पोस्टर, प्रोजेक्टर, चार्ट पेपर, स्केच पेन, वीडियो लिंक एवं कक्षोपयोगी आवश्यक सामाग्री आदि।

**सत्र संचालन**–

**गतिविधि 1** – प्रतिभागियों से मापन, मूल्यांकन एवं आकलन के मध्य क्या अन्तर है, जानने का प्रयास करें। प्रतिभागियों को ए–4 साइज पेपर पर तीनों के मध्य अन्तर लिखने के लिए कहें एवं कुछ प्रतिभागियों द्वारा प्रस्तुतीकरण भी करायें।

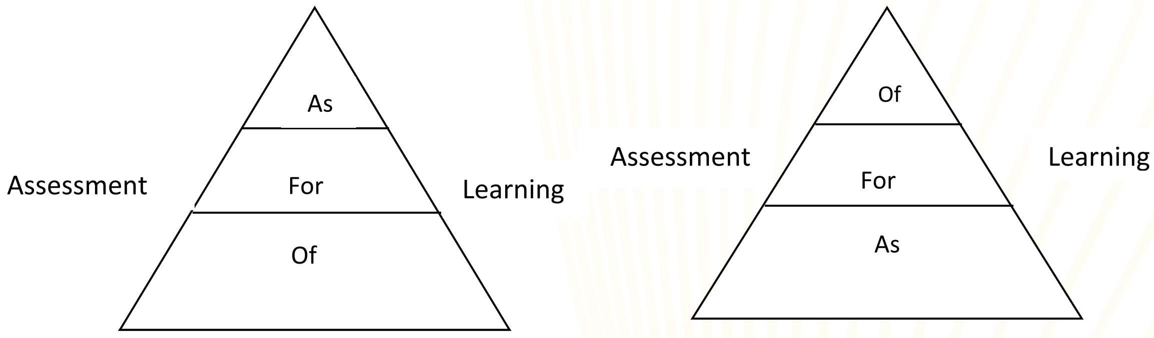
**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा आकलन की आवश्यकता पर प्रकाश डाला जायेगा जिसमें सीखने का आकलन एवं सीखने के लिए आकलन पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा सीखने का आकलन एवं सीखने के लिए आकलन पर प्रकाश डाला जायेगा।

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों का सत्र–पूर्व आकलन करते हुए राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 (NEP-2020) एवं राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–NCF-2023 की आवश्यकतानुसार आकलन पर प्रकाश डाला जायेगा।

**विद्यार्थियों का समग्र विकास**–

सम्पूर्ण शिक्षा व्यवस्था को इस प्रकार पुनर्गठित करना होगा जिससे कि शिक्षा में रटने की प्रथा को समाप्त कर समझ आधारित शिक्षण व्यवस्था विकसित हो सके। "बच्चों के लिए सीखने के लिए आकलन एवं सीखने के रूप में आकलन" पर बल दिया जाये।




Traditional Assessment Pyramid

Reconfigured Assessment Pyramid

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–NCF-2023 के अनुसार, प्राथमिक कक्षाओं में आकलन का प्रावधान निम्नलिखित है–

1. **समग्र मूल्यांकन**– विद्यार्थियों के समग्र विकास पर ध्यान केंद्रित करते हुए शैक्षणिक और सह–शैक्षणिक गतिविधियों दोनों का आकलन किया जाएगा।

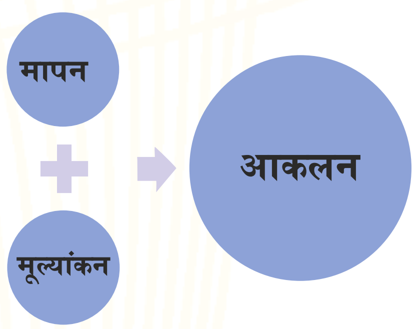
2. **सतत् और व्यापक मूल्यांकन (CCE)-** विद्यार्थियों की निरंतर प्रगति का आकलन करने के लिए सतत् और व्यापक मूल्यांकन किया जाएगा। इसमें कक्षा में किए गए कार्य, परियोजनाएँ और अन्य गतिविधियाँ शामिल होंगी।

3. **फीडबैक और सुधार**– विद्यार्थियों को नियमित फीडबैक प्रदान किया जाएगा जिससे वे अपनी कमजोरियों को पहचान सकें और सुधार कर सकें।

4. **आधिकारिक परीक्षाएँ**– प्राथमिक स्तर पर कोई औपचारिक परीक्षा नहीं होगी। इसके के स्थान पर विद्यार्थियों की प्रगति का आकलन उनके दैनिक कार्यों और गतिविधियों के आधार पर किया जाएगा।

❖ सुगमकर्ता द्वारा आकलन की अवधारणा के अंतर्गत आकलन का अर्थ एवं आकलन के प्रकार पर चर्चा की जायेगी। सुगमकर्ता द्वारा आकलन का अर्थ बताते हुए आकलन के प्रकारों (रचनात्मक एवं योगात्मक आकलन) को स्पष्ट किया जाएगा। इसके अतिरिक्त प्रेक्षण विधि के द्वारा बच्चों के सामाजिक व्यवहार का आकलन करने पर भी प्रकाश डाला जाएगा जिससे बच्चों का समग्र आकलन किया जा सके।

<table>
<tr><td>1. मापन</td><td colspan="2">2. मूल्यांकन</td></tr>
<tr><td>अंक प्रदान करना<br>वस्तुनिष्ठ परीक्षण<br>परीक्षा</td><td colspan="2">अंक के आधार पर व्याख्या<br>व्यक्तिनिष्ठ परीक्षण<br>परीक्षा</td></tr>
<tr><td colspan="3">3. आकलन</td></tr>
<tr><td colspan="2">लिखित परीक्षा</td><td>अवलोकन</td></tr>
<tr><td>1. रचनात्मक मूल्यांकन</td><td>2. योगात्मक मूल्यांकन</td><td>3. प्रेक्षण विधि</td></tr>
</table>




**गतिविधि 2– नन्हा बीज (आध्यात्मिक विकास गतिविधि)**
**निर्देश**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक कहानी सुनाएगा।
**नन्हे बीज की कहानी**
एक बार की बात है, धरती की गोद में एक छोटा सा बीज गिरा। वह नन्हा बीज मिट्टी के भीतर अंधेरे में सिमटा हुआ था। उसे डर लग रहा था कि क्या वह कभी बड़ा हो पाएगा। एक दिन सूरज ने अपनी किरणों से उसे प्यार से सहलाया और बादलों ने उसे पानी की बूंदों से भिगोया। मिट्टी ने उसे सहारा दिया और धीरे–धीरे नन्हा बीज जागने लगा।

'क्या मैं ऊपर की ओर बढ़ सकता हूँ?' बीज ने खुद से पूछा। उसने अपनी पूरी ताकत लगाई और मिट्टी को चीरकर ऊपर की ओर बढ़ने लगा। जब उसने बाहर झांका, तो उसने देखा कि आसमान नीला है और हवा कितनी ताजी है। धीरे–धीरे वह बीज अंकुर बन गया। उसके छोटे–छोटे पत्ते निकल आए। वह खुशी से झूमने लगा। समय के साथ, वह एक बड़ा और मजबूत पेड़ बन गया। उसके ऊपर सुंदर फूल खिले और उसके फल देखकर हर कोई खुश हो गया। बीज को अब समझ आ गया था कि अगर वह डर के कारण मिट्टी में ही सिमटा रहता, तो वह कभी पेड़ नहीं बन पाता। उसने सीखा कि निरन्तर प्रयास और धैर्य से बड़े से बड़े सपने पूरे हो सकते हैं।

**संदेश**– कठिनाइयों से डरना नहीं चाहिए। धैर्य और मेहनत से हर मुश्किल को पार किया जा सकता है।

**चर्चा– परिचर्चा–**

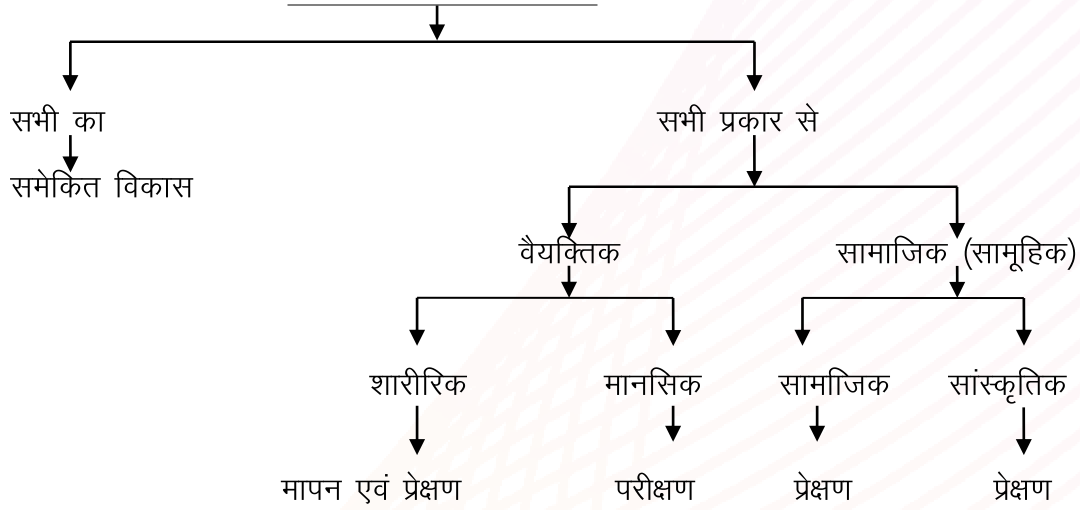
- कहानी सुनाने के पश्चात सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से कहानी मे क्या सीखा, पर चर्चा करेगा।
- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को बताएगा कि आध्यात्मिक सच्चाई धैर्य और विश्वास के साथ अपने जीवन मे चलने वाले लोग एक न एक दिन अवश्य ही समाज मे अपना बड़ा स्थान बना लेते हैं।
- हमारे सामने कोई भी कठिनाई आए पर हमें हार नहीं माननी चाहिए।
- यदि आप बीज के स्थान पर होते तो क्या करते?
- यदि आध्यात्मिक विकास से सम्बन्धित किसी प्रतिभागी शिक्षक ने विद्यालय मे कोई गतिविधि अपने विद्यालय में करायी है तो उस पर भी चर्चा की जा सकती है।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से प्रश्न पूछा जायेगा कि कहानी के माध्यम से व्यक्तित्व के किस पक्ष का आकलन करेंगे?

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा गतिविधि के पश्चात् प्रतिभागियों को गतिविधियों के महत्त्व को बताते हुए विद्यालय स्तर पर विभिन्न गतिविधियों को कराने के लिए प्रेरित किया जायेगा।

**आकलन के उद्देश्य**

**(स्रोत– शिक्षक संदर्शिका समग्र शिक्षा उ0प्र0,)**

**बालक का समग्र विकास**




**गतिविधि 3– कहो कहानी ( सामाजिक विकास गतिविधि)**

**निर्देश–**

- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को चार समूहों मे विभाजित कर लेंगे।
- प्रत्येक समूह मे एक–एक पोस्टर दिये जायेगे। (आवश्यकतानुसार विद्यालय मे उपलब्ध प्रिंट रिच सामग्री का उपयोग किया जा सकता है।)
- प्रत्येक समूह प्राप्त पोस्टर में प्रदर्शित चित्र से सम्बन्धित कहानी को मौखिक रूप से प्रस्तुत करेंगें।
- यदि उस पोस्टर से सम्बन्धित कोई व्यक्तिगत अनुभव है तो वो भी साझा करेंगे।
- उक्त गतिविधि के माध्यम से उनकी शब्दावली, व्याकरण और वाक्य संरचना का मूल्यांकन किया जा सकेगा।

**चर्चा–परिचर्चा–**

- उक्त गतिविधि के पश्चात् सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से गतिविधि के सम्बन्ध में चर्चा करेगा।
- कक्षा में उक्त गतिविधि को कैसे क्रियान्वित करेंगे इस पर भी सभी अपने विचार प्रस्तुत करेंगे।
- मौखिक संवाद मे प्रयुक्त स्थानीय भाषा के शब्दों के मानक शब्दों पर भी चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थियों की शब्दावली, व्याकरण और वाक्य संरचना का मूल्यांकन किया जा सकेगा। प्रतिभागियों को यह कार्य विद्यालय स्तर पर कराये जाने का निर्देश दिया जायेगा।

❖ सुगमकर्ता द्वारा आकलन की अवधारणा के अंतर्गत आकलन का अर्थ एवं आकलन के प्रकार की चर्चा की जायेगी। सुगमकर्ता द्वारा आकलन का अर्थ बताते हुए आकलन के प्रकारों (रचनात्मक एवं योगात्मक आकलन को स्पष्ट किया जायेगा) इसके अतिरिक्त प्रेक्षण विधि के द्वारा बच्चों के सामाजिक व्यवहार का आकलन करने पर भी प्रकाश डाला जायेगा जिससे बच्चों का समग्र आकलन किया जा सके।

**आकलन के प्रकार**

| रचनात्मक आकलन (formative assessment) | योगात्मक आकलन (sumative assessment) |
|---|---|

❖ बच्चों के आकलन हेतु एक अच्छे परीक्षण निर्माण के सैद्धान्तिक आधारों पर प्रकाश डाला जायेगा। एक अच्छे मापन उपकरण की विशेषता बताते हुए उसके तकनीकी आधार के रूप में बी0एम0ब्लूम0 द्वारा प्रस्तुत शैक्षिक उद्देश्यों के वर्गीकरण एवं उनके आधार पर एकांश निर्माण पर संदर्भदाता द्वारा प्रतिभागियों को बताया जायेगा।

**परीक्षण निर्माण का सैद्धान्तिक आधार**— समग्र विकास की प्रक्रिया के आधार पर आकलन को पांच वर्गो में वर्गीकृत किया गया है—

- शारीरिक, सामाजिक, भावात्मक, बौद्धिक और आध्यात्मिक आकलन द्वारा यह ज्ञात किया जाता है कि बालक ने शिक्षण के अंत में वास्तविक अर्थों में क्या सीखा है। एक अच्छे परीक्षण में पाँच गुणों का होना आवश्यक है—

1. वैधता 2. विश्वसनीयता 3. व्यावहारिकता 4. मानकीकरण 5. उपयोगिता

## ब्लूम के शैक्षिक उद्देश्य का वर्गीकरण

| क0सं0 | ज्ञानात्मक पक्ष (Cognitive Domain) | भावात्मक पक्ष (Affective Domain) | कियात्मक/मनोगात्यात्मक (Psychomotor Domain) |
|---|---|---|---|
| 1 | याद (Remembering) | ग्रहण करना (Receiving) | उद्दीपन (Impulsion) |
| 2 | बोध (Understanding) | अनुक्रिया (Responding) | कार्य करना (Manipulation) |
| 3 | अनुप्रयोग (Applying) | अनुमूलन (Valuing) | नियंत्रण (Control) |
| 4 | विश्लेषण (Analysing) | विचारण (Conceptualization) | समायोजन (Co-ordination) |
| 5 | मूल्यांकन (Evaluation) | व्यवस्था (Organization) | स्वभावीकरण (Naturalization) |
| 6 | सृजनात्मकता (Creative) | चरित्र–निर्माण (Characterization) | आदत डालना (Habit Formation) |

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को सुविधानुसार निम्नलिखित गतिविधियों को उनकी सहभागिता को सुनिश्चित करते हुए करवायें और विद्यालय स्तर पर इस प्रकार की गतिविधियों को कराने का निर्देश दें।

**गतिविधि 4— व्यायाम और खेल गतिविधि (शारीरिक विकास हेतु गतिविधि)**

**आवश्यक सामग्री**— आवश्यक खेल सामग्री

**निर्देश**—

- सुगमकर्ता समस्त प्रतिभागियों को दो टीम मे विभाजित करें।
- एक टीम के सदस्य दौड़ें तथा दूसरी टीम के सदस्य एक सीधी पंक्ति मे एक दूसरे के विपरीत दिशा मे मुँह करके बैठें।
- बैठी हुई टीम का एक सदस्य दौड़ने वाली टीम के सदस्यों को छूकर आउट करने की कोशिश करे।

इस कार्य में सहायता के लिए वह अपनी टीम के बैठे हुए सदस्यों को खो–बोलकर उठायेगा और दौड़ने वाली टीम को आउट करने का प्रयास करेगा।

- टीम में कम से कम छः जोड़े (12) सदस्यों का होना आदर्श माना जाता है।
- जो टीम कम समय मे दूसरी टीम को आउट करती है वह विजेता टीम घोषित होती है।

**चर्चा–परिचर्चा–** खेल के पश्चात् सुगमकर्ता समस्त प्रतिभागियों से वार्तालाप करेगा जिसमें टीम में किसने अच्छा खेला, किसने ज्यादा लोगों को आउट किया, क्या–क्या कमी शेष रह गयी जिसे आगे सुधारा जाये इत्यादि बिन्दुओं पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि द्वारा शारीरिक विकास हेतु खेल गतिविधि के महत्त्व को बतायेंगे।

**गतिविधि 5– आलसी बन्दर (नैतिक विकास गतिविधि)**

**आवश्यक सामग्री–** वीडियो लिंक, कक्षा उपयोगी अन्य सामग्री

**वीडियोलिंक–** https://youtu.be/kCCl-ZmKqTw?si=v93sU3EZvfD18sxp

**प्रकिया–**

- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को कहानी प्रोजेक्टर पर दिखाएगा।
- प्रतिभागी कहानी मे वर्णित नैतिक मूल्य अपनी डायरी मे लिखते जायेंगे।
- फिर सुगमकर्ता प्रतिभागियों मे से किन्हीं पाँच प्रतिभागियों द्वारा नोट किये गये नैतिक मूल्यों पर चर्चा करेगा।

**चर्चा– परिचर्चा–** वीडियो देखने के पश्चात् प्रतिभागी बारी–बारी से नोट की गयी नैतिक मूल्यों पर प्रशिक्षण कक्ष मे चर्चा करेंगे। यदि विद्यालय मे किसी प्रतिभागी शिक्षक द्वारा इस प्रकार की कोई गतिविधि करवायी गयी है तो उस पर भी चर्चा की जायेगी।

**समेकन–** अन्य प्रतिभागी अपनी सकारात्मक प्रतिक्रिया एवं सुझाव देंगे।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा आकलन के विभिन्न पक्षों पर चर्चा करते हुए शिक्षकों से विद्यालय में प्रश्नावली निर्माण की मानक विधि का प्रयोग करते हुए आकलन करने के निर्देश के साथ सत्र का समापन किया जायेगा।

**प्रदत्त कार्य/गृह कार्य–** सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को दस प्रश्नों की प्रश्नावली निर्माण के लिए निर्देशित किया जायेगा, जिसका प्रस्तुतीकरण प्रतिभागियों द्वारा अगले दिन किया जायेगा।

**सत्र से हमने सीखा–**

- आकलन का अर्थ, उद्देश्य एवं महत्त्व।
- आकलन के प्रकार, आकलन की विधियाँ।
- आकलन प्रपत्र निर्माण के आवश्यक तत्व।

  (स्रोत– NEP 2020, NCF 2023, शिक्षक संदर्शिका समग्र शिक्षा उ0प्र0, आधुनिक मापन एवं मूल्यांकन– प्रो.एस.पी.गुप्ता एवं शैक्षिक तकनीकी के मूल आधार–एस.पी.कुलश्रेष्ठ)

# विषय- समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card)

**अवधि**– 75 मिनट

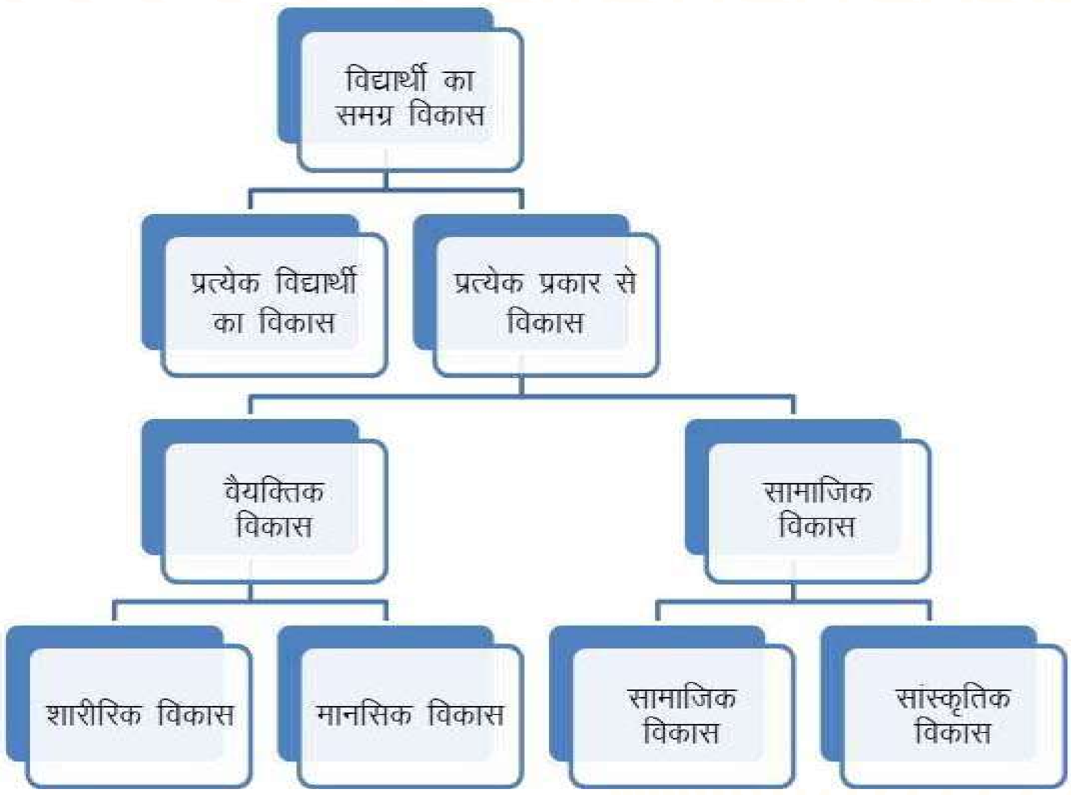
**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- प्रगति पत्र एवं समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) के मध्य अंतर
- समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) की आवश्यकता (बच्चों के समग्र विकास हेतु)
- 360° बहुआयामी आकलन की समझ
- समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) की अवधारणा
- समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) का निर्माण

**आवश्यक सामग्री**– ए–4 साइज पेपर, स्केल, पेंसिल, कटर, रबर, चार्ट पेपर, SCERT द्वारा विकसित समग्र प्रगति पत्र की प्रति।

**सत्र संचालन**–

1. सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को सक्रिय करते हुए समग्र शिक्षा एवं समग्र विकास की अवधारणा पर विचार प्राप्त किये जायेंगे तथा एक गतिविधि के माध्यम से प्रगति पत्र एवं समग्र प्रगति पत्र के मध्य अंतर संबंधी समझ का आकलन किया जाएगा।



**गतिविधि 1**– प्रतिभागियों को ए–4 साइज पेपर पर प्रगति पत्र एवं समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) के मध्य अंतर को लिखने के लिए कहें एवं कुछ प्रतिभागियों द्वारा प्रस्तुतीकरण के लिए कहें।

1. सुगमकर्ता द्वारा NEP–2020 की समग्र विकास की अवधारणा एवं उसके अनुरूप शिक्षा के उद्देश्य पर प्रकाश डालें। तत्पश्चात NEP–2020 की अपेक्षानुरूप समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) की आवश्यकता को बतायें।

2. सुगमकर्ता द्वारा समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) निर्माण हेतु आधारभूत पक्षों पर प्रकाश डाला जाएगा। संक्षेप में आकलन की विभिन्न विधियों (रचनात्मक, योगात्मक आकलन, प्रेक्षण विधि एवं स्व–आकलन विधि) पर भी प्रकाश डालें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से समग्र प्रगति पत्र के प्रारूप पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– संदर्भदाता द्वारा समग्र प्रगति पत्र के महत्व को बताते हुए प्रतिभागियों से इसका प्रयोग विद्यालय स्तर पर किये जाने का निर्देश दिया जायेगा।

**गतिविधि 2**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूह में विभाजित कर निम्नलिखित गतिविधि करायी जाए, जिसमें प्रतिभागी चार्ट पेपर का प्रयोग करते हुए निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपने समूह का प्रस्तुतीकरण करें।

- शिक्षक–अभिभावक बैठक
- शिक्षक–छात्र सौहार्द्रपूर्ण सम्बन्ध
- समृद्ध एवं व्यवस्थित प्रार्थना सभा का उदाहरण
- विद्यालय में संचालित साप्ताहिक खेल गतिविधियाँ
- रचनात्मक आकलन का प्रयोग
- समूह कार्य एवं सहपाठी समूह अधिगम

  विद्यार्थियों का समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) उपरोक्त कार्यों की भूमिका को रेखांकित करता है।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से विद्यालय समुदाय सम्बन्धों पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा बेसिक शिक्षा विभाग की मंशा के अनुरूप विद्यार्थियों के समग्र विकास के उद्देश्य को पूर्ण करने के लिए समग्र प्रगति पत्र (Holistic Report Card) में मिशन प्रेरणा द्वारा संचालित विभिन्न गतिविधियों के महत्त्व को रेखांकित किया जाएगा एवं शिक्षकों से SCERT द्वारा विकसित समग्र प्रगति पत्र पूरित करने का निर्देश देते हुए सत्र का समापन किया जाएगा।

**स्रोत – SCERT द्वारा विकसित समग्र प्रगति पत्र का प्रशिक्षण मॉड्यूल, राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (NEP2020)**

# विषय- गणित शिक्षण

**अवधि – 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. प्राथमिक कक्षाओं (1–5 तक) के विद्यार्थियों के लिए गणित शिक्षण को सरल और प्रभावी बनाने के लिए तकनीकों एवं विधियों से परिचय
2. विद्यार्थियों में आधारभूत गणितीय समझ, तर्कशक्ति एवं चिंतन कौशलों का विकास
3. राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में गणित शिक्षण की अनुशंसाओं का सफल एवं प्रभावी क्रियान्वयन

**आवश्यक सामग्री–** चार्ट, कलर, स्केल, वीडियो, पी0पी0टी0, गणित किट (प्राथमिक स्तर), बोर्ड, मार्कर, स्टिकी नोट्स आदि

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से प्रश्न करें–

1. गणित शिक्षण का क्या महत्व है?
2. प्राथमिक कक्षाओं में प्रयुक्त गणित की पाठ्य पुस्तकों के नाम बताइये।
3. गणित शिक्षण के आधारभूत सिद्धान्त क्या हैं?

**गणित शिक्षण का परिचय–**

**गणित शिक्षण का महत्त्व–**

- गणित बुनियादी जीवन कौशल का एक प्रमुख हिस्सा है।
- यह तार्किक सोच, समस्या–समाधान और निर्णय लेने की क्षमता को विकसित करता है।

**प्राथमिक कक्षाओं में गणित का पाठ्यक्रम–**

- कक्षा 1–5 के लिए गणित की मुख्य अवधारणाएं जैसे– संख्याएँ, जोड़–घटाव, गुणा–भाग, माप, समय, आकृतियाँ, मुद्रा और स्थानीय मान का बोध।
- प्रत्येक कक्षा के लिए विषय–वस्तु और उसकी जटिलता का बोध।

**सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से प्रश्न करें–** प्राथमिक स्तर पर गणित शिक्षण में आने वाली चुनौतियाँ/समस्याएँ क्या–क्या हो सकती हैं? सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों द्वारा दिए गये उत्तरों को श्यामपट्ट पर नोट करके उस पर चर्चा करें तथा प्रतिभागी शिक्षकों को बतायें कि प्राथमिक स्तर पर गणित शिक्षण में आने वाली कुछ चुनौतियाँ/समस्याएं यह भी हो सकती हैं –

**गणित शिक्षण में चुनौतियाँ/समस्याएं–**

- गणित की जटिलता से विद्यार्थियों में डर।
- अवधारणाओं की समझ में कमी।
- रटने पर आधारित शिक्षा प्रणाली का प्रभाव।

**सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से प्रश्न करें**– प्राथमिक स्तर पर गणित शिक्षण में आने वाली चुनौतियों/समस्याओं के समाधान क्या–क्या हो सकते हैं? सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों द्वारा दिए गये उत्तरों को श्यामपट्ट पर नोट करके उस पर चर्चा करें तथा प्रतिभागी शिक्षकों को बतायें कि प्राथमिक स्तर पर गणित शिक्षण में आने वाली चुनौतियों/समस्याओं का निम्नवत् समाधान यह भी हो सकता है –

**1. समस्या– समाधान कौशल का विकास–**

- गणितीय समस्याओं को हल करने के लिए चरण–दर–चरण दृष्टिकोण सिखाना।
- बच्चों को प्रश्नों को तोड़कर (व्यावहारिक गणितीय विधि) हल करने की प्रक्रिया सिखाना।

**2. समूह चर्चा और विचार–विमर्श–**

- समस्याओं को हल करने के बाद विद्यार्थियों के साथ विचार–विमर्श करना।
- विभिन्न दृष्टिकोणों को साझा करना और बच्चों को प्रोत्साहित करना।

**3. प्रयोगात्मक दृष्टिकोण–**

- वास्तविक जीवन की समस्याओं का गणितीय विश्लेषण।
- गतिविधि–आधारित समस्याओं का समाधान, जैसे कि माप और निर्माण कार्य।

**4. ऑडियो–विजुअल साधनों का उपयोग–**

- गणितीय अवधारणाओं को समझाने के लिए चित्र, ग्राफ, और वीडियो का उपयोग।
- स्मार्ट बोर्ड और डिजिटल संसाधनों का कक्षा–शिक्षण में प्रयोग।

**5. खेल और गतिविधियों का समावेश–**

- गणितीय खेल और पहेलियाँ, जैसे कि संख्याओं के खेल, गणितीय ध्वनि और ताल।
- गतिविधि आधारित अधिगम, जैसे कि गणितीय पहेलियाँ (पजल्स) और समूह कार्य।

**6. समूह में शिक्षण–**

- विद्यार्थियों को समूहों में विभाजित करके कार्य देना, जिससे सहयोगात्मक अधिगम हो सके।
- सहपाठी अधिगम को प्रोत्साहित करना।

**7. संदर्भ और वास्तविक जीवन के उदाहरण–**

- गणितीय समस्याओं को वास्तविक जीवन के उदाहरणों के साथ जोड़ना।
- विद्यार्थियों को खरीदारी, समय प्रबंधन और घर के कामों में गणित का उपयोग सिखाना।

**सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से प्रश्न करें–**

प्राथमिक स्तर पर गणित की अवधारणाओं को सिखाने के सरल तरीके क्या–क्या हो सकते हैं? सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों द्वारा दिए गये उत्तरों को श्यामपट्ट पर नोट करके उन पर चर्चा करें तथा उन्हें बतायें कि प्राथमिक स्तर पर गणित की अवधारणाओं को सिखाने के कुछ सरल तरीके यह भी हो सकते हैं –

### गणित की अवधारणाओं को सिखाने के तरीके–

1. **अंक एवं संख्याएँ (कक्षा 1–3)–**
   - संख्याओं की समझ विकसित करना :– संख्याओं की पहचान, संख्या रेखा का उपयोग।
   - जोड़–घटाव के लिए वस्तुओं का उपयोग :– बीज, स्टिक्स, काउंटर।
2. **गुणा और भाग (कक्षा 3–5)–**
   - गुणा तालिकाएँ सिखाने के रचनात्मक तरीके।
   - विभाजन को सरल बनाने के लिए समूहों में विभाजित करने का तरीका।
3. **माप और समय (कक्षा 2–5)–**
   - लंबाई, वजन, और द्रव्यमान मापने के लिए गतिविधियाँ।
   - समय पढ़ना और समय प्रबंधन कौशल सिखाना।
4. **आकृतियाँ, मुद्रा और स्थानीय मान का बोध (कक्षा 1–5)–**
   - त्रि–आयामी वस्तुओं का उपयोग करके आकृतियों को समझाना।
   - गणित किट का प्रयोग कर मुद्रा एवं स्थानीय मान को समझाना।

### गणित शिक्षण में प्रयुक्त संसाधन–

- गणित सामग्रीः गणित किट, पजल्स, चार्ट्स, फ्लैशकार्ड्स।
- डिजिटल उपकरणः स्मार्ट बोर्ड, गणितीय सॉफ्टवेयर, ऑनलाइन गेम्स और एप्लिकेशन।
- मूल्यांकन उपकरणः क्विज, वर्कशीट्स, प्रोजेक्ट्स।

### प्रस्तुतीकरण– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से प्रश्न करें–

1. रवि कुल छः भाई–बहन हैं। सभी का जन्म 2–2 वर्ष के अंतराल पर हुआ है। सबसे छोटी रिचा है जिसकी उम्र 7 साल है। रवि सबसे बड़ा है। रवि की उम्र क्या होगी?
2. एक जीवाणु कोशिका द्विविभाजन विधि से प्रति मिनट विभाजित होकर एक कप को 28 मिनट में एक चौथाई भर देती है। पूरा कप भरने मे कितना समय लगेगा?
3.

⇨ सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को समूहों में बांटकर प्रत्येक समूह से गतिविधि करायेंगे।

**गतिविधि 1 – कंकड़ हटाये, शून्य पायें**

**आवश्यक सामग्री–** कंकड़

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को बराबर मात्रा में कंकड़ दे दें।
- प्रतिभागियों से कंकड़ों को गिनने के लिए कहें।
- अब पूछें कि कितने कंकड़ हैं?
- उसके बाद सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी से 1–1 कंकड़ निकालने को कहें और पूछें कितने कंकड़ बचें?
- इसी प्रकार सुगमकर्ता 1–1 कंकड़ निकलवाते रहें जब तक कि प्रतिभागियों के पास कंकड़ हों।
- जब उनके पास आखिरी कंकड़ बचे तो उसे भी निकलवा कर उनसे पूछें कि कितने कंकड़ बचें? प्रतिभागी कहेंगे कि एक भी कंकड़ नहीं बचा या कुछ भी नहीं बचा।

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता 'शून्य का परिचय' सम्बन्धी तथ्यों को स्पष्ट करते हुए चर्चा करेंगे।

**समेकन–** अब समझने में मदद करें कि कुछ नहीं बचना ही शून्य या जीरो है। अर्थात् हमारे पास शून्य कंकड़ बचे।

**गतिविधि 2 – केस स्टडी**

**आवश्यक सामग्री–** केस स्टडी का प्रिंटआउट

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों के बड़े समूह को सम्बोधित करते हुए कहें कि दो अंको की संख्याओं का ज्ञान कराने के लिए यह आवश्यक है कि बच्चों को शून्य एवं इकाई–दहाई के स्थानों की समझ स्पष्ट होनी चाहिए। इस संदर्भ में मुझे एक अनुभव हुआ जिसे आपके साथ साझा करना चाहूँगी/चाहूँगा।

**केस स्टडी–** मैने अपनी एक सहेली की बेटी पिंकी (9वर्ष) को एक बार एक किताब लाकर दी– 'अलीबाबा और 40 चोर'। पिंकी ने उस किताब का नाम 'अलीबाबा और 4 चोर' पढ़ा। मुझे आश्चर्य हुआ फिर मैने एक कागज पर 40 लिखकर दिया। तब भी पिंकी ने उसको 4 ही पढ़ा और बताया कि चार और शून्य मिलकर "4" हुए।

**सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें–**

- आपकी समझ से पिंकी ने ऐसी गलती क्यों की?
- सीखने–सिखाने के समय ऐसी कौन सी प्रक्रिया अपनाई जाये कि बच्चे इस प्रकार की गलतियाँ न करें?

**चर्चा–परिचर्चा–** सुगमकर्ता शून्य की अवधारणा को स्पष्ट करने हेतु प्रतिभागियों से चर्चा करेंगे।

**समेकन–** शून्य की अवधारणा स्पष्ट करने के दौरान जब हम कुछ नहीं मतलब शून्य कहते हैं तो अनजाने ही बच्चे हर जगह शून्य का मतलब कुछ नहीं से लगाते हुए संख्याओं को पढ़ने, बोलने एवं लिखने लगते हैं जो उन्हें विभिन्न तरह की गलतियां करने की ओर ले जाता है।

**गतिविधि 3 – अंक सीखना–क्या है, समस्या? आओ जानें**

**आवश्यक सामग्री**– व्हाइट बोर्ड, मार्कर, डस्टर

**गतिविधि हेतु निर्देश**–

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 1 से 9 तक की संख्याओं को कूट भाषा मे बतायें, जैसे–

| मूल संख्या | कोडिंग |
|---|---|
| 1 | 5 |
| 5 | 3 |
| 9 | 9 |

- सुगमकर्ता एक मिनट बाद बोर्ड पर लिखे कोड और संख्या हटा देंगे। अब दो या तीन प्रतिभागियों को बुलाया जायेगा और सुगमकर्ता नयी संख्या के अनुसार एक संख्या बोले। प्रतिभागी को नये संख्या कोड के अनुसार बोर्ड पर अंक लिखने को कहे।

कुछ प्रतिभागियों को बुलाकर स्वयं कूट भाषा में बताई गयी संख्याओं के बराबर वस्तुओं को मेज पर से उठाने को कहें। इसी प्रकार, सुगमकर्ता प्रतिभागियों को कुछ अन्य प्रकार की कोडिंग भी बता सकते हैं, जैसे–

A ⟶ 5　　F ⟶ 8
B ⟶ 3　　G ⟶ 4
C ⟶ 2
D ⟶ 6

के रूप में प्रदर्शित करते हुए निम्नांकित प्रश्नों का हल करने को कहें–

```
  D A B C        A D D A
+C B A D       -B C B C
_________      _________

_________      _________
```

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं के माध्यम से चर्चा करेंगे–

- अंको की समझ
- तर्क शक्ति
- चिन्तन कौशल का विकास

**समेकन** – उपरोक्त गतिविधि विद्यार्थियों के तर्कशक्ति एवं चिंतन कौशल के विकास मे सहायक है। प्रतिभागी शिक्षक कक्षा–शिक्षण को प्रभावी एवं रुचिपूर्ण बनाने हेतु इस गतिविधि का प्रयोग करें।

**गतिविधि 4 – आड़ी तिरछी रेखाओं से गुणा**

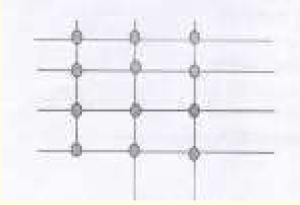
**गतिविधि हेतु निर्देश**–

इस गतिविधि में सुगमकर्ता प्रतिभागियों को आड़ी तिरछ़ी रेखाओं से गुणा सिखाने के तरीके की चर्चा करें।

- सुगमकर्ता बोर्ड पर जिन दो संख्याओं को गुणा करना है, उतनी संख्या में खड़ी और पड़ी रेखाएं चित्रानुसार खीचें।
- रेखाओं के कटान बिन्दुओं को गिनकर गुणनफल ज्ञात करें। उदाहरणः– यदि 3 को 4 से गुणा करना है तो 3 खड़ी रेखाएं खींच कर उनके ऊपर 4 पड़ी रेखाएं खींच दे, और इनके कटान बिन्दुओं को गिन लें।

कुल कटान बिन्दु = 12

अतः 3 × 4 = 12



**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता गुणा की अवधारणा को स्पष्ट करते हुए चर्चा करेंगे।

**समेकन** – उपरोक्त गतिविधि के माध्यम से प्रतिभागी शिक्षक कक्षा–शिक्षण में गुणा की अवधारणा को स्पष्ट एवं रुचिपूर्ण ढंग से बता सकेंगे।

**गतिविधि 5 – गणित किट पर आधारित गतिविधि**

**गतिविधि हेतु निर्देश**–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को गणित किट से अलग–अलग उपकरण देकर समूहों में गणितीय संक्रियाओं जैसे– दुकानदार का रोल प्ले, समय आधारित गतिविधि, रस्सी के उपयोग से गतिविधि, ज्यामितीय आकृतियों पर गतिविधि आदि करायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं पर प्रतिभागी शिक्षकों से चर्चा करेंगे–

- कक्षा–शिक्षण में गणित किट उपयोगिता
- गणित किट का प्रभावी प्रयोग

**समेकन** – उपरोक्त गतिविधि के माध्यम से गणित किट के प्रयोग द्वारा कक्षा–शिक्षण को प्रभावी एवं रुचिपूर्ण बनाया जा सकता है जिससे छात्रों की गणित विषय के प्रति रुचि बढ़ेगी।

## मूल्यांकन और फीडबैक

### 1. मूल्यांकन के तरीके

- बच्चों की समझ और कौशल का मूल्यांकन करने के लिए टेस्ट, क्विज, और प्रोजेक्ट्स का उपयोग।
- बच्चों को उनके प्रदर्शन के आधार पर फीडबैक देना।

### 2. शिक्षण विधियों में सुधार

- बच्चों की कमजोरियों को समझकर शिक्षक द्वारा पुनः शिक्षण करना।
- सुधारात्मक उपाय और अतिरिक्त अभ्यास।

**सत्र समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय मे कक्षा–शिक्षण के दौरान रोचक गतिविधियों के माध्यम से गणित विषय को और अधिक रोचक बनाने को प्रयास किया जाये।

**इस सत्र से हमने सीखा**–

इस प्रशिक्षण सत्र का उद्देश्य शिक्षकों को गणित के प्रति विद्यार्थियों की रुचि बढ़ाने और उनकी गणितीय समझ को मजबूत करने के लिए नवीन और प्रभावी शिक्षण विधियों से समृद्ध करना है।

# विषय- अनुभवात्मक शिक्षण एवं पुस्तकालय प्रयोग

**अवधि** – 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. शिक्षक अनुभवात्मक शिक्षण की अवधारणा, महत्व एवं लाभ पर समझ का विकास
2. अनुभवात्मक शिक्षण के सिद्धांतों के विषय में समझ का विकास
3. कक्षा 1–5 के विद्यार्थियों हेतु विभिन्न विषयों की उपयुक्त अनुभवात्मक गतिविधियों का विकास
4. अनुभवात्मक शिक्षण के कक्षा में प्रभावी क्रियान्वयन करने के विभिन्न चरणों के विषय में विस्तृत समझ का विकास

**आवश्यक सामग्री** – चार्ट, कलर, स्केल, पानी, तेल, कांच का गिलास, बर्फ, मोमबत्ती अनुभवात्मक शिक्षण पर आधारित वीडियो, पी0पी0टी0 आदि।

**सत्र संचालन** – सुगमकर्ता प्रतिभागियों से चर्चा–परिचर्चा करेंगे कि –

क्या आपने कभी अपने बच्चों को टेलीविजन का रिमोट चलाना सिखाया है या आपको लगता है कि आपका बच्चा स्वयं ही रिमोट चलाना सीख गया। जब आप अपने घर में रिमोट से टेलीविजन चला रहे होते है तो कभी टेलीविजन की आवाज कम – ज्यादा करते है, कभी चैनेल परिवर्तित करते है। बालक इस घटना को देख रहा होता है, उसका मन करता है वो भी कार्य करे और धीर–धीरे वह अनुभव द्वारा यह करना भी सीख जाता है।

सुगमकर्ता उपरोक्त चर्चा–परिचर्चा द्वारा अनुभवात्मक शिक्षण की प्रस्तावना निकालेंगे।

**गतिविधि 1–**

एक कांच का सूखा गिलास लें। गिलास में ऊपर तक बर्फ के टुकड़े भर दें। गिलास के बाहरी दीवार पर कुछ समय बाद पानी की छोटी–छोटी बूंदे आ जाती है।

**चर्चा–परिचर्चा** – सुगमकर्ता प्रतिभागियों से चर्चा करेंगे कि ये पानी की बूंदे कहां से आ गयी।

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि के द्वारा अनुभवात्मक शिक्षण के उपयोग को बतायेंगे।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें –

अनुभवात्मक शिक्षण क्या है ? प्रतिभागियों से चर्चा करें।

"अनुभवात्मक शिक्षण एक ऐसी विधि है जिसमें शिक्षार्थी प्रत्यक्ष अनुभवों के माध्यम से ज्ञान और कौशल प्राप्त करते हैं। यह केवल किसी वस्तु/तथ्य के बारे में पढ़ने या सुनने के बारे में नहीं है, बल्कि यह उसके बारे में गहराई से जानने, करने और फिर उन अनुभवों पर विचार करने के बारे में है। यह दृष्टिकोण अनुभवात्मक शिक्षण सिद्धांत के साथ संरेखित है, जो इस बात पर जोर देता है कि सीखना सबसे प्रभावी तब होता है जब यह सक्रिय होता है और इसमें भावनात्मक, शारीरिक और बौद्धिक जुड़ाव शामिल होता है।"

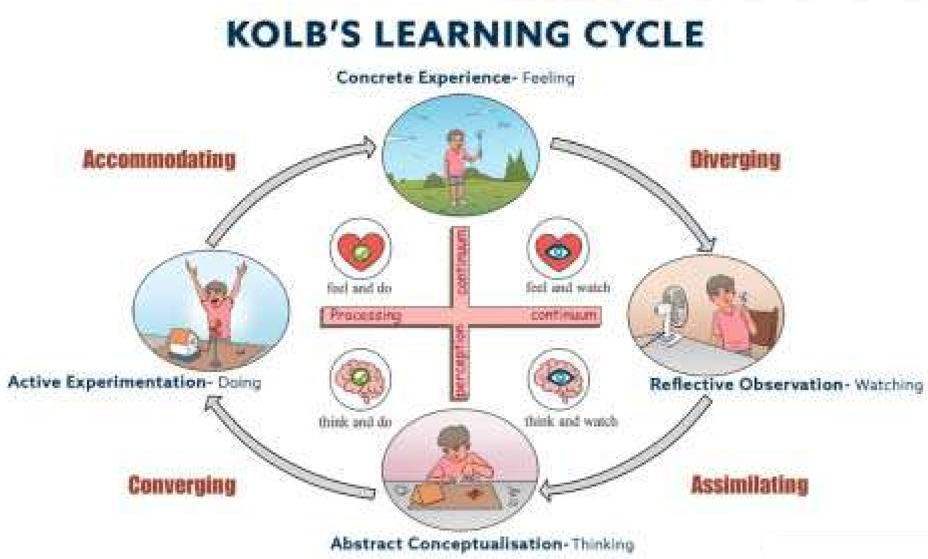
⇨ सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें– पारंपरिक शिक्षण तथा अनुभवात्मक शिक्षण में क्या अन्तर है? प्रतिभागियों से चर्चा करें।

**अनुभवात्मक और पारंपरिक शिक्षण की तुलना:**

| पारंपरिक शिक्षण | अनुभवात्मक शिक्षण |
|---|---|
| शिक्षक केंद्रित | छात्र केंद्रित |
| व्याख्यानों से निष्क्रिय सीखने/रटने पर जोर। | अनुभव पर जोर, करके सीखना:– आपने क्या किया? आपने इसे कैसे किया? |

⟹ जॉन डेवी, कार्ल रोजर्स और डेविड कोल्व जैसे उल्लेखनीय शैक्षिक मनोवैज्ञानिकों ने अनुभवात्मक अधिगम सिद्धान्त पर कार्य किया है।

**डेविड कोल्व का अनुभवात्मक अधिगम सिद्धान्तः–**




अनुभवात्मक शिक्षण के प्रमुख घटक

⟹ सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें– अनुभवात्मक शिक्षण की कुछ उपयुक्त गतिविधियाँ बतायें ? प्रतिभागियों से चर्चा करें। प्रतिभागियों द्वारा दिए गये उत्तरों को श्यामपट्ट पर नोट करके उन पर चर्चा करें तथा सुगमकर्ता प्रतिभागियों को बतायें कि कुछ गतिविधियाँ इस प्रकार भी हो सकती हैं–

**गतिविधि 1**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों को 5–5 के समूहों में विभक्त कर प्रत्येक समूह को निम्नलिखित में से कुछ बिन्दुओं पर गतिविधि देंगे –

1. एक समूह को विज्ञान शिक्षण हेतु 'करके सीखो' की विधि आधारित गतिविधि।
2. एक समूह को गणित शिक्षण हेतु कविता/रोल प्ले/पहेलियों द्वारा जोड़ – घटाव संक्रिया/मापन पर गतिविधि
3. एक समूह को पर्यावरण शिक्षण हेतु 'कोलाज/पोस्टर' गतिविधि
4. एक समूह को सामाजिक विज्ञान शिक्षण हेतु रोल प्ले/नाटक आधारित गतिविधियाँ: जैसे – कोई सामाजिक कुरीति/किसी भारतीय संस्कृति/ऐतिहासिक घटना।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों के साथ उपरोक्त प्रस्तुतीकरणों में अनुभवात्मक शिक्षण की उपयोगिता पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– सुगमकर्ता उपरोक्त प्रस्तुतीकरणों के आधार पर विभिन्न विषयों में अनुभवात्मक शिक्षण के महत्व को बताते हुए सत्र का समेकन करेंगे।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें– अनुभवात्मक शिक्षण के प्रमुख लाभ क्या हैं? प्रतिभागियों से चर्चा करें। प्रतिभागियों द्वारा दिए गये उत्तरों को श्यामपट्ट पर नोट करके उन पर चर्चा करें तथा सुगमकर्ता प्रतिभागियों को अनुभवात्मक शिक्षण के कुछ अन्य लाभ पर चर्चा करे–

**अनुभवात्मक शिक्षण के लाभ :–**

**1. विद्यार्थियों की सक्रिय भागीदारी**

- विद्यार्थियों की विषय के प्रति रुचि बढ़ती है।
- बच्चों की सोचने और समझने की क्षमता में सुधार होता है।

**2. दीर्घकालिक स्मरण शक्ति का विकास**

- अनुभव के माध्यम से सिखाई गई चीजें बच्चों को लंबे समय तक याद रहती हैं।

**3. आलोचनात्मक सोच और समस्या–समाधान कौशल का विकास**

- बच्चों की सृजनात्मकता का विकास और समस्याओं का हल खोजने की क्षमता बढ़ती है।
- बच्चों को आलोचनात्मक रूप से सोचने और रचनात्मक रूप से समस्याओं को हल करने के लिए प्रोत्साहित करती है।

**4. बेहतर धारण और समझ का विकास।**

**5. बेहतर भावनात्मक और सामाजिक बुद्धिमत्ता का विकास।**

**6. आजीवन सीखने और जिज्ञासा को प्रोत्साहन मिलता है।**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें– आप अनुभवात्मक शिक्षण को कक्षा में कैसे लागू करेंगे? प्रतिभागियों से चर्चा करें। प्रतिभागियों द्वारा दिए गये उत्तरों को श्यामपट्ट पर नोट करके उन पर चर्चा करें तथा सुगमकर्ता प्रतिभागियों से कुछ अन्य संभावित बिन्दुओं पर चर्चा करे–

## अनुभवात्मक शिक्षण को कक्षा में लागू करना –

| | |
|---|---|
| 1.योजना और तैयारी | • गतिविधि की योजना बनाना और आवश्यक सामग्री की तैयारी करना।<br>• छात्रों को गतिविधि के लिए मानसिक रूप से तैयार करना। |
| 1.सहयोग और समन्वय | • छात्रों को समूहों में काम करने के लिए प्रेरित करना।<br>• छात्रों के बीच सामूहिक सहयोग और विचार-विमर्श को प्रोत्साहित करना। |
| 1.प्रतिक्रिया और चिंतन | • गतिविधि के बाद बच्चों से उनके अनुभव और विचार पूछना।<br>• छात्रों को उनके अनुभव से सीखने के लिए प्रेरित करना। |

## सत्र समेकन–

इस प्रशिक्षण सत्र का उद्देश्य शिक्षकों को अनुभवात्मक शिक्षण विधियों के प्रति जागरूक करना और उन्हें इन विधियों को प्रभावी ढंग से लागू करने के लिए प्रशिक्षित करना है। इससे विद्यार्थियों का सर्वांगीण विकास सुनिश्चित हो सकेगा।

**आइए पारंपरिक तरीकों से आगे बढ़ें और अपने बच्चों को अनुभवात्मक शिक्षण का उपहार दें– खोज, प्रयोग और आनंद की एक अंतहीन यात्रा का शुभारम्भ करें ।**

## इस सत्र मे हमने सीखा–

- शिक्षक अनुभवात्मक शिक्षण की अवधारणा, महत्व एवं लाभ पर समझ का विकास
- अनुभवात्मक शिक्षण के सिद्धांतों के विषय में समझ का विकास
- कक्षा 1–5 के विद्यार्थियों हेतु विभिन्न विषयों की उपयुक्त अनुभवात्मक गतिविधियों का विकास
- अनुभवात्मक शिक्षण के कक्षा में प्रभावी क्रियान्वयन करने के विभिन्न चरणों के विषय में विस्तृत समझ का विकास

# उपविषय - पुस्तकालय

**अवधि–**

**सत्र उद्देश्य –** सत्र समाप्ति के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. पुस्तकालय की अवधारणा, आवश्यकता, लाभ तथा प्रभावी संचालन की समझ का विकास
2. कक्षा 1–5 के विद्यार्थियों को पुस्तकालय के प्रति रुचि का विकास और उन्हें पुस्तकालय के संसाधनों के प्रभावी उपयोग हेतु प्रेरित करना

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करे– पुस्तकालय का अर्थ तथा उद्देश्य क्या है? प्रतिभागियों से चर्चा करें।

**पुस्तकालय का अर्थ–** पुस्तकों और अन्य शैक्षिक सामग्री का संग्रह, जहां विद्यार्थी और शिक्षक अध्ययन कर सकते हैं।

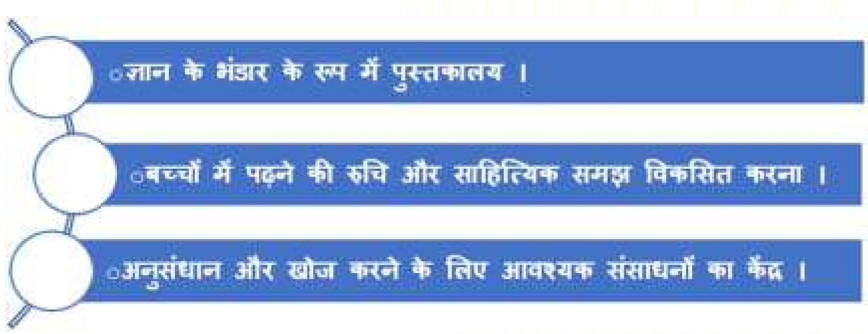
**पुस्तकालय का उद्देश्य–** विद्यार्थियों में पढ़ने की आदत एवं रुचि का विकास करना और उनके ज्ञान का विस्तार करना।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करे– पुस्तकालय कितने प्रकार के होते हैं ? प्रतिभागियों से चर्चा करें।

**पुस्तकालय के प्रकार–**

सुगमतापकर्ता प्रतिभागियों से पुस्तकालय के महत्व पर प्रतिभागियों के विचार/बिन्दु लेकर श्यामपट्ट पर नोट कर उन पर चर्चा करें।

**पुस्तकालय का महत्व –**




सुगमतापकर्ता बच्चों के लिए पुस्तकालय के उपयोग पर प्रतिभागियों के विचार/मत लेकर श्यामपट्ट पर लिख कर चर्चा करें।

## बच्चों के लिए पुस्तकालय का उपयोग–

**1.पुस्तकालय में व्यवहार**
- पुस्तकालय में अनुशासन और शिष्टाचार ।
- पुस्तकों की देखभाल और उनके सही उपयोग के बारे में जानकारी देना ।

**1.पढ़ने की आदत विकसित करना**
- छात्रों को रोचक कहानियाँ, कविताओं और चित्र पुस्तकों से परिचित कराना ।
- साप्ताहिक पुस्तकालय समय सारणी: नियमित पुस्तकालय विजिट्स और पढ़ने का समय सुनिश्चित करना ।

**1.कक्षा 1-5 के बच्चों के लिए उपयुक्त सामग्री**
- चित्र पुस्तकें
- बाल कहानियाँ
- शैक्षिक पत्रिकाएँ और समाचार पत्र
- सरल एनसाइक्लोपीडिया और संदर्भ पुस्तकें

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पुस्तकालय प्रबंधन और संचालन पर प्रतिभागियों के विचार/मत लेकर श्यामपट्ट पर लिख कर चर्चा करें।

## पुस्तकालय प्रबंधन और संचालन–

**1.पुस्तकालय का प्रबंधन**
- पुस्तकालय में पुस्तकों का वर्गीकरण और उनका रखरखाव।
- पुस्तकालय के रजिस्टर और डेटाबेस का प्रबंधन।
- पुस्तकें उधार देने और वापस लेने की प्रक्रिया।

**1.पुस्तकालय की योजना**
- छात्रों के लिए पुस्तकालय समय सारणी का निर्धारण।
- छात्रों के लिए पुस्तकालय उपयोग संबंधी दिशा-निर्देश बनाना।

**1.पुस्तकालय के आयोजन:**
- बच्चों के लिए पुस्तक मेलों का आयोजन।
- लेखक से मिलना-जुलना और पुस्तक चर्चा।
- बुक क्लब और कहानी सत्र का आयोजन।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से पुस्तकालय प्रबंधन और संचालन पर प्रतिभागियों के विचार/मत लेकर श्यामपट्ट पर लिख कर चर्चा करें।

## पुस्तकालय में गतिविधियाँ–

**1.पठन प्रोत्साहन गतिविधियाँ**
- पठन प्रतियोगिताएँ और पुरस्कार।
- पुस्तक समीक्षा लेखन: छात्रों को पढ़ी हुई पुस्तकों पर समीक्षा लिखने के लिए प्रोत्साहित करना।
- 'पुस्तक मित्र' कार्यक्रम: छात्रों को उनकी पसंदीदा पुस्तकें आपस में शेयर करने के लिए प्रेरित करना।

**1.क्रिएटिव रीडिंग**
- पढ़ी हुई कहानियों पर आधारित चित्र बनाना।
- कहानी को अभिनय के माध्यम से प्रस्तुत करना।
- छात्रों द्वारा कहानियाँ गढ़ना और उन्हें पुस्तक के रूप में तैयार करना।

**1.विशेष दिवस और आयोजन**
- पुस्तक दिवस, लेखक दिवस, और पुस्तकालय सप्ताह का आयोजन।
- पठन जागरूकता अभियान: छात्रों को पुस्तकों के प्रति जागरूक करना।

**समेकन–** इस प्रशिक्षण सत्र का उद्देश्य शिक्षकों को यह समझने में सहायता करना है कि पुस्तकालय बच्चों के समग्र विकास के लिए किस प्रकार महत्वपूर्ण हैं? और कैसे? वे इसे अपने लिए कैसे लाभदायक बना सकते हैं?

# विषय- नवाचारी शिक्षण विधियाँ एवं शिक्षण में आई०सी०टी० का प्रयोग

**अवधि– 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. विभिन्न शिक्षण तकनीकों और विधियों का उपयोग करके सीखने की प्रक्रिया को विविधतापूर्ण और समृद्ध बनाना
2. बच्चों के लिए शिक्षा को रोचक और आकर्षक बनाना जिससे वे अधिक रुचि और उत्साह के साथ सीख सकें
3. सीखने की प्रक्रिया को अंतःक्रियात्मक (Interactive) बनाना
4. शिक्षा को वास्तविक जीवन की स्थितियों और समस्याओं से जोड़कर बच्चों को व्यावहारिक अनुभव प्रदान कराना
5. बच्चों में समूह कार्य, सामूहिक चेतना और सामाजिक कौशल का प्रोत्साहन करना
6. इंद्रियों के माध्यम से सीखने का अनुभव प्रदान करना

**सत्र संचालन– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों के साथ चर्चा करें–**

कल्पना करें कि आप एक विद्यार्थी हैं और एक उबाऊ कक्षा में बैठे हैं जिसमें शिक्षक की आवाज आपके कानों में गूंज रही है। आप पाठ पर ध्यान केंद्रित करने के लिए अपनी पलकें झपकने से रोकने की कोशिश कर रहे हैं। क्या यह आदर्श परिदृश्य है? चर्चा करें।

**सुगमकर्ता प्रतिभागियों से प्रश्न करें–**

आपके अनुसार इस प्रकार की कक्षा को अंतःक्रियात्मक (Interactive) बनाए जाने और सीखने की प्रक्रिया को समृद्ध बनाए जाने हेतु आप क्या कर सकते हैं ?

**प्रतिभागियों के जवाबों को सूचीबद्ध करते हुए नवाचारी शिक्षण विधियों की कक्षा–शिक्षण में आवश्यकता पर प्रकाश डालें–**

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)–2023 में यह सुझाव दिया गया है कि शिक्षा बोझ रहित हो तथा विद्यालय आनंदालय बने। विद्यालय का वातावरण भयमुक्त होना चाहिए जिससे विद्यार्थी स्वतंत्र वातावरण मे सीख सकें। 'करके सीखना' तथा 'खेल–खेल मे सीखने' से विद्यार्थियों की विषय के प्रति रूचि बनी रहती है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के अध्याय–4 में भी बच्चों को पंचतंत्र की मूल कहानियों, जातक कथाओं, हितोपदेश और अन्य मजेदार दंत कथाओं द्वारा सीखने पर जोर दिया गया है।

**प्रसिद्ध जनकवि श्री गिरीश चंद्र तिवारी "गिर्दा" की निम्न पंक्तियाँ एक आदर्श शिक्षा प्रणाली का बेहतरीन चित्र खीचती हैं –**

"ऐसा हो स्कूल हमारा"
जहाँ न बस्ता कंधा तोड़े,
जहाँ न पटरी माथा फोड़े
जहाँ न अक्षर कान उखाड़े
जहा न भाषा जख्म उभारे, ऐसा हो स्कूल हमारा
जहाँ अंक सच सच बतलाये,
जहाँ प्रश्न हल तक पहुँचाए
जहाँ किताबे निर्भय बोले,
मन के पन्ने पन्ने खोले, ऐसा हो स्कूल हमारा
जहाँ न कोई दर्द दुखाए, जहाँ फूल स्वाभाविक महके,
जहाँ बालपन जी भर चहके, ऐसा हो स्कूल हमारा

वर्तमान समय में, कई शिक्षक सक्रिय रूप से अपनी कक्षाओं को ऐसे ही परिदृश्यों मे ले जा रहे हैं, जिसका उद्देश्य नवाचारी शिक्षण विधियों का प्रयोग करके विद्यार्थियों को सीखने की प्रक्रिया में अधिक सक्रियता से सम्मिलित करना है।

## नवाचारी शिक्षण विधियाँ क्या हैं?

नवाचारी शिक्षण विधियाँ, शिक्षण के वो आधुनिक तरीके हैं जो विद्यार्थियों को प्राथमिकता देते हैं और कक्षा में सहभागिता और संवाद को प्रोत्साहित करते हैं।

**सुगमकर्ता प्रतिभागियों से नवाचारी शिक्षण विधियों की प्रमुख विशेषताएँ क्या हो सकतीं हैं, पूछें तत्पश्चात उन्हे सूचीबद्ध करें–**

शिक्षण में नवाचार अत्यधिक महत्वपूर्ण है। यह विशेष रूप से कक्षा 1 से 5 तक के बच्चों के लिए आवश्यक है, क्योंकि इस उम्र में बच्चे तेजी से सीखते हैं। अतः उनके मनोविज्ञान को समझना बहुत महत्वपूर्ण है।

**सुगमकर्ता विभिन्न नवाचारी शिक्षण तकनीकों पर चर्चा करेंगे, जो बच्चों की सीखने की प्रक्रिया को अधिक प्रभावशाली और आनंददायक बनाती है–**

### 1. कहानी आधारित शिक्षण

**गतिविधि 1 –**

एक कहानी के साथ एक से अधिक गतिविधियों की योजना बनाएं।
नीचे दी गई लघुकथा का उपयोग करें या अपनी अंग्रेजी पाठ्यपुस्तक से कोई कहानी चुनें।

Raja called Shyama to come and play with him. Shyama said that he had to work and could not play. Raja went to a field with a ball. Raja saw honey bees and called them to play. The honey bees said that they could not play as they had to work. He then saw ants. Raja called out, "Ants! Ants! Come let us play". No, we cannot play. We have to work," said the ants. Raja went home. He helped his father at work. Father said, "You are a good boy," Raja felt happy.

**चर्चा–परिचर्चा** - प्रतिभागी शिक्षकों के साथ राजा की खोज की कहानी पर आधारित संभावित गतिविधियों पर विचार करें और उन्हें सूचीबद्ध करें।

**शिल्प गतिविधि**– कीड़े–मकोड़ों और जानवरों के मुखौटे बनाएँ।

**नाटक/भूमिका निभाना**– वार्तालाप के अनुसार अभिनय करें, शिल्प गतिविधि में तैयार किए गए मुखौटों का उपयोग कर सकते है।

**पढ़ना और शब्दावली का विकास**– वाक्यों 'Come let us play', और 'No, we can not play' को बोर्ड पर या पाठ्यपुस्तक से देखते हुए एक साथ मिलकर ऊंची आवाज में पढ़ें। वाक्यों के अलग–अलग शब्दों के लिए नए विकल्पों का उपयोग करें और उन्हें साथ मिलकर पढ़ें– जैसे 'Come let us dance', 'Come let us cook' या 'Come let us sing', और 'No, we can not dance/cook/sing'। नई शब्दावली पर ध्यान केंद्रित करें।

**लिखना:** कहानी के दृश्यों के चित्र बनाएं तथा वार्तालाप को स्पीच बबल्स (speech bubbles) में लिखें। जिन विद्यार्थियों को लिखने में कठिनाई होती है, उन्हें दृश्यों पर लेबल लगाने के लिए प्रोत्साहित किया जाये। अंग्रेजी में लिखने के प्रयासों को प्रोत्साहित करें।

**अन्य विषयों को जोड़े:** कीड़े–मकोड़ों और जानवरों के निवास–स्थानों तथा कीड़ों और स्तनपायी जानवरों के बीच अंतर का वर्णन करने के लिए अंग्रेजी का उपयोग करें।

**समेकन** –

**कहानी आधारित शिक्षण के द्वारा निम्न उद्‌देश्य की प्राप्ति की जा सकती है–**

- कहानी के पात्रों और घटनाओं के माध्यम से पाठ के महत्वपूर्ण बिंदुओं को समझाना।
- बच्चों को कहानी के पात्रों की भूमिकाएँ निभाने के लिए प्रोत्साहित करना।
- बच्चों को अपनी कहानियाँ लिखने के लिए प्रेरित करना।

**गतिविधि 2 – दस–दस के ढेर फिर काहे की देर**

**आवश्यक सामग्री**– तीलियाँ, रबर बैंड, संख्या कार्ड

**कहानी**– एक लकड़हारा था। वह रोज लकड़ियाँ काट कर लाता और उन लकड़ियों को गिनकर एक कमरे में रख देता था। इस तरह रोज लकड़ियाँ लाता और रोज सारी लकड़ियाँ गिनता। एक दिन लकड़ी खरीदने के लिए एक आदमी आया और उसने कहा मुझे सारी लकड़ियाँ खरीदनी है। तुम्हारे पास कितनी लकड़ियाँ हैं? लकड़हारा अपनी लकड़ियाँ गिनने लगा परंतु वह एक एक करके गिन रहा था जिसमे बहुत देर लग रही थी, जिससे परेशान होकर वह आदमी चला गया और लकड़हारा लकड़ियाँ ही गिनता रह गया।

**चर्चा–परिचर्चा**– शिक्षक बच्चों से पूछें कि आप जल्दी–जल्दी लकड़ियाँ गिनने मे लकड़हारे की मदद कैसे करेंगे? बच्चों के साथ बातचीत के दौरान शिक्षक 10–10 के बंडल बनाने पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं और फिर से कहानी सुनाते हुए 10–10 के बंडल बनाकर दिखा सकते हैं। शिक्षक सब बच्चों को तीलियां दे दें। अब वह एक संख्या कार्ड निकाल कर बच्चों को दिखाएं और उस संख्या के लिए बंडल बनाने को कहें। जब बच्चे बंडल बना रहे हों तो शिक्षक बच्चों के पास जाकर बात कर सकते हैं कि कुल कितनी तीलियां हैं? कितने बंडल बने? कुल कितनी तीलियां बचीं? तुम्हें कितनी तीलियां और चाहिए जिससे बची हुई तीलियों से बंडल बनाए जा सके, आदि। कुछ देर बाद शिक्षक बच्चों को बंडल दिखाकर उनकी संख्या बताने को भी कह सकते हैं।

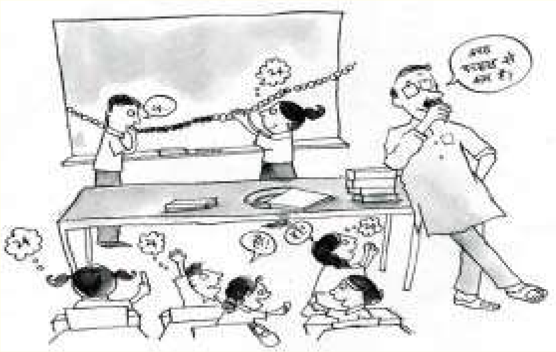
**समेकन** – कहानी के साथ दहाई की अवधारणा की समझ को विकसित कर सकते हैं।

## 2. खेल आधारित शिक्षण

गणित, विज्ञान, और भाषा के खेल जैसे कि पजल्स, क्विज़ और बोर्ड गेम्स, एवं बाहरी खेलों का उपयोग करके शिक्षा को मंनोरंजक और प्रेरक बनाया जा सकता है।

**प्रस्तावित गतिविधियां–**

**गतिविधि 1– बूझो तो जाने**



**आवश्यक सामग्री** –गणित माला (गणित किट–बीड्स आदि)

इस खेल मे शिक्षक कोई भी संख्या अपने मन मे सोच लें और फिर बच्चों को उस संख्या को बूझने के लिए बोलें। पहेली बूझने के लिए बच्चे एक–एक करके प्रश्न करें। शिक्षक प्रत्येक प्रश्न के उत्तर में सिर्फ हाँ या न बोलें। शिक्षक द्वारा दिए गए उत्तरों की सहायता से उनके मन मे सोची गयी संख्या को बूझने की कोशिश करें।

**चर्चा–परिचर्चा**–जैसे शिक्षक ने मन मे संख्या 40 सोची तो बच्चे इन प्रश्नों को पूछ सकते हैं।

**प्र० 1–क्या वो 50 से ज्यादा है?**

शिक्षक – नहीं

शिक्षक अपनी बातचीत को गणितमाला की सहायता से भी कर सकते हैं। जैसे– पूछे गए पहले प्रश्न के लिए वह गणितमाला को 50–50 मोतियों मे बाँट दें, चूंकि सोची गयी संख्या 50 से कम है, अतः वह बच्चों को पहले 50 मोतियों की तरफ इशारा करें जिसके फलस्वरूप बच्चे उन मोतियों को देखते हुए अगला प्रश्न पूछ सकते है।

**प्रश्न–क्या वह पच्चीस से अधिक है?**

शिक्षक– हाँ

**प्रश्न 3–क्या वह सम है?**

शिक्षक –हाँ

यह चर्चा तब तक चल सकती है जब तक बच्चे संख्या को बूझ न लें।

**समेकन**– 1–50 या 1–100 तक की गिनती तथा संख्याओं से जुड़ी अवधारणाओं जैसे संख्या अनुक्रम और संख्या संक्रिया की समझ को सुदृढ़ किया जा सकता है।

### 3. प्रोजेक्ट आधारित शिक्षण–

बच्चों को छोटे–छोटे समूहों में बाँटकर विभिन्न प्रोजेक्ट्स जैसे– पोस्टर, मॉडल तैयार करवाए जा सकते हैं तथा उनका कक्षा में प्रस्तुतीकरण भी किया जा सकता है।

### प्रस्तावित गतिविधियां–

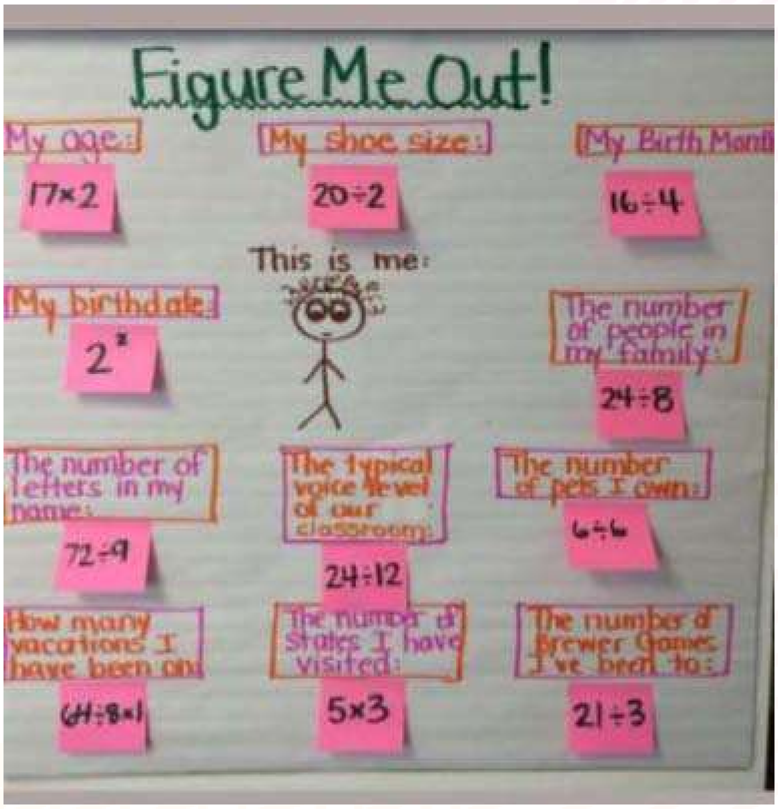
- मेरे सपनों का घर" प्रोजेक्ट - जिसमें बच्चे अपने सपनों के घर का मॉडल बनाते हैं।
- मेरा लंच बॉक्स - घर से लाये गये खाने में कौन–कौन सा पोषक तत्व है।
- Family tree बनाना।
- जल संरक्षण के तरीकों पर प्रोजेक्ट बनाना।
- छात्र जानवरों के आवास पर प्रोजेक्ट बना सकते हैं।

### 4. श्रव्य–दृश्य सामग्री / टी0एल0एम0 का उपयोग–

सीखने को अधिक प्रभावशाली और स्मरणीय बनाये जाने हेतु शैक्षिक वीडियो, चित्रों और ऑडियो सामग्री का उपयोग किया जा सकता है।

**शिक्षण अधिगम सामग्री (Teaching Learning Materials)**

| परंपरागत शिक्षण अधिगम सामग्री | दृश्य शिक्षण अधिगम सामग्री | श्रव्य शिक्षण अधिगम सामग्री | दृश्य–श्रव्य शिक्षण अधिगम सामग्री |
|---|---|---|---|
| उदाहरण– श्यामपट्ट, पुस्तक, पत्र–पत्रिकाएँ इत्यादि। | उदाहरण–चार्ट, चित्र, रेखाचित्र, मानचित्र, वास्तविक वस्तु, पोस्टर ग्राफ, ग्लोब, प्रतिरूप, फ्लैश कार्ड, फ्लेनल बोर्ड, पाकेट बोर्ड, फिल्म स्ट्रिप्स (निश्चित क्रम में फोटो) एल.ई.डी, स्लाइड प्रोजेक्टर, ओवरहेड प्रोजेक्टर इत्यादि। | उदाहरण– ग्रामोफोन, टेप, रिकार्डर, रेडियो, आडियोटेप, आडियो सी.डी. इत्यादि। | उदाहरण – टी.वी, कम्प्यूटर, फिल्म, प्रोजेक्टर, चलचित्र, डिजिटल पाठ्य सामग्री (वीडियो फिल्म) मल्टी मीडिया पाठ्य पुस्तक इत्यादि। |




https://youtu.be/yHVhM-pLRXk?feature=shared

**5. समूह गतिविधियाँ -**

सामूहिक सोच और सहयोग को प्रोत्साहित करने हेतु छोटे समूहों में बौद्धिक चर्चाएं और विचार–विमर्श करना तथा क्रियात्मक गतिविधियों और समस्याओं को मिलकर हल करना।

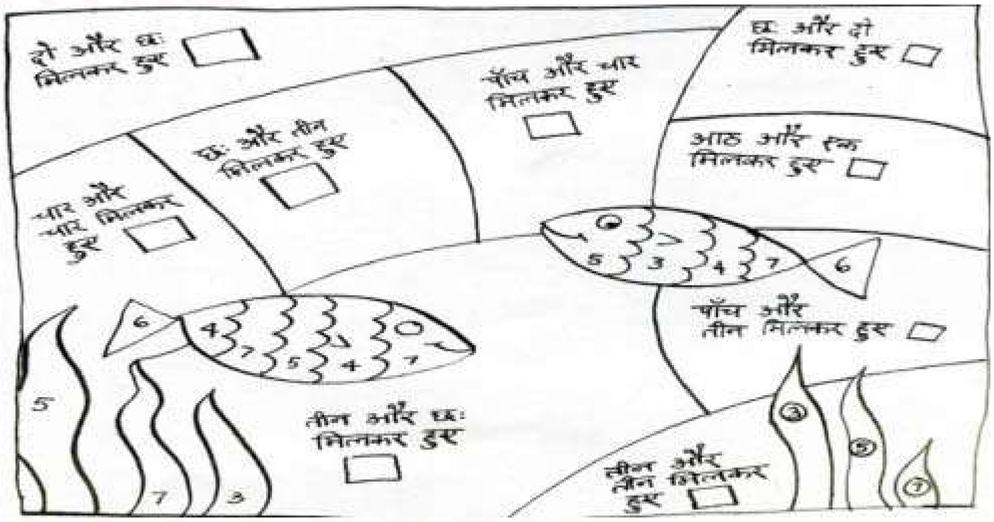
**प्रस्तावित गतिविधियाँ–**

गतिविधि 1–"समूह कहानी", जिसमें बच्चे मिलकर एक कहानी बनायें और उसे प्रस्तुत करें।
गतिविधि 2– 'संघनन' प्रकरण के शिक्षण हेतु निम्न गतिविधि को संचालित करें।
एक काँच का सूखा गिलास लें।
गिलास में ऊपर तक बर्फ के टुकड़े भर दें।
गिलास के बाहरी दीवार पर कुछ समय बाद पानी की छोटी–छोटी बूँदे आ जाती हैं।
**चर्चा–परिचर्चा** – विद्यार्थियों से शिक्षक पूछें कि ये बूँदे गिलास के बाहर कहाँ से आ गईं?
**समेकन** –
समूह गतिविधियों से बच्चों में सहयोगात्मक माहौल बनता है और वे एक दूसरे से सीखते हैं।

**6. कार्यपत्रकों का उपयोग–**

**उद्देश्य–** ऐसा शैक्षिक वातावरण तैयार करना जो रचनात्मकता और नवाचार को प्रोत्साहित करता हो, जिसमें विद्यार्थी स्वयं को अभिव्यक्त करने के अवसर प्राप्त कर सकें।

कार्यपत्रक का उदाहरण–




ग्रिड में शब्दों को ढूंढकर गोला लगाओ और नीचे खाली जगह में लिखो–

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| प | खा | ला | दा | स | फा | ई | न | ग | म | छा |
| क | ट | ह | ल | फ | ऑ | ख | म | ज | न | ता |
| ज | हा | ज | डी | र | चॉ | शे | छीं | खे | त | चा |
| मा | ड | म | रू | अ | द | र | क | शी | शा | कू |
| फि | का | झा | डू | चा | ची | छे | ना | रो | ला | ट |
| र | ग | ड | ना | फू | फी | गो | भी | पा | री | मा |
| की | भू | ल | भु | लै | या | ड़ी | गि | र | गि | ट |
| ल | मि | ता | न | अं | गू | र | न | गो | ब | र |

**भाग–2**

**शिक्षा मे सूचना एवं सम्प्रेषण तकनीकी का प्रयोग**

प्राथमिक शिक्षा में सूचना एवं सम्प्रेषण तकनीकी (ICT) का उपयोग शिक्षा की गुणवत्ता को बढ़ाने और शिक्षण–प्रक्रिया को अधिक प्रभावी बनाने के लिए किया जाता है।

सुगमकर्ता प्राथमिक शिक्षा में प्रयोग किए जाने वाले ICT उपकरणों को उदाहरण सहित बताएं।

**शैक्षिक सॉफ्टवेयर और एप्लिकेशन–**

प्राथमिक कक्षाओं में गणित, विज्ञान, भाषा आदि विषयों को सिखाने के लिए विशेष शैक्षिक सॉफ्टवेयर का उपयोग किया जाता है। उदाहरण के लिए, कहानी बनाने वाले एप्लिकेशन के माध्यम से बच्चे अपनी कहानियां बना सकते हैं और उन्हें सुन सकते हैं।

उदाहरण–Storyweaver.org.in

**स्मार्ट बोर्ड और प्रोजेक्टर–**

क्लासरूम में स्मार्ट बोर्ड या प्रोजेक्टर का उपयोग करके शिक्षक विद्यार्थियों को वीडियो, चित्र, और एनिमेशन के माध्यम से पढ़ा सकते हैं, जिससे विषय की समझ अधिक स्पष्ट होगी। जैसे– भूगोल शिक्षण के लिए मानचित्र और स्थानों के वीडियो दिखाना। आभासी वास्तविकता (VR) एक ऐसी तकनीक है जो उपयोगकर्ताओं को कम्प्यूटर जनित छवियों और ध्वनियों के उपयोग के माध्यम से सिम्युलेटेड/ त्रि–आयामी वातावरण का अनुभव करने में सक्षम बनाती है।

**इन तकनीकों के उपयोग से न केवल शिक्षा अधिक रूचिकर बनती है, अपितु विद्यार्थियों की सीखने की गति और क्षमता भी बढ़ती है।**

### ऑनलाइन क्विज और टेस्ट–

विद्यार्थियों की समझ को परखने के लिए ऑनलाइन क्विज का आयोजन किया जा सकता है। इससे विद्यार्थियों को तुरंत फीडबैक मिलता है और उनकी समझ में सुधार होता है। उदाहरण–Kahoot application

### शैक्षिक गेम्स–

विभिन्न शैक्षिक खेलों का उपयोग विद्यार्थियों की सोचने की क्षमता और समस्या हल करने के कौशल को बढ़ाने के लिए किया जाता है। उदाहरण के लिए, गणित के खेल जो बच्चों को जोड़, घटाव, गुणा, भाग सिखाते हैं। उदाहरण–Coolmath4kids

https://www.coolmath4kids.com/math-games/alien-addition

### ई–पाठ्यक्रम और ऑनलाइन सामग्री–

इंटरनेट के माध्यम से उपलब्ध ई–पाठ्यक्रम और अन्य शैक्षिक सामग्री का उपयोग करके छात्र अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। उदाहरण के लिए,

1. एनसीईआरटी की ई–बुक्स का उपयोग किया जा सकता है।
https://ncert.nic.in/textbook.php

2. खान अकादमी
https://www.khanacademy.org/

3. दीक्षा एप

### सत्र समेकन –

सुगमकर्ता सत्रों के प्रमुख बिन्दुओं को समेकित करते हुए सत्र की उपयोगिता पर प्रकाश डालेंगे–
प्लेटो के शाश्वत ज्ञान को उद्धृत करते हुए, "हमारी आवश्यकता ही वास्तविक निर्माता होगी," या आधुनिक शब्दों में, "आवश्यकता ही आविष्कार की जननी है।" एक समय में नवीन शिक्षण रणनीतियों को कुछ चुनिंदा शिक्षकों द्वारा किये जाने वाला एक विशिष्ट अभ्यास माना जाता था, परन्तु अब ये आम हो रहे हैं क्योंकि स्कूल सीखने के अंतराल को दूर करने और वास्तविकता के अनुकूल होने का प्रयास करते हैं।
**इस सत्र मे हमने सीखा–** शिक्षा को रोचक बनाने में विभिन्न शिक्षण तकनीकियों एवं विधियों का उपयोग।

# विषय- समावेशी शिक्षा

**अवधि–** 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- शिक्षकों एवं विद्यार्थियों का राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में वर्णित समावेशी शिक्षण की अनुशंसाओं पर समझ का विकास
- शिक्षक एवं विद्यार्थियों को स्थानीय भाषा एवं मानक भाषा में सामंजस्य स्थापित करने हेतु सहायता प्रदान करना
- शिक्षकों में लैंगिक विभेदीकरण के दुष्प्रभावों, समानता एवं निष्पक्षता सम्बन्धी उचित दृष्टिकोण का विकास
- शिक्षकों द्वारा बच्चों में सर्वधर्म समभाव की सम्प्राप्ति हेतु किये जाने वाले प्रयासों का संवर्धन करना
- समाज के आर्थिक रूप से पिछड़े एवं विशेष आवश्यकता वाले बच्चों के प्रति संवेदनशीलता की भावना का विकास
- विद्यालय में सामाजिक भेद को समाप्त कर विद्यार्थियों को शैक्षिक, मानसिक एवं शारीरिक विकास के समान अवसर उपलब्ध कराना

**आवश्यक सामाग्री–** गतिविधि हेतु पूर्व में विकसित की गयी प्रश्नावली की छायाप्रति, पेन, पेंसिल, पेपर, मार्कर आदि।

**सत्र संचालन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों में समावेशी शिक्षा के अर्थ, समावेशन के विभिन्न आधार, समावेशन प्रक्रिया पर चर्चा करेंगे।

समावेशी शिक्षा से तात्पर्य विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु विद्यालय मे ऐसा वातावरण निर्मित करना है, जिसमें प्रत्येक विद्यार्थी स्वयं को सम्मानित एवं मूल्यवान अनुभव कर सके। विद्यार्थियों को उनकी पृष्ठभूमि या पहचान की परवाह किये बिना शिक्षा के समान अवसर प्रदान किये जायें। कक्षा के समस्त क्रियाकलापों में प्रत्येक विद्यार्थियों की प्रतिभागिता सुनिश्चित की जाये।

दिव्यांग व्यक्तियों के अधिकार (RPwD) अधिनियम–2016 दिव्यांग व्यक्तियों के लिए समावेशी शिक्षा को अनिवार्य बनाता है। इसके अनुसार, समावेशी शिक्षा का तात्पर्य ऐसी शिक्षण अधिगम प्रणाली से है, जहाँ सामान्य व दिव्यांग विद्यार्थी एक साथ सीख सकें व विविध प्रकार की दिव्यांगताओ वाले विद्यार्थियों की शैक्षिक आवश्यकताओं की पूर्ति की जा सकें।

हमारे संविधान में भी जाति, वर्ग, धर्म, भाषा, आर्थिक, शैक्षणिक व सामाजिक पृष्ठभूमि, निःशक्तता व लैंगिक आधार पर किसी भी प्रकार के विभेद के निषेध की बात कही गयी है, और इस प्रकार यह एक समावेशी समाज की स्थापना का आदर्श प्रस्तुत करता है, जिसके परिप्रेक्ष्य मे बच्चे को जाति, वर्ग, धर्म, भाषा क्षेत्र, आर्थिक/शैक्षणिक व सामाजिक पृष्ठभूमि, निःशक्तता, लैंगिक दृष्टि से भिन्न देखे जाने की अपेक्षा एक स्वतंत्र अधिगमकर्ता के रूप में देखे जाने की आवश्यकता है और इस प्रकार विद्यालय में बच्चे के समुचित समावेशन हेतु समावेशी शिक्षा के वातावरण का सृजन किया जाना चाहिए।

उपरोक्त आधार के संदर्भ मे ऐसी समावेशी शिक्षा प्रणाली बनानी होगी जो नामांकित/गैर नामांकित दोनों प्रकार के बच्चों के हितों की रक्षा करे तथा सभी बच्चों की परिस्थितियों/चुनौतियों व मांगों को लचीले ढंग से पूरा कर सके। वस्तुतः समावेशी शिक्षा, शिक्षा संस्थाओं के शैक्षिक एवं सामाजिक वातावरण के

उन्नयन की योजना है जो सभी विद्यार्थियों के लिए आनन्ददायक अधिगम वातावरण बनाने पर केन्द्रित होती है।

समावेशी शिक्षा में एक शिक्षक की भूमिका मात्र शिक्षक की न होकर वरन् सलाहकार, नियोजनकर्ता, विशेषज्ञ, संदर्भदाता, सूचना प्रदाता, समन्वयक, अभिप्रेरक तथा शोधकर्ता के रूप मे होती है। समावेशी शिक्षा के माध्यम से शिक्षक सामाजिक सौहार्द का वातावरण सृजित करते हैं तथा एक सुगमकर्ता के रूप में बच्चों मे निहित सशक्त पक्ष को पहचान कर उसे विकसित करने के अवसर प्रदान करते हैं।

प्राथमिक स्तर पर विद्यालयों में विद्यार्थियों हेतु निम्नलिखित प्रकार के समावेशन की आवश्यकता होती है–

1. भाषायी आधार पर समावेशन
2. लैंगिक आधार पर समावेशन
3. धार्मिक आधार पर समावेशन
4. विशेष आवश्यकता वाले बच्चों का समावेशन
5. जातिगत आधार पर समावेशन
6. सामाजिक तथा आर्थिक आधार पर समावेशन

**गतिविधि 1– ''तुम अपनी कहो मैं अपनी बताऊँ''**

**निर्देश**– सुगमकर्ता भाषायी विभिन्नता से सम्बन्धित अपना अनुभव साझा करते हुए प्रतिभागियों से अपने अनुभव साझा करने को कहें तथा प्रयोग मे आये स्थानीय भाषा के शब्दों को मानक भाषा में रूपान्तरित कर श्यामपट्ट पर लिखें। प्रतिभागियों के प्रत्येक समूह से उनके अनुभव साझा करवाए। प्रशिक्षण कक्ष में सभी प्रतिभागी शिक्षकों की भागीदारी हेतु सभी के मत को महत्त्व दें।

**सुगमकर्ता का अनुभव**–

बहराइच जिले के प्राथमिक विद्यालय मे कक्षा–3 की छात्रा गीता विद्यालय में बिना स्कूल यूनीफार्म के आती है तो शिक्षिका उससे पूछती है कि तुमने विद्यालय की यूनीफार्म क्यों नही पहनी? इस पर गीता बताती है कि उसने अपनी यूनीफार्म छाँट दी है क्योंकि वह मैली हो गयी थी। शिक्षिका ने आश्चर्यचकित होकर पूछा कि तुम्हारे घर मे जितने भी कपड़ें मैले होते है उन सभी को छाँट दिया जाता है? शिक्षिका को हैरान देखकर दूसरा छात्र मोहन बोल पड़ा ''मैडम जी गीता ने अपनी स्कूल यूनीफार्म धो दी है।'' तब शिक्षिका को समझ आया कि वहाँ स्थानीय भाषा में कपड़ें धुलने को छाँटना कहते है। गन्दे या मैले कपड़ों से गन्दगी या मैलापन दूर करने के लिए एक सरल प्रक्रिया को अपनाया जाता है जिससे कपड़े से गंदगी या मैल निकल जाती है और कपड़े साफ तथा स्वच्छ दिखाई देने लगते हैं।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता भाषायी भेदभाव एवं उसके उपायों पर चर्चा करेंगे।

**समेकन**– भाषाई भिन्नता के होते हुए शिक्षक के लिए यह आवश्यक होगा कि शिक्षण में आने वाले भाषागत भेदों को स्वयं समझ सकें और उनके निदानात्मक उपायों को व्यवहार में लाते हुए विद्यार्थियों के साथ सफलतापूर्वक संवाद स्थापित कर सकें।

**गतिविधि 2**– इस गतिविधि द्वारा सुगमकर्ता प्रतिभागियों में लैंगिक विभेदीकरण (Gender Discrimination) की समझ को विकसित करने का प्रयास करेगा। यह गतिविधि प्रतिभागियों की सामान्य समझ को विकसित कर लैंगिक विभेदीकरण की स्थिति स्पष्ट करने मे सहायक होगी।

**निर्देश**–

1. सदन में सभी की सहभगिता सुनिश्चित की जाये।
2. सभी प्रतिभागी केवल प्रश्नतालिका के माध्यम से ही अपनी प्रतिक्रिया दें।
3. पूर्वाग्रहों एवं अपवादों से पृथक निर्णय लें।

सुगमकर्ता सदन के प्रत्येक प्रतिभागी को प्रश्नों की एक सूची उपलब्ध करवाएगा। तत्पश्चात सभी प्रतिभागियों को उसके सम्मुख बनें 'हाँ' अथवा 'नहीं' के कॉलम मे टिक (✓) करने को कहा जायेगा। प्रश्नों की सूची निम्नवत् बनायी जा सकती है–

| | **कथन** | हॉ | नहीं |
|---|---|---|---|
| 1 | महिलाएँ परिवार मे आर्थिक सहयोग करने मे सक्षम हैं। | | |
| 2 | पुरूष पाक कला मे निपुण हो सकते हैं। | | |
| 3 | केवल महिलाएँ लम्बे बाल रख सकती हैं। | | |
| 4 | पुरूष डॉक्टर एवं महिला नर्स होती हैं। | | |
| 5 | पुरूष कपड़े नहीं धो सकते हैं। | | |
| 6 | महिलाएं घर की मुखिया हो सकती हैं। | | |
| 7 | केवल महिलाएँ ही रोती हैं। | | |
| 8 | पुरूष बच्चों का पालन–पोषण नहीं कर सकते हैं। | | |
| 9 | महिलाएं साहसिक कार्य नहीं कर सकती हैं। | | |
| 10 | केवल पुरूष ही अच्छी तरह वाहन चला सकते हैं। | | |

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों के उत्तरों के आधार पर प्रश्नवार विश्लेषण किया जायेगा। सुगमकर्ता द्वारा विभिन्न व्यवसायों/कार्यों के संदर्भ में लैंगिक समानता पर चर्चा करते हुए उस पर प्रतिभागियों की समझ विकसित करने का प्रयास किया जाये। सुगमकर्ता विभिन्न व्यवसायों/कार्यो के संदर्भ में लैंगिक समानता पर चर्चा करें।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर लैंगिक विभेदीकरण को प्रत्येक स्तर पर (कक्षा–कक्ष में बैठक व्यवस्था, S.M.C. गठन, खेल–कूद के मैदान में विद्यार्थियों की प्रतिभागिता आदि।) समाप्त किया जाय। सुगमकर्ता द्वारा सम्पूर्ण गतिविधि के क्रियाकलापो एवं संदर्भों पर संक्षिप्त चर्चा की जायेगी तथा पूरे सत्र का संक्षिप्त परिचय देते हुए समेकन किया जायेगा।

जैविक आधार पर लिंग (सेक्स) शब्द स्त्री पुरूष के मध्य उस जैविक भेद को दर्शाता है जो जन्म से प्राप्त होता है जबकि जेंण्डर सामाजिक एवं सांस्कृतिक आधार पर स्त्री और पुरूष के मध्य समाज द्वारा बनायी गयी विभिन्नता को दर्शाता है।

किसी भी समाज मे स्त्री–पुरूष की भूमिका, उत्तरदायित्व, अवसर, अपेक्षाएं विशेषाधिकार एवं प्रतिबंध समाज द्वारा निर्धारित होते हैं जो कि देश–काल के सापेक्ष परिवर्तित होते रहते हैं। जहाँ उत्तरी भारत में पुरूष मुख्य निर्णय लेने का अधिकारी है वहीं उत्तर पूर्वी क्षेत्र में महिलाएं व पुरूष समाज व परिवार मे समान भूमिका का निर्वहन करते हैं।

सामान्य अर्थों में जेण्डर समानता से तात्पर्य विभिन्न प्रकार के क्रियाकलापों में स्त्रियों/पुरूषों को समान अवसर व स्वतंत्रता प्राप्त होना है।

**गतिविधि 3**– किसी विशेष योग्यता से युक्त विशेष आवश्यकता वाले व्यक्ति/बच्चे की उपलब्धियों पर चर्चा

**निर्देश**–

1. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को निम्नलिखित कहानी सुनायेंगे–

''बाराबंकी जिले के एक महिला महाविद्यालय के वार्षिकोत्सव मे अरूणिमा सिन्हा जी से मिलने का अवसर प्राप्त हुआ। उन्होंने बताया कि 12 अप्रैल 2011 को लखनऊ से दिल्ली जाते समय बैग और सोने की चेन खींचने के प्रयास में कुछ अपराधियों ने बरेली के निकट पद्मावत एक्सप्रेस से अरूणिमा जी को बाहर फेंक दिया, जिस कारण वो अपना एक पैर गवाँ बैठी थीं। किन्तु उन्होने हिम्मत नहीं हारी। अरूणिमा जी कहती हैं कि– ''मैं बस इतना कहना चाहती हूं कि परिस्थितिया बदलती हैं, पर हमें लक्ष्य से भटकना नहीं चाहिए।'' उन्होने बताया कि एवरेस्ट पर चढ़ने का निश्चय उन्होने इसलिए किया जिससे लोग उन पर पैर न होने के कारण दया न करें। वह एक सामान्य और सम्मानित जीवन जीना चाहती थीं। मई 2013 मे अरूणिमा कृत्रिम पैर के साथ एवरेस्ट पर चढ़ने वाली पहली दिव्यांग महिला बनीं। माउण्ट ऐवरेस्ट पर चढ़ने के बाद अरूणिमा सिन्हा का अगला लक्ष्य सभी सात महाद्वीपों की सात सबसे ऊँची चोटियों पर चढ़ना था। वर्ष 2019 मे अंटार्कटिका के माउंट विंसन पर चढ़कर उन्होंने अपनी चुनौती पूर्ण की और दक्षिणी शिखर पर चढ़ने वाली पहली दिव्यांग महिला बनीं।''

2. सुगमकर्ता किसी ऐसे व्यक्तित्व के बारे में अपने संस्मरण या अनुभव सदन में साझा करें जो विशेष आवश्यकता वाले व्यक्तियों की श्रेणी में आते हैं, किन्तु उनका कोई गुण इतना प्रभावशाली है कि सामान्य व्यक्तियों के लिए भी वह असम्भव है।

3. प्रतिभागियों द्वारा अपने विद्यालय में अध्ययनरत विशेष आवश्यकता वाले बच्चों पर भी चर्चा की जा सकती है, जिसमें उनकी विलक्षण क्षमताओं का उल्लेख किया गया हो।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता निम्नलिखित बिन्दुओं के माध्यम से चर्चा करेंगे–

- दिव्यांग विद्यार्थियों की आवश्यकताएँ एवं क्षमताएं
- विशेष आवश्यकता वाले विद्यार्थियों को 'समर्थ एप' से होने वाले लाभ

**समेकन–** उपरोक्त गतिविधि के उपरान्त सुगमकर्ता सदन में सभी प्रतिभागियों से चर्चा–परिचर्चा करें तथा सम्पूर्ण प्रशिक्षण सत्र में प्रस्तुत की गयी विषय वस्तु की प्रतिभागियों की सहायता से पुनरावृत्ति करवायें जिससे यह स्पष्ट हो सके कि सत्र मे प्रस्तुत की गई विषय सामग्री को प्रतिभागी कितना समझ पाये हैं।

**सत्र समेकन–** शिक्षक समय–समय पर अपने विद्यालय में विशिष्ट उपलब्धि वाले व्यक्तियों को आमंत्रित कर, सफल व्यक्तियों की वीडियो दिखाकर विद्यार्थियों को प्रेरित कर सकते है। यह कार्य विद्यालय में पुरातन विद्यार्थी सम्मेलन के माध्यम से भी किया जा सकता है।

**इस सत्र में हमने सीखा–**

- विभिन्न प्रकार की शिक्षण विधियाँ जैसे दृश्य, श्रव्य और गतिविधि आधारित शिक्षण विधियों का उपयोग किया जाये जिससे सभी छात्र स्वतन्त्र रूप से सफलतापूर्वक सीख सकें।
- प्रस्तुत की जा रही शैक्षिक सामग्री और संसाधन उन सभी विद्यार्थियों की आवश्यकताओं के अनुकूल हों, जिसमें विशेष आवश्यकता वाले छात्र भी सम्मिलित हों।
- विद्यार्थियों की क्षमताओं के अनुसार मूल्यांकन विधि तैयार की जाये जिससे प्रत्येक छात्र की प्रगति का उचित आकलन हो सके।
- शिक्षकों एवं विशेष शिक्षा विशेषज्ञों के साथ समन्वय स्थापित कर अध्यापन कार्य किया जाये जिससे उन विद्यार्थियों को अतिरिक्त सहायता मिल सकें जिन्हें इसकी विशेष आवश्यकता है।
- कक्षा का वातावरण सकारात्मक हो जिसमें सभी विद्यार्थी सम्मानित अनुभव कर सकें और उनका उत्साह बना रहे।
- शिक्षक यह सुनिश्चित करें कि कक्षा की गतिविधयों में प्रत्येक विद्यार्थी सक्रिय रूप से प्रतिभाग करे। सहपाठी अधिगम (Peer learning) को प्रोत्साहन दिया जाये जिससे विद्यार्थी एक दूसरे से सीखें।
- समावेशी शिक्षा, काउंसलिंग और सहायक सेवाओं की उपलब्धता सुनिश्चित की जाये।
- विद्यालय प्रबन्धन एवं समुदाय स्तर पर समावेशन को प्रभावी बनाने के लिए आवश्यक है कि शिक्षक और कर्मचारी विशेष आवश्यकताओं से सम्बन्धित नियमित प्रशिक्षण प्राप्त करें जिससे विशेष आवश्यकता वाले विद्यार्थियों (CWSN) की आवश्यकताओं की पूर्ति हो सके।
- विद्यालय में शिक्षकों द्वारा यह प्रयास किया जाये कि विशेष शिक्षण सामग्री, तकनीकी उपकरण और अन्य संसाधन उपलब्ध हो।
- आवश्यकतानुसार शिक्षक, परिवार एवं समुदाय के साथ मिलकर कार्य करें जिससे विद्यार्थियों की आवश्यकताएं बेहतर तरीके से समझी जा सके।
- समावेशन नीतियों और प्रक्रियाओं की नियमित समीक्षा एवं मूल्यांकन करें जिससे सतत् सुधार किया जा सके।

# विषय- कक्षा-कक्ष प्रबंधन एवं विद्यालय प्रबंधन

**अवधि– 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

1. कक्षा–कक्ष प्रबंधन और विद्यालय प्रबंधन का महत्त्व
2. कक्षा प्रबंधन की प्रभावी विधि
3. शिक्षण के दौरान कक्षा–कक्ष व विद्यालय प्रबंधन की रणनीतियों तथा तकनीकों का कुशल उपयोग
4. समस्या समाधान और नेतृत्व प्रबंधन
5. कक्षा– कक्ष एवं विद्यालय वातावरण को अधिक समग्र और प्रभावी बनाना

**आवश्यक सामग्री –**

प्रेजेंटेशन स्लाइड्स, केस स्टडी और वास्तविक जीवन के उदाहरण लिखे हुए कार्ड, ए–4 साइज पेपर, डस्टर, चार्ट, स्केच पेन और कुछ चित्र या सजाने का सामान।

**सत्र संचालन –**

**भाग 1: प्रस्तावना और प्रेरणा सत्र**

**गतिविधि 1– बूझो पहेली**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

सुगमकर्ता सत्र में प्रतिभागियों के ध्यानाकर्षण हेतु कुछ पहेलियां पूछे जैसे–

**पहेली:**
सुबह की घंटी बजवाता हूँ,
हर छात्र को कक्षा पहुँचाता हूँ।
समय की डोरी से बाँधता हर पल,
बताओ मेरा नाम, मेरे बिना सब हलचल।
**उत्तर:**
समय सारणी

**पहेली:**
पढ़ाई का साथी, ज्ञान का भंडार,
हर सवाल का यहाँ मिलता समाधान।
शांत रहना मेरी पहचान,
बताओ मुझे, क्या है मेरा नाम?
**उत्तर:** पुस्तकालय

छात्रों की पढ़ाई हो या खेल का मैदान,
हर व्यवस्था का रखता हूँ ध्यान।
साफ–सफाई और संसाधन सब ठीक,
बताओ तो सही, मेरा क्या है ट्रिक?
उत्तरः
प्रबंधक

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से गतिविधि से सम्बन्धित अन्य पहेलियों के निर्माण एवं उसके कक्षा–कक्ष में पड़ने वाले सकारात्मक प्रभावों पर विचार आमंत्रित किये जायेंगे।

**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पहेलियों का उत्तर बताते हुए कक्षा–कक्ष प्रबन्धन एवं विद्यालय प्रबन्धन की प्रस्तावना तैयार करेगा।

- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से कक्षा प्रबंधन और विद्यालय प्रबंधन की आवश्यकता और महत्व पर चर्चा करें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से निम्न बिन्दुओं पर चर्चा करें–
  - छात्र व्यवहार का प्रबंधन कैसे करें?
  - विद्यालय प्रबंधन और कक्षा की दिनचर्या।
  - कक्षा में समूह कार्य और सक्रिय सहभागिता को बढ़ावा देना, आदि।

सुगमकर्ता कक्षा–कक्ष प्रबंधन और विद्यालय प्रबन्धन को चर्चा–परिचर्चा के माध्यम से प्रतिभागियों के सम्मुख प्रस्तुत करें।

## भाग 2– कक्षा प्रबंधन के घटक

- सुगमकर्ता चर्चा–परिचर्चा के माध्यम से कक्षा–कक्ष के प्रबन्धन हेतु आवश्यक घटकों की पहचान कराने का प्रयास करें।
- सुगमकर्ता कक्षा–कक्ष प्रबंधन के घटकों पर उदाहरण सहित विस्तृत चर्चा करें।

## कक्षा–कक्ष प्रबन्धन कौशल

कक्षा–कक्ष प्रबन्धन कौशल से अभिप्राय ऐसे कौशल से है जो शिक्षक को कक्षा में अपने क्रियाकलापों को नियन्त्रण में रखकर प्रभावपूर्ण ढंग से कक्षा शिक्षण में मदद करे, जिससे शिक्षक अपने शिक्षण उद्देश्यों के अनुसार अनुशासनात्मक विधि से कक्षा कार्य संचालित कर सकें।

'कक्षा–कक्ष प्रबन्धन कौशल, शिक्षक के ऐसे व्यवहार हैं जिनके द्वारा शिक्षक प्रभावशाली शिक्षण–अधिगम प्रक्रिया हेतु उचित कक्षा–वातावरण उत्पन्न करता है, विद्यार्थियों के व्यवहारों को नियन्त्रित करते हुए उनका ध्यान विषय–वस्तु की ओर आकर्षित करता है तथा कक्षा के अंत तक उसे बनाये रखता है।' एक सफल शिक्षक को कक्षा–कक्ष प्रबन्धन कौशल में दक्षता प्राप्त करना अति आवश्यक है।

## कक्षा–कक्ष प्रबन्धन कौशल के प्रमुख घटक–

(1) अधिगम रोचक बनाना

(2) अधिगम उद्देश्यपूर्ण बनाना

(3) छात्रों को उद्देश्य प्राप्ति के लिए अभिप्रेरित करना

(4) छात्र–शिक्षक अन्तःक्रिया को प्रोत्साहन देना

(5) निर्देशों की स्पष्टता

(6) अनुशासनहीनता पर नियन्त्रण रखना

(7) वांछित व्यवहारों का पुनर्बलन

## भाग 3– विद्यालय प्रबंधन की कुशलताएँ

**गतिविधि 2**– टाइम मशीन– भूत से वर्तमान तक

**गतिविधि हेतु निर्देश**–

इस गतिविधि हेतु सुगमकर्ता 5 वर्ष से अधिक शिक्षण अनुभव वाले शिक्षकों को सम्मिलित करते हुए छोटे–छोटे समूह बनाएं।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को गतिविधि समझाते हुए बताएं कि उन्हें चित्रों और आंकड़ों के माध्यम से 5 साल पहले और वर्तमान के विद्यालय प्रबन्धन कौशल की तुलना प्रस्तुत करनी है। (शिक्षक अनुभव कम या ज्यादा भी किया जा सकता है)

- सुगमकर्ता प्रस्तुतीकरण तैयार करने हेतु कम से कम 5 मिनट का समय दें।
- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों के प्रस्तुतीकरण का विश्लेषण कर प्रस्तुतीकरण हेतु ऐसे शिक्षकों का चयन करें जिनके विद्यालय में सकारात्मक परिवर्तन स्पष्ट रूप से देखा गया हो।
- सुगमकर्ता शिक्षकों को गतिविधि से पूर्व यह भी बताएं कि प्रस्तुतीकरण में निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर देना अनिवार्य है–

- आपके विद्यालय में सकारात्मक प्रभाव में प्रमुख भूमिका किसकी थी?
- उन्होंने विद्यालय में सकारात्मक प्रभाव हेतु क्या कार्य किया?

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रस्तुतीकरण के पश्चात अन्य प्रतिभागियों से चर्चा करें कि–

- सकारात्मक परिवर्तन हेतु कौन–कौन सी भूमिकाएं/कार्य महत्वपूर्ण थे ?
- सकारात्मक प्रभाव लाने के लिए क्या कार्यशैली अपनाई जा सकती है?

**समेकन**–

इस गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों के सहयोग से विद्यालय प्रबंधन की विभिन्न भूमिकाओं और उनके महत्व पर प्रकाश डालें।

सुगमकर्ता विद्यालय प्रशासन की जिम्मेदारियों पर चर्चा करें; जिसके अंतर्गत निम्नलिखित बिंदुओं पर ध्यानाकर्षण करें–

**विद्यालय प्रबंधन के मुख्य तत्व और कार्य –**

1. **शैक्षिक प्रबंधन –**
   - पाठ्यक्रम की योजना बनाना और उसका क्रियान्वयन
   - अध्यापकों और छात्रों के प्रदर्शन की निगरानी
   - सह–शैक्षणिक और पाठ्येतर गतिविधियों का आयोजन
2. **संसाधन प्रबंधन –**
   - भौतिक संसाधनों (जैसे भवन, फर्नीचर, पुस्तकालय) का रखरखाव
   - वित्तीय संसाधनों का समुचित उपयोग (विद्यालय के वार्षिक बजट का निर्माण)
   - शिक्षकों और अन्य कर्मचारियों की दक्षता बढ़ाने के लिए प्रशिक्षण
   - समय प्रबंधन (टाइम एण्ड मोशन शासनादेश, समय–सारणी निर्माण तथा अनुपालन)
3. **छात्र प्रबंधन –**
   - सभी छात्रों के अधिगम हेतु अनुकूल वातावरण निर्माण
   - छात्रों के प्रवेश, उपस्थिति और शैक्षिक प्रगति की निगरानी
   - अनुशासन बनाए रखना
   - विशेष आवश्यकता वाले छात्रों के लिए उपाय
4. **सामुदायिक जुड़ाव –**
   - अभिभावकों और समुदाय के साथ संवाद
   - स्थानीय संसाधनों का उपयोग
   - विद्यालय में पारदर्शिता और भागीदारी सुनिश्चित करना
5. **प्रौद्योगिकी का उपयोग –**
   - ई–लर्निंग प्लेटफार्म और स्मार्ट क्लासरूम का उपयोग
   - प्रशासनिक कार्यों के लिए प्रबंधन सूचना प्रणाली
6. **सतत् सुधार और मूल्यांकन –**
   - समय–समय पर शैक्षणिक और प्रशासनिक प्रथाओं का मूल्यांकन
   - समस्याओं की पहचान कर सुधारात्मक उपाय
7. **प्रेरणा व प्रोत्साहन –**
   - कर्मचारियों/शिक्षकों व छात्रों को प्रेरित करने हेतु पुरस्कार व प्रशंसा
   - सकारात्मक कार्य संस्कृति हेतु सहयोगात्मक वातावरण का निर्माण
   - संघर्ष व विवाद का उचित समाधान
8. **विद्यालय वातावरण और अनुशासन का प्रबंधन –**

**समूह गतिविधि**

- सुगमकर्ता कुछ केस स्टडीज को पूर्व में प्रिंट कराकर रख लें। प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों में बांटकर प्रत्येक समूह को एक केस स्टडी पढ़ने के लिए दें तथा उसके आधार पर कक्षा–कक्ष प्रबंधन तथा विद्यालय प्रबंधन की चुनौतियों और उनके समाधान का प्रस्तुतीकरण करने को कहें।

**केस स्टडी 1– अनुशासनहीन कक्षा**

**स्थिति –**

शिक्षक कक्षा–5 में प्रवेश करते ही देखता है कि कक्षा में शोरगुल और अव्यवस्था है। छात्र अपनी सीट पर नही बैठें हैं, एक–दूसरे से बात कर रहे हैं। कक्षा–शिक्षण के मध्य शिक्षण पर ध्यान नही दे रहे हैं। शिक्षक ने कई बार शांत रहने के निर्देश दिए और अनुशासन बनाए रखने की कोशिश की, लेकिन छात्र उनकी बातों को अनदेखा कर दे रहे हैं।

**चर्चा के प्रश्न –**

- कक्षा में अनुशासनहीनता के क्या संभावित कारण हो सकते है?
- इस स्थिति में शिक्षक को प्रभावी कक्षा–कक्ष प्रबन्धन हेतु कौन सी रणनीतियों का उपयोग करना चाहिए?
- कक्षा में सकारात्मक अनुशासन बनाए रखने के लिए शिक्षक क्या कदम उठा सकते हैं?
- ऐसी स्थिति में कक्षा के प्रबंधन की कौन सी रणनीति आपके विचार से सर्वश्रेष्ठ है?

**केस स्टडी 2–व्यक्तिगत संघर्ष**

**स्थिति –**

कक्षा–4 के दो विद्यार्थियों के बीच काफी समय से विवाद है, जिससे कक्षा का वातावरण नकारात्मक हो जाता है। दोनों छात्र एक–दूसरे के साथ सहयोग करने से इनकार करते हैं, और यह अन्य विद्यार्थियों के लिए भी परेशानी का कारण बनता है।

**चर्चा के प्रश्न –**

- शिक्षक इस स्थिति को कैसे संभाल सकता है?
- विद्यार्थियों के बीच विवाद को सुलझाने के लिए कौन सी कक्षा प्रबंधन रणनीति प्रभावी हो सकती हैं?
- इस स्थिति में कक्षा के अन्य विद्यार्थियों पर क्या प्रभाव पड़ता है और शिक्षक को इसका प्रबंधन कैसे करना चाहिए?

**केस स्टडी 3–सीखने में कठिनाई वाले छात्र**

**स्थिति –**

कक्षा–3 में एक छात्र लगातार कक्षा में पढ़ाये जा रहे विभिन्न पाठों को समझने में कठिनाई का अनुभव करता है। वह नियमित रूप से गृहकार्य पूरा नहीं करता और कक्षा में भी ध्यान केंद्रित करने में असमर्थ रहता है। परिणामस्वरूप उसकी अकादमिक प्रगति प्रभावित हो रही है, और वह हताश महसूस कर रहा है।

**चर्चा के प्रश्न –**

- शिक्षक इस छात्र की सहायता कैसे कर सकते हैं?
- विद्यार्थी के अधिगम हेतु सहायक रणनीतियों के बारे में बताइये।
- शिक्षक को अन्य विद्यार्थियों के साथ इस स्थिति को कैसे संभालना चाहिए?

**केस स्टडी 4– समूह कार्य में निष्क्रियता**

**स्थिति –**

शिक्षक ने कक्षा–5 में एक प्रोजेक्ट कार्य समूह गतिविधि के रूप में दिया है, जिसमें विद्यार्थियों को समूहों में कार्य करने की आवश्यकता है। कुछ विद्यार्थी समूह कार्य में सक्रिय रूप से शामिल नहीं हो रहे हैं और अन्य विद्यार्थियों पर ही कार्यभार छोड़ दे रहे हैं। कुछ विद्यार्थी अधिक कार्य कर रहे हैं और कुछ विद्यार्थी समूह कार्य में बिल्कुल भी प्रतिभाग नहीं कर रहे हैं।

**चर्चा के प्रश्न –**

- इस स्थिति को सुधारने के लिए शिक्षक क्या कदम उठा सकते हैं?
- समूह कार्य में सभी विद्यार्थियों की सहभागिता सुनिश्चित करने के लिए कौन सी रणनीतियाँ प्रभावी हो सकती हैं?
- शिक्षक को समूह कार्य का आकलन कैसे करना चाहिए ताकि निष्पक्षता बनी रहे?

**केस स्टडी 5– प्राथमिक विद्यालय में समय प्रबंधन की चुनौती**

**स्थिति –**

श्री आकाश एक प्राथमिक विद्यालय में कक्षा–4 के शिक्षक हैं। उनकी कक्षा में 30 छात्र हैं, जिनमें कुछ छात्र पढ़ाई में बहुत अच्छे हैं जबकि कुछ को पढ़ाई में कठिनाई होती है। वे प्रतिदिन अपनी कक्षा में पाठ्यक्रम पूरा करने, अभ्यास कराने, और विद्यार्थियों की व्यक्तिगत आवश्यकताओं पर ध्यान देने का प्रयास करते हैं। यद्यपि, उन्हें अक्सर यह महसूस होता है कि समय की कमी के कारण वे सभी विद्यार्थियों पर समान रूप से ध्यान नहीं दे पा रहे हैं। कभी–कभी पाठ पूरा नहीं हो पाता, जिससे अगले दिन की योजना भी प्रभावित होती है। इसके अलावा, खेल और अन्य गतिविधियों के लिए भी समय निकालना मुश्किल हो जाता है।

**चर्चा के लिए प्रश्न**

- ➢ श्री आकाश की समस्या क्या है और समय प्रबंधन में कहां कमी हो रही है?
- ➢ इस स्थिति में प्रभावी कक्षा–प्रबंधन हेतु कक्षा–कक्ष गतिविधियों की प्राथमिकता कैसे नियोजित की जा सकती है।
- ➢ समय प्रबंधन के कौन से तरीके या तकनीकें श्री आकाश के लिए उपयोगी हो सकती हैं?
- ➢ उपचारात्मक शिक्षण हेतु अतिरिक्त समय कैसे निकाला जा सकता है?
- ➢ खेल और अन्य गतिविधियों के लिए समय कैसे सुनिश्चित किया जा सकता है?
  प्रतिभागी समूह में मिलकर एक समय प्रबंधन योजना तैयार करें, जिसमें श्री आकाश की सभी आवश्यकताओं की पूर्ति हो सके।

इस योजना को समूह में प्रस्तुत करें और अन्य समूहों से फीडबैक प्राप्त करें।

**समेकन**– उपरोक्त सभी केस स्टडी के माध्यम से, शिक्षक वास्तविक जीवन की चुनौतियों का सामना करने के लिए आवश्यक कक्षा प्रबंधन रणनीतियों पर चर्चा और अभ्यास कर सकते हैं।

सुगमकर्ता प्रत्येक समूह से चर्चा के प्रश्नों के आधार पर समस्या समाधान पर प्रस्तुतीकरण कराएं और अन्य समूहों से प्रतिपुष्टि (फीडबैक) देने को कहें।

**गतिविधि 3**– पांच साल बाद मेरे सपनों का विद्यालय

**गतिविधि हेतु निर्देश**–

**आवश्यक सामग्री**– सुगमकर्ता इस गतिविधि के लिए पहले से ही चार्ट पेपर, स्केच पेन, पेंसिल, रबर और अन्य आवश्यक सामग्री की व्यवस्था कर लें।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों के छोटे–छोटे समूह बनायें। सुगमकर्ता सभी समूहों को यह कल्पना करने के लिए कहें कि अगले पांच वर्षों में उनके विद्यालय ने उल्लेखनीय प्रगति की है और अब यह उनके सपनों का विद्यालय बन चुका है। समूह को यह विचार करना होगा कि उन्होंने इस प्रगति को कैसे हासिल किया और अब उनके विद्यालय की क्या विशेषताएँ हैं।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों के समूह से अपने विचारों को चार्ट पर रचनात्मक तरीके से प्रस्तुत करने को कहें। सभी समूह शब्दों, चित्रों और रचनात्मक विचारों का उपयोग करके विजुअल चार्ट तैयार करेंगे, जिसमें उनके सपनों के विद्यालय की विशेषताओं को दिखाया जाएगा।

**चर्चा–परिचर्चा**– प्रत्येक समूह अपनी योजना और तैयार किए गए चार्ट को पूरी टीम के साथ प्रस्तुत करेगा। प्रस्तुतीकरण के दौरान अन्य प्रतिभागी प्रस्तुत विचारों को ध्यान से सुनेंगे।

**समेकन**–

सुगमकर्ता प्रत्येक समूह की प्रस्तुति के सकारात्मक बिंदुओं को एक चार्ट पर समेकित करेगा। इन बिंदुओं के आधार पर, सभी प्रतिभागियों के सहयोग से 'सपनों के आदर्श विद्यालय' की एक समेकित योजना तैयार की जाएगी जिससे प्रेरित होकर प्रतिभागी भविष्य में एक आदर्श विद्यालय के निर्माण हेतु योगदान दे सकेंगे।

**गतिविधि 4**– समस्या की टोकरी

**गतिविधि हेतु निर्देश**–

- सुगमकर्ता सबसे पहले प्रतिभागियों को एक–एक ए–4 साइज पेपर देंगे।
- सुगमकर्ता प्रत्येक प्रतिभागी से अपने विद्यालय या कक्षा की कोई एक प्रमुख समस्या लिखने के लिए कहें।
- सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को बताएं कि कोई भी प्रतिभागी अपनी पर्ची पर अपना नाम न लिखें जिससे हर कोई अपनी बात बिना झिझक के रख सकें।
- जब सभी अपनी–अपनी समस्याएँ लिख लें तो सुगमकर्ता उन पर्चियों को मोड़कर जमा कर लें। इसके बाद, सुगमकर्ता इन पर्चियों को एक टोकरी में रखें।
- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को बारी–बारी बुलाकर टोकरी से एक–एक पर्ची निकालने के लिए कहें। प्रतिभागी जो पर्ची निकालता है, वह उसमें लिखी समस्या को सबके सामने पढ़ता है।

**चर्चा–परिचर्चा**– सभी प्रतिभागी मिलकर उस समस्या पर चर्चा करते हैं और उसके समाधान के लिए उपयुक्त तरीके सुझाते है। यह प्रक्रिया तब तक जारी रहती है जब तक सभी पर्चियों पर चर्चा न हो जाए या उपलब्ध समय समाप्त न हो जाए।

**समेकन** – इस गतिविधि से प्रतिभागी यह समझ पाते हैं कि समस्याओं का समाधान व्यक्तिगत रूप से नहीं, बल्कि आपसी संवाद, सहमति और सहयोग से अधिक प्रभावी ढंग से किया जा सकता है। यह अनुभव उन्हें एकजुटता और सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है। इस गतिविधि का उद्देश्य प्रतिभागियों में सामूहिक विचार–विमर्श और समस्या समाधान की क्षमता को विकसित करना है।

**गतिविधि 5— प्रोत्साहन के पंख**

**गतिविधि हेतु निर्देश—**

**आवश्यक सामग्री—** दो (नीले व पीले रंग के) बड़े चार्ट पेपर

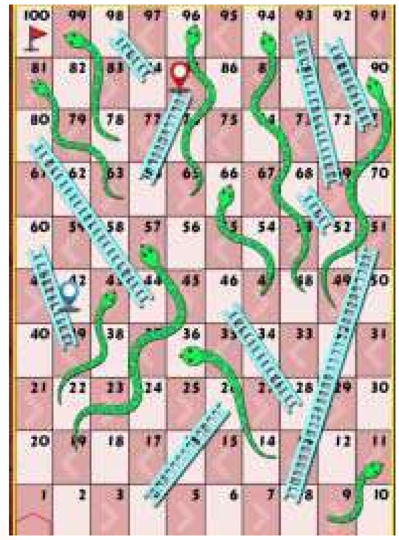
1. नीले व पीले रंग के चार्ट पेपर प्रशिक्षण कक्ष की सामने वाली दीवार पर लगाएं। नीले रंग के चार्ट पर 'शिक्षक' और पीले रंग के चार्ट पर 'छात्र' लिखा होगा।
2. सुगमकर्ता गतिविधि से पूर्व, प्रतिभागियों से दोगुनी संख्या में ए—4 साइज पेपर की व्यवस्था कर लें।
3. इसके बाद, सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को ए—4 साइज पेपर वितरित करें।
4. सुगमकर्ता प्रतिभागियों को निर्देश दें कि सभी प्रतिभागी शिक्षक और छात्रों को प्रोत्साहित करने हेतु कोई एक प्रयास, परिवर्तन या नवाचार लिखें, जो वो चाहते हैं कि यथार्थ में लागू हो।
5. जब सभी प्रतिभागी अपने विचार लिख लें, तो सुगमकर्ता निर्देशित करें कि वे—
   - शिक्षक को प्रोत्साहित करने वाले प्रयासों को नीले चार्ट पेपर पर चिपकाएं।
   - छात्रों को प्रोत्साहित करने वाले प्रयासों को पीले रंग के चार्ट पेपर पर चिपकाएं।

**चर्चा—परिचर्चा—** सुगमकर्ता सभी सार्थक प्रयासों पर चर्चा करेंगे। इस गतिविधि का उद्देश्य शिक्षकों और छात्रों को प्रोत्साहित करने के लिए रचनात्मक प्रयासों और नवाचारों को साझा करना है, जिससे विद्यालय में सकारात्मक बदलाव आए। यह गतिविधि शिक्षकों और छात्रों को प्रेरित करने के लिए नई दृष्टि और विचारों का आदान—प्रदान करने में प्रभावी सिद्ध होगी, जिससे विद्यालय में सामूहिक रूप से सुधार और विकास हो सके।

**समेकन—** अंत में प्रतिभागियों से सत्र का लिखित या मौखिक फीडबैक लें। यदि संभव हो तो सत्र के बाद एक फॉलो—अप सत्र की योजना बनाएं, जहाँ प्रतिभागियों को अपनी सफलताओं और चुनौतियों पर चर्चा करने का अवसर मिले। इससे प्रतिभागी शिक्षक विद्यालय के प्रशासनिक कार्य और शैक्षिक वातावरण दोनों को ही अधिक कुशलतापूर्वक संचालित कर सकेंगे।

- प्रतिभागियों को प्रेरित करें कि यदि संभव हो तो भौतिक रूप से नहीं तो ऑनलाइन तरीके से आपस में किसी माध्यम (व्हाट्स ऐप या अन्य तरीकों से) से जुड़े रहें, जहाँ प्रतिभागियों को अपनी सफलताओं और चुनौतियों पर चर्चा करने का अवसर मिले।

**नोट—** विद्यालय में छात्रों को कक्षा—कक्ष प्रबंधन हेतु जागरूक/सहयोग करने हेतु Good & Bad क्लासरूम हैबिट्स का चार्ट कक्षा में लगाएं। बच्चों को इन आदतों को सीखने के लिए प्रेरित करने के लिए कोई खेल भी बनाया जा सकता है। इसके साथ ही प्रत्येक छात्र के सकारात्मक प्रयास को प्रोत्साहित करने हेतु आकलन चार्ट बनाकर लगाए जा सकते हैं। कुछ प्रारूप आपके लिए साझा किए जा रहे हैं। आप अन्य रचनात्मक तरीके भी सोच सकते हैं।



साँप के मुँह के पास बुरी आदतें और सीढ़ी के नीचे वाले हिस्से पर अच्छी आदतों को लिखे।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता प्रतिभागियों को विद्यालय सम्बन्धी समस्याओं का समाधान करते हुये विद्यालय के वातावरण को अधिक समृद्ध और प्रभावी कैसे बनाया जा सकता है, पर चर्चा करेंगे।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

विद्यालय में कक्षा–कक्ष प्रबंधन और विद्यालय प्रबंधन का क्या महत्व है? कक्षा प्रबंधन की प्रभावी विधियां कौन–कौन सी हैं और कक्षा–शिक्षण के दौरान कक्षा–कक्ष व विद्यालय प्रबंधन की रणनीतियों तथा तकनीकों का कुशल उपयोग कैसे किया जा सकता है जिससे विद्यालय सम्बन्धी समस्याओं का समाधान करते हुये विद्यालय के वातावरण को अधिक समृद्ध और प्रभावी बनाया जा सके।

# विषय- पर्यावरण शिक्षा शिक्षण

**अवधि– 75 मिनट**

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- 'पर्यावरण' एवं 'जीवन पर पर्यावरण के विभिन्न प्रभावों' की समझ का विकास एवं राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में पर्यावरण शिक्षा से सम्बन्धित अनुशंसाओं का सफल एवं प्रभावी क्रियान्वयन
- विद्यार्थियों को परिवेश की सामान्य जानकारी एवं इसके महत्त्व की समझ का विकास
- भोजन, भोजन के स्रोत, महत्व एवं इसके संरक्षण की विधियों की समझ का विकास
- जल, जीवन के लिए जल के महत्त्व एवं जल संरक्षण की आवश्यकता की समझ का विकास
- पौधों में पोषण–विधि एवं पेड़–पौधों द्वारा भोजन बनाने की सामान्य प्रक्रिया की समझ का विकास
- 'भारतीय संविधान' की समान्य जानकारी एंव स्थानीय शासन व्यवस्था के विभिन्न सोपानों की समझ

**आवश्यक सामग्री** – प्रशिक्षण माड्यूल, पी0पी0टी0, बोर्ड, बोर्ड मार्कर, चार्ट पेपर, स्केच पेन, विभिन्न पेड़–पौधों की पत्तियाँ, रूलर स्केल विभिन्न प्रकार के भोज्य पदार्थो (अनाज, फल इत्यादि) के प्रतिदर्श, दो बाल्टी, गिलास, विभिन्न प्रकार के पेड़–पौधों जैसे– आम, बरगद, अमरबेल, कुकुरमुत्ता, घटपर्णी, वीनस फलाई ट्रैप का चित्र (चित्र नामांकित नहीं होना चाहिए), सादा कागज (मतपत्र के रूप में प्रयोग हेतु), बॉक्स या डिब्बा, मतदाता सूची (पंजीकरण पुस्तिका को मतदाता सूची के रूप में प्रयोग किया जाना है)

**सत्र संचालन हेतु निर्देश** – इस सत्र योजना में कुल 5 उपविषय संकलित हैं। सुगमकर्ता अपनी आवश्यकतानुसार किन्ही 3 उपविषयों का सन्दर्भ लेकर अपने सत्र का संचालन करें। गतिविधियों सहित प्रत्येक उपविषय के लिए 25 मिनट एवं पूरे सत्र के लिए 75 मिनट निर्धारित है। सत्र में सभी प्रतिभागियों की सक्रिय प्रतिभागिता सुनिश्चित करने हेतु सत्र संचालन के पूर्व प्रतिभागियों को सुगमकर्ता समूहों में बाँट लें। यह सुनिश्चित किया जाय कि प्रत्येक समूह के सभी सदस्य किसी न किसी गतिविधि में अवश्य प्रतिभाग करें।

उप विषय 01– हमारा परिवेश

उप विषय 02– हमारा भोजन

उप विषय 03– जल एवं जीवन

उप विषय 04– पेड़–पौधों का भोजन

उप विषय 05– भारतीय संविधान एवं शासन व्यवस्था

**सत्र संचालन–**

**उप विषय 01– हमारा परिवेश**

**प्रस्तुतीकरण**–परिवेश और पर्यावरण समानार्थी शब्द हैं जो अंग्रेजी के Environment का हिन्दी रूपान्तरण है। 'पर्यावरण' शब्द दो शब्दों से मिलकर बना है, 'परि' और 'आवरण'। 'परि' का अर्थ है– चारों ओर और 'आवरण' का अर्थ है– आच्छादन या घेरे हुए अर्थात् पर्यावरण शब्द का अर्थ है– हमारे चारो तरफ का वह आवरण जिससे हम घिरे हुए हैं। सामान्य अर्थों में पर्यावरण समस्त जैव और अजैव घटकों का समूह है जो हमे घेरे हुए है, हमारे जीवन को प्रभावित करता है एवं हमें अपनी आवश्यकता की प्रत्येक वस्तु अपने परिवेश या पर्यावरण से प्राप्त होती है।

'परिवेश' शब्द का प्रयोग विशेष रूप से किसी व्यक्ति या व्यक्तियों के समूह के भौतिक एवं सामाजिक अन्तर्सम्बन्धों के लिए किया जाता है। परिवेश मानवीय मूल्यों के विकास से सम्बन्धित है।

**गतिविधि 1– पहचानो तो जानें**

**गतिविधि का विवरण –**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को विभिन्न पेड़–पौधों की पत्तियाँ दिखाएं। प्रतिभागी इन पत्तियों को पहचान कर निम्न तालिका को पूरा करें–

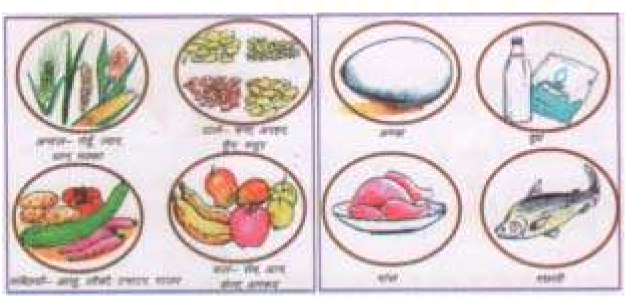
| क्रमांक | पत्तियां या उनके चित्र | पेड़–पौधों का नाम | उपयोग में आने वाला भाग | उपयोग | स्थानीय/क्षेत्रीय नाम |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |

**चर्चा परिचर्चा**– यदि प्रतिभागियों द्वारा उपरोक्त तालिका पूर्ण करने में कोई कठिनाई आ रही हो तो सुगमकर्ता उनसे परिचर्चा करते हुए तालिका को पूर्ण कराएं। यह गतिविधि परिवेश को जानने में किस प्रकार उपयोगी है इस पर भी प्रतिभागियों से चर्चा करें।

**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को निर्देश देंगे कि वे कक्षा शिक्षण में उपरोक्त गतिविधि करायें जिससे विद्यार्थी अपने पर्यावरण से परिचित हों एवं पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक हो सकें।

### उपविषय 02 – हमारा भोजन

**प्रस्तुतीकरण –**



**भोजन**– भोज्य अथवा पेय पदार्थ जिससे शरीर को पोषक तत्वों की प्राप्ति होती है, जो शरीर की वृद्धि के लिए आवश्यक हैं, शरीर को ऊर्जा प्रदान करते हैं एवं टूट–फूट तथा रोगों से शरीर की सुरक्षा करते हैं, उसे भोजन कहते हैं।

**भोजन के प्रकार –**

- ऊर्जा देने वाले – कार्बोहाइड्रेट, फैट (वसा) – अनाज, फल, दूध, खाद्य तेल, सूखे मेवे आदि

❖ वृद्धि में सहायक – प्रोटीन –दालें, अंडा, मछली, मांस, दूध, सोयाबीन आदि

❖ रोगों से सुरक्षा – विटामिन और मिनरल्स (लवण)– फल, हरी पत्तेदार सब्जियां, दूध, अंकुरित अनाज आदि।

❖ जल भोजन का अनिवार्य अवयव है। यह शरीर में भोज्य पदार्थों के परिवहन में सहायक है। सभी जैविक क्रियाएं जलीय माध्यम में ही संभव हैं।

❖ दूध को पूर्ण आहार माना गया है। इसमें विटामिन C और आयरन को छोड़कर सभी पोषक तत्व विद्यमान होते हैं।

**गतिविधि (2)– 'मैं हूँ कौन?'**

**गतिविधि का विवरण –**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को विभिन्न प्रकार के भोज्य पदार्थो के प्रतिदर्श (Food Sample) जैसे चावल, केला, सेब, गेहूँ, नमक, पालक, दूध, अंडा, आलू, दाल इत्यादि दिखाएं। प्रतिभागी इन भोज्य पदार्थो का अवलोकन करते हुए निम्न तालिका को पूरा करें–

| कमांक | भोज्य पदार्थ (प्रतिदर्श) | स्रोत, जन्तु / पादप | भोजन का प्रकार | कच्चा / पकाकर खाया जाने वाला |
|---|---|---|---|---|
| 1 | चावल | | | |
| 2 | केला | | | |
| 3 | सेब | | | |
| 4 | गेहूँ | | | |
| 5 | नमक | | | |
| 6 | पालक | | | |
| 7 | दूध | | | |
| 8 | अंडा | | | |
| 9 | आलू | | | |
| 10 | दाल | | | |

**चर्चा परिचर्चा –** प्रतिभागी भोज्य पदार्थों के प्रतिदर्श के आधार पर उपरोक्त तालिका को पूर्ण करें। सुगमकर्ता तालिका पूर्ण होने के पश्चात प्रतिभागियों से चर्चा / परिचर्चा करें कि यह गतिविधि भोजन एवं इसके प्रकार को समझाने में किस प्रकार उपयोगी है?

**समेकन –** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को उपरोक्त गतिविधि को अपने कक्षा शिक्षण में प्रयोग करने हेतु प्रेरित करें, जिससे विद्यार्थियों की भोजन एवं उसके स्रोत के विषय की अवधारणा स्पष्ट हो सके।

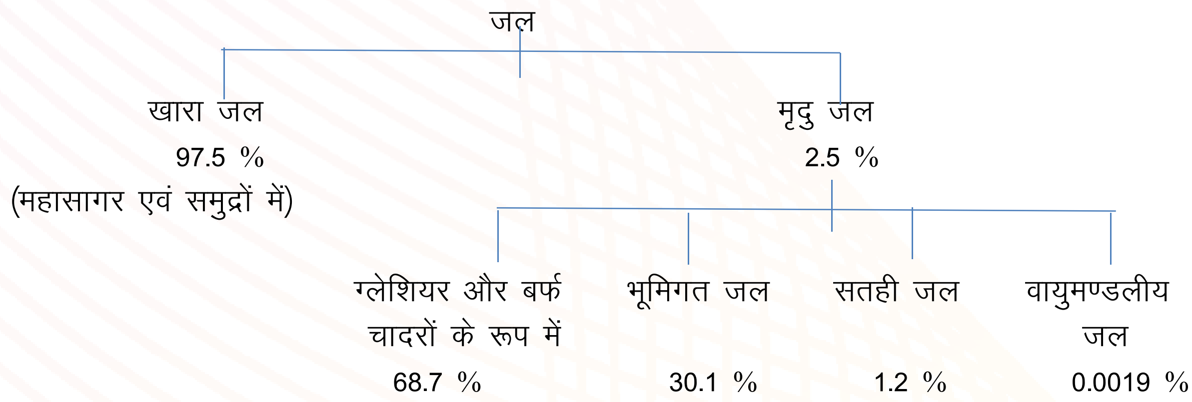
## उप विषय 03 – जल एवं जीवन

**प्रस्तुतीकरण –**

**जल** – जल रंगहीन, गंधहीन, स्वादहीन एवं पारदर्शक द्रव है। यह पृथ्वी पर यह ठोस (बर्फ), द्रव (जल) एवं गैस (वाष्प) तीनो रूपों में विद्यमान है। जल के बिना जीवन असंभव है।

**जल स्रोत** – महासागर, ग्लेशियर, नदी, झील, झरना, तालाब, भूगर्भ जल

**जल की उपलब्धता एवं वितरण**




❖ पृथ्वी पर उपस्थित समस्त जल का 1 %जल ही मानव उपयोग के लिए उपलब्ध है। अतः जल एवं जल स्रोतों के संरक्षण पर विशेष ध्यान देना होगा।

**गतिविधि 3 – जल का खेल**

**गतिविधि का विवरण** – सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को एक खाली बाल्टी और एक पानी से भरी बाल्टी दें। दोनों बाल्टियां प्रशिक्षण कक्ष में थोड़ी दूर–दूर रखें। अब सुगमकर्ता प्रतिभागियों से छोटे पात्रों द्वारा जल से भरी बाल्टी से जल को दूसरे बाल्टी में डालने को कहें। प्रतिभागियों द्वारा यह गतिविधि की जायेगी। सुगमकर्ता गतिविधि का अवलोकन करें।

**चर्चा परिचर्चा** – गतिविधि सम्पन्न होने के पश्चात जो जल जमीन पर गिरा होगा उसे प्रतिभागियों से दैनिक क्रियाकलापों में जल के दुरूपयोग के रूप में चर्चा करते हुए पृथ्वी पर मानव उपयोग हेतु सीमित जल उपलब्ध होने के कारण 'जल संरक्षण' की आवश्कता पर प्रकाश डालें।

चर्चा परिचर्चा के दौरान केस स्टडी के रूप में जोहन्सबर्ग (द0 अफ्रीका) और चेन्नई में जल संकट की स्थिति को पी0पी0टी0/वीडियो डॉक्यूमेंट्री के माध्यम से प्रस्तुत किया जा सकता है।

**समेकन** – सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को उपरोक्त गतिविधि के माध्यम से जल संरक्षण के महत्व को बताते हुए कक्षा शिक्षण में गतिविधि को प्रयोग करने हेतु प्रेरित करेंगे।

# उपविषय 04 - पेड़-पौधों का भोजन

**प्रस्तुतीकरण** –

**पोषण–** पोषण वह प्रक्रिया है जिसमें कोई जीव वातावरण से भोजन प्राप्त करता है। इस भोजन का प्रयोग अपने 'वृद्धि एवं विकास' के लिए करता है। केवल हरे पौधे ही अपना भोजन स्वयं बनाते हैं। मनुष्य एवं अन्य जीव–जन्तु प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से भोजन के लिए पौधों पर ही निर्भर हैं।

पौधों में पोषण

- स्वपोषी
  - जो अपना भोजन स्वयं बनाते हैं।
- परपोषी
  - परजीवी
  - मृतोपजीवी
  - सहजीवी
  - कीटभक्षी

(ये सभी अपने भोजन की आवश्यकताओं हेतु पेड़–पौधे एवं अन्य जीव–जन्तुओं पर आश्रित होते हैं।)

**पेड़–पौधों का भोजन–** सभी हरे पेड़–पौधे अपना भोजन जमीन और हवा से प्राप्त विभिन्न पोषक तत्वों की सहायता से बनाते हैं। पौधे जमीन से जल एवं खनिज लवण तथा हवा से कार्बन–डाईआक्साइड गैस लेकर विशेष प्रक्रिया 'प्रकाश संश्लेषण' द्वारा भोजन का निर्माण करते हैं।

**प्रकाश संश्लेषण–** पौधों के सभी हरे भागों विशेषकर पत्तियों में पर्णहरित/क्लोरोफिल होता है। क्लोरोफिल में सूर्य के प्रकाश से ऊर्जा ग्रहण करने की क्षमता होती है।

सभी हरे पौधे सूर्य के प्रकाश की उपस्थिति में कार्बन–डाईऑक्साइड और जल की सहायता से भोजन (कार्बोहाइड्रेट) का निर्माण करते हैं। पौधों द्वारा भोजन निर्माण की इस प्रक्रिया को 'प्रकाश संश्लेषण' (Photosynthesis) कहते हैं।

**गतिविधि 4 – पोषण विधियों की पहचान**

**गतिविधि का विवरण–**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को विविध प्रकार के पेड़–पौधों के चित्र दिखाएं। प्रतिभागी इन चित्रों से पेड़–पौधों की पहचान करके पोषण विधियों एवं विशिष्टताओं को चार्ट पर दर्शायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– गतिविधि के उपरान्त सुगमकर्ता चर्चा–परिचर्चा के दौरान प्रतिभागियों से निम्नलिखित प्रश्न करें–

- यदि जंगल में पेड़–पौधों की संख्या कम हो जाए तो शेर पर इसका क्या प्रभाव पड़ेगा?
- यदि शाकाहारी जीवों की संख्या कम हो जाए तो पेड़–पौधों पर क्या प्रभाव पड़ेगा?
- यदि शाकाहारी जीवों की संख्या बढ़ने लगे तो क्या होगा?

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को पेड़–पौधों के विभिन्न पोषण विधियों को स्पष्ट करेंगे।

## उपविषय 05– भारतीय संविधान एवं स्थानीय शासन

### प्रस्तुतीकरण– भारतीय संविधान

भारतीय संविधान विश्व का सबसे बड़ा एवं लिखित संविधान है। संविधान सभा ने इसे 02 वर्ष 11 माह और 18 दिन तक लगातार परिश्रम करके तैयार किया था। संविधान सभा के अध्यक्ष डॉ० राजेन्द्र प्रसाद एवं संविधान की प्रारूप समिति के अध्यक्ष डॉ० भीमराव रामजी अम्बेडकर थे। संविधान सभा ने 26 नवम्बर 1949 को संविधान को अंगीकृत किया था। अतः 26 नवम्बर को 'संविधान दिवस' के रूप में मनाते हैं। 26 जनवरी 1950 को संविधान पूरे देश में लागू किया गया। इस दिन को हम गणतंत्र दिवस के रूप मे मनाते हैं।

भारतीय संविधान भारतीय शासन व्यवस्था की रीढ़ है। भारतीय शासन व्यवस्था के तीन स्तर हैं– केन्द्र सरकार, राज्य सरकार एवं स्थानीय शासन।

स्थानीय शासन व्यवस्था भी तीन स्तरों में विभाजित है–

- जिला पंचायत
- क्षेत्र पंचायत
- ग्राम पंचायत

ग्राम पंचायत भारतीय शासन व्यवस्था की निम्नतम इकाई है। इसका प्रमुख ग्राम प्रधान होता है। सत्र के अगले चरण में हम ग्राम प्रधान के निर्वाचन की गतिविधि में प्रतिभाग करेंगे।

**गतिविधि 5 –** कक्षा में ग्राम प्रधान का निर्वाचन

**गतिविधि का विवरण–**

1. **परिचय–**

- **प्रधान पद का परिचय–** ग्राम प्रधान की भूमिका एवं कर्तव्यों के बारे में जानकारी दें। (जैसे– गॉव के विकास की योजना बनाना, ग्रामीणों की समस्याओं का समाधान, ग्राम सभा की बैठक आदि)।
- निर्वाचन प्रक्रिया हेतु निर्देश– मतदान और निर्वाचन प्रक्रिया की संक्षिप्त जानकारी दें (उदाहरण– उम्मीदवार का चयन, मतदान प्रक्रिया, मतगणना, विजेता की घोषणा)।

2. **उम्मीदवारों की तैयारी–**

- **उम्मीदवारो का चयन –** प्रशिक्षण में उपस्थित प्रतिभागियों में से ग्राम प्रधान के उम्मीदवार के रूप में चुनाव में भाग लेने के लिए आमंत्रित करें।
- **चुनावी भाषण–** निर्वाचन हेतु प्रत्येक उम्मीदवार को अपनी बात रखने एवं अपने पक्ष में मतदान हेतु चुनावी भाषण (अधिकतम उम्मीदवारों की संख्या– 02, अधिकतम 02 मिनट प्रति उम्मीदवार)।

3. **मतदान प्रक्रिया–**

- मतदान बॉक्स को प्रशिक्षण कक्ष के एक कोने में रखें।
- मतदाताओं को मतपत्र (पेपर) प्रदान करें, जिसमें उम्मीदवारों के लिए निर्धारित चुनाव चिन्ह हो।
- मतदाताओं को अपने पसंदीदा उम्मीदवार के चुनाव चिन्ह के सामने ठप्पा लगाकर बाक्स में डालने के लिए कहें।

4. **मतगणना एवं परिणाम–**

- मतदान बाक्स से मतपत्रों को निकालें और एक–एक करके गिनें।
- विजेता की घोषणा एवं सत्र का समापन

**चर्चा–परिचर्चा–** स्थानीय शासन की समझ

**समेकन–** सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को उपरोक्त गतिविधि कक्षा में क्रियान्वित करने हेतु प्रेरित करें, जिससे विद्यार्थियों में स्थानीय शासन व्यवस्था की स्पष्ट समझ विकसित हो सके।

**प्रदत्त कार्य/अधिन्यास–**

- प्रतिभागी शिक्षक अपनी कक्षा में कक्षा प्रमुख (Class Monitor)/छात्र संसद के पदाधिकारियों के निर्वाचन हेतु मतदान सम्पन्न करायें।
- प्रतिभागी शिक्षक अपने विद्यालयों में विद्यार्थियों को विभिन्न प्रकार के भोज्य पदार्थों के प्रतिदर्श (Food Sample) दिखाकर भोजन के रूप में उनके महत्व पर चर्चा करें।

**सत्र समेकन –**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से सभी उपविषयों पर चर्चा–परिचर्चा के मुख्य बिन्दुओं का संकलन/समेकन करते हुए उन्हें कक्षा–शिक्षण में इसके प्रयोग हेतु प्रेरित करें तथा प्रतिभागियों को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए सत्र का समापन करें।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- पर्यावरण' एवं 'जीवन पर पर्यावरण के विभिन्न प्रभावों' की समझ का विकास एवं राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में पर्यावरण शिक्षा से सम्बन्धित अनुशंसाओं का सफल एवं प्रभावी क्रियान्वयन
- विद्यार्थियों को परिवेश की सामान्य जानकारी एवं इसके महत्त्व की समझ का विकास
- भोजन, भोजन के स्रोत, महत्व एवं इसके संरक्षण की विधियों की समझ का विकास
- जल, जीवन के लिए जल के महत्त्व एवं जल संरक्षण की आवश्यकता की समझ का विकास
- पौधों में पोषण–विधि एवं पेड़–पौधों द्वारा भोजन बनाने की सामान्य प्रक्रिया की समझ का विकास
- 'भारतीय संविधान' की समान्य जानकारी एंव स्थानीय शासन व्यवस्था के विभिन्न सोपानों की समझ

# विषय- सुरक्षा-संरक्षा (भाग-1)

## (सुरक्षा-संरक्षा के विविध आयाम एवं आपदा प्रबन्धन)

**अवधि**– 75 मिनट
**सत्र उद्देश्य**– सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- सुरक्षा–संरक्षा की अवधारणा तथा आवश्यकता
- सुरक्षा–संरक्षा के विभिन्न आयाम
- सुरक्षित विद्यालयी वातावरण के प्रति जागरूकता

**आवश्यक सामग्री**– पी0पी0टी0, चार्ट पेपर, कलर पेन, मार्कर, बोर्ड पिन, सेलो टेप आदि

**सत्र संचालन**–

**भाग 1 – सुरक्षा–संरक्षा की अवधारणा एवं महत्व**–

- सत्र का प्रारम्भ सुगमकर्ता सुरक्षा–संरक्षा की अवधारणा को उदाहरण सहित स्पष्ट करते हुए करें।
- विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु सुगमकर्ता सुरक्षा–संरक्षा के महत्व एवं आवश्यकता पर प्रकाश डालते हुए बच्चों की सुरक्षा हेतु राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020, सतत् विकास लक्ष्य और संविधान में सम्मिलित मुख्य बिन्दुओं को समाहित करते हुए चर्चा करें।

**चर्चा के बिन्दु**–

**सुरक्षा–संरक्षा का महत्त्व**– प्रत्येक विद्यार्थी अपने प्रारंभिक जीवन काल में अधिकांश समय विद्यालय में ही व्यतीत करता है। सीखने की प्रक्रिया के साथ–साथ विद्यार्थी के शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक विकास में सुरक्षित एवं सकारात्मक वातावरण की महत्वपूर्ण भूमिका है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति –2020 का उद्देश्य बच्चों के लिए सुरक्षित सीखने का वातावरण निर्मित करना है, जिसमें बच्चों को घर से विद्यालय और वापस विद्यालय से घर तक सुरक्षा प्रदान करना शामिल है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 के अंतर्गत बच्चों की सुरक्षा हेतु चुनौतियों के रूप में दुर्व्यवहार, हिंसा, सामाजिक बुराइयों, आपदाओं आदि को सम्मिलित किया गया है। शिक्षा का अधिकार अधिनियम–2009 के अनुसार शिक्षा प्रत्येक बच्चे का मूलभूत अधिकार है। भारतीय संविधान के भाग–3 व 4, मूल अधिकार व राज्य के नीति निर्देशक तत्व के माध्यम से बच्चों के अधिकारों को सुरक्षित करने के साथ–साथ संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा निर्धारित सतत् विकास लक्ष्यों में भी बच्चों की शिक्षा प्रक्रिया को सुगम बनाने हेतु बल दिया गया है।

**भाग 2 – सुरक्षा के विभिन्न आयाम**–

सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों से सुरक्षा–संरक्षा की आवश्यकता पर चर्चा करते हुए विद्यार्थियों की सुरक्षा संबंधी विभिन्न आयामों की पहचान (शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं लैंगिक आदि) कराने के उद्देश्य से निम्नलिखित गतिविधि करायें।

**गतिविधि 1**– आओ पहचानें

**आवश्यक सामग्री** – चार्ट पेपर, सुरक्षा के आयाम लिखी हुई पर्चियां, मार्कर, स्केच पेन आदि।

**गतिविधि के निर्देश –**

1. प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों में बाँटें ।

2. प्रत्येक समूह से एक प्रतिभागी को एक पर्ची का चयन करने को कहें, जिसके आधार पर प्रत्येक समूह को विद्यार्थियों की सुरक्षा का कोई एक आयाम (शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं लैंगिक आदि) आवंटित करें ।

3. प्रत्येक समूह को आवंटित सुरक्षा आयाम से सम्बंधित समस्याओं को चिन्हित करने के निर्देश दें।

4. प्रत्येक समूह से किसी एक प्रतिभागी के द्वारा चिन्हित की गयी समस्याओं को बताने को कहें।

5. सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों के द्वारा चिन्हित समस्याओं को सूचीबद्ध कर उनके स्वरूप को स्पष्ट करते हुए सत्र को आगे बढ़ाएगा।

**चर्चा–परिचर्चा–** संदर्भदाता द्वारा विभिन्न आयामों से संबंधित मुद्दों पर चर्चा–परिचर्चा की जायेगी।

शारीरिक आयाम– Good touch-Bad touch, शारीरिक दंड
सामाजिक आयाम– बुलिंग
भावनात्मक आयाम– अपशब्दों का प्रयोग, व्यक्तिगत टिप्पणी
लैंगिक आयाम– लैंगिक भेदभाव
**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को विद्यालय स्तर पर सुरक्षा के विभिन्न आयामों के विषय में विद्यार्थियों को जागरूक करने का निर्देश दिया जायेगा।

**सुरक्षित विद्यालयी वातावरण का निर्माण** – सुगमकर्ता सुरक्षा के विभिन्न आयामों के अंतर्गत आने वाली समस्याओं को सूचीबद्ध कर उनके स्वरुप व विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास पर पड़ने वाले वृहद प्रभाव पर चर्चा करे व विद्यार्थियों की सुरक्षा के प्रत्येक आयाम से सम्बंधित प्रमुख समस्याओं जैसे– बाल श्रम, मानव तस्करी, यौन उत्पीड़न, हिंसा, सड़क सुरक्षा व बोर–वेल में गिरने आदि की घटनाओं के साथ आपदाओं व अवस्थापना सम्बन्धी खतरों के स्वरुप को स्पष्ट करे, साथ में सुरक्षित विद्यालयी वातावरण निर्माण हेतु उपरोक्त खतरों से सुरक्षा के उपायों, नीतियों, सुझावों व सहायता सेवाओं आदि पर प्रकाश डालें।

## भाग 3– आपदा प्रबंधन–

**गतिविधि 2– आओ सतर्क बनें**

**आवश्यक सामग्री**– तीन रंगीन चार्ट पेपर, सेलो टेप।

**पूर्व तैयारी** – सुगमकर्ता द्वारा सुरक्षा हेतु खतरे से पूर्व, दौरान और बाद में की जाने वाली निम्नलिखित गतिविधियों की पर्चियां तैयार कर ली जाएगी–

1. सहायता सेवा 1098 पर शिकायत दर्ज करायें।
2. बाढ़ की स्थिति में ऊँचे स्थान पर जायें।
3. भवन की नियमित मरम्मत करायी जाये।
4. जोर से चिल्लायें और वहाँ से हटने का प्रयास करें।
5. धैर्य के साथ बाहर की ओर भागें।
6. सफाई का ध्यान रखें।
7. मच्छरदानी का प्रयोग करें।

8. दुपहिया वाहन चलाते समय हेलमेट का प्रयोग करें।
9. सहायता संपर्क हेतु 112 डायल करें।
10. प्राथमिक चिकित्सा किट तैयार करें।
11. यातायात के नियमों को जानें।
12. ड्राप, कवर, होल्ड विधि आदि की मॉक ड्रिल करायें।
13. अग्निशमन यंत्र का प्रयोग करें।
14. बिजली के मुख्य स्विच, गैस सप्लाई व रेगुलेटर एवं शौचालय को बंद रखें।
15. बाढ़ की स्थिति में असुरक्षित जल स्रोतों के जल का प्रयोग न करें।
16. दामिनी एप डाउनलोड करें।
17. खतरों से बचाव हेतु जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन करें।
18. नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र जायें।
19. अनजान जगहों पर न जायें।
20. अनजान व्यक्तियों से बात न करें व उनके साथ कहीं न जायें।
21. अग्निशमन यंत्र के प्रयोग के उचित तरीके को जानें।
22. अग्निशमन यंत्र की नियमित रूप से सर्विस करायें।

**गतिविधि हेतु निर्देश**–

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों में बाँटे।
- सुगमकर्ता पूर्व से तैयार की गयी सुरक्षा हेतु उपायों व गतिविधियों की पर्चियाँ एक टोकरी रखे।
- सुगमकर्ता 'खतरे से पूर्व, 'खतरे के दौरान' और 'खतरे के पश्चात्' लिखकर तीन चार्ट सॉफ्ट बोर्ड पर प्रदर्शित करे।
- सुगमकर्ता प्रत्येक समूह से किसी एक प्रतिभागी को टोकरी में से एक पर्ची चुनने को कहे।
- प्रतिभागी के द्वारा चयनित पर्ची पर लिखी गतिविधि के प्रकार के अनुसार उचित चार्ट पर चिपकाने के निर्देश दें।
- इस गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों को सुरक्षा हेतु आवश्यक गतिविधियों, उपायों और बेहतर खतरा प्रबंधन के प्रति जागरूक करे।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा एक आपदा का उदाहरण प्रस्तुत करते हुए उस आपदा से सम्बन्धित बिन्दुओं 'खतरे से पूर्व' 'खतरे के दौरान' एवं 'खतरे के पश्चात्' पर चर्चा करें।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा इसी प्रकार की गतिविधि विद्यालय में कराये जाने का निर्देश दिया जायेगा। जिससे विद्यार्थियों मे आपदा से निपटने का कौशल विकसित हो सकें।

**सुरक्षा हेतु विभिन्न हितधारकों की भूमिका**– इस सत्र में सुगमकर्ता द्वारा विद्यार्थियों की सुरक्षा हेतु विभिन्न हितधारकों (जन प्रतिनिधि, शिक्षक, अभिभावक, छात्र, समाज आदि) की भूमिका पर प्रकाश डाला जाये।

**अन्य सम्भावित गतिविधियाँ** –

**गतिविधि (3) (डेमो)**– अग्निशमन विभाग, स्वास्थ्य विभाग, पुलिस (यातायात) द्वारा प्रस्तुतीकरण।

**गतिविधि (4) रोल–प्ले**

**आवश्यक सामग्री** – पूर्व में तैयार की गयी पर्ची (रोल–प्ले से सम्बन्धित परिस्थितियाँ लिखी हुई)

प्रतिभागी शिक्षक निम्नलिखित परिस्थितियों को रोल प्ले के माध्यम से प्रदर्शित करें –

- विद्यालय में विद्यार्थियों की निरन्तर घटती उपस्थिति से चिन्तित शिक्षक को भ्रमण के दौरान पता चलता है कि अधिकांश बच्चे खेतों व ईंट के भट्टों पर मजदूरी करने के कारण विद्यालय नहीं आ पाते हैं। ऐसी स्थिति में शिक्षक को क्या करना चाहिए?
- नीलिमा मैम ने अपनी सहयोगी से बताया कि पूजा उनकी कक्षा की बहुत अच्छी छात्रा है, लेकिन आजकल वह बहुत गुमसुम रहने लगी है, पढ़ाई में भी ध्यान नहीं दे रही। दोनों शिक्षिकायें पूजा की समस्या की पहचान व समाधान करने हेतु क्या करेंगी?
- रोहित के विद्यालय के पास ही एक बोरवेल की खुदाई हो रही थी। विद्यालय के रास्ते में बोरवेल की खुदाई से रोहित को डर है कि बच्चे उस बोरवेल में न गिर जायें। ऐसी स्थिति मे रोहित को बच्चों की सुरक्षा के लिए क्या प्रयास करने चाहिए?

या

- मानसिक हिंसा के रूपों के प्रति जागरूकता हेतु रोल प्ले/नुक्कड़ नाटक
- यातायात नियमों के प्रति जागरूकता हेतु रोल प्ले

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से गतिविधियों में वर्णित समस्या के अतिरिक्त क्षेत्रीय स्तर पर विद्यार्थियों के संदर्भ मे आने वाली विभिन्न समस्याओं एवं उनसे बचाव के उपायों पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को निर्देश दिया जायेगा कि विद्यालय में स्थानीय स्तर पर आने वाली समस्याओं एवं उनके निदान के उपायों पर विद्यार्थियों को अवगत कराया जायेगा।

**गतिविधि (5)– पहचानो और सुरक्षित चलो**

**आवश्यक सामग्री – पूर्व से तैयार किये गये यातायात सम्बन्धी चिह्न/संकेतकों के चिह्न**

**गतिविधि के चरण –**

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूहों मे विभाजित करे।
- प्रत्येक समूह को यातायात सम्बन्धी किसी एक चिह्न या संकेत का चिह्न दिखाकर उसका अर्थ बताने को कहे।
- सुगमकर्ता उपरोक्त प्रक्रिया सभी समूहों की प्रतिभागिता सुनिश्चित करते हुए दोहराये।
- इस गतिविधि के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को यातायात सम्बंधी चिन्हो या संकेतकों के प्रति जागरूक करे एवं उनका पालन करने व विद्यार्थियों को सुरक्षित यातायात के नियमों के बारे में जानकारी प्रदान करने के निर्देश दें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा यातायात नियंत्रण सम्बन्धी अन्य संकेतों जैसे– सड़क किनारे स्थित मील के पत्थरों की पहचान, ट्रेफिक चौराहे पर खड़े सिपाही द्वारा किये जा रहे हाथ के संकेतों पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा विद्यालय स्तर पर यातायात के नियमों के बारे में विद्यार्थियों को जागरूक करने हेतु निर्देशित किया जायेगा।

## प्रदत्त कार्य/गृहकार्य– (शिक्षकों हेतु)

प्रतिभागी शिक्षक अपने विद्यालय में निम्न कार्यों को करना सुनिश्चित करें–

1. सुरक्षित विद्यालय हेतु चेकलिस्ट का विकास।
2. सुरक्षित विद्यालयी वातावरण हेतु वार्षिक कार्ययोजना का विकास।

**प्रदत्त कार्य/गृहकार्य (विद्यार्थियों हेतु)–**

प्रशिक्षण समाप्ति के पश्चात् प्रतिभागी शिक्षक विद्यालय के विद्यार्थियों से निम्नलिखित कार्य कराना सुनिश्चित करें –

1. प्राथमिक चिकित्सा किट और आपातकालीन किट का निर्माण।
2. जागरूकता सामग्री (पोस्टर, हैंड–आउट्स आदि) का विकास।
3. जागरूकता कार्यक्रम (नुक्कड़–नाटक, रंगोली, पोस्टर–मेकिंग प्रतियोगिता आदि)।

**सम्बन्धित विडियो लिंक–**

**1. सुरक्षित एवं असुरक्षित स्पर्श से सम्बन्धित फिल्म 'कोमल'**

https://youtu.be/CwzoUnjOCxc

**2. सड़क सुरक्षा से संबंधित जागरूकता–**

https://youtu.be/2ynlaWUwMsA?si=1Q114ALURuVO9hOV

**3. सड़क दुर्घटनाओं में प्राथमिक उपचार संबंधी वीडियो–**

https://youtu.be/vJvLh8NnLV4?si=cJg-OcZmJC1Qp9-n

https://youtu.be/8L9Uz8gmFeM?feature=shared

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता के द्वारा सत्र का समेकन करते हुए सत्र में चर्चा किये गये मुख्य बिन्दुओं का प्रतिभागियों के माध्यम से संकलन करे। संकलन के पश्चात् प्राप्त बिन्दुओं के आधार पर सुरक्षित विद्यालयी वातावरण निर्मित किये जाने हेतु किये जाने वाले प्रयासों के बारे में चर्चा करे।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- सुरक्षा–संरक्षा की अवधारणा तथा आवश्यकता
- सुरक्षा–संरक्षा के विभिन्न आयाम
- सुरक्षित विद्यालयी वातावरण के प्रति जागरूकता

**दिवस- पंचम** **सत्र- तृतीय**

# विषय- सुरक्षा-संरक्षा (भाग-2)

## सड़क सुरक्षा एवं साइबर सुरक्षा

**अवधि–** 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- सड़क दुर्घटनाओं के कारण एवं उनसे बचाव हेतु उपायों से परिचय
- यातायात एवं सम्बंधित नियमों, दुर्घटना के दौरान प्राथमिक चिकित्सा एवं सावधानियां, सड़क सुरक्षा एवं यातायात सम्बन्धी उत्तरदायित्व, यातायात संकेतों एवं नियमों की जानकारी
- साइबर अपराध एवं साइबर सुरक्षा संबंधी अवधारणा की समझ का विकास
- विद्यार्थियों से सम्बंधित साइबर अपराधों एवं उनसे बचाव के उपाय

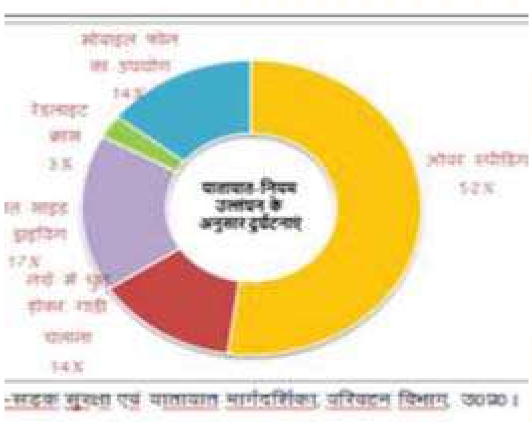
**आवश्यक सामग्री–** अग्नि शमन यंत्र ,ए–4 साइज पेपर तथा सड़क सुरक्षा ,साइबर अपराध एवं सुरक्षा से सम्बंधित पी0पी0टी0

**सत्र संचालन–**

### भाग–एक (सड़क सुरक्षा)

**सड़क सुरक्षा–** बच्चों का विद्यालय से घर तथा घर से विद्यालय सुरक्षित पहुँचने के दृष्टिगत सड़क सुरक्षा एक महत्त्वपूर्ण विषय है। सड़क पर चलते समय दुर्घटना का खतरा बना रहता है। अतः प्रत्येक छात्र को सड़क सुरक्षा के विभिन्न पक्षों से परिचित कराना शिक्षक व समाज का सामूहिक उत्तरदायित्व है। शिक्षकों एवं छात्रों में सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूक करने के उद्देश्य से इसको शिक्षा से जोड़ा गया है। सड़क सुरक्षा उपायों के प्रयोग द्वारा विभिन्न सड़क दुर्घटनाओं से बचाव किया जा सकता है। अतः सड़क सुरक्षा के विभिन्न आयामों के प्रति जागरूकता अत्यन्त आवश्यक है।

उत्तर प्रदेश में पिछले कुछ वर्षों में सड़क दुर्घटना की दर बढ़ी है। वर्ष 2022 में पूरे देश में कुल 4.16.312 सड़क हादसे हुए हैं. वहीं उत्तर प्रदेश सबसे अधिक 22595 लोगों ने सड़क हादसे में अपनी जान गवाई (Road Accidents in India 2022, Ministry of Road Transport and Highways Govt- of India)। अतः सड़क सुरक्षा एवं यातायात के प्रति जागरूकता ही एक मात्र उपाय है जिसके माध्यम से सड़क हादसों की दर कम की जा सकती है।



**सड़क दुर्घटना के कारण–** उत्तर प्रदेश में सड़क दुर्घटना के मुख्य कारण सुरक्षित यातायात सम्बन्धी सुविधाओं एवं यातायात नियमों के प्रति जागरूकता की कमी है। सड़क दुर्घटनाओं के कारणों को मुख्य रूप से तीन भागों में विभाजित किया जा सकता है–

| मानव जनित | वाहन जनित | वातावरणीय व परिस्थिति अन्य |
|---|---|---|
| • ओवर स्पीड एवं ओवर टेकिंग<br>• पीछा करना (एक गाड़ी के पीछे–पीछे चलना)<br>• गलत लेन कटिंग, लेन में न चलना<br>• ट्रैफिक संकेतों का पालन न करना<br>• फुटपाथ पर गाड़ी चलाना<br>• सतर्कता का अभाव<br>• नशे की हालत में वाहन चलाना<br>• सीट बेल्ट व हेलमेट का प्रयोग न करना<br>• हेडफोन लगाकर/मोबाइल प्रयोग करते हुए सड़क पार करना/वाहन चलाना<br>• फाटक बन्द होने पर भी रेलवे ट्रैक को पार करना | • ब्रेक फेल<br>• स्टीयरिंग फेल<br>• तेल/फ्यूल रिसाव<br>• गर्मी में टायर फटना<br>• अव्यवस्थित से लदे वाहन सामान<br>• सी०एन०जी० में आग लगना वाहनों | • प्रकाश की कमी<br>• बारिश, धुँआ कोहरा, धूल,<br>• सड़क पर फिसलन<br>• अचिह्नित लेवल क्रामिंग<br>• आकस्मिक बाधा<br>• सड़क निर्माण<br>• आंधी/तूफान |

**गतिविधि 1– वीडियो पर चर्चा**

**पूर्व की तैयारी**– सुगमकर्ता सड़क दुर्घटना से सम्बन्धित वीडियो दिखाने की व्यवस्था करेंगे तथा वीडियो से सम्बन्धित प्रश्नों की सूची तैयार करेंगे।

**विडियो लिंक**– https:@@youtu.be@vJvLh8NnLV4\si¾cJg&OcZmJC1Qp9&n

**गतिविधि के चरण**–

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को सड़क दुर्घटना का एक वीडियो दिखायेंगे। (वीडियो में तेज गति से आता हुआ वाहन दुर्घटनाग्रस्त हो जाता है एवं वाहन में सवार व्यक्ति को गंभीर चोट भी आ जाती है।) प्रतिभागियों से वीडियो में दर्शायी गयी स्थिति के अनुसार उनका उत्तर प्राप्त करेंगे।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों से निम्नलिखित प्रश्न करेंगे–

1. इस दुर्घटना का कारण क्या है?
2. इस स्थिति में आप होते तो क्या करते ?

**समेकन**– इस प्रकार के प्रश्नों के माध्यम से सुगमकर्ता प्रतिभागियों की ब्रेन स्ट्रार्मिंग करेंगे। प्रश्नों का उत्तर देते समय प्रतिभागी दुर्घटना के कारण व बचाव के सम्बन्ध में अपने विचार प्रस्तुत करेंगे।

**गतिविधि 2– आओ खोजें**

**पूर्व की तैयारी**– सुगमकर्ता सड़क दुघर्टनाओं के विभिन्न कारणों व बचाव की निम्नलिखित पर्चियाँ तैयार कर एक डिब्बे में एकत्रित कर लेंगे–

- दो पहिया वाहन से होने वाली दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव
- चार पहिया वाहन से होने वाली दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव
- रेलवे क्रासिंग पर होने वाली दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव
- सड़क पार करते हुए पैदल, साइकिल से होने वाली दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव
- राजमार्गों/एक्सप्रेस वे पर होने वाली दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव
- मौसम/वातावरण के कारण होने वाली सामान्य दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव
- भारी/सामान ढोने वाले वाहनों के कारण होने वाली दुर्घटनाएँ–कारण एवं बचाव

**गतिविधि के चरण**–

1. प्रतिभागियों को समूहों में विभाजित करें।
2. प्रत्येक समूह से एक सदस्य को पर्ची चुनने के लिए बुलायें।
3. तत्पश्चात् प्रत्येक समूह से पर्ची में लिखे विषय पर चार्ट के माध्यम से प्रस्तुतीकरण करायें।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से सुरक्षा सम्बन्धी मुद्दों पर चर्चा करते हुए उनके क्षेत्र में होने वाली आपदाओ/दुर्घटनाओं एवं उनके बचाव के लिए उपायों पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– सुगमकर्ता प्रतिभागियों के प्रस्तुतीकरण के बाद सड़क दुघर्टना के सामान्य कारणों व बचाव के उपायों पर चर्चा करें। यह गतिविधि या ऐसी अन्य गतिविधियाँ सड़क दुर्घटना से बचाव के लिए जागरूक करेगी।

| क्या करें | क्या न करें |
|---|---|
| • हमेशा सड़क के बायीं ओर चलें। पैदल चलने के लिए फुटपाथ का प्रयोग करें।<br>• जेब्रा क्रॉसिंग पैदल यात्रियों के लिए छोड़कर रखें।<br>• यातायात के विभिन्न संकेतों/चिह्नों | • गलत दिशा में न चलें न ही वाहन चलाएं।<br>• तेज गति से वाहन न चलाएं।<br>• बिना कारण हॉर्न न बजाएं।<br>• वाहन चलाते समय मोबाइल का प्रयोग न करें। |

के निर्देशों का पालन करें।

- दो पहिया वाहन चलाते समय 'हेलमेट', हार्न, इंडीकेटर का प्रयोग करें।
- वाहन की नियमित सर्विसिंग कराते हुए ईंधन (Fuel) की लीकेज को चेक करायें।
- चौपहिया वाहन चलाते समय 'सीट बेल्ट' का प्रयोग करें।
- वाहनों के बीच उचित/सुरक्षित दूरी बनाकर रखें।
- रात के समय 'लो बीम रोशनी' और कोहरे के समय 'फॉग लाइट' तथा बरसात में वाइपर का प्रयोग करें।
- आकस्मिक दुर्घटना होने पर '112' हेल्पलाइन नम्बर पर फोन कर तत्काल सम्पर्क करें।
- मानक गति के अनुसार वाहन चलाएं।
- तिर्यक/अंधे मोड़ पर वाहन की गति नियंत्रित रखे।
- वाहन चलाते समय अथवा सड़क पर चलते समय मोबाइल पर बात करने, मैसेज पढ़ने या टाइप करने, हेड–फोन लगाने अथवा तेज ध्वनि में संगीत सुनने से बचं।
- चार पहिया, सी0एन0जी0 या एल0पी0जी0 चलित वाहन में आग लगने पर सर्वप्रथम कार की सीट पर लगे हेड रेस्ट को निकाल कर उसके नुकीले भाग से शीशा तोड़कर बाहर निकलने का प्रयास करें।
- गलत दिशा/मोड़/तंग पुलिया पर ओवरटेक न करें तथा बायें से ओवरटेक न करें।
- वाहन चलाते समय शराब या अन्य नशीले पदार्थों का प्रयोग न करें। (यह खतरनाक तथा जानलेवा होने के साथ–साथ दंडनीय अपराध है)
- 18 साल से कम आयु के बच्चों को पेट्रोल/ डीजल/गैस (सी0एन0जी0/इलेक्ट्रिक) वाहन अकेले चलाने को न दें।
- दौड़कर सड़क पार न करें। छोटे बच्चों को सड़क पर अकेले जाने के लिए न छोड़े।
- वाहन चलाते समय सड़क पर स्टंट न करें, रील न बनायें।
- ज्वलनशील पदार्थ/गैस सिलेंडर आदि के साथ वाहनों में य़ात्रा न करें।
- रोड रेज (Road Rage) न करें।
- एकल/वन–वे मार्ग पर गलत दिशा में वाहन न चलाये।
- अति तीव्र गति (ओवर स्पीड़िंग) में सिग्नल तोड कर चौराहों को पार न करें। बार–बार लेन न बदलें।
- वाहनों में क्षमता से अधिक सवारी न बिठायें तथा अधिक सामान न लादें।
- तेज धूप में गाड़ी न खड़ी करें।
- गाड़ी के अन्दर बच्चों को अकेला न छोड़े।
- पेट्रोल/डीज़ल चालित चौपहिया वाहन को सी0एन0जी0 में परिवर्तित न करायें। वाहन में अपने स्तर से मॉडिफिकेशन न करायें।
- चलते वाहन यथा–ट्रेन/बस आदि में न चढ़े न ही उतरें।

सुगमकर्ता प्रतिभागियों को अपने विद्यालय में अन्य शिक्षकों, बच्चों एवं अभिभावकों को उक्त से अवगत कराने हेतु प्रेरित करें। शिक्षक अपने विद्यालय में विद्यार्थियों को यातायात के नियमों के प्रति जागरूक करने के लिए इसी प्रकार की अन्य गतिविधियों करा सकते हैं।

**गतिविधि 3– सड़क सुरक्षा–जीवन रक्षा**

**पूर्व की तैयारी**– सुगमकर्ता द्वारा यातायात के नियम चिन्ह से सम्बन्धित पी0पी0टी0, चित्र आदि की व्यवस्था कर ली जायेगी।

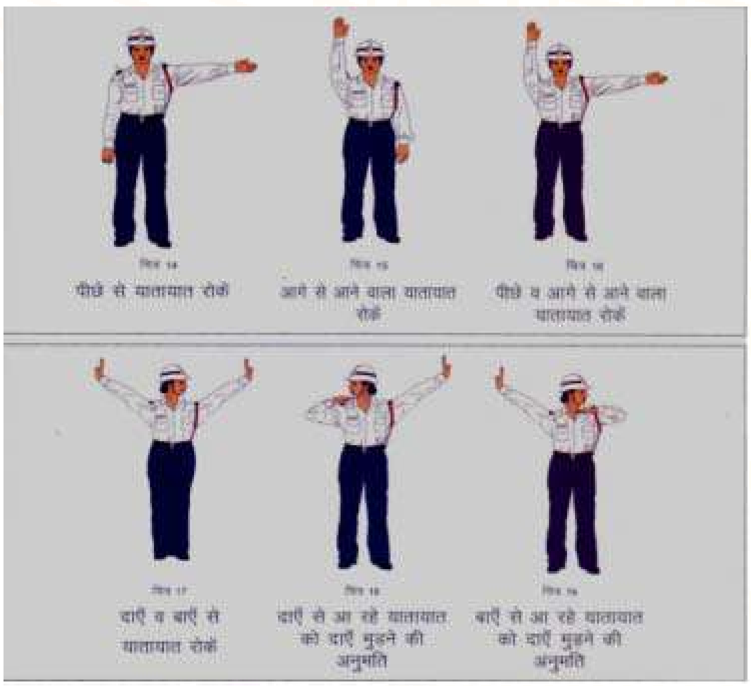
**गतिविधि के चरण–**

- ★ पी0पी0टी0 का प्रस्तुतीकरण
- ★ सुगमकर्ता द्वारा पी0पी0टी0 के माध्यम से निम्नवत् बिन्दुओं पर चर्चा की जायेगी।
    - सड़क पर पट्टियों की स्लाइड दिखाकर संकेतों पर चर्चा।
    - सड़क पर यातायात के चिह्न।
    - आदेशात्मक सड़क चिह्न।
    - सूचनात्मक सड़क चिह्न।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से, यातायात सम्बन्धी विशेष चिन्हों के विषय में, उनकी जानकारी पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**– उपरोक्त गतिविधि के द्वारा प्रतिभागी यातायात के नियमों से परिचित हो सकेंगे एवं सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को विद्यालय स्तर पर इस गतिविधि को कराने का निर्देश दिया जायेगा।

**यातायात पुलिस द्वारा हाथ के संकेत**– यदि यातायात पुलिसकर्मी यातायात को निर्देशित व नियन्त्रित कर रहे हों, तो उनके हाथ के संकेतो का पालन करें, चाहे वे ट्रैफिक लाइटों या सूचकों से भिन्न भी क्यों न हों, क्योंकि हो सकता है कि कोई आपात स्थिति हो। चित्रों में बेहतर यातायात प्रबंधन के लिए एक से अधिक हाथ के संकेतों का एक साथ इस्तेमाल भी किया जा सकता है।




## सड़क पर यातायात के चिह्न–

एक कुशल चालक को सड़क पर सुरक्षित वाहन चलाने तथा अन्य सड़क पर चलने वालों की सुरक्षा के लिये सड़क व यातायात चिह्नों का समुचित ज्ञान होना अत्यन्त आवश्यक है। सड़क चिह्न ऐसे संकेतक हैं, जो हमें गन्तव्य तक सुरक्षित पहुंचने में सहायक सिद्ध होते हैं। ये निम्न प्रकार के होते हैं–

**1—आदेशात्मक सड़क चिह्न**—ये चिह्न् गोल आकृति में ओर लाल बॉर्डर वाले होते है। इनमें से कुछ नीले रंग के भी होते हैं। इन चिह्नों के उल्लंघन पर जुर्माने/दण्ड का भुगतान करना पड़ता हैं तथा अवहेलना की स्थिति में बड़ी दुर्घटना भी हो सकती है। इनका पालन करना अनिवार्य होता है।

**2—सचेतक सड़क चिह्न्**—ये चिह्न त्रिकोणीय आकृति में और लाल बॉर्डर वाले होते हैं। ये चिह्न् ड्राइवर को सड़क पर आगे आने वाले खतरों/परिस्थितियों के बारे में चेतावनी देने के लिये होते हैं।

**3—सूचनात्मक सड़क चिह्न**—ये चिह्न आयताकार होते हैं तथा ये गन्तव्य की जानकारी तथा मार्ग पर स्थित जनसुविधाओं की जानकारी उपलब्ध कराते हैं। सामान्यतः नीले रंग के होते हैं।

मील का पत्थर **(माइलस्टोन)** जिले, गाँव व शहरों की सड़कों, हाईवे और एक्सप्रेसवे में सड़क के किनारे दिखते है जो अलग–अलग रंग के होते हैं। सफेद और पीले रंग के माइलस्टोन राष्ट्रीय राजमार्ग पर होते हैं, जबकि सफेद व हरे रंग के माइलस्टोन राज्य राजमार्ग पर होते हैं। इसी तरह बाहर और जिले पर लगे माइलस्टोन काले व सफेद रंग के होते हैं, जबकि ग्रामीण सड़कों पर सफेद व नारंगी रंग के होते हैं।

## दुर्घटना के दौरान प्राथमिक चिकित्सा एवं सहायता

आकस्मिक दुर्घटना होने पर चिकित्सक या एम्बुलेंस के आने से पहले जो राहत कार्य या उपचार किया जाता है, उसे प्राथमिक चिकित्सा कहते है। प्राथमिक चिकित्सा का प्रमुख उद्देश्य दुर्घटना की वजह से लगी चोट के प्रभाव को बढ़ने से रोकना तथा घायल व्यक्ति के जीवन की रक्षा करना है।

दुर्घटना होने के एक घंटे के भीतर का समय अत्यंत महत्वपूर्ण होता है। इसे **''गोल्डन ऑवर''** कहते है। यदि इस एक घंटे के भीतर जरूरतमंद व्यक्ति को चिकित्सीय सहायता प्राप्त हो जाती है, तो उसकी जान बच जाने एवं शीघ्र स्वस्थ होने की संभावना काफी बढ़ जाती है। इस हेतु कतिपय उपचार सामग्री की जानकारी अति महत्त्वपूर्ण है, जिसकी सहायता से पीड़ित व्यक्ति को सुरक्षित व संरक्षित रखने में सहयोग दिया जा सकता है।

| आकस्मिक चिकित्सा हेतु 'क्या करे' | |
|---|---|
| घाव हो जाना/खून बहना | • घायल को हमेशा ऐसे स्थान पर स्थिर रखें जिससे रक्तस्राव का स्तर कम रहे।<br>• घाव पर हवा लगने दें रक्तस्राव वाला भाग उंगली से दबा के रखें।<br>• बर्फ लगाने से भी रक्तस्राव बन्द हो जाता है। |
| अस्थि भंग होना | • अस्थि भंग को खपच्चियों से यथासंभव स्वाभाविक बनाये रखें।<br>• यदि खून बह रहा है तो खून रोकने की कोशिश करें। |
| नीला पड़ जाना/घूंसे की चोट | • बर्फ को तौलिये में लपेट कर चोटिल स्थान पर रखें। |
| नकसीर फूटना | • व्यक्ति को सीधा बैठायें उसका सिर आगे की तरफ झुकायें।<br>• अँगुली की मदद से नाक की हड्डी को दबाये और व्यक्ति को मुंह से सांस लेने को कहें।<br>• अगर व्यक्ति/बच्चा रो रहा है तो पहले उसे चुप करायें। |
| बेहोश हो जाना | • पीठ के बल सीधा लिटा दें।<br>• शरीर पर यदि कोई टाइट वस्तु (बेल्ट आदि) हो, तो उसे निकाल दें। |

| | |
|---|---|
| बिजली से करेंट लगना | • जहाँ से करेंट (करेंट का सोर्स) आ रहा है, उसे बंद कर दें।<br>• करेंट छुड़ाने के लिए लकड़ी का प्रयोग करें। |
| जहरीले जीव–जन्तु के काटने पर या अन्य प्रकार का जहर | • बर्र, मधुमक्खी के काटने पर डंक वाले स्थान को पानी और साबुन से धोयें।<br>• प्रभावित हिस्से पर पानी की तेज धार मारें।<br>• कुत्ते के काटने पर प्रभावित हिस्से को पानी और साबुन से धोयें। |
| मोच आना | • मोच के स्थान को स्थिर अवस्था में रखें।<br>• जोड़ को प्राकृतिक दशा में लाकर उस पर खींच कर पट्टी बाँधे और पानी से तर रखें। |
| • तत्काल निकटतम प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र/चिकित्सक से सम्पर्क करें। टोने–टोटके से बचें। | |

## प्राथमिक चिकित्सा एवं सहायता की प्रक्रिया

- घायल व्यक्ति को हिलाकर पूछें कि क्या वह ठीक है? यदि कोई प्रतिक्रिया नहीं दे तो सहायता के लिये 108 (एम्बुलेंस) या 112 (पुलिस) नम्बर पर सूचित करें।
- दुर्घटना स्थल का पूरा पता व घायलों की सही संख्या के बारे में सम्पूर्ण जानकारी दें।
- यदि कहीं से खून का बहाव हो रहा है, तो घाव को साफ करें व कसकर पट्टी बाधें। सिर, गर्दन अथवा छाती से खून का बहाव रोकने के लिये कपड़े से दबाकर रखे।
- हड्डी टूटने के मामले में चोट ग्रस्त अंग पर लकड़ी (खपच्ची) बांध कर स्थिरता प्रदान करें।
- सिर पर चोट लगने की वजह से व्यक्ति, यदि बेहोश हो जाये तो उसे रिकवरी पोजिशन (बांयी करवट) में लिटायें।
- कैरोटिड **(गर्दन के पास)** या रेडियल **(कलाई के पास)** नाड़ी **(पल्स)** चेक करें। यदि पल्स नहीं चल रही हो, तो तुरन्त सी0पी0आर0 की प्रक्रिया प्रारम्भ करें।
- सी0पी0आर0 की प्रक्रिया प्रारम्भ करने से पूर्व घायल की गर्दन अवश्य सीधी कर लें।
- सी0पी0आर0 के लिये छाती के बीचों बीच स्टर्नम हड्डी के ऊपर दोनों हथेली रखकर दबाव देना शुरू करें। छाती पर तीस बार दबाव दें और दो बार मुँह से मुँह में सांस दें।
- पल्स आने या चिकित्सीय सहायता के पहुंचने तक ये प्रक्रिया जारी रखें।

## सी0पी0आर0 (Cardiopulmonary Resuscitation–कार्डियोपल्मोनरी रिससिटेशन)

# गुड सिमेरिटन पुरस्कार

कोई भी व्यक्ति जिसने किसी मोटर वाहन से हुई घातक दुर्घटना के शिकार व्यक्ति को तत्काल सहायता करते हुए दुर्घटना के गोल्डेन ऑवर (सुनहरे घंटे) के भीतर चिकित्सा उपचार प्रदान करने के लिए अस्पताल पहुँचाकर उसकी जान बचाई जाती है उसे 5000/– रू0 नगद पुरस्कार के साथ–साथ प्रशंसा का प्रमाण–पत्र भी दिया जाता है।

**सड़क सुरक्षा एवं यातायात के नियमों की जानकारी हेतु शिक्षकों द्वारा विद्यालय में इसी प्रकार की अन्य गतिविधियाँ करायी जा सकती हैं। यथा–**

❖ शिक्षक बच्चों को छोटे–छोटे समूह में विभाजित करेंगे एवं प्रत्येक समूह को किसी एक प्रकार के वाहन पर प्रोजेक्ट कार्य देंगे। समूह दिये गये वाहन के सम्बन्ध में यह पता लगाकर कक्षा में प्रस्तुतीकरण देगा कि–

- दोपहिया वाहन को चलाने के लिए सरकार द्वारा क्या नियम बनाये गये हैं? इनका पालन न करने पर किस प्रकार की शारीरिक, आर्थिक, मानसिक क्षति हो सकती है?
- चार पहिया वाहन को चलाने के लिए सरकार द्वारा क्या नियम बनाये गये हैं? इनका पालन न करने पर किस प्रकार की शारीरिक, आर्थिक, मानसिक क्षति हो सकती है?
- सड़क पर पैदल चलने/साइकिल चलाने के लिए क्या नियम हैं? इनका पालन न करने पर हमें किस प्रकार का नुकसान हो सकता है?
- रेल/बस में यात्रा करते समय हमें क्या सावधानियाँ रखनी चाहिए?

❖ सुरक्षित यातायात सम्बन्धी जागरूकता सामग्री यथा–पोस्टर, स्लोगन, पत्रिका आदि का विकास करा सकते हैं तथा उस पर चर्चा कर सकते हैं।

❖ शिक्षक बच्चों से पूछें कि वे अपने गाँव/घर से स्कूल, बाजार, मेला, अस्पताल आदि जगहों पर कैसे जाते हैं? रास्ते में कौन–कौन से यातायात के साधन देखते है जो सड़क पर धीमी अथवा तेज़ गति से चलते हैं। शिक्षक सभी बच्चों को यातायात के साधनों की सूची बनाने के लिए कहेंगे। बच्चे विभिन्न प्रकार के साधनों की सूची बनाकर कक्षा–कक्ष में प्रदर्शित/प्रस्तुत करेंगे। शिक्षक इन यातायात साधनों के प्रयोग के दौरान की जाने वाली सावधानियों पर चर्चा करेंगे। शिक्षक बच्चों को बतायेंगे कि यातायात व परिवहन विभाग द्वारा विभिन्न नियम बनाये गये हैं। ये हमारी सुरक्षा एवं सुगम आवागमन को सुनिश्चित करते हैं।

❖ सुरक्षित यातायात संबंधी चित्र दिखाकर उन पर चर्चा कर जागरूकता लायी जा सकती है–

**सत्र समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा चर्चा के उपरान्त सड़क दुर्घटना से बचाव हेतु यातायात के नियम व संकेतों की आवश्यकता एवं महत्व को बताते हुए सत्र का समापन किया जायेगा।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- यातायात एवं सम्बंधित नियमों, दुर्घटना के दौरान प्राथमिक चिकित्सा एवं सावधानियां, सड़क सुरक्षा एवं यातायात सम्बन्धी उत्तरदायित्व, यातायात संकेतों एवं नियमों की जानकारी
- साइबर अपराध एवं साइबर सुरक्षा संबंधी अवधारणा की समझ का विकास

<table>
<tr><th>बस यात्रा</th><th>साइकिल चलाना</th></tr>
<tr><td>
</td><td> </td></tr>
<tr><th>सड़क पर चलना</th><th>सड़क सुरक्षा सम्बन्धी महत्वपूर्ण वीडियो एवं सामग्री लिंक</th></tr>
<tr><td> </td><td>

**सड़क सुरक्षा से संबंधित जागरूकता–**

https://youtu.be/2ynlaWUwMsA?si=IQ114ALURuVO9hOV<br>
https: youtu.be SP72F6Llvkc?feature=shared

**सी0पी0आर0 देने की विधि–**

https://www.youtube.com/watch?v=DMi7hujGeSY&feature=youtu.be

https://youtu.be/E8ugt5CbEgQ?si=WYtSG5WxDxyXhbzI

**प्राथमिक उपचार हेतु सुझाव**

https://www.youtube.com/watch?v=uOlDdba0jxA&feature=youtu.be

**सड़क दुर्घटना में प्राथमिक उपचार संबंधी वीडियो–**

https://youtu.be/vJvLh8NnLV4?si=cJg-OcZmJC1Qp9-n

</td></tr>
</table>

# साइबर सुरक्षा

डिजिटल तकनीक व सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी के बढ़ते इस्तेमाल और पहुँच ने बच्चों के शैक्षणिक विकास को सकारात्मक रूप से प्रभावित किया है, किन्तु एक सिक्के के दो पहलुओं की तरह इसका नकारात्मक पक्ष भी है। जहाँ एक ओर इन्टरनेट और सोशल नेटवर्किंग साइट्स से हमें नित नई जानकारियां प्राप्त होती हैं, दैनिक जीवन में विभिन्न कार्यों में सहायता मिलती है। वहीं दूसरी ओर जानकारी के अभाव में इसका गलत इस्तेमाल करने से हम अनजाने में गलतियाँ कर साइबर अपराध के चंगुल में फंस सकते हैं। वर्तमान समय में इंटरनेट के बढ़ते हुए उपयोग के कारण अनेक साइबर अपराध सामने आ रहे हैं। इसमें व्यक्ति से मिले बिना उनका दुरूपयोग किया जा सकता है और उनसे मिलकर बच्चों के साथ अपराध किये जा सकते हैं।

**साइबर क्राइम से जुड़ी कुछ प्रमुख शब्दावलियों से आशय–**

- **स्पैम ई–मेल–** ऐसे ई–मेल जो कम्प्यूटर को नुकसान पहुँचाते है।
- **फिशिंग–** किसी को लुभावने ई–मेल भेज कर उसे अपनी व्यक्तिगत, व्यवसायिक या बैंक संबंधी जानकारी साझा करने के लिए प्रेरित करना।
- **हैकिंग या पहचान की चोरी–** किसी की व्यक्तिगत जानकारी या उसके नाम, पता, फोटो, वीडियो आदि को सोशल साइट्स से चुराकर उसका दुरूपयोग करना।
- **सॉफ्टवेयर पाइरेसी–** किसी ओरिजनल सॉफ्टवेयर को अवैध रूप प्रयोग करना।
- **वायरस फैलाना–** इंटरनेट के माध्यम से ऐसे, फोटो, वीडियो या सूचना शेयर (साझा) करना जिसमें ऐसे वायरस हों जो फोन या कम्प्यूटर को नुकसान पहुँचा दे।
- **स्टॉकिंग–** किसी को सोशल साइट्स या फोन के माध्यम से बार–बार परेशान करना।
- **फर्जी बैंक कॉल–** ऐसे मैसेज, कॉल या व्हाट्एप मैसेज भेजना जिसमें बैंक खाते से संबन्धित जानकारी मांगी गयी हो।
- **साइबर बुलिंग**–सोशल साइट्स पर किसी को लक्ष्य बनाकर अशोभनीय बातें लिखना, मजाक बनाना, किसी विशेष वजह से बार–बार लक्ष्य बनाकर नकारात्मक मैसेज करना।
- **चाइल्ड पोर्नोग्राफी–** इंटरनेट के माध्यम से बच्चों की अश्लील तस्वीर, वीडियो या साहित्य को प्रसारित करना या किसी बच्चे को जाने अनजाने इसका शिकार बनाना।

- **सोशल इंजीनियरिंग**— हैकर्स व्यक्तिगत जानकारी को प्राप्त करने के लिए आपको धोखा देने की कोशिश करते हैं, जैसे—सोशल मीडिया या फोन कॉल के माध्यम से जानकारी प्राप्त करना।
- **मोबाइल गेमिंग**— मोबाइल गेमिंग द्वारा सामान्य जीवन पर दुष्प्रभाव डालना। बच्चों द्वारा मोबाइल पर खेले जाने वाले गेम जैसे—पब्जी, ब्लू व्हेल, पोकेमॉन, कैन्डी क्रश, फोर्ट नाइट, फ्री—फायर आदि उनके सामान्य जीवन पर दुष्प्रभाव डालते हैं एवं आत्महत्या, बाल अपराध आदि हेतु प्रेरित करते हैं। इसके अतिरिक्त गेम के द्वारा मोबाइल में वायरस द्वारा सूचनाओं की चोरी भी की जा सकती है। अभिभावकों को चाहिए कि बच्चों को मोबाइल का प्रयोग करते समय अपनी निगरानी में रखें एवं फोन में यथासम्भव चाइल्ड लॉक का उपयोग करें। मोबाइल पर प्रतिबंधित खेलों को खेलने से रोके।

**गतिविधि 4—**

**पूर्व की तैयारी**— सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को एक वीडियों दिखाया जायेगा।

**वीडियो लिंक**— https://youtu.be/Sgs4K2eAZhg?si=6NqAs1OG8AItpzGm

**गतिविधि के चरण—**

**चर्चा—परिचर्चा**— सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से निम्नलिखित प्रश्नों के माध्यम से उनकी प्रतिक्रिया प्राप्त की जायेगी—

1. क्या वीडियों में दिखायी दे रहा व्यक्ति अशिक्षित है?
2. वह कौन—सी परिस्थिति थी जिसके कारण उस व्यक्ति ने अपनी व्यक्तिगत पहचान से सम्बन्धित सूचना साइबर सूचना देने के लिए तत्पर हुआ?

**समेकन**— सुगमकर्ता प्रतिभागियों द्वारा प्राप्त प्रतिक्रियाओं के आधार पर उन्हें बतायेगा कि साइबर अपराधी अधिकांश शिक्षित व्यक्तियों को अपना शिकार बनाते हैं। इसके लिए उनकी व्यस्तता भय एवं लालच का फायदा उठाते है। सुगमकर्ता द्वारा साइबर क्राइम के महत्त्वपूर्ण बिन्दुओं को समाहित करते हुए साइबर क्राइम के रूप एवं उनसे बचाव पर चर्चा कर समेकन किया जायेगा।

## सोशल नेटवर्किंग साइट्स प्रयोग करते समय क्या करें, क्या न करें

| क्या करें | क्या न करें |
|---|---|
| • बच्चे (13 वर्ष से ऊपर) अपने अभिभावक या अध्यापक के दिशा निर्देश में सोशल साइट्स पर एकाउंट (Account) बनायें। | • एकाउंट बनाते समय आयु संबंधी सूचना को गलत न भरें। |
| • जिन्हें वास्तविक जीवन में नहीं जानते हैं उनसे मित्रता करने से पूर्व उनके विषय में ठीक से जानकारी प्राप्त करें। | • संदिग्ध अकाउन्ट (Account) वाले व्यक्ति से मित्रता न करें। |
| • पासवर्ड को सुरक्षित/गोपनीय रखें। | • पासवर्ड किसी को न बतायें। |
| • किसी आपत्तिजनक दिखने वाले पेज या window से तुरंत logout करें। | • साइबर बुलिंग होने पर घबरायें नहीं। |

| | |
|---|---|
| • किसी प्रकार की साइबर बुलिंग, स्टॉकिंग, फर्जी फोन कॉल या मैसेज की सूचना अपने अभिभावक या जानकर व्यक्ति को दें। | • केवल मनोरंजक या रोमांचक होने की बात सुनकर खतरनाक खेलों की ओर न आकर्षित हों। |
| • ऑनलाइन उन्हीं खेलों को खेलें जो सुरक्षित हों। | • अपनी व्यक्तिगत जानकारी या परिवार की जानकारी किसी को न बतायें। |

**गतिविधि 5– सोशल नेटवर्किंग साइट्स का प्रयोग एवं सुरक्षात्मक उपाय**

**पूर्व की तैयारी**–सुगमकर्ता प्रकरण से संबंधित चित्रों, सूचनाओं, वीडियो आदि को संकलित करके पी0पी0टी0 तैयार करेंगे एवं गतिविधि में प्रयुक्त आवश्यक सहायक सामग्री यथा–पेन, पेन्सिल, कलर स्केच, चार्ट पेपर, कैंची, फेविकोल आदि की व्यवस्था करेंगे।

**गतिविधि के चरण**–सुगमकर्ता प्रतिभागी शिक्षकों को समूहों में बाँटकर निम्नवत् गतिविधि करायेंगे।

**समूह–1** 'सोशल नेटवर्किंग साइट्स का प्रयोग करते समय क्या करें एवं क्या न करें' पर चार्ट पेपर पर पोस्टर एवं कोलाज आदि बनाना।

**समूह–2** साइबर अटैक से बचने के विभिन्न तरीके। (चार्ट/पी0पी0टी0 द्वारा)

**समूह–3** सेफ सर्च (Safe Search) कैसे करें ? (चार्ट/पी0पी0टी0 द्वारा)

**समूह–4** साइबर क्राइम से जुड़ी शब्दावलियाँ कौन–कौन सी है। (चार्ट/पी0पी0टी0 द्वारा)

**समूह–5** बच्चों को साइबर अटैक से कैसे बचाएँ ? (चार्ट/पी0पी0टी0 द्वारा)

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा विद्यालय स्तर पर प्रतिभागियों के समक्ष साइबर अपराध से सम्बन्धित यदि कोई समस्या आयी हो तो उस पर चर्चा की जायेगी।

**समेकन**–प्रतिभागियों को प्रस्तुत गतिविधि के महत्वपूर्ण बिन्दुओं को समेकित रूप में बताया जाएगा एवं चर्चा की जाएगी।

**गतिविधि 6– जागते रहो**

**पूर्व की तैयारी**– सुगमकर्ता प्रकरण से संबंधित चित्रों, सूचनाओं आदि का संकलन करके पी0पी0टी0 एवं चार्ट आदि तैयार करेंगे।

**गतिविधि के चरण**– सुगमकर्ता द्वारा समाचार पत्रों में प्रकाशित साइबर अपराध से सम्बन्धित घटनाओं के अंश दिखाये जायेंगे।

**चर्चा–परिचर्चा**– सुगमकर्ता द्वारा ऐसी घटनाओं के अखबार की कटिंग का कोलॉज अथवा पोस्टर प्रतिभागियों को दिखाया जाये या कोई वीडियो दिखाकर बड़े समूह में चर्चा करायी जायेगी। सुगमकर्ता द्वारा निम्नवत् बिन्दुओं पर चर्चा की जायेगी–

- दिखाये गये पोस्टर्स में किस प्रकार की घटनाओं की बात की गयी है।
- आपके आस–पास एवं घर परिवार में क्या ऐसी कोई घटना घटित हुई है? (सुगमकर्ता प्रतिभागियों को पूर्व में कुछ इस प्रकार की घटित घटनाओं का संदर्भ देते हुए अपनी बात रखने के लिए प्रेरित करें।

**समेकन**–सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों के विचारों एवं महत्वपूर्ण बिन्दुओं को समेकित रूप में बताया जाएगा।

**प्रतिभागी शिक्षकों को ये भी बतायें–**

- साइबर क्राइम की स्थिति में N.C.P.C.R एवं आई0टी0 एक्ट के तहत सजा एवं जुर्माने का प्रावधान किया गया है।
- सोशल साइट्स पर साइबर बुलिंग केवल बच्चों के साथ ही नहीं, बल्कि बड़ों के साथ भी होती है।
- सोशल साइट्स पर बने सभी एकाउण्ट सही नहीं होते हैं और न ही सभी साइट्स पर दी जाने वाली जानकारियां ही सही होती है।
- सोशल साइट्स पर शेयर की गयी बात या जानकारियां गोपनीय नहीं होती हैं। अतः सतर्क रहें।
- आप स्वयं को ऑनलाइन उसी प्रकार सुरक्षित रखें जैसे वास्तविक जीवन में रखते हैं।
- साइबर खतरे की स्थिति में cyber crime portal-cybercrime.gov.in तथा साइबर सुरक्षा सेल के नम्बर–1930 पर सूचित करें।
- डिजीटल बैकिंग तथा ए0टी0एम0 के प्रयोग में बरती जाने वाली सावधानियां रखें।
- आधार से सम्बन्धित महत्वपूर्ण जानकारियों को सभी से साझा न करें।

## *डिजिटल बैंकिंग से संबन्धित धोखाधड़ी एवं बचाव के उपाय

डिजिटल बैंकिंग धोखाधड़ी एक ऐसी धोखाधड़ी या चोरी है जिसमें साइबर अपराधी ऑनलाइन तकनीक के माध्यम से किसी एक बैंक के खाते से अवैध रूप से पैसे निकालता है और/या किसी अन्य बैंक के खाते में राशि अंतरित करता है। ऑनलाइन लेनदेन से संबन्धित धोखाधड़ी की घटनाओं की संभावना तब होती है, जब आपके लॉग इन संबंधी विवरण, बैंक खाते या कार्ड से संबन्धित विवरण किसी साइबर अपराधी द्वारा प्राप्त कर लिए जाते हैं। इस संबंध में एलेक्ट्रोनिक बैंकिंग प्रयोग करते समय क्या करें, क्या ना करें।

| क्या करें | क्या ना करें |
|---|---|
| • भुगतान के लिए हमेशा केवल सत्यापित और विश्वसनीय ब्राउजरों और एचटीटीपीएस (HTTPS) सुरक्षित वेबसाइट्स (S का अर्थ सुरक्षित है) उपयोग करते हुए अपने बैंक का URL लिखें। URL विंडो (इमेज) में सुरक्षित चिन्ह (लॉक) देखें। | • कभी भी ऑनलाइन खोज के माध्यम से अपने बैंक की वेबसाइट को एक्सेस न करें। |
| • अक्षरो, संख्याओं (अल्फान्यूमेरिक) और विशेष वर्णों ( # ] * ] @ ] $ आदि) का उपयोग करके अपने पासवर्ड को सुदृढ़ बनाएं। | • कभी भी फोन पर सर्च क्रेडेंशियल स्टोर ना करें, अविश्वसनीय पोर्टल/सेवा प्रदाताओं पर क्रेडेंशियल दर्ज/स्टोर ना करें। |
| • हमेशा अपने भुगतान लेनदेन ऐप (बैंक, गैर–बैंक, वॉलेट आदि) को नवीनतम संस्करण के साथ अपडेट रखें। | • सार्वजनिक उपकरणों, साइबर कैफे और सार्वजनिक वाईफाई जैसे असुरक्षित/खुले नेटवर्क के माध्यम से लेनदेन करने से बचें। |

| | |
|---|---|
| ● अपने मोबाइल नंबर और ईमेल आईडी को अपने बैंक खाते से लिंक करें और एसएमएस/ई–मेल अलर्टसेवा का विकल्प चुनें। | ● कभी भी अपना मोबाइल बैंकिंग पिन या इंटरनेट बैंकिंग आईडी, पासवर्ड और ओटीपी किसी के साथ (बैंक स्टाफ सहित) साझा न करें। |
| ● किसी भी असामान्य/अनधिकृत लेनदेन के मामले में, तुरंत बैंक को सूचित करें। | ● किसी भी अप्रमाणिक स्रोत से भुगतान/लेनदेन ऐप डाउनलोड न करें। |

## यूपीआई (UPI)

यूनीफाइड पेमेंट्स इंटरफेस या यूपीआई एक ऐसा प्लैटफॉर्म है जो इंटरनेट की सुविधा वाले स्मार्टफोन का उपयोग करके दो बैंक खातों के बीच धन हस्तांतरण की अनुमति देता है। **यूपीआई का प्रयोग करते समय क्या करें, क्या ना करें**

| क्या करें | क्या ना करें |
|---|---|
| ● यूपीआई ऐप को अपडेट रखें | ● कभी भी अपना पिन किसी के साथ साझा न करें। |
| ● मर्चेन्ट/व्यक्ति के प्राप्ति निवेदन (कलेक्ट रिक्वेस्ट) को स्वीकार करने से पहले हमेशा उसकी जांच करें। | ● प्राप्तकर्ता का पहले सत्यापन/पुनःपुष्टि किए बिना धन हस्तांतरित करने से बचें। |
| ● पेमेंट प्राप्त करने के लिए यूपीआई पिन की आवश्यकता नहीं है, अतः धोखेबाजों से सावधान रहें। | |

## एटीएम लेन–देन में क्या करें, क्या ना करें

सावधानी और जागरूकता के साथ हम एटीएम/डेबिट कार्ड संबन्धित धोखाधड़ी के मामलों से स्वयं को सुरक्षित रख सकते हैं। एटीएम/डेबिट कार्ड लेन–देन करते समय इन बातों का ध्यान रखें–

| क्या करें |
|---|
| ● सुनिश्चित करें कि जब आप अपना पिन दर्ज करते हैं या अपने कार्ड स्वाइप करते हैं तो एटीएम के पास कोई अनधिकृत कैमरा या अन्य स्किमिंग डिवाइस नहीं है। |
| ● सुनिश्चित करें कि एटीएम में पिन दर्ज करते समय कोई भी इसे देख नहीं रहा हो। एक हाथ से की पैड को कवर करना और अपने पिन को दर्ज करने के लिए दूसरे हाथ का उपयोग करना एक अच्छी आदत मानी जाती है। |
| ● प्राप्त नोटों को गिनें और जाँचें। |
| ● लेन–देन समाप्त होने के बाद अपना कार्ड वापस अवश्य लें। |
| ● एटीएम लेन–देन पर अलर्ट प्राप्त करने के लिए कार्ड जारी करने वाले बैंक के साथ अपना फोन नंबर पंजीकृत करें। |

| |
|---|
| • कार्ड खो जाने या चोरी होने अथवा यदि आपको ऐसा लगता है की इससे छेड़छाड़ की गई है, तो उसे ब्लॉक करने के लिए तुरंत अपने बैंक से संपर्क करें। |
| • एटीएम लेन–देन विफल (Failed ATM Transaction) होने से संबन्धित कोई शिकायत है, तो उसे कार्ड जारी करने वाले बैंक के तत्काल संज्ञान में लाएँ। बैंकों को 5 दिनों के भीतर विफल एटीएम लेनदेन का निवारण करना आवश्यक है। |

* भारतीय रिजर्व बैंक (https://m.rbi.org.in/FinancialEducation/SchoolChildren.aspx) से प्राप्त।

**साइबर सुरक्षा से सम्बन्धित संदर्भ सामग्री के वीडियों लिंक–**

- https://youtu.be/6iAo25Lrw3E?si=boCKB5EIMt1y_8Fu
- https://youtu.be/IonTsrGAN9E?si=KNxu38fLdx7vEDIS
- https://youtu.be/TU5rHpt1QRI?si=2LchKCMMK9xzPCSt
- https://youtu.be/VmFRwSQFvlc?si=Gx-yoR2VcxwPFgzY
- https://youtu.be/UO_QF6eDrWA?si=PLsCE6KKxZ6LN3m9

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से विद्यालय में सुरक्षा एवं संरक्षा सुनिश्चित करने के लिए करायी जानी वाली गतिविधियों पर चर्चा की जायें।

## विद्यालय स्तर पर सुरक्षा एंव सरंक्षा हेतु किये जाने वाले कार्य

- विद्यार्थियों में सुरक्षा एवं संरक्षा पर समझ विकसित करने के लिए पत्रिका (मासिक/त्रैमासिक) का विकास कराया जा सकता है। पत्रिका में विद्यार्थियों द्वारा रचित कविता, कहानी, पहेली, चित्रों आदि को सम्मिलित किया जा सकता है। इसके साथ–साथ सुरक्षा एवं संरक्षा के विभिन्न आयामों पर कविता, कहानी एवं चित्रमय बिगबुक बनवा सकते हैं।

- सुरक्षा एवं संरक्षा के विभिन्न आयामों से संबंधित मुद्दों के चित्रों की कटिंग संग्रह/चिपकाकर चर्चा कर सकते हैं।

- सुरक्षा एवं संरक्षा के आंकड़ों, समाचारों और सूचनाओं का कोलाज बनवाया जा सकता है, जिसे देखकर व पढ़कर बच्चे इस प्रकार की सूचनाओं आदि को पढ़ने व जानने की ओर आकर्षित होंगे, साथ ही उसके प्रभाव और दुष्प्रभाव आदि के प्रति संवेदनशील बनेंगे।

- किसी छोटी घटना या कहानी का सचित्र प्रस्तुतीकरण कराया जा सकता है। सामाजिक मुद्दों अंधविश्वास, कुरीतियों, मादक द्रव्यों, व्यवसन व अन्य समस्याओं से सम्बन्धित विषयों पर बच्चों से स्पष्ट चर्चा–परिचर्चा की जा सकती है। बच्चों के मत/राय को गम्भीरता से सुना जाये तथा उन्हें जागरूक किया जाये।

- सुरक्षा एवं संरक्षा हेतु क्या करें व क्या न करें के दिशा–निर्देश बनवा सकते हैं।

- सुरक्षा–संरक्षा, स्वास्थ्य, स्वच्छता, सड़क सुरक्षा, बाल श्रम निषेध, आपदा प्रबन्धन आदि पर पोस्टर बनवा कर, उन पर चर्चा की जा सकती है।
    - पोस्टर में निहित संदेशों व सूचनाओं के विभिन्न आयामों पर बच्चों से विचार–विमर्श कर उनके दृष्टिकोण को समझा जा सकता है।
    - विभिन्न कार्यक्रमों यथा–सड़क सुरक्षा, विशेष संचारी रोग–नियंत्रण, पर्यावरण आदि से संबंधित अभियान तथा सप्ताह में निर्देशानुसार बच्चों एवं अभिभावकों को जागरूक करने हेतु गतिविधियाँ करायी जाये।

- विद्यालय में प्रार्थना स्थल, विशेष अवसरों के आयोजन, विद्यालय प्रबन्ध समिति की बैठक/अभिभावक संघ की बैठक में समुदाय के साथ सुरक्षा और संरक्षा संबंधी विभिन्न मुद्दों पर चर्चा की जाये। विद्यालयी परिवेश और उसके आस–पास घटने वाली घटनाओं के कारणों तथा बचाव हेतु बरती जा रही सावधानियों पर भी विचार–विमर्श किया जाये। यह भी बताया जाये कि लाइसेंसी हथियार अथवा अन्य नुकीले एवं खतरनाक उपकरणों को बच्चों की पहुँच से दूर रखें, जिससे किसी प्रकार की दुर्घटना घटित न हो।
- विद्यालय में सुरक्षा एवं संरक्षा के लिए बच्चों का एक ऐसा मंच भी विकसित किया जा सकता है, जहाँ बच्चों को भयहीन वातावरण में अपनी बात रखने तथा साथियों के विचार सुनने के भरपूर अवसर प्राप्त हो।

**सत्र समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा सत्र समापन के क्रम में प्रतिभागियों को निर्देशित किया जायेगा कि विद्यालय स्तर पर विद्यार्थियों को सुरक्षा–संरक्षा सम्बन्धित विभिन्न मुद्दों के प्रति जागरूक करें।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- सड़क–सुरक्षा सम्बन्धित मुद्दों की समझ का विकास
- साइबर–सुरक्षा सम्बन्धित मुद्दों की समझ का विकास
- विद्यालय में करायी जाने वाली गतिविधियों पर समझ का विकास

| सामग्री | क्यू0 आर0 कोड | सामग्री | क्यू0 आर0 कोड | सामग्री | क्यू0 आर0 कोड |
|---|---|---|---|---|---|
| सुरक्षा संरक्षाः विभिन्न आयाम | | स्कूली बच्चों के लिए वित्तीय साक्षरता | | स्कूली वाहन के सम्बन्ध में | |
| हमारा लक्ष्यः बाल श्रम मुक्त भारत | | नशाः दुष्परिणाम एवं बचाव | | सड़क सुरक्षा संकेतावली और चिन्हपुस्तिका | |
| चित्र कथा | | सड़क सुरक्षा एवं यातायात मार्गदर्शिका | | प्राथमिक उपचार | |
| आधार संबंधी जानकारी | | पोस्टर | | MHM मॉड्यूल गरिमा | |

# विषय- नेतृत्व क्षमता संवर्धन एवं सामुदायिक सहभागिता

**अवधि–** 75 मिनट

**सत्र उद्देश्य–** सत्र के समाप्ति के पश्चात् प्रतिभागी निम्नलिखित बिन्दुओं पर अपनी समझ विकसित कर सकेंगे–

- प्रतिभागी शिक्षकों में नेतृत्व एवं नेतृत्व क्षमता संवर्धन की समझ का विकास
- प्रतिभागी शिक्षकों में समुदाय एवं सामुदायिक सहभागिता की समझ का विकास
- प्रतिभागी शिक्षकों में सामुदायिक सहभागिता के द्वारा विद्यालय का विकास करने की समझ का विकास
- शिक्षक विद्यार्थियों में नेतृत्व कौशल विकास कर सकेंगे

**आवश्यक सामग्री–** प्रशिक्षण विवरणिका, चार्ट, मार्कर, स्टिकी नोट्स, पी0पी0टी0, ए–4 साइज पेपर।

**सत्र संचालन– भाग– I**

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को नेतृत्व एवं नेतृत्व क्षमता संवर्धन की अवधारणा, प्रभावी नेतृत्वकर्ता के प्रमुख गुण तथा नेतृत्व क्षमता संवर्धन को प्रभावी बनाने हेतु पी0पी0टी0 के माध्यम से प्रस्तुतीकरण एवं चर्चा की जायेगी।

आम बोल–चाल की भाषा में **'नेतृत्वकर्ता, प्राधिकारी या शक्ति वाले व्यक्तियों को माना जाता है जो संगठन का नेतृत्व करते हैं।'**

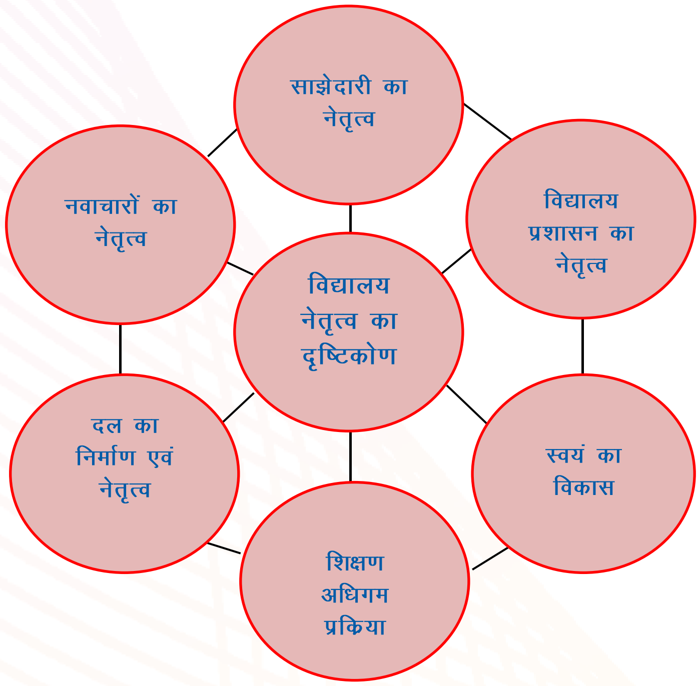
शिक्षक निरन्तर नेतृत्व, ज्ञान, कौशल एवं अभिवृत्ति के विस्तार में संलग्न होता है। स्वयं के साथ–साथ उसे अपने कक्षा शिक्षण तकनीक को भी विकसित करना होता है एवं वर्तमान और भविष्य की चुनौतियों से सामना करने की पहल भी करनी होती है जिससे विद्यार्थियों की सीखने सम्बन्धी आवश्यकताओं की पूर्ति हो सके। NEP-2020 नेतृत्व क्षमता को शिक्षा के सभी स्तरों पर सशक्त बनाने के लिए व्यापक दृष्टिकोण प्रदान करती है। यह न केवल शिक्षकों और प्रशासकों को नेतृत्व के लिए तैयार करती है अपितु विद्यार्थियों को भी नैतिक और जिम्मेदार नेतृत्वकर्ता बनाने के लिए प्रेरित करती है।

**प्रभावशाली नेतृत्वकर्ता के प्रमुख गुण–**

- पहल करना।
- सकारात्मक दृष्टिकोण रखना।
- स्वप्रेरित होना।
- परिवर्तन लाने के लिए सतत् प्रयत्नशील रहना।

**विद्यालय नेतृत्व–**

एक विद्यालय प्रमुख या शिक्षक को नेतृत्वकर्ता के रुप में अपने नेतृत्व विकास को राष्ट्रीय पाठ्यक्रम में उल्लिखित सात बिन्दुओं पर कार्य करना होता है–




**स्त्रोत –निष्ठा 2.0 (विद्यालय नेतृत्व अवधारणा एवं अनुप्रयोग)**

**गतिविधि 1– नेतृत्व चक्र**

**पूर्व की तैयारी**– सुगमकर्ता गतिविधि सम्बन्धी विभिन्न परिस्थितियों को सूचीबद्ध कर लें।

**गतिविधि संचालन**–

- सुगमकर्ता प्रतिभागियों को नेतृत्व क्षमता, समस्या–समाधान और सहयोग कौशल का आकलन करने के लिए प्रतिभागियों को छोटे–छोटे समूह में विभाजित कर ले।
- प्रत्येक समूह में से एक सदस्य को नेता के रूप में चयन करने के लिए निर्देश दें।
- तत्पश्चात् प्रत्येक समूह को निम्नलिखित परिस्थितियों में से एक परिस्थिति दें–
    1. विद्यालय में खेल दिवस के आयोजन के लिए कार्यक्रम की योजना बनाना।
    2. विद्यालय के पुस्तकालय में पुस्तकें व्यवस्थित करना।
    3. विद्यालय में स्वच्छता अभियान का प्रारम्भ करना।
    4. विद्यालय में मध्यान्ह भोजन का व्यवस्था का संचालन करना।
    5. विद्यालय में बाल संसद का आयोजन करना।
    6. विद्यालय में अवकाश लेने के कारण मात्र दो शिक्षकों द्वारा विद्यालय में शिक्षण कार्य का संचालन करना।
- सुगमकर्ता द्वारा प्रत्येक समूह को उपरोक्त परिस्थितियों में से किसी एक परिस्थिति पर प्रस्तुतीकरण तैयार करने के लिए पाँच मिनट का समय दिया जायेगा।
- सुगमकर्ता द्वारा गतिविधि के दौरान कार्य करते समय प्रत्येक समूह के सदस्यों में सामूहिकता की भावना का आकलन किया जा सकता है।

**चर्चा–परिचर्चा**– समूह प्रस्तुतीकरण के पश्चात् सुगमकर्ता द्वारा अन्य प्रतिभागियों से प्रश्न पूछें जायेंगे कि जिस समूह ने अपना प्रस्तुतीकरण दिया है उसमें नेतृत्व कौशल, सहयोग की भावना, समस्या–समाधान में से किन भावनाओं का विकास हुआ।

**समेकन**– सुगमकर्ता द्वारा प्रस्तुतीकरण के पश्चात् प्रतिभागियों को इसी प्रकार की गतिविधि विद्यालय में विद्यार्थियों के साथ करने के निर्देश दिये जायें। जिससे विद्यार्थियों में भी नेतृत्व क्षमता, समस्या–समाधान कौशल एवं सहयोग की भावना का विकास हो सके।

**सत्र का समेकन–**

सुगमकर्ता प्रतिभागियों से नेतृत्व की अवधारणा, विद्यालय, नेतृत्व क्षमता संवर्धन को विभिन्न हितधारकों के साथ जोड़ते हुए विद्यालय को प्रगति की ओर ले जाना, आदि के सम्बध में प्रश्न पूछने एवं उत्तर देने के साथ ही साथ सत्र का समापन करेगें।

**सत्र संचालन– भाग– II**

सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों को समुदाय एवं सामुदायिक सहभागिता की अवधारणा तथा सामुदायिक सहभागिता द्वारा विद्यालय में पठन–पाठन एवं अधिगम को प्रभावी बनाने के उपाय विषयक पी०पी०टी० के माध्यम से प्रस्तुतीकरण एवं चर्चा परिचर्चा की जायेगी।

विद्यार्थियों का सतत् अधिगम तथा शारीरिक एवं मानसिक विकास विभिन्न प्रकार के वातावरण में होता है। जैसे घर पर बच्चे अपने माता–पिता, दादा–दादी तथा परिवार के अन्य सदस्यों के साथ रहते हैं तथा विद्यालय में शिक्षकों, सहपाठियों के साथ अपने–अपने लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए परस्पर एक दूसरे के सहयोग से कार्य करते हैं। विद्यालय, समाज और शिक्षा के बीच महत्वपूर्ण कड़ी है जो ज्ञान, मूल्य और सिद्धान्तों का प्रकाश विद्यालय की चहारदीवारी से बाहर समुदाय तक पहुँचाता है।

शिक्षा आयोग (1964–66), राष्ट्रीय शिक्षा नीति–1986 तथा एन०ई०पी०–2020 में विद्यालय सामुदायिक सहभागिता (भागीदारी) पर विशेष बल दिया गया है। पी०टी०एम०, एस०एम०सी०, विद्यालय के सांस्कृतिक कार्यक्रमों के द्वारा सामुदायिक भागीदारी को बढ़ाया जा रहा है, जिससे शिक्षा की सार्वभौमिक पहुँच सुनिश्चित की जा सकेगी।

**गतिविधि 2– मेरा समुदाय, मेरी जिम्मेदारी**

**गतिविधि हेतु निर्देश–**

- सुगमकर्ता समस्त प्रतिभागियों को चार वर्गों में विभाजित कर लें।
- प्रत्येक वर्ग को चार्ट पेपर एवं आवश्यक लेखन सामग्री प्रदान कर दें।
- प्रत्येक समुदाय को अपने आस–पास के समुदाय की समस्याओं को चार्ट के एक भाग में लिखने को कहें।
- चार्ट के दूसरी तरफ एक आदर्श नागरिक के रूप में आप समुदाय में व्याप्त समस्याओं के निराकरण हेतु क्या प्रयास करते हैं/कर सकते हैं लिखे।
- प्रत्येक समूह के एक सदस्य द्वारा चार्ट पर अंकित विषय वस्तु को प्रस्तुत किया जायेगा।
- तत्पश्चात् सम्पूर्ण प्रशिक्षण कक्ष में महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर सबसे विचार–विमर्श किया जायेगा।

**चर्चा–परिचर्चा–**

- प्रशिक्षण कक्ष में प्रत्येक समूह के प्रस्तुतीकरण के पश्चात् महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर चर्चा की जायेगी।
- समूह द्वारा प्रस्तुत प्रत्येक सामुदायिक समस्या के निराकरण पर समस्त प्रतिभागी अपने विचार प्रस्तुत करेंगे।
- समस्याओं के निराकरण हेतु यदि कोई योजना बनायी गयी है तो उस पर भी चर्चा की जायेगी।
- अंत में समूह के प्रतिभागी योजना क्रियान्वयन से आये सकारात्मक परिणामों पर एक रिपोर्ट की प्रस्तुत कर सकते है।

**समेकन–** सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागी शिक्षकों को विद्यार्थियों में नेतृत्व कौशल, सामुदायिक सहभागिता समस्या समाधान आदि कौशल विकसित करने के उद्देश्य से इसी तरह की गतिविधि कक्षा–कक्ष में सम्पादित करने के निर्देश देते हुए गतिविधि का समेकन किया जायेगा।

**सत्र समेकन–**

सुगमकर्ता सामुदायिक सहभागिता विषय पर सत्र में आये विचारों/प्रश्नों का उत्तर देते हुए चर्चा करना एवं सत्र का समेकन करना।

**इस सत्र से हमने सीखा–**

- नेतृत्व एवं नेतृत्व क्षमता संवर्धन।
- समुदाय एवं सामुदायिक सहभागिता।
- सामुदायिक सहभागिता के द्वारा विद्यालय का विकास।

# समापन

**अवधि–** 75 मिनट

प्रशिक्षण के अंतिम सत्र में सुगमकर्ता द्वारा प्रतिभागियों से सभी प्रशिक्षण दिवसों की समेकित आख्या का प्रस्तुतीकरण कराया जाए। प्रतिभागियों से प्रतिपुष्टि (Feedback) भी लिया जाए, जिसमें प्रतिभागी शिक्षक प्रशिक्षण के आधार पर बनी अपनी समझ को स्पष्ट करते हुए भविष्य में उसका क्रियान्वयन किस प्रकार करेंगे यह सुनिश्चित करेंगे। प्रतिभागी क्रियान्वयन से सम्बन्धित अपनी कार्ययोजना को भी संक्षेप में स्पष्ट करें।

# परिशिष्ट

## पूर्व एवं पश्च आकलन प्रपत्र

प्रश्न(1)– भाषायी कौशलों का विकास होता है–
(क) एक रेखीय (ख) एक चक्रीय (ग) त्रिकोणीय (घ) उपर्युक्त में से कोई नहीं।

प्रश्न(2)– पठन से तात्पर्य है–
(क) लिखे हुए को पढ़ लेना (ख) डिकोड कर लेना (ग) पढ़कर अर्थग्रहण कर लेना (घ) ब्लेंड कर लेना।

प्रश्न(3)– सुधाखण्डः शब्द का अर्थ है–
(क) चॉक (ख) डस्टर (ग) मेज (घ) कुर्सी

प्रश्न(4)– संस्कृत भाषा शिक्षण की विधि है–
(क) वार्तालाप विधि (ख) चित्र प्रदर्शन विधि (ग) उपर्युक्त दोनों (घ) इनमें से कोई नहीं

प्रश्न(5)– भौतिक दबाव की स्थिति में भौतिक, पर्यावरणीय और समाजिक कारणों को क्या कहा जाता है?
(क) दबाव (ख) तनाव (ग) कष्ट (4) इसमें से कोई भी नहीं

प्रश्न(6)– जीवन कौशलों का मुख्य उद्देश्य है–
(क) क्षमताओं का विकास करना
(ख) मांगों और चुनौतियों के अनुसार क्षमता विकसित करना
(ग) हर प्रश्न का उत्तर प्राप्त करना
(घ) अच्छा शिक्षक बनना

प्रश्न(7)– निम्नलिखित में से विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) द्वारा प्रदत्त दस मुख्य जीवन कौशल में कौन शामिल नहीं है?
(क) आत्मबोध (ख) सहानुभूति (ग) रचनात्मक चिन्तन (घ) प्रभावी सम्प्रेषण

प्रश्न(8)– जेंडर का तात्पर्य है–
(क) स्त्री पुरूष के मध्य जैविक भेद
(ख) सामाजिक एवं संस्कृतिक आधार पर स्त्री और पुरूष के मध्य समाज द्वारा बनायी गयी विभिन्नता
(ग) दोनों
(घ) दोनों में से कोई नहीं

प्रश्न(9)– समावेशी शिक्षण के प्रमुख तत्व है–
(क) विशिष्ट आवश्यकताओं वालों बच्चों के लिए अलग–अलग कक्षाएँ
(ख) पाठ्यक्रम
(ग) सभी विद्यार्थियों के लिए अवसर की समानता
(घ) शिक्षकों के लिए प्रशिक्षण

प्रश्न(10)– विद्यार्थियों के सामाजिक विकास का आकलन करने की सर्वोत्तम विधि है–

(क) वस्तुनिष्ठ परीक्षण (ख) प्रेक्षण विधि

(ग) खेल–विधि (घ) लिखित परीक्षा

प्रश्न(11)– एक उत्तम आकलन प्रपत्र की विशेषता है–

(क) वह वैध हो (ख) वह विश्वसनीय हो

(ग) केवल क (घ) क एवं ख दोनों

प्रश्न(12)– विद्यार्थियों के समग्र प्रगति पत्र निर्माण में कौन–सा तत्व महत्वपूर्ण नहीं है?

(क) शिक्षक–अभिभावक बैठक

(ख) समूह एवं व्यवस्थित प्रार्थना सभा का उदाहरण

(ग) विद्यालय प्रबंध समिति की बैठक

(घ) रचनात्मक आकलन का प्रयोग

प्रश्न(13)– ग्राम प्रधान निर्वाचन हेतु न्यूनतम आयु क्या है?

(क) 18 वर्ष (ख) 21 वर्ष

(ग) 25 वर्ष (घ) 35 वर्ष

प्रश्न(14)– संविधान सभा के पहली बैठक की अध्यक्षता किसने की थी?

(क) डॉ0 राजेन्द्र प्रसाद (ख) डॉ0 सच्चिदानंद सिन्हा

(ग) डॉ0 भीमराव अम्बेडकर (घ) सरदार बल्लभ भाई पटेल

प्रश्न(15)– नवाचारी शिक्षण पद्धतियों का केन्द्र बिन्दु है–

(क) बाल केन्द्रित शिक्षा (ख) अनुभव केन्द्रित शिक्षा

(ग) बालक का सर्वांगीण विकास (घ) उपरोक्त सभी

प्रश्न(16)– शिक्षण और सीखने में ICT के लाभ है–

(क) सूचना के विशाल भण्डार तक पहुँच (ख) व्यक्तिगत शिक्षण अनुभव

(ग) प्रभावी शिक्षण (घ) उपरोक्त सभी

प्रश्न(17)– अनुभवात्मक अधिगम है–

(क) उपदेशात्मक अधिगम (ख) शिक्षक केन्द्रित अधिगम

(ग) व्यावहारिक अधिगम (घ) उपरोक्त सभी

प्रश्न(18)– जोड़ और घटाने की संक्रिया हेतु प्राथमिक स्तर पर गणित किट में से किन उपकरणों का उपयोग कर सकते है?

(क) Dominee (ख) रस्सी

(ग) ज्यामितिय आकृतियाँ (घ) घड़ी

प्रश्न(19)– गणित शिक्षण हेतु निम्नलिखित में से कौन सी विधि अधिक उपयोगी है?.

(क) भ्रमण (ख) आगमन–निगमन विधि

(ग) व्याख्यान विधि (घ) प्रयोगात्मक विधि

प्रश्न(20)– निपुण भारत का उद्देश्य नहीं है–
- (क) बच्चों में संख्या, माप और आकार की समझ का विकास
- (ख) मातृभाषा का गुणवत्तापूर्ण विकास
- (ग) बच्चों में सतत पठन और लेखन कौशल का विकास
- (घ) बच्चों का शारीरिक विकास

प्रश्न(21)– टाइम एंड मोशन शासनादेश कितनी पंजिकाओं के रख रखाव का हेतु निर्देश देता है?
- (क) 12
- (ख) 14
- (ग) 16
- (घ) 18

प्रश्न(22)– एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नवीन पाठ्यपुस्तकें किन कक्षाओं में लागू की जा चुकी है?
- (क) कक्षा 1 और 2
- (ख) कक्षा 1, 2 और 3
- (ग) कक्षा 2 और 3
- (घ) कक्षा 4 एवं 5

प्रश्न(23)– निम्नलिखित में से कौन ही पाठ्यपुस्तक एन.सी.ई.आर.टी. आधारित नहीं है?
- (क) सारंगी
- (ख) मृदंग
- (ग) रेनबो
- (घ) आनंदमय गणित

प्रश्न(24)– उ.प्र. में कितनी प्रकार की आपदाओं को अधिसूचित किया गया है?
- (क) 10
- (ख) 11
- (ग) 9
- (घ) 12

प्रश्न(25)– चौराहे पर खड़ा ट्रैफिक पुलिस का सिपाही ट्रैफिक नियंत्रण हेतु हाथ से कितने प्रकार के संकेत करता है?
- (क) 4
- (ख) 5
- (ग) 6
- (घ) 8

प्रश्न(26)– शैक्षिक संसाधनों तक खुली पहुंच के लिए शिक्षा मंत्रालय का कौन सा डिजिटल प्लेटफॉर्म विकसित किया गया है?
- (क) भारतीय राष्ट्रीय डिजिटल लाइब्रेरी
- (ख) ई–पीजी पाठशाला
- (ग) विधा मित्र
- (घ) स्वयंप्रभा

प्रश्न(27)– कक्षाओं में कुछ विद्यार्थी विषय को जल्दी समझ लेते हैं, जबकि कुछ को अतिरिक्त समय और अभ्यास की आवश्यकता होती है। ऐसे में शिक्षक को अपनी पाठ योजना में क्या शामिल करना चाहिए?
- (क) तेज बच्चों के लिए उन्नत सामग्री
- (ख) मंद गति से सीखने वाले विद्यार्थियों के लिए सहायक सामग्री
- (ग) हर विद्यार्थी की आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए विविध शिक्षण विधियों का प्रयोग
- (घ) केवल परीक्षा में आने वाले प्रश्नों की तैयारी करना

प्रश्न(28)– प्रभावी पाठ योजना निर्माण हेतु प्रमुख आवश्यकता क्या है?
- (क) पाठ्यक्रम का शीर्षक व समयांतराल
- (ख) शिक्षण के उद्देश्य व मूल्यांकन प्रश्न
- (ग) कक्षा–कक्ष सजावट
- (घ) सभी

प्रश्न(29)– प्रबंधन के लिए सबसे प्रभावी विधि कौन सी मानी जाती है?

(क) नकारात्मक व्यवहार को नकारना

(ख) प्रेरक और सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाना

(ग) छात्रों को उनकी गलती के लिए सार्वजनिक रूप से डांटना

(घ) छात्रों से संवाद न करना।

प्रश्न(30)– विद्यालय प्रबंधन का मुख्य उद्देश्य क्या है?

(क) शिक्षक के वेतन का निर्धारण

(ख) छात्रों के परीक्षा परिणाम को बढाना

(ग) विद्यालय की सभी गतिविधियों का सुचारु संचालन

(घ) प्रतियोगिताओं का आयोजन

प्रश्न(31)– प्रभावी नेतृत्व का लक्ष्य है–

(क) सभी विषयों का शिक्षण

(ख) विद्यार्थियो के रट कर याद करने में वृद्धि

(ग) परीक्षाओं में बेहतर परिणाम

(घ) विद्यार्थियों के बीच सीखने की क्षमताओं का विकास

प्रश्न(32)– लीडरशीप फॉर लर्निंग का केन्द्रीय विचार है–

(क) पुस्तकें पढ़ना

(ख) विद्यार्थियों का जुड़ाव

(ग) इंटरनेट के जरिए सूचना प्राप्ति

(घ) विद्यालय के प्रत्येक हितधारक का निरन्तर एवं आजीवन शिक्षार्थी होना।

प्रश्न(33)– सामुदायिक सहभागिता के मुख्य तत्व क्या है?

(क) समन्वय, सहयोग और संवाद

(ख) केवल व्यक्तिगत योगदान

(ग) बाहरी एजेंसियों पर निर्भरता

(घ) केवल सामाजिक गतिविधियाँ

प्रश्न(34)– भाषा सीखने में स्व–आकलन का प्रमुख उद्देश्य क्या है?

(क) Test score बेहतर करना

(ख) स्वयं को व्यस्त रखना

(ग) भाषा पर मजबूत समझ विकसित करना

(घ) रटने का अभ्यास करना

प्रश्न(35)– Which of the following assessment strategies is most effective for evaluating speaking skill?

(क) Taking more tests.

(ख) Practice writing texts.
(ग) Oral presentation and communication
(घ) learning vocabulary.

प्रश्न(36)– what is the primary purpose of using self-assessment in language learning)
(क) To improve learning test scores
(ख) To enhance language proficiency
(ग) To develop better understanding of language
(घ) To demote rote learning.

प्रश्न(37)– राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 में स्कूल शिक्षा की संरचना क्या है?

| | | | |
|---|---|---|---|
| (क) 10+2 | (ख) 5+3+3+4 | (ग) 6+4+2 | (घ) 4+4+4 |

प्रश्न(38)– राष्ट्रीय पाठ्यचर्चा की रूपरेखा (विद्यालयी शिक्षा)– 2023 निम्नलिखित में से किसकी संस्तुति नहीं करता है?
(क) प्रोजेक्ट आधारित शिक्षा
(ख) स्कूली शिक्षा में व्यवसायिक शिक्षा को जोड़कर कौशल विकास
(ग) विभिन्न विषयों और विधियों का एक–दूसरे से पृथक करते हुए शिक्षण कार्य पर बल
(घ) पूरे वर्ष के दौरान विभिन्न गतिविधियों के आधार पर समग्र मूल्यांकन।

प्रश्न(39)– लेखन कौशल के कितने चरण हैं?

| | | | |
|---|---|---|---|
| (क) 2 | (ख) 3 | (ग) 4 | (घ) 5 |

प्रश्न(40)– भाषा सीखने का अंतिम चरण है–
(क) लिखना
(ख) बोलना
(ग) सुनना
(घ) पढ़ना

# विषय- प्रतिपुष्टि फॉर्म (फीडबैक फॉर्म)

## प्रतिभागी की सामान्य जानकारी

| | |
|---|---|
| नाम | |
| पदनाम | |
| योग्यता | |
| मो0नं0 | |
| ई–मेल | |
| कार्यरत विद्यालय/डायट का नाम | |
| ब्लॉक | |
| जनपद | |

कृपया नीचे दिए गये प्रश्नों के उत्तर देकर अपनी प्रतिक्रिया दें–

**प्रश्न–1** कृपया इस प्रशिक्षण कार्यक्रम की समग्र गुणवत्ता का मूल्यांकन करें–

- बहुत अच्छा
- अच्छा
- औसत
- खराब

**प्रश्न–2** क्या प्रशिक्षण के उद्देश्य को स्पष्ट रूप से बताया गया था–

- हाँ
- नहीं
- यदि नहीं तो कृपया विस्तार से बताएँ

**प्रश्न–3** क्या प्रशिक्षण में शामिल विषय आपके शिक्षण कार्य में उपयोगी होंगे ?

- हाँ
- नहीं
- कुछ हद तक
- बिल्कुल नहीं

**प्रश्न–4** क्या आपने प्रशिक्षण के दौरान पर्याप्त प्रश्न पूछने और चर्चा करने का अवसर पाया ?

- हाँ
- नहीं
- कम
- बिल्कुल नहीं

**प्रश्न–5** इस प्रशिक्षण में तकनीकी सहायता कैसी थी ?

- खराब
- अच्छी
- बहुत अच्छी
- ठीक

**प्रश्न–6** क्या इस प्रशिक्षण में प्रतिभाग करने से आपकी क्षमता में कोई सुधार हुआ है ?

- हाँ
- नहीं
- बहुत कम
- बिल्कुल नहीं

**प्रश्न–7** भविष्य में इस प्रकार के प्रशिक्षण में कोई सुधार या बदलाव आप बताना चाहेंगे ?

................................................................................................................................................................

................................................................................................................................................................

**प्रश्न–8** कोई अन्य टिप्पणी या सुझाव जो आप देना चाहेंगे ?

................................................................................................................................................................

................................................................................................................................................................

# एकीकृत शिक्षण मॉड्यूल 'सम्पूर्ण'-सहायक सामग्री

| सामग्री | क्यू0 आर0 कोड | सामग्री | क्यू0 आर0 कोड0 |
|---|---|---|---|
| समावेशी शिक्षा मॉड्यूल | | कला, क्राफ्ट, पपेट्री एवं संगीत शिक्षा | |
| प्रणेता | | समग्र प्रगति पत्र | |
| कला सृजन–1 | | फरोग–ए–तालिम | |
| राष्ट्रीय शिक्षा नीति–2020 | | गणित किट मॉड्यूल (प्राथमिक स्तर) | |
| संगीत सुधा–1 | | निष्ठा–2 विद्यालय नेतृत्वः अवधारणा एवं अनुप्रयोग माध्यमिक विद्यालय प्रमुखों एवं शिक्षकों के लिए स्व–निर्देशात्मक मॉड्यूल | |
| कवच सुरक्षा एवं संरक्षा : शिक्षक–प्रशिक्षण मॉड्यूल | | जीवन कौशल दर्पण | |
| गणित प्रशिक्षण मॉड्यूल (कक्षा 3 से 5) | | राज्य पाठ्यचर्या की रूपरेखा–फाउंडेशनल स्टेज | |

आ नो भद्राः क्रतवो यन्तु विश्वतः
राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद
उत्तर प्रदेश
LET NOBLE THOUGHTS COME FROM ALL DIRECTIONS

# राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद
# उत्तर प्रदेश

JBTC Campus, Nishatganj, Lucknow | 0522-2780385, 2780505 | www.scert-up.in | dscertup@gmail.com | SCERT UP | SCERT UP | SCERT UP

मुद्रक : प्रकाश पैकेजर्स, लखनऊ