



चेतना

शनिवार

बिहार

22-अगस्त-2026

Saturday

वर्ष : 5

प्रादेशिक संस्करण

शिक्षकों का, शिक्षकों के लिए और शिक्षकों द्वारा प्रकाशित



संपादकीय

चेतना सत्र

सविधान

दैनिक कार्ययोजना

पीएम पोषण योजना

सुरक्षित शनिवार

भारत के विदेश मंत्री

एस. जयशंकर

बिहार के सहकारिता मंत्री

श्री राम कृपाल यादव

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

4 चेहल्लुम

15 स्वतंत्रता दिवस

24 अंतिम श्रावणी सोमवारी

26 हजरत मोहम्मद साहब जन्म दिवस

28 रक्षा बंधन





अनिल कुमार प्रभाकर
प्रधान संपादक



श्री कुंदन कुमार वर्मा
संपादक



फरहान
संपादक मंडल



श्रीमती रींकू कुमारी
संपादक मंडल



श्री राकेश कुमार
संपादक मंडल

चेतना

"टीचर्स ऑफ बिहार"

द्वारा प्रकाशित "चेतना"

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

हमारे महान विभूति



एक भारतीय राजनीतिज्ञ, सिद्धांतकार और स्वतंत्रता सेनानी

जीवन परिचय

नाम : जयप्रकाश नारायण श्रीवास्तव

जन्म : 11 अक्टूबर 1902

जन्म स्थान : सिताब दियारा गाँव, छपरा जिला

पिता : हरसू दयाल

माता : फूल रानी देवी

पति/पत्नी : प्रभावती देवी

शिक्षा : एमए, समाजशास्त्र

अवार्ड : रेमन मैग्सेसे पुरस्कार(1965)

नागरिकता : भारतीय

मृत्यु : 08 अक्टूबर 1979 (आयु 76)

बिहार सरकार
शिक्षा विभाग

बिहार मुक्त विद्यालयी शिक्षण एवं परीक्षा बोर्ड

बिहार में अपनी ही उपाय, अपना स्कूल एक पक्षक

कार्यक्रम:

- माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक शिक्षा
- प्रारम्भिक प्रशिक्षण कार्य
- अभ्यर्थी एवं शिक्षक अभ्यर्थी की भर्ती
- माध्यात्मिक प्रमाण-पत्र
- अभ्यर्थी के लिये का सहायक वेबसाइट

अपनी पढ़ाई को नई दिशा अपने सपनों को नई उड़ान

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें

0612-2385492

www.biharboard.net

बिहार सरकार
शिक्षा विभाग

मिडिल स्कूल मिशन के क्रियान्वयन हेतु दो दिवसीय समीक्षा-सह क्षमता संवर्धन कार्यशाला आयोजित

दो दिवसीय कार्यशाला का आयोजन 20-21 अगस्त 2026 को किया गया।

बिहार सरकार
शिक्षा विभाग

ई-शिक्षाकोष पोर्टल पर अवकाश आवेदन अनिवार्य

शिक्षकों के सभी प्रकार के अवकाश आवेदन अब केवल ई-शिक्षाकोष पोर्टल के माध्यम से ही ऑनलाइन स्वीकार एवं स्वीकृत किए जाएंगे।

04 सितंबर 2026 तक
सभी लंबित ऑफलाइन/भौतिक अवकाश आवेदनों का निष्पादन सुनिश्चित करें।

05 सितंबर 2026 के बाद
किसी भी परिस्थिति में हार्ड कॉपी/ऑफलाइन अवकाश आवेदन पर कार्यवाई नहीं की जाएगी।

भविष्य में सभी अवकाश आवेदन केवल ई-शिक्षाकोष पोर्टल के माध्यम से ऑनलाइन किए जाएंगे।

आइए! ई-शिक्षाकोष पोर्टल के माध्यम से पाठदर्शी, सरल और समयबद्ध अवकाश प्रक्रिया सुनिश्चित करें।

www.biharboard.net

:- आज की प्रेरणा :-

दुनिया में सबसे खुबसूरत पौधा प्रेम और स्नेह का होता है जो ज़मीन पर नहीं, दिलों में उगता है।

आज से हम :

सभी को सच्चा प्रेम और स्नेह दें...

The beautiful plant of love and affection is planted in the heart not on land!

Today Onwards Let's :

show true love and affection to all.

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

www.biharboard.net @BiharEducation @BiharEducationDept

www.biharboard.net @BiharEducation @BiharEducationDept

1. प्रार्थना



प्रार्थना

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

अभियान गीत

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

बिहार राज्य प्रार्थना

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

- एम. आर. चिश्ती

बिहार राज्य गीत

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

- सत्यनारायण

2. आज का विचार

मनुष्य स्वयं अपने भाग्य का निर्माता है।

3. शब्द ज्ञान

	English	
1.	Dictate डिक्टेट	बोलकर लिखाना
2.	Stammer स्टैमर	हकलाना
3.	Initiate इनिशिएट	पहल करना

	اردو (उर्दू)	
1.	موازن Mawajna	बराबरी
2.	مواسات Mawasat	मदद
3.	موجز Mojj	छोटा

	हिन्दी	
	आखेट	शिकार
	उल्लास	प्रसन्नता
	उत्थान	उन्नति

	संस्कृत	
	विस्मयः	आश्चर्य
	प्रो वेति	अथवा पराया
	बाहुभ्याम्	हाथों द्वारा

4. दिवस ज्ञान

हरिशंकर परसाई का जन्मदिवस

5. सामान्य ज्ञान-विज्ञान

1. भारत का राष्ट्रीय पक्षी कौन है? : मोर
2. भारत का राष्ट्रीय फूल कौन है? : कमल
3. भारत में शिक्षक दिवस कब मनाया जाता है? : 5 सितंबर

6. तर्क ज्ञान

1. राम, श्याम से लंबा है और श्याम, मोहन से लंबा है। सबसे छोटा कौन है? : मोहन
2. यदि CAT = DBU, तो DOG = ? : EPH
3. पुस्तक : पढ़ना :: भोजन : ? : खाना

7. अशुद्ध-शुद्ध

1. कोटी : कोटि
2. अतिथी : अतिथि
3. अभीनेता : अभिनेता

8. प्रेरक प्रसंग

बच्चे की सीख

बचपन से ही मुझे अध्यापिका बनने तथा बच्चों को मारने का बड़ा शौक था। अभी मैं पाँच साल की ही थी कि छोटे-छोटे बच्चों का स्कूल लगा कर बैठ जाती। उन्हें लिखाती पढ़ाती और जब उन्हें कुछ न आता तो खूब मारती।

मैं बड़ी हो कर अध्यापिका बन गई। स्कूल जाने लगी। मैं बहुत प्रसन्न थी कि अब मेरी पढ़ाने और बच्चों को मारने की इच्छा पूरी हो जाएगी। जल्दी ही स्कूल में मैं मारने वाली अध्यापिका के नाम से प्रसिद्ध हो गई।

एक दिन श्रेणी में एक नया बच्चा आया। मैंने बच्चों को सुलेख लिखने के लिए दिया था। बच्चे लिख रहे थे। अचानक ही मेरा ध्यान एक बच्चे पर गया जो उल्टे हाथ से बड़ा ही गंदा हस्तलेख लिख रहा था। मैंने आव देखा न ताव, झट उसके एक चाँटा रसीद कर दिया। और कहा, "उल्टे हाथ से लिखना तुम्हें किसने सिखाया है और उस पर इतनी गंदी लिखाई!"

इससे पहले कि बच्चा कुछ जवाब दे, मेरा ध्यान उसके सीधे हाथ की ओर गया, जिसे देख कर मैं वहीं खड़ी की खड़ी रह गयी क्योंकि उस बच्चे का दायाँ हाथ था ही नहीं। किसी दुर्घटना में कट गया था।

यह देख कर मेरी आँखों में बरबस ही आँसू आ गए। मैं उस बच्चे के सामने अपना मुँह न उठा सकी। अपनी इस गलती पर मैंने सारी कक्षा के सामने उस बच्चे से माफ़ी माँगी और यह प्रतिज्ञा की कि कभी भी बच्चों को नहीं मारूँगी।

इस घटना ने मुझे ऐसा सबक सिखाया कि मेरा सारा जीवन ही बदल गया।

राष्ट्र-गान



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

- रविन्द्रनाथ टैगोर

मौलिक अधिकार

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

सविधान में उपबधित मौलिक कर्तव्य

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

भारत के सविधान की प्रस्तावना

हम, भारत के लोग, भारत को एक संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतन्त्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :

सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय,

विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म

और उपासना की स्वतंत्रता,

प्रतिष्ठा और अवसर की समता,

प्राप्त कराने के लिए,

तथा उन सब में, व्यक्ति की गरिमा और

राष्ट्र की एकता और अखण्डता

सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए

दृढ़ संकल्पित होकर अपनी इस सविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर 1949 ईस्वी (मिति मार्गशीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत् दो हजार छह विक्रमी)

को एतद् द्वारा इस सविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

राष्ट्रीय गीत



वदे मातरम्
सुजाता सुफला मलयजशीतलाम्
शस्यशामला मातरम्।
शुभ्रज्योत्सनापुलकितयामिनि
फुल्लकुसुमितद्रुमदलशोभिनीं
सुहासिनीं सुमधुर भाषिणीं
सुखदां वरदान मातरम्॥ 1.. वदे मातरम्।
कोटि-कोटि-कण्ठ-कल-कल-निनाद-कराले
कोटि-कोटि-श्रुजैरधृत-क्रकरवाले,
अबला केन मा एते बल।
बहुबलधारिणीं नमामि तारिणीं
रिपुदलवारिणीं मातरम्॥ 2.. वदे मातरम्।
तुम विद्या, तुम धर्म
तुम हृदि, तुम मर्म
त्वं हि प्राणाः शरीरे
बहुते तुमि मां शक्ति,
हृदये तुमि मां भक्ति,
तोमरे प्रतिमा घड़ी
मदिरे-मदिर मातरम्॥ 3 .. वदे मातरम्।
त्वं हि दुर्गा दशप्रहरणधारिणी
कमला कमलदलविहारिणी
वाणीदायिनी, नमामि त्वम्

- बकिमचन्द्र चटर्जी

दैनिक कार्ययोजना (DAILY PLANNER)

चैतना

22-Aug-2026	Saturday	शनिवार
-------------	----------	--------

आज के टॉप 3 कार्य

RATE YOUR DAY

☐
☐
☐

कुल नामांकित छात्रों कि संख्य :

आज उपस्थित छात्रों कि संख्य :

MDM खाने वालों छात्रों कि संख्या :

TIME TRACKER

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

TO DO'S

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

CALLS / EMAIL

MENU OF THE DAY

☐ BREAKFAST

☐ LUNCH

☐ SNACKS

☐ DINNER

WATER



EXERCISE

hours

MONEY TRACKER

+/-	AMOUNT	EXPENSE / SAVED

HIGHLIGHT OF THE DAY

पीएम पोषण योजना

चेतना

22-अगस्त-2026 Saturday शनिवार

वर्ष 05

पीएम पोषण योजना का मेनू :-

दिनांक	दिन	प्रस्तावित मेनू
22-Aug-2026	शनिवार	खिचड़ी (हरी सब्जी युक्त) + चोखा

पीएम पोषण योजना :-

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

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

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

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

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



तीसरा
सप्ताह

अगस्त माह का चतुर्थ शनिवार

नाव दुर्घटना एवं पानी में डूबने से बचाव के संदर्भ में जानकारी

फोकल शिक्षक एवं बाल प्रेरकों द्वारा चर्चा एवं गतिविधि के माध्यम से

डूबने से बचने के लिए क्या ना करें :-

- * खतरनाक घाटों के किनारे पर ना जायें और ना ही बच्चों को जाने दें
- * उफनती नदी में स्नान ना करें और ना ही बच्चों को स्नान करने दें

डूबने से बचने के लिए क्या करें :-

- * बच्चों को नदी / तालाबों / तेज पानी के बहाव में स्नान करने से रोकें।
- * बच्चों को पुल / पुलिया / ऊँचे टीलों से पानी में कूद कर स्नान करने से रोकें।
- * नदी में उतरते समय गहराई का ध्यान रखें।
- * डूबते व्यक्ति को धोती, साड़ी, रस्सी या बांस की सहायता से बचायें। यदि तैरना नहीं जानते हों तो स्वयं पानी में न जायें और सहायता के लिए शोर मचायें।
- * गाँव / टोले में डूबने की घटना होने पर आस-पास के लोग आपस में एकत्रित होकर ऐसी दुःखद घटना की चर्चा अवश्य करें और भविष्य के सुरक्षा उपायों पर चर्चा करें।

डूबे हुए व्यक्ति को पानी से निकाल तत्काल प्राथमिक उपचार निम्न प्रकार करें :-

- * सबसे पहले देख लें, यदि दूबे हुए व्यक्ति के मुंह व नाक में कुछ फंसा हो तो निकाल दें।
- * नाक और मुंह पर उँगलियों के स्पर्श से जांच कर लें कि दूबे हुए व्यक्ति की सांस चल रही है कि नहीं।
- * नब्ज की जांच करने के लिए गले में तिनारे के हिस्सों में उँगलियों से घूँकर जानकारी प्राप्त करें कि नस चल रही है या नहीं।
- * नब्ज व सांस का पता नहीं चलने पर दूबे व्यक्ति के मुँह से मुँह लगाकर दो बार भरपूर सांस दें व 30 बार छाती के बीच में दबाव दें तथा इस विधि को 3-4 बार दुहरायें। ऐसा करने से धड़कन वापस आ सकती है व सांस चलना शुरू हो सकती है।
- * यदि प्रभावित व्यक्ति का पेट फूला हुआ है तो पूरी संभावना है कि उसने पानी पी लिया होगा, अतः पेट से पानी निकालने की प्रक्रिया शुरू करें।
- * दूबे हुए व्यक्ति को पेट के बल सुलाएँ तथा पेट के नीचे तकिया या छोटा दर्बन जो भी उपलब्ध हो उसे लगा दें। इसके बाद पीठ के निचले हिस्से पर धीरे-धीरे दबाकर पानी बाहर निकालें।
- * उपरोक्त प्रक्रिया के बाद बचाए गए व्यक्ति को अविर्लंब नजदीकी डॉक्टर के पास या प्राथमिक चिकित्सा केंद्र ले जाएँ।



माह-अगस्त: विषय-सतत खाद्य प्रणाली एवं जैव विविधता

विषय परिचय	विद्यार्थन स्तर पर सुझाई गईं गतिविधियाँ	सदुपय स्तर तर सुझाई गईं गतिविधियाँ
समस्या: पेड़ों की कटाई और जल क्षेत्र में कमी से पर्यावरण संतुलन बिगड़ रहा है, जिससे जलवायु परिवर्तन और प्रदूषण बढ़ रहा है। आवश्यकता: वृक्षारोपण को माध्यम से पर्यावरण संतुलन को बनाए रखना और जलवायु परिवर्तन को नियंत्रित करना।	- स्कूल परिसर में पौधारोपण अभियान। - पौष्पाय वाटिका या औष्णीय वाटिका बनाना। “एक पेड़, एक छात्र” अभियान (प्रत्येक छात्र को एक पौधा गोद लेना)। - जैव विविधता पर आधारित गैलरी और निबंध प्रतियोगिता। - वृक्षों की देखभाल और उनकी वृद्धि की गिरावनी करना। - खाने की बर्बादी को कम करना। - अच्छे स्वास्थ्य के लिए खाने में मिलते (जैसे रागी, ज्वार, बाजरा) और अन्य पोषक अनाजों को शामिल करना चाहिए।	- गाँव के खाली स्थानों पर पौधारोपण करना। - पौधारोपण के लिए सामूहिक प्रयास करना और गाँववासियों को जोड़ना। - स्थानीय वनस्पति और जल विविधता को संरक्षित करने के लिए जागरूकता अभियान चलाना।

नाव दुर्घटना से बचने के उपाय :-

- * किसी भी स्थिति में निर्धारित संख्या से अधिक भरी हुई नाव पर न बैठें ।
- * जब बारिश हो रही हो तो नाव की यात्रा न करें ।
- * छोटे बच्चों को अकेले नाव की यात्रा न करने दें ।
- * जिस नाव पर जानवर छोड़े जा रहे हों तो उसमें यात्रा न करें ।
- * जर्जर / टूटी-फूटी नाव पर सवारी न करें, यह जानलेवा हो सकता है ।
- * जिस नाव पर जीवन रक्षा के लिए लार्ज जैकेट, लार्ज नाई के साथ प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स एवं रस्से आदि ठीक तरीके से रखे हों, उसी नाव से यात्रा करें । नाव में यात्रा के दौरान शांत बैठे रहें व उतरते-चढ़ते समय क्रम से ही नाविक के निर्देशानुसार उतरें व चढ़ें ।
- * सूर्योदय से पहले और सूर्यास्त के बाद नाव की यात्रा न करें । यह खतरनाक हो सकता है ।
- * नाव यात्रा के दौरान किसी तरह की जल्दबाजी न दिखाएं और नाविक के ऊपर किसी तरह का दबाव न डालें ।



(बिहार शिक्षा परियोजना परिषद्)

द्वारा

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

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



चेतना

टीचर्स ऑफ़ बिहार
समस्तीपुर
पिन - 848207 (बिहार)

Mobile : 9473119007
7250818080

email : chetanastr@gmail.com
Website : www.teachersofbihar.org

Follow Us



@teachersofbihar



@teachersofbihar



@teachersofbihar



@teachersofbihar



@teachersofbihar