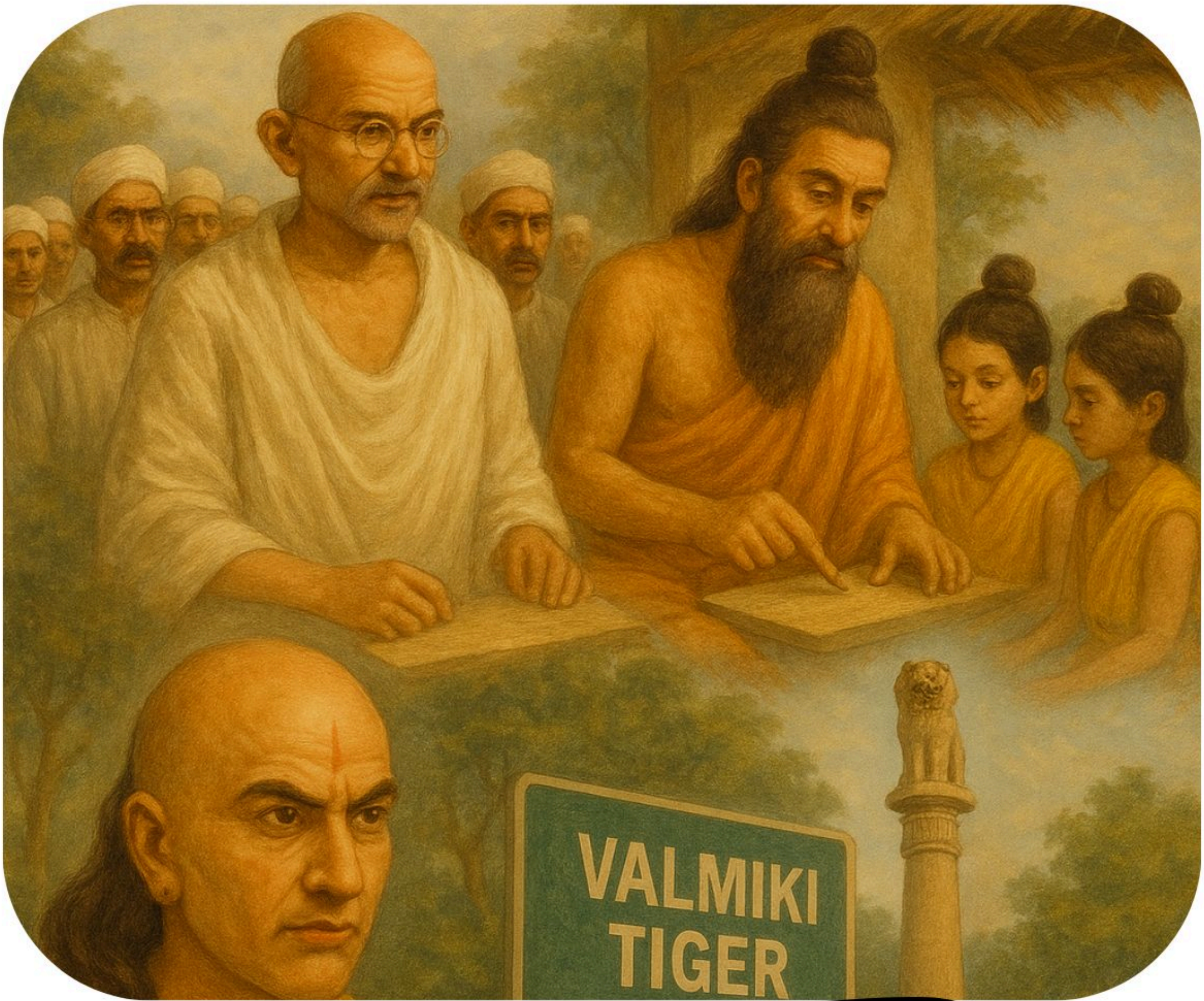
चम्पारण ज्ञानाग्रह

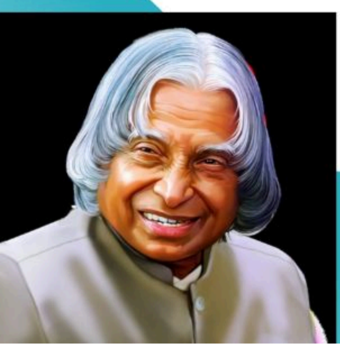
प्रार्थना-सभा सामग्री, दिनांक– 05 जनवरी 2026, अंक –184

प्रस्तुतिः- GOVT. PS बोदसर, बगहा-2, प. चम्पारण (10010803702)

सौजन्य :- "TEACHERS OF BIHAR - THE CHANGE MAKERS."



"योग्य बनो, अवसर अपने आप मिलेंगे।"
— चाणक्य



एक प्रयास

विद्यार्थियों की बौद्धिक और नैतिक उन्नति की ओर....

संपादक:- शैलेन्द्र कुमार

www.teachersofbihar.org

"प्रार्थना-सभा सामग्री"

Monday Prayer

सुबह सवेरे लेकर तेरा नाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
सदा हमारे सिर पर तेरा हाथ रहे,
हर सुख-दुख संकट में तेरा साथ रहे,
हां, हर सुख-दुख संकट में तेरा साथ रहे;
खुशियों का हो जीवन में आयाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा.....
मिलकर इस धरती को चमन बनाएं हम,
गांधी, गौतम, रामकृष्ण बन जाएं हम।
हां, गांधी, गौतम, रामकृष्ण बन जाएं हम;
यही हमारा हो हरदम पैगाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा.....
मात-पिता की सेवा और सम्मान करें,
उनकी खुशियों पर सब कुछ कुर्बान करें।
हां, उनकी खुशियों पर सब कुछ कुर्बान करें।
अच्छे कर्मों का अच्छा परिणाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा.....
शुद्ध भाव से तेरा ध्यान लगाएं हम,
विद्या का वरदान तुम्हीं से पाए हम।
हाँ, विद्या का वरदान तुम्हीं से पाए हम।
तुम्ही से है आगाज़ तुम्हीं से अंजाम प्रभु,
करते है हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा.....
गुरुओं का सत्कार कभी न भूले हम,
इतना बनें महान गगन को छु ले हम।
हाँ, इतना बनें महान गगन को छु ले हम।
तुम्हीं से है हर सुबह तुम्ही से शाम प्रभु,
करते है हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा नाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।

बिहार राज्य गीत

मेरे भारत के कंठहार ,
तुझको शत-शत वंदन बिहार..!

तू वाल्मीकि की रामायण
तू वैशाली का लोकतंत्र,
तू बोधिसत्व की करूणा है
तू महावीर का शांतिमंत्र
तू नालंदा का ज्ञानदीप
तू हीं अक्षत चंदन बिहार

तू है अशोक की धर्मध्वजा
तू गुरूगोविंद की वाणी है
तू आर्यभट्ट तू शेरशाह
तू कुंवर सिंह बलिदानी है
तू बापू की है कर्मभूमि
धरती का नंदन वन बिहार।

तेरी गौरव गाथा अपूर्व
तू विश्व शांति का अग्रदूत
लौटेगा खोया स्वाभिमान
अब जाग चुके तेरे सपूत
अब तू माथे का विजय तिलक
तू आँखों का अंजन बिहार
तुझको शत-शत वंदन बिहार
मेरे भारत के कंठहार ॥

राष्ट्रीय गीत

वन्दे मातरम्।
सुजलां सुफलां मलयजशीतलाम्
शस्यश्यामलां मातरम्।
वंदे मातरम् !
शुभ्रज्योत्स्नां पुलकितयामिनीम्
फुल्लकुसुमित द्रुमदलशोभिनीम्
सुहासिनीं सुमधुर भाषिणीम्
सुखदां वरदां मातरम्।।
वन्दे मातरम्।

राष्ट्रगान

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

संकलन:-
शैलेन्द्र कुमार
प्रधान शिक्षक
Govt. PS बोदसर,
बगहा-2

संविधान की प्रस्तावना

हम, भारत के लोग,
भारत को एक सम्पूर्ण प्रभुत्व-संपन्न, समाजवादी, पंथनिरपेक्ष, लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को: सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय, विचार अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म और उपासना की स्वतंत्रता, प्रतिष्ठा और अवसर की समता प्राप्त कराने के लिए, तथा उन सब में व्यक्ति की गरिमा और राष्ट्र की एकता एवं अखंडता सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए दृढ़ संकल्प होकर अपनी इस संविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर, 1949 ई० (मिति मार्ग शीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत् दो हजार छह विक्रमी) को एतद् द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

मौलिक अधिकार

1. "समता का अधिकार (Right to Equality.)" - अनुच्छेद 14–18
2. "स्वतंत्रता का अधिकार - (Right to Freedom.)" - अनुच्छेद 19–22
3. "शोषण के विरुद्ध अधिकार (Right against Exploitation.)" - अनुच्छेद 23–24
4. "धार्मिक स्वतंत्रता का अधिकार (Right to Freedom of Religion.)" - अनुच्छेद 25–28
5. "संस्कृति एवं शिक्षा संबंधी अधिकार (Cultural and Educational Right.)" - अनुच्छेद 29–30
6. "संवैधानिक उपचारों का अधिकार (Right to Constitutional Remedies.)" - अनुच्छेद 32

मौलिक कर्तव्य

<u>अनुच्छेद 51(क) – मौलिक कर्तव्य:</u>
भारत के प्रत्येक नागरिक का यह कर्तव्य होगा कि वह –
(1.) संविधान का पालन करे और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज और राष्ट्रगान का आदर करे;
(2.) स्वतन्त्रता के लिए हमारे राष्ट्रीय आन्दोलन को प्रेरित करने वाले उच्च आदर्शों को हृदय में संजोए रखे और उनका पालन करे;
(3.) भारत की प्रभुता, एकता और अखण्डता की रक्षा करे और उसे अक्षुण्ण रखे;
(4.) देश की रक्षा करे और आह्वान किए जाने पर राष्ट्र की सेवा करे;
(5.) भारत के सभी लोगों में समरसता और समान भ्रातृत्व की भावना का निर्माण करे जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग पर आधारित सभी भेदभाव से परे हो; ऐसी प्रथाओं का त्याग करे जो स्त्रियों के सम्मान के विरुद्ध हैं;
(6.) हमारी सामासिक संस्कृति की गौरवशाली परम्परा का महत्त्व समझे और उसका परिरक्षण करे;
(7.) प्राकृतिक पर्यावरण, जिसके अंतर्गत वन, झील, नदी और वन्य जीव हैं, की रक्षा करे और उसका संवर्धन करे तथा प्राणिमात्र के प्रति दयाभाव रखे;
(8.) वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन तथा सुधार की भावना का विकास करे;
(9.) सार्वजनिक सम्पत्ति की रक्षा करे और हिंसा से दूर रहे;
(10.) व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष की ओर बढ़ने का सतत प्रयास करे जिससे राष्ट्र निरन्तर बढ़ते हुए प्रयत्नों द्वारा उन्नति की नई ऊँचाइयों को छू ले;
(11.) यदि वह माता-पिता या संरक्षक है, तो छह वर्ष से चौदह वर्ष तक की आयु वाले अपने, यथास्थिति, बच्चे या प्रतिपाल्य को शिक्षा के अवसर प्रदान करे।

वर्ग:- प्राथमिक (1 - 5) के लिए

सामान्य-ज्ञान

प्रश्न: 1. 5 दिसम्बर को कौन सा दिवस मनाया जाता है?
उत्तर: विश्व मृदा दिवस
प्रश्न: 2. भारत में कितने राज्य हैं?
उत्तर: 28
प्रश्न: 3. भारत में कितने केंद्र शासित प्रदेश हैं?
उत्तर: 8
प्रश्न: 4. विश्व का सबसे बड़ा महाद्वीप कौन सा है?
उत्तर: एशिया
प्रश्न: 5. विश्व का सबसे छोटा महाद्वीप कौन सा है?
उत्तर: ऑस्ट्रेलिया
प्रश्न: 6.पृथ्वी को किस नाम से भी जाना जाता है?
उत्तर: नीला ग्रह
प्रश्न: 7. सूर्य किस दिशा से उगता है?
उत्तर: पूर्व
प्रश्न: 8. सूर्य किस दिशा में अस्त होता है?
उत्तर: पश्चिम
प्रश्न: 9. सप्ताह में कितने दिन होते हैं?
उत्तर: सात
प्रश्न: 10. एक वर्ष में कितने महीने होते हैं?
उत्तर: बारह

संकलन:-

पिन्टू कुमार
विद्यालय अध्यापक
UHS रामपुर, बगहा-2

शब्द - संगम

1. Sunrise - (सनराइज़) - सूर्योदय
2. Sunset - (सनसेट) - सूर्यास्त
3. Today - (टुडे) - आज
4. Yesterday - (येस्टरडे) - कल (बीता हुआ)
5. Tomorrow - (टुमारो) - कल (आनेवाला)
6. Week - (वीक) - सप्ताह
7. Month - (मन्थ) - महीना
8. Year - (ईयर) - वर्ष

संकलन:-
आदित्य कुमार
विद्यालय अध्यापक
Govt. PS बोदसर
बगहा-2, प. चम्पारण

"सामान्य-ज्ञान"(वर्ग:6-12)

1. 5 जनवरी को कौन-सा अंतरराष्ट्रीय दिवस मनाया जाता है? (दिवस-विशेष)
उत्तर: राष्ट्रीय पक्षी दिवस
व्याख्या: 5 जनवरी को National Bird Day मनाया जाता है, जिसका उद्देश्य पक्षियों के संरक्षण, अवैध व्यापार रोकने और जैव विविधता के महत्व के प्रति जागरूकता फैलाना है। पक्षी पारिस्थितिकी संतुलन, परागण और खाद्य श्रृंखला में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।
संदर्भ: Environmental Awareness Calendar; Bird Conservation Sources.

2. 2026 में भारत सरकार द्वारा शुरू किए गए "डिजिटल भारत 2.0" मिशन का प्रमुख फोकस क्या है? (समसामयिकी)
उत्तर: कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) और साइबर सुरक्षा
व्याख्या: जनवरी 2026 में लॉन्च किए गए डिजिटल भारत 2.0 मिशन का प्राथमिक फोकस कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) को सभी सार्वजनिक सेवाओं में एकीकृत करना और राष्ट्रीय साइबर सुरक्षा ढांचे को मजबूत करना है। इसके तहत AI रिसर्च पार्क और साइबर सुरक्षा उत्कृष्टता केंद्र स्थापित किए जाएंगे।
संदर्भ: Ministry of Electronics and IT, Press Release, January 2026।

3. "The Palace of Illusions" पुस्तक के लेखक कौन हैं? (पुस्तक-लेखक)
उत्तर: चित्रा बनर्जी दिवाकरूनी
व्याख्या: चित्रा बनर्जी दिवाकरूनी द्वारा लिखित "The Palace of Illusions" महाभारत को द्रौपदी के दृष्टिकोण से पुनर्कथित करता है। यह उपन्यास नारीवादी परिप्रेक्ष्य से महाकाव्य की पुनर्व्याख्या प्रस्तुत करता है और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसित है।
संदर्भ: Penguin Random House (2026)।

4. "प्रोजेक्ट टाइगर" किस वर्ष शुरू किया गया था? (पर्यावरण)
उत्तर: 1973
व्याख्या: भारत सरकार द्वारा बाघ संरक्षण के लिए प्रोजेक्ट टाइगर की शुरुआत 1 अप्रैल 1973 को हुई थी। इस परियोजना का उद्देश्य बाघों के आवासों का संरक्षण करना और देश में बाघों की आबादी में वृद्धि करना था।
संदर्भ: NCERT Class 8 Geography, Ch 2 Land, Soil, Water, Natural Vegetation and Wildlife Resources, p. 20।

5. "विजयनगर साम्राज्य" की स्थापना किसने की? (इतिहास)
उत्तर: हरिहर और बुक्का
व्याख्या: विजयनगर साम्राज्य की स्थापना 1336 ईस्वी में हरिहर प्रथम और बुक्का प्रथम ने की थी, जिन्होंने संगम वंश की नींव रखी। उनके गुरु विद्यारण्य ने इस साम्राज्य की स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।
संदर्भ: NCERT Class 7 History, Ch 7 Tribes, Nomads and Settled Communities, p. 85।

"सामान्य-ज्ञान"

6. "भारत में हरित क्रांति" का प्रारंभ किस फसल से हुआ? (भूगोल)
उत्तर: गेहूं
व्याख्या: भारत में हरित क्रांति की शुरुआत 1960 के दशक में गेहूं की उन्नत किस्मों (जैसे कल्याण सोना, सोनालिका) से हुई, जिसके बाद चावल को भी इसमें शामिल किया गया। इस क्रांति ने देश को खाद्यान्न उत्पादन में आत्मनिर्भर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।
संदर्भ: NCERT Class 10 Geography, Ch 4 Agriculture, p. 38।

7. भारतीय संविधान का "अनुच्छेद 17" किससे संबंधित है? (संविधान)
उत्तर: अस्पृश्यता का उन्मूलन
व्याख्या: अनुच्छेद 17 अस्पृश्यता का उन्मूलन करता है और किसी भी रूप में इसके आचरण को निषिद्ध करता है। यह संवैधानिक प्रावधान भारत के सामाजिक सुधार आंदोलन का महत्वपूर्ण हिस्सा है और सामाजिक न्याय की दिशा में एक बड़ा कदम है।
संदर्भ: NCERT Class 11 Political Science, Ch 2 Rights in the Indian Constitution, p. 30।

8. मानव शरीर में "इंसुलिन" हार्मोन कौन सी ग्रंथि स्रावित करती है? (विज्ञान)
उत्तर: अग्न्याशय (पैंक्रियाज)
व्याख्या: इंसुलिन हार्मोन अग्न्याशय (पैंक्रियाज) में स्थित लैंगरहैंस की द्विपिकाओं की बीटा कोशिकाओं द्वारा स्रावित होता है। इसका मुख्य कार्य रक्त में शर्करा (ग्लूकोज) के स्तर को नियंत्रित करना है।
संदर्भ: NCERT Class 10 Science, Ch 7 Control and Coordination, p. 120।

9. सत्रिया नृत्य किस राज्य से संबंधित है? (कला एवं संस्कृति | NCERT)
उत्तर: असम
व्याख्या: सत्रिया नृत्य असम की शास्त्रीय नृत्य शैली है, जिसकी शुरुआत महापुरुष शंकरदेव ने की थी। यह वैष्णव भक्ति परंपरा से जुड़ा हुआ है और 2000 में इसे शास्त्रीय नृत्य का दर्जा मिला।
संदर्भ: NCERT कक्षा 7, इतिहास, अध्याय 9, पृ. 123.

10. बिहार की प्रथम महिला मुख्यमंत्री कौन थीं? (बिहार GK)
उत्तर: श्रीमती राबड़ी देवी
व्याख्या: राबड़ी देवी बिहार की प्रथम महिला मुख्यमंत्री थीं, जिन्होंने 1997 से 1999 तक और फिर 1999 में कुछ समय के लिए मुख्यमंत्री पद संभाला। वे राष्ट्रीय जनता दल (RJD) की नेता थीं।
संदर्भ: Bihar Board Class 9 Social Science, Ch 7 Political Development in Bihar, p. 55।

"सामान्य-ज्ञान"

11. भूकंप आने पर स्वयं को तुरंत सुरक्षित रखने की मानक प्रक्रिया क्या कहलाती है?
उत्तर: ड्रॉप–कवर–होल्ड
व्याख्या (50 शब्दों में):
भूकंप के समय ड्रॉप–कवर–होल्ड सबसे प्रभावी सुरक्षा अभ्यास है। इसमें तुरंत झुकना (ड्रॉप), मजबूत मेज़ या बेंच के नीचे सिर व गर्दन ढकना (कवर) और कंपन रुकने तक उसे पकड़े रहना (होल्ड) शामिल है। यह अभ्यास मॉकड्रिल के माध्यम से विद्यार्थियों में कौशल विकास करता है और घबराहट व चोट के जोखिम को कम करता है। बिहार आपदा प्रबंधन विभाग, NCERT, बिहार बोर्ड तथा सेंडाइ फ्रेमवर्क में इसे प्राथमिक जीवन-रक्षक

12. यदि 15% की दो लगातार छूट के बाद एक वस्तु का मूल्य 578 रुपये है, तो उसका अंकित मूल्य क्या है? (मानसिक योग्यता)
उत्तर: 800 रुपये
व्याख्या: माना अंकित मूल्य = x रुपये, पहली छूट के बाद मूल्य = 0.85x
दूसरी छूट के बाद मूल्य = 0.85 × 0.85x = 0.7225x
प्रश्नानुसार: 0.7225x = 578
x = 578 / 0.7225 = 800 रुपये
संदर्भ: Quantitative Aptitude for Competitive Exams, R. S. Agarwal

GK संकलन:-
शैलेन्द्र कुमार
प्रधान शिक्षक
Govt. PS बोदसर
बगहा-2, प. चम्पारण।

अनुभाग-4

-: शब्द - संगम :-

1. Scarce (स्कार्स) = Sparse (स्पार्स) - दुर्लभ, विरल
2. Perplex (पर्प्लेक्स) = Confuse (कन्फ्यूज़) - उलझन, भ्रमित
3. Illuminate (इल्यूमिनेट) = Clarify (क्लैरिफाइ) - प्रकाशित, स्पष्ट करना
4. Zest (ज़ेस्ट) = Enthusiasm (एंथूज़ियाज़्म) - उत्साह, जोश
5. Lassitude (लैसिट्यूड) = Weariness (वियरीनेस) - थकान, शिथिलता

४/३०

~: संकलन :~
राकेश कुमार राव
प्रधानाध्यापक
PMश्री +2 N.G.Y. उच्च विद्यालय
वाल्मिकीनगर, बगहा-2, प. चम्पारण।

अनुभाग-5

NATIONAL NEWS

1. DD News: ISRO scientist receives Padma Bhushan for satellite tech research advancing education access.
डीडी न्यूज: इसरो वैज्ञानिक को शिक्षा पहुंच बढ़ाने वाले सैटेलाइट तकनीक अनुसंधान के लिए पद्म भूषण मिला।

2. The Hindu: NCERT unveils new research framework for AI-integrated curriculum in NEP schools.
द हिंदू: एनसीईआरटी ने एनईपी स्कूलों में एआई-एकीकृत पाठ्यचर्या के लिए नया अनुसंधान ढांचा unveiled किया।

3. Cabinet approves enhanced funding for science research under National Research Foundation 2026.
मंत्रिमंडल ने 2026 राष्ट्रीय अनुसंधान फाउंडेशन के तहत विज्ञान अनुसंधान के लिए बढ़ी फंडिंग मंजूर की।

INTERNATIONAL NEWS

4. BBC: Global science community awards Indo-UK team for climate modelling research breakthrough.
बीबीसी: जलवायु मॉडलिंग अनुसंधान सफलता के लिए इंडो-यूके टीम को वैश्विक विज्ञान समुदाय ने पुरस्कार दिया।

5. BBC reports WHO recognises Indian vaccine research in annual global health honours list.
बीबीसी ने वार्षिक वैश्विक स्वास्थ्य सम्मानों में भारतीय वैक्सीन अनुसंधान को डब्ल्यूएचओ मान्यता की रिपोर्ट की।

6. EU launches research grants for sustainable tech, partnering with Indian institutions.
ईयू ने सतत तकनीक के लिए अनुसंधान अनुदान लॉन्च किए, भारतीय संस्थानों के साथ साझेदारी में।

BIHAR NEWS

7. DD Bihar: SCERT Patna wins national excellence award for rural teacher science training programs.
डीडी बिहार: ग्रामीण शिक्षक विज्ञान प्रशिक्षण कार्यक्रमों के लिए एससीईआरटी पटना को राष्ट्रीय उत्कृष्टता पुरस्कार मिला।

8. Bihar education dept introduces NCERT-linked digital labs in 500 schools for research focus.
बिहार शिक्षा विभाग ने अनुसंधान फोकस के लिए 500 स्कूलों में एनसीईआरटी-लिंक्ड डिजिटल लैब्स शुरू किए।

SPORTS NEWS

9. Sports Authority awards Khel Ratna to para-athlete for sports science innovation.
खेल प्राधिकरण ने खेल विज्ञान नवाचार के लिए पैरा-एथलीट को खेल रत्न पुरस्कार दिया।

10. Hockey India honours coaches with awards for youth development research programs.
हॉकी इंडिया ने युवा विकास अनुसंधान कार्यक्रमों के लिए कोचों को पुरस्कारों से सम्मानित किया।

संकलन:-
शैलेन्द्र कुमार
प्रधान शिक्षक
रा.प्रा.वि. बोदसर,
बगहा-2, प. चम्पारण ।

प्रेरक कहानी
"खुले पंखों की सीख"

5 जनवरी की सुबह थी। स्कूल के आँगन में ठंडी-ठंडी हवा चल रही थी। पेड़ों पर बैठी चिड़ियाँ चहचहा रही थीं। कक्षा में मैडम ने बच्चों से पूछा,
"बच्चो, आज कौन-सा खास दिन है?"
कुछ बच्चों ने सिर हिलाया, लेकिन सही जवाब नहीं आया।
मैडम मुस्कुराईं और बोलीं, "आज राष्ट्रीय पक्षी दिवस है। यह दिन हमें पक्षियों से प्यार करना और उनकी रक्षा करना सिखाता है।"
रीमा ने हाथ उठाया - "मैडम, मेरे घर में एक तोता पिंजरे में है। क्या वह खुश होगा?"
मैडम ने खिड़की से बाहर उड़ते कबूतरों की ओर इशारा किया।
"सोचो, अगर तुम्हें हमेशा एक कमरे में बंद रखा जाए, तो कैसा लगेगा?"
रीमा चुप हो गई।
उसी दिन छुट्टी के बाद रोहन और रीमा पार्क गए। उन्होंने देखा कि एक बच्चा छोटी सी चिड़िया को पिंजरे में बंद कर रहा है। चिड़िया फड़फड़ा रही थी।
रोहन बोला, "इसे आज़ाद कर दो। इसे उड़ना पसंद है।"
रीमा को मैडम की बात याद आ गई। उसने धीरे से कहा, "पक्षी हमारे दोस्त हैं, खिलौना नहीं।"
उन्होंने मिलकर पिंजरा खोला। चिड़िया फुर्र से उड़ गई और पास के पेड़ पर बैठकर चहचहाने लगी। दोनों बच्चों के चेहरे खुशी से चमक उठे।
अगले दिन स्कूल में रीमा ने सबको बताया,
"पक्षियों को दाना देना अच्छा है, लेकिन उन्हें कैद करना गलत।"
मैडम ने कहा, "बिल्कुल सही। पक्षी प्रकृति की सुंदरता हैं। वे बीज फैलाते हैं, कीड़े खाते हैं और हमें सिखाते हैं कि आज़ादी कितनी ज़रूरी है।"
उस दिन बच्चों ने संकल्प लिया—
वे पक्षियों के लिए पानी के बर्तन रखेंगे,
पेड़ लगाएंगे और किसी भी पक्षी को पिंजरे में बंद नहीं करेंगे।
✨ <u>सीख</u>: पक्षियों की रक्षा करना मतलब प्रकृति की रक्षा करना। जो दूसरों को आज़ादी देता है, वही सच्चा इंसान कहलाता है।

.................✍️
मनोज कुमार
प्रधानाध्यापक
रा.म.वि.वाल्मीकिनगर
बगहा 2, प. चम्पारण।

शीत लहर

पाठक पृष्ठ

दिसंबर और जनवरी का महीना अत्यधिक ठंड और शीत लहर से ही अपनी पहचान बनाए रहती है। एक शिक्षक होने के नाते अपने विद्यालय में काफी सजग और जागरूक रहना अति आवश्यक है। इस ठंड के मौसम में विद्यार्थियों की सुरक्षा और स्वास्थ्य सुनिश्चित करना विद्यालयों की प्राथमिक जिम्मेदारी है। इस विपरीत मौसम में बच्चों को सुरक्षित रखने के लिए शिक्षक निम्न बातों पर ध्यान रख सकते हैं।

जैसे -* अत्यधिक ठंड होने पर बाहरी मैदान के बजाय हॉल में या कक्षाओं में ही प्रार्थना कराएं।

* धूप निकलने पर ही बच्चों को बाहर खेलने की अनुमति दें।

अभिभावक बैठक में उन्हें जागरूक करें कि:-

* बच्चों को खाली पेट स्कूल ना भेजें और कपड़े पहना कर भेजें।
* केवल एक जैकेट के बजाए परतो में कपड़ा पहनाएं ।
* ठंड के मौसम में हाथ पैर की उंगलियों में सूजन होने लगती है। इससे बचने के लिए मोजे और दस्ताने का प्रयोग करें।
* बच्चों को गुनगुना पानी पीने की सलाह दें, कम पानी पीने के कारण इस मौसम में डिहाइड्रेशन भी हो जाता है।
*बच्चों को गर्म और पौष्टिक भोजन कराएं, मूंगफली, गुड़, तिल जैसी चीजें ऊर्जा प्रदान करती है।

इस जागरूकता के लिए हम विद्यालय में नोटिस बोर्ड पर ठंड से बचाव के उपाय का चार्ट भी लगवा सकते हैं।

पुष्पा कुमारी
प्रा वि - दशरथा पुर
बगहा 2, प० चंपारण

अगर आप भी अपनी रचनाओं के लिए "चम्पारण-ज्ञानाग्रह" में जगह चाहते हैं तो अपनी रचनाओं को अपने नाम, पता और फ़ोटो के साथ इस न. पर व्हॉट्सएप करें।
9939671700//9798660088//9473329076//9576503100
आइए, हम मिलकर छात्रों के ज्ञान, प्रेरणा और जिज्ञासा को नयी दिशा दें।

अनुभाग-8

मेरा विद्यालय, मेरी प्रतिष्ठा
झलकियां

श्री अरविन्द कुमार साहनी
(प्रभारी प्रधानाध्यापक)
रा.उ.म.वि. गोबरहिया
बगहा-2,प.चंपारण।

अगर आप भी अपने विद्यालय के सुंदर फ़ोटो के लिए "चम्पारण-ज्ञानाग्रह" में जगह चाहते हैं तो अपने नाम, पता और फ़ोटो के साथ इस न. पर व्हॉट्सएप करें।
9939671700//9798660088//9473329076//9576503100
आइए, हम मिलकर छात्रों के ज्ञान, प्रेरणा और जिज्ञासा को नयी दिशा दें। 🌿🙏

Reg. No. BR/2025/0487469

"चम्पारण-ज्ञानाग्रह"

आइए, हम मिलकर छात्रों के ज्ञान, प्रेरणा और जिज्ञासा को नयी दिशा दें। 🌿🙏

Thank You..

बच्चों के हितार्थ अपना बहुमूल्य समय देने के लिए...!!!

संपादक:-

शैलेन्द्र कुमार

'प्रधान शिक्षक'

Govt. PS बोदसर,

बगहा-2, प. चम्पारण।

(10010803702)

📱- 9939671700

अगर आपके मन में कोई नया विचार, कोई इवेंट, कोई एक्टिविटी या किसी बदलाव की पहल है, तो कृपया टीम में बताइए।

+917250818080

teachersofbihar@gmail.com

+917250818080

www.teachersofbihar.org