तमसो मा ज्योतिर्गमय

शिक्षा सारथी

विद्यालय शिक्षा विभाग, हरियाणा की मासिक पत्रिका

वर्ष- 10, अंक- 8, जुलाई 2022 , मूल्य-15 रु

schooleducationharyana.gov.in | shikshasaarthi@gmail.com

शिक्षा हो या खेल का मैदान प्रदेश की बनी विशेष पहचान

प्रार्थना

मालिक करो इतनी कृपा, विद्या बढ़े नित ज्ञान।
आशीष पाएँ आसरा, तेरा रहे बस ध्यान।।
जीवन दिया है आपने, इसको सुधारो आप।
पल-पल रहे इस रूह में, बसकर तुम्हारा ताप।।

तरुवर सरिस सेवा करें, शशि सम रहें हम शांत।
सूरज सरिस ऊर्जा रखें, फूलों सरिस हों कांत।।
महका ज़मीं छू लें गगन, गूँजें हमारे गान।
बिखरी लबों पर बस रहे, मनहर सदा मुस्क़ान।।

नदियों सरिस चलते रहें, बुलबुल सरिस हों गीत।
तारों सरिस मिलकर खिलें, रिपु को बना दें मीत।।

सागर सरिस गहरा हृदय, देना हमें भगवान।
मीठे वचन बोलें सदा, इतना लिए अरमान।।

नगपति सरिस रक्षा करें, बनके वतन की ढाल।
सोचें हमेशा देश-हित, भूलें बदी की चाल।।
दो शक्ति मालिक हमें, पक्की रखें निज आन।
रिश्ते निभाएँ हम सभी, इतना रखें उर ध्यान।।

राधेयश्याम 'प्रीतम'
प्रवक्ता हिंदी
राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय किरावड़
भिवानी, हरियाणा

तमसो मा ज्योतिर्गमय

शिक्षा सारथी

जुलाई 2022

प्रधान संरक्षक
मनोहर लाल
मुख्यमंत्री, हरियाणा

संरक्षक
कँवर पाल
शिक्षामंत्री, हरियाणा

मुख्य संपादक
डॉ. महावीर सिंह
अतिरिक्त मुख्य सचिव,
विद्यालय शिक्षा विभाग, हरियाणा

संपादकीय परामर्श मंडल
डॉ.अंशज सिंह
निदेशक,
मौलिक शिक्षा, हरियाणा

एवं

निदेशक,
माध्यमिक शिक्षा, हरियाणा

एवं

राज्य परियोजना निदेशक,
हरियाणा विद्यालय शिक्षा परियोजना परिषद

विवेक कालिया
अतिरिक्त निदेशक (प्रशासन-II)
माध्यमिक शिक्षा, हरियाणा

संपादक
डॉ. देवियानी सिंह

उप-संपादक
डॉ. प्रदीप राठौर

डिज़ाइन एवं प्रिंटिंग
हरियाणा संवाद सोसायटी

मूल्य: 15 रुपये, **वार्षिक:** 150 रुपये

Published & Printed by Dilbag Singh on behalf of President, Shiksha Lok Society-cum-Director General Secondary Education, Haryana. Published from office of Director General Secondary Education, Haryana, Plot No. 1-B, Shiksha Sadan, Sector - 5, Panchkula.

Printed by M/ s. J.K. Offset Graphic Pvt. Ltd. at its printing press B-278, Okhla, Industrial Area, Phase -I,

New Delhi-110020

Editor: Dr. Deviyani Singh.

"जहाँ तक दिखाई देता है वहाँ तक जाइये, वहाँ पहुँचने पर आगे भी दिखाई देगा।"

- 'खेलो इंडिया' में हरियाणा का धाकड़ प्रदर्शन 5
- खेलो इंडिया में राजकीय विद्यालयों के विद्यार्थियों का जबरदस्त प्रदर्शन 15
- युवाओं को ट्रेनिंग देकर एडवेंचर स्पोर्ट्स के व्यवसाय में लाएँगे- मनोहर लाल 16
- समर एडवेंचर कैंप में रही गतिविधियों की धूम 17
- प्राकृतिक नज़ारों से सराबोर तारादेवी स्काउट प्रशिक्षण केंद्र 18
- अधिगम को प्रभावी एवं रुचिकर बनाता डिजिटल बोर्ड 20
- समलेहड़ी, अंबाला के विद्यार्थियों की एक अनूठी पहल 22
- खेल-खेल में विज्ञान 24
- विज्ञान अध्यापक कमल शर्मा : सच्चे शिक्षा सारथी 28
- अनूठी चित्रकार है छात्रा नेहा 29
- जो पढ़ा है उसे याद कैसे रखें ? 30
- शिक्षक का महत्त्व 31
- Inculcating moral values among students 32
- Examination Strategy 34
- Personality Development 35
- Manners for Children 36
- Silent letters 39
- Bunk the Junk 40
- Deep Doubts 41
- The Mute Witness 42
- Scientific Terminology 44
- Amazing Facts 48
- General Knowledge Quiz 49

पत्रिका में प्रकाशित लेखों में लेखकों की निजी राय हो सकती है। यह आवश्यक नहीं कि विभाग उनसे सहमत हो।

खेलेगा इंडिया, खिलेगा इंडिया

खेल-कूद की गतिविधियाँ शिक्षा प्रणाली का अभिन्न अंग हैं। शारीरिक गतिविधियाँ जैसे- खेल, योग, शारीरिक व्यायाम आदि को विद्यार्थी के दैनिक जीवन में शामिल करना अत्यावश्यक है। ये गतिविधियाँ स्वस्थ जीवन-शैली और व्यक्तिगत विकास को बढ़ावा देती हैं। ये विद्यार्थियों में सहयोग और शारीरिक समन्वय, दूसरों के प्रति सम्मान, वफ़ादारी, खेल-कौशल, आत्मविश्वास आदि गुणों को विकसित करने में सहायक सिद्ध होती हैं। खेल विद्यार्थियों को भावात्मक रूप से संतुलित बनाते हैं। ये उसे मानसिक सुदृढ़ता देकर उसकी त्वरित निर्णय लेने की शक्ति को विकसित करते हैं। अतः खेलकूद एवं शारीरिक गतिविधियों का शिक्षा के साथ समन्वय बहुत आवश्यक है। राष्ट्रीय खेल नीति में भी इसी कारण शारीरिक शिक्षा को शैक्षिक कार्यक्रम के साथ एकीकृत किए जाने का उल्लेख किया गया है।

हर्ष का विषय है कि हरियाणा खेलों का हब बन गया है। हरियाणा के खिलाड़ी हर राष्ट्रीय व अन्तरराष्ट्रीय खेल-स्पर्धाओं में अपनी धाक जमा रहे हैं। विदेशी कमेंटेटर भारतीय खिलाड़ियों का जिक्र करते हुए हरियाणा का नाम नहीं भूलते। यह सब संभव हुआ है प्रोत्साहन से युक्त प्रदेश सरकार की नयी खेल नीति के कारण। हाल में ही हुए 'खेलो इंडिया यूथ गेम्स' में भी हरियाणा ने पूरे देश के सामने सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए अपना परचम लहराया है। राजकीय विद्यालयों के अनेक खिलाड़ियों ने कमाल का प्रदर्शन करते हुए पदक जीत कर प्रदेश के नाम को गौरवान्वित किया है। सभी पदक विजेताओं को 'शिक्षा सारथी' की ओर से हार्दिक बधाई। सदा की भाँति आपकी प्रतिक्रियाओं, सुझावों की प्रतीक्षा रहेगी।

-संपादक

'खेलो इंडिया' में हरियाणा का धाकड़ प्रदर्शन

गौरव के क्षण : चैंपियन हरियाणा को ट्रॉफी

डॉ. प्रदीप राठौर

'खेलो इंडिया यूथ गेम्स-2021' में हरियाणा के खिलाड़ियों ने इतिहास रच दिया है। हरियाणा ने सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए पहला स्थान अर्जित किया है। समापन समारोह के अवसर पर बोलते हुए मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल ने कहा, 'इन खेल प्रतियोगिताओं के शुभारंभ अवसर पर कहा था कि जिस तरह से हरियाणा का जवान धाकड़ है, हरियाणा का किसान धाकड़ है और हरियाणा का पहलवान धाकड़ है। ठीक उसी प्रकार हमारे खिलाड़ी इन खेलों में प्रदर्शन भी धाकड़ करेंगे। मुझे खुशी है कि हमारे खिलाड़ियों ने मेरी इस बात को अक्षरशः साबित कर दिखाया।' श्री मनोहर लाल ने कहा कि 'खेलो इंडिया' प्रतियोगिताओं का हरियाणा में आयोजन अत्यंत महत्त्व रखता है, क्योंकि इस समय खेल-जगत में राष्ट्रीय और अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर हरियाणा की एक अलग पहचान है। मुख्यमंत्री ने प्रसन्नता जताई कि हम सब मिलकर इस आयोजन को यादगार बनाने में सफल रहे। मुख्यमंत्री ने कहा कि खेलो इंडिया प्रतियोगिताओं के परिणाम से स्पष्ट है कि हरियाणा में खेल प्रतिभाओं की भरमार है। इसलिए हमने राज्य में कुछ विशेष खेल केन्द्रों को विकसित करने की अपेक्षा गाँव -गाँव खेल को बढ़ावा देने का काम किया है। हम आगे भी हर खिलाड़ी को सब खेल सुविधाएँ प्रदान करेंगे और हरियाणा को खेलों की नर्सरी बनाएँगे।

52 स्वर्ण के साथ पहला नंबर

पिछली बार के प्रतिद्वंद्वी महाराष्ट्र को इस बार 7 स्वर्ण से हरियाणा ने पछाड़ने में कामयाबी हासिल की। हरियाणा ने 52 स्वर्ण, 39 रजत और 46 काँस्य पदक लेकर कुल 137 पदक हासिल किए, जबकि महाराष्ट्र ने 45 स्वर्ण, 40 रजत और 40 काँस्य पदक हासिल करके कुल 125 पदक प्राप्त किए। इसी प्रकार, तीसरे नंबर पर कर्नाटक ने 22 स्वर्ण, 17 रजत और 28 काँस्य पदक हासिल करके कुल 67 पदक प्राप्त किए।

हरियाणा ने कुश्ती में जीते सबसे ज्यादा 38 पदक, जिनमें 16 स्वर्ण, 10 रजत और 12 काँस्य शामिल हैं। बॉक्सिंग में 10 स्वर्ण, 3 रजत और 2 काँस्य पदक लिए हैं, जबकि एथलेटिक्स में 3 स्वर्ण, 6 रजत और 5 काँस्य मिले हैं। इसी प्रकार, जूडो में 3 स्वर्ण, 4 रजत और 4 काँस्य पदक हरियाणा के खिलाड़ियों ने लिए हैं

मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल का एक-एक शब्द प्रेरणाओं से भरा

तो साइक्लिंग में 2 स्वर्ण और 6 कांस्य पदक हरियाणा को मिले हैं।

स्विमिंग में 4 स्वर्ण, 2 रजत और 2 काँस्य पदक हरियाणा के खिलाडियों ने लिए हैं और शूटिंग में 3 स्वर्ण, 2 रजत और 2 काँस्य पदक हासिल किए गए हैं। इसी प्रकार, वेटलिफ्टिंग में 4 स्वर्ण, 2 रजत और 1 काँस्य और योगासन में 1 स्वर्ण और 5 काँस्य राज्य के खिलाड़ियों ने लिए हैं।

थांग-ता में 1 रजत और 3 काँस्य पदक हरियाणा के खिलाड़ियों ने लिए हैं जबकि गतका में 1 स्वर्ण, 3 रजत प्रदेश के खिलाड़ियों ने लिए हैं। हैंडबॉल में 1 स्वर्ण, 1 रजत और हॉकी में 1 स्वर्ण, आर्चरी में 1 स्वर्ण और 1 रजत पदक हरियाणा के खिलाडियों ने लिया है।

वही, बैडमिंटन में 1 स्वर्ण और 1 काँस्य पदक हरियाणा ने लिए है जबकि फुटबॉल में 1 काँस्य और जिम्नास्टिक्स में 1 काँस्य पदक हरियाणा के खिलाड़ियों ने लिया है। ऐसे ही, कबड्डी में 1 स्वर्ण, 1 रजत, टेबल टेनिस में 1 रजत, टेनिस में 1 काँस्य और वॉलीबॉल में 2 रजत पदक हरियाणा के खिलाडियों ने लिए हैं।

खेलो इंडिया का इतिहास-

पहली 'खेलो इंडिया' प्रतियोगिता राजधानी दिल्ली में 2018 में आयोजित हुई थी, इसमें कुल 102 पदक जीत कर हरियाणा पहले स्थान पर रहा था। हालांकि महाराष्ट्र के कुल 111 पदक थे, लेकिन हरियाणा के स्वर्ण पदक अधिक होने के कारण हरियाणा पदक-तालिका में सबसे आगे रहा था। दूसरी 'खेलो इंडिया' प्रतियोगिता 2019 में महाराष्ट्र पुणे में हुई थी, जिसमें 178 पदक जीत कर हरियाणा देश भर में दूसरे स्थान पर रहा था। पहला स्थान महाराष्ट्र का था, जिसने 228 पदक प्राप्त किए थे। 2020 में गुवाहाटी, आसाम में हुए इन खेलों के तीसरे संस्करण में भी हरियाणा दूसरे स्थान पर रहा था। उस समय महाराष्ट्र के पदकों की संख्या 256 थी। लेकिन इस बार पंचकूला, हरियाणा में आयोजित चौथे 'खेलो इंडिया' में हरियाणा ने हर प्रकार से अपनी सर्वोच्चता प्रदर्शित करते हुए चिर-प्रतिद्वंद्वी महाराष्ट्र को पीछे छोड़ दिया और चैंपियन बनने की हैट्रिक लगाने के उसके सपने को चकनाचूर कर दिया।। हरियाणा ने 52 स्वर्ण पदक सहित कुल 137 पदक प्राप्त किए, जबकि महाराष्ट्र 45 स्वर्ण सहित 125 पदक ही प्राप्त कर पाया।

जबरदस्त आगाज़-

पंचकूला में 'खेलो इंडिया' का जबरदस्त आगाज़ हुआ। केंद्रीय गृहमंत्री श्री अमित शाह की उपस्थिति में शानदार शुभारंभ हुआ। केंद्रीय खेल मंत्री श्री अनुराग ठाकुर ने विशिष्ट अतिथि के तौर पर शिरकत की। ताऊ देवी लाल स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स रंग-बिरंगी रोशनी से सराबोर नज़र आया। आर्मी बैंड द्वारा राष्ट्रगान की धुन के साथ कार्यक्रम की शुरुआत हुई। लोकप्रिय रैपर रफ्तार ने अपनी परफॉरमेंस से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया, रफ्तार ने खेलो इंडिया एंथम 'अब की बार हरियाणा' के अपने गायन के साथ शाम को जीवंत कर दिया। जिससे प्रत्येक व्यक्ति का उत्साहवर्धन हुआ। गेम्स के लोकप्रिय

केंद्रीय जल शक्ति मंत्री श्री गजेंद्र सिंह शेखावत हैंडबॉल के खिलाड़ियों का अभिवादन स्वीकार करते हुए

शिक्षा मंत्री श्री कँवरपाल कबड्डी के खिलाड़ियों की हौसला अफजाई करते हुए

खेल	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
एथलेटिक्स	3	6	5	14
बैडमिंटन	1	0	1	2
साइक्लिंग	2	0	6	8
गतका	1	3	0	4
जिमनास्टिक्स	0	0	1	1
कबड्डी	1	1	0	2
निशानेबाज़ी	3	2	2	7
तैराकी	4	2	2	8
थांग-टा	0	1	3	4
वॉलीबॉल	0	2	0	2
भारोत्तोलन	4	2	1	7
कुश्ती	16	10	12	38
योग	1	0	5	6
तीरंदाजी	1	1	0	2
बॉक्सिंग	10	3	2	15
फुटबॉल	0	0	1	1
हैंडबॉल	1	1	0	2
हॉकी	1	0	0	1
जूडो	3	4	4	11
टेबल टेनिस	0	1	0	1
टेनिस	0	0	1	1
कुल	52	39	46	137

शुभंकर विजया द टाइगर और जया द ब्लैकबक अखाड़े में नाचते हुए आए। हालांकि, सबसे जोरदार तालियाँ और जोश हरियाणा के अपने शुभंकर धाकड़ द बुल के लिए देखने को मिला। इसे ट्रैक्टर पर स्टेडियम में एंथम के साथ ले जाया गया। खेलो इंडिया गेम्स में पहली बार हरियाणा ने राज्यव्यापी मशाल रिले का भी आयोजन किया। विशेष रूप से डिज़ाइन किए गए कैंटर ने सभी जिलों का दौरा किया और खेलों को बढ़ावा दिया तथा बच्चों को खेल के लिए प्रोत्साहित किया। 2,262 लड़कियों सहित 4,700 से अधिक एथलीट 5 स्वदेशी खेलों सहित 25 रोमांचक खेलों में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने के उद्देश्य से देश भर से पधारे। इस दौरान एथलीटों ने खेल के नियमों और निष्पक्ष खेल की भावना से सम्मान व पालन करने के लिए ओलंपिक शैली की शपथ ली।

इस अवसर पर केंद्रीय युवा मामले एवं खेल मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर, उपमुख्यमंत्री श्री दुष्यंत चौटाला, हरियाणा विधानसभा अध्यक्ष श्री ज्ञान चंद गुप्ता, गृह एवं स्वास्थ्य मंत्री श्री अनिल विज, बिजली मंत्री श्री रणजीत सिंह, कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री श्री जय प्रकाश दलाल, सहकारिता मंत्री डॉ. बनवारी लाल, शहरी स्थानीय निकाय मंत्री डॉ. कमल गुप्ता, सांसद श्री रतनलाल कटारिया, हरियाणा विधानसभा के उपाध्यक्ष श्री रणबीर सिंह गंगवा, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता राज्यमंत्री श्री ओम प्रकाश यादव, महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री श्रीमती कमलेश ढांडा, खेल एवं युवा मामले राज्यमंत्री सरदार संदीप सिंह, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष श्री ओम प्रकाश धनखड़, मुख्य सचिव श्री संजीव कौशल और श्रीमती सुजाता चतुर्वेदी, सचिव, खेल विभाग, युवा मामले एवं खेल मंत्रालय, भारत सरकार सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

केंद्रीय खेल मंत्री श्री अनुराग ठाकुर व एसीएस 'युवा मामले एवं खेल' तथा विद्यालय शिक्षा विभाग डॉ. महावीर सिंह खिलाड़ियों से परिचय करते हुए

केंद्रीय गृहमंत्री श्री अमित शाह का उद्घाटन के अवसर पर प्रेरक उद्बोधन

पसीने से नहाने वाले इतिहास को बदलते हैं

पूरे देश को हरियाणा के खिलाड़ियों पर नाज़ है। हरियाणा की धरती से वीरेंद्र सिंह, संदीप सिंह, सरदार सिंह, रानी रामपाल, रमेश कुमार जैसे अनेक खिलाड़ी निकले हैं, जिन्होंने भारत को पदक दिलाने का काम किया है। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने भारत को हर क्षेत्र में आगे बढ़ाने का काम किया है। उन्होंने खेलों में भी देश को आगे बढ़ाया है। आज खेलों के इन्फ्रास्ट्रक्चर में काफी विकास हुआ है। इसके साथ-साथ खेल संघों को मज़बूत किया गया है। आज खिलाड़ियों की चयन प्रक्रिया में पारदर्शिता आई है। इसके अतिरिक्त उन्हें बेहतर ट्रेनिंग भी दी जा रही है। खिलाड़ियों को अलग-अलग सुविधाएँ व सहायता मिल रही है। प्रधानमंत्री के इन प्रयासों के परिणाम मिलने शुरू हो गए हैं। 2014 में खेल का बजट 866 करोड़ रुपये था, इसे बढ़ाकर 2022 में 1993 करोड़ रुपये किया है। इसके परिणाम अब साफ नज़र आ रहे हैं। ओलंपिक हो, पैरालंपिक हो, राष्ट्रमंडल खेल हों या फिर एशियाई खेल, भारत द्वारा जीते गए पदकों की संख्या लगातार बढ़ रही है।

श्री अमित शाह
केंद्रीय गृह मंत्री

हरियाणा की खेल नीति की प्रशंसा-

हरियाणा की खेल-नीति की चारों ओर प्रशंसा हुई। खेलो इंडिया यूथ गेम्स में भाग लेने वाले विभिन्न प्रदेशों के खिलाड़ी और कोच भी ऐसा कहते हुए सुनाई दिये कि हरियाणा में बड़ी प्रभावी खेल-नीति के तहत खेलों को विकसित किया जा रहा है। इसी कारण खेलों में हरियाणा शीर्ष पर है। ओवरऑल चैंपियन बनकर हरियाणा ने यह सारे देश को दिखा भी दिया। इन खेलों के आयोजन के कारण पंचकूला व अंबाला आदि स्थानों पर जो आधारभूत ढाँचा तैयार हुआ है, उससे आने वाले समय में खिलाड़ियों को और भी फायदा होगा। इन खेलों में एक विशेष बात यह भी दिखाई दी कि हरियाणा ने न केवल कुश्ती व बॉक्सिंग में धाक जमाई, बल्कि एथलेटिक्स, जूडो, साईक्लिंग आदि खेलों में भी जबरदस्त प्रदर्शन किया। इनके अलावा थांग-ता, गतका, हैंडबॉल, फुटबॉल, कबड्डी, आर्चरी, टेबल-टेनिस, जिम्नास्टिक्स और बैडमिंटन में भी पदक जीते। ऐसी उम्मीद की जा रही है कि स्वदेशी खेलों में भी हमारे खिलाड़ी आने वाले समय में अपना वर्चस्व कायम करेंगे। राजस्थान की हैंडबॉल टीम के कोच से बातचीत के दौरान उन्होंने बताया कि हरियाणा की खेल नीति काफी अच्छी है और यहाँ पर जिस प्रकार खिलाड़ियों को राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय खेलों में पदक जीतने पर सबसे अधिक राशि और सुविधाएँ प्रदान की जा रही हैं। उससे खिलाड़ियों का रुझान खेलों में बढ़ा है।

65 किग्रा भार-वर्ग कुश्ती में नीले रंग में हरियाणा की खिलाड़ी पुलकित का जबरदस्त दाँव

खिलाड़ियों की उम्मीदों को लगेंगे नए पंख-

मुख्यमंत्री ने सभी खिलाड़ियों की खेल भावना की सराहना की और कहा कि आपने इन प्रतियोगिताओं में भाग लेकर अपनी दक्षता, शारीरिक क्षमता और मानसिक दृढ़ता का परिचय दिया है। पदक विजेता खिलाड़ियों को विशेष रूप से बधाई देते हुए मुख्यमंत्री ने कामना की कि जीत के इस सिलसिले को कायम रखते हुए वे अन्तरराष्ट्रीय फलक पर भी देश के गौरव को बढ़ाएँ। मुख्यमंत्री ने कहा कि सभी खिलाड़ी अनेक यादें साथ लेकर यहाँ से जाएँगे और खेलों की नर्सरी बन चुके हरियाणा की मिट्टी से एक ऐसा अनुभव भी लेकर जाएँगे, जो भविष्य में आपको बुलंदियों तक पहुँचाने में सहायक बनेगा। श्री मनोहर लाल ने उम्मीद जताई कि ये प्रतियोगिताएँ नवोदित खिलाड़ियों की उम्मीदों को नए पंख लगाने का काम करेंगी। मुख्यमंत्री ने खिलाड़ियों से कहा कि खेलो इंडिया केवल एक शुरुआत है। आपको इससे बहुत आगे जाना है। खेल केवल प्रतियोगिताओं तक सीमित नहीं रहने चाहिए, बल्कि आपके दैनिक जीवन में शामिल होने चाहिए।

प्रदेश में खोली जा रही 1100 खेल नर्सरियाँ-

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश सरकार ने ग्राम स्तर से लेकर राज्य स्तर पर खेलों के लिए बुनियादी ढाँचा तैयार किया है। प्रदेश में साल भर विभिन्न खेल प्रतियोगिताएँ आयोजित करने के लिए खेल कैलेंडर भी तैयार किया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि हरियाणा देश का पहला राज्य है, जो पदक विजेता खिलाड़ियों को सर्वाधिक नकद पुरस्कार राशि देता है। मुख्यमंत्री ने कहा कि बच्चों में खेल संस्कृति विकसित करने के उद्देश्य से प्रदेश में 1100 खेल नर्सरियाँ खोली जा रही हैं। इससे राज्य के लगभग 25,000 नवोदित खिलाड़ी लाभान्वित होंगे। राज्य सरकार खिलाड़ियों को बचपन से ही तराशने की नीति पर काम कर रही है। हम खिलाड़ियों को सभी आवश्यक सुविधाएँ प्रदान करने के लिए कृत-संकल्प हैं।

मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल, केंद्रीय मंत्री श्री गजेंद्र सिंह शेखावत, खेल राज्य मंत्री श्री संदीप सिंह व एसीएस विद्यालय शिक्षा डॉ. महावीर सिंह हैंडबॉल का मुकाबला देखते हुए

सफल आयोजन के लिए हरियाणा को बधाई-

केन्द्रीय युवा मामले एवं खेल मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर ने खेलो इंडिया यूथ गेम्स के सफल आयोजन के लिए हरियाणा को बधाई दी। उन्होंने कहा कि खेलो इंडिया में बने 12 नेशनल रिकॉर्ड बताते हैं कि आयोजन कितना सफल रहा है। उन्होंने कहा कि टोक्यो ओलंपिक भारत का सबसे अच्छा ओलंपिक रहा है, हरियाणा के नीरज चोपड़ा ने ही भारत को वहाँ स्वर्ण दिलाया। विश्व बाक्सिंग चैंपियनशिप में भी हम तीसरे नंबर पर रहे हैं। हरियाणा भारत का स्पोर्टिंग सुपर पावर है। हमारा प्रयास पारंपरिक खेलों को अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर ले जाने का है। खेलों में हरियाणा की उन्नति हुड्डा ने देश की नंबर-एक खिलाड़ी को हरा कर गेम जीता है। श्री अनुराग ठाकुर ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी की सोच है कि ज्यादा से ज्यादा खिलाड़ियों को मौके मिलें। उन्होंने कहा कि खेलो इंडिया-2022 और खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स-2022 भी जल्द ही आयोजित होंगे।

खिलाड़ियों की जुबान पर 'आभार हरियाणा'-

खेलो इंडिया के लिए आए 36 राज्यों व केन्द्र शासित प्रदेशों के खिलाड़ियों की जुबान पर एक ही बात थी। नवीनतम खेल सुविधाओं व एक एथलीट की आवश्यकता के अनुसार पौष्टिक भोजन, रहने व ठहरने तथा स्टेडियम तक की गई वाहनों की व्यवस्था के लिए खिलाड़ी ही नहीं उनके साथ आए स्पोर्टिंग स्टाफ, कोच व भारतीय खेल प्राधिकरण के विशेषज्ञों की भी जुबान पर मेज़बानी के लिए यही शब्द थे।

बॉक्सिंग में हरियाणा ओवरऑल चैंपियन-

बॉक्सिंग प्रतियोगिताओं में सर्वाधिक स्वर्ण पदक जीत कर हरियाणा बॉक्सिंग में ओवरऑल चैंपियन बना । हरियाणा की ओर से 8 लड़कियाँ और 5 लड़के फाइनल में पहुँचे थे, जिनमें 6 स्वर्ण छोरियों ने और 4 स्वर्ण छोरों ने अपने नाम करके खेलो इंडिया यूथ गेम्स - 2021 का चैंपियन बनाया।

हरियाणा लैंड ऑफ चैम्पियन्स

हरियाणा लैंड ऑफ चैम्पियन्स है। हरियाणा ने देश को जितने पदक दिलाए हैं, शायद ही किसी अन्य राज्य ने देश को दिए हों। हरियाणा की मिट्टी न केवल सोना उगलती है। बल्कि यह धरती साक्षी मलिक, रवि दहिया, बजरंग पूनिया व बबिता फौगाट जैसे खिलाड़ी भी पैदा करती है। यहाँ का किसान खेत में, जवान सीमा पर तथा खिलाड़ी मैदान में देश के लिए खड़ा रहता है। सोने का पदक केवल सोने से ही नहीं बना होता, बल्कि इसमें खिलाड़ी का पसीना, उसका साहस व मेहनत की भी खुशबू होती है। खेलो इंडिया यूथ गेम्स व इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स की शुरुआत करने का विजन देश के प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी का है। चौथे खेलो इंडिया यूथ गेम्स के शानदार आयोजन करने का श्रेय मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल व हरियाणा के खेल राज्य मंत्री सरदार संदीप सिंह की कड़ी मेहनत को देता हूँ।

श्री अनुराग सिंह ठाकुर
केन्द्रीय खेल एवं युवा मामले मंत्री

45-48 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की गीतिका ने उत्तर प्रदेश की रागिनी उपाध्याय को 5-0 से हराकर स्वर्ण पदक जीता। इसी प्रकार, 48-50 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की तमन्ना ने पंजाब की सुविधा भगत को

कबड्डी सेमीफाइनल : हरियाणा की खिलाड़ी आंध्र प्रदेश पर रेड करते हुए

दूसरे प्रांत भी खेलों में हरियाणा से लें प्रेरणा

प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने खेलों व खिलाड़ियों के लिए अनुकूल वातावरण बनाया है। आज देश में बेहतर खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर और खेलने के अच्छे वातावरण की वजह से खेल का स्तर सुधरा है। खिलाड़ियों को समय पर सिलेक्ट किया जाता है और उन्हें समय पर ट्रेनिंग दी जाती है। हरियाणा ने जिस प्रकार खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर, खेल नीति व खेलों के क्षेत्र में जो कार्य किया है उससे प्रदेश का खेलों में नाम रोशन हुआ है। हरियाणा ने खेल के क्षेत्र में एक आदर्श स्थापित किया है, इससे दूसरे प्रांत भी प्रेरणा लें। परंपरागत खेलों को बढ़ावा दिया जा रहा है। भारत परंपरागत खेलों को बढ़ावा देने के लिए राज्य व राष्ट्रीय स्तर पर प्रतियोगिताओं का आयोजन करेगा ताकि ये खेल भी धीरे-धीरे पूरे विश्व में खेले जाएँ। इसका एक उदाहरण कबड्डी है, जो आज पूरे विश्व में खेला जाता है।

श्री गजेंद्र शेखावत
केंद्रीय जलशक्ति मंत्री

बैडमिंटन एकल में स्वर्ण पदक जीत कर धूम मचाने वाली उन्नति को मुख्यमंत्री महोदय सम्मानित करते हुए

5-0 से हराया और स्वर्ण पदक अपने नाम किया। 52-54 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की नेहा ने उत्तराखंड की आरती को 5-0 से मात देकर स्वर्ण पदक हरियाणा की झोली में डाला। 54-57 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की प्रीति ने मणिपुर की हुईर्डो ग्रीविया देवी को पहले ही राउंड में नॉक आउट कर अपनी जीत दर्ज की और स्वर्ण पदक जीता। इसके अलावा, 57-60 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की प्रीति दहिया ने राजस्थान की कल्पना को 4-1 से हराकर स्वर्ण पर कब्जा किया। 66-70 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की लशु यादव ने दिल्ली की शिवानी को 5-0 से हराकर स्वर्ण पदक अपने नाम किया। इसके अलावा, 50-52 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की नीरू ने रजत और 63-66 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा की मुस्कान ने रजत पदक जीता। छोरियों ने अपने पंच का दम दिखाकर यह साबित कर दिया कि म्हारी छोरियाँ छोरों से कम नहीं हैं।

63.5 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा के वंशज ने असम के ईमदाद हुसैन को हराकर स्वर्ण जीता। 71 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा के हर्षित राठी ने चंडीगढ़ के अशीष हुड्डा को हराया और स्वर्ण पर कब्जा किया। इसी प्रकार, 75 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा के दीपक ने महाराष्ट्र के कुनाल घोरपड़े को हराकर

चैंपियन नाइट में प्रस्तुति देता एक बाल-कलाकार

स्वर्ण पदक अपने नाम किया। 80 किलोग्राम भार वर्ग में हरियाणा के विशाल ने पंजाब के अक्ष गर्ग को हराकर स्वर्ण पदक जीता।

छा गई उन्नति-

बैडमिंटन के एकल मुकाबलों में स्वर्ण पदक जीत कर हरियाणा की उन्नति हुड्डा भी खिलाड़ियों में चर्चा का विषय बनी। रोहतक की उन्नति हुड्डा ने वर्ल्ड की चौथे नंबर की रैंकिंग वाली खिलाड़ी तसनीम मीर को हराकर स्वर्ण पदक जीता। महिलाओं की बैडमिंटन एकल प्रतियोगिता में उन्नति हुड्डा ने तसनीम मीर को 2-1 से मात दी है। गुजरात की रहने वाली तसनीम मीर बैडमिंटन की वर्ल्ड जूनियर रैंकिंग में चौथा स्थान रखती है, जबकि जूनियर रैंकिंग में उसका देश में पहला स्थान है। पहले सेट में तसनीम मीर ने उन्नति हुड्डा को कड़ी टक्कर दी और यह सेट 21-9 से जीत लिया। दूसरे सेट में उन्नति ने जोरदार वापसी की और इस सेट को 23-21 से अपने नाम किया। तीसरे सेट में उन्नति हुड्डा के खेल का दबदबा दिखा। उन्नति ने इस सेट में तसनीम मीर को हावी नहीं होने दिया और इस सेट को 21-12 से जीतकर स्वर्ण पदक अपने नाम कर लिया। गौरतलब है कि उन्नति हुड्डा थॉमस कप में टीम में सबसे कम उम्र की खिलाड़ी थी, इस कारण वह पहले से ही चर्चा में थी। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी से उससे बातचीत की थी। अन्य राज्यों के खिलाड़ी उससे पूछ रहे थे कि प्रधानमंत्री से बातचीत करके उसे कैसा लगा था।

संस्कृति का किया आदान-प्रदान -

खास बात यह है कि खेलो इंडिया यूथ गेम्स - 2021 के दौरान जहाँ पंचकूला ने एक लघु भारत का

रूप ले लिया था, तो वहीं दूसरी ओर विभिन्न प्रांतों से आए खिलाड़ी आपस में अपनी भाषाओं व संस्कृति का आदान प्रदान कर रहे थे। महाराष्ट्र से आई सुगंधा पाटिल ने कहा कि हमने खेलो इंडिया यूथ गेम्स का तृतीय संस्करण देखा और वर्ष 2019 में महाराष्ट्र में ही खेलो इंडिया का आयोजन हुआ था। यह कहना गलत नहीं होगा कि हरियाणा ने बहुत भव्य तरीके से खेलो इंडिया यूथ गेम्स के चौथे संस्करण का आयोजन किया है। यहाँ खिलाड़ियों के लिए सभी सुविधाएँ उपलब्ध हैं और खिलाड़ी भी तनाव मुक्त हैं। इसी प्रकार पिंगाधनी, जो उत्तर पूर्वी राज्य से आए हैं, ने कहा कि हमें यहाँ आकर बहुत अच्छा लगा और यहाँ बहुत कुछ सीखने को मिला है। खेलों के लिए यहाँ बेहतर प्लेटफार्म उपलब्ध हैं। निश्चित तौर पर यहाँ से निकले खिलाड़ी भविष्य में भी पदक लाते रहेंगे।

पौष्टिक भोजन की बेहतरीन व्यवस्था-

खिलाड़ियों के लिए पौष्टिक भोजन की बेहतरीन व्यवस्था की गई। इस दौरान प्रतिदिन लगभग 8500 एथलीट एवं उनके स्पोर्टिंग स्टाफ के लिए भोजन तैयार किया गया। खिलाड़ियों ने भी भोजन व अन्य व्यवस्थाओं की बहुत तारीफ़ की है। नाश्ते में प्रोटीन पर विशेष ध्यान दिया गया। दूध, फलाहार के अलावा दक्षिण व उत्तर पूर्वी राज्यों की आवश्यकतानुसार भोजन दिया गया। इसी प्रकार, दोपहर और रात के भोजन में वेज और नॉनवेज भोजन खिलाड़ियों और अन्य लोगों के लिए तैयार किया गया। हर राज्य के खिलाड़ियों व उनके साथ आए स्पोर्टिंग स्टाफ ने हरियाणा की मेज़बानी की तारीफ की ।

धाकड़ सूवनियर-

जब भी देश में खेलों की बात आती है तो हरियाणा

खेलो इंडिया से प्रदेश का नाम रोशन हुआ

खेलो इंडिया से प्रदेश का नाम रोशन हुआ और प्रदेश में खिलाड़ियों के लिए विश्वस्तरीय खेल सुविधाएँ उपलब्ध हुई जिनका वे भविष्य में भी प्रयोग कर अपने खेल को और आगे बढ़ा सकेंगे। खुशी इस बात की है कि इन खेलों में लड़कियों ने बड़ी संख्या में भागीदारी की है। लड़कियों ने हर प्रतिस्पर्धा में बेहतर प्रदर्शन ही नहीं बल्कि कई राष्ट्रीय रिकॉर्ड बनाए हैं। मैं उन्हें शुभकामनाएँ देता हूँ। साथ ही खेलो इण्डिया यूथ गेम्स 2021 में देश भर से आए सभी प्रतिभागी खिलाड़ियों व जीत दर्ज करने वाले खिलाड़ियों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ देता हूँ। खेलो इण्डिया यूथ गेम्स- 2021 के इस बड़े समागम की सफलता के लिए मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल व उनकी पूरी टीम के साथ-साथ इस आयोजन में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाने वाले सभी अधिकारियों, कर्मचारियों और कार्यकर्ताओं का बहुत-बहुत धन्यवाद।

श्री कँवर पाल
शिक्षा मंत्री, हरियाणा

चक दे हरियाणा

हरियाणा के खिलाडियों व हरियाणावासियों के लिए खुशी की बात है कि हरियाणा गठन के बाद पहली बार इतने बड़े स्तर पर खेलो इंडिया गेम्स की मेजबानी हरियाणा ने की। मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल की खेल नीति व उन्हीं के प्रयासों के फलस्वरूप हरियाणा को मेजबानी करने का अवसर मिला है। इसके लिए मैं प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी व खेल मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर का भी हरियाणा के लोगों की ओर से आभार व्यक्त करता हूँ। खेलो इंडिया एक ऐसा प्लेटफॉर्म है जो ऐसी विंडो खोलता है, जहाँ से खिलाड़ियों पर देश के चयनकर्ता खेल विशेषज्ञ व तकनीकी स्टाफ की नज़र पड़ती है और भारत की टीम तैयार करने के लिए योग्य खिलाड़ी मिलते हैं। हमारे खिलाड़ियों ने वैसा ही प्रदर्शन किया है जैसे प्रदर्शन की उनसे उम्मीद की जा रही थी। प्रदेशवासियों व सभी खिलाड़ियों को मेरी ओर से हार्दिक बधाई।

श्री संदीप सिंह
खेल एवं युवा मामले राज्य मंत्री, हरियाणा

'खेलो इंडिया यूथ गेम्स' में पहली बार शामिल परंपरागत खेल गतका की शानदार प्रस्तुति

खेलो इंडिया का आयोजन पंचकूला में होना गर्व की बात

खेलो इंडिया यूथ गेम्स-2021 पंचकूला में होना गर्व की बात रही। इसके लिए मैं प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी का आभार व्यक्त करता हूँ। इन खेलों के परिणाम से पूरे देश को प्रेरणा मिलेगी। हरियाणा के खिलाड़ियों की देश-विदेश में पहले भी धाक रही है और भविष्य में भी इसी प्रकार खिलाड़ी पूरे देश में हरियाणा का नाम रोशन करेंगे। इन खेलों के परिणामों से निश्चित रूप से खिलाड़ियों के लिए ओलम्पिक, एशियाड व कॉमनवेल्थ जैसे खेलों में मैडल लाने का रास्ता प्रशस्त होगा। यह अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि इन खेलों में हरियाणा ने अपनी श्रेष्ठता प्रदर्शित करते हुए पहला स्थान हासिल किया है। सभी पदक विजेताओं को बधाई व शुभकामनाएँ। आशा है कि भविष्य में भी हरियाणा अपने सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन को बरकरार रखेगा।

श्री ज्ञानचंद गुप्ता
अध्यक्ष, हरियाणा विधानसभा

छा गया हरियाणाः- लाल रंग में हरियाणा के खिलाड़ियों का हैंडबॉल फाइनल में शानदार खेल

110 मीटर हर्डल हीट्स में छोरियों का शानदार प्रदर्शन

का नाम सबसे पहले लिया जाता है क्योंकि प्रदेश का हर खिलाड़ी धाकड़ है। हरियाणा में ऐसे व्यक्ति को धाकड़ कहा जाता है जो अत्यधिक मजबूत और दमदार होता है। हरियाणा के खिलाड़ी भी धाकड़ हैं जो खेल के दौरान होने वाले दबाव को झेलते हुए भी अपना परचम राष्ट्रीय व अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर लहरा रहे हैं। खेलो इंडिया यूथ गेम्स-2021 में भी हरियाणा के खिलाड़ी सबसे आगे हैं। खिलाड़ियों के विजयी होने पर खेलो इंडिया यूथ गेम्स-2021 की यादों को चिर स्थायी बनाए रखने के लिए पदक के साथ-साथ हरियाणा का धाकड़, सूवनियर के रूप में दिया गया, जिसे लेते ही खिलाड़ी प्रसन्न हो गए।

दर्शकों का किया मनोरंजन-

खेलों के दौरान खिलाड़ियों का मनोबल व उत्साह बनाए रखना तथा दर्शकों का मनोरजन होना दोनों ही बहुत जरूरी होता है। खेलो इंडिया यूथ गेम्स-2021 में मस्कट, जय-विजया और धाकड़ ने यह काम बखूबी किया। जब भी कोई टीम या खिलाड़ी किसी भी प्रतियोगिता में जीत हासिल करता था तो खिलाड़ियों के साथ जय-विजया और धाकड़ हरियाणवी व पंजाबी गीतों पर जमकर नाचे और यही नहीं खिलाड़ियों ने भी खुशी में उन्हें ऊपर उठाकर खूब मस्ती की। इस दौरान मैदान में बैठे दर्शक व खेल प्रेमी भी उत्साहित होकर झूमने लगे।

अब मिलेंगे मध्यप्रदेश के इंदौर में-

पाँचवें खेलो इंडिया यूथ गेम्स के लिए पंचकूला के बाद खिलाड़ी अब मध्यप्रदेश के स्मार्ट सिटी इंदौर में मिलेंगे। खिलाड़ियों के पंचकूला में दो सप्ताह तक रहे ठहराव में उन्हें काफी सुखद अनुभव मिला। हर रोज किसी न किसी खिलाड़ी का जन्मदिन पड़ता था तो दूसरे राज्यों के खिलाड़ियों ने भी सामूहिक रूप से जन्मदिन मनाया, जो भारतीय संस्कृति की विविधता में एकता को दर्शाता है। हरियाणा के मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल, केन्द्रीय युवा मामले व खेल मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर, हरियाणा के खेल राज्य मंत्री सरदार संदीप सिंह की बार-बार उपस्थिति भी खिलाड़ियों में नया जोश भरती रही।

खेल सुविधाओं की घोषणाएँ-

समापन अवसर पर मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल ने हरियाणा खेल अकादमी बनाने की घोषणा की। जिसमें देश भर के खिलाड़ी प्रशिक्षण ले सकेंगे। उन्होंने कहा कि स्पोर्ट्स इंफ्रास्ट्रक्चर को देखते हुए पंचकूला में एक हॉस्टल खोला जाएगा, जिसमें 200 खिलाड़ियों के रहने की व्यवस्था होगी। इसके जरिए खिलाड़ियों को अन्तरराष्ट्रीय स्तर की सुविधाएँ देने के साथ ही उन्हें खेल में पारंगत करेंगे। मुख्यमंत्री ने खेलो इंडिया में हरियाणा के पदक विजेता खिलाड़ियों को मिलने वाली इनाम राशि को भी डबल करने की घोषणा की। मुख्यमंत्री ने कहा कि स्वर्ण पदक जीतने वाले खिलाड़ी को एक लाख रुपए, रजत पदक विजेता को 60 हजार रुपए और काँस्य पदक लाने वाले खिलाड़ी को 40 हजार रुपए मिलेंगे। केवल यही नहीं उन्होंने खेलों में हिस्सा लेने वाले हरियाणा के खिलाड़ियों को भी प्रोत्साहन के रूप में 5 हज़ार रुपए देने की घोषणा की।

नये स्वदेशी खेल शामिल-

अपने देश के खेलों की ओर रुझान विकसित करने के लिए खेलो इंडिया यूथ गेम्स में पहली बार कुछ स्वदेशी खेलों को शामिल किया गया। इसमें मलखंभ, गतका, थांग-ता, योगासन और कलरीपयट्टू शामिल थे। ऐसा देखने में आया कि जो खेल जिस भी प्रांत से जुड़े हैं,

उनके खिलाड़ी इन खेलों में बेहतरीन प्रदर्शन कर रहे हैं, लेकिन धीरे-धीरे दूसरे प्रदेशों में भी इनकी प्रसिद्धि बढ़ रही है। इन खेलों के खिलाड़ियों में विशेष उत्साह नज़र आया।

'गतका' बना खेलो इंडिया की शान-

सिखों के छठे गुरु हरगोबिंद साहिब जी द्वारा आत्मरक्षा करने के लिए जिन मल्ल अखाड़ों की शुरूआत की थी, आज उन्हीं से निकला 'गतका' खेलो इंडिया की शान बना। पहली बार खेलो इंडिया यूथ गेम्स में गतका खेल को भी शामिल किया गया। इसमें 16 टीमों ने हिस्सा लिया। गतका में 1 गोल्ड, 3 रजत हरियाणा के खिलाड़ियों ने लिए हैं। हरियाणा के खेल मंत्री श्री संदीप सिंह अब इस गेम को राष्ट्रीय ही नहीं, बल्कि अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर ले जाने के लिए प्रयास कर रहे हैं। वर्ल्ड गतका फेडरेशन के उपप्रधान सुखचैन सिंह ने बताया कि इस खेल को खेलो इंडिया में स्थान दिलाने तक की कहानी आसान नहीं थी। करीब 550 साल पहले शुरू हुई आत्मरक्षा की एक विधा को यहाँ तक लाने के लिए बहुत प्रयास किए गए। सबसे पहले इस विधा को एक गेम में लाने की ठानी गई और गाँवों में छोटे-छोटे गतका गेम्स के आयोजनों की शुरूआत की गई। फिर खंड स्तर पर गतका के आयोजन करवाए गए। धीरे-धीरे जिला स्तर पर और फिर राष्ट्रीय स्तर पर 9 प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इन प्रतियोगिताओं से बहुत कुछ सीखने को मिला, जिनमें से अलग-अलग नियमों को तय किया गया। नियमों की नौ किताबों का प्रकाशन किया गया। इसके बाद नियम फाइनल हुए और इस गेम को पहचान मिली। 2020 में गुवाहटी में आयोजित हुई खेलो इंडिया प्रतियोगिता में गतका गेम्स की प्रेजेंटेशन दी गई।

हरियाणा का जबरदस्त प्रदर्शन-

हरियाणा ने देश के मानचित्र पर खेलों में अलग स्थान बनाया है। तभी हरियाणा को खेलो इंडिया यूथ गेम्स की मेजबानी करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। खेलो इंडिया उभरते हुए खलाड़ियों के लिए अपनी प्रतिभा को निखारने का शानदार मंच है। यहाँ हमारे खिलाड़ियों ने बेहतरीन प्रदर्शन किया है और प्रदेश के नाम को चार चाँद लगाए हैं। खेलो इंडिया केवल खेल आयोजन ही नहीं रहा, बल्कि प्रदेश की प्रगति और संस्कृति को हरियाणा में आए दूसरे राज्यों के खिलाड़ियों को दिखाने का मंच भी बना। हरियाणा सरकार ने इस आयोजन को बड़े प्रभावी ढंग से आयोजित किया। हरियाणा के खिलाड़ियों से जैसी अपेक्षा की जा रही थी, वैसा ही प्रदर्शन उन्होंने किया है। जीत का परचम लहराने के लिए सभी खिलाड़ियों को बधाई व उनके उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएँ।

डॉ. महावीर सिंह
अतिरिक्त मुख्य सचिव, विद्यालय शिक्षा विभाग, हरियाणा

इसके बाद भारत सरकार ने इसे खेलो इंडिया में शामिल करने की अनुमति दी।

गतका एक स्टिक के साथ खेला जाता है। इसे हिंदी में सोटी कहा जाता है। एक इवेंट सिंगल स्टिक के साथ होता है। जिसमें दो प्रतिभागी होते हैं, दोनों के पास अपनी-अपनी स्टिक होती है। इसी तरह सिंगल स्टिक में टीम इवेंट भी होता है, जिसमें एक टीम के अंदर तीन प्रतिभागी होते हैं। तीसरा इवेंट फ्री स्टिक के साथ खेला जाता है। इसमें एक स्टिक के साथ-साथ दूसरे हाथ में एक ढाल भी होती है। एक खिलाड़ी दोनों इवेंट में हिस्सा ले सकता है।

पहली बार खेलो इंडिया में शामिल किया गया थांग-ता-

करीब 400 साल पहले मणिपुर में राजा-महाराजाओं ने जिस आर्ट को शुरू किया था, वह आज खेलो इंडिया तक पहुँच गई । न केवल मणिपुर बल्कि देशभर से आई 22 टीमें इस खेल में हिस्सा ले रही थीं। इस आर्ट का नाम है थांग-ता। थांग का अर्थ है तलवार और ता का अर्थ है भाला। तलवार और भाले के साथ खेले जाने वाले इस आर्ट को अंग्रेज़ों ने इस डर से बैन कर दिया था कि कहीं इसके दम पर लोग ब्रिटिश हुकूमत का सामना न करने लगें। मणिपुर के स्थानीय लोगों ने अपने प्रयासों से न केवल इस आर्ट को पुनर्जीवित किया है बल्कि खेलो इंडिया तक पहुँचा दिया। इस आर्ट को खेल का रूप देने वाले थांग-ता फेडरेशन ऑफ इंडिया के एच. प्रेम कुमार सिंह का कहना है कि उन्हें लगता था कि जब मार्शल आर्ट विदेशों से आकर एक खेल के रूप में अपनी जगह बना सकता है तो मणिपुर का थांग-ता क्यों नहीं। इस सोच के साथ उन्होंने थांग-ता को खेल के रूप में लाने की ठानी। सबसे पहली चुनौती इसके नियम थे। इसके बाद तलवार और भाले की जगह इसे किसके साथ करवाया जाए। ऐसे में एच.प्रेम कुमार ने तलवार की जगह स्टिक को दी और एक ढाल को इस्तेमाल किया। स्टिक को तलवार की तरह बनाया गया। धीरे-धीरे उन्होंने मणिपुर में थांग-ता के आयोजन शुरू किए।

पहली बार शामिल परंपरागत खेल मलखंब में अपने खेल-कौशल का प्रदर्शन करते हुए एक खिलाड़ी

गतका मैच : महाराष्ट्र व आंध्रप्रदेश के बीच हुआ काफी रोचक मुकाबला

के रूप में जाना जाता हैं, जिसका उल्लेख सन 1135 में चालुक्य द्वारा लिखे ग्रंथ 'मानसोल्लास' में भी मिलता है। खेलो इंडिया यूथ गेम्स में मल्लखम्ब के तीन प्रकार के इवेंट आयोजित किए गए, जिनमें लड़कियों के लिए दो इवेंट, पोल मल्लखम्ब और रोप मल्लखम्ब तथा लडकों के लिए तीन इवेंट पोल, रोप और हैंगिंग मल्लखम्ब शामिल थे।

मल्लखम्ब फेडरेशन ऑफ इंडिया के अध्यक्ष डॉ. रमेश इंदोलिया ने बताया कि मल्लखम्ब को वर्ष 1958 से यूनिवर्सिटी गेम्स में शामिल किया गया और उसके बाद 1980 से इसे अलग करके फेडरेशन बनाया गया। इसके बाद साल 2011 में इस खेल को अनुदान मिलना शुरू हुआ। भारतवर्ष में इसके 100 सेंटर खोले गये हैं जिसके तहत हरियाणा में 5 सेंटर चलाए जा रहे हैं। खेलो इंडिया यूथ गेम्स में मल्लखम्ब को पहली बार शामिल किया गया और आने वाले समय में इस खेल के पैरालम्पिक और ओलंपिक में शामिल होने की पूरी संभावना है। इंदोलिया के अनुसार मल्लखम्ब में भारत विश्व विजेता हैं और आने वाले समय में भी भारत से ऐसे ही प्रदर्शन की उम्मीद है। इंदोलिया के अनुसार मल्लखम्ब खेल को ओलंपिक खेलों के समान सुविधाएँ भारत-सरकार द्वारा प्रदान की जा रही हैं जोकि एक सराहनीय बात हैं।

डॉ.प्रदीप राठौर
drpradeeprathore@gmail.com

थांग-ता को खेलो इंडिया में शामिल करने के लिए थांग-ता फेडरेशन ऑफ इंडिया ने 2020 में गुवाहटी में आयोजित हुई खेलो इंडिया प्रतियोगिता में प्रेजेंटेशन दी थी। इसके बाद भारत सरकार ने उन्हें इस खेल को खेलो इंडिया में शामिल करने की अनुमति दी। खेलो इंडिया में थांग-ता खेलने के लिए 22 टीमें और 140 खिलाड़ी पहुँचे थे। हरियाणा ने भी थांग-ता में चार पदक जीते। अंडर-18 पुरुष प्रतिस्पर्धा में एक काँस्य और 1 रजत पदक जीता। इसी तरह अंडर-18 महिलाओं की प्रतिस्पर्धा में दो रजत पदक हरियाणा ने अपने नाम किए।

खेलो इंडिया में पहली बार कलरीपयट्टू -

पंचकूला में आयोजित हो रहे खेलो इंडिया यूथ गेम्स में पहली बार कलरीपयट्टू की शुरुआत की गई, ताकि स्वदेशी खेलों को भी नेशनल स्तर पर बढावा देकर अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाने का काम किया जाए। दिल्ली के एक युवा खिलाड़ी अतुल कृष्णा ने बताया कि इस खेल के प्रति उसका रुझान फिल्मों व यूट्यूब पर वीडियो देखकर बना। उसके बाद से उसने इस खेल को सीखना शुरू कर दिया। अतुल ने बताया कि वह इस खेल को पिछले सात साल से खेल रहा है और उसे उम्मीद है कि यह खेल एक दिन दुनिया-भर में खेला जाएगा। उल्लेखनीय है कि इस खेल में हरियाणा के पाँच खिलाड़ियों ने भाग लिया।

स्वदेशी खेल मल्लखम्ब की शुरूआत -

मल्लखम्ब को शरीर साधना की अति प्राचीन विद्या

वाह! कलरीपयट्टू खेल में ऐसा जानदार प्रदर्शन कि दर्शकों ने दाँतों तले उँगली दबा ली

खेलो इंडिया में राजकीय विद्यालयों के विद्यार्थियों का जबरदस्त प्रदर्शन

अधिकांश विद्यार्थी अत्यंत साधारण आर्थिक पृष्ठभूमि वाले परिवारों से

खेलो इंडिया यूथ गेम्स के माध्यम से अनेक खिलाड़ियों के लिए अन्तरराष्ट्रीय खेलों में जाने के द्वार खुल रहे हैं। इन खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ी मूल रूप से ऐसे परिवारों से है उनकी आर्थिक पृष्ठभूमि बहुत अच्छी नहीं है।

इन खेलों में शहीद नायक सुरेश कुमार राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मोखरा, रोहतक की तन्नु मलिक ने खेलो इंडिया यूथ गेम्स में 46 किलोग्राम भार वर्ग में कुश्ती में स्वर्ण पदक जीत कर हरियाणा प्रदेश को गौरवान्वित किया। पिता राजबीर सिह व पूनम देवी की पुत्री तन्नू ने 2021 में हंगरी में आयोजित हुई कैडेट विश्व चैंपियनशिप ने 43 किलोग्राम भारवर्ग में प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसी प्रकार 2021 में कर्नाटक नेशनल गेम्स में स्वर्ण पदक जीता। 2020 में यमुनानगर में स्टेट चैंपियनशिप में 40 किलोग्राम भारवर्ग में सभी मुकाबले एक तरफा ही जीते। अब तन्नु का स्वप्न भविष्य में सब जूनियर कॉमनवैल्थ गेमों में अपनी मेहनत से देश का परचम लहराने की है। तनु के पिता एक निजी विद्यालय में बस ड्राइवर हैं। ऐसी परिस्थिति में भी उन्होंने बेटी की प्रतिभा को पहचानते हुए उसे आगे बढ़ने में सहयोग दिया। तनु कहती है अब उनका लक्ष्य ओलंपिक में भारत को गोल्ड दिलाना है।

राजकीय उच्च विद्यालय कनहाई, गुरुग्राम में दसवीं कक्षा में पढ़ रहे जीतू ने ऑटस्किट ग्रुप में योगा में गोल्ड मेडल जीता। उसने बताया कि वह कक्षा छठी में योगा एकेडमी में गया था, वहाँ पहले उसके दोस्त जाया करते थे। दविन्द्र सर ने उसे प्रेरित किया। गुरुग्राम में जिला स्तरीय योगा प्रतियोगिता में 2019 में भाग लिया। इसमें एक स्वर्ण व एक रजत पदक जीता। राज्य स्तरीय योगा प्रतियोगिता में वर्ष 2019 में भाग लिया, जिसमें दो स्वर्ण पदक जीते। राष्ट्रीय योग चैंपियनशिप उड़ीसा में 2021 में फॉरम योगा फाउंडेशन एकेडमी की तरफ से खेलने गए। इसमें रजत पदक प्राप्त किया। जीतू ने बताया कि उसे विद्यालय की प्रधानाचार्या पुष्पालता व शिक्षिका पूनम यादव का हमेशा बहुत सहयोग मिलता है। जिला शिक्षा अधिकारी व अन्य अधिकारियों द्वारा नेशनल व खेलो इंडिया के बाद उसकी उपलब्धियों के लिए उसकी खूब सराहना की गई और उसे प्रोत्साहित किया गया। उसने बताया कि वह रोजाना सायं 6 से 8 बजे तक एकेडमी में योगा की प्रैक्टिस करता है। रात्रि 9 बजे के बाद वह अपनी पढ़ाई के लिए समय देता है। जीतू ने बताया कि उनके पिता मज़दूरी का काम करते हैं तथा माँ घरों में साफ-सफाई का काम करती हैं। विद्यालय स्तर से निकलते हुए खेलो इंडिया के कैंप में उन्हें बहुत सारी बारीकियों की जानकारी मिली, जिसके चलते आज यह मुकाम उसे हासिल हुआ। पिता रूदल मांझी व माता श्रीमती रूबी देवी ने बताया कि जीतू बहुत ही होनहार है। उन्हें उस पर बहुत नाज है।

गौरव सारवान राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, धनकोट, गुरुग्राम में ग्याहरवीं कक्षा में पढ़ रहा है। उसका बड़ा भाई कार्तिक हुडा जिमखाना कलब में योगा सेंटर में योग सीखता था। उससे प्रेरित होकर उसने चौथी कक्षा से ही योगा सीखना आरंभ कर दिया। प्राइमरी विद्यालयों के योग टूर्नामेंट खंड स्तरीय प्रतियोगिता विद्यालय में उसके जिला में तथा बाद में राज्य स्तरीय प्रतियोगिता 2015 सिरसा में योगा टीम प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त किया। 2018 में राज्य स्तरीय योग प्रतियोगिता रेवाड़ी में हुई, जिसमें विद्यालय की टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। नेशनल योगा स्पोर्ट्स फैडरेशन द्वारा 2021 में जिला स्तर पर प्रतियोगिता करवाई गई, जिसमें उसकी व उसके जोड़ीदार सागर रंगा की सिलेक्शन हुई। राज्य स्तरीय प्रतियोगिता जींद में इस जोड़ी ने रजत पदक जीता। उसके बाद नेशनल योगा प्रतियोगिता उड़ीसा के लिए इनका चयन हुआ। वहाँ इनकी जोड़ी ने चौथा स्थान हासिल किया तथा टीम इवेंट में दूसरा स्थान हासिल किया। फिर खेलो इंडिया के लिए जींद में ट्रायल हुआ। जिसमें इनका चयन खेलो इंडिया के लिए हुआ। खेलो इंडिया में इनके जोड़ीदार प्रभात बने। खेलो इंडिया में ग्रुप इवेंट में स्वर्ण पदक जीता तथा प्रभात व गौरव की जोड़ी ने कॉस्य पदक हरियाणा की झोली में दिया। गौरव ने बताया कि उसके पिता श्री ओमप्रकाश मज़दूरी करते हैं तथा माता श्रीमती शीतल देवी घरों में सफाई का काम करती हैं। सभी उन्हें बहुत सपोर्ट करते हैं।

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय धनकोट, गुरुग्राम में कक्षा बाहरवीं के छात्र सागर रंगा ने खेलो इंडिया यूथ गेम्स में स्वर्ण पदक जीता। सागर रंगा ने बताया कि जब वे सातवीं कक्षा में थे, तब से योगा सीख रहे हैं। उनके पिता श्री प्रदीप कुमार ने ही उन्हें योगा में भेजा था। स्कूल से उन्होंने श्रीमती पूनम बिंद्रा से प्रशिक्षण प्राप्त करना शुरू किया। शिक्षा विभाग द्वारा खंड व जिला स्तरीय योगा प्रतियोगिता में वर्ष 2017 में सागर ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके बाद राज्य स्तरीय योगा प्रतियोगिता महेन्द्रगढ़ में उनकी टीम ने प्रथम स्थान हासिल किया। 2018 में सागर का ट्रक से एक्सीडेंट हो गया था तथा उनकी पीठ में चोट लग गई थी। परंतु एक साल के अंतराल के बाद उन्होंने दोबारा से योगा शुरू किया। एचवाईएस की 2021 में जिला स्तरीय योगा प्रतियोगिता हुई थी। उसमें सागर व गौरव की जोड़ी ने प्रथम स्थान अर्जित किया। उसके बाद एचवाईएस की राज्य स्तरीय प्रतियोगिता जींद में सागर व गौरव की जोड़ी ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।

नैशनल योगा फेंडरेशन आफ इंडिया द्वारा उड़ीसा में प्रतियोगिता करवाई गई जिसमें सागर व गौरव की जोड़ी ने चौथा व इनके ग्रुप इवेंट में दूसरा स्थान प्राप्त किया। वहीं से इनका सिलेक्शन खेलो इंडिया के लिए हुआ। सागर अपने इस पहचान व मुकाम का श्रेय अपने पिता प्रदीप कुमार जो कि ऑटो चालक हैं व माता श्रीमती नीता रानी जो सिलाई का काम करती है, उन दोनों को देते हैं। सागर का सपना है कि एक दिन वह भारत के लिए खेले।

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, मौठ हिसार की प्रीति 11वीं कक्षा की छात्रा है, ने खेलो इंडिया के परंपरागत खेल थांग-ता में कॉस्य पदक जीकर प्रदेश को गौरवान्वित किया है। प्रीति के कोच सुरेन्द्र गाँव में ही थांग-ता सिखाते हैं। उन्हीं से वह 2018 से प्रशिक्षण प्राप्त कर रही है। पहली बार पंचकूला में उसने थांग-ता फेंडरेशन कप 2018 में रजत पदक जीता था। इसके बाद 2021 में मणिपुर में 16वीं नैशनल थांग-ता चैंपियनशिप में रजत पदक जीता। 2021 में जम्मू में 27वीं नैशनल थांग-ता चैंपियनशिप में उसने रजत पदक प्राप्त किया।

किसान वेदपाल व माता सुमन की सुपुत्री प्रीति ने थांग-ता में अपना करियर बनाने का फैसला कर लिया है। वह चाहती है कि भारत का यह परंपरागत खेल विश्व स्तर पर पहचान बनाए।

सुभाष शर्मा
पीजीटी अंग्रेजी
रावमावि, लल्हाड़ी कलां, यमुनानगर, हरियाणा

युवाओं को ट्रेनिंग देकर एडवेंचर स्पोर्ट्स के व्यवसाय में लाएँगे- मनोहर लाल

हरियाणा के मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल ने कहा कि प्रदेश के स्कूली विद्यार्थियों के लिए पर्वतारोहण की एक अनूठी योजना बनाई है। इसके तहत जो विद्यार्थी सबसे ऊँची 10 पर्वतीय चोटियों में से किसी एक की चढाई करेगा, उसे पाँच लाख रुपये की राशि पुरस्कार के रूप में प्रदान की जाती है। उन्होंने कहा कि सभी पर्वतारोही लक्ष्य साध कर आगे बढ़ें। पर्वतारोहियों को हरियाणा में सबसे ज्यादा आर्थिक सहायता दी जा रही है।

मुख्यमंत्री बीते दिनों स्कूल शिक्षा विभाग एवं नैशनल एडवेंचर क्लब द्वारा आयोजित स्कूली विद्यार्थियों के पर्वतारोहण दल को रवाना करते समय बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि हरियाणा के गाँवों के जीवन में एडवेंचर रचा बसा है। इसलिए युवाओं को ट्रेनिंग देकर एडवेंचर स्पोर्ट्स के व्यवसाय में लाया जाएगा। उन्होंने कहा कि 1000 युवाओं को एडवेंचर प्रशिक्षण देकर काबिल बनाया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश में एडवेंचर को भी सामान्य खेल की तर्ज पर आगे बढाने के लिए जो भी इन्फ्रास्ट्रक्चर की आवश्यकता होगी, उसे पूरा किया जाएगा ताकि हमारे युवा अन्य खेलों की तरह एडवेंचर खेलों में भी अपनी धमक दिखा सकें। इसके साथ ही एडवेंचर स्पोर्ट्स के ज़रिए हरियाणा में पर्यटन व्यवसाय को बढ़ावा दिया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हरियाणा में एडवेंचर गतिविधियों को बढ़ावा देने के लिए मोरनी में सरदार मिल्खा सिंह क्लब की स्थापना की गई है जिससे इस क्षेत्र में कई गतिविधियाँ संचालित की जा रही है। इसके अलावा युवाओं के लिए अरावली की पहाड़ियों में भी ट्रेकिंग के रास्तों की तलाश की जा रही है ताकि दक्षिण हरियाणा में भी एडवेंचर स्ट्रक्चर बढाया जा सके। युवा पीढ़ी देश का भविष्य है और युवाओं को स्पोर्ट्स स्किल में आगे बढ़ाना सरकार का दायित्व है ताकि वे देश के अच्छे नागरिक बन सकें। उन्होंने कहा कि सरकार युवाओं की उम्मीदों पर खरा उतरने के लिए ऐसे कार्यक्रम लेकर आ रही है जिससे वे आत्मनिर्भर और स्वावलम्बी बन कर देश को प्रगति की ओर लेकर जा सकें।

सेवा, सुरक्षा और स्पोर्ट्स में नंबर वन हरियाणा

मुख्यमंत्री ने कहा कि सेवा, सुरक्षा और स्पोर्ट्स में हरियाणा नम्बर वन पर है। देश की दो फ़ीसदी आबादी के बाद भी हरियाणा के युवाओं ने 19 फ़ीसदी से अधिक गोल्ड मेडल जीते है। हरियाणा खेलों में देश की राजधानी है। इसका परिणाम खेलो इंडिया में देखने को मिला है और हरियाणा देशभर में प्रथम स्थान पर रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि शिक्षा के साथ युवा खेल एवं अन्य गतिविधियों में भी भाग ले रहे हैं। वर्तमान समय में खेलने-कूदने वाले भी नवाब बन रहे है और किसी से पीछे नहीं रह रहे हैं ।

धाकड़ बनने का दिया संदेश-

मुख्यमंत्री ने कहा कि इस बार पर्वतारोही दल में 100 विद्यार्थी भाग ले रहे हैं। इनमें 22 दिव्यांग है। उन्होंने पर्वतारोहण पर जाने वाले विद्यार्थियों से सीधा संवाद करते हुए उनके समक्ष आने वाली चुनौतियों और समस्याओं के बारे में जाना। उन्होंने पर्वतारोही दल के सामने कोई कठिनाई आने पर उसे हिम्मत से पार करने का संदेश दिया। उन्होंने कहा कि एक बार आगे बढ़ जायेंगे तो आप धाकड़ बन जाएँगे। हरियाणा में शरीर, बुद्धि और बल से आगे बढ़ने वाले को धाकड़ कहा जाता है। इस पर विद्यार्थियों ने खुशी का इज़हार किया। मुख्यमंत्री ने कैथल की संजली, गुरुग्राम की मंजु, सोनीपत के जयदीप और श्रवण व वाणी बाधित मुस्कान व गौरव से सीधी बातचीत की और अपने स्वैच्छिक कोष से नैशनल एडवेंचर क्लब को 5 लाख रुपए देने की घोषणा की।

विद्यार्थियों का किया जा रहा है सर्वांगीण विकास- कँवरपाल

हरियाणा के शिक्षा मंत्री श्री कँवर पाल ने कहा कि 13 दिन के पर्वतारोहण कार्यक्रम पर स्कूल एजुकेशन की ओर से 40 लाख रुपए की राशि खर्च गई। स्कूली विद्यार्थियों ने हर क्षेत्र में अच्छे परिणाम दिए हैं। सुपर-100 कार्यक्रम की बेहतर सफलता के बाद मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल ने इस कार्यक्रम को सुपर-500 कर चार और स्थानों से शुरू कर दिया है। इसके अलावा 10 से 12वीं के विद्यार्थियों को टेबलेट देने का कार्य किया है ताकि हरियाणा के सरकारी स्कूलों में पढ़ने वाले विद्यार्थी नवीनतम तकनीक में पीछे न रहें। उन्होंने कहा कि रोमांचक गतिविधियाँ विद्यार्थी जीवन का हिस्सा बनने से उनका व्यक्तित्व निखरता है। इस पर्वतारोहण दल में जाने वाले 6,111 मीटर की ऊँचाई पर लाहौल के युनम पर्वत की चढ़ाई करेंगें।

इस मौके पर नैशनल एडवेंचर क्लब के कार्यकारी अध्यक्ष एवं पूर्व मुख्य सचिव हरियाणा श्री एससी चौधरी व निदेशक मौलिक स्कूल शिक्षा डॉ. अंशज सिंह ने भी अपने विचार रखे। कार्यक्रम का संचालन डॉ.प्रदीप राठौर ने किया।

-डॉ. प्रदीप राठौर
drpradeeprathore@gmail.com

समर एडवेंचर कैंप में रही गतिविधियों की धूम

सत्यवीर नाहड़िया

जब जून मास में पूरा हरियाणा भीषण गर्मी की चपेट में तप रहा था, तब इस प्रदेश के सरकारी स्कूलों के हज़ारों चयनित विद्यार्थी हरिपुर, मनाली (हिमाचल प्रदेश) की वादियों में साहसिक गतिविधियों का लुफ्त उठा रहे थे। शैक्षणिक, सांस्कृतिक तथा खेल गतिविधियों में राज्य तथा जिले स्तर पर उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले नवीं से बारहवीं कक्षा के विद्यार्थियों के लिए माध्यमिक शिक्षा विभाग द्वारा दिए गए इस निःशुल्क शैक्षणिक भ्रमण के अनूठे तोहफे का सरकारी स्कूलों के चयनित छात्र-छात्राओं ने भरपूर लाभ उठाया तथा मनाली के इस एडवेंचर कैंप में विभिन्न साहसिक गतिविधियों की धूम रही।

उल्लेखनीय है कि माध्यमिक शिक्षा विभाग हरियाणा द्वारा इस समर कैंप के लिए हर खंड से आठ लड़कों, आठ लड़कियों के साथ एक पुरुष अध्यापक तथा एक महिला अध्यापिका का शैक्षणिक सांस्कृतिक तथा खेल गतिविधियों में उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर चयन किया, जिनमें शैक्षणिक क्षेत्र में कक्षा टॉपर्स तथा मेधावी विद्यार्थी चयनित किये गये। खेलकूद में राज्य स्तरीय व जिला स्तरीय खिलाड़ियों को तथा सांस्कृतिक क्षेत्र में कला उत्सव, बाल रंग, कानूनी साक्षरता आदि से जुड़ी सांस्कृतिक गतिविधियों जैसे लोक गायन, लोक नृत्य, रागनी, पेंटिंग, निबंध, साँझी, रँगोली, क्ले मॉडलिंग, स्किट, युवा संसद, विज्ञान प्रदर्शनी आदि के विजेता भी शामिल किए गए।

इस राज्य स्तरीय समर कैंप के कुशल संयोजन एवं संचालन हेतु हर जिले से एक नोडल अधिकारी बनाया गया, जिनके माध्यम से विभागीय नियमावली के अनुरूप सभी औपचारिकताओं एवं तैयारियों को अंतिम रूप दिया गया।

इस समर कैंप के लिए मनाली के साथ लगते गाँव हरिपुर की मनोहरी वादियों में चयनित छात्र-छात्राओं ने उनके प्रभारियों के साथ विभिन्न साहसिक गतिविधियों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

इस कैंप की शुरुआत 2 जून से 6 जून तक रोहतक, नूंह, गुरुग्राम, रेवाड़ी तथा महेंद्रगढ़ की छात्र-छात्राओं के आगमन से हुई। इसी प्रकार 8 से 12 जून तक कैथल, फतेहाबाद, सोनीपत तथा झज्जर के विद्यार्थियों ने भाग लिया। सिरसा, कुरुक्षेत्र, करनाल, पलवल तथा फरीदाबाद कि विद्यार्थियों ने 14 जून से 18 जून तथा हिसार चरखी दादरी जींद में पानीपत के विद्यार्थियों ने 20 जून से 24 जून तक इस कैंप में अपने-अपने जिलों से बहुआयामी प्रतिभागिता दी। 26 जून से 30 जून तक भिवानी, पंचकूला, अंबाला तथा यमुनानगर के विद्यार्थियों ने इस समर कैंप में विभिन्न गतिविधियों में शिरकत करते हुए पूर्णाहुति की।

कैंप के दौरान संबंधित चयनित छात्र-छात्राओं ने विभिन्न गतिविधियों में बढ़चढ़कर भाग लिया, जिनमें रॉक क्लाइंबिंग, ट्रेकिंग, रिवर क्रॉसिंग, बर्मा ब्रिज, कमांडर ब्रिज आदि के अलावा पर्वतारोहण से जुड़ी रोचक गतिविधियाँ शामिल रहीं। इतना ही नहीं कि उपरोक्त गतिविधियों के अलावा प्रतिदिन विभिन्न प्रकार की शैक्षणिक, सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं का भी आयोजन किया गया, जिनमें लोकगायन, लोक नृत्य, कैंप फायर, ग्रुप डिस्कशन, यात्रा लेखन, यात्रा संस्मरण, रिपोर्ट लेखन, योगाभ्यास आदि गतिविधियों का न केवल आयोजन किया गया, अपितु विजेताओं को पुरस्कृत भी किया गया।

कैंप में भाग लेकर लौटे राजकीय आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खोरी के विद्यार्थियों से इन पंक्तियों के लेखक ने विस्तृत बातचीत की। अधिकांश विद्यार्थियों का मानना था कि वे पहली बार ऐसी रोमांचक शैक्षणिक यात्रा पर गए हैं। अपनी राज्य स्तरीय तथा जिला स्तरीय उपलब्धियों के चलते आर्थिक रूप से प्रतिकूल परिस्थितियों वाले विद्यार्थियों तथा खासकर गाँव-देहात की भी लड़कियाँ, जिन्होंने अभी तक अपना जिला मुख्यालय भी ठीक से घूम कर नहीं देखा था, वे सब बेहद अभिभूत थीं, मानो उनके लिए मनाली का यह क्षेत्र तथा यहाँ की साहसिक गतिविधियाँ एक दूसरी ही दुनिया रही...! सभी छात्र-छात्राओं के मानस पटल पर जहाँ इस समर कैंप की अनमोल स्मृतियाँ अंकित थीं, वहीं उनके मोबाइल फोन में इस पूरी यात्रा की सैकड़ों छवियाँ दर्ज हैं, जो जीवन के हर पड़ाव पर उन्हें प्रेरित एवं प्रोत्साहित करती रहेंगी।

इस कैंप में भाग लेकर लौटी इतिहास प्राध्यापिका सरोज यादव का कहना है कि आज भी सामाजिकता के ताने-बाने के चलते लड़कियों को बाहर घूमने के अवसर कम ही मिलते हैं, किंतु इस कैंप में लड़के तथा लड़कियों से कोई भेदभाव नहीं किया जाता तथा समान संख्या में छात्र-छात्राएँ भाग लेते हैं। यह हमारी सरकार व विभाग की अच्छी पहल है। इस समर कैंप के हिस्सा रहे भूगोल प्राध्यापक अजीत सिंह का मानना है कि पढ़ाई, खेलकूद व सांस्कृतिक क्षेत्रों के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों के लिए ऐसे कैंप उनके बहुआयामी व्यक्तित्व को निखारने के प्रेरक माध्यम हैं। खंड शिक्षा अधिकारी महेंद्र सिंह खनगवाल तथा जिला शिक्षा अधिकारी नसीब सिंह का मानना है कि शिक्षा विभाग प्रतिभाओं को प्रतिवर्ष ऐसे शिविरों के माध्यम से प्रेरक मंच प्रदान कर रहा है, जिसका लाभ पूरे प्रदेश के सरकारी स्कूलों के विभिन्न क्षेत्रों के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को हो रहा है।

प्राध्यापक, रसायनशास्त्र
राजकीय आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय
खोरी, रेवाड़ी, हरियाणा

प्राकृतिक नज़ारों से सराबोर तारादेवी स्काउट प्रशिक्षण केंद्र

डॉ. ओमप्रकाश कादयान

भारत स्काउट्स एंड गाइड्स का राज्य ट्रैनिंग सेंटर तारादेवी (शिमला) में काफी दिनों से मेरा जाना नहीं हुआ था। वहाँ का प्राकृतिक सौंदर्य, ऊँचे पहाड़, गहरे जंगल, मनोहारी एकांत, रंग-बिरंगे पक्षी, सुहाना मौसम, हरी-भरी वादियाँ, बाँसुरी बजाती शुद्ध हवा, घाटियों से तथा पहाड़ों की चोटियों से उठते काले-सफेद बादल, कभी साफ नीला तो कभी मेघों से घिरा आसमान, मंज़िल तक पहुँचाती पगडंडियाँ, सूर्योदय व सूर्यास्त के अद्भुत नज़ारे, रात को आसमान पर कविता लिखते जगमग तारे, रंगीन लाइटों से रात को झिलमिल करते शिमला के दिव्य नज़ारे, तारादेवी कैंपसाइट का रात को अच्छा लगने वाला सन्नाटा और उस सन्नाटे को तोड़ता झिंगुरों का प्राकृतिक गान, चाँद के उजाले में उभरती पर्वतों की आकृतियाँ किसे अच्छी नहीं लगतीं। मुझे भी ये दृश्य बार-बार बुलाते हैं। अपनी आँखों से प्राकृतिक सुषमा का रसपान करने के लिए, अंतरात्मा तक महसूस करने के लिए, कुदरत से एकाकार हो जाने के लिए, कुछ लिखने तथा नए-नए दृश्यों की फोटोग्राफी करने के लिए लुभाते हैं। तारा देवी से राज्य संगठन आयुक्त (स्काउट) लक्ष्मी सिंह वर्मा का फोन आया कि अबकी बार आपने तारा देवी कैंप में ट्रेनर के रूप में आना है। उधर से जिला शिक्षा अधिकारी दयानंद सिहाग की ओर से आदेश पत्र मिला जिसकी जानकारी मुझे जिला संगठन आयुक्त रामचंद्र ने दी। मुझे अच्छा लगा। मैं और मेरे साथी हिंदी प्राध्यापक प्रवीण कंबोज, दोनों ने अपना बैग तैयार कर मोटरसाइकिल पर तारादेवी जाने की तैयारी की। हम दोनों स्कूल से पटियाला होकर पंचकूला शाम पाँच बजे पहुँचे। हमने शिमला तक का सफर लगातार करने की बजाय पंचकूला रुकने की योजना बनाई ताकि अगले दिन हम सुबह-सुबह शिमला तारा देवी की ओर निकल जाएँ।

हम ने रात्रि ठहराव की योजना मोरनी की वादियों में बनाई और उसी अनुसार हम मोरनी नेचर कैंप चले गए। प्रकृति ने मोरनी के पहाड़ों पर दिल खोल कर अपना खज़ाना लुटाया है। इसमें भी मोरनी से चार किलोमीटर पहले भूड़ी गाँव के पास मोरनी नेचर कैंप के नज़ारे तो और भी लुभावने हैं। यहाँ आकर आदमी कुदरत के दिव्य नज़ारों में खो सा जाता है। मैदानी भाग की गर्मी से विपरीत यहाँ ठंडी हवा चलती है। प्रदूषण व शोर-शराबे से दूर एकांत। खाना खाकर, थोड़ी सैर करके चैन की नींद सोए। सुबह पाँच बजे उठकर तैयार हो हमने आगे का सफर शुरू किया। मोटरसाइकिल लेकर कालका बाईपास से हम हिमाचल प्रदेश की सीमा में प्रवेश कर गए। इससे पहले हम जब भी जाते थे तो कालका से तारा देवी तक खिलौना रेल में जाया करते थे। शिमला के लिए सबसे बढ़िया, सुरक्षित, रोचक व घाटियों से तथा अनेक गुफाओं से गुजरते हुए रेल का सफर यादगार व सुविधाजनक होता है। अबकी बार हमने मोटरसाइकिल सफर का आनंद लेना था तो हम दोनों सफर का आनंद लेते हुए आगे बढ़ते गए। जैसे-जैसे पहाड़ों की चढ़ाई चढ़ते गए, सफर भी उतना ही सुहाना होता गया। अब हम मैदानी भाग की तेज धूप, तपन, गर्मी को पीछे छोड़ते जा रहे थे। रास्ते में कहीं-कहीं रुकते हुए, फोटोग्राफी करते हुए, चाय-नाश्ता करते हुए करीब 4 घंटे के सफर के बाद हम तारादेवी पहुँच गए। मुख्य सड़क पर स्काउट्स एंड गाइड्स के एक तारा लॉज में हमने अपनी मोटरसाइकिल खड़ी की। बैग उठाए तथा करीब 2 किलोमीटर की पगडंडी से कैंप की ओर आगे बढ़े। तारा देवी रेलवे स्टेशन से कैंप साइट पर जाने के तीन रास्ते हैं। एक तो लंबी गुफा से होकर, जो करीब एक किलोमीटर का रास्ता पड़ता है। दूसरा बाईं ओर से पहाड़ी पगडंडियों से होकर जो करीब दो किलोमीटर लंबा पड़ता है। तीसरा पहाड़ी की चोटी से होकर। इसमें उतार-चढ़ाव ज्यादा हैं। गुफा के रास्ते में रेल बीच में ही आने का भय बना रहता है। हालांकि बीच-बीच में खड़े होने की जगह बनी हुई हैं। दूसरा रास्ता कुछ लंबा है, पर सबसे सुरक्षित व सरल है। हमने लंबा पर सुरक्षित रास्ता अपनाया। इस रास्ते से प्राकृतिक सुंदरता से भरे दृश्य देखने को मिलते हैं, अच्छा लगता है।

कैंपसाइट पहुँचने पर श्री वर्मा ने हमारा स्वागत किया तथा ठहरने की व्यवस्था करके हमारी जिम्मेदारियाँ बताईं। एक कर्मठ, प्रकृति प्रेमी, सामाजिक व देश सेवा-भाव रखने वाले, मिलनसार व्यक्तित्व के धनी श्री वर्मा से कई दिन बाद मिलकर अच्छा लगा। हमने चाय पी, खाना खाया और व्यवस्था में जुट गए। कैंप में

ट्रेनिंग लेने हेतु कुछ बच्चे आ चुके थे, कुछ आने वाले थे। दोपहर बाद तक सभी बच्चे आ चुके थे। अब की बार स्कूल और कालेज दोनों ग्रुपों के विद्यार्थी आए थे। महेंद्रगढ़ व पलवल जिलों के कॉलेज के करीब 35 छात्र एवं 29 छात्राएँ। उनके साथ कुछ शिक्षक भी आए थे। हरियाणा भर से कुल 112 स्कूली विद्यार्थी तथा कुल 64 रोवर्स व रेंजर्स ने भाग लिया। स्टाफ सदस्यों में मैं, प्रवीण कंबोज (फतेहाबाद), योगेंद्र, डीओसी पलवल, बलवान सिंह, एएलटी पानीपत तथा संजय, महेंद्रगढ़ आए हुए थे।

दोपहर के खाने के बाद हॉल में सभी को इकट्ठा किया गया। राज्य संगठन आयुक्त लक्ष्मी वर्मा ने ट्रेनिंग कैंप के कुछ आवश्यक निर्देश दिए तथा कुछ खास बातें बताईं। वर्मा जी ने कहा कि भारत स्काउट्स एंड गाइड्स ऐसी संस्था है जो सभी में देश सेवा का भाव जगाती है, प्रकृति से प्रेम करना व उसका संरक्षण करना सिखाती है। उन्होंने कहा कि ये संस्था कब-बुलबुल, स्काउट्स, गाइड्स, रोवर्स, रेंजर्स, स्काउट मास्टरों को आपदाओं में

दूसरों की मदद करना, कठिनाइयों से आसानी से जूझना तथा कम सुविधाओं में बेहतर तरीके से रहना सिखाती है। श्री वर्मा ने हिदायत दी कि हम में से कोई भी किसी भी प्रकार का आसपास, जंगलों में या शहर में कहीं भी कचरा नहीं डालेगा। किसी भी प्रकार की वनस्पति को किसी भी तरह की कोई हानि नहीं पहुँचाएगा। हाँ, यहाँ आए हो तो प्राकृतिक नज़ारों का आनंद लीजिए। प्रकृति की सत्ता को महसूस कीजिए, झिंगुरों की आवाज़ व पक्षियों के गानों को ध्यान से सुनिए, बड़ा अच्छा लगेगा। श्री वर्मा ने जंगलों में आग लगने पर उस पर काबू पाने के तरीके भी बताए तथा ये भी कहा कि हमें यात्राओं के दौरान कोई भी बीड़ी-सिगरेट जलती हुई जंगल में नहीं फेंकनी चाहिए। हमारी छोटी सी लापरवाही वन संपदा को भारी नुकसान पहुँचा सकती है।

दो घंटे की गतिविधियों के बाद सूर्यास्त से पूर्व हमें थोड़ी फुर्सत मिल गई। हम कुर्सी डालकर बैठने की बजाय एक बड़े पत्थर पर बैठकर पहाड़ों को निहारने लगे। तारा देवी कैंपसाइट ऐसी है जहाँ से शिमला व शिमला के आसपास के नज़ारे दिखाई देते हैं। हॉस्टल कैंपसाइट से बायीं ओर शिमला, जाखू की पहाड़ियाँ व हनुमान जी की बड़ी मूर्ति, चर्च, मॉल-रोड तथा अन्य ढेर सारी प्रसिद्ध इमारतें, राजभवन, सचिवालय दिखाई देते हैं। उससे दायीं ओर पंथाघाटी, न्यू शिमला, पंथाघाटी के पीछे कुफरी की पहाड़ियाँ, चैल के पहाड़ व जंगल, चाइल पैलेस, सामने विश्व का सबसे ऊँचा क्रिकेट ग्राउंड, चैल के पीछे से इस क्षेत्र की सबसे ऊँची चूड़धार की बर्फीली चोटियाँ। सामने दाएँ ओर पहाड़ की चोटी पर तारा देवी मंदिर, शिव मंदिर, नीचे की ओर शीलगाँव, पट्टीयूड गाँव, आइटीबीपी रोड जो चाइना बार्डर की ओर जाता है। इसे आर्मी रोड भी कहा जाता है। यहीं से कालका-शिमला रेलवे ट्रैक भी दिखाई देता है। श्री वर्मा ने बताया कुछ दिन पूर्व ही यहाँ के जंगलों में भयंकर आग लगी थी। कैंपसाइट का भी कुछ हिस्सा चपेट में आ गया। श्री वर्मा ने वन विभाग के कर्मियों, स्थानीय लोगों व ट्रेनिंग सेंटर के कर्मचारियों को साथ लेकर, जान जोखिम में डालकर, काउंटर-फायर करके फायर लाइन कट करके, आग बुझाई। इसमें घंटों लग गए लेकिन स्टोर के कुछ सामान को छोड़कर, सब सामान, लकड़ी के हॉल, कमरे सब बचा लिए गए। इसके लिए श्री वर्मा तथा शेष सभी बधाई के पात्र हैं।

मैदानी भाग की असहनीय गर्मी, तेज तपन, भयंकर लू से छुटकारा पाने के बाद जब हम तारा देवी पहुँचे तो कुछ राहत तो मिली किंतु उम्मीद के अनुसार हमें मौसम नहीं मिला। हमें तब बड़ी खुशी हुई जब अगले दिन बारिश की रिमझिम हुई। मौसम ठंडा हो चुका था। सर्दी से बचने के लिए किसी ने अपनी जैकेट, किसी ने स्वेटर पहन ली तो किसी ने कंबल ओढ़ लिया। बारिश रुकी तो हम बाहर बैठ गए। अब हमें वो नजारे दिखाई दिए जिसके लिए यात्री पहाड़ों पर खिंचे चले आते हैं। नहाए धोए पहाड़, पेड़ों के पत्तों से टपकती बूंदे, ठंडी हवा, आसमान में घिरे सफेद-काले नीले मेघ। पहाड़ों की तलहटियों से, घाटियों से उमड़ते-घुमड़ते हुए बादल, प्रकृति पल-पल रंग बदल रही थी। जिस तरह से एक कुशल चित्रकार कैनवास पर रंग लगाकर, चित्र में परिवर्तन करता है। प्रकृति उसी तरह पल-पल रंग बदल रही थी।

रात के खाने के बाद कैंप फायर का धूमधाम से आयोजन किया गया। आवश्यक औपचारिकताओं के बाद स्कूल कॉलेज के छात्रों ने अपनी-अपनी प्रस्तुतियाँ दीं। कॉलेज की छात्राओं ने हरियाणवी नृत्य करके माहौल को सांस्कृतिक रंग में ढाल दिया। इसी तरह हर रोज कैंप फायर चलते रहे। स्काउट्स, रोवर, रेंजर सृजनात्मक गतिविधियों से जुड़े रहे। अगले दो दिन योजना अनुसार ट्रेनिंग चलती रही। टेस्ट चलते रहे। हर सुबह योग, फिर प्रार्थना, झंडागीत, सलामी परेड होती रही। निर्धारित समय पर उठना, अनुशासन में रहना सिखाया गया, प्रकृति व देश प्रेम-भाव जागृत करने का प्रयास, जीवन को जीने लायक बनाने के मंत्र सीखते रहे। सभी को एक दिन शिमला घुमाया गया तो दूसरे दिन तारा देवी मंदिर की कठिन किंतु रोचक सैर करवाई गई। अंतिम दिन लक्ष्मी सिंह वर्मा ने सभी प्रतिभागियों को प्रमाणपत्र बाँटे तथा सभी को खाना खिला कर विदाई दी गई। श्री वर्मा ने स्टाफ सदस्यों को भी सम्मानित किया। सभी प्रतिभागी अपनी रुचि व जुनून के अनुसार सीख कर, कुछ अच्छा ग्रहण करके, मधुर संस्मरणों के साथ, होंठों पर सकारात्मक मुस्कान लेकर घर की ओर चल दिए।

180-बी, मार्वल सिटी, हिसार, हरियाणा

अधिगम को प्रभावी एवं रुचिकर बनाता डिजिटल बोर्ड

अनुराधा वर्मा

परिवर्तन प्रकृति का शाश्वत नियम है। समाज का कोई भी क्षेत्र इस परिवर्तन से अछूता नहीं है भले ही वह क्षेत्र शिक्षा का ही क्यों न हो और यही कारण है कि आज के इस विज्ञान और प्रौद्योगिकी के युग में शिक्षा के क्षेत्र में दिनोंदिन परिवर्तन हो रहे हैं। पत्थर की स्लेट और लकड़ी की तख्तियों से शुरू हुई शिक्षा आज देखते-देखते कहाँ से कहाँ पहुँच गई है। आने वाले समय में तो गुरु जी कक्षा-कक्ष में विद्यार्थियों को ज्ञान प्रदान के लिए ब्लैक बोर्ड पर चाक से हाथ सफेद करते और हाथ में पुस्तक पकड़े पृष्ठ पलटते हुए भी दिखाई नहीं देंगे। क्योंकि इस बदलते परिदृश्य में, हाल ही में स्वीकृत की गई राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 में शिक्षा से सम्बंधित अनेक परिवर्तनों और सुधारों को सुझाया गया है। इसमें पाठ्य-पुस्तकों का बोझ कम करके पढ़ाई को अधिक से अधिक प्रयोगात्मक बनाने की बात कही गयी है। यह सर्वविदित है कि जिस शिक्षा पद्धति को यह नीति विकसित करना चाहती है उसमें सर्वाधिक सहायक डिजिटल शिक्षण प्रणाली ही हो सकती है। डिजिटल शिक्षा प्रणाली के इस दौर में सबसे महत्वपूर्ण स्थान 'डिजिटल स्मार्ट बोर्ड' का आता है।

डिजिटल बोर्ड :

स्मार्ट बोर्ड एक इंटरैक्टिव बोर्ड है जिसे डिजिटल बोर्ड भी कहा जाता है, जो आज आधुनिक युग के हर क्षेत्र में प्रयोग में लाया जा रहा है। स्मार्ट बोर्ड को कंप्यूटर और प्रोजेक्टर के माध्यम से जोड़कर उपयोग में लाया जाता है। इससे हमें एक बड़ा इंटरएक्टिव डिसप्ले स्क्रीन मिलता हैं जिस पर हमें किसी वीडियो गेम, किसी वस्तु के फोटो या टेक्स्ट को बड़े ही आसानी से एक्सप्लेन करके साफ स्वच्छ और सुंदर ढंग से दिखाने, समझने और समझाने में मदद मिलती है। आज के समय में इसकी आवश्यकता इतनी अधिक बढ़ गई है कि इसका अंदाज़ा आप इसी बात से लगा सकते हैं कि शिक्षण संस्थानों के लिए भारत सरकार ने प्रधानमंत्री ऑपरेशन डिजिटल बोर्ड योजना की शुरुआत की है।

प्रधानमंत्री ऑपरेशन डिजिटल बोर्ड योजना :

शिक्षा मंत्रालय के अनुसार प्रधानमंत्री ऑपरेशन डिजिटल बोर्ड योजना एक क्रांतिकारी कदम है, जो अध्ययन के साथ-साथ अध्यापन की प्रक्रिया को संवादमूलक तथा शिक्षा-विज्ञान संबंधी दृष्टिकोण के रूप में अध्ययन-अध्यापन प्रक्रिया को लोकप्रिय बनाने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इस योजना के अंतर्गत ई-पाठशाला, दीक्षा, एनआरओईआर, एनपीटीईएल, ई-पीजी पाठशाला, स्वयं और स्वयं प्रभा, डीटीएच चैनल आदि में उच्च गुणवत्ता की पर्याप्त शिक्षण सामग्री प्रदान की जाएगी। डिजिटल बोर्ड देशभर के सरकारी और सरकारी सहायता प्राप्त विद्यालयों में कक्षा नौवीं से लेकर उच्च शिक्षण संस्थानों में शुरू किया गया है। प्रधानमंत्री ऑपरेशन डिजिटल बोर्ड योजना का उद्देश्य कक्षा को डिजिटल क्लास रूम में बदलना है और साथ ही छात्रों को

किसी भी स्थान पर किसी भी समय ई-संसाधन उपलब्ध कराना है। इससे व्यक्तिगत अनुकूलनीय ज्ञान के साथ-साथ मशीनी ज्ञान, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और डेटा एनालिसिस जैसी उभरती प्रौद्योगिकियों का दोहन करके कुशल अध्यापन का प्रावधान करने में सहायता करना है।

हरियाणा सरकार का ड्रीम प्रोजेक्ट :

हरियाणा सरकार ने भी डिजिटल स्मार्ट बोर्ड की उपयोगिता को समझते हुए इसे अपनी शिक्षा व्यवस्था में शामिल किया है। मुख्यमंत्री श्री मनोहर लाल जी के इस ड्रीम प्रोजेक्ट के अंतर्गत विद्यार्थियों को आधुनिक शिक्षा से जोड़ने के लिए शिक्षा विभाग द्वारा ग्लोबल इंफोटेक कंपनी के साथ किए गए समझौते के अनुसार प्रदेश के प्रत्येक मॉडल संस्कृति विद्यालयों को डिजिटल बोर्ड एवं डिजिटल लैंग्वेज लैब से सुसज्जित (इंस्टालेशन) किया जा रहा है। इसके साथ-साथ इन विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों को दो चरणों में कार्यशालाओं का आयोजन करके डिजिटल बोर्ड के प्रयोग, प्रबन्धन एवं रखरखाव के बारे में विशेषज्ञों द्वारा प्रशिक्षण भी प्रदान करवाया गया है ताकि उन्हें किसी तरह की कठिनाई अनुभव न हो।

डिजिटल बोर्ड के लाभ :

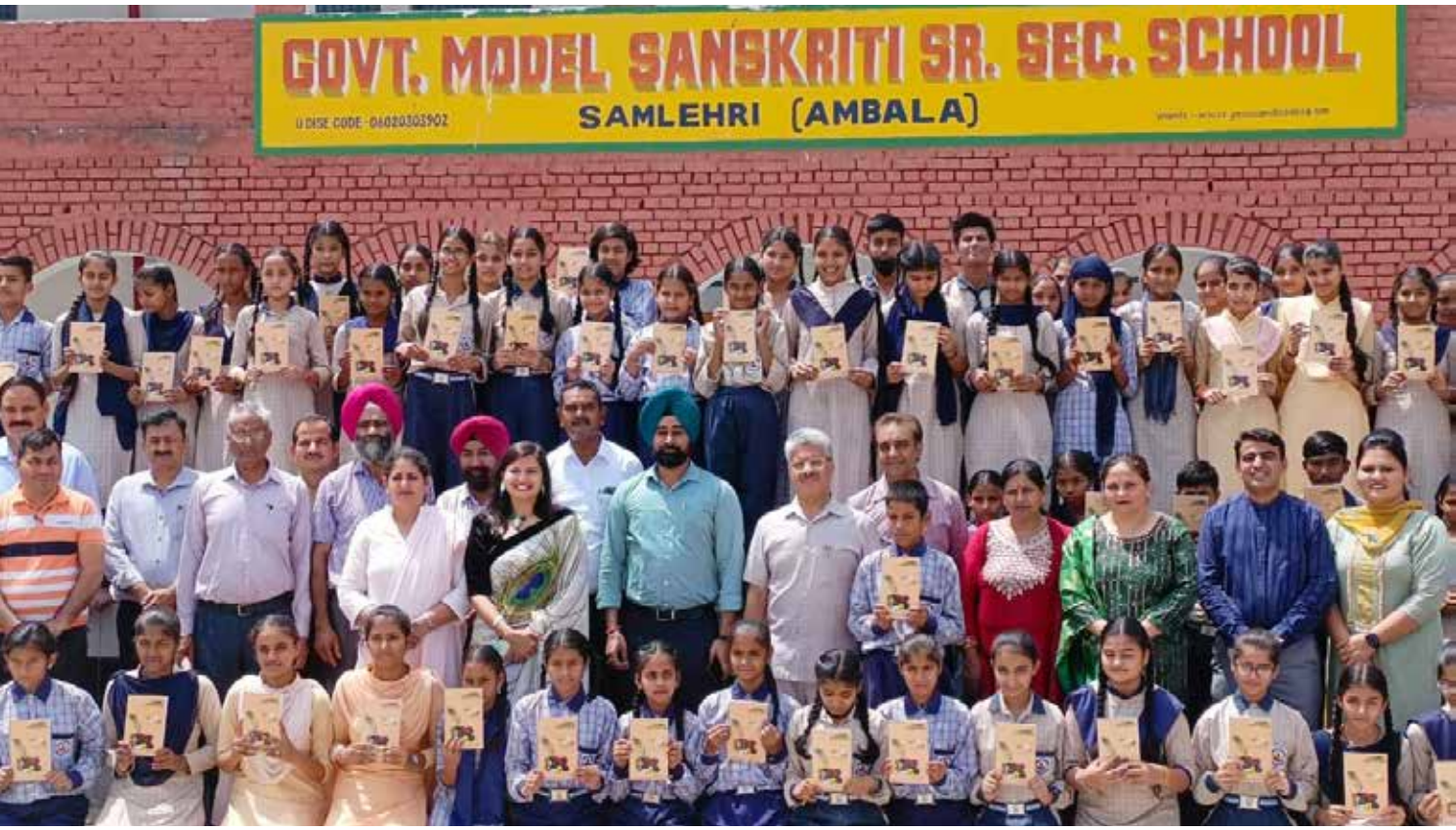
कक्षा-कक्ष वातावरण में संवाद की मात्रा जितनी अधिक होगी विद्यार्थियों को सीखने के अवसर भी उतने ही अधिक मात्रा में उपलब्ध होते रहेंगे। डिजिटल बोर्ड पर पीपीटी, वीडियो-प्रस्तुतियों, ई-लर्निंग विधियों, अभ्यास संबन्धी डेमो आदि शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया को और अधिक रुचिकर, मनोरंजनात्मक एवं संवादात्मक बनाने में महत्त्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं। संवादात्मक प्रस्तुतीकरण या संवादात्मक स्क्रीन शिक्षण सत्र में विद्यार्थियों को अवधारणाओं पर और अधिक ध्यान देने में मदद करती है, जिससे उनकी एकाग्रता एवं अवधान सम्बन्धी मानसिक योग्यता विकसित होती है। वे अपनी गतिविधियों को अपने दम से पूरा करने में सक्षम होते हैं। इसके अतिरिक्त डिजिटल बोर्ड का अगला लाभ यह भी है कि स्क्रीन की सहायता से छात्र अपने भाषा कौशल में सुधार कर लेते हैं। ई-बुक सामग्री के जरिए वे नए शब्द सीखते हैं और अपनी शब्दावली का विस्तार करते हैं। बहुधा ऐसा होता है कि एक छात्र अपने शिक्षक से कक्षा में शिक्षण के दौरान प्रश्न पूछने से झिझक एवं संकोच अनुभव करता है लेकिन डिजिटल बोर्ड के संवादात्मक वातावरण में वह पूछने का साहस कर ही लेता है। इन्द्रियाँ ज्ञान का प्रवेशद्वार मानी जाती हैं। डिजिटल बोर्ड पर शिक्षण के दौरान ज्यादा से ज्यादा इन्द्रियों का प्रयोग होता है। यहाँ विषय वस्तु को वीडियो के माध्यम से समझने और समझाने में आसानी मिलती है और इसके अतिरिक्त विद्यार्थी स्वयं करके भी सीखते हैं। डिजिटल बोर्ड का एक और महत्त्वपूर्ण लाभ यह भी है कि यहाँ प्रतिदिन के किए गए कार्य को लम्बे समय तक सुरक्षित (फाइल में सेव) रखा जा सकता है और जरूरत पड़ने पर उसे दोबारा से देखा जाना भी सम्भव है। डिजिटल बोर्ड

के उपयोग से विद्यार्थी न केवल इसे सुन रहे हैं, बल्कि इसे स्क्रीन पर देख भी रहे हैं, जिससे उनके सीखने की क्षमता में वृद्धि होती है तथा ध्वनियों और दृश्यों के माध्यम से वे आसानी से सीख भी रहे हैं। इसके अतिरिक्त यहाँ किसी भी विषय वस्तु को बार-बार देखा और देखकर समझा जा सकता है।

निष्कर्ष रूप में डिजिटल बोर्ड से शिक्षा ग्रहण कर रहे विद्यार्थी की पढ़ाई मात्र पुस्तकों तक ही सीमित नहीं हैं। अध्ययन-अध्यापन की इस नवीन प्रविधि में विद्यार्थी प्रत्येक प्रकरण एवं अवधारणा को वीडियो, पिक्चर्स और ग्राफिक्स के माध्यम से समझते हैं। टेस्ट, परीक्षण एवं मूल्यांकन हेतु भी हाई-टेक विधि का प्रयोग किया जाता है। प्रोजक्टर पर प्रश्न दिखते ही विद्यार्थी रिमोर्ट के माध्यम से अपना उत्तर देते हैं और तुरंत ही उन्हें सही-गलत का पता भी चल जाता है। कक्षा-कक्ष शिक्षण का तरीका बदलने वाली यह तकनीकी न केवल विद्यार्थियों के लिए दिलचस्प है, अपितु अध्यापक के लिए भी आसान है।

प्रवक्ता वाणिज्य
रा. मॉडल संस्कृति व. मा. विद्यालय इस्माईलाबाद
कुरुक्षेत्र, हरियाणा

समलेहड़ी, अंबाला के विद्यार्थियों की एक अनूठी पहल



बीती 18 जून को बाल काव्य संग्रह 'नन्हे पंख' व विद्यालय पत्रिका 'विद्यालय दर्पण' का विमोचन बहुत ही हर्षोल्लास के साथ साहित्यिक वातावरण में संपन्न हुआ। कार्यक्रम का शुभारंभ सरस्वती पूजन के साथ हुआ। काव्य-संग्रह 'नन्हे पंख' में समलेहड़ी विद्यालय के ही छठी से 12वीं कक्षा के 88 बच्चों के द्वारा लिखी गई 101 कविताएँ शामिल हैं।

पत्रिका 'विद्यालय दर्पण' में विद्यालय के स्टाफ सदस्यों तथा 120 से भी अधिक विद्यार्थियों की कविताएँ, कहानियाँ और लेख हिंदी, अंग्रेज़ी और पंजाबी भाषा में प्रकाशित किए गए हैं। विद्यालय की संपूर्ण वर्ष की समस्त गतिविधियाँ सारांश रूप में चित्रों के माध्यम से अंकित हैं, जिसमें विद्यालय के सभी स्टाफ सदस्यों की सहभागिता किसी न किसी रूप में निश्चित रूप से दृष्टिगोचर होती है। इस महत्त्वपूर्ण अवसर पर एसडीएम बलप्रीत सिंह, अंबाला छावनी के अतिरिक्त डीपीसी श्री सुधीर कालड़ा जी, सभी मॉडल संस्कृति विद्यालयों के प्रधानाचार्य, सरपंच, एसएमसी मेंबर और कई ग्रामीण भी मौजूद रहे। इस अवसर पर उपस्थित प्रबुद्ध साहित्यकारों श्री कमलेश शर्मा कैथल, श्री ओम प्रकाश करुणेश कुरुक्षेत्र, डॉ प्रदीप शर्मा अंबाला सिटी ने अपने विचार व्यक्त किए और अपने आशीष पूर्ण वचनों से विद्यालय के शिक्षकों और विद्यार्थियों का मनोबल भी बढ़ाया।

डॉ. प्रदीप शर्मा 'स्नेही' पूर्व प्राचार्य एसए जैन कॉलेज ने कहा- 'बाल मन की कल्पनाओं की ऊँची उड़ान भरता और यथार्थ के धरातल पर खरा उतरता बाल भगवानों द्वारा रचित प्रकाश्य कविता संग्रह, 'नन्हे पंख' एक अभिनव, सार्थक एवं स्तुत्य प्रयास है। इसकी अनुगूँज दूर तक जायेगी ऐसा मेरा दृढ़ विश्वास है। आज के युग में साक्षरता की दर तो बढ़ रही है पर संस्कारों और मूल्यों का सतत ह्रास हो रहा है। रिश्तों की गरिमा का मशीनीकरण हो रहा है। मूल्यों की सरस्वती रसातल में चली गयी है। ऐसे में बच्चों की अपरिमित ऊर्जा को सही दिशा देने का खूबसूरत और सकारात्मक प्रयास है-नन्हे पंख। कविता मनोभावों की अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है और अपने हृदय सागर में उमड़ते घुमड़ते कोमल भावों के शब्द रूपांतरण में सभी बच्चे पूर्णतः सफल रहे हैं। जिज्ञासु एवं पावन बाल मन एक कोरी स्लेट की मानिंद होता है। कुछ भी नया (अच्छा या बुरा) ग्रहण करने के लिए उत्सुक और सन्नद्ध। ऐसे में अगर उन्हें परिवारजनों के साथ साथ गुणी शिक्षकों व सहृदय प्राचार्य का मार्गदर्शन मिल जाए तो उनके बाल मन में

पुष्ट संस्कारों की पयस्विनी प्रवाहमान होने लगती है। संग्रह की कवितायें पढ़कर मुझे सचमुच ऐसा ही लगा। डॉ. शिवा ने अपने सुधी साथियों और आदर्श प्राचार्य श्री नरेश कुमार के सहयोग से बच्चों को सामाजिक सरोकारों से खूबसूरती और समर्पण भाव से जोड़ने का जो भगीरथ प्रयत्न किया है, वह सराहनीय है और उसमें वे पूर्णरूपेण सफल भी रही हैं।'

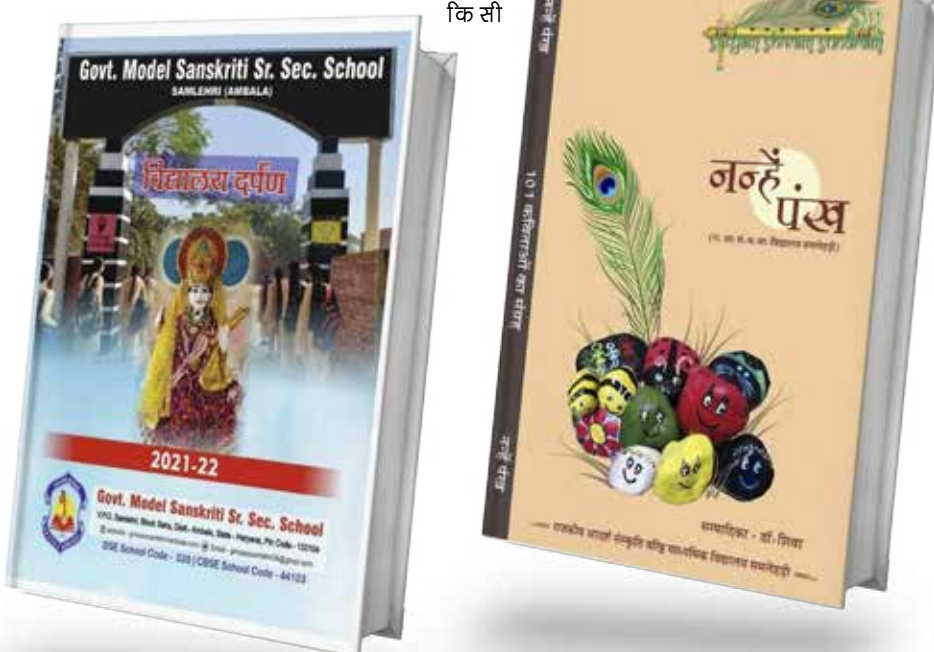
विद्यार्थियों के लिए साहित्य जगत में किए गए इस रचनात्मक कार्य के प्रेरणास्रोत प्रधानाचार्य श्री नरेश कुमार एवं मार्गदर्शिका ललित कला प्राध्यापिका एवं बाल-संग्रह की संपादिका डॉ. शिवा अग्रवाल को एसडीएम अंबाला श्री बलप्रीत सिंह, डीपीसी अंबाला श्री सुधीर कालड़ा, सभी उपस्थित प्रबुद्ध साहित्यकारों ने बधाई दी।

सभी उपस्थित छात्र-छात्राओं ने भी अपनी कविताओं कहानियों और लेखों की प्रस्तुतियाँ दीं। राजकीय आदर्श संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के लगभग 120 विद्यार्थी भी इस कार्यक्रम में पूरे उत्साह के साथ शमिल हुए। समारोह का संचालन हिंदी अध्यापिका मंजू रानी द्वारा किया गया। अतिथियों का स्वागत करते हुए विद्यालय प्राचार्य श्री नरेश ने कहा कि शिक्षा एवं खेल के साथ-साथ बच्चे साहित्यिक क्षेत्र एवं कला में भी सक्रिय रहें। एसडीएम श्री बलप्रीत सिंह को बच्चों का काव्य संग्रह बहुत पसंद आया और उसकी उन्होंने बहुत प्रशंसा की और बच्चों को इसी प्रकार लिखते रहने के लिए प्रेरित भी किया। उन्होंने कहा -"प्यारे बच्चो! आप सौभाग्यशाली हैं जो आप एक ऐसे विद्यालय में शिक्षा पा रहे हैं, जहाँ के शिक्षक और प्राचार्य आपके व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास के लिए प्रतिबद्ध हैं।" इसके साथ-साथ उन्होंने पूरे विद्यालय का निरीक्षण किया, विद्यार्थियों की कला को सराहा और प्रधानाचार्य श्री नरेश कुमार एवं स्टाफ सदस्यों द्वारा किए गए प्रयासों के लिए उन्हें बधाई दी।

डीपीसी अंबाला श्री सुधीर कालरा जी ने विद्यालय की इस अनूठी पहल के लिए सभी प्रतिभागियों की उनके सराहनीय प्रस्तुतीकरण के लिए प्रशंसा की । उन्होंने कहा- विद्यालय में आकर शिक्षा ग्रहण करने के साथ-साथ साहित्य क्षेत्र में कदम रखना विद्यार्थियों के लिए ही नहीं संपूर्ण विद्यालय के लिए बहुत बड़ी उपलब्धि है। उन्होंने यह भी कहा कि हरियाणा में पहली बार कि सी विद्यालय की ओर से साहित्य जगत में इस तरह का काव्य-संग्रह के रूप में प्रयास सभी विद्यालयों के लिए एक मिसाल है और मैं चाहूँगा कि अन्य विद्यालय इसका अनुसरण करें।

बाल काव्य-संग्रह की संपादिका डॉ. शिवा ने भविष्य में भी इसी प्रकार बच्चों के काव्य-संग्रह, कहानी-संग्रह प्रकाशित करने के लिए अपनी मनोकामना बताईं। डॉ. शिवा ने प्रधानाचार्य श्री नरेश कुमार का उनके सहयोग एवं मार्गदर्शन के लिए आभार व्यक्त किया और अंत में प्रधानाचार्य ने सभी उपस्थित अतिथियों का धन्यवाद किया और विद्यालय में इसी प्रकार सकारात्मक कार्य होते रहने के लिए बच्चों को प्रेरणा भरे शब्दों से कार्यक्रम का समापन किया गया।

कार्यक्रम के अंत में सभी विशिष्ट अतिथियों की उपस्थिति में पौधारोपण भी किया गया। इस अवसर पर पीजीटी फिजिक्स श्री संजीव गौतम, श्री सुनील, श्री मुनीष कुमार, श्रीमती मीना पराशर व विद्यालय की पूरी टीम ने भरपूर सहयोग दिया।



डॉ. शिवा
ललित कला प्राध्यापिका
राआसंवमा विद्यालय समलेहड़ी, अंबाला
हरियाणा

खेल-खेल में विज्ञान

दर्शन लाल बवेजा

आदरणीय विज्ञान अध्यापक साथियो व प्यारे विद्यार्थियो, आपके लिए इस अंक में लाया हूँ विज्ञान की कुछ नई गतिविधियाँ जिन्हें अगर विद्यालयों में कराया जाए तो विद्यार्थी खेल ही खेल में विज्ञान के बहुत से सिद्धांतों को सीख जाते हैं।

1.प्लास्टिक का बड़ा बुलबुला बनाना।

विद्यार्थियों ने साबुन के पानी से बनने वाले बबल्स के बारे में तो बहुत बार सुना और देखा था। उन्होंने प्लास्टिक का बड़ा बुलबुला बनते पहले नहीं देखा था। इसके लिए एक पुरानी सीडी व एक लाइटर की आवश्यकता पड़ती है। सीडी की प्रिंट साइड को खुरच कर उसके ऊपर प्रिंटेड मेटेरियल उतार दिया जाता है फिर सीडी के किसी एक हिस्से को लाइटर जला कर उनकी लौ से गर्म किया जाता है। जब वह भाग लगभग पिघलने वाली अवस्था में आ जाए तब उस हिस्से पर फूँक मारते हैं तो वहाँ से एक बुलबुला बाहर की ओर निकलता है जो काफी बड़ा हो जाता है। बच्चे इसे देखकर बहुत खुश हुए। ऐसा इसलिए होता है कि जब हम सीडी के प्लास्टिक को गर्म करते हैं तो उष्मीय ऊर्जा से सीडी के अणुओं बीच ऊष्मा से गतिज ऊर्जा बढ़ जाती है, जिससे वह हिस्सा तरल अवस्था में आ जाता है। इसी समय उसी स्थान पर फूँक मारने से वहाँ का प्लास्टिक हवा के प्रेशर से तेजी से फैलता है और बुलबुले का रूप ले लेता है।

2.विभिन्न नमूने एकत्र करके सीखना-

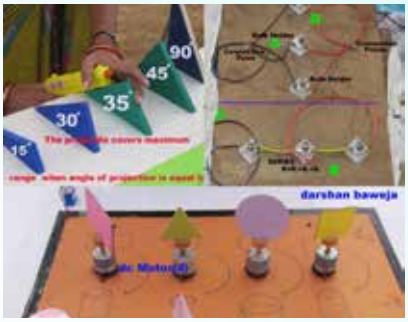
आजकल कक्षा छह, सात व आठ के विद्यार्थियों के बीच में विभिन्न वस्तुओं (दालें, अनाज, कृत्रिम व प्राकृतिक रेशे, वस्त्र, कागज़, प्लास्टिक, धातुओं, पंख, पत्ते, अधातुओं, मिश्रधातु व लकड़ी आदि) के नमूने एकत्र करने की होड़ लगी हुई है। वह नए से नए विचार प्रस्तुत करते हैं और नमूने एकत्र करके एक दूसरे को बताते हैं। फिर उनकी देखा-देखी बाकी बच्चे भी उन्हीं वस्तुओं के नमूने एकत्र करके सीख रहे हैं। एक उदाहरण द्वारा स्पष्ट कर रहा हूँ कि कक्षा आठ के विद्यार्थियों ने धातु व अधातु पाठ के अंतर्गत विभिन्न प्रकार की धातुएँ, जैसे- लोहा, एल्युमीनियम, ताँबा, जस्ता व चाँदी के साथ साथ मिश्र धातुओं में पीतल, कॉपर-निकल व इस्पात आदि के नमूने एकत्र किए व उनको अच्छी तरह से पहचाना। अब वे सब जानते हैं कि धातुओं के गुणों में परिवर्तन/सुधार लाने के लिए मिश्रधातु बनाई जाती है। किसी धातु का किसी अन्य धातु या अधातु के साथ मिलाकर बनाया गया मिश्रण, मिश्रधातु कहलाता है। उदाहरण के लिए स्टील, स्टेनलेस स्टील, टांका, पीतल व कांसा आदि सभी मिश्र धातुएँ हैं।

3.विज्ञान के नवाचारी मॉडल्स बनाना-

गर्मियों की छुट्टियों में विद्यार्थियों को विभिन्न विज्ञान मॉडल उनको समूह बनाकर बनाने के लिए प्रेरित किया गया है। मॉडल बनाने के लिए उन्हें सामग्री एवं समझ उपलब्ध कराई गई है। विद्यार्थियों को 'प्रक्षेपण के पथ की अधिकतम लंबाई' यानी वस्तु को किस कोण से बल लगा कर फेंका जाए कि वह सबसे अधिक दूर जाकर गिरे। समांतर क्रम व श्रेणी क्रम में प्रतिरोधों का संयोजन को प्रकट करता मॉडल बनाने का लक्ष्य दिया गया है। एक अन्य मॉडल में विभिन्न प्रकार की त्रिविमीय आकृतियाँ, जैसे- घन, घनाभ, शंकु, गोला एवं बेलन बनाने के लिए भी प्रेरित किया गया। इस प्रोजेक्ट पर अभी विद्यार्थी काम कर रहे हैं। यह मॉडल बनने के बाद इन मॉडल्स का जिक्र पत्रिका की आगामी कड़ियों में किया जाएगा। देखते हैं विद्यार्थी अपने ग्रीष्मावकाश में अपने उत्साह को कितना मूर्त रूप दे सकते हैं।

4.बैटरी से चलने वाली बाइसिकल-

विद्यार्थियों में नवाचार एवं स्वरोज़गार के विचार उत्पन्न करने के लिए एक विद्यार्थी नितिन कुमार (पूर्व छात्र) को विद्यार्थियों से मिलवाने के लिए आमन्त्रित किया गया। यह विद्यार्थी विभिन्न मौजूदा मशीनरी में नवाचार/परिवर्तन करके उन्हें ऊर्जा फ्रेंडली व कम लागत के प्रोडक्ट के रूप में बदलता है। इसी कड़ी में नितिन ने एक पुरानी बाइसिकल को मॉडिफाइ करके उसे बैटरी (बिजली) से चलने वाली बाइसिकल बनाया जो कि रिचार्जेबल है। उसने विद्यार्थियों को अपनी इस इनोवेशन के बारे में विस्तार से बताया कि यह एक बार में चार्ज करने पर 40 किलोमीटर का सफर अधिकतम 20 किलोमीटर प्रति घंटा की रफ्तार से कर सकती है। इस को पुनः चार्ज होने में 2 घंटे का समय लगता है। विद्यार्थियों ने इस इनोवेशन को बहुत ध्यान से देखा व टेस्ट राइड करके भी



देखा। वे बहुत प्रेरित हुए और बताया कि वह भी तकनीकी के क्षेत्र में इसी प्रकार से काम करना चाहते हैं।

5.वस्तुओं के समूह बनाना-

कक्षा-6 पाठ 4 'वस्तुओं के समूह बनाना', पाठ को विद्यार्थियों ने सबसे अधिक आनंद के साथ पढ़ा एवं सीखा। इस पाठ की एक बेहतरीन गतिविधि 'वस्तुओं के समूह बनाना' में विद्यार्थी बहुत सारा सामान अपने साथ एकत्र करके लाए। सारा सामान उन्होंने कक्षा में मेज के ऊपर रख दिया। चार-चार विद्यार्थियों के ग्रुप ने बारी बारी सारी वस्तुओं को उनको गुणों एवं समानता के आधार पर समूहों में बाँटा। वस्तुओं के बनाने वाले पदार्थ (मेटीरियल), उपयोग एवं संरचना के आधार पर उन्होंने वस्तुओं को अलग-अलग किया। इस दौरान उन्होंने परस्पर चर्चा की। चर्चा के बाद उन्होंने बहुत सी वस्तुओं को विभिन्न समूहों से अदल-बदल भी किया।

आदरणीय अध्यापक साथियो, पाठ्यपुस्तक में दी गई विभिन्न विज्ञान गतिविधियों एवं पाठ्यपुस्तक को पढ़ा जाना (रीडिंग) बहुत ज़रूरी है। यदि विद्यार्थी पाठ को पढ़ेंगे तो वह अवश्य ही वहाँ वर्णित गतिविधियों को करने के लिए भी आकर्षित होंगे। विद्यार्थियों को निर्देश मात्र देने से ही वे गतिविधि को करने की व्यवस्था कर लेते हैं। तो अगली कड़ी में मिलते है, विज्ञान की कुछ नई गतिविधियों के साथ।

ईसएचएम सह विज्ञान संचारक
राउवि शादीपुर, खंड जगाधरी
जिला यमुनानगर, हरियाणा

प्यारे बच्चो!

'बाल सारथी' आपका अपना पन्ना है। हम चाहते हैं कि इसमें आपकी रचनाओं को स्थान दिया जाए। आपने कोई मौलिक कविता, कहानी या अन्य विधा की रचना लिखी हो तो अपने अध्यापक की सहायता से हमें ई-मेल या डाक द्वारा भेजें। आपकी रचनाओं को प्रकाशित करके हमें प्रसन्नता मिलेगी।

'बाल सारथी' आपको कैसा लगा, जरूर लिखना। अगले अंक में ज्ञान-विज्ञान और मनोरंजन की सामग्री लेकर फिर आपसे मिलूँगी।

- आपकी यामिका दीदी

सामान्य विज्ञान

1. रुधिर का तरल भाग कौन सा है?
2. स्वस्थ मनुष्य का रक्तचाप कितना होता है?
3. रक्त से अशुद्ध पदार्थों को कौन अलग करता है?
4. शरीर की सबसे लंबी कोशिका कौनसी होती है?
5. हाइड्रोफोबिया किससे संबंधित है?
6. शुद्ध जल का पीएच का मान कितना होता है?
7. हमारे देश का राष्ट्रीय पक्षी कौन सा है?
8. मछलियाँ किसकी सहायता से साँस लेती है?

उत्तर- 1.प्लाज्मा 2. 120/80 3. वृक्क 4. तंत्रिका कोशिका 5. कुत्ते के काटने से 6. सात 7. मोर 8.गलफड़ों की सहायता से

अमित शर्मा
भौतिक विज्ञान प्रवक्ता
रावमा विद्यालय सरावां, खंड साढौरा
जिला यमुनानगर, हरियाणा

पहेलियाँ

(1) मेरे अण्डे नीले-नीले ,
मधुर है मेरी तान ।
सर्वभक्षी इक पक्षी हूँ मैं,
अंग्रेजी हिंदी एक समान।

(2) काया मेरी काली-काली,
कर्कश मेरे बोल।
झट बताओ मेरे बच्चो ,
अपने मुँह को खोल ।

(3) चिड़िया हूँ मैं एक अनूठी,
पत्तो में छिप जाती ।
हूँ ईरान का राष्ट्रीय पक्षी,
बोलो क्या कहलाती?

(4) पक्षी हूँ मैं एक अनोखा ,
मैं तो उड़ न पाऊँ ।
बड़ा तेज मैं धावक हूँ ,
बोलो क्या कहलाऊँ।

(5) काया मेरी काली-काली,
मीठे-मीठे बोल।
सोच बताओ निज बुद्धि का,
जल्दी ताला खोल ।

उत्तर 1- मैना 2- कौआ 3-बुल बुल 4-शतुरमुर्ग 5-कोयल

डॉ. कमलेंद्र कुमार श्रीवास्तव
राव गंज ,कालपी, जालौन
उत्तर प्रदेश- 285204

एकता में बल है

एक तालाब के किनारे एक कछुआ, कौआ, चूहा और हिरण रहते थे। ये सभी आपस में खूब गहरे मित्र थे। एक दिन हिरण घास चरने गया था और वह देर शाम तक नहीं लौटा तो उसके दोस्तों को चिन्ता होने लगी। सब की सलाह पर कौआ, हिरण को ढूँढ़ने के लिए निकला। उड़ते-उड़ते कौए ने देखा कि हिरण शिकारी के जाल में फँसा हुआ है। कौआ तुरन्त अपने दोस्तों के पास पहुँचा और सारी बातें बताईं। चूहे ने यह सुनकर कहा कि मुझे जल्दी से वहाँ ले चलो। पीछे से कछुआ भी रेंगता हुआ वहाँ पर पहुँच गया। चूहे ने तुरन्त अपने नुकीले दाँतों से उस जाल को काट दिया और हिरण को आज़ाद कर दिया। इतने में शिकारी वहाँ आ पहुँचा। शिकारी को देखकर हिरण और चूहा तो भाग निकले। परंतु इस बार कछुआ शिकारी के हत्थे चढ़ गया। शिकारी ने कछुए को एक थैले में डाला और चल पड़ा।

अब तीनों दोस्तों ने कछुए को शिकारी के चंगुल से छुड़ाने की युक्ति बनाई। कौए ने कहा- हिरण, तुम तालाब के पास जाकर लेट जाओ ताकि शिकारी को लगे कि तुम मरे हुए हो। मैं तुम्हारी आँखें निकालने का नाटक करूँगा और शिकारी तुम्हें मरा जान कर अपना थैला छोड़कर तुम्हारे पास आयेगा। चूहे भैया, तुम इतनी देर में अपना काम कर देना। सभी ने ऐसा ही किया और चूहे ने थैले को काट कर कछुए को आज़ाद करवा दिया और कछुआ जल्दी से रेंगकर पानी में जा घुसा। यह देखते ही हिरण भी छलाँग लगाकर भाग गया। सभी की युक्ति से दो दोस्तों की जान बच गई और चारों दोस्त खुशी से झूमने लगे। (पंचतंत्र से)

शिक्षा- संघ में बहुत शक्ति होती है।

प्रेषक- पवन कुमार प्राथमिक शिक्षक,
राजकीय मॉडल संस्कृति प्राथमिक विद्यालय,
चुंगी नम्बर-7, लोहारू, जिला भिवानी, हरियाणा

चिड़िया

चीं-चीं गाती प्यारी चिड़िया।
हरदम रहे सुखारी चिड़िया।

फुदक-फुदक कर दाने चुगती,
लगती बड़ी दुलारी चिड़िया।

तिनका चुन-चुन नीड़ बनाती,
सचमुच सबसे न्यारी चिड़िया।

दूर कहीं से चुग्गा लाती,
बच्चों पर बलिहारी चिड़िया।

चाहे हो कितना भी संकट,
हिम्मत कभी न हारी चिड़िया।

नित्य हजारों पेड़ कट रहे,
कहाँ रहे बेचारी चिड़िया।

आओ हम सब पेड़ लगाएँ,
रहे मज़े से प्यारी चिड़िया।

उदय मेघवाल 'उदय'
'मेघ-विला'
मधुसूदन स्कूल के पास, कमधज नगर
निम्बाहेड़ा, जिला- चित्तौड़गढ़,
राजस्थान- 312601

विज्ञान अध्यापक कमल शर्मा : सच्चे शिक्षा सारथी

भारत आदि काल से ही गुरुओं का देश रहा है। आज हम इसी गुरु परंपरा को आगे बढ़ा रहे राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लोहारू, जिला भिवानी में कार्यरत विज्ञान विषय के अध्यापक श्री कमल शर्मा के अध्यापन कार्य की कर्मठता एवं विशिष्टता के बारे में जानने की कोशिश करते हैं। इनसे मेरा परिचय पिछले कुछ वर्षों में उनके इस विद्यालय में कार्य ग्रहण करने के पश्चात हुआ। श्री कमल शर्मा ने अपना कैरियर एक प्राथमिक अध्यापक के रूप में प्रारंभ किया था। शीघ्र ही इनकी पदोन्नति विज्ञान विषय के अध्यापक के पद पर राजकीय माध्यमिक विद्यालय भांभर हेडी, जिला करनाल में हो गई। शिक्षण कार्य में अपनी धुन के पक्के कमल शर्मा ने विद्यालय की प्रयोगशाला को ही अपनी कर्मस्थली बना लिया और छात्रों को अपनी करिश्माई आवाज एवं विशिष्ट शिक्षण कौशल के बल पर छात्रों को शिक्षण कार्य में दक्षता दिलवाई, जिसके परिणाम स्वरूप वर्ष (2013-14) में विद्यालय के छात्रों ने गणित एवं विज्ञान प्रश्नोत्तरी में जिला स्तर पर प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके बाद अपने नए पद स्थापन पर राजकीय उच्च विद्यालय दुर्जनपुर, जिला भिवानी में आने के बाद इन्होंने अपनी कर्तव्यनिष्ठा का परिचय देते हुए अपने दृढ़ निश्चय के साथ दसवीं कक्षा के सभी छात्रों को गहन अध्ययन करवाया और परिणाम स्वरूप कक्षा के सभी 18 छात्रों ने मेरिट में स्थान प्राप्त किया। जिसके लिए इन्हें जिला स्तर पर प्रशस्ति-पत्र भी मिला। इनका अगला कर्मक्षेत्र राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, जाटू लोहारी, जिला भिवानी रहा, जिसमें वर्ष (2018-19) में इनकी कार्यकुशलता की बदौलत विद्यालय की कुल दो छात्राओं का चयन एनएमएमएस स्कॉलरशिप में हुआ। यह वास्तव में विद्यालय के लिए एक गौरव का विषय है।

अपने क्षेत्र में विशिष्टता रखने वाले जहाँ भी जाते हैं, वे अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा ही लेते हैं। वर्ष (2019-20) से राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लोहारू, जिला भिवानी में चरैवेति-चरैवेति सिद्धांत को मूल मंत्र मानने वाले कमल शर्मा अब इस विद्यालय में छात्रों के भविष्य निर्माण की जिम्मेदारी सँभाले हुए हैं।

अपने स्नेही स्वभाव, कुशल समय प्रबंधन, विषय वस्तु की पकड़, जिज्ञासु मानसिकता आदि अनेक सद्गुणों से युक्त कमल शर्मा विज्ञान विषय के साथ-साथ गणित और अंग्रेज़ी जैसे विषयों के पीरियड के लिए भी सर्वदा उपलब्ध रहते हैं। छात्रों के साथ इनका व्यवहार सदैव मित्रवत् रहता है। शायद इसी कारण छात्र भी उनसे पढ़ने को लालायित रहते हैं। वे खेल-खेल में शिक्षण, स्वयं करके सीखना जैसी छात्र आधारित गतिविधियों को अपनाकर शिक्षण कार्य को रोचकता प्रदान करते हैं। विद्यालय की विज्ञान प्रयोगशाला की दीवारों पर इन्होंने रासायनिक समीकरण एवं सूत्र, विभिन्न गैसों को बनाने की विधियाँ, गति के नियम, पास्कल का सिद्धांत, आर्किमिडीज का सिद्धांत, गैलीलियो की दूरबीन के चित्र, पेंडुलम का सिद्धांत, ओजोन के रहस्य, मानव मस्तिष्क, जंतु विज्ञान के अनेक रहस्यों को इस प्रकार चित्रित किया है, मानो कोई एनसाइक्लोपीडिया हो।

शिक्षणकार्यों के अतिरिक्त विद्यालय के अन्य क्रियाकलाप जैसे ड्रॉपआउट सर्वे करना, बालिका शिक्षा पर जोर, वृक्षारोपण कार्यक्रम में भाग लेना, योग शिविरों में भागीदारी, अध्यापक अभिभावक संघ की बैठकों में सहभागी होना आदि इनके अभिन्न कार्यों का हिस्सा है। राष्ट्रीय शिक्षक दिवस को भी ये प्रतिवर्ष अपने अलग अंदाज़ में मनाना नहीं भूलते। इसलिए विद्यालय के छात्रों और सभी अध्यापकों को शिक्षक दिवस का

बेसब्री से इंतजार रहता है। प्रतिवर्ष की भाँति इस वर्ष (2021-22) में भी इनके मार्गदर्शन में छात्रों ने लीगल लिटरेसी कार्यक्रम में भाग लिया और विद्यालय के छात्र जिला स्तर पर दूसरे स्थान पर रहे।, जिसके लिए विद्यालय को प्रशस्ति पत्र भी मिला। इसी क्रम में अन्तरराष्ट्रीय गीता महोत्सव (2021-22) में भी विद्यालय के छात्रों ने जिला स्तर पर सराहनीय प्रदर्शन किया। इसी वर्ष जिला स्तरीय ऊर्जा संरक्षण प्रतियोगिता में भी विद्यालय के छात्रों ने जिले में दूसरा स्थान पाया। जिसके लिए उपायुक्त महोदय भिवानी द्वारा कमल शर्मा को जिला स्तरीय कार्यक्रम में सम्मानित भी किया गया। वर्ष (2021-22) में ही हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा संचालित बोर्ड की परीक्षाओं में कमल शर्मा ने नकल विरोधी अभियान चलाया। इन्होंने फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता, नुक्कड़ नाटकों व नकल उन्मूलन विरोधी हस्ताक्षर अभियान चलाकर नकल रोकने की मुहिम को बल दिया और छात्रों को जागरूक भी किया। इनके प्रयासों को देखते हुए हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के चेयरमैन डॉ. जगबीर सिंह जी ने स्वयं फोन करके इनको बधाई दी और इसे एक सकारात्मक पहल बताया।

अभी इसी वर्ष इनके मार्गदर्शन में तैयारी करके विद्यालय के एक छात्र प्रिंस का चयन सैनिक स्कूल में हुआ है, जिसके लिए खंड शिक्षा अधिकारी लोहारू श्री धूप सिंह जी ने कहा कि कमल शर्मा वास्तव में बधाई के पात्र हैं और दूसरे अध्यापकों के लिए एक मिसाल भी हैं। यही नहीं कल्चरल फेस्टिवल हो या स्काउट्स गाइड्स के कैंप, कमल शर्मा प्रत्येक शिविर में भाग लेते हैं।

रक्त दान महादान की सार्थकता को भी सिद्ध करने का इनका हमेशा प्रयास रहता है और अब तक ये कुल पंद्रह बार रक्तदान कर चुके हैं। जिसके लिए जिला रेडक्रॉस सोसायटी भिवानी द्वारा इन्हें सम्मानित भी किया जा चुका है। इनकी जागरूकता का एक और जीवंत उदाहरण यह भी है कि ये मरणोपरांत अंगदान करने का प्रण भी ले चुके हैं। इसके अंतर्गत ये अपनी आँखें दान करने के लिए डोनर फार्म भी भर चुके हैं। इनका मानना है कि अंगदान करने से हम इस जीवन के ऋण से उऋण हो सकते हैं।

निःसंदेह ऐसे कर्मठ अध्यापकों की समाज को सदैव आवश्यकता रहती है। मेरी ईश्वर से यही प्रार्थना है कि वे भविष्य में भी इसी प्रकार निष्काम भाव से समर्पित होकर अपने अध्यापन कार्य का निष्पादन करते रहें और विद्यार्थियों को अच्छे नागरिक बनाने में सहयोग देते रहें।

पवन कुमार स्वामी
प्राथमिक अध्यापक
राजकीय मॉडल संस्कृति प्राथमिक विद्यालय
चुंगी नंबर- 7 लोहारू, जिला भिवानी, हरियाणा

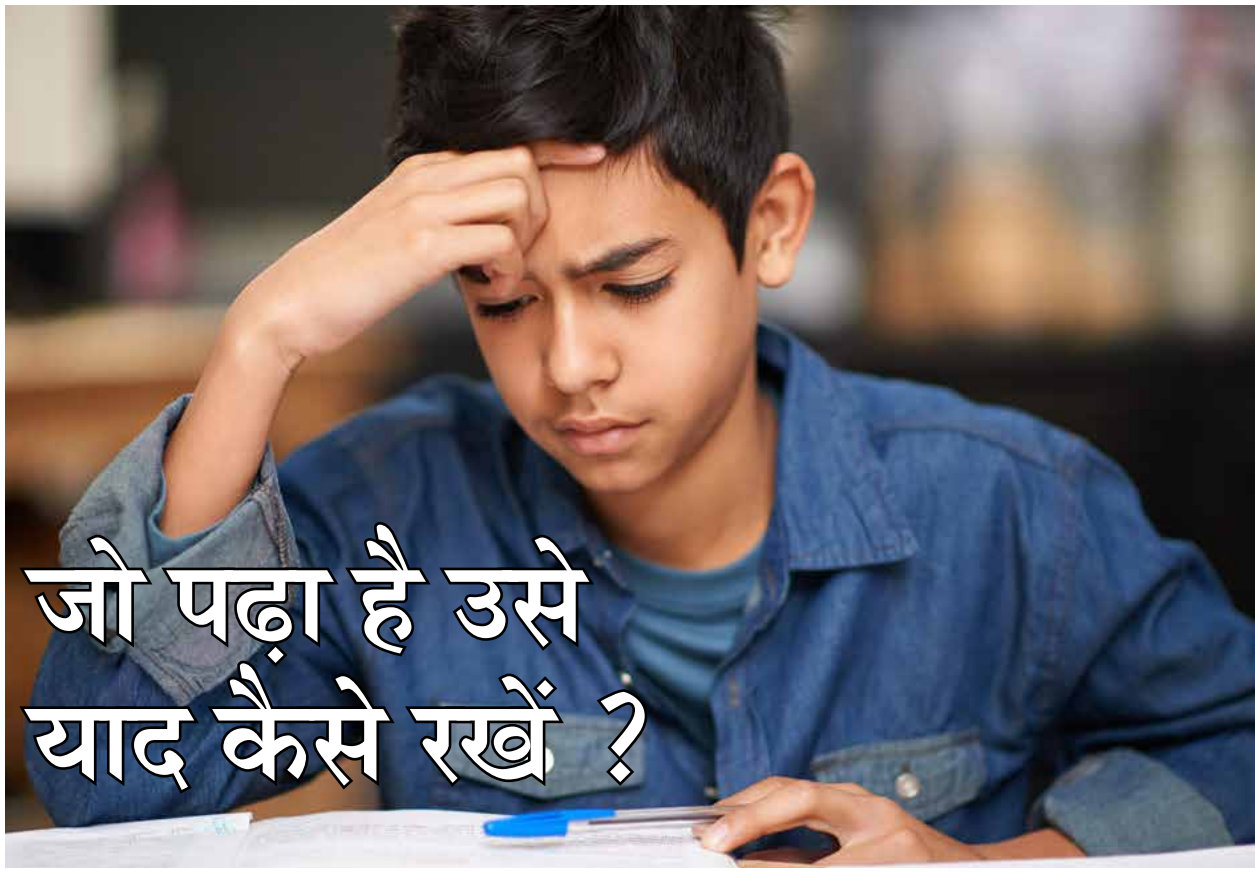
अनूठी चित्रकार है छात्रा नेहा

हर छात्र में प्रतिभा होती है। इस छिपी प्रतिभा को तलाश कर तराशना ही शिक्षकों का प्रथम कर्तव्य बनता है। यदि किसी छात्र की प्रतिभा को विद्यालय एवं समाज से न्यायोचित प्रोत्साहन एवं मार्गदर्शन मिले तो फिर उसे पंख लगते देर नहीं लगती। रेवाड़ी जिले के गाँव खोरी स्थित राजकीय आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की 12वीं की कला संकाय की छात्रा नेहा एक ऐसी ही प्रतिभाशाली छात्रा है, जिसने पेंटिंग के क्षेत्र में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है।

नेहा बताती है कि जब वह छठी कक्षा में थी तो पहली बार उनकी टीचर चंचल मैडम ने पेंटिंग द्वारा पेंटिंग की बारीकियाँ समझाईं तो फिर उनकी रुचि पेंटिंग में बढ़ती गई। बाद में खोरी स्कूल में आने पर उन्हें चित्रकारी में अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने के लिए निरंतर अवसर एवं मंच मिले, जिससे उसका आत्मविश्वास बढ़ता गया। अब वह किसी भी विषय पर अपनी कल्पना शक्ति से भी पेंटिंग बना सकती है। प्राकृतिक दृश्य, ग्राम्य लोक जीवन, पर्यावरण तथा पाठ्यक्रम पर आधारित सैकड़ों पेंटिंग बना चुकी नेहा ने खंड तथा जिला स्तर पर सर्वश्रेष्ठ रहकर अपनी अनूठी साधना का परिचय दिया है। विद्यालय की सदन प्रक्रिया तथा विभाग की विभिन्न प्रतियोगिताओं के अलावा कानूनी साक्षरता के अंतर्गत वह प्रति वर्ष पेंटिंग में भाग लेकर विजेता रही है।

नेहा पढ़ाई में भी अव्वल रहती है तथा 11वीं कक्षा में अपने विद्यालय की टॉपर रही है। किसान पिता श्री नफे सिंह तथा गृहिणी माता श्रीमती नीलम की इस होनहार बेटी को कला एवं संस्कृति से अथाह लगाव है। यही कारण है कि वह पढ़ाई के अलावा अपना शेष समय इसी कलात्मकता की अभिरुचि को देती है। यही कारण है कि विद्यालय की वॉल-मैगज़ीन में उसकी कलाकृतियाँ निरंतर स्थान पाती रही हैं। गत वर्ष प्रदेश सरकार की मुख्यमंत्री परिवार परियोजना के अंतर्गत नेहा की पेंटिंग खंड स्तर पर सर्वश्रेष्ठ रही थी। पेंटिंग के प्रति उसका समर्पण एवं लगाव अन्य विद्यार्थियों हेतु भी प्रेरक बना हुआ है।

सत्यवीर नाहड़िया
प्राध्यापक, रसायनशास्त्र
राजकीय आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खोरी, रेवाड़ी, हरियाणा



जो पढ़ा है उसे याद कैसे रखें ?

जयबीर सिंह

हमारा मस्तिक एक मैमोरी चिप की तरह है, जिसके डाटा स्टोर करने की क्षमता असीमित है। इसके बावजूद हम कुछ पढ़ते हैं तो याद क्यों नहीं रख पाते? मुद्दा केवल विद्यार्थियों का नहीं है, यह हर उम्र का सच है। दिमाग को तेज और सक्रिय बनाने के लिए हम जो पढ़ रहे हैं क्या दिमाग उसे अवशोषित कर रहा है ? कहीं ऐसा तो नहीं कि आप पढ़ते जा रहे हैं लेकिन दरअसल दर्ज कुछ भी नहीं हो रहा है। ऐसा ज्यादातर लोगों के साथ होता है इसके लिए आप को अपने पढ़ने के तरीके में बदलाव की आवश्यकता है।

किताब के साथ-साथ कलम भी रखें -

जब कोई किताब पढ़ें, तो नोट बुक व पैन भी साथ रखें। जब आप पढ़ रहे हैं, तो ध्यान केवल किताब में न हो कर अन्य कई चीजों पर चला जाता है यानि कि आपके दिमाग व शरीर का टाइमिंग बिगड़ जाता है। खासकर मोबाइल या अन्य स्मार्ट डिवाइस पर पढ़ रहे हैं, इस अवस्था में ध्यान भटकने की ज्यादा संभावना है। यदि हम अपने पढ़ने के तरीके में बदलाव करें, तो जो हमने पढ़ा है एवं जितना भी मस्तिष्क की मैमोरी में स्टोर हुआ है उसे नोट बुक पर उतारें और जो आपने पढ़ा है उससे मिलान करें। पढ़ते वक्त जिस पंक्ति, शब्द या फार्मूले में संदेह लगे या अर्थ समझ में न आए तो उसे भी पैन से कॉपी पर लिखें उसका अर्थ देखें फिर उसे समझने की कोशिश करें। इस तरीके से आप उसे लम्बे समय तक याद रख सकेंगे।

जो पढ़ा है उसे दूसरों को बताएँ -

किसी भी विषय को याद रखने का सबसे कारगर जरिया है तो वह है, 'चर्चा'। आपने जो पढ़ा है उसके बारे में दूसरों को बताएँ एवं उसकी अपने दोस्तों के साथ चर्चा अवश्य करें अगर किसी हिस्से या पड़ाव पर अटकते हैं या भूल जाते हैं, तो उसे दोबारा पढ़ें और फिर विचार-विमर्श करें।

एकाग्र हो कर पढ़ें -

जिस वक्त आप जो भी कार्य कर रहे हैं पूरा ध्यान उसी पर केंद्रित करें। यही अभ्यास किताब या विषय पढ़ते वक्त भी करना है। अक्सर हम में एक साथ कई कार्य करने की आदत होती है। पढ़ते वक्त भी यही कारण है, ध्यान भटकता है और जो पढ़ा है वह याद नहीं रहता। एक ही कार्य पर सौ फीसदी ध्यान केंद्रित किया जाए, तो स्मरण शक्ति बढ़ती है और याद करने में आसानी होती है। समय व स्थान का चुनाव सही कीजिए ताकि आपके आस-पास जो हो रहा है उस पर ध्यान न जाये और ध्यान भटकने की गुंजाइश न रहे।

बार-बार अभ्यास करें -

जो आपने पढ़ा है उसका बार-बार अभ्यास अवश्य करें। अभ्यास एक ऐसी कुंजी है जो आपको सफलता दिलाने में सहायक होगी। सफलता का कोई मंत्र नहीं है, यह तो परिश्रम का फल है जो बार-बार अभ्यास करने से आता है, कहा भी गया है-

''करत-करत अभ्यास के जड़मति होत सुजान
रसरी आवत जात ते, सिल पर परत निशान''

अंत में हमें सोचना चाहिए, यदि प्रेरक प्रसंग हम जल्दी एवं लम्बे समय तक याद रख सकते हैं जो हम पढ़ रहे हैं उसे क्यों नहीं ? जो पढ़ा है उसे सीखने की कोशिश करें, क्योंकि जब हम सीख जाते हैं तो उसे हम भूलते नहीं। लम्बे समय तक याद रख सकते हैं।

मौलिक मुख्याध्यापक
राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय
सैमाण, रोहतक, हरियाणा

शिक्षक का महत्त्व

दिलबाग सिंह

अध्यापक बच्चों के साथ मित्रवत् व्यवहार करता है, पढ़ाई के दौरान मनोरंजक बातें भी बताता है, विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करता है, नम्रता से व्यवहार करता है, विद्यार्थियों को प्रतिष्ठित व्यक्ति बनाने मे सहायक बनता है, विद्यार्थियों को सरल और रोचक ढंग से पढ़ाता है, दीपक बनकर विद्यार्थी के जीवन को रोशनी प्रदान करता है, सत्यमार्ग पर चलना सिखाता है, अनुशासन मे रहना, स्वावलम्बन की आदत डालना, चरित्र निर्माण, राष्ट्र निर्माण की शिक्षा देना, नये प्रयोग करना सिखाता है व अपार ज्ञान देकर विद्यार्थियों को सफल नागरिक बनाता है। शिक्षकों के प्रति विद्यार्थी अपने भाव इस प्रकार व्यक्त करते हैं-

'उज्ज्वल भविष्य का सूरज उगाया है आपने,
ढाल बनकर हर मुश्किल से पार कराया है आपने,
माता-पिता की तरह हौंसला बढ़ाया है आपने,
खुद जलकर हमें सोना बनाया हैआपने'

शिक्षक का विद्यार्थियों व राष्ट्र के भविष्य निर्माण मे अहम योगदान होता है। शिक्षक ही बच्चों मे नैतिक मूल्यों, ज्ञान, रचनात्मकता, जीवन कौशल आदि का विकास करने में योगदान देता है।

भारत के दूसरे राष्ट्रपति डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन ने भी शिक्षकों के बारे में कहा है- 'हर्ष और आनन्द से परिपूर्ण जीवन केवल ज्ञान और विज्ञान के आधार पर सम्भव है।'

प्राचीन समय में तो शिक्षक समाज का सबसे सम्मानित सदस्य होता था। उस समय ज्ञानी/विद्वान शिक्षक बनते थे। समय के साथ-साथ शिक्षकों के स्तर में भी गिरावट आई है जो दुर्भाग्यपूर्ण है। आज समाज में शिक्षकों के प्रति आदरभाव व सम्मान को पुनः स्थापित करने की आवश्यकता है, जिससे देश के सर्वश्रेष्ठ व्यक्ति अध्यापक के कार्य में आएँ, जिससे विद्यार्थियों को उच्च गुणवत्तापूर्ण व कौशल ज्ञान की शिक्षा दी जा सके। इसके लिए जरूरी है कि शिक्षकों की भर्ती में पारदर्शिता हो। उच्च शिक्षित व मैरिट आधारित शिक्षकों की भर्ती की जाए जिससे वे शिक्षक उच्च गुणवत्ता वाली शिक्षा विद्यार्थियों को दे सकें। बेहतरीन प्रदर्शन करने वाले अध्यापकों को सम्मानित किया जाना चाहिए ताकि ऊर्जावान अध्यापकों को अच्छा काम करने के लिए प्रोत्साहन मिले। शिक्षकों को महत्त्वपूर्ण शिक्षण गतिविधियों की जानकारी हेतु अकादमिक संस्थानों जैसे- NCERT, SCERT, BITE, DIET आदि को सुदृढ़ करना चाहिए।

अध्यापक को भी विकास के लक्ष्यों पर आधारित नई-नई तकनीक का प्रयोग करना चाहिए। इसी कड़ी में हरियाणा प्रदेश देश का पहला राज्य बन गया है जहाँ पर सरकार द्वारा 10वीं से 12 वीं कक्षा तक सभी विद्यार्थियों को निःशुल्क टेबलेट दिए गए हैं व प्रदेश के सभी पीजीटी अध्यापकों को भी टेबलेट दिए गए हैं, जिससे अध्यापक नई तकनीक का प्रयोग करके प्रदेश में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा का प्रसार कर सकें व प्रदेश में शिक्षा के स्तर को सुधार कर सकें।

हरियाणा सरकार द्वारा शिक्षा के क्षेत्र में नई-नई तकनीक व अध्यापकों को शिक्षण के लिए बेहतरीन वातावरण दिया जा रहा है, जिससे निःसंदेह ही शिक्षक का सम्मान समाज में पहले जैसा पुनः स्थापित होगा।

संयुक्त निदेशक
निदेशालय मौलिक शिक्षा हरियाणा
पंचकूला, हरियाणा

2022

जुलाई माह
के त्यौहार व विशेष दिवस

1 जुलाई- राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस
2 जुलाई- विश्व खेल पत्रकार दिवस
3 जुलाई- अन्तरराष्ट्रीय प्लास्टिक बैग मुक्त दिवस
10 जुलाई- ईद-उल-जुहा/बकरीद
11 जुलाई- विश्व जनसंख्या दिवस
15 जुलाई- विश्व युवा कौशल दिवस
17 जुलाई- अन्तरराष्ट्रीय न्याय दिवस
20 जुलाई- विश्व शतरंज दिवस
23 जुलाई- लोकमान्य तिलक जयंती
24 जुलाई- आयकर दिवस
26 जुलाई- कारगिल विजय दिवस
28 जुलाई- विश्व हेपेटाइटिस दिवस
29 जुलाई- विश्व बाघ दिवस
30 जुलाई- अन्तरराष्ट्रीय मैत्री दिवस
31 जुलाई- शहीद ऊधम सिंह शहीदी दिवस

'शिक्षा सारथी' का यह अंक कैसा लगा? अपनी राय, विचार या सुझाव हमें अवश्य लिखें। लेखकों व शिक्षाविदों से अनुरोध है कि शिक्षा जगत से जुड़े विषयों, योजनाओं, मुद्दों से संबंधित रचनाएँ व लेख हमें भेजें। अपने-अपने क्षेत्रों में होने वाली शिक्षा जगत् की गतिविधियों की रिपोर्ट भी हमें भेजें। हमारा पता- शिक्षा सारथी, तृतीय तल, शिक्षा सदन, सैक्टर-5, पंचकूला।
मेल भेजने का पता-
shikshasaarthi@gmail.com

Inculcating moral values among students

This is a technology era and we all are totally dependent on technology. This dependence on technology is affecting our young generation i.e. our students the most. Technology, when used in a justified way proves to be the best friend but when the same technology is misused it is our most powerful and worst enemy. Here the best example is computer games. Computers are our best friends only when we are making best out of it. These machines are used in every department and office. But these modern devices are affecting our young generation. Young children are using this device only for enjoyment. They play computer games most of the time. This is affecting their physical growth as well as their mental growth. Responsibility of teachers and parents are increasing now. These days studying only the course content, getting education is not at all sufficient, as children are getting education but actually they are illiterate in terms of moral values. Being a teacher , an educationist, it is our prime duty to educate the child not only to work as a machine for earning money but to become a responsible and loyal citizen of the nation as well as of our mother earth. Students of today are the citizens of tomorrow. These small children are just like young saplings when taken care properly given water, love and care those young saplings develop into big trees which have the power and energy to resist contradictory conditions. Same is there with our young students and children. When we are supporting our young children with care, inculcating moral values in them then definitely we as educationists are able to transform our kids into sincere and responsible persons. By this we are making them confident and emotionally stable and intelligent to deal with every kind of situation intelligently without losing the inner strength.

Here Gita is the best example. In Gita, Shri Krishna is the teacher and Arjuna is the student. We all have seen how a teacher supported , cared his student at every walk of life. When Arjuna was standing there in Kurukshetra at the battle ground in a confused situation and not able to take the right decision at that time his guru Shri Krishna helped him by guiding and inspiring so that he would be able to take right decision. Krishna not only inspired Arjuna to fight against evil but made him confident to judge the difference between right and wrong. In the great battle of Mahabharata Shri Krishna , his guru made Arjuna fight against wrong and evil .Actually Arjuna was not able to even fight in that battle but the teachings and lessons of his guru Shri Krishna made him win the

battle. This is what a guru, a teacher has to do. Guru should guide the child and show him the right direction . Guru Dronacharya is the another best example from Mahabharta. He tried to understand the efficiency of his every student and understood the level of his students. Even though all the students were from the same family but even though he tried to understand the effiecincy of his each and every student. That's why he gave the best in Archery to Arjuna, and Bhim and Duryodhna were given best in Gadayudh.This is the responsibility of the teacher only to find the best out of his students. If being a teacher we want to evaluate all the students under same paradigm instead of understanding their interests and level of intelligence we are just doing injustice with them. If fish, elephant, snail, bird, cat all are to be judged and evaluated on the basis of their capacity to reach on the top of the tree then its just injustice.

As a teacher we should make the students mentally as well as emotionally stable and strong .We must take the initiative to make the students prepared with a readiness to handle the tough times as students are always like that in every era , every time period. They need to be guided and inspired to do the best .Our motive should be to understand the quality in the child and make that quality better and improved. We are not here to criticize and condemn the child for what he is lacking. Instead of that we should polish the quality of the child and give exposure so that child can perform better .

Here the actual need is to analyze ourselves as a teacher . Time changed but the situations are same for our students. They are facing every moment ,situations in which our guidance, help them to cope up. Instead of teaching them only the course material and to make them score good marks we must make them skilled personalities with an enthusiasm to learn new and do creative and innovative. We should not only take the responsibility to cover the syllabus but any how we should try our level best to make our students understand the values.

We have to check our students are expectations. Are we able to fulfill their needs? Are we able to solve their problems or we are just doing our work in a formal way. The need is to check whether we are here in this profession by chance or by choice. This is my suggestion to those who are in this profession by chance only. Either make this profession a choice or change the profession. Teachers are the most respectable personalities in the society. They are believed to be the guiding souls for the young generation and if teachers are lacking at their part how we can expect something creative and innovative from the young generation.

Teaching is the most respectable profession and it is respectable only because of its duties. Teacher is not there only to teach the students but to transform their lives and this transformation is the only identity of the teacher in the society.

Teachers are not only meant for educating the students but they are the mentor, facilitator, leader, motivator, skill developers.

Gunjan Goel
Hisar, Haryana

EXAMINATION STRATEGY

School education is an integral part of the life of the students. All students perform in the examination as per their abilities, interest and hard work and the performance at the school level affect their career. Many students work very hard but are not able to achieve the optimum marks they deserve. If you pay attention towards some little aspects while writing your exams you can improve your performance up to great extent.

1. Always arrive at the examination centre at least half an hour before the commencement of the exam. Arriving at the centre at the nick of the hour or late upsets you and this may have a negative impact on your achievement.
2. After receiving the question paper do not jump on to writing answers at once. Read the question paper with a cool mind and decide which questions you can solve comparatively better than that of others. It is always better to solve those questions first which you can write very well as you know 'First impression is the last impression'.
3. If you are uncomfortable with any question read its other version (Hindi/English) also. This may help you to understand the question.
4. It is considered better to write in blue ball pen. Yes, you can write the main points and underline important facts and information in black ball pen.
5. At the end of a question always leave 2-3 lines blank so that it is clearly visible to the examiner where one question is ending and the other is starting. You can mark a line at the end of every answer.
6. Write the correct serial No. of every question at its beginning clearly and in bold. Not writing the question No. or wrongly written question No. may be harmful.
7. While attempting the question paper keep it in mind that you have limited time. Proper distribution of time among different questions is necessary. It will be better to solve some old question papers so that you can have an experience how much of time you require to complete your paper.
8. Make diagrams in answer sheets wherever it is necessary. With the help of the diagrams you can make the examiner understand your views easily. But diagrams should be simple and drawn on the right side of the answer sheet so that they are clearly visible. Don't waste much time on beautifying the diagrams.
9. Some students use fluid to cover their mistakes. It is time consuming, and you have limited time. There is no harm to cross the wrong answer or wrong word. If you take some moments to think before writing the answer, you can avoid such mistakes.
10. Your writing should be neat and clean. Words should be clear. So that the examiner could easily understand what you have written.
11. Do not write irrelevant lines/ words just to expand your answer. Some students think that a big answer means big marks this is a misconception. Write whatever is relevant and to the point. Do not forget to mention important facts, names and information which can bring you more marks.
12. Try to complete your paper 5-10 minutes before time, which allows you to revise your paper with a cool mind. Some students are so over confident that they don't revise their paper, and this way some silly mistakes (unattempting a question, wrong serial No. of question or a question you might have left incomplete to complete later on) are left over and harm your performance.

Personality Development

"Personality Development!" How often do we hear this terminology; from our mentors, on the cover of self-help books? People may get confused; is it something about how you look or how you speak? 'Charisma' is none of these or somewhere it is all of it. In today's world one needs to be smart and quite witty all the time. It is something like activating 8 power chakras or power house inside you.

Let's discuss a few simple yet crucial tips over how one can acquire a well-defined unambiguous personality. "Knowing yourself" is the dawn of all wisdom, tranquility. Obviously before you get on developing something, you need to know adequately all about it first. The same goes with your personality aspect. Don't be shy from accepting your flaws accept them with

wide arms open roll up your sleeves to learn about yourself as much as you can.

"Do listen with ears of tolerance to open doors of thinking". Body language is just as important as your verbal communication skills. Having a correct body posture acts like a quick fix to numbers of trouble which can do wonders to become an influential persona.

Each one of us is unique in some manner, we have our own sets of skills and flaws. It takes courage to grow up and become who you really are. Trying to be somebody else means to lose your greatest asset to succeed. Never stress yourself to mould into another identity instead, work on being the best version of yourself. You are unique on earth, so enhance your personality and uniqueness! Be Instinctive, Be yourself !!

Narita
PGT Maths
GMSSSS Garhi Bolni, Rewari
Haryana

Manners for Children

Manners and etiquette in children show that they have been nurtured well in their families. Although, instilling good manners can be difficult with some kids, you should not give up and be particular about following them. Some deliberate teaching and modelling at home by the adults will help instil good manners in your children.

One of the best things about learning good manners is that once learned it makes everyone's life more pleasant. It will make him a successful person eventually because civility is a prerequisite in any society you move in. Similarly, families that practice good manners do not just function well outside, but also experience more optimism and have reduced conflicts internally. You will strengthen the bonding as well.

In this article

- Saying "Please" and "Thank You"
- Asking Before Taking Anything
- Saying "Sorry"
- Knocking on Doors Before Entering
- Cover Mouth When Sneezing and Coughing
- Saying "Excuse Me"
- Sitting Quietly When Needed
- Not Making Fun of People
- Being Helpful and Compassionate
- Phone Etiquettes
- Respecting Elders and Teachers
- Having Conversation the Right Way
- Underscore the significance of being generous while contending
- Show your kid great playdate habits
- Ingrain great table manners in your kid
- What Parents Can Do to Improve Kids' Manners
- Why Children Should Be Taught Good Manners
- Lifts Self-Esteem
- Public activity
- Better Opportunities
- Satisfaction

15 Specific Manners That Your Child Needs to Learn

Here are 10 basic good manners which you must teach your child to inculcate good behaviour in him or her.

1. Saying "Please" and "Thank You"

These two words are said to be magic words. You can teach these even before your child starts talking. Make saying "please" and "thank" you a habit in your home and this will make these courtesies a habit in your child's life automatically.

2. Asking Before Taking Anything

Children should learn that they have to ask before taking anything that is not theirs. This should also include mom and dad's stuff. If they need to borrow something, they should return it with thanks as well.

3. Saying "Sorry"

Your child should know how to say sorry for real and not the way most kids say habitually. Do not force your child to say sorry. Remember, empathy, is an important life skill that you have to instil.

4. Knocking on Doors Before Entering

Privacy is very important especially at home. If the door is closed it is respectful to knock at the door and wait for the permission before you enter. This applies for both, parents and children. So, if you want to teach your child etiquette, you should practice what you preach.

5. Cover Mouth When Sneezing and Coughing

This is one of the important

manners that your child should be used to even before going to school. Teachers also appreciate children with such manners.

6. Saying "Excuse Me"

Children are by nature impatient and so they should be taught how to say 'excuse me' and wait for permission to talk. This will make them learn how and when they can interrupt elders and when they cannot.

7. Sitting Quietly When Needed

Although this is very difficult to be taught to kids, it is an important one that you should help your child understand. May be you will need to convince and take some time prior to that event or moment, but it is important you do it patiently.

8. Not Making Fun of People

Toddlers and small kids are notorious and they should be taught to never make fun of anyone neither in public nor in private. Make them realize that sometimes these insults hurt other people's feelings.

9. Being Helpful and Compassionate

Help your child recognize ways to be helpful and compassionate in life. This will make them feel good about others and they will be liked by others as well. For example, if they are old enough to understand traffic rules, they should be taught to help a blind person to cross the road, offer seat in public transport to senior citizens and pregnant women etc.

10. Phone Etiquettes

While picking up the phone, show your kid to state, "May I tell my mom who is calling, it would be ideal if you as opposed to stating "Who is this?" What's more, for the good of safety, advise your kid not to state your family's name while picking up the telephone. Additionally, remind your kid to never shout over the house for you yet to stroll over to you and disclose to you that you have a call. In the event that you are inaccessible, show your kid to state something like, "She's not accessible. May I take a message, if it's not too much trouble". And advise your kid to bring down the data, rehash it back to the guest, and ask the guest how her name is spelled.

11. Respecting Elders and Teachers

By being a role model it is important to teach children that elders and teachers hold special place in our lives as they show us the right path to lead our lives. Therefore, it is important to respect elders and teachers.

12. Having Conversation the Right Way

Children should learn that they should talk softly. Yelling, shouting and screaming are not the right ways to communicate. No matter how angry or frustrated they are feeling, they must talk softly. Again this habit can be instilled in a child by being a role model. Never yell or shout at your child. If you are angry, give yourself sometime and talk to your child after you calm down. You child must also learn that he or she should not talk in between when two people are talking.

While having a conversation, you must teach your child that it is important to let the other person complete what he or she wants to say and only speak after he or she is done.

13. Underscore the significance of being generous while contending:

Teach your kid not to brag when winning and to applaud others when he is losing. Great sportsmanship will be a significant aptitude for kids to have sometime down the road when they have to work with others on ventures and different undertakings at

home and at work.

14. Show your kid great playdate habits:

Remind your youngster to observe the guidelines of her companion's home when on a play date, and to in every case tidy up after herself before leaving. Be certain your youngster consistently welcomes the host or lady, never puts her feet on the furnishings, and holds up until the host eats first at snack time. Additionally, stress the significance of utilizing a "library voice" inside the house. In the event that your youngster is facilitating the playdate, be certain that she puts her companion first, by, state giving her the best seat and serving her first.

15. Ingrain great table manners in your kid:

No issue whether it's a major occasion supper with family or a normal supper during the week, your youngster ought to have a decent handle on fundamental table manners. Fundamental great habits, for example, not biting with one's mouth full or standing by to eat until everybody has been served can be trailed by even the most youthful of evaluation schoolers. What's more, as kids become older, they can help set and gather the dishes and carry on a wonderful supper discussion.

What Parents Can Do to Improve Kids' Manners

Here are a few different ways you can guide your youngster toward great behaviour.

Conversations during meal time: Not just are standard family meals significant for kids' wellbeing and advancement (they've been connected to decreased danger of heftiness, more advantageous dietary patterns, improved social and passionate aptitudes, better school execution, and the sky is the limit from there), they can be amazing chances to have kids practice how they ought to address others and how to have a discussion (tune in, be patient and wait for your turn to talk, differ consciously, and so forth.).

Have kids consistently state "thank you" and "please": Whether at home or in a café, get your kids into the propensity for expressing profound gratitude when somebody serves them food, helps them with something, gives them a present, or accomplishes something different for them. Show your kid to consistently be aware to servers, cab drivers, and any other person who serves them.

Have them compose notes to say thanks: An appropriate note to say thanks will communicate why your kid acknowledges a specific blessing or favor, and incorporate some affirmation about the particular blessing.

Turn the TV off:

Pundits talking over one another and disparaging are regular on news programs, also the "cheeky" disposition you frequently observe on numerous kids' shows. Decreasing screen time is an extraordinary thought by and large; research shows that curtailing screen time improves kids' wellbeing, evaluations, and conduct, among different advantages.

Tell them the best way to compose well mannered messages and mails: Your youngster will impart through email all the more much of the time as she gets older. Go over certain rudiments with your youngster, for example, how to welcome somebody in an email, how to write in an unmistakable and well mannered tone, and how to close down toward the finish of the email (with "Sincerely," or "Yours Truly," or "Best,"). On the off chance that you have permitted your older child to approach internet based life, be certain he never posts impolite remarks.

Work on approaches to restrict phone use and other electronic gadgets: There are advantages to constraining screens that go past structure better manners.

Show her the significance of sympathy: Get your youngster into the propensity for seeing the individuals who may be out of luck (somebody battling with an entryway or a substantial sack, for example). Instruct her to think past her own needs and consider how she can help somebody who may require some assistance.

Set a genuine model: Your kid will, obviously, learn by watching you, so truly investigate your own conduct. Do you express profound gratitude when somebody accomplishes something for you? Do you talk deferentially to your kids and to others around you? Do you treat family, companions, and even outsiders with politeness and regard? Assess your own manners and lead and cause changes if essential so your kid can utilize you as a good example to follow as he figures out

how to appropriately cooperate with individuals.

Why Children Should Be Taught Good Manners

Youngsters with great manners consistently have an edge over others, regardless of whether it is scholastically or socially. Here are a few ways in which great manners advantage youngsters.

1. Lifts Self-Esteem

Being compensated for having great manners and seeing a positive effect of their conduct in reality causes kids to feel more sure. Feeling deserving of regard is an incredible certainty sponsor.

2. Public activity

Kids that are commonly inconsiderate or forceful draw in an inappropriate sort of group, while kids who treat their companions and peers mercifully and with deference are more mainstream and pull in more steadfast individuals who reflect their conduct. Great manners lead to more grounded and more positive connections.

3. Better Opportunities

Respectful youngsters stand apart from the group and are given better open doors in their scholastic life, just as profession. Polite individuals are probably going to be utilized and employed and achieve more in their vocation

4. Satisfaction

Carrying out one beneficial thing or seeing a constructive reaction from somebody gives individuals a feeling of joy and fulfillment, and they are probably going to rehash this conduct, assembling a propensity. Great manners bring about more joyful kids.

While having a conversation, you must teach your child that it is important to let the other person complete what he or she wants to say and only speak after he or she is done.

Following the above tips you can help your child have a sense of responsibility and stay well-disciplined in their later life also.

Sourced from net
https://www.indiaparenting.com/12-good-manners-your-kid-must-learn.html

Silent letters

The letters in brackets are usually not pronounced.

Clim(b)	com(b)	dum(b)	tom(b)	bom(b)
lim(b)	thum(b)	lam(b)		
Mus(c)le	fas(c)inate			
Han(d)kerchief		san(d)wich	We(d)nesday	
Champa(g)ne		forei(g)n	si(g)n	beni(g)n
Bou(gh)t		cau(gh)t	ou(gh)t	thou(gh)t
Dau(gh)ter	hei(gh)t	hi(gh)	li(gh)t	mi(gh)t
nei(gh)bour	Ni(gh)t	ri(gh)t	strai(gh)t	throu(gh)
ti(gh)t	wei(gh)			
W(h)at	w(h)en	w(h)ere	w(h)ethr	w(h)ip
w(h)y				
(h)onest	(h)onour	(h)our	(h)eir	
(k)nee	(k)nife	(k)nob	(k)nock	(k)now
Ca(l)m	cou(l)d	ha(l)f	ta(l)k	wa(l)k
wou(l)d	sa(l)mon			
Autum(n)	hym(n)			
(p)neumatic	(p)sychiatrist		(p)sychology	(p)sychotherapy
(p)terodactyl				
Cu(p)board				
I(r)on				
I(s)land	i(s)le			
Cas(t)le	Chris(t)mas		fas(t)n	lis(t)en
of(t)en	whis(t)le			
G(u)ess	g(u)ide	g(u)itar		
(w)rap	(w)rite	(w)rong	(w)ho	(w)hose
(w)hole				

Dinesh Kumar
Lecturer (English)

Bunk the Junk

The custom of eating junk food is increasing day by day. The excessive use of junk food affects the health of the people in many ways. Junk food refers to the food that has little or no nutritional value but has plenty of calories, salt and fats. Food items that are refined, heavily processed and usually come in powdered form are used to make junk food hence are fattening in nature e.g. salted snack foods, candies, carbonated beverages (cold drinks) etc.

Reason to avoid Junk Food/ Why 'No' to Junk food

- Junk food have poor nutritional value and are more fattening resulting in obesity in kids.
- Junk food has low satiation value that means people do not tend to feel full when they eat them which can lead to overeat
- Low in fibre content result in high blood pressure and sugar.
- High level of trans fat used in junk food raises bad cholesterol level.
- Junk food also has artificial sweeteners which cause an adverse effect on our health.

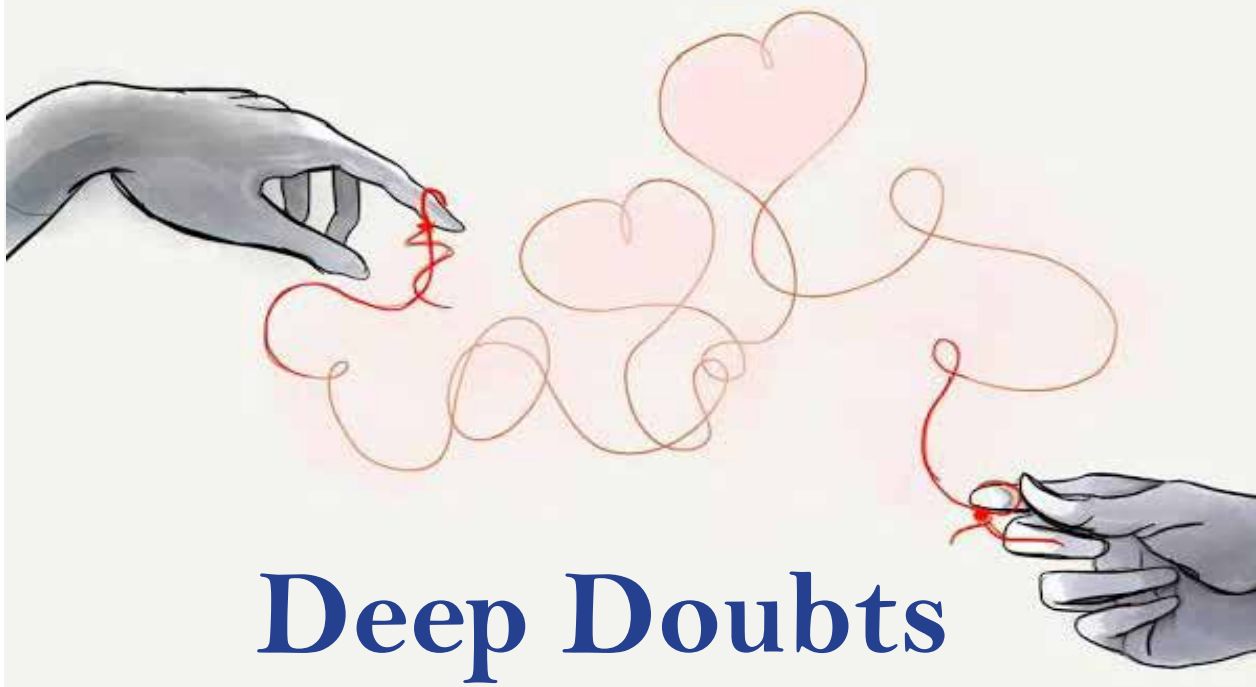
Ways to kick off Junk Food

- Lesser the junk food you eat, lesser will be the craving for it.
- Do not purchase junk food such as chips, candy, cold drinks etc.
- Go for healthy alternatives to junk food like home-made fruit chat, sprouted chat etc.

Real Health Foods

- Wholegrains like wheat, jowar, bajra, oats etc. and wholegrain products like dalia, sattu, bajra khichdi etc.
- Dal with husk eg. kala channa, rajma, safed channa etc.
- All soya products like soya atta, soya wadiyan, soyabean dal, soya paneer (tofu) etc.
- Nuts and seeds like peanut, cashewnuts, almonds, sesame seeds, flaxseeds etc.
- Milk and milk products like lassi, dahi, paneer etc.

Dr. Sikandra Shanwal
PGT Home Science



Deep Doubts

When deep doubts creep in,
Where strings of love have worn thin,
When trust turns to dust & doubt,
It tastes like ashes in the mouth.

Over ridges the shocked tongue traces,
In the dry palate looking for an oasis.
An empty gulp follows,
Trying to swallow the hollows.

Lips pursed and tight,
Eyes wide with fright.
Brows furrowed like desert sands,
Fists tight, nerves like steely bands.

Thoughts flow but tears freeze midway,
Sleepless nights and hazy dubious days.
It's not the end of love or death's knell,
But only faith fell from a pedestal.

The head says move on I told you so
But the aching heart just can't let it go...

Dr. Deviyani Singh
deviyanisingh@gmail.com

The Mute Witness

Dr. Deviyani Singh

She stroked the dying fire in a park. Wisps of white ashes mingled with her white hair. The conflagration was over, wiped out by the ashes of time. But embers of sorrow still burned. Red hot reminders of the past. Kindled by a reminiscent wind. That opened healed scars anew. Cast out by her own son.

Malti had been mute witness to the slow takeover of things. First to go was her respect. Then authority. The son she had nurtured from childhood got married.

It is said - 'A daughter is a daughter for the rest of her life but a son is a son till he gets a wife.' Her daughter married and moved to Dubai. While her son and his wife moved in with her.

Things were all right at first, or so it seemed. Then began the chidings and finding fault with everything.

"Ma, your cooking is too oily for Rita. She doesn't like the 'Rehriwala' you buy vegetables from. She hates your rundown ancient shop of groceries. She prefers the Supermarket. Let her handle the house."

Malti meekly handed over the keys. They lived in a small two-bedroom house which the old lady had inherited in old Delhi. Things started getting really unpleasant when Rita got pregnant.

"I want my mother to come and live with us to look after the baby." Rita decreed.

Since there were just two rooms, they decided to build Malti a tiny room and toilet near the gate. She was distressed to be away from the main house but agreed.

The baby boy was born and she hoped things would take a turn for the better, but alas. After two months the Mother-in-Law left and since they were a working couple a maid was hired.

"There is no other room available Ma, so your quarters will have to be given to the servant girl."

"But where will I go beta, Ranjit? Can't I be with the baby in my old room which you converted into the nursery?" Malti pleaded.

Ranjit was livid, "Ma! we are thinking about the baby and all you can think is about yourself. You are too old to look after the child so Rita's Mother will keep coming to supervise and she will need the nursery room to stay. Why don't you go on a yatra or something? I suggest we check you into an old people's home."

"My knees don't function anymore; I can't even walk properly. How can I go on a yatra or to an ashram?"

The next day Rita created a scene, "It's either her or me, if she doesn't go I will take the baby and go to my Mother's house and not come back to you ever, Ranjit."

Ranjit bundled up Malti's meagre belongings in a suitcase and left her at an ashram. She stayed a few weeks at the ashram but was miserable. She missed her family, as no one came to visit her. So, she came back. Ranjit was not at home. She picked up the baby and he vomited a little on her shoulder.

"What have you fed him? Why is he..."

"I haven't fed him anything, he just burped, its normal."

Rita flew into a rage and started beating Malti up.

Ranjit came home and saw her bruises,

"What happened Ma, why are you here?"

"She must have fallen down the stairs in the ashram and hurt herself, the clumsy old hag, drop her back at once." Rita looked at Malti with threatening eyes.

Malti was too shocked and depressed to speak and went mute from then onwards. She would not utter a word to anyone, even at the ashram. She missed her home terribly. Most of all she missed her grandson. So, one day she just picked up her suitcase and walked out. She went and hid herself in the park opposite the house. In the evening the Maid came out wheeling a pram with her grandson in it and Malti watched in delight.

Just to have a glance of her grandson at his morning and evening walks she began living in the park and eating one frugal meal a day at a nearby dhabba. The owner allowed her to spend the night on the charpoys kept out for truckers. In the daytime she sat under the shade of the banyan trees watching squirrels scamper about. She looked longingly at families relaxing in the park.

A lawyer used to come for his daily walk. He witnessed the scene and got curious to see an old lady watching a child from the bushes every day.

He went up to her, "Pranaam, Maaji, you appear to be from a good family. Why then are you living like this?"

Malti refused to speak. The lawyer did his homework and after inquiring with the neighbours, got the whole story out.

"Maaji, the house is your ancestral property. Your son has no right to turn you out. Just one testimony from your side in court can get you back your house. Allow me to file a case for you." But Malti still did not speak.

One day the maid was sick and Rita brought the child out for a walk a little earlier than usual. Malti was caught off guard, sitting in the open feeding grains to birds. She tried to scurry into the bushes. But Rita caught her, grabbed her hair and rained blows on her.

"You want to get the sympathy of neighbours that we treat you badly, that's why you are living like a beggar here. I hear someone has been spying on us. If I see you here ever again, I will beat the hell out of you, do you understand old woman? Now go back to the ashram."

Malti sat on the ground weeping bitterly and dishevelled. The lawyer found her like that. He offered his hand. She took it and nodded.

The next day in Court all went silent as finally the mute witness spoke.

Dr. Deviyani Singh
deviyanisingh@gmail.com

Scientific Terminology

Aging :
The process of progressive deterioration in the structure and functions of cells, tissues and the organs of the organization as it grows older

Amitosis:
The division of nucleus by furrowing without the formation of spindles is called Amitosis.It is also called direct nuclear division.

Antibiotics:
Substance produced by one micro organism and that inhabits the growth of other micro organisms, particularly those which are pathogenic, are called Antibiotics

Allergy :
Allergy is the hypersensitiveness of certain individuals to foreign matters. The substances which cause allergy are known as allergens.

Apiculture :
Science of bee-keeping is termed as Apiculture.

Autoradiography :
Autoradiography is a technique used to trace the metabolic events and synthesis of molecules in the cells. In this technique, some radioactive isotopes are used to trace the metabolic activities of these molecules.

Barbiturates:
These are synthetic drugs used as sedatives. They decrease the activity of central nervous system, reduce anxiety and induce sleep.

Blastula:
Ball like multi -cellular embryo containing blastocoels is termed as blastula.

Blastogenesis:
The process of development of offspring in asexual reproduction from reproductive units such as buds or fragments is known as blastogenesis.

Blood Bank:
A storage of whole blood or plasma which is preserved under refrigeration for transfusion in an emergency.

Chromatography :
First discovered by a Russian botanist Michael Tswett, is a technique used to separate small quantities of different substances present together in a solution, according to the rate they travel along a piece of paper or a column of suitable material.

Cleavage:
The phase of embryogenesis in which there is rapid cell divisions in fertilized egg is called cleavage.

Cloning:
It is the production of a population of genetically identical individuals or cells, Dolly world's first clone (1997) produced from a sheep.

Dialysis :
The diffusion of dissolved substances through the semi permeable membrane is known as dialysis. This is used in case of kidney failure.

Diffusion:
The natural tendency of a substance to uniformly spread in another by random movement of its molecules or ions from region of higher concentration to a region of lower concentration due to their kinetic energy is called diffusion.

Disease:

Any deviation of the body from normal may be called a disease. Any condition which impairs the health or interferes with the normal functioning

of the body is a disease.

Electrophoresis:

The separation of charged particles or macromolecules in an electric field is called electrophoreses. It helps in separation of proteins, nucleic acids and their building blocks.

Embryology:

Embryology is the study of all the gradual changes and events which occur in the egg from its fertilization, its formation into embryo up to the hatching or birth.

Enzymes :

Also known as the biocatalysts, enzymes are the proteins of biological origin which greatly accelerate biological reactions without themselves undergoing any apparent change.

Fertilization :

Fertilization is the union of sperm and an ovum. In this process the sperm gains entry into the ovum and there is a subsequent fusion of the two to produce a zygote.

Ferns :

A large group of primitive plants of the plant kingdom which grows in moist shady floors in tropical and subtropical climates.

Fossils :

Remains of an organism preserved in rocks.

Gerontology :

Area of developmental biology which deals with the study of processes of aging is termed as gerontology.

Gastrectomy :

Surgical removal of the stomach or part of it in the treatment of tumors or ulcers in the stomach.

Genetic councelling :

Is a means of the positive eugenics which attempted to increase consistently better or desirable germplasm and to preserve the best germplasm of the society.

Genetic engineering:

The methods of artificial synthesis of new germs and their subsequent transformation in the genome of an organism or methods of correcting the defective genes of an organism by molecular biological techniques are called genetic engineering.

Gene pool :

Different individuals of a species constitute a population. Different individuals of a population have different sets of genes. The sum total of these genes in a population is called gene pool.

Haemophilia :

Also known as Bleader's disease is a sex linked disease, first reported by John Otto in 1803. Individuals suffering from this disease lack a factor responsible for clotting of blood. Consequently even a minor injury may cause prolonged bleeding leading to death.

Harmone :

Is a substance which is produced in any part of an organism and is transferred to another part where it influences a specific physiological process.

Hybridization :

It is a method of producing new crop varieties by crossing two or more plants of unlike genetical constitutions. It is the most important method by which the desirable characters of two or more species or varieties are combined together or are transferred from one to the other.

Immunology :

Development of defence mechanism or proactive measures against disease in the body is called immunology. Ability of body to resist infection is called immunity.

Isolation :

It is a preventive measure against communicable disease. A person suffering from a communicable disease must take proper care so that it may not spread to the community. Hence it is necessary to isolate an infected person and to educate the other people to take precautionary measures against the disease.

Jaundice :

Excessive bilirubbin (present in bile juice secreted by liver) in the blood causes yellowing of the skin, eyes and yellowish urine.

Karyotype :

A pictorial representation of all the chromosomes of an organism is called a karyotype.

k-linefelter'ssyndrome :

it is a sex chromosomes related abnormality caused by xxy genotype. The individual has 47 chromosomes and is a sterile male with small testes, usually long legs, obesity, mental retardation and with many female characteristics such as breasts.

Linkage :

Tendency of the genes present in

the same chromosome to stay together in hereditary transmission is known as linkage.

Laparoscopy :

Examination of the abdominal cavity using an optical instrument called laparoscope is called laparoscopy.

Metamorphosis :

The change from larva to an adult form is known as metamorphosis.

Meiosis :

Is a special kind of nuclear division which occurs in diploid nuclei and gives rise to four haploid nuclei. In this process the nucleus divides twice but the chromosomes are replicated only once. Thus it reduces the chromosomes number as well as the amount of DNA per cell to half.

Mitosis :

is the process of nuclear division in which chromosomes replicate and become equally distributed into daughter nuclei. Mitosis results in formation of two identical nuclei both of which contain the same amount of DNA and the same set of chromosomes and hereditary instruction as their parent cell.

Mutation :

Mutations are the sudden drastic inheritable changes in the genotypes of an organism arising at any stage of the life cycle resulting into true breeding varieties. Mutation is a source of variation which leads to the appearance of entirely new characters in the species.

Nephrectomy :

Surgical removal of a diseased or damaged kidney.

Narcotics :

Drugs that deaden the nervous system and prevent a person from feeling pain e.g. opium and its derivatives such as codeine, heroin, morphin etc.

Nuclear reaction :

A nuclear reaction is one in which a nucleus reacts with an elementary particle like neutron, proton etc. or with another nucleus to produce other product in a very short time span. The first nuclear reaction was discovered by Rutherford in 1919 when he bombarded Nitrogen with alpha particles.

Osmosis :

The diffusion of water or solvent through a semi permeable membrane from the region where the concentration of dissolved molecules is low to the region where the concentration is high is called osmosis.

Oophorectomy :

Surgical removal of a diseased ovary or one with a tumor or cyst.

Ostemalacia :

A disease caused by shortage of vitamin D which results in softening of bones, pain causing frequent fracture and bending of the backbone.

Parthenocarpy :

In general, fruits are formed only after the process of fertilization. Such fruits are termed as parthenocarpic and the phenomenon is known as parthenocarpy.

Parthenogenesis :

it is a peculiar mode of reproduction in which an egg develops into a complete individual without fertilization by a sperm. In honeybee, males are produced by this method.

Phenotype :

The external appearance of an individual with respect to one or more characters is called phenotype.

Polyploidy :

Any change in the number of replicate sets of any one or more or whole of the haploid set of chromosomes is called polyploidy.

Polyteny :

Sometimes chromatids replicate but do not separate. This produces chromosomes with more than two chromatids each. This process is known as polyteny.

Quenching :

When steel is heated to bright redness and then suddenly cooled in water or oil it becomes extraordinarily hard and brittle. This process is known as quenching.

Regeneration :

Capacity in a living organism to recover and replace the parts of its body lost or injured by spontaneous growth is called regeneration.

Rabies :

A virus disease transmitted by the saliva of infected animals. It's symptoms include convulsions and revulsion to water (hydrophobia).

Refraction:

Is the sudden change of direction of light when passing from one transparent substance into another.

Sericulture :

Is the art and science of silkworm breeding for producing silk.

Spawning :

Is the act of discharging of eggs by female during amplexus.

Sterilization :

Means killing of disease causing bacteria, viruses and other organisms by physical and chemical means.

Stroke :

Is severe damage to some part of the brain due to interruption or failure of the blood supply.

Tissue culture :

The technique of growing the isolated cells of pieces of tissues in artificial media having the same ecological and physiological conditions as found in natural conditions is called tissue culture.

Transcription :

Process of transfer of information from DNA to mRNA is called transcription.

Translation :

The synthesis of protein according to the message contained in mRNA is called translation.

Turner's syndrome :

It is a numerical abnormality in six chromosomes caused by xo genotype. Individual has 45 chromosomes and is a sterile female with underdeveloped breasts, reduced ovaries, small uterus, short stature and with many male characteristics such as heavy neck muscles and narrow hips.

Ulcer :

An inflamed open sore on the skin or the membrane of a body cavity

Ultrasonic :

Sounds of frequency higher than 20,000 Hz are known as ultrasonic and are inaudible.

Vaccination :

It is one of the important methods to check the spread of communicable disease; vaccination provides temporary or permanent immunity against a disease. The system of vaccination was introduced by Dr. Edward Jenner.

Vinegar :

Is the product that is produced as a result of impartial oxidation of alcohol in a fermenting sugar containing molasses, fruit or cane juice etc.

Vitamin :

The vitamins are organic compounds regularly required in minute quantities in the diet for normal metabolism, health and growth.

Vaccum :

Space in which there is no matter.

Witches Broom:

It is a kind of abnormal growth usually seen in mango in which the entire inflorescence is modified into thick clusters of small, highly branched and fleshy shoots with short internodes and reduced leaves. Witches broom causes a great loss in mango orchards in north India.

Whooping cough :

It is common disease chiefly occurs among infants and children caused by Nemophilus pertusis transmitted through air. Its symptoms includes severe cough usually at night.

Xerophytes :

Plant adapted to survive long periods without moisture e.g. cacti.

Xylum :

Complex tissue which conducts water and mineral salts upwards in plants.

Y-body:

The 'Y' chromosome has a brightly fluorescent band on its long arm. It is seen as a fluorescent spot under ultraviolet light in the interphase nucleus stained with quinairine dyes.

Zygote :

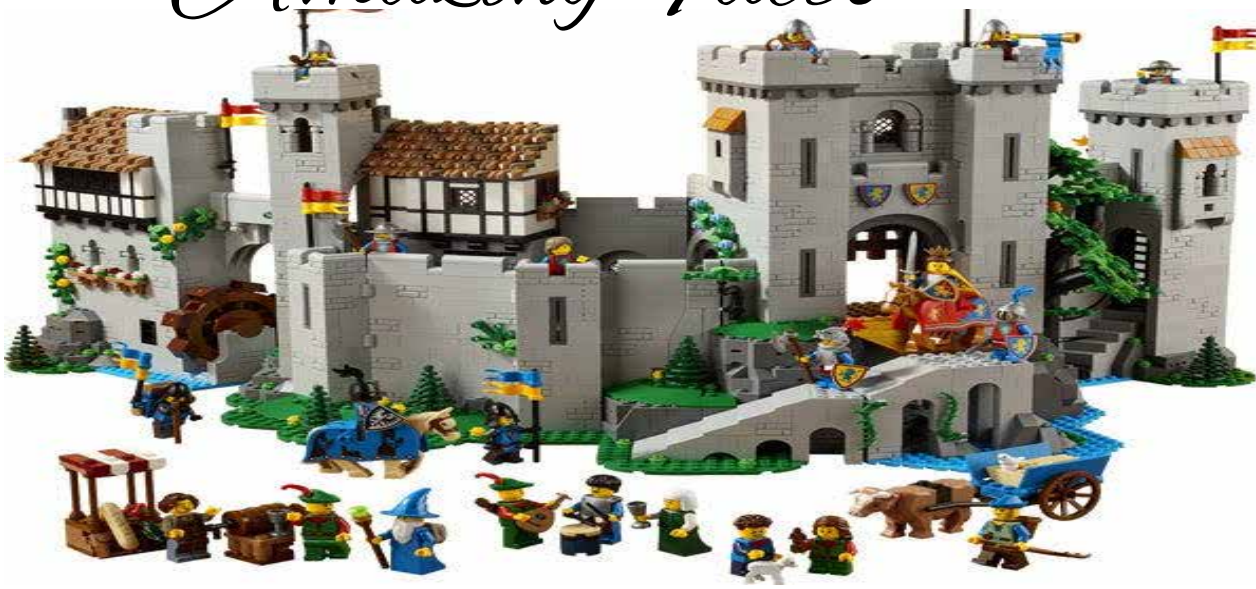
A cell formed by fusion of a male and a female gamete or fertilized egg.

Zygotic meiosis :

In certain protozoan groups fertilization is immediately followed by meiosis in the zygote and the resulting adult organism are haploid. Such meiosis is said to be zygotic meiosis.

Dr. Rishi Pal Bhardwaj
rishipalbhardwaj@yahoo.co.in

Amazing Facts



1. **Every single hamster in the United States today comes from a single litter captured in Syria in 1930.**
2. Research on pigs led to the development of CAT scans.
3. The Hundred Years War lasted for 116 years.
4. Some dolphins can swim up to 40 kilometers an hour.
5. In the last 30 years, only seven people have been killed by a polar bear in Canada.
6. The longest U.S. highway is Route 20, which is over 3,365 miles.
7. The largest LEGO castle that was ever built was built with 400,000 LEGO bricks and was 4.45 m x 5.22 m.
8. One of the steepest main streets in Canada is located in Saint John, New Brunswick. Over a distance of two blocks the street rises about 80 feet.
9. Avery Laser Labels are named after company founder R. Stanton Avery.
10. The highest point in Pennsylvania is lower than the lowest point in Colorado.
11. On September 9, 1950 dubbed laughter was used for the first time on television. It was used for the sitcom "The Hank McCune Show."
12. A violin actually contains 70 separate pieces of wood.
13. The human heart can create enough pressure that it could squirt blood at a distance of thirty feet.
14. Queen Lydia Liliuokalani was the last reigning monarch of the Hawaiian Islands. She was also the only Queen the United States ever had.
15. Every day 2,700 people die of heart disease.
16. There are 10 million bacteria at the place where you rest your hands at a desk.
17. The quills of a porcupine are soft when they are born.
18. An average American child watches approximately 28 hours of television in one week.
19. Quality standards for pasta were set in the 13th century by the Pope.
20. The A.A. Milne character of Winnie the Pooh made his animated film debut in 1966 in Winnie the Pooh and the Honey Tree.
21. People have the tendency to chew the food on the side that they most often use their hand.
22. Antarctica is the only land on our planet that is not owned by any country.
23. The Lemon shark grows about 24,000 new teeth a year. A new set of teeth grow approximately every 14 days.
24. One billion seconds is about 32 years.
25. Dexter is the smallest type of cow. This cow was bred to be a small size for household living.
26. As part of the original design, the names of 72 French scientists and other famous people is imprinted on the sides of the Eiffel tower.
27. The first domain name ever registered was Symbolics. com.
28. Thirty to 40 gallons of sugar maple sap must be boiled down to make just one gallon of maple syrup.
29. The most frequent season for most suicides to occur is in the spring. The winter months have the lowest number of suicides.
30. A giraffe is able to clean its ears with its own tongue.

https://greatfacts.com/

1. Mandrax is a 1963 French-originating trademark for a: Computer war game; Sedative drug; Soup restaurant chain; or Dog perfume? **Sedative drug**
2. A mythical Arctic whirlpool west of Norway, came to be what Anglicized Dutch word, meaning a violent water whirl or metaphorically extreme turmoil? **Maelstrom**
3. Traditional Latin pluralization of Latin-originating words ending in 'us' is to replace the 'us' with: en; i; o; or eaux? **i**
4. What item of furniture is used metaphorically as a verb for postponing a project? **Shelf/ Shelve/Shelving**
5. Utilitarian and utilitarianism refer primarily to the major quality/ effect of something being: Useful; Inexpensive; Flexible; or Designed by robots? **Useful**
6. What is the cube root of an eighth? **A Half**
7. The 1920s-originating US expression, hootenanny, is traditionally a gathering of people for: Folk music; Eating; Gambling; or Interior decorating? **Folk music**
8. The Ancient British/Gaelic words Loch, Lough, Logh and Llwch all refer to a: Lake; Dam; Canal Lock (riser); or Latrine? **Lake**
9. In 2015 the world speed record for (What?) was broken in 6.88 seconds by Australian Feliks Zemdegs: NY Times Crossword; Solving a Rubik's Cube; Eating a whole full-size chicken; or Descending from the top of the Eiffel Tower to the ground? **Solving a Rubik's Cube**
10. Apple Inc's 'digital wallet' virtual banking service is called Apple: iBuck; iDoll; Pay; or Pig? **Pay**
11. The founder of Wikipedia is Graham India; Jimmy Wales; Mario Brazil; or Nigel Nigeria? **Jimmy Wales**
12. Utrecht is a province and provincial capital city in central: Netherlands; Belgium; Germany; or Scotland? **Netherlands**
13. What communication aid also refers metaphorically to the limits of a concept or set of protocols? **Envelope**
14. What is the historically Moorish Spanish capital of Andalusia, famous for oranges and flamenco? **Seville**
15. Tom Parker, who famously managed Elvis Presley, was known by the title of, and as 'the...': Chief; Colonel; General; Brigadier? **Colonel**
16. The phrase: 'Badly finished garments are unseemly' contains a: Pun; Simile; Metaphor; or Spelling mistake? **Pun**
17. What chemical element, symbol Cr, is named due its colourful/ colorful compound effect? **Chromium**
18. What 1956 alliterative and genericized trademark mysteriously refers to an indelible 'felt-tip' pen? **Magic Marker**
19. The Anglicized French word séance, referring to contacting the spirit world, derives from the notion of: Ghosts; Sitting; Speaking; or Screaming? **Sitting**
20. The technical term 'lean-burn' originally refers to less polluting versions of what energy technology: Internal combustion engine; Nuclear reactor; Coal-fired power station; or Windmill? **Internal combustion engine**

https://www.businessballs.com/quiz/quiz-370-general-knowledge/

आदरणीय संपादक महोदय,

सादर नमस्कार।

अपनी प्यारी पत्रिका 'शिक्षा सारथी' का गतांक प्राप्त हुआ। पत्रिका हाथ में उठाते ही मन प्रसन्न हो गया। मुखपृष्ठ पर सैकड़ों विद्यार्थी माननीय मुख्यमंत्री, माननीय शिक्षा मंत्री व माननीय अतिरिक्त मुख्य सचिव के साथ हाथों में टैब लिये दिखाई दिए। पंक्ति भी कितनी सटीक लिखी थी-' टैब थमा कर हाथ में, दिया गज़ब वरदान, हरियाणा में है हुआ, अब अधिगम आसान।' सचमुच प्रदेश में ई-अधिगम योजना ने शिक्षा के क्षेत्र में क्रांति का सूत्रपात कर दिया है। सुभाष शर्मा के लेख 'विद्यार्थियों को टैबलेट वितरित करने वाला हरियाणा देश का पहला राज्य' तथा प्रमोद कुमार के लेख 'सपनों को पंख लगाती निःशुल्क टैबलेट योजना' में भी इसी योजना की रूपरेखा व प्रभावों का विशद चित्रण था। छात्रा डोली ने सही कहा है -'सुखद स्वप्न साकार हो गया।' पत्रिका की अन्य रचनाएँ भी खूब पसंद आईं। धन्यवाद।

दर्शन लाल बवेजा
ईएसएचएम
राउवि शादीपुर, खंड जगाधरी
जिला यमुनानगर, हरियाणा

आदरणीय सम्पादक महोदय

नमस्कार।

टैबलेट वितरण कार्यक्रम पर केंद्रित 'शिक्षा सारथी' का पिछला अंक पढ़ने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। यह जानकार गर्व हुआ कि ऐसा कार्यक्रम करने वाला हरियाणा प्रदेश का पहला राज्य है। निश्चित तौर पर अब राजकीय विद्यालयों के साधारण परिवारों के विद्यार्थी भी साधनों की कमी के कारण शिक्षा में पीछे नहीं रहेंगे। भिवानी का गिगनाऊ विद्यालय पर लिखा लेख पढ़ा। यह विद्यालय दूसरे विद्यालयों के लिए अनुकरणीय है। दर्शन बवेजा का लेख 'खेल-खेल में विज्ञान' सदा की भाँति विज्ञान की रोचक जानकारियों से भरपूर था। 'बाल सारथी' की सभी रचनाएँ बच्चों का मनोरंजन तो करती ही हैं, साथ ही उन्हें बहुत सी ज्ञान-विज्ञान की जानकारी भी रोचक ढंग से प्रदान करती हैं। नीलम देवी, सत्यवीर 'नाहड़िया', लोकेंद्र सिंह चौहान आदि लेखकों की रचनाएँ भी बहुत पसंद आईं।

बबली यादव
जेबीटी अध्यापिका
राजकीय प्राथमिक पाठशाला शहबाजपुर पदैयावास
जिला-रेवाड़ी, हरियाणा

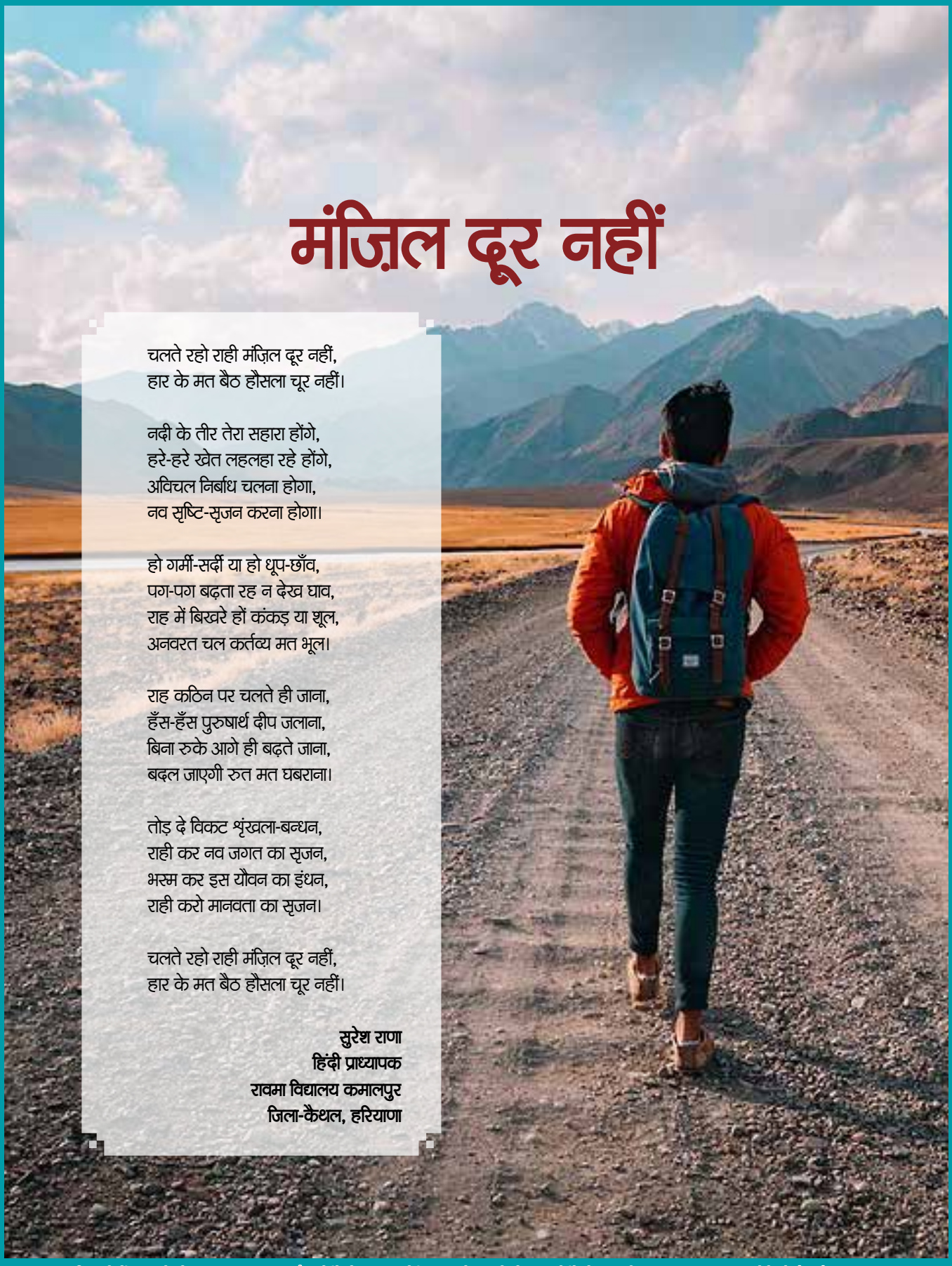
आहट

अपने कंधों पर
बस्ते के साथ
अपने माँ-बाप के
ढेरों सपनों को लेकर
विद्यालय की ओर बढ़ते
बच्चों के कदमों की
आहट
कहीं न कहीं
देश की
गरीबी
अज्ञानता
पाखंड
पिछड़ापन
और न जाने
कितनी ही
समस्याओं की
आँख में आँख डालकर
उनसे कहती है कि
अब तुम्हारे दिन
लदने वाले हैं
अब तुम्हारे दिन
लदने वाले हैं...

मुकेश खण्डवाल
प्राध्यापक इतिहास
राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ
माध्यमिक विद्यालय, ब्याना
करनाल, हरियाणा

RNI NO: HARBIL/2012/52385

POSTAL REGD NO: HR/AB-102/20-22



मंज़िल दूर नहीं

चलते रहो राही मंज़िल दूर नहीं,
हार के मत बैठ हौसला चूर नहीं।

नदी के तीर तेरा सहारा होंगे,
हरे-हरे खेत लहलहा रहे होंगे,
अविचल निर्बाध चलना होगा,
नव सृष्टि-सृजन करना होगा।

हो गर्मी-सर्दी या हो धूप-छाँव,
पग-पग बढ़ता रह न देख घाव,
राह में बिखरे हों कंकड़ या शूल,
अनवरत चल कर्तव्य मत भूल।

राह कठिन पर चलते ही जाना,
हँस-हँस पुरुषार्थ दीप जलाना,
बिना रुके आगे ही बढ़ते जाना,
बदल जाएगी रुत मत घबराना।

तोड़ दे विकट शृंखला-बन्धन,
राही कर नव जगत का सृजन,
भस्म कर इस यौवन का इंधन,
राही करो मानवता का सृजन।

चलते रहो राही मंज़िल दूर नहीं,
हार के मत बैठ हौसला चूर नहीं।

सुरेश राणा
हिंदी प्राध्यापक
रावमा विद्यालय कमालपुर
जिला-कैथल, हरियाणा

If undelivered Please return to c/o Shiksha Saarthi Branch, 3rd Floor, Shiksha Sadan, Sector-5, Panchkula(HR)-134114