केन्द्रीय विद्यालय संगठन

KENDRIYA VIDYALAYA SANGATHAN

आंचलिक शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, भुवनेश्वर

ZONAL INSTITUTE OF EDUCATION & TRAINING, BHUBANESWAR

दीक्षण

तिमाही ई-पत्रिका (अप्रैल-जून 2025)

Theme:
International Day of Yoga

हमारे संरक्षक

सुश्री. निधि पाण्डे,भा.सू.से.
आयुक्त
के. वी. सं. मुख्यालय

संपादक-मंडल

श्री वि वि अप्पा राव
प्रशिक्षण सहयोगी (भौतिकी)
श्री डी. विक्रम कुमार वर्मा
प्रशिक्षण सहयोगी (प्राथमिक)
श्री राजेश कुमार गड़तीया
प्रशिक्षण सहयोगी (प्राथमिक)

सुश्री. चंदना मंडल
संयुक्त आयुक्त (प्रशिक्षण)
के. वी. सं. मुख्यालय

Website: http://www.zietbhubaneswar.kvs.gov.in
Blog: https://zietbbsronline.blogspot.com
https://www.facebook.com/ziet.bhubaneswar.9
https://twitter.com/zietbhubaneswar

निदेशक की कलम से.....

"शिक्षक समाज के निर्माता होते हैं, और एक सशक्त राष्ट्र के निर्माण में उनकी भूमिका अतुलनीय होती है।"

शिक्षक न केवल ज्ञान का संप्रेषण करता है, बल्कि मूल्यों, नैतिकता और संस्कारों की नींव भी रखता है। ऐसे में शिक्षकों का सतत प्रशिक्षण और विकास अत्यंत आवश्यक है।

मुझे इस त्रैमासिक ई-पत्रिका का नवीनतम संस्करण (अप्रैल-जून 2025) प्रस्तुत करते हुए अत्यंत प्रसन्नता हो रही है, जो उस समर्पण, प्रगति और सहयोगात्मक भावना का प्रतिबिंब है जो आंचलिक शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, भुवनेश्वर में हमारी यात्रा को परिभाषित करती रही है।

इस ई-पत्रिका के माध्यम से हम अपने संस्थान में चल रहे विविध शैक्षिक गतिविधियों, प्रशिक्षण कार्यक्रमों, कार्यशालाओं, उपलब्धियों और नवाचारों को साझा करने का प्रयास कर रहे हैं । यह न केवल जानकारी का स्रोत है, बल्कि प्रेरणा और नवाचार का मंच भी है।

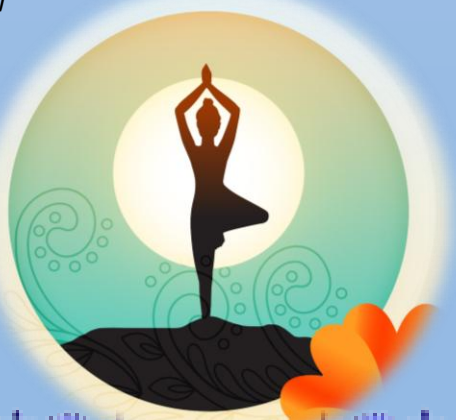
पिछली तिमाही उत्पादक और प्रेरणादायक रही है। हमारे संस्थान ने शैक्षणिक कौशल, विषय ज्ञान और डिजिटल साक्षरता को बढ़ाने के उद्देश्य से कई शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम सफलतापूर्वक आयोजित किए हैं । राजभाषा, समावेशी शिक्षा, और NEP 2020 के कार्यान्वयन पर कार्यशालाओं में विभिन्न संभागों के शिक्षकों की उत्साहजनक भागीदारी देखी गई है।

प्रशिक्षुओं और हितधारकों से प्राप्त प्रतिक्रिया अत्यधिक सकारात्मक रही है, जो निरंतर सुधार के प्रति हमारी प्रतिबद्धता की पुष्टि करती है।

हमारे प्रशिक्षक, संकाय सदस्य और प्रशिक्षु मिलकर शिक्षा के क्षेत्र में गुणवत्ता को नई ऊँचाइयों तक ले जाने के लिए निरंतर प्रयासरत हैं। यह ई-पत्रिका उन्हीं प्रयासों का एक सजीव दस्तावेज है।

आशा है कि यह अंक सभी पाठकों के लिए उपयोगी, प्रेरणादायी और ज्ञानवर्धक सिद्ध होगा।

धन्यवाद। !



बीरबल धींवा
निदेशक

International Day of Yoga:
Embracing Wellness in Life and Learning

The International Day of Yoga, observed annually on June 21st, emphasizes the global importance of an ancient Indian practice that promotes physical vitality, mental clarity, and emotional well-being. Yoga is more than just a workout; it's a way of life that promotes inner peace and overall wellness.

In an age of fast-paced routines, academic stress, and digital distractions, yoga provides an effective tool for regaining focus, managing emotions, and improving overall quality of life. Just 15-20 minutes of daily practice of Asanas (Postures), Pranayama (Breathing), and Dhyana (Meditation) can considerably reduce stress, improve attention, and boost resilience.

The impact of yoga is scientifically proven and may be seen in the lives of many successful people. Harvard and AIIMS research shows that practicing yoga reduces stress, improves focus, and improves emotional balance. Celebrities such as Sachin Tendulkar, Oprah Winfrey, and Jennifer Aniston thank yoga for their mental fortitude and tranquillity. Prime Minister Narendra Modi and Dr. APJ Abdul Kalam have stressed its importance in promoting discipline and inner tranquillity. According to numerous reports and studies, yoga promotes clarity, confidence, and resilience in classrooms and boardrooms, demonstrating that it is more than just a physical activity, but also a potent instrument for lifelong achievement and personal transformation.

Yoga serves as both a personal wellness tool and a teaching assistance for instructors, particularly those working in schools. Regular practice can help them enhance their patience, enthusiasm, and presence in the classroom. More importantly, including yoga into the learning process can greatly assist pupils by promoting confidence, emotional balance, and self-discipline.

Subject teachers can meaningfully connect yoga with their curriculum. For instance, A Physics teacher can explain the concepts of balance, motion, centre of gravity, and energy conservation through yoga postures like Vrikshasana (Tree Pose) or Tadasana. Discussions on forces and body mechanics become more engaging when linked to physical experience. Also a Biology teacher can relate yoga to human physiology, respiratory and circulatory systems, nervous responses, and hormone regulation. Breathing exercises like Anulom-Vilom (*अनुलोम-विलोम*) or Bhramari provide real-time examples of how breath influences body functions.

Additionally, yoga helps students feel more grounded and self-aware, reducing anxiety and exam stress. It enhances emotional regulation, enabling students to face challenges with composure and optimism. Students who practice yoga regularly often display better confidence, improved focus, and healthier interpersonal relationships.

The celebration of International Day of Yoga be more than a symbolic event. Let it inspire us all educators, students, and community members—to make yoga a part of our everyday life. By weaving this timeless practice into our homes and classrooms, we nurture not just healthy bodies, but balanced minds and empowered futures.

Yoga is not just an activity—it is a transformative journey.

V V APPARAO (TA PHYSICS)
KVS ZIET BHUBANESWAR

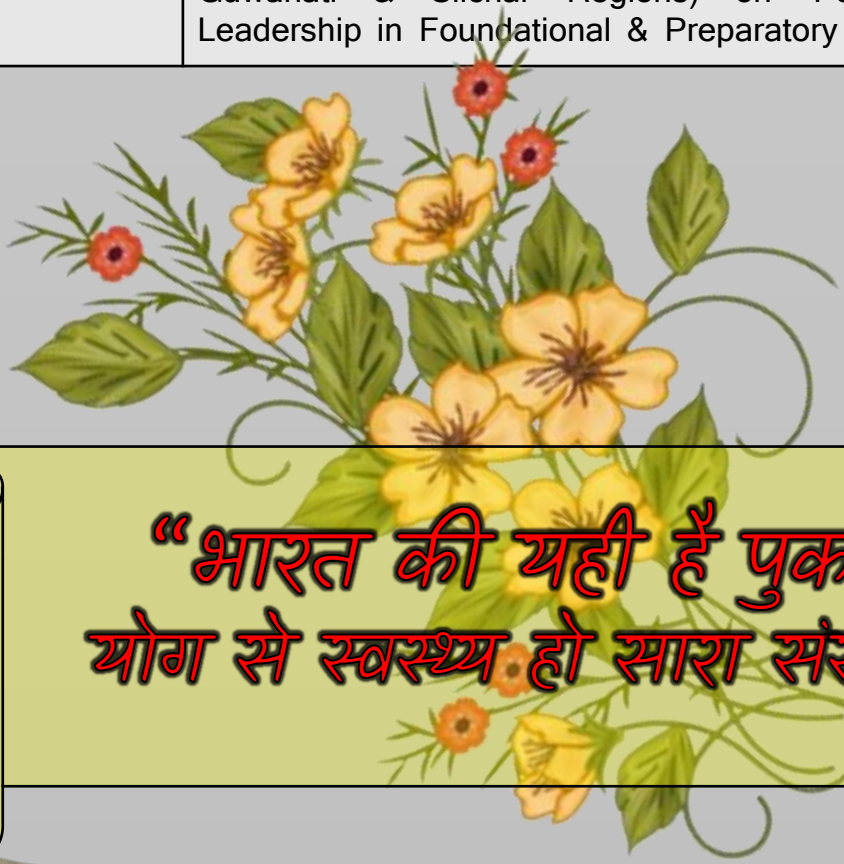
प्रशिक्षण पर एक नजर
Trainings at a glance

क्र.सं.	दिनांक	प्रशिक्षण कार्यक्रम का नाम	प्रतिभागियों की संख्या
1	13 से 16 मई 2025 13 to 16 May 2025	'कार्यालय प्रक्रियाएं और GeM के माध्यम से खरीद' विषय पर कनिष्ठ / वरिष्ठ सचिवालय सहायक (समूह-1: भुवनेश्वर संभाग) हेतु 4-दिवसीय कार्यशाला 4-Day Workshop for JSAs/SSAs (Batch 1: Bhubaneswar Region) on 'Office Procedures and Procurements through GeM'	37
2	20 से 23 मई 2025 20 TO 23 May 2025	'कार्यालय प्रक्रियाएं और GeM के माध्यम से खरीद' विषय पर कनिष्ठ / वरिष्ठ सचिवालय सहायक (समूह-2: कोलकाता संभाग) हेतु 4-दिवसीय कार्यशाला 4-Day Workshop for JSAs/SSAs (Batch 2: Kolkata Region) on 'Office Procedures and Procurements through GeM'	38
3	27 से 28 मई 2025 27 TO 28 May 2025	'क्रियायशोध के माध्यम से नवाचार का प्रोत्साहन' पर पुस्तकालयाध्यक्षों (समूह-1 : भुवनेश्वर संभाग) हेतु 2-दिवसीय आनलाईन कार्यशाला 2-Day Online Workshop for Librarians (Batch-1 : Bhubaneswar Region) on 'Boosting Innovativeness through Action Research'	58
4	02 से 05 जून 2025 02 TO 05 June 2025	'कार्यालय प्रक्रियाएं और GeM के माध्यम से खरीद' विषय पर कनिष्ठ / वरिष्ठ सचिवालय सहायक (समूह-3: गुवाहाटी और सिलचर संभाग) हेतु 4-दिवसीय कार्यशाला 4-Day Workshop for JSAs/SSAs (Batch 3: Guwahati & Silchar Regions) on 'Office Procedures and Procurements through GeM'	30
5	09 से 10 जून 2025 09 TO 10 June 2025	'क्रियायशोध के माध्यम से नवाचार का प्रोत्साहन' पर पुस्तकालयाध्यक्षों (समूह-2 : कोलकाता संभाग) हेतु 2-दिवसीय आनलाईन कार्यशाला 2-Day Online Workshop for Librarians (Batch 2: Kolkata Region) on 'Boosting Innovativeness through Action Research'	56
6	10 से 13 जून 2025 10 TO 13 June 2025	'कार्यालय प्रक्रियाएं और GeM के माध्यम से खरीद' विषय पर कनिष्ठ / वरिष्ठ सचिवालय सहायक (समूह-4: रांची और तिनसुकिया संभाग) हेतु 4-दिवसीय कार्यशाला 4-Day Workshop for JSAs/SSAs (Batch 4: Ranchi & Tinsukia Regions) on 'Office Procedures and Procurements through GeM'	34
7	12 से 13 जून 2025 12 TO 13 June 2025	'क्रियायशोध के माध्यम से नवाचार का प्रोत्साहन' पर पुस्तकालयाध्यक्षों (समूह-3 : गुवाहाटी और सिलचर संभाग) हेतु 2-दिवसीय आनलाईन कार्यशाला 2-Day Online Workshop for Librarians (Batch 3: Guwahati & Silchar Regions) on 'Boosting Innovativeness through Action Research'	54

"योग का सफर खुद को समझने का सफर है"।

प्रशिक्षण पर एक नजर
Trainings at a glance

क्र.सं.	दिनांक	प्रशिक्षण कार्यक्रम का नाम	प्रतिभागियों की संख्या
8	23 से 25 जून 2025 23 TO 25 June 2025	'राजभाषा कार्यान्वयन' पर राजभाषा प्रभारी (समूह-1 : भुवनेश्वर संभाग) हेतु 3-दिवसीय कार्यशाला 3-Day Workshop for Rajbhasha Incharges (Batch-1 : Bhubaneswar Region) on 'Rajbhasha Implementation'	38
9	23 से 27 जून 2025 23 TO 27 June 2025	'क्षमता और आलोचनात्मक सोच कौशल' पर प्रशिक्षित स्नातक शिक्षक (विज्ञान) हेतु 5- दिवसीय कार्यशाला (अज़ीम प्रेमजी विश्वविद्यालय के सहयोग से) 5-Day Workshop for TGTs (Science) on 'Competency and Critical Thinking Skills (CCT)' (in Association with Azim Premji University)	45
10	24 से 25 जून 2025 24 TO 25 June 2025	'लिंग संवेदनशीलता और PoSH अधिनियम के माध्यम से कार्यस्थल नैतिकता को मजबूत करना' पर स्नातकोत्तर शिक्षक (समूह-1 : भुवनेश्वर संभाग) हेतु 2-दिवसीय आनलाईन कार्यशाला 2-Day Online Workshop for PGTs (Batch-1 : Bhubaneswar Region) on 'Strengthening Workplace Ethics through Gender Sensitivity and PoSH Act'	53
11	24 से 26 जून 2025 24 TO 26 June 2025	'आधारभूत और प्रारंभिक चरणों में शैक्षणिक नेतृत्व' पर प्रधानाध्यापकों (समूह-1 : भुवनेश्वर, गुवाहाटी और सिलचर संभाग) हेतु 3-दिवसीय कार्यशाला 3-Day Workshop for HMs (Batch-1: Bhubaneswar, Guwahati & Silchar Regions) on 'Pedagogical Leadership in Foundational & Preparatory Stages'	37



"भारत की यही है पुकार,
योग से स्वस्थ्य हो सारा संसार"।

प्रशिक्षण सहयोगियों का सतत व्यावसायिक विकास
Continuous Professional Development of Training Associates

- *Mr. D. Vikram Kumar Varma and Mr. Rajesh Kumar Gartia, Training Associates of this institute worked as Resource Persons during the 02-Day Workshop conducted by KVS Bhubaneswar Region for HMs on ' CBE and Competency Based Lesson Planning' in 02 batches from 03 to 04 and 07 to 08 April 2025.*
- *Mr. Shankarsan Jena, Mr. V V Appa Rao and Mr. Suryakanta Nanda, Training Associates of this institute attended the 01-Day Workshop conducted by KVS Bhubaneswar Region on 'Planning the Training Calendar for Middle & Secondary Stage Teachers for 2025-26' on 17 April 2025, as Special Invitees.*
- *Mrs. Anuradha Raja Rao, Training Associate (Biology) successfully completed the 'SAT-Systematic Approach to Training' Course, sponsored by DoPT, Govt. of India and conducted by Haryana Institute of Public Administration (HIPA), Gurugram from 14 to 16 May 2025.*

Yoga is a light, which once lit, will never dim.

राजभाषा गतिविधियां

यह संस्थान आधिकारिक कार्यों सहित सभी गतिविधियों में राजभाषा के उचित एवं प्रभावी कार्यान्वयन को अत्यधिक महत्व देता है । इसी कड़ी में संस्थान ने जनवरी 2025 में नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, भुवनेश्वर की सदस्यता प्राप्त की ।

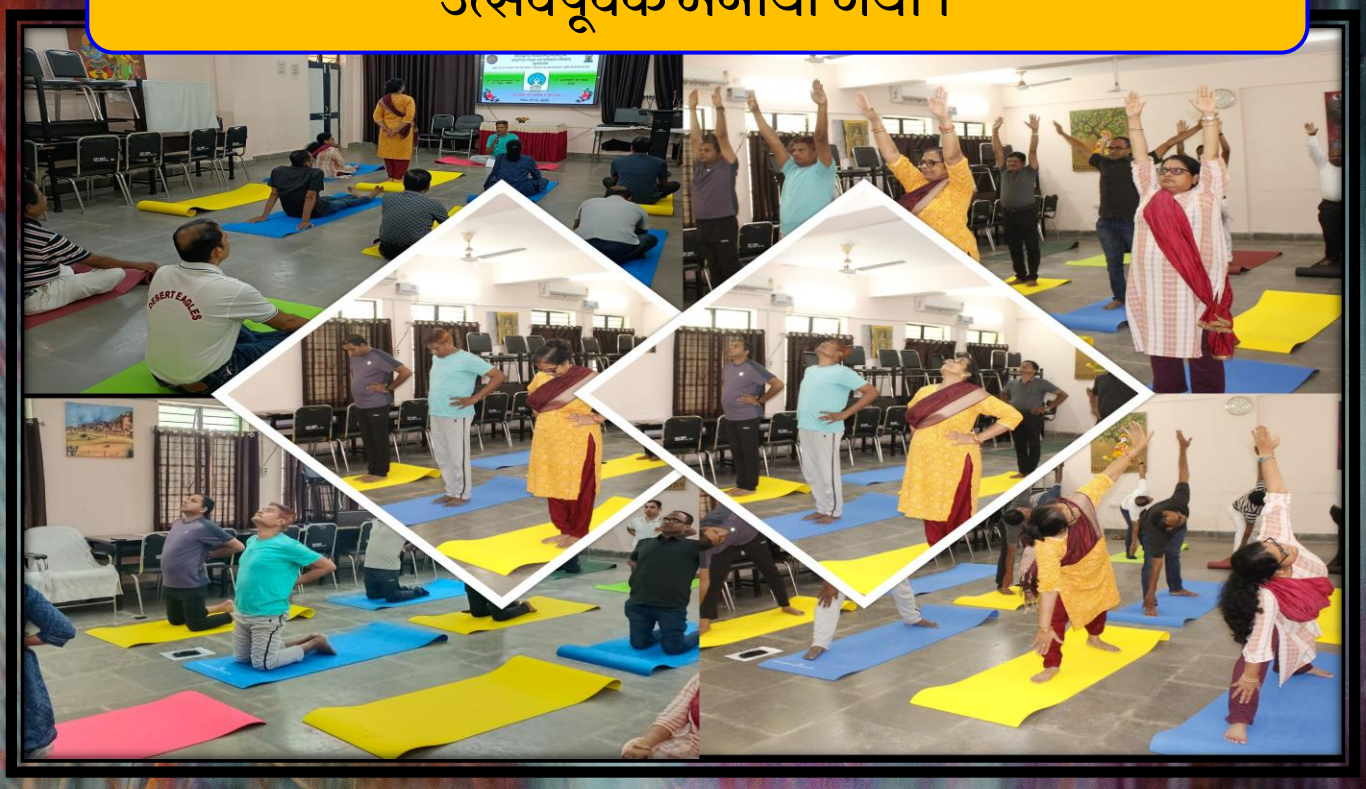
एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला : संस्थान के कर्मचारियों के लिए अप्रैल-जून 2025 तिमाही हेतु एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन दिनांक 23.06.2025 (सोमवार) को किया गया जिसमे मुख्य अतिथि के रूप मे डॉ. सिहरन बोस, सलाहकार, के.वि.सं. क्षेत्रीय कार्यालय, भुवनेश्वर उपस्थित थे । अतिथि वक्ता डॉ. रविन्द्र कुमार दुबे, स्नातकोत्तर शिक्षक (हिंदी), के वि क्रमांक । भुवनेश्वर द्वारा "राजभाषा नीति, नियम और संवैधानिक प्रावधान" विषय पर चर्चा किया गया। दूसरा सत्र अतिथि वक्ता श्रीमती श्रद्धा आचार्य, स्नातकोत्तर शिक्षिका (हिंदी), के वि क्रमांक 6, भुवनेश्वर द्वारा लिया गया। उन्होंने विषय "हिंदी के प्रयोग के लिए वार्षिक लक्ष्य" पर विस्तार से प्रकाश डाला। तीसरा सत्र "हिंदी अनुवाद से संबंधित सामान्य नियम" विषय पर व्यवहारिक अभ्यास के लिए समर्पित था, जिसे श्री पंकज मिश्रा, स्नातकोत्तर शिक्षक (हिंदी) एवं राजभाषा प्रभारी, क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान, भुवनेश्वर के मार्गदर्शन में संपन्न कराया गया। अंतिम सत्र राजभाषा वेबसाइट पर उपलब्ध "कंठस्थ संस्करण 2 – स्मृति आधारित अनुवाद सॉफ्टवेयर" पर अभ्यास सत्र था, जिसमें कर्मचारियो ने अंग्रेजी पाठ का हिंदी में अनुवाद करने का अभ्यास किया।

राजभाषा तिमाही बैठक : राजभाषा कार्यान्वयन समिति की अप्रैल-जून 2025 तिमाही बैठक का आयोजन दिनांक 02/06/2025 को किया गया। माननीय श्री बीरबल धींवा, निदेशक(प्रभारी), आंचलिक शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, भुवनेश्वर एवं सहायक आयुक्त केन्द्रीय विद्यालय संगठन, क्षेत्रीय कार्यालय, भुवनेश्वर ने बैठक की अध्यक्षता की । बैठक में संस्थान के राजभाषा प्रभारी श्री. शंकर्षण जेना, प्रशिक्षण सहयोगी (अर्थशास्त्र) द्वारा विभिन्न बिन्दुओं पर चर्चा की गई । इस दौरान पिछली बैठक के कार्यवृत्त की पुष्टि की गई और पिछली बैठक में लिए गए निर्णयों पर की गई अनुवर्ती कार्रवाई के बारे में सभी को सूचित किया गया । निदेशक महोदय द्वारा, राजभाषा कार्यान्वयन हेतु दिए गये लक्ष्य की प्राप्ति हेतु प्रयासरत रहने का निर्देश दिया ।

राजभाषा प्रशिक्षण : राजभाषा कार्यान्वयन पर सत्र को इस संस्थान में आयोजित प्रत्येक प्रशिक्षण कार्यक्रम का एक अभिन्न अंग बनाया गया है।

संस्थान की गतिविधियां

21 जून 2025: संस्थान में 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को उत्सवपूर्वक मनाया गया।



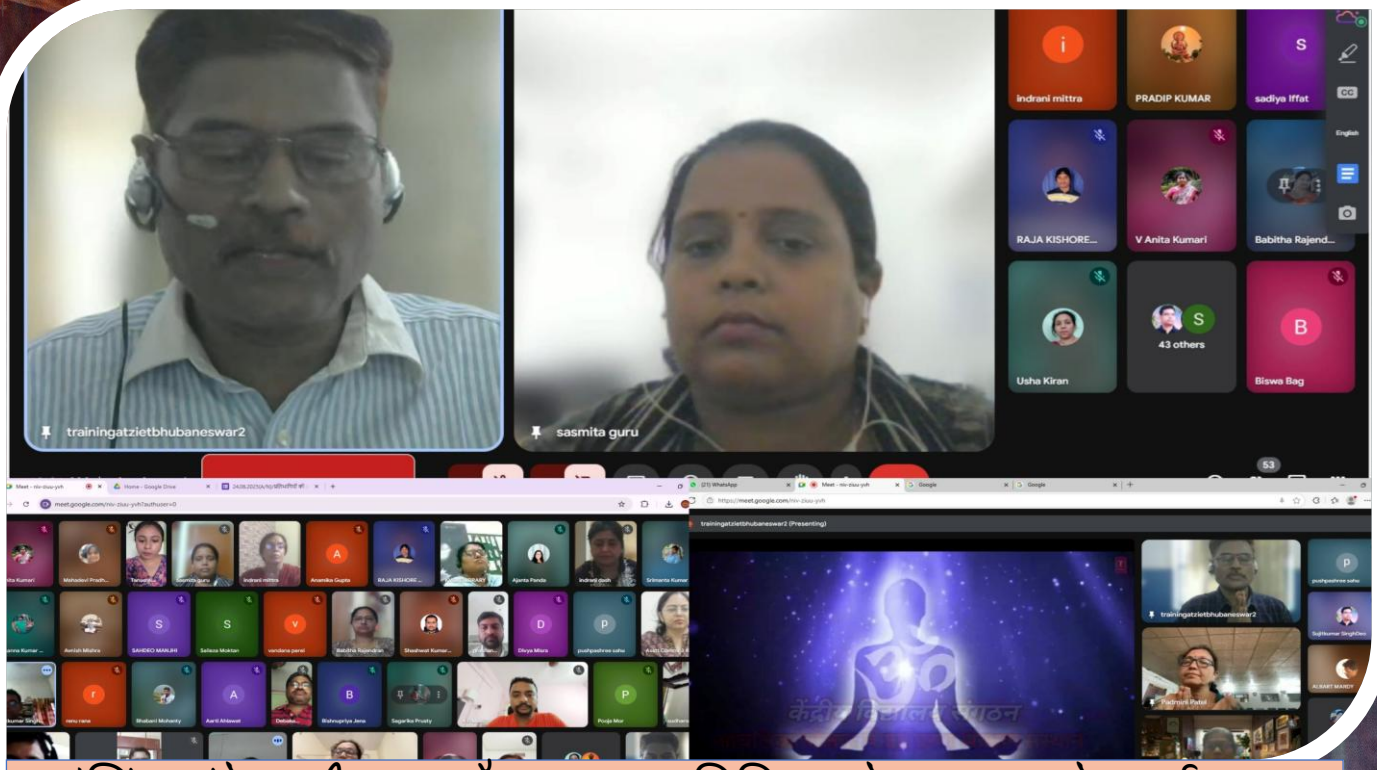
23 से 27 जून 2025: अज़ीम प्रेमजी विश्वविद्यालय, बेंगलुरु के सहयोग से केन्द्रीय विद्यालय संगठन के द्वारा सभी संभागों के 50 प्रशिक्षित स्नातक शिक्षकों (विज्ञान) हेतु 'क्षमता और आलोचनात्मक सोच कौशल' पर 5-दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया।

Glimpses of Training

कनिष्ठ/वरिष्ठ सचिवालय सहायकों हेतु ' कार्यालय प्रक्रियाओं और GeM के माध्यम से खरीद' पर कार्यशालाएं

'क्रियायशोध के माध्यम से नवाचार का प्रोत्साहन' पर पुस्तकालयाध्यक्षों हेतु 2-दिवसीय आनलाईन कार्यशालाएं

Glimpses of Training



'लिंग संवेदनशीलता और PoSH अधिनियम के माध्यम से कार्यस्थल नैतिकता को मजबूत करना' पर स्नातकोत्तर शिक्षकों हेतु 2-दिवसीय आनलाईन कार्यशाला

'आधारभूत और प्रारंभिक चरणों में शैक्षणिक नेतृत्व' पर प्रधानाध्यापकों हेतु 3-दिवसीय कार्यशाला

प्रतिभागियों के विचार.../Participants Speak...

दिनांक 20 से 23 मई 2025 तक जीट भुवनेश्वर में आयोजित 04-दिवसीय कार्यशाला के दौरान प्रशिक्षण पाठ्यक्रम के अद्भुत डिजाइन में सचिवालय सहायकों के कार्यक्षेत्र के सभी पहलुओं को शामिल किया गया। संसाधकों, तकनीकी विशेषज्ञों और अतिथि वक्ताओं ने GeM के माध्यम से खरीद के नियमों और वार्षिक खाते तैयार करते समय टैली पर काम करने के साथ-साथ कई अन्य महत्वपूर्ण विषयों के बारे में बहुमूल्य जानकारी प्रदान की ।

श्री. कौशिक दास, वरिष्ठ सचिवालय सहायक, के.वि. गंगटोक (कोलकाता संभाग)

I am thankful to KVS for giving me a wonderful opportunity to attend the 04-Day Workshop from 14 to 16 May 2025 on 'Office Procedures and Procurements through GeM'. The sessions were well organized and highly informative covering all the essential aspects pertaining to the day-to-day smooth functioning of the Office. This training made me more confident in discharging my duties systematically.

Mr. Mukesh Kumar Yadav, SSA, KV Berhampur (Bhubaneswar Region)Region)

'राजभाषा के प्रभावी कार्यान्वयन हेतु केंद्रीय विद्यालय के राजभाषा प्रमुखों हेतु आयोजित कार्यशाला में राजभाषा से संबंधित सभी विषयों को सरल एवं सहज तरीके से प्रतिभागियों के समक्ष प्रस्तुत किया गया एवं प्रत्येक स्थिति में आने वाली कठिनाइयों एवं समस्याओं से अवगत कराते हुए उसके व्यवहारिक समाधान सुझा कर प्रतिभागियों की जिज्ञासाओं को शांत किया गया। यह कार्यशाला वास्तव में सभी प्रतिभागियों के लिए राजभाषा जैसे कठिन कार्य के सफल क्रियान्वयन के लिए उपयोगी साबित होगा एवं हिंदी के प्रचार-प्रसार एवं संवर्धन में हम अपना योगदान दे पाएंगे।

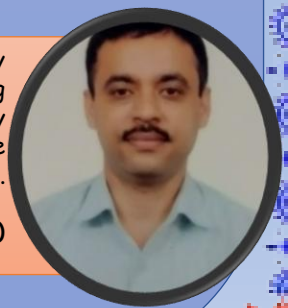
श्री. राजकुमार, स्नातकोत्तर शिक्षक (हिन्दी), के.वि. भवानीपटना (भुवनेश्वर संभाग)

Attending the 3-day workshop on "Pedagogical Leadership at Foundational and Preparatory Stage" organized by ZIET Bhubaneswar from 24 to 26 June 2025, was a deeply enriching experience. The workshop emphasized the shift from traditional to learner-centric approaches, stressing the importance of play-based, activity-based, and competency-based learning in early years. It offered deep insights into how leaders can create a culture of reflective practice, inclusive classrooms, and continuous teacher development. The interactions with experienced resource persons and fellow educators helped in building a shared understanding of the leadership vision needed at the school level. I am confident that the insights gained will contribute meaningfully to improving learning outcomes in my school.

Mr. Mayur Gupta, PRT, KV Tura (Silchar Region)

मैं 27 और 28 मई 2025 को पुस्तकालयाध्यक्षों के लिए 'क्रियात्मक अनुसंधान के माध्यम से नवीनता को बढ़ावा देना' विषय पर आयोजित ऑनलाइन कार्यशाला का हिस्सा थी । इस प्रशिक्षण का उद्देश्य ऐसे नवीन विचारों को बढ़ावा देना था जो हमें अपने क्षेत्र की किसी भी समस्या का व्यावहारिक समाधान खोजने और उपयोगकर्ता संतुष्टि एवं संसाधन सुलभता में सुधार करने में मदद करें। हमारे प्रशिक्षकों द्वारा साझा की गई बहुमूल्य अंतर्दृष्टि, उनके मार्गदर्शन और प्रोत्साहन ने न केवल विषय के बारे में हमारी समझ को गहरा किया है, बल्कि हमें जिज्ञासा और उद्देश्यपूर्ण ढंग से सीखते रहने के लिए भी प्रेरित किया है।

सुश्री विष्णु प्रिया, पुस्तकालयाध्यक्ष, के वि एनटीपीसी कनिहा (भुवनेश्वर संभाग)



The 05-Day Workshop on 'Competency and Critical Thinking Skill' conducted by Azim Premji University in association with KVS has expanded my understanding of pedagogy and assessment as per NCF 20203. The sessions have been very insightful and these practices when implemented in our classrooms are undoubtedly going to create ripples in our belief system and adopted strategies. This has enabled us to be open-minded and be continuous learners.

Dr. Mathew Chacko, TGT (Sc.), KV BRBNMPL, Mysuru (Bengaluru Region)

Yoga is - Flexibility in body,
freedom in mind.

धन्यवाद

"रोज कीजिए योग,
निकट नहीं आएगा कोई रोग"।

Website: http://www.zietbhubaneswar.kvs.gov.in
Blog: https://zietbbsronline.blogspot.com
https://www.facebook.com/ziet.bhubaneswar.9
https://twitter.com/zietbhubaneswar