

# आनंदवार

आनंदवार दिवस पहली से पांचवीं कक्षा के छात्रों के लिए केवीएस (केन्द्रीय विद्यालय संगठन) स्कूलों में मनाया जाने वाला एक निर्धारित दिन है। इस दिन, छात्रों को अपनी किताबें घर से लाने की आवश्यकता नहीं होती है, वे स्कूल परिसर के भीतर विभिन्न खेलों और गतिविधियों में व्यस्त रहते हैं। बच्चे अपना लंच साथ में ला सकते हैं। केवीएस द्वारा जारी एक निर्देश के बाद, यह अभ्यास 2018 से लागू किया गया था।

## आनंदवार दिवस का उद्देश्य

- नियमित अकादमिक दिनचर्या से ब्रेक प्रदान करें।
- मनोरंजक गतिविधियों और गैर-शैक्षणिक गतिविधियों को बढ़ावा देना।
- सामाजिक संपर्क, टीम वर्क और छात्रों की शारीरिक भलाई को बढ़ाएं।
- एक तनाव मुक्त और आनंददायक सीखने के माहौल को बढ़ावा देना।



## आनंदवार दिवस के लाभ

### शारीरिक विकास (Physical Development):

- शारीरिक गतिविधियों में संलग्न होने से **मोटर कौशल**, समन्वय और समग्र फिटनेस में सुधार होता है।
- छात्र व्यायाम और सक्रिय रहने के महत्व को सीखते हैं।

### सामाजिक संपर्क (Social Interaction):

- आनंदवार दिवस छात्रों को विभिन्न वर्गों के सहपाठियों के साथ बातचीत करने और मजबूत बंधन बनाने का अवसर प्रदान करता है।
- सहयोग, टीम वर्क और खेल भावना को बढ़ावा दिया जाता है।

### तनाव से राहत और मानसिक तंदुरुस्ती (Stress Relief and Mental Well-being):

- शैक्षणिक दबाव से ब्रेक तनाव के स्तर को कम करने में मदद करता है।
- मनोरंजक गतिविधियों में भाग लेने से मानसिक विश्राम और कायाकल्प को बढ़ावा मिलता है।

### समग्र विकास (Holistic Development):

- आनंदवार दिवस शारीरिक, सामाजिक और भावनात्मक पहलुओं पर जोर देकर छात्रों के समग्र विकास का समर्थन करता है।

- यह शिक्षाविदों से परे कौशल का पोषण करता है, जैसे कि नेतृत्व, खेल कौशल और समस्या को सुलझाने की क्षमता।

### सुखद सीखने का अनुभव (Enjoyable Learning Experience):

- आनंदवार दिवस एक सकारात्मक और सुखद सीखने का माहौल बनाता है।
- छात्रों में शारीरिक गतिविधियों और गैर-शैक्षणिक गतिविधियों के प्रति प्रेम विकसित होता है।

### शारीरिक विकास (Physical Development):

- शारीरिक गतिविधियों में संलग्न होने से **मोटर कौशल**, समन्वय और समग्र फिटनेस में सुधार होता है।
- छात्र व्यायाम और सक्रिय रहने के महत्व को सीखते हैं।

### सामाजिक संपर्क (Social Interaction):

- आनंदवार दिवस छात्रों को विभिन्न वर्गों के सहपाठियों के साथ बातचीत करने और मजबूत बंधन बनाने का अवसर प्रदान करता है।
- सहयोग, टीम वर्क और खेल भावना को बढ़ावा दिया जाता है।

### तनाव से राहत और मानसिक तंदुरुस्ती (Stress Relief and Mental Well-being):

- शैक्षणिक दबाव से ब्रेक तनाव के स्तर को कम करने में मदद करता है।
- मनोरंजक गतिविधियों में भाग लेने से मानसिक विश्राम और कायाकल्प को बढ़ावा मिलता है।

### समग्र विकास (Holistic Development):

- आनंदवार दिवस शारीरिक, सामाजिक और भावनात्मक पहलुओं पर जोर देकर छात्रों के समग्र विकास का समर्थन करता है।
- यह शिक्षाविदों से परे कौशल का पोषण करता है, जैसे कि नेतृत्व, खेल कौशल और समस्या को सुलझाने की क्षमता।

### सुखद सीखने का अनुभव (Enjoyable Learning Experience):

- आनंदवार दिवस एक सकारात्मक और सुखद सीखने का माहौल बनाता है।
- छात्रों में शारीरिक गतिविधियों और गैर-शैक्षणिक गतिविधियों के प्रति प्रेम विकसित होता है।
- 

## आनंदवार की गतिविधियां

### कला और शिल्प कार्यशालाएँ



**SOME SIMPLE PATTERNS  
BY STUDENTS**



खेल  
और  
मनो  
रंजन





## टैलेंट शो

छात्र गायन, नृत्य, अभिनय या संगीत वाद्ययंत्र बजाने में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करते हैं, आत्म-अभिव्यक्ति और

आत्मविश्वास को बढ़ावा देते हैं।)

