

बस्ता मुक्त दिवस (मासिक मेमो)

राजस्थान को पहचानो – प्रथम शनिवार (03 दिसम्बर 2022)

माह:– दिसम्बर 2022

कक्षा समूह	गतिविधि	उद्देश्य	क्रियान्वयन विवरण
अंकुर कक्षा 1 से 2	सुनाऊँ मै मेरी कविता	राजस्थान में प्रचलित प्रमुख बाल कविताओं/बाल गीतों पर समझ बनाना।	<p>आवश्यक सामग्री:– राजस्थान में प्रचलित प्रमुख बाल कविताओं/गीतों की किताब/चार्ट।</p> <p>अध्यापक बच्चों को सदनवार समूह बनाकर बैठा लेंगे तथा उनको राजस्थान में स्थानीय स्तर पर प्रचलित एक या दो कविता/गीत (गाकर या स्पीकर में बजाकर) सुनायेंगे/बच्चे गीत/कविता का आनंद लेंगे, इसके बाद सभी समूह के बच्चों से एक-एक कविता को समूह में गाकर सुनाने को कहेंगे। इस प्रकार विभिन्न कविताओं के साथ इस गतिविधि को आगे बढ़ाया जायेगा। आरंभ में अध्यापकों का सहयोग अपेक्षित है। गीत/कविता के उदाहरण:– काल्यों कूद पड़यो मेले में,–गडमच—गडमच करतो जाये गाड़ो जुआर को</p> <p>– सांभर झील से भराया भैरू मारवाड़ी ने</p>
प्रवेश कक्षा 3 से 5	म्हारे राजस्थान री रंगीली वेश—भूषा	राजस्थान की विभिन्न स्थानीय वेश—भूषाओं के बारे में जानना। 	<p>आवश्यक सामग्री: राजस्थान में प्रचलित विभिन्न वेश—भूषा पहने लोगों के चित्र या वेश—भूषा(यदि उपलब्ध हो)।</p> <p>गतिविधि कराने का तरीका—बच्चों को सदन वार समूह बनाकर बैठा लेंगे अब सभी बच्चों को राजस्थान के विभिन्न वेश—भूषाओं, आभूषण आदि के चित्र दिखायेंगे तथा उनके बारे में जानकारी देंगे। अब समूह में विभिन्न वेशभूषाओं को पहने महिला दृ पुरुषों के चित्र बनाने की गतिविधि की जाएगी।</p> <p>वैकल्पिक गतिविधि – यदि संभव हो तो बच्चे अपने घर से राजस्थानी पारंपरिक वेश—भूषा पहनकर विद्यालय में आ सकते हैं।</p>
दिशा कक्षा 6 से 8	राजस्थान के रंग बिरंगे नृत्य	खेल—खेल में राजस्थान में प्रचलित विभिन्न नृत्यों के बारे में समझाना	<p>आवश्यक सामग्री— राजस्थान के विभिन्न नृत्यों को दर्शाते चित्र</p> <p>गतिविधि कराने का तरीका – बच्चे सदन वार समूह में बैठ जायेंगे अब अध्यापक एक एक समूह को एक नृत्य का नाम देंगे जैसे घूमर, कालबेलिया जिसके बारे में बच्चे विभिन्न जानकारी (जैसे नृत्य का प्रारंभ, इतिहास आदि) एकत्रित कर प्रस्तुतीकरण करेंगे।</p> <p>(नृत्यों के बारे में जानकारी अध्यापक पहले से ही विद्यालय में विभिन्न जगहों पर प्रदर्शित कर देंगे ताकि बच्चों को जानकारी खोजने में आसानी होगी।)</p> <p>वैकल्पिक गतिविधि – यदि संभव हो तो समुदाय से किसी नृत्य में प्रशिक्षित व्यक्ति को विद्यालय में आमंत्रित कर उनकी कला का प्रदर्शन किया जा सकता है।</p>
क्षितिज कक्षा 9 से 10	म्हारे राजस्थान री झीलें	बच्चे राजस्थान के प्रमुख झीलों के बारे में जानना।	<p>आवश्यक सामग्री: राजस्थान की विभिन्न मीठे व खारे पानी की झीलों के नाम व उनके स्थान की जानकारी की किताब अथवा इन्टरनेट से ली गयी जानकारियों के प्रिंट एवं चार्ट।</p> <p>बच्चों को सदन वार समूह बनाकर बैठा लीजिये अब शिक्षक छात्रों को विभिन्न झीलों व उनके स्थान (जैसे आना सागर झील, अजमेर), उनके इतिहास आदि की जानकारी देंगे, अब समूहवार बच्चों से एक चार्ट पर प्रमुख झीलों के स्थान, इतिहास, महत्ता आदि के बारे में प्रस्तुतिकरण करवा कर एक प्रदर्शनी का आयोजन किया जा सकता है। सर्वश्रेष्ठ प्रस्तुतीकरण वाले सदन को विजेता घोषित किया जायेगा।</p>
उन्नति कक्षा 11 से 12	राजस्थान के प्रमुख संस्थान	राजस्थान के प्रमुख संस्थानों के बारे में जानना	<p>आवश्यक सामग्री: राजस्थान के प्रमुख संस्थानों की जानकारी युक्त किताब अथवा इन्टरनेट से लिए गए जानकारीयुक्त प्रिंट (यदि उपलब्ध हैं तो)</p> <p>बच्चों को उचित बैठक व्यवस्था (सदन वार समूह में) में बैठा कर अध्यापक राजस्थान के प्रमुख संस्थानों जैसे (एम्स, NLU, NIFT, ICDS, IIT आदि) के बारे में चित्रों आदि के माध्यम से जानकारी देंगे, अब एक एक संस्थान का नाम प्रत्येक समूह को आवंटित कर दें, अब बच्चे उस संस्थान के बारे में विभिन्न जानकारियां एकत्रित कर उनका प्रस्तुतीकरण करेंगे तथा उन पर कुछ प्रश्न (कम से कम 5) तैयार करेंगे, सभी समूहों के प्रश्नों को साथ लेकर एक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया जायेगा। अंत में जिस समूह ने सबसे ज्यादा सही उत्तर दिए होंगे उनको विजेता घोषित किया जायेगा। प्रारंभ में शिक्षक का सहयोग अपेक्षित है।</p>

बस्ता मुक्त दिवस (मासिक मेमो)

भाषा कौशल विकास (हिन्दी)

— द्वितीय शनिवार (10 दिसम्बर 2022)

माह:— दिसम्बर 2022

कक्षा समूह	गतिविधि	उद्देश्य	क्रियान्वयन विवरण
अंकुर कक्षा 1 से 2	अक्षर के बने शब्द	विभिन्न अक्षरों की ध्वनि पहचानने में मदद करना	<p>बच्चों को छोटे समूह में बॉट लें। शिक्षक प्रत्येक समूह को अपने आस-पास की वस्तुओं को देखने को कहें। इसके बाद प्रत्येक समूह से पूछें कि आपने क्या देखा। अब शिक्षक समूह के बच्चे अपने आस-पास के किसी ऐसी चीज़ों का नाम बताएं जो बोले गए अक्षर/वर्ण से शुरू हो। जैसे शिक्षक ने कहा 'क' अब बच्चे अपने आस-पास देखें और उन वस्तुओं के नाम बताएं जिनके नाम का पहला अक्षर 'क' है जैसे कि कपड़ा, कड़ा, कप, कबूतर, कक्षा, कक्ष, कमर, कचरा, कली आदि। हर समूह को 2 वस्तुओं के नाम बोलने हैं। इस प्रक्रिया को तब तक करें जब तक हर समूह से वस्तुओं के नाम ना आ जाएँ।</p> <p>इस खेल को शिक्षक अलग-अलग अक्षरों के साथ करवा सकते हैं।</p>
प्रवेश कक्षा 3 से 5	कहानियों का ख़जाना	कल्पनाशील और रचनात्मकता कौशल को बढ़ाना	<p>आवश्यक सामग्री:-कहानी की किताबें</p> <p>बच्चों को छोटे समूह में बॉट लें। शिक्षक कर समूह को एक कहानी की किताब दें। हर समूह को कहानी को पढ़ने को कहें। जिन बच्चों को पढ़ने में मुश्किल हो समूह दूसरे बच्चों को उनकी मदद करने को कहें। कहानी पढ़ने के बाद शिक्षक सभी समूह को कहानी के अंत को बदलकर खुद से कहानी का अंत लिखने को कहें। जब सब समूह कहानी का अंत बदलकर लिख लें उन्हें बारी-बारे आकर पूरी कहानी अपने शब्दों में बताने को कहें।</p> <p>कहानी से सम्बन्धित और भी कही छोटे- छोटे कार्य दे सकते हैं जैसे की कहानी में /ी/ /ī/ /t/ /d/ /u/ मात्रा के शब्द ढूँढ़ें।</p>
दिशा कक्षा 6 से 8			अर्धवार्षिक परीक्षा होने के कारण इस समूह हेतु सुझावात्मक गतिविधियाँ नहीं प्रदान की जा रही हैं।
क्षितिज कक्षा 9 से 10			अर्धवार्षिक परीक्षा होने के कारण इस समूह हेतु सुझावात्मक गतिविधियाँ नहीं प्रदान की जा रही हैं।
उन्नति कक्षा 11 से 12			अर्धवार्षिक परीक्षा होने के कारण इस समूह हेतु सुझावात्मक गतिविधियाँ नहीं प्रदान की जा रही हैं।

बस्ता मुक्त दिवस (मासिक मेमो)

भाषा कौशल विकास (अंग्रेजी) –

द्वितीय शनिवार (10 दिसम्बर 2022)

माह:— दिसम्बर 2022

Class Group	Name of Activity	Objective of activity	Implementation of Activity
Ankur Class 1 to 2	Hot seat/ Act and recognize	To Focus on enhancing listening, speaking and reading skills	<p>Teachers will write different verbs (eg: running, crying, singing, reading, walking, dancing, coughing, eating) on pieces of papers, fold them and put in a box/ bowl.</p> <p>Students will sit on their seats and one by one each student will be asked to come in front and pick one piece of paper from the bowl. They will read the verb in their head and get 1 minute to act it out without speaking. Teacher can help the student to understand the verb written on the paper. All the other students in the class will have to guess the verb.</p> <p>In the end, teacher should explain about verbs and give more examples and help students to build understanding on verbs.</p> 
Pravesh Class 3 to 5	Word Pairs	To Focus on building vocabulary	<ul style="list-style-type: none"> - Teachers will prepare a list of words in pairs. Eg - Hot - cold (match), In – Out (match), Bread - Butter (match), teacher-student (match), lock-key (match), odd - poor (don't match) and read-loud (don't match). <p>Teacher will write one pair at a time on the blackboard and call out the words. Students have to guess if the words match or don't match. Students can be divided into 2 or 4 teams and a point can be given for each correct answer.</p>
Disha Class 6 to 8			Suggestive activites are not being provided for Disha group due to half yearly exams.
Kshitij Class 9 to 10			Suggestive activites are not being provided for Kshitij group due to half yearly exams.
Unnati Class 11 to 12			Suggestive activites are not being provided for Unnati group due to half yearly exams.

बस्ता मुक्त दिवस (मासिक मेमो)

खेलेगा राजस्थान बढ़ेगा राजस्थान

— तृतीय शनिवार (17 दिसम्बर 2022)

माह:— दिसम्बर 22

कक्षा समूह	गतिविधि का नाम	उद्देश्य	क्रियान्वयन विवरण
अंकुर कक्षा 1 से 2	गुब्बारा फोड़	एकाग्रता, मासपेशियों का व्यायाम व मनोरंजन करना	सर्वप्रथम के समूह बनायेंगे व प्रत्येक समूह के बच्चों के दायें पैर में गुब्बारा फुलाकर बांध देंगे। शिक्षक के मार्गदर्शन में समूहवार बच्चे एक दूसरे का गुब्बारा पैर से फोड़ेंगे। जिस बच्चे का गुब्बारा फूटता जायेगा वह बच्चा बाहर बैठता जायेगा। इसी प्रकार खेल आगे चलता रहेगा। अंत में जिस बच्चे का गुब्बारा सही बचेगा वह बच्चा इस खेल का विजेता होगा।
प्रवेश कक्षा 3 से 5	मेढ़क दौड़	शारीरिक व्यायाम, प्रतिस्पर्धा की भावना व मनोरंजन करना	सर्वप्रथम एक खुले स्थान पर सभी बच्चों को सदन वार समूहों में बांट लेंगे प्रत्येक सदन के बच्चों के समूहों में पहले आपसे में मेढ़क दौड़ प्रतियोगिता आयोजित की जा सकती है। सर्वप्रथम बच्चों को एक लाईन से खड़ कर देंगे, फिर सहभागी बच्चों को मेंढक की तरह बैठा देंगे, इसके उपरांत सभी शिक्षक का इशारा मिलते ही बच्चे उसी अवस्था में मेंढक की तरह कूदते हुये निर्धारित लाईन की तरफ भागें जो बच्च सर्वप्रथम निर्धारित लाईन तक पहुँचेगा वह बच्चा उस समूह का विजेता होगा। इसी प्रकार सभी सदनों के बच्चों की मेंढक दौड़ करवा कर सभी सदनों के विजेताओं को चुना जायेगा। उसके उपरांत सभी सदनों के विजेता बच्चों के मध्य यही मेंढक दौड़ की फाईनल प्रतियोगिता आयोजित करवाई जायेगी व विजेता बच्चों का चयन किया जा सकता है।
दिशा कक्षा 6 से 8			अर्धवार्षिक परीक्षा होने के कारण इस समूह हेतु सुझावात्मक गतिविधियाँ नहीं प्रदान की जा रही हैं।
क्षितिज कक्षा 9 से 10			अर्धवार्षिक परीक्षा होने के कारण इस समूह हेतु सुझावात्मक गतिविधियाँ नहीं प्रदान की जा रही हैं।
उन्नति कक्षा 11 से 12			अर्धवार्षिक परीक्षा होने के कारण इस समूह हेतु सुझावात्मक गतिविधियाँ नहीं प्रदान की जा रही हैं।

बस्ता मुक्त दिवस (मासिक मेमो)

मैं वैज्ञानिक बनूंगा

चतुर्थ शनिवार (24 दिसम्बर 2022)

माह:— दिसम्बर 2022

कक्षा समूह	गतिविधि का नाम	उद्देश्य	क्रियान्वयन विवरण
अंकुर कक्षा 1 से 2	आओं जाने ज्ञानेन्द्रियों को	शरीर के संवेदी अंगों की पहचान कर पाना ज्ञानेन्द्रियों के कार्यों को समझ पाना।	<p>कक्षा कक्ष में या बाहर सभी विद्यार्थियों को संवेदी अंग के बारे में चर्चा करेगें। साथ ही खेल गतिविधि के माध्यम से संवेदी अंगों पर समझ बनायेगें। सभी बच्चों को गोल घेरे में खड़ा करेंगे एवं संवेदी अंगों पर आधारित गतिविधियां आयोजित करेंगे।</p> <p>आंखों पर आधारित गतिविधि— जैसे आंख पर पट्टी बांधकर अपने साथी को ढूँढ़ना।</p> <p>नाक पर आधारित गतिविधि— बच्चों को एक समुह में ही एक पुष्प उपलब्ध करायेंगे एवं सबसे पहले इसकों सूंधकर खुशबू का पता लगायेंगे एवं चर्चा करेंगे। इसके बाद नाक का बन्द करके इसकी खुशबू का पता लगायेंगे एवं चर्चा करेंगे कि ऐसा क्यों हुआ कि हमें खुशबू का आभास नहीं हो पाया।</p> <p>कान पर आधारित गतिविधि— गोल घेरे में खड़े हुए बच्चों से कहेंगे की वो दोनों हाथों से अपने कान बन्द करले एवं कोई विद्यार्थी गोल घेरे के बीच में आकर कोई बात बोलेगा। बच्चों से चर्चा करेंगे कि आपको सुनाई दिया ? नहीं सुनाई दिया जो उसके क्या कारण थे।</p> <p>त्वचा पर आधारित गतिविधि— दो गिलास लेकर एक में ठण्डा पानी व दूसरे में सामान्य पानी लेकर बच्चों को पानी को स्पर्श करने को करने को कहेंगे। एवं त्वचा द्वारा ठण्डा एवं गर्म का पता लगने पर चर्चा करेंगे।</p> <p>जीभ पर आधारित गतिविधि— अलग—अलग स्वाद की चीजों को इकट्ठा करके उनका स्वाद का पता लगाने को कहेंगे जैसे खट्टा, मीठा, कडवा, नमकीन आदि। इस हेतु खाद्य—सामग्री काम में ली जा सकती है।</p>
प्रवेश कक्षा 3 से 5	हमारे पशु—पक्षी जलचर, थलचर एवं नभचर की पहचान कर पाना।	घरेलू एवं जंगली जानवरों की पहचान रेपिड फायर प्रश्नोत्तरी	<p>रोल प्ले—कक्ष में विद्यार्थियों को संभव हो तो गोल घेरें में बिठाकर विभिन्न जानवरों कर आवाज एवं व्यवहार पर चर्चा करेंगे एवं अब कुछ चयनित विद्यार्थियों आवाज के साथ इन जानवरों पर रोल—प्ले करेंगे।</p> <p>प्रश्नोत्तरी— आवास के आधार पर जानवरों पर आधारित प्रश्नोत्तरी आयोजित की जायेगी। इसमें शिक्षक जानवरों के नाम जल्दी— जल्दी बोलेंगे एवं विद्यार्थी उसी क्रम में उनके आवास के आधार पर जलचर, थलचर एवं नभचर बोलेंगे। जो विद्यार्थी गलत उत्तर देगा वो आउट होता जायेगा, एवं अंत में बचा हुआ विद्यार्थी विजेता माना जावेगा।</p>
दिशा कक्षा 6 से 8	कम्पोस्ट खाद बनाना	कम्पोस्ट एवं जैविक खाद की महत्ता पर समझ बनाना।	<p>क्रियात्मक कार्य—सामग्री— गैती, फावड़ा, तगारी आदि सभी विद्यार्थियों को सदनवार बिठाकर आवश्यक उक्त सामग्री उपलब्ध करायी जायेगी एवं सदनवार ही उनसे कम्पोस्ट खाद बनने की प्रक्रिया पर चर्चा करेंगे।</p>

			अब सदनवार ही विद्यार्थी एक गड्ढा बनाकर उसमें सड़ी गली पत्तियां, गोबर आदि डालकर ढक देगें एवं थोड़ा पानी डालकर नियमित अवलोकन करेंगे एवं अगले माह के शनिवार को इसको खोल कर वापस अवलोकन करेंगे।
क्षितिज कक्षा 9 से 10	हमारी समस्या, हमारा शोध	समस्याओं को जानने व उसके समाधान का कौशल विकसित करना	विद्यार्थियों को सदन वार विभाजित कर विद्यालय के संसाधनों के बारे में चर्चा करना जैसे पानी, बिजली, हरित भाग की उपलब्धता, कचरा प्रबन्धन, कक्षा कक्ष में प्रकाश की उपलब्धता आदि। अब उपरोक्त विषयों को समूहवार आवंटित किया जायेंगा। व उक्त विषयों पर विद्यार्थी शोध कार्य (दिये गये विषय का विश्लेषण, वर्तमान स्थिति, चुनौतियां एवं सुधार हेतु सुझाव) करेंगे एवं अपनी समेकित रिपोर्ट प्रस्तुत करेंगे। इस गतिविधि को ग्रीन स्कूल प्रोग्राम से भी जोड़ सकते हैं। ग्रीन स्कूल प्रोग्राम की अधिक जानकारी के लिये निम्न बेवसाईट पर लॉग इन कर सकते हैं। https://www.greenschoolsprogramme.org
उन्नति कक्षा 11 से 12	अंकुरण विधि	विद्यार्थियों को मोटे अनाज एवं मिलेट एवं दालों पर समझ बनाना एवं इनका अंकुरण करना	आवश्यक सामग्री— सभी प्रकार के मोटे अनाज के पैकेट क्रियात्मक गतिविधि— शिक्षक द्वारा दो –तीन दिन पूर्व ही कुछ अनाजों को भिगोकर रखना होगा ताकि उनमें अंकुरण की प्रक्रिया प्रारम्भ हो सके। इसके बाद विद्यार्थियों को समूहवार विभाजित कर अंकुरित दानों के पैकेट उपलब्ध करायेंगे एवं उनको अलग—अलग सदनवार सुरक्षित जगह पर जमीन को साफ करके उगायेंगे एवं नियमित अवलोकन करेंगे। अवलोकन के द्वौरान कुछ बाते याद करेंगे जैसे— अंकुरण की अवधि, मूलांकुर एवं प्रांकुर की संरचना एवं प्रथम बार निकली पत्तियों की संरचना आदि।

नोट: मैं वैज्ञानिक बनूंगा थीम में जारी की जा रही गतिविधियां अक्टूबर व नवम्बर माह के मेमो में भी जारी की गयी थीं किन्तु दोनों माह में चर्तुर्थ शनिवार को शाला अवकाश होने कारण पुनः ये गतिविधियां जारी की जा रही हैं।

- 15 अगस्त, 26 जनवरी व 2 अक्टूबर के अतिरिक्त पंचांग में दर्शाये गये समस्त उत्सवों/जयत्तियों का आयोजन आगामी शनिवार को किया जाये। शिक्षकों व सक्रिय भागीदारी निभाने वाले विद्यार्थियों द्वारा विधिवत् रूपरेखा तैयार कर उक्त शनिवार से पूर्व ही पूरी तैयार कर ली जाये, ताकि बस्ता मुक्त दिवस के दिन समारोहपूर्वक गतिविधियों को आयोजित किया जा सके।
 - माह के अंतिम शनिवार को समस्त गतिविधियों के उपरांत समस्त राजकीय विद्यालय में 40 मिनट शिक्षकों एवं विद्यार्थियों द्वारा स्वैच्छिक श्रमदान किया जाये।
 - पारम्परिक घरेलू कुटीर उद्योग का व्यवहारिक प्रदर्शन कारवाया जाये, जैसे मिट्टी के बर्तन या खिलौने बनाना, तकली कातना, चरखे का उपयोग इत्यादि। इस हेतु विद्यालय के आसपास से कारीगर/कलाकार/विषय-विशेषज्ञ को विद्यालय में आमन्त्रित कर प्रत्यक्ष प्रदर्शन करवाने कर प्रयास किया जा सकता है।
-