Government of Rajasthan

संभावनाओं का शनिवार
नो बैग डे

शिक्षक निर्देशिका

2025-26

कक्षा 9 से 12

क्षितिज
कक्षा 9 से 10

उन्नति
कक्षा 11 से 12

संरक्षक

शासन सचिव

स्कूल शिक्षा एवं भाषा विभाग राजस्थान, जयपुर

मार्गदर्शक

राज्य परियोजना निदेशक एवं आयुक्त
राजस्थान स्कूल शिक्षा परिषद्,
जयपुर

निदेशक
राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्,
उदयपुर

समन्वयक

....

प्रभागाध्यक्ष

राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्,

उदयपुर

संपादक एवं प्रभारी अधिकारी

डॉ. नवनीत शर्मा

असिस्टेंट प्रोफेसर

राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्

उदयपुर

राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्,

उदयपुर

विकास समूह –

1. श्री थान सिंह, असिस्टेंट प्रोफेसर, आईएएसई अजमेर
2. श्रीमती इंदिरा शर्मा, व्याख्याता, राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय हट्टीपुरा, बूंदी
3. श्रीमती मोनिका लोधा, व्याख्याता, राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय जयस्थल, केशवरायपाटन, बूंदी
4. श्री आनंद कुमार पारीक, वरिष्ठ अध्यापक, राजकीय नेत्रहीन छात्रावासित उच्च माध्यमिक विद्यालय, बीकानेर
5. श्री छत्रपाल सिंह चारण, वरिष्ठ अध्यापक, राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय बुचेटी, बावड़ी, जोधपुर
6. श्री नौरत्न शर्मा, वरिष्ठ अध्यापक, राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय झरना, मौजमाबाद, जयपुर
7. डॉ. दिपेन उपाध्याय, वरिष्ठ अध्यापक, राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, सेरा, झाडोल, उदयपुर
8. श्री विक्रम सिंह झाला, वरिष्ठ अध्यापक, महात्मा गाँधी राजकीय विद्यालय कुराबड़, उदयपुर
9. श्री दीक्षित दवे, अध्यापक, राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय बिछावाड़ा , सज्जनगढ़, बाँसवाड़ा
10. श्री जाग्रत सिंह परमार, अध्यापक, राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय टिम्बागामड़ी, घाटोल, बाँसवाड़ा
11. श्री रोहित पाटीदार, अध्यापक, राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय मैयावत, सज्जनगढ़, बाँसवाड़ा
12. श्री रणवीर सिंह राणावत, शा.शिक्षक, महात्मा गाँधी राजकीय विद्यालय सुखदेवी नगर, बेदला, उदयपुर

सहयोगी संस्थाएँ

1. अंतरंग फाउंडेशन
2. क्षमतालय फाउंडेशन

सर्वाधिकार सुरक्षित

प्रकाशक की पूर्व अनुमति के बिना प्रकाशन के किसी भाग को छापना तथा इलेक्ट्रॉनिकी, मशीनी, फोटो प्रतिलिपि, रिकॉर्डिंग अथवा किसी अन्य विधि से पुनः प्रयोग पद्धति द्वारा संग्रहण अथवा प्रसारण वर्जित है।

राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्, उदयपुर

दिशा बोध

शिक्षा विभाग, राजस्थान सरकार विद्यालयीय शिक्षा में संपोषित शैक्षिक विकास एवं समावेशी शिक्षा की आवश्यकता की पूर्ति हेतु विद्यार्थी हित में निरंतर नवाचार करने के लिए राष्ट्रीय स्तर पर अग्रणी एवं विख्यात है।

यशपाल कमेटी (1993) के लक्ष्य ‘Learning without Burden’ एवं राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 की मूल मंशा विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास की संकल्पना को प्रभावी रूप से प्राप्त करने के लिए ‘नो बैग डे’ कार्यक्रम वर्ष 2020 से राजस्थान में सफलतापूर्वक सतत् गतिमान है। शिक्षा विभाग राजस्थान ने इस कार्यक्रम की सफल क्रियान्विति एवं प्रभावी संपादन हेतु संस्था प्रधानों एवं शिक्षकों की सहायतार्थ ‘नो बैग डे’ निर्देशिका का पूर्व में निर्माण किया था। वर्तमान सत्र में इसे परिष्कृत कर प्रत्येक विद्यालय को निर्देशिका वितरित किया जानी है। 'नो बैग डे' कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को पुस्तकों के बोझ से मुक्तकर रचनात्मक, व्यावहारिक और आनंददायक गतिविधियों के माध्यम से सीखने के अवसर प्रदान करना है।

इस निर्देशिका में ‘नो बैग डे’ की गतिविधियों हेतु कक्षानुसार पाँच समूह एवं थीम निर्धारित की गई हैं। विगत वर्षों के अनुभव, वर्तमान आवश्यकताओं तथा विद्यार्थियों के समग्र (360°) विकास की संकल्पना के परिप्रेक्ष्य में इस निर्देशिका में प्रासंगिक थीम आधारित गतिविधियों- हरियालो राजस्थान, नागरिक शिष्टाचार, सामाजिक सरोकार, कुटुम्ब शिक्षा एवं प्रबोधन, मानसिक तनाव और प्रबंधन, कचरा प्रबंधन, जल संरक्षण आदि को सम्मिलित किया गया है।

विद्यार्थियों को विद्यालय स्तर पर व्यक्तिगत विकास के विभिन्न आयामों - प्रभावी संप्रेषण कौशल, नैतिक एवं मानवीय मूल्यों का निर्माण, नेतृत्व क्षमता का विकास, समय प्रबंधन की समझ आदि से अवगत कराना है जो उनके स्वर्णिम एवं सफल भविष्य की दृष्टि से श्रेयस्कर रहेगा।

आप सभी को ‘नो बैग डे’ कार्यक्रम की सफल एवं वांछित क्रियान्विति हेतु कोटिशः शुभकामनाएँ।

शासन सचिव

स्कूल शिक्षा एवं भाषा विभाग राजस्थान,

जयपुर

प्राक्कथन

'नो बैग डे' कार्यक्रम राजस्थान सरकार की अनूठी पहल है जो विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लक्ष्य के साथ आनंददायी अधिगम की संभावनाओं को साकार करने के लिए वर्ष 2020 से लागू किया गया है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 की मंशा विद्यार्थियों को पाठ्यक्रम के दबाव, परीक्षा के भय, गृहकार्य आदि से मुक्त रखते हुए अधिगम की सकारात्मक, आनंददायी परिस्थितियाँ उपलब्ध करवाकर विद्यार्थियों को भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार करना है। इसी परिप्रेक्ष्य में राजस्थान में **'नो बैग डे'** कार्यक्रम लागू किया गया जो राष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसनीय एवं अनुकरणीय रहा है। पूर्व में प्रकाशित 'नो बैग डे' निर्देशिका में वर्णित थीम के अतिरिक्त थीम आधारित गतिविधियाँ यथा – **हरियालो राजस्थान, नागरिक शिष्टाचार, सामाजिक सरोकार, कुटुंब शिक्षा एवं प्रबोधन, मानसिक तनाव एवं प्रबंधन, कचरा प्रबंधन, जल संरक्षण** आदि का समावेश कर निर्देशिका को अद्यतन करना प्रासंगिक एवं समीचीन है।

नवीन संदर्शिका में जोड़ी गई थीम आधारित गतिविधियाँ विद्यार्थियों को अपने परिवेश के प्रति जागरुक करने के साथ -साथ उनमें दायित्व बोध बढ़ाने, सभ्य एवं उत्तरदायी नागरिक बनाने की दिशा में प्रभावी कदम सिद्ध होगा। आनंददायी एवं दबाव मुक्त शिक्षण गतिविधियों के माध्यम से अनौपचारिक परिवेश में सहजता से सीखा हुआ ज्ञान स्थायी एवं सुदृढ़ रहता है। अतः यह कार्यक्रम बाल मनोविज्ञान एवं राज्य की शिक्षा व्यवस्था को नवीन दिशा प्रदान करेगा।

विद्यालयीय शिक्षा केवल पाठ्यपुस्तकों तक सीमित नहीं है अपितु यह जीवन मूल्यों, रचनात्मकता और व्यावहारिक ज्ञान के संवर्धन का माध्यम भी है। इसी सोच को साकार करने के उद्देश्य से **'नो बैग डे'** की संकल्पना को अपनाया गया है।

निदेशक

राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्

उदयपुर

'नो बैग डे' कार्यक्रम के आयोजन के संबंध में दिशा निर्देश-

संस्था प्रधान हेतु -

1. शिविरा पंचांग 2025-26 के निर्देशानुसार प्रत्येक माह के शनिवार को 'नो बैग डे' कार्यक्रम मनाया जाना है। इस संदर्भ में विभिन्न अपेक्षित गतिविधियों का संग्रह इस निर्देशिका में किया गया है। समस्त संस्था प्रधान, 'नो बैग डे' प्रभारी एवं शिक्षकों के माध्यम से उक्त गतिविधियों का सदुपयोग 'नो बैग डे' कार्यक्रम के प्रभावी एवं रोचक संपादन हेतु करें।
2. 'नो बैग डे' कार्यक्रम की निर्देशिका का आवश्यक रूप से अध्ययन करें एवं 'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियाँ शिविरा पंचांग के अनुसार आयोजित की जाएँ। यदि पंचांग में किसी विशेष गतिविधि का उल्लेख है तो उसे प्राथमिकता देते हुए संबंधित शनिवार को सम्मिलित किया जाए। शिविरा पंचांग में दिए गए विशेष उत्सव, जयंती व पर्व का आयोजन उस सप्ताह के शनिवार को आयोजित 'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियों में समाहित करते हुए किया जाए।
3. 'नो बैग डे' कार्यक्रम हेतु स्टाफ मींटिग का आयोजन जुलाई माह के प्रथम सप्ताह में करें।
4. **'नो बैग डे' कार्यक्रम हेतु प्रभारियों की नियुक्ति -**
   - संस्था प्रधान 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी एवं सह प्रभारी नियुक्त करें जो 'नो बैग डे' कार्यक्रम की समस्त गतिविधियों का समन्वय करेंगे एवं गतिविधि आयोजन के समस्त उत्तरदायित्वों का निर्वहन करेंगे।
   - थीम प्रभारी - 'नो बैग डे' कार्यक्रम की पाँच थीम हैं। प्रत्येक थीम हेतु एक थीम प्रभारी नियुक्त करें जो संबंधित थीम में रूचि रखता हो या थीम विशेषज्ञ हो।
   - समूह प्रभारी की नियुक्ति- 'नो बैग डे' कार्यक्रम निर्देशिका के अनुसार पाँच समूह है- 1. अंकुर 2. प्रवेश 3. दिशा 4. क्षितिज 5. उन्नति। प्रत्येक समूह हेतु एक समूह प्रभारी और एक सह समूह प्रभारी नियुक्त करें जो संबंधित कक्षाओं के कक्षाध्यापक हो। यदि शिक्षकों की पर्याप्त उपलब्धता है तो 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी एवं थीम प्रभारी को समूह प्रभारी एवं सह समूह प्रभारी नियुक्त नहीं करें।
5. सप्ताह के प्रारंभ में ही शनिवार को आयोजित होने वाली 'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियों के बारे में समस्त विद्यार्थियों एवं स्टॉफ को प्रार्थना सभा में ही अवगत करवाएं। 'नो बैग डे' कार्यक्रम गतिविधियों के वार्षिक योजना का फलेक्स तैयार कर विद्यालय परिसर में चस्पा करवाएँ।
6. 'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियों में श्रेष्ठ कार्य करने वाले शिक्षक और विद्यार्थियों को 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी की अनुशंसा पर शनिवारीय कार्यक्रम, प्रार्थना सभा या वार्षिकोत्सव कार्यक्रम में सम्मानित करें।

'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी, सह प्रभारी, थीम प्रभारी, समूह प्रभारी एवं सह समूह प्रभारी हेतु -

1. कार्यक्रम प्रभारी इनकी सूचना प्रपत्र-अ के रूप में 'नो बैग डे' कार्यक्रम के रजिस्टर में संधारित करेंगे। 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी थीम प्रभारियों के सहयोग से जुलाई के द्वितीय सप्ताह के प्रथम कार्य दिवस तक 'नो बैग डे' कार्यक्रम की वार्षिक कार्य योजना तैयार करेंगे, जिसका संस्था प्रधान द्वारा अनुमोदन करवाएँ। प्रत्येक माह के प्रथम सोमवार को वार्षिक कार्ययोजना के अनुरूप मासिक कार्ययोजना प्रपत्र-ब में तैयार करवाएँ।
2. शनिवार को आयोजित होने वाली 'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियों के बारे में उस सप्ताह के प्रारंभ में ही समस्त विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को प्रार्थना सभा में अवगत करवा दें।
3. थीम प्रभारी एवं समूह प्रभारी के सहयोग से 'नो बैग डे' कार्यक्रम के आयोजन के बाद प्रतिवेदन तैयार करवाकर थीमवार पोर्टफोलियो तैयार करें, जिसे सत्रांत कार्यालय में जमा करवाएँ। प्रतिवेदन में गतिविधियों के आयोजन से संबंधित सुझाव लिखें जिससे आगामी गतिविधियों को श्रेष्ठ बनाया जा सके।

4. मासिक योजना में निर्धारित कालांश, समय एवं स्थान के अनुसार गतिविधियों का आयोजन कर समूह प्रभारी एवं थीम प्रभारी संयुक्त रूप से प्रतिवेदन तैयार कर 'नो बैग डे' प्रभारी को प्रस्तुत करें। 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी संकलित प्रतिवेदन के आधार पर गतिविधि का संख्यात्मक डाटा तैयार कर शाला दर्पण मॉड्यूल में अपडेट करेंगे। संबंधित थीम प्रभारी थीम के अनुसार पोर्टफोलियो का निर्माण करेंगे, प्रत्येक पोर्टफोलियो थीम आधारित होगा। कार्यक्रम प्रभारी समस्त प्रतिवेदनों को संबंधित थीम के पोर्टफोलियो में संधारित करेंगे एवं सभी गतिविधियों से प्राप्त चार्ट/मॉडल/सर्वेक्षण प्रपत्र/वीडियो/फोटोग्राफ्स आदि जो गतिविधि के होने को प्रमाणित करें की सॉफ्ट या हार्ड कॉपी सत्र पर्यन्त संरक्षित व सुरक्षित रखी जाए।
5. 'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियों में श्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के नाम संस्था प्रधान को प्रस्तावित करें।
6. गतिविधियों के आयोजन के बाद विद्यालय के शिक्षकों से फीडबैक लेना सुनिश्चित करें एवं आयोजित गतिविधियों को शिक्षण कार्य से जोड़ें।
7. 'नो बैग डे' कार्यक्रम के आयोजन के बाद आयोजन की सूचना शालादर्पण पोर्टल पर अपलोड करें।
8. गतिविधि प्रारंभ करने से पूर्व विद्यार्थियों के ध्यानाकर्षण हेतु छोटी-छोटी ऊर्जावान गतिविधि करवाया जाना सुनिश्चित करेंगे जैसे-
   - शिक्षक नमस्कार बोलेगा तो विद्यार्थी नमस्ते कहेंगे (2–3 बार पुनरावृति)।
   - ताली अथवा चुटकी बजाना।
   - व्यायाम करवाना। जैसे- हाथ ऊपर उठाकर दाएँ-बाएँ हिलाना, सिर को दाएँ अथवा बाएँ तरफ झुकाना आदि।

'नो बैग डे' कार्यक्रम की गतिविधियों को आयोजित करने हेतु सामान्य जानकारी-

- 'नो बैग डे' कार्यक्रम निर्देशिका में दी गई गतिविधियों के लिंक/क्यूआर कोड को स्कैन कर सहायता ली जा सकती है। इस निर्देशिका में दी गई गतिविधियाँ आधार मात्र हैं। इसके अतिरिक्त गतिविधियों का चयन शिक्षक अपने स्व-विवेक या ऑनलाइन सर्च करके भी सुनिश्चित कर सकते हैं। गतिविधि के चयन के पश्चात् एवं सम्मिलित करने से पूर्व शिक्षक विद्यालय के संस्था प्रधान से अनुमोदन अवश्य करवा लें।
- गतिविधियों में मानवीय मूल्यों जैसे- करुणा, दया, प्रेम एवं सहयोग आदि के साथ-साथ नैतिक मूल्यों जैसे - ईमानदारी, सहिष्णुता, सदाचार, देशप्रेम, राष्ट्रभक्ति आदि को भी विकसित किए जाने के उद्देश्यों को समाहित करें।
- गतिविधियों का आयोजन करते समय गतिविधि की विषयवस्तु में स्थानीय रीति-रिवाज, कुरीति उन्मूलन, उत्सव एवं सांस्कृतिक धरोहर आदि को समाहित करें।
- 'नो बैग डे' कार्यक्रम को रोचक बनाने हेतु नवीन गतिविधियों को समय, स्थान एवं परिस्थितियों के अनुकूल जोड़ें।
- पाठ्यपुस्तकों में दी गई गतिविधियाँ भी सम्मिलित की जा सकती हैं।
- गतिविधियों के लिए समूह अथवा उपसमूह लिंग या कक्षा-स्तर के आधार पर नही बनाएँ।
- 'नो बैग डे' कार्यक्रम के दौरान निर्मित श्रेष्ठ कलाकृतियाँ/मॉडल/पोस्टर/क्राफ्ट को प्रदर्शित करने हेतु 3H Corner बनाए जाएँ।
- **निर्देशिका की समस्त गतिविधियाँ अपनी सुविधा एवं स्थानीय परिस्थितियों को दृष्टिगत रखते हुए पूर्ण करवानी है साथ ही गतिविधियों से संबंधित दस्तावेज का संधारण करना अनिवार्य है।**

अनुक्रमणिका

क्र. सं.	नो बैग डे गतिविधियाँ	पृष्ठ संख्या
1	जुलाई, 2025	1
2	अगस्त, 2025	11
3	सितंबर, 2025	21
4	अक्टूबर, 2025	30
5	नवंबर, 2025	39
6	दिसंबर, 2025	46
7	जनवरी, 2026	52
8	फरवरी, 2026	60
9	मार्च, 2026	67
10	अप्रेल, 2026	72
11	संलग्नक 1 (आउटडोर खेल गतिविधियाँ)	
12	संलग्नक 2 (मॉनिटरिंग प्रपत्र)	

जुलाई 2025

थीम - आओ राजस्थान को जानें

गतिविधि का नाम- 'राजस्थान के संभाग एवं जिले' (मानचित्र पठन एवं लेखन) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- राजस्थान की बाह्य एवं आंतरिक सीमाओं के बारे में जानकारी प्राप्त करना।

आवश्यक सामग्री- राजस्थान के आउटलाईन वाले रिक्त भौगोलिक एवं व राजनैतिक मानचित्र, पेंसिल, स्केच, स्केल, रबर, प्रोजेक्टर आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश-

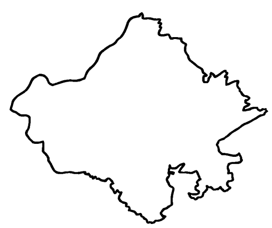
- शिक्षक विद्यार्थियों को आवश्यक सामग्री उपलब्ध करवाएँगे।
- गतिविधि के दौरान शिक्षक विद्यार्थियों के मध्य रहकर उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- सर्वप्रथम कुल दस संभाग के लिए विद्यार्थियों के दस समूह बनाए जाएँगे।
- प्रत्येक समूह मंच पर आकर अपने संभाग के बारे में मुख्य जानकारी प्रदान करेगा।
- प्रतियोगिता में प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले समूहों के नाम विद्यालय के नोटिस बोर्ड पर चस्पा कर उन्हें प्रोत्साहित किया जाएगा।

सीखने के प्रतिफल-

इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थी राजस्थान की बाह्य एवं आंतरिक सीमाओं के बारे में समझ सकेंगे।



करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं?

- **टूर गाइड** - पर्यटकों को सांस्कृतिक और ऐतिहासिक स्थलों की जानकारी देना।
- **प्रशासनिक अधिकारी** - जिले और राज्य के प्रशासन का संचालन करना।
- **शोधकर्ता** - समस्याओं पर अध्ययन करके नए समाधान और जानकारी प्राप्त करना।
- **कंटेंट क्रिएटर** - राजस्थान की संस्कृति पर आधारित डिजिटल सामग्री बनाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम- 'हरियालो राजस्थान' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- वृक्षों के महत्त्व और उनकी आवश्यकता के बारे में जागरुक करना।

आवश्यक सामग्री- पौधे (छोटे पौधों के बीज), पानी के कनस्तर, खाद (कम्पोस्ट), गमले या बगीचे की जमीन, ग्लव्स, कुदाल, फावड़े, अन्य बागवानी उपकरण, पोस्टर बनाने के लिए कागज, रंग, ब्रश, नाम टैग्स और पौधों की पहचान के लिए छोटे बोर्ड।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- शिक्षक विद्यार्थियों को निर्देश दें कि वे पौधों को कैसे और कहाँ लगाएँगे।
- गतिविधि के दौरान शिक्षक विद्यार्थियों के मध्य रहकर उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- पौधे और आवश्यक सामग्री का वितरण करेंगे।
- विद्यार्थी अपने-अपने पौधों को गमले या जमीन में लगाकर इसे पर्याप्त पानी और खाद देंगे, यह ध्यान में रखते हुए कि पौधा सही तरीके से लगाया गया है।
- विद्यार्थी अपने पौधों के लिए आकर्षक नाम टैग और सजावट करेंगे।
- शिक्षक विद्यार्थियों को वृक्षारोपण और पर्यावरण संरक्षण पर आधारित पोस्टर बनाने के लिए कहेंगे।
- शिक्षक विद्यार्थियों को निर्देश देंगे कि उनके द्वारा लगाए गए पौधों की वे नियमित देखभाल करें।

भारतीय संस्कृति में वृक्षों का महत्त्व -

- भारतीय संस्कृति में वृक्षों को देवतुल्य माना गया है और उनकी पूजा की जाती है।
- पीपल, तुलसी, नीम आदि पेड़ों को धार्मिक और आयुर्वेदिक दृष्टि से अत्यंत उपयोगी माना गया है।
- इनसे वायुमंडल शुद्ध होता है और वातावरण में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।
- वृक्ष धरती के तापमान को नियंत्रित करने, वर्षा लाने और जैव विविधता बनाए रखने में सहायक होते हैं।
- इस प्रकार, वृक्षों की पूजा केवल आस्था नहीं अपितु विज्ञान पर आधारित जीवनदृष्टि है।

सीखने के प्रतिफल-

इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थी न केवल वृक्षारोपण के महत्त्व को समझेंगे अपितु रोमांचक और शिक्षाप्रद अनुभव के रूप में भी अपना सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **पर्यावरण वैज्ञानिक** - पर्यावरण संरक्षण और प्रदूषण नियंत्रण पर अध्ययन करना।
- **वन अधिकारी** - वनों की सुरक्षा और वन्यजीवों का संरक्षण करना।
- **बागवानी विशेषज्ञ** - पौधों की नई प्रजातियाँ विकसित करना और उनकी देखभाल करना।
- **पर्यावरण कार्यकर्ता** - वृक्षारोपण, जल संरक्षण और हरियाली अभियानों में भाग लेना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - भाषाई समझ से अभिव्यक्ति की ओर

गतिविधि का नाम- 'शब्दों से वाक्य निर्माण' (हिन्दी/अंग्रेजी दोनों) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों में वाक्य संरचना की समझ बढ़ाना।
- शब्दों का सही क्रम में उपयोग सीखना।
- रचनात्मकता और भाषा कौशल को प्रोत्साहित करना।

आवश्यक सामग्री- फ्लैशकार्ड्स (प्रत्येक पर एक-एक शब्द लिखा हो), पेपर और पेन/पेंसिल, व्हाइटबोर्ड और मार्कर (वैकल्पिक)।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- शिक्षक विद्यार्थियों को आवश्यक सामग्री उपलब्ध करवाएँगे।
- गतिविधि के दौरान शिक्षक विद्यार्थियों के मध्य रहकर उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करेंगे।
- समूहों को दिए गए शब्दों का उपयोग करके वाक्य बनाने के लिए कहेंगे। वाक्य अर्थपूर्ण और व्याकरणिक रूप में सही होने चाहिएँ।

गतिविधि के चरण-

- **प्रस्तावना-** शिक्षक विद्यार्थियों को वाक्य निर्माण के महत्त्व और उद्देश्य को समझाएँगे।
- **समूह गठन-** विद्यार्थियों को समूहों में विभाजित करेंगे, प्रत्येक समूह में तीन से चार विद्यार्थी हो सकते हैं।
- **शब्द वितरण-** प्रत्येक समूह को 10-15 फ्लैशकार्ड्स देंगे जिन पर अलग-अलग शब्द लिखे हों।
- **वाक्य निर्माण-** समूहों को दिए गए शब्दों से वाक्य बनाने का समय देंगे।
- **प्रस्तुति-** प्रत्येक समूह से उनके बनाए वाक्यों को कक्षा के सामने प्रस्तुत करने के लिए कहेंगे।
- **चर्चा और निष्कर्ष-** प्रस्तुतियों के बाद वाक्यों पर चर्चा करेंगे और सही वाक्य संरचना के महत्त्व को दोहराएँगे।

सीखने के प्रतिफल-

- विद्यार्थियों में वाक्य संरचना की समझ बढ़ सकेगी।
- विद्यार्थी शब्दों का सही क्रम में उपयोग सीख सकेंगे।
- विद्यार्थियों में रचनात्मकता और भाषा कौशल का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **भाषा शिक्षक** - हिंदी, अंग्रेजी आदि भाषाओं का शिक्षण कराना।
- **लेखक** - लेख, कहानियाँ या कविताएँ लिखना और विचार प्रस्तुत करना।
- **पत्रकार** - सूचनाएँ एकत्रकर रिपोर्टिंग के माध्यम से उन्हें प्रस्तुत करना।
- **स्क्रिप्ट राइटर** - नाटकों, फिल्मों और वेब सीरीज के लिए संवाद लिखना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम - हास्य नाटक -'कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) की दुनिया' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों को कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) की महत्ता, उपयोगिता और इसके भविष्य में संभावित प्रभावों के बारे में जागरुक करना।

आवश्यक सामग्री- पात्रों के नाम टैग्स, नाटक की स्क्रिप्ट, प्रॉप्स जैसे - रोबोटिक उपकरण, लैपटॉप, टोपी, चश्मे, पोस्टर, बोर्ड, मार्कर (AI के प्रभाव लिखने के लिए), नोटबुक और पेन (सीखने के प्रतिफल लिखने के लिए), चार्ट पेपर और रंगीन पेंसिल।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- शिक्षक विद्यार्थियों को आवश्यक सामग्री उपलब्ध करवाएँगे।
- गतिविधि के दौरान शिक्षक विद्यार्थियों के मध्य रहकर उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करेंगे।
- गतिविधि के पश्चात शिक्षक AI के लाभ और हानियों के बारे में विद्यार्थियों को बताएँगे ।

गतिविधि चरण-

- सभी विद्यार्थी अपने-अपने रोल के बारे में जानकारी प्राप्त करेंगे ।
- नाटक का अभ्यास करेंगे और फिर सभी के सामने प्रस्तुत करेंगे।

नाटक- 'AI की मस्ती भरी दुनिया'

पात्रों का परिचय

- **प्रोफेसर चतुर**-एक बुद्धिमान और थोड़ा सा चतुर AI विशेषज्ञ।
- **रोबोट रामू**-एक रोबोट जो AI के उपयोग से चलता है और बहुत मजाकिया है।

- **मीनू-**प्रोफेसर की सहायक जो थोड़ी गुस्सैल है लेकिन काम में कुशल है।
- **टोनी-**प्रोफेसर का विद्यार्थी जो AI को समझने की कोशिश कर रहा है।
- **ग्रामीण-** प्रोफेसर के दोस्त और पड़ोसी जो AI के बारे में जानना चाहते हैं।

नाटक का विवरण

दृश्य 1 (प्रोफेसर चतुर अपने लैब में काम कर रहे हैं, रोबोट रामू पास में खड़ा है।)

- **प्रोफेसर चतुर-** (खुश होकर) वाह रामू! आज हमने तुम्हें और भी स्मार्ट बना दिया है। अब तुम मीनू की सहायता कर सकते हो।
- **रोबोट रामू-** (मजाक करते हुए) प्रोफेसर ! मुझे लगता है कि मीनू को नहीं, आपको मेरी ज्यादा आवश्यकता है।
- **मीनू-** (गुस्से में) रामू ! तुम बस अपना काम करो, प्रोफेसर की बातें मत सुनो।

दृश्य 2- (टोनी लैब में प्रवेश करता है।)

- **टोनी-** (उत्सुकता से) प्रोफेसर कृत्रिम बुद्धिमत्ता क्या है ? क्या यह हमारे लिए अच्छा है या बुरा ?
- **प्रोफेसर चतुर-**(हँसते हुए) टोनी ! AI एक तकनीक है जो मशीनों को स्मार्ट बनाती है। इससे हम बहुत सारे कार्य आसानी से कर सकते हैं लेकिन इसका सही उपयोग करना आवश्यक है।

दृश्य 3- (ग्रामीण लैब में प्रवेश करते हैं।)

- **ग्रामीण 1-** (चौंकते हुए) अरे ! रामू तो हमारे खेत में काम कर सकता है।
- **ग्रामीण 2-** (हँसते हुए) हाँ और हमें आराम करने का मौका मिल जाएगा।
- **प्रोफेसर चतुर-** (मुस्कराते हुए) बिल्कुल, AI का उपयोग खेती, चिकित्सा, शिक्षा और कई अन्य क्षेत्रों में हो सकता है।

दृश्य 4- (सभी मिलकर AI के लाभ और चुनौतियों पर चर्चा करते हैं।)

- **मीनू-** (गंभीर होकर) लेकिन प्रोफेसर, हमें AI के साथ सावधानी भी बरतनी चाहिए। गलत हाथों में यह खतरनाक भी हो सकता है।
- **प्रोफेसर चतुर-** (सहमति में सिर हिलाते हुए) सही कहा मीनू। AI का सही उपयोग और इसके नियम-कानून बनाना बहुत आवश्यक है।

दृश्य 5

(सभी मिलकर एक पोस्टर बनाते हैं जिसमें AI के लाभ और सावधानियों के बारे में लिखा होता है।)

नाटक समाप्त

- अंत में शिक्षक विद्यार्थियों के साथ मिलकर AI के लाभ और चुनौतियों पर चर्चा करेंगे।
- इसके बाद विद्यार्थी चार्ट पेपर और रंगीन पेंसिल की सहायता से AI के लाभ और सावधानियों पर एक पोस्टर बनाएँगे।

सीखने के प्रतिफल-

- विद्यार्थी यह समझ सकेंगे कि AI का उपयोग किस प्रकार किया जाता है।

- इसमें सम्मिलित तकनीकी पहलू से अवगत हो सकेंगे।
- AI का समाज और विभिन्न क्षेत्रों पर क्या प्रभाव पड़ेगा इसकी समझ विकसित हो सकेगी।
- AI के उपयोग में आने वाली चुनौतियाँ का सामना कैसे किया जा सकता है इस पर विचार कर सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **स्क्रिप्ट राइटर -** फिल्मों और वेब सीरीज के लिए संवाद और कहानियाँ लिखना।
- **रंगमंच कलाकार -** मंच पर अभिनय करके विभिन्न पात्रों को जीवंत रूप में प्रस्तुत करता है।
- **कंटेंट क्रिएटर -** डिजिटल मीडिया, यूट्यूब, फिल्म या विज्ञापन के लिए रचनात्मक सामग्री तैयार करना।
- **एआई संवाद डिजाइनर -** चैटबॉट और वर्चुअल असिस्टेंट के लिए संवाद तैयार करना जहाँ भाषा और तकनीक दोनों का उपयोग होता है।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - स्वस्थ राजस्थान-सशक्त राजस्थान

गतिविधि का नाम – 'तनाव पर डालें फ्लैशलाइट' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य -

- विद्यार्थियों में तनाव के लक्षणों को पहचानने की समझ विकसित करना।
- विद्यार्थियों को तनाव प्रबंधन के तरीके समझाना।

आवश्यक सामग्री - रंगीन पेंसिल/क्रेयॉन, चार्ट पेपर, स्पीकर (यदि उपलब्ध हो)।

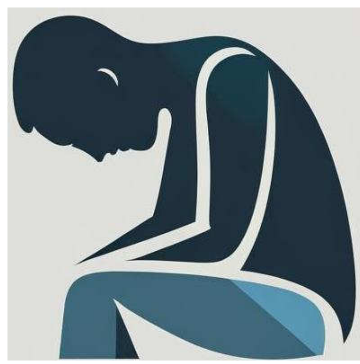
शिक्षक हेतु निर्देश -

- शिक्षक पूर्ण गोपनीयता और सहानुभूति के साथ गतिविधि कराएँगे।
- किसी भी विद्यार्थी को अनुभव साझा करने के लिए विवश न किया जाए।
- चर्चा को मूल्यांकन से मुक्त रखें (कोई भी उत्तर सही या गलत उत्तर नहीं होता)।
- शिक्षक स्वयं सकारात्मक उदाहरण देकर प्रेरित करेंगे।

गतिविधि के चरण -

- शिक्षक विद्यार्थियों से तनाव के बारे में कुछ प्रश्नों के माध्यम से चर्चा शुरू करें।
    1. क्या आप कभी घर या स्कूल की किसी परिस्थिति में परेशानी अनुभव करते हैं जब आपको घबराहट, थकान या चिड़चिड़ापन अनुभव हुआ हो ?
- तनाव तब होता है जब हमें कोई काम बहुत भारी लगता है या हम खुद पर ज्यादा दबाव अनुभव करते हैं। उदाहरण - परीक्षा का डर, पारिवारिक समस्या, दोस्तों से झगड़ा आदि।
- विद्यार्थी अपने किसी एक मित्र के साथ चर्चा करें कि उन्हें तनाव में कैसा अनुभव होता है ? जैसे - सर दर्द, नींद न आना, मन न लगना आदि।
- विद्यार्थी अपने मित्र की बात बिना किसी पूर्वधारणा के ध्यान से सुनें।

- विद्यार्थियों को चार से पाँच के समूह में बाँटें। प्रत्येक समूह से एक प्रश्न पर बात करने को कहें -
  -आपको किस समय सबसे ज्यादा तनाव होता है ?
  -आप उस समय क्या करते हैं ?
- एक चार्ट पेपर को दो भागों में बाँट लें और एक भाग में विद्यार्थी एक शब्द लिख सकते हैं जिससे वे तनाव अनुभव करते हैं।
- अब शिक्षक विद्यार्थियों को तनाव प्रबंधन के बारे में बताएँ और साँस पर ध्यान देने का अभ्यास करवाएँ।
- सभी विद्यार्थियों को आराम से बैठने को कहें।
  आँखें बंद करवाएँ और गहरी साँस लेने को कहें। नाक से गहरी साँस लें (4 गिनती तक), साँस रोकें (2 गिनती तक), मुँह से धीरे-धीरे साँस छोड़ें (6 गिनती तक)।
- यह प्रक्रिया 5 बार दोहराएँ।
- यदि संभव हो तो संगीत या पक्षियों की आवाज की रिकॉर्डिंग चलाएँ।
- अभ्यास के पश्चात् शिक्षक पूछे कि आपको कैसा अनुभव हुआ, क्या साँस पर ध्यान देना सरल था, और कौनसे तरीके हैं जो आप तनाव अनुभव होने पर अपनाते हैं ?
- शिक्षक विद्यार्थियों को तनाव प्रबंधन के सुझाव चार्ट पेपर के दूसरे भाग में लिखने को कहें।



सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी समझ सकेंगे कि तनाव एक सामान्य अनुभव है और इसे साझा किया जा सकता है।
- वे तनाव के लक्षण पहचानना सीख सकेंगे।
- विद्यार्थी उन तरीकों की पहचान कर सकेंगे जो उन्हें तनाव के समय सहायता करते हैं।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य मे काम के अवसर भी हैं ?

- **मनोवैज्ञानिक** - मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं को समझना और परामर्श देना।
- **काउंसलर** - मानसिक, भावनात्मक या सामाजिक समस्याओं का मार्गदर्शन और समाधान करना।
- **लाइफ कोच** - लोगों को व्यक्तिगत और पेशेवर जीवन में तनाव प्रबंधन व संतुलन बनाए रखने में मार्गदर्शन देना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - समुदाय में मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित जागरुकता फैलाना और जिन्हे आवश्यकता हो उन्हे सहायता प्रदान करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम - 'राजू का रक्तदान' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य -

- विद्यार्थियों को रक्तदान के महत्त्व और उसकी आवश्यकता के बारे में जागरुक करना।
- रक्तदान से जुड़ी भ्रांतियों को दूर करना।
- रक्तदान के महत्त्व को रोचक और मजेदार गतिविधियों के माध्यम से सिखाना।

आवश्यक सामग्री - रक्तदान से संबंधित चित्र और पोस्टर, प्रोजेक्टर (यदि उपलब्ध हो) या बड़ी स्क्रीन, कागज, पेंसिल, रंगीन पेंसिल / क्रेयॉन, टॉफी / चॉकलेट (प्रशंसा हेतु) आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- कहानी 'राजू का रक्तदान' की स्क्रिप्ट तैयार करें।
- छोटे-छोटे प्रमाण-पत्र तैयार करें जिन पर **'रक्तदान जागरुकता प्रमाण-पत्र'** लिखा हो।

गतिविधि चरण -

- **परिचय और कहानी सुनाना-**
  - शिक्षक एक छोटी और सरल कहानी सुनाएँगे, जिसमें एक व्यक्ति द्वारा रक्तदान से किसी की जान बचाई जाती है।
  - **उदाहरण-** 'राजू का रक्तदान'

  राजू एक नेक दिल बच्चा था। एक दिन उसने सुना कि उसके एक मित्र को रक्त की बहुत आवश्यकता है। राजू ने संवेदनशीलता रखते हुए रक्तदान किया और अपने मित्र की जान बच गई। सभी ने राजू की प्रशंसा की और उसने अनुभव किया कि रक्तदान कितना महत्त्वपूर्ण है।
- **रक्तदान का महत्त्व समझाना-**
  - रक्तदान के महत्त्व को सरल शब्दों में समझाएँगे।
  - रक्तदान से जुड़े लाभ और इससे बचाई जा सकने वाली जिंदगियों की जानकारी देंगे।
  - विद्यार्थियों को बताना कि रक्तदान सुरक्षित है और इससे हमें कोई हानि नहीं होती।
  - यदि प्रोजेक्टर उपलब्ध है तो एक छोटा वीडियो दिखाएँ जिसमें रक्तदान के महत्त्व और प्रक्रिया को दर्शाया गया हो।
  - यदि प्रोजेक्टर उपलब्ध नहीं है तो चित्र और पोस्टर के माध्यम से विद्यार्थियों को जानकारी दी जाए।
- **कला गतिविधि-**
  - विद्यार्थियों को कागज और रंगीन पेंसिल / क्रेयॉन दिए जाएँगे।
  - विद्यार्थियों से कहा जाएगा कि वे रक्तदान पर एक पोस्टर बनाएँ और एक संदेश लिखें।
- **प्रस्तुति और प्रशंसा-**

- प्रत्येक समूह और विद्यार्थी अपने पोस्टर और संदेश प्रस्तुत करेंगे।
- सभी विद्यार्थियों को उनके प्रयास के लिए छोटे-छोटे प्रमाण-पत्र दिए जाएँगे।
- प्रशंसा के रूप में सभी विद्यार्थियों को टॉफी / चॉकलेट दी जाएगी।

सीखने के प्रतिफल-

- ➢ विद्यार्थी रक्तदान के महत्त्व को समझ सकेंगे।
- ➢ विद्यार्थियों में रक्तदान के प्रति जागरुकता बढ़ सकेगी।
- ➢ विद्यार्थियों के मन में रक्तदान से जुड़ी भ्रांतियाँ दूर हो सकेगी।
- ➢ विद्यार्थियों में समाज सेवा और दूसरों की सहायता करने की भावना विकसित हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **डॉक्टर** - रोगियों की जाँच, उपचार और स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान करना।
- **ब्लड बैंक तकनीशियन** - रक्त संग्रह, परीक्षण और भंडारण का कार्य करना।
- **सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारी** - समाज में स्वास्थ्य जागरुकता फैलाना और योजनाएँ लागू करना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - लोगों की विभिन्न प्रकार की समस्याओं का समाधान एवं सहायता करना।

Job cards link-https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - खेल-खेल में विज्ञान

गतिविधि का नाम - 'पेपर ड्रॉप साइलेंस' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य -

- ध्वनि से संबंधित संप्रत्यय को समझना।
- विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास करना।

आवश्यक सामग्री - कागज या प्लास्टिक का कप, सेफ्टी पिन, कागज के टुकड़े आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- शिक्षक विद्यार्थियों को ध्वनि से संबंधित संप्रत्यय को समझाएँगे।
- नीचे दिए गए वीडियो लिंक के माध्यम से गतिविधि पर अपनी समझ विकसित कर सकते हैं।

  https-//youtu.be/55okBwApPdw?si=nMFB2WJ-gqbOHgtG

गतिविधि के चरण -

- शिक्षकों के सम्मुख विद्यार्थियों को पंक्ति में बैठाकर उनमें से एक-एक विद्यार्थी को शिक्षक के समीप आने को कहा जाएगा तथा उनके कान के समीप एक कागज या प्लास्टिक का कप या गिलास रखकर उसमें एक छोटा कागज का टुकड़ा गिराया जाए।
- यदि विद्यार्थी ध्वनि सुन ले तो कागज का टुकड़ा और अधिक छोटा किया जाएगा और यह प्रक्रिया तब तक चलती रहेगी जब तक वह उस कागज के गिरने की ध्वनि सुनाई देना बंद न हो।

सीखने के प्रतिफल-

- इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थी ध्वनि के विभिन्न पहलुओं को समझ सकेंगे कि किस प्रकार कागज की आकृति और वजन ध्वनि की तीव्रता और स्वर को प्रभावित करते हैं।
- विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **एयरोस्पेस इंजीनियर** - वायुयान, रॉकेट और ड्रोन की डिजाइन और विकास करना।
- **भौतिक विज्ञान शिक्षक** - गति, गुरुत्व बल जैसे सिद्धांतों का शिक्षण करना।
- **उत्पाद डिजाइनर** - वैज्ञानिक सोच से नए उत्पादों का नवाचार करना।
- STEM **एज्युकेटर** - विज्ञान को विद्यार्थियों को रोचक ढंग से सिखाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अगस्त 2025

थीम - आओ राजस्थान को जानें

गतिविधि का नाम - 'नदियाँ, फसलें और वर्षा की मात्रा' (मानचित्र) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - राजस्थान की नदियों, फसलों एवं वर्षा वितरण के बारे में विद्यार्थियों की समझ विकसित करना।

आवश्यक सामग्री - राजस्थान के आउटलाईन वाले रिक्त भौगोलिक एवं राजनैतिक मानचित्र, पेंसिल, स्केच, स्केल, रबर, प्रोजेक्टर, चॉक, विभिन्न रंगों की ऊन, विभिन्न अनाज, रुई, मिट्टी, कंकड़ आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- गतिविधि के दौरान शिक्षक विद्यार्थियों के मध्य रहकर उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करेंगे।
- समूह गतिविधियों के माध्यम से चर्चा करते हुए पोस्टर बनाने के लिए प्रेरित करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- सबसे पहले किसी बड़े खुले भाग (ग्राउंड या फर्श) पर राजस्थान का मानचित्र बनाया जाएगा।
- मानचित्र में अरावली पर्वतमाला बनाने के लिए मिट्टी और कंकड़ का उपयोग किया जाएगा।
- इसमें नदियों के लिए विभिन्न रंगों की ऊन का प्रयोग किया जाएगा।
- फसलों के लिए अनाज एवं रुई का उपयोग किया जाएगा।
- वर्षा वितरण को दर्शाने के लिए विद्यार्थियों को वर्षा की मात्रा के अनुसार कम या अधिक संख्या में सम्मिलित किया जाएगा।
- विद्यार्थी मानसून के आगमन की दिशा के अनुसार मानचित्र में प्रवेश करेंगे और वर्षा वितरण के आधार पर अरावली पर्वतमाला को पार करते हुए रेगिस्तानी क्षेत्र में प्रवेश कर जाएँगे, कुछ विद्यार्थी वर्षा पर्वतमाला से टकराते हुए वहीं वर्षा करते हुए दर्शाए जाएँगे।

सीखने के प्रतिफल - राजस्थान की नदियों, फसलें एवं वर्षा वितरण के बारे में विद्यार्थियों की समझ विकसित हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **कृषि वैज्ञानिक** - फसलों की उत्पादकता बढ़ाने के लिए अनुसंधान करना।
- **भूगोल शिक्षक** - नदियाँ, जलवायु भूगोल आदि विषय पढ़ाना।
- **जल संसाधन विशेषज्ञ** - नदियों और वर्षा जल के बेहतर उपयोग के लिए समाधान देना।
- **मौसम वैज्ञानिक** - तापमान, वर्षा और जलवायु का अध्ययन करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

एक भारत श्रेष्ठ भारत

गतिविधि का नाम - 'घूमर एवं बिहू' (राजस्थान और असम के मुख्य लोकनृत्य) 60 मिनट

गतिविधि का उद्देश्य - विद्यार्थियों को राजस्थान और असम दोनों राज्यों के लोक नृत्य, परंपरा, संस्कृति, वेशभूषा के बारे में जानकारी देना।

आवश्यक सामग्री - घूमर और बिहू लोक नृत्य के वीडियो लिंक, साउंड सिस्टम आदि।

1. घूमर लोक नृत्य वीडियो लिंक-https-//youtu.be/nHhRWgkkpMk
2. बिहू लोक नृत्य वीडियो लिंक-https-//youtu.be/7wD_kIfK7Cc

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक विद्यार्थियों को दोनों नृत्य करने के लिए प्रोत्साहित करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- शिक्षक सर्वप्रथम उपलब्धता अनुसार प्रोजेक्टर, कम्प्यूटर, टेलीविजन, मोबाइल आदि के माध्यम से विद्यार्थियों को घूमर और बिहू लोक नृत्यों के वीडियो दिखाएँगे।
- वीडियो देखने के पश्चात घूमर और बिहू लोक नृत्यों की विशेषताओं को बताएँगे।
- इन नृत्यों में पहनी जाने वाली वेशभूषा, वाद्य यंत्र, नृत्य करने का अवसर, गीत और अन्य पहलुओं तथा नृत्यों की समानताओं पर चर्चा करेंगे।
- शिक्षक राजस्थान और असम दोनों राज्यों के अन्य लोक नृत्यों की सामान्य चर्चा भी करेंगे।

सीखने के प्रतिफल-

विद्यार्थी राजस्थान और असम दोनों राज्यों के लोक नृत्य, परंपरा, संस्कृति, वेशभूषा के बारे में जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य मे काम के अवसर भी हैं ?

- **लोक नृत्य कलाकार** - पारंपरिक नृत्यों का मंचन करना।
- **कार्यक्रम आयोजक** - सांस्कृतिक कार्यक्रमों की योजना और संचालन करना।
- **नृत्य शिक्षक** - स्कूल या संस्थान में नृत्य सिखाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - भाषाई समझ से अभिव्यक्ति की ओर

गतिविधि का नाम- 'आशु भाषण प्रतियोगिता' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों में सार्वजनिक अभिव्यक्ति के कौशल को प्रोत्साहित करना।

आवश्यक सामग्री- टाइमर या स्टॉपवॉच, फ्लैशकार्ड्स (विभिन्न विषयों के नाम लिखे हुए), पेपर और पेन / पेंसिल, पुरस्कार (वैकल्पिक) आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश- विद्यार्थियों को समझाएँगे कि उन्हें एक विषय पर आशुभाषण देना है और उस विषय पर उन्हें निश्चित समय में अपने विचार व्यक्त करने होंगे। उन्हें एक उदाहरण भी दिया जाएगा ताकि वे गतिविधि को सही ढंग से कर सकें।

गतिविधि के चरण-

- विद्यार्थियों को बारी-बारी से बुलाएँगे और फ्लैशकार्ड्स में से एक विषय चुनने के लिए देंगे।
- विद्यार्थियों को उनके विषय पर सोचने और तैयारी करने का समय देंगे।
- प्रत्येक विद्यार्थी को उनके चुने हुए विषय पर भाषण देने के लिए बुलाएँगे।
- भाषण के बाद विद्यार्थियों को प्रोत्साहन देते हुए सुधार हेतु आवश्यक सुझाव देंगे।
- श्रेष्ठ भाषण देने वाले विद्यार्थियों को पुनर्बलन देंगे।

सीखने के प्रतिफल- विद्यार्थी आत्मविश्वास के साथ सार्वजनिक रूप से बोलने की कला में निपुण हों सकेंगे। उनके भाषाई कौशल विशेषकर मौखिक अभिव्यक्ति में सुधार हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **वकील** - अदालत में कानूनी मामलों का तर्कपूर्ण पक्ष रखना।
- **टीवी एंकर** - समाचार या कार्यक्रमों का संचालन प्रभावी भाषा में करना।
- **प्राध्यापक** - विषय की गहराई से शिक्षा देना और विद्यार्थियों को मार्गदर्शन प्रदान करना।
- **मोटिवेशनल स्पीकर** - प्रभावशाली भाषणों से लोगों को प्रेरित करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि

गतिविधि का नाम - 'सड़क सुरक्षा जागरुकता' 60 मिनट

आवश्यक सामग्री - प्रोजेक्टर, लैपटॉप/कम्प्यूटर, स्पीकर आदि। (यदि हो तो) अन्यथा आप फ्लेक्स शीट, बैनर, चार्ट, पोस्टर्स इत्यादि सामग्री का उपयोग भी कर सकते हैं)।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- यदि आपके पास ICT लैब हो तो विद्यार्थियों को सड़क सुरक्षा विषय पर पीपीटी / मूवी आदि भी दिखाएँ।
- विद्यालय में स्थानीय यातायात पुलिस, सामाजिक कार्यकर्ता या स्वयंसेवक को आमंत्रित कर विद्यार्थियों के साथ वार्ता भी करवाई जा सकती है।

गतिविधि के चरण-

- ➢ शिक्षक विद्यार्थियों के समक्ष सड़क सुरक्षा से संबंधित जागरुकता सामग्री का प्रस्तुतीकरण करेंगे-
  - स्लाइड शो
  - लघु फिल्म
  - फ्लेक्स शीट
- ➢ शिक्षक निम्नलिखित वीडियो लिंक का उपयोग उक्त गतिविधि हेतु कर सकते हैं -
  - सीट बेल्ट - https-//youtu.be/pYuqLZxcz3A
  - हेलमेट सुरक्षा - https-//youtu.be/2fViIgJIUhw
- ➢ शिक्षक विद्यार्थियों से उक्त वीडियो अथवा जागरुकता सामग्री पर चर्चा करते हुए उन्हें सड़क सुरक्षा के प्रति संवेदनशील बनाने का प्रयास करेंगे।

सीखने के प्रतिफल-

- ➢ विद्यार्थी सड़क सुरक्षा के नियमों से परिचित हों सकेंगे।
- ➢ विद्यार्थी सड़क सुरक्षा के प्रति जागरुक हों सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **ट्रैफिक पुलिस** - सड़कों पर यातायात नियमों का पालन कराना।
- **सड़क अभियंता** - सुरक्षित और उपयोगी सड़कों की रूपरेखा तैयार करना।
- **सड़क सुरक्षा प्रशिक्षक** - लोगों को सड़क सुरक्षा के प्रति जागरुक करना।
- **ऑटोमोबाइल इंजीनियर** - सुरक्षित और उन्नत वाहन तकनीक विकसित करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - स्वस्थ राजस्थान- सशक्त राजस्थान

गतिविधि का नाम - 'कमेंट्री' (आँखों देखा हाल) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - विद्यार्थियों में मौखिक अभिव्यक्ति कौशल का विकास करना।

आवश्यक सामग्री - खिलौना माइक।

शिक्षक हेतु निर्देश - शिक्षक विद्यार्थियों को अच्छी कमेंट्री की विशेषताएं बताएँगे।

गतिविधि के चरण-

- शिक्षक विद्यालय में किसी भी खेल की प्रतियोगिता का आयोजन करेंगे।
- शिक्षक विद्यार्थियों से उस खेल गतिविधि की कमेंट्री अर्थात् आँखों देखा हाल प्रस्तुत करने का अभ्यास करवाएँगे।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थियों में मौखिक अभिव्यक्ति कौशल का विकास हो सकेंगा।
- विद्यार्थियों में मौखिक अभिव्यक्ति कौशल के क्षेत्र में करियर संबंधी जागरुकता विकसित हो सकेंगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **खेल कमेंटेटर** - खेल आयोजनों का आँखों देखा हाल प्रस्तुत करना।
- **रेडियो जॉकी** - रेडियो पर संवादात्मक और मनोरंजक कार्यक्रम प्रस्तुत करना।
- **समाचार वाचक** - समाचारों को स्पष्ट और प्रभावी तरीके से पढ़ना।
- **मंच संचालक** - सार्वजनिक आयोजनों में मंच संचालन और संवाद प्रस्तुत करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि - सुरक्षित स्कूल, सुरक्षित राजस्थान (असुरक्षित स्पर्श के विरुद्ध जागरुकता)

गतिविधि का नाम - 'अच्छा स्पर्श एवं बुरा स्पर्श' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - विद्यार्थियों में अच्छे एवं बुरे स्पर्श के प्रति समझ विकसित करना।

आवश्यक सामग्री - लैपटॉप/कम्प्यूटर एवं स्पीकर (यदि हो तो, अन्यथा आप फ्लेक्सी शीट, बैनर, चार्ट, पोस्टर्स आदि सामग्री का उपयोग भी कर सकते हैं)

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक विभिन्न चित्रों या पोस्टर के माध्यम से अच्छे या बुरे स्पर्श के बारे में विद्यार्थियों को बताएँगे।

गतिविधि के चरण-

- ➢ शिक्षक अच्छे एवं बुरे स्पर्श के अंतर को वीडियो के माध्यम से समझाने के लिए नीचे दिए गए क्यू आर कोड को स्कैन करेंगे-
- ➢ शिक्षक विद्यार्थियों से निम्नलिखित बिंदुओं पर चर्चा करेंगे-

- यह समझना बहुत आवश्यक है कि अच्छा और बुरा स्पर्श केवल लड़कियों के साथ ही नहीं अपितु लड़कों के साथ भी होता है।
- यह बताना आवश्यक है कि बुरा स्पर्श करने वाले व्यक्ति हमारे जान-पहचान वाले या करीबी रिश्तेदार भी हो सकते हैं।
- कोई अनजान व्यक्ति उन्हें चॉकलेट दे, गिफ्ट दे तो उनको कहना है 'No' means 'No' (नहीं मतलब नहीं)
- यदि कोई आपको बार-बार किसी भी तरह का प्रलोभन दे रहा है और आपसे उसे छुपाने को कहा जा रहा है (Secret) तो हमें इसे अपने माता-पिता को बताना चाहिए।
- गतिविधि के अंत में शिक्षक विद्यार्थियों से निम्नलिखित बिंदुओं पर चर्चा करेंगे-
- सुरक्षित स्पर्श की जानकारी।
- बुरे स्पर्श को कैसे पहचाने ?
- असुरक्षित स्पर्श से सावधान रहने के तरीके।
- यदि आप असुरक्षित अनुभव कर रहे हैं तो क्या करें ?
- इस पूरे विषय से संबंधित महत्त्वपूर्ण जानकारियाँ।

सीखने के प्रतिफल - विद्यार्थियों में अच्छे स्पर्श एवं बुरे स्पर्श की समझ विकसित हो सकेंगी तथा बुरे स्पर्श का विरोध करने का साहस और समझ विकसित हो सकेंगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **बाल मनोवैज्ञानिक** - विद्यार्थियों की मानसिक समस्याओं को समझकर समाधान देना।
- **शिक्षक** - विद्यार्थियों को विभिन्न विषयों की शिक्षा देना।
- **बाल संरक्षण अधिकारी** - विद्यार्थियों के अधिकारों की सुरक्षा और सहायता करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - खेल-खेल में विज्ञान

गतिविधि का नाम - 'नेचर वॉक' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - आसपास के परिवेश में विभिन्न पक्षियों, जानवरों, कीड़े-मकोड़ों एवं पेड़-पौधों में विविधता / उनकी विशेषताओं के बारे में जानना।

आवश्यक सामग्री - नोटबुक, पेंसिल, पेन, स्केच पेन, चार्ट पेपर, A4 पेपर शीट और गोंद।

शिक्षक हेतु निर्देश - शिक्षक विद्यालय परिसर एवं उसके आसपास अवलोकन के दौरान विद्यार्थियों के साथ रहकर उनकी सहायता करेंगें।

गतिविधि के चरण-

- विद्यार्थियों की संख्या को ध्यान में रखकर चार से पाँच समूह बनाएँगे।
- शिक्षक सभी विद्यार्थियों के साथ पक्षियों, जानवरों एवं विभिन्न कीड़े-मकोड़ों में विभिन्न अंतरों / विशेषताओं के बारे में सामान्य जानकारी से जुड़े पक्षों पर संवाद करेंगे एवं उनको इन भिन्नताओं को नेचर वॉक अवलोकन के दौरान पहचानकर अपनी नोट बुक में दर्ज करने को कहेंगे।
- समूह 1 को पक्षी, जानवरों एवं पौधों का अवलोकन। समूह 2 को पंख, पत्तियाँ, फूल आदि का संग्रहण। समूह 3 को कीड़े-मकोड़ों का अवलोकन। समूह 4 को जानवरों के पैरों के निशान का अवलोकन और चित्र बनाना। समूह 5 को विभिन्न तरह के जीव जंतुओं के रहने के स्थान का अवलोकन एवं चित्र बनवाएँ।
- अवलोकन के बाद समूह द्वारा दर्ज अनुभवों को सभी समूह के विद्यार्थियों के साथ साझा कर आपस में चर्चा करें एवं जुटाए गए तथ्य, अवलोकन के बिंदु, चित्र आदि को चार्ट पेपर पर दर्ज कर कक्षा-कक्ष की दीवार पर चस्पा करेंगे जिससे विद्यार्थी बाद में भी इन पक्षों पर संवाद कर सामूहिक समझ बना पाएँगे।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी आसपास के परिवेश में विभिन्न पक्षियों, जानवरों, कीड़े-मकोड़ों एवं पेड़-पौधों में विविधता या उनकी विशेषताओं को अवलोकन के माध्यम से जान सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **पर्यावरण वैज्ञानिक** - पर्यावरण संरक्षण, प्रदूषण नियंत्रण और प्राकृतिक संसाधनों के अध्ययन का कार्य करना।
- **वन अधिकारी** - वनों और वन्यजीवों की सुरक्षा एवं प्रबंधन का कार्य करना।
- **जीवविज्ञानी** - पौधों, जीव-जंतुओं और उनके पारिस्थितिकी तंत्र का अध्ययन करना।
- **इको-टूरिज्म गाइड** - लोगों को प्राकृतिक स्थलों की जानकारी देना और पर्यावरणीय पर्यटन को बढ़ावा देना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम - ‘अंगों का दान - जीवन की सौगात’ 60 मिनट

गतिविधि उद्देश्य - विद्यार्थियों को अंगों के दान की महत्ता, प्रक्रिया और इसके समाज पर प्रभाव के बारे में जागरुक करना।

आवश्यक सामग्री – नाम टैग्स (रोल के लिए), जानकारी के कार्ड्स (अंगों के बारे में तथ्य, अंगदान प्रक्रिया), पोस्टर बोर्ड और मार्कर (अंगदान के लाभ लिखने के लिए), एक घंटी (रोल बदलने के संकेत के लिए), नोटबुक और पेन (सीखने के प्रतिफल लिखने के लिए)।

गतिविधि निर्देश -

- विद्यार्थियों को विभिन्न रोल आवंटित करेंगे।
- सभी विद्यार्थियों को उनके रोल के बारे में जानकारी देंगे।
- उन्हें उनके रोल के लिए जानकारी के कार्ड्स देंगे ताकि वे अपनी भूमिका को अच्छी तरह से समझ सकें।

गतिविधि के चरण -

- सभी विद्यार्थी अपने-अपने रोल को प्रस्तुत करेंगे और उनका परिचय देंगे। इससे सभी को यह समझने में सहायता मिलेगी कि वे किस भूमिका में हैं।
- एक दानदाता की कहानी सुनाई जाएगी जो अंगदान के लिए तैयार है। डॉक्टर और नर्स दानदाता और उसके परिवार को अंगदान की प्रक्रिया और लाभ के बारे में समझाएँगे। समाज के सदस्य इस परिदृश्य में अपनी प्रतिक्रियाएँ देंगे। एक प्राप्तकर्ता की कहानी सुनाई जाए जो अंग प्राप्त करने के लिए प्रतीक्षा कर रहा है। डॉक्टर तथा नर्स प्राप्तकर्ता और उसके परिवार को प्रक्रिया के बारे में समझाएँगे। समाज के सदस्य इस परिदृश्य में अपनी प्रतिक्रियाएँ देंगे।
- सभी विद्यार्थी मिलकर अंगदान के लाभ और चुनौतियों पर चर्चा करेंगे। बोर्ड पर मुख्य बिंदु लिखेंगे।

सीखने के प्रतिफल - विद्यार्थी अंगदान की प्रक्रिया को जान पाएगें।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **चिकित्सक / सर्जन** - रोगों की जाँच,उपचार और आवश्यकता होने पर शल्यक्रिया (सर्जरी)करना।
- **अंग प्रत्यारोपण समन्वयक** - अंगदान और प्राप्ति की प्रक्रिया को अस्पतालों और दाताओं के मध्य समन्वित करना।
- **हेल्थ कम्युनिकेशन एक्सपर्ट** - समाज में स्वास्थ्य संबंधी जागरुकता फैलाना और लोगों को प्रेरित करने का कार्य करना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - समाज में आवश्यकतामंद लोगों की सहायता करना और सामाजिक समस्याओं के समाधान के लिए कार्य करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

बालसभा - मेरे अपनों के संग

गतिविधि का नाम - 'आओ चुनें अपनी सरकार' (बाल संसद चुनाव) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - विद्यार्थियों के द्वारा चुनाव प्रक्रिया में भाग लेकर चुनाव प्रक्रिया को जानना।

आवश्यक सामग्री - मतदान पेटी, नामांकन पत्र, स्टांप पैड, चुनाव चिह्न, मतदान पर्ची, ट्रे, मार्कर, पेन आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- मतदान से एक दिन पूर्व शिक्षक मतदान प्रक्रिया तथा नामांकन के बारे में विद्यार्थियों को जानकारी देंगे।
- मतदान कक्ष, मतदान पेटी संबंधित प्रपत्र पहले से तैयार रखें।
- शिक्षक चुनाव प्रभारी, मतदान दल, मतगणना कर्मचारी की भूमिका निभाएँगे।

गतिविधि के चरण -

- प्रार्थना सभा में होने वाले चुनाव की घोषणा संस्था प्रधान द्वारा की जाएगी।
- प्रत्याशी अपना नामांकन पत्र (कम से कम तीन अन्य विद्यार्थी के साथ) चुनाव प्रभारी को सौंपेंगे।
- चुनाव प्रभारी द्वारा सभी प्रत्याशियों को एक-एक चुनाव चिह्न दिया जाएगा।
- कक्षा 6 एवं उससे उच्च कक्षा के सभी विद्यार्थियों के मध्य प्रत्याशी अपना चुनाव प्रचार मध्यांतर में करेंगे।
- चुनाव के दौरान एक-एक विद्यार्थी द्वारा मतदान गुप्त मतदान प्रणाली द्वारा किया जाएगा ।
- चुनाव पश्चात् मतों की गिनती होगी तथा सर्वाधिक मत प्राप्त करने वाले प्रत्याशी को विजेता घोषित किया जाएगा।
- विजेता प्रत्याशियों द्वारा अपने मुखिया का चयन कर मंत्रिमंडल का गठन किया जाएगा।
- मंत्रिमंडल के गठन के बाद सभी मंत्री अपने पद की शपथ लेंगे।

नोट- शिक्षक चुनाव प्रक्रिया के सफल संचालन हेतु स्काउट गाइड, एनसीसी एवं एनएसएस के विद्यार्थियों की सहायता लें।

सीखने के प्रतिफल- विद्यार्थियों को गुप्त मतदान प्रणाली द्वारा मतदान की जानकारी मिल सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **राजनीतिज्ञ/जनप्रतिनिधि** - देश, राज्य या स्थानीय स्तर पर जनसेवा और नीति निर्माण का कार्य करना।
- **प्रशासनिक अधिकारी** – शासन व्यवस्था को सुचारु रूप से चलाने एवं जनता की सेवा हेतु निर्णय लेना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - समाज में आवश्यकतामंद लोगों की सहायता करना और सामाजिक समस्याओं के समाधान के लिए कार्य करना।
- **लोकनीति विशेषज्ञ, विश्लेषक, राजनीतिज्ञ** - शासन की नीतियों का विश्लेषण कर सुझाव देना और शोध कार्य करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.

gov.in/careerguidance/

सितंबर 2025

थीम - आओ राजस्थान को जानें

गतिविधि का नाम - 'आओ मेले में चलें' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - विद्यार्थियों को राजस्थान के प्रसिद्ध मेलों के बारे में जानकारी देना।

आवश्यक सामग्री - पोस्टर, बोर्ड, मार्कर, रंगीन पेपर, कैंची, चिपकने वाला टेप, गोंद, प्रिंट किए गए सूचना पत्रक, राजस्थान के मेलों के चित्र और वीडियो (यदि उपलब्ध हो), प्रोजेक्टर और लैपटॉप (वीडियो दिखाने के लिए), राजस्थान के मेलों से संबंधित किताबें या इंटरनेट से प्राप्त जानकारी।

शिक्षक हेतु निर्देश - यहाँ मेले का आयोजन केवल एक रूपरेखा है । आप अपनी रचनात्मकता और आवश्यकताओं के अनुसार इसमें बदलाव कर सकते हैं।

- विद्यार्थियों को राजस्थान के प्रसिद्ध मेलों के बारे में संक्षिप्त जानकारी दी जाए।
- विद्यार्थियों को राजस्थान के मेलों पर एक वीडियो दिखाएँ।

गतिविधि के चरण-

चरण 1- परिचय-

- विद्यार्थियों से स्थानीय मेलों के बारे में चर्चा करते हुए राजस्थान के प्रसिद्ध मेलों जैसे-पुष्कर पशु मेला, डेजर्ट फेस्टिवल, मरु महोत्सव, ऊँट उत्सव आदि के बारे में संक्षिप्त जानकारी दी जाएगी।
- प्रत्येक मेले के मुख्य आकर्षण, उसकी ऐतिहासिक पृष्ठभूमि और महत्त्व के बारे में जानकारी देंगे।

चरण 2- वीडियो प्रस्तुति-

- विद्यार्थियों को राजस्थान के मेलों पर एक शैक्षिक वीडियो दिखाएँगे जिसमें मेले का दृश्य, गतिविधियाँ और परंपराएँ सम्मिलित हों।
- वीडियो के बाद विद्यार्थियों से उनके विचार और भावनाएँ पूछेंगे।

चरण 3- मेले का आयोजन -

- विभिन्न स्टॉलों के लिए जगह आवंटित करें।
- स्कूल में पोस्टर, बैनर और विज्ञापनों के माध्यम से मेले का प्रचार करें।
- नृत्य, गायन, नाटक आदि के प्रदर्शन का आयोजन करें।
- विभिन्न खेलों और प्रतियोगिताओं का आयोजन करें।
- विभिन्न प्रकार के व्यंजन और पेय पदार्थों के स्टॉल लगाएँ।
- विद्यार्थियों द्वारा बनाई गई कलाकृतियों और हस्तशिल्प का प्रदर्शन करें।
- पुस्तकों की बिक्री और प्रदर्शनी का आयोजन करें।
- गतिविधि के अंत में शिक्षक विद्यार्थियों से चर्चा करेंगे कि किस प्रकार मेले के माध्यम से हमारी कला व संस्कृति के बारे में जानकारी मिलती है।

सीखने के प्रतिफल- विद्यार्थियों में राजस्थान के विभिन्न मेलों के बारे में समझ विकसित हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य मे काम के अवसर भी हैं ?

- **लोक कलाकार** - विभिन्न कार्यक्रमों में पारंपरिक नृत्य, संगीत और नाट्य प्रस्तुतियाँ देना।
- **इवेंट मैनेजर** - किसी कार्यक्रम की योजना बनाना, उसका आयोजन करना और उसे सफलतापूर्वक संचालित करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

NO TO TOBACCO

गतिविधि का नाम - प्रश्नोत्तरी के माध्यम से साक्षात्कार लेना 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - विद्यार्थियों को तंबाकू सेवन के दुष्प्रभावों के प्रति जागरुक करना।

आवश्यक सामग्री - पेपर, पेंसिल, रबर आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश - विद्यार्थियों को तंबाकू सेवन से होने वाले दुष्प्रभाव पर एक वीडियो दिखाएँ। यदि वीडियो संभव नहीं है तो तंबाकू उत्पादों पर बनी चेतावनी को प्रदर्शित करें।

गतिविधि के चरण -

- शिक्षक विद्यार्थियों के समक्ष तंबाकू रोधी अभियान से संबंधित जागरुकता सामग्री (बीड़ी, सिगरेट, गुटका एवं तंबाकूयुक्त दंत मंजन इत्यादि के हानि) का प्रस्तुतीकरण करेंगे -
  - स्लाइड शो
  - शॉर्ट मूवीज
  - फ्लेक्स शीट
- शिक्षक निम्नलिखित वीडियो लिंक का उपयोग उक्त गतिविधि हेतु कर सकते हैं-
  - धूम्रपान के दुष्परिणाम - https-//www.youtube.com/watch?v=oizxjApBviU
  - तंबाकूयुक्त उत्पादों के दुष्परिणाम - https-//www.youtube.com/watch?v=ldJAMl3 syyU
- शिक्षक विद्यार्थियों से उक्त वीडियो अथवा जागरुकता सामग्री पर चर्चा करते हुए उन्हें तंबाकू का सेवन करने वाले लोगों हेतु एक पत्र लिखने को कहेंगे जिसमें वे तंबाकूयुक्त पदार्थों का सेवन न करने संबंधी अनुरोध करेंगे।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी तंबाकू सेवन के दुष्परिणामों से परिचित हो सकेंगे।
- विद्यार्थियों में तंबाकू रोधी अभियान के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **स्वास्थ्य संचार विशेषज्ञ -** जनस्वास्थ्य से जुड़े विषयों पर जागरुकता अभियान और सूचना प्रसार का कार्य करना।
- **पत्रकार/रिपोर्टर -** सामाजिक मुद्दों या जनहित से जुड़े विषयों पर साक्षात्कार और रिपोर्टिंग करना।
- **व्यसन परामर्शदाता -** नशा छोड़ने में लोगों की मानसिक और भावनात्मक सहायता करना।
- **शोधकर्ता -** नए ज्ञान की खोज करना तथा समस्याओं का समाधान करने के लिए विधिवत अध्ययन करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - भाषाई समझ से अभिव्यक्ति की ओर

गतिविधि का नाम- 'आत्मकथा वाचन' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों को आत्म अवलोकन और आत्म अभिव्यक्ति के लिए प्रोत्साहित करना।
- लेखन और मौखिक प्रस्तुतीकरण के कौशल को बढ़ावा देना।

आवश्यक सामग्री- कागज, पेंसिल / पेन, आत्मकथा लिखने के लिए प्रारूप (फॉर्मेट), समय मापक (टाइमर), पुरस्कार (वैकल्पिक)।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- विद्यार्थियों को अपनी आत्मकथा लिखने के लिए प्रेरित करेंगे जिसमें वे अपने जीवन की महत्त्वपूर्ण घटनाओं, उपलब्धियों और अनुभवों का वर्णन करेंगे।
- लिखने के बाद प्रत्येक विद्यार्थी को अपनी आत्मकथा का वाचन करने के लिए प्रेरित करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- आत्मकथा और उसके महत्त्व के बारे में चर्चा करेंगे।
- विद्यार्थियों को आत्मकथा लिखने का समय देंगे। एक सरल प्रारूप प्रदान करेंगे जैसे- परिचय (नाम, जन्म तिथि, जन्म स्थान), बचपन के अनुभव, स्कूल के अनुभव, विशेष घटनाएँ या उपलब्धियाँ, भविष्य की आकांक्षाएँ आदि।
- विद्यार्थियों को अपनी आत्मकथा पढ़ने की तैयारी करने का समय देंगे।
- प्रत्येक विद्यार्थी को बारी-बारी से अपनी आत्मकथा का वाचन करने के लिए बुलाएँगे।
- वाचन के बाद अन्य विद्यार्थियों से प्रशंसा और सुझाव देने के लिए कहेंगे।
- पुरस्कार वितरण (वैकल्पिक) में श्रेष्ठ आत्मकथा के लिए पुरस्कार देंगे।

सीखने के प्रतिफल-

- विद्यार्थी आत्म अवलोकन और आत्म अभिव्यक्ति के लिए प्रोत्साहित हो सकेंगे।
- विद्यार्थियों में लेखन और मौखिक प्रस्तुतीकरण के कौशल का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **लेखक** - आत्मकथा, उपन्यास, संस्मरण या रचनात्मक लेखन करना।
- **प्रेरणादायक वक्ता** - अनुभवों और प्रेरक कहानियों को साझा करना।
- **संपादक** - पुस्तकों, पत्रिकाओं, समाचार पत्रों आदि की भाषा, विषयवस्तु एवं प्रस्तुति को सुधारना। साहित्यिक पुस्तकों की भाषा और सामग्री को सुधारना एवं अंतिम रूप देना।

- **भाषा शिक्षक** - भाषा और साहित्य की शिक्षा देना।

  Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम- 'खोज - राजस्थान का रंग-बिरंगा सफर' 60 मिनट

गतिविधि का उद्देश्य-

- विद्यार्थियों को राजस्थान के प्रमुख पर्यटन स्थलों की जानकारी देना।
- विद्यार्थियों को योजना बनाना, चित्रों द्वारा अभिव्यक्ति करना और रचनात्मकता का अभ्यास कराना।
- विद्यार्थियों को ट्रैवल व हॉस्पिटैलिटी क्षेत्र से जुड़ी संभावनाओं से परिचित कराना।

गतिविधि के चरण-

- विद्यार्थी अपनी पसंद से राजस्थान के किसी एक प्रसिद्ध पर्यटन स्थल को चुनेंगे जैसे - जयपुर, जैसलमेर, उदयपुर आदि।
- विद्यार्थी निश्चित करेंगे कि वे कहाँ जाना चाहेंगे, कैसे जाएँगे, वहाँ क्या देखेंगे, क्या खाएँगे, कितने दिन रुकेंगे और खर्च कितना होगा आदि।
- विद्यार्थी चार्ट पर चित्र और जानकारी के साथ अपनी यात्रा योजना प्रस्तुत करेंगे। जैसे - यात्रा का नाम, यात्रा का साधन, यात्रा स्थल का चित्र, यात्रा विवरण और सजावट आदि।
- चार्ट के नीचे एक बॉक्स जिसमें विद्यार्थी लिखेंगे कि अगर मुझे यह कार्य पसंद है तो मैं बड़ा होकर क्या बन सकता हूँ।
- विद्यार्थी अपनी योजनाएँ कक्षा में प्रदर्शित करेंगे और संक्षेप में समझाएँगे।

आवश्यक सामग्री -

चार्ट पेपर, रंगीन कागज, स्केच पेन / रंग, कैंची, गोंद, पर्यटन स्थल के चित्र (मैगजीन/अखबार से या विद्यार्थियों द्वारा बनाए गए) राजस्थान का नक्शा (यदि उपलब्ध हो तो)

शिक्षक हेतु निर्देश -

- शिक्षक विद्यार्थियों को स्वतंत्र रूप से सोचने, कल्पना करने और प्रस्तुत करने के लिए प्रेरित करें।
- यदि कुछ विद्यार्थी विचार नहीं कर पा रहे हों तो शिक्षक उन्हें यात्रा स्थल चुनने में सहायता करें।
- शिक्षक प्रश्नों से विद्यार्थियों को सोचने के लिए प्रेरित करें, जैसे -
  -आपको यह स्थल क्यों पसंद आया ?
  -आप वहाँ क्या-क्या देखना चाहेंगे ?
- शिक्षक सभी विद्यार्थियों की भागीदारी सुनिश्चित करें तथा अंत में सभी चार्ट्स को दीवार पर प्रदर्शित करें।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी राजस्थान के प्रमुख पर्यटन स्थलों से परिचित हो सकेंगे।
- विद्यार्थी योजना बनाने, विचारों को लिखकर प्रस्तुत करने और चित्रों के माध्यम से अभिव्यक्त करना सीख पाएँगे।

- ➢ विद्यार्थियों में सहयोग, रचनात्मकता और संप्रेषण कौशल विकसित हो सकेगा।
- ➢ विद्यार्थियों को ट्रैवल और पर्यटन से जुड़े करियर की जानकारी मिल सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **पर्यटन गाइड** - ऐतिहासिक, सांस्कृतिक व पर्यटन स्थलों की जानकारी देकर देशी-विदेशी पर्यटकों को मार्गदर्शन देना।
- **ट्रैवल प्लानर** - यात्राओं की योजना बनाना, पैकेज तैयार करना एवं पर्यटकों की जरूरतों का ध्यान रखना।
- **ग्राफिक डिजाइनर** - पोस्टर, ब्रोशर एवं डिजिटल सामग्री के लिए रचनात्मक चित्रण करना।
- **संस्कृति एवं विरासत विशेषज्ञ** - राज्य की संस्कृति, परंपराओं एवं विरासत पर काम करना और इनका संरक्षण करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - स्वस्थ राजस्थान-सशक्त राजस्थान

गतिविधि का नाम- 'किचन गार्डन बनाना' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों को उनके आसपास के परिवेश में उगाई जाने वाली सब्जियों के बारे में बताना।

आवश्यक सामग्री- किचन गार्डन टूल्स, खुरपी, गेंती, फावड़ा, बीज व हैंड ग्लव्स इत्यादि।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक विद्यार्थियों को अपने आसपास उगाई जाने वाली सब्जियों के बारे में बताएँगे।

गतिविधि के चरण-

शिक्षक द्वारा विद्यार्थियों से निम्नलिखित कार्य करवाए जाएँगे-

- ➢ किचन गार्डन में श्रमदान द्वारा खरपतवार निकालना।
- ➢ बुवाई करना, क्यारी तैयार करना और उत्पाद की हारवेस्टिंग करना।
- ➢ उत्पाद को मध्याह्न भोजन में उपयोग करने हेतु उपलब्ध करवाना।

सीखने के प्रतिफल- विद्यार्थी अपने आसपास के परिवेश में उगाई जाने वाली सब्जियों के बारे में जान सकेंगे ।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **कृषक** - जैविक खेती और किचन गार्डन आधारित उत्पादन करना।
- **उद्यान विशेषज्ञ** - फल-सब्जियों की वैज्ञानिक खेती एवं उनका रखरखाव करना।
- **कृषि उद्यमी** - खेती आधारित उत्पादों का व्यापारिक प्रबंधन करना।
- **पोषण विशेषज्ञ** - लोगों को संतुलित आहार और पोषण पर परामर्श देना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि- कुटुंब प्रबंधन

गतिविधि का नाम - 'वसुधैव कुटुंबकम्' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य -

- कुटुंबजन को अपने कार्य व्यवहार से बालक का उचित पोषण करना।
- कुटुंबजन से उत्तम जीवनयापन की शिक्षा ग्रहण करना।
- माता - पिता द्वारा कहानी, खेल के माध्यम से नैतिक शिक्षा प्रदान करना।
- विद्यार्थी की गतिविधियों, वृत्तियों और आदतों का आकलन करते हुए उसे सही दिशा में अग्रसर करना।

आवश्यक सामग्री -

व्हाइट बोर्ड, माइक सेट, पेन, मुखौटे, पेपर, पेंसिल, पोस्टर कलर।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- विद्यार्थियों को कुटुंब (नाना-नानी, फूफाजी-बुआ, मौसी-मौसा) समूह में बाँटकर संबंधित रोल प्ले करने के लिए प्रेरित करेंगे।
- महत्त्वपूर्ण घरेलू, सामाजिक घटनाओं, बाजार, उपलब्धियों अनुभवों का वर्णन करेंगे।
- विद्यार्थियों को समुदाय, परिवार, सामाजिक, संबंधित विषय के पोस्टर के प्रदर्शन के लिए प्रेरित करना।

गतिविधि के चरण -

- विद्यार्थियों को कुटुंब (नाना-नानी, फूफाजी-बुआ, मौसी-मौसा) समूहों में बाँटा जाए।
- प्रत्येक समूह को एक कुटुंब एवं व्यक्तिगत विकास विभिन्नताओं से संबंधित एक विषय दिया जाए।
- उन्हें पोस्टर या भौतिक परंपराओ एवं नैतिक अभिनय के माध्यम से विचार व्यक्त करने को कहा जाए।
- प्रस्तुतीकरण के पश्चात् अन्य विद्यार्थियों को प्रशंसा एवं सुझाव के लिए कहेंगे।
- प्रधानाचार्य द्वारा निष्कर्ष एवं प्रेरणादायी संदेश।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थियों में शिष्टाचार और नैतिक सांस्कृतिक समझ विकसित हो सकेगी।
- धार्मिक, आध्यात्मिक तथा सामाजिक कार्यों में रुचि विकसित हो सकेगी।
- विद्यार्थियों में मानव कल्याण सामाजिक सरोकार की भावना जाग्रत हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **काउंसलर** - लोगों की मानसिक और भावनात्मक समस्याओं का समाधान सुझाने वाला विशेषज्ञ।
- **शिक्षक** - विद्यार्थियों को ज्ञान के साथ नैतिक मूल्यों की शिक्षा देने वाला मार्गदर्शक।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - समाज और आवश्यकतामंदों के लिए सेवा कार्य करने वाला व्यक्ति।
- **बाल मनोविज्ञानी** - विद्यार्थियों के व्यवहार और मानसिक विकास को समझने और सुधारने वाला विशेषज्ञ।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - खेल-खेल में विज्ञान

गतिविधि का नाम- 'पाचन तंत्र-मिट्टी का मॉडल' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों को पाचन तंत्र की कार्यप्रणाली के बारे में समझाना।

आवश्यक सामग्री- चिकनी मिट्टी।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक विद्यार्थियों को पाचन तंत्र की कार्यप्रणाली समझाएँगे।

गतिविधि के चरण-

- ➢ पाचन तंत्र की समझ विकसित करने के लिए शिक्षक विद्यार्थियों को पाचन तंत्र के अलग-अलग अंगो की मिट्टी से आकृति बनाने को प्रेरित करेंगे।
- ➢ विद्यार्थी शिक्षक की सहायता से पाचन तंत्र का मिट्टी का मॉडल बनाएँगे।

सीखने के प्रतिफल- विद्यार्थियों में पाचन तंत्र की कार्यप्रणाली के बारे में समझ स्थापित हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं?

- **जीवविज्ञानी** - मानव शरीर एवं उससे संबंधित विभिन्न विषयों पर शोध एवं अध्ययन करना।
- **चिकित्सक** - शरीर की कार्यप्रणाली समझकर डॉक्टर, सर्जन या विशेषज्ञ बन सकते हैं।
- **विज्ञान शिक्षक** - विद्यालय या कॉलेज स्तर पर विज्ञान विषय का शिक्षण कार्य करना।
- **मॉडल निर्माता** - शैक्षिक प्रदर्शनी, संग्रहालय या विज्ञान मेलों के लिए शारीरिक अंगों के मॉडल तैयार करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

नेत्रदान-दृष्टि का उपहार

गतिविधि का नाम- 'नेत्रदान'(कहानी) 60 मिनट

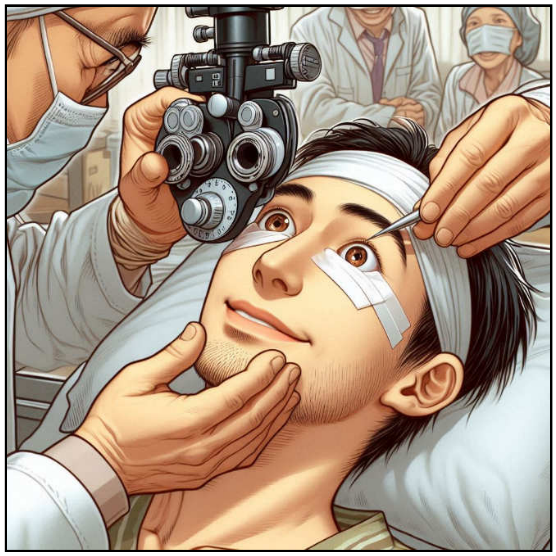
गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों को नेत्रदान की महत्ता, प्रक्रिया और समाज पर इसके प्रभाव के बारे में जागरुक करना।

आवश्यक सामग्री- कहानी के पात्रों के नाम के टैग्स, जानकारी के कार्ड्स (नेत्रदान के बारे में तथ्य, प्रक्रिया), पोस्टर बोर्ड और मार्कर (नेत्रदान के लाभ लिखने के लिए), प्रॉप्स जैसी नकली आँखें, मेडिकल उपकरण (सिर्फ दिखाने के लिए), नोटबुक और पेन (सीखने के प्रतिफल लिखने के लिए), चार्ट पेपर और रंगीन पेंसिल।

कहानी परिचय

कहानी में एक गाँव है जहाँ लोग एक-दूसरे की सहायता करने के लिए हमेशा तत्पर रहते हैं। गाँव में एक छोटी सी घटना घटती है जिसने सबको नेत्रदान की महत्ता के बारे में सोचने पर विवश कर दिया।

कहानी - 'दृष्टि का उपहार'



गाँव में रमेश नाम का एक सामाजिक कार्यकर्ता था। एक दिन गाँव में एक दुर्घटना हुई और सुमित गंभीर रूप से घायल हो गया। डॉक्टर शर्मा ने बताया कि सुमित की आँखों को बुरी तरह से हानि पहुँची है और यदि तुरंत नेत्र प्रत्यारोपण नहीं हुआ तो वह अपनी दृष्टि खो सकता है। रमेश ने नेत्रदान करने का फैसला किया।

रमेश ने नेत्रदान केंद्र पर जाकर डॉक्टर शर्मा और नर्स सीमा से मुलाकात की। डॉक्टर ने रमेश को नेत्रदान की प्रक्रिया के बारे में बताया और उसे इसके लाभ समझाए। रमेश ने अपनी मृत्यु के बाद अपनी आँखें दान करने का संकल्प लिया और अपनी इच्छा को परिवार और दोस्तों के साथ साझा किया।

कुछ समय बाद रमेश की मृत्यु हो गई और उनके परिवार ने उसकी इच्छा का सम्मान करते हुए उसकी आँखें दान कर दी। सुमित को रमेश की आँखें प्रत्यारोपित की गई और उसकी दृष्टि लौट आई। गाँव के सभी लोगों ने रमेश की सराहना की और नेत्रदान की महत्ता को समझा।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- कहानी के पात्रों को नाम टैग्स देंगे और विद्यार्थियों को उनके रोल असाइन करेंगे जैसे-रमेश (दानदाता), सुमित (प्राप्तकर्ता), शर्मा (डॉक्टर), सीमा (नर्स), ग्रामीण (परिवार, मित्र, पड़ोसी)।
- विद्यार्थियों को कहानी सुनाएँगे और पात्रों को उनकी भूमिकाएँ निभाने के लिए कहेंगे।

गतिविधि चरण -

- सभी विद्यार्थी अपने-अपने रोल को प्रस्तुत करेंगे और उसका परिचय देंगे। इससे सभी को यह समझने में सहायता मिलेगी कि वे किस भूमिका में हैं।

सीखने के प्रतिफल - विद्यार्थी किसी व्यक्ति के जीवन में नेत्रों का क्या महत्त्व होता है इसे समझ सकेंगे।
नेत्रदान की प्रक्रिया से अवगत हो सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **नेत्र चिकित्सक ऑप्थैल्मोलॉजिस्ट -** आँखों की बीमारियों का उपचार और नेत्र प्रत्यारोपण जैसे कार्य करना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता -** समाज में आवश्यकतामंद लोगों की सहायता करना और सामाजिक समस्याओं के समाधान के लिए कार्य करना।
- **स्वास्थ्य संचार विशेषज्ञ -** स्वास्थ्य संबंधी विभिन्न मुद्दों पर कहानी, लेख, मीडिया या नाटक के माध्यम से जागरुकता फैलाते हैं।
- **अंग प्रत्यारोपण समन्वयक -** अंगदान और प्राप्ति की प्रक्रिया को अस्पतालों और दाताओं के मध्य समन्वित करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अक्टूबर 2025

थीम - आओ राजस्थान को जानें

गतिविधि का नाम- 'राजस्थान का पहनावा' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों को राजस्थानी परिधान और वस्त्रों के बारे में जानकारी देना।
- विद्यार्थियों को राजस्थान की संस्कृति, परंपराओं और वस्त्र कला के महत्त्व से परिचित कराना।

आवश्यक सामग्री- पोस्टर, बोर्ड, मार्कर, रंगीन पेपर, कैंची, चिपकने वाला टेप, गोंद, प्रिंट किए गए सूचना पत्रक, राजस्थान के परिधानों के बारे में चित्र और वीडियो (यदि उपलब्ध हो), प्रोजेक्टर, लैपटॉप (वीडियो दिखाने के लिए), राजस्थान के परिधानों पर किताबें या इंटरनेट से प्राप्त जानकारी, पारंपरिक राजस्थानी वस्त्र और परिधान (यदि संभव हो तो)।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- शिक्षक राजस्थान के परिधानों के बारे में जानकारी एकत्र करेंगे।
- विद्यार्थियों को प्रश्न पूछने के लिए प्रोत्साहित करेंगे ताकि वे अधिक जानकारी प्राप्त कर सकें और अपनी शंकाओं का समाधान कर सकें।

गतिविधि के चरण-

- विद्यार्थियों को राजस्थान के परिधान जैसे बाँधनी, लहरिया, घाघरा-चोली, पगड़ी, अंगरखा और ओढ़नी के बारे में संक्षिप्त जानकारी देंगे।
- प्रत्येक परिधान की मुख्य विशेषताएँ उसकी ऐतिहासिक पृष्ठभूमि और महत्त्व के बारे में बताएँगे।
- विद्यार्थियों को राजस्थान के परिधान पर एक शैक्षिक वीडियो दिखाएँगे जिसमें परिधानों के विभिन्न प्रकार और उनकी कला सम्मिलित हो।
- वीडियो के बाद विद्यार्थियों से उनके विचार जानेंगे।
- विद्यार्थियों को चार से पाँच के समूह में विभाजित करेंगे।
- प्रत्येक समूह को विभिन्न क्षेत्रों के परिधानों के नाम लिखी हुई पर्ची उठाने को कहेंगे।
- विद्यार्थियों को परिधान पहनने के लिए कहेंगे। परिधानों की मुख्य विशेषताएँ एवं साथ में पहनने वाले आभूषण पहनने का तरीका और उसके महत्त्व को दर्शाएँगे।
- सभी समूहों को अपने परिधान पर की हुई हस्तकला एवं डिजाइन की जानकारी प्रस्तुत करने और उसके बारे में चर्चा करने का अवसर देंगे।
- प्रत्येक समूह को अपने परिधान के साथ मंच पर बुलाकर उसके बारे में विस्तार से बताने के लिए कहेंगे।

सीखने के प्रतिफल-

- इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थियों को राजस्थान के परिधान और वस्त्रों के बारे में जानकारी मिल सकेगी।
- विद्यार्थी राजस्थान की संस्कृति, परंपराओं और वस्त्र कला के महत्त्व को समझेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **फैशन डिजाइनर** - पारंपरिक और आधुनिक परिधानों की डिजाइन बनाना और उन्हें तैयार करना।
- **टेक्सटाइल डिजाइनर** - कपड़ों के डिजाइन, बुनावट और छपाई में विशेषज्ञता।
- **हस्तशिल्प उद्यमी** - बंधेज, लहरिया, काँचली, ओढ़नी जैसे पारंपरिक वस्त्रों का निर्माण और व्यापार।
- **दर्जी** - विभिन्न परिधानों की सिलाई और फिटिंग का कार्य।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि- एक भारत श्रेष्ठ भारत

गतिविधि का नाम- 'असम के पीथ खिलौने' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों में सृजनशीलता का विकास करना।

आवश्यक सामग्री- लकड़ी, कागज, स्केच रंग, गोंद आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक असम राज्य के प्रसिद्ध पीथ खिलौने का चित्र दिखाएँगे।

गतिविधि के चरण-

- विद्यार्थियों को खिलौने बनाने के लिए प्रोत्साहित करेंगे।
- शिक्षक विद्यार्थियों के साथ मिलकर लकड़ी, कागज, गोंद आदि की सहायता से खिलौने का निर्माण करेंगे।

सीखने के प्रतिफल- विद्यार्थियों में सृजनशीलता का विकास होगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **हस्तशिल्प कलाकार** - पारंपरिक हस्तनिर्मित वस्तुओं का निर्माण और विपणन करना।
- **लोककला शोधकर्ता** - पारंपरिक कला और संस्कृति का अध्ययन और संरक्षण करना।
- **उद्यमी** - पारंपरिक उत्पादों को ब्रांड बनाकर व्यापार करना।
- **शिल्प शिक्षक** - विद्यार्थियों और युवाओं को हस्तशिल्प सिखाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - भाषाई समझ से अभिव्यक्ति की ओर

गतिविधि का नाम - 'पुस्तकों की दुनिया- ज्ञान का खजाना' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य -

- विद्यार्थियों में अध्ययन और आत्म-चिंतन की आदत को विकसित करना।
- विद्यार्थियों को विभिन्न विषयों (जैसे -उपन्यास, आत्मकथा, विज्ञान, समाजशास्त्र, ऐतिहासिक दस्तावेज, प्रेरणात्मक साहित्य) की पुस्तकों से परिचित करवाना।
- विद्यार्थियों को पुस्तकों की प्रासंगिकता और सामाजिक संदर्भ को समझाना।

आवश्यक सामग्री - पुस्तकालय की पुस्तकों की विषय एवं कक्षावार सूची, बॉक्स/अनुभाग, साहित्यिक कृतियाँ, आत्मकथाएँ/जीवनी, विज्ञान एवं नवाचार, सामाजिक विषय/दर्शन, प्रेरणात्मक पुस्तकें, श्यामपट्ट/चार्ट, रंगीन मार्कर/पेन आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- **शिक्षक भूमिका निर्माण के लिए चर्चा के माध्यम से विद्यार्थियों से प्रश्न पूछें -**
  - आज की दुनिया में पुस्तकों की क्या भूमिका है ?
  - क्या डिजिटल युग में पुस्तकों की उपयोगिता कम हो गई है ?
  - क्या कोई ऐसी पुस्तक है जिसने आपकी सोच बदल दी हो ?
- **शिक्षक द्वारा विभिन्न विषयों का परिचय दिया जाए -**
  - विज्ञान की पुस्तकें नई सोच और आविष्कारों की जानकारी देती हैं।
  - साहित्यिक कृतियाँ भाषा और मानवीय भावनाओं को समझने में सहायक होती हैं।
- **शिक्षक पुस्तकों के महत्त्व को समझाएँ-**
  - आत्मविश्लेषण, भाषा सम्प्रेषण क्षमता, सामाजिक चेतना, वैज्ञानिक एवं नैतिक दृष्टिकोण का विकास।

गतिविधि के चरण -

- शिक्षक विद्यार्थियों को विभिन्न समूहों में विभाजित करेंगे।
- शिक्षक प्रत्येक समूह को एक विषय देंगे (जैसे- विज्ञान, आत्मकथा, साहित्य)।

- शिक्षक विषयानुसार पुस्तक में से एक अध्याय का चयन करवाएगा।
- प्रत्येक समूह उस पुस्तक के चयनित भाग को पढ़ेगा।
- शिक्षक समूह में निम्नलिखित बिंदुओं पर चर्चा करेंगे-
- पुस्तक का भावार्थ क्या है?
- यह पुस्तक सामाजिक जीवन से किस प्रकार जुड़ी है ?
- **प्रस्तुति-**
- प्रत्येक समूह अपने निष्कर्षों को तीन से पाँच मिनट में कक्षा में प्रस्तुत करें।
- प्रस्तुति में सारांश, मुख्य विचार और व्यक्तिगत प्रतिक्रिया शामिल करें।
- अंत में शिक्षक पुस्तकों से मिलने वाले लाभों का सारांश देगा।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी विभिन्न विषयों की पुस्तकों से परिचित हो सकेंगे।
- विद्यार्थियों में विश्लेषण,आलोचनात्मक चिंतन और प्रस्तुति कौशल विकसित हो सकेंगे।
- विद्यार्थी पुस्तकों को केवल पाठ्य सामग्री नहीं अपितु संवाद और आत्म-चिंतन का साधन समझ सकेंगे।
- विद्यार्थियों में पुस्तकालय के प्रति जागरुकता और आत्म-अध्ययन की रुचि बढ़ सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **लेखक** - कहानियाँ, कविताएँ या निबंध लिखना।
- **पुस्तकालय विज्ञान विशेषज्ञ** - पुस्तकों और ज्ञान का संग्रह, उनका प्रबंधन एवं डिजिटलीकरण करना।
- **संपादक** - पुस्तकों, पत्रिकाओं, समाचार पत्रों आदि की भाषा, विषयवस्तु एवं प्रस्तुति को निखारना।
- **शैक्षिक सामग्री निर्माता** - स्कूलों एवं ऑनलाइन प्लेटफार्म के लिए शिक्षाप्रद पुस्तकों एवं पाठ्यसामग्री का निर्माण करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - स्वस्थ राजस्थान-सशक्त राजस्थान

गतिविधि का नाम- 'शारीरिक वृद्धि' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों में शारीरिक वृद्धि की समझ विकसित करना।

आवश्यक सामग्री- फीता, दीवार पर अंकित स्केल, वेट मशीन, चार्ट, रंग आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश- सभी विद्यार्थियों को कक्षाध्यापक एवं शारीरिक शिक्षक की सहायता से कक्षानुसार पंक्तियों में बैठाएँ।

गतिविधि के चरण-

- इस गतिविधि का प्रारंभ कुछ रोचकता से किया जाए। इसके लिए किसी एक विद्यार्थी को दीवार के सहारे खड़ा करके उसे दोनों हाथ फैलाने को कहा जाएगा।
- अब उन्हें अनुमान लगाने को कहा जाएगा। शिक्षक इसमें रोचकता लाने के लिए एक खेल गतिविधि करवाएँ जिसमें हाथों को फैलाकर दी गई लंबाई और फिर पैर से सिर की लंबाई भी मापने को कहेंगे। उसके लिए एक धागे या डोरी का उपयोग किया जा सकता है।
- इस डोरी से अलग-अलग विद्यार्थियों का माप लिया जाएगा फिर उसे फीते से माप लेंगे।
- विद्यार्थियों को बताएँ कि आप जब हाथ फैलाएँगे तब दोनों हाथों की अंगुलियों के मध्य की दूरी शरीर की कुल लंबाई के बराबर होती है।
- सभी आँकड़ो की सूची बनाकर विद्यार्थियों को बताएँगे कि इस प्रकार से शरीर का बढ़ना वृद्धि कहलाएगा।

सीखने के प्रतिफल- इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थियों में शारीरिक वृद्धि की समझ विकसित हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं?

- **शारीरिक प्रशिक्षक** - विद्यार्थियों और युवाओं की फिटनेस, व्यायाम एवं शारीरिक विकास के लिए प्रशिक्षण देना।
- **पोषण विशेषज्ञ** - लोगों को सही खानपान की सलाह देना।
- **बाल रोग विशेषज्ञ** - विद्यार्थियों को शारीरिक वृद्धि और स्वास्थ्य से संबंधित चिकित्सा सेवाएँ प्रदान करना।
- **स्वास्थ्य शिक्षा विशेषज्ञ** - स्कूलों, संस्थानों में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी शिक्षा देना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - खेल-खेल में विज्ञान

गतिविधि का नाम- 'आओ गप्प लगाएँ' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों में वैज्ञानिक एवं रचनात्मक सोच का विकास करना।

आवश्यक सामग्री- कुछ निश्चित विषय पर लिखी हुई पर्चियाँ।

शिक्षक हेतु निर्देश- प्रत्येक अभिव्यक्ति के बाद शिक्षक लगातार विद्यार्थियों का मार्गदर्शन करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- एक बॉक्स में कुछ निश्चित विषय पर लिखी हुई पर्चियाँ रखते हैं।

➢ प्रत्येक विद्यार्थी को पर्ची उठाकर 3 मिनट सोचने के लिए कहेंगे और 5 मिनट उस विषय पर बोलने के लिए दिए जाएँगे।

➢ कुछ विषय इस प्रकार हो सकते हैं-
   - यदि मैं वैज्ञानिक होता ?
   - यदि मैं चाँद पर होता ?
   - आप कौनसी नई मशीन बनाना चाहोगे और क्यों ?
   - आपको कौनसा वाहन सबसे अच्छा लगता है और क्यों ?
   - आप अपने घर को सुंदर बनाने के लिए क्या करेंगे ?
   - भविष्य में मेरा क्लासरूम कैसा हो ?

सीखने के प्रतिफल - इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थियों में वैज्ञानिक एवं रचनात्मक सोच का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **विज्ञान संचारक** - विज्ञान को सरल और रोचक रूप में आम जनता तक पहुँचाना।
- **टीवी एंकर** - विज्ञान आधारित कार्यक्रमों का संचालन करना।
- **साइंस ब्लॉगर** - वैज्ञानिक विषयों पर जानकारीपूर्ण लेख और सामग्री लिखना।
- **विज्ञान शिक्षक** - खेल और उदाहरणों के माध्यम से विज्ञान सिखाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि

गतिवधि का नाम -'सुरक्षित स्कूल, सुरक्षित राजस्थान'(असुरक्षित स्पर्श के विरुद्ध जागरुकता)

60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य -

- आत्मरक्षा के तरीकों की जानकारी देना और उनका आत्मविश्वास बढ़ाना।
- किशोर-किशोरियों को अच्छे और बुरे स्पर्श के मध्य का स्पष्ट अंतर समझाना।
- विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं और अनुभवों को खुलकर साझा करने के लिए प्रेरित करना।
- समुदाय और अभिभावकों को विद्यार्थियों की सुरक्षा के प्रति संवेदनशील बनाना।

आवश्यक सामग्री - पोस्टर और बैनर (गुड टच और बैड टच के उदाहरणों के साथ), माइक और स्पीकर (यदि संभव हो), रंगीन कपड़े, प्रॉप्स (मुख्य रूप से विद्यालय की सजावट के लिए), संवाद स्क्रिप्ट, कागज और पेन (फीडबैक के लिए), अभिनय के लिए कुछ छोटे प्रॉप्स (जैसे- मोबाइल फोन, बैग आदि)।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक पूर्व में एक नाटक की स्क्रिप्ट तैयार कर लें।

गतिविधि के चरण -

तैयारी -

- सभी पात्रों का परिचय और भूमिका वितरण।
- संवाद का अभ्यास और तैयारी।
- सेटअप तैयार करना (पोस्टर और बैनर लगाना)।

प्रस्तुति -

प्रारंभिक दृश्य - विद्यालय का एक सामान्य दिन जहाँ विद्यार्थी और शिक्षक मिलकर काम कर रहे हैं।

मध्य दृश्य -

- एक अजनबी विद्यालय के बाहर विद्यार्थियों से मिलने की कोशिश करता है और उन्हें गलत तरीके से छूने की कोशिश करता है।
- शिक्षकों द्वारा गुड टच और बैड टच का महत्त्व समझाया जाता है।
- विद्यार्थी अपने अनुभव साझा करते हैं और सीखते हैं कि खतरे की स्थिति में कैसे प्रतिक्रिया दें।

समापन दृश्य -

- विद्यार्थी अजनबी के खिलाफ कार्यवाही करते हैं और पुलिस की सहायता से उसे पकड़वाते हैं।
- परिवार और विद्यालय में सुरक्षा के महत्त्व पर बल दिया जाता है और विद्यार्थियों को सतर्क रहने की सलाह दी जाती है।

प्रश्न और उत्तर सत्र-

- विद्यार्थियों और अभिभावकों के सवालों का जवाब देना।
- गुड टच और बैड टच की पहचान कैसे करें? इस पर चर्चा करना।

फीडबैक-

- उपस्थित विद्यार्थियों और अभिभावकों से फीडबैक लेना।
- उनकी राय और सुझाव जानना।

सीखने के प्रतिफल -

- किशोर समझ सकेंगे कि कौनसा स्पर्श सुरक्षित है और कौनसा नहीं।
- विद्यार्थी समझ सकेंगे कि खतरे की स्थिति में कैसे प्रतिक्रिया दें और किससे सहायता माँगें।
- विद्यार्थी और अभिभावक सुरक्षा के महत्त्व को समझ सकेंगे और सतर्क रह सकेंगे।
- विद्यार्थी आत्मविश्वास के साथ अपनी सुरक्षा के लिए कदम उठाने में सक्षम हो सकेंगे और दूसरों को भी जागरुक कर सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **काउंसलर** - मानसिक समस्याओं का मार्गदर्शन और समाधान करना।
- **बाल संरक्षण अधिकारी** - विद्यार्थियों के अधिकारों की रक्षा और सहायता करना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - समाज में आवश्यकतामंद लोगों की सहायता करना और सामाजिक समस्याओं के समाधान के लिए कार्य करना।
- **शिक्षक** - विद्यार्थियों को ज्ञान देना एवं उनके सर्वांगीण विकास में सहायता करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - बालसभा - मेरे अपनों के संग

गतिविधि का नाम- 'ग्लोबल वार्मिंग बनाम पर्यावरण संरक्षण' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों को ग्लोबल वार्मिंग के कारणों और प्रभावों के बारे में जागरुक करना।
- जल संरक्षण के महत्त्व को समझाना।
- विद्यार्थियों को सक्रिय रूप से पर्यावरण संरक्षण में भाग लेने के लिए प्रेरित करना।

आवश्यक सामग्री - पोस्टर बनाने के लिए कागज, रंग, पेंसिल, मार्कर, प्रेजेंटेशन के लिए कम्प्यूटर और प्रोजेक्टर (वैकल्पिक), पानी के संरक्षण के लिए आवश्यक सामग्री (जैसे-पानी की बाल्टी, टब आदि)।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक गतिविधि के दौरान विद्यार्थियों के मध्य उपस्थित रहकर उनका मार्गदर्शन करें।

गतिविधि के चरण-

चरण 1- ग्लोबल वार्मिंग और पर्यावरण संरक्षण पर प्रस्तुति-

शिक्षक एक प्रेजेंटेशन के माध्यम से ग्लोबल वार्मिंग के कारणों, प्रभावों और समाधान पर चर्चा करेंगे। यह प्रेजेंटेशन इंटरैक्टिव होगा जहाँ विद्यार्थी प्रश्न पूछ सकते हैं और अपने विचार साझा कर सकते हैं।

चरण 2- पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता -

विद्यार्थियों को तीन समूहों में विभाजित करें। हर समूह ग्लोबल वार्मिंग, जल संरक्षण और वृक्षारोपण पर पोस्टर बनाएगा। सबसे अच्छा पोस्टर बनाने वाले विद्यार्थी को पुरस्कार दिया जाएगा।

नोट-पोस्टर में चित्रों और स्लोगनों का उपयोग करें जो संदेश को स्पष्ट रूप से व्यक्त करते हों।

जल संरक्षण गतिविधि-

विद्यार्थियों को जल संरक्षण के विभिन्न तरीकों के बारे में जानकारी दी जाएगी जैसे कि नल को बंद रखना, बारिश के पानी को इकट्ठा करना आदि। इसके बाद वे स्कूल परिसर में कुछ समय जल संरक्षण के तरीकों को व्यावहारिक रूप से लागू करेंगे जैसे कि वर्षा जल संग्रहण प्रणाली की जाँच करना और उसके लाभ को समझना।

चरण 5-निष्कर्ष और प्रतिज्ञा-

सभी विद्यार्थी एकत्र होंगे और अपने अनुभव साझा करेंगे। अंत में सभी विद्यार्थी पर्यावरण संरक्षण के प्रति अपनी जिम्मेदारी की प्रतिज्ञा लेंगे।

प्रतिज्ञा

मैं प्रतिज्ञा करता / करती हूँ कि मैं पर्यावरण की रक्षा के लिए हर संभव प्रयास करूँगा / करूँगी। मैं जल का संरक्षण करूँगा / करूँगी। अधिक से अधिक वृक्षारोपण करूँगा / करूँगी और ग्लोबल वार्मिंग को रोकने में अपना योगदान दूँगा / दूँगी।

सीखने के प्रतिफल-

- विद्यार्थी ग्लोबल वार्मिंग के कारणों और प्रभावों के बारे में जागरुक हो सकेंगे।
- विद्यार्थी जल संरक्षण के महत्त्व को समझ सकेंगे।
- विद्यार्थी सक्रिय रूप से पर्यावरण संरक्षण में भाग लेने के लिए प्रेरित हो सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **पर्यावरण वैज्ञानिक** - पर्यावरण संरक्षण, प्रदूषण नियंत्रण और प्राकृतिक संसाधनों के अध्ययन का कार्य करना।
- **पर्यावरण संरक्षण अधिकारी** - पर्यावरण की रक्षा, वनों का संरक्षण और नियमों के पालन की निगरानी करना।
- **पर्यावरण सामाजिक कार्यकर्ता** - जनजागरुकता अभियानों और पर्यावरण से जुड़े सामाजिक आंदोलनों का नेतृत्व करना।
- **पर्यावरण शिक्षा विशेषज्ञ** - विद्यालयों, कॉलेजों या NGO में पर्यावरण शिक्षा देना और विद्यार्थियों में जिम्मेदारी विकसित करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

नवंबर 2025

थीम- भाषाई समझ से अभिव्यक्ति की ओर

गतिविधि का नाम - 'कल्पना की दुनिया' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य - विद्यार्थियों के भाषा कौशल, शब्दावली, व्याकरण, रचनात्मकता को सुधारना।

आवश्यक सामग्री- कागज, पेन, कम्प्यूटर / टैबलेट, कहानी प्रेरणा कार्ड, व्हाइटबोर्ड और मार्कर।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- शिक्षक कहानी की समीक्षा हेतु चेकलिस्ट को पूर्व में तैयार कर लेंगे।
- कहानी लेखन और सहकर्मी समीक्षा सत्रों के दौरान विद्यार्थी सहभागिता का अवलोकन करेंगे।

गतिविधि के चरण-

A. रचनात्मक कहानी लिखना -

1. तैयारी -

कहानी प्रेरणा कार्ड (जिनमें कहानी के कुछ दृश्य हों) का एक सेट तैयार करेंगे। प्रत्येक कार्ड पर एक अलग प्रेरणा होनी चाहिए जो एक कहानी लेखन को प्रेरित करे।

उदाहरण -

- एक समय यात्री की कहानी लिखें जो अतीत में फँस जाता है।
- एक जादुई जंगल में एक साहसिक यात्रा का वर्णन करें।
- एक जासूस की कहानी बनाएँ जो एक छोटे शहर में एक रहस्य को सुलझाता है।

2. कहानी लिखना-

- विद्यार्थियों को छोटे समूहों या जोड़ों में विभाजित करेंगे।
- प्रत्येक समूह को एक कहानी प्रेरणा कार्ड देंगे।
- समूहों को उनकी प्रेरणा के आधार पर एक छोटी कहानी लिखने के लिए 20-30 मिनट का समय देंगे।
- रचनात्मकता, व्याकरण और रोचक शब्दावली का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करेंगे।

3. कहानियों को साझा करना-

- प्रत्येक समूह अपनी कहानी कक्षा के सामने प्रस्तुत करेंगे।
- विद्यार्थियों को ध्यान से सुनने और नये शब्दों या किसी भी व्याकरण बिंदु को नोट करने के लिए प्रोत्साहित करेंगे।

B. कहानी समीक्षा गतिविधि -

1. तैयारी -

कहानी की समीक्षा के लिए एक ऐसी चेकलिस्ट तैयार करेंगे जिसमें कहानी की स्पष्टता, व्याकरण और विराम चिह्न, शब्दावली का उपयोग, रचनात्मकता और मौलिकता जैसे मानदंड हों।

2. कहानियों की समीक्षा करना -

- सभी कहानियों के प्रस्तुत होने के बाद प्रत्येक विद्यार्थी को चेकलिस्ट की एक प्रति देंगे।

- विद्यार्थियों को अपनी कहानियों को किसी दूसरे समूह के साथ बदलने को कहेंगे।
- विद्यार्थियों को कहानी पढ़ने और उन्हें प्राप्त हुई कहानी के लिए चेकलिस्ट भरने के लिए 10-15 मिनट का समय देंगे।

3. प्रतिक्रिया-

- समूह समीक्षा की गई कहानियों को मूल लेखकों को वापस करेंगे।
- प्रत्येक समूह को मिली प्रतिक्रिया पर चर्चा करेंगे और वे क्या सुधार कर सकते हैं ? इस पर विचार करेंगे।
- रचनात्मक, आलोचनात्मक और सकारात्मक सुदृढ़ीकरण को प्रोत्साहित करेंगे।

C. संशोधन और अंतिम प्रस्तुति-

1. कहानियों का संशोधन-

विद्यार्थियों को मिली प्रतिक्रिया के आधार पर अपनी कहानियों को संशोधित करने का समय देंगे।

2. अंतिम प्रस्तुति-

- समूह अपनी संशोधित कहानियों को कक्षा के सामने प्रस्तुत करेंगे।
- सुधारों को उजागर करेंगे रचनात्मकता और प्रयास की सराहना करेंगे।

विस्तार गतिविधि-

कहानी संग्रह-सभी कहानियों को एक कक्षा संग्रह में संकलित करेंगे। संग्रह को मुद्रित करेंगे, बाँधेंगे तथा प्रत्येक विद्यार्थी को एक प्रति घर ले जाने के लिए देंगे।

मूल्यांकन-

- कहानी लेखन और समीक्षा सत्रों के दौरान विद्यार्थी सहभागिता का अवलोकन करेंगे।
- विद्यार्थियों की व्याकरण, शब्दावली, कहानी संरचना की समझ का मूल्यांकन करने के लिए कहानी प्रतिक्रिया चेकलिस्ट की समीक्षा करेंगे।
- सुधार और प्रतिक्रिया के समावेश के लिए संशोधित कहानियों का मूल्यांकन करेंगे।

सीखने के प्रतिफल- इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थियों की भाषा कौशल, शब्दावली, व्याकरण और रचनात्मकता में सुधार हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **कहानीकार** - कल्पनाओं को कहानियों, उपन्यासों या कविताओं के रूप में प्रस्तुत करना।
- **एनिमेशन निर्माता** - पात्रों और कहानियों को ग्राफिक्स और वीडियो में बदलना।
- **क्रिएटिव डायरेक्टर** - विज्ञापन और फिल्मों में नए विचारों का निर्देशन करना।
- **लेखन प्रशिक्षक** - रचनात्मक लेखन का प्रशिक्षण देना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि-जीवन है अनमोल
(सड़क सुरक्षा हेतु एक सकारात्मक पहल)

गतिविधि का नाम- 'सड़क सुरक्षा' (रोल प्ले) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों को सड़क सुरक्षा के नियमों से अवगत करवाना।

आवश्यक सामग्री- यातायात चिह्न, कागज, पेन-पेंसिल।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक रोल प्ले में बताए गए सड़क सुरक्षा के नियमों का पालन करने हेतु विद्यार्थियों को जागरुक करेंगे।

गतिविधि के चरण-

- शिक्षक विद्यालय में निम्नलिखित विषयों पर विद्यार्थियों से रोल प्ले करवाएँगे-
  - दुर्घटना से रखनी दूरी है, हेलमेट सबसे जरुरी है।
  - सड़क पर एक लापरवाही, पूरे परिवार की तबाही।
  - ट्रैफिक नियमों को मत समझो लगाम, यह तुम्हारे जीवन की सुरक्षा का है पैगाम।
  - जहाँ भी हो ट्रैफिक का जंजाल, कभी न करें मोबाइल का उपयोग।
  - सड़क पर रखना शिष्टाचार, सुखी-सुरक्षित जीवन का आधार।

सीखने के प्रतिफल-

इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थी सड़क सुरक्षा के नियमों के प्रति जागरुक हो सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **सड़क सुरक्षा अधिकारी** - ट्रैफिक नियमों की निगरानी और लोगों को सड़क सुरक्षा के प्रति जागरुक करने का कार्य।
- **ट्रेफिक पुलिस** - सड़क पर अनुशासन बनाए रखना और दुर्घटनाओं को रोकने के लिए सक्रिय भूमिका निभाना।
- **ड्रामा ट्रेनर** - नुक्कड़ नाटक और रोल प्ले से जनजागरुकता फैलाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम- स्वस्थ राजस्थान-सशक्त राजस्थान

गतिविधि का नाम – 'ई- कचरे से नवाचार' 60 मिनट

गतिविधि का उद्धेश्य-

- विद्यार्थियों में नवाचार (innovation) और रचनात्मकता (creativity) को बढ़ावा देना।
- विद्यार्थियों में इलेक्ट्रॉनिक कचरे (e-waste) के बारे में जागरुकता बढ़ाना।
- विद्यार्थियों में पर्यावरण की रक्षा के लिए पुनः प्रयोग (reusing) और पुनर्चक्रण (recycling) की सोच को विकसित करना।
- विद्यार्थियों में टीमवर्क और समस्या-समाधान के कौशल को विकसित करना।

आवश्यक सामग्री- पुराने या टूटे हुए मोबाइल फोन, चार्जर, वायर, मदरबोर्ड, रिमोट, स्पीकर, पुराने बल्ब, बैट्री,कैंची, गोंद, टेप, स्क्रूड्राइवर, प्लायर, रंग, सजावटी सामग्री,चार्ट पेपर शीट्स (डिजाइन समझाने के लिए)।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- विद्यार्थियों को 3-5 के समूहों में बाँटें।
- शिक्षक विद्यार्थियों को घर से स्कूल में पुराने इलेक्ट्रॉनिक सामान लाने के लिए कहें।
- शिक्षक विद्यार्थियों के प्रत्येक समूह को निर्देश दें कि वे उस कचरे से कुछ नवीन और उपयोगी वस्तु बनाएँ। उदाहरण के लिए पुराने तारों से पेन स्टैंड, मोबाइल बॉडी से मिनी अलार्म, सर्किट से छोटा पंखा, ई-कचरे से बना डेकोरेशन का सामान आदि।
- अंत में शिक्षक प्रत्येक समूह से अपनी वस्तु को कक्षा में प्रस्तुत करने को कहें और बताएँ कि उन्होंने क्या बनाया, कैसे बनाया और इसका क्या उपयोग है ?

गतिविधि के चरण-

- शिक्षक विद्यार्थियों को जानकारी देंगे कि ई-कचरा क्या है, उससे क्या हानि हो सकता है और इसे कैसे पुन-उपयोग में लाया जा सकता है।
- विद्यार्थी लाए गए सामान को देखकर निश्चित करेंगे कि क्या - क्या उपयोगी है।

- विद्यार्थी चार्ट पेपर का उपयोगकर अपनी वस्तु का डिजाइन बनाएँगे।
- तत्पश्चात् विद्यार्थी अपनी वस्तु को बनाना शुरू करेंगे।
- प्रत्येक समूह अपनी बनी हुई वस्तु को दिखाएगा और उसके उपयोग को समझाएगा।
- शिक्षक द्वारा सभी विद्यार्थियों को उनकी बनाई हुई रचनात्मक और उपयोगी वस्तु के लिए पुनर्बलन देंगे।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी ई-कचरे के प्रति जागरुक हो सकेंगे। वे सीख पाएँगें कि रचनात्मक सोच से बेकार वस्तुएँ उपयोगी बन सकती हैं।
- विद्यार्थियों ने टीम वर्क, समस्या-समाधान, प्रस्तुतीकरण और नेतृत्व कौशल का विकास हो सकेगा।
- विद्यार्थियों में पर्यावरण संरक्षण और पुनः उपयोग की सोच विकसित हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं?

- **ई-वेस्ट मैनेजमेंट विशेषज्ञ -** पुराने इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों के निपटान और पुनः उपयोग की योजना बनाना।
- **इनोवेशन डिजाइनर** - ई-कचरे से नए उत्पादों की रचना और व्यावसायीकरण।
- **ग्रीन टेक्नोलॉजी उद्यमी** - पर्यावरण के अनुकूल तकनीकी समाधान और स्टार्टअप शुरू करना।
- **पर्यावरण शिक्षा विशेषज्ञ** - ई-कचरे के प्रभाव और प्रबंधन पर जनजागरुकता फैलाना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - खेल-खेल में विज्ञान

गतिविधि का नाम- 'चुंबकत्व में परिवर्तन' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- चुंबक की कार्य प्रणाली को समझना।

आवश्यक सामग्री- पाँच एक समान आकृति की छड़, चुंबक, स्प्रिट लैम्प एवं बर्फ आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश- विद्यार्थियों से चुंबक के बारे में प्रश्न किए जाएँगे जैसे चुंबक किस प्रकार की वस्तुओं को अपनी ओर खींचती है? चुंबक का यह गुण क्या कहलाता है? और चुंबक में सबसे अधिक चुंबकत्व कहाँ पाया जाता है? आदि।

गतिविधि के चरण-

- चुंबक पर ताप के प्रभाव को समझाने के लिए विद्यार्थियों को चार समूहों में बाँट देंगे तथा उन्हें निम्नलिखित कार्य करने को कहेंगे-
  - प्रथम समूह को कमरे के ताप पर चुंबक के चुंबकत्व को जाँचने के लिए कहेंगे।
  - द्वितीय समूह को चुंबक को थोड़ा गर्म कर उसके चुंबकत्व को जाँचने के लिए कहेंगे।

- तृतीय समूह को चुंबक को बहुत तेज गर्म करके उसके चुंबकत्व को जाँचने के लिए कहेंगे।
- चतुर्थ समूह को बर्फ में रखकर ठंडा करके उसके चुंबकत्व को जाँचने के लिए कहेंगे।

➢ इस प्रकार प्रत्येक समूह से अपने-अपने परिणाम को लिखकर रखने को कहा जाएगा।

➢ जब सभी प्रयोग हो जाएँ तो समूहवार अपने-अपने परिणाम लिखकर साझा करने को कहा जाएगा ताकि सभी विद्यार्थियों को विभिन्न परिस्थितियों में चुंबक के प्रभाव के बारे में जानकारी प्राप्त हो।

सीखने के प्रतिफल-

➢ विद्यार्थी चुंबक पर ताप के प्रभाव को प्रायोगिक रूप से समझ सकेंगे।

➢ विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **वैज्ञानिक** - विज्ञान के सिद्धांतों पर शोध और प्रयोग करना।
- **इलेक्ट्रिकल इंजीनियर** - तकनीकों से जुड़े उपकरणों का निर्माण करना।
- **प्रोफेसर** - विशेष विषयों का शिक्षण और मार्गदर्शन करना।
- **रिसर्च इंजीनियर** - विभिन्न पदार्थों पर आधारित तकनीकों का नवाचार करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम- 'स्टेज फ्राइट (मंच भय)' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों के मन से मंच का भय दूर करना।

आवश्यक सामग्री- माइक सेट।

शिक्षक हेतु निर्देश- शिक्षक आवश्यक रूप से प्रत्येक विद्यार्थी को मंच पर आने के लिए प्रोत्साहित करेंगे।

गतिविधि के चरण-

➢ शिक्षक विद्यार्थियों से प्रार्थना सभा या किसी अन्य विद्यालयी आयोजन में मंच पर प्रस्तुति करवाएँगे। मंच पर प्रस्तुतीकरण हेतु निम्नलिखित विषय उपयोग में लिए जा सकते हैं-

- कविता
- कहानी
- गीत / बाल गीत / अभियान गीत / देशभक्ति गीत
- नृत्य
- एकाभिनय / रोल प्ले / मूकाभिनय इत्यादि।

➢ शिक्षक मंच पर प्रस्तुति देने वाले विद्यार्थियों को प्रोत्साहन देंगे तथा अभी तक प्रस्तुति नहीं देने वाले विद्यार्थियों को आगामी प्रस्तुति हेतु अभिप्रेरित एवं तैयार करेंगे।

सीखने के प्रतिफल-

- विद्यार्थियों में मंच पर प्रस्तुतीकरण संबंधी भय दूर हो सकेगा।
- विद्यार्थियों में अभिव्यक्ति कौशल का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **मंच संचालक/ एंकर** - कार्यक्रमों, समारोहों या टीवी शोज का संचालन करना।
- **अभिनेता** - नाटकों, फिल्मों या धारावाहिकों में अभिनय कर दर्शकों को प्रभावित करना।
- **प्रेरक वक्ता** - अपने विचारों और अनुभवों से दूसरों को प्रेरित करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

दिसंबर 2025

थीम - आओ राजस्थान को जानें

गतिविधि का नाम- 'राजस्थान के वीर एवं वीरांगनाएँ' (वीरों की गाथा-नाटक एवं प्रस्तुति)

60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- गाथाओं के माध्यम से राजस्थान के वीर और वीरांगनाओं का परिचय करवाना।
- सांस्कृतिक धरोहर और परंपराओं का सम्मान करना।

आवश्यक सामग्री- नाटक की स्क्रिप्ट (वीरों की गाथाओं पर आधारित), पारंपरिक वेशभूषा, आभूषण, प्रॉप्स (जैसे तलवारें, ढाल, घोड़े का मॉडल आदि), रंग-मंच और सजावट के लिए सामान, साउंड सिस्टम और माइक, कागज, पेन और रंगीन कागज।

शिक्षक हेतु निर्देश - विद्यार्थियों को गाथाओं के बारे में जानकारी और स्क्रिप्ट प्रदान करेंगे। उन्हें अपनी स्क्रिप्ट लिखने के लिए प्रेरित करेंगे।

गतिविधि के चरण-

1. शोध और स्क्रिप्ट लेखन-

- विद्यार्थियों को छोटे-छोटे समूहों में बाँटेंगे।
- प्रत्येक समूह अपने वीर या वीरांगना के बारे में जानकारी जुटाएगा और स्क्रिप्ट तैयार करेंगे।
- यदि स्क्रिप्ट पहले से तैयार है तो उसे समूह के सदस्यों में विभाजित करेंगे।

2. प्रॉप्स और वेशभूषा तैयार करना-

- समूह अपने नाटक के लिए प्रॉप्स और वेशभूषा तैयार करेंगे।
- पारंपरिक वेशभूषा और आभूषण का उपयोग करेंगे।

3. अभ्यास करना-

- समूह के विद्यार्थी नाटक में अपनी भूमिका निभाने का अभ्यास करेंगे।
- संवादों को याद रखना और सही तरीके से बोलना सुनिश्चित करेंगे।

4. मंच सज्जा-

- रंग-मंच को सजाएँगे और प्रस्तुति के लिए तैयार करेंगे।
- साउंड सिस्टम और माइक का प्रबंध करेंगे।

5. प्रस्तुति देना-

- प्रत्येक समूह अपने नाटक को कक्षा या विद्यालय के अन्य विद्यार्थियों के सामने प्रस्तुत करेंगे।
- प्रस्तुति के बाद दर्शकों के लिए प्रश्नोत्तरी आयोजित करेंगे।

सीखने के प्रतिफल-

- इस गतिविधि के माध्यम से विद्यार्थी न केवल राजस्थान के वीरों और वीरांगनाओं के शौर्य को जान पाएँगे अपितु उनके अभिनय और प्रस्तुति कौशल में भी सुधार हो सकेगा।

➢ यह गतिविधि विद्यार्थियों को इतिहास से जोड़ते हुए उनकी रचनात्मकता को भी प्रोत्साहित कर सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **इतिहासकार** - ऐतिहासिक घटनाओं और सांस्कृतिक धरोहरों पर अध्ययन एवं लेखन करना।
- **नाटककार** - ऐतिहासिक नाटकों की रचना और अभिनय करना।
- **पर्यटन गाइड** - ऐतिहासिक स्थलों पर जानकारियों के साथ पर्यटकों का मार्गदर्शन करना।
- **लोक कलाकार** - गीत, नृत्य और नाट्य के माध्यम से लोक गाथाओं को प्रस्तुत करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि- SAY NO TO TOBACCO (तंबाकू से बचाव की मुहिम)

गतिविधि का नाम-'Say No to Tobacco' (रोल प्ले एवं विशेषज्ञ वार्ता) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य- विद्यार्थियों को तंबाकू सेवन के हानिकारक प्रभावों से अवगत करवाना।

आवश्यक सामग्री- पोशाक, प्रोप्स आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश-

➢ विद्यार्थियों को रोल प्ले हेतु आवश्यक सामग्री उपलब्ध करवाएँगे।

➢ शिक्षक रोल प्ले एवं विशेषज्ञ वार्ता के निष्कर्षों को संक्षेप में विद्यार्थियों के समक्ष दोहराएँगे।

गतिविधि के चरण-

➢ शिक्षक विशेषज्ञ के रूप में उपस्थित मुख्य अतिथि के समक्ष विद्यार्थियों से रोल प्ले करवाएँगे।

➢ विशेषज्ञ तंबाकू सेवन के दुष्परिणामों पर विद्यार्थियों से प्रभावी संवाद करेंगे।

➢ शिक्षक विशेषज्ञ के रूप में निम्नलिखित व्यक्तियों को मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित कर सकते हैं -

- विद्यालय के समीप स्थित सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पर सेवारत चिकित्साकर्मी।
- आशा सहयोगिनी।
- सामाजिक कार्यकर्त्ता।
- ब्लॉक मुख्य चिकित्सा अधिकारी।

सीखने के प्रतिफल-

➢ विद्यार्थियों को तंबाकू सेवन के दुष्परिणामों के बारे में सामान्य जानकारी प्राप्त हो सकेगी।

- विद्यार्थियों में तंबाकूरोधी मुहिम के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **स्वास्थ्य सलाहकार** - लोगों को स्वास्थ्य संबंधी परामर्श देना।
- **सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारी** - जनस्वास्थ्य से जुड़ी योजनाओं का क्रियान्वयन करना।
- **जनसंचार विशेषज्ञ** - स्वास्थ्य या सामाजिक मुद्दों पर संवाद कार्यक्रमों का संचालन करना।
- **सामाजिक कार्यकर्ता** - समाज में आवश्यकतामंद लोगों की सहायता करना और सामाजिक समस्याओं के समाधान के लिए कार्य करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

थीम - भाषाई समझ से अभिव्यक्ति की ओर

गतिविधि का नाम- 'स्पेल बी स्पर्धा' (अंग्रेजी) 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों के शब्दावली ज्ञान को बढ़ाना।
- सही स्पेलिंग के महत्त्व को समझाना।
- आत्मविश्वास और प्रतिस्पर्धात्मक भावना को प्रोत्साहित करना।

आवश्यक सामग्री- शब्दों की सूची (विभिन्न कठिनाई स्तर के शब्द), टाइमर या स्टॉपवॉच, पुरस्कार (वैकल्पिक), नोटबुक, पेन / पेंसिल आदि।

शिक्षक हेतु निर्देश-

- विद्यार्थियों को स्पेलिंग बी प्रतियोगिता के नियम और उद्देश्य समझाएँगे।
- प्रतियोगिता के लिए शब्दों की सूची तैयार करेंगे जिसमें सरल से कठिन शब्द सम्मिलित हों।

गतिविधि के चरण-

1. **प्रस्तावना-** स्पेलिंग बी प्रतियोगिता के महत्त्व और उद्देश्य के बारे में चर्चा करेंगे।
2. **प्रतियोगिता की तैयारी-** विद्यार्थियों को प्रतियोगिता के नियम समझाएँगे।

   उदाहरण के लिए-

   - प्रत्येक विद्यार्थी को एक शब्द दिया जाएगा।
   - विद्यार्थी को शब्द का सही उच्चारण करना होगा और फिर उसे सही स्पेलिंग वर्तनी लिखना होगा।
   - यदि विद्यार्थी शब्द को गलत वर्तनी मे लिखता है तो उसे प्रतियोगिता से बाहर कर दिया जाएगा।
   - अंतिम तक सही स्पेलिंग बताने वाला विद्यार्थी विजेता होगा।
3. **प्रतियोगिता-** एक-एक करके विद्यार्थियों को शब्द देंगे और उनकी स्पेलिंग सुनेंगे।
4. **प्रशंसा और पुरस्कार वितरण-** विजेताओं को पुरस्कार देते हुए सभी विद्यार्थियों के प्रयास की प्रशंसा करेंगे।

सीखने के प्रतिफल-

- विद्यार्थियो के शब्दकोश मे वृद्धि हो सकेगी।
- सही स्पेलिंग लिखने की आदत विकसित हो सकेगी।
- शब्दों के उच्चारण और अर्थ को समझने की क्षमता में वृद्धि हो सकेगी।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **कंटेंट राइटर** - लेख, ब्लॉग और वेबसाइट के लिए सटीक एवं प्रभावी भाषा में लिखना।
- **अनुवादक** - एक भाषा से दूसरी भाषा में सटीक अनुवाद करना।
- **एडिटर** - लेखों की भाषा और व्याकरण को परिष्कृत करना।
- **अंग्रेजी शिक्षक** - भाषा शिक्षण और अभ्यास का कार्य करना।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

अन्य गतिविधि

गतिविधि का नाम - 'मेरी पहचान-मेरा लोगो' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों को राजस्थान के पारंपरिक हस्तशिल्प की पहचान और महत्त्व समझाना।
- विद्यार्थियों को लोगो डिजाइन और ब्रांडिंग की प्रारंभिक समझ देना।
- विद्यार्थियों की रचनात्मकता, कल्पना और प्रस्तुति कौशल को प्रोत्साहित करना।
- विद्यार्थियों को हस्तशिल्प एवं डिजाइन से जुड़े करियर विकल्पों से परिचित कराना।

गतिविधि के चरण-

- विद्यार्थी राजस्थान के किसी एक हस्तशिल्प उत्पाद को चुनेंगे। जैसे - ब्लू पॉटरी, मीनाकारी, मोजड़ी, बाँधनी, लकड़ी की नक्काशी आदि।
- विद्यार्थी सोचेंगे कि यदि यह उत्पाद उनका हो तो उसका लोगो कैसा होगा, कौनसे रंग होंगे ? किस प्रतीक या चित्र का उपयोग होगा, क्या नाम होगा ?
- विद्यार्थी एक चार्ट पेपर पर लोगो बनाएँगे - चित्र, रंग, नाम और सजावट सहित।
- विद्यार्थी लोगो के नीचे एक बॉक्स बनाएँगे जिसमें वे बताएँगे कि अगर मुझे यह कार्य पसंद है तो मैं बड़ा होकर क्या बन सकता हूँ।
- अंत में विद्यार्थी अपने चार्ट कक्षा में प्रदर्शित करेंगे और लोगो के पीछे की सोच समझाएँगे।

आवश्यक सामग्री - चार्ट पेपर या A4 शीट, रंगीन कागज, स्केच पेन, पेंसिल रंग, कैंची, गोंद पुरानी पत्रिकाओं या इंटरनेट से चित्र (यदि संभव हो)।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- विद्यार्थियों को उनके क्षेत्र से जुड़े शिल्प चुनने के लिए प्रोत्साहित करें।
- लोगो के महत्त्व पर चर्चा करें - यह केवल चित्र नहीं अपितु पहचान है।
- विद्यार्थियों से यह भी पूछें कि आपका लोगो क्यों खास है? यह ग्राहक को क्या संदेश देगा ?
- सभी विद्यार्थियों की भागीदारी सुनिश्चित करें और कार्य को प्रदर्शन हेतु सजाएँ।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थी स्थानीय हस्तशिल्प के प्रति जागरुक हो सकेंगे।
- विद्यार्थी लोगो और ब्रांडिंग की अवधारणा समझ सकेंगे।
- विद्यार्थी डिजाइन और प्रस्तुति कौशल का अभ्यास कर सकेंगे।
- विद्यार्थी स्वयं की पहचान से उत्पाद को जोड़ना सीख सकेंगे।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **सांस्कृतिक संप्रेषण विशेषज्ञ** - यह व्यक्ति कला, भाषा और मीडिया के माध्यम से संस्कृति और परंपराओं का प्रभावी प्रचार करता है।
- **ग्राफिक डिजाइनर** - यह पोस्टर, लोगो, पैकेजिंग और सोशल मीडिया सामग्री जैसे दृश्य डिजाइनों को रचनात्मक रूप देता है।
- **ब्रांडिंग सलाहकार** - यह किसी उत्पाद, संस्था या परंपरा की अलग पहचान और बाजार में प्रभाव बनाने की रणनीति तैयार करता है।

Job cards link- https-//cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/

विशिष्ट गतिविधि - नागरिक शिष्टाचार

गतिविधि का नाम - 'हम सभ्य नागरिक' 60 मिनट

गतिविधि के उद्देश्य-

- विद्यार्थियों को अच्छे नागरिक बनने के व्यावहारिक नियम सिखाना।
- अनुशासन, मर्यादा, सम्मान की भावना जाग्रत करना।
- सामाजिक स्थानों पर शिष्ट व्यवहार को बढावा देना।

आवश्यक सामग्री -

व्हाइट बोर्ड, माइक सेट, लेखनी, मुखौटे, पेपर, पेंसिल, पोस्टर कलर।

शिक्षक हेतु निर्देश -

- विद्यार्थियों को समूह में बाँटकर अपना रोल-प्ले करने के लिए कहेंगे।
- महत्वपूर्ण घटनाओं, उपलब्धियों, अनुभवों का वर्णन करेंगे।
- विद्यार्थियों को रोल-प्ले से संबंधित विषय के पोस्टर के प्रदर्शन के लिए प्रेरित करना।

गतिविधि के चरण -

- विद्यार्थियों को समूहों में बाँटा जाएगा।
- प्रत्येक समूह को एक नागरिक शिष्टाचार से संबंधित विषय दिया जाएगा।
- उन्हें पोस्टर या प्रस्तुति अभिनय के माध्यम से विचार व्यक्त करने को कहा जाएगा।
- प्रस्तुतीकरण के पश्चात् अन्य विद्यार्थियों को प्रशंसा एवं सुझाव के लिए कहेंगे।
- प्रधानाचार्य द्वारा निष्कर्ष एवं प्रेरणादायी संदेश।
- समापन के दौरान पुरस्कार वितरण।

सीखने के प्रतिफल -

- विद्यार्थियों में शिष्ट और जिम्मेदार नागरिक बनने की समझ विकसित हो सकेगी।
- सार्वजनिक स्थानों पर अनुशासित व्यवहार करने एवं नेतृत्व क्षमता का विकास हो सकेगा।
- स्वप्रदर्शन की भावना का विकास हो सकेगा।

करियर बॉक्स

मुझे यह गतिविधि बहुत पसंद आई। क्या इसमें भविष्य में काम के अवसर भी हैं ?

- **सिविल सेवा अधिकारी -** सरकारी नीतियों को लागू करना, जनता की समस्याओं का समाधान करना।
- **पुलिस अधिकारी -** अपराधों की जाँच करना, कानून-व्यवस्था बनाए रखना।
- **शिक्षक -**

आउटडोर खेल गतिविधियाँ

- क्रिकेट
- फुटबॉल
- बास्केटबॉल
- बैडमिंटन
- वॉलीबॉल
- दौड़ (100 सौ मीटर एवं उससे अधिक)
- हॉकी
- कबड्डी
- लंबी छलांग
- तालियों के साथ योगाभ्यास
- रस्सी कूद
- **फुटबॉल (सॉकर):** यह खेल छोटे आकार के मैदान में भी खेला जा सकता है। विद्यार्थियों को इस खेल से सामूहिकता, पारस्परिक सहयोग और टीमवर्क के महत्त्व को समझने में सहायता मिलती है।
- **बास्केटबॉल:** विद्यार्थियों के लिए बास्केटबॉल भी एक उपयुक्त खेल हो सकता है। यह खेल उन्हें गतिशीलता, कंट्रोल और टीम वर्क कौशल विकसित करने में सहायता करता है।
- **बैडमिंटन**: यह एक सरल और रमणीय खेल है जिसे विद्यार्थी खेल सकते हैं। इसका खेलना उन्हें हाथ-पैर के कोऑर्डिनेशन, स्पष्टता और तेज़ी के साथ दिमागी कौशल विकसित करने में सहायता करता है।
- **हॉकी:** विद्यार्थियों को हॉकी भी अच्छा खेल लग सकता है। हॉकी खेलने से उन्हें सामूहिकता, बाल कंट्रोल, टीम वर्क और सामरिक योजना बनाने का अवसर मिलता है।
- **कुक्कुट युद्ध :** सभी विद्यार्थी एक वृत्त में बाएँ पैर पर खड़े होते हैं, दाएँ पैर को मोड़कर दाएँ हाथ से पकड़ते हैं, और बाँए हाथ से दाएँ कोहनी का सहारा लेते हैं। खेल में विद्यार्थी केवल कंधे व शरीर के बल पर एक-दूसरे को हल्का धक्का देकर गिराने का प्रयास करते हैं। जो विद्यार्थी

संतुलन खो देता है या हाथ की पकड़ छोड़ देता है, वह बाहर हो जाता है। अंत तक संतुलन बनाए रखने वाला विद्यार्थी विजेता होता है। इस खेल से विद्यार्थियों में संतुलन, सतर्कता और आत्म-नियंत्रण का विकास होता है।

- **शेर-बकरी :** खेल की शुरुआत में एक बच्चा शेर बनता है और एक बच्चा बकरी बनता है। बाकी बच्चे एक वृत्त बनाकर हाथ पकड़कर खड़े रहते हैं। शेर बाहर से बकरी को पकड़ने का प्रयास करता है, लेकिन वृत्त में खड़े बच्चे अपने हाथों से शेर को अंदर आने से रोकते हैं और बकरी को आने-जाने देते हैं। जो बच्चा शेर द्वारा पकड़ा जाता है, उसकी भूमिका बदल दी जाती है। इस खेल से बच्चों में सतर्कता, शरीर संतुलन, फुर्ती और सहयोग की भावना का विकास होता है।
- **भस्मासुर :** खेल की शुरुआत में सभी विद्यार्थी क्षेत्र में खड़े होते हैं। 'खेल शुरू' होते ही सभी विद्यार्थी दाएं हाथ का उपयोग करके दूसरों के सिर को छूने का प्रयास करते हैं, जबकि बाएं हाथ का उपयोग केवल बचाव के लिए किया जाता है। जो विद्यार्थी किसी का या अपना सिर छू लेता है या क्षेत्र से बाहर चला जाता है, वह खेल से बाहर हो जाता है। इस खेल से विद्यार्थियों में शरीर संतुलन, सतर्कता और फुर्ती का विकास होता है।
- **मैं शिवाजी:** यह एक सामूहिक खेल है जिसमें विद्यार्थी चुस्ती-फुर्ती, सतर्कता और रणनीतिक सोच का अभ्यास करते हैं। खेल की शुरुआत में एक बच्चा 'शिवाजी' और एक 'पकड़ने वाला' बनता है। पकड़ने वाला शिवाजी को पकड़ने की कोशिश करता है, जबकि बाकी बच्चे 'मैं शिवाजी' कहते हुए शिवाजी को बचाने का प्रयास करते हैं। जब कोई बच्चा पकड़ने वाले और शिवाजी के बीच से गुजरते हुए 'मैं शिवाजी' कहता है, तो वह नया शिवाजी बन जाता है। यदि पकड़ने वाला शिवाजी को पकड़ लेता है, तो नया शिवाजी और पकड़ने वाला चुना जाता है। इस खेल से बच्चों में नेतृत्व क्षमता, त्वरित निर्णय क्षमता, सतर्कता और सहयोग की भावना का विकास होता है।
- **वारे सिंह :** यह एक सामूहिक खेल है जिसमें बच्चे चुस्ती-फुर्ती, तेजी से निर्णय लेने और सतर्कता का अभ्यास करते हैं। खेल में एक बच्चा 'सिंह' बनता है और वह वृत्त के अंदर बैठता है, जबकि बाकी बच्चे बाहर खड़े होते हैं। बच्चे बारी-बारी सिंह की पीठ पर थपकी देकर 'वारे सिंह!' कहते

हैं, जिससे सिंह तेजी से घूमकर एक पैर से किसी को पकड़ने की कोशिश करता है। जिसे पकड़ लिया जाता है, वह नया सिंह बन जाता है। यह खेल बच्चों में त्वरित निर्णय, ध्यान केंद्रित करने और सामंजस्य की भावना विकसित करता है।

- **मूर्ति:** यह एक सामूहिक खेल है, जिसमें बच्चे धैर्य, संतुलन, सतर्कता और प्रतिक्रिया क्षमता का अभ्यास करते हैं। खेल की शुरुआत में एक बच्चा पकड़ने वाला बनता है और मैदान के एक छोर पर पीठ करके खड़ा होता है। बाकी बच्चे विपरीत दिशा से धीरे-धीरे उसकी ओर बढ़ते हैं। जैसे ही पकड़ने वाला अचानक पलटता है, सभी बच्चों को स्थिर हो जाना होता है। हिलने पर बच्चा बाहर हो जाता है। खेल का उद्देश्य पकड़ने वाले तक पहुंचना होता है। यह खेल बच्चों में धैर्य, अनुशासन, संतुलन और प्रतिक्रिया क्षमता का विकास करता है।
- **जोड़ी में खो :** धावक किसी भी जोड़ी के सामने जाकर ताली बजाता है, जिससे पीछे वाला विद्यार्थी नया धावक बन जाता है, और पहला धावक उस जोड़ी के पीछे खड़ा हो जाता है। पकड़ने वाला नए धावक को पकड़ने का प्रयास करता है। खेल तब तक चलता है जब तक कोई धावक पकड़ा नहीं जाता या 'स्तब्ध' आदेश न दिया जाए। इस खेल से विद्यार्थियों में शारीरिक फुर्ती, सतर्कता और टीम भावना का विकास होता है।

प्रारूप—अ

'नो बैग डे' कार्यक्रम उत्तरदायित्व —विद्यालय स्तर (जुलाई के प्रथम सप्ताह में करना है)

नो बैग डे की थीम	थीम प्रभारी	कक्षा समूह प्रभारी
1. पहला शनिवार— आओ राजस्थान को जानें।	थीम प्रभारी................................	**समूह— अंकुर** प्रभारी....................... सहप्रभारी..................
2. दूसरा शनिवार — भाषा : समझ से अभिव्यक्ति की ओर	थीम प्रभारी................................	**समूह— प्रवेश** प्रभारी....................... सहप्रभारी..................
3. तीसरा शनिवार— स्वस्थ राजस्थान—सशक्त राजस्थान	थीम प्रभारी................................	**समूह— दिशा** प्रभारी....................... सहप्रभारी..................
4. चौथा शनिवार— खेल खेल में विज्ञान	थीम प्रभारी................................	**समूह— क्षितिज** प्रभारी....................... सहप्रभारी..................
5. पाँचवा शनिवार— बालसभा — मेरे अपनों के संग (अगस्त,नवम्बर,जनवरी)	थीम प्रभारी................................	**समूह— उन्नति** प्रभारी....................... सहप्रभारी..................

हस्ताक्षर प्रभारी 'नो बैग डे' कार्यक्रम — हस्ताक्षर संस्थाप्रधान

नाम.....................................

'नो बैग डे' कार्यक्रम मासिक योजना–प्रारूप–ब

(प्रत्येक माह के प्रथम सोमवार को तैयार करना)

माह का नाम.. वर्ष...................

दिनांक	थीम का प्रकार	समूह	गतिविधि का संक्षिप्त विवरण	गतिविधि का स्थल / कक्षा	विद्यार्थियों की कुल संख्या			भाग लेने वाले विद्यार्थियों की अनुमानित संख्या		
					छात्र	छात्रा	कुल	छात्र	छात्रा	कुल
	आओ राजस्थान को जानें।	अंकुर								
		प्रवेश								
		दिशा								
		क्षितिज								
		उन्नति								
	भाषा : समझ से अभिव्यक्ति की ओर	अंकुर								
		प्रवेश								
		दिशा								
		क्षितिज								
		उन्नति								
	स्वस्थ राजस्थान–सशक्त राजस्थान।	अंकुर								
		प्रवेश								
		दिशा								
		क्षितिज								
		उन्नति								
	खेल खेल में विज्ञान	अंकुर								
		प्रवेश								
		दिशा								
		क्षितिज								
		उन्नति								
	बालसभा मेरे अपनों के संग	अंकुर								
		प्रवेश								
		दिशा								
		क्षितिज								
		उन्नति								

नाम व हस्ताक्षर थीम प्रभारी

हस्ताक्षर 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

'नो बैग डे' कार्यक्रम–प्रतिवेदन

(प्रत्येक शनिवार को तैयार करना)

माह का नाम.. दिनांक.................... शनिवार का क्रम– प्रथम/द्वितीय/तृतीय/चतुर्थ/पंचम

थीम का नाम..

समूह का नाम.. ....

समूह प्रभारी का नाम एवं पदनाम..

क्रसं	गतिविधियों का संक्षिप्त विवरण (प्रतिफल/कौशल/दक्षता आदि)	विद्यार्थियों की कुल संख्या			भाग लेने वाले विद्यार्थियों की संख्या		
		छात्र	छात्रा	कुल	छात्र	छात्रा	कुल

कार्यक्रम में उपस्थित अतिथि 1. 2. 3.

गतिविधि आयोजन को श्रेष्ठ बनाने हेतु सुझाव– ....

....

नोट– समूह की गतिविधियों से प्राप्त चार्ट/मॉडल/सर्वेक्षण प्रपत्र/वीडियो/फोटोग्राफ्स आदि जो गतिविधि के होने को प्रमाणित करे को सॉफ्ट या हार्ड कॉपी में 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी को गतिविधि आयोजन के बाद देवें। 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी इन्हें सत्र पर्यन्त संरक्षित रखें।

हस्ताक्षर थीम प्रभारी

हस्ताक्षर 'नो बैग डे' कार्यक्रम प्रभारी