

# જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીની કચેરી, સુરત

એ-૩, જિલ્લા સેવા સદન-૨, અઠવાલાઈન્સ, સુરત.

Phone No: (0261) 2662903, Fax No: 2662902, Email Id: [suratdeo@gmail.com](mailto:suratdeo@gmail.com)

ક્રમાંક: SSA/સ્વ-રક્ષણ/૨૦૨૦/૩૮૫૬

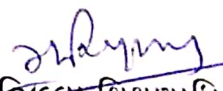
તા.૨૨/૧૨/૨૦૨૦

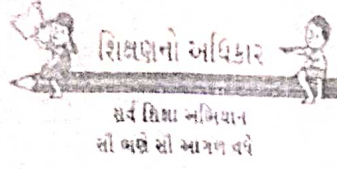
પ્રતિ,  
આચાર્યશ્રી  
તમામ માધ્યમિક અને ઉચ્ચત્તર માધ્યમિક શાળાઓ તરફ  
સુરત, જિ.સુરત

વિષય :- ધોરણ ૬ થી ૧૨ની દીકરીઓને “ઓનલાઈન સ્વ-રક્ષણ તાલીમ”માં જોડાવા બાબત  
સંદર્ભ :- સ્ટેટ પ્રોજેક્ટ ડાયરેક્ટરશ્રી ગાંધીનાગરના પત્ર ક્રમાંક : એસએસએ/સ્વ.તા. /૨૦૧૮ /  
૨૧ / ૪૨૬૦૦-૭૦૩ તા.૧૮/૧૨/૨૦૨૦

ઉપરોક્ત વિષય અને સંદર્ભ અન્વયે જાણવવાનું કે, શિક્ષણ વિભાગ દ્વારા છેલ્લા ૩ વર્ષથી શિક્ષણની સાથે દીકરીઓને સ્વ-રક્ષણ તાલીમ આપવામાં આવે છે. પરંતુ હાલ કોવીડ-૧૯ મહામારીને કારણે શાળાઓ બંધ હોવાનાં કારણે આ તાલીમ ઓનલાઈન યોજવાનું નક્કી કરેલ હોઈ, સમગ્ર શિક્ષા, ગાંધીનગર દ્વારા “ઓનલાઈન સ્વ-રક્ષણ તાલીમ” તૈયાર કરવામાં આવેલ છે. સદર તાલીમની શરૂઆત ૨૨ ડીસેમ્બર-૨૦૨૦ થી કરવામાં આવેલ છે. તેમજ તમામ દીકરીઓને આ તાલીમ મળી રહે તે માટે તમામ શાળાના આચાર્યશ્રીઓને આપની કક્ષાએથી જરૂરી કાર્યવાહી કરવા જણાવવામાં આવે છે. સદર તાલીમની વિગતવાર સુચના આ સાથે સામેલ સંદર્ભપત્રમાં આપવામાં આવેલ છે.

બિડાણ :- ઉપર મુજબ

  
જિલ્લા શિક્ષણાધિકારી  
સુરત, જિલ્લો-સુરત



## ગુજરાત શાળા શિક્ષણ પરિષદ

સ્ટેટ પ્રોજેક્ટ ડાયરેક્ટરની કચેરી

સમગ્ર શિક્ષા

સેક્ટર-૧૭, ગાંધીનગર-૩૮૨૦૧૭ (ગુજરાત રાજ્ય)

ફોન નં. : (૦૭૯) ૨૩૨ ૪૩૧૩૩

ફેક્સ નં. : (૦૭૯) ૨૩૨ ૩૨૪૩૬, ૩૮૪૦૪

ટેલેફોન નં. : ૧૮૦૦-૨૩૩-૭૯૬૫

E-mail : spdssa@gmail.com

: gujgenderspo@gmail.com

Web : www.ssagujarat.org

પી. ભારતી, (આઈ.એ.એસ.)

સ્ટેટ પ્રોજેક્ટ ડાયરેક્ટર &

કમિશનર-પ્રાથમિક શિક્ષણ

નં. એસએસએ/અ.એ./સ્વ.તા./૨૦૧૮/૨૧/ ૪૨૬૦૦-૭૦૩

તા.૧૯/૧૨/૨૦૨૦

પ્રતિ,

- (૧) જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીશ્રી, જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીશ્રીની કચેરી, જિલ્લા : તમામ
- (૨) જિલ્લા પ્રોજેક્ટ કો. ઓર્ડિનેટરશ્રી અને જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીશ્રી, સમગ્ર શિક્ષા, જિલ્લા શિક્ષણ સમિતિ, જિલ્લા : તમામ
- (૩) એડી. જિલ્લા પ્રોજેક્ટ કો. ઓર્ડિનેટરશ્રી અને શાસનાધિકારીશ્રી, નગર પ્રાથમિક શિક્ષણ સમિતિ, મહાનગરપાલિકા : અમદાવાદ, રાજકોટ, સુરત, વડોદરા

વિષય : તમામ ઉચ્ચ પ્રાથમિક અને માધ્યમિક શાળાઓની ધોરણ-૬ થી ૧૨ ની દીકરીઓને "ઓનલાઈન સ્વ-રક્ષણ તાલીમ" માં જોડાવવા બાબત

ઉપરોક્ત વિષય અન્વયે જણાવવાનું કે, હાલની કોવિડ-૧૯ મહામારીને કારણે શાળાઓ બંધ હોવાથી વિદ્યાર્થીઓના શિક્ષણ માટે શિક્ષણ વિભાગ ધ્વારા વિવિધ પ્રયાસો કરવામાં આવી રહ્યા છે. છેલ્લા ૩ (ત્રણ) વર્ષથી શિક્ષણની સાથે દીકરીઓને સ્વ-રક્ષણ તાલીમ આપવામાં આવે છે. પરંતુ હાલ શાળાઓ બંધ હોવાથી દીકરીઓને સ્વ-રક્ષણ તાલીમ આપવી શક્ય નથી. સ્વ-રક્ષણ તાલીમ મહદઅંશે શારીરિક હોવાથી દીકરીઓના સ્વાસ્થ્ય પર સુપ્રભાવ પડે છે અને તેમની રોગ પ્રતિરોધક ક્ષમતામાં વધારો થાય છે. હાલ જે રીતે ઓનલાઈન શિક્ષણ આપવામાં આવે છે તેવી રીતે દીકરીઓને ઓનલાઈન સ્વ-રક્ષણ તાલીમ આપવા માટે સમગ્ર શિક્ષા, ગાંધીનગર ધ્વારા "ઓનલાઈન સ્વ-રક્ષણ તાલીમ કોર્સ" તૈયાર કરવામાં આવેલ છે. જેની શરૂઆત ૨૨, ડિસેમ્બર-૨૦૨૦ થી કરવામાં આવશે. સદર તાલીમ ધો.-૬ થી ૧૨ ની તમામ દીકરીઓને મળી રહે તે માટે નીચે મુજબનું આયોજન કરવા આપની કક્ષાએથી સંબંધિતોને સૂચના થવા વિનંતી છે.

- આ કોર્સમાં ૨૪ (ચોવીસ) ભાગ છે. જે ૮ (આઠ) અઠવાડિયા દરમિયાન અપલોડ કરવામાં આવશે.
- ૨૨, ડિસેમ્બર-૨૦૨૦ થી ૨૮, ફેબ્રુઆરી-૨૦૨૧ દરમિયાનનો રહેશે.
- આ સાથે સામેલ સમય-પત્રક મુજબ તા.૨૨.૧૨.૨૦૨૦ થી દર અઠવાડિયે મંગળવાર, ગુરુવાર અને શનિવારના રોજ ઓનલાઈન કોર્સમાંના ત્રણ ભાગ અપલોડ કરવામાં આવશે.
- તાલીમની લીક ધો.-૬ થી ૧૨ ની તમામ દીકરીઓને સમયસર મળી રહે તેવું આયોજન કરવું.
- દરેક શાળામાંથી કોઈપણ એક શિક્ષકને તાલીમના નોડલ શિક્ષક બનાવવા અને તાલીમને લગતી તમામ જવાબદારી તે શિક્ષકને આપવી.
- નોડલ શિક્ષકે વિડીયોમાં આપેલ સૂચના મુજબ બીજા શિક્ષકોની મદદ લઈ કન્યાઓ પાસે સેલ્ફ ડિકલેરેશનનું ફોર્મ ભરાવવું. જેમાં શાળાનો ડાયસ કોડ નાંખવાનો હોવાથી મોનિટરીંગ દરમિયાન કઈ શાળાની વધુમાં વધુ દીકરીઓ જોડાઈ છે તે જાણી શકાય.

તમામ  
શાળાઓ  
માં  
જોડાવવા  
22/12



- જે તે શાળાની મહત્વના તમામ દીકરીઓ શરૂ આગળના તાલીમ પૂર્ણ કરે તેની જવાબદારી જે તે શાળાની રહેશે.
- સહર કામમાં DIKSHA Portal ના માધ્યમથી જોડાઈ શકાશે.
- એક એકવાડીયામાં ૩ (ત્રણ) ભાગ DIKSHA Portal પર અપલોડ કરવામાં આવશે.
- નીચે આપેલ લીંક તથા QR Code પર ક્લિક કરવાથી કોર્સ પર જઈ શકાશે.



(૧) રજિસ્ટ્રેશન માટેની લીંક : <https://youtu.be/m7WcQCH5MLJk>

(૨) કોર્સમાં જોડાવવા માટેની લીંક : [https://diksha.gov.in/explore-course/course/do\\_11317101311618048012176](https://diksha.gov.in/explore-course/course/do_11317101311618048012176)

- રજિસ્ટ્રેશન માટેની લીંક ઓપન કરવાથી રજિસ્ટ્રેશન કેવી રીતે કરવું, એક થી વધારે યુઝર કેવી રીતે જોડાઈ શકે તેમજ સેલ્ફ ડિક્લેરેશન ફોર્મ કઈ રીતે ભરવું તેની માહિતી માટેનો એક વિડીયો અપ જોઈ શકાશે, જેથી રજિસ્ટ્રેશન કરવામાં અને તાલીમમાં જોડાવવામાં સરળતા રહે.
- તાલીમમાં જોડાયા પહેલા રજિસ્ટ્રેશન કરી લેવું. રજિસ્ટ્રેશન મોબાઈલ નંબર/ઈ-મેલથી કરી શકાશે.
- પહેલો ભાગ જોયા પછી જ બીજો ભાગ જોવો આમ એક પછી એક ક્રમાનુસાર તમામ ભાગ જોવાના રહેશે. જેથી તાલીમની યથાતતા જળવાઈ રહે.
- તાલીમ દરમિયાન કોર્સ પ્રોગ્રેસબારમાં ફેરફાર થતો રહેશે. જેની તાલીમ અને સર્ટિફિકેટ મેળવવા પર કોઈ અસર પડશે નહીં.
- તમામ ૨૮ ભાગ જોયા પછી જે દીકરીઓએ કોર્સ પૂર્ણ કર્યો હશે તે દીકરીઓને DIKSHA Portal પરથી જ E-Certificate મળશે.
- સ્વ-રક્ષણ તાલીમની અમુક ટેકનિક એવી છે કે જેમાં બે વ્યક્તિની જરૂરીયાત કરજિયાત છે, આથી, કોઈ પણ દીકરી તાલીમ લે, પ્રેક્ટીસ કરે ત્યારે તેના ઘરે તેની બહેન, ભાઈ, મમ્મી, પપ્પા, બહેનપણીમાંથી કોઈને પણ પાર્ટનર તરીકે સાથે રાખી પ્રેક્ટીસ કરી શકે.
- તાલીમ દરમિયાન શક્ય હોય તો દીકરીઓએ ટ્રેકશુટ અને ટીચર્ટ અથવા કુતો અને પાવરપોઇન્ટ પહેરવા જેથી કસરત કરવામાં સરળતા રહે.
- તાલીમ જમ્યા પહેલા અથવા જમ્યા પછી ૩ થી ૪ કલાક બાદ લેવી.
- ૫ વર્ષથી માંડીને ૫૦ વર્ષ સુધીની તમામ વ્યક્તિ આ તાલીમ લઈ શકશે.
- DIKSHA Portal પરથી મળેલ આંકડાઓ મુજબ રાજ્ય કક્ષાથી તાલીમનું મોનિટરીંગ કરવામાં આવશે. જેથી વધુમાં વધુ દીકરીઓ (દરેક જિલ્લાની દીકરીઓના ડાયસ પ્રમાણેના લક્ષ્યાંક મુજબની દીકરીઓ) તાલીમમાં જોડાય તે સુનિશ્ચિત કરાશે.

(પી. ભારતી)

બિડાણ : સમય પત્રક

નકલ રવાના જાણ તથા કાર્યવાહી અર્થે :

મહાનગર જિલ્લા કા. ઓ. - ગર્લ્સ એજ્યુકેશન, સમગ્ર શિક્ષા, જિલ્લા શિક્ષણ સમિતિ, જિલ્લા અને કોઓરેશન તમામ



## સમય-પત્રક

### "ઓનલાઇન સ્વ-રક્ષણ તાલીમ કોર્સ" વર્ષ ૨૦૨૦-૨૧

ક્રમ	તારીખ	વાર	ભાગ
૧	૨૨.૧૨.૨૦૨૦	મંગળવાર	ભાગ-૧
૨	૨૪.૧૨.૨૦૨૦	ગુરુવાર	ભાગ-૨
૩	૨૬.૧૨.૨૦૨૦	શનિવાર	ભાગ-૩
૪	૨૮.૧૨.૨૦૨૦	મંગળવાર	ભાગ-૪
૫	૩૧.૧૨.૨૦૨૦	ગુરુવાર	ભાગ-૫
૬	૦૨.૦૧.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૬
૭	૦૫.૦૧.૨૦૨૧	મંગળવાર	ભાગ-૭
૮	૦૭.૦૧.૨૦૨૧	ગુરુવાર	ભાગ-૮
૯	૦૯.૦૧.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૯
૧૦	૧૨.૦૧.૨૦૨૧	મંગળવાર	ભાગ-૧૦
૧૧	૧૪.૦૧.૨૦૨૧	ગુરુવાર	ભાગ-૧૧
૧૨	૧૬.૦૧.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૧૨
૧૩	૧૯.૦૧.૨૦૨૧	મંગળવાર	ભાગ-૧૩
૧૪	૨૧.૦૧.૨૦૨૧	ગુરુવાર	ભાગ-૧૪
૧૫	૨૩.૦૧.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૧૫
૧૬	૨૬.૦૧.૨૦૨૧	મંગળવાર	ભાગ-૧૬
૧૭	૨૮.૦૧.૨૦૨૧	ગુરુવાર	ભાગ-૧૭
૧૮	૩૦.૦૧.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૧૮
૧૯	૦૨.૦૨.૨૦૨૧	મંગળવાર	ભાગ-૧૯
૨૦	૦૪.૦૨.૨૦૨૧	ગુરુવાર	ભાગ-૨૦
૨૧	૦૬.૦૨.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૨૧
૨૨	૦૯.૦૨.૨૦૨૧	મંગળવાર	ભાગ-૨૨
૨૩	૧૧.૦૨.૨૦૨૧	ગુરુવાર	ભાગ-૨૩
૨૪	૧૩.૦૨.૨૦૨૧	શનિવાર	ભાગ-૨૪