



જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીની કચેરી સુરત

બ્લોક-એ, ત્રીજો માળ, જિલ્લા સેવા સદન-૨ અઠવાલાઈન્સ સુરત- ૩૯૫૦૦૧



:- suratdeo@gmail.com



- ૦૨૬૧-૨૬૬૨૮૦૨

web :- www.suratdeo.or

જા.નં.મા-૨/૨૦૨૫ | ૩૭૨૫

તા.૦૨/૦૬/૨૦૨૫
૦૭

પ્રતિ,

આચાર્યશ્રી,

સરકારી, ગ્રાન્ટેડ અને નોન ગ્રાન્ટેડ પ્રાથમિક શાળાઓ, તમામ
સુરત, જિ-સુરત

આ સાથે સામેલ નિયામક, જીસીઈઆરટી, ગાંધીનગરના પત્રાંક નં.: જીસીઈઆરટી/
દૂરવતી શિક્ષણ/૨૦૨૫/૧૬૧૩૨-૨૪૭, તા.૦૧/૦૭/૨૦૨૫ના પત્ર અન્વયે જુલાઈ માસથી જ દરેક
શાળાઓએ અમલ કરવાનો રહેશે,

જિલ્લા શિક્ષણાધિકારી

સુરત, જિ-સુરત



નિયામક



પાઠ્યાભ્યાસ શાસ્ત્ર અને અંગિકા વર્ણન

ક્રમાંક: જીસીઈઆરટી/દૂરવર્તી શિક્ષણ/2025/
ગુજરાત શૈક્ષણિક સંશોધન અને તાલીમ પરિષદ,
વિદ્યાભવન, સેક્ટર - 12, ગાંધીનગર
ફોન: (079) 23256808 - 39
ઈમેલ: goert12@gmail.com
વેબસાઈટ: www.goert.gujarat.gov.in
તારીખ: / /2025

પ્રતિ,

જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીશ્રી, તમામ

જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીશ્રી, તમામ

શાસનાધિકારી, તમામ

10 1 JUL 2025

વિષય : NEP-2020 અને NCF-SE 2023 મુજબ સરકારી, ગ્રાન્ટેડ અને બિન અનુદાનિત શાળાઓનાં ધોરણ 1 થી 8નાં બાળકોના મનોશારીરિક વિકાસ તેમજ રમત-ગમત, યોગ, સૂર્યનમસ્કાર, ચિત્ર, સંગીત વગેરે બાબતોનો સમાવેશ કરવા માટે તેમજ બેગલેસ 3 અને આનંદદાયી શનિવારની પ્રવૃત્તિઓ દર શનિવારે કરવા બાબત

સંદર્ભ: (1) NEP 2020 પ્રકરણ નં. 4 મુદ્દા નં.4.9

(2) NCF-SE 2023 પ્રકરણ નં-8 મુદ્દા નં.8.2

(3) જીસીઈઆરટી સિંગલ ફાઇલ નં. 12/2025 પર તા. 19-6-2025 ની સરકારશ્રીની મંજૂરી

શ્રીમાન,

રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ 2020 દેશમાં એવી શિક્ષણ પદ્ધતિની કલ્પના કરે છે જેનાં મૂળ ભારતીય સંસ્કારમાં હોય અને જેમાં તમામ ક્ષેત્રોમાં માનવીય પ્રયાસો અને જ્ઞાનની સંસ્કૃતિજન્ય સિદ્ધિઓની વાત હોય, સાથે સાથે 21મી સદીની સંભાવનાઓ અને પડકારો સાથે રચનાત્મક રીતે જોડવા માટે વિદ્યાર્થીઓને તૈયાર કરે. શાળાશિક્ષણ માટે આ મહત્વાકાંક્ષી દષ્ટિકોણ માટેનો આધાર રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમના માળખા (NCF-SE) 2023 દ્વારા તમામ શૈક્ષણિક સ્તરે વિવિધ અભ્યાસક્રમ ક્ષેત્રોમાં સ્પષ્ટ રીતે મૂકવામાં આવ્યો છે.

NCF-SE 2023 એવાં કૌશલ્યોથી વિદ્યાર્થીઓને સજ્જ કરવાનું લક્ષ્ય ધરાવે છે, જે જીવનમાં આગળ વધવાની સાથે વિકાસ માટે આવશ્યક છે. તે તેમની વિશ્લેષણાત્મક, વર્ણનાત્મક અને અભિવ્યક્તિની ક્ષમતાઓ વધારવાનો પ્રયાસ કરે અને તેમને આવનારા પડકારો અને તકો માટે તૈયાર કરે છે. વિવિધતાસભર અભ્યાસક્રમમાં નવ વિષયો આવરી લેવામાં આવ્યા છે - ત્રણ ભાષાઓ, વિજ્ઞાન, ગણિત, સામાજિક વિજ્ઞાન, કલા શિક્ષણ, શારીરિક શિક્ષણ અને સુખાકારી તેમજ વ્યાવસાયિક શિક્ષણ - જે તેમના સર્વાંગી વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે. રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમ માળખા (NCF-SE) અનુસાર એક વિષયક્ષેત્ર 'શારીરિક શિક્ષણ અને સુખાકારી' છે. આ વિષયનો મુખ્ય ઉદ્દેશ શારીરિક પ્રવૃત્તિ અને રમતો પ્રત્યેનો રસ જગાવવાનો, રમતોમાં કુશળતાપૂર્વક જોડવાની ક્ષમતા વિકસાવવાનો અને સંઘર્ષો બાદ પણ ફરીથી ઊભા થવાની ક્ષમતા, સહાનુભૂતિ તથા સહકાર જેવાં માનવીય મૂલ્યો વિકસાવવાનો છે. ભારત પાસે યોગની અદ્ભુત પરંપરા છે, જે માનસિક અને શારીરિક સુખાકારી માટે સંપૂર્ણ અનુભવ પ્રદાન કરે છે.

‘શારીરિક શિક્ષણ અને સુખાકારી’ વિષયમાં યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ અને ધ્યાન જેવાં યોગનાં વિવિધ પાસાઓ ધોરણ 3 થી Secondary Stage સુધી વિકસાત્મક રીતે સામેલ કરવામાં આવ્યાં છે. આ સર્વગ્રાહી આરોગ્ય અને સુખાકારી માટે મજબૂત પાયો પૂરો પાડે છે.

બાલસભામાં સામૂહિક પ્રાર્થના વિદ્યાર્થીઓ માટે જીવનલક્ષી ગુણોની ખીલવણી માટે મહત્વપૂર્ણ છે. તે વિદ્યાર્થીઓને દિવસની શરૂઆત શાંતિ અને એકાગ્રતા સાથે કરવાની તક આપે છે. પ્રાર્થના વિદ્યાર્થીઓમાં આત્મવિશ્વાસ અને નૈતિક મૂલ્યો વિકસાવવામાં મદદ કરે છે.

સમૂહ ક્વાયત દ્વારા શારીરિક કૌશલ્યના વિકાસની સાથોસાથ શિસ્ત અને આજ્ઞાપાલનના ગુણ કેળવાય છે. સમૂહ ક્વાયતમાં હુકમ મળતાં ક્રિયા કરવાની ત્વરિત નિર્ણયશક્તિ ખીલે છે.

આદિકાળથી દુનિયાના દરેક દેશમાં રમતગમતનું સ્થાન મહત્વનું રહ્યું છે. રમત શરીરને પ્રવૃત્તિ આપે છે અને આરોગ્ય માટે ઉપકારક બને છે. રમત જાણે અજાણે પણ શક્તિ, ઝડપ અને નમનિયતા વગેરે જેવા ગુણો વિકસાવી શરીરમાં સુદૃઢતા, ચપળતા, સજાગતા અને નીડરતા વિકસાવવામાં મહત્વનો ફાળો આપે છે. હાલ ધોરણ 1 થી 8 માં રમત-ગમત માટે અઠવાડિયાના બે પિરિયડ હોય છે. ચિત્ર-સંગીતના અઠવાડિયાના એક એક પિરિયડ છે. મોટાભાગની શાળાઓમાં શનિવારે બાલસભાનું આયોજન કરવામાં આવે છે.

ગાણિતિક રમતો, કોયડા ઉકેલ રમતો, જોડણી રમતો, સામાન્ય જ્ઞાનની રમતો, મનોરંજક રમતો, તાર્કિક સમસ્યા ઉકેલ રમતો વગેરે રમતો દ્વારા બાળકોનો માનસિક વિકાસ થાય છે.

NEP-2020 અને NCF-SE-2023 અનુસાર દરેક વિષયમાં અમુક શૈક્ષણિક મુદ્દાઓ પ્રોજેક્ટ વર્કથી ભણાવવા માટે નિયત કરેલ છે. પ્રોજેક્ટ વર્ક એ વિદ્યાર્થીઓ માટે એક વ્યવહારુ, વિદ્યાર્થી-કેન્દ્રિત અભિગમ છે જ્યાં વિદ્યાર્થીઓ વાસ્તવિક દુનિયાની સમસ્યાઓ ઉકેલવામાં અથવા જટિલ પ્રશ્નોનું અન્વેષણ કરવામાં સક્રિયપણે જોડાય છે.

ટેન બેગલેસ 3 એન્ટર્ગેટ પૂર્વ-વ્યાવસાયિક શિક્ષણ (ધોરણ 6 થી 8)માં આયોજન અને અમલીકરણનું સૂચન NEP-2020માં કરેલ છે. જેમાં બાળકોને રોજિંદા જીવનમાં યોગદાન આપતા વ્યવસાય/ વ્યવસાયકારોનો પરિચય કરાવવો. શાળામાં વર્ગખંડની બહારની દુનિયા સાથે સંપર્ક કરાવવો. સ્થાનિક વ્યવસાયો, સ્થાનિક કારીગરો, શિલ્પીઓ, ગૃહઉદ્યોગો, લઘુઉદ્યોગો વગેરેની જાણકારી આપવી.

ટેન બેગલેસ 3 એન્ટર્ગેટમાં સાક્ષરી વિષયોના વિષયવસ્તુને અનુબંધિત કરવા, સ્થાનિક વિવિધ વ્યવસાયોના મહત્વ પર ભાર મૂકવો, આ કાર્યક્રમ હેઠળ બાળકોને વધુમાં વધુ સ્થાનિક વ્યવસાયોના સંપર્કમાં લાવવાં. નિષ્ણાત વ્યક્તિઓ, સંસ્થાઓ અને સમુદાય સાથે જોડાણો વિકસાવવાં, વિવિધ પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવું અને તેમનું વાસ્તવિક જીવનની પરિસ્થિતિઓ સાથે જોડાણ કરવું- આ તેમનાં મુખ્ય ધ્યેય છે. જેમાંથી બાળકો અનુભવજન્ય શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરે. શાળાકીય વિષયો અને જીવન વ્યવહારોના અનુભવોનું જોડાણ સમજે.

ક્ષેત્રીય મુલાકાત દ્વારા નિષ્ણાતોના જ્ઞાન અને અનુભવોનો લાભ મળે. વિવિધ વ્યાવસાયિક કૌશલ્ય કેળવવાની તક પ્રાપ્ત કરે. દરેક વ્યવસાય પ્રત્યે આદરભાવ કેળવે. ભાવિ કારકિર્દી માટે વ્યવસાય પસંદગીનો અવકાશ મળે. જુદા જુદા વ્યવસાયકારો/વ્યવસાયની સમજ કેળવે તથા સમૂહભાવના, નેતૃત્વ અને સામાજિકતા વગેરે જેવા ગુણ વિકસે.

RTE Act-2009 તેમજ RTE Rules-2012 મુજબ સરકારશ્રીના તા.14/07/2011ના શિક્ષણ વિભાગના ઠરાવ ક્રમાંક NO:GH/SH/31/2011/JSB/1186/N થી જીસીઈઆરટીને એકેડેમીક ઓથોરીટી જાહેર કરવામાં આવેલ છે.

આમ, રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ (NEP) 2020, ભારતીય શિક્ષણ પ્રણાલીમાં આમૂલ પરિવર્તન લાવવાના ઉદ્દેશ્ય સાથે રજૂ કરવામાં આવી છે. આ નીતિનો મુખ્ય હેતુ વિદ્યાર્થીઓને માત્ર પુસ્તકિયું જ્ઞાન આપવાને બદલે તેમનો સર્વાંગી વિકાસ કરવાનો છે. આ સંદર્ભમાં, ‘આનંદદાયી શનિવાર’ (Joyful Saturday) દફતર વગરના 10 દિવસ (10 Bag-less Days) મહત્વપૂર્ણ કાર્યક્રમ છે, જે બાળકોને પરંપરાગત અધ્યયન-અધ્યાપનમાંથી મુક્તિ આપી, વિવિધ સર્જનાત્મક અને શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા શીખવાની તક આપે છે. આ દિવસે બાળકો કોઈપણ જાતના શૈક્ષણિક ભારણ વિના આનંદ અને ઉલ્લાસ સાથે શીખી શકે છે.

આનંદદાયી શનિવાર અંતર્ગત શાળામાં નીચેની પ્રવૃત્તિઓ કરવાની છે:

- **માસ ડ્રિલ (Mass Drill):** શનિવારની શરૂઆત સામૂહિક ડ્રિલથી કરી શકાય છે. આમાં શારીરિક કસરતો, પીટી (Physical Training) અને શિસ્તબદ્ધ હલનચલનનો સમાવેશ થાય છે. આનાથી બાળકોમાં શારીરિક સ્ફૂર્તિ, સહયોગ અને સમૂહ ભાવનાનો વિકાસ થાય છે.
- **યોગ (Yoga):** યોગ એ શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે અત્યંત ફાયદાકારક છે. બાળકોને સરળ યોગાસનો, પ્રાણાયામ અને ધ્યાન શીખવવાં. આનાથી તેમની એકાગ્રતા વધે છે, તણાવ ઓછો થાય છે અને શારીરિક લવચીકતા (નમનીયતા) આવે છે. NEP 2020 પણ વિદ્યાર્થીઓના સર્વાંગી વિકાસ પર ભાર મૂકે છે, જેમાં શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્યનો સમાવેશ થાય છે.
- **બાલસભા અંતર્ગત સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓ (Cultural Activities):** બાળકોને ભારતીય સંસ્કૃતિ અને કલા સાથે જોડવા માટે વિવિધ સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવું. આમાં લોકનૃત્ય, ગીતો, નાટકો, વાર્તાકથન અને વેશભૂષા વગેરે જેવી પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. આ પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા બાળકો તેમની સર્જનાત્મક કલાકૃતિ રજૂ કરે તેવું આયોજન કરવું.
- **શૈક્ષણિક રમતો (Educational Games):** રમતો દ્વારા શિક્ષણ એ NEP 2020 નો એક મહત્વપૂર્ણ ભાગ છે. આનંદદાયી શનિવારે, ગણિત, વિજ્ઞાન, ભાષા વગેરે સંબંધિત શૈક્ષણિક રમતો રમાડવી. આ રમતો દ્વારા બાળકો મનોરંજનની સાથે જ્ઞાન પણ મેળવે છે અને તેમની શીખવાની પ્રક્રિયા વધુ રસપ્રદ બને છે.

- **પ્રોજેક્ટ્સ (Projects):** બાળકોને જૂથમાં કે વ્યક્તિગત રીતે નાના પ્રોજેક્ટ્સ પર કામ કરવા પ્રોત્સાહિત કરવાં. આમાં પર્યાવરણ, વિજ્ઞાનના સરળ પ્રયોગો, કલા આધારિત પ્રોજેક્ટ્સ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આનાથી તેમની સમસ્યા હલ કરવાની ક્ષમતા, સહયોગ અને સંશોધન વૃત્તિ વધે છે.
- **ચિત્રકામ (Drawing):** ચિત્રકામ બાળકોની કલ્પનાશક્તિ અને સર્જનાત્મકતાને વેગ આપે છે. બાળકોને વિવિધ વિષયો પર મુક્તપણે ચિત્રકામ કરવાનું કામ આપવું.
- **સંગીત (Music):** સંગીત બાળકોના મનને શાંતિ અને આનંદ આપે છે. તેમને ગીતો ગાવા, વાદ્યો વગાડવા અથવા સંગીત સાંભળવા પ્રોત્સાહિત કરવાં. ગીત-સંગીતના કાર્યક્રમો પણ યોજવા.
- **ગ્રામની નજીકનાં સ્થળોની મુલાકાત:** NEP 2020 સ્થાનિક જ્ઞાન અને સમુદાય સાથેના જોડાણ પર પણ ભાર મૂકે છે. બાળકોને ગ્રામની નજીકનાં ઐતિહાસિક સ્થળો, ખેતરો, તળાવ, ટપાલ કચેરી, બેંક, પોલિસ સ્ટેશન અથવા નાના ઉદ્યોગોની મુલાકાત કરાવી શકાય. આનાથી તેમને વ્યાવહારિક જ્ઞાન મળે છે અને તેઓ પોતાના સમુદાય વિશે વધુ શીખે છે.

બાળકોને મોબાઇલથી દૂર રાખવાની જરૂરિયાત અને તેમાં 'આનંદદાયી શનિવાર તથા 10 બેગલેસ ડે'ની ભૂમિકા:

આજના યુગમાં, બાળકોમાં મોબાઇલ ફોનનો ઉપયોગ ચિંતાજનક રીતે વધી રહ્યો છે. મોબાઇલના વધુ પડતા ઉપયોગના કારણે બાળકોના શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક વિકાસ પર નકારાત્મક અસર પડે છે:

- **શારીરિક સમસ્યાઓ:** આંખો પર તાણ, માથાનો દુખાવો, ઊંઘનો અભાવ, સ્થૂળતા અને શારીરિક પ્રવૃત્તિનો અભાવ.
- **માનસિક સમસ્યાઓ:** એકાગ્રતાનો અભાવ, ચીડિયાપણું, ડિપ્રેશન, ચિંતા અને શીખવાની ક્ષમતામાં ઘટાડો.
- **સામાજિક સમસ્યાઓ:** સામાજિક કૌશલ્યોનો અભાવ, એકલતા, વાસ્તવિક દુનિયાથી વિમુખતા.

'આનંદદાયી શનિવાર અને દરરોજ વગરના 10 દિવસ' બાળકોને મોબાઇલથી દૂર રાખવામાં અત્યંત મદદરૂપ થઈ શકે છે. જ્યારે બાળકો વિવિધ આનંદદાયી પ્રવૃત્તિઓમાં વ્યસ્ત હોય છે, ત્યારે તેમને મોબાઇલનો ઉપયોગ કરવાની ઈચ્છા થતી નથી. શારીરિક રમતો અને સામૂહિક પ્રવૃત્તિઓ તેમને સક્રિય રાખે છે અને સામાજિક રીતે જોડે છે.

સર્જનાત્મક કાર્યો તેમને પોતાની કલ્પનાશક્તિનો ઉપયોગ કરવા પ્રોત્સાહિત કરે છે. ગ્રામનાં સ્થળોની મુલાકાત તેમને વ્યવહારિક દુનિયા સાથે પરિચિત કરાવે છે, જે મોબાઇલના વર્ચ્યુઅલ વિશ્વથી તદ્દન અલગ છે.

આ રીતે, ‘આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ’ બાળકોને મોબાઇલના વ્યસનથી મુક્ત કરી, તેમને વાસ્તવિક દુનિયામાં જીવવાનો, શીખવાનો અને વિકસ કરવાનો સુવર્ણ અવસર પૂરો પાડે છે.

“મેદસ્વિતામુક્ત ભારત” અભિયાન અંતર્ગત ‘આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ’ અત્યંત અસરકારક અને ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે. મેદસ્વિતા આજે વૈશ્વિક સ્તરે એક ગંભીર સ્વાસ્થ્ય સમસ્યા બની ગઈ છે, અને ખાસ કરીને બાળકોમાં તેનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, ફાસ્ટ ફૂડનું વધતું ચલણ અને ડિજિટલ ઉપકરણોનો અતિશય ઉપયોગ આ સમસ્યાનાં મુખ્ય કારણો છે. આવા સમયે, ‘આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ’ બાળકોને સક્રિય અને સ્વસ્થ જીવનશૈલી અપનાવવા પ્રોત્સાહિત કરીને ‘મેદસ્વિતામુક્ત ભારત’ ના ધ્યેયને સિદ્ધ કરવામાં મહત્વનો ફાળો આપી શકે છે.

- માસ ડ્રિલ અને યોગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા ઊર્જાનો વપરાશ થાય છે અને કેલરી બર્ન થાય છે. જે વજન ઘટાડવામાં મદદ કરે છે. યોગ મેટાબોલિઝમ (ચયાપચય)ને પણ સુધારે છે અને શરીરને વધુ કાર્યક્ષમ બનાવે છે.
- પરંપરાગત રમતો જેવી કે ખો-ખો, કબડ્ડી, દોડ, લાંબીકૂદ-ઊંચીકૂદ, દોરડાકૂદ વગેરે બાળકોને શારીરિક રીતે સક્રિય રાખે છે.
- જ્યારે બાળકો શારીરિક અને સર્જનાત્મક પ્રવૃત્તિઓમાં વ્યસ્ત હોય છે, ત્યારે તેમનો સ્કીન ટાઇમ કુદરતી રીતે ઘટી જાય છે. વધુ પડતો સ્કીન ટાઇમ બેઠાડું જીવનશૈલી અને મેદસ્વિતા સાથે સીધો સંબંધ ધરાવે છે.
- મેદસ્વિતા ઘણીવાર તણાવ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ સાથે પણ સંકળાયેલી હોય છે. આનંદદાયી શનિવારે થતી મનોરંજક પ્રવૃત્તિઓ, સંગીત, ચિત્રકામ અને સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓ બાળકોના મન પરનો તણાવ ઘટાડે છે અને તેમને ખુશ અને હળવા રાખે છે.
- આનંદદાયી શનિવાર દરમિયાન, આરોગ્ય અને પોષણ સંબંધિત શૈક્ષણિક રમતો અથવા નાના પ્રોજેક્ટ્સ દ્વારા બાળકોને સ્વસ્થ આહાર અને નિયમિત કસરતના ફાયદા વિશે જાગૃત કરી શકાય. તેમને ફાસ્ટ ફૂડના ગેરફાયદા અને તાજાં ફળો-શાકભાજીના મહત્વ વિશે સરળ ભાષામાં સમજાવી શકાય.
- બાળપણમાં જે આદતો પડે છે, તે ભવિષ્યમાં પણ ચાલુ રહે છે. ‘આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ’ દ્વારા બાળકોને નાનપણથી જ શારીરિક પ્રવૃત્તિ, યોગ અને શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવાની આદત પડે છે, જે તેમને આજીવન સ્વસ્થ રહેવામાં મદદરૂપ થશે અને મેદસ્વિતા જેવી સમસ્યાઓથી દૂર રાખશે.

શારીરિક શ્રમના ગૌરવ માટે 'આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ' કેવી રીતે ઉપયોગી બને છે ?

‘શારીરિક શ્રમનું ગૌરવ’ એટલે કોઈપણ પ્રકારના શારીરિક કાર્યને આદરની દૃષ્ટિએ જોવું, ભલે પછી તે મહેનતનું, કારીગરીનું કે રોજિંદા કામકાજનું હોય. આનો અર્થ એ કે સમાજમાં માનસિક કાર્ય જેટલું જ શારીરિક કાર્યને પણ મહત્વ અને સન્માન મળવું જોઈએ. NEP 2020 (રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ 2020) આ ખ્યાલને ભારતીય શિક્ષણ પ્રણાલીમાં સમાવવા પર ભાર મૂકે છે, જેથી બાળકો નાનપણથી જ શ્રમનું મહત્વ સમજે અને કોઈપણ કામ પ્રત્યે ભેદભાવ ન રાખે.

‘આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ’ બાળકોને શારીરિક શ્રમના ગૌરવનો અનુભવ કરાવવા માટે એક ઉત્તમ પ્લેટફોર્મ પૂરું પાડે છે. આ દિવસે યોજાતી વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા બાળકોને વ્યવહારિક રીતે શારીરિક મહેનતનું મહત્વ સમજાય છે અને તેના પ્રત્યે આદરભાવ કેળવાય છે:

- **બાગકામ/ખેતીકામ:** બાળકોને શાળાના બગીચામાં કે નાના ખેતરમાં વાવણી, નિંદામણ, પાણી પાવા જેવી પ્રવૃત્તિઓમાં સામેલ કરી શકાય. આનાથી તેમને સમજાય છે કે અનાજ કે શાકભાજી ઉગાડવા પાછળ કેટલી મહેનત હોય છે. તેઓ પ્રકૃતિ સાથે જોડાય છે અને શ્રમનું મહત્વ સમજે છે.
- **માટીનાં વાસણ બનાવવાં, લાકડાની વિવિધ વસ્તુઓ બનાવવી, લોખંડનાં ખેત ઓજારો બનાવવાં** સાદું ઇલેક્ટ્રિક કાર્ય વગેરે જેવાં કામના નાના નમૂના (મોડેલ) બનાવવા. આનંદદાયી શનિવારે આવાં કાર્યો શીખવવાથી બાળકો કારીગરોના કામને સમજે છે અને તેના પ્રત્યે સન્માન અનુભવે છે. તેઓ એ જાણે છે કે રોજબરોજ વપરાતી વસ્તુઓ કઈ રીતે બને છે અને તેમાં કેટલી મહેનત લાગે છે.
- **સફાઈ અભિયાન:** શાળા પરિસર કે ગામમાં નાના પાયે સફાઈ અભિયાન ચલાવવું. બાળકો જાતે કચરો ઉઠાવે, સફાઈ કરે તો તેમને સ્વચ્છતાનું મહત્વ અને સફાઈ કામદારોના શ્રમનું ગૌરવ સમજાય છે.
- **બાળકો પોતાના હાથે કોઈ કાર્ય કરે અને તેનું પરિણામ જુએ ત્યારે તેમને આત્મસંતોષ મળે છે. ઉદાહરણ તરીકે, જો તેઓ બાગકામ કરે અને છોડ ઉગે, તો તેમને પોતાની મહેનતનું ફળ દેખાય છે. આનાથી તેમનામાં આત્મનિર્ભરતા અને જવાબદારીની ભાવના કેળવાય છે.**

શારીરિક શ્રમ કરવાથી બાળકોનો શારીરિક વિકાસ થાય છે. તેમની માંસપેશીઓ મજબૂત બને છે, સહનશક્તિ વધે છે અને એકંદરે સ્વાસ્થ્ય સુધરે છે. આ સાથે, હાથથી કામ કરવાથી તેમનું મગજ પણ સક્રિય રહે છે, જે માનસિક વિકાસમાં મદદ કરે છે.

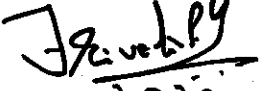
- **પ્રોજેક્ટ્સ અને કારીગરીનાં કાર્યોમાં સમસ્યા ઉકેલની કુશળતા (problem-solving skills) વિકસે છે.**

- જ્યારે બાળકો વિવિધ પ્રકારના શ્રમનો જાતે અનુભવ કરે છે ત્યારે તેઓ કોઈ ચોક્કસ કામને નીચું કે ઊંચું ગણવાની માનસિકતામાંથી બહાર આવે છે. તેઓ સમજે છે કે સમાજમાં દરેક પ્રકારના શ્રમનું પોતાનું મહત્વ છે અને દરેક શ્રમિકનું સન્માન થવું જોઈએ. આનાથી સમાજમાં સમાનતા અને સહિષ્ણુતા વધે છે.

10 બેગલેસ ડે નિમિત્તે કરવાની પ્રવૃત્તિઓની વિગતો સમગ્ર શિક્ષા દ્વારા આ અગાઉ આપવામાં આવેલ છે. આ ઉપરાંત, GCERT દ્વારા આ અંગે એક મોડ્યુલ બનાવવામાં આવનાર છે અને ટૂંક સમયમાં શાળાદીઠ એક શિક્ષકને તાલીમ આપવાનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. આ અંગે જુલાઈ માસથી આ સત્રના કુલ 8 શનિવાર 'આનંદદાયી શનિવાર' તેમજ 4 શનિવાર 'બેગલેસ ડે' ની પ્રવૃત્તિઓ કરવા આથી જણાવવામાં આવે છે.

આ અંગેની જાણ આપના હસ્તકની સરકારી, અનુદાનિત તેમજ બિન અનુદાનિત તમામ પ્રાથમિક શાળાઓને કરવા આથી જણાવવામાં આવે છે.

'આનંદદાયી શનિવાર અને દફતર વગરના 10 દિવસ' અંતર્ગત પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે સંદર્ભ 3 અંતર્ગત સરકારશ્રીની મળેલ મંજૂરી અન્વયે જણાવવામાં આવે છે.


(પ્રકાશ કે. ત્રિવેદી)

નિયામક

જીસીઈઆરટી, ગાંધીનગર

નકલ સવિનય રવાના જાણ સારુ:

- માન. મંત્રીશ્રી (શિક્ષણ)ના અંગત સચિવશ્રી, સ્વર્ણિમ સંકુલ-1, નવા સચિવાલય, ગાંધીનગર
- માન. રા.ક.મંત્રીશ્રી (શિક્ષણ)ના અંગત સચિવશ્રી, સ્વર્ણિમ સંકુલ-2, નવા સચિવાલય, ગાંધીનગર
- માન. અગ્રસચિવશ્રી (પ્રાથમિક અને માધ્યમિક શિક્ષણ)ના અંગત સચિવશ્રી, ગાંધીનગર
- માન. સ્ટેટ પ્રોજેક્ટ ડાયરેક્ટરશ્રી, સમગ્ર શિક્ષા, ગાંધીનગર
- માન. નિયામકશ્રી, પ્રાથમિક શિક્ષણ, ગાંધીનગર

નકલ રવાના યોગ્ય કાર્યવાહી સારુ:

- પ્રાચાર્યશ્રી, જિલ્લા શિક્ષણ અને તાલીમ ભવન તમામ
- તાલુકા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીશ્રી તમામ (ભારત સંબંધિત જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીશ્રી)
- બી.આર.સી., યુ.આર.સી., સી.આર.સી. કો-ઓર્ડિનેટરશ્રી તમામ (ભારત સંબંધિત જિલ્લા પ્રોજેક્ટ કો-ઓર્ડિનેટરશ્રી)
- કેળવણી નિરીક્ષકશ્રી તમામ (ભારત સંબંધિત જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીશ્રી)
- આચાર્યશ્રી, સરકારી, અનુદાનિત તેમજ બિન અનુદાનિત પ્રાથમિક શાળાઓ તમામ (ભારત સંબંધિત જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીશ્રી/ શાસનાધિકારીશ્રી)