

महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व  
उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे  
● मे-जून २०१९ : शके-१९४१

◆ संपादक ◆

डॉ. अशोक भोसले  
सचिव, राज्यमंडळ, पुणे

कार्यकारी संपादक

डॉ. शशिकांत चव्हाण  
सहसचिव, राज्यमंडळ, पुणे

◆ सहायक संपादक ◆

श्री. गोवर्धन सोनवणे  
संशोधन अधिकारी

◆ संपादक मंडळ ◆

सदस्य

डॉ. स्नेहा जोशी  
डॉ. जयश्री अत्रे

श्री. ज्ञानेश बावीकर

◆ सल्लागार मंडळ ◆

डॉ. शकुंतला काळे  
अध्यक्ष, राज्यमंडळ, पुणे

सदस्य

श्री. महेश करजगांवकर  
श्री. तुकाराम सुपे  
श्री. शरद गोसावी  
श्री. कृष्णकुमार पाटील

# शिक्षण संक्रमण

## लेखानुक्रम

■ मनोगत	४
■ वाचन घालतं आपल्या ओंजळीत	आसावरी काकडे
■ बोले तैसा चाले त्याची वंदावी पाऊले	५
■ राजर्षी शाहू महाराज : शैक्षणिक कार्य	प्रा. मिलिंद नाईक
■ कौशल्याचा विकास साधणारे शिक्षण	प्रा. गौतम डांगे
■ Vacation - an Opportunity to Refine Skills of Teaching	योगिनी पोतदार
■ गणिताचे अध्यापन - पूर्व तयारी	११
■ शिक्षणमर्ही परमपूज्य डॉ. बापूजी साळुंखे	ज्ञानेश बावीकर
■ महिला वैज्ञानिकांचे योगदान	२१
■ माणसं पेरायला लागू	डॉ. जयश्री अत्रे
■ विद्यार्थ्यांच्या सर्वकष शिक्षणासाठी अनौपचारिक माध्यमे	२३
■ सहसंवेदना दिव्यांगासाठी	उदय पाटील
■ वाहतूक नियम - नागरिकांची जबाबदारी	२८
■ सहलीतून करा इतिहासाचा अभ्यास	ममता तिवारी
■ शिक्षण आणि जबाबदार नागरिक	वीरा राठोड
■ मुक्त विद्यालय - निरंतर शिक्षणाची नवी पहाट	३१
■ शिक्षक घडणारा व घडविणारा हवा...	प्रकाश बोकील
■ वैज्ञानिक दृष्टिकोन व विद्यार्थ्यांमधील अपेक्षित वर्तनबदल	३४
■ राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनी - युवकांना आवाहन	वंदना हुलबते
■ परिपूर्ण आहार	४०
■ महत्त्व सूर्यप्रकाशाचे	संगीता पाखले
■ नकाशा वाचन - एक कौशल्य	जगदीश बियाणी
■ पर्यावरकीय नेतृत्वाने बदलायला हवे	४३
■ शालेय कामकाजाचा आरसा आमचे स्वेहसंमेलन	डॉ. नगिना माळी
■ शालेय वातावरण व मुख्याध्यापकांची भूमिका	५०
■ निरीक्षणाचे शास्त्र - भूगोल	संजय पंचगल्ले
■ Skill Development in 21st Century	५४
■ प्रसिद्धी निवेदन - परीक्षा परिषद	काटकर तात्यासाहेब
■ अभिप्राय	५७
	सर्जेराव मते
	६०
	लेपट. दिलीप गायकवाड
	६३
	सुनील अडसुळे
	६७
	विवेक भालेराव
	७१
	कल्याणी देशपांडे
	७४
	सुवर्णा देशपांडे
	७७
	स्मिता वाघचौरे
	८१
	नूतनवर्षा वळवी
	८४
	सुरेखा दौँडे
	८७
	जगदीश कुंभार
	९१
	९५
	९६

‘शिक्षण संक्रमण’ हे मासिक मालक, महाराष्ट्र स्टेट बोर्ड ऑफ सेकंडरी अॅण्ड हायर सेकंडरी एज्युकेशन, पुणे यांच्यासाठी मुद्रक व प्रकाशक डॉ. अशोक बंडूजी भोसले यांनी डिलाईट प्रिंटर्स, १६-ए, हिमालया इस्टेट, शिवाजीनगर, पुणे-४११००५ येथे छापून स.न. ८३२-ए, फायनल प्लॉट नं. १७८, १७९, बालचित्रवाणीजवळ, आघारकर रिसर्च इन्स्टिट्यूटमार्गे, भांबुर्डा, शिवाजीनगर, पुणे-४११००४ येथे प्रसिद्ध केले.

संपादक : डॉ. अशोक बंडूजी भोसले

• वर्गीणी मनीआर्डरने किंवा ड्राफ्टने पाठवावी. वार्षिक वर्गीणी : माध्य.शाळा/क.म.विद्यालय/शिक्षक/पालक रु.२००/- किरकोळ अंक किंमत रु. २०/-

• Email : secretary.stateboard@gmail.com | Website : <http://www.mahahsscboard.maharashtra.gov.in> | फोन : ०२०-२५७०५०००

• शिक्षण संक्रमण अंकाची वर्गीणी पुढील नावाने पाठविण्यात यावी.

‘सचिव, महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे’ किंवा

'SECRETARY, MAHARASHTRA STATE BOARD OF SEC & HIGHER SEC EDUCATION PUNE'

• अंकातील लेखांचे अन्यत्र कोठेही पुनर्मुद्रण करण्यासाठी राज्यमंडळाची पूर्वानुमती घेणे आवश्यक आहे.

महत्त्वाचे : या अंकात व्यक्त झालेली मते त्या त्या लेखाकाची स्वतंत्र असतात; मंडळ त्यास सहमत असेलच असे नाही.

## मनोगत



शिक्षण संक्रमण मे-जून २०१९ चा हा जोडांक तुमच्या हाती देताना विशेष आनंद होत आहे. मागील शैक्षणिक वर्षात इ.१०वी ची पाठ्यपुस्तके बदलली, त्या बदलाला आपण समर्थपणे सामोरे गेलात, आता वेद लागले असतील नव्या शैक्षणिक वर्षातील नव्या संकल्पनांचे.

'नेमेचि येतो मग पावसाळा' या उक्तीप्रमाणे येणाऱ्या शैक्षणिक वर्षाकडे न पाहता प्रत्येक नवा पाऊस जसा सुष्टीला नवचैतन्य घेऊन येतो, तसे प्रत्येक शैक्षणिक वर्ष आपल्यासाठी नवचैतन्य, नवसंकल्प व नवी प्रेरणा घेऊन येणारे ठरायला हवे. आगामी वर्षात आपण ख्वतःला अद्ययावत कसे करावे? आपल्या विक्ष्याथर्याचा पर्यायाने शाळेचा गुणात्मक विकास साधण्यासाठी काय करता येईल? याचा विचार करायला हवा.

शिक्षक अशा विचारांनी उन्मीलित असेल तरच तो विक्ष्याथर्यामध्ये नवचेतना जागृत करेल, पण त्यासाठी शिक्षकाने प्रत्येक बदलत्या शैक्षणिक प्रवाहाला आपल्या व्यासंगाने आत्मसात करायला हवे. 'घोका आणि ओका' या पद्धतीचा त्याग करून आणि झानरचनावाढी व कृतियुक्त अद्यापन पद्धती, बदललेली मूल्यमापनपद्धती यथायोग्य आत्मसात करून आपल्या वर्गातील अद्यापन पद्धतीत बदल करायला हवेत. नव्या संकल्पनांना साद घालताना शिक्षकांनी थोडेसे आत्मपरीक्षण करावे. म्हणजे मागील त्रुटींचा वेद घेऊन नव्या वाटा चौखाळता येतील.

मे-जूनच्या अंकामध्ये नवीन शैक्षणिक वर्षाची पूर्वतयारी यासाठी मार्गदर्शक लेखांचा समावेश केलेला आहे. बहुशुतता हा उत्तम शिक्षकाच्या व्यक्तिमत्त्वाचा कणा आहे. 'वाचन घालतं आपल्या ओंजलीत' हा वाचन प्रक्रियेचा वसा देणारा कवयित्री आसावरी काकडे यांचा लेख, 'रसग्रहण कवितेचे', आदर्श प्राचार्य दिवंगत विवेकराव पोंक्षे यांच्या शैक्षणिक व्यक्तिमत्त्वाचा परिचय करून देणारा लेख, 'बोले तैसा चाले त्याची वंदावी पाऊले' 'मुक्त विक्ष्यालय-निरंतर शिक्षणाची नवी पहाट'.. अशा अनेक अभ्यासपूर्ण लेखांमुळे अंक संग्राह्य झाला आहे.

१ मे हा 'महाराष्ट्र दिन' आणि जागतिक 'कामगार दिन' आहे. महाराष्ट्राच्या देदिप्यमान इतिहासाला मानाचा मुजरा आणि महाराष्ट्राच्या मातीवर प्रेम करणाऱ्या आपणा सर्वांना हार्दिक शुभेच्छा! ७ मे ही समतेचे प्रवर्तक महात्मा बसवेश्वर यांची जयंती आहे, त्यानिमित्त त्यांना विनम्र अभिवादन. (१८ मे) बुद्धपौर्णिमेच्या निमित्ताने अवघ्या विश्वाला अंहिसा, करुणा, प्रेम, शांतीचा संदेश देणाऱ्या तथागत गौतम बुद्ध यांना विनम्र प्रणाम!

दहशतवाद हा माणुसकीला काळिमा फारसणारा मानवतेचा शत्रू आहे. २१ मे हा दहशतवाद व हिंसाचारविरोधी दिवस म्हणून पाळला जातो. प्रेम, माणुसकी, बंधुभाव ही मूल्ये विक्ष्याथर्यामध्ये रुजवण्यासाठी कटिबद्ध होऊया.

सशस्त्र क्रांतीचा सेतू उभारणारे, जाजवल्य देशभक्तीचा महामेश असलेले ख्वातंत्रवीर विनायक ढामोदर सावरकर यांची २८ मे रोजी जयंती आहे. या निमित्त या तेजरवी भारतपुत्राला विनम्र अभिवादन! ३१ मे रोजी लोककल्याणकारी पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर यांची जयंती आहे. मूर्तिमंत धाडस, महाप्रतापी, तेजरवी महाराणा प्रतापसिंह यांची ६ जून रोजी जयंती आहे, त्यानिमित्त या थोर विभूतींना विनम्र अभिवादन! तर २६ जून रोजी समाजमनावर अधिराज्य गाजवणारे लोकनेते राजर्षी छत्रपती शाहू महाराज यांची जयंती आहे, त्यांना विनम्र अभिवादन! त्यांच्या मानवतावाढी कार्याचा परिचय विक्ष्याथर्याना करून देऊया.

नवीन शैक्षणिक वर्षाच्या सर्वांना मनःपूर्वक शुभेच्छा !!!

डॉ. शकुंतला काळे  
ब्रैंडयक्ष,  
राज्यमंडळ, पुणे.

# वाचन घालतं आपल्या ओंजळीत...

आसावरी काकडे

① ९७६२२०९०२८

वाचन घालतं आपल्या ओंजळीत

शब्दांतं अडकलेलं ज्ञान

करतं शहाणं प्रगल्भ वजैरे

मज हळूच पेरतं मनात प्रश्न

आणि उगवून यावीत उत्तरं

म्हणून मनाची मशागत करत राहातं

करतं अंतमुख

दाखवतं आतता अंधार

आणि अस्वस्थ करतं अपरंपार

यण सोडत नाही

घट्ट धरून ठेवलेलं बोट

खोदून खोदून वाढवतं मनाचा यैस

आणि ठेवून देतं त्यात दूरस्थ अनुभवांची गाठोडी

थोडं शहाणपण देतं हातात

आणि खोचून ठेवतं आत समजूत थोडी थोडी

कोसळत्या क्षणी आधार देतं वाचन

बोट धरून चातवत नेतं अनेळखी प्रदेशात

चालण्याता दिशा देतं

झलक दाखवतं आयुष्याच्या अपूर्णिंची

आत्मसंवादाता विषय पुरवतं

आंतरिक परिवर्तनाच्या प्रक्रियेला गती देतं

वाचन जिवंत ठेवतं आपल्याता माणूस म्हणून

आपल्या असण्याचा साक्षात्कार घडवतं...!

वाचन घालतं आपल्या ओंजळीत

शब्दात अडकलेलं ज्ञान

आणि विझू विझू शहाणपणात

फुंकत राहातं प्राण...!

## वाचन

शब्दात अडकलेलं ज्ञान आपल्या ओंजळीत घालतं. आपल्याला आपल्या असण्याचा साक्षात्कार घडवणारं, विझू विझू शहाणपणात सतत प्राण फुंकत राहाणारं वाचन ही तशी रोजच्या अनुभवातली अगदी साधी गोष्ट आहे. कोणताही सुशिक्षित माणूस सहजपणे सतत काही ना काही वाचत असतो. सकाळी दारात येऊन पडलेल्या वृत्तपत्रापासून या वाचनाला सुरुवात होते. अक्षरओळख झाल्यावर समोर दिसेल ते अक्षर वाचायची आपल्याला सवयच लागलेली असते. मग वरील कवितेत म्हटलेलं इतकं सगळं आपल्या ओंजळीत घालणारं वाचन ही काय वेगळी गोष्ट आहे? टप्प्याटप्प्यांनी हे समजून घेता येईल.

## वाचन म्हणजे काय?

लिखित शब्दांचा मनातल्या मनात किंवा मोठ्याने उच्चार म्हणजे वाचन असं या प्रश्नाचं एका



वाक्यात उत्तर देता येईल. पण वाचनविषयक समजुतीच्या खोलात जायचं असेल तर मुळापासून भाषेच्या स्वरूपाचा विचार करायला हवा. आपण काही वाचतो तेव्हा लिखित संहिता आपल्या नजरेसमोर असते. ती भाषा आपण जाणत नसू तर संहिता म्हणजे केवळ उभ्या आडव्या रेषा, काही वळण, काही बिंदू आणि बरचसं रिकामं अवकाश असं चित्र दिसेल. त्यातल्या ठरावीक आकारांना अक्षरांचा दर्जा भाषिक संकेतांमधून मिळाला. त्या अक्षरांच्या समूहाला शब्द, शब्दांच्या समूहाला वाक्य, वाक्यांच्या समूहाला परिच्छेद आणि परिच्छेदांच्या समूहाला संहिता म्हणायचं हे सर्व अनुभवातून संकेतांनी ठरत गेलं. ही प्रक्रिया यादृच्छिक असते. म्हणजे, असं का ठरवलं या प्रश्नाला काही तार्किक समर्थन असत नाही.

विविध लिप्यांचा शोध लागण्यापूर्वी सर्व भाषा या बोलीभाषा होत्या. म्हणूनच भाषेला ‘वाचा’ (वाणी) असंही म्हटलं जातं. उच्चारित भाषेचं मूलद्रव्य ध्वनी हे आहे. जीभ, ओठ, दात, घसा आणि टाळू यांच्या विशिष्ट हालचालीतून झालेल्या घर्षणातून वेगवेगळे ध्वनी निर्माण होतात. भाषानिर्मितीच्या सुरुवातीच्या काळात संवादासाठी या ध्वनींचा वापर केला जाई. ठरावीक ध्वनिगट ठरावीक वस्तूंचा निर्देश करत. त्यातून वस्तूनामे तयार झाली. वस्तू आणि त्यासाठी स्वीकारला गेलेला ध्वनिगट म्हणजे शब्द यांच्यातही काही तार्किक संबंध असत नाही. हे सर्व केवळ सांकेतिकतेने ठरत गेले. स्वाभाविकपणे ते एका मानवी समूहापुरते मर्यादित राहिले. ती त्यांची भाषा

झाली. अशा प्रकारे जितके समूह तितक्या भाषा निर्माण झाल्या. आज आहेत त्या स्वरूपातल्या भाषा गरज आणि अनुभवातून हळूहळू विकसित होत गेलेल्या आहेत.

बोललेलं ऐकलं जातं किंवा लिहिलेलं वाचलं जातं तेव्हा या रुढ झालेल्या संकेतांमधून आशय सोडवून घेतला जातो. बोलणं, लिहिणं म्हणजे एक प्रकारे एनकोडींग किंवा व्यूह रचणं असतं तर ऐकणं, वाचणं हे डिकोडींग किंवा व्यूह भेदणं असतं. पिढ्यान् पिढ्या वापरात असलेली भाषा, लिपी यांच्या निर्मितीच्या काळातले सर्व संकेत आपल्या इतके अंगवळणी पडलेले आहेत की लेखन-वाचन, बोलणं-ऐकणं या कृती घडताना इतकं काही आपण करतो हे आपल्या लक्षातही येत नाही.

वाचन म्हणजे काय? या प्रश्नाविषयीच्या या विवेचनातून वाचन ही कृती कशी घडते याचा उलगडा होईल. पण खन्या अर्थांनं वाचन म्हणजे काय, हे समजून घ्यायचं असेल तर शब्दांचे अर्थ धारण करण्याचे भाषेतील स्तर समजून घ्यायला हवेत. भारतीय साहित्यशास्त्रात शब्दांचे तीन स्तर सांगितले आहेत. एक- अभिधा म्हणजे वाच्यार्थ, शब्दकोशातला अर्थ. दुसरा- लक्षणा म्हणजे शब्द ज्या संदर्भात वापरला आहे त्यावरून ठरणारा अर्थ. उदा. नाटक बसवले किंवा नाटक पडले असं म्हटलं जातं तेव्हा त्याचा अर्थ आपण शब्दशः घेत नाही... आणि तिसरा- व्यंजना म्हणजे सूचित केलेला किंवा सूचित होणारा अर्थ. कवितेसंदर्भात शब्दाच्या या सामर्थ्याचिं महत्त्व अधिक आहे. कवितेला कवितापण बहाल करणाऱ्या प्रतिमांमधून

अनेकार्थाचे सूचन होते ते शब्दाच्या या सामर्थ्यामुळे..! भाषाविषयक समजुतीच्या या टप्प्यावर वाचन म्हणजे काय? या प्रश्नाला अधिक प्रगल्भतेन भिडता येते.

भाषेचं स्वरूप समजून घेतल्यावर हे लक्षात येईल की भाषा ही स्थिर गोष्ट नाही. काळाच्या ओघात होणाऱ्या बदलानुसार भाषेतले जुने शब्द मागे पडतात आणि नवीन समाविष्ट होतात. एकच भाषा प्रत्येक गावात वेगळ्या प्रकारे बोलली जाते. प्रत्येक भाषा ही त्या भाषक गटाच्या संस्कृतीची वाहक असते. त्यामुळे सांस्कृतिक स्थित्यंतरानुसार भाषा बदलत राहते. आपण एखादी कथा, कविता, कादंबरी... असं काही वाचतो तेव्हा या सगळ्यांची जाण असणं गरजेचं असतं.

आपण स्वतःपुरतं मनात वाचत असू तर एवढ्यावर भागू शकेल. पण जर कुणाला वाचून दाखवत असू किंवा आपण वाचलेलं कुणी लिहून घेत असेल तर उच्चारांचंही महत्त्व लक्षात घ्यायला लागतं. शब्दाच्या उच्चारानुसार अर्थ बदलतो. चुकीचा उच्चार केला तर ऐकणाऱ्यापर्यंत चुकीचा अर्थ पोहोचतो. लेखकाने वाक्यांमधील शब्दांचा अनुक्रम विशिष्ट अर्थ मनात ठेवून ठरवलेला असतो. वाचताना वाक्य योग्य जागी तोडून वाचलं नाही तर त्यातूनही चुकीचा अर्थ पोचतो.

पूर्वीच्या काळात ज्ञानेश्वरीसारख्या ग्रंथाच्या प्रती हाताने लिहून तयार केल्या जात. काही वेळा एकजण वाचून दाखवत असे आणि दुसरा ते ऐकून लिहीत असे. अशा ग्रंथात पाठभेद निर्माण होण्याची जी विविध कारण आहेत त्यात वाचनातील उच्चारदोष

हे एक कारण आहे. नाटकातील संवादफेकीतही उच्चारावर त्याची परिणामकारकता किती अवलंबून असते हे आपण अनुभवतो.

### कसं वाचावं?

शाळेत किंवा घरात मुलं अभ्यासाची पुस्तकं वाचत असतील तेव्हा मन लावून वाचा असं सांगितलं जातं. म्हणजे मनापासून, लक्ष्यपूर्वक वाचायला हवं. नाहीतर ती केवळ वाचनाची शारीरिक कृती होईल. सवयीनं शब्दांवरून नजर फिरत राहील; पण नीटसा अर्थबोध होणार नाही.

आपण काय वाचतोय त्यावरही कसं वाचायला हवं ते अवलंबून आहे. समजा आपण इतिहास भूगोलाचं पुस्तक वाचतो आहोत किंवा ऐतिहासिक कादंबरी वाचतो आहोत. तर तो काळ, तो प्रदेश डोळ्यांसमोर यायला हवा. आपण मनानं तिथं पोहोचायला हवं. लक्ष्यपूर्वक, समरस होऊन वाचण्यातून जे जसं लिहिलंय तसं उमगत जाईल. वैचारिक लेखन वाचताना तर अधिक सजग राहायला हवं. सजग वाचकाच्या मनात समांतर विचार चालू होतात. त्यातून जे वाचलं त्या संदर्भात प्रश्न पढू शकतात. ते जर त्या त्या वेळी टिपून ठेवले तर नंतर त्याविषयी लेखकाशी, शिक्षकांशी किंवा मित्रांशी चर्चा करता येते. त्यातून आपल्या जाणिवांचा पैस विस्तारत जातो. असे वाचन आपल्याला अंतर्मुख बनवते. त्यातून आपल्या व्यक्तित्व घडणीची प्रक्रिया सुरु होते.

### निर्मितीच्या पातळीवरचं वाचन

कविता किंवा तत्त्वज्ञानविषयक पुस्तकं वाचताना त्या वाचनात वाचकाला सक्रिय सहभागी

व्हावं लागतं. कारण कवितेत प्रतिमांमधून आशय सूचित केलेला असतो. तर तत्त्वज्ञानातील विचार संकल्पनात्मक असतात. या दोन्ही प्रकारच्या लेखनात शब्दांपलीकडचा आशय रुढ शब्दांत मांडलेला असतो. तो समजून घेताना वाचकाला त्या शब्दांचा व्यूह भेदत आत शिरावं लागतं आणि शब्दांच्या आत-बाहेर, खाली-वर, आजूबाजूला दरवळत असलेला आशय समजुतीच्या कुपीत जमा करत बाहेर पडावं लागतं. कुपीत जमलेला हा आशय वाचकाचा स्वतःचा, जिंकून आणलेला आशय असतो.

उदा. बालकवी यांच्या औंदुंबर या कवितेचे अनेकांनी अनेक प्रकारे रसग्रहण केलेले आहे. या कवितेच्या ‘पाय टाकुनी जळांत बसला असला औंदुंबर’... या ओळीतील ‘असला’ या शब्दाचा प्रत्येक वाचकाने लावलेला अर्थ पूर्ण कवितेला वेगळ्या स्तरावर नेऊ ठेवू शकतो. या वेगळ्या स्तरावरची कविता ही वाचकाची स्वतःची निर्मिती असते. हे निर्मितीच्या पातळीवरचं वाचन..! अर्थात असे क्रिएटिव अंडरस्टॅंडिंग (सृजनशील आकलन) प्राप्त करण्यासाठी बरीच साधना गाठीशी असावी लागते.

अभ्यासक, विचारवंत गीतेसारख्या ग्रंथांवर वर्षानुवर्षे नवनवीन दृष्टिकोनातून भाष्य करत असतात. सर्वसामान्य लोक अशा ग्रंथांचे पारायण करतात. पारायण म्हणजे पुन्हा पुन्हा वाचणे. प्रत्येक वाचनातून नवं काही हाती लागत जावं, तत्त्वविचारांच्या आकलनाच्या दिशेन एकेक पाऊल पुढे पडावं हा पारायणाचा हेतू असतो. चांगल्या

कविता, काढबन्याही पुन्हा पुन्हा वाचनातून अधिक उलगडत जातात. अशा वाचनाचा रियाज असेल तर वाचन अधिक अर्थपूर्ण, व्यक्तित्व घडवणारं होईल. कारण त्यातून होणारं आकलन स्वतःचं, स्वतः कमावलेलं असेल. त्यासाठी सुरुवातीला म्हटल्याप्रमाणे भाषेचं स्वरूप आणि लेखन-वाचन प्रक्रिया यांची जाण असणं गरजेचं आहे. त्याबरोबर सजग निष्ठाही हवी. जगणं उन्नत करणं हाच या सर्व प्रयत्नांमागचा हेतू असावा.

### पुनर्वाचन

पुनर्वाचन ही पारायणापेक्षा अधिक व्यापक अशी संकल्पना आहे. पाश्चात्य तत्त्वज्ञ डेरीडा यांनी डीकन्स्ट्रक्शन (विचना) ही संकल्पना मांडली. एक नवी व्यापक दृष्टी देणारा हा मोठा अभ्यासविषय आहे. या विचारसरणीला केवळ पुन्हा पुन्हा वाचणं अपेक्षित नाही. तर नव्यानं वाचणं अपेक्षित आहे. आपण आपल्यावर होणाऱ्या संस्कारांमधून घडत असतो. त्यातून आपल्याला ठरावीक पद्धतीनं विचार करण्याची सवय लागते. काही गोष्टी सतत विचारांच्या केंद्रिंदूशी असतात. त्या महत्त्वाच्या ठरतात. परिघावरच्या गोष्टी दुय्यम ठरतात. त्यांचा अन्वयार्थ केंद्रानुसारी लावायची सवय झालेली असते. पुनर्वाचनामध्ये आकलनाची ही रुढ पद्धत बदलणं अपेक्षित आहे. फक्त पुस्तकंच नाही तर घडणाऱ्या घटना, इतिहास, परंपरा आणि माणसंही नव्यानं वाचायला हवीत असं ही विचारसरणी सांगते.

ठरावीक पद्धतीनं परंपरांचं समर्थन केलं जातं. वेगळ्या दृष्टिकोनातून विचार केला तर

त्यामागचा हेतू लक्षात येऊ शकतो. त्यांचा नवा अर्थ लागू शकतो. माणसांशीही आपण पूर्वग्रह ठेवून वागतो. सर्व गोष्टी सतत बदलत असतात. पण हे बदल आपण लक्षात घेत नाही. त्यामुळे त्यातून गैरसमज होऊ शकतात. म्हणून कोणतेही पूर्वग्रह न ठेवता सगळ्या गोष्टींकडे ताजेपणानं पाहायला हवं. पुनर्वाचिनात हे ताजेपण अपेक्षित आहे.

### केव्हा, काय वाचावं ?

आपला अभ्यासविषय असेल त्याला पूरक असे वाचन प्राधान्याने करावे. पण तेवढेच पुरेसे नाही. साहित्यिक वाचनाने आपल्या अनुभवाचा पैस वाढतो. फक्त आपल्याच भाषेतील नाही तर इतर भाषांमधील दर्जेदार साहित्यही आवर्जून वाचावे. सर्व अनुभव आपण स्वतः घेऊ शकत नाही. पण वेगळ्या आयुष्याचं दर्शन घडवणाऱ्या काढबन्या, आत्मचरित्र यातून त्या वेगळ्या जगण्याची, वेगळ्या वास्तवाची, वेगळ्या विचासरणीची ओळख होते. अशा वाचनातून जाणिवेचा परीघ विस्तारतो. वर म्हटल्याप्रमाणे सजगतेन वाचत असू तर वाचताना प्रश्न पडतात. मग त्या दिशेन विचार सुरु होतो. त्यातून नव्या वाचनाच्या दिशा समजतात. एखादा लेखक आपल्याला आवडून जातो. मग त्याची इतर पुस्तकं मिळवून वाचली जातात. पुस्तकांच्या बाबतीत एक अनुभव सांगितला जातो की आपल्याला तीव्रतेन एखादं पुस्तक हवं असेल तेव्हा ते आपल्याला मिळतंच.. !

वाचनाच्या बाबतीत वेळच मिळत नाही अशी तक्रार बहुतेक वेळा सांगितली जाते. मोठे जाडजूड ग्रंथ तर पूर्ण वाचून होतच नाहीत. अशा

वेळी ठरवून वाचन करावं. रोज थोडं, जमेल तेवढं नियमितपणे वाचायचंच असं ठरवलं की जमतं. त्यामुळे विषय मनात ताजा राहातो. पुढचं वाचायची उत्सुकता दिनचर्येतला वेळ वाचनाला प्राधान्याने मिळवून देते.

### केव्हा वाचावं ?

या प्रश्नाला काही आदर्श उत्तर देता येण्यासारखं नाही. वाचनाची गरज, वेळ उपलब्ध असेल त्यानुसार ठरवावं लागतं. पण शिस्त म्हणून काही ठरवायचं असेल तर साधारणतः महत्त्वाचं, गंभीर स्वरूपाचं वाचन सकाळी करावं. दुपारच्या वेळात इतर वाचन आणि रात्री वाचनाऐवजी शक्यतो सकाळी वाचलेल्या विषयाचं मनन करावं. वाचनाइतकंच मनन महत्त्वाचं. त्यातून आशय आपलासा होतो. असं काही आतून उमगण्याचा आनंद अवर्णनीय असतो. तो नोंदवावासा वाटतो. स्वतः व्यक्त होण्याची ही प्रेरणा फार मोलाची.. !

### वाचाल तर वाचाल

सध्याच्या मोबाईलच्या युगात आपण मोठी माणसंही पुस्तकं वाचणं विसरत चाललोय. पुढच्या पिढीला तर आपण काही विसरतोय याचं भानही नाही. इंटरनेटमुळे हवं तेव्हा हवं ते उपलब्ध होऊ शकतं. पण ते इतकं प्रचंड असतं की काहीच वाचलं जात नाही. इंटरनेटचं आक्रमण दिवसेंदिवस वाढत चाललं असलं तरी कितीतरी पुस्तकं छापली जातायत. विकलीही जातायत. त्यामुळे निराश व्हायचं कारण नाही. वाचनाचं अनन्यसाधारण महत्त्व जाणून आपणच आपलं उदाहरण मुलांसमोर ठेवायला हवं. घरात पुस्तकांसाठी खास जागा

असावी. तिथून काढून ती वरचेवर वाचली जातायत हे मुलांच्या नजरेला पडायला हवं. वाचा म्हणून नुसतं सांगण्यापेक्षा कृतीतून झालेले संस्कार महत्त्वाचे. सक्स वाचनाची सजग जाणीव जोपासून ती पुढे संक्रमित होण्याच्या दृष्टीने ते प्रभावी ठरतात.

अन्न, वस्त्र व निवारा या माणसाच्या मूलभूत गरजा आहेत. आपले सर्व प्रयत्न स्वाभाविकपणे ते मिळवण्यासाठी चाललेले असतात. आपण मुलांना शिकवतो तेव्हा त्यामागे त्यातून पुढे चांगली नोकरी मिळेल किंवा व्यवसाय करता येईल हा विचार प्राधान्यानं असतो. पण उत्तम नोकरी, भरगच्च पगार... म्हणजे आयुष्याची इतिकर्तव्यता नाही. त्यातून फक्त राहणीमान सुधारेल. छोट्या घरातून आलिशान घरात राहायला जाणं ही भौतिक प्रगती झाली. तीही महत्त्वाची आहे. पण याच्या जोडीनं एक माणूस म्हणून अधिकाधिक उन्नत होण्यासाठी आपण प्रयत्नशील राहायला हवं. सजगपणे जगताना भोवतीचे वास्तव पाहून अस्वस्थता यायला हवी. आपण का जन्माला आलोय? त्याचं सार्थक कशात आहे? असे मूलभूत प्रश्न पडायला हवेत. केवळ आर्थिक संपन्नता हे आपलं ध्येय असू नये. या सगळ्याचं भान आपल्याला वाचनातून येतं. सुरुवातीच्या कवितेत वाचन आपल्याला परोपरीनं कसं घडवतं ते सांगितलेलं आहे. त्यातून व्यक्तिमत्त्वाच्या घडणीत वाचनाचं महत्त्व किती अनन्यसाधारण आहे हे लक्षात येईल.

या संदर्भात जागतिक पातळीवरील थोर विचारवंतं साहित्यिक जाँ पॉल सार्त्र यांचे 'लेमो' म्हणजे शब्द या नावाचं आत्मचरित्र आवर्जून

वाचण्यासारखं आहे. या आत्मचरित्राचे वाचन आणि लेखन असे दोनच भाग आहेत. यावरून वाचन आणि लेखनाला त्यांच्या आयुष्यात किती महत्त्वाचं स्थान होतं हे लक्षात येईल. वाचन या पहिल्या भागात या घरातल्या पुस्तकांनी माझा जन्म बघितला.. असं म्हणून घरातील आजी, आजोबा, आई यांचे वाचन कसे चाले याचे तपशिलवार वर्णन केले आहे. आणि ते पाहात मोठा झाल्यावर, वाचता यायला लागल्यावर शब्द, वाक्य, त्यात दडलेला अर्थ, त्याचा आवाज.. या सगळ्यांविषयीची स्वतः अनुभवलेली अत्यंत सूक्ष्म आणि उत्कट निरीक्षणंही नोंदवलेली आहेत. भोवताल आणि पुस्तकं वाचत वाचत त्यांनी स्वतःला कसं घडवलं ते समजून घेणं फारच प्रेरक आहे. वाचनातून इतका थोर विचारवंत प्रत्येकजण घडेल असं नाही. पण वाचनाच्या या सामर्थ्याचं सजग भान असेल तर आपापल्या आयुष्यात सामान्य पातळीवर जगत असताना आपणही वाचन आपल्यात आत्मिक तहान कशी निर्माण करतं आणि सक्स विचारवैभव देऊन ती कशी भागवतं हे अनुभवू शकतो. वरील कवितेत म्हटल्याप्रमाणे वाचन बोट धरून चालवत नेतं आपल्याला अनोळखी प्रदेशात, जीवनाचे नवनवे आयाम समोर ठेवून जाणीव करून देतं आयुष्याच्या अपूर्णतेची. अंतर्मुख करतं आणि आंतरिक परिवर्तनाच्या प्रक्रियेला गती देत जिवंत ठेवतं. आपण माणूस म्हणून हेही अनुभवू शकतो..! वाचाल तर वाचाल या साध्याशा उक्तीत इतकं सगळं सामावलेलं आहे..!!



## बोले तैसा चाले त्याची वंद्रावी पाऊले

प्रा. मिलिंद नाईक

९४२२००२१८०

ज्ञान प्रबोधिनी प्रशालेचे पाचवे प्राचार्य विवेकराव पोंक्हे यांचे १५ मार्च २०१९ रोजी कर्करोगाने वयाच्या अवघ्या ५८ व्या वर्षी निधन झाले. व्यक्ती वारंवार प्रकट करीत असलेली वाक्ये त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचे सखोल दर्शन घडवतात. म्हणूनच अशा वाक्यांचा आधार घेत शिक्षणतज्ज्ञ विवेकराव त्यांच्याच शब्दांत ! लेखक निमित्तमात्र !

"I am a teacher by choice and not by chance".

सर्वसाधारणपणे विद्यार्थ्यांचा शिक्षक बनण्याकडे ओढा कमी असतो. १२ मे १९६१ रोजी धुळ्यामध्ये अध्यापक दांपत्याच्या पोटी जन्मलेल्या विवेकरावांनी मात्र दहावी-बारावीला बोर्डाच्या परीक्षेत गुणवत्ता यादीत येऊनसुदृधा मला शिक्षक बनायचे आहे, असे ठरवून शिक्षणक्षेत्र निवडले. अर्थातच पुढे एम.एस.सी. भौतिकशास्त्र व बी.एड.लाही ते पहिले आले. गुणवत्ता पाहता खरे तर अन्य क्षेत्रांत जाऊन भरपूर धन कमावता आले असते. परंतु समाजाच्या आणि देशाच्या विकासात शिक्षकाचे महत्त्व ओळखून त्यांनी शिक्षक बनण्याचे ठरवले आणि म्हणूनच विद्यार्थ्यांना एक चांगला शिक्षक मिळाला.

"Teach John, not Physics".

शिक्षकाचे आपल्या विषयावरती खूप प्रेम हवे. ती पहिली पायरी आहे. पण लगेच ते वाक्य पुढे सांगत A teacher should teach John and not

physics. अर्थातच आपला विषय समोरच्या विद्यार्थ्याला शिकवायचा आहे आणि म्हणून त्याला समजून घेतले पाहिजे. शिक्षकाने फक्त आपल्याच विषयात रममाण होऊन चालणार नाही, तर त्याचे अध्यापन विद्यार्थींकिंवा असले पाहिजे. शिक्षकाने स्वतःचे भावविश्व विद्यार्थ्यांना खुले करून दिले पाहिजे. असा शिक्षक ज्याने स्वतःचे भावविश्व विद्यार्थ्यांना खुले करून दिले आहे त्याचा प्रवास शिक्षकाकडून गुरुकडे होतो.

**"मी संस्कृत विषय सोडून सगळे विषय शिकवू शकतो"**.

अध्यापक विवेकरावांनी अरुणाचल प्रदेशामधील विद्यार्थ्यांना, ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांना, शहरी विद्यार्थ्यांना, बुद्धिमान विद्यार्थ्यांना खरोखरीच संस्कृत विषय सोडून सगळे विषय शिकविले. अध्यापनात त्यांचा हात कुणीच धरू शकत नाही. विवेकराव विद्यार्थी-प्रिय शिक्षक होते. प्राचार्य झाल्यानंतरही त्यांनी अध्यापनाचे काम सोडले नाही.

**"Every child is a winner"**

या जगात टाकाऊ कोणीच नाही, फक्त प्रत्येकातले उपयुक्त गुण शोधले पाहिजे, असे ते म्हणत. विद्यार्थ्यांना विविध प्रकारचे पुरेसे अनुभव दिले तर त्यांनाच त्यांची बलस्थाने व मर्मस्थाने लक्षात येतात. त्यासाठी शिक्षकाने विविध प्रकारचे भरपूर अनुभव विद्यार्थ्यांना दिले पाहिजेत. विद्यार्थ्यांला आपणही या समाजाचा आवश्यक घटक आहोत असे वाटले पाहिजे. यासाठी आवश्यक वातावरण अध्यापकांनी निर्माण केले पाहिजे.

आणि म्हणूनच त्यांना प्रत्येक विद्यार्थ्यात असलेला गुण लगेच सापडत असे. एक अधिमित्र म्हणून अनेक विद्यार्थ्यांना त्यांचे कार्यक्षेत्र शोधून देण्यास मदत केली.

बंडखोर मुलंच आयुष्यात काही करू शकतात: बहुतेक वेळेला बंडखोर मुलं शिक्षकांना वर्गात नको असतात. कारण ती हाताळायला अवघड असतात. ती मुलं सांगकामे नसतात. ती वेडेवाकडे पण मूलभूत प्रश्न विचारातात. व्यवस्थेला प्रश्न करतात. तुमच्या अधिकाराला आव्हान देतात. परंतु विवेकरावांचे म्हणणे असे होते, की अशा विद्यार्थ्यांमध्येच नेतृत्व करण्याची क्षमता असते. समाजाचा विरोध स्वीकारूनसुदृढा काम करण्याची ताकद असते. आणि म्हणून अशा विद्यार्थ्यांना बेशिस्त म्हणून बाजूला काढू नये, असे त्यांचे किंतीतरी बंडखोर विद्यार्थी आज मोठमोठी पदे भूषवीत आहेत.

### "Motivation first"

ज्ञान, कौशल्य, वृत्ती घडण व प्रेरणा जागरण ही शिक्षणाची उद्दिष्टे. शिक्षणात प्रेरणा जागरणाला खूप महत्त्व आहे. कशासाठी शिकायचंय याचा संदर्भ विद्यार्थ्यांच्या मनात निर्माण झाला की बाकी ज्ञान व कौशल्ये विद्यार्थी स्वतःहून मिळवतात. सध्याच्या शिक्षणपद्धतीत बरोबर उलटा क्रम आहे. ज्ञान मोठ्या प्रमाणात तर कौशल्य काही प्रमाणात शाळांमध्ये दिले जात आहे. पण प्रेरणा जागरण झालेले नसल्याने शिक्षण घेणे हे विद्यार्थ्यांना ओऱे वाटते. विद्यार्थ्यांमध्यली शिकण्याची प्रेरणा वाढली की त्यासाठीचे कष्ट हे कष्ट वाटत नाहीत व शिक्षण आनंदायी होते. आनंदायी शिक्षण याची व्याख्या त्यांनी अशी केली होती. 'आनंदायी शिक्षण याचा अर्थ शिक्षण सोपे करणे असा न करता, शिक्षण किंतीही अवघड असले तरी त्यासाठी कष्ट घेताना आनंद वाटणे म्हणजे आनंदायी

शिक्षण' अशी त्यांची व्याख्या होती.

### "Teach them how to learn".

विद्यार्थ्यांना शिकायचे कसे ते शिकवूया. माहिती तंत्रज्ञानाच्या युगात दररोज भरमसाठ माहिती येऊन आढळत आहे. या माहितीचं काय करायचं असा प्रौढांनासुदृढा प्रश्न पडतो, तर मग छोट्या विद्यार्थ्यांचे काय होणार ? आणि म्हणून ते म्हणत असत की विद्यार्थ्यांना आपण शिकायचे कसे ते शिकवूया. स्वयंअध्ययन कौशल्य शिकवूया, प्रकल्प करायला शिकवूया. यातून विद्यार्थी आत्मनिर्भर होतील.

### "I am a teacher by choice but a Principal by chance".

१९९२ साली प्रशालेचे प्राचार्य झाल्यानंतर विवेकराव म्हणत असत की एका चांगल्या शिक्षकाला मोळून एक वाईट प्रशासक बनवला आहे. हाडाच्या शिक्षकाला कधीही पदाची, पैशाची किंवा सन्मानाची अपेक्षा नसते. मला वाटते त्यातून येणाऱ्या नम्रतेतूनच पुष्कळवेळा ते असे बोलून दाखवत असत. मला शिक्षक राहणंच अधिक पसंत आहे, असेही म्हणत. खरोखरीच अध्यापनात ते मनापासून रमून जात. पण नंतर ते अध्यापकांचेही अध्यापक झाले, हा काही योगायोग नक्हे. आणि उणीपुरी १८ वर्षे ते प्राचार्य होते. प्रशालेतील अभिव्यक्ती तासिका, विद्याव्रत शिबिर यासारखे उपक्रम त्यांनी सुरू केले, तर प्रकल्प पद्धती, सहाध्यायदिन, सहली यासारख्या उपक्रमांना नवसंजीवनी दिली.

### "I am the first among equals".

यशाची पायरी सहज चढत जाणाऱ्या बुद्धिमान व्यक्तींमध्ये अहंकार निर्माण होणे अगदी सहज शक्य असते. मात्र बुद्धिमत्तेबरोबर येणारे अवगुण विवेकरावांमध्ये कधीही दिसले नाहीत. अनेक ठिकाणी नेतृत्व करत असताना कधीही त्यांनी आपण वेगळे

असल्याचे दाखवले नाही. प्राचार्य असताना त्यांनी स्वतःसाठी कोणत्याही विशेष सोयीसवलतींची मागणी केली नाही. इतकेच काय स्वतःसाठी स्वतंत्र कक्षही केला नाही. त्यांच्या या साधेपणामुळे आविर्भावाच्या सर्व भिंती गळून पडत व अनेक लहानथोर व्यक्ती त्यांच्या भोवती सहज वावरत असत आणि मनुष्यघडणीचे काम सहज होत असे. त्यांनी घडवलेले शेकडो विद्यार्थी-कार्यकर्ते आज कार्यरत आहेत.

**“जो माणूस दहा कामे करू शकतो तोच अकरावेही काम करू शकतो”.**

जो एकच काम करू इच्छितो तो तेही धड करत नाही. विवेकराव एकाच वेळी दहा नाही तर शंभर कामे करू शकत असत आणि म्हणूनच त्यांच्या कामाचे स्वरूप विविध प्रकारचे व व्यापक होते. हाडाचा शिक्षक, कुशल संघटक, उत्तम वक्ता, चिकित्सक संशोधक, निर्भीड कार्यकर्ता, सेवाव्रती अशी अनेक विशेषणे त्यांना सहज लागू होतात. विवेकराव ज्ञानप्रबोधिनीचे शिक्षण कार्यवाह होते, ज्ञानप्रबोधिनी सोलापूरचे कार्यवाह होते, शैक्षणिक उपक्रम संशोधकेचे विभाग प्रमुख, प्रशिक्षकचे संपादक होते तर मराठी विज्ञान परिषदेचे सदस्य, बाल विज्ञान चळवळीचे संस्थापक सदस्य, राष्ट्रीय बाल विज्ञान परिषद पुण्याचे अध्यक्ष, नवोदय समितीचे सदस्य आणखी किती सांगू?

**“नाहीतर शोध मीच लावले असते”.**

विद्यार्थ्यांशी बोलताना ते म्हणत असत, की त्यांना लहानपणी असे वाटत असे की माझा जन्म थोडासा उशिरानेच झाला. जर का मी आईन्स्टाईन किंवा न्यूटनच्या आधी जन्माला आलो असतो तर ते सारे शोध मीच लावले असते. खरोखरीच विवेकराव अध्यापक झाले नसते तर उत्तम संशोधक झाले असते. त्यांची विज्ञाननिष्ठा खरोखरीच अभेद्य होती.

### "Innovation in Practice"

‘कल्पना काय करताय, एक आण्याची अफू खाळी की हजार कल्पना सुचतात’ - असे टिळक म्हणत असत. पण विवेकराव म्हणत असत की कल्पना सुचणं सोंपं असलं तरी उपयुक्त व राबवता येणाऱ्या कल्पना सुचणं ही काही सोपी गोष्ट नाही, Fantasies are different than ideas. त्यासाठी विद्यार्थ्यांना तसे घडवावे लागते. विद्यार्थ्यांच्या कर्त्याबुद्धीला चालना मिळावी म्हणून धडपड प्रयोगशाळा किंवा मेकर्स स्पेस सारख्या प्रयोगशाळा शाळांमध्ये असल्या पाहिजेत, असा त्यांचा आग्रह होता. सध्या नीती आयोग मोठ्या प्रमाणावर सुरू करत असलेल्या ‘अटल टिंकिंग लॅंब’ या तशाच प्रकारच्या प्रयोगशाळा आहेत. या प्रकारच्या प्रयोगशाळा देशभरात सुरू होत आहेत हे पाहून त्यांना अतिशय आनंद होत असे. प्रयोगशाळा या प्रकारे चालाव्यात यासाठी त्यांनी शिक्षकांच्या देशपातळीवरील कार्यशाळा घेतल्या.

### "अविरत श्रमणे हेच जिणे"

सर आजारी आहेत म्हणून कधीही अनुपस्थित राहिल्याचे आठवत नाही. आजारी असले तरी काम चालू. कार्यकर्त्यांनी अखंड काम केले पाहिजे, हा त्यांचा आग्रह होता. जेव्हा कर्करोगाचे निदान झाले तेव्हा आता माझ्याकडे कमी काळ राहिला आहे, असे म्हणून दुप्पट वेगाने काम सुरू. आपण भारतातल्या शिक्षण क्षेत्रावर प्रभाव टाकणारे काम केले पाहिजे आणि मला ते याची देही याची डोळा बघायचे आहे, असे ते नेहमी म्हणत. आज विवेकराव नाहीत, पण त्यांनी प्रेरणासंक्रमण केलेले शेकडो कार्यकर्ते भारताची परिस्थिती बदलण्यासाठी काम करीत आहे.



## राजर्षी शाहू महाराज : शैक्षणिक कार्य

गौतम डांगे

① ९४२२३६१०७७

छत्रपती शाहू महाराजांनी शैक्षणिक क्षेत्रात मोठ्या प्रमाणात अमूल्य असे कार्य करून आपले योगदान दिले आहे. त्यासंबंधी थोडक्यात माहिती देणारा हा लेख...

### प्रस्तावना

छत्रपती राजर्षी शाहू महाराज यांनी शिक्षण क्षेत्रात विचारपूर्वक आणि नियोजनपूर्वक दूरदृष्टीने शैक्षणिक धोरण आखून त्याची कठोरपणे अंमलबजावणी केली. सर्वांसाठी शिक्षण आणि सर्व प्रकारचे शिक्षण हा त्यांचा ध्यास होता.

शाहू महाराज म्हणतात, “‘शिक्षण हाच आमचा तरणोपाय आहे. शिक्षणाशिवाय कोणत्याही देशाची उन्नती झाली नाही. म्हणूनच मोफत आणि सक्तीच्या शिक्षणाची आवश्यकता आहे.’’ असे त्यांचे ठाम मत होते. सर्वांगीण प्रगतीचा पाया, सामाजिक परिवर्तनाचे माध्यम आणि प्रशासकीय सुधारणांपूर्वीची आवश्यक बाब म्हणून शिक्षणाला अग्रक्रम दिला. शाहू महाराज गादीवर आले तेव्हा समाजात शैक्षणिकदृष्ट्या तफावत होती.

शिक्षणामुळे माणसाचा सर्वांगीण विकास होतो. शिक्षण हे मानवी विकासाचे एक प्रभावी माध्यम आहे, आर्थिक, सामाजिक, धार्मिक, शैक्षणिक आणि सांस्कृतिक गुलामगिरीतून मुक्त



होण्यासाठी शिक्षणाची आवश्यकता मानून, त्यांनी महाराष्ट्रात शिक्षणाचा पाया घातला. माणसा माणसातील दरी, संघर्ष, भेदाभेद नष्ट करण्यासाठी शिक्षण आवश्यक मानले. शिक्षण सर्व समाजातील, जातीतील, आणि धर्मातील लोकांना मिळायला पाहिजे, असे त्यांना वाटे. म्हणून त्यांनी प्राथमिक शिक्षणावर लक्ष केंद्रित केले. प्राथमिक शिक्षणातून त्यांना स्वावलंबी, स्वाभिमानी समाज निर्माण करायचा होता.

छत्रपती शाहू महाराजांनी खालील प्रमाणे शिक्षणाचा चतुःसुत्री कार्यक्रम आखला होता -

१. दलित आणि अस्पृश्यांसाठी स्वतंत्र शिक्षण मंडळ असावे.
२. खेड्यापाड्यातील मुलांसाठी वसतिगृहाची सोय असावी.
३. समाजातील सर्व वर्गासाठी सक्तीचे प्राथमिक शिक्षण असावे. तसेच उच्च शिक्षणाची सोय करण्यात यावी.
४. समाजातील सर्व वर्गाच्या उपजीविकेसाठी आवश्यक असलेल्या शिक्षणाची आणि औद्योगिक शिक्षणाची सुविधा असावी.  
ह्या चतुःसुत्री कार्यक्रमाची त्यांनी प्रत्यक्षपणे अंमलबजावणी करण्यासाठी खालील प्रमाणे शिक्षणविषयक निर्णय घेऊन शैक्षणिक कार्य केले व त्यांची प्रत्यक्ष अंमलबजावणीही केली.
५. **गाव तेथे शाळा** - छत्रपती शाहू महाराजांनी खेड्यापाड्यात प्राथमिक शिक्षणाची सोय व्हावी म्हणून १९२० ला ‘गाव तेथे शाळा’ ही संकल्पना राबविली. त्यानुसार प्रत्येक गावातील देवळात, चावडीवर, धर्मशाळेत शाळा सुरु झाल्या.
६. २५ जुलै १९१७ रोजी त्यांनी मोफत आणि सक्तीच्या प्राथमिक शिक्षणाचा आदेश काढला.
७. **पालकांना दंड** - आई-बापांनी आपली मुले शाळेत पाठवावीत. न पाठवल्यास पालकांना प्रती महिना एक रुपया दंड आकारला जाईल असा लेखी आदेश/हकूम काढला. त्यामुळे पालक आपल्या मुलांना शाळेत पाठवू लागले.
८. **खाजगी शाळा अर्थसाहाय्य** - त्यांनी खाजगी शिक्षण संस्थाच्या प्राथमिक शाळांना देखील आर्थिक साहाय्य दिले. दरवर्षी ३ हजार रुपये आणि तीस विद्यार्थ्यांना भोजन खर्च, म्हणून दोन हजार रुपये, दरवर्षी देण्याची तरतूद केली.
९. शिक्षणात विशिष्ट लोकांची मक्तेदारी होती. शाळा, कॉलेजमध्ये जातीच्या आधारावर कोणत्याही प्रकारचा भेदभाव केला तर कायद्याने गुन्हा मानण्यात येई, तसेच भेदभाव करणाऱ्या अधिकाऱ्याला नोकरीतून काढून टाकण्यात येईल असा सक्त हुकूम काढला.
१०. देवळात दान, दक्षिणा या रूपाने जो पैसा गोळा होईल, तो शाळेसाठी खर्च केला जाईल.
११. एखादा विद्यार्थी शाळेत येत नसेल तर शिक्षकांनी त्या मुलाच्या घरी जाऊन त्याबाबत चौकशी करावी. तसेच पालकांनी आपल्या मुलाला दररोज शाळेत पाठविण्याबाबत जागरूक असावे, असे महाराजांना वाटत होते.
१२. **शिक्षणकराची आकारणी** - छत्रपती शाहू महाराजांनी शिक्षणावर पैसा खर्च करण्यासाठी शहरातील सर्व श्रीमंत, व्यापारी, सावकार, वकील, डॉक्टर्स यांच्यावर शिक्षण कर आकारला. गावात हा कर कुटुंबामागे आठ आण्यापासून तर एक रुपयापर्यंत द्यावा

लागे.

९. **तज्जांची समिती** - प्राथमिक शिक्षणाची संपूर्ण व्यवस्था करण्यासाठी शाहू महाराजांनी तज्जांची एक उच्चाधिकार समिती नेमली होती. या समितीला आपला अहवाल शाहू महाराजांना द्यावा लागत असे.
१०. **शिष्यवृत्तीची तरतूद** - वर्गीकृत जातीजमातीच्या विळ्यार्थ्याना प्राथमिक शिक्षण घेता यावे म्हणून, शिष्यवृत्तीची तरतूद केली. तसेच त्यांना पाट्या, पेन्सीली, पुस्तके मोफत देण्यासाठी अडीच हजार रुपये मंजूर केले. शाळांमधील स्पृश्यास्पृश्य भेदभाव कायद्याने नष्ट केला.
११. स्त्री-पुरुषांना समान स्थान असावे, म्हणून त्यांनी स्त्री शिक्षणावर लक्ष केंद्रित केले.
१२. **वर्गीकृत जातीजमातीच्या मुलांसाठी वसतीगृह** - खेड्यातून शहरात शिक्षणासाठी येणाऱ्या वर्गीकृत जातीजमातीच्या मुलांची सोय ब्हावी म्हणून महाराजांनी वसतीगृहे निर्माण केली. त्यातूनच कर्मवीर भाऊराव पाटील, बाळासाहेब देसाई, बी.डी. जत्ती, यशवंतराव मोहिते, जे.पी. नाईक यांसारखे दिग्गज नेते, अनेक विद्वान वसतीगृहात शिकून तयार झाले.
१३. **दिल्ली दरबार पाटील पाठशाळा** - शाहू महाराजांनी खेडेगावातील पाटील लोकांना सरकारी कामकाज करण्याच्या पद्धतीचे शिक्षण देणारी दिल्ली दरबार

पाटील कार्यशाळा १५ मे १९९२ रोजी सुरु केली.

१४. **सत्यशोधक शाळा** - विविध धार्मिक संस्कार धर्माप्रिमाणे कसे केले पाहिजेत, याचे शिक्षण देणारी सत्यशोधक शाळा स्थापन केली. महाराजांनी 'घरचा पुरोहित' नावाचे पुस्तक तयार करून घेतले. या पुस्तकाच्या साहाय्याने कोल्हापुरात सर्व प्रकारचे धार्मिक संस्कार घरोघरी पार पडू लागले.
१५. **श्री शिवाजी वैदिक विद्यालयाची स्थापना** - १९१९ मध्ये महाराजांनी वैदिक शिक्षण देण्यासाठी श्री शिवाजी विद्यालयाची स्थापना केली. समाजात पसरलेल्या वाईट चालीरीती तोडण्याचे काम या विद्यालयातून होऊ लागले.
१६. **आरक्षणाची तरतूद** - शाहू महाराजांनी सरकारी नोकरीतील उच्च वर्गाच्या मक्तेदारीला आव्हान म्हणून मागास वर्गीयांसाठी नोकरीमध्ये आरक्षण ठेवले. त्यामुळे गरीब आणि मागास जातीच्या लोकांना नोकर्यांमध्ये प्रतिनिधित्व मिळाले.
१७. बहुजन समाजातील मुलांना उच्च शिक्षणासाठी त्यांनी परदेशी पाठविले. मुलांनी उच्च शिक्षण घेऊन देशाच्या विकासात हातभार लावावा, हा त्यामागील दूर दृष्टिकोन होता.
१८. शाहू महाराजांनी डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांना परदेशातील उच्च शिक्षण आणि संशोधन कार्यसाठी सहाय्य केले.

१९. शाहू महाराज आपल्या संस्थानाच्या उत्पन्नातून दरवर्षी एक लाख रुपये प्राथमिक शिक्षणावर खर्च करीत होते. त्यावेळी प्राथमिक शिक्षकांचा पगार प्रतिमाह १२ रु. होता.
२०. १९१८ साली महाराजांनी आपल्या संस्थानात मोफत व सक्तीच्या शिक्षणासाठी एक स्वतंत्र खाते स्थापन केले.
२१. **दरवर्षी शाळा तपासणी** - शाळांची प्रगती किती झाली, यासाठी दरम्हा शाळा तपासणी करून त्याचा अहवाल पाठविण्यासाठी मामलेदार-महालकरी यांच्यावर जबाबदारी सोपवली. तसेच गाव पाटलांनी सुदृधा दिवसातून एकदा शाळा तपासून मुलांचा आकडा 'व्हिजीट बुक'मध्ये नमूद करावे व त्यावर सही करावी अशी सक्ती केली.
२२. शाळात शिक्षकांची नेमणूक करतांना किमान इंग्रजीचे ज्ञान असावे असा नियम केला. तसेच नेमणुकीपूर्वी त्याला एका परीक्षेला बसून उत्तीर्ण व्हावे लागे.
२३. गरीब मुलांसाठी इयत्ता दहावीपर्यंतचे शिक्षण मोफत करण्याचा विचार त्यांच्या मनात होता.
२४. **ग्रंथालयाला अनुदान** - ग्रंथालयाला अनुदान देण्याची पद्धत सुरु केली. गरीब मुलांना ग्रंथ पुरविण्यासाठी पुस्तकपेढी योजना सुरु केली.
२५. मुलांना लष्करी शिक्षण देण्यासाठी 'इन्फंट्री स्कूल' सुरु केले.
२६. मुलांना तांत्रिक शिक्षण देण्यासाठी 'टेक्निकल इन्स्टिट्यूट' ची वाढ करण्यात आली.
२७. **शिक्षक प्रशिक्षण केंद्र** - १९२२ साली शिक्षकांना खास प्रशिक्षण देण्यासाठी शिक्षक प्रशिक्षण केंद्र सुरु केले.
२८. प्रत्येक गावात शाळा काढून 'वतनदार शिक्षक योजना' १९१२ साली सुरु केली, परंतु त्यातील अडचणी लक्षात घेऊन १९१७ साली त्याएवजी 'पगारी शिक्षक' योजना अमलात आणली.
२९. **कोल्हापुरात मॅट्रिकच्या परीक्षेचे केंद्र** - त्यांनी स्वप्रयत्नाने आणि स्वखर्चाने सुरु केले. सामाजिक आणि शैक्षणिक क्रांती घडवून आणण्यासाठी बहुजन समाजाची सर्वकष प्रगती साधण्यासाठी निष्ठेने आणि परिश्रमपूर्वक प्रयत्न केले. महाराष्ट्रात बहुजन समाजाला शिक्षणाच्या मुख्य प्रवाहात आणण्याचे खरे श्रेय छत्रपती शाहू महाराज यांनाच जाते. त्यांच्या कार्यापासून प्रेरणा आणि स्फूर्ती घेऊन कर्मवीर भाऊराव पाटील यांनी रयत शिक्षण संस्था (सातारा) सुरु केली. त्याचप्रमाणे डॉ. पंजाबराव देशमुख यांनी शिवाजी एज्युकेशन सोसायटी (अमरावती), डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांची पीपल्स एज्युकेशन सोसायटी (मुंबई), डॉ. बापूजी साळळुंखे यांनी श्री स्वामी विवेकानंद शिक्षण संस्था (कोल्हापूर) अशा शिक्षण संस्था निर्माण केल्या त्या आज नावारूपाला आल्या आहेत.
- म्हणूनच त्यांना महाराष्ट्रातील शिक्षणाचे भाग्यविधाते असे म्हटले जाते.



## कौशल्याचा विकास साधणारे शिक्षण

योगिनी पोतदार

೯೮೬೯೦೩೮೫೯೯

कौशल्य विकास व शिक्षण एकत्रित असल्यास लहान वयातच विद्यार्थ्यांना विविध पर्यायांचा शोध घेण्याच्या संधी मिळतील व त्यांना आवडत्या क्षेत्रात काम करण्यास मिळेल. तसेच जे विद्यार्थी आर्थिक अथवा शैक्षणिक कमतरतेमुळे शिक्षणाच्या मुख्य प्रवाहात राहू शकत नाहीत त्यांच्यासाठी कौशल्यविकास संधी उपलब्ध करून देतील व त्यांना व्यावसायिक क्षेत्रात सामावून घेता येईल. अन्यथा सध्या असलेल्या अभ्यासक्रमात प्राथमिक ते उच्च माध्यमिक स्तरावर मातृभाषा, प्रादेशिक व परदेशी भाषा, गणित, विज्ञान, सामाजिक शास्त्र, शारीरिक शिक्षण हे विषय आहेत. अभ्यासक्रम नियमितपणे अद्ययावत न होणे, गुणवंत शिक्षकांची कमतरता, नवकल्पना व संशोधन कमतरता, कौशल्य आधारित शिक्षणाचा अभाव यांमुळे जागतिक मागणी असूनही कुशल कामगार आपण पुरवू शकत नाही.

कौशल्य म्हणजे एखाद्या कामासाठी आवश्यक असणारी कुशलता किंवा योग्यता.

कोणतेही काम करण्यासाठी कुशलता लागते. अशा प्रकारची कुशलता प्राप्त करण्यासाठी ते कौशल्य शिकणे, त्यांचा सराव करणे क्रमप्राप्त आहे. असेही म्हणता येईल, की २१व्या शतकात आदर्श कर्मचारीवर्ग तयार करण्यासाठी

हा कौशल्यविकास महत्वाचा आहे. भारतात शिक्षणाला महत्व दिले आहे. परंतु त्यामानाने कौशल्यविकासाकडे लक्ष दिले जात नाही. म्हणून भारत व इतर देश यांच्या कौशल्यविकासात फरक आहे. बदलणाऱ्या जागतिक परिस्थितीचा विचार केला तर कुशल कामगारांची गरज आहे. हल्ळूहल्ळू ही आवश्यकता लक्षात घेऊन भारतातही कौशल्य विकासाची परिभाषा बदलत आहे.

भारत सरकारार्फे तसेच महाराष्ट्र शासनार्फे 'कौशल्यविकास व उद्योजकता मंत्रालया' तर्फे असे कोर्सेस सुरु आहेत. भारताचे पंतप्रधान मा. नरेंद्र मोदी यांनी 'स्किल इंडिया' अंतर्गत राष्ट्रीय कौशल्य विकास मोहीम १५ जुलै २०१५ रोजी सुरु केली. याचा प्रमुख उद्देश ४० करोड लोक २०२२ पर्यंत प्रशिक्षित करणे हा आहे. त्यालाच दुजोरा म्हणून महाराष्ट्र शासनानेही हा उपक्रम सुरु केला व देशाला राज्याकडून प्रतिसाद म्हणून ४.५ कोटी लोक प्रशिक्षित करण्याचे धोरण आखले आहे. या मोहिमेत 'राष्ट्रीय कौशल्य विकास योजना' व त्यासाठी लागणारे कर्ज या बाबींचा समावेश आहे. या योजना जे विद्यार्थी शैक्षणिक प्रगतीत कमकुवत ठरतात, त्यांच्यासाठी उपयुक्त आहेत. या कोर्सेसमधून त्यांना स्वतःचा व्यवसाय निवडता येतो. त्याचप्रमाणे रोजगार मिळण्यासही मदत होते.

२०२० मध्ये भारत महासत्ता होणार हे डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम यांचे भविष्य भारत त्या काळात सर्वाधिक तरुण देश असेल यावर आधारित

होते. भारतात ५०% पेक्षा जास्त लोकसंख्या २५ वर्षे वयापेक्षा कमी व ६५% पेक्षा जास्त लोकसंख्या ३५ वयापेक्षा कमी अशी असणार आहे. म्हणून भारतीयांचे २०२० मध्ये सरासरी वय २९ वर्षे तर चीनचे ३७ वर्षे आणि जपानचे ४८ वर्षे असेल. यावेळी भारत महासत्ता बनणार तर भारताकडे जागतिक पातळीवर सर्वच स्तरावर वर्चस्व असायला पाहिजे. यासाठी मागणी आणि पुरवठा या तत्त्वावर भारत परिपूर्ण असला पाहिजे. भारताकडे कार्यकुशल कामगार अशी जागतिक मागणी पूर्ण करण्याची क्षमता असणे गरजेचे आहे. म्हणूनच शिक्षणाबरोबर कौशल्य विकास अत्यंत महत्त्वाचा आहे. जागतिकी-करणाची प्रमुख मागणी कुशल व बहुकुशल कामगार अशी आहे. त्यासाठी गुणवत्ता कौशल्य विकास प्रशिक्षण आवश्यक आहे. यासाठी शालेय शिक्षणातील मूलभूत विषय निपुणता सोडून इतर प्रमुख विषय, जे कौशल्य विकासाशी निगडित आहे. ते विषय अथवा कौशल्य शालेय स्तरावर देणे महत्त्वाचे आहे.

संप्रेषण (मौखिक किंवा लिखित), समस्या सोडविणे, त्यासाठी योग्य ते निर्णय घेण्याची क्षमता असणे, व्यावसायिक जागरूकता असणे, पुढाकार घेणे, स्वयंप्रेरणेने योग्य त्या दिशेने काम करणे व आजीवन शिक्षण घेणे, ही कौशल्ये विकसित होणे आवश्यक आहेत. यासोबत वेळेचे, ताणाचे व्यवस्थापन, सांघिक काम (टीमवर्क), सर्जनशीलता, संवेदनशीलता हेही गुण तितकेच महत्त्वाचे आहेत. आजकाल नापास होणे अथवा मिळालेला एखादा नकार अशा घटना त्यांना आत्महत्येपर्यंत पोहचवतात. या घटनांमध्ये त्या व्यक्तीला ताणाचे व्यवस्थापन अथवा समस्या सोडविणे जमलेले नसते. आत्मविश्वासाचा अभाव असल्यामुळे अशा घटना घडताना दिसतात.

अशी एक विचारधारा आहे, की कौशल्य विकास शिक्षण हे १०+२ हे शिक्षण पूर्ण झाल्यावर ढ्यावे. परंतु इतर देशात ते शालेय स्तरावरच सुरु होते. जपानमध्ये वय वर्षे १० पर्यंत परीक्षा घेतली जात नाही. आधीची तीन वर्षे मुलाचे शिक्षण न तपासता त्याला शिष्टाचार शिकवले जातात व चारित्र्य संवर्धनाचे काम केले जाते. पर्यावरण, प्राणी व इतर माणसे यांच्याशी करूणा, सहानुभूती, उदारता, स्व-नियंत्रण व न्याय भावनेने कसे वागावे हे शिकवले जाते. शाळेत विद्यार्थी स्वतःचे वर्ग, परिसर स्वच्छ करतात. त्यामुळे टीमवर्कने काम करायची सवय लागते व तसे काम करणाऱ्यांबद्दल सन्मान वाढण्यास मदत होते. हे कौशल्य त्यांना अभ्यासाबरोबरच दिले जाते. वेगळे देण्याचा प्रयत्न केला तर ते स्वप्नवत राहतील. म्हणून कौशल्य विकास व शिक्षण यांचे एकत्रीकरण आवश्यक आहे.

संक्ष परिस्थितीत विचार करता ९०% रोजगारसंधी व्यावसायिक कौशल्यावर आधारित आहेत. परंतु २०% फक्त पात्रताधारक असतात. कारण कुशल कामगारांसाठी लागणाऱ्या कौशल्यांचा अभाव असतो. शिकत असलेल्या अभ्यासक्रमात रोजगारक्षम कौशल्यांचा पर्याय उपलब्ध नाही. वेगवेगळे बोर्ड कार्यरत असून ते वेगवेगळा अभ्यासक्रम चालवतात, ज्यात कौशल्य घटकांचा अभाव आहे. दुसरे म्हणजे शालेय प्रवाहात शिक्षण घेतलेल्यांना प्रतिष्ठा प्राप्त होते. परंतु व्यावसायिक शिक्षण धारकांना तेवढी प्रतिष्ठा मिळत नाही. अशी व्यक्ती मुख्य शिक्षणात कमकुवत समजली जाते. आर्थिक सहभाग, लैंगिक समानता, महिलांसाठी वेगवेगळी कौशल्ये, स्वरोजगाराच्या संधी व त्यासाठी उचित कालावधीत कौशल्य विकास अभ्यासक्रमांची खूप मोठी गरज आहे.

उदा. हार्सिप्टेलिटी, टुरिझम, हस्तकला, हेल्थकेअर, टेकस्टाईल, छायाचित्रण, आयटी, किरकोळ बॅंकिंग, विमा इत्यादी व यासारखे अनेक पर्याय उच्च माध्यमिक शिक्षण घेण्याआधी माध्यमिक स्तरावर विद्यार्थ्यांना उपलब्ध हवेत.

ही सर्व एकत्रित कौशल्ये विद्यार्थ्यांना कोणत्या वयात व शिक्षणाच्या कोणत्या टप्प्यावर मिळावीत ह्याचा गोषवारा साधारणतः खालीलप्रमाणे असावा.

- **प्राथमिक शिक्षण** – इ.१ली ते ५वी (वयोगट ६ ते ११ वर्षे)
    - कौशल्य – संप्रेषण (मौखिक/लिखित), वृत्ती, अनुकूलता, आयटी.
  - **उच्च प्राथमिक शिक्षण** – इ.६वी ते ८वी (वयोगट ११ ते १४ वर्षे)
    - कौशल्य - स्वकामे, व्यवस्थापन, कार्यसंघ, सर्जनशीलता.
  - **माध्यमिक शिक्षण** – इ.९वी ते १०वी (वयोगट १४ ते १५ वर्षे)
    - कौशल्य -ताण व्यवस्थापन, आत्मप्रेरणा (स्वप्रेरणा)
  - **उच्च माध्यमिक** – इ. ११वी ते १२वी (वयोगट १६ ते १७ वर्षे)
    - कौशल्य - कौशल्यपूर्ण उपक्रम, वैयक्तिक संवेदनशीलता.
  - **उच्च शिक्षण (पदवी)**
    - कौशल्य - व्यावसायिक जागरूकता, समस्या सोडविणे, आजीवन शिक्षण.
- अशा प्रकारे कौशल्य विकास व शिक्षण एकत्रित असल्यास लहान वयातच विद्यार्थ्यांना विविध पर्यायांचा शोध घेण्याच्या संधी मिळतील व आवडत्या क्षेत्रात काम करण्यास मिळेल. तसेच जो विद्यार्थींगट आर्थिक अथवा

शैक्षणिक कमतरतेमुळे शिक्षणाच्या मुख्य प्रवाहात राहू शकत नाहीत त्यांच्यासाठी कौशल्य विकास संधी उपलब्ध करून देता येतील व त्यांना व्यावसायिक क्षेत्रात सामावून घेता येईल. अन्यथा सध्या असलेल्या अभ्यासक्रमात प्राथमिक ते उच्च माध्यमिक स्तरावर मातृभाषा, प्रादेशिक व परदेशी भाषा, गणित, विज्ञान, सामाजिक शास्त्र, शारीरिक शिक्षण हे विषय आहेत. अभ्यासक्रम नियमितपणे अद्ययावत न होणे, गुणवंत शिक्षकांची कमतरता, नवकल्पना व संशोधन यांची कमतरता, कौशल्य आधारित शिक्षणाचा अभाव यामुळे जागतिक मागणी असूनही कुशल कामगार आपण पुरवू शकत नाही.

ज्या भारताच्या लोकसंख्येकडे २०२० मध्ये सर्वाधिक तरुण देश म्हणून आपण अभिमानाने पाहत आहोत त्यांच्या शिक्षणाची गरज मात्र पूर्ण करू शकलो नाही, त्यांना रोजगाराच्या संधी आपल्याला उपलब्ध करून देता आल्या नाहीत तर अशा तरुण लोकसंख्येचा अभिमान व्यर्थ आहे.

एखादा इंजिनिअर मुलाखतीसाठी गेला तर त्याच्या विषयज्ञानाबरोबर तो नवीन गोष्टी विकसित करू शकतो का ? या गोष्टी पाहिल्या जातात. तो दृष्टिकोन अभ्यासक्रमासोबत नसेल तर असा उमेदवार पदवी असूनही अपयशी ठरतो. म्हणून शिक्षणाला कौशल्य विकासाची जोड आवश्यक आहे.

शिक्षणाबरोबर कौशल्य विकास व कुशल, बहुकुशल कामगारासाठी लागणारे गुण विकसित केले गेले तर निश्चितच भारत महासत्ता बनावयास वेळ लागणार नाही. आंतरराष्ट्रीय पातळीवर उच्चतम स्थानावर भारताला स्थान मिळवून देण्यास आपण निश्चितच कटिबद्ध आहोत.



# Vacation - an Opportunity to Refine Skill of Teaching

Jnanesh Bawikar

 9146848303

***Here are some practical suggestions and useful tips which would help teachers of English to achieve excellence in their skills as teachers.***

Now we know that instead of 'teaching' we must encourage and inspire our students to 'learn'. When this is done, the students will learn on their own with the teacher playing mostly the role of a 'facilitator'. But as we know, for this, for making our classroom really 'learner-centred' a lot of thinking and planning is essential.

Vacation gives us the opportunity for this.

## **What a teacher can do to improve his skills :**

Any language teacher has a more challenging task i.e. 'teaching of skills'. Therefore if his own skills are reasonably 'satisfactory', his students will be inspired to imitate him and improve their own skills of the language.

For this the teacher must read at least one poem and two to three lessons everyday.

## **Practise loud reading :**

Especially in case of poems the teacher must rehearse and try to improve his skill of reciting a poem. Such practice will help him to read a poem loudly with greater effect and deeper impact.

For more effective reading of a poem you have to be well aware of the 'tone' and pattern of the poem, and the attitude and point of view of the poet.

For example, while reciting the poem, 'A Teenager's Prayer' the teacher's reading must express, 'faith', and the attitude 'being humble'.

In case of 'Basketful of Moonlight' the expression of a loving daughter eagerly waiting for the company of her father, should be reflected in the loud reading.

'The Twins' is a light-hearted poem with a comic touch which should be felt in the poem's recitation. In the poem 'If' a loving father is giving a valuable advice to his son for better life. The tone is serious with a genuine sincerity. 'Stopping by Woods on a Snowy Evening' is the poet's reflection on his own life. It is a philosophical poem.

'The World is Mine' is an inspiring poem, for which the teacher will have to use the proper matching tone, stressing important words, expressing positive attitude.

For a poem like 'O Captain ! My Captain' the teacher will have to refer to the historical background of Civil War and make students aware of the greatness of Abraham Lincoln, Otherwise the teaching of this poem would be completely ineffective.

As for prose lessons, some thinking will make them 'alive' and 'interesting' for the learners.

Regarding 'His First Flight', the teacher will have to evoke the feeling of the nervousness and fear while doing anything for the first time.

In case of 'Epitome of Courage' the teacher will have to search for more imformation regarding Stephen Hawking, his work and his disease.

Before beginning to discuss (2.5) Book Review screening an episode from 'Malgudi Days' would be a good idea. (Teachers can come up with better ideas). The teacher may narrate one or two episodes of 'Malgudi Days'.

News items about Mary Kom, being displayed on the flannel board by the students would make the lesson more

'lively'.

As far as the extract from G. B. Shaw's play 'Joan of Arc', the teacher must search for the historical events regarding the real story of 'Joan'. It will be better if the teacher reads the whole play written by G. B. Shaw. The students will surely want to know what happened later. With like-minded students he may even ask the students read the play and stage a part of it at the Annual Gathering.

(Examples from My English Coursebook Std.X).

In short, using such techniques and innovative ideas the text book can be made 'most interesting' for learners.

The ideas are suggested only as examples. The teachers with some deeper insight, greater practice and efforts can certainly inspire students to perform better.

Using the opportunity of leisure during vacations, the teacher with his innovative ideas can work wonders.

One last suggestion, try solving the activities yourself and you will have a clearer idea of where your students might come across a problem. With this kind of preparation, every teacher will be more skilful, effective and confident.

**Best of Luck !**



## गणिताचे अध्यापन - पूर्वतयारी

डॉ. जयश्री अत्रे

9850978451

नवीन शैक्षणिक वर्षात वर्गात जाताना शिक्षकांनी मागील वर्षी अध्यापनात आलेल्या अनुभवांचा मागोवा घ्यायला हवा. अध्यापन कृती, मूल्यमापन कृतीमध्ये बदल करावासा वाटत असेल तर तो आधीच करायला हवा. हा बदल करताना किंवा विषयाची समत वाढवण्यासाठी उदाहरणकार्ड, प्रश्नकार्ड कशी तयार करायची यासंबंधी माहिती देणारा हा लेख...

शिक्षक मित्रांनो,

नवीन शैक्षणिक वर्षात आपलं स्वागत ! दोन वर्षांपूर्वी नववीचा अभ्यासक्रम बदलला व त्यांच्याशी संलग्न असलेला दहावीचा नवीन कृतियुक्त अभ्यासक्रम गेल्यावर्षी लागू झाला. या अभ्यासक्रमाला अनुसरून मार्च २०१९ ची शालान्त परीक्षा पार पडली. या परीक्षेच्या प्रश्नपत्रिका कृतिपत्रिका रूपात होत्या. गणित विषयाच्या संदर्भात दोन उपप्रश्नांचे स्वरूप कृतियुक्त होते. गणित विषयाच्या दोन्ही प्रश्नपत्रिकेत काही प्रश्न पाठ्यपुस्तकातील प्रश्नांना समांतर व थोडे उच्च स्तराचे होते. तर रचनात्मक प्रश्नांचा समावेशही त्यात होता.

सन २०१८-२०१९ यावर्षी प्रत्येक विषयाच्या प्रश्नपत्रिकेत मागील इयत्तांमध्ये अभ्यासलेल्या घटकांचे मूल्यमापन केले जाईल हा महत्त्वपूर्ण निर्णय

शासनाने घेतला व त्यानुसार प्रत्येक विषयासाठी, दहावीत २०% गुणांचे प्रश्न मागील इयत्तेत अभ्यासलेल्या घटकांवर विचारण्यात आले होते. दहावी गणिताचा भाग एक व भाग दोन या दोन्ही प्रश्नपत्रिकांमध्ये नववीच्या अभ्यासक्रमावर आधारित प्रत्येकी १२ गुणांचे प्रश्न विचारण्यात आले होते व आराखड्यानुसार ८ गुणांचे प्रश्न त्यांना सोडवायचे होते. नवीन कृतियुक्त अभ्यासक्रमाच्या राज्यभरातील दहावीच्या शिक्षक प्रशिक्षणात याची कल्पना सर्व शिक्षकांना दिलेलीच आहे. मार्च २०१९ च्या शालान्त परीक्षेच्या प्रश्नपत्रिकेवरून प्रश्नांचे स्वरूप सर्व शिक्षकांना माहीत झाले आहे.

आता असे लक्षात घेऊ या, की मार्च २०२० च्या शालान्त परीक्षेला प्रविष्ट होणाऱ्या विद्यार्थ्यांना जून महिन्यातच प्रश्नपत्रिकेचा आराखडा समजून सांगायला हवा. दरवर्षीप्रमाणे नव्या उमेदीने आपण

$$a + b + c = 180^\circ$$
$$52^\circ + 90^\circ + c = 180^\circ$$
$$142^\circ + c = 180^\circ$$
$$c = 180^\circ - 142^\circ$$
$$\checkmark \quad c = 38^\circ$$

वर्गात जाऊया. एकदम पाठ्यपुस्तकाच्या पहिल्या धड्याकडे न वळता उजळणीसाठी थोडा वेळ देऊया. मागील वर्षी अध्यापनात ज्या अडचणी आल्या व कोणत्या संकल्पना स्पष्ट करताना जास्त वेळ देण्याची जरुर आहे, याचा मागोवा घेऊन नवीन नियोजन करायला हवे. मागील इयत्तेतील घटकांची उजळणी व नवीन प्रकरणाची सुरुवात याचे नियोजन कसे करायचे हे पाहू.

प्रत्येक सत्रात आपल्याला फक्त ८० तासिकाच अध्यापनासाठी मिळतात. दहावीसाठी तर गणित भाग १ व भाग २ मिळून १३ प्रकरणे जास्तीत जास्त १५० तासिकांमध्ये पूर्ण करायची आहेत. प्रत्येक प्रकरणाला सरासरी १० ते १७ तासिका मिळतात. त्यापैकी प्रत्येक प्रकरणाला सुरुवात करण्याआधी पहिल्या २ तासिकांमध्ये त्या प्रकरणाला अनुषंगिक मागील इयत्तांमधील घटकांची उजळणी घेणे जरुरीचे आहे.

उजळणीसाठी मागील इयत्तेतील घटकांवर आधारित उदाहरणांची सराव प्रश्नपत्रिका ही शाळा सुरु होण्याच्या आधीच तयार ठेवा. यासाठी उदाहरण-कार्ड, प्रश्नकार्डेही तयार ठेवता येतील. उदा. दहावीचा गणित भाग-१ मधील प्रकरण (१) हे दोन चलांतील रेषीय समीकरणे हे आहे. हेच प्रकरण इयत्ता नववीत पण विद्यार्थ्यांनी अभ्यासले आहे. ही समीकरणे सोडवण्याची एक पद्धत म्हणजे एका चलाचा लोप करून त्या चलाची किंमत कोणत्याही समीकरणात ठेवायची व दुसऱ्या चलाची किंमत मिळवायची, याचा अभ्यास नववीत झाला आहे. या पद्धतीचा उपयोग करून शाब्दिक उदाहरणे सोडवता येतात. म्हणून त्यांचा सराव जास्त घ्यायला हवा.

काठीण्य पातळी वाढत जाणाऱ्या उदाहरणांचा सराव करण्यासाठी उदाहरण कार्डे तयार ठेवावीत. वर्कशीट्स केली तरी चालतील. अशी वर्कशीट्स पहिल्याच तासाला विद्यार्थ्यांना उजळणीसाठी द्यावीत. नंतर दहावीच्या प्रकरणामधील सुरुवातीचे मुद्रदे. म्हणजे या पाठात आपण काय शिकवणार आहेत, हे लक्षात घ्यावे. दहावीच्या या प्रकरणात समीकरणे सोडवण्याच्या दोन पद्धती - एक म्हणजे आलेख पद्धत व दुसरी म्हणजे क्रेमर्स रूल विद्यार्थी शिकणार आहेत. या पद्धतींसाठी पूर्वतयारी म्हणून वर्कशीट्स तयार करावीत. उदा. समीकरणाचा आलेख  $3x + y = 6$  आणि  $y = -3x + 6$  अशा रूपात समीकरण लिहून  $x$  च्या वेगवेगळ्या किंमतीसाठी  $y$  च्या किंमती काढता येतील. म्हणून फक्त समीकरणाचे स्वरूप बदलले व  $x$  च्या दोन-तीन किंमतीसाठी  $y$  ची किंमत काढणे एवढाच सराव होईल, अशी उदाहरणे उजळणीच्या वर्कशीट्समध्ये असावीत. गणितातील सर्वच प्रकरणांचा सराव करताना बेरीज, वजाबाकी, गुणाकार, भागाकार, चिन्हांकित संख्यांवरील याच क्रिया तसेच दशांश अपूर्णांकांवरील क्रिया यांचाही सराव आवश्यक आहे म्हणून सुट्टीतच किंवा प्रत्येक प्रकरणाची सुरुवात करण्यापूर्वी या सर्व क्रियांवर आधारित उदाहरणांची कार्डे तयार ठेवावीत. म्हणजे त्या प्रकरणांवरील उदाहरणे सोडवताना विद्यार्थ्यांच्या चुका होणार नाहीत व त्यांचा आत्मविश्वास वाढेल.

इयत्ता नववीच्या प्रत्येक प्रकरणावर आधारित १ व २ गुणांच्या प्रश्नांचा सराव होण्यासाठी तुम्ही त्याप्रमाणे प्रश्नपेढी तयार करू शकतात. दहावीतील प्रकरणाची सुरुवात करण्यापूर्वी ही प्रश्नपेढी विद्यार्थ्यांना सोडवायला देता येईल. दहावी गणित भाग-२ मधील घटक भूमितीशी निगडित आहेत. त्यावर आधारित प्रश्न खालीलप्रमाणे तयार करता येतील.

नमुना प्रश्न -

उदा. (१) बिंदू A चा निर्देशक 4 आहे. B चा निर्देशक -3 आहे. तर d (A,B) काढा.

उदा. (२) कोणताही एक त्रिकोण काढा. त्याचे अंतर्वर्तुळ काढा.

उदा. (३) कोणताही एक विशालकोन त्रिकोण काढा. त्याचे परिवर्तुळ काढा.

उदा.(४) एका वृत्तचितीच्या तळाची त्रिज्या 14 सेमी आहे. त्याची उंची 43 सेमी आहे. तर त्या वृत्तचितीचे वक्रपृष्ठफळ काढा.

अशा प्रकारच्या प्रत्येक पाठावरील प्रश्नांचा सराव विद्यार्थ्यांना दहावीतील पुढील प्रकरणे समजून घेण्यासाठी होईल. दहावीच्या प्रश्नपत्रिकेत विचारल्या जाणाऱ्या आव्हानात्मक प्रश्नांची व रचनात्मक प्रश्नांची प्रश्नपेढी आधीच तयार ठेवली तर विद्यार्थ्यांना तो घटक अभ्यासल्यावर लगेच सराव मिळू शकतो.

शिक्षकांनी प्रत्येक घटकांसाठी कोणत्या कृती वर्गात घेता येतील याची जुळवणीही सुटूटीत करून ठेवणे आवश्यक आहे. उदा. दहावीच्या गणित भाग

२ मध्ये समरूपता हा घटक आहे, त्याच्या अध्यापनापूर्वी कार्डशीटस् वर समरूप त्रिकोण काढून ठेवणे. त्या त्रिकोणांची नावे आकृतीच्या आत लिहिणे व ते त्रिकोण कापायला सांगून ते त्रिकोण मिसळणे. कोणतेही दोन त्रिकोण घेऊन ते समरूप आहेत असे विचारता येईल. त्या त्रिकोणांच्या शिरोबिंदूतील एकास एक संगती सांगण्याचा सराव उदाहरणे सोडवताना उपयुक्त ठरणार आहे.

महत्त्वमापन घटकाच्या अध्यापनासाठी वेगवेगळे त्रिमितीय आकार तयार करून ठेवावेत. प्रत्येक विद्यार्थ्याला ते हाताळायला मिळावेत एवढी त्यांची संख्या असावी.

प्रश्नपत्रिकेच्या आराखड्यानुसार कृतियुक्त प्रश्नांची चौकटी आखलेली कार्डे तयार ठेवली तर विद्यार्थ्यांना परीक्षेच्या वेळी त्यांचा उपयोग होईल. चौकटीत संख्या, समीकरणे, चिन्ह भरताना काही क्रिया कराव्या लागतात. त्या कुठे करायच्या याच्याबद्दलच्या विद्यार्थ्यांच्या शंका दूर होतील.

शिक्षकांची अध्यापनपूर्व तयारी विद्यार्थ्यांचे गुण वाढवण्यास मदत करते. येथे फक्त दहावीचे नमुना प्रश्न दिले आहेत. परंतु कोणत्याही इयत्तांचे अध्यापन करण्यासाठी पूर्वतयारी कशी करावी हे समजेल. शिक्षक मित्रांनो, मागील इयत्तांवर आधारित किंवा सध्या शिकवायच्या इयत्तांवर आधारित उदाहरणकार्डे, कृतिकार्डे, प्रश्नकार्डे, सरावपुस्तिका आधी तयार केल्यास विद्यार्थ्यांचे अध्ययन चांगले होईल.



# शिक्षणमहर्षी परमपूज्य डॉ. बापूजी साळुंखे (व्यवती आणि कार्य)

उदय पाटील

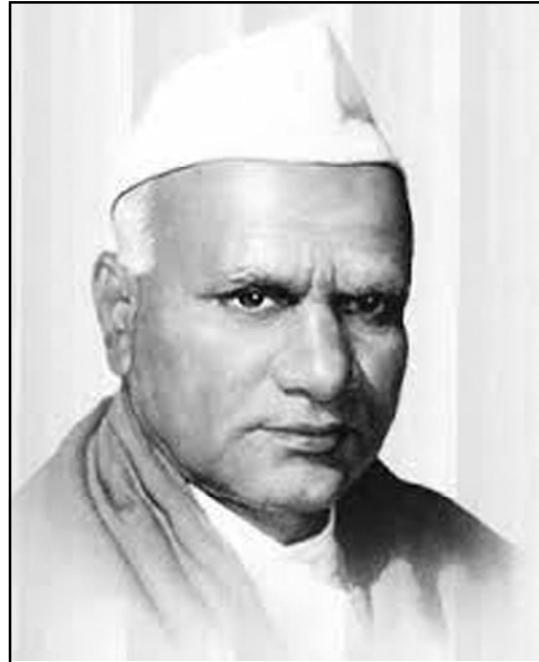
9823003660

शिक्षणमहर्षी डॉ. बापूजी साळुंखे यांच्या  
जन्मशताब्दी वर्षानिमित्त (सन २०१८-  
२०१९) आजच्या तरुण पिढीस डॉ. बापूजींच्या  
शैक्षणिक कार्याचा परिचय व्हावा, यासाठी  
त्यांच्या कर्तृत्वाचा घेतलेला थोडक्यात  
आढावा.

शिक्षणामुळे व्यक्तिजीवनात परिवर्तन होते.  
शिक्षणामुळे व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास साधणेही शक्य  
होते. या विचारांनी प्रेरित होऊन थोर समाजसुधारकांनी  
शिक्षणाला वाहून घेतले. भारत देशाला स्वातंत्र्य  
मिळण्यापूर्वी व स्वातंत्र्यानंतर सुरुवातीच्या काळात  
माध्यमिक शिक्षण दुर्गम खेड्यापाड्यांपर्यंत पोहोचले  
नव्हते. अशा दुर्गम खेड्यापाड्यांपासून दूर अंतरावर  
माध्यमिक शिक्षणाची सोय असलेल्या ठिकाणी  
पोहोचण्यासाठी मुलामुलींना पायपीट करावी लागत होती.

बहुजन समाजातील मुला-मुलींना शिक्षण मिळावे  
म्हणून तत्कालीन समाजसुधारकांनी त्यांच्यासाठी शाळा  
उघडल्या. अशा थोर शिक्षणतज्ज्ञांत शिक्षणमहर्षी  
डॉ. बापूजी साळुंखे यांचे नाव अग्रक्रमाने घेतले जाते.

सत्य, प्रामाणिकपणा, चारित्र्य आणि  
अपप्रवृत्तीच्या विरुद्ध संघर्ष या तत्त्वांच्या आचरणाने  
“ज्ञान, विज्ञान आणि सुसंस्कार यासाठी शिक्षण प्रसार”  
हे ध्येय गाठणाऱ्या बापूजींचा जन्म ९ जून १९१९ रोजी  
सातारा जिल्ह्यातील रामापूर (ता. पाटण) या गावी



झाला. बापूजींचे नाव गोविंद ज्ञानोजी साळुंखे. ते  
बालवयातच मातृ-पितृ सुखाला वंचित झाले. पण  
प्रतिकूल परिस्थितीत एकाकीपणे झगडत, त्यांचा खडतर  
जीवनप्रवास सुरु झाला. गावीच प्राथमिक शिक्षण  
घेतल्यानंतर त्यांना पुढील शिक्षणासाठी बाहेर पडावे  
लागले. वार लावून पोटाची भूक भागवत त्यांनी शिक्षण  
घेतले. स्वबळावर शिकत १९४५ मध्ये ते बी.ए. झाले.  
१९४९ साली त्यांनी बी.टी. ही पदवी प्राप्त केली.  
महात्मा गांधीजींप्रमाणेच त्यांची साधी राहणी व उच्च  
विचारसरणी पाहून त्यांना सर्वजण बापूजी असे संबोधित.  
पुढे ते याच बापूजी नावाने ते ओळखले जाऊ लागले.

बापूजींच्या शैक्षणिक कार्याची आंतरिक तळमळ  
त्यांच्या विद्यार्थीदेशेपासूनच दिसून आली. त्यांनी

शिक्षण घेत असताना सोंडूर संस्थानातील घोरपडे राजघराण्याच्या इतिहासासंबंधीच्या कागदपत्रांचे संशोधन केले. सोंडूर येथेच त्यांची 'राजगुरु' म्हणून नियुक्ती झाली. राजगुरु म्हणून ज्ञानाचे कार्य करीत असतानाच भारतात म. गांधी यांच्या नेतृत्वाखालील १९४२ च्या चलेजावच्या चळवळीत त्यांनी भाग घेतला.

या क्रांतिलढ्यानंतर तरुण विद्यार्थ्यांनी सातारा जिल्हा काँग्रेसची स्थापना केली. बापूजी या राष्ट्रीय कार्यातीही अग्रभागी होते. १९४५ ते १९५५ या कालावधीत बापूजींनी रयत शिक्षण संस्थेच्या कार्यास सर्वतोपरी वाहून घेतले. रयत शिक्षण संस्थेच्या कार्याचा महाराष्ट्रात व प्रसंगोपात महाराष्ट्रबाहेरही प्रामाणिकपणे प्रचार व प्रसार करणे हेच आपले जीवन, हीच आपली निष्ठा व हीच आपली सेवा या भावनेने बापूजींनी सर्व कार्य केले. कर्मवीर भाऊराव पाटील यांना संस्थेसाठी बापूजींनी एक लाख एकशे अकरा रुपयांचा निधी गोळा करून दिला. नंतर ते रयत शिक्षण संस्थेतून मुक्त झाले. दुर्मिंखेड्यापाड्यातील मुलांना शिक्षणाचा लाभ व्हावा म्हणून बापूजींनी नवीन शिक्षण संस्था स्थापन करण्याचा संकल्प सोडला आणि ५ जून १९५५ या दिवशी 'श्री स्वामी विवेकानंद शिक्षण संस्थेचा' शुभारंभ केला. एका नव्या शैक्षणिक पर्वाचा प्रारंभ झाला आणि आज महाराष्ट्रातील बारा जिल्ह्यांत या संस्थेच्या शाखा आहेत. शिवाय कर्नाटक राज्यातील बेळगाव तालुक्यातील कडोली गावीही एक शाखा आहे. माध्यमिक शिक्षणाबरोबरच उच्च माध्यमिक विद्यालये, महाविद्यालये, लॉ कॉलेज, टेक्निकल

कॉलेज, प्राथमिक विद्यालये व वसतिगृहे यांचाही संस्थेच्या विस्तारात समावेश आहे. बापूजींनी आदिवासी भागात आश्रमशाळा काढून महनीय कार्य केले. संस्था अधिकच वर्धिण्या ठरावी, याकरता त्यांनी संस्थेसाठी व्यक्तिगत त्याग केला. आपल्या वाट्याची वडिलोपार्जित मिळकत संस्थेसाठी अर्पण केली. त्यांच्या शिक्षण संस्कारातून प्रेरणा घेतलेल्या विद्यार्थ्यांनी 'गुरुदक्षिणा' म्हणून दिलेली एक लाख सदतीस हजारांची रक्कम बापूजींनी संस्थेलाच दिली.

दलितांच्या शिक्षणासंबंधीची त्यांची चाललेली धडपड, त्यासाठी आर्थिक झीज सोसून केलेली कार्यवाही अत्यंत मोलाची आहे. म्हणूनच १९८५ साली महाराष्ट्र शासनाने 'दलित मित्र' हा किताब बहाल करून त्यांच्या कार्याचा यथोचित सन्मान केला.

राजकीय प्रवाहापासून अलिप्त राहून सामाजिक उद्बोधनाचे असामान्य कार्य करण्यात रमलेल्या या शिक्षणमहर्षीचा शिवाजी विद्यापीठाकडून डी. लिट. ही पदवी अर्पण करून सन्मान करण्यात आला. कुठल्याही गौरवाच्या मागे न लागता कर्मवादी, सिद्धांतानुसार बापूजी कार्य करीत राहिले. त्यांच्या या कार्यात त्यांच्या पत्नी सुशीलाबाई साळुंखे (संस्थामाता) यांनी बापूजींना मोलाची साथ दिली. अशा या थोर शिक्षणमहर्षीचे ८ ऑगस्ट १९८७ रोजी महानिर्वाण झाले. त्यांच्या जन्मशताब्दी वर्षानिमित्त डॉ. बापूजी या महामानवाला विनम्र अभिवादन व कोटी कोटी प्रणाम !



## महिला वैज्ञानिकांचे योगदान

ममता तिवारी

9820420755

ज्या काळात साधं शालेय शिक्षणसुदृधा महिलांना उपलब्ध होत नव्हतं अशावेळी त्यांनी विज्ञान, गणित, खगोलशास्त्र, भूर्गभशास्त्र, अंतराळ यांसारख्या किलोट व पुरुषी समजल्या जाणाऱ्या विषयांचा अभ्यास करून त्यात संशोधन व नवनवीन शोधांच्याद्वारे मानवी जीवनाच्या प्रगतीचा व समृद्धीचा मार्ग सुकर केला. स्वयंपाकापासून तर संशोधनापर्यंतच्या या प्रवासात जगभरातील अनेक स्त्रियांनी आपल्या कर्तृत्वाचा ठसा उमटवला. अशाच काही महिला वैज्ञानिकांच्या कार्याचे प्रातिनिधिक दर्शन घडवण्याचा हा प्रयत्न !

प्राचीन काळापासून जगभरातील विविध समाजांमध्ये स्त्रियांच्या शिक्षणाकडे दुर्लक्षण झाले. पुरुषांइतकीच विचारांची आणि बुद्धीची ताकद असूनही त्यांना शिक्षण सुलभ होऊ शकले नाही. त्यामुळे कौटुंबिक जबाबदाऱ्या आणि मुलांचे संगोपन थोडक्यात म्हणजे चूल आणि मूल इतकेच त्यांचे कार्यक्षेत्र मर्यादित झाले. मात्र अशा प्रतिकूल परिस्थितीवर मात करून अनेक स्त्रियांनी विविध क्षेत्रांत नेत्रदीपक प्रगती करून नाव कमावलं. ज्या काळात साधं शालेय शिक्षणसुदृधा महिलांना उपलब्ध होत नव्हतं अशावेळी त्यांनी विज्ञान, गणित, खगोलशास्त्र, भूर्गभशास्त्र, अंतराळ यांसारख्या किलोट व पुरुषी समजल्या जाणाऱ्या विषयांचा अभ्यास करून त्यात संशोधन व नवनवीन शोधांच्या द्वारे मानवी जीवनाच्या प्रगतीचा व समृद्धीचा मार्ग सुकर केला.

स्वयंपाकापासून तर संशोधनापर्यंतच्या या प्रवासात जगभरातील अनेक स्त्रियांनी आपल्या कर्तृत्वाचा ठसा उमटवला. अशाच काही महिला विदुर्शीच्या कार्याचे प्रातिनिधिक दर्शन घडवण्याचा हा प्रयत्न !

**मादाम मेरी क्युरी** (भौतिक व रसायनशास्त्र) : किरणोत्सर्जनाच्या बाबतीत मेरीने अतुलनीय कामगिरी केली. पोलोनिअम व रेडिअम या किरणोत्सारी मूलद्रव्यांचा शोध लावला. विपरीत परिस्थितीवर जिद्दीने मात करणाऱ्या या महिलेने तब्बल दोनदा नोबेल पुरस्कार पटकावला. त्यांच्या संशोधनामुळे वैद्यकशास्त्राला खूप मदत झाली. कॅन्सरवर उपचार शक्य होऊन हजारो व्यक्तींना जीवनदान मिळाले.

**गर्टी कोरी** (शरीरशास्त्र) : शरीरशास्त्र या विषयात नोबेल पुरस्कार मिळवणारी ही जगातली पहिली महिला. तिने शरीरातील एका महत्त्वाच्या प्रक्रियेचा शोध लावला. त्याला 'कोरीचक्र' किंवा 'कोरीशूंखला' असे संबोधले जाते. याशिवाय तिने दोन एन्ज्यायम्स (enzymes) ही शोधून झेकोस्लाळाकियाचे नाव रोशन केले.

**डॉ. चिएन वू** (भौतिकशास्त्र) : ही बीटा किरणांच्या बाबतीत मूलभूत संशोधन करणारी ख्यातनाम चिनी वैज्ञानिका. प्रिन्स्टन विश्वविद्यालयाने तिला 'डी.एस.सी.' ही सन्माननीय पदवी बहाल केली. हा सन्मान प्राप्त करणारी डॉ. वू ही पहिली महिला वैज्ञानिक आहे. अमेरिकेच्या राष्ट्रीय विज्ञान ॲकडमीवरही तिची निवड झाली. पुढे तिला प्रसिद्ध 'बोनर' पुरस्कारही मिळाला. चीन व अमेरिका या दोन्ही देशांचा ती मानबिंदू ठरली.

**मागरिट मीड** (मानववंशशास्त्र) : ‘आर्किव्हज् ऑफ सायन्स’ हा सन्माननीय पुरस्कार मिळवणारी मागरिट केवळ शास्त्रज्ञच नव्हे तर समाजसेविकाही होती. तिने अनेक देशातील आदिवासी जीवनांचा अभ्यास करून त्यावर विपुल लेखन केले. Male and Female आणि Human Science ही तिची जगप्रसिद्ध पुस्तके आहेत. मानववंशशास्त्राची व्याप्ती अधिक असल्यामुळे त्याला विज्ञानाच्या चौकटीत बसवण्यापेक्षा कला म्हणून त्याचा सर्व अंगांनी विचार करायला हवा असे मत तिने संशोधनातून मांडले. भारत सरकारने तिच्या कार्याचा ‘कलिंग’ पुरस्कार देऊन सन्मान केला.

**हेलेन टॉसिंग** (वैद्यकशास्त्र) : एकोणिसाव्या शतकाच्या प्रारंभीच्या काळात जन्मतःच हृदयरोग असलेल्या हजारो बालकांना ज्या महिलेने जीवदान दिले ती अमेरिकन वैज्ञानिका म्हणजे हेलेन टॉसिंग. तिने आपल्या शल्यविशारद मित्राच्या सहकार्याने हृदयरोग असलेल्या ‘ब्ल्यू बेबीज’ साठी एका नवीन शस्त्रक्रियेचा शोध लावला व त्यामुळे जगभारातील हजारो ब्ल्यू बेबीजना ला जगण्याचं वरदान मिळालं. जॉन हॉफकिन्स् विश्वविद्यालयात प्रोफेसर पदावर नियुक्त झालेली ती पहिली महिला वैज्ञानिक. अमेरिकेनेही तिला पहिली रिसर्च फेलोशिप प्रदान केली.

**वेलेन्टिना तेरेश्कोवा** (अंतराळ) - अंतराळयानातून प्रवास करणारी ही जगातील पहिली महिला वैज्ञानिका (रशिया). ती एकूण ७१ तास अवकाशात राहिली व तिने पृथ्वीभोवती ४८ वेळा प्रदक्षिणा घातली. आपल्या दुर्दृश्य महत्त्वाकांक्षेचा आदर्श जगापुढे ठेवून तिने स्त्रियांसाठी एका नव्या विश्वाचे दरवाजेही खुले केले. कल्पना चावला व सुनिता विल्यम्स् यांच्यासाठी ती प्रेरणास्रोत ठरली.

**आयरिन क्यूरी** (भौतिकशास्त्र) : ही मेरी व पेरी

क्युरींची मुलगी आईवडिलांप्रमाणे किरणोत्सरासंबंधी तिने मोलाचे संशोधन केले व नोबेलची मानकरी ठरली. कृषी, उद्योग, उपचारशास्त्र आणि जैवविज्ञान या क्षेत्रांना तिच्या संशोधनामुळे खूप फायदा झाला.

**एलिझाबेथ ब्लॅकवेल** (वैद्यकशास्त्र / औषधशास्त्र) : न्यूयॉर्कच्या जिनिव्हा मेडिकल स्कूलमधून एम.बी.बी.एस. ची पदवी मिळवणारी ही अमेरिकेतील पहिली स्त्री. तिने संशोधन करून औषधशास्त्रातही प्रगती केली. अमेरिकेत स्वतःचे औषधालय उघडले. तसेच विमेन्स मेडिकल कॉलेज सुरु केले. तिच्या औषधालयात सर्व कर्मचारी महिलाच होत्या.

**सोफिया कोवालेवस्काया** (गणित) : ही केवळ गणितज्ञ नव्हती, तर स्त्रियांच्या जागृती व प्रगतीसाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्न करणारी लेखिका व समाजशास्त्रज्ञही होती. 'Arihitist Girl' ही तिची जगप्रसिद्ध काढंबरी. फ्रान्स विज्ञान अँकडमीचा ‘प्रिंस वार्डन’ हा सन्माननीय पुरस्कार तिला मिळाला.

**मारिया मिशेल** (खगोलशास्त्र) : अमेरिकेतील ‘असोसिएशन फॉर द अँडव्हान्समेंट ऑफ सायन्स’ या संस्थेची सदस्य बनलेली ही पहिली महिला वैज्ञानिक. तिने एका नवीन धूमकेतूचा शोध लावला.

**डॉरिस रेनॉल्डस** (भूगर्भशास्त्र) : तिला लंडन विश्वविद्यालयाची डी.एस.सी. ही पदवी बहाल करण्यात आली. तिच्या संशोधनाने पृथ्वीच्या गर्भातील अनेक रहस्ये उलगडण्यात यश आले.

**लीला मुलहेरकर** (विकासात्मक जीवशास्त्र) : विज्ञानातील विकासात्मक जीवशास्त्र या शाखेचा उदयच या भारतीय संशोधिकेच्याद्वारे झाला. ‘थॅलोडामाईड बेबीज’ हे व्यंग असलेल्या मुलांवर त्यांनी संशोधन केले. त्यामुळे पुणे विद्यापीठाचे नाव जगभर पोहचले. फोर्ड फाडंडेशनची शिष्यवृत्ती त्यांना मिळाली. अनेक

विद्यापीठात ‘आमंत्रित संशोधक’ म्हणून त्यांना निमंत्रण येत होते व नेमणूकही केली गेली.

**वसंत रामास्वामी (संरक्षणशास्त्र) :** या भारतीय लष्करातील एक नामवंत संशोधिका. ज्या क्षेत्रात मूळभूत संशोधन करून भारताला विकसित देशांच्या रांगेत नेऊन पोहचवणाऱ्या या वैज्ञानिकेने त्रिशुल, आकाश, पृथ्वी या क्षेपणास्त्रांसाठी ‘सेफटी आर्मिंग मेकेनिझम’ ही यंत्रणा स्वतंत्रपणे विकसित केली.

जाती, धर्म, भाषा, वर्ण, देश, वंश, रंग या सर्व

विविधतेसह मानवी समाजाच्या प्रगतीसाठी व विकासासाठी, विज्ञान आणि संशोधनासारख्या कठीण वाटेच्या पांथस्थ झालेल्या या महिला वैज्ञानिकांच्या अद्वितीय कार्याचे स्मरण ठेवून आपापल्या क्षेत्रांमध्ये अभिमानास्पद व गौरवास्पद कार्य करण्याचा प्रामाणिक प्रयत्न करूया...

[ संदर्भ : विज्ञानतारका : वर्षा गजेंद्रगाडकर ]



## लेखनासाठी आवाहन - लिहिते व्हा !

महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळातर्फे दर महिन्याला ‘शिक्षण संक्रमण’ हे मासिक प्रकाशित केले जाते, हे आपणास विदित आहे. शिक्षणातील बदलत्या विचारप्रवाहांचे अद्ययावत ज्ञान देणारे ‘शिक्षण संक्रमण’ हे राज्यमंडळाचा आरसा आहे.

‘शिक्षण संक्रमण’मधून अभ्यासू शिक्षक, लेखक यांचे उत्तम, वैचारिक साहित्य प्रसिद्ध केले जाते. या अंकांसाठी विद्यार्थी, पालक व शिक्षकांना साहित्य पाठविण्याचे आवाहन करण्यात येत आहे. शिक्षक कुशल अध्यापक, अनुभवी, व्यासंगी, बहुश्रुत आहेतच. शिक्षकांनी शालेय विषयाशी निगडित, विद्यार्थी व शिक्षकांना प्रगल्भ करणारे, त्यांचा गुणात्मक विकास करणारे आपले स्वलिखित साहित्य अंकासाठी पाठवावे. ते ‘शिक्षण संक्रमण’च्या अंकात प्रकाशित केले जाईल. पुनर्रचित अभ्यासक्रम, मूल्यमापन पद्धती, विषयनिहाय पाठ्यपुस्तकातील आशय, अध्यापन पद्धती, शालेय उपक्रम या विषयांवर आपले विचार व्यक्त व्हावेत. अर्थात याशिवायही शिक्षक व विद्यार्थी यांचे शालेय हित लक्षात घेऊन शैक्षणिक विषयावर लेख पाठवावेत; त्यांचे स्वागतच होईल.

आलेल्या लेखातून निवडक लेखांवर, संपादक मंडळाकडून आवश्यक ते संस्कार करूनच लेख प्रकाशित केले जातील, याची लेखकांनी नोंद घ्यावी.

**लेखन करताना काही बाबी विचारात घेणे महत्त्वाचे आहे -**

- लेख स्वतः लिहिलेले असावेत.
- विविध मान्यवरांच्या आत्मचरित्रातील उतारे असू नयेत.
- स्वतः केलेले किंवा शाळेत योजले जाणारे उपक्रम, त्यामुळे विद्यार्थ्यांना झालेला फायदा व त्यातून इतर शिक्षकांना मिळणारे मार्गदर्शन यावर लेख असावेत.
- आपल्या अध्यापनाच्या विषयातील महत्त्वाच्या घटकांवर आधारित लेख असावेत. आपण अध्यापन करताना एखाद्या घटकातील महत्त्वाच्या मुद्द्यांचे स्पष्टीकरण करणारे असावेत.
- विषय समृद्धीकरण करणारे लेख असावेत.

## रसग्रहण - कवितेचे

### माणसं पेरायला लागू

वीरा राठोड

9420431718

#### मनक्या पेरेन लागा

एक बी जमीम गडचं  
जमीती ओरो नातो जुडचं  
धुड वोनं लगाडछं जीव  
आसो कांयी घडचं  
पाणी-पावस  
उंदाळो-वरसाळो  
आंधी-आंघोळो  
दुष्काळेती लडचं  
एक दन वोनं झाड करनच छोडचं  
चालो  
आपणबी मनक्या पेरेन लाग जावा.

- वीरा राठोड

#### माणसं पेरायला लागू

एक बी मातीत पडतं  
मातीशी त्याचं  
घटट घटट नातं जडतं  
माती त्याला लावते जीव  
अशी काय घडते  
ऊन-वारा  
पाऊस-पाणी  
वारं-वावधान  
दुष्काळाशी लढते  
एक दिवस त्याला  
झाड करूनच सोडते  
चला आपणही  
माणसं पेरायला लागू.

- विनायक पवार

‘मनक्या पेरेन लागा’ ही कवी वीरा राठोड यांची मूळ बंजारा भाषेतील कविता इयत्ता १०वीच्या प्रथमभाषेच्या (कुमारभारती) पाठ्यपुस्तकात समाविष्ट केली आहे. कवितेचे वैशिष्ट्य म्हणजे पाठ्यपुस्तकातून बोलीभाषेचा परिचय या उद्दिष्टाबरोबर ‘माणसं पेरा माणुसकी उगवेल’ हे मूल्य सुचवणारी ही कविता आहे. प्रचलीत मराठी भाषेत याच कवितेचे भाषांतर केलेली माणसं पेरायला लागू ही विनायक पवार यांची कविताही मुद्दाम शेजारी छापली आहे. या मूळ कवितेचा हा रसास्वाद स्वतः कवीच्या शब्दांत...

काळ कोणताही का असेना, परिस्थितीच  
माणसाला झगडायला आणि सिद्ध व्हायला लावत

असते, असे काळाच्या पटलावर आजवर अनेकवार  
घडून गेलेले आहे. परिस्थितीसमोर झुकणे हे शौर्याचे

लक्षण नसते तर परिस्थितीला वश करून काळाच्या भाळावर मुद्रा उमटवणाऱ्याला जग स्मरणात ठेवत असते. अशाच अगणित माणसांनी जे पराक्रम घडवलेले असतात ते त्यांच्या एकट्याचे नसतात तर त्यांनी आपल्यासोबत उभ्या केलेल्या अगणित माणसांचे असतात. त्या सर्वांनी भविष्याकरिता सक्षम माणसं जर निर्माण केली नसती तर माणसांचा हा देदीप्यमान वारसा पुढे आला असता का ही शंका आहे. एकूणच काय तर प्रत्येक काळात माणसं जपावी लागतात. माणसं घडवावी लागतात. याचीच ही वेगळ्या रूपातली गोष्ट म्हणजे ‘मनक्या पेरेन लागा’ (माणसं पेरायला लागू). या कवितेच्या निर्मितीबीजात माझं वैयक्तिक जीवन, माझ्या समकाळातील अवतीभोवतीचे सामाजिक पर्यावरण आणि समोर आलेल्या परिस्थितीशी झगडा करीत सिद्ध होत जाण्याची ही कथा म्हणता येईल.

माझी अवघी जडणघडणच ही डोंगराच्या कडेकपारीत, लमाण तांडचावरची, निसर्गाच्या सानिध्यात झालेली. निसर्गाचे लोभस आणि भयकारी रूपही मी अनुभवले आहे. भाजून काढणारा उन्हाळा सोसला, तसा रक्त गोठवून टाकणारा हिवाळा. आणि छपरापासून डोळ्यांना गळती लावणारे पावसाळे मुरवून घेतले मनात, शरीरात. या क्रतुंनी जगण्याची शाळाच बनवून टाकली. बाप शेतकरी कधीच न थकणारा, कधीच निराश न होणारा, सदैव आशावादी. एका दाण्याचे हजार दाणे करण्याची त्याची जिद्द. तो दरवेळी उगवण्यासाठीच पेरत जातो. त्याची ही धडपडण्याची गाथा मी जवळून बघितलेली. पेरलेलं पीक बाळशयातच जळताना अनेकदा पाहिलेलं. पण बाप नव्या उमेदीनं दुबार, तिबार पेरायचा. शेर, पसा, पायली, पासरी जे

काही पिकंल त्यावर समाधान मानून सालोनबाद न चुकता शेतीची मशागत करून पेरत राहिला. हे मी नकळत्या वयापासून बघत आलेलो. संघर्ष काय असतो हे जसे शेतकरी असलेल्या बापाने शिकवले तसेच झाडा-पाखरांनीही मनावर गोंदवून टाकले. जसे झाडाचा बुंधा वाळून गेला तरी मुळ्या कोंब धरतात आणि प्रत्येक क्रतूत मोळ्या कष्टाने पाखरं घरटी बांधतात. ते पावसात, वाच्यावावधानात मोङ्लून पडलं तरी पाखरं निराश न होता पुन्हा नव्याने घरटं बांधून घेतात. या संपूर्ण निरीक्षणात्मक अनुभवातून जगण्याची भक्कम अशी हिंमत बांधून घेता आली. पण आयुष्य आपली परीक्षा घेण्याचे सोडत नाही. शेतात राबत, गुरं राखत शिक्षण घेत होतो तेव्हा बारावीला नापास झालो आणि दोन वर्षे सहामाही परीक्षेच्या वाच्या कराव्या लागल्या. याच काळात मी काहीसा खचून गेलो होतो. उन्हाळ्यात गुरं राखत वैराम झालाईच्या रानात आजोबाने लावलेल्या आंब्याच्या झाडाखाली निराश होऊन बसलेलो असताना लहान-मोळ्या झाडांना निरखून बघताना सुचलेली ही कविता आहे.

खरं तर ‘माणसं पेरायला लागू’ ही कविता मी स्वतःला बळ देण्यासाठी लिहिली होती. स्वतःच्या गोंधळलेल्या, निराश मनाची समजूत काढण्याचा प्रयत्न केला आहे. आता ती माझ्याबरोबरच समष्टीची झालेली आहे. तेव्हा मला कळून चुकलं होतं, संघर्ष काही केवळ आपल्याच वाट्याला आलेला नाही तर प्रत्येकाला संघर्षाच्या वाटेवरून जावेच लागते. मग तो सृष्टीतला कुठलाही जीव असो, माणूस असो, पक्षी असो, प्राणी असो, कीटक असो वा वृक्षवेली सर्वांच्या वाट्याला संघर्षरत जगणे आलेले असते. या अनुभवातून मी

एका बियाचं झाड होण्यापर्यंतचा संपूर्ण प्रवास अनुभवत होतो. जसं व्यक्तीचं सामान्यातून असामान्य होणं सोपं नसंत. तसंच एका बियाचं झाड होण्यापर्यंतचा प्रवास हा काही सोपा नसतो, सहज नसतो. बी मातीत पडतं. बरेच दिवस ते तसंच पदून राहतं जेव्हा त्याला पाण्याचा शिडकावा मिळतो. त्या तेवढ्याशा आशेवर बी उगवून येतं, ही उर्मी असते त्याच्या ठायीची. जशी माता बाळाला जन्म देते, संगोपन करते तसेच मातीही रोपट्याला जन्म देते, संगोपन करते. त्याची मुळं धरून ठेवते, त्याला जीव पुरवते. या प्रवासात माती आणि बी एक-दुसऱ्याला स्वीकारून घेतात. सर्व संकटांवर मात करण्याची हमी देतात, हेही मी बघितलंय. बहुधा सर्वांनीच अनुभवलंय, की हेच छोटंसं बी जेव्हा कोंब धरून वाढत वाढत विशाल झाडाचं रूप घेतं. या प्रवासात बन्याचदा ते वान्यावावधानात मोडून पडतं किंवा कोणी त्याला तोडून टाकतं, बन्याचदा जंगलाला लागलेल्या वणव्यात जळून जातं तरीही त्याला अंकुर फुटतो. चिवटपणे ते पुन्हा झेपावतं. काही वर्षात ते डेरेदार वृक्ष बनतं. फुलतं, फळतं, डोलतं, पक्षी त्याच्यावर घरटी बांधतात. थकले-भागलेले जीव त्याच्या सावलीत विसावतात. हेही मी बघितलेलं होतं. झाड ऊन, वारा, पावसात आनंदाने डोलत असतं. कसलीही तक्रार न करता. एवढंच नाही तर हजार बिया मातीला देऊन टाकतं. पाखरं या बिया रानात नेऊन टाकतात. ही लावलेली, जफलेली झाडं अनेक पिढ्यांपर्यंत साथ देत असतात. ही जशी झाडं आणि मातीची कहाणी आहे. तशीच माणसं आणि सृष्टीच्या नात्याचीही गोष्ट आहे. ही गोष्ट आपण विसरता कामा

नये. चांगली माणसं आयुष्यभर स्नेह देत राहतात. माणुसकी जपत असतात. अशी माणसं जोडली, जपली पाहिजेत. कारण आज जगण्यातली माणुसकी हरवत चालली आहे. माणूसपण संपत चाललेल्या काळात माणुसकी रुजवणे महत्त्वाचे बनले आहे. माणूसपणाची जाण निर्माण व्हायला हवी. अनेकांनी आपल्याला जपलेलं असतं, जीव लावलेला असतो. त्याला उतराई होण्यासाठी बियाचं रूपक वापरून माणसं पेरण्याची गोष्ट मला या कवितेतून सांगायची आहे. चांगल्याची अपेक्षा करताना आपल्यालाही चांगला माणूस होता आलं पाहिजे आणि जगण्याच्या प्रवासात अशी माणसं सांभाळताही आली पाहिजेत. असं माणूसपण आपल्यासह प्रत्येकात निर्माण झालं पाहिजे. ही शिकवण मला ताठ मानेने उभ्या असलेल्या आणि वान्याच्या हातात अदबीने वाकून हात देणाऱ्या झाडांनी दिलीय. जसे एका बियाच्या हजार बिया होतात तसंच एक चांगला माणूस घडल्यास तो माणसांच्या पिढ्या घडवीत असतो.

खडतर प्रवासात मातीला मेहनतीचे फळ मिळते. तसे आपल्याला, समाजाला चांगली माणसं जपण्याचे फळ नक्कीच मिळत असते. आपण चांगलं बनून चांगली माणसं जोडली तर अवघं जग नक्कीच चांगलं बनेल. म्हणून चांगली माणसं पेरली पाहिजेत. माणूस पेरला की माणुसकी उगवेल, असा दृढ विश्वास आहे. आपण त्यासाठी प्रयत्न करूयात आणि अशा प्रयत्नांनाच शेवटी फळं येत असतात. हीच कहाणी इथे या कवितेत संक्षेपाने सांगितली आहे.



# विद्यार्थ्यांच्या सर्वकष शिक्षणासाठी अनौपचारिक माध्यमे

प्रकाश गोपाळ बोकील

9890901159

वर्षानुवर्षे शाळाशाळांमधून अध्ययन-अध्यापन चालू असतेच. अभ्यासक्रम, पाठ्यपुस्तके, परीक्षा, निकाल या गोष्टी दरवर्षी नियमितपणे चालू असतातच. पण अनेकदा औपचारिक शिक्षणाची ही चौकट शाळांमधील विद्यार्थ्यांच्या सर्वकष विकासाला मर्यादा आणणारी बाब ठरते. अशावेळी हा चौकटीला धक्का लागू न देता अनौपचारिक माध्यमांचा अधिकाधिक वापर करून शिक्षक, विद्यार्थी आणि परिसर यांचे पारस्परिक नाते अधिक ढूढ, अधिक कसदार करणे आवश्यक ठरते. पुण्यातील टिळक रोडवरील डेक्कन एज्युकेशन सोसायटीच्या न्यू इंग्लिश स्कूलचे मुख्याध्यापक श्री. नागेश मोने अशाच अनेकविध नावीन्यपूर्ण अनौपचारिक माध्यमांचा मोठ्या कौशल्याने वापर करत असतात. आपले विद्यार्थी जबाबदार, सुजाण आणि कुशल नागरिक व्हावेत, यासाठी ही शाळा आणि या शाळेतील शिक्षक जी धडपड करीत असतात ती धडपड इतर शाळांनाही उपयुक्त आणि प्रेरणादायी ठरेल, अशी खात्री वाटते. विद्यार्थ्यांच्या विकासासाठी या शाळेने केलेल्या काही प्रयत्नांची, उपक्रमांची, धडपडांची माहिती आज आपण या लेखातून घेणार आहोत.

## मला मराठी शिकायचंय

उपक्रमाचं नाव 'मला मराठी शिकायचंय'. हा उपक्रम आयोजित करण्यामागे मुख्याध्यापकांचा एकमात्र प्रामाणिक उद्देश होता. मुलांना आपल्या मातृभाषेत नीट वाचता, लिहिता यावं. हा साधा, सरळ हेतू. त्यासाठी साहित्य काय काय ? फक्त एक पुस्तक. 'मला मराठी शिकायचंय' हे श्री. अरुण फडके यांचं पुस्तक. खरंतर आलं मुख्याध्यापकांच्या मनात आणि केला सुरु उपक्रम असं करून चालत नसतं. सर्वांत आधी तो उपक्रम करून घेणाऱ्या शिक्षकांचं उद्बोधन करावं लागतं. मुख्याध्यापकांनी नेमकं तेच केलं. असं केलं तरच उपक्रमाचा हेतू साध्य होतो. सरांनी लेखक अरुण फडके यांनाच शाळेत बोलावलं. त्यांनी मराठी शिक्षकांची कार्यशाळा घेतली. दिवसभर. मूळाक्षरे,

बाराखडी, स्वर, व्यंजने, शब्द, जोडाक्षरे, वाक्य असं क्रमाक्रमानं स्पष्ट होत गेलं मराठीचं शब्दभांडार. उपक्रमाच्या थेट मूळापर्यंत जायचं हा मोने सरांचा स्वभाव. त्यामुळं अत्यंत शास्त्रशुद्ध पद्धतीनं फडके सरांनी घेतलेली ती कार्यशाळा प्रशिक्षणार्थीना आवडली, भावली.

त्यानंतर मग टप्प्याटप्प्याने शिक्षकांनी मुलांच्या गतीनं आपापल्या वर्गातील मुलांकडून ती पुस्तिका सोडवून घेतली. फरक पडला, नक्कीच पडला. मुलं चांगलं लिहिण्याचा प्रयत्न तरी करू लागली. छान वाचनासाठी धडपडू लागली. बस्स ! हेच तर हवंय न आपल्याला. मुलांनी स्वतः प्रयत्न करावेत हेच तर हवंय. पण हे सगळं एका दिवसात, एका तासात होत नाही. चिकाटीनं सातत्यानं, न कंटाळता, इंटरेस्ट घेऊन

हे करावं लागतं. कुठलाही शिक्षक हे करू शकतो. फक्त... फक्त त्यानं स्वतःच स्वतःच्या मनानं ते ठरवलं पाहिजे. मुख्याध्यापक निमित्तमात्र असतात. फॅसिलिटेटर असतात. प्रेरक असतात. त्यांनी काय केलं, फडके सरांचं ८० रुपयांचं पुस्तक मुलांना फक्त १० रुपयात दिलं. बापरे ! ते कसं काय ? या लेखाच्या शेवटी वाचा. (लगेच शेवटचं पान उघडू नका. कारण अजून बरंच काही मजेशीर वाचायचं तुम्हाला. ती मज्जा न लुटाच डायरेक्ट शेवटच्या पानावर गेलात तर रोज एकच सोन्याचं अंडे देणाऱ्या कोंबडीला कापण्याच्या गोष्टीसारखं होईल. तेव्हा जरा थांबा आणि यालेशेवा. म्हणजे या लेखाच्या शेवटी वाचा.).

### मूलभूत संकल्पना वर्ग

गणित ! तथाकथित एक अवघड विषय. मुलांना तर धसकाच त्याचा. पण याच विषयाबद्दल न्यू इंग्लिश स्कूलमध्ये नेहमी सातत्याने वेगवेगळे, नावीन्यपूर्ण, मुलांना इंटरेस्ट वाटेल असे अनेकानेक उपक्रम चालू असतात. मुळात मुख्याध्यापक स्वतःच गणिताचे शिक्षक. त्यामुळं मुलं नेमकी कुठं अडतात आणि त्यासाठी नेमका सरळ, साधा, सोपा मार्ग कसा काढायचा याविषयी सातत्यानं त्यांचं चिंतन चालू असतं. त्यातूनच त्यांनी मुलांसाठी यशस्वीरित्या अंमलबजावणी केलेला एक उपक्रम म्हणजे ‘मूलभूत संकल्पना वर्ग’.

यासाठी शाळेनं ८वी ई चा वर्ग निवडला. उपक्रमाचा हेतू अगदी साधा, सरळ. मुलांनी आनंदानं मजा घेत घेत गणित शिकावं. उपक्रमाचा कालावधी होता, सलग चार महिने. नोव्हेंबर ते फेब्रुवारी. दर सोमवारी पहिल्या दोन तासिका या वर्गाच्या या उपक्रमासाठी राखून ठेवलेल्या. त्याचबरोबर प्रत्येक मंगळवारीही दुसरी आणि तिसरी तासिकाही केवळ याच उपक्रमासाठी. गणिताच्या तज्ज्ञ मार्गदर्शिका सौ.

स्वाती मोरे-देशपांडे यांचं मार्गदर्शन, हे चारही महिने. जवळजवळ ६४ तासिका, ‘गणितातील मूलभूत संकल्पनांचा बोध’ या एकाच विषयावर खर्च करण्यात आल्या. अंकांच्या स्थानिक किंमती, वर्गमूळ काढणे, घनमूळ काढणे, बैजिक राशी, त्रिकोणांचे प्रकार, बहुपदींचे अवयव पाडणे अशा कितीतरी मूलभूत संकल्पनांचा समावेश या विशेष मार्गदर्शनवर्गात करण्यात आला. होता. स्वाती मॅडमची अध्यापन करण्याची पद्धत हसतखेळत अध्यापन करण्याची. त्यांनी कधी खेळांचं माध्यम वापरलं, तर कधी स्पर्धा घेतल्या. कधी साहित्याची जोडणी करणं तर कधी चर्चा, गटचर्चा, संवाद, भरपूर फलकलेखन, पर्याप्त सराव, वर्गातलं मोकळं शैक्षणिक वातावरण...! मुख्य म्हणजे संपूर्ण शाळेत केवळ आपल्याचसाठी हे सारं केलं जातंय ही स्वगैरवाची भावना. यातून निष्पन्न काय झालं ? गणिताबद्दलची भीती कमी झाली. मूलभूत संकल्पनांच्या आकलनाचा पाया पक्का झाला. एखादा उपक्रम सातत्यपूर्ण प्रयत्नांदवारे दीर्घकाळ कसा राबवता येऊ शकतो, याचेच हे बोलकं उदाहरण.

या गणिताच्याच संदर्भात या शाळेतच एक खूपच कौतुकास्पद उपक्रम चालू आहे. अगदी नॉनस्टॉप, तीन वर्ष ! म्हणतात नं आडात असलं तरच पोहऱ्यात येतं. म्हणूनच गणिताचं अध्यापन करणाऱ्या शिक्षकांचं विषयज्ञान सातत्यानं धारदार राहावं, ते सतत वृद्धिंगत होत राहावं यासाठी गेली तीन वर्षे शाळेचे मुख्याध्यापक स्वतः दर शुक्रवारी सकाळी १०.३० ते ११.३० या वेळात खास शिक्षकांसाठी मार्गदर्शन वर्ग घेतात. शाळेच्या वेळेव्यतिरिक्त हा वर्ग चालतो. गेल्या तीन वर्षात एकूण ८५ तासिका (६० मिनिटांच्या) मुख्याध्यापकांनी घेऊन गणित अध्यापनाच्या सोप्या पद्धती, गणिताची मूल्यमापन तंत्रे, गणितातल्या

गमतीजमती इ. वर शिक्षकांच्या छानपैकी चर्चा घडवून आणल्या आहेत. शिवाय अधूनमधून गणिताच्या तज्ज्ञ व्यक्तींची मार्गदर्शक व्याख्यानेही या वर्गात झाली आहेत. विशेष म्हणजे दर महिन्याच्या २२ तारखेला शाळेतल्या प्रत्येक विद्यार्थ्याला गणिताची मनोरंजक, अभ्यासपूरक माहितीनं खचाखच भरलेली, रंगीबेरंगी फोल्ड सर्फ दिली जातात शाळेच्या खर्चानं. मुख्याध्यापकांचा हा इनिशिएटिव्ह शिक्षकांना प्रेरित न करेल तरच नवल !

### वाचन किती मजेचे

‘वाचणं किती मजेचं’ हाही असाच एक धमाल उपक्रम.

सर्वांत आधी या उपक्रमाच्या संदर्भात अर्थवृ काकडे (इ. ६वी अ) या विद्यार्थ्यांचं मनोगत सांगतो. तो म्हणाला, “खूप खूप आनंद मिळाला या उपक्रमां. वेळ कसा गेला ते समजलंच नाही. या उपक्रमामुळं मला समजलं की जर वाचनाची गोडी लागली तर दुनियेचा दरवाजा उघडण्याची किल्लीच जणू गवसते.” अगदी साधा उपक्रम. कोणतीही शाळा करू शकेल असा. मराठी भाषा गौरवदिनाच्या दिवशी, म्हणजे २७ फेब्रुवारीला ५वी आणि ६वीच्या सर्व विद्यार्थ्यांना प्रत्येकी एक पुस्तक देण्यात आलं. पुस्तकाचं नाव ‘वाचन किती मजेचं’. लेखक मनो लीफ. किंमत पंचवीस रुपये. (पण मुलांना मात्र मोफत. ते कसं काय? पुन्हा ले.शे.वा. म्हणजे लेखाच्या शेवटी वाचा.) पुस्तकात भरपूर आणि मजेशीर चित्रं आहेत. भाषा तर एकदम सोपी. मुलांना चटकन् कळेल अशी. अगदी साधं, सोपं, मनोरंजक पुस्तक. हा उपक्रम करण्यासाठी काही विशिष्टच वेळ, जागा, वेळापत्रक, प्रश्नावली, चाचणी, समारंभ असं काहीही नाही. कसलीही औपचारिकता नाही. फक्त मुलांना सुरुवातीला

विश्वासात घेऊन छानपैकी समजावून सांगण्यात आलं, की तुम्हाला वाचनाची गोडी लागावी यासाठीचा हा प्रयत्न आहे. हे पुस्तक शाळेत वाचा, घरी वाचा, एकठ्यानं वाचा, ग्रुपमध्ये वाचा, एकदा, दोनदा, कितीही वेळा वाचा. पण... पण वाचा. नक्की वाचा. बघा तर खरं किती मजा येते ते. बस्स! इतकंच. पुढचं सगळं सोडून दिलं मुलांवर. फलित? अर्थवृची बोलकी प्रतिक्रिया. एकदा का ‘पुस्तक वाचणं मजेशीर असतं’या विचाराचं बी मुलांच्या मनात रुजलं की मग पुढचं सगळं आपोआप घडतं. काही काही उपक्रम पूर्णपणे मुलांवर सोपवून टाकायचे असतात, त्यातलाच हा एक. ‘वाचन किती मजेचं.’ असं म्हणतात, की नवनिर्मितीचा आनंद हा सगळ्यात मोठा आनंद असतो. म्हणजे असं, की ‘क्षणापूर्वी या जगात जे अस्तित्वात नव्हतं ते मी माझ्या या हातांनी आत्ता या क्षणी निर्माण केलंय’ याचा आनंद अपरिमित असतो. हा आनंद या शाळेतली मुलं भरभरून लुटत असतात. ‘ओरिगामी’ हे त्याचं ठळक उदाहरण. आज या शाळेतली किमान ५०० मुलं तरी ओरिगामी या कलेत एक्स्पर्ट झाली आहेत. चमत्कारच आहे हा. शाळेत एक स्वतंत्र ओरिगामी मंडळच आहे. या उपक्रमांतर्गत १७ सप्टेंबर २०१७ ते १९ सप्टेंबर २०१७ या तीन दिवसांत विद्यार्थ्यांनी दोन हजार दोन आकाशकंदिल तयार केले. अर्थात या तीन दिवसांमागे त्यामागील तीन वर्षांची तपश्चर्या होती हे विसरून चालणार नाही. शिवाय अत्यंत वैज्ञानिक पद्धतीनं, स्टेप बाय स्टेप ६० मुलांना सर्वांत प्रथम आकाशकंदिल कसा बनवायचा याचं प्रशिक्षण संपूर्ण दिवसभर दिलं गेलं. मग याच प्रशिक्षित ६० मुलांनी ७वी ते १०वी च्या सहासातशे मुलांना हेच ट्रेनिंग दिलं. सुरुवातीला साध्या वर्तमानपत्राच्या कागदाचा वापर केला. मग हळूहळू

उत्तम दर्जाचे रंगीबेरंगी कागद मुलांना देण्यात आले. त्यावरही पुरेसा सराव केला आणि मग अंतिमतः आकाशकंदिल करायचा उपक्रम तीन दिवस घेण्यात आला. विविध रंगांच्या, अनेक आकारांच्या, वेगवेगळ्या पद्धतींच्या छोट्या-मोठ्या आकाश-कंदिलांनी सारी शाळा जगमगा उठी. प्रत्येकानं ३-३ आकाशकंदिल बनवले. एक स्वतःच्या घरी लावायला. दुसरा शेजाञ्यांना, नातेवाईकांना, झोपडपट्टीत कुणालाही देण्यासाठी आणि तिसरा विकण्यासाठी. काहीकाही मुलांचे आकाशकंदिल दोनशे रुपयांनाही विकले गेले. गेली ३ वर्ष मुलं याच पद्धतीनं धमाल दिवाळी साजरी करत आहेत. दिवाळी मुलांच्या मनामनातही उजळते आहे.

याच मुलांनी अनेकदा कागदापासून दिनदर्शिकेच्या त्रिमितीय प्रतिकृतीही केल्या आहेत. मागच्या वर्षी तर ११४० दिनदर्शिका केल्या पढूयांनी. अशा उपक्रमांमुळे कागद काटेकोरपणे कापणे, सफाईदार घड्या घालणे, व्यवस्थितपणे, राडा न करता डिंक, फेहिकॉल वापरणे, एकमेकाला सहकार्य करणे, रंगसंगती जाणणे, कृती करत करत शिकणे, आपल्या हस्तकौशल्याचा विकास करून घेणे अशा कितीतरी गोष्टी साध्य होतात. वेळ सत्कारणी लागतो. बेशिस्त वर्तनाला आळा बसतो. मुलांमध्ये विधायक प्रवृत्ती तयार होते. शिवाय नवनिर्मितीचा लाखमोलाचा आनंद वेगळाच. ओरिगामीमुळे मुलांची एकाग्रता तर वाढलीच पण कोणतंही काम करताना आधी सखोल विचार करून त्या गोष्टीचा आराखडा तयार करण्याची सवयही मुलांना लागली. याचा फायदा अर्थातच दैनंदिन अभ्यास करतानाही झाला. उन्हाळ्याच्या सुट्टीत यशस्वीरित्या पार पडलेल्या ओरिगामी प्रशिक्षणवर्गाच्या समारोपप्रसंगी मुख्याध्यापकांनी आत्मविश्वासपूर्वक सांगितले, की

‘संयम ठेवून, घाई न करता एकाग्र चित्तानं ओरिगामी कला जर तुम्ही जोपासलीत आणि तिच्यात प्रावीण्य मिळवलेत तर एक व्यवसाय म्हणूनही तुम्ही ओरिगामीचं क्षेत्र निवडू शकाल.’ शालेय शिक्षण हे असं जीवनाला जोडलं जाऊ शकतं.

गॅदरिंग सगळ्याच शाळांमध्ये होतं. शाळेत हा सर्वोच्च आनंद सोहळा. पण पठडीछाप ते त्याच त्याच नाचगाण्यांचा कार्यक्रम न करता कुठंतरी मुलांच्या संगीत, वाढ्यवादन यांचा निर्भेळ आणि दर्जेदार आनंद द्यावा यासाठी जलतरंगवादन, संतुरवादन अशा अभिजात कलांचा आस्वाद घेण्याची संधी शाळेन मुलांना दिली आहे. मुख्य म्हणजे हे कार्यक्रम मुलांपुढे फक्त सादर करून शाळा तिथंच थांबली नाही. तर प्रसिद्ध संतुरवादक दिलीप काळे यांनी सर्वांत आधी संतुर या वाढ्याची मुलांना ओळख करून दिली. आपले गुरु पंडित शिवकुमार शर्मा यांनी संतुर हे वाढ्य लोकप्रिय कसं केलं याची रंजक माहितीही मुलांना सांगितली. त्यानंतर त्यांच्या अप्रतिम संतुरवादनाचा सर्वांनी आस्वाद घेतला. सर्वजण त्यांच्या स्वरलहरीमध्ये आणि तेजस बुर्से यांच्या उत्कृष्ट तबलावादनात आकंठ बुद्धन गेले होते. ४००-५०० रुपयांचे तिकीट काढून ऐकायला मिळणारा सांगीतिक कार्यक्रम मुलं मोफत अनुभवत होती. गॅदरिंगसारख्या परंपरागत उपक्रमांमध्येही वेगळेपण हे असं आणता येतं. शिवाय शाळेतल्या सर्वच्या सर्व विद्यार्थ्यांना गॅदरिंगच्या समारोपादाखल मिष्टान्न भोजन दिले जाते ते वेगळेच.

असाच आणखी एक उपक्रम. त्याचं नाव 3Cs अँड 4Ds ‘श्री सीज’ म्हणजे Courage (धैर्य), Conviction (श्रद्धा), Commitment (बांधिलकी) आणि ‘फोर डीज’ म्हणजे Discipline (शिस्त), Dedication (समर्पण), Determination (दृढनिश्चय),

Devotion (वाहून घेणे) हे ७ गुण मुलांमध्ये संक्रमित व्हावेत यासाठी ‘लक्ष्य फाऊंडेशन’ च्या सहकार्यानं दोन दिवसांची अत्यंत रोमांचक कार्यशाळा मागच्या वर्षी घेण्यात आली. अनुराधा प्रभुदेसाई, कर्नल पराग मोडक, निवृत्त लेफ्टनंट कमांडर गिरीश मंदूपकर, लेफ्टनंट कर्नल गौरव दत्ता, लेफ्टनंट जनरल (निवृत्त) श्री. विनायक पाटणकर अशा व्यक्तींचं मार्गदर्शन मुलांना मिळालं. मुलांना जेव्हा समजलं की युद्धात शत्रुं पेरलेल्या भूसुरुंगाच्या स्फोटामुळं श्री. गौरव दत्ता यांचा एक पाय पूर्ण निकामी झालाय, असे गौरव दत्ता पॅराओलिंपिक स्पर्धामध्ये जागतिक पातळीवर नवनवीन विक्रम करतात, तेव्हा मुलं विलक्षण भारावून गेली होती.

गुरुवार दि. ३० नोव्हेंबर २०१७. भल्या पहाटे ४.४५ वाजता शाळेचे दोनशे विद्यार्थी शाळेच्या गेटपाशी हजर. मुख्याध्यापक त्यांना म्हणाले, “सैनिकी शिक्षणासाठी अपार कष्ट घेणारे कॅडेट्स, त्या कॅडेट्सनी त्यांच्या वरिष्ठांचा राखलेला मान, त्यांची राष्ट्रावरील अपार निष्ठा, अचूक आणि तात्काळ निर्णय घेण्याची त्यांची क्षमता, राष्ट्रभिमान, राष्ट्रासाठी सर्वस्व अर्पण करण्याची त्यांची तयारी, त्यांची प्रचंड शिस्त हे सगळं जवळून पाहायला आपण आज एन.डी.ए. मध्ये खडकवासल्याला जात आहोत.” सरांच्या या प्रस्तावनेमुळं विलक्षण भारावून गेलेल्या मुलांनी प्रत्यक्षात एन.डी.ए. मध्ये जेव्हा त्या कॅडेट्सची परेड पाहिली तेव्हा तर ती मुलं अक्षरशः पेटू उठली होती. हीच गोष्ट ‘आयुका’ ची. ‘आयुका’ ही जगप्रसिद्ध संस्था पुण्यात आहे. ‘आयुका’ म्हणजे इंटर युनिवर्सिटी सेंटर फॉर अस्ट्रॉनॉमी अँड अस्ट्रोफिजिक्स. विश्वविख्यात ज्येष्ठ खगोलशास्त्रज्ञ डॉ. जयंत नारळीकरांना जेव्हा मुलांनी पाहिलं, ऐकलं तेव्हा खरंच धन्यधन्य झाली ती मुलं.

आता आणखी एक ‘हटके’ उपक्रम. चित्रांची पुस्तकं मुलं लहानपणापासूनच पाहतात. पण मोठ्या मुलांनाही चित्रांची पुस्तकं पाहायला आवडतात हे अनेकदा आपण विसरून जातो. मोने सर मात्र विसरले नाहीत. मुलांच्या दृष्टीनं जगातलं एक फार दुर्मिळ अप्रतिम पुस्तक सरांनी एकदा शाळेतल्या तमाम विद्यार्थ्यांना दाखवलं. संपूर्ण महिनाभर २५ जानेवारी २०१८ ते २५ फेब्रुवारी २०१८ या काळात विश्वविख्यात चित्रकार एम. एफ. हुसेन यांच्या चित्रांच पुस्तक मुलांनी पाहिलं. भला मोठा आकार. एकसे बढकर एक अप्रतिम चित्रं. पुस्तकाची किंमत पंचवीस हजार रुपये ! कदाचित आजही हजारो विद्यार्थी असे असतील, की ज्यांनी हे पुस्तक पाहिलं नाहीये, पण न्यू इंग्लिश स्कूलच्या मुलांनी ते पाहिलं, हाताळतंय.

इथल्या विद्यार्थ्यांनी शाळेत आलेल्या जपानी विद्यार्थ्यांना चरख्यावर सूत कातून दाखवलंय. या शाळेतली मुलं शाळेतल्या वेधशाळेत बसून आकाशस्थ ग्रहगोलांचा वेध घेतात. शाळेच्या मैदानावर एक उंचच उंच महाकाय शिडी आहे. मुलं तिच्यावर लीलया चढतात. गंमत आहे न ? १५०००-१६००० रुपयांची ही शिडी सरांनी केवळ मुलांनी तिच्यावर चढावं, उतरावं, मौज लुटावी यासाठी ठेवलीये. मोठाच कल्पक उपक्रम. एका समाजसेवा शिबिरात शाळेनं जनसेवा रक्तपेढीचे जनसंपर्क अधिकारी श्री. संतोष अनगोळकर यांचं व्याख्यान आयोजित केलं होतं. रक्तदानाद्वारे आपण समाजसेवा कशी करू शकतो आणि त्यासाठीची मानसिक तयारी आपण आत्तापासूनच कशी करू शकतो, हे विद्यार्थ्यांच्या मनावर ठसवताना ते म्हणाले, “तुमचा १८वा वाढदिवस तुम्ही रक्तदान करून साजरा करू शकाल का, याचा ध्यास आत्तापासून घ्या आणि समाजक्रान्तीनुसार मुक्त व्हा.”

१०वीच्या निरोप समारंभाच्या वेळी शाळेन मुलांना एक अत्यंत अनोखी भेटवस्तू दिली. एक पुस्तिका होती ती. त्या पुस्तिकेत दहावीच्या त्या बॅचच्या सर्व मुलांची नावे, पत्ते, जन्मतारीख, रक्तगट, संपर्कसाठी भ्रमणध्वनी ही माहिती होती. आज नाही, पण अजून १५-२० वर्षांनी ही पुस्तिका लाखमोलाची असेल त्यांच्यासाठी.

‘क्षेत्रभेट’या उपक्रमाबाबत फारच भाग्यवान आहेत इथली मुलं. बालगंधर्व रंगमंदिर, दर्पण आर्ट गॅलरी, डॉ. बाबासाहेब अंबेडकर संग्रहालय, भांडारकर प्राच्यविद्या संस्था, आदिवासी संशोधन केंद्र, अशा अनेक ठिकाणी मुलं क्षेत्रभेटीच्या निमित्तानं गेली आहेत. दर शनिवारी १ वर्ग पर्वतीवर जातो. त्यासाठी आपल्या वर्गाचा नंबर कधी लागतो, याची आतुरतेनं मुलं वाट बघत असतात. मुलांनी स्वतःची कागदपत्रे नीट ठेवण्यासाठी स्वतः फाईल्स् बनवल्या आहेत. इथं चतुर्थश्रेणी कर्मचाऱ्यांना मुलं त्यांच्या सेवानिवृत्तीनंतर भावपूर्ण निरोप देतात. नवागतांचं स्वागत आगळ्या-वेगळ्या पद्धतीने करतात. मुलांना वर्षभरात शालेय वार्षिक अंक, दिवाळी अंक (हो हो ! शाळेचा दिवाळी अंक !) वासंतिक अंक मोफत मिळतात. एकेक अंक म्हणजे ज्ञान, माहिती, मनोरंजन यांचा खजिना असतो. ९वी तल्या मुलांसाठी ‘ताणतणावांचे नियोजन’ ही कार्यशाळा झाली होती. एकदा ५० वर्षांपूर्वीच्या विद्यार्थ्यांचा मेळावा इथं भरवला जातो. ‘संविधान की ओर’ हा उपक्रम इथं वर्षभर चालतो. पेन्सिल शेडींगची कार्यशाळा होते इथं. या शाळेत परमवीरचक्र विजेता संजयकुमार आलाय, मुलांना जवळून भेटलाय. भारताचे पहिले अंतराळवीर राकेश शर्मा अर्धा दिवस या शाळेत राहून गेलेत. इथली मुलं ‘गणित जत्रा’ भरवतात. इथं माजी मुख्याध्यापकांची ग्रंथतुला होते.

शालेय तपासणीत शाळेला ए प्लस ग्रेड मिळते आणि शाळेचा १०वी चा रिझल्ट ९०% च्या पुढेच लागतो. शाळेत मुख्याध्यापकांच्या ऑफीसबाहेर एक बोर्ड ठळकपणे लावलाय, ‘विद्यार्थ्यांना आत येण्यासाठी कोणाच्याही परवानगीची आवश्यकता नाही.’ अत्यंत महत्त्वाची मिटींग चालू असतानाही मुलं सरांना भेटायला आत गेल्याचे मी अनेकदा पाहिलंय. सगळी शाळाच ‘विद्यार्थीकेंद्री’ आहे. सर्वात आधी ‘विद्यार्थी’ हे शाळेचं बलस्थान आहे.

लोकमान्य टिळकांनी आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांनी स्थापन केलेली ही शाळा आगळेवेगळे उपक्रम कशाप्रकारे करते याचं शेवटचं एकच उदाहरण देतो आणि थांबतो. शाळेत सूतकताई विभाग आहे. तिथं चरखे आहेत. या चरख्यांवर मुलं सूतकताई करतात. मागऱ्याच वर्षी प्रजासत्ताक दिनानिमित्त मुलांनी चरख्यावर स्वतः विणलेलं अडीच मीटर खादीचं कापड भारताच्या राष्ट्रपतींना आणि अडीच मीटर कापड भारताच्या पंतप्रधानांना पाठवलंय.

शेवटी, लेशेवा बद्दल. लेखाच्या शेवटी वाचा. शाळेत अनेकदा माजी विद्यार्थी येतात. कार्यक्रमांच्या निमित्ताने प्रतिष्ठित, उदार मनाचे लोक शाळेत येतात. मोनेसर संवादकौशल्यात पारंगत आहेत. ते शाळेबद्दल उपक्रमांबद्दल इतकं छान अन् भरभरून बोलतात, की समोरच्या व्यक्तीला वाटतंच की आपणही या विद्यादानाच्या यशात सहभागी व्हावं. विशेषतः माजी विद्यार्थी मनापासून आर्थिक मदत करतात. ‘देणारे’ ‘द्यायची इच्छा असणारे’ असतातच, फक्त आपण कौशल्याने त्यांना आवाहन करायचे असते. ते मोने सर उत्तमप्रकारे करतात आणि बघताबघता १६००० ची शिडी देणगीदाखल मिळते.





## सहसंवेदना दिव्यांगासाठी

बंदना हुलबते

१६५७४९०८९२

शिक्षणाच्या नवीन धोरणानुसार आज कोणत्याही शाळेत दिव्यांगांना प्रवेश मिळतो. शासनाने दिव्यांगांसाठी अनेक योजना जाहीर केल्या आहेत. त्या सर्वांना माहीत असतातच असे नाही. यासाठी दहावीची परीक्षा दिल्यावर विद्यार्थ्यांना जो मोकळा वेळ मिळतो त्या वेळेत त्यांनी आपल्या परिसरातील ओळखीच्या लोकांमधून दिव्यांगांना मदत करावी व आपल्या मोकळ्या वेळेचा सदुपयोग करावा, असे सांगणारा हा लेख...

### नवोपक्रमाची माझी गरज -

समाजात सार्वजनिक ठिकाणी लुळे, पांगळे, लंगडे, आंधळे, भिकरी दिसतात. त्यांच्यासमेर एखादा रूपया टाकला, की आपले कर्तव्य संपले. अशी भीक मागण्याची वेळ त्यांच्यावर का येते, ते लोक कसे जगतात, अशा व्यक्तींना असे लाजिरवाणे जीवन का जगावे लागते ? हे आणि अशा प्रकारचे प्रश्न विद्यार्थिनींच्या मनात निर्माण व्हायचे असतील तर त्यांना दिव्यांगांबदूदलच्या प्रश्नांची जाणीव करून घेणे आवश्यक आहे. त्यासाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्न केले पाहिजेत. तसेही विद्यार्थिनींच्या बौद्धिक, शारीरिक, मानसिक विकासासाठी घरातून, शाळेतून प्रयत्न केले जातात. त्याचा सर्वांगीण विकास व्हायचा असेल त्यांचे व्यक्तिमत्त्व पूर्ण विकसित व्हायचे असेल तर त्यांचा सामाजिक विकास होणे आवश्यक आहे. कोणतेही पालक स्वतःहून आपल्या पात्याला घेऊन कोणत्या सामाजिक संस्थेला भेट देत नाहीत. तिथल्या

कार्याचा परिचय करून देत नाहीत. तेव्हा आपण असा नवोपक्रम करावा असे वाटले.

शालेय जीवनात दहावीचे वर्ष महत्वाचे आहे. शालेय जीवन म्हणजे एक सुरक्षित कोश असतो. दहावीनंतर महाविद्यालयात प्रवेश केल्यावर त्यांच्या विकासाच्या कक्षा रुदावतात. समाजात प्रत्यक्ष जाण्याची वेळ येते. तिथे अनेक प्रकारचे लोक भेटण्याची शक्यता असते. अशावेळी सामाजिक जाणिवांची जागृती झाली असेल तर वावरणे सोपे होते. तशात मुलांपेक्षा मुलींना समाजात मिसळण्याची संधी कमी मिळते. मुली संवेदनशील असतात. त्यांना योग्य मार्ग सापडला तर त्या उत्तम कार्य करतील. दुसऱ्यांना समजून घेतील हा विश्वास आहे. म्हणून मी माझा नवोपक्रम दहावीच्या विद्यार्थिनीसाठी घेण्याची ठरवले.

शिक्षणाच्या नवीन धोरणाने आज कोणत्याही शाळेत दिव्यांगांना प्रवेश आहे. पण याआधी अशा संधी उपलब्ध नव्हत्या. शिक्षणासाठी त्यांना संघर्ष करावा लागे. दिव्यांगांना पदोपदी मानहानी सहन करावी लागे. समाजात काय घरातूनही त्यांची उपेक्षा होते. या नवोपक्रमानंतर अशी दिव्यांग व्यक्ती दिसली तर या विद्यार्थिनी त्यांना शिक्षणाच्या प्रवाहात आणण्यास मदत करतील. शासनाने दिव्यांगासाठी अनेक योजना आखल्या आहेत. पण त्याची माहिती सर्वांना नाही. काही सामाजिक संस्था यासाठी कार्यरत आहेत. यांची ओळख विद्यार्थिनींना व्हावी, त्यांच्या मनात दिव्यांगांबदूदल जाणीवजागृती निर्माण व्हावी, मदतीचा, सहकार्याचा हात त्यांनी पुढे करावा, असे मला वाटते. हा

नवोपक्रम विद्यार्थींच्या मनाशी निर्गिडित आहे. कोणताही बदल चटकन होत नाही. त्यासाठी वेळ द्यावा लागतो. पण मतपरिवर्तन होऊ शकते. एक वेगळी अनुभूती या नवोपक्रमामुळे विद्यार्थींना मिळेल असे वाटते.

### उद्दिष्टे

- १) दिव्यांगाबद्दलची विद्यार्थींच्या मनातील जाणीव तपासून पाहणे.
- २) सामाजिक संस्थांच्या कार्याचा परिचय करून देणे. सामाजिक जाणीव निर्माण करणे.
- ३) विद्यार्थींचा भावनिक विकास करून दिव्यांग व्यक्तीबद्दल संवेदना निर्माण करणे.
- ४) दिव्यांगासाठी असलेल्या संस्थांना भेट देऊन तेथील कार्याचा परिचय करून देणे.
- ५) शाळा आणि सेवाभावी संस्था यांच्यात सहसंबंध निर्माण करणे.

### नवोपक्रमाचे नियोजन

नवोपक्रमासाठी दहावीच्या विद्यार्थींना घ्यायचे ठरवले. नवोपक्रमपूर्व मनःस्थिती जाणून घेण्यासाठी पूर्वचाचणी घेण्याचे ठरवले. प्रश्नावली तयार केली. विद्यार्थींनी दिव्यांगांकडे दयेच्या भावनेने पाहतात. त्यांच्याशी बोलण्यास त्या उत्सुक आहेत. दिव्यांग सेवा केंद्रास भेटण्यास त्या उत्सुक होत्या. त्यांच्या जाणिवा अधिक दृढ करण्यासाठी सामाजिक जाणिवांची ओळख करून देण्याचे ठरवले. दिव्यांगावर मात करून ध्येय गाठणाऱ्या व्यक्तीचे जीवनकार्य त्यांच्यासमोर उलगडण्याचे ठरवले. मग दिव्यांग सेवा केंद्राला भेट देऊन त्यांच्या मनातील बदलांचा अभ्यास करावा, असे ठरवले. यासाठी वर्गशिक्षक, सहकारी शिक्षक, मुख्याध्यापक यांच्याशी चर्चा केली. नियोजन तयार केले.

### उपक्रमाची कार्यवाही

इयत्ता दहावीचे तास बुडणार नाहीत. त्यांच्या घटक चाचण्या, साप्ताहिक चाचण्या आड येणार नाहीत, तरी

हा नवोपक्रम व्यवस्थित पार पडेल या दृष्टीने मी व्यक्तिमत्त्व विकासाचे तास घ्यायचे ठरवले. पूर्वचाचणी घेतली. त्यातून विद्यार्थींना दिव्यांगांविषयी जाणून घ्यायचे आहे, अशा केंद्राला भेट द्यायची आहे, असे कळले. दुसऱ्या आठवड्यात एका तासाला सामाजिक जाणिवांबद्दल मार्गदर्शन केले. त्यातून सामाजिक जाणिवा म्हणजे काय हे स्पष्ट झाले. दोन आठवड्यांनंतर श्रीमती नसिमा हुरजूक यांच्या लेखाचे वाचन करण्यासाठी प्रत्येक विद्यार्थींनीला या लेखाची प्रत वाटली. विचारमंथन करण्यासाठी काही वेळ दिला. श्रीमती नसिमा हुरजूक यांना वयाच्या सोळाव्या वर्षी पैरप्लेजियानं गाठलं. पैरप्लेजियानं म्हणजे कमरेपासून खालचा भाग लुळा पडणे. अशा परिस्थितीत हार न मानता त्या शिकल्या, नोकरी मिळवली. स्वावलंबी झाल्या आणि आपल्यासारख्या हजारो दिव्यांग, विकलांग व्यक्तींसाठी ‘हेल्पर्स ऑफ द हॅन्डिकॅप्ट’ ही संस्था उभी केली. त्यांच्या अनेक शाखा आहेत. ‘चाकाची खुर्ची’ हे त्यांचे आत्मचरित्र, त्याला अनेक पुरस्कार मिळाले. ही सारी माहिती विद्यार्थींना प्रेरणादायक होती.

कृ. वल्लरी करमरकर ही मुलगी सी.पी.चाइल्ड आहे. याचा अर्थ तिच्या लहान मेंदूवर अपघाताचा आघात झालेला होता. तिला शरीराचा तोल सांभाळणं अवघड, ती बसू शकत नाही. मोठ्या मेंदूवर झालेल्या आघातात होणारी हानी कधीच भरून येत नाही. लहान मेंदूवरची हानी भरून निघू शकते. अशा मुलीची देखभाल तिच्या आईवडिलांबरोबर आत्याने केली. तिच्यात सुधारणा व्हावी म्हणून घरच्या घरी वेगवेगळे प्रयोग केले. तिच्या शिक्षणासाठी खूप संघर्ष करावा लागला. ती संस्कृतमध्ये एम.ए. झाली. हे सारे सोपे नव्हते. हे करण्यासाठी कोणकोणत्या दिव्यातून जावे लागले त्याचा लेखाजोखा म्हणजे वल्लरीच्या वडिलांनी लिहिलेले पुस्तक ‘फिटे अंधाराचे जाळे’. ही कथा ऐकताना विद्यार्थींनी अस्वस्थ झाल्या. काहींनी ते पुस्तक वाचून काढले. विद्यार्थींच्यात

आवश्यक ती जाणीवजागृती दिसून आली. तीन आठवड्यानंतर प्रत्यक्ष दिव्यांगसेवा केंद्राला भेट दिली.

श्रीमती निर्मला कुलकर्णी या गेली वीस-पंचवीस वर्षे दिव्यांग सेवाकेंद्र चालवतात. तीन चाकी गाड्या, कुबऱ्या, काठ्या इ. साधनांचे वाटप करत या केंद्राची सुरुवात झाली. त्यांना जाणवले, दिव्यांग व्यक्तींना समाजाबरोबर घरातूनही चांगली सन्मानाची वागणूक मिळत नाही. त्या व्यक्तीच्या मनात न्यूनगंड निर्माण होतो. त्या परावलंबी होतात. आपण अजून काही केले पाहिजे असे म्हणत संस्थेचा विस्तार झाला. आज त्यांच्या केंद्रात तीन हजार दिव्यांग व्यक्तींची नोंद आहे. या केंद्रातून फिजीओथेरपी, संगणक विभाग, अभ्यासिका, शिवणकाम, वस्तूनिर्मिती केंद्र व विक्री असे अनेक उपक्रम आहेत. अनेक मुले या विभागांत शिक्षण घेत आहेत. स्वतःच्या पायावर उभे राहात आहेत. हे सारे काम कोणत्याही अनुदानाशिवाय सुरु आहे. तिथल्या मुलांनी नृत्य करून दाखवले. आपले मनोगत व्यक्त केले. श्रीमती कुलकर्णी मँडमनी तिथल्या कामाची ओळख करून दिली. आमच्या विद्यार्थींनी त्यांच्यासाठी दोन समूहांते म्हटली. भेटीच्या नंतर विद्यार्थींनी उत्स्फूर्तपणे पैसे जमा केले. तो निधी दिव्यांग सेवा केंद्रास भेट दिला. आठवड्यानंतर उत्तर चाचणी घेऊन त्यांच्यातील जाणीवजागृतीची पडताळणी घेतली. सकारात्मक उत्तरे मिळाली.

### यशस्विता

- १) विद्यार्थींची दिव्यांगांविषयी सामाजिक जाणीव तपासून पाहणे. या उद्दिष्टानुसार पहिल्या चाचणीत आढळले, की निम्म्याहू अधिक विद्यार्थींना दिव्यांग व्यक्तींना भेटल्याही नाहीत. दिव्यांगांविषयी अधिकाधिक माहिती करून घेण्याची इच्छा निर्माण झाली.
- २) दिव्यांगांना किती दुःख, अवहेलना सहन करावी

लागते. आपले ध्येय साध्य करण्यासाठी श्रीमती हुरजूक आणि कु. वल्लरी करमरकर यांनी जो संघर्ष केला तो विद्यार्थींना प्रेरणादायी ठरला.

- ३) अनिष्ट रुढी, परंपरा यातून समाजाला बाहेर काढले पाहिजे. दिव्यांगांविषयी जाणीवजागृती निर्माण केली पाहिजे.
- ४) दिव्यांगत्व म्हणजे कमतरता, प्रत्येकाकडे काहीतरी कमी असते. असा दृष्टिकोन निर्माण झाला. दिव्यांगांबद्दल सहानुभूतीबरोबर सहकार्याची भावना वाढीस लागली.
- ५) दिव्यांग सेवा केंद्रास भेट दिल्यानंतर आपण या केंद्रासाठी काही करावे, त्यांच्यासाठी वेळ द्यावा ही भावना वाढीस लागली. आपल्या शाळेत रॅम्प असणे किती महत्वाचे आहे हे कळले.
- ६) दिव्यांग व्यक्ती आपल्या दिव्यांगत्वावर मात करून शिक्षण घेत असतील तर आपणही आपले ध्येय पूर्ण करू शकतो, हा विश्वास निर्माण झाला. तो दहावीच्या अभ्यासासाठी उपयुक्त ठेल.

इयत्ता दहावीच्या विद्यार्थींनी या उपक्रमात अपेक्षेपेक्षा जास्त चांगल्या संख्येने सहभागी झाल्या. या उपक्रमामुळे स्वतःविषयी त्यांच्यात आत्मविश्वास निर्माण झाला. जो दहावीसाठी उपयुक्त ठेल. दिव्यांग म्हणजे विक्षिप्त, किळसवाणे, औंगळ रूप त्यांच्यासमोर होते. ते बदलण्यासाठी हा नवोपक्रम खूप महत्वाचा ठरला. तसा अनुभव विद्यार्थींनी स्वतः सांगितला. आज कुठेही दिव्यांग व्यक्ती या विद्यार्थींना भेटली तर नक्की त्या त्यांना सन्मानाने वागवतील, असा मला विश्वास वाटतो. दिव्यांगांचे अंतरंग विद्यार्थींना कळावे, ही माझी तळमळ त्यांच्यांपर्यंत पोहोचली यात मला सगळे मिळाले.



## वाहतूक नियम : नागरिकांची जबाबदारी

संगीता पाखले

९९३०२७८८९६

रस्त्यावर वाहन चालवताना प्रत्येकालाच पुढे जाण्याची घाई असते. प्रचंड गर्दीतून पुढे गेले, की जग जिंकल्याचा आनंद त्या व्यक्तीच्या चेहन्यावर दिसतो. हा आनंद घेताना आपण वाहतुकीच्या नियमांचे पालन केले आहे का, याकडे मात्र दुर्लक्ष झालेले दिसते. यासाठी जबाबदार नागरिकांची कर्तव्ये कोणती आहेत हे सांगणे व त्यातून असे जबाबदार नागरिक निर्माण कसे होतील, हे सांगणारा हा लेख...

दिवाळीच्या सुट्टीत थायलंडला फिरायला गेले होते. आम्ही विमानतळावरून बाहेर पडलो आणि ट्रॅक्हल्सच्या मोठ्या बसमध्ये बसलो. तेथील शांत, स्वच्छ रस्ते बघत प्रवास चालला होता. आजूबाजूच्या वातावरणाने मनही भारावून गेले होते. मात्र त्या शांत वातावरणातही मनात एक प्रश्न सारखा डोकावत होता. अरेच्चा ! एवढी वाहने रस्त्यावरून जात आहेत; पण हॉर्नचा आवाज, सायलेंसरचा आवाज नाही. कोणीही अतिवेगाने गाडी चालवत नाही. एक गाडीवाला दुसऱ्याला ओव्हरटेकही करत नाही. पुढची गाडी थांबली, की मागचा गाडीवाला बरोबर अंतर ठेवून थांबणार इ. गोष्टींचे माझे निरीक्षण चालले होते. खरंच इथल्या लोकांना कामावर जाण्याची घाई नाही का ? कोणालाही कोणाच्या पुढे जायचे नाही ? व्वा ! किती भागी ! नाहीतर आल्याकडे भारतात अगदी पुणे-मुंबई

शहरात रस्त्यावर वाहनांची स्पर्धा जागोजागी पहायला मिळते. दुचाकी, तीनचाकी आणि चारचाकी सर्वच वाहनांची स्पर्धा, प्रत्येकाचीच घाई, कोण अगोदर पुढे जाईल, हाच विचार प्रत्येकाच्या मनात. ओव्हरटेकिंग करणे हा जन्मसिद्ध हक्कच जणू ! ... ‘अति घाई जीव घेई’ हे बोधवाक्य समोर असतानाही त्याची प्रचिती देणारे अनेक अपघात, संकटे अंगावर का ओढवून घेतो आपण ? खरंच या गोष्टींची गरज आहे का ? जर थायलंडचे नागरिक वाहतुकीचे नियम काटेकोर पाळू शकतात तर आम्ही का नाही ? या विचारात असतानाच मी आमच्या सोबत असलेल्या गाईडला विचारले, तुमच्याकडे गाड्यांना हॉर्न नाहीत ? त्यावर आमच्याकडे हॉर्न वाजवला तर दंड आहे. फक्त ‘अॅम्ब्युलन्स’च्या सायरनचा आवाज इथे तुम्हाला ऐकू येईल. कोणत्याही प्रकारे गाड्यांनी हॉर्न वाजवू नये, असा नियमच आहे, असे तिने आत्मविश्वासाने सांगितले. आणि मनात एकदम आले जर आपल्याकडे नागरिकांनी वाहतूक नियम समजून घेऊन त्यांचे जबाबदारीने पालन केले तर आपणही शांत, स्वस्थपणे रस्त्यावरून चालू शकू. यासाठी जबाबदार नागरिकांचीही निर्मिती व्हायला हवी. प्रत्येकाने वाहतुकीचे नियम समजून घ्यायला हवेत. त्यांचे स्वतः पालन करून इतरांनाही त्याचे पालन करण्यास भाग पाडले पाहिजे.

चला तर, वाहतूक नियम पालनातून जबाबदार नागरिकांची निर्मिती कशी करता येईल हे पाहू.

## १. वाहतुकीचे नियम का व कशासाठी हे समजावून घेणे :

### स्वतःच्या सुरक्षिततेसाठी –

वाहन कसे चालवायचे ? हे प्रत्येक व्यक्ती शिकत असते. त्याचे ज्ञान झाल्यावरच वाहन चालवण्याचा प्रयत्न करते. वाहनचालकाने वाहतुकीचे नियम समजावून घेतले आहेत, याची चाचणी घेऊनच आर.टी.ओ. कदून परवाना दिला जातो. परवाना मिळाल्यानंतर वाहनचालकाची जबाबदारी वाढते. कारण एका विश्वासावर, सुरक्षित वाहन, चालवण्याच्या अटीवर तो परवाना दिला गेलेला असतो. मात्र नागरिकांमध्ये, परवाना मिळाला आता माझे कोणी बिघडवू शकत नाही, अशा भावनेने वाहनाचा वापर होताना दिसतो. अत्यंत वेगाने, बेजबाबदारपणे, स्पीड ब्रेकर समोर असतानाही वाहनाचा वेग कमी न करणे, जोरजोरात हॉर्न वाजवणे इ. बाबी पहायला मिळतात. हे सर्व करत असताना स्वतःच्या सुरक्षिततेच्या संरक्षणासाठी लागणारे हेल्मेट का सक्तीचे हे समजून घेण्याचा प्रयत्न केला जातच नाही. परंतु हेल्मेट घालून स्वतःच्या संरक्षणाची व मागे बसलेल्या व्यक्तींची संरक्षणाची जबाबदारी आपली आहे याचे भान ठेवले जात नाही. याची प्रचिती अपघातांमध्ये होते. अपघात टाळण्यासाठी हेल्मेट नक्कीच मदत करू शकते. कारण जर एका व्यक्तीचा अपघात झाला की त्याच्या संपूर्ण कुरुंबावर त्याचा परिणाम होतो. यासाठीच वाहतुकीचे नियम व त्याचे पालन स्वतःच्या सुंदर जीवनाचा आनंद उपभोगण्यासाठी सुरक्षितपणे करायला हवेत. यातून स्वतःसोबत इतरांचेही भले होते.

### सामाजिक भान म्हणून –

स्वतःच्या सुरक्षिततेबोरोबरच इतरांचीही सुरक्षा किती महत्त्वाची आहे, हे सामाजिक भान नागरिकांमध्ये जेव्हा

निर्माण होईल त्यावेळी वाहतुकीच्या नियमांची अंमलबजावणी केली जाईल आणि मी फक्त माझ्यासाठीच नाही तर समाजासाठी आहे, ह्या विचाराची बिजे रोवली जातील.

## २. नियमांची अंमलबजावणी :

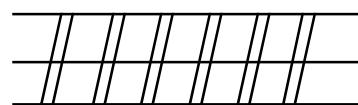
वाहतूक नियमांची अंमलबजावणी म्हणजे, मनावरील नियंत्रण. यामुळे अनेक अपघात टळतील व जीवही वाचतील.

वाहन चालवणे म्हणजे मौज नव्हे तर गरज आहे, हे समजावून घेतले पाहिजे. याची जाणीव घरातूनच लहान मुलांपासूनच मोठ्यांपर्यंत करून द्यायला हवी.

आपण वाहतुकीचे नियम का व कशासाठी हे पाहिले. परंतु या नियमांचे पालन करणे व करून घेण्यासाठीची जबाबदारी घेणारे नागरिक निर्माण झाले पाहिजेत हे सर्वांत महत्त्वाचे. ही निर्मिती आपणाला कशी करता येईल ते पाहूया.

### सुरुवात – घरापासूनच

- याची सुरुवात घरापासूनच करता येईल.
- लहान मुळे छोटी सायकल चालवत असताना पालकांनी सायकल रस्त्याच्या एका कडेचे चालवत आहे याची दक्षता घ्यावी.
- रस्त्यावर चालताना डाव्या बाजूने चालावे. फुटपाथचा वापर करावा.
- रस्त्यावरील पांढरे पट्टे म्हणजे झेब्रा क्रॉसिंग ही रस्ता ओलांडण्यासाठीची निशाणी आहे.



- यावरूनच रस्ता ओलांडावा.
- अशाप्रकारे बालकांवर, मुलांवर घरातूनच नियमांचे

संस्कार त्याचे बालकडू देण्यास सुरुवात झाली पाहिजे.

### शाळा :

- शाळा म्हणजे मुलांचे शिस्तरूपी संस्कार घर.
- शाळेत वाहतुकीच्या नियमांची पाठशाळा घ्यावी. त्यात मुलांना सिमल म्हणजे काय ? सिमलमधील लाल, हिरवा, पिवळा लाईट यांचा अर्थ व महत्त्व समजावणे.
- प्रत्यक्ष रस्त्यावर जाऊन सिमल यंत्रणा दाखवून त्याचे निरीक्षण करण्यास सांगावे. निरीक्षणातून व कृतीतून विचार पक्के होतात. असे विचार, नियम शालेय वयातच समजले तर आयुष्यात त्यांची कायमस्वरूपी अंमलबजावणी केली जाते. यातूनच जबाबदार नागरिकांची निर्मिती होते.
- रस्त्याने चालताना कसे चालावे हे कृतियुक्त मार्गदर्शनातून पालक व शिक्षकांनी समजावून सांगावे.
- आर.टी.ओ. ऑफिसला शैक्षणिक भेटी द्याव्यात व त्यांची कार्यपद्धती समजावून सांगावी. जेणेकरून हीच मुले मोठी होऊन त्याची अंमलबजावणी करतील.
- शारीरिक शिक्षण तासिकेला पटांगणावर प्रत्यक्ष वाहतुकीचे नियम खेळातून समजावून सांगता येतील. त्यासाठी शिक्षकांनी विविध कल्पनांचा वापर करून विद्यार्थ्यांना नियम समजावून सांगावेत.
- पुढे शाळा आहे - या बोर्डचा अर्थ व त्याची अंमलबजावणी करण्यासाठी काय करावे लागते. त्याचे महत्त्व समजावून सांगणे.



अर्थ - विद्यार्थ्यांचा वावर -

- वाहने सावकाश चालवणे.
- शांतता क्षेत्र - हॉर्न जोरात वाजवू नये.
- ध्वनिप्रदूषण होणार नाही याची काळजी घ्यावी.

### स्पीड ब्रेकर -

स्पीड ब्रेकरचा अर्थ व त्याचे महत्त्व समजावणे. स्पीडब्रेकर म्हणजेच वेगातला आवर. स्पीडब्रेकर समोर दिसला, की वाहनाचा वेग कमी करणे किती महत्त्वाचे असते ते समजावून सांगणे. त्याची कारणे समजावून देणे.



उदा. वाहनाचा वेग कमी न केल्यास स्पीड ब्रेकरच्या उंचवट्यावर गाडीचे चाक गेल्यास गाडी उसळते व गाडीच्या ब्रेकवरचा ताबा जाऊन गाडी उंच उडते व त्यावरील व्यक्ती बाजूला फेकली जाते. मागे बसलेली व्यक्तीही फेकली जाते. काहीही कळण्याच्या आत अपघात, वेळप्रसंगी मृत्यू संभवतो. हे सर्व टाळण्यासाठी वाहतूक नियमांची अंमलबजावणी करणे गरजेचे आहे हा विचार शालेय विद्यार्थी, युवकांच्या मनात बिंबवणे.

### विविध उपक्रमांतून वाहतूक नियमांची रुजवणूक करणे :

अपघात का घडतात ? याची कारणे - चर्चासत्र, परिसंवाद, गटचर्चा, नाट्याभिनय, पथनाट्य इ. कृतियुक्त वैचारिक देवाण-घेवाणीतून शाळा, कॉलेजच्या

विद्यार्थ्यांच्या मनात रुजवता येतील व त्यावरील उपाययोजना व नियमांची अंमलबजावणी याचे महत्त्व पटवून देता येईल. वाहनचालकांच्या कार्यशाळा घेणे.

### ३) नियमांचे उल्लंघन – होणारी शिक्षा व त्यांचे गांभीर्य :

- दुचाकी वाहन चालवताना हेल्मेट सक्तीचे. हेल्मेट न घातल्यास – आर्थिक दंड.
- चारचाकी वाहन चालवताना बेल्ट लावणे सक्तीचे – आर्थिक दंड.
- रेश ड्राईविंग – दुचाकी, चारचाकी – आर्थिक दंड.
- लेन शिस्त, ओव्हरटेकिंग, दारू पिऊन मोबाईलवर बोलून वाहन चालवणे – १० दिवस लायसन्स जप्त.
- शासनाने रस्त्यांवर, चौका-चौकात सी.सी.टी.व्ही. कॅमेरे बसविले आहेत. त्यात वरीलप्रमाणे कृती करताना आढळल्यास गाड्यांचे नंबर नोंद केले जातात व त्यांच्यावर कारवाई केली जाते व समज दिली जाते.

वाहतुकीच्या नियमांची अंमलबजावणी करूनच जबाबदार नागरिकांची निर्मिती किंवा जबाबदार नागरिक तयार होतील असे नाही. नियमांच्या अंमलबजावणी-सोबतच सामाजिक भान, समाजसेवा, दुसऱ्याला मदत करण्याची प्रवृत्ती इ. गुण नागरिकांमध्ये बिंबवले जावेत, त्यासाठी नियम व त्यावरील उपाययोजना याची जनजागृती होणे आवश्यक. जनजागृतीच्या माध्यमातून एक नागरिक दुसऱ्या नागरिकाला कशी मदत करू

शकतो याची प्रात्यक्षिके व माहिती देणे. ‘Golden hour’ ही संकल्पना समजावणे.

उदा.

- अ. जर कोणाचा अपघात झाला तर अपघातग्रस्त व्यक्तीला ४५ मिनिटांच्या आत हॉस्पिटलमध्ये उपचारासाठी दाखल करणे. जी व्यक्ती अपघातग्रस्ताला मदत करेल, त्याची माहिती किंवा मोबाईल नंबर, नाव विचारू नये. या नियमांची माहिती सर्वसामान्य लोकांना असायला हवी. त्यासाठी शासन प्रयत्न करतेच परंतु आपणही त्याचे ज्ञान करून घेऊन सहकार्याचा हात पुढे करायला हवा. ही जबाबदारीची जाणीव नागरिकांमध्ये निर्माण करणे.
- ब. १०८ नंबरच्या अॅम्ब्युलन्सला फोन करणे – तातडीच्या मदतीसाठी उपयुक्त अशा वाहनांची माहिती सर्वसामान्य जनतेपर्यंत पोहोचवणे.
- क. अॅम्ब्युलन्सला ट्रॉफिकमधून तातडीने वाट करून देण्यासाठी वेगवेगळ्या प्रकारचे सायरन असतात. ते वाजल्यानंतर रस्त्यावरील इतर वाहनचालकांनी पादचारी, दुचाकी, चारचाकी वाहनांनी जागा करून देणे, मध्ये न येणे या गोष्टींची माहिती सर्वांना असावी. जेणेकरून या सर्व माहितीचा उपयोग करून प्रत्येक नागरिक आपली जबाबदारी ओळखून वाहतूक नियमांचे पालन करेल व देशाची शांतता व पर्यावरण वृद्धीसाठी हातभार लावेल. भविष्यात आपला देशही शांत वाहतुकीसाठी प्रसिद्ध होईल.



## सहलीतून करा इतिहासाचा अभ्यास

जगदीश बियाणी

9588007870

सहल हा थोडा काळजीपूर्वक हाताळायचा विषय आहे. प्रवासाचे साधन, प्रवासात येणाऱ्या समस्या, विद्यार्थी-पालक यांना पूर्ण विश्वासात घेऊन नियोजनपूर्वक व सफल उद्देशाने आपली सहल यशस्वी होईल याची खात्री व सहलीतून येणारा अनुभव, आत्मविश्वास आणि आत्मसात करायच्या महत्त्वपूर्ण बाबी या किशोर व कुमारवयीन मुलींना पर्यटनाचा आनंद व ऐतिहासिक वास्तूचं संवर्धन हे फार महत्त्वाचे आहे. आपला देश विविधतेने नटलेला आहे. त्यातूनच आपल्या प्राचीन महाराष्ट्राच्या इतिहासातून काही तर्कसंगत प्रश्न निर्माण झाल्याशिवाय राहत नाहीत.

देश व राष्ट्र या दोन शब्दांमध्ये फरक आहे. देश हा भौगोलिक अर्थने वापरला जाणारा शब्द आहे. तर राष्ट्र हा ज्या देशाला इतिहास व भूगोल आहे, त्या अर्थने वापरला जाणारा शब्द. आपण एक देशभक्तीपर गीत ऐकतो.

भारत जमीन का टुकडा नही,  
जीता जागता राष्ट्र पुरुष हैं।

आपल्या भारतभूमीचा गौरवशाली इतिहास समजण्यासाठी आपण नेहमीच आतुर असतो. शालेय जीवनात इतिहास विषय बन्याच विद्यार्थ्यांना थोडा अवघड वाटतो. म्हणून आमच्या विद्यालयाने सहलीच्या माध्यमातून जास्तीत जास्त ऐतिहासिक ठिकाणे निवडली. कारण या बालमनावर ऐतिहासिक वास्तू म्हणजे भौतिक

साधने समजणे व जपणे हे संस्कार आत्ताच झाले तर त्या वास्तूचं जतन व संवर्धनही होईल व इतिहासाचा अभ्यासही चांगल्या पद्धतीने समजेल.

महाराष्ट्राला प्राचीन इतिहास आहे. याबाबत अनेक उदाहरणे देता येतील. त्यात सर्वप्रथम ‘लोणार’ सरोवर सहल काढण्याचे ठरवले. लोणार सरोवर पाहण्याची व समजण्याची पूर्ण उत्सुकता विद्यार्थ्यांचा मनात होतीच. खरं तर हा भौगोलिक तसेच खगोलशास्त्रीय भाग. भूगोल म्हटला, की त्याला इतिहासाची साथ आलीच. जागतिक अंतराळ संघटना म्हणजे ‘नासा’ या संघटनेतील तज्ज्ञ बन्याच वेळा लोणार येथे ठाण मांळून बसतात. या सरोवराची निर्मिती ५०,००० (अंदाजे) वर्षांपूर्वी झाली. असा त्यांचा अंदाज आहे. आम्लधर्मी असलेल्या या सरोवरातील पाणी मोठ्या प्रमाणावर ओळोनची निर्मिती करते. ही सर्व माहिती गाईड जेव्हा आम्हाला देत होता, त्यावेळी विद्यार्थ्यांच्या चेहऱ्यावरील उत्सुकता व हावभाव वेगळेच होते.

उल्कापातातून तयार झालेल्या साधारणतः १५०० फूट खोल असलेल्या ह्या सरोवरात म्हणजेच क्षारयुक्त पाण्यात, जलचर प्राणी नाहीत. पाण्याची अखंड अशी धार सरोवरामध्ये सुरुच आहे. सरोवराभोवती असलेल्या



जंगलात उपयुक्त औषधी वनस्पती मोठ्या प्रमाणावर आहेत. सरोवराच्या परिसरात यादवकालीन मंदिरे आढळतात. तेथील हेमाडपंथी मंदिरे तर खूपच आकर्षक आहेत. सरोवराजवळच गोळ्या पाण्याचेही साठे आहेत. सरोवरात क्षारयुक्त पाणी तर जवळच पिण्यासाठी उपयुक्त पाणी, हा भौगोलिक चमत्कारच आहे. अनेक खगोलतज्ज्ञ, शास्त्रज्ञ, अभ्यासक लोणार सरोवराचा अभ्यास करतच आहेत व त्यातून अनेक नवीन विषय पुढे येत आहेत. विद्यार्थ्यांच्या मनात हा विषय इतका सखोल जाईल याचा अंदाज आम्हालाही नव्हता.

महाराष्ट्रात बेसॉल्ट खडक फार मोठ्या प्रमाणात आढळतात. याचे अप्रतिम उदाहरण म्हणजे राष्ट्रकूट राजा ‘कृष्ण’ याच्या काळातील तयार झालेले सर्वांत मोठे लेणे म्हणजे कैलास लेणे. या मंदिराचे स्थपती जेव्हा आपले काम पूर्ण करून लेणीच्या बाहेर निघाले व त्यांनी दूवरून लेणीचे निरीक्षण केले त्यावेळी ते आत्माभिमानाने थोडे आनंदित झाले. कारण आपल्या हातून इतकी अप्रतिम लेणी साकारली जाईल याचा त्यांनाही विश्वास बसत नव्हता.

औरंगाबाद जिल्ह्यातील वेरूळ हे ऐतिहासिक व धार्मिक ठिकाण. कैलास मंदिर तर आहेच, सोबत घृणेश्वराचे मंदिर बारा ज्योर्तिलिंगापैकी एक. विद्यार्थ्यांनी जेव्हा कैलास लेणी न्याहाळली त्यावेळी मनात अनेक प्रश्न निर्माण झाले. डोळ्यांचे पारणे फिटेल असा हा चमत्कार पुस्तकातून अभ्यासताना व प्रत्यक्ष पाहताना वेगळाच अनुभव येतो. जगातील बहुसंख्य पर्यटक या लेणीला भेट देतात.

महाराष्ट्राच्या प्राचीन राजवटी म्हणजे सातवाहन, राष्ट्रकूट, वाकाटक, चालूक्य, बदामी, परमार, शिलाहार व यादव. प्रत्येक राजवटीने काही ना काही खुणा इतिहास म्हणून आपल्यासाठी ठेवलेल्या आहेत. जसे पद्मटका सोन्याची नाणी यादवांनी चलनासाठी तयार केली.

त्याचप्रमाणे राजाश्रय, धर्माश्रय व लोकाश्रय या उद्देशाने लेण्यांची निर्मिती झाली. कैलासलेणी, बौद्धलेणी, घारापुरी लेणी, कार्ला लेणी, अंजिठा लेणी, कान्हेरी लेणी, भाजे लेणी, पितळखोरा लेणी या महाराष्ट्रातल्या लेण्या. त्यापैकी आम्ही कैलासलेणी सहलीतून अभ्यासली. आता जळगावपासून जवळच असणारी अंजिठा लेणी पाहण्याचे ठरवले.

सुप्रसिद्ध अंजिठा लेण्यांची निर्मिती ही वाकाटक, चालुक्य आणि राष्ट्रकूट राजाच्या काळातील होते. स्थापत्यकला, शिल्पकला व चित्रकलेसाठी प्रसिद्ध अशी अंजिठा लेणी. यात बौद्ध धर्म, जैन धर्म व हिंदू धर्माची मंदिरे, विहार, मूर्ती व चित्रे बघायला मिळतात. वाघूर नदीच्या पात्रापासून ४० ते १०० फूट उंचीवर असलेल्या या २९ लेण्या आहेत. हजारो वर्षांपूर्वी तयार झालेल्या या लेण्यांमध्ये जी चित्रे कोरली गेली, त्यात झाडांच्या पानापासून रंग तयार करून ती रंगविष्णात आली आहेत. वाकाटकांच्या काळात तयार झालेल्या या लेण्यांना वाकाटक लेणी असेही संबोधतात. सहलीच्या माध्यमातून महाराष्ट्राचा प्राचीन इतिहास अभ्यासण्याची उत्सुकता आता वाढतच होती. आमच्या चित्रकला शिक्षकांनी खूपच छान पद्धतीने विद्यार्थ्यांना अंजिठा लेणीचा इतिहास व चित्रांची माहिती समजावली होती.

महालक्ष्मी मंदिर, कोल्हापूर - महाराष्ट्राच्या दक्षिणेला करवीर नगरी म्हणजेच प्राचीन काळातील कुंतल येथील पंचगंगा नदी परिसरातील हे शहर. येथील महालक्ष्मी मंदिर शिलाहार राजा अमोघवर्ष यांच्या काळातील. राज्यात भयंकर दुष्काळ होता तो जावा म्हणून राजाने करंगळी अर्पण केली होती. असा हा धार्मिक व कलाप्रेमी राजा महालक्ष्मी मातेसमोर आपल्या प्रजेच्या सुखासाठी प्रार्थना करतो. महालक्ष्मीच्या मंदिरात खोल गाभान्यातून महालक्ष्मीच्या चरणात जेव्हा सूर्याची किरणे पडतात तेव्हा

जाणवते, की या मंदिराचे बांधकाम, स्थपतींनी जी रचना केली ती खरोखर आपण मंदिराला भेट देऊन मंत्रमुग्ध होऊ अशी आहे.

सहल हा थोडा काळजीपूर्वक हाताळायचा विषय आहे. प्रवासाचे साधन, प्रवासात येणाऱ्या समस्या, विद्यार्थी-पालक यांना पूर्ण विश्वासात घेऊन नियोजनपूर्वक व सफल उद्देशाने आपली सहल यशस्वी होईल याची खात्री व सहलीतून येणारा अनुभव, आत्मविश्वास आणि आत्मसात करायच्या महत्त्वपूर्ण बाबी या किशोर व कुमारवयीन मुर्लींना पर्यटनाचा आनंद व ऐतिहासिक वास्तूचं संवर्धन हे फार महत्त्वाचे आहे. आपला देश विविधतेने नटलेला आहे. त्यातूनच आपल्या प्राचीन महाराष्ट्राच्या इतिहासातून काही तर्कसंगत प्रश्न निर्माण झाल्याशिवाय राहत नाहीत.

१२७५ साली जन्मलेल्या संत ज्ञानेश्वरांनी कुमार अवस्थेत लिहिलेली भावार्थदीपिका म्हणजेच संस्कृतमधील गीतेचं मराठी भाषेत रूपांतर. ज्या काळात बायबलचे इंग्रजी, फ्रान्स, जर्मन भाषेत भाषांतरे झालेली नव्हती त्या काळात संत ज्ञानेश्वरांनी केलेले भाषांतर म्हणजे एक अभूतपूर्व चमत्कारच म्हणावा लागेल. खरंतर संत ज्ञानेश्वरांनी लिहिलेली भावार्थदीपिका आचार्य विनोबा भावेंनी लिहिलेली गीताई, आणि लोकमान्य टिळकांनी लिहिलेले गीतारहस्य, भगवान श्रीकृष्णांनी कुरुक्षेत्रावर सांगितलेली गीता ही तर अनेक वर्षांपूर्वीची घटना. पण महाराष्ट्रातील विद्वानांना गीतेविषयी इतका सखोल अभ्यासाचा साक्षात्कार व्हावा हे आश्चर्यच.

आम्ही आता आळंदी, आपेगाव, नेवासा या गावांना भेट देण्याबाबत विचार करू लागलो. कारण हा काही प्राचीन कालखंड नव्हता. मध्ययुगीन कालखंडाच्या उदयापूर्वीचा कालखंड होता. प्रवरा नदीच्या काठावरील नेवासे, इंद्रायणीनदी काठावरील आळंदी व गोदावरी नदी काठावरील आपेगाव. आळंदी व नेवासे या गावांना भेट

देऊन संत ज्ञानेश्वरांनी केलेल्या प्रेरणादायी कार्याविषयी माहिती जाणून घेतली.

महाराष्ट्राचा इतिहास सदैव ज्यांचा आपण आदर करतो असे आपले छत्रपती शिवाजी महाराज. यांचा जन्म ज्या शिवनेरी किल्ल्यावर झाला तो पुणे जिल्ह्यातील नाणेघाटच्या रांगामधील ३५०० फूट उंच असलेला जुनर गावातील प्राचीन काळातील किल्ला. शक राजांची ही राजधानी, नंतर सातवाहनांची सत्ता या किल्ल्यावर होती. चालुक्य व राष्ट्रकूट राजांची कारकिर्द या किल्ल्यावर बराच काळ होती आणि नंतर ११७० मध्ये यादवांनी येथे आपले राज्य स्थापन केले. असा हा ऐतिहासिक किल्ला. याच किल्ल्यावर शिवाजी महाराजांचा जन्म झाला.

शिवनेरी किल्ला पूर्ण न्याहाळाताना जे जे प्रश्न मनात येत होते, जसे पाण्याची व्यवस्था, शत्रूपासून संरक्षण म्हणून किल्ल्यावरील तटबंदी, मंदिर, संकटकालीन मार्ग याबाबत संकल्पना स्पष्ट होत गेल्या व मनातील जरतरच्या प्रश्नांना उत्तरे मिळत गेली. प्राचीन काळात ज्याची रचना व स्थापना झाली अशा या शिवलिंगाचा आकार लाभलेल्या किल्ल्याला शिवनेरी हे नाव मिळाले. किल्ल्याचे बांधकाम, रचना बघत असताना काही काळ आपण विचारमनच असतो. कारण अशीच काही अद्भूत रचना या किल्ल्याची आहे.

सहलीमध्ये सर्वच विद्यार्थी येतात असं नाही. पण जे येतात त्यांना सहलीच्या ठिकाणांचं ऐतिहासिक, धार्मिक, भौगोलिक, सांस्कृतिक महत्त्व समजावले असेल तर सहल नक्कीच यशस्वी होते. आईवडिलांपासून दूर, भौतिक सुविधांचा अभाव व सर्व मित्रपरिवारसोबत जुळून राहणे सगळ्यांनाच शक्य होत नाही. पण काही शिकतात, समजतात व अनुभवातून परिपक्व होतात. अष्टपैलू व्यक्तिमत्त्वासाठी सहल हे खूप महत्त्वाचे शैक्षणिक माध्यम म्हणून आमच्या विद्यालयाने सहलीतून प्राचीन महाराष्ट्राचा इतिहास टप्प्याटप्प्याने जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला आहे.



## शिक्षण आणि जबाबदार नागरिक

डॉ. नगिना माळी

8975295297

आज आपल्या देशापुढे सक्रिय जबाबदार नागरिक घडवण्याचे आव्हान आहे. याचा अर्थ असा कधीच नव्हता की केवळ नागरिक घडविणे. ‘सक्रिय’ या शब्दाचा अर्थच आहे कार्यरत, कार्यतत्पर, अविरत. ‘जबाबदार नागरिक’ या शब्दाचा अर्थ आहे ‘मी या पृथ्वीवर, या भारत देशामध्ये जन्माला आलो तर माझे या देशाप्रती, या समाजाप्रती काही जबाबदाऱ्या आहेत त्या पूर्ण करणे. आज सर्वच देशांमध्ये हे एक आव्हान म्हटले तरी चालेल आणि परत ते सोडवावयाचे कसे हे त्याहीपेक्षा पुढचे!

आपल्या भारत देशाला सांस्कृतिक वारसा लाभला आहे. अनेक राजे, संत, महात्मे, क्रांतिवीर यांनी आपल्या कायनी सर्वर्धमंसमभाव, बंधुता, एकात्मता, न्यायाची शिकवण दिली. धर्म कोणताही असला, पंथ कोणताही असला तरी अंतिम शिकवण ‘मानवता’ हीच राहिली आहे. आपल्या देशाची राज्यघटनाही आपल्यास याचीच शिकवण देते. प्रत्येक देशाचे असेच धोरण असते. ज्या मनुष्यबळाची देशाला गरज आहे ते विविध मार्गातून निर्माण करण्यात येते. अभ्यासक्रम हा त्यापैकी एक मार्ग आहे. आपल्या देशाची ध्येये, उद्दिष्ट्ये साध्य व्हावीत म्हणून त्यावर आधारित अभ्यासक्रम, पाठ्यक्रम व पाठ्यपुस्तके तयार करण्यात येतात. त्याच्या साथीला विविध अध्यापन कार्यनीती, पद्धती, शैक्षणिक साहित्य, कार्यक्रम, उपक्रम, योजना

राबविण्यात येतात.

यापेक्षा महत्त्वाचे म्हणजे तशा शाळांस सुविधा आणि शिक्षक तयार करण्यात येतात. देशाची उद्दिष्ट्ये पूर्ण करण्याचा ‘शिक्षण’ किंवा ‘शिक्षणक्षेत्र’ हा एक मार्ग असला तरी शिक्षणक्षेत्र आज देशाच्या सर्वच सेवांवर, उत्पादनांवर, उत्पादन करणाऱ्या कंपन्यांवर प्रभाव पाडीत आहेत. ‘कॅम्पस इंटरव्हू’ नावाचा प्रकार त्यातीलच एक आहे, असे म्हणावे लागेल.

आज आपल्या देशापुढे सक्रिय जबाबदार नागरिक घडवण्याचे आव्हान आहे. याचा अर्थ असा कधीच नव्हता की केवळ नागरिक घडविणे. ‘सक्रिय’ या शब्दाचा अर्थच आहे कार्यरत, कार्यतत्पर, अविरत. ‘जबाबदार नागरिक’ या शब्दाचा अर्थ आहे ‘मी या पृथ्वीवर, या भारत देशामध्ये जन्माला आलो तर या देशाप्रती, या समाजाप्रती माझ्या काही जबाबदाऱ्या आहेत त्या पूर्ण करणे. आज सर्वच देशांमध्ये हे एक आव्हान म्हटले तरी चालेल आणि परत ते सोडवावयाचे कसे हे त्याहीपेक्षा पुढचे! समाजाला व्यवसायाभिमुख, जागृत, जबाबदार, समाजाभिमुख नागरिक हवा असतो. प्रत्येक देशात आज व्यवसायप्रधान शिक्षण देऊ केले जात आहे. त्यातून तो विद्यार्थी शिकून आपल्या गरजा भागवू शकेल. तसेच समाजाच्याही गरजा पूर्ण करेल. स्वतःसोबत समाजाच्या गरजा पूर्ण करणे हे तर एकंदरीत देशसेवेस, देश विकासास हातभार लावण्यासारखेच आहे.

**सक्रिय जबाबदार नागरिकाची वैशिष्ट्ये –**

भारतीय समाजाला विविध प्रथा, पंंपरा, रुढी,

संस्कृतीचा वारसा आहे.

एकंदरीत पाहता पुढील बाबी एका सक्रिय जबाबदार नागरिकाची वैशिष्ट्ये सांगतात -

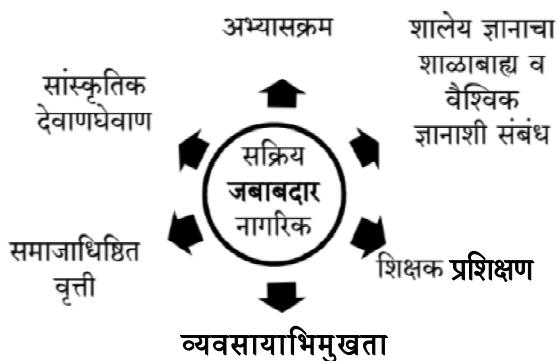
१. आपण ज्या परिस्थितीत, वातावरणात राहतो ते वातावरण माझे आहे याचे भान असणे.
२. वातावरणातील मानवी संस्कृतीसोबत मानवेतर संस्कृती समजून घेणे.
३. वातावरणातील नीती-नियम समजून घेणे.
४. आपल्या क्षमतेनुसार ज्या समस्या सोडविता येतील त्यावर विचार-विनिमय करणे, त्या सोडविण्याचा प्रयत्न करणे.
५. विविध संस्कृती जाणून त्यातील समान आणि फरकाच्या बाबी समजून घेणे.
६. एखाद्या समस्येवर मला काय करता येईल याचा विचार करणे.
७. आपली आवड, क्षमता जाणून त्याच बाबी करणे.
८. अवैध मानण्यात येणाऱ्या बाबी स्वतः न करणे व इतरांना करण्यास प्रवृत्तही न करणे.
९. जैवविविधता जाणून घेणे.
१०. स्वतः घेतलेल्या शिक्षणातून स्वतःच्या गरजा पूर्ण करण्यास शिकणे. त्याचबरोबर आपल्या व्यवसायातून समाजाच्या विकासास कसा हातभार लावता येईल, हे समजून कृती करणे.
११. पर्यावरणाविषयी दयावृत्ती जपणे आणि आपल्या हातून कोणत्याही जीवास हानी पोहचणार नाही याची दक्षता घेणे.
१२. वैश्विक, जागतिक पातळीवर पर्यावरण संरक्षणासाठी जैवविविधतेसाठी, प्रजाती जतन करण्यासाठी, तापमानवृद्धी रोखण्यासाठी, प्राणी, पशू विषयक कायदे व कार्यक्रम, उपाययोजना

वैयक्तिक पातळीवर अमलात आणणे.

१३. ऐतिहासिक स्थळे, प्रेक्षणीय स्थळे यांचा अभ्यास करणे.
१४. शाळा व महाविद्यालयात शिकलेल्या बाबी आपल्या अवतीभोवती कोठे आढळतात याचा शोध घेणे.
१५. देशाच्या सामाजिक, आर्थिक, राजकीय, शैक्षणिक व आंतरराष्ट्रीय बाबीविषयी जागृत असणे.
१६. प्रदूषणाविषयी समजून घेणे व प्रदूषण करणाऱ्या बाबींपासून दूर राहणे, पर्यावरणाविषयी जाणीवजागृती कार्यक्रमात सहभागी होणे.
१७. स्त्रिया व मुलींवर अत्याचार ठरणाऱ्या बाबीस नकार देणे व अत्याचारास अथवा त्यांच्या वैयक्तिक जीवनास इजा पोहचविणाऱ्या बाबी टाळणे.
१८. विचारपूर्वक निर्णय घेणे व निर्णयाच्या जबाबदारीस सक्षम असणे.
१९. स्त्री अथवा पुरुषावर अन्यायकारक बाबीस प्रोत्साहन न देणे व स्वतः तशा कृती टाळणे.
२०. वैचारिक पातळीवर एखादी बाब तपासून ती आपल्याला पटल्यास करणे.
२१. आपल्या ज्ञानास, शिक्षणास, कौशल्यास संधी मिळेल अशी क्षेत्रे शोधणे.
२२. दयाभाव, सहनशीलता, संवेदनशीलता, सहिष्णुता यांचा प्रत्यक्ष व्यवहारात उपयोग करणे.
२३. आपण ज्या समाजात राहतो त्या समाजाचे आपण काही देणे लागतो ही भूमिका ठेवणे.
२४. आंतरराष्ट्रीय समस्यांशी परिचित असणे.
२५. आपल्या विकासाशी संबंधित संधी शोधणे.
२६. देशविकासासामध्ये सहभागी होणे.
२७. आपल्या आवडीनुसार अभ्यासक्रम निवडणे.

## कसा घडविता येईल देशाचा सक्रिय, जबाबदार नागरिक -

जर आपण अभ्यासक्रमांचा विचार केला तर शाळा, कॉलेज, अभ्यासक्रम, अध्यापन पद्धती, कार्यनीती, शैक्षणिक उपक्रम, कार्यक्रम, योजना, शैक्षणिक साहित्य, समाजाचा सहभाग यांचा विचार करणे अपरिहार्य आहे. सक्रिय जबाबदार नागरिक होण्यासाठी काही मोठेच काम केले पाहिजे, हा जो दृष्टिकोन आपण ठेवतो तो प्रथम बदलला पाहिजे. आपण ज्या क्षेत्रात आहेत, ज्या समाजामध्ये आपण राहतो, आपण जो व्यवसाय-नोकरी करतो, त्यातूनही हा हेतू साध्य करणे शक्य आहे. त्याला काही मोठा अधिकारी, मोठे पद असणे आवश्यक नाही. आपल्या हातून घडलेल्या बाबी देशकार्यास पूरक ठरतील याचा दृष्टिकोन व विचार जेव्हा निर्माण होईल तेव्हा सक्रिय जबाबदार नागरिक घडविणे अथवा बनणे अशक्य नाही. अगदी विविध स्तरांवरही या बाबी शक्य आहेत. त्यासंदर्भातील काही क्षेत्रे, व्यवसाय यांचा इथे उल्लेख केला आहे, ज्याद्वारे आपण सक्रिय जबाबदार नागरिक घडवू शकतो -



### १. अभ्यासक्रम -

सक्रिय जबाबदार नागरिक घडविण्यासाठी शिक्षणप्रक्रियेचा एक मार्ग म्हणून उपयोग करायचा

झाल्यास अभ्यासक्रमाची रचना विद्यार्थींकिंद्रित असणे गरजेचे आहे. केवळ रचना महत्वाची नाही तर त्याची अंमलबजावणीही तेवढीच गरजेची ठरते. एक व्यवस्थापनाचा भाग म्हणून अभ्यासक्रम रचनेपासून अंमलबजावणीपर्यंत साखळी निर्माण करून त्याचे अनुधावन घ्यायला हवे.

देशाचे ध्येय, उद्दिष्ट पाहून त्याच्या पूर्तीसाठी तसा आशय त्यामध्ये असणे आणि तो विद्यार्थ्यांना पुरविणे ही शासनकर्त्यांची भूमिका आहे. तो अभ्यासक्रम प्रत्येक विद्यार्थ्यास, त्यांच्या बौद्धिक क्षमतेस, शारीरिक क्षमतेस, कौशल्यास कसा पूरक ठरेल हे पाहून उपक्रम, कार्यक्रम त्यानुसार घेणे आवश्यक आहे. ठरावीक शिक्षण घेऊन अर्थात तो अभ्यासक्रम पूर्ण करून हवे तसे गुण मिळवून हा नागरिक घडणे शक्य नाही. मिळविलेल्या ज्ञानाचा व्यावहारिक उपयोग म्हणून स्वतःच्या व्यवसाय उभारणीपासून ते सामाजिक पायाभरणीमध्ये सहभागी होता आले पाहिजे. तो अभ्यासक्रम त्या विद्यार्थ्यास स्वनिर्मितीस प्रेरक ठरत नसेल तर तो केवळ शिकण्यासाठी आहे, गरजा भागवण्यासाठी नाही, असेच म्हणावे लागेल. कारण अशा अभ्यासातून केवळ शिकणेच होते, ज्ञान मिळते पण सक्रिय जबाबदार नागरिक घडविण्यासाठी अभ्यासक्रम शालेय ज्ञानाचा शाळाबाह्य व वैशिक ज्ञानाशी संबंध असणारा हवा. शिक्षण व्यवसायाभिमुखता समाजाभिमुख वृत्ती, सांस्कृतिक देवाणघेवाण घडण्यासाठी त्या ज्ञानाचा उपयोग व्यावहारिक पातळीवर झाला पाहिजे. त्या विद्यार्थ्याला शिकत असताना हा अभ्यासक्रम माझा आहे, हे वाटणे व शिक्षकांनी त्या भूमिकेतून शिकविणे आवश्यक आहे.

## २. शालेय ज्ञानाचा शालाबाह्य व वैशिक ज्ञानाशी संबंध -

वगामध्ये जे काही अनुभव विद्यार्थ्यांस आपण देणार असतो ते शालाबाह्य ज्ञानासोबत व वैशिक ज्ञानाशी जोडणे आवश्यक आहे. केवळ पाठ्यपुस्तकातील उदाहरणे वा आशय शिकविण्यात काहीही तथ्य नाही. आशयाशी संबंधित तत्कालीन परिस्थितीशी निगडित उदाहरणे देऊन विद्यार्थ्यांना शाळेबाहेरील वातावरणाशी समायोजन करण्याची कौशल्ये देत असतो. आपला समाज आपला आहे, असे वाटण्याचा हा एक मार्ग म्हणता येईल. विद्यार्थ्यांना आपण जे शिकतो ते विश्वामध्ये अस्तित्वात आहे, याचा विश्वास द्यायला हवा. आशयाशी संबंधित जेव्हा उदाहरणे देतो तशी ती विद्यार्थ्यांच्या दैनंदिन जीवनाशी संबंधित असतील, तशी वैशिक ज्ञानाशीही संबंधित हवीत.

## ३. शिक्षक प्रशिक्षण

अभ्यासक्रम राबविणाऱ्या अनेक प्रशासकीय व्यक्तीपैकी शिक्षक हा मुख्य असतो. शिक्षकांना सेवापूर्वी व सेवांतर्गत शिक्षक प्रशिक्षण देण्यात येते. परिस्थितीनुरूप अभ्यासक्रम बदलत असतो व तसे शिक्षक प्रशिक्षण देणेही गरजेचे असते. अभ्यासक्रमाची ध्येये पूर्ण करण्यासाठी तसा शिक्षक घडविणे व घडणे आवश्यक असते. विद्यार्थी विकासात शिक्षक जशी भूमिका बजावतात, तसे शिक्षक प्रशिक्षण हा शिक्षकांच्या विकासाचा मार्ग ठरतो. सक्रिय जबाबदार नागरिक कसा असतो, तो कसा घडविता येईल, याचे प्रशिक्षण शिक्षकांना देणे महत्त्वाचे आहे. तसा आशय सुदृढा मुळातच शिक्षक प्रशिक्षणामध्ये हवा.

## ४. व्यवसायाभिमुखता

कोणतेही शिक्षण, व्यावसायिक अभ्यासक्रम पूर्ण करणारे असावे. विद्यार्थी समाजाधिष्ठित, उपक्रमशील,

बांधिलकीयुक्त व व्यवसायाभिमुख झाला तर सक्रिय जबाबदार नागरिक होण्यामध्ये त्याचा सहभाग असेल. त्याच्या शिक्षणापासून त्याच्या गरजा भागविण्याइतपत तर त्याच्यामध्ये कौशल्ये येणे व तशी कौशल्ये देणे हे त्या अभ्यासक्रमाचे आद्य कर्तव्य आहे. अर्थातच अभ्यासक्रम व्यवसायाभिमुख असायला हवा.

## ५. समाजाभिमुख वृत्ती

विद्यार्थ्यांमध्ये, शिक्षकांमध्ये आणि एकंदरीत शिक्षणाशी संबंधित सर्व मानवी घटकांमध्ये समाजाधिष्ठित वृत्ती निर्माण झाल्यास सक्रिय जबाबदार नागरिक होण्यास मदतच होईल. आपल्या प्रयत्नातून ज्या समाजात आपण राहतो त्याचे आपण काहीतरी देणे लागतो हा दृष्टिकोन जपल्यास आपण उत्पादनक्षम वृत्ती जपत असतो. आपल्या गरजा भागवून समाजसेवेस मदत होणारा अभ्यासक्रम, कौशल्ये व विद्यार्थी तयार होणे हे आव्हान असले, तरी अशक्य नाही. समाजाधिष्ठित वृत्ती येण्यासाठी परत आपणास अभ्यासक्रम तयार होण्याकडे यावे लागते.

## ६. सांस्कृतिक देवाणघेवाण -

आज शिक्षणाची आंतरराष्ट्रीय पातळीवर देवाणघेवाण होणे गरजेचे आहे. नवनवीन शोध, नवोपक्रम विद्यार्थ्यांना परिचित असणे, तसेच काही करण्याची दृष्टी ठेवणे, तसे प्रयत्न कणे एकंदरीत देशाच्या विकासास पोषक ठरते. आंतरराष्ट्रीय शोध, संशोधक, तंत्रज्ञान अभ्यासक्रमात आणून आपणास तसे शक्यही आहे.

सक्रिय जबाबदार नागरिक निर्माण करण्याची काही मर्यादित क्षेत्रे का वर्णिली आहेत. यापेक्षाही जास्त आपण शोधू शकतो.

अंतिम ध्येय, आपणास देश विकासासाठी सक्रिय जबाबदार नागरिक निर्माण करणे हेच आहे.



## मुक्त विद्यालय - निरंतर शिक्षणाची नवी पहाट

संजय पंचगल्ले

७९७२१५३३४८

समाजातील, शिकण्याची इच्छा व पात्रता असणाऱ्या, ज्यांना शिक्षणाच्या सुविधा लाभल्या नाहीत, जे शिक्षण घेऊ शकले नाहीत, ज्यांना शिक्षण अर्धवट सोडून द्यावे लागले, ज्यांना दिव्यांगत्वामुळे शिक्षण घेता आले नाही किंवा खेळाडूना/कलाकारांना शाळेबाहेर सराव करताना नियमित आवश्यक ती उपस्थिती पूर्ण करता येत नव्हती, गृहिणींना शिक्षण घेण्यात अडचणी आल्या. या सर्वांसाठीच मुक्त विद्यालयाच्या रूपाने नवी पहाट आली आहे.

मुलांनी खूप शिकावं, मोठं व्हावं या पालकांच्या इच्छेमध्ये 'मोठं होणं म्हणजे नेमकं काय' हा प्रश्न असतो, तर त्या पुढचा महत्त्वाचा प्रश्न म्हणजे मोठे होण्यासाठी मुलांनी काय काय शिकायचं असतं? खूप शिकणं म्हणजे डॉक्टर, इंजिनिअर, सी.ए., वकील, प्राध्यापक, एम.बी.ए होणं एवढंच आहे का? शाळा-महाविद्यालयातील पाठ्यपुस्तकीय शिक्षण-परीक्षांमधील सर्वोत्तम गुण, हेच अभिप्रेत असतं का? स्वतःला घडवणं फुलवणं... स्वतःच्या व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास साधणं हे ही शिकण्याच्या प्रक्रियेत समाविष्ट असते. मात्र नियमित, पारंपरिक व साचेबद्ध शिक्षण हे शाळा महाविद्यालयातून घडत असतं.

समाजातील शिकण्याची इच्छा व पात्रता असणाऱ्या, ज्यांना शिक्षणाच्या सुविधा लाभल्या नाहीत, गरिबीमुळे जे शिक्षण घेऊ शकले नाहीत, दारिद्र्यामुळे ज्यांना शिक्षण अर्धवट सोडून द्यावे लागले, ज्यांना दिव्यांगत्वामुळे शिक्षण घेता आले नाही किंवा खेळाडूना/कलाकारांना शाळेबाहेर सराव करताना नियमित आवश्यक ती उपस्थिती पूर्ण करता येत नव्हती, गृहिणींना शिक्षण घेण्यात अडचणी आल्या. या सर्वांसाठीच मुक्त विद्यालयाच्या रूपाने नवी पहाट आली आहे.

आपले राष्ट्र एक विकासोन्मुख राष्ट्र आहे. आपल्या देशाला वैभवशाली इतिहास असला तरी आपल्या समाजात अभावग्रस्तांचा फार मोठा असा गट आहे. आज स्वातंत्र्योत्तर काळात त्यांना शिक्षणाच्या प्रवाहात आणून स्वावलंबी बनविणे गरजेचे आहे. शिक्षणाने परिवर्तन होते, हे शिक्षण या मुक्त विद्यालयांतून मिळेल. हे निकोप लोकशाहीसाठी आवश्यकही आहे, म्हणून या मुक्त विद्यालयाची गरज लक्षात येते. लातूर विभागातून सध्या ४५ (लातूर १५, नांदेड ११, उस्मानाबाद १९) एवढी संपर्क केंद्रे मंजूर असून ती प्रवेशासाठी तयार आहेत. शाळा स्तरावर उद्घाटन, बॅनर, वर्तमानपत्रात बातम्याही देण्यात येऊन या बाबीचा प्रचार व प्रसार करण्याचा प्रयत्न सर्व संपर्क केंद्रांनी केला आहे. यासाठी लातूर विभागात कार्यरत असलेल्यांसाठी दोन

बैठकाही घेण्यात आल्या आहेत. याबाबत सविस्तर चर्चा व मार्गदर्शनही करण्यात आले आहे.

देशपातळीवर नेशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ ओपन स्कूलची (एन.आय.ओ.एस.) स्थापना १९७९ मध्ये झाली. २००२ मध्ये तिचे नाव नेशनल ओपन स्कूल असे झाले. शिवाय पुढील महाविद्यालयीन शिक्षणासाठी राज्य व राष्ट्रीय पातळीवर मुक्त विद्यापीठे आहेतच. उदा. इंदिरा गांधी नेशनल ओपन युनिवर्सिटी, नवी दिल्ली, यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ, नाशिक, उर्दू मुक्त विद्यापीठ, हैदराबाद यांच्या माध्यमातून अनेक शिक्षक, पोलिस, गृहिणी, ग्रामसेवक, कर्मचारी, अधिकारी यांनी बी.ए., एम.ए., एल.एल.बी., एम.फिल, पीएच.डी इत्यादी शिक्षणक्रम पूर्ण करून स्वतःची शैक्षणिक व व्यावसायिक पात्रता वाढवून स्वतःच्या व्यक्तिमत्त्वात भर घालून यादवारे रोजगाराच्या (नोकरी) संधी मिळवल्या. याशिवाय वरच्या हुद्द्यावर बढती मिळाली आहे, याची असंख्य अशी उदाहरणे आपल्या सभोवती आहेत.

नियमित शाळांत जाणारे जे विद्यार्थी राज्य, राष्ट्रीय किंवा आंतरराष्ट्रीय क्रीडा स्पर्धा किंवा अन्य स्पर्धामुळे हजेरीची अट पूर्ण करू शकत नव्हते, त्यांच्या बाबतीत मुक्त विद्यालय फायदेशीर ठरणार आहे. दिव्यांग, खेळाडू, कलाकार, गृहिणी यांना आता शाळेत नियमित येण्याची गरज राहणार नाही. वर्ग ५, ८ व १० पैकी या वर्षात इयत्ता ५वी व ८वी साठी दिनांक १०.१.२०१९ रोजी मा. विनोद तावडे, मंत्री, शालेय शिक्षण, महाराष्ट्र राज्य यांच्या उपस्थितीत ऑनलाईन प्रवेशास प्रारंभ झाला आहे. आपल्या आवडीच्या क्षेत्रातलं शिक्षण घेणारी व्यक्ती स्वतःला व समाजाला समृद्ध बनविते. उदा. बेकरी, प्लंबर,

वायरमन इत्यादी अभ्यासक्रम शिकता येतात. मुक्त शिक्षणाचा विचार करणाऱ्यांनी एकत्र येऊन शैक्षणिक विचारांची, अनुभवांची देवाण-घेवाण करून या मुक्त शिक्षण पद्धतीला अधिक समृद्ध करावे लागेल. कारण शिक्षण ही प्रक्रिया अविरत चालणारी प्रक्रिया आहे. यासाठी व्यवसाय/कौशल्यविकास (NSQF National Skill Qualification Framework) शाळांची संख्या वाढवावी लागेल.

प्राथमिक स्तरावर विद्यार्थ्यांना स्वतः अभ्यास करण्याला भरपूर मर्यादा असतात. मुलांना मदतीची, कौतुकाची थाप देण्याची व गरजेप्रमाणे मार्गदर्शकाचीही भूमिका संपर्क केंद्रांना पार पाडावी लागेल. पालक जागरूक असणे गरजेचे आहे. यावेळी संपर्क केंद्र मुलांच्या आयुष्यासाठी दीपस्तंभ ठरणार आहे. यासाठी स्वतः समजून घेऊन वेगानं वाचन करून स्वशिक्षण घेणारं मूल अधिक प्रगती करेल.

मुलांच्या सामाजिकीकरणाच्या दृष्टीने औपचारिक शाळा हाच उत्तम पर्याय आहे. हा मुद्दा खोडून काढण्यासाठी आणि स्वतःला सिद्ध करण्यासाठी मुक्त विद्यालयाने प्रयत्न करावे लागतील. यासाठी स्वाध्यायपुस्तिका, प्रात्यक्षिक कार्य वेळेत व अचूक पूर्ण करावे लागेल.

संपर्क केंद्रांनी विद्यार्थ्यांचे आपण केवळ मार्गदर्शक आहोत, अशी एकांगी भूमिका घेऊन चालणार नाही. आपले विद्यार्थी जिज्हाळ्याचे मित्र वाटले पाहिजेत. परस्परांच्या भावना समजावून घेऊन जीवनाच्या जडणघडणीचा ‘शिक्षण’ हा मार्ग या संपर्क केंद्राद्वारे बनला पाहिजे. संपर्क केंद्राचा शैक्षणिक दर्जा यावर अवलंबून असतो. यासाठी संपर्क केंद्राने शासन निर्णय, दिनांक १४.७.२०१७ व २०.१२.२०१८

वाचावे, तसेच यासाठी शासनाकडून वरचेवर होत असलेले बदल पत्राद्वारे अवगत करून स्वतःला अद्ययावत ठेवले पाहिजे. स्पर्धेत टिकण्यासाठी, अस्तित्व दाखवून देण्यासाठी, सामूहिक प्रयत्न आवश्यक आहेत. यासाठी मुख्याध्यापक/प्राचार्य, शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी, विद्यार्थी, पालक, संस्थाचालक, समाज, पदाधिकारी व प्रशासकीय अधिकारी या सर्वांत संवाद व समन्वय असावा लागेल. यावेळी प्रत्येकाने आपले कर्तव्य बजावण्यात

कसूर करून जमणार नाही. हेही येथे विचारात घेतले पाहिजे.

एकूण दि. १४.७.२०१७ च्या शासन निर्णयापासून ते आजपर्यंतच्या प्रवासात मुक्त विद्यालयाविषयी अनेकांनी आपले विचार मांडले तरी यांतून एक शिक्षणाची नवी पहाट उदयास येत असल्याचे दिसून येते. येणाऱ्या काळात याचे चांगले परिणाम समोर येथील अशीच आशा आहे.



## महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे

माहे मे-जून २०१९ अखेर मंडळ सेवेतील खालील अधिकारी / कर्मचारी नियत वयोमानानुसार सेवानिवृत्त होणार आहेत. त्यांच्या प्रदीर्घ अशा सेवाकालाचा लाभ मंडळाच्या कामकाजामध्ये झाला आहे. त्यांचे अनुभव व कायमुळे त्यांच्या सहकाऱ्यांना मार्गदर्शन लाभलेले आहे. या सेवानिवृत्त अधिकारी / कर्मचाऱ्यांना व त्यांच्या कुटुंबियांना उत्तम आयुरारोग्य आणि संपन्न जीवन लाभो अशी मंडळाकडून शुभकामना !

अ.क्र.	अधिकारी / कर्मचाऱ्याचे नाव	पद	मंडळ	निवृत्तीचा दिनांक
नियत वयोमानानुसार -				
१)	श्री. कांबळे एच. जी.	वरिष्ठ लिपिक	कोल्हापूर	३१/५/२०१९
२)	श्री. देशमुख एन. आर.	वरिष्ठ अधिक्षक	नाशिक	३१/५/२०१९
३)	श्रीम. शिंदे आर. जी.	वरिष्ठ लिपिक	पुणे	३१/५/२०१९
४)	श्री. भोसले व्ही. टी.	कनिष्ठ लिपिक	राज्यमंडळ	३१/५/२०१९
५)	श्री. कुबडे आर.	वरिष्ठ लघुलेखक	अमरावती	३१/५/२०१९
६)	श्री. अहिरे बी. एन.	ऑपरेशन/आय.ओ.इन्चार्ज	राज्यमंडळ	३१/५/२०१९
७)	श्री. भोकरे विजय नारायण	नाईक	राज्यमंडळ	३१/५/२०१९
८)	श्री. कोळी यशवंत गुंडप्पा	शिपाई	कोल्हापूर	३१/५/२०१९
९)	श्री. तलवार बंडू कृष्णा	शिपाई	कोल्हापूर	३१/५/२०१९
१०)	श्री. मोळे टी. एल.	विभागीय सचिव	कोल्हापूर	३१/५/२०१९
११)	श्री. चि. वा. देशमुख	विभागीय सचिव	लातूर	३०/६/२०१९
१२)	श्री. गोडे ए एम्.	वरिष्ठ अधिक्षक	पुणे	३०/६/२०१९
१३)	श्रीम. गिरकर ए. पी	सहाय्यक अधिक्षक	मुंबई	३०/६/२०१९

## शिक्षक घडणारा व घडवणारा हवा....

काटकर तात्यासाहेब

೯೨೨೬೧೪೪೮೩೬

शिक्षक हा सतत नवीन ज्ञान आत्मसात करणारा असावा. तो नवीन तंत्रज्ञानाचे स्वागत करणारा असावा. त्याच्या अध्यापनातील मूलभूत संकल्पना पक्क्या असाव्यात. नवीन ज्ञान मिळवताना त्याने विद्यार्थी म्हणून वागावे. शिक्षकाचे संयमी, धैर्यशील वर्तन व सहनशीलता हे गुण विद्यार्थ्यांना सुजाण नागरिक बनण्यास आदर्श ठरतात हे लक्षात ठेवावे. विद्यार्थी जे ज्ञान मिळवणार आहेत त्यांचा सुविधादाता म्हणून शिक्षक आहे, हे लक्षात ठेवावे.

देशाची समृद्धी आणि श्रीमंती त्या देशातील जल, वन, खनिज, धान्यसंपत्ती आणि धनसंपदा यातून जशी मोजली जाते तशीच बुद्धीसंपत्ती, त्या देशातील शिक्षणपद्धती व शिक्षक कसे आहेत यांच्यावरून मोजली जाते. देश आणि समाज, वर्तमान आणि भविष्य, वास्तव आणि स्वप्न यांना आकार देण्याचे खरे सामर्थ्य शिक्षणामध्ये आहे आणि ज्ञाननिष्ठ, जननिष्ठ, चारित्र्यनिष्ठ अशा आदर्श शिक्षकांमुळे.

स्वामी विवेकानंद म्हणतात, ‘व्यक्तिमत्त्वाची जडणघडण, चारित्र्याची बांधणी, कौशल्याचा विकास, मातृभूमीवर प्रेम आणि मतांची श्रीमंती-समृद्धी ज्यामुळे घडते

ते खरे शिक्षण होय’. शास्त्राने प्रदेश जिंकता येतो पण मन जिंकता येत नाही, माणसाची निष्ठा विकत घेता येत नाही. पण या साऱ्या गोष्टी शिक्षणाने साध्य होतात. शिक्षक त्याला मूर्त रूप देऊ शकतो. शिक्षण हे माणसाला अधिक उन्नत करते. परिपूर्ण करते. त्याच्या वर्तनात परिवर्तन घडविते. त्याचं जगणं अधिक समृद्ध करते. शिक्षण माणसाच्या कौशल्याचा - गुणांचा विकासही करते.

चांगला शिक्षक होण्यासाठी त्या शिक्षकाला संयम, सहनशीलतेबरोबरच कोणत्याही प्रसंगात आपलं धैर्य न गमावता शांत, स्थिर व अविचल राहून योग्य निर्णय घेता यायला हवा. त्याचबरोबर मुलं जसजशी मोठी होत जातात, तसेतसं त्यांना स्वतःतल्या सुस गुणांचा व क्षमतांचा शोध घ्यायला प्रवृत्त करणं, ही शिक्षकाची जबाबदारी आहे. त्याचबरोबर संकटांवर, समस्यांवर मात करण्याची धमकही त्यांच्यात जागवली पाहिजे. कारण विद्यार्थ्यांना या संघर्षातूनच जीवनाचे खरे मोल कळणार आहे.



विद्यार्थ्यांच्या भावनात्मक, बौद्धिक, नैतिक, अध्यात्मिक आणि सामाजिक जीवन जगण्याच्या क्षमतांचा विकास त्यांच्या कुवतीनुसार करणे हा शिक्षणाचा नव्याने जाणवणारा उद्देश आहे. खन्याखुन्या शिक्षणाचं पहिलं तत्त्व आहे की, काहीही शिक्कवायचं नसतं तर विद्यार्थ्यांनी शिक्कायचं असतं. प्रत्येक मुलामध्ये एक तरी वैशिष्ट्य असते तर काही ना काही गुण, क्षमता असतात आणि त्यांना विकसित करण्याची संधी देणं हे पालकांचं आणि शिक्ककांचं कर्तव्य आहे. शिक्षक मार्ग दाखवणारा पथदर्शक, मदत करणारा, विद्यार्थ्याला ध्येयाकडे जाताना साहाय्य करणारा मदतनीस आहे. आपल्या विद्यार्थ्यांनी प्रगती करावी असे जर शिक्ककाला वाटत असेल तर शिक्ककानेही सातत्याने आपली प्रगती करायला हवी. शिक्षकाचे व्यक्तिमत्त्व जेवढे प्रभावी, परिणामकारक, ज्ञानसमृद्ध असेल, तेवढे ते विद्यार्थ्यांसाठी उपयुक्त असते. आजची आव्हाने आणि भविष्यातील समस्यांना सामोरे जाण्यासाठी विद्यार्थ्यांना सक्षम बनविणे हे शिक्ककांनी आपले ध्येय समजले पाहिजे. स्वतःमधील उणिवा जाणीवपूर्वक दूर करणारा शिक्ककच आपले अध्यापनाचे कार्य अधिक प्रभावी, रंजक आणि सुलभपणे करू शकतो. शिक्षण प्रक्रियेत शिक्षक व विद्यार्थी हे दोन महत्त्वपूर्ण घटक असून, त्यांचा एकमेकांवर सतत परिणाम होत असतो. प्रत्येक विद्यार्थी हा स्वतंत्र तेज, बुद्धी आणि वृत्ती जपणारा असतो. त्याचा कल शिक्ककाने समजून घेतला पाहिजे जसे - 'प्रति एक झाडा माडा त्याची त्याची रूपकळा'.....शिक्ककांच्या विचारातील सकारात्मकता, आशावाद, मुलांना जगण्याचे बळ देत असतो.

१. शिक्षकाचे व्यक्तिमत्त्व आकर्षक असावे. ते जेवढे प्रभावी, परिणामकारक, ज्ञानसमृद्ध असेल, तेवढे ते विद्यार्थ्यांसाठी उपयुक्त असते. त्याच्याकडे संयम, धैर्य, योग्य निर्णय घेण्याचे कौशल्य असावे. वेळेचं पालन करणे, योग्य

पेहराव परिधान करणे, क्रोधित न होणे, या जबाबदान्या आहेत, कारण शिक्षकाच्या व्यक्तिमत्त्वात दिसून येणाऱ्या याच गोष्टीचं अनुकरण विद्यार्थी करतात.

२. शिक्षकाचे अध्यापन कौशल्य : शिक्षक इतर बाबतीत विद्वान असो वा नसो आपल्याला जे शिक्कवायचे आहे त्या विषयात तो विद्वान असलाच पाहिजे. आपल्या विषयाच्या अनुषंगाने नवनवीन ज्ञान मिळवून, विभिन्न शैक्षणिक साहित्याचा अवलंब करून, आपले ज्ञान अद्ययावत ठेवले पाहिजे. पूर्ण तयारीनिशी वर्गावर जाणाऱ्या शिक्षकाचे विद्यार्थी निश्चितच लक्षपूर्वक ऐकतात. स्वतःचे ज्ञान अद्ययावत ठेवल्याने शिक्षकाचा आत्मविश्वास वाढतो.
३. साधक म्हणून भूमिका : अध्यापन हा पोटार्थी धंदा नसून तो धर्म आहे. अध्यापन ही समर्पित भावनेने करावयाची उपासना आहे. ते केवळ उपजीविकेचे साधन नाही. तर देशउत्थानाचा प्रयोग आहे. ती केवळ अक्षर ओळख करून देणारी आणि चार गणिते, दोन कविता शिकविणारी शाळा नव्हे तर कर्तबगार नवी पिढी घडविणारी प्रयोगशाळा आहे. अशी भूमिका घेऊन काम करणारा तो साधक असायला हवा. कारण साधक हा हाती घेतलेल्या कर्माला आत्मा अर्पण करतो तो नफा-तोटा याचा विचार करत नाही.
४. शिक्षकाने चिंतन करावे : कोणत्याही समस्येची उकल होण्यासाठी चिंतनाची आवश्यकता असते. विद्यार्थ्यांच्या प्रश्नबाबत शिक्षकाने चिंतनशील असावे. विद्यार्थ्यांच्या विकासासाठी, क्षमता विकासासाठी चर्चापद्धतीचा अवलंब करून चर्चा घडवून आणावी. विद्यार्थ्यांच्या गैरवर्तनाच्या, बेशिस्तीच्या समस्या शिक्षकाने एकट्याने सोडविण्यापेक्षा सांघिक पद्धतीने

- सोडवायला हव्यात.
५. वाचनप्रिय शिक्षक असावा : शिक्षकाने वाचनप्रिय असणे आवश्यक आहे. शिक्षकाचा स्वतःचा ग्रंथसंग्रह असणे आवश्यक आहे. वेगवेगळ्या शिक्षणविषयक साहित्याचे वाचन करावे. वाचनामुळे जीवनदृष्टी अधिक समृद्ध होते. ललित, वैचारिक असे विविध वाड़्याप्रकार जरूर हाताळावेत. वाचनामुळे आपल्या बुद्धीची धार तीक्ष्ण होते, प्रश्न हाताळण्याची नवी सूत्रे उपलब्ध होतात. नवीन संदर्भ कळतात. अनेक अपरिचित गोष्टी, संज्ञा, विचार, माहिती यांची आपल्या ज्ञानात भर पडते. ज्ञानाधिष्ठित समाज बनविण्यासाठी ज्ञानी शिक्षकांची फार मोठ्या प्रमाणात गरज आहे.
६. शिक्षकाकडे माणसे जोडण्याची कला असावी : अनेक विद्यार्थी, पालक व समाजातील व्यक्ती यांचा आपल्याशी दररोज संबंध येतो. त्यांच्याबोबर मुक्त संवाद साधून त्यांना आपलेसे करावे.
७. कार्यक्रम, प्रकल्प आणि स्पर्धाचे आयोजन करणारा असावा : तद्वत मुलांच्या मनाच्या खुलत्या कळ्या कोमेजल्या तर शिक्षणाची आंतरिक उमेद राहणार नाही. त्यासाठी मुलांना प्रेरणा व चालना देऊन त्यांना कार्यप्रवृत्त करणे आवश्यक असते. मुलांच्या व्यक्तित्वात काही ना काही वैशिष्ट्यपूर्ण अशी उपजत देणगी सुमावथेत असते, याचा शोध घेण्यासाठी विविध स्पर्धाचे आयोजन करावे. तसेच अनेक शालेय शैक्षणिक प्रकल्प विद्यार्थ्यांना बरोबर घेऊन राबवावेत. सकारात्मक, रचनात्मक, विधायक विचार विद्यार्थ्यांच्या मनःपटलावर उमटवायला हवेत यासाठी शिबिरे, संस्कारवर्ग, विज्ञानप्रदर्शनी, साहित्य संमेलने यांचा वापर करावा.
८. विद्यार्थ्यांच्या समस्या समजून घेणारा असावा : शिक्षण म्हणजे प्रेमसंपादन, शिक्षण ही आनंददायी प्रक्रिया व्हावी यासाठी विद्यार्थ्यांची मने समजून घेणे, प्रेमाने त्यांच्यातील मनुष्यत्व जागविणे हे सर्वांत महत्त्वाचे तत्त्व आहे. ‘जो होऊनि अनिल, हे फुलवील फूल’ अशीच शिक्षकाची भूमिका असावयास हवी. शिक्षण ही भांडवली गुंतवणूक आहे. विद्यार्थी उद्याचे नागरिक आहेत त्यामुळे त्यांच्या समस्या सहदय अंतःकरणाने समजून घेणे आवश्यक आहे. प्रसंगी घरी जाऊन चौकशी करावी. त्यांच्या आर्थिक विवंचना, गैरहजेरी, आजारपण अशा अनेक समस्या असतात.
९. शैक्षणिक समस्यांच्या मुळाशी जाणारा असावा : ज्येष्ठ, अनुभवी शिक्षक मुख्याध्यापकांचे योग्य मार्गदर्शन घ्यावे, कारण शैक्षणिक समस्यांच्या मुळाशी पोहोचण्यास त्याचा फायदा होतो. विद्यार्थी चांगले नाहीत असे म्हणणाऱ्या शिक्षकाने आत्मपरीक्षण करून स्वतःच्या अध्यापनातील त्रुटीवर मात करणे वा अध्यापन पद्धती बदलणे आवश्यक आहे. शिक्षकाने विद्यार्थ्यांशी योग्य संवाद साधणे गरजेचे आहे.
१०. प्रभावी कौशल्य : शिक्षकाने नेहमी उच्च अपेक्षा ठेवाव्यात. शिक्षक तंत्रस्नेही असावा. ज्ञानाच्या या क्षेत्रात पाऊल टाकतानाच शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांचे कल्याण हेच आपले जीवनब्रत आहे ही खूणगाठ मनाशी बांधावयास हवी. शिक्षकांपुढेही अनंत प्रश्न आहेत, अशा समस्या, ताणतणावावरती मात करून आपल्या ध्येयापासून विचलित न होता, जो उत्तम सर्जनशील पद्धतीने अध्यापन करतो तोच खरा आदर्श शिक्षक असतो.



## वैज्ञानिक दृष्टिकोन आणि विद्यार्थ्यांमधील अपेक्षित वर्तनबदल

सर्जेंराव मते

① ९८६०८८७६२१

शिक्षणाच्या माध्यमातून पडणारा प्रकाश व विज्ञानाचा प्रभाव यातून विद्यार्थ्यांमध्ये डोळस वृत्तीचा परिपोष निर्माण करणे शक्य होईल. वैज्ञानिक दृष्टिकोन हा केवळ विज्ञानाकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन नसून ती एक व्यापक संकल्पना आहे, हे विद्यार्थ्यांच्या अगोदर गळी उतरविणे आवश्यक आहे.

समाजाची जडणघडण ही शिक्षणाच्या माध्यमातून होते. शिक्षणाच्या माध्यमातून आवश्यक ती मूळ्ये जोपासली जातात. हाच शिक्षणाचा मूळभूत हेतू आहे. यावरून शिक्षण हे समाजाच्या परिवर्तनाचे प्रभावी साधन असून, भविष्यातील भारत आजच्या विविध शालेय वर्गांवरून घडतो आहे, असे म्हटले जाते.

भौतिक प्रगतीच्या माध्यमातून आपण संपन्न झालो आहोत, असे आपणास वाटते. यातूनच शहरे विकासाच्या नावाखाली झपाण्याने वाढत आहेत, हे जरी खरे असले, तरी माणूस माणसापासून दूर जात आहे. कुटुंबव्यवस्था मोडकळीस आली आहे. शहरात वृद्धाश्रम निर्माण होत आहेत. मोबाईल, दूरदर्शन, वर्तमानपत्रे, पुस्तके इ. साधने माणसाला जोडण्यासाठी अपुरी पडत आहेत, असे वाटते.

यासाठी संस्कारक्षम वयात मुलांवर योग्य संस्कार व्हावेत. विद्यार्थ्यांमध्ये चारित्र्य, वर्तन

आणि क्षमता यांसाठी नैतिक संस्कार केले जावेत. यातूनच त्यांच्यामध्ये सत्प्रवृत्ती वाढीस लागाव्यात. सद्भावनेच्या माध्यमातून मानवजातीचे कल्याण, राष्ट्रीय ऐक्य लक्षात घेऊन विद्यार्थ्यांमध्ये जाणीव जागृतीच्या माध्यमातून योग्य ते वर्तनबदल घडून यावा, यासाठी शिक्षकाचा दृष्टिकोन प्रभावी ठरू शकतो.

आजही समाजात शिकलेला माणूस अंधश्रद्धाळू, रुढिप्रिय, परंपरावादी दिसून येतो. त्याचा परिणाम समाजातील व कुटुंबातील घटकांवर झालेला पाहावयास मिळतो. एखादी कृती करताना, श्रद्धा ठेवताना ती डोळस असली पाहिजे. तसेच त्या घटनेमागील कार्यकारणभाव तपासून वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून विचार केल्यास अंधश्रद्धा दूर होऊन त्याच्यातील अज्ञानाचा अंधार दूर होऊ शकतो.

शिक्षणाच्या माध्यमातून पडणारा ज्ञानाचा प्रकाश



व विज्ञानाचा प्रभाव यांमधून डोळस वृत्तीचा परिपोष निर्माण करणे शक्य होईल. वैज्ञानिक दृष्टिकोन हा केवळ विज्ञानाकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन नसून ती एक व्यापक संकल्पना आहे, हे अगोदर विद्यार्थ्यांच्या गळी उतरविणे आवश्यक आहे.

कृती, उपक्रम, प्रयोग, निरीक्षण, वर्गीकरण, परीक्षण, तर्क, पडताळा, अनुमान इत्यादींचा वापर करून निष्कर्ष काढणे, त्यावरून आपण स्वतः अनुभव घेऊन पाहिल्यानंतरच विश्वास ठेवणे, सर्व बाजूंनी विचार करणे, या सर्व गोष्टी वैज्ञानिक दृष्टिकोनासाठी आवश्यक आहेत. आधुनिकी-करणासाठी वैज्ञानिक दृष्टिकोनाचा मार्ग अवलंबिणे अत्यंत गरजेचे असून, मानवाला सुखमय जीवन जगण्यासाठी आजच्या विज्ञान युगमध्ये वैज्ञानिक दृष्टिकोन अंगी बाणविणे अत्यंत आवश्यक आहे. विद्यार्थीदेशमधील संस्कार आयुष्यभर शिदोरी म्हणून उपयोगी पडतात. यासाठी वैज्ञानिक दृष्टिकोन ही एक संकल्पना न राहता ती प्रत्येकाची जीवनशैली बनणे गरजेचे आहे. यातूनच प्रत्येकाचा उज्ज्वल भविष्यकाळ अधोरेखित होणे गरजेचे आहे.

पूर्वग्रह न ठेवता विचार करून एखादी गोष्ट किंवा घटना अभ्यासताना तिचा कार्यकारणभाव जाणून घेऊन, निष्कर्ष काढणे म्हणजे वैज्ञानिक दृष्टिकोन होय. असा दृष्टिकोन विद्यार्थ्यांमध्ये आल्यास त्यांच्यामध्ये खालीलप्रमाणे अपेक्षित असे वर्तनबदल दिसून येतील.

१) नैसर्गिक घटनांमागील कार्यकारणभाव शोधण्याचा प्रयत्न करतो - नद्यांना आलेला पूर, भूकंप, ज्वालामूखी, तापमानातील वाढ, तापमानातील घट, त्सुनामी इ. घटना का घडतात ? या घटनांमागील कार्यकारणभाव

शोधण्याचा प्रयत्न करतो.

- २) नवीन कल्पनांचा स्वीकार करण्याची तयारी दाखवितो :- पदार्थाच्या अवस्था, ग्रहांचे अस्तित्व, उपग्रह यांचे उपयोग, दळण-वळणातील क्रांती यातील नवीन कल्पनांचा स्वीकार करण्याची सतत तयारी दाखवतो.
- ३) विज्ञान या विषयाबद्दल आवड दाखविणे :- त्याला विज्ञान विषयामधील संज्ञा, प्रयोग, आकृत्या, कारणे इ. बाबींविषयी उत्सुकता असते व इतर विषयांपेक्षा त्याला विज्ञान विषय जास्त आवडतो.
- ४) स्वतःबरोबर इतरांच्या आरोग्याचीही काळजी घेतो :- स्वतःचे व इतरांचे आरोग्य चांगले राहण्यासाठी, चांगल्या सवयी, व्यायाम, आहार, औषधे यांचे महत्त्व जाणतो व ते इतरांना पटवून देण्याचा प्रयत्न करतो.
- ५) कोणत्याही गोष्टीवर मत मांडण्यापूर्वी अथवा मताचा स्वीकार करीत असताना पुराव्याची शहानिशा करतो :- एखादी घटना घडून गेल्यानंतर त्यावर मत मांडताना तसेच ती घटना स्वीकारताना पुराव्याची खात्री करून मगच आपले मत मांडतो.
- ६) सभोवतालच्या घटनांमधील कार्यकारणभाव जाणून घेण्यासाठी प्रश्न विचारतो :- घटना कशी, केव्हा, कोठे व का घडली यावर प्रश्न विचारून कार्यकारणभाव जाणून घेतो.
- ७) सभोवतालच्या घटनांचे बारकार्झे व अचूक निरीक्षण करतो :- सभोवतालच्या प्राणी, वनस्पती, वातावरण, पर्यावरण इ. घटकांमधील बदलांचे बारकार्झे व अचूकपणे निरीक्षण करतो.

- ८) तो बुवाबाजीला व अंधविश्वासाला बळी पडत नाही :- एखादा रोग मांत्रिकामुळे बरा होत नाही हे जाणून त्याच्या अघोरी उपचाराविषयी तो सर्तक असतो व त्यामुळेच तो अंधविश्वास न ठेवता पशुबळीसारख्या प्रथांना विरोध करतो.
- ९) निरीक्षणाच्या प्रामाणिकपणे नोंदी करतो :- सभोवताली घडणाऱ्या घटना, बदल यांचे बारकाईने निरीक्षण करून त्यांच्या आवश्यक त्या नोंदी करतो.
- १०) सभोवतालच्या घटनांची माहिती जमवतो :- सभोवताली होणारे बदल, घडणाऱ्या घटना यांची आवश्यक ती माहिती जिज्ञासूपणे जमा करतो.
- ११) विज्ञान प्रदर्शनात सक्रिय सहभागी होतो :- विज्ञान प्रदर्शनात दिलेल्या विषयाशी निगडित उपकरण तयार करून सक्रिय सहभाग घेतो. दर्जेदार उपकरणे तयार करण्याचा प्रयत्न करतो.
- १२) एखादी समस्या समोर आल्यास न डगमगता ती वैज्ञानिक पदधतीने सोडवतो:- समस्येचे स्वरूप जाणून घेऊन ती समस्या का निर्माण झाली याविषयी कार्यकारणभाव जाणून घेऊन ती वैज्ञानिक पदधतीने सोडविण्याचा प्रयत्न करतो. समस्येच्या कारणामुळे तो विचलित होत नाही.
- १३) आपले विचार सुस्पष्टपणे मांडतो :- एखाद्या मुद्रक्यावर तो आपले विचार तर्कशुद्ध, मुद्रदेसूद व सुस्पष्टपणे मांडतो. हे मांडताना तो सर्वांगीण विचार करतो.
- १४) वैज्ञानिक शोध व लेख यांचा संग्रह करतो :- विविध मासिके, वर्तमानपत्रे, साप्ताहिके यात

- आलेले विविध वैज्ञानिक शोध व लेख यांचा संग्रह करून तो जपून ठेवतो.
- १५) इंटरनेटवरून माहिती जमा करतो :- वेगवेगळी पुस्तके, त्यातील माहिती, संख्या, संख्येची माहिती, शोधकार्य इ. बाबतची अद्ययावत माहिती इंटरनेटच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणावर मिळवण्याचा प्रयत्न करतो.
- १६) नैसर्गिक साधनसंपत्तीचा जपून वापर करतो :- नैसर्गिक साधनसंपत्ती उदा. गॅस, पेट्रोल, डिझेल, रॉकेल यांचा वापर करताना अनावश्यक इंधन खर्च करत नाही. ते वापरताना त्याचा वापर जपून होईल याची दक्षता घेतो.
- १७) प्रदूषणाविषयी जागृती दाखवितो :- हवा, वातावरण प्रदूषित होणार नाही याची काळजी घेतो. लाकूड, कागद, प्लॉस्टिक इ. जाळून धूर होणार नाही यासाठी सर्तक राहतो.
- १८) पाण्याचा वापर जपून करतो :- पाण्याची तीव्र टंचाई, कमतरता याची जाणीव ठेवून पाणी जपून वापरतो, तसेच टंचाईकाळात इतरांना पाणी जपून वापरण्यासाठी माहिती देतो. जलसंधारणासाठी आवश्यक ती मानसिक तयारी करतो.
- अशा प्रकारच्या अपेक्षित वर्तनबदलांतून विद्यार्थी आपली शक्ती व क्षमता यांचा वापर करून दैनंदिन जीवनात येणाऱ्या समस्या सोडवू शकेल व यातूनच सकारात्मकपणे आपल्या दैनंदिन गरजा पूर्ण करून खन्या अर्थाने स्वतःच्या व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास घडवून आणू शकेल.



# राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनी - युवकांना आवाहन

लेफ्ट. दिलीप गायकवाड

9850202987

जागतिक पातळीवर मोठे नाव आणि अति उच्च दर्जा असलेली N.D.A. म्हणजे राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनीसाठी लागणारी प्रवेश पात्रता, निवडप्रक्रिया आणि प्रत्यक्ष निवड झाल्यानंतरचे खडतर प्रशिक्षण याबद्दलची सविस्तर अशी माहिती आपण जाणून घेणार आहोत. भारतीय सेनादल, नौदल व हवाईदल यामध्ये अधिकारी होण्यासाठी लागणारी पूर्वतयारी भारतीय संरक्षण मंत्रालयाच्या देखरेखीखाली असलेल्या N.D.A. खडकवासला, पुणे या ठिकाणी अतिशय शिस्तबद्ध अशी तयारी करवून घेतली जाते.

## इतिहास :

पुणे शहराजवळच्या खडकवासला धरणाजवळ राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनी म्हणजेच National Defence Academy (N.D.A.) ही कोणत्याही भारतीय माणसाला अभिमान वाटावा अशी लष्करी शिक्षण देणारी प्रशिक्षण संस्था दिमाखात उभी आहे.

संरक्षण दलांसाठी निवड झालेल्या तरुण मुलांना प्रशिक्षण देण्यासाठी राष्ट्रीय स्तरावर एक



सर्व बाबींचाच विचार करून शेवटी सर्वच दृष्टीने योग्य असा खडकवासला पुणे येथील रम्य असा परिसर निवड करण्यात आला व त्याच्यावर शिक्कामोर्तब करण्यात आले.

या प्रबोधिनीसाठी त्यावेळच्या मुंबई राज्य सरकारने खडकवासला धरणाच्या जवळची ७००० एकर इतकी मोठी जमीन प्राप्त करून दिली आणि ६ ऑक्टोबर १९४९ रोजी भारताचे त्यावेळचे पंतप्रधान पंडित जवाहरलाल नेहरू यांच्या हस्ते N.D.A. ची भक्कम अशी पायाभरणी करण्यात आली व मुहूर्तमेढ रोवण्यात आली.

#### प्रत्यक्ष सुरुवात :

पुणे शहरापासून २० किलोमीटरच्या अंतरावर खडकवासला येथे भारताच्या गौरवशाली अशा राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनीच्या कार्याला प्रत्यक्ष सुरुवात झाली. या संरक्षण प्रबोधिनीमध्ये घडणाऱ्या प्रत्येक सैनिकाला अखंड अशी स्फूर्ती आणि ताकद देण्यासाठी जवळच छत्रपती शिवाजी महाराजांचा सिंहगड किल्ला दिमाखात उभा आहे. त्याच्या साक्षीने, शिवरायांच्या आशीर्वादाने भारतीय सैनिकांची बलदंड आणि लढाऊ फौज दरवर्षी मोठ्या हिमतीने आणि शौर्याने देशाच्या संरक्षणासाठी सज्ज होताना दिसत आहे.

#### N.D.A. प्रवेश आणि पात्रता :

देशाचे संरक्षण करण्यासाठी आणि अत्यंत उच्च आणि सन्मानजनक जीवन जगण्यासाठी योग्य असा पर्याय म्हणजे N.D.A. प्रवेश होय.

आज आपण जागतिक पातळीवर मोठे नाव आणि अतिउच्च दर्जा असलेली N.D.A. म्हणजे

राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनीसाठी लागणारी प्रवेशपात्रता, निवडप्रक्रिया आणि प्रत्यक्ष निवड झाल्यानंतरचे खडतर प्रशिक्षण याबद्दलची सविस्तर अशी माहिती जाणून घेणार आहोत.

भारतीय सेनादल, नौदल व हवाईदल यामध्ये अधिकारी होण्यासाठी लागणारी पूर्वतयारी, भारतीय संरक्षण मंत्रालयाच्या देखरेखीखाली असलेल्या N.D.A. खडकवासला, पुणे या ठिकाणी अतिशय शिस्तबद्ध अशी तयारी करवून घेतली जाते.

#### शैक्षणिक पात्रता :

N.D.A. मध्ये प्रवेश परीक्षा देण्यासाठी विद्यार्थी हा १२वी पास असावा लागतो आणि शाखानिहाय पात्रता खालीलप्रमाणे असावी लागते.

सेनादल आर्मीसाठी : १२वी कला, वाणिज्य किंवा विज्ञान यापैकी कोणत्याही शाखेतून विद्यार्थी पास असावा लागतो.

नौदल व हवाईदल - यासाठी मात्र विद्यार्थी हा १२वी विज्ञान पास असावा लागतो व त्यासाठी मॅथेमटीक्स आणि फिजिक्स हे विषय प्रामुख्याने घेतलेले असावे लागतात.

#### वयोमर्यादा :

N.D.A. मध्ये प्रवेश घेताना विद्यार्थ्यांचे वय साडेसोळा ते साडेएकोणीस इतकेच असावे लागते.

#### प्रवेशाची पहिली सुरुवात :

N.D.A. मध्ये प्रवेश घेण्यासाठी U.P.S.C. म्हणजेच केंद्रीय लोकसेवा आयोग यांच्यामार्फत घेतली जाणारी प्रवेश परीक्षा घेतली जाते व त्यानंतर S.S.B. म्हणजेच सर्विसेस सिलेक्शन बोर्ड यांच्यातर्फे

मुलाखतीची परीक्षा घेतली जाते.

### प्रवेश परीक्षा :

N.D.A. ची प्रवेश परीक्षा वर्षातून दोनदा घेतली जाते. त्याची जाहिरातही रोजगार समाचार Employment News या भारत सरकारतर्फे प्रकाशित होणाऱ्या साप्ताहिकातून येत असते. प्रवेश परीक्षा ही साधारणतः एप्रिल व सप्टेंबर ह्या महिन्यातच घेतली जाते. यासाठी महाराष्ट्रातून नागपूर आणि मुंबई ही दोनच केंद्रे परीक्षेसाठी उपलब्ध असतात.

### प्रवेश परीक्षा - स्वरूप आणि रूपरेखा :

पहिला पेपर - मॅथमॅटिक्स ३०० गुणांचा, दुसरा पेपर सामान्य ज्ञान - ६०० गुणांचा - एकूण गुण ९००.

या दोन्ही पेपरसाठी अडीच तासांची वेळ दिलेली असते. संपूर्ण परीक्षा ही बहुपर्यायी (चार) स्वरूपाची असते. दोन्ही पेपरची परीक्षा एकाच दिवशी घेतली जाते.

### अभ्यासक्रम :

मॅथमॅटिक्स या विषयासाठी इयत्ता अकरावी आणि बारावी सायन्सचा अभ्यासक्रम असतो. पेपर दुसरा सामान्य अध्ययन म्हणजेच जनरल नॉलेज यामध्ये इंग्लिश, फिजिक्स, केमिस्ट्री, बायॉलॉजी, इतिहास, भूगोल, इंडियन कॉन्स्टिट्यूशन आणि करंट अफेर्स इत्यादी विषय समाविष्ट केलेले असतात.

त्यामुळे विद्यार्थ्यांनी परिपूर्ण अभ्यास करूनच एनडीए ची परीक्षा द्यायला हवी. प्रचंड मेहनतीशिवाय हे लष्करी आवाहन पेलणे शक्य नाही. मात्र

प्रत्येकाने हे आवाहन स्वीकारण्यास सज्ज राहायला हवे.

### एनडीए परीक्षेचा निकाल :

साधारणतः एनडीए ची परीक्षा झाल्यानंतर तीन ते चार महिन्यांनी परीक्षेचा निकाल जाहीर केला जातो. युपीएससीच्या वेबसाईटवर प्रत्यक्ष निकाल पाहायला मिळतो.

जे उमेदवार परीक्षा पास होतील त्यांनाच फक्त एस.एस.बी. मुलाखतीसाठी प्रत्यक्ष बोलावले जाते त्यांना तसे पत्राद्वारे कळविले जाते.

### सिलेक्शन बोर्डाची मुलाखत - प्रत्यक्ष

#### निवडप्रक्रिया :

ही मुलाखत प्रत्यक्ष पाच दिवस चालते. यामध्ये दोन पायऱ्या असतात.

- पहिली पायरी - यात बुद्धिमत्ता चाचणी, प्रत्यक्ष चित्र पाहून गोष्ट लिहिणे व यावरून गटचर्चा करणे, याची परीक्षा घेतली जाते. या पहिल्या पायरीत जे पास होतील तेच दुसऱ्या पायरीत प्रवेशास पात्र ठरतात.
- दुसरी पायरी - यामध्ये मानसशास्त्रीय चाचणी ग्रुप टास्क व वैयक्तिक मुलाखत म्हणजे पर्सनल इंटरव्ह्यू यांचा समावेश केला जातो. यामध्ये विविध अवघड परिस्थितीतून मार्ग काढणे, स्वतःबद्दलचे मत मांडणे, या लेखी चाचण्यांचा समावेश असतो.

याशिवाय विविध सांघिक व वैयक्तिक चाचण्या घेतल्या जातात. यामध्ये एक संघ आणि त्यांचा संघनायक कसा काम करतो, याची परीक्षा घेतली

जाते. तसेच भाषण करणे, जमिनीवरचे अडथळे तीन मिनिटात पार करणे, या अतिशय कठीण चाचण्यांचा समावेश केला जातो.

### ३. अंतिम आणि महत्त्वाची पायरी :

वैद्यकीय चाचणी मुलाखतीच्या शेवटच्या म्हणजे पाचव्या दिवशी परीक्षेचा निकाल जाहीर केला जातो. जे विद्यार्थी या मुलाखतीमध्ये पास होतील त्यांनाच फक्त वैद्यकीय चाचणीसाठी बोलावले जाते.

वैद्यकीय चाचणी अतिशय काटेकोरपणे आणि वैद्यकशास्त्राप्रमाणे घेतली जाते. आणि अंतिम निवड - वैद्यकीय चाचणी झाल्यानंतर एक अंतिम गुणवत्ता यादी तयार केली जाते आणि ती प्रकाशित करून निवड झालेल्या उमेदवारांना N.D.A. च्या आर्मी, नेव्ही आणि एअरफोर्स या शाखांमध्ये त्यांच्या आवडीनुसार प्रवेश दिला जातो. प्रवेश मात्र शेवटच्या गुणवत्ता यादीतील स्थानानुसारच दिला जातो. अशारीतीने N.D.A. ची प्रवेशपरीक्षा, प्रत्यक्ष मुलाखत व वैद्यकीय चाचणी या अग्निदिव्यातूनच विद्यार्थ्यांना परीक्षा पार पाडावी लागते.

### N.D.A. प्रशिक्षणाला प्रत्यक्ष सुरुवात :

N.D.A. मधील प्रशिक्षणाचा कालावधी तीन वर्षांचा असतो. या प्रशिक्षणाबरोबरच विद्यार्थ्यांना पदवीचा अभ्यास आणि खडतर शारीरिक व मिलिटरीचे ट्रेनिंगही पूर्ण करावे लागते.

अभ्यासक्रमाचा कालावधी हा सहा टर्ममध्ये आखलेला असतो. येथील अभ्यासक्रमात

विद्यार्थ्यांना अतिशय उच्चदर्जाचे शिक्षण दिले जाते. ७०% भर हा शैक्षणिक अभ्यासक्रमावर दिला जातो आणि ३०% चा अभ्यासक्रम हा शारीरिक शिक्षणाच्या प्रशिक्षणावर केंद्रित केला जातो.

प्रशिक्षणात नियमितपणे परेड - पोहणे, विविध खेळांची तयारी, बेसिक ट्रेनिंगपासून घेतली जाते.

### N.D.A. प्रशिक्षणाची वैशिष्ट्ये :

एन.डी.ए. प्रशिक्षणात दाखल झालेल्या एका बारावी पास झालेल्या विद्यार्थ्यांचे रूपांतर भविष्यातील एक सक्षम लष्करी अधिकारी असा केला जातो. एन.डी.ए. चे तीन वर्षांचे खडतर प्रशिक्षण पूर्ण केल्यानंतर आर्मी, नेव्ही आणि एअरफोर्समध्ये या तीनही दलांमध्ये एक सक्षम अधिकारी होण्यासाठी पात्र ठरतात व आपल्या देशाची सेवा करण्यासाठी एक लष्करी आवाहन स्वीकारून आपल्या जीवाची पर्वा न करता देशासाठी त्याग करतात व आपले कर्तव्य कोणतीही अपेक्षा न ठेवता प्रामाणिकपणे पार पाडतात.

तर विद्यार्थी मित्रांनो, स्वीकारा हे लष्करी आवाहन आणि तयारी करा N.D.A. प्रवेशाची आणि च्या भव्य अशी गरुडझेप.

*I want you for Indian  
Army - Navy and Airforce  
Best of Luck !*

ज्य छिंद - ज्य भारत !



## परिपूर्ण आहार

सुनील अडमुळे

② ९७६२३८८८०२

महाराष्ट्र सरकारच्या शालेय शिक्षण विभागाने शाळा व कॉलेजमध्ये जंकफूडची विक्री करू नये असे आदेश काढले आहेत. परंतु सरकारच्या या प्रयत्नांना आपण सर्वांनी अनुकूल प्रतिसाद दिला पाहिजे.

पिझऱ्या, बर्गर, चिप्स, नूडल्स, शीतपेये व चायनीज पदार्थ हे जंकफूड होत. या पदार्थांपासून शरीराचे कोणतेही पोषण होत नाही. परंतु यातील हानीकारक पदार्थांमुळे आपल्याला अनेक गंभीर आजारांना सामोरे जावे लागते.

मुलांच्या शारीरिक वाढीसाठी परिपूर्ण आहाराची गरज असते. मुलांच्या वाढत्या वयानुसार व ते खेळ खेळत असल्यामुळे त्यांचा आहार वाढता असतो. या काळात त्यांना असे अन्नपदार्थ मिळाले पाहिजेत, की ज्यामधून त्यांच्या शरीराला प्रथिने, कार्बोहायड्रेट्स, कॅलरीज तसेच वेगवेगळी जीवनसत्त्वे मिळतील. मुले शाळांमध्ये ६-७ तास असतात. काही मुले शाळांपासून

दूर रहात असल्यास, हा कालावधी अजून वाढू शकतो. त्यामुळे टिफिन/डबा हा पौष्टिक असायला हवा.

जगाच्या पाठीवर भारत हाच एकमेव असा देश आहे, जेथे अनेक प्रकारचे पदार्थ बनविले जातात. या घरगुटी पदार्थांमुळे व गृहिणी ज्या ममतेने हे पदार्थ करतात त्यामुळे हे खाण्यास योग्य असतात. महाराष्ट्रामध्ये तर इतक्या प्रकारचे पदार्थ आपली आई तसेच घरातील गृहिणी बनवत असतात. तसे इतर कोठेही बनविले जात नाहीत. ऋतुमानानुसार त्या विशिष्ट पदार्थांचे आहारामधील प्रमाण वाढवत असतात. जसे जानेवारी महिन्यात थंडी वाढलेली असते, तेव्हा तिळाच्या वड्या, गुळाची पोळी यांसारखे पदार्थ हमखास खावयास मिळतात.

घरामध्ये विविध प्रकारचे चविष्ट पदार्थ मिळत असूनही किंवा इतर काही कारणांमुळे तसेच जाहिरातींच्या प्रभावामुळे आपल्याकडे जंकफूड खाण्याचे प्रमाण हे धोकादायकरित्या वाढलेले आहे. या पदार्थांना जंकफूड म्हणतात कारण यामधून शरीरास पोषक असे कोणतेही



घटक मिळत नाहीत. फक्त पोट भरण्याचे काम होते. जंकफूड हा शब्द दोन शब्दांपासून बनला आहे. जंक म्हणजे अडगळीची वस्तू व फूड म्हणजे अन्न. अडगळीची वस्तू म्हणजे ज्याप्रमाणे गरज नसलेली वस्तू त्याप्रमाणे जंकफूड हे गरजेचे नसून ते फक्त पोट भरण्याचे काम करते. या पदार्थांमध्ये जे पदार्थ टिकण्यासाठी, चवीसाठी, कृत्रिम रंग, जास्तीचे मीठ व इतर हानीकारक पदार्थांची भर घातली जाते. ते शरीरासाठी अतिशय हानीकारक असतात.

महाराष्ट्र सरकारच्या शालेय शिक्षण विभागाने शाळा व कॉलेजमध्ये जंकफूडची विक्री करू नये असे आदेश काढले आहेत. परंतु सरकारच्या या प्रयत्नांना आपण सर्वांनी अनुकूल प्रतिसाद दिला पाहिजे.

पिझ्झा, बर्गर, चिप्स, नूडल्स, शीतपेय व चायनीज पदार्थ हे जंकफूड होते. या पदार्थांपासून शरीराचे कोणतेही पोषण होत नाही. परंतु यातील हानीकारक पदार्थांमुळे आपल्याला अनेक गंभीर आजारांना सामोरे जावे लागेल. या सर्व पदार्थांमध्ये कोणते घटक असतात व त्यामुळे शरीरावर काय दुष्परिणाम होतो ते पहा -

### १) पिझ्झा, बर्गर :

यामध्ये मैदा व मिठाचे प्रमाण खूप जास्त असते. यामध्ये वापरलेले धान्य हे प्रक्रिया केलेले असते व त्यामध्ये फायबरचे प्रमाण नगण्य असते. तसेच यामध्ये वापरलेले चीज, सॉस व टॉफींग्ज म्हणून वापरलेले पदार्थ शरीरासाठी हानीकारक असतात. हे खाण्याचे प्रमाण जास्त असल्यास रक्तातील कोलेस्टरॉलचे प्रमाण वाढून हृदयरोगाला निमंत्रण देणारे ठरू शकते. यामधील saturated fats मुळे arteries blockage होऊ शकते.

तसेच शरीरातील चरबी वाढून लट्ठपणा येतो. यामधील कार्बोहायड्रेटसच्या अतिरिक्त प्रमाणामुळे रक्तातील साखर वाढते व अतिरिक्त मिठामुळे ब्लडप्रेशर वाढते.

### २) चिप्स :

चिप्स हे बटाट्यापासून बनविलेले असतात व यामध्ये मीठ हे फार मोठ्या प्रमाणात वापरतात. तसेच वापरलेले मसाले शरीरासाठी हानीकारक असतात. तळण्यासाठी वापरलेले तेल चांगल्या दर्जाचे असेलच याची शाश्वती नसते. चिप्स हे फार जास्त तापमानास तळले जात असल्यामुळे यामध्ये अँक्रीलामाइड नावाचे घातक द्रव्य निर्माण होते. चिप्समधून तयार होणारे अँक्रीलामाइड हे धोक्याच्या पातळीपेक्षा किंतीतरी पटीने जास्त असते. चिप्समधील जास्तीचे मीठ व मसाले यामुळे हाय ब्लडप्रेशर, हृदयरोग व किडनीचे विकार होऊ शकतात.

### ३) नूडल्स :

नूडल्स हे मैद्यापासून बनविलेले असतात व ते ज्या पद्धतीने बनवले जातात त्यामुळे ते पचनास त्रासदायक असतात. त्यामुळे पचनसंस्थेचे अनेक विकार होतात. यामध्ये फायबरचे प्रमाण नगण्य असते. तसेच preservatives, colour stabilizers, व इतर हानीकारक मिसळलेल्या पदार्थांमुळे ते जास्तीत जास्त हानीकारक बनतात. यामध्ये मोनो सोडिअम ग्लुटामेट असते. ज्याचा किडनी व लिन्हरच्या कार्यावर विपरीत परिणाम होतो. नुडल्समुळे शरीरास पोषक असे काही मिळत नाही व ते जेवणाएवजी घेतल्यामुळे ते जास्तीत जास्त हानीकारक ठरते.

#### ४) शीतपेय :

शीतपेयांमध्ये Phosphoric acid, Aspartame, कार्बनडाय ऑक्साइड, इथायलीन ग्लायकोल, कॅफीन असे एकापेक्षा एक हानीकारक पदार्थ असतात.

- अ) फॉस्फरिक ऑसिडमुळे शरीरातील पोषक मूल्ये नष्ट होतात. यामुळे शरीरातील हायड्रोक्लोरिक आम्ल नष्ट होऊन पचनसंस्थेचे कार्य बिघडते. तसेच या आम्लामुळे दातांवरचे संरक्षक आवरण नष्ट होतात. तसेच हाडांमधील कॅल्शियम शोषून घेतल्याने हाडे ठिसूळ बनतात.
- ब) कार्बनडायऑक्साइड ( $\text{CO}_2$ ) : शीतपेयांमध्ये  $\text{CO}_2$  जास्त दाबाखाली भरलेला असून हा वायू शरीरात गेल्यामुळे याचा श्वसनसंस्थेवर विपरीत परिणाम होतो.
- क) आस्पारटेम - हे शीतपेयास मधुर करते. यामध्ये साखरेपेक्षा किंतीतरी जास्त मधुरता/गोडपणा असतो. हा हानीकारक घटक असून यापासून कॅन्सरसह ८९ प्रकारचे आजार होऊ शकतात.
- ड) इथायलीन ग्लायकोल - हे पेयांना अतिथंडपणा आणण्यास मदत करते.
- इ) कॅफीन - कॅफीनमुळे मेंदूला किक बसल्यासारखे वाटते. यामुळे या पेयांचे व्यसन लागते. त्यामुळेच सरकारने सर्व कंपन्यांना यावर यामध्ये कॅफीन आहे असा सावधानतेचा इशारा छापणे बंधनकारक केले आहे.

शीतपेयांमुळे हाडे ठिसूळ होतात, दात कमजोर

होतात, पचनसंस्था बिघडते. प्रमाणापेक्षा जास्त साखर शरीरात गेल्याने रक्तातील साखर वाढून डायबेटीस होण्याचा धोका किंतीतरी पटीने वाढतो. शीतपेय प्यायल्याने काही कालावधीपुरते पोट भरल्यासारखे वाटते. यामध्ये फायबरचे प्रमाण नगण्य असते.

#### ५) चायनीज पदार्थ :

चौका-चौकात हातगाडीवर तसेच हॉटलमध्ये मिळणारे हे अतिशय घातक पदार्थ आहेत. यामध्ये सोयासॉस, निकृष्ट दर्जाचे तेल, अजिनोमोटोसारखे घातक पदार्थ, तसेच कृत्रिम रंग, चवीसाठीचे मसाले यामुळे हे शरीरास अतिशय घातक आहेत. अजिनोमोटो हा मीठासारखा चवीसाठी वापरण्यात येणारा घातक पदार्थ आहे. याच्या वापरामुळे पदार्थाला विशिष्ट चव येते व खाणारा त्याच्या आहारी जातो. हा पदार्थ मेंदूच्या वाढीवर परिणाम करतो. तसेच nervous system वर परिणाम करतो. यामुळे मलमल होणे, हृदयाचे ठोके वाढणे, तोंड व मानेवर चव्हे उठणे, रक्तातील साखरेची पातळी वाढणे, हाय ब्लडप्रेशरपासून कॅन्सरपर्यंतचे सर्व दुर्धर आजार होऊ शकतात. किंडनी फेल्युअरचे प्रमाण यामुळे वाढलेले आहे.

त्यामुळेच मुलांनी बाहेरील टपरीवर मिळणारे पदार्थ, पैकेट्स् यांच्याऐवजी आपल्या घरामध्ये बनवलेले पदार्थ नेहमी खाल्ले पाहिजेत. डब्यामध्ये पोळी-भाजीच आणावी, ज्यामुळे पोट भरून पोषक पदार्थ शरीरास मिळतील. शाळांनी देखील मुलांच्या डब्यामध्ये असे पदार्थ येणार नाहीत, यासाठी प्रबोधन करावे. तसेच काही शाळांमध्ये शालेय पोषण आहारामध्ये भाताऐवजी सरास बिस्कीटे, बेकरीचे पदार्थ हे दिले

जातात जे विद्यार्थ्याच्या आरोग्याच्या दृष्टिकोनातून योग्य नाही. सध्या सर्वत्र हे पदार्थ खाण्याचे प्रमाण वाढले आहे. वेगवेगळे कार्यक्रम, हॉटेल्स यामधून महाराष्ट्रीयन पदार्थ हद्दपार होऊन या पदार्थानी त्याची जागा घेतली आहे. यातून आपली शारीरिक, आर्थिक हानी होत आहे. दुर्दैवाने हे चायनीज मसाले आपल्या किंचनपर्यंत पोहोचले असून त्याच्या वापरावर नियंत्रण न आणल्यास येणारी पिढी शारीरिकदृष्ट्या अतिशय कमकुवत बनेल व ही आपल्या सर्वसाठी धोक्याची घंटा आहे!!

**विद्यार्थी-विद्यार्थिनी तसेच सर्वांनी आपले शारीरिक आरोग्य सुटूढ रहावे यासाठी पुढील गोष्टींचे पालन करावे असे मी सुचवीत आहे.**

#### Do's

- रोज किमान एक ग्लास दूध प्यावे. (शक्यतो साखर किंवा बाजारातील इतर पदार्थ मिसळू नयेत) यामुळे शरीराची कॅल्शियमची गरज भागू शकते.
- हिरव्या पालेभाज्यांचे सेवन करावे.
- सर्व प्रकारच्या सिझनल भाज्या, फळे जास्त प्रमाणात खावीत.
- गाईचे शुद्ध तूप नियमित सेवन करावे.
- सर्व रंगाच्या भाज्या,फळे जाणीवपूर्वक खावीत.
- लिंबाचा रस, नारळ पाणी यांचे सेवन करावे.
- फळांचा ज्यूस ताजाच प्यावा, काही वेळानंतर त्यामध्ये विषारी घटक निर्माण होतात.
- पूर्ण आहार घ्यावा म्हणजेच चपाती/रोटी/भाकरी, भाजी, वरण, भात, सलाड यांचा आहारात समावेश असावा.
- मोड आलेली कडधान्ये, उसळी रोज खाव्यात.
- रोज नियमित व्यायाम करावा.
- पाणी घोट घोट प्यावे.

- जेवणानंतर किमान एक तासापर्यंत पाणी पिऊ नये.
- फ्रिजमधील गार पाणी कधीही पिऊ नये. त्यामुळे अधिक व्याधी होऊ शकतात. कोमट पाणी सर्वात उत्तम.
- शक्यतो ताजे अन्नपदार्थ सेवन करावे.
- आहारामध्ये तंतूमय (fiber युक्त) पदार्थाचा वापर करावा.

#### Don't

- ◆ जंकफूड पूर्णतः वर्ज्य करावेत.
- ◆ बाहेरील उघड्यावरील तळलेले पदार्थ खाऊ नयेत.
- ◆ बेकरीचे पदार्थ पूर्णपणे वर्ज्य करावेत.
- ◆ आहारामध्ये मैदा, साखर, मीठ यांचा कमीत कमी वापर करावा. वनस्पती तूप पूर्णपणे वर्ज्य करावे. त्याएवजी तेल वापरावे.
- ◆ आहारामध्ये मीठ योग्य प्रमाणात असावे.
- ◆ उभे राहून, खुर्चीवर बसून जेऊ नये. जमिनीवर मांडी घालून बसून जेवावे.
- ◆ रस्त्यावरील, हातगाडीवरील उघडे पदार्थ खाऊ नयेत.
- ◆ जेवणानंतर किमान एक तास पाणी पिऊ नये.
- ◆ मुलांना प्लास्टिकच्या डब्यामध्ये खाद्यपदार्थ देऊ नयेत.
- ◆ प्लास्टिकच्या प्लेटमध्ये गरम खाद्यपदार्थ खाऊ नयेत.

#### आहाराचे सोये नियम :

- १) जे पदार्थ कच्चे खाता येतात ते उकडू नयेत, जे उकडून खाता येतात ते तळू नयेत व तळलेले पदार्थ कधीही खाऊ नये.
- २) सकाळचा नाष्टा राजासारखा, दुपारचे जेवण सर्वसामान्य माणसाप्रमाणे व रात्रीचा आहार भिकान्यासारखा असावा असे शास्त्र सागते.

