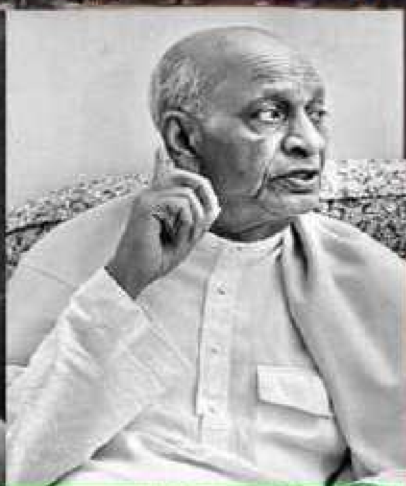
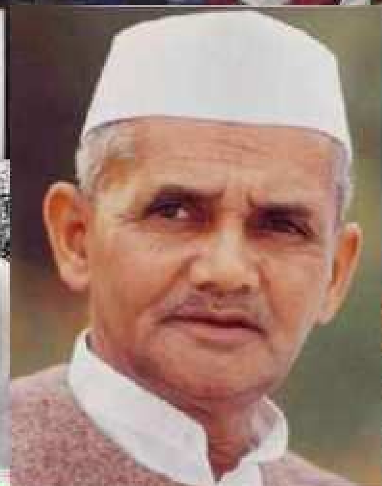
ప్రభుత్వ
జిల్లా విద్యా శిక్షణ సంస్థ (DIET)
భీమునిపట్నం

# భీమిలి డైట్ సమాచార స్రవంతి

**Monthly e-Magazine**

సంపుటి 2 | అక్టోబరు 2023 | సంచిక 3





**District Institute of Education and Training**
**Bheemunipatnam, Visakhapatnam district.**

www.dietvsp.in

# Bheemili DIET Samachara Sravanthi Monthly e-Magazine

**October 2023**


## Editorial Board

Chief Editor
**Sri. L. Sudhakar,**
Principal

Editor & Making
**Sri. Ravi Gotteti,**
Lecturer in ICT & Phil.

## Members

Smt. J. Madhavi,
Lecturer

Smt. M. Mahalakshmi
Lecturer

Sri. S. Thrinadha Rao
Lecturer

Kum. Chandrika,
Student Teacher

Kum. R. Shyamala,
Student Teacher

Kum. Ch. Swathi,
Student Teacher

Kum. G. Mounika,
Student Teacher

**Photographer:**

Mr. Kamal Nadh,
Student Teacher


## *Principal's Message*

We are happy to release the 15th edition of BHIMILI DIET SAMACHARA SRAVANTHI, an e magazine, being released every month since August 2022. This edition is a collection of events organized in DIET, Bheemunipatnam & organized by DIET in the month of September 2023. DIET faculty started academic monitoring in September 2023. The faculty paid many visits to schools and offered on job support to them in maintaining the flagship programmes of the Government in schools in Visakhapatnam & Anakapalli districts. All the Lecturers of DIET are visited School complex meetings and sensitized about the implementation of TaRL & LIP in the erstwhile district. DIET beautification and Mana Badi Nadu Nedu works are in progress. 2022-24 batch have successfully completed their 1st semester public examinations. Prominent days are celebrated in DIET like International Literacy Day, world Ozone Day, Hindi Divas, Teachers Day, Meri Maati-Meri Desh in the month of September.

*....L. Sudhakar*
Principal

## లోపలి పేజీలలో....


| | |
|---|---|
| డైట్ లో ఉపాధ్యాయ దినోత్సవం | 2 |
| డైట్ లో అక్షరాస్యతా దినోత్సవం | 3 |
| కే-యాన్ యూనిట్ ప్రారంభం | 4 |
| డైట్ లో ఓజోన్ దినోత్సవం | 5 |
| పాఠశాలల తనిఖీలు | 6 |
| డైట్ లో హిందీ దినోత్సవం | 8 |
| గురజాడ జయంతి | 9 |
| కథ – నిజాయతీ | 9 |
| డైట్ లో మేరీ మాటి-మేరా దేశ్ | 10 |
| బాలికా సాధికారత | 13 |
| ప్రయివేట్ స్కూల్స్ యాజమాన్యాలకు శిక్షణ | 15 |
| మన చిన సూరి పద్యాలు | 16 |
| What is the conceptual skill | 17 |
| మేజిక్ బస్ – సంకల్పం | 19 |
| జాతీయ సైన్సు సెమినార్ | 21 |
| ఒకటో తేదిన ఒక గంట | 22 |
| అతఃడు అంబేద్కర్ -గేయం. | 22 |
| Golbal Hand washing Day | 23 |
| ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరి గారి సందేశం (10) | 24 |
| మానసిక అరోగ్య దినోత్సవం | 25 |
| భళా పర్వీన్ | 26 |
| వార్త పత్రికల్లో డైట్ | 27 |
| డైట్ లో 'నాడు నేడు' పనుల ప్రగతి | 28 |

# డైట్ లో ఉపాధ్యాయ దినోత్సవం

భీమునిపట్నం జిల్లా విద్యా శిక్షణ సంస్థలో ఉపాధ్యాయ దినోత్సవాన్ని సెప్టెంబర్ ఐదున ఛాత్రోపాధ్యాయులు అధ్యాపకులు ఘనంగా కొనియాడారు. ఈ సందర్భంగా సంస్థ ప్రాంగణంలో గల సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణ విగ్రహానికి, సమావేశ మందిరంలో ఆయన చిత్రపటానికి అధ్యాపకులు చాత్రాపాధ్యాయులు పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు.

ఛాత్రోపాధ్యాయులు తమ అధ్యాపకుల విశిష్టత గురించి, నైపుణ్యాల గురించి మాట్లాడుతూ, సర్వేపల్లి ఇతర ప్రముఖ తత్వవేత్తలు విద్యావేత్తలు మరియు తమ చిన్ననాటి నుండి విద్యాభ్యాసంలో సహాయపడ్డ ఉపాధ్యాయుల గురించి మాట్లాడారు.

ఈ సందర్భంగా డైట్ ప్రిన్సిపాల్ శ్రీ ఎల్. సుధాకర్ మాట్లాడుతూ డైట్ లో ఇన్ సర్వీస్ ఉపాధ్యాయులకు, ఉపాధ్యాయ ఛాత్రోపాధ్యాయులకు శిక్షణ ఇవ్వడమే కాకుండా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయులుగా పని చేయడానికి కావలసిన సూచనలు, మార్గదర్శకత్వం కూడా ఇస్తుందని అన్నారు.

విద్యార్థుల విజ్ఞానాన్ని అభివృద్ధిపరిచి వారిని వివేకవంతులైన పౌరులుగా తీర్చిదిద్ది నానాడే వృత్తికి సార్థకత చేకూరుతుందని అన్నారు. ఛాత్రోపాధ్యాయు లందరూ తమ అధ్యాపకులను ఉచిత రీతిగా సత్కరించారు.

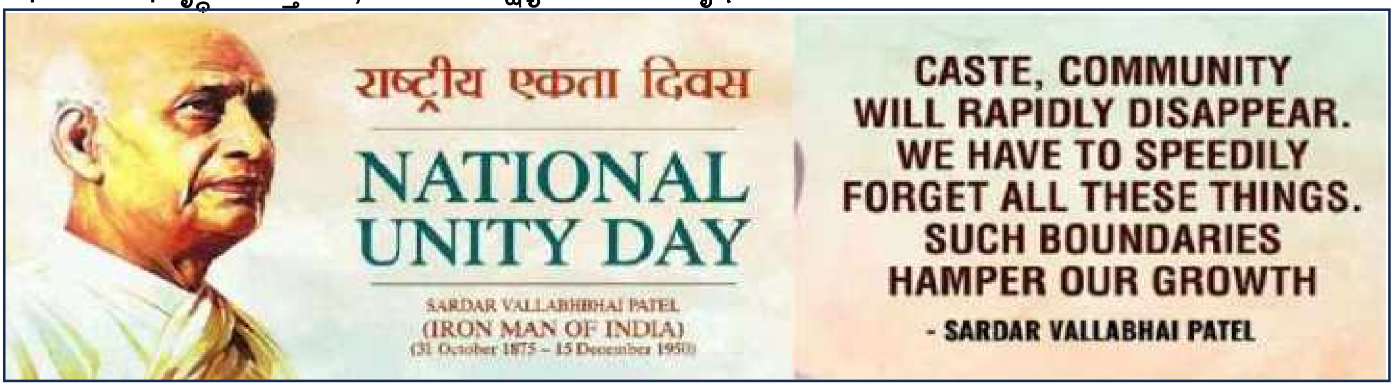
జిల్లా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయ అవార్డులకు ఎంపికైన శ్రీమతి జె. మాధవి, శ్రీ ఎస్. త్రినాథరావు లను అందరూ అభినందించారు.

2023 రాష్ట్ర ఉత్తమ ఉపాధ్యాయ అవార్డు ప్రదానోత్సవం—ఆంధ్రా యునివర్సిటీ, విశాఖపట్నం.

# డైట్ లో అంతర్జాతీయ అక్షరాస్యతా దినోత్సవం

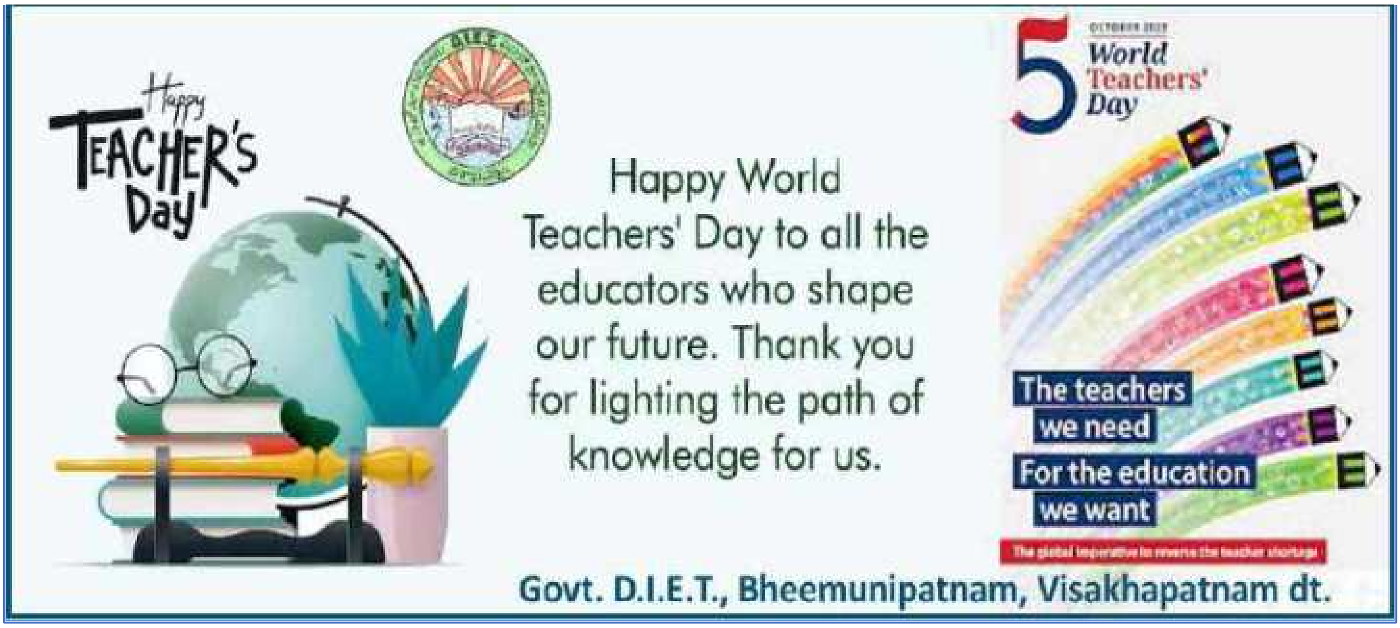
అక్షరాస్యతే ప్రగతికి మెట్టు అని డైట్ ప్రిన్సిపాల్ సుధాకర్ అన్నారు. శుక్రవారం సాయంత్రం డైట్ లో ప్రపంచ అక్షరాస్యత దినోత్సవం ను చాత్రోపాధ్యాయులు కొనియాడారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ అక్షరాస్యతలో వెనుకబాటుతనం అంటే మానవ ప్రగతిలో వెనుక బాటలేనని, నేడు అక్షరాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తే జీవితాన్ని, సమాజాన్ని, భవిష్యత్తును అర్థం చేసుకోవడంలో విఫలం అవుతారని అన్నారు. భారతదేశ ప్రపంచంతో శాస్త్ర సాంకేతిక రంగాలలో పోటీ పడుతుందని, అక్షరాస్యతలో కూడా పోటీపడే విధంగా ఉండాలని, దానికి అక్షరాస్యులు అందరూ కృషి చేయవలసిన అవసరం ఉందని అన్నారు. ఛాత్రోపాధ్యాయులు రేవతి, అక్షరాస్యత ఆవశ్యకతను వివరిస్తూ నిరక్షరాస్యత వలన కలిగే నష్టాలను కళా రూపకం రూపంలో ప్రదర్శించారు. కార్యక్రమంలో వైస్ ప్రిన్సిపాల్ గొట్టేటి రవి, అధ్యాపకులు యమ్. మహాలక్ష్మి, సారిపల్లి త్రినాధరావు, పేట హరిణి తదితరులు పాల్గొన్నారు. దేశ పౌరులందరూ అక్షరాస్యులు అయితేనే దేశ ప్రజల జీవన విధానంలో అభివృద్ధి కనిపిస్తుందని, అందుచేతనే మాట్లాడుతూ నిరక్షరాస్య వయోజనులను అక్షరాస్యులుగా మార్చుట కొరకు రూరల్ ప్రాంతాలలో అనేక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని విశాఖ జిల్లా వయోజన విద్యాశాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ వర్మ అన్నారు. ఆయన ముఖ్యఅతిథిగా చిట్టి వలస బాలురు ఉన్నత పాఠశాలలో వయోజన విద్యాశాఖ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ప్రపంచ అక్షరాస్యత దినోత్సవ వేడుకలలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పట్టణాలలో చదువుకునే వారి సంఖ్య పెరుగుతున్న గ్రామాలలో ఇంకా నిరక్షరాస్యులు ఉన్నారని పట్టణాల్లో కూడా వృద్ధులైన వారు నిరక్షరాశులుగానే మరణిస్తున్నారని వారందరినీ అక్షరాస్యులు చేసిన నాడు దేశాభివృద్ధి సాధ్యమవు తుందని అన్నారు. డైట్ అధ్యాపకుడు గొట్టేటి రవి మాట్లాడుతూ అక్షరాస్యతలో ప్రపంచంలో మన దేశం 160 వ స్థానంలో ఉందని, జాతీయ అక్షరాస్యత సగటుకుంటే మన రాష్ట్రం వెనుకబడి ఉందని, కాబట్టి అక్షరాసులైన ప్రతి ఒక్కరూ తమ కుటుంబాలలో ఉన్న నిరక్షరాస్యలను అక్షరాస్తులుగా మార్చాలని విద్యార్థులు ఈ లక్ష్యానికి పాటుపడి కృషి చేయాలని అన్నారు. పిఎసిఎస్ అధ్యక్షులు అక్కరమాని రామునాయుడు, పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు మురళీ మోహన్రావు, పేరెంట్స్ కమిటీ చైర్మన్ సత్యవతి తదితరులు మాట్లాడారు. అక్షరాస్యతపై పాఠశాల విద్యార్థులకు నిర్వహించిన వ్యాసరచన వక్తృత్వ పోటీలలో గెలుపొందిన విద్యార్థులకు బహుమతులు అందజేశారు.

అంతర్జాతీయ అక్షరాస్యతా దినోత్సవం సందర్భంగా మాకవరపాలెం మండలంలో మండల పరిషత్ ప్రాథమికోన్నత పాఠశాల, పైడిపాలలో సమావేశం నిర్వహించడమైనది ... ఈ సందర్భంగా MEO 2 P.S.N. Murty మాట్లాడుతూ నూరు శాతం అక్షరాస్యత సాధనకు అందరూ కృషి చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు ... MEO 1 Smt. M. Laxmi మాట్లాడుతూ మిషన్ GER 100 లో భాగంగా 18 సంవత్సరాల వయసు లోపు ఉన్న పిల్లలు అందరినీ పాఠశాలల్లో కాలేజీలలో చేర్చాలని కోరారు ... ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు ...



కే-యాన్ డిజిటల్ తరగతి గదుల ఎక్విప్మెంట్ ను వినియోగించుకుని విద్యార్థుల అభ్యసనా సామర్థ్యాలు మరింత మెరుగుపరచుకోవడానికి ఉపాధ్యాయులకు కృషి చేయాలని భారత్ డైనమిక్స్ సంస్థ డైరెక్టర్ శ్రీనివాసులు అన్నారు. ఆయన చిట్టివలస నందలి జిల్లా పరిషత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో భారత్ డైనమిక్స్ లిమిటెడ్ సమకూర్చిన డిజిటల్ తరగతులను సెప్టెంబర్ 8 న ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ విజయనగరం, విశాఖపట్నం జిల్లాలలో సంస్థ తరపున అనేక పాఠశాలకు డిజిటల్ తరగతులను అందించామని, పాఠశాలలు వాటిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అన్నారు. సమగ్ర శిక్ష అదనపు ప్రాజెక్టు కోఆర్డినేటర్ బి. శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ భారత్ డైనమిక్స్ లిమిటెడ్ అందించిన డిజిటల్ ఎక్విప్మెంట్ ను ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉపాధ్యాయులు సద్వినియోగం చేస్తూ విద్యార్థులకు బోధిస్తున్నారని, దీనివల్ల విద్యార్థులలో ప్రతి సబ్జెక్టు నేర్చుకోవడంలో ఆసక్తి పెరిగిందని అన్నారు. డైట్ లెక్చరర్ మరియు దీక్ష జిల్లా కోఆర్డినేటర్ గొట్టేటి రవి డిజిటల్ తరగతుల కేయాన్ ప్రొజెక్టర్ పని తీరు, పాఠ్య బోధనలో ఉపయోగపడే ఫీచర్స్ మొదలగునవి ప్రొజెక్టర్ పై వివరించారు. కార్యక్రమంలో డిజిటల్ తరగతుల ప్రాజెక్టు నిర్వహణ కోఆర్డినేటర్ రవీంద్ర, పాఠశాల హెచ్.ఎం. మురళి మోహన్ రావు, సమగ్ర శిక్ష ఏపీవో అప్పలనాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

********



# డైట్ లో ప్రపంచ ఓజోన్ దినోత్సవం

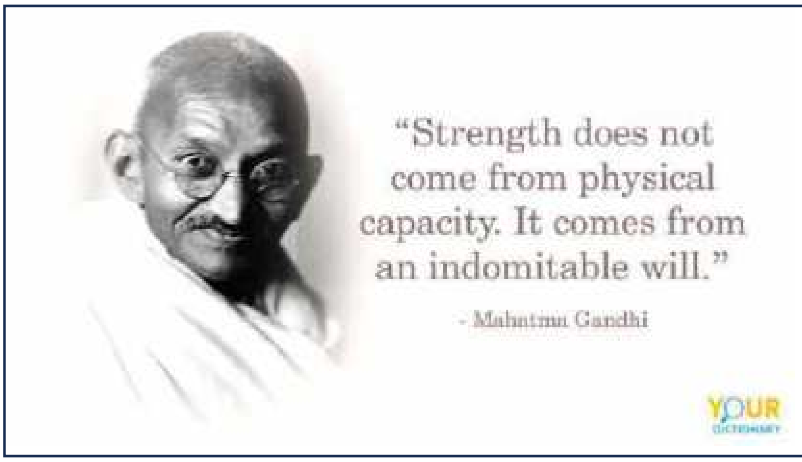
సూర్యుడి ఎండ వల్లే ఈ భూమిపై ప్రకృతి గమనం సాగుతోందని, అయితే సూర్యుడి నుండి వచ్చే అతినీల లోహిత కిరణాలను భూమిపై డైరెక్ట్ గా పడకుండా కాపాడుతున్నదే ఓజోన్ పొర అని, ఆ పొరను పరిరక్షించకపోతే జీవరాశి ఉనికికే పెద్ద ప్రమాదమని, కాబట్టి ఓజోన్ పొరను కాపాడుకోవాల్సిన బాధ్యత అందరిపై ఉందని డైట్ ప్రిన్సిపాల్ ఎల్. సుధాకర్ అన్నారు.

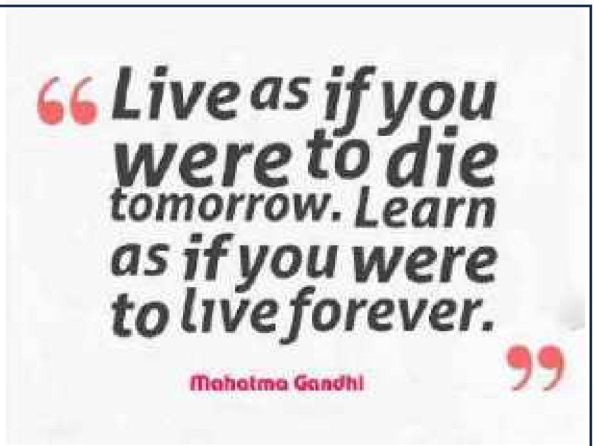
డైట్లో సెప్టెంబర్ 16 న ప్రపంచ ఓజోన్ పరిరక్షణ దినోత్సవాన్ని నిర్వహించిన సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడారు.

1975 లోనే అంటార్కిటికా ప్రాంతంలో ఓజోన్ పొర దెబ్బ తినడాన్ని శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారని నానాటికి అది పలచన అవుతూ 1987 నాటికి తీవ్రంగా దెబ్బతినిందని, మానవులు వినియోగిస్తున్న ప్రమాదకర వాయువులు, రసాయనాలే ఓజోన్ పొరను దెబ్బతీస్తున్నాయని ఆయన అన్నారు.

సైన్స్ అధ్యాపకుడు సి ఏ సోమయాజులు మాట్లాడుతూ ఓజోన్ పొరను దెబ్బతీస్తున్న 100 రకాల ఉత్పత్తులను వాడకుండా చేసేందుకు ప్రపంచ దేశాల మధ్య మాంట్రియల్ ప్రోటోకాల్ అనే ఒప్పందం సెప్టెంబర్ 16, 1987 న కుదిరిందని, అప్పటినుంచి ఏటా ఓజోన్ పరిరక్షణ దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తున్నారని, మనం కూడా జీవన అవసరాలలో ఫ్లూరో కార్బన్ వాయువులను విడుదల చేయుట తగ్గించాలని అన్నారు. మీకు దగ్గరలో ఉన్న వస్తువులే వాడండి, చుట్టుపక్కల లభించే వాటినే కొనుక్కోండి, దీనివల్ల పర్యావరణానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుందని, దూరంలో ఉన్నవి మనకు డెలివరీ కావాలంటే రవాణా తద్వారా ఇంధనాలు వినియోగం లో వచ్చే విష వాయువుల వల్ల వాతావరణ కాలుష్యంతో పాటు కూడా ఓజోన్ పొరను కూడా దెబ్బతీస్తాయని ఆయన అన్నారు.

ఛాత్రోపాధ్యాయులు గొడుగులు చేత పూని ఎండ నుంచి రక్షించినట్లుగా అతినీలలోహిత కిరణాల నుంచి ఓజోన్ పొర గొడుగు వలె కాపాడుతుందని ప్రదర్శన నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో వైస్ ప్రిన్సిపాల్ గొట్టేటి రవి, అధ్యాపకురాళ్లు మాధవి, మహాలక్ష్మి తదితరులు పాల్గొన్నారు.



# పాఠశాలను తనిఖీ చేసిన డైట్ ప్రిన్సిపాల్ మరియు అధ్యాపకులు.

సెప్టెంబర్ 12 న ఆనందపురం, పాండ్రంగి ఉన్నత పాఠశాలలను, చందక ప్రాథమిక పాతశాలలను డైట్ బృందం సందర్శించింది. భీమునిపట్నం మండలం నందలి ఈ నగరంపాలెం, టి. గొల్లల పాలెం, మూలకుద్దు గ్రామాలందలి ప్రాథమిక పాఠశాలను ప్రాథమికోన్నత పాఠశాలలను సెప్టెంబర్ 14 న డైట్ ప్రిన్సిపాల్ ఎల్. సుధాకర్ అధ్యాపకులు పి. హరిణి, సి.ఏ. సోమయాజులు ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. విద్యార్థుల తరగతి వారి సామర్థ్యాలను పరిశీలించారు ఉపాధ్యాయుల బోధనా తీరును, నోట్స్ లు, వర్క్ పుస్తకాల దిద్దుబాటును పరిశీలించారు. ఉపాధ్యాయుల పాఠ్య ప్రణాళికలు డైరీలు పరిశీలన చేశారు. విద్యార్థుల అభ్యసనా స్థాయి తరగతికి తగిన విధంగా లేకపోవడాన్ని గురించి,

ఉపాధ్యాయులు ఈ విషయంలో శ్రద్ధ వహించాలని సూచించారు. వర్క్ పుస్తకాల దిద్దడంలో అశ్రద్ధ కనపరచరాదని హెచ్చరించారు. ఉపాధ్యాయులు బోధిస్తున్న అన్ని తరగతుల సబ్జెక్టులకు పాఠ్య ప్రణాళికలు తప్పనిసరిగా రాయాలని, వాటి ప్రకారమే బోధనాభ్యాసన కృత్యాలు జరగాలని, జరిగిన వాటికి అనుగుణంగా డైరీలు రాయాలని అన్నారు. ఉపాధ్యాయులు పనివేళలో పాఠశాల విడిచి వెళ్ళరాదని, పాఠశాల పని నిమిత్తమై వెళ్లవలసి వచ్చినప్పుడు, మూవ్మెంట్ రిజిస్టర్ లో తప్పనిసరిగా నమోదు చేసి సీనియర్ ఉపాధ్యాయులకు బాధ్యత అప్పగించి వెళాలని హితవు పలికారు.

19.9.23 న భీమునిపట్నం మండలంలోని ఫిషర్ మెన్ కాలనీ, కుమ్మరిపాలెం, యాతపేట ప్రాథమిక పాఠశాలలను డైట్ అధ్యాపకులు సారిపల్లి త్రినాధ రావు, పేట హరిణిలు ఆకస్మికంగా సందర్శించి తనిఖీ చేశారు. విద్యార్థుల తరగతుల అనుసరించి వారి అభ్యసన స్థాయిలను పరిశీలించారు. వారు రాసిన వర్క్ పుస్తకాలు, నోట్స్ లు పరిశీలించారు. వాటిని ఉపాధ్యాయులు సకాలంలో దిద్దుబాటు చేసి ఉన్నారో లేదో తనిఖీ చేశారు. ఉపాధ్యాయులు తప్పనిసరిగా పాఠ్య ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకుని దాని ప్రకారం బోధించి, బోధనా సమయంలో విద్యార్థుల అభ్యసన రీతులను పరిశీలించి, టీచర్ డైరీలో నమోదు చేయాలని అన్నారు. విద్యార్థుల తెలుగు, ఆంగ్లం పఠనా నైపుణ్యాలను తరగతుల వారిగా పరిశీలించారు.

విద్యార్థుల అభ్యసనా స్థాయిలు అభివృద్ధి పరచడంలో ఉపాధ్యాయులు కీలకపాత్ర వహించాలని జిల్లా విద్యాశిక్షణ సంస్థ అధ్యాపకులు గొట్టేటి రవి, సారిపల్లి త్రినాధరావు, పి హరిణిలు అన్నారు. దేవరాపల్లి మండలం నందలి రైవాడ, దేవరాపల్లి మెయిన్ ప్రాథమిక పాఠశాలలను సెప్టెంబర్ 23 న ఆకస్మికంగా డైట్ బృందం తనిఖీ చేసింది. ఈ సందర్భంగా ఆయా పాఠశాలల్లో పిల్లల అభ్యసన స్థాయిలు అత్యంత బలహీనంగా ఉండడాన్ని, తగు రికార్డులు అందుబాటులో లేకపోవడాన్ని గమనించి మండిపడ్డారు. ఉపాధ్యాయులు తరగతివారి పాఠ్య ప్రణాళికలు, డైరీలు నిర్వహించకుండా బోధన చేయడం, విద్యార్థుల నోట్స్ లు వర్క్ పుస్తకాలు సిలబస్ ప్రకారం దిద్దకపోవడం, విద్యార్థులు తెలుగు ఆంగ్లం ధారాలంగా చదవలేకపోవడం, చిన్న గణిత ప్రక్రియలు చేయకపోవడాన్ని గమనించారు. ప్రభుత్వ విద్యా పథకాలను కార్యక్రమాలను అమలు చేయడంలో నిర్లక్ష్యం వహించరాదని

హెచ్చరించారు. మండలంలోని కస్తూరిబా బాలిక విద్యాలయాన్ని సందర్శించి, అందలి విద్యార్థులు మెరుగైన అభ్యసనా స్థాయిలు కలిగి ఉండడాన్ని గమనించి ప్రశంసించారు. అదే రోజు కె. కోటపాడు మండలంలోని కె.సంతపాలెం, చంద్రయ్యపేట ప్రాథమిక పాఠశాలలను డైట్ బృందం ఆకస్మికంగా సందర్శించారు. పాఠశాల విద్యార్థుల అభ్యసన స్థాయిలు సగం కంటే ఎక్కువ మంది విద్యార్థులు సాధించగలుగు

తున్నారు. గణిత ప్రక్రియలు కూడా ఎక్కువమంది పిల్లలు చేయగలడాన్ని గమనించారు. ఉపాధ్యాయుల పాఠ్య ప్రణాళికలు, టీచర్స్ డైరీలు పరిశీలించి తగు సూచనలు చేశారు. తరళ్ కార్యక్రమాన్ని పటిష్ఠంగా అమలు చేసి

విద్యార్థులలో అభ్యసన నైపుణ్యాలు అభివృద్ధి చెందే కృత్యాలను నిర్వహించాలని కోరారు. టోఫెల్ కొరకు విద్యార్థులను సిద్ధం చేయాలని ఎస్సిఆర్టి ద్వారా అందించబడే కృత్యాలను నిర్వహించి విద్యార్థులు ఆంగ్లంలో మంచి స్థాయి సాధించే విధంగా ఉపాధ్యాయులు కృషి చేయాలని కోరారు. ఈ సందర్శన లలో డైట్ వైస్ ప్రిన్సిపాల్ గొట్టేటి రవి, అధ్యాపకులు ఎస్. త్రినాధరావు, పి. హరిణిలు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థుల వర్క్ బుక్స్ రాయడాన్ని ఉపాధ్యాయులు కరెక్షన్స్ చేయడానికి పరిశీలించారు. వర్క్ బుక్ రాయడం అంటేనే సాధన చేయడం అని, విద్యార్థులు ప్రతి అభ్యాసాన్ని ప్రాక్టీస్ చేసే విధంగా వర్క్ బుక్ కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని

అధ్యాపకులు ఉపాధ్యాయులకు తెలిపారు. ఉపాధ్యాయులు రాస్తున్న పాఠ్య ప్రణాళికలు టీచర్స్ డైరీలను పరిశీలించారు. డైరీ నందలి 'అబ్జర్వేషన్ అండ్ ఛాలెంజెస్' రాయవలసినచోట ఉపాధ్యాయులు తాము బోధించిన లేక నిర్వహించిన విషయం మాత్రమే రాస్తున్నారని, అలా కాకుండా పాఠ్య బోధన జరుగుతున్నప్పుడు విద్యార్థులను గమనిస్తూ, వారికి బోధనా అంశం అర్థమవుతుందా లేదా, లేక ఉపాధ్యాయుని బోధనను పిల్లలు అనుసరించగలుగుతున్నారా?, వారిని ప్రశ్నలు అడిగేటప్పుడు స్పందించగలుగు తున్నారో లేదో మొదలగు అంశాలను పరిశీలించి, ప్రతీ విద్యార్థి చేరుకునే స్థాయిని నమోదు చేయాలని, పాఠ్యాంశ భావన అర్థం కాని విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయుని బోధన అనుసరించ లేకపోతున్న విద్యార్థులు, పాఠ్యాంశంపై శ్రద్ధ చూపలేకపోతున్న విద్యార్థులు, సరైన రీతిగా స్పందించలేకపోతున్న విద్యార్థులు మొదలగువారిని కూడా గమనిస్తూ వారి వెనుకబాటుకు గల కారణాలను తెలుసుకుంటూ వాటిని చాలెంజెస్ గా

పరిగణించి నమోదు చేయాలని, ఈ అవాంతరాలను తొలగించడానికి పాఠ్య ప్రణాళికను సవరించుకుంటూ బోధన సాగించాలి అని, తదనుగుణంగా తదుపరి ప్రణాళికను రూపొందించుకొని, డైరీలో నమోదు చేయాలని డైట్ అధ్యాపకులు తెలిపారు.

సందర్శించిన వివిధ పాఠశాలల ఉపాధ్యాయులు అకడమిక్ అంశాలలో వెలుబుచ్చిన అనేక సందేహాలకు అధ్యాపకులు సమాధానాలు ఇచ్చారు. కఠిన అంశాలలో మాదిరి బోధనను చేసి చూపించారు. సెప్టెంబర్ 26, 27 తేదిలలో జరిగిన స్కూల్ కాంప్లెక్స్ సమావేశాలు జరిగిన వాడపాలెం, తోటగరువు, చంద్రంపాలెం, గోపాలపట్నం, సబ్బవరం, పెందుర్తి, అడవివరం ఉన్నత పాఠశాలలను సందర్శించి ఉపాధ్యాయులకు వలయు సూచనలు చేసారు.

*******

వివిధ సంస్కృతులకు, విభిన్న భాషలకు, విభిన్నమైన నాగరికతలకు నెలవైన భారత దేశంలోని హిందీ భాషను రాజ భాషగా గౌరవుంచవలసిన అవసరముందని డైట్ ప్రిన్సిపాల్ ఎల్ సుధాకర్ అన్నారు. భీమిలి డైట్ లో గురువారం 'హిందీ దివస్' వేడుకలను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ హిందీ మాధుర్యాన్ని, ఇతర రాష్ట్రాలు సందర్శించినప్పుడు గల హిందీ అవసరాన్ని ఆయన తెలియజేసారు. వైస్ ప్రిన్సిపాల్ గొట్టేటి రవి మాట్లాడుతూ హిందీని దేవనాగిరి లిపిలో రాస్తామని, ఇందులో చాలా మాండలికాలు కనిపిస్తాయని, వీటిలో బ్రజ్, ఖరీ, బోలీ, బుందేలీ, అవధి, బాఘేలి వంటి మాండలికాలు ఉన్నాయని, మన దేశంలో అత్యధికంగా హిందీ మాట్లాడే రాష్ట్రాలు ఉన్నాయన్నారు. ప్రపంచ భాషల్లో అత్యధికంగా మాట్లాడే భాషలను పరిశీలిస్తే హిందీ నాల్గవ స్థానంలో నిలిచిందని, హిందీకి ముందు మొదటి స్థానంలో ఇంగ్లీష్ ఉండగా, రెండవ స్థానంలో స్పానిష్, మూడవ స్థానంలో మాండరిన్ భాషలు ఉన్నాయన్నారు.

ఛాత్రోపాధ్యాయులు తమ హిందీ ప్రావీణ్యాన్ని ప్రదర్శించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యాపకులు శ్రీమతి ఎం. మహాలక్ష్మి, శ్రీ సి ఏ సోమయాజులు, శ్రీమతి జె. మాధవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

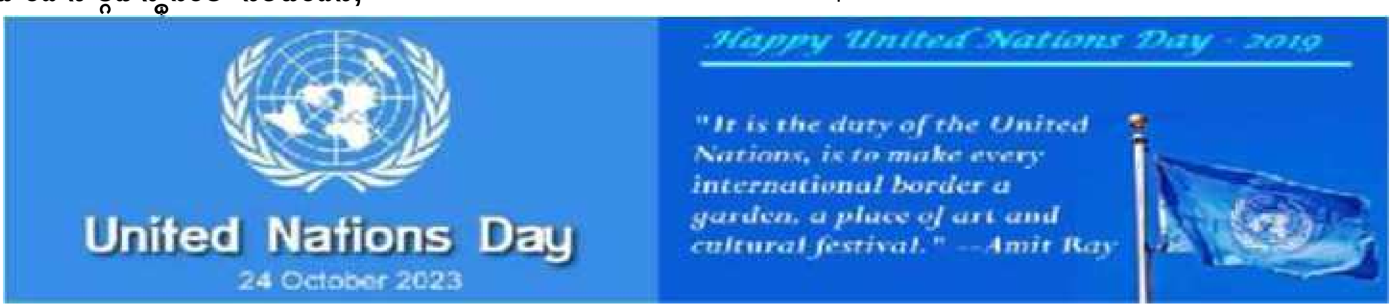
***బూరుగుపాలెం హైస్కూల్ లో హిందీ దివస్:***

జిల్లా పరిషత్తు ఉన్నత పాఠశాల బూరుగుపాలెంలో ఈరోజు హిందీ దినోత్సవాన్ని ఎంతో ఘనంగా హిందీ ఉపాధ్యాయిని శ్రీమతి కోలా మృణాళిని నిర్వహించారు. మన జాతీయ భాష హిందీ ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. విద్యార్థిని విద్యార్థులు అందరికీ హిందీ భాషకు సంబంధించి గీతాలు, ఎస్సే రైటింగ్ , డిబేట్, డ్రాయింగ్, హిందీ పోయెమ్స్ వంటి పోటీలు నిర్వహించారు. గెలుపొందిన విద్యార్థులు 15 మందికి మంచి బహుమతులు అందించారు.

మన రాజ్యాంగంలోని 343 వ ఆర్టికల్ ప్రకారం హిందీని జాతీయ భాషగా స్వీకరించారు.

సుమారు 250 మిలియన్ల మంది హిందీ భాషను మాట్లాడుతున్నారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు శ్రీ నాగేశ్వ రరావు, పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

*****



# గురజాడ జయంతి

మాకవరపాలెం మండలం జంగాలపల్లి పంచాయతీ మండల పరిషత్ ప్రాథమికోన్నత పాఠశాలలో గురువారం గురజాడ అప్పారావు 161 వ జయంతి వేడుకలు పురస్కరించుకొని మండల విద్యాశాఖ అధికారి పి ఎస్ఎన్ మూర్తి గురజాడ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించారుఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గురుజాడ ఆనాటి సమాజంలో ఉన్న దురాచారాలను ఎండగడుతూ కన్యాశుల్కం దిద్దుబాటు పుత్తడిబొమ్మ పూర్ణమ్మ అనే విప్లవాత్మకమైన రచనలు ద్వారా సమాజం లో పరివర్తన తీసుకొచ్చిన మహనీయులు గురజాడ అప్పారావు అని మండల విద్యాశాఖ అధికారి పి ఎస్ఎన్ మూర్తి అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఉత్తరాంధ్ర వాసిగా ఆ రోజుల్లో సామాజిక బాధ్యతతో సమాజ హితంగా ఆనాటి సమాజం లో వరకట్నం, బాల్య వివాహాలకు వ్యతిరేకం సామాజిక అసమానతల పై గురజాడ చేసిన కృషి మరువలే మన్నారు. గురజాడ వాడుక భాష లో సమాజ హితమైన ఎన్నో రచనలు,ఆయన సేవలు నేటికీ మనకు ఆదర్శం అని పేర్కొన్నారు. ఆయన అద్భుత రచనల్లో కన్యాశుల్కం అత్యంత ఆదరణ పొందిందన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లో సి ఆర్ పి గణేష్ ప్రధానోపాధ్యాయులు ఎస్ ఎస్ రామచంద్ర మూర్తి ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

# నిజాయతి — కథ

ఒక ఊర్లో మంచి పేరు ప్రతిష్టలు కలిగిన పండితుడు ఒకాయన ఉండేవాడు. చాలా చక్కని వాక్పటిమ గలవాడు. ఆయన ఆలయం ఆవరణలో కూర్చొని ప్రవచనం చెబుతూ వుంటే వేలమంది జనం అలా కదలకుండా బొమ్మల్లా వింటూ ఉండిపోయేవాళ్ళు. ఆయన ప్రఖ్యాతి చుట్టుపక్కల చాలా గ్రామాల్లో వ్యాపించింది.

ఒకసారి ఆయన ప్రవచనం నిమిత్తం పొరుగూరు వెళ్ళవలసి వచ్చింది. ఆ ఊరు వెళ్ళే బస్సు ఎక్కి టికెట్ తీసుకున్నాడు. అయితే పొరపాటున బస్సు కండక్టర్ 10 రూపాయలు ఎక్కువ ఇచ్చాడు. పండితుడు అది గమనించి తిరిగి ఇవ్వాలని యోచించాడు. కానీ బస్సునిండా జనం కిక్కిరిసి ఉండటంతో, దిగేటప్పుడు ఇద్దాంలే అనుకుని కూర్చున్నాడు. కొద్ది సేపు తరువాత అతని మనసులొ ఆలోచనలు మారాయి. 'ఆ కండక్టరు కూడా ఎంతమంది దగ్గర చిల్లర కొట్టేయడం లేదు. ఈ బస్సు కూడా ఒక సంస్థదే కదా! ఎంత మంది తినటంలేదు? నా పది రూపాయలకే నష్టపోతుందా ఏమిటి? ఈ పది రూపాయలు ఏదైనా దైవ కార్యనికి ఉపయోగిస్తా......' అని అనుకుని మౌనంగా కూర్చున్నాడు. అంతలో వూరు వచ్చింది.... బస్సు ఆగింది. కానీ ఆయన దిగేటప్పుడు బస్సు కండక్టర్ దగ్గరికి రాగానే తన ప్రమేయం ఏమాత్రం లేకుండా అసంకల్పితంగా కండక్టరుకు ఇవ్వవలిసిన పది రూపాయలు ఇచ్చి "మీరు నాకు టికెట్ ఇచ్చేటప్పుడు ఇవి ఎక్కువగా ఇచ్చారు" అన్నాడు. దానికి ఆ కండక్టర్ "అయ్యా! నేను మీ ప్రవచనాలు ఎంతో శ్రద్ధగా వింటాను. మీరు చెప్పడంతోటే సరిపెట్టుకుంటారా లేక పాటిస్తారా అని చిన్న పరీక్ష చేశాను" అని అన్నాడు. పండితుడు చల్లటి చిరు చెమటలతో బస్సు దిగి 'పది రూపాయల కోసం తుచ్ఛమైన ఆశతో నా విలువలకే తిలోదకాలు ఇవ్వబోయాను... నా అదృష్టం బాగుంది. నా మనస్సాక్షి సరైన సమయంలో సరియైన నిర్ణయం తీసుకొని నా విలువలను కాపాడింది' అనుకున్నాడు. జీవిత కాలం పాటు సంపాదించుకున్న మంచితనం కూడాసర్వనాశనం కావడానికి క్షణం చాలు.

ఈ దేశం కోసం, ఈ నేల, మట్టి కోసం ప్రాణాలర్పించిన దేశ నాయకులు, సైనికులు అమరవీరులను స్మరించుకుంటూ మేరీ మట్టి-మేరా దేశ్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం భారతీయులందరికీ స్ఫూర్తిదాయకమని డైట్ ప్రిన్సిపాల్ ఎల్. సుధాకర్ అన్నారు.

శుక్రవారం జిల్లా విద్యా శిక్షణ సంస్థలో ఆయన ఆధ్వర్యంలో 'మేరీ మాటి మేరా దేశ్' కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ నేల పై పుట్టిన ప్రతి ఒక్కరూ రక్తసంబంధీకులే అని, అందుచేత ఐకమత్యంతో దేశాభివృద్ధి కోసం ప్రతి ఒక్కరు తమ వంతు కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఛాత్రోపాధ్యాయులు 'నా నేల నా దేశం' అంశంపై తయారుచేసిన వివిధ రకాల ప్రదర్శనలను ప్రదర్శిస్తూ భీమునిపట్నంలో ర్యాలీ నిర్వహించారు. అంబేద్కర్ కూడలిలో సమావేశమై దేశభక్తి గీతాలు ఆలపిస్తూ, దేశభక్తి నినాదాలు చేశారు. కార్యక్రమంలో డైట్ వైస్ ప్రిన్సిపాల్ గొట్టేటి రవి, అధ్యాపకులు సిప సోమయాజులు, జె. మాధవి, సారిపల్లి త్రినాధరావు, పి. హరిణి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖపట్నం ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా వివిధ పాఠశాలల్లో ఈ కార్యక్రమాన్ని దేశ భక్తి ఇనుమడించే విధంగా ఉత్సాహంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో విద్యాశాఖాధికారులు, సిబ్బంది, విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులతో పాటు పేరెంట్స్ కమిటి సభ్యులు, పిల్లల తల్లిదండ్రులు ఇతర శాఖల అధికారులు అధిక మొత్తంలో పాల్గొని విజయవంతం చేసారు.

Meri Maati-Meri Desh school level activities in Erstwhile District

ZPHS, K.Venkatapuram, Kotauratla Md, Anakapalli dt.

K.G.B.V., G.Madugula ASR dt.

GVMCHS, Madhuranagar, Visakhapatnam

ZPHS, Sunil sharma Colony, Chinagadili md, Visakhapatnam

GHS, Bheemunipatnam, Visakhapatnam dt.

ZPHS, Gopalapatnam, Chinagadili Md, Visakha dt.

ZPHS, Gajuwaka, Visakhapatnam dt.

ZPHS (Girls), Gopalapatnam, Chinagadili Md, Visakha dt.

ZPHS, Chinthalaagraharam, Pendurthi Md, Visakha dt.

GVMCHS, NGGOs Colony, Visakhapatnam dt.

ZPHS, Pendurthi (PT), Pendurthi Md, Visakha dt.

Sacred Heart HS, Gnanapuram, Visakha patnam dt.

GHS, Pendurthi, Pendurthi Md, Visakha dt.

GVMCHS, 18 Ward, Bheemunipatnam, Visakha dt.

ZPHS, Boni, Anandapuram Md, Visakha dt.

ZPHS, D.L.Puram, Nakkapalli Md, Anakapalli dt.

ZPHS, Saitharupeta, S. Rayavaram Md, Anakapalli dt.

Devipatnam Md, A.S.R. dt.

అంతర్జాతీయ బాలికా దినోత్సవం ప్రతి సంవత్సరం అక్టోబరు 11 న నిర్వహించ బడుతోంది. బాలికలపై జరుగుతున్న అత్యాచారాలను, అనర్థాలను నివారించి, వారి హక్కులను తెలియజేసేందుకు ఐక్యరాజ్యసమితి ఈ దినోత్సవాన్ని ప్రకటించింది. అమెరికన్ పౌరహక్కుల కార్యకర్త ఎలానార్ రూజ్‌వెల్ట్, 192 దేశాలు సంతకం చేసిన మానవ హక్కుల ప్రకటనలో స్త్రీ, పురుష సమానత్వాన్ని ప్రతిబింబించేలా మ్యాన్ అన్న పదాన్ని పీపుల్‌గా మార్చింది. మహిళల ఆత్మగౌరవం కాపాడడం కోసం పోరాటం చేసిన ఎలానార్ రూజ్‌వెల్ట్ పుట్టిన రోజైన అక్టోబరు 11ను అంతర్జాతీయ బాలికా దినోత్సవంగా ఐక్యరాజ్య సమితి గుర్తించింది. 2012, అక్టోబరు 11 న తొలిసారిగా ఈ దినోత్సవం జరుపబడింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా బాలికలు ఎదుర్కొంటున్న లింగ అసమానతలు (విద్య, పోషణ, చట్టపరమైన హక్కులు, వైద్య సంరక్షణ, రక్షణ, హింస, బలవంతపు బాల్య వివాహం) పై, వివక్షతపై అవగాహన పెంచడం ఈ దినోత్సవ ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. బాలికలు, యువతులు వారివారి రంగాలలో ప్రచారం, పరిశోధనలకు సంబంధించి సాధించిన అభివృద్ధిని ప్రతిబింబించేలా ఈ దినోత్సవ వేడుకలు జరుగుతాయి. ప్రాముఖ్యత:. విద్య, పోషణ, చట్టపరమైన హక్కులు, వైద్య సంరక్షణ, రక్షణ, హింస, బలవంతపు బాల్య వివాహాలపై, వివక్షతపై అవగాహన పెంచడం జరుపుకొనే రోజు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా బాలికలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై ఈ అంతర్జాతీయ బాలికా దినోత్సవం. అవగాహన కలిగిస్తుంది. ప్రపంచ అభివృద్ధికి సంబంధించిన అనేక ప్రణాళికలలో బాలికలను చేర్చడంగానీ, వారిని పరిగణించడంగానీ చేయడంలేదు, అలాగే వారి సమస్యలను కూడాపట్టించు కోవడం లేదు.వాషింగ్టన్ లోని యునైటెడ్ స్టేట్స్ అంతర్జాతీయ అభివృద్ధి సంస్థ 2014లో అందించిన వివరాల ప్రకారం, ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 62 మిలియన్లకు పైగా బాలికలకు విద్యఅందడంలేదు.ప్రపంచవ్యాప్తంగా 5 నుండి 14 సంవత్సరాల వయస్సు గల బాలికలు, అదే వయస్సు గల అబ్బాయిల కంటే 160 మిలియన్ గంటలకుపైగా ఇంటి పనుల కోసం తమ సమయాన్ని కేటాయిస్తున్నారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా, నలుగురి బాలికల్లో ఒకరికి 18 ఏళ్లకంటే ముందుగానే వివాహం జరుగుతోంది. 2016, అక్టోబరు 11న, ఐక్యరాజ్యసమితి వుమెన్ గుడ్ విల్ అంబాసిడర్ ఎమ్మా వాట్సన్, బలవంతపు బాల్య వివాహాలను అంతం చేయాలని ప్రపంచ దేశాలను, కుటుం బాలను కోరింది. బాలికలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల గురించి తెలియజేయడమే కాకుండా, ఆ సమస్యలు పరిష్కరించ బడినప్పుడు జరిగే పరిణామాల గురించి కూడా అవగాహన పెంచడానికి ఈ దినోత్సవం ఉపయోగపడుతోంది. బాలికలను విద్యావంతులను చేసి, బాల్య వివాహాలు తగ్గించడంలో విద్యను అభ్యసించిన బాలికలు అధిక వేతనాలతో ఉద్యోగాలు పొందడంలో మార్గదర్శకంగా నిలవడం ద్వారా మహిళత ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి కూడా సహాయపడుతోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా తన కార్యకలాపాలు నిర్వహించే ప్లాన్ ఇంటర్నే షనల్ అనే ఒక ప్రభుత్వేతర సంస్థ ప్రాజెక్టుగా ఈ అంతర్జాతీయ బాలికా దినోత్సవం ప్రారంభమైంది. ప్లాన్ ఇంటర్నేషనల్ రూపొందించిన 'బికాజ్ ఐ యామ్ ఎ గర్ల్' అనే క్యాంపెయిన్ నుండి అంతర్జాతీయదినోత్సవ నిర్వహణ, వేడుకల ఆలోచన వచ్చింది. ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా, ముఖ్యంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో బాలికలను సంరక్షించే ప్రాముఖ్యతపై అవగాహన పెంచుతుంది. కెనడాలోని ప్లాన్ ఇంటర్నేషనల్ ప్రతినిధులు కెనడియన్ ఫెడరల్ ప్రభుత్వాన్ని సంప్రదించి మద్దతుదారుల కూటమిని కోరుతూ అంతర్జాతీయంగా అవగాహన పెంచుతూ, చివరికి ఐక్యరాజ్య సమితిని కూడా ఇందులో పాల్గొనాలని కోరింది. ఐక్యరాజ్యసమితి సర్వ సభ్య సమావేశం లో కెనడా తన తీర్మానంతో అంతర్జాతీయ బాలికా దినోత్సవాన్ని అధికారికంగా ప్రతిపాదించింది. కెనడా మహిళామంత్రి రోనా అంబ్రోస్ ఈ తీర్మానాన్ని స్పాన్సర్ చేసింది; 55వ ఐక్యరాజ్యసమితి కమిషన్‌లో మహిళల స్థితిగతులపై మద్దతుగా మహిళలు, బాలికల ప్రతినిధి బృందం ప్రదర్శనలు చేసింది. 2011, డిసెంబరు 19 న జరిగిన ఐక్యరాజ్యసమితి సర్వసభ్య సమావేశం లో 2012, అక్టోబరు 11 న తొలి అంతర్జాతీయ బాలికా దినోత్సవంగా ఆమోదించే తీర్మానానికి ఓట్లు వేయగా, అధికారికంగా బాలికా దినోత్సవం గుర్తించబడింది.

జాతీయ బాలికా దినోత్సవం లక్ష్యాలు: ప్రజల్లో చైతన్యాన్ని పెంపొందించడంతోపాటు సమాజంలో ఆడపిల్లలకు కొత్త అవకాశాలు కల్పించడం.ఆడపిల్లలు ఎదుర్కొంటున్న అన్ని అసమానతలను తొలగించడం. దేశంలో ఆడపిల్లలు వారి హక్కులు, గౌరవం, విలువను పొందేలా చేయడం. లింగవివక్షపై పని చేయడం, ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడం. ఆడపిల్లఅంటే ఆటబొమ్మ కాదు.. ఒక అద్వితీయ శక్తి అన్నాడో మహా రచయిత. అయితే నేడు

బాలలతో పాటు బాలికలకూ సమానత్వం అనేది లభిస్తోందా.. అంటే భిన్న వాదనలు తెరమీదికి వస్తాయి. వారి హక్కుల ఉల్లంఘన జరుగుతున్నప్పుడు  ప్రశ్నించడానికి.. నేటి సమాజంలో వారు ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్లని ప్రపంచానికి తెలియజేయడానికి.. యావత్ మానవాళి అంతటికీ అవగాహన పెంచే ఉద్దేశంతో ప్రతీ ఏడాది అక్టోబరు 11వ తేదీన ఐక్యరాజసమితి ఆధ్వర్యంలో జరిగే ఒక ప్రత్యేకమైన రోజే "అంతర్జాతీయ బాలికల దినోత్సవం". ఒక ఆధిపత్య భావం, అసమానత, చిన్నచూపు, వేధింపులు, హింస.. ఇందులో ఏదో ఒకదానిని కౌమార దశలో ఆడపిల్ల ఎదుర్కొంటుందన్న మాట వాస్తవమే కదా!. స్త్రీ అధమురాలే అని నూటికి నూరు పాళ్లు భావించే కొందరు పురుషుల అభిప్రాయాల వలనే ఇలాంటి దుష్భావనలు ఏర్పడుతున్నాయి. ఆడపిల్ల ఎప్పటికైనా తమను విడిచి అత్తవారింటికి వెళ్లిపోవాల్సిందేగా.. అని ఆలోచించే తల్లిదండ్రుల మనస్తత్వం అభద్రతాభావాన్ని కలిగించి వారికి తమ కుమార్తె పైనున్న ప్రేమను, అభిమానాన్ని దూరం చేస్తే..  వేగంగా వివాహం చేసి ఒక బాధ్యతను తీర్చుకోవాలనుకొనే తల్లిదండ్రుల ఆలోచనతీరు వలన అదే ఆడపిల్ల తన కలలకు, ఆకాంక్షలకు దూరమవుతోంది. అయితే గత రోజులతో పోల్చిచూస్తే.. మార్పు అనేది నేడు అనివార్యమైంది. జనాల్లో కూడా చైతన్యం వస్తోంది. బాలికలకు కూడా ఉన్నత చదువులు చెప్పించడంలో అనేకమంది తల్లిదండ్రులు తమదైన పాత్ర పోషిస్తున్నారు. అయితే సమానత్వం విషయంలో వారు తమ కుమారులతో పోలి చూస్తే..కుమారుని కన్నా కుమార్తెలకు ఎంత స్వాతంత్ర్యం ఇస్తున్నారన్నది ప్రశ్నే.  ఇక కౌమార దశలో బాలికల భద్రత మీద కూడా అనేక సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ముఖ్యంగా యువత మీద పడుతున్న సినిమాల ప్రభావంతో వారు తమ ఈడు ఆడపిల్లలను అధములుగా చూస్తూ.. వేధిస్తూ.. అప్పుడప్పుడు మానసికంగా కూడా హింసించడానికి సిద్ధమవుతున్నారు. సినిమాల్లో మాదిరిగా హీరోయిజం చూపిస్తూ.. తాము కూడా ప్రేమలో పడాలని భావిస్తూ.. అందుకు ఆడపిల్లలను బలిపశువులను చేస్తున్నారు. తమ ప్రేమను అంగీకరించని  బాలికలపై అఘాయిత్యాలకూ, ఆసిడ్ దాడులకూ పాల్పడుతున్నారు. సమ సమాజం ఆమోదించని ఘటనల వలన బాలికల భద్రతపై ఇంకా అనేక సందేహాలు వెల్లు వెత్తుతున్నాయి. ఆడపిల్ల నట్టింట్లో తిరుగుతుంటే.. ఆ ఇంట్లో మహాలక్ష్మి ఉన్నట్టే ఉంటుంది. ఆడపిల్ల నవ్వు ఓ పువ్వులా ఇంటికి అందాన్నిస్తుంది. అమ్మాయి అనురాగం పంచుతుంటే.. ఆప్యాయంగా నాన్నా అని పిలుస్తుంటే.. అంతకు మించిన ఆనందం ఏముంటుంది..? చెల్లిలా, తల్లిలా, స్నేహితురాలిలా.. మనకు జీవితాంతం తోడుంటుంది. చదువులో, ఉద్యోగంలో, ఇంటా బయటా ప్రతిచోటా ఒక ధీరలా, ప్రజ్ఞావనిలా రాణిస్తుంది. ఆకాశంలో సగం తామంటూ.. అన్ని రంగాల్లో సత్తా చాటుతున్న ఆడపిల్లలకు.. ఇప్పటికీ ఆటంకాలూ అవరోధాలూ ఎదురవు తూనే ఉన్నాయి.ప్రాచీన కాలంలో మహిళలను ఎంతో గౌరవించే వారు. కానీ కాలంతోపాటు పరిస్థితి మారింది. ప్రజల ఆలోచనలో మార్పుల ఫలితంగా... ఆడపిల్లను వంటింటికి పరిమితం చేశారు. మళ్లీ ఆధునిక కాలంలో ఆడపిల్లల పరిస్థితి క్రమంగా మారుతోంది.  అన్ని రంగాల్లోనూ మహిళలు సత్తా చాటుతున్నారు. కానీ ఇప్పటికీ వివక్షను ఎదుర్కొంటున్నారు. సతీ లాంటి దురాచారాలు లేకున్నా.. బాల్యవివాహాలు, వరకట్న వేధింపులు, అత్యాచారాలు, చదువులో, అవకాశాల కల్పన లో అసమానత్వం అనేవి అడుగడుగునా కని పిస్తున్నాయి.  ఈ విషయాలను ప్రధాన కేంద్రం గా చేసుకొని UNITE TO END VIOLENCE AGAINST WOMEN CAMPAIGN అనే కార్యక్రమాన్ని ఐక్యరాజసమితి ఎప్పుడో ప్రారంభించింది. ఎలాంటి ధోరణులు సమాజ వికాసానికి, బాలికల సాధికారతకు అవరోధం కలిగిస్తాయో, వాటిని కట్టడి చేయడానికి, అందుకు గాను పోలీసు వ్యవస్థను, పౌర వ్యవస్థను సన్నద్ధం చేయడానికి ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఎంతగానో దోహద పడుతున్నాయి. విద్య, వివాహం, కెరీర్ లాంటి విషయాల్లో బాలికలకు పూర్తి స్వేచ్ఛ ఉండాల్సిందేనని ప్రజా సంఘాలు తీర్మాని స్తున్నాయి. బాలికల వికాసం విషయం లో ఆశాజనకమైన ఫలితాలను పొందుతున్నా మని మనం చెప్పుకుంటున్నా.. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఇంకా 36 మిలియన్ల మంది బాలికలు పాఠశాల విద్యను అందుకోలేక పోవడం గమనార్హం. ఇది ఆలోచించాల్సిన విషయమే.  అలాగే ప్రస్తుతం ప్రపంచవ్యాప్తంగా 70 కోట్లమంది అడపిల్లల వివాహాలు 18 సంవత్సరాల లోపునే జరుగుతున్నాయి. వీళ్లలో ప్రతి ముగ్గురిలో ఒకరి కంటే ఎక్కువ మంది బాలికల వివాహం 18 సంవత్సరాలలోపే జరుగుతోంది. ఈ విషయం మీదనే భారత సుప్రీంకోర్టు స్పందించింది. 15 నుండి 18 సంవత్సరాల లోపు ఉన్న బాలికలతో సంసార బంధం ఏర్పరచుకోవడం నేరమని పేర్కొంది.ఈ క్రమంలో మనం కూడా అంతర్జాతీయ బాలికల దినోత్సవం సందర్భంగా ఒక మార్పును ఆహ్వానించడానికి ప్రయత్నిద్దాం.. మన ఇంట్లోని బాలికలతో పాటు, సమాజంలో మనకు తారసపడే ప్రతీ బాలికకు తోడ్పడే విధంగానే నడుచుకుందాం.. మన చేతలు వారిని కష్టపెట్టకుండా ఉండేందుకు తాపత్రయ పడదాం.. ఎవరైనా బాలిక స్వేచ్ఛను హరించే విధంగా ప్రవర్తిస్తే.. ప్రతిఘటించడానికే శ్రీకారం చుడదాం, పురుషహంకారాన్ని వదిలి, మానవతకు పెద్దపీట వేద్దాం.. !

******

...డి. నలమహారాజు,SA, IEDSS , ZPHS వీరనారాయణం, వి. మాడుగుల, అనకాపల్లి.

ప్రైవేటు యాజమాన్యాలు పాఠశాలలను నూతనంగా ప్రారంభించాలంటే G.O.MS No.1 ప్రాప్తి మేరకు ఓపెనింగ్ ప్రపోజల్స్ మాన్యువల్ గా కాకుండా ఆన్లైన్లో మాత్రమే ఇకపై సమర్పించవలసి ఉంటుందని జోన్-1 విద్యాశాఖ రీజనల్ జాయింట్ డైరెక్టర్ శ్రీమతి ఎం. జ్యోతి కుమారి అన్నారు. సెప్టెంబర్ 7వ తేదీన ఉమ్మడి విశాఖపట్నం చెందిన మూడు కొత్త జిల్లాల ప్రైవేటు పాఠశాలల కరస్పాండెంట్లు ప్రిన్సిపాల్ లకు ఒకరోజు అవగాహన కార్యక్రమాన్ని విశాఖపట్నం నందలి VMRDA చిల్డ్రన్ ఎరినా నందు నిర్వహించడమైనది. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ డైట్ అధ్యాపకుడు గొట్టేటి రవి ప్రైవేటు యాజమాన్య పాఠశాలల పర్మిషన్ రికగ్నిషను పొందడం రికగ్నిషను ను నవీకరించడం (రెన్యువల్) మొదలగు

అంశాలు ఆన్లైన్లో ఏ విధంగా దరఖాస్తు చేసుకోవాలో ప్రభుత్వ చలాన్ ఏ విధంగా జనరేట్ చేయాలో నాన్ అబ్జెక్షన్ సర్టిఫికెట్లకు ఏ పద్ధతి ఎలా పాటించాలో కూలంకషంగా పవర్ పాయింట్ ద్వారా వివరించారు. సెప్టెంబర్ 15 న శ్రీకాకుళం, మన్యం జిల్లాలకు చెందిన ప్రైవేటు పాఠశాలల యాజమాన్యాలకు శ్రీకాకుళం నందలి గురజాడ విద్యాసంస్థ లో నిర్వహించడం జరిగినది. సెప్టెంబర్ 20 వ తేదీన విజయనగరం నందలి గురజాడ పాఠశాలలో విజయనగరం జిల్లాకు చెందిన ప్రైవేటు పాఠశాలల కరస్పాండెంట్లు ప్రిన్సిపాల్ లకు అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగినది. ఆన్లైన్ పద్ధతిలో ఇకపై నూతన పాఠశాలలకు దరఖాస్తు మరియు రికగ్నైజేషన్ రెన్యువల్స్ విధానములోని చేయవలసి ఉందని తెలియజేశారు. వీటికి సంబంధించిన వెబ్సైటు అడ్రస్, యూజర్ మాన్యువల్స్ సాఫ్ట్ కాపీలను అందజేయడమైనది.

## నవంబర్ 3 న రాష్ట్ర విద్యా ఎచీవ్మెంట్ సర్వే

ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర స్థాయిలో స్టేట్ ఎడ్యుకేషనల్ ఎచీవ్మెంట్ సర్వే 2023 (SEAS 23) నవంబర్ 3 వ తేదీన శాంపిల్ స్కూల్స్ లో నిర్వహించడం జరుగుతుంది. అంతకు ముందుగానే ఫీల్డ్ ఇన్వెస్టిగేటర్లు ఎంపిక చేయబడతారు. వారికి రెండు రోజులపాటు శిక్షణ జిల్లా స్థాయిలో జిల్లా విద్య శాఖాధికారి, డైట్ ప్రిన్సిపాల్, డిసిఇ బోర్డు కార్యదర్శి కో-ఆర్డినేటర్లుగా వ్యవహరిస్తారు. ఇది ఎంపిక చేయబడిన ప్రభుత్వ యాజమాన్య మరియు ప్రవేట్ యాజమాన్య పాఠశాలలలో నిర్వహిస్తారు. మూడవ తరగతి, ఆరవ తరగతి, తొమ్మిదవ తరగతి విద్యార్థులకు నిర్వహిస్తారు. 3 వ తరగతి విద్యార్థులకు మూడవ తరగతి సిలబస్ పైన, 6వ తరగతి విద్యార్థులకు, ఐదవ తరగతి సిలబస్ పైన, 9వ తరగతి విద్యార్థులకు ఎనిమిదవ తరగతి సిలబస్ పైన పరీక్ష నిర్వహిస్తారు. 3 వ తరగతి మరియు 6వ తరగతి విద్యార్థులకు లాంగ్వేజ్, మాథ్స్, పరిసరాల విజ్ఞానం నందు, 9వ తరగతి విద్యార్థులకు లాంగ్వేజ్, మాథ్స్, సైన్స్, సోషల్ నందు పరీక్ష నిర్వహించడం జరుగుతుంది. 3 వ మరియు 6 వ తరగతి విద్యార్థులకు నలభై ప్రశ్నలు, అరవై నిమిషాల సమయం ఇవ్వడం జరుగుతుంది. 9 వ తరగతి విద్యార్థులకు అరవై ప్రశ్నలు, తొంభై నిమిషాల సమయం ఇవ్వడం జరుగుతుంది. పరీక్షల నిర్వహణకు డైట్ చాత్రోపాధ్యాయులు, డిగ్రీ స్థాయి ఇంజనీరింగ్ కోర్స్ లు చదువుతున్న విద్యార్థులను ఫీల్డ్ ఇన్వెస్టిగేటర్లు పేరుతో వినియోగించడం జరుగుతుంది.

రాండమ్ ఎంపిక ద్వారా ASR జిల్లా లో 742 స్కూల్స్, 818 మంది ఫీల్డ్ ఇన్వెస్టిగేటర్ లను, అనకాపల్లి జిల్లాలో 1000 స్కూల్స్, 1101 ఫీల్డ్ ఇన్వెస్టిగేటర్లను విశాఖ లో 525 స్కూల్స్ 577 ఫీల్డ్ ఇన్వెస్టిగేటర్లను , సెలెక్ట్ చేసుకొని విద్యార్థులకు పరీక్ష నిర్వహించడం జరుగుతుంది. కావున విశాఖపట్నం ఉమ్మడి జిల్లా లోని అన్ని ప్రభుత్వ, ప్రయివేటు స్కూల్స్ అందరూ తమ స్కూల్స్ లో 3,6,9 తరగతుల పిల్లలలో తగు విధంగా అభ్యసనా ఫలితాలను సాధించి సిద్దంగా ఉంచవలెను.

# మన చిన సూరి పద్యాలు

శ్రీ చిన సూర్యనారాయణ, విశ్రాంత ప్రధానోపాధ్యాయులు.

## స్వచ్ఛభారతి సందేశం (ముత్యాల సరాలు)

**1.** స్వచ్ఛభారత నమలుపరచగ
స్వర్ణ భారతి సృష్టి చేయగ
స్వర్గమిది యని చాటిచెప్పగ
సర్వజనులు సాగవలెన్

**2.** భాధ్యతెరిగియు భారతీయులు
పట్టి చీపురు పోరు సలుపగ
చెత్త శత్రువునెల్ల చంపగ
శుచియు శుభ్రత గెల్వవలెన్

**3.** పారిశుధ్యము పచ్ఛదనమును
ప్రజల ముంగిట ప్రజ్వలింపగ
ఆయురారోగ్య ములు చిందగ
హాయి జీవన సాధమౌ

**4.** మురికి కాల్వలు నూడ్చి మనుజులు
ముసురు దోమలు నాపబూనగ
సౌఖ్య జీవన ధారులగుదురు
రోగ భారము తొల్గగా

**5.** బడులను పరిసమ్ములు
పట్టణమ్ములు పల్లె వీధులు
స్వచ్ఛభారతి సంచరించగ
చూడ ముచ్చట గొల్పదా

**6.** మలము మూత్ర విసర్జనమ్ముకు
మరుగు దొడ్లను వాడవలయును
మనుజులెల్లను మృగము రీతిని
మసలుకొనుటయు మానుకో

**7.** ఆస్తి పాస్తులు ఎన్ని యున్నను
ఆయురారోగ్య ములు లేకను
అవని జీవనమంత శూన్యం
అనెడి మర్మము నెరుగుము

**8.** వేయు కుండీలందు వ్యర్థము
చేర్చు గుంతకు చెడు పదార్థము
అదియె మానవ జీవనార్థము
అందుకోవలె సౌఖ్యముల్

**9.** శుచికి శుద్ధికి సూత్రధారిగ
సూక్ష్మ బుద్ధితో మెలగవలయును
కలుషితమ్మును తరిమి వేయుము
కలసి ముందుకు నడవగ

**10.** ఎంచి చూడగ ప్రాణి జీవన
పంచభూతములందు సాగును
పుడమి తల్లిని గాలి నీటిని
పాడుచేయకు మిత్రమా!

**11.** కడుపు నిండగ కలదు సుఖమని
కలలు కనుటది కాదు నిజముయు
కడుపు నింపిన కరము శుభ్రత
మరువబోకుము నేస్తమా!

**12.** మదిని శుభ్రత మాట మరువక
మొదటి వాడిగ ముందు నడువుము
స్వచ్ఛభారతి మెచ్చు తీరుగ
హెచ్చరించుము మనుజులన్

**13.** నిల్వ యుంచకు నీటినెప్పుడు
క్రిములకిళ్ళను కట్టబోకుము
పాడు చేయకు పరిసరమ్ములు
పాపభీతియు ఉన్నచో

**14.** ప్లాస్టికమ్మును పారద్రోలుము
ధరణి మాతకు ప్రాణమీయుము
మట్టి కలవని మైనభూతము
మసలుతున్నది తెలుసుకో

**15** .ధనము యుండిన సౌఖ్యమిచ్చును
బలము యుండిన ధైర్యమిచ్చును
అట్టి రెంటిని త్రుంచి వేయును
అపరిశుభ్రతా రోగముల్

**16.** మనిషి జన్మకు సార్థకమ్ముగ
మొక్కనొక్కటి నాటవలయును
మరణమందున బ్రతుక వలయును
ప్రకృతమ్ముకు సాయమై

**17.** శ్లాఘనీయము శాదహరితము
రోగ ద్వారము చెత్త గుండము
తలపు భవనపు తలుపు తెరవగ
తెలుపు నిజమును తెలివిపై

**18.** అపర బుద్ధుడువై సుబోధన
అవని జనులకు అందజేసిన
అపరిశుభ్రతనెరుక చేయక
ఆత్మ శుద్ధియు కాదులే

**19.** పరమపావని భారతావని
ప్రజలు స్వచ్ఛత వైపు నడవగ
తల్లడిల్లును తల్లి భారతి
చెత్త కుప్పలు చెంతనన్

**20.** సర్వ శాస్త్రము లెరిగి యున్నను
సప్త సంద్రము లీది యున్నను
స్వచ్ఛభారతి గూర్చి తెలియక
శక్తి హీనుడువౌవుదవే

**21.** శాంతి యుద్ధము చేసి గెల్చిన
గాంధి మానస ప్రియ సుపుత్రిక
పారిశుధ్యము స్వచ్ఛభారతి
ఆచరింపగ రమ్మిటన్

**22.** సూర్య చంద్రులు వెల్గు నిత్తురు
నదులు జీవన మార్గ మాయెను
మించు రెంటిని స్వచ్ఛభారతి
పెంచు జీవన కాలమున్

**23.** అత్త వారల ఆస్తి చూడగ అప్పగింతురు
ఆడపిల్లను
మరుగు దొడ్లను అడుగరేలను
మగువ సుఖమును కోరగ

**24.** పాఠశాలలు యందు బోధన
దైవ మందిర మందు ప్రార్థన
స్వచ్ఛభారతి గూర్చి జరుపగ
దేశ ప్రగతికి దారులిడుము

**25.** పాప పుణ్యము లెంచి చూడగ
అపరిశుభ్రతె పాపమార్గము
స్వచ్ఛభారతి పుణ్య మార్గము
ఎరుగు జీవన మర్మమున్

**26.** స్వర్గ నరకములున్న వనుచును
సర్వ మనుజులు విశ్వసింతురు
అపరిశుభ్రతె నరకమిచ్చట
స్వచ్ఛభారతె స్వర్గమగున్

**27.** దేశభక్తిని చాటవలెనని
ప్రాకులాడగ ఫలము లేదిట
పౌరులందరు పట్టి చీపురు
దేశభక్తిని చాటవలెన్

**-సిహెచ్ చిన సూర్యనారాయణ**
**(చిన్న సూరి).**

The ability to define and consider the concepts that influence your work is a core professional skill. Conceptual skills are the abilities that allow an individual to understand complex scenarios and develop creative solutions. These skills are valuable in the workplace because those who have them can approach complicated workplace situations from unique perspectives. conceptual skills are skills that allow employees to understand a complex concept and brainstorm creative solutions for it. These skills are valuable because they allow management or leadership employees to find innovative solutions to challenging problems.

Often the conceptual skills require you to have abstract thinking and creativity.

Conceptual skills are an umbrella term for a skill set comprising analytical, creative thinking, and communication skills among others. They're particularly important for leaders and managers.

The higher up the company hierarchy, the more important conceptual skills become.

The idea of conceptual skills comes from Robert Katz, a psychologist from 1974, who categorized skills into three parts.

Conceptual Skills
Human Skills
Technical Skills

**Conceptual Skills**

Conceptual skill is categorized as seeing the organization's functions from a bird's eye view and understanding how different parts interact and work together to achieve a goal.

There are many categories of conceptual skills, each of which provides us with different benefits and strengths.

- Decision-making
- Interpersonal communication
- Analysis
- Motivation
- Professionalism
- Innovation

Analytical skills are necessary to successfully break down a complex problem into minor actionable problems and determine how these are related to developing an efficient solution accordingly.

- Research skills
- Critical thinking skills
- Information analysis
- Creativity
- Data analysis
- Brainstorming
- Business analysis
- Deductive reasoning

**Creative Thinking Skills**

Analyzing a problem and coming up with an abstract and creative solutions is a very underrated skill at a low level. But these are extremely important in a management position.

It allows you to view a problem from a different perspective and enable you not to settle for the most obvious solutions. Collaboration

- Restructuring skills
- Strategic planning
- Optimization
- Predictive modeling
- Integration
- Abstractive thinking
- Innovation
- Open-mindedness
- Idea formulation

**Communication Skills**

Communication is essential even if you are not in a managerial position. If you have excellent communication skills, it will help you explain complex problems or concepts to others in an easy-to-understand way.

- Active listening
- Implementing thinking
- Verbal communication
- Nonverbal communication
- Written communication
- Presentation skills
- Interrelation skills
- Asking questions

**Problem-Solving Skills**

Once the problem is analyzed, you need to identify the most effective and efficient way to solve a problem. And if you are good at solving problems, it will be easier to get ahead in your career and transition into a leadership position.

- Logical thinking
- Multitasking skills
- Critical thinking skills
- Decision-making skills
- Troubleshooting
- Solution execution
- Prioritization
- Dependability

**Conceptual Leadership Skills**

Leadership skills are also critical with conceptual skills. Because if you have an idea or a vision to solve a problem, you need to persuade others to believe in your vision and work with you.

- Management
- Delegation
- Stability
- Team-building skills
- Motivation

- Persuasion
- Negotiation
- Empathy
- Flexibility
- Integrity/honesty

**Why Are Conceptual Skills Important from school to Top Management?**

Conceptual skills are essential for high-level management because they are in the leadership position responsible for overseeing the entire operation of a company; they develop company goals, vision, mission, prepare strategies for growth, and directly impact the company decisions.

Some examples of conceptual skills:
Abstract thinking - Analytical skills
Cognitive skills - Communication
Contextualizing - Creative thinking
Critical thinking - Decision making
Action planning - Innovation
Leadership skills - Logical thinking
Management skills - Motivating
Organizational skills - Presenting
Problem-solving - Data mining & Strategic planning.

Conceptual learning encourages future learning. It is built on a strong foundation that nurtures an understanding between various ideas. So, a student has to 'remember' less. For instance, a student who possesses a conceptual understanding.

When students learn to understand concepts, it helps them know how to better apply their learning in the future. This approach enhances critical thinking and self-evaluation.

What It Means to Teach Conceptually. When a teacher designs lessons that focus on concepts instead of individual facts, he / she is teaching conceptually. Concepts can be understood as categories that can contain smaller facts or ideas but are simultaneously part of larger categories.

**What are the benefits of conceptual knowledge?**

Students who have a conceptual understanding are more knowledgeable than those who only know theoretical facts and procedures. They grasp why a concept is significant and how it can be applied in various situations.

Conceptual learning enables students to make progress in the homeroom by

- Encouraging understanding, not recall
- Encouraging dynamic learning systems
- Focusing on the result of the learning procedure
- Relating new data to earlier learning

**How to Improve Conceptual Skills?**

Conceptual skills are not something inherited. You can develop conceptual skills with focus and practice.

- Observe Leadership
- Seek Mentorship
- Expose Yourself to Challenges
- Learn New Practices
- Stay Updated with Industry
- Join discussions
- Learn outside of your job
- Learn about the Organization
- Be Mindful
- Think Abstractly
- Keep a Positive Mindset

**What are the conceptual skills of a manager?**

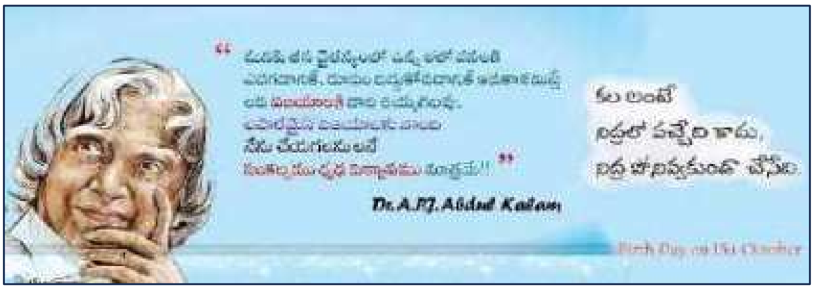
While employees at every level can benefit from improving their conceptual skills, managers are the most likely to face conceptual challenges on a day-to-day basis. Conceptual skills for managers include Delegation, Team building, Resource management.

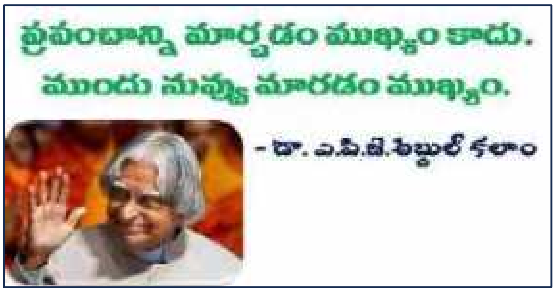
**Conceptual Learning – National Education Policy 2019**

Rote learning and facts learning are now outdated concepts which were the main methodologies in the old days. The latest modern-day education systems focus more on making students aware of what they are learning, the applied knowledge. This can be achieved only if the basic concepts are clearer from the start of the course.

Classroom methods including institutional methodologies will move away from pure rote learning and will empower thoroughly preparing with conceptual understanding, the improvement of basic goals and atmospheres, analytical and hands-on activities, dialogues, what's more, a feeling of energy about learning.

This would require going past the conventional communication approach to utilize instructive methodologies that include student involvement and sharing, applicable hands-on work and hands-on exercises, and encouraging student to analyze learning experiences. Workshops, discussions, gathering, and individual ventures are a few examples of educational techniques that can be received. Helpful and peer-upheld exercises can be of great support.



# విశాఖపట్నం ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా ప్రారంభమైన సంకల్పం

మ్యాజిక్ బస్సు సహకారంతో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా తలపెట్టిన విద్యార్థుల్లో జీవన నైపుణ్యాల అభివృద్ధి కార్యక్రమం 'సంకల్పం ప్రాజెక్ట్' 2023 సెప్టెంబర్ నెల నుండి పాఠశాల స్థాయి లో ప్రారంభమైంది. విశాఖపట్నం, అనకాపల్లి, అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లాలలో, జిల్లాకు 50 చొప్పున ఉన్నత పాఠశాలలను ఎంపిక చేసి, ఆ పాఠశాల నందలి వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులకు, అదే పాఠశాలలోని మరో చురుకైన ఉపాధ్యాయునకు మూడు రోజుల పాటు జిల్లా స్థాయిలో శిక్షణను ఇదివరకే 2023 జూలై నెలలో SCERT వారు భీమిలి డైట్ ద్వారా అందించి ఉన్నారు. దీనికి సంబంధించి పాఠశాల విద్యా కమిషనర్ ఉత్తర్వులు ప్రాప్తికి సెప్టెంబర్ నెల నుంచి పాఠశాల స్థాయి సెషన్స్ను ప్రారంభించడం జరిగింది. దీని ప్రకారం వారానికి ఒక సెషన్ చొప్పున ప్రస్తుత విద్య సంవత్సరంలో 28 సెషన్స్ ను విద్యార్థులలో వివిధ రకాల జీవన నైపుణ్యాలు అభివృద్ధి పరిచే విధంగా నిర్వహిస్తున్నారు. మాజిక్ బస్ వాలంటీర్లు కొన్ని ఎంపిక చేసిన స్కూల్స్ లోనే గతంలో ఇటువంటి శిక్షణా కార్యక్రమాలను నిర్వహించేవారు.

ZPHS, Thatithuru, Bheemunipatnam md

ZPHS, Ganaparthi, Anakapalli dt.

ZPHS, Pedaboddepalli, Narsipatnam mandal, Anakapalli mandal.

APRS, Pedaboddepall.

ZPHS, Godicharla.

రాష్ట్ర విద్య శాఖ కమిషనర్ శ్రీ సురేశ్ కుమార్ గారి అనుమతి తో SCERT డైరెక్టర్ డా. ప్రతాప్ రెడ్డి గారి సూచనల మేరకు SCERT లో జనాభా విద్య-ఆరోగ్య విద్య విభాగాధిపతి శ్రీమతి హేమరాణి గారి నేతృత్వంలో విలువలతో, విజ్ఞానదాయకంగా జరుగుతున్న ఈ కార్యక్రమానికి మాజిక్ బస్ తరుపున జిల్లా కో-ఆర్డినేటర్లుగా విశాఖపట్నం జిల్లాకు శ్రీ దినేష్ కుమా , అనకాపల్లి జిల్లాకు శ్రీ అశోక్ కుమార్, అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లాకు కొల్లి పద్మజలు వ్యవహరిస్తున్నారు. పాఠశాల స్థాయిలో డి.ఆర్.జి.లుగా క్రుత్యాదార జీవన నైపుణ్యాల శిక్షణా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న ఎంపికైన మరియు వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు, ఒక్కో సెషన్లో పాఠశాల విద్యార్థులను జట్లుగా విభజించి ఓకెప్టెన్ ను ఎంపిక చేసి, కృత్యం నియమ, నిబంధనలను వివరించి నిర్వహిస్తారు. అనంతరం 'కూర్చోండి-శ్వాశ తీసుకోండి-ఆలోచించండి' అనే అంశాన్ని 10 నిముషాలు నిర్వహించడం ద్వారా వారు పాల్గొన్న కృత్యం సారాంశాన్ని, అందలి విలువలను, జీవన నైపుణ్యాలను విద్యార్థులు అవగాహన పొందుతారు.

GHS, Sabbavaram.

KGBV, V. Madugula

ZPHS, Chinapachila

ZPHS, Kothakota

ZPHS. Ooda Cheepurupalli

*ZPHS, Chandrampalem.*

*ZPHS, Gidijala.*

*ZPHS, B.R.Thallavalasa.*

*ZPHS. Yarada.*

*ZPHS, Mangamaripeta.*

GVMCHS, Madhavadhara.

*ZPHS, Gurrampalem*

*KGBV, Anandapuram.*

---

# గోపాలపట్నం Z.P. స్కూల్లో జిల్లా స్థాయి 'జాతీయ సైన్స్ సెమినార్'

బెంగళూరు నందలి విశ్వేశ్వరయ్య ఇండస్ట్రియల్ మరియు టెక్నొలాజికల్ మ్యుజియం వారి పిలుపు మేరకు, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర విద్య శిక్షణా పరిశోధనా సంస్థ అధ్వర్యంలో, జాతీయ విజ్ఞాన శాస్త్ర జిల్లాస్థాయి సెమినార్ సెప్టెంబర్ 21న జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల గోపాలపట్నం నందు జరిగింది. 'చిరు ధాన్యాలు ఉత్తమమైన ఆహారమా లేక వ్యామోహమా' అనే అంశంపై జరిగిన సెమినార్ నకు విశాఖపట్నం జిల్లా నుండి 17 పాఠశాలల నుండి 75 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

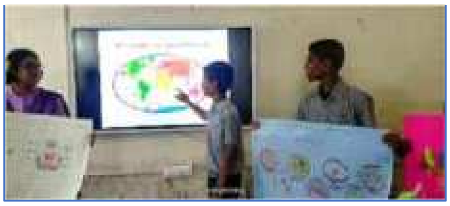
ఈ అంశానికి సంబంధించిన పోస్టర్లు, పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ తదితర సామగ్రి తయారు చేసుకుని సెమినార్లో పాల్గొన్నారు.

ప్రతి పోటీదారు చక్కని వాగ్దాటితో ఆంగ్లం, తెలుగు భాషలలో తమ ప్రజెంటేషన్ ఇచ్చారు.

న్యాయ నిర్ణేతలుగా వ్యవహరించిన ప్రభుత్వ డైట్, వైస్ ప్రిన్సిపాల్ శ్రీ గొట్టేటి రవి, డాక్టర్ లంకపల్లి బుల్లయ్య కళాశాల బయో టెక్నాలజీ విభాగాధిపతి డా. ఎస్. షర్మిలా బేగం అడిగిన ప్రశ్నలకు కూడా సమాధానాలు ఇచ్చారు. రాష్ట్రస్థాయి సెమినార్లో పాల్గొనుటకు అర్హత సాధించిన మాస్టర్

పి. హర్షవర్ధన్ నాయుడు ను విజేతగా ప్రకటించారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు శ్రీ వేణు గోపాల్, జిల్లా సైన్స్ ఆఫీసర్ శ్రీ కప్పల ప్రసాద్ జిల్లా హరిత దళం కోఆర్డినేటర్ శ్రీ సూరెడ్డి బాబురావు IMPACT జిల్లా కోఆర్డినేటర్ శ్రీ గిరి ప్రసాద్, మరియు ఇతర పాఠశాలల ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

అనకాపల్లి జిల్లా స్థాయిలో జరిగిన సెమినార్ నందు నర్సీపట్నం మండలం, చెట్టుపల్లి గ్రామం నందలి జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల 9 వ తరగతి విద్యార్థిని ఎన్. రామేశ్వరి రాష్ట్ర స్థాయి సెమినార్ కు ఎంపికైనది. వీరు విజయవాడ నందు జరిగిన రాష్ట్ర స్థాయి సైన్సు సెమినార్ నందు సెప్టెంబర్ 25 న పాల్గొన్నారు. ఈ సెమినార్లలో ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థుల చూపిన ఆంగ్ల భాషా పరిజ్ఞానం, గత మూడు సంవత్సరాలలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అమలు జరుగుచున్న ఇంగ్లీష్ మీడియం ప్రభావ ఫలితం ప్రస్ఫుటమవుతున్నది.



భీమిలి డైట్ పరిశుభ్రమైన పర్యావరణం కోసం గతంలో బీచ్ లను శుభ్రపరచడంతో పాటు, నేడు డైట్ భవనాలను, పరిసరాలను శుభ్రపరిచి తన అంకిత భావాన్ని పునరుద్ఘాటించింది. చెత్త రహిత భారత దేశం గురించి మహాత్మా గాంధి యొక్క దార్శినికతను సాకారం చేయడంలో తన ప్రయత్నం కొనసాగించింది. ఏక్ తారీక్, ఏక్ గంట కార్యక్రమం లో భాగంగా ప్రిన్సిపాల్ శ్రీ ఎల్. సుధాకర్ ఆధ్వర్యంలో ప్రథమ, ద్వితీయ సంవత్సరం చదువుతున్న చాత్రోపాధ్యాయుల నుండి స్వచ్ఛందంగా వచ్చిన వారితో డైట్ స్వచ్ఛత కార్యక్రమాన్ని ఆదివారం అక్టోబర్ 1 న నిర్వహించారు. తరగతి గదులను, పాత సామగ్రిని, గదుల సీలింగ్, కళాశాల గ్రౌండ్ మొదలకు ప్రాంతాలన్ని శుభ్రపరిచారు. ఇంతవరకు వాడని ప్రాంతాలలో గల పేరుకుపోయిన చెత్తను తీసివేశారు.

## అతడు అంబేద్కర్

అఖండం జ్యోతులను వెలిగించిన దివ్య జ్వాల అతడు
అఖండ భారతమాత ముద్దుబిడ్డ అతడు
అపురూప సౌందర్య ముగ్ధ మనోహరుడు అతడు
అవనిలో వెలిసిన అవతార పురుషుడు అతడు

అనగారిన జీవితాలకు ఆశాదీపం అతడు
అంధకారాన్ని చీల్చి చెండాడే వెలుగు రేఖ అతడు
అవనిలోచదువులెల్ల చదివిన అక్షర శిల్పి అతడు
అనిచి వేయబడుతున్న బడుగు బలహీన వర్గాలకు బాహుబలి అతడు

అవనిలో నబుతో నభవిష్యత్తుగా అతిపెద్ద లిఖిత రాజ్యాంగ సృష్టికర్త అతడు
అట్టడుగు దీనులు పాలిటి మహర్షి అతడు
అమాయకపు జాతి కోసం సర్వము త్యాగం చేసిన యోగి అతడు
అంతులేని అవమానాలకు నిలువెత్తు సాక్షం అతడు

నా అక్షరము నీవే! నా జ్ఞానము నీవే!!
నా జీతము నీవే!! నా జీవితము నీవే!!
నా బలుపు నీవే! నా బలము నీవే!!
నా ఆశయం నీవే! నా అన్నపు గిన్నెవు నీవే!!

వినిపించే మంత్రం జై భీమ్!
గెలిపించే తంత్రం అంబేద్కరిజం!!
ఏమిచ్చి తీర్చుకోగలను మీ రుణం!
ఏమిచ్చి తీర్చుకోగలను మీ త్యాగం
అందుకే శిరసు వంచి చేస్తున్న పాదాభివందనం జై భీమ్

*.......కవి రత్న డాక్టర్ జె. అమృత రావు*

The day spread awareness about the importance of handwashing with soap as an effective and affordable way to prevent diseases and save lives. It is observed on October 15. It provides an opportunity to test, and replicate several ways to boost people to wash their hands with soap at critical times.

As per the CDC (Centers for Disease Control & Prevention), keeping hands clean can prevent 1 in 3 diarrhoeal illnesses and 1 in 5 respiratory infections like cold or flu. The day also focuses on the importance of handwashing with soap and water at home, within the community, and across the world. The day is also a reminder that such a simple method of handwashing with water and soap can prevent the spreading of germs to others and also the next step due to which we can avoid getting sick.

Many germs that can make people sick are spread when we don't wash our hands with soap and clean, running water. That is why handwashing is so important, especially at key times such as after using the bathroom, when preparing food, before eating, and after coughing, sneezing, or blowing your nose. Handwashing with soap and water is simple and inexpensive, and it can significantly reduce the number of young children who get sick.

Teaching people about handwashing helps them and their communities stay healthy. Studies show that handwashing education in the community can:

- Reduce the number of people who get sick with diarrhea by about 23%–40%
- Reduce the number of school days children missed because of gastrointestinal illness by 29%–57%
- Reduce diarrheal illness in people with weakened immune systems by about 58%
- Reduce respiratory illnesses, like colds, in the general population by about 16%–21%

Teach kids the five easy steps for handwashing—wet, lather, scrub (for 20 seconds), rinse, and dry—and the key times to wash hands, such as after using the bathroom or before eating. If soap and water are not readily available, use a hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.

**Caution! Supervise young children under the age of six when they use hand sanitizer to prevent swallowing alcohol or contact with eyes.**

Give frequent reminders so that handwashing becomes a habit and a regular part of your child's day. Lead by example.

**... D.N. Murthy, ZPHS, Islampeta, Pedagantyada md.**

## తేది. 29.09.2023 శుక్రవారం సాయంత్రం గం. 3.00 లకు ప్రసారమయిన 'ఎపిసోడ్-10' నందలి సూచనల ముఖ్యాంశాలు.

- ప్రతి విద్యా సంవత్సరం మధ్యలో వచ్చే నెలలు చాలా ముఖ్యమైనది. సెప్టెంబర్ నుంచి నవంబర్ వరకు ఉపాధ్యాయులు రిలాక్స్ అవ్వకూడదు. జూన్ జూలై నెలలో విద్యార్థుల సామర్థ్యాల కోసం ఎలా పనిచేసామో సంవత్సరం అంతా అలానే పనిచేయాలి.
- పిల్లలలో కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ అభివృద్ధి చేయాలి. ఆ నైపుణ్యాలు ఉంటేనే విద్యార్థులకు మంచి ఉద్యోగాలు వస్తాయి. విద్యార్థులను ఎక్కువగా ఇంగ్లీష్ లో మాట్లాడడానికి ప్రోత్సహించండి.
- ఎఫ్.ఏ. 2 పరీక్షలలో విద్యార్థులు చేసిన తప్పులను వారికి తెలియజేయాలి, సవరించి బోధించాలి.
- ఉపాధ్యాయులందరూ మనం వేరు ప్రభుత్వం వేరు అని ఆలోచించకూడదు. మనమే ప్రభుత్వం.
- మనం చేయాల్సిన పని పూర్తిగా చేస్తున్నామా అని మనకు మనమే ప్రశ్నించుకోవాలి ఎంత పని చేయాల్సి ఉంది అని సొంత మదింపు చేసుకుని ఎక్కడ మెరుగుపరచుకోవాలో అర్థం చేసుకోవాలి.
- డీఎస్సీ రాయడానికి ఎంత కష్టపడ్డామో జ్ఞాపకం చేసుకొని అలానే కష్టపడి పని చేయాలి.
- బాహ్య పరిస్థితులు ఏమయినప్పటికీ, మనం సత్యానికి, ధర్మానికి, కట్టుబడి పని చేయాలి. అవే మనకి నిజమైన స్నేహితులు. వాటిని దృష్టిలో ఉంచుకొని మన రోజు వారీ కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలి.
- మండల విద్యాశాఖ అధికారులు డిప్యూటీ విద్యాశాఖ అధికారులు నెలకు 5 అకడమిక్ మీకు తనిఖీలు చేసి, డిఇఓ, ఆర్జెడిలకు నివేదికలు సమర్పించాలి. ఒక వ్యవస్థలో క్రమశిక్షణ లోపిస్తే అది నెమ్మదిగా వ్యవస్థను క్షీణింప చేస్తుంది. అది తుఫాను లాగా ఒక రోజులో నష్టం కలిగించదు. క్యాన్సర్ వలె నెమ్మదిగా వ్యవస్థను క్షీణింప చేస్తుంది.
- వ్యవస్థలో ఏ విధంగా వర్క్ కల్చర్ పాటిస్తున్నాము. ఎలాంటి క్రమశిక్షణ పాటిస్తున్నాము మనం ఆలోచించాలి. కష్టపడి పనిచేసే వారికి ఏ విధమైన గుర్తింపు ఉన్నదో గుర్తించాలి.
- నోట్ బుక్స్ వర్క్ బుక్స్ కరెక్షన్స్ చేసేటప్పుడు జాగ్రత్త వహించాలి. తప్పులను సరిదిద్దకుండా చేసే కరెక్షన్స్ లో నాణ్యత ఏ విధంగా ఉంటుంది?
- ఒక తరగతిలో 85% కంటే ఎక్కువ మంది విద్యార్థులు నిర్దేశింపబడిన సామర్థ్యాలను కలిగి ఉంటే అది ఒక మంచి తరగతిగా పరిగణించబడుతుంది అన్ని తరగతులను మంచి తరగతులుగా మార్చడానికి మీరందరూ కృషి చేయాలని కోరుకుంటున్నాను.

సంకలనం: శ్రీమతి జె. మాధవి, అధ్యాపకురాలు, భీమిలి డైట్.

2023 అక్టోబర్ చివరి వారంలో మీ డైట్ భీమునిపట్నం నందు జిల్లా స్థాయి ఎంపికలు జరుగుతాయి. జిల్లాలో ఎంపిక కాబడిన ప్రతిభావంతులు నవంబరు మొదటి వారంలో రాష్ట్రస్థాయికి పంపబడతారు. పిల్లల్లోని విద్యానుబంధ విషయాల్లోని ప్రతిభను వెలికి తీయాలనే ఉన్నత ఆశయంతో N.C.E.R.T. వారి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే 'కళా ఉత్సవ్ 2023' రాష్ట్రస్థాయిలో S.C.E.R.T. జిల్లా స్థాయిలో D.I.E.T.s ద్వారా నిర్వహించడం జరుగుతుంది. 5 అంశాలలో 10 కేటగిరీల్లో పోటీలు నిర్వహించబడతాయి. జాతీయ స్థాయిలో ప్రతి కేటగిరీకి మొదటి బహుమతి 25,000/-, ద్వితీయ బహుమతి 20,000/-, తృతీయ బహుమతి 15,000/- ఇవ్వబడుతుంది. మరియు న్యూఢిల్లి నందలి నూతన పార్లమెంట్ భావన సందర్శన అవకాశం. పాఠశాలల ప్రధానోపాధ్యాయులందరూ తమ పాఠశాలల లోని పిల్లలను ఉపాధ్యాయులను సంసిద్ధులను చేస్తూ, ప్రాక్టీస్ చేయించవలసిందిగా అభ్యర్థన. మన పాఠశాల విద్యార్థుల ప్రతిభను జాతీయ స్థాయిలో ప్రదర్శించే అవకాశాన్ని ఉపయోగించుకుంటారని ఆశిస్తూ...

***..... శ్రీ. ఎల్. సుధాకర్,***
***ప్రిన్సిపాల్.***

*See Page No. 20 for more details*

దేశాభివృద్దికి, సౌభాగ్యానికి ఆరోగ్యం చాలా ముఖ్యమైనది. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) ఆరోగ్యం అంటే "శారీరక, మానసిక మరియు సాంఘిక, ఆధ్యాత్మిక కుశలత అని తెలిపింది. మానసిక ఆరోగ్యాన్నిఒక మనో-కుశలతగా ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ వర్ణిస్తుంది. ఇటువంటి వాస్తవిక దృష్టితో చూసినపుడు,మానసిక ఆరోగ్యం అనేది ఒక వ్యక్తి యొక్క మానసిక శ్రేయస్సుకు పునాది వంటిది. జాతి సమర్ధవంతంగా పనిచేయడానికీ ఉపయో గపడేది. మానసిక ఆరోగ్యం అనేది ఒక వ్యక్తి యొక్క మానసిక మరియు భావోద్వేగ శ్రేయస్సును సూచిస్తుంది మరియు ఆరోగ్యకరమైన మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కలిగి ఉంటూ మనసున్న మనిషిని సంతోషంగా ఉంచుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీవితానికి దారి తీస్తుంది. ఇది ఒకవ్యక్తి స్థితి స్థాపకతను మెరుగు పరుస్తుంది మరియు జీవితాన్ని తట్టుకునేలా చేస్తుంది.ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ప్రతి సంవత్సరం అక్టోబర్ 10 తేదిని ప్రపంచ మానసిక ఆరోగ్య దినోత్సవముగా ప్రకటించింది. 2023 సంవత్సరం ప్రపంచ మానసిక ఆరోగ్య దినోత్సవం యొక్క థీమ్ గా మానసిక ఆరోగ్యం సార్వత్రిక మానవ హక్కుగా నిర్ణయం చేయటం జరిగింది.మెంటల్ హెల్త్ అవేర్‌నెస్ వీక్ 2023 యొక్క థీమ్ "ఆందోళన" గా నామకరణం చేయటం జరిగింది.ఆందోళన అనేది మనందరిలో ఒక సాధారణ భావోద్వేగం. కానీ కొన్నిసార్లు అది అదుపుతప్పి మానసిక ఆరోగ్య సమస్యగా మారుతుంది. 70 సంవత్సరాలుగా WHO మానసిక ఆరోగ్యాన్ని శారీరక ఆరోగ్యంతో సమానంగా పరిగణించేలా కృషి చేస్తోంది. మనజీవితాలు, కుటుంబాలు,కార్యాలయాలు, మరియు సంఘాలలో మానసిక ఆరోగ్యసమస్యలు, ప్రతిఒక్కరినీ ప్రభావితంచేస్తాయి. ఒక వ్యక్తి యొక్క మానసిక ఆరోగ్యం దానిని మెరుగుపరచ గలిగే భంగం కలిగించే వివిధ కారకాలు లేదా సంఘటనల ద్వారా ప్రభావిత మవుతుంది. మానసిక ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేయడంలో జన్యుశాస్త్రం కూడా పాత్ర పోసిస్తుంది. మానసిక అనారోగ్యం అనేది ఒక వ్యక్తి భావించే మరియు ఆలోచించే విధానాన్ని ప్రభావితం చేసే వివిధ పరిస్థితులను కలిగి ఉండే ఒక గొడుగు.మానసిక అనారోగ్యం కలిగి ఉండటం అనేది ఒక వ్యక్తి రోజువారీ దినచర్యను నిర్వహించగల సామర్థ్యాన్ని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. పర్యావరణం, జన్యుశాస్త్రం మరియు అలవాట్లు వంటి వివిధ అంశాలు మానసిక ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. మానసిక అనారోగ్యాన్ని మానసిక రుగ్మత అని కూడా అంటారు. చాలా మంది వ్యక్తులు మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలను తరచుగా ప్రదర్శిస్తారు మానసిక అనారోగ్యం కలిగి ఉండటం ఒక వ్యక్తిని దయనీయంగా భావిస్తుంది మరియు రోజువారీ జీవితంలో సమస్యలను కలిగిస్తుంది. ఈ సమస్యలు వ్యక్తికి దగ్గరగా ఉండే వ్యక్తులను కూడా ప్రభావితం చేస్తాయి.

**మానసిక అనారోగ్యం సాధారణ లక్షణాలు :** లోతైన దుఃఖం లేదా బాధ,అధిక హింస, కోపం లేదా శత్రుత్వం,విపరీతమైన భయం, ఉద్రిక్తత, ఆందోళన లేదా పశ్చాత్తాపం,ఆలోచన మరియు ఏకాగ్రత సామర్థ్యంలో గందరగోళం లేదా తగ్గింపు ముఖ్యమైన అలసట లేదా శక్తి లేకపోవడం, నిద్ర సమస్య ఆత్మహత్య ధోరణి, విపరీతమైన మూడ్ స్వింగ్స్, సామాజిక కార్యకలాపాల నుండి నిర్లిప్తతరోజువారీ సమస్యలు మరియు ఒత్తిడితో పట్టుకోలేక పోవడం, పరిస్థితులపై అవగాహన లేకపోవడం,భ్రాంతి లేదా విభ్రాంతి నొందడం వంటి లక్షణాలు ఉంటాయి. మానసిక అనారోగ్యానికి కారణాలు: మానసిక వ్యాధులు ప్రధానముగా నాలుగు ముఖ్యమైన కారకాల నుండి మానసిక అనారోగ్యము సంభవిస్తాయి.

1:పర్యావరణదుర్బత: విష రసాయనాలు, ఒత్తిళ్లు లేదా మత్తు పదార్థాలకు గురికావడం మానసికఅనాగ్యానికి కారణమవుతుంది. ఉదాహరణకు, గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు మద్యం సేవించడం, మాదకద్రవ్యాలు లేదా ఇతర హానికరమైన పదార్థాలు తీసుకోవడం పిల్లలలో మానసిక రుగ్మతలను కలిగిస్తుంది.

2: వంశ పారంపర్య లక్షణాలు: సారూప్య జన్యుపరమైన భాగాలను అమలు చేయడానికి అనేక మానసిక సమస్యలు వంశపారంపర్యంగా ఉంటాయి. అందువల్ల, తీవ్రమైన మానసిక రుగ్మతలు ఉన్న బంధువులతో ఉన్న వ్యక్తులు అటువంటి వ్యాధులు పెరిగే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.

3 జీవ కారణాలు: మానసిక రుగ్మతలు తరచుగా న్యూరోట్రాన్స్మిటర్లలో అసమానత నుండి అభివృద్ధి చెందుతాయి. ఇవి మానవమెదడులో దూతలుగా పనిచేసే సహజ రసాయనాలు. వారి సంభవించిన అసమతుల్యత మానసిక రుగ్మతలకుదారి తీస్తుంది.

4. నిజ జీవిత అనుభవం: జీవితంలో ఒత్తిడితోకూడిన లేదా బాధాకరమైన సంఘటనను అనుభవించడం మానసిక రుగ్మతలకు కారణమవుతుందని చాలా ఉదాహరణలు చూపించాయి. అటువంటి రుగ్మతకు PTSD ఒక సాధారణ ఉదాహరణ. అలాగే, బాల్యంలో ప్రాథమిక సంరక్షకులలో తరచుగా మార్పు అటాచ్మెంట్ రుగ్మతలకు కారణమవుతుంది. రక్త సంబంధాలలో మానసిక రుగ్మత చరిత్రఇతర దీర్ఘకాలిక వైద్య అనారోగ్యం రోజువారీ జీవితంలో నిరంతర ఒత్తిడిబాధాకరమైన సంఘటనల అనుభవం తీవ్రమైన గాయం కారణంగా మెదడు దెబ్బతింటుంది. వివిధ ఆరోగ్య సంరక్షణ నిపుణులు మరియు వైద్యులు మానసిక అనారోగ్యాన్ని కొన్ని రుగ్మతల కింద విస్తృతంగా వర్గీకరించారు .మానసిక అనారోగ్య రకాలును పరిశీలించిన అనేక అంశాలు మనకు గోచరిస్తాయి. ఆందోళన రుగ్మతలు, మానసిక రుగ్మతలు మానసిక రుగ్మతలు, తినే రుగ్మతలు ప్రేరణ నియంత్రణ లోపాలు,అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిసార్డర్,పోస్ట్ ట్రామాటిక్ ఒత్తిడి డిజార్డర్ మరియు డిసోసియేటివ్ డిజార్డర్,వాస్తవిక రుగ్మత మొదలుగున్నవి. ఇక ఆందోళన రుగ్మతలు గురుంచి కొన్ని విషయాలు చూచిన ఆందోళన రుగ్మతలతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు భయంతో కొన్ని పరిస్థితులు లేదా వస్తువులకు ప్రతి స్పందిస్తారు. మరియు

ఆందోళన యొక్క భౌతిక సంకేతాలను ప్రదర్శిస్తారు. ఒక వ్యక్తి సరైయినా పరిస్థితిలో తగిన విధంగా స్పందించ నప్పుడు ఆందోళన రుగ్మత నిర్ధారణ అవుతుంది. ఎక్కువగా వారు సాధారణ పనితీరుకు అంతరాయం కలిగించే ప్రతిస్పందనను నియంత్రించడంలో విఫలమవుతారు. ఆందోళన రుగ్మతలలో పానిక్ డిజార్డర్, సోషల్ యాంగ్జయిటీ డిజార్డర్, సాధారణీకరించిన ఆందోళన రుగ్మత మరియు వివిధ భయాలు ఉన్నాయి. మూడ్ డిజార్డర్స్:మానసిక రుగ్మతలను ప్రభావితం చేసే రుగ్మతలు అని కూడా పిలుస్తారు, ఇవి విచారం యొక్క అనుభూతిని కలిగి ఉంటాయి లేదా పేలవంగా సంతోషంగా అనుభూతి చెందుతాయి .ఈ హెచ్చుతగ్గులు మితిమీరిన సంతోషం నుండి విపరీతమైన విచారం వరకు వెళ్ళవచ్చు. మానసిక రుగ్మతలలో కొన్ని బైపోలార్ డిజార్డర్ డిప్రెషన్ మరియు సైక్లోథైమిక్ డిజార్డర్ కలిగి ఉంటాయి. **మానసికరుగ్మతలు**: మానసిక రుగ్మతలు వక్రీకరించిన ఆలోచనను కలిగి ఉంటాయి. భ్రాంతులు మరియు భ్రమలు రెండు అత్యంత సాధారణ మానసిక రుగ్మతలు.భ్రాంతి అనేది వాస్తవమైన లేదా లేని చిత్రాలను లేదా శబ్దాలను అనుభవించడం. సాక్ష్యం ఉన్నప్పటికీ ఒక వ్యక్తి భ్రమలు లేదా తప్పుడు నమ్మకాలను నిజం అని అంగీకరిస్తాడు. స్కిజోఫ్రెనియా అనేది మానసిక రుగ్మతకు ఒక అద్భుతమైన ఉదాహరణ. తినే రుగ్మత: ఇటువంటి రుగ్మతలు ఆహారం మరియు బరువుతో కూడిన తీవ్రమైన వైఖరులు మరియు ప్రవర్తనను కలిగి ఉంటాయి. ఈ రుగ్మతలు ఒక వ్యక్తి శరీర బరువు లేదా ఊబకాయం యొక్క ఆందోళనలతో పాటు ఆహారంతో నిమగ్నమై ఉండవచ్చు. అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్డిసార్డర్ అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిజార్డర్తో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు లేదా స్థిరమైన ఆలోచనలు లేదా భయంతో బాధపడే వారు ఒక నిర్దిష్ట దినచర్యను నిర్వహించేలా చేస్తుంది.ఈ భయాలు తరచుగా కలవరపరిచే ఆలోచనలు, అవి వారికి ముట్టడి వంటివి. క్రిములకు భయపడే వ్యక్తి నిరంతరం చేతులు కడుక్కోవడం ఒక ఉదాహరణ. డిసోసియేటి వ్డిజార్డర్స్డిసోసియేటివ్ డిజార్డర్స్తో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు తీవ్ర అవాంతరాలు లేదా జ్ఞాపకాలు మరియు స్పృహలో మార్పులను కలిగి ఉంటారు.వారి పరిసరాలను అర్థం చేసుకోవడంలో మరియు ధృవీకరించడంలో వారికి ఇబ్బంది ఉంటుంది. వారు కూడా చాలా ఒత్తిడితో వినియోగించబడతారు, ఇది ఒక బాధాకరమైన సంఘటన, ప్రమాదం లేదా ఒక వ్యక్తి చూసిన లేదా అనుభవించిన విపత్తు వలన సంభవిస్తుంది. ఈడ్పు రుగ్మత: ఈడ్పు రుగ్మత ఉన్న వ్యక్తులు అసాధారణమైన శబ్దాలు చేస్తారు లేదా శరీర కదలికలను ప్రదర్శిస్తారు లేదా త్వరగా ఆకస్మికంగా పదే పదే మరియు నియంత్రించలేని విధంగా ఉంటారు. ఎక్కువగా ఈ శబ్దాలు మరియు కదలికలు అసంకల్పితంగా ఆ వ్యక్తి ద్వారా జరుగుతాయి. ఇవి మానసిక అనారోగ్యం యొక్క ప్రధాన వర్గీకరణ, అయితే ఇతర వ్యాధులు లేదా ఆరోగ్య పరిస్థితులు వివిధ నిద్ర-లేమి సమస్యలు మరియు చిత్తవైకల్యం లేదా మానసిక అనారోగ్యాలుగా వర్గీకరించబడ్డాయి. ఎందుకంటే అవి మెదడును కలిగి ఉంటాయి మరియు సమస్యదానికి సంబంధించినది. ఇటువంటి మానసిక అనారోగ్యం ఒక వ్యక్తిని వివిధ లక్షణాలను ప్రదర్శించేలా చేస్తుంది.మానసిక అనారోగ్యంతో ఉన్న వ్యక్తి ప్రదర్శించే లక్షణాలు సాధారణంగా ప్రదర్శించబడే కొన్ని మానసిక ఆరోగ్య లక్షణాలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి. తగినంత ఆహారం తీసుకోకపోవడం అతిగాతినడం, నిద్రలేమి, అతిగా నిద్రపోవడం, సామాజికంగా ఉపసంహరించ బడింది, సానభూతి లేకపోవడం వివరించలేని శరీర నొప్పులు, కోల్పోయిన ఫీలింగ్, మద్యపానం,గందరగోళం, కోపం, ఆందోళన, విచారం, విపరీతమైన కోపం ప్రదర్శిస్తూ ఉంటారు. ఒక వ్యక్తి ప్రదర్శించే లక్షణాలు వారి అనారోగ్యం ఎంత తీవ్రంగా ఉందో దీనిని బట్టి మారవచ్చు.కారణాన్ని తెలుసుకోవడం అనారోగ్యాన్ని గుర్తించడంలో మరియు అవసరమైన చికిత్సను అందించ చడంలో సహాయ పడుతుంది. మానసిక అనారోగ్యానికి కారణం కుటుంబ చరిత్ర మరియు జన్యువుల జీవితాన్ని మార్చడం వంటి అంశాలు మెదడులో రసాయన అసమతుల్యత లేదా మెదడు గాయం మానసిక అనారోగ్యానికి కారణమవుతాయి. ఒక తల్లి ఒక నిర్దిష్ట వైరస్కు గురైనప్పుడు, అది గర్భధారణ సమయంలో పిల్లల మెదడును దెబ్బతీస్తుంది మరియు మానసిక అనారోగ్యాన్ని కలిగిస్తుంది. సమస్యలను సృష్టించే కొన్ని కారకాలు ఉన్నాయి, అటువంటి కారకాలను ప్రమాద కారకాలు అంటారు. **మానసిక అనారోగ్యం యొక్క సాధారణ ప్రమాద కారకాలు**: బయోఫిజికల్ ప్రమాద కారకాలు ఉన్నాయి, కుటుంబంలో ప్రబలంగా ఉన్న మానసిక ఆరోగ్య సమస్యల చరిత్ర,ప్రసవ సమయంలో సమస్యలు,మెదడు గాయం,దీర్ఘకాలిక వైద్య పరిస్థితులు,మితిమీరిన మద్య వ్యసనం,పోషకాహార లోపం, నిద్రలేక పోవడం వంటివి కలిగి ఉంటారు.

***....D. N. Raju***

## భళా పర్వీన్

సబ్బవరం మండలం, మండల పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాల, గుల్లేపల్లి నందు **షేక్ పర్వీన్** ఒక విద్యార్థిని. రెండవ తరగతి విద్యార్థుల అభ్యసనా సామర్థ్యాలు పరీక్షించుటకై ఆ తరగతి గదిలో ప్రవేశించి విద్యార్థినీ విద్యార్థులతో మాట్లాడుతుండగా టక్కున సమాధానాలు చెబుతూ హుషారుగా ఉన్న ఆ విద్యార్థిని షేక్ పర్వీన్. అందరితో పాటు తెలుగు, ఆంగ్లం చదివిస్తుంటే తడుముకోకుండా చదివేస్తుంది. గణితంలో కూడికలు, తీసివేతలు రెండు వరుసలు, నాలుగు సంఖ్యలు ఇచ్చిన సరే అవలీలగా చేసేస్తుంది. విద్యార్థులందరూ తమకు మరిన్ని గణిత అభ్యాసాలు ఇవ్వమని కోరగా ఒక్కొక్కరికి పలకపై నాలుగేసి గణిత సమస్యలు ఇవ్వగా, పర్వీన్ కు పలకపై నాలుగు సమస్యలు ఇచ్చి తదుపరి విద్యార్థికి పలకపై తనిఖీ అధికారి లెక్క ఇస్తూ ఉండగానే ఈమె జవాబులు చేసేసి కరెక్షన్ కోసం తీసుకువచ్చేస్తుంది. ఇంతకీ ఈమె చదువుతున్నది ఒకటవ తరగతి. వయసు అయిదేళ్లు. కానీ తెలివితేటలు రెండవ తరగతికీ మించి ఉన్నాయి నిజంగా ఈమె గిఫ్ట్డ్ చైల్డ్.

## D.I.E.T. in PRESS

### ప్రజాశక్తి

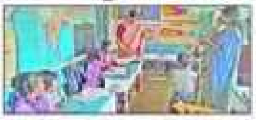
**పాఠశాలల్లో డైట్ బృందం తనిఖీలు**

### పాఠశాలలను తనిఖీ చేసిన డైట్ బృందం

దేవరాపల్లి పాఠశాలలో రికార్డులు తనిఖీ

దేవరాపల్లి, సెప్టెంబరు 23 : ...

### పాఠశాలలో ఆకస్మిక తనిఖీలు



### పాఠశాలలో ఆకస్మిక తనిఖీలు

తగరపువలస న్యూస్ : భీమిలి మండలం ఫిషర్ మెన్ కాలనీ, కుమ్మరిపాలెం, యాతపేట ప్రాథమిక పాఠశాలలను డైట్ అధ్యాపకులు పొదిపల్లి శ్రీనివాసరావు, పేట హరిబాబు మంగళవారం ఆకస్మికంగా సందర్శించి తనిఖీ చేశారు. విద్యార్థుల తరగతుల అనుసరించి వారి అభ్యసన స్థాయిలను పరిశీలించారు. వారు రాసిన వర్క్ షీట్లు, నోట్స్ లు పరిశీలించారు. వాటిని ఉపాధ్యాయులు సకాలంలో దిద్దుతున్నారో లేదో తనిఖీ చేశారు. ఉపాధ్యాయులు తప్పనిసరిగా పాఠ్య ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకుని దాని ప్రకారం బోధించి, బోధనా సమయంలో విద్యార్థుల అభ్యసన రీతులను పరిశీలించి, టీచర్ డైరీలో నమోదు చేయాలని అన్నారు. విద్యార్థుల తెలుగు, ఆంగ్లం పఠనా నైపుణ్యాలను తరగతుల వారీగా పరిశీలించారు.

### సాక్షి

**... మెరుగైన బోధన**

### అభివృద్ధికి మూలం అక్షరాస్యత

### డైట్ అధ్యాపకులు ఆకస్మిక తనిఖీ

### ప్రాథమిక పాఠశాలల సందర్శన

కె.కోటపాడు, దేవరాపల్లి: చంద్రయ్యపేట, కె.సంతపాలెం, దేవరాపల్లిలోని పాఠశాలలను డైట్ కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపల్ రవి, అధ్యాపకులు శ్రీనివాసరావు, హరిబాబు శనివారం సందర్శించారు. విద్యార్థుల అభ్యసన సామర్థ్యాలు, పాఠ్య ప్రణాళికలు, ఉపాధ్యాయుల డైరీలను పరిశీలించారు. దేవరాపల్లి ప్రాథమిక పాఠశాలలో తరగతుల వారీ ప్రణాళికలు, డైరీలు లేకుండా బోధన చేయడం గమనించి హెచ్ఎం శ్రీనివాసులునాయుడు, ఉపాధ్యాయులపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

### ఆంధ్రప్రభ

### విద్యార్థుల బోధనలో ఉపాధ్యాయులదే కీలకపాత్ర

### అక్షరాస్యతతోనే ...

### డిజిటల్ క్లాసుల ద్వారా విద్యార్థుల

### విజయభాను

### మేరి మట్టి మేరా దేశ్ కార్యక్రమం పై ర్యాలీ

### సంపూర్ణ అక్షరాస్యతతోనే సమాజ

భీమునిపట్నం, న్యూస్‌టుడే: సంపూర్ణ అక్షరాస్యతతోనే సమాజం అభివృద్ధి చెంద... భీమిలి డైట్ కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపల్ జి.రవి పేర్కొన్నారు. ఈమేరకు కళాశాలలో శుక్రవారం నిర్వహించిన ప్రపంచ అక్షరాస్యత దినోత్సవంలో ఆయన మాట్లాడారు. అక్షరాస్యతలో వెనుకబడితే ...

### బీడీఎల్ సామాజిక చేయూత

సింధియా, న్యూస్‌టుడే: ...స్కూల్ లో సర్వశిక్ష అభియాన్ కింద ...పాఠశాలల్లో ఏర్పాటు చేస్తున్న డిజిటల్ తరగతి గదుల్లో వసతులు ...భారత్ డైనమిక్స్ లిమిటెడ్ (బీడీఎల్) యాజమాన్యం ముందుకొచ్చింది. సంస్థ సామాజిక బాధ్యత (సీఎస్ఆర్) నిధులు రూ. 2 కోట్లతో మొత్తం 37 పాఠశాలల్లో డిజిటల్ తరగతి గదులు ఏర్పాటు చేస్తుంది. శుక్రవారం విశాఖ జిల్లా భీమునిపట్నం మండలం చిట్టివలస గ్రామంలోని జెడ్పీ పాఠశాలలో జరిగిన కార్యక్రమంలో సంస్థ డైరెక్టర్ ఎన్. శ్రీనివాసులు ముఖ్య అతిథిగా మాట్లాడారు. ...

తరగతి గది ప్రారంభోత్సవంలో బీడీఎల్ డైరెక్టర్ శ్రీనివాసులు ...

### భీమిలి డైట్ కళాశాల బృందం ఆకస్మిక తనిఖీ

కె.సంతపాలెంలో విద్యార్థులతో మాట్లాడుతున్న వైస్ ప్రిన్సిపాల్ రవి

కె.కోటపాడు మండలంలో కె.సంతపాలెం, చంద్రయ్యపేట పాఠశాలలను భీమిలి డైట్ కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపాల్ జి.రవి ... ఉపాధ్యాయ బృందం శనివారం ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసింది. ...

### మేరి మట్టి మేరా దేశ్ కార్యక్రమంపై ర్యాలీ

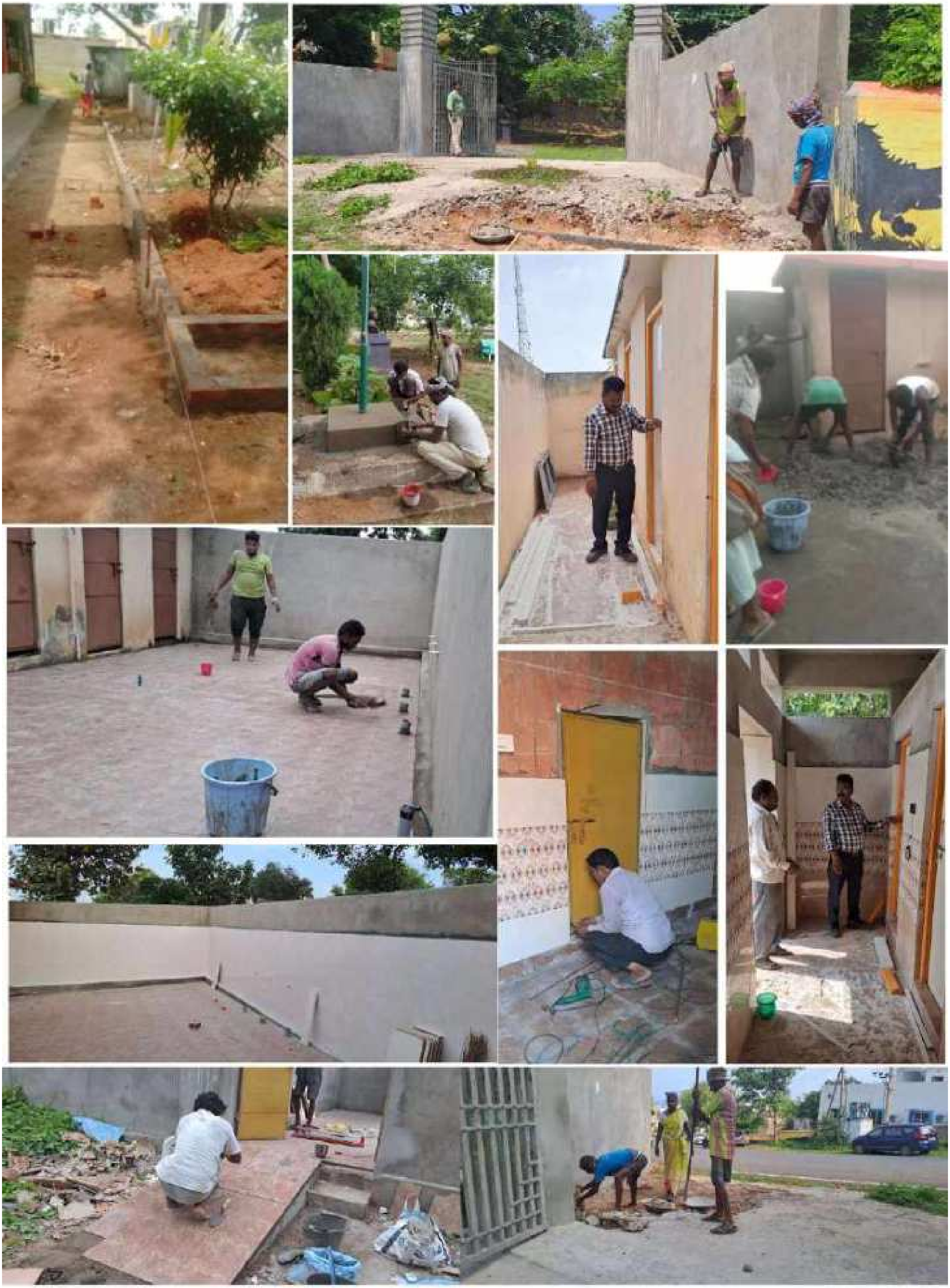
### పాఠశాలలు ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసిన డైట్ బృందం

### సంపూర్ణ అక్షరాస్యతతోనే ఆశించిన ప్రగతి

సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న డైట్ ప్రిన్సిపాల్ సుధాకర్

భీమునిపట్నం, సెప్టెంబరు 8: సంపూర్ణ అక్షరాస్యతతోనే దేశం ప్రగతి పథంలో పయనిస్తుందని డైట్ ప్రిన్సిపాల్ ఎల్.సుధాకర్ అన్నారు. శుక్రవారం కళాశాలలో ప్రపంచ అక్షరాస్యతా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ అక్షరాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తే జీవితాన్ని, సమాజాన్ని, అభివృద్ధిని అర్థం చేసుకోవడం ...

# Progress of Mana Badi Ndu Neu Phase- II



Oct 2023 Edition

సెప్టెంబరు 5 న జిల్లా ఉత్తమ అధ్యాపక అవార్డులను విశాఖపట్నం జిల్లా కలెక్టరు మరియు డిఈఓ గార్ల నుండి స్వీకరిస్తున్న భీమునిపట్నం జిల్లా విద్యా శిక్షణా సంస్థ అధ్యాపకులు శ్రీమతి జె. మాధవి గారు, ఎస్. త్రినాధ రావు గారు

Student Teachers of 2021-23 Batch

పత్రిక పై మీ అభిప్రాయాలు పంపవలసిన చిరునామా:

ప్రిన్సిపాల్,
ప్రభుత్వ జిల్లా విద్యా శిక్షణా సంస్థ,
భీమునిపట్నం,
విశాఖపట్నం జిల్లా
ఆంధ్రప్రదేశ్ - 531163

# భీమిలి డైట్ సమాచార స్రవంతి

PRIVATE CIRCULATION ONLY