05/09/23 05:55pm

Concept Letter

उत्तर प्रदेश माध्यमिक शिक्षा अभियान

राज्य परियोजना कार्यालय

18—पार्क रोड, लखनऊ—226001, फैक्स : 0522—2239940, दूरभाष : 0522—2239115

E-mail : rmsaup.spo@gmail.com, Website : www.uprmsa.in

ई—मेल

RMSA कृ0आ0का0 करें। DIOS

प्रेषक,

राज्य परियोजना निदेशक
उ0प्र0 माध्यमिक शिक्षा अभियान,
18—पार्क रोड, लखनऊ।

सेवा में,

जिला परियोजना अधिकारी/
जिला विद्यालय निरीक्षक
समस्त जनपद, उ0प्र0।

पत्रांकः समग्र शिक्षा (मा0)/1760-61 /2023—24 दिनांक 05/09/2023

विषय—रानी लक्ष्मीबाई आत्मरक्षा प्रशिक्षण के अन्तर्गत राजकीय माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् बालिकाओं के आत्मरक्षा प्रशिक्षण के सम्बन्ध में।

महोदय/महोदया,

स्कूल शिक्षा और साक्षरता विभाग, शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार, शास्त्री भवन, नई दिल्ली के समग्र शिक्षा की वार्षिक कार्य योजना एवं बजट, वर्ष 2023—24 विषयक पत्र, संख्या : F. No. 12-1/2023-IS-15 दिनांक 25 मई, 2023 द्वारा प्रदेश के 1981 (संलग्नक—1) राजकीय माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् बालिकाओं के आत्मरक्षा प्रशिक्षण हेतु स्वीकृति प्राप्त हुई है।

2— आत्मरक्षा प्रशिक्षण एक जीवन कौशल है जो बालिकाओं में आत्म विश्वास पैदा करने, उनको अपने परिवेश के बारे में जागरूक होने एवं किसी भी अप्रत्याशित घटना से बचाव के लिए तैयार रहने में मदद करता है। आत्मरक्षा प्रशिक्षण के माध्यम से बालिकाओं को संकट के समय अपनी रक्षा के लिए मनोवैज्ञानिक, बौद्धिक और शारीरिक रूप से मजबूत बनना सिखाया जाता है। आत्मरक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम के अन्तर्गत बालिकाओं को विपरीत परिस्थितियों से सामना करने हेतु मानसिक एवं शारीरिक रूप से सशक्त बनाते हुए प्रशिक्षित ट्रेनर्स के माध्यम से मार्शल आर्ट यथा—जूडो, ताईक्वांडो, कराटे आदि के माध्यम से उनमें जीवन कौशल का विकास किया जाता है।

3— रानी लक्ष्मीबाई आत्मरक्षा प्रशिक्षण हेतु संलग्न सूची (संलग्नक—2) के अनुसार जनपदों को प्रति विद्यालय रू0 15000/— की धनराशि प्रेषित की जा रही है।

4— कार्यक्रम के सुचारू एवं सफल संचालन यथा— प्रशिक्षक का चयन, प्रभावी अनुश्रवण एवं पर्यवेक्षण तथा अन्य समस्त कार्यों हेतु जनपदीय समिति का निम्नवत् गठन किया जाता है।

1)	जिलाधिकारी	अध्यक्ष
2)	वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक द्वारा नामित राजपत्रित अधिकारी	सदस्य
3)	जिला विद्यालय निरीक्षक	सदस्य सचिव

4)	जिला क्रीडा अधिकारी	सदस्य
5)	जिला युवा एवं कल्याण अधिकारी	सदस्य
6)	चीफ वार्डेन नागरिक सुरक्षा संगठन	सदस्य
7)	जनपद मुख्यालय पर अवस्थित राजकीय बालिका इण्टर कालेज की प्रधानाचार्या	सदस्य

5— प्रशिक्षक के चयन हेतु विशेष बिन्दु निम्नवत् है—

1) प्रशिक्षण हेतु ऐसे खिलाड़ियों का चयन किया जाये जिसके पास मार्शल आर्ट में ब्लैक बेल्ट योग्यता का प्रमाण–पत्र हो।

2) चयनित प्रशिक्षक ग्रामीण क्षेत्र के विद्यालयों में भी कार्य करने के इच्छुक हो।

3) प्रशिक्षक के रूप में यथा सम्भव महिला प्रशिक्षक का ही चयन किया जाये। महिला प्रशिक्षक न मिलने की स्थिति में पुरूष प्रशिक्षक चयनित किये जाये।

4) जनपद में चयनित राजकीय माध्यमिक विद्यालयों की संख्या के आधार पर प्रशिक्षकों की संख्या का निर्धारण जनपद स्तरीय समिति द्वारा किया जायेगा।

5) जनपद स्तरीय समिति प्रशिक्षकों के चयन हेतु दैनिक समाचार पत्रों में विज्ञप्ति प्रकाशित कर आवेदन आमंत्रित करने का निर्णय ले सकती है।

6) एक प्रशिक्षक द्वारा अधिकतम तीन विद्यालयों में उपस्थित होकर प्रशिक्षण कराया जा सकता है।

7) प्रशिक्षक द्वारा आवंटित विद्यालयों में तीन माह तक प्रशिक्षण प्रदान किया जायेगा।

8) जिन राजकीय माध्यमिक विद्यालयों में महिला शिक्षिका कार्यरत नहीं है उनमें महिला प्रशिक्षक को भेजा जाए।

9) जनपदीय समिति स्थानीय परिस्थतियों के अनुसार अन्य बिन्दु भी सम्मिलित कर सकती है।

6— आत्मरक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम के अन्तर्गत बालिकाओं को विपरीत परिस्थतियों से सामना करने हेतु मानसिक एवं शारीरिक रूप से सशक्त बनाने तथा उनमें कौशल विकास हेतु कार्य योजना निम्नवत् होगी—

1) आत्मरक्षा प्रशिक्षण की अवधि तीन माह होगी।

2) प्रशिक्षण की अवधि प्रतिदिन 40 मिनट होगी।

3) प्रशिक्षण की सैद्धान्तिक जानकारी कक्षा कक्ष में तथा कौशलात्मक/प्रयोगात्मक प्रशिक्षण मैदान/बड़े हॉल में दिया जायेगा।

4) बालिकाओं के साथ–साथ नोडल शिक्षिका को भी आत्मरक्षा प्रशिक्षण प्रदान किया जायेगा।

5) कक्षा कक्ष शिक्षण के अर्न्तगत निम्न विषय वस्तुओं पर बालिकाओं को सैद्धान्तिक जानकारी प्रदान की जाये –

1. आत्मरक्षा क्या है, इसकी हमें आवश्यकता क्यों है?
2. किशोरावस्था की सामान्य समस्याएं एवं उनका निदान ।

3. शरीर के मजबूत एवं संवेदनशील अंग की जानकारी।
4. पोषण एवं व्यायाम द्वारा शरीर को शक्तिशाली बनाने की जानकारी देना।
5. मानसिक दृढ़ता एवं कठिन परिस्थितियों से सामना करने सम्बन्धी कौशल का विकास।
6. बालिकाओं की मनोवैज्ञानिक एवं सामाजिक संवेदनाओं का पता लगाना एवं उनको सही दिशा प्रदान करने हेतु परिचर्चा।
7. किशोरावस्था की स्वास्थ्य सम्बन्धी सम्पूर्ण जानकारी।
8. आत्मरक्षा प्रशिक्षण का गलत उपयोग न करने के सम्बन्ध में जागरूकता।
9. विद्यालय के बालक एवं बालिकाओं के संयुक्त सत्र में बालिकाओं के साथ संवाद के तरीकों पर चर्चा।
10. स्थानीय संसाधनों से आत्मरक्षा किट बनाना एवं उसका उपयोग।
11. बलिकाओं में आत्म बल के विकास हेतु प्रेरणादायक सत्र।
12. प्रधानाचार्य/नोडल शिक्षक/प्रशिक्षक द्वारा आवश्यक समझे जाने वाले अन्य विषय वस्तु।

6) आउटडोर प्रशिक्षण के अन्तर्गत निम्न कौशलों का व्यवहारिक ज्ञान प्रदान किया जायेगा।

1. विद्यालय में संचालित मार्शल आर्ट से सम्बन्धित खेल की विभिन्न मुद्राओं का आधारभूत ज्ञान ।
2. पंच/मुक्का मारने के तरीके एवं प्रकार।
3. पछाड़/गिराने के तरीके।
4. थ्रो/फेंकने के प्रकार एवं तरीके।
5. किक/पैर से प्रहार करने के तरीके।
6. लुढ़कने का व्यायाम।
7. स्थानीय संसाधनों (पेन, पेन्सिल, हेयर पिन, क्लचर, कंघा, नेल कटर, कड़ा, अगूँठी, बेल्ट, दुपटटा, पर्स, बैग, पानी की बोतल, मोबाइल फोन, ज्योमेट्री बाक्स, ब्लेड, पेपर कटर, छोटा चाकू, पेपर स्प्रे, सेनिटाइजर आदि) का प्रयोग करके आत्मरक्षा करना।
8. फारवर्ड ब्लाक।
9. प्रशिक्षक द्वारा अन्य आवश्यक समझे जाने वाले कौशल।

7) विद्यालय में आत्मरक्षा जागरूकता हेतु निम्नवत् कार्यवाही सुनिश्चित की जाये–

1. विद्यालय परिसर में पुलिस कर्मियों द्वारा प्रेरणात्मक कार्यक्रम ।
2. प्रशासनिक अधिकारियों द्वारा प्रेरणात्मक कार्यक्रम ।
3. बालिकाओं को हेल्प लाइन नम्बर– 1090, 112, 108 तथा महिला थाना/क्षेत्रीय थानों के नम्बर की जानकारी दी जाये।

4. बैनर, पोस्टर, रैली व नुक्कड़ नाटकों के माध्यम से अन्य विद्यार्थियों एवं समु को जागरूक करना।

7— प्रधानाचार्य द्वारा निम्नवत् कार्यवाही सुनिश्चित की जाये—

1) एस0एम0डी0सी0 की बैठक आहूत कर स्थानीय परिस्थतियों के अनुसार आत्मरक्षा प्रशिक्षण की कार्य योजना तैयार की जाये।

2) आत्मरक्षा प्रशिक्षण हेतु महिला व्यायाम शिक्षक के कार्यरत न होने की दशा में ही खेल में अभिरूचि रखने वाली अन्य महिला शिक्षिका को नोडल नामित किया जाये।

3) प्रधानाचार्य यह सुनिश्चित करेंगें कि नोडल शिक्षिका नियमित रूप से आत्मरक्षा प्रशिक्षण प्राप्त कर रही है।

4) प्रशिक्षण प्रारम्भ करने से पूर्व बालिकाओं एवं उनके अभिभावकों को सूचित किया जाये जिससे बालिकाएं मानसिक रूप से प्रशिक्षण हेतु तैयार हो जाये।

5) प्रधानाचार्य द्वारा एक रजिस्टर बनाया जाये, जिसमें प्रशिक्षक का नाम, पता, प्रशिक्षक द्वारा दिये गये प्रशिक्षण का विवरण एवं प्रशिक्षण दिवस की उपस्थिति अंकित की जाये तथा प्रधानाचार्य द्वारा प्रतिदिन अवलोकित किया जाये।

6) प्रधानाचार्य द्वारा एक पृथक रजिस्टर तैयार किया जायेगा, जिसमें प्रशिक्षण ले रही बालिकाओं का पूर्ण विवरण अंकित किया जाये।

7) नोडल शिक्षिका की उपस्थिति में ही प्रशिक्षण प्रारम्भ कराया जाये, बालिकाओं के जाने के पश्चात ही नोडल द्वारा प्रशिक्षण स्थल को छोड़ा जाये।

8) नोडल शिक्षिका के अवकाश पर रहने की दशा में प्रधानाचार्य द्वारा किसी अन्य महिला शिक्षिका की उपस्थिति में प्रशिक्षण कराया जाये।

9) आत्मरक्षा प्रशिक्षण के पश्चात् प्रधानाचार्य द्वारा एक प्रतिवेदन तैयार किया जायेगा, जिसमें बालिकाओं के अनुभव तथा प्रशिक्षण के पश्चात् उनमें आये परिवर्तन एवं प्रशिक्षण के फोटोग्राफ सहित अभिलेखीकरण किया जायेगा।

10) प्रशिक्षण समाप्ति के पश्चात अभिभावकों की उपस्थिति में बालिकाओं की परस्पर प्रतिस्पर्धा कराकर प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त बालिकाओं को पुरस्कृत किया जाये।

11) प्रशिक्षण प्राप्त करने वाली सभी बालिकाओं को प्रमाण पत्र प्रदान किया जाये।

8— प्रशिक्षकों द्वारा निम्न दायित्वों का निर्वहन किया जाये—

1) प्रशिक्षण के प्रारम्भ में वार्मअप/हल्के फुल्के व्यायाम कराया जाये।

2) प्रशिक्षण से पूर्व प्रशिक्षक द्वारा यह सुनिश्चित कर लिया जाये कि बालिका अस्वस्थ न हो तथा शारीरिक रूप से प्रशिक्षण गतिविधि के लिए तैयार हो।

3) शारीरिक रूप से अस्वस्थ बालिका को ऐसे स्थान पर बैठाया जाये जहां से वह प्रशिक्षण की सम्पूर्ण गतिविधि सुगमता से देखकर सीख सकें।

4) माहवारी प्रक्रिया से गुजर रही बालिकाओं को प्रशिक्षक द्वारा यह बताया जाये कि वह हल्के फुल्के व्यायाम करते हुए कठिन गतिविधि को देखकर सीखने का प्रयास करें।

5) प्रशिक्षक द्वारा बालिकाओं को उनकी क्षमता अनुसार ही कौशल का प्रशिक्षण दिया जाये। यदि बालिका को प्रशिक्षण की किसी भी गतिविधि में कठिनाई आ रही हो, तो उसे बाध्य न किया जाये।

6) प्रशिक्षण का आंकलन प्रशिक्षक द्वारा किया जाये।

7) बालिकाओं को इस कौशल का उपयोग अनावश्यक रूप से आपस में न करके विशेष परिस्थितियों में ही करने की जानकारी दी जाये।

9— कार्यक्रम संचालन हेतु समय सारिणी निम्नवत् है—

क्र0सं0	कार्यवाही	अवधि	उत्तरदायित्व
1	जनपद स्तरीय समिति की बैठक	10 सितम्बर, 2023 तक	जिला विद्यालय निरीक्षक
2	विद्यालयों को लिमिट जारी करना	15 सितम्बर, 2023 तक	जिला विद्यालय निरीक्षक
3	प्रशिक्षक का चयन	25 सितम्बर, 2023 तक	जिला विद्यालय निरीक्षक
4	आत्मरक्षा प्रशिक्षण संचालन	अक्टूबर, नवम्बर, दिसम्बर, 2023	प्रधानाचार्य
5	प्रशिक्षण का अभिलेखीकरण एवं उपभोग प्रमाण–पत्र जिला विद्यालय निरीक्षक कार्यालय में उपलब्ध कराना	15 जनवरी, 2024	प्रधानाचार्य
6	उपभोग प्रमाण पत्र राज्य परियोजना कार्यालय को उपलब्ध कराना	30 जनवरी, 2024	जिला विद्यालय निरीक्षक

10— आत्मरक्षा प्रशिक्षण हेतु वित्तीय व्यवस्था निम्नवत् की जाये—

1) प्रशिक्षक को तीन माह हेतु अधिकतम रू0 12000/— मानदेय दिया जाये।

2) मानदेय का भुगतान पी0एफ0एम0एस0 के माध्यम से किया जाये।

3) प्रशिक्षण हेतु आवश्यक सामग्री का क्रय रू0 3000/— के अन्तर्गत जेम पोर्टल के माध्यम से किया जाये।

4) समस्त व्यय विद्यालय विकास एवं प्रबन्ध समिति के अनुमोदनोपरान्त किये जाये।

5) समस्त व्यय समग्र शिक्षा के मैनुअल आफ फाइनेन्शियल मैनेजमेन्ट एण्ड प्रोक्योरमेन्ट के प्राविधानो के अनुसार किये जाये।

11— जनपदीय एवं मण्डलीय अधिकारियों द्वारा निम्नवत् कार्यवाही सुनिश्चित की जाये—

1) जिला विद्यालय निरीक्षक द्वारा जनपद स्तरीय समिति के माध्यम से आत्मरक्षा प्रशिक्षण संचालन सम्बन्धी समस्त कार्यवाही समयान्तर्गत पूर्ण करायी जाये।

2) जिला विद्यालय निरीक्षक द्वारा सम्बन्धित सभी विद्यालयों में संचालित कार्यक्रम का पर्यवेक्षण एवं अनुश्रवण किया जायेगा तथा सूचना मण्डलीय संयुक्त शिक्षा निदेशक को प्रेषित की जाये।

3) मण्डलीय उप शिक्षा निदेशक द्वारा अपने मण्डल के न्यूनतम 20 प्रतिशत विद्यालयों का निरीक्षण कर आख्या संयुक्त शिक्षा निदेशक को उपलब्ध कराई जाये।

4) मण्डलीय संयुक्त शिक्षा निदेशक द्वारा मण्डल से सम्बन्धित जनपदों में संचालित कार्यक्रमों की पाक्षिक समीक्षा करते हुए न्यूनतम 20 प्रतिशत विद्यालयों का पर्यवेक्षण एवं अनुश्रवण भी किया जाये तथा अपने मण्डल की संकलित सूचना निर्धारित प्रारूप (संलग्नक–3) पर राज्य परियोजना कार्यालय को उपलब्ध कराई जाये।

आपको निर्देशित किया जाता है कि निर्धारित समय सारिणी के अनुसार जनपदीय समिति के माध्यम से प्रशिक्षक का चयन कराकर सम्बन्धित विद्यालयों में आत्मरक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम का सुचारू एवं सफल संचालन कराते हुए प्रगति आख्या एवं उपभोग प्रमाण पत्र निर्धारित प्रारूप (संलग्नक–4) पर उपलब्ध कराना सुनिश्चित करें।

संलग्नक–उक्तवत्।

भवदीय

(डॉ0 रूपेश कुमार)
राज्य परियोजना निदेशक

पृ0सं0: समग्र शिक्षा (मा0)/ 1760-61 / 2023–24 तद्दिनांक।
प्रतिलिपि–निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित–

1. जिलाधिकारी, समस्त जनपद उ0प्र0।
2. वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक, समस्त जनपद उ0प्र0।
3. शिक्षा निदेशक (मा0), शिविर कार्यालय, लखनऊ।
4. मण्डलीय संयुक्त शिक्षा निदेशक, समस्त मण्डल उ0प्र0।
5. मण्डलीय उप शिक्षा निदेशक, समस्त मण्डल उ0प्र0।
6. जिला क्रीडा अधिकारी, समस्त जनपद उ0प्र0।
7. जिला युवा एवं कल्याण अधिकारी, समस्त जनपद उ0प्र0।
8. चीफ वार्डेन नागरिक सुरक्षा संगठन।

(विष्णु कान्त पाण्डेय)
अपर राज्य परियोजना निदेशक