# નગર પ્રાથમિક શિક્ષણ સમિતિ અમદાવાદ

પરિપત્ર નં.૪૬-A તા.૨૬-૦૯-૨૦૨૪

ફક્ત મ્યુનિ.શાળાઓ માટે જ :-

વિષય :- સેલ્ફ એસ્ટીમ અને બોડી કોન્ફિડન્સ‘ આત્મવિશ્વાસ’ પ્રોજેકટ અંતર્ગત ઓનલાઈન કોર્સકરવા બાબત.

સંદર્ભ :- જીસીઈઆરટી/પીઈસી/૨૦૨૪-૨૫/૨૦૯૧૮-૫૧, તા. ૧૭-૦૯- ૨૦૨૪

આથી તમામ મ્યુનિ. શાળાના મુખ્ય શિક્ષકોને ઉપરોક્ત વિષય અને સંદર્ભિતપત્ર અન્વયે જણાવવાનું કે, યુનિસેફ પ્રેરિત દ્વારા સેલ્ફ એસ્ટીમ અને બોડી કોન્ફિડન્સ પ્રોજેકટ ચાલી રહ્યો છે. યુનિસેફ પ્રેરિત આ પ્રોજેકટ અંતર્ગત દિક્ષા પોર્ટલ પર ઓનલાઈન કોર્સ લાઈવ કરવામાં આવેલ છે. મુખ્ય શિક્ષકો અને ધો. ૬ થી ૮ ના તમામ શિક્ષકો સ્વેચ્છાએ તાલીમ લેવા જણાવવામાં આવે છે. તાલીમ પૂર્ણ થયા બાદ ઈ- સર્ટીફિકેટ દિક્ષા પોર્ટલ પરથી પ્રાપ્ત થશે.

https://diksha.gov.in/explore-course/course/do_31411854108002713613999

બિડાણ:- સંદર્ભિત પત્ર

તા.૨૬-૦૯-૨૦૨૪

ડૉ.એલ.ડી.દેસાઇ
શાસનાધિકારી

सत्यमेव जयते

GCERT/PEC/2024-25/ 20918-51
Vidhyabhavan-Sector-12
Gandhinagar
Director: (Phone) 079 232 56808
Secretary: 079 23256813
e-mail: gcert12@gmail.com
Web : : www.gcert.gujarat.gov.in
Date: / /2024

17 SEP 2024

પ્રતિ
પ્રાચાર્યશ્રી
જિલ્લા શિક્ષણ અને તાલીમ ભવન-તમામ

વિષય:- સેલ્ફ એસ્ટીમ અને બોડી કોન્ફિડન્સ 'આત્મવિશ્વાસ' પ્રોજેક્ટ અંતર્ગત ઓનલાઇન કોર્સ અંતર્ગત જાણ બાબત

શ્રીમાન,

ઉપરોક્ત વિષય અન્વયે જણાવવાનું કે યુનિસેફ દ્વારા સેલ્ફ એસ્ટીમ અને બોડી કોન્ફિડન્સ પ્રોજેક્ટ ચાલી રહ્યો છે. યુનિસેફ પ્રેરિત આ પ્રોજેક્ટ અંતર્ગત દિક્ષા પોર્ટલ પર ઓનલાઇન કોર્સ લાઇવ કરવામાં આવેલ છે જેમાં આપના જિલ્લાના ધોરણ ૬ થી ૮ ના શિક્ષકોએ સ્વેચ્છાએ જોડાવવા માટેની સુચના આપની કક્ષાએથી આપવાની રહેશે. તાલીમ પૂર્ણ થયા બાદ ઇ-સર્ટીફિકેટ દિક્ષા પોર્ટલ પરથી પ્રાપ્ત થશે.

કોર્સમાં જોડાવવા માટેની લિંક અને QR આ સાથે આપવામાં આવેલ છે.

https://diksha.gov.in/explore-course/course/do_3141185410800271361399

(ડૉ. [illegible] મોઢપટેલ)
નાયબ નિયામક અને પ્રોજેક્ટ ઓફીસર
જીસીઇઆરટી,

બિડાણ- કોર્સની વિગત

પ્રોજેક્ટનું નામ: 'આત્મવિશ્વાસ' સેલ્ફ એસ્ટીમ એંડ બોડી કોન્ફિડન્સ

ધ્યેય: કિશોરાવસ્થામાં પ્રવેશતા બાળકો આસપાસમાં જોવા મળતી જેન્ડર સંબંધી માનસિકતા, આભાસી આદર્શરૂપો, દેખાદેખી, કે શરીરના દેખાવ આધારિત લઘુતાગ્રંથિમાંથી બહાર આવે અને પોતાની આવડત અને આંતરિક ગુણોને મહત્ત્વ આપે.

**NEP 2020 અને SDGs સાથે 'સેલ્ફ એસ્ટીમ અને બોડી કોન્ફિડન્સ – આત્મવિશ્વાસ' પ્રોજેક્ટ કેવી રીતે જોડાય છે?**

આવશ્યક જીવન કૌશલ્યોથી સજ્જ, કિશોર-કિશોરીઓ તેમનો આત્મવિશ્વાસ વધારી શકે છે અને જીવન લક્ષ્યો હાંસલ કરવા માટે તેમના અધિકારોનો ઉપયોગ કરી શકે છે. કૌશલ્ય વિકાસ પ્રત્યે પ્રતિબદ્ધતાની સ્પષ્ટ રૂપરેખા આપતા, NEP 2020 જણાવે છે કે, 'વ્યક્તિઓના સર્વાંગીણ વિકાસ માટે, તે આવશ્યક છે કે આંગણવાડીથી લઈને ઉચ્ચ શિક્ષણ સુધી, શીખવાના દરેક તબક્કે ચોક્કસ કૌશલ્યો અને મૂલ્યોને સામેલ કરવામાં આવે' (પેરા ૧.1.2, પૃષ્ઠ 33). આત્મગૌરવ કેળવવા અને લિંગ સંવેદનશીલતા વિકસાવવા માટેના કૌશલ્યો સાથે કિશોરોને સશક્ત બનાવવું એ સેલ્ફ એસ્ટીમ અને બોડી કોન્ફિડન્સ પ્રોજેક્ટના મુખ્ય ઉદ્દેશ્યો છે. યુનિસેફ દ્વારા પ્રેરિત આ પ્રોજેક્ટમાં 'AdhaFULL' ના નામ હેઠળ 6 બાળ મૈત્રીપૂર્ણ કોમિક બુક્સ, પૂરક શિક્ષક સંસાધનો અને આત્મસન્માન અને શારીરિક આત્મવિશ્વાસ પર વર્ગખંડમાં દેખરેખની માર્ગદર્શિકાનો સમાવેશ થાય છે અને હાલમાં તે ગુજરાત સહિત ભારતના આઠ રાજ્યોમાં અમલમાં છે.

આત્મસન્માન અને શારીરિક આત્મવિશ્વાસ સાથેના મુદ્દાઓ કિશોરો, ખાસ કરીને છોકરીઓના વિકાસ અને શિક્ષણના પરિણામો પર ગંભીર અસર કરે છે. કિશોરવયની છોકરીઓ અને છોકરાઓ શાળાનું વાતાવરણ લિંગ પ્રત્યે સંવેદનશીલ બને તે મહત્વપૂર્ણ છે અને તે AdhaFULLનું મુખ્ય પાસું છે. આ NEP 2020 સાથે સીધી રીતે જોડાય છે છે કારણ કે, તે બાળકોની સલામતી અને અધિકારો, ખાસ કરીને કન્યા બાળકો અને વિવિધ પ્રકારના ભેદભાવથી સંબંધિત કિશોરોના મુદ્દાઓ પર સાવચેતીપૂર્વક ધ્યાન આપવાની ભલામણ કરે છે (પેરા 8.11, પૃષ્ઠ 33). દુનિયાએ ટકાઉ વિકાસ માટેના જે લક્ષ્યાંકો નક્કી કરેલાં છે તેમાંથી 5 મુ લક્ષ્યાંક (SDG – 5) જેન્ડર પ્રતેની સભાનતાની ખાસ વાત કરે છે. પ્રસ્તુત પ્રોજેક્ટ પણ બાળકોમાં કિશોરવસ્થાથી જ આ મુદ્દે એક સંવેદનશીલ કિશોર તૈયાર થાય તે માટે પ્રતિબદ્ધ છે. જેનો હેતુ લિંગ ભેદભાવથી મુક્ત વિશ્વ બનાવવાનો છે, જ્યાં મહિલાઓ અને છોકરીઓને પુરૂષો અને છોકરાઓ જેવા સમાન અધિકારો, તકો અને સંસાધનો પ્રાપ્ય હોય.

AdhaFULL નો ઉદ્દેશ્ય કિશોરોની આગામી પેઢીને લિંગના ધોરણો અને સ્ટીરિયોટાઇપ્સમાં ટકાઉ ફેરફારો અને તેમની શાળાઓ અને સમુદાયોમાં સમાનતા તરફ પ્રગતિ માટે ટેકો આપવાનો છે. SDG 4 કહે છે કે, 'સમાવિષ્ટ અને સમાન ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષણને સુનિશ્ચિત કરવા અને બધા માટે આજીવન શીખવાની તકોને પ્રોત્સાહન આપવા.' SDG4 ના લક્ષ્યોમાંનું એક 2030 સુધીમાં શિક્ષણમાં લિંગ અસમાનતાને દૂર કરવાનું અને શિક્ષણના તમામ સ્તરોની સમાન પહોંચ સુનિશ્ચિત કરવાનું છે. રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ – 2020 પણ આ બાબતે કહે છે કે, 'લિંગ સમાનતા અને તે બાબતે પ્રશિક્ષિત શિક્ષકો દ્વારા શાળાના સંપૂર્ણ

વાતાવરણને સમાવેશી શિક્ષણ માટે અનુકૂળ બનાવવું જોઈએ. NEP – 2020 સ્પષ્ટપણે જણાવે છે કે લિંગ સંવેદના અંગે જાગૃતિ અને જ્ઞાન શિક્ષક શિક્ષણ અભ્યાસક્રમનો અભિન્ન ભાગ હશે. (પેરા 6.14, પૃષ્ઠ 27).

'આવશ્યક વિષયો, કૌશલ્યો અને ક્ષમતાઓનું અભ્યાસક્રમ સંકલન' વિભાગ હેઠળ, NEP ભલામણ કરે છે કે શાળાના અભ્યાસક્રમ દ્વારા વિદ્યાર્થીઓએ ઝડપથી બદલાતી દુનિયામાં ઉત્પાદક માનવી બનવા માટે અન્ય ઘણી કૌશલ્યોની સાથે લિંગ સંવેદનશીલતા કૌશલ્યો વિશે શીખવું જોઈએ (પેરા 4.23, પૃષ્ઠ 15). શાળાના અભ્યાસક્રમમાં, શરૂઆતમાં, માનવ અધિકારો, લિંગ સમાનતા, સમાવેશ અને સમાનતા પરની સામગ્રીનો સમાવેશ કરવામાં આવશે અને શાળાના અભ્યાસક્રમમાંથી કોઈપણ પૂર્વગ્રહો અને સ્ટીરિયોટાઈપ્સ દૂર કરવામાં આવશે (પેરા 6.20, પૃષ્ઠ 28).

કાર્યક્રમનું સ્વરૂપ:

આ માટે કુલ છ કોમિક બુક્સ તૈયાર કરેલી છે. જેમાં પહેલી પાંચ કોમિક બુક્સમાં એક-એક સંદેશ છે. જ્યારે છેલ્લી કોમિક બુક્સમાં તમામ સંદેશોને એક સાથે જોડેલ છે.

| ક્રમ | કોમિક બૂક્સનું નામ | સંદેશ |
|---|---|---|
| 1 | ખજાનાનો નકશો | જેન્ડર સંબંધી જોવા મળતી ઘરેડ અને બાળકો તેમાંથી કેવી રીતે બહાર આવે. |
| 2 | બદલીપુરના ચિત્તા | જાહેર માધ્યમોમાં આવતી જાહેરાતો કરતાં આપણાં આંતરિક ગુણો મહત્ત્વના છે. |
| 3 | ફિલ્મ સ્ટારનું અપહરણ | મિથ્યા આદર્શરૂપ પાછળની હકીકત અને તેમાંથી બાળકો કેવી રીતે બહાર આવી શકે. |
| 4 | ગાયબ હાથી | શરીરના દેખાવ સંબંધી લઘુતાગ્રંથિ, તેનું પરિણામ અને તેમાંથી કેવી રીતે બહાર આવી શકાય. |
| 5 | બદલીપુર પર ખતરો | બિનજરૂરી સરખામણી, તેની અસર અને તેમાંથી બચવા શું કરવું |
| 6 | બોલતો ખડક | આ વાર્તા ઉપરના પંચેય સંદેશનું એકત્રીકરણ છે. |

યુનિસેફ દ્વારા આ તમામ વિષય પર કોમિક બુક્સ તૈયાર કરવામાં આવી છે. તથા શિક્ષકો માટેની માર્ગદર્શિકા પણ તૈયાર કરવામાં આવી છે.