अंक – 47 20.08.2025 बुधवार

कैमूर चेतना–सत्र

बिहार शिक्षा परियोजना कैमूर द्वारा सभी विद्यालयों के लिए प्रकाशित

- संपादकीय
- हमारे प्रेरणा स्रोत
- प्रार्थना
- बिहार राज्य गीत
- संविधान की प्रस्तावना
- राष्ट्रगान
- आज का सुविचार
- रोचक तथ्य
- दिवस विशेष
- सामान्य ज्ञान
- शब्द ज्ञान
- कंप्यूटर ज्ञान
- तर्क ज्ञान
- प्रेरक प्रसंग
- बूझो तो जाने

बिहार के उर्जा मंत्री
बिजेंद्र प्रसाद यादव
बिहार के पथ निर्माण मंत्री
विजय सिन्हा

AUGUST 2025

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

कैमूर चेतना - सत्र

शुभकामना संदेश

कार्यालय
जिला कार्यक्रम पदाधिकारी
(स्थापना, एस.एस.ए.,माध्यमिक शिक्षा)
कैमूर (भभुआ)

"कैमूर चेतना सत्र" पत्रिका, शिक्षकों और विद्यार्थियों के लिए एक महत्वपूर्ण शैक्षणिक संसाधन के रूप में प्रस्तुत की गई है। यह पहल न केवल कैमूर जिले की शिक्षण परंपरा में नवाचार का संचार करती है, बल्कि ज्ञान, सृजनशीलता और सहभागिता की एक नई दिशा भी प्रदान करती है।

शिक्षा की गुणवत्ता में निरंतर सुधार के लिए यह आवश्यक है कि शिक्षकों को ऐसे संसाधन उपलब्ध कराए जाएँ जो उन्हें सशक्त बनाएं, अद्यतन रखें और शिक्षण को विद्यार्थियों के लिए आनंददायक बनाएं।

"कैमूर चेतना सत्र" इसी सोच का सशक्त प्रतिबिंब है। इस रचनात्मक सामग्री के निर्माण में कैमूर चेतना – सत्र निर्माण कोषांग के सदस्यों की सहभागिता अत्यंत सराहनीय है। इनका यह समर्पण निश्चित ही जिले के अन्य शिक्षकों को भी प्रेरणा देगा।

मैं इस पत्रिका की संकल्पना एवं निर्माण से जुड़ी संपूर्ण टीम को इस प्रयास के लिए हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ देता हूँ।

"कैमूर चेतना सत्र" भविष्य में भी शिक्षक व विद्यार्थियों — दोनों के लिए नवाचार और प्रगति का माध्यम बना रहे, यही शुभकामना है।

श्री विकास कुमार डीएन
जिला कार्यक्रम पदाधिकारी, कैमूर
(एस.एस.ए, स्थापना, माध्यमिक शिक्षा)

परिकल्पना सहयोग :
चेतना - सत्र संसाधन निर्माण कोषांग

प्रकाशक :
बिहार शिक्षा परियोजना एवं शिक्षा विभाग , कैमूर

संपादक समूह :

सुमित कुमार
प्राथमिक विद्यालय डारीडीह, भभुआ , कैमूर

शिव कुमार गुप्ता
राजकीयकृत मध्य विद्यालय नीमी, भभुआ कैमूर

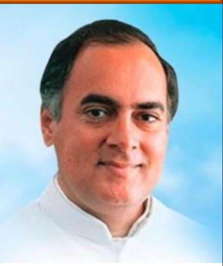
सभी विद्यालयों के शिक्षक 'कैमूर चेतना – सत्र' के ग्रुप में जुड़ना सुनिश्चित करें ताकि चेतना सत्र की प्रति सभी को आसानी से प्राप्त हो सके |

कार्यालय, बिहार शिक्षा परियोजना
शिक्षा भवन , भागीरथी मुक्तावाश मंच ,
भभुआ (कैमूर)
पिनकोड – 821101
ईमेल – chetnakaimur@gmail.com

भारत में सूचना (कंप्यूटर) क्रांति के जनक

राजीव गाँधी

भारत के पूर्व प्रधानमंत्री
(31 अक्टूबर 1984 – 2 दिसंबर 1989)



जन्म	:	20 अगस्त 1944 मुंबई
मृत्यु	:	21 मई 1991 श्रीपेरुम्बुदुर , तमिलनाडु
पिता & माता	:	फिरोज गाँधी & इंदिरा गाँधी
पत्नी	:	सोनिया गाँधी
पुरस्कार	:	भारत रत्न (1991)
स्मारक	:	वीर भूमि
जन्मदिवस	:	सदभावना दिवस

विश्व मच्छर दिवस विशेष

मच्छरों के काटने से कैसे बचें:-

- जगह-जगह पर पानी न भरने दे या जंहा पानी भरे वंहा पर मिटटी का तेल या पेट्रोल की कुछ बुँदे रोजाना डाले।
- विटामिन की अधिकता वाली चींजे खाए, जैंसे -आंवला , संतरा।
- पानी की टंकियो, कूलर, ट्यूब तथा टायरो में पानी इकट्ठा न होने दे।
- कूलर का पानी प्रतिदिन बदले।
- पानी की टंकियो को सही से बंद करे।
- खाने में ज्यादा से ज्यादा इस्तेमाल करे ,दो से तीन चुटकी हल्दी पानी के साथ ले।
- हल्दी को सुबह आधा चम्मच पानी के साथ या रात को दूध के साथ सेवन करे।
- तुलसी के पत्तो को शहद के साथ पानी में उबाल कर पीये।
- यदि ज्यादा नजला, जुकाम हो तो रात को दूध न पीये।
- नाक के अन्दर सरसों का तेल लगाये। तेल की चिकनाहट के कारण बाहर से आने वाले बैक्टीरिया को नाक के अन्दर जाने से रोकती है।
- यदि बार -बार उल्टी हो रही है तो सेब के रस में नींबू मिलाकर ले।
- स्थिति ख़राब हो तो गेंहू के जवारे के रस निकालकर दिन में 2-3 बार ले।
- गिलोय के बेल की डंडी का काढ़ा बनाकर दे।

1. प्रार्थना

प्रार्थना

सुबह सवेरे लेकर तेरा नाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा नाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
शुद्ध भाव से तेरा ध्यान लगाएं हम,
विद्या का वरदान तुम्हीं से पाए हम।
शुद्ध भाव से तेरा ध्यान लगाएं हम,
हाँ, विद्या का वरदान तुम्हीं से पाए हम।
तुम्ही से है आगाज़ तुम्हीं से अंजाम प्रभु,
करते है हम शुरु आज का काम प्रभु।
सुबह सवेरे लेकर तेरा नाम प्रभु,
करते हैं हम शुरु आज का काम प्रभु।
गुरुओं का सत्कार कभी न भूले हम,
इतना बनें महान गगन को छु ले हम।
गुरुओं का सत्कार कभी न भूले हम,
इतना बनें महान गगन को छु ले हम।
हाँ, इतना बनें महान गगन को छु ले हम।
तुम्हीं से है हर सुबह तुम्ही से शाम प्रभु,
करते है हम शुरु आज का काम प्रभु।

बिहार राज्य गीत

मेरे भारत के कंठहार
तुझको शत – शत वंदन बिहार
तू वाल्मीकि की रामायण
तू वैशाली का लोकतंत्र
तू बोधिसत्व की करुणा है
तू महावीर का शांतिमंत्र
तू नालंदा का ज्ञानदीप
तू हीं अक्षत चंदन बिहार
तू है अशोक की धर्मध्वजा
तू गुरुगोविंद की वाणी है
तू आर्यभट्ट तू शेरशाह
तू कुंवर सिंह बलिदानी है
तू बापू की है कर्मभूमि
धरती का नंदन वन बिहार
तेरी गौरव गाथा अपूर्व
तू विश्व शांति का अग्रदूत
लौटेगा खोया स्वाभिमान
अब जाग चुके तेरे सपूत
अब तू माथे का विजय तिलक
तू आँखों का अंजन बिहार
तुझको शत – शत वंदन बिहार
मेरे भारत के कंठहार

कैमूर चेतना-सत्र
शिक्षा विभाग कैमूर

संविधान की प्रस्तावना

"हम, भारत के लोग, भारत को एक संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न, समाजवादी, पंथनिरपेक्ष, लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को: सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय; विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म और उपासना की स्वतंत्रता; प्रतिष्ठा और अवसर की समता प्राप्त कराने के लिए, तथा उन सब में व्यक्ति की गरिमा और राष्ट्र की एकता और अखंडता सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए, दृढ़ संकल्प होकर अपनी इस संविधान सभा में आज तारीख 26 नवंबर, 1949 ई. (मिति मार्गशीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत दो हजार छह विक्रमी) को एतदद्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।"

राष्ट्रगान

जन-गण-मन अधिनायक जय हे
भारत भाग्य विधाता।
पंजाब-सिन्धु-गुजरात-मराठा
द्राविड़-उत्कल-बंग
विंध्य हिमाचल यमुना गंगा
उच्छल जलधि तरंग
तब शुभ नामे जागे, तब शुभ आशिष मांगे
गाहे तब जय-गाथा।
जन-गण-मंगलदायक जय हे भारत भाग्य विधाता
जय हे, जय हे, जय हे, जय जय जय जय हे॥

2. आज का सुविचार

"लोग चाहते हैं कि मैं बेहतर करूं, लेकिन वो कभी नहीं चाहते कि मैं उनसे बेहतर करूं।"

– अज्ञात

3. रोचक तथ्य

औसतन लोग बिस्तर में जाने के बाद 7 मिनिट में सो जाते हैं।

4. दिवस विशेष

विश्व मच्छर दिवस

यह दिवस पेशेवर चिकित्सक सर रोनाल्ड रास की स्मृति में मनाया जाता हैं, जिन्होंने वर्ष 1897 में यह खोज़ की थी कि मनुष्य में मलेरिया जैसी जानलेवा बीमारी के संचरण के लिए मादा मच्छर उत्तरदायी है।

सद्भावना दिवस

भारत में साल पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गाँधी के जन्म दिवस को हर साल 20 अगस्त को सद्भावना दिवस के रूप में मनाया जाता है। इसे "समरसता दिवस" तथा " राजीव गाँधी अक्षय ऊर्जा दिवस" के नाम से भी जाना जाता है।

5. आज का इतिहास

1828 : राजा राम मोहन राय द्वारा स्थापित ब्रह्म समाज का पहला सत्र कोलकाता में आयोजित किया गया था |

1897 : रोनाल्ड रॅास ने कोलकाता के प्रेसीडेंसी जनरल अस्पताल में मलेरिया के कारक एनोफिलीज मच्छर की पहचान की |

1921 : केरल के मालाबार क्षेत्र में मोपला विद्रोह शुरू |

1944 : राजीव गाँधी का जन्म |

6. सामान्य ज्ञान

प्रश्न : लेटा ग्रह किस ग्रह को कहते हैं?
उत्तर : अरुण

प्रश्न : नेत्रदान में आंख का कौन सा भाग दान में दिया जाता हैं?
उत्तर: कॉर्निया

प्रश्न: बिहार का सबसे गर्म जिला कौन सा हैं?
उत्तर: गया जी

प्रश्न: ग्लोबल वार्मिंग के लिए सबसे अधिक जिम्मेदार गैस कौन सा हैं?
उत्तर : कार्बन डाई ऑक्साइड

प्रश्न: विश्व का सबसे बड़ा महासागर कौन सा हैं?
उत्तर : प्रशांत महासागर

प्रश्न : विश्व का सबसे छोटा महाद्वीप कौन सा हैं?
उत्तर : ऑस्ट्रेलिया

प्रश्न : शरीर में हड्डियों [Bones] की कुल संख्या है ?
उत्तर:- 206

प्रश्न : दलहनी पौधों के जड़ों में कौन सा सूक्ष्मजीव पाया जाता हैं ,जो वायुमंडलीय नाइट्रोजन का स्थिरीकरण करता हैं?
उत्तर: राइजोबियम लेग्युमीनोसोरम

प्रश्न : प्लासी का युद्ध कब हुआ था?
उत्तर: 23 जून 1757

प्रश्न :सबसे हल्की धातु कौन सी हैं?
उत्तर: लीथियम

प्रश्न :कौन सी धातु द्रव अवस्था में पाई जाती हैं?
उत्तर: पारा

प्रश्न : पीयूष ग्रंथि (Pituitary Gland) कहां पाई जाती है?
उत्तर: मस्तिष्क में

प्रश्न : शरीर में मांसपेशियों की कुल संख्या कितनी होती है?
उत्तर:- 639

प्रश्न : लार में कौन सा एन्जाइम [Enzyme] पाया जाता है ?
उत्तर:- टायलिन

कैमूर चेतना-सत्र
शिक्षा विभाग कैमूर

7. शब्द ज्ञान

दबे पाँव चलो।	Walk on the tiptoe.
वो दबे पाँव कमरे में घुसा	He tiptoed into the room.
मुझ पर एहसान मत करो।	Don't favour me.
बहाने मत बनाओ।	Don't make excuses.
समय की नजाकत को समझो।	Understand the delicacy of time.

8. कंप्यूटर ज्ञान

कार्यात्मक कुंजियाँ (Function keys): F1 से F12 तक, जो विभिन्न कार्यों के लिए उपयोग होती हैं.

9. तर्क ज्ञान

यदि घड़ी की सुइयाँ 10:10 पर हैं, तो घंटे की सुई और मिनट की सुई के बीच कोण कितना होगा?

85 डिग्री

9. प्रेरक प्रसंग

!! सुनार की तकदीर !!

एक बार किसी देश का राजा अपनी प्रजा का हाल-चाल पूछने के लिए गाँवों में घूम रहा था। घूमते-घूमते उसके कुर्ते के सोने के बटन की झालर टूट गई, उसने अपने मंत्री से पूछा, कि इस गांव में कौन सा सुनार है, जो मेरे कुर्ते में नया बटन बना सके?

उस गांव में सिर्फ एक ही सुनार था, जो हर तरह के गहने बनाता था, उसको राजा के सामने ले जाया गया। राजा ने कहा, कि तुम मेरे कुर्ते का बटन बना सकते हो ? सुनार ने कहा, हुज़ूर यह कोई मुश्किल काम थोड़े ही है !

उसने, कुर्ते का दूसरा बटन देखकर, नया बना दिया। और राजा के कुर्ते में फिट कर दिया।।

राजा ने खुश होकर सुनार से पूछा, कि कितने पैसे दूं ? सुनार ने कहा :- "महाराज रहने दो, छोटा सा काम था।" उसने, मन में सोचा, कि सोना राजा का था, उसने तो सिर्फ मजदूरी की है। और राजा से क्या मजदूरी लेनी है|

राजा ने फिर से सुनार को कहा कि, नहीं-नहीं, बोलो कितने दूं ?

सोनार ने सोचा, की दो रूपये मांग लेता हूँ। फिर मन में विचार आया, कि कहीं राजा यह न सोच ले कि एक बटन बनाने का मेरे से दो रुपये ले रहा है, तो गाँव वालों से कितना लेता होगा, और कोई सजा न दे दे। क्योंकि उस जमाने में दो रुपये की कीमत बहुत होती थी।

सुनार ने सोच-विचार कर, राजा से कहा कि :- "महाराज जो भी आपकी इच्छा हो, दे दो।" अब राजा तो राजा था। उसको अपने हिसाब से देना था। कहीं देने में उसकी इज्जत ख़राब न हो जाये और, उसने अपने मंत्री को कहा, कि इस सुनार को दो गांव दे दो, यह हमारा हुक्म है।

यहाँ सोनी जी, सिर्फ दो रुपये की मांग का सोच रहे थे, मगर, राजा ने उसको दो गांव दे दिए।

इसी तरह, जब हम प्रभु पर सब कुछ छोड़ते हैं, तो वह अपने हिसाब से देता है और मांगते हैं तो सिर्फ हम मांगने में कमी कर जाते हैं। देने वाला तो पता नहीं क्या देना चाहता है, लेकिन, हम अपनी हैसियत से बड़ी तुच्छ वस्तु मांग लेते हैं.। इसलिए संत-महात्मा कहते है, ईश्वर को सब कुछ अपना सर्मपण कर दो, उनसे कभी कुछ मत मांगों, जो वो अपने आप दें, बस उसी से संतुष्ट रहो। फिर देखो उसकी लीला। वारे के न्यारे हो जाएंगे। जीवन मे धन के साथ "सन्तुष्टि" का होना जरूरी है|

11 . बूझो तो जाने

ऐसी कौन सी चीज़ है जो हमेशा आती है, पर कभी पहुँचती नहीं?"

उत्तर: "कल"

विभागीय सूचना

- सभी मध्य विद्यालय के विज्ञान/गणित पढ़ाने वाले/नामित शिक्षक अगस्त माह का प्रोजेक्ट बेस्ड लर्निंग अंतर्गत MIP 3.4 को दिनांक 24.08.2025 तक अनिवार्य रूप से पूर्ण करना सुनिश्चित करेंगे।
- सभी मध्य विद्यालय और उच्च विद्यालय के प्रधानाध्यापक इंस्पायर अवार्ड से संबंधित 05 बच्चों के प्रोजेक्ट को इंस्पायर अवार्ड के वेबसाइट पर नॉमिनेशन करते हुए पंजीकरण अनिवार्य रूप से दिनांक 31.08.2025 तक पूर्ण करना सुनिश्चित करेंगे।
- सभी प्राथमिक/मध्य विद्यालय के प्रधानाध्यापक अवगत होंगे कि सितम्बर 2025 में दिनांक 10.09.2025 से अर्द्ध वार्षिक परीक्षाएं संचालित होंगी। अतएव सभी विषयों का सिलेबस पूर्ण करा लें और इसकी सूचना छात्रों और अभिभावकों को दे देंगे।

"

"हर सुबह एक नया सत्र, हर दिन एक नई प्रेरणा

कैमूर चेतना - सत्र टीम

संपर्क सूत्र : 8271039022