# कैमूर चेतना सत्र

## बिहार शिक्षा परियोजना कैमूर द्वारा सभी विद्यालयों के लिए

**कैमूर अंक- 72**


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


### सितम्बर - 2025 कैलेंडर

| रवि | सोम | मंगल | बुध | गुरु | शुक्र | शनि |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 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 | | | | |

कार्यालय

## जिला शिक्षा पदाधिकारी, कैमूर

शिक्षा भवन , भागीरथी मुक्तावास मंच, भभुआ , कैमूर

### शुभकामना संदेश

"कैमूर चेतना सत्र" शिक्षण एवं चेतना - सत्र संसाधन पत्रिका के रूप में प्रस्तुत यह अभिनव प्रयास कैमूर जिले के शिक्षा जगत में एक प्रेरणादायक पहल है।

यह सामग्री शिक्षकों एवं विद्यार्थियों दोनों के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध होगी, जो न केवल कक्षा शिक्षण को अधिक प्रभावशाली बनाएगी, बल्कि विद्यार्थियों की अभिरुचि, समझ और जिज्ञासा को भी सुदृढ़ करेगी।

गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के लिए अद्यतन संसाधनों का निर्माण और उपयोग अत्यावश्यक है।

इस दिशा में "कैमूर चेतना सत्र" शिक्षकों को नवाचार की ओर प्रेरित करेगा और कक्षा शिक्षण में नवीनता का संचार करेगा।

इस संसाधन सामग्री के निर्माण में **कैमूर चेतना-सत्र निर्माण कोषांग के सदस्यों** की रचनात्मक सहभागिता अत्यंत सराहनीय है। इन दोनों शिक्षकों का यह प्रयास अन्य शिक्षकों के लिए प्रेरणा का स्रोत बनेगा।

मैं इस पत्रिका की सम्पादकीय टीम को इस उत्कृष्ट प्रयास के लिए हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ देता हूँ।

आशा है कि यह पत्रिका शिक्षक व विद्यार्थियों — दोनों के लिए ज्ञान, प्रेरणा एवं नवाचार की सशक्त धारा सिद्ध होगी।

श्री राजन कुमार
बि. शि. से. (प्रशासन)
जिला शिक्षा पदाधिकारी , कैमूर

परिकल्पना सहयोग :
चेतना - सत्र संसाधन निर्माण कोषांग
प्रकाशक :
बिहार शिक्षा परियोजना एवं शिक्षा विभाग , कैमूर

चेतना - सत्र
संसाधन सामग्री निर्माण कोषांग
सदस्य सह संपादकीय 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

कार्यालय, बिहार शिक्षा परियोजना
शिक्षा भवन , भागीरथी मुक्तावकाश मंच , भभुआ (कैमूर )
पिनकोड – 821101

ईमेल –
chetnakaimur@gmail.com

## हमारे प्रेरणा स्त्रोत

### मैडम भीखाजी कामा

जन्म : 24 सितम्बर 1861
मृत्यु : 13 अगस्त 1936

मैडम भीखाजी रुस्तम कामा भारत की महान स्वतंत्रता सेनानी, समाजसेविका और राष्ट्रवादी थीं। उनका जन्म बंबई (अब मुंबई) के एक संपन्न पारसी परिवार में हुआ था। प्रारम्भिक शिक्षा उन्होंने बंबई में प्राप्त की। उनका विवाह रुस्तम कामा से हुआ, जो एक प्रसिद्ध वकील और ब्रिटिश समर्थक थे, किन्तु विचारों में मतभेद के कारण वे उनसे अलग हो गईं।

भीखाजी कामा सामाजिक कार्यों और महिला उत्थान में विशेष रूप से सक्रिय रहीं। प्लेग महामारी के समय उन्होंने रोगियों की सेवा की, जिसके कारण वे स्वयं भी अस्वस्थ हो गईं और आगे उपचार हेतु यूरोप गईं। वहीं रहते हुए वे भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन से गहराई से जुड़ गईं।

उन्होंने लंदन, पेरिस और बर्लिन में रहते हुए भारतीय स्वतंत्रता के लिए आवाज उठाई। 1907 में जर्मनी के स्टुटगार्ट में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय समाजवादी सम्मेलन में उन्होंने पहली बार भारत का तिरंगा ध्वज फहराया, जो उनके राष्ट्रवादी समर्पण का प्रतीक बना। यह ध्वज बाद में भारतीय राष्ट्रीय ध्वज की प्रेरणा माना गया।

भीखाजी कामा ने अपने जीवन का अधिकांश समय विदेशों में रहकर भारत की आज़ादी के लिए प्रचार-प्रसार, लेखन और अंतर्राष्ट्रीय मंचों पर भारत की स्थिति उठाने में बिताया। 1935 में वे अस्वस्थता के कारण भारत लौटीं और 13 अगस्त 1936 को बंबई में उनका निधन हो गया।

वे भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन की पहली महिला अग्रदूतों में से मानी जाती हैं और उन्हें "भारतीय क्रांति की जननी" (Mother of Indian Revolution) की संज्ञा भी दी जाती है।

## 1. प्रार्थना

### प्रार्थना

इतनी शक्ति हमें देना दाता, मन का विश्वास कमज़ोर हो ना
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे, भूलकर भी कोई भूल हो ना।
दूर अज्ञान के हो अँधेरे, तू हमें ज्ञान की रौशनी दे
हर बुराई से बचके रहें हम, जितनी भी दे भली ज़िन्दगी दे
बैर हो ना किसी का किसी से, भावना मन में बदले की हो ना
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे, भूलकर भी कोई भूल हो ना
इतनी शक्ति हमें देना दाता, मन का विश्वास कमज़ोर हो ना
हम न सोचें हमें क्या मिला है, हम ये सोचें किया क्या है अर्पण
फूल खुशियों के बांटें सभी को, सबका जीवन ही बन जाए मधुवन
अपनी करुणा का जल तू बहा के,कर दे पावन हर एक मन का कोना
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे, भूलकर भी कोई भूल हो ना
इतनी शक्ति हमें देना दाता, मन का विश्वास कमज़ोर हो ना
हर तरफ़ ज़ुल्म है, बेबसी है, सहमा सहमा सा हर आदमी है
पाप का बोझ बढ़ता ही जाए, जाने कैसे ये धरती थमी है
बोझ ममता से तू ये उठा ले, तेरी रचना का ये अंत हो ना
हम चलें नेक रस्ते पे हमसे, भूल कर भी कोई भूल हो ना
इतनी शक्ति हमें देना दाता, मन का विश्वास कमज़ोर हो ना
हम अँधेरे में हैं रोशनी दे, खो ना दे खुद को ही दुश्मनी से

### 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

### 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॥

कैमूर चेतना सत्र

## 2. आज का सुविचार

जो मेहनत पर भरोसा करते हैं, वह किस्मत की बात कभी नहीं करते।

## 3. रोचक तथ्य

हमें अपने भोजन का स्वाद लेने के लिए लार की आवश्यकता होती है।

## 4. दिवस विशेष

**राष्ट्रीय बालिका दिवस/बेटी दिवस**

यह दिन बेटियों को समाज में उनके अधिकारों और महत्व के बारे में जागरूक करता है। इस दिन का उद्देश्य लड़कियों को उनके अधिकारों की लड़ाई लड़ने और सभी क्षेत्रों में अपना योगदान देने के लिए प्रोत्साहित करना है।

**राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) दिवस**

यह दिवस 24 सितंबर 1969 को राष्ट्रीय सेवा योजना की स्थापना की याद में मनाया जाता है। एनएसएस देश के युवाओं में व्यक्तित्व विकास, सामाजिक सेवा और आपदा राहत जैसे क्षेत्रों में जागरूकता पैदा करने के लिए युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय द्वारा आयोजित किया जाता है।

**राष्ट्रीय चेरी जयंती दिवस**

यह राष्ट्रीय दिवस चेरी से बनी मिठाई का आनंद लेने के लिए समर्पित है।

कैमूर चेतना सत्र

## 5. आज का इतिहास

- 1861 - भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में राष्ट्रवादी आन्दोलन की प्रमुख नेता मैडम भीकाजी कामा का जन्म।
- 1948 - होंडा मोटर कंपनी की स्थापना।
- 1978 - पूर्व सोवियत संघ ने भूमिगत परमाणु परीक्षण किया।
- 2009 - देश के पहले चन्द्रयान-1 ने चाँद की सतह पर पानी खोज निकाला।
- 2013 - पाकिस्तान के बलूचिस्तान में 7.7 तीव्रता के भूकंप से 515 लोगों की मौत।
- 2014 -भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के उपग्रह मंगल ने मंगल ग्रह की कक्षा मे सफलतापूर्वक प्रवेश किया।

## 6. सामान्य ज्ञान

| | |
|---|---|
| दुनिया का सबसे गहरा महासागर कौन सा है? | प्रशांत महासागर |
| पृथ्वी के मध्य से कौन सा अक्षांश गुजरता है? | भूमध्य रेखा (0 डिग्री ) |
| भारत किस महाद्वीप का हिस्सा है? | एशिया |
| कौन सा ग्रह लेटा हुआ ग्रह कहलाता है? | अरुण ग्रह |
| सौर मंडल किस आकाशगंगा का हिस्सा है? | मिल्की वे आकाशगंगा |
| कौन सा ग्रह 'हरा ग्रह' कहलाता है? | अरुण ग्रह |
| सूर्य पर कौन सी गैसे प्रमुख रूप से पाई जाती है ? | हाइड्रोजन और हीलियम |

कैमूर चेतना सत्र

## 7. शब्द ज्ञान

**हिंदी- अंगेजी**

| | | | |
|---|---|---|---|
| हृदय का डॉक्टर | Cardiologist | त्वचा का डॉक्टर | Dermatologist |
| हड्डी का डॉक्टर | Orthopedic | आँखों का डॉक्टर | Ophthalmologist |
| बच्चों का डॉक्टर | Pediatrician | दांतों का डॉक्टर | Dentist |
| औरतों का डॉक्टर | Gynecologist | आंख, कान, नाक का डॉक्टर | ENT Specialist |
| किडनी का डॉक्टर | Nephrologist | सर्जरी वाला डॉक्टर | Surgeon |

## 8. तर्क ज्ञान

नीचे दिए गए विकल्पों में से वह शब्द चुनिए, जो दिए गए शब्द CATERING के अक्षरों से नहीं बनाया जा सकता:

(a) ARGENTIC (b) CREATING (c) RETIRING (d) REACTING

Ans -[C]

कैमूर चेतना सत्र

## 9. कंप्यूटर ज्ञान

कंप्यूटर में स्थायी डेटा कहाँ स्टोर होता है? हार्ड डिस्क

## 10. प्रेरक प्रसंग

एक बार हाथ की पाँचों उंगलियों में आपस में झगड़ा हो गया। वे पाँचों खुद को एक दूसरे से बड़ा सिद्ध करने की कोशिश में लगे थे। अंगूठा बोला कि मैं सबसे बड़ा हूँ, उसके पास वाली उंगली बोली मैं सबसे बड़ी हूँ। इसी तरह सारे खुद को बड़ा सिद्ध करने में लगे थे, जब निर्णय नहीं हो पाया तो वे सब अदालत में गये।

न्यायाधीश ने सारा माजरा सुना और उन पाँचों से बोला कि आप लोग सिद्ध करो की कैसे तुम सबसे बड़े हो? अंगूठा बोला मैं सबसे ज़्यादा पढ़ा लिखा हूँ क्योंकि लोग मुझे हस्ताक्षर के स्थान पर प्रयोग करते हैं। पास वाली उंगली बोली कि लोग मुझे किसी इंसान की पहचान के तौर पर इस्तेमाल करते हैं। उसके पास वाली उंगली ने कहा कि आप लोगों ने मुझे नापा नहीं अन्यथा मैं ही सबसे बड़ी हूँ। उसके पास वाली उंगली बोली मैं सबसे ज़्यादा अमीर हूँ क्योंकि लोग हीरे और जवाहरात और अंगूठी मुझी में पहनते हैं। इसी तरह सभी ने अपनी अलग अलग प्रशंसा की। न्यायाधीश ने अब एक रसगुल्ला मँगाया और अंगूठे से कहा कि इसे उठाओ, अंगूठे ने भरपूर ज़ोर लगाया लेकिन रसगुल्ले को नहीं उठा सका। इसके बाद सारी उंगलियों ने एक-एक करके कोशिश की लेकिन सभी विफल रहे।अंत में न्यायाधीश ने सबको मिलकर रसगुल्ला उठाने का आदेश दिया तो झट से सबने मिलकर रसगुल्ला उठा दिया - फ़ैसला हो चुका था |

न्यायाधीश ने फ़ैसला सुनाया कि तुम सभी एक दूसरे के बिना अधूरे हो और अकेले रहकर तुम्हारी शक्ति का कोई अस्तित्व नहीं है, जबकि संगठित रहकर तुम कठिन से कठिन काम आसानी से कर सकते हो।

कैमूर चेतना सत्र

शिक्षा:-तो मित्रों, संगठन में बहुत शक्ति होती है। यही इस कहानी की शिक्षा है। एक अकेला चना कभी भाड़ नहीं फोड़ सकता।

## 11. बूझो तो जानें

मेरी त्वचा हरी और फिसलन भरी है, मेरे चार पैर और जालदार पंजे हैं, मैं ज़मीन पर उछलता हूँ और पानी के नीचे तैरता हूँ, मुझे कीड़े-मकोड़े और छोटी मछलियाँ खाना बहुत पसंद है। मैं क्या हूँ?

(जवाब: मेढक)

# विभागीय सूचनाएं

- विभाग प्राप्त निर्देश के आलोक में सभी संकुल समन्वयक और मूल्यांकन कर्ता अर्द्धवार्षिक परीक्षा की कॉपियों की जाँच दिनांक 16-09-2025 से 26-09-2025 तक हर हल में पूर्ण कराएँगे I और मार्क्स फोलियो साथ ही साथ अपडेट करते जायेंगे I मार्क्स अपलोडिंग का कार्य भी 24.09.2025 से 26.09.2025 तक ऑनलाइन E-Shikshakosh पर पूर्ण कर लेंगे I दिनांक 27.09.2025 को अभिभावक गोष्ठी का आयोजन करते हुए प्रगति पत्रक का वितरण किया जायेगा I

- 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 30.09.2025 तक पूर्ण करना सुनिश्चित करेंगे l

- विभाग से प्राप्त निर्देश के अनुसार सभी मध्य विद्यालय विद्यालय के प्रधानाध्यापक एवं कक्षा 06-08 में गणित –विज्ञान पढ़ाने हेतु नामित शिक्षक सितंबर माह का PBL को उपलब्ध कराये गये google Form में अपलोड किया जायेगाI प्रखण्ड में अनुपस्थिति विवरणी जमा करते समय शपथ पत्र के साथ google फॉर्म की प्रति सलग्न कर जमा करेंगे I गूगल फॉर्म का लिंक: bit.ly/PBLSeptProj

- सभी प्राथमिक/मध्य विद्यालय और उच्च विद्यालय के प्रधानाध्यापक U-Dise Plus पर नामांकित सभी छात्रों की इंट्री कराने के साथ-साथ उनके प्रोफाइल अपडेट के दौरान AP,EP,GP का कार्य दिनांक 30.09.2025 तक पूर्ण करना सुनिश्चित करेंगे l

- सभी प्राथमिक/मध्य/उच्च एवं प्राइवेट विद्यालय के प्रधानाध्यापक को निर्देशित किया जाता है कि यूथ एंड इको क्लब के वेबसाइट पर **"एक पेड़ मा के नाम"** के तहत अनिवार्य रूप से कम से कम 60 या अधिक से अधिक संख्या में पेड़ लगवाकर पोर्टल पर अपडेट कराएँ I कैमूर के विद्यालयों में पेड़ लगवाने की स्थिति बहुत ही ख़राब है I

- सभी प्राथमिक/मध्य/उच्च एवं प्राइवेट विद्यालय के प्रधानाध्यापक को निर्देशित किया जाता है कि विभाग द्वारा निर्धारित शेड्यूल के अनुसार विद्यालयों में स्वच्छता पखवारा मानाना सुनिश्चित करेंगे I प्रत्येक दिन के लिए अलग अलग थीम निर्धारित है I बिहार शिक्षा परियोजना के पत्रांक 4321 दिनांक 10-09-2025 का आप सभी अवलोकन करेंगे I

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

कैमूर चेतना - सत्र टीम
संपर्क सूत्र : 8271039022
9973725565



कैमूर चेतना सत्र