કોવિડ-19

શાળાઓ ફરી શરુ કરવા અંગે સ્વાસ્થ્ય અને સલામતી પ્રોટોકોલ માટેની

એસ.ઓ.પી./માર્ગદર્શિકા

શારીરિક/સામાજિક અંતર સાથે અધ્યયન

વિષયવસ્તુ

વિગત	પેજ નં.
પરિચય	3
ભાગ 1 સ્વાસ્થ્ય, સ્વચ્છતા અને સલામતી અંગે એસ.ઓ.પી.	5
1. શાળાઓ ખૂલ્યા **પહેલાં** સ્વાસ્થ્ય, સ્વચ્છતા અને અન્ય સલામતી પ્રોટોકોલ અંગેસ્ટાન્ડર્ડઓપરેટીંગ પ્રોસીજર (એસ.ઓ.પી.)	6
2. શાળાઓ ખૂલ્યા **પછી** સ્વાસ્થ્ય, સ્વચ્છતા અને અન્ય સલામતી પ્રોટોકોલ અંગે સ્ટાન્ડર્ડ ઓપરેટીંગ પ્રોસીજર (એસ.ઓ.પી.)	12
3. મધ્યાન્હ ભોજન આપવા માટેની એસ.ઓ.પી.	18
ભાગ 2 શારીરિક/સામાજિક અંતર સાથે અધ્યયન	23
4. અપેક્ષિત અધ્યયન નિષ્પત્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે અધ્યાપન, અધ્યયન અને મૂલ્યાંકનને પુન:વ્યાખ્યાયિત કરવા	24
5. વિદ્યાર્થીઓ લોકડાઉન દરમિયાનના ઘેરબેઠાં અભ્યાસમાંથી ઔપચારિક શિક્ષણમાં સરળતાથી રૂપાંતરિત થાય તેની ખાતરી કરવી	34
6. વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની ભાવનાત્મક સુખાકારીની ખાતરી કરવી	35
7. રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશના શિક્ષણ વિભાગની ખાસ ભૂમિકાઓ અને જવાબદારીઓ	36
8. સલામત શાળા વાતાવરણ માટેનું ચેક્લીસ્ટ	41
9. હિસ્સેદારોની ક્ષમતા વધારવી	42
પરિશિષ્ટ	
પરિશિષ્ટ એ - વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની ભાવનાત્મક સુખાકારી વધારવી	44
પરિશિષ્ટ બી - વિવિધ હિસ્સેદારોની ભૂમિકાઓ અને જવાબદારીઓ	48
પરિશિષ્ટ સી - સલામત શાલેય પર્યાવરણ માટેનું ચેક્લીસ્ટ	52
સંદર્ભો	54

પરિચય

ગૃહ મંત્રાલય દ્વારા ઓર્ડર નં. 40-3 / 2020-ડી.એમ.-1 (એ) તા. 30 સપ્ટેમ્બર, 2020 ના રોજ, ડીઝાસ્ટર મેનેજમેન્ટ એક્ટ, 2005હેઠળ દેશમાં કોવિડ-19ના નિયંત્રણ માટે લોકડાઉનના પગલાને અનુસરીને જે બંધ હતું તે ફરીથી ખોલવા માટેની માર્ગદર્શિકા જારી કરવામાં આવી છે. કન્ટેનમેન્ટ ઝોનની બહાર મંજૂરી આપવામાં આવતી પ્રવૃત્તિઓમાં 15 મી ઓક્ટોબર, 2020 પછી, શાળાઓ અને કોચિંગ સંસ્થાઓ ફરીથી ક્રમશ: ખોલવામાં આવે,જેના માટે રાજ્ય/ કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશ સરકાર સંબંધિત શાળા/સંસ્થા સંચાલકો સાથે પરામર્શ કરી, પરિસ્થિતિના મૂલ્યાંકન આધારિત અને નીચેની શરતોને આધીન નિર્ણય લઈ શકે છે:

a. ઓનલાઇન /દૂરવર્તી શિક્ષણ (distance learning) એ શિક્ષણની પ્રાથમિક પસંદગીની રીત રહેશે અને તેને પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવશે
b. જ્યાં શાળાઓ ઓનલાઇન વર્ગો ચલાવે છે, અને કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ શારીરિક રીતે શાળામાં જવાને બદલે ઓનલાઇન વર્ગોમાં હાજરી આપવાનું પસંદ કરે છે, ત્યાં તેમને મંજૂરી આપવામાં આવે.
c. વિદ્યાર્થીઓ ફક્ત માતાપિતાની લેખિત સંમતિથી શાળાઓ / સંસ્થાઓમાં હાજરી આપી શકે છે.
d. હાજરીનો આગ્રહ રાખી શકાશે નહીં, અને માતાપિતાની સંમતિ પર સંપૂર્ણ આધાર રાખવાનો રહેશે.
e. ભારત સરકારના શિક્ષણ મંત્રાલયના ડીપાર્ટમેન્ટ ઓફ સ્કૂલ એજ્યુકેશન એન્ડ લીટરસી દ્વારા આપવામાં આવે તે સ્ટાન્ડર્ડ ઓપરેટીંગ પ્રોસીજર (એસ.ઓ.પી.)ના આધારેસ્થાનિક આવશ્યકતાઓને ધ્યાનમાં રાખીને રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો, શાળાઓ / સંસ્થાઓ ફરીથી ખોલવા માટે આરોગ્ય અને સલામતીની સાવચેતી અંગે પોતાની સ્ટાન્ડર્ડ ઓપરેટીંગ પ્રોસીજર (એસ.ઓ.પી.) તૈયાર કરશે.
f. જે શાળાઓ ખોલવાની મંજૂરી આપવામાં આવે તેમણે ઉપર મુજબ તૈયાર કરેલા રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોના શિક્ષણ વિભાગો દ્વારા જારી કરવામાં આવતી એસ.ઓ.પી.નું પાલન કરવાનું રહેશે.

તદનુસાર, શિક્ષણ મંત્રાલયના શાળાકીય શિક્ષણ અને સાક્ષરતા વિભાગે શાળાઓ ફરીથી ખોલવા માટે નીચેની માર્ગદર્શિકા / સ્ટાન્ડર્ડ ઓપરેટીંગ પ્રોસીજર (એસ.ઓ.પી.) તૈયાર કરી છે. માર્ગદર્શિકા બે ભાગમાં વહેંચાયેલી છે:

a) ભાગ 1એ શાળાઓ ફરીથી ખોલવા માટેના આરોગ્ય અને સલામતીના પાસાઓ સંદર્ભે છે. આ આરોગ્ય અને સલામતીના પ્રોટોકોલ સંદર્ભે ગૃહ મંત્રાલય અને આરોગ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ મંત્રાલયની પ્રવર્તમાન સૂચનાઓ પર આધારિત છે, અને તમામ રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો સ્થાનિક પરિસ્થિતિને અનુરૂપ યથાસ્વરૂપ/ફેરફાર કરીને અમલમાં મૂકી શકે છે.

ભાગ 2 એ શારીરિક / સામાજિક અંતર સાથે અધ્યયન અને અભ્યાસક્રમ શીખવવો, સૂચનાત્મક ભાર, સમયપત્રક, મૂલ્યાંકન, વગેરે જેવા શિક્ષણ આપવાને સંબંધિત અભ્યાસાત્મક પાસાઓ સંદર્ભે છે. આ માર્ગદર્શક સૂચનાઓ છે. રાજ્યો અને કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોપોતાની માર્ગદર્શિકા બનાવવા માટે યોગ્ય લાગે તે રીતે આનો ઉપયોગ કરી શકે છે.

શાળાઓ શરુકરવી સલામત છે તેવું જાહેર કરતી વખતે રાજ્ય / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશની સરકારોએ આ એસ.ઓ.પી. / માર્ગદર્શિકાઓના આધારે શાળાઓ ફરીથી ખોલવા માટે અને વિવિધ હિસ્સેદારોને તાલીમ આપવા માટે સ્ટાન્ડર્ડ ઓપરેટીંગ પ્રોસીજર (એસ.ઓ.પી.) વિકસાવવી જરૂરી છે.

કોવિડ-19 ની વ્યાપકતા અને તીવ્રતાસમય સાથે ઉત્ક્રાંત થઈ રહી છે અને બદલાઈ રહી છે અને વિવિધ પ્રદેશોમાં જુદી જુદી છે. રાજ્ય / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો દ્વારા તેના પ્રમાણે પ્રતિક્રિયા અને સલામતી પ્રોટોકોલ્સને સમયે સમયે બદલતા રહેવું પડે. સૂચવેલા પગલાઓને અપનાવતી વખતે રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો સ્થાનિક પરિસ્થિતિના આધારે વધારાના પગલાંનું આયોજન કરી શકે છે.

તમામ રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો ગૃહ મંત્રાલય અને ભારત સરકારના આરોગ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ મંત્રાલય દ્વારા સમયે સમયે જારી કરેલા કોવિડ-19 સંબંધિત નિર્દેશોનું પાલન કરે તેવું અપેક્ષિત છે.

તે નોંધવું પ્રસંગોચિત છે કે ઘણી શાળાઓનો ઉપયોગ કોરેન્ટાઈનસેન્ટર તરીકે કરવામાં આવ્યો છે, તેથી, આ બધી શાળાઓ ફરીથી ખોલતાં પહેલાં તેને યોગ્ય રીતે સેનીટાઈઝ / ડીપ ક્લીન કરવી ખૂબ જરૂરી છે.

શાળા ફરી ખોલવી સલામત અને નિયમબદ્ધ હોવી જોઈએ તેમજ ભારતની એકંદરે કોવિડ-19 ની આરોગ્ય પ્રતિક્રિયા સાથે સુસંગત હોવું જોઈએ. ઉપરાંત વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો, અન્ય સ્ટાફ, રસોયા-કમ-સહાયકો અને તેમના પરિવારોને સુરક્ષિત રાખવા માટે પૂરતા પગલાં લેવામાં આવેલા હોવા જોઈએ. શિક્ષકો અને અન્ય સ્ટાફને તેમના પોતાના તેમજ અન્યની સુરક્ષા માટે આરોગ્ય સેતુ એપ્લિકેશનનો ઉપયોગ કરવા પ્રોત્સાહિત કરી શકાય.

ભાગ 1

સ્વાસ્થ્ય, સ્વચ્છતા

અને

સલામતી અંગે એસ.ઓ.પી.

I. શાળાઓ શરૂ કરતા પહેલાં આરોગ્ય, સ્વચ્છતા અને સલામતી માટે પાલન કરવાની S.O.P. પ્રોટોકોલ્સ.

a) શાળામાં સ્વચ્છતા અને સફાઇની સુવિધાઓ સુનિશ્ચિત કરવી

- તમામ વિસ્તાર, ફર્નિચર, સાધનો, સામગ્રીઓ,સંગ્રહક સ્થળો, પાણીની ટાંકી, રસોડું, કેન્ટીન, શૌચાલય, પ્રયોગશાળાઓ, પુસ્તકાલયો.... વગેરેની સંપૂર્ણ સફાઈ (જીવાણું મુક્ત) થાય તેની વ્યવસ્થા તથા હવાના આવન જાવનની સ્થિતિને સુનિશ્ચિત કરવી.
- હાથ ધોવાના સ્થળની સગવડ કાર્યક્ષમ રીતે ચાલુ સ્થિતિમાં છે તે સુનિશ્ચિત કરવું.
- આવશ્યક સુવિધાની ઉપલબ્ધતા સુનિશ્ચિત કરવી જેવી કે થર્મોમીટર, કીટાણું નાશક, સાબુ... વગેરેની વ્યવસ્થા કરવી. વપરાશમાં લેવાનું થર્મોમીટર ચોકસાઈથી તાપમાન માપી શકે તેવું, ઇંફ્રારેડ-ડીજિટલ હોવું જોઇએ.
- શાળા પરિવહન ને ચાલું કરતા પહેલા તેને સેનિટાઈઝ કરો.
- સામાન્ય જાહેર સ્થળોને જંતુનાશક બનાવવા માટે આરોગ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ મંત્રાલય દ્વારા ગાઇડ લાઇન જે

  http/www.mohfw.gov.in/pdf/Guidelinesondisinfectionofcommonpublicplace sincludingoffices.pdf પર ઉપલબ્ધ છે. યોગ્ય અનુકાર્ય માટે તેનો ઉપયોગ કરી શકાય.

b) વિવિધ કાર્યો માટે ટીમની રચના.

- વિવિધ કાર્યો માટે નિર્ધારિત જવાબદારી સાથે ટાસ્ક ટીમોની રચના ઉપયોગી થશે. જેવી કે આપાતકાલીન સાર સંભાળ ટીમ, આરોગ્ય રિસ્પોંસ ટીમ, જનરલ સપોર્ટ ટીમ, કોમોડીટી સપોર્ટ ટીમ, સ્વચ્છતા ચકાસણી ટીમ વગેરે.
- શિક્ષક, વિદ્યાર્થી અને અન્ય હિસ્સેદારો આ ટાસ્ક ફોર્સના સભ્ય થવા માટે યોગ્ય ગણાશે. જે વ્યૂહાત્મક અને તાત્કાલિક પગલાં લેવા માટે પરસ્પર સહયોગ થી કાર્ય કરશે.

c) બેઠક વ્યવસ્થા

- આરોગ્ય મંત્રાલયના નિર્દેશ પ્રમાણે રીવાઈઝ્ડ બેઠક વ્યવસ્થા મુજબ વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે ઓછામાં ઓછું છ ફૂટ નું અંતર હોવું જ જોઈએ. વિદ્યાર્થીને ફાળવેલી બેઠક માર્ક કરવી સલાહ ભરેલું ગણાશે.
- જો સિંગલ સીટર ડેસ્ક હોય તો બેઠક વ્યવસ્થા સામાન્ય રીતે છ ફૂટનું શારિરીક / સામાજિક અંતર જળવાઇ રહે તે પ્રમાણે ગોઠવવાથી અસરકારક બનશે. જો પાટલીઓનો ઉપયોગ થાય તો એક પાટલી પર એક વિદ્યાર્થીને ધોરણે બેઠક વ્યવસ્થા કરવી ઘટે.
- એજ પ્રમાણે કર્મચારીઓમાં શારિરીક/ સામાજિક અંતર જળવાઇ રહે તે માટે કાર્યાલય, સ્ટાફરૂમ, અથવા અન્ય સ્થાનો જ્યાં અવરજવર રહેતી હોય તે સ્થળે વ્યવસ્થા ગોઠવવાની રહેશે.
- જો પ્રાપ્ય હોય તો, કામચલાઉ ધોરણે બહારની જગ્યા (સારા હવામાનની સ્થિતિમાં) નો વર્ગખંડ તરીકે ઉપયોગ કરી શકાશે. જેમાં વિદ્યાર્થીની સલામતી અને સુરક્ષા માટે શારિરીક અંતરના પ્રોટોકોલ્સનું પાલન કરવાનું રહેશે.
- સ્ટાફરૂમ અને અન્ય પ્રાપ્ય એવા ખંડોમાં શિક્ષકો માટે પૂરતા અંતર સાથેના ઓરડાઓ ઉપલબ્ધ કરી શકાય.

- રિસેપ્શન એરિઆમાં બેઠક સંખ્યા બે વચ્ચે ઓછામાં ઓછુ છ ફૂટ અંતર હોય તે પ્રમાણે મર્યદિત હોવી જોઈએ.

d) શાળાના પ્રવેશ અને બહાર જવાના સ્થાને શારિરીક અને સામાજિક અંતર પાલન થાય તે સુનિશ્ચિત કરવું.

- **વિવિધ વર્ગોના વિદ્યાર્થીઓ માટે પ્રવેશ અને બહાર જવાનો સમય અલગ અલગ રાખવો**
- આવવા અને જવા માટેની લાઇન ને અંકિત કરો
- જો શાળા પાસે એક કરતા વધુ પ્રવેશ નિર્ગમનના રસ્તા હોય તો પ્રવેશ અને છૂટવાના સમયે બધા દરવાજા ખોલવા જેથી કરીને ભીડ ને ટાળી શકાય.
- શારિરીક અને સામાજિક અંતરની જાળવણી અને પાલન થાય તે માટે જાહેર ઉદઘોષણા દ્વારા માતા-પિતા/ વાલી અને વિદ્યાર્થીઓને સૂચના આપવી.

e) રાજ્યો/કેંદ્ર શાસિત પ્રદેશોની માર્ગદર્શિકાને આધારે શાળાની S.O.P.

બાળકોની સલામતી અને શારિરીક/ સામાજિક અંતર ના ધોરણોનું પાલન કરીને શાળાઓએ રાજ્યો/કેંદ્ર શાસિત પ્રદેશોની માર્ગદર્શિકાને આધારે પોતાની S.O.P. તૈયાર કરવી. જેમાં આ બાબત અંગે વિદ્યાર્થી/ વાલીને નોટિસ / પોસ્ટર/ સંદેશ/પ્રત્યાયન દ્વારા નીચેની બાબતો અંગે સ્પષ્ટપણે પ્રદર્શિત અને પ્રસારિત સંદેશાઓ આપવાનું સુનિશ્ચિત કરવું રહે.

- મેદાન, પુસ્તકાલય અને પ્રયોગખંડનો ઉપયોગ.
- વિરામ સમય
- શાળાના મકાનમાં નિયમિત સફાઇ અને જંતુ નાશક કામગીરી.
- શાળાના વાહનનો ઉપયોગ
- વિદ્યાર્થીઓને લાવવા લઇ જવા માટે ખાનગી વાહનો અંગેની સુવિધા.
- વિદ્યાર્થી/શિક્ષકોની ગેરહાજરી અંગેની મોનિટરીંગ માટે ની યોજના
- વાલીઓ સાથે માહિતી આદાન પ્રદાન યોજના
- આપાતકાલીન જરૂરિયાતો કે સ્થિતિ ને પહોંચી વળવા માટેની તૈયારી.
- સેવા આપનાર વ્યક્તિઓ, વાલીઓ અને અન્ય મુલાકાતીઓની મુલાકાત.

f) શારિરીક અને સામાજિક અંતર તેમજ સલામતી પ્રોટોકોલને લાગુ કરવા માટે જાહેરમાં સંકેતો/ નિશાનીઓ દર્શાવવી.

- પ્રવેશ, નિર્ગમન, કેબ/બસ પાર્કિંગ , ક્લાસ રૂમ, હૉલ, રસોડું, પીવાના પાણીના સ્થાનો, હાથ ધોવાના સ્થાનો, શૌચાલયો, પ્રયોગશાળાઓ, પુસ્તકાલય, વર્ગખંડો, જેવી જગ્યાએ બહાર અને અંદર યોગ્ય સ્થળોએ પોસ્ટર, સંદેશ, સ્ટીકર, અને જાહેરાતો મૂકવી. જે વિદ્યાર્થીઓને શારિરીક/ સામાજિક અંતરનું પલન કરવાનું યાદ અપાવે.
- થૂંકવા પર સખત પ્રતિબંધ.
- રીસેપ્શન, પીવાના પાણીના સ્થળે, હાથ ધોવાના સ્થળે, શૌચાલયની બહાર વગેરે જગ્યાએ જમીન પર વર્તુળ બનાવવા.
- શારિરીક નિકટતા ટાળી શકાય તે હેતુથી આવવા અને જવા માટે તીરની નિશાની દર્શાવી અલગ કતાર કે હાર દર્શાવવી.

g) અલગ-અલગ સમય પત્રક – કેટલાક વિકલ્પો

- શારિરીક / સામાજિક અંતરનું પાલન કરવાનો એક માર્ગ એ પણ છે કે જુદા-જુદા વર્ગો માટેનું સમય પત્રક લવચીક (સ્થિતિ સ્થાપક), અલગ-અલગ અને ઘટાડેલા સમય મુજબ આયોજિત કરેલુ હોવું જોઇએ જેથી શારિરીક/સામાજિક અંતરનું માર્ગર્દર્શિકા પ્રમાણે પાલન થઇ શકે.
- શાળામાં નોંધાયેલ વિદ્યાર્થી સંખ્યા અમુક ચોક્કસ ટકાના વિદ્યાર્થીઓને ક્રમાનુસાર વૈકલ્પિક દિવસે કે અઠવાડિયામાં દર બે દિવસે આવવાનું કહી શકાય.અને અન્ય દિવસો માટે ઘેરબેઠાં કરવાના અસાઇમેંટનું આયોજન કરી શકાય.
- વૈકલ્પિક રીતે હાજરી માટેના સાપ્તાહિક વર્ગ મુજબનું સમયપત્રક હોઇ શકે. બધા દિવસોએ શાળામાં જવાની જરૂર નથી.
- વર્ગો માટે ઑડ – ઈવન ફોર્મ્યૂલા પણ ધ્યાનમાં લઈ શકાય.
- વધુ સંખ્યા ધરાવતી અને પાળીમાં ચાલતી શાળાઓના કેસમાં દરેક પાળીમાં સમય ઘટાડવાનું પણ વિચારી શકાય છે કે જેથી સમાન શિક્ષકોના સમૂહ સાથે શાળા કલાકોમાં કામનું એકંદરે સંચાલન કરી શકાય.
- વર્ગોનું કદ નાનું હોય એવા કિસ્સાઓમાં વર્ગો મોટા ખંડો જેવાકે કમ્પ્યૂટર હૉલ, પુસ્તકાલય, પ્રયોગશાળા... વગેરે જેવા ખંડોમાં વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે છ ફૂટ શારિરીક/ સામાજિક અંતરને જાળવીને ચલાવી શકાય છે.

h) શાળા કાર્યક્રમો, મંડળો અને બેઠક સભાઓ...... વગેરે.

- જ્યાં શારિરીક / સામાજિક અંતર જાળવવું શક્ય ના હોય તેવા કાર્યક્રમો શાળાએ કરવા જોઇએ નહિ.
- શાળામાં વિવિધ કાર્યક્રમો અને તહેવારની ઉજવણી ટાળવી જોઇએ.
- તેમ છતાં પ્રાર્થના સભા વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા તેમના વર્ગખંડોમાં કે ખુલ્લી જગ્યામાં તેમના વર્ગ શિક્ષકોના માર્ગદર્શન મુજબ સંચાલિતથવી જોઇએ.
- તેવીજ રીતે શક્ય હોય તો વર્ચ્યુઅલ વાલી – શિક્ષક બેઠક યોજાવી જોઇએ.
- નવા વર્ગમાં પ્રવેશ પ્રક્રિયા દરમિયાન માત્ર માતા-પિતા/વાલીઓ નો સંપર્ક કરવો જોઇએ. વિદ્યાર્થીએ તેમની સાથે હાજર રહેવું જરૂરી નથી.

i) માતા-પિતાની / વાલીની સંમતિ.

- રાજ્યો/ કેંદ્ર શાસિત પ્રદેશોએ શાળા શરૂ કરતા પહેલા વિદ્યાર્થીઓ/પાલ્યોના માતા-પિતા/વાલીઓની સંમતિ લેવી જોઇએ.
- ઘરેથી ભણવા ઇચ્છુક વિદ્યાર્થીને વાલીની સંમતિ સાથે છૂટ આપવી જોઇએ.
- તમામ વિદ્યાર્થીઓની અધ્યયન પ્રગતિના પરિણામનું યોગ્ય રીતે આયોજન થવું જોઇએ.

j) વિદ્યાર્થીઓ, વાલીઓ, શિક્ષકો, ગ્રામવાસીઓ અને હોસ્ટેલ સ્ટાફને COVID-19ના પડકારો સામે તેમના જવાબદારીથી માહિતગાર કરવા.

- MHRD, MINISTRYOF HOME AFFAIRS અને MINISTRY OF HEALTH AND FAMILY WELFARE દ્વારા જાહેર કરવામાં આવેલ માર્ગદર્શિકા શાળાએ વિદ્યાર્થી અને વાલીઓ સુધી પહોંચાડવી. એનેક્ષર-Bમાં તમામ સંબંધિતોને માહિતગાર કરવા અંગેના પથદર્શક સૂચનો જાહેર કરેલ છે.
- શાળાઓ ખોલતા પહેલા વિદ્યાર્થીઓ, વાલીઓ, સંચાલક મંડળો વગેરેને વિવિધ ONLINE કે OFFLINE રીતે જેવા કે પેમ્ફલેટ, પત્રો, જાહેર સૂચના વગેરે દ્વારા COVID-19 અંતર્ગત વ્યક્તિગત નીચે મુજબની વર્તણુક બાબતે માહિતગાર કરવા.
  - ➢ હાથની સફાઈ તેમજ વારંવાર અડકવી પડે તેવી જગ્યાઓને જંતુમુક્તકરવા માટે શું કરવું જોઈએ અને શું ન કરવું જોઈએ તેની માહિતી જાહેર કરવી.
  - ➢ શારીરિક અંતર જાળવવું.
  - ➢ COVID-19ને અટકાવવા જરૂરી સ્વચ્છતા અંગેના પગલાં લેવા.
  - ➢ COVID-19 ને લગતો અંધવિશ્વાસ દુર કરવો.
  - ➢ શારીરિક તાપમાન/તાવ માપવા માટે થર્મલ સ્ક્રીનીંગ
  - ➢ COVID-19ના લક્ષણો જણાય તો શાળાએ જવાનું ટાળવું અને યોગ્ય દાકતરી સલાહ લેવી.
- જ્યાં સુધી કન્ટેન્ટમેન્ટ ઝોનને ચેપમુક્ત જાહેર ન કરાય ત્યાં સુધી તે વિસ્તારમાં રહેતા વિદ્યાર્થીઓ કે શિક્ષકોએ શાળા કે અન્ય શૈક્ષણિક સંસ્થામાં ન જવું.
- વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકો એ આવા ચેપગ્રસ્ત વિસ્તારોની મુલાકાત ન લેવા માટે સલાહ આપવામાં આવે છે.
- MOHEW ના નીચેના સૂચનનું પાલન કરવું

  "ચેપ લાગવાની તીવ્રતા ધરાવતા કર્મચારીઓ જેવા કે ઉંમરલાયક વ્યક્તિઓ, ગર્ભવતી મહિલાઓ અને ગંભીર રોગ ધરાવતા કર્મચારીઓએ વધુ કાળજી રાખવી. આવા કર્મચારીઓ વિદ્યાર્થીઓના સીધા સંપર્કમાં ન આવે તેનું ધ્યાન રાખવું."

k) ઉપલબ્ધ દાક્તરી સુવિધાઓની ખાતરી કરવી

- શાળામાં કે સંપર્ક સ્થાપિત થઇ શકે તેવા નજીકના સ્થળે તાલીમ પામેલ ડોક્ટર, નર્સ અને વિદ્યાર્થીઓના માનસિક અને શારીરીક સ્વાસ્થ્યની કાળજી લઈ શકે તેવા સલાહકારની હાજરીની ખાતરી કરવી.
- વિદ્યાર્થીઓ અને શૈક્ષણિક સ્ટાફની નિયમિત દાકતરી તપાસ ની ગોઠવણ કરવી. શાળામાં વિદ્યાર્થીઓની હાજરી કે ગેરહાજરી અંગેના નિયમોની ફેરવિચારણા કરવી

l) શાળામાં વિદ્યાર્થીઓની હાજરી .ચારણા કરવીગેરહાજરી અંગેના નિયમોની ફેર વિ-

- વિદ્યાર્થીઓને ફરજિયાત હાજરી માટે દબાણ ન કરતાં વાલી સંમતિનો આગ્રહ રાખવો
- વિદ્યાર્થીઓ અને શૈક્ષણિક સ્ટાફની હાજરી અને માંદગીની રજાઓ અંગે વ્યવહારૃ નિર્ણય લેવો અને બીમારીમાં ઘરે રહેવા સૂચન કરવું

- સંપૂર્ણ હાજરી માટે ઇનામ કે નાણાકીય સહાયની નીતિને પ્રોત્સાહિત ન કરવી.
- શાળામાં મહત્વપૂર્ણ કાર્યબોજ ધરાવતા કર્મચારીઓને તેમના કામ અંગે યોગ્ય તાલીમ આપવી અને સમયાંતરે શાળામાં હાજર રહેવા જણાવવું.

m) શૈક્ષણિક કેલેન્ડર :

- રજાઓ અને પરીક્ષાને ધ્યાનમાં રાખી દરેક વર્ગનું શૈક્ષણિક કેલેન્ડર બનાવવું
- "શારિરીક/સામાજિક અંતર સાથે શિક્ષણ" - આ વિભાગનું અધ્યયન કરવું

n) પાઠ્યપુસ્તકોની ઉપલબ્ધતા :

- શાળાઓ પુન: ખુલે તે પહેલાં દરેક વિદ્યાર્થીને સરકાર દ્વારા નિર્મિત પાઠ્યપુસ્તકો મળી જાય તેવું આયોજન કરવું.

o) માહિતી એકત્ર કરવી :

- વિદ્યાર્થીઓ, વાલી અને શિક્ષકો શારીરિક સ્વાસ્થ્ય અંગેનું વ્યક્તિગત જાહેરનામું જેમાં આરોગ્ય સેતુ એપ દ્વારા મળેલ માહિતી વિદેશ કે આંતર રાજ્ય પ્રવાસની વિગત અને જે તે વ્યક્તિને શાળાથી દૂર રહેવા માટેના વધારાના સમય અંગે નિર્ણય કરવો.
- સ્થાનિક વ્યવસ્થા :
  રાજ્ય અને જીલ્લાના હેલ્પલાઇન નંબરની માહિતી નજીકના Covid કેન્દ્રની માહિતી અને ઈમરજન્સીના સમયે ઉપલબ્ધ સંશાધનોની માહિતી મેળવવી

p) છાત્રાલયમાં સલામત રહેઠાણની ખાતરી અંગે :

- વિદ્યાર્થીઓની પથારીઓ વચ્ચે યોગ્ય અંતર જાળવવું. વિદ્યાર્થીઓને અલગ રાખવા જરૂરી કામચલાઉ વ્યવસ્થા કરવી.
- છાત્રાલયમાં દરેક સમયે શારીરિક/સામાજિક અંતર ફરજિયાત પણે જળવાવું જોઈએ. મહત્વના સ્થળોએ સંકેતો અને સંદેશાઓ દર્શાવવા મહત્વપૂર્ણ છે.
- શારીરિક/સામાજિક અંતર જળવાય તે માટે વિદ્યાર્થીઓને રાખવા માટે વૈકલ્પિક જગ્યાનો પણ ઉપયોગ કરવો જોઈએ.
- જે વિદ્યાર્થીઓને ઘરે ઓનલાઈન શિક્ષણની કોઈ વ્યવસ્થા નથી અને કોઈ મદદપણ મળતી નથી તેઓને છાત્રાલયમાં પાછા આવવા માટે પ્રાથમિકતા આપીને બોલાવવા જોઈએ.
- શાળાની રહેઠાણની વ્યવસ્થા અનુસાર ઉચ્ચ ધોરણોમાં ભણતાં વિદ્યાર્થીઓને પહેલાં બોલાવવા જોઈએ.
- વિદ્યાર્થીઓ છાત્રાલયમાં રહેવા માટે આવે તે પહેલાં તેઓનું તમામ રીતે સ્ક્રીનીંગ કરવું જોઈએ. જેઓને રોગના ચિહ્નો ન હોય તેમને જ રહેવા માટે મંજૂરી આપવી.

- વિદ્યાર્થીઓ બસો, ટ્રેનો વગેરે જેવા જાહેર પરિવહનનો ઉપયોગ કરીને જુદા જુદા સ્થળોએથી આવતા હોવાથી, એ મહત્વનું છે કે તેઓએ છાત્રાલય પહોંચે ત્યારે તેમનો સંપર્ક અન્ય લોકો સાથે ઓછામાં ઓછો થાય, અને અસરકારક રીતે રાજ્ય કે UT ના નિર્દેશ જરૂરિયાત મુજબ સંસર્ગનિષેધ જાળવે. આ સ્થિતિ દરમ્યાન તેઓના સ્વાસ્થ્યની દેખરેખ રાખવી.
- વિદ્યાર્થીઓના માનસિક અથવા ભાવનાત્મક સ્વાસ્થ્યના બાબતની કાળજી લેવા માટે કાઉન્સેલર (સલાહકાર) શિક્ષક અથવા કાઉન્સેલરની નિયમિત મુલાકાત લેવાની વ્યવસ્થા કરવી જરૂરી છે.
- છાત્રાલયમાં પરિચિત સ્વસ્થ આરોગ્ય ધરાવતા જરૂરી કર્મચારીઓ સિવાય તમામ વ્યક્તિઓ માટે પ્રવેશ નિષેધ હોવો જોઈએ.
- સ્વચ્છતાની જાળવણીની ખાતરી કરવા માટે તબીબી ટીમ અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછા એક વખત રસોડાની અને વાસણનું નિરીક્ષણ કરવા મુલાકાત લઇ શકે.
- શારીરિક/સામાજિક અંતરનાં ધોરણો, આરોગ્ય અને સ્વચ્છતા, સ્વચ્છ અને પૌષ્ટિક ખોરાક વગેરે અંગે છાત્રાલયના કર્મચારીઓનું કેપેસીટી બિલ્ડીંગ કરવું.
- સારી ગુણવત્તાવાળા Wi-Fi કનેક્શનની ઉપલબ્ધતા, ટેલિવિઝન માટેના કેબલ કનેક્શન અને રેડિયોની સુવિધા સુનિશ્ચિત કરવી. આ સુવિધાઓનો ઉપયોગ શારીરિક / સામાજિક અંતરના(social distancing) ધોરણો મુજબ થવી જોઈએ.

II. શાળાઓ ખૂલ્યા પછી આરોગ્ય, સ્વચ્છતા અને અન્ય સલામતી બાબતોને પાળવા માટેની આધારભૂત પ્રક્રિયા (SOPs) અને શિષ્ટાચાર (પ્રોટોકોલ્સ)

a) શાળા પરિસરમાં અને આસપાસના ભાગમાં સ્વચ્છતા અને આરોગ્યપ્રદ સ્થિતિની સતત જાળવણી અને દેખરેખની ખાતરી કરવી

- શાળા કેમ્પસ દરરોજ સાફ કરવું અને સાફ કરેલા વિસ્તારોનો દૈનિક રેકોર્ડ જાળવવો.
- યાદ રાખો કે વિદ્યાર્થીઓના આરોગ્ય અને સલામતીનાં કારણોસર કોઈપણ સફાઈ પ્રવૃત્તિમાં તેઓને(વિદ્યાર્થીઓ) સામેલ ન કરવા જોઈએ.
- પર્યાવરણીય સફાઇ અને શુદ્ધિકરણ પ્રક્રિયાઓની પાલન સાથે સ્વચ્છતા અને કચરાની વ્યવસ્થાપન સુવિધાઓ સુનિશ્ચિત કરાવી જોઈએ. કચરાનો નિકાલ (માસ્ક, ઉપયોગમાં લેવાતા ટીસ્યુ પેપર , વગેરે સહિતના બાયો-મેડિકલ કચરાના સંદર્ભમાં) ને CPCB માર્ગદર્શિકા ને અનુસરવાની રહેશે જે આ વેબસાઈટ https/cpcb.Nic.in/uploads/Projects/Blo-Medical-Waste/BMW-GUIDLLINES-COVID_1.pdf) પર ઉપલબ્ધ છે.
- વર્ગખંડોની અંદર અને બહાર વારંવાર સ્પર્શ થતો હોય તેવી સપાટીઓ જેવી કે દરવાજાના હેન્ડલ આંકડીઓને વારંવાર સફાઇ અને સેનિટાઇઝેશન કરી શકાય.
- અધ્યાપનની પ્રક્રિયામાં ઉપયોગમાં આવતી સામગ્રી, શૈક્ષણિક સાધનો,, રમત-ગમતના સાધનો અને ઝૂલાઓ,પાટલીઓ, ખુરશીઓ, કમ્પ્યુટર, પ્રિન્ટરો, લેપટોપ. ટેબ્લેટસ વગેરેને ખાસ કરીને વારંવાર સ્પર્શતી સપાટી / સાધનને ખાસ કાળજી રાખીને જંતુમુક્ત કરવું.
- તમામ કચરાનો નિકાલ કચરાપેટીમાં કરવો જોઇએ અને શાળાના આંગણામાં બીજે ક્યાંય કચરાના ઢગલા કરવા દેવા જોઈએ નહીં.
- બધીજ કચરાપેટીઓ ઢંકાયેલી હોય અને તેની યોગ્ય સફાઈ થવી જોઈએ.
- હાથ ધોવાની જગ્યાઓ પર સાબુ અને શુધ્ધ પાણીની ઉપલબ્ધતા સુનિશ્ચિત કરવી. તેની દેખરેખ નિયુક્ત કર્મચારી કે વિદ્યાર્થી દ્વારા કરી શકાય.
- જો શક્ય હોય તો શાળાના સ્વાગત સ્થળ અને પ્રવેશદ્વાર જેવા અગ્રણી સ્થળો પર આલ્કોહોલ આધારિત હેન્ડ સેનિટાઇઝર મૂકી શકાય.
- શાળા ચાલુ હોય તે સમય દરમિયાન વોશરૂમની વારંવાર સફાઈ અને તે જીવાણુંમુક્ત થાય તે બાબતની ખાતરી કરવી.
- અમુક ચોક્કસ સમયે બધા વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફ માટે શારીરિક સામાજિક અંતરના ધારાધોરણોનું પાલન કરીને ફરજિયાત હાથ ધોવાનું ગોઠવી શકાય. હાથ ધોવાનો સમય ઓછામાં ઓછો 40 સેકંડ હોવો જોઈએ
- વિદ્યાર્થીઓ માટે પીવાના સલામત અને શુધ્ધ પાણીની ઉપલબ્ધતા સુનિશ્ચિત કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓને પાણીની બોટલ લાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય.
- મધ્યાહ્ન ભોજન તૈયાર કરતી વખતે, પીરસતાં અને જમતાં સ્વચ્છતા જાળવવી અને જમ્યા પછી જે તે સ્થળ અને વાસણો વગેરેને યોગ્ય રીતે સાફ કરવા જોઈએ.
- વિદ્યાર્થીઓ વર્ગખંડમાંથી અને શાળામાંથી બહાર જાય ત્યારે અને તેઓ શાળાએ આવે તે પહેલા શાળામાં સેનેટાઈઝેશન કરી શકાય.

b) શાળા રોકાણ(સમય) દરમ્યાન વિદ્યાર્થીઓની સલામતી

- બધા વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફ ફેસ કવર / માસ્ક પહેરીને શાળામાં આવે અને ખાસ કરીને વર્ગમાં હોય ત્યારે, ભોજનશાળામાં જમતા હોય,પ્રયોગશાળામાં કામ કરતા હોય કે પુસ્તકાલયોમાં વાચન જેવી સમુહમાં પ્રવૃત્તિ કરતા હોય ત્યારે માસ્ક સતત પહેરી રાખે.
- બાળકો એકબીજા સાથે માસ્કની આપ-લે ન કરે તેની ખાતરી કરો અને તે બાબતે તેને સમજાવો.
- શાળાઓમાં વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફ સભ્યો બંને માટેની હાજરી, વર્ગખંડમાં ભાગીદારી, મૂલ્યાંકન અને અધ્યયન અને ઓનલાઈન સબમીશન સહિતના શિક્ષણ માટે સંપર્ક વિનાની પ્રક્રિયા શક્ય હોય ત્યાં સુધી અપનાવી શકાય.
- વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફની સામાન્ય આરોગ્ય તપાસણી દરરોજ હાથ ધરી શકાય અને તેની છેલ્લામાં છેલ્લી માહિતીની નોંધ રાખવી.
- દરેક બાળકને ટીસ્યુ પેપરમાં અથવા હાથ વાળી અને કોણીમાં ખાંસી અથવા છીંક કેવી રીતે ખાવી અને ચહેરો, આંખો, મોં અને નાકને કેવી રીતે સ્પર્શ કરવાનું ટાળવું તે શીખી લેવાની જરૂર છે.
- શાળામાં કામ કરતા તમામ વ્યક્તિઓને થૂંકવા પર પ્રતિબંધ અંગે માહિતગાર કરો.
- મોજા, ફેસ કવર / માસ્ક, સ્વચ્છતા માટે હાથ ધોવાના સાબુ જેવા જરૂરી ઉપકરણોની સ્ટાફ/કામદારો માટે ઉપલબ્ધતા કરવી.
- વિદ્યાર્થીઓને (જેમને મધ્યાહ્ન ભોજન આપવામાં આવતું નથી) ઘેરથી રાંધેલા અને પૌષ્ટિક ખોરાક લાવવા અને ખાવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો અને અન્ય લોકો સાથે ભોજન અને વાસણો વહેંચવાનું ટાળે એ બાબતે સમજાવો.
- કોઈપણ બહારના ફેરિયાને શાળા પરિસરની અંદર અથવા પ્રવેશદ્વાર પર કોઈપણ પ્રકારની ખાવાની વસ્તુઓ વેચવાની છૂટ હોવી જોઈએ નહીં.
- આ સૂચનો અને સલાહ આપતી વખતે બાળકોની નાજુક વય ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ વળી તેઓ સમજી શકે તે રીતે નરમાશથી પણ તેઓને સમજાવી શકાય.
- જો કોઈ કિસ્સામાં બાળકો સૂચનાનું પાલન ન કરે તો, શિક્ષકો મદદ માટે માતાપિતાને વિશ્વાસમાં લઇ શકે.
- જુદા જુદા સ્થળોએ શારીરિક / સામાજિક અંતરનાં ધોરણોનું પાલન થાય છે કે કેમ તેનું અને જે વિદ્યાર્થીઓ પોતાના ચહેરાને વારવાર હાથ લગાવે છે કે બીજા વિદ્યાર્થીઓની સાથે હાથ મેળવે છે કે કેમ વગેરે જેવી વિદ્યાર્થીઓની વર્તણૂકનું નિરીક્ષણ કરવા વારા પ્રમાણે શિક્ષકો અને ઇચ્છુક વિદ્યાર્થીઓને (ધોરણ છ પછીના વિદ્યાર્થીઓના વાલીઓની સમંતિ લઈને) જવાબદારી આપી શકાય

c) વિદ્યાર્થીઓની સલામત મુસાફરીની ખાતરી કરવી

- બાળકોને શાળાએ લઇ જતા વાહનને દિવસમાં ઓછામાંઓછી બે વાર – વિદ્યાર્થીઓ તેમાં મુસાફરી કરે તે પહેલાં અને પછી એમ સેનેટાઈઝ કરવું.
- શાળાના પરિવહનના ડ્રાઈવર અને કંડકટરે દરેક સમયે શારીરિક અંતર જાળવવું જોઈએ અને બસ / કેબમાં વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે શારીરિક / સામાજિક અંતરને સુનિશ્ચિત કરવું જોઈએ

- બેઠક વ્યવસ્થામાં ઓછામાં ઓછુ 6 ફૂટનું શારીરિક અંતર જાળવવું. આ સુનિશ્ચિત કરવા માટે શાળાના સમય, દિવસો અને પાળીમાં બદલાવની આવશ્યકતા પડી શકે છે. જ્યાં પણ શક્ય બને ત્યાં વધારે બસની સગવડ ઉભી કરી શકાય છે.
- જો શક્ય હોય તો, વિદ્યાર્થીઓનું થર્મલ સ્ક્રીનીંગ બસ કન્ડકટર દ્વારા જયારે વિદ્યાર્થીઓ બસમાં બેસે ત્યાં કરી શકાય છે.
- બધા જ મુસાફરોએ ફેસ કવર/ફેસ માસ્ક બસમાં અને અન્ય વાહનો હોય તો તેમાં પહેરવા. શાળાના વાહનોમાં બાળકોને માસ્ક વિના બસમાં બેસવાની મંજુરી આપવી નહિ.
- બસ અને અન્ય વાહનોમાં પડદા લગાવવા નહિ.
- વાહનની બધી બારીઓ ખુલ્લી રાખવી હિતાવહ છે.
- વાતાનુકુલિત બસ અથવા અન્ય વાહનો માટે CPWD ની ગાઈડલાઈનનું પાલન કરવાનું રહેશે કે જેમાં તાપમાન 24 થી 30C ની વચ્ચે અને ભેજનું પ્રમાણ 40-70% વચ્ચે રાખવું અને તાજી હવા મળી રહે તે સુનિશ્ચિત કરવું. (available at:https://cpwd.gov.in/WriteReadData/other_cir/45567.pdf.)
- વિદ્યાર્થીઓને બસમાં બિનજરૂરી કોઈ જગ્યાએ સ્પર્શ ન કરવા સૂચન આપવું. જો શક્ય હોય તો હેન્ડ સેનેટાઈઝરની વ્યવસ્થા બસ અને અન્ય વાહનોમાં કરી શકાય.
- વિદ્યાર્થીઓને સલાહ આપવાની કે તેઓનો વાહનમાં બેસવાનો વારો આવે ત્યાં સુધી ધીરજપૂર્વક વાહનથી સલામત અંતર જાળવીને રહે,
- જ્યાં સુધી શક્ય હોય ત્યાં સુધી વાલીઓને તેમના વ્યક્તિગત પરિવહન નો ઉપયોગ તેમના બાળકોને શાળાએ પહોચાડવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા.
- જે વિદ્યાર્થીઓ સાર્વજનિક વાહનોનો ઉપયોગ કરે છે તેમને શાળા દ્વારા પુરતું માર્ગદર્શન આપવું અને બધી જ સાવચેતી રાખવા અંગે જણાવવું જેમકે શારીરિક/સામાજિક અંતર જાળવવું, નાક અને મોઢાને કપડા અને માસ્કથી ઢાંકવું, કોઈપણ સપાટીને સ્પર્શ કર્યા બાદ હાથને સેનેટાઈઝ કરવા વગેરે.
- જ્યાં સુધી શક્ય બને ત્યાં સુધી, ધોરણ 1 થી 5 ના વિદ્યાર્થીઓને તેમના વાલી/માતા-પિતા મૂકી જાય અને લઇ જાય તે માટે પ્રોત્સાહિત કરવા.
- ખાનગી કેબ અને કાર પુલિંગને શક્ય હોય ત્યાં સુધી પ્રોત્સાહન આપવું નહિ.

d) સ્ટાફ અને વિદ્યાર્થીઓના સલામત આવાગમન માટે શાળા દ્વારા લેવાની અનુકરણીય પ્રવિધિઓ.

- શાળામાં આગમન અને છૂટવાના સમયે શારીરિક/સામાજિક અંતરના ધોરણોનું પાલન કરવું. ઓછામાં ઓછુ 6 ફૂટનું શારીરિક અંતર શાળામાં પ્રવેશ કરતી વખતે અને શાળામાં લાઈન બનાવતી વખતે જાળવવું.
- વિદ્યાર્થીઓને રોટેશન પ્રમાણે અથવા વૈકલ્પિક દિવસે અથવા શાળા દ્વારા નક્કી કરાયેલ આયોજન પ્રમાણે સૂચવ્યા મુજબ શાળાએ આવવાનું રહેશે.
- જો શાળામાં એક કરતા વધારે દરવાજા હોય તો આગમન અને પ્રસ્થાન માટે બધા દરવાજાનો ઉપયોગ કરવાનો રહેશે.
- ટ્રાફિક પોલીસ અથવા સામાજિક સંસ્થાઓના સ્વયંસેવકોનો ઉપયોગ ટ્રાફિકને નિયંત્રિત કરવા અને વાહનોની ભીડ ઘટાડવા માટે કરી શકાશે.
- શાળામાં પ્રવેશ કર્યા પહેલા સ્ટાફ મેમ્બર સહિત બધાનું ફરજીયાત તાવ. કફ અને શ્વાસ માટે સ્ક્રીનીંગ કરવાનું રહેશે.

- સ્વાસ્થ્યની સ્વયં ચકાસણી અને કોઈપણ બીમારી અંગેની જાણ રાજ્ય અને જીલ્લાની હેલ્પલાઇન અને શાળા સતાધીશોને કરવાની રહેશે.
- શાળાના વડાએ કોઈપણ સ્ટાફ મેમ્બરને બીમારીના કિસ્સામાં રજા આપવાની રહેશે સાથે એ સલાહ આપવાની કે તેઓ પોતાની ફરજ પર જેવા સાજા થાય કે તરત જ હાજર થઇ જશે કારણ કે આ કપરા સમય માં જે બાળકો શાળાએ આવે છે તેઓને તેમની ખાસ જરૂરિયાત રહેશે. જોકે પ્રકરણ 1(j) માં હાઈ રિસ્કના કર્મચારીઓ માટે MoHFWની સલાહો દર્શાવેલ છે તેનું પાલન કરવાનું રહેશે.
- માતાપિતાને પત્ર, ઈ મેઈલ અથવા બીજા સોશિયલ મીડિયાના માધ્યમ દ્વારા વ્યક્તિગત સ્વચ્છતા, અંગત સ્વાસ્થ્ય અને ગણવેશ ની સ્વચ્છતા અને તે અંગેની માહિતી અગાઉથી સારી રીતે પ્રસારિત કરવી.
- માતાપિતાએ એ બાબતની કાળજી લેવી કે જો તેમના પરિવારમાં કોઈપણ પરિવારના સભ્યો તાવ, કફ અને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થી પીડાતા હોય તો તેમને પાલ્યને શાળાએ ન મોકલવા. આ જ રીતે આવી મેડીકલ સ્થિતિમાં હોય તેવા બાળકોએ તેમના સંબંધિત ડોક્ટરની સલાહ મુજબ યોગ્ય સાવચેતી રાખવી.
- તેમના પાલ્ય શાળાએ આવવાનું શરુ કરે તે પહેલા રાજ્ય એમ કહીને માતાપિતા પાસેથી ઘોષણા ફોર્મ મેળવવા અંગે વિચારણા પણ કરી શકે છે કે કુટુંબમાં કોઈપણ COVID-19 થી પીડિત નથી અથવા તાવ, ખાસી કે શ્વાસની તંગીથી પીડાતા નથી.
- બાળકો, માતાપિતા અને સ્ટાફ મેમ્બર પોતાના મોબાઈલમાં AROGYA SETU APP ડાઉનલોડ કરે. તે માટે સલાહ આપી શકાય.
- બાળકો અને તેમના માતાપિતા સલામતીના બધા નિયમોનું પાલન કરે તે માટે જાહેરાત કરી શકાય.
- વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની સામાન્ય દિવસોની ગેરહાજરી સાથે તુલના કરવા માટે તેમની હાજરી અને ગેરહાજરી પર નજર રાખી શકાય. શ્વસનને લગતી બીમારીઓમાં બારીકાઈથી તેમની હાજરી અને ગેર હાજરી નોધવી.

e) વર્ગખંડ અને અન્ય સ્થળોએ સલામતીના ધોરણોની ખાતરી

- શાળામાં તેમજ બહારના પરિસરમાં ભીડ ન થાય તેની ખાતરી કરવી.
- બાળકો વર્ગખંડમાં, લેબોરેટરીમાં, લાઈબ્રેરીમાં, રમતના મેદાનમાં અથવા શાળા પરિસરમાં નિશ્ચિત કરેલી / ફાળવેલી બેઠકો પર ફેસ કવર / માસ્ક પહેરી અને સામાજિક/શારીરિક અંતર જાળવી અને બેસે તે બાબત શિક્ષકો સુનિશ્ચિત કરી શકે.
- જુથમાં થતી પ્રવૃતિઓ જેવીકે રમતો, ખેલ કુદ, સંગીત, નૃત્ય અથવા અન્ય કલાને લગતી પ્રવૃતિઓમાં જો શારીરિક અંતર અને સલામતીના ધોરણો જળવાતા હોય તો જ તેની મંજૂરી આપી શકાય.
- પ્રેક્ટીકલ કાર્યોમાં નાના નાના જૂથ પાડી અને શારીરિક અંતર જાળવીને કાર્ય કરાવવું જોઈએ.
- વિદ્યાર્થીઓ એકબીજા સાથે કોઈપણ વસ્તુની જેવીકે (નોટબુક, પાઠ્યપુસ્તક, બોલપેન, પેન્સિલ, ઈરેજર, ટીફીન બોક્સ, વોટર બોટલ વગેરે..) ની આપ-લે કરવી જોઈએ નહિ.

- જો શક્ય હોય તો, નીચલા પ્રાથમિક વર્ગ (૧ થી ૫) ના વિદ્યાર્થીઓ માટે સ્કૂલ બેગનો આગ્રહ ન રાખવામાં આવે. બધી જરૂરી શિક્ષણ સામગ્રી વર્ગખંડમાં રાખવી.
- વિવિધ વર્ગો માટે વિભિન્ન વિરામ સમય રાખી શકાય.
- વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે ખોરાકની આપ લે ને મંજૂરી ન હોવી જોઈએ.
- શિક્ષકો વિદ્યાર્થીઓના લેખિત કાર્યો ચકાસતી વખતે માસ્ક પહેરે. શક્ય હોય ત્યાં સુધી ઓનલાઇન એસાઈમેન્ટ માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે.
- વર્ગખંડો અને અન્ય રૂમના બારી - દરવાજા વેન્ટિલેશન માટે ખુલ્લા રાખવામાં આવે.
- એલિવેટર્સ અને રસ્તાઓમાં લોકોની સંખ્યા પ્રતિબંધિત કરવામાં આવશે. સીડી પર એક વ્યક્તિ પગથિયા પર અને એક પગથિયું ખાલી રાખવામાં આવે તે માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકાય.
- શૌચાલયમાં અતિશય ભીડને ટાળવા પર ખાસ કાળજી રાખવી જોઈએ.
- વિદ્યાર્થીઓ બપોરના ભોજન / નાસ્તા પહેલાં, શૌચાલયનો ઉપયોગ કર્યા પછી અને અન્ય કોઈપણ બાહ્ય પ્રવૃત્તિઓ કરે ત્યાર પછી હાથ સાફ કરે, 70% આલ્કોહોલવાળા હેન્ડ સેનિટાઇઝર્સનો વિકલ્પ રાખી શકાય.
- શાળાની અંદર એર કન્ડીશનીંગ માટે, CPWD ધોરણો જે 24-30 ° સે 40-70% ની રેન્જમાં સાપેક્ષ આદ્રતા અને તાજી હવા અને ઇનટેક માટે જોગવાઈ મુજબ તાપમાન સેટિંગ સૂચન અનુસરવામાં આવશે.
- બધા શારીરિક / સામાજિક અંતરનાં ધોરણો નિર્ધારિત પ્રોટોકોલ્સ / એસઓપી મુજબ લાગુ કરવાના છે.

f) કોવિડ -19 ના શંકાસ્પદ કેસની તપાસના કિસ્સામાં પ્રોટોકોલનું પાલન કરવું

- બીમાર વિદ્યાર્થી અથવા કર્મચારીને એવા વિસ્તારમાંરાખવા કે જ્યાં તેઓ અન્ય લોકોથી અલગ કરવામાં આવે.
- જ્યાં સુધી તે / તેણીની ડૉક્ટર દ્વારા તપાસ થાય છે, ત્યાં સુધી માસ્ક / ચહેરો કવર પૂરું પાડવું.
- તાત્કાલિક નજીકની તબીબી સુવિધા (હોસ્પિટલ / ક્લિનિક) ને જાણ કરો અથવા રાજ્ય અથવા જિલ્લા હેલ્પલાઈન પર કોલ કરો.
- સત્તાવાર જાહેર આરોગ્ય સત્તા(જિલ્લાની રેપિડ રીસ્પોન્સ ટીમ/સારવાર કરનાર ડૉક્ટર) દ્વારા જોખમ આકારણી નક્કી કરવામાં આવશે અને તે મુજબ તેના સંપર્ક અને કેસની સ્થિતિ મુજબ જરૂરી પગલાં હાથ ધરવામાં આવશે.
- જો વ્યક્તિ પોઝીટિવ જોવા મળે તો પરિસરની જીવાણુ નાશકક્રિયા ત્વરિત કરવામાં આવે.
- કોઈ શંકાસ્પદ અથવા હોસ્ટેલમાં મળેલા કેસ માટે, વિદ્યાર્થી / સ્ટાફને તેના ઘરે પાછા મોકલવામાં આવશે નહીં, કારણ કે આ રોગનો ફેલાવો થઈ શકે છે. તેને / તેણીને અલગ રાખવા જોઈએ અને રાજ્ય / જિલ્લા આરોગ્ય અધિકારીઓને યોગ્ય માહિતી માટે જાણ કરવામાં આવશે.
- આરોગ્ય અને પરિવાર કલ્યાણ મંત્રાલય દ્વારા સલાહ આપવામાં બધા પ્રોટોકોલ્સનું પાલન થવું જોઈએ.

g) મધ્યાહ્ન ભોજનના વિતરણ દરમિયાન શારીરિક/સામાજિક અંતર

- શાળાઓ દ્વારા સલામત વિતરણ પદ્ધતિઓ જેવી કે તબક્કાવાર રીતે વિતરણ વ્યવસ્થાનો સમાવેશ થઇ શકે.
- શારીરિક/સામાજિક અંતરના ધોરણો રસોડામાં પણ અનુસરવામાં આવે. ન્યુનતમ આવશ્યક કર્મચારીઓ સિવાય અન્ય કોઈ પણ વ્યક્તિને રસોડામાં મંજૂરી ન આપવી. રસોડું અને તેના સ્ટાફની સ્વચ્છતા સુનિશ્ચિત કરી શકાય.
- ભીડનિવારવા માટે મધ્યાહ્ન ભોજનનો સમય અલગ-અલગ રાખીશકાય.
- શાળાઓમાં મધ્યાહ્ન ભોજન માટે વિગતવાર માર્ગદર્શિકા નીચેના વિભાગમાં આપવામાં આવેલ છે.

III. શાળાઓમાં મધ્યાહ્ન ભોજનની સેવા આપવા માટેની એસ.ઓ.પી.

a) પૃષ્ઠભૂમિ:

- કોવિડ -19 ના ફેલાવા દરમિયાન બાળકોની પોષણયુક્ત જરૂરિયાતો પૂરી થાય અને તેમના રોગપ્રતિકારક ક્ષમતા રક્ષવા માટે, રાજ્ય / કેન્દ્ર શાસિત પ્રદેશોને શાળાઓમાં યોગ્યતા ધરાવતા બાળકોને ગરમ રાંધેલ મધ્યાહ્ન ભોજન અથવા ઉનાળુ વેકેશન દરમિયાન શાળાઓ બંધ રહી હતી તે સમયે આપેલ ફૂડ સિક્યુરિટી ભથ્થાની સમકક્ષ રકમ પૂરી પાડવા માટે સલાહ આપવામાં આવે છે.
- આ વિસ્તૃત માર્ગદર્શિકા રાજ્ય / જિલ્લા / બ્લોક અધિકારીઓને શારીરિક / સામાજિક અંતરની સાથે ખોરાકની સલામતી, આરોગ્ય અને સ્વચ્છતાની બાબતો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને શાળાઓમાં મધ્યાહ્ન ભોજનની સેવા આપવામાં અને સામાન્ય રસોઈ શરૂ કરવામાં મદદ કરવાના હેતુથી છે.

b) શાળાઓમાં રસોઈયા -કમ-સહાયકો (સીસીએચ) નો પ્રવેશ : -

- CCH (રસોઈયા કમ સહાયકો) કોરોના ગ્રસ્ત નથી એ સુનિશ્ચિત કરવાની જવાબદારી MDM સંબંધિત જીલ્લા / બ્લોક વહીવટ તંત્રની રહેશે.
- તમામ CCH (રસોઈયા કમ સહાયકો)પણ, શાળામાં તેમના કામ શરૂ કરતાં પહેલાં પોતાની જાતની અને પરિવારના સભ્યોની સુખાકારી બાબતે સ્વ-ઘોષણા આપશે.
- CCH (રસોઈયા કમ સહાયકો)ના તાપમાન ચકાસવા શાળા પ્રવેશ દ્વારે થર્મલ સ્કેનીંગ કરવું જોઈએ. દૈનિક ધોરણે તેઓનું તાપમાન નોંધાવું જોઈએ.
- તમામ CCH(રસોઈયા કમ સહાયકો) એ શાળામાં દાખલ થતી વખતે સૂચિત પદ્ધતિને અનુસરીને (https://કોવિડ.aiims.edu/steps-of-handwash/)ઓછામાં ઓછા 40 સેકન્ડ સુધી તેમના હાથ સાફ કરવા / જંતુ મુક્ત કરવા.
- સફાઈ, ધોવા, સમારવા, રાંધવા અને ભોજન પીરસવા દરમિયાન માસ્ક કે ફેસ કવર પહેરવા ફરજિયાત રહેશે. જો હાથથી બનાવેલા ફેસ કવરનો ઉપયોગ કરવામાં આવે ,તો તે ખાતરી કરવી જોઈએ કે તે દરરોજ ધોવાઇ જાય.
- નેઇલ પોલીશ અથવા કૃત્રિમ નખ પહેરવા જોઈએ નહીં કારણ કે તે અસંગત દ્રવ્ય બની શકે છે અને ખોરાકની સલામતી પર અસર કરી શકે છે.
- ઘડિયાળ, વીંટી, ઘરેણાં અને બંગડીઓ, રસોઈ બનાવતી વખતે કે પીરસતી અને વિતરણ કરતી વખતે પહેરી શકાશે નહિ, કારણ કે તેનાથી ચેપ પ્રસરવાનો ભય રહેલો છે.
- શાળા સમય દરમિયાન અને ખાસ કરીને ખોરાક બનાવતી વખતે CCH અથવા અન્ય કોઇ વ્યક્તિ દ્વારા પરિસરમાં થૂંકવા અને નાક સાફ કરવા પર સખત મનાઈ થવી જોઇએ.
- CCH ને યોગ્ય અને પૂરતા પ્રમાણમાં સ્વચ્છ રક્ષણાત્મક પોશાક (એપ્રોન), વાળને ઢાંકવા માટે માથાની ટોપી, અને હાથનાં મોજા પૂરાં પાડવા જોઈએ. ફરજ દરમિયાન CCH માત્ર સ્વચ્છ પોશાક અને માથાનું આવરણ પહેરે તે સુનિશ્ચિત કરવું આવશ્યક છે.
- CCHs દર વખતે કામ ફરી શરૂ કરતાં પહેલાં અને જયારે પણ તેમના હાથ દુષિત થાય ત્યારે; દા.ત., ઉધરસ / છીંક આવ્યાં પછી, શૌચાલયની મુલાકાત લીધા બાદ, ટેલિફોનનો ઉપયોગ કર્યા પછી, રસોઈયા કમ સહાયકે તેમના હાથ ધોવા જોઈએ. હાથ ધોવાનો સમય ઓછામાં ઓછો 40 સેકંડનો હોવો જોઈએ.
- હાથની કેટલીક ચોક્કસ આદતો ટાળવા CCH સાવધાન હોવો જ જોઈએ. દા.ત. નાક ખંખેરવું , વાળમાં આંગળીઓ ફેરવવી, આંખો, કાન અને મોંઢાને સ્પર્શ કરવો, દાઢીએ ખંજવાળવું, શરીરના અંગોને ખંજવાળવું વિગેરે - જે ખોરાકનું કાર્ય કરતી વખતે સંભવિત રીતે જોખમી છે. અને કદાચ જીવાણુઓના

સંક્રમણ થવાથી ખોરાક દુષિત થઇ શકે છે. જ્યારે અનિવાર્ય હોય, ત્યારે આવી ક્રિયાઓ પછી કામ ફરી શરૂ કરતા પહેલા હાથને અસરકારક રીતે ધોવા જોઈએ. CCH દ્વારા વારંવાર હાથ સાફ કરવા માટે, વોશ બેસિન / હેન્ડપમ્પ / પાણીના નળના પર સાબુ હંમેશાં ઉપલબ્ધ હોવા જોઈએ.

- શાળાઓમાં સ્વચ્છતા, સલામતી અને શારીરિક / સામાજિક અંતર જાળવણી બાબતે ડિજિટલ મોડ દ્વારા CCH અને શિક્ષકોનું કેપેસીટી બિલ્ડીંગ કરી શકાય.

c) કિચન કમ સ્ટોર અથવા રસોઈ બનાવવાની જગ્યાની સફાઇ : -

- શાળાઓ ફરીથી ખોલ્યા પછી રસોડાનો સ્ટોર / રસોઈનું સ્થળ, વાસ્તવિક રસોઈના 24 કલાક પહેલાં જંતુરહિત સાફ અને સ્વચ્છ થવું જોઈએ.
- દરરોજ મધ્યાહ્ન ભોજનની વાસ્તવિક તૈયારી અને રસોઈ પહેલાં રસોડું સાફ કરવું જોઈએ.
- ભોજન રાંધતાં પહેલાં અને પછી દરરોજ રસોડું અને રસોઈની ટેબલ ટોપ સાફ કરવી જોઈએ.
- ખાસ કરીને જ્યાં પહોચવું મુશ્કેલ હોય તેવા રસોઈના વિસ્તારો સહિતના વિસ્તારો અને ભોંય તળિયું તથા દીવાલને જોડતા વિસ્તારોની સફાઈ પર ખાસ ધ્યાન આપવું જોઈએ.
- તે મહત્વનું છે કે ખોરાક સાથે સીધા સંપર્કમાં રહેલી સપાટીઓ ઉપયોગ કરતા પહેલા સ્વચ્છ અને સૂકી હોવી જોઈએ.
- તિરાડો, ખરબચડી સપાટી, ખુલ્લા સાંધા વગેરે શક્ય તેટલી વહેલી તકે રીપેર કરાવેલ હોવા જ જોઈએ.
- કચરો નિકાલ માટે પર્યાપ્ત જોગવાઈઓ યુક્ત કાર્યક્ષમ ડ્રેનેજ સિસ્ટમ હોવી જોઈએ. દૂષિત થવાનાં સંભવિત સ્ત્રોત જેવા કે કચરો, નકામા પાણી, શૌચાલયની સુવિધાઓ, ખુલ્લા નાળાઓ અને રખડતા પશુઓને રસોડાથી દૂર રખાવા જોઈએ.
- બારીઓ, એક્ઝોસ્ટ પંખાઓ વગેરે સહીત કુદરતી અને / અથવા મિકેનિકલ વેન્ટિલેશન સિસ્ટમ, જ્યાં જરૂરી છે ત્યાં ગોઠવવી અને નાંખવી જોઈએ કે જેથી હવા દૂષિત વિસ્તારોમાંથી સ્વચ્છ વિસ્તારોમાં ના વહે.

d) મધ્યાહ્ન ભોજન રાંધવા અને પીરસવા માટે વાસણોની સફાઇ : -

- કપડાં, પોતાં અને પીંછીઓ- સાવરણીઓ જેવાં સફાઇના સાધનોની સફાઈ પરસ્પર ચેપના ઊંચા જોખમ વહન કરે છે. તેથી તેઓના ઉપયોગ પછી તેઓને સારી રીતે ધોવા, સાફ કરાવા અને સૂકવવા જોઈએ.
- રસોઈ વિસ્તારમાં વપરાતાં સફાઇના સાધનોનો ઉપયોગ રસોડાના અન્ય ભાગોમાં ન કરાવો જોઇએ.
- સ્વચ્છ અને વ્યવસ્થિત જગ્યાએ સફાઇના સાધનોને સૂર્યના તડકે સુકાવવા જોઈએ.
- ટેબલ, બેંચ અને ખોખાં, કબાટો, ગ્લાસ પેટીઓ, વગેરે સ્વચ્છ અને સુઘડ હોવા જોઈએ. રસોઈના વાસણો અને ક્રોકરી સ્વચ્છ અને સારી સ્થિતિમાં હોવી જોઈએ. તે તૂટેલા / ચીપેલા ન હોવા જોઈએ. રસોડાના બધા વાસણો અને સાધનો વાપરતાં પહેલા ધોવા જોઈએ અને સૂર્યના તડકે સૂકવવા જોઈએ.ધોવા અને જંતુરહિત કરવા માટે મુખ્યત્વે ગરમ પાણી (60 ડિગ્રી સેલ્સિયસથી ઉપર) નો ઉપયોગ કરો.

- સ્વચ્છ કાપડનો ઉપયોગ વાસણો સાફ કરવા, હાથ સાફ કરવા અને સપાટી સાફ કરવા માટે કરવો જોઈએ. ભોંયતળિયાની સફાઈ માટે વપરાતા કપડાનો ઉપયોગ ટેબલ અને કામ કરવાના સ્થાનની સપાટીઓ સાફ કરવા અને વાસણો સાફ કરવા માટે થવો જોઈએ નહીં.
- થાળીઓ કે વાસણોમાંથી એંઠવાડ કે રોટલી –ભાખરીના ટુકડાઓ,કપડું અથવા વાઇપર ઉપયોગ કરીને કચરાપેટીમાં નાખવા જોઈએ. ખાદ્ય પદાર્થો અથવા કોઈપણ ખાદ્ય સામગ્રી ધરાવતાં દરેક વાસણોને

ધૂળ, ગંદકી અને માખીઓથી તથા અન્ય જંતુઓથી સંપૂર્ણપણે સુરક્ષિત રાખવા માટે તેને યોગ્ય રીતે બંધ બેસતા ઢાંકણ વડે કે સ્વચ્છ કાપડની જાળી અથવા પૂરતાપ્રમાણમાં ઉત્તમ એવા બીજા કોઈ મટીરીયલની જાળી વડે ઢાંકવું જોઈએ.

e) **ઉપયોગ કરતા પહેલા અનાજ, તેલ અને ઘી તેમજ મસાલાના જૂના સ્ટોકની તપાસ** : -

- શાળાઓ બંધ હોવાના કારણે શાળામાં કેટલાક મહિનાથી શાળામાં પડી રહેલ વધેલું અનાજ, તેલ અને ઘી તેમજ મસાલાઓનો ઉપયોગ તેની ગુણવત્તા અને તેની નિયત વપરાશ અવધિની ચકાસણી તથા તેના કાળજીપૂર્વકના નિરીક્ષણ બાદ જ ઉપયોગ થવો જોઈએ.
- ખાદ્ય સામગ્રીનો ઉપયોગ માટે FEFO (First Expire First Out) કે FIFO (First in, First Out) (અર્થાત પ્રથમ આવેલ પ્રથમ વાપરવું) ના નિયમ મુજબ સ્ટોક રોટેશન સિસ્ટમ લાગુ કરવી જોઈએ.

f) **શાકભાજી ધોવા અને કાપવા અને અનાજ અને કઠોળ વગેરેની સફાઈ** : -

- શાકભાજી, ફળો અને નાશ પામે તેવી ચીજવસ્તુઓ તાજી લેવી જોઈએ અને લાંબા સમય / અવધિ માટે સંગ્રહિત કરવાનું ટાળવું જોઈએ.
- એકવાર મેળવાયેલા શાકભાજી તેના ઉપયોગ પહેલાં પાણી વડે સંપૂર્ણપણે સાફ કરાવાં જોઈએ. શાકભાજીને ગંદકી અને અન્ય દૂષણોને દૂર કરવા માટે મીઠું અને હળદર / 50 પીપીએમ ક્લોરિન (અથવા સમકક્ષ સોલ્યુશન) ના મિશ્રણથી અને પીવાલાયક પાણીથી સારી રીતે ધોઈ શકાય છે.
- અનાજ, કઠોળ ઉપયોગ કરતાં પહેલાં યોગ્ય રીતે ધોવા જરૂરી છે.
- મસાલા, કઠોળ વગેરેના આવરણ કે બાહ્ય સીલ કરેલા પેકેજને, માલને બરણીમાં ભરતાં પહેલા સાબુ યુક્ત દ્રાવણથી સારી રીતે ધોવા જોઈએ, સૂર્યના તાપમાં સુકાવવા જોઈએ અને ત્યારબાદ ઓછામાં ઓછા 40 સેકંડ સુધી સાબુથી હાથ ધોવા જોઈએ.
- કોઈ કાચી સામગ્રી અથવા ઘટક સ્વીકારવા જોઈએ નહીં, જો તેમાં કીચડ, અનિચ્છનીય સુક્ષ્મજીવો, જંતુનાશકો, પશુચિકિત્સા દવાઓ અથવા ઝેરી વસ્તુઓ, વિઘટિત અથવા બહારના પદાર્થોનો સમાવેશ થતો હોય. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, એવી સામગ્રી જે સામાન્ય વર્ગીકરણ અને / અથવા પ્રક્રિયા દ્વારા સ્વીકાર્ય સ્તર કરતાં ઉતરતી કક્ષાનું હોય.

g) **મધ્યાહ્ન ભોજનની રસોઈ** :-

- જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં, રાંધવાની ક્રિયા,રસોડાની અન્ય પ્રવૃત્તિઓ વચ્ચે યોગ્ય અંતર જાળવીને થવી જોઈએ જેમ કે કાચા માલના પ્રાપ્તિના ક્ષેત્ર માટે, શાકભાજી કાપવા અને અનાજ / કઠોળની સફાઇ, રસોઈ વિસ્તાર, રાંધેલા ખાદ્ય સામગ્રી રાખવાનો વિસ્તાર માટે સ્પષ્ટ અંતર હોવા જોઈએ.
- રસોઈયા કમ સહાયકો ભૌતિક અંતર જાળવવા માટે તેમના ચહેરા એકબીજાથી વિરુદ્ધ દિશામાં રાખી કામ કરી શકે છે.

h) મધ્યાહ્ન ભોજન પીરસવું

- ભોજન પહેલાં અને પછી ભોજન કક્ષ અને (ભોજન) પીરસવાનો વિસ્તારને સારી રીતે જંતુ રહિત કરવો જોઈએ.
- શારીરિક / સામાજિક અંતરનાં નિયમોનું પાલન કરવા માટે શાળાના બાળકોને અલગ-અલગ વિભાગો માં મધ્યાહ્ન ભોજન પીરસવાની સેવા થવી જોઈએ.
- જો એકી સાથે મધ્યાહ્ન ભોજનનું વિતરણ શક્ય ન હોય તો બાળકોને પોત-પોતાના વર્ગખંડમાં ભોજન પીરસી શકાય.
- જો કે, શાળાના ફળિયા / ભોજનખંડ માં ભોજન પીરસવામાં આવે તો, સ્પષ્ટ નિશાનીઓ બાળકોને બેસવાની વ્યવસ્થામાં માર્ગદર્શન કરી શકે.
- સી.સી.એચ.(મુખ્ય રસોઈયા અને સહાયકો), ભોજનનું વિતરણ કરતી વખતે વ્યક્તિગત રક્ષણાત્મક ઉપકરણો જેવા કે હેન્ડ ગ્લોવ્સ, ફેસ માસ્ક, હેડ કવર પહેરવા જોઈએ અને સ્કૂલના બાળકોથી યોગ્ય અંતર જાળવવું જોઈએ.
- જ્યારે ભોજન પીરસાતું હોય તથા જમતાં કે પાણી પીતા હોય તે સિવાય ભોજન પરીસરમાં શાળાનાં બાળકોએ ચહેરા પર કાપડ / માસ્ક પહેરવા જોઇએ.
- મધ્યાહ્ન ભોજનનું તાપમાન જ્યારે પીરસવામાં આવે, ત્યારે ઓછામાં ઓછું ૬૫° સે. હોવું જોઈએ તેથી, રાંધ્યા પછી તરત જ બાળકોને ભોજન પીરસાવવું જોઈએ.

i) મધ્યાહ્ન ભોજન લેતાં પહેલા અને પછી શાળાના બાળકો દ્વારા હાથ ધોવા

- મધ્યાહ્ન ભોજન લેતાં પહેલા અને પછી ઓછામાં ઓછા ૪૦ સેકંડ માટે સાબુથી હાથ ધોવાની બાબતને ઉત્સાહપૂર્ણ પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ.
- શાળાઓએ હાથ ધોવા માટેનો વિસ્તાર નિર્ધારિત કરવો જોઈએ કે જ્યાં બાળકો શારીરિક / સામાજિક અંતર જાળવીને તેમના હાથ ધોઇ શકે. આ હેતુ માટે, સાબુના પ્રવાહી સાથે પાણી ભેળવીને પ્લાસ્ટિકની ખાલી બોટલો ભરી શકાય.
- બાળકોએ ઓછામાં ઓછા ૪૦ સેકંડ સુધી તેમના હાથ ધોવા જોઈએ.
- શિક્ષકોએ કાળજીપૂર્વક હાથ ધોવાની પ્રક્રિયાનું નિરીક્ષણ કરવું જોઈએ.
- જ્યાં પણ હાથ ધોવાની યોગ્ય સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ નથી અથવા બધા બાળકો માટે અપૂરતી છે, ત્યાં ડોલ અને મગ નો ઉપયોગ ઉપલબ્ધ સુવિધાઓની પૂરવણી માટે થઈ શકે છે.

j) પીવાનાં પાણીનો પૂરવઠો

- શાળાનાં પરિસરમાં પીવાલાયક પાણીનો સતત પૂરવઠો સુનિશ્ચિત કરવો જોઇએ. અપૂરતા પાણી પૂરવઠાના કિસ્સામાં, ભોજન અથવા ધોવાના પાણી માટે યોગ્ય સંગ્રહની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. શાકભાજી સાફ કરવા, ધોવા અને તૈયાર કરવા માટે ઉપયોગમાં લેવાતું પાણી પીવા યોગ્ય હોવું જોઈએ.
- જો પાણી સંગ્રહ કરવાની ટાંકી ઉપલબ્ધ હોય તો, શાળાઓ ફરી શરૂ કરતા પહેલા તે સારી રીતે સાફ કરવી જોઈએ અને સમયે-સમયે સાફ કરવી જોઈએ.
- પીવાલાયક પાણીના પાઈપ ન પીવાલાયક પાણીના પાઈપથી સ્પષ્ટપણે જુદા હોવા જોઈએ.

k) કચરાનું સંચાલન

- કચરાના નિકાલ માટેની પૂરતી વ્યવસ્થા અને સુવિધાઓ પૂરી પાડવી જોઇએ અને ભોજન અથવા પીવાલાયક પાણીના પુરવઠાને દૂષિત થવાનું જોખમ દૂર થાય તે રીતે તેનું નિર્માણ થવું જોઈએ.
- કચરાનો સંગ્રહ / ટાંકીઓ એવી રીતે સ્થિત હોવી જોઈએ કે તે ખોરાકની પ્રક્રિયા, સંગ્રહસ્થાનના સ્થળો, રસોડાની અંદર અને બહારના વાતાવરણને દૂષિત ન કરે અને કચરો ઢંકાયેલી ટાંકીમાં રાખવો જોઈએ અને નિયમિત અંતરાલમાં તેનો નિકાલ કરવો જોઈએ.
- કચરાનો સમયાંતરે નિકાલ ફરજિયાત કરવો .
- ખોરાકના કચરાના સંચાલન માટે વર્મી-કમ્પોસ્ટિંગ(ખાતર બનાવવાની પ્રક્રિયા) જેવા ઇકો ફ્રેન્ડલી પગલાઓને પ્રોત્સાહિત કરી શકાય છે.
- સંબંધિત રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોના ખોરાકના કચરાના સંચાલનના નિયમોનું પાલન તમામ શાળાઓ દ્વારા કરવામાં આવશે.

l) સહભાગીઓને સામેલ કરવા

- પ્રવર્તમાન સંજોગોમાં માતા-પિતા, સમુદાય, એસ.એમ.સી. સભ્યો અને શિક્ષકોની સક્રિય હકારાત્મક ભાગીદારી બાળકોને સલામત અને આરોગ્યપ્રદ રીતે પોષક ભોજન પૂરા પાડવામાં નિર્ણાયક છે.

આ દિશાનિર્દેશોને અસરકારક રીતે અમલમાં લાવવા માટે, રાજ્ય અને કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોને સલાહ આપવામાં આવે છે કે આ માર્ગદર્શિકાઓના આધારે સ્થાનિક ભાષામાં તેમની પોતાની વિગતવાર એસ.ઓ.પી. તૈયાર કરે અને શાળામાં ગરમ મધ્યાહ્ન ભોજનની શરૂઆત પહેલાં, શિક્ષકો અને રસોયાની તાલીમ ગોઠવે.

ભાગ: ૨

શારીરિક અને સામાજિક અંતર સાથે અધ્યયન

IV. ઈચ્છિત અધ્યયન નિષ્પત્તિ પ્રાપ્ત કરવા અધ્યાપન, અધ્યયન અને મૂલ્યાંકનને પુનઃ વ્યાખ્યાયિત કરવા.

ઓનલાઇન / દૂરવર્તી શિક્ષણ એ શિક્ષણની પ્રથમ પસંદગીની રીત તરીકે ચાલુ રહેશે અને તેને પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ. જો કે, શાળાઓનાં રૂબરૂ શિક્ષણ અને ઓનલાઇન શિક્ષણ માટે નીચેની એસ.ઓ.પી. અનુસરી અનુસરી શકાશે:

A. શાળા ફરી શરૂ કરતાં પહેલાં

a) અધ્યાપન-અધ્યયનની તૈયારી: શિક્ષણનાં અધ્યયન નિષ્પત્તિઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને આખા વર્ષ માટે પ્રવૃત્તિઓનું એક વ્યાપક વૈકલ્પિક કેલેન્ડર બનાવવું.

- શાળા અને ઘરની વચ્ચેના કુલ શાળાના સમયને વિભાજિત કરવાનું રાજ્યો વિચારી શકે છે. તે સૂચવવામાં આવે છે કે નીચે મુજબ વિચારણા કરી શકાય.

  (i) શાળાએ કલાકોની સંખ્યા
  (ii) હોમ સ્કૂલના કલાકો (સક્રિય શિક્ષણ) પર વિતાવેલા કલાકો ની સંખ્યા
  (iii) શારીરિક અને માનસિક રીતે સ્વસ્થ રાખવા માટે વિતાવેલા કલાકો ની સંખ્યા
  (iv) કલા, અને કલા-એકીકરણ સાથે સંબંધિત રચનાત્મક પ્રવૃત્તિઓ પર વિતાવેલા કલાકો ની સંખ્યા

- રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો અભ્યાસક્રમને 3 ઘટકોમાં તર્કસંગત બનાવવાનું વિચારી શકે છે:

  (i) વર્ગખંડમાં પાઠ – આવશ્યક વિષયો, જે સમજવા માટે વિભાવનાત્મક રીતે મુશ્કેલ છે તેવા પાઠને સમાવિષ્ટ કરી શકે
  (ii) સ્વ-અધ્યયન પાઠ - જેમાં સમજવા માટે આવશ્યક પરંતુ વિભાવનાત્મક રીતે સરળ હોઈ તેને સામેલ કરી શકે છે
  (iii) અભ્યાસક્રમ અથવા અધ્યયન પરિણામના મુખ્ય ક્ષેત્રનો ભાગ નથી - જેને આ વર્ષે બાજુમાં રાખી શકાય

  પ્રાથમિક સ્તર માટે, ઉપલબ્ધ શૈક્ષણિક દિવસોની સંખ્યાના આધારે શાળાના સ્તરે રાહત આપવામાં આવી શકે છે. માધ્યમિક તથા ઉચ્ચતર માધ્યમિક સ્તર માટે, સંબંધિત બોર્ડને તેમના અભ્યાસક્રમની પુન:ર્વિચારણા ધ્યાનમાં લેવાની સલાહ આપવામાં આવે છે.

- શૈક્ષણિક કેલેન્ડર ઉભી થયેલી આ પરિસ્થિતિ અનુસાર આખા વર્ષ માટે ફરીથી ગોઠવવામાં આવી શકે છે. સંબંધિત શિક્ષણ નિયામક તરફથી પ્રાપ્ત માર્ગદર્શિકા મુજબ વ્યાપક શૈક્ષણિક યોજના તૈયાર કરી શકાય છે.
- શાળા કેલેન્ડરમાં થીમ-આધારિત કોર્સને બદલે અધ્યયન નિષ્પત્તિ -આધારિત બનાવવાની જરૂર છે; મિશ્રિત / વૈવિધ્યસભર અધ્યયન રીત માટે શાળાના સ્તરે વિકેન્દ્રિત આયોજન હોઈ શકે છે, અને બાળકોના મૂલ્યાંકન અંગેની સ્પષ્ટ નીતિ પણ હોઈ શકે છે.

- વ્યાપક શૈક્ષણિક યોજનામાં શાળામાં આવરી લેવાના વિષયો અને વિદ્યાર્થીઓને ઘરે આવરી લેવાતી પ્રવૃત્તિઓ તેમજ મૂલ્યાંકનની યોગ્ય પદ્ધતિઓ અને પ્રવિધિ સાથે સ્પષ્ટપણે દર્શાવવું જોઈએ.
- એન.સી.ઇ.આર.ટી. દ્વારા તૈયાર કરેલ **વૈકલ્પિક શૈક્ષણિક કેલેન્ડર** ની માર્ગદર્શિકાને આ યોજના અનુસરી શકે છે.

વર્તમાન રોગચાળાની પરિસ્થિતિને જોતાં, ઓનલાઇન શિક્ષણ અને ઇન્ટરનેટ કનેક્ટિવિટી માટેના ઇન્ફ્રાસ્ટ્રક્ચરની અસમાન એક્સેસ અને તમામ માતાપિતા પાસે સ્માર્ટ ફોનની બિનઉપલબ્ધતાને જોતા,એન.સી.ઇ.આર.ટી. એ વૈકલ્પિક શૈક્ષણિક કેલેન્ડર અમલમાં મુક્યું છે. જે ફક્ત બાળક અથવા માતાપિતાના શિક્ષક સાથેના જોડાણ માટે મૂળભૂત (સાદા) મોબાઇલની અપેક્ષા રાખે છે. જેથી શિક્ષક શરૂઆતમાં માતાપિતા અથવા વિદ્યાર્થીને માર્ગદર્શન આપી શકે. બાદમાં, વિદ્યાર્થીઓ માતાપિતા અથવા ભાઈ-બહેનોની મદદથી સ્વ-અધ્યયન કરી શકે છે.
વૈકલ્પિક એકેડેમિક કેલેન્ડર બહુવિધ શિક્ષણશાસ્ત્ર-માર્ગદર્શિત શિક્ષણ પર આધારિત છે જે પછી સ્વ-અધ્યયનને અનુસરે છે અને તે વેબ લિંક http://ncert.nic.in/aac.html પર ઉપલબ્ધ છે

- દરેક વર્ગખંડ માટે મનોરંજક પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં આવી શકે છે. કારણ કે વિદ્યાર્થીઓ કદાચ રમવા માટે બહાર ન જઇ શકે.
- શિક્ષણશાસ્ત્રની એવી બાબતો સામેલ હોઈ શકે છે જે બાળકોના અનુભવ સાથે વર્ગખંડની પ્રવૃત્તિઓને જોડવા પર ભાર મૂકે છે અથવા તેઓ કોવિડ-19 પરિસ્થિતિમાં રોજિંદા જીવનમાં મેળવે છે. ઉદાહરણ તરીકે, કોવિડ-19 સાવચેતીને લગતા વય યોગ્ય જાગૃતિ પોસ્ટરો તૈયાર કરી દરેક વર્ગખંડમાં પ્રદર્શિત કરવાના રહેશે. આ પોસ્ટરો સ્થાનિક ભાષા / હિન્દી / અંગ્રેજી અથવા આ બધી ભાષાઓમાં હોઈ શકે છે. આલેખ સાથે સંકળાયેલા કેટલાક પોસ્ટરો, કોરોના કેવી રીતે ફેલાય છે, તેના ડેટા ફક્ત જાગૃતિ માટે જ ઉપયોગી હોઈ શકતા નથી, પરંતુ ઉચ્ચ વર્ગમાં શિક્ષણ સાધન તરીકે પણ ઉપયોગ માં લઇ શકાય છે. આ (પ્રવૃતિઓ) શિક્ષકોને પર્યાવરણીય અભ્યાસ, ભાષાઓ, ગણિત અને વિજ્ઞાન જેવા વિષય ક્ષેત્રો સાથે વિદ્યાર્થીઓના દિવસના અનુભવોને જોડવામાં મદદ કરશે.
- જ્યારે પણ શક્ય હોય ત્યારે શાળાઓ દ્વારા આ માધ્યમ પર શિક્ષકો દ્વારા સામુદાયિક રેડિયો અને ઓડિઓના વર્ગો માટેની વ્યવસ્થા કરી શકાય છે.
- રીસીવ -ઓન્લી -ટર્મિનલ્સ (આર.ઓ.ટી.), ટેલિવિઝન, પ્રોજેક્ટર, કમ્પ્યુટર, વગેરે જો ઉપલબ્ધ હોય તો, શાળા ફરી શરૂ કરતા પહેલા સમારકામ અને કાર્યરત કરી શકાય છે. શિક્ષકોની અછતની સ્થિતિમાં વિદ્યાર્થીઓ આ ગેજેટ્સ સાથે વ્યસ્ત રહી શકે છે.
- મૂલ્યાંકન યોજનાઓ તેની મુખ્ય નિર્દેશક બાબતો સાથે તૈયાર કરી શકાય છે.
- પખવાડીક પરીક્ષણ, મધ્ય-ગાળાના અને અંતિમ પરીક્ષાઓના સ્વરૂપો પરિસ્થિતિની માંગ પ્રમાણે અને દિવસોની સંખ્યા અને સુધારેલ પાઠયક્રમને ધ્યાનમાં રાખીને બનાવવામાં આવી શકે છે.
- એ સલાહપૂર્ણ છે કે શાળાએ વિદ્યાર્થીઓની ભાવનાત્મક સુખાકારીની ખાતરી કરવા માટે શાળાઓ ફરીથી ચાલુ કરવાના પ્રથમ બે-ત્રણ અઠવાડિયામાં વિદ્યાર્થીના અધ્યયનના મૂલ્યાંકનની કોઈપણ યોજના ન કરવી જોઈએ.

- વધારામાં, વિધાર્થીઓ હોમ લર્નિંગ દ્વારા કેટલું ગ્રહણ કર્યું તે જાણવા માટે પરંપરાગત મૂલ્યાંકન પદ્ધતિના સ્થાને તણાવમુક્ત મૂલ્યાંકન પદ્ધતિનું આયોજન કરી શકાય.
- પરંપરાગત મૂલ્યાંકન પદ્ધતિ જેવી કે કાગળ પેન્સિલ દ્વારા મૂલ્યાંકન કરવાના બદલે અભિનય, નૃત્ય નિર્દેશન, વર્ગખંડમાં ક્વિઝ, કોયડા અને રમતો, બ્રોશર ડિઝાઇનિંગ, પ્રસ્તુતિઓ, જર્નલ, પોર્ટફોલિયો, વગેરેના રૂપે મૂલ્યાંકન કરી શકાય.

B. શાળાઓ પુન: શરૂ થયા બાદ

a) અધ્યાપન-અધ્યયનની પ્રક્રિયા: શાળા અને વર્ગખંડનું વાતાવરણ શીખનારને અનુકૂળ હોય એવું બનાવવું.

- શાળા ખૂલ્યા બાદ, શાળામાં વિદ્યાર્થીઓના પુન:જોડાણને અગ્રતા પર લઈ શકાય છે.
- શિક્ષકોએ વિદ્યાર્થીઓને કોવિડ-19 સાથે સંબંધિત ખોટી ગેરસમજ,સામાજિક માન્યતાઓ, અને એના ભયસ્થાનો વિશે સમજ આપવી જોઇએ.
- કોવિડ-19 ની પરિસ્થિતિ કાબૂમાં ના આવે ત્યાં સુધી વિદ્યાર્થીઓને હાજરીમાં છૂટછાટ આપવી જોઈએ. દરેક વર્ગખંડમાં વિદ્યાર્થીઓને શાળામાં પ્રવેશ કરવા અંગે /બહાર જવા અંગે /શાળામાં શૈક્ષણિક કાર્ય માટેનો સમય અંગે `શું કરવું` અને `શું ના કરવું` એ અંગે પ્રતિજ્ઞા લેવા માટે તેમને પ્રોત્સાહિત કરવા. જેથી તે શાળા સમય બાદ પોતાના ઘરે પણ તેનું અમલીકરણ કરી શકે.
- શારીરિક અને સામાજિક અંતર જાળવીને બાળકોના આરોગ્ય, સામાજિક અને ભાવનાત્મક લાગણીઓની કાળજી લેવી જોઈએ.
- કોવિડ-19 નો વાયરસ ફેલાવાનું જોખમ ઘટાડવામાં બાળકો એકબીજાને કેવી રીતે મદદ કરશે તે સમજાવી શકાય છે. જેના માટે બાળકોને પુસ્તકો અને શિક્ષણ ને લગતી કોઈપણ ચીજવસ્તુની આપલે ન કરવા સમજાવવા જોઈએ. બાળકો માટે શરૂઆતના દિવસોમાં નિયમિતરૂપે (થોડા દિવસો માટે) કોવિડ-19 ને લગતી જાગૃતિ વિકસાવવા 'મોક ડ્રીલનું' આયોજન કરવું એ હિતાવહ છે.
- બાળકોને ચિંતા મુક્ત કરવા માટે વર્ગખંડમાં યોગ સાથે સંકળાયેલી કસરતો કરવી શકાય છે. ઉદાહરણ તરીકે:
    - ➢ પ્રાથમિક શિક્ષણ લેતાં બાળકોને હળવી યોગિક કસરતો કરાવી શકાય જેવી કે માથા અને ખભાના ભાગને હળવી રીતે ગોળ-ગોળ ફેરવવા, હાથ વડે પગના અંગૂઠાને સ્પર્શ કરવો.
    - ➢ ધોરણ 6 થી ઉપરના બાળકો માટે કેટલાક સરળ આસનો જેવા કે, તાડાસન, વજ્રાસન કરાવી શકાય છે.
    - ➢ કોવિડ – 19 ની ગાઈડ લાઇન પ્રમાણે જો યોગ્ય બેઠક વ્યવસ્થા ઉપલબ્ધ હોય તો ધોરણ 6 થી ઉપરના બાળકોને સ્વસ્તિકાસન, વજ્રાસન વગેરે કરાવી શકાય છે.
    - ➢ કપાલભાતી, અનુલોમ-વિલોમ, પ્રાણાયામ જેવી શ્વસનને લગતી અન્ય પ્રક્રિયાઓ પણ યોજી શકાય.

- ભાષાઓ, વિજ્ઞાન અને સામાજિક વિજ્ઞાન, કલા જેવા વિવિધ વિષયોના માધ્યમથી બાળકોને કોવિડ-19 રોગચાળા વિશે સમજ આપી શકાય છે; અહીં એના કેટલાક ઉદાહરણો છે:
  - પોસ્ટર, વિઝ્યુઅલ, વિડિઓ અથવા અન્ય સંચારના માધ્યમો દ્વારા બાળકોને પોતાને ચેપ ન લાગે તેની જાણકારી અને ખોટા સમાચારોથી દૂર કઈ રીતે રહેવું એ શીખવવા માટે ઉપયોગ કરી શકાય.
  - ઓછામા ઓછી 40 સેકંડ સુધી સારી રીતે હાથ ધોવાની પધ્ધતિઓને પ્રોત્સાહન આપવી (શાળાએ પહોંચ્યા પછી સાબુથી હાથ ધોવા, ટોઇલેટમાં ગયા પછી, ખોરાક લેતાં પહેલાં, કચરો ઉપાડતાં, પાળતું પ્રાણી કે અન્ય પ્રાણીઓને સ્પર્શ કરતા, ખાંસી અને છીંક ખાતા, બીમાર લોકોની સંભાળ રાખતાં હાથ ધોવા) અને તેમને સાબુની બનાવટ અને તે કેવી રીતે વાયરસથી જીવાણુનો નાશ કરવામાં સક્ષમ છે તે અંગે જાગૃત કરવા.
  - તાજો ઘરે રાંધેલો ખોરાક, ફળો, અને નિયમિત યોગ કરવાથી રોગપ્રતિકારક શક્તિમાં વધારો કરે છે એ સમજાવવું.
  - શૌચાલયનો યોગ્ય અને આરોગ્યપ્રદ ઉપયોગ, અને તે યોગ્ય રીતે ઉપયોગ ના કરાય તો રોગ ફેલાવવામાં તે કેવી રીતે સહાય કરે છે એ સમજાવવું.
  - લોકડાઉન સમયના તેમના અનુભવ રજૂ કરે અને શારીરિક / સામાજિક અંતર રાખવાના મહત્વને સમજે.
  - બાળકોને પોતાને અને તેમના પરિવારોને સુરક્ષિત રાખવા માટે જરૂરી તમામ મહત્વપૂર્ણ માહિતી પૂરી પાડો. આમ માટે બાળકો સાથે અને તેમના માતાપિતા સાથે 'આપણી આસપાસ કામ કરતા લોકો'- વિષય પર ચર્ચા કરી શકાય. આ વિષય વર્ગ 3 થી 8 માં પર્યાવરણ અને સામાજિક વિજ્ઞાનના વિષયના માધ્યમ દ્વારા સમજઆપી શકાય.

ઉદાહરણ તરીકે;

- પ્રાથમિક તબક્કે બાળકો સાથે નીચે મુજબ ચર્ચા થઈ શકે છે:
- કોઈ બતાવી શકે કે આપણે કેવી રીતે ઉધરસ ખાઈએ છીએ ?(અથવા શિક્ષક નિદર્શન કરી શકે છે)
- તેણે / તેણીએ તે યોગ્ય રીતે કર્યું છે?
- હા! શું તમે બધાને આ રીતે ઉધરસ આવે છે?
- ના, તે કેમ ખોટું છે?
- ખાંસી વખતે આપણે મોં કેમ ઢાંકીએ છીએ?
- છીંકતી વખતે, આપણે શું કરવું જોઈએ?
- આપણે આજકાલ માસ્કનો ઉપયોગ કેમ કરીએ છીએ? અથવા આપણે દરરોજ માસ્કનો ઉપયોગ કેમ કરીએ છીએ?
- શું તમારી પાસે હાલની પરિસ્થિતિને લગતા કોઈ પ્રશ્નો/મુંજવણ છે?

(શિક્ષકો ચર્ચા શરૂ કરી શકે અને બાળકોની ભાગીદારી, રુચિ અને તેઓ બહારથી મેળવેલી માહિતીનું અવલોકન કરી શકે છે. શિક્ષકે દરેક વિદ્યાર્થીને નીચેના મુદ્દાઓ પર અવલોકન કરવું આવશ્યક છે-

1) ચર્ચામાં ભાગ લેવો
2) રસની માત્રા
3) ભય / ચિંતા
4) કોરોના વાયરસના ફેલાવા અંગે સભાનતા
5) કોરોના ચેપગ્રસ્ત લોકોને બચાવવા માટે કાર્ય કરવાની જરૂરિયાત અનુભવવી

6) તેમના સ્તરે લેવાતા તેમના પગલાં

કેટલાક વિષય-વિશેષ મુદ્દાઓ તૈયાર કરવાથી, શિક્ષકોને વર્ગને સામેલ કરવામાં અને બાળકોની અધ્યયન નિષ્પત્તિઓનું મૂલ્યાંકન કરવામાં પણ મદદ કરશે.

- જ્યારે વિદ્યાર્થીઓ હાલની પરિસ્થિતિ સાથે અને શિક્ષકો અને સાથીદારો સાથે શાળામાં અનુકૂળતા અનુભવવા લાગે, ત્યારે શિક્ષકો અધ્યયન નિષ્પત્તિઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને અભ્યાસક્રમ આધારીત શિક્ષણના અધ્યયનની પ્રક્રિયા શરૂ કરી શકે છે.

b) વિદ્યાર્થીઓ જ્યારે શાળામાં હોય ત્યારે અધ્યયન- અધ્યાપન પ્રક્રિયા

- શિક્ષકોએ વર્ગખંડમાં ઇન્ફોર્મેશન અને ટેક્નોલૉજીનો ઉપયોગ કરવાની આવડત કેળવી લેવી જોઈએ. આ માટે તાલીમના મોડ્યુલ્સ તૈયાર કરી શકાય.
- જ્યાં સુધી રોગચાળાની સ્થિતિ સમાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી તમામ વિદ્યાર્થીઓ શાળામાં નિયમિત હાજર ના રહી શકે એ શક્ય છે. આથી, શિક્ષકોએ વર્ગખંડ અને એની સાથે સાથે ઘરે અધ્યયનમાં વિદ્યાર્થીઓ સાથે ફોલોઅપ કરવા માટે તૈયાર રહેવું જોઈએ, અને એ પ્રમાણે એમને અધ્યયનની પધ્ધતિને અપનાવવી જોઈએ.
- શરૂઆતમાં જ, શિક્ષકોએ વિદ્યાર્થીઓ સાથે અભ્યાસક્રમ, અપનાવવામાં આવનાર અધ્યયનની પધ્ધતિ [રૂબરૂ સૂચનો/વ્યક્તિગત કાર્ય કે પોર્ટફોલિઓ/જૂથ આધારિત પ્રોજેક્ટ વર્ક /જૂથ પ્રસ્તુતિઓ, વગેરે], આ માટે જરૂરી સમય, શાળા આધારિત મૂલ્યાંકન માટે તારીખો, વિરામ, વગેરેના સંચાલન માટેની દિશા નિર્દેશોની સ્પષ્ટ ચર્ચા કરવી જોઈએ
- શિક્ષકોએ એ વિષયવસ્તુ અને મુદ્દાઓ કે જે વર્ગખંડમાં/પ્રવૃત્તિઓ દરમિયાન અને જે સમજાવવાની જરૂર છે તે મુદ્દાઓ અને વિદ્યાર્થીઓ ઘેરબેઠાં તૈયાર કરવાના છે તે મુદ્દાઓ કે જેનું મૂલ્યાંકન શાળા દ્વારા થવાનું છે તેની સ્પષ્ટતા પણ કરવી જોઈએ.
- અધ્યયનના સ્રોતોનો વૈવિધ્યસભર ઉપયોગને શારીરિક/સામાજિક અંતર અને બીજા સલામતીના ધોરણોને નજરમાં રાખીને હાથ ધરવા પડશે. આ સ્રોતોમાં શ્રેષ્ઠ અધ્યયન અને શિક્ષણ પધ્ધતિ, સ્વઅધ્યયન પોથી અને વર્કશીટનો ઉપયોગ, વર્ગખંડમાં ટેક્નોલોજી આધારિત સ્રોતોનો ઉપયોગ, માતાપિતા/દાદા-દાદી/ મોટા ભાઈ બહેનોને શીખવવા માટે તૈયાર કરવા, સમાજના સ્વયંસેવકોની સેવાઓનો ઉપયોગ કરવો જેવાનો સમાવેશ થઈ શકે છે.
- વર્ગખંડમાં સહયોગી શિક્ષણ પર વધુ ભાર રહેવો જોઈએ. આ બાળકોની માનસિક સ્વાસ્થ્ય પર પણ સકારાત્મક અસર કરશે.
- માતાપિતા તરફથી સતત પ્રતિભાવ મળી રહે એ માટે વિવિધ પદ્ધતિઓ ઊભી કરવી જોઈએ.
- અધ્યાપન અને અધ્યયન પ્રક્રિયાઓમાં જીવન કૌશલ્ય સંકળાયેલું હોવું જોઈએ, જેમ કે,
- આજે, પહેલાં કરતાં જીવન કૌશલ્યોની વધારે જરૂર શિક્ષણમાં રહેશે. જેમ કે, જૂથ રજૂઆતો દ્વારા વાતચીત અને સહકાર શીખવાની પદ્ધતિ તરીકે વિકસાવી શકાય છે. સર્જનાત્મકતા અને નિર્ણાયક વિચારસરણી કુશળતા વિશિષ્ટ ઘરકામ, પ્રોજેક્ટ કાર્ય, વગેરે વિકસાવી શકાય છે.
- ચીલાચાલુ ઘરકામ સોંપવાની પધ્ધતિને પ્રોત્સાહન ન આપવું જોઈએ; તેના બદલે બાળકની જિજ્ઞાસા અને સમસ્યા હલ કરવાની ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરે એવા કાર્યને પ્રોત્સાહિત કરવા જોઈએ. દાખલા

તરીકે, વૈવિધ્ય એ એક વિષયવસ્તુ છે, જે વિષયના ક્ષેત્રો અને વર્ગખંડથી ઉપર છે. આવા કિસ્સામાં વર્ગમાં વિધ્યાર્થીઓના બનેલા જુથો વચ્ચે ઘરકામ હોઈ શકે છે.

- તેવી જ રીતે, રાસાયણિક પ્રતિક્રિયાઓ, ગુરુત્વાકર્ષણ કાયદાઓ વગેરેની વિભાવનાઓ શિક્ષક દ્વારા એક ખ્યાલ તરીકે રજૂ કરી શકાય અને પછીથી પ્રોજેક્ટ્સ અને એસાઈમેન્ટ ઘરે પણ કરી શકાય છે.

c) વિશેષ જરૂરિયાતવાળા બાળકોને અન્ય બાળકોની સાથે સંબોધવા

- સૌથી સંવેદનશીલ વિદ્યાર્થીઓની જરૂરિયાતોને પ્રાધાન્ય આપવા માટે (ઘરવિહોણા / સ્થળાંતર કરાયેલા વિદ્યાર્થીઓ, દિવ્યાંગ બાળકો, અને કૌટુંબિક મૃત્યુ અથવા હોસ્પિટલમાં દાખલ થકી કોવિડ -19 દ્વારા સીધા પ્રભાવિત વિદ્યાર્થીઓ) પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.
- સીડબ્લ્યુએસએનની જરૂરિયાત મુજબ સહાયક ઉપકરણો અને શીખવાની સામગ્રીની જોગવાઈની ખાતરી કરવી.
- ખાતરી કરો કે સલામતી માર્ગદર્શિકા બધા બાળકોની જરૂરિયાતોને પહોંચી વળવા માટે બહુવિધ અને એક્સેસિબલ ફોર્મેટ્સમાં શક્ય હોય ત્યાં બધે ઉપલબ્ધ હોય, જેમ કે
  - ➢ જેએડબ્લ્યુએસ સોફ્ટવેર, અંધ અથવા ઓછી દ્રષ્ટિ ધરાવતા બાળકો માટે મોટી પ્રિન્ટ
  - ➢ બૌદ્ધિક અક્ષમતાઓ ધરાવતા બાળકો માટે વાંચવા માટે સરળ મટેરિયલ
  - ➢ ડિજિટલ ફોર્મેટ્સમાં પુસ્તક
  - ➢ સાંભળવાની તકલીફવાળા બાળકો માટે સંકેતની ભાષા
  - ➢ સહાયક તકનિકો જેમ કે સ્ક્રીન વાચકોનો ઉપયોગ કરવા માટે એક્સેસિબ વેબ સામગ્રી
  - ➢ આરોગ્યસેતુ જેવી કોવિડ 19 સંબંધિત ઉપયોગી એપ્લિકેશનો, સ્ક્રીન રીડિંગ સોફ્ટવેર જેવી સહાયક તકનીકીઓ સાથે ઉપયોગી છે.
  - ➢ વેબ પૃષ્ઠો, ડિજિટલ દસ્તાવેજો અને એપ્લિકેશન વપરાશકર્તા ઇન્ટરફેસ માટે સામગ્રી એક્સેસિબિલીટી ગાઇડલાઇન્સ 2.1 (ડબ્લ્યુસીએજી 2.1) ને સુનિશ્ચિત કરો.
- **એનસીઇઆરટી વેબસાઇટ પર નિ:શુલ્ક ઓનલાઇન સંસાધનોનો ઉપયોગ "એક્સેસિબિલીટી" (http://www.ncert.nic.in/accesstoedu.html) હેઠળ શાળાના પાઠ્યક્રમના ચિહ્નમાં ઉપયોગ.**
  - ➢ Barkhaa: UDL અને IE પર આધારિત બધા માટે વાંચન શ્રેણી સિદ્ધાંત. આ વાર્તાઓને પ્રાથમિક અને ઉચ્ચત્તર પ્રાથમિક સ્તરે પાઠયપુસ્તકોની સામગ્રી સાથે જોડી શકાય છે.
  - ➢ ઇ-પાઠશાળા ડિજિટલ પાઠયપુસ્તકો (વર્ગ 1- 12) બધા વિષયોમાં.
  - ➢ ઇ-પાઠશાળા મોબાઇલ એપ્લિકેશન- વિઝ્યુઅલ ખામી વાળા બાળકો માટે "ટેક્સ્ટ ટૂ સ્પીચ (TTS)"
  - ➢ ઇ-પાઠશાળા મોબાઇલ સ્કેનર એપ્લિકેશન.
  - ➢ સમર્પિત એપ્લિકેશન દ્વારા ઇ-પાઠશાળા AR / VR પ્રોગ્રામ
  - ➢ ઓડિઓ પ્રોગ્રામ્સ સાથે સ્પર્શ નકશા બુક
  - ➢ ઓડિઓ (ધ્વનિ) પુસ્તકો

- **<u>માધ્યમિક અને ઉચ્ચત્તર માધ્યમિક કક્ષાના દૃષ્ટિહીન અને બધિર વિદ્યાર્થીઓ માટે એનઆઈઓએસ દ્વારા તૈયાર કરેલી સામગ્રીનો ઉપયોગ કરો.</u>**
- જે બાળકો તેમની નબળાઇને કારણે શ્વસન અથવા અન્ય સ્વાસ્થ્ય સંબંધી મુશ્કેલીઓને લીધે ચેપ લાગવા માટે વધુ સંવેદનશીલ હોય છે. તેમને તેના નિવારક પગલાં અંગે જાણકારી આપો.
- જેને સુરક્ષા અને સહાયની જરૂર હોય તેવા ચોક્કસ માનસિક-સામાજિક જરૂરિયાતવાળા બાળકોને ઓળખવા અને સહાય આપવા માટે સક્ષમ બનાવવા માટે શાળાના શિક્ષકો અને અન્ય કર્મચારીઓને તકલીફ/બીમારીના ચિહ્નો અંગે તાલીમ આપો.

d) વિદ્યાર્થીઓને ઘેરબેઠાં અધ્યયન માટે તૈયાર કરો

- રાજ્ય / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશના નિર્ણય મુજબ નોંધાયેલ વિદ્યાર્થીઓનો આંશિક ભાગ રોટેશનલ ધોરણે શાળામાં જઇ શકે છે, તેથી, તે મહત્વનું છે કે તમામ વિદ્યાર્થીઓ પાસે તેમની પાઠયપુસ્તકો તેમજ અભ્યાસક્રમની વિગતો હોય.
- શિક્ષકો અને માતાપિતા / વિદ્યાર્થીઓ પાસે અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછા 2 થી 3 વખત જુદા જુદા પ્રકારનો સંવાદ હોવો આવશ્યક છે.
- બ્લેન્ડેડ લર્નિંગ/સંમિશ્રિત અભિગમનો ઉપયોગ કરવો હોય તો, વિદ્યાર્થીઓએ આ મોડેલને સપોર્ટ આપવા માટે વિવિધ તકનીકી સાધનોની જરૂર પડશે.
- PRAGYATA માર્ગદર્શિકા મુજબ ડિજિટલ અને ઓનલાઇન શિક્ષણ અંગેની માર્ગદર્શિકાનો ઉપયોગ શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓને આ સંદર્ભે કરી શકે છે.
- જો રાજ્ય / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશ પાસે એનર્જાઈઝડ પાઠ્યપુસ્તકો ઉપલબ્ધ છે, તો વિદ્યાર્થીઓ અને માતાપિતાને જાણકારી આપવી કે QR અને DIKSHA પરની ઇ-સામગ્રી કેવી રીતે ડાઉનલોડ કરવી અને તેનો ઓફલાઇન મોડમાં ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો.

NCERT એ PRAGYATA જે ડિજિટલ અને ઓનલાઈન શિક્ષણ માટે માર્ગદર્શિકા વિકસિત કરી છે, જે શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓ માટે ઓનલાઇન શિક્ષણમાં કેવી રીતે આગળ વધવું તે અંગે ઉપયોગી માહિતી આપવામાં આવી છે. આ દિશાનિર્દેશોમાં ભારત અને વિદેશમાં ઉપલબ્ધ ઓનલાઇન સંસાધનોની સંખ્યાબંધ યાદીનું સંકલન પણ કરવામાં આવ્યું છે. આને MHRD અને NCERT વેબસાઇટ પર ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવશે.

- પ્રોજેક્ટ-આધારિત સ્વાધ્યાય, પોર્ટફોલિયોના, સર્જનાત્મક કાર્ય, વગેરે એ ઘરેથી શિક્ષણ મેળવવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. આગળના ફકરામાં વધુ વિગતો આપવામાં આવી છે.
- દૂરના અને આંતરિક ભાગોમાં જ્યાં કોઈ ઇન્ટરનેટ / મોબાઇલ / ટીવી નેટવર્ક નથી ત્યાં ઓડિઓ-વિઝ્યુઅલ ઇ-સામગ્રી પેન ડ્રાઇવ્સ, સીડી વગેરે પર લોડ કરી શકાય છે.

e) પ્રોજેકટ વર્ક, સ્વાધ્યાય શિક્ષકો અને માતા-પિતાના માર્ગદર્શન હેઠળ ઘરે જ સોંપવામાં આવશે.

- શિક્ષકો વિવિધ થીમ્સ પસંદ કરી શકે છે જેના પર વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા માતા-પિતાના સહકારથી આંતરશાખાકીય અને મલ્ટિડિસિપ્લીનરી પ્રોજેક્ટ કાર્ય અને સોંપણી કરવામાં આવે છે.
- અધ્યયનની ખાતરી કરવા વધુ સર્જનાત્મક પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરી શકાય, ઉદાહરણ તરીકે -

- ➢ તમારી માતાના કામકાજના સ્થળનો અનુભવ અથવા ઘરના અનુભવોનો ઈન્ટરવ્યુ લેવો અને રેકોર્ડ કરવો, રેકોર્ડિંગ સાંભળવું અને તેના મુખ્ય મુદ્દાઓ લખવા (ધોરણ 6 થી 8 ના વિદ્યાર્થીઓ માટે) હિન્દી, ઉર્દૂ, અંગ્રેજી, સામાજિક વિજ્ઞાન વગેરે વિષયોમાં આ પ્રવૃત્તિ કરી શકાય.
- ➢ છેલ્લા એક મહિનાનો ઘરના ખર્ચનો ચાર્ટ બનાવવો વિવિધવસ્તુ પાછળ ખર્ચાયેલ રૂપિયા અને બચતની નોંધ કરી સારાંશ લખી શકાય. પછીના મહિનામાં ખર્ચમાં સુધારો કેવી રીતે કરી શકાય તે પણ લખો (ઉચ્ચતર પ્રાથમિક વિભાગ - ગણિત, ભાષાઓ, સામાજિકવિજ્ઞાન)
- ➢ રમકડાં, પેન, પેન્સિલ, દવાની ખાલી ડબ્બીઓ વગેરે ભેગા કરો. તેમને પાણીમાં બોળો તમારા અવલોકનને નોંધો (પર્યાવરણ, વિજ્ઞાન, ભાષાઓ, ધોરણ ૫ થી ૮ માટે)
- ➢ ચિત્રકામ અને રંગકામ આધારિત પ્રોજેક્ટસ ધોરણ-૧ અને ધોરણ-૨ ના બાળકોને આપી શકાય.
- ➢ ધોરણ 3 થી 5 ના બાળકો માટે કુટુંબ, કાર્ય અને ખોરાક વગેરે આધારિત પ્રોજેક્ટ અને અસાઈનમેન્ટ પસંદ કરી શકાય.

f) અધ્યેતા કેન્દ્રી મૂલ્યાંકનને પ્રોત્સાહન આપવું

- તમામ વિદ્યાર્થી શીખવાના લક્ષ્યને સિદ્ધ કરે તેની ખાતરી માટે શિક્ષકો, વાલીઓ અને વહીવટ કર્તાઓએ રચનાત્મક મૂલ્યાંકન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂર છે.
- રચનાત્મક મૂલ્યાંકનનું માળખું પરિવર્તનશીલ હોવું જોઈએ. તમામ સ્તરે પરંપરાગત પેન પેપર પરીક્ષાને દૂર કરવી જોઈએ.
- શાળામાં મૂલ્યાંકનના વિવિધ માળખા હોઈ શકે જેમકે રોલ પ્લે, કોરિયોગ્રાફી, ક્વિઝ, પઝલ, રમતો, પુસ્તિકાની ડિઝાઇન બનાવવી, પ્રેઝન્ટેશન કરવું, જનરલ કે પોર્ટફોલિયો તૈયાર કરવો વગેરે.
- ઘરે મૂલ્યાંકનની બહુવિધ સ્થિતિઓને પ્રોત્સાહન આપવા વ્યક્તિગત પ્રોજેક્ટ, રિફ્લેક્શન, પ્રયોગ, પોર્ટફોલિયો સોપી શકાય.
- વિદ્યાર્થીઓની યાદશક્તિ ચકાસે તેવી મૂલ્યાંકનપદ્ધતિ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત ન કરવું પરંતુ વિદ્યાર્થી કેવી રીતે શીખે છે, રોજિંદા જીવનઆધારિત પરિસ્થિતિઓમાં રચનાત્મક રીતે વિચારી શકે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું. વિદ્યાર્થીઓની સમસ્યાનો ઉકેલ લાવ્યા કે નહીં તેના કરતાં ઉકેલ લાવવા માટે કયા પગલાં લીધા અથવા કેવી રીતે પ્રયત્ન કર્યો તે મહત્વનું છે.
- ઘરે રહીને અધ્યયન કરનાર વિદ્યાર્થીઓ માટે ઓછી કિંમતે અથવા નહિવત કિંમતે પ્રતિભાવ આપી શકે તેવા વિકલ્પ શોધી કાઢવા જોઈએ. શિક્ષકો બાળકોના પ્રતિભાવને ધ્યાનમાં લેશે.
- સમીક્ષા કરવાની તક મળે પછી જો વ્યક્તિગત પ્રતિસાદથી લાભ ન મળે તો સામૂહિક પ્રતિસાદ વિદ્યાર્થીઓને પ્રોત્સાહન મળશે. જેમ કે, વિદ્યાર્થીનાપ્રતિભાવો સાચા છે હોય કે ના હોય પણ તેઓને સ્વ- મૂલ્યાંકન અને જૂથ સમીક્ષા માટે તૈયાર કરે.
- SCERT / NCERT ની માર્ગદર્શિકાનો વાલીઓને રચનાત્મક મુલ્યાંકનની સમજ આપવા અને સંવેદના સભર બનાવવા ઉપયોગ કરી શકાય.
- વાલીઓ / બાળસંભાળ રાખનાર ને પ્રશ્નોતરી માટે શિક્ષકોએ ટેક્સટ કે ઓડિયો આધારિત મેસેજનો ઉપયોગ કરવો બાળકોના ધોરણના અભ્યાસક્રમના વિષયવસ્તુ સાથે બાળકોની ભાવનાત્મક અને માનસિક સુખાકારી માટે તેમની અનૌપચારિક પ્રગતિ ચકાસી શકાય.

- પસંદ કરાયેલ વિષયો / મુદ્દા માટે ઓપન બુક પરીક્ષા પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરી શકાય.

g) મૂલ્યાંકનની રીતોમાં પરિસ્થિતિને અનુરૂપ ફેરફારો.

પ્રાપ્ત આધાર માળખાની સુવિધાઓને ધ્યાનમાં રાખીશાળાઓ / શિક્ષકો મૂલ્યાંકનની રીતો માટે જરૂરિયાત અનુસાર નીચે સૂચન કરેલ વ્યૂહ રચના અપનાવી શકે.

1. શાળાઓ કે જ્યાં સારું ICT સક્ષમ વાતાવરણ છે અને વિદ્યાર્થીઓ ડેસ્કટોપ, લેપટોપ અને સ્માર્ટફોનથી ઓનલાઇન વર્ગોમાં જોડાય છે.

- વ્યક્તિગત અસાઇનમેન્ટ, પ્રોજેક્ટ વર્ક અને પોર્ટફોલિયો જેવી વૈકલ્પિક મૂલ્યાંકન પદ્ધતિઓ વડે પેન પેપર ટેસ્ટનું સ્થાન બદલો.
- વિદ્યાર્થીઓને અગાઉથી આ મૂલ્યાંકન વિશે જાણકારી આપો. મૂલ્યાંકનના માપદંડ નક્કી કરવામાં વિદ્યાર્થીઓ પણ ભાગીદાર થઈ શકે.
- વર્ગવાર - વિષયવાર જૂથ - મૂલ્યાંકન અને સ્વ -મૂલ્યાંકન જેવી પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરી શિક્ષકો બાળકોને પ્રોત્સાહન આપી શકે.
- વિદ્યાર્થીઓ કેટલાક ખ્યાલો પેટા મુદ્દાઓ વિશે શીખ્યા બાદ તેમનાં જ્ઞાનમાં ઉમેરો થાય અને તેની નોંધ રાખી શકે.
- પ્રાપ્ય સાધનોનો ઉપયોગ કરી ICT આધારિત મૂલ્યાંકન કરવું. પ્રતિભાવોનું વિશ્લેષણ કરો અને વિદ્યાર્થીને પ્રતિસાદ આપો.
- ચર્ચા મંચ પર આધારિત મૂલ્યાંકનની રીતો અપનાવો.

2. શાળાઓ, કે જ્યાં ઓનલાઇન વર્ગો માટે આંશિક સુવિધાઓ છે અને વિદ્યાર્થીઓ ક્યારેક ઓનલાઇન વર્ગોમાં જોડાય છે.

- પ્રશ્નોત્તરી તૈયાર કરવા માટે વિવિધ ટુલ્સનો ઉપયોગ કરવો. સોશિયલ મીડિયા અથવા મોબાઈલ પ્લેટફોર્મ દ્વારા વિદ્યાર્થીના પ્રતિભાવ મેળવવા.
- શિક્ષક જૂથ બનાવે અને યોગ્ય પ્રતિસાદ આપવા વિદ્યાર્થીઓને પ્રોત્સાહિત કરે.
- કાવ્યલેખન, લખેલ કાર્યની નકલ, ચિત્રકામ, સ્વ-રચિતપ્રશ્નો અને સર્જનાત્મક ઉત્તરો જેવા પોતાના કાર્યોની નોંધ વિદ્યાર્થી કરે.
- ખ્યાલો / મુદ્દાઓની ઝડપી સમીક્ષા કરી શકાય. આગામી મુદ્દા માટેની વિદ્યાર્થીઓની તત્પરતાને ક્વીઝ અને MCQ દ્વારા જાણી શકાય.

<u>3. શાળાઓ કે જ્યાં ICT ની સુવિધા ઉપલબ્ધ નથી અનેઅધ્યયન પ્રક્રિયામાં વિદ્યાર્થીઓ જોડાતા નથી.</u>

- વર્ગમાં ચાલી રહેલ વિષયવસ્તુની ચર્ચા વિદ્યાર્થીઓ અને વાલીઓ સાથે ટેલિફોનિક વાતચીતમાં કરી શકાય અને મુલાકાત દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને અન્ય વિદ્યાર્થી સાથે ટ્રેક પર રાખી શકાય.
- વર્કશીટ બાળકોના ઘરે મોકલવી જેનો જવાબ બીજા રાઉન્ડમાં મેળવી શકાય. આવી વૈકલ્પિક રીતો શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓ સૂચવી શકે.
- લોકડાઉનના દિવસોનું વર્ણન અને વાર્તા, સ્મૃતિઓ, કાવ્ય, અનુભવો વગેરેનું વર્ણન કરવા બાળકોને પૂછી શકાય આ બાબત ખાસ ભાષા ક્ષેત્રમાં મૂલ્યાંકનનો એક ભાગ બની શકે.
- વિવિધ મુદ્દાઓ પર વિદ્યાર્થીઓ માતા-પિતા / વડીલો સાથે વાતચીત કરે અને તેમના અવલોકનોની નોંધ રાખે. આ પણ મૂલ્યાંકનનો એક ભાગ બની શકે.
- માતાપિતાની મદદથી વિદ્યાર્થીઓને ઘરે રહીને નાના પ્રયોગો કરવા માટે પ્રોત્સાહન આપી શકાય.
- શારીરિક/પર્યાવરણની ત્રુટિને કારણે શીખવામાં ત્રુટિ ના આવે તે માટે શાળાઓ અભ્યાસક્રમને તર્કસંગત કરે અને અધ્યયન નિષ્પતિને પ્રાધાન્ય આપે મૂલ્યાંકનની યોગ્ય રચના અપનાવે.

V. લોક ડાઉનદરમ્યાન ઘરે રહીને મેળવેલ શિક્ષણને શાળાકીય શિક્ષણમાં સરળતાથી ગતિશીલ કરવું.

- લોક ડાઉન દરમ્યાન ઘરે રહીને મેળવેલ શિક્ષણને શાળાકીય શિક્ષણમાં સરળતાથી ગતિશીલ કરવા અને બાળકોની ભાવનાત્મક સુખાકારી માટે નીચે દર્શાવેલ કાર્યો શાળા ધ્યાનમાં રાખી શકે.
  - સુધારેલ શાળાકીય કેલેન્ડરને અમલમાં લાવવું. અને ગુમાવેલ શૈક્ષણિક અને કલાકોને કવર કરવા માટે Annual Curriculum Plan (ACP) વાર્ષિક અભ્યાસક્રમ યોજના ફરીથી તૈયાર કરવી.
  - શાળાએ આવતા દરેક બાળક સુધી પહોંચે તે મુજબ શિક્ષકોએ અનૌપચારિક પદ્ધતિઓ પ્રમાણે અધ્યાપનની યોજના તૈયાર કરવી.
  - વિશેષ જરૂરીયાત ધરાવનાર બાળકો માટે વ્યક્તિગત અધ્યયન યોજના અને ઉપચારાત્મક યોજના અમલ કરવી. અને જે બાળકો લોક ડાઉન દરમિયાન ઓનલાઈન ક્લાસમાં જોડાયા નથી તેઓ માટે અલગ યોજના તૈયાર કરી શકાય. પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન પણ કરી શકાય.
  - શાળાઓ ફરી ખૂલે પછી પ્રથમ 2 થી 3 અઠવાડિયા રોજિંદા શાળાકીય જીવનમાં આવવા માટે સમય આપો. વિદ્યાર્થીઓ જે ઓનલાઇન શીખ્યા છે તેની સમીક્ષા કરો અથવા અન્ય કોઇ પ્રવૃત્તિ પણ કરી શકાય.
  - "શાળાએ પરત જઈએ" જેવા અભિયાન શરૂ કરી શકાય. ખાસ કરીને કન્યાઓ, દિવ્યાંગ બાળકો, સ્થળાંતર કરીને કામ કરનાર વ્યક્તિના બાળકો અને SC / ST સમુદાયનાં બાળકોને તેમાં જોડી શકાય.
  - તરુંણો કે જે શાળાકીય શિક્ષણ પૂર્ણ કરવા જઈ રહ્યા છે, તેમને કોવિડ-19 મહામારીને લઈને જે આર્થિક મુશ્કેલીઓ પડી છે તે અનુસંધાનમાં વોકેશનલ શિક્ષણ (વ્યવસાયી શિક્ષણ) અને કારકિર્દી માર્ગદર્શનના કાર્યક્રમોનું આયોજન શાળામાં કરી શકાય.
  - મોટી ઉંમરના શાળા બહારના બાળકો માટે ઓપન લર્નિંગ પ્રોગ્રામ શરૂ કરી શકાય.

VI. વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની ભાવનાત્મક સુખાકારીની ખાતરી કરવી.

- આફત / મહામારી પછી તણાવ, તાણ, ચિંતા, દુઃખ થવું કુદરતી છે અને આવા સમયમાં બાળકો વધુ સંવેદનશીલ હોય છે. તેથી શાળાઓ માટે સલાહભર્યું છે કે બાળકોમાં તણાવના કોઇ પણ લક્ષણ દેખાય તો વાલી સાથે સંપર્ક કરી યોગ્ય પગલાં લેવા.
- શિક્ષકો, સ્કૂલ કાઉન્સેલર અને શાળાના સ્વાસ્થ્ય કર્મચારીઓએ સાથે મળીને કામ કરવું સલાહભર્યું છે. પોતાના બાળકોની ભાવનાત્મક સુખાકારીઅને સલામતી માટે આ જરૂરી છે.
- તદ્ઉપરાંત, આ કપરા સમયની અસર શિક્ષકોની સુખાકારીપર પણ થઈ હશે.
  જ્યારે શાળાઓ શરૂ થશે ત્યારે શિક્ષકોની કાર્યપદ્ધતિઅને ક્ષમતાઓ પર પણ અસર હશે તેથી શિક્ષકોનું માનસિક સ્વાસ્થ્ય સારું રહે તે પણ એટલું જ અગત્ય ધરાવે છે.
- શિક્ષકોની ક્ષમતા અંગે કાઉન્સિલીંગ માટે ઓનલાઇન ટ્રેનીંગ મોડ્યુલ વિકસાવી શકાય.
- બાળકો લાંબા સમય બાદ પાછા ફરે ત્યારે ભાવનાત્મક સ્થિરતા માટે, ચિંતા દૂર કરવા અને આત્મવિશ્વાસ ઊભો કરવા માટે કાઉન્સેલિંગનું સંક્ષિપ્ત મોડ્યુલ વિકસાવી શકાય.
- **વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની ભાવનાત્મક સુખાકારી માટેના સુચનો એનેક્ષર-Aમાં આપેલછે.**

માનવ સંસાધન વિકાસ મંત્રાલય, ભારત સરકારે'MANODARPAN' – 'મનોદર્પણ' નામના કાર્યક્રમની શરૂઆત કરી છે. જેમાં વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો અને કુટુંબોને મનોવૈજ્ઞાનિક સામાજિક સહકાર આપવા અનેક પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ કરેલ છે. કોવિડ મહામારી અને ત્યાર પછીના સમયમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને ભાવનાત્મક સુખાકારી માટે આ પ્રવૃત્તિઓ માર્ગદર્શનરૂપ નીવડશે.

- સલાહભર્યાસૂચનો અને પ્રેરણાત્મક પોસ્ટર ધરાવતી MHRDની વેબસાઈટ પર વેબપેઈજ
  http://mhrd.gov.in/Covid-19
- ટેલી કાઉન્સલીંગ: વિદ્યાર્થીઓ, વાલીઓ અને શિક્ષકો માટે વર્તમાન પરિસ્થિતિમાં અનુકૂલન માટે રાષ્ટ્રીય ટોલ ફ્રી હેલ્પલાઇન - 8448440632

VII. રાજ્ય/કેંદ્રશાસિત પ્રદેશના શિક્ષણ વિભાગની ખાસ ભૂમિકા અને જવાબદારી

શાળા શરૂ કરવાની જાહેરાત કરતાં પહેલાં, રાજ્ય તથા કેંદ્રશાસિત પ્રદેશોના સંસ્થાઓ તથા સહભાગીઓ જેવા કે શિક્ષણ વિભાગ, શાળાના આચાર્યશ્રીઓ, શિક્ષકો, વિદ્યાર્થીઓ તથા માતા-પિતાની ભૂમિકા અને જવાબદારીઓને વ્યાખ્યાયિત કરવી ખૂબ જરૂરી છે કે જેથી શાળાઓને સલામત અને સરળ રીતે પુન: ખોલી શકાય.

ઉપર દર્શાવેલ સહભાગીઓની ભૂમિકા અને જવાબદારીઓની સંપૂર્ણ યાદી પરિશિષ્ટ બી માં આપવામાં આવેલ છે. રાજ્યની /કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોના શિક્ષણ વિભાગની ભૂમિકા અને જવાબદારીઓ નીચે મુજબ છે. (વધુ વિગતો માટે આ આખું ડોક્યુમેન્ટ વિગતવાર વાંચી લેવું)

a) રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશની એસ.ઓ.પી.અથવા ગાઇડલાઇન.

- રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોએ કેન્દ્ર સ્તરેથી આપવામાં આવેલ તમામ ગાઇડલાઇન/એસ.ઓ.પી., જેમાં આનો પણ સમાવેશ થાય છે તેની નોંધ લેવી અને તેનો સંપૂર્ણ કે અંશત: સ્વીકાર કરીને પોતાની અલગ એસ.ઓ.પી./ગાઈડલાઈન તૈયાર કરીને તેની જાણ જિલ્લા તેમજ શાળાના વહીવટી તંત્રને કરવી.
- રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોની શાળાઓ પુન: ખોલવાની એસ.ઓ.પી.: રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોએ શાળાઓને પુન: શરૂ કરતાં પહેલાં સર્વગ્રાહી એસ.ઓ.પી. સેટ બનાવવો જેમાં નીચેની બાબતોનો સમાવેશ કરવો.
    - **શાળાઓને તબક્કાવાર શરૂ કરવી**: કેન્દ્રના ગૃહમંત્રાલય અને સ્વાસ્થ્ય અને કુટુંબકલ્યાણ મંત્રાલય તથા રાજ્યના સ્થાનિક આરોગ્ય સત્તાધીશોના પરામર્શમાં રહીને આરોગ્યના જોખમોનુ મૂલ્યાંકન કરવું, 'કન્ટેન્ટમેન્ટ ઝોન' માં આવેલી કોઇપણ શાળા પોતાનું કામ શરૂ નહિં કરી શકે. આ ઝોનમાં આવેલ શાળાઓના સ્ટાફ અને વિદ્યાર્થીઓના આવાગમન પર પ્રતિબંધ ચાલુ રહેશે.
    - **સૂચિત તબક્કાવાર સમયપત્રક/પાળી**: શાળામાં હાજરી આપવા માટે જુદાજુદા વર્ગો માટે શાળાએ આવવાના જુદાજુદા દિવસો (જરૂરી હોય તો) અને શાળાને ઘટાડેલા કલાકો મુજબ બે પાળીમાં ચલાવવી(જરૂરી હોય તો).
    - **સરળતાથી ફેરફાર કરી શકાય એવું સમયપત્રક**: કેટલાક વિકલ્પો.
- ગાઈડલાઈન મુજબ શારીરિક અને સામાજિક અંતરની ખાતરી કરવા સમયપત્રક સ્થિતિ સ્થાપક, લચીલું બનાવવું કે જેથી જુદા-જુદા વર્ગો વચ્ચે શારીરિક-સામાજિક અંતર જાળવી શકાય.
- શાળામાં નોંધાયેલ બાળકોમાંથી અમુક ટકા બાળકોને તેમના રોલ નંબર મુજબ ક્રમવાર અથવા આંતરા દિવસે બોલાવી શકાય અથવા અઠવાડીયામાં બે વખત બોલાવી બાકીના દિવસોનું એસાઇનમેન્ટ ઘેરબેઠાં કરવા માટે આપી શકાય.
- વૈકલ્પિક રીતે વર્ગ પ્રમાણે હાજરીનું અઠવાડીક સમયપત્રક બની શકે. બધા વર્ગોના વિદ્યાર્થીઓએ શાળામાં દરરોજ હાજર રહેવું જરૂરી નથી.

- વર્ગોમાં (ઓડ-ઇવન) એકી-બેકી ફોર્મુલા પણ અપનાવી શકાય.
- જ્યાં વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા મોટી છે તેવી શાળાઓમાં શાળાના કલાકોમાં ઘટાડો કરીને બે પાળીમાં વિભાજીત કરી તે જ શિક્ષકોની મદદથી શાળા કાર્ય કરી શકાય.

➢ **શિક્ષકોની વિગતો (Database):** જે શિક્ષકો કન્ટેન્ટમેન્ટ ઝોનમાં નિવાસ કરે છે તેમની માહિતી સાથે જુદા જુદા ઝોનમાં રહેતા શિક્ષકોની માહિતી રાજ્યના શિક્ષણ વિભાગ દ્વારા તૈયાર કરી શકાય.

➢ **સ્થળાંતરીત થયેલા કામદારોના બાળકો:** સરકારી અને સરકારી ગ્રાન્ટ લેતી શાળાઓમાં સ્થળાંતરીત થયેલા કામદારોના બાળકોને તરત જ પ્રવેશ આપવો.

➢ **કેટલીક પ્રવૃતિઓ રદ્દ કરવી:** એવી પ્રવૃતિઓ કે જેમાં બાળકોને એકઠા કરવા પડે જેવી કે વિજ્ઞાન મેળો પુસ્તક મેળો, વાર્ષિકોત્સવ, ક્ષેત્રિય કાર્ય વગેરે કોવિડ-19ની પરિશિતિ થાળે પડે ત્યાં સુધી બંધ રાખવી.

➢ **કેટલીક પ્રવૃતિઓ ચાલુ રાખવી** : શાળાના પુસ્તકાલયમાંથી સલામત રીતે પુસ્તકોની આપ-લે, સ્પોર્ટસના સાધનો, સેનીટાઇઝેશન મટેરીયલ, સ્ટેશનરીની વસ્તુઓ ઇ-કન્ટેન્ટને લગતાં સાધનો, મધ્યાહ્ન ભોજન, સ્કોલરશીપ વગેરે જેવી પ્રવૃતિઓ કે જેમાં વધુ બાળકો કે શિક્ષકોને એકત્રિત કરવાના નથી તે ચાલુ રાખી શકાય.

➢ **શાળાનું સ્થિતિ સ્થાપક સમયપત્રક** : ૪૫ મિનિટના તાસને બદલે ૩૦ મિનિટના તાસ કરી શકાય અથવા એકાદ કલાકનો તાસ દરેક વિષયનો ગોઠવી શકાય જેની સાથે કલા કે શારીરિક પ્રવૃતિઓને જોડી શકાય જેથી બાળકો થાકી ન જાય કે માનસિક તાણ ન અનુભવે.

➢ **વર્ગખંડોની ગોઠવણી** : શારીરિક સામાજિક અંતરના પગલાંને ધ્યાનમાં રાખી વર્ગોની ગોઠવણીમાં સ્થિતિસ્થાપકતા રાખી શકાય. આ માટે રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશના સંબંધિત વિભાગોના ચોક્કસ દિશાનિર્દેશ આપવા જેમાં નીચેની બાબતોને ધ્યાનમાં લઇ શકાય.

➢ **વર્ગદીઠ વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા:** વર્ગોના ભૌતિક કદને ધ્યાનમાં રાખી ૬ ફુટનું શારીરિક સામાજિક અંતર ચારે દિશામાં રાખી વર્ગદીઠ વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા નક્કી કરવી.

➢ **બેઠક વ્યવસ્થા:** વર્ગની બેઠક વ્યવસ્થા, દિવાલો ભોંયતળીયું અને ફર્નીચરનું સેનીટાઇઝેશન.

b) સૂચનાઓનું ભારણ : (Instructional load)

- શાળાના કલાકોનું વિભાજન અને સુધારેલ અભ્યાસક્રમ અંગે રાજ્ય વિચારણા કરી શકે.

c) શાળાનું વાર્ષિક કેલેન્ડર :

- અધ્યયનને વિષયવસ્તુલક્ષી કરતાં નિષ્પત્તિ આધારિત બનાવીને, વિવિધ અધ્યયન પદ્ધતિનું મિશ્રણ કરીને શાળા કક્ષાએ વિકેન્દ્રિત આયોજન આપીને તેમજ બાળકોના મૂલ્યાંકન માટે કોઈ સ્પષ્ટ નીતિ સાથે શાળાના વાર્ષિક કેલેન્ડરમાં સુધારા કરવા જરૂરી છે. રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોએ બાળકોમાં સામાજિક ભાવનાત્મક અને પાયાત્મક શીખવાના કૌશલ્યો વિકસિત થાય તે રીતોને પ્રોત્સાહન આપી શકે.

d) માતાપિતા/સમાજના સભ્યો સ્વયંસેવક તરીકે:

જેમની પાસે પૂરતી લાયકાત હોય તેવા લોકોની શાળા કક્ષાએ ખાસ કરીને તંદુરસ્તી અને સલામતીની બાબતોમાં ચકાસણી કરીને પછી અધ્યયન-અધ્યાપન પ્રક્રિયામાં તેઓને જોડી શકાય.

e) સલામત આવન-જાવન:

શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓ દૂરના સ્થળોએથી આવતા હોય તો જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં તેઓ માટે સલામત આવન જાવનની વ્યવસ્થા કરી શકાય.

f) જિલ્લા કક્ષાનું કાર્યદળ :

DIET, DEO અને બીજા સંબંધિત લોકોનું એક ટાસ્ક ફોર્સ બનાવી શાળાની આ બાબતે તૈયારીની રેન્ડમ સમીક્ષા મુલાકાત થવી જોઇએ. આ ટાસ્ક ફોર્સ દ્વારા સલામત રીતે શાળા ચાલે તે માટે અને યોગ્ય અધ્યયન સિદ્ધિઓ માટે ડેટાબેઝ (માહિતી) તૈયાર કરી શકાય.

g) શાળા શિક્ષણ બોર્ડનું કાર્યક્ષેત્ર

બોર્ડની પરીક્ષા લેવી અને મૂલ્યાંકન કરાવવું.

h) ડીજીટલ શિક્ષણ માટે શિક્ષકોની ક્ષમતા વિકસાવવી.

ટી.વી. ચેનલ, રેડીયો અને અન્ય ઓનલાઇન તથા સોશીયલ મીડીયા જેવા સાધનોની મદદથી મોડ્યુલ્સ અને વીડીયો દ્વારા કોવિડ-19ના ચેપ, સલામતીના પગલાં, શારીરિક અંતરની મર્યાદાઓ સાથે અધ્યયન-અધ્યાપન વગેરે અંગે વિદ્યાર્થીઓ અને તેમના માતાપિતાની ઓનલાઈન/ડીજીટલ શિક્ષણની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય.

i) ચેકલીસ્ટ : તપાસ યાદી

SCERT, DIETS, DEOS, BEOS શાળાઓ અને અન્ય શૈક્ષણિક કામગીરી કરનારાઓની ભૂમિકા અને જવાબદારીઓના ચાર્ટ તૈયાર કરવા.

j) સ્થળાંતર કરી ગયેલ કામદારોના બાળકોના સંદર્ભે રાજ્ય તથા કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોની જવાબદારીઓ.

- જ્યારે રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો શાળા પુન: ખોલવાની તૈયારી કરશે ત્યારે ઘણા બધાએ કેટલાક ખાસ સંજોગોની તૈયારી કરવાની રહેશે.
- કોવિડ-19ના કારણે લદાયેલ લોકડાઉન સંદર્ભે ખૂબ મોટી સંખ્યામાં કામદારો પોતાના ઘરોએ પાછા ફર્યા છે અને હજી ઘણો સમય ત્યાં જ રોકાવાના છે. સ્થળાંતર કરી ગયેલા કામદારોની સાથે તેમના કુટુંબના સભ્યો અને બાળકો પણ પોતાના વતન પરત ફરેલ છે. આ બાળકો માટે આ પરિસ્થિતિમાં તેમના અભ્યાસ અને શીખવાની પ્રક્રિયામાં ખલેલ પહોંચી છે.

- આના પરિણામે, કેટલાક રાજ્યોમાં શાળામાં દાખલ થતા વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યામાં ઘટાડો થયો છે અથવા આવા બાળકો ગેરહાજર રહે છે. જ્યારે કેટલીક જગ્યાએ એડમીશન લેવા ઇચ્છતા બાળકોની સંખ્યામાં ઉછાળો આવ્યો છે.
- બધા જ આવા પ્રકારના વિદ્યાર્થીઓની અધ્યયન પ્રક્રિયામાં કે તેમના શૈક્ષણિક વર્ષનું નુકશાન ન જાય તેની ખાતરી કરવા રાજ્ય અથવા કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો દ્વારા નીચેના પગલાં ભરવામાં આવે તેવું સૂચન કરવામાં આવે છે.
- જે રાજ્યોમાં બાહ્ય/પરત સ્થળાંતર થયેલ છે ત્યાં એક એવા બાળકોનો ડેટાબેઝ (માહિતી) તૈયાર કરવામાં આવે કે જેઓએ વતનનો સ્થાનિક વિસ્તાર છોડીને બીજા રાજ્યો કે કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશમાં અથવા તેજ રાજ્ય કે કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશના કોઇ અન્ય વિસ્તારમાં સ્થળાંતર કર્યુ છે. આ પ્રકારની માહિતી દરેક શાળાએ પણ આ પ્રકારના માતા-પિતા કે વાલીનો સંપર્ક કરી કે જેમના બાળકો પોતાની શાળામાં ભણતા હોય ફોન, વોટ્સએપ, પડોશી વગેરે દ્વારા તેમની માહિતી તૈયાર કરી શકાય. આ સમય દરમિયાન તેમનું સંભવિત રહેણાંક ક્યાં છે તેની નોંધ કરવી. આવા બાળકો કે જે ચાલ્યા ગયા છે તેમને શાળા રજીસ્ટરમાં કામચલાઉ રીતે અનુપસ્થિત અથવા સ્થળાંતરીત તરીકેની અલગથી નોંધ કરવી. તેમના નામ શાળા દફ્તરેથી રદ ન થાય તેની કાળજી રાખવી (કારણ કે તેઓ ગમે ત્યારે પાછા આવી શકે છે) તેમનો વર્ગ દીઠ આંકડો નિયામકશ્રી, શાળાઓની કચેરીને આપવો કે જેથી તેમના મધ્યાહ્ન ભોજન, પુસ્તકો, યુનિફોર્મની પ્રક્રિયા પુર્ણ ન થઇ હોય તો તેનું વળતર નક્કી કરી શકાય.
- જે રાજ્યો કે કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોમાં પરત આવેલ લોકોની સંખ્યા વધુ હોય ત્યાં રાજ્ય સરકારે દરેક શાળાને કોઇપણ બાળકને કોઇપણ બીજા ડોક્યુમેન્ટ વગર એડમીશન આપવું. માત્ર તેની ઓળખ પુરતી સાબિતી મેળવવી તેમની પાસે કોઇ પ્રકારના ટ્રાન્સફર સર્ટીફિકેટ કે પહેલાં એટેન્ડ કરેલ વર્ગની કોઇપણ માહિતી ન માંગવી. આવા વિદ્યાર્થીના માતા-પિતાએ આપેલ માહિતીને સાચી માનવી અને તેને યોગ્ય વર્ગમાં પડોશની સરકારી કે સરકારી ગ્રાન્ટ લેતી શાળામાં એડમીશન આપવું.
- રાજ્ય કે કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશ ઉપરની પ્રક્રિયાની સવલત આપવા માટે ગ્રામ પંચાયત તથા જિલ્લા વહીવટી તંત્રની મદદ લઈને જાહેરાતો કરવી જોઈએ. રાજ્ય કે કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશે આવા બાળકો કે જે એમની શાળાઓમાં દાખલ થયેલ છે તેમનો ડેટાબેઝ તૈયાર કરવો,ડીજીટલ સ્વરૂપમાં થાય તે ઇચ્છનીય છે, અને તૈયાર કરી જ્યાંથી આ બાળકો આવેલ છે એ રાજ્યોને પહોંચાડવી જોઇએ.
- જે બાળકોને આ રીતે દાખલ કરવામાં આવેલ છે તેમનું ઉપચારાત્મક શિક્ષણ આપીને શીખવાની પ્રક્રિયા ચાલુ રાખવી અને તેમને નવી શાળાના પર્યાવરણ સાથે અનુકૂલન સાધવા દેવામાં આવે. તેમને બુક બેંકમાંથી અથવા શાળાના પુસ્તકાલયમાંથી પુસ્તકો પુરા પાડી શકાય. આવા બાળકો માટે સહાધ્યાયી પાસેથી શિક્ષણ (Peer learning) માટે પ્રોત્સાહિત કરવા. શાળાના અન્ય બાળકોની સાથે તેમને પણ મધ્યાહ્ન ભોજન આપી શકાય.
- જે રાજ્યો બાળકોનો ડીજીટાઈઝ્ડ ડેટા રાખે છે તેમણે સ્થળાંતર કરીને આવેલા અને ગયેલા બાળકોની વિગતો અદ્યતન કરી શકાય. સ્થળાંતર કરીને ગયેલા બાળકોની વિગતો તેઓ જે રાજ્યમાં ગયા હોય તે રાજ્યને શકાય.

k) રાજ્ય / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશે રોગચાળાના અનુભવના દસ્તાવેજોની વ્યવસ્થા કરવી

- ભવિષ્યની પેઢીઓને ધ્યાનમાં રાખીને શાળાઓ / વહીવટ અને શાસનના તમામ સ્તરે બાળકો / શિક્ષકો, શિક્ષણ પ્રબંધકો અને કામ કરનારાઓની નજરે રોગચાળાના અનુભવના નાવીન્યપૂર્ણ દસ્તાવેજોને રાજ્યો / કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશો પ્રોત્સાહિત કરી શકે છે.

- આ દસ્તાવેજોનું શાળા, CRC/BRC, જિલ્લા અને રાજ્ય કક્ષાએ અનુપાલન કરી શકાય.
- શાળાઓએ આ કવાયત વિદ્યાર્થીઓ સાથે માત્ર ઐતિહાસિક હેતુથી જ નહિ પરંતુ તેની પાછળ રહેલા વિજ્ઞાનના હેતુથી, ભૂગોળ, માનસિક-ભાવનાત્મક પ્રતિક્રિયા, કેવી રીતે રોગચાળાએ આપણા જીવનમાં લાવેલા પરિવર્તનો, વાતચીત, શીખવાની બાબત, મુસાફરી વગેરેમાં પરિવર્તન થયેલ છે તે સમજવા માટે આ કવાયત કરી શકે છે.
- બ્લોક, જિલ્લા અને રાજ્યકક્ષાની કચેરીઓએ તેમણે અપનાવેલ નવીન પહેલ, પ્રતિક્રિયાઓ, વલણમાં આવેલ પરિવર્તનો, કાર્યસ્થાનમાં થયેલ પરિવર્તનોનો શાળા શિક્ષણના સંદર્ભમાં દસ્તાવેજી કરણ કરી શકાય. રાજ્ય કે કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશોએ આ પ્રકારના દસ્તાવેજોનું એકત્રીકરણ કરી તે DoSEL અને MHRD સુધી પહોંચાડી શકાય. કોવિડ સંબંધી ક્ષેત્રીય પ્રશ્નો ને મેળવવા, રેકોર્ડ કરવા અને તેની જાળવણી માટે વર્ચ્યુઅલ ક્ષેત્ર સપોર્ટ કોલ સેન્ટરની સ્થાપના રાજ્ય/કેન્દ્રશાસિત પ્રદેશ કરી શકે.

VIII. સલામત શાળા પર્યાવરણ માટેનું ચેકલીસ્ટ

a) વિવિધ સહભાગીઓ માટે

- યોજનાઓના યોગ્ય અમલીકરણ અને દેખરેખને સુનિશ્ચિત કરવા માટે થયેલા આયોજનના આધાર પર પ્રત્યેક કર્મચારીઓ/હોદ્દેદારો માટે રાજ્યો/કેન્દ્ર શાસિત પ્રદેશો દ્વારા **ચેકલીસ્ટ** તૈયાર કરી શકાય છે.
- UNICEFની માર્ગદર્શિકા અનુસાર કોવિડ-19 નું સંક્રમણ અંકુશમાં રાખવા માટેનું સૂચક 'સલામત શાળા પર્યાવરણ પર નું ચેકલીસ્ટ' શાળાઓ માટે, વાલીઓ માટે અને વિદ્યાર્થીઓ માટે **પરિશિષ્ટ-સી** માં દર્શાવેલ છે.
- રાજ્ય MIS સિસ્ટમોને કોવિડ સંબંધિત ચેકલીસ્ટ સાથે અપડેટ રહેવાની જરૂર છે.

b) **સ્થિતિસ્થાપકતા ના નિર્માણ માટે**

- કોવિડ-19ના વિસ્ફોટ ને લીધે, પરંપરાગત શાળાઓ અને શિક્ષણના કાર્યો તથા ભૂમિકાઓમાં ઘણો બદલાવ દેખાયો છે.
- શાળાઓ આ સંકટને એક પડકાર તરીકે જોઈ શકે કે જે તેઓને એક **સ્થિતિસ્થાપક અને ટકાઉ શૈક્ષણિક પ્રણાલી** સ્થાપવા મદદ કરી શકે કે જે આપણને ભવિષ્યમાં કોઈપણ પાયે કોઈપણ બદલાવ માટે તૈયાર કરી શકે છે.

c) **શૈક્ષણિક આયોજન અને શાળા કામગીરી માટે**

- સાવચેતીપૂર્વકનું શૈક્ષણિક આયોજન અને તેનું અમલીકરણ શિક્ષણને અસરકારક રીતે ચાલુ રાખવા માટે ચાવીરૂપ હશે. આ સંદર્ભમાં રાજ્યો/કેન્દ્ર શાસિત પ્રદેશોને શાળાઓ, શિક્ષકો, DIET વગેરે માટે ચેકલીસ્ટ બનાવવા માટે પ્રેરવામાં આવે છે.
- નિર્ધારિત અને સ્થાપિત ભૂમિકાઓ અને જવાબદારીઓ સાથે, સ્પષ્ટ માર્ગદર્શિકા અને પ્રમાણભૂત કાર્ય પ્રણાલી; અને સ્થાનિક પરિસ્થિતિઓ પ્રમાણે ખાસ બનાવેલ આયોજન સાથે, શાળાઓ પુનઃ શરુ થયા બાદ સલામત રીતે કાર્યરત થવા માટે સક્ષમ બનશે. આના માટે રાજ્યો/કેન્દ્ર શાસિત પ્રદેશો દ્વારા ચેકલીસ્ટ તૈયાર કરી શકાય છે.
- શાળાઓ દ્વારા લેવાયેલા પગલાંથી વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફમાં કોવિડ-19નું સંક્રમણ ફેલાવાની શક્યતાને ઘટાડી શકાય છે. જેથી વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફમાં વિક્ષેપ ઘટી શકે છે અને ભેદભાવથી રક્ષણ મળી શકે છે.

IX. સહભાગીઓની ક્ષમતા નિર્માણ

કોવિડ-19 અંગેના તમામ સહભાગીઓને સંવેદનશીલ બનાવવા અને તેઓની ક્ષમતાનુ નિર્માણ કરવા, તમામ સહભાગીઓની સલામતી સુનિશ્ચિત કરવા માટે, શાળાઓની શરૂઆત પહેલાં રાજ્ય/કેન્દ્ર શાસિત પ્રદેશના શિક્ષણ વિભાગ, DIET ફેકલ્ટીના સભ્યો, શાળા વડાઓ, શિક્ષકો અને વાલીઓ માટે જાગૃતિ અને ક્ષમતા નિર્માણના કાર્યક્રમો ની વ્યવસ્થા કરી શકે છે.

(A) SCERT અને DIET ફેકલ્ટી સભ્યો, શાળા વડાઓ, શિક્ષકો,SMC સભ્યો, વાલીઓ અને વિદ્યાર્થીઓ માટે જાગૃતિ કાર્યક્રમ

1. ઉદ્દેશ્ય :

એ. વાઈરસ , રોગ, તેનો ફેલાવો વગેરે. વિશે સસંદર્ભ ઉદાહરણ સાથે સ્થાનિક ભાષામાં માહિતી પૂરી પાડવી.

બી. તેના ફેલાવા માટે નિવારક પગલાં લેવા અંગે તેઓની સાથે વાર્તાલાપ કરવો અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય પણ જાળવવું.

2.કાર્યપ્રણાલી :

પગલું ૧ : નીચેની બાબતો પર NCERT/SCERT/SIE દ્વારા જાગૃતિ મોડ્યુલ તૈયાર કરી શકાય છે:

a. રાજ્ય/પ્રદેશની ભાષામાં વાઈરસ વિશેની સરળ રીતે માહિતી
b. કોવિડ-19રોગ ના લક્ષણો વિશેની માહિતી
c. રોગ કઈ રીતે ફેલાય છે
d. કેવી રીતે મજબૂત રોગ પ્રતિકારકતા આપણને ઓછા સંક્રમિત બનાવવામાં મદદ કરે છે.
e. અધુરી માહિતીના આધાર પર, આપણે કેમ ગભરાવું જોઈએ નહિ ?
f. આપણી જાતને આ પરિસ્થિતિમાં કેવી રીતે માનસિક સ્વસ્થ રાખવી.
g. ઘરો અને શાળાઓ માં કેવી રીતે આરોગ્ય અને સ્વચ્છતા જાળવવી
h. કેમ શારીરિક/સામાજીક અંતર મહત્વનું છે ?
i. નાના બાળકોને શારીરિક/સામાજીક અંતર વિશે કેવી રીતે સમજાવશો.
j. શા માટે કોવિડ-19ને એક રોગચાળા તરીકે જાહેર કર્યો છે ?
k. Epidemic Diseases Act અને National Disaster Management Act શું છે ?
l. શાળા પુનઃ શરુ કરતાં પહેલાં અને શાળાના કલાકો દરમ્યાન બધી શાળાઓએ કેવા પગલાં લેવાની જરૂર છે ?
m. આરોગ્ય સેતુ એપ શું છે. તેને કેવી રીતે ડાઉનલોડ અને ઉપયોગ કરવી.
n. વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નો પર સંવાદ

પગલું -૨ વિવિધ લક્ષ્ય સમૂહો માટે યોગ્ય વ્યવહાર નું માધ્યમ પસંદ કરવું . આ જાગૃતિ કાર્યક્રમ માટે વ્યવહારના સૂચક માધ્યમો:

a. DTH ચેનલ – (SWAYAMPRABHA) અથવા રાજ્ય/કેન્દ્ર શાસિત પ્રદેશની સ્થાનિક ચેનલ
b. રેડિયો- સમુદાય રેડિયો
c. પોડકાસ્ટ

d. તમામ શાળાના વડાઓ, શિક્ષકો અને વાલીઓને રેકોર્ડ કરેલ વિડીઓ/ઓડીઓ મોકલી શકાય કે જેઓ ઈ મેઈલ દ્વારા પ્રશ્નો મોકલી શકે.
e. તાલીમ અને IEC માટે માર્ગદર્શિકાઓ પર વિડીઓ તૈયાર કરી શકાય.
f. વેબિનાર અને પ્રસારણ માટે Google Meet, hangout, Skype, વગેરેનો ઉપયોગ કરી શકાય.

પગલું 3 : કાર્યક્રમની વ્યવસ્થા

a. DIET અને શાળાના વડાઓ માટે SCERT કાર્યક્રમ ની વ્યવસ્થા કરી શકે છે.
b. શિક્ષકો અને વાલીઓ માટે DIET અને શાળાના વડાઓ કાર્યક્રમની વ્યવસ્થા કરી શકે છે.

(B) શાળાના વડાઓ, શિક્ષકો, હોસ્ટેલ સ્ટાફ અને SMC સભ્યો માટે ક્ષમતા નિર્માણ કાર્યક્રમ

1. **ઉદ્દેશ્યો** :
   a. શાળાઓ પુનઃ શરૂ કરતા પહેલાં કે જેને તૈયારીની જરૂર હોય એવી વિવિધ બાબતો વિશે સમજ વિકસાવવી – જેમ કે પ્રવેશ કરતી વખતે અને વર્ગમાં શારીરિક/સામાજીક અંતર.
   b. શાળાઓને સલામત રીતે કાર્યરત કરવા અને પ્રત્યેક બાળક અને સ્ટાફને સલામત રોકાણ માટે સશક્ત કરવા.
   c. એક અનુકુળ અને તણાવ મુક્ત પર્યાવરણમાં શિક્ષણ થઇ શકે એટલા માટે બહુવિધ શિક્ષણશાસ્ત્રથી સજ્જ કરવા કે જેથી કરીને બાળકો ભણવાના પરિણામો પર પ્રગતિ સાથે આનંદદાયક રીતે ભણી શકે.
   d. જો શાળા સંચાલન દરમ્યાન કોઈ કટોકટી ઉભી થાય છે તો તેઓને કટોકટીને સંભાળવા સશક્ત કરવા.

2. **પ્રણાલી**

   પગલું-૧ : SCERT/SIE દ્વારા મોડ્યુલની તૈયારી, શાળાઓની પુનઃ શરૂઆત પહેલાં તૈયારી માટે કાર્યવાહી કરવા માટે સમાવિષ્ટ માર્ગદર્શિકા, સલામત શાળા સંચાલન, શિક્ષણ અને મૂલ્યાંકન, ચાવીરૂપ સહભાગીઓની ભૂમિકાઓ અને જવાબદારીઓ, વગેરે.,

   પગલું- ૨ : નિર્ધારિત જૂથ સાથે આ માધ્યમોની અનુકૂળતાના આધાર પર મોડ્યુલના વ્યવહાર માટે DTH, રેડીઓ વગેરે., જેવા ઓનલાઈન માધ્યમની યોગ્ય પસંદગી.

   પગલું-3:

   a. DIET ના ફેકલ્ટી સભ્યો માટે અને શાળાના વડાઓ માટે SCERT/SIE કાર્યક્રમોની વ્યવસ્થા કરશે.
   b. શાળાના વડાઓ અને DIET ના ફેકલ્ટી સભ્યો શિક્ષકો માટે ,SMC સભ્યો માટે , અને વાલીઓ માટે ક્ષમતા નિર્માણ કાર્યક્રમની વ્યવસ્થા કરશે.

   પગલું ૪ :શિક્ષકોના તાલીમ કાર્યક્રમો માટે ઓનલાઈન પ્રમાણપત્રો આપી શકાય છે.

<u>પરિશિષ્ટ-A</u>

વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની ભાવનાત્મક સુખાકારી માટે પ્રોત્સાહન

(પ્રાથમિક અને ઉચ્ચ કક્ષાના વિદ્યાર્થીઓ માટે માર્ગદર્શિકા)

A. <u>વિદ્યાર્થીઓ માટે સૂચનો</u>

1.પ્રારંભિક તબક્કાના વિદ્યાર્થીઓ માટે માનસિક સુખાકારી પ્રવૃત્તિઓ

વિદ્યાર્થીઓ કરી શકે છે :

a. તેઓની લાગણીઓ અને ભાવનાઓ વાલીઓ, શિક્ષકો અને પરિવારના અન્ય સભ્યો સાથે, અન્યોની લાગણીઓને માન આપતા રજૂ કરી શકે છે.

b. હકારાત્મક અનુભૂતિ કરવામાં મદદ કરી શકે તેવી પ્રવૃતિઓમાં વ્યસ્ત રહેવું

c. શિક્ષકો અને મિત્રો સાથે વાતચીત કરો

d. ઘરમાં રમાતી રમતો, અંતાક્ષરી, ભેગા થઈને વાર્તાઓ નું વાંચન , કોયડા ઉકેલવા અને શબ્દ કોયડા, નૃત્ય વગેરે. જેવી પ્રવુતીઓમાં સામેલ થઈને વાલીઓ, ભાઈ બહેન અને પરિવારના અન્ય સભ્યો સાથે સમય વિતાવવો.

2. તણાવ અને અસ્વસ્થતાનો સામનો કરવા માટેની પ્રવૃત્તિઓ : બીજા તબક્કે વિદ્યાર્થીઓ માટે વ્યૂહરચના

a. લાગણીઓની સ્વીકૃતિ : કોઈની લાગણીઓને ઓળખવી અને સ્વીકારવી કે આવી લાગણીઓ હોવી બરાબર છે તે મહત્વપૂર્ણ છે.

b. પ્રતિબિંબ : લોકડાઉન ના સમય દરમ્યાન, કઈ બાબતો આપણે બદલવા ઇચ્છીએ છીએ, કયા પ્રકારના પ્રયત્ન/વિચાર/કાર્ય પેલો ઇચ્છિત બદલાવ લાવવા માટે જરૂરી છે , આપણે શું કરી રહ્યા છીએ તેનું ચિંતન કરવા માટે પોતાની જાત ને સમય આપો. આપણી સંવેદનાઓ અને અભિવ્યક્તિઓ વિશે સભાન થવું એ બીજાઓ ની લાગણીઓને સમજવા માટે મદદ કરી શકે છે.

c. હકારાત્મક વિચારધારા: તણાવને ટાળવા, સંચાલિત કરવા અને ઘટાડવાની ચાવી હકારાત્મક માનસિકતા અને હકારાત્મક વલણ છે. ક્યારેય હિંમત હારશો નહિ, તમારામાંથી જ શરૂઆત કરો અને આસપાસના તમામ સુધી તેને પહોચાડો. હકારાત્મક વિચારો રાખવા માટે મક્કમ રહો.

d. તમારા નિત્યક્રમની અનુસૂચિ અને સમય નું સંચાલન કરો: નિત્યક્રમની અનુસૂચિ શિસ્ત પેદા કરવા માટે અને આપણા વિચારો અને લાગણીઓ પર હકારાત્મક અસર લાવવા માટે મદદ કરે છે. વિદ્યાર્થીઓ તેઓના સમય પત્રક માં દૈનિક પ્રવૃત્તિઓમાં વિતાવેલ સમયમાં ઘટાડો કરીને બદલાવ કરી શકે છે કે જેમાં તેઓ લોકડાઉન ના સમય દરમ્યાન વ્યસ્ત હતા. સામાન્યતા તરફના અભિવહન માટે આ મદદ કરશે.

e. તમારા મન અને શરીર ની સંભાળ રાખો : એક તંદુરસ્ત અને સંતુલિત આહાર ખાવા માટે , ધ્યાન નો મહાવરો, યોગ, અથવા શાળાના કલાકો પછી મનને શાંત કરવા માટે શ્વાસોશ્વાસ ની કસરતો અને વધારે સારું માનસિક અને શારીરિક સ્વાસ્થ્ય નું નિર્માણ કરવા માટે ની ખાતરી કરો. અને, દરરોજ પૂરતી ઊંઘ લો.

f. તમારા વિચારો, લાગણીઓ અને કાર્યો વિશે **સભાન થાઓ**.

g. એક ડાયરી જાળવો. દરરોજ તમારા કાર્યનું આયોજન કેવી રીતે અનુસરી શક્યા તે લખતા રહો. તમારી લાગણીઓમાં બદલાવ દરરોજ નોંધતા રહો અને તમારા ખાસ મિત્ર સમક્ષ રજૂ કરો.

B. શિક્ષકો માટે તેઓના વિદ્યાર્થીઓના ભાવાત્મક સ્વાસ્થ્યને પ્રોત્સાહન આપવા માટેની માર્ગદર્શિકા

a. **વર્ગખંડમાં વાતચીતની પ્રવૃત્તિઓની પહેલ કરો**: ફરી એક વાર વર્ગખંડના વાતાવરણમાં સામાન્યતા પાછી લાવવા માટે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું તે અગત્યનું છે. વિદ્યાર્થીઓએ લોકડાઉનના સમય દરમ્યાન પારસ્પરિક સત્ર માં પોતાની જાતને પ્રવૃત્ત રાખવા માટે શું કર્યું તેના વિશે શિક્ષકો વિદ્યાર્થીઓ સાથે વાર્તાલાપ કરી શકે છે.

b. **ઇનડોર વ્યક્તિગત રમતો**: યોગ્ય માર્ગદર્શન હેઠળ આ વિષયના ક્ષેત્ર સાથે જોડતી માનસિક ગાણિતિક રમતો, શબ્દ અંતાક્ષરી, શબ્દ બનાવવા વગેરે. અને સંગીત અને નૃત્ય ની પ્રવૃત્તિઓ ની વ્યવસ્થા વર્ગખંડમાં થઇ શકે છે. તંદુરસ્ત હોવા ઉપરાંત બાળકોને ખુશ અને તણાવ મુકત રાખવા માટે આ મદદ કરશે.

c. **વિદ્યાર્થીઓને સલામતી અનુભવવા દો**: શિક્ષકોએ તેઓના વિદ્યાર્થીઓ સલામતી અનુભવે અને તેઓની સાથે કંઈપણ અને બધું જ રજૂ કરવા માટે સક્ષમ બને એવું કરવાની જરૂર છે. તેઓ એ હકીકત પર ભાર મૂકી શકે છે કે કોવિડ-19ના કારણે બાળકોના મૃત્યુ નજીવા છે પરંતુ જો તેઓ અસલામત રીતે વર્તશે તો બાળકોને તે થઇ શકે છે અને સંક્રમિત કરી શકે છે.

2. **વર્ગખંડમાં સહયોગી પ્રવૃત્તિઓમાં વ્યસ્ત રહેવા માટે વિદ્યાર્થીઓને મદદ કરો**: વિદ્યાર્થીઓને ઊંડા શ્વાસ ની વિવિધ કસરતો, પ્રવૃત્તિઓમાં ભાગ લેવા માટે વ્યવસ્થા કરો અને પ્રોત્સાહન આપો કે જે વિદ્યાર્થીને બૌધ્ધિક બનવામાં મદદ કરશે. શિક્ષકે વિદ્યાર્થીઓમાં ભાવાત્મક ઐક્ય માટે એક પર્યાવરણ નું સર્જન કરવુજ પડશે કે જેમાં

   I. કોવિડ-19માંથી સાજા થયેલ કોઈપણની સામાજિક અવગણના ન થાય તે જોવું.
   II. વિદ્યાર્થીઓને તેઓના મિત્રો માટે પ્રેમ અને પ્રસંશાના પ્રતીક તરીકે એક નાનકડી ભેટ બનાવવા પ્રોત્સાહન આપવું.
   III. રજૂ કરવા માટેની હકારાત્મક લાગણીઓનું નિર્માણ કરવા માટે અને જવાબદાર બનવા માટે વિદ્યાર્થીઓને કાળજીપૂર્વકની પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે પક્ષીઓ માટે પાણી રાખવું, સંકુલ સ્વચ્છ રાખવા માટે મદદ કરવી વગેરે., સોંપવી.

3. **બદલાવ સ્વીકારો અને મદદ કરો** : વર્તમાન સમય ખૂબજ કઠીન છે એ સ્વીકારો અને વિદ્યાર્થીઓને સ્વીકારવામાં મદદ કરો. એ ખાતરી રાખો કે વિદ્યાર્થીઓ જાણે છે કે જો તેઓને કોઈ મદદની જરૂર હોય અથવા કંઈક ચિંતા હોય તો તમે તેઓના માટે છો જ.

4. **વર્ગખંડમાં પ્રતિબિંબિત પ્રવૃત્તિઓ ની વ્યવસ્થા કરો**: કોઈપણ વ્યક્તિમાં સ્વ-જાગૃતિ વધારવામાં અને બીજાઓ માટે સારી સમજ વિકસાવવા માટે પણ પ્રતિબિંબિત પ્રવૃતિઓના અઢળક ફાયદા છે.પ્રતિબિંબિત મહાવરા આપણને વર્ગખંડમાં સર્જનાત્મક વિચારોનું કૌશલ્ય કેળવવામાં મદદ કરી શકે છે અને જીવંત વ્યવસ્થા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે.

5. **જીવનની વાર્તાઓ કહો** : આ પ્રવૃત્તિ વિદ્યાર્થીઓને ખુબજ ટૂંકા સમયગાળામાં એકબીજા વિશે કંઈક મહત્વનું જાણવા માટે મદદ કરશે. વિદ્યાર્થીઓને ભાગ્યેજ કોઈપણ દખલગીરી સિવાય પોતાની જાત વિશે બોલવાની તક મળતી હોય છે, (અને સલાહ કે ચુકાદા સિવાય). દરેક વિદ્યાર્થી દખલગીરી સિવાય ૫ મિનિટ માટે લોકડાઉનના સમય દરમ્યાન તેના/તેણીના અનુભવો કે જેનાથી તેનું/તેણીનું ઘડતર થયું એના વિશે નોંધપાત્ર રીતે બોલી શકે છે.

6. **ત્રણ મિનિટ વિરામ**: દિવસના અંતે વર્ગખંડમાં ત્રણ મિનિટના વિરામની પ્રવૃત્તિનો ઉપયોગ થઇ શકે છે. તે વિદ્યાર્થીઓ માટે અટકવાની, તેઓએ શીખેલા સિદ્ધાંતો અને વિચારો પર મંથન કરવાની, અગત્યના જ્ઞાન અથવા અનુભવ પ્રત્યે જોડાણ કરવાની, અને સ્પષ્ટતા માંગવાની એક તક પૂરી પાડે છે. વિદ્યાર્થીઓએ તેઓની જાતને પૂછવું જ પડશે: ‘ હું ...... સાથે સહાનુભુતિ દર્શાવું છું.’. ‘......ના વિશે મેં મારૂં વલણ બદલ્યું’ ; ‘હું.......નાથી વધારે જાગૃત છું.’ ; ‘મને ....ના વિશે નવાઈ લાગી.’ ; ‘હું અનુભવું છું........ વગેરે’.

C. બાળકોના મનો સ્વાસ્થ્યને વધારવા માટે માતા પિતા માટે માર્ગદર્શિકા

1. **બાળકને નવા રૂટીન માટે માનસિક રીતે તૈયાર કરવું:** શાળા શરુ થવા અંગેના હકારાત્મક પાસા બતાવો બાળકને ખાતરી આપો કે શાળામાં કંઈ મુશ્કેલી ઊભી થશે તો તેને ઉકેલવા તેઓ તેને મદદ રૂપ બનશે.

2. **ધીરજવાન બનો:** ધીરજ કેળવો અને સજા કરવાનું ટાળો કારણ કે વિદ્યાર્થી માટે ફરી એકવાર ઘરથી શાળા એ જવું પડકારજનક હશે.

3. **બાળકને હકારાત્મકતા વધારવા પ્રોત્સાહિત કરો:** બાળકને શિક્ષકો માટે, મિત્ર માટે, કૌટુંબિક સભ્યો માટે રંગીન કાર્ડ્સ બનાવવાનું કહી શકાય. આથી શાળાની ફરી શરૂઆત માટેની એક આશા એક હકારાત્મકતા ઉભી થશે.

4. **પ્રેરણાદાયી સ્રોત ઉભા કરો:** વિદ્યાર્થીઓને કોવિડ-19 માટે કે કોવિડ ના સમયગાળા દરમ્યાન બનેલા પ્રેરણાદાયી ઓડિયો સોન્ગ્સ (ગીતો) ભેગા કરવાનું કહી શકાય જે તે પોતાની શાળાના સાથીદારોને રજૂ કરી શકે.

5. **ભાવનાત્મક સલામતીની ખાતરી આપો:** માતાપિતાએ બાળકને સલામતીની ખાતરી અપાવવી જોઈએ અને એવો અનુભવ કરાવવો જોઈએ કે તેઓ શાળામાં જાય છે ત્યારે કે તેઓ શાળામાં હોય તે દરમ્યાન બનતી વાતો તેઓ તેમને રજૂ કરી શકે.

6. **તેમની લાગણીઓ ને સ્વીકારો:** ખાસ કરી ને જયારે બાળકો ચિંતાતુર હોય ત્યારે શાંત રહો. તેમની લાગણીઓ તરફ ધ્યાન આપો અને તેમનો કોઈ ડર હોય તો જણાવવાની તક આપો. ખાતરી આપો કે ભેગા બેસવા અને કોઈ પણ સમયે મુકત રીતે વાતો કરવા માટે પૂરતો સમય છે.

7. **પ્રોત્સાહન:** માતા પિતા એ બાળકોને શાળાનો સમય, ઘેરબેઠાં અભ્યાસ, રમત, ઊંઘ, સ્વસ્થ અને આરોગ્ય માટેની પ્રવૃત્તિ વગેરેના આયોજન માટે માર્ગદર્શન અને પ્રોત્સાહન આપવા જોઈએ.

8. **બાળકોની કદર કરો:** બાળકની નાની સિદ્ધિ કે પ્રયત્નને જાણો અને વખાણો. આનાથી ફક્ત વિશ્વાસ અને સ્વગૌરવ જ વિકસશે એમ નહિ પરંતુ તે સારી ટેવો પડવા અને સારા કાર્યોના સારા દેખાવ તરફ પણ લઈ જશે.

9. **સારું ઉદાહરણ પૂરું પાડો:** બાળક શિસ્તમય, સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત બને તેની આશા રાખતાં પહેલાં માતા પિતા એ આવી બાબતો ની ટેવ પાડવી જોઈએ. માતાપિતાએ પુરતી ઊંઘ, કસરત, સ્વાસ્થ્યપ્રદ ખોરાક, મિત્રો અને કુટુંબ સાથે જોડાઈને પોતાના તણાવને અંકુશમાં રાખવા જોઈએ

.

10. **તમારી લાગણીઓ સ્વીકારો:** પોતાને સારા બનવા માટે પોતાની લાગણીઓ ને જાણવી અને સમજવી જોઈએ અને પ્રતિક્રિયાઓને યોગ્ય રસ્તે લઇ જવામાં મદદરૂપ થવું જોઈએ.

11. **જેના પર અંકુશ રાખી શકાય તેવી બાબતો ઉપર ધ્યાન આપો**: જે પોતાના કાબુ બહાર છે એવી બાબતો પરનું ધ્યાન વ્યક્તિને નિરુત્સાહી, દિગ્મૂઢ અને ચિંતાતુરની લાગણી આપે છે. તેથી તેના પર જ ધ્યાન આપો જેના પર કાબુ રાખી શકાય.
12. **પોતાની જાતની સંભાળ લેવી**: યોગ જેવી શારીરિક પ્રવૃતિઓમાં મન પરોવો. તંદુરસ્ત ખોરાક લો અને પોતાના શરીરનું ધ્યાન રાખો.

D. શિક્ષકોને પોતાની મનોસ્થિતિની સંભાળ લેવા માટેની સૂચક પ્રવૃતિઓ

1. ચિંતનાત્મક ડાયરી રાખો: દરરોજ સુતાં પહેલાં પોતાના અનુભવો લખવાની ટેવ પાડો
2. આજુબાજુના વાતાવરણ ને નિરીક્ષણ દ્વારા ગંધ, નવસર્જન અને દ્રશ્ય દ્વારા ઓળખવા માટે સમય આપો.
3. એવી પ્રવૃતિઓ કરો જે તમને તમારી જાત સાથે જોડે-જેવી કે ધ્યાન, યોગ, વોકિંગ, વાંચન વગેરે
4. તમે તમારી જિંદગીમાં લાવી શકો એવા નાના બદલાવ પણ વિચારો
5. નિયમિત ભોજનની સાથે યોગ્ય પોષણક્ષમ વિવિધતા, સ્વાસ્થ્યપ્રદ ઊંઘની ટેવને વળગી રહી ને આનંદપ્રદ અને આરામ દાયક પ્રવૃતિઓમાં મન પરોવી તંદુરસ્તી જાળવો
6. તમારી જાત ને એવી પ્રવૃતિઓમાં વ્યસ્ત રાખો જે તમારી સર્જનશીલતાને પડકાર આપે અને તમને સર્જનનો અનુભવ કરાવે. જેમ કે લખવું, દોડવું અથવા તમારા રસને લગતું કંઈ પણ.
7. તમારી વ્યવસાયિક ક્ષમતાને વિકસાવે એવા ઓન લાઈન કોર્સમાં જોડાવ.
8. જયારે જરૂર પડે ત્યારે સાથીદારો કે તજજ્ઞ પાસેથી મદદ માંગો

વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની માનસિક તંદુરસ્તી વધારવા શાળાઓ તેઓમાં ઉલ્લાસિત વૃતિ વધે તેના પર કેન્દ્રિત કરતા આયોજન કે નીતિ વિકસાવી શકે. વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો અને શાળાઓને MHRD ની વેબસાઈટhttps://mhrd.gov.in/Covid-19ની મુલાકાત લેવા પ્રોત્સાહન આપી શકાય અને નેશનલ ટોલ ફ્રી નંબર 8448440632પરથી કોવિડ-19 ના ઉત્પાત દરમ્યાન માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને લાગણી ને લગતી તંદુરસ્તી માટે મનોવૈજ્ઞાનિક માર્ગદર્શન મેળવી શકે.

પરિશિષ્ટ-B
વિવિધ સહભાગીઓની ભૂમિકા અને જવાબદારી

I. રાજ્ય શિક્ષણ વિભાગ

II. શાળાના વડા

1. સંસ્થાના વડાએ રાષ્ટ્રીય અને રાજ્ય કક્ષાની ગાઈડ લાઈન પ્રમાણે શારીરિક અને સામાજિક અંતર, સ્વાસ્થ્ય અને તંદુરસ્તી અને શૈક્ષણિક પ્રવૃતિઓ સહિત શાળાને ફરી શરુ કરવાની યોજનાની તૈયારી કરી લેવાની જરૂર છે. આ વિગતવાર આયોજન SMC ના સભ્યો, સ્થાનિક આરોગ્ય સંસ્થા અને સામાજિક નેતાઓ સાથે મળીને તેમજ જગ્યા, વાતાવરણ અને વિદ્યાર્થી – શિક્ષકના પ્રમાણની પરિસ્થિતિ બધાને સાથે રાખીને કરવું જોઈએ. આ આયોજનમાં નીચેની બાબતો સમાવી શકાય:

   a. ઘર કે શાળામાં વર્ગના આયોજન ને સમાવતું સર્વગ્રાહી શૈક્ષણિક કેલેન્ડર
   b. બધા વિષય અને ધોરણના મૂલ્યાંકન અને પરીક્ષણના આયોજન
   c. શાળામાં વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકો સલામત રહે અને વર્તે એનું વિગતવાર આયોજન
   d. શાળા શરુ થાય તે પહેલાં શિક્ષકોને આ આયોજન વોટ્સએપ, ઈમેઈલ કે સેનેટાઈઝ કરેલી હાર્ડ કોપી પહોચાડવી. તેમના પ્રતિભાવો પણ માગવા જોઈએ.
   e. શિક્ષકના રોજિંદા અધ્યયન – અધ્યાપન કાર્ય સહિતનો ડ્યુટી ચાર્ટ નીચે મુજબ બનાવવો:
      - એક શિક્ષકને સવારે શાળાના પ્રવેશદ્વારે ફરજ સોંપી શકાય.
      - એક શિક્ષકને શાળા છૂટતી વખતે નીકળવાના દરવાજે ફરજ સોંપી શકાય.
      - એક શિક્ષકને રોટેશન મુજબ કેટલાક સીનીયર વિદ્યાર્થીઓ સાથે શારીરિક અંતર, તેમની તંદુરસ્તી, સેનીટાઈઝેશન વગેરેની ફરજ સોંપી શકાય.
      - એક શિક્ષક મધ્યાહ્ન ભોજન અને વહેંચણીનું નિરીક્ષણ કરી શકે.
      - એક શિક્ષક વિદ્યાર્થીઓના કોરોના ને લગતા પ્રશ્નો વિશે વાત કરશે અને તેમની માનસિક તંદુરસ્તી પર નજર રાખશે. જયારે અન્ય શિક્ષકોને શાળાની જરૂરિયાત મુજબ ફરજો સોંપી શકાય.

2. દરેક શિક્ષકને મોબાઈલ પર ફોન કરીને અગાઉના સેક્શનમાં ચર્ચેલા વૈકલ્પિક સર્વગ્રાહી કેલેન્ડરના અમલ માટે માર્ગદર્શિકા આધારિત નવું ટાઈમ ટેબલ બનાવવા માટે કહી શકાય

3. બધા ઈમરજન્સી સંપર્કોની યાદી તૈયાર કરવી.

4. શાળા સાથે જોડાઈ શકાય નહિ તેવા ટેકનોલોજીકલ સાધન જેમની પાસે નથી એવા લાભ વંચિત બાળકો ટેકનોલોજી નો લાભ લેતાં બાળકો અને શાળાએ આવતા બાળકોથી પાછળ ન પડી જાય એના માટે સંસ્થાના વડાએ કંઈક નવીન પ્રયત્નો કરી શકે.
5. શાળા ફરી શરૂ કરવાના સર્વગ્રાહી આયોજનના અમલ માટે શાળા એક સમર્પિત ટીમ બનાવી શકે અને ખાતરી કરે કે શિક્ષકો, SMC ના સભ્યો, સમુદાયના સ્વયંસેવકોના કોવિડ સંદર્ભના પ્રશ્નોના નિરાકરણ માટે પૂરતી માનવ શક્તિ કામે લગાડી છે.
6. શાળા ફરી શરુ કરતાં પહેલાં શાળાના વડા સ્થાનિક આરોગ્ય અધિકારી સાથે કોવિડ-19 ના અટકાવ અને અંકુશના પગલાં માટે આયોજન કરી શકે.
7. શાળાના શિક્ષકો અને વડાઓને ઉપર દર્શાવ્યા એ પ્રમાણેના બધા પાસા અને માહિતી અંગે વાત કરીને, દૃશ્ય માધ્યમ કે ICT ના સ્રોત દ્વારા જણાવવા જોઈએ.
8. શાળા પરિસરમાં અને શાળાના વાહનવ્યવહારમાં સ્વચ્છતા અને તંદુરસ્ત વાતાવરણની જાળવણી માટે સરપંચ (ગ્રામ્ય કક્ષાએ), NGO અને કોર્પોરેટ વિભાગો (શહેર કક્ષાએ) ને આ કાર્યમાં જોડી શકાય
9. એ સલાહભર્યું છે કે શાળાઓ માતાપિતાઓ સાથે સહયોગ કરે અને તેમની મદદ માટે વાતચીત વધારે

III. શિક્ષકો

શિક્ષકો નીચે પ્રમાણે પગલાં લઇ શકે:

1. શાળા શરુ થાય એ પહેલાં

a. પોતે ભણાવતા હોય તે વિષયો અને ધોરણ માટે ટાઈમ ટેબલ બનાવી અને તે આયોજન માટે રસપ્રદ પ્રવૃતિઓ પણ શોધે. આ આયોજન બનાવતી વખતે શાળાએ બનાવેલ શારીરિક અંતર અને તંદુરસ્તીની જાણવણીની બાબતોને ધ્યાનમાં રાખવી તેમજ તેને અભ્યાસક્રમ સાથે અને પરિણામ સાથે જોડવી જોઈએ.
b. કોવિડ-19વિશે, કોવિડ-19થી સાવચેતી વિશે શારીરિક/ સામાજિક અંતર વિશે પોસ્ટર તૈયાર કરો.
c. વિદ્યાર્થીના ઘરે ટેક્નોજીકલ સાધનો (ઈન્ટરનેટ સાથે સ્માર્ટ ફોન, ટીવી, રેડિયો, ટેબ્લેટ વગેરે) ની ઉપલબ્ધિ, વિદ્યાર્થી દ્વારા ઉપયોગ કરી શકાય એવી સ્થિતિ, માતા પિતા , ભાઈ બહેનની શૈક્ષણિક માહિતી વગેરેનો સર્વે કરો અને દરેક ધોરણના વિદ્યાર્થીઓના ડેટા બેઝ બનાવવા. આ તેમના ઘર અને શાળાના અભ્યાસના આયોજનમાં ઉપયોગી થશે.
d. હાજરીની બાબતમાં લચીલાપણું અને માંદગીની રજાની નીતિ વગેરે વિકસાવવી. શાળામાં સંપૂર્ણ હાજરી માટેના એવોર્ડને ટાળવા.

2 શાળા ફરી ખુલવાના ટાણે:

a. એ. વિદ્યાર્થીને માતાપિતાની લેખિત સંમતિ સાથે જ શાળામાં હાજરી આપવાની મંજૂરી આપવી.

b. કોવિડ-19 વિશે સાવચેતીનાં પગલાં લેવા. ઘેર સલામતપણે રહેવું, વાહનવ્યવહાર વગેરે વિશે વારંવારં અને વિદ્યાર્થી સમજી શકે તે રીતે હળવાશથી પરિણામલક્ષી સલાહ આપો, સુચના આપો, સૂચનો આપો, સમજુતી આપો.

c. ક્લાસરૂમના આયોજન અને હોમવર્ક આપવા અંગે NCERT અને SCERT એ બનાવેલા કેલેન્ડરનો ઉપયોગ કરવો.

d. શાળામાં ટેકનોલોજીકલ સાધનોની ઉપલબ્ધિના સંજોગોમાં નીચેના સ્રોતોનો ઉપયોગ કરો:
   - વિદ્યાર્થીઓના અભ્યાસ અને શિક્ષકોના વ્યવસાયિક વિકાસ માટે ઈ સામગ્રી અને ઈ પાઠ્ય પુસ્તકો માટે ની લિંક https://ciet.nic.in/ictinitiatives.php?&ln=en
   - Diksha app અને પોર્ટલ પરની એનર્જાઈઝ્ડ ટેક્સ્ટબૂક અને ઈ-સામગ્રી
   - સ્વયમ્પ્રભા હેઠળની NCERTની DTH ટીવી ચેનલ #31 કિશોર મંચ જેના પર દર્શાવાતુ વૈકલ્પિક શૈક્ષણિક વર્ષના વિડીઓ પ્રોગ્રામ નું પ્રસારણ
   - સ્થાનિક રેડિયો અને ટીવી સ્ટેશન દ્વારા ઈ-સામગ્રીના નિર્માણ અને વિકાસ તથા કોવિડ-19 ના અટકાવ વિશે સંબંધિતોને જાણકારી આપવી. MOOCs, ટીવી ચેનલ્સ, વેબ પોર્ટલ, અને એપ્સ દ્વારા આ સ્રોત ના ઉપયોગ વિશે શિક્ષકોનું ક્ષમતા નિર્માણ

e. જ્યાં વિદ્યાર્થીઓના ઘેર ટીવી છે ત્યાં ફ્લીપ્ડ લર્નિંગ પેડાગોજી નો ઉપયોગ કરો. જ્યાં વિદ્યાર્થીઓ ટીવી પ્રોગ્રામ જુએ છે ત્યાં ધરે ધોરણ વાર આવતી ટીવી ચેનલ ઉપયોગમાં લઇ શકાય અને વર્ગમાં માત્ર ચર્ચા અને રચનાત્મક મૂલ્યાંકન થઇ શકે.

f. શારીરિક તંદુરસ્તી અને માનસિક તંદુરસ્તી માટે વર્ગખંડમાં દરેક બાળકનું સતત નિરીક્ષણ કરો. કોઈપણ લક્ષણના સંજોગોમાં માતાપિતાને જાણ કરવી અને બાળક માટે દાકતરી સારવાર માટે મદદ કરવી

g. સાયબર સિક્યુરીટી બાબતે પણ બાળક ને સલામત રાખવા સાયબર સિક્યુરીટી વિશે પોસ્ટર, બેનર, બ્રોસર, ઇન્ફોગ્રાફિક વગેરે બનાવવા અને પ્રદર્શિત કરવા. સાયબર સિક્યુરીટી એ વૈશ્વિક મુદ્દો છે.

h. વિદ્યાર્થીનો મેડીકલ હિસ્ટ્રી રાખવો. જેમાં કુટુંબમાંના રોગ વિશેની પણ માહિતી સામેલ હોય.

IV. માતા પિતા / વાલી

માતાપિતા/ વાલી નીચે પ્રમાણેનાં પગલાં લઈ શકે

1. જો તેઓ પોતાના બાળકને શાળાએ મોકલવા ઈચ્છતા હોય તો લેખિત સંમતિ આપે.
2. એની ચકાસણી કરો કે તમારું બાળક માસ્ક પહેરીને શાળાએ જાય અને બીજા સાથે એની અદલાબદલી ન કરે. માસ્ક ઘેર પણ બનાવી શકાય. ઘેર બનાવેલા માસ્કને સાબુથી ધોઈને ફરી વાપરી શકાય. ડિસ્પોઝલ ફેસ માસ્કનો નિકાલ સલામત પણે કરવો.

3. જાહેર જગ્યાના સંપર્કમાં ઓછા આવે તે માટે પોતાના પાલ્યને આખી બાંયના કપડા પહેરવા પ્રોત્સાહિત કરવા.
4. જો બાળક સ્વસ્થતા ન અનુભવતું હોય તો માતા પિતા તેમના પાલ્યને શાળાએ ન મોકલવાની કાળજી રાખે.
5. શક્ય હોય ત્યાં સુધી બાળકોને શાળાએ મૂકી આવો અને લઇ આવો. જો સ્કૂલ બસ દ્વારા મોકલવામાં આવતા હોય તો સામાજિક/શારીરિક અંતર જાળવે અને ખાતરી કરો કે દરેકે માસ્ક પહેર્યું હોય.
6. ઘર છોડ્યા બાદ દરેક સમયે શારીરિક/સામાજિક અંતર જાળવવાનું તેઓ પોતાના પાલ્યને કહે.
7. તેઓના પાલ્યના ગણવેશ અને બીજી વસ્તુઓને નિયમિત રીતે સાફ કરે.
8. પોતાના પાલ્ય સ્નાન કરે, દિવસમાં બે વાર યોગ્ય રીતે દાંતની સફાઇ કરે (સવારે અને સૂઇ જતાં પહેલાં) અને નખ કાપવા જેવી અંગત સફાઇનું ધ્યાન રાખે તે સુનિશ્ચિત કરે.
9. હાથ સાફ કરવા માટે પોતાના પાલ્યને બે સ્વચ્છ નાના હાથરૂમાલ/સ્વચ્છ કપડા દરરોજ આપે
10. પોષણક્ષમ આહાર, તાજા ફળો અને સ્વચ્છ પાણી તેમના ટીફીન બોક્ષમાં આપે અથવા બપોરના ભોજન માટે ટીફીન મોકલે અને પોતાનું ટીફીન અને પાણીની બોટલ અન્ય કોઇને વાપરવા ન દેવાની સલાહ આપે.
11. એ સલાહભર્યું છે કે માતા પિતા/વાલીઓ આરોગ્ય સેતુ એપ ડાઉનલોડ કરે અને એપ જ્યારે સલામત અને ઓછા જોખમની સ્થિતિ દર્શાવે ત્યારે જ તેમના પાલ્યને ઘરથી શાળાએ જવાની પરવાનગી આપે.

પરિશિષ્ટ-C

સલામત શાળા પર્યાવરણ માટેનું ચેકલીસ્ટ.

1. શાળા સંચાલકો, શિક્ષકો અને અન્ય સ્ટાફ માટેનું ચેકલીસ્ટ.

ક્રમ	વિગત	હા/ના
A	**સ્વચ્છતાની આદતોને પ્રોત્સાહિત અને સુનિશ્ચિત કરવામાં આવે છે .**	
૧	વિદ્યાર્થીઓ અને સ્ટાફને સારી અંગત સ્વચ્છતાની બાબતો અને હાથ ધોવાની યોગ્ય પદ્ધતિ (ઓછામાં ઓછી ૪૦ સેકન્ડ) વિશે જાણકાર બનાવવામાં આવ્યા છે.	
૨	શાળામાં વર્ગખંડો, પરસાળ, વોશરૂમ વગેરે જેવી જગ્યાઓએ તંદુરસ્ત સ્વચ્છતાના વર્તનને લગતા સંકેતો/પ્રતિકો પ્રદર્શિત કરવામાં આવ્યા છે. • હસ્તધૂનન ના કરો. અભિવાદનની સ્પર્શ ન કરવાનું થતું હોય તેવી અન્ય પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરો. • યોગ્ય સમયાંતરે હાથ ધુઓ. (ઓછામાં ઓછી ૪૦ સેકન્ડ સુધી ધુઓ) • ચહેરા પરના માસ્કને સ્પર્શવાનું, ઉધરસ ખાવાનું કે છીકવાનું ટાળો.	
૩	છોકરા અને છોકરીઓ માટેનાં સ્વચ્છ, અલગ અને પૂરતા પ્રમાણમાં શૌચાલય .	
૪	ઉંમર પ્રમાણેની હાથ ધોવાની દરેક જગ્યાઓએ સાબુ અને સ્વચ્છ પાણી ઉપલબ્ધ છે .	
૫	થર્મોમીટરો (કેલીબરેટેડ કોન્ટેક લેસ ઇન્ફ્રારેડ ડીજીટલ થર્મોમીટર), જંતુનાશકો, સાબુ, હેન્ડ સેનીટાઇઝર, માસ્ક વગેરે વસ્તુઓ શાળામાં પૂરતા જથ્થામાં ઉપલબ્ધ છે.	
૬	આરોગ્ય અને સ્વચ્છતાના પાઠ દરરોજના શિક્ષણકાર્યમાં સામેલ કરવામાં આવે છે .	
૭	શાળાનું મકાન, વર્ગખંડો, રસોડું, પાણી અને સફાઇની સુવિધાઓ, શાળાની બસો, ઘણા લોકો જ્યાં સ્પર્શતા હોય તેવી જગ્યાઓ (ડેસ્ક, રેલીંગ, દરવાજાના હેન્ડલ, સ્વીચો, લંચ ટેબલ, રમતના સાધનો, બારીઓના હેન્ડલ, રમકડા, શૈક્ષણિક સાધન સામગ્રી) વગેરે દિવસમાં ઓછામાં ઓછું એકવાર સાફ કરવામાં આવે છે અને જંતુમુક્ત કરવામાં આવે છે.	
૮	શાળામાં પૂરતા સફાઇ કર્મચારીઓ ઉપલબ્ધ છે .	
૯	શાળા પરિસરમાં પુરતી હવા અને હવાની અવરજવર થઇ શકે તેમ વ્યવસ્થા છે .	
૧૦	શાળામાં કર્મચારીઓ અને વિદ્યાર્થીઓના આરોગ્યની નિયમિત ચકાસણી થાય છે .	
૧૧	કચરો દરરોજ દૂર કરવામાં આવે છે અને તેનો સલામત રીતે નિકાલ કરવામાં આવે છે.	
૧૨	શાળામાં પૂર્ણકાલીન નર્સ અથવા ડોક્ટર અને સલાહકાર ઉપલબ્ધ છે .	
૧૩	આવશ્યક્તાની પરિસ્થિતિને પહોંચી વળવા માટે શાળાએ નજીકની હોસ્પિટલ સાથે સંકલન કર્યું છે .	

B.	શારીરિક/સામાજિક અંતર જાળવવાના માપદંડોનો અમલ કરવામાં આવ્યો છે.	
1.	ભીડ એકઠી ન થાય તે રીતે શાળા વ્યવસ્થાપન ગોઠવવામાં આવેલ છે.	
2.	વિદ્યાર્થીઓના ડેસ્ક (ઢાળિયા) વચ્ચે પૂરતી જગ્યા રાખવામાં આવી છે.	

2. માતાપિતા માટે ચેકલીસ્ટ.

ક્રમ	કાર્ય	હા/ના
૧	બાળકના આરોગ્યની નિયમિત દેખરેખ.	
૨	જો બાળક બીમાર હોય અથવા તેના માટે વધારે જોખમરૂપ બને તેવી વિશિષ્ટ તબીબી પરિસ્થિતિ હોય તો તેને ઘેર રાખવું.	
૩	સારી સ્વચ્છતાની આદતો ઘરે શીખવો. • સાબુ અને પાણીથી વારંવાર તમારા હાથ ધુઓ અથવા ઓછામાં ઓછું ૭૦% આલ્કોહોલ વાળા હેન્ડ સેનીટાઇઝરનો ઉપયોગ કરો. • શુદ્ધ પીવાનાં પાણીની ઉપલબ્ધતા સુનિશ્ચિત કરો. • સ્વચ્છ અને સલામત શૌચાલયો ઘેર છે કે કેમ તેની ખાતરી કરો. • નકામો કચરો સલામત રીતે એકઠો થાય, સંગ્રહ થાય અને નિકાલ થાય તે સુનિશ્ચિત કરો. • ઉધરસ અને છીંક ટીસ્યુ પેપર અથવા તમારી કોણીના ભાગમાં ખાઓ તમારા ચહેરા, આંખો, મોઢું, નાકને સ્પર્શ કરવાનું ટાળો.	
૪	અલગ અલગ ઉપાયો દ્વારા તમારા બાળકની ભાવનાત્મક સલામતી સુનિશ્ચિત કરો.	
૫	સત્ય હકીકતો સમજાવીને નકારાત્મક્તાને ટાળો અને તમારા બાળકને બીજાની લાગણીઓ પ્રત્યે વિચારશીલ બનવાનું શીખવો.	
૬	માહિતી મેળવતા રહેવા માટે શાળા સાથે સંકલનમાં રહો .	
૭	શાળા સલામતીના પ્રયત્નોને બળ મળે તે માટે તમારો સહયોગ આપો .	

૩. વિદ્યાર્થીઓ માટેનું ચેકલીસ્ટ.

ક્રમ	કાર્ય	હા/ના
૧	બીજા સાથે વાત કરીને અને વિચારોના આદાન પ્રદાનથી તમે તમારી તનાવપૂર્ણ પરિસ્થિતિને દૂર કરો છો અને તમારી જાતને તથા તમારી શાળાને સલામત અને તંદુરસ્ત રાખવામાં મદદ કરો છો .	
૨	તમે નીચેની રીતે તમારી જાતનું અને બીજાનું રક્ષણ કરો છો : • હમેશાં ઓછામાં ઓછી ૪૦ સેકન્ડ સુધી સાબુ અને સ્વચ્છ પાણીથી વારંવાર હાથ ધોઇને. • તમારા ચહેરાને સ્પર્શ ન કરીને. • પ્યાલા, ખોરાકના વાસણો, ખોરાક અથવા પીણાં અન્ય સાથે ન વહેચીને.	

૩ .	તમારી જાતને, તમારી શાળાને, પરિવારને અને સમાજને તંદુરસ્ત રાખવામાં એક નેતા તરીકે તમે નીચેની રીતે વર્તન કરો છો : • રોગને અટકાવવા વિશે તમે જે કંઇપણ શીખ્યા છો તે વિશે તમારા પરિવાર અને મિત્રો, ખાસ કરીને તમારા નાના ભાઇબહેન સાથે વિચારો વહેંચીને. • તમારી કોણીના ભાગમાં છીંક ખાવી અથવા ઉધરસ ખાવી અને તમારા હાથ ધોવા જેવી સુટેવો પાડીને, ખાસ કરીને પરિવારના નાના સભ્યો માટે આદર્શ બનીને.	
૪.	તમે તમારા સાથીઓ વિશે નકારાત્મક ન કહો અથવા બીમાર હોવા વિશે કોઇને પણ પજવશો નહિં.	
૫.	જો તમે બીમાર હોવ તો તમારા માતાપિતા, પરિવારના અન્ય સભ્ય અથવા તમારા સંભાળ રાખનારને જણાવો અને ઘેર રહેવા માટે જણાવો.	

સંદર્ભ:

1. https://www.mha.gov.in/sites/default/files/MHAOrderDt_30092020.pdf
2. https://www.mohfw.gov.in/pdf/ImmunityBoostingAYUSHAdvisory.pdf
3. https://nroer.gov.in/welcome
4. http://epathshala.nic.in/https://diksha.gov.in/
5. https://www.india.gov.in/spotlight/fightagainst-covid-19https://www.mygov.in/
6. http://ncert.nic.in/aac.html
7. https://www.yoube.com/playlist?list=PLUgLcpnv1YieVe-EpswwengrBFlntgBh

****

નોંધ :-

❖ અર્થઘટનનો પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થાય તો અંગ્રેજી ભાષાની S.O.P. માન્ય ગણવાની રહેશે.