F.J.M.H.S.S PUTHUPPADY

SCHOOL CODE : 27030

അക്കാദമിക് മാസ്റ്റർ പ്ലാൻ

2025-'26

FR. JOSEPH MEMORIAL HIGHER SECONDARY SCHOOL
PUTHUPPADY
PIN-686 673

മലയാളം

	മേഖല	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലയളവ്	ചുമതല
1.	മലയാളം - ഭാഷാപരമായ പിന്നോക്കാവസ്ഥ പരിഹരിക്കൽ	അക്ഷരം ഉറപ്പിക്കൽ അക്ഷരകാർഡ് നൽകൽ വാക്ക് നിർമ്മാണം	1 വർഷം	മലയാളം അധ്യാപകർ
2.	വായനക്കൂട്ടം	പത്രവായന, വായനശാല	1 വർഷം	മലയാളം അധ്യാപകർ
3.	വായനാക്കുറിപ്പ്	വായിച്ച പുസ്തകങ്ങളുടെ ആസ്വാദനം, കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ.	1 വർഷം	മലയാളം അധ്യാപകർ
4.	പതിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ	വായനാക്കുറിപ്പുകളുടെ പതിപ്പ് തയ്യാറാക്കൽ	മാസത്തിൽ ഒരിക്കൽ	മലയാളം അധ്യാപകർ
5.	കഥ, കവിത, ആസ്വാദനം തയ്യാറാക്കൽ	വായിച്ച കഥകളുടെയും കവിതകളുടെയും ആസ്വാദനം തയ്യാറാക്കി അവതരണം	ആഴ്ചവട്ടം കൂടുമ്പോൾ	

മേഖല	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലയളവ്	ചുമതല
6. വ്യക്തിഗത മാഗസിൻ നിർമ്മാണം.	കുട്ടികൾ കണ്ടതും, കേട്ടതും, വായിച്ചതുമായ കാര്യങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തി, വ്യക്തിഗത മാഗസിൻ നിർമ്മിക്കുന്നു. (സർഗ്ഗാത്മക രചന)	1 വർഷം.	
7. ക്ലാസ് മാഗസിൻ	ക്ലാസിലെ എല്ലാ കുട്ടികളുടെയും സർഗ്ഗാത്മക രചനകൾ ഉൾക്കൊള്ളിക്കുന്നു.	1 വർഷം.	മലയാളം അധ്യാപകർ
8. പുസ്തക കുറിപ്പ് നിർമ്മാണം.	പ്രശസ്തനായ ഏതെങ്കിലും വ്യക്തിയുടെ പുസ്തകം.	വർഷത്തിൽ 2	മലയാളം അധ്യാപകർ
9. സാഹിത്യ പഠന വിനോദയാത്ര	സാഹിത്യപരവും, സാംസ്കാരികവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സ്ഥലങ്ങളും സന്ദർശിക്കുന്നു.	വർഷത്തിൽ 1	മലയാളം അധ്യാപകർ
10. വായനാദിനം	സാഹിത്യകാരന്മാരുടെ പുസ്തകാസ്വാദനം, കാർഡ് നിർമ്മാണം, വിദ്യാരംഗം കലാസാഹിത്യവേദി ഉദ്ഘാടനം.		

മേഖല	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലയളവ്.	ചുമതല
	വായനാ മത്സരം സ്കൂൾ ലൈബ്രറി നവീകരണം.	1 ആഴ്ച	
11. ബഷീർ അനുസ്മരണം.	ബഷീർ കൃതികൾ പരിചയപ്പെടൽ	1 ദിവസം	മലയാളം അധ്യാപകർ
12. കുട്ടിയെ മികച്ച എഴുത്തു കാരനാക്കൽ	പുസ്തക ചർച്ച വായനാക്കുറിപ്പ് പതിപ്പ് നിർമ്മാണം. വിവിധ സാഹിത്യരൂപങ്ങൾ പരിചയപ്പെടൽ വ്യക്തിഗത രചന	6 മാസം.	മലയാളം അധ്യാപകർ.

മേഖല - അക്കാദമികം | അക്കാദമിക മാസ്റ്റർ പ്ലാൻ (UP) | സംസ്കൃതം.

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലയളവ്	പഠനോപകരണങ്ങൾ	സാമ്പത്തികം
* എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും നാല് ഫലപ്രദമായി വായിക്കുവാനും എഴുതുവാനും സംസാരിക്കാനുമുള്ള ശേഷി വികസിപ്പിക്കൽ.	ടെസ്റ്റ് നടത്തി മികവുകളും പരിമിതികളും കണ്ടെത്തണം.			
* അക്ഷരങ്ങളും, പദങ്ങളും ആശയങ്ങളും ഉറപ്പിക്കുക.	കണ്ടെത്തുന്ന പരിമിതികൾ പരിഹരിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ.	ജൂൺ മുതൽ മാർച്ച് വരെ.	പുസ്തകങ്ങൾ വീഡിയോകൾ ചിത്രങ്ങൾ etc..	
* ദൈനംദിനം കേൾക്കുന്നതും ഉപയോഗിക്കുന്നതുമായ വസ്തുക്കളുടെ സംസ്കൃത പേരുകൾ പഠിക്കുക.	പതിപ്പുകൾ, മാഗസിനുകൾ, ശിൽപശാലകൾ സംസ്കൃത ദിനാചരണം			
* ആശയങ്ങൾ തെറ്റുകൂടാതെ പ്രകടിപ്പിക്കുവാനും, സർഗ്ഗാത്മക ചിന്തകൾ വികസിപ്പിക്കുവാനും അവസരം നൽകുക.	വായനമൂല, പദപയറ്റ് ചോദ്യോത്തര കേളി ദിനാചരണങ്ങൾ, പോസ്റ്റർ നിർമ്മാണം.			
* വായന പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക	കഥ, ഉപന്യാസം, ബാലകവിതകൾ അവതരണം etc . . .			
* സാഹിത്യാഭിരുചി വളർത്തുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കഥ, കവിത, സുഭാഷിതങ്ങൾ, ജീവചരിത്രങ്ങൾ ഇവ ശേഖരിക്കുക.			
* ഭാഷാശേഷി വികസിപ്പിക്കുന്നതിന് സാങ്കേതിക വിദ്യാസാധ്യതകൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക	വിവിധ കലാരൂപങ്ങളുടെ demonstration.			

അക്കാദമിക് മാസ്റ്റർ പ്ലാൻ

സംസ്കൃതം

* **സംസ്കൃതം ലൈബ്രറി**
സംസ്കൃതഗ്രന്ഥങ്ങൾ, ബാലകവിതകൾ, കഥകൾ, ചിത്രകഥകൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തുക.

* **സംസ്കൃത ദിനാചരണം**
സംസ്കൃത ദിനാചരണം വിവിധ പരിപാടികളോടെ ആചരിക്കുക.

* **പഠനയാത്ര.**
സംസ്കൃത കൗൺസിലിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ പഠനയാത്ര സംഘടിപ്പിക്കുക.

* **വിവിധ മത്സരങ്ങൾ**
കഥാരചന, കവിതാരചന, ഉപന്യാസം, പ്രശ്നോത്തരി, പദ്യം ചൊല്ലൽ ഇടങ്ങി വിവിധ മത്സരങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു.

* മികച്ച വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് മത്സര പരീക്ഷകൾക്കുള്ള പ്രത്യേക പരിശീലനം നൽകുന്നു.

* ഐ.ടി. സാധ്യതകൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തി സംസ്കൃത സിനിമകൾ ഷോർട്ട് ഫിലിമുകൾ, ഡോക്യുമെന്ററികൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നു.

U.P. Hindi

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
* 5,6,7 ക്ലാസുകളിൽ അക്ഷരബോധം ഉറപ്പിക്കൽ. ഹിന്ദി 5-ാം ക്ലാസ് മുതൽ ആരംഭിക്കുന്നതിനാൽ ഹിന്ദി ഇഷ്ടപ്പെടാനും അക്ഷരങ്ങളും പദങ്ങളും പരിചയപ്പെടുത്താനും അവസരം ഒരുക്കുക	പുതിയ പദങ്ങൾ, അക്ഷരങ്ങൾ എന്നിവ മനസ്സിലാക്കികൊടുത്ത് പഠിപ്പിക്കുക. ചിത്രങ്ങൾ, അക്ഷരമായ ചാർട്ട് (ICT) സഹായത്തോടെ പഠിപ്പിക്കുക	June - February	Hindi Teacher
* ഹിന്ദി വായന - തെറ്റു കൂടാതെ ഹിന്ദി എഴുതാനും വായിക്കാനും പഠിപ്പിക്കുക	പാഠപുസ്തകം, ചിത്രകഥ, ബാല കവിത എന്നിവയിലൂടെ കുട്ടികളിൽ ഹിന്ദി വായിക്കാനും സംസാരിക്കാനുമുള്ള താത്പര്യം ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുക	June - February	Hindi Teacher

ഹിന്ദി

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
1. ഭാഷയോടുള്ള അഭിരുചി വർധിപ്പിക്കുക	കഥകൾ, കവിതകൾ (പുസ്തകം ഉൾപ്പെടെ) വായനക്ക് അവസരം നൽകുക. ക്ലാസ്സ് മുറികളിലെ അറി ഹിന്ദിയെ പരമാവധി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുക.	1 വർഷം	അധ്യാപ
2. മാതൃഭാഷ പോലെ തന്നെ ഹിന്ദിയും കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ പ്രാപ്തരാക്കുക.	പാഠഭാഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സാഹിത്യകാരൻമാരുടെ സൃഷ്ടികൾ വായിക്കാനുള്ള അവസരം പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക. ഹിന്ദിയിൽ തന്നെ സംസാരിക്കാനുള്ള സാഹചര്യം ക്ലാസ്സ് മുറികളിൽ ലഭ്യമാക്കുക. സംഭാഷണം, തിരക്കഥ രചനകൾക്ക് അവസരം നൽകുക.	1 വർഷം	അധ്യാപ
3 ഹിന്ദി ഭാഷയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിൽ സാധ്യതകളെ പരിചയപ്പെടുത്തുക പ്രാപ്തരാക്കുക.	അഭിമുഖങ്ങൾ, ദേകൾക്കണത്തിൽ കൂടുതൽ അവസരങ്ങൾ നൽകുക. വായനക്കായി അധിക പുസ്തകങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കുക	1 വർഷം	അധ്യാപ

ACADEMIC MASTER PLAN

English

Sl No.	ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലയളവ്	ചുമതല	Remark
1	ഇംഗ്ലീഷിൽ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ ആശയ വിനിമയം നടത്താൻ പ്രാപ്തരാക്കുക	1) English corner - Story time in class 2) English cartoon.	June - January	English club	
2	സ്വതന്ത്ര വായനയ്ക്ക് സജ്ജരാക്കുക സ്വതന്ത്രമായ എഴുത്തിന് സജ്ജരാക്കുക	ചിത്രവായന, പദസൂചന നിർമ്മാണം, Simple games, പദസമ്പാദനം, News reading, competition, അക്ഷരകാർഡ്, പദകാർഡ്, വാക്യനിർമ്മാണത്തിനുള്ള കാർഡുകൾ, My diary.	Classroom പ്രവർത്തനങ്ങളോടൊപ്പം.	SRG Teachers.	
3	കവിതാലാപനത്തിന് കവിത രചനയ്ക്കും പ്രാപ്തരാക്കുക	കവിതാരചന, ആലാപന മത്സരങ്ങൾ നടത്തുന്നു Book reviews, magazine (രചനകളുടെ പ്രദർശനം)	ക്ലാസ് പ്രവർത്തനം	English club	
4	സാങ്കേതിക വിദ്യാസാധ്യതകൾ ഇംഗ്ലീഷ് ഭാഷാവികസനത്തിന് പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക.	English Fest English film കാണാനുള്ള അവസരം	January - February	English club	

ഹൈസ്കൂൾ - സയൻസ്

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല	സാമ്പത്തിക വിഭവങ്ങൾ
1) അത്ഭുതക്കണ്ണിലൂടെ കൗതുകം, ജിജ്ഞാസ, നിരീക്ഷണ പാടവം എന്നിവ പരിപോഷിപ്പിക്കുക	ലഘു പരീക്ഷണങ്ങൾ സഹപാഠികൾക്ക് മുമ്പിൽ കുട്ടികളെ തന്നെ കാണിച്ച് കൊടുക്കുവാൻ ആവശ്യമായ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു. ലാബ് നിർമിക്കാൻ ആവശ്യമായ കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞ് കൊടുത്ത് കുട്ടികളെ കൊണ്ട് ലാബ് നിർമിക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് അധ്യാപകർ	PTA
	പാഠങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വസ്തുക്കളുടെ പ്രദർശനം.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് അധ്യാപകർ	
	ലഘു പ്രോജക്ട് ക്ലാസുകളിൽ ചെയ്യപ്പെട്ടത് സ്കൂളിൽ കൊടുത്ത് പൊതുവേദിയിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് അധ്യാപകർ	PTA
2) ശാസ്ത്ര ലോകത്തേക്ക് : നിരന്തരമായി അന്വേഷണം നടത്തുകയും ... വിവരം വിശകലനം ചെയ്യുന്നു, ... ചെയ്യുന്നു.	സെമിനാർ പേപ്പറുകൾ ക്ലാസുകളിൽ തയ്യാറാക്കപ്പെട്ടത് പൊതുവേദികളിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള അവസരം നൽകുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം / ജൂൺ	സയൻസ് അധ്യാപകർ	സയൻസ് ക്ലബ്
	വർഷത്തിൽ ഒരു പ്രാവശ്യം കുട്ടികൾ ഉണ്ടാക്കിയ വസ്തുക്കൾ പ്രദർശിപ്പിക്കാൻ അവസരം നൽകുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം / ജനുവരി	സയൻസ് അധ്യാപകർ	സയൻസ് ക്ലബ്
	ശാസ്ത്ര ശില്പശാലകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് അധ്യാപകർ	PTA, മാനേജ്മെന്റ്

3) ഹൈടെക് ലെവൽ: മാനവികതയിൽ ഊന്നിയുള്ള ശാസ്ത്ര ബോധം വളർത്തുക.	ക്ലാസ്സുകളിൽ ശാസ്ത്ര ലൈബ്രറി, ശാസ്ത്ര മാസിക പ്രസിദ്ധീകരണം.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് ക്ലബ്ബ്	മാനേ[illegible]
	സയൻസ് ലാബ്, I.T ലാബ് എന്നിവ ആധുനികവൽക്കരിക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം		PTA മാനേ[illegible]
4) ആയുർവേദ പരിസ്ഥിതി സൗഹൃദ മനോഭാവം വളർത്തുക	കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യത്തെ സൂക്ഷിക്കുന്നു. സമ്പൂർണ്ണ പ്ലാസ്റ്റിക് നിരോധിത ക്യാമ്പസ്. തണൽ വൃക്ഷങ്ങൾ നട്ട് പിടിപ്പിക്കൽ, ഉള്ള സ്ഥലത്തിൽ ഔഷധത്തോട്ടവും പച്ചക്കറി ത്തോട്ടവും നിർമ്മിക്കൽ.	അക്കാദമിക വർഷം	ആരോഗ്യ ക്ലബ്ബ് ഹരിത സേനാ[illegible]	കൃഷി വകു[illegible] ഹരിത സേനാ[illegible]
5) വൈജ്ഞാനിക വിസ്ഫോടനം അന്വേഷണ തൃഷ്ണ വർദ്ധിപ്പിക്കൽ, അറിവ് നേടൽ	പുത്തൻ സാങ്കേതിക വിദ്യയും, പുത്തൻ കണ്ടെത്തലുകളും പരിചയപ്പെടുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് ക്ലബ്ബ്	
	സംസ്ഥാന ദേശീയ ലെവലിലുള്ള ക്വിസ്, സെമിനാർ, പ്രോജക്ട് തുടങ്ങിയവയിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	സയൻസ് ക്ലബ്ബ്	കെമി[illegible]
	ശാസ്ത്രകാരന്മാരായി സംവദിക്കൽ	അക്കാദമിക വർഷം 1 തവണ	സയൻസ് ക്ലബ്ബ്	കെമി[illegible]

Master Plan

UP - Science

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
ശാസ്ത്ര പ്രക്രിയാശേഷി വികസിപ്പിക്കുക, ആധുനിക ശാസ്ത്രോപകരണങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യാനുള്ള കഴിവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുക.	പരീക്ഷണക്കളരി. നിത്യജീവിതത്തിൽ പരിചിതമായ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിയുള്ള ലഘുപരീക്ഷണങ്ങൾ. പരീക്ഷണ കുറിപ്പുകൾ തയ്യാറാക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	ശാസ്ത്രാധ്യാപകർ
	മാസ്റ്റർ മൈന്റ്. വിവിധ ശാസ്ത്രശാഖകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രോജക്ടുകൾ തയ്യാറാക്കുന്നു.	ജൂൺ മുതൽ	ശാസ്ത്രാധ്യാപകർ
ചുറ്റുപാടിൽ നിന്നും ശാസ്ത്രത്തെ തിരിച്ചറിയുന്നതിനും അത് പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നതിനും	പച്ചക്കറിത്തോട്ട നിർമ്മാണം. കൃഷിയുടെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലാക്കുന്നതിന് പച്ചക്കറി തോട്ടം നിർമ്മിക്കുന്നു.	ജൂൺ മുതൽ	പരിസ്ഥിതി ക്ലബ് അധ്യാപകർ
	വിവിധ ജൈവകീടനാശിനികളുടെ നിർമ്മാണം. രാസകീടനാശിനികളുടെ ദോഷഫലങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി ജൈവകീടനാശിനി നിർമ്മിക്കുന്നു.	ജൂലൈ	ശാസ്ത്രാധ്യാപകർ പരിസ്ഥിതി ക്ലബ് അധ്യാപകർ
പ്രതിഭാശാലികളായ ...ന്മാരെ വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിന്.	വിസ്മയ യാത്ര. ശാസ്ത്രക്വിസ്, ICT എന്നിവയുടെ സഹായത്തോടെ ശാസ്ത്രവിസ്മയങ്ങൾ കുട്ടികളിലേക്ക് എത്തിക്കുക തുടങ്ങിയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ.	അക്കാദമിക വർഷം	ശാസ്ത്രാധ്യാപകർ

Academic Master Plan
UP - Mathematics

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല	സാമ്പത്തിക വിശദം
1. അടിസ്ഥാന ഗണിതക്രിയകൾ എല്ലാ പഠിതാക്കൾക്കും ഉറപ്പ് വരുത്തുന്നു.	കളിരീതിയിലൂടെ അടിസ്ഥാന ക്രിയകൾ ഉറപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകുന്നു	ഒരു വർഷം	ഗണിത അധ്യാപകർ	
2. ഗണിത പഠന പ്രവർത്തനങ്ങൾ സുഗമമാക്കൽ	വിദ്യാലയത്തിൽ സജ്ജമാക്കിയ ലാബിന്റെ നവീകരണം	ആവശ്യാനുസരണം	ഗണിത അധ്യാപകർ ഗണിതക്ലബ്ബിലെ അംഗങ്ങളും.	
3. ആധുനിക ശാസ്ത്രസാങ്കേതിക വിദ്യാഭ്യാസസാധ്യതകൾ ഗണിത പഠനത്തിനായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നു.	ജ്യാമിതീയ രൂപങ്ങൾ, ചതുഷ്ക്രിയകൾ, ടാൻഗ്രാം ഇതുപോലെയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ I.T സാധ്യതകൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു.	മാസത്തിൽ ഒരു പ്രാവശ്യം	ഗണിത അധ്യാപകർ	
4. ഗണിതത്തിൽ പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്ന കുട്ടികളെ മുൻനിരയിലെത്തിക്കുന്നു.	പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്ന കുട്ടികളെ കണ്ടെത്തി അധ്യാപകരും മുൻനിരയിൽ നിൽക്കുന്ന കുട്ടികളും ചേർന്ന് വേണ്ട മാർഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുകയും ആവശ്യമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നൽകുന്നു.	നിരന്തരം	അധ്യാപകരും സമർത്ഥരായ കുട്ടികളും	

Academic Master Plan 2025-26
High School - Mathematics

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല	സാമ്പത്തിക വിശദാംശം
1. ആശയധാരണ കൈവരിക്കൽ	മുന്നറിവ് പരിശോധിച്ച് ലിസ്റ്റ് തയ്യാറാക്കൽ, മാത്സ് ക്ലിനിക്	June ആദ്യവാരം	ഗണിത അധ്യാപകർ	
2. നിർമ്മിതികളിലെ ശേഷി കൈവരിക്കൽ	ഇൻസ്ട്രുമെന്റ് ബോക്സിന്റെ ലഭ്യത ജ്യാമിതീയ ചാർട്ടുകളുടെ നിർമ്മാണം.	തുടർപ്രവർത്തനം	അധ്യാപകർ	
3. ഗണിത ആശയങ്ങളിൽ നിന്നും ഉടലെടുക്കുന്ന ഗണിത ആശയങ്ങൾ.	ക്ലബ്ബ് പ്രവർത്തനങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു	വർഷത്തിൽ ഒന്ന്	അധ്യാപകർ ഗണിതക്ലബ്ബ്	P.T.A
4. ഗണിത പഠനം രസകരമാക്കൽ	ഗണിതലാബ് നവീകരണം. ഗണിതലാബിലെ ഉപകരണങ്ങൾ	ആവശ്യാനുസരണം	അധ്യാപകർ	P.T.A
5. ഗണിതം മധുരമാക്കൽ	ഗണിത പൂന്തോട്ടം, ജ്യാമിതീയ രൂപങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുള്ള അലങ്കാരപ്രവർത്തനങ്ങൾ. ICT, Geogebra ഉപയോഗം	1 തവണ.	ക്ലബ്ബ് അംഗങ്ങൾ.	
6. ICT സാധ്യത ഗണിതത്തിൽ	ജ്യാമിതീയ രൂപങ്ങൾ, geogebra..... ഇവയുടെ ICT പ്രദർശനം.	ആവശ്യാനുസരണം	അധ്യാപകർ	

7. ഗണിതമേളകളിൽ ഉജ്ജ്വലത കൈവരിക്കൽ	ഗണിത ക്ലബ്ബിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തൽ, മത്സരങ്ങൾക്ക് പ്രാപ്തരാക്കൽ.	മാസത്തിൽ ഒന്ന്	ക്ലബ്ബ്, അംഗങ്ങൾ അധ്യാപകർ	P.T.A
8. ഗണിതമേഖലയിൽ കുട്ടികളുടെ താല്പര്യം വർധിപ്പിക്കൽ	ഗണിത പസിൽ (ഓരോ ആഴ്ചയും) ഗണിത കളികൾ ഗണിത ക്വിസ് ഗണിത ഗാനമത്സരം	ആഴ്ചയിൽ ഒന്ന്	ക്ലബ്ബ് അംഗങ്ങൾ	
9. ഗണിത ആശയങ്ങൾ നിത്യജീവിതവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി കുട്ടികളിൽ അഭിമാനം ഉളവാക്കുന്നു.	വിഷയസമിതിയുടെ പഠനാസൂത്രണം	തുടർപ്രവർത്തനം		

UP. Social Science

Fr J M H S S Puthuppady

അക്കാദമിക മാസ്റ്റർ പ്ലാൻ 2025-26

മേഖല – ഹൈസ്കൂൾ – സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല	സാമ്പത്തിക വിശകലനം
1) പഠിതാക്കളെ ചരിത്രാവബോധം ഉള്ളവരാക്കുക. ചരിത്രബോധത്തിൽ നിന്നും ഭാവി രൂപപ്പെടുത്തുക.	**കാടും മേടും:** ചരിത്ര പ്രാധാന്യമുള്ള സ്ഥലങ്ങളിലേക്ക് ഫീൽഡ് ട്രിപ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. **വയൽ കിളികൾ:** സാമൂഹ്യശാസ്ത്രത്തിൽ അടിസ്ഥാനപരമായ അറിവുകൾ ഇല്ലാത്ത പഠിതാക്കളെ കേന്ദ്രീകരിച്ച് പ്രത്യേക മൊഡ്യൂളുകൾ തയ്യാറാക്കി പ്രത്യേക പഠന ട്രിപ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം മുഴുവനുമായി നടത്തുന്നു. നിശ്ചയിച്ച തീയ്യതികളിൽ	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	
2) ജനാധിപത്യം ഒരു ജീവിത ശൈലിയാക്കി മാറ്റി എടുക്കുക. പൗരബോധം, മൂല്യബോധം ഇവ വളർത്തുക.	**ഒന്നായി നമ്മൾ:** സ്കൂൾ പാർലമെന്റ്, മോക്ക് പാർലമെന്റ്, പൗരബോധം സാമൂഹ്യസേവനം ഇവയ്ക്കായുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷത്തിലെ പ്രത്യേകം തിരഞ്ഞെടുത്ത ദിനങ്ങളിൽ	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	സ്കൂൾ, കുട്ടികൾ, സുമനസുകൾ

UP. Social Science

ലക്ഷ്യം

മേഖല – ഹൈസ്കൂൾ – സാമൂഹ്യശാസ്ത്രം

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല	സാമ്പത്തിക വിശകലനം
2) സാമൂഹ്യശാസ്ത്രത്തിൽ പരീക്ഷണ നിരീക്ഷണം വളർത്തുക.	**സ്റ്റാർട്ട് അപ്പ്:** സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര ലാബുകൾ ക്രമീകരിക്കുന്നു. ആകാശ കാഴ്ചകൾ, കൗതുകം എന്നിവ ഉണർത്തുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ കാഴ്ച്ച വെക്കുന്നു.	വർഷം മുഴുവനും	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	പി.ടി.എ, മാനേജ്മെന്റ്
3) മതേതരത്വം, സഹിഷ്ണുത എന്നിവ വളർത്തി ക്രിയാത്മക പ്രവർത്തനത്തിലൂടെ വളരുക. സാമൂഹ്യ പരിഷ്ക്കർത്താക്കളെ പരിചയപ്പെടുക.	**ചരിത്രം ഉറങ്ങുന്ന മണ്ണിലൂടെ:** സർവ്വേ, പ്രൊജക്ട്, ചർച്ചകൾ, സംവാദം, ക്ലാസുകൾ, അഭിമുഖങ്ങൾ എന്നിവയിലൂടെ കുട്ടികളെ വളർത്തുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര ക്ലബ്ബ്
3) ഭൂപട വായന കുട്ടികളിൽ വളർത്തുക, സ്ഥലനിർണ്ണയം നടത്തുവാൻ പഠിക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യം, കൈവരിക്കുക.	**പട്ടുപാതയിലൂടെ:** ഭൂമിശാസ്ത്ര പരമായ കാര്യങ്ങൾ കുട്ടികളെ പഠിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു; ഭൂപട വായന പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്ന കൂടുതൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾ കാഴ്ച വെക്കുന്നു. അറ്റ്ലസ്, മാപ്പുകൾ, ഗ്ലോബ് എന്നിവ പരിചിതമാക്കുന്നു.	വർഷം മുഴുവനും	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	
4) കുട്ടികളിൽ ഉന്നത നിലവാരം കൈവരിക്കാൻ ഉതകുന്ന പൊതുവിജ്ഞാനം വളർത്തുക.	**മൈ സിനിമ റൂം:** സാമൂഹ്യശാസ്ത്രവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പൊതുവിജ്ഞാന മേഖല പരിപോഷിപ്പിക്കുന്ന ക്വിസുകൾ, ദിനാചരണങ്ങൾ, പ്രശ്നോത്തരി, സംവാദം എന്നിവയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ വ്യക്തമായ ധാരണ നൽകുക, വീഡിയോ പ്രദർശനം, പ്രൊജക്ട് റൂം etc സിനിമ (ചരിത്ര സിനിമ പ്രദർശനം)	അക്കാദമിക വർഷം മുഴുവനും	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	
5) വ്യത്യസ്ത ഇനം മണ്ണിനെക്കുറിച്ചും, ജലാശയങ്ങളെക്കുറിച്ചും, കാറ്റുകൾ, സമുദ്രങ്ങൾ, പർവ്വതങ്ങൾ ഇവയെല്ലാം പരിചയപ്പെടുക എന്ന ലക്ഷ്യം.	**ചരിത്ര കൊട്ടാരം:** വിവിധ മേഖലകളെക്കുറിച്ച് കുട്ടികളിൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുന്ന ചരിത്ര ലാബുകളുടെ ക്രമീകരണം. കണ്ടും കേട്ടും, തൊട്ടറിഞ്ഞും പഠനം ഹരമാക്കി മാറ്റുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം മുഴുവനും	സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര അധ്യാപകർ	

U.P. Social Science

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
1. സാമൂഹ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന വിവരങ്ങൾ, ആശയങ്ങൾ ഇവ പരിശോധിച്ച് നേടിയെടുക്കൽ	ഓർമ്മച്ചെപ്പ് - അന്തർദേശീയ തലം മുതൽ ജില്ലാതലം വരെയുള്ള നദികൾ, വ്യക്തികൾ, തലസ്ഥാനങ്ങൾ തുടങ്ങിയ അടിസ്ഥാന വിവരങ്ങൾ ആസ്പദമാക്കി ICT സാധ്യതകൾ ഉപയോഗിച്ച് memory test നടത്തുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷാരംഭം (ജൂൺ)	SS - അധ്യാപകർ
2. പഠിതാക്കളെ ചരിത്രാവബോധം ഉള്ളവരാക്കി മാറ്റിയെടുക്കുക.	Virtual field trip - ICT സാധ്യതകളുപയോഗിച്ച് ലോകത്തിലെ ചരിത്ര പ്രാധാന്യമുള്ള സ്ഥലങ്ങളുടെ video പ്രദർശിപ്പിച്ച് കുട്ടികളിൽ ചരിത്രാവബോധം വളർത്തുന്നു.	"	"
3. ജനാധിപത്യപരമായ ജീവിത രീതിപരം ശീലമാക്കൽ.	- ഗ്രാമസഭ, വാർഡ്സഭ എന്നിവയിൽ മാതാപിതാക്കളോടൊപ്പം പങ്കെടുത്ത് ജനാധിപത്യത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന തലം മനസിലാക്കുന്നു.	"	"
4. പ്രകൃതിദുരന്തങ്ങളെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കി രക്ഷാപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ പഠിതാക്കളെ ബോധവാന്മാരാക്കുന്നു.	ഭൂകമ്പം, സുനാമി, കൊടുങ്കാറ്റ്, വെള്ളപ്പൊക്കം ഉൾപ്പെടെ എന്നിവയുടെ ഭീതിജനകമായ ദൃശ്യങ്ങളിലൂടെ പ്രകൃതി ദുരന്തങ്ങളുടെ തീവ്രതയെക്കുറിച്ച് മനസിലാക്കുകയും രക്ഷാപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നതിന് പഠിതാക്കളെ ബോധവാന്മാരാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.	"	"

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
5. സഹജീവികളോട് സമഭാവന വളർത്തി എടുക്കാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു.	പ്രകൃതി ദുരന്തങ്ങൾ സംഭവിച്ച സ്ഥലങ്ങൾ സന്ദർശിച്ച് വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അവരാൽ കഴിയുന്ന സേവനം ചെയ്യാൻ അവസരം നൽകുന്നു.	അക്കാദമിക വർഷം	SS. അധ്യാപ
6. വിവരവിനിമയ സാങ്കേതിക വിദ്യകളുടെ ദുരുപയോഗങ്ങളെ കുറിച്ചും, റോഡ് സുരക്ഷയെക്കുറിച്ചും വിദ്യാർത്ഥികളെ ബോധവാന്മാരാക്കുന്നു.	SS. club-ന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ട്രാഫിക് പോലീസിന്റെ സഹായത്തോടെ കുട്ടികൾക്ക് റോഡ് സുരക്ഷ, സൈബർ കുറ്റകൃത്യം എന്നീ വിഷയങ്ങളിൽ ബോധവത്കരണ ക്ലാസുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു.	"	"

MASTER PLAN – H.S DRAWING TEACHER

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
ഒരു ചിത്രപ്രദർശനം കാണാനും ആസ്വദിക്കാനും.	ചിത്രരചനാ മത്സരം ജൂലൈ മാസത്തിൽ കുട്ടികളുടെ ചിത്രരചനാ മത്സരവും പ്രദർശനവും നടത്തുന്നു. ഓഗസ്റ്റ് 15 ന്റെ പ്രസക്തിയും ഈ ദിവസം കുട്ടികളെ അറിയിക്കുന്നു.	ജൂലൈ	ആർട്സ് ക്ലബ്
ഓഗസ്റ്റ് 15 ന്റെ പ്രാധാന്യം മനസിലാക്കാൻ	സ്റ്റാമ്പ് നിർമ്മാണം ഓഗസ്റ്റ് 15 ന് സ്റ്റാമ്പ് നിർമ്മാണത്തിന്റെ ചർച്ചയിലെ മത്സരം നടത്തുന്നു.	ഓഗസ്റ്റ്	ആർട്സ് ക്ലബ്
രാഷ്ട്രീയത്തിനെ അറിയാൻ	കാർട്ടൂൺ വരയ്ക്കൽ കാർട്ടൂൺ/ഹാസ്യ ചിത്രം വരയ്ക്കുന്നു	ഒക്ടോബർ	ആർട്സ് ക്ലബ്

ശിശുദിനത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം മനസിലാക്കൽ	**ശിശുദിനം** ശിശുദിന ആഘോഷവുമായി ചിത്രരചന മത്സരം നടത്തുന്നു. ചിത്രരചന മത്സരം ഓൺലൈൻ നടത്തുന്നു	നവംബർ	സയൻസ് ക്ലബ്ബ്
റിപ്പബ്ലിക് ദിനത്തെ അറിയാൻ	റിപ്പബ്ലിക്ദിനാചരണം നടത്തുന്നു. ചിത്രപ്രദർശനം ചിത്രരചനാ മത്സരങ്ങൾ വീഡിയോ പ്രദർശനം.	ജനുവരി	സയൻസ് ക്ലബ്ബ്

FJMHSS PUTHUPPADY

ആക്കാദമിക
മാസ്റ്റർ പ്ലാൻ
2025-26

ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം

മേഖല : ആരോഗ്യകായിക വിദ്യാഭ്യാസം

ഉദ്ദേശം :കുട്ടികളിൽ ആരോഗ്യ കായിക ക്ഷമത കൈവരിക്കുക.

:അനുയോജ്യമായ കായിക ഇനങ്ങളുടെ നൈപുണികൾ സ്വായത്വമാക്കുക

ഉപമേഖല :1 കായിക മേഖല

:2 ആരോഗ്യ മേഖല

ആമുഖം

കേരളത്തിലെ സ്കൂൾ വിദ്യാർത്ഥികളിൽ നടത്തിയ പഠനമനുസരിച്ച് കുട്ടികളിൽ കായിക ക്ഷമത അനുദിനം കുറഞ്ഞുവന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.ശരിയായ ആരോഗ്യകായികഅവബോധമില്ലായ്മയാണ് പ്രധാനമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നത്.കുട്ടിക്കാലത്തെ പ്രസരിപ്പുള്ള ജീവിത ശൈലി,യൗവനത്തിനും വാർദ്ധക്യത്തിലുമുള്ള ആരോഗ്യത്തിന് നേരിട്ട് ഗുണം ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ആധുനിക ജീവിതശൈലി കുട്ടികളെയും മുതിർന്നവരെയും ഒന്നുപോലെ പ്രവർത്തന മാന്ദ്യമുള്ളവരാക്കുന്നു.ചില സംസ്കാരങ്ങളിൽ വളർന്നവർക്കിടയിൽ നിഷ്ക്രിയത്വവും,അനന്തരഫലമായുള്ള,അമിതമേദസ്സും,രോഗങ്ങളും ഒരു പ്രതിസന്ധി ആനുപാതികത്തിൽ എത്തിയിരിക്കുന്നു. ലോകത്തുള്ള മറ്റേതു രാജ്യത്തെക്കാളും ജനിതകമായി തന്നെ ഹൃദ്രോഗത്തിന് സാധ്യത ഇന്ത്യക്കാർക്കാണെന്ന് അടുത്തകാലത്ത് നടന്ന പഠനത്തിൽ മനസ്സിലാക്കുന്നു.ഇന്ത്യയിൽ 35 നും 64 നും ഇടയ്ക്കുള്ള പ്രായത്തിൽ,ഹൃദ്രോഗത്തിലൂടെ ജീവിതം പൊലിഞ്ഞുപോയവരുടെ എണ്ണം ക്രമാതീതമായി വർദ്ധിക്കുന്നു.

ലോകത്തിൽ ഏറ്റവും മുൻപന്തിയിൽ നിൽക്കുന്ന"**പ്രമേഹം**"എന്ന മഹാമാരി ഭീഷണി ഉയരുന്നത് ഇന്ത്യയിലാണ്.100 കോടിയിലധികം വരുന്ന ഇന്ത്യൻ ജനത,മധ്യവയസ്സിനു ശേഷം പിടിപെടുന്ന പ്രമേഹം(ടൈപ്പ്2) സാധ്യത വളരെ കൂടുതലാണ്.കാരണം കൂടുതൽ പാശ്ചാത്യവൽകൃതമായ ജീവിതശൈലിയിൽ,കൊഴുപ്പ് കൂടിയ ആഹാരം കഴിക്കുന്നതു കൊണ്ടും വ്യായാമത്തിന്റെ അഭാവം മൂലവുമാണ്.

ഇന്ത്യയിൽ പ്രമേഹ രോഗികളുടെ എണ്ണം വർദ്ധിക്കുന്നു.രാജ്യത്ത് 10 കോടിയിലധികം രോഗികൾ എന്ന് സർവ്വേ ഫലം **(ന്യൂഡൽഹി)**

ഇന്ത്യയിൽ പ്രമേഹരോഗികളുടെ എണ്ണം വൻതോതിൽ വർധിക്കുന്നതായി പഠനം.ഇന്ത്യൻ കൗൺസിൽ ഓഫ് മെഡിക്കൽ റിസർച്ച്- ഇന്ത്യ ഡയബറ്റീസ്(ICMR-INDIAB)നടത്തിയ സർവ്വേയിൽ 10 കോടിയിലധികം ആളുകൾക്ക് ഇന്ത്യയിൽ പ്രമേഹമുള്ളതായി കണ്ടെത്തി. 13.6 കോടിആളുകൾക്ക് പ്രി ഡയബറ്റിക് ആണെന്നും,31.5 കോടി ആളുകൾക്ക് ഉയർന്ന രക്ത സമ്മർദ്ദം ഉണ്ടെന്നും ഈ പഠനത്തിൽ പറയുന്നുണ്ട്. മെറ്റാബോളിക് നോൺകമ്മ്യൂണിക്കബിൾ

ആയ അസുഖങ്ങളുടെ(NCD)വ്യാപനം സംബന്ധിച്ച് ഇത്തരത്തിലൊരു പഠനം നടത്തുന്നത് ആദ്യമാണ്.രാജ്യത്തെ തന്നെ ഏറ്റവും വലിയ സർവ്വേകളിൽ ഒന്നാണിത്.

25.4 കോടി ആളുകളിൽ പൊണ്ണത്തടി,35.1 കോടി ആളുകളിൽ അടിവയറ്റിലെ പൊണ്ണത്തടി,21.3 കോടി ആളുകൾക്ക് ഉയർന്നകൊളസ്ട്രോൾ(ഹൈപ്പർകൊളസ്ട്രോ ലീമിയ)18.5 കോടി ആളുകൾക്ക് ഉയർന്ന LDL കൊളസ്ട്രോൾ അല്ലെങ്കിൽ ചീത്ത കൊളസ്ട്രോൾ ഉണ്ടെന്നും സർവ്വേയിൽ കണ്ടെത്തി.ഇന്ത്യയിലെ മറ്റു പ്രദേശങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് കേരളം,പുതുച്ചേരി,ഗോവ, സിക്കിം,പഞ്ചാബ് എന്നിവിടങ്ങളിൽ ഇത്തരം അസുഖങ്ങളുടെ വ്യാപനം കൂടുതലാണെന്ന് പഠനം പറയുന്നു.

പ്രമേഹ രോഗികളെക്കാളധികം പ്രീ ഡയബറ്റിസ് ഉള്ളവർ രാജ്യത്ത് ഉണ്ടെന്നുള്ളതാണ് കൂടുതൽ ആശങ്കാജനകം.ഇതിനർത്ഥം വരും വർഷങ്ങളിൽ പ്രമേഹരോഗികളുടെ എണ്ണം ഗണ്യമായി വർദ്ധിക്കുമെന്നാണ്.2019 ൽ 7.4 കോടി പ്രമേഹരോഗികളായിരുന്നു രാജ്യത്തുണ്ടായിരുന്നത്. കഴിഞ്ഞ നാല് വർഷം കൊണ്ടാണ് ഇന്ത്യയിൽ ഇവരുടെ എണ്ണത്തിൽ വൻ കുതിച്ചചാട്ടമുണ്ടായത്.

2020 ഓടെ ഇന്ത്യയിൽ 35 - 40 ലക്ഷം പ്രമേഹരോഗികൾ ഉണ്ടാവും എന്ന് പറഞ്ഞാൽ ലോകത്തിലെ പ്രമേഹ രോഗികളിൽ ഓരോ അഞ്ചാമനും ഇന്ത്യക്കാരനായിരിക്കും. അതിലേക്ക് കേരളത്തിൽ നിന്നുമായിരിക്കും, മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് കൂടുതലെന്ന് ഡോക്ടേഴ്സ് അസോസിയേഷൻ കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നു.

2008 നും 2020 നും ഇടയിൽ നടത്തിയ സർവ്വേയിൽ 113043 ആളുകൾ പങ്കെടുത്തു. ഇവരിൽ 33 537 പേർ നഗരവാസികളും,79506 പേർ ഗ്രാമവാസികളുമാണ്.ഇന്ത്യയുടെ വടക്കുഭാഗത്തും,തെക്കുഭാഗത്തുമാണ് ഏറ്റവും ഉയർന്നപ്രമേഹകണക്കെന്നാണ് പഠനത്തിൽ കണ്ടെത്തിയത്.മദ്യഭാഗത്തും വടക്ക് കിഴക്കൻ സംസ്ഥാനങ്ങളിലും അസുഖവ്യാപനം കുറവാണെന്ന് പഠനത്തിൽ പറയുന്നത്. "ദി ലാൻസൈറ്റ് ഡയബറ്റിസ് ആൻഡ് എൻഡോക്രൈനോളജി" എന്ന ജേണലിൽ വ്യാഴാഴ്ചയാണ് പ്രസ്തുത പഠനം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചത്.

കേരളസംസ്ഥാനത്തിലെ കുട്ടികളുടെ ശാരീരിക സ്ഥിതി മുൻതലമുറകളെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തി വിശകലനം ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ ഇപ്പോഴത്തെകുട്ടികൾ ശാരീരിക കായിക പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നതിന്റെ തോത് വളരെകുറവാണ്.

സ്വന്തമായൊരു കളി സ്ഥലത്തിന്റെ അഭാവം ഞങ്ങളുടെ സ്കൂളിലെ കായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് വിഘാതമാകുന്നുണ്ട്.

ലക്ഷ്യം:-കായികക്ഷമത കൈവരിക്കൽ,ആരോഗ്യമുള്ള തലമുറയെ സൃഷ്ടിക്കൽ.

പ്രവർത്തനം:-

*യോഗ

*സൈക്കിൾ

*കിഡ്സ് അത്ലറ്റിക്സ് ആൻഡ് അത്ലറ്റിക്സ്

*മേജർ ഗെയിം -വോളിബോൾ,ഫുട്ബോൾ, ഷട്ടിൽ

*മൈനർ ഗെയിംസ്

*എയ്റോബിക്സ്.

യോഗ:-5,6,7 ക്ലാസിലെ കുട്ടികൾക്ക്,ഒരു വർഷം ചുരുങ്ങിയത് 54 മണിക്കൂർ യോഗ ചെയ്യാൻ നീക്കിവെക്കുന്നു.അത് രാവിലെയാണ് ചെയ്യേണ്ടത് ക്ലാസ് അടിസ്ഥാനത്തിൽ 15 മിനിറ്റ് യോഗ ചെയ്യണം.2024 ജൂൺ,ജൂലായ്,ഓഗസ്റ്റ് മാസങ്ങളിൽ 15 മണിക്കൂർ യോഗക്കായി മാറ്റിവെച്ചിരിക്കുന്നു.

യോഗപരിശീലന കളരി സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിനായി ഒരു ഇൻസ്പെക്ടർ പുറത്തുനിന്ന് 10 ദിവസത്തേക്ക് കാണുന്നു.

യോഗ ഉപകരണങ്ങൾ				
ക്ര .നം	ഉപകരണങ്ങൾ	വില	എണ്ണം	ആകെ വില
1	യോഗ മാറ്റ്	390	10	3900
2	പരിശീലകൻ 10 ദിവസത്തേക്ക് (500X10			5000
Total				**8900**

സൈക്കിൾ:-ജൂൺമാസത്തിൽ യു.പി തലത്തിലെ മുഴുവൻ കുട്ടികളിലും സൈക്കിൾ സവാരി അറിയുന്നവരുടെ സർവ്വേ നടത്തുന്നു.ജൂലായ് രണ്ടാം വാരത്തിനുശേഷം അറിയാത്തവരെ, അറിയുന്നവരുടെയും,അധ്യാപിക/അധ്യാപകരുടെയും സഹായത്തോടെ സൈക്കിൾസവാരി പഠിപ്പിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.ഇതിനായി സ്കൂളിൽ സൈക്കിളിൽ വരുന്നകുട്ടികളുടെ സൈക്കിളുകൾ ഉപയോഗിച്ച് പ്രവർത്തനം സുഗമമാക്കുന്നു.പുതുതായി 4 സൈക്കിൾവാങ്ങാൻ PTA യിൽ നിർദ്ദേശം വെക്കുന്നു.

സൈക്കിൾ പഠനം				
ക്ര .നം	ഉപകരണങ്ങൾ	വില	എണ്ണം	ആകെ വില
1	സൈക്കിൾ	8500	4	34000
Total				**34000.00**

കിഡ്സ് അത്ലറ്റിക്സ് & അത്‌ലറ്റിക്സ്.

കിഡ്സ് അത്ത് ലെറ്റിക് സ് ഉപകരണങ്ങൾ				
ക്ര .നം	ഉപകരണങ്ങൾ	വില	എണ്ണം	ആകെ വില
1	മെഡിസിൻബോൾ 1	600	2	1200
2	മെഡിസിൻബോൾ 2	650	2	1300
3	മിനി ബാസ്കറ്റ് ബോൾ	600	2	1200

4	റോപ്പ് ലേഡർ (50cm സ്ക്വയർ)5 മീറ്റർ	650	1	650
5	ത്രോബോൾ	500	2	1000
6	ഫ്ലൈയിംഗ് ഡിസ്ക്	180	12	2160
7	കോൺ	68	20	1360
8	സ്റ്റെപ്പ് ജംപ്പിംഗ് ബോക്സ്	450	4	1800
9	ഹഡിൽസ് 40cm ,60cm	390	4	1560
10	സ്കിപ്പിംഗ് റോപ്പ്	120	5	600
11	ജാവലിൻ 400 ഗ്രാം,600 ഗ്രാം	680	4	2720
Total				**15550**

മേജർ ഗെയിം.

ഓഗസ്റ്റ്,സെപ്റ്റംബർ,ഒക്ടോബർ,നവംബർ മാസങ്ങളിൽ വിവിധഗെയിമുകൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. പ്രധാനമയി വോളിബോൾ ഫുട്ബോൾ ഷട്ടിൽ എന്നിവയാണ് തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത്.

ഫുട്ബോൾ

ഫുട്ബോളിന് ചെറിയ ഗ്രൗണ്ട് (പള്ളിപ്പറമ്പ്)മാത്രമേ സ്കൂളിന് സൗകര്യപ്രദമുള്ളത് .മാനേജറുടെ നിർദ്ദേസമനുസരിച്ച് ഗ്രൗണ്ട് നിരപ്പാക്കിത്തരും എന്ന ഉറപ്പിൽ,പുറമെനിന്നും ഒരു കോച്ചിന്റെ സഹായത്താൽ ഒരു വർഷക്കാലം നീണ്ട് നിൽക്കുന്ന പരിശീലനപദ്ധതി ആസൂത്രണം ചെയ്തു . ഇതിന്റെ ഫണ്ട് ,പങ്കെടുക്കുന്ന കുട്ടികളിൽ നിന്നും,പി.ടി.എ,യിൽ നിന്നും,മറ്റ് സ്പോൺസർമാരിൽ നിന്നും കണ്ടെത്തണം. ജൂലൈ മാസത്തിൽ താല്പര്യമുള്ള കുട്ടികളുടെ രക്ഷിതാക്കളുടെ സമ്മതപത്രം വാങ്ങി നിശ്ചിതഫീസ് ഈടാക്കി പദ്ധതി നടപ്പാക്കാം.

ഫുട്ബോൾ				
ക്ര .നം	ഉപകരണങ്ങൾ	വില	എണ്ണം	ആകെ വില
1	ഫുട്ബോൾ	1100	20	22000
2	ഫുട്ബോൾഗോൾ പോസ്റ്റ് (മിനി)2 സെറ്റ്	2500	4	10000
3	ഫുട്ബോൾ പോസ്റ്റ് നെറ്റ്	875	4	3500
				35500.00

ഷട്ടിൽ ബാഡ് മിന്റൺ

നാളേക്ക് ഇൻഡോർ കോർട്ട് ആവും എന്ന പ്രതീക്ഷയിൽ ഷട്ടിൽബാഡ് മിന്റൺ കോർട്ട് സ്കൂൾ മുറ്റത്ത് പുതുതായി നിർമിച്ചു.

മേജർ ഗെയിം ഉപകരണങ്ങൾ				
ക്ര .നം	ഉപകരണങ്ങൾ	വില	എണ്ണം	ആകെ വില

1	വോളിബോൾ	780	4	3120
2	വോളിബോൾ നെറ്റ്	1250	1	1250
3	മിനി ഗോൾ പോസ്റ്റ്	1200	2	2400
4	ഷട്ടിൽ ബാറ്റ്	620	8	4960
5	ഷട്ടിൽ ബാഡ് മിന്റൺ നെറ്റ്	490	2	980
6	ഷട്ടിൽ കോക്ക്	680	4	2720
8	ഷട്ടിൽ ബാഡ് മിന്റൺ പോസ്റ്റ്	750	2	1500
9	ഖോ-ഖോ പോസ്റ്റ്	500	2	1000
Total				**17930.00**

മൈനർ ഗെയിം

വിവിധ മേജർ ഗെയിമിനോട് അനുബന്ധിച്ചുള്ള മൈനർജിയും കളിപ്പിക്കുന്നു.ജൂൺ,ജൂലൈ ഓഗസ്റ്റ് മാസങ്ങളിൽ സ്കൂളിന്റെ ഹാളിലും വരാന്തയിലും ഒഴിഞ്ഞ സ്ഥലങ്ങളിലും സംഗീതത്തിന്റെ സഹായത്തോടെയും,അല്ലാതെയും,താളാത്മകമായി ഏയ്റോബ്ക്ക്എക്സർസൈസുകൾ നിശ്ചിത സമയം ചെയ്യുന്നു .ഇതിനായി ഒരു ഇൻസ്ട്രക്ടറെ ചുമതലപ്പെടുത്തുന്നു.

സാമ്പത്തിക അവലോകനം		
ക്ര നം	ഇനങ്ങൾ	തുക
1	യോഗ	8900:00
2	സൈക്കിൾ	34000:00
3	കിഡ്സ് അത്ത് ലറ്റിക് സ്	15550:00
4	ഫുട്ബോൾ	35500.00
5	മേജർ ഗെയിം	17930.00
Total		**111830.00**

ട്രാഫിക് നിയമങ്ങൾ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു

ഇന്നത്തെ പ്രശ്നം റോഡ് നിയമങ്ങളെ കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ധാരണ ഇല്ലായ്മയാണ്.

ലക്ഷ്യങ്ങൾ റോഡ് നിയമങ്ങളെ കുറിച്ച് കുട്ടികളെ ബോധവാന്മാരാക്കുക എന്നതാണ്.

റോഡ് അപകടങ്ങൾ അനുദിനം വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ഒരു കാലഘട്ടത്തിലാണ് നാം ജീവിക്കുന്നത് പ്രധാനമായും റോഡ് നിയമങ്ങൾ പാലിക്കാത്തതാണ് കാരണം. പ്രാഥമിക വിദ്യാഭ്യാസ കാലഘട്ടത്തിൽ തന്നെ റോഡ് നിയമങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള ധാരണ കുട്ടികളിൽ രൂപപ്പെടുത്താൻ കഴിയണം.വാഹനാപകടങ്ങൾ ഉണ്ടാകാനുള്ളകാരണങ്ങളെക്കുറിച്ച് കുട്ടികൾക്ക് പറയാൻകഴിയണം. കാൽനടയായും,വാഹനങ്ങളിലും വിദ്യാലയത്തിലെത്തുന്ന കുട്ടികൾ തീർച്ചയായും,കാൽനടയാത്രക്കാരും വാഹനയാത്രക്കാരും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടകാര്യങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം.സീബ്ര ലൈൻ,

അടയാളവിളക്കുകൾ,ട്രാഫിക് ചിഹ്നങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ എന്തെന്ന് കുട്ടികൾ വ്യക്തമായി ബോധ്യപ്പെടുത്തണം.ചെറിയകളികളിലൂടെയും ചർച്ചകളിലൂടെയും നിരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെയും ഈ കാര്യങ്ങൾ കുട്ടികളിൽ എത്തിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കണം. സുരക്ഷിതയാത്രയ്ക്കായി ഒട്ടേറെ കാര്യങ്ങൾ താൻ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ട് എന്ന് ഓരോ കുട്ടിയും തിരിച്ചറിയണം.

പ്രവർത്തനങ്ങൾ.

വാർത്ത, കൊളാഷ് വിശകലനം.

സീബ്രാ ലൈൻ -ചിത്ര നിരീക്ഷണം.

ട്രാഫിക് വിളക്കുകൾ- വീഡിയോ പ്രദർശനം

ട്രാഫിക് വിളക്കുകൾ വരച്ച് നിറം നൽകൽ

അടയാള വിളക്കുകൾ ചർച്ച

വാഹനം ഓടിക്കാം കളി. തുടങ്ങിയവ

മോണിറ്ററിംഗ്.

ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ മാസ്റ്റർ പ്ലാനിന്റെ മോണിറ്ററിംഗ് കമ്മിറ്റിയായി HM ജനറൽ കൺവീനറായും,കായികാധ്യാപകൻ കൺവീനർ ഒരു പുരുഷഅധ്യാപകൻ രണ്ടു വനിത അധ്യാപികമാർ രണ്ടുപേരും ചേർന്ന് ഏഴ് അംഗ കമ്മിറ്റി രൂപീകരിക്കണം.

ജനറൽ കൺവീനർ	ശ്രീ. റെനി. പി.	ഹെഡ്മിസ്ട്രസ്
കൺവീനർ	ശ്രീ. മധു. ടി. സി	PET
ജോയിന്റ് കൺവീനർ	:	
അംഗങ്ങൾ	:	

കലണ്ടർ രൂപീകരിച്ച് പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആരംഭിക്കാനും, മാസത്തിൽ ഒരു തവണയെങ്കിലും വിലയിരുത്താനും,ഓരോ പ്രവർത്തനത്തിന്റെയും ഹാജർ പരിശോധിച്ച് അംഗീകരിക്കുകയും വേണം.

16-6-2025
പുതുപ്പാടി

മധു. ടി. സി
ഫിസിക്കൽ
എഡ്യൂക്കേഷൻ

Academic Masterplan - ICT

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനങ്ങൾ	കാലം	ചുമതല
ICT യോട് വിദ്യാർത്ഥികളിൽ അഭിരുചി വളർത്തുക.	ഡിജിറ്റൽ പോസ്റ്റർ നിർമ്മാണം, മലയാളം ടൈപ്പിംഗ്	3 മാസം	ICT കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന അധ്യാപകർ
കോഡിംഗിലൂടെ തൊഴിൽ സാധ്യതകളെ കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാക്കുക.	Scratch, pictoblox തുടങ്ങിയ Software കൾ പരിചയപ്പെടുത്തി സ്വന്തമായി software നിർമ്മാണം, കോഡിംഗിന്റെ അടിസ്ഥാനാശയങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കൽ	1 വർഷം	അധ്യാപകർ
ഡിജിറ്റൽ പ്രസന്റേഷന് പ്രാപ്തരാക്കുക.	സ്ലൈഡ് നിർമ്മാണം, അനിമേഷൻ നൽകൽ, ട്രാൻസിഷൻ നൽകൽ	1 വർഷം	അധ്യാപകർ

PUTHUPPADI PIN-686 673

ഗവൺമെന്റ് ജോസഫ് മെമ്മോറിയൽ ഹൈ. സ്. സ്.
പുതുപ്പള്ളി.
അക്കാദമിക് മാസ്റ്റർ പ്ലാൻ . 2025-2026.

ലക്ഷ്യം	പ്രവർത്തനം	സമയം	[illegible]	പിന്തുണ
വായന				
കുട്ടികളിൽ വായന പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക	ലൈബ്രറിയിൽ നിന്നും ബുക്കുകൾ കൊടുത്ത് വായിപ്പിക്കുക	ജൂൺ മാസം	സ്കൂൾ ലൈബ്രറി	ലൈബ്രേറിയൻ
വായനയുടെ ലോകത്തേക്ക് കൈപിടിച്ചുയർത്തി വായനാശീലം വളർത്തുക, നല്ല വായനക്കാരാക്കുക.	കഥകൾ, കവിതകൾ, ചിത്രകഥ - കൾ ക്വിസ് മത്സരങ്ങൾ, അസംബ്ലിയിൽ കഥയും കവിതയും പറഞ്ഞ് നിർവഹിക്കുന്നു.	നവംബർ എല്ലാ ദിവസം നവംബർ	പുസ്തകങ്ങൾ	അധ്യാപകർ കുട്ടികൾ വിദ്യാർത്ഥികൾ
എഴുത്ത്				
എഴുതാനുള്ള കഴിവ് വികസിപ്പിക്കുക.	വിജയികൾക്ക് തിരഞ്ഞെടുത്ത് സമ്മാനം നൽകും.	നവംബർ ഡിസംബർ		
അറിവിന്റെ ലോകം				
ആനുകാലിക അറിവ് നേടുക.	ഒഴിവുസമയങ്ങളിൽ ... ലൈബ്രറി സന്ദർശിക്കുക.	എല്ലാ ദിവസവും	ലൈബ്രറി	അധ്യാപകർ, സഹപാഠികൾ.

പ്രതിഭകളെ കണ്ടെത്തൽ	പ്രതിഭകളെ കണ്ടെത്തുന്നതിന് ക്വിസ് മത്സരങ്ങൾ നടത്തുന്നു.	ജൂലൈ ആഗസ്റ്റ്	[illegible]	അധ്യാപകർ
ശീലങ്ങൾ				
ശീലങ്ങ-ളെക്കുറിച്ചുള്ള അവബോധം ഉണ്ടാക്കുന്നു.	നല്ല ശീലങ്ങൾ, പോസ്റ്ററുകൾ അടക്കം സംഘടിപ്പി-ക്കുന്നു.	നവംബർ	കുട്ടികൾ	അധ്യാപകർ
ആരോഗ്യക്ലാസ്സ്.				
ആരോഗ്യ ശീലങ്ങളെ കുറിച്ച് കുട്ടികൾ അറിയാൻ	ആരോഗ്യ ശീലങ്ങളെക്കുറിച്ച് ക്ലാസ്സ് സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. പോസ്റ്റർ രചനാ ~~[illegible]~~ മത്സരം, പ്രസംഗം എന്നിവ സംഘ-ടിപ്പിക്കുന്നു.			