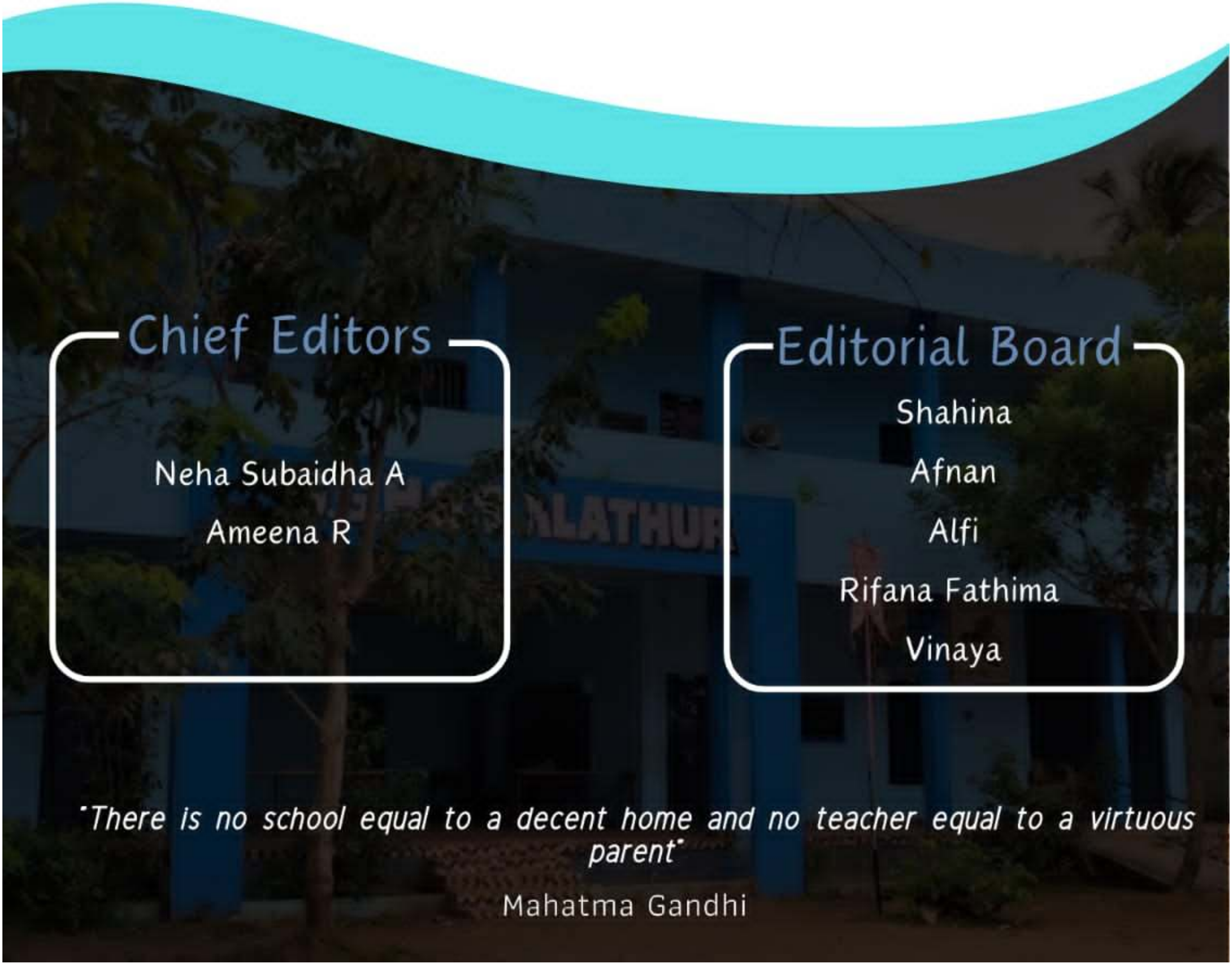
അകം

ജി.ജി.എച്.എസ്.എസ്
ആലത്തൂർ
ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ
2023-2024



Chief Editors

Neha Subaidha A

Ameena R

Editorial Board

Shahina

Afnan

Alfi

Rifana Fathima

Vinaya

"There is no school equal to a decent home and no teacher equal to a virtuous parent"

Mahatma Gandhi

ആശംസകൾ

ഗവൺമെന്റ് ഗേൾസ് ഹയർ സെക്കന്ററി സ്കൂളിലെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ തയ്യാറാക്കുന്ന ഡിജിറ്റൽ മാഗസീന് എല്ലാ വിധ ആശംസകളും നേരുന്നു. പാഠപുസ്തകങ്ങൾക്ക് പുറമെ അധ്യാപകർ പകർന്നു നൽകുന്ന അറിവുകൾ കുട്ടികളുടെ സർഗ്ഗാത്മകതയെ രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിൽ വലിയ പങ്കുവഹിക്കുന്നുണ്ട്.നവമാധ്യമങ്ങൾ ആശയരൂപീകരണത്തിനും പ്രകടനത്തിനും പ്രതികരണത്തിനും വലിയ പങ്കുവഹിക്കുന്ന ഈ കാലത്ത് സൈബർ ഇടങ്ങളിൽ രേഖപ്പെടുത്തേണ്ട മികച്ച രചനകൾ ഈ മാഗസിനിൽ കാണാൻ കഴിഞ്ഞത് പ്രശംസനീയമാണ്. ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ മികവുറ്റ ഇടങ്ങളിൽ അടയാളപ്പെടുത്താൻ എല്ലാ ഭാവുകങ്ങളും നേരുന്നു.

-ശാന്തകുമാരി.പി
എച്ച്.എം
ജി.ജി.എച്ച്.എസ്.എസ്.ആലത്തൂർ.

തലമുറകളായുള്ള ചിത്രങ്ങൾ

എന്തൊരു ജീവതമാണ്, ഈ വൃദ്ധസദനത്തിൽ കഴിയേണ്ട ഗതി. ജീവിതത്തിൽ ഒരിക്കലും വിചാരിച്ചില്ല, എന്റെ ഗതി ഇവിടെയാണ് എന്ന്. "ഹേ മിത്ര മാം. നിങ്ങളുടെ മക്കൾ വന്നിരിക്കുന്നു." ജോലിക്കാരി വിളിച്ചു.

"അവരോ, അവരെ ഇന്ന്പ്രതീക്ഷിച്ചി - രുന്നു. അതും ജന്മദിനത്തിൽ." മിത്രയ്ക്ക് ഇപ്പോൾ അറുപത് വയസ്സ്. ഭർത്താവ് മരിച്ചു. സ്വത്തുക്കൾ മക്കളുടെ പേരിൽ ആക്കിയ ദിവസം മുതൽ അവൾ വൃദ്ധസദനത്തിലാണ്. മൂന്ന് വർഷമായി ഇവിടെ. മക്കൾ വർഷത്തിൽ ഒന്നോ രണ്ടോ പ്രാവശ്യം കാണാൻ വരാറുണ്ട്. അന്ന് മാതൃദിനമോ, ജന്മദിനമോ ആയിരിക്കും അവർ വന്നു, അമ്മയെ കണ്ടു, സ്ഥിരം വന്നാൽ ചെയ്യുന്നത് ആവർത്തിച്ചു. കേക്കിനോടൊപ്പവും അമ്മയോടൊപ്പവും ചിത്രങ്ങൾ പകർത്തി. സോഷ്യൽ മീഡിയയിൽ അപ്‌ലോഡ് ചെയ്യാൻ വേണ്ടത് കിട്ടി അവർ മടങ്ങി. എല്ലാം കഴിഞ്ഞ് മിത്ര മുറിയിൽ പോയി. തേങ്ങി കരഞ്ഞു. എന്നിട് സ്വയം പറഞ്ഞു: "അവരെ പറഞ്ഞിട്ട് എന്ത് കാര്യം? ഞാനും അമ്മയോട്..... ഒന്നും പറയാൻ സാധിക്കാതെ അവർ സ്വന്തം അമ്മയെ മറവ് ചെയ്ത സ്ഥലത്തേയ്ക്ക് നടന്നു.

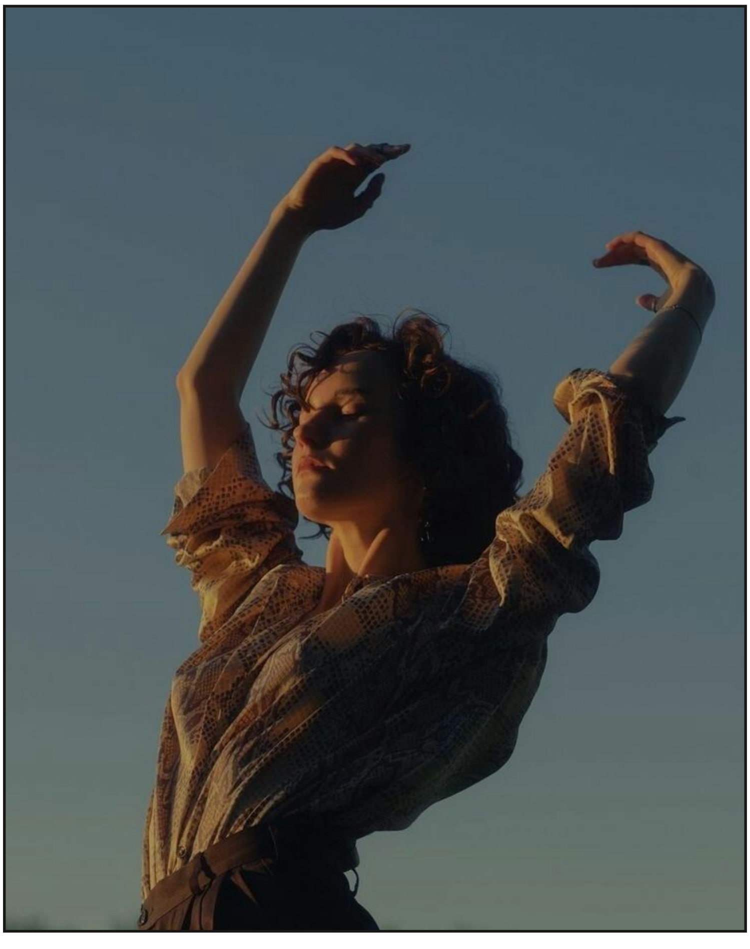
-ശീതൾ.ജെ

8-E

സ്വാതന്ത്ര്യം

നക്ഷത്രങ്ങൾ പൂക്കുന്ന
താഴ്വരയിലൂടെ ഞാൻ നടന്നു
അന്ധകാരത്തിൽ നിന്നും
വെളിച്ചത്തിലേക്ക് പറന്നു
മനസ്സിലെ ചാപല്യങ്ങളെ
പണ്ടേ ഉട്ടെറിഞ്ഞിരുന്നു
അന്ന് ഞാൻ ചില്ലുകുപ്പിയിലെ
പൂമ്പാറ്റയെ പോലെ
ഏകാന്തത തകർന്നു
മനതാരിലെ ചില്ലുകണ്ണാടിയിലൂടെ
ഞാൻ നോക്കിക്കണ്ടത് ചിത്ര-
പണികളാൽ തീർത്ത
എന്നെയായിരുന്നു
എന്നിലെ സങ്കടങ്ങൾ കടലാസ്
തോണിയിലാക്കി ഒഴുക്കി
വിട്ടിരിക്കുന്നു
അവസാനം, ഇന്നെനിക്കാരോ
സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ പീയൂഷവും
നൽകിയിരിക്കുന്നു

-സബീന എച്ച്
X-F



അവൾ

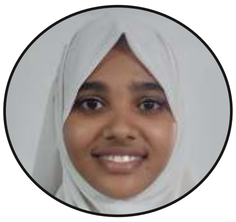
എതിർപ്പുകളെ ഒരു
കവിതയാക്കി...
ആഗ്രഹങ്ങളെ മാനംമുട്ടുന്ന
പട്ടമാക്കി...
അസമയങ്ങളിലെ
നക്ഷത്രങ്ങളെ കാണാൻ
അവൾ
നടന്നു തുടങ്ങി..

-അക്ഷയ ഉണ്ണി

X-F

അമ്മ

ഓരോ മൊട്ടും
പുലരുമ്പോൾ
പൂവാകുന്നത്
കാണിച്ചു തന്നവൾ
രാത്രിയിൽ
ആകാശം നോക്കി
എണ്ണാൻ പഠിപ്പിച്ചു തന്നവൾ
ഉറങ്ങാൻ പോകുമ്പോൾ
മാറോട് ചേർത്തു
പാട്ടു പാടി തന്നവൾ
എന്നാൽ ഇപ്പോൾ
അതെല്ലാം ഓർമ്മകൾ
മാത്രം



തൻഹ

10 C

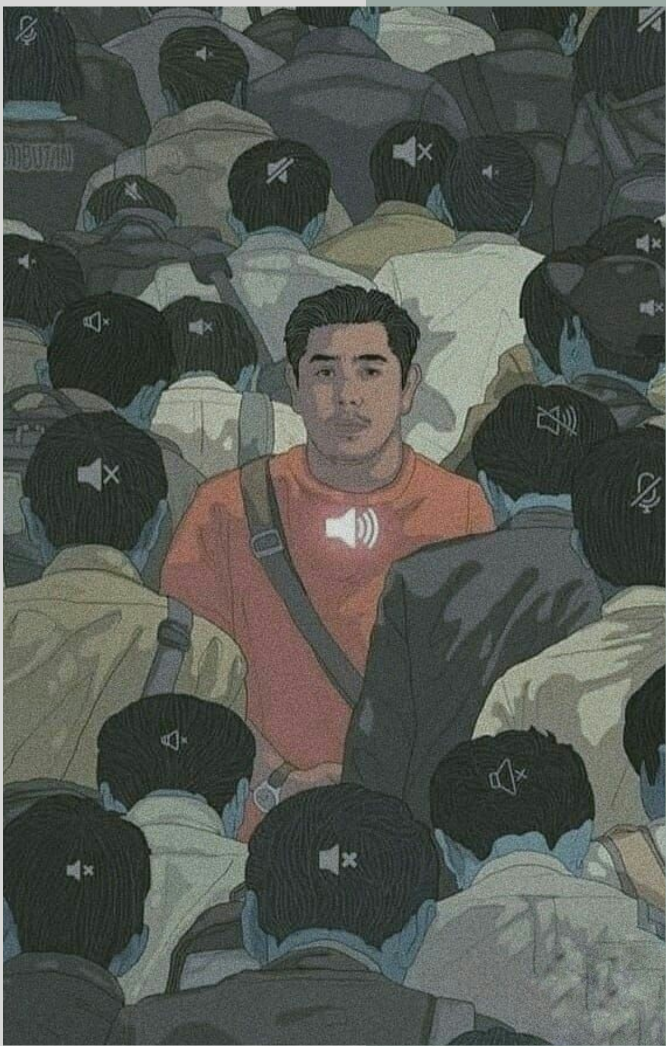
ഉൾത്തടങ്ങൾ

ചില ഉള്ളുകളുണ്ട്
വാക്കുകളെ പരിണയിച്ചവ
ഈറൻത്തുണിയിൽ
പൊതിഞ്ഞ
വളപ്പൊട്ടുകൾപോലെ
കിലുങ്ങാത്തവ
ചിതറിയിട്ടാൽ വീണ്ടും
ചിരിപൊഴിയുന്നവ

ചില ഉള്ളുകളുണ്ട്
തളച്ചിടലിന്റെ ഭാഷയിൽ
വിളറി വെളുത്തവ
ചോരനിറം വയ്ക്കാത്ത
മാതളപ്പഴം പോലെ

ചില ഉള്ളുകൾ
കൈവരിയില്ലാത്ത
മഴക്കാല കിണർപോലെ
എത്തിനോക്കുമ്പോഴേക്കും
കാൽവഴുതി അതിൽ
വീണുപോകും

ചില ഉള്ളുകൾ
മെഴുക്കു പുരണ്ട
സ്ലെയിറ്റു പോലെ
അമർത്തി വരച്ചാലും
നിറം പിടിക്കില്ല.



കടൽക്കാറ്റുപോലെ
ഇടയ്ക്കിടെ
കിതച്ചു നിൽക്കും
മെല്ലെ മെല്ലെ
മിടിച്ചു തീരും.

വേറെ,
ചില ഉള്ളുകളുണ്ട്
കന്നിപ്പുഴ പോലെ
മഴ മുറിഞ്ഞ
ഇടവേളയിലും
കരകലങ്ങാതെ
തെളിഞ്ഞൊഴുകും.

ഇനിയും,
ചില ഉൾത്തടങ്ങളോ
വൃശ്ചികപ്പുലരിപോലെ
ഓർക്കാപ്പുറത്ത്
ഉറഞ്ഞുപോകും

എങ്കിലും
കോറിയിട്ടാലും കലങ്ങാത്ത
ചില ഉള്ളടരുകളുണ്ട്
വെയിലിൽ കരിഞ്ഞ
ഇലഞ്ഞിപ്പൂ പോലെ
സുഗന്ധം മാറാത്തവ

-ഫറാഷ കെ

എച് എസ് എ

മലയാളം

പൊഴിയും ഒരു നാളു നീളും

പൊഴിയുന്ന പൂക്കളെ നോക്കി ഞാൻ
ചിരിക്കവേ
ഓർക്കാതെ എൻ ഗതി ഒരുനാൾ
ഇങ്ങനെ
കാറ്റിൽ പൂമണം പരത്തുന്ന
പൂവിന് പ്രഭാതം
ഉണ്ടോ വാടി കൊഴിഞ്ഞവയ്ക്ക്

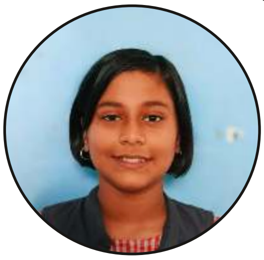
-ശീതൾ.ജെ

8-E

ചുവപ്പ്

നീണ്ട ആകാശത്തിനും
പരന്ന കടലിനും
ചുവന്ന എനിക്കും
അതിരില്ല

-അമാനി തസ്മിയ് കെ
8 D



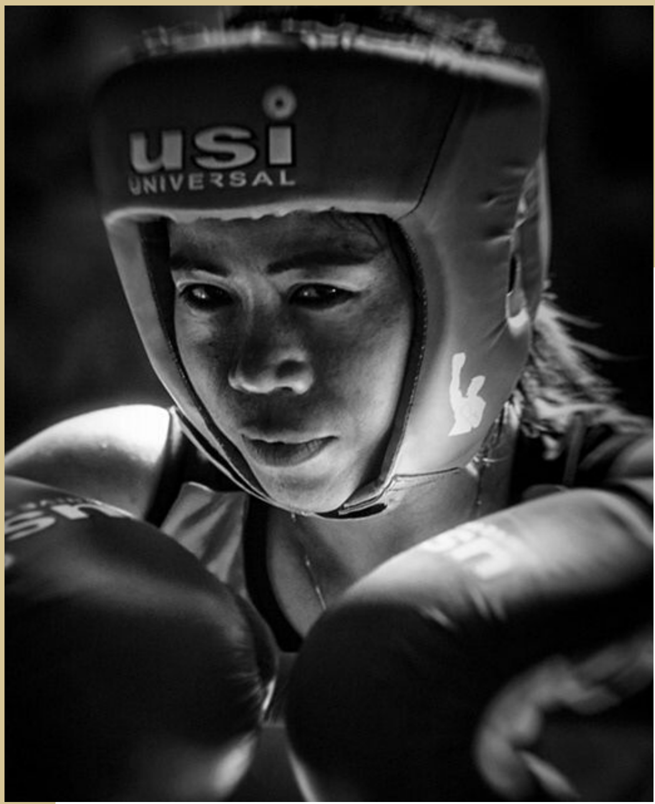
ഇടിക്കൂട്ടിലെ

ഉരുക്കുവനിത

മൂന്നു കുട്ടികളുടെ അമ്മയാണ് ഈ മുപ്പത്തൊന്നുകാരി. ഇടിക്കൂട്ടിലെ എതിരാളികളുടെ മുഖം നോക്കി ചുരുട്ടിയ മുഷ്ടികൾ ആഞ്ഞടിക്കുമ്പോൾ പക്ഷേ ഒരു അമ്മയുടെ കനിവൊന്നും അവരുടെ കണ്ണിൽ കാണില്ല. അതാണ് മേരികോം. ഇന്ത്യയുടെ മാഗ്നിഫിഷ്യന്റ് മേരി ഇഞ്ചിയോൺ ഏഷ്യൻ ഗെയിംസിൽ ഇന്ത്യയുടെ ഉറച്ച സ്വർണ്ണ പ്രതീക്ഷയായിരുന്നു. ബോക്സിങ്ങ് റിംങ്ങിലെ മേരികോം. ആ പ്രതീക്ഷ മേരി സഫലമാക്കി. മേരി കോമിന്റെ ആദ്യ ഏഷ്യൻ ഗെയിംസ് സ്വർണ്ണം വനിത ബോക്സി ങ്ങിൽ 5 തവണ ലോകചാമ്പ്യൻപട്ടം നേടിയ മേരി കോം കടുത്ത പ്രതിസന്ധികൾ തരണം ചെയ്താണ് ലോകത്തിന്റെ നെറുകയിൽ എത്തിയത്.

മണിപ്പൂരിലെ ഒരു സാധാരണ കുടുംബത്തിലാണ് മേരി കോമിന്റെ ജനനം. കർഷകതൊഴിലാളികളായിരുന്നു മേരികോ മിന്റെ മാതാപിതാക്കൾ. അത്‌ലറ്റിക്സിനോടായിരുന്നു ചെറുപ്പത്തിൽ മേരി കോമിന് താൽപര്യം. ഓട്ടവും ചാട്ടവും ഹോക്കിയും ഫുട്ബോളുമൊക്കെ കളിച്ചിരുന്നെങ്കിലും അന്ന് ബോക്സിങ്ങിനെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടായിരുന്നില്ല.

സ്ക്രൂൾ പഠനകാലത്ത് മൂന്നു തവണയാണ് സ്ക്രൂളുകൾ മേരികോം മാറിയത്. മെട്രിക്കുലേഷൻ പാസ്സായില്ല. വീണ്ടും സ്ക്രൂളിലേക്ക് പോവാൻ മേരി തയ്യാറായില്ല. ഓപ്പൺ സ്ക്രൂളിൽ പരീക്ഷ എഴുതി പാസ്സായി പിന്നീട് പുരചങ്ക്പൂർ കോളേജിൽ നിന്നു ബിരുദം നേടി.
മണിപ്പൂർ ബോക്സിങ്ങ് താരമായ ജിങ്കോസിങ്ങിന്റെ പ്രകടനമായിരുന്നു. മേരി കോമിന്റെ പ്രചോദനം തന്റെ വഴി ബോക്സിങ്ങാണെന്ന് മേരി തിരഞ്ഞെടുത്തു. 2000 ത്തിലാണ് മേരി ബോക്സിങ്ങിലേക്ക് കടക്കുന്നത്. മണിപ്പൂരിന്റെ സംസ്ഥാന ബോക്സിങ്ങ് പരിശീലകനായ നർജിത്സിങ്ങിന്റെ കീഴിലായിരുന്നു പരിശീലനം.



അഞ്ചു തവണയാണ് മേരി കോം വനിതകളുടെ ലോക ബോക്സിങ്ങ് ചാമ്പ്യനായത് മറ്റാർക്കും അവകാശപ്പെടാനില്ലാത്ത ഒരു റെക്കോർഡാണത്. 2012-ൽ ലണ്ടൻ ഒളിംപിക്സിൽ ഇന്ത്യയ്ക്ക് വെങ്കലമെഡൽ സമ്മാനിച്ച താരമാണ് മേരികോം. തന്റെ ഭാരവിഭാഗത്തിൽ മത്സരം ഇല്ലാത്തതിനാൽ ഉയർന്ന ഭാരവിഭാഗത്തിലാണ് അന്ന് മേരിക്ക് മത്സരിക്കേണ്ടി വന്നത്. 2013 -ൽ രാജ്യം മേരികോമിന് പത്മഭൂഷൺ നൽകി ആദരിച്ചു. അതിനുമുമ്പ് 2010-ൽ പത്മശ്രീയും മേരിക്ക് സമ്മാനിച്ചിരുന്നു. 2009 ൽ രാജ്യം മേരി കോമിന് ഖേൽരത്ന പുരസ്കാരം സമ്മാനിച്ചു.

2001-ലാണ് മേരി കോം ഓൺലർകോം എന്ന ചെറുപ്പക്കാരനെ പരിചയപ്പെടുന്നത്. നാലുവർഷത്തെ പ്രണയത്തിനുശേഷം 2005-ൽ ഇവർ വിവാഹിതരായി. ആദ്യത്തെ പ്രസവത്തിൽ മേരികോമിന് 2 ആൺകുട്ടികളും 2013 -ൽ മേരികോം മൂന്നാമത്തെ കുട്ടിക്ക് ജന്മം നൽകി. മേരികോമിന്റെ ജീവിത കഥയാണ് അവരുടെ അതേ പേരിൽ സഞ്ജയ് ലീല ബൻസാരി സിനിമയാക്കിയത്. ഒമങ്ങ് കുമാറാണ് സിനിമ സംവിധാനം ചെയ്തത്. പ്രിയങ്ക ചോപ്രയാണ് മേരികോമിനെ അവതരിപ്പിച്ചത്.

മേരി കോമിന്റെ ആത്മകഥയാണ് 'അഭേദ്യം അൺബ്രേക്കബിൾ' . അതെ, മേരികോമിന്റെ ജീവിതം അങ്ങനെ തന്നെയാണ്. അർപ്പണബോധവും ആത്മാർത്ഥതയും കഠിനാദ്ധ്വാനവും ഉണ്ടെങ്കിൽ നമുക്ക് എന്തും നേടാനും എവിടെയും എത്തിച്ചേരാനും കഴിയുമെന്ന് മേരികോമിന്റെ ജീവിതം നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു.

-അല്ലി

കായികാധ്യാപിക

OVER THE MOON

I used to love the moon,
even if it ended soon.
It was a saturday night,
That seemed to shine so bright.

The saturday night that
changed my life,
that went through my heart,
like a knife.
The chirping of the cricket,
Left me with a locket.

The silence before the storm
took away my home.
I used to love december,
now, it rhymes with remember.

He gave his life to me,
to live the life he dreamed to
be.
I fell into lonely mess,
When he left me in the
darkness.

He played the role of a
guardiam,
now I am felt alone with a
cardigan.
The echo of the beep,
still hits me deep.

I no longer to have you,
like I used to do.
But I still have you in my
chambers,
And I still hear your whispers.

-Saliha fathima.I
10-F

SHE WAS ENOUGH FOR ME

It was a bright frosty morning. Two girls were walking through the busy road, among the busy people. They were holding hands, and we can say that they are school students as they both were wearing a school uniforms with bags.

"you don't worry, I'm sure you will do it".
Said one of the girl.

" Yeah, hope so Emma" said the other girl while nodding her head.

After seeing her friend nodding they continued
to walk.

"Mia, fast we have to be fast" said, Emma. As they fasten their speed. After five minutes, they reached their school, students were walking here and there totally busy. They straightly headed to the make up room. The make up artist started to make Mia ready.

[Mia, Emma they both were childhood friends. They are 15 years old. Mia loves to sing. Emma knew that and she started supporting her. And that day in their school ther was a music competition going on and the winner would be able to sing in films. Mia wished to participate in the competition. Only Emma was the one who supported her and encouraged her.]

Mia has done her make up, hairstyles and dressing, now she is at the backstage getting ready to sing. Emma is in the second row of the left side, waiting for Mia to sing.

"Next welcome Mia" said the anchor. Mia nervously got on the stage and started looking for Emma and when she spotted her, she saw Emma giving her thumps up. Mia closed her eyes and took a deep breadth and started to sing her eyes closed.

After few seconds , Mia didn't feel any response, she opened her eyes with a heart which is beating in 5x speed. No one from the audience clapped, Mia's eyes started to get teary ,that's when she heard a clapping sound and spotted Emma clapping with a big smile on her face. Mia started crying messily in the stage. Everyone got worried seeing her cry. Mia announced that Emma who was clapping is my friend and she is deaf. With that she got off from the stage and ran to Emma and hugged her crying own her embrace. "thank you Emma for everything. ***You are enough for me my friend...."***

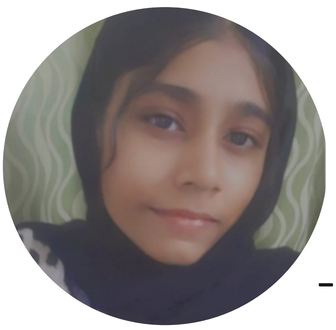
- Anjana.K.K
9-E

What happened to the Moon?

The night is very dark
But the stars are glowing and shining
The moon is very happy
To see the beautiful earth.

One day we see the moon as full moon
The nights to see, is very bright
The clouds are dark in sight
The stars shining in while.

One day we see the sky
Where is our moon?
what happened to the moon?



-Jumana.A
BIOSCIENCE

HUMAN RIGHTS EDUCATION HISTORY

-Abdul Kafoor A

HST SOCIAL STUDIES

The emphasis on human right education began in *1995* with the beginning of the UN Decade for human Rights Education, though previously addressed in *1953* with UNESCO associated school program, which served as an initial attempt to teach human rights in formal school settings". The formal request for the need to educate students about human rights came about in UNESCO's *1974* article recommendation concerning Education for International Understanding, cooperation and peace, Education relating to Human Rights and fundamental Freedoms. The participants of the International congress on the Teaching of Humans Rights eventually met in *1978* to form a specific definition of what would be required application of the education in formal curricula. The aims at which the Congress agreed upon including the encouragement of tolerant attitudes with focus on respect, providing knowledge of human rights in the context of national and international dimensions as well as their implementations, and finally developing awareness of human rights translating into reality whether social or political on national and international levels.

Human Rights Education became an officail central concern internationally after the world Conference on Human Rights in *1993*. This conference brought the issue countries priority lists and was brought to attention of the United Nations. It was two years later that the United Nations approved the Decade for Human Rights Education, Which reformed the aims of application once again. Since the development of the UN Decade, the incorporation of human rights education into formal school curricula has been developed and diversified with assistance of non governmental organizations, inter governmental organizations, and individuals dedicated to spreading the topic through formal education.

Today the most influential document used to determine what qualifies as human rights and how to implement these ideas and rights into everyday life is the Universal Declaration . This declaration was adopted by the General Assembly in *1948*,making December *10* Annual Human Rights Day ever since. To this day the *30* article compilation is seen as "a common standard of achievement for all peoples and all nations."

OBJECTIVES OF HUMAN RIGHTS EDUCATION

⭑Human rights education aims to do the following:
⭑ Enhance the knowledge and understanding of human rights.
⭑ Foster attitude of tolerance, respect, solidarity, and responsibility.
⭑ Develop awareness of how human rights cab be translated into social and political reality
⭑ Develop skills for protecting human rights.

The design of the curriculum needs to be built on the philosophical, psychological, and sociological bases of curriculum planning and development. The school curriculum should work toward the holistic development of individual.

WHY HUMAN RIGHTS EDUCATION IN THE SCHOOL CURRICULUM?

The contemporary conception of human rights has historical roots, Rousseau, Socrates, and Plato in the west and Manu, Vysadeva, Gandhi, Aurobindo and others in India have enunciated principles of human rights .Important milestones in the struggles for human rights are the struggle between the British crown and Parliament, the French revolution, the struggle for American independence, and the adoption of the universal declaration of the human rights by the United Nations on **10** December **1948**. the declaration symbolized the beginning of the international human rights movement. In **1959**, children rights to life, education, health, protection and development wee proclaimed in the declaration of rights of the child.

The first National Curriculum Framework by the National Council Education Research and Training (NCERT) IN **1957** STATES."The awakening of social consciousness, the development of democratic values and of a feeling for social injustice and national integration are extremely important. All subjects should be taught in such a manner so as to foster the spirit of scientific humanism." The National Curriculum Framework for primary and secondary education (NCERT **1988**) identifies and addresses some of these concerns such as promoting values of egalitarianism, democracy, secularism, equality, removal of social barriers, and creating a sense of common citizenship. It proposes that the school curriculum reflects some world issues and helps make children become aware of and appreciate different world cultures.

Our World

It's a busy world
Everybody engaged
in their work,
But some people are
struggling to
find a meal.

No one sees them
Food is the
most precious treasure
in their mind.
But all are wasting
that treasure,
One day they will
regret.

-Shanifa
BIOSCIENCE

THANK YOU DEAR TEACHERS AND OUR DEAREST STUDENTS FOR YOUR UNWAVERING, GUIDANCE, CO-OPERATION. WE ARE IMMENSELY GRATEFUL FOR PATIENCE AND DEDICATION. ONCE AGAIN THANK YOU ALL FOR MAKING THIS MAGAZINE MUCH ELEGANT AND UNIQUE.