GFVHSS CHERUVATHUR

ആമുഖം

ഗവൺമെന്റ് ഫിഷറീസ് വെക്കേഷണൽ ഹയർസെക്കൻഡറി എൽ പി വിഭാഗം ക്ലാസ്സ് അടിസ്ഥാനത്തിൽ പാഠഭാഗങ്ങളെ ആസ്പദമാക്കി നല്ല ആരോഗ്യ ശീലം നല്ല ആരോഗ്യം എന്ന വിഷയവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി നടത്തിയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പുതിയ തലമുറകൾക്ക് ഫാസ്റ്റ് ഫുഡിനോടുള്ള താല്പര്യം വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ വീട്ടിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യവും പ്രസക്തിയും കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുക എന്ന ഉദ്ദേശത്തോടുകൂടി രക്ഷിതാക്കളുടെ പങ്കാളിത്തത്തിൽ നടപ്പിലാക്കിയ പരിപാടിയാണ് "നല്ല ആഹാരം നല്ല ആരോഗ്യം"

കുട്ടികളിൽ വായനാശീലം പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനായി ലൈബ്രറി നവീകരണവും രക്ഷിതാക്കൾക്കായി ബുക്ക് റിവ്യൂ മത്സരവും ഈ അധ്യായന വർഷം മുതൽ നടത്തിവരുന്നു

കുട്ടികൾ തങ്ങളുടെ പിറന്നാൾ ദിനത്തോട് അനുബന്ധിച്ച് "എന്റെ ലൈബ്രറിയിൽ എന്റെ ബുക്ക്" എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ ലൈബ്രറി ബുക്കുകൾ സമ്മാനിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.. ഇതിന്റെ തുടർ പ്രവർത്തനമായി കുട്ടികൾ തങ്ങൾ വായിച്ച പുസ്തകത്തിന്റെ ബുക്ക് റിവ്യൂ അസംബ്ലിയിൽ നടത്തുന്നു, കുട്ടികളുടെ പതിപ്പും തയ്യാറാക്കി വരുന്നു രക്ഷിതാക്കളും ഇതിന്റെ ഭാഗമായി മാറുകയും രക്ഷിതാക്കളിലും വായനാശീലം വളർത്താൻ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഒന്നാം തരം

ഒന്നാം ക്ലാസിലെ "നന്നായി വളരാൻ" എന്ന പാഠഭാഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് നടത്തിയ പ്രവർത്തനം ആഹാരവും ആരോഗ്യവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവരുടെ ജീവിതശൈലിയിൽ

ഉൾപ്പെടുത്താൻ ഉതകുന്ന പ്രവർത്തനമാണ് നല്ല "ആഹാരം നല്ല ആരോഗ്യം" എന്ന പ്രവർത്തനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് നടത്തിയത് ഈ പരിപാടിയിൽ കുട്ടികൾ രക്ഷിതാക്കളുടെ സഹകരണത്തോടെ പച്ചക്കറികൾ മാത്രം ഉൾപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് ഓരോ കുട്ടിയും ഓരോ വിഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി കൊണ്ടുവരികയും അതുപോലെ പലതരത്തിലുള്ള പലഹാര വിഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി കൊണ്ടുവന്നു

രണ്ടാം തരം

രണ്ടാം ക്ലാസിലെ "അറിഞ്ഞു കഴിക്കാം" എന്ന പാഠഭാഗത്തെ ബന്ധപ്പെടുത്തി ക്ലാസിൽ അധ്യാപകരും കുട്ടികളും വിഭവങ്ങൾ തയ്യാറാക്കി കഴിക്കുകയുണ്ടായി അതോടൊപ്പം വീട്ടിലെ പലഹാരത്തിന്റെ മാഹാത്മ്യം മനസ്സിലാക്കാനും കളർ ചേർത്ത മായം കലർന്ന ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ തങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ നിന്നും ഉപേക്ഷിക്കാനും ഉതകുന്ന രീതിയിലാണ് "നല്ല ആഹാരം

നല്ല ആരോഗ്യം എന്ന പ്രവർത്തനത്തെ ഉൾപ്പെടുത്തിയത് കുട്ടികളും രക്ഷിതാക്കളുടെ പരിപൂർണ്ണ പിന്തുണയോടെ സദ്യവട്ടം ഒരുക്കി എൽ.പി വിഭാഗത്തിൽ നല്ലൊരു സദ്യ ഒരുക്കാൻ സാധിച്ചു ബഹുമാനപ്പെട്ട ഹെഡ്മിസ്ട്രസ്സിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിൽ ആയിരുന്നു ആഹാരമേള നടന്നത്

മൂന്നാം തരം

മൂന്നാം ക്ലാസിലെ "രുചിയോടെ കരുത്തോടെ" എന്ന പാഠഭാഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നല്ല ഭക്ഷണത്തിന്റെ ആവശ്യകത മനസ്സിലാക്കുന്നതിനായി വീട്ടിലെ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിന്റെ മൂല്യം തിരിച്ചറിയുന്നതിന് രക്ഷിതാക്കളുടെ പങ്കാളിത്തത്തോടെ വിവിധ ഭക്ഷണങ്ങൾ സ്കൂളിൽ കൊണ്ടുവന്ന് ഭക്ഷ്യമേള നടത്തുകയുണ്ടായി ശരീര വളർച്ചയ്ക്ക് ആവശ്യമായ പോഷകങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നതിന് വേണ്ടി വീട്ടിലെ എല്ലാ ഭക്ഷണവും കഴിക്കണമെന്ന ആശയം കുട്ടികളിൽ രൂപപ്പെടാൻ ഇത് മൂലം സാധിച്ചു. പാചകം ചെയ്തും പാകം ചെയ്തും ഭക്ഷണം കഴിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയും കുട്ടികൾക്ക് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിഞ്ഞു.

നാലാം തരം

"ഊണിന്റെ മേളം, താളം തകരയും" എന്ന പാഠഭാഗങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി നാലാം ക്ലാസിൽ നാടൻ ഭക്ഷണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം വിളിച്ചോതിക്കൊണ്ട് ഊണിന്റെ മേളം നടത്തുകയുണ്ടായി കുട്ടികൾ ഇലക്കറികളുടെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലാക്കി കുട്ടികൾ ഭക്ഷണത്തിൽ ഇലക്കറികൾ ഉൾപ്പെടുത്തി നല്ല ആഹാരം നല്ല ആരോഗ്യം എന്ന ലക്ഷ്യം കൈവരിക്കുവാൻ ഉതകുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുകയുണ്ടായി ഓരോ കുട്ടിയും രക്ഷിതാക്കളുടെ സഹകരണത്തോടെ ആഹാരവസ്തുക്കൾ കൊണ്ടുവരികയും പങ്കുവയ്ക്കുകയും ചെയ്തു

ലൈബ്രറി

കുട്ടികളിൽ വായനാശീലം പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനായി ലൈബ്രറി നവീകരണവും രക്ഷിതാക്കൾക്കായി ബുക്ക് റിവ്യൂ മത്സരവും ഈ അധ്യായന വർഷം മുതൽ നടത്തിവരുന്നു കുട്ടികൾ തങ്ങളുടെ പിറന്നാൾ ദിനത്തോട് അനുബന്ധിച്ച് "എന്റെ ലൈബ്രറിയിൽ എന്റെ ബുക്ക്" എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ ലൈബ്രറി ബുക്കുകൾ സമ്മാനിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.. ഇതിന്റെ തുടർ പ്രവർത്തനമായി കുട്ടികൾ

തങ്ങൾ വായിച്ച പുസ്തകത്തിന്റെ ബുക്ക് റിവ്യൂ അസംബ്ലിയിൽ നടത്തുന്നു, കുട്ടികളുടെ പതിപ്പും തയ്യാറാക്കി വരുന്നു രക്ഷിതാക്കളും ഇതിന്റെ ഭാഗമായി മാറുകയും രക്ഷിതാക്കളിലും വായനാശീലം വളർത്താൻ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്