കൗമാര വിദ്യാഭ്യാസം - റിപ്പോർട്ട്

GKVHSS AYIRA

2025-2026

കൗമാര ക്ലബ്ബ്

ജൂൺ 24 തിയതി 2.30 pm ന് കൗമാര ക്ലബ്ബിന്റെ ഭാഗമായി മീറ്റിംഗ് നടത്തുകയുണ്ടായി. മീറ്റിംഗിൽ ശ്രീമതി. ആശാലത (HM) സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. തുടർന്ന് അദ്ധ്യാപക കോഓർഡിനേറ്റർ അയ ശ്രീമതി. സജി tr ന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 2024 ഇൽ നടത്തിയ പ്രവത്തനങ്ങളെ ചർച്ച ചെയ്യുകയും വിലയിരുത്തുകയും ചെയ്തു. അതിനു ശേഷം ഇ അധ്യയന വർഷത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ ക്രോഡീകരിക്കാൻ തീരുമാനിച്ചു. ക്ലബ് മെമ്പർ ആയ ശ്രീമതി. തുളസി തുടർന്നുള്ള പ്രോഗ്രാമിൽ കുട്ടികളിൽ കണ്ടു വരുന്ന പെരുമാറ്റ പ്രേശ്നങ്ങൾ, മനസിക സംഘർഷങ്ങൾ എന്നിവയ്ക്ക് പ്രാധാന്യം നൽകണമെന്നു നിർദ്ദേശിച്ചു. കൂടാതെ കുട്ടികൾക്ക് അവബോധം വേണ്ട വിഷയത്തെക്കുറിച്ചും ചെയ്തു. മീറ്റിംഗിൽ 10 പേർ പക്കെടുത്തു. 3.30 നെ മീറ്റിംഗ് അവസാനിച്ചു. ക്ലബ്ബിന്റെ ഭാഗമായി നടത്തിയ പ്രെവർത്തനങ്ങൾ ചുവടെ ചേർക്കുന്നു.

ലഹരി വിരുദ്ധ ദിനം

ജൂൺ 26 അന്താരാഷ്ട്ര ലഹരി വിരുദ്ധ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി കൗമാര ക്കാർക്കിടയിൽ വർധിച്ചു വരുന്ന ലഹരി ഉപയോഗം തടയുന്നതിനും പ്രധിരോധിക്കുന്നതിനും കുട്ടികളെ പ്രാപ്തരാക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ തിരുപുറം എക്സ്സൈസ് വകുപ്പിന്റെ സഹകരണത്തോടെ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ് നടത്തുകയും , ശ്രീ. ഷാജി (എക്സ്സൈസ് വകുപ്പ് ,തിരുപുറം) നേതൃത്വം നൽകിയ ക്ലാസ്സിൽ ലഹരി വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിലുടെ ശരീരത്തിനും മനസിനും ഉണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ , അഡിക്ഷൻ , രോഗങ്ങൾ എന്നിവയും പരാമർശിച്ചു. കൂടാതെ അസംബ്ലി, പോസ്റ്റർ കോമ്പറ്റിഷൻ, **signature campaign** എന്നിവയും നടത്തി.

ഡിജിറ്റൽ മീഡിയ അഡിക്ഷൻ

18/07/2025 തിയതി, 11 മണിക്ക് കൗമാരക്കാരായ ഹൈസ്കൂൾ വിഭാഗം കുട്ടികൾക്കായി ഡിജിറ്റൽ മീഡിയ അഡിക്ഷൻ എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ് നടത്തി. വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന മൊബൈൽ ഫോൺ അഡിക്ഷൻ കുട്ടികളിൽ ശാരീരികമായും മാനസികമായും ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുകയും ഇതുവഴി കുട്ടികൾക്ക് ദൈനംദിനജീവിതത്തെയും, പഠനപഠ്യേതര പ്രവർത്തന ങ്ങളെയും ബാധിക്കുന്നു വെന്ന് ക്ലാസ്സിൽ പരാമർശിച്ചു. ശ്രീ അജോ .പി (ട്രെയിനർ, ഹബ് ഫോർ എംപോർമുഡന്റ് ഓഫ് ,വുമൺ) ക്ലാസ്സ്സിനു നേതൃത്വം നൽകി. നിരന്തരമായ പരിശ്രമത്തിലൂടെ മൊബൈൽ അഡിക്ഷൻ കുറയ്ക്കാമെന്നു കുട്ടികളിൽ ആത്മവിശ്വാസം നല്കാൻ സാധിച്ചു .52 കുട്ടികൾ ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുത്തു . ശ്രീമതി ആശാലത (H M),മറ്റു അദ്ധ്യാപകർ ക്ലാസ്സിൽ സന്നിഹിതരായിരുന്നു. .

ആരോഗ്യവും പോഷണവും

ആരോഗ്യവും പോഷണവും എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി UP വിഭാഗം കുട്ടികൾക്കായി 18/8/2025 തീയതി രാവിലെ 11 മണിക്ക് അവബോധ ക്ലാസ് സംഘടിപ്പിച്ചു . ശ്രീമതി അക്ഷയ (ഹെൽത്ത് കൗൺസിലർ THQH പാറശ്ശാല) ക്ലാസിനു നേതൃത്വം നൽകി .ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ നിർവചനപ്രകാരം ആരോഗ്യം എന്നത് ലോകങ്ങളുടെ അഭാവം അല്ല, ഒരു വ്യക്തിയുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായുള്ള സമ്പൂർണ ക്ഷേമമാണ് . കൗമാരപ്രായക്കാർക്ക് സമീകൃതാഹാരത്തിന്റെ പ്രസക്തി, ഊർജം നൽകുന്ന ഭക്ഷ്യ ഇനങ്ങൾ ,ശാരീരികാവളർച്ചയെ സഹായിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യഇനങ്ങൾ എന്നിവയെ കുറിച്ചും പരാമർശിച്ചു. വേണ്ടത്ര ധാതുലവണങ്ങൾ ലഭിക്കാതെ ഇരുന്നാൽ പലവിധമായ ആരോഗ്യ പ്രേശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത ഉണ്ടെന്നും ക്ലാസ്സിൽ ചർച്ച ചെയ്തു . ക്ലാസിൽ 56 കുട്ടികൾ പങ്കെടുത്തു. ശ്രീ സനൽകുമാർ (സ്റ്റാഫ് സെക്രട്ടറി), ശ്രീമതി റാണി R (സ്കൂൾ കൗൺസില്ലർ)ക്ലാസ്സിൽ സന്നിഹിതരായിരുന്നു.

രക്ഷകർതൃയോഗം

16/9/2025 തീയതി 2മണിക്ക് UP, ഹൈ സ്കൂൾ വിഭാഗം കുട്ടികളുടെ രക്ഷാകർത്താക്കൾക്കായി ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ് നടത്തി. ശ്രീമതി .ആശാലത (HM) സ്വാഗതം അർപ്പിച്ച ക്ലാസ്സിൽ ശ്രീ.സനൽകുമാർ (സ്റ്റാഫ് സെക്രെട്ടറി) ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു സംസാരിച്ചു. തുടർന്ന് ശ്രീമതി. യാസിം അസീസ് (ട്രെയിനർ, ഓ ആർ സി) ക്ലാസിനു നേതൃത്വം നൽകി. പുതു യുഗത്തിന്റെ കുതിച്ചുചാട്ടം മനുഷ്യരുടെ സ്വഭാവത്തിലും പ്രകൃതത്തിലും ചിന്താധാ രയിലുമൊക്കെ സമൂലമായ മാറ്റം വരുത്തി യിട്ടുണ്ട് . ഇത് കുട്ടികളിൽ പലവിധമായ മാനസിക പ്രേശ്നങ്ങൾക്കും പെരുമാറ്റ പ്രേശ്നങ്ങൾക്കും കാരണമായിട്ടുണ്ട് . ഇതിനെ നേരിടാൻ കുട്ടികളെ പ്രാപ്‌ത്തരാക്കുക എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി ഗ്രൂപ്പ് ആയി ചർച്ച ചെയ്തു. ക്ലാസ്സിൽ 68 കുട്ടികൾ പങ്കെടുത്തു.

കുട്ടികളുടെ അവകാശങ്ങളും കടമകളും

24/09/2025 തിയതി ഉച്ചക്ക് 2 മണിക്ക് യു പി വിഭാഗം കുട്ടികൾക്കായി ട്രെയിനിങ് പ്രോഗ്രാം സംഘടിപ്പിച്ചു. രേവതി, വിജിഷ , കാവ്യ, (MSW , ട്രയിനീസ് ,മരിയ ഗിരി കോളേജ്, മാർത്താണ്ഡം), ക്ലാസ്സിന് നേതൃത്വം നൽകി. ക്ലാസ്സിൽ കുട്ടികളുടെ മൗലിക അവകാശങ്ങൾ, കടമകൾ, മൂല്ല്യങ്ങൾ എന്നിവയെ ക്കുറിച്ചും സംസാരിച്ചു. ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ഗ്രൂപ്പ് ഡിസ്കഷൻ ,റോൾ പ്ലേ, ചാർട്ട് പ്രസന്റേഷൻ എന്നിവയും നടത്തി. കൂടാതെ പോക്സോ ആക്ട്, ചൈൽഡ് മാര്യേജ് ആക്ട്, ചൈൽഡ് ലൈൻ എന്നിവയും ക്ലാസ്സിൽ പരാമർശിച്ചു. ശ്രീമതി. റാണി.ആർ (സ്കൂൾ കൗൺസിലർ) വിശിഷ്ടാ തിഥികൾക്കും കുട്ടികൾക്കും നന്ദി അറിയിച്ചു. 56 കുട്ടികൾ ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുത്തു.

അനീമിയ സ്ക്രീനിംഗ്

16/10/2025 തിയതി ഹൈസ്കൂൾ വിഭാഗം കുട്ടികൾക്കായി അനീമിയ സ്ക്രീനിംഗ്, അവബോധക്ലാസ്സ് എന്നിവ നടത്തി. ശ്രീമതി. ആശാലത (H M) സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. ശ്രീമതി. നീനു. (MLSP, FHC, കുളത്തൂർ), സൂര്യ ജയറ്സ് (RBSK, നേഴ്സ് FHC, കുളത്തൂർ) എന്നിവർ പ്രോഗ്രാംന് നേതൃത്വം നൽകി. കുട്ടികളിൽ കണ്ടു വരുന്ന വിളർച്ച അതുമൂലം ഉണ്ടാകുന്ന ആരോഗ്യ പ്രേശ്നങ്ങൾ, എങ്ങനെ തടയാം, പരിഹരിക്കാം എന്നി വിശയങ്ങളെ ആസ്പദമാക്കി ക്ലാസ് നടത്തി. തുടർന്ന് HB സ്ക്രീനിങ് നടത്തി. 52 കുട്ടികൾ പങ്കെടുത്തു.

കൗമാരം - മാനസികാരോഗ്യം

കൗമാരവും മനസികാരോഗ്യവും എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി 24/10/2025 തിയതി 11 മണിക്ക് ക്ലാസ് നടത്തി. ശ്രീമതി.റാണി.ആർ (സ്കൂൾ കൗൺസിലർ) കൗമാരപ്രായക്കർക്ക് ശെരിയായ വൈകാരിക പക്വത കൈവന്നിട്ടില്ലാത്തതിനാൽ പലപ്പോഴും ആന്മവിശ്വാസമില്ലായ്മ, അകാരണമായ ദേഷ്യം , വിഷാദം , ഒറ്റപ്പെടുന്നതായുള്ള തോന്നൽ ഇവ മൂലം ധാരാളം മാനസിക സംഘർഷങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു . ഇവ പലപ്പോഴും ആത്മഹത്യ ശ്രെമങ്ങൾ ,സ്വയം ഉപദ്രവിക്കുക എന്നിവയിലേക്ക് നയിക്കുന്നു. ഇതിനെ തരണം ചെയ്യാൻ കുട്ടികളെ പ്രാപ്തരാക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ ബ്രീത്തിങ് എക്സർസൈസ്ന്റെ പ്രാധാന്യം പറഞ്ഞു കൊടുത്തു. കുട്ടികളെ വിവിധ ഗ്രൂപ്കളാക്കി ആനുകാലികമായ വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി പ്രെവർത്തനങ്ങൾ നടത്തി.

<u>ലൈംഗീകത -കൗമാരത്തിൽ</u>

ശ്രീ. സ്മിനേഷ് (ട്രൈനെർ ഡിസ്ട്രിക്ട് ഹബ് ഫോർ എംപവർമെൻറ് ഓഫ് വുമൺ)ന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 3/11/2025 തീയതി 2.30 പിഎം നു സെക്സ് എഡ്യൂക്കേഷൻ എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി ക്ലാസ് നടത്തി. ശ്രീമതി. ആശാലത (HM) സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. തുടർന്ന്, കൗമാരക്കാരുടെ ഏറ്റവും പ്രാധാനപെട്ട പ്രെത്വകത ശാരീരിക വളർ ച്ചയുടെ വേഗതയാണ്. ഹോർ മോണുകളുടെ മാറ്റങ്ങൾ മൂലം വൈകാരികമായ പല മാറ്റങ്ങളും ഉണ്ടാകുന്നുണ്ട്. തെറ്റിദ്ധാരണകൾ ഉണർത്തുന്ന ലൈംഗീക പരസ്യങ്ങളും ലൈംഗീക വ്യതിയാനങ്ങൾ നിറഞ്ഞ ചിന്തകളും കൗമാരക്കാരിൽ ധാരാളം മാനസിക പ്രേശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു. ഇതിനെ വേണ്ട രീതിയിൽ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ വേണ്ട അവബോധം കുട്ടികൾക്ക് നൽകി. ക്ലാസ് കുട്ടികൾക്ക് വളരെ പ്രയോജനകരമായിരുന്നു. 56 കുട്ടികൾ ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുത്തു.

<u>ജീവിത നൈപുണ്യ പരിശീലനം</u>

7/11/2025 തീയതി 11 മണിക്ക് അപ്പ് വിഭാഗം കുട്ടികൾക്കായി ജീവിത നൈപുണ്യ പരിശീലനം നൽകി. ശ്രീമതി. റാണി R (സ്കൂൾ കൗൺസിലർ) ക്ലാസിനു നേതൃത്വം നൽകി. ഓരോ വ്യക്തിക്കും നിത്യ ജീവിതത്തിലെ പല പ്രേശ്നങ്ങൾക്കും പരിഹാരം കണ്ടെത്താൻ കഴിയാതെ വരുന്നു. ആ സാഹചര്യത്തിൽ ഓരോ വ്യക്തിയും ശീലിച്ചിരിക്കേണ്ട വിവിധ താരം കഴിവുകളെയാണ് ജീവിത നൈപുണ്യം എന്ന് പറയുന്നത്. ഓരോ കുട്ടിക്കും തന്റെ കഴിവുകളും ബലഹീനതയും തിരിച്ചറിയുന്നതിനും ,മറ്റുള്ളവരുടെ അവസ്ഥ സ്വന്തം അവസ്ഥയായി ഉള്കൊള്ളുവാനുള്ള സ്വഭാവ വിശേഷം ഉണ്ടാക്കി എടുക്കുവാനും , പരസ്പരധാരണയോടെ ഉപകാരപ്രദമായ രീതിയിൽ ബന്ധങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കുവാനും, പ്രേശ്ന ങ്ങളും വസ്തുതകളും കാര്യകാരണ സഹിതം വിവേചിച്ചറിഞ്ഞു ഗുണ ദോഷ വിചാര യുക്തമായി ചിന്തിക്കുവാനും വേണ്ട നൈപുണ്യങ്ങളെ വിവിധ ചർച്ചകളിലൂടെയും ഗ്രൂപ്പ് ആക്ടിവിറ്റികളിലൂടെയും റോൾ പ്ലേയ് ലൂടെയും സാധിച്ചു.