

**ST. GEORGE'S
HIGH SCHOOL
KIZHAVALLOOR**

PETALS



St. George's High School , Kizhavalloor
Estd. 1929

PETALS

ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് 2023-24
Digital Magazine



INDEX

- ആമുഖം
- കവിത
- നൃത്തം - ആരോഗ്യം
- ARTIFICIAL INTELLIGENCE
- ചെറുധാന്യങ്ങൾ
- AI - PROS & CONS
- ചിത്രരചന
- രക്ഷിതാക്കളോട് ...
- ഒഴിവാക്കാം ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ
- GALLERY
- MEMBERS



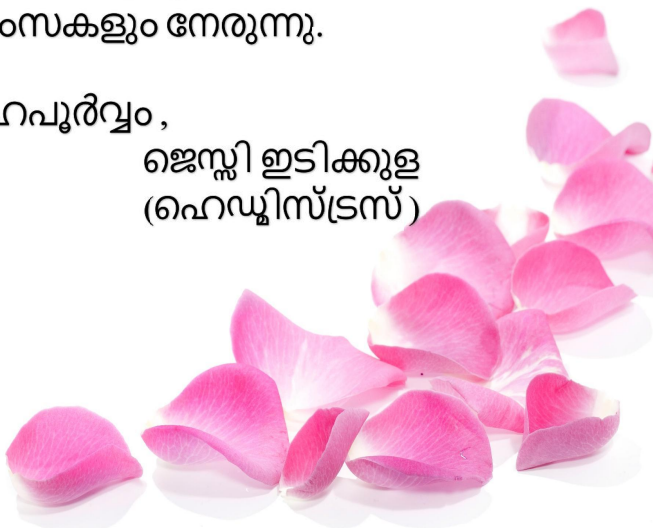




ആമുഖം

വിവരസാങ്കേതികവിദ്യയുടെ അനന്തസാധ്യതകൾ വിവേകപൂർവ്വവും ക്രിയാത്മകവുമായി ഉപയോഗിക്കുന്നതിനും അതിലൂടെ പുരോഗതിയുടെ പടവുകളിൽ മുന്നേറുന്നതിനു വിദ്യാർത്ഥികളെ സജ്ജരാക്കുന്ന ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് ക്ലബ്ബ് നമ്മുടെ വിദ്യാലയത്തിൽ വളരെ നല്ല രീതിയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്നതിലുള്ള സന്തോഷം അറിയിക്കട്ടെ. ക്ലബ്ബ് പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഭാഗമായി ഒരു ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ തയ്യാറാക്കിയതിലുള്ള അതീവ സന്തോഷം അറിയിക്കുന്നു. ഇതിൻറെ പിന്നിൽ പ്രവർത്തിച്ച എല്ലാ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് അംഗങ്ങളെയും നേതൃത്വം നൽകിയ അധ്യാപകരെയും പ്രത്യേകം അഭിനന്ദിക്കുന്നു. കുട്ടികളുടെ സൃഷ്ടിപരമായ കഴിവുകൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും വിവരസാങ്കേതികവിദ്യയുടെ നന്മസാധ്യതകളുടെ അനന്തവിഹായസിനിലേക്ക് പറന്നുയരുന്നതിനും ഇത്തരം മാഗസിനുകൾ സഹായകരമാണ്. നമ്മുടെ സ്കൂളിലെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് ക്ലബ്ബിന് ഇനിയും കൂടുതൽ നല്ല പ്രവർത്തനങ്ങൾ കാഴ്ചവെക്കാൻ സാധിക്കട്ടെ എന്ന് പ്രാർഥിക്കുന്നതിനോടൊപ്പം എല്ലാ ആശംസകളും നേരുന്നു.

സ്നേഹപൂർവ്വം,
 ജെസ്സി ഇടിക്കുള
 (ഹെഡ്മിസ്ട്രസ്)



കവിത

മാറ്റങ്ങൾ

നേരമില്ലാൻകൂം നേരെ നോക്കാൻ
നാലഞ്ചുവാക്കുകൾ ചേർത്തുമിണ്ടാൻ
ഉള്ളുതുറന്നൊന്നു പുഞ്ചിരിക്കാൻ
എല്ലാം മറന്നൊന്നു കൂടെനിൽക്കാൻ
ജീവിതമത്രെയും ഫോണിലത്രേ !
നെറ്റിന്റെ ലോകത്തു മാത്രമത്രേ
അമ്മയുമച്ഛനും ചേട്ടനും ചെച്ചിയും
പ്രായമേറെയുള്ള മുത്തച്ഛനും
ഫോൺ നോക്കി മിണ്ടാതിരിക്കുന്നു
മാറ്റങ്ങളെല്ലാം വല്ലാതെ പുല്ലുന്വോൾ
ഓർക്കണം നമ്മളാ പോയതാളം
മാറ്റങ്ങളെന്നുമേ വേണമോർത്താൽ

Kesiya Biju
8A



ന്യൂത്നം നൽകുന്ന ആരോഗ്യ ഗുണങ്ങൾ

ന്യൂത്നം ഒരു കലാരൂപം മാത്രമല്ല , അത് നമ്മുടെ
ആരോഗ്യത്തിനു വളരെ പ്രയോജനകരമാണ്

- ✧ പ്രതിരോധശേഷി മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നു
- ✧ കണ്ണുകളുടെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നു
- ✧ കരുത്തും വഴക്കവും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു
- ✧ ഹൃദയത്തിന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നു
- ✧ ഏകാഗ്രതയും സഹിഷ്ണുതയും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു
- ✧ രക്തയോട്ടം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ശരീരഭാരം
നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു
- ✧ ഓർമശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു
- ✧ സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കുന്നു
- ✧ സന്തോഷവും ഉന്മേഷവും നൽകുന്നു

Saira C Leslie
10 A



ARTIFICIAL INTELLIGENCE

What does artificial intelligence (AI) mean?

Artificial Intelligence is an area of computer science that emphasizes the creation of intelligent machines that work and react like humans.

Goals of AI

To create Expert Systems - The systems that exhibit intelligent behaviour, learn, demonstrate, explain and advice its uses.

To implement Human Intelligence in Machines - Creating systems that understand , think, learn and behave like humans.

Abel Abraham Jacob
10 A



ചെറുധാന്യങ്ങൾ

നമ്മുടെ പൂർവികർക്ക് മികച്ച ആരോഗ്യവും ദീർഘായുസ്സും സമ്മാനിച്ചിരുന്ന മാന്ത്രികാഹാരം ആണ് ചെറുധാന്യങ്ങൾ.

ഇവയുടെ ഗുണങ്ങൾ:

- വൻകൂടൽ കാൻസറിനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കുന്നു .
- ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കുന്നു.
- രക്ത ചംക്രമണം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു.
- പ്രമേഹത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നു.
- ആന്റി ഓക്സിഡന്റുകളുടെ ഉറവിടം.
- ഹൃദയാഘാതം തടയുന്നു.
- മോശം കൊളസ്ട്രോളിനെ ചെറുക്കുന്നു.
- ആസ്ത്മ തടയുന്നു.

മികച്ച സമീകൃത ആഹാരമായ ചെറുധാന്യങ്ങൾ നാരുകളാലും അവശ്യ ധാതുലവണങ്ങളാലും മാംസ്യം , വിറ്റാമിനുകൾ എന്നിവയാലും സമൃദ്ധമാണ്. മികച്ച രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി പ്രദാനം ചെയ്യുന്നതും ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങൾ ചെറുക്കുന്നതിന് അനുയോജ്യവുമായ ഭക്ഷണമാണ് ചെറുധാന്യങ്ങൾ.

Anju S Thundiyl
10A



ARTIFICIAL INTELLIGENCE

ADVANTAGES OF AI

- ❖ Reduced time for data - heavy tasks.
- ❖ Saves labour and increases productivity.
- ❖ Delivers consistent results.
- ❖ AI - powered virtual agents are always available.

DISADVANTAGES OF AI

- ❖ Expensive
- ❖ Requires deep technical expertise
- ❖ Limited supply of qualified workers to build AI.
- ❖ Eliminates human jobs, increase unemployment.

Kesiya Biju
8A



ചിത്രരചന



Liyon Linu
9A





Sneha Maria Saji
8A



Hannah K Simon
8A



Sarah K Simon
8A



രക്ഷിതാക്കളോട്...

INTERNET

ശ്രദ്ധിക്കാം ഈ കാര്യങ്ങൾ

- ◆ പ്രയോജനപ്രദമായ ഗെയിമുകളും സൈറ്റുകളും കുട്ടികൾക്ക് തിരഞ്ഞെടുത്തു നൽകുക.
- ◆ TV , കമ്പ്യൂട്ടർ തുടങ്ങിയവ വീട്ടിലെ പൊതു ഇടത്തു മാത്രം വെക്കുക.
- ◆ ദിവസം പരമാവധി 2 മണിക്കൂർ മാത്രമായി സ്ക്രീൻ ടൈം ചുരുക്കുക.
- ◆ കുട്ടികളോട് അവർ കാണുന്ന TV / ഇൻറർനെറ്റ് പരിപാടികളെക്കുറിച്ചു സംസാരിക്കണം.
- ◆ TV യുടെയും ഇൻറർനെറ്റിന്റേയും അമിത ഉപയോഗം ഉണ്ടാക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചെറുപ്പം മുതൽ ബോധ്യമുള്ളവരാക്കണം.
- ◆ ശാരീരിക വ്യായാമത്തിനു ദിവസവും ഒന്നോ രണ്ടോ മണിക്കൂർ ചിലവഴിക്കുന്നുവെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക
- ◆ കുട്ടികളുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ചോദിച്ചറിയുന്നതിനും പരിഹരിക്കുന്നതിനും സമയം മാറ്റി വെക്കണം
- ◆ കുട്ടികൾ ഇൻറർനെറ്റിൽ കൂടുതൽ സമയം ചിലവഴിക്കുന്നത് എന്തിനാണ് എന്നത് ശ്രദ്ധിക്കണം

കുട്ടികൾക്ക് പഠിക്കാനായി കമ്പ്യൂട്ടർ / ഇൻറർനെറ്റ് നൽകുമ്പോൾ അവർ തെറ്റായ ദിശയിലേക്ക് പോകുന്നില്ല എന്ന് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് രക്ഷിതാക്കളുടെ ഉത്തരവവാദിത്തമാണ്

Alice Betty , Sunitha Mariam Padiyara
Kite Mistresses



ഒഴിവാക്കാം ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ

ഇന്റർനെറ്റ് , വീഡിയോ/മൊബൈൽ
ഗെയിം , മുതലായവയുടെ അമിത ഉപയോഗം മൂലം
ഉണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ;

- ◆ ശാരീരിക ക്ഷീണം
- ◆ പുറംവേദന
- ◆ തലവേദന
- ◆ ഉറക്കക്കുറവ്
- ◆ സാമൂഹികമായ ഒറ്റപ്പെടൽ
- ◆ ശ്രദ്ധക്കുറവ്
- ◆ ഓർമ്മക്കുറവ്
- ◆ വിഷാദരോഗം
- ◆ പൊണ്ണത്തടി

Gowrinandha CA
8B



GALLERY



MEMBERS



2021 -24 Batch



2022 - 25 Batch



2023 - 26 Batch



ആശംസകളോടെ...



Daneesh P John
S.I.T.C



Sunitha Mariyam Padiyara
Kite Mistress



Alice Betty
Kite Mistress





THANK YOU