

વિધા, વિનય, વિચાર, વાણી અને વર્તનનો સમન્વય એટલે...

PANCHSHIL

અંક : 124 | વર્ષ : 12 | માર્ચ : 2024 | પેઈઝ : 13

સંપાદક : ડૉ. ડી. કે. વાડોદરિયા | સંયોજક : સાક્ષી વાડોદરિયા



દરિયાના પેટાળમાં રોમાંચક અવાજ



દરિયાકિનારા પર ઘૂંઘપતા સાગરનો અવાજ તમે સાંભળ્યો હશે. મોજાંની સાથે ઉઠતો લયબદ્ધ અવાજ સાંભળવો ગમે તેવો હોય છે. પરંતુ દરિયાના પેટાળમાં પણ વિવિધ અવાજો સાંભળવા મળે છે તે પણ રોમાંચક અને કર્ણપ્રિય હોય છે.

દરિયાનું પેટાળ એટલે જુદી જ દુનિયા. ત્યાં ચારે પાસે હવા નહીં પાણી હોય છે. દરિયામાં હજારો જાતના જળચર હોય છે. આ બધા જાત જાતના અવાજ કરતાં હોય છે. માછલીને આપણી જેમ સ્વરપેટી હોતી નથી. બધા જળચર હવાનો ઉપયોગ કર્યા વિના ઓછી મહેનતે અવાજ કરતા હોય છે, દરિયામાં પણ ટહૂકા, પ્લિસલ, ગર્જના અને ઘૂરકિયા સાંભળવા મળે છે. વિવિધ જળચરોની અવાજ કરવાની રીત જુદી જુદી હોય છે. માછલીઓ પાંખો ફફડાવીને અવાજ કરે છે.



બલ્ચુ વ્હેલ ૧૦ થી ૧૫ સેકન્ડની ચીસ પાડે છે. હમ્પબેક વ્હેલ તો ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ લયબદ્ધ ગીત ગાય છે. હમ્પબેક વ્હેલ સંગીતની વિવિધતા માટે જાણીતી છે. જુદા જુદા સમુદ્રમાં રહેતી હમ્પબેક વ્હેલના અવાજ ચોક્કસ ઉચ્ચારણો જેવા હોય છે. ઘણી માછલીઓ દાંત કચકચાવીને અવાજ કરે છે. ઘણી આંતરિક અવયવો હલાવીને અવાજ પેદા કરે છે. પાણીમાં અવાજ હવા કરતાં વધુ ઝડપથી ફેલાય છે. માછલીઓ એકબીજાને સંદેશો આપવા માટે પણ અવાજ કરે છે.

વિશ્વની પ્રસિદ્ધ અને આકર્ષક કેનાલ્સ

કેનાલ કે નહેર સિંચાઈ કે અન્ય હેતુ માટે બનાવેલો પાણીનો પ્રવાહ છે. વિશ્વમાં પનામા અને સુએઝ કેનાલ જાણીતી છે. પનામા એટલાન્ટિક અને પેસેફિક સમુદ્રને જોડતી ૮૦ કિલોમીટર લાંબી કેનાલ છે. તેમાં વર્ષે લગભગ ૧૪૦૦૦ જહાજો પસાર થાય છે. ઇજિપ્તની સુએઝ કેનાલ યુરોપ અને એશિયા વચ્ચે જળમાર્ગની ગરજ સારે છે. એન્જિનિયરિંગ અને ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કરીને આ બે કેનાલ ઉપરાંત ઘણી કેનાલ વિશ્વ પ્રસિદ્ધ છે. વેનિસની ગ્રાન્ડ કેનાલ શહેરનો રાજમાર્ગ કહેવાય છે. અંગ્રેજી ‘એસ’ આકારની આ કેનાલ ૩૮૦૦ મીટર લાંબી છે.

નેધરલેન્ડ્સનું આમ્સ્ટર્ડમ બીજું વેનિસ કે તરતું શહેર છે. તેમાં ૧૭ મી સદીમાં બંધાયેલી કેનાલો છે. ત્યાંની સિંગલ કેનાલમાં ફૂલબજાર ભરાય છે. ખેતીમાં સિંચાઈ માટે પણ કેનાલ બનાવાય છે. ચીનની પ્રાચીન ગ્રાન્ડ કેનાલ વિશ્વપ્રસિદ્ધ છે. વિશ્વની આ સૌથી જુની કેનાલ છે અને આજે પણ ઉપયોગમાં લેવાય છે.



Are you ready
for exams?



માર્ચ મહિનો આવતા જ તમામ ક્ષેત્રે વર્ષભરના તમામ નાણાકીય હિસાબો પૂરા થતાં હોય એ સાથે વિદ્યાર્થીજીવનના વર્ષનું સરવૈયું પણ કાઢવાનું હોય એમ પરીક્ષાની મોસમ શરૂ થાય છે, એ સમયે થોડી અગત્યની બાબતો યાદ આવતા આજે સહુ સાથે તે વાગોળવાનું ગમશે.

સફળતાનું સૂત્ર જરૂર યાદ રાખવા જેવું છે.

સફળતા = ઊંચું ધ્યેય + હકારાત્મકતા + દ્રઢ આત્મવિશ્વાસ + ધીરજ.

૧) ઊંચું ધ્યેય :

'નિશાનયૂક માફ નહીં, માફ નીચું નિશાન' એ ઉક્તિ મુજબ સફળતાનું પ્રથમ પગથિયું ઊંચું ધ્યેય રાખવાનું છે. જીવનમાં એક નિશ્ચિત ધ્યેય હોવું જોઈએ અને તેને ધ્યાનમાં રાખીને યોગ્ય મહેનત કરો તો જરૂર ઇચ્છિત સફળતા મેળવી શકાય છે.

૨) હકારાત્મકતા :

હકારાત્મક અભિગમ કોઈપણ સફળતા માટેનું અગત્યનું બીજું પગથિયું છે. દરેક કાર્ય માટે અને નિશ્ચિત ધ્યેય માટે મનમાં સતત હકારાત્મકતા રાખવી જરૂરી છે.

૩) દૃઢ આત્મવિશ્વાસ :

બધી જ સફળતાનો મૂળ પાયો આત્મવિશ્વાસ છે. કહેવાય છે ને કે ભગવાન પણ તેને જ મદદ કરે છે જે ખુદને મદદ કરે છે.

૪) ધીરજ :

કોઈપણ યોગ્ય આયોજન દ્વારા નિશ્ચિત ધ્યેય સુધી પહોંચવા ધીરજનો ગુણ કેળવવો પણ જરૂરી છે. સફળતાની સીડી પાર કરવા અને ટોચ પર પહોંચવા માટેનું આ સૌથી અગત્યનું પગથિયું છે:

હાર્ડવર્ક + સ્માર્ટવર્ક. આપણે આયોજનો ખૂબ કરીએ છીએ અને પરિશ્રમ પણ ખૂબ કરીએ છીએ પણ તેમાં માત્ર થોડી યોગ્ય સજ્જતા ઉમેરવાની જરૂર છે જેથી ઓછી મહેનતે વધુ સફળતા મળે એટલે કે જે કાર્ય કરીએ તે 'હાર્ડવર્ક સાથે સ્માર્ટવર્ક' હોવું જોઈએ.



૧૧ માર્ચ, ૨૦૨૪થી ધો-૧૦ તથા ધો-૧૨ની જાહેર : પરીક્ષા શરૂ થનાર છે. હવે બોર્ડની પરીક્ષાઓ નજીક છે ત્યારે વિદ્યાર્થીઓ માટે વાંચનનો અંતિમ તબક્કો શરૂ થયો છે. ધો. ૧૦ તથા ધો. ૧૨ના વિદ્યાર્થી ભાઈ-બહેનો ગણતરીના આગામી દિવસોમાં સારી પૂર્વતૈયારી કરે અને સફળ થાય એ માટે કેટલાંક સૂત્રો અત્રે પ્રશ્નોત્તર સ્વરૂપે રજૂ કર્યા છે.

પ્રશ્ન : અભ્યાસની સૌથી ઉત્તમ પદ્ધતિ કઈ છે ?

જવાબ : સફળ થવા માટે અભ્યાસની ઉત્તમ પદ્ધતિ એટલે પુનરાવર્તન. જો તમે કોઈ બાબતને યાદ રાખવા માંગો છો તો એ પ્રશ્નનો જવાબ, દાખલાના સૂત્ર, કાવ્ય, શબ્દ કે બોધપાઠનું થોડા થોડા સમયગાળા પર પુનરાવર્તન કરો. આમ કરવાથી તમારી યાદશક્તિ એકદમ તરોતાજા રહેશે. કોઈ પ્રશ્નનો જવાબ વાંચો, પછી બીજું કંઈક વાંચો. થોડા સમયગાળા બાદ જે અગાઉ વાંચ્યું હોય તેને ફરીથી વાંચવાનો પ્રયાસ કરો.

યાદ રાખો, આ સમયગાળો એક કલાક, એક દિવસ કે પછી એક અઠવાડિયાનો હોઈ શકે છે. તમે ભણવાનું પૂરું કર્યા બાદ પોતાની જાતને સવાલ પણ કરી શકો છો કે તમે જે પણ કંઈ વાંચ્યું તેમાં તમને કેટલી સમજણ પડી ? એનાથી આ વિષય પર તમારું મગજ ઘણી વખત ચિંતન કરશે.

પ્રશ્ન : વાંચવાનો સમય અને આયોજન કઈ રીતે કરવું?

જવાબ : પરીક્ષાના જેટલા દિવસ બાકી રહે તેટલા દિવસ દરમિયાન દરેક વિષયને 4 થી 5 દિવસમાં વહેંચી ટાઈમ-ટેબલ બનાવવું જોઈએ. જેમાં છેલ્લા મહિનામાં રિવિઝન કરવું. અધરા વિષય અને ટોપિકને વધુ સમય આપવો. અંતિમ સમયગાળા દરમિયાન કોઈ પ્રસંગ કે ઉજવણીમાં ભાગ ન લેવો. બોર્ડની પરીક્ષાનું મહત્ત્વનું વર્ષ હોઈ જો તમે સમયનો ઉપયોગ કરી લીધો તો પછી જીવનમાં રોજ ઉત્સવ અને ઉજવણી જ છે.

પ્રશ્ન : કઈ રીતે વાંચન કરો તો ઝડપથી યાદ રહી જાય ?

જવાબ : ભણતી વખતે જે પણ મુદ્દા, શબ્દ કે વાક્ય અગત્યના જણાતા હોય તેની નીચે લાઈન કરવી. મહત્વના દરેક મુદ્દા કે લાઈન નીચે લીટી દોરવી, અટકવું અને સમજવું અને થોડું આગળ વધવું. આમ કરવાથી સ્મૃતિમાં મુદ્દા કે જવાબ અંકિત થઈ જશે, યાદ રહી જશે.

પ્રશ્ન : મહત્વના પ્રશ્નો કે બાબતો કઈ રીતે યાદ રાખવા ?

જવાબ : હોશિયાર વિદ્યાર્થીઓ ક્લાસરૂમ, લાઈબ્રેરીમાં હોય ત્યારે અચૂક મહત્વના પ્રશ્નોની નોંધ ટપકાવતાં હોય છે. નોંધમાં તેઓ નાનાં અને ગણતરીના મુદ્દાઓને ટપકાવતા હોય છે. આ ઉત્તમ પદ્ધતિ છે.

તમામ અનુભવો પરથી એ નિષ્કર્ષ કાઢી શકાય કે વિદ્યાર્થી જેટલી ઓછી નોંધ બનાવશે, એટલું જ એમને વાંચેલું યાદ રહેશે. કારણ કે જ્યારે તમે કોઈ વાંચેલા પ્રશ્નો પર મર્યાદિત શબ્દોમાં નોંધ લખો છો ત્યારે આ અંગે તમારે ઊંડાણથી વિચારવું પડતું હોય છે.

વિજ્ઞાન કહે છે, શબ્દો અને વાક્યોને તમારા શબ્દોમાં ઉતારવા પડતા હોય છે. આનાથી તમારું મગજ વાંચેલી વાતોને ફરીથી યાદ કરે છે અને મહત્વની વાતોનો સંગ્રહ કરે છે. મોટાભાગે કાગળ-પેનથી નોંધ બનાવવી વધારે ઉપયોગી સાબિત થાય છે. લેપટોપ કે કમ્પ્યુટર પર ટાઈપ કરીને યાદ રાખવાની રીત સાચી નથી.

પ્રશ્ન : અભ્યાસક્રમ - પુનરાવર્તન અંગે કેવું આયોજન કરવું?

જવાબ : છેલ્લાં પાંચ વર્ષનાં નમૂનાનાં પ્રશ્નપત્રો સોલ્વ કરવા. ઉત્તરવહીમાં તેના જવાબો લખવા અને તે પેપરોને આધારે મહત્વના પ્રશ્નો, વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નોની નોટ્સ બનાવી તેના પર વધુ ભાર આપવો. અભ્યાસક્રમ-પુનરાવર્તનમાં પેપર સ્ટાઈલ અને બ્લ્યૂપ્રિન્ટ મહત્વના છે.

શિક્ષકોએ આપેલી બ્લ્યૂપ્રિન્ટ પ્રમાણે તૈયારી કરવાથી અચૂક માર્ક્સ વધે છે. શિક્ષકોએ જે સૂચનાઓ આપી તેને યાદ કરી વાંચવું જોઈએ. તમે કોઈ પણ લેક્ચરના મુખ્ય મુદ્દાના બુલેટ પોઈન્ટ બનાવી શકો છો.

યાદ રાખો : જેટલાં શબ્દો ઓછાં એટલી યાદ રાખવામાં સરળતા વધારે.

પ્રશ્ન : યાદ રાખવા શું કરશો ? કેવી રીતે વાંચશો ?

જવાબ : તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓ દૈનિક 3 થી 5 કલાક વાંચતા હોય છે. બોર્ડની પરીક્ષાના છેલ્લા મહિનામાં

તેઓ 7 થી 8 કલાક વાંચતા હોય છે. તેઓ સોશિયલ મીડિયાનો ઉપયોગ બંધ રાખે છે. ગોખણપટ્ટી ક્યારેય ન કરવી. જે વાંચો તે દિલથી અને મન લગાવીને વાંચો. એક જ સ્થળે વાંચો, એક કલાક વાંચ્યા બાદ 5 થી 10 મિનિટનો વિરામ લો. પૂરતી ઊંઘ લો. પરનો સાત્ત્વિક ખોરાક લો. આસપાસની ઘટનાઓ નજર અંદાજ કરો.

વિદ્યાર્થીઓએ અતિ આત્મવિશ્વાસથી બચવું જોઈએ. તેના કારણે જે સાવધાની રાખવી જોઈએ કે મહેનત કરવી જોઈએ તે કરી શકાતી નથી. અતિ આત્મવિશ્વાસમાં એમને યાદ રહી ગયાનો અહેસાસ તો થાય છે, પણ જરૂર હોય ત્યારે તે એ બાબતને યાદ કરી શકતા નથી. એટલે પુનરાવર્તન કર્યું હોય તો જ ઝડપથી વાંચેલું યાદ આવશે. છેલ્લી ઘડીએ વાંચેલું યાદ નહીં રહે.

વિદ્યાર્થીમિત્રો, અભ્યાસ કરતી વખતે ઉપરોક્ત બાબતોની સાથે અભ્યાસનું અનુકૂળતા મુજબનું ટાઈમટેબલ બનાવી શકો છો. થોડો થોડો પ્રયત્ન અને સમજદારી ઉત્તમ પરિણામ અપાવશે.

સમાજ, શાળા અને વાલી સૌના કેન્દ્રસ્થાને આપણું બાળક છે. બાળકોનો સર્વાંગી વિકાસ અને સારા વ્યક્તિત્વનું ઘડતર એ જ આપણું ધ્યેય હોય છે. નવી શિક્ષણનીતિ આ વાતને પ્રાધાન્ય આપે છે. બાળકને સમજી, શાંતિપૂર્વક એને હૂંફ પૂરી પાડી આગળ વધવા મદદરૂપ થવું એ આપણી ફરજ બની રહે છે. બાળકે કેટલું વાંચ્યું તે કરતાં શું વાંચ્યું, શું વાંચ્યું તે કરતાં કેટલું સમજીને યાદ રાખ્યું અને સૌથી છેલ્લું અગત્યનું છે કેટલું યાદ રાખ્યું તે કરતાં પણ તેની રજૂઆત કઈ રીતે અને કેવા શબ્દોમાં કરે એ બાબત બાળક ધ્યાનમાં રાખે તો સફળતાનાં ઉચ્ચતમ શિખરો જરૂર સર કરી શકશે.

તો મિત્રો, હવે 'પરીક્ષાનો હાઉ' ગાયબ ને ? ચાલો થાવ સાબદા... અર્જુનની લક્ષ્યસિદ્ધિ અને એકલવ્યની એકાગ્રતા મનમાં રાખી માંડો મક્કમ ડગલાં પરીક્ષાખંડ તરફ અને સતર્કતાથી જીવનની સફળતા તરફ..

પરીક્ષા કેવળ એક તબક્કો છે, સમગ્ર જીવન નથી. નિષ્ફળતા મળે પણ ખરી પરંતુ સીધેસીધી સફળતા કોઈને મળતી નથી. એટલે નિષ્ફળતાથી ગભરાઈ જવાની જરૂર નથી. કારણ કે એ ટેમ્પરરી હોય છે. દરેક વિદ્યાર્થીની વાંચવાની તેમજ યાદ રાખવાની પદ્ધતિ અલગ અને પોતાની હોય છે. પરંતુ એની ચિંતાનું મુખ્ય કારણ એની નર્વસનેસ હોય છે. બને તેટલા રીલેક્ષ થવું જરૂરી છે. કોઈપણ સફળ વ્યક્તિને પોતાના 'રોલ મોડલ' તરીકે નક્કી કરીને એ મુજબ મહેનત કરવી જોઈએ. આજની નવી પેઢીમાં દમ છે. કેમ કે એ વિચારોની બાબતમાં ઘણી બધી સ્પષ્ટ છે. એમનો આત્મવિશ્વાસ દાદ માંગે તેવો હોય છે એટલે વિદ્યાર્થીઓએ પોતે શું કરવું છે એની યાદી બનાવવી જોઈએ અને પ્રાયોરિટી નક્કી કરવી જોઈએ.

- હિંમતભાઈ ગોંડલિયા.(એજ્યુકેશનલ એડવાઈઝર)

પંચશીલ પ્રતિભા ઉત્સવ





પંચશીલ પ્રતિભા ઉત્સવ





पंचशील प्रतिभा उत्सव





પંચશીલ પ્રતિભા ઉત્સવ





આપણી શાળાની નોર્થ ઇંગ્લેન્ડની પાર્ટનર સ્કૂલો ઓપવેલ પ્રાઈમરી સ્કૂલ અને ગોસ્ફોર્થ સેન્ટર મીડલ સ્કૂલના પ્રતિનિધી મંડળ સાથે પ્રવૃત્તિઓ કરતા શાળા વિદ્યાર્થીઓ



આપણી શાળાની નોર્થ ઇંગ્લેન્ડની પાટર્નર સ્કૂલો જેમકે ચોપવેલ પ્રાઈમરી સ્કૂલ અને ગોસ્ફોર્થ સેન્ટર મીડલ સ્કૂલના પ્રતિનિધી મંડળ સાથે પ્રવૃત્તિઓ કરતા શાળા વિદ્યાર્થીઓ





शाळां

वसंत पंचमी

नी उजवणी निमिते सरस्वती पुजन
करवामां आव्यु हतुं





પંચશીલ સ્કૂલ

❁ HOLI FESTIVAL ❁



ઉપરના સોશિયલ મીડિયા આઈકન ઉપર ક્લિક કરી આપણી સ્કૂલ સાથે કનેક્ટ થઈએ