मध्यप्रदेश शासन
स्कूल शिक्षा विभाग,
मंत्रालय
वल्लभ भवन भोपाल

क्रमांक एफ 44/83/2010/बीस-2 भोपाल, दिनांक 16-11-10

प्रति,

1. समस्त कलेक्टर, मध्यप्रदेश।
2. समस्त संभागीय संयुक्त संचालक लोक शिक्षण, मध्यप्रदेश।
3. समस्त जिला शिक्षा अधिकारी, मध्यप्रदेश।
4. समस्त प्राचार्य, डाइट, मध्यप्रदेश।
5. समस्त जिला परियोजना समन्वयक, मध्यप्रदेश।

विषयः–12 जनवरी, 2011 को स्वामी विवेकानंद जी के जन्मदिवस "युवा दिवस" पर सामूहिक सूर्यनमस्कार का आयोजन ।

––00––

राज्य शासन के निर्णय अनुसार प्रति वर्षानुसार इस वर्ष भी 12 जनवरी 2011 को "युवा दिवस" के उपलक्ष्य में प्रदेश की समस्त शिक्षण संस्थाओं (विद्यालयों), महाविद्यालयों, पंचायतों आदि तथा आश्रम शालाओं आदि में प्रातः 9:00 से 10:30तक सामूहिक सूर्य नमस्कार का आयोजन किया जाना है। इस आयोजन में स्वयं सेवी संगठनों तथा आम लोगों की सहभागिता सुनिश्चित करने के लिए विशिष्ट प्रयास किये जाकर इस आयोजन के प्रति जन सामान्य में चेतना जागृत कर उसके स्वरूप को गत वर्ष की अपेक्षा अधिक व्यापक बनाया जाये ।

इस संबंध में गतवर्ष के निर्देशों का पालन सुनिश्चित करते हुए विषयांकित सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम सुनिश्चित किया जाये। मुख्य निर्देश निम्नानुसार हैं :–

1– दिनांक 12 जनवरी 2011 को प्रातः 9:00 बजे 10:30 तक सामूहिक सूर्य नमस्कार का पल–प्रतिपल कार्यक्रम निम्नानुसार रहेगा :–

1	एकत्रीकरण तथा उद्घोषक द्वारा संपूर्ण कार्यक्रम की भूमिका का प्रस्तुतीकरण	प्रातः 9:00 बजे
2	राष्ट्रगीत–वन्दे मातरम का सामूहिक गायन	प्रातः 9:25 बजे
3	सूर्य नमस्कार एवं प्राणायाम प्रारंभ	प्रातः 9:30 बजे
4	मान. मुख्यमंत्री जी का संदेश	प्रातः 10:00 बजे
5	आभार	प्रातः 10:30 बजे

2– यह आयोजन समस्त शिक्षण संस्थाओं में एक साथ एक संकेत पर किया जायेगा। जिन शिक्षण संस्थाओं में मैदान नहीं है, वे अपने विद्यार्थियों हेतु निकटतम संस्था/मैदान में सामूहिक सूर्य नमस्कार का आयोजन करेंगे।

3– जिला स्तर पर जिला कलेक्टर की अध्यक्षता में निम्नानुसार समिति का गठन किया जायेगा –

surya namaskar 2010

–2–

1. कलेक्टर (अध्यक्ष)	8.जिला स्वास्थ्य एवं चिकित्सा अधिकारी
2 पुलिस अधीक्षक	9 जिला मुख्यालय के अग्रणी महाविद्यालय के प्राचार्य,
3. मु. का. अ. जिला पंचायत	10 प्राचार्य जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान
4 जिला शिक्षा अधिकारी	11. कलेक्टर द्वारा नामांकित 5 अशासकीय संगठनो के सदस्य
5.सहा.आयुक्त आदि. विकास	12 परियोजना अधिकारी जिला शहरी विकास अधिकरण
6. जिला परि. समन्वयक	13 परियोजना अधिकारी, महिला एवं बाल विकास
7 जनसंपर्क अधिकारी	14. जिला कलेक्टर द्वारा नामित अन्य विभागों के अधिकारी

सामूहिक सूर्य नमस्कार मे अशासकीय शिक्षण संस्थाओं तथा संबंधित विभागों, संगठनों की भागीदारी सुनिश्चित करने हेतु जिला कलेक्टर द्वारा बैठक आयोजित की जाये।

4- शिक्षण संस्थाओं में होने वाले आयोजनों में माननीय मुख्यमंत्री, मंत्रीगण, सांसदगण, महापौर, अध्यक्ष–जिला पंचायत, विधायकगण, अध्यक्ष–नगरपालिका एवं नगर पंचायत, अध्यक्ष–जनपद पंचायत, जिला एवं जनपद पंचायत के सदस्यगण, पार्षदगण,आदि की उपस्थिति हेतु विशेष अनुरोध किया जाये।

5– आयोजन में पालक शिक्षक संघ, विभिन्न योग संस्थाएं, विवेकानंद केन्द्र कन्या कुमारी, आर्य समाज, विद्या भारती शिक्षा संस्थान, रामकृष्ण मिशन, गायत्री परिवार, आदिवासी विकास विभाग के छात्रावास, स्थानीय खेल क्लब, सेवानिवृत्त सैनिक, स्थानीय निकाय, मोहल्ला क्लब, मार्निंग वाकर्स, व्यायाम शाला, हेल्थ क्लब, पंचायत, सहकारी संस्थाएं, राष्ट्रीय एवं राज्य स्तर पर विभिन्न क्षेत्रों मे पुरस्कृत प्रतिभाएं, विभिन्न विभागों के अधिकारी, कर्मचारी, भोज विश्वविद्यालय के दूरस्थ शिक्षा केन्द्र, नगर एवं ग्राम सुरक्षा समितियां आदि की सहभागिता हेतु अनुरोध किया जाये

6– संस्था प्रमुख इस बात का विशेष ध्यान रखें कि उपरोक्तानुसार मान.मंत्री या जनप्रतिनिधि आपकी संस्था के सामूहिक सूर्य नमस्कार आयोजन में सम्मिलित हो सकते है।

7– प्रत्येक शिक्षण संस्था/छात्रावास स्तर पर निर्धारित समय पर सूर्य नमस्कार किया जाए। इस आयोजन में कक्षा 5 वीं से 12 वीं तक के तथा महाविद्यालयीन विद्यार्थी शामिल होंगे। प्राथमिक शाला में कक्षा 01 से कक्षा 04 तक के बच्चे सूर्य नमस्कार करने में शामिल नहीं होंगे, लेकिन वे दर्शकों के रूप में उपस्थित होंगे। संस्था स्तर पर होने वाला व्यय संस्था की स्कॉउट निधि तथा अन्य स्थानीय निधि से किया जाये।

8 सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के सीधे प्रसारण की व्यवस्था रेडियो के सभी [illegible] चेनल एवं विविध भारती से होगी कार्यक्रम के [illegible] में माननीय मुख्यमंत्रीजी का प्री–रिकार्डेड कार्यक्रम प्रसारित किया जायेगा। अतः यह सुनिश्चित किया जाय कि पूरे समय तक सभी आयोजन स्थलों पर रेडियो चलते रहें।

9– उच्च शिक्षा विभाग, आदिवासी विकास विभाग, पचायत एव ग्रामीण विकास विभाग, नगरीय प्रशासन एवं विकास, वन, सहकारिता आदि विभागों द्वारा अधीनस्थ संस्थाओं एवं स्वैच्छिक संगठनों के लिए समुचित निर्देश संबंधित विभागों द्वारा पूर्व वर्षानुसार पृथक से प्रसारित किये जायेंगे, ताकि सभी शिक्षण संस्थाओं (विद्यालय, महाविद्यालय एवं अन्य शालाएं आदि) में आयोजन अनिवार्यतः हो, तथा इच्छुक व्यक्ति किसी भी शिक्षण संस्था मे आयोजित होने वाले कार्यक्रम में सम्मिलित हो सकें।

10– उक्त आयोजन के सफल क्रियान्वयन हेतु समस्त आयुक्त–राजस्व संभाग, आई.जी., अतिरिक्त संचालक–उच्च शिक्षा, संभागीय संयुक्त संचालक–लोक शिक्षण, संभागीय उपायुक्त–आदिवासी विकास, संयुक्त संचालक–पंचायत, संयुक्त संचालक–स्वास्थ्य, उप संचालक–नगरीय प्रशासन, वन संरक्षक वन विभाग एवं अन्य सभी विभागों के संभागीय अधिकारी अपने क्षेत्रान्तर्गत सभी शिक्षण संस्थाओं में कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए मानीटरिंग करेंगे।

11– रेडियों के सभी प्रायमरी चेनल तथा विविध भारती के द्वारा प्रसारित कार्यक्रम के आधार पर विद्यालयों में प्रतिमाह के अंतिम कार्य दिवस पर प्रातः 9:30 से 10:00 बजे तक सामूहिक सूर्य नमस्कार का कार्यक्रम आयोजित हो रहा है। इसके अंतर्गत 31 दिसम्बर 2010 को रेडियों से प्रसारित होने वाले कार्यक्रम के आधार पर पूर्वाभ्यास किया जाए।

12– सूर्य नमस्कार में छात्राएं सलवार सूट/ट्रेक सूट तथा छात्र स्कूली गणवेश/ट्रेक सूट मे सम्मिलित होंगे।

13.–सामूहिक सूर्य नमस्कार पर मार्गदर्शी बुकलेट जिला शिक्षा अधिकारियों के माध्यम से पूर्व में सभी संस्थाओं को प्रदाय की जा चुकी है तथा कक्षा छठी की सहायक वाचन में भी सूर्य नमस्कार एवं प्राणायाम का उल्लेख है इनका समुचित उपयोग किया जाये।

14–सामूहिक सूर्य नमस्कार के संचालन के लिए निम्न स्थितियों के उल्लेख के साथ गिनती (1,2,3..........) का, स्थिति के साथ निम्नानुसार प्रयोग किया जाये :–

एक– प्रार्थना भुद्रा	सात– भुजंगासन
दो– हस्त उत्तानासन	आठ– पर्वतासन
तीन– पादहस्तासन	नौ– अश्व संचालनासन
चार–अश्व संचालनासन	दस– पादहस्तासन
पॉच– पर्वतासन	ग्यारह–हस्त उत्तानासन
छः – अष्टांग नमस्कार	बारह– प्रार्थना मुद्रा

15– सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के सुचारू रूप से संचालित करने एवं व्यापक प्रचार प्रसार हेतु आवश्यक सामग्री, जिसमें जिंगल्स, फ्लेक्स बेनर डिजाइन, प्रशिक्षण संबंधी सामग्री आदि की सी.डी. गतवर्ष समस्त जिला शिक्षा अधिकारियों को प्रदाय की जा चुकी है। उसी के अनुरूप तिथि संशोधित कर उनका प्रयोग किया जाये

16–प्रचार प्रसार के दौरान इस बिन्दु को विशेष रूप से उभारा जाए कि सम्पूर्ण प्रदेश में एक समय एक संकेत पर एक साथ आयोजन किया जायेगा।

17–सूर्य नमस्कार कार्यक्रम में किसी भी संस्था अथवा छात्र/छात्रा का भाग लेना पूर्णतः स्वैच्छिक होगा और इस हेतु किसी प्रकार की बाध्यता न रखी जाए।

18–शारीरिक/मानसिक रूप से अस्वस्थ व्यक्तियों को चिकित्सकीय परामर्श के उपरान्त ही कार्यक्रम में भाग लेने का परामर्श दिया जाये।

19–आयोजन स्थल की साफ–सफाई, समतलीकरण, मंच निर्माण, माइक व्यवस्था, जल व्यवस्था, चूने से रेखांकन आदि कार्य आयोजन तिथि से पूर्व पूर्ण कर लिए जाएँ।

20 संस्था प्राचार्य यह सुनिश्चित करेंगे कि उनके आयोजन में मुख्य अतिथि/विशिष्ट अतिथि अवश्य सम्मिलित हों।

21–आयोजन समाप्ति के तीन दिवस मे फीडबक प्राप्त किया जाय। इसकी क्रास चेकिंग भी की जाय

22– शिक्षण संस्थाओ के कार्यक्रम मे कुल कितने बच्चों, अभिभावकों आदि ने भाग लिया है इसका निर्धारित प्रारूप में विभागवार संधारण किया जाये। कार्यक्रम के समापन के उपरान्त विद्यालयो मे आयोजित कार्यक्रमों मे सहभागी छात्र/छात्राओं तथा अन्य अतिथिगणों की जानकारी फोटोग्राफ के साथ संकलित की जाये।

23–प्रतिदिन सूर्य नमस्कार करने से होने वाले लाभों से छात्र/छात्राओं को सरल भाषा में समझाया जाये। शिक्षण संस्थाओं में विद्यार्थियों के प्रोग्रेस कार्ड में इस बात का उल्लेख किया जा सकता है कि सूर्य नमस्कार करने से क्या फायदे/परिवर्तन हुए है। इस तथ्य से पालकों को भी अवगत कराना चाहिए।

(दीपक खाण्डेकर) 4/11/10
प्रमुख सचिव
स्कूल शिक्षा विभाग, मंत्रालय

surya namaskar 2010

पृ. क्रमांक एफ 44/83/2010/बीस-2 भोपाल, दिनांक 16-11-10

प्रतिलिपि :–

1. मान. मुख्यमंत्री म0प्र0 शासन, एवं अध्यक्ष राज्य योग परिषद्, मध्यप्रदेश भोपाल।
2. सदस्यगण मध्यप्रदेश राज्य योग परिषद् एवं माननीय मंत्री– वित्त विभाग, स्कूल शिक्षा विभाग, आदिम जाति एवं अनुसूचित जाति कल्याण विभाग, उच्च शिक्षा विभाग, लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, चिकित्सा शिक्षा विभाग तथा खेल एवं युवक कल्याण विभाग।

3 मान. उपाध्यक्ष राज्य योजना मण्डल भोपाल एवं सदस्य– मध्यप्रदेश राज्य योग परिषद

4. मुख्य सचिव, मध्यप्रदेश शासन एवं सदस्य– मध्यप्रदेश राज्य योग परिषद

5. सदस्यगण मध्यप्रदेश राज्य योग परिषद् एवं प्रमुख सचिव/ सचिव–वित्त विभाग, स्कूल शिक्षा विभाग, आदिमजाति एवं अनुसूचित जाति कल्याण विभाग, उच्च शिक्षा विभाग, लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, चिकित्सा शिक्षा विभाग तथा खेल एवं युवक कल्याण विभाग की ओर अधीनस्थों को दिशा निर्देश जारी करने हेतु प्रेषित ।

6. सदस्यगण मध्यप्रदेश राज्य योग परिषद् एवं आयुक्त– राज्य शिक्षा केन्द्र, आदिवासी विकास विभाग, आयुक्त उच्च शिक्षा विभाग तथा संचालक खेल एवं युवक कल्याण विभाग की ओर अधीनस्थों को दिशा निर्देश जारी करने हेतु प्रेषित ।

7. चेयरमेन, महर्षि पतंजलि संस्कृत संस्थान, तुलसी नगर भोपाल एवं सदस्य राज्य योग परिषद् भोपाल।

8. योग के क्षेत्र में नामांकित विशेषज्ञ एवं सदस्य , राज्य योग परिषद् भोपाल

9. प्रधान मुख्य वन संरक्षक, मध्यप्रदेश

10. आयुक्त लोक शिक्षण संचालनालय मध्यप्रदेश भोपाल!

11 आयुक्त, जनसंपर्क, भोपाल।

12 आयुक्त, स्वास्थ्य सेवाएं, भोपाल

13 आयुक्त, महिला एवं बाल विकास, भोपाल।

की ओर सूचनार्थ एवं अपने अधीनस्थो को दिशा–निर्देश जारी करने हेतु प्रेषित।

15/11/10

प्रमुख सचिव

स्कूल शिक्षा विभाग, मंत्रालय

surya namaskar 2010