ख्वाजा मुईनुद्दीन चिश्ती भाषा विश्वविद्यालय
लखनऊ
राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई-IV
सात दिवसीय विशेष शिविर
1-परिचय एवं खेल
2-शिक्षा का महत्व
3-स्वच्छता की आवश्यकता
4-पर्यावरण संरक्षण
5-स्वास्थ्य और बीमारियां
6-मॉक ड्रिल (नकली अभ्यास)
7-कौशल प्रदर्शन एवं समापन समारोह
डॉ. नीरज शुक्ल
समन्वयक
राष्ट्रीय सेवा योजना
डॉ. अभय कृष्ण
कार्यक्रम अधिकारी
राष्ट्रीय सेवा योजना-IV

डे -1

परिचय और खेल का महत्व

पढ़ोगे लिखोगे होगे नवाब ,खेलोगे कुदोगे तो भी होगे नवाब।।।।

इसी उत्साह के साथ हमे जाना था एन0एस0एस0 के कैंप मैं जो की लखनऊ के अल्लूनगर गांव मैं लगने वाला था ।

हम सब बहुत उत्साहित थे हमारी पूरी टीम सुबह सुबह तैयार होकर यूनिवर्सिटी पहुंची । हम सब एक साथ यूनिवर्सिटी से अपने गंतव्य के लिए निकले।हालाकि हम पैदल चल रहे थे लेकिन हम सब साथ मैं थे तो दूरी का पता ही नही चला ।

हम अल्लुनगर पहुंच चुके थे वहा हमारा स्वागत सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पर गांव के लोगो ने किया।चुकीं मौसम गर्मी का था लेकिन हमे किस बात की चिंता हम तो दृण्ढ निश्चय के साथ गए थे तो भगवान ने भी हमारा साथ दिया वहा पेड़ की छांव मे हम बैठे फिर हमारे कार्यकम की आगाज़ हुआ। हमारी पहली टीम को जाना था गांव में और लोगो से बात करनी थी और उन्हें जागरूक करना था खेल और उनके महत्व के प्रति।तो हमारी पहली टीम अपना काम करने के लिए रवाना हो गई।दूसरी टीम का काम था हम सब के लिए खाना बनाना ।तो दूसरी टीम अपने काम मे जुट गई। वहीं हमारी तीसरी टीम का काम था छोटे बच्चो को पढ़ना और उन्हें नईं नईं चीज़े सिखाना ।हमारी पूरी टीम पूरे आत्मविश्वास के साथ अपना काम करने मैं जुट गई।

छोटे बच्चो के साथ गेम्स खेलना काफी मजेदार था ।उन्हें खेल का महत्व बताना उससे भी ज्यादा महत्वपूर्ण लक्ष्य था हमारा और हम इस लक्ष्य को हासिल करने के लिए जी तोड़ मेहनत कर रहे थे।

खाने का पूरी टीम को इंतज़ार था क्युकी मेहनत करने के बाद भूख बड़ी तेज लगी थी हमे। हम सब ने जलपान किया और हमारा परिचय और खेल का महत्व का दिन समाप्त होने की ओर अग्रसर हुआ ।

डे-2

शिक्षा का महत्व एनएसएस कैंप

ये जरूरी नहीं है की उजाला सिर्फ चिरागो से ही हो,

कई घर शिक्षा से भी रौशन है।

हमारा आज का दिन शिक्षा के महत्व का था। हम सब तैयार हो के अपने **गांव अल्लूनगर** पहुंचे ।आज का दिन बहुत ज्यादा ही चुनौतिपूर्ण था क्युकी आज हमे गांव वालो से थोड़े तीखे सवाल करने थे जो सायद उन्हें अच्छे न लगे ।लेकिन हम पूरी तरह से तैयार थे हर चुनौती का सामना करने के लिए ।हमारी एक टीम का आज का काम था सर्वे करना लोगो से जा कर पूछना की उनके घर मे कितने लोग है , वो लोग कितने शिक्षित है ,कितने बच्चे है उनके घर मैं(उनमें से कितने लड़के कितनी लड़कियां),क्या वो सब स्कूल जाते है या नहीं?

और सबसे जरूरी सवाल था की क्यों शिक्षित नही है वो लोग?

हम फिर भी अपनी पूरी टीम ले कर गए गांव मे ।जैसा हमने सोचा था की शायद गांव वाले इन सवालों का अच्छे से जवाब न दे लेकिन हुआ इसका बिलकुल ही विपरित ,लोगो ने इतने प्यार से हमसे बात की और हमारे सवालों का जवाब भी बहुत अच्छे से दिया।

हमारा सर्वे बड़े अच्छे तरीके से पूरा हुआ और सर्वे का नतीजा भी ऐसे ही चौंकाने वाला ही था ।इस गांव के लोग काफी पढ़े लिखे और शिक्षा का महत्व समझने वाले थे और ये जानने के बाद हम काफी खुश हुए।हमने उन्हें शिक्षा के महत्व के बारे मे बहुत सी चीज़े बताई और उनसे भी कई सारी चीज़े सीखी।वापस कैंप आ कर हमलोगो ने बच्चो के साथ भी समय बिताया और उन्हें भी शिक्षा के महत्व के बारे मे बताया।

डे-3

स्वच्छता और उसका महत्व

बापू का घर घर पहुंचे ये संदेश,

स्वच्छ रहे अपना देश।

इसी उम्मीद के साथ हमारा आज का दिन प्रारंभ हुआ ।आज का हमारा अहम उद्धेश था लोगो को जागरूक करने का स्वच्छता के प्रति।जैसा कि हम सभी जानते है की स्वस्थ शरीर मे ही स्वस्थ मस्तिष्क का विकास होता है और हम स्वस्थ कब रहेंगे जब हमारा आस पास का इलाका साफ और स्वच्छ हो । यही हमारा आज का लक्ष्य था जिसे हम रैली के माध्यम से गांव के लोगो तक अपनी बात पहुंचाने वाले थे ।

हमने अपने भविष्य के पहरेदारों से शुरुआत की (बच्चो से) उन्हें हमने सिखाया की कैसे हम अपने गांव को साफ रख सकते है।लेकिन दुनिया बदलने से पहले हमे खुद को बदलना होगा तो हमने बच्चो को उनका किरदार समझाया की वो क्या क्या कर सकते है खुद को स्वच्छ और स्वस्थ रखने के लिए जैसे वो खाना खाने से पहले हाथ जरूर धुले, खाना खाने के बाद भी हाथ ज़रूर धुले ।इसके साथ ही शौच खुले मैं ना करे क्युकी अगर वो खुले मै शौच करेंगे तो इससे बीमारियां फैलेगी। हमने बच्चो को गीले कचरे और सूखे कचरे के बारे मे भी बताया और साथ ही इन दोनो कचरों को अलग फेकना चाहिए इस बारे मे भी बताया ।

फिर हमने बच्चो को रैली के बारे मे बताया वो बहुत उत्साहित हुए की आज वो गांव में जा कर अपने बड़े लोगो को स्वच्छता के बारे मे बताएंगे ।

हम गांव की ओर निकले बच्चो का जोश देख कर हम सब दंग थे चिलचिलाती धूप का भी उनपर कोई असर नही हो रहा था हमने भी कमर कस ली और नारे लगाना शुरू किया बच्चे भी हमारा साथ दे रहे थे नारे लगाने मे।और ऐसे ही हमारा ये लक्ष्य भी हमने हासिल कर लिया था । वही हमारी दूसरी टीम ने सामुदायिक स्वास्थ केंद्र की साफ सफाई का जिम्मा उठाया और उन्होंने भी अपने काम को बखूभी निबाया । हम सब ने फिर जलपान किया और फिर अगले दिन की तैयारी मे जुट गए

डे ४

<u>पर्यावरण और संरक्षण</u>

प्रकृति का न करे हरण,

साथ मिलकर बचाए पर्यावरण।।

इसी के साथ हमारा आज का दिन शुरू हुआ हम सब सामुदायिक स्वास्थ केंद्र पहुंचे । बच्चे हमारा पहले से ही इंतजार कर रहे थे की कब हम आयेंगे और उनके साथ बातचीत करेंगे और नई नई चीज़ सीखेंगे।

चुकी हमारे विश्वविद्यालय मे पर्यावरण स्वेता मैम पढ़ाती है तो आज हमारा साथ देने मैम भी हमारे साथ आई थी।बच्चो से बात की उन्होंने और पर्यावरण और उनके महत्व के बारे में बच्चो को बताया ।

साथ ही हमारी पूरी टीम रैली के लिए भी गई गांव में और लोगो को भी प्रोत्साहित किया पर्यावरण संरक्षण के प्रति।

साथ ही हमारी टीम ने बरगद,नीम,आम के पेड़ भी लगाए सामुदायिक स्वास्थ केंद्र के पास ही ।बच्चो को प्रेरित किया की पौधो का ध्यान रखे और रोज़ पानी डाले ।

इसी के साथ हमने बच्चो को पर्यावरण के मह्त्व पर एक नाटक भी तैयार करवाया जिसमें बच्चो ने बढ़ चढ़ कर हिस्सेदारी ली।

पेड़ पौधों के साथ साथ हमे जानवरों के प्रति हिंसा पर भी जागरूक करना था। और वो भी हमने बखूभी किया।

बच्चो ने निश्चय किया की वह पर्यावरण का संरषण करेंगे और किसी जानवर को परेशान नहीं करेंगे ।

डे ५

<u>स्वास्थ और बीमारियां</u>

स्वास्थ्य है सबसे महत्वपूर्ण ,

इसके बिना जीवन अपूर्ण।।

आज का दिन हमारा स्वास्थ और बीमारियों के बारे मे लोगो को जागरूक करने का था ।

हम सब अल्लूनगर पहुंचे वहा पे गांव के लोग हम सब का स्वागत कर रहे थे।अब हमे वहा सब लोग पहचानने लगे थे ।

आज का दिन हमारी टीम्स वहा पहुंचते ही अपने अपने काम मे जुट गए।आज अभय सर के साथ हमारा उत्साह बढ़ाने मानवेन्द्र सर और तस्लीम सर आए थे।

हमारी टीम्स व्हाइट कोट पहन के लोगो को स्वास्थ को कैसे सही रखा जा सकता है ये सब लोगो को बताया हमने।

बच्चो को योग के बारे मे भी बताया ।

लड़कियों को हमने मेंस्टुअल हाइजिन के बारे मे भी बताया।और क्या क्या करना चाहिए हमे पर्सनल हाइजिन को सही करने के लिए।जिससे हम अपने आप को बीमारियों से बचा सके ।

उन्हें फिर हमलोगो ने बीमारियों के बारे मे बताया ।

कम्युनिकेबल और नॉन कम्युनिकेबल डिसीज के बारे मे भी बताया हमने बच्चो को।

कैसे हम इन सब बीमारियों से बच सकते है।इसके बारे में भी हमने उन्हें बताया और बच्चो को कहा की ये वो अपने परिवार वालो को भी बताया ताकि पूरा गांव बीमारियो से बच सके। हम सब खाना खाकर अगले दिन की तैयारी मे जुट गए।।।

डे ६

Mock drill

जो चीज़ हम पढ़ कर नही समझ सकते है,वह हम देख कर या खुद कर समझ सकते है।

____

इसी सोच के साथ हमारे दिन की शुरुआत हुई।अभय सर सामुदायिक स्वास्थ केंद्र मे हमारा इंतजार कर रहे थे हम पैदल धीरे धीरे अपने गंतव्य तक पहुंचे ।आज हमे बच्चो को प्राकृतिक अपदाओ के बारे में बताना और उनसे कैसे बचा जा सकता है ये बताना था।

हमने बच्चो को भूकंप के बारे मैं बताया और हम क्या क्या कर सकते है भूकंप के दौरान।जैसे की तुरंत बाहर सुरक्षित जगह जाना जहा पे हमे किसी भी चीज़ से नुकसान ना हो।फिर आपदा जैसे करेंट से आग लग जाए तो क्या करना चाहिए ।बच्चो को बताया कि ऐसी परिस्थिति में पानी का इस्तेमाल कभी न करे आग बुझाने के लिए क्युकी करेंट लगने का डर होता है ।और बालू का इस्तेमाल कर के हम उस आग को बुझा सकते है।

ऐसे ही सारी विपादाओ के बारे मे बता दिया हमने बच्चो को ।बच्चो ने भी अच्छे से सब सिखा और अपने घर वालो को भी बताया ।

डे ७

समापन एवं कला प्रदर्शन

पाव पत्थर कर कर के छोड़ेगी अगर रुक जाइए,

चलते रहिए तो ज़मी भी हमसफर हो जायेगी।

हम भी चलते चलते अपने एनएसएस कैंप के समापन की तरफ अग्रसर थे ।

आज का दिन हमे बच्चो को सुनने का था सभी बच्चे बहुत उत्साहित थे अपनी अपनी कला का प्रदर्शन करने के लिए ।

साथ ही हमें उन्हें पुरस्कृत भी करना था उनके कला प्रदर्शन के लिए।

आज हमारे सारे प्रोफ़ेसर भी हमारा उत्साह वर्धन करने आए थे । नीरज सर,मानवेन्द्र सर, तस्लीम सर आए थे।

बच्चे तैयार हो कर बैठ गए थे और अपना अपना कार्यक्रम शुरू होने का इंतजार करने लगे।

फिर हमारे कार्यक्रम का आगाज़ हुआ जिसमें छोटे बच्चो ने अपने देश के प्रति अपनी भावनाओं का प्रदर्शन किया गीत के माध्यम से किया । हिन्दी है हम, वतन है का भी स्मरण करवाया बच्चो ने।

फिर हमारे नन्हे कलाकारों ने नृत्य के माध्यम से देशभक्ति का प्रदर्शन किया।

वही बच्चो ने Mock drill को भी नाटक के रूप मे प्रस्तुत किया।

पर्यावरण संरक्षण के मामले में भी हमारे नन्हे कलाकार पीछे नहीं थे । नाट्य रूपांतरण कर के बच्चो ने अपनी बात लोगो के बीच रखी।

फिर बच्चो को पुरस्कृत करने की बारी आई। डॉ अभय कृष्णा, कार्यक्रम अधिकारी एन0एस0एस0 द्वारा सभी बच्चों को पुरस्कृत किया गया और हमारा आज का दिन और साथ ही साथ हमारे कैंप का भी समापन हुआ।

DAY 7
NSS (UNIT 4)
"समापन एवं कला प्रदर्शन"