संख्या–774 / 68–5–2019

प्रेषक,

रेणुका कुमार
अपर मुख्य सचिव,
उत्तर प्रदेश शासन।

सेवा में,

शिक्षा निदेशक (बेसिक),
उ0प्र0, लखनऊ।

बेसिक शिक्षा अनुभाग–5 लखनऊ, दिनांक 26 अगस्त, 2019

विषयः प्राथमिक एवं उच्च प्राथमिक विद्यालयों में योग एवं शारीरिक गतिविधियों तथा खेलकूद को प्रतिदिन आयोजित कराये जाने के सम्बन्ध में।

महोदय,

उपर्युक्त विषय के संबंध में अवगत कराना है कि शैक्षिक गतिविधियों के साथ–साथ शारीरिक व्यायाम तथा योग कियाकलापों के अभ्यास से बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव होता है।बच्चों का शारीरिक स्वास्थ्य अच्छा रहने की स्थिति में उनके शैक्षिक अधिगम स्तर में वृद्धि होती है। शैक्षिक गतिविधियों में उनकी अधिक सकियता बनी रहती है। मानसिक स्वास्थ्य की कल्पना शारीरिक स्वास्थ्य के बिना नहीं की जा सकती है, ऐसी स्थिति में प्राथमिक एवं उच्च प्राथमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् छात्र–छात्राओं के शारीरिक स्वास्थ्य के दृष्टिगत यह आवश्यक है कि विद्यालयों में प्रातःकालीन सत्र का प्रारम्भ योग संबंधी गतिविधियों के साथ एवं अपरान्ह सत्र का समापन खेलकूद गतिविधियों के साथ कराया जाये। भारत सरकार के "*खेलो इंडिया*" अभियान को व्यापक रूप से अमल करने के लिए भी यह कदम सार्थक होगा।

2. अतः इस सम्बन्ध में मुझे यह कहने का निदेश हुआ है कि प्राथमिक एवं उच्च प्राथमिक विद्यालयों में अध्ययनरत छात्र–छात्राओं के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए एवं उनकी अधिगम–वृद्धि के लिए प्रातःकालीन सत्र में प्रार्थना के समय प्रतिदिन 15 मिनट का *योगाभ्यास* कराया जाय एवं अन्तिम वादन में *खेलकूद* की गतिविधियां अनिवार्य रूप से सम्पन्न करायी जायें। इस हेतु विद्यालय की दैनिक समय–सारिणी में उक्त दोनों गतिविधियों को अनिवार्य रूप से शामिल किया जाय।

भवदीया,
26/8/19
(रेणुका कुमार)
अपर मुख्य सचिव।

संख्या व दिनांक तदैव

प्रतिलिपि निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषितः–

1–सचिव, उ0प्र0 बेसिक शिक्षा परिषद, प्रयागराज।
2–समस्त मण्डलीय सहायक शिक्षा निदेशक (बेसिक), उत्तर प्रदेश।
3–समस्त जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी, उत्तर प्रदेश।
4–गार्ड फाइल।

आज्ञा से,
(उमेश कुमार तिवारी)
अनु सचिव।