योग शिक्षा वृत्त

सरस्वती शिशु/विद्या मंदिर .....जिला .....

विद्यालय स्तर कक्षा .....से कक्षा .....तक

छात्र संख्या - भैया .....बहिन.....योग .....

३. विद्यालय के शारीरिक प्रमुख का नाम एवं योग्यता - .....

२. न्यूनतम १० दिवसीय आवासीय योग प्रशिक्षण किए आचार्यों की सूची निम्नलिखित प्रारूप में सूची पृथक से संलग्न करें ।

क्र.	नाम	वर्ग की अवधि	वर्ग का वर्ष	वर्ग का स्थान

३. क्या योग शिक्षा का पाठ्यक्रम तथा योग शिक्षा क्यों व कैसे पुस्तकें विद्यालय में उपलब्ध है ? तथा पाठ्यक्रम का कक्षाशः मासिक विभाजन किया गया है ? .....

४. क्या वंदना के पूर्व सभी छात्रों को निर्धारित योगासनों का अभ्यास प्रतिदिन करवाया जाता है ? यदि हाँ तो सही का निशान लगाइये ।

निर्धारित आसन - १. ताड़ासन २. पाद हस्तासन ३. अर्द्ध चक्रासन

४. अर्थ कटि चक्रासन ५. सुखासन ६. पदमासन ७. वज्रासन

५. क्या कक्षाओं में कालखण्ड आरंभ होते समय ब्रम्हनाद अथवा मौन करवाया जाता है ?

६. विद्यालय समय सारिणी में योग हेतु सप्ताह में कितने कालखण्ड की व्यवस्था की गई है ? तथा उसका क्रियान्वयन कितने प्रतिशत हुआ है ?

प्राथमिक विभाग माध्यमिक विभाग उच्च एवं उच्चतर माध्यमिक विभाग

....

७. दैनिक जीवन में कितने प्रतिशत आचार्य एवं भैया/बहिनें योग एवं सूर्य नमस्कार का अभ्यास करते हैं ?

आचार्य.....आचार्या.....भैया.....बहिने.....

८. क्या वार्षिकोत्सव में योगासनों का प्रदर्शन किया गया है ?

९. क्या हमारे विद्यालय के माध्यम से समाज को योग शिक्षा देने वाली कोई गतिविधि चल रही है ? यदि हाँ तो सही ..... का निशान लगाईये ।

१. नियमित कक्षा २. साप्ताहिक कक्षा ३. मासिक प्रशिक्षण ४. वार्षिक प्रशिक्षण

१०. विद्यालय मेंयोग शिक्षा का वातावरया बनाने के लिए किए गये प्रयोगों पर सही ..... का निशान लगाइये।

१. योग चार्ट २. योग प्रदर्शनी ३. योग दीवान ४. योग साहित्य ५. योग कक्ष

११. सूर्य नमस्कार महायक्ष का वृत्त-प्रतिभागी संख्या

भैया	बहिन	योग	आचार्य	आचार्या	योग	सूर्य नमस्कार संख्या
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

१२. विद्यालय द्वारा चलाई गई अन्य कोई गतिविधियाँ संक्षेप में लिखें- .....

.....

१३. योग शिक्षा के परिणाम संक्षेप में लिखें .....

.....

....

(हस्ताक्षर- विषय प्रमुख) (हस्ताक्षर-प्रधानाचार्य/प्राचार्य)