यचमम़ुविचा योगशिक्षक पदविका शिक्षणक्रम

प्रा.विजयकुमार पाईकराव, नाशिक, संपर्क - ९४०३७७४५२९

जितक्या शाळा चांगल्या तितके राष्ट्र चांगले
जितके शिक्षक चांगले तितकी शाळा चांगली
संतोष हीच खरी निसर्गदत्त संपत्ती होय.

ऐषआराम म्हणजे कृत्रिम दारिद्र्यच होय. शिक्षणक्षेत्रातील हे दारिद्र्य कमी करण्यासाठी विविध प्रयत्न होत आहेत. त्यातील एक प्रयत्न म्हणजे शिक्षकांनी आपल्या अध्यापन आनंदातील तंत्र व मंत्राबरोबरच योगशिक्षण घेऊन त्याचे संस्कार विद्यार्थी जगतावर करणे होय. याकरिता यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठांतर्गत आरोग्यविज्ञान विद्याशाखेतील, योगशिक्षक पदविका शिक्षणक्रमाची (P 23) रचना केलेली आहे. शिक्षणाची प्रक्रिया सेवापूर्व प्रशिक्षणाद्वारे व सेवांतर्गत प्रशिक्षणाद्वारे राबवली जाते. शिक्षक व्यवसायात प्रवेश केल्यानंतर या व्यवसायाची उद्दिष्टे व जबाबदाऱ्या यशस्वीपणे पूर्ण करण्यासाठी, ज्या गोष्टींचे ज्ञान आणि भान आवश्यक असते त्यात योगामुळे जीवनाकडे ,विद्यार्थ्यांकडे आणि समाजाकडे बघण्याचा दृष्टिकोन हा अधिक अर्थपूर्ण, सुलभ व सकारात्मक होतो. आचार्य विनोबांच्या शब्दात सांगायचे झाल्यास विज्ञाननिष्ठा, विद्यार्थीनिष्ठा आणि समाजनिष्ठा ह्या तिन्ही जीवननिष्ठांचा अवलंब योगशिक्षणातून प्राप्त होतो. त्यामुळे शिक्षकांचे, विद्यार्थ्यांचे व समाजाचे जीवन अधिक चैतन्यमय होते. म्हणून समद्ध व व्यवसायनिष्ठ शिक्षक तयार करण्याकरिता यचमम़ुविचा योगशिक्षक पदविका हा शिक्षणक्रम अत्यंत उपयुक्त आहे.

१.योगशिक्षक पदविका शिक्षणक्रमाची संरचना :-

१.१ अभ्यासक्रम :- योग शिक्षक पदविका शिक्षणक्रमासाठी एकूण चार अभ्यासक्रम आहेत. १) HSC 101 योगसिद्धांत :- यामध्ये योगशास्त्रविषयक सैद्धांतिक भागाचा अभ्यास तात्त्विक अधिष्ठानाच्या स्वरूपात करायात येतो. यासाठी चार श्रेयांक आहेत.२) HSC 102 शरीरशास्त्र :- या अभ्यासक्रमात शरीराची बाह्य व आंतरिकरचना व कार्य ह्याविषयी आवश्यक ती माहिती आरोग्यशास्त्रीय तत्त्वांसह दिलेली आहे. याकरिता चार श्रेयांक निश्चित केलेले आहेत. ३) HSC 103 शिक्षणशास्त्र :- योग शिक्षकांनी आपल्या योगविषयक ज्ञानाचा प्रचार व प्रसार करण्यासाठी, विद्यार्थ्यांवर योगाचे संस्कार करण्यासाठी शिक्षणशास्त्रातील तंत्र-कौशल्याचा परिचयात्मक संक्षिप्त अभ्यास; तात्त्विक व प्रात्यक्षिकांच्या स्वरूपात दिलेला आहे. याकरिता आठ श्रेयांक दिले आहेत. ४) HSC 104 योगाभ्यास :- योगाभ्यासासाठी एकूण सोळा श्रेयांक दिलेले असून याकरिता स्वतंत्र कार्यपुस्तिका (योगाभ्यास नोंदपुस्तिका) तयार केलेली आहे. हा अभ्यास समंत्रकांच्या मार्गदर्शनाखाली पूर्ण करावयाचा आहे. गृहपाठ व स्वाध्यायाच्या स्वरूपात विद्यार्थी स्वतः पूर्ण करतात. त्यांच्या नोंदीत योगसाधकांनी करावयाच्या प्रक्रिया (Name Of Yoga Procedure) मध्ये पुढील बाबींचा समावेश केलेला आहे.

१) योगाभ्यास प्रक्रिया शीर्षक (Title)
२) प्रक्रियेची कृती (Details Procedure)
३) समंत्रकांनी दिलेला गृहपाठ (Home work given by conusellor)
४) प्रक्रियेचा लाभ (Benefits of procedure)
५) प्रक्रिया करतांना घ्यावयाची सावधानता (Cautions)

नोव्हेंबर - डिसेंबर २०१५

६) ही प्रक्रिया करण्यासाठी वर्ज्य, व्याधी किंवा व्यक्ती (Contraindications) ७) अभ्यास विवरण (Details of Daily Practice यामध्ये कालावधी/ पूर्ण आवर्तन (Duration) आणि अनुभव (Experience) इत्यादींचा समावेश केलेला आहे. त्यावर शेवटी समंत्रकांचा शेरा (Remark Of Counsellor) आहे.

१.२) शिक्षणक्रमाचा कालावधी :- या शिक्षणक्रमासाठी किमान कालावधी एक वर्षाचा असून कमाल कालावधी ३ वर्षांचा आहे.

१.३) शिक्षणक्रमाचे माध्यम :- मराठी माध्यम असून अध्ययनार्थींच्या सुलभतेनुसार इंग्रजी माध्यमातून उत्तरलेखन व स्वाध्यायलेखन करण्यास परवानगी देण्यात येते. मात्र अध्ययन साहित्य मराठी माध्यमातून उपलब्ध आहे.

१.४) स्वयंअध्ययन पद्धती :- स्वयं अध्ययन पद्धतीने सदर शिक्षणक्रमाची रचना केलेली असून त्याकरिता अभ्यासकेंद्रावर संपूर्ण वर्षात ४० तास सैद्धांतिक भागासाठी, ८० ते ११० घड्याळी तास प्रात्यक्षिक कार्याचे समंत्रण केले जाते. समंत्रणास ७५% उपस्थिती अनिवार्य आहे. योगाभ्यासासाठी मुद्रित कार्यपुस्तिकेवर चार डी.व्ही.डी. ची तज्ज्ञामार्फत निर्मिती केलेली आहे. त्याशिवाय यशवाणी वेबरेडिया आणि मासिक संवादच्या माध्यमातून पूरक अद्ययावत ज्ञान प्राप्त करता येते.

१.५) मूल्यमापन प्रक्रिया :- प्रत्येक चारही अभ्यासक्रमावर आधारित अंतिम लेखी परीक्षा १०० गुणांची एका तासाची विद्यापीठाच्यावतीने आयोजित केली जाते. तर प्रात्यक्षिक भाग HSC 103 शिक्षणशास्त्रासाठी १०० गुणांची परीक्षा घेण्यात येते.

तसेच योगाभ्यास (HSC 104) या अभ्यासक्रमासाठी २०० गुणाची प्रात्यक्षिक परीक्षा घेण्यात येते. शिक्षणक्रम यशस्वीपणे उत्तीर्ण होण्यासाठी किमान ५०% गुण प्राप्त करणे अनिवार्य आहे.

१.६) पात्रता :- १) इयत्ता १२ वी पास किंवा यचतमुविची पूर्वतयारी परीक्षा उत्तीर्ण किंवा SHG परीक्षा उत्तीर्ण किंवा १२ वी समकक्ष परीक्षा उत्तीर्ण. २) प्रवेशाचे वेळी वय वर्षे १८ पूर्ण आणि मेडिकल फिटनेस प्रमाणपत्र वैद्यकीय तज्ज्ञांचे

दृष्टिक्षेपात योगशिक्षक पदविका शिक्षणक्रम (P 23)

अ.क्र.	अभ्यासक्रम व संकेतांक	श्रेयांक	मूल्यमापन		तासिका	
			तात्त्विक लेखी	प्रात्यक्षिक	तात्विक	प्रात्यक्षिक
१	योगसिद्धांत (HSC 101)	४	१००	-	↑	↑
२	शरीरशास्त्र (HSC 102)	४	१००	-	४०	११०
३	शिक्षणशास्त्र (HSC 103)	८	१००	१००		
४	योगाभ्यास (HSC 104)	१६	१००	२००	↓	↓
	एकूण	३२	४००	३००	४०	११०

शिक्षणक्रमाचे उपयोग :- १) शिक्षणक्रम यशस्वीपणे पूर्ण करणाऱ्या शिक्षकांना योगशिक्षक म्हणून स्वतंत्रपणे काम करता येते.

२) मुक्त विद्यापीठाच्या बी.एड् शिक्षणक्रमाच्या प्रवेशासाठी चार गुणांचा अधिकतम सारांश घेण्यास पात्र.

३) अध्यापकीय दृष्टिकोनासाठी उपयुक्त शिक्षणक्रम.

४) भविष्यात स्वयं योगाशिक्षक म्हणून कार्य करण्यासाठी व विविध शासकीय व निमशासकीय आस्थापनांवर कार्यरत व्यक्तींसाठी उपयुक्त शिक्षणक्रम.

समारोप :- परिश्रम, प्रयत्नांनी योगशिक्षक बनावे. नित्यनुतन सनातन कार्यपद्धतीने आरोग्य धनसंपदा, दया, क्षमा हीच नित्य शिकवण मनी वसू द्यावी. त्याद्वारे वस्तुजात प्रेम ज्ञान अर्पावे. रोज आपल्यातील उणिवांचा शोध घेऊन जाणिवा जागृत ठेवण्यासाठी योगशिक्षक शिक्षणक्रम उपयुक्त आहे. मला योगाची आवड आहे. आरोग्याची मानवमंदिरे योगशिक्षणातून तयार होतात, यावर माझा विश्वास आहे. मूलभूत नियोजन अन स्वयंकर्तृत्व समाज आणि राष्ट्रसेवा अधिक तत्परतेने व थेट मुळाशी जाऊन करण्यासाठी, योगशिक्षक शिक्षणक्रमाचा मूलाधार सर्व शिक्षकांनी घ्यावा. आणि उत्कृष्ट नागरिकांच्या जडणघडणीची जबाबदारी आत्मा, अंत:करण व कल्पकतापूर्ण पार पाडावी. यासाठी योगशिक्षक शिक्षणक्रमाचे स्वयंअध्ययन, योग विनियोग आणि सहयोगाद्वारे ज्ञानगंगा घरोघरी. यशवाणी कानोकानी पोहोचवूयात.

पुरस्कार क्रमांक :- ३

पुरस्काराचे नाव :- कै.ल.वा.उपाख्य राजाभाऊ बोडस स्मृती आदर्श शिक्षक/शिक्षिका पुरस्कार वा उच्च माध्यमिक स्तरावरील अध्यापनासाठी.

पुरस्काराची पात्रता :- शासनमान्य माध्यमिक शाळा व उच्च माध्यमिक शाळेतील शिक्षक/शिक्षिकांसाठी अ) प्राथमिक ब) माध्यमिक

पुरस्कार :- अ) रु.2000/- व सन्मानपत्र ब) रु.2000/- व सन्मानपत्र.

सूचना :- शासनमान्य शाळांच्या प्रमुखांनी आपल्या शिफारशींसह गुणवंत शिक्षक/शिक्षिकेची माहिती पाठवावी.
शिक्षकांनी स्वत: अर्ज करू नये.

(प्रवेशिका पाठविण्याची अंतिम तारीख ३१/१०/२०१५)

सूचना :- पुरस्कारासाठी पाठविलेले साहित्य परत दिले जाणार नाही.