DINAMALAR 11 NOV 2009

ஆசிரியர்கள், மாணவர்களுக்கு யோகா

மாநகராட்சி பள்ளிகளில் சிறப்பு வகுப்பு

கோவை, நவ. 11 - மாநகராட்சி பள்ளி ஆசிரியர் மற்றும் மாணவர்களுக்கு யோகா பயிற்சி அளிக்கும் திட்டம் துவங்கியது.

கோவை மாநகராட்சியில் 16 மேல்நிலை, 10 உயர்நிலை, 59 ஆரம்ப பள்ளிகள் என மொத்தம் 85 பள்ளிகள் உள்ளன ; 10 ஆயிரத்திற்கும் மேற்பட்ட மாணவ, மாணவியர் படிக்கின்றனர்; 900 ஆசிரியர்கள் பணிபுரிகின்றனர்.

மாநகராட்சி பள்ளிகளில் பயிலும் மாணவர்களில் பலரும் நடுத்தர மற்றும் ஏழை குடும்பங்களை சார்ந்தவர்கள்.

காலையில் பள்ளிக்கு வருவதும், ஆசிரியர் கற்றுக்கொடுப்பதை படிப்பதும், மதியம் பள்ளியில் வழங்கப்படும் உணவை உட்கொள்வதும், மதியம் படிப்பு போக மாலையில் சிறிது நேரம் விளையாடுவதும், பின்னர் வீடு திரும்புவதுமாக உள்ளனர். படிப்பு, விளையாட்டு தவிர மாணவர்களுக்கு பெரிய அளவில் எந்த விஷயமும் தெரிவதற்கு வாய்ப்பில்லை.

இவர்களில் சிலர் தவறான செயல்களில் ஈடுபட்டு எதிர்கால வாழ்க்கையை பாழ்படுத்தி வருகின்றனர்.

எனவே, மாணவ, மாணவியரை மனதளவில் மேம்படுத்தி, சுய ஒழுக்கம், உடல் ஆரோக்கியம் குறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த மாநகராட்சி கல்விக்குழு சமீபத்தில் ஆலோசனை நடத்தியது. இதில், மாணவ, மாணவியர் மட்டுமின்றி ஆசிரியர்களுக்கும் யோகா பயிற்சி அளிக்க முடிவு செய்யப்பட்டது.

கடந்த அக்.,30ல் நடந்த கல்விக்குழு கூட்டத்தில் இதற்கு ஒப்புதல் வழங்கப்பட்டது. மேலும், மாணவர்களுக்கு யோகா பயிற்சி அளிக்க 3,600 தரை விரிப்பு வாங்கவும் அனுமதியளித்தது.

இதன்படி, சித்தாபுதூர் மாநகராட்சி பள்ளியில் 'இன்னர் இன்ஜினியரிங்' என்ற யோகா பயிற்சி மாணவர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்களுக்கு நேற்று முன்தினம் துவங்கியது.

வார நாட்களில் மாலை 4.00 மணியிலிருந்து 5.30 மணி வரையும், சனிக்கிழமைகளில் காலை 9.00 முதல் மதியம் 1.00 மணி வரையும், மதியம் 2.00 முதல் மாலை 5.00 மணி வரையும் பயிற்சியளிக்கப்படுகிறது.

தொடர்ந்து, இரண்டு வாரத்திற்கு மொத்தம் 29 மணி நேரம் பயிற்சி அளிக்கப்படவுள்ளது.

யோகா பயிற்சியை ஈஷா யோகா மையத்தை சேர்ந்த ஆசிரியர்கள் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.