વિષય : "Self Motivation

કિરણભાઇ આર. પટેલ
(માધ્યમિક વિભાગ)

- સ્વયં પ્રેરણા એ પોતાના લક્ષ્યો તરફ પ્રેરિત થવા અને સફળતા મેળવવા માટેની આંતરિક શકિત છે.
- જીવનમાં આગળ વધવા અને સકારાત્મક દૃષ્ટિકોણ વિકસાવવા માટે સહાય કરે છે.
- દરેક પોતાના જીવનમાં એકબીજા સાથે સરખામણી કરી પોતાની નબળાઇ દર્શાવતા હોય છે. પરંતુ બીજો કોઇ ખોટો વિચાર કર્યા વગર પોતાનું મહત્વ જાણવું જોઇએ.
- ઇશ્વરે માનવરૂપી સરસ મઝાનો બગીચો બનાવ્યો છે. એ બગીચામાં આપણું અસ્તિત્વ જ બતાવે છે, કે આ જગતને આપણી જરૂર છે. પણ માણસ પોતાની જાતને સમજી શકયા નથી કે પરમાત્મા એને શા માટે આ જગતમાં લાવ્યા હશે.
- ઘણી વખત જીવનમાં અતિ મહત્વનું છુટી જાય છે અને બિનજરૂરી બાબતોમાં ધ્યાન દેવાય છે. પોતાની જાતની સારી નરસી બાબતો પારખવી અંત્યત અગત્યનું છે. જે છૂટી જાય છે.
- જીવનમાં સારો વિચારો,સારા કાર્યોથી આગળ વધીએતો જીવનનો સાચો આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

"મેં તો વાવી દીધા બી હવે વાદળ જાણે અને વસુંધરા".

વિષય : તરૂણાવસ્થાની સમસ્યાઓ અને તેના ઉપાયો

ચીમનભાઇ પરમાર
(માધ્યમિક વિભાગ)

ભાવિ જીવનની સફળતા કે નિષ્ફળતાના બીજ તરૂણાવસ્થામાં જ વવાય જાય છે. બાલ્યાવસ્થા અને પુખ્ત અવસ્થા વચ્ચેનો સક્રાંતિનો સમયગાળો વયની દૃષ્ટિએ લગભગ ૧૧ થી ૨૦ વર્ષની ઉંમર હોય છે. તરૂણાવસ્થા દરમિયાન અનુભવાતા બાહ્ય અને આંતરિક પરિવર્તનો મસ્તિષ્કમાં રહેલી પિચ્યુરીટી ગ્રંથિ હોર્મોન્સની કાર્યશીલતાને આભારી છે. આમાં ચાર પ્રકાર હોય છે. શારીરિક વિકાસ, માનસિક વિકાસ, સ્વાસ્થ્ય સંબંધી વર્તન અને જાતિય પરિવર્તન.

સમસ્યાઓ : સહનશીલતાનો અભાવ, સહયોગ અભાવ, સમાવવાની શકિતનો અભાવ, સામનો કરવાની શકિતનો અભાવ, નિર્ણય શકિતનો અભાવ, સંકલન કરવાની શકિતનો અભાવ, સ્વની ઓળખની મુંઝવણ, સાથી મિત્રોનું દબાણ શોષણ, લાગણીઓમાં પરિવર્તન, માનસિક સ્વસ્થતા અને શરીરના અંગોમાં પરિવર્તન, પારિવારિક સંબંધો, સોશિયલ મીડિયા, કેફી પદાર્થોનું સેવન, ઊંઘની સમસ્યા અને જાતીય સંબંધનું આકર્ષણ.... ચોરી કરવી, જૂઠું બોલવું, દાદાગીરી કરવી, કામચોરી કરવી, છેડતી, વ્યસન કરવું.

ઉપાયો : મુકતપણે માતાપિતા સાથે વાતચીત, સ્વ જાગૃતિ માટે હકારાત્મક વલણો, સમયનું મહત્વ સમજવું, સ્વસ્થ તંદુરસ્તી માટે સાત્વિક ખોરાક લેવો, રાજયોગ મેડીટેશન અને જરૂરી કસરતો કરતા રહેવું. સહનશીલતા, સહયોગ, સમર્પણનો ભાવ, નિર્ણયશકિત, પારખવાની શકિત, સંકલન કરવાની શકિત કેળવવી.

વિષય : વિડીયો ગેમના લાભાલાભ

કૌશિકભાઇ મિસ્ત્રી
(માધ્યમિક વિભાગ)

વિડીયો ગેમ્સ રમવી બાળકો માટે કેટલીક બાબતોમાં લાભકારક બની શકે છે. પરંતુ તેનો અતિરેક નુકસાનકારક નીવડી શકે છે. જો વિડિયોગેમ્સને યોગ્યમાત્રામાં રમવામાં આવે તો બાળકોના મગજમાં સકારાત્મક અસરો ઉત્પન્ન કરી શકે છે.

- તેમની ધીરજ અન્યો કરતા વધુ હોય છે. કેમકે નવી કોઇ પણ ગેમ રમતા હારનો ઘણીવાર સામનો કરવો પડે છે.
- Strategy Planning કરતા શીખે છે.
- અવલોકન ક્ષમતા વિકસે છે. કારણે રમતારમતા આજુબાજુથી આવતા પડકારોનું સતત નિરીક્ષણ કરતા રહેવું પડે છે.
- Hand અને eye co- ordination વધે છે. - ગ્રુપમાં ગેમ રમતી વખતે ટીમવર્કમાં કાર્ય કરતા શીખે છે.
- Multitasking capacity વધે છે. તેમની એકાગ્રતા ખૂબ સારી હોય છે.
- Decision making ક્ષમતા સારી હોય છે.
- આથી જ જો આપણે નિયત સમય મર્યાદા માટે બાળકોને ચેસ,પઝલ,બોકસ ફીટિંગ અક્ષરો પરથી સ્પેલિંગ મેકિંગ જેવી મગજ વાપરવી પડતી રમત રમવા દઇએ તો મગજ શાર્પ બને, વિચારશકિત વિકસે છે.

વિષય : ઇઝરાયલ અને જર્મનીના સંઘર્ષો, પડકારો અને વિકાસ

મનિષાબેન જે જાદવ
માધ્યમિક વિભાગ

દક્ષિણ પશ્ચિમ એશિયામાં આવેલો ઇઝરાયલ દેશ વિસ્તારની દૃષ્ટિએ ભારતના મણીપુર રાજ્ય જેટલો છે લગભગ ૯૨ લાખ જેટલી યહુદીઓની વસ્તીવાળો લશ્કરી તાકાત અને મનોબળથી મજબૂત દેશ છે. ઇઝરાયલમાં દરેક ઘરમાંથી લશ્કરમાં ફરજીયાત જોડાવું પડે છે. તે આજુ બાજુના ૧૩ મુસ્લિમ દેશોની વચ્ચે સદાય સંઘર્ષમાં રહેવા છતાં અડીખમ રીતે ટકી રહ્યો છે. ૬૦% રણ વિસ્તાર અને ખારા પાણીવાળો દરિયો હોવા છતા પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં ઇઝરાયેલ અદભૂત વિકાસ કરી રહ્યો છે. દુનિયાના દેશોમાં ૬૦% ડ્રોન ઇઝરાયલ સપ્લાય કરે છે. તેની પાસે ૮૦ પ્રકારના પરમાણુ શસ્ત્રો છે.તેને અવકાશમાં ૮ જેટલા જાસૂસી ઉપગ્રહ પણ મૂકેલા છે. દર વર્ષે ૮૦૦૦ કરોડની ખેતી કરી નિકાસ કરે છે. આજે યુધ્ધના માહોલમાં પણ ઇઝરાયલ પોતાને ટકાવી બરાબર દુશ્મન દેશો સાથે ટક્કર લઇને પણ વિકાસ કરી રહ્યો છે.

એ જ રીતે મધ્ય યુરોપમાં આવેલા જર્મનીમાં પણ યુરોપીય દેશોમાં વસ્તીની દ્રષ્ટિએ સાતમું સ્થાન ધરાવતો વિકસિત દેશ છે ૧૬ રાજયોમાં વહેંચાયેલ જર્મની પ્રથમ અને બીજા વિશ્વ યુદ્ધ માટે ઘણા અંશે જવાબદાર છે. તેને જર્મનીના તાનાશાહ એડોલ્ફ હીટલરની સામ્રાજયવાદી નીતિએ જર્મનીમાં ઘણી બધી વિકટ પરિસ્થિતિઓ ઉભી કરી જેના લીધે જર્મની સાથે ઘણો અન્યાય થયો. તેના બે ભાગ થયા ફરી એકત્રીકરણ થયું. આજે દુનિયાના દેશોમાં જર્મની મશીનોના દેશ તરીકે ઓળખાય છે. જર્મનીમાં આવેલા ઐતિહાસિક મહેલો, ચર્ચ જેવા સ્થળો જોવા વિવિધ દેશોથી લોકો જોવા માટે આવે છે. ત્યાં ૯૯% એજયુકેશન ફ્રી છે. આધુનિક મશીનો, લકઝરી કારોનું ઉત્પાદન તો કરે જ છે પણ સાથે તેનો નિકાસ કરતો જર્મની એક આગળ પડતો વિકસિત દેશ છે.

વિષય : ઉદારીકરણ, ખાનગીકરણ, વૈશ્વિકીકરણ

સિદ્દિકી સાલેહાબેન
(માધ્યમિક વિભાગ)

૧૯૪૭ માં ભારત દેશને સ્વતંત્રતા મળ્યા બાદ ઝડપથી આર્થિક વિકાસ સાધવા માટે સરકારે આયોજનનો માર્ગ સ્વીકાર્યો. એક પછી એક પંચવર્ષીય યોજનાઓના અમલીકરણ પછી મળતી નિષ્ફળતાના અંતે સરકારે ૧૯૯૧ માં ઔધોગિકનીતિમાં આર્થિક વિકાસને પોષક બને તેવા હેતુથી સુધારાઓ કર્યા હતાં જેમાં ૧. ઉદારીકરણ ૨.ખાનગીકરણ ૩. વેશ્વિકીકરણ (LPG) નો સમાવેશ થાય છે.

૧. **ઉદારીકરણ** (Liberalisation) : સરકાર ઔધોગિક નીતિ દ્વારા ખાનગીક્ષેત્ર પરના અંકુશો અને નિયંત્રણમાં ક્રમશઃ ઘટાડો કરી અને વિકાસને પ્રોત્સાહન કરે તે નીતિ અપનાવી પરવાના પધ્ધતિ, લાઇસન્સ પ્રથા નાબૂદ કરવાની સાથે ઉધોગોનો વિકાસ થયો, વિદૈંશી હૂંડિયામણના દરમાં વધારો થયો.

૨. **ખાનગીકરણ** (Privatisation): ખાનગીકરણ એક એવી પ્રક્રિયા છે જેમાં રાજય હસ્તકના ઔધોગિક સાહસો અને તેનું સંચાલન ખાનગી ક્ષેત્રને સોંપી દેવું. ઉત્પાદકીય એકમોની સંખ્યા વધી, મૂડીગત અને વપરાશી વસ્તુના ઉત્પાદન વધ્યા, જાહેર ક્ષેત્રના એકમોની કાર્યક્ષમતામાં સુધારો ખાનગીકરણ સમક્ષ પ્રજાનો પણ સ્વાભાવિક વિરોધ થઇ રહ્યો છે, અને ખાનગી કંપનીઓ અઢળક નાણા કમાઇ રહ્યા છે.

3. **વૈશ્વિકીકરણ** (Globalisation): દેશના અર્થતંત્રને વિશ્વના અર્થતંત્ર સાથે જોડવાની પ્રક્રિયા જેના પરિણામ સ્વરૂપે સંચારની સુવિધાઓ, રસાયણ, ફાર્માસ્યુટિક, નવી ટેકનોલોજી, ડીજીટલાઇઝેશન, ઉધોગોનો વિકાસ, વૈશ્વિકીકરણ પરિણામ સ્વરૂપ આજે ભારતે Made India World fastest growing Economy, overtaking China અને આત્મનિર્ભર ભારત બનવાની દિશામાં હરાળફાળ ભરી છે. આમ તો ભારત માટે વૈશ્વિકીકરણની નીતિ નવી નથી “વસુદૈવ કુટુમ્બકમ્” ની વિચાર સરણી આખી પૃથ્વી જ આપણું પરિવારની ભાવના સદીઓથી આપણી પરંપરા છે,જેને કારણે આજે ભારત વિશ્વગુરુ બનવાના પથ પર આગળ વધી રહ્યું છે.

- વેશ્વિકીકરણના પરિણામે વિશ્વ એકબીજાથી ખૂબ નિકટ આવી ગયું છે. AI ની શોધ, ગ્રીન ટેકનોલોજી, ઓટોમેશનનો પ્રારંભ થયો છે.
- વૈશ્વિકીકરણના કારણે એકબીજા રાષ્ટ્રોથી નિકટ આવતા પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિ સાથે જોડાતા પાશ્ચાત્ય ભાષા, પહેરવેશ, ખાનપાન, જીવન ધોરણની વસ્તુઓ સેવાની ગુણવતામાં પણ ધરખમ પ્રભાવ પડી રહ્યો છે. અને ભારત તેમજ વિશ્વનું આધુનિકીકરણ થયું છે.
- સમાજના વર્ગો પર પ્રભાવ પડયો છે યુવાઓ, વૃધ્ધો, બાળકો, મહિલાઓ, પુરૂષો પર વૈશ્વિકીકરણના પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિના સમન્વયથી મૂલ્યો, નીતિ, સંસ્કૃતિમાં ધરખમ પરિવર્તન થયાં છે.
- ઉદારીકરણ, ખાનગીકરણ, વૈશ્વિકીકરણના ફળ સ્વરૂપે ઉપભોકતાવાદી સમાજનો વર્ગ વિસ્તરણ પામ્યો છે, આપણે આધુનિક અને પ્રાચીન સંસ્કૃતિનો સમન્વય કરી આપણી સંસ્કૃતિને બચાવવાનો પ્રયત્ન કરવો આવશ્યક બન્યો છે.