

डिजाइन फॉर चेंज: एक सप्ताह की प्रशिक्षण योजना

प्रिय शिक्षक,

यह एक सप्ताह की प्रशिक्षण योजना है जो कक्षा में "परिवर्तन के लिए योजना" को अपनाने में आपकी सहायता करेगी।

"डिजाइन फॉर चेंज" के 4 चरण हैं: महसूस करें, कल्पना करें, करें और साझा करें, जिसे 45 मिनट के 7 सत्रों में विभाजित किया गया है, जिसका आवश्यकता पड़ने पर आगे विस्तार किया जा सकता है। यह योजना आपके संदर्भ के लिए है, अपने छात्रों की बेहतरी के लिए आप इसमें सुधार करने के लिए स्वतंत्र हैं।

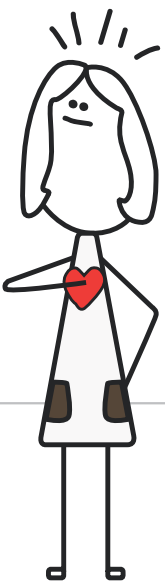
हम आपको प्रोत्साहित करेंगे कि आप एक बेहतर संसार के लिए अपने खुद के विचार प्रकट करने और उन्हें व्यवहार में लाने के लिए बच्चों की सहायता करें। सभी बच्चों को सक्रिय रूप से भाग लेने के लिए उत्साहित करें और उनकी आवाज और विचारों को सुनें। आप उनके विचारों को सुनकर वास्तव में हैरान होंगे क्योंकि—

सुपर हीरो केवल परियों की कहानियों में ही नहीं होते—वे हर उस बच्चे में छिपा होता है जो कहता है, मैं कर सकता हूँ!

बच्चों द्वारा सीखे जाने वाले कौशल: नेतृत्व, संचार—व्यवस्था, सामूहिक कार्य, आत्मविश्वास, आलोचनात्मक और रचनात्मक सोच

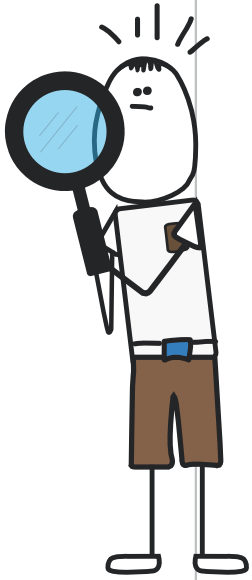
पहला दिन: महसूस करें; वास्तविक जीवन में सुपर हीरो

दिन	समय	विवरण
1	10 मिनट	<ol style="list-style-type: none"> बच्चों से उनके सुपर हीरो के बारे में पूछते हुए शुरुआत करें बच्चों से पूछें कि उनका सुपर हीरो कौन है। उन्हें बताएं कि हम सभी के अंदर सर्वोच्च शक्ति होती है, कुछ ऐसा जिसे हम कर सकते हैं। उदाहरण के लिए किसी के अंदर दूसरों की सहायता करने की, गाने की या गणित को अच्छी तरह हल करने की सर्वोच्च शक्ति है। इसके बाद उन्हें बताएं कि आप उन्हें वास्तविक जीवन के कुछ सुपर हीरो की कहानियां दिखाने जा रहे हैं। ऐसे सुपर हीरो जिनमें "आई कैन" की सर्वोच्च शक्ति है।
	20 मिनट	<p>प्रेरणा और समस्या की पहचान</p> <p>अब बच्चों को कुछ डीएफसी विडियो दिखाएं। यहां पर बच्चों की कुछ कहानियां हैं जो 3 क्षेत्रों में परिवर्तन करने में सहायता करती हैं।</p> <p>नोट: अगर आपके पास कक्षा में इंटरनेट उपलब्ध नहीं है तो कृपया संलग्न कॉमिक कहानियों को देखें और बच्चों के साथ साझा करें।</p> <ol style="list-style-type: none"> जो कुछ वे अपने स्वयं के जीवन में बदलना चाहते हैं: स्कूल बैगों में वजन को कम करना: http://bit.ly/1mFr4xr अपने साथियों को फुटबाल सिखाना: bit.ly/dfc-justforkicks जो कुछ वे अपने स्कूल में परिवर्तित करना चाहते हैं: अपने सहायक स्टाफ के लिए सम्मान: http://bit.ly/Vfdmdi स्कूल कैंटीन में खाने की बर्बादी को रोकना: http://bit.ly/1sAKldt जो कुछ वे अपने स्वयं के समुदाय में बदलना चाहते हैं: गड्ढों को भरते हुए बच्चे: http://bit.ly/potholes-on-the-road वर्षा के जल को संरक्षित करते हुए बच्चे: http://bit.ly/1kywiiQ
	15 मिनट	<p>विडियो दिखाने के बाद प्रत्येक बच्चे को अपने आसपास के वातावरण के बारे में सोचने के लिए कहें। उनसे पूछें कि उन्हें सबसे अधिक कौन सी चीज परेशान करती है। प्रत्येक बच्चे को एक कागज का टुकड़ा दें और उन्हें निम्न श्रेणियों में से किसी एक चीज का नाम लिखने के लिए कहें जिसे वे अपने आसपास के वातावरण में बदलना चाहते हैं। उन समस्याओं की पहचान करने में उनकी सहायता करें जो उन्हें प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। साधारण समस्याओं से बचें जैसे कचरा, या गन्दा क्षेत्र।</p> <ol style="list-style-type: none"> व्यक्तिगत जीवन (जैसे, एक नए कौशल को सीखने की इच्छा) स्कूल (जैसे, खेल के मैदान में शरारत या कैंटीन में भीड़) समुदाय (जैसे, पीने के साफ पानी की कमी)



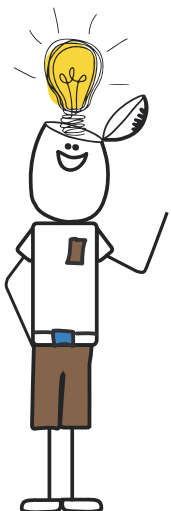
दूसरा दिन: महसूस करें; वास्तविक चुनौति का सामना करना

दिन	समय	विवरण
2	20 मिनट	<ol style="list-style-type: none"> आज, बच्चों से पूछें कि उन्होंने क्या सोचा है और बड़े विचारों को बोर्ड पर लिखने के लिए कहें। कक्षा में पांच पांच बच्चों के समूह बनाएं। चर्चा में सहायता करें लेकिन संचालन बच्चों को ही करने दें। इसके बाद, प्रत्येक समूह को एक स्थिति के लिए मतदान करने के लिए कहें जिसमें वे परिवर्तन देखना चाहेंगे। अंत में एक कक्षा के रूप में उन्हें एक चुनौति या समस्या को चुनने के लिए कहें जिस पर वे काम करना चाहेंगे।
	25 मिनट	<p>समस्या का मुख्य कारण जानना</p> <ol style="list-style-type: none"> बच्चों को छोटे समूहों में विभाजित करें और उनके द्वारा चुनी गई समस्याओं के विभिन्न कारणों के बारे में सोचने के लिए कहें। <p>समस्या के मूल कारण को समझने में बच्चों की सहायता करें। उदाहरण के लिए, एक गंदी जगह में गंदगी रहने का मूल कारण कचरा हटाने की प्रणाली की एक उचित प्रणाली का अभाव नहीं है। यह उन लोगों का दृष्टिकोण है जो गलियों में कचरा फेंक देते हैं।</p> <ol style="list-style-type: none"> बच्चों को बाहर जाकर उन लोगों का साक्षात्कार लेने के लिए प्रोत्साहित करें जो प्रत्यक्ष रूप से उनके द्वारा चुनी गई समस्या से प्रभावित होते हैं। इससे उन लोगों की जरूरतों और चिंताओं को समझने में सहायता मिलेगी जिनके लिए वे समधान की रूपरेखा तैयार कर रहे हैं। <p>खुले सिरों वाले प्रश्न पूछने का महत्व बच्चों को समझाएं—खुले सिर वाले प्रश्न वे होते हैं जिनका उत्तर देने के लिए एक विस्तृत वर्णन करना पड़ता है, केवल 'हां' या 'ना' से उत्तर पूरा नहीं होता। उन्हें अपने प्रश्नों में 'क्यों' और 'कैसे' जैसे शब्द शामिल करने के लिए कहें।</p> <ol style="list-style-type: none"> प्रत्येक समूह अपने परिणामों को प्रस्तुत करता है और पूरी कक्षा उस समस्या के मुख्य कारणों पर मतदान करती है जिन्हें वे हल करना चाहते हैं।



तीसरा दिन: कल्पना करें; सफलता का आकलन करें


दिन	समय	विवरण
3	45 मिनट	<ol style="list-style-type: none"> आज एक मनोरंजक गतिविधि के साथ सत्र की शुरुआत करें! एक कुर्सी के 100 प्रयोग! कमरे के बीच में एक कुर्सी रखें और बच्चों से कुर्सी को प्रयोग करने के मजेदार तरीकों की एक सूची बनाने के लिए कहें, जिनमें बैठना शामिल नहीं है। इससे वे कुछ नया सोच पाएंगे। अब अपने छात्रों को छोटे समूहों में विभाजित करें और उन्हें अपने मस्तिष्क में सोचने और ऐसे विचार प्रस्तुत करने के लिए कहें जो उनकी समस्या के विभिन्न हिस्सों को हल कर सकते हैं। अलग अलग प्रकार के विचारों के लिए प्रेरित करें। सामान्यता से आगे बढ़कर सोचें जैसे जागरूक करना, पोस्टर लगाना या एक रैली आयोजित करना। जितना अधिक अजीब विचार होगा, उतना ही बेहतर होगा। आप पृष्ठ 4 पर दी गई गतिविधियों को देख सकते हैं और बच्चों द्वारा नए विचारों का निर्माण करने में सहायता के लिए हार्ट एण्ड हैंड्स गेम का प्रयोग कर सकते हैं। उन विचारों पर मतदान करने के लिए बच्चों को कहें जिन्हें वे व्यवहार में लाना चाहते हैं। क्यूबीएल सिद्धांत का प्रयोग करके मतदान करें। यह विचार जल्दी प्रभाव डालने वाला, साहसी और लम्बे समय तक चलने वाला होना चाहिए।



चौथा दिन: करना; परिवर्तन लाएं


दिन	समय	विवरण
4	45 मिनट	<p>कार्य योजना बनाने में बच्चों की सहायता करें।</p> <ol style="list-style-type: none"> उन्हें अपनी योजना को छोटे छोटे चरणों में विभाजित करने के लिए कहें। बच्चों से पूछें कि वे प्रत्येक चरण को कैसे पूरा करेंगे। कार्य योजना के अंतर्गत स्पष्टता और विस्तार से सोचने में उनकी सहायता करें। बच्चों से उन संसाधनों के बारे में सोचने के लिए कहें जिनकी जरूरत उन्हें पड़ेगी। वे उन्हें कैसे प्राप्त करेंगे? कितने लोगों की आवश्यकता होगी? इसमें कितना समय लगेगा? वे अपने कार्य का दस्तावेजीकरण कैसे करेंगे? बच्चों से उत्तरदायित्व सौंपने के लिए कहें: कौन क्या करेगा? बच्चों से समयबद्ध योजना बनाने के लिए कहें: वे कितने समय तक क्या प्राप्त कर लेंगे?

पांचवां और छठा दिन: करना; बदलाव लाना

दिन	समय	विवरण
5 & 6	90 मिनट	 <ol style="list-style-type: none"> बच्चे बाहर जाते हैं और अपनी कार्य योजना को लागू करते हैं। बच्चों को उनके द्वारा सोचे गए विभिन्न हलों को लागू करने के लिए प्रोत्साहित करें। उनमें से कुछ योजना के अनुसार कारगर सिद्ध नहीं होते हैं तो कोई बात नहीं है। वे अपनी असफलताओं से भी सीखेंगे। उन्हें प्रोत्साहित करते रहें। कृपया योजना और देखरेख के साथ अपनी सहायता प्रदान करें। बच्चों के कार्य का दस्तावेजीकरण करें। सुनिश्चित करें कि जब बच्चे क्षेत्र में जाकर अपनी योजना को क्रियान्वित करते हैं तो उनके पास कैमरे और दूसरे आवश्यक उपकरण दस्तावेजीकरण के लिए उपलब्ध हों। उनके द्वारा किए गए बदलावों की तस्वीरें खींचने के लिए उन्हें प्रेरित करें। लागू करने के बाद की स्थिति पर विचार करने के लिए प्रोत्साहित करें। क्या गलत हुआ? हम कहां बेहतर कर सकते थे? बच्चों को अपने ज्ञान को साझा करने दें। उनसे पूछें कि स्थिति और स्वयं के बारे में उन्होंने क्या सीखा।

शिक्षक के लिए सुझाव: 'करना' चरण के लिए आपको सप्ताह के अंत में या स्कूल के बाद समय निकालने की जरूरत पड़ सकती है। बच्चों के द्वारा चुनी गई परियोजना के आधार पर आपको समयबद्ध योजना बनाने और सहायता करने की जरूरत पड़ सकती है।

सातवां दिन: साझा करें; मैं कर सकता हूं! अब आप भी कर सकते हैं!

दिन	समय	विवरण
7	45 मिनट	 <p>आगे बढ़ें और अपनी कहानी को दुनिया के साथ साझा करें: challenge.dfcworld.com बच्चों को अंतिम सप्ताह के अनुभवों के बारे में लिखने के लिए कहें। बच्चों को डीएफसी मंच पर पूछे गए प्रश्नों के उत्तर देने के लिए कहें।</p> <p>आप निम्न में से कोई भी एक शामिल कर सकते हैं: चित्र एवं लिखित दस्तावेज (प्रत्येक चित्र के लिए अधिकतम 4 चित्र) विडियो/यू ट्यूब लिंक (अधिकतम 3 मिनट की अवधि का)</p> <p style="text-align: right;">All the best!</p>

गतिविधि: वर्तमान के सुपर हीरो

उद्देश्य: 'बदलाव के लिए योजना' की प्रक्रिया का अभ्यास करना

सामग्री: पोस्टर बोर्ड, मार्कर, गेंदें

परिचय: सुपर हीरो और महाशक्ति के बारे में चर्चा करें।

हमारी महाशक्तियां क्या होती हैं? दुनिया को बेहतर बनाने के लिए हम अपनी महाशक्तियों का प्रयोग कैसे कर सकते हैं?

खेल: समस्याओं का चक्र

बच्चों से एक बड़ा घेरा बनवाएं। हिस्सा लेने वाले एक दूसरे की तरफ गेंद फेंकते हैं। जिस छात्र के हाथ में गेंद होगी वह एक ऐसी घटना बताएगा जिसने उसे उदास किया हो, उसे गुस्सा दिलाया हो या उसे चिंतित किया हो। उसके बाद वह गेंद को दूसरे छात्र के पास फेंक देगा और यह सभी के द्वारा अपने मुद्दे उठाने तक जारी रहेगा। उन स्थितियों को लिखें जिनका वर्णन किया गया है।

उदाहरण के लिए, बच्चे बता सकते हैं: "जब मैं लंच ब्रेक के दौरान खेल नहीं पाता हूँ; "जब मैं बड़े बच्चों को कैंटीन में पहले जाने के लिए छोटी बच्चों को धक्का देते हुए देखता हूँ"; "जब मैं एक पप्पी को अपनी मां के बिना भटकता हुआ देखता हूँ"; "जब कक्षा में मेरे साथ कोई नहीं बैठा होता"; "मुझे होमवर्क पसंद नहीं है"; "जब मैं लोगों को कचरा खुले में फेंकते हुए देखता हूँ"; "गलियों में भिखारियों को देखना" आदि तो मैं उदास हो जाता हूँ।

खेल: एक जासूस बनें और मूल कारण का पता लगाएं

जो समस्याएं छात्र बताते हैं उनमें से मतदान के आधार पर 4 से 6 के बीच समस्याएं चुनें।

जिन समस्याओं के बारे में वे अधिक गंभीर हैं, कक्षा को उसके अनुसार छोटे छोटे समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को एक गेंद दें।

1. गेंद को एक से दूसरे के पास फेंकें और बताएं कि वे समस्या के बारे में क्या सोचते हैं और वे उनसे परेशान क्यों होते हैं।
उदाहरण के लिए: लंच ब्रेक
मुझे महसूस होता है कि जब बाहर बारिश हो रही हो तो करने के लिए कुछ नहीं होता; कई बार हमारे पास खेलने के लिए दोस्त भी नहीं होते; कई बार हमारे पास दूसरों के लिए खेल नहीं होते; कई बार बड़े बच्चे पूरा मैदान घेर लेते हैं और हमारे पास खेलने के लिए स्थान नहीं होता।
2. मतदान करवाएं और लंच ब्रेक के एक ऐसे हिस्से को चुनें जिसे आप एक समूह के रूप में बदलना चाहते हैं।
अब समस्या को विस्तार से खोजना शुरू करें। इस तरह के प्रश्न पूछकर समस्या के मूल कारण का पता लगाएं जैसे
समस्या **क्या** है? उदाहरण: बारिश के दिनों में लंच ब्रेक नीरस होता है।
इससे **कौन** पीड़ित होता है? हर कोई।
यह **कितनी बार** होता है? प्रायः मॉनसून में एक माह के लिए
यह **कब** होता है? जब भी मौसम बहुत अधिक खराब होता है और बाहर खेला नहीं जाता
इसके परिणामस्वरूप **क्या होता है?** बच्चे आवाज करते हैं और बच्चे गलियारे में शोर करते हैं और भागते हैं
ऐसा क्यों होता है? गलियारे में कोई देख रेख करने वाला नहीं होता, अंदर खेलने के लिए कोई गेम नहीं होता;

अब जबकि आप समस्या का मूल कारण जानते हैं इसलिए अब समय है कार्यवाही करने का!

खेल: हार्ट एण्ड हैंड्स

छात्रों को समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को चार्ट पेपर और मार्कर वितरित करें।

छात्रों को उनके द्वारा चुनी गई समस्या और बीच में "मैं कर सकता हूँ" शब्द लिखने के लिए कहें।

छात्रों को अपने पैर और हाथ की आउटलाइन खींचने के लिए कहें, और एक बड़ा "मुस्कुराता हुआ चेहरा" बनाने के लिए कहें।

छात्रों को अपने हाथ की आउटलाइन के बीच में यह लिखने के लिए कहें कि समस्या को हल करने के लिए वे अपने हाथों से क्या कर सकते हैं। इसके बाद पैर की आउटलाइन के बीच भी वही लिखने के लिए कहें—समस्या को हल करने के लिए वे अपने पैर से क्या कर सकते हैं। स्माइली के आगे उन्हें यह लिखना चाहिए कि वे अपनी निवेदनपूर्ण बातों से किस प्रकार बदलाव ला सकते हैं **समस्या का हल करने के लिए वे सुपर हीरो के कौन से गुणों का प्रयोग कर सकते हैं?**

उदाहरण: बारिश के दिन की आधी छुट्टी

हाथ: जब हम अंदर होते हैं तो हाथ से खेल सकते हैं; हम स्टिकर बना सकते हैं और उन बच्चों के लिए चिन्ह लगा सकते हैं कि वे गलियारे में भागें और चिल्लाएँ नहीं।

पैर: हम लंच ब्रेक के दौरान गलियारे के लिए नियंत्रण सारणी बना सकते हैं।

मुँह: आधी छुट्टी के दौरान गलियारे में न दौड़ने और न चिल्लाने के लिए जागरूकता फैलाये; आधी छुट्टी के दौरान कुछ कक्षाओं के बीच गाने की प्रतियोगिता करवाएं।

प्रेरित करें

{ मुसिबत में दोस्त }



बच्चे पशुओं के अधिकारों के लिए लड़ने वाले कार्यकर्ताओं से मिलने गए और यह समझाने के लिए बात की कि वे गली के कुत्तों की सहायता कैसे कर सकते हैं।



बच्चे पड़ोस के अपने जानवरों के लिए इस संसार को अधिक सुरक्षित बनाना चाहते थे। इसलिए, उन्होंने उनकी सहायता करने की योजना बनानी शुरू की।

कुछ परिस्थितियों के कारण, बच्चे कूत्तों के लिए अपनी योजना को तुरंत आगे नहीं बढ़ा सके लेकिन इससे वे रुके नहीं।

आइए आगे बढ़ें और फिलहाल हमारे पक्षी दोस्तों की सहायता करें।

हां! अब बारिश हो रही है और मैंने एक घायल पक्षी को उसके घोंसले से गिरते हुए देखा है।



बच्चों ने अपने घर में पड़ी व्यर्थ वस्तुओं से पक्षियों के लिए घर और उनके खाने के बर्तन बनाने शुरू कर दिए।

हम अपने घर में पड़ी व्यर्थ वस्तुओं से पक्षियों के लिए घर बना सकते हैं।

हां! इससे पैसा भी खर्च नहीं होगा यदि हम इसका दोबारा प्रयोग और पुनर्चक्रण करते हैं।





बच्चे उनके खाने के बर्तन भी बनाते हैं और इसे पक्षियों के घरों के साथ लगा देते हैं। वे परिणामों से बहुत खुश हैं।



कुछ दिन बाद बच्चे यह देखने के लिए मिले कि उनकी बनाई गई योजना द्वारा क्या हुआ था, उन्हें आश्चर्य हुआ कि किसी ने उनका एक पक्षियों के खाने का बर्तन चुरा लिया था।

अंगली बार हम पक्षियों के घर को पेड़ पर ऊंचाई पर लगाएंगे।

हां, इसके बाद हमारे दोस्त बारिश और चोरों से सुरक्षित हो जाएंगे।

देखो, एक पक्षी झूले पर बैठा है!

और एक गिलहरी उसके साथ है।

बच्चों को जब समय मिला तो उन्होंने और पक्षियों के घर और पक्षियों के खाने के बर्तन बनाने का निर्णय किया।

लेकिन हमें बदलाव सबसे अधिक पसंद आया।

मुझे यह बात बहुत अच्छी लगी कि हमने अपने पक्षी दोस्तों की सहायता की।

मुझे अच्छा लगा कि हम पेड़ पर चढ़ पाए।