इयत्ता

१०

स्व-विकास व कलारसास्वाद

भारताचे संविधान

भाग ४ क

नागरिकांची मूलभूत कर्तव्ये

अनुच्छेद ५१ क

मूलभूत कर्तव्ये – प्रत्येक भारतीय नागरिकाचे हे कर्तव्य असेल की त्याने –

(क) प्रत्येक नागरिकाने संविधानाचे पालन करावे. संविधानातील आदर्शांचा, राष्ट्रध्वज व राष्ट्रगीताचा आदर करावा.

(ख) स्वातंत्र्याच्या चळवळीला प्रेरणा देणाऱ्या आदर्शांचे पालन करावे.

(ग) देशाचे सार्वभौमत्व, एकता व अखंडत्व सुरक्षित ठेवण्यासाठी प्रयत्नशील असावे.

(घ) आपल्या देशाचे रक्षण करावे, देशाची सेवा करावी.

(ङ) सर्व प्रकारचे भेद विसरून एकोपा वाढवावा व बंधुत्वाची भावना जोपासावी. स्त्रियांच्या प्रतिष्ठेला कमीपणा आणतील अशा प्रथांचा त्याग करावा.

(च) आपल्या संमिश्र संस्कृतीच्या वारशाचे जतन करावे.

(छ) नैसर्गिक पर्यावरणाचे जतन करावे. सजीव प्राण्यांबद्दल दयाबुद्धी बाळगावी.

(ज) वैज्ञानिक दृष्टी, मानवतावाद आणि जिज्ञासूवृत्ती अंगी बाळगावी.

(झ) सार्वजनिक मालमत्तेचे जतन करावे. हिंसेचा त्याग करावा.

(ञ) देशाची उत्तरोत्तर प्रगती होण्यासाठी व्यक्तिगत व सामूहिक कार्यात उच्चत्वाची पातळी गाठण्याचा प्रयत्न करावा.

(ट) ६ ते १४ वयोगटातील आपल्या पाल्यांना पालकांनी शिक्षणाच्या संधी उपलब्ध करून द्याव्यात.

शासन निर्णय क्रमांक : अभ्यास-२११६/(प्र.क्र.४३/१६) एसडी-४ दिनांक २५.४.२०१६
अन्वये स्थापन करण्यात आलेल्या समन्वय समितीच्या
दि. २९.१२.२०१७ रोजीच्या बैठकीमध्ये हे पाठ्यपुस्तक सन २०१८-१९ या शैक्षणिक वर्षापासून
निर्धारित करण्यास मान्यता देण्यात आली आहे.

स्व-विकास व कलारसास्वाद

इयत्ता दहावी

महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे ४.

ER1GKQ

आपल्या स्मार्टफोनवरील DIKSHA App द्वारे पाठ्यपुस्तकाच्या पहिल्या पृष्ठावरील Q.R. Code द्वारे डिजिटल पाठ्यपुस्तक व प्रत्येक पाठामध्ये असलेल्या Q.R.Code द्वारे त्या पाठासंबंधित अध्ययन-अध्यापनासाठी उपयुक्त दृक्-श्राव्य साहित्य उपलब्ध होईल.

प्रथमावृत्ती : २०१८
पुनर्मुद्रण : २०२२

© महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे ४११००४
या पुस्तकाचे सर्व हक्क महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळाकडे राहतील. या पुस्तकातील कोणताही भाग संचालक, महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ यांच्या लेखी परवानगीशिवाय उद्‌धृत करता येणार नाही.

स्व-विकास व कलारसास्वाद विषय समिती

डॉ. शिरीषा साठे, अध्यक्ष
श्रीमती शीतल बापट, सदस्य
श्री. विद्यानिधी (प्रसाद) वनारसे, सदस्य
श्रीमती आभा भागवत, सदस्य
श्रीमती प्रतिभा कदम, सदस्य
डॉ. अजयकुमार लोळगे, सदस्य सचिव

निमंत्रित

श्रीमती सायली तामणे
श्रीमती परिणिता बालसुब्रमण्य
श्रीमती नीता मुतालीक
श्रीमती निशिगंधा शेजूळ
डॉ. शामलाताई वनारसे
श्री. इम्तियाज शेख
श्री. संजय बुगटे
श्री. शिवाजी हांडे

मुखपृष्ठ
श्रीमती आभा भागवत

चित्र व सजावट
श्रीमती मधुरा पेंडसे
श्री. भूषण राजे

विशेष सहकार्य
संशोधन व विकास विभाग
श्यामची आई फाऊंडेशन

संयोजक : डॉ. अजयकुमार लोळगे
विशेषाधिकारी कार्यानुभव व
प्र. विशेषाधिकारी कला
पाठ्यपुस्तक मंडळ, पुणे

अक्षरजुळणी : पाठ्यपुस्तक मंडळ, पुणे

निर्मिती : श्री. सच्चितानंद आफळे
मुख्य निर्मिती अधिकारी
श्री. सचिन मेहता
निर्मिती अधिकारी
श्री. नितीन वाणी
सहायक निर्मिती अधिकारी

कागद : ७० जी.एस.एम. क्रीमवोव्ह

मुद्रणादेश :

मुद्रक :

प्रकाशक
विवेक उत्तम गोसावी
नियंत्रक,
पाठ्यपुस्तक निर्मिती मंडळ,
प्रभादेवी, मुंबई-२५

भारताचे संविधान

उद्देशिका

आम्ही, भारताचे लोक, भारताचे एक सार्वभौम समाजवादी धर्मनिरपेक्ष लोकशाही गणराज्य घडविण्याचा
व त्याच्या सर्व नागरिकांस:

सामाजिक, आर्थिक व राजनैतिक **न्याय;**
विचार, अभिव्यक्ती, विश्वास, श्रद्धा
व उपासना यांचे **स्वातंत्र्य;**
दर्जाची व संधीची **समानता;**

निश्चितपणे प्राप्त करून देण्याचा
आणि त्या सर्वांमध्ये व्यक्तीची प्रतिष्ठा
व राष्ट्राची एकता आणि एकात्मता
यांचे आश्वासन देणारी **बंधुता**
प्रवर्धित करण्याचा संकल्पपूर्वक निर्धार करून;

आमच्या संविधानसभेत
आज दिनांक सव्वीस नोव्हेंबर, १९४९ रोजी
याद्वारे हे संविधान अंगीकृत आणि अधिनियमित करून स्वत:प्रत अर्पण करीत आहोत.

राष्ट्रगीत

जनगणमन-अधिनायक जय हे
भारत-भाग्यविधाता ।
पंजाब, सिंधु, गुजरात, मराठा,
द्राविड, उत्कल, बंग,
विंध्य, हिमाचल, यमुना, गंगा,
उच्छल जलधितरंग,
तव शुभ नामे जागे, तव शुभ आशिस मागे,
गाहे तव जयगाथा,
जनगण मंगलदायक जय हे,
भारत-भाग्यविधाता ।
जय हे, जय हे, जय हे,
जय जय जय, जय हे ।।

प्रतिज्ञा

भारत माझा देश आहे. सारे भारतीय माझे बांधव आहेत.

माझ्या देशावर माझे प्रेम आहे. माझ्या देशातल्या समृद्ध आणि विविधतेने नटलेल्या परंपरांचा मला अभिमान आहे. त्या परंपरांचा पाईक होण्याची पात्रता माझ्या अंगी यावी म्हणून मी सदैव प्रयत्न करीन.

मी माझ्या पालकांचा, गुरुजनांचा आणि वडीलधाऱ्या माणसांचा मान ठेवीन आणि प्रत्येकाशी सौजन्याने वागेन.

माझा देश आणि माझे देशबांधव यांच्याशी निष्ठा राखण्याची मी प्रतिज्ञा करीत आहे. त्यांचे कल्याण आणि त्यांची समृद्धी ह्यांतच माझे सौख्य सामावले आहे.

प्रस्तावना

विद्यार्थी मित्रांनो,

इयत्ता दहावीच्या वर्गात तुम्हां सर्वांचे स्वागत आहे. 'स्व-विकास व कलारसास्वाद' या विषयाचे पाठ्यपुस्तक तुमच्या हाती देताना आम्हांला विशेष आनंद होत आहे.

जागतिकीकरणाच्या २१ व्या शतकात आवश्यक असलेली जीवनकौशल्ये आत्मसात करण्यासाठी व तुमच्या करिअरच्या यशस्वी वाटचालीसाठी या विषयातून आवश्यक ते मार्गदर्शन तुम्हांला मिळेल. पुढील जीवनातील आव्हानांना तुम्ही सक्षमपणे सामोरे जाऊ शकाल. तसेच स्व-ओळख करून घेऊन स्वत:च्या संधी ओळखण्याची क्षमता तुमच्यात निर्माण होईल, असा विश्वास वाटतो.

तुम्हांला माहीतच आहे, की मानवी जीवनातील कलेचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे. तसेच कलेमुळे आपले आयुष्य समृद्ध होण्यास मदत होते. त्यामुळे कलारसास्वाद हा भागही तितकाच महत्त्वाचा आहे.

स्व-विकास व कलारसास्वाद या पाठ्यपुस्तकाचा मूळ हेतू हा तुमच्या दैनंदिन जीवनाशी निगडित गोष्टींशी आहे. पुस्तिकेची सुरुवात तुम्हांला आवडणाऱ्या चित्रमय कथेतून केली आहे. चित्रातून पुढच्या प्रकरणात काय शिकणार आहोत याचा संदेश दिला आहे. या पाठ्यपुस्तकातून 'थोडी गंमत करू' व 'चर्चा करा' अशा अनेक कृतींतून तुम्ही हा विषय शिकणार आहात. या सर्व कृती तुम्ही आवर्जून करा. या कृती तुमच्या विचारप्रक्रियेला चालना देतील.

पाठ्यपुस्तकात अनेक छोट्या छोट्या खेळांचा समावेश केलेला आहे. त्या खेळांतून तुम्ही बरेच काही शिकणार आहात. दिलेले उपक्रम, त्यांची कार्यवाही व त्या दरम्यान आवश्यक असणारी कृती तुम्ही स्वत: काळजीपूर्वक करा. तसेच आवश्यक तेथे तुमच्या शिक्षकांची, पालकांची व वर्गातील सहकाऱ्यांची मदत घ्या. आजच्या तंत्रज्ञानाच्या वेगवान युगात संगणक, स्मार्टफोन हे तर तुमच्या परिचयाचे आहेच. पाठ्यपुस्तकातून अभ्यास करताना माहिती संप्रेषण तंत्रज्ञानाच्या साधनांचा सुयोग्य वापर करा. जेणेकरून तुमचे अध्ययन सुकर होईल.

पाठ्यपुस्तक वाचताना, अभ्यासताना आणि समजून घेताना तुम्हांला त्यातील आवडलेला भाग तसेच अभ्यास करताना येणाऱ्या अडचणी, पडणारे प्रश्न आम्हांला जरूर कळवा.

तुम्हांला तुमच्या शैक्षणिक प्रगतीसाठी हार्दिक शुभेच्छा !

(डॉ. सुनिल मगर)
संचालक
महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व
अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे.

पुणे

दिनांक : १८ मार्च २०१८, गुढीपाडवा
भारतीय सौर दिनांक : २७ फाल्गुन १९३९

स्व–विकास व कलारसास्वाद क्षमता विधाने

इयत्ता दहावी अखेरीस विद्यार्थ्यांमध्ये पुढील क्षमता विकसित व्हाव्यात, अशी अपेक्षा आहे.

अ.क्र.	घटक	क्षमता विधाने
१.	**मी एक नागरिक**	१) चिकित्सक विचार – दैनंदिन आयुष्यातील स्वत:च्या व इतरांच्या वर्तनाचे विश्लेषण करून ते लोकशाही जीवनशैलीच्या मूल्यांना धरून आहे का याची चिकित्सा करण्याची क्षमता विकसित करणे. २) सहवेदना – समाजात अस्तित्वात असणारी परस्परावलंबित्वाची जाणीव व त्या अनुषंगाने इतर लोकांबाबत सहवेदना विकसित करणे. ३) स्वयं–व्यवस्थापन – स्वत:च्या वर्तनातील त्रुटी ओळखून त्यांवर मात करण्याच्या दृष्टिने योग्य नियोजन करण्याची क्षमता विकसित करणे. ४) विविधतेचा स्वीकार – स्वत:च्या अवतीभवतीच्या लोकांमधील विविधता स्वीकारण्याची व तिचे महत्त्व जाणून तिचे समर्थन करण्याची क्षमता विकसित करणे. ५) नेतृत्वक्षमता/नेतृत्वगुण – स्वत:च्या घरी किंवा शाळेमध्ये लोकशाही जीवनशैली प्रत्यक्षात आणण्यासाठी गरजेचे असलेले बदल घडवून आणण्यासाठी आवश्यक असलेला नेतृत्वगुण विकसित करणे.
२.	**मी आणि माध्यमे – १**	१) 'स्व' ची जाणीव/स्वयंबोधन – माध्यमांचा परिणाम, किशोरावस्थेतील बदल व या दोन्हींमुळे उद्‌भवणाऱ्या संभाव्य धोक्यांबाबत असणारी समज विकसित करणे. २) भावनांना व्यवस्थितरीत्या हाताळणे – माध्यमांमुळे स्वत:च्या आयुष्यावर होणाऱ्या परिणामांना सामोरे जाण्याची, किशोरावस्थेच्या दरम्यान होत असलेल्या भावनिक बदलांना व्यवस्थितरीत्या हाताळण्याची क्षमता विकसित करणे. ३) चिकित्सक विचार – दैनंदिन आयुष्यातील निर्णयांवर माध्यमांचा असणारा प्रभाव ओळखता येण्याची क्षमता विकसित करणे. ४) ठाम भूमिका घेण्याचा आत्मविश्वास – व्यसन व त्यासंबंधी घडणारे धोक्याचे व बेजबाबदार वर्तन टाळण्याची ठाम भूमिका घेण्यासाठी गरजेचा असणारा आत्मविश्वास विकसित करणे. ५) समस्या निराकरण – व्यसनाधीनतेसारख्या समस्यांवर योग्य पर्याय निवडून समस्या हाताळण्याची क्षमता विकसित करणे.
३.	**मी आणि दृश्य कला**	१) कलेबद्‌दलची जाणीव – दृश्यकलांतील विविध प्रवाहांबाबतची जाणीव विकसित करणे. २) कलाविष्कार निर्मिती – विविध प्रवाहांपैकी एकाचा वापर करून एखादा कलाविष्कार निर्माण करण्याची क्षमता विकसित करणे. ३) अभिव्यक्ती – दृश्यकलेच्या माध्यमातून स्वत:चे विचार, भावना व अनुभव व्यक्त करता येण्याची क्षमता विकसित करणे. ४) सर्जनशीलता – काही वेगळ्या व नवीन कलाप्रकारांच्या माध्यमातून नवनिर्मिती करता येण्याची क्षमता विकसित करणे. ५) सौंदर्यदृष्टी निर्माण होणे – एखाद्या कलाविष्काराचे निरीक्षण करून त्यातील स्वत:ला भावणाऱ्या घटकांचे वर्णन स्वत:च्या शब्दात करण्याची क्षमता विकसित करणे.

अ.क्र.	घटक	क्षमता विधाने
		६) प्रत्यक्ष जीवनातील उपयोजन १) कलेचे मानवी जीवनातील महत्त्व सांगता येण्याची क्षमता विकसित करता येणे. २) दृश्यकलेतील करिअरच्या संधींसंबंधीची समज विकसित करणे. ३) कलेसंबंधीच्या काही विचारांचे अर्थ लावून खऱ्या आयुष्यात त्यांच्या सत्यतेबद्दल विचार करण्याची क्षमता विकसित करणे.
४.	**मी आणि माध्यमे – २**	१) 'स्व' ची जाणीव/स्वयंबोधन – माध्यमाच्या व समाज माध्यमांचा परिणामामुळे, उद्भवणाऱ्या संभाव्य धोक्यांबाबत असणारी समज विकसित करणे. २) भावनांना व्यवस्थितरित्या हाताळणे – भिन्नलिंगी किंवा समलिंगी व्यक्तीप्रतींचे आकर्षण व भावनांना व्यवस्थितरित्या हाताळण्याची क्षमता विकसित करणे. ३) चिकित्सक विचार – स्त्रीपुरुषांच्या समाजातील स्थानाबद्दलच्या व भूमिकांबद्दलच्या संकल्पना निर्माण करण्यामध्ये माध्यमांचा असणारा प्रभाव ओळखता येण्याची क्षमता विकसित करणे. ४) ठाम भूमिका घेण्याचा आत्मविश्वास – लैंगिक गैरवर्तन टाळण्याची ठाम भूमिका घेण्यासाठी गरजेचा असणारा आत्मविश्वास विकसित करणे. ५) समस्या निराकरण – लैंगिक शोषणासारख्या समस्यांवर योग्य पर्याय निवडून समस्या हाताळण्याची क्षमता विकसित करणे.
५.	**मी आणि माझे करिअर**	१) चिकित्सक विचार – करिअरच्या प्रचलित संकल्पनांचे वस्तुनिष्ठपणे विश्लेषण करून ती स्वत:ची व्याख्या बनवण्याची क्षमता विकसित करणे. २) समस्या निराकारण – स्वत:च्या करिअरच्या वाटेमध्ये येणारे प्रश्न व समस्यांवर योग्य तो मार्ग काढण्याची क्षमता विकसित करणे. ३) ध्येय बांधणी – स्वत:चे ध्येय नेमकेपणाने ठरवता येण्याची क्षमता विकसित करणे. ४) स्वयं-व्यवस्थापन – स्वत:चे ध्येय गाठण्यामध्ये असणाऱ्या अडचणींवर मात करण्यासाठी स्वत:मध्ये योग्य तो बदल घडवून आणण्याची क्षमता विकसित करणे. ५) प्रभावी संप्रेषण – करिअरच्या संदर्भात पालकांचे विचार जाणून घेणे, स्वत:चे विचार स्पष्टपणे शब्दबद्ध करणे व प्रभावीरित्या पालकांशी संप्रेषण करणे यांबाबतची क्षमता विकसित करणे. ६) निर्णय क्षमता – दिलेल्या सात क्षेत्रांपैकी आपल्या आवडीप्रमाणे कोणत्याही एका क्षेत्राची निवड करण्याची व त्याचे समर्थन करण्याची क्षमता विकसित करणे.
६.	**मी आणि प्रयोगजीवी कला**	(१) कलेबाबतची जाणीव/कलाबोधन – प्रयोगजीवी कलांच्या मूलभूत घटकांबाबतची जाणीव विकसित करणे. (२) सादरीकरण – प्रयोगजीवी कलेच्या विविध प्रकारांचा, मूलभूत घटकांचा वापर करून सादरीकरण करण्याची क्षमता विकसित करणे. (३) अभिव्यक्ती – स्वत:चे विचार, भावना व अनुभव प्रयोगजीवी कलांच्या माध्यमातून व्यक्त करता येण्याची क्षमता विकसित करणे. (४) सर्जनशीलता – एखाद्या प्रयोगजीवी कलेमध्ये, स्वत:च्या सर्जनशीलतेच्या आधारे नवनिर्मिती करता येण्याची क्षमता विकसित करणे. (५) सौंदर्यदृष्टी निर्माण होणे – अ) एखाद्या कलाविष्काराचे निरीक्षण करून त्यातील स्वत:ला भावणाऱ्या घटकांचे वर्णन स्वत:च्या शब्दात करण्याची क्षमता विकसित करणे. आ) प्रयोगजीवी कलांच्या सादरीकरणातील, घटकांमधील वैविध्य स्वीकारणे व तिचे महत्त्व जाणून तिचे समर्थन करण्याची क्षमता विकसित करणे.

शिक्षकांसाठी

मित्रहो,

'स्व-विकास व कलारसास्वाद' हा विषय शिकविण्याची अत्यंत महत्त्वपूर्ण, आव्हानात्मक पण तितकीच आनंददायी जबाबदारी आपल्यावर सुपूर्द करण्यात आली आहे त्याबद्दल प्रथम आपले अभिनंदन. नववीमध्ये या विषयाची ओळख झाल्यामुळे व तो शिकवण्याचा अनुभव मिळाल्यामुळे हा विषय शिकवायला आपण अधिक सज्ज झाला असाल अशी आशा आहे.

१० वीतील मांडणी :

१. इयत्ता ९ वीमध्ये विद्यार्थ्यांना स्वत:ची ओळख होणे, स्वत:च्या क्षमता, आवडी-निवडी, मर्यादा यांची जाणीव होणे ही उद्दिष्टे समोर ठेवून प्रकरणांची रचना करण्यात आली होती. इयत्ता १० वीमध्ये यापेक्षा एक पाऊल पुढे जाऊन विद्यार्थ्यांना त्यांच्या आजूबाजूच्या परिस्थितीचे भान येणे, त्यांच्या कानावर पडणाऱ्या माहितीची त्यांना चिकित्सा करता येणे, त्यातून स्वत:साठी निष्कर्ष काढता येणे, एक नागरिक म्हणून समाजात वावरताना महत्त्वाची असणारी मूल्ये समजणे तसेच करिअरच्या दृष्टीने अधिक स्पष्टता येणे व ध्येयनिश्चिती करता येणे ही उद्दिष्टे डोळ्यासमोर ठेवण्यात आली आहेत.

२. प्रत्येक व्यक्तीची शारीरिक, भावनिक, वैचारिक व वर्तनासंबंधीची प्रवृत्ती असते. त्यावरून ठरते की ती एखाद्या सामाजिक, राजकीय परिस्थितीमध्ये कशा प्रकारे वागते, माध्यमांद्वारे मिळणाऱ्या संकेतांचे, माहितीचे कसे अर्थ लावते, करिअरच्या प्रचलित प्रवाहांकडे कसे बघते. या सगळ्याचे एक भान विद्यार्थ्यांना यावे हेदेखील या पाठ्यपुस्तकाचे महत्त्वाचे उद्दिष्टे आहे.

३. १० वीमध्ये कलारसास्वादाचा भर हा कौशल्य विकसित करण्यावर नसून दृष्टी विकसित करण्यावर जास्त आहे. कलेतील विविध प्रवाह, घटक समजून घेणे, सौंदर्य निर्मितीची काही तंत्रे समजणे, कलेतील वैविध्य समजून घेणे, कलेबाबत असलेले विचार समजून घेणे, कला निर्माण करण्याच्या प्रक्रियेतील आनंद अनुभवणे व स्वत:ची कल्पकता वापरून नवनिर्मिती करणे यांचा प्रामुख्याने अंतर्भाव करण्यात आला आहे.

अशाप्रकारे **शालेय जीवनातून बाहेरच्या विश्वात पाऊल ठेवणाऱ्या विद्यार्थ्यांना, बाहेरील जगात आत्मविश्वासाने जगण्यासाठी सुसज्ज करण्याच्या हेतूने निर्माण करण्यात आलेला हा एक सेतू आहे या दृष्टिने या विषयाकडे पाहाता येईल.**

अध्ययन-अध्यापन प्रक्रिया :

हा विषय पद्धत व त्यातून अपेक्षित परिणाम इतर शालेय विषयांपेक्षा भिन्न असल्यामुळे ती पद्धत नीट समजून घेऊन त्यापद्धतीने त्याची अंमलबजावणी करणे अनिवार्य आहे.

१. या पुस्तिकेतील सर्व आशय हा रचनावादी पद्धतीने शिकवायचा असून त्यासाठी योग्य ते उपक्रम, प्रश्न व सूचना पुस्तिकेत देण्यात आलेल्या आहेत. कोणतेही प्रकरण **शिकवण्याआधी** त्याचा संपूर्ण अभ्यास

शिक्षकांनी करणे अपेक्षित असून त्यातील उपक्रमांचे नियोजन करावयाचे आहे. गरज असेल तेव्हाच फक्त शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांसमोर पुस्तिका उघडून वाचन करावे.

२. या विषयाचे यश हे कुठलीही 'माहिती' विद्यार्थ्यांपर्यंत पोहोचवण्यात नसून विद्यार्थ्यांना स्वत:बद्दल, इतरांबद्दल विचार करण्यास उद्युक्त करण्यावर अवलंबून आहे. वर्गात घडणाऱ्या प्रक्रिया, उपक्रम, होणारा संवाद, गटकाम, विद्यार्थ्यांचे आत्मपरीक्षण हेच विद्यार्थ्यांचे खरे शिक्षण आहे. या प्रक्रिया घडवून आणणे हेच या विषयाचे साध्य आहे. सर्व उपक्रम योग्य पद्धतीने घेऊन मोकळी व अर्थपूर्ण चर्चा घडवून आणणे हेच शिक्षकाचे काम आहे. या विषयासंदर्भात शिक्षकाचे मुख्य कर्तव्य हे 'सुलभीकरण' एवढेच आहे.

३. या विषयामध्ये विद्यार्थ्यांनी स्वत:बद्दल, स्वत:च्या अडचणींबद्दल मोकळेपणाने बोलणे अपेक्षित आहे. यासाठी वर्गाचे वातावरण विद्यार्थ्यांना आश्वासक व खेळीमेळीचे असणे गरजेचे आहे. त्यासाठी शिक्षकांनी जागरूक असणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. विद्यार्थ्यांवर कोणत्याही प्रकारचे दडपण, भीती असल्यास संपूर्ण शिक्षणप्रक्रिया अर्थहीन ठरेल. विद्यार्थांनी सांगितलेल्या समस्या, अडचणी गांभीर्याने घेऊन त्याबद्दल त्यांची वर्गात टिंगल होणार नाही याकडे विशेष लक्ष द्यावे.

४. पुस्तिकेतील प्रत्येक उपक्रमाला न्याय देऊन त्यानंतरची चर्चा/गटकाम अर्थपूर्ण पद्धतीने घडवून आणण्याचा प्रयत्न शिक्षकाने करावा. **विषयाचा गाभा त्यातील उपक्रम, चर्चा, गटकामांतच आहे हे नेहमी लक्षात ठेवावे.** कोणत्याही कारणास्तव, विशेषत: अभ्यासक्रमपूर्ण करण्याची घाई करून चर्चेला/गटकामास टाळू नये.

५. बहुतेक सर्व उपक्रमांवर मुक्त चर्चा अपेक्षित असून त्यात कोणतेही एक उत्तर चूक किंवा बरोबर नाही हे लक्षात घ्यावे. विद्यार्थ्यांनी स्वत: विचार करणे, तर्कसुसंगत उत्तर देणे व त्यांच्या उत्तराचे त्यांच्यापरीने समर्थन करता येणे एवढेच अपेक्षित आहे.

६. शक्यतो शिक्षकाने विद्यार्थ्यांना प्रश्नाचे/परिस्थितीचे सर्व बाजूने आकलन होईल यासाठी दोन्ही बाजूने प्रश्न विचारून त्यांना सखोलपणे विचार करायला भाग पाडणे अपेक्षित आहे.

गुणांचे नियोजन :

१. या विषयासाठी कोणतीही लेखी परीक्षा नाही. मात्र वर्गातील शैक्षणिक प्रक्रियेचे सातत्यपूर्ण मूल्यमापन व नोंदी ठेवणे अपेक्षित आहे.

२. विद्यार्थ्यांनी या विषयासाठी एक २०० पानी वही बनवावी व जे उपक्रम वहीत सोडविणे अपेक्षित आहेत ते त्यात सोडवावे. कोणत्याही प्रकारचे इतर साहित्य त्यासाठी वापरण्यात येऊ नये.

३. प्रत्येक प्रकरणानंतर एक मूल्यमापन आराखडा देण्यात आलेला आहे. शिक्षकांनी त्याप्रमाणे विद्यार्थ्यांचे सातत्यपूर्ण मूल्यमापन करून त्याचे रेकॉर्ड स्वत:कडे ठेवणे अपेक्षित आहे. विद्यार्थ्यांनी वहीत केलेले काम तपासून त्याला पुस्तिकेत दिल्याप्रमाणे गुण देणे अपेक्षित आहे. वर्षाअखेर विद्यार्थ्यांना मिळालेल्या गुणांची बेरीज करून त्यावरून त्यांची श्रेणी ठरवण्यात यावी.

अनुक्रमणिका

१. मी एक नागरिक — पृष्ठ १

२. मी आणि माध्यमे-१ — पृष्ठ १८

३. मी आणि दृश्य कला — पृष्ठ ३५

४. मी आणि माध्यमे-२ — पृष्ठ ५२

५. मी आणि माझे करिअर — पृष्ठ ६७

६. मी आणि प्रयोगजीवी कला — पृष्ठ ८७

या आधी आपण पाहिले - निशा, प्रताप, लोबो, राघव व समीना यांची मैत्री असते.
धैर्यधर व धैर्यशीला त्या सर्वांना मूल्यांबद्दल, कलेबद्दल, संघर्ष सोडवण्याबद्दल वेळोवेळी सल्ला देत.
या सर्व मुलामुलींनी स्वत:ची जबाबदारी आता स्वत:च घ्यायला हवी,
त्यांना आता धैर्यधर व धैर्यशीलाची गरज नाही हे सांगून एके दिवशी ते दोघे निघून जातात.
राघव आता कुठलीही धोकादायक कृती करण्याआधी "त्याचे परिणाम भोगायला आपण समर्थ आहोत का?" असा विचार करतो.
GO SLOW
समीनाचे आता आईवडीलांशी भांडण होत नाही. त्यांचे विचार समजून घेऊन ती विनविन मार्ग शोधण्याचा प्रयत्न करते.
आपण आपल्या मूल्यांप्रमाणे वागतो का हे प्रताप सतत तपासून पाहत असतो.
लोबोला छोट्या-छोट्या गोष्टींमध्ये लपलेली कला आता जाणवायला लागली आहे. त्याची सौंदर्यदृष्टी हळूहळू विकसित होते आहे.
अत्यंत खुशालचेंडू असणारी निशादेखील आता तिच्या करिअरबद्दल गांभीर्याने विचार करायला लागली आहे.
आता पुढे...

राघव आणि प्रताप भांडत असतात. समीना भांडण सोडवायला येते.
अरे थांबा थांबा.. काय झाले?
आमच्च्यापैकी कोणाचे आपल्या देशावर जास्त प्रेम आहे यावर आमचा वाद चालला आहे.
मी दर १५ ऑगस्ट व २६ जानेवारीला ध्वजवंदनाला जातो.
मी सर्व महापुरुषांची जयंती साजरी करतो.
(परत भांडायला लागतात)
एवढेच?.. मी लगेच तुमचे भांडण सोडवते. तुमच्यापैकी कोण कधीच रस्त्यावर कचरा टाकत नाही?
रस्त्यात कचरा टाकण्याचा व देशप्रेमाचा काय संबंध?
हम्म..

9 मी एक नागरिक

प्रत्येक जबाबदार नागरिक हा देशाच्या सामर्थ्यात वाढ करतो.

उद्दिष्टे :

१. जबाबदार नागरिक कोण हे स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
२. जबाबदार नागरिकाचे वर्तन ओळखता येणे.
३. नियमांची गरज व नियम कसे निर्माण होतात हे स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
४. लोकशाही जीवनशैलीची मूल्ये व त्यांचे महत्त्व स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
५. आपल्या सभोवताली घडणाऱ्या घटनांचे विश्लेषण करून लोकशाहीस बाधा निर्माण करणारे घटक ओळखता येणे व काय केले असता ती घटना टळू शकली असती असे उपाय शोधता येणे.
६. आपल्या घरातील व शाळेतील व्यवहार व वातावरण लोकशाही जीवनशैलीला धरून आहे का याबद्दल आत्मपरीक्षण करता येणे व नसल्यास त्यावर उपाय शोधण्यासाठी नियोजन करता येणे.

१. नागरिक म्हणजे काय?

नागरिक हा शब्द तुम्ही नेहमीच ऐकत असाल.

- ‘भारताचा नागरिक’ असे म्हटल्यावर तुमच्या मनात काय चित्र उभे राहते?
- तुम्हांला कोणकोणते शब्द आठवतात?
- भारताचा एक जबाबदार नागरिक कसा असावा याबद्दल तुमच्या शब्दात लिहा.
- तुम्हांला जमल्यास व आवडल्यास तुम्ही जबाबदार नागरिकाचे चित्रदेखील काढू शकता.

विद्यार्थ्यांना त्यांच्या मनातील संकल्पना शब्दांत मांडण्यास मदत करा. प्रत्येकाची कल्पना वेगळी असू शकते. त्यास प्रोत्साहन द्या. या उपक्रमाचा संदर्भ या धड्यामध्ये पुढे येईल.

२. भारतातील लोकशाही

लोकशाही म्हणजे काय? देश चालवण्यासाठी अस्तित्वात असलेल्या अनेक शासन पद्धतींपैकी एक म्हणजे लोकशाही.

लोकशाही म्हणजे –

- लोकांचे राज्य – लोकप्रतिनिधी हे लोकांनीच निवडून दिलेले असतात म्हणून राज्य हे एकाप्रकारे लोकांचेच असते.
- लोकांसाठी चालवलेले राज्य – देशातील सर्व कायदे, नियम हे फक्त लोकांचे हित सर्वोच्च मानून केलेले असतात.
- लोकांनी मिळून चालवलेले राज्य – निवडून दिलेले लोकप्रतिनिधी लोकांमधूनच निवडले जातात म्हणून एकार्थाने लोकांनी मिळून चालवलेले राज्य.

आपली राज्यव्यवस्था इतर देशांतील राज्यव्यवस्थेपेक्षा कशी वेगळी आहे हे जाणून घेण्यासाठी खालील देशांतील राज्य व्यवस्थेबद्दल थोडक्यात माहिती काढून लिहा.

- उत्तर कोरिया
- सौदी अरेबिया
- चीन

थोडक्यात लोकशाही म्हणजे जर लोकांचे, लोकांसाठी चालवलेले, लोकांनी मिळून चालविलेले राज्य असेल तर मग **प्रत्येक माणसाने त्याच्या मनाला वाटेल तसे वागावे का?**

विद्यार्थ्यांशी खालील मुद्द्यांवर चर्चा करा –
लोकशाही व इतर देशांमधील राज्य व्यवस्था यांचे फायदे व तोटे.
विद्यार्थ्यांना त्यांचे मत मोकळेपणाने मांडू द्या. त्यांना कोणत्याही एका उत्तराकडे नेण्याचा प्रयत्न टाळावा.

३. नियमांची गरज

थोडी गंमत करू

शिक्षक सांगतील त्या कृतीचे पालन करा.

एका पिशवीमध्ये काही गोळ्या / चॉकलेटे (विद्यार्थ्यांच्या संख्येपेक्षा कमी) ठेवा. ही पिशवी वर्गाच्या समोरील बाकावर ठेवा व विद्यार्थ्यांस सांगा की त्यांच्यासाठी पिशवीमध्ये गोळ्या/चॉकलेटे ठेवली आहेत ती सर्वांनी घ्यावीत. एवढीच सूचना द्यावीत. पुढे काय घडते त्याचे काहीही हस्तक्षेप न करता निरीक्षण करावे.

सर्व गोळ्या/चॉकलेटे संपल्यानंतर विद्यार्थ्यांशी खालील मुद्द्यांवर चर्चा करावी :

१. ठेवलेल्या गोळ्या/चॉकलेटे सर्वांना सम प्रमाणात मिळालीत का?
२. विद्यार्थी संख्येपेक्षा गोळ्या/चॉकलेटे कमी आहेत हे ज्या विद्यार्थ्यांनी गोळ्या/चॉकलेटे घेतली त्यांना माहीत होते का?
३. प्रत्येकाला त्यातील काही भाग मिळावा यासाठी कोणी काही प्रयत्न केला का?
४. ज्या विद्यार्थ्यांना सगळ्यात जास्त गोळ्या/चॉकलेटे मिळाली त्यांच्याबद्दल खालील गोष्टींची नोंद करा–
   - ते विद्यार्थी कुठे बसले होते? जवळ बसणाऱ्या विद्यार्थ्यांना काही फायदा झाला का?
   - त्यात किती मुली होत्या, किती मुले होती? मुलींची संख्या कमी असल्यास का? जास्त असल्यास का?
५. गोळ्या / चॉकलेटे समोरच्या बाकावर ठेवली असल्यामुळे समोर बसणाऱ्या विद्यार्थ्यांचा त्यावर जास्त हक्क होता का? की सर्वांचा समान हक्क होता?

समजून घ्या

आपण पाहिले की काहीच नियम नसतील तर कदाचित सर्व विद्यार्थ्यांना समान गोळ्या मिळू शकणार नाहीत. त्याचप्रमाणे जर काहीच नियम नसतील तर आपल्या देशातील सर्व नागरिकांना समप्रमाणात संसाधने जसे की पाणी, वीज, वैद्यकीय सोयीसुविधा मिळू शकणार नाहीत. म्हणूनच जेव्हा आपल्याला काही संसाधनांचा मिळून वापर करायचा असतो, त्यावेळी त्यासाठी काही निश्चित व्यवस्था असणे अत्यंत गरजेचे असते.

४. नियम कसे बनतात?

थोडी गंमत करू

समजा, तुम्ही इतर काही लोकांसोबत बोटीतून समुद्रमार्गाने बरोबर चालले आहात व अचानक वादळ येते. तुमची बोट भरकटते व तुम्ही तीन अज्ञात बेटांवर येऊन पोहोचता. तेथून बाहेर पडण्याच्या सर्व शक्यता पडताळून पाहिल्यावर तुम्हांला असे लक्षात येते की बाहेर पडणे अशक्य आहे व तुमच्या गटाला पुढील सर्व जीवन त्याच बेटावर व्यतीत करावे लागेल. मग एकोप्याने जगण्यासाठी, काम करण्यासाठी व आनंदी राहण्यासाठी तुम्ही काय व्यवस्था कराल?

विद्यार्थ्यांचे गट करा. प्रत्येक गटाला चर्चा करण्यासाठी प्रोत्साहित करा. त्यासाठी १० मिनिटांचा वेळ द्या. शेवटी प्रत्येक गटाने पुढे येऊन आपली मांडणी करावी.

समजा एखाद्या बेटावर असे ठरले की एक मनुष्य सांगेल तसेच होईल, दुसऱ्या बेटावर असे ठरले की काहीच नियम असायची गरज नाही, प्रत्येकाने हवे तसे वागावे, तिसऱ्या बेटावर असे ठरले की प्रत्येकाला हवे तसे वागण्याचे स्वातंत्र्य आहे पण त्याला काही नियम चौकटी असाव्यात. तर तिन्हीपैकी कोणत्या बेटावरील लोक जास्त आनंदी असतील असे तुम्हांला वाटते? का?

चर्चा करा –

१. जे नियम बनवले त्याचा आधार काय होता?

२. बनवलेले नियम काही मूल्यांवर आधारित होते का?

३. सर्व गटातील नियमांमध्ये काही सारखेपणा जाणवला का?

४. कोणत्या गटातील लोक जास्त आनंदी असतील असे तुम्हांला वाटते?

समजून घ्या

एखादी व्यवस्था प्रभावी पद्धतीने चालायची असेल तर तिला नियमांची चौकट लागते. या नियमांच्या मागे काही मूल्यांचा विचार असावा लागतो. मूल्यांबद्दल आपण मागील वर्षी शिकलो. जशी वैयक्तिक मूल्ये असतात तशीच काही सार्वजनिक, सर्व समाजाची म्हणून मूल्ये असतात. एकत्र मिळून आनंदाने राहण्यासाठी ती मूल्ये अतिशय महत्त्वाची असतात.

थोडा विचार करा

या आधीच्या उपक्रमात पाहिल्याप्रमाणे, आपल्याला जर आपल्या मनासारखे वागण्याचे स्वातंत्र्य हवे असेल पण तरी काही नियम घालून घ्यायचे असतील तर ते नियम कोणत्या मूल्यांवर आधारित असायला हवे? तुमच्या वहीत लिहा.

आधीच्याच गटांमध्ये विद्यार्थ्यांना बसायला सांगा. खालील मुद्द्यांवर चर्चा करायला सांगा.

कोणत्या पाच मूल्यांवर आधारित नियम केल्यास लोकांना मिळून मिसळून आनंदाने राहता येईल व काम करता येईल? वहीत लिहा.

खालील मुद्द्यांवर चर्चा करा –

- दिलेल्या घटनांमध्ये, त्या-त्या व्यक्तीचा अपमान झाला असे विद्यार्थ्यांना वाटते का?
- जर असा अपमान होत राहिला तर ती व्यक्ती अपमान करणाऱ्याबरोबर मिळून मिसळून काम करेल का? एकोप्याने राहू शकेल का?
- समाजात एकत्र वावरताना प्रत्येकाशी आदराने वागले गेले पाहिजे असे विद्यार्थ्यांना वाटते का?

५. नियमांमागील मूल्ये

खालील घटनांबद्दल तुम्हांला काय वाटते?

- निशिगंधाचे वरिष्ठ तिला बोलले.
- मित्राने मनमीतचा सगळ्यांसमोर अपमान केला.
- पालक शोएबला पाहुण्यांसमोर ओरडले.
- ॲगनेसच्या मैत्रिणीने सगळ्यांसमोर तिची टर उडविली.

समजून घ्या

समाजात मिळून मिसळून एकोप्याने, आनंदाने राहायचे झाल्यास प्रत्येक माणसाने इतरांचा आदर करणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. **म्हणून 'आदर' हे मूल्य जपणे गरजेचे आहे. आपल्याला एखाद्या व्यक्तीचे मत पटले नाही तरीदेखील तिचा आदर केला पाहिजे.**

खालीलपैकी कोणत्या कृतीतून आदर व्यक्त होतो व कोणत्या कृतीतून होत नाही असे तुम्हांला वाटते?

- समोरासमोर गोड बोलणे पण मागाहून इतरांकडे त्या व्यक्तीची निंदा नालस्ती करणे.
- मोठ्यांना बसायला जागा न देणे.
- दोन व्यक्ती समोरासमोर आल्या असल्यास एकाने दुसऱ्याला जायला रस्ता देणे.
- एखाद्याच्या कमतरतेविषयी चेष्टा करणे, चिडवणे.
- कोणी बोलत असल्यास त्याला/तिला मध्येच तोडणे.
- एखाद्याचे म्हणणे उडवून लावणे.
- एखादा बोलण्यासाठी प्रयत्न करीत असेल तरी त्याच्याकडे दुर्लक्ष करणे.
- तोंड वाकडे करणे, मान वेळावणे, डोळे फिरवणे.
- कोणी तुमच्याशी बोलत असल्यास मोबाईलशी खेळत बसणे.

वरील उदाहरणांसारखी आणखी काही उदाहरणे तुम्हांला सांगता येतील का?

विद्यार्थ्यांशी एक-एका वाक्यावरून चर्चा करा. त्यांना जाणीव करून द्या की आदर अनेक कृतींतून व्यक्त होतो. तसाच अनादर देखील अनेक कृतींतून व्यक्त होतो.

एखाद्या व्यक्तीचा अनादर केल्यास त्या व्यक्तीवर तर परिणाम होतोच परंतु त्याने आपल्यावरही काही परिणाम होऊ शकतो का?

मुद्द्यांवर चर्चा करा -

१. दिलेल्या संसाधनांचा अनादर आपल्याकडून होतो का? कसा?

२. या संसाधनांचा आदर राखण्यासाठी आपण काय केले पाहिजे?

निर्जीव वस्तूंना दाखवलेला आदर

खालील गोष्टी, घटकांचा आदर राखणे म्हणजे काय याचा विचार करा -

- अन्न
- नदी, तलाव,समुद्र
- बस, ट्रेन इत्यादी वाहतुकीची साधने
- जंगले, तुमच्या आजूबाजूचा परिसर

समजून घ्या

एखाद्या संसाधनाचा अनादर करणे म्हणजेच त्याचे मूल्य न जाणणे, त्याची किंमत न करणे. व्यक्तींचा अनादर केल्यास त्यांच्यावर व आपल्यावरही परिणाम होतो तसेच आपल्या देशातील संसाधने, सोईसुविधा – जसे की जंगले, पाणी, जमीन, वीज, शिक्षण, आरोग्य इत्यादींचा अनादर केल्यास त्याचाही परिणाम आपल्या जीवनावर होतो. ती संसाधने खराब होतात किंवा संपतात, सर्वांना समप्रमाणात मिळत नाहीत.

थोडी गंमत करू

अशी कोणतीही एक कृती शोधून काढा जी तुम्हांला एकट्याला करता येईल. त्यासाठी कोणत्याही सजीव किंवा निर्जीव घटकाची मदत तुम्हांला घ्यावी लागणार नाही.

- विद्यार्थ्यांना विचारा की त्यांना खरेच अशी एखादी कृती सापडली का?
- ती कृती करण्यासाठी खरेच कुठल्याही सजीव वा निर्जीव घटकाची गरज पडत नाही का?
- अशा किती कृती सापडल्या?
- यावरून काय निष्कर्ष काढता येईल?

थोडा विचार करा

तुम्हांला जर एखादे चॉकलेट खायचे असेल, तर यासाठी तुम्ही कोणाकोणावर अवलंबून आहात? ते चॉकलेट बनवण्यासाठी लागणाऱ्या कच्च्या मालाचे उत्पादन करणारे लोक, त्यांना लागणारी संसाधने, कारखान्यात काम करणारी माणसे, मालाची वाहतूक करणारी माणसे, त्याचे विक्रेते आणि ते विकत घेण्यासाठी पैसे कमावणारे आणि देणारे पालक इत्यादी.

अशाच पद्धतीने, खाली दिलेल्या कृतींसाठी तुम्ही कशा-कशावर अवलंबून आहात त्याची बारकाईने यादी करा.

१. तुम्हांला शाळेच्या सुट्टीत खेळ खेळायचा आहे.

२. तुम्हांला गाणी ऐकायची आहेत.

३. तुम्हांला पावसात भिजायचे आहे.

दिलेल्या चित्रात कुठला घटक नसला तरी चालेल असे तुम्हांला वाटते?

विद्यार्थ्यांना जाणवून द्या की दिलेल्या चित्रातील सर्वच घटक महत्त्वाचे आहेत. त्यापैकी एकही नसला तरी दिलेली कृती पूर्ण करता येणार नाही.

थोडा विचार करा

आपल्या वैयक्तिक गरजा पूर्ण करण्यासाठी आपण समाजातील विविध घटकांवर अवलंबून असतो हे तुमच्या लक्षात आले असेल. आपल्याला चांगले जगण्यासाठी समाजातील प्रत्येक घटकाची गरज असते. ही गरज आपण कशी भागवायला हवी?

समजा तुम्हांला तुमचा प्रकल्प पूर्ण करण्यासाठी एका पुस्तकाची गरज आहे. ते पुस्तक एका दुसऱ्या व्यक्तीकडे आहे. तुम्ही काय कराल? –

- ते पुस्तक देण्याची विनंती कराल?
- ते पुस्तक बळजबरीने हिसकावून घ्याल?

खालील मुद्द्यांवर चर्चा करा –

१. या दोन्ही मार्गांचे परिणाम काय होतील?

२. यापैकी कुठला मार्ग दीर्घकाळ चालणारा, आनंददायी, तणावविरहित व दोन्ही बाजूंचे हित साधणारा आहे असे तुम्हांला वाटते?

३. जर असेच प्रत्येकाने हवे ते हिसकावून घेणे चालू ठेवले तर पुढे-पुढे त्याचे परिणाम काय होतील?

४. समाज आनंदाने, एकोप्याने राहील का?

समजून घ्या

मिळून मिसळून एकोप्याने राहण्यासाठी 'एकमेकांना सहकार्य करणे' हे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. म्हणून **'प्रत्येकाशी सहकार्य करण्याचे'** मूल्य जपणे गरजेचे आहे.

खालील गोष्टींबाबत विचार करा. अशा प्रसंगांमध्ये तुम्हांला काय वाटेल?

- घरामध्ये एकाच्याच आवडीचे टी.व्ही. चॅनेल लावले जातात.
- घरामध्ये केलेला एखादा आवडीचा पदार्थ घरातील एकाच सदस्याने संपवला व म्हणून तुम्हांला मिळाला नाही.
- गॅदरिंगमध्ये ठरावीक विद्यार्थ्यांनाच सादरीकरणाची संधी मिळाली.

१. विद्यार्थ्यांना त्यांच्या उत्तराचे स्पष्टीकरण द्यायला सांगा.
२. त्यांच्या बरोबर दिलेल्या गोष्टी झाल्यास त्यांना आवडेल का?
३. आवडणार नसल्यास नक्की कशाचा त्रास होतो याबद्दल चर्चा करा.

काही प्रश्न

आवडता चॅनेल बघता येणे, आवडीचा पदार्थ खायला मिळणे व सादरीकरणाची संधी मिळणे हे सर्व तुम्हांला तुमचे हक्क वाटतात का? तुमचा हक्क डावलला गेला तर तुम्हांला त्याचा त्रास होतो का? तुम्हांला तुमचे कोणते हक्क आहेत असे वाटते? अशा काही व्यक्तिगत हक्कांची यादी तुमच्या वहीत तयार करा.

अ.क्र.	हक्काचे नाव	त्यात कशाचा समावेश आहे
१.	उदा. चांगल्या शिक्षणाचा हक्क	सर्व विषय समजणे, सर्वांगीण विकास होणे.
......	....	....

यातले कोणते हक्क इतरांचेदेखील आहेत असे तुम्हांला वाटते?

आता आपण अशा काही हक्कांविषयी जाणून घेऊया जे सर्वांसाठी समान आहेत.

- सुरक्षिततेचा हक्क
- शिक्षणाचा हक्क
- निरोगी आयुष्याचा हक्क
- शुद्ध हवा, पाणी आणि अन्न मिळण्याचा हक्क

थोडा विचार करा

वरील हक्क सर्वांना मिळावेत यासाठी आपल्यावर काही जबाबदारी येते का?

उदा. सर्वांना सुरक्षिततेचा हक्क असेल तर रहदारीचे किंवा सुरक्षेचे नियम पाळणे ही आपली जबाबदारी आहे. सर्वांना निरोगी आयुष्य मिळणे हा हक्क असेल तर व्यसन न करणे, योग्य आहार व व्यायाम करणे, सार्वजनिक स्वच्छतेचे नियम पाळणे ही आपली जबाबदारी आहे. शुद्ध पाणी मिळणे हा हक्क असेल तर नदीत कचरा न टाकणे ही आपली जबाबदारी आहे.

आणखी एक उदाहरण पाहू.

एका ड्रायव्हरने सिग्नल पाळला यामागे दोन शक्यता असू शकतात –

१. ट्रॅफिक पोलीस समोर उभे आहेत.

२. लाल सिग्नल आहे याचा अर्थ थांबणे.

पहिल्या शक्यतेमध्ये ड्रायव्हरने चूक केली असता, त्याला शिक्षा करण्याचा अधिकार असलेली व्यक्ती समोर आहे. दुसऱ्या शक्यतेमध्ये सुरक्षितता हा सर्वांचा हक्क आहे त्यामुळे रहदारीचे नियम पाळले गेले पाहिजेत ही अंतर्गत प्रेरणा आहे.

इतरांचे हक्क सुरक्षित राखण्यासाठी विधायक पर्याय हे अंत:प्रेरणेने निवडले जावेत.

समजून घ्या

लोकशाही ही एक शासन पद्धती आहे हे आपण यापूर्वी पाहिले आहेच. मात्र लोकशाही सशक्त होण्यासाठी आपली जीवनशैली लोकशाहीच्या मूल्यांवर आधारित असणे गरजेचे आहे.

लोकशाहीच्या मूल्यांवर आधारित जीवनशैली म्हणजे प्रत्येक व्यक्तीप्रती आदर ठेवणे, सहकार्य करणे आणि मिळवणे, प्रत्येक व्यक्तीचा आदर आणि सन्मानाने जगण्याचा समान हक्क आहे याचे भान ठेवणे, हक्कांच्या जोडीने येणारी जबाबदारीदेखील स्वीकारणे व त्यासाठी आवश्यक असलेली विधायक कृती ही अंत:प्रेरणेने करणे. तुमच्या पुस्तकातील प्रतिज्ञा वाचा त्यात काय दिसून येते?

६. लोकशाहीस बाधा

प्रत्येक व्यक्तीप्रती आदर, सहकार्य, प्रत्येक व्यक्तीला समान हक्क आणि विधायक कृती ही अंत:प्रेरणेने करणे या चार बाबींना जर बाधा निर्माण झाली तर पर्यायाने लोकशाहीला बाधा निर्माण होते. त्यामुळे नागरिक म्हणून या चार बाबींना धक्का लागू नये याकडे आपण लक्ष द्यायला हवे.

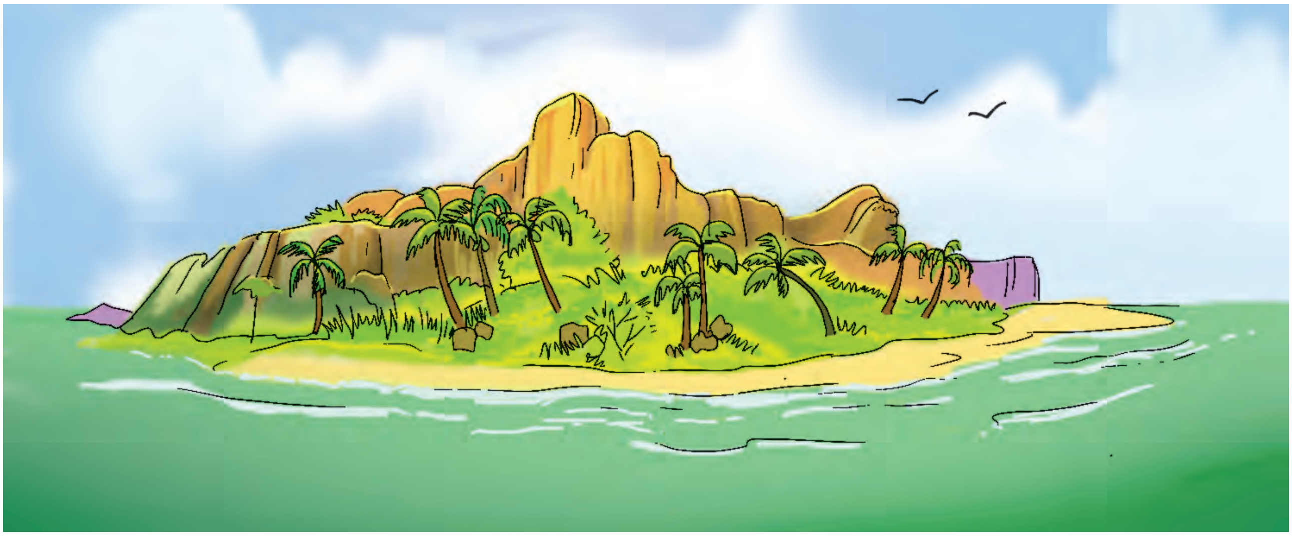
लोकशाहीस बाधा निर्माण करणारे घटक

१. व्यक्ती–व्यक्तीमध्ये भेदभाव करणे

काल्पनिक प्रयोग :

समजा तुम्हांला एका संपूर्णपणे निर्जन बेटावर कायमची वस्ती करण्यासाठी जायचे आहे. तुम्हांला स्वत:बरोबर पाच माणसे घेऊन जाण्याची मुभा आहे. तर तुम्ही कोणकोणती वैशिष्ट्ये असणाऱ्या माणसांना घेऊन जाल?

त्या वैशिष्ट्यांची एक यादी करून तुमच्या वहीत लिहा.



- प्रत्येकाने स्वत:सारखीच वैशिष्ट्ये असणारी पाच माणसे निवडली की त्यात वेगळेपण होते?
- जर प्रत्येक व्यक्तीला तुम्हांला येते तेच कौशल्य आले, प्रत्येक जण एकाच प्रकारचे व्यवसाय करीत असेल तर जग चालेल का?
- एखादे काम श्रेष्ठ व एखादे काम कनिष्ठ असे ठरवता येते का?
- तुम्ही कोणत्याही कामाचे मूल्य कसे ठरवता?

विद्यार्थ्यांची यादी करून झाल्यावर त्यांच्याशी दिलेल्या मुद्द्यांवर चर्चा करा.
विद्यार्थ्यांना जाणवून द्या की प्रत्येक व्यक्ती आपापल्या जागी महत्त्वाचे काम करीत असते व या वेगळेपणामुळेच आपला देश व पर्यायाने आपले जग चालले आहे.
त्यामुळे प्रत्येक व्यक्तीला आदराने आणि आत्मसन्मानाने जगण्याचा समान हक्क असतो याचे भान सातत्याने ठेवले गेले पाहिजे.

२. विविध जीवनशैलींमध्ये भेदभाव करणे

विद्यार्थ्यांची यादी करून झाल्यावर, त्यातील किती गोष्टी किंवा व्यक्ती या त्यांच्या परिसरातील नाहीत, इतर भूभाग, राज्ये किंवा देशांतून आलेले आहेत यावर चर्चा करा.
इतर लोकांच्या जीवनशैलीतील किती गोष्टी आपल्याला आवडतात म्हणून आपण स्वीकारल्या आहेत? मग आपलीच जीवनशैली श्रेष्ठ असे आपल्याला म्हणता येईल का?

तुम्हांला आवडणाऱ्या खालील गोष्टींची यादी करा –

१. अन्न पदार्थ – (यात गोड, तिखट तसेच सर्व प्रकारच्या पाककृतींचा विचार करावा)
२. संगीत प्रकार , वाद्यांचे प्रकार
३. कपड्यांचे प्रकार
४. सण उत्सव
५. सिनेमा / नाटकांचे प्रकार
६. खेळांचे प्रकार
७. अभिनेते / अभिनेत्री / गायक / गायिका
८. चित्रकला, शिल्पकला

३. सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान व गर्दीची मानसिकता

बातम्या शोधा :

जुन्या वर्तमानपत्राच्या कात्रणामधून दंगलीच्या, हिंसक आंदोलनांच्या बातम्या काढून त्यात किती गाड्या, बसेसचे नुकसान झाले, सार्वजनिक मालमत्तेची किती नासधूस झाली यावरून पर्यायाने आपलेच किती पैसे वाया गेलेत याचा एक अंदाज काढा.

लोक असे का वागतात? सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान का करतात? यासाठी आपण गर्दीची मानसिकता समजावून घेऊया.

- नासधूस झाल्याच्या बातम्यांवरून विद्यार्थ्यांना नुकसानाचा अंदाज लावण्यास मदत करा.
- शासनाचे पैसे म्हणजे जनतेचेच पैसे हे समजून द्या.
- गर्दीच्या मानसिकतेची आणखी उदाहरणे शोधण्यात विद्यार्थ्यांना मदत करा.

गर्दीची मानसिकता :

बरेचदा असे दिसून येते की लोकांच्या मनामध्ये काही गोष्टींबद्दल एक सुप्त राग असतो. दंगलीच्या किंवा आंदोलनांच्या निमित्ताने तो बाहेर येतो. तसेच अनेकदा काही व्यक्ती, लोकांच्या भावनांना आवाहन करणारी भाषणे करतात. ती ऐकून लोक एखादी टोकाची कृती करण्याची शक्यता असते.

दंगलीमध्ये खूप व्यक्ती भाग घेत असल्यामुळे घडणाऱ्या नुकसानाला आपण जबाबदार नाही असेच प्रत्येकाला वाटत राहते. गर्दीमध्ये आपला चेहरा, आपली ओळख सहज लपून जाते त्यामुळे ते एका प्रकारे सुरक्षित वाटते व म्हणून टोकाचे कृत्य करण्याचे धाडसदेखील वाढते.

- अशा प्रकारे सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान करणे तुम्हांला योग्य वाटते का?
- प्राचीन वास्तू, किल्ल्यांवर काहीबाही मजकूर कोरून ठेवणे, बसमधील सीट फाडून ठेवणे, रस्त्यावर, चांगल्या ठिकाणी थुंकून ठेवणे, नैसर्गिक विधी करणे ही सर्व सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान करण्याचीच उदाहरणे आहेत.
- तुमच्या पाहण्यात आणखी अशी काही उदाहरणे आली आहेत का?
- सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान केल्याने लोकशाहीच्या कोणत्या मूलभूत मूल्याला धक्का लागतो आहे?

४. सत्य व वैयक्तिक मत

नवीन व जॉर्ज हे दोघे मित्र असतात. एके दिवशी नवीन म्हणतो की भारतातील 'अ' खेळाडू हा जगात सर्व श्रेष्ठ आहे. यावर जॉर्ज म्हणतो की तसे नसून ऑस्ट्रेलियातील 'ब' खेळाडू हा जगात सर्वश्रेष्ठ आहे. यावर नवीन दुखावला जातो. जॉर्जचे भारतावर प्रेम नाही, तो खोटारडा आहे, असे त्याला वाटते व त्याचे आणि जॉर्जचे मोठे भांडण होते.

'जगातील सर्वश्रेष्ठ खेळाडू कोण?' याबद्दल प्रत्येकाचे वैयक्तिक मत भिन्न असू शकते. याबाबतीत एकच असे शाश्वत सत्य असते असे नाही. सर्वश्रेष्ठ खेळाडू विशिष्ट निकषावरून ठरवता येईल.

५. माहिती पडताळून न घेणे

पवनच्या शेताला आग लागते. त्याला अशी माहिती कळते की ती आग दुसऱ्या लोकांनी लावली होती. तो त्याच्या लोकांना घेऊन जाऊन दुसऱ्या लोकांच्या शेताचे नुकसान करतो. पोलिसांमध्ये तक्रार होते. त्यांच्या चौकशीअंती असे निष्पन्न होते की पवनच्या शेताला आग ही वणव्यामुळे लागली होती. पवनला शिक्षा होते. आपल्याला मिळालेली माहिती पडताळून न पाहाता फक्त ऐकीव माहितीवर विश्वास ठेवण्याने आपण दुसऱ्यांवर अन्याय करण्याची, टोकाचे निर्णय घेण्याची, टोकाची कृती करण्याची शक्यता निर्माण होते.

७. वैयक्तिक छोटी कृती आणि तिचे व्यापक परिणाम

असे दिसून येत आहे की विविध माध्यमांतून व शाळेतून केलेल्या जनजागृतीमुळे फटाके उडवण्याचे प्रमाण व त्यामुळे होणारे प्रदूषण हळूहळू कमी होत आहे. म्हणजेच प्रत्येक नागरिकाने आपापल्या परीने केलेल्या लहान-लहान कृतीमुळेदेखील देश पातळीवर मोठा परिणाम घडून येतो किंवा घडवून आणता येतो.

वैयक्तिक छोटी कृती आणि तिचे व्यापक परिणाम – काही उदाहरणे

- जिथे वीज, पाणी अशा सुविधा मुबलक उपलब्ध आहेत त्यांनी त्याची बचत केल्यास ती संसाधने प्रत्येकाला पुरेशा प्रमाणात उपलब्ध होतील.
- आपल्याला सार्वजनिक वाहतुकीची खूप साधने माफक दरात (बस, ट्रेन इत्यादी) उपलब्ध असतात. आपण त्या साधनांचा जास्तीतजास्त वापर केल्यास व्यवस्थेला त्यातून आर्थिक फायदा मिळेल व त्यातून आपल्याला अधिक चांगली साधने उपलब्ध होऊ शकतील.
- आपण कर देतो, मतदान करतो. या गोष्टी प्रत्येकाने प्रामाणिकपणे केल्यास देश पुढे जाण्यास मदत होते.

८. जबाबदार नागरिक कोण?

आत्तापर्यंत झालेल्या चर्चेनुसार खालीलपैकी कोणत्या व्यक्तीला तुम्ही जबाबदार नागरिक म्हणाल?

- जी व्यक्ती मतदान करत नाही.
- जी व्यक्ती प्रामाणिकपणे आपले रोजचे काम सर्व नियम पाळून करते.
- अशी व्यक्ती जी स्वत:ला देशाबद्दल खूप प्रेम असल्याचे बोलते पण रस्त्यावर थुंकते.
- जी व्यक्ती सिग्नल पाळत नाही.
- जी व्यक्ती एका गटाविरुद्ध दुसऱ्यात असंतोष पसरवते, फूट पाडायचा प्रयत्न करते.
- एक व्यक्ती आपल्याकडे काम करणाऱ्या कर्मचाऱ्यांना दुय्यम समजते.
- एक व्यक्ती सर्वांशी मिळून मिसळून वागते.

समजून घ्या

फक्त देशाचे नागरिक म्हणूनच नव्हे तर घरातील सदस्य, शाळेतील विद्यार्थी म्हणून देखील आपण समाजाचा भाग असतो. तेथेही आपल्याला एकमेकांसोबत मिळून मिसळून रहावे लागते.

मग या सर्व ठिकाणी लोकशाहीची मूल्ये महत्त्वाची नाही का ठरणार? थोडक्यात लोकशाही ही फक्त राज्यव्यवस्थेपुरती मर्यादित नसून ती एक जीवनशैली असावी!

९. घरातील लोकशाही

प्रत्येक विद्यार्थ्याने खालील प्रश्नावली स्वत: प्रामाणिकपणे सोडवून आपल्या घराबद्दल काय चित्र समोर येते त्यावर विचार करा. तुम्हांला वाटल्यास ही प्रश्नावली गुप्त ठेवू शकता.

घरातील लोकशाही	पूर्णत: मान्य	मान्य	अमान्य	पूर्णत: अमान्य
कोणी कोणाचा अपमान करत नाही.				
मोठे निर्णय घेताना सर्वांचे मत विचारले जाते, किमान ऐकून घेतले जाते.				
आर्थिक नियोजनामध्ये तुमचा छोटासा का असेना, सहभाग आहे.				
घरातील पुरुष स्वयंपाकात, घरकामात जमेल तशी मदत करतात.				
घरातील स्त्रिया जमेल तशी बाहेरची कामे करतात.				
घरात राहण्याचे काही ठरलेले नियम आहेत जे तुमच्या आईवडीलांसकट सर्वांना समान आहेत.				
एखाद्या गोष्टीवर मतभेद असतील तर ते सामंजस्याने सोडवले जातात.				
तुमच्या भावांना/बहिणींना तुमच्यासारखीच वागणूक दिली जाते. सर्व मुले/मुली समान समजली जातात.				
घरातील सोयीसुविधा वापरण्याचा हक्क सर्वांना समान आहे.				

थोडी गंमत करू

अशीच प्रश्नावली आपल्या शाळेबद्दल तयार करता येईल का? गटात विभागून प्रश्नावली तयार करा. तुम्हांला स्वत:मध्ये, स्वत:च्या घराच्या किंवा शाळेच्या वातावरणात काही बदल करण्याची गरज जाणवते का?

१. समजून घ्या

लोकशाही जीवनशैलीची चार मूल्ये नीट समजून घ्या. (त्यात काही प्रश्न असल्यास शिक्षकांना विचारा).

२. ओळखा

तुम्ही भरलेल्या प्रश्नावलीतून स्वत:मध्ये काही बदल घडवून आणण्याची गरज जाणवते का? घरातील वातावरण किंवा शाळेतील वातावरण लोकशाही पद्धतीनुसार बदलण्याची गरज भासते का?

३. आव्हान द्या

कुटुंबात काही बदल घडवून आणायचे असल्यास तुमच्या पालकांशी लोकशाहीच्या तत्त्वांबद्दल चर्चा करा. शाळेसंदर्भातील बदल घडवून आणण्यासाठी शिक्षकांशी, मुख्याध्यापकांशी बोला. स्वातंत्र्य व जबाबदारी यांची सांगड कशी घालता येईल याचा विचार करा.

४. अमलात आणा

तुम्ही ठरवलेले बदल अमलात आणा. एखादा प्रयोग यशस्वी झाला नाही तर त्यावर चर्चा करून सर्वानुमते त्यात बदल करा.

ERACHD

मूल्यमापन (भारांश १५%)

निकष	उत्तम (खूप चांगले)	योग्य (समाधानकारक)	अयोग्य (असमाधानकारक)	गुण
स्वत:च्या घरातील परिस्थितीबद्दलची प्रश्नावली	स्वत:च्या घरातील परिस्थितीबद्दलची प्रश्नावली प्रामाणिकपणे भरली. जेथे लोकशाही जीवनशैली पाळली गेली नाही त्याबद्दल काय करता येईल याचे नियोजन केले	प्रश्नावली भरली पण जिथे लोकशाही जीवनशैली पाळली गेली नाही त्याबद्दल काहीच केले नाही.	प्रश्नावली भरली नाही.	
इतर देशांच्या राज्यव्यवस्था	इतर देशांच्या राज्यव्यवस्थेबद्दल स्पष्ट शब्दात लिहिता आले तसेच त्यांच्यातील फरक ओळखता आला.	इतर देशांच्या राज्यव्यवस्थेबद्दल लिहिता आले मात्र त्यांच्यातील फरक ओळखता आला नाही.	उत्तरे अर्धवट लिहिली.	
लोकशाहीस बाधा निर्माण करणारे घटक	लोकशाहीस बाधा निर्माण करणाऱ्या घटकांवरील चर्चेमध्ये सक्रिय सहभाग घेऊन स्पष्ट शब्दांत विचार मांडले.	चर्चेमध्ये सहभाग घेतला.	विचारल्यावर मोघमपणे उत्तरे दिली.	
वर्गकृतीत सहभाग	पाठातील सर्व कृती उत्साहाने पूर्ण केल्या. (सक्रिय सहभाग) सर्व वर्गकृती वहीत पूर्ण केल्या.	पाठातील सर्व कृती पूर्ण केल्या.	दुसऱ्या विद्यार्थ्यांच्या वहीत पाहून कृती पूर्ण केल्या.	

एक दिवस निशाला दवाखान्यात दाखल करावे लागते.
कोणीतरी तिला तिच्या वजनावरून चिडवले व ही लागली डाएट करायला. चक्कर येऊन पडली.
पण इतका टोकाचा उपवास करायचा कशाला?
म्हणे मला एकदम आदर्श मुलीसारखे दिसायचे आहे.– सडपातळ
बापरे! आणि आदर्श मुलगा कसा दिसतो?
धाडसी आणि धष्टपुष्ट.. असेच ठरले आहे.
ठरले आहे?.. पण कोणी ठरवले आहे?
आ.. खरंच की.. कोणी ठरवले आहे?

२ मी आणि माध्यमे - १

ज्यांचा माध्यमांवर ताबा असतो, त्यांचा स्वतःच्या मनावर ताबा असतो.

उद्‌दिष्टे :

१. विद्यार्थ्यांना माहिती व प्रसारमाध्यमे म्हणजे काय ते स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
२. माहिती व प्रसारमाध्यमांचा होणारा परिणाम स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
३. माहिती व प्रसारमाध्यमांचे होणारे उपयोग ओळखता येणे.
४. किशोरवयीन मेंदूचे वेगळेपण स्वत:च्या शब्दांत मांडता येणे.
५. व्यसन म्हणजे काय, त्याचे शारीरिक, भावनिक व आर्थिक परिणाम कोणते हे स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
६. व्यसनाधीनतेशी सामना करण्याचे काही मार्ग माहीत होणे.

१. ‘माध्यम’ म्हणजे काय याबद्‌दल विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा व खालील चित्राकृती तयार करा.
२. विविध माध्यमांच्या व्याख्येपासून सुरू करून विद्यार्थ्यांचे लक्ष माहिती व प्रसारणाच्या माध्यमांकडे वेधा.

१. माध्यमे म्हणजे काय?

‘माध्यम’ हा शब्द तुम्ही नेहमीच ऐकत आला आहात. तुमच्या मते ‘माध्यम’ कशाला म्हणतात? तुमच्या रोजच्या आयुष्यात ‘माध्यम’ हा शब्द कोणत्या ठिकाणी वापरला जातो? खाली (दिल्याप्रमाणे त्याची) एक चित्राकृती दिली आहे. काही उदाहरणे तुमच्या वहीत तयार करा.

माध्यम

१. शब्दाचा अर्थ
....

२. कुठे वापरण्यात येतो
उदा. मराठी माध्यमाची शाळा
....

३. प्रकार
उदा. चित्र, कविता, भाषा ही अभिव्यक्तीची माध्यमे आहेत.
....

४. माध्यमांचे महत्त्व
उदा. TV मुळे जगभरातील बातम्या व दृश्ये दिसतात.
....

५. इतर
उदा. चेक, डिमांड ड्राफ्ट हे आर्थिक देवघेवीचे माध्यम आहे.
....

समजून घ्या

माहिती प्रसारणाची माध्यमे म्हणजे ज्यांमधून माहिती लोकांपर्यंत पोहोचवली जाते अशी माध्यमे. उदा. वर्तमानपत्रे, मासिके, टी. व्ही, इंटरनेट, रेडिओ, डॉक्युमेंटरी, भित्तिपत्रके इत्यादी. या माध्यमांचा उपयोग प्रामुख्याने लोकांपर्यंत माहिती, विचार पोहोचवण्यासाठी केला जातो.

तुमच्यापर्यंत माहिती कशी पोहोचते?

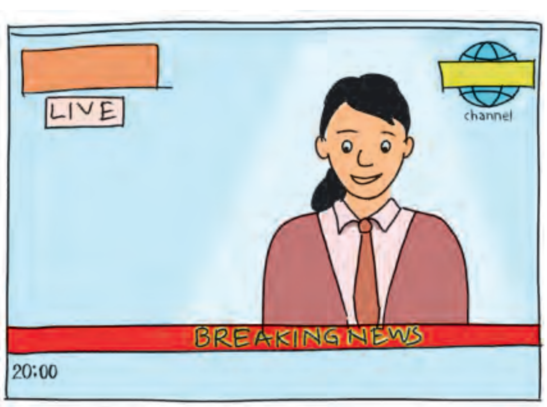
१. जगभर घडणाऱ्या घटना तुम्हांला कशा समजतात?

२. बाजारात आलेली नवनवीन उत्पादने, वस्तू तुम्हांला कशा समजतात?

३. सध्या लोकप्रिय असलेली फॅशन तुम्हांला कशी समजते?

४. देशातील विविध प्रसिद्ध व्यक्तींचे विचार तुम्हांला कसे कळतात?

विद्यार्थ्यांशी दिलेल्या प्रश्नांवर चर्चा करा व उत्तरे वहीत लिहायला सांगा.
कोणती प्रसारमाध्यमे जास्त वापरतात याबद्दल त्यांच्याशी चर्चा करा. उदा. ते वर्तमानपत्र वाचतात का?



माध्यमांबद्दल थोडा विचार करूया.

माहिती व प्रसारमाध्यमे फक्त माहिती पुरवण्याचेच काम करतात का?

१. वर्तमानपत्रात बातम्यांव्यतिरिक्त इतर काय काय छापलेले असते? वर्तमानपत्रातील अग्रलेखात काय दिलेले असते?

२. टी. व्ही. वर मनोरंजनाचे कार्यक्रम सोडून इतर कोणकोणते कार्यक्रम दाखवले जातात?

३. सिनेमाच्या सुरुवातीला प्रायोजक या मथळ्याखाली काही नावे दिलेली असतात. त्यांचे नक्की काम आणि त्या कामाचे महत्त्व काय?

४. तुम्ही कधी एकच बातमी विविध न्यूज चॅनल्सवर पाहिली आहे का? ती बातमी सारख्याच पद्धतीने दाखवली जाते की वेगवेगळ्या पद्धतीने दाखवली जाते?

दिलेल्या प्रश्नांवर विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा. वहीत लिहा.
माध्यमे आपल्यापर्यंत फक्त माहिती पोहोचवत नसून विशिष्ट संदेश पोहोचवत असतात याची जाणीव विद्यार्थ्यांना करून द्या.

थोडी गंमत करू

तुम्ही निवड कशी करता?

१. तुमच्या घरी कोणते साबण, पेस्ट, तेल, क्रीम आणले जाते?
२. तुम्हांला कोणत्या प्रकारचे कपडे घालणे स्टायलिश वाटते?
३. छान दिसण्यासाठी आपल्याजवळ कोणकोणत्या वस्तू असल्याच पाहिजेत असे तुम्हांला वाटते?
४. एखाद्या तरुण मुलामध्ये/मुलीमध्ये कोणकोणते गुण असणे आवश्यक आहे असे तुम्हांला वाटते?

विद्यार्थ्यांना दिलेले प्रश्न विचारून स्वत:चे उत्तर लिहायला सांगा. कोणाची इच्छा असल्यास त्यांनी पुढे येऊन सांगावे.

आपल्या आवडीनिवडीवर जाहिरातींचा, प्रसारमाध्यमांचा प्रचंड मोठा प्रभाव असतो याकडे विद्यार्थ्यांचे लक्ष वेधून घ्या.

वरील प्रत्येक गोष्टीबद्‌दल तुम्हांला कसे समजले? ती तुम्ही कुठे पाहिलीत? तीच गोष्ट कशी/का निवडलीत? आपण तसेच असायला हवे हे तुम्ही कसे ठरवलेत?

माध्यमांचा प्रभाव

विविध माहिती व प्रसारमाध्यमांचा आपल्यावर कळत-नकळत खूप परिणाम होत असतो. जाहिरातीत दाखवलेल्या गोष्टी आपल्याला हव्याहव्याशा वाटतात. वर्तमानपत्रातील अग्रलेख, टी. व्ही वर दाखवलेल्या बातम्या व विचारांनी आपण खूप प्रभावित होतो. सिनेमामध्ये दाखवलेल्या नट-नट्यांच्या कपड्यांची, वर्तणुकीची आपण कळत-नकळत नक्कल करायला जातो. हा प्रभाव मर्यादेबाहेर गेला व त्याबद्‌दल आपण जागरूक राहिलो नाही तर आपले सगळे महत्त्वाचे निर्णय आपण नकळत इतरांना हवे तसे घेऊ देऊ व आपल्या जीवनाची सूत्रे आपल्या हातातून सुटून जातील.

माध्यमांचे आपल्यावर होणारे परिणाम

१. कमीपणाची भावना निर्माण होणे

थोडी गंमत करू

तुमच्या आईवडीलांना, आजीआजोबांना खालील प्रश्न विचारा -

१. ते केसातील कोंड्यासाठी कोणता शाम्पू वापरायचे?
२. ते कोणता कंडिशनर वापरायचे?
३. त्यांच्या टूथपेस्टमध्ये नक्की कोणकोणते घटक असायचे?
४. त्यांना कधी सावळेपणाचा, चेहऱ्यावरील पुटकुळ्यांचा न्यूनगंड वाटला का?

विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा की बाजूला दिलेल्या समस्या महत्त्वाच्या आहेत असे आता आपल्याला वाटते का? हो असल्यास का?

खालील नमुना जाहिराती वाचा व त्यातून काय संदेश दिला जातो आहे ते सांगा –

१. एक मुलगा सामान्य कपडे वापरतो तेव्हा त्याला गुंडांशी सामना करता येत नाही. हेच तो 'अबक' कंपनीचे कपडे वापरतो तेव्हा त्याच्या अंगात हिंमत येते.

२. एक मुलगा शीतपेय पीत नाही तेव्हा त्याच्याकडे कोणी बघत नाही. मात्र तोच मुलगा 'कखग' शीतपेय पितो तेव्हा सगळे त्याचे मित्र होतात.

३. एका कुटुंबाकडे लहान गाडी असते तेव्हा त्यांना कॉलनीत कोणीच महत्त्व देत नाही. जेव्हा ते मोठी महाग गाडी घेतात तेव्हा त्यांच्याकडे लोकांची रीघ लागते.

विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा की दिलेल्या जाहिरातीतून कोणता संदेश आपल्यापर्यंत पोहोचवला जातो?
हिंमत असणे, मित्र बनवणे, ओळखी वाढवणे हे असे एखादे उत्पादन विकत घेऊन / वापरून साध्य करता येते का?

थोडी गंमत करू

विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा की या साध्या वस्तूंच्या जाहिराती करताना त्यांना काय अनुभव आला?

विद्यार्थ्यांचे गट करा. त्यांना सेफ्टी पिन, कंगवा, भाज्या, फळे इत्यादींच्या जाहिराती तयार करायला सांगा. त्यांचे सादरीकरण करा.

समजून घ्या

अनेकदा जाहिरातीच्या माध्यमातून आपले जीवन कसे निकृष्ट दर्जाचे आहे, आपल्यामध्ये कशा कमतरता आहेत हेच आपल्यावर ठसवले जाते. यामुळे आपल्याला गरज नसलेल्या गोष्टीदेखील विकत घ्याव्याशा वाटतात. तसेच या गरज नसलेल्या गोष्टी निर्माण करण्यासाठी निसर्गातील खूप संसाधने नाहक खर्ची पडतात. गरज नसलेल्या वस्तू/गोष्टी विकत घेतल्याने निसर्गावर त्याचा काय परिणाम होत आहे हे समजून घेण्यासाठी इंटरनेटची मदत घ्या.

त्यामुळे कोणतीही नवीन गोष्ट विकत घेताना स्वत:ला खालील प्रश्न विचारावेत.

१. या गोष्टीची आपल्याला खरेच गरज आहे का?
२. ही गोष्ट विकत घेतली नाही तर आपल्याला काही त्रास होईल का?
३. या उत्पादनामुळे निसर्गाचा ऱ्हास तर होणार नाही ना? तसे होत असल्यास या उत्पादनाला काही पर्याय आहेत का?
४. आपण या उत्पादनाच्या जाहिरातीला पाहून तर ते विकत घेत नाही ना?

'स्टोरी ऑफ स्टफ' ही फिल्म विद्यार्थ्यांना दाखवून त्यावर चर्चा करा.

आपण काय करू शकतो याबद्‌दल चर्चा करू द्या.

थोडी गंमत करू

चर्चा करा -

१. दिलेल्या बातम्यांमध्ये काय फरक दिसून येतो?
२. दिलेल्या बातम्यांचा त्या विशिष्ट बातम्या वाचणाऱ्यावर काय परिणाम होत असेल?

"फी वाढीचे परिणाम : अभियांत्रिकी शाखेच्या सीट रिकाम्या"

"मुलांचा ओढा कला व वाणिज्य शाखांकडे, अभियांत्रिकीकडे फिरविली पाठ"

"अभियांत्रिकी महाविद्यालयांतील प्रवेश कमी झाले"

एकाच घटनेबद्‌दल असणाऱ्या या बातम्यांची तुलना करा.

२. आपल्यापर्यंत पोहोचणाऱ्या बातम्या

विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा -

१. वार्तांकनात / अग्रलेखांमध्ये काही फरक जाणवला का?
२. उत्तर होय असल्यास कशा प्रकारचा फरक होता?
३. त्या फरकामुळे वाचणाऱ्यावर काय परिणाम होईल असे वाटते?

करून पहा

तीन ते चार वेगवेगळ्या वर्तमानपत्रांतील एकाच बातमीसंबंधीचे वार्तांकन/अग्रलेख वाचा. त्यांमध्ये काही फरक जाणवतो का याची नोंद करा.

समजून घ्या

भारतामध्ये दूरदर्शनप्रमाणेच बातम्या देणाऱ्या इतर खाजगी वाहिन्या, खाजगी मालकीची वृत्तपत्रे, मासिके, पाक्षिके प्रकाशित होत असतात. यातील प्रत्येकाची आपली अशी राजकीय, सामाजिक भूमिका किंवा आर्थिक हितसंबंध असू शकतात, जी ते त्यांना उपलब्ध असणाऱ्या माध्यमांतून मांडतात. यामुळेच आपल्याला अतिशय जागरूक असणे आवश्यक आहे. केवळ माध्यमांमध्ये येणाऱ्या माहितीवर विश्वास न ठेवता, वस्तुनिष्ठपणे एखाद्या बातमीकडे पाहाणे व विश्लेषण करून स्वत:साठी अर्थ काढणे आपल्याला करता आले पाहिजे.

३. पुरुषांची प्रतिमा

थोडी गंमत करू

तुम्ही आत्तापर्यंत पाहिलेले चित्रपट आठवा व त्यातील नायक (हिरो) आठवा. तुम्हांला फिल्ममधील नायकासारखे व्हावे असे मनापासून वाटते का? तुम्ही कधी एखाद्या हिरोसारखे वागण्याचा, त्याची नक्कल करण्याचा प्रयत्न केला आहे का? एखाद्या हिरोची कोणत्या बाबतीत नक्कल करणे तुम्हांला आवडते?

विद्यार्थ्यांशी दिलेल्या मुद्द्यांवर चर्चा करा. त्यातील जे विद्यार्थी पुढे येऊन त्यांचे अनुभव सांगू इच्छितात त्यांना संधी द्या. आग्रह करू नका. आपापल्या वहीत विद्यार्थ्यांनी हे अनुभव लिहिले तरी ते चालण्यासारखे आहे.

चित्रपटातील नायक सर्वसामान्यपणे खालीलपैकी काय-काय करतात त्यावर खूण करा -

१. सिगारेट पिणे.

२. दारू पिणे.

३. अमली पदार्थांचे सेवन करणे.

४. मारामारी करणे.

५. मुलींचे लक्ष वेधून घेण्याचा प्रयत्न करणे.

६. अत्यंत वेगाने गाडी चालवणे.

७. जीव धोक्यात घालून स्टंट करणे.

८. वाहतुकीचे नियम तोडणे.

९. महागडे कपडे, गॉगल, घड्याळे घालणे.

१०. इतर (लिहा)

१. विद्यार्थ्यांना त्यांच्या वहीमध्ये खूण केलेले मुद्दे लिहायला सांगा.

२. विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा की हिरो या सर्व गोष्टी सिनेमामध्ये का करत असेल?

३. असे काहीच न करणारा हिरो त्यांना आवडेल का? का?

समजून घ्या

हिरो म्हणून, मुलगा म्हणून आपल्यासमोर हिरोची प्रतिमा सामर्थ्यवान, वर्चस्व गाजवणारा, बेधडक, दुसऱ्याच्या भावनांची पर्वा न करणारा, ज्याच्याकडे सर्व समस्यांवर उपाय आहेत, जो कधीच अयशस्वी होत नाही अशी निर्माण केली जाते. अशी प्रतिमा तरुणांना आवडते, हवीहवीशी वाटते. ही प्रतिमा निर्माण करण्यामध्ये अमली पदार्थ, सिगारेट पिणे, नियम तोडणे, पाठलाग करणे अशा सर्व कृतींचा समावेश असतो. तसेच हिरोला हवे ते नेहमी मिळतेच असे चित्र निर्माण केले जाते.

थोडी गंमत करू

खालील जाहिराती वाचा :

१. 'पफब' बाईक्स, उनके लिये, जिन्हे डर नही लगता!

२. 'टठड' घडियाँ.. खूब जमेगा इम्प्रेशन!

३. 'अबक'.. सिर्फ होशियार बच्चों के लिये!

तुम्ही पाहिलेल्या अशा प्रकारच्या जाहिरातींची यादी करा.

विद्यार्थ्यांशी खालील मुद्द्यांच्या आधारे चर्चा करा –

१. प्रत्येक जाहिरातीमधून काय सुचवण्याचा प्रयत्न केला आहे?

२. या जाहिरातींचा परिणाम पाहाणाऱ्यावर कसा होत असेल?

३. या जाहिरातींमध्ये सांगितलेल्या गोष्टी खऱ्या असतील का?

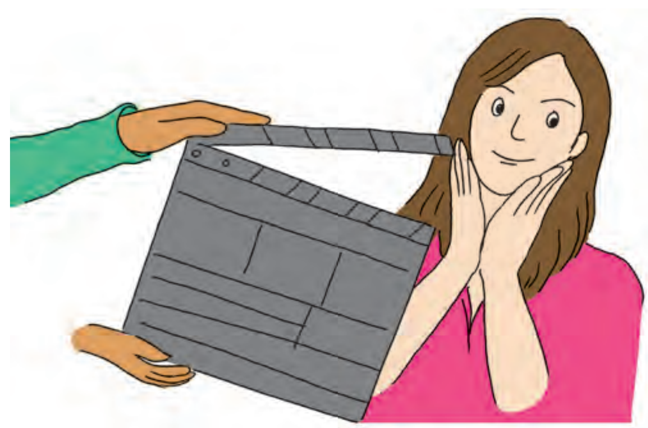
४. तुमच्या माहितीमध्ये अशा आणखी कोणकोणत्या जाहिराती आहेत?

थोडा विचार करा

आपल्या देशात अनेक नामवंत स्त्री–पुरुष होऊन गेले. ते फक्त निर्भीड, सामर्थ्यवानच नव्हते तर न्यायाची बाजू घेणारे, लोकांचे रक्षण करणारेदेखील होते. मग शक्तिशाली, सक्षम स्त्री/पुरुष होण्यासाठी विविध माध्यमांतून दाखवलेल्या गोष्टी करण्याची खरोखरच गरज आहे का?

तुमच्या मते एखाद्या आदर्श स्त्री–पुरुषांच्या अंगी असणाऱ्या गुणवैशिष्ट्यांबद्दल विचार करून लिहा.

४. स्त्रियांची प्रतिमा



तुम्ही पाहिलेले चित्रपट, दूरदर्शनवरील मालिका आठवा. त्यात नायिकेची (हिरोईन)ची प्रतिमा खालीलपैकी कोणत्या प्रकारे दाखवली आहे असे तुम्हांला वाटते?

१. गाणे म्हणणे.

२. नृत्य करणे.

३. सतत चांगले दिसणे, सतत महागडे कपडे, बूट, दागिने घालून वावरणे.

४. संकटात सापडणे, नायकाकडून संरक्षण.

५. मालिकांमध्ये इतर स्त्रियांविरुद्ध कारस्थान करणे.

६. कुटुंबातील पुरुष व्यक्तिरेखा (वडील, भाऊ) सांगतील त्याप्रमाणे वागणे.

७. कठीण परिस्थितीवर मात करून यशोशिखर गाठणे.

८. इतर (लिहा).

१. विद्यार्थ्यांना मुद्दे वहीमध्ये लिहायला सांगा.

२. यापूर्वी लिहिलेली नायक – नायिकांची कामे यांची तुलना करा. तुम्हांला काय दिसते?

३. चित्रपट व मालिकांमधून स्त्रियांबद्दल कोणता संदेश दिला जातो?

चर्चा करा – स्त्रिया खरोखर अशा असतात का? स्त्रियांची अशा प्रकारची प्रतिमा पाहाणाऱ्याच्या मनावर काय परिणाम होत असेल?

समजून घ्या

पूर्वापार चालत आलेल्या समजुतीप्रमाणे शतकानुशतके स्त्रियांना दुय्यम व अबला समजण्यात आले आहे. एकीकडे स्त्रीला स्वत:चे मत नाही आणि नसावे, तिला सतत पुरुषाच्या आधाराची गरज आहे तर दुसरीकडे स्त्री ही अत्यंत कट कारस्थाने करणारी असते अशी प्रतिमा दिसते.

थोडा विचार करा

१. सिनेमातील नायिका पुष्कळ वेळा तोकड्या कपड्यात वावरताना दिसतात.

२. जाहिरातींमध्ये असे दाखवण्यात येते की स्त्रिया गोऱ्या दिसल्या तरच त्यांचे लग्न होऊ शकेल.

३. स्त्रियांच्या चेहऱ्यावर, शरीरावर थोडेही डाग असले तरी तो त्यांच्या जीवनमरणाचा प्रश्न आहे असे जाहिरात पाहून वाटते.

४. वजन कमी करण्याच्या जाहिराती या शक्यतो स्त्रियांनाच लक्ष्य करतात.

तुम्ही पाहिलेल्या अशा प्रकारच्या जाहिरातींची यादी करा.

विद्यार्थ्यांशी खालील मुद्द्यांच्या आधारे चर्चा करा –

१. दिलेल्या सर्व मुद्द्यांद्वारे जाहिरातीतून, काय सुचवण्यात येते ?

२. या जाहिरातींचा परिणाम जाहिराती पाहाणाऱ्यावर कसा होत असेल ?

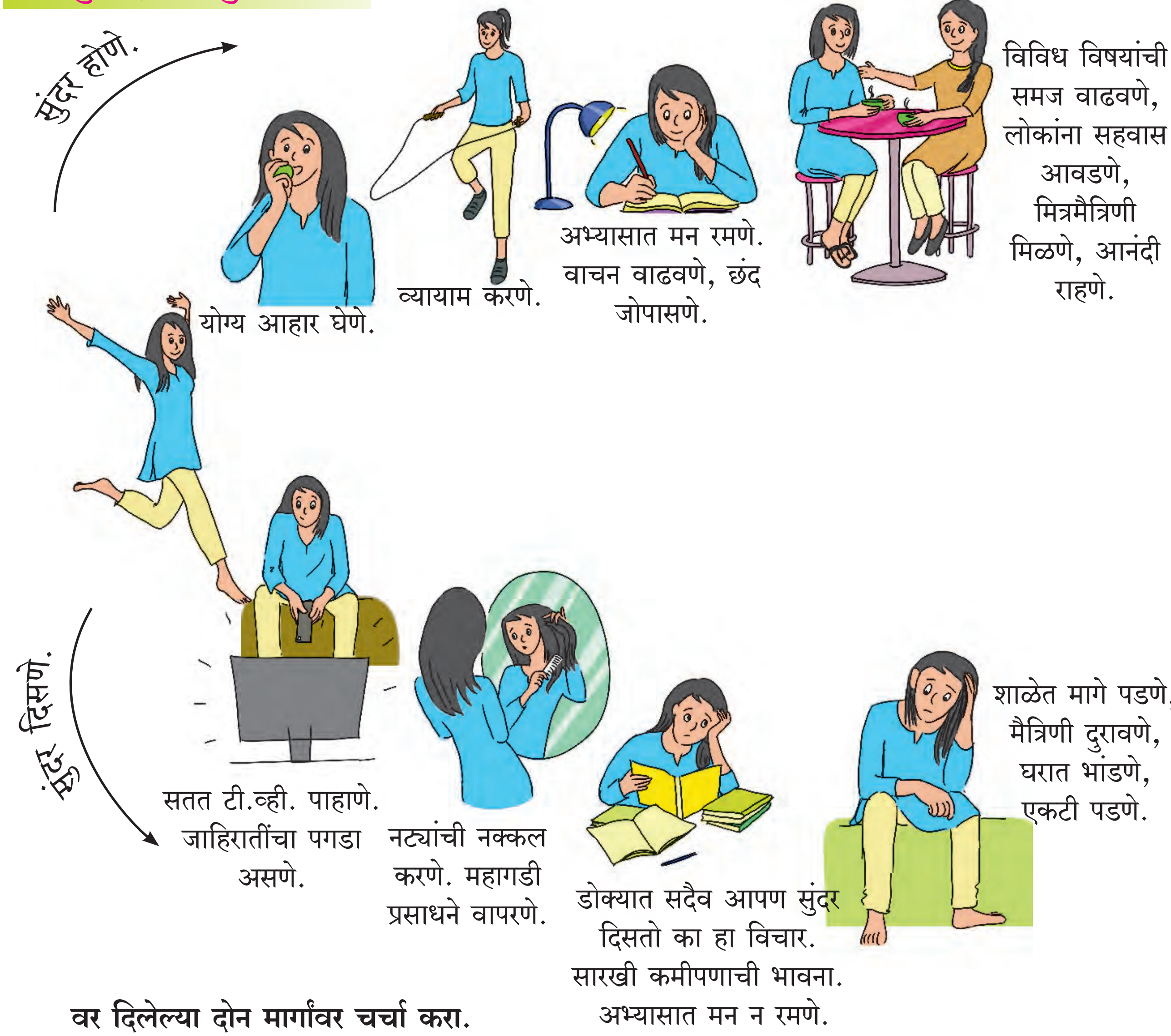
३. या जाहिरातींमध्ये सांगितलेल्या गोष्टी खऱ्या असतील का ?

४. तुमच्या माहितीमध्ये अशा आणखी कोणकोणत्या जाहिराती आहेत ?

समजून घ्या

नायिका म्हणून स्त्रीची प्रतिमा गोरी, सुंदर, सडपातळ, उंच अशी दाखवली जाते. ती आधारासाठी नायकावर अवलंबून असते, ती सुंदर नसेल तर तिला आयुष्यात काहीच मिळत नाही, ती अतिशय भावनाशील, नाजूक, हळवी असली तरच नायकाला ती आवडते अशी प्रतिमा दिसून येते. यामुळे चांगले दिसणे हेच स्त्रीचे प्रमुख काम आहे, ती कशी दिसते यावरच तिचे समाजातील स्थान व महत्त्व ठरते असा तरुण मुलींचा गैरसमज होतो.

५. सुंदर होणे व सुंदर दिसणे



वर दिलेल्या दोन मार्गांवर चर्चा करा.

माध्यमांचे परिणाम व किशोरवयीन मुले

मागच्या वर्षी आपण शिकलो की किशोरवयीन मेंदू हा काही बाबतीत वैशिष्ट्यपूर्ण असतो. त्यातील महत्त्वपूर्ण बाबी खालीलप्रमाणे आहेत –

१. **किशोरवयात भावनिक मेंदूचा विकास झालेला असतो पण सारासार विचार करणारा भाग आणखी विकसनशील असतो. त्यामुळे किशोरवयीन विद्यार्थ्यांच्या भावना तीव्र असतात, त्यांना जवळचे फायदे लगेच व मोठे दिसतात पण दीर्घकालीन तोटे दिसत नाहीत.**

२. **यामुळे ते धोकादायक कृती करायला सहज प्रवृत्त होतात.**

३. **त्यांचे स्वनियंत्रणाचे केंद्र पूर्णपणे विकसित न झाल्यामुळे त्यांना स्वत:च्या मनाला मुरड घालता येत नाही व ते भावनेत वाहवत जातात.**

विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा त्यांच्या वर्तनातून किशोरवयीन मेंदूची बाजूला दिलेली वैशिष्ट्ये दिसून येतात का?

किशोरवयीन मुलामुलींना जास्त धोका कसा संभवतो हे आपण थोडक्यात पाहूया.

व्यसनांचे उदात्तीकरण : चित्रपट, मालिका, जाहिरातींमध्ये दाखवलेल्या व्यसनांच्या उदात्तीकरणामुळे किशोरवयीन मुलेमुली व्यसनाच्या आहारी जाण्याची शक्यता मोठ्या प्रमाणात असते. यासाठी प्रथम आपण व्यसनाबद्‌दल समजावून घेऊया.

व्यसन/आसक्ती (व्यसनाधीनता)

एखाद्या सवयीचे गुलाम होणे किंवा त्या पदार्थाच्या सेवनाच्या इतके आहारी जाणे की त्याशिवाय जगणे अशक्य वाटणे अशा स्थितीला 'व्यसन लागणे' असे म्हणतात.

१. व्यसनासक्तीचे शारीरिक दुष्परिणाम :

तोंडात तंबाखू ठेवणे, चघळणे, मशेरी, पानमसाला, गुटखा आणि धूम्रपानाचे दुष्परिणाम

२. मादक पदार्थांचे शरीरावर होणारे दुष्परिणाम

गुंगी आणणाऱ्या औषधांच्या/मादक पदार्थांच्या सेवनाचे परिणाम खालील चित्रात दाखवले आहेत. तुमच्या वहीत मानवी शरीराची आकृती काढा. आकृतीच्या बाजूला दाखवलेले परिणाम कोणत्या अवयवावर होतील ते आकृतीत दाखवा.

उलट्या होणे.

फुफ्फुसाचा कॅन्सर.

पोटात दुखणे.

अतिसार (जुलाब)

वापरलेल्या सुईमुळे एड्सची शक्यता

मेंदूची हानी (मेंदूचे विकार)

श्वसनाच्या समस्या

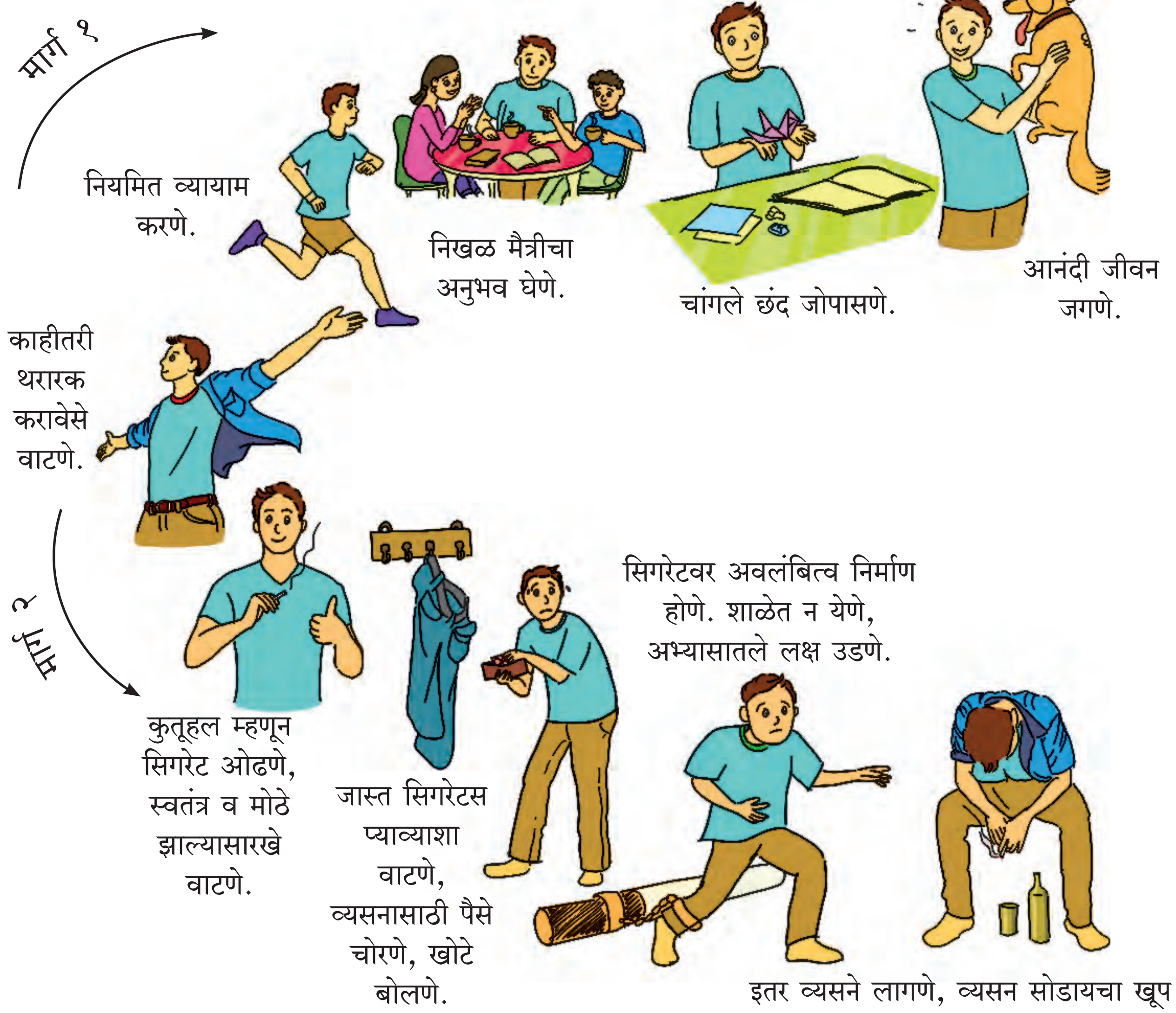
हृदयविकार

आतडे आणि मूत्राशयाचे विकार

बद्‌धकोष्ठता

मद्यपान करून वाहन चालवल्यास अपघाताची शक्यता.

३. स्वविकासी की स्वविनाशी?



वर दिलेल्या दोन मार्गांवर चर्चा करा.

४. व्यसन लागण्याची प्रक्रिया

- गंमत म्हणून व्यसन करणे. व्यसनावर ताबा आहे असे वाटणे.
- व्यसनावर अवलंबित्व वाढणे.
- नैसर्गिकपणे आनंदित राहण्याची मेंदूची क्षमता कमी होणे.
- आनंदी राहण्यासाठी व्यसन गरजेचे वाटणे.
- व्यक्ती व्यसनांची गुलाम बनणे.

आनंद मिळवणे ही माणसाची नैसर्गिक प्रवृत्ती आहे. व्यसन केल्याने मेंदूची ही नैसर्गिक प्रवृत्ती कमी होते व माणसाला आनंदी रहायला अमली पदार्थांचीच गरज भासते. व्यसन करणे हा एक आजार आहे.

थोडा विचार करा

- हल्ली तंबाखू, सिगरेट, मद्य, मादक औषधे याचे व्यसन स्त्री-पुरुषांमध्ये वाढत आहे. एका सर्वेक्षणानुसार भारतात गेल्या १० वर्षांत आत्महत्येच्या कारणांमध्ये दारिद्र्य, कर्ज, हुंडाबळी यापेक्षा व्यसनाधीनता या कारणानेही आत्महत्यांचे प्रमाण वाढले आहे.
- व्यसन करणाऱ्या व्यक्तींचा व्यसनासाठी दररोजचा खर्च सुमारे ६० रुपये म्हणजे वर्षाला २१,९०० रुपये आहे. हे पैसे शिक्षणासाठी, घरगुती गरजांसाठी किंवा इतर चांगल्या कामासाठी वापरता येतील.
- एखाद्या व्यक्तीला १४ ते १८ या वयात मादक पदार्थ सेवनाची सवय लागल्यास, ती व्यक्ती पुढे व्यसनी होण्याची शक्यता ६०% इतकी आहे. तर दुसरीकडे व्यसनमुक्तीचे प्रमाण जगभरात ५-६% इतके कमी असल्यामुळे मादक पदार्थांच्या बाबतीत उपचारांपेक्षा प्रतिबंध बरा हेच योग्य ठरते. म्हणजेच अमली पदार्थांची पहिली चवच न चाखणे सर्वात बरे.

५. 'नाही' म्हणण्याची कला

व्यसन करणाऱ्या लोकांच्या आग्रहाला 'नाही' म्हणायला शिका.

मित्रांच्या/मैत्रिणींच्या दबावाला नाही म्हणणे.

- डोळ्यात डोळे घालून नाही म्हणा.
- घाबरू नका. तुम्ही काहीही चुकीचे करत नाही.
- आपले मत दुसऱ्याला पटवायला जाऊ नका. ती तुमची जबाबदारी नाही.
- तुम्ही मैत्रीला नाही म्हणत नाही, फक्त त्या कृतीला नाही म्हणताय हे सांगा.
- एखाद्या प्रसंगी खूप वाद वाढत असतील तर त्यावेळी तिथून निघून जा.
- तुमचे खरे मित्र नेहमी समजून घेतील.
- तुम्ही नाही म्हणूनही तुमचे मित्र वारंवार बळजबरी करीत राहिलेत तर त्यांची संगत सोडा. तुम्हांला अशा मित्रांची गरज नाही.

६. व्यसनावर उपाय

तुम्हांला किंवा तुमच्या ओळखीच्या कोणाला व्यसन लागले असल्यास,

- व्यसनमुक्ती केंद्राला भेट द्या.
- व्यसनी व्यक्तीला एकटे पाडू नका. तिला मानसिक आधार द्या.
- तज्ज्ञांची मदत घ्या.
- छंदांमध्ये मन रमवा.
- व्यसनी मित्रमैत्रिणींची संगत सोडा.

तुमच्या आरोग्याची, सुरक्षिततेची, आयुष्याची जबाबदारी तुमचीच आहे.

तुम्ही किंवा तुम्हांला माहिती असलेल्या व्यक्तीला व्यसनापासून मुक्ती मिळवण्यासाठी मदत हवी आहे का? पुढील नि:शुल्क टेलिफोन नंबरवर फोन करा.
१८००-११-००३१
वेळ
सकाळी ९.३० ते सायं. ६.००
(रविवार सोडून)
भारत सरकारतर्फे ही मदत सेवा नि:शुल्क उपलब्ध आहे.

करून पहा

वर्गातील मुलांचे ४-४ चे गट करा. व्यसनासक्त व्यक्तींच्या लक्षणांची, सवयींची वैशिष्ट्ये परस्परांना सांगा. तसेच त्या व्यसनी व्यक्तीमुळे त्यांच्या व कुटुंबियांच्या सामाजिक-आर्थिक परिस्थितीवर आणि भावनिकतेवर (भावनिक स्थितीवर) कसा परिणाम झाला त्याची चर्चा करा. त्यानुसार पोस्टर तयार करा.

माध्यमांचा प्रभाव यशस्वीपणे हाताळणे

१. समजून घ्या

तुमच्यावर होणाऱ्या माध्यमांच्या प्रभावाबद्दल जागरूक रहा. तो नीट समजावून घ्या.

२. ओळखा

तुमच्या स्वत:वर माध्यमांचा प्रभाव किती, कसा होतो आहे याबद्दल विचार करून तो ओळखायला शिका. तुम्हांला एखाद्या अमली पदार्थाची सवय लागते आहे का? तुमच्या मित्राला/मैत्रिणीला अशी सवय लागते आहे का?

३. आव्हान द्या

तुम्हांला एखाद्या पदार्थाची सवय लागत असल्यास या प्रकरणात दिलेले मार्ग अवलंबून पहा.

४. अमलात आणा

तुम्ही ठरवलेले बदल अमलात आणा. यशस्वी झाला नाही तर त्यावर पुन्हा विचार करा, पालकांची, तज्ज्ञांची मदत घ्या.

मूल्यमापन (भारांश १५%)

निकष	उत्तम (खूप चांगले)	योग्य (समाधानकारक)	अयोग्य (असमाधानकारक)	गुण
नवीन गोष्टी विकत घेणे	आपण कोणत्या नवीन गोष्टी विकत घेतो व त्यातील किती अनावश्यक आहेत याची प्रामाणिकपणे यादी केली. त्या कमी करण्याचे नियोजन केले.	फक्त यादी केली. अनावश्यक गोष्टी वेगळ्या काढल्या नाहीत.	यादी केली नाही.	
तुमच्या निवडीविषयी लिहिणे	दिलेल्या पाच प्रश्नांची उत्तरे विचार करून लिहिली.	दिलेल्या पाच प्रश्नांची उत्तरे अत्यंत ढोबळमानाने लिहिली.	उत्तरांची नक्कल केली/काम अर्धवट केले.	
व्यसनाधीन व्यक्तींबद्दल चर्चा	चर्चेत सक्रिय सहभाग घेतला. पाठातील माहितीच्या आधारे चर्चा केली.	चर्चेत सहभाग घेतला.	सहभाग नाही.	

ERJ8P1

दृश्यकलेचा तास संपतो.
हे काय हो सर.. मी अगदी समोर दिसले तस्से हुबेहूब चित्र काढले आणि लोबोने नुसते त्रिकोण काढले तरी तुम्ही दोघांना उत्तम असा शेरा दिलात.
कारण दोन्ही चित्रे मला आवडलीत.
पण वर्गात तर सगळे म्हणाले की माझे चित्र जास्त सुंदर आहे. त्याचे चित्र चुकले आहे.
अरे, कलेमध्ये चूक बरोबर असं काही नसते. तुम्हांला एखादी गोष्ट आवडते किंवा आवडत नाही. एवढेच!
पण त्याने तर नुसते त्रिकोण काढलेत!
मला वाटतं आता तुला चित्रकलेतील विविध शैली शिकवल्याच पाहिजेत.

३ मी आणि दृश्य कला

"कलाकार कधीच अयशस्वी होऊ शकत नाही.
स्वत:मध्ये कलाकार असणेच एक यश आहे."

उद्दिष्टे :

१. विद्यार्थ्यांना कलेचे महत्त्व स्वतःच्या शब्दांत सांगता येणे.
२. दृश्य कलेतील काही प्रवाहांची नावे, त्यातील प्रसिद्ध कलाकार व त्या शैलीचे वैशिष्ट्य स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
३. काही वेगळ्या कलाप्रकारांची ओळख करून घेणे व त्यांच्या माध्यमातून नवनिर्मिती करणे.
४. कलेबद्दल व मानवी जीवनातील तिच्या स्थानाबद्दल विचार करणे.

थोडी गंमत करू

तुमच्या नावाचे पहिले अक्षर लिहा. त्या अक्षरातून एखादा प्राणी, पक्षी, आकार किंवा वस्तू तुम्हांला काढता येईल का? किंवा त्या अक्षरात नक्षी भरता येईल का? नमुन्यादाखल खालील चित्रे पाहा.

विद्यार्थ्यांना हव्या त्या अक्षराने सुरू करू द्यावे. कल्पनांना प्रोत्साहन द्यावे.

मागील वर्षी आपण दृश्य कलांबद्दल थोडी माहिती घेतली. या वर्षी आपण दृश्य कलांचे महत्त्व, त्यातील विविध प्रवाह आणि त्यातील करिअरच्या शक्यतांबद्दल माहिती घेऊ.

कलेचे महत्त्व

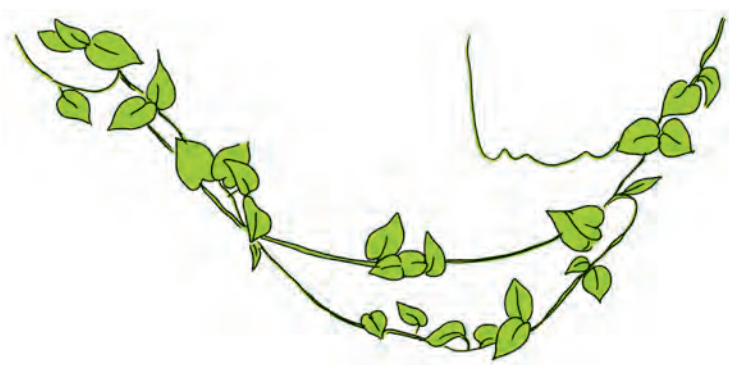
"तुमच्याकडे दोन रुपये असतील तर एकाने अन्न विकत घ्या व दुसरा कलेवर खर्च करा. अन्न तुम्हांला जगवू शकते पण का जगायचे हे कलाच शिकवू शकते." या सुविचारातून कलेचे मानवी जीवनात असणारे अनन्यसाधारण महत्त्व अधोरेखित होते.

कला, आपल्या जीवनाला अनेक पातळ्यांवर समृद्ध करते.

- ज्या भावना, जे विचार शब्दांत सांगता येत नाहीत, मांडता येत नाहीत, ते अनेकदा कलेतून मांडणे, व्यक्त करणे जास्त सहज व परिणामकारक होते.

- कलेच्या माध्यमातून आपण सुंदर वस्तू (उदा. शोभेच्या वस्तू, फुलदाणी), सुंदर कलाकृती (चित्र, शिल्प), सुंदर अनुभव (उदा. चित्रपट) निर्माण करू शकतो ज्याने आपले जीवन जास्त आनंदी होते, समृद्ध होते.

- एखादा सामाजिक संदेश देण्यासाठी दृश्य कलेचा अतिशय प्रभावी वापर करता येतो. उदा. नुसत्या भाषणांपेक्षा एखादा संवेदनशील चित्रपट किंवा फोटो हा लोकांच्या मनाला लगेच आकर्षित करतो.
- लोकांना प्रेरित करण्यासाठीदेखील दृश्य कलेचा फार प्रभावी उपयोग करता येतो. थोर पुरुषांवरील, धाडसी कार्यावरील चित्रपट, शिल्प, चित्र लोकांना पूर्वीपासून प्रेरणा देत आले आहेत.
- जुन्या काळातील कलाकृतींचा अभ्यास केल्यास आपल्याला त्याकाळचे समाज जीवन समजून घेण्यात मदत होते. आपल्याकडील पुरातन वास्तूंवरील चित्र, शिल्प, उत्खननात सापडलेली भांडी, खेळणी, शिलालेख इत्यादी गोष्टी या जुन्या काळाची एका प्रकारे साक्षच देतात.
- कलेच्या माध्यमातून लोक एकत्र येतात व परस्परांबद्दलचा आदर वाढतो. जेव्हा आपण इतर प्रांतातील, देशांतील कला पाहतो, ऐकतो, तेव्हा त्यांच्या संस्कृतीबद्दल, लोकांबद्दल आपल्या मनात आदर, प्रेम, सहभावना निर्माण होते. जेव्हा आपण इतर देशांतील चित्र, शिल्प, संगीत, खाद्य पदार्थांचा अनुभव घेतो तेव्हा आपण त्यांच्याशी एका प्रकारे नाते निर्माण करतो.
- कलेचा आस्वाद घेण्याची वृत्ती असणाऱ्यांच्या मनात नकळतपणे जगण्यातील सौंदर्य शोधण्याची वृत्ती निर्माण होते. कलेचा आदर करणारे लोक हे जास्त शांतीप्रिय, अहिंसक आणि जास्त जुळवून घेणारे असण्याची शक्यता असते.
- असे म्हटले जाते की जगातील सर्वोत्तम कला ही निसर्गात दिसून येते. निसर्गात अस्तित्वात असणारे रंग, आकार, नक्षी, आवाज मानवाला प्रेरणा देत आले आहेत व मानवी कलाकृतींमध्ये कित्येकदा त्यांची झलक पाहायला मिळते. थोडक्यात कलेशी जोडून घेणे हे एक प्रकारे निसर्गाशी जोडून घेणेच आहे.



- जेव्हा आपण एखादी कलाकृती निर्माण करतो किंवा एखाद्या कलाकृतीचा आस्वाद घेतो, तेव्हा आपल्याला काय आवडते आणि काय आवडत नाही हे आपल्याला नकळतपणे उलगडत जाते. म्हणजेच कलेमार्फत आपण स्वत:लाही अधिक चांगल्या प्रकारे समजून घेऊ शकतो.

- कलेचे मानवी जीवनात इतके अनन्यसाधारण महत्त्व आहे की कलेशिवाय मानवी जीवन हे एका प्रकारे प्राण्यांच्या आयुष्यासारखेच ठरेल. परिपूर्ण, समृद्ध मानवी जीवन जगण्यासाठी कोणत्यातरी कलेशी जोडून घेणे हे केव्हाही उपयुक्त आहे.

थोडे आठवून पहा !

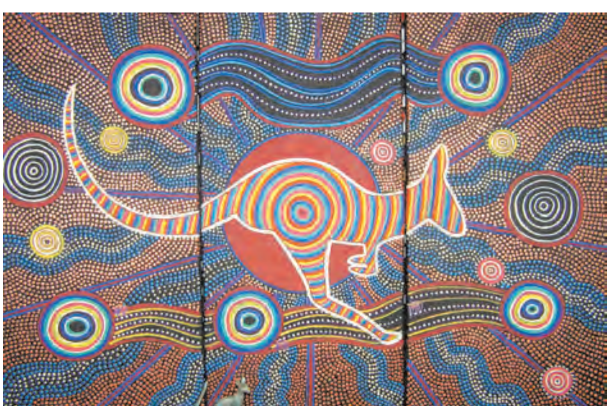
तुम्हांला कधी एखाद्या कलाकृतीने स्फूर्ती दिली आहे का? गाणी, शिल्प, कथा, कविता, चित्रपट, नृत्य, नाटक इत्यादींचा विचार करा. असल्यास त्याबद्दल थोडक्यात तुमच्या वहीत लिहा.

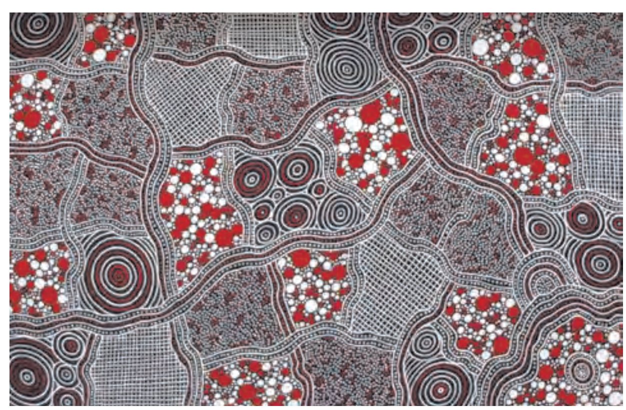
काही वेगळ्या दृश्य कला

मागील वर्षी आपण प्रचलित कलाप्रकारांबद्दल माहिती घेतली. यावर्षी आपण काही वेगळ्या दृश्यकला प्रकारांबद्दल माहिती घेऊया.

आदिवासी कला

आदिवासी जनसमुदाय हे भारताप्रमाणेच इतरही देशांत पहायला मिळतात. आदिवासी चित्रांमध्ये बहुतांशवेळा निसर्गातील घटकांचे चित्रण केलेले दिसते. सोपे सरळ आकार वापरूनही अतिशय सुंदर अशी चित्रे निर्माण करणे हे आदिवासी कलेचे वैशिष्ट्य आहे. ऑस्ट्रेलिया खंडातील आदिवासी समाजाची चित्रकलाही महाराष्ट्रातील वारली चित्रकलेप्रमाणे काही ठरावीक आकार वापरून केलेली दिसून येते.





ऑस्ट्रेलियातील आदिवासी चित्रे

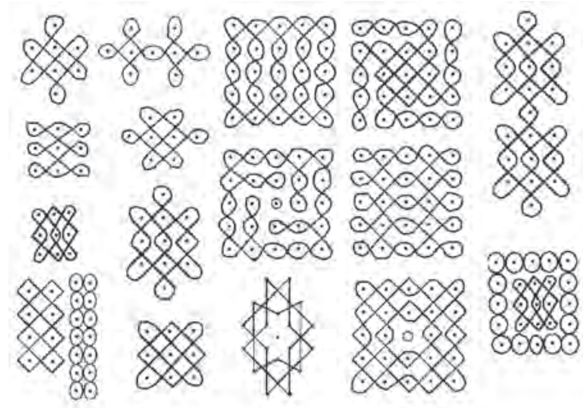
ऑस्ट्रेलियातील आदिवासी चित्रे ही मुख्यत्वे टिंबांचा वापर करून तयार केलेली असतात. ही टिंबे आकाराने लहान किंवा मोठी असू शकतात. टिंबांचा वापर करून इतर विविध आकार तयार केलेले आपल्याला दिसतात. काड्यांच्या साहाय्याने ही टिंबे मांडली जातात.

शोधा पाहू

तुमच्या भागात अशीच एखादी आदिवासी किंवा लोककला प्रसिद्ध आहे का? तिचा शोध घ्या. ती निर्माण करणाऱ्या व जोपासणाऱ्या कलाकारांशी बोला. त्याचे तंत्र समजून घ्या. वहीत लिहा.

कोळम रांगोळी कला

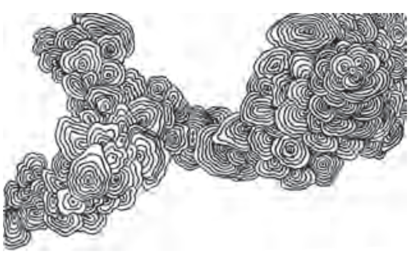
आपल्या नेहमीच्या रांगोळीपेक्षा ही कोळम रांगोळी कला वेगळी असते. कितीही समांतर ठिपक्यांची एक रचना काढून त्याच्या अवतीभवती वक्राकार किंवा सरळ रेषांनी नक्षी काढत जाऊन सर्व ठिपक्यांभोवती नक्षी काढल्यावर थांबणे अशी या रांगोळीची पद्धत असते. यातून वेगवेगळ्या प्रकारांची रांगोळी काढता येते. ही रांगोळी पूर्वी तांदळाच्या पिठात पाणी घालून काढली जायची.

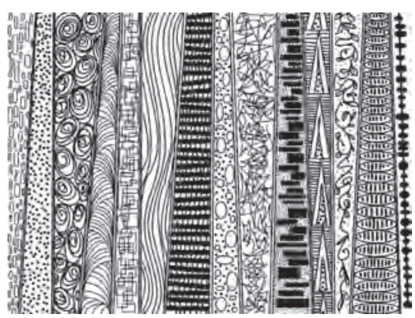


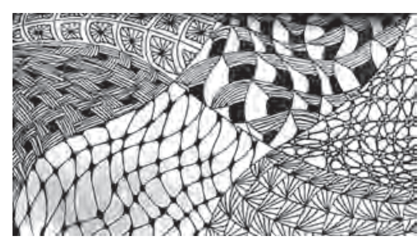
करून पहा

दोन-दोनचे गट करा. एका विद्यार्थ्याने दुसऱ्याला ठरावीक ठिपक्यांची एक रचना काढून द्यावी. दुसऱ्याने त्या रचनेभोवती नक्षी निर्माण करावी, जेणेकरून ती सुंदर दिसेल व सर्व ठिपक्यांचा वापर होईल. मग दुसऱ्याने रचना करावी व पहिल्याने नक्षी काढावी. हा उपक्रम वहीत पेनानेदेखील करता येईल.

रेखाटन (डूडल)





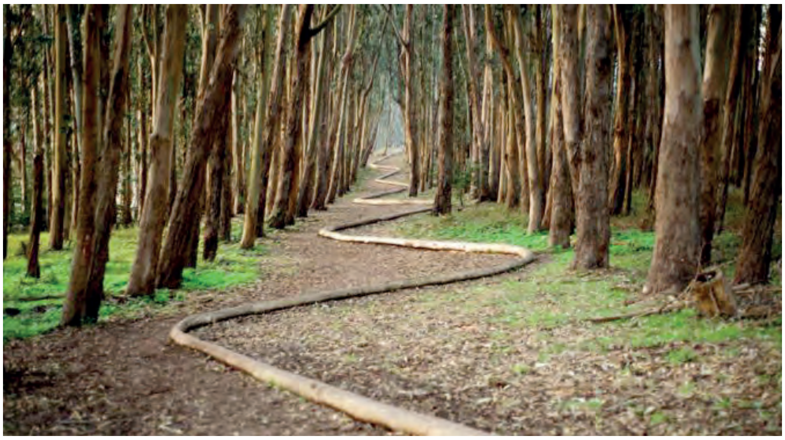


डूडल म्हणजे हातात असलेल्या पेन, पेन्सिल, स्केचपेन इत्यादी माध्यमांचा वापर करून कोणत्याही कागदावर उत्स्फूर्तपणे, काहीही न ठरवता, येईल तो आकार घेत काढलेले रेखाटन. हे वहीच्या कोपऱ्यात, मागच्या पानावर, पुस्तकातील चित्रांवर, वर्तमानपत्रातील मजकुरावर किंवा स्वच्छ कोऱ्या कागदावरही असू शकते. तुम्ही केव्हा ना केव्हा तरी असे रेखाटन नक्की केले असेल. असे करताना मनावरचा ताण खूप हलका होतो हे माहीत आहे का तुम्हांला? बघा बरं करून.

प्रत्येकाची डूडल काढण्याची पद्धत वेगळी असते. कोणी स्वतःचं खास शैलीदार चित्र काढेल तर कोणी कशाची तरी कॉपी करेल.

उभारणी (इंस्टॉलेशन)

उभारणीशिल्प या कलाप्रकारामध्ये उपलब्ध असणारी त्रिमितीय जागा वापरून हव्या त्या वस्तूंचा वापर करून रचना तयार केलेली असते. काही कलाकार कायम स्वरूपी उभारणीशिल्प करतात तर काही टिकू शकणार नाहीत अशा माध्यमांपासून उभारणी करतात. अँडी गोल्डसवर्दी या ब्रिटिश उभारणी शिल्पकाराने या कलाप्रकारात



अतिशय उत्तम काम केलेले आहे. त्यांची बहुतांश उभारणी शिल्प ही निसर्गात जाऊन तेथील उपलब्ध सामग्री वापरून केलेली दिसतात. काही वेळा शिल्पे उभारत असतानाच ते कोसळून पडते देखील. परंतु कलेच्या प्रक्रियेवर दृढ विश्वास असणाऱ्या या शिल्पकाराला असे वाटते की, 'कोसळणे म्हणजेच तोल साधणे.' (Collapsing is balance).

दृश्य कलेतील काही निवडक प्रवाह

कलेसाठीची प्रेरणा माणूस निसर्गातून तसेच त्याच्या दैनंदिन जीवनातून घेत असतो. म्हणूनच त्याच्या आजूबाजूच्या राजकीय, सामाजिक वातावरणाचे, घटनांचे पडसाद त्याच्या कलेवर पडलेले दिसतात. यातूनच प्रत्येक कलेत निरनिराळे विचार पुढे येतात, प्रयोग करून पाहिले जातात. निरनिराळी शैली, अभिव्यक्तीची पद्धत, कलेबद्दलचे नवे तत्त्वज्ञान निर्माण होत जाते. यालाच कलेतील प्रवाह असे म्हणतात. दृश्य कलेतील अशा काही निवडक प्रवाहांबद्दल आपण माहिती घेऊया. याव्यतिरिक्त इतर अनेक प्रवाहांची माहिती इंटरनेटवर उपलब्ध आहे.

विद्यार्थ्यांना प्रथम प्रत्येक शैलीचे चित्र नीट बघून त्यांची त्याबद्दलची निरीक्षणे नोंदवण्यास सांगावी.

त्यानंतर त्यांना प्रत्येक प्रवाहाबद्दल माहिती द्यावी.

इम्प्रेशनिझम (प्रभाववाद)

मोने (Monet) – ५५.३ सेमी × ६४.७ सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र

वॅन गॉ (Van Gogh) – ७४ सेमी × ९४ सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र

या शैलीचा उदय फ्रान्समध्ये १९व्या शतकाच्या उत्तरार्धात आणि २०व्या शतकाच्या सुरुवातीला झाला. त्या आधीच्या चित्रांमध्ये ऐतिहासिक, धार्मिक विषय, निसर्गचित्र किंवा व्यक्तिचित्रे रेखाटली जात असत. मात्र त्यात आजूबाजूच्या परिस्थितीचा किंवा समाजजीवनाचा अंतर्भाव नसे. तसेच ही चित्रे पूर्णपणे चार भिंतीत राहून काढली जात. मात्र १९व्या शतकाच्या मध्यात इम्प्रेशनिझम शैलीचा उदय झाल्यानंतर भोवतालच्या प्रसंगांचे लक्षपूर्वक निरीक्षण करून त्या गोष्टींचे, प्रसंगांचे वास्तववादी चित्रण कलाकारांकडून रेखाटले जाऊ लागले. तसेच चार भिंतीबाहेर जाऊन, निसर्गात बसून रेखाटण्याचे प्रमाण वाढले. यामुळे, पडणाऱ्या प्रकाशाचे नेमके चित्रण करता येणे शक्य झाले. या शैलीचा विचार करताना छोट्याछोट्या बिंदूंचा आणि रेषांचा वापर करून मूळ रंग एकापुढे एक मांडला जातो. जेव्हा प्रेक्षक एका विशिष्ट अंतरावरून ते चित्र पाहतो तेव्हा ते रंग एकमेकांमध्ये मिसळल्यासारखे वाटतात. या शैलीचा एक महत्त्वाचा पैलू म्हणजे चित्रातील आकृतीबंधाच्या पृष्ठभागावर द्रुतगतीने हलणारा प्रकाश आणि वातावरणातील बदलत्या परिस्थितीचे चित्रण. तसेच समकालीन जीवनाचा वेध घेणारी आणि प्रकाशाच्या असंख्य छाया दर्शवणारी ही चित्रे असतात. या शैलीत चित्र काढणारे काही प्रमुख चित्रकार म्हणजे मोने आणि वॅन्न गॉ (Van Gogh) हे आहेत.

क्युबिझम (घनवाद)

पौल सेझान (Paul Cezanne)
८१ सेमी × ६५ सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र

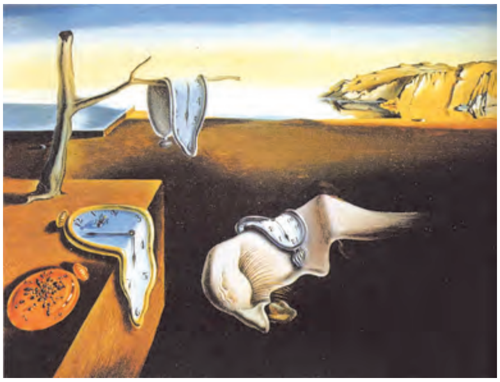
पाब्लो पिकासो (Pablo Picasso)
१२६ सेमी × ७३ सेमी × ४१ सेमी
रंगविलेल्या पत्र्याने तयार केलेले शिल्प

पाब्लो पिकासो (Pablo Picasso)
६० सेमी × ४९ सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र

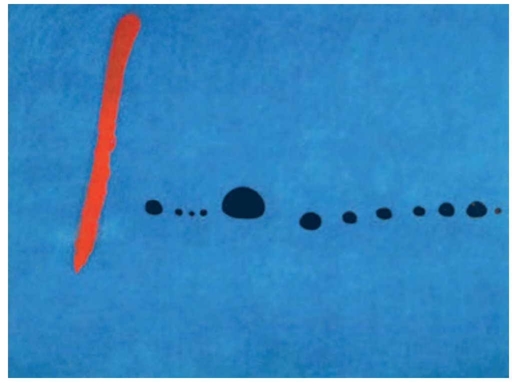
घनवादाच्या भरभराटीचा काळ साधारणतः १९०७ ते १९१४ असा मानला जातो. या शैलीचे प्रमुख केंद्र पॅरिस हे होते. क्युबिझमला २१व्या शतकातील सर्वात प्रभावी चित्र शैलींपैकी एक मानले जाते. या शैलीत ज्या गोष्टीचे चित्र काढायचे आहे त्याचे विश्लेषण करून त्याचे विविध भौमितिक आकारात तुकडे करून ते तुकडे पुन्हा जोडून एक पूर्ण आकृती निर्माण केली जाते. एखाद्या वस्तू, व्यक्तीचे चित्र हे एकाच दृष्टिकोनातून बघून न काढता विविध दृष्टिकोनांतून पाहून काढण्यावर या शैलीचा भर असतो. सृष्टीतले प्रत्यक्ष तरी त्रिमितीक आकार चित्रातल्या

सपाट प्रतलावर कसे परिवर्तित करायचे यासाठी प्रकाश आणि अंधाराच्या छटांचा उपयोग आकार अधोरेखित करण्यासाठी केला जातो. या शैलीचे प्रसिद्ध चित्रकार होते पाब्लो पिकासो (Pablo Picasso) आणि पौल सेझान (Paul Cezanne).

सर्रिअलिझम (अतिवास्तववाद)



सॅल्व्हेडॉर दाली (Salvador Dali)
२४ सेमी × ३३ सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र



जॉन मिरो (Joan Miro)
३५५ सेमी × २७० सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र

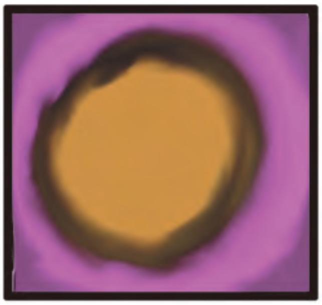
जॉन मिरो
(Joan Miro)
उंची १० मीटर पेक्षा जास्त

या प्रवाहाची सुरुवात १९२० च्या पूर्वार्धात झाली. दैनंदिन जीवनात आपण ज्या वस्तू, व्यक्ती, घटना बघतो, त्यांचे आपल्या अंतर्मनावर कळत नकळतपणे काही पडसाद उमटत असतात. आपल्या मनात त्या वस्तू, व्यक्ती, घटनांच्या वेगळ्याच प्रतिमा, कल्पना निर्माण होत असतात ज्या वास्तवापेक्षा वेगळ्या असतात असे या शैलीचे मूळ तत्वज्ञान आहे. या अंतर्मनातील प्रतिमा कागदावर मांडण्यासाठी मनाला मोकळे केले पाहिजे असे या शैलीच्या चित्रकारांचे मत आहे. या प्रकारच्या चित्रांमध्ये अनेकदा वास्तवातील घटना, प्रसंग भावना व्यक्त करण्यासाठी प्रतीके वापरली जातात. या शैलीतील मुख्य चित्रकार सॅल्व्हेडॉर दाली व जॉन मिरो आहेत.

ॲब्स्ट्रॅक्ट एक्स्प्रेशनिझम (अमूर्त अभिव्यक्तीवाद)

विल्लीयम डी कुनिंग (William De Kooning)
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र

रोथको (Rothko) २१२ सेमी × २३९ सेमी
कॅनव्हासवर काढलेले तैलचित्र



या प्रवाहाची सुरुवात १९४० च्या दशकात अमेरिकेतील न्यूयॉर्क या शहरात झाली. ही शैलीदेखील वर सांगितलेल्या अतिवास्तवादी शैलीच्या जवळ जाणारी आहे, एका अर्थाने अतिवास्तववादाने प्रेरित झालेली आहे. या शैलीत रंगांचा सढळ हाताने उपयोग केलेला दिसतो. या शैलीमध्ये दोन प्रकारच्या चित्रकारांचा समावेश होतो. एक म्हणजे आपल्या मनातील प्रतिमा कॅनव्हासवर विविध रंगांच्या ठळक फराट्याने चितारणारे. यात प्रामुख्याने विल्लीयम डी कुनिंग (William De Kooning) यांचे नाव घेतले जाते. तर दुसरे म्हणजे मार्क रोथको (Rothko) सारखे, जास्त सरल रेखाटने करणारे. त्यांच्या कॅनव्हासवर एकाप्रकारच्या रंगाने मोठे भाग रंगविणारे. या दुसऱ्या प्रकारचे चित्रकार हे जास्त धार्मिक, आध्यात्मिक प्रवृत्तीचे असल्यामुळे, आपल्या चित्रातून पाहणाऱ्याला चिंतन, मनन करण्याचा अनुभव मिळावा अशी त्यांची अपेक्षा असे.

थोडी गंमत करू

अभ्यासलेल्या सर्व शैलींमधील फरक व साम्य शोधा व ते वहीत लिहा. कोणतीही एक शैली निवडून त्यासारखे चित्र काढण्याचा प्रयत्न करा.

विविध शैलीतील आणखी काही चित्रे विद्यार्थ्यांना इंटरनेटवर दाखवावी. त्यांना विविध शैलींमधील फरक व साम्ये शोधण्यास प्रवृत्त करा. शैलीनुसार त्यांचे गट करून त्या शैलीत चित्र काढण्यासाठी मार्गदर्शन करावे.

विद्यार्थ्यांना प्रथम प्रत्येक कलाकाराच्या चित्रांचे निरीक्षण करू द्यावे. त्या चित्रकाराची काही एक विशिष्ट शैली त्यांना जाणवते का याबद्दल त्यांच्याशी चर्चा करावी. नंतर त्यांना दिलेली माहिती वाचायला सांगावी.

काही भारतीय कलाकार

चित्रकलेतील विविध प्रवाह व त्या निमित्ताने काही जागतिक कलाकारांची आपण ओळख करून घेतली. त्याचप्रमाणे काही प्रसिद्ध भारतीय कलाकारांचीदेखील ओळख करून घेऊया.

जमिनी रॉय (१८८७ – १९७२)

जमिनी रॉय हे पाश्चात्य शैली सोडून भारतीय परंपरा व लोकजीवन व आदिवासी जीवनशैलीपासून प्रेरणा घेऊन स्वत:ची शैली निर्माण करणाऱ्या प्रथम कलाकारांपैकी एक होते. त्यांचे शिक्षण पाश्चिमात्य चित्रशैलीत झाले होते. मात्र 'कालीघाट' या भारतीय चित्रशैलीने ते खूप प्रभावित झाले. मोठे बदामी डोळे, गोलसर चेहरे, वळणदार शरीर हे या शैलीचे वैशिष्ट्य आहे. सुरुवातीला कालीघाट शैलीत चित्र काढणाऱ्या रॉय यांनी नंतर स्वत:ची अशी खास शैली विकसित केली. युरोपीय रंगांचा त्याग करून हळूहळू ते माती, बिया, खडक, फुले, नीळ इत्यादींपासून बनवलेल्या नैसर्गिक रंगांकडे वळले. त्यांच्या चित्रांमध्ये प्रामुख्याने विशिष्ट प्रकारचा लाल, पिवळा, हिरवा, राखाडी, निळा व पांढरा रंग वापरल्याचे दिसून येते. त्यांच्या चित्रांमध्ये ग्रामीण लोकजीवनात

असणारा साधेपणा चितारण्याचा प्रयत्न दिसून येतो. तसेच कला ही जास्तीतजास्त लोकांपर्यंत पोहोचावी, त्यांना ती आपली वाटावी व भारतीय कलेची स्वत:ची एक ओळख निर्माण व्हावी असा त्यांचा विचार होता. त्यांना १९५५ मध्ये पद्मभूषण या सन्मानाने गौरवण्यात आले होते.

रामकिंकर बैज (१९०६ – १९८०)

मिल कॉल (मिल सुरू होण्याचा संकेत)

संथाल परिवार

दांडी यात्रा

बैज हे बंगालचे एक प्रसिद्ध शिल्पकार होते. त्यांच्या कलाकृती या बंगालमधील दलित व आदिवासी समाजाच्या जीवनशैलीतून प्रेरित झाल्याचे दिसते. त्यांना लहानपणापासूनच परिसरातील स्थानिक चित्रकार, मूर्तीकार यांच्या कामाचे निरीक्षण करून स्वत: लहान लहान कलाकृती निर्माण करण्याचा छंद होता. पुढील आयुष्यात त्यांनी निर्माण केलेली शिल्पे ही त्यांच्या विषयांमुळे व शैलीमुळे अत्यंत वेगळी व वैशिष्ट्यपूर्ण ठरली. त्या काळी निर्माण केली जाणारी शिल्पे ही मुख्यत्वे देवांची व राज्यकर्त्यांची असायची. मात्र १९३८ मध्ये त्यांनी संथाल (एक आदिवासी जमात) शेतकरी परिवाराचे शिल्प निर्माण करून या परंपरेपासून फारकत घेण्यास सुरुवात केली. कष्टकरी लोकांच्या आयुष्यातले सौंदर्य आपल्या शिल्पांतून दर्शवण्याचा त्यांचा प्रयत्न असे.

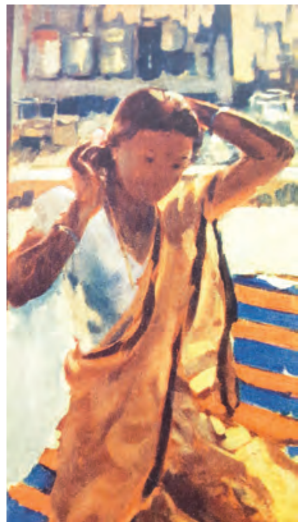
मिल कॉल हे १९५६ मध्ये शांतीनिकेतन येथे चितारलेले शिल्प अत्यंत महत्त्वाचे मानले जाते. मिल सुरू होण्याचा संकेत ऐकून लगबगीने चालणाऱ्या स्त्रिया व त्यांच्यामागून पळत येणारे मूल हे या शिल्पात दिसून येते.

स्त्रियांच्या चालण्याचा वेग, मुलाचे धावणे अत्यंत सुंदर पद्धतीने या शिल्पात दर्शवलेले दिसून येते. त्या लगबगीमध्ये उडणाऱ्या धुळीचेदेखील अस्तित्व शिल्पामध्ये आपल्याला जाणवते.

जांभा दगड व सिमेंट वापरून शिल्प निर्माण करायची त्यांची शैली असायची.

नारायण श्रीधर बेंद्रे (१९१० –१९९२)

काटा



प्रसाधन

निसर्गचित्र

नारायण श्रीधर बेंद्रे यांचा जन्म इंदोर येथे झाला. एक निसर्ग चित्रकार म्हणून त्यांनी खूप नाव कमावले. त्यांच्या चित्रातील रंगांचा वापर वैशिष्ट्यपूर्ण मानला जातो. त्यांना भारतभर व विविध देशांमध्ये फिरण्याची हौस असल्याकारणाने, त्यांच्या कलेमध्ये भारतीय व पाश्चिमात्य शैलींचा अनोखा मिलाफ दिसून येतो. त्यांच्या चित्रांमध्ये आपण या आधी पाहिलेल्या प्रभाववादी, घनवादी शैलीचा वापर केल्याचे दिसून येते. विविध माध्यमे व शैलींचा वापर करून चित्रकलेत अनेक प्रयोग त्यांनी केले. कुठल्याही एकाच प्रकारच्या शैलीला किंवा विषयाला चिकटून राहणे त्यांना मान्य नव्हते. रोजच्या आयुष्यातील घटनांपासून ते अमूर्त विषयांपर्यंत त्यांनी विविध चित्रे काढली. त्यांच्या चित्रांमध्ये बहुतांश वेळा एक शांत भाव दिसून येतो. १९९२ मध्ये त्यांना पद्‌मभूषण या पुरस्काराने गौरवण्यात आले.

दीनानाथ दामोदर दलाल (१९१६ – १९७१)

जनसामान्यांपासून ते जाणकारांपर्यंत लोकप्रिय असलेले आणि पुस्तकांची मुखपृष्ठे, कथाचित्रे, व्यंगचित्रे, दिनदर्शिका आणि दिवाळी अंकांमधील चित्रमालिकांच्या माध्यमातून दृश्यजाणीव समृद्‌ध करणारे चित्रकार म्हणून दीनानाथ दलाल सर्वांना परिचित आहेत. दीनानाथ दलालांचे बाजूला दिलेले चित्र आपल्या सर्वांच्या ओळखीचे आहेच.

बी. प्रभा (१९३३ -२००१)

बी. प्रभा यांनी सर. जे. जे. स्कूल ऑफ आर्ट मुंबई येथून कलेचे शिक्षण पूर्ण केले. बी. प्रभा यांनी आपले काम सुरू केले तेव्हा भारतात फारशा स्त्री चित्रकार कार्यरत नव्हत्या. त्यांच्यावर अमृता शेरगिल यांचा खूप प्रभाव होता. प्रभा यांच्या बहुतांश चित्रांमध्ये उदास ग्रामीण स्त्रियांच्या लांबुळक्या आकृती बघायला मिळतात. बहुतांश वेळा एका चित्रामध्ये एकच ठळक रंग वापरायची त्यांची शैली होती. मुख्यत्वे त्यांनी तैलचित्रे काढली. स्त्रियांची सामाजिक परिस्थिती, त्यांना करावे लागणारे कष्ट, सोसावा लागणारा त्रास, त्यांच्यातील हिंमत या सर्वांचे चित्रण त्यांच्या कलेमध्ये आपल्याला दिसून येते. स्त्रियांच्या दबलेल्या भावनांचे चित्रण त्या करीत असत. "मी आणखी एकही आनंदी स्त्री पाहिली नाही." असे त्या एकदा म्हणाल्या. प्रभा यांची चित्रे भारतभर व भारताबाहेरदेखील विविध प्रदर्शनांमध्ये प्रदर्शित केली गेली.

थोडा कल्पनेला वाव

खाली दिलेल्या चित्र प्रकारांत तीन नियम लक्षात ठेवा -

१. तुम्ही कृती करत असताना कृतीचा आनंद घ्या. चित्र सुंदर करणे हा हेतू यात नाही. याला प्रक्रिया चित्र (प्रोसेस आर्ट) म्हणतात. हे चित्र तुम्ही स्वतःच्या आनंदासाठी करत आहात, त्यामुळे कोणालाही दाखवलं नाही तरी चालेल.

२. फार विचार करत बसू नका. सहज जे जमेल ते होऊ द्या. (यात चूक काहीही असू शकत नाही.)

३. काहीही झाले तरी करत रहा, करून पाहायचे थांबू नका.

करून पहा

१. वस्तूंचे थर काढणे

सर्वांत खाली फरशी, त्यावर ठेवलेली चादर, त्यावर पुस्तक, त्यावर चहाचा कप, त्यावर आणखी एक पुस्तक, त्यावर कपड्याची घडी, त्यावर वर्तमानपत्र, त्यावर बादली, त्यावर ताट, त्यावर मांजर इ. असे हे थर वास्तववादी काढायचे (उदा. - कापड असेल तर ते खाली पडेल, कागद सरळ राहील इ.) की सरळ सरळ काढायचे हे तुम्ही ठरवा. तुम्हांला कागद चिकटवून कोलाज करावंसं वाटलं तरी चालेल.

प्रत्यक्षात ज्या वस्तू एकमेकांवर राहू शकणार नाहीत अशा चित्रात नक्कीच शक्य असतात.

२. पायाने चित्र काढणे

तुमची पेन्सिल किंवा पेन पायाच्या बोटांत धरून चित्र काढा. दोन्ही पायांच्या टाचेत पेन्सिल धरूनही काढून बघा. तसंच पेन्सिल तोंडात धरून चित्र काढून पहा.

३. कचऱ्यातून चित्र निर्मिती

टाकाऊ वाटेल अशा कुठल्याही वापरात नसलेल्या गोष्टींपासून एक चेहरा तयार करा. खरं तर जेव्हा तुम्हांला वेळ असेल, अभ्यासातून थोडी विश्रांती हवी असेल तेव्हा तुम्ही ही कृती करू शकता!

४. धुळीने चित्र काढणे

कागद ओला करा आणि तो धुळीवर, जळमटावर किंवा मातीवर टाका. किंचित दाब द्या आणि काय चित्र उमटते ते पहा. तुमच्याकडच्या पेन्सिल, पेन, रंग यांनी त्यात काही भर घालून काही वेगळं चित्र बनवता येते का पहा.

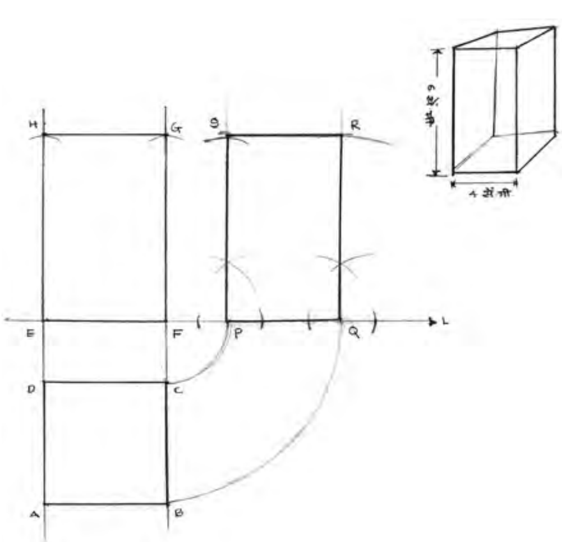
५. फक्त काळ्या रंगाने चित्र काढणे

काळ्या रंगाबद्दल लोकांच्या मनात अनेकदा काही पूर्वग्रह असतात. काळा रंग अनेक लोकांना नापसंत असतो. मात्र त्याचा योग्य वापर झाल्यास काळा रंग इतर रंगांइतकाच किंबहुना थोडा जास्तच सुंदर ठरू शकतो. तुमच्या कल्पनाशक्तीला जरा चालना द्या. फक्त काळा रंग व त्याच्या छटा वापरून तुम्ही चित्र काढू शकाल का?

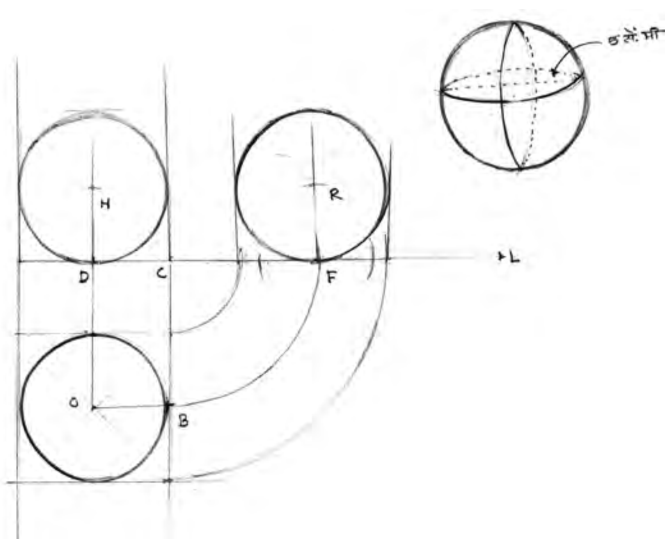
६. भौमितिक नक्षी – कर्तव्य भूमिती

गणिताच्या पाठ्यपुस्तकांचा आधार घेऊन भौमितिक रचना कशा निर्माण करता येतील तसेच विविध भौमितिक आकार आपल्या आजूबाजूला कोठे पहायला मिळतात याबद्दल चर्चा करावी.

चतुष्कोनाकृती घन

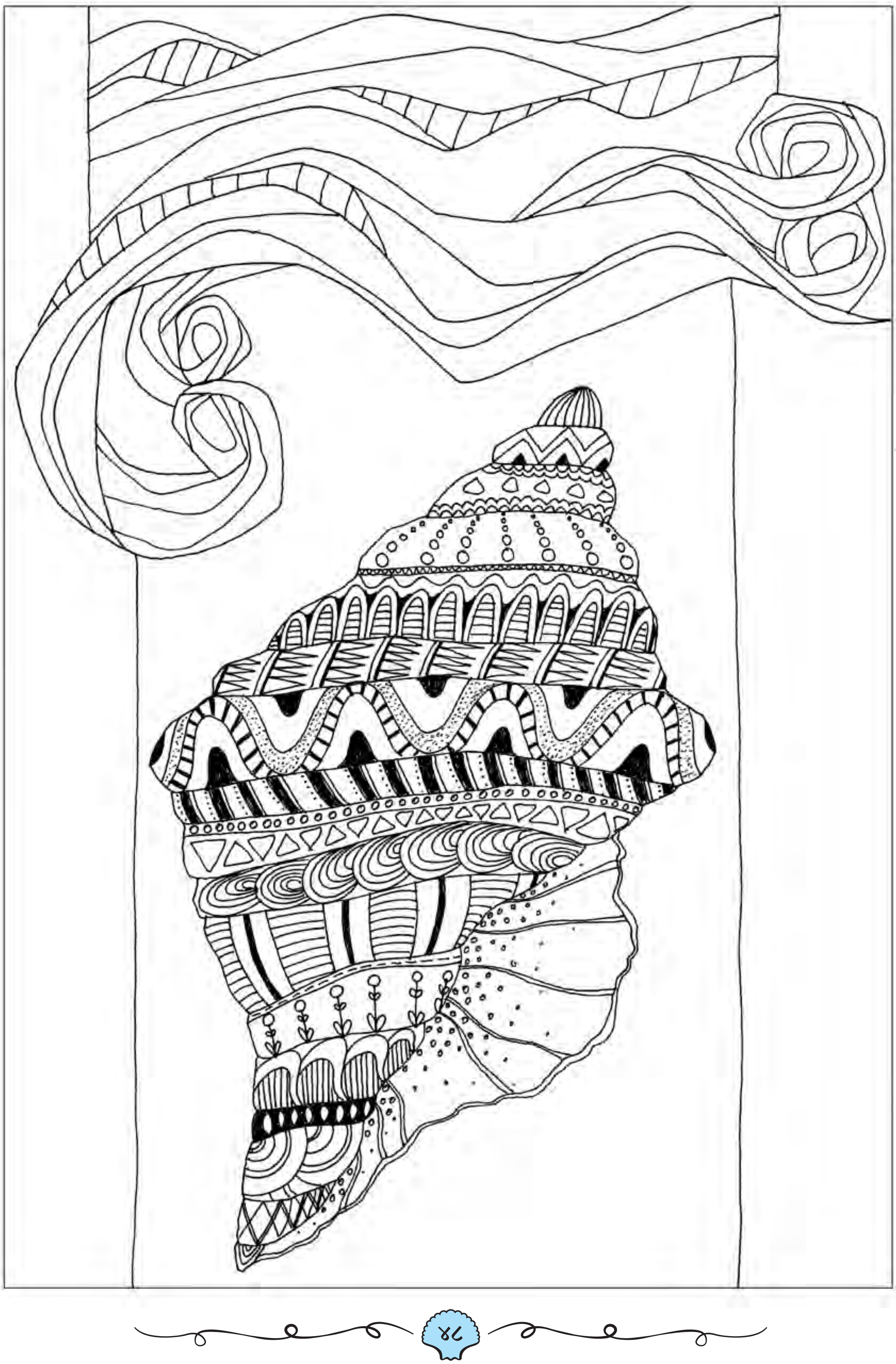


गोल



७. कलरिंग थेरपी

थेरपी म्हणजे उपचार पद्‌धती. कला ही एक प्रकारची उपचार पद्‌धतीदेखील असू शकते. कलरिंग थेरपीमध्ये डोळ्यांना आकर्षक वाटतील अशा काही साच्यांचा, नक्षींचा समावेश असतो. त्यांचे स्वरूप क्लिष्ट असते. अशा प्रकारचे बारीक काम रंगवायचे असते. मन त्यात गुंतल्यावर तणावाचा, वेदनेचा विसर पडतो अशी भूमिका असते. खाली दिलेले चित्र पहा. ते तुमच्या मनाने पूर्ण करून रंगवा.



क्षेत्रभेट

आपल्या परिसरात असलेल्या ऐतिहासिक वास्तूंमधून आपल्याला त्या काळच्या लोकांची जीवनशैली, संस्कृती व कलादृष्टी बघायला मिळते. यातूनदेखील आपल्या कला जाणीवा प्रगल्भ होतात. महाराष्ट्रात औरंगाबादपासून उत्तरेस सुमारे ६० मैलांवर अजंठा पर्वतश्रेणीत बौद्धधर्मीय गुहा कोरण्यात आल्या आहेत. कार्ले येथील बौद्ध गुहा त्यांच्या स्थापत्यासाठी प्रसिद्ध आहेत. तुमच्या परिसरातील अशाच एखाद्या प्राचीन वास्तूला भेट द्या व तुमची निरीक्षणे नोंदवा.

आपल्याला काय आवडते

कला ही अत्यंत वैयक्तिक अभिव्यक्ती असते. एका व्यक्तीला जे चांगले किंवा सुंदर वाटते ते दुसऱ्याला तसे वाटेलच असे नाही. म्हणून कलेचे चांगले/वाईट असे वर्गीकरण करणे योग्य ठरणार नाही. एखादी कलाकृती आपल्याला आवडली नाही तर ती सुंदर नाही असा त्याचा अर्थ होत नाही. आपल्याला ती आवडली नाही इतकेच म्हणणे योग्य ठरेल. जेव्हा आपण एखाद्या कलाकृतीकडे बघतो, तेव्हा ती चांगली किंवा वाईट असा तिच्यावर शिक्का मारणे टाळावे. आपल्याला तिच्यासंबधी आपले मत व्यक्त करायचे असल्यास ती आपल्याला आवडली किंवा नाही व का असेच फक्त सांगावे.

आपल्याला एखादी कलाकृती का आवडते किंवा का आवडत नाही हे सांगता येणेदेखील महत्वाचे आहे. एखाद्या कलाकृतीमध्ये आपल्याला नेमके काय आवडले, काय आवडले नाही हे शब्दांत मांडता येण्याने आपली कलेबद्दलची जाण वाढायला मदत होते. कलाकृतींमध्ये असलेली सौंदर्यस्थळे आपण पहायला शिकतो.

करून पहा

तुम्हांला आवडलेली वर्तमानपत्रांतील, मासिकांतील, पुस्तकांतील चित्रे पहा. त्यात तुम्हांला नक्की काय आवडते आहे हे शक्य तितक्या स्पष्टपणे तुमच्या वहीत लिहायचा प्रयत्न करा. किमान ५ चित्रांचे या प्रकारे विश्लेषण करा. तुम्ही खालील मुद्द्यांना धरून विचार करू शकता. त्यात आणखी भर घाला.

१. विषय	२. रंग-संगती
३. मांडणी	४. शैली
५. कल्पना	६. छायाप्रकाशाचा वापर इत्यादी

ERT4QN

दृश्य कला क्षेत्रातील करिअर

दृश्य कलांमध्ये करिअर करण्यासाठीच्या वाटा १० वी व १२ वी अशा दोन्ही टप्प्यांमधून निर्माण होतात.

१० वीनंतर फाऊंडेशन किंवा जी. डी. आर्ट अशा दोन अभ्यासक्रमांना प्रवेश घेता येतो. बरेच लोक फाऊंडेशन झाल्यानंतर आर्ट टीचर्स डिप्लोमा (कला शिक्षक पदविका) करणे पसंत करतात. तर जी. डी. आर्ट हा चार वर्षांचा अभ्यासक्रम असून त्यानंतर अप्लाईड आर्ट किंवा फाईन आर्ट यामध्ये पुढील शिक्षण घेता येते. १२ वीनंतर कला शिक्षणात डिप्लोमा करता येतो.

जागतिकीकरणाच्या या काळात, चित्रकला, शिल्पकला यांसोबत फॅशन, आर्किटेक्चर (स्थापत्यकला), ज्वेलरी डिझाईन, ॲनिमेशन, इंटिरियर डेकोरेशन, फोटोग्राफी इत्यादी शाखांमध्ये करिअर घडवण्यासाठी खूप वाव निर्माण झाला आहे.

याबद्दल अधिक माहिती www.mahacareermitra.in या संकेतस्थळावर उपलब्ध आहे.

दृश्य कलेबद्दलचे काही विचार

कलेचे मानवी आयुष्यातील महत्त्व यावर जितके बोलावे तितके कमी आहे. कलेबद्दल अनेक लोकांची अनेक मते, विचार आहेत. कलेबद्दल असलेल्या खालील सुविचारांचा तुम्ही कसा अर्थ लावता?

- “रोजच्या आयुष्यातील धूळ आपल्या मनावरून झटकून टाकणे हा कलेचा उद्देश आहे.”
- “चित्र हे शब्दांशिवाय केलेली कविता आहे.”
- “आयुष्य हा एक कॅनव्हास आहे आणि तुम्ही चित्रकार.”
- “कलेमध्ये आपण स्वत:ला सापडतो आणि त्याच वेळी स्वत:ला हरवून बसतो.”
- “प्रत्येक मुलात एक कलाकार असतो. प्रश्न तो कलाकार मोठेपणी कसा जिवंत राहील हा आहे.”

मूल्यमापन (भारांश २० %)

निकष	उत्तम (खूप चांगले)	योग्य (समाधानकारक)	अयोग्य (असमाधानकारक)	गुण
कलाविष्कारातील कल्पकता	पाठात दिलेले कलाविष्कार कल्पकतेने पूर्ण केले व सक्रिय सहभाग नोंदवला.	पाठात दिलेले कलाविष्कार कृती म्हणून पूर्ण केले.	काहीच कृतींमध्ये सहभाग नोंदवला. मात्र त्या कृतीही अर्धवट पूर्ण केल्या.	
चित्रांबाबत लिहिणे	निवडलेल्या ५ चित्रांचे दिलेल्या ६ मुद्द्यांच्या आधारे विश्लेषण करून स्पष्ट शब्दात लिहिले.	निवडलेल्या ५ चित्रांचे मोघमपणे विश्लेषण केले. त्यात दिलेल्या ६ मुद्द्यांचा समावेश काही प्रमाणात केला गेला.	चित्र निवड व विश्लेषण अर्धवट पूर्ण केले.	

पाचही जण गहन चर्चेत असलेले दिसतात.
रोज शाळेत येताना हरप्रीतला काही मुले रस्त्यात उभे राहून चिडवतात.
आणि मारियाला तिच्या घराजवळ राहणारा एक मुलगा रोज त्रास देतो.
पण हे सगळं त्या घरी किंवा शिक्षकांना का नाही सांगत?
त्यांना संकोच वाटत असेल कदाचित..
पण काहीतरी करायलाच पाहिजे! हे थांबायलाच पाहिजे!
मला माहिती आहे याबद्दल काय करता येते ते.. एक फोन केला पाहिजे!
कोणाला?
या इकडे सांगतो

४ मी आणि माध्यमे - २

आयुष्य जगण्यासाठी असते. लोकांना दाखवण्यासाठी नाही.

उद्दिष्टे :

१. विद्यार्थ्यांना समाजमाध्यमे म्हणजे काय ते स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
२. समाजमाध्यमांचा होणारा परिणाम स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
३. समाजमाध्यमांचा स्वत:च्या आयुष्यावर होणारा परिणाम ओळखता येणे
४. स्त्रियांप्रती निर्माण होणाऱ्या अनादराची कारणे व त्यावरचे उपाय स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
५. स्वत:चा किंवा इतरांचा छळ होत असल्यास मदत मागण्याचे पर्याय समजणे
६. भिन्नलिंगी व्यक्तीप्रतीच्या स्वत:च्या वागणुकीचे विश्लेषण करता येणे व त्यामध्ये बदल घडवून आणण्यासाठी नियोजन करता येणे.
७. निरोगी, निर्व्यसनी, शिक्षणावर लक्ष केंद्रित करणाऱ्या विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीची शक्यता ही व्यसनी किंवा माध्यमांच्या आहारी गेलेल्या व्यक्तींपेक्षा खूप जास्त असते या निष्कर्षापर्यंत पोहोचणे.

काही जाहिराती, सिनेमा व मालिकांमधील काही प्रसंगांमुळे बरेचदा आपल्या मनात स्त्रियांबद्दल अनादर, न्यूनत्वाची भावना निर्माण होते हे आपण पाहिलेच आहे. याच्याच काही वेगळ्या आयामांबद्दल आपण समजून घेऊया.

शोधा पाहू

खाद्यतेलाच्या, मसाल्याच्या, कपडे धुण्याच्या, साबणाच्या अशा जाहिराती ज्यात पुरुष स्वयंपाक करत आहेत किंवा कपडे धुवत आहेत.

- असे चित्रपट ज्यात नायिका नायकाचे प्राण वाचवते किंवा नायकाला हरवते.
- मुलांच्या संगोपनाच्या अशा जाहिराती ज्यात पुरुष जबाबदारी उचलत आहेत.
- जिथे जास्त वयाची नायिका व कमी वयाचे नायक असतात असे चित्रपट.
- ज्यात स्त्रिया कार, मोटरसायकल चालवत आहेत अशा जाहिराती.

• ज्यात काहीतरी वेगवान, धाडसी, चित्तथरारक करायचे आहे व ते स्त्री करत आहे अशा जाहिराती.

विद्यार्थ्यांना अशा जाहिराती शोधायला एक आठवड्याचा वेळ द्या.
त्यांना प्रत्येक गटातील किती जाहिराती, सिनेमे सापडले हे विचारा.
त्यांना शोधणे सोपे गेले की कठीण? का? यातून त्यांच्या काय लक्षात येते?
कार, मोटरसायकल चालवणे, वेगवान, चित्तथरारक काही करणे या सर्व गोष्टी स्त्रियांना जमणार नाही का?
स्वयंपाक करणे, मुले सांभाळणे, कपडे धुणे हे फक्त स्त्रियांचेच काम आहे का?

खालील गोष्टींमधून कोणता संदेश दिला जातो?

१. एखादा नायक एखाद्या नायिकेचा पाठलाग करतो, तिला त्रास देतो. त्याला शिक्षा होत नाही.

२. नायिका कोणाची याबद्दल नायक आणि व्हिलन आपापसात भांडतात.

विद्यार्थ्यांना विचार करायला मदत करा.
स्त्री प्रतिमा
प्रत्यक्ष आयुष्यात असे नसते ही जाणीव विद्यार्थ्यांमध्ये निर्माण करण्याचा प्रयत्न करा.
अशी आणखी वाक्ये, प्रसंग विद्यार्थ्यांना माहिती आहेत का हे विचारा.

इव्ह टीझिंग : मुलींना चिडवणे, छेडछाड करणे, सार्वजनिक ठिकाणी मुलींचा छळ करणे, जाणून-बुजून (जाणीवपूर्वक) त्रास देणे याला ‘इव्ह टीझींग’ म्हणतात. काही लोक रस्त्यावर, गर्दीत असे त्रासदायक वर्तन करतात. अश्लील शेरेबाजी करणे, स्पर्श करणे, टीका करणे, बळजबरी करणे, असभ्य (अंगविक्षेप) वर्तन; उत्तेजक खाणाखुणा करणे या सर्वांचा यात समावेश असतो.

करून पहा

५-६ मुलींचा व ५-६ मुलांचा असे दोन वेगळे गट करा. सार्वजनिक ठिकाणी छेडछाड होण्याच्या खाली दिलेल्या प्रसंगाचे नाट्यीकरण प्रत्येक गटाने वेगवेगळे करावे. नाटक झाल्यावर एकत्रितपणे चर्चा करा. मुलांची भूमिका मुलींनी तर मुलींची भूमिका मुलांनी करावी.

(मुलगी चालत येते. चार - पाच मुलांचा घोळका बसला आहे.)

मुलगा १ : (शिट्टी वाजवतो).

(मुलगी मान खाली घालून पुढे जाते).

दुसरा मुलगा : शुक शुक

(ती अजूनच पुढे जाऊ लागते).

तिसरा मुलगा : (कागदाचा बोळा फेकून मारतो).

(ती घाबरते आणि झप-झप पावले टाकून पुढे जाऊ लागते.)

ती पुढे गेल्यावर सगळे मित्र हसून एकमेकांना टाळ्या देतात.

नाटक झाल्यावर मुलांना विचारा की मुलींचे काम करताना त्यांना काय अनुभव आला? त्यांना तो अनुभव पुन्हा आवडेल का? मुलींना होणाऱ्या त्रासाबद्दल त्यांना काय जाणवले? मुलींना विचारा की मुलांचे काम करण्याचा त्यांचा अनुभव कसा होता? त्यांना मुलगा म्हणून जास्त सामर्थ्यवान वाटले का?

थोडा विचार करा

आपल्या मुलीला गैरवर्तनाला सामोरे जावे लागेल या भीतीने किती पालक त्यांच्या मुलींना बाहेर शिकायला पाठवत नाहीत, एकटे बाहेर जाऊ देत नाहीत, बाहेर नोकरी करू देत नाही. या मानसिकतेमुळे व त्यामुळे निर्माण होणाऱ्या असुरक्षिततेच्या भावनेमुळे मुलींच्या केवढ्या संधी हिरावून घेतल्या जातात. आपण प्रत्येकासाठी सुरक्षित वातावरण निर्माण करावे असे तुम्हांला वाटते का? त्यासाठी तुम्ही काय कराल?

वर्गातील वातावरण

१. वर्गातील वातावरण समानतेचे आहे का?
२. वर्गात अस्वस्थ वाटेल अशा प्रकारे चिडवणे, शेरे मारणे कोणाकडून होते का?

३. एकमेकांच्या अडचणी समजून घेऊन कोणाची गैरसोय होणार नाही याची काळजी घेतली जाते का?

४. वर्गामधील उपक्रमांमध्ये सहभाग घेण्याची समान संधी सर्वांना मिळते का?

५. कोणाहीबद्दल आक्षेपार्ह मजकूर लिहून ठेवणे किंवा अफवा पसरवणे होते का?

वरील प्रश्नांवर ५-१० मिनिटे विचार करा.

जबाबदार सामाजिक वर्तन

१. गैरवर्तन आणि अयोग्य व्यवहार करणाऱ्यांपासून एकमेकांचे संरक्षण

अनुचित किंवा अयोग्य कृत्यापासून सावध रहा. कोणी तुमच्याशी गैरवर्तन करण्याचा प्रयत्न करीत असेल तर त्या व्यक्तीला ठामपणे 'नाही' म्हणा. तुमचा ज्यांच्यावर विश्वास आहे त्यांना यासंबंधी सांगा. तुमच्या ओळखीच्या मुला-मुलींशी कोणी असे गैरकृत्य करताना आढळल्यास त्यांना प्रतिबंध करा. तसेच यासंबंधी तुमच्या विश्वासातील प्रौढास सांगा. गैरफायदा घेणाऱ्यांना किंवा अनुचित वर्तन करणाऱ्यांना कधीही सहन करू नका.

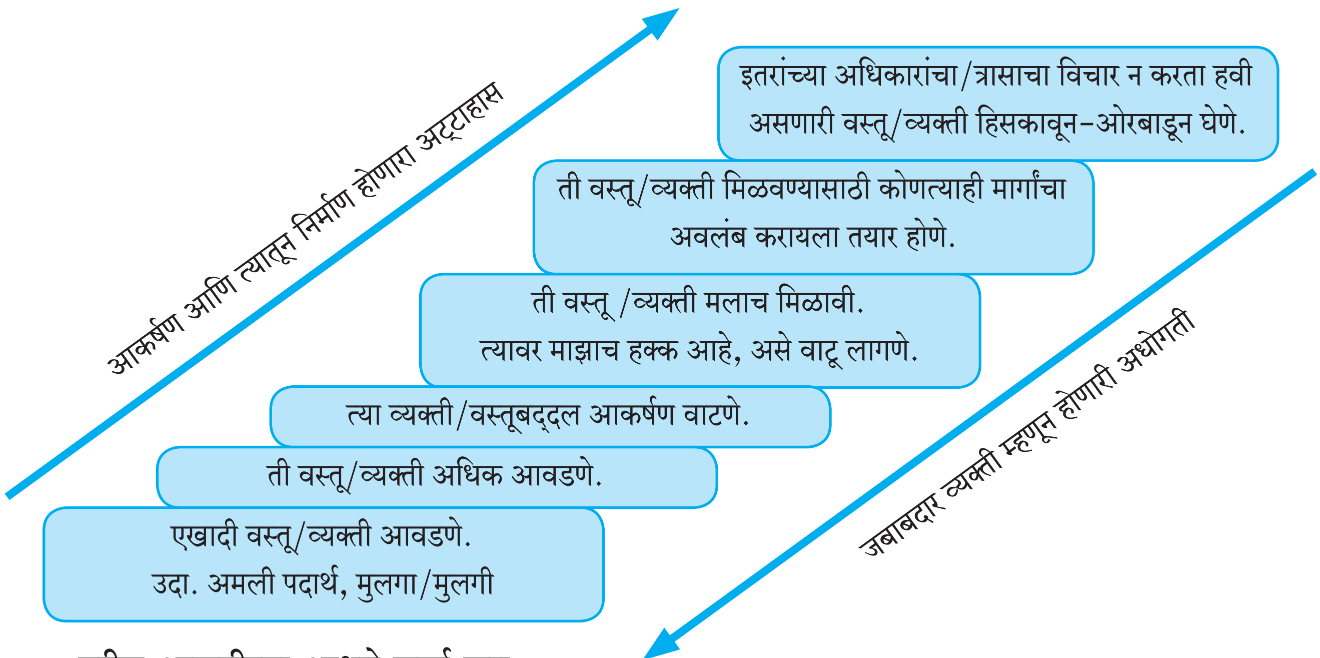
२. तुमच्या सभोवती असणाऱ्या व्यक्तींचा आदर.

आपण अनेक व्यक्तींना आवडतो पण त्या सर्व आपल्याला आवडतातच असे नाही. त्याचप्रमाणे आपल्यालाही अनेक व्यक्ती आवडतात पण त्या सर्वांना आपण आवडूच असे नाही. हे लक्षात आले की एकमेकांच्या मतांचा आदर करणे जमू शकेल. ज्याप्रमाणे तुमच्या काही आवडीनिवडी असतात, तसेच प्रत्येक व्यक्तीला काही गोष्टी जास्त आवडतात आणि काही आवडत नाहीत.

तुम्ही इतरांच्या आवडीचा आदर करायला शिका. आपल्या मर्यादा ओळखून वागा. गर्दीचा फायदा घेऊन धक्काबुक्की करणे, असभ्यपणे स्पर्श करणे, शिटी वाजवणे, अश्लील भाषेत चिठ्ठी/पत्रलेखन, असभ्य खाणाखुणा करणे, भिंतीवर एखाद्याबद्दल अवमानकारक विधाने/वाक्ये लिहिणे या सर्व प्रकारचे वर्तन निषिद्ध आहे. ते टाळावेच. दुसऱ्यांनाही असे वर्तन करू देऊ नये.

लक्षात ठेवा

सर्व सजीवांना जिवंत राहण्यासाठी काही ना काही गोष्टींची गरज असते. जसे झाडांना योग्य मातीची, पाण्याची, काही वेळा खतांची गरज असते. प्राण्यांना व मनुष्यालादेखील अशाच गरजा असतात. परंतु प्राणी आणि माणूस यांच्यामध्ये महत्त्वाचा फरक असा की माणूस आपल्या जगण्यासाठी आवश्यक असलेल्या गोष्टींबाबत नियम पाळतो. जसे, तहान लागली तर स्वच्छ पाणी मिळवण्याचा प्रयत्न करतो, भूक लागल्यावर खराब झालेले अन्न खात नाही. गरज पडल्यास स्वतःवर नियंत्रण ठेवतो, धीर धरतो. आपल्याला जगताना अगदी अत्यावश्यक गरजांबाबत काही नियम पाळणे हे जबाबदार माणूस असण्याचे लक्षण आहे.



वरील आकृतीच्या आधारे चर्चा करा.

समजून घ्या

आपल्याला हवी असणारी वस्तू अथवा व्यक्ती मिळवण्याचे आकर्षण आणि त्यातून निर्माण होणाऱ्या अट्टाहासापोटी आपण, वरील एक एक पायरी चढत जातो. मात्र त्याच वेळी एक जबाबदार नागरिक म्हणून आपण पायऱ्या उतरत अधोगतीच्या दिशेने जातो.

३. विश्वसनीय माहिती मिळवा

शरीरशास्त्र आणि शरीर विज्ञानशास्त्र अशांसारख्या विषयातून आपल्याला आपल्या शरीरातील यंत्रणा कशा चालतात? पोषणमूल्ये म्हणजे काय? जीवनसत्त्वे म्हणजे काय? याविषयी माहिती मिळते. परंतु त्या माहितीचे योग्य उपयोजन केल्याशिवाय आपण निरोगी/सुदृढ राहू शकत नाही. उदा. जीवनसत्त्वांविषयी माहिती आहे परंतु त्यांचा समावेश असलेले अन्न खाल्ले नाही तर त्याचा फायदा शरीराला होणार नाही. तसेच आपल्याला यासंदर्भात चुकीची किंवा अर्धवट माहिती मिळाली तर आपल्याला भीती, अस्वस्थता वाटू शकते. उदा. कुष्ठरोग झालेल्या व्यक्तीच्या जवळ बसल्यास आपल्याला कुष्ठरोग होऊ शकतो किंवा काही वेळेला चुकीच्या माहितीने उत्सुकता किंवा पराकोटीचे कुतूहल निर्माण होऊ शकते व ते शमवण्यासाठी परिणामांचा विचार न करता कृती घडण्याची शक्यता असते. जसे की, अमुक एक 'अ' औषध खाल्ल्यास दोन दिवसात पाच किलो वजन कमी होते.

तुमच्याबाबतीत किंवा तुमच्या ओळखीच्या कोणाच्याबाबतीत अत्याचार, कौटुंबिक जुलूम, जबरदस्ती, यांसारखे काही गंभीर कृत्य घडत असल्यास शांत बसू नका. लगेच १०९८ या नंबरला फोन करा. हा नंबर बालक आणि किशोरांसाठीच्या मदतकेंद्राचा नंबर आहे.

आपत्तीग्रस्त महिलांसाठी मदतकेंद्राचा दूरध्वनी क्रमांक १०१०/१०९१ हा आहे.

४. कायद्याचा आधार

कोणत्याही इलेक्ट्रॉनिक व संगणकीय माध्यमांद्वारे उदा. मोबाईल, संगणक, पेन ड्राइव्ह, कॅमेरा इत्यादींमार्फत केलेल्या गुन्ह्याला सायबर क्राईम असे संबोधले जाते. एखाद्या व्यक्ती किंवा संस्थेबद्दल अश्लील व आक्षेपार्ह मजकूर प्रसारित करणे, वैयक्तिक संवेदनशील माहितीची चोरी व गैरवापर करणे, गैरवर्तन किंवा मजकूर प्रसारित करणे हा सायबर कायद्यांतर्गत गुन्हा असून त्याबद्दल तुरुंगवास व दंड दोन्ही होऊ शकतो.

विद्यार्थ्यांच्या मदतीसाठी त्यांना जबाबदार व्यक्तींचे दूरध्वनी क्रमांक द्यावेत.

योग्य/अयोग्य

खालील किशोरवयीन विद्यार्थी जबाबदारीने वागतात असे तुम्हांला वाटते का?

१. तुमच्या मित्राला एक मुलगी आवडते. ती शिकवणीला जाताना तो मुलगा तिचा पाठलाग करतो. तिने प्रतिकार केला, आता तो तिची बदनामी करण्याचा धाक दाखवतो.

२. तुमच्या काही मित्रांना गर्दीत मुलींना धक्काबुक्की करणे, अश्लील हेतूने स्पर्श करणे आवडते.

३. वर्गातील एखाद्या मुलाबद्दल किंवा मुलीबद्दल बदनामी करणारी किंवा त्यांना अपमानित करणारी विधाने फळ्यावर लिहिणे.

४. इतर मुलांचे/मुलींचे फोटो त्यांच्या परवानगीशिवाय गुपचूप काढणे.

५. शाळा सुटल्यावर तुमच्या मित्रांनी इतर मुला-मुलींबद्दल शेरेबाजी करणे.

दिलेल्या विधानांवर चर्चा करा व काय योग्य, काय अयोग्य आणि का याचे स्पष्टीकरण करण्यास सांगा .

अशा प्रसंगी तुम्ही काय करणार? विचार करा

- तुमच्या मित्र किंवा मैत्रिणीला शाळेतून घरी जाताना काही मुले चिडवतात, त्रास देतात.
- तुमच्या मित्राने/मैत्रिणीने खूप विश्वासाने तुम्हांला सांगितले की 'तो' विशिष्ट माणूस आसपास असताना त्याला/ तिला खूप अस्वस्थ वाटते, दडपण येते.
- तुमच्या मित्राला गुटखा खायची सवय लागली आहे. तो गुटख्याच्या आहारी जात आहे.
- तुमचा मित्र मुलींशी/स्त्रियांशी खूप अनादराने वागतो. त्याचा हा विचार व वर्तन तुम्हांला बदलायचे आहे.

मुलांचे चार किंवा पाच गट करा. शेजारील एक-एक उदाहरण एकेका गटाला द्या. ही समस्या तुमच्या मित्राच्याबाबतीत असेल तर तुम्ही त्याला कसे समजवाल? १० मिनिटे चर्चा करा. वर्गासमोर सादरीकरण करा. वहीत लिहा.

समाजमाध्यमे

ज्या माध्यमांचा उपयोग समाजातील विविध गटातील लोक प्रामुख्याने एकमेकांशी जोडून राहण्यासाठी, संवाद साधण्यासाठी, एकमेकांच्या आयुष्यातील घटना, प्रसंग एकमेकांना सांगण्यासाठी वापरतात त्यांना समाजमाध्यमे असे म्हणतात. WhatsApp, Facebook, Twitter इत्यादी सध्याच्या काळात वापरली जाणारी काही समाजमाध्यमे आहेत.

माहिती प्रसारणाची माध्यमे व समाजमाध्यमे यांमधील फरक

माहिती प्रसारणाची माध्यमे व WhatsApp, Facebook सारखी समाजमाध्यमे यांमध्ये तुम्हांला काय फरक जाणवतो? खाली तुमच्या विचारार्थ काही मुद्दे दिले आहेत -

१. खर्चिक/ कमी खर्चिक

२. अनेक लोकांपर्यंत पोहोचणे/ न पोहोचणे

३. नियम, नियंत्रण व उत्तरदायित्व

४. वापरण्यास सोपे/ अवघड

५. प्रभावी/ निष्प्रभ

समाजमाध्यमांवरून मिळणारी माहिती

खालील संदेश WhatsApp वर खूप फिरत होते.

"UNESCO ने भारताचे राष्ट्रगीत सर्वोत्तम असे जाहीर केले."

शक्य असल्यास विद्यार्थ्यांना या संदेशाबद्दल माहिती शोधण्यास सांगून त्यांची सत्य असत्यता तपासायला सांगा.

१. तुमचे आईवडील, मित्रमैत्रिणी WhatsApp वरील माहिती तपासून पाहातात का?

२. समजा काही असत्य माहिती पसरवण्यात आली तर त्याचे परिणाम काय होतील? चर्चा करा.

समजून घ्या

खोटी माहिती पसरवण्याचे परिणाम

समाजमाध्यमांवर कोणाचेच नियंत्रण नसल्यामुळे कोणी काहीही माहिती टाकली तरी कुणीच त्याबद्दल जबाबदार नसते. याचाच फायदा अनेकदा समाजकंटक करून घेतात. वेगवेगळ्या गटांबद्दल, लोकांमध्ये गैरसमज पसरवणे, स्वत:ची मते ही सत्य असल्याचे सांगून अफवा पसरवणे असे अनेक प्रकार घडतात. एक जबाबदार नागरिक म्हणून असे न करणे व अशी माहिती तुमच्यापर्यंत पोहोचली तर तिची व्यवस्थित शहानिशा करून तिची सत्यता पटल्यास मगच तिच्यावर विश्वास ठेवून ती पुढे पाठवणे किंवा न पाठवणे हे आपण कटाक्षाने पाळले पाहिजे.

कोणतीही माहिती मिळाल्यास ती तपासण्याची पद्धत –

१. इंटरनेटवर जाऊन ती माहिती कुठे दिसते का ते प्रथम तपासा.

२. ती माहिती दिसल्यास, ती कोणत्या अधिकृत वर्तमानपत्राच्या किंवा शासनाच्या वेबसाईटवर आहे का ते तपासा.

३. माहिती देणारी व्यक्ती अधिकृत आहे का? तिच्याकडे त्याबद्दल काही आकडेवारी आहे की फक्त मत व्यक्त करीत आहे ते तपासा व मगच त्यावर विश्वास ठेवा.

आपल्यावर होणारे परिणाम

तुम्हांला facebook, Twitter किंवा WhatsApp यांबद्दल काय माहिती आहे?

दिवसातून किती वेळ तुम्ही या सर्वांच्या वापरात घालवता?

तुम्हांला ही सर्व माध्यमे वापरण्यास आणखी वेळ मिळाला तर आवडेल का? का?

विद्यार्थ्यांचे गट करून त्यांना चर्चा करण्यास १० मिनिटे द्या. प्रत्येक गटाने त्यांची कारणे सांगावीत. कारणे वहीत लिहून घ्यावीत.

आपले ऐकले जात आहे असे वाटणे

समाजमाध्यमांमध्ये आपल्या कुठल्याही अभिव्यक्तीला प्रतिसाद मिळतो. त्यामुळे आपण अशा भ्रमात राहू शकतो की आपण व्यक्त केलेला प्रत्येक विचार लोक लक्षपूर्वक ऐकतात, काळजीपूर्वक समजून घेतात. वास्तवात मात्र आपण केलेल्या प्रत्येक कृतीची किंवा व्यक्त केलेल्या प्रत्येक विचाराची दखल घेतली जातेच असे नाही.

खरे आयुष्य आणि ऑनलाईन आयुष्य

समाजमाध्यमांवर प्रत्येक व्यक्ती आपल्या आयुष्यात घडणाऱ्या चांगल्याच गोष्टी लोकांपर्यंत पोहोचवण्याचा प्रयत्न करत असते. मात्र खऱ्या आयुष्यात सुखदु:ख दोन्ही असतात. इतरांनी पाठवलेली माहिती पाहून इतर सर्व आनंदात आहेत व आपल्या आयुष्यात असे काहीच घडत नाही असे वाटून अनेकांना नैराश्य येण्याची शक्यता असते.

परिपूर्णतेचा भ्रम

आपले दिसणे, आपले आयुष्य, आपले नातेसंबंध हे कायमच सर्वोत्तम, निर्दोष, परिपूर्ण, आदर्श असायलाच पाहिजेत अन्यथा ते कुचकामी आहेत असा समज समाजमाध्यमांतून निर्माण होतो. त्यामुळे छोट्या गोष्टी मोठ्या करून दाखवणे, नसलेल्या गोष्टींचा आभास निर्माण करणे आणि वैयक्तिक आयुष्य मात्र तसे नाही म्हणून न्यूनगंड बाळगणे असे अनेक वेळेला दिसून येते. वास्तवात मात्र आपले दिसणे, आपले आयुष्य, आपले नातेसंबंध अपरिपूर्ण असतात. ते उत्तम होण्यासाठी प्रयत्न करावे लागतात.

परिस्थितीचे आकलन होणे

एखाद्या परिस्थितीविषयी जाण निर्माण होण्यासाठी अनेक घटकांची गरज असते. शब्द, देहबोली, हावभाव, बोलण्याची पद्धत इत्यादी. एका संशोधनानुसार फक्त ७% संवाद हा शब्दांनी होतो. उरलेला ९३% टक्के संवाद हा देहबोली, हावभाव, आपला स्वर यांतून होतो. परिस्थितीचे आकलन झाल्याशिवाय आपल्याला समाजात वावरणे आणि वागणे जमणार नाही. त्यासाठी लागणाऱ्या मेंदूमधील जोडण्या फक्त प्रत्यक्ष अनुभवांनीच तयार होतात. याचाच अर्थ समाजमाध्यमांसारख्या आभासी जगात आपला जेवढा वेळ जाईल, तेवढ्या प्रत्यक्ष अनुभवाच्या संधी कमी होत जातील आणि जगण्यासाठी लागणारी कौशल्ये विकसित होणार नाहीत.

लिखित शब्दांचे अर्थ लावणे

थोडी गंमत करू

चार्ट पेपरच्या ५-६ चिठ्ठ्या तयार करा. प्रत्येकाच्या पुढील बाजूस लाईकचे चिन्ह काढा. मागील बाजूस एखाद्या गोष्टीबद्दल प्रतिक्रिया देणारी कुठलीही वाक्ये लिहा. तुम्ही तुमच्या मनानेदेखील वाक्ये लिहू शकता.

१. चांगले आहे.

२. ठाक ठीक आहे. फार विशेष काही नाही.

३. ठीक आहे. चूक काही नाही.

४. ठीक आहे. मला पसंत आहे.

५. ठीक आहे, माझ्या अपेक्षा जास्त होत्या पण आता काय करणार?

६. उत्कृष्ट आहे.

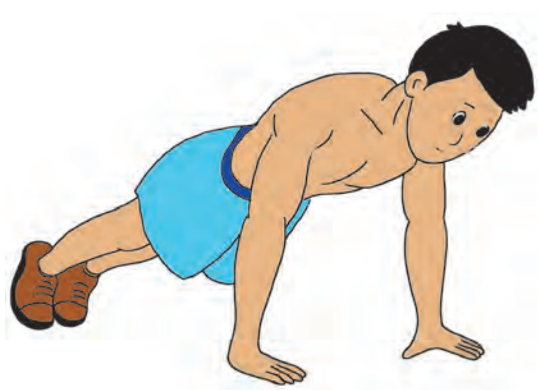
एका विद्यार्थ्याला समोर बसवावे. त्याला फक्त 'लाईक' चे चिन्ह काढलेली बाजू दिसेल पण इतरांना मात्र दुसरी बाजू दिसेल अशा प्रकारे चिठ्ठ्यांची रचना करा. आता त्या विद्यार्थ्याने कोणतीही एक कृती करावी – गाणे म्हणणे, विनोद सांगणे इत्यादी. इतर विद्यार्थ्यांपैकी कोणीही त्यातील एक चिट्ठी उचलून लाईकची बाजू त्या विद्यार्थ्याला दाखवावी. त्या विद्यार्थ्याने या लाईकचा काय अर्थ असेल याचा विचार करून इतरांना सांगावा.

समजून घ्या

एका लाईकच्या चिन्हाचे इतके विविध अर्थ निघतात. मग जर समाजमाध्यमेच आपले व्यक्त होण्याचे, इतरांना प्रतिक्रिया देण्याचे मुख्य साधन झाले असतील व त्यामुळे लोकांशी आपला वैयक्तिक संवाद कमी झाला असेल तर आपले लोकांबद्दल व लोकांचे आपल्याबद्दल अनेक गैरसमज होऊ शकतात हे आपण नेहमी लक्षात ठेवले पाहिजे.

एकटेपणा

तुलना करा



१. अ – नियमितपणे व्यायाम करतो आणि खेळायला जातो.	१. ब – रात्री उशीरापर्यंत मोबाईलवर गेम खेळतो त्यामुळे लवकर उठत नाही. व्यायाम करत नाही. सायकलवर गेला किंवा बसमध्ये गेला तरी गाणी ऐकत, मोबाईलशी खेळत जातो.

२. शाळेत त्याच्या मित्रांशी बोलतो, जेवणाच्या सुट्टीमध्ये सर्व मित्र एकत्र बसून डबा खातात, गप्पा मारतात.	२. मधल्या सुट्टीत तो व त्याचे सर्व मित्र जेवताना आपापले मोबाईल पाहत असतात.
३. संध्याकाळी घरच्यांशी, शेजाऱ्यांशी गप्पा मारतो.	३. रात्री सगळ्यांसोबत जेवत नाही. एकट्याने टी.व्ही किंवा इंटरनेट पाहत जेवतो.
४. अ – समाज माध्यमांचा मर्यादित वापर करतो. पण त्याला त्याच्या परिसरातील अनेक लोक ओळखतात.	४. ब – चे फेसबुकवर १५०० मित्र (फ्रेंड्स) आहेत.

तुमच्यामते कोण जास्त एकटे आहे?

समजून घ्या

आपल्याला असे वाटते की समाजमाध्यमांमुळे आपण जास्त लोकांशी जोडले गेलो आहोत, आपले जास्त मित्र आहेत. मात्र हे जोडले जाणे अत्यंत वरवरचे आहे. यात अर्थपूर्ण मैत्रीच्या शक्यता खूप कमी आहेत. जितका वेळ आपण ऑनलाईन घालवतो, तितका वेळ समोरासमोर बोलण्यास आपण कमी देतो व त्यामुळे आपल्या मनातले सांगण्याएवढी घट्ट मैत्री कोणाशीच होत नाही.

कोण जास्त प्रगती करेल?

पाच बाहुल्या करा/आणा. त्यांना खालीलपैकी एक व्यक्तिमत्त्व द्या.

१. व्यसनी व्यक्ती.

२. शोषण झाल्यामुळे निराश होऊन शाळा सोडलेली व्यक्ती.

३. जाहिराती व माध्यमांच्या प्रभावामुळे अभ्यासातून लक्ष उडालेली व्यक्ती.

४. समाजमाध्यमांमुळे खोट्या माहितीच्या प्रभावाखाली येऊन दंगलीमध्ये भाग घेणारी व्यक्ती.

५. निरोगी, शाळेत लक्ष देणारा तरुण/देणारी तरुणी.

खालील मुद्द्यांवर सकारण चर्चा करा –

१. कोणाचे पुढील आयुष्य निरोगी असेल?

२. कोणाचे करिअर चांगले होईल?

३. कोणाचे मन:स्वास्थ्य चांगले राहील?

४. कोणाचे घरच्यांशी संबंध चांगले राहतील?

५. कोण स्वत:ची हौस-मौज, छंद जोपासू शकेल?

वर्गाच्या एका टोकापासून सुरुवात करून दुसऱ्या टोकापर्यंत जायचे आहे.
प्रत्येक प्रश्न विचारल्यानंतर, जर एखाद्या व्यक्तिमत्त्वासंदर्भात उत्तर हो असेल तर बाहुलीला एक पाऊल पुढे न्या. नाही असेल तर तिथेच राहू द्या.
सर्व प्रश्न संपल्यावर कोणी सगळ्यात जास्त प्रगती केली हे पहा.
विद्यार्थ्यांना विचारा की यातून काय समजले?

माध्यमांची सकारात्मक बाजू

समजून घ्या

माध्यमांची नकारात्मक बाजू आपण पाहिली. तशीच सकारात्मक बाजूदेखील अधिक महत्त्वाची आहे. माध्यमांमुळे आपल्याला पौराणिक, ऐतिहासिक, वैज्ञानिक माहिती मिळते. शैक्षणिक सूचना, निकाल, प्रबोधनपर माहिती, आमंत्रणे, दृकश्राव्य माहिती एका क्षणात मिळवता येते हेदेखील लक्षात ठेवले पाहिजे. त्याचबरोबर माध्यमांमुळे विचारांची देवाणघेवाण करणे सोपे जाते. तसेच राष्ट्रीय एकता व सामाजिक परिवर्तनामध्येदेखील माध्यमांची भूमिका महत्त्वाची आहे. कृषी, आरोग्य, शिक्षण, उद्योग, व्यापार यासारख्या क्षेत्रांमध्ये माध्यमांचा वापर होत असतो.

माध्यमांचे यापेक्षा वेगळे सकारात्मक उपयोग तुमच्या वहीत लिहा.

समाजमाध्यमांचा प्रभाव यशस्वीपणे हाताळणे

१. समजून घ्या

तुमच्यावर होणाऱ्या समाजमाध्यमांच्या प्रभावाबद्दल जागरूक रहा. तो प्रभाव नीट समजावून घ्या.

२. ओळखा

तुम्ही स्वत: दिवसातून किती वेळा समाजमाध्यमे वापरता याकडे लक्ष द्या. तुम्हांला तुमचा फोन/इंटरनेट वापरले नाही तर अस्वस्थ व्हायला होते का? याबद्दल विचार करा.

३. आव्हान द्या

रोज ठरवून काही वेळ स्वत:साठी द्या. मोबाईल इंटरनेटपासून लांब राहण्याचा प्रयत्न करा. सुरुवातीला १० मिनिटे स्वत:बद्दल विचार करण्यासाठी, स्वत:च्या आरोग्यासाठी काढायला सुरुवात करा. हळूहळू हा वेळ वाढवत जा.

ES2ZSB

४. अमलात आणा

तुम्ही ठरवलेले बदल अमलात आणा. यशस्वी झाला नाहीत तर तुमच्या पालकांशी बोला. तुम्ही काय करायचा प्रयत्न करत आहात हे त्यांना समजावून सांगा. नवीन योजना आखा.

मूल्यमापन (भारांश १५%)

निकष	उत्तम (खूप चांगले)	योग्य (समाधानकारक)	अयोग्य (असमाधानकारक)	गुण
जाहिराती शोधा	जाहिराती शोधण्याच्या उपक्रमात सक्रिय सहभाग घेऊन आपले निष्कर्ष स्पष्टपणे मांडले.	सहभाग घेतला पण काही निष्कर्ष काढला नाही.	दुसऱ्या विद्यार्थ्यांच्या वहीत पाहून कामे पूर्ण केली.	
वर्गातील वातावरण आत्मपरीक्षण	प्रामाणिकपणे आत्मपरीक्षण केले व गरज असल्यास बदल करण्याचे नियोजन केले.	आत्मपरीक्षण केले पण काहीच बदल सुचवले नाहीत.	दुसऱ्या विद्यार्थ्यांच्या वहीत पाहून उत्तरे पूर्ण केली.	
तुम्ही काय करणार?	गट चर्चेत उत्साहाने भाग घेऊन पाठात सांगितलेल्या मुद्द्यांच्या आधारे उपाय सुचविले.	चर्चेत सहभाग पण पाठातील मुद्द्यांचा उपाययोजनेत अंतर्भाव नाही.	चर्चेत सहभाग घेतला नाही. फक्त इतरांचे ऐकले.	

लोबो उत्साहात पळत पळत निशाजवळ येतो.
माझे ठरले ! मी गायक होणार आहे.
कसे काय?
बघ, मला गायला आवडते, चांगले गाता येते, मी गाणे शिकतो आहे आणि गायक होण्यामध्ये संधीदेखील आहे. म्हणजे आवड, क्षमता आणि संधी सगळेच जुळून आले आहे.
हं, बरोबर
प्रत्येक टप्प्यावर असाच विचार करावा लागेल
जे हातात घेतले आहे ते उत्तम केले पाहिजे. आपण मोठे होऊ तसे वेगवेगळे पर्याय आपल्या समोर येतात.
पण आवड, क्षमता, संधीची सांगड घालत पुढे जायला पाहिजे.

५ मी आणि माझे करिअर

प्रयत्न न करणे, हेच जगातले एकमेव अपयश आहे.

उद्दिष्टे :

१. करिअरबद्दलच्या काही प्रचलित समजुतींबद्दल पुनर्विचार करून स्वत:चे मत मांडता येणे.
२. 'करिअर ही एकदाच घडणारी घटना नसून एक सतत चालणारी प्रक्रिया आहे' याचे स्पष्टीकरण स्वत:च्या शब्दांत देता येणे.
३. कलचाचणीची ओळख होणे. कलचाचणीचे महत्त्व स्वत:च्या शब्दांत सांगता येणे.
४. महाकरिअरमित्र पोर्टलची ओळख होणे.
५. स्वत:चे ध्येय नेमकेपणाने ठरवता येणे व ते शब्दांत मांडता येणे. त्यासाठी वेळेचे नियोजन करता येणे.
६. आपल्या करिअरच्या संकल्पनांबद्दल आपल्या पालकांशी रचनात्मक संवाद साधण्यासाठी नियोजन करता येणे.
७. १० वीनंतरच्या प्रवेश प्रक्रियेमध्ये गरजेच्या असणाऱ्या कागदपत्रांची व उपलब्ध असलेल्या काही शिष्यवृत्तींची माहिती होणे.

मागील वर्षी आपण करिअर म्हणजे काय, करिअर कसे निवडावे आणि करिअर मॅजिक फ्रेमवर्कबद्दल माहिती घेतली. यावर्षी आपण दहावीनंतर असणाऱ्या पर्यायांबद्दल व ध्येय निश्चित करण्याबद्दल अधिक माहिती घेऊया.

करिअरबद्दलचे काही मतप्रवाह

विचारलेल्या प्रश्नांबद्दल विद्यार्थ्यांशी चर्चा करा. त्यांची मते जाणून घ्या. त्यांना प्रतिप्रश्न विचारा. त्यांचे उत्तर 'हो' असेल तर का आणि 'नाही' असेल तर का नाही हे स्पष्ट करण्यास सांगा.

प्राथमिक चर्चा करून झाल्यानंतर पुढील उदाहरणे द्या व दिलेल्या विधानांसंबंधी त्यांचे मत त्यांना बदलावेसे वाटते का हे विचारा. त्याचे स्पष्टीकरण द्यायला प्रोत्साहित करा.

१. तुमची आर्थिक परिस्थिती चांगली असली तरच करिअर घडवता येते.

हो नाही

२. तुमची करिअरची निवड एकदा चुकली की मग तुम्हांला परत कधीच यशस्वी होता येत नाही.

हो नाही

३. विज्ञान किंवा गणित शाखा घेतल्यानेच फक्त करिअर घडवता येते.

हो नाही

४. ज्या करिअरमध्ये सगळ्यात जास्त पैसे मिळतात तेच करिअर निवडले पाहिजे.

हो नाही

५. ‘नोकरी करणे’ हाच करिअर घडवण्याचा एकमेव मार्ग आहे.

हो नाही

१. शास्त्रज्ञ डॉ. ए. पी. जे. अब्दुल कलाम, उद्योजक धीरूभाई अंबानी, ऑलिंपिक पदकविजेते कुस्तीपटू सुशीलकुमार, अभिनेते रजनीकांत व यासारख्या असंख्य व्यक्ती गरिबीतून वर आल्या आणि आपापल्या क्षेत्रात प्रभावी ठरल्या.

२. ‘हॅरी पॉटर’ लिहिणाऱ्या लेखिका जे. के. राउलिंग पूर्वी इंग्रजीच्या शिक्षिका होत्या. अनिल कुंबळे, हर्षा भोगले हे क्रिकेट क्षेत्रात येण्याआधी इंजिनिअर होते. तसेच लेखक चेतन भगत हेदेखील इंजिनिअर होते. अभिनेते श्रीराम लागू, मोहन आगाशे यांनी अभिनेते होण्याआधी वैद्यकीय क्षेत्रात शिक्षण घेतले होते.

३. शेफ संजीव कपूर, अनेक पत्रकार, खेळाडू, आपल्या देशातील अर्थशास्त्रज्ञ, लेखक, कवी, संगीतकार यांनी कला, ललित कला, मानव्यविद्या, वाणिज्य किंवा कौशल्याधिष्ठित शिक्षण घेऊन आपले करिअर घडवले.

४. डॉ. प्रकाश आमटे यांनी वैद्यक शास्त्रात पदवी घेतली. शहरात वैद्यकीय सेवा देऊन त्यांना खूप पैसे कमावता आले असते. पण त्यांनी तसे न करता चंद्रपूरमधील आदिवासी जनसमुदायापर्यंत वैद्यकीय सेवा पोहोचवणे जास्त श्रेयस्कर मानले.

५. पूर्वीच्या काळी लोकांना नोकरी करणे जास्त सुरक्षित वाटायचे. मात्र आता सर्व क्षेत्रात विविध प्रकारच्या संधी उपलब्ध झाल्याने व्यवसाय करणे आधीपेक्षा तुलनेने सोपे व लोकप्रिय झाले आहे. त्यामुळे व्यवसाय करणे हादेखील करिअर घडवण्याचा एक प्रमुख मार्ग ठरत आहे. (उदाहरणे द्या.)

खालील उदाहरणांचा विचार करा.

१. पाएंग जादव या आसामी माणसाने एकहाती ३७ वर्षे राबून झाडे लावून १३६० एकर भागावर जंगल उभे केले.

२. डॉ.अभय व डॉ. राणी बंग यांच्या सार्वजनिक आरोग्यातील संशोधनामुळे गडचिरोली जिल्ह्यातील बालमृत्यूचे प्रमाण घटले.

३. राजेंद्र सिंग यांनी लोकसहभागातून ४५०० छोटी धरणे बांधून राजस्थानच्या भूजल पातळीत वाढ घडवून आणली.

वरील उदाहरणांतील माणसे त्यांच्या करिअरमध्ये यशस्वी आहेत असे तुम्हांला वाटते का? त्यांच्या यशस्वी होण्याच्या, करिअर घडवण्याच्या व्याख्या काय असतील असे तुम्हांला वाटते?

खालील मुद्द्यांवर चर्चा करा. त्यांना विचार करू द्या.

१. यशस्वी होणे म्हणजे काय?

२. दिलेल्या उदाहरणांतील व्यक्ती यशस्वी आहेत का?

३. त्यांनी त्यांच्या कामात खूप पैसा कमवला असेल का?

४. पैसा कमवणे हे करिअरचे एकमेव उद्दिष्ट असावे का?

करिअर – घटना नव्हे प्रक्रिया

मिनाजने पदवी घेतल्यानंतर ती एका कंपनीमध्ये कामाला लागली. नव्याने दाखल होणाऱ्या कर्मचाऱ्यांना कंपनीमध्ये चालणारे काम शिकवण्याची जबाबदारी तिला देण्यात आली. ती जबाबदारी निभावता निभावता तिला असे लक्षात आले की तिला शिकवायला आवडते व चांगले शिकवता येते. तसेच सध्या शिकवण्या घेण्याला खूप मागणी आहे. काही वर्षांनी तिने ती कंपनी सोडून स्वत:चे शिकवणी वर्ग सुरू केले व त्यांना उत्तम प्रतिसाद मिळाला.

रमेशने वाणिज्य शाखेतून पदवी घेतली व तो एका हॉस्पिटलमध्ये अकाऊन्टन्ट म्हणून रुजू झाला. त्याचे काम करताना त्याला असे लक्षात आले की अकाऊन्ट्सची कामे करण्याबरोबरच ऑफिसच्या व्यवस्थापनातदेखील त्याला गती व रस आहे. नोकरी सांभाळून त्याने एम.बी.ए ची पदवी मिळवली व हॉस्पिटलमध्ये व्यवस्थापक म्हणून त्याची बढती झाली.

दिलेल्या उदाहरणांतून काय दिसते हे विचारा. खालील मुद्द्यांवर चर्चा करा –

१. प्रत्येकाने सुरुवातीला ठरवलेल्या मार्गानेच आपले करिअर घडवले का?

२. दिलेल्या उदाहरणांमध्ये करिअरचे मार्ग बदलण्याचे काय कारण होते?

३. तिघांनीही स्वत:चे करिअर घडवले असे आपण म्हणू शकतो का?

जोसेफ हा एक शेतकरी असून त्याची स्वत:ची शेती आहे. जोसेफला असे लक्षात आले की हल्ली शेतमालावर प्रक्रिया करून तो साठवणे, त्यातून विविध उत्पादने निर्माण करणे याला खूप मागणी आहे. जोसेफने फूडप्रोसेसिंगमध्ये पुढील शिक्षण घेतले व शेतीला पूरक असा स्वत:चा व्यवसाय सुरू केला.

समजून घ्या

करिअर ही आयुष्यात एकदाच घडणारी घटना नसून ती एक प्रक्रिया आहे. आपण जसजशा नवनवीन गोष्टी शिकत जातो, अनुभवांना सामोरे जातो तसतसे आपल्याला स्वत:बद्दल, स्वत:च्या क्षमतांबद्दल, आवडीनिवडीबद्दल अधिक स्पष्टता येत जाते. तसेच उपलब्ध संधींची माहिती होते. त्यानुसार आपण वेळोवेळी आपल्या करिअरला आकार देत जातो. त्यामुळे करिअरसंदर्भातले निर्णय हे फक्त दहावी किंवा बारावीमध्येच घेतले जातात असे नाही.

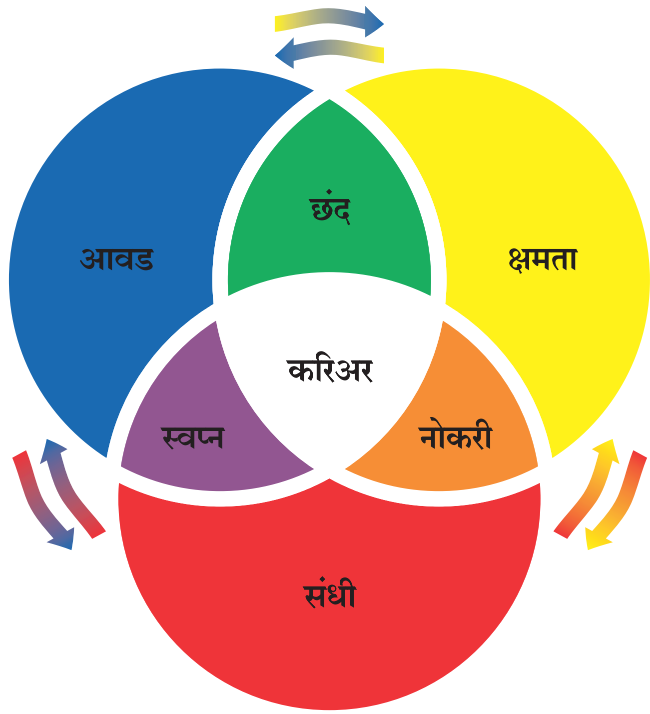
करिअर मॅजिक फ्रेमवर्क–उजळणी

आपली आवड, क्षमता व संधी या तिन्हींचा मेळ ज्या क्षेत्रात होतो, त्याच क्षेत्रात आपले करिअर घडू शकते. या तिन्हींपैकी एकही घटक नसला तर उरते ते फक्त नोकरी, छंद किंवा स्वप्न.

मागचेच उदाहरण पाहू.

- सुरुवातीला रमेशने त्याची आवड, संधी व क्षमता यांचा विचार करून वाणिज्य शाखेतून पदवी घेऊन अकाऊन्टन्टची नोकरी पत्करली. म्हणजेच त्याचे करिअर निवडले.
- काही काळाने त्याला त्याची नवीन आवड गवसली. हॉस्पिटल व्यवस्थापनात संधी असल्याचे त्याला दिसून आले व त्यासाठी आपली क्षमता वाढवण्यासाठी त्याने एम.बी.ए. ही डिग्री घेतली.
- रमेशच्या उदाहरणांतून आपल्याला असे दिसून येते की करिअरच्या प्रक्रियेच्या प्रत्येक टप्प्यावर करिअर मॅजिक फ्रेमवर्क लागू पडते व करिअरची निवड करायला अत्यंत उपयुक्त ठरू शकते.

अशाच पद्धतीने मिनाज व जोसेफ यांच्या उदाहरणांबाबत तुम्हांला करिअर **मॅजिक फ्रेमवर्कची मांडणी करता येईल का? वहीत लिहा.**



आपली आवड व आपल्या क्षमता शोधण्यासाठी आपण स्वयंमूल्यमापनाचे काही उपक्रम मागील वर्षी केले होते. त्यामधून तुम्हांला काही स्पष्टता आली असेल अशी अपेक्षा आहे. यावर्षी आपण याबद्दल थोडी अधिक माहिती घेणार आहोत.

स्वत:ची आवड शोधणे

- इयत्ता ९ वीमधील उपक्रम करून झाल्यानंतर, इयत्ता १० वीमध्ये स्वत:ची आवड शोधण्यासाठी कल चाचणीची तुम्हांला मदत घेता येईल.
- महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक शिक्षण मंडळ दरवर्षी १०वीच्या सर्व विद्यार्थ्यांसाठी 'कल चाचणी' आयोजित करते.
- 'कल चाचणी' ही एक मानसशास्त्रीय चाचणी आहे ती तुम्हांला करिअर निवडीसाठी सामान्यत: १० वी नंतर उपलब्ध असलेली ७ क्षेत्रे म्हणजे **कृषी, ललित कला, वाणिज्य, तांत्रिक, कला, गणवेशधारी सेवा, आरोग्यविज्ञान** यांतील स्वत:ची आवड ओळखण्यास मदत करते.
- ही खरंतर परीक्षा नसून यात स्वत:बद्दल, स्वत:च्या आवडीनिवडीबद्दलची काही विधाने निवडणे अपेक्षित आहे.
- कल चाचणीला गुण नसून त्यात कोणतेच उत्तर चूक किंवा बरोबर नसते.
- या कल चाचणीचा अहवाल तुम्हांला www.mahacareermitra.in या संकेतस्थळावर पाहण्यास मिळेल. तसेच तुमच्या १० वीच्या निकालाच्यावेळी त्याची एक प्रत तुम्हांला मिळू शकेल.
- कल चाचणी ही केवळ मार्गदर्शनाचे काम करते. कोणती शाखा निवडायची याचा अंतिम निर्णय विद्यार्थ्यांचा असतो.

करिअरची सात क्षेत्रे

तुमची आवड कोणत्या क्षेत्रात आहे याचा अंदाज तुम्हांला कल चाचणीच्या अहवालावरून येईलच. करिअरच्या सात क्षेत्रांबद्दल आपण अधिक माहिती जाणून घेऊ. १० वीनंतरचे पर्याय खाली दिले आहेत.

कृषी

प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम (MSBVE आणि इतर)
पदविका अभ्यासक्रम
एचएसव्हीई (उच्च माध्यमिक व्यावसायिक शिक्षण)
तंत्रनिकेतन (१० वी नंतरचे पदविका अभ्यासक्रम)
एचएससी विज्ञान (उच्च माध्यमिक प्रमाणपत्र)

ललित कला

प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम (एमएसबीव्हीई आणि इतर)
एचएसव्हीई (उच्च माध्यमिक व्यावसायिक शिक्षण)
ITI अभ्यासक्रम (औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था)
तंत्रनिकेतन (१० वी नंतरचे पदविका अभ्यासक्रम)
फाऊंडेशन पदविका अभ्यासक्रम

तांत्रिक

प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम (एमएसबीव्हीई आणि इतर)
एचएसव्हीई (उच्च माध्यमिक व्यावसायिक शिक्षण)
ITI अभ्यासक्रम (औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था)
तंत्रनिकेतन (१० वी नंतरचे पदविका अभ्यासक्रम)
एचएससी विज्ञान (उच्च माध्यमिक प्रमाणपत्र)

आरोग्य विज्ञान

प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम (एमएसबीव्हीई आणि इतर)
एचएसव्हीई (उच्च माध्यमिक व्यावसायिक शिक्षण)
ITI अभ्यासक्रम (औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था)
तंत्रनिकेतन (१० वी नंतरचे पदविका अभ्यासक्रम)
एचएससी विज्ञान (उच्च माध्यमिक प्रमाणपत्र)

वाणिज्य

प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम (एमएसबीव्हीई आणि इतर)
एचएसव्हीई (उच्च माध्यमिक व्यावसायिक शिक्षण)
एचएससी वाणिज्य (उच्च माध्यमिक प्रमाणपत्र)

कला

प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम (एमएसबीव्हीई आणि इतर)
एचएसव्हीई (उच्च माध्यमिक व्यावसायिक शिक्षण)
एचएससी कला (उच्च माध्यमिक प्रमाणपत्र)

गणवेशधारी सेवा

१२ वी नंतर / पदवीनंतर

स्वत:च्या क्षमता ओळखणे

- ९ वीच्या 'स्वविकास व कलारसास्वाद' या पुस्तकातील 'प्रकरण ८ – करिअर' मध्ये तुम्हांला तुमच्या क्षमता ओळखण्यासाठी काही उपक्रम दिले आहेत.
- त्याबरोबरच, तुमच्या मागील ३ वर्षांच्या गुणपत्रकांचे विषयवार विश्लेषण केल्यास तुमची सातत्यपूर्ण कामगिरी कोणत्या विषयात आहे हे ओळखण्यास मदत होऊ शकते.
- वरील दोन्ही उपक्रमांनी तुमच्या क्षमतांबद्दल तुम्हांला एक अंदाज येऊ शकतो.

करिअरच्या वाटा

आता एकदा आपले आवडीचे क्षेत्र ठरले की त्या क्षेत्रातील इतर उपक्षेत्रे व त्यांमध्ये असणाऱ्या संधी याबद्दल आपण जास्त माहिती करून घेतली पाहिजे.

महाकरिअरमित्र पोर्टल

'महाकरिअरमित्र पोर्टल' हे विद्यार्थ्यांना करिअर मार्गदर्शन मिळावे या हेतूने स्थापले गेले आहे. या संकेतस्थळावर (वेबसाईटवर) तुमच्या जिल्ह्यात, तालुक्यात उपलब्ध असलेली करिअरची विविध क्षेत्रे, उपक्षेत्रे व त्यात पदवी प्रदान करणारी कॉलेजेस यांबद्दल माहिती दिली आहे. तसेच प्रत्येक क्षेत्रातील मान्यवर लोकांनी त्या क्षेत्राबद्दल दिलेली माहिती देखील तुम्हांला पाहता येईल.

www.mahacareermitra.in या संकेतस्थळाला भेट द्या.

थोडी गंमत करू

अ : हा रस्ता कुठे जातो?

ब : रस्ता कुठेच जात नाही. तुम्हांला कुठे जायचे आहे?

अ : असे काही ठरले नाही.

ब : मग कोणताही रस्ता निवडा. काय फरक पडतो?

समजून घ्या

जोपर्यंत आपल्याला काय साध्य करायचे आहे, मग ते करिअरच्या बाबतीत असेल किंवा आयुष्यातील इतर महत्त्वाच्या गोष्टींबद्दल असेल – हे ठरत नाही, तोपर्यंत आपल्याला त्यासाठी कोणतीच कृती नेमकेपणाने करता येत नाही. म्हणून आपल्याला काय साध्य करायचे आहे हे सर्वप्रथम स्पष्टपणे ठरवले पाहिजे. यालाच ध्येयनिश्चिती असे म्हणतात.

खालील उदाहरणे पहा. खाली दिलेल्यांपैकी कोणाकोणाचे ध्येय पूर्ण होऊ शकते असे तुम्हांला वाटते?

१. रफिकचे ध्येय आहे की त्याला **खूप खूप मोठे** व्हायचे आहे. पण म्हणजे नेमके काय ते त्याला माहीत नाही.

२. पीटरचे ध्येय आहे की त्याला **खूप झाडे लावायची** आहेत. त्याप्रमाणे तो रोज एक झाड लावतो. पण आपले ध्येय कधी पूर्ण होईल हे त्याला समजत नाही.

३. राधिकाचे ध्येय आहे की तिला **जगातले सगळे** प्रश्न सोडवायचे आहेत.

४. जसमीतचे ध्येय आहे की त्याला **दोन महिन्यांत** उत्तम खेळाडू व्हायचे आहे.

५. डेलनाजचे ध्येय आहे की तिला आयुष्यात **कधीतरी** संगीत शिकायचे आहे.

दिलेल्या प्रत्येक व्यक्तीचा विचार करायला सांगा. प्रत्येकाचे ध्येय साध्य होणे सोपे आहे की अवघड हे विचारा. त्याची कारणेदेखील विचारा. खालील मुद्द्यांवर चर्चा करा –

१. रफिकचे ध्येय कधी पूर्ण होईल? तो वयाने किंवा वजनाने खूप मोठा झाल्यास होईल का?

२. पीटरचे ध्येय पूर्ण झाले हे कसे मोजणार?

३. राधिकाचे ध्येय खरंच पूर्ण होऊ शकते का?

४. जसमीतचे ध्येय साध्य करणे व्यवहार्य आहे का?

५. डेलनाजचे ध्येय पूर्ण होण्यात काय अडचण आहे?

प्रत्येक ध्येय विधानावर चर्चा करा. प्रत्येक विधान SMART आहे का हे तपासून पहा. नसल्यास त्यात काय कमी आहे ते ओळखून त्याप्रमाणे ध्येय विधान बदलावे.

ध्येय विधानातून 'नेमके काय?' 'केव्हा', 'किती' हे स्पष्ट होते आहे का ते तपासा.

वरील उदाहरणांमध्ये त्या–त्या व्यक्तीच्या केवळ इच्छा व्यक्त झाल्या आहेत. त्यांचे ध्येयात रूपांतर झाल्याशिवाय त्या प्रत्यक्षात येणे अवघड असते. आपले ध्येय पूर्ण करायचे असेल तर प्रथम ते योग्य पद्धतीने शब्दबद्ध करता आले पाहिजे, कागदावर मांडता आले पाहिजे. इच्छेचे ध्येयात रूपांतर कसे करायचे ते आपण पाहूया.

S **१. Specific**

नेमके – आपल्याला नक्की काय साध्य करायचे आहे हे स्पष्ट शब्दांत मांडावे. शक्यतो 'काहीतरी', 'मोठे', 'भव्य', इत्यादी शब्द वापरू नयेत.

M **२. Measureable**

मोजता येण्यासारखे – आपल्याला जे साधायचे आहे ते आपल्याला मोजता आले तरच ते साधले का हे आपल्याला समजेल. 'खूप', 'फार', 'सगळे', 'चांगले' अशासारखे शब्द शक्यतो वापरू नये. 'परीक्षेत खूप गुण मिळवणे' यापेक्षा 'परीक्षेत ७०% च्या वर गुण' मिळवणे हे जास्त योग्य ध्येय आहे.

A **३. Achievable**

साध्य होण्यासारखे – आपण जे ध्येय ठरवतो ते खरंच साध्य होण्यासारखे आहे का याचा विचार करावा. जगातले सगळे दुःख दूर करणे हे असाध्य ध्येय आहे. या पेक्षा दोन लोकांना लिहायला वाचायला शिकवणे हे साध्य होण्यासारखे ध्येय आहे.

R **४. Realistic**

व्यावहारिक – दोन महिन्यांमध्ये उत्तम खेळाडू होणे हे व्यावहारिक नाही. उत्तम खेळाडू व्हायला वर्षानुवर्षे मेहनत करावी लागते.

T **५. Time bound**

वेळेची मर्यादा असलेले – एखादे ध्येय आपल्याला कधीपर्यंत गाठायचे आहे याला आपण जोपर्यंत कालमर्यादा लावत नाही तोपर्यंत ते ध्येय गाठणे आपल्याला शक्य होत नाही. जर आपल्यावर कुठल्याच प्रकारची कालमर्यादा नसेल तर आपण काम करायला सुरुवातच करणार नाही.

थोडक्यात आपले ध्येय SMART असले पाहिजे.

समजून घ्या

खाली दिलेल्या ध्येय विधानांमध्ये त्रुटी आहेत का ते शोधा व तुमच्या वहीत लिहा. असल्यास त्या विधानांना योग्य स्वरूपात कसे लिहिता येईल याचा देखील विचार करून योग्य ध्येयविधान लिहा.

१. रेमोचे ध्येय आहे की त्याला छान गुण मिळवायचे आहेत.

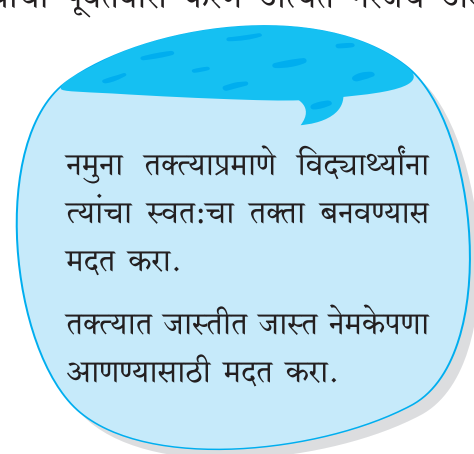
२. मनीषाचे ध्येय आहे की तिला यशस्वी व्यक्ती व्हायचे आहे.

३. राकेशचे ध्येय आहे की त्याला चार चाकी विकत घ्यायची आहे.

४. परवीनचे ध्येय आहे की तिला अकरावीमध्ये ६०% टक्के गुण मिळवून 'अबक' कॉलेजमध्ये ॲडमिशन मिळवायची आहे.

स्वत:च्या करिअरचे नियोजन

समजा तुम्हांला एका गावाहून दुसऱ्या गावाला जायचे आहे. तर तुम्ही सरळ उठून चालायला लागता का? समजा तुमच्या घरी एक मोठे लग्न कार्य ठरले असेल, तर लग्नाच्याच दिवशी सगळी तयारी केली जाते का? समजा एखाद्या खेळाडूला ऑलिंपिकमध्ये पदक जिंकायचे आहे, तर फक्त शर्यतीच्या दिवशी मैदानावर धावून त्याला त्याचे ध्येय साध्य करता येईल का? सर्व प्रश्नांची उत्तरे 'नाही' अशीच असतील. कोणतीही गोष्ट साध्य करायची असल्यास त्याची पूर्वतयारी करणे अत्यंत गरजेचे असते. त्यानुसार आजपासून काय-काय करायला हवे हे ठरवणे अत्यंत गरजेचे असते. मग आपल्या करिअरबद्दल ही स्पष्टता असणे तर अत्यंत महत्वाचे आहे. नमुना तक्ता तुम्हांला ही स्पष्टता आणण्यास मदत करेल.



वर्षे	मी कोण असेन.	मी काय करत असेन.	माझ्याकडे काय असेल.
१० वर्षांनंतर	मी एक यशस्वी शेतकरी असेन.	मी माझी स्वत:ची शेती करत असेन.	• स्वत:ची शेती • स्वत:चे घर • स्वत:चा ट्रॅक्टर
५ वर्षांनंतर	मी 'अबक' कॉलेजमधून बी. एस्सी. कृषी ही पदवी मिळवली असेल.	मी अनुभव घेण्यासाठी म्हणून एखाद्या यशस्वी शेतकऱ्यासोबत काम करत असेन.	• माझी डिग्री • उत्तम शेती करण्याचे कौशल्य
३ वर्षांनंतर	मी बारावीच्या परीक्षेत 'क' मार्क मिळवून 'अबक' कॉलेजमध्ये प्रवेश मिळवला असेल.	मी बी. एस्सी. कृषी हा पदवी अभ्यासक्रम पूर्ण करत असेन. त्यासंदर्भात नवनवीन गोष्टी शिकत असेन.	• अधिकाधिक शिकण्याची ऊर्मी • या शिक्षणाचा कसा उपयोग करायचा याबद्दल स्पष्टता • विविध योजनांची माहिती मी मिळवलेली असेल.
१ वर्षानंतर	मी दहावीच्या परीक्षेत 'ब' टक्क्यांपेक्षा जास्त गुण मिळवून अकरावीसाठी 'कखग' कॉलेजमध्ये प्रवेश मिळवला असेल.	मी अकरावीमध्ये 'कखग' कॉलेजमध्ये शिकत असेन. बारावीत 'क' टक्क्यांपेक्षा जास्त गुण मिळवण्याच्या दिशेने प्रयत्न करत असेन.	• अधिकाधिक शिकण्याची ऊर्मी • पुढे काय करायचे याबद्दल मी माहिती मिळविलेली असेल. • संबंधित व्यक्तींना भेटलो / भेटले असेल.

माझे ध्येयविधान

आपल्याला १० वर्षे पुढे जाऊन काय करायचे आहे हे स्पष्ट झाल्यानंतर आता दहावीच्या वर्षाचे किंवा पुढील तीन/ सहा महिन्यांचे ध्येय निश्चित करून त्यासाठी नियोजन करता येईल.

दिलेल्या नमुन्याप्रमाणे ध्येयविधान बनविण्यास मदत करा.

प्रत्येक विद्यार्थ्याच्या ध्येयाप्रमाणे वाक्यरचनेत फरक होऊ शकतो हे लक्षात घ्या.

ध्येयविधान

नेमके काय हवे आहे? – मला .... हवे आहे.

उदा. मला दहावीच्या परीक्षेत चांगले गुण मिळायला हवे आहेत.

किती हवे आहेत? – मला .... इतके हवे आहे.

उदा. मला दहावीच्या परीक्षेत किमान ७० टक्के गुण मिळायला हवे आहेत.

कधीपर्यंत? – मला हे .... पर्यंत साध्य करायचे आहे.

उदा. मला हे पुढील सहा महिन्यांपर्यंत साध्य करायचे आहे.

नियोजन

तुमचे ध्येयविधान लिहून झाले आहे. त्यासाठी आजपासून काय करायला हवे याचे नियोजन करणे गरजेचे आहे. खाली दिलेल्या नमुना तक्त्याप्रमाणे तुम्हीदेखील तुमचे नियोजन करू शकता.

दिलेल्या नमुन्याप्रमाणे नियोजन करण्यास विद्यार्थ्यांना मदत करा.

प्रत्येक विद्यार्थ्याच्या ध्येयाप्रमाणे त्याच्या नियोजनात फरक होऊ शकतो हे लक्षात घ्या.

आज मी कुठे आहे?	मला सहा महिन्यांत / वर्षभरात कुठे जायचे आहे?	त्यासाठी मी काय केले पाहिजे?
आज मला ६० टक्के गुण मिळत आहेत.	मला दहावीच्या परीक्षेत किमान ७० टक्के गुण मिळवायचे आहेत.	• अभ्यासाचा वेळ वाढवला पाहिजे. • न समजणाऱ्या गोष्टी शिक्षकांना पुन्हा विचारून समजून घेतल्या पाहिजेत. • निबंधलेखनात कमी गुण पडत आहेत, लेखनाचा सराव केला पाहिजे.

वेळेचे नियोजन

“प्रत्येक माणसासाठी एका दिवसाचे २४ तासच असतात. त्यात तो काय करावे हे ठरवतो तेव्हाच त्याच्या यशाची उंची ठरते.”

दहावीमध्ये एकूणच शाळा, अभ्यास, सराव परीक्षा इत्यादींचा व्याप बघता वेळेची नेहमीच चणचण असते हे उघड आहे. आपले इच्छित ध्येय गाठण्यासाठी वेळेचे नियोजन करणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. खाली वेळेचे नियोजन करण्याची एक पद्धत दिली आहे. अशा अनेक पद्धती असू शकतील.

तुमचा दिवसभरातील झोपेचा वेळ वगळता, इतर वेळाचे अर्ध्या अर्ध्या तासाचे भाग करा.

कोणत्या गोष्टी लाल रंगाने रंगवायच्या तर कोणत्या पिवळ्या रंगाने हे समजण्यासाठी विद्यार्थ्यांना तुमची मदत लागेल.

तसेच एखाद्या कृतीसाठी लागणारा वेळ कमी करण्यासाठी दुसरे पर्यायी मार्ग काय असतील याचा विचार करण्यासाठी विद्यार्थ्यांना मदत करा.

- दोन - तीन दिवस तुम्ही प्रत्येक अर्ध्या तासात काय करता याची नोंद करा.
- त्यावरून तुम्हांला साधारण अंदाज येईल.
- ज्या गोष्टी तुमच्या ध्येयाशी अजिबात संबंधित नाहीत त्यांना **लाल रंगाने रंगवा.** उदा. TV बघणे हे ७० टक्के गुण मिळवण्याशी अजिबात संबंधित नाही. त्यामुळे त्या कृतीला लाल रंगाने रंगवा.
- ज्या गोष्टी तुमच्या ध्येयाशी संबंधित नाहीत, पण पूरक आहेत, त्यांना **पिवळ्या रंगाने रंगवा.** उदा. 'शाळेत येण्याजाण्याचा वेळ'. याचा ध्येयाशी थेट संबंध नसला तरी तो ध्येय गाठण्यात पूरक आहे.
- ज्या गोष्टी तुमच्या ध्येयाशी संबंधित आहेत त्यांना **हिरव्या रंगाने रंगवा.** उदा. गणिताचा सराव करण्यासाठी दिलेला वेळ
- सर्वप्रथम लाल रंगात रंगवलेल्या गोष्टींमध्ये जाणारा वेळ कमी करण्याचा प्रयत्न करा. त्यानंतर पिवळ्या रंगाने रंगवलेल्या कृती करण्याचा वेळ कमी करता येईल का ते पहा किंवा दोन कृती एकत्र करता येतील का याचा विचार करा. उदा. वाचलेल्या गोष्टींची शाळेत जाता जाता मनातल्या मनात उजळणी करणे.

वेळ	सोमवार	मंगळवार	बुधवार	गुरूवार	शुक्रवार	शनिवार	रविवार
६.०० ते ६.३०							
६.३० ते ७.००							
७.०० ते ७.३०							
७.३० ते ८.००							
८.०० ते ८.३०							
८.३० ते ९.००							
९.०० ते ९.३०							
९.३० ते १०.००							
१०.०० ते १०.३०							
१०.३० ते ११.००							

थोडी गंमत करू

व्हिजन बोर्ड

तुमचे ध्येय लक्षात घेऊन त्यानुसार एक व्हिजन बोर्ड तयार करा. तुमचे ध्येय कागदावर लिहून घरातील कोणत्याही भिंतीवर चिकटवा. त्याच्या आजूबाजूला त्या ध्येयाशी निगडीत फोटो, सुभाषिते, त्या क्षेत्रात यशस्वी लोकांचे चित्र इत्यादी लावा. व्हिजन बोर्डचे उद्‌दिष्ट हे तुम्हांला सतत प्रेरणा मिळत राहणे व तुमच्या ध्येयाबद्‌दल स्पष्टता येत राहणे आहे.

करिअरच्या मार्गातील अडचणी

१. पालकांशी संवाद

मितालीला पुढे जाऊन क्रीडा क्षेत्रात करिअर घडवायचे आहे. मात्र मितालीच्या पालकांना वाटते की तिने नर्सिंगचा कोर्स करावा. मिताली त्यांना तिचा दृष्टिकोन पटवून देऊ शकत नाही. घरात रोज भांडणे होतात. या रोजरोजच्या भांडणाला कंटाळून मितालीला अभ्यासच करू नये असे वाटते.

विद्यार्थ्यांपैकी कोणाला अशाच प्रकारचा अनुभव येतो का? आला आहे का हे विचारा.

इच्छा असल्यास त्याने / तिने तो पुढे येऊन मांडावा.

बरेचदा आपण आपल्या पालकांना आपले म्हणणे पटवून देऊ शकत नाही, स्पष्टपणे सांगू शकत नाही. त्यामुळे आपली बाजू त्यांना समजत नाही व त्यांना आपल्या निवडीवर विश्वास वाटत नाही. त्यासाठी खालील गोष्टी करता येऊ शकतात –

ऐकून घ्या :

तुमच्या पालकांचे म्हणणे एकदम खोडून काढू नका. त्यांच्या चिंता लक्षात घ्या. बहुतांश पालकांच्या चिंता खालीलप्रमाणे असतात –

१. तुम्ही अर्थार्जन कसे करणार?

२. तुमच्या क्षेत्रात पुढे काय संधी (स्कोप) आहे? तुम्हांला नोकरी / व्यवसायाच्या संधी आहेत का?

३. तुम्ही निवडलेला कोर्स / करिअर तुम्हांला पेलणे शक्य आहे का?

४. कोर्सची फी किती असेल?

या प्रश्नांची तुम्ही स्वत:ला व त्यांना समाधानकारक उत्तरे देऊ शकलात की बऱ्याचदा पालक आपला विरोध मागे घेण्याची शक्यता असते.

माहिती गोळा करा :

तुमच्या आवडीच्या क्षेत्रासंबंधी पेपरमध्ये येणारी माहिती, TV वर येणाऱ्या मुलाखती, इंटरनेटवरील माहिती तुमच्या पालकांना दाखवा. तुम्ही पुढे जे करू पाहत आहात ते शिकवणारी महाविद्यालये कुठे आहेत? त्यांची फी किती असते? या प्रश्नांची उत्तरे देण्याची तयारी करा.

लोकांशी बोला :

तुम्ही निवडलेला कोर्स करणाऱ्या किंवा तो पूर्ण करून करिअर करणाऱ्या इतर लोकांशी तुमच्या पालकांना सोबत घेऊन भेटा. त्यांचे म्हणणे ऐका.

२. आर्थिक अडचणी

अनेकदा आर्थिक अडचणींमुळे आपल्याला हवे तसे करिअर घडवता येत नाही. अशा वेळी सरकारी व खाजगी शिष्यवृत्त्यांचा पर्याय आपल्याला निवडता येतो. काही शिष्यवृत्त्यांबद्दलची माहिती खाली दिली आहे. मात्र खाली दिलेल्या माहितीत बदल होऊ शकतो. त्या संदर्भातील अद्ययावत माहिती संकेतस्थळावरून घ्यावी.

१. गुणवंत शालेय विद्यार्थ्यांसाठी 'एनसीईआरटी' शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी www.ncert.nic.in या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

२. एसआयए यूथ स्कॉलरशिप
   अधिक माहितीसाठी www.sia-youth-scholarships.html या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

३. किशोर वैज्ञानिक प्रोत्साहन योजना '
   अधिक माहितीसाठी http://kvpy.iisc.ernet.in या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

४. महिंद्रा अखिल भारतीय गुणवत्ता शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी www.kcmet.org या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

५. तंत्रशिक्षण अभ्यासक्रमाच्या विद्यार्थ्यांसाठी शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी www.aicte-india.org या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

६. दहावीनंतर गुणवत्ता शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी आपापल्या महाविद्यालयांशी संपर्क साधावा.

७. 'जीआयआयएस'ची सी.व्ही.रामन शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी www.giisscholarship.org या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

८. राजर्षी छत्रपती शाहू महाराज शिक्षण शुल्क प्रतिपूर्ती योजना
   https://dtemaharashtra.gov.in
   https://mahaeschol.maharashtra.gov.in

९. डॉ. पंजाबराव देशमुख वसतिगृह निर्वाह भत्ता योजना
   https://mahaeschol.maharashtra.gov.in

१०. तंत्रशिक्षण अभ्यासक्रमाच्या मुलींसाठी प्रगती शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी www.aicte-india.org या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

११. इंडियन ऑईल स्पोर्ट्‌स स्कॉलरशिप
   अधिक माहितीसाठी www.iocl.com या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

१२. व्यावसायिक अभ्यासक्रमांसाठी अल्पसंख्यांकासाठी विशेष शिष्यवृत्ती
   https://dtemaharashtra.gov.in

१३. केंद्र सरकारची महाराष्ट्रातील अल्पसंख्यांक विद्यार्थ्यांसाठी शिष्यवृत्ती
   अधिक माहितीसाठी www.momascholarship.gov.in या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

१४. अल्पसंख्यांक मुलींसाठी मौलाना आझाद राष्ट्रीय शिष्यवृत्ती

अधिक माहितीसाठी www.maef.nic.in या संकेतस्थळाला भेट द्यावी.

१५. दिव्यांगांसाठी दहावीनंतर शिष्यवृत्ती

अधिक माहितीसाठी जिल्हा परिषदेच्या समाजकल्याण विभागाकडे संपर्क साधावा.

१६. माजी सैनिकांच्या गुणवंत पाल्यांसाठी शिष्यवृत्ती

अधिक माहितीसाठी जिल्हा सैनिक कल्याण अधिकारी कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

१७. माजी सैनिकांच्या निराधार पाल्यांना शिष्यवृत्ती

अधिक माहितीसाठी जिल्हा सैनिक कल्याण अधिकारी कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

१८. इतर शोधा.

३. ११ वी प्रवेशप्रक्रियेत अडचणी

अनेकदा गुण चांगले असूनदेखील योग्य ती कागदपत्रे नसल्यामुळे अकरावीमध्ये प्रवेश घेताना अडचणी जाणवतात. यासाठी दहावीची परीक्षा झाल्या झाल्याच स्वत:ची एक प्रवेश प्रक्रियेची फाईल तयार करण्यास सुरुवात करावी. त्यामध्ये -

खुल्या वर्गासाठी

मूळ गुणपत्रक (इयत्ता १० वी किंवा समकक्ष)

शाळा सोडल्याचा मूळ दाखला, आधारकार्ड

वैधानिक आरक्षण

(SC/ST/VJ-A/NT-B/NT-C/NT-D/OBC/SBC)

मूळ गुणपत्रक (इयत्ता १० वी किंवा समकक्ष)

शाळा सोडल्याचा मूळ दाखला

जातीचा मूळ दाखला, आधारकार्ड

विशेष आरक्षण

अ) क्रीडा

ब) कला आणि सांस्कृतिक

क) १ ऑक्टोबर २०१६ व तद्नंतर पुणे व पिंपरी चिंचवड महानगरपालिका क्षेत्रामध्ये बदलीने आलेल्या राज्य/केंद्र शासन/खाजगी क्षेत्रातील कर्मचाऱ्यांचे पाल्य.

ड) आजी-माजी सैनिकांचे पाल्य

इ) स्वातंत्र्य सैनिकांचे पाल्य

फ) दिव्यांग विद्यार्थी

ग) प्रकल्पग्रस्त प्रमाणपत्र

ह) भूकंपग्रस्त प्रमाणपत्र

मूळ गुणपत्रक (इयत्ता १० वी किंवा समकक्ष)
शाळा सोडल्याचा मूळ दाखला, आधारकार्ड
विशेष आरक्षणाचे प्रमाणपत्र

इतर काही आवश्यक कागदपत्रे

उत्पन्नाचा दाखला
अधिवास दाखला, आधारकार्ड
जात पडताळणी दाखला
नॉन क्रिमीलेयर दाखला
रहिवासी दाखला
राष्ट्रीयत्वाचा दाखला इत्यादी.
(अद्ययावत माहिती संबंधित प्रवेश प्रक्रिया केंद्र , शाळा/महाविद्यालयातून घ्यावी.)

ESBVTY

मूल्यमापन (भारांश १५%)

निकष	उत्तम (खूप चांगले)	योग्य (समाधानकारक)	अयोग्य (असमाधानकारक)	गुण
SMART ध्येयविधान	दिलेल्या पाच निकषांच्या आधारे १, ३, ५, १० वर्षांनंतरचे ध्येयविधान नेमकेपणाने तयार केले.	१, ३, ५, १० वर्षांनंतरचे ध्येयविधान तयार केले परंतु निकषांचा सखोल विचार केला नाही.	फारसा विचार न करता ढोबळमानाने ध्येयविधान पूर्ण केले.	
ध्येयविधानानुसार कृती	ध्येयविधानानुसार कृतीआराखडा करून त्यानुसार कृती करत आहे व त्याची नोंद ठेवत आहे.	ध्येयविधानानुसार कृतीआराखडा केला आहे पण त्यानुसार कृतीच्या नोंदी केल्या नाहीत.	कृती आराखडा केलाच नाही.	
वर्गकृतीत सहभाग	पाठातील सर्व कृती उत्साहाने पूर्ण केल्या. (सक्रिय सहभाग) सर्व वर्गकृती वहीत पूर्ण केल्या.	पाठातील सर्व कृती पूर्ण केल्या.	दुसऱ्या विद्यार्थ्यांच्या वहीत पाहून कृती पूर्ण केल्या.	

प्रताप आणि निशा गाण्याचा सराव करत असतात. राघव ते ऐकून आत येतो.
हे काय? हे गाणे म्हणणार आहात तुम्ही स्नेहसंमेलनात?
का? ह्यात काय वाईट आहे?
अगं दुसऱ्या राज्यातले आहे ते गाणे.. महाराष्ट्रातील एखादे लोकगीत का नाही म्हणत? तुम्हांला महाराष्ट्राचा अभिमान नाही?
अभिमान आहेच राघव .. पण कलेला 'आपली', 'परकी' असा शिक्का मारून त्याचे तुकडे पाडून आपण आपल्या आयुष्यातील किती सुंदर अनुभव गमावून बसू.
हो ना.. इतर राज्यांमधील संगीताशी जोडून घेणे म्हणजे एका प्रकारे तेथील लोकांशी, त्यांच्या जीवनाशी जोडून घेणे.
तुम्ही म्हणताय ते पटतंय मला.. पण मग त्याचा अर्थ आपल्या संगीतात काहीतरी कमी आहे असा होईल ना..
मुळीच नाही.. इतरांच्या कलेशी जोडून घेतल्याने उलट आपल्याला आपली कला जास्त नीट कळते. आपण समृद्ध होतो.
मी तर म्हणेन.. आपण फक्त भारतातीलच नव्हे तर इतर देशांतील संगीताशीदेखील जोडून घेतले पाहिजे ! काय.. पटतंय ना?

६ मी आणि प्रयोगजीवी कला

"जिथे शब्द थांबतात, तिथून कला सुरू होते."

उद्दिष्टे :

१. नाटक मनोरंजक बनवू शकणाऱ्या काही घटकांची नावे विद्यार्थ्यांना समजणे व त्यांचे महत्त्व स्वत:च्या शब्दांत मांडता येणे.
२. मानवेतर पात्रे नाटकात कशी रंगवता येतील याबद्दल स्वत:ची कल्पकता वापरण्याची संधी मिळणे.
३. एकच संवाद विविध संदर्भात, विविध प्रसंगी होऊ शकतो हे समजणे व तशी कल्पना करण्याचा सराव करणे.
४. सूत्रसंचालन कलेची व काही लोकनृत्यांची ओळख होणे.
५. नृत्याचे मानवी जीवनातील महत्त्व आपल्या शब्दांत सांगता येणे.
६. अवकाश, काळ व जोश या तिन्ही घटकांचा वापर नृत्यात करता येण्याचा सराव करणे.
७. भारतीय भूभागाप्रमाणे प्रचलित वाद्यांची ओळख होणे व त्यांच्यातील विविधता समजणे.
८. आपल्याला आवडलेले संगीत नेमके का आवडते आहे याचे विश्लेषण स्वत:च्या शब्दांत करता येणे.

मागील वर्षी आपण प्रयोगजीवी कलांबद्दल थोडक्यात माहिती घेतली. यावर्षी आपण त्यांच्याबद्दल अधिक विस्ताराने जाणून घेऊया.

नाट्य

थोडे आठवून पहा !

१) खालील गोष्ट नाटकात रूपांतरित करायची झाल्यास त्यात काय कमी आहे असे तुम्हांला वाटते?

“एक शेतकरी होता. तो खूप काबाडकष्ट करायचा व कुटुंबाचे पालन पोषण करायचा.

हळूहळू त्याची मुले शिकायला लागली, मोठी झाली, स्वत:च्या पायावर उभी राहिली. सगळी मुले चांगली निघाली.

मुले आपल्या आईवडलांवर खूप प्रेम करायची. अशा रीतीने ते आनंदाने राहात.”

२) एखादी व्यक्तिरेखा उभी करताना कुठल्या घटकांकडे लक्ष दिले पाहिजे? – उदा. एक गरीब म्हातारी स्त्री.

यापूर्वी शिकलेल्या नाट्या-संदर्भातील संकल्पनाच्या आधारे विचार करण्यास विद्यार्थ्यांना प्रोत्साहन द्या.

नाटकातील संघर्ष, व्यक्ती रेखेबद्दलचा विचार, वेशभूषा, हावभाव, आवाज, देहबोली या सगळ्या संकल्पनांची उजळणी करा.

नाटक मनोरंजक बनवू शकणारे काही घटक

१. नेपथ्य :

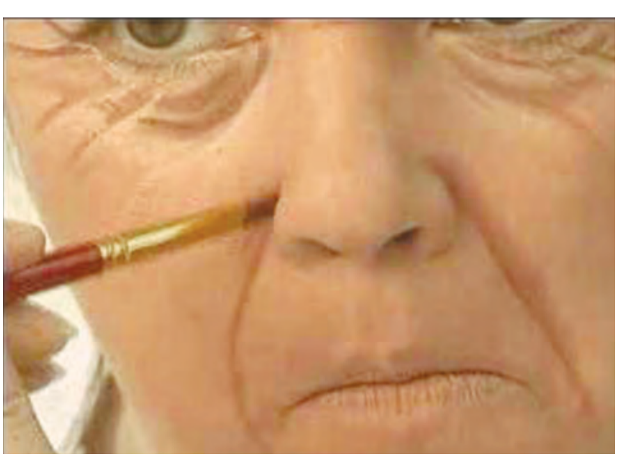
नाटक कुठे घडते आहे हे दर्शवण्यासाठी किंवा नाटकातील प्रसंग अधिक वास्तववादी किंवा प्रभावी होण्यासाठी मंचावर जी रचना केली जाते त्याला नेपथ्य असे म्हणतात. त्याला 'नाटकाचा सेट' असा प्रचलित शब्द आहे.

२. वेशभूषा :

नाटकातील पात्रे कोण आहेत, कोणत्या काळातील आहेत, त्यांची वैशिष्ट्ये, नाटक सादर करण्याची शैली या सगळ्याचा विचार करून नाटकातील पात्रांची वेशभूषा (पोशाख) ठरवला जातो. उदा. ऐतिहासिक नाटक असेल तर त्याला साजेशी वेशभूषा करणे.

३. रंगभूषा :

एखाद्या नाटकातील पात्रांच्या वेशभूषेचा जसा विचार केला जातो, त्याचप्रमाणे पात्रांचे वय, त्यांची वैशिष्ट्ये ध्यानात घेऊन त्यांच्या चेहऱ्यावर सौंदर्यप्रसाधने व रंग लावले जातात. तसेच मंचावरील दिव्यांच्या प्रकाशामध्ये कलाकारांचे भाव ठळकपणे उठून दिसावे यासाठी हे केले जाते. याला प्रचलित शब्द 'मेकअप' करणे असा आहे. उदा. एखादी वयस्कर व्यक्ती दाखवायची असल्यास केस पांढरे करणे, कोळशाच्या मदतीने डोळ्यांखाली काळी वर्तुळे निर्माण करणे इत्यादी.



४. प्रकाशयोजना :

मंचावरील एखाद्या भागाकडे लक्ष वेधून घेण्यासाठी, एखादे स्थळ दर्शवण्यासाठी, एखादी घटना दर्शवण्यासाठी विशिष्ट प्रकारच्या दिव्यांचा योग्य वापर केला जातो. हे दिवे कधी मंचाच्या वरील भागात अडकवलेले असतात तर कधी मंचाच्या बाजूला, तर कधी खालील बाजूला मांडलेले असतात. उदा. रात्रीची वेळ दाखवण्यासाठी अनेकदा निळा प्रकाश वापरण्याची पद्धत आहे. प्रत्येक दिवा हवा तेव्हा, हवा तसा सुरू बंद करण्याचे काम एका नियोजित व्यक्तीकडे सोपवलेले असते.

५. पार्श्वसंगीत :

नाटकाची परिणामकारकता वाढवण्यासाठी अनेकदा संगीताचा वापर केला जातो. हे संगीत कधी पात्रांच्या संवादांच्यामागे हळू आवाजात सुरू असते तर कधी कधी कोणताच संवाद सुरू नसताना मोठ्या आवाजात सुरू असते. उदा. जोराची हवा, वादळ होत असल्यास पाचोळा उडण्याचा आवाज ऐकवल्यास वादळाचा भास अधिक परिणामकारकपणे निर्माण करता येतो.

नाटकातील कल्पकता

एखादे नाटक उभे करताना अनेक गोष्टींचा विचार सामान्यतः केला जातो. नाटकातले प्रसंग कुठे घडत आहेत, नाटक कुठल्या काळातले आहे, एखादा प्रसंग दिवसाच्या कुठल्या वेळी घडतो आहे इत्यादी. स्थळ, काळ, वेळ इत्यादी दर्शवण्यासाठी विविध गोष्टींचा उपयोग करता येतो. त्यातील काही आपण थोडक्यात पाहूया. मात्र हे लक्षात ठेवायला हवे की नाटक उभे करण्यासाठी स्थळ, काळ, वेळ इत्यादी गोष्टी दर्शवल्याच पाहिजेत असे काही बंधन नसते.

विविध स्थळे दर्शवणे :

अनेकदा एखाद्या नाटकातील गोष्ट वेगवेगळ्या स्थळी घडत असते. ही सर्व स्थळे दाखवायलाच हवीत असे नाही, मात्र ती दाखवायची झाल्यास त्यासाठी काही क्लृप्त्या वापरता येतात.

१. वेगवेगळ्या स्थळांसाठी मंचावरील वेगवेगळा भाग राखून ठेवणे. उदा. समजा घर व हॉटेल अशी दोन स्थळे असतील तर मंचाचा एक कोपरा घरासारखा दिसणारा व दुसरा कोपरा हॉटेलसारखा दिसेल अशा प्रकारे सजवणे .

२. वेगवेगळी स्थळे दाखवण्यासाठी मंचाचा भाग राखून न ठेवता मंचावरील त्याच त्याच जागी तात्पुरते सामान, जागा दर्शवणारे बोर्ड आणून ठेवणे. उदा. चित्रात न्यायालय दाखवण्याचा प्रयत्न केला आहे.

३. कुठलेही सामान, बोर्ड न वापरता केवळ अभिनयाद्‌वारे, पार्श्वसंगीताद्‌वारे एखादे स्थळ दर्शवणे. उदा. पार्कमध्ये एक व्यक्ती बसली आहे हे कुठलेही सामान न वापरता केवळ तिच्या अभिनयातून व पार्कमध्ये आजूबाजूला असणारे विविध आवाज वापरून दर्शवणे.

थोडी गंमत करू

खालील स्थळे तुम्ही नाटकात कशी दाखवणार?

त्यासाठी कशाकशाचा वापर करणार ते लिहा.

१. वाळवंट

२. समुद्र किनारा

३. शेत

४. शहरातील बस स्टॉप

विद्यार्थ्यांचे गट करून त्यांना एकेक स्थळ द्यावे. नेपथ्य, प्रकाशयोजना व पार्श्वसंगीत या तिन्ही गोष्टींचा विचार करण्यास प्रोत्साहन द्यावे.

वेगवेगळा काळ दर्शवणे :

अनेकदा एखाद्या नाटकातील प्रसंग वेगवेगळ्या काळात घडत असतात. काही प्रसंग चालू काळातील असतात तर काही आठवणीतले असतात. काही दिवसाचे असतात तर काही रात्रीचे असतात. काही एकानंतर एक घडतात. वेगवेगळा काळ दाखवायचा झाल्यास त्यासाठी काही क्लृप्त्या वापरता येतात.

१. दोन प्रसंगांमध्ये मंचावरचे सर्व दिवे काही सेकंद घालवून अंधार करून एक अवकाश घेता येतो. याला ब्लॅकआऊट असेदेखील म्हणतात.

२. स्वप्न किंवा आठवणीतला काळ दाखवण्यासाठी कधी-कधी वेगळ्या रंगाचा प्रकाश मंचावर टाकण्याचीदेखील एक पद्धत आहे.

३. मंचावर एकाच वेळी दोन वेगवेगळ्या जागी एकत्रपणे दोन वेगळ्या काळातील प्रसंग आळीपाळीने सुरू असणे.

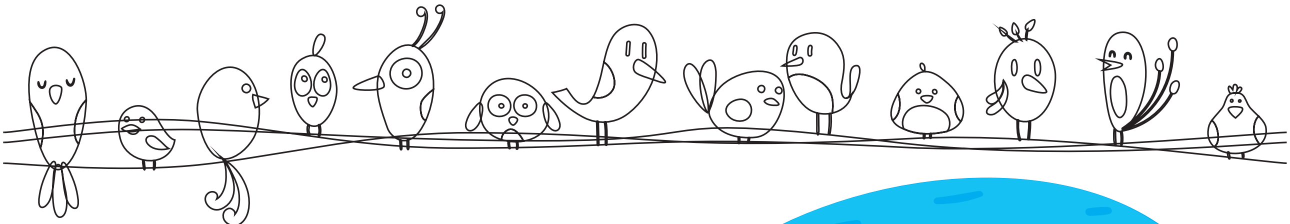
४. सकाळची वेळ दाखवण्यासाठी जास्त पिवळा प्रकाश तर रात्रीची वेळ दर्शवण्यासाठी कमी प्रकाश व विशेषत: निळा प्रकाश वापरणे.

माणसांव्यतिरिक्त इतर व्यक्तिरेखा रंगवणे :

नाटकाच्या विषयांची व्याप्ती फक्त मानवी गोष्टींपुरती मर्यादित नसून संघर्ष असणाऱ्या कुठल्याही कथेचे नाट्यरूपांतर करता येणे शक्य आहे. माणसांव्यतिरिक्त इतर व्यक्तिरेखा रंगवण्याचे खालील काही मार्ग असू शकतात -

१. काहीच वेगळे न करणे, संवादातून व्यक्तिरेखा स्पष्ट होणे.

२. प्राणी, पक्षी इत्यादींची व्यक्तिरेखा असल्यास मधूनमधून त्यांचे आवाज काढणे, त्यांच्यासारखे हावभाव, देहबोली साकारणे किंवा वेशभूषेतून तसे सूचित करणे.



पंचतंत्रातील गोष्टी तुम्ही सर्वांनी वाचल्या असतीलच. पंचतंत्रातील गोष्टी व इतर गोष्टींमध्ये कोणता फरक तुम्हांला जाणवतो ?

कोणतीही एक गोष्ट घ्या. आपण याआधी पाहिलेल्या सर्व संकल्पनांच्या आधारे त्या गोष्टीचे नाट्यीकरण करा. प्रत्येक गटाने एक गोष्ट घ्यावी. गटातील प्रत्येकाने मंचावर येऊन नाटकामध्ये कोणतीतरी व्यक्तिरेखा साकारणे बंधनकारक आहे. निवडलेल्या गोष्टीत गटातील विद्यार्थ्यांएवढी पात्रे नसल्यास पात्रांची भर घालता येईल.

पंचतंत्रातील गोष्टी विद्यार्थ्यांना आठवायला सांगा. विद्यार्थ्यांनी त्या वाचलेल्या नसल्यास ज्या गोष्टींमध्ये मानवाचे पात्र नाही, ज्या पशुपक्ष्यांच्या आहेत, अशा कोणत्याही गोष्टी चालतील.

विद्यार्थ्यांचे ६-८ चे गट करा.

प्रत्येकाला पंचतंत्रातील एक गोष्ट निवडू द्या. त्यासाठी त्यांना पुस्तके उपलब्ध करून द्यावीत.

विद्यार्थ्यांचे गट करावेत. प्रत्येक गटाला एक-एक संवाद वाटून द्यावा. विद्यार्थी संख्या जास्त असल्यास, तेच संवाद एकापेक्षा जास्त गटांना द्यावेत.

संवाद कुठे, कसा, कोणामध्ये, कधी, कोणत्यासंदर्भात घडत आहे हे प्रत्येक गटाला ठरवू द्यावे. त्यानुसार पात्रांची देहबोली, हावभाव इत्यादींचा विचार करून अभिनय करण्यास प्रोत्साहित करा. स्थळ, काळ, वेळेनुसार गटातील विद्यार्थ्यांना नेपथ्य, पार्श्वसंगीत इत्यादींचा विचार करायला सांगावे.

सर्व गटांची तयारी झाल्यावर प्रत्येक गटाला सादरीकरण करण्याची संधी द्यावी. सादरीकरण झाल्यावर इतर गटांनी ते संवाद कोणत्या संदर्भात म्हटले जात आहेत ते सांगावे.

प्रत्येक गटातील विद्यार्थ्यांनी दुसऱ्या गटातील विद्यार्थ्यांचे सादरीकरण लक्षपूर्वक पाहावे व त्यातील चुका न शोधता आपल्याला त्यातील काय आवडले, काय आवडले नाही व का याचे स्पष्टीकरण द्यावे.

संवादांना संदर्भ देणे

खाली काही संवाद दिले आहेत. हे संवाद कोणत्या दोन पात्रांमध्ये, कधी, कुठे घडत असतील याचा विचार करावा व त्यानुसार त्याचे सादरीकरण करावे. गटातील काही जणांनी सादरीकरण करावे व काहींनी पार्श्वसंगीत, नेपथ्य इत्यादींचा विचार करावा.

संवाद १

१ : "माझ्याच सोबत हे असे व्हायचे होते !"
२ : "असे नाहीये. प्रत्येकालाच हा अनुभव कधी ना कधी येतो."
१ : "पण मी काय कमी केले होते? तरी माझ्या पदरी निराशाच !"
२ : "झाले ते झाले. या अनुभवातून काय शिकायचे याचा विचार केला पाहिजेस तू"
१ : "त्याने त्रास कमी होईल का?"
२ : "त्रास कमी नाही होणार, पण पुढील त्रास वाचेल."
१ : "मला नाही आता या सगळ्यात परत पडायचे."
२ : "असे हात पाय गाळून कसे चालेल?.. थोडे धीराने घे."
१ : "सांगायला खूप सोपे आहे!"
२ : "खरंय तुझे म्हणणे.. पण दुसरा काही मार्ग आहे का?"
१ : "हं sss .. तुलापण कधीतरी असा अनुभव आला असेल ना? .. तू काय केलेस त्या प्रसंगी?"
२ : "पुन्हा नव्याने प्रयत्न केले.. निराशेला मी माझ्यावर मात करू दिली नाही !.. आणि माझ्यामते तूदेखील हेच केले पाहिजेस."
१ : "हो. प्रयत्न तर केलेच पाहिजेत.. ठीक.. पुन्हा नव्याने सगळे सुरू करूया."

संवाद २

१ : "किती वाजलेत?"
२ : "१२.००"
१ : "अजून कशी आली नाही?"
२ : "हो.. तिला इतका उशीर कधीच होत नाही"
१ : "आजकाल काही सांगता येत नाही. पावसापाण्याचे दिवस आहेत. उशीर होतोच"
२ : "गेले दोन तास वाट बघतोय आपण. असंच बसून रहायचे का?"
१ : "आणखी थोडा वेळ थांबूया.. कदाचित येतच असेल."

२ : "मला आता काळजी वाटायला लागली आहे .."
१ : "विचारायचे का कोणाला तरी ?"
२ : "कोणाला विचारणार?"
१ : "तेही खरेच."
२ : "वेळ पाळायला का जमत नाही? नेहमीचं झालंय हल्ली हे"
१ : "हो.. मागे एकदा तर तिचे येणेच अचानक रद्द झाले."
२ : "मग?"
१ : "मग काय.. आम्ही आपले बसलो वाट बघत."
२ : "आपण काही बोलत नाही ना.. त्याचा हा परिणाम."
१ : "एक मिनिट.. आवाज आला ना.. आली वाटतं."

संवाद ३

१ : "मी सगळी तयारी केली आहे."
२ : "हे कुठे ठेवू ?
१ : "त्या कोपऱ्यात ठेवा."
२ : "हे उभे ठेवू की आडवे?"
१ : "उभेच ठेवा. अडचण नको."
२ : "हे उरलेले पैसे. कमी पैशात मिळाले सारे सामान."
१ : "छान. आपल्याला पुढे कामी येतील."
२ : "किल्ल्या हव्या होत्या. कुठे असतील?"
१ : "किल्ल्या कशाला हव्या आहेत? मी उघडून देईन."
२ : "बरं. तसं तर तसं.. उगीच वाद नको."
१ : "वादाचा प्रश्न नाही.. माझ्यावर जबाबदारी आहे."
२ : "आम्हीदेखील जबाबदारीने केले असते की काम."
१ : "ते तुमच्या कृतीतून दिसून यावे लागते."
२ : "ठीक. भांडू नका. काम वेळेत झाल्याशी कारण."
१ : "हं हं ss "
२ : "बाप रे ! वेळ झाली. आवरले की नाही?"
१ : "हो. मी तयार आहे."
२ : "मीदेखील."

संवाद ४

१ : "काय आहे ते हातामध्ये?"
२ : "कुठे काय? काही नाही."
१ : "काही नाही कसे? मग हात का मागे लपवले आहेत?"
२ : "कुठे लपवले आहेत?.. हाताची घडी केलीये पाठीमागे."
१ : "मग पुढे का आणत नाही?"
२ : "माझ्यावर विश्वास नाही का?"
१ : "नाही ना काही लपवण्यासारखे? मग हात पुढे घ्यायला काय हरकत आहे?"
२ : "मी काहीच लपवत नाही. मी का घेऊ?"
१ : "हे बरंय.. आधी स्वत:च लपवाछपवी करायची, मग प्रामाणिकपणाचा आव आणायचा."
२ : "आता खूप होतंय.. मी सांगितले ना काही लपवत नाही म्हणून!"
१ : "नाही नाही.. मलाच भास होतो आहे !"
२ : "होत असेल!"
१ : "विषय बदलायची गरज नाही."
१ : "हात पुढे आले नाही तर मलाच तिकडे यावे लागेल!"
२ : "काय हा वेडेपणा .."
१ : "नाही.. आता होऊनच जाऊदे ..मलाच यावे लागेल!"
२ : "नको.. नको.. अरे देवा.. सांभाळून..."
१ : "बापरे ! काय हे? हाच दिवस पाहणे बाकी राहिले होते !"

दिग्दर्शकाची भूमिका

मागील उपक्रमातील संवाद तुम्ही पाहिलेत. ते संवाद खरेतर कोणत्याही पात्रांमध्ये, कोणत्याही स्थळी, वेगवेगळ्या संदर्भात होऊ शकले असते. ते संवाद कोणामध्ये घडत आहेत, का घडत आहेत? पात्रे कुठे आहेत, कुठल्या काळातली आहेत हे सगळे तुम्ही आपसात ठरवले व त्या संवादांचे वाचन केले. त्याचप्रमाणे जेव्हा एखादी गोष्ट, नाटक लिखित स्वरूपात असते, तेव्हा ते उभे करताना त्या लिखित नाटकाचा अर्थ लावणे, प्रत्येक संवादातून कोणती भावनिक छटा बाहेर येणे अपेक्षित आहे, मंचावर प्रसंग कसे दाखवले जातील, नाटकातील पात्रे कशी वागतील, बोलतील, कोणते प्रसंग आहे तसेच दाखवायचे, कोणते प्रसंग थोडे कमी, जास्त केले पाहिजेत, बदलले पाहिजेत, हे सर्व ठरवणे गरजेचे असते. ते काम करण्याची जबाबदारी एका विशिष्ट व्यक्तिची असते. त्याला/तिला दिग्दर्शक/दिग्दर्शिका असे म्हणतात.

सूत्रसंचालन

तुम्ही एखाद्या कार्यक्रमात स्टेजवर, माईकसमोर बोलण्याचा अनुभव कधी घेतला आहे का? माईकसमोर किंवा माईक हातात घेऊन बोलताना तुम्हांला कसे वाटते?

तुम्ही अनेकदा टीव्हीवर किंवा प्रत्यक्ष मोठ्या स्टेजवर काही कार्यक्रमांचे निवेदन करत असलेल्या निवेदकाला/निवेदिकेला पाहिले असेल. नियोजित कार्यक्रमातील एक कार्यक्रम झाल्यानंतर त्यापुढील कार्यक्रम कोणता आहे हे प्रेक्षकांना समजणे जरुरीचे असल्याने त्याअनुषंगाने जे निवेदन केले जाते त्याला 'सूत्रसंचालन' असे म्हटले जाते व हे सूत्रसंचालन करणारी व्यक्ती म्हणजे 'सूत्रसंचालक' होय. सूत्रसंचालन करणे हादेखील आता एक व्यवसाय आहे.

थोडी गंमत करू

कागदाची गुंडाळी करून ती तोंडासमोर धरा व स्वत:चे नाव सांगून वर्गातील मित्र-मैत्रिणींचे, गुरुजनांचे स्वागत करण्याच्या सूत्रसंचालनाचा नमुना वर्गात सादर करा.

उदा. "नमस्कार, मी स्वराज, आज इथे जमलेल्या सर्वांचे मन:पूर्वक स्वागत करतो."

नृत्य

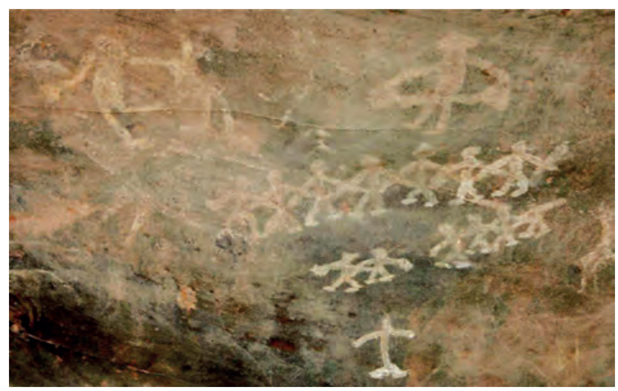
नृत्य हा असा कलाप्रकार आहे ज्यामध्ये एखादा आशय व्यक्त करण्यासाठी हेतुपूर्वक निवडलेल्या सुंदर हालचाली, क्रमवार आणि लयबद्ध रीतीने केल्या जातात हे आपण मागील वर्षी पाहिलेच आहे. यावर्षी आपण नृत्यातील काही घटक व बारकावे शिकणार आहोत.

रोजच्या आयुष्यात नृत्याशी असलेला संबंध

थोडे आठवून बघा. तुमच्या रोजच्या आयुष्यामध्ये नृत्याशी किंवा नृत्यसदृश हालचालींशी तुमचा संबंध येतो का? कधी येतो? क्रिकेटची मॅच जिंकल्यावर आनंद व्यक्त करायला खेळाडू नाचतात, मिरवणुकीत आपण नाचतो, चित्रपटांमध्ये नृत्य हा अविभाज्य घटक असतो, स्नेहसंमेलनाच्या वेळी नृत्ये सादर केली जातात, एखादे गाणे ऐकत असताना पायाने ठेका धरतो, लहान मुलांच्या खेळण्याची चावी फिरवल्यास ते नाचायला लागते इत्यादी. या यादीत तुम्हांला आणखी काही भर घालता येईल का? यादीकडे बघता नृत्याच्या आपल्या जीवनात असलेल्या स्थानाबद्दल आपल्याला काय म्हणता येईल?

आपण नृत्य का करतो?

नृत्याचे मानवी आयुष्यात अविभाज्य असे स्थान आहे. अगदी आदिम काळापासून मानवी संस्कृतीमध्ये नृत्याचा समावेश असल्याचे दिसून आले आहे. स्पेनमधील आदिमानवाच्या काळातील चित्रे असोत किंवा मध्यप्रदेशमधील भीमबेटका येथील लेण्यातील चित्रे असोत, त्याकाळच्या जीवनशैलीतही नृत्याला महत्त्वाचे स्थान असल्याचे निदर्शनास येते.



तसेच कर्नाटकातील बदामी येथील ६ व्या शतकातील मंदिरांमध्ये, वेरूळच्या लेण्यांमध्ये देखील नटराजाचे (नृत्य करणारा शिव) शिल्प पाहायला मिळते. नृत्याला मानवी आयुष्यात असलेले महत्त्वच यावरून स्पष्ट होते.

काही संशोधक असे मानतात की नृत्य करणाऱ्या जमातींना त्यानिमित्ताने एकत्र राहण्याची सवय लागली व सामाजिक बांधिलकी वाढली. त्याचा फायदा त्यांना विपरीत परिस्थितीतही तग धरून राहण्यास झाला. यामुळे अशा नृत्य करणाऱ्या जमाती हिमयुगात देखील जगू शकल्या. त्यामुळेच आज नृत्य व संगीताची परंपरा आपल्याला जगभर पाहायला मिळते.

काही संशोधकांचे असे देखील मत आहे की आपल्या मेंदूतील काही आनंद केंद्रे ही एकत्रितपणे लयबद्ध केलेल्या हालचालींनी उद्दीपित होतात. एवढेच नव्हे तर इतरांनी एकत्रितपणे केलेल्या लयबद्ध हालचाली पाहून देखील आपल्या मेंदूतील आनंदकेंद्रे उद्दीपित होतात व आपण आनंदाची अनुभूती घेतो.

नृत्य हे विविध प्रसंगी केले जात असल्याचे इतिहासात दिसून येते. बोली भाषा विकसित होण्याआधी स्त्री पुरुषांमध्ये एकमेकांना आकर्षित करण्यासाठी नृत्याचे माध्यम वापरले जाई. पूर्वीच्याकाळी युद्धाच्या प्रसंगीदेखील नृत्य होई. नाचणाऱ्या योद्ध्यांच्या अंगी शारीरिक उत्साह व शौर्य वाढण्याकरिता नृत्याचा उपयोग केला जात असे. तसेच युद्धात विजय झाल्यावर आनंदोत्सव साजरा करण्याच्या प्रसंगी देखील नृत्य केले जाई.

त्याचप्रमाणे चांगले पीक यावे म्हणून, तसेच चांगले पीक आल्यावर देवाचे आभार मानण्यासाठी नृत्य केले जात असे. पंजाबातील भांगडा तसेच गिड्डा ही अशाच प्रसंगी केली जाणारी नृत्ये आहेत. देवदेवतांना प्रसन्न करण्यासाठी नृत्य करण्याची प्रथा आहे.

लोकनृत्याचे काही प्रकार

इयत्ता ९ वीमध्ये आपण भारतीय शास्त्रीय नृत्याचे प्रकार पाहिले होते. आता आपण महाराष्ट्रातील काही लोकनृत्याचे प्रकार पाहूया.

लोकनृत्य म्हणजे विशिष्ट समुदायातील लोकांनी विशिष्ट प्रसंगी एकत्र येऊन केलेले नृत्य. काही नृत्यप्रकार पाहूया.

बाल्या नृत्य किंवा जाखडी नृत्य

प्रांत : कोकण आणि मुंबई

हे नृत्य साधारणत: श्रावण महिना ते दिवाळीपर्यंतच्या काळात सादर केले जाते. कारण या काळात अनेक सण-उत्सव असतात. पुणे, मुंबई, नाशिकसारख्या ठिकाणी गणेश विसर्जनाच्या मिरवणुकीतही हे नृत्य बघायला मिळते. हे नृत्य गोल फेर धरून केले जाते. एक-दोन गायक, वादक आणि कोरस देणारे हे गोलाच्या मध्ये बसतात. त्याच्याभोवती नृत्य करणारे असतात. त्यांच्या एका पायात घुंगरु बांधलेले असतात. एका पायावर जोर देऊन नृत्य करणे हे या नृत्याचे वैशिष्ट्य आहे.

आदिवासी नृत्य

आदिवासी नृत्य –भिल्ल, कोरकू, ठाकर, वारली, कातकरी, गोंड अशा आदिवासी जमाती सणासुदीच्या

आणि दु:खाच्या प्रसंगी विविध प्रकारचे नृत्य करतात. ही नृत्ये विविध वाद्यांच्या नावाने ओळखली जातात. उदा. ढोल नृत्य, तंबोरी नृत्य, तारपा नृत्य इत्यादी नृत्ये आदिवासी लोक गोल फेर धरून संथ किंवा जलद गतीने करतात. "वारी घालणे" हा भिल्ल जमातीत अंत्यविधीच्या वेळी केला जाणार नृत्य प्रकार आहे .

तारपा नृत्य

आदिवासी समाजाच्या सण-उत्सवात वा मंगलप्रसंगी एक लक्षवेधी नृत्य असते ते म्हणजे तारपा नृत्य. वारली समाज कलासक्त आहे. उत्सवप्रिय आहे. वारली पेंटींग जसे प्रसिद्ध आहे तसेच या समाजातील तारपा नृत्य हेदेखील प्रसिद्ध आहे. मंगल प्रसंग, लग्न अशा वेळी तर तारपा नृत्याचा फेर धरला जातोच पण डोंगरमाळावरील जमिनीवर जेव्हा भाताची किंवा नागलीची लागवड केली जाते तेव्हा तारपा नृत्योत्सव साजरा केला जातो.

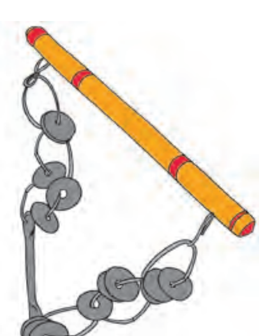
धनगरी गाजा

हे नृत्य महाराष्ट्रातील धनगर समाजात केले जाते. धनगर समाज निसर्गात रमत असल्यामुळे जास्त करून त्यांची गाणी निसर्गाशी निगडित असतात. तसेच त्यांची काही गाणी ही त्यांच्या दैवताच्या जन्मकथेशी निगडित असतात. हे नृत्य ढोलावर सादर केले जाते.

कोळी नृत्य

हे कोळी लोकांचे लोकप्रिय नृत्य आहे. सणासुदीच्या दिवशी आणि लग्नप्रसंगात कोळी स्त्री-पुरुष समूहाने नाचतात. कोळीनृत्यातील ताल, ठेका, पदन्यास बघण्यासारखा असतो. कोळीगीते सुद्धा महाराष्ट्रात तितकीच लोकप्रिय आहेत.

लेझीम



हा वीररसयुक्त नृत्य प्रकार आहे. सभा, मिरवणुका, जत्रा इत्यादी ठिकाणी लेझीम नृत्य केले जाते. ढोल, घुमकं आणि हलगीच्या तालावर हे नृत्य सादर केले जाते. लेझीममध्ये विविध नृत्य प्रकार येतात. त्यात विशिष्ट तालबद्ध हालचाली असतात. हा व्यायामप्रकार म्हणूनही ओळखला जातो. काही शाळांमध्ये शारीरिक शिक्षणात ह्या प्रकाराचा समावेश केला जातो.

लोकनृत्य व शास्त्रीय नृत्य यांमधील फरक

मागील वर्षी आपण शास्त्रीय नृत्यांबद्‌दल माहिती घेतली होती तर यावर्षी आपण लोकनृत्याबद्‌दल माहिती घेतली. तुम्हांला या दोन्ही प्रकारांमध्ये काही फरक जाणवतो का? जाणवत असल्यास कोणता फरक जाणवतो?

विद्यार्थ्यांना मागील वर्षीच्या पुस्तकाचा संदर्भ घेऊन फरकांबद्‌दल स्वत: विचार करायला प्रवृत्त करा. दोन्हींचा खालील मुद्‌द्यांच्या आधारे विचार करावा.

उगम, नियम, समाजातील स्थान, मिळालेला राजाश्रय इत्यादी. याबद्‌दल अधिक माहिती इंटरनेटवरून शोधता येईल.

नृत्यातील हावभाव व लयबद्ध शारीरिक हालचाली ही नृत्याची दोन मुख्य अंगे आहेत हे आपण मागील वर्षी पाहिलेच आहे. मात्र या दोन्ही गोष्टी सहजतेने करण्यासाठी आपल्या मनात असलेला संकोच व भीती दूर होणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. तसेच आपल्या शरीरावर, शारीरिक हालचालींवर नियंत्रण असणे यासाठी आवश्यक आहे. खालील काही कृती करून बघणे उपयुक्त ठरेल.

नृत्यातील हावभाव

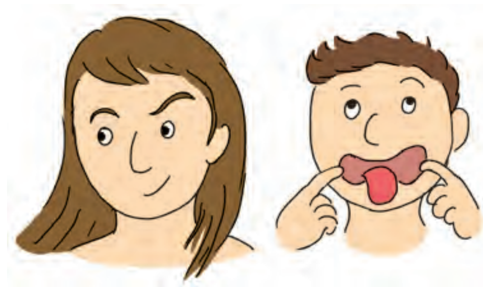
आपल्या चेहऱ्यावर योग्य ते भाव दाखवण्यासाठी आपले आपल्या अवयवांवर नियंत्रण असणे महत्त्वाचे आहे. खालील काही हालचाली करून पहा -

- दोन्ही भुवया उंचावणे.
- एक भुवई उंचावणे.
- कपाळावर आडव्या आठ्या पाडणे. (आश्चर्य व्यक्त करणाऱ्या)
- कपाळावर उभ्या आठ्या पाडणे. (चिडचिड व्यक्त करणाऱ्या)

- नाकपुड्या फुगवणे.
- डोळे आजूबाजूला, वरखाली, गोलाकार फिरवणे.
- डोळे वटारणे.
- तोंड वेंगाडणे.

बाजूला दिलेले हावभाव विद्यार्थ्यांकडून करून घ्या. त्यानंतर विद्यार्थ्यांचे दोन दोनचे गट करा. प्रत्येक गटातील एका जणाने चेहऱ्यावर काही हावभाव आणावेत व दुसऱ्याने त्या हावभावांची नक्कल करावी. मग दुसऱ्याने हावभाव करावे व पहिल्याने नक्कल करावी.

थोडी गंमत करू



काही विद्यार्थ्यांनी एक-एक करून समोर यावे व खाली दिलेल्या भावना फक्त चेहऱ्यावरील हावभावांनी व्यक्त कराव्यात. इतरांनी त्या भावना व्यक्त करताना चेहऱ्यावरील कोणत्या अवयवांची हालचाल होत आहे याची वहीत नोंद करावी.

राग, द्वेष, दया, वात्सल्य, आनंद, दु:ख, शारीरिक वेदना, सहवेदना, घृणा, भीती, आश्चर्य, कुतूहल इत्यादी.

नृत्यातील लयबद्ध हालचाली

पाश्चात्य नृत्यशैलीतील महत्त्वाच्या घटकांपैकी तीन घटक-

- अवकाश
- काळ
- जोश

अवकाश

नृत्यातील हालचाल करताना जागेचा वापर कसा केला जातो? नाचणारी व्यक्ती लयबद्ध हालचाली करण्यासाठी उपलब्ध असलेली जागा कशाप्रकारे वापरते याचा नृत्याचे सौंदर्य वाढवण्यात मोठा वाटा असतो.

करून पहा

- विद्यार्थ्यांनी आपल्या शरीराचा वापर करून विविध आकार बनवून पाहावेत. (गोल, आयत, त्रिकोण) एकेकाने किंवा तीन चार विद्यार्थ्यांच्या गटालादेखील हे करता येईल.
- वेगवेगळ्या उंचीची उडी मारून खाली बसणे.
- शरीर वाकवणे. (पुढे, मागे, बाजूस, तिरके, गोलाकार जाणे.)
- हाताने किंवा पायाने विविध प्रकारच्या हालचाली करत उपलब्ध असलेल्या जागेत इकडून तिकडे फिरणे.

एखाद्या मोठ्या मोकळ्या जागेत, मैदानात किंवा सभागृहात पुढील उपक्रम घ्यावेत. प्रत्येक विद्यार्थ्याला उपक्रमात सहभागी होण्यासाठी प्रवृत्त करावे. स्वत:च्या हालचाली निवडण्याची विद्यार्थ्यांना मुभा द्यावी. एका वेळेला एकाच विद्यार्थ्याने किंवा गटाने कृती करावी म्हणजे गोंधळ होणार नाही.

काळ

नृत्यातील हालचाली किती जलद, संथ होत आहेत किंवा कोणत्या ठेक्यावर होत आहेत, याचादेखील नृत्याचे सौंदर्य, वेगळेपण, अर्थपूर्णता वाढवण्यात मोठा वाटा असतो.

करून पहा

- विद्यार्थ्यांनी एकच ठरावीक हालचाल अति संथ, संथ, जलद, अति जलद गतीने करून पहावी.
- आता वरील सर्व हालचाली एका टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यंत जाताना करून पाहाव्यात.

एखादे जोशपूर्ण संगीत वाजवावे. प्रत्येक विद्यार्थ्याला उपक्रमात सहभागी होण्यासाठी प्रवृत्त करावेत. स्वत:च्या हालचाली निवडण्याची विद्यार्थ्यांना मुभा द्यावी. एका वेळेला एकाच विद्यार्थ्याने किंवा गटाने कृती करावी म्हणजे गोंधळ होणार नाही.

जोश

नृत्यातील हालचाली गरजेप्रमाणे किती जोशपूर्ण पद्धतीने किंवा हळूवारपणे केल्या जातात, याचा नृत्याचे सौंदर्य, वेगळेपण, अर्थपूर्णता वाढवण्यात मोठा वाटा असतो.

करून पहा

- विद्यार्थ्यांनी एकच ठरावीक हालचाल अत्यंत जोशपूर्ण पद्धतीने व अत्यंत हळूवारपणे करावी.
- आता वरील सर्व गोष्टी एका टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यंत जाताना करून पाहाव्यात.

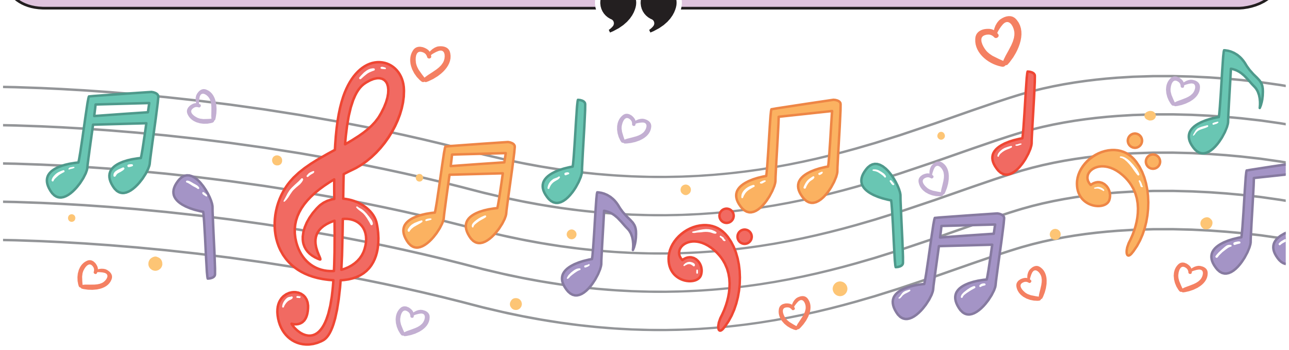
एखादे जोशपूर्ण संगीत वाजवावे. प्रत्येक विद्यार्थ्याला उपक्रमात सहभागी होण्यासाठी प्रवृत्त करावे. स्वत:च्या हालचाली निवडण्याची विद्यार्थ्यांना मुभा द्यावी. एका वेळेला एकाच विद्यार्थ्याने किंवा गटाने कृती करावी म्हणजे गोंधळ होणार नाही.

चला उपयोजन करू

दिलेल्या संगीतावर अवकाश, काळ व जोश या तिन्हींचा विचार करून नृत्य बसवा व त्याचे सादरीकरण करा. इतरांचे सादरीकरण बघा. सादरीकरण झाल्यावर प्रत्येक गटाच्या सादरीकरणाबद्दल खालील मुद्द्यांच्या आधारे चर्चा करा –

- संगीताला अनुसरून नृत्याचा बाज होता का?
- संगीताला अनुसरून हालचालींची गती होती का?
- संगीताला अनुसरून योग्य त्या प्रसंगी हालचाली जोशपूर्ण किंवा हळूवारपणे केल्या होत्या का?
- उपलब्ध जागेचा योग्य वापर करणाऱ्या हालचाली होत्या का?

विद्यार्थ्यांचे ५-६ चे गट करा. एका गटाने दुसऱ्या गटासाठी एखादे विशिष्ट संगीत निवडावे. दुसऱ्या गटाने संगीत ऐकून त्यानुसार उपलब्ध असलेल्या जागेचा कसा वापर करायचा, कोणत्या हालचाली बसवायच्या, हालचालींची गती कशी असावी, त्यांच्यात किती वैविध्य असावे, त्या जोशपूर्ण की हळूवार असाव्यात याचा विचार करून नृत्य दिग्दर्शित करावे.



संगीत

थोडी गंमत करू

मागील वर्षभरात तुम्हांला आवडलेले संगीत कोणते? ते संगीत तुम्हांला का आवडले? खालील मुद्द्यांच्या आधारे चर्चा करा –

१. चाल

२. गायन

३. वापरलेली वाद्ये

४. ठेका

५. गाण्याचे शब्द

विद्यार्थ्यांशी वर्गात चर्चा करा. विद्यार्थ्यांनी सांगितलेल्या प्रत्येक प्रकारच्या संगीताबद्दल, दिलेल्या मुद्द्यांचे आधारे चर्चा करा.

इयत्ता ९ वीमध्ये आपण संगीताबद्दल काही प्राथमिक माहिती घेतली. यावर्षी आपण भारतीय ताल वाद्य व गीतप्रकार यांबद्दल अधिक माहिती घेऊ.

भारतीय वाद्ये

भारतीय ताल वाद्यांचे ४ प्रकार आहेत –

१. तंतु वाद्ये

ज्यामध्ये तारांच्या मार्फत स्वर निर्मिती होते, त्यांना तंतु वाद्ये म्हटले जाते. यात देखील दोन प्रकार असतात. तत वाद्ये व वितत वाद्ये.

तत वाद्ये : या वाद्यांमध्ये तारांना इतर कोणत्यातरी वस्तूने किंवा हाताने छेडले जाते. उदा. वीणा, सतार, तंबोरा, सरोद इत्यादी.

वितत वाद्ये : या वाद्यांमध्ये तारांना गजाच्या साहाय्याने छेडले जाते. उदा. सारंगी, व्हायोलीन इत्यादी.

२. सुषिर वाद्ये

जी वाद्ये फुंकर घातल्यामुळे किंवा हवेमुळे नाद निर्माण करतात, त्यांना सुषिर वाद्ये असे म्हणतात. उदा. बासरी, हार्मोनियम, सनई इत्यादी.

३. अवनद्ध वाद्ये

चामड्याने मढलेली तालवाद्ये या प्रकारात येतात. उदा. तबला, मृदंग, ढोलक, डमरू इत्यादी.

४. घन वाद्ये

या वाद्यांमध्ये, आघात केल्यामुळे स्वर निर्मिती होते. उदा. जलतरंग, झांज इत्यादी.

थोडी गंमत करू

विविध प्रकारची पाच गाणी ऐका. त्या गाण्यांमध्ये कोणकोणत्या प्रकारची वाद्ये वापरली आहेत हे तुम्हांला ओळखता येईल का? जमल्यास त्यामधील वाद्यांची नावे तुम्हांला ओळखता येतील का?

विद्यार्थ्यांशी वर्गात चर्चा करा. प्रत्येक गाण्यात कुठल्या प्रकारची वाद्ये वापरली आहेत व त्यांची नावे काय हे ओळखण्यास विद्यार्थ्यांना मदत करा. कदाचित सर्वच वाद्यांची नावे ओळखता येणार नाहीत. त्यावेळी मार्गदर्शन करा.

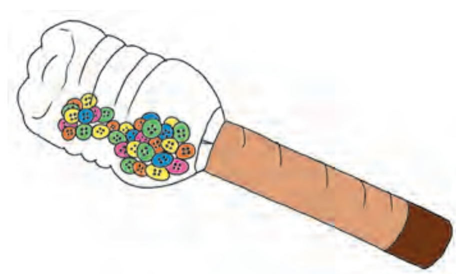
भूभागानुसार प्रचलित वाद्ये

भारत हा प्रचंड वैविध्याने नटलेला देश आहे. प्रत्येक राज्याची आपली अशी एक संस्कृती आहे. त्याचप्रमाणे प्रत्येक राज्याचे, भागाचे असे आपले विशिष्ट पारंपरिक संगीत आहे. या पारंपरिक संगीतासाठी वापरलेली वाद्ये देखील विशिष्ट आहेत. उदा. महाराष्ट्रातील लावणी या गीतप्रकारात ढोलकीचा ताल हा अत्यंत महत्त्वपूर्ण मानला गेला आहे. दाक्षिणात्य संगीतामध्ये मृदंगम् किंवा घटम् यांचे महत्त्वाचे स्थान असते. राजस्थानी संगीतामध्ये सारंगी व अल्गोझा नावाची बासरी प्रामुख्याने वापरली जाते.

विद्यार्थ्यांचे गट करा. प्रत्येक गटाला एक-एक प्रांत वाटून द्या. त्या प्रांतातील संगीत ऐकण्यास वेळ व साधने उपलब्ध करून द्या. प्रत्येक गटाने गाणी ऐकून कोणकोणत्या वाद्यांचा त्यात प्रामुख्याने उपयोग केला आहे याबद्दल चर्चा करा.

अशाच प्रकारे इतर प्रांतांत वापरल्या जाणाऱ्या वाद्यांबद्दल आपल्याला काही सांगता येईल का?

थोडी गंमत करू



स्वत: वाद्य निर्माण करणे

तुम्हांला तुमच्या आजूबाजूला उपलब्ध असलेले डबे, बाटल्या, तारा, रबर यांचा वापर करून काही वाद्य निर्मिती करता येईल का? त्यातून कर्ण मधुर नाद निघायला हवा, इतकेच महत्त्वाचे आहे.

ऑर्केस्ट्रा वाद्यवृंद तयार करणे

तुम्ही तयार केलेली वाद्ये वापरून एक ऑर्केस्ट्रा तयार करा व एक गाणे बसवा.

विद्यार्थ्यांना त्यांच्या आवडीनुसार गटात किंवा एकटेच काम करू द्यावे. प्रत्येकाने पुढे येऊन स्वत: बनवलेल्या वाद्यांचे प्रात्यक्षिक करावे.

विद्यार्थ्यांचे गट करा. प्रत्येक गटाने एक गाणे बसवणे अपेक्षित आहे. त्या गाण्याचे सादरीकरण स्नेहसंमेलनात किंवा तुमच्या वर्गात करा.

गीत

शास्त्रीय संगीतात गीते गायली जातात. गीतांचे अनेक प्रकार राग गायनात प्रचारात आहेत. हे गीत प्रकार समजावून घेण्यापूर्वी गीत कसे असावे यासंबंधी फार पूर्वीपासून संगीत तज्ज्ञांनी जे प्रतिपादन केले आहे त्याचा प्रथम विचार करू. संगीताचा प्रधान हेतू मनाचे रंजन करणे हा असल्याने गीत रचनेत ते सामर्थ्य असले पाहिजे. या दृष्टीने आदर्श गीताची लक्षणे कोणती याबाबत जुन्या संगीत ग्रंथात पुढील श्लोक आढळतो.

सुस्वरम्, सुरसम् चैव, मधुरम् मधुराक्षरम्

सालंकारम् प्रमाणं च षडवर्यम् गीतलक्षणम्

याचा अर्थ, उत्तम स्वरांनी नटलेले, योग्य रसांचा (भावांचा) परिपोष करणारे, मधुर अक्षरांनी युक्त व गोड राग रचनेत बांधलेले, अलंकारयुक्त, योग्य लयीत प्रमाणबद्ध केलेले अशा गीतांची सहा लक्षणे आहेत.

थोडा विचार करा

ESKRVL

- तुम्ही ऐकलेली कोणती तीन गीते वरील निकषांवर उतरतात?
- जुन्या काळातील संगीत व या काळातील संगीत यांमध्ये तुम्हांला काही फरक जाणवतो का? विचार करा.

मूल्यमापन (भारांश २०%)

निकष	उत्तम (खूप चांगले)	योग्य (समाधानकारक)	अयोग्य (असमाधानकारक)	गुण
नाट्य संवादांना संदर्भ देणे	योग्य संदर्भ देऊन त्याप्रमाणे आवाज, देहबोली इत्यादींचा योग्य वापर केला.	योग्य संदर्भ दिला पण आवाज देहबोली इत्यादींचा योग्य वापर केला नाही.	संदर्भहीनपणे नुसती वाक्ये म्हटली	
संगीत वाद्य निर्मिती	नाद निर्माण करणारे वाद्य निर्माण केले. वाद्य निर्मितीमध्ये कल्पकता दिसून आली.	वाद्य निर्मिती केली पण त्यातून निघणारा ध्वनी कर्णमधुर नव्हता.	वाद्य निर्मिती केलीच नाही.	
नृत्य नृत्य सादरीकरण	पाठात दिलेल्या निकषांच्या आधारे जोश, काळ व अवकाश यांचा योग्य वापर करून नृत्य सादर केले	चारपैकी दोन मुद्द्यांच्या आधारे सादरीकरण केले	एखाद्याच निकषाचा वापर करून केवळ कृती पूर्ण केली.	

१० वीची परीक्षा संपली होती. निकाल जाहीर झाला नव्हता. पाचही जण त्यांच्या आवडत्या आंब्याच्या झाडाखाली गप्पा मारत बसले होते.
मला खूप रुखरुख वाटते आहे. आता आपली मैत्री तुटणार.. आपण सगळे वेगवेगळ्या दिशांनी जाणार.. आपल्या भेटी कमी होतील.. सगळी मजा संपली..
अशी निराश का होतेस?.. उलट आता आपण एका नवीन खऱ्या जगात प्रवेश करणार आहोत..
हो रे.. म्हणूनच.. उत्सुकतापण आहे आणि काळजीपण आहे.. यापुढे काही अडचणी आल्या तर?
अडचणी तर येणारच.. आठवतंय.. धैर्यधर व धैर्यशीला आपल्याला सोडून जाताना देखील आपल्याला असेच वाटले होते.. पण आपणंच स्वत:चे प्रश्न सोडविले.. नाही का?
हो.. आणि या पुढे देखील आपले प्रश्न आपल्यालाच सोडवावे लागतील.. आपण या दोन वर्षांत जे शिकलो ते आपल्यासोबत नेहमी राहील.. आणि पुढील आयुष्यात आपल्या कामी येईल.
मला एक नक्की समजले आहे.. यशस्वी होण्याइतकेच चांगले नागरिक होणे, इतरांची मदत करणेदेखील महत्वाचे आहे.
आणि मूल्याधिष्ठित जगणे देखील !
कोणत्याही प्रश्नाला न घाबरता तोंड दिले पाहिजे !
एकदा अपयश आल्याने सगळे संपत नाही.. आपण नेहमीच पुन्हा प्रयत्न करू शकतो..
आणि कोणास ठाऊक.. कदाचित यशस्वी झाल्यावरही असेच एकमेकांना भेटत राहू.. खोड्या काढायला..
सगळे हसतात.

संदर्भ

१. आकृती – आभा भागवत

२. संगीत शास्त्र परिचय – आनंद म. गोडसे

३. संगीत शास्त्र – डॉ. वसंतराव राजोपाध्ये

४. संगीत विशारद – वसंत

५. २१ व्या शतकातील जीवनकौशल्यांवर संशोधन व विकास – श्यामची आई फाऊंडेशन.

६. देवनागरी चित्रे – विष्णुपंत चिंचाळकर गुरुजी

७. Discipline without tears - Rudolf Dreikurs

८. Positive Discipline - Jane Nelson

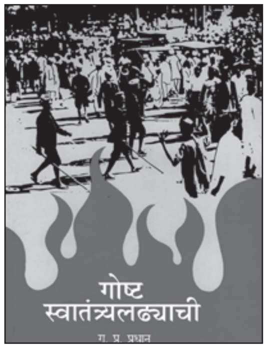
९. Superiority and social interest - Alfred Adler

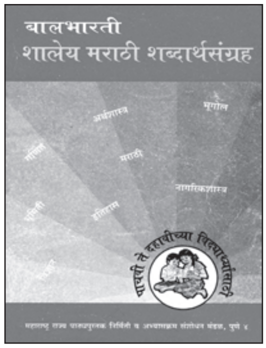
संदर्भासाठी संकेतस्थळे

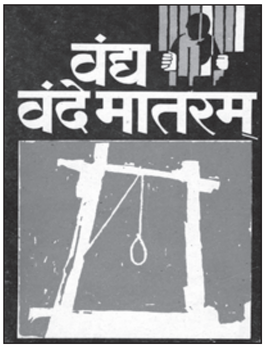
1. www.safindia.org
2. http://mahacareermitra.in
3. http://ccrtindia.gov.in
4. http://ncert.nic.in
5. https://www.hindustantimes.com
6. https://www.elementsofdance.org
7. http://centurydancesport.com
8. http://www.nationalartsstandards.org
9. https://www.slideshare.net
10. www.marathiworld.com
11. http://majhamaharashtra.net
12. http://ketkardnyankosh.com

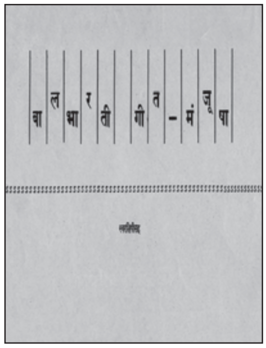
पुस्तकातील काही चित्रे शैक्षणिक उपयोगासाठी इंटरनेटवरून घेतलेली आहेत.

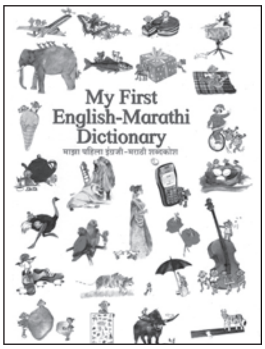
***











- पाठ्यपुस्तक मंडळाची वैशिष्ट्यपूर्ण पाठ्येत्तर प्रकाशने.
- नामवंत लेखक, कवी, विचारवंत यांच्या साहित्याचा समावेश.
- शालेय स्तरावर पूरक वाचनासाठी उपयुक्त.

पुस्तक मागणीसाठी www.ebalbharati.in, www.balbharati.in संकेत स्थळावर भेट द्या.

साहित्य पाठ्यपुस्तक मंडळाच्या विभागीय भांडारांमध्ये विक्रीसाठी उपलब्ध आहे.

ebalbharati

विभागीय भांडारे संपर्क क्रमांक : पुणे - ☎ २५६५९४६५, कोल्हापूर- ☎ २४६८५७६, मुंबई (गोरेगाव) - ☎ २८७७१८४२, पनवेल - ☎ २७४६२६४६५, नाशिक - ☎ २३९१५११, औरंगाबाद - ☎ २३३२१७१, नागपूर - ☎ २५४७७१६/२५२३०७८, लातूर - ☎ २२०९३०, अमरावती - ☎ २५३०९६५

महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ, पुणे.

स्व-विकास व कलारसास्वाद इयत्ता दहावी (मराठी) ₹ ६३.००