



**BAOU**  
Education  
for all

# ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

(ગુજરાત સરકાર દ્વારા સ્થાપિત)

“જ્યોતિર્મય” પરિસર

સરખેજ-ગાંધીનગર હાઈવે, છારોડી, અમદાવાદ – 382 481.

E-mail : [info@baou.edu.in](mailto:info@baou.edu.in) Website : [www.baou.edu.in](http://www.baou.edu.in)



## ડિપ્લોમા ઇન યોગ સાયન્સ

નામ :	
રોલ નંબર:	પરીક્ષા નંબર:
વિષય:	વર્ષ:

ડો.બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ

ડિપ્લોમા ઇન યોગ સાયન્સ

પાઠ નોંધપોથી

● અનુક્રમણિકા ●

પાઠ નંબર	વિષય	શાળા/કોલેજ/સંસ્થા	અભ્યાસ વર્ષ/ ધોરણ	તારીખ	નિરીક્ષકની સહી

વાર્ષિક પરીક્ષા વખતે:

પરીક્ષકની સહી:

આચાર્યની સહી

## પાઠ આપનાર શિક્ષકને સામાન્ય સૂચનો

૧. પાઠ આપવા જતાં પહેલાં પાઠ માટે માનસિક અને શારીરિક રીતે તૈયાર થઈ જાવ, આમ કરવાથી તમારો આત્મવિશ્વાસ કેળવાશે.
૨. શિક્ષકે વર્ગને લેવા ૧૦ મિનિટ વહેલા જવું જોઈએ એટલું જ નહીં પણ તાસ શરૂ થતાં પહેલાં વિદ્યાર્થીઓ યોગ વર્ગ ઉપર આવી જાય તે ખ્યાલમાં રાખવું જોઈએ.
૩. પાઠ શરૂ થયા પહેલાં જરૂર પ્રમાણેનાં સાધનો તપાસી તેને યોગ વર્ગ ઉપર યોગ્ય જગ્યાએ મુકવો.
૪. પાઠનું આયોજન વિદ્યાર્થીઓની શક્તિ, રસ, જરૂરિયાત, ધોરણ અને જાતિને લક્ષમાં લઈને કરો.
૫. પાઠ્ય વસ્તુ ઉપર નિષ્ણાંતપણું શિક્ષક માટે અનિવાર્ય બને છે.
૬. પાઠ આપવા જતાં યોગ્ય પોશાકમાં જ આવો અને વિદ્યાર્થીઓ પણ યોગ્ય ગણવેશમાં જ આવે તેવો આગ્રહ રાખો.
૭. શિક્ષકની શીખવવાની પદ્ધતિ પાઠમાં લીધેલી પ્રવૃત્તિને યોગ્ય જ હોવી જોઈએ.
૮. સૂચના આપવા માટે શિક્ષકે અવાજને સ્પષ્ટ બનાવવો જોઈએ.
૯. શિક્ષકને બધાં જ વિદ્યાર્થીઓ જોઈ શકે અને શિક્ષક બધાં વિદ્યાર્થીઓને જોઈ શકે તે પ્રમાણે વર્ગની ગોઠવણી કરવી જોઈએ.
૧૦. વિદ્યાર્થીઓ કોઈ પણ મુશ્કેલી વગર ક્રિયાઓ કરી શકે તે માટે તેઓને પૂરતું અંતર આપવો.
૧૧. વિદ્યાર્થીઓ સાથે જરૂર વગરની વાતો તથા દલીલો હંમેશા દૂર રહો.
૧૨. શિક્ષકે પોતાનામાં રહેલી સંપૂર્ણ શક્તિનો ઉપયોગ કરી બાળકોને શિક્ષણ આપવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.
૧૩. મુકરર સમયમાં પાઠ પૂરો કરો – આ માટે જ તે વિભાગના ફાળવેલા સમય મુજબ તે તે વિભાગ પૂરો કરવા પ્રયત્ન કરો.
૧૪. પાઠ દરમિયાન સમજૂતી ટૂંકમાં અને સ્પષ્ટ રીતે આપવી જોઈએ. બોલવામાં પ્રાંતીય દોષો નાં આવે તેનો ક્રમાસ ખ્યાલ રાખો અને હંમેશા યાદ રાખો કે ભાષા શુદ્ધિ એ સારા શિક્ષકનું ઉત્તમ લક્ષણ છે.
૧૫. શિક્ષણ દરમિયાન વિદ્યાર્થી સાથે મનથી વર્તવાની ટેવ પાડો. કોઈપણ વિદ્યાર્થી સાથે જાણ્યે અજાણ્યે પણ તોછડાઈભર્યું વર્તન ન થઈ જાય તેની ચીવટ રાખો.
૧૬. પાઠ દરમિયાન ગેરશિસ્ત જેવા અસાધારણ સંજોગોમાં પણ માનસિક સમતુલા જાળવી તેનું યોગ્ય નિરાકરણ લાવો. તમારાથી જો તે શક્ય ન હોય તો નિરીક્ષક સાહેબની સલાહ લો.
૧૭. કોઈપણ સંજોગોમાં વિદ્યાર્થીને મારવાની કે શારીરિક ઈજા થાય તેવી શિક્ષા કરવાની સખ્ત મનાઈ છે.



