

विद्यार्थ्यांच्या दफ्तराचे ओझे कमी करण्याबाबत
करावयाच्या उपाययोजना.

महाराष्ट्र शासन
शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग
शासन निर्णय क्रमांक: दओझे-१८१४/प्र.क्र.१६५/एस.डी.४

मादाम कामा मार्ग, हुतात्मा राजगुरु चौक,
मंत्रालय, मुंबई- ४०० ०३२
दिनांक: २१ जुलै, २०१५

वाचा :-

- १) शासन निर्णय, शालेय शिक्षण विभाग-सुप्राअ-१०९६/(१५४/९६)/माशि-५,
दिनांक २७ मे, १९९७
- २) शासन निर्णय, शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग क्र. सुप्राअ-२००६/(३४/२००६)/प्राशि-५,
दिनांक १९ एप्रिल, २००६
- ३) शासन निर्णय, शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग क्र. न्यायाप्र १८१४/(१६५/१४)/एस.डी.४,
दिनांक २५ नोव्हेंबर, २०१४

प्रस्तावना —

वरील संदर्भित क्र. (१) व (२) च्या शासन निर्णयान्वये शालेय विद्यार्थ्यांच्या पाठीवरील दफ्तराचे ओझे कमी करण्याबाबत सूचना दिलेल्या आहेत. प्रमाणापेक्षा अधिक वजनाचे दफ्तर वाहणाऱ्या मुलांमध्ये पाठदुखीचा त्रास होणे, सांधे आखडणे, स्नायू आखडणे, मणक्याची झीज होणे, मान दुखणे, फुफ्फुसांची कार्यक्षमता कमी होणे, थकवा येणे, मानसिक ताण येणे, डोकेदुखी यासारखे आजार होऊ शकतात व याचा मुलांच्या शारीरिक वाढीवर अनिष्ट परिणाम होऊ शकतो. बालवयात विद्यार्थ्यांच्या शरीरावर होणाऱ्या अनिष्ट परिणामांमुळे भविष्यातही त्यांना अनेक शारीरिक, मानसिक व्याधी जडू शकतात. शालेय विद्यार्थ्यांच्या पाठीवरील दफ्तराचे ओझे कमी करण्याबाबत मा. उच्च न्यायालय, खंडपीठ, नागपूर येथे जनहित याचिका क्र. ५३/२०१४ दाखल करण्यात आलेली आहे. या याचिकेच्या अनुषंगाने दफ्तराचे ओझे कमी करणेबाबत करावयाच्या उपाययोजना व या उपाययोजना करताना येणाऱ्या अडचणीबाबत नेमके उपाय सुचविण्यासाठी शासनाच्या दिनांक २५/११/२०१४ च्या शासन निर्णयान्वये शिक्षण संचालक (प्राथमिक) यांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन करण्यात आली होती.

२. दफ्तराचे वजन विद्यार्थ्यांच्या वजनापेक्षा १० टक्के पेक्षा अधिक असू नये असा सर्वसाधारण संकेत आहे. विद्यार्थ्यांच्या दफ्तराचे वजन केले असता ते त्यांच्या शारीरिक वजनाच्या २० ते ३० टक्क्यांपेक्षाही अधिक आढळून आले. विद्यार्थ्यांच्या दफ्तरात अभ्यास मंडळामार्फत पुरविण्यात येणाऱ्या पाठ्यपुस्तकांव्यतिरिक्त आवश्यकतेपेक्षा अधिक वह्या, जाड पुठ्यांच्या फुलस्केप वह्या, प्रयोग वह्या,

अधिक पानांच्या वह्या, अनावश्यक लेखन साहित्य, चित्रकला साहित्य, शब्दकोश, रायटिंग पॅड, खाजगी प्रकाशनाचे पूरक साहित्य, गाईडस्, शिकवणीचे दप्तर, स्वाध्याय पुस्तिका, शिष्यवृत्तीची पुस्तके, अधिक वजनाचा कंपास बॉक्स, फॅशनेबल व वजनदार दप्तर, पिण्याच्या पाण्याची बाटली, खाऊचा डबा, स्वेटर, सनकोट, डे-केअरला जाणाऱ्या मुलांकडे साहित्याची बॅग, खेळाचे साहित्य, सौंदर्य प्रसाधने इत्यादींमुळे दप्तराचे वजन १० टक्केपेक्षा अधिक होत असल्याचे समितीच्या निदर्शनास आले आहे.

३. असेही निदर्शनास आले की, दप्तराचे ओझे शहरी भागांमध्ये जास्त असून राज्य मंडळाव्यतिरिक्त इतर मंडळाच्या शाळांमध्ये मोठ्या प्रमाणावर दिसून येते.

४. सदर समितीने विविध बैठका घेऊन तसेच शिक्षक, पालक, शिक्षणतज्ञ, संस्थाचालक, विद्यार्थी, स्वयंसेवी संस्था इत्यादींशी चर्चा करून दप्तराचे ओझे कमी करण्याबाबत उपाययोजना करण्याबाबत अहवाल शासनास सादर केला आहे. समितीच्या अहवालावर पुन्हा चर्चा करण्यात आली. तसेच, या आधी निर्गमित केलेल्या शासन निर्णयांचे अध्ययन करण्यात आले. तसेच, याआधीचे निर्गमित केलेले दोन शासन निर्णय का अप्रभावी ठरले यावर विचार विनिमय करण्यात आला. यानंतर असे लक्षात आले की, दप्तराचे ओझे अधिक असणे म्हणजे काय, राज्य शासन व्दारा देण्यात येणाऱ्या प्रत्येक इयत्तेची पुस्तके आणि त्यास लागणाऱ्या आवश्यक (किमान) वह्या यांचे वजन किती, मुलांसोबत पिण्याचे पाणी देण्याची आवश्यकता, खाऊचा डबा देण्याची आवश्यकता, हे सर्व ठेवण्यासाठी लागणाऱ्या बॅगेचे वजन, पाण्याच्या बाटलीचे वजन व खाऊच्या डब्याचे वजन या सर्व वजनांमध्ये गणितीय विश्लेषण करण्याची आवश्यकता आहे. राज्य शासनाद्वारे विहित केलेली पाठ्यपुस्तके आणि त्यासाठी लागणाऱ्या किमान वह्यांचे वजन मुलांच्या वयोगटानुसार वजनाच्या १० टक्के पेक्षा कमी किंवा जास्त याचेही विश्लेषण करण्यात आले. मुलांचे वजन भारतीय वैद्यकिय संशोधन परिषद (Indian Council of Medical Research) च्या निकषानुसार वयोगटानुसार विचारात घेण्यात आले. या विश्लेषणाअंती दिसून आले की, सर्व वर्गातील मुलांचे दप्तराचे ओझे त्यांच्या शारीरिक वजनाच्या १० टक्के पेक्षा कमी आहे. असेही लक्षात आले की पालकांद्वारे पाण्याची जी बाटली मुलांच्या दप्तरात टाकली जाते त्याची क्षमता साधारण अर्ध्या लिटरची असते म्हणजे बाटलीचे वजन सोडल्यास पाण्याचे वजन अर्धा किलो असते. तसेच, अर्ध्या किलो पेक्षा अधिक खाऊ देण्याची आवश्यकता नसल्यामुळे अधिक वजन नसलेली पाण्याची बाटली, खाऊचे डबे व दप्तर निवडल्यास पाठ्यपुस्तके व वह्यांशिवाय, इतर वस्तुंचे वजन (पाणी, खाऊ, पाण्याची बाटली, खाऊचा डबा व हे सर्व ठेवण्यासाठी बॅग या सर्वांचे मिळून वजन) १ कि.ग्रॅ.च्या आत असू शकते.

५. वरील विश्लेषणावरून स्पष्ट होते कि, मुलांच्या दप्तरात परिच्छेद - २ मध्ये नमूद केलेल्या कोणत्याही वस्तू ठेवण्यासाठी weight allowance उपलब्ध नाही. असेही लक्षात आले की, अधिकांश शाळांमध्ये पिण्याच्या पाण्याची सोय असते त्यामुळे, पालकांनी वेगळ्याने दप्तरामध्ये पाण्याची बाटली टाकावयाची गरज नाही. तसेच, विविध वयाच्या मुलांच्या शरीरासाठी शाळेच्या वेळेत पाण्याची आवश्यकता अर्धा लिटरपेक्षा अधिक असू शकते. त्यामुळे दिवसभर अर्धा लिटर पाण्यावर राहणे त्यांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने घातक होऊ शकते.

६. शासनाने यापूर्वी निर्गमित केलेल्या शासन निर्णयांमध्ये दप्तराचे ओझे कमी करणे म्हणजे नेमके दप्तराचे वजन किती किलोग्राम पेक्षा कमी असावे याबाबतीत स्पष्ट उल्लेख नसल्याचे आढळून आले. त्यामुळे या शासन निर्णयांची अंमलबजावणी होत आहे की नाही हे निश्चित सांगणे शक्य नव्हते. यामुळे शासनाने दोन शासन निर्णय निर्गमित करून सुध्दा मुलांच्या दप्तराचे ओझे अधिक असण्याबद्दल तक्रारी सुरु राहिल्या. त्यामुळे प्रत्येक वयोगटासाठी allowed दप्तराचे वजन स्पष्ट करणे आवश्यक झाले आहे. याआधारे पालक स्वतः दप्तराच्या वजनावर नियंत्रण ठेऊ शकतात. याबाबत स्पष्टता आल्याने मुख्याध्यापक सुध्दा दप्तराच्या वजनावर नियंत्रण ठेऊ शकतात.

७. या बाबींवर विचार केल्यावर मुलांचे वजन, दप्तरामध्ये समाविष्ट प्रत्येक बाबींचे वजन याबद्दल स्पष्टता आणणे व त्या वजनावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी पालक, मुख्याध्यापक व शाळा पातळीवर आवश्यक उपाययोजना व त्या विषयी "लोकशिक्षण" ही बाब शासनाच्या विचाराधीन होती.

शासन निर्णय-

विद्यार्थ्यांच्या बौद्धिक वाढीबरोबरच निकोप व सुदृढ शारीरिक वाढ होणे महत्त्वाचे आहे. विद्यार्थ्यांना तणावमुक्त करून आनंददायी शिक्षण व्यवस्था निर्माण करण्याच्या दृष्टीने इ. १ ली ते १० वी पर्यंतच्या विद्यार्थ्यांचे दप्तराचे ओझे कमी करण्याबाबत खालील सूचना देण्यात येत आहेत. या सूचना राज्यांतर्गत सर्व मंडळांच्या शाळांना लागू राहतील.

८. पालकांनी घ्यावयाची काळजी :-

८.१) प्रत्येक पालकाने आपल्या मुलाच्या दप्तराचे वजन मुलाच्या वजनाच्या १० टक्के पेक्षा कमी आहे याची काळजी घ्यावयाची आहे. त्यासाठी प्रत्येक पालकाने आपले मुलाचे वजन माहित करून घ्यावे. पहिल्या वर्गातील मुलांचे सर्वसाधारण वजन २० किलो तर आठव्या वर्गातील मुलांचे सर्वसाधारण वजन ४२ किलो इतके असते. बाकीच्या वर्गातील मुलांचे वजन या दोन्हीच्या मध्ये असतात. अधिक तपशीलासाठी परिशिष्ट "अ" पहा.

म्हणजेच पहिल्या वर्गातील मुलांच्या दप्तराचे वजन २ किलो तर आठव्या वर्गातील मुलांच्या दप्तराचे वजन ४.२ किलोग्राम पेक्षा अधिक असू नये.

८.२) शालेय पोषण आहार देणाऱ्या प्रत्येक शाळेमध्ये वजन करण्याची सोय आहे. या शाळांमध्ये दर तिमाहीमध्ये प्रत्येक मुलाचे वजन केले जाते. त्याच वजन काट्याचा उपयोग दप्तराचे वजन काढण्यासाठी सुध्दा करावा. विद्यार्थ्यांला सांगून त्याचे व दप्तराचे वजन एकदा काढून घ्यावे. त्या माहितीच्या आधारे दप्तराचे वजन आवश्यकतेनुसार कमी करावे.

८.३) दप्तराचे वजन कमी करण्यासाठी काही उपाययोजना खालील प्रमाणे सुचविण्यात येत आहेत.

८.३.१) राज्य शासनाद्वारे विहित पाठ्यपुस्तके आणि त्यासाठी लागणाऱ्या प्रत्येक विषयासाठी एक १०० पानी वहीचे एकूण वजन ज्या त्या वयोगटातील मुलांच्या वजनाच्या १० टक्के पेक्षा कमी असते. हे शासनाद्वारे तपासून घेण्यात आले आहे.

८.३.२) महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाशिवाय इतर शिक्षण मंडळामध्ये शिकणाऱ्या मुलांच्या पालकांनी त्या बोर्डावर विहित पुस्तके आणि त्यासाठी लागणाऱ्या किमान वह्यांचे वजन करून ते मुलांच्या वजनाचे १०% पेक्षा कमी किंवा जास्त आहे हे तपासून घ्यावे. सदर वजन १०% पेक्षा जास्त असल्यास-

८.३.२.१) सर्वात आधी वह्यांची जाडी कमी केल्याने जास्त वजनाचा प्रश्न सुटू शकेल काय हे पहावे. असे झाल्यास जास्त वजनाचा प्रश्न येथेच मिटतो.

८.३.२.२) याने वजन १० टक्केच्या आत न आल्यास मुख्याध्यापकांसोबत चर्चा करून वेळापत्रकामध्ये शाळेसाठी दिलेल्या सूचनांप्रमाणे कार्यवाही करावी.

८.३.२.३) इतर बोर्डांमध्ये शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांचे प्रमाण शहरी भागात अधिक असते. तसेच, या पालकांची आर्थिक स्थिती ही तुलनात्मकदृष्ट्या चांगली असते. त्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या दप्तरात संबंधित मंडळामार्फत विहित

पाठ्यपुस्तकांव्यतिरिक्त आवश्यकतेपेक्षाही अधिक वह्या, जाड पुठ्यांच्या फुलस्केप वह्या, प्रयोग वह्या, अधिक पानांच्या वह्या, अनावश्यक लेखन साहित्य, चित्रकला साहित्य, डिक्शनरी, रायटिंग पॅड, खाजगी प्रकाशनाचचे पूरक साहित्य, गाईडस्, शिकवणीचे दप्तर, स्वाध्याय पुस्तिका, शिष्यवृत्तीचे पुस्तके, अधिक वजनाचा कंपास बॉक्स, फॅशनेबल व वजनदार दप्तर, पिण्याच्या पाण्याची बाटली, खाऊचा डबा, स्वेटर, सनकोट, डे-केअरला जाणाऱ्या मुलांकडे साहित्याची बॅग, खेळाचे साहित्य, सौंदर्य प्रसाधने या वस्तू दप्तरात टाकले जातात. ते साहित्य कमी करावे जेणेकरून दप्तराचे वजन मुलांच्या वजनांच्या १० टक्केच्या मर्यादेत राहिल. अशा पालकांनी घरी वजन करण्याची सोय करून घ्यावी.

- ८.४) प्रत्येक पालकाने मुलांच्या शाळेशी निगडीत सर्व साहित्य घरात एकच ठिकाणी ठेवण्यासाठी कपाट, रॅक, पेटी किंवा मोठी बॅग ठेवावी. त्यामध्ये शाळेसाठी त्यावर्षी लागणारे सर्व साहित्य ठेवावे. मुलांच्या दप्तरात फक्त तेवढेच साहित्य टाकावे जेवढे त्यादिवशी शाळेमध्ये लागणार आहे. बाकीचे साहित्य घरातील या विशिष्ट ठिकाणी ठेवावे. याच्या योग्य व्यवस्थापनासाठी शाळेच्या आदल्या रात्री पालकांनी शाळेने दिलेले वेळापत्रक पाहून पुढील दिवसासाठी शाळेत लागणारे आवश्यक तेवढेच साहित्य दप्तरात टाकावे. बाकीचे साहित्य घरीच ठेवावे.
- ८.५) बॅग विकत घेताना कमी वजनाची बॅग विकत घ्यावी जेणेकरून बॅगेच्या वजनामुळे दप्तराचे वजन अत्यधिक वाढणार नाही.
- ८.६) अधिकांश शाळांमध्ये मध्यान्ह भोजन दिले जाते. ज्या शाळांमध्ये दिले जात नाही तेथे विशेषतः सी.बी.एस्.ई / आय.सी.एस्.ई बोर्डाच्या शाळांमध्ये आर्थिक दृष्ट्या चांगल्या पालकांची मुले शिकतात. त्या शाळांमध्ये साधारणतः उपहारगृहाची सोय असते. नसल्यास शाळा व्यवस्थापन सोबत चर्चा करून त्याची व्यवस्था करून घ्यावी. अशा प्रकारे सोय झाल्यावर बहुतेक खाऊचा डबा दप्तरासोबत द्यावा लागणार नाही. तरी

सुध्दा आवश्यक असल्यास शक्य तेवढ्या कमी वजनाच्या डब्यात खारू टाकावा, यामुळे दप्तराचे वजन मर्यादित ठेवण्यास मदत होईल. मात्र मुले समतोल आहार (ज्या आहारात उष्मांक, प्रथिने व सूक्ष्मद्रव्य योग्य प्रमाणात असतात) घेतील, याची काळजी घ्यावी. बाजारात बऱ्याच खाण्याच्या वस्तू मिळतात ज्यात फक्त उष्मांक असतो, इतर दोन घटक त्यात नसतात. असे खाण्याचे पदार्थ मुलांना आवडतात. अशा फक्त उष्मांक असलेल्या पदार्थांना 'एम्प्टी कॅलरिज' (empty calories) असे संबोधले जाते. सदर पदार्थ हे जंक फूड असतात. असे पदार्थ खाल्याने मुलांचे वजन वाढते पण शरीराला प्रथिने आणि सूक्ष्म द्रव्ये कमी मिळतात. हे शरीराच्या दृष्टीने योग्य नाही. त्याचप्रमाणे या शासन निर्णयाच्या **परिशिष्ट "अ"** मधील तक्त्यानुसार त्या वयोगटाच्या मुलांच्या वजनापेक्षा कमी वजन असलेल्या मुलांचे वजन वाढवायची गरज आहे. यासाठी मुलाला सध्याच्या पेक्षा अधिक समतोल आहार खायला मिळेल याची काळजी घ्यावी. शालेय पोषण आहार दिल्या जाणाऱ्या शाळांमध्ये मुले कुपोषित राहणार नाही हे उद्दीष्ट ठेवून शासन मुलांचे BMI (Body Mass Index) योग्य प्रमाणात राहिल याची काळजी घेणार आहे. बाकीच्या शाळेच्या पालकांनी सुध्दा ती काळजी घ्यावी. प्रत्येक वयोगटाच्या मुलांचे आदर्श BMI **परिशिष्ट "ब"** मध्ये दर्शविलेले आहेत.

- ८.७) आरोग्याच्या नियमानुसार प्रत्येक व्यक्तीने रोज ३ ते ५ लिटर पाणी प्यायला पाहिजे. अधिकांश लोक यापेक्षा कमी पाणी पितात. पालकांनी आपल्या मुलांना योग्य प्रमाणात पाणी पिण्याची सवय लावावी. शाळेच्या वेळेत मुलांना साधारणपणे पाऊण ते एक लिटर पाणी प्यावे लागणार आहे. असे निदर्शनास आले आहे की, अधिकांश पालक अर्धा लिटर पाण्याची बाटली दप्तरात टाकतात. योग्य प्रमाणात पाणी द्यावयाचे झाल्यास दप्तराचे वजन वाढणार आहे. त्यामुळे शाळा व्यवस्थापनासोबत चर्चा करून पिण्याच्या पाण्याची अशी सोय करावी ज्यामुळे मुलांच्या दप्तरात पाण्याची बाटली टाकावी लागणार नाही. सद्यस्थितीत जास्तीत जास्त मुले आणि विशेष करून शिक्षक शाळेमध्ये उपलब्ध पाणी पितात. सर्व शाळांनी ती व्यवस्था केलेली आहे. यामुळे दप्तरात पाण्याची बाटली टाकावयाची गरज नाही. तरी सुध्दा एखाद्या पालकांने बाटली टाकावयाचीच ठरविल्यास बाटलीचे वजन कमी (मिनरल वाटरच्या बाटलीचे वजन सर्वात कमी असते) राहिल याची काळजी घ्यावी.

९. शाळेने घ्यावयाची काळजी:-

परिशिष्ट "अ" मधील तक्त्याचा नीट अभ्यास करावा. दफ्तराचे वजन अधिक असल्यास मुलांना शारीरिक व्याधी संभवते. यासाठी या शासन निर्णयाच्या प्रस्तावनेचा पहिला परिच्छेद पहावा. दफ्तराचे वजन मुलाच्या वजनाच्या १० टक्केच्या आत राहिल याची जबाबदारी पालकांएवढीच मुख्याध्यापकाची आहे. यापुढे शाळेमुळे मुलांच्या दफ्तराचे वजन मर्यादेपेक्षा जास्त होणार नाही यासाठी शाळेने सर्जनात्मक पध्दतीने वेळापत्रक तसेच गृहपाठाचे नियोजन करावयाचे आहेत. सर्व मुख्याध्यापक प्रशिक्षित आणि सुज्ञ असल्यामुळे स्वतः वेग-वेगळे विचार करतीलच किंबहुना याअधीही केला असणार आहे. परंतु दफ्तराच्या ओझ्याबद्दलच्या तक्रारी समाजामधून येतच आहेत. कोणत्याही दिवशी मुलांना अधिक पुस्तके आणि वह्या आणाव्या लागणार नाही, यासाठी काही सूचना खाली दिलेल्या आहेत. यापेक्षाही अधिक चांगल्या उपाययोजना मुख्याध्यापकांकडे असू शकतात याचीही जाण शासनास आहे.

९.१) इयत्ता ४ थी ते १० वी च्या विद्यार्थ्यांनी वेळापत्रकानुसारच पाठ्यपुस्तके वर्गात आणावीत. शासनाने / बोर्डाचे विहित केलेल्या पाठ्यपुस्तकांव्यतिरिक्त इतर कोणतीही पुस्तके शाळेत आणण्याची गरज नाही. अशा साहित्यांमुळे दफ्तराचे वजन मर्यादेपेक्षा अधिक होत असल्यास त्यावर मुख्याध्यापक स्तरावर बंदी घालण्यात यावी.

९.२) शिक्षकांनी गृहपाठाचे नियोजन करावे व गृहपाठ तपासण्यासाठी विषयनिहाय दिवस निश्चित करण्यात यावा. त्या दिवशी त्याच विषयाच्या गृहपाठाची वही मुलांनी आणावी. एकाच दिवशी अनेक विषयांचे गृहपाठ व निबंध तपासणीसाठी ठेवू नयेत. इयत्ता १ ली व २ री साठी गृहपाठाच्या वह्यांची आवश्यकता नाही.

९.२.१) १०० पानांपेक्षा मोठ्या व जाड कव्हर असलेल्या वह्यांची विद्यार्थ्यांना सक्ती करू नये. विद्यार्थ्यांना तशा प्रकारच्या सूचना शाळेने द्याव्यात. तसेच प्रथम आणि द्वितीय सत्रासाठी वर्गपाठ आणि गृहपाठ यांच्या वह्या स्वतंत्र ठेवण्याबाबत नियोजन करता येईल. अभ्यासक्रमातील जोडविषयांसाठी एकच वही वापरता येईल.

९.२.२) कार्यानुभव, चित्रकला, संगणक, शारीरिक शिक्षण, बालवीर व वीरबाला इ. विषयांसाठी वह्या वापरण्यात येत असल्यास त्या शाळेमध्येच ठेवण्यात याव्यात.

९.२.३) शाळेत ग्रंथालयासारखे "दफ्तरालय" सुरु करावे. यात इयत्ता निहाय आवश्यकतेनुसार शैक्षणिक साहित्य विद्यार्थ्यांनिहाय उपलब्ध करण्याची

आवश्यक नोंदीसह व्यवस्था करता येईल. कपाट / हॅगर्स / रॅकची व्यवस्था करता येईल. यासाठी लोकसहभागाची मदत होऊ शकेल.

९.२.४) काही जिल्हा / गट / बीट / केंद्र / शाळांनी मागील वर्षाची न फाटलेली पुस्तके जमा केली आहेत. यामुळे बहुतांश विद्यार्थ्यांसाठी शाळेत पुस्तके उपलब्ध झाली आहेत. त्यामुळे मुले यावर्षी दिलेले पुस्तके घरी वापरतात आणि मागील वर्षाची जमा झालेली पुस्तके शाळेत वापरतात. यामुळे त्यांना दप्तरामध्ये पुस्तके आणावे लागत नाही. इतर मुख्याध्यापकांनीही तसे नियोजन करावे.

- ९.३) विद्यार्थ्यांना खेळण्यासाठी त्यांच्या वयोगटानुसार शाळेमध्येच खेळण्याचे साहित्य उपलब्ध करून द्यावे.
- ९.४) दररोज वेळापत्रकात जोडतासिका ठेवाव्यात, त्यामुळे एका दिवसात कमी विषयांच्या तासिका होतील. त्यामुळे कमी वहा, पुस्तके विद्यार्थ्यांना शाळेत आणावी लागतील. दररोज ३ ते ४ विषय वेळापत्रकात ठेवावेत. जोड तासिके मुळे शिक्षकांना वर्ग बदलताना जाणारा अशैक्षणिक वेळ कमी होईल व शिकविण्यासाठी (Productive) वेळ अधिक मिळेल. सध्या विषयनिहाय एका तासिकेसाठी ३० मि. ते ३५ मि. इतका कालावधी आहे. तसेच, वर्ग बदलतांना साधारण १० मिनिटे निघून जातात. यामुळे एका तासिकेसाठीचा किमान वेळ वाढविण्यात यावा. तथापि, एक तासिका एक घडयाळी तासापेक्षा अधिक असू नये याची काळजी घ्यावी.
- ९.५) शाळेत स्वच्छ व शुध्द पिण्याच्या पाण्याची सुविधा उपलब्ध करून द्यावी. जेणेकरून मुलांना घरातून पाणी आणावयाची गरज भासणार नाही.
- ९.६) शाळेत ई-लर्निंगचा वापर वाढविण्यात यावा.
- ९.७) सर्व शाळांनी पालकांनी करावयाच्या कार्यवाहीबाबतच्या सूचना पालक सभेत द्याव्यात तसेच या सूचना ई-मेल / संकेतस्थळ / व्हॉट्सअप आणि शाळेमधील सूचना फलकाच्या माध्यमातून सुध्दा द्याव्यात.
- ९.८) एखाद्या विद्यार्थ्यांच्या दप्तराचा आकार अधिक दिसत असल्यास मुख्याध्यापकांनी शाळेत त्याचे वजन करून पहावे. हे वजन मर्यादेपेक्षा जास्त असल्यास स्वतःचे नियोजन तपासावे आणि ते दुरुस्त करून घ्यावे. पालकांना सूचना द्यावयाची गरज असल्यास आवश्यक सूचना पालकांना द्याव्या.

१०. शासनाने करावयाची कार्ये :-

वरीप्रमाणे नियोजन आणि लोकशिक्षण झाल्याने दफ्तराच्या ओझ्याच्या तक्रारी संपतील अशी अपेक्षा आहे. परंतु अकारण दफ्तराचे ओझे वाढणार नाही. यासाठी शासन खालीलप्रमाणे दक्षता घेईल.

- १०.१) सर्व बोर्डाद्वारे विहित पुस्तकांची ई-पुस्तके उपलब्ध राहतील याची काळजी घेणे.
- १०.२) एखाद्या शाळेत दफ्तराचे वजन मर्यादेपेक्षा अधिक असल्याची तक्रार आल्यास संबंधित पर्यवेक्षीय अधिकाऱ्यांनी शाळेत जाऊन दफ्तराचे वजन करून ते कमी करण्याची सूचना शाळेस व पालकास द्यावा.
- १०.३) या शासन निर्णयामध्ये दिलेल्या सूचनांचे पालन करून सुध्दा दफ्तराचे वजन मर्यादेपेक्षा जास्त होत असल्यास त्याबद्दल शासनास माहिती द्यावी जेणेकरून शासन स्तरावरून अधिकच्या उपाययोजना करण्यात येतील.
- १०.४) या शासन निर्णयामध्ये दिलेल्या सूचनांव्यतिरिक्त अधिक उपयोगी सर्जनात्मक उपाययोजना कुठे आढळल्यास त्याबद्दलही माहिती शासनास द्यावी. अशा उपाययोजना सर्वांच्या लाभाकरिता, शासन परिपत्रकाद्वारे प्रसारित करील.

११. सदर शासन निर्णय महाराष्ट्र शासनाच्या www.maharashtra.gov.in या संकेतस्थळावर उपलब्ध करण्यात आला असून त्याचा संकेतांक २०१५०७१७१९३५२२०७२१ असा आहे. हा आदेश डिजिटल स्वाक्षरीने साक्षांकित करून काढण्यात येत आहे.

महाराष्ट्राचे राज्यपाल यांच्या आदेशानुसार व नावाने.

(नंदकुमार)

प्रधान सचिव, महाराष्ट्र शासन

प्रत,

१. मा. राज्यपाल यांचे सचिव
२. मा. मुख्यमंत्री यांचे सचिव
३. मा. मंत्री, शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग, मंत्रालय, मुंबई
४. प्रधान सचिव, शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग यांचे स्वीय सहायक
५. आयुक्त (शिक्षण), महाराष्ट्र राज्य, पुणे
६. राज्य प्रकल्प संचालक, महाराष्ट्र प्राथमिक शिक्षण परिषद, मुंबई

७. शिक्षण संचालक (माध्य. व उच्च माध्य.), महाराष्ट्र राज्य, पुणे.
८. शिक्षण संचालक (प्राथ.), महाराष्ट्र राज्य, पुणे.
९. संचालक, महाराष्ट्र राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद (विद्या परिषद), पुणे
१०. संचालक, अल्पसंख्यांक व प्रौढ शिक्षण संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य, पुणे
११. संचालक, महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ (बालभारती), पुणे
१२. अध्यक्ष, महाराष्ट्र राज्य परीक्षा परिषद, पुणे
१३. अध्यक्ष, महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे
१४. सर्व विभागीय अध्यक्ष, महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ
१५. सर्व विभागीय शिक्षण उपसंचालक
१६. आयुक्त, महानगरपालिका सर्व
१७. सर्व मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषदा, सर्व
१८. सर्व शिक्षण अधिकारी (प्राथमिक / माध्यमिक), जिल्हा परिषद, शिक्षण निरीक्षक, मुंबई (उत्तर/दक्षिण/पश्चिम)/प्रशासन अधिकारी, महानगरपालिका/नगरपालिका/कटक मंडळे, सर्व
१९. गटशिक्षणाधिकारी, पंचायत समिती सर्व
२०. निवड नस्ती (एस.डी.४)

परिशिष्ट "अ"

(शासन निर्णय क्र- दओझे-१८१४/प्र.क्र.१६५/एस.डी.४, दिनांक २१/०७/२०१५ चे परिशिष्ट)

विद्यार्थ्यांचे इयत्तानिहाय वजन व शाळेमध्ये अत्यावश्यक साहित्याचे वजन (राज्य अभ्यासक्रम)

इयत्ता	वय	विद्यार्थ्यांच्या शरीराचे सरासरी वजन Source :		विद्यार्थ्यांच्या शरीराचे सरासरी कि.ग्रॅम	विद्यार्थ्यांच्या शरीराच्या वजनाच्या १०% प्रमाणे दप्तराचे अपेक्षित वजन (ग्रॅम)	पुस्तके, वहा व कंपासपेटी यांचे वजन					अत्यावश्यक साहित्याचे एकूण वजन (ग्रॅम)	पाण्याची बाटली, खारुचा डबा व सर्व साहित्य ठेवण्यासाठी बॅग इ. चे	साहित्यासह दप्तराचे एकूण वजन (ग्रॅम)
		मुलगे (कि.ग्रॅम)	मुली (कि.ग्रॅम)			पुस्तक (संख्या)	वजन (ग्रॅम)	वही १०० पानी (संख्या)	वजन (ग्रॅम)	कंपासपेटी वजन (ग्रॅम)			
		१ ली	६			२०.७	१९.५	२०.१	२०१०	३			
२ री	७	२२.९	२१.८	२२.३५	२२३५	३	६१५	४	४२०	-	१०३५	७५०	१७८५
३ री	८	२५.३	२४.८	२५.०५	२५०५	४	१०२०	६	६३०	-	१६५०	७५०	२४००
४ थी	९	२८.१	२८.५	२८.३	२८३०	५	१२००	७	७३५	-	१९३५	७५०	२६८५
५ वी	१०	३१.४	३२.५	३१.९५	३१९५	७	११४५	८	८४०	१४०	२१२५	१०००	३१२५
६ वी	११	३२.२	३३.७	३२.९५	३२९५	७	११५१	८	८४०	१५०	२१४१	१०००	३१४१
७ वी	१२	३७.०	३८.७	३७.८५	३७८५	७	१३४२	८	८४०	१७५	२३५७	१०००	३३५७
८ वी	१३	४०.९	४४.०	४२.४५	४२४५	८	१४०५	८	८४०	१८०	२४२५	१०००	३४२५

परिशिष्ट "ब"

(शासन निर्णय क्र. दओझे-१८१४/प्र.क्र.१६५/एस.डी.४, दिनांक २१/०७/२०१५ चे परिशिष्ट)

इयत्तानिहाय विद्यार्थ्यांचे आदर्श BMI

इयत्ता	आदर्श BMI (kg /m ^३)	
	मुले	मुली
१ ली	१५.४	१५.३
२ री	१५.६	१५.५
३ री	१५.९	१५.९
४ थी	१६.२	१६.३
५ वी	१६.७	१६.९
६ वी	१७.२	१७.६
७ वी	१७.९	१८.४
८ वी	१८.६	१९.२