VASISHTHA GROUP OF SCHOOL

(GUJARATI MEDIUM | BILINGUAL MEDIUM)

|| विद्याधनं सर्वधनात् प्रधानम् ||

કેળવણી : બાળઘડતરની દીવાદાંડી

આત્મવિશ્વાસ (Confidence)

DATE : 16-12-2024 TO 31-12-2024

સ્નેહી વાલીશ્રી, વંદે માતરમ્

આત્મા પરનો વિશ્વાસ એટલે આત્મવિશ્વાસ. ખૂબ જ સરસ અને સમજવા જેવી વાત છે આ. આત્મામાં ઈશ્વરનો અંશ છે, એનો મતલબ એ થયો કે તમારામાં ઈશ્વરનો અંશ છે. તમારે તમારા આત્માનો અવાજ સાંભળવાનો છે અને એ સાંભળીને સાચો માર્ગ પસંદ કરવાનો છે. આત્મા કયારેય કયાંય ખોટા રસ્તે તમને નહીં લઈ જાય અને ધારો કે ખોટા રસ્તે હશો તમે તો આ આત્મા તમને અંદરથી ડંખ મારશે. બહુ સરળ શબ્દોમાં કહીએ તો માત્ર દિલનો અવાજ સાંભળો, મન અને હૃદય બંનેનો નહીં. મન તમને તાર્કિક અને સાચા-ખોટાં કારણોમાંથી માર્ગ પસંદ કરવાનું કહેશે, પણ હૃદય તમને વિશ્વાસ સાથે માર્ગ પસંદ કરવાનું કહેશે. હૃદયથી પસંદ કરેલા માર્ગમાં તમને ઠોકર લાગી શકે, પણ એ માર્ગ ખોટો નહીં હોય એની પૂરી ખાતરી છે. આ જે ખાતરી છે એ જ તો આત્મવિશ્વાસ છે. સાચી અને સારી રીતે સારામાં સારા કર્મ કરો, કામ કરો અને એ કામમાં તમને તમારી જાત જ મદદરૂપ થાય. વિશ્વાસ અને આત્મવિશ્વાસ ભાઈઓ છે. એક કયારેય નહીં આવે, બંને જોડે જ આવશે અને એક કયારેય નહીં જાય, બંને સાથે જ જશે.

કોઈ પણ વ્યકિત તેની કારકિર્દી, સંબંધો અને સમગ્ર જીવનમાં કેવું પ્રદર્શન કરશે તે તેના આત્મવિશ્વાસ પર સૌથી વધુ આધાર રાખે છે. આ ઉપરાંત આપણું આત્મવિશ્વાસનું સ્તર એ પણ નક્કી કરે છે કે અન્ય લોકો આપણા વિશે શું અભિપ્રાય રાખશે. એ ચોક્કસ છે કે, કોઈપણ પ્રકારની સફળતા માટે આત્મવિશ્વાસ એ સૌથી મહત્વનું પરિબળ છે. આત્મવિશ્વાસ એ પોતાના વિશેની સાચી અને મજબૂત માન્યતા છે. આપણા ‘જીવનમાં આવતી કોઈપણ સારી કે ખરાબ પરિસ્થિતિને સંભાળી લઈશું ’ એવો વિચાર આત્મ વિશ્વાસ દર્શાવે છે.

આત્મવિશ્વાસ સફળતાનું પ્રથમ રહસ્ય છે.

આત્મવિશ્વાસ (Confidence)

DATE : 16-12-2024 TO 31-12-2024

STD 5 TO STD 9

બાળકે ઘરે કરવાની પ્રવૃત્તિ

* **પ્રવૃત્તિ (૧) બાળકનો વિવિધ કાર્યમાં કેવો આત્મવિશ્વાસ છે તે માટે નીચે આપેલ યાદીનો અભ્યાસ કરી મનોમન નક્કી કરી જે તે બાબતમાં આત્મવિશ્વાસ હોય તો તે બાબતની સામે અલગથી આપેલ ફોલોઅપ પત્રકમાં ‘હા’ કે ‘ના’ લખવું.**

યાદી

૧. હું જાહેરમાં મારી રજૂઆત કરી શકુ છું.
૨. હું જાહેરમાં માતા-પિતાને પગે લાગી શકુ છું.
૩. હું ધ્યાન માટે સમય આપી શકુ છું.
૪. હું મારી વાણી પર સંયમ રાખી શકુ છું.
૫. હું મોબાઈલ/TV પર સંયમ રાખી શકુ છું.
૬. હું ઘરમાં બધાની વચ્ચે સત્યનો સ્વીકાર કરી શકુ છું.
૭. હું રસ્તા પર સાઈકલ ચલાવી શકુ છું.
૮. હું ઘરમાં એકલા રહી શકુ છું.
૯. હું મહેમાનને પાણી-ચા-શરબત આપી શકુ છું.
૧૦. હું બજારમાંથી જાતે વસ્તુની ખરીદી કરી શકુ છું.

* **પ્રવૃત્તિ (૨) બાળકનો આત્મવિશ્વાસ પ્રગટ થાય તે હેતુથી My view of my self (મારા વિશે મારો દ્રષ્ટિકોણ) અને Memorable moments of my personality (મારા વ્યકિતત્વની યાદગાર પળો) ની અલગથી આપેલ વર્કશીટમાં બાળકે કામ કરવાનું રહેશે.**
* **પ્રવૃત્તિ (૩) બાળક નકારાત્મક વિચારોથી દૂર રહે અને આત્મવિશ્વાસ કેળવી શકે તે હેતુથી ‘‘પુસ્તક : શું કહેશો જયારે તમે પોતાની જાત સાથે વાત કરશો’’ માંથી નકારાત્મકતા દૂર કરવા માટેનો એક લેખ બાળકને આપવામાં આવ્યો છે. માતા-પિતા અને બાળકે લેખનો અભ્યાસ કરવો અને સમજવો.**
* **પ્રવૃત્તિ (૪) બાળકનો આત્મવિશ્વાસ કેળવાય તે હેતુથી બાળકે કોઈપણ મનપસંદ વિષય પર બે મિનિટની પ્રવૃત્તિ કરવી અથવા તે વિષય પર રજૂઆત કરતો વિડિયો ઉતારવાનો રહેશે અને વર્ગશિક્ષકને મોકલવાનો રહેશે.**

શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ
(ગુજરાતી માધ્યમ / દ્વિભાષી માધ્યમ)
At.Po.: Vav, N.H.No.: 48, Tal.: Kamrej, Di.: Surat
Pin : 394326 Mo.: 91734 02809, 91733 15555.

વસિષ્ઠ જેનેસીસ સ્કૂલ, બાબેન
(ગુજરાતી માધ્યમ)
At & Po.: Baben, Opp. Avadh Life Style,Ta.: Bardoli,
Dist.: Surat (394601) Mo.: 91576 44555.