8

ऐसे कम हो सकता है बस्ते का बोझ

संदीप जोशी*

कंधे पर भारी-भरकम बस्ते का बोझ, एक हाथ में पानी की बोतल और दूसरे हाथ में लंच बाक्स लिए धीमी गति से थके-थके से चलते पाँव। मासूम चेहरों को ऐसी स्थिति में देखकर पीड़ा होती है। सोचने वाली बात है कि हम उसे सभ्य, सुसंस्कृत, सुयोग्य नागरिक बनने की शिक्षा दे रहे हैं या केवल कुशल भारवाहक बनने का प्रशिक्षण। बचपन की मस्तियाँ, शैतानियाँ, नादानियाँ, किलकारियाँ, निश्छल हँसी, उन्मुक्तता, जिज्ञासा आदि अनेक बाल-सुलभ क्रियाओं को बस्ते के बोझ ने अपने वजन तले दबा दिया है।

एक तरफ तो हम सभी भारत को पुनः जगदगुरु बनाने का सपना सँजोए हैं, वहीं बचपन को बस्ते के बोझ तले कुंठित होने और किशोरों को टी.वी. चैनलों के भरोसे समझदार होने के लिए छोड़ दिया है। सूचना विज्ञान, सूचना की आवश्यकता, सूचना तंत्र और सूचना अधिकार जैसे विशेषणों में आकार ले रहे सूचना केंद्रित समाज में हमें पता ही नहीं चला कि कब शिक्षा अपने मूल उद्देश्यों से परे हो गयी। शिक्षा का कार्य व्यक्तित्व का निर्माण (Formation) करना है सूचनाएँ (Information) इकट्ठा करना नहीं। बालक की जानकारियों की संग्रहण क्षमता एवं रटन क्षमता के स्तर को विद्यालय और अभिभावक दोनों ने अपनी प्रतिष्ठा का प्रश्न बना लिया है।

वास्तव में शिक्षा बच्चे के सर्वांगीण विकास का आधार है। 'सा विद्या या विमुक्तये हो, विद्या ददातिविनयं हो', मन-बुद्धि और आत्मा के विकास की बात हो अथवा बच्चे की अन्तर्निहित शक्तियों के प्रकटीकरण की बात, शिक्षा जीवन का आधार है। किंतु वर्तमान शिक्षा परीक्षा प्रणाली बच्चे को केवल रटना सिखा रही है, अधिकाधिक अंकों की दौड़ में प्रतिस्पर्धी मात्र बना रही है। सर्वांगीण विकास की बात अधूरी रह जाती है। भारी-भरकम बस्ते के बोझ तले पिसता बचपन अभिभावकों व स्कूल की उच्च अपेक्षाओं की बलि चढ़ रहा है। बाल सुलभ जीवन चर्या के विपरीत उसका जीवन तनावपूर्ण हो रहा है। यह मनोवैज्ञानिकों, समाजशास्त्रियों व शिक्षाविदों के लिए भी चिंता का कारण बना है।

एक शिक्षक होने के नाते पिछले कई वर्षों से मेरा मन इस समस्या के इर्द-गिर्द चक्कर लगा रहा था। वर्ष 2007 में मैंने इस समस्या का संभावित सरल,

**व्याख्याता*, राज्य उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, रेवत, जालोर, राजस्थान

सहज समाधान निकाला और शिक्षक, अभिभावक व शिक्षाविदों ने इसे सकारात्मक उपाय बतलाया है। राजस्थान में शिक्षा निदेशक से लेकर शिक्षा मंत्री तक सभी ने इसे कारगर समाधान बताया। देशभर में यह समाधान चर्चा और चिंतन का विषय बना है। मैं चाहता हूँ कि बुद्धिजीवियों के बीच भी इन उपायों पर चर्चा हो और सरकार पर इस समाधान को लागू करने का आग्रह बनाया जाए।

समाधान की दिशा में पहला सुझाव — ज्ञानकोष (मासिक पाठ्यपुस्तक)

यह संकल्पना पाठ्यपुस्तकों के माह आधारित स्वरूप की है। जिसके द्वारा राज्यों के शिक्षा विभाग, प्रारंभिक शिक्षा परिषद् के पाठ्यक्रम एवं शिक्षण योजना में परिवर्तन किए बिना भी पाठ्यपुस्तकों के बोझ में 86–90 प्रतिशत तक कमी की जा सकती है। साथ ही पुस्तक की गुणवत्ता भी बढ़ाई जा सकती है।

- अभी पुस्तकें विषय-आधारित होती हैं। सरकारी स्कूल में पुस्तकों की संख्या 5 से 9 तक है। निजी स्कूल में इनकी संख्या 12 से 15 तक हो जाती है।
- जुलाई में पढ़े हुए पाठ को फ़रवरी-मार्च तक स्कूल क्यों ले जाना और जो पाठ जनवरी-फ़रवरी में पढ़ने हैं उन्हें साल भर क्यों ढोना।
- इन पाठ्यपुस्तकों को माह आधारित किया जाए। एक ही किताब में हिंदी, विज्ञान, सामाजिक विज्ञान, अंग्रेज़ी इत्यादि सभी विषयों के दो-तीन पाठों का समावेश हो। इस तरह सभी विषय मिलाकर एक माह की एक ही किताब हो।
- माह आधारित इन पुस्तकों का नाम ज्ञानकोष दिया। ज्ञानकोष जुलाई, ज्ञानकोष अगस्त ...।
- यह कठिन नहीं है। वर्तमान में भी पहली कक्षा के बच्चे हिंदी, गणित, पर्यावरण एक साथ पढ़ते ही हैं।
- केवल किताबों की बाइंडिंग बदलकर ही यह किया जा सकता है। इससे अनेक फ़ायदे हैं। सबसे बड़ा लाभ बस्ते का बोझ कम। दस-बारह किताबों की जगह एक ही किताब। हर पीरियड में किताब अंदर-बाहर करने के झंझट से मुक्ति। किताब अधिक समय तक चलेगी इससे आर्थिक लाभ होगा। सब शिक्षकों को समय पर पाठ्यक्रम पूरा करना होगा।

इस संकल्पना को और अधिक स्पष्ट करने के लिए एक उदाहरण लेते हैं। इसे आधार मान कर कक्षा छठी की पाठ्यपुस्तकों को नए स्वरूप में व्यवस्थित करके मॉडल पुस्तकें बनाई गईं, जिसे ज्ञानकोष नाम दिया गया। इसका आधार विचार Child friendly Textbook है।

सत्र भर में नौ अध्यापन माह बनाए गए। वर्तमान व्यवस्था में राजस्थान में नया सत्र अप्रैल के अंत में ही शुरू होता है। 1. अप्रैल-मई 2. जुलाई 3. अगस्त 4. सितंबर 5. अक्तूबर 6. नवंबर 7. दिसंबर 8. जनवरी 9. फ़रवरी। राजस्थान प्रारंभिक शिक्षा के निर्देशानुसार वर्तमान में मासिक पाठ्यक्रम विभाजन दी गयी सारणी के अनुसार है। सारणी में क्षैतिज (आडी) पंक्तियों में विषय की मासिक पाठ योजना दी गयी है, जिसके अनुसार अध्यापन करवाना निर्धारित है।

सारणी – 1

विषय	अप्रैल-मई	जुलाई	अगस्त	सितंबर	अक्तूबर	नवंबर	दिसंबर	जनवरी	फ़रवरी
हिंदी	1,2,3	4,5,6	7,8,9, 10	11, 12,13	14,15,16	17,18,19,20	21, 22	23,24,25,26	27,28,29
सा. ज्ञान	1,9	5,15	2,10	6,16	3,7,11	17,12	जिले की जानकारी	4,13,18	8,14,19
विज्ञान	1,2,3,4	5,6,7	8,9,10	11,12,13	14,15	16,17	18	19,20,21	22,23,24
अंग्रेज़ी	1,2	3,4,5	6,7,8	9,10,11	12,13	14,15,16	17,18	19,20,21	22,23,24
संस्कृत	1,2	3,4	5,6	7,8,9	10,11	12,13	14,15	16,17,18,19	20,21,22,23
गणित	इकाई 1 9-1-9-4	इकाई 2 11-1-11-2	इकाई 3 9-5, 9-6	इकाई 4 9-7-9-9	इकाई 5 11-3-11-8	6-1-6-4, 11-9-11-10, 12-1-12-3	13-1-13-5, 14-1-14-2	6-5-6-6, 7-1-7-8, 15-1-15-3	8-1-8-4, 10-1-10-4, 16-1-16-4
स्वा. शिक्षा	1	2	3	4	5	6, 7	8	9, 10	11, 12
*कला शिक्षा	1, 2	3, 4, 5	6, 7,8,9	10,11,12	13,14,15	16,17,18	19,20	21,22,23	24,25
*कार्यानुभव	1,2	3,4	6	7,8,9	10	11,12	13,14	15,16	17
	ज्ञानकोष अप्रैल-मई	ज्ञानकोष जुलाई	ज्ञानकोष अगस्त	ज्ञानकोष सितंबर	ज्ञानकोष अक्तूबर	ज्ञानकोष नवंबर	ज्ञानकोष दिसंबर	ज्ञानकोष जनवरी	ज्ञानकोष फरवरी

*रा.प्रा.शिक्षा परिषद् द्वारा इन विषयों का मासिक पाठ्यक्रम विभाजन प्रकाशित नहीं किया गया है।

सारणी – 1 के अध्ययन से यह स्पष्ट है कि हिंदी विषय में कुल 29 अध्याय हैं जिनमें से पाठ 1-2-3 का अध्ययन ही अप्रैल-मई माह में करना है। तब पीछे के 26 अध्यायों को उस माह में विद्यालय लेकर आने का कोई अर्थ नहीं है तथा पाठ 1-2-3 को अप्रैल-मई के बाद वर्ष भर लाने का कोई अर्थ नहीं है।

इस सारणी की ऊर्ध्वाधर पंक्तियाँ (खड़ी पंक्तियाँ) ज्ञानकोष के प्रस्तावित स्वरूप को स्पष्ट करती हैं। सभी विषयों के सारे अध्यायों, जो अप्रैल-मई माह में अध्यापन करवाए जाने अपेक्षित हैं, को मिलाकर ज्ञानकोष माह-अप्रैल मई को निर्माण किया गया है। इस प्रकार हिंदी के 3 पाठ, सामाजिक ज्ञान के 2 पाठ, विज्ञान 4 पाठ, अंग्रेज़ी के 2 पाठ, संस्कृत के 2 पाठ, गणित की 1 प्रश्नावली, स्वास्थ्य शिक्षा का 1, कला शिक्षा के 2 पाठ एवं कार्यानुभव के 2 अध्याय। कुल 18 अध्यायों की एक पुस्तक विद्यार्थी विद्यालय लेकर आए मस्ती के साथ, कमर सीधी करके, बाकी महीनों की पुस्तकें कक्षा कक्ष की अलमारी या घर पर सुरक्षित रखी जाएँगी।

आवश्यकता अनुसार बच्चे उनका उपयोग कर सकेंगे। इसी आधार पर कुल 9 पुस्तकें बनायी हैं। ज्ञानकोष की गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए तथा निजी विद्यालयों की पुस्तकों की संख्या कम करने के लिए इसमें 4 पृष्ठ अतिरिक्त जोड़े गए हैं।

जिनमें प्रतिमाह सामान्य ज्ञान के 10 प्रश्न, नैतिक शिक्षा एवं व्यक्ति विकास के बिंदु, प्रतिमाह एक संस्कार गीत व पूरे माह की गृहकार्य दैनंदिनी सम्मिलित की गई है। इसी प्रकार कक्षा 6 के मासिक ज्ञानकोष में गुणवत्ता वृद्धि के जोड़े गए अतिरिक्त अध्याय। प्रत्येक माह की पुस्तक के प्रारंभ में पूर्व ज्ञान का स्मरण करवाने के लिए संबंधित स्मरणीय तथ्यों का समावेश 1-2 पृष्ठ में किया जाना अधिक उपयोगी है।

प्राथमिक कक्षाओं की पुस्तकों की रचना निम्न अनुसार की जा सकती है।

ज्ञानकोष प्रथम — प्रथम परख तक (जुलाई–अगस्त माह)

ज्ञानकोष द्वितीय — द्वितीय परख तक (सितंबर–अक्टूबर माह)

ज्ञानकोष तृतीय — अर्द्धवार्षिक परीक्षा तक (नवंबर–दिसंबर माह)

ज्ञानकोष चतुर्थ — वार्षिक परीक्षा तक (जनवरी–फरवरी–मार्च माह)

पाठ्यपुस्तकों की ज्ञानकोष मॉडल के अनुसार पुनर्रचना करने से होने वाले लाभ

1. बस्ते के बोझ में कमी

इस विचार का आधार बस्ते का भारी बोझ है तथा ज्ञानकोष मॉडल के आधार पर पुस्तकें निर्माण करने पर बस्ते की पाठ्यपुस्तकों का वजन 75–90 प्रतिशत तक कम हो सकता है। इसे हमने कक्षा अनुसार विभिन्न सारणियों के द्वारा विस्तार से पूर्व में समझा है। सभी पुस्तकों में कक्षावार पृष्ठों की संख्या कक्षा तीन में पढ़ने वाला विद्यार्थी कुल 521 पृष्ठों की चार पुस्तकें नियमित रूप से विद्यालय लेकर आता है। नवीन योजना के अनुसार प्राथमिक स्तर तक पुस्तकें मासिक या द्वैमासिक हो सकती हैं। मासिक पुस्तक रचना करने पर प्रत्येक पुस्तक में पृष्ठ संख्या 58 (521/9 =58) ही रह जाएगी। द्वैमासिक पुस्तक बनाने पर प्रत्येक पुस्तक में पृष्ठों की संख्या 130 लगभग हो जायेगी (521/4=131)। रोजाना कुल 521 पृष्ठों की चार

पुस्तकें ले जाने की अपेक्षा 58 या 130 पृष्ठों की एक पुस्तक ले जाना सरल व सहज है। इसी प्रकार, हमने कक्षा 3 से 8 तक पाठ्यपुस्तकों के वजन में होने वाली प्रतिशत कमी का भी सारणियों के द्वारा अध्ययन किया है।

क्षेत्र में पहली कक्षा के लिए भी 6–7 तक पुस्तकें हैं, उनकी कोई आवश्यकता नहीं है।

दूसरी कक्षा के विद्यार्थी तीन पुस्तकें रोज़ाना लाते हैं — आनंद पोथी प्रथम (पृष्ठ 84) आनंद पोथी द्वितीय (पृष्ठ 140) और अंग्रेज़ी (पृष्ठ 82)। इन

सारणी – 2

विषय/ कक्षा	3	4	5	6	7	8
हिंदी	132 पृष्ठ	157 पृष्ठ	172 पृष्ठ	128 पृष्ठ	159 पृष्ठ	212 पृष्ठ
गणित	160 पृष्ठ	188 पृष्ठ	194 पृष्ठ	247 पृष्ठ	260 पृष्ठ	312 पृष्ठ
सा. ज्ञान	133 पृष्ठ	126 पृष्ठ	132 पृष्ठ	155 पृष्ठ	182 पृष्ठ	256 पृष्ठ
विज्ञान	--	103 पृष्ठ	132 पृष्ठ	167 पृष्ठ	180 पृष्ठ	241 पृष्ठ
अंग्रेज़ी	96 पृष्ठ	114 पृष्ठ	108 पृष्ठ	154 पृष्ठ	198 पृष्ठ	171 पृष्ठ
संस्कृत	---	--	--	91 पृष्ठ	127 पृष्ठ	144 पृष्ठ
स्वा. शिक्षा	--	--	--	91 पृष्ठ	102 पृष्ठ	104 पृष्ठ
कार्यानुभव	--	--	--	125 पृष्ठ	135 पृष्ठ	98 पृष्ठ
कला शिक्षा	--	--	--	84 पृष्ठ	85 पृष्ठ	118 पृष्ठ
कुल पृष्ठ	521 पृष्ठ	688 पृष्ठ	738 पृष्ठ	1242 पृष्ठ	1428 पृष्ठ	1572 पृष्ठ

इस अध्ययन से स्पष्ट है कि शिक्षा विभाग द्वारा निर्धारित पाठ्यक्रम का अनुसरण करते हुए भी बस्ते के बोझ में 89 प्रतिशत तक की भारी कमी प्रस्तावित स्वरूप में पुस्तक संयोजन करके की जा सकती है।

आठवीं कक्षा के विद्यार्थी के लिए 9 पुस्तकें 1572 पृष्ठों की प्रतिदिन लाने की अपेक्षा 225 पृष्ठों की एक किताब लेकर आना सहज, सरल व सुखद रहेगा।

पहली और दूसरी कक्षाओं की पाठ्यपुस्तकों को भी इसी आधार पर पुनः संयोजित कर सकते हैं। वर्तमान में सरकार द्वारा पहली कक्षा के लिए आनंद पोथी नाम से दो पुस्तकें निर्धारित हैं। दोनों में हिंदी, गणित एवं अंग्रेज़ी तीनों विषयों का समावेश है। निजी

306 पृष्ठों की पुस्तकों को 102-102 पृष्ठ की तीन पुस्तकों में व्यवस्थित किया जा सकता है। निजी क्षेत्र में पूर्व प्राथमिक एवं कक्षा प्रथम, द्वितीय की पुस्तकों की संख्या पर प्रभावी नियंत्रण की आवश्यकता है।

2. पाठ्यपुस्तकों की गुणवत्ता में वृद्धि

इसके लिए सामान्य ज्ञान, नैतिक शिक्षा, संस्कार गीत का समावेश करने पर भी प्रति पुस्तक मे 2 पृष्ठों की ही वृद्धि होगी जिसे उठाना कठिन नहीं है। साथ ही इसी एक पुस्तक में 2-3 खाली नक्शे, हिंदी एवं अंग्रेज़ी व्याकरण की कक्षा के स्तर-अनुसार जानकारियाँ समाविष्ट करने पर पुस्तक बहुपयोगी बनेगी एवं 6–7 अतिरिक्त पुस्तकों की आवश्यकता को कम किया जा सकता है। कक्षा छठी के लिए बनाए गए ज्ञानकोष में

प्रतिमाह गृहकार्य डायरी के लिए भी प्रारूप सम्मिलित किया गया है इससे निजी विद्यालयों में प्रयुक्त गृहकार्य डायरी के भार को कम किया जा सकता है।

3. पुस्तक की आयु में वृद्धि

तीसरा महत्वपूर्ण लाभ पुस्तक की आयु में वृद्धि होने का है। छोटी कक्षाओं के विद्यार्थियों के साथ एक समस्या यह भी है कि वार्षिक परीक्षा तक तो उनकी सारी किताबों के आगे-पीछे के 2–3 पृष्ठ फट जाते हैं। नई संकल्पना के अनुसार पुस्तकें संयोजित होने पर यह समस्या नियंत्रित हो जाएगी। क्योंकि प्रत्येक माह नई पुस्तक लानी है। महीना पूरा होने पर पुस्तक को घर पर या विद्यालय के कक्षा-कक्ष में सुरक्षित रखा जा सकता है।

4. सरकारी खर्चे में बचत

सरकार की एक बहुत अच्छी योजना है निःशुल्क पाठ्यपुस्तक वितरण करने की। नई योजना से पुस्तक की आयु बढ़ जायेगी, अतः सत्र समाप्ति पर उन्हें जमा करके अगले सत्र में पुनः वितरित किया जा सकता है। पुस्तकों के एक ही सेट को दो-तीन सत्रों तक काम में ले सकते हैं। इससे सरकारी व्यय में काफ़ी बचत होगी।

5. अभिभावक के लिए बचत

अच्छी गुणवत्ता एवं अधिक जानकारियाँ देने के लिए निजी विद्यालय 6–7 अतिरिक्त पुस्तकें पाठ्यक्रम में सम्मिलित करते हैं। इससे अभिभावक पर अर्थभार बढ़ता है। पाठ्यपुस्तकों के प्रस्तावित मॉडल में सामान्य ज्ञान, व्यक्ति विकास, संस्कार गीत, महापुरुषों का जीवन परिचय, बोध कथा, भूगोल वर्कबुक, अंग्रेज़ी व्याकरण/हिंदी व्याकरण एवं गृहकार्य दैनंदिनी का समावेश होने से इस प्रकार की अतिरिक्त पुस्तकों की आवश्यकता नहीं रहेगी। इससे उन 6–7 पुस्तकों का खर्चा भी बच जाएगा और सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों को भी अतिरिक्त लाभ हो जाएगा।

6. लिखित कार्य के प्रति गंभीरता में वृद्धि (परीक्षा प्रणाली)

नई रचना में पुस्तकों को प्रकाशित करने से बच्चों की परीक्षा की तैयारी पर कोई कुप्रभाव नहीं पड़ेगा। अर्द्धवार्षिक व वार्षिक परीक्षा के समय विषय का समग्र अध्ययन करने के लिए वह अपनी नोट बुक की सहायता लेगा। क्योंकि उसकी नोट बुक (कॉपी) में संबंधित विषय के सारे अध्यायों का कार्य किया हुआ है। विद्यार्थी को अपनी कॉपी की सहायता से परीक्षा की तैयारी करनी है तो वह अपने अक्षर भी सुधारेगा। शिक्षक एवं अभिभावक भी उसके लेखन कार्य की कुशलता की तरफ अधिक ध्यान देंगे।

समाधान की दिशा में दूसरा सुझाव — शनिवार को बस्ते की छुट्टी

बस्ता शिक्षा का आधार नहीं है, न ज्ञानार्जन की प्रक्रिया भारी भरकम बस्ते पर अवलंबित है। विद्यालय से छुट्टी के बाद बच्चा घर जाकर जिस तरह से बस्ते को पटकता है उससे बालमन पर बस्ते और स्कूल के तनाव को सहजता से समझा जा सकता है। आइये, कोशिश करें बच्चे को तनाव मुक्त, आनंददायी, सृजनात्मक/प्रयोगात्मक शिक्षा देने की। वर्तमान में चल रही शिक्षा प्रणाली में बिना ज़्यादा बदलाव किए, वर्तमान दायरे में रह कर भी शिक्षा को सहज, बोधगम्य, तनाव रहित, व्यक्तित्व के विभिन्न आयामों का विकास करने वाला बनाया जा सकता है। ऐसी

अनेक बातें हैं, विषय हैं जो क्रिया आधारित हैं जिनके लिए किताब या बस्ता ज़रूरी नहीं है।

मेरा सुझाव है कि सप्ताह में एक दिन बस्ते की छुट्टी कर दी जाए। शनिवार को विद्यालय की छुट्टी भले न करें पर बस्ते की छुट्टी अवश्य कर देनी चाहिए अर्थात् बच्चे एवं स्टाफ़ विद्यालय तो आएँ, किंतु बस्ते के बोझ से मुक्त होकर व होमवर्क के दबाव के बिना।

सहज प्रश्न खड़ा होता है कि यदि बच्चे बस्ता नहीं लाएँगे तो विद्यालय में करेंगे क्या? समाधान है सप्ताह में एक दिन बच्चे शरीर, मन, आत्मा का विकास करने वाली शिक्षा ग्रहण करेंगे। अपनी प्रतिभा का विकास करेंगे। शिक्षा शब्द को सार्थकता देंगे।

शनिवार की अध्यापन एवं कालांश की योजना

शनिवार को भी नियमानुसार कालांश तो लगेंगे पर उनका प्रकार कुछ बदला-सा होगा। सुझाव स्वरूप यह कालांश योजना प्रस्तुत है जिनके आधार पर दिनभर की गतिविधियाँ संपन्न होंगी।

प्रथम कालांश — योग, आसन, प्राणायाम

प्रार्थना सत्र के पश्चात् पहला कालांश योग, आसन, प्राणायाम, व्यायाम का रहे। बच्चों का शरीर स्वस्थ रहेगा, मज़बूत बनेगा तो निश्चित रूप से अधिगम भी प्रभावी होगा। जीवनपर्यंत प्राणायाम-व्यायाम के संस्कार काम आएँगे। विश्व योग दिवस का जो प्रोटोकॉल है, वह भी लगभग 40 मिनट का है, उसका अभ्यास हो सकता है।

दूसरा कालांश — श्रमदान/स्वच्छता/पर्यावरण संरक्षण

इस कालांश में विद्यालय परिसर की स्वच्छता का कार्य, श्रमदान एवं पर्यावरण संबंधित कार्यों का निष्पादन होगा। विद्यालय में वृक्षारोपण, उनकी सार सँभाल, सुरक्षा, पानी पिलाना, आवश्यकता होने पर कटाई-छँटाई, कचरा निष्पादन आदि कार्य।

तीसरा कालांश — संगीत अभ्यास

इस कालांश में गीत अभ्यास, राष्ट्रगीत, राष्ट्रगान, प्रतिज्ञा, प्रार्थना का अभ्यास हो। उपलब्ध हो तो वाद्ययंत्र का अभ्यास और डांस क्लास (नृत्य अभ्यास) भी इस कालांश में करवाया जा सकता है।

चतुर्थ कालांश — खेलकूद

कुछ खेल इनडोर हो सकते हैं कुछ आउटडोर हो सकते हैं। अत्यधिक धूप की स्थिति में कक्षा कक्ष में ही बौद्धिक खेल, छोटे समूह के खेल इत्यादि हो सकते हैं।

पंचम कालांश — अभिव्यक्ति कालांश

कविता, नाटक, वाद-विवाद समूह चर्चा (ग्रुप डिस्कशन) अंत्याक्षरी (हिंदी-अंग्रेज़ी), चित्रकला इत्यादि। बस्ता नहीं लाना है तो चित्रकला की कॉपी भी नहीं लानी है। श्यामपट्ट पर, कक्षा कक्ष अथवा बरामदे में फ़र्श पर चॉक से, मैदान में पेड़ों की छाँव तले मिट्टी पर पानी छिड़क कर छोटी लकड़ी से भी चित्र बनाए जा सकते हैं। मैदान के कंकरों की सहायता से रंगोली भी बनायी जा सकती है।

षष्ठम कालांश — पुस्तकालय एवं वाचनालय

इस कालांश में सभी कक्षाओं में छात्र संख्या के अनुरूप पुस्तकें वितरित की जाएँ। पुस्तकालय प्रभारी संबंधित कक्षाओं के शिक्षकों को पुस्तकें देंगे। इस कालांश में पढ़कर पुनः शिक्षक के माध्यम से पुस्तकालय प्रभारी को जमा करना है।

सप्तम कालांश — मौखिक गणित एवं भूगोल

पहाड़ा अभ्यास, सामान्य गणितीय क्रियाओं का मौखिक अभ्यास, जोड़, घटा, गुणा, भाग, प्रतिशत बट्टा आदि। साथ ही इस कालांश में सामान्य ज्ञान, मानचित्र परिचय, विश्व, भारत, राजस्थान के राजनीतिक, प्राकृतिक मानचित्र का अवलोकन, उसमें शहर, नदी, पर्वत खोजना इत्यादि उपलब्ध हो तो कंप्यूटर शिक्षण भी हो सकता है।

अष्टम कालांश — अभिप्रेरणा

बालसभा, बोधकक्षा, नैतिक शिक्षा, करियर गाईडेंस इत्यादि। सप्ताह भर में आने वाले सभी उत्सव एवं महापुरुषों की जयंतियों का आयोजन भी इस कालांश में हो सकता है।

नोट — पहला एवं अंतिम कालांश सामूहिक रहे। शेष कालांशों के विषय सुझाव स्वरूप उल्लेखित किए हैं। इनका क्रम विद्यालय स्तर पर सुविधानुसार निर्धारित किया जा सकता है या कक्षानुसार बदला जा सकता है।

इस प्रकार इन उपायों से बस्ते के बोझ को कम करके शिक्षा को बहुआयामी बनाया जा सकता है। पाँच दिन बिना भारी भरकम बस्ते के जमकर पढाई और छठे दिन शनिवार को व्यक्तित्व विकास, सजृनात्मकता, अभिव्यक्ति। मौजूदा शिक्षा प्रणाली में बिना बदलाव किए बिना किसी वित्तीय भार के शिक्षा को इन दो उपायों से आनंददायी और विद्यालय परिसर को जीवन निर्माण केंद्र बनाया जा सकता है। आनेवाली चुनौतियों (सामाजिक स्वास्थ्य एवं नैतिक मूल्यों) से सामना करने वाली पीढ़ी के निर्माण में इस विचार की क्रियान्वित महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन कर सकती है।