महाराष्ट्र शासन
शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग
जिल्हा शिक्षण व प्रशिक्षण संस्था, बाबूपेठ, चंद्रपूर-442403
फोन नं.-07172-225104 ई मेल - diet.chandrapur@gmail.com

जा.क्र./जि.शि.व प्र,सं.चं./ 'मित्र (MITRA) उपक्रम /372/2026 दिनांक :-11/06/2026

प्रति,

गट शिक्षणाधिकारी (सर्व), पंचायत समिती, जिल्हा, चंद्रपूर

विषयः 'मित्र (MITRA) उपक्रमांतर्गत आनापान प्रशिक्षणाचे नियोजन व प्रभावी अंमलबजावणी करणेबाबत...

संदर्भः मा.राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद (SCERT), महाराष्ट्र, पुणे यांचे पत्र जा.क्र. राशैसंप्रपम/कला व क्रीडा मित्र उपक्रम प्रशिक्षण/सन २०२६-२७/, दिनांक २९/०५/२०२६.

उपरोक्त संदर्भीय पत्रान्वये राज्यातील सर्व इयत्ता ५ वी ते १० वी पर्यंत शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांच्या मानसिक व बौद्धिक वाढीकरिता 'मित्र' (Mind Training for Right Awareness - MITRA) उपक्रम अत्यंत उपयुक्त ठरत आहे. या उपक्रमांतर्गत शाळांमध्ये शिक्षक व विद्यार्थ्यांना आनापान साधनेचे अंदाजित २ तासांचे प्रशिक्षण देऊन दररोज १० मिनिटांचा सराव केला जाणे आवश्यक आहे.

संदर्भिय शासकीय निर्देशानुसार. ज्या शिक्षकांनी अद्याप १० दिवसांचा विपश्यना अभ्यासक्रम पूर्ण केलेला नाही. त्यांना तीन तासांचे आनापान प्रशिक्षण घेणे बंधनकारक करण्यात आलेले आहे.
सदर उपक्रमाच्या चंद्रपूर जिल्ह्यातील प्रभावी अंमलबजावणीसाठी आपल्या स्तरावरून खालीलप्रमाणे योग्य ती कार्यवाही करण्यात यावीः

१. दरमहा आयोजित केल्या जाणाऱ्या केंद्रस्तरीय शिक्षण परिषदांमध्ये विषयाचे प्राधान्यक्रम ठरवून.. सदर शिक्षकांसाठी मित्र उपक्रमाच्या प्रशिक्षणाचे नियोजन करण्यात यावे.

२. तालुक्यातील सर्व शाळांमध्ये (इयत्ता ५ वी ते १० वी) विद्यार्थ्यांकडून दररोज नियमितपणे १० मिनिटे आनापान साधनेचा सराव करून घेतला जाईल. याची अंमलबजावणी करण्यात यावी.

३. केलेल्या नियोजनाचा व प्रशिक्षणाचा सविस्तर अहवाल या कार्यालयाकडे विहित मुदतीत सादर करावा.
सदर उपक्रम विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी अत्यंत महत्त्वाचा असल्याने या कार्यास सर्वोच्च प्राधान्य द्यावे. सोबतः संदर्भीय शासन परिपत्रक व SCERT पुणे यांचे पत्र.

11.6.26

(डॉ. विनित मत्ते)

प्राचार्य, जिल्हा शिक्षण व प्रशिक्षण संस्था,चंद्रपूर

प्रतिलिपी

१. मा. संचालक, राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद, महाराष्ट्र, पुणे. यांना माहितीस्तव सविनय सादर.

२. मा. मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद, चंद्रपूर यांना माहितीस्तव सविनय सादर.

३. शिक्षणाधिकारी (प्राथमिक/ माध्यमिक), जिल्हा परिषद, चंद्रपूर यांना कार्यवाहिस्तव अग्रेषित.