

## शालेय आरोग्य कार्यक्रम पोर्टलवरील आवश्यक माहिती

- १) Home: सदर टॅबमध्ये शालेय आरोग्य कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक, धोरणे, उद्दिष्टे याविषयी माहिती दिलेली आहे.
- २) Register School: सदर टॅबमध्ये स्कूल युडायस कोड देण्यात आला असून आपल्या शाळेचे नाव, शाळेचा पत्ता, पिनकोड व प्रशिक्षणार्थी यांची नोंदणी दिनांक २५ ऑगस्ट २०२६ पर्यंत पूर्ण करणे आवश्यक आहे.
- ३) Pre Test: सदर टॅबमध्ये शाळेचा यु डायस कोड नोंदवल्यानंतर नोंदणी केलेल्या मुख्याध्यापक व शाळेतील दोन शिक्षक यांची नावे दिसतील त्यासमोर Go To Pre Test हा स्वतंत्र Tab दिसेल. यावरती क्लिक करून सर्व प्रश्न सोडवणे अनिवार्य आहे. सदर PreTest ही मराठी व इंग्रजी अशा भाषांमध्ये उपलब्ध आहे. सर्व प्रशिक्षणार्थी यांनी Pre Test दिनांक ३१ ऑगस्ट २०२६ रोजी सकाळी १०:०० वाजेपर्यंत भरणे बंधनकारक आहे. PreTest सबमिट केल्यानंतरच आपणास सत्रास उपस्थिती लावता येईल.
- ४) Training Material: सदर टॅबमध्ये शालेय आरोग्य कार्यक्रमाच्या प्रशिक्षण साहित्याची मराठी व इंग्रजी भाषेमध्ये यादी दिलेली आहे. उदा. पोस्टर्स, अभ्यासक्रम, उपक्रम पुस्तिका, उपक्रम दिनदर्शिका, प्रशिक्षण घटकसंच इत्यादी. यांचा वापर करून सदर प्रशिक्षण साहित्य आपण डाऊनलोड करून घेऊ शकता. मराठी भाषेमधील प्रशिक्षण साहित्य संच आपल्या शाळेवर पोहोच झालाच आहे.
- ५) Coordinator: सदर टॅबमध्ये जिल्हास्तरीय शालेय आरोग्य कार्यक्रम समन्वयक यांची नावे, संपर्क क्रमांक दिलेले आहेत.
- ६) Schedule: सदर टॅबमध्ये शालेय आरोग्य कार्यक्रमातील PreTest पूर्ण करून सबमिट केल्यानंतरच सत्र ( Session) जॉईन करता येईल. प्रत्येक सत्र जॉईन करण्यासाठी एक ते अकरा Theme मधील दिलेल्या वेळापत्रकातील वेळेनुसार सदर Theme क्रमांकातील जॉईन वरती क्लिक करून सत्राची उपस्थिती नोंदविता येईल. प्रत्येक सत्रात उपस्थिती बंधनकारक आहे. Post Test दिनांक ३ सप्टेंबर, २०२६ रोजी दुपारी ४:०० ते रात्री १०:०० वाजेपर्यंत भरून सबमिट करणे अनिवार्य आहे.

## SCHOOL HEALTH & WELLNESS PROGRAMME

(Under Ayushman Bharat)

### TIMETABLE

| Time                             | Day 1<br>Monday<br>31 <sup>st</sup> August, 2026                           | Day 2<br>Tuesday<br>1 <sup>st</sup> September, 2026                                              | Day 3<br>Wednesday<br>2 <sup>nd</sup> September, 2026                  | Day 4<br>Thursday<br>3 <sup>rd</sup> September, 2026                               |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.00<br>am<br>to<br>11.30<br>am | Inaugural Session                                                          | <b>Theme 3:</b> Interpersonal Relationships                                                      | <b>Theme 6:</b> Nutrition Health and Sanitation                        | <b>Theme 9:</b> Reproductive Health and HIV Prevention                             |
|                                  |                                                                            | <b>Dr. Manjusha Kshirsagar</b><br>Sr. Lecturer, DIET,<br>Chh..Sambhajinagar<br>Mobile-7972095585 | <b>Dr. Sandeep Raut</b><br>Consultant AH, Pune<br>Mobile-9422291301    | <b>Dr. Santosh Kadale</b><br>Principal HFWTC -<br>Chh..Sambhajinagar<br>9423397544 |
| 11.30<br>am<br>to<br>1.00<br>pm  | <b>Theme 1:</b> Growing Up Healthy                                         | <b>Theme 4:</b> Values and Responsible Citizenship                                               | <b>Theme 7:</b> Prevention and Management Substance Misuse             | <b>Theme 10:</b> Safety and Security against Violence and Injuries                 |
|                                  | <b>Santosh Thakur</b><br>Lecturer, DIET, Parbhani<br>Mobile-9921111278     | <b>Dr. Amol Dombale</b><br>Sr. Lecturer, DIET, Satara<br>Mobile-9372109977                       | <b>Dr. Vanmala Pawar</b><br>Lecturer, DIET, Dhule<br>Mobile-9405872823 | <b>Dr. Girish Borse</b><br>Lecturer, DIET, Nashik<br>Mobile-9420559446             |
| <b>LUNCH BREAK 1:00 TO 2:00</b>  |                                                                            |                                                                                                  |                                                                        |                                                                                    |
| 2.00<br>pm to<br>3.30<br>pm      | <b>Theme 2:</b> Emotional Well-being and Mental Health                     | <b>Theme 5:</b> Gender Equality                                                                  | <b>Theme 8:</b> Promotion of Health Lifestyle                          | <b>Theme 11:</b> Promotion of safe use of Internet and Social Media Behaviors      |
|                                  | <b>Dr. Pramod Kumavat</b><br>Sr.Lecturer, DIET, Jalna<br>Mobile-9767325868 | <b>Dr. Rajesh Gore</b><br>Lecturer, DIET, Beed<br>Mobile-9890081857                              | <b>Dipak Chandure</b><br>Lecturer, DIET, Nagpur<br>Mobile-9421788646   | <b>Rameshwar Lotake</b><br>Lecturer, SCERT, Pune<br>Mobile-9423046814              |

राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद, महाराष्ट्र. पुणे.

पूर्व परीक्षा मार्गदर्शक प्रपत्र

शालेय आरोग्य कार्यक्रम - आरोग्यवर्धिनी दूत प्रशिक्षण घेण्यासाठी ज्या शिक्षकांची नोंदणी शाळेने केली आहे त्या शिक्षकांनी पूर्व परीक्षा देणे अपेक्षित आहे.

पूर्व परीक्षा देण्यासाठी <https://scertmaha.ac.in/shp> ही लिंक ओपन करून पूर्व परीक्षा मेनू क्लिक करावा.



पुढील फॉर्मवर शिक्षकाने आपल्या शाळेचा यू-डायस कोड प्रविष्ट करून सबमिट बटन क्लिक करावे.

त्याच फॉर्म वर आपल्या शाळेची संपूर्ण माहिती दिसेल. खाली शालेय आरोग्य कार्यक्रम - आरोग्यवर्धिनी दूत प्रशिक्षणा साठी नोंदवलेले मुख्याध्यापक व दोन शिक्षक यांची नावे दिसतील. मुख्याध्यापक किंवा शिक्षकांनी पूर्व परीक्षा देण्यासाठी आपल्या नावा समोरील पूर्व परीक्षा द्या बटन क्लिक करावे.

**पूर्व परीक्षा**

कृपया आपल्या शाळेचा यू-डायस कोड प्रविष्ट करा -

2701010 सबमिट

शाळेचे नाव  
[REDACTED]

शाळेचा पत्ता पिन कोड

[REDACTED] 425412

गट / तहसील जिल्हा

NANDURBAR NANDURBAR

मुख्याध्यापक पूर्व परीक्षा द्या

[REDACTED] पूर्व परीक्षा द्या

शिक्षक १ पूर्व परीक्षा द्या

RATNADEKAR पूर्व परीक्षा द्या

शिक्षक २ पूर्व परीक्षा द्या

[REDACTED] पूर्व परीक्षा द्या

पुढील फॉर्मवर पूर्व परीक्षेची प्रश्नावली दिसेल. प्रश्नावली मराठी, हिन्दी व इंग्रजी या तीन भाषांमध्ये उपलब्ध असेल. शिक्षक कोणत्याही वेळी प्रश्नावलीची भाषा बदलू शकतील.

**पूर्व परीक्षा**

यू-डायस : 270101 नाव : [REDACTED] गट/तहसील : NANDURBAR जिल्हा : NANDURBAR

नाव : [REDACTED] भाषा : MARATHI

1. काही काही तरुण्यात लोकांना चेहेऱ्यावर पुटकुळ्या येतात. साधारणपणे हे पुढील गोष्टींमुळे होते. ENG

☐ हे विषाणू मुळे होते

☐ जास्त चिंता केल्यामुळे होते

☐ खूप उन्हात राहिल्यामुळे होते

☐ त्वचे मधील तेलाच्या नैसर्गिक वाढीमुळे होते

2. मासिकपाळी मध्ये मुलीने / महिलेने खेळू नये. हे विधान चूक की बरोबर आहे ? ENG

☐ बरोबर

☐ चूक

3. शारीरिक कृती बाबत पुढील पैकी कोणते विधान सत्य आहे : ENG

☐ एकदा आठवड्यात पाच दिवस कमीत कमी ३० मिनिटे शारीरिक कृती करायला पाहिजे

☐ शारीरिक कृतीमुळे सायू बळकट होवून रक्ताभिसरण वाढते

सर्व प्रश्न वस्तुनिष्ठ- बहुपर्यायी प्रकारचे असतील.

ENG बटन क्लिक करून ही आपण प्रश्नाचे इंग्रजी भाषांतर वाचू शकता.

|                                                                                                    |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2. मासिकपाळी मध्ये मुलीने / महिलेने खेळू नये. हे विधान चूक की बरोबर आहे ?                          | ENG |
| <input type="radio"/> बरोबर                                                                        |     |
| <input type="radio"/> चूक                                                                          |     |
| 3. Which statement is true about physical activity:                                                | MAR |
| <input type="radio"/> One Should Do Physical Activity For At Least 30 Minutes For Five Days A Week |     |
| <input type="radio"/> Physical Activity Increases Muscular Strength And Blood Circulation          |     |
| <input type="radio"/> Physical Activity Helps In Reducing The Risk Of NCDs                         |     |
| <input type="radio"/> All Of The Above                                                             |     |

सर्व प्रश्नांची उत्तरे देवून झाल्यावर सबमिट बटन क्लिक करावे.

|                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------|
| <input type="button" value="सबमिट"/> <input type="button" value="मागे जा"/> |
|-----------------------------------------------------------------------------|

पूर्व परीक्षा सबमिट झाल्यावर पूर्व परीक्षा सबमिट झाली आहे असा मेसेज फॉर्म वर दिसेल.

|                                        |                                 |                        |                    |
|----------------------------------------|---------------------------------|------------------------|--------------------|
| पूर्व परीक्षा                          |                                 |                        |                    |
| युजापत्र : 27010101302                 | नाव : K.D.GAVIT SEC.HIGH SCHOOL | गट/वर्गसोल : NANDURBAR | जिल्हा : NANDURBAR |
| नाव : PATIL BAPU DAYARAM               |                                 |                        | भाषा : MARATHI     |
| आपली पूर्व परीक्षा सबमिट झाली आहे      |                                 |                        |                    |
| <input type="button" value="मागे जा"/> |                                 |                        |                    |