

# संविधान जागर अभियान – समर कॅम्प (2026)

## रूपरेषा

संविधान जागर अभियानतर्फे उन्हाळ्याच्या सुट्ट्यांमध्ये मुलांसोबत समर कॅम्प आयोजित करा.

या कॅम्पचा उद्देश मुलांमध्ये संवैधानिक मूल्यं, वैज्ञानिक दृष्टिकोन, मैत्री आणि सामाजिक संवेदनशीलता विकसित करणं हा आहे.

तुमच्या परिसरातील, शेजारच्या, जवळच्या शाळांमधील किंवा मित्र-परिवारातील मुलांसोबत हा कॅम्प घेता येईल.

३ ते ४ तासांच्या कॅम्पमध्ये खालील उपक्रम घेऊ शकता -

1. गाणी 🎵
2. सामूहिक खेळ 🤝
3. साप-शिडी खेळ 🎲
4. रंजक माहिती 💡
5. प्रास्ताविका सत्र 📄
6. महामानवांचे संघर्ष आणि कार्य ✨

महामानवांच्या कार्याविषयी चर्चा झाल्यानंतर मुलांना 10 घरांमध्ये जाऊन पत्रक वाटण्याचा छोटासा “Action Item” द्या.

## गाणी

यापैकी कोणतीही ३-४ गाणी घेऊ शकता. तुम्हाला अजून चांगली गाणी माहिती असतील तर तीही घेऊ शकता.

एक-एक ओळ म्हणत मुलांना गाणी शिकवा आणि मग सगळ्यांनी मिळून आनंदात गा.

1. धर्तीची आम्ही लेकरं
2. पाडू चला रे भिंत
3. खरा तो एकची धर्म
4. हीच आमची प्रार्थना
5. प्रश्न विचारा पुनः पुनः
6. भारताचा प्राण आहे संविधान

या सर्व गाण्यांचे लीरिक्स आणि ऑडिओ रेकॉर्डिंग स्वतंत्रपणे शेअर केले जातील.

# संविधान जागर अभियान – समर कॅम्प (2026)

## सामूहिक खेळ

सामूहिक खेळ मुलांना भारतीय संविधानातील मूल्यं अनुभवातून समजायला मदत करतात. आपण रोज खेळतो त्या अनेक खेळांमध्ये जिंकणं-हारणं, पहिला येणं किंवा दुसऱ्याला हरवणं यावर भर असतो. त्यामुळे काही मुलांना हरल्यावर किंवा लवकर “आउट” झाल्यावर स्वतःला कमी महत्त्वाचं वाटू शकतं. पण सामूहिक खेळ वेगळे असतात. यात सगळे मिळून खेळतात. यात कोणी जिंकत नाही, कोणी हरत नाही आणि कोणी “आउट”ही होत नाही.

या खेळांचा उद्देश असतो:

- सहकार्य
- मैत्री
- एकमेकांची काळजी
- सगळ्यांना सोबत घेऊन आनंदाने पुढे जाणं

अशा खेळांमधून मुलां:

- एकमेकांना मदत करणं
- सगळ्यांचं ऐकून घेणं
- समूहात काम करणं
- सर्वांना सोबत घेऊन पुढे जाणं

हे शिकतात. हे खेळ *समानता, बंधुता, आदर आणि न्याय* यांसारखी संवैधानिक मूल्यं मजबूत करतात.

## Ice Breaking Activities

### Activity 1: Fun Claps (2 – 3 min)

“तुम्हाला टाळ्या वाजवता येतात ना? चला मग जोरात वाजवून दाखवा!” 😊

आता तुम्ही जशा टाळ्या वाजवाल, तशाच मुलांनी तुमच्यासोबत वाजवायच्या.

कधी खऱ्या टाळ्या, कधी फक्त acting — मुलांना मजा येईल आणि वातावरण मोकळं होईल.

## संविधान जागर अभियान – समर कॅम्प (2026)

---

### Activity 2: Greetings (2 – 3 min)

आपला देश खूप विविधतेने भरलेला आहे. वेगवेगळ्या भाषा, धर्म, जाती आणि संस्कृतीचे लोक इथे एकत्र राहतात. लोक भेटल्यावर कसं अभिवादन करतात याचा छोटा खेळ खेळूया:

1. Good Morning – **Good Morning**
2. Hi – **Hello**
3. नमस्ते – **नमस्ते**
4. राम राम – **राम राम**
5. सत श्री अकाल – **सत श्री अकाल**
6. सलाम वालेकुम – **वालेकुम अस्सलाम**
7. जय श्री कृष्ण – **जय श्री कृष्ण**
8. जय भीम – **जय भीम**

**नमस्ते** म्हणजे समोरच्या व्यक्तीमधल्या चांगुलपणाला आदर देणं.

# संविधान जागर अभियान – समर कॅम्प (2026)

## Activity 3: Left-Right-In-Out (5 – 10 min)

सगळ्यांनी हातात हात घालून गोल करून उभं राहायचं.

### Stage 1:

तुम्ही 'Left, Right, In, Out' पैकी काहीही कमांड द्या. मुलांनी हात न सोडता त्या दिशेला उडी मारायची. आणि ती कमांड बोलायची पण आहे.

### Stage 2:

आता मुलांनी बोलायचं तेच जे तुम्ही म्हणता, पण करायचं उलट! 😊

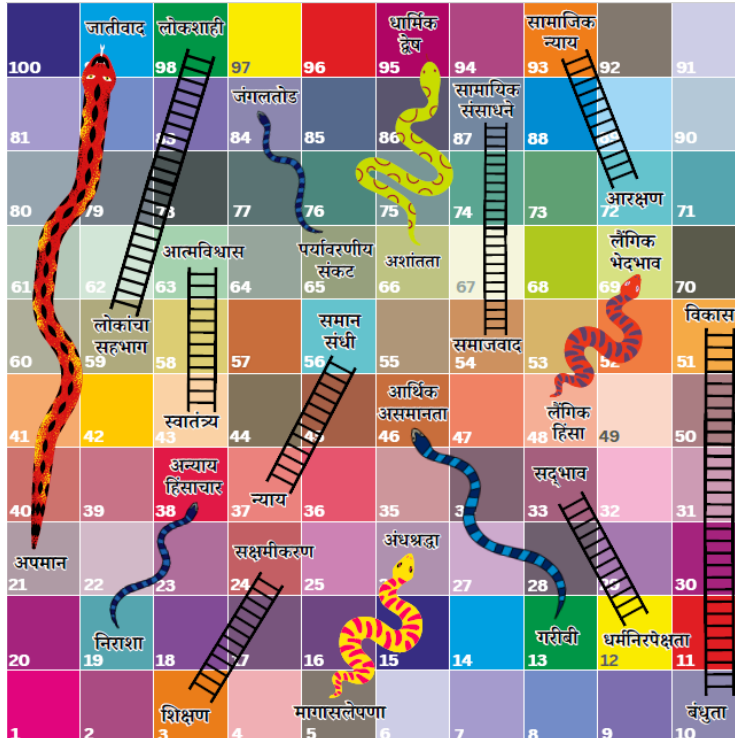
उदा. तुम्ही 'Left' म्हटलं तर मुलांनी 'Left' म्हणायचं पण 'Right' ला उडी मारायची.

### Stage 3:

आता बोलायचं उलट आणि करायचं बरोबर!

या खेळातून मुलांची एकाग्रता, teamwork आणि मजा — तिन्ही गोष्टी होतात.

## सापशिडी खेळ



या खेळाच्या नोट्स स्वतंत्रपणे शेअर केल्या जातील.

## रंजक माहिती

### माहिती 1: वडा पावची गोष्ट (10 – 15 min)



महाराष्ट्रातील सर्वात लोकप्रिय नाश्ता कोणता? **वडा पाव!** मुलांना विचारा:

- वडा पावमध्ये काय काय असतं?
- बटाटा, आलं, मिरची, चणा डाळ, पाव – हे सगळं मूळचं भारतातलं आहे का?

मुलांना सांगा:

- बटाटा – दक्षिण अमेरिका (7000 वर्षांपूर्वी)
- आलं – चीन (5000 वर्षांपूर्वी)
- मिरची – दक्षिण अमेरिका (6000 वर्षांपूर्वी)
- चणा डाळ – अरब देश (10000 वर्षांपूर्वी)
- पाव – अरब देश (9000 वर्षांपूर्वी)

आपल्या देशाची खासियत म्हणजे आपण जगभरातील चांगल्या गोष्टी स्वीकारतो आणि त्यांना आपल्यापद्धतीने सुंदर बनवतो. याचप्रमाणे आपण वेगवेगळ्या संस्कृतीचे लोकही भारतात एकत्र गुण्यागोविंदाने राहतो!

# संविधान जागर अभियान – समर कॅम्प (2026)

---

## माहिती 2: भारत माता की जय! (15 – 20 min)

‘भारत माता की जय’ हा नारा आपण सगळ्यांनी ऐकला आहे. पण भारत माता म्हणजे कोण?

चला पाहूया, आपल्या देशाला स्वातंत्र्य मिळालं त्या काळात चाचा नेहरूंनी भारतमातेबद्दल काय सांगितलं होतं...

<https://www.youtube.com/watch?v=oQAwpndrpKo>

### भारत माता म्हणजे:

- आपण सगळे
- शिक्षक
- मित्र
- वेगवेगळ्या जाती-धर्मांचे लोक
- विविध भाषा बोलणारे लोक
- महिला, पुरुष, मुलं, वृद्ध — सगळे! ❤️

‘जय’ म्हणजे फक्त एखाद्याचा विजय नाही. जय म्हणजे — *सगळ्यांची एकत्र जिंकणं!*

## प्रास्ताविका सत्र

याच्या नोट्स स्वतंत्रपणे शेअर केल्या जातील.

## महामानवांचे संघर्ष आणि कार्य

याच्या नोट्स साठी आमच्या वेबसाईटवर सर्व महामानवांची पत्रकं उपलब्ध आहेत. ती पत्रकं छापून मुलांना त्यांचा अर्थ समजावून सांगा आणि 10 घरांमध्ये जाऊन ती पत्रकं वाटण्याचा छोटासा action item द्या.

[www.samvidhanjagar.org](http://www.samvidhanjagar.org)