யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி - செய்திமடல்
Jaffna National College of Education - News letter

குருதீபம்
ගුරුදීපම
Gurutheepam

சித்திரை,வைகாசி - 2020 இதழ் - 11

பீடாதிபதியின் செய்தி

யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரியானது தனது இருபது வருடங்கள் கல்விப் பணியினை நிறைவு செய்யும் இன்னன்னாளில் குருதீபம் இலத்திரனியல் பத்திரிகையாக வெளிவருவது மன மகிழ்ச்சியைத் தருகின்றது. Covid-19 வைரஸினால் எமது நாடும் அபாயத்தை எதிர் கொண்டிருக்கும் வேளையிலும் எமது கல்லூரியானது உன்னதமான செயலாற்றுகைகளை மேற்கொண்டு வருகின்றது. மாணவர்களுக்கான கற்பித்தல் செயற்பாடுகள் பல்வேறு நிகழ்நேர முறைகளினூடாக கல்லூரியின் விரிவுரையாளர்களினால் மிகச் சிறந்த முறையில் முன்னெடுக்கப்படுகின்றது. கல்லூரியும் அதன் சுற்றுப் புறச் சூழலும் எமது கல்வி சாராப் பணியாளர்களின் அர்ப்பணிப்பான சேவையினால் தூய்மையாகப் பேணப்படுகின்றது. குறிப்பாக பணியாளர்களான திரு.எஸ்.மணிவண்ணன், திரு.ஏ.சந்திரசேகரன், திரு.எஸ்.அச்சுதன், திரு.கே.யோகேஸ்வரன், திரு.காந்தன் யோகேஸ்வரன், திரு.ஏ.தவச்செல்வம், திரு.ரீ.கோகுலறுாபன் மற்றும் சாரதியான திரு.ரீ.வஜீசன் ஆகியோர் ஊரடங்குச் சட்டம் அமுலில் இருந்த வேளையிலும் கல்லூரியையும் அதன் புறச் சூழலையும் தூய்மைப் படுத்துவதில் மிகுந்த ஈடுபாட்டுடன் செயற்பட்டனர். முப் படையினருக்கான தனிமைப்படுத்தல் நிலையமாக கல்லூரியை மாற்றுவதற்கு மேற்கொள்ளப்பட்ட முயற்சி, இறுதி நேரத்தில் இறைவனின் ஆசியினால் கைவிடப்பட்டது. கல்லூரிச் சமூகத்தினர் அனைவருக்கும் எனது கல்லூரி தின வாழ்த்துக்களைத் தெரிவிப்பதுடன் தொடர்ந்தும் கல்லூரி அனைத்து வழிகளிலும் மேன்மையுறுவதற்கு அனைவரினது ஒத்துழைப்பையும், ஆதரவையும் எதிர் பார்க்கின்றேன்.

பீடாதிபதி
யாழ்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி, கோப்பாய்.

மாணவ ஆசிரியர்களினால் தயாரிக்கப்பட்ட கற்பித்தல் சாதனங்களின் கண்காட்சி

20 ஆண்டுகளை நிறைவு செய்து தலை நிமிர்ந்து நிற்கிறது...

யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி கோப்பாய்.

யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரியின் ஓய்வு நிலைப் பீடாதிபதிகள்

கலாநிதி திருநாவுக்கரசு கமலநாதன், திரு.எஸ்.கே. யோகநாதன் மற்றும் கலாநிதி சதாசிவம் அமிர்தலிங்கம் ஆகியோர்...

சர்வதேச மகளிர் தினம் - 08.03.2020

போசகர்:

திரு.சுப்பிரமணியம் பரமானந்தம்
பீடாதிபதி

ஆலோசகர்கள்:

திரு.எஸ்.ஆர்.சத்தியேந்திரம்பிள்ளை
கலாநிதி பா.தனபாலன்
திருமதி.செ.சிவபாதம்
உப பீடாதிபதிகள்

ஆசிரியர் குழு:

திரு.சி.முகுந்தன்

திரு.ம.நிரேஸ்குமார்

திருமதி.ஜெ.உதயகுமார்

திருமதி.ஞா.கணேசநாதன்

திருமதி.சு.விக்னமோகன்

திரு.ப.இராஜேஸ்வரன்

திரு.பொ.விஜயகுமாரன்

கலாநிதி.எஸ்.பத்மராசா

திரு.அ.லோகநாதன்

திரு.து.இளங்குமரன்

வெளியீடு

யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி,
கோப்பாய்.

021 223 0036

Jaffnancoe@hotmail.com

www.jncoe.net

காரைக் கவியின் 10 நூல்களின் அறிமுகவிழா

விருந்தினர்கள் வரவேற்பு...

வவுனியா தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி மாணவ ஆசிரியர்ளுடனான சமூக ஒருங்கிணைப்பு நிகழ்ச்சி

வவுனியா தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி விரிவுரையாளரின் கருத்துரை...

குருதீபம் - இதழ் 10 கல்லூரியின் பீடாதிபதியினால் வெளியிடப்படுகிறது ...

மாணவர்களது கலை நிகழ்ச்சிகளில் ஒன்று...

பௌர்ணமி விழா - 09.03.2020

ஸ்கந்தவரோதயாக் கல்லூரி ஆசிரியர்களின்
"பச்சை மரங்களும் படும்" நாடகம்

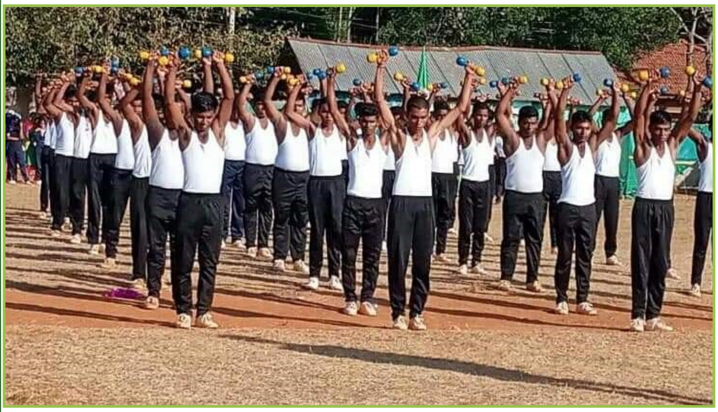
விஞ்ஞான தினம் - 12.03.2020

கோப்பாய் கண்ணகை அம்மன் ஆலயத்தில் பங்குனித் திங்கள் உற்சவம் - 16.03.2020

ஆலயத்தில் கல்லூரி சமூகத்தினர்...

யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரியின் இல்ல விளையாட்டுப் போட்டி - 12.03.2020

(B)பான்ட் வாத்திய அணி...



முதலாம் வருட மாணவ ஆசிரியர்களின்
உடற் பயிற்சி நிகழ்ச்சி

பரிசளிப்பு நிகழ்ச்சிகளில் ஒன்று...

பீடாதிபதியின் உரை...

கழிவுப் பொருட்களைப் பயன்படுத்தி மாணவ ஆசிரியர்களினால் உருவாக்கப்பட்ட கலை வடிவங்கள்

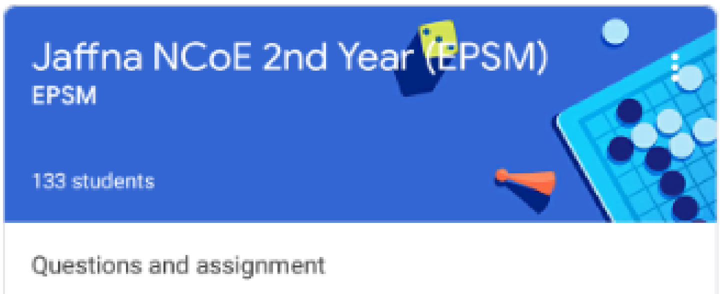
காட்சிப்படுத்தப்பட்ட சில பொருட்கள்...

கொவிட் - 19 வைரஸ் தாக்கத்தினால் முழு உலகமும் முடங்கிய பின்னர் கல்லூரியின் எதிர்கால செயற்பாடுகள் தொடர்பான பல்வேறு மட்டத்திலான கலந்துரையாடல்கள்

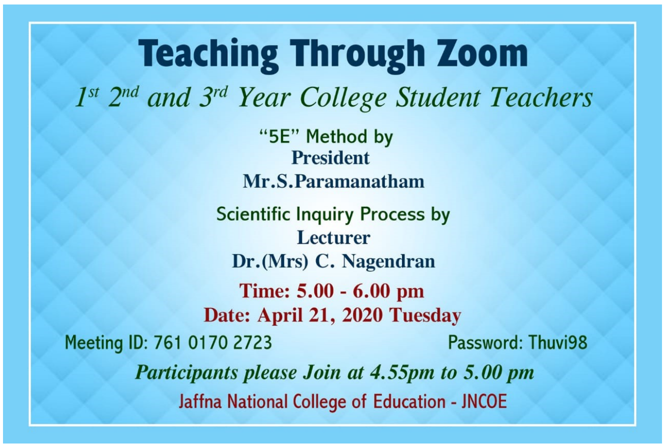
ஊரடங்கு வேளையிலும் தன்னிகரில்லா சேவையில் கல்லூரியின் பணியாளர்கள்...

கொரோனா தொற்றினால் நாடு முடங்கிய பின்னர் பல்வேறு விதமான நிகழ் நேர (Online) கற்பித்தல்கள் நடைமுறைப்படுத்தப்படுகின்றன.....

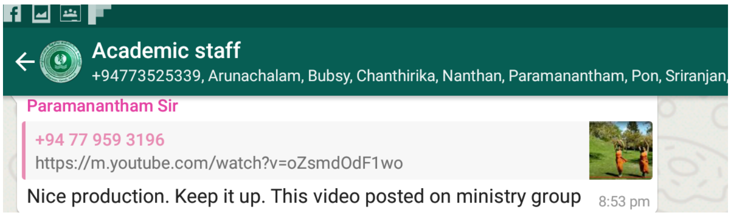
Teaching through Google Class room



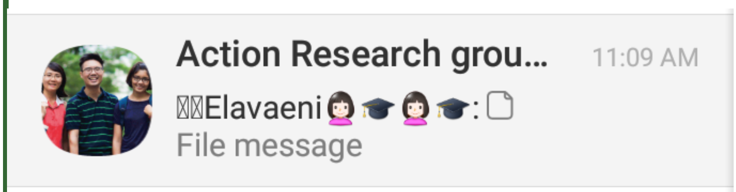
Teaching through Zoom



Teaching through WhatsApp group

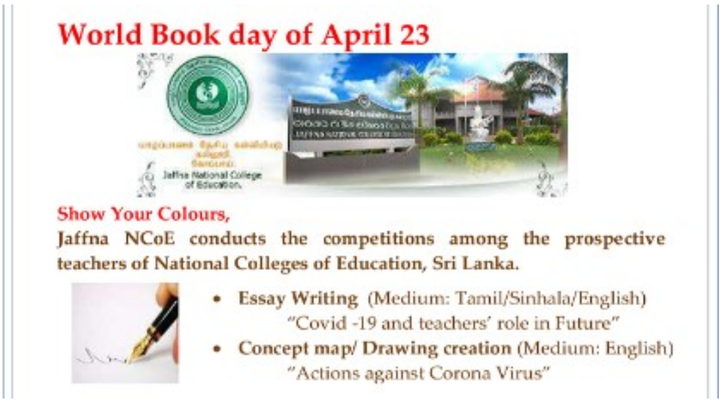


Teaching through Viber group

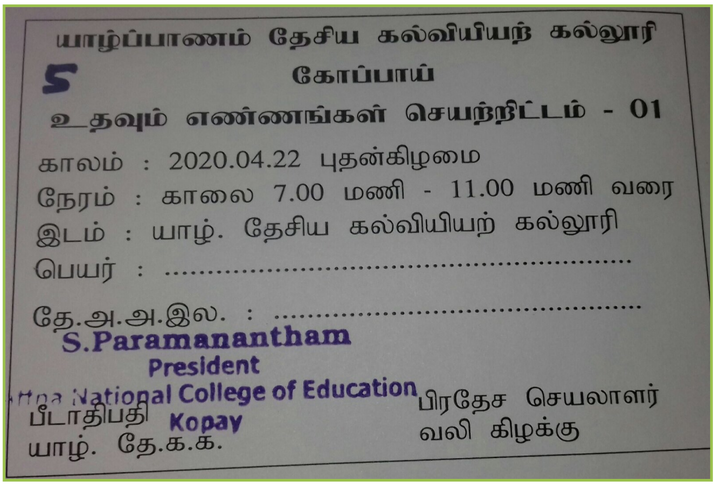


Teaching through Youtube

அகில இலங்கை ரீதியில் மாணவ ஆசிரியர்களிடையிலான போட்டிகள்...



யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி சமூகத்தின் உதவும் எண்ணங்கள் செயற்றிட்டம்



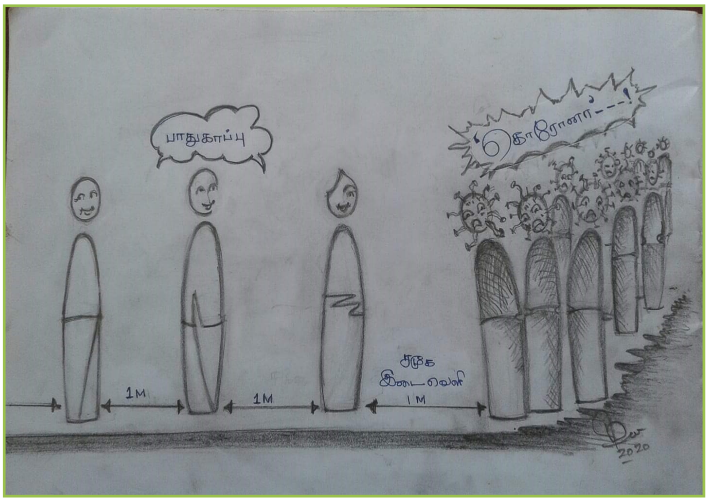
யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி
5
கோப்பாய்
உதவும் எண்ணங்கள் செயற்றிட்டம் - 01
காலம் : 2020.04.22 புதன்கிழமை
நேரம் : காலை 7.00 மணி - 11.00 மணி வரை
இடம் : யாழ். தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி
பெயர் : ....
தே.அ.அ.இல. : ....
S.Paramanantham
President
National College of Education
Kopay
பீடாதிபதி
யாழ். தே.க.க.
பிரதேச செயலாளர்
வலி கிழக்கு

யாழ்ப்பாணம் தேசிய கல்வியியற் கல்லூரி சமூகத்தின் மேதின வாழ்த்துக்கள்!

"கொரோனா"கருத்தோவியங்கள்

அழிக்கும் கொரோனா அபாய வேட்டு!
விழித் தெழுவோம் நம் நாட்டை மீட்டு!!
கொடிய கொரோனா பிடியிலிருந்து
விடிய எம் தேசம் வினைகள் அகன்று!

நெருக்கம், எமது உள்ளணர்வில் இருக்கட்டும்...!
இப்போது தேவை
ஒரு மீட்டர்...
சமூக இடைவெளி!



வீட்டுக்குள் இருந்தும்
எதிரியை வெல்லவாம்...!

கல்லூரி தினத்தில் கல்லூரித் தாயை வாழ்த்திக் கவிபாடும் மாணவ ஆசிரியர்கள்...

விரைந்து செல்லும் இவ்வுலகில்
கரைந்து போகும் காலங்களை
கல்விதனால் இணைத்திடவே
கருத்தான சேவை செய்யும்
கல்லூரித் தாயே வாழி!

கல்வி தரும் ஆசான்களுக்கே
கல்வி தந்த பெருமை உனக்கே
நாலைந்து ஆண்டு கடந்த
நலமான சேவை உமதே!

சங்கீதம்இ சித்திரம்இ நடனக் கலைகளுடன்
சரித்திரம் சொல்லும் விஞ்ஞான துறையும்
அந்நிய மொழியாம் ஆங்கிலம் முதல் கொண்டு
அத்தனை துறைகளும் சிறப்புறும் இங்கு

படிப்புடன் பண்பாடும் சேர்த்து
துடிப்புடனான ஆசான்கள் கோர்த்து
எதிர்கால உலகிற்கு ஓர்
உயிரூட்டும் கோயில் இது

விசேட தேவை மாணவரின்
வாழ்விற்கு ஒளி ஊட்ட
விசேட கல்வி பயிற்சியிலும்
விருத்தி தந்த கல்லூரியே!

புகழ் ஓங்கி உயர்திட வேண்டும்
புதிதாய் சேவை தொடங்கிட வேண்டும்
இருபது ஆண்டு கடந்த பணியை
இருகரம் கூப்பி நினைக்கின்றோம்
கல்வி தரும் கல்லூரித் தாயே
கைகோர்த்தாய் எம்மோடு நீயே
சொல்லித் தந்த வழியில் நிற்போரின்
அள்ளித் தர வேணடும் இன்னும்
கல்லூரித் தாயே வாழி!

மு.ஜெயப்பிரியா,
ஆரம்பப் பிரிவு (1ம் வருடம்)

அறிஞர் மொழிகள்

"உலகின் குறைகள் பற்றிப் பேசாதே
குறைகளை நோக்கி வருத்தப்படு,
குறைகளைக் காண்பாய் - ஆனால்
நீ உலகுக்கு உதவி செய்ய விரும்பினால்
உலகைத் தூற்றாதே குறை சொல்லாதே "
(விவேகானந்தர்)

"கனவு காணுங்கள் ஆனால் கனவு என்பது
நீ தூக்கத்தில் காண்பது அல்ல
உன்னைத் தூங்க விடாமல் செய்வது எதுவோ
அதுவே உனது இலட்சியக்கனவு"
(அப்துல் கலாம்)

"உன் வேதனை பலரை சிரிக்க வைக்கலாம்
ஆனால் உன் சிரிப்பு யாரையும் வேதனைப் படுத்தக் கூடாது"
(சார்லி சப்லின்)

தொகுப்பு : பா.நிவேந்தினி
சித்திரத் துறை (1ம் வருடம்)

கல்லூரி தினத்தில் கல்லூரித் தாயை வாழ்த்திக் கவிபாடும் மாணவ ஆசிரியர்கள்...

ஆசுகளை களைந்து அறிவை தீட்டிட வீசும்
தென்றலாய் விளையும்
மாசறு மாந்தராய் ஆசிரிய செல்வங்களை மாண்புடன்
வளர்த்திடுவாயே

ஒழுக்கமெனும் உயரிய பண்பை உளமார ஏற்று
மனதார கடைப்பிடிக்க
வளமான நல் ஆசான்களை திடமுடனே
வளர்த்திடுவாயே

கடிகமழ் மலராம் கல்விதனை சீர்பெறக் கற்பித்து
சிறப்பு பெற
படிகள் பல தாண்டி பல்கலையும் முறையாகப்
புகட்டிடுவாயே

அன்பும் அறிவும் என்றும் பெறவே வன்பு இன்றிப்
பண்பை வளர்க்க
தூக்கம் துறந்து ஊக்கம் பெறவே மாசறு மாந்தரை
வளர்த்திடுவாயே

கொட்டாவி விட்டு குட்டித்துக் கந்தனை களைந்து
நாளும்
சட்டங்கள் வகுத்தேனும் ஆன்றோரை
உருவாக்கிடுவாயே

இலக்கை அடைய மூவாண்டு எடுத்தாலும் நிலைக்க
வேண்டுமானால் - நாளும்
உவகையுடன் உலகை ஆளும் நற்குடி மக்களை
உருவாக்கிடுவாயே

வெற்றுக் குடங்களாய் வந்தாலும் பற்றுடனே நற்
பண்பையும் அறிவையும்
கற்றுக்கொடுத்து குற்றமில்லாது நற்றமிழையும்
விரும்பியே புகட்டிடுவாயே

கண்ணியமாய் கடைமைகளை செய்யும் நல்லாசானை
உருவாக்கும் உன் பணி சிறக்கட்டும் எந்நாளும்
சீருடன்

ஆசிரியம் என்றால் அவனியிலே அனைவரும்
போற்றிடும் பணியே
அதை உருவாக்கும் உன்பணி நன்னிலம் போற்றும்
நற்பணியே

மு.கஸ்தூரி, விசேடகல்வி (1ம் வருடம்)

அறிஞர் மொழிகள்

"அன்பு என்பது சொற்களில் வாழ்வதில்லை
அன்பைச் சொற்களால் விளக்கவும் முடியாது
செயல்களில் விளக்கம் பெறுகிறது அன்பு"
(அன்னை தெரேசா)

"கஷ்டம் வரும் போது கண்ணை மூடாதே
அது உன்னைக் கொன்று விடும்
கண்ணைத் திறந்து பார்
நீ அதனை வென்று விடலாம்"
(அப்துல் கலாம்)

தொகுப்பு : பா.நிவேந்தினி
சித்திரத் துறை (1ம் வருடம்)

விவசாயியின் வேண்டுதல்

காலம் கடந்திடுச்சு என்னு
நடைமுடியில கண்டு கொண்டன்
எட்டியது எண்ணிப் பார்க்கையில
எள்ளு கூட மிச்சமில்ல
கட்டிய நாத்து யெல்லாம்
காத்தோட மழையோட முக்கால் போச்சு
மிஞ்சுனதுல ஒரு புடிய
உனக்காக வச்சிருக்கன்
தவிடு நீக்கிப் பொங்கித்தாரன்
நன்றிக் கடன் பட்டதுக்கு
வயசாகியும் வாழலயே
பட்ட கடனுக்கு வட்டியும் குறையலயே
வாற வருசம் வெளையுமென்னு
வடக்கால வெதைச்சிருக்கன்
காலம் வருமென காத்திருக்கன் - அதற்காக
உன்முன்னே கைநீட்டி வேண்டி நிக்கன்.

சந்திரப்பிள்ளை விதுர்சன்
விசேட கற்கை (1ம் வருடம்)

சிந்திக்க சில நிமிடங்கள்

ஆயிரம் தோல்விகள்
உன்னை இலட்சம் முறை
தோற்கடிக்கலாம்
ஆனால்
உன் லட்சியத்தின்
எச்சத்தைக் கூட தொட முடியாது...

துவண்டு விழுந்தவனுக்கெல்லாம்
முதுகெலும்பாய் இரு

எழுந்து நிற்பவனுக்கெல்லாம்
எடுத்துக்காட்டாய் இரு

எதுவும் இல்லாதவனுக்கெல்லாம்
எதிர்காலமாய் இரு

எதிரிக்கும் வழிகாட்டு எமன் கூட
சந்தோசப்படுவான்
சாகையில் கூட சரியாய்
இருக்கிறானே என்று...

வாழ்வினிது
சிந்தித்து செயலாற்றுங்கள்.

சே.துசேந்தினி
கணிதப் பிரிவு (1ம் வருடம்)

ஆசிரியர்

உலகில் இரண்டு புனிதமான இடங்கள்
தாயின் கருவறை ஆசிரியரின் வகுப்பறை
கருவறையில் உயிரையும் உடலையும் பெறுகிறோம்
வகுப்பறையில் அறிவையும் ஆற்றலையும் பெறுகிறோம்!

டினா கிறிஷ்ரி, கணிதப் பிரிவு (1ம் வருடம்)

The Corona

The world in which we live today
Is different than before
The virus has taken lives away
Of families they adore.
The fear of the unknown
The worry of what will be
Are in the mind of All
As everyone can see
The doctors and all the nurses
Look as Gods we see
Putting their life in danger
To come for me and you
The compassion and they give
The time they sacrifice
Protect the lives long
From the catch of Corona
Thank God!
Shopping chatting treating
And everything says
Social distance..!
When will this corona go away?
When will this lockdown lift up?

S.Praveena
English (1st year)

What's the headline today?

In all newspaper yours and mine
There is only one headline....
Corona.....!
Everyone says that
it is a dangerous calamity.
People with anxiety
Sitting at home only cure
It's sure washing hands
Sitting at home
Makes you and me precautious
To be free from Corona

M.M.Atheela
English (1st year)

Stay safe

East or West
Home is the best
Take some rest
Don't call guest of
Corona family
Enjoy home fest
No outing zest
So, be in your home

N.Kesika, Primary (1st year)

A single smile few seconds

A ring of a phone call,
Mom! I'm very busy now
I'll call you back later
A busy son

Sudden cross of a friend on the road
Hey! After a long time
Why don't we join for awalk?
Sorry, I'm busy now
A busy friend

A request of a daughter
Dad! Can you help me?
I have homework.
My dear, I'm busy now
A busy father

A question of a well-wisher
Why you missed the funeral
of the next door yesterday?
Sorry, I was busy.
A busy neighbor

Busy Busy Busy....
There is no time at least
For a single smile
It heals thousands
of word saying "busy".

If anyone says busy
It is the life of wrong
Not the life of right

S.M.Akram
Primary (1st year)

Quote of the month

Pray for your health
First
Then pray for humanity

Maxime Lagace

Always Remind!

Every pains gives a lesson
and every lesson changes
a person.

Easy is to judge the mistakes
of others ,Difficult is to recognize
our own mistakes.

Success always hugs you in
private, but failure always
slaps you in public. That's life.

Keep your distance from people
who will never admit they are
wrong and always try to make
you feel like it's all your fault.

Don't compare your life to others.
There's no comparison between
sun and moon. They shine when
It's their time.

M.Aparna
English (1st year)

Abbreviations

UNO United Nations Organization
BBC British Broadcasting Corporation
FAO Food and Agricultural Organization
WHO World Health Organization
WFO World Food Organization
NASA National Aeronautics and Space Administration
OPEC Organization of Petroleum Exporting Countries
UNICEF United Nations International Children's Emergency Fund
UNESCO United Nations Educational Scientific and Cultural Organization

A.M.Zahrath Shamla
Science (Eng.Me) (1St year)

Prevention is better than cure

The meaning of Covid-19 is Corona Virus Disease 2019.Corona is a familiar word for Chinese. We could see them through some of their products like inside of the suitcase's cover cloth and some alcohol bottles had named as Corona. Unknowingly we haven't seen them before. But now if we see that the word has been written in anywhere we could be able to notice them clearly. Because for the last 4 months Corona' has been the trending news all around the world. This virus has spread rapidly all around the world within the short period of time. It does not only spread but also killed thousands of people each and every day. This virus heavily infected to the elders and babies who possess enough immunity to fight against this virus. When this virus immediately affects a person, symptoms will be shown as cough and fever. Later, it infects the lungs immediately and makes hard to breathe in the Covid-19 patients. Finally, it results the pneumonia fever. It's the medical miracle if a patient lives after this pneumonia fever. Even though high facilitated countries like Italy, America, France and many other countries lost their thousands of citizens as the result of Covid-19. This virus spreads through sneezing, coughing and touching. This virus lives in metal surfaces as well as plastics. If we think that any surface may be infected and immediately it should be cleaned with simple surfactant to kill the virus and we should protect ourselves. We should frequently wash our hands with soap and water or clean with chemical based hand rub. We should not touch our nose, eyes and mouth with our hands. We should use the masks whenever we talk to the people directly, because the virus can be spread easily through these areas. Maintaining the social distancing will be the basic medicine to prevent ourselves from this Covid-19 pandemic.

Prevention is better than cure ever in present and future.

E.M.S. Lambert
English (1st year)

கிராமிய நடனம் - கும்மி

தமிழர்களின் கிராமிய ஆடல் மரபில் முக்கியத்துவம் பெற்று விளங்குவது கும்மி நடனம் ஆகும்.
சமூக மட்டத்தில் முக்கிய ஆடல் வடிவமாகக் காணப்படுகிறது.
பெண்களால் மட்டுமே பெரும்பாலும் ஆடப்பட்டு வருகின்றது.
கும்மி நடனத்தில் உள்ளங்கைத்தட்டு, விரல் நுனித் தட்டு, பின்கைத் தட்டு, அஞ்சலித் தட்டு என கைகளின் தட்டுக்கள் காணப்படுகிறது.

இ.இந்து,
விஞ்ஞானத் துறை (2ம் வருடம்)

ஏழ்மையான அரசன்

அரசன் ஒருவன் பெரிய படையொன்றைத் திரட்டினான். பக்கத்து நாட்டை வெல்வதற்கு அந்தப் படையுடன் பனி படர்ந்த மலைகளின் வழியே சென்று கொண்டிருந்தான்.
அங்கே ஓரிடத்தில் துறவியொருவர் உடையேதுமின்றி அம்மணமாக அமர்ந்திருந்தார். ‘ஆளைக் கொல்லும் இந்தக் குளிரில் ஆடைகள் ஏதும் இல்லாமல் இவர் இருக்கிறாரே…’ என்று இரக்கப்பட்ட அரசன் தனது விலையுயர்ந்த போர்வையை எடுத்து அவரிடம் கொடுத்தான். ஆனால் அவரோ அதனை வாங்க மறுத்தார்.
“இந்தக் குளிரைத் தாங்கிக் கொள்ளப் போதுமான சக்தியை இறைவன் எனக்குத் தந்துள்ளான். ஆடை இல்லாமல் என்னால் இந்தக் குளிரைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியும். இதனை வேறு யாராவது ஏழைக்குக் கொடு”என்றார்.
‘உடலில் எந்தவொரு ஆடையும் இல்லை. அவருக்குச் சொந்தமாக எந்தப் பொருளும் அவரிடம் இல்லை. அவரை விட ஏழையை எங்கே தேடிப்பிடிப்பது?’ என்று நினைத்த அரசன் “ஐயா உங்களை விட ஏழையை நான் எங்கே தேடிப் பிடிக்க முடியும்?”என்று கேட்டான்.
“அரசே நீ எங்கே செல்கிறாய்?”துறவி கேட்டார். “நான் பக்கத்து நாட்டின் மீது படையெடுத்துச் செல்கிறேன். அந்த நாட்டையும் வென்று எனது நாட்டுடன் சேர்க்கப் போகிறேன்” அரசனின் பதிலைக் கேட்டு துறவி வாய் விட்டுச் சிரித்தார் .
“ஒரு அரசனாக இருந்தும் நீ இன்னும் நிறை-வடையவில்லை. உன் உயிரைப் பணயம் வைத்து பக்கத்து நாட்டுடன் போருக்குச் செல்கிறாய்.அந்த நாட்டையும் வென்று உன் நாட்டுடன் சேர்த்துக் கொள்ள ஆசைப்படும் நீதான் என்னைப் பார்க்கிலும் பெரிய ஏழை. இந்தப் போர்வையை நீயே வைத்துக் கொள்” என்றார்.
தலை கவிழ்ந்த அரசன் துறவியை வணங்கி “ஐயா என் கண்களை திறந்து விட்டீர்கள். மனதளவில் நிறைவடையாதவர்களே உண்மையில் ஏழைகள் என்பதை நான் உணர்ந்து விட்டேன். இனி எந்த நாட்டின் மீதும் படையெடுக்க மாட்டேன்” என்று சொல்லி விட்டு தன் படைகளுடன் நாடு திரும்பினான்.

சி.சிந்துஜா,
விசேட கல்வி (1ம் வருடம்)

வெற்றிக்கான பத்தொன்பது வழிகள்!

- தினமும் அரை நாள் உழையுங்கள்.
- வாய்ப்புக்களை திறக்கும் சாவி மனப் பூர்வமான உழைப்பு என நம்புங்கள்.
- வெற்றி ஒன்றையே மனதால் நினையுங்கள்.
- வெற்றி ஏணியில் ஒவ்வொரு படியாக ஏறுங்கள்.
- நீங்களாக முயற்சி செய்யுங்கள்.
- சரியான வழியை அறிந்த பின்பு எதற்கும் அஞ்சாதீர்கள்.
- விருப்பமான செயலை செய்வதை விட, செய்யும் செயலை விரும்பிச் செய்யுங்கள்.
- தெரியாது, முடியாது, நடக்காது போன்ற வார்த்தைகளை மறந்து விடுங்கள்.
- பாதுகாப்பு எனக் கருதி ஒரே இடத்தில் இருக்காதீர்கள்.
- வெற்றிக்குத் தேவை பாதி அறிவு, பாதி சந்தர்ப்பம். பயன்படுத்தத் தவறாதீர்கள்.
- முடிவுகளை துணிச்சலாக எடுங்கள்.
- இலட்சியத்தை விட எதிர்பார்ப்பு அதிகமாக இருக்க வேண்டும்.
- மற்றவர்களை உங்களுக்காக உழைக்க வைப்பதில் புத்திசாலித்தனம் தேவை.
- வாய்ப்புக்களைப் பயன்படுத்துங்கள்.
- நாளை என்று தள்ளிப் போடாதீர்கள்.
- அலாரம் இல்லாத கடிகாரத்தை மறந்து விடுங்கள்.
- மற்றவர்கள் உங்களை வழி நடத்துவதற்காகக் காத்திருக்காதீர்கள்.
- கவலைப் படாதீர்கள். கவலையால் எந்த நன்மையும் இல்லை.
- மகிழ்ச்சியைக் கொடுப்பது பணம் மட்டுமல்ல என்பதை மனதில் நிறுத்துங்கள்.

தொகுப்பு : வி.கீர்த்தனா,
கணிதப் பிரிவு (1ம் வருடம்)

இஞ்சியின் மருத்துவக் குணங்கள்

- உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கும்.
- சுவாசத் தொகுதியில் ஏற்படும் நோய்களுக்கு நிவாரணம் அளிக்கும்.
- தடிமன், தலைவலி, தலைச்சுற்று மற்றும் மயக்க நிலைக்கு நிவாரணம் அளிக்கும்.
- ஞாபக சக்தியை அதிகரிக்கும்.
- பசியின்மை, தூக்கமின்மை என்பவற்றை நீக்கும்.
- இரைப்பை எரிவுகளை அகற்றும்.
- எலும்புகளின் பலவீனத்தைக் குறைக்கும்.
- குளிரினால் ஏற்படும் கை, கால் விறைப்புக்களைத் தடுக்கும்.

தொகுப்பு : எஸ்.எச்.எப்.சமீரா,
ஆரம்ப பிரிவு (1ம் வருடம்)