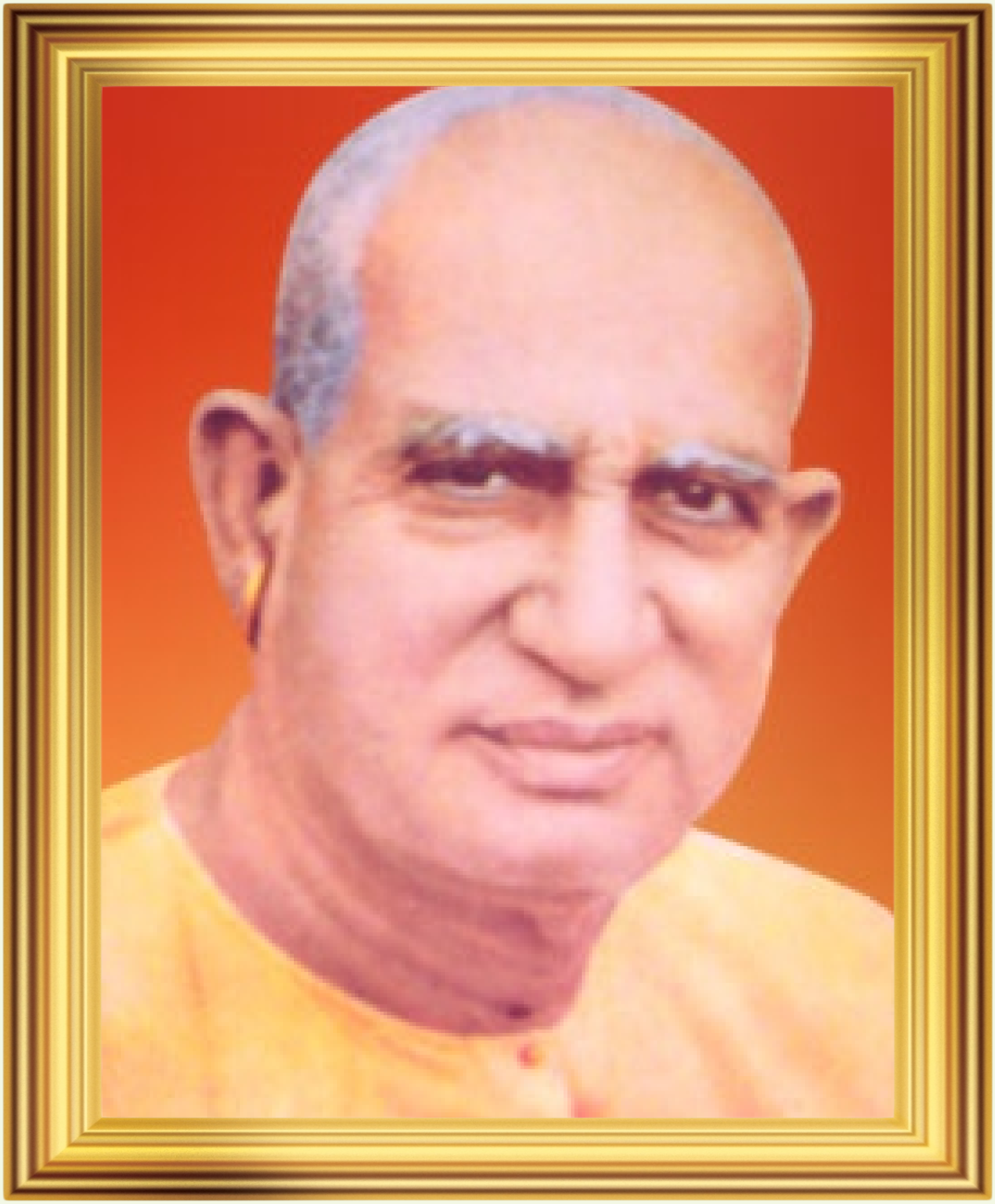
खेल विभाग

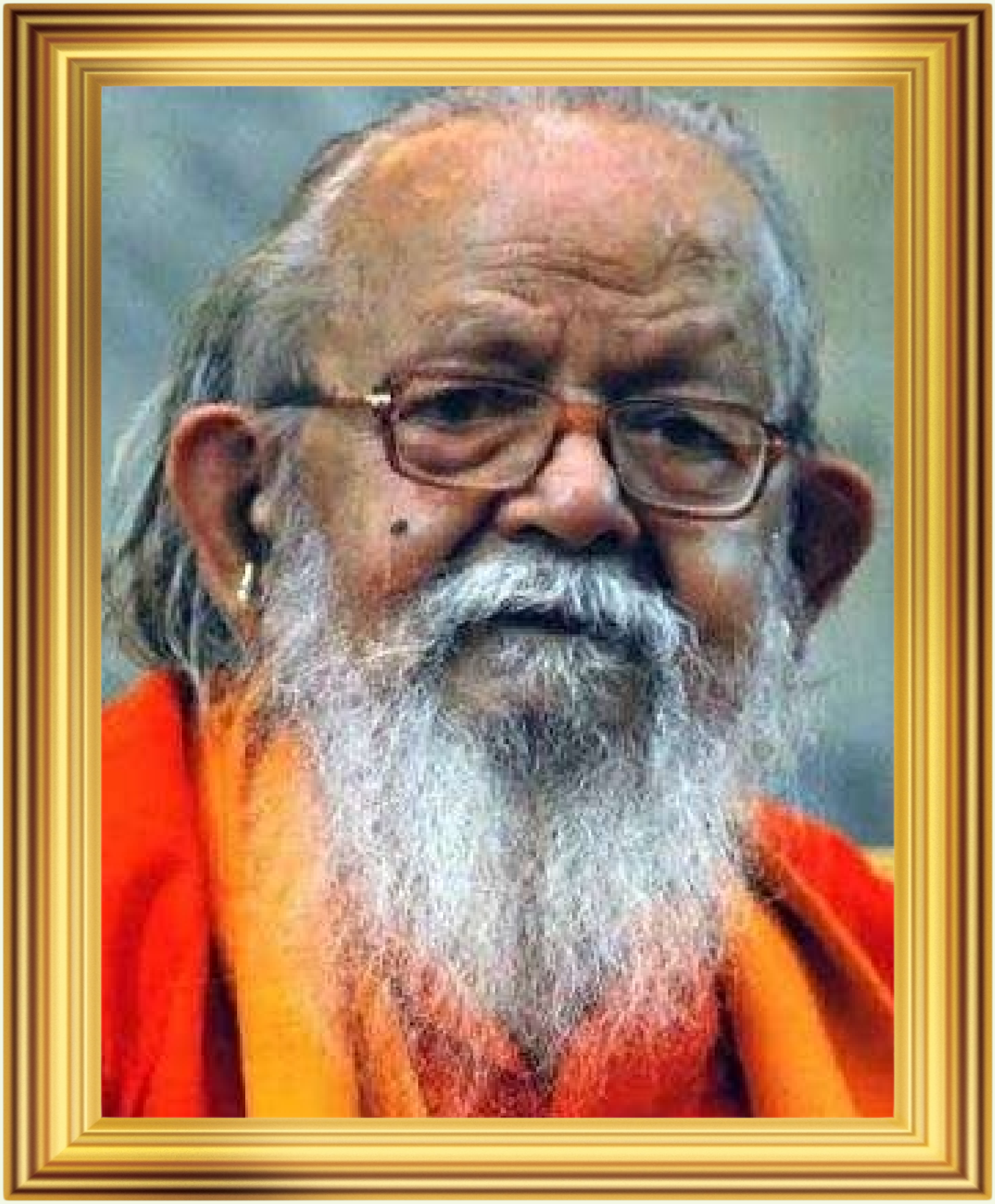
वार्षिक रपट

2020-2021

महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय

जंगल धूसड़, गोरखपुर (उत्तर प्रदेश)





व्यक्तित्व विकास में सहायक
शिक्षा एवं रोजगार प्रदान करने में सहायक
अच्छे स्वास्थ्य हेतु आवश्यक
खेल द्वारा मस्तिष्क का विकास
खेलकूद का जीवन में महत्त्व
आलस्य को दूर कर उर्जा प्रदान करने में सहायक
मनुष्य को आत्मनिर्भर एवं सफल बनाता है
रक्त संचार सुचारू रूप से सम्पन्न
पाचन तंत्र का कार्य पूर्णरूपेण
रोगों से मुक्त रखने में सहायक

विवरण सूची

क्र.सं.	विवरण	पृष्ठ सं0
1.	क्रीड़ा प्रभारी की कलम से	1
2.	खेल महोत्सव का उदघाटन	3
3.	गुरू श्री गोरक्षनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता	5
4.	800 मी. दौड़ प्रतियोगिता	6
5.	गोला क्षेपण प्रतियोगिता	8
6.	200 व 400 मी. दौड़	9
7.	लम्बी कूद प्रतियोगिता	11
8.	चक्र क्षेपण प्रतियोगिता	12
9.	महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता	13
10.	महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता	15
11.	100 मीटर दौड़	16
12.	भाला क्षेपण प्रतियोगिता	17
13.	4X100 मीटर रिले रेस	19
14.	खेल महोत्सव समापन	20
15.	योग प्रशिक्षण का उद्घाटन	22
16.	योगाभ्यास	23
17.	800 मीटर दौड़	24
18.	महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज कैनवास बाल प्रतियोगिता	26
19.	योगाभ्यास	28-30

खेल हमारे लिए बहुत ही
लाभदायक हैं क्योंकि
वे हमें समयबद्धता, धैर्य,
अनुशासन, समूह में कार्य करना
और लगन सिखाते हैं।

खेलना हमें,
आत्मविश्वास के स्तर का
निर्माण करना और सुधार
करना सिखाता है।

यदि हम खेल का
नियमित अभ्यास करें,
तो हम अधिक सक्रिय और
स्वस्थ रह सकते हैं।

क्रीड़ा प्रभारी की कलम से....

खेल शारीरिक गतिविधि है जो आकस्मिक या संगठित भागीदारी के माध्यम से प्रतिभागियो को आनन्द प्रदान करते हुए शारीरिक क्षमता और कौशल को बनाये रखता है। स्वास्थ्य, प्रसिद्धि और धन आसानी से नहीं प्राप्त किये जाते हैं। इसके लिए लगन, नियमितता, धैर्य और सबसे अधिक महत्वपूर्ण कुछ शारीरिक क्रियाओं अर्थात् स्वस्थ जीवन और सफलता के लिए एक व्यक्ति को शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य की आवश्यकता होती है। नियमित शारीरिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए खेल सबसे अच्छा तरीका है। इसलिए बहुत से देशों में खेलों को अधिक महत्व दिया जाता है। भारत के प्राचीनतम ग्रंथ रामायण और महाभारत में चौपड़ क्रीड़ा, रथ दौड़, निशानेबाजी प्रतियोगिता होती रही है। खेल प्राचीनकाल से आधुनिक काल तक परिवर्तन की विभिन्न अवस्थाओं से गुजरी है। खेल हमारे लिए बहुत ही लाभदायक है क्योंकि वे हमें समयबद्धता, धैर्य, अनुशासन, समूह में कार्य करना और लगन सिखाते हैं। खेल हमें आत्म विश्वास के स्तर का निर्माण करना और सुधार करना सिखाता है। यदि हम खेल का नियमित अभ्यास करें, तो हम अधिक सक्रिय और स्वस्थ रह सकते हैं।

योग–योग प्राचीन भारत के संतो द्वारा विकसित ध्यान की एक पारम्परिक पद्धति है। योग, मन और शारीरिक गतिविधियों को नियंत्रित करने के लिए किया जाता है। ''योग संस्कृत शब्द से उत्पन्न हुआ है इसका अर्थ है ''शामिल होना, एक जुट होना।'' योग से शरीर, मन, चेतना और आत्मा को एकजुट करके संतुलन में लाया जाता है। योग हमारी रोजमर्रा की जरुरतों, समस्याओं और चिंताओं का सामना करने में सहायता करता हैं। योग का मुख्य लक्ष्य शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, आध्यात्मिक, स्वास्थ्य एवं आत्म बोध को प्राप्त करना है। योग एक कला है जो हमारे शरीर, मन और आत्मा को साथ जोड़ता है और हमें मजबूत और शान्तिपूर्ण बनाता है। योग हमारे जीवन में आवश्यक है क्योंकि यह हमें स्वस्थ रखता है तनाव को कम करने में मदद करता है और समग्र स्वास्थ्य को बनाए रखता हैं।

भारत को उत्थान के तरफ ले जाने में युवा शक्ति की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। अतः युवाओं को अपने अपराजेय शक्तियों के साथ मिलकर देश के विश्व गुरु की परम्परा को अक्षुण्ण बनाये रखने में योगदान देना चाहिए। इन्ही तथ्यों पर प्रकाश डालते हुए सत्र 2020–21 के अन्तर्गत महाविद्यालय में खेल एवं योग की प्रमुख गतिविधियों के विवरण प्रस्तुत हैं।

– डॉ. आरती सिंह
क्रीड़ा प्रभारी

खेल महोत्सव का उद्घाटन एवं योगिराज बाबा गम्भीरनाथ स्मृति वालीबॉल प्रतियोगिता

महाविद्यालय में 10–15 फरवरी, 2021 तक होने वाले खेल महोत्सव का उद्घाटन महाविद्यालय के भूगोल विभाग के अध्यक्ष डॉ. विजय कुमार चौधरी द्वारा किया गया। उद्घाटन समारोह को सम्बोधित करते हुए डॉ. चौधरी ने कहा कि शिक्षा का अभिप्राय केवल पुस्तकों का ज्ञान अर्जित करना ही नही अपितु व्यक्ति के मानसिक विकास के साथ–साथ उसके शारीरिक विकास की ओर भी ध्यान देना है। शिक्षा तथा खेल एक–दूसरे के पूरक है, एक के बिना दूसरा अपंग है। आज के युग में खेल न केवल मनोरंजन का साधन है बल्कि इसका सामाजिक तथा राष्ट्रीय महत्त्व भी है। इससे छात्रों में अनुशासन की भावना आती है क्योंकि खेल के मैदान में छात्रों को नियम में बंधकर खेलना होता है, जिससे आपसी सहयोग और मेल–जोल की भावना का भी विकास होता है। खेल–कूद मनुष्य में साहस और उत्साह की भावना पैदा करता है।

उद्घाटन सत्र के पश्चात् योगिराज बाबा गम्भीरनाथ स्मृति वालीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारंभ मुख्य अतिथि डॉ. विजय कुमार चौधरी ने फीता काट कर किया।

खेल महोत्सव के दौरान वालीबॉल खेल प्रतियोगिता में खेलाडियों से परिचय प्राप्त करते भूगोल विभागाध्यक्ष डॉ. विजय कुमार चौधरी

खेल महोत्सव के दौरान वालीबॉल खेल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते विद्यार्थी

खेल महोत्सव के दौरान वालीबॉल खेल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते विद्यार्थी

इस प्रतियोगिता में बालक वर्ग में कुल 04 टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला महाराणा प्रताप टीम एवं गुरूगोरक्षनाथ टीम के बीच हुआ, जिसमें सीधे सेटों में 7–25 एवं 18–25 के स्कोर से गुरू गोरक्षनाथ टीम विजयी रही। दूसरा मुकाबला योगिराज बाबा गम्भीरनाथ सेवाश्रम टीम एवं छात्रसंघ टीम के बीच हुआ, जिसमें सीधे सेटों में 17–25 एवं 11–25 के स्कोर से योगिराज बाबा गम्भीरनाथ सेवाश्रम विजयी रही।

प्रतियोगिता का निर्णायक मैच गुरू गोरक्षनाथ टीम और योगिराज बाबा गम्भीरनाथ सेवाश्रम टीम के बीच खेला गया जिसमें गुरूगोरक्षनाथ टीम ने 25–17, 21–25, 25–10 के स्कोर से योगिराज बाबा गम्भीरनाथ सेवाश्रम टीम को पराजित कर विजेता का सम्मान प्राप्त किया। निर्णायक के रूप में श्री झब्बर शर्मा, श्री सिद्धार्थ शुक्ल, श्री नीलांक राव और डॉ. रमाकान्त दूबे ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। श्री नन्दन शर्मा ने खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए कहा कि ''खेल विद्यार्थियों के चरित्र और स्वास्थ्य निर्माण द्वारा राष्ट्र को मजबूती प्रदान करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। खेल मनुष्य के कार्य करने के तरीकों में गति और सक्रियता लाता है'' । प्रतियोगिता के अंत में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक श्रीमती कविता मंध्यान्, डॉ. सुधा शुक्ल, सुश्री स्मिता दुबे, श्री मंजेश्वर, डॉ. वेंकट रमन एवं डॉ0 प्रज्ञेश कुमार मिश्र सहित भारी संख्या में छात्र एवं छात्राएं उपस्थित रहे।

दैनिक जागरण 4
गोरखपुर, 11 फरवरी, 2021
www.jagran.com

आयोजन एमपी पीजी कालेज जंगल धूसड़ में खेल महोत्सव का आगाज

शिक्षा व खेल एक-दूसरे के पूरक

जासं, गोरखपुर : शिक्षा व खेल एक-दूसरे के पूरक हैं। शिक्षा परिश्रम, लगन, संयम, धैर्य तथा भाईचारे का उपदेश देती है, तो खेल के मैदान में विद्यार्थी इन गुणों को वास्तविक रूप से अपनाता है। आज के युग में खेल न सिर्फ मनोरंजन का साधन है बल्कि इसका सामाजिक तथा राष्ट्रीय महत्व भी है। इससे छात्रों में अनुशासन की भावना आती है।

यह बातें एमपी पीजी कालेज जंगल धूसड़ के भूगोल विभाग के अध्यक्ष डा.विजय कुमार चौधरी ने कही। वह बुधवार को महाविद्यालय में 10 से 15 फरवरी तक होने वाले खेल महोत्सव का उद्घाटन कार्यक्रम को बतौर मुख्य अतिथि संबोधित कर रहे थे। इस अवसर पर नंदन शर्मा, डा.आरती सिंह, कविता मंध्यान, सुधा शुक्ला, स्मिता दूबे, मजेश्वर, डा.वेंकट रमन तथा डा.प्रज्ञेश कुमार मिश्र आदि मौजूद रहे।

महाराणा प्रताप पीजी कालेज जंगल धूसड़ में वालीबाल खेलते खिलाड़ी • जागरण

योगेश्वर सिंह स्मृति क्रिकेट सीरीज का फाइनल आज: स्व.योगेश्वर सिंह स्मृति क्रिकेट सीरीज का फाइनल गुरुवार को सहारा क्रिकेट ग्राउंड पर खेला जाएगा। खिताबी भिड़ंत मेजबान डीए क्रिकेट एकेडमी व शिवगंगा क्लब के बीच होगी।

वालीबाल से हुआ आगाज

प्रतियोगिता का आगाज योगीराज बाबा गंभीरनाथ स्मृति वालीबाल से हुआ। बालक वर्ग में चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला महाराणा प्रताप टीम एवं गुरुगोरक्षनाथ टीम के बीच हुआ, जिसमें सीधे सेटों में 7-25 एवं 18-25 के स्कोर से गुरु गोरक्षनाथ विजयी टीम रही। दूसरा मुकाबला योगीराज बाबा गंभीरनाथ सेवाश्रम टीम एवं छात्रसंघ टीम के बीच हुआ, जिसमें सीधे सेटों में 17-25 एवं 11-25 के स्कोर से योगीराज बाबा गंभीरनाथ सेवाश्रम विजयी रहा। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच गुरु गोरक्षनाथ टीम व योगीराज बाबा गंभीरनाथ सेवाश्रम टीम के बीच खेला गया, जिसमें गुरु गोरक्षनाथ टीम ने 25-17, 21-25, 25-10 के स्कोर से योगीराज बाबा गंभीरनाथ सेवाश्रम टीम को पराजित कर विजेता बना। निर्णायक झब्बर शर्मा, सिद्धार्थ शुक्ला, नीलांक राव व डा. रमाकांत दूबे ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

अमर उजाला गोरखपुर | बृहस्पतिवार, 11 फरवरी 2021 7

राष्ट्र तक सेवा पहुंचे तभी प्रासंगिकता

डॉ. केशव सिंह ने एनएसएस के शिविर में रखे विचार, एमपी पीजी कॉलेज में शुरू हुआ आयोजन

महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज जंगल धूसड़ में वॉलीबाल प्रतियोगिता में खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए डॉ. विजय चौधरी। अमर उजाला ब्यूरो

अमर उजाला ब्यूरो

गोरखपुर। गोरखपुर विश्वविद्यालय में राष्ट्रीय सेवा योजना के समन्वयक डॉक्टर केशव सिंह ने कहा, शिक्षा अंततः सेवा है। यह सेवा समाज, राष्ट्र और प्रकृति तक विस्तृत हो जाती है तो उसकी प्रासंगिकता और बढ़ जाती है। शिक्षा के साथ संस्कार तथा नैतिकता शिक्षण-प्रशिक्षण के मूल में है।

एमपी पीजी कॉलेज में एनएसएस के सात दिनों के विशेष शिविर की शुरुआत हुई। गोरखपुर विश्वविद्यालय के राष्ट्रीय सेवा योजना के समन्वयक डॉ. केशव ने एनएसएस के कार्यों पर विचार व्यक्त किए। विशिष्ट अतिथि एमपी

स्काउट-गाइड परिचयात्मक प्रशिक्षण शिविर शुरू

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी महाविद्यालय जंगल धूसड़ में बीएड विभाग की ओर से पांच दिवसीय स्काउट-गाइड परिचयात्मक प्रशिक्षण शिविर का उद्घाटन विभागाध्यक्ष शिप्रा सिंह ने क्रीड़ा प्रांगण में किया। विभागाध्यक्ष ने कहा कि स्काउट-गाइड व्यक्ति के शारीरिक, बौद्धिक, आध्यात्मिक एवं संवेगात्मक विकास में बहुत सहायक होता है। स्काउट-गाइड का उद्देश्य समाज और राष्ट्र के लिए सुयोग्य नागरिक तैयार करना है। कार्यक्रम अधिकारी अजय सिंह एवं प्रशिक्षक सूरज चंद

गुरु श्री गोरक्षनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता
12 फरवरी, 2021

महाविद्यालय में 10–15 फरवरी, 2021 के अन्तर्गत होने वाले खेल महोत्सव में महिला और पुरुष वर्ग की गुरु श्री गोरक्षनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ राजनीतिशास्त्र विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. कृष्ण कुमार पाठक ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

कबड्डी प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में कुल 8 टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का फाइनल मैच अवेद्यनाथ टीम तथा दिग्विजयनाथ टीम के बीच खेला गया। जिसमें अवेद्यनाथ टीम को 33–23 से विजेता घोषित किया गया। कबड्डी प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) का फाइनल मैच रानी लक्ष्मी बाई टीम तथा मीरा बाई टीम के बीच खेला गया। जिसमें रानी लक्ष्मी बाई टीम को 17–4 से विजेता घोषित किया गया।

निर्णायक के रुप में श्री नन्दन शर्मा, श्री प्रतीक दास, श्री झब्बर शर्मा ने महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया।

प्रतियोगिता के समापन के अवसर पर मनोविज्ञान विभाग के डॉ. वेंकट रमन ने खिलाड़ियों को प्रोत्साहित किया। क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी को बधाई दी।

खेल महोत्सव के दौरान कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र/छात्राएं

800 मी. दौड़ प्रतियोगिता
12 फरवरी, 2021

महाविद्यालय में खेल महोत्सव के अन्तर्गत 12 फरवरी को 800 मी. दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ मनोविज्ञान विभाग के प्रभारी, डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र ने खिलाड़ियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया।

खेल महोत्सव के दौरान 800 मीटर दौड़ प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते विद्यार्थी

दौड़ प्रतियोगिता 800 मी. फाइनल (बालक वर्ग) में प्रथम स्थान सुजीत कुमार (एम.एस–सी. प्रथम वर्ष), द्वितीय स्थान विकास चौधरी (बी.ए. भाग–तीन) तथा तृतीय स्थान विजय कुमार (बी.ए. भाग–तीन) ने प्राप्त किया जबकि 800 मी. फाइनल (बालिका वर्ग) में प्रथम स्थान सुधा यादव (बी.ए.

खेल महोत्सव के दौरान 800 मीटर दौड़ प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते विद्यार्थी

भाग—एक), द्वितीय स्थान निधि यादव (बी.ए. भाग—तीन) तथा तृतीय स्थान रिया मद्धेशिया (बी.ए. भाग—दो) ने प्राप्त किया।

प्रतियोगिता में निणार्यक के रुप में डॉ. प्रज्ञेश मिश्र, डॉ. वेंकट रमन पाण्डेय, सुश्री स्मिता दूबे ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाया। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी प्रतिभागियों को शुभकामनाएं एवं बधाई दी।

खेल महोत्सव के दौरान निर्देश देते हुये डॉ0 प्रज्ञेश मिश्र

खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुये डॉ0 कृष्ण कुमार पाठक

800मीटर दौड़ में प्रतिभाग करते हुये छात्र/छात्राएं

गोला क्षेपण प्रतियोगिता
12 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव में 12 फरवरी, 2021 को महिला एवं पुरुष वर्ग गोला क्षेपण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ वाणिज्य विभाग के श्री नन्दन शर्मा ने खिलाड़ियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। गोला क्षेपण प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में प्रथम स्थान राहुल यादव (बी.एड्. अन्तिम वर्ष), द्वितीय स्थान विवेक कुमार यादव (बी.ए.भाग–दो) तथा तृतीय स्थान अमित कुमार चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो) ने प्राप्त किया।

गोला क्षेपण में प्रतिभाग करते छात्र

जबकि गोला क्षेपण प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में प्रथम शशिकला गौड़ (बी.ए. भाग–तीन), द्वितीय स्थान अंगिरा सिंह (बी.एस–सी. भाग–दो) तथा तृतीय स्थान सुधा यादव (बी.ए. भाग–एक) ने प्राप्त किया।

निर्णायक के रुप श्री नन्दन शर्मा, सुश्री स्मिता दूबे, डॉ. रमाकान्त दूबे तथा श्री प्रतीक दास ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

हिन्दुस्तान गोरखपुर • शनिवार • 13 फरवरी 2021 06

भारत ने कोरोना को अवसर में बदला

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ के वार्षिक महोत्सव के अन्तर्गत आयोजित राष्ट्रीय सेवा योजना के सात दिवसीय शिविर के तीसरे दिन 'वैश्विक महामारी कोविड-19 के दौरान आपदा को अवसर में बदलता भारत' विषय पर बौद्धिक सत्र आयोजित किया गया।

अवेद्यनाथ व रानी लक्ष्मीबाई टीम ने जीती प्रतियोगिता

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ में आयोजित खेल महोत्सव के दूसरे दिन महिला और पुरुष वर्ग में 'गुरु गोरक्षनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता, 800 मीटर दौड़ तथा गोला क्षेपण का आयोजन किया गया। शुभारम्भ राजनीतिशास्त्र विभाग के अध्यक्ष डॉ. कृष्ण कुमार पाठक ने किया। कबड्डी प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में आठ टीमों ने प्रतिभाग किया। फाइनल मैच अवेद्यनाथ टीम तथा दिग्विजयनाथ टीम के बीच खेला गया, जिसमें अवेद्यनाथ टीम को 33-23 से विजेता घोषित किया गया। प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) का फाइनल मैच रानी लक्ष्मीबाई टीम तथा मीराबाई टीम के बीच खेला गया, जिसमें रानी लक्ष्मीबाई टीम को 17-4 से विजेता घोषित किया गया। 800 मीटर फाइनल बालक वर्ग में प्रथम स्थान सुजीत, द्वितीय स्थान विकास चौधरी तथा तृतीय स्थान विजय कुमार ने प्राप्त किया।

200 मी. तथा 400 मी. दौड़ प्रतियोगिता
13 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव में 13 फरवरी, 2021 को महिला और पुरुष वर्ग की 200 मी0 तथा 400 मी. दौड़ (बालिका वर्ग) का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ प्राणि विज्ञान के अध्यक्ष डॉ. रघुवीर नारायण सिंह ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

200 मी. फाइनल (बालक वर्ग) में प्रथम स्थान सत्यपाल चौहान (बी. ए. भाग–एक), द्वितीय स्थान अश्विनी चौहान (बी.ए. भाग–एक) तथा तृतीय स्थान ऋषि कुमार निषाद (बी.ए. भाग–एक) ने प्राप्त किया जबकि 200 मी. फाइनल (बालिका वर्ग) में प्रथम स्थान ज्योति साहनी (बी.ए. भाग–एक),

खेल महोत्सव के दौरान 400मीटर दौड़ में प्रतिभाग करती छात्राएं

द्वितीय स्थान लक्ष्मी शुक्ला (बी.काम. भाग–एक) तथा तृतीय स्थान अंगिरा (बी.एस–सी. भाग–दो) ने प्राप्त किया।

400 मी. फाइनल (बालिका वर्ग) में प्रथम स्थान नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो), द्वितीय स्थान निधि यादव (बी.ए. भाग तीन) तथा तृतीय स्थान ज्योति साहनी (बी. ए. भाग–एक) ने प्राप्त किया।

अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में श्री नन्दन शर्मा, सुश्री स्मिता दूबे, डॉ. वेंकट रमन तथा श्री प्रतीक दास ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

खेल महोत्सव के दौरान 200 मीटर दौड़ में प्रतिभाग करते छात्र

लम्बी कूद प्रतियोगिता
13 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव के अन्तर्गत 13 फरवरी, 2021 को लम्बी कूद प्रतियोगिता बालक वर्ग एवं बालिका वर्ग का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ मनोविज्ञान विभाग के अध्यक्ष डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र ने खिलाड़ियो से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

लम्बी कूद प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में प्रथम स्थान सत्यपाल चौहान (बी.ए. भाग–एक), द्वितीय स्थान ऋषि कुमार निषाद (बी.ए. भाग–एक) तथा तृतीय स्थान आकाश यादव (बी.एस–सी. भाग तीन) ने प्राप्त किया, जबकि लम्बी कूद प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में प्रथम स्थान नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो), द्वितीय स्थान सुधा यादव (बी.ए. भाग–एक) तथा तृतीय स्थान वंशिका तिवारी (बी.एड्. अन्तिम वर्ष) ने प्राप्त किया।

निर्णायक के रुप में डॉ. रमाकान्त दूबे, श्री नन्दन शर्मा, श्री प्रतीक दास, सुश्री शारदा रानी ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

खेल महोत्सव के दौरान लम्बी कूद में प्रतिभाग करते छात्र/छात्राएं

चक्र क्षेपण प्रतियोगिता

13 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव के अन्तर्गत 13 फरवरी, 2021 को चक्र क्षेपण (बालक वर्ग एवं बालिका वर्ग) का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ रक्षाअध्ययन विभाग के सहआचार्य डॉ. रमाकान्त दूबे ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

चक्र क्षेपण प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में प्रथम स्थान अजीत कुमार मिश्र (बी.ए. भाग–तीन), द्वितीय स्थान बलिराम रौनियार (बी.ए. भाग–तीन) तथा तृतीय स्थान रजनीश कुमार शर्मा (बी.काम. भाग–दो) ने प्राप्त किया जबकि चक्र क्षेपण प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में प्रथम स्थान वंशिका तिवारी (बी.एड्. अन्तिम वर्ष), द्वितीय स्थान शशिकला गौड़ (बी.ए. भाग–तीन) तथा तृतीय स्थान अंगिरा सिंह (बी.एस–सी. भाग–दो) ने प्राप्त किया।

अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र, डॉ. वेंकट रमन पाण्डेय, श्री प्रतीक दास ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

अमर उजाला गोरखपुर | शनिवार, 13 फरवरी 2021 9

आपदा को अवसर में बदला : डॉ. राजकिशोर

अमर उजाला ब्यूरो

गोरखपुर। बीआरडी मेडिकल कॉलेज के मेडिसिन विभाग के डॉ. राजकिशोर सिंह ने कहा कि कोविड वैक्सीन का निर्माण एवं वितरण सजगता और प्राथमिकता के आधार पर किया जा रहा है। विश्व के सामने भारत वैक्सीन निर्माण एवं वितरण में नेतृत्व कर रहा है। कोविड ने लॉकडाउन के दौरान वैश्विक स्तर पर अर्थव्यवस्थाओं को मंदी की चपेट में लाकर खड़ा कर दिया है। भारत भी उससे अछूता नहीं हैं लेकिन हमने इसे अवसर के रूप में बदल दिया है।

महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ के वार्षिक महोत्सव के तहत आयोजित राष्ट्रीय सेवा योजना के सात दिवसीय शिविर के तीसरे दिन 'वैश्विक महामारी कोविड-19 के दौरान आपदा को अवसर में बदलता भारत' विषय पर बौद्धिक सत्र का आयोजन किया गया। वनस्पति विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ. अभय श्रीवास्तव ने विचार रखे। इधर विज्ञान विभाग की ओर से पांच दिवसीय कार्यशाला के दूसरे दिन छात्राओं को उनके रचनात्मक विकास के लिए कपड़े की बंधेज तथा रंगाई के बारे में बताया गया। इसमें 47 छात्राओं ने प्रतिभाग किया। संचालन गृहविज्ञान विभाग की प्रवक्ता डॉ. नेहा कौशिक ने किया।

एमपी पीजी कॉलेज में कबड्डी स्पर्धा में भाग लेतीं प्रतिभागी। -अमर उजाला ब्यूरो

महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज में आयोजित हुआ कार्यक्रम

श्रमदान किया : स्काउट गाइड परिचयात्मक प्रशिक्षण शिविर के तीसरे दिन प्रशिक्षुओं ने क्रीड़ा प्रांगण में श्रमदान किया। दूसरे सत्र में मार्चिंग ड्रिल के अभ्यास के साथ ही कैंप फायर व बौद्धिक खेल का आयोजन हुआ। स्काउट गाइड आयुक्त अजय सिंह ने बीपी-6, प्राथमिक उपचार, टोली विधि, गांठ बांधना, खोलना आदि के बारे में जानकारी दी।

गायन में सर्वेश्वर को प्रथम स्थान

गायन प्रतियोगिता में बीए तृतीय वर्ष के सर्वेश्वर कांत चंद्रा प्रथम, बीए तृतीय वर्ष के चंदन तिवारी व बीएससी द्वितीय वर्ष की सृष्टि श्रीवास्तव द्वितीय, बीए द्वितीय वर्ष की अर्पिता त्रिपाठी को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। सांत्वना पुरस्कार के लिए बीए द्वितीय वर्ष की रूबी तथा नेहा को चुना गया है। ब्यूरो

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता

14 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव के अन्तर्गत 14 फरवरी, 2021 को महन्त अवेद्यनाथ शतरंज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ गृहविज्ञान विभाग की सहायक आचार्य सुश्री

शतरंज प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र

स्मिता दूबे ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता (बालक वर्ग) का निर्णायक मैच अवनीश कुमार

शतरंज प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते प्रतिभागी

अमर उजाला

गोरखपुर | सोमवार, 15 फरवरी 2021 | 6

शतरंज : अवनीश और प्रज्ञा शाही ने मारी बाजी

अमर उजाला ब्यूरो

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ में चल रहे खेल महोत्सव के चौथे दिन रविवार को महिला और पुरुष वर्ग की महंत अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज तथा कैरम प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।

शुरुआत गृह विज्ञान विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर स्मिता दूबे ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त कर किया। महंत अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता (बालक वर्ग) का निर्णायक मैच अवनीश कुमार सिंह (बीएड अंतिम वर्ष) तथा आदित्य कुमार वर्मा (बीएससी, भाग-दो) के बीच खेला गया। इसमें अवनीश कुमार सिंह ने जीत दर्ज की। शतरंज प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में प्रज्ञा शाही (बीएससी, भाग-एक) को प्रथम तथा प्रियंका गुप्ता (बीए भाग-एक) को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ।

महंत अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में बबिता चौहान (एमए अंतिम वर्ष) तथा रिया मद्धेशिया (बीए, भाग-दो) को प्रथम, अनुपा यादव तथा पूजा गुप्ता (बीए भाग-तीन) को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ। कैरम प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में बीएड अंतिम वर्ष के दिव्यम श्रीवास्तव तथा अनुज कुमार श्रीवास्तव को प्रथम तथा अभय प्रताप सिंह (बीएससी, भाग-दो) एवं निखिल पांडेय (बीकॉम भाग-तीन) को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ। अंत में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी का आभार जताया।

सिंह (बी.एड्. अन्तिम वर्ष) तथा आदित्य कुमार वर्मा (बी.एस–सी. भाग–दो) के बीच खेला गया, जिसमें अवनीश कुमार सिंह को विजेता घोषित किया गया। जबकि शतरंज प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) प्रज्ञा शाही (बी.एस–सी. भाग–एक) को प्रथम तथा प्रियंका गुप्ता (बी.ए. भाग–एक) को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ।

अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में श्री नन्दन शर्मा, डॉ. वेंकट रमन, श्रीमती कविता मंध्यान, श्री झब्बर शर्मा ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

खेल महोत्सव के दौरान शतरंज प्रतियोगिता

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता

14 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव के अन्तर्गत 14 फरवरी, 2021 को महन्त अवेद्यनाथ कैरम प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ वाणिज्य विभाग के अध्यक्ष श्री नन्दन शर्मा ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में बबिता चौहान (एम.ए. अन्तिम वर्ष) तथा रिया मद्धेशिया (बी.ए. भाग–दो) को प्रथम स्थान, अनुपा यादव तथा पूजा गुप्ता (बी.ए. भाग–तीन) को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ। जबकि कैरम प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में (बी.एड्. अन्तिम वर्ष) के दिव्यम श्रीवास्तव तथा अनुज कुमार श्रीवास्तव को प्रथम तथा अभय प्रताप सिंह (बी.एस–सी. भाग–दो) एवं निखिल पाण्डेय (बी.काम.भाग–तीन) को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ।

अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति शुभकामनाएं देती हुए आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में नन्दन शर्मा, श्रीमती कविता मंध्यान, डॉ. रमाकान्त दूबे, श्री झब्बर शर्मा ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

खेल महोत्सव के दौरान कैरम प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र

100 मीटर दौड़

15 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव के अन्तर्गत 15 फरवरी, 2021 को महिला और पुरुष वर्ग की 100 मी. दौड़ का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ कम्प्यूटर सहायक श्री ब्रह्मानन्द पाण्डेय ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

खेल महोत्सव के दौरान 100मीटर दौड़ प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते खिलाड़ी

100 मी. दौड़ (महिला वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो) द्वितीय स्थान ज्योति सहानी (बी.ए. भाग–एक) तथा तृतीय स्थान लक्ष्मी शुक्ला (बी.काम. भाग–एक) को प्राप्त हुआ। जबकि 100 मी.(पुरुष वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान सत्यपाल चौहान (बी.ए. भाग–एक) द्वितीय स्थान विनय चौरसिया (बी.काम. भाग–दो) तथा तृतीय स्थान अभिषेक सिंह (बी. एस–सी. भाग–एक) को प्राप्त हुआ।

क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में डॉ. वेंकट रमन पाण्डेय, श्रीमती कविता मन्ध्यान, डॉ. रमाकान्त दूबे, श्री झब्बर शर्मा ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

खेल महोत्सव के दौरान 100मीटर दौड़ प्रतियोगिता में प्रतिभाग करतीं खिलाड़ी

भाला क्षेपण प्रतियोगिता
15 फरवरी, 2021

खेल महोत्सव के अन्तर्गत 15 फरवरी, 2021 को भाला क्षेपण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ गृहविज्ञान विभाग की सहआचार्य सुश्री स्मिता दूबे ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया।

खेल महोत्सव के दौरान भाला क्षेपण प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता खिलाड़ी

भाला क्षेपण (पुरुष वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान अमित कुमार चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो), द्वितीय स्थान हिमांशु सिंह श्रीनेत (बी.ए. भाग–तीन) तथा तृतीय स्थान रोहित चौरसिया (बी.काम. भाग–एक) को प्राप्त हुआ, जबकि भाला क्षेपण (महिला वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान

भाला क्षेपण प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती छात्राएं

नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो), द्वितीय स्थान वंशिका तिवारी (बी.एड्. अन्तिम वर्ष) तथा तृतीय स्थान अंगीरा सिंह (बी.एस–सी. भाग–दो) को प्राप्त हुआ।

भाला क्षेपण करते हुये प्रतिभागी

अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में श्री नन्दन शर्मा, श्री प्रतीक दास, डॉ. रमाकान्त दूबे ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

भाला क्षेपण करते हुये छात्र

4X100 मीटर रिले रेस

खेल महोत्सव के अन्तिम दिन 4X100 मीटर रिले रेस प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ रसायन विज्ञान विभाग के श्री संजय जायसवाल ने फीता काटकर किया।

4X100 मीटर रिले रेस प्रतियोगिता के पुरुष वर्ग में योगिराज बाबा गम्भीरनाथ टीम ने प्रथम, दिग्विजयनाथ टीम ने द्वितीय तथा छत्रपति शिवाजी टीम ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। 4X100 मीटर

रिले रेस में प्रतिभाग करते प्रतिभागी

की रिले रेस प्रतियोगिता के महिला वर्ग में रानी लक्ष्मीबाई टीम ने प्रथम तथा मीराबाई टीम ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया।

अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी का आभार व्यक्त किया। निर्णायक के रुप में श्री प्रतीक दास, श्रीमती कविता मन्ध्यान, डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र, श्री नन्दन शर्मा, श्री झब्बर शर्मा ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

हिन्दुस्तान गोरखपुर • मंगलवार • 16 फरवरी 2021 06

अभिषेक, नेहा और सत्यपाल रहे प्रथम

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ में चल रहे खेल महोत्सव के अंतिम दिन महिला और पुरुष वर्ग की 100 मीटर दौड़, भाला क्षेपण तथा 4 गुणा 100 मीटर रिले रेस प्रतियोगिता और 400 मीटर रेस पुरुष वर्ग का आयोजन किया गया।

400 मीटर में पुरुष वर्ग में अभिषेक सिंह प्रथम, विनय चौरसिया द्वितीय तथा ऋषि कुमार निषाद ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। 100 मीटर महिला वर्ग में प्रथम स्थान नेहा चौरसिया, ज्योति सहानी और लक्ष्मी शुक्ला क्रमशः प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान पर रहे।

दैनिक जागरण गोरखपुर, 16 फरवरी, 2021 www.jagran.com

चार सौ मीटर दौड़ में अभिषेक अव्वल

जासं., गोरखपुर: एमपीपीजी कालेज जंगल धूसड़ में आयोजित पांच दिवसीय खेल महोत्सव का सोमवार को समापन हुआ। पुरुष वर्ग के 400 मीटर में बीएससी भाग एक के अभिषेक सिंह ने प्रथम, बीकाम भाग दो के विनय चौरसिया ने द्वितीय, बीए भाग एक के ऋषि कुमार ने तृतीय स्थान हासिल किया है। 100 मीटर (महिला वर्ग) नेहा चौरसिया प्रथम, ज्योति साहनी द्वितीय, लक्ष्मी शुक्ला ने तृतीय स्थान हासिल किया। 100 मीटर (पुरुष वर्ग) सत्यपाल चौहान, विनय चौरसिया, अभिषेक सिंह , भाला क्षेपण (पुरुष वर्ग) में अमित कुमार चौरसिया, हिमांशु सिंह श्रीनेत, रोहिन चौरसिया , भाला क्षेपण (महिला वर्ग) में नेहा चौरसिया, वंशिका तिवारी और अंगिरा सिंह ने क्रमशः पहला, दूसरा और तीसरा स्थान हासिल किया। रिले रेस प्रतियोगिता के पुरुष वर्ग में योगिराज बाबा गंभीररनाथ टीम ने प्रथम, दिग्विजयनाथ टीम ने द्वितीय तथा छत्रपति शिवाजी टीम ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। प्रतियोगिता के महिला वर्ग में रानी लक्ष्मीबाई टीम ने प्रथम तथा मीराबाई टीम ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। खेल महोत्सव के समापन अवसर पर महाविद्यालय के उपप्राचार्य संतोष श्रीवास्तव ने खिलाड़ियों को प्रमाण-पत्र वितरित किया।

खेल महोत्सव समापन
15 फरवरी, 2021

महाविद्यालय में 10–15 फरवरी, 2021 तक चलने वाले खेल महोत्सव के समापन अवसर पर महाविद्यालय के उप–प्राचार्य श्री संतोष कुमार श्रीवास्तव ने बतौर मुख्य अतिथि ने सभी विजयी

खेल महोत्सव के समापन अवसर पर मंचासीन अतिथि, शिक्षकगण एवं संचालन करते हुये क्रीड़ा प्रभारी

खिलाड़ियों को प्रमाण–पत्र वितरित करते हुए कहा कि शिक्षा का उद्देश्य मानव का पूर्ण विकास है। मानव विकास के कई पक्ष हैं और शिक्षा इन सभी पक्षों को विकसित करती है, जिसमें शारीरिक,

खेल महोत्सव के दौरान खिलाड़ियों को प्रमाण पत्र प्रदान के उप–प्राचार्य डॉ. संतोष कुमार श्रीवास्तव

बौद्धिक तथा आध्यात्मिक विकास महत्वपूर्ण है। खेल हमारे शारीरिक विकास के साथ–साथ बौद्धिक विकास के लिए आवश्यक है। खेल के माध्यम से विद्यार्थी रचनात्मकता, सामूहिक कार्य तथा सहभागिता की भावनाएं सीखते हैं।

समापन अवसर पर उपस्थित छात्र/छात्राएं

कार्यक्रम की अध्यक्षता भूगोल विभाग के अध्यक्ष डॉ. विजय कुमार चौधरी ने की। क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र, श्री नन्दन शर्मा, डॉ. वेंकट रमन, श्रीमती कविता मंध्यान, डॉ. रमाकान्त दूबे, श्री प्रतीक दास, सुश्री स्मिता दूबे ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस अवसर पर महाविद्यालय के सभी शिक्षक एवं कर्मचारी उपस्थित रहें।

मुख्य अतिथि डॉ. विजय कुमार चौधरी से प्रमाण पत्र प्राप्त करते हुये

योग प्रशिक्षण का उद्घाटन

25 फरवरी, 2021

दिनांक 25 फरवरी, 2021 को महाविद्यालय में योगाभ्यास कराया गया। इस प्रशिक्षण में प्राणि विज्ञान विभाग के असिस्टेंट प्रोफेसर श्री विनय कुमार सिंह ने बताया कि योग का मनुष्य जीवन में बड़ा महत्त्व है। योग में निहित प्राणायाम करने से अनेक प्रकार की बिमारियों से शरीर सुरक्षित रहता है। साँस सम्बन्धी समस्याओं से बचे रहते है। योग करने का उपयुक्त समय प्रातः सूर्योदय से पूर्व होता है। इस समय वातावरण में शुद्ध ऑक्सीजन विद्यमान रहता है। जो शरीर के लिए वरदान का कार्य करता है। योग से मनुष्य का तन, मन दोनों स्वस्थ रहता है। प्रशिक्षण के दौरान श्री विनय कुमार ने अनुलोम-विलोम, भस्तिका, कपालभाति, भ्रामरी प्राणायाम एवं आसन का अभ्यास कराया। इस योग प्रशिक्षण में शिक्षक, कर्मचारी एवं छात्र/छात्राएं उपस्थित रहें।

अमर उजाला

amarujala.com

गोरखपुर | बृहस्पतिवार, 25 मार्च 2021 | 8

ध्यान से एकाग्रचित्त होती हैं मन की चंचलता : सिद्धार्थ

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ में बुधवार को प्रार्थना सभा में 'योग' कार्यक्रम संचालित हुआ। योग में 'ध्यान' विषय पर वाणिज्य विभाग के सहायक आचार्य सिद्धार्थ कुमार शुक्ल ने चर्चा की। बताया कि 'ध्यान' आज आधुनिक जीवन को एकाग्रचित्त करने में महती भूमिका निभा रहा है। ध्यान से मन की चंचलता एकाग्रचित्त होती है और मानसिक शांति की अनुभूति होती है। योग में ध्यान का अभ्यास कराते हुए कहा कि पद्मासन या सुखासन में बैठकर अपने इष्टदेव का ध्यान करें। ऐसा करने में थोड़ा समय लग सकता है, लेकिन अनवरत यह प्रक्रिया अपनाने से मनुष्य ध्यान मुद्रा में प्रवेश कर जाता है। मौके पर महाविद्यालय के शिक्षक, कर्मचारी व विद्यार्थी शामिल हुए। ब्यूरो

योगाभ्यास कराते श्री विनय कुमार एवं उपस्थित शिक्षक, कर्मचारी एवं छात्र/छात्राऐं

योगाभ्यास 04 मार्च, 2021

दिनांक 04 मार्च, 2021 को महाविद्यालय के प्रार्थना सभा में योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें हिन्दी विभाग की अध्यक्ष डॉ. आरती सिंह ने सूक्ष्म व्यायाम का अभ्यास कराया। उन्होंने कहा कि निरन्तर सूक्ष्य व्यायाम करने से शरीर स्फूर्तवान एवं तरोताजा रहता है। सूक्ष्म व्यायाम के अन्तर्गत हाथ की उगलियों, हथेली, कुहनी, कंधे के व्यायाम के साथ पैर की उगंलियों, पंजे, घुटना, जंघे से लेकर कमर, पेट आदि अंगो का व्यायाम होता है। व्यायाम से शरीर के सूक्ष्म अंगो में लचीलापन बना रहता है तथा जोडों के दर्द से निजात मिलती है। स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क के विकास के लिए योग और व्यायाम की महत्त्वपूर्ण भूमिका है। शरीर को स्वस्थ रखने के लिए योग और व्यायाम को आत्मसात करना चाहिए। योग और व्यायाम मनुष्य के जीवन में वरदान के समान है।

इस कार्यक्रम में महाविद्यालय के सभी शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।

योगाभ्यास कराती डॉ0 आरती सिंह एवं उपस्थिति शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थी

800 मीटर दौड़

05 मार्च, 2021

दिनांक 05 मार्च, 2021 को महाविद्यालय में सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा ड्रग की माँग को घटाने हेतु राष्ट्रीय कार्य योजना के अन्तर्गत मद्यनिषेध विभाग, उत्तर प्रदेश सरकार तथा 15 तथा 45 यू.पी. बटालियन, राष्ट्रीय कैडेट कोर एवं खेल विभाग के संयुक्त तत्वावधान में 800 मीटर दौड़ प्रतियोगिता (बालक तथा बालिका वर्ग) का आयोजन किया गया। इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि प्राचीन इतिहास, पुरातत्व संस्कृति विभाग के अध्यक्ष श्री सुबोध कुमार मिश्र ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए उन्हें सम्बोधित किया। इस अवसर पर विशिष्ट अतिथि के रूप में बी.एड्. विभाग की सहायक आचार्य श्रीमती पुष्पा निषाद उपस्थित रहीं।

800 मीटर दौड़ (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान ऋषि कुमार निषाद (बी.ए. भाग–एक), द्वितीय स्थान राहुल कुमार भारती (बी.ए. भाग–एक), तृतीय स्थान अश्विनी चौहान (बी. ए. भाग–एक) तथा सांत्वना पुरस्कार विकास कुमार यादव (बी.ए. भाग–एक) को प्राप्त हुआ। 800 मीटर दौड़ (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–दो), द्वितीय स्थान ज्योति निषाद (बी.ए. भाग–एक), तृतीय स्थान आसना सिंह (बी.ए. भाग–एक) तथा सांत्वना पुरस्कार खुशबू प्रजापति (बी.ए.भाग–एक) को प्राप्त हुआ। निर्णायक के रूप में गृहविज्ञान विभाग

800 मीटर दौड़ (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता में खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करतीं विशिष्ट अतिथि श्रीमती पुष्पा निषाद

की सहायक आचार्य डॉ. सांत्वना श्रीवास्तव, सुश्री रीतिका त्रिपाठी एवं कम्प्यूटर सहायक ब्रह्मानन्द पाण्डेय ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। कार्यक्रम का संचालन 45 यू.पी. बटालियन के सी.टी.ओ. डॉ.

800 मीटर दौड़ (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता में प्रतिभाग करतीं छात्राएं

प्रज्ञेश कुमार मिश्र तथा 15 यू.पी. गर्ल्स बटालियन की सी.टी.ओ. श्रीमती कविता मंध्यान तथा क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने किया। कार्यक्रम के अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने प्रतिभागियों को प्रतिभागियों को शुभकामनाएं एवं धन्यवाद दिया।

800 मीटर दौड़ (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बॉल प्रतियोगिता

07 मार्च, 2021

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बॉल प्रतियोगिता का शुभारम्भ दिनांक 07 मार्च 2021 को महाराणा प्रताप पी.जी. कालेज, जंगल धूसड़, गोरखपुर के क्रीडांगण में हुआ। इस प्रतियोगिता के उद्घाटन के अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में महाविद्यालय के उप–प्राचार्य श्री संतोष कुमार श्रीवास्तव ने खिलाड़ियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि खेल वह दर्पण है जिसमें खिलाड़ियों की क्षमताओं का प्रतिबिम्ब परिलक्षित होता है। खेल के द्वारा व्यक्ति के अन्दर सहयोग, सहानभूति, नेतृत्व व अनुशासन आदि गुणों को विकास होता है। इस प्रतियोगिता में कुल 11 टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता के उद्घाटन मैच विज्ञान संकाय तथा बी.एड् के मध्य खेला गया। इस मैच में विज्ञान संकाय ने बी.एड्. संकाय को 1 रन से पराजित किया। प्रतियोगिता का

खिलाडियों से परिचय प्राप्त करते उप–प्राचार्य श्री संतोष कुमार श्रीवास्तव

प्रतियोगिता कराती क्रीड़ा प्रभारी डा0 आरती सिंह एवं सहयोगी शिक्षक गण

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बाल प्रतियोगिता में विजेता टीम को शील्ड प्रदान करतें मुख्य अतिथि डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र एवं शिक्षकगण

फाइनल मैंच कला संकाय तथा वाणिज्य संकाय के बीच खेला गया। जिसमें वाणिज्य संकाय ने कला संकाय की टीम को 6 रनों से हराया तथा महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बॉल प्रतियोगिता के विजेता का सम्मान प्राप्त किया।

प्रतियोगिता के फाइनल मैच में मुख्य अतिथि के रूप में मनोविज्ञान विभाग के प्रभारी डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उनका उत्साहवर्धन किया। अम्पायर के रूप में श्री ब्रह्मानन्द पाण्डेय (कम्प्यूटर आपरेटर), श्री झब्बर शर्मा (कार्यालय सहायक) ने अहम भूमिका निभाई। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक, श्री विनय कुमार सिंह, श्री निवास सिंह, श्री चन्दन ठाकुर, डॉ0 सुधा शुक्ला ने महत्वपूर्ण भूमिका निभायी तथा भारी संख्या में दर्शकगण उपस्थित रहें।

प्रतियोगिता के समापन अवसर पर क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते खिलाड़ी

योगाभ्यास 10 मार्च, 2021

दिनांक 10 मार्च, 2021 को महाविद्यालय में योगाभ्यास कराया गया। इस प्रशिक्षण में प्राणि विज्ञान विभाग के असिस्टेंट प्रोफेसर श्री विनय कुमार सिंह ने प्राणायाम के साथ सुखासन, वज्रासन, मण्डूकासन, ताड़ासन, त्रिकोणासन, शवासन का अभ्यास कराया जिसमें महाविद्यालय परिवार उपस्थित रहा।

07 • गोरखपुर • गुरुवार • 11 मार्च 2021 हिन्दुस्तान

योग से तन व मन रहता है स्वस्थ

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज जंगल धूसड़ में बुधवार को योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित हुआ। इस प्रशिक्षण में प्राणि विज्ञान विभाग के असिस्टेंट प्रो. विनय कुमार सिंह ने बताया कि योग का मनुष्य जीवन में बड़ा महत्त्व है।

योगाभ्यास 13 मार्च, 2021

दिनांक 13 मार्च, 2021 को महाविद्यालय के प्रार्थना सभा में योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में हिन्दी विभाग की प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सूक्ष्म व्यायाम के अन्तर्गत पैर की अंगुलियों, पंजा, घुटना, कमर, नाव चलाना, चक्की चलाना एवं सूर्य नमस्कार का अभ्यास कराया। जिसमें शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।

व्यायाम का अभ्यास कराती हुई डॉ0 आरती सिंह एवं व्यायाम करते हुये शिक्षक एवं छात्र छात्राएं

योगाभ्यास 24 मार्च, 2021

योगाभ्यास कराते श्री सिद्धार्थ एवं योग करते शिक्षक एवं विद्यार्थी

योगाभ्यास कराते श्री सिद्धार्थ एवं योग करते शिक्षक एवं विद्यार्थी

दिनांक 24 मार्च, 2021 को महाविद्यालय में प्रार्थना सभा में योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें वाणिज्य विभाग के असिस्टेंट प्रोफेसर श्री सिद्धार्थ कुमार शुक्ल ने योग के महत्व पर चर्चा करते हुए योगासन, ध्यान मुद्रा, मन को शान्त करने के लिए शारीरिक एवं मानसिक अनुशासन तथा तनाव और चिन्ता दूर कर मानसिक विकास करने सम्बन्धी योगाभ्यास कराया। इस प्रशिक्षण से शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थीगण लाभान्वित हुए।

योगाभ्यास कराते श्री सिद्धार्थ एवं योग करते शिक्षक एवं विद्यार्थी

राष्ट्रीय मूल्यांकन एवं प्रत्यायन परिषद (NAAC) द्वारा श्रेणी ''बी'' प्रत्यायित

महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय

जंगल धूसड़, गोरखपुर

Website : www.mpm.edu.in   E-mail : mpmpg5@gmail.com