



महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर
क्रीडा गतिविधियाँ

महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय
जंगल धूसड़, गोरखपुर



योग एवं क्रीडा गतिविधियाँ

2018-2019



सम्पादन

(डॉ. मृत्युंजय कुमार सिंह)
क्रीडा अधीक्षक

(प्रदीप कुमार राव)
प्राचार्य



प्रस्तावना

जीवन के किसी भी क्षेत्र में सफल होने के लिए पहली और महत्त्वपूर्ण आवश्यकता है-शान्त मस्तिष्क। इससे शिक्षा तथा खेल जगत अछूता नहीं है। खेल में एकाग्रता की नितान्त आवश्यकता होती है। एकाग्रता के बिना खेल अधूरा है। एकाग्रचित्त रहने का सर्वोत्तम माध्यम है-योग साधना। योग मानव जाति की एक पुरातन विरासत है। योग के रोग निवारक और उपचारात्मक दोनों फायदे हैं, जो हमारे शरीर तथा मस्तिष्क दोनों को लाभ पहुँचाता है। वैश्विक स्तर पर बिना किसी नकारात्मक प्रभाव, तनाव या शरीर में किसी प्रकार का असंतुलन लाये बगैर योग का सम्यक लाभ लिया जा सकता है।

एक स्वस्थ शरीर और शान्त मस्तिष्क जीवन के किसी भी क्षेत्र में सफलता का पथ प्रशस्त करता है। इसकी महत्ता को समझकर ही खेल जगत से जुड़े कई अन्तर्राष्ट्रीय संस्थाओं ने भारत के प्राचीनतम योग पद्धति का लाभ उठाना शुरू कर दिया है। योग अन्यान्य प्रविधियों से भिन्न एक विशिष्ट पद्धति है, जो किसी तरह का तनाव दिये बगैर खिलाड़ियों को ऊर्जावान बनाती है। दरअसल, योग की अधिकतर मुद्राएं गहरी सांस लेने, उसका स्तम्भन (रोकने) करने और मांसपेशियों के संकुचन-फैलाव के जरिये शरीर की कोशिकाओं में आक्सीजन भेजने का कार्य करती हैं। इसके माध्यम से खिलाड़ी तनाव मुक्त होता है तथा उसमें असीम ऊर्जा का संचार होता है।

विद्यार्थी जीवन मानव जीवन की आधारशिला है। अध्ययन के साथ-साथ योग तथा व्यायाम मनुष्य के सर्वांगीण विकास में सहायक है। जो विद्यार्थी अध्ययन के साथ-साथ योग तथा खेल को महत्त्व देते हैं, वे प्रायः कुशाग्र बुद्धि के होते हैं। खेल में अपना सर्वश्रेष्ठ देने के लिए विद्यार्थी को एक सुनम्य शरीर, एकाग्रता और उन्मुक्त मस्तिष्क की आवश्यकता होती है। प्रतिदिन योगाभ्यास न केवल किसी खिलाड़ी के निष्पादन क्षमता को बढ़ा सकता है, वरन् यह मानसिक तथा शारीरिक दृष्टि से उसे निपुण भी बना सकता है।

उपरोक्त तथ्यों के आलोक में सत्र 2018-2019 के अन्तर्गत महाविद्यालय में योग एवं खेल के विभिन्न आयोजनों में से प्रमुख गतिविधियों का विवरण आपके समक्ष प्रस्तुत है-

Montyraj Singh
मृत्युंजय कुमार सिंह
क्रीड़ा प्रभारी

प्रज्ञेश कुमार मिश्र
प्रज्ञेश कुमार मिश्र
सह-क्रीड़ा प्रभारी





साप्ताहिक योग प्रशिक्षण का उद्घाटन

योग प्राचीन भारतीय जीवन-पद्धति है। जिसमें शरीर, मन और आत्मा का एकीकरण किया जाता है। योग के उद्भूत फायदों का लोहा न सिर्फ भारत बल्कि विश्वभर के लोगों ने माना है। संयुक्त राष्ट्र संघ ने भी 21 जून को विश्व योग दिवस के रूप में मनाने की बात स्वीकारी और आज योग सम्पूर्ण विश्व को भारत की देन है।

उपरोक्त बातें महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय के वाणिज्य विभाग के शिक्षक डॉ० सुभाष कुमार गुप्ता ने 04 अगस्त 2018 को होने वाले साप्ताहिक योग प्रशिक्षण के शुभारम्भ में कही। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय प्रत्येक शनिवार को योग के साथ अपनी दिनचर्या प्रारम्भ करता है। सप्ताह में एक दिन प्रत्येक छात्र और शिक्षक योग में सम्मिलित होते हैं, तथा सामूहिक योगाभ्यास करते हैं। योग महाविद्यालय के वार्षिक कार्यक्रम का एक अभिन्न अंग है। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से उच्च रक्तचाप, तनाव, कोलेस्ट्रॉल, मोटापा, मधुमेह जैसी गम्भीर बिमारियों से निजात मिलता है। प्रतिदिन योगाभ्यास से रोग से लड़ने की शक्ति, प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है, स्वास्थ्य में वृद्धि होती है तथा शरीर के विकार दूर हो जाते हैं। योग से चित्त की एकाग्रता बढ़ती है जिससे स्मरण शक्ति का विकास होता है। योग से आत्मविश्वास में वृद्धि होती है तथा व्यसनों से मुक्ति मिलती है। नियमित योग करने से शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक विकास होता है।

इस अवसर पर डॉ० विजय चौधरी, वागीशराज पाण्डेय, सुश्री दीप्ती गुप्ता, सुश्री कविता मध्यान् श्रीमती शिप्रा सिंह, डॉ० नवनीत कुमार सिंह, डॉ० प्रज्ञेश मिश्र, डॉ० महेन्द्र प्रताप सिंह, डॉ० शिव कुमार बर्नवाल, डॉ० अभय श्रीवास्तव, डॉ० प्रखर वैभव सिंह, श्री नन्दन शर्मा, सुश्री श्वेता चौबे, श्री मन्जेश्वर सहित भारी संख्या में छात्र-छात्राएँ व शिक्षक उपस्थित रहे।



योग पर व्याख्यान प्रस्तुत करते डॉ. सुभाष कुमार गुप्ता





योग कार्यक्रम में उपस्थित शिक्षक एवं विद्यार्थी





योग व्याख्यान कार्यक्रम

दिनांक 18.08.2018 को साप्ताहिक योग प्रशिक्षण के अवसर पर योग व्याख्यान का आयोजन किया गया। जिसमें महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में 'साप्ताहिक योगाभ्यास का दैनिक जीवन में उपयोग' विषय पर व्याख्यान देते हुए बी.एड. विभाग की प्रभारी श्रीमती शिप्रा सिंह ने अपना व्याख्या प्रस्तुत किया। इन्होंने कहा कि योग अन्तःकरण की एकाग्रता है, योग से मन, चित्, बुद्धि तथा आत्मा का एकीकरण किया जाता है। योग के अर्न्तगत, यम, नियम, प्रत्याहार, आसन, प्राणायाम, धारणा, ध्यान तथा समाधि के विभिन्न स्तर होते हैं। जिसे अष्टांग योग के नाम से भी जाना जाता है। शरीर के स्वस्थ रहने पर ही मस्तिष्क स्वस्थ रहता है। मस्तिष्क से ही शरीर की समस्त क्रियाओं का संचालन होता है। इसके स्वस्थ व तनावयुक्त होने पर ही शरीर की सारी क्रियाएं भली प्रकार से सम्पन्न होती हैं। इस प्रकार हमारे शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक और आत्मिक विकास के लिए योगासन की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। योग शरीर के जोड़ों, मांसपेशियों को मजबूत बनाता है, शारीरिक विकृतियों को काफी हद तक ठीक करता है। शरीर में रक्त प्रवाह सुचारू करता है, पाचन को मजबूत बनाता है। इसके अतिरिक्त यह शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्तियाँ बढ़ाता है। कई प्रकार की बिमारियाँ, अनिद्रा, तनाव, थकान, उच्च रक्तचाप, चिन्ता इत्यादि को दूर करता है। आज की आवश्यकता को देखते हुए योग की शिक्षा आम जन के लिए बेहद उपयोगी है।

कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षक, विद्यार्थी तथा कर्मचारी उपस्थित रहे।



योग के महत्त्व पर विचार प्रस्तुत करती श्रीमती शिप्रा सिंह





योग कार्यक्रम में उपस्थित शिक्षक एवं विद्यार्थी





योग व्याख्यान कार्यक्रम

दिनांक 01.09.2018 को साप्ताहिक योग प्रशिक्षण के अवसर पर 'गोरखपुर सहज योगध्यान केन्द्र' के समन्वयक श्री उपेन्द्र सिंह ने अपना व्याख्यान प्रस्तुत किया। इस अवसर पर उन्होंने शिक्षकों तथा छात्र-छात्राओं को 'आत्म साक्षात्कार' क्रिया के विभिन्न चरणों का अभ्यास कराया। उन्होंने सहज योग के महत्त्व को बताते हुए कहा कि योग से उच्च रक्तचाप, तनाव, कोलेस्ट्रॉल, मोटापा, मधुमेह जैसी गम्भीर बिमारियों से निजात मिलता है। प्रतिदिन योगाभ्यास से रोग से लड़ने की शक्ति, प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है, स्वास्थ्य में वृद्धि होती है तथा शरीर के विकार दूर हो जाते हैं। योग से चित्त की एकाग्रता बढ़ती है, जिससे स्मरण शक्ति का विकास होता है। योग से आत्मविश्वास में वृद्धि होती है तथा व्यसनों से मुक्ति मिलती है। नियमित योग करने से शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक विकास होता है।

इस अवसर पर श्री मनोज श्रीवास्तव, श्री इन्द्रलोकी दूबे, डॉ० विजय चौधरी, डॉ. अविनाश प्रताप सिंह, सुश्री दीप्ती गुप्ता, सुश्री कविता मध्यान्, श्रीमती शिप्रा सिंह, डॉ० नवनीत कुमार सिंह, डॉ० प्रज्ञेश मिश्र, डॉ० महेन्द्र प्रताप सिंह, डॉ० शिव कुमार बर्नवाल, डॉ० अभय श्रीवास्तव, डॉ० प्रखर वैभव सिंह, श्री नन्दन शर्मा, सुश्री श्वेता चौबे, श्री मन्जेश्वर सहित भारी संख्या में छात्र-छात्राएँ व शिक्षक उपस्थित रहे।



योग प्रशिक्षण कार्यक्रम में बोलते श्री उपेन्द्र सिंह





योग पर व्याख्यान प्रस्तुत करते श्री मनोज श्रीवास्तव



योग कार्यक्रम में उपस्थित शिक्षक एवं विद्यार्थी





साप्ताहिक योग प्रशिक्षण

दिनांक 15.09.2018 को वाणिज्य संकाय के असिस्टेंट प्रो. डॉ. सुभाष कुमार गुप्ता ने साप्ताहिक योग प्रशिक्षण के अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापकगण तथा छात्र-छात्राओं को सहज योग का योगाभ्यास कराया।



साप्ताहिक योगाभ्यास कार्यक्रम में सहज योग कराते डॉ. सुभाष कुमार गुप्ता



योगाभ्यास करते शिक्षक एवं विद्यार्थी





योगिराज बाबा गंभीरनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता

15-16 सितम्बर, 2018

दिनांक 16.09.2018 को महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर में युगपुरुष ब्रह्मलीन महंत अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ रक्षा अध्ययन विभाग के प्रभारी डॉ० अभिषेक सिंह ने किया। उन्होंने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए कहा कि "एक बेहतर भविष्य का निर्माण करने के लिए खेल बहुत ही प्रभावी तरीका है क्योंकि यह सभी के लिए समान और अच्छी नौकरी के अवसरों को प्रदान करता है। खेल गतिविधियों का आयोजन करने वाले देश के लिए अपनी अर्थव्यवस्था को बढ़ावा देने का अच्छा माध्यम है। खेल हमें प्रोत्साहित करता है और देशभक्ति की भावना को विकसित करता है। खेल अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर बहुत से देशों के बीच तनावो को कम करने का तरीका है। यह व्यक्ति की शारीरिक और मानसिक ताकत को सुधारने में मदद करने के साथ ही देश की अर्थव्यवस्था और सामाजिक मजबूती में भी सुधार करता है।"

इस प्रतियोगिता में कुल 30 छात्रों ने प्रतिभाग किया। शाम तक चले इस प्रतियोगिता का निर्णायक मैच आयुष पाल, बी०एस-सी० द्वितीय वर्ष और सुधीर कुशवाहा, बी०एस-सी० तृतीय वर्ष के बीच खेला गया। जिसमें आयुष पाल को विजेता और सुधीर कुशवाहा को उपविजेता घोषित किया गया। प्रतियोगिता के समापन अवसर पर भूगोल विभाग के प्रभारी डॉ० विजय चौधरी ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उन्हें प्रोत्साहित किया। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक श्री सुबोध कुमार मिश्र, डॉ० अविनाश प्रताप सिंह, डॉ० प्रज्ञेश कुमार मिश्र, श्रीमती शिप्रा सिंह तथा छात्र उपस्थित रहे।



शतरंज प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





शतरंज प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





शतरंज प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





शतरंज प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





शतरंज प्रतियोगिता में विजयी प्रतिभागी



शतरंज प्रतियोगिता में विजयी प्रतिभागी





शतरंज प्रतियोगिता में विजयी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र प्रदान करते
डॉ. विजय कुमार चौधरी



शतरंज प्रतियोगिता में विजयी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र प्रदान करते
डॉ. विजय कुमार चौधरी





समाचार पत्र मे प्रकाशित...



आयुष पाल शतरंज प्रतियोगिता के विजेता

गोरखपुर। महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर में युगपुरूष ब्रह्मलीन महंत अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। शाम तक चले इस प्रतियोगिता का निर्णायक मैच बीएससी भाग दो के आयुष पाल और बीएससी भाग तीन के सुधीर कुशवाहा के बीच खेला गया। जिसमें आयुष पाल को विजेता और सुधीर कुशवाहा को उपविजेता घोषित किया गया।

प्रतियोगिता का शुभारम्भ रक्षा अध्ययन विभाग के प्रभारी डॉ. अभिषेक सिंह ने किया। उन्होंने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए कहा कि एक बेहतर भविष्य का निर्माण करने के लिए खेल बहुत ही प्रभावी तरीका है क्योंकि यह सभी के लिए समान और अच्छे अवसर प्रदान करता है। यह खेल गतिविधियों का आयोजन करने वाले देश के लिए अपनी अर्थव्यवस्था को बढ़ावा देने का अच्छा माध्यम है। यह एक देश के नागरिकों को अपने देश के खेल में जीतने पर गर्वान्वित महसूस कराता है। यह देशभक्ति की भावना को विकसित करता है।





युगपुरुष ब्रह्मलीन महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता

07-08 अक्टूबर, 2018

दिनांक 07-08 अक्टूबर, 2018 को महाविद्यालय में महन्त दिग्विजयनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में कुल 35 छात्र-छात्राओं ने प्रतिभाग किया। इस प्रतियोगिता के उद्घाटन अवसर पर खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए वाणिज्य विभाग के प्रवक्ता श्री नन्दन शर्मा ने कहा कि “खेल शारीरिक, मानसिक, मनोवैज्ञानिक और बौद्धिक स्वास्थ्य के साथ गहराई से जुड़ा है। यह व्यक्ति के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बनाये रखने में मदद करता है। नियमित खेल खेलना मानसिक कौशल को विकसित करने में मदद करता है। यह एक व्यक्ति के मनोवैज्ञानिक कौशल में भी सुधार करता है। यह प्रेरणा, साहस, अनुशासन और एकाग्रता को विकसित करता है।”

इस प्रतियोगिता का निर्णायक मैच बालक वर्ग में आदित्य प्रताप सिंह (बी.ए. प्रथम), विशाल श्रीवास्तव (बी.कॉम. द्वितीय) और अनमोल खरवार (बी.एस-सी. प्रथम), प्रशांत मिश्रा (बी.एस-सी प्रथम) के बीच खेला गया, जिसमें आदित्य प्रताप सिंह और विशाल श्रीवास्तव को विजेता घोषित किया गया।

बलिका वर्ग का निर्णायक मैच अंशिका चौहान (बी.ए. प्रथम) और खुशबू चौरसिया (बी.ए. प्रथम) के बीच खेला गया जिसमें अंशिका चौहान ने विजेता होने का सम्मान प्राप्त किया। प्रतियोगिता के समापन अवसर पर भूगोल विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ० विजय चौधरी ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उन्हें प्रोत्साहित किया। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी के प्रति आभार ज्ञापित किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।



कैरम प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





कैरम प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





कैरम प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय की छात्र





कैरम प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती महाविद्यालय की छात्राएं





कैरम प्रतियोगिता में विजयी छात्र-छात्राओं को प्रमाण पत्र प्रदान करते
डॉ. विजय कुमार चौधरी





समाचार पत्र मे प्रकाशित...

हिन्दुस्तान

गोरखपुर • बुधवार • 10 अक्टूबर 2018

04

आदित्य व विशाल की जोड़ी ने कैरम में बाजी मारी

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज जंगल धूसड़ में महंत दिग्विजयनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच बालक वर्ग में आदित्य प्रताप सिंह (बीए प्रथम), विशाल श्रीवास्तव (बीकॉम द्वितीय) और अनमोल खरवार (बीएससी प्रथम), प्रशांत मिश्रा (बीएससी प्रथम) के बीच खेला गया, जिसमें आदित्य प्रताप सिंह और विशाल श्रीवास्तव को विजेता घोषित किया गया। प्रतियोगिता में कुल 35 छात्र-छात्राओं ने भाग लिया। प्रतियोगिता के उद्घाटन अवसर पर वाणिज्य विभाग के प्रवक्ता नन्दन शर्मा ने कहा कि खेल शारीरिक, मानसिक, मनोवैज्ञानिक और बौद्धिक स्वास्थ्य के साथ गहराई से जुड़ा है। बालिका वर्ग का निर्णायक मैच अंशिका चौहान (बीए प्रथम) और खुशबू चौरसिया (बीए प्रथम) के बीच खेला गया जिसमें अंशिका चौहान को विजेता घोषित किया गया।

10 दैनिक जागरण गोरखपुर, 10 अक्टूबर 2018

महिला वर्ग में अंशिका चौहान बनी विजेता

जासं, गोरखपुर : महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ में आयोजित महंत दिग्विजयनाथ कैरम प्रतियोगिता के महिला वर्ग में अंशिका चौहान विजेता बनीं। पुरुष वर्ग में आदित्य प्रताप सिंह व विशाल श्रीवास्तव ने विजेता होने का गौरव हासिल किया। प्रतियोगिता में 35 छात्र-छात्राओं ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का उद्घाटन कॉलेज के वाणिज्य विभाग के प्रवक्ता नन्दन शर्मा ने किया। उन्होंने खिलाड़ियों को प्रोत्साहित किया। भूगोल विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. विजय चौधरी ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उन्हें प्रोत्साहित किया। क्रीड़ा प्रभारी मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी के प्रति आभार जताया।



साप्ताहिक योगाभ्यास

दिनांक 03.11.2018 को साप्ताहिक योग प्रशिक्षण के अन्तर्गत महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. प्रदीप कुमार राव ने महाविद्यालय के प्राध्यापकों तथा छात्र-छात्राओं को प्राणायाम का प्रशिक्षण दिया।



साप्ताहिक योगाभ्यास कराते महाविद्यालय के प्राचार्य



साप्ताहिक योगाभ्यास करते विद्यार्थी एवं शिक्षक





वार्षिक समारोह

17-23 नवम्बर, 2018

योगिराज बाबा गंभीरनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता

20 नवम्बर, 2018

महाराणा प्रताप पी0जी0 कालेज, जंगल धूसड़, गोरखपुर में 17-23 नवम्बर, 2018 के अर्न्तगत होने वाले वार्षिक समारोह के दौरान दिनांक 20.11.2018 को ब्रह्मलीन महंत अवेद्यनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारंभ रसायन शास्त्र विभाग की प्रवक्ता सुश्री प्रियंका मिश्रा ने किया। उन्होंने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए कहा कि "खेल हमारे जीवन का अहम हिस्सा है, यह हमारे शारीरिक एवं मानसिक दोनो के विकास का स्रोत है, यह हमारे शरीर के रक्त परिसंचरण में सहायक है, वहीं दूसरी ओर हमारे दिमागी विकास में लाभकारी है। खेल व्यायाम का सबसे अच्छा साधन माना जाता है। खेल ही हमारे शरीर को हृष्ट-पुष्ट, गतिशील एवं स्फूर्ति प्रदान करने में सहायक होते हैं। एक सफल इंसान के लिए चाहिए कि वह मानसिक तथा शारीरिक दोनो रूप से स्वस्थ रहे। मानसिक विकास की शुरुआत हमारे स्कूल के दिनों से होना प्रारंभ हो जाती है, किन्तु शारीरिक विकास के लिए व्यायाम जरूरी है जो हमें खेलों के माध्यम से प्राप्त होता है।"

इस प्रतियोगिता में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच रानी लक्ष्मी बाई टीम और मीराबाई टीम के बीच खेला गया। जिसमें रानी लक्ष्मीबाई टीम ने मीराबाई टीम को 40-30 से पराजित कर विजेता का सम्मान प्राप्त किया। मीराबाई टीम की खिलाड़ी खुशबू निषाद (बी0ए0 प्रथम वर्ष) का प्रदर्शन सराहनीय रहा। निर्णायक के रूप में डॉ0 प्रज्ञेश कुमार मिश्र, श्री नन्दन शर्मा, डॉ0 अभिषेक सिंह, श्री मनीष कुमार शर्मा तथा आदित्य प्रताप सिंह ने महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया।

प्रतियोगिता के समापन अवसर पर बी0एड0 विभाग की विभागाध्यक्ष श्रीमती शिप्रा सिंह ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उनका उत्साहवर्धन किया। अंत में क्रीड़ा प्रभारी श्री मृत्युंजय सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।



कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती छात्राएं





कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती छात्राएं





कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती महाविद्यालय की छात्राएं





कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती महाविद्यालय की छात्राएं





कबड्डी प्रतियोगिता के प्रतिभाग करती हुई महाविद्यालय की छात्राएं



कबड्डी प्रतियोगिता के प्रतिभाग करती हुई महाविद्यालय की छात्राएं





खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते डॉ. अभिषेक सिंह





कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र





कबड्डी प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र





कबड्डी प्रतियोगिता के प्रतिभाग करते हुए महाविद्यालय के छात्र





समाचार पत्र प्रकाशित.....



कबड्डी में एमपी टीम को मिली जीत

जासं., गोरखपुर :एमपीपीजी कॉलेज में संस्थापक समारोह अंतर्गत योगिराज बाबा गंभीर नाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता (बालक वर्ग) का आयोजन किया गया। सात टीमों ने प्रतिभाग किया। निर्णायक मैच एमपी टीम और छत्रपति शिवाजी टीम के बीच खेला गया। एमपी टीम ने छत्रपति शिवाजी टीम को 58-48 से पराजित किया।





संस्थापक सप्ताह समारोह

योगिराज बाबा गंभीर नाथ स्मृति वालीबॉल प्रतियोगिता

22 नवम्बर, 2018

महाराणा प्रताप पी0जी0 कालेज, जंगल धूसड़, गोरखपुर में 17-23 नवम्बर, 2018 के अर्न्तगत होने वाले वार्षिक समारोह के दौरान दिनांक 22.11.2018 को महंत दिग्विजयनाथ स्मृति वालीबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारंभ कम्प्यूटर सहायक श्री ब्रह्मा नन्द पाण्डेय ने किया। उन्होंने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए कहा कि “खेल और ताकत एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। यह सत्य है कि खेल में भागीदारी करने वाले एक व्यक्ति के पास सामान्य व्यक्ति (जो व्यायाम नहीं करता हो) से अधिक ताकत होती हैं। खेलों में रुचि रखने वाला व्यक्ति अत्यधिक शारीरिक ताकत विकसित कर सकता है और किसी भी राष्ट्रीय या अन्तर्राष्ट्रीय स्तर के खेल में भागीदारी करके अपना भविष्य उज्ज्वल कर सकता है। खेल प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने, शारीरिक समन्वय बनाये रखने, शरीर की ताकत को बढ़ाने और मानसिक शक्ति में सुधार करने में मदद करता है।”

इस प्रतियोगिता में कुल सात टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच महाराणा प्रताप टीम और योगिराज बाबा गंभीर नाथ सेवाश्रम टीम के बीच खेला गया जिसमें महाराणा प्रताप टीम ने योगिराज बाबा गंभीर नाथ सेवाश्रम टीम को 25-18, 25-21 से पराजित कर विजेता का सम्मान प्राप्त किया। निर्णायक के रूप में डॉ0 अभिषेक सिंह, श्री मनीष कुमार शर्मा ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उनका उत्साहवर्धन किया। उन्होंने खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए कहा कि “खेल विद्यार्थियों के चरित्र और स्वास्थ्य निर्माण द्वारा राष्ट्र को मजबूती प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। खेल मनुष्य के कार्य करने के तरीकों में गति और सक्रियता लाता है।” प्रतियोगिता के अंत में क्रीड़ा प्रभारी श्री मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक श्री नंदन शर्मा, श्रीमती शिप्रा सिंह, डॉ0 वेंकट रमन पाण्डेय एवं डॉ0 प्रज्ञेश कुमार मिश्र सहित भारी संख्या में छात्र एवं छात्राएं उपस्थित रहीं।



वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र





वालीबाल प्रतियोगिता में टॉस करते डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र



वालीबाल प्रतियोगिता में स्टैंडिंग पोजिशन में छात्र





वालीबाल प्रतियोगिता में खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते श्री ब्रह्मानन्द पाण्डेय



वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र





वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र



वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता छात्र





वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र





खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करती श्रीमती शिप्रा सिंह



वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र



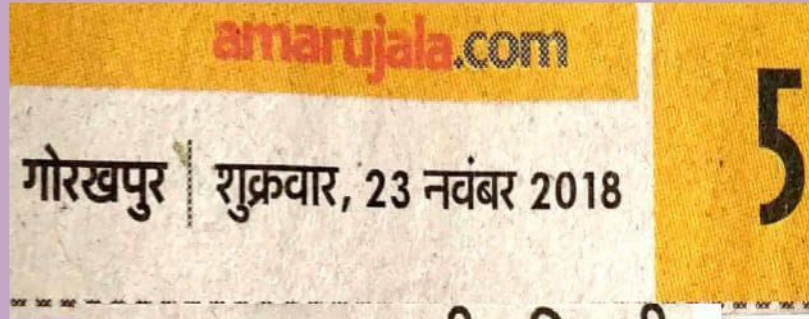


वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र



वालीबाल प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





महाराणा प्रताप टीम विजयी

गोरखपुर। महंत दिग्विजयनाथ स्मृति वॉलीबाल प्रतियोगिता में महाराणा प्रताप की टीम चैंपियन बनी। महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय में गुरुवार को फाइनल मुकाबले में महाराणा प्रताप ने योगीराज बाबा गंभीर नाथ सेवाश्रम की टीम को 25-18 और 25-21 अंकों से हराया।



साप्ताहिक योगाभ्यास

दिनांक 24.11.2018 को वाणिज्य विभाग के प्रभारी डॉ. राजेश कुमार शुक्ला ने साप्ताहिक योगाभ्यास प्रशिक्षण कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को कपालभाति, अनुलोम-विलोम, भ्रमरी, मण्डुकासन, भुजंगासन आदि का अभ्यास कराया।



साप्ताहिक योगाभ्यास कराते डॉ. राजेश कुमार शुक्ल



साप्ताहिक योगाभ्यास करते विद्यार्थी एवं शिक्षक



साप्ताहिक योगाभ्यास

दिनांक 01.12.2018 को वाणिज्य विभाग के प्रभारी डॉ. राजेश कुमार शुक्ला ने साप्ताहिक योगाभ्यास प्रशिक्षण कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को योगाभ्यास का अभ्यास कराया।



महाराणा प्रताप पी.जी. कालेज जंगल धूसड़, गोरखपुर में साप्ताहिक योगाभ्यास कार्यक्रम में अभ्यास कराते डॉ. राजेश शुक्ल



महाराणा प्रताप पी.जी. कालेज जंगल धूसड़, गोरखपुर में साप्ताहिक योगाभ्यास कार्यक्रम में अभ्यास करते विद्यार्थी



साप्ताहिक योगाभ्यास

दिनांक 15.12.2018 को वाणिज्य विभाग के प्रभारी डॉ. राजेश कुमार शुक्ला ने साप्ताहिक योगाभ्यास प्रशिक्षण कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को योगाभ्यास का अभ्यास कराया।



साप्ताहिक योगाभ्यास कराते डॉ. राजेश कुमार शुक्ल



साप्ताहिक योगाभ्यास करते विद्यार्थी एवं शिक्षक



साप्ताहिक योगाभ्यास

दिनांक 22.12.2018 को रसायन विज्ञान विभाग के असिस्टेंट प्रोफेसर श्री प्रदीप कुमार वर्मा ने साप्ताहिक योगाभ्यास प्रशिक्षण कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को सूर्य नमस्कार का प्रशिक्षण कराया।



योगाभ्यास का प्रशिक्षण देते श्री प्रदीप कुमार वर्मा



साप्ताहिक योगाभ्यास कार्यक्रम में प्रशिक्षण प्राप्त करते विद्यार्थी एवं शिक्षक



योगिराज बाबा गंभीरनाथ स्मृति कैनवस बाल क्रिकेट प्रतियोगिता

26-27 दिसम्बर, 2018

योगिराज बाबा गम्भीरनाथ स्मृति कैनवास बॉल प्रतियोगिता का शुभारम्भ दिनांक 26.12.2018 को महाराणा प्रताप पी0जी0 कालेज, जंगल धूसड़ के क्रीडांगन में हुआ। इस प्रतियोगिता के उद्घाटन अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में भूगोल विभाग के प्रवक्ता डॉ0 प्रवीन्द्र कुमार शाही ने खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए कहा कि "खेल वह दर्पण है जिसमें खिलाड़ियों की क्षमताओं का प्रतिबिम्ब परिलक्षित होता है। खेल के द्वारा व्यक्ति के अन्दर सहयोग, सहानुभूति, नेतृत्व व अनुशासन आदि गुणों का विकास होता है।"

इस प्रतियोगिता में कुल 10 टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का उद्घाटन मैच योगिराज बाबा गम्भीरनाथ सेवाश्रम तथा छात्रसंघ टीम के मध्य खेला गया। इस मैच में योगिराज बाबा गम्भीरनाथ सेवाश्रम ने छात्रसंघ को 05 विकेट से पराजित किया।

दो दिनों तक चलने वाले योगिराज बाबा गम्भीर नाथ स्मृति कैनवस बॉल प्रतियोगिता का फाइनल मैच दिनांक 27.12.2017 को विज्ञान संकाय तथा वाणिज्य संकाय के बीच खेला गया। वाणिज्य संकाय की टीम ने पहले खेलते हुए 8 ओवरों में 67 रन बनाया। इसके जवाब में विज्ञान संकाय की टीम 7.5 ओवर में 68 रनों के लक्ष्य को प्राप्त कर 4 विकेट से जीत हासिल की और इस प्रतियोगिता की विजेता टीम घोषित हुई।

प्रतियोगिता के फाइनल मैच में मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित बी.एड. विभाग की प्रभारी श्रीमती शिप्रा सिंह ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर उनका उत्साहवर्धन किया। मैन ऑफ द मैच तथा मैन ऑफ द सीरीज विज्ञान संकाय टीम के खिलाड़ी आशुतोष को दिया गया। अम्पायर के रूप में आकाश यादव, पिन्टू सिंह तथा मनीश शर्मा ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापकगण— डॉ0 अभिषेक सिंह, श्री अभिषेक वर्मा, डॉ0 प्रज्ञेश कुमार मिश्र, श्री सुबोध कुमार मिश्र, श्री नन्दन शर्मा, डॉ0 कृष्ण कुमार तथा श्री प्रदीप कुमार वर्मा सहित भारी संख्या में दर्शकगण उपस्थित रहे।

प्रतियोगिता के समापन अवसर पर क्रीड़ा प्रभारी श्री मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी के प्रति अपना आभार व्यक्त किया।





खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते डॉ. प्रवीन्द्र कुमार शाही





क्रिकेट प्रतियोगिता में टॉस कराते महाविद्यालय के शिक्षक



क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते छात्र





क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र



क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





क्रिकेट प्रतियोगिता मे प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता महाविद्यालय का छात्र



क्रिकेट प्रतियोगिता में विजयी मुद्रा में प्रतिभागीगण





उपविजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करती श्रीमती शिप्रा सिंह



विजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करती श्रीमती शिप्रा सिंह





विजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करती श्रीमती शिप्रा सिंह





विजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करते महाविद्यालय के शिक्षकगण



विजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करते महाविद्यालय के शिक्षकगण





विजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करते महाविद्यालय के शिक्षकगण



विजेता टीम को पुरस्कार प्रदान करते महाविद्यालय के शिक्षकगण





एक दिवसीय योग कार्यशाला

29 दिसम्बर, 2018

महाराणा प्रताप पी.जी. कालेज जंगल धूसड़, गोरखपुर बी.एड्. विभाग तथा क्रीड़ा विभाग के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित एक दिवसीय योग कार्यशाला के अवसर पर बोलते हुए भारतीय रेलवे में योग प्रशिक्षक डॉ. जयंतनाथ ने कहा कि यदि हमें आज के इस युग में स्वस्थ रहना है तो हमें अपनी दिनचर्या में योग जरूरी करना होगा तब जाकर हम स्वस्थ रह पायेंगे। योग बेहद सूक्ष्म विज्ञान पर आधारित एक आध्यात्मिक अनुशासन है, जो मन और शरीर के बीच केन्द्रित है। यह एक स्वस्थ जीवन शैली और कला है। जीवन की सफलता, किसी भी क्षेत्र में संयत मन पर भी निर्भर करती है। योग का महत्त्व इसलिए भी बढ़ गया है कि मनुष्य जाति को अब और आगे प्रगति करना है तो योग सीखना ही होगा। दरअसल योग भविष्य का धर्म और विज्ञान है। डॉ. जयंतनाथ ने प्रशिक्षुओं को योग के बड़े सरल तरीके बताये। इस अवसर पर बी.एड्. विभाग की प्रभारी श्रीमती शिप्रा सिंह ने विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि जिस तरह शिक्षा के बिना जीवन अधूरा है ठीक उसी तरह योग के बिना अच्छे स्वास्थ्य की कल्पना भी बेकाट है। विद्यार्थियों के लिए योग बहुत ही लाभदायक माना गया है। इससे मन मस्तिष्क में स्थिरता आती है और पढ़ाई में ध्यान केंद्रित करने में भी सहायता मिलती है।

मुख्य अतिथि डॉ. जयंतनाथ जी का स्वागत बी.एड्. विभाग के प्रवक्ता श्री नवनीत कुमार सिंह ने किया तथा आभार ज्ञापन बी.एड्. प्रभारी श्रीमती शिप्रा सिंह ने किया इस अवसर बी.एड्. प्रथम वर्ष के कुल 65 विद्यार्थियों ने भाग लिया। बी.एड्. विभाग के शिक्षक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव, श्रीमती विभा सिंह, श्रीमती पुष्पा निषाद, सुश्री दीप्ति गुप्ता, सुश्री रचना सिंह, सुश्री श्वेता चौबे, श्री जितेन्द्र प्रजापति उपस्थित रहे।



योग प्रशिक्षण कार्यशाला में प्रशिक्षण कराते प्रशिक्षक श्री जयन्त नाथ





योग प्रशिक्षक श्री जयन्तनाथ को सम्मानित करते महाविद्यालय के शिक्षक



योगाभ्यास करते विद्यार्थीगण





साप्ताहिक योगाभ्यास

दिनांक 05.01.2019 को वाणिज्य विभाग के प्रभारी डॉ. राजेश कुमार शुक्ला ने साप्ताहिक योगाभ्यास प्रशिक्षण कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को योगाभ्यास कराया।



साप्ताहिक योगाभ्यास कराते डॉ. राजेश कुमार शुक्ल





भारत-भारती पखवारा 12-26 जनवरी, 2019 वार्षिक क्रीड़ा समारोह 19-20 जनवरी, 2019

शैक्षिक संस्था का उद्देश्य विद्यार्थियों में केवल मानसिक कौशल विकसित करना ही नहीं है, अपितु खेल के माध्यम से शारीरिक एवं मानसिक विकास करना भी है। उपर्युक्त बातें वाणिज्य संकाय के सहायक आचार्य डॉ० नन्दन शर्मा ने भारत-भारती पखवारा के अन्तर्गत 19-20 जनवरी, 2019 को होने वाले द्वि-दिवसीय वार्षिक एथलेटिक्स मीट के उद्घाटन अवसर पर महाराणा प्रताप पी०जी० कालेज के क्रीडांगन में खिलाड़ियों को सम्बोधित करते हुए कहीं।

इस प्रतियोगिता में 100 मी० (बालक वर्ग) में आकाश यादव (बी०एस-सी० प्रथम वर्ष), पंकज कुमार यादव (बी०ए० तृतीय वर्ष) तथा मनीष कुमार (बी०ए० प्रथम वर्ष) ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय स्थान प्राप्त किया। बालिका वर्ग में बी०कॉम० तृतीय वर्ष की छात्रा कुमकुम चौहान प्रथम, बी०ए० तृतीय वर्ष की छात्रा श्वेता सिंह द्वितीय तथा गायत्री सिंह चौहान (बी०ए० तृतीय वर्ष) तृतीय स्थान पर रहीं।

200 मी० (बालक वर्ग) में बी०एस-सी० द्वितीय वर्ष के छात्र अजय सिंह ने प्रथम, बी०कॉम० द्वितीय वर्ष के छात्र श्याम बिहारी जायसवाल ने द्वितीय तथा बी०एस-सी० प्रथम वर्ष के छात्र आकाश यादव ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। 200 मी०, बालिका वर्ग में कुमकुम चौहान (बी०कॉम० तृतीय वर्ष), गायत्री सिंह चौहान (बी०ए० तृतीय वर्ष) तथा सोनल राय (बी०एस-सी० तृतीय वर्ष) ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय स्थान प्राप्त किया।



दौड़ प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र





दौड़ लगाते महाविद्यालय के छात्र

400 मी० (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में अजय सिंह (बी०एस-सी० द्वितीय वर्ष) ने प्रथम, मनीष कुमार (बी०ए० प्रथम वर्ष) ने द्वितीय तथा आकाश यादव (बी०एस-सी० प्रथम वर्ष) ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। 800 मी. (बालक वर्ग) में पंकज कुमार यादव (बी०ए० तृतीय वर्ष) प्रथम स्थान पर रहे जबकि विजय कुमार (बी०ए० प्रथम वर्ष) तथा दयानन्द चौहान (बी०ए० तृतीय वर्ष) ने क्रमशः द्वितीय तथा तृतीय स्थान प्राप्त किया।



लम्बी कूद प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता महाविद्यालय का छात्र

लम्बी कूद (बालक वर्ग) की प्रतियोगिता में बी०ए० तृतीय वर्ष के छात्र दयालू चौहान ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। मनीष कुमार (बी०ए० प्रथम वर्ष) द्वितीय स्थान तथा विजय सिंह (बी०एस-सी० प्रथम वर्ष) तृतीय स्थान पर रहे। लम्बी कूद, बालिका वर्ग में कुमकुम चौहान (बी०कॉम तृतीय वर्ष) ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। द्वितीय स्थान पर बी०ए० तृतीय वर्ष की छात्रा कुमारी खुशबू तथा तृतीय स्थान पर एम०कॉम० द्वितीय वर्ष की छात्रा तेजशिवनी यादव रही।





लम्बी कूद प्रतियोगिता की दूरी मापते हुए शिक्षक व छात्र



लम्बी कूद प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता महाविद्यालय का छात्र





गोला क्षेपण (बालक वर्ग) में बी0एड0 प्रथम वर्ष के छात्र सिद्धार्थ कुमार शुक्ल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। दयालू चौहान (बी0ए0 तृतीय वर्ष) द्वितीय स्थान जबकि विजय सिंह (बी0एस-सी0 प्रथम वर्ष) ने तृतीय स्थान पर रहे। बालिका वर्ग (गोला क्षेपण) में कुमकुम चौहान (बी0कॉम0 तृतीय वर्ष), माधवी पाण्डेय (बी0एस-सी0 द्वितीय वर्ष) तथा कुमारी खुशबू (बी0ए0 तृतीय वर्ष) क्रमशः प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय स्थान पर रहीं।



गोला क्षेपण प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता महाविद्यालय का छात्र



गोला क्षेपण प्रतियोगिता में प्रतिभाग करती महाविद्यालय का छात्रा





गोला क्षेपण प्रतियोगिता में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के विद्यार्थी





भाला क्षेपण (बालक वर्ग) में बी०एड० प्रथम वर्ष के छात्र सिद्धार्थ कुमार शुक्ल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। विजय सिंह (बी०एस—सी० प्रथम वर्षी) द्वितीय स्थान जबकि विजय कुमार (बी०एड० प्रथम वर्षी) तृतीय स्थान पर रहे।

प्रतियोगिता के समापन अवसर पर रक्षा एवं स्नातजिक अध्ययन विभाग के प्रभारी डॉ. अभिषेक सिंह ने खिलाड़ियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि, 'मानव के अन्दर बहुत से आवेग और मनोभाव होते हैं और यदि इन्हें बाहर नहीं निकाला जाये तो व्यक्ति कुण्ठित तथा अवसाद से ग्रसित हो जाता है। खेल इन आवेगों को निकालने का सबसे अच्छा माध्यम है।' श्री सुबोध कुमार मिश्र तथा श्री नन्दन शर्मा ने खिलाड़ियों को पुरस्कृत कर प्रोत्साहित किया। निर्णायक के रूप में डॉ० वेंकट रमन पाण्डेय, डॉ० प्रज्ञेश कुमार मिश्र, क्रीडा प्रभारी डॉ० मृत्युंजय कुमार सिंह रहे। इस अवसर पर भारी संख्या में महाविद्यालय के विद्यार्थी उपस्थित थे। प्रतियोगिता के अन्त में क्रीडा प्रभारी डॉ० मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी प्रतिभागियों एवं सहयोगियों के प्रति अपना आभार व्यक्त किया।



भाला क्षेपण प्रतियोगिता में प्रतिभाग करता महाविद्यालय का छात्र





विजेता विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र प्रदान करते महाविद्यालय के शिक्षक



ऐथलेटिक्स प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थी





भारत-भारती पखवारा योगिराज बाबा गंभीरनाथ स्मृति बैडमिण्टन प्रतियोगिता 22 जनवरी, 2018

एक स्वस्थ शरीर ही स्वस्थ मस्तिष्क को धारण करने की क्षमता रखता है। व्यक्ति के सर्वांगीण विकास में क्रीड़ा का योगदान अप्रतिम है। खेल सभी के व्यस्त जीवन में विशेष रूप से विद्यार्थियों के जीवन में बहुत महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। एक सुकून और आराम का जीवन जीने के लिए हम सभी को स्वस्थ मस्तिष्क और स्वस्थ शरीर की आवश्यकता होती है। स्वस्थ शरीर और मस्तिष्क प्राप्त करने के लिए हम सभी को किसी न किसी प्रकार की शारीरिक गतिविधियों में अवश्य संलग्न रहना चाहिए। विविध प्रकार की क्रीड़ाएं जैसे— कुश्ती, बैडमिण्टन, वालीबाल इत्यादि शरीर को स्वस्थ और मस्तिष्क को प्रखर बनाए रखने में महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करती हैं। उपरोक्त बातें महाराणा प्रताप पी०जी० कालेज, जंगल धूसड़, गोरखपुर में भारत-भारती पखवारा के अन्तर्गत आयोजित महन्त अवेद्यनाथ स्मृति बैडमिण्टन प्रतियोगिता के उद्घाटन अवसर पर महाविद्यालय के वरिष्ठ आचार्य डॉ० प्रवीन्द्र कुमार शाही ने कही।

बालिका वर्ग में फाइनल मैच में कु० खुशबू (बी०ए० तृतीय वर्ष) तथा कु० अपराजिता (बी०ए० तृतीय वर्ष) ने कुमकुम चौहान (बी०कॉम० तृतीय वर्ष) तथा कशिश सिंह (बी०एस—सी० तृतीय वर्ष) को 21-19, 17-21, 21-16 के कड़े संघर्ष में पराजित किया।

बालक वर्ग के फाइनल मैच में मनीष कुमार शर्मा (बी०एस—सी० तृतीय वर्ष) तथा पिन्टू सिंह (बी०एस—सी० तृतीय वर्ष) ने नितीश रंजन (बी०कॉम० तृतीय वर्ष) तथा अभिषेक भट्टाचार्या (बी०कॉम० द्वितीय वर्ष) को 21-12, 21-19 से पराजित किया। तृतीय स्थान के लिए होने वाले मैच में मयंक तिवारी (एम०ए० द्वितीय वर्ष) तथा श्याम बिहारी (बी०कॉम० द्वितीय वर्ष) ने आकाश यादव (बी०एस—सी० प्रथम वर्ष) तथा दिशांत श्रीवास्तव (बी०कॉम० तृतीय वर्ष) को 21-17, 21-10 से पराजित किया।





प्रतिभागियों से परिचय प्राप्त करते महाविद्यालय के शिक्षक



बैडमिंटन में प्रतिभाग करती महाविद्यालय की छात्राएँ

प्रतियोगिता के समापन अवसर पर डॉ० प्रवीन्द्र कुमार शाही ने सभी विजयी प्रतिभागियों को पुरस्कृत कर उनका उत्साहवर्द्धन किया। निर्णायक के रूप में डॉ. वेंकट रमन पाण्डेय तथा डॉ. अभिषेक सिंह ने महत्वपूर्ण भूमिका निभायी। इस अवसर पर बड़ी संख्या में विद्यार्थी उपस्थित रहे। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ० मृत्युंजय कुमार सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।





बैडमिंटन में प्रतिभाग करते महाविद्यालय के छात्र



प्रमाण पत्र के साथ विजयी मुद्रा में प्रतिभागी





योगाभ्यास एवं व्याख्यान 30 जनवरी 2019

महाराणा प्रताप पी0जी0 कालेज जंगल धूसड़, गोरखपुर में सप्तदिवसीय विशेष शिविर के छठवें दिन बौद्धिक सत्र में भटवली पी.जी. कालेज, उनवल बाजार गोरखपुर के रक्षा एवं स्नातजिक अध्ययन विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर एवं योग मर्मज्ञ डॉ. बलवान सिंह ने 'योग और स्वस्थ जीवन' विषय पर शिविरार्थियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि आंतरिक एवं बौद्धिक प्रगति का मार्ग आध्यात्मिक चिंतन में समाहित है। योग स्वयं को जानने, क्षमता को पहचानने का सबसे महत्वपूर्ण साधन है। यह व्यक्ति के विवेक और चित्त को जागृत करके जीवन को सही मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करता है। आज के भौतिकवादी तथा उपभोक्तावादी संस्कृति ने व्यक्ति के जीवन में अनेक विकार उत्पन्न किये हैं। योग तथा आध्यात्म मानव के आंतरिक ज्ञान को निखारने, व्यक्ति के स्वभाव को सरल, सहज तथा व्यापक बनाने में सहायता करता है। चित्त को एकाग्र करने की सबसे बड़ी शक्ति ध्यान और योग है। यह नकारात्मक भाव को मिटाकर सकारात्मक भाव उत्पन्न करने में सहायक है। इस कार्यक्रम में डॉ0 बलवान सिंह जी ने योग, आसन, प्राणायाम का अभ्यास भी शिविरार्थियों को कराया और कहा कि योग के अभ्यास को अपनी दिनचर्या में सम्मिलित करके व्यक्ति को शारीरिक और मानसिक दृष्टि से सुदृढ़ बनाया जा सकता है।

कार्यक्रम का संचालन स्वयंसेवक श्री सत्यप्रकाश तिवारी ने किया। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी श्री बृज भूषण लाल, श्री हरविन्द श्रीवास्तव तथा महाविद्यालय में अनेक शिक्षक एवं स्वयंसेवक/सेविकाएं उपस्थित रहे।



शिविरार्थियों को योगाभ्यास कराते डॉ. बलवान सिंह

