# Game Report
# क्रीड़ा रिपोर्ट 2022

**महाराणा प्रताप महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर**

# Game Report
# क्रीड़ा रिपोर्ट 2022

**महाराणा प्रताप महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर**

## क्रीड़ा प्रभारी की कलम से ............

खेल विद्यार्थी के सम्पूर्ण विकास में सहायक होता है। खेल से विद्यार्थियों का शारीरिक संज्ञानात्मक संवेगात्मक, सामाजिक एवं नैतिक विकास होता है। नियमित शारीरिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए खेल सबसे अच्छा तरीका है। इसलिए सभी देशों में खेल को महत्व दिया जाता है। खेल हमारे लिए बहुत ही लाभदायक है क्योंकि वे हमें नियमबद्धता, धैर्य, अनुशासन, समूह भाव से कार्य करने के रूचि एवं क्षमता का विकास करता है। यदि खेल का नियमित अभ्यास करें तो हम अधिक सक्रीय और स्वस्थ रह सकते है। खेल का उद्देश्य शारीरिक व्यायाम है। यह एक प्रसिद्ध उदाहरण है। ''एक ध्वनि शरीर में एक ध्वनि दिमाग में है''। जीवन में सफलता के लिए शरीर का स्वास्थ्य आवश्यक है। अस्वस्थ व्यक्ति, हमेशा कमजोरी महसूस करता है, इस प्रकार आत्म विश्वास खो देता है। स्वस्थ रहने के लिए खेल और खेल में सक्रीय रूचि लेनी चाहिए। इस प्रकार खेल और खेल जीवन में एक आवश्यक उद्देश्य को पूरा करते है। क्योंकि वे एक अच्छे स्वास्थ्य को सुनिश्चित करते है और एक अच्छी काया का निर्माण करते है। खेल और खेलों का का फायदा यह है कि वे व्यायाम को रोमांच, उत्साह और संवेदना से जोड़ते है। खेल और मानव व्यक्तित्व के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते है। खेल को स्कूली शिक्षा के स्तर पर एक अनिवार्य अंग के रूप में शामिल करना चाहिए। योग हमारे जीवन का समग्र विकास करता है। योग जीवन जीने की एक कला है। योग से शारीरिक एवं मानसिक निरोगता स्वास्थ्यता व कुविचारों, संस्कारों से मुक्ति दिलता है। सुविचार से अच्छे व्यक्तित्व का निर्माण होता है। योग जीवन को उच्च एवं दिव्य बनाता है। योग द्वारा मन की चंचलता पर अंकुश लगाने में मदद मिलती है। इस तरह योग इन्द्रियों को वश में करने का साधन है। योग जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में कुशलता पूर्वक कार्य करने की योग्यता व शक्ति प्रदान करने का साधन है। योग द्वारा व्यक्ति को अपनी आन्तरिक शक्ति का बोध होता है। योग द्वारा व्यक्ति के ज्ञान में वृद्धि होती है। तथा यह विवेकशील बनता है। योग मनुष्य की इच्छा शक्ति और मन को नियंत्रित रखने में सहायक होता है। योग शारीरिक, मानसिक एवं आकास्मिक सभी स्तरों को संतुलित कर शारीरिक दोषों को दूर कर शरीर को स्वस्थ बनता है। विद्यार्थियों और खिलाड़ियों के लिए योग से बेहतर कोई विकल्प नहीं। योग, मन और शरीर में बेहतर ताल–मेल स्थापित कर मन को एकाग्र तथा शरीर को संतुलित करता है।

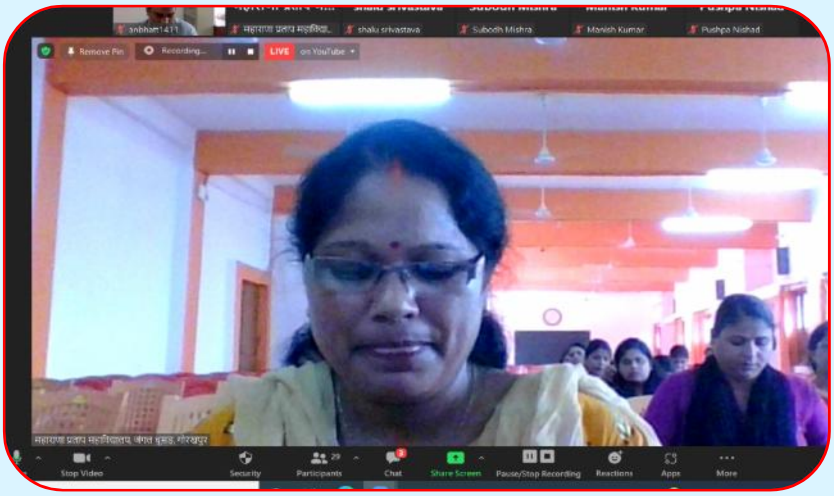
इक्कीसवीं सदी के भारत को बनाने में युवाओं को सबसे बड़ी भूमिका है। इसलिए आज के युवा को योग की शक्तियों के साथ मिलकर आये बढ़ना चाहिए। इन्हीं तथ्यों के आलोक में सत्र 2021–22 के अन्तर्गत महाविद्यालय में खेल एवं योग के विभिन्न आयोजनों में प्रमुख गतिविधियों का विवरण प्रस्तुत है।

**डॉ. आरती सिंह**
**क्रीड़ा प्रभारी**

# मेजर ध्यानचन्द जयन्ती के अवसर पर व्याख्यान

**28 अगस्त, 2021**

28 अगस्त 2021 को मेजर ध्यानचन्द जयन्ती की पूर्व संध्या पर हिन्दी विभाग की अध्यक्ष एवं क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने श्रद्धा–सुमन अर्पित करते हुए कहा कि मेजर ध्यानचन्द भारतीय खेल इतिहास के ऐसे चमकते सितारे थे, जिन्होंने न सिर्फ भारत अपितु सम्पूर्ण विश्व में अपनी चमक से परिचित कराया। हॉकी के प्रति उनका जुनून सभी हदों को पार करने वाला था। द्वितीय विश्वयुद्ध के दौरान खेले गये ओलम्पिक में उनकी प्रतिभा को देखकर हिटलर जैसा तानाशाह भी चमत्कृत था। हॉकी की गेंद पर उनका नियन्त्रण देखकर उन्हें **'हॉकी का जादूगर'** भी कहते हैं। वे तीन बार ओलम्पिक के स्वर्ण–पदक जीतने वाली भारतीय हॉकी टीम के अभूतपूर्व खिलाड़ी एवं कप्तान थे। उनकी जन्मतिथि को भारत में **'राष्ट्रीय खेल दिवस'** के रूप में मनाया जाता है। मेजर ध्यानचन्द ने अपने खेल–जीवन में लगभग 1000 से अधिक गोल दागे। जब वे मैदान में खेलने को उतरते थे तो गेंद मानो उनकी हॉकी स्टिक से चिपक–सी जाती थी। उन्हें 1956 में भारत के प्रतिष्ठित नागरिक सम्मान **'पद्मभूषण'** से सम्मानित किया गया था। इसके अलावा बहुत से संगठन और प्रसिद्ध लोग समय–समय पर उन्हें **'भारत–रत्न'** से सम्मानित करने की माँग करते रहे हैं। अपने दम पर मेजर ध्यानचन्द हॉकी के खेल में अनेक पदकों से नवाजे गये। अपने उत्कृष्ट खेल–प्रदर्शन से देश की सेवा तथा वैश्विक स्तर पर देश का नाम ऊँचा करने वाले माँ भारती के अमर सपूत हम सभी के लिए प्रेरणा–पुंज बने रहेंगे।



# योगाभ्यास

## 18 सितम्बर, 2021

18 सितम्बर, 2021 योग प्राचीन भारतीय जीवन–पद्धति है। योग अध्यात्म की ओर उन्मुख करता है। योग सम्पूर्ण विश्व को भारत की देन है। ये बातें महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय के हिन्दी विभाग की अध्यक्ष एवं क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने कहीं। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय प्रत्येक शनिवार को योग के साथ अपनी दिनचर्या प्रारम्भ करता है। सप्ताह में एक दिन सभी शिक्षक, कर्मचारी एवं छात्र–छात्राओं के साथ सामूहिक योगाभ्यास करते हैं। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से रक्तचाप, तनाव, कोलेस्ट्रॉल, मोटापा, मधुमेह जैसी गम्भीर बीमारियों से निजात मिलती है। योग को दिनचर्या में शामिल करने से शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। शरीर स्वस्थ रहता है तथा नीरोग हो जाता है। योग से स्मरण–शक्ति का विकास एवं मन एकाग्रचित्त होता है। योग से मनोबल में वृद्धि होती है तथा व्यसनों से मुक्ति मिलती है। नियमित योग करने से मानसिक, बौद्धिक तथा आध्यात्मिक विकास होता है। उद्बोधन के उपरान्त डॉ. आरती सिंह ने महाविद्यालय के शिक्षकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों को योगाभ्यास कराया।

# योगाभ्यास

## 25 सितम्बर, 2021

दिनांक 25 सितम्बर 2021 को महाविद्यालय में योगाभ्यास कराया गया। इस कार्यक्रम के तहत प्राणिविज्ञान विभाग के प्रवक्ता श्री विनय कुमार सिंह ने पद्मासन, वज्रासन, सुखासन आदि का अभ्यास कराया। साथ ही उन्होंने यह भी बताया कि पद्मासन में टाँगें सीधी करके फर्श पर बैठकर

घुटने पर दायीं टाँग मोड़ें, दायें पैर को हाथ से पकड़कर बायीं जाँघ के मूल पर इस तरह रखें कि दायीं एड़ी नाभि के करीब हो। यही क्रिया बायें पैर से भी करें। इस प्रकार आलती–पालती मारकर बैठते हैं। यह सबसे आरामदेह मुद्रा है। इसमें टाँगें तथा सीधा मेरुदण्ड मन को सजग व चुस्त बनाता है। घुटनों व टखनों में आयी सख्ती को ठीक करता है। इस आसन में बैठने से दमा, आइसोमिया व हिस्टीरिया को ठीक करना, फालतू चर्बी निकलना, स्फूर्ति बढ़ाना, पाचन क्रिया को पुष्ट करना आदि लाभ प्राप्त होते हैं। इसी प्रकार वज्रासन में स्थिर मुद्रा में बैठना आसान है। इस आसन द्वारा मजबूत तथा शक्तिशाली मुद्रा हासिल की जा सकती है। यह ध्यान और प्राणायाम के लिए उपयोगी है। यह प्रार्थना की मुद्रा है। यह पाचन–क्रिया में सहायक तथा गैस की समस्या को दूर करता है। इस आसन

द्वारा घुटनों, टाँगों, पैरों और जाँघों के दर्द से निजात मिल जाती है। यह ध्यान लगाने में सहायक होता है। इसी प्रकार सुखासन के बारे में बताते हुए उन्होंने कहा कि टाँगें आगे की ओर फैलाकर चटाई पर बैठकर दोनों पैर फैलाकर घुटने को मोड़ते हुए दोनों पैर एक दूसरे के जाँघ के नीचे रखें। यह आसन शरीर को संयत तथा आराम से सीधा रखता है। यह आसन ध्यान तथा एकाग्रता में सहायक होता है। यह मानसिक तथा शारीरिक मजबूती प्रदान करता है। साथ–ही–साथ मन को मजबूत, चुस्त तथा जागरूक रखने में सहायता करता है। इस योगाभ्यास कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षक, कर्मचारी तथा छात्र–छात्राओं ने सहभाग किया।

दिनांक -25.09.2021
पं. दीनदयाल उपाध्याय जयन्ती
एवं
सतीश धवन जयन्ती
प्रार्थना सभा
महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर

दिनांक -25.09.2021
पं. दीनदयाल उपाध्याय जयन्ती
एवं
सतीश धवन जयन्ती
प्रार्थना सभा
महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर

# योगाभ्यास

## 23 सितम्बर, 2021

23 अक्टूबर, 2021 महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में क्रीड़ा विभाग द्वारा आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम सम्पन्न हुआ, जिसमें क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सूक्ष्म व्यायाम का अभ्यास कराया। इस योगाभ्यास कार्यक्रम में डॉ. आरती सिंह ने घुटना, पैर, पैर की अंगुलियों, पंजे, पसलियों, हाथ की अंगुलियों, हथेली, कोहनी, कन्धे, गले, कमर आदि का सूक्ष्म व्यायाम का अभ्यास कराया। सूक्ष्म व्यायाम से लाभ के बारे में बताते हुए उन्होंने कहा

कि सूक्ष्म व्यायाम से शरीर में अकड़न की समस्या दूर होती है तथा मांसपेशियों में लचीलापन बना रहता है। इस व्यायाम से जोड़ों के दर्द से निजात मिलती है। इससे मांसपेशियों में खास गति पैदा करने में मदद मिलती है। मांसपेशियों और अस्थियों की मदद से हमारा शरीर गतिमान बना रहता है। सूक्ष्म व्यायाम काफी हद तक हमारे पेशीय तन्त्र में प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाती है। सूक्ष्म व्यायाम से हमारे शरीर का रक्त–संचार सुचारु रूप से बना रहता है। इससे शरीर में लोच बढ़ जाता है जो शारीरिक क्रियाओं और खेल–कूद में महत्त्वपूर्ण भूमिका अदा करता है तथा खेल–प्रदर्शन की क्षमता को बढ़ाते हुए गम्भीर पेशीय चोटों को रोकता है। इस योगाभ्यास कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षक, कर्मचारी तथा छात्र–छात्राएँ उपस्थित रहें।

# योगाभ्यास

## 20 नवम्बर, 2021

दिनांक 20 नवम्बर, 2021 महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में प्रार्थना–सभा के अन्तर्गत महाविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रभारी डॉ. एस.एन. शुक्ल द्वारा योगाभ्यास कराया गया। डॉ. शुक्ल ने प्राणायाम का तकनीकी ज्ञान देते हुए कहा कि प्राणायाम वह माध्यम एवं क्रिया है जो हमारी काया को निरोगी एवं मन को प्रसन्नचित्त रखती है। आज के आपा– धापी भरे जीवन में प्राणायाम एवं योगाभ्यास ही मनुष्य को सुखमय जीवन प्रदान कर सकता है। इसके अतिरिक्त उन्होंने ध्यान, पद्मासन में बैठने का तरीका, कपालभाति, अनुलोम–विलोम, भस्तिका, भ्रामरी आदि प्राणायाम का अभ्यास भी कराया। साथ ही योग एवं प्राणायाम करने से सम्बन्धित सावधानियों की चर्चा भी की। प्राणायाम से होने वाले लाभ के सन्दर्भ में उन्होंने बताया कि यह नाड़ियों को शान्त करके पूरे तन्त्र को ठीक बनाता है। यह पाचन–तन्त्र को ठीक करता है तथा नाड़ियों को मजबूत बनाता है। इससे रक्त को ऑक्सीजन की ज्यादा आपूर्ति मिलती है और व्यक्ति तरोताजा महसूस करता है। प्राणायाम जिगर, स्पलीन, पैंक्रीज तथा उदर पेशियों को चुस्त बनाता है। प्राणायाम से तन्त्र को शीतलता मिलती है तथा आँखों व कानों को आराम मिलता है। यह उच्च रक्तचाप तथा निम्न रक्तचाप के रोगियों को फायदा पहुँचाता है। यह शरीर को चुस्त एवं स्वस्थ रखता है। इस अवसर पर महाविद्यालय के सभी शिक्षक, कर्मचारी तथा विद्यार्थी उपस्थित रहे।

START

# योगाभ्यास

## 20 नवम्बर, 2021

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में दिनांक 20 नवम्बर 2021 को प्रार्थना–सभा के अन्तर्गत महाविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रभारी डॉ. एस.एन. शुक्ल ने प्राणायाम का अभ्यास कराया। उन्होंने बताया कि शरीर के सम्पूर्ण विकास में योग एवं प्राणायाम का बहुत महत्त्व है। प्राणायाम से साँस को नियन्त्रित किया जाता है जिससे मनुष्य दीर्घायु होता है। योग शरीर में लचीलापन एवं मन को एकाग्रचित्त करने में अत्यन्त सहायक सिद्ध होता है। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का विकास होता है। जिसको प्राप्त करने के लिए योग और प्राणायाम अति आवश्यक है। व्यक्ति के बहुआयामी विकास के लिए योग एवं प्राणायाम की अहम भूमिका है। प्राणायाम शक्तिवर्द्धक तथा ऊर्जा संचरित है। यह रक्त संचारतन्त्र, श्वसनतन्त्र, पाचनतन्त्र तथा मल–मूत्र त्यागतन्त्र को पुष्ट करता है। मेरुदण्ड के सभी आधारों को प्रचुर रक्त भेजता है। प्राणायाम से सम्पूर्ण शरीर को स्वस्थ रखने में सहायता मिलती है। इस अवसर पर महाविद्यालय के सभी शिक्षक, कर्मचारी तथा विद्यार्थी उपस्थित रहे।

योगाभ्यास
दिनांक-20.11.21
क्रीड़ा विभाग
महाराणा प्रताप महाविद्यालय, जंगल धूसड़, गोरखपुर

दिनांक-20.11.21
क्रीड़ा विभाग

## वॉलीबॉल टीम चयन
## 28 नवम्बर, 2021

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में दिनांक 28 नवम्बर 2021 को महाराणा प्रताप शिक्षा परिषद् – संस्थापक समारोह के अन्तर्गत महन्त अवेद्यनाथ स्मृति वॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का शुभारम्भ कम्प्यूटर साइंस विभाग के प्रभारी श्री श्रीनिवास सिंह ने किया। खिलाड़ियों का परिचय प्राप्त करते हुए उन्होंने कहा कि खेल और ताकत एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। यह सत्य है कि खेल में भागीदारी करने वाले व्यक्ति के पास सामान्य व्यक्ति (जो व्यायाम नहीं करता हो) से अधिक ताकत होती है। खेलों में रुचि रखने वाला व्यक्ति अत्यधिक शारीरिक ताकत प्राप्त कर सकता है और किसी भी राष्ट्रीय या अन्तर्राष्ट्रीय स्तर के खेल में भागीदारी करके अपना भविष्य उज्ज्वल कर सकता है। इस प्रतियोगिता में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच बालक वर्ग योगिराज बाबा गम्भीरनाथ और महाराणा प्रताप टीम के बीच खेला गया जिसमें महाराणा प्रताप टीम को योगिराज बाबा गम्भीरनाथ टीम ने 25–20 और 11–09 से पराजित कर विजेता का सम्मान प्राप्त किया। जबकि बालिका वर्ग प्रतियोगिता का शुभारम्भ बी. एड. विभाग की सहायक आचार्य श्रीमती विभा सिंह ने खिलाड़ियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। बालिका वर्ग में चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच रानी लक्ष्मीबाई और झलकारी बाई टीम के बीच खेला गया जिसमें झलकारी बाई टीम को रानी लक्ष्मीबाई टीम ने 22–18 और 10–09 से पराजित कर विजेता का सम्मान प्राप्त किया। प्रतियोगिता के निर्णायक के रूप में डॉ. एस. एन. शुक्ल, श्री श्रीनिवास सिंह, डॉ. सुधा शुक्ल, सुश्री शारदा रानी, श्री झब्बर शर्मा, श्री नन्दन शर्मा ने महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायी। प्रतियोगिता के अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

# वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव
## गुरु श्री गोरक्षनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता
## 22 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में दिनांक 22 से 25 मार्च 2022 तक होने वाले वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव का उद्घाटन महाविद्यालय के रसायनशास्त्र विभाग के अध्यक्ष डॉ. शिवकुमार बर्नवाल द्वारा किया गया। उद्घाटन समारोह में उपस्थित विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए डॉ. बर्नवाल ने कहा कि शिक्षा का अभिप्राय केवल पुस्तकों का ज्ञान अर्जित करना ही नहीं अपितु व्यक्ति के मानसिक विकास के साथ–साथ उसके शारीरिक विकास की ओर भी ध्यान देना है। ईश्वर ने मनुष्य को शारीरिक, मानसिक तथा आध्यात्मिक तीन शक्तियाँ प्रदान की हैं। जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए इन तीनों का सन्तुलित रूप से विकसित होना आवश्यक है। शिक्षा तथा खेल एक दूसरे के पूरक हैं। शिक्षा यदि 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 केवल मनोरंजन का साधन है बल्कि इसका सामाजिक तथा राष्ट्रीय महत्त्व भी है। 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 के ताकत को बढ़ाने और मानसिक शक्ति में सुधार लाने में मदद करता है। उद्घाटन के पश्चात् गुरुश्री गोरक्षनाथ स्मृति कबड्डी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ मुख्य अतिथि डॉ. शिवकुमार बर्नवाल ने फीता काटकर 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 23–04 से

दिग्विजयनाथ टीम को विजेता घोषित किया गया। कबड्डी प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता का फाइनल मैच रानी लक्ष्मीबाई तथा रानी अहिल्याबाई टीम के बीच खेला गया, जिसमें 16–15 से रानी अहिल्याबाई टीम को विजेता घोषित किया गया। निर्णायक के रूप में श्री श्रीनिवास सिंह, श्री विनय कुमार सिंह, श्री झब्बर शर्मा ने महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया। प्रतियोगिता के समापन अवसर पर राजनीति विज्ञान के आचार्य डॉ. हरिकेश यादव ने खिलाड़ियों को प्रोत्साहित किया। क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी को शुभकामनाएँ एवं बधाई दी।

# भाला–क्षेपण प्रतियोगिता

## 22 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में दिनांक 22 मार्च 2022 को भाला–क्षेपण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ महाविद्यालय के उप–प्राचार्य डॉ. विजय कुमार चौधरी ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया। भाला–क्षेपण (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान रजनीश कुमार शर्मा (बी.कॉम. भाग–तीन), द्वितीय स्थान अमित कुमार चौरसिया (बी.एस–सी. भाग तीन) तथा तृतीय स्थान विजय सिंह (एम.एस–सी. भाग एक, प्रथम सेमेस्टर) को प्राप्त हुआ। भाला–क्षेपण (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता का शुभारम्भ महाविद्यालय के गृहविज्ञान विभाग की सहायक आचार्य सुश्री स्मिता दूबे ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान अंगिरा सिंह (बी. एस–सी. भाग–तीन), द्वितीय स्थान ममता त्रिपाठी (बी.ए. भाग एक) तथा तृतीय स्थान स्वाती (बी.ए. भाग तीन) को प्राप्त हुआ। निर्णायक के रूप में शारीरिक शिक्षा विभाग के आचार्य डॉ. एस.एन. शुक्ल, श्री श्रीनिवास सिंह, डॉ. हरिकेश यादव ने कुशलतापूर्वक अपनी भूमिका का निर्वहन किया। अन्त में क्रीड़ा विभाग की प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति शुभकामनाएँ एवं आभार व्यक्त किया।

# गोला–क्षेपण प्रतियोगिता

## 22 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 22 मार्च 2022 को गोला–क्षेपण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ कम्प्यूटर विभाग के अध्यक्ष श्री श्रीनिवास सिंह ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया। गोला–क्षेपण (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान उदयराज (बी.ए. भाग–एक), द्वितीय स्थान रोहित गौड़ (बी. कॉम. भाग तीन) तथा तृतीय स्थान विपिन शर्मा (बी.ए. भाग दो) को प्राप्त हुआ। गोला–क्षेपण (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता का शुभारम्भ महाविद्यालय के अंग्रेजी विभाग की प्रभारी श्रीमती कविता मन्ध्यान ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान माया विश्वकर्मा (बी.ए. भाग–तीन), द्वितीय स्थान अंगिरा सिंह (बी.एस–सी. भाग तीन) तथा तृतीय स्थान नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग तीन) को प्राप्त हुआ। निर्णायक के रूप में डॉ. अमित त्रिपाठी, डॉ. एस.एन. शुक्ल, श्री श्रीनिवास सिंह, श्री झब्बर शर्मा उपस्थित रहे। प्रतियोगिता के अन्त में क्रीड़ा विभाग की प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने प्रतिभागियों को बधाई देते हुए सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

# चक्का–क्षेपण प्रतियोगिता

## 22 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 22 मार्च 2022 को चक्का–क्षेपण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रभारी डॉ. एस.एन. शुक्ल ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया। डॉ. एस. एन. शुक्ल ने प्रतिभागियों को शुभकामनाएँ देते हुए कहा कि खेल 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 दोनों रूप में स्वस्थ रहे। मानसिक विकास की प्रक्रिया हमारे स्कूल के दिनों से ही प्रारम्भ हो जाती है, जो हमें खेलों के माध्यम से प्राप्त होता है। चक्का–क्षेपण (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में प्रथम स्थान आशीष कुमार गुप्त (बी.ए. भाग–एक), द्वितीय स्थान रजनीश शर्मा (बी.कॉम. भाग तीन) तथा तृतीय स्थान उदयराज (बी.ए. भाग एक) को प्राप्त हुआ। चक्का–क्षेपण (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता का शुभारम्भ बी.एड. विभाग की सहायक आचार्य डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने प्रतिभागियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान ममता मिश्र (बी.ए. भाग–एक), द्वितीय स्थान अंगिरा सिंह (बी. एस–सी. भाग तीन) तथा तृतीय स्थान स्वाती (बी.ए. भाग तीन) को प्राप्त हुआ। निर्णायक के रूप में श्री श्रीनिवास सिंह, डॉ. हरिकेश यादव, श्री झब्बर शर्मा जी ने महती भूमिका का निर्वहन किया। अन्त में क्रीड़ा विभाग की प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

# महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता

## 22 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 22 मार्च 2022 को महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ वाणिज्य विभाग के सहायक आचार्य श्री चन्दन ठाकुर ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए किया। श्री ठाकुर ने प्रतिभागियों को शुभकामनाएँ देते हुए कहा कि खेल हमारे जीवन का अहम हिस्सा है। यह हमारे शारीरिक एवं मानसिक दोनों 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। महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैरम प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता में सृजन तिवारी (बी.एस–सी. भाग–एक) को प्रथम स्थान प्राप्त हुआ। जबकि कैरम प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में ऋषिकान्त विश्वकर्मा (बी.एस–सी. भाग दो) को प्रथम स्थान प्राप्त हुआ। प्रतियोगिता के निर्णायक के रूप में डॉ. एस.एन. शुक्ल, श्रीमती कविता मन्ध्यान, श्री झब्बर शर्मा ने महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया। प्रतियोगिता के अन्त में सुश्री स्मिता दूबे, डॉ. रामचरित एवं क्रीड़ा विभाग की प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति शुभकामनाएँ देते हुए आभार व्यक्त किया।

STREETWEAR

STREETWEAR

# 100 मीटर दौड़ प्रतियोगिता

## 23 मार्च 2022

महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 23 मार्च 2022 को 100 मीटर दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ मनोविज्ञान विभाग के सहायक आचार्य डॉ. अमित त्रिपाठी ने प्रतिभागियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। उन्होंने कहा कि नियमित रूप से खेल खेलना मानसिक कौशल को विकसित करने में मदद करता है। यह एक व्यक्ति के मनोवैज्ञानिक कौशल में सुधार करता है। यह प्रेरणा, साहस, अनुशासन और एकाग्रता को लाता है। 100 मीटर दौड़ (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में सुधाकर निषाद (बी.ए. भाग–एक) को प्रथम स्थान, प्रद्युम्न यादव (बी.ए. भाग–एक) को द्वितीय स्थान तथा राजन चौहान (बी.ए. भाग–एक) को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। जबकि 100 मीटर दौड़ (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता का शुभारम्भ अंग्रेजी विभाग की प्रभारी श्रीमती कविता मन्ध्यान ने प्रतिभागियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। इस प्रतियोगिता में नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–तीन) को प्रथम स्थान, माधुरी प्रजापति (बी.कॉम. भाग दो) को द्वितीय स्थान तथा सुधा यादव (बी.ए. भाग एक) को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। प्रतियोगिता के निर्णायक के रूप में डॉ. एस.एन. शुक्ल, श्री श्रीनिवास सिंह, डॉ. हरिकेश यादव, श्री झब्बर शर्मा ने महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया। अन्त में क्रीड़ा–प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति शुभकामनाएँ एवं बधाई दी।

KEEP
DISTANCE

# 400 मीटर दौड़ प्रतियोगिता

## 23 मार्च 2022

महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 23 मार्च 2022 को 400 मीटर दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ कम्प्यूटर विभाग के अध्यक्ष श्री श्रीनिवास सिंह ने प्रतिभागियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। उन्होंने कहा कि खेल शारीरिक, मानसिक और बौद्धिक स्वास्थ्य के साथ सीधे जुड़ा हुआ है। नियमित खेल खेलना मानसिक कौशल को विकसित करता है। साथ ही यह अनुशासन और एकाग्रचित्त होने में हमारी मदद करता है। 400 मीटर दौड़ (बालक वर्ग) प्रतियोगिता में सुधाकर निषाद (बी.ए. भाग–एक) को प्रथम स्थान, विशाल कुमार (बी.कॉम. भाग दो) को द्वितीय स्थान तथा मनोज निषाद (बी.ए. भाग एक) को तष्तीय स्थान प्राप्त हुआ। जबकि 400 मीटर दौड़ (बालिका वर्ग) प्रतियोगिता का शुभारम्भ हिन्दी विभाग की अध्यक्ष डॉ. आरती सिंह ने प्रतिभागि़यों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। इस प्रतियोगिता में नेहा चौरसिया (बी.एस–सी. भाग–तीन) को प्रथम स्थान, सुषमा कुमार (बी.ए. भाग–एक) को द्वितीय स्थान तथा सुधा यादव (बी. ए. भाग एक) को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। प्रतियोगिता के निर्णायक के रूप में डॉ. एस.एन. शुक्ल, डॉ. अमित त्रिपाठी, श्रीमती कविता मन्ध्यान, डॉ. हरिकेश यादव तथा श्री झब्बर शर्मा ने महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया। अन्त में क्रीड़ा–प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति शुभकामनाएँ एवं बधाई दी।

EEP

## महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बॉल प्रतियोगिता
### 23 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 23 मार्च 2022 को महन्त अवेद्यनाथ स्मृति कैनवस बॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का उद्घाटन करते हुए मुख्य अतिथि के रूप में प्राणिविज्ञान विभाग के सहायक आचार्य श्री विनय कुमार सिंह ने खिलाड़ियों का परिचय प्राप्त करते हुए उन्हें शुभकामनाएँ दीं। प्रतियोगिता में कुल 8 टीमों ने प्रतिभाग किया, जिनके बीच कुल 4 लीग मैच कराये गये। प्रतियोगिता का उद्घाटन लीग मैच कृष्णमोहन प्रजापति एवं पंकज चौरसिया की टीम के बीच खेला गया जिसमें कृष्णमोहन प्रजापति की टीम विजयी हुई। द्वितीय लीग मैच रजनीश कुमार शर्मा एवं आनन्द यादव की टीम के बीच खेला गया जिसमें रजनीश कुमार शर्मा की टीम विजयी हुई। तृतीय लीग मैच शुभम वर्मा तथा विवके कुमार की टीम के बीच खेला गया जिसमें विवके कुमार की टीम विजयी हुई। चतुर्थ लीग मैच सूरज गुप्त एवं नीतिश पाण्डेय की टीम के बीच खेला गया जिसमें सूरज गुप्त की टीम विजयी हुई।

वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव
22-25 मार्च 2022
क्रीड़ा विभाग
गोरखपुर

# बैडमिण्टन प्रतियोगिता

## 23 मार्च 2022

महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 23 मार्च 2022 को बैडमिण्टन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता के मुख्य अतिथि बी.एड. विभाग के सहायक आचार्य श्री शैलेन्द्र सिंह जी ने प्रतिभागियों का परिचय प्राप्त करते हुए किया। उन्होंने कहा कि शिक्षा के साथ–साथ खेलों में भी विद्यार्थियों को रुचि रखनी चाहिए। खेल से न केवल विवेक विकसित होता है बल्कि व्यक्तित्व भी सुदृढ़ होता है। खेल विद्यार्थियों में टीम भावना को विकसित करता है। प्रतिभागियों को इस प्रतियोगिता में हार–जीत से ऊपर उठकर स्वस्थ प्रतियोगिता में विश्वास करना चाहिए जिससे कि महाविद्यालय और समूह का नाम रोशन हो। बैडमिण्टन प्रतियोगिता बालक एवं बालिका वर्ग में डबल्स एवं सिंगल्स मैच का भी आयोजन किया गया जिसमें बालक वर्ग (डबल्स) में बी.ए. भाग–एक के करन एव ंबी,कॉम, भाग–एक के राजन विश्वकर्मा की टीम विजेता तथा बी.ए. भाग–एक के उदयराज राय एव ंबी.ए. भाग–एक के हरीश की टीम को उपविजेता तथा बालक वर्ग (सिंगल्स) में बी.ए. भाग–एक के सुमन को विजेता तथा बी.कॉम, भाग–एक के राज शर्मा को उपविजेता घोषित किया गया। बालिका वर्ग (डबल्स) में बी.एस–सी. भाग–एक की पूजा गुप्ता एव ंबी.एस–सी. भाग–एक की शिल्पी सिंह की टीम को उपविजेता तथा बी. एस–सी. भाग–एक की पूजा राय एव ंबी.ए. भाग–तीन की स्वर्णिमा दूबे की टीम को विजेता घोषित किया गया। बालिका वर्ग (सिंगल्स) में बी. ए. भाग–तीन की अनामिका को विजेता तथा बी.एस–सी भाग–एक की प्रिंजल को उपविजेता घोषित किया गया।

प्रतियोगिता में निर्णायक के रूप में श्री शैलेन्द्र सिंह, श्री श्रीनिवास सिंह, सुश्री स्मिता दूबे तथा श्री झब्बर शर्मा ने महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायी। प्रतियोगिता के अन्त में क्रीड़ा–प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति शुभकामनाएँ एवं बधाई दी।

# योगिराज बाबा गम्भीरनाथ स्मृति वॉलीबॉल प्रतियोगिता
## 24 मार्च, 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 24 मार्च 2022 को योगिराज बाबा गम्भीरनाथ स्मृति वॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ मुख्य अतिथि श्री श्रीनिवास सिंह ने फीता काटकर किया। खिलाड़ियों का परिचय प्राप्त करते हुए उन्होंने कहा कि "खेल और ताकत एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। यह सत्य है कि खेल में भागीदारी करने वाले व्यक्ति के पास सामान्य व्यक्ति से अधिक ताकत होती है। 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।" वॉलीबॉल प्रतियोगिता (बालक वर्ग) में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला महाराणा प्रताप टीम एवं गुरु गोरक्षनाथ टीम के बीच हुआ जिसमें महाराणा प्रताप टीम विजयी रही। दूसरा मुकाबला महन्त अवेद्यनाथ एवं बाबा गम्भीरनाथ टीम के बीच हुआ जिसमें बाबा गम्भीरनाथ टीम विजयी रही। प्रतियोगिता में निर्णायक मैच महाराणा प्रताप और गम्भीरनाथ टीम के बीच खेला गया जिसमें महाराणा प्रताप टीम को विजेता का सम्मान प्राप्त हुआ। वॉलीबॉल प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला रानी पद्मावती टीम एवं रानी लक्ष्मीबाई टीम के बीच हुआ जिसमें 2–1 से रानी पद्मावती टीम विजयी रही। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच रानी पद्मावती एवं रानी अहिल्याबाई टीम के बीच खेला गया जिसमें 2–0 से पद्मावती टीम को विजेता का सम्मान प्राप्त हुआ। प्रतियोगिता के निर्णायक–मण्डल के अन्तर्गत डॉ. एस. एन. शुक्ल, श्री श्रीनिवास सिंह एवं श्री झब्बर शर्मा, श्री चन्दन ठाकुर ने महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायी। डॉ. एस.एन. शुक्ल ने खिलाड़ियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि विद्यार्थियों के चरित्र और स्वास्थ्य निर्माण द्वारा राष्ट्र को मजबूती प्रदान करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। खेल मनुष्य के कार्य करने के तरीके को गति एवं सक्रियता प्रदान करता है। प्रतियोगिता के अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक डॉ. सुधा शुक्ल, सुश्री स्मिता दूबे, प्रो. मंजेश्वर, डॉ. वेंकट रमन सहित भारी संख्या में छात्र–छात्राओं की उपस्थित रही।

# महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता

## 25 मार्च 2022

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में आयोजित वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के अन्तर्गत दिनांक 25 मार्च 2022 को महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारम्भ वाणिज्य विभाग के आचार्य श्री चन्दन ठाकुर ने किया। प्रतिभागियों को सम्बोधित करते हुए उन्होंने कहा कि शिक्षा के साथ–साथ खेलों में रुचि रखनी चाहिए। खेल से न केवल विवेक

विकसित होता है बल्कि व्यक्तित्व भी सुदृढ़ होता है। खेल विद्यार्थियों में टीम भावना को विकसित करता है। शतरंज का खेल विवेक और शौर्य का खेल है। भारत इस खेल का सिरमौर रहा है। प्रतिभागियों को इस खेल से प्रेरणा लेकर अपने शत्रुओं पर कैसे विजय प्राप्त की जा सकती है, यह भी सीखना चाहिए। इसे व्यक्तिगत आधार पर नहीं लेना चाहिए। महन्त अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता (बालक वर्ग) के निर्णायक मैच में बी.ए. भाग–तीन के अनुज कुमार वर्मा को विजयी घोषित किया गया। शतरंज प्रतियोगिता (बालिका वर्ग) में बी.एस–सी. भाग–एक की प्रिंसी शुक्ला को प्रथम तथा बी.ए. भाग–एक की साक्षी पाण्डेय को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ। प्रतियोगिता के निर्णायक के रूप में डॉ. एस. एन. शुक्ल, श्री चन्दन ठाकुर, श्री झब्बर शर्मा एवं श्रीमती कविता मन्ध्यान ने महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन किया। अन्त में क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने प्रतिभागियों को शुभकामनाएँ एवं बधाई देते हुए सभी का आभार ज्ञापन किया।

# वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव का समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़, गोरखपुर में 22 से 25 मार्च तक चलने वाले वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह के अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में महाविद्यालय के उप–प्राचार्य डॉ. विजय कुमार चौधरी, विशिष्ट अतिथि के रूप में मनोविज्ञान विभाग के आचार्य डॉ. अमित कुमार त्रिपाठी, डॉ. हरिकेश यादव तथा कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रभारी डॉ. एस.एन. शुक्ल जी मंचासीन रहे। वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव की प्रस्ताविकी क्रीड़ा–प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने प्रस्तुत किया। विशिष्ट अतिथि के रूप में डॉ. अमित कुमार त्रिपाठी ने खिलाड़ियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि खेल तथा व्यायाम शरीर के साथ–साथ मस्तिष्क को सुदृढ़ करते हैं। प्रतिभागियों को स्वस्थ प्रतिस्पर्द्धा के लिए प्रेरित करते हैं। यह शिक्षा के साथ–साथ विद्यार्थी के सर्वांगीण विकास में सहायक हैं। प्रतिभा को निखारने के लिए प्रेरक का कार्य करते हैं। डॉ. हरिकेश यादव ने खिलाड़ियों का उत्साहवर्द्धन करते हुए कहा कि 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। क्रीड़ा महोत्सव के समापन अवसर पर महाविद्यालय के उप–प्राचार्य डॉ. विजय कुमार चौधरी ने बतौर मुख्य अतिथि सभी विजयी प्रतिभागियों को प्रमाण–पत्र वितरित करते हुए कहा कि शिक्षा का उद्देश्य मानव का पूर्ण विकास करना है। मानव विकास के कई पक्ष हैं और शिक्षा इन सभी पक्षों को विकसित करती है जिसमें शारीरिक, बौद्धिक और आध्यात्मिक विकास महत्त्वपूर्ण है। खेल हमारे शारीरिक विकास के साथ–साथ बौद्धिक विकास के लिए आवश्यक है। खेल के माध्यम से विद्यार्थी रचनात्मकता, टीम वर्क तथा सामूहिकता की भावनाएँ सीखता है। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रभारी डॉ. एस.एन. शुक्ल ने की। क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया। वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव को सफलतापूर्वक सम्पन्न कराने में डॉ. एस.एन. शुक्ल, डॉ. हरिकेश यादव, श्री श्रीनिवास सिंह, श्री विनय कुमार सिंह, श्री चन्दन ठाकुर, डॉ. अमित कुमार त्रिपाठी, श्री विवेक गुप्त, सुश्री स्मिता दूबे, श्री रामचरित्र, श्रीमती कविता मन्ध्यान, श्री झब्बर शर्मा, श्री ब्रह्मानन्द पाण्डेय ने विशेष सहयोग किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के सभी शिक्षक एवं कर्मचारीगण उपस्थित रहे।

वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव
22-25 मार्च 2022

वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव

# समाचार पत्रों में....

गोरखपुर • बुधवार • 01 दिसंबर 2021 • हि

## बाबा गंभीरनाथ व रानी लक्ष्मीबाई ने दर्ज की जीत

**गोरखपुर।** महाराणा प्रताप महाविद्यालय, जंगल धूसड़ में वार्षिक समारोह में मंगलवार को महंत अवेद्यनाथ स्मृति वॉलीबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। बालक वर्ग में योगिराज गंभीरनाथ और बालिका वर्ग में रानी लक्ष्मीबाई टीम नें प्रतियोगिता में जीत दर्ज की।प्रतियोगिता में बालक वर्ग में निर्णायक मैच योगिराज बाबा गम्भीर नाथ और महाराणा प्रताप के बीच खेला गया।

हिन्दुस्तान

गोरखपुर, बुधवार, 23 मार्च 2022 06

## दिग्विजयनाथ, अहिल्याबाई की टीम ने जीती स्पर्धा

गोरखपुर। महाराणा प्रताप पीजी कॉलेज, जंगल धूसड़ में मंगलवार को चार दिवसीय खेल महोत्सव का शुभारंभ हो गया। रसायन विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ. शिवकुमार बर्नवाल ने इसका उद्घाटन किया। कबड्डी के फाइनल मुकाबले में दिग्विजयनाथ टीम ने अवेद्यनाथ टीम को 23-04 अंकों से हराकर खिताब जीता। बालिका वर्ग में रानी अहिल्याबाई की टीम ने जीत हासिल की।

हिन्दुस्तान

गोरखपुर, गुरुवार, 24 मार्च 2022 06

## सुधाकर व नेहा ने जीती प्रतियोगिता

गोरखपुर। एमपी महाविद्यालय, जंगल धूसड में चल रहे वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के दूसरे दिन विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। चार सौ मीटर दौड़ (पुरुष वर्ग) में सुधाकर निषाद प्रथम, विशाल कुमार द्वितीय तथा मनोज

# बाबा गंभीरनाथ

## प्रतियोगिता

गोरखपुर | निज संवाददाता

महाराणा प्रताप महाविद्यालय, जंगल धूसड़ में वार्षिक समारोह के अंतर्गत सोमवार को महंत अवेद्यनाथ स्मृति वॉलीबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। बालक वर्ग में योगिराज बाबा गंभीरनाथ टीम और बालिका वर्ग में रानी लक्ष्मी बाई टीम ने जीत दर्ज की।

प्रतियोगिता का शुभारंभ कम्प्यूटर साइंस विभाग के प्रभारी श्रीनिवास सिंह ने किया। प्रतियोगिता में कुल चार-चार टीमों ने प्रतिभाग किया। बालक वर्ग में निर्णायक मैच योगिराज बाबा गंभीरनाथ और महाराणा प्रताप की टीमों के बीच खेला गया। इसमें बाबा गंभीरनाथ की टीम ने 25-20 व 11-09 के अंतर से जीत दर्ज की। बालिका वर्ग में निर्णायक मैच रानी लक्ष्मी बाई और झलकारी बाई टीम के बीच खेला गया। इसमें रानी लक्ष्मी बाई टीम ने 22-18 व 10-09 से जीत दर्ज की।

निर्णायक के रूप में डॉ. एसएन शुक्ल, श्रीनिवास सिंह, डॉ. सुधा शुक्ला, शारदा रानी ने भूमिका निभाई। क्रीड़ा प्रभारी डॉ. आरती सिंह ने आभार व्यक्त किया।

गोरखपुर जोन की पुलिस वार्षिक फुटबाल

**आज जुटेंगी देश की दिग्गज कबड्डी टीमें, मुकाबला कल से:** गोरखपुर। ब्रह्मलीन महंत अवेद्यनाथ स्मृति अखिल भारतीय आमंत्रण प्राइजमनी पुरुष कबड्डी प्रतियोगिता एक से 4

---

दैनिक जागरण गोरखपुर, 25 मार्च, 2022

# महाराणा प्रताप व रानी पद्मावती ने जीती प्रतियोगिता

जागरण संवाददाता, गोरखपुर : महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़ में चल रहे वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के तीसरे दिन योगीराज बाबा गंभीरनाथ स्मृति वालीबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारंभ मुख्य अतिथि श्रीनिवास सिंह ने किया। बालक वर्ग में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला टीम महाराणा प्रताप व गुरु गोरक्षनाथ टीम के बीच हुआ। इसमें महाराणा प्रताप टीम विजयी रही। दूसरा मुकाबला महंत अवेद्यनाथ व बाबा गंभीरनाथ टीम के बीच हुआ, जिसमें गंभीरनाथ टीम विजयी रही। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच महाराणा प्रताप और गंभीरनाथ टीम के बीच खेला गया, जिसमें महाराणा प्रताप टीम को विजेता का सम्मान प्राप्त हुआ।

बालिका वर्ग में कुल चार टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला रानी पद्मावती टीम एवं रानी लक्ष्मीबा[ई] टीम के बीच हुआ, जिसमें 2-1 [से] रानी पद्मावती टीम विजयी रह[ी]। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच रा[नी] पद्मावती एवं रानी अहिल्याबाई ट[ीम] के बीच खेला गया, जिसमें 2-0 [से] पद्मावती टीम को विजेता का सम्[मान] प्राप्त हुआ। निर्णायक मंडल में [डा.] एसएन शुक्ल, श्रीनिवास सिंह, [...] झब्बर शर्मा शामिल रहे। क्रीड़ा प्र[भारी] डा. आरती सिंह ने आभार जताय[ा]।

अमर उजाला

गोरखपुर | शनिवार, 26 मार्च 2022 7

## प्रिंसी और अनुज बने शतरंज विजेता

गोरखपुर। महंत अवेद्यनाथ की स्मृति में महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़ में आयोजित वार्षिक खेल महोत्सव के आखिरी दिन महिला और पुरुष वर्ग की शतरंज प्रतियोगिता हुई। बालक वर्ग की शतरंज में अनुज कुमार को विजयी घोषित किया गया। बालिका वर्ग की शतरंज प्रतियोगिता में बीएससी भाग एक की प्रिंसी शुक्ला प्रथम तथा बीए भाग एक की साक्षी द्वितीय स्थान पर रहीं। निर्णायक के रूप में झब्बर शर्मा, डॉ. एसएन शुक्ला ने भूमिका निभाई। संवाद

हिन्दुस्तान

गोरखपुर, शुक्रवार, 25 मार्च 2022 08

## राणा प्रताप और पद्मावती ने जीती वॉलीबॉल प्रतियोगिता

गोरखपुर, निज संवाददाता। महाराणा प्रताप महाविद्यालय, जंगल धूसड़ में चल रहे वार्षिक क्रीड़ा महोत्सव के तीसरे दिन योगिराज बाबा गम्भीरनाथ स्मृति वॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।

प्रतियोगिता का शुभारंभ मुख्य अतिथि श्रीनिवास सिंह ने किया। बालक वर्ग में कुल 4 टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला टीम महाराणा प्रताप एवं गुरु गोरक्षनाथ टीम के बीच हुआ। इसमें महाराणा प्रताप टीम विजयी रही। दूसरा मुकाबला महंत अवेद्यनाथ एवं बाबा गम्भीरनाथ टीम के बीच हुआ, जिसमें गम्भीरनाथ टीम विजयी रही। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच महाराणा प्रताप और गम्भीरनाथ टीम के बीच खेला गया, जिसमें महाराणा प्रताप टीम को विजेता का सम्मान प्राप्त हुआ। बालिका वर्ग में कुल 4 टीमों ने प्रतिभाग किया। प्रथम मुकाबला रानी पद्मावती टीम एवं रानी लक्ष्मीबाई टीम के बीच हुआ, जिसमें 2-1 से रानी पद्मावती टीम विजयी रही। प्रतियोगिता का निर्णायक मैच रानी पद्मावती एवं रानी अहिल्याबाई टीम के बीच खेला गया जिसमें 2-0 से रानी पद्मावती टीम को विजेता का सम्मान प्राप्त हुआ।

प्रतियोगिता के निर्णायक मंडल में डॉ. एसएन शुक्ल, श्रीनिवास सिंह एवं झब्बर शर्मा शामिल रहे। क्रीड़ा प्रभावी डॉ. आरती सिंह ने आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर डॉ. सुधा शुक्ला, स्मिता दूबे, मंजेश्वर, डॉ. वेंकट रमन, डॉ. विजय कुमार चौधरी, डॉ. आरएन सिंह आदि मौजूद रहे।

4 दैनिक जागरण गोरखपुर, 26 मार्च, 2022

## शतरंज प्रतियोगिता में अनुज व प्रिंसी ने मारी बाजी

जागरण संवाददाता, गोरखपुर : महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़ में आयोजित वार्षिक खेल महोत्सव के चौथे व अंतिम दिन शुक्रवार को महिला और पुरुष वर्ग की महंत अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता (बालक वर्ग) का निर्णायक मैच बीए भाग तीन के अनुज कुमार वर्मा व बीए प्रथम वर्ष के उत्तम श्रीवास्तव के बीच खेला गया। प्रतियोगिता में अनुज कुमार वर्मा ने बेहतर प्रदर्शन करते हुए प्रतियोगिता में बाजी मारी। इसी प्रकार बालिका वर्ग में बीएससी भाग एक की प्रिंसी शुक्ला प्रथम तथा बीए भाग एक की साक्षी पांडेय द्वितीय स्थान पर रहीं।

प्रतियोगिता के पश्चात खेल महोत्सव के समापन अवसर पर महाविद्यालय के उप प्राचार्य डा. विजय कुमार चौधरी ने बतौर मुख्य अतिथि सभी विजयी खिलाड़ियों को प्रमाण-पत्र वितरित करते हुए कहा कि शिक्षा का उद्देश्य मानव का पूर्ण विकास करना है। मानव विकास के कई पक्ष हैं और शिक्षा इन सभी पक्षों को विकसित करती है, जिसमें शारीरिक, बौद्धिक और आध्यात्मिक विकास महत्वपूर्ण है। खेल हमारे शारीरिक विकास के साथ बौद्धिक विकास के लिए आवश्यक है। खेल के माध्यम से विद्यार्थी रचनात्मकता, टीम वर्क तथा सामुदायिकता की भावनाएं सीखता है। निर्णायक के रूप में झब्बर शर्मा, डा. एसएन शुक्ला, चंदन ठाकुर व कविता मन्ध्यान ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय के खेल विभाग के सहायक आचार्य डा. एसएन शुक्ल ने की। क्रीड़ा प्रभारी डा. आरती सिंह ने सभी का आभार व्यक्त किया। इस दौरान डा. हरिकेश यादव, श्रीनिवास सिंह, विनय सिंह, चंदन ठाकुर, डा. अमित त्रिपाठी, विवेक गुप्ता तथा डा. स्मिता दूबे आदि रहे।

2 दैनिक जागरण गोरखपुर, 21 नवंबर, 2021

# योगाभ्यास किया और जाना उसका महत्व

महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़ में आयोजित कार्यक्रम में योगाभ्यास करती छात्राएं।
• सौ. विद्यालय प्रशासन

जासं, गोरखपुर: महाराणा प्रताप पीजी कालेज जंगल धूसड़ में शनिवार को प्रार्थना सभा हुई और योगाभ्यास कार्यक्रम किया गया। इस दौरान शरीरिक शिक्षा विषय के प्रभारी डा. सत्येंद्र नारायण शुक्ल ने विद्यार्थियों को योगाभ्यास कराया। साथ ही योग के महत्व की जानकारी दी।

उन्होंने कहा कि प्राणायाम वह माध्यम एवं क्रिया है, जो हमारी काया को निरोग एवं मन को प्रसन्न रखती है। आज के आपा-धापी भरे जीवन में योगाभ्यास ही मनुष्य को सुखमय जीवन प्रदान कर सकता है। उन्होंने योगाभ्यास के तहत पद्मासन,

**आयोजन**

कपालभांति, अनुलोम-विलोम, भ्रस्तिका, भ्रामरी, मण्डूकासन, वज्रासन आदि का अभ्यास कराया। इस अवसर पर शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।

हिन्दुस्तान
गोरखपुर, शनिवार, 26 मार्च 2022 08

# शतरंज में अनुज व प्रिंसी ने जीता खिताब

गोरखपुर। महाराणा प्रताप महाविद्यालय जंगल धूसड़ में आयोजित चार दिवसीय वार्षिक खेल महोत्सव का शुक्रवार को समापन हो गया। आखिरी दिन शतरंज में बालक वर्ग में अनुज़ कुमार वर्मा व बालिका वर्ग में प्रिंसी शुक्ला ने प्रतियोगिता में जीत हासिल की। पुरुष वर्ग में महंत अवेद्यनाथ स्मृति शतरंज प्रतियोगिता का निर्णायक मैच अनुज कुमार वर्मा एवं उत्तम श्रीवास्तव के बीच खेला गया।