



मातोश्री एज्युकेशन संस्था संचलित
मातोश्री शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय, एकलहरे, ता.जि.नाशिक

शैक्षणिक वर्ष

२०१७-१८

आरोग्य व योगा

अहवाल

अहवाल

शैक्षणिक वर्ष २०१७-१८ यासाठी आम्ही आरोग्य व योगा शिक्षणाच्या अंतर्गत विविध उपक्रम आयोजित करण्याचे नियोजित करण्यात आले. यासाठी सर्व प्राध्यापक मिळून आम्ही सर्वानुमताने वर्षभरत करावयाच्या आरोग्य व योगाच्या उपक्रमांची यादी तयार केली. व्यायाम हा मानवी शरीरनियमित सदृढ ठेवण्याच्या दृष्टीने महत्त्वाची बाब आहे. नियमित व्यायामाने मानवाचे शरीर सुदृढ तर राहतच पण मानसाची आयुमर्यादा वाढण्यास मदत होते त्याच प्रमाणे रोगप्रतिकारक शक्ती वाढण्यास मदत होते.

या दृष्टीने आरोग्य व योगा महाविद्यालयात राबविण्यासाठी उपक्रमांचे नियोजन करण्यात आले व त्यानुसार आरोग्याशी संबंधित विविध विषयांवर व्याख्याने व कृती कार्यक्रम आयोजित करण्यात येवून ते राबवले.

सदर व्याख्याने व कृती कार्यक्रम पुढीलप्रमाणे :-

| अ.क्र | व्याख्याने व कृती कार्यक्रमांचा तपशील | प्राध्यापकाचे नाव |
|-------|---------------------------------------|--|
| १ | आरोग्य कार्यक्रम संकल्पना | प्रा.रामराजे ए.ए |
| २ | कठायत प्रकार व माहिती | प्रा.पवार एस.बी |
| ३ | अ. उभे हात | प्रा.निकम एस.टी |
| ४ | ब. बेंठे हात | प्रा.रामराजे.ए.ए |
| ५ | शारिरीक आरोग्य व आहार | प्रा.सुर्यवंशी व्ही.पी प्रा.भोज आर.एम |



| | | |
|----|--|------------------------------------|
| ६ | खेळ / क्रिडा महत्त्व खो खो आणि कबड्डी | प्रा.पवार एस.बी प्रा.निकम एस.टी |
| ७ | मनसिक आरोग्य कार्यक्रम | प्रा.सूर्यवंशी व्ही.पी |
| ८ | सुर्यनमस्कार महत्त्व | प्रा.भोज आर.एम |
| ९ | सुर्यनमस्कार प्रात्यक्षिक | प्रा.समराजे ए.ए |
| १० | योगा व त्याचे महत्त्व | प्रा.निकम एस.टी |
| ११ | प्राणायाम व त्याचे महत्त्व आणि ध्यान व त्याचे महत्त्व | प्रा.पवार एस.बी |
| १२ | प्राणायाम व ध्यान याचे प्रात्यक्षिक | प्रा.भोज आर.एम |
| | कॉरम | |
| १३ | अ.मुले | प्रा.निकम एस.टी |
| | ब.मुली | प्रा.पवार एस.बी |

Pamje
आरोग्य व क्रीडा
विभाग प्रमुख

Jal
PRINCIPAL
Maitoanni College of Education
Eklahare 'al & Dis' Nashik









दिनांक : 30/03/17

समाजसेवा :-

पवित्र वस्त्रता :-

मातोश्री शोधनकार्य महाविद्यालय येथी
दिनांक : 30/03/17 वाक नं बुधवार सा
विद्यार्थी, समाजसेवेच अर्थाजक केली गेली
होत, त्यामुळे सर्व विद्यार्थी शिक्षक व
माध्यागवी गाव येथी वस्त्रता करण्यासाठी
होत होत.

अवस्थाम अकाली 10- ताजत
विद्यार्थी महाविद्यालयात उपस्थित होत
विद्यार्थी - शिक्षकांना या विविध चौधरी
यांनी कार्यक्रमात सहित आणी उपस्था
आंगीतली नंतर रांगमध्य अर्ध विद्यार्थी
माध्यागवी या गावी जायला निघाले
आवन कर अर्थ्यासाठी आप आणी वस्त्रता
करण्यासाठी लागणारे आहित गेविल होत.
त्यानंतर वस्त्रता करण्यात मुक्कान केली.
नंतर माध्यागवी गावातील माध्यागवी
मंदीर आणी दत्त मंदीर पवित्र व
शांची वस्त्रता केली या कामात कोठे
माध्यागवी गावचे सरपंच साजी केल
आणी सर्व विद्यार्थी शिक्षक नंतर
महाविद्यालयात विद्यार्थी पवन आवन.

(Signature)

PRINCIPAL
Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik









Matoshri Education Society's

MATOSHRI COLLEGE OF EDUCATION(B.ED.)

Near Odhagaon, Nashik Aurangabad Highway, Eklahare, Tal & Dist- Nashik
NCTE Code No.113283/2014(PU/NS/EDU/170/2014) College Code- 1511.

Phone No- (0253) 2406686, 9146750049

Website -

www.matoshrieducation.co Email - matoshrieducation14@gmail.com

Report:

CLINLINESS RALLY

"A clean India would be the best tribute India could pay to Mahatma Gandhi on his 150-birth anniversary in 2019," said Shri Narendra Modi as he launched the Swachh Bharat Mission at Rajpath in New Delhi. On 2nd October 2014, Swachh Bharat Mission was launched throughout length and breadth of the country as a national movement. The campaign aims to achieve the vision of a 'Clean India' by 2nd October 2019. To maintain such sanitation Matoshri College of Education had organized Swachta Abhiyan at premises of Ganapati Mandir Odha, Nashik.

Feedback:

Students organized Cleanliness rally. They first took cleanliness oath at the hands of Prof. Suryawanshi Vaishali mam Principal of Matoshri College of Education. Rally gave the message of importance of cleanliness. Students actively participated in this activity and cleaned the whole campus of Hanuman Mandir making it spick and span. Students enjoyed the experience.




PRINCIPAL
Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik



Matoshri Education Society's

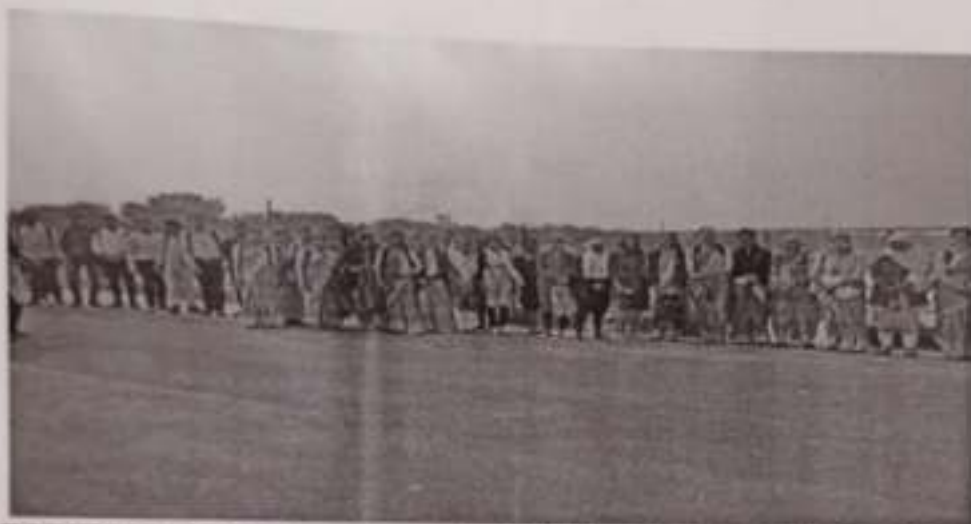
MATOSHRI COLLEGE OF EDUCATION(B.ED.)

Near Odhagaon, Nashik Aurangabad Highway, Eklahare, Tal & Dist- Nashik
NCTE Code No.113283/2014(PU/NS/EDU/170/2014) College Code- 1511.

Phone No- (0253) 2406686, 9146750049

Website :- www.matoshrieducation.co Email :- matoshrieducation14@gmail.com

CLINLINES RALLY




PRINCIPAL
Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik













दिनांक - 28/02/2020

योग :-
विविध वीथी स्पर्धा आणि योग व
प्राणायाम यांचे महत्त्व

माननीय शिक्षणशास्त्र महाविद्यालयाने
दिनांक : 19/02/2020 या दिवशी आणि
पुढील आठवड्यात विविध वीथी स्पर्धांचे
आयोजन करण्यात आले होते. यामध्ये
विविध स्पर्धांमध्ये विद्यार्थ्यांनी मज्जा
घेतल्या तसेच याच दिवशी महाविद्यालयानी
प्राध्यापिका निलिमा चौधरी यांनी विद्यार्थ्यांना
योग आणि प्राणायामाचे महत्त्व सांगितले
आलेले स्पर्धांमध्ये विद्यार्थ्यांनी घेतलेल्या
उत्तमि प्रातिभाद,

- १) स्त्री-स्त्री स्पर्धा
- २) 100-मीटर धावणी
- ३) कुबड्डी स्पर्धा
- ४) गोल फीक व शाली फीक
- ५) लांबकूडी स्पर्धा
- ६) वाहनेवले स्पर्धा

PRINCIPAL
Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik















Matoshri Education Society's

MATOSHRI COLLEGE OF EDUCATION(B.ED.)

Near Odhagaon, Nashik Aurangabad Highway, Eklahare, Tal & Dist- Nashik
NCTE Code No.113283/2014(PU/NS/EDU/170/2014) College Code- 1511.

Phone No- (0253) 2406686, 9146750049

Website -> www.matoshrieducation.co Email -> matoshrieducation14@gmail.com



दिनांक: २१/०७/२०२२

राष्ट्रीय योग दिवस

मातोश्री शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय, एकलहरे, नाशिक येथे राष्ट्रीय योग दिवस निमित्त विविध कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. यासाठी प्रमुख पाहुणे योग विशारद डॉ. डी. डी. अहिरे सर आलेले होते.

सर्वप्रथम महाविद्यालयाच्या प्राचार्य डॉ. वैशाली सूर्यवंशी मादम यांनी डॉ. डी. डी. अहिरे सर यांचा पुष्पगुच्छ देऊन स्वागत केले. त्यानंतर सरांनी योग आणि प्राणायाम चे महत्व सांगितले. आणि बी. एड. च्या विद्यार्थ्यांना विविध प्रकारचे प्रात्यक्षिक करावला सांगितले. तसेच मार्गदर्शन केले. महाविद्यालयाच्या योग विभागाकडून सर्व सूचना आधीच विद्यार्थ्यांना देण्यात आलेल्या होत्या. शेवटी महाविद्यालयाचे योग विभाग प्रमुख प्रा. चव्हाण सर यांनी कार्यक्रमाचे आभार प्रदर्शन केले.

PRINCIPAL
Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik

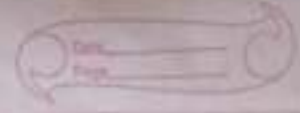












12/02/2022

:- स्वातंत्र्याचा असून महोत्सव :-

भारतीय स्वातंत्र्याच्या 75 व्या वर्षीनीमित्त स्वातंत्र्याचा असून महोत्सव हा उपक्रम मातृश्री त्रिभुवनशास्त्र महाविद्यालय एकलहरे येथे साजरा करण्यात आला.

75-वर्षी पूर्ण होत असून महोत्सव स्वातंत्र्य लढ्यातील 75 महत्त्वाच्या घटनांची सादरणी केली गेली.

ह्यामध्ये महाविद्यालयाच्या प्राचार्यांनी संगीतले की स्वातंत्र्याचा असून महोत्सव हे स्वातंत्र्यलढ्यातील विविध संकल्पनांचे पाठ्य सादर करून मातृश्री त्रिभुवनशास्त्र महाविद्यालयाचे प्राचार्य वा. गजानन यांचे अनेक शांनी आपले मनोगत व्यक्त केले. त्यानंतर पुस्तकाचे सादरणी तीव्रता बघता घेवला.

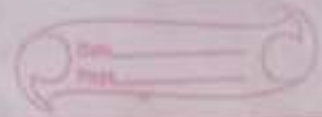
अशा प्रकारे स्वातंत्र्याचा असून महोत्सव हा महाविद्यालयात साजरा होत गेला.

PRINCIPAL
Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik









दिनांक : 15/06/21

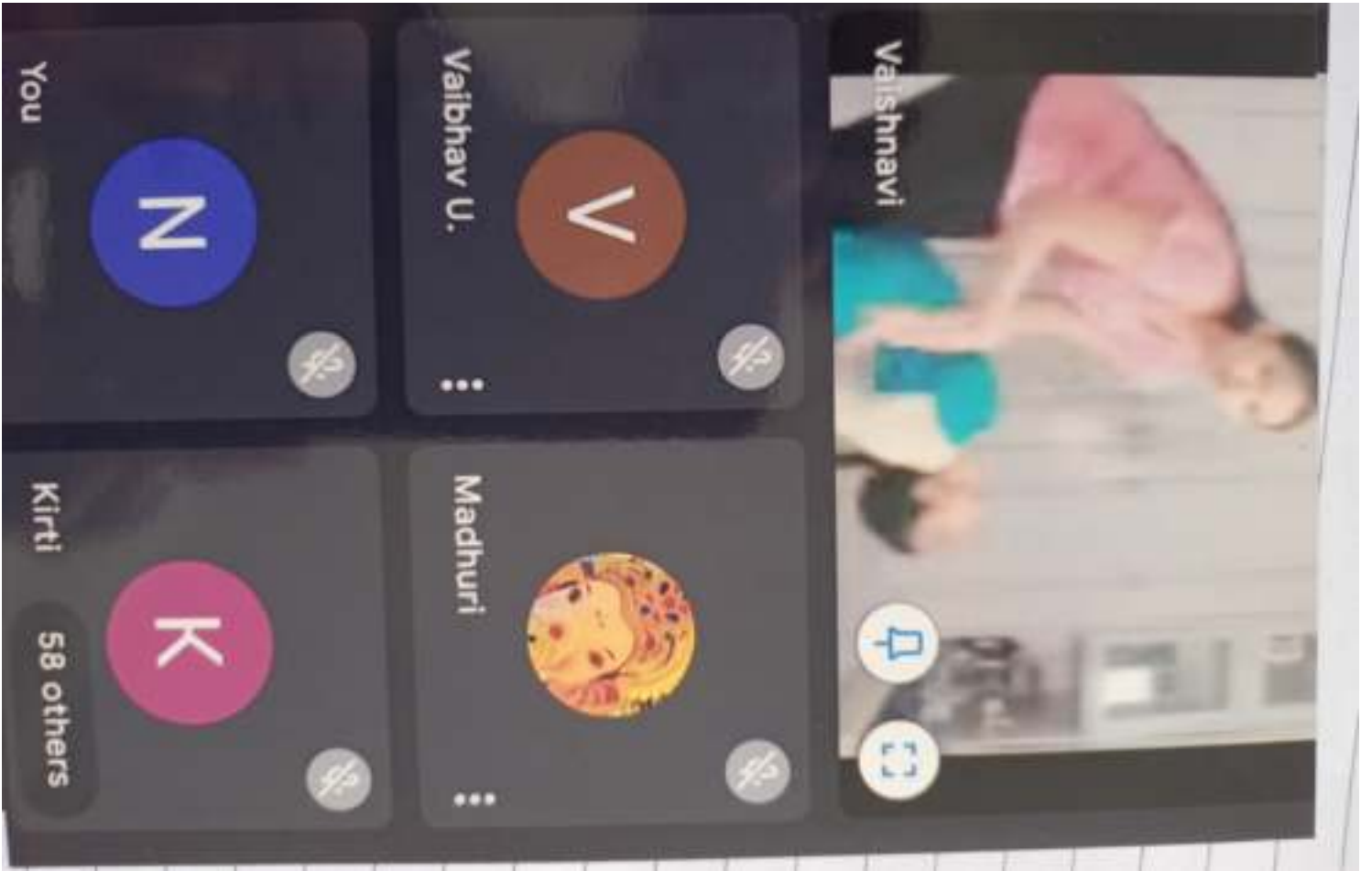
—: ऑनलाईन योगा प्रात्यक्षिक :-

माननीय शिक्षण शास्त्र महाविद्यालयान
दिनांक : 15/06/21 या दिवशी महाविद्यालयानी
विद्यार्थी आणि विद्यार्थिनींसाठी Online योग
उत्सव घेण्यात आले. त्यासाठी विभाग
प्रमुख प्रा. चव्हाण सर यांनी विद्यार्थ्यांना
What's up वाटवर सूचना दिल्या होत्या.
योग प्रात्यक्षिकाची सुकवान
सकुली 11 वाजता Google meet या
अप्लेक्सवरील आणि सर्वप्रथम प्रास्ताविक
आणि पाहुण पावचय प्रा. चव्हाण सर
यांनी केले. विद्यार्थ्यांना पाहुण्यांनी योग
कव्थापूर्वीच) सूचना दिल्या. यांनी
विद्यार्थ्यांना कव्थाची त्रिविध प्रकार
समजावून सांगून प्रात्यक्षिक करून दाखविले.
त्यानंतर विद्यार्थ्यांनी त्रिविध सामना केल्या
आणि प्राध्यापक श्री. डी. डी. डी.
सर यांनी कार्यक्रम संपादन पुरविले
करून सांगता केली.

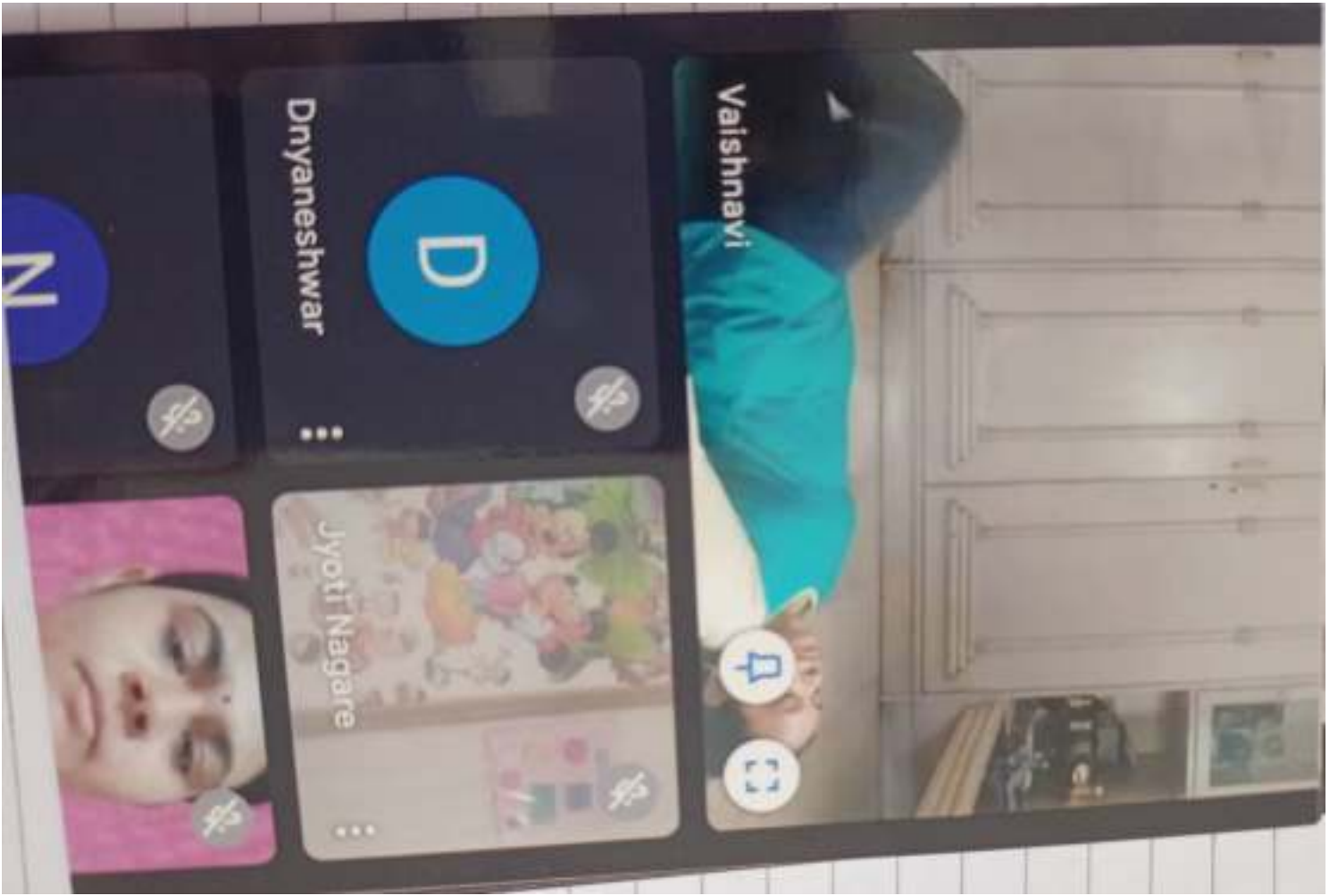
(Signature)

PRINCIPAL

Matoshri College of Education
Ektahare Tal. & Disl. Nashik









दिनांक : 03/06/2022

—: समाजसेवा :-

—: परिसर स्वच्छता :-

मातोश्री शिक्षणवाचन महाविद्यालय येथी
दिनांक : 02/06/2022 वाह गुरुवार, था 999
दिवशी, समालोचनेच आशाजन केली उद्भव
शेत, त्यासाठी सर्व विद्यार्थी शिक्षक हे
'झोडा' गाव येथी स्वच्छता करण्यासाठी
गेली.

सर्वप्रथम सकाळी 10 वाजता विद्यार्थी
महाविद्यालयात उपस्थित होते. त्यानंतर
वांगमध्य विद्यार्थी 'झोडा' या गावी
गेली. त्यासाठी विद्यार्थ्यांनी सावत साधू घेतले,
तसेच केवळ भरण्यासाठी सुध्दा साठी स्वच्छता
करण्यासाठी लागणारे साहित्य देखील घेतले.
त्यानंतर स्वच्छता करण्यास सुरुवात केली.
तसेच साधू गावातील गाणपती मंदीर,
परिसर विद्यार्थी शिक्षकांनी साफ केला.
त्यानंतर नदीकिनारी देखील साफ केला
या कामाचे कर्तुक झोडा गावातील सरपंच
सौ. प्रिया वैखले यांनी केले, साठी
नंतर, महाविद्यालयात विद्यार्थी परत
आले.

PRINCIPAL

Matoshri College of Education
Eklahare Tal. & Dist. Nashik



