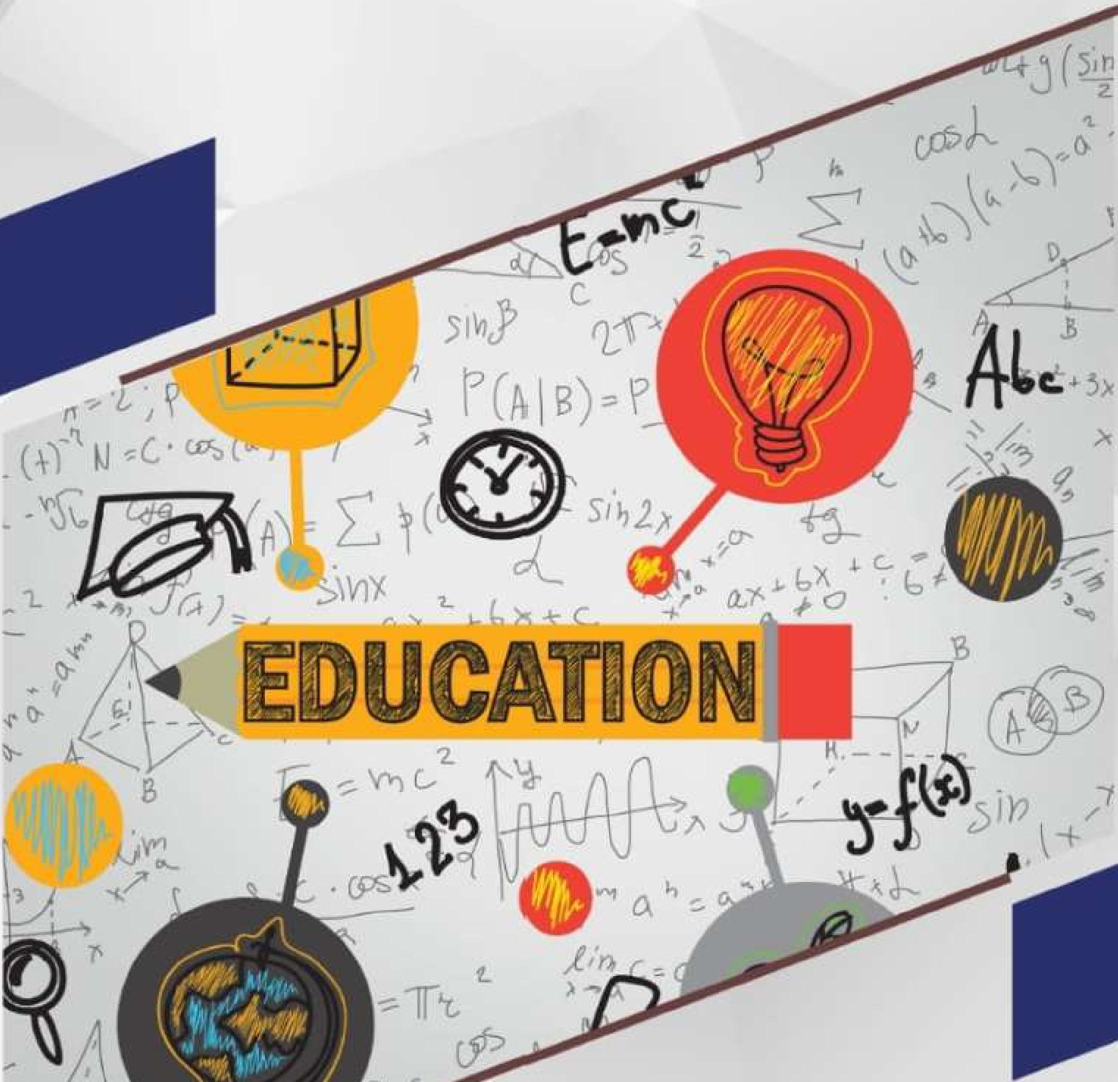
TEACHERS OF BIHAR

दैनिक ज्ञानकोश

सीखें-सिखाएं, बिहार को आगे बढ़ायें



teachersofbihar@gmail.com

https://twitter.com/teachersofbihar

https://www.youtube.com/c/teachersofbihar

23 जून 2025

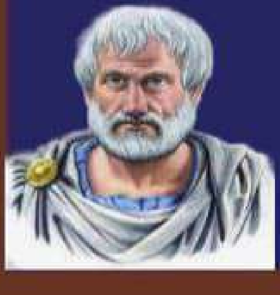
Teachers of Bihar

The Change Makers

आज का सुविचार

सबसे महान व्यक्ति वह है जो दूसरों के लिए महान काम करता है।

अरस्तू



राकेश कुमार

दिवस विशेष

23 जून

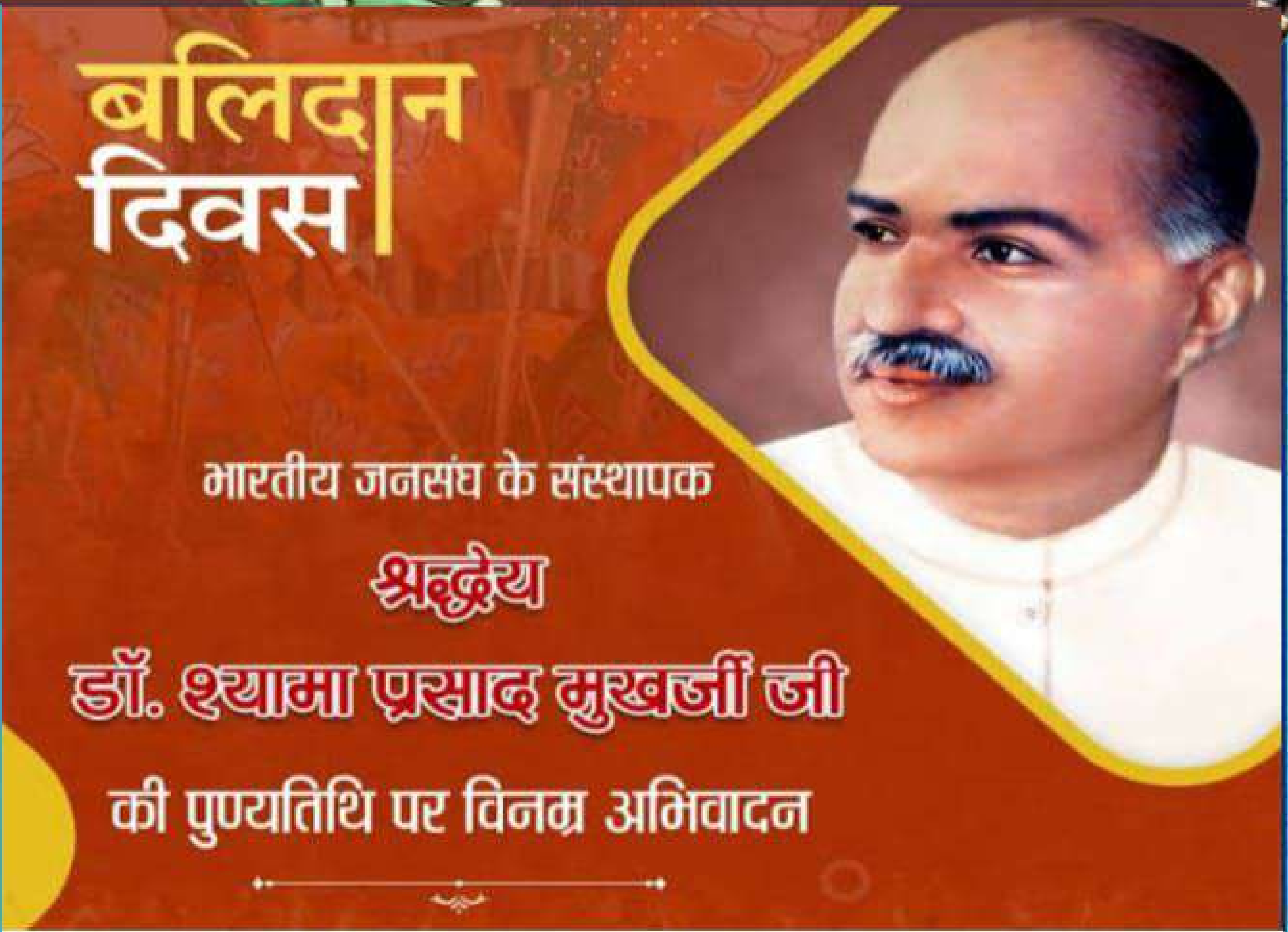
मधु प्रिया

अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक दिवस 23 जून

अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक दिवस 23 जून 1894 को बैरन पियरे डी कौबर्टिन द्वारा अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति की स्थापना के उपलक्ष्य में मनाया जाता है।“ओलंपिक डे” इस दिन को सर्वप्रथम 1948 मे परिचित करवाया गया था, परंतु ओलंपिक गेम्स की शुरवात इससे कई वर्ष पूर्व 23 जून 1894 को सोरबोन, पेरिस में हो चुकी थी। इस 23 जून को, 1948 से हर वर्ष अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक दिवस के रूप में मनाया जाता है।ओलंपिक खेल का आयोजन प्रति चार वर्षो में अंतराष्ट्रीय खेल समिति द्वारा किया जाता है। यह विश्व में होने वाली अग्रणी खेल प्रतियोगिता है। इसमे 200 से अधिक देश हिस्सा लेते है। इस प्रतियोगिता में कई तरह के ग्रीष्मकालीन और शीतकालीन खेल होते है।ओलंपिक दिवस खेल, स्वास्थ्य और एकजुटता का एक बड़ा जश्न है। यह हर साल 23 जून को मनाया जाता है। साथ ही यह पूरी दुनिया को क्रियाशील बनाने और उद्देश्य के साथ आगे बढ़ने के लिए सभी को आमंत्रित करता है। इस वर्ष ओलंपिक डे की थीम 'Let's Move' (आगे बढ़ते जाना है) है जिसका उद्देश्य दुनिया भर के लोगों को रोज़मर्रा की शारीरिक गतिविधि के लिए समय निकालने के लिए प्रेरित करना है।ओलंपिक दिवस लोगों को शांति से एक साथ लाने के लिए खेल की ताकत का जश्न मनाता है। ओलंपिक अभियान ने शांति और खेल को एक साथ लेकर चलने में एक लंबा सफर तय किया है ,और हर ओलंपिक खेल के दौरान ओलंपिक ट्रूस अपनी अहम भूमिका निभा रहा है।अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति एथलीट आयोग ने फ़िनलैंड की आइस हॉकी खिलाड़ी एम्मा टेरहो को अपना अध्यक्ष और कोरिया गणराज्य के टेबल टेनिस खिलाड़ी सियुंग मिन यू को अपना पहला उपाध्यक्ष चुना।

Teachers of Bihar
The change makers

पुण्यतिथि विशेष 23 जून



श्यामा प्रसाद मुखर्जी *Syama Prasad Mookerjee*, जन्म- 6 जुलाई, 1901, कोलकाता; मृत्यु- 23 जून, 1953) एक महान् शिक्षाविद और चिन्तक होने के साथ-साथ भारतीय जनसंघ के संस्थापक भी थे। उन्हें आज भी एक प्रखर राष्ट्रवादी और कट्टर देशभक्त के रूप में याद किया जाता है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025

एक पृथ्वी ,एक स्वास्थ्य के लिए योग

पदांगुष्ठासन

कृतिका कुमारी, रिमझिम कुमारी

पदांगुष्ठासन एक योगासन है जिसमें पंजों के बल उकडू बैठ कर सारा शरीर स्थिर और तनावहीन रहे। अपने सामने किसी निश्चित बिन्दु पर चित्त एकाग्र करें। सामान्य श्वास के साथ बाईं एडी पर बायें नितम्ब के साथ बैठ जायें और दाईं टांग को बाईं जाँघ पर रख लें। बायां घुटना फर्श को नहीं छूना चाहिए। हाथों की मदद से सन्तुलन बनाएं। दोनों हथेलियों को एक साथ छाती के सामने लायें और बायें पंजे पर अपना सन्तुलन बनाये रखें, इस आसन में यथासंभव देर तक बने रहें। प्रारम्भिक स्थिति में वापस लौट आयें। यह सन्तुलन की भावना और एकाग्रता की योग्यता को बढ़ाता है।

Mritunjayam

TOB खेल कॉर्नर

बतौर कप्तान अपने पहले मैच में शतक लगाने वाले भारतीय

प्लेयर	स्कोर	खिलाफ	जगह	साल
विजय हजारे	164*	इंग्लैंड	दिल्ली	1951
सुनील गावस्कर	116	न्यूज़ीलैंड	ऑकलैंड	1976
दिलीप वेंगसरकर	102	वेस्टइंडीज	दिल्ली	1987
विराट कोहली	115	ऑस्ट्रेलिया	एडिलेड	2014
शुभमन गिल	127*	इंग्लैंड	हेडिंग्ले	2025

Teachers of Bihar
The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द 23.06.2025

मेटा-लर्निंग

मेटा-लर्निंग, मशीन लर्निंग का एक उपक्षेत्र है जो "सीखने के लिए सीखने" पर केंद्रित है। इसका मतलब है कि मॉडल को इस तरह से प्रशिक्षित किया जाता है कि वे नए कार्यों और स्थितियों के लिए जल्दी से अनुकूल हो सकें, खासकर जब सीमित डेटा उपलब्ध हो। मेटा-लर्निंग का लक्ष्य है कि मॉडल पिछले अनुभवों से सीखी गई जानकारी का उपयोग करके, नए कार्यों को अधिक कुशलता से सीख सकें।

रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान

भारत में लद्दाख की 'शिंकुन ला टनल' बन रही है, जो कि समुद्र तल से 16,580 फीट की ऊंचाई पर हैं। यह दुनिया की सबसे ऊँची रोड टनल होगी और सालभर क्षेत्र से जोड़ेगी।

राकेश कुमार

पद्य पंकज

"

तृप्त हृदय को सरस स्नेह से,
जो सहला दे,मित्र वहीं है।
रूखे मन को सराबोर कर,
जो नहला दे,मित्र वहीं है।
प्रिय वियोग,संतृप्त चित्त को,
जो बहला दे,मित्र वहीं है।
अश्रु बूंद की एक झलक से,
जो दहला दे,मित्र वहीं है।

मैथिली शरण गुप्त

Madhu priya

www.padyapankaj.teachersofbihar.org

ToB बूझो तो जानें..
545
ये धनुष है सबको भाता, मगर लड़ने के काम न आता
....बुझो तो जानें ?
www.teachersofbihar.org
संजय कुमार

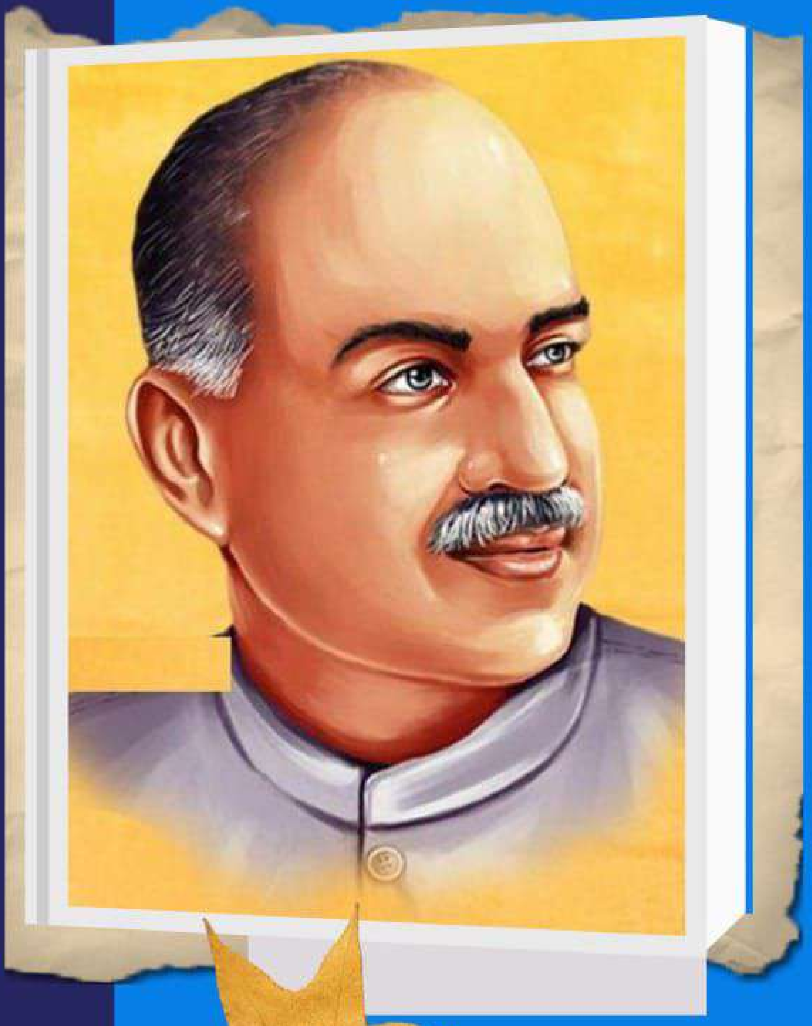
TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

प्रखर राष्ट्रवादी, महान क्रांतिकारी, भारत की एकता, अखंडता के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वाले, अखिल भारतीय जनसंघ के संस्थापक,महानशिक्षाविद,चिंतक

डॉ० श्यामाप्रसाद मुखर्जी

के पुण्यतिथि पर शत्-शत् नमन।

जन्म: 6 जुलाई 1901- मृत्यु: 23 जून 1953



www.teachersofbihar.org

Madhu priya

अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक दिवस
TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
23 जून
वैश्विक स्तर पर भारत का परचम लहराने वाले सभी भारतीय खिलाड़ियों एवं खेल प्रेमियों को
अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक दिवस
की हार्दिक शुभकामनाएं।
Madhu priya
www.teachersofbihar.org