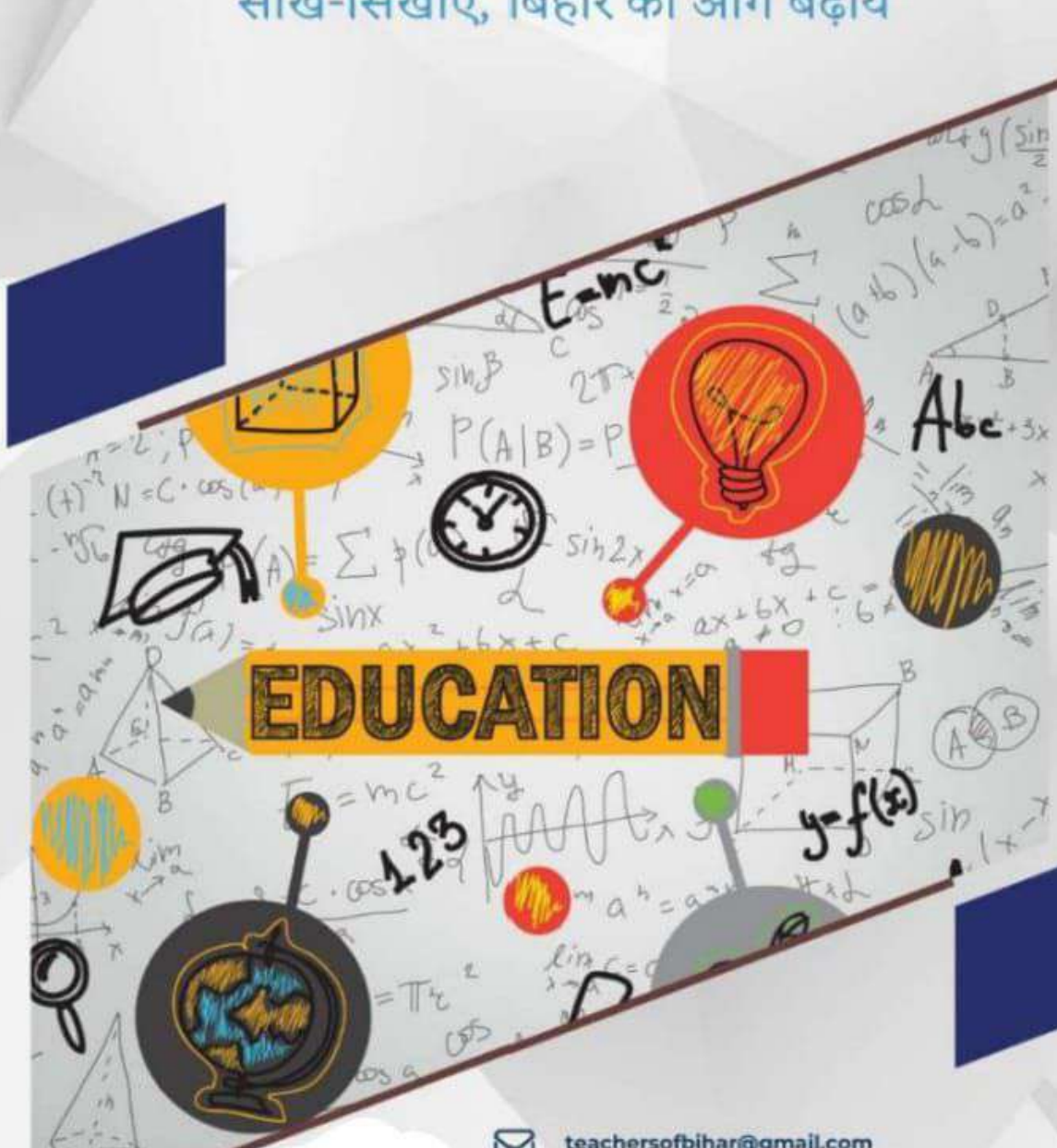
TEACHERS OF BIHAR

दैनिक ज्ञानकोश

सीखें-सिखाएं, बिहार को आगे बढ़ायें



teachersofbihar@gmail.com

https://twitter.com/teachersofbihar

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

https://www.facebook.com/teachersofbihar

https://www.linkedin.com/company/teachersofbihar

www.teachersofbihar.org

31 मई 2026

Teachers of Bihar

The Change Makers

आज का सुविचार

शिक्षा सबसे अच्छी मित्र है।

चाणक्य

दिवस विशेष

31 मई

मधु प्रिया

विश्व तंबाकू निषेध दिवस 31 मई

31 मई को दुनिया भर में हर वर्ष विश्व तंबाकू निषेध दिवस मनाया जाता है। इस दिन का उद्देश्य तंबाकू सेवन के व्यापक प्रसार और नकारात्मक स्वास्थ्य प्रभावों की ओर ध्यान आकर्षित करना है, जो वर्तमान में दुनिया भर में हर साल 70 लाख से अधिक मौतों का कारण बनता है, जिनमें से 890,000 गैर-धूम्रपान करने वालों का परिणाम दूसरे नंबर पर हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के सदस्य राज्यों ने 1987 में विश्व तंबाकू निषेध दिवस बनाया। पिछले इक्कीस वर्षों में, दुनिया भर में सरकारों, सार्वजनिक स्वास्थ्य संगठनों, धूम्रपान करने वालों, उत्पादकों से उत्साह और प्रतिरोध दोनों मिले हैं। राष्ट्रीय तम्बाकू नियंत्रण कार्यक्रम वर्ष 2007-08 में भारत के 21 राज्यों के 42 जिलो में पायलेट परियोजना के रूप में प्रारम्भ किया गया। सर्वप्रथम राजस्थान के 2 जिलों जयपुर व झुंझुनू को सम्मिलित कर गतिविधियाँ प्रारम्भ की गयी। वर्ष 2015-16 में जयपुर, झुन्झुनू के अतिरिक्त अजमेर, टॉक, चूरू, उदयपुर, राजसमन्द, चित्तौडगढ, कोटा, झालावाड, भरतपुर, सवाईमाधोपुर, अलवर, जैसलमेर, पाली, सिरोही, श्रीगंगानगर जिले (कुल 17 जिले) योजनान्तर्गत सम्मिलित किये गये ।इस दिन डब्लूएचओ इस खास दिन पर जनता को तंबाकू के उपयोग के खतरों, तंबाकू कंपनियों के व्यवसाय प्रथाओं, डब्लूएचओ के प्लान आदि के बारे में लोगों को सूचना दी जाती है। हर वर्ष इस दिवस को एक खास थीम पर मनाया जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार इस वार्षिक अभियान की हर साल एक अलग थीम होती है। विश्व तंबाकू निषेध दिवस 2023 की इस वर्ष की थीम है "हमें भोजन चाहिए, तंबाकू नहीं", जिसका उद्देश्य तंबाकू किसानों के लिए वैकल्पिक फसल उत्पादन और विपणन के अवसरों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और उन्हें टिकाऊ और पौष्टिक फसलें उगाने के लिए प्रोत्साहित करना है।

Teachers of Bihar

The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द 31.05.2026

शिक्षण बुद्धिमत्ता

शिक्षण बुद्धिमत्ता का अर्थ है — शिक्षण कार्य को प्रभावी, रोचक और छात्र-केंद्रित बनाने की वह क्षमता, जिसके द्वारा शिक्षक विद्यार्थियों की आवश्यकता, रुचि, क्षमता और परिस्थिति को समझकर उचित शिक्षण विधियों का प्रयोग करता है। यह बुद्धिमत्ता शिक्षक को यह निर्णय लेने में सहायता करती है कि किस विषय को, किस प्रकार, किस समय और किन साधनों की सहायता से पढ़ाया जाए ताकि विद्यार्थियों का अधिकतम विकास हो सके।

राकेश कुमार

रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान

जिंदगी ने उन्हें शारीरिक रूप से सीमित किया, लेकिन 92 साल की केरल की Devaki Amma ने 45 साल की मेहनत से अकेले 5 एकड़ बंजर जमीन को घने जंगल में बदल दिया, जिसके लिए उन्हें Padma Shri से सम्मानित किया गया है।

TOB खेल कॉर्नर

100 मीटर दौड़

1984 से अब तक के ओलिंपिक चैंपियंस

साल	ओलिंपिक गेम्स	विनर
1984	लॉस एंजिल्स	कार्ल लुइस (अमेरिका)
1988	सियोल	कार्ल लुइस (अमेरिका)
1992	बार्सिलोना	लिनफर्ड क्रिस्टी (ब्रिटेन)
1996	अटलांटा	डोनोवन बैली (कनाडा)
2000	सिडनी	मॉरिस ग्रीन (अमेरिका)
2004	एथेंस	जस्टिन गैटलिन (अमेरिका)
2008	बीजिंग	उसेन बोल्ट (जमैका)
2012	ब्रिटेन	उसेन बोल्ट (जमैका)
2016	रियो डि जेनेरियो	उसेन बोल्ट (जमैका)
2021	टोक्यो	लेमॉन्ट जैकब्स (इटली)
2024	पेरिस	नोआ लाइल्स (अमेरिका)

|| धर्म, न्याय और जनसेवा की प्रतीक ||

मालवा की महान शासक, प्रजा-वत्सल
और आदर्श प्रशासिका

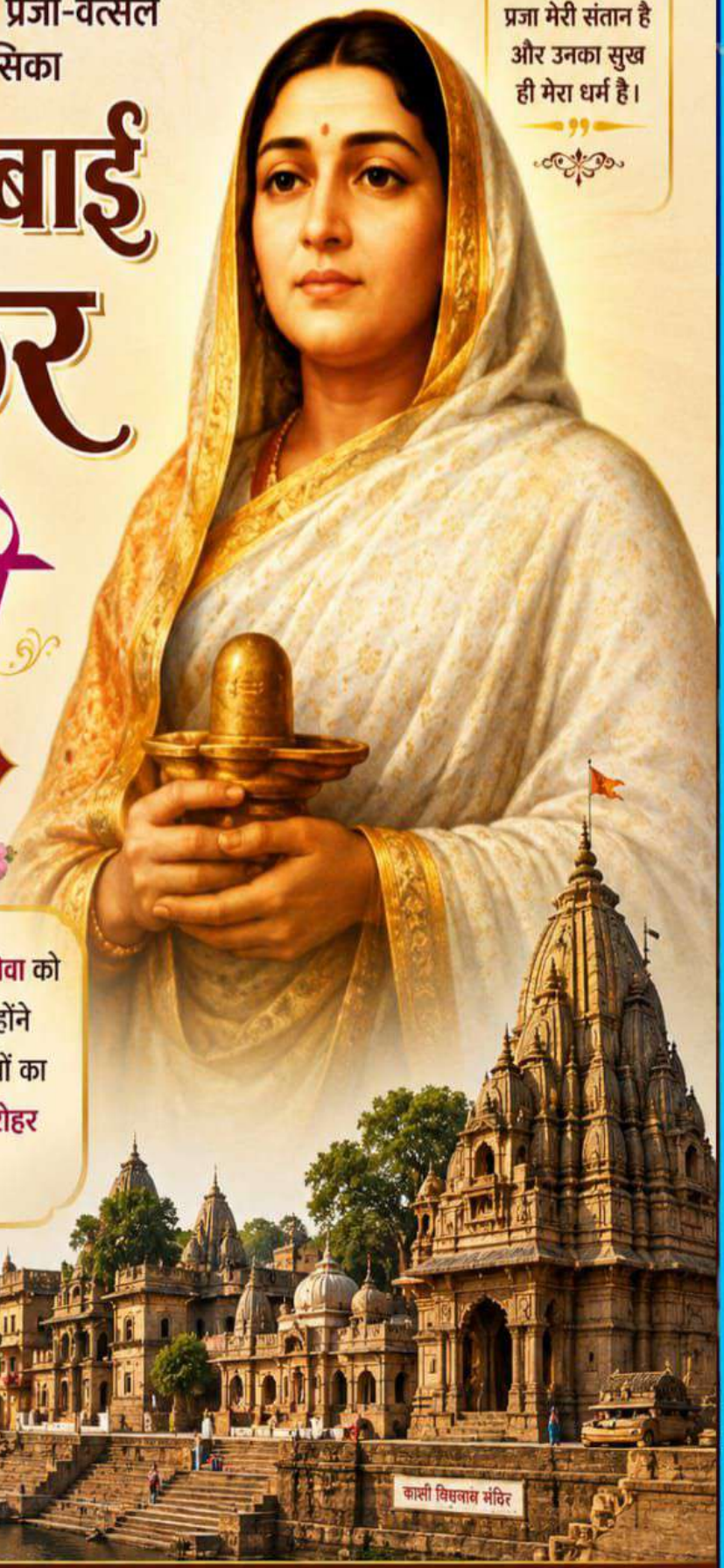
अहिल्याबाई होल्कर

की जयंती

31 मई

पर शत्-शत नमन

"मैं ईश्वर की सेविका हूँ,
प्रजा मेरी संतान है
और उनका सुख
ही मेरा धर्म है।"



जिन्होंने **धर्म, न्याय, करूणा और जनसेवा** को अपने जीवन का आधार बनाया, जिन्होंने मंदिरों, घाटों, धर्मशालाओं और सरायों का निर्माण कर **भारत की सांस्कृतिक धरोहर** को समृद्ध किया।

अहिल्याबाई होल्कर – एक युग, एक प्रेरणा, एक आदर्श

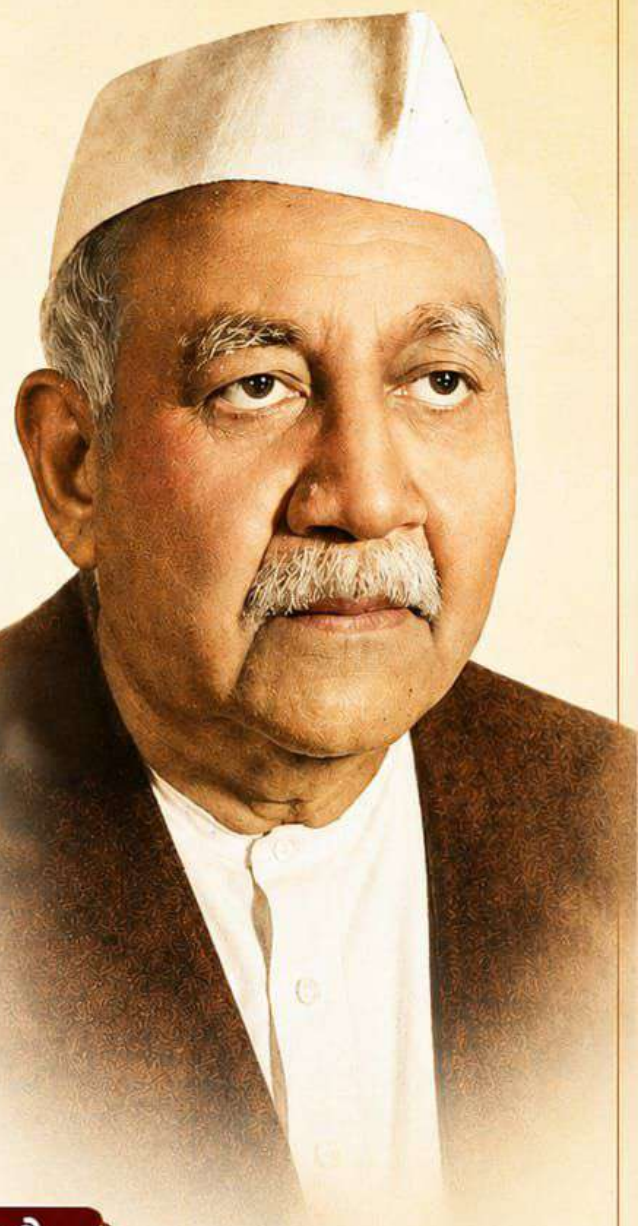
www.teachersofbihar.org

राकेश कुमार

स्वतंत्रता सेनानी • प्रखर राष्ट्रवादी • समाजसेवी • शिक्षाविद • पत्रकार

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

भारत माता के सच्चे सपूत



लाला जगत नारायण जी की जयंती

पर कोटि-कोटि नमन

31 मई 1899 – 9 सितबर 1981

लाला जगत नारायण जी एक महान स्वतंत्रता सेनानी, प्रखर विचारक, कुशल वक्ता, समाज सुधारक, शिक्षा-प्रेमी और पत्रकार थे।

उनका जीवन प्रेरणा है

- स्वतंत्रता संग्राम में सक्रिय भागीदारी।
- पत्रकारिता के माध्यम से राष्ट्रजागरण।
- शिक्षा के प्रचार हेतु अनेक संस्थाओं की स्थापना।
- समाज सुधार और छुआछुत उन्मूलन के लिए समर्पित जीवन।
- हिन्दी भाषा, साहित्य और संस्कृति के प्रबल समर्थक।
- सरलता, सत्यनिष्ठा और राष्ट्रभक्ति उनकी पहचान थी।

www.teachersofbihar.org

"देश की उन्नति और समाज की प्रगति के लिए शिक्षा, स्वावलंबन और एकता सबसे आवश्यक है।"

Madhu Priya

लाला जगत नारायण जी अमर रहें!

धर्म, न्याय और जनसेवा की अनुपम मिसाल

मातेश्वरी

अहिल्याबाई होल्कर

की जयंती पर कोटि-कोटि नमन

31 मई 1725 – 13 अगस्त 1795

एक महान शासिका, कुशल प्रशासक, धर्मपरायण
और प्रजा की सच्ची हितैषी।

उनकी अमूल्य विरासत

- काशी विश्वनाथ, सोमनाथ, द्वारका, गया, और अनेक तीर्थों का पुनर्निर्माण एवं विकास कराया।
- घाट, कुएँ, धर्मशालाओं, सड़कों और अनेक जनोपयोगी कार्यों का निर्माण कराया।
- न्यायप्रिय शासन, सुशासन और प्रजा के कल्याण को सर्वोपरि रखा।
- गरीबों, किसानों, विधवाओं और असहायों की सदा सहायता की।
- धर्म, संस्कार, संस्कृति और महिला सशक्तिकरण की अद्भुत प्रेरणा बनकर हमेशा याद रहेंगी।

www.teachersofbihar.org

आइए, उनके आदर्शों पर चलकर
सुशासन, सेवा और सद्भाव का निर्माण करें।

मातेश्वरी अहिल्याबाई होल्कर अमर रहें!

Madhu Priya

31 मई

विश्व तंबाकू निषेध दिवस

तंबाकू छोड़ें, जीवन से जोड़ें

तंबाकू छोड़ें, स्वास्थ्य जोड़ें

तंबाकू हमारे स्वास्थ्य, पर्यावरण
और समाज के लिए हानिकारक है।

**आइए, एक तंबाकू मुक्त
स्वस्थ जीवन का संकल्प लें।**

www.teachersofbihar.org

तंबाकू छोड़ने के फायदे

- हृदय रोग का खतरा कम होता है
- फेफड़ों की क्षमता बेहतर होती है
- ऊर्जा बढ़ती है और जीवन बेहतर होता है
- पैसों की बचत होती है
- परिवार और समाज स्वस्थ बनता है

आज ही तंबाकू छोड़ें, अपने और अपनों का जीवन संवारें।

तंबाकू मुक्त भारत, स्वस्थ भारत।

Madhu Priya