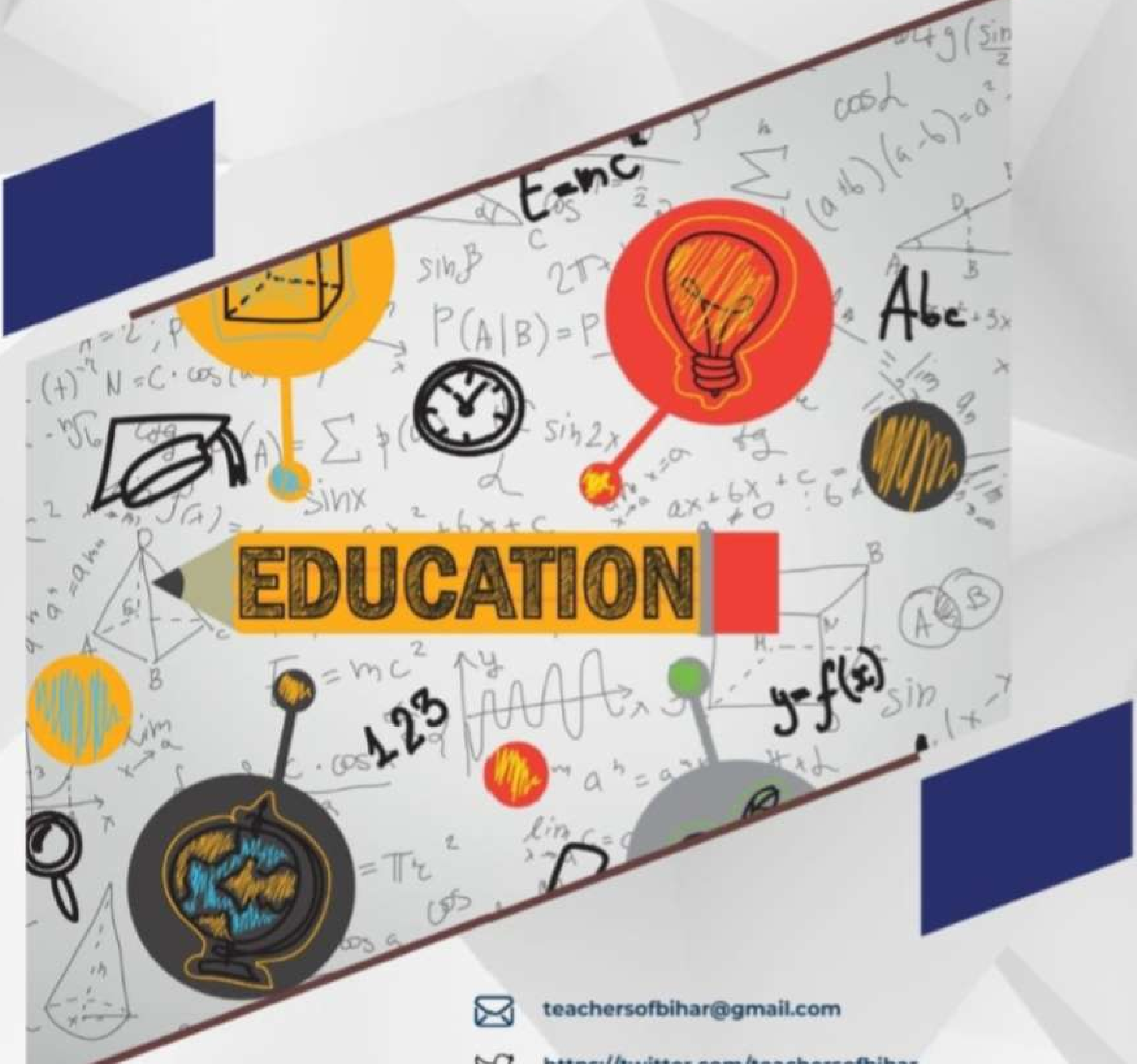
TEACHERS OF BIHAR

दैनिक ज्ञानकोश

सीखें-सिखाएं, बिहार को आगे बढ़ायें



teachersofbihar@gmail.com
https://twitter.com/teachersofbihar
https://www.youtube.com/c/teachersofbihar

16 जून 2025

Teachers of Bihar

The Change Makers

आज का सुविचार

संगति आपको ऊंचा उठा भी सकती है और यह

आपकी ऊंचाई को खत्म भी कर सकती है।

स्वामी विवेकानंद

राकेश कुमार

www.teachersofbihar.org

दिवस विशेष

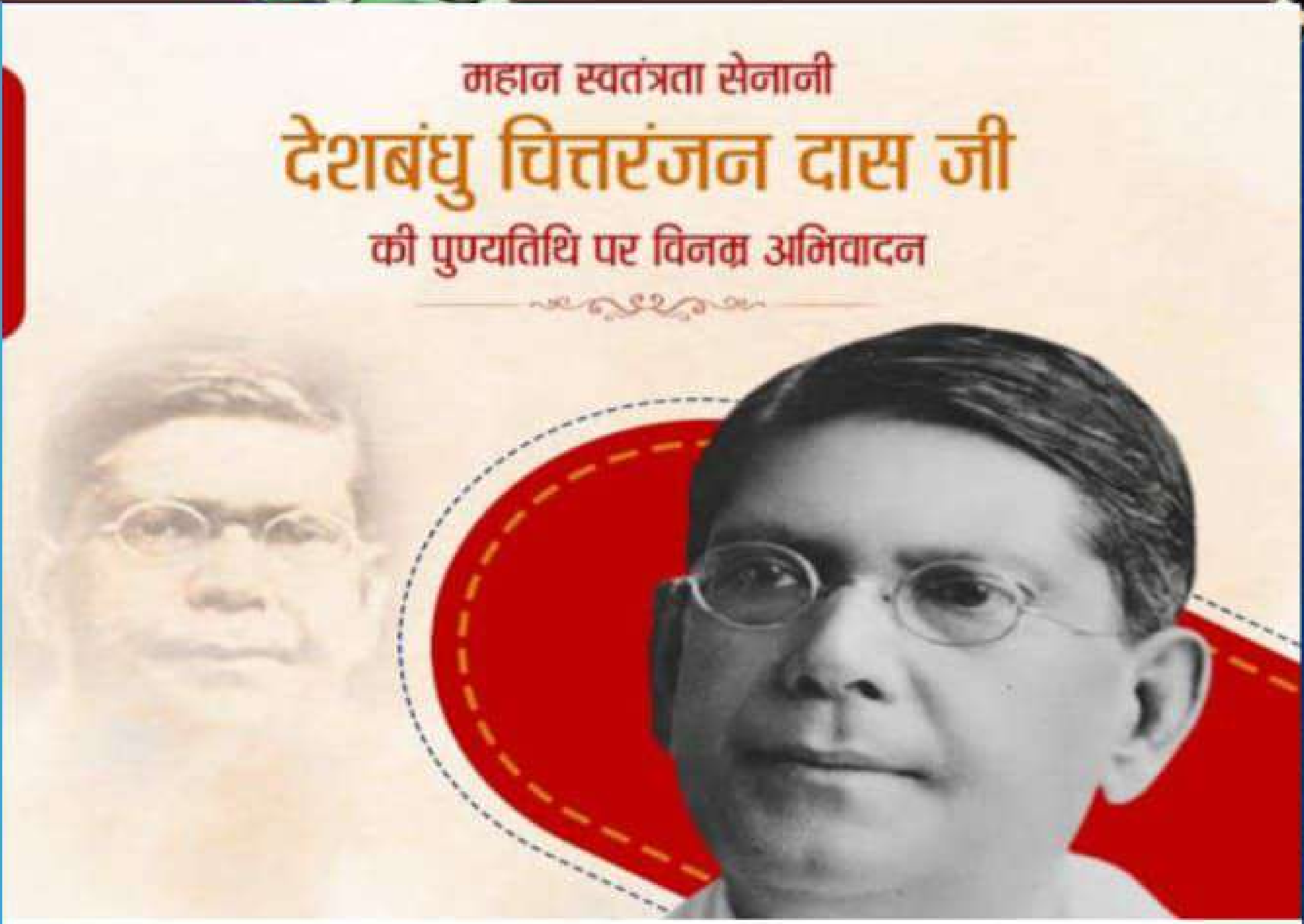
16 जून

मधु प्रिया

नॉर्थवेस्ट पैसेज की खोज 16 जून

रोल्ड अमंडसेन अपनी टीम के साथ उत्तरी ध्रुव पहुंचने वाले पहले व्यक्ति थे। लेकिन 16 जून को उन्होंने कनाडा के नॉर्थवेस्ट पैसेज का पता लगाया। 1903 में नॉर्वे के रोल्ड अमंडसेन ने कनाडा के द्वीपों को पार अटलांटिक और प्रशांत महासागरों को जोड़ने वाले समुद्री मार्ग की खोज की। इस रास्ते को नॉर्थवेस्ट पैसेज कहते हैं। उन्होंने यह यात्रा मछली पकड़ने वाले जहाज ग्योआ में की उनके साथ इस खोज में तीन लोग थे। इस दौरान आर्कटिक में रहने वाले लोगों से उन्होंने ठंड से लड़ने के कई तरीके सीखे। पहले वह अपना जैकेट पहने रहते थे लेकिन ध्रव में रह रहे नेटसिलिक लोगों ने उन्हें जानवरों की खाल के बने खास कपड़ों के बारे में बताया। 1906 में ग्योआ आलास्का जिले के नोम शहर पहुंचे। उसी दौरान नॉर्वे ने स्वीडन से आजादी हासिल कर ली और अमंडसेन ने स्वीडन के नए राजा हाकोन सांतवें को अपनी सफलता के बारे में बताया। 1906 नवंबर में अमंडसेन वापस अपने देश पहुंचे। उनका जहाज ग्योआ वहीं रह गया, लेकिन 1972 में उसे वापस ओस्लो लाया गया। दिसंबर 1911 में अमंडसेन ने दक्षिणी ध्रुव का पता लगाने के लिए एक बड़ी यात्रा का आयोजन किया और वहां पहुंचे भी 1928 में उत्तरी ध्रुव से आ रहे एक जहाज के लापता होने के बाद अमंडसेन राहत पहुंचाने और जहाज को ढूंढने गए लेकिन खुद मौसम का शिकार हुए और खो गए।उसके बाद किसी ने उन्हें कभी नहीं देखा।

पुण्यतिथि विशेष 16 जून



चित्तरंजन दास *Chittaranjan Das*, जन्म- 5 नवंबर, 1870, कोलकाता; मृत्यु- 16 जून, 1925) महान स्वतंत्रता सेनानी थे, जिनका जीवन 'भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन' में युगांतकारी था। चित्तरंजन दास को प्यार से 'देशबंधु' (देश के मित्र) कहा जाता था। ये महान राष्ट्रवादी तथा प्रसिद्ध विधि-शास्त्री थे।

Teachers of Bihar

The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द **16.06.2025**

शिक्षा में प्रत्यक्ष अनुभव

शिक्षा में प्रत्यक्ष अनुभव **(Experiential learning)** एक महत्वपूर्ण अवधारणा है जिसमें छात्रों को वास्तविक जीवन की स्थितियों और गतिविधियों के माध्यम से सीखने का अवसर मिलता है। यह पारंपरिक कक्षा शिक्षण से अलग है, जहां छात्र निष्क्रिय रूप से जानकारी प्राप्त करते हैं। प्रत्यक्ष अनुभव छात्रों को सक्रिय रूप से शामिल होने, समस्याओं को हल करने और अपने ज्ञान और कौशल को वास्तविक दुनिया में लागू करने की अनुमति देता है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025

एक पृथ्वी ,एक स्वास्थ्य के लिए योग

वक्रासन

स्वीटी कुमारी, वर्ग -7

वक्रासन, जिसे अर्ध रीढ़ मोड़ मुद्रा भी कहा जाता है, एक योग मुद्रा है जो शरीर में लचीलापन और संतुलन लाने में मदद करती है। यह पाचन में सुधार करता है, पीठ और गर्दन के दर्द से राहत दिलाता है, और तनाव कम करता है। नियमित रूप से वक्रासन का अभ्यास करने से रीढ़ की हड्डी का लचीलापन बढ़ता है, पेट की मांसपेशियां मजबूत होती हैं, पाचन क्रिया बेहतर होती है, पीठ दर्द दूर होता है, तनाव कम होता है, रक्त संचार बेहतर होता है, एकाग्रता बढ़ती है, और समग्र शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य में सुधार होता है.

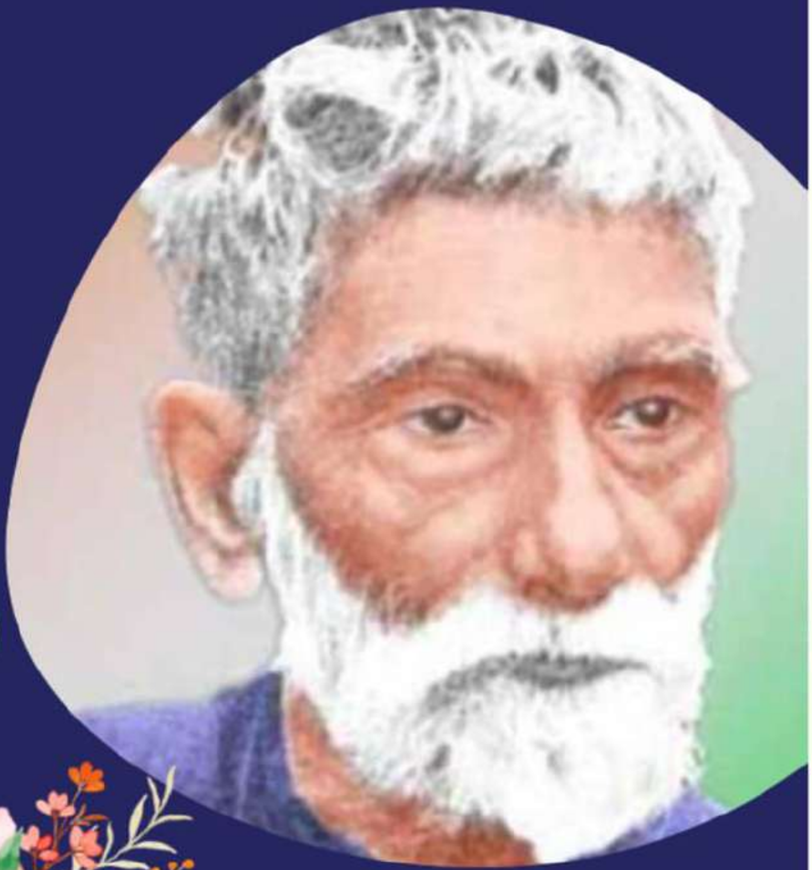
Mritunjayam

www.teachersofbihar.org

भारत के महान रसायनज्ञ,
उद्यमी तथा महान शिक्षक
देश में रसायन उद्योग की नींव
डालने वाले

डाक्टर प्रफुल्लचन्द्र राय

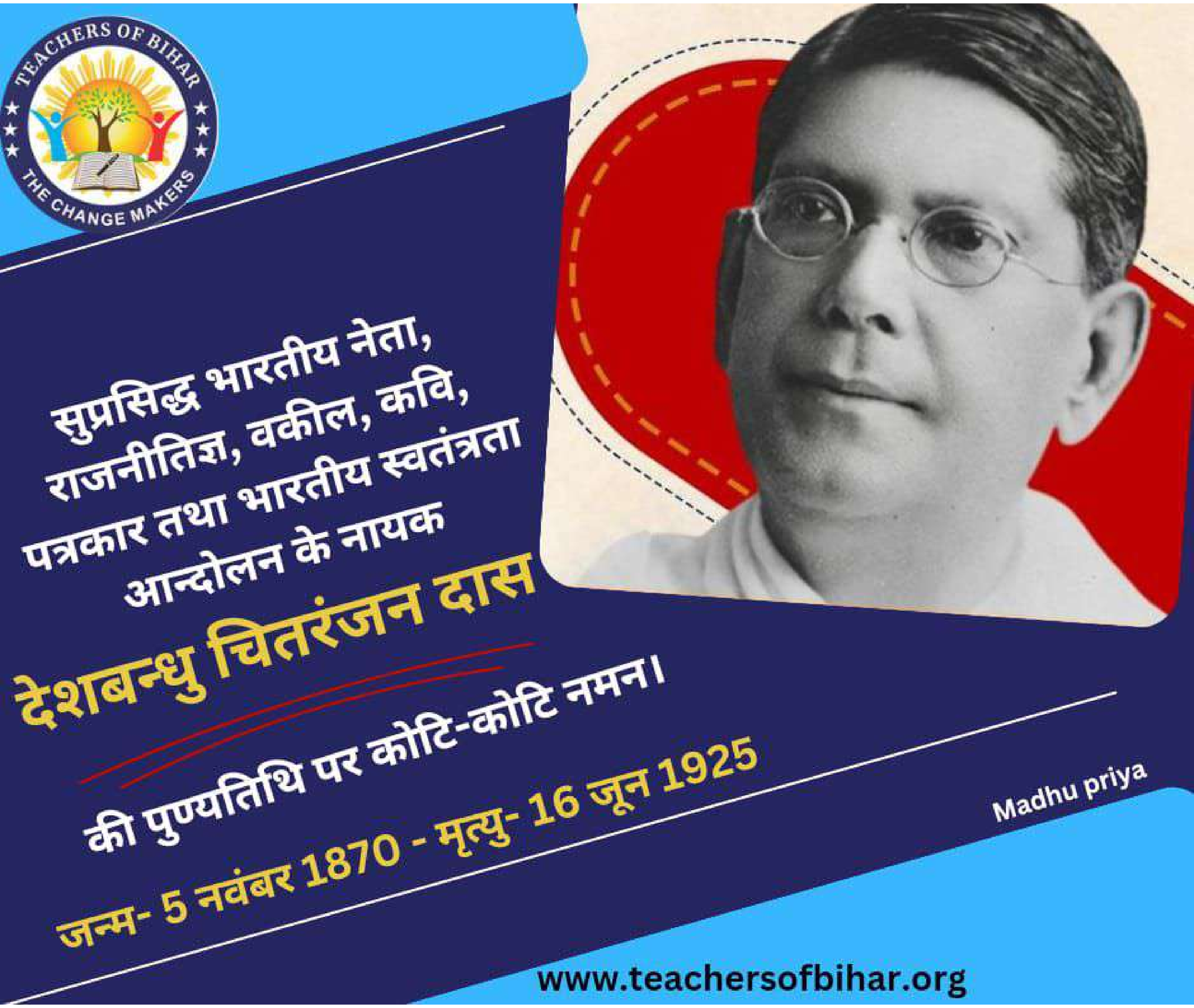
की पुण्यतिथि पर कोटि-
कोटि नमन।



जन्म- 2 अगस्त 1861
मृत्यु - 16 जून 1944

Madhu priya

www. teachersofbihar.org


TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
सुप्रसिद्ध भारतीय नेता,
राजनीतिज्ञ, वकील, कवि,
पत्रकार तथा भारतीय स्वतंत्रता
आन्दोलन के नायक
देशबन्धु चितरंजन दास
की पुण्यतिथि पर कोटि-कोटि नमन।
जन्म- 5 नवंबर 1870 - मृत्यु- 16 जून 1925
Madhu priya
www.teachersofbihar.org