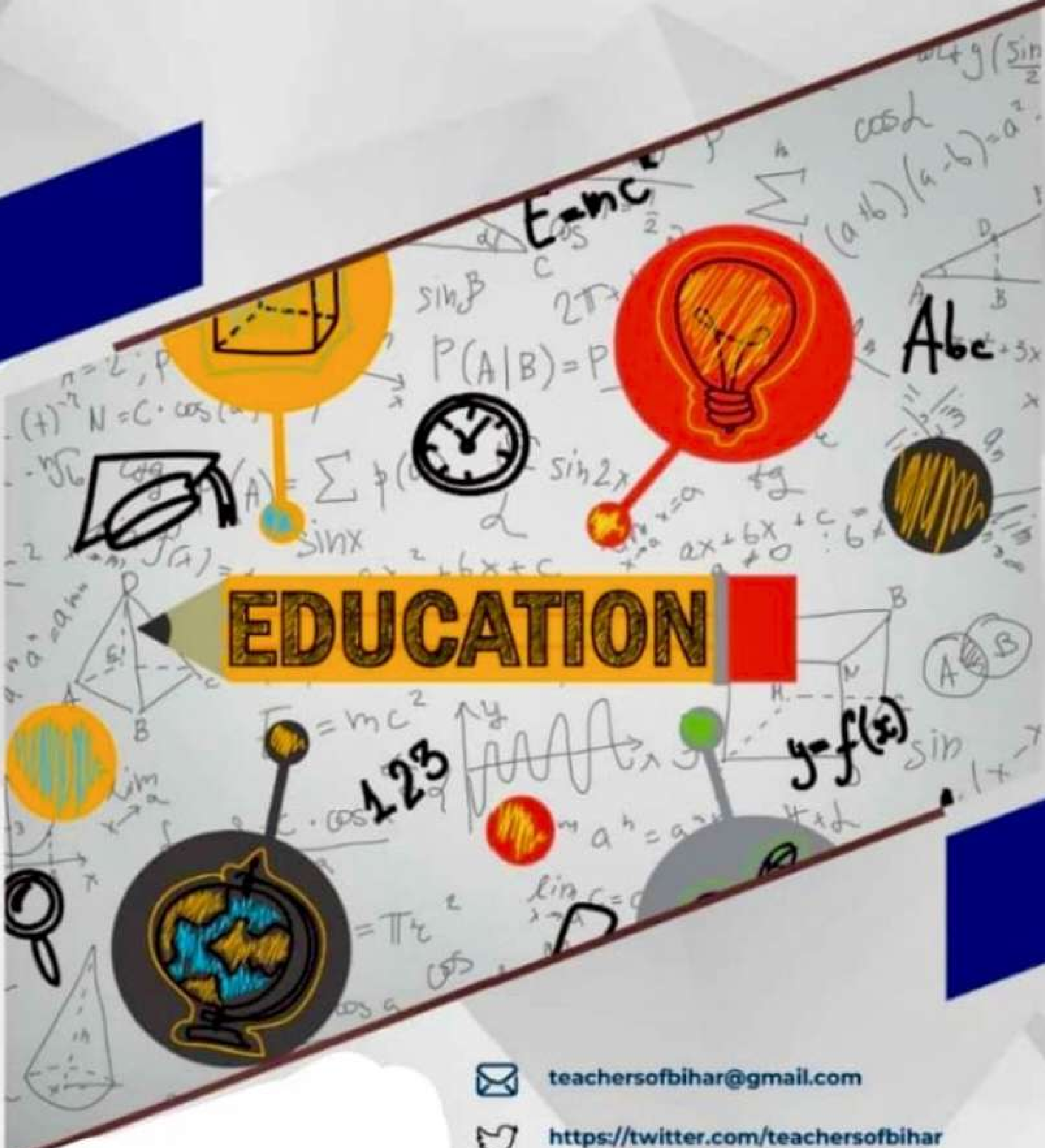
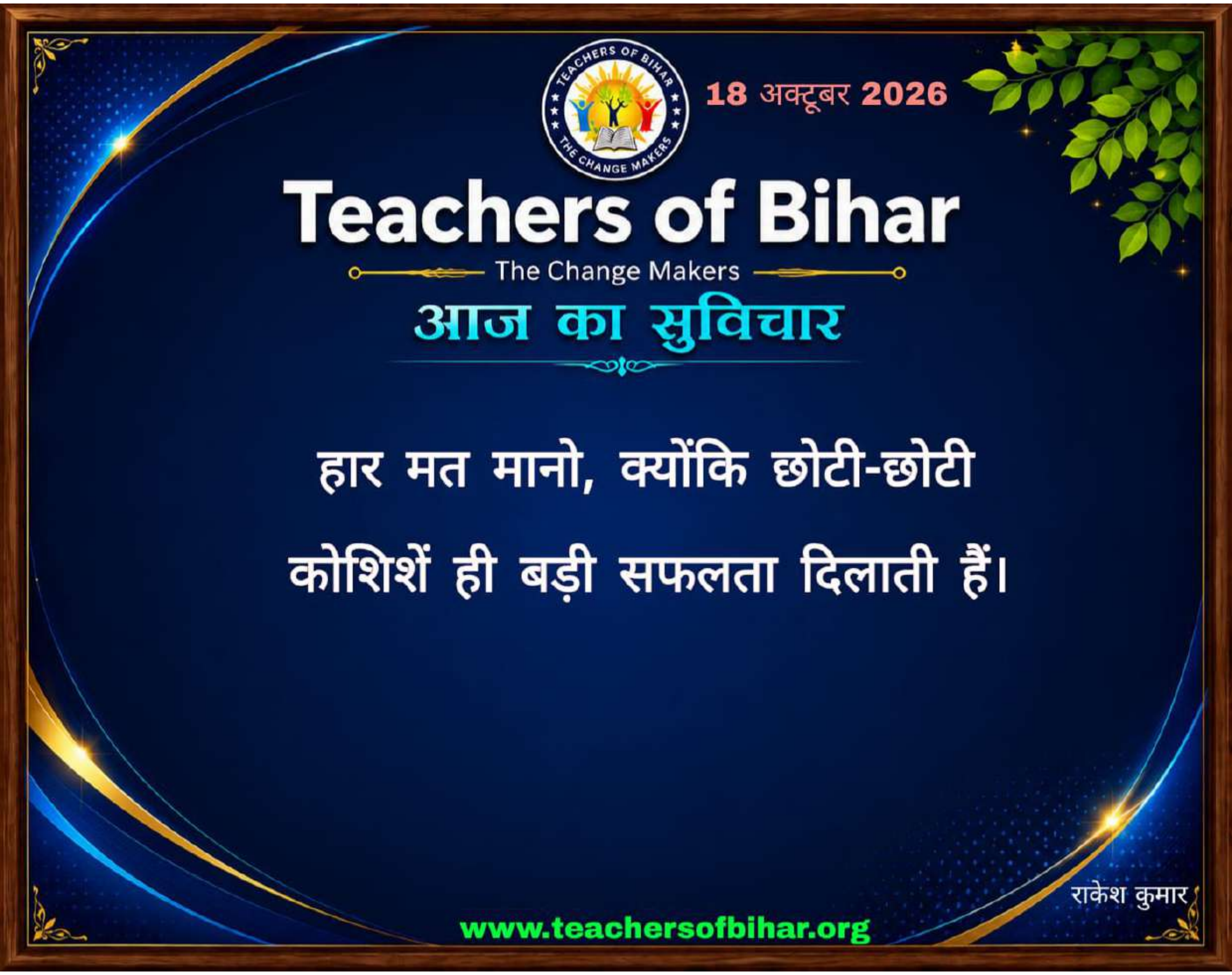
TEACHERS OF BIHAR

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


18 अक्टूबर 2026
Teachers of Bihar
The Change Makers
आज का सुविचार
हार मत मानो, क्योंकि छोटी-छोटी
कोशिशें ही बड़ी सफलता दिलाती हैं।
राकेश कुमार
www.teachersofbihar.org

Teachers of Bihar
The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द **18.10.2026**

तार्किक क्षमता

तार्किक क्षमता वह योग्यता है, जिसके द्वारा व्यक्ति किसी समस्या, परिस्थिति या घटना के बारे में तर्क, विचार, विश्लेषण और प्रमाण के आधार पर सही निष्कर्ष निकालता है। इसके माध्यम से व्यक्ति तथ्यों को समझकर उचित निर्णय लेने में सक्षम होता है। तार्किक क्षमता वह योग्यता है, जिसके द्वारा व्यक्ति तर्कपूर्ण ढंग से सोचकर किसी समस्या का समाधान तथा उचित निष्कर्ष प्राप्त करता है।

रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान

एलन मस्क ने टेस्ला की पहली उड़ने वाली कार 'रोडस्टर' पेश कर दी है, जो जंप करने और सतह से **चिपकने** में माहिर है। कंपनी जल्द ही इसका **प्रोडक्शन** शुरू करेगी।

विज्ञान प्रतियोगिता

ज्ञान से ही बनता है भविष्य!

सोचो, समझो और सही उत्तर चुनो!

प्रश्नः यदि किसी परमाणु का परमाणु क्रमांक 17 हो तो उसमें इलेक्ट्रॉनों की संख्या होगी-

A 15

B 16

C 18

D 17

समझिए

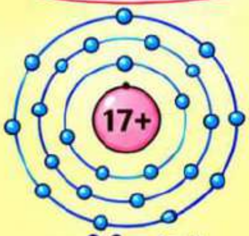
परमाणु क्रमांक (Z) = प्रोटॉनों की संख्या
(और तटस्थ परमाणु में)

इलेक्ट्रॉनों की संख्या = प्रोटॉनों की संख्या

दिया गया है:
परमाणु क्रमांक = 17
अतः इलेक्ट्रॉनों की संख्या = 17

सही उत्तर

D. 17



क्लोरीन (Cl)
(परमाणु क्रमांक = 17)
इलेक्ट्रॉनों की संख्या = 17

हर दिन कुछ नया सीखें, विज्ञान को समझें,
और देश का नाम रोशन करें!

Anupriya

www.teachersofbihar.org

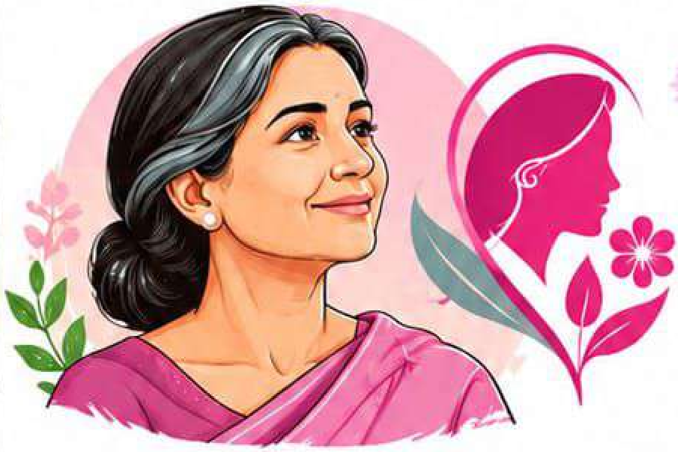
Teachers of Bihar
The change makers

दिवस विशेष

विश्व रजोनिवृत्ति दिवस

18 अक्टूबर

**"हर महिला का हर चरण महत्वपूर्ण,
रजोनिवृत्ति भी जीवन का एक नया अध्याय है।"**



रजोनिवृत्ति क्या है?

रजोनिवृत्ति (Menopause) जीवन का एक प्राकृतिक चरण है, जब महिला के मासिक धर्म स्थायी रूप से बंद हो जाते हैं। यह आमतौर पर 45 से 55 वर्ष की आयु के बीच होता है।

मुख्य लक्षण

- मासिक धर्म में अनियमितता या बंद होना
- गमांहट के दौरे (Hot Flashes)
- नींद की समस्या
- मूड़ में बदलाव, चिड़चिड़ापन या चिंता
- हाड्डियों की कमजोरी और वजन में बदलाव

देखभाल के उपाय

- संतुलित और पौष्टिक आहार लें
- नियमित व्यायाम करें
- तनाव कम करें और पर्याप्त नींद लें
- कैल्शिप और विटामिन D का सेवन करें
- नियमित स्वास्थ्य जांच कराएं

सही जानकारी + सही देखभाल = स्वस्थ जीवन

**रजोनिवृत्ति कोई अंत नहीं,
यह एक नई शुरुआत है —
अधिक आत्मविश्वास, बेहतर स्वास्थ्य और खुशहाल जीवन की ओर।**

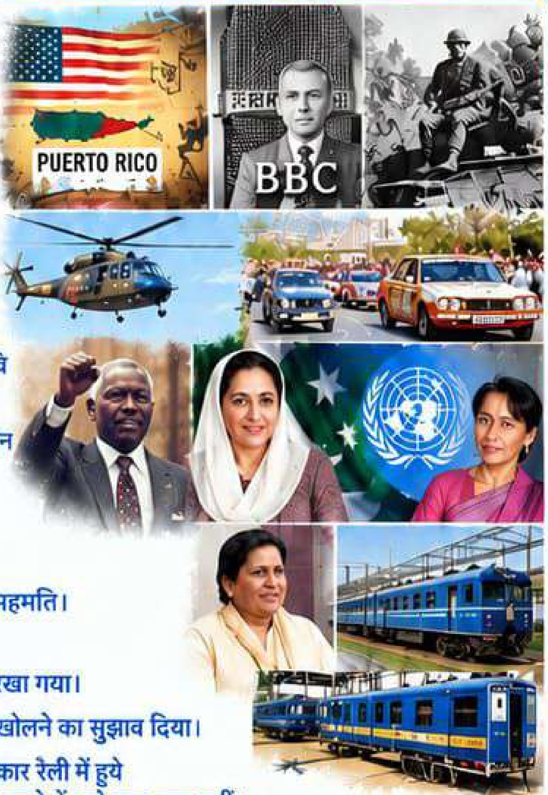
— मधु प्रिया

18 अक्टूबर

18 अक्टूबर की महत्वपूर्ण घटनाएँ

इतिहास के पन्नों से... आज के दिन की खास बातें

18 अक्टूबर की महत्वपूर्ण घटनाएँ



- **1898** • अमेरिका ने स्पेन से प्यूर्टी रिको का अपने कब्जे में लिया।
- **1922** • ब्रिटिश ब्रॉडकास्टिंग कॉरपोरेशन की स्थापना।
- **1944** • द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान नाजी जर्मनी से चेकोस्लोवाकिया की स्वतंत्रता के लिये सोवियत संघ ने लड़ाई शुरू की।
- **1972** • पहले बहुद्धेशीय हेलिकॉप्टर एस ए 315 का बैंगलोर में परीक्षण।
- **1980** • पहली हिमालय कार रेली को बम्बई (मुंबई) के ब्रेबोर्न स्टेडियम से हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया।
- **1985** • सम्पूर्ण विश्व में व्यापक विरोध के बावजूद दक्षिण अफ्रीकी सरकार द्वारा अश्वेत कवि बैंजामिन मोलोइस को फांसी।
- **1991** • दक्षिण पश्चिम एशिया और दक्षिणी पूर्वी यूरोप के मुहाने पर स्थित अजरबैजान ने तत्कालीन सोवियत संघ से स्वतंत्र होने की घोषणा की।
- **1995** • कोलंबिया के कार्टाजेना में गुट निरपेक्ष देशों का ग्यारहवां शिखर सम्मेलन प्रारम्भ।
- **1998** • भारत और पाकिस्तान आणविक ख़तरे रोकने के लिए सहमत।
- **2000** • श्रीलंका में पहली बार विपक्षी सदस्य अनुरा भंडारनायके को संसद अध्यक्ष बनाने की सहमति।
- **2004** • कुख्यात चंदन तस्कर वीरप्पन मारा गया।
  म्यांमार के प्रधानमंत्री खिन नयुंट को भ्रष्टाचार के आरोप में अपदस्थ कर नजरबंद कर रखा गया।
- **2005** • पाकिस्तान के राष्ट्रपति परवेज मुशर्रफ ने नियंत्रण रेखा को भूकम्प राहत कार्य के लिए खोलने का सुझाव दिया।
- **2007** • आठ वर्ष के बाद बेनजीर भूट्टो अपने वतन पाकिस्तान लौटीं। बेनजीर भूट्टो की मोटर कार रैली में हुये आत्मघाती हमले में 139 लोगों की मौत हुई और 450 अन्य घायल हुए। इस आत्मघाती हमले में भूट्टो बाल बाल बचीं।
  • कनाडा की संसद के निचले सदन ने म्यांमार की विपक्षी नेता आंग सान सू-की को कनाडा की मानद नागरिकता देने के प्रस्ताव को मंजूरी प्रदान की।
- **2008** • सुदूर अंतरिक्ष में जीवन की तलाश के लिए हैटेफ़्रीक इलाके (सैन फ्रांसिस्को) में एलेन टेलिस्कोप एरे (एटीए) स्थापित किया गया।
  • उत्तर प्रदेश की मुख्यमंत्री मायावती ने राज्यरैली की रेन कोच फैक्ट्री के लिए 189.25 करोड़ एकड़ भूमि रेल मंत्रालय को वापस की।

18 अक्टूबर को जन्मे व्यक्ति

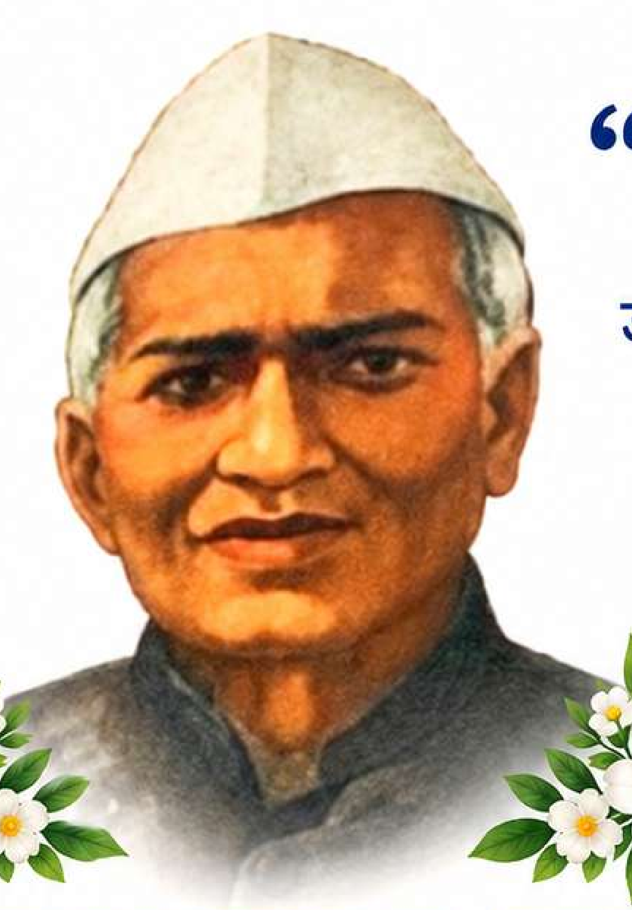
- **1972** • चिन्ना अनुराधा - भारतीय राज्य आंध प्रदेश से 17वीं लोकसभा की सदस्य हैं।
- **1950** • ओम पुरी - हिन्दी फ़िल्मों के प्रसिद्ध अभिनेता।
- **1925** • नारायण दत्त तिवारी - उत्तर प्रदेश एवं उत्तराखंड के पूर्व मुख्यमंत्री।
- **1925** • इंब्राहिम अल्काजी - भारतीय रंगमंच के प्रसिद्ध निदेशक और नेशनल स्कूल ऑफ ड्रामा के पूर्व निदेशक थे।
- **1919** • विलियमसन ए. संगमा - भारतीय राज्य मेघालय के थूत्त्पूर्व प्रधम मुख्यमंत्री थे।

18 अक्टूबर को हुए निधन

- **2013** • रच्यूदी मारद्राम्न - तेलुगु उपन्यासकार, लघु-कथा लेखक, कवि एवं समीक्षक थे।
- **2008** • ई. के. मौंलोंग - मेधालय के भूतपूर्व सांसर्द मुख्यमंत्री थे।
- **1996** • रामकुष्ण खत्री - भारत के प्रमुख कालिकारियों में से एक थे।
- **1976** • विश्वनाथ सत्यानारायण - प्रसिद्ध तेलुगु साहित्यकार।
- **1865** • विवकाडंद पामर्विंन - 192वीं शताब्दी के मध्य में दी बार प्रधानमंत्री के रूप में कार्य करने वाले एक ब्रिटिश राजनीता थे।

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

“ शिक्षा से समाज में जागृति आती है। ”
— रामकृष्ण खत्री



रामकृष्ण खत्री

की पुण्यतिथि

18 अक्टूबर

रामकृष्ण खत्री (जन्म: **03** मार्च **1902** महाराष्ट्र, मृत्यु: **18** अक्टूबर **1996** लखनऊ) भारत के एक प्रमुख क्रान्तिकारी थे। उन्होंने हिन्दुस्तान प्रजातन्त्र संघ का विस्तार मध्य प्रान्त और महाराष्ट्र में किया था। उन्हें काकोरी काण्ड में **10** वर्ष के कठोर कारावास की सजा दी गयी।

“आइए, हम उनके आदर्शों को अपने जीवन में अपनाकर शिक्षा और सेवा के मार्ग पर आगे बढ़ें।”

राकेश कुमार

www.teachersofbihar.org

पैरा-शूटिंग में SH1 और SH2 का मतलब

SH1

- बंदूक/पिस्टल खुद संभालकर निशाना लगाने वाले खिलाड़ी।
- गन सपोर्ट की जरूरत नहीं होती।

SH2

- बंदूक का वजन खुद नहीं संभाल पाने वाले खिलाड़ी।
- स्टैंड/सपोर्ट की मदद से शूट करते हैं।

चयन और स्कोरिंग

- खिलाड़ी की शारीरिक अक्षमता के आधार पर कैटेगरी तय होती है।
- स्कोर निशाने की सटीकता और प्रदर्शन से तय होता है।
- चयन में रैंकिंग, क्वालीफाइंग स्कोर और तय प्रदर्शन मानदंड देखे जाते हैं।
- कैटेगरी का उद्देश्य खिलाड़ियों को समान स्तर पर प्रतिस्पर्धा का मौका देना है।