SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**आंतरराष्ट्रीय योग दिवस**
Date and time	27.06.2023 Time 07.00 a.m.
Days	One-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Physical Education & Sport Department Fund
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	All College Teaching & Non-teaching Staff & College Students
No. of participants	100
Nature of Activity	शरीर
Objective of the Activity	शरीर निरोगी राहण्याकरीता योग व प्राणायम
Brief information of the activity /methodology used	श्री पंढरीनाथ कला व वाणिज्य महाविद्यालय नरखेड येथे दिनांक २१ जून २०२३ ला सकाळी ७.०० वाजता शारीरीक शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वंतीने आंतराष्ट्रीय योग दिवस साजरा करण्यात आला. महाविद्यालयातील शारीरीक शिक्षण व क्रीडा विभाग प्रमुख प्रा.डॉ. समीर पाहुणे यांनी या कार्यक्रमाचे आयोजन केले. या कार्यक्रमाचे प्रारंभी ‘‘मानीव जिवनात योग व प्राणायम’ चे महत्व विशद केले. त्यानंतर उपस्थितांकडून उभ्या स्थितीत, बैठया स्थितीत, पाठीच्या बलावरील व पोटाच्या बलावरील काही योगासने करवून घेतले. त्यानंतर अनुलोम—विलोम, कपालभारती इत्यादी प्राणायामाचे प्रकार करवून घेतले.
Expected Outcome	विद्यार्थ्यांमध्ये योग व प्राणायम महत्व विशद
Feedback Analysis of Activity	Students Feed Back
Supporting Documents	Students Attendance Photo

प्रेरणा एज्युकेशन सोसायटी व्दारा संचालित.
श्री. पंढरीनाथ कला-वाणिज्य महाविद्यालय, नरखेड.
जि. नागपूर.
(NAAC ACCREDITED-B+)

SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**स्वातंत्र्यदिन**
Date and time	15.08.2023 Time 07.30 a.m.
Days	One-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Physical Education & Sport Department Fund
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	All College Teaching & Non-teaching Staff & College Students
No. of participants	300
Nature of Activity	राष्ट्रीय सन
Objective of the Activity	राष्ट्रीय एकता व अखंडतेची भावना दृढ करणे
Brief information of the activity /methodology used	श्री पंढरीनाथ कला व वाणिज्य महाविद्यालय नरखेड येथे दिनांक १५ ऑगस्ट २०२३ ला सकाळी ७.३० वाजता शारीरीक शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वंतीने स्वातंत्र्य दिन साजरा करण्यात आला. स्वातंत्र्य दिना प्रसंगी महाविद्यालयाच्या परिसरात स्वच्छता अभियान व वृक्षारोपन व रॅली यासारखे कार्यक्रम घेण्यात आले. प्रेरणा एज्युकेशन सोसायटीचे अध्यक्ष मा. अभिजीतबाबु गुप्ता यांचे हस्ते सकाळी ठिक ७.३० वा. ध्वजारोहण करण्यात आले. यावेळी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. जयंत जवंजाळ, प्रेरणा एज्युकेशन सोसायटीचे पदाधिकारी, अध्यापक विद्यालयाचे प्राचार्य श्री महाजन तसेच प्राध्यापक वृंद शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी, विद्यार्थी व विद्यार्थीनी मोठया संख्येने ध्वजारोहणाला उपस्थित होते.
Expected Outcome	
Feedback Analysis of Activity	
Supporting Documents	Students Attendance Photo

लोकमत

जागर स्वातंत्र्याचा

स्वातंत्र्यदिनी जिल्ह्यात विविध कार्यक्रमांचे आयोजन

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नागपूर : स्वातंत्र्यदिनोत्सवाला नागरिकांचा, खासकरून तरुणाईचा जल्लोष असतोच. परंतु, यंदा स्वातंत्र्याचा अमृतमहोत्सव साजरा केल जात आहे. त्यातच 'हर घर तिरंगा' अभियानाने प्रत्येक घरावर देशाच्या अस्मितेचे प्रतीक असलेला राष्ट्रध्वज फडकविण्याची परवानगी शासनाने जारी केली होती. त्या अनुषंगाने देशाच्या ७५ व्या स्वातंत्र्यदिनाचा जल्लोष प्रत्येकाच्या मनात चैतन्य निर्माण करणारा होता.

नरखेड शहरात विविध ठिकाणी ध्वजारोहण

नरखेड : अमृतमहोत्सवी स्वातंत्र्य दिवाणी व फौजदारी न्यायालयाच्या

कक्ष अधिकारी सी. व्ही. मनवर, विस्तार अधिकारी (आरोग्य) घाटोड, ज्योती दादगडे, देवेंद्र सलाम, शरद पवार, नितीन तेलतुंबडे, पालिकेचे प्रशासन अधिकारी योगेश कुरेकर, सहायक पोलीस निरीक्षक हरिश्चंद्र गावडे, उपनिरीक्षक महेश बोथले, दिवाणी व फौजदारी सह न्यायाधीश प्रवीण पाटील, ॲड. हेमंत तांबडे, ॲड. मनोज चरडे, ॲड. डी. एल. मडके, ॲड. सुदेश मानकर, ॲड. एस. एन. पांडे, ॲड. एस.

SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**गणतंत्र दिवस**
Date and time	26 January 2024 Time 07.30 a.m.
Days	One-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Physical Education & Sport Department Fund
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	All College Teaching & Non-teaching Staff & College Students
No. of participants	350
Nature of Activity	राष्ट्रीय सन
Objective of the Activity	भारतामध्ये संविधान व बंधुभावाचे संबंध प्रस्थापित करणे.
Brief information of the activity /methodology used	श्री पंढरीनाथ कला व वाणिज्य महाविद्यालय नरखेड येथे शारीरीक शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वंतीने दिनांक २६ जानेवारी २०२४ ला सकाळी ७.३० वाजता गणतंत्र दिवस साजरा करण्यात आला. या कार्यक्रमास प्रेरणा एज्युकेशन सोसायटीचे अध्यक्ष मा. अभिजीतबाबु गुप्ता यांचे हस्ते सकाळी ठिक ७.३० वा. ध्वजारोहण करण्यात आले. महाविद्यालयीन एनसीसी कॅडेट्स द्वारा राष्ट्रीय ध्वजाला शस्त्र सलामी देण्यात आली. मानवंदना प्रात्याक्षिके तथा एनसीसी गीत सादर करण्यात आले. यावेळी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. जयंत जवंजाळ, स्वा.सं.से.बालमुकूंदजी गुप्ता अध्यापक विद्यालयाचे प्राचार्य एल.जी.महाजन तसेच महाविद्यालयीन प्राध्यापकवृद, शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी तसेच विद्यार्थी व विद्यार्थीनी मोठया संख्येने उपस्थित होते.
Expected Outcome	
Feedback Analysis of Activity	
Supporting Documents	Students Attendance Photo

SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**शारीरीक क्षमता चाचणी परीक्षा**
Date and time	14/02/2024 to 15/02/2024 Time 10.30 a.m.
Days	Two-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Physical Exam Fee
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	B.A.I , B.A.II (Boys) B.Com.I, B.Com.II (Girls)
No. of participants	102
Nature of Activity	वार्षिक विद्यार्थ्यांची शारीरिक क्षमताचाचणी
Objective of the Activity	विद्यार्थ्यांचे शरीर सुदृढ ठेवण्याकरीता
Brief information of the activity /methodology used	शारीरिक शिक्षण व क्रीडा विभागाद्वारे दरवर्ष्शी महाविद्यालयीन बी.ए.भाग—१ व० २ तसेच बी.कॉम.भाग— १ व २ मुला—मुलींसाठी शारीरिक क्षमता चचाणी परिक्षा अयोजित केली जाते. या सत्रात मुलींसाठी ७५ मी. रनिग, लांब उडी, गोळा फेक, दोरीवरील उडया, सुर्यनमस्कार, योगासने तर मुलांसाठी १०० मी. रनींग, लांब उडी, गोळाफेक, ८०० मी. दौड, सुर्यनमस्कार, योगासने इत्यादींच्या माध्यमातून शारीरिक क्षमता चाचणी परिक्षा घेण्यात आली. शारीरिक क्षमता चाचणी परीक्षेकरीता बाहय परिक्षक म्हणून नगर परिषद शिवाजी महाविद्यालय, मोवाड येथील प्रा.डॉ.वसंत निनावे यांचे मोलाचेी सहकार्य लाभले तसेच विद्यार्थ्यांच्या उस्फुर्त प्रतिसादामुळे सर्व कार्यक्रम यशस्वीपणे पार पडले.
Expected Outcome	
Feedback Analysis of Activity	
Supporting Documents	Students Attendance Photo

महिलांनो, शारीरिक क्षमता वाढविण्यावर अधिक भर द्या

पंढरीनाथ महाविद्यालयात आरोग्यविषयक मार्गदर्शन

नरखेड, तालुका प्रतिनिधी. स्वस्त शरीर हे स्वस्त मन व स्वस्त मानसिकतेचा आधार आहे. महिलांनी तसेच तरुणांनी आपले शारीरिक आरोग्यासाठी पौष्टिक अन्न, भरपूर झोप, योगा तसेच नाश्ता वेळेवर घ्यायला पाहिजे तसेच मोबाईलच्या योग्य वापरावर, चिंता तणाव कमी करण्यासाठी संगीत, डान्स, खेळ, योगा करावा. तसेच महिलांनी आपले शारीरिक स्वास्थ्य शारीरिक क्षमता वाढविण्यावर भर द्यावा, असा सल्ला डॉ.रश्मी काळवीट यांनी महिलांना दिला.

महिला समिती उडान व शारीरिक शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वतीने श्री पंढरी कला वाणिज्य महाविद्यालयात महिलांना शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्याची गरज व विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक क्षमता चाचणी कार्यक्रम पार पडला. अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. जयंत जवंजाळ व प्रमुख पाहुणे काटोल येथील डॉ. राजीव काळवीट तसेच प्रमुख वक्त्या

म्हणून स्त्री रोग तज्ञ डॉ. रश्मी काळवीट होत्या. उद्घाटन डॉ.राजीव काळवीट यांनी केले. याप्रसंगी डॉ. रश्मी काळवीट महिलांना संबोधित करीत होत्या. सावळी माऊलीचे प्राचार्य यांनी अध्यक्ष भाषणात विद्यार्थ्यांचे मनोबल वाढवण्याचे कार्य केले. कार्यक्रमानंतर महाविद्यालयीन मुलीची डॉ. रश्मी काळवीट यांनी तपासणी करून घेतली व आरोग्य विषयक सल्ला दिला. प्रास्ताविक महिला समिती प्रमुख डॉ. श्वेता वाजपयी यांनी केले तर आभार मयुरी पखाले यांनी मानले. सूत्रसंचालन अश्विनी बालपांडे व गायत्री कडमधाड यांनी केले. आयोजनासाठी डॉ. प्रा.समीर पाहुणे, प्रा.सतीश चंदेल, मनोज गायधने, यश गुप्ता यांनी परिश्रम घेतले.

SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**वैद्यकीय तपासणी परीक्षा**
Date and time	16/03/2024 Time 09.00 a.m.
Days	One-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Medical Test Fee
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	All Degree College Students (Boys & Girls)
No. of participants	70
Nature of Activity	वैद्यकीय दृष्टया सुदृढ
Objective of the Activity	शारीरिक रोगाची तपासणी करणे
Brief information of the activity /methodology used	शारीरिक शिक्षण व क्रीडा विभागाद्वारे दरवर्षी पदवी वर्गातील मुंला—मुलींची वैद्यकीय चाचणी परिक्षा महाविद्यालयात आयोजित केल्या जाते. यावर्षी १६ माार्च २०२४ रोजी शनिवारला वैद्यकीय तपासणी परिक्षा आयोजित केली गेली. काटोल येथील डॉ. सौ. रश्मी काळवीट व डॉ. श्री राजीव काळवीट यांना वैद्यकीय तज्ञ म्हणून प्राचारण करण्यात आले. त्यांनी विद्यार्थ्यांची वैद्यकीय तपासणी करुन विद्यार्थ्यांना योग्य मार्गदर्शन केले व वैद्यकीय अहवाल वैद्यकीय अधिकारी राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज नागपूर विद्यापीठ नागपूर यांचेकडे सादर केला आहे.
Expected Outcome	
Feedback Analysis of Activity	
Supporting Documents	Students Attendance Photo

महिलांनो, शारीरिक क्षमता वाढविण्यावर अधिक भर द्या

पंढरीनाथ महाविद्यालयात आरोग्यविषयक मार्गदर्शन

नरखेड, तालुका प्रतिनिधी. स्वस्त शरीर हे स्वस्त मन व स्वस्त मानसिकतेचा आधार आहे. महिलांनी तसेच तरुणांनी आपले शारीरिक आरोग्यासाठी पौष्टिक अन्न, भरपूर झोप, योगा तसेच नाश्ता वेळेवर घ्यायला पाहिजे तसेच मोबाईलच्या योग्य वापरावर, चिंता तणाव कमी करण्यासाठी संगीत, डान्स, खेळ, योगा करावा. तसेच महिलांनी आपले शारीरिक स्वास्थ्य शारीरिक क्षमता वाढविण्यावर भर द्यावा, असा सल्ला डॉ.रश्मी काळवीट यांनी महिलांना दिला.

महिला समिती उडान व शारीरिक शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वतीने श्री पंढरी कला वाणिज्य महाविद्यालयात महिलांना शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्याची गरज व विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक क्षमता चाचणी कार्यक्रम पार पडला. अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. जयंत जवंजाळ व प्रमुख पाहुणे काटोल येथील डॉ. राजीव काळवीट तसेच प्रमुख वक्त्या म्हणून स्त्री रोग तज्ञ डॉ. रश्मी काळवीट होत्या. उद्घाटन डॉ.राजीव काळवीट यांनी केले. याप्रसंगी डॉ. रश्मी काळवीट महिलांना संबोधित करीत होत्या. सावळी माऊलीचे प्राचार्य यांनी अध्यक्ष भाषणात विद्यार्थ्यांचे मनोबल वाढवण्याचे कार्य केले. कार्यक्रमानंतर महाविद्यालयीन मुलीची डॉ. रश्मी काळवीट यांनी तपासणी करून घेतली व आरोग्य विषयक सल्ला दिला. प्रास्ताविक महिला समिती प्रमुख डॉ. श्वेता वाजपयी यांनी केले तर आभार मयुरी पखाले यांनी मानले. सूत्रसंचालन अश्विनी बालपांडे व गायत्री कडमधाड यांनी केले. आयोजनासाठी डॉ. प्रा.समीर पाहुणे, प्रा.सतीश चंदेल, मनोज गायधने, यश गुप्ता यांनी परिश्रम घेतले.

SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**विविध खेळाचे प्रशिक्षण शिबीर**
Date and time	29/04/2024 Time 09.00 a.m.
Days	One-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Physical Education & Sports Department
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	म्हाविद्यालयीन कबड्डी, गोळाफेक, रस्सीखेच खेळाडूकरीता(महीला)
No. of participants	36 महिला खेळाडू
Nature of Activity	महिला खेळाडूंना प्रशिक्षण
Objective of the Activity	येथेकॅटीक्स व खेळाचे प्रशिक्षण देणे
Brief information of the activity /methodology used	**कोचिंग शिबीराचे आयोजन:** श्री पंढरीनाथ कला व वाणिज्य महाविद्यालय, नरखेड व नगर परिषद शिवाजी महाविद्यालय मोवाड यांचे संयुक्त विद्यमाने रस्सीखेच, ऐथेलेटिक्स, कबड्डी या खेळाचे कोचिंग शिबीराचे आयोजन दिनांक २९/०४/२०२४ ला करण्यात आले. या कार्यक्रमाला उपस्थित श्री पंढरीनाथ महाविद्यालयाचे प्राचाग्र डॉ. जयंत जवंजाळ व शारीरिक शिक्षक प्रा. डॉ. समीर पाहुणे, सर्व प्राध्यापकवृंद तसेच नगर परिषद शिवाजी महाविद्यालयाचे शारिरीक शिक्षक प्रा.डॉ. वसंत निनावे उपस्थित होते. दोन्ही महाविद्यालयाचे महीला खेळाडू मोठया संख्येने उपस्थित होत्या. कोचिंग शिबीराचे आयोजन योग्य रितीने करण्यात आले.
Expected Outcome	खेळाडूंमध्ये प्रशिक्षणाची आवड निर्माण करणे.
Feedback Analysis of Activity	
Supporting Documents	Students Attendance Photo

FF83+PQM, Mowad, Maharashtra 441303, India
Decimal
DMS
Latitude
21.467056
21°28'1" N
Longitude
78.454306
78°27'15" E
2024-04-29(Mon) 11:58

FF83+PQM, Mowad, Maharashtra 441303, India
Decimal
DMS
Latitude
21.467056
21°28'1" N
Longitude
78.454306
78°27'15" E
2024-04-29(Mon) 11:51

FF83+PPG, Mowad, Maharashtra 441303, India
Decimal
DMS
Latitude
21.467056
21°28'1" N
Longitude
78.454306
78°27'15" E
2024-04-29(Mon) 11:46

SHREE PANDHARINATH ARTS & COMMERCE COLLEGE, NARKHED

Department of Physical Education & Sport Department

SESSION - 2023-24

Activity Report

Name of the Activity	**क्रिडा महोत्सव**
Date and time	16/02/2024 to 17/02/2024 Time 09.00 a.m.
Days	Two-Day
Venue	College Ground
Fund to be used from:	Sports Department Fund
Co- Ordinator	**Asst. Prof. Samir K. Pahune**
Activity for	Degree College All Students (Boys & Girls)
No. of participants	155
Nature of Activity	सर्व वर्ग एकत्रित येवून स्पर्धेकरीता प्रवृत्त केले
Objective of the Activity	खेळाडू वृत्ती जागृत करणे.
Brief information of the activity /methodology used	शारिरीक शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वतीने क्रीडा महोत्सवात विविध खेळ आणि स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले. कबड्डी, संगीत खूर्ची, लिंबू चम्मज दौड, स्लो सायकलींग इत्यादी स्पर्धेला विद्यार्थ्यांचा उस्फुर्त प्रतिसाद लाभला. या स्पर्धेत विजयी खेळाडूंना व द्वितीय क्रमांकाच्या खेळाडूंना व सर्व यशस्वी स्पर्धेकांना वार्षिकोत्सवाच्या पारितोषिक वितरण समारोहात विशेष अतिथी यांच्या हस्ते प्रमाणपत्र व समृतीचिन्ह भेट देवून गौरव करण्यात आला.
Expected Outcome	
Feedback Analysis of Activity	
Supporting Documents	Students Attendance Photo