EDULEADERS
स्वप्रेरित, ऊर्जावान, टेक्नोसेवी शिक्षकों का स्वतः स्फूर्त समूह
समग्र शिक्षा Samagra Shiksha
NIPUN BHARAT
स्वप्रेरित, ऊर्जावान एवं टेक्नोसेवी शिक्षकों का स्वतः स्फूर्त समूह
880

दैनिक ज्ञान गंगा

दिनांक: 23/08/2025
दिन: शनिवार/Saturday

श्याम पट्ट कार्य /Board work

आज का सुविचार/Today's Thought:

किसी काम को शुरू करने से पहले स्वयं से तीन प्रश्न करो: मैं यह क्यों कर रहा हूँ? परिणाम क्या होंगे? क्या मैं सफल होऊंगा।"- चाणक्य।

Before starting any task, ask yourself: Why am I doing this? What will be the outcomes? Will I succeed.

सुभाषितानि:

"यत्र नार्यस्तु पूजयन्ते रमन्ते तत्र देवता"
जहाँ नारियों का सम्मान होता है, वहाँ देवता निवास करते हैं।

रोचक तथ्य/Intersting Fact:

एक गिलहरी सैकड़ों पेड़ लगा देती है! वे बहुत सारे बलूत जमीन में दबाकर भूल जाती हैं। ये भूल गए बीज बाद में पेड़ बन जाते हैं।

आज का शब्द/Today's Word:

Number - नम्बर - गिनती / संख्या - संख्या।

आज का विशेष/Today's Special:

23 अगस्त:
राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस
National Space 🚀 Day

सामान्य ज्ञान/GK:

प्रश्न: यूरेनस ग्रह को "लेटा हुआ ग्रह" क्यों कहा जाता है?
उत्तर: क्योंकि इसका अक्ष 97.77° झुका हुआ है, (अन्य ग्रहों से अलग)।
Ques: Why is Uranus called the "lying planet"?
Ans: Because its axis is tilted by 97.77° (unlike other planets).

आज का समाचार पत्र/Today's Newspaper:

राष्ट्रीय/National: Income Tax Act 2025: नया आयकर विधेयक राष्ट्रपति की मंजूरी के बाद बना कानून, 1 अप्रैल 2026 से देश में होगा लागू।

प्रदेश/State: यूपीपीएससी जल्द देगा तीसरी बड़ी भर्ती का तोहफा, जल्द जारी होगा असिस्टेंट प्रोफेसर भर्ती का विज्ञापन।

जनपद/District: अध्यापक अपने जनपद का समाचार स्वयं लिखे।

Created by -डॉ. सुमन गुप्ता (झांसी), शिप्रा सिंह(अलीगढ़), अंकित यादव, अविनाश पाल (जौनपुर)
सम्मानित शिक्षक साथियों आप अपने उत्कृष्ट कार्यों को eduleadersu@gmail.com पर अवश्य भेजें।
An initiative of Dr. Sarvest Mishra, National Awardee Teacher, Basti (7905800792)

EDULEADERS

स्वप्रेरित, ऊर्जावान, टेक्नोसेवी शिक्षकों का स्वतः स्फूर्त समूह

NIPUN BHARAT

समग्र शिक्षा
Samagra Shiksha

बूझ भाई बूझ?

भाग- 884

कक्षा 1–2 (हिंदी/ईवीएस)

काली-सफेद मेरी सवारी, गलत लिखो तो करूँ तैयारी। मिटा दूँ सब, कर दूँ साफ़, बोलो बच्चों, मेरा क्या नाम?

कक्षा 3–5 (गणित)

ऊपर संख्या, नीचे रेखा, काट-काटकर हो लेखा। पिज़्ज़ा जैसे टुकड़े-टुकड़े, मैं कौन? बताओ झटके?

कक्षा 6–8 (विज्ञान)

रोकूँ फिसलन, चाल थमाऊँ, चलते-पहियों से ताप भी लाऊँ। रगड़ से पैदा करूँ काम, पहचानो—मेरा क्या नाम?

आज की पहेली का जवाब अगले अंक में :-

भाग - 883 की पहली का जवाब - (1) दिए (2) चाँद (3) पानी

Created by - ***प्रतिज्ञा त्रिवेदी महोबा और बृजेश गुप्ता।***

Follow us on - EDULEADERS

An initiative of Dr. Sarvest Mishra
National Awardee Teacher, Basti (7905800792)

करें योग
रहें निरोग !

उष्ट्रासन
Camel Pose

दैनिक **योग प्रवाह**

दिन : शनिवार   दिनांक :23/08/2025

यह योग मुद्रा **उष्ट्रासन** (Ustrasana) है, जिसे अंग्रेज़ी में Camel Pose कहा जाता है। यह आसन रीढ़ की लचीलापन बढ़ाने और छाती को खोलने में सहायक होता है।

उष्ट्रासन करने की विधिः

अपने घुटनों को मोड़कर पैरों के बल बैठ जाएं (वज्रासन में)। कुछ देर शांत रहें। अब वज्रासन से उठें और घुटनों के बल सीधे खड़े हो जाएं। दोनों घुटनों के बीच थोड़ा फासला रखें। दोनों हाथों को कमर के पीछे रखें, अंगुलियां नीचे की ओर रहें। कोहनियां एक-दूसरे के पास हों। धीरे-धीरे कमर को पीछे की ओर मोड़ें और छाती को ऊपर की ओर खोलें। अब अपने दोनों हाथों से एक-एक करके पैरों की एड़ियों को पकड़ें। सिर को भी धीरे से पीछे की ओर ढीला छोड़ दें। शरीर को स्थिर रखें और सामान्य श्वास लेते रहें। ध्यान पेट और छाती की खिंचाव पर केंद्रित करें। धीरे-धीरे हाथों को एड़ियों से हटाएं, कमर सीधी करें और पुनः वज्रासन में बैठ जाएं।

उष्ट्रासन के लाभः

रीढ़ की हड्डी को लचीलापन प्रदान करता है। छाती, पेट और गर्दन की मांसपेशियों को मजबूत करता है। पाचन तंत्र को सुधारता है। शरीर को थकान और तनाव से मुक्त करता है। बैठने की मुद्रा में सुधार लाता है।

सावधानियाँः

गर्दन या पीठ में दर्द हो तो यह आसन चिकित्सक की सलाह से ही करें।

शुरुआत में इसे योग शिक्षक की निगरानी में करना बेहतर होता है।

Created by – Preeti Mishra HT PSK PATARI SAROSI UNNAO

बाल सवाल ?

👉 भारत में "राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस" (Indian National Space Day) कब मनाया जाता है और इसे क्यों मनाया जाता है?

उत्तर: भारत सरकार ने 23 अगस्त को राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस घोषित किया है। यह दिन इसलिए चुना गया क्योंकि – 23 अगस्त 2023 को चंद्रयान-3 ने सफलतापूर्वक चंद्रमा के दक्षिणी ध्रुव पर सॉफ्ट-लैंडिंग की। 🔺 यह दुनिया का पहला ऐसा मिशन था जिसने चंद्रमा के इस क्षेत्र में उतरने में सफलता पाई। 🔺 इस उपलब्धि से भारत चौथा देश (Russia, USA, China के बाद) बना जिसने चंद्रमा पर सॉफ्ट-लैंडिंग की। 🔺 यह दिन भारत की वैज्ञानिक क्षमता, आत्मनिर्भरता और अंतरिक्ष अनुसंधान में अग्रणी योगदान का प्रतीक है। इस दिवस का उद्देश्य बच्चों और युवाओं को विज्ञान, अनुसंधान और अंतरिक्ष प्रौद्योगिकी के प्रति प्रेरित करना है।🎯 : मेहनत, नवाचार और टीमवर्क से असंभव भी संभव हो सकता है। भारत का अंतरिक्ष कार्यक्रम न केवल देश के लिए गर्व है बल्कि पूरी दुनिया के लिए प्रेरणा है।

🪐 **"भारत का सपना, अंतरिक्ष से अपना"**

🚀 **"आसमान अब सीमा नहीं – भारतीय विज्ञान की जीत"**

Created by - Brijesh Gupta

गोलगप्पे वाला किसान

दिन : **शनिवार** दिनांक : 23/08/25

किसी गांव में एक किसान रहता था उसके दो बेटे थे। दोनों ही बेटे आलसी थे। वह कोई भी काम नहीं करना चाहते थे। किसान उनकी इस बुरी आदत से परेशान था।

धीरे-धीरे किसान और बूढ़ा होता जा रहा था। किसान से अब खेतों में काम नही किया जाता था। घर का खर्च चलाने के लिए उसे कुछ करना तो पड़ेगा ही इसलिए उसने गोलगप्पे बेचने का एक ठेला लगा लिया। लेकिन दोनों बेटों को अपने पिता की मजबूरी नहीं दिखाई देती थी।

किसान ने बेटों को सुधारने के लिए एक तरकीब सोची। जब वह घर वापस आया तो उसने बेटो से कहा कि बूढ़े को देखकर कोई सामान नहीं खरीदता है। पड़ोस में ही एक जवान गोलगप्पे वाला है, उसकी खूब बिक्री होती है। तुम दोनों जवान हो। यदि तुम ठेला लेकर जाओ तो तुम्हारी खूब बिक्री होगी। पैसों के लालच में दोनों बेटे अपने पिता का ठेला लेकर बाजार गए वहां उनकी खूब बिक्री हुई। फिर वह प्रतिदिन ऐसे ही करने लगे। धीरे-धीरे उन्होंने मेहनत करना सीख लिया। उन्होंने सीख लिया था कि मेहनत करने से ही आमदनी हो सकती है बिना मेहनत के नहीं।

शिक्षा – हमें सदैव मेहनत और ईमानदारी से काम करना चाहिए, सफलता जरूर मिलती है।

Created by - डॉ. देवांकुर एसआरजी गाज़ियाबाद

EDULEADERS
स्वप्रेरित, ऊर्जावान, टेक्नोसेवी शिक्षकों का स्वतः स्फूर्त समूह
समग्र शिक्षा Samagra Shiksha
NIPUN BHARAT

निपुण प्रवाह

दिनांक: 23.08.25 दिन: शनिवार

भाषा

☛ चित्रों को पहचान कर उनके नाम की पहली ध्वनि अपने साथी को बताएं

☛ 'न' पर गोला बनाएं-

न | न त न त न त न

☛ लिखिए-

न | ....

☛ मिलाकर पढ़ें-

ना ग → नाग

खा ना → खाना

Created by - VERSHA SRIVASTAVA, A.T.(SCIENCE), ALIGARH
An initiative of Dr. Sarvest Mishra, National Awardee Teacher, Basti (7905800792)

EDULEADERS

स्वप्रेरित, ऊर्जावान, टेक्नोसेवी शिक्षकों का स्वतः स्फूर्त समूह

समग्र शिक्षा Samagra Shiksha

NIPUN BHARAT

निपुण प्रवाह

दिनांक : 23.08.2025 दिन : शनिवार

गणित

हल करें

472	644	825
+ 231	+ 431	+ 501

631	735	231
+ 436	+ 444	+ 173

Created by VERSHA SRIVASTAVA, A.T. Science, Ups Jujharpur, Akrabad, Aligarh.

An initiative of Dr. Sarvest Mishra, National Awardee Teacher, Basti (7905800792)