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

01 सितंबर 2026

Teachers of Bihar

The Change Makers

आज का सुविचार

सफल व्यक्ति बनने के बजाय एक

मूल्यवान इंसान बनने का प्रयास करें।

राकेश कुमार

www.teachersofbihar.org

Teachers of Bihar

The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द **01.09.2026**

शिक्षा की द्विध्रुवी प्रक्रिया

शिक्षा की द्विध्रुवी प्रक्रिया **(Bipolar Process of Education)** वह प्रक्रिया है जिसमें शिक्षण कार्य मुख्य रूप से दो प्रमुख ध्रुवों **(अंगों) —** शिक्षक और शिक्षार्थी **(छात्र)** के बीच आपसी बातचीत और अंतःक्रिया के माध्यम से चलता है। इस विचार के प्रमुख प्रवर्तक शिक्षाविद् जॉन एडम्स **(John Adams)** हैं। पहला ध्रुव **(शिक्षक):** यह ज्ञान देने वाला, मार्गदर्शक या सिखाने वाला व्यक्ति होता है। दूसरा ध्रुव **(शिक्षार्थी):** यह ज्ञान प्राप्त करने वाला या सीखने वाला छात्र होता है।

रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान

बिहार शिक्षा विभाग ने बारहवीं और दशवीं कक्षा के बच्चों के लिए बड़ा फैसला लिया है। **रिपोर्ट कार्ड** से अब फेल शब्द को हटाकर **कौशल के लिए पात्र** का इस्तेमाल किया जाएगा, ताकि **बच्चों** का मनोबल ना टूटे।

मधु प्रिया

राष्ट्रीय पोषाहार दिवस

1 सितंम्बर

राष्ट्रीय पोषाहार दिवस हर वर्ष 1 सितम्बर को मनाया जाता है। इसका उद्देश्य लोगों को संतुलित आहार के महत्व के प्रति जागरूक करना और स्वस्थ जीवनशैली को अपनाने के लिए प्रेरित करना है।

संतुलित आहार का महत्व

- शरीर को ऊर्जा और शक्ति प्रदान करता है।
- रोगों से लड़ने की क्षमता बढ़ाता है।
- शारीरिक और मानसिक विकास में सहायक है।
- कार्यक्षमता और एकाग्रता बढ़ती है।
- उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को धीमा करता है।

अपने आहार में शामिल करें

अनाज | दालें | हरी सब्जियाँ | फल | दूध एवं डेयरी उत्पाद | मेवे | पर्याप्त पानी

स्वस्थ जीवन के लिए अपनाएँ

✓ रोजाना संतुलित और विविध आहार लें।
✓ तला-भुना और जंक फूड कम से कम खाएँ।
✓ नियमित व्यायाम और योग करें।
✓ पर्याप्त पानी पिएँ और तनाव से दूर रहें।
✓ स्वच्छता का ध्यान रखें और मौसमी भोजन करें।

"संतुलित आहार स्वस्थ शरीर, स्वस्थ मन और खुशहाल जीवन की कुंजी है।"

★ स्वस्थ भोजन, बेहतर जीवन की पहचान। ★

1 सितंबर का ऐतिहासिक महत्व

मधु प्रिया

1 सितंबर की महत्वपूर्ण घटनाएँ

वर्ष	घटना
1939	जर्मनी का पोलैंड पर आक्रमण करने के साथ ही द्वितीय विश्व युद्ध शुरू हुआ।
1947	भारतीय मानक समय को अपनाया गया।
1956	भारतीय जीवन बीमा निगम (एलआईसी) की स्थापना हुई।
1956	राज्यों के पुनर्गठन के बाद त्रिपुरा केंद्रशासित प्रदेश बना।
1962	महाराष्ट्र के कोल्हापुर में शिवाजी विश्वविद्यालय की स्थापना हुई।
1964	इंडियन ऑयल रिफ़ाइनरी और इंडियन ऑयल कंपनी को विलय करके इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन बनायी गयी।
1994	उत्तरी आयरलैंड में आयरिश रिपब्लिकन आर्मी ने युद्ध विराम लागू किया।
1997	साहित्यकार महाश्वेता देवी तथा पर्यावरणविद एम.सी. मेहता को रेमन मैगसेसे पुरस्कार दिया गया।
1998	विक्टर चेर्नोमीर्दिन पुन: रूस के नये प्रधानमंत्री नियुक्त हुए।
2000	चीन ने तिब्बत होते हुए नेपाल जाने वाले अपने एकमात्र रास्ते को बंद किया।
2003	लीबिया और फ्रांस के बीच विमान बमबारी मामले में मुआवजे पर समझौता हुआ।
2004	पाकिस्तानी मानवाधिकार विशेषज्ञ मेहर ख़ान विलियम्स को संयुक्त राष्ट्र ने उप उच्चायुक्त नियुक्त किया।
2005	सद्दाम हुसैन ने सशर्त रिहाई की अमेरिकी पेशकश ठुकराई।
2006	एग्जिट पोल के जनक वारेन मिटोफ़्स्की का न्यूयॉर्क में निधन।
2007	फ़िजी के अपदस्थ प्रधानमंत्री लाइसेनिया करासे नौ महीने बाद राजधानी सुवा लौटे।
2008	वित्तमंत्री पी. चिदंबरम ने डी. सुब्बाराव को भारतीय रिजर्व बैंक के 22वें गर्वनर के रूप में नियुक्त किया। यूनियन बैंक ऑफ़ इंडिया ने अपना 'लोगो' बदला।
2009	वाइस एडमिरल निर्मल कुमार वर्मा भारतीय नौसेना प्रमुख नियुक्त हुए। सुप्रीम कोर्ट ने जसवंत सिंह की किताब पर प्रतिबंध मामले में राज्य सरकार को नोटिस दिया। लेफ्टिनेंट जनरल पी. सी. भारद्वाज सेना के उप प्रमुख बने।

1 सितंबर को जन्मे व्यक्ति

वर्ष	व्यक्ति
1959	**नंदन बाल** – भारतीय टेनिस कोच एवं पूर्व खिलाड़ी
1901	**लक्ष्मी नारायण उपाध्याय** – प्रसिद्ध भूगोलवेत्ता
1895	**चेमबई वैद्यनाथ भगवतार** – महान संगीतकार
1886	**के. पी. केशव मेनन** – कांग्रेसी नेता एवं समाज सुधारक
1909	**फ़ादर कामिल बुल्के** – प्रसिद्ध साहित्यकार
1931	**शिवाजीराव निलंगेकर** – कांग्रेस के राजनीतिज्ञ
1947	**पी. ए. संगमा** – भारत के राजनीतिज्ञ
1982	**यामिनी रेड्डी** – शास्त्रीय नृत्यांगना
1977	**आमिर अली** – टेलीविजन अभिनेता
1973	**राम कपूर** – भारतीय अभिनेता
1970	**पद्मा लक्ष्मी** – भारतीय अभिनेत्री
1966	**सोनम वांगचुक** – इंजीनियर एवं शिक्षा सुधारक
1952	**राजकुमार रंजन सिंह** – भाजपा के राजनीतिज्ञ
1949	**राधा मोहन सिंह** – केंद्रीय कृषि मंत्री
1933	**दुष्यंत कुमार** – कवि एवं ग़ज़लकार
1930	**चार्ल्स कोरिया** – वास्तुकार एवं शहरी नियोजक
1921	**माधव मंत्री** – भारतीय क्रिकेटर
1923	**हबीब तनवीर** – पटकथा लेखक, नाट्य निर्देशक
1926	**विजयदान देथा** – प्रसिद्ध साहित्यकार
1927	**राही मासूम रज़ा** – प्रसिद्ध साहित्यकार
1921	**ललई सिंह यादव** – सामाजिक कार्यकर्ता
1896	**भक्तिवेदान्त स्वामी प्रभुपाद** – प्रसिद्ध वैष्णव गुरु
1908	**के. एन. सिंहा** – सिनेमा के खलनायक अभिनेता

1 सितंबर को हुए निधन

वर्ष	व्यक्ति
2018	**तरुण सागर** – जैन धर्म के प्रसिद्ध मुनि
1942	**वैंकटा रेड्डी नायडू** – शिक्षक, अधिवक्ता एवं ब्राह्मण विरोधी नेता
1574	**गुरु अमरदास** – सिक्खों के तीसरे गुरु

1 सितंबर के महत्वपूर्ण अवसर एवं उत्सव

गुटनिरपेक्ष दिवस

राष्ट्रीय पोषाहार दिवस (सप्ताह)

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

आज का ToB क्वीज..

★ सोचिए, समझिए और सही उत्तर चुनिए ! ★

Q मानव शरीर के सबसे छोटी हड्डी का नाम क्या है ?

स्टेपीज़ (Stapes)
मानव शरीर की सबसे छोटी हड्डी स्टेपीज़ (Stapes) है, जो कान के मध्य भाग में स्थित होती है। इसकी लंबाई लगभग 3–4 मिलीमीटर होती है।

A. टिबिया (Tibia)

B. फीमर (Femur)

C. ह्यूमरस (Humerus)

D. स्टेपीज़ (Stapes) ✓

क्या आप जानते हैं ?

- स्टेपीज़ की लंबाई लगभग 3 – 4 मिलीमीटर होती है।
- यह हड्डी कान के मध्य भाग में स्थित होती है।
- यह ध्वनि को कान के आंतरिक भाग तक पहुंचाने में मदद करती है।

“ ज्ञान ही शक्ति है,
और सही ज्ञान ही
सफलता की कुंजी है ! ”

प्रतिदिन एक नया प्रश्न | ज्ञान बढ़ाएँ | आत्मविश्वास बढ़ाएँ | जीत की ओर कदम बढ़ाएँ

मेन्स हॉकी वर्ल्ड कप 2026

टूर्नामेंट में भारत का सफर

मुकाबला	तारीख	स्कोर	रिजल्ट
भारत Vs वेल्स	15 अगस्त	3-1	भारत जीता
भारत Vs इंग्लैंड	17 अगस्त	2-4	भारत हारा
पाकिस्तान Vs भारत	19 अगस्त	3-5	भारत जीता
नीदरलैंड्स Vs भारत	22 अगस्त	3-1	भारत हारा
अर्जेंटीना Vs भारत	24 अगस्त	5-3	भारत हारा
भारत Vs बेल्जियम	28 अगस्त	3-3 (शूटआउट 3-4)	भारत हारा

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

प्रख्यात साहित्यकार

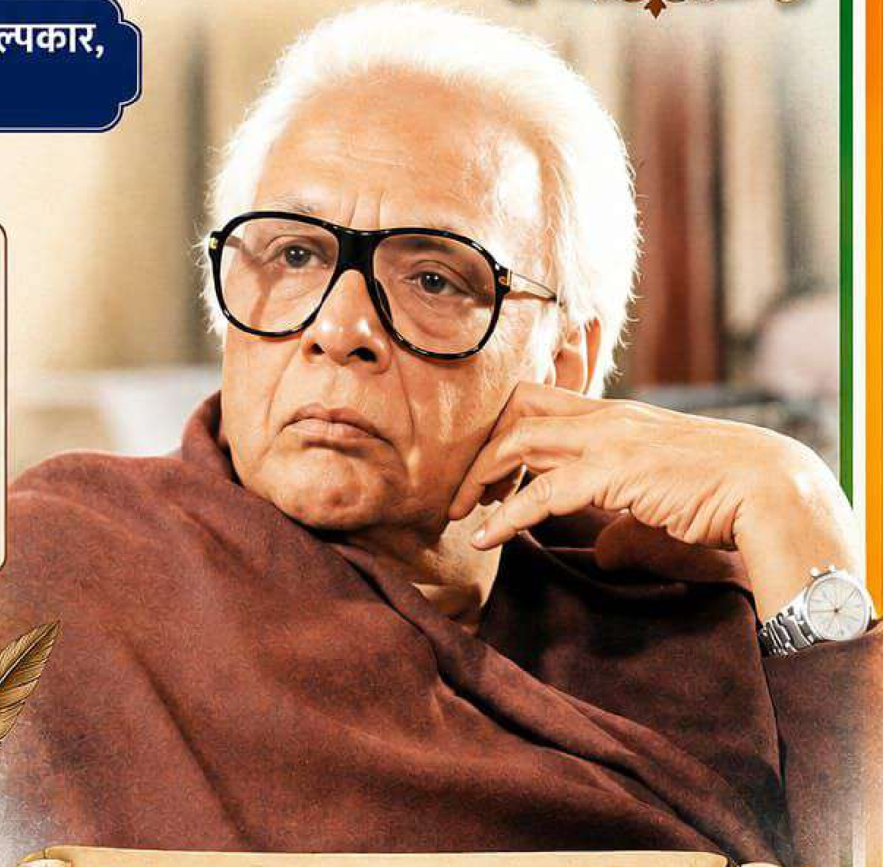
राही मासूम रज़ा

की जयंती

01 सितंबर

जयंती पर
सादर नमन!

शब्दों के सर्जक, संवेदनाओं के शिल्पकार, समाज के सजग प्रहरी



परिचय

राही मासूम रज़ा (01 सितंबर 1927 – 15 मार्च 1992) हिंदी और उर्दू के सुप्रसिद्ध कथाकार, उपन्यासकार, पटकथा लेखक और संवाद लेखक थे।

प्रमुख रचनाएँ

- आधा गाँव (उपन्यास)
- टोपी शुक्ला (उपन्यास)
- कटरा बी आरज़ू (उपन्यास)
- ओंस की बूंद (कहानी संग्रह)
- दिल एक साधारण कागज़ (उपन्यास)

> “ मैं उस सदी का आखिरी आदमी हूँ
> जिसने डूबते हुए गाँव देखे हैं
> और बसते हुए शहर भी।
> – राही मासूम रज़ा

विशेषताएँ

- इन्होंने साहित्य को आम जनता की आवाज बनाया और गंगा-जमुनी तहज़ीब को अपनी कलम से अमर किया।
- इनकी रचनाएँ भारतीय समाज, राजनीति, संस्कृति और मानवीय संवेदना का जीवंत चित्रण करती हैं।
- इनकी भाषा सरल, प्रभावशाली और जनमानस से जुड़ी हुई है।

भारतीय साहित्य जगत को उनका अमूल्य योगदान हमेशा प्रेरणा देता रहेगा।

ऐसे महान साहित्यकार को उनकी जयंती पर कोटि-कोटि नमन!

राकेश कुमार | www.teachersofbihar.org

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

Teachers Of Bihar Presents

Smiling Faces Of Bihar

पर्दा कन्या मध्य विद्यालय
आरा नगर, भोजपुर

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

Teachers Of Bihar Presents

Smiling Faces Of Bihar

प्राथमिक विद्यालय रामनगर
समेली, कटिहार

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

Teachers Of Bihar Presents

Smiling Faces Of Bihar

प्राथमिक विद्यालय प्रखंड कॉलोनी
फुलवारीशरीफ, पटना

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

Teachers Of Bihar Presents

Smiling Faces Of Bihar

प्राथमिक विद्यालय बैशाखाघाट
बरारी, कटिहार

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR