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

10 अक्टूबर 2026

Teachers of Bihar

The Change Makers

आज का सुविचार

सफलता उन्हीं को मिलती है जो कठिन परिस्थितियों में भी अपने प्रयासों को जारी रखते हैं।

राकेश कुमार

www.teachersofbihar.org

Teachers of Bihar
The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द **10.10.2026**

अलेक्सिया
(Alexia)

अलेक्सिया **(Alexia)** एक प्रकार का अधिग्रहित पठन-विकार **(Acquired Reading Disorder)** है, जिसमें व्यक्ति पहले पढ़ने की क्षमता रखता था, लेकिन मस्तिष्क के किसी विशेष भाग में चोट या क्षति होने के बाद लिखे हुए शब्दों, अक्षरों या वाक्यों को पढ़ने और उनका अर्थ समझने में कठिनाई होने लगती है। अलेक्सिया में व्यक्ति देख तो सकता है, लेकिन लिखे हुए शब्दों को पहचानकर उनका अर्थ निकालने में कठिनाई होती है।

रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान

झंझारपुर के 11 वर्षीय आदर्श भारद्वाज को ‘वंडर बॉय ऑफ इंडिया-2026’ सम्मान, 9 किताबें लिखकर बनाया वर्ल्ड रिकॉर्ड

बिहार के शिक्षा मंत्री मिथिलेश तिवारी ने किया सम्मानित

विज्ञान प्रतियोगिता

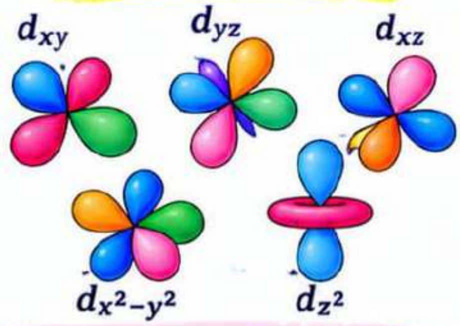
ज्ञान से ही बनता है भविष्य!

सोचो, समझो और सही उत्तर चुनो!

प्रश्न: D उपकक्षा में अधिकतम इलेक्ट्रॉन होते हैं-

- **A** 6
- **B** 8
- **C** 10
- **D** 14

d उपकक्षा



d उपकक्षा में 5 कक्षिकाएँ होती हैं
(m = −2, −1, 0, +1, +2)
प्रत्येक में 2 इलेक्ट्रॉन ⇒ 5 × 2 = 10

सही उत्तर

C. 10

d उपकक्षा में 5 कक्षिकाएँ होती हैं, और प्रत्येक कक्षिका में 2 इलेक्ट्रॉन समा सकते हैं।

अत: अधिकतम इलेक्ट्रॉन = 5 × 2 = 10

याद रखें – d उपकक्षा की अधिकतम क्षमता 10 इलेक्ट्रॉन होती हैं।

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

मधु प्रिया

10 अक्टूबर
विश्व मृत्युदंड विरोधी दिवस

मानवता की जीत, जीवन का अधिकार

क्या है यह दिवस?

विश्व मृत्युदंड विरोधी दिवस हर वर्ष 10 अक्टूबर को मनाया जाता है। इस दिन का उद्देश्य मृत्युदंड (Capital Punishment) की समाप्ति के लिए जागरूकता फैलाना और मानवाधिकारों के प्रति संवेदनशीलता बढ़ाना है।

"हर जीवन कीमती है, कोई भी इंसान कानून से ऊपर नहीं है।"

मृत्युदंड क्यों समाप्त किया जाना चाहिए?

- यह मानवाधिकारों का उल्लंघन है।
- यह न्याय की भूल की संभावना को समाप्त नहीं करता।
- अक्सर यह निर्दोष लोगों के लिए भी घातक हो सकता है।
- समाज में हिंसा और अपराध को कम करने का कोई प्रमाणित प्रभाव नहीं है।

इस दिन का महत्व

- मानव जीवन के सम्मान को बढ़ावा देना।
- न्याय व्यवस्था में सुधार की मांग करना।
- दुनिया भर में मृत्युदंड की समाप्ति के लिए जनसमर्थन जुटाना।
- अहिंसा, करूणा और मानवाधिकारों के प्रति जागरूकता फैलाना।

आइए, जीवन को अवसर दें, मृत्युदंड को नहीं।

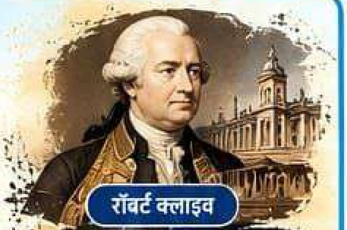
10 अक्टूबर

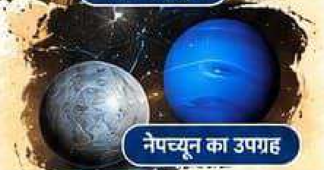
10 अक्टूबर की महत्वपूर्ण घटनाएँ

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

10 अक्टूबर की महत्वपूर्ण घटनाएँ

- **1756** ब्रिटिश गवर्नर जनरल रॉबर्ट क्लाइव ने कलकत्ता पर पुनः कब्जे के लिए मद्रास से कूच किया।
- **1846** ब्रिटिश खगोलविद विलियम लासेल ने नेपच्यून के प्राकृतिक उपग्रह की खोज की।
- **1868** क्यूबा ने स्पेन से स्वतंत्रता पाने के लिए विद्रोह किया।
- **1910** वाराणसी में मदन मोहन मालवीय की अध्यक्षता में प्रथम अखिल भारतीय हिन्दी सम्मेलन का आयोजन किया गया था।
- **1924** शिकागो में स्थित लोयोला विश्वविबालय के लेक शोर परिसर में अल्फा डेल्टा गामा बिरादरी की स्थापना की गई।
- **1942** सेवियत संघ ने आस्ट्रेलिया के साथ अपने राजनयिक संबंध की शुरूआत की।
- **1964** टोकियो में हुए ग्रीष्मकालीन ओलंपिक का पहली बार दूरदर्शन पर सीधा प्रसारण किया गया।
- **1970** फिजी ने स्वतंत्रता हासिल की।
- **1971** अमेरिका के एरिजोना के लेक हवासु शहर में लंदन ब्रिज को पुनर्निर्मित किया गया। इसे ब्रिटेन से ख़रीदकर तोड़कर अमेरिका लाया गया था।
- **1978** रोहिणी खादिलकर राष्ट्रीय चेस प्रतियोगिता जीतने वाली प्रथम महिला बनी।
- **1986** सैन सल्वाडोर में 7.5 तीव्रता वाले भूकंप में 1,500 लोगों की मौत।
- **1990** अमेरिका का 67वां मानव अंतरिक्ष मिशन डिस्कवरी 11 अंतरिक्ष से लौटा।
- **1991** भारत ने विश्व कैरम प्रतियोगिता का टीम खिताब जीता।
- **1992** दूसरा हुगली पुल 'विद्यासागर सेतु' खुला।
- **1999** सन 2006 में राष्ट्रकुल खेल मेलबोर्न में कराये जाने की घोषणा।
- **2000** श्रीलंका के पूर्व प्रधानमंत्री सिरीमाओ भंडारनायके का निधन।
- **2001** बांग्लादेश में ख़ालिदा जिया ने प्रधानमंत्री पद की शपथ ग्रहण की।
- **2003** भारत ने इसायल रूस के साथ एवाक्स निर्माण के लिए समझौता किया।
- **2004** आस्ट्रेलिया के संसदीय चुनाव में प्रधानमंत्री जान हावर्ड की भारी जीत।
- **2005** एंजेला मार्कल जर्मनी की पहली महिला चांसलर बनीं।
- **2008** निजी क्षेत्र के सबसे बड़े बैंक आईसीआईसीआई बैंक के शेयरों में भारी गिरावट दर्ज की गई।
- **2014** भारत के कैलाश सत्यार्थी को नोबेल पुरस्कार की घोषणा।


रॉबर्ट क्लाइव


नेपच्यून का उपग्रह

टोकियो ओलंपिक 1964

डिस्कवरी 11

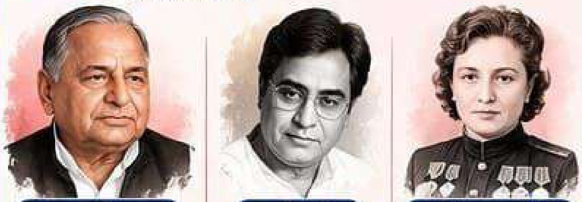
10 अक्टूबर को जन्मे व्यक्ति

- **1995** सुतीर्था मुखर्जी - टेबल टेनिस खिलाड़ी।
- **1988** मंजीत सिंह - रोवर एथलीट।
- **1899** श्रीपाद अमृत डांगे - कम्युनिस्ट नेता।
- **1906** आर. के. नारायण - उपन्यासकार।
- **1954** रेखा - बॉलीवुड अभिनेत्री।
- **1933** मदन मोहन पुंछी - भूतपूर्व मुख्य न्यायाधीश।
- **1924** बलबीर सिंह - हॉकी खिलाड़ी।
- **1923** शिवराज रामशरण - वैज्ञानिक।
- **1920** प्रकाश चंद्र सेठी - मध्य प्रदेश के भूतपूर्व मुख्यमंत्री।
- **1912** डॉ. रामविलास शर्मा - हिन्दी आलोचक।
- **1910** द्वारकानाथ कोटणीस - भारतीय डॉक्टर।
- **1902** के शिवराम कारंत - साहित्यकार।

आर. के. नारायण | रेखा | मदन मोहन पुंची | डॉ. रामविलास शर्मा

10 अक्टूबर को हुए निधन

- **2022** मुलायम सिंह यादव - समाजवादी नेता, भूतपूर्व मुख्यमंत्री।
- **2015** मनोरमा (तमिल अभिनेत्री) - हास्य अभिनेत्री।
- **1911** जगजीत सिंह - ग़जलों की दुनिया के बादशाह।
- **2007** एस. आर. बोम्मई - राजनीतिज्ञ।
- **1983** रूबी मेयर्स - अभिनेत्री।
- **1974** लुडमिला पावलीचेंको - द्वितीय विश्वयुद्ध की वीरांगना महिला।


मुलायम सिंह यादव | जगजीत सिंह | लुडमिला पावलीचेंको

10 अक्टूबर के महत्वपूर्ण अवसर एवं उत्सव

विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस

"मानसिक स्वास्थ्य है ज़रूरी, तभी तो खुशहाल जिंदगी हैं पूरी!"

राष्ट्रीय डाक-तार दिवस

"संचार से जुड़े, देश के हर कोने से!"

मुख्यमंत्री विद्यालय सुरक्षा कार्यक्रम
(सुरक्षित शनिवार)

बिहार सरकार

TEACHERS OF BIHAR — THE CHANGE MAKERS

माह : अक्टूबर 2026

शनिवार	कार्यक्रम / गतिविधि / टिप्पणी
03.10.2026 प्रथम शनिवार	नाव दुर्घटना एवं पानी में डूबने से बचाव के संदर्भ में जानकारी
10.10.2026 द्वितीय शनिवार	दशहरा /छठ / मुहर्रम आदि पवों में भीड़ एवं भगदड़ संबंधी जोखिम एवं बचाव के बारे में जानकारी
17.10.2026 तृतीय शनिवार	दिवाली के पटाखों एवं प्रदूषण से उत्पन्न स्वास्थ्य संबंधी जोखिम एवं बचाव
24.10.2026 चतुर्थ शनिवार	सड़क दुर्घटना से बचाव के संदर्भ में जानकारी

किसी माह में पाँचवें शनिवार पढ़ने की स्थिति में बच्चों को स्वच्छता संबंधित जानकारी दिया जाय एवं उसका अभ्यास भी करवाया जाय!

स्वच्छ रहें स्वस्थ रहें

राकेश कुमार
मध्य विद्यालय बलुआ
मनेर (पटना)

शिक्षा में सुरक्षा, बच्चों का अधिकार

स्वच्छ विद्यालय | सुरक्षित विद्यार्थी | समृद्ध भविष्य

TOB
खेल कॉर्नर

अर्जेंटीना के लिए लियोनल मेसी

डेब्यू	मैच	गोल	असिस्ट
2005	207	125	68

अचीवमेंट्स

- **2005:** U-20 वर्ल्ड कप चैंपियन
- **2008:** बीजिंग ओलंपिक में गोल्ड मेडल
- **2021:** कोपा अमेरिका चैंपियन
- **2022:** FIFA वर्ल्ड कप चैंपियन
- **2022:** फाइनलिज्मा चैंपियन
- **2024:** कोपा अमेरिका चैंपियन

"साहित्य समाज का दर्पण है।"

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

प्रसिद्ध साहित्यकार

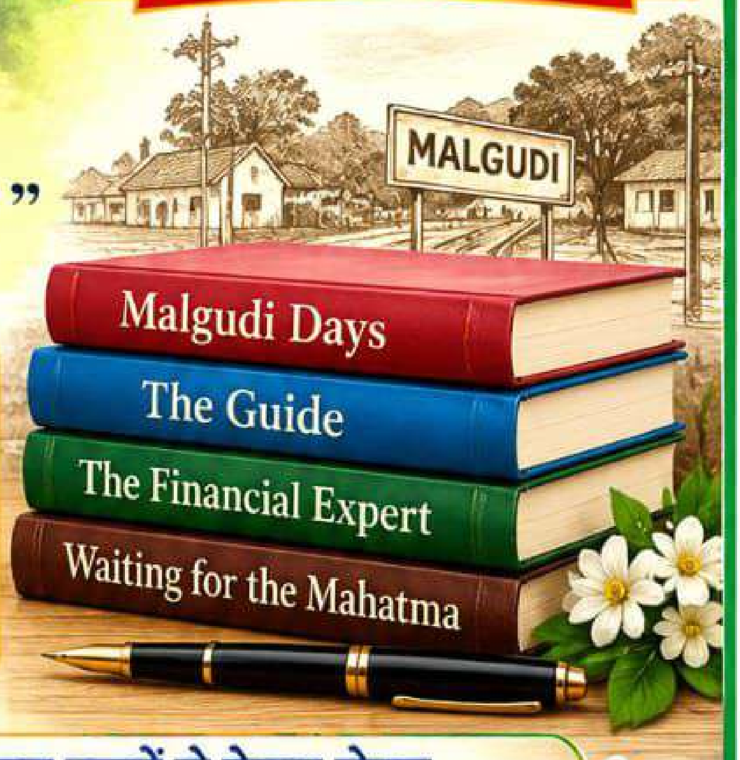
आर. के. नारायण

की

जयंती

10 अक्टूबर

"'मेरे लिए लेखन
मनुष्य की प्रकृति और उसके
जीवन को समझने का एक तरीका है।"
— आर. के. नारायण



आर. के. नारायण भारतीय अंग्रेजी साहित्य के बिख्यात उपन्यासकार थे। उनके उपन्यासों में आम आदमी का जीवन, समाज, हास्य और यथार्थ का अद्भुत संगम मिलता है। 'मालगुडी' उनके साहित्य की अमर कृति है।

उनके साहित्य और जीवन मूल्यों से प्रेरणा लेकर
हम सब एक बेहतर समाज के निर्माण में योगदान दें।

राकेश कुमार

www.teachersofbihar.org

मुख्यमंत्री विद्यालय सुरक्षा कार्यक्रम

सुरक्षित विद्यालय – सुरक्षित छात्र – सुरक्षित समाज – सुरक्षित बिहार

अक्टूबर माह - दूसरा शनिवार

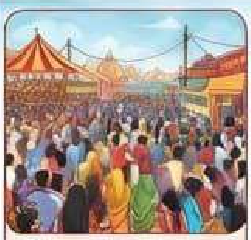
दिनांक : 10.10.2026 (शनिवार)

भीड़ एवं भगदड़ संबंधी जोखिम एवं बचाव

दशहरा/छठ/मुहर्रम आदि पर्वों में भीड़ प्रबंधन तथा भगदड़ से बचाव का सभी विद्यालयों में आयोजन करें

! भगदड़ के मुख्य कारण

- त्योहारों पर अत्यधिक भीड़
- भगदड़ की संभावना
- अफवाहों पर ध्यान न दें
- बच्चे माता पिता से अलग न हों
- गलत दिशा में जाना
- जल्दीबाज़ी न करें



भीड़-भाड़ वाले स्थान

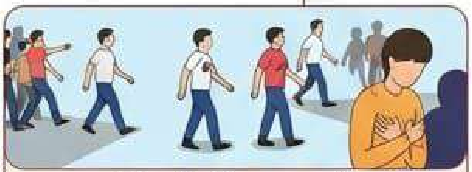
परिवार के साथ रहें

मदद के लिए चिल्लाएं

! भगदड़ से बच्चों को चोट

- कुचले जाने का खतरा
- गिरने पर चोट
- सांस लेने में तकलीफ
- भीड़ में बच्चों का खोना
- घबराहट के कारण

भीड़ में भगदड़ से बचाव के उपाय



किनारे की तरफ बढ़ें

हाथों से छाती को बचाएं

गिरने पर कुंडल बनाएं

दूसरों को उठाएं

भीड़ में विशेष सावधानी

- हमेशा सतर्क रहें
- मोबाइल नंबर साथ रखें
- घर का पता साथ रखें
- भीड़ से बचें

आपातकालीन सहायता केंद्र

- सहायता केंद्र खोजें
- पुलिस या अधिकारियों से संपर्क करें
- घबराएं नहीं

"सुरक्षा ही समृद्धि है..."

तारीख : 10.10.2026 (शनिवार)	समय : मध्यांतर के बाद	आयोजन स्थान : आपका विद्यालय	मास्टर ट्रेनर - राकेश

सुरक्षित विद्यालय – सुरक्षित 5ग्र छात्र – सुरक्षित समाज – सुरक्षित बिहार

मुख्यमंत्री विद्यालय विद्यालय सुरक्षा कार्यक्रम – सुरक्षित विद्यालय, सुरक्षित बिहार

भारतीय डाक
India Post
राष्ट्रीय
डाकतार दिवस
10 अक्टूबर
"पत्र केवल कागज़ नहीं, भावनाओं का सेतु हैं, जो दिलों को जोड़ते हैं।"
TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
डाकघर
Post Office
देश की डाक सेवा के समर्पित कर्मियों को हार्दिक नमन।
डाक सेवा : हमारे जीवन की डोर
डाकतार सिर्फ पत्र नहीं पहुंचाते, वे खुशियाँ, उम्मीदें, विश्वास और समाज को जोड़ने का कार्य करते हैं। उनकी मेहनत और समर्पण से देश की संचार व्यवस्था मजबूत है।
डाक विभाग की प्रमुख सेवाएँ
पत्र एवं डाक पार्सल वितरण
डाक बचत बैंक
मनी ऑर्डर और ई-मनी ऑर्डर
स्पीड पोस्ट और रजिस्टर्ड डाक
डिजिटल सेवाएँ (ई-पोस्ट, इंडिया पोस्ट पेमेंट्स बैंक)
दूरदराज़ क्षेत्रों तक संचार सुविधा
भारतीय डाक
भारतीय डाक
आइए, डाक सेवा का सम्मान करें और देश की इस अमूल्य सेवा को मजबूत बनाएं।
सुरक्षित संचार समृद्ध भारत
INDIA POST
राष्ट्रीय डाकतार दिवस की हार्दिक शुभकामनाएँ
Madhu priya
www .teachersofbihar.org

विश्व बेघर दिवस
TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
"हर किसी को एक सुरक्षित घर का अधिकार है!"
10 अक्टूबर
आइए, मिलकर एक ऐसा समाज बनाएं जहां कोई भी बेघर न रहे।
बेघर कौन हैं?
वे लोग जो किसी सुरक्षित आवास, छत या स्थायी घर के बिना जीवन यापन करते हैं, उन्हें बेघर कहा जाता है।
मुख्य कारण
गरीबी और बेरोज़गारी
प्राकृतिक आपदाएँ
आवास की कमी
परिवार से बिछड़ना
सामाजिक और आर्थिक असमानता
क्या करें?
बेघर लोगों के लिए आवास योजनाओं का समर्थन करें।
उनके पुनर्वास और आजीविका के अवसर बढ़ाने में सहयोग करें।
समाज में जागरूकता फैलाएं और भेदभाव न करें।
ज़रूरतमंदों की मदद के लिए आगे आएं।
याद रखें
हर व्यक्ति को सम्मान, सुरक्षा और आश्रय मिलना उसका अधिकार है, कोई एहसान नहीं।
मिलकर बदलें दुनिया... कोई न रहे बेघर।
सहानुभुति • सहयोग • समावेश
यही है सच्ची मानवता
मधु प्रिया
www .teachersofbihar.org

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
आज का
TOB क्विज़...
विज्ञान
शिक्षा
संकल्प
शिक्षा से ही
सशक्त
समाज
बिहार
NEPAL
UTTAR PRADESH
WEST BENGAL
JHARKHAND
जोकीहाट →
स्वस्थ मनुष्य में कितना लीटर
खून होता है ?
A 2-3 लीटर
B 4.5-5.5 लीटर
C 7-8 लीटर
D 10 लीटर
पढ़ें बच्चें
सीखें
आगे बढ़ें
अच्छे शिक्षक
समाज की
मजबूत नींव हैं
सच्चा ज्ञान ही सशक्त बनाता है!
www.teacherofbihar.org
संजय कुमार, मध्य विद्यालय
मल्लगांव, जोकीहाट

आइए, मानसिक स्वास्थ्य को दें प्राथमिकता

विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस

10 अक्टूबर

"मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति ही सुखी समाज और समृद्ध राष्ट्र का निर्माण कर सकता है।"

सकारात्मक सोच | बेहतर जीवन

तनाव को कंट्रोल करें
योग, ध्यान और गहरी सांस लें।

खुलकर बात करें
अपनी भावनाओं को साझा करें.

पर्याप्त मींद लें
अच्छी नींद, अच्छा मूड.

सहायता मांगने में संकोच न करें
यह कमजोरी नहीं, साहस है.

स्वस्थ जीवनसैली अपनाएं
सही खानपान, नियमित व्यायाम।

Madhu priya

मानसिक स्वास्थ्य है, तो भबिष्य है...

www .teachersofbihar.org

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

Teachers Of Bihar Presents

Smiling Faces Of Bihar

मध्य विद्यालय कुआड़ी, कुर्साकांटा
अररिया

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

Teachers Of Bihar Presents

Smiling Faces Of Bihar

NPS बलरा दुसाध टोली
बरौली, गोपालगंज

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR

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

मध्य विद्यालय शर्फुद्दीनपुर
बोचहां, मुजफ्फरपुर

www.teachersofbihar.org

MRITUNJAY KUMAR