

वैभव शिक्षण संस्था
कॉलेज ऑफ एज्युकेशन (बी.एड.), विटा.
ता. खानापूर जि. सांगली

Stress Management Online Lectures Report

Date 05/01/2021

वैभव शिक्षण संस्था कॉलेज ऑफ एज्युकेशन (बी. एड.) विटा. येथे मानसिक ताणतनाव व त्यावर उपाय याविषयी प्राध्यापक डॉ. शामसुंदर मिरजकर यांचे व्याख्यान घेण्यात आली याबद्दल त्यांनी ताण तणाव कसा निर्माण होतो कसा व्यक्त होतो त्याचप्रमाणे ताणतणावातून बाहेर पडण्यासाठी योगा, व्यायाम, आहार यांचे महत्त्व समजावून सांगितले तसेच तनाव घालविण्यासाठी विविध उपाय योजना विविध उपक्रम, विविध कार्यक्रम त्यांनी सुचविले. या व्याख्यानाचे आयोजन ऑनलाईन पद्धतीने पार पाडण्यात आले. या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक प्रा. काटकर एस. व्ही. यांनी केले तर सूत्रसंचालन माननीय प्रा. वरघट एम. डी. यांनी केले. कार्यक्रमाचे आभार प्रदर्शन प्राध्यापक पंडित ए. आर. यांनी मानले. या कार्यक्रमात प्रमुख उपस्थिती म्हणून महाविद्यालयाचे प्राचार्य विद्यादेवी रमेशराव पाटील या उपस्थित होत्या.

अशा प्रकारे विद्यार्थ्यांना मानसिक ताणतणावासी कल्पना देण्यात आली तसेच त्यावरील उपाय योजना विद्यार्थ्यांच्या बाबतीत समजावून घेण्यात आल्या व त्यासाठी चर्चासत्र व्याख्यान झाल्यानंतर ठेवण्यात आले यावेळी विद्यार्थ्यांनी अनेक समस्यांची चर्चा प्राचार्य व शिक्षक प्राध्यापक वर्ग यांच्याशी केली अशा प्रकारे हे व्याख्यान संपन्न झाले.

Vedp
Principal
Vaibhav Shikshan Sanstha
Sanchlit
College of Education, Vita
Tal. Khanapur, Dist. Sangli