IQAC meetings in the
Session 2021-22

श्री स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर महाविद्यालय नारायणपुर (छ.ग.)

(7) बैठक

दिनांक 02.06.2021

आज दिनांक 02.06.2021 को I.Q.A.C कक्ष में प्राचार्य की अध्यक्षता में बैठक रखी गई जिसमें सदस्यों द्वारा निम्न प्रस्ताव रखे गए।

(i) महाविद्यालय के प्रांगण में 05 जून विश्व पर्यावरण दिवस को वृक्षारोपण किया जाए।

(ii) बस्तर विश्वविद्यालय एवं सुंदरलाल शर्मा विश्वविद्यालय की वार्षिक परीक्षा में कोविड 19 के गाइडलाइन के अनुसार कार्य किया जाए।

(iii) महाविद्यालय में गठित रेड क्रास सोसाइटी के स्वयंसेवकों द्वारा परीक्षा हेतु ~~आए~~ आनेवाले विद्यार्थियों को सोसल डिस्टेंसिंग का पालन करवाया जाए एवं सेनेटाइजर का उपयोग किया जावे।

(iv) "विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर कोविड 19 का प्रभाव" विषय पर एक दिवसीय वेबिनार का महाविद्यालय में आयोजन किया जावे।

पूर्व में हुए बैठकों के प्रस्ताव अनुसार पूर्ण हुए कार्य इस प्रकार है

(i) 01.04.2021 को बैठक में प्रस्ताव क्रमांक 01 के महिला के कमरे की साफ सफाई एवं खराब पंखा एवं ट्यूबलाइट के रखरखाव एवं मरम्मत रखी गई थी जिसे पूर्ण कर लिया गया है।

(ii) दिनांक 08.04.2021 के बैठक में स्वशासी मद से 04 कम्प्यूटर क्रय करने को ~~प्रस्ताव~~ आर्डर ~~रखी~~ दी गई थी जो कि प्राप्त होने पर इन्सटाल कर लिया गया है

(iii) दिनांक 08.04.2021 को बैठक में प्रस्ताव क्रमांक 03 में 01 प्रिंटर का ऑर्डर ~~के हेतु~~ किया गया था जो प्राप्त हो चुका है तथा उसे I.Q.A.C कक्ष में इन्सटाल कराया गया है।

(iv) दिनांक 15.04.2021 को बैठक के प्रस्ताव क्रमांक 3 में महा. के खराब वाटरकूलर को मरम्मत कराने का प्रस्ताव रखा गया था उक्त प्रस्ताव अनुसार कार्य पूर्ण कर लिया गया है

(v) दिनांक 15.04.2021 की बैठक प्रस्ताव क्रमांक 02 के अनुसार बंद पड़े कूलरों की मरम्मत कार्य पूर्ण किया जा चुका है।

हस्ताक्षर

(1) Bhagwan Das Khandelwal — B.D. Khandl
(2) आर. के यादव — [signature]
(3) Dr. Sumit Srivastava — Sumit
(4) S.K. Patel — Sanjay
(5) विजय लक्ष्मी गौड़ — V. laxmi

[signature]

प्राचार्य

(शा. स्वामी आत्मानंद स्ना. महा. मनेन्द्रगढ़ (छ.ग.))

Principal
Govt. Swami Atmanand Post Graduate College Manendragarh (C.G.)

Effect of COVID-19 on student's mental health

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर
महाविद्यालय नारायणपुर जिला – नारायणपुर (छ.ग.)
दूरभाष : 07781–252655,252755,Email –narayanpurcollege@gmail.com,
वेब साईट www.gdcnarayanpur.com

नारायणपुर, दिनांक 08.06.2021

आवश्यक सूचना

महाविद्यालय के समस्त अधिकारी कर्मचारियों एवं छात्र/छात्राओं को सूचित किया जाता है कि राष्ट्रीय सेवा योजना ईकाई के अन्तर्गत दिनांक 09.06.2021 को प्रातः 11:00 बजे विद्यार्थियों के मानसिंक स्वास्थ्य पर कोविड–19 का प्रभाव विषय पर वर्चुअल वेबीनार का आयोजन गुगल मीट के माध्यम से किया जा रहा है। अतः समस्त अधिकारी कर्मचारियों एवं छात्र/छात्राओं दिये गये तिथि एवं समय पर अपना उपस्थिति सुनिश्चित करें।

(श्री बी. डी. चांडक)
रा.से.यो. (प्रभारी अधिकारी)
शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर
महाविद्यालय नारायणपुर (छ.ग.)

(डॉ. एस. आर. कुंजाम)
प्रभारी प्राचार्य
शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर
महाविद्यालय नारायणपुर (छ.ग)

SWAMI ATMANAND PG COLLEGE NARAYANPUR

वेबिनार मे विद्यार्थियो के मानसिक स्वास्थ्य के प्रति किया जागरूक

शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर महाविद्यालय नारायणपुर के राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा विद्यार्थियो के मानसिक स्वास्थ्य पर कोविड-19 का प्रभाव के विषय पर वर्चुअल वेबिनार आयोजित की गई इस दौरान 90 से अधिक विद्यार्थियों ने कार्यक्रम मे भाग लिया।

वेबीनार मे विद्यार्थियों द्वारा पूछे गए प्रश्नों के जवाब भी दिए गए। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. एस. आर कुंजाम ने छात्रो को संबोधित करते हुए कहा, आज के समय की जरूरत है कि विद्यार्थी बेहतर करियर के साथ-साथ स्वस्थ रहे। पढ़ाई के दौरान उनमे मानसिक तनाव व बोझ न बढ़े इसका ध्यान रखना बहुत जरूरी है। हम सब इस वक्त कोरोनावायरस के चुनौती का सामना कर रहे है। इससे ना केवल लोगो को शारीरिक स्वास्थ्य पर अपितु मानसिक स्वास्थ्य पर भी नकारात्मक असर पड़ रहा है जिससे विद्यार्थी वर्ग भी अछूता नही रह गया है।

समाजशास्त्री प्रोफेसर श्रीमति मीना देवांगन ने बताया ऑन लाईन क्लास के कारण विद्यार्थियो मे सीखने की ललक अब पहले जैसी नही रही। साथ ही उनको सभी चीजे पूरी तरह स्पष्ट नही हो पाती है। याद करने की क्षमता धीरे-धीरे कम होती जा रही है। इस बात को लेकर विद्यार्थियो का परेशान होना स्वभाविक है उन्होने बताया पढ़ाई के साथ प्रतिदिन कुछ रचनात्मक कार्य करे जिससे आपको खुशी मिलती हो ऑनलाइन पढ़ने के दौरान बीच मे विराम का ध्यान रखे।

जिला अस्पताल नारायणपुर से क्लिनिकल साइकोलाजिस्ट प्रीति बोडक ने बताया कोविड-19 के प्रारम्भिक दिनो से ही लोगो के लिए पूरा माहोल बदल गया है। अचानक से स्कूल कॉलेज बन्द पड़े हुए है इसका असर मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ना स्वभाविक है यह कहना गलत नही होगा कि विद्यार्थी आने वाले कल के भविष्य के निर्माता है परन्तु विद्यार्थियो मे इस कोविड-19 आपदा के कारण नकारात्मक विचार, मानसिक अस्थिरता आत्मविश्वास में कमी कहीं ना कहीं उनके लिए

GOVT. SWAMI ATMANAND PG COLLEGE * NARAYANPUR (C.G.)

समस्या उत्पन्न कर रही है। प्रत्येक विद्यार्थी स्कूल कॉलेज के द्वारा अपनी शिक्षा के साथ-साथ और अन्य व्यवहारिक भावनाओ का विकास करता है। जब कभी किसी छात्र को किसी प्रकार की कोई मानसिक परेशानी हो रही हो तो वह सबसे पहले अपने मित्र या कभी-कभी अपने शिक्षकों से अपनी बाते शेयर करता है लेकिन ऐसा नही होने और मन मे परेशानियाँ दबा कर रखे रहने से तनाव, गुस्सा चिंता घबराहट निद्राविकार इत्यादि की ~~सहन~~ समस्या बढ़ने लगती है। ऐसे मे नकारात्मक भावनाओ का दमन करने के बजाय समस्याओं का नए नजरिये से विश्लेषण करे। पहले अपना लक्ष्य निर्धारित करे क्योंकि ये हमें जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण प्रदान करता है। असफलता से सबक ले और अपनी कमियों मे सुधार करे सैर पर जाए और व्यायाम को अपनी आदत बनाएं। अच्छी संगत मे रहे पूरी नींद ले। बदलाव कर इन समस्याओं से सुलझा जा सकता है प्रीति चांडक ने सभी विद्यार्थियों को मानसिक रूप से स्वस्थ रहने के लिये 8 नियम अपनाने को कहा

(1) साइको एजुकेशन — इस बात को स्वीकार करना होगा कि अभी जो परिस्थितियां है वह हमारे नियंत्रण मे नही है क्योंकि चीजों को स्वीकार करते है तो परिस्थिति के अनुसार खुद को अनुकूल रखना आसान है
(2) जब कभी भी घबराहट हो या डर महसूस हो तो 5-3-5 ब्रिदिंग एक्सरसाइज करे।
(3) प्रतिदिन ध्यान लगाए और योग करे।
(4) चिड़चिड़ापन, गुस्से को कम करने के लिए माइंडफुलनेस टेक्निक अपनाए जब कभी भी गुस्सा आए तो 1-10 तक काउंटिंग करे तुरंत किसी भी बात पर ही रिएक्ट ना करे थोड़ी देर सोचे फिर रिस्पांड करे।
(5) नींद मे परेशानी होने पर स्लीप हाइजीन फॉलो करे।
(6) दिन मे दो बार रिलैक्सेशन थैरेपी करे।
(7) किसी भी प्रॉब्लम से निकलने के लिए प्रॉब्लम सॉल्विंग स्किल को अपनाए

6.5.1 (4)

6/21 **दंतेवाड़ा. कोंडागांव. नारायणपुर** दैनिक भास्कर

बिनार • कोरोना का छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर असर विषय पर डॉ पटेल बोले

कोरोना का डर छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर असर डाल रहा

भास्कर न्यूज | नारायणपुर

शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर महाविद्यालय के राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर कोविड-19 का प्रभाव विषय पर वर्चुअल वेबीनार आयोजित किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉ. डी एल पटेल ने कहा कि आम आदमी की जिंदगी में कोरोना वायरस का डर उनके मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा असर डाल रहा है। लोगों में चिंता, डिप्रेशन और तनाव बढ़ा है। इसलिए छात्र छात्राओं को कुछ ना कुछ कार्य देते रहना चाहिए। उन्होंने कहा कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राज्य स्तरीय योगा फेस्ट एवं प्रशिक्षण 14 से 20 जून तक कराया जाएगा।

मुख्य वक्ता प्रीति चांडक क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट ने कहा कि लंबे वक्त तक क्वॉरिंटाइन रहना , कोरोना वायरस आने का दुख , कई लोगों की नौकरी जाने और आमदनी कम होने का सदमा, मनचाही जगह पर आवाजाही पर पाबंदी, पारिवारिक और सामाजिक मेलजोल कम होने से कहीं ना कहीं भविष्य के लिए एक डर बना हुआ है। यह कहना गलत नहीं होगा कि विद्यार्थी आने वाले कल के भविष्य के निर्माता हैं । परंतु विद्यार्थियों में इस कोरोना महामारी के कारण नकारात्मक विचार निराशावादी या आत्मविश्वास में कमी कहीं ना कहीं उनके अंदर घर कर गई है।

अगर समय रहते इन समस्याओं से निजात नहीं पाया गया तो यह कहना गलत नहीं होगा कि जिन सपनों ने उड़ान भरने के लिए पंख फैलाना शुरू किया ही था, वह सपने पूरा होने से पहले ही टूट गए और हम जानते हैं कि कोई भी विद्यार्थी अधूरे ख्वाब अधूरे सपनों को लेकर अच्छे भविष्य का निर्माण नहीं कर सकता है।

नारायणपुर. वर्चुअल वेबीनार में शामिल छात्र व अतिथि।

ऑनलाइन क्लास में पहले जैसी सीखने की ललक नहीं

प्रोफेसर मीना देवांगन ने बताया कि ऑनलाइन क्लास के कारण विद्यार्थियों में सीखने की ललक पहले जैसी नहीं रही। उनका कांसेप्ट क्लियर नहीं हो पाता और याद करने की क्षमता धीरे-धीरे कम हो रही है । चिंता है कि भविष्य में क्या उनका कांसेप्ट क्लियर हो पाएगा । क्या वह खुद को किसी भी प्रतिभागी परीक्षाओं में शामिल होने के काबिल बना पाएंगे। कार्यक्रम समन्वयक, विवि के संस्था प्रमुख डॉ एसआर कुंजाम एवं कार्यक्रम के अध्यक्ष समाज शास्त्री शासकीय स्वामी आत्मानंद महाविद्यालय मीना देवांगन व अन्य लोग मौजूद थे।

11.6.2021

PRINCIPAL
Government Post Graduate College
Narayanpur, Dist.- Narayanpur
Chhattisgarh

IQAC meetings in the Session 2021-22

शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर महाविद्यालय नारायणपुर (छ.ग.)

(8) बैठक

(2)

दिनांक : 07.09.2021

आज दिनांक 07.09.2021 को प्राचार्य कक्ष में प्राचार्य महोदय की अध्यक्षता में बैठक रखी गई बैठक का एजेण्डा निम्नानुसार है :

(i) बम्बू एड्स कोर्स प्रारंभ करने संबंधी।

(ii) हेल्प डेस्क कक्ष का निर्माण

(iii) सी.सी.टी.वी. कैमरा लगवाने संबंधी

(iv) रसायन प्रयोगशाला का नवीनीकरण

(v) कम्प्यूटर के लिए U.P.S. Web camara एवं Speakar

(vi) लाइब्रेरी ऑटोमेशन के सॉफ्टवेयर में पुस्तकों की प्रविष्टि

उपरोक्त सभी एजेण्डा को सदस्यों को पढ़कर सुनाया गया तत्पश्चात प्रत्येक एजेण्डा पर बारी बारी चर्चा की गई एवं उपर्युक्त एजेण्डा पर होनेवाले व्ययों के संदर्भ में सुझाव लिए गए जिसका संक्षिप्त विवरण इस प्रकार है —

(1) एजेण्डा क्रमांक 01 के लिए सभी विभागों के विभागाध्यक्षों को सिलेबस तैयार करने के लिए कहा जाए तथा यदि कोई राशि की आवश्यकता है तो उसका विवरण तैयार कर प्रस्तुत करने को कहा जाए।

2. एजेण्डा क्रमांक 02 से 06 तक हेतु जो भी व्यय होंगे उसके लिए महाविद्यालय को जनभागीदारी समिति के मांग रखकर कार्य पूर्ण किया जाए।

हस्ताक्षर

(1) Bhagwan Das Chandel [signature]

(2) आर. के. यादव

(3) डॉ. सुमेत श्रीवास्तव

(4) विजय लक्ष्मी गौड़ V. laxmi

(5) S. K. Patel Sanjay

7.9.2021

प्राचार्य
Principal
Govt. Swami Atmanand Post Graduate
College Narayanpur (C.G.)

GOVT. SWAMI ATMANAND P.G COLLEGE NARAYANPUR (C.G.)

शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर महाविद्यालय नारायणपुर

बैठक

03 दिसम्बर 2021

आज दिनांक 03/12/2021 को प्राचार्य महोदय की अध्यक्षता में प्राचार्य कक्ष में बैठक रखी गई जिसमें बैठक का एजेण्डा इस प्रकार है -

1. राष्ट्रीय सेवा योजना के सात दिवसीय शिविर का आयोजन
2. महाविद्यालय में वार्षिक उत्सव एवं पुरस्कार वितरण संबंधी
3. मॉडल टेस्ट के आयोजन संबंधी विषय पर
4

उपरोक्त एजेण्डा पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई जिसमें राष्ट्रीय सेवा योजना का शिविर दिनांक 15/12/21 से 21/12/2021 तक ग्राम पालकी में किया जायेगा।

महाविद्यालय में वार्षिक उत्सव एवं पुरस्कार वितरण कार्यक्रम के लिए दिनांक 28/12/2021 एवं 29/12/2021 को रखने के लिए निर्णय लिया गया

सभी विभागों का पाठ्यक्रम पूर्ण न होने के कारण मॉडल टेस्ट मार्च माह में कराने का निर्णय लिया गया।

07 सितम्बर 2021 को बैठक में रखे गए कुल 06 एजेण्डा पर पूर्ण होने की जानकारी सभी सदस्यों को बतलाया गया जिसमें एजेण्डा क्रमांक 02 से 04 तक पूर्ण हो चुका है तथा एजेण्डा क्रमांक 05 के अनुसार सभी विभागों के कम्प्यूटर के लिए UPS की खरीदी की जा चुकी है।

1. भगवान दास बाडक - [signature] 03/12/2021
2. आर. के. यादव [signature]
3. S.K. पटेल [signature]
4. Vijay laxmi Gaur V. laxmi

शासकीय स्वामी आत्मानंद स्नातकोत्तर महाविद्यालय नारायणपुर

GOVT. SWAMI ATMANAND PG COLLEGE * NARAYANPUR (C.G.) *

बैठक

दिनांक 24/03/2022

आज दिनांक 24/03/2022 को प्राचार्य की अध्यक्षता में प्राचार्य कक्ष में IQAC की बैठक रखी गई जिसमें पूर्व में रखे गए एजेंडो की प्रगति पर चर्चा की गई जिसमें प्रमुख रूप से वार्षिक उत्सव, N.S.S के सात दिवसीय शिविर तथा मॉडल टेस्ट पेपर पर चर्चा की गई —

वार्षिक उत्सव — बढ़ते कोरोना के कारण निर्धारित समय पर वार्षिक उत्सव का आयोजन नहीं किया गया जिसकी विषय में छात्र संघ प्रभारी द्वारा जानकारी दी गई।

एन.एस.एस. प्रभारी द्वारा 15/12/2021 से 21/12/2021 तक ग्राम पालकी में सात दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया जानकारी दी गई

मॉडल टेस्ट पेपर माह मार्च में पूर्ण हो चुका है जिसकी जानकारी समस्त विभागाध्यक्षों द्वारा दी गई।

[signature]
प्राचार्य
PRINCIPAL
Government Post Gadual College
Narayanpur. Dist. Narayanpur
Chhattisgarh

1. B D Chandel [signature]
2. R.K Yadav [signature]
3. S.K Patel [signature]
4. विजय लक्ष्मी गौड़ - [signature]