AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmal.

Report

One Day online Workshop for Students on Soft Skill Development

Held on 9 th August 2020

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmalorganized one day on line workshop for students on**Soft Skill Development** on 9 th August 2020. Dr. KalayaniBompilwarwas the speaker and she guided the students about soft skill development. 300 students were actively participated in the workshop. Dr.U. V Navalekar spoke about language fluency.Dr. Sanjay Tamgadge anchored the programme. Feedback forms were collected from the participants. All the participants were happy to attend theworkshop.

Coordinator

Dr. S.S Tamgadge

Organizer

Dr. U.V Navalekar

Principal
Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya,
Yavatmal

Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya, Yavatmal.

Report

One Day Online Workshop on Role of Grammar in English Language

Held on 15 th Nov. 2020

Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya, Yavatmal organized one day online workshop on **Role of Grammar in English Language** held on 15 th Nov. 2020. Dr. Dhananjay Gaikwad was the speaker and he guided the students about English grammar and its use in English language. 300 students actively participated in the workshop and were happy with the content.

Coordinator

Dr. S.S Tamgadge

Organizer

Dr. U.V Navalekar

Principal
Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya
Yavatmal

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmal.

Report

One Day online Workshop for Students on Effective Spoken English

Held on 20 th January 2021

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmalorganized one day on line workshop for students on**Effective Spoken English,** on 20 th Jan. 2021. Dr. M.K Gupta was the speaker and he gave the students the easiest steps of speaking effective English. 200 students were actively participated in the workshop. Dr.U. V Navalekar laid emphasis on pronunciation and grammar.Dr. SanjayTamgadge anchored the program. Feedback forms were collected from the participants. All the participants were happy to attend theworkshop.

Coordinator

Dr. S.S Tamgadge

Organizer

Dr. U.V Navalekar

Principal
Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya
Yavatmal

आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालय,यवतमाळ.

राष्ट्रीय सेवा योजना

आंतरराष्ट्रीय योग दिन अहवाल

आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालय यवतमाळ राष्ट्रीय सेवा योजना विभागाच्या वतीन २१ जून २०२० रोजी आंतरराष्ट्रीय योग दिनाच्या निमित्ताने सकाळी ठीक ६.०० वाजता online योग प्रात्यक्षिक व प्रशिक्षण कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते.या शिबिरामध्ये प्रा.डॉ.गजानन रहाटे व डॉ.अरुण वरारकर यांनी योगाचे महत्व सांगितले दररोज योगा केल्याने आपले शरीर निरोगी स्वस्थ: राहते त्यामुळे प्रत्येकाने रोज योगाभ्यास करायला पाहिजे.तसेच उपस्थित प्राध्यापक ,शिक्षकेतर कर्मचारी व विद्यार्थ्यांकडून योगाचे विविध आसने करून घेतले. तसेच प्रत्येक आसनाचे महत्व व उपयुक्तता सांगितली.

महाविद्यालयाचे मा.प्राचार्य डॉ.उदय नावलेकर यांनी विध्यार्थी जीवनात योगाचे विशेष महत्व असल्याचे सांगितले कारण आजच्या तणावपूर्ण जीवनामध्ये एकाग्रता निर्माण करण्यासाठी विद्यार्थ्यांनी दररोज योगा करावा त्यामुळे अभ्यासात एकाग्रता निर्माण होण्यास मदत होते. तसेच योगामुळे अनेक आजार बरे होण्यास मदत होते.योग हा भारतीय संस्कृतीचा आधार आहे आज पाश्चात्य लोक सुद्धा योगा चा स्वीकार करत आहेत कारण त्यांना सुद्धा योगाचे महत्व पटलेले आहे. म्हणून आज आपण सुद्धा आपल्या संकृतीतील महान असा समृद्ध वारसा जतन करून वाढविला पाहिजे तेंव्हाच स्वस्थ व समृद्ध भारत निर्माण होऊ शकतो असे मत व्यक्त केले.

या कार्यक्रमाला महाविद्यालयातील प्राध्यापक वृंद ,शिक्षकेतर कर्मचारी वृंद व राष्ट्रीय सेवा योजनेचे स्वयंसेवक व विद्यार्थी बहुसंखेने उपस्थित होते.

5.Workshop on Liver Cleansing

आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालयात क्लीन्जिंग थेरपी या विषयावरील वेबीनार संपन्न

स्थानिय : आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालय,यवतमाळ द्वारे क्लीन्जिंग थेरपी या विषयावर वेबिनारचे आयोजन करण्यात आले होते.या वेबिनारला प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून डॉ.पियुष सक्सेना(सिनियर व्हाईस प्रेसिडेंट रिलायन्स इंडस्ट्रीज, मुंबई) हे लाभले होते.तर त्यांच्यासोबत प्रशोत्तराच्या माध्यमातून चर्चा घडून आणण्यासाठी प्राचार्य डॉ उदय नावलेकर उपस्थित होते. सद्य स्थितीत उद्भवलेल्या कोरोन महामारीच्या पार्श्वभूमीवर आरोग्या संबंधी जनजागृती करण्यासाठी महाविद्यालयाची सामाजिक जबाबदारी म्हणून वेबिनारचे आयोजन करण्यात आले होते.वेबिनार मध्ये मार्गदर्शन करतांना डॉ. सक्सेना म्हणाले की,क्लीन्जिंग थेरपीच्या माध्यमातून आपण आपला इलाज आपण स्वत करू शकतो.आपल्या अनेक आजाराचे कारण हे आपल्या खानपानाच्या चुकीच्या सवई मुळे निर्माण झालेल्या असतात त्यामुळे आपल्या शरीरात ती लिव्हर,किडनी व पोटाच्या विविध भागात जमा होतात त्यामुळे आपली कार्यक्षमता कमी होते. ती अनावश्यक घाण बाहेर काढण्यासाठी वेगवेगळया प्रकारच्या क्लीन्जिंग थेरपी त्यांनी सांगितल्या.प्राचार्य डॉ.नावलेकर सरांच्या विविध प्रश्नांना उत्तरे देताना त्यांनी लिव्हर क्लीन्जिंग,किडनी क्लीन्जिंग, ॲसीडीटी क्लीन्जिंग,जोईंट क्लीन्जिंग यासारख्या त्यांनी विकसित केलेल्या २८ प्रकारच्या क्लीन्जिंग थेरपी व त्याचे फायदे या संबंधीची सविस्तर माहिती दिली.या ऑनलाईन वेबिनारच्या माध्यमातून विविध देशभरातून झूम मीटिंग व फेसबुक लाईव्ह च्या माध्यमातून २०० पेक्षा जास्त लोक सहभागी झाले होते.या वेबिनारच्या आयोजनासाठी प्राचार्य डॉ.उदय नावलेकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली रासेयो कार्यक्रम अधिकारी प्रा.गजानन रहाटे ,प्रा.अदित्य नवग्रहे यांनी विशेष प्रयत्न केले.

Abasaheb Parvekar College, Yavatmal

Recipe of
Weight Loss & Fitness

Meeting ID - 241 009 5026

Password - 12345

Hosted by

Dhananjay Tambekar
Managing Director

Dr Uday Navalekar
Principal

02 AUGUST / SUNDAY

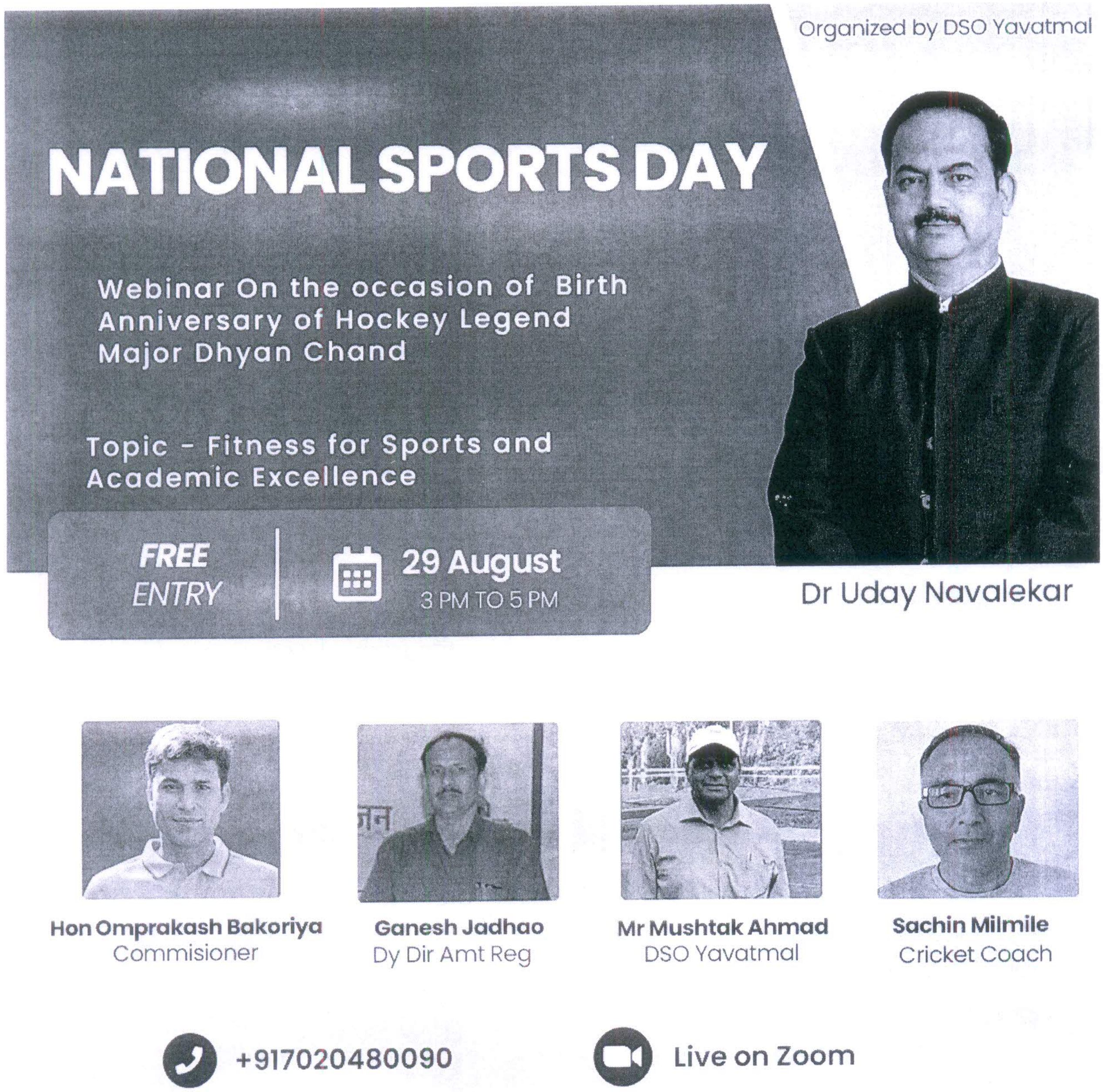
FROM 2 PM

HOSTED ON ZOOM

6.Recipe of weight loss and Fitness

पारवेकर महाविद्यालयात रेसिपी ऑफ वेटलॉस ॲण्ड फिटनेस या विषयावरील वेबीनार संपन्न

स्थानिय : आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालय,यवतमाळ द्वारे रेसिपी ऑफ वेटलॉस ॲण्ड फिटनेस या विषयावरील वेबीनारआयोजित करण्यात आला होता.या वेबिनारला प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून श्री धनंजय तांबेकर (मॅनेजिंग डायरेक्टर गोदावरी अर्बन मल्टीस्टेट क्रेडीट को-ऑपरेटिव्ह सोसायटी) व प्राचार्य डॉ.उदय नावलेकर हे लाभले होते. सद्य स्थितीत उद्भवलेल्या कोरोन महामारीच्या पार्श्वभूमीवर आरोग्या संबंधी जनजागृती करण्यासाठी महाविद्यालयाची सामाजिक जबाबदारी म्हणून या वेबिनारचे आयोजन करण्यात आले होते.वेबिनार मध्ये प्राचार्य डॉ.उदय नावलेकर व श्री धनंजय तांबेकर यांनी स्वतःच्या अनुभवाच्या आधारे वजन कसे कमी करता येयील याविषयी मार्गदर्शन केले. यावेळी मार्गदर्शन करतांना धनंजय तांबेकर म्हणाले की,माणूस नेहमी भूतकाळाची मनाविरुद्ध घडलेल्या घटनांचा विचार व भविष्याची चिंता याने दुखी राहतो त्यामुळे सुद्धा वजन वाढते.वजन कमी करण्यासाठी आहारात बदल करणे जसे कि,आहारात जास्तीत जास्त भाज्यांचा समावेश करणे आवश्यक आहे. तसेच नियमित व्यायाम व ध्यान करणे सुद्धा गरजेचे आहे. डॉ.उदय नावलेकर याप्रसंगी बोलतांना म्हनालेकी,वजन कमी करून फिट राहण्यासाठी फक्त व्यायाम करून चालत नाही तर त्यासाठी आहारात बदल करावा लागतो. उपवास महत्वाचा आहे. रात्री ८ ते दुपारी १२ वाजेपर्यंत निर्जळ उपवास केल्यास अधिक फायदा होतो. उपवास सोडताण्याची सुरुवात दुपारी १२ वाजता पालक,कोथिंबीर, पुदिना,कढीपत्ता,व आवळा इत्यादी पासून बनवलेल्या वस्त्रगाळ ज्यूस णे करावा. दिवसभरात अश्या प्रकारचे ज्यूस किमान ५ ते ६ ग्लास घ्यावे. दिवसा भूक लागल्यास फळे किंवा फळाचा ज्यूस घ्यावा आणि रात्री एकवेळा शिजवलेले सामान्य भोजन घ्यावे.या पद्धतीने डायट प्लान स्वीकारला तर निश्चित वजन कमी तर होईलच शिवाय अनेक छोटे मोठे आजार सुद्धा बरे होतील. ऑनलाईन वेबिनारच्या माध्यमातून राज्यभरातून झूम मीटिंग व फेसबुक लाईव्ह च्या माध्यमातून २०० पेक्षा जास्त लोक सहभागी झाले होते.या वेबिनारच्या आयोजनासाठी रासेयो कार्यक्रम अधिकारी प्रा.गजानन रहाटे ,प्रा.अदित्य नवग्रहे यांनी विशेष प्रयत्न केले.


Organized by DSO Yavatmal
NATIONAL SPORTS DAY
Webinar On the occasion of Birth Anniversary of Hockey Legend Major Dhyan Chand
Topic - Fitness for Sports and Academic Excellence
FREE ENTRY
29 August
3 PM TO 5 PM
Dr Uday Navalekar
Hon Omprakash Bakoriya
Commisioner
Ganesh Jadhao
Dy Dir Amt Reg
Mr Mushtak Ahmad
DSO Yavatmal
Sachin Milmile
Cricket Coach
+917020480090
Live on Zoom

8. National Sports Day

District Sports Dept And APMVY

पारवेकर महाविद्यालयात ऑनलाईन आभासी चर्चा

◆ यवतमाळ, २ सप्टेंबर

स्थानिक आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालय व यवतमाळ जिल्हा क्रीडा विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमाने भारतीय हॉकीचे जादुगार मेजर ध्यानचंद यांच्या जयंती व राष्ट्रीय क्रीडा दिनानिमित्त ऑनलाईन वेब संवादाचे आयोजन करण्यात आले होते. यामध्ये मुख्य मार्गदर्शक म्हणून महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. उदय नावलेकर होते. तर प्रमुख उपस्थिती जिल्हा क्रीडा अधिकारी मुस्ताक अहमद व क्रिकेट प्रशिक्षक सचिन मिलमिले यांची होती. ऑनलाईन वेब संवादामध्ये सुरुवातीला मार्गदर्शन करताना प्राचार्य डॉ. नावलेकर यांनी, भारतीय हॉकीचे जादुगार मेजर ध्यानचंद यांच्या जीवनकार्यावर प्रकाश टाकला. तसेच आजकालचे पालक मुलांना मैदानी खेळ खेळू न देता फक्त पुस्तकी अभ्यासावरच जास्त जोर देतात. त्यामुळे मुलांच्या चौफेर विकासावर मर्यादा येत असल्याचे त्यांनी सांगितले.

पुढे बोलताना त्यांनी यवतमाळातील राष्ट्रीय व आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील क्रीडा क्षेत्रात ठसा उमटविणाऱ्या खेळाडूंना

उदय नावलेकर

प्रश्नोत्तरांच्या माध्यमातून बोलते केले. पारवेकर महाविद्यालयाचे विद्यार्थी व भारतीय हॉकी संघाचे गोलरक्षक, 'बेस्ट गोलकीपर इन आशिया' पुरस्कारप्राप्त आकाश चिकटे यांनी डॉ. नावलेकर यांच्या प्रश्नांना उत्तरे देताना भारतीय हॉकी संघात निवड होईपर्यंतच्या संघर्षमय प्रवासाचे वर्णन केले. महाविद्यालायाचा दुसरा विद्यार्थी आणि नुकत्याच जाहीर झालेल्या यूपीएससी निकालामध्ये भारतातून ३१५ वा क्रमांक प्राप्त करून भारतीय नागरी सेवेमध्ये दाखल होणार असलेल्या अझरुद्दीन काझी यांनीसुद्धा महाविद्यालयीन जीवनात राष्ट्रीय स्तरावर हँडबॉल खेळाडू म्हणून आपले व महाविद्यालयाचे नाव केले होते. ते म्हणाले, मैदानी खेळ खेळल्यामुळे अभ्यासमध्ये एकाग्रता निर्माण होते. म्हणून यूपीएससीसारख्या कठीण समजल्या जाणाऱ्या परीक्षेची तयारी करताना खेळाचीसुद्धा मदत झाली. या वेब संवादामध्ये महाविद्यालयाची विद्यार्थिनी आणि 'खेलो इंडिया' मध्ये सहभाग नोंदविणाऱ्या तसेच संत गाडगेबाबा अमरावती विद्यापीठाच्या महिला व्हॉलिबॉल संघाचे नेतृत्व राष्ट्रीय स्तरावर करणाऱ्या स्मिता बोनकिले हिने पुणे येथून या संवादात आपले अनुभव विशद केले. क्रिकेट प्रशिक्षक सचिन मिलमिले व ३ ते ७ वर्षांच्या मुलांच्या फिटनेससंबंधी कार्य करणारे प्रा. अनंत पांडे यांनीसुद्धा याप्रसंगी आपले विचार व्यक्त केले. या कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन व आभारप्रदर्शन प्रा. डॉ. गजानन रहाटे यांनी केले. या वेब संवादामध्ये राज्यभरातून विविध खेळाडू व क्रीडा रसिक सहभागी झाले होते.

◀ *(तभा वृत्तसेवा)*

फिटनेस फॉर स्पोर्टस अँड एकॅडमिक एक्सलंन्स या विषयावर वेब संवाद

यवतमाळ ■ प्रतिनिधी

स्थानीय आबासाहेब पारवेकर महाविद्यालय, यवतमाळ व जिल्हा क्रीडा विभाग यवतमाळ यांच्या संयुक्त विद्यमाने भारतीय हॉकीचे जादुगार मेजर ध्यानचंद यांच्या जयंती व राष्ट्रीय क्रीडा दिनानिमित्ताने ऑनलाइन वेब संवादाचे आयोजन करण्यात आले होते. यामध्ये मुख्य मार्गदर्शक म्हणून महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.उदय नावलेकर लाभले होते तर प्रमुख उपस्थितीत मा.जिल्हा क्रीडा अधिकारी मुस्ताक अहमद व क्रिकेट कोच श्री सचिन मिलमिले हे लाभले होते. ऑनलाइन वेब संवादामध्ये सुरुवातीला उपस्तीताना मार्गदर्शन करतांना मा.प्राचार्य डॉ.उदय नावलेकर यांनी भारतीय हॉकीचे जादुगार मेजर ध्यानचंद यांच्या जीवनावर प्रकाश टाकला तसेच आजकालचे पालक मुलांना मैदानी खेळ खेळू न देता फक्त पुस्तकी अभ्यासावरच जास्त जोर देतात त्यामुळे मुलांचा चौफेर विकासावर मर्यादा येत असल्याचे दिसून येते असे मत व्यक्त केले.

Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya, Yavatmal.

Report

Webinar on Eat Natural Stay Healthy

Held on 30 th August 2020

Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya, Yavatmal & Rotary Club Nashik jointly organized one day on line workshop for students on **Eat Natural Stay Healthy,** on 30 th August 2020. Dr. Gopal Shastri was the speaker and he gave the students useful tips about Diet. He was also guided the students about adjustment with nature. 200 students were actively participated in the webinar. Dr. U. V Navalekar laid emphasis on healthy diet. Dr. Gajanan Rahate anchored the webinar. All the participants were happy to attend the webinar.

Coordinator

Rahate

Dr. G.A. Rahate

Organizer

Dr. U.V Navalekar

Principal
Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya
Yavatmal

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmal.

Report

One week online Basic Computer Course for Students

Held on 24.08.2020 to 30.08.2020

Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya, Yavatmal Organized Basic Computer Course (on line mode) on 24.08.2020 to 30.08.2020 for students. Our faculty Prof. Dr. Rupesh Kurhekar was the speaker and he guided the students about use of Basic Computer Course. And he was also guided the students about use of Computer in daily life. 300 students were actively participated in this course. Feedback forms were collected from the participants. All the participants were happy to attend the Course.

Coordinator

Dr. Rupesh Kurhekar

Organizer

Dr. U.V Navalekar

Principal
Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya
Yavatmal

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmal.

Report

One Day online Workshop for Students on Use of ICT in Teaching English poetry

Held on 15 thMarch.2021

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmalorganized one day on line workshop for students on**Use of ICT in Teaching English poetry** on 15 thMarch.2021.Dr. Ganesh Khanderao was the speaker and he guided the students about use of ICT in teaching English poetry. 300 students were actively participated in the workshop. Dr. Sanjay Tamgadge anchored the programme. Feedback forms were collected from the participants. All the participants were happy to attend theworkshop.

Coordinator

Dr. S.S Tamgadge

Organizer

Dr. U.V Navalekar

Principal
Abasaheb Parvekar Mahavidyalaya
Yavatmal

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmal.

Report

One Day online Workshop for Students on Competitive Examination

Held on 10th April.2021

AbasahebParvekarMahavidyalaya, Yavatmalorganized one day on line workshop for students on**Competitive Examination on** 10 th April.2021.Dr. YajurvendraMahajanwas the speaker and he guided the students about competitive exam. 400 students were actively participated in the workshop. Dr. U.V. Navalekar also guided the students about general knowledge.Dr. Sanjay Tamgadge anchored the programme. Feedback forms were collected from the participants. All the participants were happy to attend theworkshop.

Coordinator

Dr. S.S Tamgadge

Organizer

Dr. U.V Navalekar