



|| jai sri gurudev ||

ADICHUNCHANAGIRI UNIVERSITY

Faculty of Humanities and Social Sciences

BGSCE

NEWSLETTER

...to Create Tomorrow's Teachers

October 2026 Vol. 01, Issue 10



Prime Patron
Paramapoojya Jagadguru
Sri Sri Sri Dr. Nirmalanandanatha Mahaswamiji.
Chancellor, ACU

Patron
Dr. S. N. Sridhara,
Vice Chancellor, ACU

Chief Editor
Dr. A. T. Shivaramu

Editor
Dr. Devananda A. C.

Associate Editor
Dr. Shobha M.
Dr. Sowmya N. S.
Mr. Hampesh G.

Technical Assistant
Mrs. Divyashree P.

Student Member
Varshitha D. R. &
Sanjana I Keladimath

Newsletter Office
BGS College of Education
Panchajanya, ACU Campus
Nagamangala taluk, Mandya

Chief Editor's Message

From Learning to Leading: Shaping Tomorrow's Teachers

Teaching is a noble profession that inspires young minds, transforms lives, and contributes to nation-building. At BGS College of Education, Adichunchanagiri University, we believe that teacher education extends beyond classrooms to practical experience, professional excellence, and lifelong learning.

I extend my heartfelt appreciation and best wishes to our IV Semester B.Ed. student-teachers as they approach the successful completion of their School Internship and Immersion Programme. Through innovative teaching, ICT integration, action research, reflective practices, and school activities, they have developed essential teaching competencies, confidence, creativity, and professional values.

As you embark on your teaching careers, strive to inspire curiosity, embrace technology, respect diversity, and uphold professional ethics. I sincerely appreciate our faculty mentors, school heads, and cooperating teachers for their invaluable guidance and support.

To our outgoing student-teachers, congratulations and best wishes for your forthcoming examinations and future endeavours. May you become compassionate, innovative, and socially responsible educators.

Your internship may conclude, but your journey of inspiring minds and shaping the future has just begun.

Editor's Message

Education is a continuous journey of intellectual growth, creativity, social responsibility, and transformation. At BGS College of Education, Adichunchanagiri University, we believe that preparing future teachers must extend beyond classroom instruction to embrace research, innovation, cultural awareness, democratic values, and community engagement. Volume 01, Issue 10 of our college newsletter reflects these ideals through the institution's diverse academic and co-curricular initiatives.

Our faculty members and student-teachers actively participated in enriching literary and cultural programmes. The literary seminar 'ಹಿಂದಣ ಹೆಜ್ಜೆಯನರಿಯದೆ – ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂವಾದ' deepened their appreciation of Kannada literature and cultural heritage, while the educational visit to Rangayana and Nātana Rangasamūha, Mysuru, highlighted the significance of theatre and performing arts in promoting creativity, communication, and experiential learning.

Promoting democratic awareness and constitutional values remains an important institutional priority. Our student-teachers' participation in the District-Level Youth Parliament, organised by the Department of Social Welfare, Government of Karnataka, provided valuable exposure to parliamentary procedures. Mr. Divakara K. V. secured Third Place and qualified for the State-Level Mock Parliament, bringing pride to our institution.

Our commitment to social responsibility and sustainable development was demonstrated through initiatives organised by the NSS Units, Eco Club, and Social Science Club. Gandhi Jayanti and Lal Bahadur Shastri Jayanti celebrations, Wildlife Week, Yoga and Posture Awareness, and Heritage Conservation at Govindagatta Village fostered environmental consciousness, cultural appreciation, healthy living, and community service, reinforcing the values of the United Nations Sustainable Development Goals (SDGs).

Academic excellence and professional development continue to guide our efforts. The School Internship and Immersion Programme enabled IV Semester B.Ed. student-teachers to strengthen their professional competencies through classroom teaching, action research, ICT-integrated lessons, advanced pedagogy, and reflective practices, effectively bridging theory and practice.

Faculty research publications on Artificial Intelligence, AI ethics literacy, technology integration, formative assessment, pedagogical innovation, and Outcome-Based Education further reflect our commitment to scholarly excellence and innovation in teacher education.

We gratefully acknowledge the divine blessings of His Holiness Jagadguru Sri Sri Sri Dr. Nirmalanandanatha Mahaswamiji, the visionary guidance of our management, the support of University leadership, and the dedicated contributions of our Principal, faculty members, non-teaching staff, and student-teachers.

As we move forward, let us continue nurturing academically competent, ethically grounded, technologically empowered, culturally sensitive, and socially responsible teachers who will contribute meaningfully to educational excellence and positive social transformation.

ಹಿಂದಣ ಹೆಜ್ಜೆಯನರಿಯದೆ' ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂವಾದಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು ಕೆಂಪೇಗೌಡ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರ ಹಾಗೂ ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನಗಳ ಸಂಯುಕ್ತ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ 'ಹಿಂದಣ ಹೆಜ್ಜೆಯನರಿಯದೆ' ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂವಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಶ್ರೀ ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ಸಮುದಾಯ ಭವನದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿತ್ತು. ಅಕ್ಟೋಬರ್ 6, 2026ರಂದು ನಡೆದ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ಹಾಗೂ ಪ್ರಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ದಿವ್ಯ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಶ್ರೀ ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ಮಹಾಸಂಸ್ಥಾನದ ಪೀಠಾಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಜಗದ್ಗುರು ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಡಾ. ನಿರ್ಮಲಾನಂದನಾಥ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ವಹಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಪೂಜ್ಯರು ಸಾಹಿತ್ಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಂಪರೆಯ ಕುರಿತು ಆಶೀರ್ವಚನ ನೀಡಿದರು. ಕರ್ನಾಟಕ ಚಿತ್ರಕಲಾ ಪರಿಷತ್ತಿನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಶ್ರೀ ಬಿ.ಎಲ್. ಶಂಕರ್ ಮತ್ತು ಹಿರೇಮಠದ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಡಾ. ಶಿವಾನಂದ ಶಿವಾಚಾರ್ಯ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ, ಮಾತನಾಡಿದರು. ಖ್ಯಾತ ಚಿಂತಕರಾದ ಶ್ರೀ ಅಗ್ರಹಾರ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಅವರು ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು.

ಮೊದಲನೇ ಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಚಿಂತಕರಾದ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀಶ ತೋಳ್ಪಾಡಿ 'ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ ಇತಿಹಾಸ ದರ್ಶನ' ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡಿದರು. ಸಾಹಿತ್ಯ ವಿಮರ್ಶಕರಾದ ಡಾ. ಬಸವರಾಜ ಕಲ್ಗುಡಿ 'ಸಾಹಿತ್ಯ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳುವ ಬಗೆ' ಕುರಿತು ತಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮಂಡಿಸಿದರು. ಎರಡನೇ ಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಪ್ರಮುಖ ಕವಿಗಳ ಕವಿತೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಗೋಷ್ಠಿಯು ಸಾಹಿತ್ಯ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅವಲೋಕಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟಿತು. ಡಾ. ಮಲ್ಲೇಪುರಂ ಜಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ ಸಮಾರೋಪ ಭಾಷಣ ಮಾಡಿದರು. ಕೆಂಪೇಗೌಡ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರದ ಸಂಯೋಜನಾಧಿಕಾರಿ ಶ್ರೀ ಎಂ.ಜಿ. ಚಂದ್ರಶೇಖರಯ್ಯ ಸರ್ವರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಕುಲಪತಿಗಳಾದ ಕರ್ನಲ್ ಡಾ. ಎಸ್.ಎನ್. ಶ್ರೀಧರ್ ಅವರು ವಂದನಾರ್ಪಣೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿ.ಇಡಿ ಪ್ರಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡು ಸರಸ್ವತ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೀ ದೇವಾನಂದ.ಎ.ಸಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಂಯೋಜಕರಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿದರು. ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಡಾ. ಎ ಟಿ. ಶಿವರಾಮು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿದರು. ಹಿಂದಣ ಹೆಜ್ಜೆಯನರಿಯದೆ' ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂವಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಇತಿಹಾಸ, ಕಾವ್ಯಪರಂಪರೆ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನೆಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಹಿತ್ಯ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಕುರಿತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಚರ್ಚೆಗೆ ವೇದಿಕೆಯಾಯಿತು. ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಹಿತ್ಯ ಓದು, ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ನಾಯಕತ್ವ ಗುಣವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತಿವೆ.



Participation in District-Level Youth Parliament



Student-teachers participated in the **District-Level Youth Parliament** organized by the **Social Welfare Department, Government of Karnataka**, on 27 October 2026 at **Kaveri Sabhangana, Zilla Panchayat, Mandya,** to commemorate International Democracy Day.

The programme provided an experiential learning platform for student-teachers to develop an understanding of parliamentary procedures, democratic principles, and legislative processes through participation in a mock parliament. The student-teachers were guided and mentored by Dr. A. T. Shivaramu, Principal and Dean, and Mr. Gopal A. H., Assistant Professor, BGS College of Education, whose academic guidance and mentorship facilitated their preparation and active engagement in the programme.



The participation in this district-level academic initiative reflects the institution's commitment to promoting democratic consciousness, leadership competencies, critical thinking, and constitutional values.

"Congratulations"

Student-Teacher Excels in District-Level Youth Parliament

Mr. Divakara K. V., a 1st year student-teacher of BGS College of Education, Adichunchanagiri University, secured Third Place in the District-Level Youth Parliament Competition and qualified for the State-Level Mock Parliament. His achievement reflects commendable leadership, confidence, and awareness of democratic values and parliamentary practices. The institution congratulates him and wishes him continued success at the state level. The college also appreciates the enthusiastic participation of all student-teachers and acknowledges the guidance and encouragement of Dr. A. T. Shivaramu, Principal and Dean, and Mr. Gopal A. H., Assistant Professor.





NSS UNIT-10: COMMUNITY ENGAGEMENT AND SOCIAL RESPONSIBILITY INITIATIVES

As part of its commitment to community engagement, social responsibility, environmental sustainability, and holistic student development, NSS Unit–10 of BGS College of Education organised a series of awareness and community-service activities during August 2026. The programmes provided B.Ed. student-teachers with meaningful opportunities for experiential learning, social outreach, leadership, and responsible citizenship.

Gandhi Jayanti and Lal Bahadur Shastri Jayanti





Gandhi Jayanti was celebrated on 2 October 2026 at Panchajanya Campus under the auspices of NSS Unit–10, BGS College of Education, ACU, in collaboration with BGS Model Public School and BGS PU College. The programme commemorated the birth anniversary of Mahatma Gandhi and Lal Bahadur Shastri highlighted his enduring principles of truth, non-violence, peace, simplicity, cleanliness, and selfless service.

A total of 50 B.Ed. student-teachers participated in the celebration, reflecting on the relevance of Gandhian philosophy in contemporary society and the role of future teachers in promoting moral values, social harmony, and responsible citizenship. The programme emphasized cleanliness, community service, and the integration of ethical values into educational practices.

The celebration strengthened institutional collaboration and encouraged student-teachers to uphold Gandhian ideals in their personal and professional lives, contributing to value-based education and social responsibility.

GURUVANI
GUIDING LIGHT FOR LIFE'S JOURNEY

For the bungalow of Science to be inviolable, it must be built on the indestructible foundation of Knowledge.

Paramapoojya Jagadguru Padmabhushana
Sri Sri Sri Dr. Balagangadharanatha Mahaswamiji

Wildlife Week Celebration

BGS College of Education, Adichunchanagiri University, organized t**he Wildlife Week Celebration–2026** under **NSS Unit–10, Eco Club, and the Social Science Club, in association with the Forest Department, Nagamangala**. A total of 100 B.Ed. student-teachers participated in the programme, which aimed to promote awareness of wildlife conservation, biodiversity protection, and environmental sustainability.





The programme featured an essay writing competition on the theme "Forest Conservation: Our Responsibility", an educational documentary screening on Karnataka's biodiversity, and an interactive awareness session on wildlife conservation. Mr. Sampath Patel, Range Forest Officer, Mandya, attended as the Chief Guest, while Dr. A. T. Shivaramu, Principal, delivered the presidential address. Mr. Gopal A. H., Assistant Professor and Coordinator of the Eco Club and Social Science Club, delivered the keynote address.

The essay competition winners were Ms. Varshitha D. R. (First Place), Ms. Puttalakshmi K. M. (Second Place), and Ms. Akhila (Third Place). The programme encouraged sustainable practices, and highlighted the role of future teachers in promoting wildlife conservation and environmental education.

Campus Yoga, Stretching and Posture Awareness Programme







The College organized a Campus Yoga, Stretching and Posture Awareness Programme to promote physical fitness, mental well-being, and healthy lifestyle practices. A total of 185 participants, comprising 55 non-teaching staff members and 130 B.Ed. student-teachers.

Mr. Lakshman G., Chief Guest and Yoga Instructor, demonstrated yoga asanas, stretching exercises, and posture techniques, emphasizing the importance of regular physical activity for positive lifestyle. Mr. Shivanna C. L., Mr. Gopal A. H., and Mr. V. Puttaswamy highlighted the significance of yoga.

Dr. A. T. Shivaramu, Principal, delivered the presidential address, emphasizing the importance of physical, mental, and social health and encouraging participants to incorporate yoga into their daily routines.

Heritage Conservation Activity

NSS Unit–13 of BGS College of Education organized a Heritage Conservation Activity at Govindagatta Village to promote awareness of local history and preserve ancient Veeragallu, Mastigallu, and Sacrifice Stones. The activity was conducted under the guidance of Mr. Shivanna C. L., NSS Coordinator, with the support of resource persons Mr. Ranganath, Block Coordinator, Azim Premji Foundation, Nagamangala, and Mr. Vijay Kumar.

NSS volunteers actively participated in clearing vegetation and debris around the neglected memorial stones, documenting the heritage site through photographs and GPS coordinates, and learning about the historical, archaeological, and cultural significance of the monuments. An interaction with local villagers highlighted the importance of community participation in protecting and preserving cultural heritage.

SDG Week Celebration – 2026

As part of the SDG Week Celebration – 2027, the Internal Quality Assurance Cell (IQAC) and SDG Cell of BGS College of Education (BGSCE), Adichunchanagiri University (ACU), propose to recognise the active participation and contributions of students from BGSCE and all other constituent colleges of ACU towards promoting the United Nations Sustainable Development Goals (SDGs). Dr. S. N. Sridhar, Hon'ble Vice-Chancellor, ACU, will present Certificates of Appreciation to the participating students in recognition of their commitment to sustainability, environmental protection, social responsibility, and community engagement. This initiative aims to inspire young people to become responsible global citizens and strengthen a collective commitment to achieving the 17 SDGs and building an inclusive, equitable, and sustainable future. Theme: "17 Goals

One Future, A Sustainable World









SCHOOL INTERNSHIP AND IMMERSION PROGRAMME - OCTOBER 2026

IV Semester B.Ed. student-teachers participated in practical examinations, viva voce, academic record verification, and teaching competency assessments as part of the School Internship and Immersion Programme.







The major activities included Understanding Self, Personality and Yoga; Psycho-Social Tools and Techniques (PSST); Advanced Pedagogy I & II; Action Research; and TLM- and ICT-integrated teaching lessons. Student-teachers also completed PPT presentations, submitted reflective diaries, observation records and co-school activity records, and undertook record correction and internal assessment submissions.

Criticism Lessons (26–31 October 2026): Student-teachers demonstrated their classroom teaching competencies through observed lessons and received constructive feedback to improve their pedagogical skills, classroom management, and instructional effectiveness.

The programme emphasised reflective practice, professional competence, and experiential learning, supporting the preparation of effective and responsible future teachers.



ರಂಗಾಯಣ ಮತ್ತು ನಟನ ರಂಗಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಭೇಟಿ

ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಬಿ.ಇಡಿ ಪ್ರಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು 'ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಾಟಕ ಮತ್ತು ಕಲೆ' ಪಠ್ಯದ ಅಂಗವಾಗಿ 13.10.2026ರಂದು ಮೈಸೂರಿನ ರಂಗಾಯಣ ಹಾಗೂ ನಟನ ರಂಗಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದರು.

ರಂಗಾಯಣದಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯ ರಂಗಕರ್ಮಿ ಶ್ರೀಮತಿ ನಂದಿನಿ ಪ್ರಶಾಂತ್ ಅವರು ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ರಂಗಕಲೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು. ನಟನ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಖ್ಯಾತ ರಂಗಕರ್ಮಿ ಶ್ರೀ ಮಂಡ್ಯ ರಮೇಶ್ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲ ಶ್ರೀ ಮೇಘ ಸಮೀರ ಅವರು ನಾಟಕದ ಮೂಲಕ ಸೃಜನಶೀಲತೆ, ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಅನುಭವಾತ್ಮಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಕುರಿತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿದರು.

ಪ್ರಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ರಂಗಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡು 'ಮಹಾಮಾಯಿ' ನಾಟಕವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದರು. ಕಾಲೇಜಿನ ಅಧ್ಯಾಪಕರಾದ ಶ್ರೀ ಸಿ.ಎಲ್. ಶಿವಣ್ಣ, ಡಾ. ಶೋಭಾ ಎಂ. ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಜಿ. ಹಂಪೇಶ್ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

"ರಂಗಭೂಮಿ ಕೇವಲ ಕಲೆಯಲ್ಲ; ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಬೋಧನೆಗೆ ಸೃಜನಶೀಲ ಕಲಿಕೆಯ ಮಾಧ್ಯಮ."





A Mental Health & Suicide Prevention Awareness Programme

On 16 October 2026, the Department of Psychiatry and Clinical Psychology, Adichunchanagiri Hospital and Research Centre, in collaboration with the Student Welfare Committee, BGS College of Education, organized a Mental Health and Suicide Prevention Awareness Programme for first- and second-year B.Ed. student-teachers.

Mr. BharathBhushan M. N., Psychiatric Social Worker and Couple and Family Therapist, served as the resource person. He highlighted the importance of recognizing warning signs of emotional distress, empathetic communication, suicide prevention, and timely professional intervention. The session emphasized the role of teachers in identifying students' emotional needs and fostering safe, inclusive, and supportive learning environments.

Dr. A. T. Shivaramu, Dean, Faculty of Humanities and Social Sciences, and Principal, BGS College of Education, presided over the programme. Mr. Gopal A. H. and Mr. Lokesh Kumar V., Assistant Professors, coordinated the event.

The programme enhanced mental health awareness, encouraged help-seeking behaviour, and sensitized future teachers to their responsibilities in promoting emotional well-being and facilitating access to professional support.







FACULTY RESEARCH AND SCHOLARLY ACHIEVEMENTS



Dr. A. T. Shivaramu,
Professor and Dean, Faculty of Humanities and Social Sciences, and Principal, BGS College of Education

- **AI-Enhanced Formative Assessment and Explainable Learning Analytics in Secondary Mathematics: A Teacher-Driven SmartAI Framework for Achievement, Critical Thinking and Social Skills** – Published in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies (ISSN: 2278-8808), Volume 15, Issue 100, August–September 2026, p. 352.

- **Artificial Intelligence and Pedagogical Innovations in B.Ed. Teacher Education: Advancing Personalized Learning** – Contributed to this research article, which examines the transformative role of artificial intelligence in B.Ed. teacher education.

- **Generative Artificial Intelligence in Secondary School Social Science Education: Pedagogical Opportunities, Ethical Challenges and Future Directions** – Published in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies (ISSN: 2278-8808), Volume 15, Issue 100, August–September 2026.

Dr. Shobha M., *Assistant Professor*



- Dr. Shobha M. published a research article entitled **"AI Ethics Literacy Among Teacher Educators and Preservice Teachers: A Comparative Survey Study"** in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies (ISSN: 2278-8808), Volume 15, Issue 100, August–September 2026.



Mr. C. L. Shivanna, Assistant Professor

Published a research article entitled **"Technology Integration in School Education: A Survey of Teachers' Attitudes, Practices and Challenges in Private Schools of Nagamangala Taluk"** in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies (ISSN: 2278-8808), Volume 15, Issue 100, August–September 2026, p. 305.

Mr. A. H. Gopal, Assistant Professor, BGS College of Education



- Published a research article entitled **"Generative Artificial Intelligence in Secondary School Social Science Education: Pedagogical Opportunities, Ethical Challenges and Future Directions"** in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies (ISSN: 2278-8808), Volume 15, Issue 100, August–September 2026.

Dr. A. C. Devananda, *Assistant Professor*



- Published a research article entitled **"ಭಾಷಾ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ: ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅನ್ವಯಗಳು, ಅವಕಾಶಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಬಳಕೆ"** in the Scholarly Research Journal for Inte26, Vol. 15/100, p. 326.

Mr. Lokeshkumar V., *Assistant Professor*



- Published a research article entitled **"AI-Enhanced Formative Assessment and Explainable Learning Analytics in Secondary Mathematics: A Teacher-Driven SmartAI Framework for Achievement, Critical Thinking and Social Skills"** in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies (ISSN: 2278-8808), Volume 15, Issue 100, August–September 2026, p. 352.

Dr. Sowmya N. S., *Assistant Professor*



- Presented **"Institutional Preparedness for Outcome-Based Education in B.Ed. Colleges: A Teacher Educators' Readiness, Practices, and Policy Needs"** at the 4th International Conference organized by Kumudvati College of Education, Shikaripura, on 17 October 2026.
- Published "**An Empirical Investigation of Artificial Intelligence Literacy Among Prospective Educators: Perspectives from B.Ed. Teacher Trainees in Southern Karnataka"** in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies, August–September 2026, Vol. 15/100, p. 314

Mr. Devaraju B. N., *Assistant Professor*



- Presented **"Between Knowing and Understanding: A Mixed-Methods Study of Teacher Educators' Conceptual Awareness of Outcome-Based Education"** at the 4th International Conference organized by Kumudvati College of Education, Shikaripura, on 17 October 2026.
- Published **"Analytical Study of AI Literacy and Teacher Readiness Among Pre-Service Educators in Karnataka"** in the Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies, August–September 2026, Vol. 15/100, p. 326.

NEWSPAPER HIGHLIGHTS

ಕನ್ನಡಪ್ರಭ

ಪ್ರಬಂಧ ಸ್ಪರ್ಧೆ ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಪ್ತಾಹದಲ್ಲಿ ಡಾ.ಎ.ಟಿ.ಶಿವರಾಮು ಅಭಿಮತ

ಅರಣ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ

• ಕನ್ನಡಪ್ರಭ ವಾರ್ತೆ ನಾಗಮಂಗಲ



ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಗೂ ಬದುಕುವ ಹಕ್ಕಿದೆ. ಅವುಗಳ ಭಿನ್ನ ಬದುಕಿನ ಚಿತ್ರಣ ಮತ್ತು ಜೀವನ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅರಿತು ಸಂರಕ್ಷಿಸುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂದು ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ವಿವಿ ಡೀನ್ ಡಾ.ಎ.ಟಿ.ಶಿವರಾಮು ಹೇಳಿದರು.

ತಾಲೂಕಿನ ಬಿ.ಜಿ.ನಗರದ ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ವಿಭಾಗದ ಪರಿಸರ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗ ಹಾಗೂ ಅರಣ್ಯ ಮತ್ತು ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಂರಕ್ಷಣಾ ಘಟಕ, ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಘಟಕ-10 ಹಾಗೂ ಇಕೋ ಕ್ಲಬ್ ವತಿಯಿಂದ ಬುಧವಾರ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಪ್ತಾಹದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಡಾ.ಬಾಲಗಂಗಾಧರನಾಥ ಶ್ರೀಗಳು ಏದು ಕೋಟಿ ಸಸಿಗಳನ್ನು ನೆಟ್ಟು ಮರಗಳನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಸುವ ಸಂಕಲ್ಪ ತೊಟ್ಟು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀಮಠದ ಪೀಠಾಧ್ಯಕ್ಷ ಡಾ.ನಿರ್ಮಲಾನಂದನಾಥಶ್ರೀಗಳೂ ಕೂಡ ಪರಿಸರದ ಬಗ್ಗೆ ಆಪಾರ ಕಾಳಜಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರು.

ದೇಶದ ಸತ್ಪಜೆಗಳಾದ ನೀವು ಉತ್ತಮ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪರಿಸರ, ವನ್ಯ ಜೀವಿ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯ ಉಳಿದರೆ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಉಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಬದುಕಿನಂತೆ ಪ್ರಕೃತಿಯೂ ಕೂಡ ತನ್ನದೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಈ ಕಾರ್ಯ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರು.

ವಲಯ ಅರಣ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಎಸ್.ಸಂಪತ್ ಪಟೇಲ್ ಮಾತನಾಡಿದರು. ಅರಣ್ಯ ಇಲಾಖೆಯಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಪ್ರಬಂಧ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ವಿಜೇತರಾಗಿ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ವನ್ಯ ಜೀವಿಗಳ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡಿದರು. ಮಹತ್ವ ಪೂರ್ಣ ಸಾಕ್ಷ್ಯ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಬಿತ್ತರಿಸಿದರು. ಈ ವೇಳೆ ಉಪ ವಲಯ ಅರಣ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಕೆ.ಆರ್.ಶಿವಲಿಂಗಯ್ಯ, ಸಹಾಯಕ ಅರಣ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣಾಧಿಕಾರಿ ಬಿ.ಪ್ರಶಾಂತ್, ಕಾಲೇಜು ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಎ.ಎಸ್.ಗೋಪಾಲ್, ಗಸ್ತು ಅರಣ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಪ್ರವೀಣ್ ಜಿ.ವರಗಿ, ಎಸ್.ಎಸ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಧಿಕಾರಿ ಸಿ.ಎಲ್.ಶಿವಣ್ಣ, ಬಿ.ಎಸ್.ಗಂಗಾಧರ್, ಕಳಸೇಗೌಡ, ಚಿಕ್ಕಣ್ಣ, ಆರ್ಕಿತ, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ ಡಾ.ಎ.ಸಿ.ದೇವಾನಂದ್, ಲೋಕೇಶ್ ಕುಮಾರ್, ಜಿ.ರವಿಕುಮಾರ್, ಹಂಪೇಶ್ ಹಲವರು ಇದ್ದರು.

ಯೋಗಭ್ಯಾಸದಿಂದ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಗಳ ನಿವಾರಣೆ : ಡಾ. ಎ ಟಿ ಶಿವರಾಮು

Published 23 seconds ago on October 26, 2026
By Janamitra









ನಾಗಮಂಗಲ: ತಾವು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಪ್ರತಿ ಹೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಯಶಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆತ್ಮತೃಪ್ತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಡೀನ್ ಹಾಗೂ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಡಾ. ಎ ಟಿ ಶಿವರಾಮು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಅವರು ತಾಲೂಕಿನ ಬಿಜಿ ನಗರದ ಪಾಂಚಜನ್ಯ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ ಎನ್ ಎಸ್ ಎಸ್ ಘಟಕ-13 ಮತ್ತು ಬಿಜಿಎಸ್ ಮಾಡೆಲ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ "ಮಹರ್ಷಿ ಪಾಣಿನಿ ಜಯಂತಿ" ಮತ್ತು "ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ-ಯೋಗ ಭಂಗಿಯ ಅರಿವು" ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅನೇಕ ಉಪಯೋಗಗಳಿವೆ. ಬಾಲಕರು ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕರಾದ ನಿಮಗೆ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಬಲ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಭಂಗಿ ಕುದ್ರತೆ, ಕೀಲು, ಮತ್ತಿಗೆ ಹಾಗೂ ಬೆನ್ನು ನೋವು ನಿವಾರಣೆಗೆ ರಾಮಬಾಣ. ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ ಸುಧಾರಿಸಿ, ಒತ್ತಡ ಮಿತಗೊಳಿಸಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿ ಉದಯವಿಕೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಪಾಣಿನಿ ಅವರ ಜಯಂತಿಯನ್ನಾಚರಿಸುವುದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ ಒಳಿತಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರು.

ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ

ಡಾ. ಎ.ಟಿ. ಶಿವರಾಮು। ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಪ್ತಾಹ-2026 ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ



ನಾಗಮಂಗಲ: ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಗೂ ಬದುಕುವ ಹಕ್ಕಿದೆ. ಅವುಗಳ ವಿಭಿನ್ನ ಬದುಕಿನ ಚಿತ್ರಣ ಹಾಗೂ ಜೀವನ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅರಿತು ಸಂರಕ್ಷಿಸುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಡೀನ್ ಹಾಗೂ ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ ಡಾ. ಎ.ಟಿ. ಶಿವರಾಮು ಹೇಳಿದರು.

ತಾಲೂಕಿನ ಬಿ.ಜಿ.ನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ ಅರಣ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳ ಕಚೇರಿ, ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಘಟಕ-10 ಹಾಗೂ ಇಕೋ ಕ್ಲಬ್ ವತಿಯಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಪ್ತಾಹ-2026 ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಅವರು ಮಾತನಾಡಿದರು. ಆಮಿಷಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸೋಣ, ವನ್ಯಜೀವಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸೋಣ ಎಂಬ ಧ್ಯೇಯವಾಕ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಅ.10ರಿಂದ 16ರವರೆಗೆ ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಪ್ತಾಹ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅರಣ್ಯ ಮತ್ತು ವನ್ಯಜೀವಿ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವುದು, ಪ್ರಬಂಧ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಯುವಜನರ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಇದರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ ಎಂದರು.

ಕವಿ ಪೂರ್ಣಚಂದ್ರ ತೇಜಸ್ವಿಯವರ ಅರಣ್ಯ, ವನ್ಯಜೀವಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕೃತಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿದ ಅವರು, ಪರಿಸರ ರಕ್ಷಣೆ ಪ್ರಬಲ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪರಮ ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಬಾಲಗಂಗಾಧರನಾಥ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿಗಳ ಆಶಯದಂತೆ ಏಡು ಕೋಟಿ ಮರಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಸಂಕಲ್ಪ ತೊಟ್ಟು ಇದನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀ ನಿರ್ಮಲಾನಂದನಾಥ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿಗಳವರು ಕೂಡ ಪರಿಸರ ಪ್ರೇಮಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಮರಗಳನ್ನು ಅಪ್ಪಿ ಮಾತನಾಡಿ ಅವುಗಳಿಂದಿಗೆ ಬಾಂಧವ್ಯ ಬೆಳೆಸುವ ಪರಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು.ಯುವಜನರು ಉತ್ತಮ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪರಿಸರ, ಅರಣ್ಯ ಮತ್ತು ವನ್ಯಜೀವಿಗಳು ಉಳಿದರೆ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಉಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಬದುಕಿನಂತೆ ಪ್ರಕೃತಿಯೂ ಕೂಡ ತನ್ನದೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಈ ಕಾರ್ಯ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರು.

ಕಾಲೇಜಿನ ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಎಸ್. ಗೋಪಾಲ್ ಪ್ರಾಸ್ತಾವಿಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಉದ್ದೇಶ ಹಾಗೂ ಮಹತ್ವವನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು. ಗಸ್ತು ಅರಣ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಪ್ರವೀಣ್ ಜಿ. ವರಗಿ ಅರಣ್ಯ ಮತ್ತು ವನ್ಯಜೀವಿಗಳ ಕುರಿತು ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು.

ಅರಣ್ಯ ಇಲಾಖೆ ವತಿಯಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಪ್ರಬಂಧ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ವನ್ಯಜೀವಿಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಕುರಿತು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಮಂಡಿಸಿದರು. ಇದೇ ವೇಳೆ ವನ್ಯಜೀವಿಗಳ ಕುರಿತ ಸಾಕ್ಷ್ಯ ಚಿತ್ರ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲಾಯಿತು.ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಧಿಕಾರಿ ಸಿ.ಎಲ್. ಶಿವಣ್ಣ ಉಪ ವಲಯ ಅರಣ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಶಿವಲಿಂಗಯ್ಯ ಕೆ. ಆರ್., ಸಹಾಯಕ ಅರಣ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣಾಧಿಕಾರಿ ಬಿ. ಪ್ರಶಾಂತ್, ಬಿ.ಎಸ್. ಗಂಗಾಧರ್, ಕಳಸೇಗೌಡ, ಚಿಕ್ಕಣ್ಣ, ಆರ್ಕಿತ, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ ಡಾ. ಎ.ಸಿ. ದೇವಾನಂದ್, ಲೋಕೇಶ್ ಕುಮಾರ್, ರವಿಕುಮಾರ್, ಜಿ. ಹಂಪೇಶ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಅರಣ್ಯ ಇಲಾಖೆ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ಯೋಗಭ್ಯಾಸದಿಂದ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಗಳ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಮದ್ದು ಯೋಗ



ನಾಗಮಂಗಲ:ಅ.26. ತಾವು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಪ್ರತಿ ಹೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಯಶಸ್ಸು, ಮತ್ತು ಆತ್ಮತೃಪ್ತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಡೀನ್ ಹಾಗೂ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಡಾ. ಎ ಟಿ ಶಿವರಾಮು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಅವರು ನಾಗಮಂಗಲ ತಾಲೂಕಿನ ಬಿಜಿ ನಗರದ ಪಾಂಚಜನ್ಯ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಬಿಜಿಎಸ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ ಎನ್ ಎಸ್ ಎಸ್ ಘಟಕ-13 ಮತ್ತು ಬಿಜಿಎಸ್ ಮಾಡೆಲ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ "ಮಹರ್ಷಿ ಪಾಣಿನಿ ಜಯಂತಿ" ಮತ್ತು "ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ-ಯೋಗ ಭಂಗಿಯ ಅರಿವು" ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅನೇಕ ಉಪಯೋಗಗಳಿವೆ. ಬಾಲಕರು ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕರಾದ ನಿಮಗೆ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಬಲ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಭಂಗಿ ಕುದ್ರತೆ, ಕೀಲು. ಕುತ್ತಿಗೆ ಹಾಗೂ ಬೆನ್ನು ನೋವು ನಿವಾರಣೆಗೆ ರಾಮಬಾಣ. ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ ಸುಧಾರಿಸಿ, ಒತ್ತಡ ಮಿತಗೊಳಿಸಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿ ಉದಯವಿಕೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ.



Upcoming Events:

Date	Events
04.11.2026 to 06.11.2026	C2 Test for 2nd Semester
02.11.2026 to 05.11.2026	IBM SkillsBuild Digital Skilling in collaboration with Magic Bus India Foundation
13.11.2026	MAAC Visits
23.11.2026 to 30.11.2026	2nd Semester end Examination

