

INTERNATIONAL YOGA DAY @ SBPS

The students of SBPS observed the International Yoga Day with the theme 'Yoga for Humanity'. The students performed yoga with their parents on a virtual platform. Students also displayed various asanas in the school premises. A special yoga session was organized for the teachers as well. A special assembly was conducted to spread awareness and the message of the theme of International Yoga Day. Various competitions like drawing, face painting and PPT making were also held.

School Head Personnel & Admin Dr. Pradip Varma extended his warm wishes on this occasion and stated that yoga helps to keep our mind stress free.

Principal Mrs. Paramjit Kaur expressed her views on the importance of this day by asserting on the fact that when we perform yoga, we establish a connect between our mind and body.

सरला बिरला पब्लिक स्कूल, रांची में 'विश्व योग दिवस'

विश्व योग दिवस पर 'योग फॉर ह्यूमैनिटी' थीम पर सरला बिरला पब्लिक स्कूल के छात्रों ने योग किया। नन्हें छात्रों ने अपने अभिभावकों के साथ वर्चुअल मंच पर योग किया। छात्रों ने विद्यालय परिसर में विभिन्न योगासनों के महत्व को बताते हुए योगाभ्यास किया। एक विशेष योग सत्र का आयोजन अध्यापकों के लिए भी किया गया। 'विश्व योग दिवस' के अवसर पर जागरूकता लाने हेतु छात्रों ने विशेष प्रार्थना सभा का आयोजन किया। चित्रकारी, फेस पेंटिंग और पी.पी.टी. मेकिंग जैसी अनेक प्रतिस्पर्धाओं ने योग दिवस की विशिष्टता में चार चांद लगा दिए।

विद्यालय के कार्मिक व प्रशासनिक प्रमुख डॉ. प्रदीप वर्मा ने सभी को अपनी हार्दिक शुभकामनाएँ देते हुए कहा कि योग करने से हमारा मस्तिष्क तनाव मुक्त रहता है।

प्राचार्या श्रीमती परमजीत कौर ने योग की महत्ता बताते हुए कहा कि जब हम योग करते हैं, तब हम अपने शरीर का मस्तिष्क के साथ एक सुंदर तादात्म्य स्थापित करते हैं।



