



# Nirwan University Jaipur

Established by the Rajasthan State Legislature vide Act No.2 of 2017 and recognized u/s 2(f) of the UGC Act 1956

## ACTIVITY REPORT Academic Year 2024-25

1. **Name of the Organising Department:** School of Yoga and Physical Education
2. **Activity Title:** Yoga For Children
3. **Date & Duration of Activity:** August 06, 2024 (11:00 AM to 12:30 PM)
4. **Venue of Activity:** Mahatma Gandhi Government School, Dhamsya, Jaipur
5. **Name & Contact Details of the Organizer:** Dr. Krishna Agarwal,

Asst. Prof., Dean School of Yoga and Physical Education  
Nirwan University Jaipur

### 6. Participants Details with list:

Total Participants	Number of Male	Number of Female
23	13	10

7. **Target Audience:** Students of Mahatma Gandhi Government School, Dhamsya, Jaipur

### 8. Objectives of The Activity

- To introduce the concept and practice of yoga to students.
- To promote physical health and flexibility.
- To enhance mental well-being and reduce stress.
- To improve concentration and academic performance.

9. **Budget:** 900/-

CASH MEMO  
**A.G. FOODS**  
Nirwan University, NH 21, Jhar, Agra Road, Jaipur  
Paytm No. : 9557263945

No. **171** Date **6/8/24**  
Patient's Name: **School of Yoga Physical Education, Nirwan University, Jaipur**

Qty.	Particulars	Rate	Amount Rs. P.
30	Real Juice	20	600
30	Oreo Biskit	10	300
TOTAL			900

Receiver Signature: *[Signature]* Date: **06/08/2024**  
Signature: *[Signature]* Date: **07.08.24**

10. **Any suggestion for improvement based on the feedback or otherwise:** More frequent yogic activities should be.

# NOTICE



## Nirwan University Jaipur

Established by the Rajasthan State Legislature vide Act No. 2 of 2017 and recognized w/o 2(f) of the UGC Act 1956

Ref: NUJ/Reg./2024/ 315

Date: 05.08.2024

### Notice

As a part of extension/community outreach activity and the recommendation of NEP-2020, **Yoga & Wellness Center (OJAS)** of University is going to organize an activity "**Yoga for Children**" on August 06, 2024 in Mahatma Gandhi Government School, Dhamsya, Jaipur.

The main aim of the program is to promote a holistic approach to children health by emphasizing the importance of physical, mental, and emotional well-being.

Further, the aforementioned activity will be coordinated by Dr. Krishna Agarwal.

It has approval of the competent authority.



### Copy to:

1. All concerned
2. Notice Board
3. Guard File

[www.nirwanuniversity.ac.in](http://www.nirwanuniversity.ac.in)

[info@nirwanuniversity.ac.in](mailto:info@nirwanuniversity.ac.in)

[www.facebook.com/nirwanuniversity](https://www.facebook.com/nirwanuniversity)

[www.linkedin.com/company/nirwanuniversity](https://www.linkedin.com/company/nirwanuniversity)

+91 9287800300

Nirwan University, Near Bassi-Rajadhok Toll,  
Agra Road, Jaipur-303305





**NIRWAN UNIVERSITY JAIPUR**

# **Yoga & Wellness Center (OJAS)**

**Organizes**

## **YOGA FOR CHILDREN**

**Day & Date: Tuesday, August 06, 2024**  
**Time: 11:00 AM 12:30 PM**

**Venue:**  
**Mahatma Gandhi Government School**  
**Dhamsya, Jaipur.**



**+91 92898 00300**



**info@nirwanuniversity.ac.in**



**www.nirwanuniversity.ac.in**



**nirwan.university**



**nirwanuniversity**

## **Brief Report of The Event**

### **Yoga For Children (August 06, 2024)**

On August 6, 2024, the Yoga & Wellness Center (OJAS), Nirwan University Jaipur conducted a special yoga session for children at Mahatma Gandhi Government School, Dhamsya, Jaipur aimed at promoting physical health, emotional well-being, and mindfulness among students. Dr. Krishna Agarwal, Dean, Assistant Professor, School of Yoga and Physical Education coordinated the event.

The activity yoga for children was a resounding success, achieving its objectives of promoting holistic health among students. The positive feedback and enthusiastic participation highlight the potential for yoga to be an integral part of the school's wellness initiatives. Continued collaboration with the Yoga & Wellness Center and regular sessions can further enhance the overall well-being of the students.



MJWS

# कार्यालय-सर्कारी प्राथमिक विद्यालय

चक हुरेला, तह.-जम्बरामगढ, जिला-जयपुर (राज.)

प्रेषक  
प्रधानाध्यापक  
MJWS राजकीय प्राथमिक विद्यालय  
चक हुरेला, जम्बरामगढ, जयपुर  
राज.



प्रेषित :  
श्रीमान् HOD  
School of Yoga &  
Physical Education


क्रमांक : 267

दिनांक 06/08/2024

विषय : Yoga for children

प्रमाणित किया जाता है कि डा० कृष्णा अग्रवाल (Dean & Asst. Prof.) ने आज दिनांक 06/08/2024 को स्थानीय विद्यालय में 'बच्चों के लिए योग' गतिविधि का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया।


महसूस कि (i) सभी बच्चों ने उत्साहपूर्वक रूप से योग किया।  
(ii) निम्नलिखित रूप से योग करने हेतु प्रेरित किया गया।  
(iii) योग के महत्व की जानकारी दी गई।  
(iv) भविष्य में भी निरविरत विश्व विद्यालय जयपुर द्वारा इस प्रकार की स्वास्थ्य सम्बन्धी गतिविधियों का आयोजन हो। इस हेतु आपसे अनुरोध है।

  
06/08/2024

HEAD MASTER  
MAHATMA GANDHI GOVT. SCHOOL  
CHAK HURELA BLOCK-ANDHI  
JAIPUR

# Geotag Photographs









**NIRWAN UNIVERSITY JAIPUR**

## YOGA FOR CHILDREN

Date: 6 August, 2024

Venue: Mahatma Gandhi Government School, Dhamsya, Anchi Block, Jaipur

+91 92398 00300
info@nirwanuniversity.ac.in
nirwan.university

www.nirwanuniversity.ac.in
nirwanuniversity

## News Report

### **Yuva** स्टोरीज

## विद्यार्थियों को सिखाए शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रहने के गुर



**बेधड़क । जयपुर**

योग और वेलनेस सेंटर (ओजस) निर्वाण विश्वविद्यालय जयपुर ने महात्मा गांधी सरकारी स्कूल धामस्या जयपुर में विद्यार्थियों के लिए एक एक्सटेंशन एक्टिविटी के तहत योग सत्र का आयोजन किया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों में शारीरिक स्वास्थ्य, भावनात्मक कल्याण और आत्मचिंतन को बढ़ावा देना था।

इस अवसर पर निर्वाण विश्वविद्यालय के चेयरमैन डॉ. एस. एल. सिहाग ने कार्यक्रम की सराहना की और कहा कि विद्यार्थियों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में योग का महत्वपूर्ण योगदान है। वाइस चेयरमैन डॉ आरके अरोड़ा ने कहा कि नियमित योगाभ्यास से विद्यार्थी ना केवल शारीरिक

रूप से बल्कि मानसिक रूप से भी सशक्त बनते हैं। इस प्रकार की गतिविधियों से विद्यार्थियों का सर्वांगीण विकास होता है। कक्षा 1 से 6 तक के विद्यार्थियों के लिए यह कार्यक्रम विशेष रूप से महत्वपूर्ण रहा। योग के माध्यम से बच्चों में न केवल शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार मिलता है, बल्कि मानसिक तनाव, अवसाद और पढ़ाई के बोझ को भी कम करने में मदद मिलती है। इस कार्यक्रम का आयोजन स्कूल ऑफ योगा एंड फिजिकल एजुकेशन की डीन डॉ. कृष्णा अग्रवाल ने किया। डॉ. अग्रवाल ने इस प्रकार के कार्यक्रमों को आगे भी आयोजित करने का आश्वासन दिया, जिससे स्कूली बच्चों का शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक विकास सुनिश्चित हो सके।



## Attendance Sheet



### YOGA & WELLNESS CENTER(OJAS)

#### Attendance Sheet

Date: 06/08/2024

Name of The Event/Activity: Yoga for children

S.NO.	NAME OF THE PARTICIPANT	SIGN
1.	Tanvi Gujjar	Tanvi
2.	Ishika Prajapat	Ishika
3.	Akhilash Meena	अखिलेश
4.	Ishu Gujjar	Ishu
5.	Divya Kanwar	Divya
6.	Pooja Prajapat	Pooja
7.	Gurjan Prajapat	Gurjan
8.	Arushi Meena	अरुषी
9.	Aryan Meena	Aryan
10.	Aman Balai	Aman
11.	Rohit Meena	रोहित
12.	Diksha Gujjar	Diksha
13.	Bedhadak Gujjar	Bedhadak
14.	Shivani Gujjar	शिवानी
15.	Komal Gujjar	कमल
16.	Ankit Meena	अंकित
17.	Shivani Prajapat	शिवानी
18.	Bhanu Prajapat Singh	भानु
19.	Roshan Lal Meena	रोशन
20.	Riya Sharma	Riya Sharma
21.	Anita Kumari Jat	Anita
22.	Amit Meena	Amit
23.	Dayachand Meena	Dayachand

Coordinator Signature

Ad  
06/08/2024

**Report Submitted by:** Dr. Krishna Agarwal, Dean, Asst. Prof, School of Yoga and Physical Education, Nirwan University Jaipur.

