

# SPORTS

**Motherland Career College, Tonk is committed to promoting sports and physical education as an integral part of our students' overall development. Our sports program aims to foster teamwork, discipline, and physical fitness, while also encouraging healthy competition and sportsmanship.**

## Role

- Improved mental health: Sports can help reduce stress, anxiety and depression by releasing endorphins that boost the mood.
- Better physical health: Engaging in sports can help maintain a healthy weight, improve sleep and boost the immune system.
- Increased self-esteem: Exercise and sports can help improve self-esteem and cognitive function in young people.
- Better academic performance: Students who participate in sports tend to have better academic performances and are more likely to graduate.
- Developing leadership skills: Sports can help build leadership skills and teach important life skills such as discipline, time management and teamwork.
- Building a sense of community: Sports can help students feel a sense of belonging and connection with their peers.


Ref.No. MLCC/TONK/23-24/1387


Date : 22.08.2024

## कार्यालय आदेश

आयुक्तालय कॉलेज शिक्षा राजस्थान, जयपुर के पत्रांक F7(4)VIVID/Acad/cce-02880 के अनुसार महाविद्यालय में दिनांक 26 से 31 अगस्त 2024 तक खेल आयोजित किया जाना है। महाविद्यालय में खेलों का आयोजन किया जा रहा है जिसका कार्यक्रम निम्नानुसार आयोजित करवाया जाना है। निम्न कार्यक्रम के अनुसार संकाय सदस्यों खेल सप्ताह आयोजित करने की सुनिश्चितता करेंगे।

क्र. स.	दिनांक	दिनांक/समय	आयोजन
01	26.08.2024	प्रातः 10:00 बजे से 11:00 बजे तक	02 से 05 कि मी दौड़
02	27.08.2024 व 28.08.2024	प्रातः 09:00 बजे से 05:00 बजे तक	सतौलिया, रस्सा-कस्सी, झपटा, गिल्ली डण्डा, कुश्ती, कबड्डी, खो-खो
03	29.08.2024	प्रातः 10:00 बजे से 04:00 बजे तक	बॉक्सिंग, शतरंज
04	30.08.2024	प्रातः 09:00 बजे से 05:00 बजे तक	क्रिकेट, बैडमिन्टन,
05	31.08.2024	प्रातः 09:00 बजे से 05:00 बजे तक	बास्केटबाल, बिलियर्ड्स

  
खेल संयोजक

  
प्राचार्य  
(डॉ. मीरसिंह प्रसाद जोनवाल)  
टॉक  
प्राचार्य



## बॉक्सिंग प्रतियोगिता में तौसीफ ने जीता गोल्ड



टॉक. महर्षि दयानंद सरस्वती विश्वविद्यालय की ओर से अजमेर में आयोजित बॉक्सिंग

प्रतियोगिता में मदरलैंड कैरियर कॉलेज के छात्र तौसीफ अहमद ने 59 किलो भार वर्ग में गोल्ड मेडल जीता है। निर्देशक कमलेश सिंगोदिया ने तौसीफ का माला पहनाकर स्वागत किया।

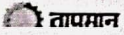
## टॉक भास्कर

अजमेर | बुधवार, 27 नवंबर, 2024

निवाड़ी • देवली • मालपुरा • देवी

टोडारायसिंह • उनियारा • पीपल्स

dainikbhaskar.com



तापमान

जिला परिषद के अधिकारियों की लापरवाही उजागर • विधानसभा की समिति ने माना गबन, अब घाट घनाने में कई गुणा खर्चा आएगा

### तौसीफ अहमद ने कॉलेज बॉक्सिंग में राज्य स्तर पर गोल्ड मेडल जीता

टॉक। महर्षि दयानंद सरस्वती विश्वविद्यालय अंतर कॉलेज प्रतियोगिता में तौसीफ अहमद गोल्ड मेडल प्राप्त किया है। इ.स.का मदरलैंड कैरियर कॉलेज के स्टाफ ने स्वागत किया। छात्र तौसीफ अहमद ने 59 किलो भार वर्ग में महर्षि दयानंद सरस्वती विवि द्वारा आयोजित डीएवी कॉलेज अजमेर में बॉक्सिंग प्रतियोगिता में गोल्ड मेडल जीतकर जिले का नाम रोशन किया। उसकी जीत पर कॉलेज निर्देशक ने कमलेश सिंगोदिया ने तौसीफ की कॉलेज की फीस फ्री की। साथ ही नेशनल लेवल पर भी अच्छा परफॉर्मेंस देने पर इनाम देने की घोषणा की है। इस मौके पर नदीम अख्तर सहित कई खेल प्रेमियों ने हर्ष जताया है।