

बास्केटबॉल स्पोर्ट्स हॉस्टल (छात्र)

पीएम श्री राजकीय उत्कृष्ट वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला

पपरोला

जिला कांगड़ा हिमाचल प्रदेश

बास्केटबॉल स्पोर्ट्स हॉस्टल (छात्र)
पीएम श्री राजकीय उत्कृष्ट वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला
पपरोला
जिला कांगड़ा हिमाचल प्रदेश

श्री सुरेश कुमार (कोच)
2022 से लेकर मार्च 2026 तक खेल उपलब्धियाँ

स्थापना
वर्ष
जून 1985

कुल
विद्यार्थी
20 (बीस)





प्रशिक्षण सारणी

अप्रैल से नवंबर

सुबह: 5:00 बजे से 8:00 बजे तक

- ❖ Warming up (45 min.)
- ❖ Ball juggling exercise (20 min)
- ❖ Fundamental (20 min)
- ❖ Group Tectics(20 min)
- ❖ Game (45 min)
- ❖ Shooting(30 min)

शाम: 4:00 बजे से 7:00 बजे तक

- ❖ Warming up (30 min.)
- ❖ Individual training (20 min)
- ❖ Group Tactics (20 min) 1on 1 ,2 on 2,3 on 3,4 on 4.
- ❖ Game (01:20 min)
- ❖ Shooting (30 min)



प्रशिक्षण सारणी

दिसंबर से मार्च

सुबह: 6:00 बजे से 8:00 बजे तक

- ❖ Warming up (30 min.)
- ❖ Ball juggling exercise (10 min)
- ❖ Fundamental (10 min)
- ❖ Group Tactics(10 min)
- ❖ Game (45 min)
- ❖ Shooting(15 min)

शाम: 4:00 बजे से 6:00 बजे तक

- ❖ Warming up (20 min.)
- ❖ Individual training (10 min)
- ❖ Group Tactics (20 min) 1on 1 ,2 on 2,3 on 3,4 on 4.
- ❖ Game (01:00 hour)
- ❖ Shooting (10 min)



राज्य चैंपियन 2022 विजेता

स्थल: सरकाघाट

4 खिलाड़ियों ने राष्ट्रीय प्रतियोगिता N.C.T.
दिल्ली में भाग लिया

राज्य चैंपियन 2023 विजेता

G.S.S.S. बेसडा ऊना

5 खिलाड़ियों ने स्कूल नेशनल, पटियाला
पंजाब में भाग लिया



5 खिलाड़ी – नेशनल U-19, पटियाला पंजाब
(2024-25)



3 खिलाड़ी – नेशनल U-17, गुरुग्राम हरियाणा
(2024-25)



पिछले 3 वर्षों में U-14, U-17, U-19,
BFI में 14 खिलाड़ी राष्ट्रीय स्तर पर खेले



**CHAMPION U-19 BOYS STATE TOURNAMENT
HELD AT GSSS UNA 2025-26
05 PLAYER SELECTED IN SCHOOL NATIONAL
GAMES HELD AT BARMER RAJSTHAN & U-17
04 PLAYER PARTICIPATE SCHOOL NATIONAL
GAME HELD AT (RAJNAND GAON)
CHHATISGARH**



पपरोला स्पोर्ट्स होस्टल की टीम बनी बास्केटबाल चैम्पियन

अंतर-19 तारा रत्न मैमोरियल राज्य स्तरीय बास्केटबाल प्रतियोगिता सम्पन्न

हमीरपुर, 25 दिसम्बर (राजेश): टीमोंद्वारे में पूर्व प्रथममंत्री अटल बिहारी वाजपेयी जयंती पर आयोजित 2 दिवसीय अंतर-19 तारा रत्न मैमोरियल राज्य स्तरीय बास्केटबाल (लड्डू के) प्रतियोगिता सोमवार को सम्पन्न हो गई, जिसमें बहुरंगीय युवा मुछामने प्रेम कुमार धूमल ने शिरकत की। इस अवसर पर अंतरराष्ट्रीय बास्केटबाल एवं खिलाड़ी बेनी राम चौहान, मंगल पांडेय विजय अतिथि के रूप में मौजूद रहे। प्रतियोगिता का परमेश्वर मैच पपरोला स्पोर्ट्स होस्टल और एच.सी.एम. जी.ए.जी. कांगड़ा के बीच हुआ। इसमें बाईके टीम को उत्कृष्ट में पपरोला स्पोर्ट्स होस्टल की टीम 57-43 से विजिता बनी।



देकर सम्मानित किया। प्रेम कुमार धूमल ने कहा कि टोपीद्वारे में श्रेष्ठ बास्केटबाल के खिलाड़ियों की तैयारी है। उन्होंने कहा कि खेल के हर से प्यारी है और बास्केटबाल खिलाड़ी भी हैं, इससे बेहतर श्रद्धा की कल्पना की जा सकती है। उन्होंने कहा कि आगे चल, और पुराने खिलाड़ियों से मिलकर बहुत अच्छा होगा। उन्होंने बेहतर प्रतियोगिता के आयोजन के लिए विजय बहाल और उनकी टीम को बधाई दी। इस मौके पर मंगल अरुणभ प्रो. विक्रम राजा, महामंत्री अजित चौहान, तिलक परियार, चंकरन खन्ना, तिलक राज बहल, राज कुमार बहाल, रजिनी चंद, हरिकेश प्यार चंद, महादेव, जगदीश चौहान, बलवंत चौहान, अमरगुप्त चौहान, अर्जुन राम परमार, हरदेव, सचिव चौहान व अरुण कल मुला सहित अन्य सम्मान्य लोग मौजूद रहे। विजिता टीम को 15 हजार रुपए व ट्रॉफी तथा उपविजिता टीम को 13 हजार रुपए व ट्रॉफी देकर सम्मानित किया गया।

हमीरपुर : पूर्व मुछामने प्रेम कुमार धूमल 2 दिवसीय अंतर-19 तारा रत्न मैमोरियल राज्य स्तरीय बास्केटबाल (लड्डू के) प्रतियोगिता की विजिता पपरोला स्पोर्ट्स होस्टल की टीम को सम्मानित करते हुए। (राजेश)



हमीरपुर : पूर्व मुछामने प्रेम कुमार धूमल तारा-रत्न मैमोरियल राज्य स्तरीय बास्केटबाल (लड्डू के) प्रतियोगिता के समापन अवसर पर पूर्व अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ी बेनी राम को सम्मानित करते हुए। (राजेश)

भाजपा आज ऊना में करेगी लांछित मार्च

ऊना, 25 दिसम्बर (सुरेश): भारतीय जनता पार्टी द्वारा और बाल विद्यार के अवसर पर मंगलवार को जिला मुख्यालय पर सुबह 10 बजे सभी कार्यकर्ताओं की भागीदारी में लेकर गुड्डाहा रोडविक क्लिक करी मार्च निकाले। कार्यक्रम की अध्यक्षता विजय कुमार शर्मा ने किया। भाजपा के विद्यार अध्यक्ष बरपाल सिंह मित्त ने बताया कि सुबह सभी कार्यकर्ता कार्यकर्ता विक्रमगुह ऊना में एकजिंत होंगे। इस दौरान देवी और मां के लिए कुर्बानी देने वाले साहित्यकारों को ब्रह्मसमर्पण अर्पित किए जायेंगे।

हमीरपुर : पूर्व मुछामने प्रेम कुमार धूमल अंतर-19 तारा रत्न मैमोरियल राज्य स्तरीय बास्केटबाल (लड्डू के) प्रतियोगिता की उपविजिता एच.सी.एम. जी.ए.जी. कांगड़ा की टीम को सम्मानित करते हुए। (राजेश)

स्पोर्ट्स हॉस्टल पपरोला ने डीएवी कांगड़ा को 53-47 के अंतर हरा जीता फाइनल

पूर्व सीएम प्रेम कुमार धूमल ने किया टीमों को पुरस्कृत

देश प्यार न्यून | राजनीश शर्मा

हमीरपुर। स्पोर्ट्स हॉस्टल पपरोला ने डीएवी कांगड़ा को हरा कर तारा रत्न मैमोरियल अंतर 19 (बाँजज) स्टेट टूर्नामेंट जीत लिया है। टोपी देवी में खेले गए इस दो दिवसीय टूर्नामेंट में प्रदेश भर की 12 टीमों ने भाग लिया। विजिता टीम को 15 हजार रुपए की इनाम राशि और ट्रॉफी तथा उपविजिता टीम को 13 हजार रुपए तथा ट्रॉफी देकर सम्मानित किया गया। पूर्व मुख्यमंत्री प्रेम कुमार धूमल ने खिलाड़ियों और पूर्व खिलाड़ियों को पुरस्कृत किया। इससे पहले प्रोफेसर प्रेम कुमार धूमल, पूर्व इंटरनेशनल बास्केटबाल प्लेयर कैप्टन बेनी राम, डीएसपी सुरजीत सिंह का आयोजन स्थल पर पहुंचने पर गर्मजोशी से स्वागत किया गया। आपको बता दें कि पहला सेमीफाइनल टोपी देवी व डीएवी कांगड़ा ने खेला गया जिसमें डीएवी कांगड़ा ने टोपी देवी को 62 के मुकाबले 17 अंकों से हराकर फाइनल में प्रवेश किया।



दूसरा सेमीफाइनल बास्केट बाल एसोसिएशन हमीरपुर व स्पोर्ट्स हॉस्टल पपरोला के बीच खेला गया जिसमें स्पोर्ट्स हॉस्टल पपरोला ने 74 - 44 से जीत दर्ज की। इन मैचों में पूर्व इंटरनेशनल बास्केटबाल प्लेयर कैप्टन बेनी राम और डीएसपी सुरजीत सिंह मुख्य अतिथि रहे। फाइनल में स्पोर्ट्स हॉस्टल पपरोला व डीएवी कांगड़ा में खेला

गया, जिसमें स्पोर्ट्स हॉस्टल पपरोला ने डी ए वी कांगड़ा को 53 - 47 से हराया। इस मौके पर विजय बहाल, तिलक राज राज बहाल, सुनील चौहान, कैप्टन चतर सिंह, कैप्टन विजय कुमार, सुबेदार बलदेव, कैप्टन सचवंत, हरी चंद वर्मा, जय राज चौहान, देश राज चौहान, जगदीश परमार, कश्मीर सिंह पपरोला व डीएवी कांगड़ा में खेला



हॉस्टल का
सौंदर्यीकरण

KITCHEN GARDEN HOSTEL



छात्रावास में उपलब्ध संसाधन

- ❖ एक रसोईया आउटसोर्स बेसिस रखा गया है
- ❖ इस छात्रावास में पाठशाला के पास एक बास्केटबॉल कोर्ट फ्लड लाइट सहित उपलब्ध है जहां पर छात्रावास के बच्चों का नियमित रूप से अभ्यास करवाया जाता है
- ❖ इस छात्रावास में चार कमरे हैं
- ❖ एक रसोई घर एवं एक भोजन कक्ष है
- ❖ छात्रावास के बच्चों के लिए तीन स्नानागार तथा तीन शौचालय उपलब्ध हैं ।

छात्रावास की आवश्यकताएँ

- ✓ हॉस्टल का स्वयं का भवन
- ✓ हॉस्टल में सहायक कुक का पद रिक्त है इसे भरा जाये !
- ✓ वर्तमान पीएम श्री राजकीय उत्कृष्ट वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला पपरोला का भवन (1854 निर्मित) बहुत पुराना, बरसात में रिसाव की समस्या
- ✓ हॉस्टल के चारों ओर चारदीवारी की आवश्यकता है
- ✓ सफाई कर्मचारी
- ✓ जिम (Gym) के लिए एक हाल या शेड की आवश्यकता है

वर्ष 2026 -27 में विभाग द्वारा छात्रावास में विभिन्न आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु पांच लाख रूपये जारी किये गए हैं, जिनको खर्च करने के उपरांत विभाग को सम्बंधित जानकारी उपलब्ध करवा दी जाएगी | इसके अतिरिक्त छात्रावास में जिम के निर्माण हेतु चार लाख रूपये भी उपलब्ध करवाए गए हैं जिनसे जिम (Gym) का सामान Gem पोर्टल के माध्यम से खरीद लिया गया है

श्रीगणेशाय नमः