International Journal of Advanced Research in Engineering Technology & Science
ISSN: 2349-2819
Impact Factor: 7.10
Email: editor@ijarets.org Volume-9, Issue-3 March – 2022 www.ijarets.org

राजस्थान राज्य के स्कूलो में पडने वाले छात्रों पर खेलो का उनके शारीरिक स्वास्थ्य पर होने वाले प्रभाव का अध्ययन

Dr. Satyadev Pachori Assistant Professor,
In charge, Department of Physical Education
Seth P.C Bagla P.G. College Hathras

सारांश, शिक्षा विभाग स्कूल स्तर पर खेल प्रतिभाओं को निखारने की तैयारी में जुट गया है। विभाग ने इस बार होने वाले स्कूल खेलों में सभी स्कूलों का भाग लेना अनिवार्य कर दिया है। विभाग का मानना है कि प्रदेश को खेलों के दम पर अग्रणी बनाने के लिए बाल प्रतिभाओं को तराशना जरूरी है। मेरे निष्कर्षो के आधार पर राजस्थान शिक्षा विभाग के खेल कैलेंडर के अनुसार राजस्थान प्रदेश भर में 1 अगस्त से 4 अगस्त तक खंड स्तर पर खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। इस खेलकूद प्रतियोगिता के दौरान 12 इवेंट्स फुटबाल, हैंडबाल, योगा, खो–खो, वालीबाल, हॉकी, बास्केट बाल, क्रिकेट, टेबल टेनिस, कबड्डी नेशनल स्टाइल, बैडमिंटन आर्चरी आदि का आयोजन किया जाएगा। खेल कैलेंडर के अनुसार 12 अगस्त को लड़कों तथा 3–4 अगस्त को लड़कियों की प्रतियोगिता आयोजित की जाएंगी। इन इवेंट्स में ब्लाक स्तर पर एक–एक टीम का चयन किया जाएगा। जो जिला स्तरीय प्रतियोगिता में अपने ब्लाक का प्रतिनिधित्व करेगी। खेल कैलेंडर के नियमानुसार खेलकूद प्रतियोगिता में जिले के सभी सरकारी गैर सरकारी स्कूलों से टीमों का भाग लेना अनिवार्य है। शिक्षा विभाग ने इस संदर्भ में सभी स्कूलों को पत्र जारी कर खेलकूद प्रतियोगिता के शेड्यूल से अवगत करवा दिया है। इसलिए सभी स्कूल के डीईपी पीटीआई अपनी टीम लेकर समय पर खेलकूद प्रतियोगिता स्थल पर पहुंचे। शिक्षा विभाग के अनुसार खेलकूद प्रतियोगिता में जानबूझ कर हिस्सा लेने वाले स्कूलों के खिलाफ विभागीय कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

मुख्य शब्द, खेलकूद प्रतियोगिता, एथलेटिक्स, बॉक्सिंग, कबड्डी, शारीरिक शिक्षक आदि।

प्रस्तावना, कहां–कहां होंगी खेल प्रतियोगिताएं जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय के अनुसार खेल प्रतियोगिता जिले के सभी पांचों खंडों में आयोजित की जाएंगी। जयपुर ब्लाक की खेलकूद प्रतियोगिता राजकीय उच्च विद्यालय, हमीदपुर में आयोजित की जाएगी। इसी प्रकार अटेली ब्लाक की खेलकूद प्रतियोगिता राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, अटेली, कनीना खंड की खेलकूद प्रतियोगिता राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, कनीना, नांगल चौधरी ब्लाक की खेलकूद प्रतियोगिता राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, अकबरपुर महेंद्रगढ़ ब्लाक की खेलकूद प्रतियोगिता राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, महेंद्रगढ़ में आयोजित की जाएगी। खेलकूद प्रतियोगिता 14 वर्ष, 16 वर्ष 18 वर्ष आयु वर्ग में आयोजित की जाएगी। खेलों में भाग लेने वाले खिलाडियों को अपना जन्म प्रमाण पत्र साथ लाना होगा। राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जयपुर में शुक्रवार जिले के सभी डीईपी/पीटीआई की मीटिंग हुई। इसमें 1 अगस्त से 4 अगस्त तक खंड स्तरीय प्रतियोगिताओं के सफलता पूर्वक आयोजन को लेकर योजना बनाई गई।

बैठक में डीईओ ने कहा कि प्रदेश सरकार खिलाड़ियों को बढ़ावा देने के लिए प्रयासरत है। इसके तहत सरकार ने प्रत्येक जिले में 20 स्वर्ण जयंती खेल नर्सरियां स्थापित की गई हैं। इसी के तहत खेल कैलेंडर जारी किया गया है।

राजस्थान सरकार ने बच्चों में गेमिंग की लत रोकने के लिए एडवाइजरी, राजस्थान सरकार ने अभिभावकों और शिक्षकों के लिए एक एडवाइजरी जारी की है जिसमें बच्चों को ऑनलाइन गेमिंग की लत से बचाने के उपाय सुझाए गए हैं। राजस्थान स्कूल शिक्षा परिषद द्वारा शनिवार को जारी की गई एडवाइजरी में कुछ तकनीकी बिंदु सुझाए गए हैं जो बच्चों की गतिविधियों और गेमिंग में उनकी भागीदारी पर नजर रखने में मददगार हैं। अभिभावकों और शिक्षकों को यह निगरानी रखने के लिए कहा गया है कि क्या बच्चे असामान्य व्यवहार कर रहे हैं और क्या वे ज्यादातर ऑनलाइन गतिविधियों में व्यस्त रहते हैं, क्या उनका ऑनलाइन समय, खासकर सोशल मीडिया पर, अचानक बढ़ जाता है और क्या वे इंटरनेट का उपयोग करने के बाद आक्रामक हो जाते हैं। एडवाइजरी में घर पर एक इंटरनेट गेटवे स्थापित करने का सुझाव दिया गया है जो उनके बच्चे के इंटरनेट उपयोग पर प्रभावी ढंग से नजर रखने में मदद करेगा। इसमें यह भी सुझाव दिया गया है कि यह सुनिश्चित किया जाना चाहिए कि बच्चा परिवार के साथ रखे कंप्यूटर से इंटरनेट का उपयोग करे। तकनीकी के इस युग में, ऑनलाइन गेमिंग बच्चों के बीच बहुत लोकप्रिय है। कोरोना वायरस महामारी के कारण स्कूल बंद होने से बच्चों में मोबाइल और इंटरनेट का उपयोग बढ़ गया है, जिससे बच्चों में ऑनलाइन गेमिंग का चलन भी तेजी से बढ़ा है, परिषद की उपायुक्त सना सिद्दीकी ने कहा। उन्होंने कहा कि ये ऑनलाइन गेम बच्चों के लिए आसानी से उपलब्ध हैं और इंटरनेट से जुड़े कंप्यूटर, टैबलेट और मोबाइल जैसे उपकरणों पर खेले जाते हैं, सिद्दीकी ने कहा, ये गेम इस तरह से डिजाइन किए गए हैं कि ये खिलाड़ी को आगे खेलने के जुनून की हद तक उत्साहित करते हैं। यही कारण है कि खिलाड़ी इसके आदी हो जाते हैं और अंततः गेमिंग विकार से ग्रस्त हो जाते हैं, जिससे बच्चे के शैक्षिक और सामाजिक जीवन पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।

राजस्थान में पारंपरिक खेलों जैसे घुड़सवारी, पतंगबाजी, गिल्ली–डंडा, कबड्डी, ऊंट दौड़ और रस्साकशी के साथ–साथ आधुनिक खेल जैसे बास्केटबॉल (राज्य खेल), क्रिकेट, पोलो और तीरंदाजी भी खेले जाते हैं. इसके अलावा, रोमांच के शौकीनों के लिए पैरासेलिंग, हॉट एयर बैलूनिंग, रॉक क्लाइंबिंग और जल क्रीड़ा जैसे खेल भी उपलब्ध हैं.

राजस्थान में पारंपरिक खेल

घुड़सवारी, यह राजस्थान के सबसे पुराने और पारंपरिक खेलों में से एक है।

पतंगबाजी, खास मौकों पर पतंगें उड़ाने का खेल राजस्थान की संस्कृति का हिस्सा है।

गिल्ली–डंडा, यह बच्चों के बीच लोकप्रिय एक पारंपरिक खेल है।

कबड्डी'' मिट्टी के अखाड़ों में खेला जाने वाला यह खेल राजस्थान में काफी लोकप्रिय है।

ऊंट दौड़, ऊँट की सवारी और दौड़ राजस्थान की रेगिस्तानी पहचान से जुड़ा एक रोमांचक खेल है।

रस्साकशी, यह भी एक पारंपरिक खेल है जो लोगों को एकजुट करता है।

बास्केटबॉल,राजस्थान का राज्य खेल बास्केटबॉल है, जिसे 1948 में राजकीय खेल घोषित किया गया था।

क्रिकेट, आज राजस्थान में क्रिकेट भी काफी लोकप्रिय है।

पोलो,यह एक शाही खेल है जिसे राजस्थान के शासकों द्वारा भी खेला जाता था.

निशानेबाजी और तीरंदाजी, ये ऐसे खेल हैं जिनमें निशाना लगाने का कौशल जरूरी होता है।

साहसिक खेल, राजस्थान की स्थलाकृति पैरासेलिंग, हैंग–ग्लाइडिंग, हॉट एयर बैलूनिंग, रॉक क्लाइंबिंग, ट्रैकिंग, नौकायन और राफ्टिंग जैसे साहसिक खेलों के लिए एक बेहतरीन स्थान प्रदान करती है

खेल एवं युवा विभाग राजस्थान सरकार द्वारा यदुवंशी शिक्षा निकेतन जयपुर के खेल मैदान में एथलेटिक्स, बॉक्सिंग, कबड्डी एवं हैंडबॉल प्रतियोगिता के तहत स्पीड टेस्ट के सात प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। खेल प्रशिक्षक सुभाष यादव ने बताया कि 8 से 14 वर्षीय तथा 15 से 19 आयुवर्ग के इस टेस्ट में 30 मीटर लाइंग रेस, मेडिसन बॉल, फारवर्ड रिच एंड बैंड, वर्टिकल जंप, 6 गुणा 10 मीटर शटल रन तथा 800 मीटर की दौड़ आयोजित करवाई गई। प्रतियोगिता का शुभारंभ वाइस चेयरमैन कर्ण सिंह यादव प्राचार्य बाबूलाल यादव ने किया। प्राचार्य ने बताया कि इसमें 408 बच्चों ने भाग लिया जिसमें से 25–25 खिलाड़ियों का चयन किया जाएगा, जिसमें 8 से 14 वर्षीय बच्चों को हर माह 1500 रुपए तथा 15 से 19 वर्षीय खिलाडियों को 2000 रुपए भत्ता दिया जाएगा। यह सभी प्रतियोगिताएं जिला खेल एवं युवा कार्यक्रम अधिकारी की देख रेख में आयोजित करवाई गई। प्रतियोगिता के सफल आयोजन में नरेशपाल एवं धर्मपाल वालीबॉल कोच, नरेन्द्र, रविन्द्र 'कुश्ती कोच' सुमन एथलेटिक्स कोच एवं संजय, रविन्द्र, राजकुमार, नवीन यादव, रामशरण खैरवाल, सोमदत्त शर्मा, सूरत सिंह आदि शारीरिक शिक्षकों का विशेष योगदान रहा।

सरकारी स्कूलों में खेल प्रतिभाओं को तराशने के लिए खास पहल, 100 स्कूलों के 132 शारीरिक शिक्षा शिक्षक को मिलेगा प्रशिक्षण 'बाउंस ऑफ जॉय' कार्यक्रम के माध्यम से हमारी स्कूलों के शारीरिक शिक्षकों विशेष प्रशिक्षण दिया जाएगा, जिससे वे विद्यालयों में युवा खेल प्रतिभाओं को तराश कर मैदान के अंदर और बाहर चौंपियनों की एक पीढ़ी का निर्माण करेंगे। उन्होंने कहा कि खेलों को शिक्षा में एकीकृत करने से न केवल शारीरिक कल्याण को बढ़ावा मिलता है, बल्कि इससे विद्यार्थियों में अनुशासन, टीम वर्क और लचीलापन के गुणों का विकास होता है। सरकारी स्कूलों में खेल प्रतिभाओं को तराशने के लिए खास पहल, 100 स्कूलों के 132 शारीरिक शिक्षा शिक्षक को मिलेगा प्रशिक्षण मिलेगा।

राजस्थान के स्कूलों में खेलकूद को बढ़ावा देने और खेल प्रतिभाओं को तराशने के लिए स्कूल शिक्षा विभाग और स्टेयर्स फाउंडेशन (राष्ट्रीय खेल संवर्धन संगठन–एनएसपीओ के सहयोग और आईटीसी के सौजन्य से) प्रदेश में एक अभिनव पहल के तौर पर 'बाउंस ऑफ जॉय' कार्यक्रम लॉन्च किया गया है। इसकी शुरुआत सोमवार को स्कूल शिक्षा विभाग के शासन सचिव नवीन जैन ने की। इस रणनीतिक साझेदारी से प्रदेश के स्कूलों में खेलों के माध्यम से समग्र विकास को बढ़ावा दिया जाएगा। इस कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए स्कूल शिक्षा विभाग के शासन सचिव जैन ने कहा कि 'बाउंस ऑफ जॉय' कार्यक्रम के माध्यम से हमारी स्कूलों के शारीरिक शिक्षकों विशेष प्रशिक्षण

दिया जाएगा, जिससे वे विद्यालयों में युवा खेल प्रतिभाओं को तराश कर मैदान के अंदर और बाहर चौंपियनों की एक पीढ़ी का निर्माण करेंगे। उन्होंने कहा कि खेलों को शिक्षा में एकीकृत करने से न केवल शारीरिक कल्याण को बढ़ावा मिलता है, बल्कि इससे विद्यार्थियों में अनुशासन, टीम वर्क और लचीलापन के गुणों का विकास होता है। यह एक मजबूत खेल राष्ट्र के रूप में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के दृष्टिकोण के साथ पूरी तरह से मेल खाता है।

शासन सचिव ने कहा कि 'बाउंस ऑफ जॉय' कार्यक्रम के तहत पूरे राजस्थान में 100 स्कूल और 132 शारीरिक शिक्षा शिक्षकों का पायलट चरण में 'नीड—गेप एनालिसिस' के आधार पर चयन किया गया है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि समर्पित कोच और प्रशिक्षित शारीरिक शिक्षा शिक्षकों का यह बैच स्कूलों में खेलकूद को प्रोत्साहन देते हुए प्रदेश में खेलों में की सफलता नई कहानी लिखेगा। इस कार्यक्रम के लिए चयनित शारीरिक शिक्षा शिक्षक 'बाउंस ऑफ जॉय' के पीछे प्रेरक शक्ति के रूप में काम करेंगे।

राजस्थान में खेल उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के दृष्टिकोण को दोहराते हुए, आईटीसी लिमिटेड के सीओओ अली हैरिस शेरे ने कहा कि राजस्थान के स्कूल शिक्षा विभाग और स्टेयर्स फाउंडेशन के साथ साझेदारी इस परिवर्तनकारी पहल को शुरू करते हुए आईटीसी को बहुत गर्व है। यह कार्यक्रम युवा विकास और सामुदायिक भागीदारी के लिए आईटीसी की प्रतिबद्धता को रेखांकित करता है। स्टेयर्स फाउंडेशन के अध्यक्ष सिद्धार्थ उपाध्याय ने कहा कि 'बाउंस ऑफ जॉय' कार्यक्रम के जरिए हमारा लक्ष्य शारीरिक शिक्षा शिक्षकों को सशक्त बनाकर उनके माध्यम से खेलकूद के क्षेत्र में सकारात्मक बदलाव लाना है। भारत को एक खेल महाशक्ति बनाने के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के दृष्टिकोण के प्रति प्रतिबद्ध, हमारा कार्यक्रम अंतरराष्ट्रीय खेल आयोजनों में हमारे देश की सफलता में योगदान देगा।

निष्कर्ष, 'बाउंस ऑफ जॉय' का उद्देश्य, स्कूल चयन प्रक्रिया के साथ, 'बाउंस ऑफ जॉय' शिक्षकों की पहचान पर जोर देता है। शारीरिक शिक्षा प्रशिक्षकों को न केवल उनकी पेशेवर विशेषज्ञता के लिए बल्कि शिक्षा में खेलों को बढ़ावा देने के प्रति उनके अटूट समर्पण के लिए भी चुना जाता है। समग्र विकास को बढ़ावा देने के जुनून के साथ विद्यार्थियों के जीवन में सकारात्मक बदलाव लाने के लिए प्रतिबद्ध प्रशिक्षकों का एक विशेष कैडर तैयार करना है। इन चयनित शिक्षकों की क्षमताओं को मजबूत करने के लिए खस प्रशिक्षण मॉड्यूल तैयार किया गया है। यह मॉड्यूल, विशेष रूप से राजस्थान और भाग लेने वाले स्कूलों की विशिष्ट आवश्यकताओं के लिए डिजाइन किया गया है। इसमें शिक्षकों को पाठ्यक्रम में खेलों को सहजता से एकीकृत करने के लिए आवश्यक कौशल और ज्ञान से लैस करने पर जोर दिया गया है। इसके अतिरिक्त, 'बाउंस ऑफ जॉय' में खेल शिक्षा के दायरे से परे, छात्र कल्याण के व्यापक पहलुओं को समाहित किया गया है। इस मॉड्यूल में पोषण, स्वास्थ्य, स्वच्छता और जीवन कौशल जागरूकता जैसे पहलुओं को एकीकृत किया गया है। इसके तहत पेशेवर फुटबॉल प्रशिक्षकों की एक समर्पित टीम राज्य भर में 100 से अधिक कक्षाओं का संचालन करेगी। इसमें प्रशिक्षण गोलपोस्टों का वितरण और संयोजन, सभी भाग लेने वाले स्कूलों में एक समान और उच्च गुणवत्ता वाला बुनियादी ढांचा प्रदान करना, पेशेवर—ग्रेड फुटबॉल वितरित करने से लेकर सुलभ खेल उपकरणों के मानक को बढ़ावा देने जैसी गतिविधियां शामिल हैं।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- गेम की परिभाषा मेरियम–वेबस्टर, 7 मई 2017, पृ0.45
- सूट्स, बर्नार्ड (2025) द ग्रासहॉपर गेम्स, लाइफ एंड यूटोपिया, ब्रॉडव्यू प्रेस पृ0.38
- सौबेग्रैंड, कैथरीन (2024) द रॉयल गेम ऑफ उर द गेम कैबिनेट, पृ0.67
- ग्रीन, विलियम (2018) बिग गेम हंटर 8 समर जर्नी, टाइम 20 जून 2008 को मूल से संग्रहीत 5 अक्टूबर पृ0. 77
- गेम्स (2018) इतिहास मैकग्रेगर हिस्टोरिक गेम्स, पृ0 90
- विट्गेन्स्टाइन, लुडविग (2000) दार्शनिक जांच ऑक्सफोर्ड ब्लैकवेल, पृ0.109
- विट्गेन्स्टाइन (2017) खेलों के बारे में गलत थे? निगेल वारबर्टन, पृ0. 234
- कैलोइस, रोजर (2019) लेस ज्यूक्स एट लेस होम्स गैलिमार्ड, पृ0. 345
- क्रॉफोर्ड, क्रिस (2003) गेम डिजाइन पर क्रिस क्रॉफोर्ड न्यू राइडर्स, पृ0. 123
- कोस्टिक्यान, ग्रेग(2016) मेरे पास कोई शब्द नहीं है और मुझे डिजाइन करना ही होगा, पृ0.126
- मैरोनी, केविन (2021) मेरा संपूर्ण जागरण जीवन गेम्स जर्नल, पृ0.179