

“पूर्व बाल्यावस्था में शिक्षा एवं खेल से बच्चों के विकास पर पड़ने वाला प्रभाव”

डॉ० नेहा वर्मा

असि० प्रो०, गृह विज्ञान विभाग, महंत महादेवानंद महिला महाविद्यालय, आरा
वीर कुँवर सिंह विश्वविद्यालय, आरा, बिहार

<https://doi.org/10.61410/had.v18i2.155>

सारांश

खेल वह क्रिया है, जिसमें आनन्द, स्वतंत्रता एवं आत्म-प्रेरणा तीनों गुण मिलते हों। सभी बच्चों को अन्वेषण के लिए हँसने व आनन्द उठाने के लिए समय, जगह, अवसर और अकेले या दोस्तों के साथ खेलना जरूरी है। इसलिए खेल को प्रोत्साहित करना आवश्यक है, जिससे सभी बच्चों के विकास, शिक्षा और कल्याण में सहयोग कर सकते हैं। खेल के माध्यम से बच्चों के शारीरिक कौशल को विकसित करने एवं स्वस्थ रहने में सहायता मिलती है। खेल बच्चों को ज्ञान बढ़ाने में निर्णय लेने में एवं मानसिक कौशल विकसित करने में सहायता करता है। खेल बच्चों में रचनात्मकता को प्रोत्साहित करता है। खेल के द्वारा बच्चे की मांसपेशियों का व्यायाम होता है, मस्तिष्क का विकास होता है और वह अन्य बच्चों के साथ रहना सीखता है।

शब्द संकेत :- पूर्व बाल्यावस्था, बच्चे, खेल, शिक्षा, शारीरिक विकास, मानसिक विकास

परिचय

बाल विकास से आशय एक बालक के सम्पूर्ण विकास अर्थात् शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, संवेगात्मक आदि विकासों से होता है। विकास का अर्थ परिवर्तन होना है और परिवर्तन होने की प्रक्रिया सतत रूप से जीवन पर्यंत तक चलती रहती है और परिवर्तन दो तरह से होते हैं – मात्रात्मक परिवर्तन एवं गुणात्मक परिवर्तन। बाल विकास की प्रक्रिया में बालक का व्यवहार, उसका व्यक्तित्व, उसका स्वभाव एवं दृष्टिकोण, उसके जीवन के मूल्य, उसकी रुचियां एवं आदतें आदि बातें अध्ययन का विषय होती हैं। विकास क्रमिक एवं सतत रूप से चलने वाली वह प्रक्रिया है, जिसमें शारीरिक एवं मानसिक विकास के अलावा संज्ञानात्मक, क्रियात्मक, भाषाई आदि विकास सम्मिलित होते हैं। विकास की प्रक्रिया में एक बाल गर्भावस्था से लेकर वृद्धवस्था तक विभिन्न पदों से गुजरते हुए पूर्णता अर्थात् परिपक्वता की स्थिति को प्राप्त करता है।

2 से 5 वर्ष की अवस्था पूर्व बाल्यावस्था की होती है और यह सर्वविदित है कि बालकों के शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक और बौद्धिक विकास की दृष्टि से यह सर्वाधिक महत्वपूर्ण होती है इसलिए उनके सर्वोत्तम विकास और उनकी सम्पूर्ण संवृद्धि मुख्य रूप से पोषण की गुणवत्ता, महत्ता और समुचित मात्रा में उपलब्धता पर निर्भर करती है पूर्व बाल्यावस्था के शुरू में, बच्चे समानंतर खेल पूर्व का संरूप प्रदर्शित करते हैं अर्थात् दो बच्चे साथ रहकर भी स्वतंत्र रूप से खेल खेलते हैं। पूर्व बाल्यावस्था खिलौने की आयु है क्योंकि ज्यादातर समय बच्चे अपने खिलौनों में लगे रहते हैं। ये खिलौने बच्चों को शिक्षित करने में भी सहायक होते हैं। खिलौने उनकी खेल गतिविधियों का एक महत्वपूर्ण तत्व है। जबकि उत्तर बाल्यावस्था को खेल की आयु कहा जाता है। क्योंकि इस आयु में खेल मुख्य गतिविधि बन जाता है। बाल्यावस्था में बालक के खेल का क्षेत्र घर से बाहर भी हो जाता है इस अवस्था में क्रियात्मक खेलों में बालक अधिक भाग लेता है। चित्रांकन अभिनय तथा दिवास्वप्न से खोया रहता है, भावी जीवन की तैयारी भी वह करता है। स्वतंत्र अभिव्यक्ति वाले खेलों से बालक के

मन की कुंठाएँ समाप्त होती हैं और उसके विकास के अवसर प्राप्त होते हैं। इस अवस्था में रचनात्मकता की ओर भी उसका ध्यान रहता है। गुड़डे-गुड़ियों का व्याह, घरोंदें बनाना आदि उसकी सृजनात्मक शक्ति की ओर संकेत करते हैं। खेल में क्रोध, आक्रमण आदि की अभिव्यक्ति भी होती है दूसरे को सतनाना, अभद्र होना, अत्याचार करना, असामाजिक अथवा समाज विरोधी कार्य भी प्रकट होते हैं। ऐसी अवस्था में अभिभावकों का दायित्व यह हो जाता है कि वह खेल की दिशा बदल परिस्थितियां बदल दें।

पूर्व प्राथमिक शिक्षा में खेल का महत्व

खेल विधि मुख्य रूप से बाल केंद्रित विधि है जिसमें बच्चों की व्यक्तिगत आवश्यकताओं रुचियों तथा क्षमताओं को ध्यान में रखा जाता है। खेलना बच्चों की स्वाभाविक प्रकृति है। खेल का मैदान हो, घर हो, बाजार हो या अन्य कोई स्थान, बच्चे चुपचाप नहीं बैठ सकते। जो कुछ भी उनके हाथ लगता है चाहे वो पत्थर हो, पत्ता हो या तिनका हो, वे उसे उठाकर खेलने लगते हैं। बचपन में खेल ही उनके सीखने का एकमात्र साधन है खेल के माध्यम से बच्चे अपने विचारों और भावनाओं को व्यक्त कर सकते हैं, साथ ही अपने आस पास के संसार को देख और समझ सकते हैं। इससे बच्चे को अपने सामाजिक संबंधों एवं स्वस्थ आदतों को विकसित करने में भी सहायता मिलती है। इस प्रकार बच्चे के सभी पक्षों को विकास में सहायक होने के कारण खेल का बहुत ही अधिक महत्व है। पूर्व प्राथमिक शिक्षा देने के लिए खेल एक प्रभावी साधन है, क्योंकि खेल से बच्चे जल्दी और अच्छा सीखते हैं। खेल-खेल में प्राप्त ज्ञान सुदृढ़ होता है।

- खेल बच्चों की बाह्य इंद्रियों को विकसित करने में सहायक होते हैं।
- खेल द्वारा बच्चे अपनी ज्ञानेंद्रियों एवं कर्मेन्द्रियों दोनों का उपयोग करते हैं, उनकी मांसपेशियां दृढ़ होती हैं, समझ बढ़ती है, आत्मविश्वास उत्पन्न होता है।
- खेल के माध्यम से बच्चे ठोस अधिगम अनुभव प्राप्त करते हैं।
- खेल एक संतुलित क्रिया-प्रधान कार्यक्रम है, जिसमें समस्त विकासात्मक उद्देश्यों की पूर्ति होती है। खेल बच्चों की अधिगम दक्षताओं, जैसे-निरीक्षण, प्रयोग, समस्या, समाधान तथा सृजनात्मकता के विकास का पोषण करता है।
- खेल बच्चे के मानसिक और शारीरिक संतुलन बनाए रखने में भी सहायक होता है।
- खेल-क्रियाओं द्वारा बच्चों की सांस्कृतिक पृष्ठभूमि के भीतर ही उनकी क्षमताओं और रुचियों को ध्यान में रखकर उनका समुचित विकास किया जाता है।

खेल द्वारा शिक्षा

खेल बच्चे की स्वाभाविक क्रिया है। भिन्न-भिन्न आयु वर्ग के बच्चे विभिन्न प्रकार के खेल खेलते हैं। ये विभिन्न प्रकार के खेल बच्चों के सम्पूर्ण विकास में सहायक होते हैं खेल से बच्चों का शारीरिक विकास, संज्ञानात्मक विकास, संवेगात्मक विकास, सामाजिक विकास एवं नैतिक विकास को बढ़ावा मिलता है किन्तु अभिभावकों को खेल के प्रति नकारात्मक अभिवृत्ति एवं क्रियाकलाप ने बुरी तरह से प्रभावित किया है। अतः यह अनिवार्य है कि शिक्षक और माता-पिता खेल के महत्व को समझें। खेलों के प्रकारांशों में अन्वेषणात्मक खेल, संरचनात्मक खेल, काल्पनिक खेल और नियमबद्ध खेल शामिल हैं। खेलों में सांस्कृतिक विभिन्नताएं भी देखी जाती हैं।

- **पियाजे के अनुसार** – खेल बच्चों की मानसिक क्षमताओं के विकास में भी एक बड़ी भूमिका निभाते हैं। पहले चरण में बच्चा वस्तुओं के साथ संवेदन प्राप्त करने व कार्य संचालन करने का प्रयास करता है। दूसरे चरण में बच्चा कल्पनाओं को रूप देने के लिए वस्तुओं को किसी

के प्रतीक के रूप में उपयोग करने लगता है। अंतिम चरण में काल्पनिक भूमिकाओं के खेलों की तुलना में बच्चा नियमबद्ध खेल में संलग्न रहता है।

- **वाइगोत्सकी के अनुसार** – जटिल भूमिकाओं वाले खेलों में बच्चों का अपने व्यवहार को संगठित करने का बेहतर व सुरक्षित अवसर मिलता है जो वास्तविक स्थितियों में नहीं मिलता। इस तरह खेल बच्चों के लिए निकट विकास का क्षेत्र बनाते हैं। स्कूली स्थिति की तुलना में खेल के दौरान बच्चों की एकाग्रता, स्मृति आदि उच्चतर स्तर पर काम करती है। खेल में बच्चों की नई विकासमान दक्षताएँ पहले उभर कर आती हैं।

बच्चों के विकास के लिए खेलकूद का महत्व

खेलकूद बच्चे के व्यक्तित्व की नींव का एक महत्वपूर्ण स्तंभ होता है। खेल शारीरिक और मानसिक विकास को विकसित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जीवन में खेल-कूद का भी उतना ही महत्व है जितना की पढ़ाई-लिखाई का खेलकूद ने केवल छात्रों का मनोरंजन करते हैं अपितु उनके स्वास्थ्य को भी उत्तम बनाते हैं। यदि बच्चे प्रसन्न और स्वस्थ रहेंगे तो पढ़ाई लिखाई की ओर भी ध्यान देंगे। खेल से बच्चों की विकास पर निम्न प्रभाव पड़ता है।

● शारीरिक मजबूती

खेल बच्चों को मजबूत बनाते हैं। इससे उनकी शारीरिक श्रम करने की क्षमता बढ़ती है, एवं वह अधिक सक्रिय रहते हैं। श्रम करने की आदत आगे जाकर उनके लिए काफी फायदेमंद साबित होगी, जिससे किसी भी काम को करने में शारीरिक कमजोरी उनके लिए बाधा नहीं बनेगी। खेल के दौरान गिरना एवं चोट लगना उनके दर्द सहने की क्षमता को बढ़ाता है, उन्हें अधिक सहनशील बनाता है।

● मनसिक विकास

भविष्य में जीवन के संघर्षों के सामने टिक पाने के लिए आवश्यकता है कि बच्चे मानसिक रूप से भी मजबूत हो। खेल की रणनीति पर चिंतन-मनन बच्चों में बच्चे मानसिक श्रम करते हैं। खेल से मिली हार उन्हें चुनौतियों का सामना करने एवं हार स्वीकार करने के लिए मानसिक रूप से तैयार करती हैं।

● स्वास्थ्य

खेलकूद में कई तरह की क्रियाएं होती हैं जैसे-दौड़ना, उछलना, पकड़ना, बैठना, उठना जिससे शरीर के हर अंग का व्यायाम हो जाता है। इन क्रियाओं से शरीर में रक्त का संचार तेजी से हाता है। साथ ही शरीर में अधिक मात्रा में ऑक्सीजन पहुंचता है। परिणाम स्वरूप शरीर का मेटाबॉलिज्म बेहतर होता है जिससे शरीर में विषाक्त पदार्थ तेरी से बाहर निकलते हैं। मोटे तौर पर यह बच्चों के समुचित स्वास्थ्य को जबरदस्त फायदा पहुंचता है।

● खेल का मैदान जीवन मूल्यों की कक्षा

खेल के मैदान में बच्चे कई ऐसे पाठ पढ़ते हैं, जो कक्षा में नहीं सीख सकते। अपनी टीम के साथ काम करने पर उन्हें टीम स्पिरिट, संगठन का मूल्य एवं सबको साथ लेकर चलने की कला का ज्ञान होता है। ईमानदारी, निष्ठा, जोश और कुछ कर जाने की भावना उनमें फलती-फूलती है। खेल बच्चों को मेहनती, दृढ़ संकल्पी और अनुशासित बनाते हैं।

● खेल विधि का सिद्धान्त

खेल विधि के मुख्य सिद्धान्त निम्न है –

- **स्वतंत्रता का सिद्धान्त** – इस विधि में बालक को पूर्ण स्वतंत्रता रही है। वह बंधन रहित और क्रियाशील रहता है। वह अपनी इच्छानुसार कार्य करता है।

- **रुचि का सिद्धान्त** – इस विधि में बालक की रुचि का ध्यान रखा जाता है। मनोवैज्ञानिक प्रयोगों से यह सिद्ध है कि बालक में जिस विषय के प्रति रुचि होती है उसे वह आसानी से सीखता है।
- **स्व-शिक्षा का सिद्धान्त** – खेल में बालकों को अनेक अनुभव प्राप्त होते हैं अनुभव से वह जितना सीखता है उतना पुस्तकों से नहीं। खेल में बालक सहयोग, धैर्य, सहानुभूति आदि गुणों को अपने अनुभव से सीखता है।
- **उत्तरदायित्व का सिद्धान्त** – बालक में स्वतंत्रता के साथ ही उत्तरदायित्व वहन करने की भावना का विकास किया जाना चाहिए।

खेल विधि पर आधारित शिक्षण पद्धतियाँ – हम खेल विधि पर आधारित मुख्य शिक्षण विधियों का संक्षिप्त परिचय निम्न प्रकार से हैं –

- **किंडरगार्टन पद्धति** – यह पद्धति फ्रोबेल द्वारा प्रतिपादित की गई है। इस पद्धति में बालक को खेल-गीतों और उपहारों द्वारा शिक्षा दी जाती है। इन गीतों के अनुसार शिशु खेल और शिशु कार्य हैं। उपहारों में नाना प्रकार की वस्तुएं हैं जैसे ऊन की गेंदे लकड़ी का गोला, तिकोनी तख्तियाँ, चतुर्भुज आदि।
- **प्रोजेक्ट पद्धति** – इस पद्धति के प्रतिपादक डब्लू एच किलपैट्रिक ने किया। इस पद्धति के अंतर्गत बालकों को नाना प्रकार की दैनिक आवश्यकताओं से सम्बन्धित कार्य करते हुए शिक्षा प्रदान की जाती है। भोजन बनाना, मेला अथवा बाजार का आयोजन, सीना-पिरोना, कुर्सी बनाना, खिलौने बनाना आदि कार्य करते हुए स्वतंत्रतापूर्वक दैनिक जीवन से सम्बन्धित कार्य करते हैं।
- **डाल्टन पद्धति** – यह पद्धति का प्रतिपादन मिस हेलेन पार्कहर्स्ट ने अमेरिका में डाल्टन नगर के डाल्टन स्कूल में किया। इस पद्धति के अनुसार कार्य करते समय बालक के ऊपर समय-सारणी, कक्षा, नियमों, वार्षिक और अर्धवार्षिक परीक्षाओं एवं विभिन्न विषयों के निर्दिष्ट घंटों का कोई प्रतिबंध नहीं लगाया जाता है।
- **हपूरिस्टिक पद्धति** – इस पद्धति आर्मस्ट्रांग द्वारा प्रतिपादित की गई है। इस पद्धति में बालक शिक्षक यंत्रों और पुस्तकों की सहायता से स्वयं ज्ञान का अर्जन करता है। नन का कथन है – “क्योंकि हपूरिस्टिक पद्धति का उद्देश्य बालक को मौलिक अन्वेषक की स्थिति में रखना है इसलिए यह स्पष्ट रूप से खेल विधि है।”
- **बालचर पद्धति** – इस पद्धति का प्रतिपादन वाडेन पॉवेल ने किया और आधुनिक युग में यह प्रचलित है। इस पद्धति में बालक अवकाश के समय मंडली बनाकर सरस्वती यात्रियों करते हैं नाना प्रकार के अच्छे खेल खेलते हैं नाटक विधि का आयोजन करते हैं जिससे कि उनके व्यक्तित्व का सुचारु रूप से विकास होता है। बीन0एन0 झा ने लिखा है “खेल प्रवृत्ति के दृष्टिकोण से हम देखते हैं कि बालचर क्रियाएं प्रायः समस्त खेल सिद्धान्तों के अनुसंधानों पर आधारित है।”

खेल प्रणाली के गुण

खेलों द्वारा बालक का सर्वांगीण विकास सहज रूप से किया जाता है। खेल शिशु की महत्वपूर्ण विधि है। खेल प्रणाली के गुण इस प्रकार हैं –

- खेल बालक का शारीरिक विकास करते हैं।
- खेलों द्वारा ज्ञानेन्द्रियों का प्रशिक्षण होता है।

- खेल बालक का सामाजिक तथा मानसिक विकास करते हैं।
- खेलों के द्वारा मूल प्रवृत्तियों का मार्गान्तरीकरण होता है।
- खेल व्यक्तित्व का विकास करते हैं।
- खेल स्वयं शिक्षा, स्थायी ज्ञान तथा चरित्र के विकास से सशक्त साधन है।

खेल प्रणाली के दोष

खेल प्रणाली सम्पूर्ण शैक्षिक प्रणाली नहीं है इसमें निम्न प्रकार के दोष पाए जाते हैं

- व्यवहार में कठिनाई।
- सभी स्तरों पर सभी विषयों की शिक्षण के उपयुक्त नहीं हैं।
- खेल में गम्भीरता का अभाव होता है।
- स्वतंत्रता के दुरुपयोग होने की सम्भावना होती है।
- खेल में समय अधिक लगने से समय का दुरुपयोग होता है।

बच्चों के खेल विकास को प्रभावित करने वाले कारक

- आयु
- लिंग
- संस्कृत
- सामाजिक वर्ग
- परिस्थिति और परिवेश
- जनसम्पर्क माध्यम
- अनुभवों का स्तर
- अनुभवों का स्तर
- पौष्टिक आहार
- शारीरिक स्वास्थ्य
- क्रियात्मक क्षमताएं

निष्कर्ष

खेल किसी राष्ट्र के विकास और प्रगति के लिए महत्वपूर्ण है क्योंकि वे नागरिकों के बीच राष्ट्रीय गौरव और एकता की भावना को बढ़ावा देने में मदद करते हैं खेल दृढ़ संकल्प, अनुशासन और दूसरों की प्रति सम्मान जैसे मूल्यों को विकसित करने में भी मदद करते हैं। खेलों के माध्यम से लोग एक टीम के रूप में मिलकर काम करना और उत्कृष्टता के लिए प्रयास करना सिखते हैं। खेल द्वारा बच्चे सामाजिक होना सीखते हैं जीवन के प्रारम्भिक वर्षों में बच्चा अपने हाथों से पैरों से तथा आसपास की वस्तुओं से खेलता है इससे शिशु को यह पता चलता है कि उसका शरीर आसपास की वस्तुओं से अलग है ऐसे अनुभव के द्वारा उसकी अपने बारे में धारणा विकसित होती है। हमें बच्चों को खेलों के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए और घर तथा स्कूली स्तर पर शिक्षकों और अभिभावकों की समान भागीदारी के द्वारा उनकी खेलों में रुचि को बढ़ावा देने का प्रयास करना चाहिए। खेलना बच्चों की शारीरिक दक्षता और क्षमता को बढ़ाता है यह हृदय को मजबूत बनाता है रक्त परिसंचरण को बढ़ावा और मोटापे को काम करता है खेल करने से हमारे शरीर की मांसपेशियाँ मजबूत होती हैं। हड्डियाँ मजबूत होती हैं और हमारा ऊर्जा स्तर बढ़ता है खेल हमारे मानसिक विकास के लिए भी महत्वपूर्ण है

कुल मिलाकर प्रारम्भिक बचपन का विकास एक अत्यन्त महत्वपूर्ण मुद्दा है प्रत्येक माता-पिता को यह समझने और जागरूक होने की आवश्यकता है कि उनके बच्चों को पहला कई वर्ष बहुत ही महत्वपूर्ण है जो उनके बच्चे के समस्त विकास को प्रभावित करता है।

संदर्भ-सूची

1. अग्रवाल, नीति, बाल विकास, अग्रवाल पब्लिकेशन (2014-15)
2. मलिक, मोहित, आर्य, मुकेश, बाल विकास एवं शिक्षाशास्त्र नेहा पुस्तक केन्द्र।
3. सिंह, डॉक्टर वृंदा, बाल विकास पंचशील प्रकाशन, जयपुर।
4. शर्मा एवं शर्मा, बाल विकास, स्टार पब्लिकेशन, आगरा।
5. Wikipedia.org.
6. Vikaspedia.in
7. Sarkariguider.in
8. Hindikeyuru.com
9. कुमार, डॉक्टर विकास, बाल विकास, अधिगम और शिक्षाशास्त्र, मोतीलाल बनारसीदास।
10. शुक्ल, लालजी राम, बाल मनोविज्ञान, नगर प्रचारिणी सभा, काशी-2017।
11. स्वामीनाथ, मीना, बच्चों के लिए खेल क्रियाएं, नेशनल कुक ट्रस्ट, इंडिया।