

P-ISSN: 2394-1685
E-ISSN: 2394-1693
Impact Factor (RJIF): 5.93
IJPESH 2026; 13(3): 537-542
© 2025 IJPESH
https://www.kheljournal.com
Received: 13-02-2026
Accepted: 17-03-2026

Dr. Mantha Srinivasu
Joint Secretary, University Grants Commission, New Delhi, India

Corresponding Author:
Dr. Mantha Srinivasu
Joint Secretary, University Grants Commission, New Delhi, India

भारतीय पारम्परिक खेल एवं शिक्षा: क्रीड़ा-आधारित अधिगम की भारतीय ज्ञान परम्परा और राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020

Mantha Srinivasu

DOI: https://www.doi.org/10.22271/kheljournal.2026.v13.i3f.4753

सारांश

खेल मानव-शिशु की स्वाभाविक अधिगम-विधि है और भारतीय सभ्यता में क्रीड़ा की एक सुदीर्घ, बहुआयामी परम्परा रही है — सिन्धु घाटी के पासों से लेकर चतुरङ्ग, चौपड़, ज्ञान चौपड़ (मोक्षपट), पल्लांगुझी, गंजीफा, मल्लविद्या, कलरीपयट्टु, कबड्डी और खो-खो तक। प्रस्तुत आलेख इस क्रीड़ा-परम्परा को शिक्षाशास्त्रीय दृष्टि से पुनर्पाठ करता है तथा यह विवेचित करता है कि पारम्परिक भारतीय खेल गणितीय चिन्तन, भाषा-विकास, रणनीतिक बुद्धि, मनो-गत्यात्मक कौशल, सामाजिक-भावनात्मक अधिगम और मूल्य-शिक्षा के सशक्त, अल्प-लागत तथा सांस्कृतिक रूप से अनुकूल संसाधन हैं। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुच्छेद 4.8 में प्रतिपादित 'खेल-समेकित शिक्षा' तथा भारतीय खेलों के स्पष्ट उल्लेख, राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (एन.सी.एफ.-एस.ई.) 2023, खेलो इंडिया के अन्तर्गत स्वदेशी खेलों के संवर्धन एवं फिट इंडिया अभियान के आलोक में आलेख एक व्यावहारिक क्रियान्वयन-प्रारूप प्रस्तावित करता है — पाठ्यचर्या-समेकन, शिक्षक-प्रशिक्षण, सामुदायिक सहभागिता और लैंगिक समावेशन सहित। अन्त में पारम्परिक खेलों के ह्रास, प्रलेखन के अभाव तथा अनुभवजन्य शोध की न्यूनता जैसी चुनौतियों को रेखांकित कर भावी शोध-एजेंडा प्रस्तुत किया गया है।

कूटशब्द: पारम्परिक भारतीय खेल; खेल-समेकित शिक्षा; राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020; भारतीय ज्ञान परम्परा; क्रीड़ा-आधारित अधिगम; सामाजिक-भावनात्मक अधिगम

1. प्रस्तावना

खेल और शिक्षा का सम्बन्ध उतना ही प्राचीन है जितनी स्वयं मानव-संस्कृति। बालक खेल में जितनी सहजता, एकाग्रता और आनन्द के साथ सीखता है, उतनी किसी अन्य विधि से नहीं। यही कारण है कि विश्व-भर के शिक्षाशास्त्रियों ने — फ्रीबेल से लेकर मॉण्टेसरी, पियाजे और वाइगोत्स्की तक — क्रीड़ा (play) को बाल-विकास और अधिगम की केन्द्रीय प्रक्रिया माना है। किन्तु आधुनिक विद्यालयी व्यवस्था में खेल प्रायः 'पाठ्येतर' (extra-curricular) गतिविधि बनकर हाशिये पर चला गया; उसे विश्राम-कालांश की वस्तु मान लिया गया, अधिगम का माध्यम नहीं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (National Education Policy 2020) ने इस धारणा को नीतिगत स्तर पर पलट दिया है। नीति के अनुच्छेद 4.8 में स्पष्ट प्रावधान है कि खेल-समेकित शिक्षा (sports-integrated learning) कक्षागत अधिगम-प्रक्रिया का अंग बनेगी और इसमें 'स्वदेशी खेलों' (indigenous sports) का उपयोग किया जाएगा, ताकि विद्यार्थियों में शारीरिक स्वस्थता (fitness) के साथ-साथ सहयोग, आत्म-अनुशासन, पहल, उत्तरदायित्व जैसे जीवन-कौशल विकसित हों।[1] इसी नीति में 'भारत की ज्ञान परम्परा' (Indian Knowledge Systems) के अन्तर्गत स्वदेशी खेलों को पाठ्यचर्या में स्थान देने की बात कही गई है।[2] इस प्रकार, नीति ने भारतीय पारम्परिक खेलों को दोहरा स्थान दिया है — एक ओर वे अधिगम के माध्यम हैं, दूसरी ओर स्वयं सांस्कृतिक ज्ञान-सम्पदा के रूप में अध्ययन-विषय भी।

यह नीतिगत मोड़ एक ऐतिहासिक विडम्बना का परिमार्जन भी है। जिस सभ्यता ने विश्व को शतरंज का पूर्वज चतुरङ्ग, साँप-सीढ़ी का पूर्वज ज्ञान चौपड़ और लूडो का पूर्वज पचीसी दिया, उसी सभ्यता के विद्यालयों में ये खेल प्रायः अनुपस्थित रहे हैं। पारम्परिक खेल केवल मनोरंजन नहीं थे; वे गणना, रणनीति, स्मृति, शरीर-साधना, नीति-बोध और सामुदायिकता की अनौपचारिक पाठशालाएँ थीं। ज्ञान चौपड़ जैसा खेल तो प्रत्यक्षतः मूल्य-शिक्षा का उपकरण ही था, जिसमें सद्गुणों की सीढ़ियाँ ऊपर ले जाती थीं और दुर्गुणों के सर्प नीचे गिराते थे।

[1] भारत सरकार, शिक्षा मन्त्रालय, राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (नई दिल्ली: शिक्षा मन्त्रालय, 2020), अनुच्छेद 4.8, जिसमें खेल-समेकित शिक्षा (sports-integrated learning) को कक्षागत व्यवहार में अपनाने तथा स्वदेशी खेलों सहित शारीरिक गतिविधियों के उपयोग का प्रावधान है।

[2] वही, अनुच्छेद 4.27 एवं नीति का 'भारत की ज्ञान परम्परा' विषयक विवेचन, जिसमें जनजातीय व स्वदेशी ज्ञान तथा पारम्परिक क्रीड़ाओं-सहित सांस्कृतिक सम्पदा के पाठ्यचर्या-समावेश की दिशा निर्दिष्ट है।

अध्ययन-उद्देश्य: प्रस्तुत आलेख के चार उद्देश्य हैं — (1) भारतीय क्रीड़ा-परम्परा का ऐतिहासिक-सांस्कृतिक परिदृश्य प्रामाणिक साक्ष्यों के आधार पर प्रस्तुत करना; (2) क्रीड़ा-आधारित अधिगम (game-based learning) के शिक्षाशास्त्रीय आधार को पाश्चात्य एवं भारतीय दृष्टियों से स्पष्ट करना; (3) प्रमुख पारम्परिक खेलों का अधिगम-प्रतिफलों (learning outcomes) के साथ खेलवार मानचित्रण करना; तथा (4) राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020, एन.सी.एफ.-एस.ई. 2023 और खेलो इंडिया जैसे नीतिगत ढाँचों के आलोक में विद्यालयी क्रियान्वयन का प्रारूप एवं भावी शोध-एजेंडा प्रस्तावित करना। अध्ययन की प्रविधि विश्लेषणात्मक-वर्णनात्मक है, जो प्राथमिक नीति-दस्तावेजों, शास्त्रीय सन्दर्भों और उपलब्ध शोध-साहित्य की समीक्षा पर आधारित है।

2. भारतीय क्रीड़ा-परम्परा का ऐतिहासिक परिदृश्य

2.1 प्रागैतिहासिक एवं वैदिक साक्ष्य

भारतीय उपमहाद्वीप में खेलों के पुरातात्त्विक साक्ष्य सिन्धु घाटी सभ्यता (लगभग 2600–1900 ई.पू.) तक जाते हैं। मोहनजोदड़ो, हड़प्पा और लोथल के उत्खननों से घनाकार पासे, गोटियाँ, गोलियाँ (marbles) और सम्भावित क्रीड़ा-पट्ट प्राप्त हुए हैं; पकी मिट्टी और पत्थर के ये पासे विश्व के प्राचीनतम पासों में गिने जाते हैं।[3] यद्यपि इन वस्तुओं से खेले जाने वाले खेलों के नियम अज्ञात हैं, तथापि इतना निश्चित है कि पट्ट-क्रीड़ा (board games) और द्यूत-क्रीड़ा की परम्परा भारत में कम-से-कम चार सहस्राब्दी पुरानी है।

वैदिक साहित्य में द्यूत का उल्लेख स्पष्ट है। ऋग्वेद के दशम मण्डल का प्रसिद्ध 'अक्ष-सूक्त' (10.34) एक जुआरी की आत्म-व्यथा का मार्मिक चित्रण करता है, जिसमें विभीदक (बहेड़े) के भूरे फलों से बने पासों को 'हृदय को मथने वाले' कहा गया है और अन्त में 'अक्षैर्मा दीव्यः कृषिमित्कृषस्व' — पासों से मत खेल, खेती कर — का उपदेश है।[4] यह सूक्त इस बात का साक्ष्य है कि वैदिक समाज द्यूत के आकर्षण और उसके विनाशकारी परिणामों — दोनों से परिचित था। महाभारत के सभापर्व में वर्णित युधिष्ठिर-शकुनि का द्यूत-प्रसंग भारतीय स्मृति में क्रीड़ा की नैतिक जटिलता का स्थायी रूपक बन गया — खेल कौशल भी है, व्यसन भी हो सकता है; इसीलिए परवर्ती स्मृति-साहित्य में द्यूत के नियमन की चर्चा मिलती है।[5]

2.2 पट्ट-क्रीड़ाएँ: चतुरङ्ग, चौपड़ और ज्ञान चौपड़

चतुरङ्ग से शतरंज: शतरंज का उद्गम भारतीय चतुरङ्ग से हुआ — यह मत खेल-इतिहासकारों में व्यापक रूप से स्वीकृत है। 'चतुरङ्ग' शब्द सेना के चार अंगों — हस्ति, अश्व, रथ, पदाति — का द्योतक है, और यही चार अंग खेल की मोहरों में प्रतिबिम्बित हैं। बाणभट्ट के 'हर्षचरित' (सातवीं शताब्दी) में एक श्लेषपूर्ण उक्ति मिलती है कि हर्ष के शान्त राज्य में केवल 'अष्टापदों' (चौंसठ खानों के पट्टों) पर ही 'चतुरङ्ग' का संचालन होता था — इसे चतुरङ्ग-क्रीड़ा का प्रारम्भिक साहित्यिक सङ्केत माना जाता है।[6] भारत से यह खेल सासानी ईरान पहुँचा, जहाँ 'चत्रंग' कहलाया; अरबों के माध्यम से 'शतरंज' नाम से यूरोप गया और आधुनिक 'चेस' के रूप में विकसित हुआ। एच.जे.आर. मरे का शास्त्रीय ग्रन्थ 'ए हिस्ट्री ऑफ़ चेस' (1913) इस भारतीय उद्गम-सिद्धान्त का विस्तृत प्रतिपादन करता है।[7]

चौपड़/पचीसी: क्रॉस-आकार के पट्ट पर कौड़ियों या पासों से खेली जाने वाली चौपड़ (पचीसी) मध्यकालीन भारत की लोकप्रियतम पट्ट-क्रीड़ा थी। अबुल फ़ज़्ल कृत 'आईन-ए-अकबरी' में उल्लेख है कि अकबर को चौपड़/चंदल मंडल जैसे खेल अत्यन्त प्रिय थे और फतेहपुर सीकरी में विशाल पट्ट पर मनुष्यों को गोटियाँ बनाकर खेल खेला जाता था।[8] यही पचीसी उन्नीसवीं-बीसवीं शताब्दी में पश्चिम पहुँचकर 'लूडो' के सरलीकृत रूप में विश्वव्यापी हुई।

ज्ञान चौपड़ (मोक्षपट): शिक्षाशास्त्रीय दृष्टि से भारतीय पट्ट-क्रीड़ाओं में सर्वाधिक उल्लेखनीय है ज्ञान चौपड़, जिसे मोक्षपट, ज्ञानबाज़ी या परमपद-सोपान भी कहा गया। यह आधुनिक 'साँप-सीढ़ी' (snakes and ladders) का मूल है। इसके पारम्परिक पट्टों पर प्रत्येक खाने में किसी गुण या दुर्गुण का नाम अंकित रहता था — दया, श्रद्धा, सत्य जैसे गुणों के खानों से सीढ़ियाँ ऊपर के लोकों की ओर ले जाती थीं, जबकि काम, क्रोध, मद, लोभ जैसे दुर्गुणों के खानों पर बैठे सर्प खिलाड़ी को नीचे गिरा देते थे; अन्तिम लक्ष्य मोक्ष या वैकुण्ठ का खाना होता था। जैन, वैष्णव और सूफ़ी — तीनों परम्पराओं में इसके भिन्न-भिन्न संस्करण मिलते हैं। कला-इतिहासकार एण्ड्रयू टॉप्सफ़ील्ड ने भारतीय संग्रहालयों में सुरक्षित ऐसे अनेक चित्रित पट्टों का अध्ययन किया है।[9] उन्नीसवीं शताब्दी में यह खेल इंग्लैण्ड पहुँचा और नैतिक अर्थ-संकेतों से रिक्त होकर केवल भाग्य-खेल रह गया। ज्ञान चौपड़ इस बात का प्रत्यक्ष प्रमाण है कि भारतीय परम्परा में खेल को सचेत रूप से मूल्य-शिक्षा का माध्यम बनाया गया था — यह सम्भवतः विश्व का प्राचीनतम सुविचारित 'शैक्षिक बोर्ड खेल' है।

2.3 गणन-खेल, ताश-परम्परा और बौद्धिक खेल

दक्षिण भारत की पल्लांगुझी (तमिल), जिसे कर्नाटक में अलिगुलि मणे और आन्ध्र-तेलंगाना में वामन गुंटलु कहते हैं, मंकाला (mancala) कुल की गणन-क्रीड़ा है — चौदह गड्ढों वाले काष्ठ-पट्ट में इमली के बीज या कौड़ियाँ बाँटकर खेली जाती है। यह पीढ़ियों से घर-आँगन में स्त्रियों और बच्चों का गणित-प्रशिक्षक रही है — गिनती, वितरण, गुणन-पूर्वानुमान और स्मृति का अभ्यास कराती हुई। इसी प्रकार अष्टापद और दशपद जैसे चौंसठ या सौ खानों के पट्टों का उल्लेख प्राचीन साहित्य में मिलता है; बौद्ध ग्रन्थों की 'ब्रह्मजाल सुत्त' जैसी सूचियों में अष्टापद-दशपद सहित अनेक खेलों की गणना की गई है, जो उस युग में क्रीड़ा-विविधता का प्रमाण है।[10] बारहवीं शताब्दी के चालुक्य राजा सोमेश्वर (तृतीय) के विश्वकोशीय ग्रन्थ 'मानसोल्लास' में राजोचित विनोदों के अन्तर्गत विविध क्रीड़ाओं का वर्णन मिलता है, जिससे मध्यकालीन क्रीड़ा-संस्कृति की झलक मिलती है।[11]

गंजीफा भारत की पारम्परिक ताश-क्रीड़ा है — हाथ से चित्रित वर्तुलाकार पत्तों वाली, जिसका उल्लेख मुग़ल स्रोतों में मिलता है; दशावतार गंजीफा जैसे संस्करणों में पौराणिक आख्यान ही पत्तों की विषय-वस्तु बन जाते थे, जिससे खेल के साथ कथा-स्मृति और चित्रकला की शिक्षा भी जुड़ती थी। ओडिशा, सावन्तवाड़ी (महाराष्ट्र) और मैसूर इसके शिल्प-केन्द्र रहे हैं। इनके अतिरिक्त पहेलियाँ, अन्त्याक्षरी, बूझ-कहावतें और अमरकोश-कण्ठस्थीकरण जैसी वाचिक क्रीड़ाएँ भाषा-शिक्षण की लोक-विधियाँ रही हैं।

---

[3] सिन्धु घाटी स्थलों (मोहनजोदड़ो, हड़प्पा, लोथल) से प्राप्त घनाकार पासों एवं क्रीड़ा-सामग्री के लिए देखें — जॉन मार्शल (सम्पा.), Mohenjo-daro and the Indus Civilization (London: Arthur Probsthain, 1931); इन पुरावस्तुओं की क्रीड़ा-व्याख्या के विषय में विद्वानों में सावधानी बरती जाती है, क्योंकि नियम-सम्बन्धी साक्ष्य अनुपलब्ध हैं।

[4] ऋग्वेद 10.34 (अक्ष-सूक्त); 'अक्षैर्मा दीव्यः कृषिमित्कृषस्व' (ऋ. 10.34.13)। हिन्दी विवेचन हेतु सामान्यतः उपलब्ध भाष्य-परम्परा द्रष्टव्य।

[5] महाभारत, सभापर्व का द्यूत-प्रसंग (क्रमशः अध्यायों की संख्या पाठ-संस्करणानुसार भिन्न होती है; समालोचनात्मक संस्करण — भण्डारकर प्राच्यविद्या शोध संस्थान, पुणे)। द्यूत के सामाजिक नियमन की स्मृति-चर्चा हेतु मनुस्मृति एवं याज्ञवल्क्यस्मृति के व्यवहार-प्रकरण द्रष्टव्य।

[6] बाणभट्ट, हर्षचरित — हर्ष के राज्य की प्रशस्ति में अष्टापद-पट्टों पर चतुरङ्ग के संचालन वाली श्लेषोक्ति; इसे चतुरङ्ग-क्रीड़ा का प्रारम्भिक साहित्यिक संकेत माना जाता है, यद्यपि श्लेष होने से व्याख्या-भेद सम्भव है।

[7] H. J. R. Murray, A History of Chess (Oxford: Clarendon Press, 1913) — शतरंज के भारतीय (चतुरङ्ग) उद्गम का शास्त्रीय प्रतिपादन।

[8] अबुल फ़ज़्ल, आईन-ए-अकबरी (अनु. H. Blochmann, Calcutta: Asiatic Society of Bengal, 1873) — अकबर-कालीन दरबारी क्रीड़ाओं (चौपड़/चंदल मंडल आदि) का विवरण; फतेहपुर सीकरी के प्रांगण-पट्ट की परम्परागत पहचान इसी सन्दर्भ से जुड़ी है।

[9] Andrew Topsfield, "The Indian Game of Snakes and Ladders", Artibus Asiae, Vol. 46, No. 3 (1985) — ज्ञान चौपड़/मोक्षपट के जैन, वैष्णव एवं अन्य संस्करणों के चित्रित पट्टों का कला-ऐतिहासिक अध्ययन।

[10] दीघनिकाय का ब्रह्मजाल सुत्त — श्रमणों के लिए वर्जित क्रीड़ाओं की सूची में अष्टापद, दशपद आदि का उल्लेख; यह सूची तत्कालीन क्रीड़ा-विविधता का परोक्ष साक्ष्य है।

[11] सोमेश्वर (तृतीय), मानसोल्लास (अभिलषितार्थचिन्तामणि), बारहवीं शताब्दी — राजोचित विनोदों एवं क्रीड़ाओं का विश्वकोशीय विवरण (सम्पादित संस्करण: गायकवाड़ ओरिएण्टल सीरीज़, बड़ौदा)।

2.4 शारीरिक क्रीड़ाएँ एवं युद्ध-कलाएँ

शारीरिक क्रीड़ाओं की भारतीय परम्परा भी उतनी ही समृद्ध है। **मल्लविद्या** (कुश्ती) की शास्त्रीय परम्परा का साक्ष्य 'मल्लपुराण' जैसे ग्रन्थ हैं, जिसमें मल्लों के आहार, व्यायाम, ऋतुचर्या और अखाड़ा-निर्माण तक का विवेचन है।[12] अखाड़ा-संस्था आज भी उत्तर भारत में जीवित है। **मलखम्भ** — काष्ठ-स्तम्भ या रज्जु पर किए जाने वाले योग-व्यायाम — का आधुनिक पुनरुद्धार पेशवा-काल में हुआ माना जाता है; यह सन्तुलन, लचीलेपन और पकड़-शक्ति की अद्वितीय साधना है। केरल की **कलरीपयट्टु** को विश्व की प्राचीनतम जीवित युद्ध-कलाओं में गिना जाता है, जिसमें शरीर-साधना, शस्त्र-अभ्यास और मर्म-चिकित्सा का समन्वय है। पंजाब की **गतका** (सिक्ख शस्त्र-कला) और मणिपुर की **थांग-ता** इसी युद्ध-कला-परम्परा की क्षेत्रीय धाराएँ हैं।

लोक-अंगन के खेल तो अनगिनत हैं — **कबड्डी** (हु-तू-तू, चेडुगुडु), जिसमें श्वास रोककर 'कबड्डी-कबड्डी' का उच्चारण करते हुए विपक्षी पाले में धावा बोला जाता है; **खो-खो**, जो द्रुत गति, दिशा-परिवर्तन और शृंखलाबद्ध सहयोग का खेल है; **गिल्ली-डण्डा**, जो क्रिकेट-सदृश आघात-कौशल का देशज रूप है; **लंगड़ी** (एक पैर पर दौड़कर छूने का खेल), **पिट्ठू/सतोलिया/लगोरी** (सात पत्थरों को गेंद से गिराकर पुनः चुनने का खेल), **कंचे**, **पतंगबाज़ी** (जो मकर संक्रान्ति जैसे पर्वों से जुड़कर सांस्कृतिक आयोजन बन जाती है), रस्साकशी, कोलाट्टम/डाण्डिया जैसे ताल-नृत्य-खेल, और स्थानिक विविधता के सैकड़ों अन्य खेल। इन खेलों की विशेषता है — न्यूनतम या शून्य लागत, स्थानीय सामग्री, लचीले नियम, सब आयु-वर्गों की सहभागिता और गहरा सामुदायिक-सांस्कृतिक सन्दर्भ। यही विशेषताएँ इन्हें शिक्षा के लिए विशेष रूप से उपयुक्त बनाती हैं।

3. खेल-आधारित अधिगम का शिक्षाशास्त्रीय आधार

3.1 विकासात्मक मनोविज्ञान की दृष्टि

आधुनिक विकासात्मक मनोविज्ञान में क्रीड़ा को बाल-विकास की केन्द्रीय प्रक्रिया माना गया है। ज्याँ पियाजे (Jean Piaget) के अनुसार खेल आत्मसात्करण (assimilation) की प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से बालक अनुभवों को अपनी संज्ञानात्मक संरचनाओं (schemas) में समाहित करता है; अभ्यास-खेल, प्रतीकात्मक खेल और नियम-बद्ध खेल — यह क्रम स्वयं संज्ञानात्मक विकास की अवस्थाओं का दर्पण है।[13] पियाजे की दृष्टि से विशेष महत्त्वपूर्ण है नियम-बद्ध खेलों (games with rules) की अवस्था: जब बालक चौपड़ या पिट्ठू जैसे खेलों में नियमों पर सहमति बनाता, उनका पालन करता और उल्लंघन पर तर्क करता है, तब वह वस्तुतः सामाजिक अनुबन्ध, न्याय-बोध और विकेन्द्रित चिन्तन (decentration) सीख रहा होता है।

लेव वाइगोत्स्की (Lev Vygotsky) खेल को 'समीपस्थ विकास क्षेत्र' (Zone of Proximal Development) का सृजक मानते हैं — खेल में बालक अपनी वास्तविक आयु से 'एक सिर ऊँचा' आचरण करता है; खेल की काल्पनिक स्थिति और उसके अन्तर्निहित नियम बालक को तात्कालिक आवेगों पर नियन्त्रण और प्रतीकात्मक चिन्तन की ओर ले जाते हैं।[14] यह दृष्टि पारम्परिक खेलों के लिए विशेष रूप से प्रासंगिक है, क्योंकि वे प्रायः बहु-आयु समूहों में खेले जाते हैं, जहाँ छोटे बच्चे बड़ों के निर्देशन में — वाइगोत्स्की की भाषा में 'सक्षम सहचरों' के सहयोग से — सीखते हैं। योहान हुइज़िंगा की 'होमो लूडेन्स' (1938) ने तो क्रीड़ा को संस्कृति-निर्माण की आधारभूत प्रवृत्ति ही घोषित किया।[15]

3.2 भारतीय दृष्टि: क्रीड़ा और शिक्षा का सहज योग

भारतीय परम्परा में भी बाल-स्वभाव और क्रीड़ा के सम्बन्ध की सूक्ष्म समझ मिलती है। लोक-प्रचलित नीति-सूक्ति — 'लालयेत् पञ्च वर्षाणि दश वर्षाणि ताडयेत्' (पाँच वर्ष तक लाड़ करे, फिर अनुशासन) — जिस बाल-मनोविज्ञान की ओर संकेत करती है, उसमें प्रारम्भिक बाल्यावस्था को खेल और वात्सल्य का काल माना गया है।[16] तिरुक्कुरल से लेकर लोकोक्तियों तक बालक की क्रीड़ा को उसकी स्वाभाविक वृत्ति के रूप में स्वीकारा गया है। व्यावहारिक स्तर पर देखें तो पारम्परिक भारतीय समाज ने शिक्षा के अनेक अंग खेलों में ही गूँथ दिए थे — गिनती पल्लांगुझी में, नीति ज्ञान चौपड़ में, रणनीति चतुरङ्ग में, शब्द-सम्पदा अन्त्याक्षरी में, और शरीर-संस्कार अखाड़े में। यह 'अनौपचारिक पाठ्यचर्या' आधुनिक शब्दावली में जिसे हम खेल-आधारित अधिगम कहते हैं, उसका जीवन्त ऐतिहासिक रूप थी। (यहाँ यह सतर्कता आवश्यक है कि लोक-सूक्तियों का उपयोग साक्ष्य के रूप में नहीं, दृष्टि-संकेत के रूप में ही किया जाए; इनकी शास्त्रीय स्रोत-परम्परा प्रायः अनिश्चित होती है।)

3.3 समकालीन शिक्षाशास्त्रीय अवधारणाएँ

समकालीन शोध-साहित्य खेल-आधारित अधिगम के जिन तन्त्रों को रेखांकित करता है, वे पारम्परिक खेलों में सहज उपस्थित हैं:

1. **मनो-गत्यात्मक कौशल (psychomotor skills):** दौड़, कूद, फेंक, पकड़, सन्तुलन — गिल्ली-डण्डा, पिट्ठू, लंगड़ी जैसे खेल स्थूल एवं सूक्ष्म पेशीय समन्वय के स्वाभाविक अभ्यास हैं।
2. **कार्यकारी क्रियाएँ (executive functions):** कार्यशील स्मृति, अवरोधक नियन्त्रण (inhibitory control) और संज्ञानात्मक लचीलापन। खो-खो में सही क्षण पर 'खो' देना, कबड्डी में श्वास और गति का समायोजन, शतरंज में चालों का पूर्वानुमान — ये सब कार्यकारी क्रियाओं के प्रशिक्षण-क्षेत्र हैं।
3. **नियम-पालन एवं आत्म-नियमन (self-regulation):** खेल का नियम बाहरी दण्ड से नहीं, खेल में बने रहने की इच्छा से पलता है; यह आन्तरिकीकृत अनुशासन ही आत्म-नियमन का बीज है।
4. **अन्तर्निहित अभिप्रेरणा (intrinsic motivation):** खेल स्वतःस्फूर्त और आनन्द-प्रेरित होता है; असफलता खेल में 'हार' भर है, कलंक नहीं — अतः बालक जोखिम लेना और पुनः प्रयास करना सीखता है।
5. **स्थिति-सापेक्ष अधिगम (situated learning):** पारम्परिक खेल स्थानीय भाषा, परिवेश और संस्कृति में रचे-बसे हैं, अतः विद्यालयी ज्ञान और जीवन-जगत् के बीच सेतु बनते हैं।

4. पारम्परिक खेलों के अधिगम-प्रतिफल: खेलवार मानचित्रण

नीचे प्रमुख पारम्परिक खेलों का सम्भावित अधिगम-प्रतिफलों के साथ विश्लेषणात्मक मानचित्रण प्रस्तुत है। यह मानचित्रण तार्किक-शिक्षाशास्त्रीय विश्लेषण पर आधारित है; प्रत्येक सम्बन्ध का अनुभवजन्य सत्यापन भावी शोध का विषय है (देखें खण्ड 7)।

4.1 गणितीय अधिगम

पल्लांगुझी/अलिगुलि मणे: बीजों को क्रम से बाँटना गिनती और एक-एक संगति (one-to-one correspondence) का प्रत्यक्ष अभ्यास है; गड्ढों में बीजों का संचय समूहन और स्थान-मान (place value) की पूर्व-अवधारणा गढ़ता है; आगे की चालों का पूर्वानुमान मानसिक गणना और क्रमिक तर्क विकसित करता है। **चौपड़/पचीसी:** कौड़ियों के गिरने के संयोग प्रायिकता-बोध (probabilistic intuition) की सहज भूमि हैं — कौन-सा 'दाँव' कितनी बार आता है, यह अनुभवजन्य बारम्बारता का पाठ है; गोटियों की चाल में जोड़ और रणनीतिक विकल्प-चयन निहित है। **कंचे और गिल्ली-डण्डा:** दूरी का आकलन, अंकों का

[12] मल्लपुराण — मल्लविद्या (कुश्ती) से सम्बद्ध संस्कृत ग्रन्थ, जिसमें मल्लों के व्यायाम, आहार एवं अखाड़ा-व्यवस्था का विवेचन है (सम्पादित संस्करण: B. J. Sandesara एवं R. N. Mehta, गायकवाड़ ओरिएण्टल सीरीज़, बड़ौदा, 1964)।

[13] Jean Piaget, Play, Dreams and Imitation in Childhood (London: Routledge & Kegan Paul, 1951) — खेल का आत्मसात्करण-सिद्धान्त तथा अभ्यास-खेल, प्रतीकात्मक खेल एवं नियम-बद्ध खेल का विकास-क्रम।

[14] L. S. Vygotsky, Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978) — खेल और समीपस्थ विकास क्षेत्र (ZPD) का विवेचन; खेल में बालक का 'स्वयं से एक सिर ऊँचा' आचरण।

[15] Johan Huizinga, Homo Ludens: A Study of the Play-Element in Culture (1938; English trans., London: Routledge & Kegan Paul, 1949)।

[16] यह नीति-सूक्ति ('लालयेत् पञ्च वर्षाणि…') लोक-परम्परा में चाणक्य-नीति के नाम से प्रचलित है; इसका शास्त्रीय स्रोत-निर्धारण अनिश्चित है, अतः यहाँ इसे साक्ष्य नहीं, परम्परागत बाल-दृष्टि के संकेतक रूप में ही उद्धृत किया गया है।

हिसाब, तथा गिल्ली-डण्डा में तो डण्डे से दूरी नापने की परम्परा मापन-बोध (estimation and measurement) का देशज गणित-पाठ ही है। **ज्ञान चौपड़/साँप-सीढ़ी:** संख्या-रेखा पर आगे-पीछे की गति, सौ तक की संख्या-पहचान और संख्या-क्रम का अभ्यास।

4.2 रणनीतिक चिन्तन एवं स्मृति

शतरंज/चतुरङ्ग: बहु-चरणीय योजना, प्रतिपक्षी के दृष्टिकोण से सोचना (perspective-taking), स्थिति-मूल्यांकन, स्मृति और धैर्य — शतरंज संज्ञानात्मक प्रशिक्षण का सर्वमान्य माध्यम है; अनेक देशों और भारत के भी कुछ राज्यों (यथा गुजरात, तमिलनाडु में समय-समय पर की गई पहलों) ने इसे विद्यालयों से जोड़ा है। **गंजीफा एवं ताश-आधारित खेल:** पत्तों की स्मृति, वर्गीकरण, क्रम-निर्धारण और सम्भावना-आकलन। **बाघ-बकरी (आडु-पुली आट्टम/बाघचाल):** असमान शक्तियों वाले पक्षों की यह पट्ट-क्रीड़ा घेराबन्दी, त्याग और असममित रणनीति (asymmetric strategy) का अभ्यास कराती है।

4.3 शारीरिक दक्षता, सहयोग एवं नेतृत्व

कबड्डी: श्वास-नियमन (निरन्तर उच्चारण के साथ), क्षिप्रता, पकड़-छुड़ाव की शक्ति; आक्रमण-रक्षण की सामूहिक रणनीति, दल-गठन और नेतृत्व। **खो-खो:** द्रुत निर्णय, दिशा-परिवर्तन, शृंखलाबद्ध सहयोग — प्रत्येक खिलाड़ी की सफलता साथी के सटीक 'खो' पर निर्भर है, अतः यह परस्पर-निर्भरता का पाठ है। **रस्साकशी एवं लंगड़ी:** सामूहिक बल-समन्वय, सन्तुलन, सहनशीलता। **मलखम्भ एवं योगासन:** लचीलापन, कोर-शक्ति, एकाग्रता, शरीर-बोध (kinesthetic awareness)। **पिट्ठू/सतोलिया:** निशाना, हस्त-नेत्र समन्वय (hand-eye coordination), शीघ्र पुनर्संगठन और दलीय भूमिका-विभाजन।

4.4 भाषा-विकास एवं सांस्कृतिक साक्षरता

अन्त्याक्षरी: ध्वनि-बोध (phonological awareness), शब्द-भण्डार, स्मृति से काव्य-पंक्तियों का आह्वान — यह वाचिक परम्परा की जीवित भाषा-प्रयोगशाला है। **पहेलियाँ एवं बूझ-कहावतें:** रूपक-बोध, अनुमान-कौशल, बहु-अर्थता की समझ। **खेल-गीत** (जैसे पोषम्पा, अटकन-बटकन, ओक्का-बोक्का): लय, तुक और आवृत्ति के माध्यम से प्रारम्भिक साक्षरता की नींव। **गंजीफा/कथा-खेल:** पौराणिक-सांस्कृतिक आख्यानों से परिचय, दृश्य-साक्षरता।

4.5 मूल्य-शिक्षा एवं सामाजिक-भावनात्मक अधिगम

ज्ञान चौपड़: गुण-दुर्गुण की प्रत्यक्ष प्रतीकात्मक शिक्षा — यह खेल मूल्य-शिक्षा का ऐतिहासिक आदर्श-प्रारूप है, जिसे आज कक्षा में चर्चा-आधारित गतिविधि (खाने के गुणों-दुर्गुणों पर संवाद) के रूप में पुनर्जीवित किया जा सकता है। समग्रतः, पारम्परिक खेल सामाजिक-भावनात्मक अधिगम (Social-Emotional Learning) के पाँचों घटकों — आत्म-जागरूकता, आत्म-प्रबन्धन, सामाजिक जागरूकता, सम्बन्ध-कौशल और उत्तरदायी निर्णयन — का स्वाभाविक अभ्यास-क्षेत्र हैं: हार को पचाना, पंक्ति/पारी की प्रतीक्षा करना, विवाद सुलझाना, छोटे खिलाड़ियों को 'घी का लड्डू' (रियायती नियम) देना — यह अन्तिम प्रथा तो समावेशी न्याय-बोध की लोक-शिक्षा ही है।

4.6 समता एवं समावेशन का साधन

पारम्परिक खेलों का एक विशिष्ट शक्ति-बिन्दु उनकी **अल्प लागत और स्थानीय उपलब्धता** है। इमली के बीज, कंकड़, लकड़ी की गिल्ली, पुराने कपड़े की गेंद — इनसे खेल बन जाते हैं। जहाँ महँगे क्रीड़ा-उपकरण और अवसंरचना वंचित वर्गों के लिए बाधा बनते हैं, वहाँ पारम्परिक खेल शून्य-लागत पर वही अधिगम-अवसर देते हैं; अतः वे शैक्षिक समता (equity) के साधन हैं। ग्रामीण-नगरीय, निर्धन-सम्पन्न, सभी पृष्ठभूमियों के बच्चे समान भूमि पर खेल सकते हैं। साथ ही ये खेल स्थानीय भाषा-बोली में खेले जाते हैं, जिससे घर की भाषा और विद्यालय की भाषा का सेतु बनता है — जो एन.ई.पी. 2020 की मातृभाषा-आधारित शिक्षा की दृष्टि से भी संगत है।

5. नीतिगत ढाँचा: एन.ई.पी. 2020 से खेलो इंडिया तक

5.1 राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020

एन.ई.पी. 2020 का अनुच्छेद 4.8 खेल-समेकित शिक्षा का आधार-वाक्य है। नीति कहती है कि विद्यार्थियों में 'फिट इंडिया अभियान' के अनुरूप आजीवन स्वस्थता की वृत्ति विकसित करने हेतु शारीरिक गतिविधियों और स्वदेशी खेलों सहित क्रीड़ा को अधिगम-प्रक्रिया में समेकित किया जाएगा; खेल-समेकित शिक्षा से सहयोग, स्व-पहल, आत्म-अनुशासन, दल-भावना, उत्तरदायित्व और नागरिकता जैसे कौशल विकसित होते हैं।[17] नीति के इसी भाग में कला-समेकन (art-integration) के साथ खेल-समेकन को अनुभवात्मक अधिगम (experiential learning) की द्विविध युक्ति के रूप में रखा गया है (अनुच्छेद 4.6–4.8)। इसके अतिरिक्त अनुच्छेद 4.27 में भारत की ज्ञान परम्पराओं के अन्तर्गत जनजातीय एवं स्वदेशी ज्ञान के समावेश की बात है, तथा नीति में 'भारत की पारम्परिक क्रीड़ाओं' को सांस्कृतिक सम्पदा के रूप में देखा गया है।[18] उल्लेखनीय यह भी है कि नीति शारीरिक शिक्षा को पाठ्येतर नहीं, पाठ्यचर्या का अभिन्न अंग मानती है और विषयों के बीच के कठोर विभाजन को समाप्त करने का लक्ष्य रखती है (अनुच्छेद 4.9)।

5.2 राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (एन.सी.एफ.-एस.ई.) 2023

एन.ई.पी. के क्रियान्वयन-दस्तावेज के रूप में 'नेशनल करिकुलम फ्रेमवर्क फॉर स्कूल एजुकेशन 2023' ने शारीरिक शिक्षा एवं स्वस्थता (Physical Education and Well-being) को विद्यालयी पाठ्यचर्या का अनिवार्य क्षेत्र बनाया है और स्पष्टतः भारतीय/स्थानीय खेलों को शारीरिक शिक्षा की विषय-वस्तु में सम्मिलित किया है — इसमें पारम्परिक खेलों, योग तथा स्थानीय रूप से प्रचलित क्रीड़ाओं के उपयोग की अनुशंसा है।[19] फ्रेमवर्क का बुनियादी स्तर (Foundational Stage) से सम्बद्ध पूर्ववर्ती दस्तावेज एन.सी.एफ.-एफ.एस. 2022 तो 'खेल ही अधिगम का मार्ग है' (learning through play) को तीन से आठ वर्ष की सम्पूर्ण शिक्षा का मूल-सिद्धान्त घोषित करता है — खिलौने, तुकबन्दी, कहानियाँ और पारम्परिक खेल उसकी अनुशंसित सामग्री हैं।[20]

5.3 खेलो इंडिया, फिट इंडिया एवं स्वदेशी खेलों का संवर्धन

नीति-परिदृश्य का तीसरा स्तम्भ क्रीड़ा-मन्त्रालय की योजनाएँ हैं। **खेलो इंडिया** कार्यक्रम के अन्तर्गत स्वदेशी खेलों के संवर्धन का विशिष्ट घटक है, जिसके अन्तर्गत मलखम्भ, कलरीपयट्टु, गतका, थांग-ता जैसी पारम्परिक क्रीड़ाओं को प्रोत्साहन, प्रशिक्षण और छात्रवृत्ति की व्यवस्था की गई; खेलो इंडिया यूथ गेम्स में इन स्वदेशी खेलों तथा योगासन को प्रतिस्पर्धी खेलों के रूप में सम्मिलित किया गया है।[21] **फिट इंडिया अभियान** (2019 से) ने विद्यालयों में 'फिट इंडिया स्कूल' प्रमाणन और स्वदेशी खेलों के आयोजन को प्रोत्साहित किया है। उच्च शिक्षा के स्तर पर विश्वविद्यालय अनुदान आयोग द्वारा प्रवर्तित **भारतीय ज्ञान परम्परा (IKS)** पाठ्यक्रम-ढाँचे में भारतीय क्रीड़ा-परम्परा, योग एवं देशज युद्ध-कलाओं के अध्ययन की सम्भावना खुली है।[22] इस प्रकार शिक्षा-नीति, पाठ्यचर्या-रूपरेखा और क्रीड़ा-

---

[17] राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020, अनुच्छेद 4.8; अनुभवात्मक अधिगम एवं कला-समेकन हेतु अनुच्छेद 4.6–4.7 भी द्रष्टव्य।

[18] वही, अनुच्छेद 4.9 (विषयों के कठोर विभाजन की समाप्ति, शारीरिक शिक्षा सहित सभी विषयों की पाठ्यचर्यात्मक समानता) एवं अनुच्छेद 4.27।

[19] राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, National Curriculum Framework for School Education 2023 (नई दिल्ली: एन.सी.ई.आर.टी., 2023) — 'Physical Education and Well-being' क्षेत्र, जिसमें स्थानीय/भारतीय खेलों एवं योग के समावेश की अनुशंसा है।

[20] राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, National Curriculum Framework for Foundational Stage 2022 (नई दिल्ली: एन.सी.ई.आर.टी., 2022) — बुनियादी स्तर पर 'खेल-आधारित अधिगम' (play-based learning) का केन्द्रीय सिद्धान्त।

[21] युवा कार्यक्रम और खेल मन्त्रालय, भारत सरकार — खेलो इंडिया योजना का स्वदेशी खेल-संवर्धन घटक; खेलो इंडिया यूथ गेम्स में मलखम्भ, कलरीपयट्टु, गतका, थांग-ता एवं योगासन का प्रतिस्पर्धी समावेश (मन्त्रालय की सार्वजनिक घोषणाएँ एवं योजना-दस्तावेज)।

[22] विश्वविद्यालय अनुदान आयोग एवं शिक्षा मन्त्रालय का भारतीय ज्ञान परम्परा (Indian Knowledge Systems) प्रभाग — आई.के.एस. पाठ्यक्रम-दिशानिर्देश, जिनके अन्तर्गत भारतीय क्रीड़ा-परम्परा सहित देशज ज्ञान-क्षेत्रों के अध्ययन-अध्यापन को प्रोत्साहन।

योजनाएँ — तीनों स्तरों पर पारम्परिक खेलों के शैक्षिक उपयोग का नीतिगत अवसर-द्वार खुला है; चुनौती अब क्रियान्वयन की है।

6. क्रियान्वयन-प्रारूप: विद्यालय में पारम्परिक खेलों का समेकन

नीतिगत आशय को कक्षा तक पहुँचाने हेतु एक बहुस्तरीय प्रारूप प्रस्तावित है।

6.1 पाठ्यचर्या-समेकन

पारम्परिक खेलों को तीन रूपों में पाठ्यचर्या से जोड़ा जा सकता है — (क) **खेल स्वयं विषय-वस्तु के रूप में** (शारीरिक शिक्षा कालांश में कबड्डी, खो-खो, लंगड़ी, मलखम्भ आदि का व्यवस्थित शिक्षण); (ख) **खेल अधिगम-माध्यम के रूप में** — गणित में पल्लांगुझी से गिनती-समूहन, साँप-सीढ़ी के पट्ट से संख्या-रेखा और जोड़-घटाव, कौड़ी-चौपड़ से आँकड़ों का संकलन एवं प्रायिकता की प्रारम्भिक चर्चा; भाषा में अन्त्याक्षरी, पहेलियाँ, खेल-गीतों का लेखन-पाठ; पर्यावरण अध्ययन (EVS) में स्थानीय खेलों का सर्वेक्षण-प्रकल्प ('हमारे गाँव/मोहल्ले के खेल'), खेल-सामग्री के स्थानीय स्रोत, ऋतु-पर्व और खेलों का सम्बन्ध (पतंगबाज़ी-संक्रान्ति); सामाजिक विज्ञान में खेलों का इतिहास-भूगोल (चतुरङ्ग की यात्रा भारत से यूरोप तक — सांस्कृतिक आदान-प्रदान का पाठ); (ग) **खेल मूल्य-शिक्षा के मंच के रूप में** — ज्ञान चौपड़ खेलकर गुणों-दुर्गुणों पर कक्षा-संवाद।

6.2 खेल-कालांश की रूपरेखा

साप्ताहिक समय-सारणी में कम-से-कम एक 'पारम्परिक खेल-कालांश' नियत हो, जिसकी मासिक थीम बदलती रहे (एक माह पट्ट-क्रीड़ा, एक माह अंगन-क्रीड़ा आदि)। बुनियादी स्तर (आयु 3–8) पर प्रतिदिन का अधिकांश अधिगम खेल-विधि से ही हो — जो एन.सी.एफ.-एफ.एस. 2022 का निर्देश भी है। मध्य एवं माध्यमिक स्तर पर 'खेल-समेकित पाठ-योजना' का अभ्यास हो, जिसमें शिक्षक सप्ताह में न्यूनतम एक पाठ किसी खेल-गतिविधि के माध्यम से पढ़ाएँ। वार्षिक क्रीड़ा-उत्सव में पारम्परिक खेलों की स्पर्धाएँ अनिवार्यतः सम्मिलित हों।

6.3 समुदाय एवं अन्तरपीढ़ीय सहभागिता

पारम्परिक खेलों के जीवित ज्ञान-धारक प्रायः वृद्धजन हैं। दादा-दादी/नाना-नानी को 'खेल-गुरु' के रूप में विद्यालय में आमन्त्रित करना — नियम सिखाने, किस्से सुनाने, स्थानीय संस्करण बताने हेतु — एक साथ तीन प्रयोजन साधता है: खेलों का प्रलेखन, अन्तरपीढ़ीय सम्बन्ध और विद्यालय-समुदाय सेतु। स्थानीय अखाड़ों, कलरी-केन्द्रों और क्रीड़ा-मण्डलों से साझेदारी की जा सकती है। विद्यार्थियों से अपने क्षेत्र के खेलों का संकलन कराना (नियम, गीत, शब्दावली लिखवाना) स्वयं में एक प्रलेखन-प्रकल्प है।

6.4 शिक्षक-प्रशिक्षण

खेल-समेकन शिक्षक की तैयारी पर टिका है। सेवा-पूर्व शिक्षक-शिक्षा (यथा चार-वर्षीय समेकित बी.एड.) और सेवाकालीन प्रशिक्षण (निष्ठा जैसे कार्यक्रमों) में 'पारम्परिक खेलों का शिक्षाशास्त्रीय उपयोग' मॉड्यूल जोड़ा जाए — जिसमें खेलों के नियम, अधिगम-प्रतिफल-मानचित्रण, सुरक्षा-प्रबन्धन और आकलन-विधियाँ (अवलोकन-सूचियाँ, अधिगम-प्रगति के खेल-आधारित संकेतक) सम्मिलित हों। डायट (DIET) स्तर पर स्थानीय खेलों की हस्तपुस्तिकाएँ विकसित की जा सकती हैं।

6.5 सुरक्षा एवं लैंगिक समावेशन

खेल-समेकन में दो सावधानियाँ अनिवार्य हैं। पहली, **सुरक्षा**: मलखम्भ, कुश्ती, गिल्ली-डण्डा जैसे खेलों में प्रशिक्षित पर्यवेक्षण, आयु-अनुकूल रूपान्तरण (जैसे गिल्ली के स्थान पर मृदु सामग्री), खुले-सुरक्षित स्थान और प्राथमिक उपचार की व्यवस्था। दूसरी, **लैंगिक समावेशन**: पारम्परिक खेल-संस्कृति में कई बार खेलों का लिंग-विभाजन रहा है; विद्यालय को सचेत रूप से सभी खेल सभी बच्चों के लिए खोलने चाहिए — बालिकाओं के लिए कबड्डी-कुश्ती-मलखम्भ, बालकों के लिए भी गुट्टे/पाँच-पत्थर जैसे खेल। दिव्यांग विद्यार्थियों हेतु खेलों के अनुकूलित रूप (बैठकर खेले जाने वाले पट्ट-खेल, वाचिक खेल) समावेशी शिक्षा के व्यावहारिक साधन हैं। खेलो इंडिया एवं राष्ट्रीय स्तर पर महिला कबड्डी-कुश्ती की उपलब्धियाँ इस समावेशन की प्रेरक नज़ीरें हैं।

6.6 आकलन एवं गुणवत्ता-सुनिश्चयन

खेल-समेकित शिक्षा तभी गम्भीर शैक्षिक व्यवहार बनेगी जब उसका आकलन भी व्यवस्थित हो, अन्यथा वह पुनः 'मनोरंजन-कालांश' बनकर रह जाएगी। एन.ई.पी. 2020 की सक्षमता-आधारित (competency-based) आकलन-दृष्टि के अनुरूप खेल-गतिविधियों के लिए अवलोकन-आधारित रूब्रिक विकसित किए जाने चाहिए — यथा, पल्लांगुझी-सत्र में शिक्षक यह अंकित करे कि विद्यार्थी बिना गिने समूह पहचानता है या नहीं (subitizing), चालों का पूर्वानुमान करता है या नहीं; खो-खो में निर्णय-गति और दल-संवाद के संकेतक देखे जाएँ। ऐसे साक्ष्य समग्र प्रगति-पत्रक (Holistic Progress Card) में सम्मिलित किए जा सकते हैं, जिसकी संकल्पना एन.सी.एफ.-एस.ई. 2023 में विद्यमान है। विद्यालय-स्तर पर एक सरल 'खेल-समेकन पंजिका' — कौन-सा खेल, किस विषय-सक्षमता से जुड़ा, क्या अवलोकन हुआ — रखने से क्रियान्वयन की निरन्तरता और समीक्षा दोनों सम्भव होंगी। यह प्रलेखन भविष्य के अनुभवजन्य शोध के लिए भी आधार-सामग्री बनेगा।

7. चुनौतियाँ एवं शोध-एजेंडा

7.1 चुनौतियाँ

(क) **पारम्परिक खेलों का ह्रास:** नगरीकरण ने खुले खेल-स्थान छीने हैं; एकल परिवारों और बहु-आयु मोहल्ला-समूहों के विघटन ने खेलों की अन्तरपीढ़ीय संचरण-शृंखला तोड़ी है; और स्क्रीन-समय (screen time) के विस्तार ने बच्चों के अवकाश की प्रकृति ही बदल दी है। डिजिटल खेलों के आकर्षण के सम्मुख गिल्ली-डण्डा और पिट्ठू के लिए स्थान सिकुड़ रहा है — यह प्रवृत्ति शिक्षकों, अभिभावकों और शोधार्थियों द्वारा व्यापक रूप से अनुभूत है, यद्यपि इसके सुव्यवस्थित भारतीय आँकड़े सीमित हैं।

(ख) **प्रलेखन का अभाव:** भारत के सैकड़ों क्षेत्रीय खेल — उनके नियम, गीत, शब्दावली, स्थानीय भेद — प्रायः अलिखित वाचिक परम्परा में हैं। ज्ञान-धारक पीढ़ी के जाने के साथ यह अमूर्त सांस्कृतिक धरोहर (intangible cultural heritage) लुप्तप्राय है। राष्ट्रीय स्तर पर पारम्परिक खेलों का कोई प्रामाणिक, सार्वजनिक कोश अभी अपूर्ण ही है।

(ग) **अनुभवजन्य शोध की न्यूनता:** खेल-आधारित अधिगम पर अन्तरराष्ट्रीय साहित्य समृद्ध है, किन्तु विशेषतः *भारतीय पारम्परिक* खेलों के अधिगम-प्रभावों पर नियन्त्रित, समकक्ष-समीक्षित अध्ययन विरल हैं। खण्ड 4 में प्रस्तुत मानचित्रण तार्किक रूप से सुदृढ़ होते हुए भी अनुभवजन्य पुष्टि की अपेक्षा रखता है।

(घ) **क्रियान्वयन-बाधाएँ:** शिक्षकों पर पाठ्यक्रम-पूर्ति का दबाव, खेल को 'समय की बर्बादी' मानने की अभिभावकीय धारणा, परीक्षा-केन्द्रित संस्कृति, शारीरिक शिक्षा शिक्षकों की कमी और आकलन-विधियों का अभाव — ये सब खेल-समेकन के मार्ग की व्यावहारिक बाधाएँ हैं।

7.2 भावी शोध-दिशाएँ

1 **प्रलेखन-शोध:** राज्यवार/बोलीवार पारम्परिक खेलों का क्षेत्र-कार्य-आधारित कोश; खेल-गीतों और क्रीड़ा-शब्दावली का भाषावैज्ञानिक संकलन; डिजिटल संग्रहालय।

2 **प्रभाव-अध्ययन:** पल्लांगुझी-समेकित गणित-शिक्षण, ज्ञान चौपड़-आधारित मूल्य-शिक्षा, कबड्डी/खो-खो और कार्यकारी क्रियाओं के सम्बन्ध पर यादृच्छिक/अर्ध-प्रायोगिक अध्ययन; पूर्व-पश्च परीक्षण डिजाइनों से अधिगम-प्रतिफलों का मापन।

3 **तुलनात्मक अध्ययन:** डिजिटल गेमीकरण (gamification) बनाम पारम्परिक खेल-समेकन की प्रभावशीलता; बहु-आयु खेल-समूहों में वाइगोत्स्कीय सहयोगी अधिगम की जाँच।

4 **समावेशन-शोध:** पारम्परिक खेलों के लैंगिक-सामाजिक समीकरणों का आलोचनात्मक अध्ययन तथा दिव्यांग-अनुकूलित रूपान्तरणों का विकास-परीक्षण।

5 **शिक्षक-शिक्षा शोध:** खेल-समेकित पाठ-योजना के प्रशिक्षण-मॉडलों की प्रभावशीलता; आकलन-रूब्रिकों का विकास एवं वैधीकरण।

6 **नीति-विश्लेषण:** एन.ई.पी. 4.8 के राज्य-स्तरीय क्रियान्वयन की स्थिति का लेखा-जोखा; खेलो इंडिया के स्वदेशी खेल-घटक का शैक्षिक प्रभाव-मूल्यांकन।

8. निष्कर्ष

भारतीय क्रीड़ा-परम्परा कोई संग्रहालय-वस्तु नहीं, वरन् शिक्षा का जीवित संसाधन-कोष है। सिन्धु घाटी के पासों से लेकर ज्ञान चौपड़ के मोक्ष-पट तक, अखाड़े की मिट्टी से लेकर खो-खो की धूल तक — इस परम्परा में गणित, रणनीति, भाषा, शरीर-साधना, नीति और सामुदायिकता की अनौपचारिक पाठशालाएँ सदियों से चलती रही हैं। आधुनिक शिक्षाशास्त्र — पियाजे का आत्मसात्करण, वाइगोत्स्की का समीपस्थ विकास क्षेत्र, कार्यकारी क्रियाओं और सामाजिक-भावनात्मक अधिगम का समकालीन शोध — इन खेलों की शैक्षिक शक्ति की सैद्धान्तिक पुष्टि करता है; और राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का अनुच्छेद 4.8, एन.सी.एफ.-एस.ई. 2023 तथा खेलो इंडिया का स्वदेशी खेल-संवर्धन उसे नीतिगत वैधता प्रदान करते हैं।

पारम्परिक खेलों की सबसे बड़ी शैक्षिक पूँजी उनकी सुलभता है — वे निर्धनतम विद्यालय के आँगन में भी उतने ही सम्भव हैं जितने सम्पन्नतम में; वे बच्चे की अपनी भाषा, अपने परिवेश और अपनी संस्कृति में बोलते हैं। इस अर्थ में वे शैक्षिक समता और सांस्कृतिक जड़ों — दोनों के वाहक हैं, और एन.ई.पी. 2020 की 'भारत-केन्द्रित, समतामूलक' शिक्षा-दृष्टि के मूर्त उपकरण बन सकते हैं। किन्तु नीति-वाक्य से कक्षा-व्यवहार तक की दूरी पाटने के लिए तीन कार्य अपरिहार्य हैं — खेलों का प्रलेखन, शिक्षकों की तैयारी और अनुभवजन्य शोध। जो सभ्यता खेल-खेल में मोक्ष तक की यात्रा का पट्ट रच सकती थी, वह खेल-खेल में साक्षरता, संख्या-ज्ञान और सहृदयता की यात्रा भी निश्चय ही रच सकती है — आवश्यकता केवल इस विरासत को विद्यालय के आँगन में पुनः बिछाने की है।

सन्दर्भ-ग्रन्थ-सूची

1 भारत सरकार, शिक्षा मन्त्रालय. राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (हिन्दी संस्करण). नई दिल्ली: शिक्षा मन्त्रालय, भारत सरकार; 2020.

2 राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्. National Curriculum Framework for School Education 2023. नई दिल्ली: एन.सी.ई.आर.टी.; 2023.

3 राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्. National Curriculum Framework for Foundational Stage 2022. नई दिल्ली: एन.सी.ई.आर.टी.; 2022.

4 युवा कार्यक्रम और खेल मन्त्रालय, भारत सरकार. खेलो इंडिया योजना — स्वदेशी खेलों के संवर्धन सम्बन्धी दस्तावेज एवं सार्वजनिक विज्ञप्तियाँ. नई दिल्ली: भारत सरकार.

5 अबुल फ़ज़्ल. The Ā'īn-i Akbarī. Blochmann H, translator. Calcutta: Asiatic Society of Bengal; 1873.

6 बाणभट्ट. हर्षचरितम्. संस्कृत मूल; विविध सम्पादित संस्करण, यथा — चौखम्बा संस्कृत सीरीज़, वाराणसी.

7 सोमेश्वर (तृतीय). मानसोल्लास (अभिलषितार्थचिन्तामणि). Gaekwad's Oriental Series. Baroda: Oriental Institute.

8 Sandesara BJ, Mehta RN, editors. Mallapurāṇa. Gaekwad's Oriental Series. Baroda: Oriental Institute; 1964.

9 Huizinga J. Homo Ludens: A Study of the Play-Element in Culture. London: Routledge & Kegan Paul; 1949. मूल डच संस्करण 1938.

10 Marshall J, editor. Mohenjo-daro and the Indus Civilization. 3 vols. London: Arthur Probsthain; 1931.

11 Murray HJR. A History of Chess. Oxford: Clarendon Press; 1913.

12 Piaget J. Play, Dreams and Imitation in Childhood. London: Routledge & Kegan Paul; 1951.

13 Topsfield A. The Indian game of snakes and ladders. Artibus Asiae. 1985;46(3):203-226.

14 Topsfield A, editor. The Art of Play: Board and Card Games of India. Mumbai: Marg Publications; 2006.

15 Vygotsky LS. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge, MA: Harvard University Press; 1978.

16 ऋग्वेद-संहिता. मण्डल 10, सूक्त 34 — अक्ष-सूक्त. विविध सम्पादित संस्करण.

17 महाभारत. सभापर्व. समालोचनात्मक संस्करण. पुणे: भण्डारकर प्राच्यविद्या शोध संस्थान.

18 दीघनिकाय. ब्रह्मजाल सुत्त. पालि पाठ — Pali Text Society संस्करण.