



## International Journal of Arts & Education Research

### शारीरिक शिक्षण प्रणाली के विविध आयाम

पूनम रानी\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>शोध छात्रा, शारीरिक शिक्षा विभाग, कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र

जिस शिक्षा में बच्चों को दबाव डाले बिना कुछ सिखाया जाए तो पद्धति ही उत्तम मानी जाती है। वस्तुतः आप यह भी कह सकते हैं कि यह कला छात्रों को जीवन जीना सिखाती है। शिक्षक तथा विद्याणथयों का अध्ययन ठीक प्रकार चल रहा है या नहल, इस बात का पता हमें इस पद्धति द्वारा होता है। इसलिए छात्रों को कुशलता सिखाने के लिए एक योग्य शिक्षक स्वयं भी कोई नई पद्धति ढूँढ निकालता है। शिक्षक को चाहिए कि वह विद्याणथयों में विशिष्ट बदलाव एवं सहज विकास परिलक्षित करने के लिए उचित पद्धति को चुनें। स्पष्टतः कह सकते हैं कि शिक्षण पद्धतियाँ वह महत्वपूर्ण माध्यम है जिसकी सहायता से शिक्षण विद्याणथयों को सिखाये जा रहे कौशल को आसान बना सकता है एवं सीखने का एक उचित वातावरण का निर्माण भी कर कसता है।

बाल्यावस्था से ही बच्चा कई तरह से अपनी शिक्षा प्राप्त करता है, उदाहरणतः विद्यालय, परिवार एवं समाज आदि इनमें से परिवार एवं समाज में बदलाव लाना तो बहुत कठिन है, जबकि विद्यालय में बदलाव लाया जा सकता है, तथापि शिक्षक की स्वयं की क्षमता पर निर्भर करता है कि वह शारीरिक शिक्षण में किन पद्धतियों का उपयोग करें। यह याद रखने वाला तथ्य है कि पद्धतियाँ स्थिर नहल गतिशील होती हैं। यह देश, काल, समय तथा वातावरण आदि के अनुसार, परिवर्तनशील होती हैं। इसलिए शिक्षक को पद्धतियों को चुनते समय बुद्धिमत्ता का प्रयोग करना चाहिए।