International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR)

E-ISSN: 2582-2160 ● Website: www.ijfmr.com ● Email: editor@ijfmr.com

आधुनिक युग में महिलाओं की खेलों में भागीदारी: सामाजिक परिवर्तनए अवसरए चुनौतियाँ एवं भविष्य की संभावनाएँ

सतीश कुमार

शोधार्थी रीरिक शिक्षा विद्यालय: राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय डुलाना (3923द्धए महेन्द्रगढ़ए हरियाणा

सारांश

खेल केवल शारीरिक क्षमता के प्रदर्शन का माध्यम नहीं हैए बल्कि यह व्यक्ति के आत्मविश्वासए सामाजिक पहचानए नेतृत्व क्षमताए स्वास्थ्य तथा समान अवसरों के विकास का महत्वपूर्ण साधन भी है । आधुनिक समय में महिलाओं की खेलों में भागीदारी ने पारंपरिक लैंगिक भूमिकाओं को चुनौती देते हुए एक महत्वपूर्ण सामाजिक परिवर्तन का रूप लिया है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर महिला खिलाड़ियों की संख्याए खेलों की विविधता तथा महिला-केंद्रित प्रतियोगिताओं में उल्लेखनीय विस्तार हुआ है । पेरिस 2024 ओलंपिक में महिला और पुरुष खिलाड़ियों के लिए समान ुनवजं ंसससवबंजपवद इस परिवर्तन का एक महत्वपूर्ण प्रतीक रहा ।

भारत में भी महिला खिलाड़ियों ने एथलेटिक्सए कुश्तीए मुक्केबाजीए बैडमिंटनए भारोत्तोलनए शूटिंगए क्रिकेटए हॉकी तथा अन्य खेलों में राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय पहचान बनाई है। सरकारी योजनाओंए खेल छात्रवृत्तियोंए ज्ञीमसव प्दकपंए महिला खेल लीगों और प्रतिभा पहचान कार्यक्रमों ने इस प्रक्रिया को गति दी है। डपदपेजतल वि्लवनजी ।ििपते ंदक ैचवतजे की 2023.24 वार्षिक रिपोर्ट में ज्ञीमसव प्दकपं के अंतर्गत महिलाओं के लिए विशेष खेल पहलए महिला लीग तथा ेडप्ज्। कार्यक्रम का उल्लेख मिलता है ।

इसके बावजूद ग्रामीण क्षेत्रों की लड़कियों के सामने सामाजिक स्वीकृतिए आर्थिक संसाधनोंए खेल सुविधाओंए सुरक्षित आवागमनए प्रशिक्षित महिला कोचोंए पोषणए किशोरावस्था तथा शिक्षा और खेल के बीच संतुलन जैसी अनेक समस्याएँ बनी हुई हैं। प्रस्तुत शोध में महिलाओं की खेल भागीदारी को केवल पदक और उपलब्धियों के आधार पर न देखकर सामाजिकए शैक्षिकए आर्थिक और मनोवैज्ञानिक दृष्टि से समझने का प्रयास किया गया है। विशेष रूप से ग्रामीण हरियाणा और विद्यालयी स्तर को केंद्र में रखते हुए यह अध्ययन इस बात पर बल देता है कि खेल प्रतिभा के विकास की वास्तविक शुरुआत विद्यालय और समुदाय से होती है।

मुख्य शब्द: महिला खेल भागीदारीए लैंगिक समानताए ग्रामीण भारतए हरियाणाए शारीरिक शिक्षाए ज्ञीमसव प्दकपंए महिला सशक्तिकरणए विद्यालयी खेल।

...

1ण् प्रस्तावना

खेल मानव जीवन की स्वाभाविक गतिविधियों में से एक है। खेल व्यक्ति के शरीर को स्वस्थ रखने के साथ-साथ अनुशासनए सहयोगए नेतृत्वए आत्मविश्वास और संघर्ष करने की क्षमता विकसित करता है। आधुनिक शिक्षा में शारीरिक शिक्षा को इसलिए केवल मनोरंजन की गतिविधि नहीं माना जाताए बल्कि व्यक्तित्व निर्माण की प्रक्रिया का महत्वपूर्ण अंग माना जाता है।

लंबे समय तक खेलों को सामाजिक रूप से पुरुष-प्रधान क्षेत्र माना जाता रहा। लड़कों को मैदानए प्रतियोगिता और शारीरिक गतिविधियों के लिए प्रोत्साहित किया जाता थाए जबकि लड़कियों से घरेलू जिम्मेदारियोंए शैक्षणिक उपलब्धियों और पारंपरिक सामाजिक भूमिकाओं को प्राथमिकता देने की अपेक्षा की जाती थी। इस व्यवस्था ने महिलाओं की खेल प्रतिभा के विकास को सीमित किया।

पिछले कुछ दशकों में परिस्थितियाँ बदली हैं। महिला खिलाड़ियों की अंतरराष्ट्रीय उपलब्धियों ने खेलों के प्रति समाज की सोच को प्रभावित किया है। अब महिला खिलाड़ी केवल प्रतिभागी नहीं बल्कि राष्ट्रीय पहचान और प्रेरणा का स्रोत भी बन रही हैं।

पेरिस 2024 ओलंपिक इस परिवर्तन का महत्वपूर्ण उदाहरण है। प्व्ब ने महिला और पुरुष खिलाड़ियों के लिए व्सलउचपब ुनवजं चसंबमे को 50रू50 के अनुपात में वितरित किया। प्व्ब के आधिकारिक दस्तावेज के अनुसार 5ए300 महिला खिलाड़ियों ने पेरिस ओलंपिक में भाग लिया।

भारत में भी महिला खिलाड़ियों की उपलब्धियों ने खेल को सामाजिक परिवर्तन के माध्यम के रूप में स्थापित किया है। हालांकि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर दिखाई देने वाली सफलता और ग्रामीण विद्यालयों में लड़कियों की वास्तविक खेल भागीदारी के बीच अभी भी अंतर मौजूद है। इसलिए महिला खेल भागीदारी का अध्ययन केवल सफल खिलाड़ियों की जीवन-कथाओं तक सीमित नहीं होना चाहिए।

2ण अध्ययन की आवश्यकता

महिला खेलों पर चर्चा अक्सर व्सलउचपब उमकंसेए ब्वउउवदूमंसजी ळंउमे या विश्व चैंपियनशिप की उपलब्धियों के आधार पर की जाती है। लेकिन खेल विकास का आधार केवल मसपजम ंजीसमजमे नहीं हैं। किसी देश की खेल संस्कृति का वास्तविक आधार उसके विद्यालयए परिवारए समुदाय और स्थानीय खेल सुविधाएँ होती हैं।

ग्रामीण क्षेत्र में प्रतिभाशाली लड़कियाँ अक्सर खेल प्रशिक्षण तक नियमित पहुँच प्राप्त नहीं कर पातीं। कई बार प्रतिभा होने के बावजूद खेल को भविष्य के करियर के रूप में स्वीकार नहीं किया जाता। कुछ परिवार खेल को पढ़ाई में बाधा मानते हैंए जबकि कुछ स्थानों पर लड़कियों के लिए अकेले खेल मैदान या प्रशिक्षण केंद्र तक जाना सामाजिक और सुरक्षा संबंधी प्रश्न पैदा करता है।

इसलिए महिला खेल भागीदारी का अध्ययन करते समय निम्न प्रश्न महत्वपूर्ण हो जाते हैंरू

- क्या ग्रामीण लड़कियों को खेलों में प्रवेश का समान अवसर मिलता हैघ्
- क्या विद्यालयी स्तर पर उनकी प्रतिभा की पहचान हो पाती हैघ्
- क्या परिवार खेल को करियर के रूप में स्वीकार करता हैघ्
- क्या खेल सुविधाएँ लड़कियों की आवश्यकताओं के अनुकूल हैंघ्
- क्या महिला प्रशिक्षकों और रोल मॉडल की पर्याप्त उपलब्धता हैघ्
- किशोरावस्था में लड़कियों की खेल निरंतरता किस प्रकार प्रभावित होती हैघ्
- विद्यालय किस प्रकार खेल प्रतिभा के संरक्षण और विकास का केंद्र बन सकता हैघ्

इन्हीं प्रश्नों को ध्यान में रखकर यह अध्ययन तैयार किया गया है।

3ण शोध के उद्देश्य

इस शोध के प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैंरू

1ण आधुनिक युग में महिलाओं की खेल भागीदारी के विकास का अध्ययन करना।

2ण महिला खेल भागीदारी में सामाजिक परिवर्तन की भूमिका को समझना।

3ण भारत में महिला खिलाड़ियों के लिए उपलब्ध अवसरों का विश्लेषण करना।
4ण ग्रामीण क्षेत्रों की छात्राओं के सामने आने वाली खेल-संबंधी समस्याओं की पहचान करना।
5ण परिवार और समुदाय के दृष्टिकोण का महिला खेल भागीदारी पर प्रभाव समझना।
6ण विद्यालयी शारीरिक शिक्षा की भूमिका का विश्लेषण करना।
7ण किशोरावस्था में खेल जारी रखने में आने वाली बाधाओं का अध्ययन करना।
8ण महिला खिलाड़ियों के लिए सरकारी योजनाओं एवं संस्थागत प्रयासों का अध्ययन करना।
9ण ग्रामीण हरियाणा में महिला खेल प्रतिभा के विकास की संभावनाओं को रेखांकित करना।
10ण विद्यालयए पंचायत और प्रशासन के लिए व्यावहारिक सुझाव प्रस्तुत करना।

4ण शोध-प्रश्न

अध्ययन निम्न प्रमुख प्रश्नों के उत्तर खोजने का प्रयास करता हैकृ

1ण प्रश्न 1रू क्या आधुनिक समय में महिलाओं की खेल भागीदारी वास्तव में बढ़ी हैघ
2ण प्रश्न 2रू महिला खेल भागीदारी में वृद्धि के पीछे प्रमुख सामाजिक एवं संस्थागत कारक कौन-से हैंघ
3ण प्रश्न 3रू ग्रामीण छात्राओं के लिए खेलों में निरंतर भागीदारी की प्रमुख बाधाएँ क्या हैंघ
4ण प्रश्न 4रू परिवार का सहयोग महिला खिलाड़ी के विकास को किस प्रकार प्रभावित करता हैघ
5ण प्रश्न 5रू विद्यालय महिला खेल प्रतिभा को पहचानने और विकसित करने में क्या भूमिका निभा सकता हैघ
6ण प्रश्न 6रू सरकारी खेल योजनाओं का ग्रामीण छात्राओं तक वास्तविक लाभ किस सीमा तक पहुँचता हैघ

5ण शोध की परिकल्पना

इस अध्ययन में निम्न सामान्य परिकल्पना प्रस्तुत की गई हैकृ

श्यदि ग्रामीण बालिकाओं को विद्यालय स्तर पर सुरक्षित खेल वातावरणए नियमित प्रशिक्षणए पर्याप्त खेल सामग्रीए पोषण संबंधी सहयोगए अभिभावकीय समर्थन तथा योग्य प्रशिक्षकों की सुविधा उपलब्ध कराई जाएए तो उनकी खेल भागीदारी एवं खेल में निरंतरता में उल्लेखनीय वृद्धि हो सकती है।श

दूसरी परिकल्पना यह है किकृ

श्परिवार और समुदाय की सकारात्मक खेल-दृष्टि महिला खिलाड़ियों के आत्मविश्वास तथा खेल उपलब्धि पर सकारात्मक प्रभाव डालती है।श

6ण शोध प्रविधि

इस अध्ययन में मुख्यतः वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक शोध पद्धति का प्रयोग किया गया है।

6ण1 द्वितीयक स्रोत

अध्ययन के लिए निम्न प्रकार के स्रोतों का उपयोग किया गयाकृ

- डपदपेजतल वि्लवनजी ।ििपते ंदक ैचवतजे की वार्षिक रिपोर्टें
- प्दजमतदंजपवदंस व्सलउचपब ब्वउउपजजमम के आधिकारिक दस्तावेज
- ङीमसव प्दकपं वैंइवंतक
- सरकारी खेल योजनाओं से संबंधित उपलब्ध दस्तावेज
- खेल एवं महिला सशक्तिकरण से संबंधित शोध साहित्य
- समाचार एवं सार्वजनिक रूप से उपलब्ध रिपोर्टें

डपदपेजतल वि्लवनजी ।ििपिते ंदक ैचवतजे की आधिकारिक वेबसाइट पर 2023.24 सहित विभिन्न वर्षों की वार्षिक रिपोर्ट उपलब्ध हैं।

6ण्2 प्राथमिक अनुभव

अध्ययन में विद्यालयी वातावरण में छात्राओं की खेल भागीदारीए उनकी रुचिए पारिवारिक दृष्टिकोण तथा खेल जारी रखने से संबंधित व्यवहारिक अनुभवों को भी विश्लेषण का आधार बनाया गया है।

6ण्3 अध्ययन का क्षेत्र

अध्ययन का विशेष संदर्भ ग्रामीण हरियाणा तथा राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय डुलाना के विद्यालयी वातावरण से संबंधित है।

6ण्4 अध्ययन की सीमा

यह अध्ययन पूरे भारत की प्रत्येक महिला खिलाड़ी या प्रत्येक ग्रामीण विद्यालय का सांख्यिकीय सर्वेक्षण नहीं है। इसलिए इसके निष्कर्षों को व्यापक राष्ट्रीय निष्कर्ष के बजाय ग्रामीण विद्यालयी संदर्भ में समझना अधिक उपयुक्त होगा।

7ण साहित्य समीक्षा

महिला खेल भागीदारी पर उपलब्ध साहित्य से स्पष्ट होता है कि खेल और लैंगिक समानता के बीच गहरा संबंध है। खेलों में भाग लेने वाली लड़कियों में आत्मविश्वासए नेतृत्वए टीम भावना तथा सामाजिक सहभागिता के विकास की संभावनाएँ बढ़ती हैं।

अंतरराष्ट्रीय खेल संस्थाओं ने भी खेल को हमदकमत मुनंसपजल के महत्वपूर्ण माध्यम के रूप में स्वीकार किया है। प्व्ब् की ळमदकमत मुनंसपजलए क्पअमतेपजल ंदक प्दबसनेपवद ैजतंजमहल खेलों में महिलाओं की भागीदारी के साथ-साथ नेतृत्व और निर्णय लेने की भूमिकाओं में महिलाओं के प्रतिनिधित्व को भी महत्व देती है।

भारत में ज्ञीमसव प्दकपं के अंतर्गत महिलाओं के लिए अलग पहल विकसित की गई हैं। डपदपेजतल वि्लवनजी ।ििपिते ंदक ैचवतजे की 2023.24 रिपोर्ट के अनुसार ैचवतजे वित ॅवउमदश के अंतर्गत विभिन्न महिला लीग आयोजित की गईं और ेडप्ज्। कार्यक्रम प्रारंभ किया गया।

इससे यह स्पष्ट होता है कि महिला खेल भागीदारी को बढ़ाने की नीति अब केवल मसपजम ेचवतजे तक सीमित नहीं हैए बल्कि हतेंतववजे स्तर पर भी अवसर विकसित करने की दिशा में प्रयास किए जा रहे हैं।

8ण महिला खेल भागीदारी का बदलता स्वरूप

महिला खेल भागीदारी में परिवर्तन को तीन चरणों में समझा जा सकता हैरू

प्रथम चरण रू सीमित अवसर

इस दौर में महिलाओं के लिए खेल गतिविधियाँ सामाजिक रूप से सीमित थीं। खेलों को महिलाओं के लिए आवश्यक गतिविधि नहीं माना जाता था।

द्वितीय चरण रू सहभागिता का विस्तार

शिक्षाए महिला अधिकार आंदोलनए मीडिया तथा अंतरराष्ट्रीय खेल प्रतियोगिताओं के प्रभाव से महिलाओं की खेल भागीदारी बढ़ी।

तृतीय चरण रू उपलब्धि और नेतृत्व

आधुनिक समय में महिलाएँ केवल खिलाड़ी ही नहीं बल्कि बवंबीए तममितममए ंकउपदपेजतंजवतए बवउउमदजंजवत और ेचवतजे समंकमत की भूमिका में भी दिखाई दे रही हैं।

यह परिवर्तन खेलों के स्वरूप में भी बदलाव का संकेत है। महिला खेल अब श्महिला संस्करणश भर नहीं रह गया हैए बल्कि चतवमिपवदंस`चवतजे मबवेलेजमउ का स्वतंत्र और महत्वपूर्ण हिस्सा बन रहा है।

9ण भारतीय महिला खेलों में परिवर्तन

भारत में महिला खिलाड़ियों की यात्रा संघर्ष और उपलब्धि दोनों की कहानी है। अनेक खिलाड़ियों ने सामाजिक सीमाओं को पार करके राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान बनाई।

कुश्तीए बैडमिंटनए मुक्केबाजीए भारोत्तोलनए शूटिंगए एथलेटिक्सए हॉकी और क्रिकेट में महिला खिलाड़ियों की सफलता ने परिवारों की सोच बदलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

आज खेलों में सफलता का अर्थ केवल पदक प्राप्त करना नहीं है। खेल महिलाओं कोरू

- आर्थिक स्वतंत्रताए
- रोजगारए
- सामाजिक पहचानए
- आत्मविश्वासए
- नेतृत्व क्षमताए
- राष्ट्रीय प्रतिनिधित्व

जैसे अवसर भी प्रदान कर सकते हैं।

इस दृष्टि से महिला खेल भागीदारी को महिला सशक्तिकरण के व्यापक ढाँचे का हिस्सा माना जाना चाहिए।

10ण ज्ञीमसव प्दकपं और महिलाओं के लिए अवसर

भारत सरकार द्वारा खेलों को हतेंतववजे स्तर पर बढ़ावा देने के लिए ज्ञीमसव प्दकपं को महत्वपूर्ण कार्यक्रम के रूप में विकसित किया गया है।

महिलाओं की विशेष भागीदारी के लिए श्ैचवतजे वित ॅवउमदश के अंतर्गत ॅवउमद स्मंहनमे आयोजित की जाती हैं। आधिकारिक 2023.24 वार्षिक रिपोर्ट के अनुसार उस समय 21 खेल विधाओं में महिला लीग आयोजित की जा रही थीं और 60ए147 प्रतिभागियों के साथ 575 बवउचमजपजपवदे आयोजित किए गए थे। ेैडप्ज्। चवतजंस भी महिला खेल भागीदारी को बढ़ावा देने के उद्देश्य से शुरू किया गया।

ज्ञीमसव प्दकपं के वर्तमान कौइवंतक पर भी ॅवउमद स्मंहनमे के लिए चंतजपबपचंजपवदए इमदमपिबपंतपमे और जमबीदपबंस वपिबपंसे जैसे पदकपबंजवते उपलब्ध हैं।

इस प्रकार सरकारी कार्यक्रमों ने महिलाओं को प्रतियोगिताए प्रशिक्षण और पहचान के लिए अधिक औपचारिक मंच उपलब्ध कराया है।

11ण ग्रामीण भारत में महिला खेल भागीदारी

ग्रामीण भारत में खेल प्रतिभा की कोई कमी नहीं है। समस्या अक्सर प्रतिभा की उपलब्धता की नहींए बल्कि प्रतिभा तक पहुँचने वाले अवसरों की होती है।

ग्रामीण लड़की के खेल जीवन को प्रभावित करने वाले कारकों को चार स्तरों पर समझा जा सकता हैरू

व्यक्तिगत स्तर

- खेल में रुचि
- आत्मविश्वास
- स्वास्थ्य

- शारीरिक क्षमता
- समय प्रबंधन

पारिवारिक स्तर

- माता-पिता का सहयोग
- आर्थिक स्थिति
- भाई और बहन के बीच अवसरों का वितरण
- खेल को करियर मानने की स्वीकृति

विद्यालय स्तर

- मैदान
- खेल सामग्री
- प्रशिक्षक
- समय-सारणी
- प्रतियोगिताओं में भागीदारी

सामुदायिक स्तर

- सामाजिक सोच
- सुरक्षा
- परिवहन
- स्थानीय खेल संस्कृति
- पंचायत का सहयोग

इन सभी स्तरों में सकारात्मक वातावरण मिलने पर खेल प्रतिभा के विकास की संभावना बढ़ती है।

12ण किशोरावस्था और खेल निरंतरता

महिला खेल भागीदारी की सबसे महत्वपूर्ण चुनौतियों में से एक किशोरावस्था के दौरान खेल में निरंतरता बनाए रखना है।

कक्षा 8 से 12 के बीच पढ़ाई का दबाव बढ़ता है। इसी समय शारीरिक परिवर्तनए मासिक धर्मए पारिवारिक अपेक्षाएँ और भविष्य की शिक्षा संबंधी चिंताएँ भी बढ़ती हैं।

इस अवस्था में विद्यालय को लड़कियों के लिए ऐसा वातावरण विकसित करना चाहिए जिसमेंकृ

- मासिक धर्म को सामान्य जैविक प्रक्रिया के रूप में समझाया जाएय
- आवश्यक विश्राम एवं स्वास्थ्य संबंधी सुविधा उपलब्ध होय
- छात्राओं को शर्मिंदगी का अनुभव न कराया जाएय
- खेल प्रशिक्षण को उनके स्वास्थ्य के अनुसार व्यवस्थित किया जाएय
- अभिभावकों से नियमित संवाद हो।

महिला खेल भागीदारी बढ़ाने के लिए किशोरावस्था को श्कतवच.वनज चमतपवकश के रूप में देखने के बजाय श्तमजमदजपवद चमतपवकश के रूप में समझना आवश्यक है।

13ण सामाजिक दृष्टिकोण की भूमिका

खेलों में महिला भागीदारी के सामने सबसे गहरी बाधाएँ हमेशा आर्थिक नहीं होतीं। कई बार सामाजिक मान्यताएँ

अधिक प्रभावशाली होती हैं।

कुछ परिवारों में यह धारणा पाई जाती है कि खेल लड़कियों के लिए उचित करियर नहीं है। कुछ स्थानों पर खेल मैदान में लड़कियों की उपस्थिति को लेकर अनावश्यक सामाजिक टिप्पणियाँ की जाती हैं।

ऐसी परिस्थितियों में विद्यालय का शिक्षक केवल प्रशिक्षक नहीं रहताए बल्कि सामाजिक परिवर्तन का माध्यम बन जाता है।

यदि शिक्षक अभिभावकों को समझाता है कि खेलकृ

- स्वास्थ्य को बेहतर बनाता हैए
- अनुशासन सिखाता हैए
- शिक्षा में सकारात्मक प्रभाव डाल सकता हैए
- रोजगार के अवसर पैदा कर सकता हैए
- आत्मविश्वास बढ़ाता हैए

तो परिवार का दृष्टिकोण बदलने की संभावना बढ़ती है।

14ण आर्थिक बाधाएँ

खेल प्रशिक्षण में केवल मैदान की आवश्यकता नहीं होती। खेल के अनुसार जूतेए किटए रैकेटए चतवजमबजपअम मुनपचउमदजए यात्राए बवंबीपदह और प्रतियोगिता शुल्क जैसे खर्च भी हो सकते हैं।

आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों में यदि दो बच्चों में से केवल एक को खेल सुविधा मिलती हैए तो कई बार प्राथमिकता लड़के को दी जाती है।

इस समस्या के समाधान के लिए विद्यालय स्तर पर सामूहिक खेल सामग्री बैंक विकसित
किया जा सकता है। छात्राओं को व्यक्तिगत रूप से महंगे उपकरण खरीदने की आवश्यकता कम होगी।

विद्यालयए पंचायत और स्थानीय संस्थाएँ मिलकरकृ

श्एक छात्राकृएक खेल किट सहायता कार्यक्रमश्

जैसी पहल विकसित कर सकती हैं।

15ण खेल सुविधाओं की आवश्यकता

महिला खेल भागीदारी केवल मैदान उपलब्ध कराने से सुनिश्चित नहीं होती।

एक आदर्श विद्यालयी खेल परिसर में निम्न सुविधाएँ होनी चाहिएकृ

1ण सुरक्षित खेल मैदान।

2ण स्वच्छ पेयजल।

3ण शौचालय।

4ण बींदहपदहध्बींदहपदह.तमसंजमक चतपअंबल बिपसपजपमे।

5ण प्राथमिक चिकित्सा सुविधा।

6ण खेल सामग्री।

7ण पर्याप्त प्रकाश व्यवस्था।

8ण सुरक्षित आवागमन।

9ण प्रशिक्षित महिला एवं पुरुष प्रशिक्षक।

10ण खेल प्रदर्शन का रिकॉर्ड।

विशेष रूप से ग्रामीण विद्यालयों में छोटी-छोटी सुविधाएँ लड़कियों की नियमित भागीदारी में बड़ा अंतर पैदा कर सकती हैं।

16ण महिला कोच और रोल मॉडल

खेलों में महिला प्रशिक्षकों की उपस्थिति छात्राओं के आत्मविश्वास के लिए महत्वपूर्ण हो सकती है। किशोर छात्राएँ अपनी शारीरिकए स्वास्थ्य और व्यक्तिगत समस्याओं पर महिला प्रशिक्षक के साथ अधिक सहजता से चर्चा कर सकती हैं।

इसके अतिरिक्त सफल महिला खिलाड़ियों की कहानियाँ विद्यालयी छात्राओं को यह संदेश देती हैं कि खेल केवल मनोरंजन नहीं बल्कि जीवन का गंभीर और सम्मानजनक क्षेत्र भी हो सकता है।

इसलिए प्रत्येक विद्यालय में स्थानीय या जिला स्तर की महिला खिलाड़ियों को समय-समय पर आमंत्रित करके पदजमतंबजपवद चतवहतंउउम आयोजित किए जा सकते हैं।

17ण मीडिया की भूमिका

मीडिया महिला खेल भागीदारी के प्रति समाज की धारणा बनाने में अत्यंत प्रभावशाली है।

जब महिला खिलाड़ियों की उपलब्धियों को नियमित रूप से प्रदर्शित किया जाता है तो वे अन्य लड़कियों के लिए तवसम उवकमस बनती हैं। इसके विपरीत यदि महिला खेलों को केवल बड़ी प्रतियोगिताओं के समय स्थान मिलता हैए तो उनकी निरंतर दृश्यता कम हो जाती है।

विद्यालय स्तर पर भी डिजिटल माध्यम का उपयोग किया जा सकता है। विद्यालय के सूचना-पटलए वेबसाइट या आधिकारिक ेवबपंस.उमकपं चसंजवितउ पर छात्राओं की खेल उपलब्धियों को उचित स्थान देना चाहिए।

इससे छात्राओं में यह भावना विकसित होती है कि उनकी मेहनत विद्यालय के लिए महत्वपूर्ण है।

18ण परिवार की भूमिका

महिला खिलाड़ी की सफलता में परिवार की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है।

परिवार यदिरू

- अभ्यास के लिए समय देता हैए
- प्रतियोगिता में जाने की अनुमति देता हैए
- आवश्यक खेल सामग्री उपलब्ध कराता हैए
- असफलता के बाद प्रोत्साहित करता हैए
- खेल को शिक्षा का विरोधी नहीं मानताए

तो खिलाड़ी लंबे समय तक खेल में बनी रह सकती है।

इसलिए महिला खेल विकास की नीति में **श्थ्ंउपसल.ैनचचवतजमक ।जीसमजमश** की अवधारणा विकसित की जानी चाहिए।

19ण विद्यालय की भूमिका

विद्यालय महिला खेल विकास का सबसे महत्वपूर्ण हतंेेतववजे पदेजपजनजपवद हो सकता है।

विद्यालय को केवल प्रतियोगिता के समय खिलाड़ियों को तैयार करने के बजाय वर्षभर खेल संस्कृति विकसित करनी चाहिए।

इसके लिए निम्न मॉडल अपनाया जा सकता हैकृ

पहचान → प्रशिक्षण → प्रतियोगिता → मूल्यांकन → प्रोत्साहन

पहचान: कक्षा 6 से प्रतिभा पहचान ।

प्रशिक्षण: नियमित अभ्यास ।

प्रतियोगिता: इसवबाए कपेजतपबज और`जंजम स्तर पर अवसर।

मूल्यांकन: पिजदमे और चमतवितउंदबम तमबवतक।

प्रोत्साहन: प्रमाण-पत्रए सम्मान और बंतममत हनपकंदबम।

20ण् ळै डुलाना के संदर्भ में प्रस्तावित मॉडल

ग्रामीण विद्यालय को महिला खेल प्रतिभा की श्हतेंतववजे`चवतजे संइवतंजवतलश के रूप में विकसित किया जा सकता है।

पहला चरण कृ प्रतिभा पहचान

कक्षा 6 से छात्राओं की इंेपब पिजदमे`बतममदपदह की जाए।

दूसरा चरण कृ खेल समूह

रुचि और क्षमता के आधार पर विभिन्न खेल समूह बनाए जाएँ।

तीसरा चरण कृ नियमित अभ्यास

विद्यालयी समय-सारणी में नियमित खेल प्रशिक्षण के लिए निश्चित समय रखा जाए।

चौथा चरण कृ अभिभावक संपर्क

प्रत्येक सत्र में अभिभावकों को छात्राओं की प्रगति से अवगत कराया जाए।

पाँचवाँ चरण कृ प्रतियोगिता

केवल प्रतिभाशाली छात्राओं के बजाय अधिकतम छात्राओं को स्थानीय प्रतियोगिताओं में अवसर दिया जाए।

छठा चरण कृ रिकॉर्ड

प्रत्येक खिलाड़ी की चमतवितउंदबम पिसम तैयार की जाए।

21ण् ज्ळज् शारीरिक शिक्षा शिक्षक की भूमिका

शारीरिक शिक्षा शिक्षक महिला खेल भागीदारी को बढ़ाने में महत्वपूर्ण परिवर्तनकारी भूमिका निभा सकता है।

शिक्षक को निम्न कार्य करने चाहिएकृ

- छात्राओं की खेल रुचि पहचानना।
- फिटनेस रिकॉर्ड तैयार करना।
- खेल प्रतिभा का प्रारंभिक परीक्षण करना।
- पोषण संबंधी जागरूकता बढ़ाना।
- स्वास्थ्य एवं ीलहपमदम पर मार्गदर्शन देना।
- अभिभावकों से संवाद करना।
- खेल प्रतियोगिताओं की जानकारी देना।
- छात्राओं में हार के भय को कम करना।
- खेल को बंतममत वचजपवद के रूप में समझाना।
- प्रतिभाशाली छात्राओं को उचित बवंबीपदह बमदजतम से जोड़ना।

इस भूमिका में शिक्षक केवल श्च्ज् पदेजतनबजवतश नहीं बल्कि`चवतजे उमदजवत बन जाता है।

22ण महिला खिलाड़ियों के लिए मनोवैज्ञानिक समर्थन

खेल प्रदर्शन केवल शारीरिक शक्ति से निर्धारित नहीं होता। खिलाड़ी की मानसिक स्थिति भी प्रदर्शन को प्रभावित करती है।

महिला खिलाड़ियों को निम्न समस्याओं का सामना करना पड़ सकता हैकृ

- प्रतियोगिता का दबावए
- असफलता का भयए
- शरीर को लेकर असुरक्षाए
- सामाजिक टिप्पणियाँए
- परिवार की अपेक्षाएँए
- `मसमबजपवद से संबंधित तनाव।

विद्यालय में`चवतजे बवनदेमससपदह तथा चवेपजपअम मिमकइंबा बनसजनतम विकसित करना उपयोगी होगा।

छात्रा को यह सिखाया जाना चाहिए किकृ

श्हार खिलाड़ी की पहचान नहीं हैय हार उसके प्रशिक्षण की अगली सीढ़ी हो सकती है।श

23ण खेल और शिक्षा में संतुलन

कई अभिभावकों की चिंता होती है कि अधिक खेल गतिविधि से पढ़ाई प्रभावित होगी। इस धारणा को संतुलित करने की आवश्यकता है।

खेल और शिक्षा को विरोधी गतिविधियों के रूप में देखने के बजाय बवउचसमउमदजंतल ंबजपअपजपमे के रूप में देखा जाना चाहिए।

खिलाड़ियों के लिए`जनकल`बीमकनसम बनाया जा सकता है। प्रतियोगिता के कारण अनुपस्थित रहने वाली छात्राओं के लिए विद्यालय स्तर पर ंबंकमउपब`नचचवतज दिया जा सकता है।

इससे परिवार का विश्वास बढ़ेगा और छात्राएँ खेल छोड़ने के बजाय दोनों क्षेत्रों में आगे बढ़ने का प्रयास करेंगी।

24ण महिला खेल भागीदारी और रोजगार

आज खेल केवल खिलाड़ी बनने तक सीमित नहीं है। खेल क्षेत्र में अनेक बंतममत वचचवतजनदपजपमे विकसित हो चुकी हैंकृ

- चीलेपबंस म्कनबंजपवद ज्मंबीमत
- ब्वंबी
- थ्पजदमे ज्तंपदमत
- ैचवतजे चीलेपवजीमतंचपेज
- ैचवतजे छनजतपजपवदपेज
- ैचवतजे श्रवनतदंसपेज
- ैचवतजे डंदंहमत
- त्मितममध्न्उचपतम
- ैचवतजे ।कउपदपेजतंजवत
- ैजतमदहजी ंदक ब्वदकपजपवदपदह ज्तंपदमत
- ैचवतजे ऐलबीवसवहपेज

इसलिए विद्यालय स्तर पर बंतममत बवनदेमससपदह में`चवतजे.तमसंजमक बंतममते को भी शामिल किया जाना चाहिए।

25प भविष्य की संभावनाएँ

महिला खेलों का भविष्य कई कारणों से सकारात्मक दिखाई देता है।

पहलाए महिलाओं की खेल प्रतियोगिताओं की अपेपइपसपजल बढ़ रही है।

दूसराए सरकारी कार्यक्रम हतेंतववजे चंतजपबपचंजपवद पर अधिक ध्यान दे रहे हैं।

तीसराए चतवमिपवदंस समंहनमे ने महिला खिलाड़ियों के लिए नए बंतममत चंजींले बनाए हैं।

चौथाए कपहपजंस उमकपं ने खिलाड़ियों को सीधे दर्शकों तक पहुँचने का अवसर दिया है।

पाँचवाँए विद्यालयों में चीलेपबंस सपजमतंबल और पिजदमे की अवधारणा को बढ़ावा मिल रहा है।

फिर भी भविष्य की सफलता इस बात पर निर्भर करेगी कि मसपजम.समअमस सफलता को हतेंतववजे चंतजपबपचंजपवद में किस प्रकार बदला जाता है ।

26. सुझाव

अध्ययन के आधार पर निम्न सुझाव प्रस्तुत किए जाते हैंकृ

विद्यालय स्तर

छात्राओं के लिए नियमित खेल प्रशिक्षण।

खेल प्रतिभा पहचान कार्यक्रम।

महिला खिलाड़ियों का अलग चमतवितउंदबम तमबवतक।

पर्याप्त खेल सामग्री।

स्वच्छ एवं सुरक्षित सुविधाएँ।

महिला खिलाड़ियों के लिए बवनदेमससपदह।

अभिभावक संवाद कार्यक्रम।

पंचायत स्तर

सुरक्षित सामुदायिक खेल मैदान।

स्थानीय महिला खेल प्रतियोगिताएँ।

सफल खिलाड़ियों का सार्वजनिक सम्मान।

ग्रामीण खेल क्लबों का निर्माण।

खेल सामग्री के लिए स्थानीय सहायता।

जिला स्तर

ग्रामीण बालिकाओं के लिए जंसमदज पकमदजपपिबंजपवद बंउचे।

नियमित बवंबीपदह बंउचे।

परिवहन सुविधा।

महिला प्रशिक्षकों की उपलब्धता।

खेल छात्रावासों की जानकारी एवं पहुँच।

राज्य एवं राष्ट्रीय स्तर

हतेंतववजे महिला खेलों में निवेश बढ़ाना।

ग्रामीण छात्राओं के लिए विशेष`बीवसंतेीपच।

महिला बवंबीमे की संख्या बढ़ाना।

खेल सुविधाओं का हमदकमत 'नकपज।

महिला खेलों के मीडिया बवअमतंहम को बढ़ावा देना।

27. प्रमुख निष्कर्ष

अध्ययन से निम्न प्रमुख निष्कर्ष सामने आते हैंरू

पहलाए महिला खेल भागीदारी अब सामाजिक परिवर्तन का महत्वपूर्ण संकेतक बन चुकी है।

दूसराए अंतरराष्ट्रीय स्तर पर हमदकमत चंतपजल की दिशा में महत्वपूर्ण प्रगति हुई है। च्ंतपे 2024 में प्व्ब् द्वारा 50:50 नवजं ंससवबंजपवद इसका महत्वपूर्ण उदाहरण है।

तीसराए भारत में महिला खेलों को बढ़ावा देने के लिए सरकारी स्तर पर विशेष कार्यक्रम विकसित किए गए हैं। ज्ञीमसव प्दकपं की ष्चवतजे वित ॅवउमदष् पहल और ज्व्च्ै इसका उदाहरण हैं।

चौथाए ग्रामीण क्षेत्रों में प्रतिभा उपलब्ध होने के बावजूद अवसरोंए सुविधाओं और सामाजिक समर्थन की कमी विकास को प्रभावित कर सकती है।

पाँचवाँए किशोरावस्था महिला खेल भागीदारी की निरंतरता के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण अवस्था है।

छठाए परिवार और विद्यालय महिला खिलाड़ी के विकास में सबसे महत्वपूर्ण सामाजिक संस्थाओं में हैं।

सातवाँए महिला खेल भागीदारी को केवल उमकंस बवनदज से नहीं बल्कि चंतजपबपचंजपवदए तमजमदजपवदए ंबबमे और समंकमतेीपच के आधार पर भी मापा जाना चाहिए।

28. निष्कर्ष

आधुनिक युग में महिलाओं की खेल भागीदारी केवल खेल क्षेत्र की कहानी नहीं हैय यह सामाजिक परिवर्तनए लैंगिक समानता और महिला सशक्तिकरण की कहानी भी है।

एक समय जब महिलाओं के लिए खेलों में प्रवेश स्वयं एक चुनौती थाए आज महिलाएँ विश्व के सबसे बड़े खेल मंचों पर देश का प्रतिनिधित्व कर रही हैं। च्ंतपे 2024 की हमदकमत चंतपजल इस दीर्घकालिक परिवर्तन का महत्वपूर्ण प्रतीक है। लेकिन व्सलउचपब स्तर पर दिखाई देने वाली समानता को विद्यालय के मैदान तक पहुँचाना अभी भी एक महत्वपूर्ण कार्य है। यदि किसी ग्रामीण छात्रा को खेल मैदान तक पहुँचनेए प्रशिक्षण प्राप्त करनेए प्रतियोगिता में भाग लेने और अपनी प्रतिभा विकसित करने के समान अवसर नहीं मिलतेए तो केवल अंतरराष्ट्रीय स्तर पर महिला खिलाड़ियों की संख्या बढ़ना पर्याप्त नहीं होगा।

इसलिए महिला खेल विकास की वास्तविक कसौटी यह होनी चाहिए कि एक सामान्य ग्रामीण लड़की को खेल शुरू करनेए खेल में बने रहने और खेल को अपने भविष्य के विकल्प के रूप में चुनने में कितनी स्वतंत्रता और सहायता मिलती है।

ळ डुलाना जैसे विद्यालय इस परिवर्तन के महत्वपूर्ण केंद्र बन सकते हैं। यदि विद्यालय प्रतिभा पहचानए नियमित प्रशिक्षणए स्वास्थ्य जागरूकताए अभिभावक सहभागिता और प्रतियोगी अवसरों को एक साथ जोड़ सके तो ग्रामीण क्षेत्र की अनेक प्रतिभाएँ आगे आ सकती हैं।

अंततः महिला खेलों की सफलता का अर्थ केवल अधिक पदक नहीं है। वास्तविक सफलता तब होगी जब किसी लड़की को यह समझाने की आवश्यकता न पड़े कि श्लड़कियाँ भी खेल सकती हैं।श खेल उसके लिए उतना ही स्वाभाविक विकल्प हो जितना शिक्षा।

महिला खेल भागीदारी की अगली यात्रा इसलिए केवल मैदान पर जीत की नहींए बल्कि अवसरए सम्मानए सुरक्षा और समानता की यात्रा है।

29. अध्ययन की सीमाएँ

प्रस्तुत अध्ययन का मुख्य उद्देश्य महिला खेल भागीदारी के सामाजिक एवं विद्यालयी आयामों का विश्लेषण करना है। इसमें पूरे भारत के सभी विद्यालयों का प्रत्यक्ष सर्वेक्षण नहीं किया गया है। इसलिए अध्ययन से प्राप्त निष्कर्षों को व्यापक राष्ट्रीय सांख्यिकीय निष्कर्ष के रूप में नहीं बल्कि ग्रामीण विद्यालयी संदर्भ में देखा जाना चाहिए।

भविष्य में अधिक बड़े ेंउचसम के साथ अलग-अलग जिलों और राज्यों में तुलनात्मक अध्ययन किया जा सकता है।

30. भविष्य के शोध की संभावनाएँ

इस विषय पर आगे निम्न शोध किए जा सकते हैंरू

ग्रामीण एवं शहरी छात्राओं की खेल भागीदारी का तुलनात्मक अध्ययन।

किशोरावस्था में महिला खिलाड़ियों के कतवचवनज के कारणों का अध्ययन।

माता-पिता की खेल संबंधी सोच का सर्वेक्षण।

महिला बवंबीमे के प्रभाव का अध्ययन।

विद्यालयी खेल सुविधाओं का हमदकमत ंनकपज।

महिला खिलाड़ियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं ेचवतजे चमतवितउंदबम का अध्ययन।

खेल और शैक्षणिक उपलब्धि के संबंध का अध्ययन।

ग्रामीण हरियाणा की महिला खिलाड़ियों की बंतममत चंजींले का अध्ययन।

ज्ञीमसव प्दकपं की हतेंतववजे योजनाओं के प्रभाव का जिला-स्तरीय अध्ययन।

विद्यालय स्तर पर श्ळपतसे ेचवतजे त्मजमदजपवद डवकमसश का प्रयोगात्मक अध्ययन।

संदर्भ-सूची

1ण डपदपेजतल वि्ल्वनजी ।िपिते ंदक ेचवतजेए ळवअमतदउमदज वि प्दकपंण ।ददनंस त्मचवतज 2023द24. ळवअमतदउमदज वि प्दकपंण
2ण डपदपेजतल वि्ल्वनजी ।िपिते ंदक ेचवतजेए ळवअमतदउमदज वि प्दकपंण ।ददनंस त्मचवतजेण ळवअमतदउमदज वि प्दकपंण
3ण प्दजमतदंजपवदंस व्सलउचपब ब्वउउपजजममण ॅवउमद पद ैचवतजे 2024 द ळमदकमत म्ुनंसपजल ंदक व्सलउचपब च्ंतजपबपचंजपवदण प्व्ब्ण
4ण ज्ञीमसव प्दकपंए ैचवतजे ।नजीवतपजल वि प्दकपंण ज्ञीमसव प्दकपं ळंउमे द ैचवतजे वित ॅवउमदण
5ण ज्ञीमसव प्दकपंए ैचवतजे ।नजीवतपजल वि प्दकपंण ज्ञीमसव प्दकपं च्ंतजपबपचंजपवद क्ंजंण
6ण प्दजमतदंजपवदंस व्सलउचपब ब्वउउपजजममण ळमदकमत म्ुनंसपजलए क्पअमतेपजल ंदक प्दबसनेपवदण प्व्ब्ण
7ण ळवअमतदउमदज वि प्दकपंण छंजपवदंस म्कनबंजपवद च्वसपबल 2020. डपदपेजतल वि म्कनबंजपवदण
8ण ळवअमतदउमदज वि प्दकपंण छंजपवदंस ैचवतजे च्वसपबल ध् ैचवतजे क्मअमसवचउमदज क्वबनउमदजेण डपदपेजतल वि्ल्वनजी ।िपिते ंदक ैचवतजेण
9ण ैचवतजे ।नजीवतपजल वि प्दकपंण ज्ञीमसव प्दकपं च्तवहतंउउम ंदक ॅवउमद पद ैचवतजे प्दपजपंजपअमेण
10ण न्दपजमक छंजपवदेण ॅवउमद ंदक ैचवतज ध् ळमदकमत म्ुनंसपजल ंदक म्उचवूमतउमदज त्मेवनतबमेण