

शीर्षक— बच्चों के शारिरिक विकास व मासिक विकास में खेल का महत्व

डॉ. मनीष सक्सेना

अटल बिहारी वाजपेयी वि.वि.

बिलासपुर (छ.ग.)

सारांश :- खेल चाहे जिस तरह के हो वह एक व्यायाम का कार्य करता है। खेल से बच्चें हो या बुजुर्ग सभी स्वस्थ रहते हैं। खेल मानसिक, शारीरिक, और सामाजिक विकास के लिए महत्वपूर्ण है। यह हमें स्वस्थ रखने, दिमाग की क्षमता को विकसित करने, सामरिकता का अभ्यास करने, और टीमवर्क करने का अवसर प्रदान करता है। यह हमारे जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाता है और हमें सकारात्मक रूप से सोचने, संघर्ष करने, और जीतने की क्षमता प्रदान करता है।

भूमिका :- प्रगतिशील और आधुनिक बनने के दौर में हम अपने स्वास्थ्य से खिलवाड़ कर रहे हैं। खेल का उपयोगिता जैसे हम भूलते जा रहे हैं। आज के बच्चे मोबाइल, लैपटॉप और वीडियो गेम्स से ही खेलते हैं। परंतु खेल का महत्व बच्चों की बढ़ती ग्रोथ के साथ जानना आवश्यक है। खेल के लिए स्वास्थ्य जितना आवश्यक है, खेल का महत्व उतना ही पढ़ाई में भी है। खेलना हमारे शारीरिक स्वास्थ्य को सुधारता है। पी.साइरन ने कहा है— 'अच्छा स्वास्थ्य एवं अच्छी समझ जीवन के दो सर्वोत्तम वरदान हैं।' इन दोनों की प्राप्ति के लिए जीवन में खिलाड़ी की भावना से खेल खेलना आवश्यक है। खेल हमारे, मांसपेशियों को मजबूत कर हृदय और श्वसन प्रणाली को मजबूत बनाता है, मोटापे को कम कर ऊर्जा को बढ़ाता है, शरीर को लचीला एवं दिमाग को सक्रिय रखता है। यह स्वस्थ और फिट रहने के लिए महत्वपूर्ण है। खेल दिमाग के विकास के लिए महत्वपूर्ण है। यह हमारी सहनशीलता व धैर्यता की क्षमता को विकसित कर मनोयोग्यता के स्तर को बढ़ाता है एवं तनाव को कम करने में मदद करता है। खेलते समय हमारी स्थायित्व, विचार करने की शक्ति, और निर्णय लेने की योग्यता को बढ़ाता है।

स्वामी विवेकानंद ने अपने देश के नवयुवकों को कहा था—“मेरे नवयुवक मित्रों। बलवान बनो। तुमको मेरी यह सलाह है। गीता को पढ़ने के बदले युवकों को फुटबॉल खेलना चाहिए।” इस कथन से स्पष्ट है कि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निवास संभव है और शरीर को स्वस्थ एवं मजबूत बनाने के लिए खेल अतिआवश्यक है। मनोवैज्ञानिकों का मत है कि मनुष्य की खेलों में रुचि स्वाभाविक है। इसी कारण बच्चे खेलों में अधिक रुचि लेते हैं। खेलने से शरीर को ताकत, माँस-पेशियों को मजबूती प्रदान होती है, भूख बढ़ता है, आलस्य खत्म होती है एवं मलादि का शुद्धता प्राप्त होती है। खेल से खिलाड़ी एवं खेल प्रेमी दोनों को खेल के मैदान मनोरंजन व आनंद मिलता है।

बचपन में बच्चों के लिए खेल आवश्यक क्यों :-

खेलने बच्चों में मानसिक क्षमता में विकास, टीम सहभागिता, निर्णय लेने व नेतृत्व कुशलता, समस्याओं का समाधान करने की क्षमता का विकास होता है। बच्चों को सामाजिक संबंध बनाने और समूह में सहयोग करने का अवसर प्रदान करता है। इससे उनकी टीम वर्किंग, संवाद कौशल, समरसता, सहानुभूति और सहयोग की क्षमता में सुधार होता है। खेलने से बच्चों की कौशल विकास में मदद मिलती है। इससे न सिर्फ बच्चों की मानसिक क्षमता का विकास होता है बल्कि बच्चे खुश और स्वस्थ रहते हैं। जिसका उनकी पर्सनालिटी डेवलप और पढ़ाई पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।



बचपन की शिक्षा: एवं बच्चों में खेल का महत्व

1. खेल क्रियात्मक तथा शारीरिक विकास को बढ़ावा देता है :- अभ्यास करने पर शारीरिक और क्रियात्मक कौशलों का विकास होता है। खेल ऐसी क्रिया है जो बच्चों को अभ्यास के पर्याप्त अवसर प्रदान करती है। निम्नलिखित घटना इस बात को स्पष्ट करती है— एक माँ जब चार महीने के बच्चे के आगे एक खिलौना रख देती है। बच्चे का ध्यान खिलौने की तरफ आकर्षित होता है। और वह अपनी पीठ से पेट पर पलट कर उस तक पहुँचने की कोशिश करता है। यह करने से माँसपेशियों मजबूत होती है। बच्चे जब ईंटों की एक पंक्ति पर चलने की कोशिश करते हैं, दीवार फाँदते हैं, सीढ़ी चढ़ते हैं, झूलों में लटकते हैं, दौड़ने के खेल खेलते हैं, साइकिल की सवारी करते हैं तो उनकी बहुत माँसपेशियों का समन्वय बढ़ता है। खेल-खेल में जमीन में गड्डे खोदने, फूलों के हार बनाने, चित्र बनाने और उनमें रंग भरने में बच्चों की लघु माँसपेशियों का विकास होता है।
2. खेल के माध्यम से संज्ञानात्मक विकास बढ़ता है :- बच्चे जिज्ञासु प्रकृति के होते हैं। खेलते हुए बच्चे वस्तुओं को स्पर्श करते हैं, तथा उन्हें आसपास के वातावरण को जानने का मौका मिलता है और इससे उन्हें अपने मन में उठते हुए अनेक प्रश्नों के उत्तर मिलते हैं। खेल क्रियाओं के दौरान उन्हें आम घटनाओं के घटित होने के कारणों को समझने का मौका मिलता है। बच्चों को अक्सर इच्छानुसार खेलने का अवसर देना चाहिए इससे उनकी सीखने की क्षमता में मदद मिलती है। खेल बच्चों को खोज करने और उसके द्वारा स्वयं सीखने का अवसर प्राप्त करता है। खोज का अर्थ है घटनाओं और वस्तुओं के बारे में स्वयं पता लगाना।
3. खेल द्वारा बच्चे सामाजिक होना सीखते हैं :- जीवन के प्रारंभिक वर्षों में बच्ची अपने हाथों पैरों से तथा आसपास की वस्तुओं से खेलती है। इससे शिशु को यह पता चलता है कि उसका शरीर आसपास की वस्तुओं से अलग है। ऐसा अनुभवों के द्वारा उसकी अपने बारे में धारणा विकसित होती है। खेल के दौरान बालिका यह समझती है कि लोगों और वस्तुओं पर क्या प्रभाव पड़

सकता है। वह यह समझने लगती है उसके रोने पर माँ उसके पास आ जाती है व हँसने पर माँ भी हँसती है। जब बच्चा किसी वस्तु को धक्का देता है तो वह उससे दूर हो जाता है। इससे बच्चे को पता चलता है कि किस तरह उसकी गतिविधियाँ वातावरण पर असर डालती है। इस तरह वह सामाजिक परिवेश को जानता है। खेल दौरान आपस में चीजें बाँटना, नियम पालन करना, प्रतीक्षा करना आदी सीखता है।

4. खेल के माध्यम से बच्चे भाषा सिखते हैं :- बच्चे खेल-खेल में बोलना कैसे सीखते हैं? यह तो स्पष्ट है कि भाषा जानने के लिए उनका भाषा को सुन पाना और बोल पाना आवश्यक है। पालनकर्ता के साथ विनोदशील क्रियाओं में बच्चे को भाषा सुनने के बहुत अवसर मिलते हैं जो उसे बोलने के लिए प्रेरित करते हैं। यह क्षमता उसे बाद में “अम्मी” और “अम्मा” जैसे शब्दों में भेद करने सहायता करती है और वह उन्हें अलग-अलग शब्दों के रूप में पहचान पाती है।
5. खेल द्वारा बच्चों का भावनाओं विकास :- खेल क्रियाएँ बच्चों को खुशी, क्रोध, उल्लास, डर-भय व दुख व्यक्त करने का अवसर प्रदान करती हैं। खेल में कुछ भी मनचाहा करने की छूट होती है बशर्ते कि उससे किसी को हानि न पहुँचे। खेल उन भावनाओं और संवेगों को व्यक्त करने का मौका प्रदान करता है, जो अन्य परिस्थितियों में व्यक्त नहीं किए जा सकते। खेल-खेल में सीखी गई संकल्पनाएँ पढ़ने-लिखने के कौशल को बढ़ाता है तथा समूह खेल में हिस्सा लेने की क्षमता तथा बाद में स्कूल में समायोजन में मदद करते हैं। अतः खेल औपचारिक शिक्षा की तैयारी में सहायक होता है। खेल प्रश्न पूछने एवं खोजबीन करने की मनोवृत्ति को भी परिपोषित करता है। जैसे-जैसे बच्चे नई चीजें सीखते हैं और उनमें निपुणता प्राप्त करते हैं वह अपने बारे में आश्वस्त होते हैं। यह बढ़ता हुआ आत्म-विश्वास उन्हें चुनौतियाँ स्वीकार करने के लिए तैयार करता है।

खेल को प्रभावित करने वाले कारक

सामाज:-

निम्न सामाजिक वर्ग में बच्चों का अधिकांश समय माता-पिता के काम में सहायता करते हुए व्यतीत होता है। कामों में व्यस्त रहने के कारण खेलने के लिए उन्हें अधिकतर कम समय मिल पाता है। अपने कार्य के दौरान ही वे खेलने का समय निकालते हैं। मध्यम और उच्च सामाजिक वर्ग के बच्चे के पास खेल के लिए अधिक समय होता है क्योंकि आय उत्पादक में उनका अनिवार्य योगदान नहीं होता। लेकिन इन वर्गों के कुछ परिवारों में माता-पिता द्वारा बच्चों के पढ़ाई में ज्यादा जोर देने के कारण खेलने का समय कम कर देते हैं। कई बार बच्चे घर के एक कोने में अपने इकट्ठा किए हुए चिजें जैसे पत्थर, सीपियाँ आदि वस्तुएँ रख लेते हैं। बच्चों को पत्थर, बोतलों के ढक्कन, खाली डिब्बे आदि जमा करना अच्छा लगता है। किसी बच्चे की जेब खाली करें तो ऐसा संग्रह पाना आश्चर्यजनक बात नहीं है। महंगी, सजी हुई गुड़िया और समुद्र तट से जमा की गई सीपी-प्रत्येक बालक को, चाहे वह अमीर हो या गरीब ये दोनों ही वस्तुएँ समान रूप से आकर्षित करती हैं जो बच्चे अच्छी आर्थिक स्थिति वाले परिवारों के होते हैं वे बाजार में मिलने वाले खिलौने खरीद सकते हैं। जब बने बनाये खिलौने खरीदने का सामर्थ्य परिवार में न हो तो पुराने टायर, पहिये, खाली डिब्बे, माचिस के डिब्बे, पुराने अखबार खेलने के लिए उपयोग में लाये जाते हैं। बच्चों को ऐसी स्थिति में अधिक सृजनात्मक होने की आवश्यकता होती है ताकि वे स्वयं खेल सामग्री बना सकें। सामाजिक वर्ग से यह भी निर्धारित होता है कि बच्चों को खेलने के लिए कितनी और कैसी जगह मिलेगी। जो बच्चे बड़े मकानों में रहते हैं, जहाँ बाग-बगीचे होते हैं, वे उस जगह को खेलने के लिए उपयोग में ला सकते हैं। जो बच्चे एक कमरे वाले मकानों में रहते हैं उन्हें गलियों और सड़कों पर अपने खेलने का स्थान ढूँढना पड़ता है। आपने पढ़ा था कि निम्न वर्ग के परिवार के सभी बड़े सदस्य आय उत्पादक गतिविधियों में संलग्न होते हैं। माता-पिता के पास बच्चों के खेल में हिस्सा लेने और उनका मार्गदर्शन करने के लिए बहुत कम समय होता है। मध्यम और उच्च वर्ग के माता-पिता बच्चों के साथ संभवतः अधिक समय व्यतीत कर पाते हैं। आमतौर पर वे अधिक शिक्षित होते हैं और संभव है कि बच्चों

के विकास में खेल के महत्व के बारे में अधिक जानते हों अतः वे बच्चों को खेलने के लिए पर्याप्त अवसर देंगे। परन्तु यह जरूरी नहीं है कि शिक्षा से ही ऐसी अभिवृत्ति बने जो बच्चों की आवश्यकताओं के प्रति संवेदनशील हों। अशिक्षित अभिभावक भी बच्चों की आवश्यकताओं के प्रति संवेदनशील हो सकते हैं और उन्हें खेल के कई विविध अनुभव दे सकते हैं।

उम्र :- बच्चे किस प्रकार के खेल चुनते हैं, यह उनकी उम्र से प्रभावित होता है। एक छः महीने के शिशु के लिए अपने आसपास पड़ी वस्तुओं को उठाना और उनका निरीक्षण करना ही खेल है। एक चार वर्षीय बालक को तिपाहिया साइकिल चलाना और रेत से वस्तुएँ बनाना आनन्ददायक लगता है। एक आठ वर्षीय बालक दोपहिया साइकिल चलाना, पेड़ों पर चढ़ना और स्टापू खेलना पसन्द करता है। बच्चों द्वारा खेल क्रिया का चुनाव उनके कौशलों और योग्यताओं से भी निर्धारित होता है। ऊपर लिखित उदाहरणों में जो खेल चार और आठ वर्षीय बालकों ने चुने वे उनके शारीरिक कौशलों से प्रभावित थे। जैसे-जैसे बच्चे बड़े होते हैं उनकी सामाजिक क्षमताओं में भी वृद्धि होती है। जिससे उनकी परस्पर अंतः क्रिया में गुणात्मक बदलाव आता है और इस कारण उनके खेल के प्रकार भी प्रभावित होते हैं। जिन खेलों में आपसी सहयोग, टीम में खेलना और नियमों का पालन करना आवश्यक है वे खेल तीन वर्षीय बालकों के सामर्थ्य से बाहर हैं परन्तु आठ वर्षीय बालकों के लिए ऐसे खेलना संभव है। बच्चों के खेल की विषयवस्तु भी उम्र के साथ-साथ बदलती है। छः वर्षीय बालिका और तीन वर्षीय बालिका के गुड़िया से खेलने में भिन्नता होगी। छः वर्षीय बालिका विस्तृत रूप से खेल का आयोजन करती है— वह गुड़िया को स्कूल के लिए तैयार करती है, उसे पढ़ाती है, उसकी प्रगति के बारे में माता-पिता से चर्चा करती है और उसे खेलने के लिए बाहर भी ले जाती है, इत्यादि। तीन वर्षीय बालिका का गुड़िया से खेल इससे कहीं अधिक सरल होगा। एक विशेष खेल क्रिया में बालिका कितना समय व्यतीत करती है, यह उसकी उम्र से निर्धारित होता है। जैसा कि आप जानते हैं बालिका जितनी छोटी होगी उतनी ही कम अवधि तक वह एक खेल क्रिया में ध्यान लगा पाएगी। इसी कारण उसकी क्रियाओं में बार-बार बदलाव होंगे। हालांकि बच्चों की उम्र उनके खेल को प्रभावित करने में एक निश्चित भूमिका निभाती है तथापि

हमें यह नहीं भूलना चाहिये कि खेल में वैयक्तिक भिन्नताएँ और अभिरुचियाँ भी महत्वपूर्ण हैं। संभव है कि एक पाँच वर्षीय बालिका अपनी उम्र के अन्य बच्चों की अपेक्षा सामूहिक खेल में कम समय व्यतीत करे।

लिंगः- अगर आप शिशुओं के खेल का अवलोकन करें तो उसमें समानता पाएंगे। शैशवास्था में लिंग खेल को प्रभावित नहीं करता। उनका खेल अपने और आसपास की वस्तुओं की खोजबीन से संबंधित होता है। पर जैसे-जैसे बच्चे बड़े होते हैं तो लड़कों और लड़कियों की रुचियाँ भिन्न होने लगती हैं। ये भिन्नता उम्र के साथ बढ़ती जाती है। लड़कियाँ अपनी माँ के कपड़े पहनना, गुड़िया से खेलना, खाना बनाने का नाटक करना, सिलाई करना और स्टापू खेलना पसंद करती हैं। लड़के अपने पिता के कपड़े पहनना पसंद करते हैं, कुर्सी पर बैठ कर अखबार पढ़ने का नाटक करते हैं, बैलगाड़ी चलाते हैं, खेत जोतते हैं और बंदूकों से खेलते हैं कई अध्ययनों में लड़के और लड़कियों के खेल की तुलना की गई है। उनसे पता चलता है कि लड़कियों की अपेक्षा लड़कों के खेलों में मारपीट, उठापटक अधिक होती है और वे लड़कियों की अपेक्षा अधिक प्रतियोगी भावना के होते हैं। लड़कियाँ, लड़कों की अपेक्षा खेल में अधिक सहयोग दिखाती हैं। लड़के ओजस्वी खेल अधिक खेलते हैं। इसके क्या कारण हो सकते हैं? एक कारण लड़कों और लड़कियों में शारीरिक भिन्नता हो सकती है। एक बच्चा कितनी शारीरिक क्रिया कर सकता है, यह उसकी शरीर वृत्ति से प्रभावित होता है। इसी का असर बच्चों के खेल चयन पर पड़ता है और इसी कारण लड़के अधिक सक्रिय खेल चुनते हैं। परन्तु बच्चों की अधिकांश खेल अभिरुचियों का कारण शरीर वृत्ति न होकर सामाजिक अपेक्षाएँ और रुढ़ियाँ हैं। बच्चों से लोगों की अपेक्षाएँ उनके लिंग द्वारा प्रभावित होती हैं। इसी का प्रभाव उनके खेल चयन पर पड़ता है। आइए, इसे एक उदाहरण से समझें। आपने अक्सर यह देखा है कि होगा कि एक लड़का, लड़की की अपेक्षा पेड़ पर अधिक आसानी से चढ़ जाता है। ऐसा नहीं है कि लड़की में पेड़ पर चढ़ सकने का सामर्थ्य नहीं है। परन्तु संभव है कि जब लड़की पहली बार पेड़ पर चढ़ने लगी हो तो उसकी माँ ने उससे कहा हो, “यह क्या लड़कों वाले काम कर रही हो, नीचे उतरो।” दूसरी ओर लड़के की इसी प्रयास के लिए अवश्य शाबाशी दी गई होगी अतः लड़का, लड़की की अपेक्षा

अधिक कुशलता से पेड़ पर चढ़ना सीख जाता है। घर पर दैनिक कार्यों में लड़कियों से छोटे भाई-बहनों की देखभाल और घर के काम में मदद की अपेक्षा की जाती है। इसलिए उनके खेलों में भी यही स्थितियाँ झलकती हैं। लड़के पिता की मदद करते हैं, बाहर का काम करते हैं और ऐसी स्थितियों की झलक उनके खेल में भी दिखाई देती है। आजकल विशेषकर शहरों में, लड़कियों को खेल में डॉक्टर और पुलिस की भूमिका में देखा जा सकता है क्योंकि महिलाएँ अब इन व्यवसायों को अपनाने लगी हैं। माता-पिता भिन्न-भिन्न खेल साधन देकर भी लड़कों और लड़कियों की अभिरूचियों को प्रोत्साहित करते हैं लड़कियों को गुड़िया बर्तन और अन्य इसी प्रकार के खिलौने दिए जाते हैं। लड़कों को बंदूक और कारों जैसे खिलौने दिलवाए जाते हैं। चार वर्षीय हरी को जब उसकी बहन ने गुड़िया से खेलने के लिए बुलाया तब उसने यह कहते हुए स्पष्ट रूप से मना कर दिया, “मैं लड़कियों वाले खेल नहीं खेलता।” परन्तु जब वह सोचता है कि कोई उसे नहीं देख रहा, तब वह गुड़ियों से खेलता है। इससे स्पष्ट है कि हरि को गुड़ियों से खेलना अच्छा लगता है। गुड़ियों के खेल के प्रति उसकी प्रत्यक्ष अरूचि जन्मजात नहीं है।

संस्कृति व परम्पराएँ :- यह जीवन-शैली पर असर डालती है। शिशुपालन की से प्रभावित होती हैं। इन्हीं कुछ परम्पराओं की हम यहाँ चर्चा करेंगे। आइए, अब हम इस प्रकार की कुछ परम्पराओं के बारे में पढ़ें। हमारे देश के कई भागों में शिशुओं की तेल से मालिश करना एक पुरानी प्रथा है। माँ आमतौर पर गाना गुनगुनाती है, बच्चे के साथ बात करती है और खेलती है। भारत के सभी भागों में इस प्रकार के कई माँ और शिशु के खेल हैं। शिशु का यह अनुभव एक अन्य संस्कृति, जहाँ ऐसी अंतः क्रियाएँ नहीं होतीं, में रहने वाले शिशु की तुलना में बहुत भिन्न होगा। बच्चों की वयस्क जीवन के बारे में कल्पना उनके खेल में झलकती है। वयस्क होने पर वे जो बनना चाहता है उन भूमिकाओं की झलक अकसर उनके खेल में मिलती है और ये भूमिकाएँ संस्कृति द्वारा निर्धारित होती हैं। खेल उनके समाज के पारंपरिक त्यौहारों और रीतियों को भी प्रदर्शित करता है। सभी संस्कृतियों में खिलौनों की समृद्ध परंपरा होती है। जब सिंधु घाटी जैसी प्राचीन सभ्यताओं की खुदाई हुई तो वहाँ भी खिलौने पाए गए। अध्ययनों से यह पता चलता है कि हमारे देश में भिन्न-भिन्न प्रदेशों की

खेल सामग्री में परस्पर विभिन्नता है। उड़ीसा के सुन्दर मुखौटे और कठपुतलियाँ मशहूर हैं। लकड़ी के खिलौने कर्नाटक के चेन्नापटना और आन्ध्र प्रदेश के कोंडा पल्ली में बनते हैं तमिलनाडु और महाराष्ट्र में लोक परंपरा के खिलौनों के साथ-साथ आधुनिक खिलौने भी बनते हैं। दूसरी ओर मणिपुर और त्रिपुरा में व्यावसायिक खिलौने बहुत ही कम मिलते हैं। यहाँ के निवासी घर पर ही अपने बच्चों के लिए खिलौने बनाते हैं। हमारे देश के अधिकांश भागों में त्यौहारों के समय बहुत से लोक खिलौने बाजारों में मिलते हैं। इन खिलौनों का व्यावसायिक रूप से बनाए गए खिलौनों के समान शैक्षिक महत्व होता है।

परिस्थिति और पर्यावरण :- शहर की भीड़भाड़ में खेलने के लिए खुली जगह कम ही मिल पाती है। फिर भी बच्चे खेलने के लिए जगह ढूँढ ही लेते हैं। आपने उन्हें तंग गलियों में, सड़कों पर और घर की छतों पर खेलते हुए देखा होगा। शहरों में पौधों को देखने का अवसर कम ही मिलता है ग्रामीण और जन-क्षेत्र में खेलने के लिए खुली जगह अधिक मिलती है और बच्चे प्रकृति के अधिक समीप होते हैं।

जनसंपर्क माध्यम :- मुद्रित जन संपर्क माध्यम, जैसे कि पत्रिकाएँ और किताबें और श्रव्य-दृश्य माध्यम, जैसे कि रेडियो और टेलीविजन का बच्चों के खेल पर अत्यधिक प्रभाव पड़ता है। बच्चों के लिए अनेक चित्रित किताबें और पत्रिकाएँ उपलब्ध हैं और उनके लिए विशेष रूप से रेडियो और टेलीविजन पर विभिन्न कार्यक्रम भी प्रसारित होते हैं। बच्चे पढ़ी हुई कहानियों का उत्सुकता से अभिनय करते हैं, रेडियो पर सुनी धुन गाते हैं और उत्साह से टेलीविजन के कार्यक्रम को देख पात्रों की नकल करते हैं। जनसंपर्क माध्यम अकसर समाज की रूढ़िबद्ध धारणाओं का समर्थन करते हैं और ये धारणाएँ बच्चों के खेल में झलकती हैं। जनसंपर्क माध्यम दुनिया को बच्चों के करीब लाते हैं और उनकी जानकारी यदि किसी वयस्क के निर्देशन में प्राप्त हो तो बहुत लाभदायक हो सकती है। मुद्रित और श्रव्य-दृश्य माध्यम जिस प्रकार की प्रेरणा बच्चों को प्रदान करते हैं उसमें भिन्नता होती है। किताबें एक ऐसा माध्यम हैं जिनको स्वयं पढ़कर ही कुछ पता लगाया जा सकता है। इस प्रकार की सीखने की प्रक्रिया में बच्चों की सक्रिय भूमिका होती है और यह खोजबीन की भावना व जिज्ञासा को बढ़ावा देती है। दूसरी ओर टेलीविजन और रेडियो के कार्यक्रमों को बच्चे अधिकतर

बैठे-बैठे ही सुनते और देखते हैं। आमतौर पर ये कार्यक्रम उन्हें खोज का मौका न देकर केवल बताते हैं कि क्या जानना चाहिए। इसी कारण श्रव्य-दृश्य माध्यम में वयस्कों का निर्देशन अनिवार्य हो जाता है।

निष्कर्ष :- परिवार और पड़ोस में बच्चों को जो अनुभव होते हैं, वे महत्वपूर्ण ढंग से खेल के स्तर को प्रभावित करते हैं। निम्नलिखित दो उदाहरण इस बात को चित्रित करते हैं। एक निम्न सामाजिक वर्ग के परिवार में माता-पिता सुबह ही काम के लिए निकल जाते हैं और शाम को घर वापस आते हैं। काम पर जाने के पूर्व माँ शिशु की मालिश करती है और उस समय उससे खेलती और बातचीत करती है। शाम को जब माता-पिता दोनों वापस आ जाते हैं तब पिता बच्ची के साथ खेलते हैं और माँ घर का काम-काज करती है। दूसरी स्थिति में, एक शिक्षित माँ, जो अमीर परिवार की है, अपनी बच्ची को अधिकतर पालने में खिलौनों के पास लिटाए रखती है। बच्ची की केवल शारीरिक देखभाल की ओर उसका ध्यान होता है और वह उससे बहुत कम खेलती है। इन दो स्थितियों में यह संभव है कि पहले परिवार की बालिका का बचपन अधिक अच्छा बीतेगा क्योंकि उसे सीखने के कई मौके मिलते हैं और वह सुरक्षित महसूस करती है, जो अभिभावक और पालनकर्ता खेल का महत्व समझते हैं, वे बच्चों को ऐसा-वातावरण दे सकते हैं जिसमें खेल को बढ़ावा मिले चाहे उनका सामाजिक वर्ग, शिक्षा स्तर या परिस्थिति कैसी भी क्यों न हो।

- संदर्भ ग्रंथ :-
1. दैनिक जागरण मनोज चौधरी
 2. रश्मि पटेल खेल का महत्व
 3. विकिपिडिया
 4. सुधिर नाथ झा खेल खेल में बच्चों का विकास