JETIR.ORG ISSN: 2349-5162 | ESTD Year : 2014 | Monthly Issue
JOURNAL OF EMERGING TECHNOLOGIES AND INNOVATIVE RESEARCH (JETIR)
An International Scholarly Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के शैक्षिक निष्पत्ति पर योग शिक्षा के प्रभाव का विश्लेषणात्मक अध्ययन

आंकाक्षा सिंह
शोधार्थिनी

डॉ॰ श्याम बहादुर सिंह
निर्देशक
शिक्षक शिक्षा विभाग,
श्री लाल बहादुर शास्त्री, स्नाकोत्तर महाविद्यालय, गोण्डा (उ.प्र.)

सारांश

वैदिक शिक्षा व प्राचीन शिक्षा में योग शिक्षा को बहुत अधिक महत्व प्रदान किया जाता था। जिस कारण से बालक के अन्दर तमाम मूल्य विकसित होते थे। परन्तु वर्तमान समय में ऐसा नहीं है। वर्तमान समय में बालक तनावग्रस्त हो रहा है तो उसकी शिक्षा में योग शिक्षा का अभाव ही है। अगर बालक की शिक्षा के पाठ्यक्रम में योग शिक्षा को शामिल किया जाये तो कुछ हद तक विद्यार्थियों को सही रास्ते पर लाया जा सकता है एवं उनका मानसिक विकास सही दिशा में हो सकता है। वर्तमान युग भौतिकवादी युग है और भौतिकवाद मे, धर्म सस्कृति, मूल्य, विचारधार, आदि को कोई महत्व नहीं रहता है। उपर्युक्त अंग भौतिकवादी सभ्यता से प्रभावित हो रहे है। इसके प्रभाव से मानव में समाजिकता, नैतिकता, धार्मिकता आदि का ह्रास हो रहा है। लेकिन आंशिक रूप से शिक्षा ही कहीं न कहीं इसकी दोषी पायी जाती है। क्योंकि वर्तमान शिक्षा मानव के अन्दर दया, कृप्या सहिष्णुता, साहसी चरित्र आदि विशेषताओं का समावेश करने में असमर्थ हो रही है। इस संस्कृति को बचाने व राष्ट्र को उचित दिशा प्रदान करने के लिए आज योग शिक्षा की आवश्यकता है। बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् ग्रामीण विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया। बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् शहरी विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया। बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया। बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया।

मुख्य शब्द – 1. विद्यार्थी, 2. शैक्षिक निष्पत्ति, 3. योग शिक्षा

प्रस्तावना

भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति संसार की प्राचीनतम सभ्यता एवं संस्कृतियों में से एक है, परन्तु इनमें सबसे अधिक प्राचीन कौन–सी है, इस विषय में सबके अपने–अपने दावे हैं। हाँ, यह बात सभी मानते हैं कि भारतीय वेद (ऋग्वेद, यजुर्वेद, अथर्ववेद और सामवेद) संसार के प्राचीनतम ग्रंथ हैं। सामान्यतः वेदों को धार्मिक ग्रंथों के रूप में देखा–समझा जाता है, परन्तु वास्तव में वेद उस समय के ज्ञान कोश हैं। इनमें उस समय तक आर्यों द्वारा खोजा एवं विकसित समस्त भौतिक एवं आध्यात्मिक ज्ञान सूत्र रूप में संग्रहीत है। परन्तु वेदों की रचना कब और किन विद्वानों ने की, इस विषय में विद्वान एक मत नहीं है। जर्मन विद्वान मैक्समूलर सबसे पहले व्यक्ति हैं जिन्होंने भारत आकर इस

क्षेत्र में शोध कार्य शुरू किया। उनके अनुसार वेदों के सबसे प्राचीन ऋग्वेद है और इसकी रचना 1200 ई0 पू0 में हुई थी। लोकमान्य तिलक ने ऋग्वेद में वर्णित नक्षत्र स्थिति के आधार पर इसका रचना काल 4000 ई0पू0 से 2500 ई0 पू0 सिद्ध किया है। पद्मश्री डॉ0 वाकणकर के अनुसार वेदों की रचना 5000 ई0पू0 तक हो चुकी थी। अब थोड़ा विचार करें इतिहासकारों के मत पर। इतिहास हड़प्पा और मोहनजोदड़ों की खुदाई में प्राप्त अवशेषों के आधार पर हमारी सभ्यता एवं संस्कृति को केवल ई0 पू0 3500 वर्ष पुरानी मानते हैं। अपने गले यह बात नहीं उतरती। इतिहासकारों की ही बात लीजिए। इन्होंने यह माना है कि हमारे देश में ई0पू0 7वीं शताब्दी में लोक भाषा प्राकृत और पाली थी। इन्होंने यह भी माना है कि उससे पूर्व हमारे देश में संस्कृत भाषा का प्रयोग होता था और वेदों की रचना हो चुकी थी। अब थोड़ा विचार करें वेदों की भाषा, शैली और विषय–सामग्री पर। वेदों की संस्कृत भाषा इतनी समृद्ध एवं परितार्जित है और उनकी विषय–सामग्री इतनी विविध, विस्तृत एवं उच्च कोटि की है कि उस समय इनके विकास में कम से कम 7–8 हजार वर्ष का समय अवश्य लगा होगा। इन तथ्यों के आधार पर यह अनुमान लगाया जा सकता है। इस संस्कृति को बचाने व राष्ट्र को उचित दिशा प्रदान करने के लिए आज योग शिक्षा की आवश्यकता है। क्योंकि योग शिक्षा विद्यार्थी का शारीरिक विकास, मानसिक विकास, नैतिक विकास, सामाजिक विकास, आध्यात्मिक विकास, सवेंगात्मक विकास आदि करती है। प्रस्तुत शोध विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति को योग किस प्रकार और कितना प्रभावित करता है को जानने का प्रयास है।

आवश्यकता एवं महत्व

शिक्षा का प्रारम्भ प्रागैतिहासिक काल से ही माना जाता है। सर्वप्रथम मनुष्य ने वातावरण के अनुकूल ढलने एवं आचरण करने का प्रयत्न किया। मानव बुद्धि के आधार पर वातावरण से अनुकुलन करने में सफल हो जाता है, और यही से शिक्षा का विकास प्रारंभ हो जाता है परन्तु किशोर अवस्था ऐसी अवस्था है जिसमें किशोरों को अनेको समस्याओं का सामना करना पड़ता है जिसमें सबसे अधिक समस्या उनके समायोजन की होती है अर्थात किशोर घर एवं विद्यालय में समायोजन नहीं कर पाते है जिससे उसकी शैक्षिक निष्पत्ति प्रभावित होता है जिसमें विद्यार्थी शैक्षिक रूप से पिछड़ जाये तो समाज एवं विद्यालय में भी उसका अपने साथियों के साथ समायोजन नहीं हो पाता है। योग विद्याथियों के समायोजन के लिए सर्वोत्तम साधन है। जब विद्यार्थी का सर्वांगीण विकास होगा तो उसकी शैक्षिक निष्पत्ति भी उच्च स्तर की होगी। जिस प्रकार शिक्षा बालक का सर्वार्गीण विकास करती है उसी प्रकार योग भी बालक का मानसिक व शारीरिक विकास करता है। योग का सम्बन्ध अधिकांश शिक्षाशास्त्री अध्यात्म से लगाते हैं। परन्तु ऐसा नहीं है। योग का सम्बन्ध अध्यात्म के साथ साथ बालक के सर्वागीण विकास से है। प्रस्तुत शोध के माध्यम से किशोर अवस्था के विद्यार्थियों के शैक्षिक निष्पत्ति को योग कितना प्रभावित करता है को जाना जायेगा और प्राप्त निष्कर्षों के उपरान्त विद्यालयों को दिशा निर्देश देकर विद्यालयों में योग को अनिवार्य किया जायेगा।

सम्बन्धित शोध साहित्य अध्ययन

शिक्षा में निम्नलिखित शोद्यार्थियों ने अपने अध्ययन में योग के महत्व पर प्रकाश डाला जिसमें **शंकर (1995), कंशल (1998), क्राइन (1999),चक्रवर्ती एस0 (2203), गोपाल (2009) एवं आर0 कुमार (2012), मदन आर0 (2013), राजेन्द्र (2015), अरविन्द (2018), सिंह शंकर (2019)**आदि प्रमुख हैं।

समस्या कथन

बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के शैक्षिक निष्पत्ति पर योग शिक्षा के प्रभाव का विश्लेषणात्मक अध्ययन

शोध अध्ययन के उद्देश्य

1. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् ग्रामीण विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव का अध्ययन।
2. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् शहरी विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव का अध्ययन।
3. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव का अध्ययन।

4. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव का अध्ययन।

शोध अध्ययन की परिकल्पनायें

1. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् ग्रामीण विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया जाता है।
2. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् शहरी विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया जाता है।
3. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया जाता है।
4. बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया जाता है।

आंकड़ा संग्रहण के उपकरण

प्रस्तुत लघु शोध हेतु आंकड़ों के संकलन के लिए विद्यार्थियों से व्यक्तिगत सम्पर्क करके प्रश्नावली के माध्यम से आंकड़ों का संकलन किया गया।

न्यादर्श

600 विद्यार्थियों का चयन करके उनको लिंग आदि क्षेत्रों में बांटा गया है।

उपकरण

डा0 महेश कुमार मूच्छल द्वारा निर्मित योग अभिवृत्ति मानकी कृत मापनी का प्रयोग किया गया है एवं शैक्षिक निष्पत्ति हेतु उसके गत् बर्ष के परीक्षाफल (उपलब्धि अंक) को आधार बनाया गया है।

तालिका संख्या – 4ण्1

बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर योग अभिवृत्ति के मध्य सहसम्बन्ध की स्थिति

क्र.स.	कुल विद्यार्थी	संख्या	सहसम्बन्ध	सार्थकता
1ण्	ग्रामीण विद्यार्थी	300	0ण्182	0.01 एवं 0.05 पर सार्थक
2ण्	शहरी विद्यार्थी	300	0ण्163	0.01 एवं 0.05 पर सार्थक
3ण्	कला की विद्यार्थी	300	0ण्196	0.01 एवं 0.05 पर सार्थक
4ण्	विज्ञान की विद्यार्थी	300	0ण्215	0.01 एवं 0.05 पर सार्थक

0.01*सार्थक 0.05**सार्थक, ***सार्थक नहीं

तालिका संख्या 4.1 में बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययन करने वाले विभिन्न क्षेत्र एवं वर्गों के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव के मध्य सहसम्बन्ध की स्थिति को दशार्या गया है जिसमें ग्रामीण विद्याथियों की योगा और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति के मध्य सहसम्बन्ध का मान 0.182 प्राप्त हुआ है जो दोनों के मध्य धनात्मक सहसंबध को दर्शाता है अर्थात् इससे सिद्ध होता है कि ग्रामीण विद्यार्थियों की योगा अभिवृत्ति और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति में सार्थक सम्बन्ध पाया जाता है।

तालिका संख्या 4.1 में बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययन करने वाले विभिन्न क्षेत्र एवं वर्गों के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव के मध्य सहसम्बन्ध की स्थिति को दशार्या गया है जिसमें शहरी विद्याथियों की योगा और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति के मध्य सहसम्बन्ध का मान 0.163 प्राप्त हुआ है जो दोनों के मध्य धनात्मक सहसंबध को दर्शाता है अर्थात् इससे सिद्ध होता है कि शहरी विद्यार्थियों की योगा अभिवृत्ति और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति में सार्थक सम्बन्ध पाया जाता है।

तालिका संख्या 4.1 में बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययन करने वाले विभिन्न क्षेत्र एवं वर्गों के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव के मध्य सहसम्बन्ध की स्थिति को दशार्या गया है जिसमें कला वर्ग के विद्याथियों की योगा और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति के मध्य सहसम्बन्ध का मान 0.196 प्राप्त हुआ है जो दोनों के मध्य धनात्मक सहसंबध को दर्शाता है अर्थात् इससे सिद्ध होता है कि कला वर्ग के विद्यार्थियों की योगा अभिवृत्ति और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति में सार्थक सम्बन्ध पाया जाता है।

तालिका संख्या 4.1 में बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययन करने वाले विभिन्न क्षेत्र एवं वर्गों के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति पर योग अभिवृत्ति के प्रभाव के मध्य सहसम्बन्ध की स्थिति को दशार्या गया है जिसमें विज्ञान वर्ग के विद्याथियों की योगा और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति के मध्य सहसम्बन्ध का मान 0.215 प्राप्त हुआ है जो दोनों के मध्य धनात्मक सहसंबध को दर्शाता है अर्थात् इससे सिद्ध होता है कि विज्ञान वर्ग के विद्यार्थियों की योगा अभिवृत्ति और विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति में सार्थक सम्बन्ध पाया जाता है।

निष्कर्ष

- बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् ग्रामीण विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया।
- बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् शहरी विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया।
- बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया।
- बरेली जनपद के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् कला वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक निष्पत्ति और योग अभिवृत्ति में सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

अल्तेकर, एस0 (1994) रू ''प्राचीन भारत में शिक्षा'', विश्व विद्यालय प्रकाशन वाराणसी।

आचार्य, भगवानदेव दास (1985) रू ''स्वास्थ्य और योगासन'', सुबोध पॉकेट बुक्स, नई दिल्ली,

ब्रह्मचारी धीरेन्द्र, (1980) रू योगासन विज्ञान, धीरेन्द्र योग प्रकाशन, नई दिल्ली,

ब्रह्मचारी, धीरेन्द्र (1981) रू ''यौगिक सूक्ष्म व्यायाम'', धीरेन्द्र योग प्रकाशन, नई दिल्ली,

गौतम, चमन लाल, (1978) : योग महाविज्ञान, संस्कृति संस्थान, बरेली।

शुक्ला, सी0 एस0, (2005) : 'स्वास्थ्य विज्ञान', इण्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ,

सुखिया एस0पी0 (1998) शैक्षिक अनुसंधान के मूल तत्व, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा