व्यवहार में संशोधन के लिए सरल खेल गतिविधियाँ

मक़सूद अहमद

यह तो ज़ाहिर है कि मैं शारीरिक शिक्षा के शिक्षक के रूप में विद्यार्थियों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य व ख़ुशहाली के लिए मैदान में और उसके बाहर की जाने वाली खेल गतिविधियों का समर्थन करूँगा। लेकिन इसके साथ ही व्यवहार से जुड़े ऐसे कई और रूप हैं जिन्हें सामने आने पर साधारण खेल गतिविधियों का उपयोग करके संशोधित किया जा सकता है। यहाँ मैं अपने कुछ अनुभव साझा कर रहा हूँ।

समूह में बैठना

बच्चों को रोज़मर्रा की ज़िन्दगी में अनुशासन के महत्त्व को समझाने के लिए एक प्रयोगात्मक दृष्टिकोण अपनाना अच्छा रहता है ताकि बच्चे गतिविधियों और परिस्थितियों के सकारात्मक और नकारात्मक पहलुओं का मूल्यांकन कर सकें और ख़ुद ही निष्कर्षों पर पहुँच सकें।

मेरी प्राथमिक और उच्च प्राथमिक कक्षाओं के बच्चों को समूह में बैठकर शोर मचाने की आदत थी। मैंने उन्हें कई बार समझाया कि अगर वे इस तरह झुण्ड में बैठेंगे तो उनके हाथ टकराएँगे और उनकी लिखावट पर असर पड़ेगा। इसके अलावा, ब्लैकबोर्ड पर जो लिखा है, उसे हर कोई स्पष्ट रूप से नहीं पढ़ पाएगा।

जब उन्होंने मेरी बातों को नहीं माना तो मैंने उन्हें समझाने के लिए एक गतिविधि का सहारा लिया। मैंने बच्चों को एक समूह में खड़ा किया और हर एक को एक गेंद दी। मैंने उनसे थोड़ी दूरी पर एक वस्तु रखी और उन सभी को एक साथ अपनी गेंद से उसे मारने के लिए कहा। सिर्फ़ दो गेंदें उस पर लगीं। समूह में 21 बच्चे थे।

इस खेल गतिविधि की मदद से मैं उन्हें सफलतापूर्वक यह समझा पाया कि कक्षा में झुण्ड बनाकर बैठने का प्रभाव नकारात्मक होता है। इसके बाद बच्चे कक्षा में हमेशा एक-दूसरे से कुछ दूरी पर बैठते और वह भी बिना मेरे कुछ कहे।

कक्षा में शोर मचाना

बच्चों का कक्षा में शोर मचाना हर स्कूल में एक आम समस्या है। एक दिन मैंने देखा कि दूसरी और तीसरी कक्षा के बच्चे जब मैदान में खेलने के लिए आए तो वे कक्षा की तुलना में कम शोर कर रहे थे। मैं उनके सामने खड़ा हुआ और उनसे कहा कि मैं उन्हें एक कहानी सुनाऊँगा और उस दौरान, यानी शुरू से आख़िर तक, कोई भी बीच में बात नहीं करेगा या शोर नहीं मचाएगा। मैंने कहानी सुनाना शुरू किया और विद्यार्थी आपस में बात करने लगे। मैंने कहानी पूरी की और एक-एक करके हर एक बच्चे से उसी कहानी को सुनाने के लिए कहा। किसी ने आधी कहानी सुनी थी, तो किसी ने उससे भी कम और कुछ तो ऐसे थे जिन्हें कुछ भी याद नहीं था!

मैंने उन्हें बताया कि जब वे कक्षा में हमेशा एक-दूसरे के साथ बातें करते रहते हैं तो दूसरे किस तरह से परेशान होते हैं और विषयों को समझ नहीं पाते। इसके बाद से वे कक्षा में चुपचाप बैठने लगे और जब मैं मैदान में किसी खेल के नियमों और कौशलों को समझाता तो भी वे चुप रहते और ध्यान से सुनते।

सारांश

स्कूल में समूह खेल हमें बच्चों के बारे में, और वे ख़ुद को किस तरह देखते हैं, इस बारे में भी बहुत कुछ बताते हैं। कभी-कभी शिक्षकों का थोड़ा-सा मार्गदर्शन भी बच्चे को पूरी तरह से बदल सकता है। मैंने पाया कि मेरी कक्षा का एक लड़का समूह गतिविधियों के दौरान कक्षा के भीतर विद्यार्थियों के समूह को नियंत्रित करने और मार्गदर्शन करने में बहुत अच्छा था। लेकिन अगर मैं उससे बच्चों को अपनी अगुवाई में खेल के मैदान में ले जाने के लिए कहता तो वह हिचकिचाता, यहाँ तक कि हकलाना भी शुरू कर देता।

एक दिन जब विद्यार्थी कबड्डी खेल रहे थे तो मैंने उससे खेल में कुछ विद्यार्थियों का मार्गदर्शन करने के लिए कहा। धीरे-धीरे मैंने उसके समूह में विद्यार्थियों की संख्या बढ़ा दी। वह अनजाने में ही एक लीडर बन गया। मैंने इस बारे में प्रधानाचार्य से चर्चा की और हमने उसे प्राथमिक विद्यालय की सभा आयोजित करने का अवसर दिया। उस सभा में उसने बिना हकलाए नेतृत्व के ऊपर एक भाषण पढ़ा। एक हफ़्ते के बाद हमने प्राथमिक और उच्च प्राथमिक कक्षाओं के लिए एक संयुक्त सभा की और इस लड़के ने बिना किसी डर या झिझक के इसे संचालित किया। हम देख रहे हैं कि उसमें लगातार सुधार आ रहा है और उसका आत्मविश्वास बढ़ता जा रहा है।

ऐसे कई तरीक़े हैं जहाँ हम खेल की सरल तकनीकों का

उपयोग करके बच्चों को अपने व्यवहार में कुछ बदलाव करने, आत्मविश्वास हासिल करने और अपना डर या शर्म दूर करने में मदद कर सकते हैं। कई बच्चों के मन में समूह या सभा का सामना करने का डर होता है। वे सामने आकर कक्षा या स्कूल की सभा का सामना करने में झिझकते हैं। यह एक शिक्षक का काम है कि वह प्रत्येक बच्चे की भावनाओं को समझे और संवेदनशीलता व चतुराई से उसकी मदद करे।

मक़सूद अहमद को शारीरिक व स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षक, और क्रिकेट, वॉलीबॉल व एथलेटिक्स कोच के रूप में दस साल का अनुभव हासिल है। उन्होंने राष्ट्रीय स्तर पर क्रिकेट और राज्य स्तर पर टेनिस और वॉलीबॉल खेला है। उन्होंने बीए और बीपी एड की डिग्री प्राप्त की है। राजस्थान के टोंक ज़िले के बामोर गाँव में स्थित अज़ीम प्रेमजी स्कूल में कार्य करने के बाद अब वे एक सरकारी स्कूल में कार्यरत हैं।
उनसे ahmedmaqsud177@gmail.com पर सम्पर्क किया जा सकता है। **अनुवाद :** नलिनी रावल

बच्चे के माध्यम से, देखभाल करने वाले वयस्क तथा स्वयं बच्चे द्वारा, संयुक्त तौर पर संसार की खोजबीन के लिए एक पृष्ठभूमि तैयार होती है। वे भाषाई और बुद्धिसंगत साधन भी साझा करते हैं और चीज़ों को मूल्य तथा अर्थ प्रदान करने के तरीक़े भी हासिल करते हैं। बच्चा देखता, सुनता, चीज़ों को पकड़ता और चखता है। ऐसा करते हुए वह संसार की आनन्द भरी जाँच-पड़ताल कर रहा होता है। जब यह सब कुछ एक वयस्क के साथ मिल कर हो रहा होता है तो ज्ञान, मूल्यों, अर्थों और आस-पास की वस्तुओं के इस्तेमाल के तरीक़ों को लेकर उनके बीच अन्तःक्रियात्मक आदान-प्रदान होता है।

- सी एन सुब्रह्मण्यम् *, 'खेल और शिक्षा : विचार करने योग्य कुछ बातें', पेज 1*