NALANDA OPEN UNIVERSITY,PATNA,BIHAR

e-content for B.A/B.Sc. Home Science (Hons),part-3,paper-6.

Soni kumari,Research Scholar, Magadh University, Bodh Gaya, Gaya. Counesllor-NOU, Department of Home science.

Topic-Unit-8: खेल- अर्थ, महत्व,सिद्धांत खिलौने तथा खेल सामग्रियॉ।

खेल आनंददायक होता है रुचिकर होता है खेल का उद्देश्य केवल खेल होता है हार जीत से इसका कोई लेना-देना नहीं होता है। स्वतंत्रता जिस की मुख्य विशेषता होती है। अतः खेल एक ऐसी रचनात्मक प्रवृत्ति होती है जिससे अपार खुशी एवं असीम संतुष्टि मिलती है। **परिभाषा-** हरलॉक के अनुसार-" खेल वह क्रिया है जो अंतिम परिणाम पर विचार किए बिना ही केवल आनंद प्राप्ति के लिए ही की जाती है।"

टी.पी. नन के अनुसार-“खेल रचनात्मक क्रियाओं की अभिव्यक्ति है।”

बाल विकास में खेलों का महत्व

बालकों के सर्वांगीण विकास में खेलों का बड़ा ही महत्वपूर्ण स्थान है। खेल जीवन हैं जो बालक को आनंदित पुलकित एवं प्रफुल्लित करता है। बालक के शारीरिक, मानसिक सामाजिक ,संवेगात्मक, अनुशासन आदि के विकास में खेल का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है बालों को के जीवन में खेलों का महत्व निम्नानुसार है-

1) शारीरिक विकास में

2) मानसिक विकास में

3) सामाजिक विकास में

4) संवेगात्मक विकास में

5) नैतिक विकास में

6) सृजनात्मकता के विकास में

7) व्यक्तित्व के विकास में

8) अंतर्दृष्टि के विकास में

9) शैक्षिक विकास में

10) अनुशासन के विकास में

11) भाषा के विकास में

12) अनुभव विकास में

13) सामाजिक समायोजन में

14) **चिकित्सा क्षेत्रों में महत्व।**

<u>खेल के सिद्धांत</u>

_विभिन्न मनोवैज्ञानिकों ने अपनी अपनी शैली में खेल के विभिन्न सिद्धांत दिए हैं कुछ प्रमुख सिद्धांत निम्नानुसार है-

1)**अतिरिक्त उर्जा का सिद्धांत**

2) **पुनरावृति का सिद्धांत**

3) **मनोरंजनआत्मक सिद्धांत**

4) **रेचन का सिद्धांत**

5) **पूर्वाभिनय का सिद्धांत**

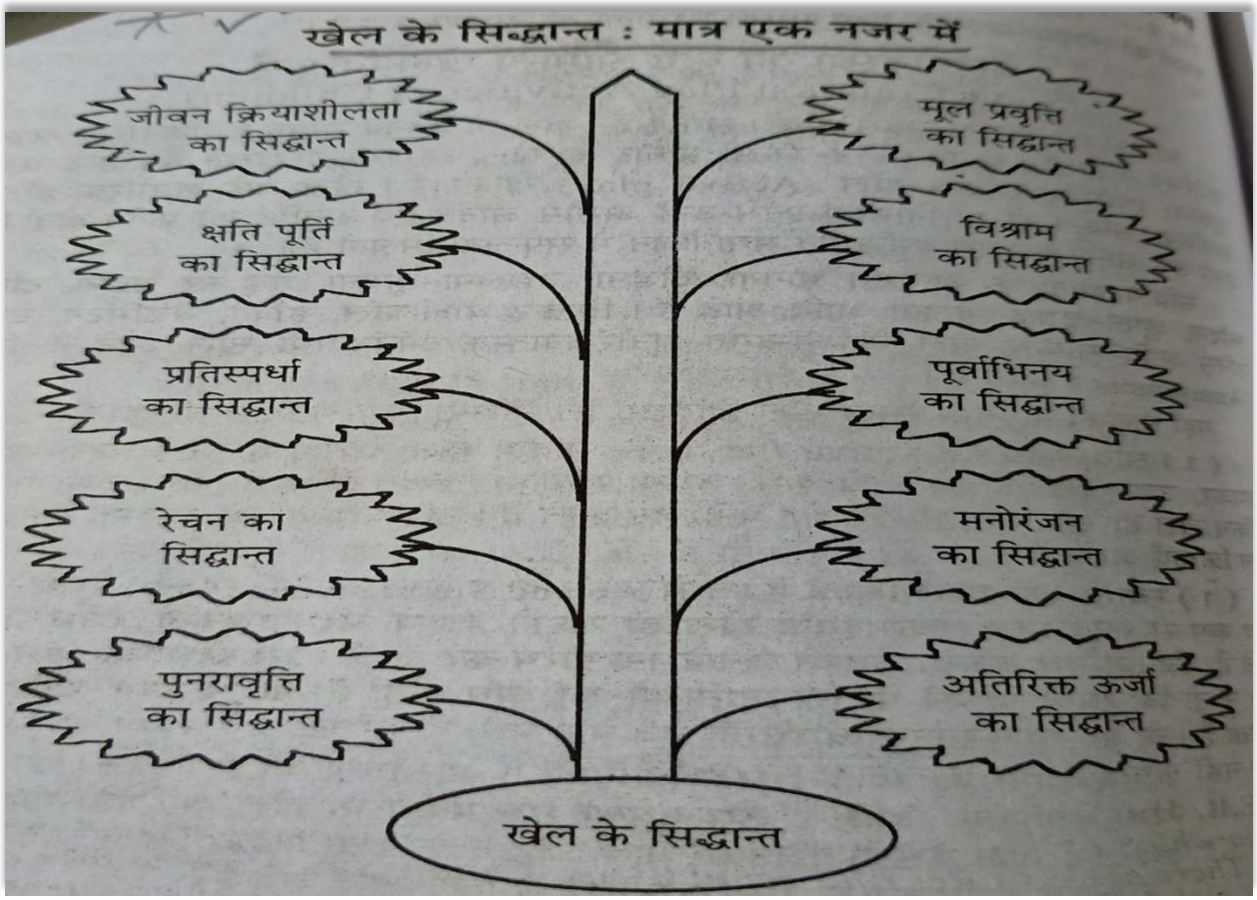
6) **विश्राम का सिद्धांत**

7) **प्रतिस्पर्धा का सिद्धांत**

8) **क्षतिपूर्ति का सिद्धांत**

9) **मूल प्रवृत्ति का सिद्धांत**

10) **जीवन क्रियाशीलता का सिद्धांत**



खिलौने तथा खेल सामग्रियां-

खेल बच्चों की जन्मजात प्रवृत्ति है।उससे उनका शारीरिक और मानसिक विकास होता है। बच्चों के लिए खिलौने तथा खेल सामग्रियों का चयन करते समय यह ध्यान रखना आवश्यक है की खिलौने तथा खेल सामग्रियॉ

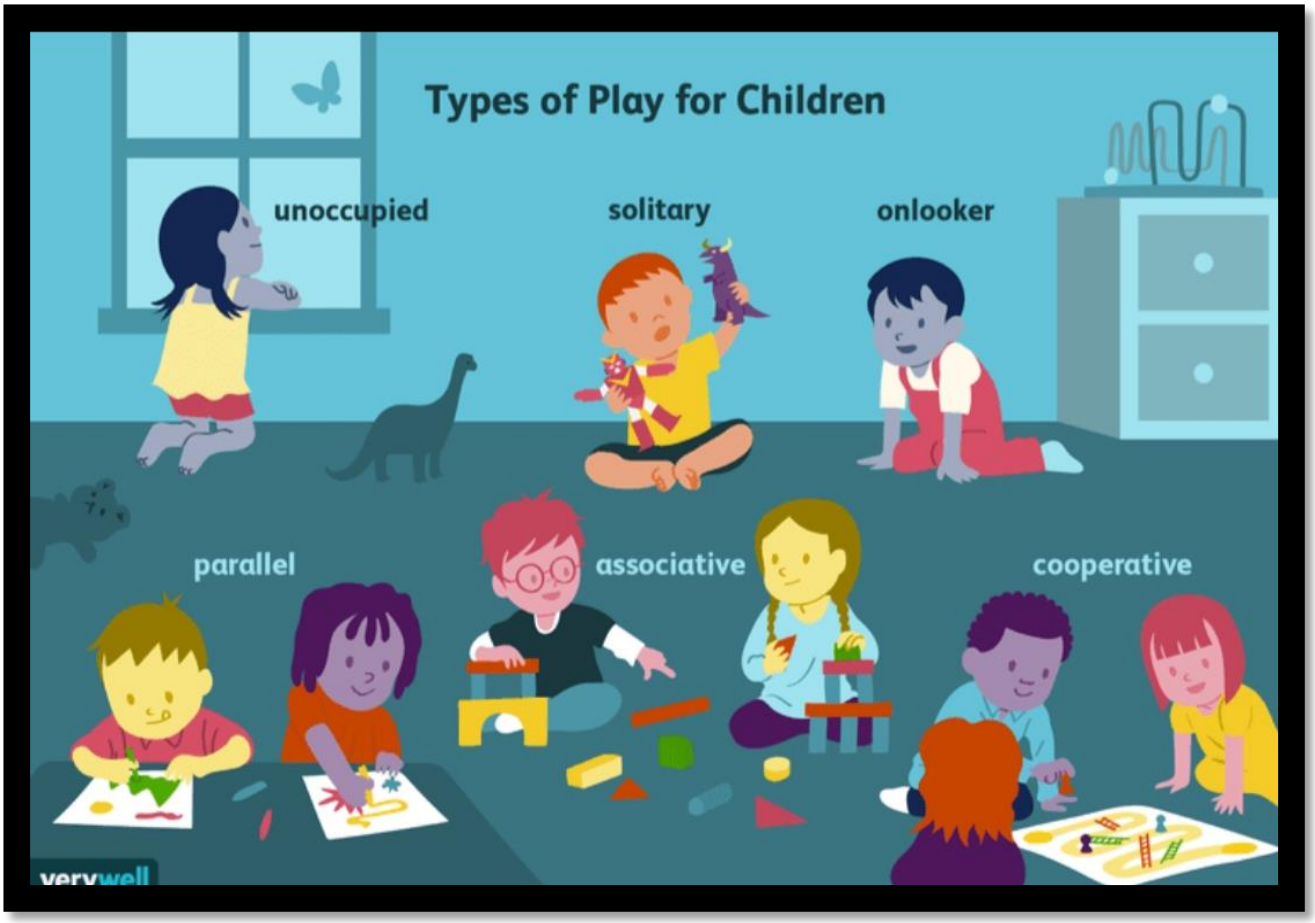
बच्चों के आयु के अनुरूप हो।खिलौने एवं अन्य खेल सामग्रियों का चयन करते समय निम्नांकित बातों को ध्यान में रखना चाहिए-

1)आयु के अनुरूप
2) महंगे ना हो
3) विशाल और वजनी ना हो
4) अत्यधिक छोटे ना हो
5) उत्तम धातु या सामग्री के बने हो
6) जल्दी टूटने वाले ना हो
7) पक्के रंग हो
8) घुल सकने वाला हो
9) आकर्षक और सुंदर हो
10) सुंदर रंग के हो
11) आत्मनिर्भर बनने वाला हो
12) शिक्षाप्रद एवं मनोरंजन मनोरंजनकारी हो
13) खिलौने गतिमय होने चाहिए
14) आत्मनिर्भर बनने वाले

15) लिंग के अनुरूप हो

16) ज्ञान अर्जन में सहायक हो

17) सृजनात्मक शिक्षण के लिए हो।



धन्यवाद