THE RESEARCH DIALOGUE
An Online Quarterly Multi-Disciplinary
Peer-Reviewed / Refereed Research Journal
ISSN: 2583-438X
© The Research Dialogue | Volume-05 | Issue-01 | April-2026
Available online at: https://theresearchdialogue.com/
DOI : https://doi.org/10.64880/theresearchdialogue.v5i1.31

राष्ट्रीय शिक्षा निति 2020 में आनंदायक अधिगम और खेल आधारित अधिगम की प्रासंगिकता

शेखर सुमन
असिस्टेंट प्रोफेसर, टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज, भागलपुर (बिहार) द्वारा , टी.एम.बी, यूनिवर्सिटी भागलपुर

सारांश

आनंददायक अधिगम या खेल आधारित अधिगम एक ऐसा शिक्षण दृष्टिकोण है, जिसमें बच्चों को खेल, गतिविधियों, कहानी, चित्रकला, संगीत और अन्य रचनात्मक तरीकों से सीखने का अवसर दिया जाता है। इसका उद्देश्य शिक्षा को बोझ नहीं, बल्कि एक आनंददायक अनुभव बनाना है। आनंदमय अधिगम (Joyful Learning) यह एक शिक्षण दृष्टिकोण है जिसमें बच्चे बिना तनाव या दबाव के, रुचिकर और आनंददायक गतिविधियों के माध्यम से सीखते हैं। इसमें कहानी, संगीत, नृत्य, कला, और खेल जैसे तत्व शामिल हो सकते हैं, जो बच्चों की जिज्ञासा और रचनात्मकता को बढ़ाते हैं। यह बच्चों को खेल के माध्यम से सीखने का अवसर देता है। खेल में संरचित (Structured Play) और असंरचित (Unstructured Play) दोनों प्रकार शामिल हो सकते हैं. जैसे पहेलियाँ, रोल-प्ले, ब्लॉक निर्माण, या आउटडोर गेम्स। यह बच्चों को स्वाभाविक रूप से अन्वेषण और प्रयोग करने की स्वतंत्रता देता है।

मुख्य शब्द: आनंददायक अधिगम, खेल आधारित अधिगम, संरचित, असंरचित।

प्रस्तावना

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (NEP 2020) भारत सरकार द्वारा शिक्षा व्यवस्था में व्यापक सुधार के उद्देश्य से लागू की गई एक ऐतिहासिक नीति है। यह नीति 34 वर्षों बाद बनी है, जिसने 1986 की राष्ट्रीय शिक्षा नीति का स्थान लिया। इसका मुख्य उद्देश्य शिक्षा को समावेशी, गुणवत्तापूर्ण, लचीली और रोजगारोन्मुख बनाना है, ताकि 21वीं सदी की आवश्यकताओं के अनुरूप मानव संसाधन का विकास हो सके। इस नीति की सबसे महत्वपूर्ण विशेषता नई शैक्षिक संरचना 5+3+3+4 है, जो बच्चों के संज्ञानात्मक विकास के विभिन्न चरणों पर आधारित है। इसमें प्रारंभिक बाल्यावस्था शिक्षा को औपचारिक शिक्षा का हिस्सा बनाया गया है। जिससे बच्चों की समझ और सीखने की क्षमता में वृद्धि हो सके।

NEP 2020 का दृष्टिकोण:

NEP 2020 शिक्षा को रटने (Rote Learning) से हटाकर अनुभव-आधारित, रचनात्मक, और आनंदमय बनाने पर जोर देती है। यह बच्चों के समग्र विकास को प्राथमिकता देती है, जिसमें निम्नलिखित शामिल हैं:-

बच्चे-केंद्रित शिक्षा: बच्चों की स्वाभाविक जिज्ञासा और रुचि को सीखने का आधार बनाना।

21वीं सदी के कोशलः चिंतन कौशल, समस्या समाधान, सहयोग, और रचनात्मकता को बढ़ावा देना।

समावेशी शिक्षाः सभी बच्चों, विशेष रूप से विशेष आवश्यकता वाले बच्चों, के लिए समान अवसर।

खेल और गतिविधि-आधारित अधिगमः- विशेष रूप से प्रारंभिक वर्षों में खेल को सीखने का प्राथमिक साधन मानना।

NCF फाउंडेशनल स्टेज (FS) 2022

उद्देश्यः

NCF-FS 2022 (आयु 3-8 वर्ष, आंगनवाड़ी, प्री-प्राइमरी, और कक्षा 1-2) बच्चों में बुनियादी साक्षरता, संख्यात्मकता, और सामाजिक-भावनात्मक कौशलों की नींव रखने पर केंद्रित है। यह खेल आधारित और आनंदमय अधिगम को प्राथमिक शिक्षण विधि के रूप में प्रस्तावित करता है।

खेल आधारित अधिगम का स्थान-

NCF-FS 2022 में खेल को "बच्चों का स्वाभाविक शिक्षक" माना गया है। यह मांचित और असंरचित खेलों (जैसे कहानी, गीत, रोल-प्ल और आउटडोर गतिविधियों के माध्यम से सीखने को प्रोत्साहित करता है।

क्षेत्र: NCF-FS 2022 पाँच डोमेन पर केंद्रित है:-

शारीरिक विकास, सामाजिक-भावनात्मक और नैतिक विकास, संज्ञानात्मक विकास, भाषा और साक्षरता विकास, सौंदर्य और सांस्कृतिक अभिव्यक्ति I

उदाहरण: भाषाः कहानी सुनाना और चित्रों के साथ शब्द जोड़ने का खेला गणितः गिनती के गीत या ब्लॉक के साथ पैटर्न बनाना। विज्ञानः पानी और रेत के साथ प्रयोग करके अवधारणाएँ सीखना।

NCF स्कूल एजुकेशन (SE) 2023

उद्देश्यः-

NCF-SE 2023 (कक्षा 1-12, जिसमे प्रीपरेटरी, मिडिल, और सेकेंडरी स्टेज शामिल हैं) छात्रओं को गहन चिंतन, विश्लेषण, और वास्तविक जीवन की समस्या के लिए तैयार करने पर केंद्रित है। यहाँ खेल आधारित अधिगम को अधिक संरचित और विषय-केंद्रित रूप में उपयोग किया जाता है।

आनंदमय और खेल आधारित अधिगम का स्थानः-

NCF-SE 2023 प्रोजेक्ट-आधारित शिक्षण, सिम्लेशन, और सहयोगी गतिविधियों को प्रोत्साहित करता है, जो रचनात्मकता और चिंतन कौशल को बढ़ावा देते हैं।

उदाहरणः-

विज्ञानः- प्रयोगशाला में सिमुलेशन गेम्स या मॉडल निर्माणI

सामाजिक विज्ञानः- ऐतिहासिक घटनाओं का रोल-प्ले या नीति निर्माण पर डिबेटा गणितः- गणितीय पहेलियाँ या डेटा विश्लेषण पर आधारित समूह गतिविधियाँ।

अधिगम शिक्षण प्रक्रिया का अभिन्न अंग

- बच्चों की रुचि और प्रेरणाः- बच्चे स्वाभाविक रूप से खेल और आनंददायक गतिविधियों की ओर आकर्षित होते हैं। यह उनकी सीखने की प्रेरणा को बढ़ाता है।

- सामाजिक और भावनात्मक विकासः- खेल के दौरान बच्चे सहयोग, संवाद, और संघर्ष समाधान जैसे कौशल सीखते हैं। उदाहरण के लिए, एक समूह में बोर्ड गेम खेलते समय बच्चे बारी लेना और नियमों का पालन करना सीखते हैं।
- तनावमुक्त वातावरणः- यह पद्धति बच्चों को डर या असफलता के दबाव के बिना सीखने का अवसर देती है, जिससे आत्मविश्वास बढ़ता है।
- सृजनात्मकता और नवाचारः खेल आधारित गतिविधियाँ बच्चों को नए विचारों को आजमाने और समस्याओं का रचनात्मक समाधान खोजने के लिए प्रोत्साहित करती हैं।

प्रायोगिक दृष्टि से समझ आनंदमय और खेल आधारित अधिगम

1. गणित सीखने के लिए खेलः-

- गतिविधिः बच्चों को एक "दुकान-दुकान" खेल में शामिल करें, जहाँ वे नकली पैसे का उपयोग करके सामान खरीदते और बेचते हैं।
- सीखने का परिणामः बच्चे जोड़-घटाव और पैसे के लेन-देन को मजेदार तरीके से सीखते हैं। यह अनुभव आधारित अधिगम है, क्योंकि बच्चे वास्तविक जीवन की स्थिति का अनुकरण करते हैं।
- प्रक्रियाः बच्चे सामान की कीमत जोड़ते, घटाते, और हिसाब रखते हैं। शिक्षक गलतियों को सुधारने में मदद करता है।
- चिंतन कौशलः बच्चे यह सोचते हैं कि कितना पैसा देना है या कितना वापस लेना है, जिससे तार्किक और गणनात्मक चिंतन विकसित होता है।

2. विज्ञान और पर्यावरण अध्ययनः-

- गतिविधिः- बच्चों को बगीचे में ले जाएँ और उन्हें पौधों, कीड़ों, और मिट्टी का अवलोकन करने दें। फिर, एक "प्रकृति डायरी" बनाने के लिए कहें।
- सीखने का परिणामः- बच्चे पर्यावरण के प्रति जागरूकता और वैज्ञानिक अवधारणाएँ (जैसे प्रकाश संश्लेषण) सीखते हैं।
- प्रक्रियाः- बच्चे अपने अवलोकनों को चित्रों और छोटे वाक्यों में दर्ज करते हैं। शिक्षक उनके साथ चर्चा करता है कि पौधे कैसे बढ़ते है

3. भाषा और संचार

- गतिविधिः- एक "कहानी बनाओ" खेल, जिसमें बच्चे समूह में मिलकर एक कहानी बनाते हैं। प्रत्येक बच्चा कहानी में एक वाक्य जोड़ता है।
- सीखने का परिणामः- बच्चे शब्दावली, वाक्य निर्माण, और संचार कौशल में सुधार करते हैं।
- प्रक्रियाः- शिक्षक बच्चों को प्रोत्साहित करता है कि वे अपनी कल्पना का उपयोग करें और कहानी को रोचक बनाएँ।
- चिंतन कौशलः- बच्चे यह सोचते हैं कि कहानी को कैसे आगे बढ़ाना है, जिससे रचनात्मक और तार्किक चिंतन बढ़ता है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (NEP 2020) में प्रासंगिकता

NEP 2020 के अनुसार, 3 से 8 वर्ष की उम्र में बच्चों के लिए "फाउंडेशनल स्टेज" की अवधारणा दी गई है। इस स्तर पर खेल आधारित, गतिविधि आधारित और कहानी केंद्रित शिक्षण पर जोर है।बाल वाटिका (Bal Vatika) और पूर्व-प्राथमिक शिक्षा में इस पद्धति को अनिवार्य बनाने की सिफारिश की गई है।

उदाहरण (Examples):-

1. गिनती सिखाने के लिए पत्थर या खिलौनों का उपयोग।

2. भाषा सिखाने के लिए कहानी और कविता का सहारा।

3. वर्णमाला को रंग भरने या चित्रों के माध्यम से सिखाना।

4. वातावरण के बारे में जानने के लिए बगीचे की सैर।

निष्कर्ष

आनंददायक अधिगम / खेल आधारित अधिगम न केवल बच्चों को शिक्षा के प्रति रुचि विकसित करने में सहायक है, बल्कि यह उनके सर्वांगीण विकास (शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक) को भी सुनिश्चित करता है। यह आज की शिक्षा व्यवस्था में एक आवश्यक परिवर्तन की ओर संकेत करता है, जहां शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान देना नहीं, बल्कि संपूर्ण व्यक्तित्व का विकास करना है।NEP 2020 और NCF FS 2022/SE 2023 के आलोक में आनंदमय अधिगम और खेल आधारित अधिगम शिक्षा को बच्चे-केंद्रित, रचनात्मक, और समग्र बनाने का एक प्रभावी साधन है। फाउंडेशनल स्टेज में यह बच्चों की बुनियादी साक्षरता एवं संख्या ज्ञान, और सामाजिक-भावनात्मक कौशलों को मजबूत करता है, जबकि स्कूल एजुकेशन स्टेज में यह गहन चिंतन, रचनात्मकता, और वास्तविक जीवन के लिए तैयार करता है। प्रायोगिक रूप से, यह गणित, विज्ञान, भाषा, और सामाजिक कौशलों को आनंददायक और प्रभावी तरीके से सिखाने में उपयोगी है। NEP 2020 के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए शिक्षकों का प्रशिक्षण, संसाधनों का प्रबंधन, और लचीले मूल्यांकन पर ध्यान देना आवश्यक है। यह दृष्टिकोण बच्चों को शैक्षिक, सामाजिक, और भावनात्मक रूप से सशक्त बनाकर 21 वीं सदी की चुनौतियों के लिए तैयार करता है।

संदर्भ

1. राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020
2. एन. सी. एफ. (फाउंडेशनल स्टेज) 2022
3. एन. सी. एफ. (स्कूल एजुकेशन) 2023

Cite this Article:

शेखर सुमन, "राष्ट्रीय शिक्षा निति 2020 में आनंदायक अधिगम और खेल आधारित अधिगम की प्रासंगिकता" The Research Dialogue, Open Access Peer-reviewed & Refereed Journal, Pp-257–260, Volume-05, Issue-01, April-2026, https://theresearchdialogue.com/

This is an Open cess Journal / article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License CC BY-NC-ND 3.0) which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. All rights reserved.

CERTIFICATE

of Publication

This Certificate is proudly presented to

शेखर सुमन

For publication of Research Paper title

राष्ट्रीय शिक्षा निति 2020 में आनंदायक अधिगम और खेल आधारित अधिगम की प्रासंगिकता

Published in 'The Research Dialogue' Peer-Reviewed / Refereed Research Journal and E-ISSN: 2583-438X, Volume-05, Issue-01, Month April, Year-2026, Impact Factor (RPRI-4.73)

Dr. Lohans Kumar Kalyani
Editor- In-chief

Dr. Neeraj Yadav
Executive-In-Chief- Editor

Note: This E-Certificate is valid with published paper and the paper must be available online at: https://theresearchdialogue.com/

DOI : https://doi.org/10.64880/theresearchdialogue.v5i1.31