E-ISSN: 2706-8927
P-ISSN: 2706-8919
www.allstudyjournal.com
IJAAS 2021; 3(3): 104-107
Received: 16-05-2021
Accepted: 18-06-2021

मनोज कुमार श्रीवास्तव
शोध छात्र शिक्षा, लाइफ लॉंग लर्निंग विभाग, अवधेश प्रताप सिंह वि.वि., रीवा, मध्य प्रदेश, भारत

डॉ. छाया श्रीवास्तव
प्राचार्य, श्री रामाकृष्णा कालेज ऑफ एजुकेशन, सतना, मध्य प्रदेश, भारत

Corresponding Author:
मनोज कुमार श्रीवास्तव
शोध छात्र शिक्षा, लाइफ लॉंग लर्निंग विभाग, अवधेश प्रताप सिंह वि.वि., रीवा, मध्य प्रदेश, भारत

उन्नाव जिले के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का विद्यार्थियों के नैतिक मूल्यों पर प्रभाव का अध्ययन

मनोज कुमार श्रीवास्तव, डॉ. छाया श्रीवास्तव

सारांश
इस शोध पत्र के द्वारा प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का विद्यार्थियों के नैतिक मूल्यों पर प्रभाव का अध्ययन किया गया है। शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्रों के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 61.65 है तथा मानक विचलन 8.34 है। व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 62.47 है तथा मानक विचलन 7.88 है। 1438 df पर सार्थकता के लिए श्जश का मानक मान 0.01 विश्वास स्तर पर 2.58 तथा 0.05 विश्वास स्तर पर 1.96 है, जबकि अध्ययन से प्राप्त श्जश का मान 1.92 है, जो कि दोनो विश्वास स्तरों के मानों से कम है। अतः शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नहीं है। शोध क्षेत्र के 88.89 प्रतिशत प्रधानाध्यापक, 81.94 प्रतिशत शिक्षक, 75.00 प्रतिशत अभिभावक व 74.51 प्रतिशत छात्रों का अभिमत है कि प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है।

मुख्यशब्दः उन्नाव जिला, प्रारंभिक शिक्षा स्तर, योग शिक्षा, विद्यार्थी, नैतिक मूल्य

1. प्रस्तावना
व्यायाम या शारीरिक क्रियाओं में सक्रिय रहना व्यक्ति की स्वाभाविक प्रवृत्ति है क्योंकि अधिक लम्बे समय तक मनुष्य बिना कार्य करे नहीं रह सकता। शारीरिक श्रम बालक की स्वाभाविक प्रवृत्ति है। बालक मनोरंजन के लिए जो शारीरिक क्रियाएं करता है वह अपनी रूचि से करता है तभी तो वह घण्टों तक खेलने के बाद भी थकान का अनुभव नहीं करता है। रॉस का कथन है कि ''खेल एक आनन्दप्रद, स्फूर्तिदायक, सृजनात्मक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति पूर्णरूप से अपनी अभिव्यक्ति पाता है।'' [1] खेलना केवल मानव का ही गुण है ऐसी बात नहीं अपितु हम समस्त पशु पक्षियों में खेलों के दर्शन कर सकते है। शेर के शावकों, कुत्तों के पिल्लों में एक दूसरे के पीछे दौड़ने, पकड़ने, छीना–झपटी के खेल तथा इसी प्रकार पक्षियों यथा मोर का नाच, पक्षियों का चहचहाना या कलरव के दौरान इन खेलों या शारीरिक क्रियाओं के सर्वत्र दर्शन होते हैं। टी.पी. नन. के अनुसार ''खेल व्यक्ति की सृजनात्मक प्रक्रियाओं का गहन प्रदर्शन है।'' [2]
योग के द्वारा समस्त आन्तरिक एवं वाह्य व्याधियों का दूर किया जाता है। योग मानसिक विकारों को दूर करके मानव मस्तिष्क को स्वस्थ्य एवं पूर्ण बनाता है। योग के विभिन्न आयामों से मस्तिष्क को केन्द्रित कर आधुनिक शोध कार्यों में भी संबंद्धता मिलती है। योग की पूर्ण सिद्धि हो जाने पर यथा समय ज्ञान स्वयं अपनी अन्तरात्मा में प्राप्त होता है। किसी भी कार्य को करने के लिए तीक्ष्ण एवं निर्मल बुद्धि का होना आवश्यक है। बुद्धि की निर्मलता योग द्वारा ही होती है। प्राचीन काल में योग का पालन करना सभी वर्ग के लिए एक कर्तव्य माना जाता था। विशेष रूप से शिक्षक और चिकित्सक वर्ग के लिए, वायुयानादि, चालकों को ध्यान केन्द्रित करने के लिए यौगिक क्रियाओं का अभ्यास कराया जाता था। वर्तमान में भी यौगिक क्रियाओं द्वारा रोगोपचार एवं बौद्धिक विकास के लिए औषधालयों एवं शिक्षण संस्थाओं में योग को विशेष महत्व दिया जा रहा है।
यहाँ पर प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का विद्यार्थियों के नैतिक मूल्य पर प्रभाव की सफलता के लिए किये जा रहे सभी प्रयासो तथा उक्त सम्बर्ग के विद्यार्थियों में वास्तविक स्थिति का अध्ययन तथा उसमें वांछित सुधार हेतु सुझाव देने के लिए शैक्षिक शोध कार्य करने की आवश्यकता है। उसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए प्रस्तुत शोध समस्या का चयन किया है।

2. अध्ययन की आवश्यकता
शोधार्थी द्वारा प्रस्तुत शोध कार्य न केवल उन्नाव जिले वरन् सम्पूर्ण उत्तरप्रदेश के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा विद्यार्थियों के नैतिक मूल्यों पर प्रभाव का आकंलन किया जा सकेगा तथा ऐसे सुझाव शोध कार्य के उपरान्त दिये जा सकेंगे जिनका प्रयोग कर राज्य सरकार प्रारंभिक शिक्षा स्तर

पर विद्यार्थियों के नैतिक मूल्यों पर प्रभाव को शासकीय प्रयासों व प्रभावों को प्रभावी ढंग से विकसित करने में समर्थ हो सकता है।

3. उद्देश्य

प्रस्तुत शोध कार्य निम्नलिखित उद्देश्यों को ध्यान मे रखकर किया गया है:–

- योग शिक्षा का छात्र–छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव का पता लगाना।
- प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव की जानकारी प्राप्त करना।

4. शोध की परिकल्पनायें

प्रस्तुत शोध अध्ययन में शोधार्थी का पूर्वानुमान परिकल्पनाओं के रूप में निम्नवत् है:–

1. प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नही है।
2. "शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है।"

5. शोध समस्या का सीमांकन

5.1 भौगोलिक परिसीमनः प्रस्तुत शोध कार्य का क्षेत्र उन्नाव जिला है। इसके अन्तर्गत 6 तहसील – उन्नाव, बांगरमऊ, हसनगंज, सफीपुर, पुरवा और पाटन (बीघापुर) हैं।

5.2 विषयवस्तु का परिसीमनः अध्ययन की विषयवस्तु का परिसीमन, जिला अन्तर्गत स्थित प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्यों पर पड़ने वाले प्रभाव, इस अध्ययन के अन्तर्गत सम्मिलित किया गया है।

6. शोध विधियाँ

शोध कार्य को संपूर्णता प्रदान करने हेतु कई प्रकार की शोध विधियों का उपयोग किया जाता है। शोध विधियों के मुख्य प्रकार ऐतिहासिक, वर्णनात्मक एवं प्रयोगात्मक है। शोध कार्य के अनुरूप प्रत्येक शोध विधि की अपनी विशेषताएँ एवं उपयोगिता है। शैक्षिक अनुसंधान की दृष्टि से प्रस्तुत शोध कार्य मुख्य रूप से सर्वेक्षणात्मक (वर्णनात्मक) होगा। अध्ययन में निम्नलिखित विधियों एवं उपकरणों का उपयोग किया गया है –

6.1 सर्वेक्षण विधिः प्राथमिक स्त्रोतों से प्रदत्तों के संकलन एवं पूर्व संचालित प्रदत्तो के सत्यापन हेतु शोध क्षेत्र के माध्यमिक शिक्षा स्तर के विद्यालयों का सर्वेक्षण किया गया है।

6.2 अवलोकन विधिः शोध अध्ययन के लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्यों पर पड़ने वाले प्रभाव की वर्तमान स्थिति का पता लगाने हेतु न्यादर्श के रूप में चयनित प्रारंभिक स्तर के विद्यालयों का अवलोकन किया गया है।

6.3 साक्षात्कार विधिः शोध क्षेत्र उन्नाव जिले में प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्यों पर पड़ने वाले प्रभाव की वर्तमान स्थिति की ज्ञात करने के लिए इस क्षेत्र में संलग्न शिक्षक, प्रधानाध्यापक तथा अभिभावकों से उनकी अभिवृत्तियों व वस्तुस्थिति का पता लगाने हेतु साक्षात्कार किया गया है।

6.4 सांख्यिकी विधिः प्रयुक्त शोध उपकरणों से प्राप्त प्रदत्तों के सारणीयन के उपरान्त आवश्यकतानुसार माध्य, माध्यिका एवं बहुलक, दो चरों में सार्थक अन्तर के आंकलन हेतु मध्यमान विचलन, टी–परीक्षण जैसी सांख्यिकी विधियों का प्रयोग किया गया है।

7. न्यादर्श चयन

अनुसंधान तथा शोध के प्रयोग का प्रारूप न्यादर्श की प्रविधि पर आधारित होता है। एक उत्तम प्रकार के शोध कार्य में न्यादर्श तथा उसकी जनसंख्या संबंधी समस्त सूचनाओं को दिया जाता है। शोध कार्य को सार्थक करने के लिए न्यादर्श का चयन किया जाता है। न्यादर्श के रूप में चयनित उन्नाव जिले के प्रत्येक तहसील से 06–06 विद्यालय कुल 36 विद्यालय, प्रत्येक विद्यालय से 2–2 शिक्षक कुल 72 शिक्षक, विद्यालय में अध्ययनरत छात्र–छात्राओं के 2–2 अभिभावक कुल 72 अभिभावक तथा प्रत्येक विद्यालय से 20 छात्र व 20 छात्राएं कुल 1440 का चयन दैव निदर्शन पद्धति से साक्षात्कार हेतु किया गया है। इस प्रकार यह अध्ययन दोनों दृष्टियों से सैद्धान्तिक एवं अनुभवाश्रित परिपूर्ण होगा।

8. पूर्ववर्ती शोध अध्ययनों का विवरण

किसी भी शोध कार्य को सोद्देश्य तथा अधिक प्रभावी बनाने के दृष्टिकोण से यह आवश्यक हो जाता है कि शोधार्थी अपनी शोध समस्या के समरूप पूर्व में किए गये अन्य शोध कार्यों के बारे में संक्षिप्त जानकारी प्राप्त कर ले। इसी दृष्टिकोण से शोधार्थी ने प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्यों पर पड़ने वाले प्रभाव की वर्तमान स्थिति पर किये गये कुछ प्रमुख तथा सहज रूप से उपलब्ध पूर्व शोध अध्ययनों के विषय–वस्तु की जानकारी प्राप्त करने का प्रयास किया है। संक्षेप में उनका विवरण निम्न है – झा, डॉ. पीताम्बर (1989) [3], दातार, पं. हरिकृष्ण शास्त्री (1998) [4], पाण्डेय, राजकुमारी (1993) [5], स्वामी, रामदेव (2005) [6], स्वामी दिव्यानन्द सरस्वती (1999) [7], श्रीमन्त कुमार गांगुली (2001) [8]।

9. शोध क्षेत्र का परिचय

जिला उन्नाव उत्तरी–पूर्वी गोलार्द्ध में स्थित है। यह 26°7′30′′ उत्तरी अक्षांश से लेकर 27°1′30′′ उत्तरी अक्षांश के मध्य तथा 80°3′ पूर्वी देशांतर से लेकर 81°4′ पूर्वी देशान्तर के मध्य स्थित है।

जिले के उत्तर–पूर्व में जनपद लखनऊ, दक्षिण–पश्चिम में गंगा नदी तथा जनपद कानपुर एवं फतेहपुर, दक्षिण–पूर्व में जनपद रायबरेली तथा पश्चिम–उत्तर दिशा में जनपद हरदोई स्थित है।

10. परिणामों का विश्लेषण एवं व्याख्या

शोधार्थी द्वारा किया गया कोई भी शोध कार्य सही अर्थों में तभी प्रतिबिम्बित होता है, जब शोधार्थी द्वारा उस समस्या की वास्तविक स्थिति का मूल्यांकन किया जाय। इसके लिये यह आवश्यक है, कि शोधार्थी द्वारा शोध अध्ययन में उपयोग किये गये समस्त शोध उपकरणों द्वारा प्राप्त जानकारियों को व्यवस्थित क्रम में सारणीबद्ध किया जाय, निम्नानुसार है–

परिकल्पना क्रमांक – 01: "प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नही है।"

सारणी क्रमांक 1: शोध क्षेत्र में प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्यों पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन

समूह		छात्र	छात्राएँ
समूह की संख्या (N)		900	900
मध्यमान (M)		61.65	62.47
मानक विचलन (SD)		8.34	7.88
क्रान्तिक निष्पत्ति (C.R.)		1.92	
निष्कर्ष	0.05 सार्थकता स्तर पर	सार्थक अन्तर नहीं है	
	0.01 सार्थकता स्तर पर	सार्थक अन्तर नहीं है	

df = (720-1) + (720-1) = 719+719 =1438

उपरोक्त सारणी क्रमांक 1 मे न्यादर्श में चयनित शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव से सम्बधित प्रदत्त संकलित किये गये हैं। संकलित प्रदत्त प्राथमिक स्त्रोत पर आधारित है। सारणी में संकलित प्रदत्तों का सांख्यिकीय विश्लेषण से स्पष्ट है कि शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्रों के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 61. 65 है तथा मानक विचलन 8.34 है।

उपरोक्त सारणी क्रमांक 1 में न्यादर्श में चयनित शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव के सम्बन्ध में प्रदत्त संकलित किये गये हैं। संकलित प्रदत्त प्राथमिक स्त्रोत पर आधारित है। उपरोक्त सारणी में संकलित प्रदत्तों का सांख्यिकी विश्लेषण किया गया है। सांख्यिकी विश्लेषण से स्पष्ट है कि शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 62.47 है तथा मानक विचलन 7.88 है।

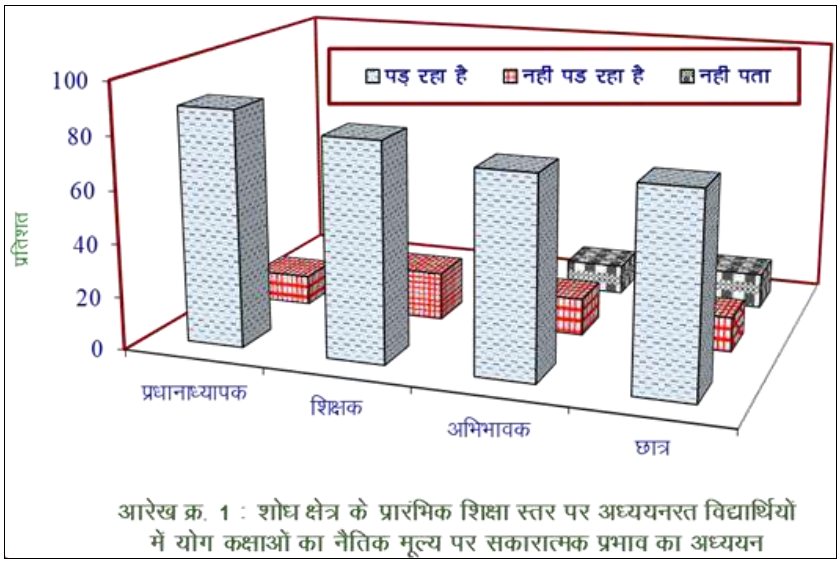
1438 कि पर सार्थकता के लिए श्जश का मानक मान 0.01 विश्वास स्तर पर 2.58 तथा 0.05 विश्वास स्तर पर 1.96 है, जबकि अध्ययन से प्राप्त श्जश का मान 1.92 है, जो कि दोनो विश्वास स्तरों के मानों से कम है। अतः शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

अतः परिकल्पना क्र. 1 सत्यापित होती है।

परिकल्पना क्रमांक – 02 "शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है।"

सारणी क्रमांक 2: शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव का अध्ययन

क्र.	न्यादर्श में चयनित	न्यादर्श में चयनित संख्या	प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव					
			पड़ रहा है		नही पड रहा है		नही पता	
			संख्या	प्रतिशत	संख्या	प्रतिशत	संख्या	प्रतिशत
1.	प्रधानाध्यापक	36	32	88.89	4	11.11	.	.
2.	शिक्षक	72	59	81.94	13	18.06	.	.
3.	अभिभावक	72	54	75.00	10	13.89	8	11ण्11
4.	छात्र	1440	1073	74.51	186	12.92	191	13ण्26
योग		1620	1218	75.19	213	13.15	199	12ण्28



आरेख क्र. 1 : शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव का अध्ययन

सारणी क्रमांक 2 में संकलित तथ्यों के विश्लेषण से स्पष्ट है कि 88.89 प्रतिशत प्रधानाध्यापक, 81.94 प्रतिशत शिक्षक, 75.00 प्रतिशत अभिभावक व 74.51 प्रतिशत छात्रों का अभिमत है कि प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है।

सारणी क्रमांक 2 में संकलित तथ्यों के विश्लेषण से स्पष्ट है कि 75.19 प्रतिशत इस बात से सहमत हैं कि प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है। 13.15 प्रतिशत यह मानतें है कि प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव नहीं पड़ रहा है, जबकि 12.28 प्रतिशत को प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव के सम्बंध में कुछ भी पता नही है।

अतः परिकल्पना क्र. 2 सत्यापित होती है।

निष्कर्ष

अनुसंधान के परिणामों से प्राप्त निष्कर्ष निम्नानुसार है–

शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्रों के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत

उपलब्धि 61.65 है तथा मानक विचलन 8.34 है। व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 62.47 है तथा मानक विचलन 7.88 है। 1438 df पर सार्थकता के लिए 't' का मानक मान 0.01 विश्वास स्तर पर 2.58 तथा 0.05 विश्वास स्तर पर 1.96 है, जबकि अध्ययन से प्राप्त 't' का मान 1.92 है, जो कि दोनो विश्वास स्तरों के मानों से कम है। अतः शोध क्षेत्र के प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के नैतिक मूल्य पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

शोध क्षेत्र के 88.89 प्रतिशत प्रधानाध्यापक, 81.94 प्रतिशत शिक्षक, 75.00 प्रतिशत अभिभावक व 74.51 प्रतिशत छात्रों का अभिमत है कि प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों में योग कक्षाओं का नैतिक मूल्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है।

संदर्भ

1. कमलेश एम.एल. एवं सांगराल एम.एस.. ''शारीरिक शिक्षा के सिद्धान्त तथा इतिहास'' (1994) प्रकाश ब्रदर्स जालन्धर–लुधियाना, पृ.सं.–73
2. कमलेश एम.एल. एवं सांगराल एम.एस.. ''शारीरिक शिक्षा के सिद्धान्त तथा इतिहास'' (1994) प्रकाश ब्रदर्स जालन्धर–लुधियाना, पृ.सं.–72
3. झा, डॉ. पीताम्बर (1989), योग परिचय, गुप्ता प्रकाशन, डी. 35, साउथ एक्सटेंशन भाग – एक, नई दिल्ली.
4. दातार, पं. हरिकृष्ण शास्त्री (1998), योग सिद्धान्त एवम् साधना, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी.
5. पाण्डेय, राजकुमारी (1993), भारतीय योग परम्परा के विविध आयाम, 4378/4 बी, अंसारी रोड दरियागंज नई दिल्ली, राधा पब्लिकेशन.
6. स्वामी, रामदेव (2005), योग साधना और योग चिकित्सा रहस्य, दिव्य योग मंदिर ट्रस्ट, कनखल, हरिद्वार.
7. स्वामी दिव्यानन्द सरस्वती (1999), वेदो में योग, यौगिक शोध संस्थान, योग धाम, आर्यनगर ज्वालापुर, हरिद्वार.
8. श्रीमन्त कुमार गांगुली (2001), योगाभ्यास की अध्यापन विधियाँ, कैवल्यधाम प्रकाशन, पुणे.