


Dr. Sanjay Kumar Singh
(Sr.Asst.Professor)
Physical Education
Harishchandra P.G.College,
Varanasi



Mahatma Gandhi Kashi Vidyapeeth, Varanasi
Physical Education Syllabus
B.A. 1st year

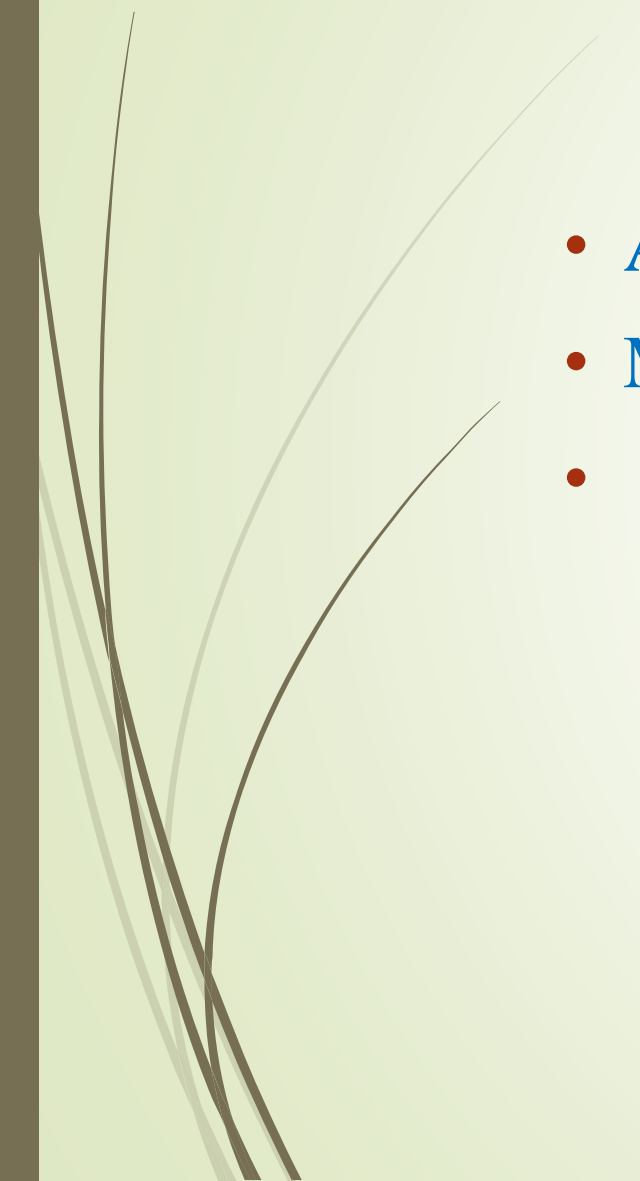
		Paper No.	Name of Paper	Marks
Part-A	Theory	1.	FOUNDATION OF PHYSICAL EDUCATION	80
		2.	SCIENTIFIC BASIS OF PHYSICAL EDUCATION	80
Part-B	Practical			40
Total				200

Out of 15 different sports a college has to choose only Five sports depending on administrative feasibility and exam will be taken out of only **05 sports**.



B.A. Ist Year

Unit-II

- Ancient History of Physical Education
 - Medieval History of Physical Education in India
 - Physical Education after independence in India (after 1947)
- 



B.A. Ist Year

Unit-II

- शारीरिक शिक्षा के प्राचीन कालीन इतिहास (Ancient History of Physical Education)
- शारीरिक शिक्षा के मध्यकालीन इतिहास (Medieval History of Physical Education in India)
- भारत में स्वतंत्रता के पाश्चात्य शारीरिक शिक्षा का इतिहास (1947 पाश्चात्य) (Physical Education after independence in India (after 1947))

शारीरिक शिक्षा के प्राचीन कालीन इतिहास (Ancient History of Physical Education):

अध्ययन की दृष्टि से इतिहास को तीन कालखंडों में बाटा गया है।

- भारतीय इतिहास का कालक्रम:-
- प्राचीन कालीन (3250 ई. पू. से 1000 ईस्वी तक)
- मध्यकालीन इतिहास (1000 ईस्वी से 1757 ईस्वी तक)
- आधुनिक कालीन इतिहास 1757 से अबतक

लेकिन अध्ययन सुविधा के अनुसार अलग अलग विषयों के विद्वानों ने इतिहास के कालक्रम अलग अलग अपने अनुसार प्रस्तुत किया है। शारीरिक शिक्षा के इतिहास जानने से पूर्व यह जान लेना आवश्यक है कि इतिहास कहते किसे है? इतिहास को भिन्न भिन्न विद्वानों ने अपने अनुसार परिभाषित किया है लेकिन एक सार्वजनिक मत है कि इतिहास बीते हुए घटनाओं का अध्ययन है, जो साक्ष्यों के द्वारा प्रमाणित और साक्ष्यों पर आधारित होता है।

शारीरिक शिक्षा का इतिहास :

अध्ययन की दृष्टि से शारीरिक शिक्षा के इतिहास को निम्न कालखंडों में विभक्त किया गया है :

- सिंधु घाटी की सभ्यता काल: 3250 ई.पू. से 2500 ई.पू.
- वैदिक काल : 2500 ई.पू. से 600 ई.पू.
- पूर्व हिन्दू काल : 600 ई.पू. से 320 ईस्वी सन
- उत्तर हिन्दूकाल : 320 ईस्वी सन से 100 ईस्वी सन
- मध्य काल : 1000 ईस्वी सन से 1757 ईस्वी सन
- आधुनिक काल(ब्रिटिश काल) : 1757 ईस्वी सन से 1947 ईस्वी सन
- स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् : सन 1947 के बाद से अब तक

सिंधु घाटी की सभ्यता काल: 3250 ई.पू.(B.C.) से 2500 ई.पू.(B.C.)

भारत का इतिहास कब से प्रारम्भ हुआ यह कह पाना मुश्किल है। हड़प्पा और मोहनजोदड़ो के खुदाई जो साक्ष्य प्राप्त हुआ है, उसके अनुसार सिंधु घाटी की सभ्यता जिसका कालक्रम 3250 ई.पू. से 2500 ई.पू. है, निर्धारित किया गया है। यही से भारत की प्राचीन इतिहास की शुरुआत माना जाता है। खुदाई से प्राप्त अवशेषों, मूर्तियों, और विभिन्न प्रकार के वस्तुओं से शारीरिक शिक्षा के गतिविधियों को जोड़ा गया है। खुदाई में मुख्य रूप से तालाब का अवशेष मिला है, जिसे सार्वजनिक स्नानागार कहा गया है, जो इस बात को प्रमाणित करता है कि इस काल में तैराकी प्रचलन में था। खुदाई में मिले चित्रों और मूर्तियों से ऐसा ज्ञात होता है कि लोग नृत्य करते थे। नृत्य से न सिर्फ मनोरंजन होता था, बल्कि शारीरिक व्याम और शरीर सुदौल भी होता था। खुदाई में पत्थर के गेंद और पासे मिले है जिससे ज्ञात होता है की इस काल में पासे का खेल होता था। गेंद भी खेला जाता था। पथरो के विभिन्न प्रकार के औजार मिले है, जो शिकार करने या युद्ध में उपयोग किया जाता था। इन औजारो के प्रयोग करने के शारीरिक अभ्यास भी किया जाता था। कुछ प्राप्त मुहरों पर मुक्केबाजी का चित्र मिला है जो इस काल में मुक्केबाजी का होने का प्रमाण प्रस्तुत करता है। इस प्रकार कहा जा सकता है की सिंधु घाटी की सभ्यता में शारीरिक शिक्षा एवं खेलकूद के प्रमुख कार्यक्रमों में तैराकी, पासा खेलना, जुआ, तीरंदाजी नृत्य तथा मुक्केबाजी प्रचलन में थे।

वैदिक काल : 2500 ई.पू.(B.C.) से 600 ई.पू.(B.C.)

- इस काल का इतिहास वेदों तथा अन्य तत्कालीन ग्रंथों से ज्ञात होता है। इन ग्रंथों में वर्णित तथ्यों से विदित होता है कि उस समय मनुष्य शारीरिक रूप से शक्तिशाली एवं स्वस्थ हुआ करते थे। इस काल में सूर्यनमस्कार धार्मिक गतिविधि के रूप में किया जाता था, जो आज कल एक शारीरिक व्यायाम के रूप में किया जाता है। इस काल में प्राणायाम का प्रचलन शुरू हुआ। ऐसा माना जाता था कि प्राणायाम से फेफड़ा मजबूत होता है तथा लोग दीर्घायु होते हैं। इस काल में सैनिक प्रशिक्षण काफी लोकप्रिय था, क्योंकि आर्य और अनार्य में अपनी श्रेष्ठता साबित करने के लिए अक्सर युद्ध हुआ करता था जिससे सैनिकों की महत्ता थी। इस काल में शारीरिक बल के साथ साथ कुश्ती, धनुषबाण, तलवारबाजी, गदा चलाना, भाला फेंकना, आदि क्रियाएँ होती थीं। घुड़सवारी, रथ दौड़ और मुक्केबाजी भी इस काल में मुख्य रूप से होता था। इस काल में गेंद का खेल काफी लोकप्रिय था। पुरुष और महिलाओं दोनों के द्वारा खेला जाता था। झूला झूलना, पासा खेलना, शिकार करना तथा नृत्य संगीत शारीरिक क्रियाओं में सम्मिलित था। इस काल में शैक्षणिक शिक्षा से ज्यादा महत्त्व शारीरिक बल को दिया जाता था।

पूर्व हिन्दू काल : 600 ई.पू. से 320 ईस्वी सन

यह काल रामायण और महाभारत का काल माना जाता है। इस काल में उत्सवों और नाटकों का महत्वपूर्ण भूमिका था। रामायण में भी शारीरिक प्रशिक्षण और मनबहलाव के अनेक सन्दर्भ हैं। इस काल में शिकार करना काफी लोकप्रिय था। जिसे एक राजसी खेल माना जाता था। पासे फेंकना और सतरंज खेलना काफी लोकप्रिय था। इस काल में ही सतरंज की शुरुआत हुई और धीरे धीरे पुरे विश्व में फैल गया। महाभारत काल में कुश्ती, पुरुषो की लड़ाई, रथ चलाना तीरंदाजी और जल क्रीड़ाये शारीरिक कसरत के रूप में मनोरजन का साधन था। इस काल में पशुओ की लड़ाई का भी काफी प्रचलन था।

उत्तर हिंदूकाल : 320 ई.(A.D.) - 100 ई.(A.D.)

यह काल शिक्षा एवं शारीरिक शिक्षा के दृष्टिकोण से महत्त्वपूर्ण काल था। इस काल में व्यवस्थित शिक्षा एवं शारीरिक शिक्षा की नींव पड़ी, जो तक्षशिला और नालंदा विश्वविद्यालय के रूप में विकसित हुआ। इन विश्वविद्यालयों में बौद्धिक ज्ञान के साथ साथ शारीरिक प्रशिक्षण का कार्यक्रम भी अनिवार्य हुआ करता था। कुश्ती, तिरंदाजी, एवं पर्वतारोहण को विशेष स्थान मिला। नालंदा विश्वविद्यालय में तैराकी, प्राणायाम एवं शारीरिक व्यायाम, प्रतिदिन करना अनिवार्य था। गुप्त राजा एवं कुषाण राजाओं ने शारीरिक गतिविधियों को अत्यधिक महत्त्व दिया। नालंदा मठ के पास लगभग 10 तैराकी तालाब थे, जिसमे छात्र घंटों तैराकी किया करते थे। इस काल में अच्छे स्वास्थ्य एवं शारीरिक फिटनेस को विशेष महत्त्व दिया जाता था।

मध्य काल : 1000(ई.) A.D. – 1757(ई.) A.D.

इस काल को शारीरिक शिक्षा के अध्ययन के दृष्टिकोण से भागोमें बाटा जा सकता है, पहला भाग सन 1000 ई. से 1525 ई. तक तथा दूसरा भाग सन 1525 ई. से सन 1757 ई. तक। सन 1000 ई. से 1525 ई. के दौरान शारीरिक शिक्षा व्यवस्था गुरुकुलों में होता था जो राजाओं के संरक्षण में गुरुओ के द्वारा संचालित होता था। इसमें गुरु जिमनेजियम के रूप में विभिन्न प्रकार के शारीरिक प्रशिक्षण दिया करते थे। इससे प्रशिक्षण प्राप्त कर शिष्य राजाओं के यहाँ सैनिक के रूप में कार्य करते थे। इन्हे विभिन्न प्रकार के शस्त्रों को चलाने की प्रशिक्षण दी जाती थी। इसी काल में एक प्रसिद्ध गुरु रामदास स्वामी हुए जिन्होंने शारीरिक शिक्षा को पुरे देश भर में प्रचारित किया। इन्होंने हनुमान जी मंदिर बनाकर उसके साथ जिमनेजियम बनवाये और लोगो को शारीरिक कशरत तथा कुश्ती करने का प्रचलन चलाया। ये स्वयं प्रतिदिन 1200 सूर्यनमस्कार किया करते थे। इन्हे भारतीय जिमनेजियम आंदोलन का पितामह कहा जाता है। इनके जिमनेजियमो में भारतीये शारीरिक प्रशिक्षण, सूर्यनमस्कार, दण्ड, गदा, मलखम्भ, कुश्ती, तलवारबाजी का प्रशिक्षण व्यापक रूप से हुआ। आज का आधुनिक मलखम्ब जो रस्सियों के सहारे होते है यह उसी प्राचीन मलखम्ब का बदला रूप है। इस काल में राजपूतो द्वारा घुड़सवारी, भाला फेकना, कुश्ती लड़ना, तीरंदाजी अति लोकप्रिय हुआ। शतरंज राजा महाराजाओ के साथ आम लोगो में अतिलोकप्रिय था।



Cont.....

इस काल के दूसरे भाग सन 1525 ई. से सन 1757 ई. में मुख्यतः मुगलो का अधिपत्य था। इस समय सैनिक प्रशिक्षण पर अधिक जोर दिया जाता था। तलवारबाजी, गैदाबाजी, घुड़सवारी, कुश्ती आदि गतिविधियों पर विशिष्ट जोर था। कुश्ती के साथ साथ मुक्केबाज़ी की एक मत्वपूर्ण गतिविधि की शुरुआत हुई तथा इस काल में इसका प्रतियोगिता प्रचलित हुआ। शारीरिक शक्ति एवं माशपेशियों के विकास के लिए दंड और बैठक किया जाता था। आउटडोर क्रिया कलाप के अतिरिक्त शतरंज, पासा, पेंजर, पचीसी, आदि इनडोर खेल भी हुआ करता था। मनोरंजन के लिए जानवरो की लड़ाई और कबूतर उड़ाने के खेल प्रचलित थे।

आधुनिक काल(ब्रिटिश काल) : 1757 ई.(A.D.) - 1947 ई. (A.D.)

इस काल में भारतीय संस्कृति एवं सभ्यता पर पश्चिमी सभ्यता एवं संस्कृति का प्रभाव पड़ा। परिणाम स्वरूप युवाओं में स्वदेशी खेलों एवं शारीरिक क्रियाओं के प्रति उदासीनता आ गया और वे आखाड़ों तथा व्यायाम शालाओं से दूर होने लगे। इनकी रुचि अंग्रेजों द्वारा लाये गए खेलों में बढ़ने लगा। प्रारम्भ से विद्यालयों में शारीरिक शिक्षा के अंतर्गत ड्रिल, मासपीटी, आदि का प्रशिक्षण पूर्व सैनिक दिया करते थे, धीरे धीरे समाप्त होने लगे तथा बच्चों में आउटडोर खेल जैसे फुटबॉल, हॉकी, क्रिकेट, आदि प्रचलित हो गए। संगठित वैज्ञानिक शारीरिक शिक्षा की शुरुआत भारत में सन 1920 ई.में एच. सी. बक (H.C.Buck) द्वारा मद्रास (चेन्नई) में वाई.एम्. सी.ए. कॉलेज ऑफ़ फिजिकल एजुकेशन (YMCA College of Physical Education) की स्थापना से हुई। शारीरिक शिक्षा के अंतर्गत स्वदेशी क्रियाओं लाठी-ठाठी, दण्ड युद्ध, लेज़ियम, डम्बल, तान-पड़ा, स्वदेशी ड्रिल, इत्यादि के लिए एच.वी.पी.मंडल (H.V.P. Mandal) ने सर्टिफिकेट कोर्स शुरू किये। हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल अमरावती की स्थापना हुआ जो विभिन्न देशी खेलों को देश और विदेश में प्रचार प्रसार किए।

शारीरिक शिक्षा स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् : सन 1947 के बाद से अब तक

भारत में स्वतंत्रता यानि 15 अगस्त 1947 के बाद शारीरिक शिक्षा के क्षेत्र में तेजी से प्रगति हुई। शारीरिक शिक्षा खेल मनोरंजन के विकास के लिए भारत सरकार द्वारा कई योजनाए शुरू की गई। यदपि की शिक्षा एवं शारीरिक शिक्षा राज्य की विषय बनाया गया लेकिन इसकी देख रेख का उत्तरदायित्व केन्द्र सरकार पर ही रहा। शारीरिक शिक्षा एवं मनोरंजन के विकास के लिए सरकार द्वारा कई योजनाए प्रारम्भ की गयी जिसमे महत्वपूर्ण योजनाए इस प्रकार है :

- 1. सन 1948 ई. में शारीरिक शिक्षा के लिए ताराचंद समिति का गठन- इस समिति ने देश में शारीरिक शिक्षा एवं मनोरंजन के विकास के लिए कई सिफारिशों की जिसमे केंद्रीय शारीरिक शिक्षा एवं विहार की स्थापना का प्रस्ताव भी शामिल था। इस समिति के मुख्य सुझाव इस प्रकार थे -(i) शारीरिक शिक्षा के प्रशिक्षण के लिए एक केंद्रीय संस्था की स्थापना, (ii) शारीरिक शिक्षा के लिए प्रशिक्षण केन्द्रों की स्थापना करना, (iii) एक वर्ष के स्नातकोत्तर अभ्यासक्रम (कोर्स) की स्थापना करना।
- 2. सन 1950 ई. में केंद्रीय सलाहकार बोर्ड का गठन - इस समिति का गठन केन्द्र सरकार को शारीरिक शिक्षा से सम्बन्धी सभी मामलो पर सलाह देना था। बोर्ड का उद्देश्य इस प्रकार था - (i) केन्द्रीय सरकार को शारीरिक शिक्षा के कार्यक्रमों पर सुझाव देना। (ii) खेलों के कार्यक्रमों पर सुझाव देना। (iii) मनोरंजन के कार्यक्रम पर भारत सरकार को सुझाव देना। (iv) युवा वर्ग के अलग अलग कार्यक्रमों पर भारत सरकार को सुझाव देना। इस बोर्ड ने शारीरिक शिक्षा के लिए डिप्लोमा कोर्स चलाने, लड़को लड़कियों के लिए अलग अलग प्रशिक्षण चलाने, सर्टिफिकेट एवं डिप्लोमा पाठ्यक्रम की मान्यता देने तथा शारीरिक शिक्षा के कार्यक्रमों को राज्य स्तर पर अच्छे से चलाने की सलाह दी।
- 3. 1951 में प्रथम एशियाई खेलों का आयोजन - सन 1951ई. में भारत ने राजधानी दिल्ली में प्रथम एशियाई खेल का आयोजन किया जो शारीरिक शिक्षा एवं खेल कूद के क्षेत्र में भारत का ऐतिहासिक कदम था। इससे भारतीय युवाओं एवं छात्र छात्रों ने अंतर्राष्ट्रीय स्तर के प्रतियोगिताओं में प्रतिभाग करना प्रारम्भ किया।

Cont.....

- ▶ 4. 1953 में राजकुमारी अमृत कौर कोचिंग स्किम की शुरुआत - 1953 में भारत सरकार द्वारा राजकुमारी अमृत कौर के नाम कोचिंग स्किम की शुरुआत किया गया जिसका उद्देश्य विभिन्न खेलों के खिलाड़ियों को खेलों का प्रशिक्षण उपलब्ध उपलब्ध करना था। इससे पूर्व खिलाड़ियों को कुछ समये के लिए किसी विदेशी कोच या प्रशिक्षक से प्रशिक्षण तथा विश्वविद्यालय या कॉलेजों में शिविर लगाकर प्रशिक्षण दिया जाता था।
- ▶ 5. सन 1954 ई. में अखिल भारतीय खेल परिषद् का गठन - सन 1954 ई. में अखिल भारतीय खेल परिषद् का गठन हुआ। इस परिषद् ने सरकार व राष्ट्रीय खेल संघों के बीच सम्पर्क सूत्र का कार्य किया और इन संघों को वित्तीय मदद की पेशकश की। इस परिषद् का उद्देश्य विभिन्न राष्ट्रीय खेल संघों एवं भारत सरकार में सामंजस्य स्थापित करना, भारत तथा अंतरराष्ट्रीय स्तर पर खेलों के स्तर का विकास करना, खेलों के स्तर के विकास के लिए भारत में प्रशिक्षण केंद्र शुरू करना, खेलों के तकनीकों का वैज्ञानिक तरीके से अनुसंधान करना। इस समिति ने ग्रामीण क्षेत्रों के विकास के लिए अखिल भारतीय खेल सलाहकार समिति ने बहुत प्रयास किये। अखिल भारतीय खेल सलाहकार समिति द्वारा समय समय पर खेलों के लिए कोचिंग शिविरों का आयोजन किया गया।
- ▶ 6. सन 1956 ई. में विश्वविद्यालय अनुदान आयोग का गठन - सन 1956 ई. में विश्वविद्यालय अनुदान, नई दिल्ली की स्थापना हुई। इसने भी विश्वविद्यालयों एवं महाविद्यालयों में खेलकूद एवं शारीरिक शिक्षा के विभिन्न मानदंडों को लागू करने का पूर्णतः प्रयास किया।

Cont.....

- 7. सन 1957 ई. में लक्ष्मी कॉलेज ऑफ़ फ़िजिकल एजुकेशन की स्थापना (LNCPE Gwalior) - शिक्षा मंत्रालय भारत सरकार ने तीन वर्षीय डिग्री कोर्स कराने वाला शारीरिक शिक्षा कॉलेज का ग्वालियर में खोला गया। बाद में इसे कॉलेज में दो वर्षीय शारीरिक शिक्षा का स्नातकोत्तर कोर्स भी शुरू किया गया।
- 8. सन 1958 में खेल एवं युवा कल्याण विभाग की स्थापना- सन 1958 ई. में शारीरिक शिक्षा को प्रोत्साहन देने के लिए शिक्षा मंत्रालय द्वारा खेल एवं युवा कल्याण मंत्रालय द्वारा खेल एवं युवा कल्याण विभाग की स्थापना की गयी। इसी वर्ष शिक्षा मंत्रालय ने शारीरिक शिक्षा के सिद्धांतों पर, शारीरिक शिक्षा के निरीक्षकों, विशेषज्ञों और स्वदेशी शारीरिक क्रिया कलाओं के विशेषज्ञों की संगोष्ठियों को प्रायोजित किया।
- 9. सन 1959 ई. में तदर्थ समिति का गठन- शिक्षा मंत्रालय ने 1959 में विभिन्न राज्यों की शैक्षणिक संस्थाओं में शारीरिक शिक्षा के स्तर का मूल्यांकन करने, खेलों के लिए खेल मैदान व अन्य सुविधाओं का पता लगाने के लिए एक तदर्थ समिति गठित की। जिसने सुझाव दिया की शारीरिक शिक्षा एवं खेलों हेतु अल्प एवं दीर्घकालीन प्रशिक्षण योजनाएँ बनाई जायें, भारत में केंद्रीय खेल संस्था का निर्माण किया जाये, भारत में विशिष्ट प्रशिक्षक तैयार किये जायें, सम्पूर्ण भारत में राष्ट्रीय क्रीड़ा संस्थान से प्रशिक्षित प्रशिक्षकों को खेलों के प्रशिक्षण के लिए नियुक्त किया जाये।

Cont.....

- ▶ 10. सन 1959 में शारीरिक फिटनेस अभियान - लोगो में शारीरिक फिटनेस के प्रति जागरूकता हेतु राष्ट्रीय स्तर पर अभियान चलाया गया. पुरुषों, महिलाओं, लड़कों, लड़कियों के लिए शिक्षा मंत्रालय द्वारा विशेष अभियान चलाया गया।
- ▶ 11. सन 1959 ई. में हृदय नाथ कुंजरू समिति का गठन - भारत सरकार ने डॉ. हृदय नाथ कुंजरू के अध्यक्षता में सन 1959 में एक कमिटी की गठन की जो अपनी सिफारिश 1963 में सरकार को सौपी। इस कमिटी ने सरकार को शारीरिक शिक्षा, मनोरंजन तथा अनुशासन आदि विषयो पर लम्बा रिपोर्ट रिपोर्ट प्रस्तुत किया जिसमे स्कूल से कॉलेज तथा विश्विद्यालय तक शारीरिक शिक्षा, खेल कूद, स्काउटिंग, नृत्य संगीत, पर्वतारोहण, एन.सी. सी., राष्ट्रीय अनुशासन योजना आदि को लागु करने का अनुशंसा किया।
- ▶ 12. सन 1961 ई. में नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ स्पोर्ट्स की स्थापना - सन 1961 ई. में विभिन्न खेलो के लिए विशेषज्ञ प्रशिक्षक तैयार करने के उद्देश्य से पटियाला के मोती बाग में नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ स्पोर्ट्स की स्थापना की गई। इसका उद्देश्य देश में खेलो के प्रशिक्षण हेतु प्रशिक्षित एवं योग्य प्रशिक्षक उपलब्ध करना तथा खिलाड़ियों को प्रशिक्षित कर उनका स्तर उठाना। बाद 1974 ई.में नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ स्पोर्ट्स साऊथ केंद्र बंगलौर में भी खोला गया।

Cont.....

- ▶ 13. सन 1965 ई. में नेशनल फिटनेस कोर की स्थापना - यह शारीरिक शिक्षा, राष्ट्रीय अनुशासन योजना और राष्ट्रीय कैडेड कोर के निदेशालयों का विलय था। नेशनल फिटनेस कोर ने शिक्षकों के लिए विभिन्न गतिविधियों सम्बन्धी एक पुस्तिका तैयार की।
- ▶ 14. सन 1970 -71ई. में स्पोर्ट्स टैलेंट सर्च स्कालरशिप स्कीम एवं खेल प्रतियोगिता योजना - 1970 -71ई. में केंद्र सरकार ने ग्रामीण खेल टूर्नामेंट की शुरुआत की जिसका उद्देश्य ग्रामीण युवाओं को खेल में सम्मिलित करना तथा सहजता से प्रतिभा का पहचान करना था। इस योजना का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्रों के उभरते युवा लड़के लड़कियों की प्रतिभा को खेलों में और अधिक विकसित करना था।
- ▶ 15. सन 1975 ई. में राष्ट्रीय खेल चैंपियनशिप एवं विश्वविद्यालय महाविद्यालय छात्रवृत्ति योजना - सन 1975 ई. में खेलों में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने के लिए तथा महिलाओं के लिए राष्ट्रीय खेल चैंपियनशिप आयोजित की गई। एक अन्य योजना विश्वविद्यालय अनुदान आयोग के माध्यम से शुरू की गई जिसका उद्देश्य कॉलेजों एवं विश्वविद्यालयों में खेलों के स्तर को सुधारना था।

Cont.....

- ▶ 16. सन 1982 ई. में पुनः एशियाई खेलों का आयोजन - सन 1982 ई. में भारत में द्वितीय एशियाई खेलों का आयोजन हुआ। यह देश में शारीरिक शिक्षा और खेलों को बढ़ावा देने की ओर एक बड़ा कदम था। इस खेल के आयोजन के लिए बड़े स्तर पर खेलों के संसाधन का ढांचागत निर्माण किया गया और खेलों के लिए उच्च क्वालिटी का सामान बनाने के लिए खेल उद्योग को प्रोत्साहित किया गया।
- ▶ 17. सन 1984 ई. में भारतीय खेल प्राधिकरण की स्थापना - शारीरिक शिक्षा और खेलों के विकास के लिए सन 1984 ई. में भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) की स्थापना की गई। सोसाइटी फॉर नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ़ फिजिकल एजुकेशन एंड स्पोर्ट्स को भी साई में शामिल कर लिया गया। साई के दो विंग बनें एक शैक्षणिक विंग तथा दूसरा खेल विंग। शैक्षणिक विंग का उद्देश्य शारीरिक शिक्षा और खेल संस्थाओं के माध्यम से शारीरिक शिक्षा और खेलों के लिए उच्च स्तर के शिक्षक तैयार करना था, जबकि खेल विंग का कार्य देश में खेलों को प्रोत्साहित करना था। साई के खेल विंग के आलावा ऐसी कई अन्य योजनाएँ थीं, जो समाज के लगभग सभी वर्गों में खेलों को प्रोत्साहित करने के लिए शुरू की गई थीं।

Cont.....

- 18. सन 1995 ई. में लक्ष्मीबाई नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ़ फिजिकल एजुकेशन की (LNIPE) स्थापना - सन 1995 ई. में शारीरिक शिक्षा की अग्रणी संस्था जो केंद्र सरकार द्वारा LNCPE के नाम से चलाई जा रही थी को डीम्ड यूनिवर्सिटी का दर्जा दे दिया गया और इसका नाम 'लक्ष्मीबाई नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ़ फिजिकल एजुकेशन' हो गया। भारत में शारीरिक शिक्षा का एक मात्र स्वतंत्र विश्वविद्यालय के रूप में स्थापित हुआ। इस संस्था द्वारा स्कूल, कॉलेज तथा विश्वविद्यालयों के लिए शारीरिक शिक्षक तैयार किये जाते हैं।

इस प्रकार स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् भारत में शारीरिक शिक्षा एवं खेलों के विकास के समय समय पर अनेकों कदम उठाये गए। विभिन्न समितियों और योजनाओं के माध्यम से विभिन्न प्रकार के कार्यक्रम चले गए जिसका शारीरिक शिक्षा एवं खेलों पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा।
