8

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) 2022 में बच्चों के पंचकोशीय विकास संकल्पना

ज्ञानेंद्र कुमार*

किसी भी समाज की समृद्धि के आकलन के अनेक मानदंड हो सकते हैं, जैसे— स्वास्थ्य की व्यवस्था, शिक्षा, उस समाज विशेष की आर्थिक प्रगति, वैश्विक स्तर पर उसकी पहचान, जी.डी.पी., आंतरिक और बाह्य सुरक्षा हेतु किए जा रहे प्रयास इत्यादि। ये सभी मानदंड उस समाज विशेष का तब तक सही आकलन नहीं हो सकते जब तक उस समाज या राष्ट्र में, रहने वाले प्रत्येक व्यक्ति के सर्वांगीण विकास हेतु उचित और आवश्यक अवसर उपलब्ध नहीं हों। जब तक इस बात का पता नही हो कि वह समाज, व्यक्ति के सर्वांगीण विकास के विषय में क्या सोचता है? साथ ही वह समाज व्यक्ति के समग्र विकास हेतु किस प्रकार की योजनाओं का निर्माण और क्रियान्वयन कर रहा है? तब तक किसी समाज की समृद्धि का सही आकलन संभव नही है। व्यक्ति के समग्र विकास में ही राष्ट्र की प्रगति निहित है इसलिए राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के क्रियान्वयन हेतु निर्मित राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा एन.सी.एफ.-एफ.एस. 2022 में बच्चों के समग्र विकास पर व्यापक चर्चा की गई है। इस समग्रता की चर्चा का आधार तैत्तिरीय उपनिषद के पंच कोशीय सिद्धांत हैं। इस संदर्भ में, इन प्रश्नों का उद्भूत होना स्वाभाविक है कि यह पंचकोश की अवधारणा क्या है? क्या इन पंचकोशों के विकास से, बच्चों का समग्र विकास संभव है? इससे भी ज़्यादा महत्वपूर्ण यह है कि अध्यापक कक्षा में किस प्रकार की योजनाओं का निर्माण और उनका क्रियान्वयन करें जिससे विद्यार्थी का समग्र विकास सुनिश्चित किया जा सके। प्रस्तुत आलेख में इन सभी प्रश्नों पर विशद चर्चा की जाएगी।

व्यक्तित्व, मानव के सभी गुणों (आंतरिक और बाह्य) का योग है। जब किसी व्यक्ति विशेष के इन गुणों का समुचित विकास होता है तो उसे संतुलित व्यक्तित्व से युक्त कहा जाता है जिसे गीता में श्रीकृष्ण ने 'स्थिरप्रज्ञ' कहा है। 'स्थिरप्रज्ञ' व्यक्ति का व्यवहार कैसा होता है इसके विषय में गीता में श्रीकृष्ण का कथन है— जिसका आशय है कि जो व्यक्ति सभी प्रकार कामनाओं का त्याग कर, स्वंय में प्रसन्न रहता है उसे 'स्थिरप्रज्ञ' कहा जाना चाहिए। इसके विपरीत, यदि व्यक्ति इन गुणों के विकास के लिए उचित अवसर नहीं मिलते हैं तो वह व्यक्ति को 'असंतुलित व्यक्तित्व' वाला कहा जाता है। असंतुलित व्यक्ति, न केवल

**असिस्टेंट प्रोफेसर*, शिक्षा विभाग (सी.आई.ई.), दिल्ली विश्वविद्यालय 110 007

स्वयं के लिए 'आत्मघाती' होता है, बल्कि समाज के लिए भी हानिकारक होता है। इसलिए असंतुलित मानव से संतुलित या सभ्य समाज की कल्पना नहीं की जा सकती है। अत: एक संतुलित समाज या राष्ट्र के निर्माण हेतु इसकी सबसे महत्वपूर्ण इकाई (व्यक्ति) का संतुलित विकास होना या किया जाना अत्यावश्यक है।

भारत की राष्ट्रीय शिक्षा नीति (2020) ने इस राष्ट्रीय महत्व के विषय पर काफ़ी बल दिया है। इस संदर्भ में नवीन शिक्षा नीति का मंतव्य है कि शिक्षा प्रणाली का उद्देश्य अच्छे इंसानों को बनाना है— जो तर्कसंगत विचार और कार्य करने में सक्षम हो, जिसमें करुणा और सहानुभूति हो, साहस और लचीलापन हो, वैज्ञानिक चिंतन और रचनात्मक कल्पनाशक्ति, नैतिक मूल्य और आधार हो। इसका उद्देश्य ऐसे उत्पादक लोगों को तैयार करना है जो कि अपने संविधान द्वारा परिकल्पित समावेशी और बहुलतावादी समाज के निर्माण में बेहतर तरीके से योगदान करें। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में, संतुलित मानव की संकल्पना में आंतरिक और बाह्य गुणों यानी समुचित विकास को स्थान दिया गया है। परिणामस्वरूप इस शिक्षा नीति के वास्तविक धरातल में क्रियान्वयन के लिए निर्मित राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) के बच्चों के लिए 2022 में बच्चों के समग्र विकास हेतु योजना की रूपरेखा का विशद उल्लेख किया गया है। इस समग्रता के विकास में, प्राचीन भारतीय ज्ञान-विज्ञान को एक महत्वपूर्ण सिद्धांत (पंचकोशीय सिद्धांत) का आधार स्वीकार किया गया है।

उपनिषदीय पंचकोश की संकल्पना

उपनिषद यद्यपि आध्यात्मिक ज्ञान को मुख्य रूप से प्रतिपादित करते हैं, तथापि इनमें लौकिक ज्ञान का भी बड़ी व्यापकता से वर्णन प्राप्त होता है। इन उपनिषदों का सौंदर्य यही है कि ये गूढ़ से गूढ़ विषय को भी लौकिक उदाहरणों द्वारा बड़ी ही सरलता और सहजता से बोधगम्य बना देते हैं। अगर यहाँ बात करें उपनिषदों की संख्या की तो इनकी संख्या 108 है, किंतु वेदों पर आधारित मुख्य रूप से 11 उपनिषद् हैं जिनके नाम का उल्लेख मुक्तिकोपनिषद में किया गया है। इसी क्रम में यदि बच्चों के 'पंचकोशीय विकास' को देखें तो पाएंगे कि 'पंचकोश सिद्धांत' का वर्णन *तैत्तिरीय उपनिषद* में प्राप्त होता है। *यजुर्वेद* में वर्णित '*तैत्तिरीय उपनिषद*', प्राचीन भारतीय आध्यात्मिक विरासत की एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है। *तैत्तिरीय* उपनिषद की संपूर्ण विषयवस्तु का वर्णन *तैत्तिरीय* आरण्यक के अध्याय सं. 7, 8 एवं 9 में प्राप्त होता है। इस पंचकोशीय सिद्धांत की संकल्पना का वर्णन *तैत्तिरीय* उपनिषद के शिक्षा, ब्रह्मानंद और भृगु वल्लियों में किया गया है। जहाँ एक पिता (वरुण) गुरु के रूप में अपने पुत्र (शिष्य) भृगु के मध्य एक रोचक संवाद का वर्णन किया गया है। पंचकोशीय विकास सिद्धांत के वर्णन में उपनिषदीय संवाद शैली का उल्लेख किया गया है जो कि संपूर्ण विश्व में भारतीय ज्ञान विज्ञान परंपरा की लोकप्रिय शैली है। उपनिषदीय संवाद शैली उत्कृष्ट उदाहरण *कठोपनिषद* के यम-नचिकेता संवाद में दिखलाई देता है। इस संवाद में नचिकेता (जो एक बच्चा है) मृत्यु को जानने के लिए अपने गुरु (यम) से आग्रह करता है, तब उसके गुरु (यम) नचिकेता के

संकल्प की परीक्षा के लिए उसे सांसारिक वस्तुओं का प्रलोभन देते हुए कहते हैं—

'ये ये कामा दुर्लभा मर्त्यलोके सर्वान्कामांश्छन्दत: प्रार्थयस्व।'

यम (गुरु) कहते हैं जो भी तेरी कामनाएँ हैं वो सारी कामनाएँ माँग सकते हो, परंतु मृत्यु के विषय में मत पूछो, किंतु नचिकेता उस प्रलोभन को अस्वीकार करते हुए कहता है कि—

'न वित्तेन तर्पणीयो मनुष्य: लप्स्यामहे वित्तमद्राक्ष्म चेत्त्वा'

धन या किसी सांसारिक वस्तु से, व्यक्ति कभी संतुष्ट नहीं हो सकता है, इसलिए मुझे उस मृत्यु के विषय में जानना है।

ऐसे अनेक संवाद यथा गार्गी-मैत्रेयी संवाद, सत्यकाम-जबाला संवाद, भृगु-वरुण संवाद इत्यादि हैं जिनके माध्यम से गहन आध्यात्मिक ज्ञान का रोचकता से प्रकटन उपनिषदों में किया गया है। वस्तुत: यह संवाद शैली संपूर्ण वैदिक संस्कृत साहित्य और प्रारंभिक लौकिक संस्कृत साहित्य में परिलक्षित होती है, क्योंकि प्राचीन ऋषियों का दृढ विश्वास था कि गूढ़ से गूढ़ विषय को भी संवाद शैली द्वारा बड़ी सरलता से जनसामान्य तक पहुँचाया जा सकता है। संवाद शैली से प्रतिपादित पंचकोशीय विकास सिद्धांत को राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) के बच्चों के लिए 2022 में भी अंगीकार किया गया है।

पंचकोशीय विकास के अंतर्गत अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय एवं आनंदमय कोश निहित हैं।

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) के बच्चों के लिए, 2022 में पंचकोशीय विकास की अवधारणा

तैत्तिरीय *उपनिषद* में वर्णित पंचकोश सिद्धांत बच्चों के समग्र विकास की क्रमिक संरचना है। जिसको नवीन पाठ्यचर्या ने भी यथा रूप स्वीकार किया है। इस पंचकोश सिद्धांत में सर्वप्रथम अन्नमय कोश है। इसका आशय बच्चों के शारीरिक विकास से है। तत्पश्चात प्राणमय कोश के विकास से तात्पर्य बच्चों के प्राणिक शक्ति के विकास से है। मनोमय कोश के विकास में बच्चों का मानसिक विकास निहित है, विज्ञानमय कोश से आशय तर्क शक्ति/चैत्तिक विकास और आनंदमय कोश से तात्पर्य बच्चों के सत्यासत्य विवेक से है। यहाँ यह भी ध्यातव्य है कि प्रत्येक कोश अपने आप में संपूर्ण है, किंतु अन्य कोशों से जुड़ा हुआ है। इन कोशों को बच्चों के विकास के पक्षों यथा शारीरिक, मानसिक, सांवेगिक इत्यादि पक्षों से जोड़ा जा सकता है। प्रत्येक कोश के साथ दूसरा कोश जुड़ा हुआ है। एक कोश के अल्प विकास होने से दूसरे कोश का विकास भी बाधित होता है; यथा शारीरिक विकास (अन्नमय कोश) के कम विकसित होने से मानसिक विकास (प्राणमय कोश) भी बाधित होता है। इसको इस प्रकार समझ सकते हैं कि किन्ही कारणों से यदि किसी बच्चों का शारीरिक विकास या किसी एक अंग का विकास बाधित होता है तो उसका प्रभाव बच्चों के मानसिक विकास पर भी आंशिक रूप से पड़ता है, यथा आत्मविकास की कमी, हीन भावना इत्यादि। राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) के

बच्चों के लिए 2022 में इन कोशों शारीरिक, प्राणिक, सांवेगिक या मानसिक विकास, बौद्धिक एवं चैत्तिक विकास से जोड़ा गया है। पाठ्यचर्या में, शिक्षक द्वारा इन सभी कोशों के विकास की अनुशंसा पर काफ़ी बल दिया है। इस पाठ्यचर्या में प्रारंभिक स्तर पर बच्चों के स्मृति विकास पर काफ़ी बल दिया गया है। यह स्मृति बच्चों के कार्य करने की बुद्धि एवं दीर्घकालिक बुद्धि से जुड़ी है। इस पाठ्यचर्या का मनाना है कि बच्चों से जुड़े इन कोशों का विकास बाल्यावस्था में ही हो जाना चाहिए, जिससे बच्चों का सर्वांगीण विकास संभव हो सके। इससे यह अपेक्षित है कि शिक्षक अध्यापन के दौरान, इस प्रकार की योजना का नियोजन एवं आयोजन करें जिससे बच्चों का पंचकोशीय विकास (समग्र विकास) संभव हो सके।

पंचकोशीय विकास हेतु गतिविधियाँ

समाज विद्यालय से यह अपेक्षा करता है कि वह उस समाज विशेष की भावी पीढ़ी के समग्र विकास में अपना योगदान दें। यहाँ यह भी ध्यातव्य है कि उपनिषदों में समग्र विकास से आशय पाँच ज्ञानेंद्रियों एवं पांच कर्मेंद्रियों के समुचित विकास से है। बच्चों के समग्र विकास के लिए यह आवश्यक है कि बच्चों के पंचकोशीय विकास हेतु योजना का निर्माण करते समय, शिक्षक को बच्चों से जुड़े प्रत्येक कोश की विशेषताओं को जनाना होगा जिससे उस कोश विशेष की प्रकृति के अनुरूप शैक्षणिक गतिविधियों का आयोजन करा जा सके यथा बच्चों के शारीरिक विकास (अन्नमय कोश) के हेतु कक्षा में ही सूक्ष्म व्यायाम कराया जा सकता है। सूक्ष्म व्यायाम से आशय बच्चों को ज़्यादा परिश्रम वाला व्यायाम न कराके अल्प शारीरिक अंग संचालन से है। सूक्ष्म व्यायाम कराने से जहाँ एक ओर बच्चों का अन्नमय कोश का विकास होता है, वहीं दूसरी ओर वह कक्षा शिक्षण में ज़्यादा सक्रिय हो जाता है। इसी प्रकार शिक्षक प्राणिक/प्राण शक्ति (प्राणमय कोश) के विकास हेतु अपने निरीक्षण में प्राणायाम (कपालभाति, भस्त्रिका, भ्रामरी, अनुलोम-विलोम इत्यादि) करा सकता है। यहाँ यह भी ध्यातव्य है कि प्राणायाम कराते समय, बच्चों के स्वास्थ्य के संबंध में समुचित जानकारी शिक्षक के पास होनी चाहिए जिससे उचित तरीके से व्यायाम और प्राणायाम कराया जा सके। पंचकोशीय विकास हेतु शिक्षक द्वारा किस प्रकार संभावित गतिविधियों का आयोजन किया जा सकता है? तथा उन गतिविधियों से बच्चों के विकास का कौनसा पक्ष विकसित होगा? अधोलिखित चार्ट द्वारा सरलता से समझा जा सकता है—

पंचकोशीय विकास हेतु गतिविधियों का आयोजन

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर के बच्चों के लिए) 2022, जिस पंचकोशीय विकास की संकल्पना की बात करता है। बच्चों के उस विकास का प्रथम दायित्व माता-पिता और शिक्षक पर होता है, क्योंकि वे ही बच्चों से साक्षात रूप से जुड़े होते हैं। अत: इन्हें ही बच्चों के पंचकोशीय विकास का दायित्व प्रमुखता से उठाना है। इसके लिए माता-पिता और शिक्षकों को प्राचीन उपनिषदीय पंचकोश की अवधारणा से परिचित होना आवश्यक है जिससे वह बच्चे विकास हेतु एक प्रभावी और उपयोगी

क्र.सं	कोश	विकास के पक्ष	शैक्षणिक गतिविधि	अध्यापक की भूमिका
1.	अन्नमय कोश	शारीरिक	सूक्ष्म व्यायाम (हस्त संचालन, पाद संचालन इत्यादि)	निर्देशक
2.	प्राणमय कोश	प्राणिक/प्राणशक्ति	प्राणायाम (कपालभाति, भस्त्रिका, अनुलोम-विलोम इत्यादि)	निर्देशक/निरीक्षक
3.	मनोमय कोश	मानसिक विकास	ध्यान एवं योगाभ्यास	सहायक एवं निरीक्षक
4.	विज्ञानमय कोश	बौद्धिक विकास	ध्यान एवं तार्किक कार्य	सहायक एवं निरीक्षक
5.	आनंदमय कोश	चैत्तिक विकास	ध्यान एवं समाधि	निरीक्षक

कार्ययोजना का निर्माण कर सकें। उस कार्य में उपर्युक्त विवरण, इस कार्य में सहायता कर सकता है। पंचकोशीय विकास हेतु कार्ययोजना बनाते समय, शिक्षक के सम्मुख दो प्रकार की कार्ययोजना बनाने का अवसर होता है जिसमें अनावेशित गतिविधियाँ और समावेशित गतिविधियाँ शामिल हैं।

कक्षा शिक्षण से पृथक गतिविधियों का आयोजन

इस प्रकार की गतिविधियों के आयोजन के लिए शिक्षक को पृथक कालांश की आवश्यकता होती है। इस प्रकार की गतिविधियों के आयोजन में शिक्षकों को कुछ बातों पर ध्यान देना चाहिए—

- इस प्रकार से गतिविधियों के आयोजन में शिक्षक विद्यालय में संचालित समयसारिणी या व्यावस्था में, किसी पृथक कालांश को चिह्नित करता है। शिक्षक द्वारा इस प्रकार से गतिविधियों के आयोजन के लिए प्रधानाचार्य की अनुमति लेना आवश्यक है।
- इसके साथ ही यह भी देखा जाना चाहिए कि अन्य विषयों की कक्षाएँ बाधित न हों साथ विद्यार्थियों पर कार्य का ज़्यादा बोझ भी न आने पाए अन्यथा वे शैक्षणिक गतिविधियों में सहभाग नहीं लेते हैं।
- इस प्रकार से गतिविधियों में सूक्ष्म व्यायाम (हाथ और पैर में तालमेल) और प्राणायाम (कपालभाति, भस्त्रिका, अनुलोम-विलोम इत्यादि) कराए जा सकते हैं।
- गतिविधियों के संचालन की अच्छी योजना बनाने के बाद शिक्षक विद्यार्थियों को इसमें सहभाग लेने के लिए निर्देशित कर सकते हैं।
- इस प्रकार की गतिविधियों के संचालन में विद्यालयी औपचारिकताओं का ध्यान रखना होता है जैसे शिक्षक को कोशीय विकास की गतिविधियों के आयोजन के लिए पूर्व में संचालित पाठ्यचर्या में परिवर्तन करना पड़ता है जो कभी कभी संभव नहीं हो पाता है।
- इसके साथ ही गतिविधियों के संचालन हेतु पृथक स्थान की आवश्यकता होती है जो सदैव उपलब्ध हो, यह आवश्यक नहीं है। इस प्रकार की गतिविधि के संचालन में विद्यार्थी को प्रतिदिन गतिविधि में सहभाग लेने का अवसर प्राप्त नहीं हो पाता है।
- इस प्रकार से आयोजित होने वाली गतिविधियों का लाभ यह होता है कि उसे सूक्ष्म व्यायाम इत्यादि में, सहभाग लेने का अधिक समय मिल

जाता है जिससे वे गतिविधियों में ज़्यादा गंभीरता से सहभाग लेते हैं।

यहाँ यह भी ध्यातव्य है कि किसी शैक्षणिक गतिविधि में विद्यार्थियों का सहभाग लेने की तत्परता और रुचि शिक्षक की कार्यकुशला पर भी निर्भर होती है। शैक्षणिक गतिविधि के संचालन में शिक्षक जितना कुशल होगा उसमें विद्यार्थियों के सहभाग लेने की संभवना उतनी ज़्यादा होगी। अत: शिक्षक का बच्चों के कोशीय विकास के लिए जितना महत्वपूर्ण योजना का निर्माण है उससे ज़्यादा महत्व उसके प्रभावी क्रियान्वयन का है।

कक्षा शिक्षण के साथ (समावेशित) गतिविधियों का आयोजन

समावेशित गतिविधियों से आशय है वे गतिविधियाँ जिनका आयोजन कक्षा-शिक्षण के दौरान ही कराया जा सके। इसके आयोजन के लिए किसी प्रकार के पृथक कालांश की आवश्यकता नहीं होती है। इस प्रकार से गतिविधियों के आयोजन में शिक्षक को कुछ बिंदुओं पर ध्यान रखना होता है—

- बच्चों के विकास हेतु समावेशित गतिविधियों के आयोजन में शिक्षक अपनी कक्षा में ही थोड़ा समय (दस या पंद्रह मिनट) सूक्ष्म व्यायाम हेतु सुनिश्चित कर लेता है फिर कक्षा प्रारंभ करने से पूर्व ही वह विद्यार्थियों को हस्त या पाद संचालन या प्राणायाम करने का निर्देश देता है।
- इस प्रकार से आयोजित गतिविधियों के लिए किसी प्रकार के कालांश की अतिरिक्त आवश्यकता नहीं होती है। इस तरह से शिक्षक पूर्व में संचालित विद्यालयी व्यवस्था में परिवर्तन किए बिना ही बच्चों के पंचकोशीय विकास हेतु गतिविधियों का आयोजन करा सकता है।
- समावेशित गतिविधियों के आयोजन से प्रत्येक विद्यार्थी को प्रतिदिन कोशीय विकास की गतिविधियों में सहभाग लेने के अवसर दे सकते हैं। इसके साथ ही विद्यार्थी पर अतिरिक्त कालांश का दबाव भी नहीं पड़ता है।
- यहाँ यह भी ध्यातव्य है कि शिक्षक को यह प्रयास करना चाहिए कि इन गतिविधियों का आयोजन खेलकूद की गतिविधियों से अलग हो, जिससे विद्यार्थी पूरे मनोयोग से गतिविधियों में सहभाग लें अन्यथा विद्यार्थी खेलकूद की अन्य गतिविधियों में सहभाग लेने लगते हैं जिससे वह पूर्ण मनोयोग से कोशीय विकास की गतिविधियों में सहभाग नहीं ले पाते हैं। परिणामस्वरूप उक्त गतिविधि का उद्देश्य ही पूरा नही हो पाता है।
- इस प्रकार की गतिविधियों में विद्यार्थी ज़्यादा सक्रिय होता है और शिक्षक एक मार्ग निर्देशक और सहायक के रूप में कार्य करते हैं।
- शिक्षक गतिविधियाँ कराते समय, इस बात को सुनिश्चित कराते हैं कि प्रत्येक विद्यार्थी, दिए जा रहें निर्देशों के अनुरूप सूक्ष्म व्यायाम एवं प्राणायाम करें। इस प्रकार शिक्षक कभी अवलोकनकर्ता, तो कभी निर्देशक की भूमिका का निर्वहन करते हैं।
- कोशीय विकास की गतिविधियों के आयोजन में, शिक्षक को विद्यार्थियों की वैयक्तिक भिन्नता का भी ध्यान रखना चाहिए जिससे विद्यार्थी पूर्ण स्वतंत्रता से गतिविधियों में सहभाग ले सकें, न कि किसी प्रकार के बाह्य दबाव में। शिक्षकों

वैयक्तिक भिन्नता का ध्यान रखकर गतिविधियों के आयोजन और नियोजन की योजना बनानी चाहिए जिससे गतिविधियों द्वारा प्रत्येक विद्यार्थी को अपनी क्षमता का विकास करने का अवसर मिल सके।

- किसी भी कार्य को तभी सफलतापूर्वक किया जा सकता है जब करने वाले व्यक्ति को उस कार्य की बारीकियों की जानकारी हो। इसी प्रकार यदि शिक्षक इन गतिविधियों का आयोजन कक्षा में करना चाहते हैं तो उन्हें सूक्ष्म व्यायाम और प्राणायाम की बारीकियों की जानकारी होना आवश्यक है, तभी वह इन गतिविधियों का सही प्रकार से संचालन कर सकते हैं। अगर शिक्षक को इन गतिविधियों की बारीकियों की जानकारी नही होगी तो वह इनका संचालन नहीं कर पाएँगे। यदि किसी प्रकार कर भी लेंगे तो वह अपने निर्धारित उद्देश्यों को भी नहीं प्राप्त कर सकेंगे इसके लिए यह बहुत आवश्यक है कि शिक्षक के पास व्यायाम और योग इत्यादि की सही जानकारी हो।
- शिक्षक को बच्चों के कोशीय विकास के लिए योग के संबंध में उचित जानकारी प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए जिससे वह कक्षा में संचालित की जाने वाली गतिविधियों का उचित प्रकार से आयोजन कर सकें। योग और ध्यान आदि के लिए देश में बहुत सारे विशेषज्ञ संस्थान हैं जिनमें शिक्षक तीन माह या छह माह का कोर्स कर सकते हैं। ये संस्थान, ऑनलाइन भी कोर्स कराते हैं जिससे यदि किसी शिक्षक के पास समय का अभाव है तो वह ऑनलाइन माध्यम से भी योग की बारीकियों को सीख सकते हैं। इसके अतिरिक्त शिक्षक, छात्रों की आवश्यकता और परिस्थिति के अनुरूप गतिविधियों का आयोजन करा सकते हैं।

गतिविधियों के आयोजन में शिक्षक से अपेक्षाएँ

बच्चों के समग्र विकास (पंचकोशीय) के संदर्भ में, शिक्षक से यह अपेक्षा होती है कि वह छात्रों की वैयक्तिक भिन्नता के प्रति भी संवेदनशीलता का विशेष ध्यान रखेंगे, क्योंकि प्रत्येक छात्र के विकास की गति उसके गतिविधियों में सहभाग लेने की अभिवृत्ति और अभिक्षमता पर भी निर्भर करती है। इसको इस प्रकार समझ सकते हैं कि यदि कोई छात्र, कक्षा में कराई जा रही गतिविधियों को करने के प्रति उदासीन होगा या सही प्रकार से निर्देशित गतिविधियों को नही करता है तो उसकी उदासीनता और अज्ञान का प्रभाव उसके विकास पर भी पड़ेगा। इसलिए यह आवश्यक है कि कराई जा रही गतिविधियों का निरीक्षण उचित प्रकार से हो। इसलिए शिक्षक से अपेक्षा की जाती है कि वह गतिविधियों के आयोजन में कुछ बातों पर ध्यान देंगे—

- बच्चों के कोशीय विकास की गतिविधियों के आयोजन के प्रति, शिक्षक संवेदनशील एवं प्रशिक्षित हो तब ही छात्र का समग्र विकास संभव है।
- बच्चों के किसी भी कोश के विकास हेतु गतिविधि या विधियों के आयोजन में, शिक्षक को धैर्य रखना आवश्यक है, क्योंकि बच्चों का विकास अचानक होने वाली गतिविधि का परिणाम नहीं होता है। यह निरंतर होने वाली

गतिविधि का परिणाम होता है। अत: शिक्षक से यह अपेक्षित है कि वह कक्षा-शिक्षण के दौरान कराई जाने वाली गतिविधि के आयोजन में ज़्यादा ध्यान देंगे, न कि परिणाम प्राप्ति में।

- बच्चों के विकास के संदर्भ में निश्चित रूप से यह नहीं कहा जा सकता है कि इस पक्ष के विकास में किसी का प्रभाव है। इसका कारण है कि उसका विकास अन्य व्यक्तियों और समाज के अंतर्क्रिया का परिणाम होता है। यह अंतर्क्रिया निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है। इस अंतर्क्रिया से बच्चा समाजिक मान्यताओं, विश्वासों और परंपराओं को सीखता है। यह अधिगम ही उससे जुड़े पक्षों (सांवेगिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक) के विकास में सहायक होता है।
- बच्चों के कोशीय विकास की यह सामाजिक अंतर्क्रिया, केवल उसके घर या आस-पड़ोस में ही नहीं करता है, अपितु विद्यालय में भी यह सामाजिक अंतर्क्रिया करता है, इसलिए जॉन डी.वी. ने विद्यालय को समाज का लघु रूप कहा है। इस लघु समाज में, बच्चा केवल अपने शिक्षकों से ही अंतर्क्रिया नहीं करता है, बल्कि अपने सहपाठियों से भी यह अंतर्क्रिया करता है। वह समाज की अपेक्षाओं यथा नेतृत्व क्षमता, लोकतांत्रिक मूल्य, सहयोग एवं सद्भाव का मूलभूत प्रायोगिक ज्ञान अपने समूह में अंतर्क्रिया करते हुए ही सीखता है। वह सीखता है कि कैसे वह दूसरों के विचारों को स्वीकार करते हुए अपने विचारों के सम्मुख रख सकता है? यह सीखना कभी प्रत्यक्ष रूप से तो कभी अप्रत्यक्ष रूप से होता है।
- यह पारस्परिक सीखना बच्चों के कोशीय (समग्र) विकास में सहायता प्रदान करता है। इसलिए बच्चों के कोशीय विकास में शिक्षक के अतिरिक्त उसके सहपाठी गण का भी महत्वपूर्ण स्थान होता है, क्योंकि बच्चे काफ़ी कुछ ज्ञान समूह में पढ़ रहे विद्यार्थियों से सीखते हैं। यह 'पारस्परिक अधिगम' इस बात पर निर्भर करता है कि वह बच्चे अपने समूह में कितना सक्रिय होकर, अनुक्रिया/अनुक्रियाएँ करते हैं। जो बच्चा जितना सक्रिय होकर, समूह गतिविधि में सहभाग लेता है, उसका उतना ही कोशीय विकास होता है।

ऐसी परिस्थिति में शिक्षकों का यह प्रयास होना चाहिए कि वे कक्षा में इस प्रकार की गतिविधियों का आयोजन करें जिसमें विद्यार्थी ज़्यादा से ज़्यादा सहभाग ले सकें। शिक्षक को कक्षा में केवल गतिविधियों का आयोजन ही नहीं करना चाहिए, अपितु इस बात को सुनिश्चित करना चाहिए कि कक्षा का प्रत्येक बच्चा गतिविधि में बढ़-चढ़ कर सहभाग ले, क्योंकि कक्षा के हर एक बच्चे के विकास की प्राथमिक ज़िम्मेदारी उस शिक्षक की है जो उस कक्षा में अध्यापन कर रहा है। बच्चों के कोशीय विकास की ये गतिविधियाँ अलग-अलग रूपों की हो सकती हैं। प्राय: कक्षा के विद्यार्थियों के संख्या के आधार पर दो रूपों (सामूहिक एवं वैयक्तिक) में आयोजित की जा सकती हैं। इन दोनों ही प्रकार की गतिविधियों का आयोजन विद्यार्थियों की आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर किया जाता है। यदि विद्यार्थी विशेष के एक पक्ष के विकास में किसी प्रकार की कोई बाधा है तो

ऐसी परिस्थिति में शिक्षक द्वारा वैयक्तिक गतिविधियों का आयोजन किया जाना चाहिए। इसके साथ ही किसी अवस्था विशेष में विद्यार्थियों के कोशीय विकास हेतु सामूहिक गतिविधियों का आयोजन किया जाना चाहिए। यहाँ यह भी ध्यातव्य है कि सामूहिक गतिविधियाँ बच्चों के विकास में ज़्यादा प्रभावी विधि हो सकती हैं, वैयक्तिक गतिविधियों की अपेक्षा।

निष्कर्ष

कोशीय विकास से आशय बच्चों के समग्र विकास से है। इस समग्रता में बच्चों से जुड़े सभी पक्ष (शारीरिक, मानसिक, सांवेगिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक) समाहित हैं। इन पक्षों की स्पष्ट और व्यापक व्याख्या, तैत्तिरीय उपनिषद के शिक्षा वल्ली में वर्णित 'पंच कोश विकास सिद्धांत' से प्राप्त होती है। बच्चों का कोशीय (समग्र) विकास की अनुशंसा राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में की गई है जिसको वास्तविक धरातल में उतारने का दायित्व राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा के माध्यम से ही आगे बढ़ेगा। इसी के अनुक्रम में, राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) के बच्चों के लिए 2022 का निर्माण किया गया है। इस रूपरेखा में बच्चों के कोशीय विकास की व्यापकता से चर्चा की है। नवनिर्मित रूपरेखा में वर्णित बच्चों के जिस पंचकोशीय विकास की संकल्पना की गई है। उसको मूर्त रूप तभी दिया जा सकता है जब उसके नियोजन एवं आयोजन हेतु समुचित योजन को बनाया जाएँ। इसके साथ ही बच्चों के समग्र विकास में, प्रत्येक हितधारक (अभिभावक, शिक्षक, प्रधानाचार्य एवं प्रशासक) को भी अपने हिस्से की ज़िम्मेदारी का निर्वहन करना होगा। तब ही देश की भावी पीढ़ी (बच्चों) का चहुंमुखी विकास संभव हो सकता है। एक संतुलित रूप से विकसित बच्चों ही एक समृद्धशाली समाज या राष्ट्र का निर्माण में अपनी सहभागिता सुनिश्चित कर सकता है। अन्यथा की स्थिति में वह केवल अर्थोपाजन की मशीनरी मात्र बनकर रह जाएगा जो समाज के लिए हानिकारक है, जिसका परिणाम हम वर्तमान समाज में देख ही सकते हैं।

संदर्भ

कुमार, ज्ञानेंद्र और राकेश कुमार 2020. *भारतीय मनोविज्ञान का समसामयिक अध्ययन*. बुकमैन पब्लिकेशन, दिल्ली.

गोयन्दका, श्रीहरिकृष्णदास. 2010. अनुवादक *श्रीमद्भगवद्गीता*. पृ.सं. 65. गीताप्रेस गोरखपुर.

रा.शै.अ.प्र.प. 2022. *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (बुनियादी स्तर) 2022*. राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नई दिल्ली.

शिक्षा मंत्रालय. 2020. *राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020*. भारत सरकार, नई दिल्ली.

सिद्धांतालंकार सत्यव्रत. नवीन संस्करण. *एकादशोपनिषद्* (कठोपनिषद् प्रथम वल्ली श्लोक क्र.सं. 25, 27). नई दिल्ली.

———. *एकादशोपनिषद्* (तैत्तिरीय. उपनिषद् ब्र.वल्ली.द्वितीय अनुवाक). विजयकृष्ण लखनपाल, नई दिल्ली.