eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

खेलों के माध्यम से युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता का विकास

डॉ0 सुरेंद्र सिंह[1] एवं डॉ0 भूपेंद्र शर्मा[2]

[1]सहायक प्रोफेसर शारीरिक शिक्षा, योग और खेल विभाग, कोटा विश्वविद्यालय, राजस्थान

[2]सहायक प्रोफेसर शारीरिक शिक्षा, योग और खेल विभाग, कोटा विश्वविद्यालय, कोटा

Received: 21 June 2026 Accepted & Reviewed: 25 June 2026, Published: 30 June 2026

Abstract

वर्तमान वैश्विक एवं भारतीय सामाजिक परिदृश्य में युवाओं की भूमिका केवल आर्थिक विकास अथवा रोजगार प्राप्ति तक सीमित नहीं है, बल्कि राष्ट्र निर्माण, लोकतांत्रिक मूल्यों की स्थापना, सामाजिक एकता, सांस्कृतिक समन्वय तथा नेतृत्व क्षमता के विकास में भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। युवा किसी भी राष्ट्र की सबसे सक्रिय, ऊर्जावान एवं परिवर्तनशील शक्ति होते हैं। उनमें निहित रचनात्मकता, नवाचार, साहस, आत्मविश्वास और सामूहिक कार्य करने की क्षमता का सकारात्मक उपयोग राष्ट्र के समग्र विकास को गति प्रदान कर सकता है। इस संदर्भ में खेल एक ऐसा प्रभावशाली सामाजिक माध्यम है, जो युवाओं के शारीरिक एवं मानसिक विकास के साथ–साथ उनमें अनुशासन, सहयोग, सहिष्णुता, नेतृत्व, उत्तरदायित्व, निर्णय क्षमता तथा सामाजिक समरसता जैसे गुणों का विकास करता है।

खेल केवल मनोरंजन अथवा प्रतिस्पर्धा का साधन नहीं हैं, बल्कि वे सामाजिक परिवर्तन, व्यक्तित्व निर्माण और सामुदायिक एकीकरण की महत्वपूर्ण प्रक्रिया भी हैं। खेल के मैदान में जाति, धर्म, भाषा, क्षेत्र, आर्थिक स्थिति तथा सामाजिक पृष्ठभूमि के भेद अपेक्षाकृत गौण हो जाते हैं और खिलाड़ियों के बीच सामूहिक उद्देश्य, पारस्परिक सहयोग एवं टीम भावना विकसित होती है। इस प्रकार खेल सामाजिक विभाजन को कम करने तथा समानता, बंधुत्व और मानवीय गरिमा के मूल्यों को प्रोत्साहित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

प्रस्तुत शोध–पत्र का मुख्य उद्देश्य खेलों के माध्यम से युवा नेतृत्व के विकास तथा सामाजिक समरसता की स्थापना की संभावनाओं का विश्लेषण करना है। इसमें खेल और नेतृत्व के अंतर्संबंध, युवाओं के व्यक्तित्व विकास में खेलों की भूमिका, सामूहिक सहभागिता, लैंगिक समानता, सामाजिक समावेशन, सांस्कृतिक विविधता के सम्मान तथा राष्ट्रीय एकता जैसे पक्षों का अध्ययन किया गया है। साथ ही भारतीय संविधान के मूल्यों, राष्ट्रीय शिक्षा नीति, खेलो इंडिया कार्यक्रम, फिट इंडिया आंदोलन तथा संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास लक्ष्यों के संदर्भ में खेलों की उपयोगिता का परीक्षण किया गया है। यह अध्ययन इस निष्कर्ष की ओर संकेत करता है कि यदि खेल गतिविधियों को विद्यालयों, महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों और सामुदायिक संस्थाओं में समावेशी एवं व्यवस्थित रूप से संचालित किया जाए, तो वे युवाओं में लोकतांत्रिक नेतृत्व, सामाजिक उत्तरदायित्व, सामूहिक निर्णय क्षमता और नागरिक चेतना का विकास कर सकती हैं। खेलों को केवल पदक अथवा प्रतियोगिता तक सीमित न रखकर सामाजिक विकास एवं राष्ट्र निर्माण की व्यापक रणनीति का हिस्सा बनाना समय की आवश्यकता है।

प्रमुख शब्द – युवा नेतृत्व, खेल, सामाजिक समरसता, सामाजिक एकीकरण, राष्ट्रीय एकता, व्यक्तित्व विकास, टीम भावना, अनुशासन, लैंगिक समानता, सामाजिक समावेशन, लोकतांत्रिक मूल्य, राष्ट्र निर्माण।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

Introduction

मानव सभ्यता के विकास में खेलों का स्थान अत्यंत महत्वपूर्ण रहा है। प्राचीन काल से ही खेल मानव जीवन का अभिन्न अंग रहे हैं। प्रारंभिक समाजों में खेलों का उपयोग शारीरिक क्षमता, युद्ध कौशल, सामूहिक सहयोग और मनोरंजन के लिए किया जाता था, जबकि आधुनिक समाज में खेल शिक्षा, स्वास्थ्य, सामाजिक परिवर्तन, आर्थिक विकास, अंतरराष्ट्रीय संबंधों तथा राष्ट्रीय एकता के महत्वपूर्ण माध्यम के रूप में विकसित हुए हैं। खेल मानव जीवन को सक्रिय, अनुशासित एवं संतुलित बनाने के साथ–साथ व्यक्ति को सामाजिक जीवन के लिए आवश्यक व्यवहारिक गुण भी प्रदान करते हैं। वर्तमान समय में भारत विश्व के सबसे युवा देशों में से एक है। देश की युवा जनसंख्या उसकी सबसे बड़ी सामाजिक एवं विकासात्मक शक्ति है। भारत के युवाओं में ऊर्जा, प्रतिभा, रचनात्मकता और परिवर्तन की अपार संभावनाएँ विद्यमान हैं। किंतु इन संभावनाओं को सकारात्मक दिशा प्रदान करना एक महत्वपूर्ण चुनौती है। बेरोजगारी, सामाजिक असमानता, जातिगत विभाजन, धार्मिक तनाव, क्षेत्रीय असंतुलन, लैंगिक भेदभाव, नशे की प्रवृत्ति, डिजिटल निर्भरता तथा सामाजिक अलगाव जैसी समस्याएँ युवाओं के समग्र विकास को प्रभावित कर रही हैं। ऐसी परिस्थितियों में खेल युवाओं को सकारात्मक गतिविधियों से जोड़ने और उनमें सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना विकसित करने का प्रभावशाली माध्यम बन सकते हैं। युवा नेतृत्व का अर्थ केवल किसी संस्था, संगठन अथवा समूह का प्रमुख बनना नहीं है, बल्कि समाज के भीतर सकारात्मक परिवर्तन लाने, समस्याओं की पहचान करने, सामूहिक निर्णय लेने, दूसरों को प्रेरित करने तथा सार्वजनिक हित में कार्य करने की क्षमता से है। नेतृत्व में आत्मविश्वास, संवाद कौशल, निर्णय क्षमता, नैतिकता, दूरदर्शिता, उत्तरदायित्व और सहयोग की भावना जैसे गुण सम्मिलित होते हैं। खेलों में इन सभी गुणों के विकास की स्वाभाविक संभावनाएँ मौजूद हैं।

जब कोई युवा किसी खेल टीम का नेतृत्व करता है, तो उसे खिलाड़ियों के बीच समन्वय स्थापित करना, खेल की रणनीति तैयार करना, कठिन परिस्थितियों में निर्णय लेना, टीम के सदस्यों का मनोबल बढ़ाना और सामूहिक लक्ष्य की प्राप्ति के लिए कार्य करना पड़ता है। इस प्रक्रिया में उसमें नेतृत्व संबंधी व्यावहारिक कौशल विकसित होते हैं। खेलों में सफलता केवल व्यक्तिगत प्रतिभा पर निर्भर नहीं करती, बल्कि सामूहिक प्रयास, अनुशासन, विश्वास और पारस्परिक सहयोग पर भी आधारित होती है। खेलों का दूसरा महत्वपूर्ण पक्ष सामाजिक समरसता है। सामाजिक समरसता से अभिप्राय ऐसे सामाजिक वातावरण से है, जिसमें विभिन्न जातियों, धर्मों, भाषाओं, संस्कृतियों, क्षेत्रों, आर्थिक वर्गों और लैंगिक पहचानों के लोग समान सम्मान, सहयोग, सहभागिता एवं पारस्परिक विश्वास के साथ जीवन व्यतीत करें। सामाजिक समरसता का अर्थ सामाजिक विविधताओं को समाप्त करना नहीं, बल्कि विविधताओं को स्वीकार करते हुए समानता और बंधुत्व की भावना विकसित करना है। भारत जैसे बहुलतावादी समाज में सामाजिक समरसता का विशेष महत्व है। भारतीय समाज अनेक भाषाओं, धर्मों, जातियों, जनजातियों, संस्कृतियों और परंपराओं से निर्मित है। यह विविधता भारतीय समाज की विशेष शक्ति है, लेकिन कभी–कभी यही विविधता सामाजिक तनाव और विभाजन का कारण भी बन जाती है। ऐसे में खेल एक साझा सामाजिक मंच प्रदान करते हैं, जहाँ व्यक्ति की पहचान उसकी जाति, धर्म अथवा आर्थिक स्थिति से नहीं, बल्कि उसकी प्रतिभा, अनुशासन, सहयोग और प्रदर्शन से निर्धारित होती है। क्रिकेट, हॉकी, फुटबॉल, कबड्डी, वॉलीबॉल, एथलेटिक्स, बैडमिंटन तथा अन्य खेल विभिन्न सामाजिक पृष्ठभूमियों के युवाओं को एक साथ लाते हैं। ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों,

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

विभिन्न राज्यों, भाषाई समुदायों और आर्थिक वर्गों के खिलाड़ी एक टीम के रूप में कार्य करते हैं। इससे उनमें एक–दूसरे की संस्कृति को समझने, भिन्नताओं का सम्मान करने और सामूहिक पहचान विकसित करने की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है। खेलों के माध्यम से विकसित होने वाली सामाजिक समरसता केवल खेल के मैदान तक सीमित नहीं रहती, बल्कि इसका प्रभाव व्यक्ति के पारिवारिक, शैक्षणिक, सामाजिक एवं सार्वजनिक जीवन पर भी पड़ सकता है। टीम में विकसित विश्वास, सहयोग और समानता की भावना सामाजिक संबंधों को मजबूत बनाने में सहायक होती है। इस प्रकार खेलों को युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता के विकास की एक महत्वपूर्ण सामाजिक प्रक्रिया के रूप में समझना आवश्यक है। प्रस्तुत शोध इसी अंतर्संबंध का विश्लेषण करता है।

2. अध्ययन की पृष्ठभूमि एवं औचित्य– आधुनिक लोकतांत्रिक समाज में युवाओं की भूमिका केवल मतदाता अथवा श्रमिक तक सीमित नहीं है। वे सामाजिक संगठनों, शैक्षणिक संस्थाओं, राजनीतिक प्रक्रियाओं, सामुदायिक पहलों तथा राष्ट्रीय विकास के सक्रिय सहभागी हैं। किसी भी लोकतंत्र की सफलता इस बात पर निर्भर करती है कि उसकी युवा पीढ़ी कितनी जागरूक, उत्तरदायी, सहिष्णु है। भारत में युवा विकास के लिए शिक्षा, कौशल विकास, उद्यमिता, रोजगार और खेलों को महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। खेलों को अब केवल पाठ्येतर गतिविधि नहीं माना जाता, बल्कि समग्र शिक्षा और व्यक्तित्व विकास का आवश्यक अंग स्वीकार किया जा रहा है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में खेल–एकीकृत शिक्षा को प्रोत्साहित किया गया है। इसमें खेलों के माध्यम से सहयोग, आत्म–पहल, आत्म–निर्देशन, आत्म–अनुशासन, टीमवर्क, उत्तरदायित्व तथा नागरिकता संबंधी कौशल विकसित करने पर बल दिया गया है। इसी प्रकार भारत सरकार की खेल नीतियों में खेलों को सामाजिक विकास, सामुदायिक सहभागिता, लैंगिक समानता तथा राष्ट्रीय गौरव से जोड़ने का प्रयास किया गया है। वर्ष 2025 की खेल नीति ने खेलों के सामाजिक विकास और शिक्षा के साथ उनके एकीकरण को विशेष महत्व दिया है। इस अध्ययन का औचित्य निम्नलिखित बिंदुओं में स्पष्ट होता है–

1. युवाओं में नेतृत्व क्षमता विकसित करने के लिए खेलों की भूमिका का अध्ययन करना।
2. सामाजिक विभाजन को कम करने में खेलों की संभावनाओं का विश्लेषण करना।
3. खेलों के माध्यम से लोकतांत्रिक एवं संवैधानिक मूल्यों के विकास को समझना।
4. महिला एवं पुरुष युवाओं की समान खेल सहभागिता को प्रोत्साहित करना।
5. ग्रामीण, शहरी, आर्थिक रूप से कमजोर तथा वंचित समुदायों के युवाओं को खेलों से जोड़ने के उपाय प्रस्तुत करना।
6. शैक्षणिक संस्थानों में खेल–आधारित नेतृत्व विकास कार्यक्रमों की उपयोगिता का मूल्यांकन करना।
7. खेलों को राष्ट्र निर्माण और सामाजिक एकीकरण की व्यापक प्रक्रिया से जोड़ना।

3. शोध समस्या का प्रतिपादन – वर्तमान भारतीय समाज में युवाओं के सामने अनेक सामाजिक, आर्थिक और सांस्कृतिक चुनौतियाँ उपस्थित हैं। एक ओर युवा शिक्षा, तकनीक, उद्यमिता और वैश्विक प्रतिस्पर्धा के माध्यम से नई संभावनाओं की ओर अग्रसर हैं, वहीं दूसरी ओर उनमें सामाजिक अलगाव, असहिष्णुता, समूहगत प्रतिस्पर्धा, नशे की प्रवृत्ति तथा सामुदायिक संबंधों में दूरी जैसी समस्याएँ भी देखी जाती हैं। युवा नेतृत्व का विकास भी एक जटिल प्रक्रिया है। अनेक युवाओं में प्रतिभा और ऊर्जा होने के बावजूद उन्हें नेतृत्व संबंधी प्रशिक्षण, व्यावहारिक अनुभव और सामुदायिक सहभागिता के पर्याप्त अवसर प्राप्त नहीं होते।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

परंपरागत शिक्षा व्यवस्था में कई बार सैद्धांतिक ज्ञान को अधिक महत्व दिया जाता है, जबकि संवाद, सहयोग, निर्णय क्षमता और सामूहिक उत्तरदायित्व जैसे व्यावहारिक गुणों के विकास के अवसर सीमित रह जाते हैं। दूसरी ओर खेलों को अक्सर केवल प्रतियोगिता, मनोरंजन अथवा शारीरिक फिटनेस तक सीमित समझा जाता है। खेलों के सामाजिक, राजनीतिक, शैक्षणिक और नेतृत्वात्मक महत्व का पर्याप्त उपयोग नहीं हो पाता। इस संदर्भ में प्रमुख शोध समस्या यह है कि खेलों को किस प्रकार व्यवस्थित, समावेशी और उद्देश्यपूर्ण सामाजिक गतिविधि के रूप में विकसित किया जा सकता है, ताकि उनके माध्यम से युवाओं में नेतृत्व क्षमता का विकास हो और समाज में समानता, बंधुत्व, सहयोग एवं सामाजिक समरसता को बढ़ावा मिले।

4. अध्ययन के उद्देश्य– प्रस्तुत शोध–पत्र के प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैं–

1. युवा नेतृत्व की अवधारणा एवं उसके विभिन्न आयामों का विश्लेषण करना।
2. खेलों और युवा नेतृत्व के बीच अंतर्संबंध का अध्ययन करना।
3. युवाओं के व्यक्तित्व विकास में खेलों की भूमिका का मूल्यांकन करना।
4. खेलों के माध्यम से अनुशासन, आत्मविश्वास और निर्णय क्षमता के विकास का अध्ययन करना।
5. सामाजिक समरसता और सामाजिक एकीकरण को बढ़ावा देने में खेलों की भूमिका स्पष्ट करना।
6. जाति, धर्म, भाषा, क्षेत्र और आर्थिक स्थिति पर आधारित सामाजिक विभाजनों को कम करने में खेलों की संभावनाओं का अध्ययन करना।
7. महिला एवं पुरुष युवाओं की समान सहभागिता और लैंगिक समानता में खेलों की भूमिका का विश्लेषण करना।
8. ग्रामीण तथा शहरी युवाओं के बीच सामाजिक एवं सांस्कृतिक समन्वय में खेलों के योगदान का अध्ययन करना।
9. खेलों के माध्यम से लोकतांत्रिक मूल्यों, नागरिक चेतना और राष्ट्रीय एकता के विकास का विश्लेषण करना।
10. भारतीय खेल नीतियों एवं सरकारी कार्यक्रमों की सामाजिक उपयोगिता का परीक्षण करना।
11. शैक्षणिक संस्थानों में खेल–आधारित नेतृत्व विकास की संभावनाओं का अध्ययन करना।
12. युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता के विकास के लिए व्यावहारिक सुझाव प्रस्तुत करना।

5. शोध प्रश्न– प्रस्तुत अध्ययन निम्नलिखित शोध प्रश्नों पर केंद्रित है–

1. क्या खेल युवाओं में प्रभावी नेतृत्व क्षमता विकसित करने का माध्यम बन सकते हैं?
2. खेलों में सहभागिता युवाओं के आत्मविश्वास, अनुशासन और निर्णय क्षमता को किस प्रकार प्रभावित करती है?
3. क्या सामूहिक खेल सामाजिक भेदभाव और समूहगत दूरी को कम करने में सहायक हो सकते हैं?
4. खेलों के माध्यम से जातीय, धार्मिक, भाषाई और क्षेत्रीय विविधताओं के बीच सहयोग कैसे विकसित होता है?
5. महिला एवं वंचित समुदायों की खेल सहभागिता सामाजिक समरसता को किस प्रकार मजबूत करती है?
6. भारतीय शिक्षा व्यवस्था में खेलों को नेतृत्व विकास के साथ किस प्रकार जोड़ा जा सकता है?

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

7. खेलों के माध्यम से लोकतांत्रिक नागरिकता एवं राष्ट्रीय एकता को किस प्रकार प्रोत्साहित किया जा सकता है?

6. शोध परिकल्पनाएँ– इस अध्ययन के लिए निम्नलिखित कार्यकारी परिकल्पनाएँ निर्धारित की गई हैं–

1 खेलों में नियमित सहभागिता युवाओं की नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास एवं निर्णय लेने की योग्यता के विकास में सकारात्मक भूमिका निभाती है।
2 सामूहिक खेल विभिन्न सामाजिक, धार्मिक, जातीय एवं आर्थिक पृष्ठभूमियों के युवाओं के बीच सहयोग तथा पारस्परिक विश्वास को बढ़ावा देते हैं।
3 खेलों में समान अवसर एवं समावेशी सहभागिता सामाजिक समरसता और लैंगिक समानता को मजबूत करने में सहायक होती है।
4 शैक्षणिक संस्थानों में खेल–आधारित गतिविधियों को व्यवस्थित रूप से लागू करने से युवाओं में लोकतांत्रिक मूल्यों एवं सामाजिक उत्तरदायित्व का विकास किया जा सकता है।
5 खेलों के सामाजिक लाभ तभी व्यापक रूप से प्राप्त किए जा सकते हैं, जब खेल सुविधाएँ, प्रशिक्षण और प्रतियोगिताएँ सभी सामाजिक वर्गों के लिए सुलभ एवं भेदभावमुक्त हों।

7. शोध पद्धति एवं अनुसंधान प्रविधि – प्रस्तुत शोध–पत्र में वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक शोध पद्धति का प्रयोग किया गया है। यह अध्ययन मुख्यतः गुणात्मक प्रकृति का है और खेलों के माध्यम से युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता के विकास का सैद्धांतिक तथा नीतिगत विश्लेषण प्रस्तुत करता है।

अध्ययन का स्वरूप– वर्णनात्मक, विश्लेषणात्मक एवं वैचारिक।

अध्ययन का आधार– द्वितीयक स्रोत।

प्राथमिक स्रोत– इस शोध–पत्र में कोई स्वतंत्र प्राथमिक सर्वेक्षण अथवा क्षेत्रीय साक्षात्कार नहीं किया गया है। अतः निष्कर्षों को किसी वास्तविक सर्वेक्षण के सांख्यिकीय परिणाम के रूप में प्रस्तुत नहीं किया गया है।

द्वितीयक स्रोतों में सम्मिलित सामग्री–

– युवा विकास एवं खेल संबंधी सरकारी नीतियाँ।
– भारत सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय की रिपोर्टें।
– राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020।
– संयुक्त राष्ट्र एवं यूनेस्को के दस्तावेज।
– खेल, नेतृत्व और सामाजिक एकीकरण से संबंधित पुस्तकें।
– प्रकाशित शोध–पत्र एवं अकादमिक अध्ययन।
– खेल एवं सामाजिक विकास संबंधी आधिकारिक वेबसाइटें।

विश्लेषण की प्रविधि– विषयवस्तु विश्लेषण, तुलनात्मक विश्लेषण, नीतिगत विश्लेषण एवं वैचारिक व्याख्या।

अध्ययन की सीमा– यह शोध मुख्यतः भारत के संदर्भ में खेलों की सामाजिक एवं नेतृत्वात्मक भूमिका का अध्ययन करता है। इसमें अंतरराष्ट्रीय अवधारणाओं का उपयोग तुलनात्मक एवं सैद्धांतिक संदर्भ के रूप में किया गया है।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

8. साहित्य समीक्षा – खेल, नेतृत्व एवं सामाजिक विकास के अंतर्संबंध पर विभिन्न विद्वानों, संस्थाओं और अंतरराष्ट्रीय संगठनों ने महत्वपूर्ण विचार प्रस्तुत किए हैं। साहित्य समीक्षा से यह स्पष्ट होता है कि खेलों को केवल शारीरिक गतिविधि नहीं, बल्कि सामाजिक व्यवहार, व्यक्तित्व विकास, सामूहिक सहभागिता और मानवीय संबंधों के निर्माण की प्रक्रिया के रूप में भी समझा जाता है।

(1) प्लेटो– प्लेटो ने अपनी प्रसिद्ध पुस्तक The Republic में शिक्षा, शारीरिक प्रशिक्षण और नैतिक विकास के बीच संबंध पर विचार किया। उनके अनुसार व्यक्ति के समग्र विकास के लिए शारीरिक एवं बौद्धिक प्रशिक्षण का संतुलन आवश्यक है। इस दृष्टिकोण से खेल केवल शारीरिक क्षमता बढ़ाने का माध्यम नहीं, बल्कि अनुशासन और व्यक्तित्व निर्माण का साधन भी हैं।

(2) जॉन ड्यूई– ड्यूई ने अपनी पुस्तक Democracy and Education (1916) में शिक्षा को सामाजिक अनुभव एवं लोकतांत्रिक सहभागिता से जोड़कर देखा। उनके विचारों के अनुसार शिक्षा का वास्तविक उद्देश्य व्यक्ति को सामाजिक जीवन में सक्रिय एवं उत्तरदायी सहभागी बनाना है। खेलों में सामूहिक निर्णय, सहयोग, नियमों का पालन और दूसरों के विचारों का सम्मान इसी प्रकार के लोकतांत्रिक अनुभव प्रदान करते हैं।

(3) पियरे द कूबर्तिन– आधुनिक ओलंपिक आंदोलन के संस्थापक पियरे द कूबर्तिन ने खेलों को अंतरराष्ट्रीय सद्भाव, शांति और मानवीय सहयोग का माध्यम माना। ओलंपिक आंदोलन की मूल भावना में उत्कृष्टता, मित्रता और सम्मान जैसे मूल्य महत्वपूर्ण हैं। यह दृष्टिकोण खेलों को वैश्विक सामाजिक समरसता से जोड़ता है।

(4) अल्बर्ट बंडूरा– बंडूरा की सामाजिक अधिगम की अवधारणा के अनुसार व्यक्ति दूसरों के व्यवहार का अवलोकन करके और उसका अनुकरण करके सीखता है। खेलों में खिलाड़ी अपने प्रशिक्षकों, कप्तानों और साथी खिलाड़ियों के व्यवहार से नेतृत्व, अनुशासन, सहयोग एवं नैतिकता संबंधी गुण सीखते हैं। यह सिद्धांत खेलों के माध्यम से सामाजिक व्यवहार के विकास को समझने में उपयोगी है।

(5) पियरे बोरदियू– बोरदियू ने सामाजिक पूँजी की अवधारणा के माध्यम से बताया कि सामाजिक संबंध, नेटवर्क और पारस्परिक विश्वास व्यक्ति एवं समुदाय के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। खेल क्लब, युवा संगठन और सामुदायिक प्रतियोगिताएँ विभिन्न सामाजिक समूहों के बीच संपर्क बढ़ाकर सामाजिक पूँजी के निर्माण में योगदान कर सकती हैं।

(6) यूनेस्को– यूनेस्को के अंतरराष्ट्रीय शारीरिक शिक्षा, शारीरिक गतिविधि एवं खेल चार्टर में खेल को सभी व्यक्तियों का अधिकार माना गया है। वर्ष 2015 में संशोधित चार्टर में लैंगिक समानता, भेदभावरहित सहभागिता, सामाजिक समावेशन, दिव्यांग व्यक्तियों की भागीदारी और खेलों की नैतिकता पर विशेष बल दिया गया है।

(7) संयुक्त राष्ट्र – संयुक्त राष्ट्र ने खेल को विकास एवं शांति के लिए एक महत्वपूर्ण माध्यम के रूप में स्वीकार किया है। खेलों का योगदान स्वास्थ्य, शिक्षा, लैंगिक समानता, असमानताओं में कमी तथा शांतिपूर्ण समाज के निर्माण जैसे सतत विकास लक्ष्यों से संबंधित है।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

(8) भारत की राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020– राष्ट्रीय शिक्षा नीति में खेल–एकीकृत शिक्षा को अनुभवात्मक शिक्षण की महत्वपूर्ण पद्धति माना गया है। इसमें टीमवर्क, आत्म–अनुशासन, उत्तरदायित्व, आत्म–पहल और नागरिकता जैसे जीवन कौशलों के विकास में खेलों की भूमिका को स्वीकार किया गया है।

(9) भारत सरकार की खेलो इंडिया योजना– खेलो इंडिया कार्यक्रम का उद्देश्य देश में खेल संस्कृति को विकसित करना, युवाओं की प्रतिभा को प्रोत्साहित करना, खेल सुविधाओं का विस्तार करना तथा सामाजिक एकीकरण एवं लैंगिक समानता को बढ़ावा देना है। इस प्रकार यह कार्यक्रम खेलों को सामाजिक विकास के व्यापक उद्देश्य से जोड़ता है।

उपलब्ध साहित्य में खेलों के शारीरिक स्वास्थ्य, प्रतिस्पर्धात्मक उपलब्धियों, प्रतिभा विकास और खेल अर्थव्यवस्था पर पर्याप्त चर्चा मिलती है। हालांकि खेलों के माध्यम से विकसित होने वाले युवा नेतृत्व और सामाजिक समरसता के पारस्परिक संबंध का संस्थागत एवं सामाजिक संदर्भ में एकीकृत अध्ययन अभी भी महत्वपूर्ण शोध क्षेत्र है। विशेषकर ग्रामीण–शहरी समन्वय, वंचित समुदायों की सहभागिता, महिला नेतृत्व, लोकतांत्रिक मूल्यों और सामुदायिक एकीकरण को एक साथ रखकर अध्ययन करने की आवश्यकता है। प्रस्तुत शोध इसी अंतराल को संबोधित करने का प्रयास करता है।

9. युवा नेतृत्व की अवधारणा एवं स्वरूप– युवा नेतृत्व आधुनिक सामाजिक एवं राजनीतिक विकास की एक महत्वपूर्ण अवधारणा है। नेतृत्व का सामान्य अर्थ किसी व्यक्ति अथवा समूह को एक निश्चित उद्देश्य की प्राप्ति के लिए प्रेरित, संगठित और निर्देशित करने की क्षमता से है। युवा नेतृत्व का तात्पर्य युवाओं द्वारा अपने समुदाय, शैक्षणिक संस्थान, सामाजिक संगठन और राष्ट्र के विकास में सक्रिय भूमिका निभाने से है। युवा नेतृत्व में केवल आदेश देने अथवा नियंत्रण स्थापित करने की क्षमता शामिल नहीं होती, बल्कि इसमें दूसरों की भावनाओं को समझना, समस्याओं का समाधान करना, संवाद स्थापित करना और सामूहिक हित को प्राथमिकता देना भी शामिल है। खेलों के माध्यम से युवा नेतृत्व के निम्नलिखित प्रमुख स्वरूप विकसित किए जा सकते हैं। व्यक्तिगत नेतृत्व का संबंध आत्मविश्वास, आत्म–अनुशासन, आत्म–नियंत्रण, समय प्रबंधन तथा व्यक्तिगत लक्ष्यों की प्राप्ति से है। खेलों में भाग लेने वाला युवा नियमित अभ्यास, शारीरिक प्रशिक्षण और प्रदर्शन सुधार के माध्यम से आत्म–प्रबंधन सीखता है।

टीम आधारित खेलों में खिलाड़ी एक–दूसरे के साथ सहयोग करते हैं। कप्तान अथवा टीम लीडर को सभी खिलाड़ियों की क्षमताओं को समझकर सामूहिक उद्देश्य की प्राप्ति के लिए उन्हें प्रेरित करना होता है। इससे सामूहिक नेतृत्व की भावना विकसित होती है।

लोकतांत्रिक नेतृत्व का आधार समान सहभागिता, संवाद, विचारों का सम्मान और सामूहिक निर्णय है। खेल टीम में रणनीति तैयार करते समय खिलाड़ियों के विचारों को सुनना तथा सभी की भूमिका का सम्मान करना लोकतांत्रिक नेतृत्व का व्यवहारिक उदाहरण है।

खेलों में नियमों का पालन, निष्पक्षता, ईमानदारी, प्रतिद्वंद्वी के प्रति सम्मान और अनुचित साधनों से बचना नैतिक नेतृत्व के प्रमुख तत्व हैं। जो युवा खेल के मैदान में नैतिक आचरण सीखता है, वह सामाजिक जीवन में भी उत्तरदायी व्यवहार विकसित कर सकता है।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

सामाजिक नेतृत्व का अर्थ समाज में व्याप्त समस्याओं की पहचान करना तथा उनके समाधान के लिए सामूहिक प्रयास करना है। युवा खेल आयोजनों, फिटनेस अभियानों, नशामुक्ति कार्यक्रमों और सामुदायिक प्रतियोगिताओं के माध्यम से सामाजिक नेतृत्व का व्यावहारिक अनुभव प्राप्त कर सकते हैं।

परिवर्तनकारी नेतृत्व का संबंध समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने, नए विचारों को प्रोत्साहित करने और दूसरों को बड़े उद्देश्यों के लिए प्रेरित करने से है। खेलों के माध्यम से प्रशिक्षित युवा सामाजिक रूढ़ियों, भेदभाव और असमानताओं के विरुद्ध सकारात्मक भूमिका निभा सकते हैं।

10. खेलों के माध्यम से नेतृत्व विकास की प्रक्रिया– खेलों में नेतृत्व विकास एक क्रमिक प्रक्रिया है। यह केवल कप्तान अथवा पदाधिकारी बनाए जाने से संभव नहीं होता, बल्कि नियमित अभ्यास, सामूहिक अनुभव, अनुशासन, प्रतिस्पर्धा और उत्तरदायित्व के माध्यम से विकसित होता है। खेलों में अनेक परिस्थितियाँ अचानक उत्पन्न होती हैं। उदाहरण के लिए फुटबॉल में पास देना, क्रिकेट में क्षेत्ररक्षण की स्थिति निर्धारित करना, कबड्डी में रणनीति बनाना अथवा वॉलीबॉल में आक्रमण एवं बचाव का निर्णय लेना तत्काल निर्णय क्षमता की माँग करता है। इन परिस्थितियों में युवा उपलब्ध विकल्पों का मूल्यांकन करना और उचित निर्णय लेना सीखते हैं। यह योग्यता भविष्य में शैक्षणिक, सामाजिक और व्यावसायिक जीवन में उपयोगी सिद्ध होती है। खेलों में सफलता और असफलता दोनों का सामना करना पड़ता है। लगातार अभ्यास, अपनी कमजोरियों को दूर करना और प्रतिस्पर्धाओं में भाग लेना युवाओं के आत्मविश्वास को मजबूत करता है। आत्मविश्वासी युवा सामाजिक समस्याओं पर अपनी बात रखने, नेतृत्व की जिम्मेदारी स्वीकार करने तथा कठिन परिस्थितियों में सकारात्मक भूमिका निभाने में अधिक सक्षम हो सकते हैं। टीम आधारित खेलों में प्रभावी संवाद अत्यंत आवश्यक है। खिलाड़ियों को अपनी बात स्पष्ट रूप से कहनी होती है तथा दूसरों की बात ध्यानपूर्वक सुननी होती है। मैदान में संकेतों, निर्देशों और पारस्परिक संवाद के माध्यम से टीम का समन्वय स्थापित होता है। इससे युवाओं में संचार कौशल, सक्रिय श्रवण, विचार अभिव्यक्ति और पारस्परिक समझ विकसित होती है। खेलों में निर्धारित समय पर अभ्यास, नियमों का पालन, शारीरिक तैयारी और नियमितता आवश्यक होती है। खिलाड़ी को व्यक्तिगत इच्छाओं की अपेक्षा टीम के उद्देश्य को महत्व देना पड़ता है। इस प्रक्रिया से समय प्रबंधन, आत्म–नियंत्रण और उत्तरदायित्व जैसे गुण विकसित होते हैं। टीम में खिलाड़ियों के बीच मतभेद, प्रतिस्पर्धा और रणनीति संबंधी असहमति उत्पन्न हो सकती है। ऐसे अवसरों पर कप्तान एवं खिलाड़ियों को संवाद, समझौते और सहयोग के माध्यम से समस्या का समाधान करना पड़ता है। इस प्रकार खेल युवाओं को शांतिपूर्ण संघर्ष समाधान का व्यावहारिक प्रशिक्षण देते हैं। खेल में प्रत्येक खिलाड़ी की एक निर्धारित भूमिका होती है। किसी खिलाड़ी की लापरवाही पूरी टीम के प्रदर्शन को प्रभावित कर सकती है। इसलिए प्रत्येक सदस्य अपने दायित्व को समझता है और सामूहिक लक्ष्य के प्रति उत्तरदायी बनता है। यह भावना सामाजिक जीवन में नागरिक उत्तरदायित्व और सार्वजनिक कर्तव्य के विकास में उपयोगी होती है। खेलों में हार और जीत स्वाभाविक हैं। हारने पर खिलाड़ी को निराशा के स्थान पर अपनी गलतियों का विश्लेषण करना पड़ता है। इससे धैर्य, सहनशीलता, आत्म–मूल्यांकन और पुनः प्रयास करने की प्रवृत्ति विकसित होती है। यही गुण प्रभावी नेतृत्व की आधारशिला हैं।

11. सामाजिक समरसता की अवधारणा एवं महत्व– सामाजिक समरसता एक ऐसी सामाजिक स्थिति है, जिसमें समाज के विभिन्न वर्गों और समुदायों के बीच सम्मान, विश्वास, सहयोग तथा समानता के संबंध स्थापित होते हैं। यह सामाजिक शांति, एकता और सामूहिक प्रगति की महत्वपूर्ण आधारशिला है। सामाजिक

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

समरसता का अर्थ यह नहीं है कि समाज में सभी व्यक्तियों के विचार, भाषा, धर्म या संस्कृति एक समान हो जाएँ। इसका अर्थ है कि विविधताओं के बावजूद सभी व्यक्तियों को समान मानवीय गरिमा और सामाजिक अधिकार प्राप्त हों। भारतीय संदर्भ में सामाजिक समरसता का संबंध संविधान की प्रस्तावना में उल्लिखित न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुता के आदर्शों से है। संविधान के अनुच्छेद 14 से 17 समानता एवं अस्पृश्यता के उन्मूलन, अनुच्छेद 19 स्वतंत्रता, अनुच्छेद 21 जीवन एवं व्यक्तिगत स्वतंत्रता तथा अनुच्छेद 29–30 सांस्कृतिक एवं शैक्षणिक अधिकारों की रक्षा करते हैं। सामाजिक समरसता के लिए निम्नलिखित तत्व महत्वपूर्ण हैं–

– सामाजिक समानता और समान अवसर।
– जाति एवं धर्म आधारित भेदभाव का विरोध।
– लैंगिक समानता एवं सम्मान।
– सांस्कृतिक विविधता की स्वीकृति।
– पारस्परिक विश्वास एवं सहयोग।
– संवाद और सहिष्णुता।
– लोकतांत्रिक सहभागिता।
– कमजोर एवं वंचित वर्गों का समावेशन।
– राष्ट्रीय एकता एवं संवैधानिक मूल्यों के प्रति सम्मान।

खेल इन सभी तत्वों को व्यावहारिक रूप से विकसित करने का अवसर प्रदान करते हैं।

12. सामाजिक समरसता के विकास में खेलों की भूमिका–भारतीय समाज में जातिगत विभाजन ऐतिहासिक रूप से सामाजिक संबंधों और अवसरों को प्रभावित करता रहा है। खेलों का मैदान इस विभाजन को चुनौती देने की क्षमता रखता है, क्योंकि टीम आधारित खेलों में खिलाड़ी की उपयोगिता उसके कौशल, प्रयास और सामूहिक योगदान से निर्धारित होती है। जब विभिन्न जातीय पृष्ठभूमियों के युवा एक ही टीम में खेलते हैं, तो उनके बीच संपर्क, संवाद और सहयोग बढ़ता है। एक–दूसरे की क्षमताओं को स्वीकार करने से सामाजिक पूर्वाग्रहों में कमी आने की संभावना बनती है। हालाँकि यह ध्यान रखना आवश्यक है कि केवल खेल में सहभागिता से जातिगत भेदभाव स्वतः समाप्त नहीं हो जाता। यदि खेल संस्थानों में चयन, संसाधन वितरण और प्रशिक्षण के स्तर पर भेदभाव मौजूद है, तो खेल भी असमानता को दोहरा सकते हैं। इसलिए खेलों में वास्तविक सामाजिक समरसता के लिए निष्पक्ष अवसर और समान व्यवहार आवश्यक हैं। भारत में विभिन्न धर्मों के लोग एक साथ रहते हैं। कभी–कभी धार्मिक पहचान सामाजिक दूरी और तनाव का कारण बन सकती है। खेल एक साझा गतिविधि के रूप में विभिन्न धार्मिक समुदायों के युवाओं को एक मंच प्रदान करते हैं। जब अलग–अलग धार्मिक समुदायों के युवा क्रिकेट, फुटबॉल, हॉकी या कबड्डी की टीम में एक साथ भाग लेते हैं, तो उनके बीच सहयोग और पारस्परिक विश्वास विकसित होता है। टीम का उद्देश्य व्यक्तिगत धार्मिक पहचान से ऊपर उठकर सामूहिक उपलब्धि बन जाता है। इससे धार्मिक विविधता के प्रति सम्मान और सामाजिक सद्भाव को बढ़ावा मिल सकता है। भारत की भाषाई और क्षेत्रीय विविधता उसकी सांस्कृतिक विशेषता है। खेलों में विभिन्न राज्यों और क्षेत्रों के खिलाड़ी एक साथ प्रशिक्षण एवं प्रतियोगिताओं में भाग लेते हैं। राष्ट्रीय स्तर की खेल प्रतियोगिताएँ युवाओं को अलग–अलग भाषाओं और संस्कृतियों से परिचित कराती हैं। इससे क्षेत्रीय पूर्वाग्रहों में कमी और राष्ट्रीय पहचान की भावना को बल मिलता है।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

आर्थिक असमानता सामाजिक संबंधों को प्रभावित करती है। खेलों के माध्यम से आर्थिक रूप से कमजोर और संपन्न वर्गों के युवाओं को समान मंच पर लाया जा सकता है। यदि खेल सुविधाएँ निःशुल्क या कम लागत पर उपलब्ध कराई जाएँ, तो ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों के प्रतिभाशाली युवाओं को अपनी क्षमता प्रदर्शित करने का अवसर प्राप्त हो सकता है। दिव्यांग व्यक्तियों की सामाजिक सहभागिता समानता आधारित समाज के लिए आवश्यक है। पैरा–स्पोर्ट्स, व्हीलचेयर बास्केटबॉल, ब्लाइंड क्रिकेट और अन्य अनुकूलित खेल दिव्यांग युवाओं की क्षमताओं को प्रदर्शित करने का अवसर देते हैं। इससे समाज में दिव्यांगता के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित होता है और समान अधिकारों की भावना मजबूत होती है। ग्रामीण और शहरी युवाओं के जीवन अनुभव, सुविधाएँ और अवसर अलग–अलग होते हैं। खेल प्रतियोगिताएँ इन दोनों समूहों को एक मंच पर ला सकती हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में कबड्डी, खो–खो, कुश्ती, दौड़ और पारंपरिक खेलों की लोकप्रियता है, जबकि शहरी क्षेत्रों में आधुनिक खेल सुविधाओं का विस्तार अधिक हो सकता है। दोनों के बीच खेल आदान–प्रदान से सांस्कृतिक एवं सामाजिक संपर्क बढ़ता है।

13. युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता के विकास में विभिन्न खेलों की भूमिका– भारत में खेलों की विविध परंपरा रही है। यहाँ पारंपरिक ग्रामीण खेलों से लेकर आधुनिक अंतरराष्ट्रीय खेलों तक व्यापक खेल संस्कृ ति विकसित हुई है। प्रत्येक खेल युवाओं में अलग–अलग प्रकार के नेतृत्व एवं सामाजिक कौशल विकसित करने की क्षमता रखता है।

क्रिकेट भारत में अत्यंत लोकप्रिय खेल है। इसमें टीम के प्रत्येक सदस्य की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। कप्तान को खिलाड़ियों का चयन, क्षेत्ररक्षण की व्यवस्था, गेंदबाजी में परिवर्तन तथा खेल की परिस्थितियों के अनुसार रणनीति बनानी पड़ती है। क्रिकेट के माध्यम से निम्नलिखित गुण विकसित होते हैं–

– नेतृत्व एवं निर्णय क्षमता।
– सामूहिक उत्तरदायित्व।
– धैर्य एवं आत्मसंयम।
– प्रतिद्वंद्वी के प्रति सम्मान।
– कठिन परिस्थितियों में टीम का मनोबल बनाए रखना।
– जीत और हार को समान भाव से स्वीकार करना।

क्रिकेट प्रतियोगिताओं में विभिन्न सामाजिक एवं क्षेत्रीय पृष्ठभूमियों के युवाओं की सहभागिता सामाजिक संपर्क और राष्ट्रीय एकता को प्रोत्साहित कर सकती है।

फुटबॉल सामूहिक सहयोग और त्वरित निर्णय क्षमता पर आधारित खेल है। इसमें प्रत्येक खिलाड़ी को टीम के अन्य सदस्यों के साथ लगातार समन्वय बनाए रखना पड़ता है। फुटबॉल में नेतृत्व केवल कप्तान तक सीमित नहीं होता, बल्कि मैदान में प्रत्येक खिलाड़ी परिस्थितियों के अनुसार नेतृत्व की भूमिका निभा सकता है। इससे साझा नेतृत्व और सामूहिक निर्णय लेने की प्रवृत्ति विकसित होती है। फुटबॉल स्थानीय समुदायों में विभिन्न वर्गों के युवाओं को जोड़ने का माध्यम भी बन सकता है।

कबड्डी भारतीय पारंपरिक खेल संस्कृति का महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह खेल शारीरिक क्षमता, मानसिक सतर्कता, साहस, रणनीति और टीमवर्क पर आधारित है। कबड्डी में खिलाड़ी को सीमित समय में निर्णय

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

लेना पड़ता है। रेडर तथा रक्षक दोनों को अपने साथियों के साथ समन्वय बनाकर खेलना होता है। इससे युवाओं में–

– साहस एवं आत्मविश्वास।
– सामूहिक रणनीति निर्माण।
– जोखिम प्रबंधन।
– त्वरित निर्णय क्षमता।
– पारस्परिक विश्वास।
– स्वदेशी खेल संस्कृति के प्रति सम्मान।

जैसे गुण विकसित होते हैं।

हॉकी में गति, अनुशासन, समन्वय और रणनीतिक सोच का विशेष महत्व है। इसमें खिलाड़ियों को व्यक्तिगत प्रदर्शन के बजाय टीम के सामूहिक लक्ष्य को प्राथमिकता देनी पड़ती है। हॉकी का इतिहास भारतीय राष्ट्रीय गौरव से भी जुड़ा हुआ है। इस खेल के माध्यम से युवाओं में राष्ट्रीय पहचान, सामूहिक प्रयास और प्रतिस्पर्धात्मक भावना का विकास किया जा सकता है।

वॉलीबॉल में प्रत्येक खिलाड़ी की भूमिका टीम के सामूहिक प्रदर्शन से जुड़ी होती है। इसमें खिलाड़ी को अपने साथियों की गतिविधियों के प्रति सतर्क रहना पड़ता है। यह खेल सहयोग, आपसी विश्वास, संवाद और सामूहिक उत्तरदायित्व का उत्कृष्ट उदाहरण है। विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में वॉलीबॉल प्रतियोगिताओं के माध्यम से युवा नेतृत्व को प्रोत्साहित किया जा सकता है।

एथलेटिक्स में व्यक्तिगत परिश्रम, लक्ष्य निर्धारण, नियमित अभ्यास और आत्म–अनुशासन की विशेष भूमिका होती है। व्यक्तिगत खेल होने के बावजूद इसमें प्रतिस्पर्धात्मक नैतिकता, समय प्रबंधन, धैर्य और आत्म–प्रेरणा विकसित होती है। एथलेटिक्स युवाओं को यह समझने का अवसर देता है कि नेतृत्व की शुरुआत स्वयं के प्रति उत्तरदायी बनने से होती है।

बैडमिंटन एवं टेबल टेनिस, जैसे खेलों में एकाग्रता, रणनीतिक सोच, मानसिक संतुलन और त्वरित निर्णय क्षमता आवश्यक होती है। खिलाड़ी प्रतिस्पर्धी परिस्थितियों में धैर्य रखना और अपनी कमजोरियों को सुधारना सीखते हैं। युवा इन खेलों के माध्यम से आत्म–नेतृत्व, आत्मविश्वास और स्वस्थ प्रतिस्पर्धा की भावना विकसित कर सकते हैं।

पारंपरिक एवं स्वदेशी खेल जैसे खो–खो, कुश्ती, मलखंभ, गिल्ली–डंडा, रस्साकशी तथा विभिन्न क्षेत्रीय खेल भारतीय सामाजिक एवं सांस्कृतिक विरासत का हिस्सा हैं। इन खेलों का संरक्षण युवाओं को अपनी सांस्कृतिक परंपराओं से जोड़ता है। पारंपरिक खेल सामान्यतः सामुदायिक सहभागिता पर आधारित होते हैं, इसलिए इनमें सामाजिक संपर्क और स्थानीय एकता विकसित करने की पर्याप्त संभावनाएँ हैं।

14. खेलों के माध्यम से लैंगिक समानता एवं महिला नेतृत्व का विकास– सामाजिक समरसता की स्थापना तब तक संभव नहीं है, जब तक महिलाओं और पुरुषों को समान अवसर एवं सम्मान प्राप्त न हों। भारतीय समाज में लंबे समय तक खेलों को पुरुषों की गतिविधि के रूप में देखा जाता रहा है। अनेक क्षेत्रों में लड़कियों की खेल सहभागिता सामाजिक रूढ़ियों, सुरक्षा संबंधी चिंताओं, संसाधनों की कमी और पारिवारिक

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

प्रतिबंधों से प्रभावित होती है। हालाँकि वर्तमान समय में महिला खिलाड़ियों ने राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर उल्लेखनीय उपलब्धियाँ प्राप्त की हैं। महिला क्रिकेट, हॉकी, बैडमिंटन, कुश्ती, मुक्केबाजी, एथलेटिक्स और अन्य खेलों में भारतीय महिलाओं की उपलब्धियों ने सामाजिक दृष्टिकोण में परिवर्तन लाने में योगदान दिया है। महिला खेल सहभागिता के माध्यम से निम्नलिखित परिवर्तन संभव हैं–

पहला, आत्मनिर्भरता, खेलों में नियमित भागीदारी महिलाओं में आत्मविश्वास और आत्मनिर्भरता की भावना को मजबूत करती है।

दूसरा, नेतृत्व क्षमता, महिला खिलाड़ियों को कप्तान, प्रशिक्षक, निर्णायक और खेल प्रशासक के रूप में अवसर मिलने से नेतृत्व का विकास होता है।

तीसरा, सामाजिक रूढ़ियों में परिवर्तन, महिला खिलाड़ियों की उपलब्धियाँ पारंपरिक लैंगिक धारणाओं को चुनौती देती हैं।

चौथा, समान अवसर, खेलों में महिला एवं पुरुष खिलाड़ियों के लिए समान सुविधाएँ सामाजिक समानता को प्रोत्साहित करती हैं।

पाँचवाँ, निर्णय क्षमता, खेलों में भाग लेने वाली महिलाएँ प्रतिस्पर्धात्मक परिस्थितियों में स्वतंत्र निर्णय लेना सीखती हैं।

छठा, सामाजिक पहचान, खेलों में उपलब्धियाँ महिलाओं को नई सामाजिक पहचान प्रदान करती हैं और उन्हें अन्य युवतियों के लिए प्रेरणास्रोत बनाती हैं।

महाविद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में महिला खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन विशेष रूप से महत्वपूर्ण है। महिला खिलाड़ियों को नेतृत्व के अवसर प्रदान करने के लिए छात्रा खेल परिषद, महिला खेल क्लब तथा महिला खेल नेतृत्व कार्यक्रम संचालित किए जाने चाहिए। यह भी आवश्यक है कि खेल संस्थानों में यौन उत्पीड़न, लैंगिक भेदभाव, असमान पुरस्कार और असुरक्षित प्रशिक्षण वातावरण के विरुद्ध प्रभावी व्यवस्था हो।

15. खेल, सामाजिक पूँजी एवं सामुदायिक विकास– सामाजिक पूँजी का अर्थ समाज में विद्यमान विश्वास, पारस्परिक सहयोग, सामाजिक नेटवर्क और सामूहिक सहभागिता से है। किसी समाज की विकास क्षमता केवल आर्थिक संसाधनों पर निर्भर नहीं करती, बल्कि उसके नागरिकों के बीच मौजूद सामाजिक संबंधों पर भी निर्भर करती है। खेल सामाजिक पूँजी के निर्माण का महत्वपूर्ण माध्यम हैं। खेल क्लब, युवा संगठन, विद्यालयी प्रतियोगिताएँ, महाविद्यालयी खेल महोत्सव और स्थानीय खेल आयोजन विभिन्न सामाजिक समूहों को एक–दूसरे के संपर्क में लाते हैं। इस संपर्क के माध्यम से सामाजिक नेटवर्क विकसित होते हैं। सामाजिक पूँजी के संदर्भ में खेलों की भूमिका को तीन प्रमुख स्तरों पर समझा जा सकता है।

आंतरिक सामाजिक पूँजी, यह समान सामाजिक अथवा सांस्कृतिक पृष्ठभूमि वाले लोगों के बीच विकसित विश्वास और सहयोग को दर्शाती है। एक ही गाँव, विद्यालय या समुदाय के युवाओं की खेल टीम इस प्रकार की सामाजिक पूँजी का उदाहरण है।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

सेतु निर्माणकारी सामाजिक पूँजी, यह विभिन्न सामाजिक, धार्मिक, जातीय, भाषाई एवं आर्थिक पृष्ठभूमियों के लोगों के बीच विकसित संबंधों को दर्शाती है। अंतरमहाविद्यालयी एवं अंतरराज्यीय खेल प्रतियोगिताएँ इस प्रकार के संबंधों को मजबूत कर सकती हैं।

संस्थागत संबंधों की सामाजिक पूँजी, इसका संबंध समुदाय और संस्थागत संरचनाओं के बीच स्थापित संबंधों से है। खेल क्लबों का प्रशासन, स्थानीय निकायों, विश्वविद्यालयों, खेल विभागों और सरकारी संस्थाओं से जुड़ना इसका उदाहरण है।

इन तीनों प्रकार की सामाजिक पूँजी के विकास से युवाओं को नेतृत्व के अवसर, संसाधनों तक पहुँच तथा सामुदायिक निर्णय प्रक्रिया में सहभागिता प्राप्त हो सकती है।

16. खेल एवं लोकतांत्रिक मूल्यों का विकास– लोकतंत्र केवल राजनीतिक संस्थाओं और चुनावों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक सामाजिक जीवन पद्धति भी है। लोकतांत्रिक समाज में समानता, स्वतंत्रता, सहभागिता, सहिष्णुता, संवाद और पारस्परिक सम्मान महत्वपूर्ण हैं। खेलों में इन मूल्यों का व्यावहारिक प्रशिक्षण प्राप्त होता है।

समानता, खेल के नियम सभी खिलाड़ियों पर समान रूप से लागू होते हैं। इससे समान अवसर और निष्पक्षता की भावना विकसित होती है।

स्वतंत्रता, खिलाड़ियों को खेल की परिस्थितियों के अनुसार निर्णय लेने की स्वतंत्रता प्राप्त होती है, बशर्ते वे निर्धारित नियमों का पालन करें।

सहभागिता, टीम के प्रत्येक सदस्य की भागीदारी सामूहिक सफलता के लिए महत्वपूर्ण होती है।

सहिष्णुता, खिलाड़ियों को विभिन्न क्षमताओं, विचारों और व्यवहारों वाले साथियों के साथ काम करना पड़ता है।

न्याय, निर्णायक द्वारा निष्पक्ष निर्णय और नियमों का पालन न्याय की अवधारणा को व्यवहारिक रूप देते हैं।

उत्तरदायित्व, प्रत्येक खिलाड़ी अपनी भूमिका के प्रति जवाबदेह होता है।

इस प्रकार खेलों को लोकतांत्रिक नागरिकता के अनौपचारिक प्रशिक्षण का माध्यम कहा जा सकता है।

17. खेल एवं राष्ट्रीय एकता का संबंध– राष्ट्रीय एकता किसी भी बहुलतावादी राष्ट्र की स्थिरता और प्रगति के लिए आवश्यक है। भारत में भाषाई, धार्मिक, जातीय एवं क्षेत्रीय विविधता के बावजूद राष्ट्रीय एकता की भावना को मजबूत करना महत्वपूर्ण सामाजिक एवं राजनीतिक उद्देश्य है। खेल इस उद्देश्य की प्राप्ति में प्रभावी भूमिका निभा सकते हैं। राष्ट्रीय खेल प्रतियोगिताओं में विभिन्न राज्यों के खिलाड़ी एक ही राष्ट्रीय पहचान के अंतर्गत भाग लेते हैं। अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भारतीय खिलाड़ी देश का प्रतिनिधित्व करते हैं। उनकी सफलता पर विभिन्न क्षेत्रों, भाषाओं और समुदायों के नागरिक एक साथ गर्व का अनुभव करते हैं। खेलों के माध्यम से राष्ट्रीय एकता के निम्नलिखित आयाम विकसित होते हैं–

1. राष्ट्रीय पहचान एवं गौरव।
2. विभिन्न राज्यों के बीच सांस्कृतिक संपर्क।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

3. भाषाई एवं क्षेत्रीय विविधता का सम्मान।
4. सामूहिक उपलब्धियों के प्रति गर्व।
5. राष्ट्रीय स्तर पर युवाओं का नेटवर्क निर्माण।
6. अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भारत की सकारात्मक छवि।
7. सामाजिक एवं सांस्कृतिक सहयोग।

खेलों के माध्यम से राष्ट्रीय एकता को मजबूत करने के लिए अंतरराज्यीय युवा खेल महोत्सव, विश्वविद्यालय खेल प्रतियोगिताएँ, राष्ट्रीय एकता खेल शिविर और पारंपरिक खेलों के आदान–प्रदान जैसे कार्यक्रम उपयोगी हो सकते हैं।

18. भारत में खेल विकास से संबंधित नीतियाँ एवं कार्यक्रम– भारत सरकार ने खेलों के विकास को युवाओं के समग्र विकास, स्वास्थ्य, प्रतिभा संवर्धन और सामाजिक समावेशन से जोड़ने के लिए अनेक कार्यक्रम प्रारंभ किए हैं।

खेलो इंडिया कार्यक्रम– खेलो इंडिया भारत सरकार की एक प्रमुख खेल विकास पहल है। इसका उद्देश्य देश में खेल संस्कृति को बढ़ावा देना, जमीनी स्तर पर प्रतिभाओं की पहचान करना, खेल सुविधाओं का विकास करना और युवाओं को खेलों में भाग लेने के अवसर प्रदान करना है। इस कार्यक्रम में खेल अवसंरचना, प्रतियोगिताएँ, प्रतिभा विकास, प्रशिक्षण केंद्र और समावेशी खेल सहभागिता को महत्व दिया गया है। खेलो इंडिया का व्यापक उद्देश्य केवल अंतरराष्ट्रीय पदक प्राप्त करना नहीं, बल्कि बच्चों एवं युवाओं का समग्र विकास, सामुदायिक विकास, सामाजिक एकीकरण, लैंगिक समानता, स्वस्थ जीवनशैली और राष्ट्रीय गौरव भी है। वर्ष 2025 की खेल नीति में खेलों को सामाजिक विकास, शिक्षा और सामुदायिक सहभागिता के साथ जोड़ने पर विशेष बल दिया गया। वर्ष 2026– 2031 के लिए खेलो इंडिया योजना के पुनर्गठन में प्रतिभा विकास, प्रशिक्षण सुविधाओं और खेल पारिस्थितिकी तंत्र के विस्तार को प्राथमिकता दी गई है।

फिट इंडिया आंदोलन – फिट इंडिया आंदोलन की शुरुआत 29 अगस्त 2019 को की गई थी। इसका उद्देश्य शारीरिक सक्रियता को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना और नागरिकों में स्वस्थ जीवनशैली के प्रति जागरूकता विकसित करना है। इस अभियान के अंतर्गत विद्यालयों, महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों, पंचायतों और स्थानीय समुदायों को फिटनेस गतिविधियों से जोड़ने पर बल दिया गया है। स्वदेशी खेलों एवं विभिन्न शारीरिक गतिविधियों को प्रोत्साहित करना भी इसके उद्देश्यों में शामिल है। युवा नेतृत्व की दृष्टि से फिट इंडिया आंदोलन का महत्व इस बात में है कि युवा स्वयं फिटनेस गतिविधियों का आयोजन कर सकते हैं और अपने समुदाय में स्वास्थ्य एवं खेल जागरूकता के नेतृत्वकर्ता बन सकते हैं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020– राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने शिक्षा के समग्र दृष्टिकोण को अपनाते हुए खेलों को शिक्षण प्रक्रिया का महत्वपूर्ण हिस्सा माना है। नीति में खेल–एकीकृत शिक्षा के माध्यम से सहयोग, आत्म–पहल, आत्म–अनुशासन, टीमवर्क, उत्तरदायित्व और नागरिकता संबंधी कौशल विकसित करने पर बल दिया गया है। इस नीति का महत्व इसलिए है क्योंकि यह खेलों को केवल शारीरिक शिक्षा तक सीमित नहीं रखती, बल्कि उन्हें जीवन कौशल एवं अनुभवात्मक शिक्षा से जोड़ती है।

19. खेलों के माध्यम से सामाजिक समरसता विकसित करने की कार्ययोजना– खेलों के माध्यम से सामाजिक समरसता विकसित करने के लिए आवश्यक है कि खेल गतिविधियों को केवल मनोरंजन अथवा प्रतियोगिता

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

तक सीमित न रखकर उन्हें सामाजिक एकता, सहयोग, समानता और सामुदायिक सहभागिता का प्रभावी माध्यम बनाया जाए। इसके लिए विद्यालयों, महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों, ग्राम पंचायतों तथा स्थानीय युवा संगठनों के संयुक्त प्रयासों से नियमित खेल कार्यक्रम आयोजित किए जाने चाहिए। इन कार्यक्रमों में विभिन्न जातियों, धर्मों, भाषाओं, क्षेत्रों और आर्थिक पृष्ठभूमियों के युवाओं को समान अवसर प्रदान किए जाएँ, जिससे उनके बीच पारस्परिक संवाद, विश्वास और सहयोग की भावना विकसित हो सके। ग्रामीण एवं शहरी युवाओं को एक मंच पर लाने के लिए अंतरमहाविद्यालयी, अंतरजनपदीय एवं अंतरराज्यीय खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाना चाहिए। ऐसी प्रतियोगिताओं में टीमों का गठन सामाजिक विविधता को ध्यान में रखकर किया जाए, ताकि विभिन्न समुदायों के युवा एक–दूसरे के साथ मिलकर सामूहिक लक्ष्य प्राप्त करने का अनुभव प्राप्त कर सकें।

महिला एवं पुरुष युवाओं की समान सहभागिता सुनिश्चित करने के लिए विशेष खेल महोत्सव आयोजित किए जाने चाहिए। ग्रामीण क्षेत्रों की बालिकाओं को खेलों से जोड़ने के लिए सुरक्षित खेल मैदान, महिला प्रशिक्षक, आवश्यक उपकरण और प्रोत्साहन राशि उपलब्ध कराई जानी चाहिए। इसी प्रकार दिव्यांग युवाओं की सहभागिता सुनिश्चित करने के लिए समावेशी खेल प्रतियोगिताएँ आयोजित की जाएँ, जिनमें उनकी शारीरिक क्षमताओं के अनुरूप खेल सुविधाएँ उपलब्ध हों। कबड्डी, खो–खो, कुश्ती, मलखंभ, रस्साकशी तथा अन्य पारंपरिक भारतीय खेलों को प्रोत्साहित करके युवाओं में सांस्कृतिक विरासत के प्रति सम्मान एवं सामुदायिक एकता की भावना विकसित की जा सकती है। खेल प्रतियोगिताओं के साथ संविधान की प्रस्तावना, समानता, स्वतंत्रता, सामाजिक न्याय, बंधुत्व और मानवीय गरिमा जैसे मूल्यों पर आधारित जागरूकता कार्यक्रम भी आयोजित किए जाने चाहिए। युवाओं में सामाजिक नेतृत्व विकसित करने के लिए प्रत्येक खेल प्रतियोगिता में विद्यार्थियों को आयोजन, प्रबंधन, टीम संचालन और अनुशासन संबंधी जिम्मेदारियाँ दी जानी चाहिए। उन्हें खेल कप्तान, टीम समन्वयक, स्वयंसेवक और आयोजन प्रतिनिधि के रूप में कार्य करने के अवसर प्रदान किए जाएँ, जिससे उनमें निर्णय क्षमता, संवाद कौशल, नेतृत्व, उत्तरदायित्व और सामूहिक कार्य करने की योग्यता विकसित हो सके। खेलों को नशामुक्ति अभियान, स्वच्छता अभियान, पर्यावरण संरक्षण, बालिका शिक्षा तथा सामाजिक जागरूकता कार्यक्रमों से भी जोड़ा जाना चाहिए। इसके लिए युवा खेल क्लबों के माध्यम से नियमित गतिविधियाँ संचालित की जा सकती हैं। ग्राम पंचायतों एवं नगर निकायों को स्थानीय स्तर पर खेल मैदानों का विकास, खेल उपकरणों की उपलब्धता तथा प्रतियोगिताओं के लिए आवश्यक आर्थिक सहायता प्रदान करनी चाहिए। महाविद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में खेल परिषदों का गठन करके विभिन्न विभागों के विद्यार्थियों को संयुक्त खेल गतिविधियों में शामिल किया जाना चाहिए। खेल प्रशिक्षकों एवं आयोजकों को लैंगिक संवेदनशीलता, सामाजिक समानता, भेदभाव निषेध और सुरक्षित खेल वातावरण के संबंध में प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए। खेल प्रतियोगिताओं में चयन प्रक्रिया पारदर्शी रखी जाए तथा जाति, धर्म, लिंग, भाषा अथवा आर्थिक स्थिति के आधार पर किसी भी प्रकार का भेदभाव न होने दिया जाए। खेलों के माध्यम से विकसित सामाजिक संबंधों को स्थायी बनाने के लिए प्रतियोगिताओं के बाद भी युवाओं के बीच संवाद, सांस्कृतिक आदान–प्रदान और सामुदायिक सहयोग की गतिविधियाँ जारी रखी जानी चाहिए। इन कार्यक्रमों की सफलता का मूल्यांकन केवल खिलाड़ियों की संख्या अथवा प्राप्त पदकों के आधार पर न करके सामाजिक सहभागिता, महिला प्रतिनिधित्व, नेतृत्व विकास, विभिन्न समुदायों के बीच सहयोग तथा सामाजिक विश्वास में होने वाले सकारात्मक परिवर्तनों के आधार

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

पर किया जाना चाहिए। इस प्रकार खेलों को सामाजिक विकास की सुनियोजित प्रक्रिया से जोड़कर युवाओं में समानता, सहयोग, सहिष्णुता, बंधुत्व और राष्ट्रीय एकता की भावना विकसित की जा सकती है तथा एक समावेशी, संवेदनशील और समरस समाज के निर्माण को गति प्रदान की जा सकती है।

20. शैक्षणिक संस्थानों में खेल आधारित युवा नेतृत्व का विकास– शैक्षणिक संस्थानों में खेल आधारित युवा नेतृत्व का विकास विद्यार्थियों के व्यक्तित्व निर्माण, आत्मविश्वास, निर्णय क्षमता, अनुशासन, उत्तरदायित्व तथा सामाजिक सहभागिता को प्रोत्साहित करने का एक प्रभावी माध्यम है। विद्यालयों, महाविद्यालयों और विश्वविद्यालयों में खेल गतिविधियों को केवल शारीरिक स्वास्थ्य एवं मनोरंजन तक सीमित न रखकर नेतृत्व विकास की एक महत्वपूर्ण शैक्षणिक प्रक्रिया के रूप में अपनाया जाना चाहिए। खेल के मैदान में विद्यार्थी टीम का नेतृत्व करना, सामूहिक निर्णय लेना, कठिन परिस्थितियों का सामना करना, सहयोगियों को प्रोत्साहित करना तथा हार–जीत को समान भाव से स्वीकार करना सीखते हैं। ये सभी गुण प्रभावी युवा नेतृत्व के आधार हैं। शैक्षणिक संस्थानों में खेल आधारित युवा नेतृत्व के विकास के लिए नियमित खेल प्रतियोगिताओं, अंतरमहाविद्यालयीय टूर्नामेंट, वार्षिक खेलकूद समारोह, टीम आधारित गतिविधियों तथा सामुदायिक खेल आयोजनों को प्रोत्साहित करना आवश्यक है। विद्यार्थियों को केवल खिलाड़ी के रूप में ही नहीं, बल्कि टीम कप्तान, खेल सचिव, आयोजन समन्वयक, निर्णायक सहायक और स्वयंसेवक जैसी जिम्मेदारियाँ भी प्रदान की जानी चाहिए। इससे उनमें संगठनात्मक क्षमता, संवाद कौशल, समय प्रबंधन, समस्या समाधान तथा निर्णय लेने की योग्यता विकसित होती है। खेल समितियों में विद्यार्थियों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करके उन्हें कार्यक्रमों की योजना बनाने, संसाधनों का प्रबंधन करने और प्रतियोगिताओं के संचालन का व्यावहारिक अनुभव दिया जा सकता है।

खेल आधारित नेतृत्व विकास की प्रक्रिया में सामाजिक समरसता और समावेशिता को विशेष महत्व दिया जाना चाहिए। विभिन्न जातियों, धर्मों, भाषाओं, आर्थिक वर्गों और ग्रामीण एवं शहरी पृष्ठभूमि से आने वाले विद्यार्थियों को एक ही टीम में शामिल करने से उनमें पारस्परिक सहयोग, समानता, सहिष्णुता और भाईचारे की भावना विकसित होती है। इस प्रकार खेल सामाजिक विभाजनों को कम करने तथा सामूहिक पहचान को मजबूत बनाने का माध्यम बन सकते हैं। छात्राओं, दिव्यांग विद्यार्थियों और सामाजिक एवं आर्थिक रूप से वंचित वर्गों की खेल गतिविधियों में समान भागीदारी सुनिश्चित करना भी आवश्यक है। इसके लिए संस्थानों को सुरक्षित खेल वातावरण, आवश्यक उपकरण, प्रशिक्षित महिला प्रशिक्षक और सुलभ खेल सुविधाएँ उपलब्ध करानी चाहिए। महाविद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में खेलों के माध्यम से नेतृत्व विकास हेतु खेल प्रशिक्षण शिविर, नेतृत्व कार्यशालाएँ, खेल प्रबंधन संबंधी व्याख्यान, पूर्व खिलाड़ियों के साथ संवाद तथा सामुदायिक खेल अभियान आयोजित किए जा सकते हैं। विद्यार्थियों को स्थानीय विद्यालयों, ग्राम पंचायतों और सामाजिक संगठनों के सहयोग से खेल गतिविधियों के आयोजन का अवसर प्रदान किया जाना चाहिए। इससे उनमें सामाजिक उत्तरदायित्व, जनसंपर्क और सामुदायिक सहभागिता की भावना विकसित होगी। खेलों को नशामुक्ति, स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, बालिका शिक्षा और लैंगिक समानता जैसे सामाजिक अभियानों से जोड़कर युवा नेतृत्व को व्यापक सामाजिक उद्देश्यों के प्रति संवेदनशील बनाया जा सकता है।

शिक्षकों, शारीरिक शिक्षा प्रशिक्षकों और संस्थागत प्रशासन की भूमिका भी इस दिशा में अत्यंत महत्वपूर्ण है। उन्हें विद्यार्थियों में प्रतिस्पर्धा के साथ सहयोग, अनुशासन के साथ मानवीय संवेदना तथा व्यक्तिगत उपलब्धि के साथ सामूहिक कल्याण की भावना विकसित करनी चाहिए। खेल प्रतिभाओं का चयन

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

पारदर्शी और निष्पक्ष प्रक्रिया से होना चाहिए तथा आर्थिक स्थिति के कारण किसी भी विद्यार्थी को अवसरों से वंचित नहीं किया जाना चाहिए। संस्थानों को खेल सुविधाओं के विकास, पर्याप्त बजट, नियमित प्रशिक्षण और खेल सामग्री की उपलब्धता पर ध्यान देना चाहिए।

अंततः शैक्षणिक संस्थानों में खेल आधारित युवा नेतृत्व का मूल्यांकन केवल पदक, पुरस्कार और प्रतियोगिताओं में प्राप्त उपलब्धियों के आधार पर नहीं किया जाना चाहिए, बल्कि विद्यार्थियों के आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता, टीम भावना, सामाजिक व्यवहार, लैंगिक संवेदनशीलता, सहयोगात्मक दृष्टिकोण और सामुदायिक योगदान में आए परिवर्तन के आधार पर भी किया जाना चाहिए। इस प्रकार खेल शिक्षा और नेतृत्व विकास के बीच समन्वय स्थापित करके ऐसे जागरूक, अनुशासित, संवेदनशील और उत्तरदायी युवाओं का निर्माण किया जा सकता है, जो भविष्य में लोकतांत्रिक मूल्यों, सामाजिक समरसता और राष्ट्र निर्माण को सुदृढ़ करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकें।

21. युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता के लिए सुझाव– प्रस्तुत अध्ययन के आधार पर निम्नलिखित सुझाव दिए जा सकते हैं–

1. शैक्षणिक संस्थानों में खेलों को केवल शारीरिक गतिविधि न मानकर नेतृत्व विकास एवं सामाजिक शिक्षा का महत्वपूर्ण माध्यम बनाया जाना चाहिए।
2. विद्यालयों, महाविद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में नियमित खेल प्रतियोगिताओं और सामूहिक खेल गतिविधियों का आयोजन किया जाना चाहिए।
3. विभिन्न जातियों, धर्मों, भाषाओं एवं आर्थिक पृष्ठभूमियों के युवाओं को एक ही खेल टीम में शामिल करने के अवसर प्रदान किए जाने चाहिए।
4. खेल समितियों एवं युवा संगठनों में विद्यार्थियों को नेतृत्वकारी जिम्मेदारियाँ सौंपी जानी चाहिए, जिससे उनमें निर्णय लेने और संगठन संचालन की क्षमता विकसित हो।
5. छात्राओं की खेल गतिविधियों में समान भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए सुरक्षित वातावरण, पर्याप्त सुविधाएँ और प्रोत्साहन उपलब्ध कराया जाना चाहिए।
6. ग्रामीण एवं शहरी युवाओं के बीच संवाद और सहयोग बढ़ाने के लिए अंतरक्षेत्रीय खेल प्रतियोगिताएँ आयोजित की जानी चाहिए।
7. दिव्यांग युवाओं और सामाजिक रूप से वंचित वर्गों के लिए समावेशी खेल कार्यक्रम विकसित किए जाने चाहिए।
8. खेल प्रशिक्षकों एवं शिक्षकों को लैंगिक समानता, सामाजिक न्याय, मानवीय संवेदनशीलता और समावेशी नेतृत्व का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
9. युवाओं में अनुशासन, सहयोग, सहिष्णुता, पारस्परिक सम्मान और सामूहिक उत्तरदायित्व जैसे लोकतांत्रिक मूल्यों को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।
10. खेल गतिविधियों को नशामुक्ति, स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, बालिका शिक्षा और सामाजिक जागरूकता अभियानों से जोड़ा जाना चाहिए।
11. प्रत्येक शैक्षणिक संस्थान में युवा नेतृत्व विकास एवं खेल गतिविधियों के संचालन के लिए सक्रिय खेल एवं युवा नेतृत्व समिति गठित की जानी चाहिए।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

12. विद्यार्थियों को खेल आयोजनों की योजना, प्रबंधन, वित्तीय व्यवस्था और संचालन में प्रत्यक्ष भागीदारी प्रदान की जानी चाहिए।
13. खेल प्रतिभाओं की पहचान एवं चयन में पारदर्शिता, निष्पक्षता और समान अवसर के सिद्धांतों का पालन किया जाना चाहिए।
14. स्थानीय प्रशासन, ग्राम पंचायतों, खेल संगठनों और शैक्षणिक संस्थानों के बीच समन्वय स्थापित करके सामुदायिक खेल केंद्र विकसित किए जाने चाहिए।
15. युवाओं को राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय खेल व्यक्तित्वों के जीवन, संघर्ष और उपलब्धियों से परिचित कराया जाना चाहिए, जिससे उनमें प्रेरणा एवं सकारात्मक नेतृत्व की भावना विकसित हो।
16. खेलों के माध्यम से जातिगत भेदभाव, धार्मिक कट्टरता, क्षेत्रीय संकीर्णता और लैंगिक असमानता जैसी सामाजिक चुनौतियों के प्रति जागरूकता उत्पन्न की जानी चाहिए।
17. युवाओं को खेल प्रतियोगिताओं में हार–जीत को सहजता से स्वीकार करने, विरोधियों का सम्मान करने और निष्पक्ष खेल भावना अपनाने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए।
18. खेल सुविधाओं के विकास के लिए पर्याप्त बजट, आधुनिक उपकरण, प्रशिक्षित प्रशिक्षक और आवश्यक आधारभूत संरचना उपलब्ध कराई जानी चाहिए।
19. युवाओं की नेतृत्व क्षमता का मूल्यांकन केवल खेल उपलब्धियों के आधार पर न करके उनके सामाजिक योगदान, सहयोगात्मक व्यवहार, निर्णय क्षमता और सामुदायिक सहभागिता के आधार पर भी किया जाना चाहिए।
20. खेलों के माध्यम से विकसित युवा नेतृत्व को लोकतांत्रिक सहभागिता, सामाजिक न्याय, संवैधानिक मूल्यों और राष्ट्र निर्माण की गतिविधियों से जोड़ा जाना चाहिए।
21. महाविद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में पूर्व खिलाड़ियों, खेल प्रशिक्षकों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और युवा नेतृत्व विशेषज्ञों के व्याख्यान एवं संवाद कार्यक्रम आयोजित किए जाने चाहिए।
22. युवाओं को स्थानीय स्तर पर खेल प्रतियोगिताओं के आयोजन के माध्यम से सामाजिक समस्याओं की पहचान करने और उनके समाधान में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।
23. पारंपरिक भारतीय खेलों जैसे कबड्डी, खो–खो, कुश्ती और मलखंभ को बढ़ावा देकर स्थानीय संस्कृति, सामुदायिक सहभागिता और सामूहिक पहचान को मजबूत किया जाना चाहिए।
24. खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले तथा सामाजिक समरसता को बढ़ावा देने वाले युवाओं को सम्मानित एवं प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।
25. खेल आधारित युवा नेतृत्व कार्यक्रमों के प्रभाव का नियमित अध्ययन एवं मूल्यांकन किया जाना चाहिए, ताकि सामाजिक सद्भाव, समानता, सहयोग और सामूहिक उत्तरदायित्व के विकास में उनकी वास्तविक भूमिका का आकलन किया जा सके।

इन सुझावों के प्रभावी क्रियान्वयन से खेलों को युवा नेतृत्व निर्माण, सामाजिक समरसता, समान अवसर, लोकतांत्रिक चेतना और राष्ट्रीय एकता के सशक्त माध्यम के रूप में विकसित किया जा सकता है।

22. निष्कर्ष – वर्तमान समय में खेलों का महत्व केवल शारीरिक स्वास्थ्य, मनोरंजन और प्रतिस्पर्धात्मक उपलब्धियों तक सीमित नहीं रह गया है, बल्कि वे सामाजिक परिवर्तन, युवा सशक्तीकरण, नेतृत्व विकास और राष्ट्रीय एकता के महत्वपूर्ण माध्यम के रूप में उभर रहे हैं। आधुनिक समाज में युवाओं की भूमिका

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

राष्ट्र निर्माण की प्रक्रिया में अत्यंत महत्वपूर्ण है। किसी भी राष्ट्र का भविष्य उसकी युवा पीढ़ी की क्षमताओं, विचारों, नेतृत्व, सामाजिक चेतना और उत्तरदायित्व पर निर्भर करता है। इसलिए युवाओं को केवल शैक्षणिक ज्ञान और रोजगार संबंधी कौशल प्रदान करना पर्याप्त नहीं है, बल्कि उनमें मानवीय संवेदनशीलता, सामाजिक सहयोग, लोकतांत्रिक चेतना और सामूहिक उत्तरदायित्व का विकास भी आवश्यक है। प्रस्तुत अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि खेल युवाओं के सर्वांगीण विकास का एक प्रभावशाली माध्यम हैं। खेलों में नियमित सहभागिता से युवाओं में आत्मविश्वास, अनुशासन, समय प्रबंधन, निर्णय क्षमता, संवाद कौशल, धैर्य, नेतृत्व और संघर्ष समाधान जैसे गुण विकसित होने की संभावनाएँ बढ़ती हैं। खेलों का विशेष महत्व इस तथ्य में निहित है कि वे युवाओं को नेतृत्व का सैद्धांतिक ज्ञान देने के साथ–साथ वास्तविक परिस्थितियों में नेतृत्व करने का अवसर भी प्रदान करते हैं। खेल के मैदान में युवा सामूहिक लक्ष्य की प्राप्ति के लिए एक–दूसरे के साथ कार्य करना सीखते हैं। उन्हें अपनी व्यक्तिगत इच्छाओं और उपलब्धियों के साथ–साथ टीम के सामूहिक हित को भी महत्व देना पड़ता है। इस प्रक्रिया में सहयोग, पारस्परिक विश्वास, समानता और उत्तरदायित्व जैसे गुण विकसित होते हैं। यही गुण प्रभावी सामाजिक एवं लोकतांत्रिक नेतृत्व की आधारशिला हैं।

सामाजिक समरसता के संदर्भ में खेलों की भूमिका और भी महत्वपूर्ण हो जाती है। भारत जैसे बहुलतावादी समाज में जाति, धर्म, भाषा, क्षेत्र, आर्थिक स्थिति और सांस्कृतिक पहचान के आधार पर अनेक प्रकार की सामाजिक विविधताएँ विद्यमान हैं। इन विविधताओं के बीच समानता, बंधुत्व और पारस्परिक सम्मान की भावना विकसित करना आवश्यक है। खेल विभिन्न सामाजिक पृष्ठभूमियों के युवाओं को एक साझा मंच प्रदान करते हैं, जहाँ वे एक–दूसरे की क्षमताओं को पहचानते हैं और सामूहिक उद्देश्य के लिए कार्य करते हैं। खेलों के माध्यम से विकसित सामाजिक संपर्क जातिगत पूर्वाग्रहों, धार्मिक दूरियों, भाषाई भिन्नताओं और क्षेत्रीय संकीर्णताओं को कम करने में सहायक हो सकता है। विभिन्न समुदायों के खिलाड़ी जब एक टीम में भाग लेते हैं, तो उनके बीच पारस्परिक निर्भरता और विश्वास विकसित होता है। इससे सामाजिक एकीकरण की संभावनाएँ मजबूत होती हैं। हालांकि यह भी स्वीकार करना आवश्यक है कि खेल अपने आप में सभी सामाजिक असमानताओं का समाधान नहीं हैं। यदि खेल संस्थानों में भी संसाधनों का असमान वितरण, चयन में पक्षपात, लैंगिक भेदभाव अथवा सामाजिक बहिष्करण मौजूद है, तो खेलों के माध्यम से समरसता स्थापित करने का उद्देश्य अधूरा रह जाएगा। इसलिए खेलों की सामाजिक उपयोगिता को सुनिश्चित करने के लिए समान अवसर, निष्पक्षता और समावेशी व्यवस्था आवश्यक है। महिला सशक्तीकरण के क्षेत्र में खेलों की भूमिका विशेष रूप से उल्लेखनीय है। खेलों में महिलाओं की बढ़ती भागीदारी पारंपरिक सामाजिक धारणाओं को चुनौती देती है तथा महिलाओं में आत्मनिर्भरता, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता का विकास करती है। इसी प्रकार दिव्यांग युवाओं की खेल सहभागिता समानता और मानवीय गरिमा के मूल्यों को मजबूत करती है। भारतीय संदर्भ में खेलो इंडिया कार्यक्रम, फिट इंडिया आंदोलन और राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 जैसी पहलें खेलों को युवा विकास तथा सामाजिक समावेशन से जोड़ने की दिशा में महत्वपूर्ण आधार प्रदान करती हैं। राष्ट्रीय शिक्षा नीति द्वारा खेल–एकीकृत शिक्षा को प्रोत्साहित करना इस बात का संकेत है कि खेलों को शिक्षा की मुख्यधारा में शामिल करके युवाओं के जीवन कौशल एवं सामाजिक क्षमताओं का विकास किया जा सकता है। राजनीतिक एवं सामाजिक दृष्टिकोण से देखा जाए तो खेल लोकतांत्रिक मूल्यों के व्यवहारिक प्रशिक्षण का एक महत्वपूर्ण माध्यम हैं।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 05, Issue 06, June 2026

खेलों में नियमों का पालन, निष्पक्ष प्रतिस्पर्धा, प्रतिद्वंद्वी के प्रति सम्मान, सामूहिक निर्णय और समान सहभागिता जैसी प्रक्रियाएँ लोकतांत्रिक जीवन के मूल सिद्धांतों से संबंधित हैं। इसलिए खेलों को नागरिक चेतना एवं लोकतांत्रिक नेतृत्व के विकास से जोड़ना आवश्यक है। इस अध्ययन का केंद्रीय निष्कर्ष यह है कि खेलों को केवल पदक प्राप्ति अथवा प्रतिभा चयन की सीमित दृष्टि से नहीं देखा जाना चाहिए। उन्हें सामाजिक परिवर्तन, युवा नेतृत्व, लैंगिक समानता, सांस्कृतिक समन्वय, सामुदायिक विकास और राष्ट्रीय एकता की व्यापक रणनीति का हिस्सा बनाया जाना चाहिए। इसके लिए विद्यालयों, महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों, ग्राम पंचायतों और स्थानीय युवा संगठनों को खेल गतिविधियों के आयोजन में सक्रिय भूमिका निभानी होगी। युवाओं को केवल खिलाड़ी के रूप में नहीं, बल्कि टीम लीडर, आयोजक, प्रशिक्षक, निर्णायक, स्वयंसेवक और सामुदायिक परिवर्तनकर्ता के रूप में भी विकसित करना होगा।

अंततः कहा जा सकता है कि खेलों के माध्यम से विकसित युवा नेतृत्व सामाजिक समरसता को मजबूत करने तथा राष्ट्र निर्माण को नई दिशा देने की क्षमता रखता है। खेलों का वास्तविक उद्देश्य केवल प्रतियोगिता में विजय प्राप्त करना नहीं, बल्कि एक स्वस्थ, अनुशासित, संवेदनशील, समानतापूर्ण और सहयोगी समाज का निर्माण करना भी है। जब खेल का मैदान जाति, धर्म, भाषा, लिंग और आर्थिक स्थिति से ऊपर उठकर समान अवसर एवं मानवीय सम्मान का मंच बनेगा, तभी खेलों की सामाजिक उपयोगिता अपने वास्तविक अर्थों में सार्थक होगी। इस प्रकार खेलों के माध्यम से युवा नेतृत्व एवं सामाजिक समरसता का विकास केवल एक शैक्षणिक अवधारणा नहीं, बल्कि समावेशी लोकतंत्र, सामाजिक न्याय और विकसित भारत के निर्माण की एक महत्वपूर्ण आवश्यकता है।

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. Plato. (1992). The Republic. Translated by G. M. A. Grube, revised by C. D. C. Reeve. Hackett Publishing Company.
2. Dewey, J. (1916). Democracy and Education: An Introduction to the Philosophy of Education. Macmillan.
3. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Prentice Hall.
4. Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. In J. G. Richardson (Ed.), Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education. Greenwood Press.
5. Putnam, R. D. (2000). Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. Simon & Schuster.
6. Coalter, F. (2007). A Wider Social Role for Sport: Who's Keeping the Score? Routledge.
7. Coakley, J. (2015). Sports in Society: Issues and Controversies. McGraw-Hill Education.
8. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Human Kinetics.
9. Northouse, P. G. (2021). Leadership: Theory and Practice. SAGE Publications.
10. Lussier, R. N., & Achua, C. F. (2015). Leadership: Theory, Application, & Skill Development. Cengage Learning.
11. Martens, R. (2012). Successful Coaching. Human Kinetics.
12. Hellison, D. (2011). Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity. Human Kinetics.
13. Giulianotti, R. (2005). Sport: A Critical Sociology. Polity Press.
14. Holt, N. L. (Ed.). (2016). Positive Youth Development Through Sport. Routledge.
15. Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth Sport Programs: An Avenue to Foster Positive Youth Development. Physical Education and Sport Pedagogy, 10(1), 19–40.
16. Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. Journal of School Health, 76(8), 397–401.
17. Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Developmental Experiences and Well-Being in Sport: The Importance of the Coaching Climate. Psychology of Sport and Exercise, 31, 1–9.

18. Coalter, F. (2010). The Politics of Sport-for-Development: Limited Focus Programmes and Broad Gauge Problems? International Review for the Sociology of Sport, 45(3), 295–314.
19. Spaaij, R. (2012). Beyond the Playing Field: Experiences of Sport, Social Capital, and Integration among Somalis in Australia. Ethnic and Racial Studies, 35(9), 1519–1538.
20. Gould, D., & Carson, S. (2008). Life Skills Development Through Sport: Current Status and Future Directions. International Review of Sport and Exercise Psychology, 1(1), 58–78.
21. Turnnidge, J., Côté, J., & Hancock, D. J. (2014). Positive Youth Development from Sport to Life: Explicit or Implicit Transfer? Quest, 66(2), 203–217.
22. Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India. (2019). Fit India Movement: Programme and Initiatives.
23. UNESCO. (2015). International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport. Paris: UNESCO.
24. United Nations. (2005). Sport as a Tool for Development and Peace: Towards Achieving the United Nations Millennium Development Goals. United Nations.
25. World Health Organization. (2020). WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: WHO.
26. UNESCO. (2024). Global Education Monitoring Report. UNESCO, Paris.
27. Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India. Khelo India Programme. https://www.kheloindia.gov.in/
28. Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India. https://yas.gov.in/
29. Fit India Movement, Government of India. https://fitindia.gov.in/
30. Ministry of Education, Government of India. https://www.education.gov.in/
31. UNESCO – Sport and Physical Education. https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping
32. United Nations – Sport for Development and Peace. https://www.un.org/
33. World Health Organization. https://www.who.int/