IJARSCT
ISSN (Online) 2581-9429
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology (IJARSCT)
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
Impact Factor: 7.53
Volume 4, Issue 9, March 2024

सी बी एस ई एवं एम पी बोर्ड के विद्यालयों में अध्ययनरत छात्र छात्राओं में योग के प्रति अभिरुचि का तुलनात्मक अध्ययन

डॉ छाया श्रीवास्तव

प्राचार्या, श्री रामाकृष्णा कॉलेज ऑफ एजुकेशन , सतना , मध्य प्रदेश

रामायण सिंह परिहार

शोधार्थी , एम. पी. एड. , एम. फिल. , शारीरिक शिक्षा

प्रस्तावना:

योग एक प्राचीन भारतीय प्रणाली है जो मन, शरीर, और आत्मा के संतुलन को बढ़ावा देती है। यह एक संयमी और आध्यात्मिक अभ्यास है जिसमें शारीरिक आसन, प्राणायाम, मेधावी विचार, और ध्यान का समावेश होता है। योग के अभ्यास से मानव शरीर की स्वास्थ्य बेहतर होती है, मानसिक स्थिति स्थिर होती है, और आत्मा का विकास होता है। इसलिए, योग को एक पूर्णतः स्वास्थ्यप्रद और उन्नतिशील जीवन की दिशा में एक महत्वपूर्ण और प्रभावशाली अभ्यास माना जाता है। योग की महत्ता और उसके सामाजिक, शारीरिक, और मानसिक लाभों की विशेषता के कारण, यह विषय शिक्षा और अध्ययन के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण विषय बन चुका है। इस प्रस्तावना में, हमने "सी बी एस ई एवं एम पी बोर्ड के विद्यालयों में अध्ययनरत छात्र छात्राओं में योग के प्रति अभिरुचि का तुलनात्मक अध्ययन" को ध्यान में रखते हुए इस शोध का मुख्य उद्देश्य उज्ज्वल करना है।

हमारा अध्ययन सी बी एस ई और एम पी बोर्ड के विद्यालयों में छात्र छात्राओं के योग के प्रति रुझान को समझने के लिए है। हम इस अध्ययन के माध्यम से यह देखना चाहते हैं कि विभिन्न शैक्षणिक प्रणालियों में योग के प्रति अभिरुचि में क्या अंतर है और कैसे यह अंतर छात्र छात्राओं के व्यक्तित्विक विकास पर प्रभाव डालता है।

इस अध्ययन का तुलनात्मक दृष्टिकोण है जो सी बी एस ई और एम पी बोर्ड के विद्यालयों के विभिन्न क्षेत्रों में योग के प्रति अभिरुचि को विश्लेषण करेगा। हम छात्रों की अभिरुचि, योग के प्रयोग और लाभ, विद्यालयीन परिप्रेक्ष्य, और उनके व्यक्तित्विक विकास में योग का प्रभाव समझने के लिए छात्रों के बीच एक विशेष तुलनात्मक अध्ययन का आयोजन किया गया है। इस शोध के परिणाम से हमें यह समझने में मदद मिलेगी कि योग की अभिरुचि में विभिन्न शैक्षणिक प्रणालियों में कैसे अंतर है

IJARSCT
ISSN (Online) 2581-9429
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology (IJARSCT)
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
Impact Factor: 7.53
Volume 4, Issue 9, March 2024

और यह अंतर छात्रों के विकास में कैसे प्रभावी है। इसके अलावा, हम इस अध्ययन के माध्यम से योग के शैक्षणिक और सामाजिक महत्त्व को भी समझेंगे और उसकी शिक्षा में सुधार के लिए सुझाव प्रस्तुत करेंगे।

मुख्य शब्द : योग, अध्ययन, छात्र छात्राएं, अभिरुचि, तुलनात्मक अध्ययन, विश्लेषण, शैक्षणिक प्रणाली, विकास, प्रभाव, समझना, महत्त्व, सुधार, सुझाव।