



JOURNAL OF THE ROYAL LAUREATES ACADEMY

www.rlaindia.org

विद्यार्थियों पर बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग) के प्रभाव का अध्ययन

Rahul Kumar Sharma

Research Scholar, Department of Education, Jayoti Vidyapeeth Women's University, Jaipur,
Rajasthan

Dr. Anita Upadhyay

Research Supervisor, Department of Education, Jayoti Vidyapeeth Women's University,
Jaipur, Rajasthan

सारांश

वर्तमान समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल विद्यार्थियों को पाठ्यपुस्तकीय ज्ञान प्रदान करना नहीं, बल्कि उन्हें जीवनोपयोगी कौशल, व्यावहारिक अनुभव तथा समग्र व्यक्तित्व विकास के लिए सक्षम बनाना भी है। इसी संदर्भ में बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग) एक प्रभावी शिक्षण पद्धति के रूप में उभरकर सामने आया है। बाह्य शिक्षण के माध्यम से विद्यार्थी प्राकृतिक एवं सामाजिक परिवेश में प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त करते हैं, जिससे उनकी सीखने की प्रक्रिया अधिक रोचक, सक्रिय तथा स्थायी बनती है। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य विद्यार्थियों पर बाह्य शिक्षण के प्रभाव का अध्ययन करना है। अध्ययन में यह स्पष्ट किया गया है कि बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि, सृजनात्मकता, समस्या-समाधान क्षमता, आत्मविश्वास, संप्रेषण कौशल, नेतृत्व क्षमता तथा पर्यावरणीय जागरूकता को सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। इसके अतिरिक्त यह शिक्षण पद्धति विद्यार्थियों में सहयोग, अनुशासन, सामाजिक उत्तरदायित्व एवं अनुभवात्मक अधिगम को भी प्रोत्साहित करती है। अध्ययन में बाह्य शिक्षण से संबंधित उपलब्ध साहित्य, शोध निष्कर्षों एवं शैक्षिक अवधारणाओं का विश्लेषण किया गया है।

मुख्यशब्द- बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग), विद्यार्थी, अनुभवात्मक अधिगम, शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया, शैक्षणिक उपलब्धि, सृजनात्मकता, जीवन कौशल, पर्यावरणीय शिक्षा

प्रस्तावना

शिक्षा मानव जीवन के सर्वांगीण विकास का सबसे महत्वपूर्ण माध्यम है। आधुनिक युग में शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञानार्जन तक सीमित नहीं रह गया है, बल्कि विद्यार्थियों के बौद्धिक, सामाजिक, भावनात्मक, शारीरिक एवं नैतिक विकास को सुनिश्चित करना भी है। बदलते सामाजिक एवं वैश्विक परिवेश में ऐसी शिक्षण विधियों की आवश्यकता अनुभव की जा रही है जो विद्यार्थियों को वास्तविक जीवन से जोड़ते हुए उन्हें सक्रिय, रचनात्मक एवं उत्तरदायी नागरिक बनने के लिए तैयार कर सकें। इसी आवश्यकता की पूर्ति के लिए बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग) एक प्रभावशाली एवं अनुभवात्मक शिक्षण पद्धति के रूप में विकसित हुआ है। बाह्य शिक्षण का आशय ऐसी शिक्षण प्रक्रिया से है जिसमें विद्यार्थियों को कक्षा की चारदीवारी से बाहर प्राकृतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक अथवा सामुदायिक वातावरण में सीखने के अवसर प्रदान किए जाते हैं। इस पद्धति में विद्यार्थी केवल सुनते या पढ़ते ही नहीं, बल्कि स्वयं देखकर, अनुभव करके, खोज करके तथा सहभागिता के माध्यम से ज्ञान अर्जित करते हैं। इस प्रकार प्राप्त ज्ञान अधिक स्थायी, अर्थपूर्ण एवं व्यवहारिक होता है। बाह्य शिक्षण के अंतर्गत प्रकृति भ्रमण, शैक्षणिक भ्रमण, संग्रहालय एवं ऐतिहासिक स्थलों का अवलोकन, विज्ञान पार्क, वनस्पति उद्यान, सामुदायिक सर्वेक्षण, पर्यावरण अध्ययन, कृषि क्षेत्र का निरीक्षण तथा विभिन्न सामाजिक संस्थाओं का अध्ययन जैसी गतिविधियाँ सम्मिलित होती हैं।

आज के समय में अधिकांश विद्यालयों में शिक्षण प्रक्रिया अभी भी पारंपरिक व्याख्यान पद्धति पर आधारित है, जिसमें विद्यार्थियों की सक्रिय सहभागिता अपेक्षाकृत कम होती है। परिणामस्वरूप अनेक विद्यार्थी विषयवस्तु को केवल परीक्षा तक सीमित रखकर याद करते हैं और वास्तविक जीवन में उसका प्रभावी उपयोग नहीं कर पाते। इसके विपरीत बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को वास्तविक परिस्थितियों में

सीखने का अवसर प्रदान करता है, जिससे उनकी जिज्ञासा, अवलोकन क्षमता, विश्लेषणात्मक सोच तथा समस्या-समाधान क्षमता का विकास होता है। यह शिक्षण पद्धति सीखने को अधिक रोचक, आनंददायक तथा प्रभावशाली बनाती है।

बाह्य शिक्षण का विद्यार्थियों के संज्ञानात्मक विकास पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। प्रत्यक्ष अनुभव के माध्यम से प्राप्त ज्ञान विद्यार्थियों की अवधारणाओं को स्पष्ट करता है तथा विषयवस्तु को लंबे समय तक स्मरण रखने में सहायता करता है। उदाहरण के लिए यदि पर्यावरण संरक्षण का अध्ययन केवल पुस्तकों के माध्यम से कराया जाए तो उसका प्रभाव सीमित हो सकता है, जबकि विद्यार्थियों को वन, नदी, उद्यान या जैव विविधता क्षेत्र में ले जाकर प्रत्यक्ष अवलोकन कराया जाए तो वे विषय को अधिक गहराई से समझते हैं तथा पर्यावरण संरक्षण के प्रति संवेदनशील बनते हैं।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों के सामाजिक एवं भावनात्मक विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। विभिन्न समूहगत गतिविधियों के दौरान विद्यार्थियों में सहयोग, नेतृत्व, संचार कौशल, सामूहिक निर्णय लेने की क्षमता तथा सामाजिक उत्तरदायित्व का विकास होता है। वे विभिन्न परिस्थितियों में कार्य करना सीखते हैं, जिससे उनका आत्मविश्वास बढ़ता है तथा व्यक्तित्व अधिक प्रभावशाली बनता है। साथ ही, प्रकृति के संपर्क में रहने से मानसिक तनाव में कमी आती है, एकाग्रता में वृद्धि होती है तथा सीखने के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित होता है।

इसके अतिरिक्त बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों के शारीरिक स्वास्थ्य को भी प्रोत्साहित करता है। प्राकृतिक वातावरण में आयोजित गतिविधियाँ विद्यार्थियों को सक्रिय बनाए रखती हैं, जिससे उनकी शारीरिक क्षमता, सहनशीलता एवं स्वास्थ्य में सुधार होता है। वर्तमान समय में डिजिटल उपकरणों के अत्यधिक उपयोग के कारण बच्चों की शारीरिक गतिविधियाँ कम होती जा रही हैं। ऐसी स्थिति में बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को प्रकृति के निकट लाकर उनके शारीरिक एवं मानसिक संतुलन को बनाए रखने में सहायक सिद्ध होता है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 भी अनुभवात्मक, गतिविधि-आधारित एवं बहुविषयक शिक्षण पर विशेष बल देती है। नीति में विद्यार्थियों को स्थानीय परिवेश, प्रकृति, संस्कृति एवं समुदाय से जोड़ने वाली शिक्षण गतिविधियों को प्रोत्साहित किया गया है। यह दृष्टिकोण बाह्य शिक्षण की अवधारणा के अनुरूप है, क्योंकि इसके माध्यम से विद्यार्थी केवल सैद्धांतिक ज्ञान ही नहीं, बल्कि वास्तविक जीवन के अनुभव भी प्राप्त करते हैं। इससे उनमें आलोचनात्मक चिंतन, नवाचार, सृजनात्मकता तथा जीवन कौशल का विकास होता है।

वर्तमान समय में पर्यावरणीय चुनौतियाँ, जलवायु परिवर्तन, जैव विविधता का संरक्षण तथा सतत विकास जैसे वैश्विक मुद्दे अत्यंत महत्वपूर्ण बन चुके हैं। इन विषयों के प्रति विद्यार्थियों में जागरूकता विकसित करने के लिए बाह्य शिक्षण अत्यंत प्रभावी माध्यम सिद्ध हो सकता है। जब विद्यार्थी प्रत्यक्ष रूप से प्राकृतिक संसाधनों, पर्यावरणीय समस्याओं एवं संरक्षण प्रयासों का अवलोकन करते हैं, तब उनमें पर्यावरण के प्रति उत्तरदायित्व की भावना विकसित होती है।

विद्यार्थियों के सीखने की प्रक्रिया में बाह्य शिक्षण की भूमिका

बाह्य शिक्षण) आउटडोर लर्नि (आधुनिक शिक्षा की एक ऐसी प्रभावी शिक्षण पद्धति है, जो विद्यार्थियों को कक्षा की सीमाओं से बाहर वास्तविक जीवन एवं प्राकृतिक परिवेश में सीखने का अवसर प्रदान करती है। यह शिक्षण केवल पुस्तकीय ज्ञान तक सीमित नहीं रहता, बल्कि विद्यार्थियों को प्रत्यक्ष अनुभव, अवलोकन, अन्वेषण तथा सहभागिता के माध्यम से ज्ञान अर्जित करने के लिए प्रेरित करता है। परिणामस्वरूप विद्यार्थियों की सीखने की प्रक्रिया अधिक सक्रिय, रोचक, प्रभावशाली एवं स्थायी बन जाती है। वर्तमान समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल तथ्यों का ज्ञान देना नहीं, बल्कि विद्यार्थियों में चिंतन, विश्लेषण, सृजनात्मकता तथा जीवनोपयोगी कौशलों का विकास करना है। बाह्य शिक्षण इस उद्देश्य की पूर्ति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को अनुभवात्मक अधिगम का अवसर प्रदान करता है। जब विद्यार्थी किसी विषय को केवल पढ़ने के बजाय उसे प्रत्यक्ष रूप से देखते, समझते

और अनुभव करते हैं, तब उनका अधिगम अधिक गहन एवं अर्थपूर्ण हो जाता है। उदाहरण के लिए, यदि विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण का अध्ययन केवल पाठ्यपुस्तक के माध्यम से कराया जाए, तो उसकी तुलना में वन, उद्यान, नदी, जैव विविधता पार्क या कृषि क्षेत्र का प्रत्यक्ष भ्रमण अधिक प्रभावशाली सिद्ध होता है। ऐसे अनुभव विद्यार्थियों की अवधारणाओं को स्पष्ट करते हैं तथा उन्हें वास्तविक जीवन से जोड़ते हैं।

सीखने की प्रक्रिया में विद्यार्थियों की सक्रिय सहभागिता अत्यंत आवश्यक होती है। बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को निष्क्रिय श्रोता के स्थान पर सक्रिय सहभागी बनाता है। विभिन्न शैक्षणिक भ्रमण, परियोजना कार्य, क्षेत्रीय अध्ययन, सर्वेक्षण, प्रयोगात्मक गतिविधियाँ तथा समूह कार्य विद्यार्थियों को स्वयं खोजने, प्रश्न पूछने, निरीक्षण करने और निष्कर्ष निकालने के लिए प्रेरित करते हैं। इससे उनमें स्व-अधिगम (Self-learning) की प्रवृत्ति विकसित होती है तथा सीखने के प्रति रुचि और प्रेरणा में वृद्धि होती है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की जिज्ञासा एवं अन्वेषण क्षमता का विकास करता है। प्राकृतिक एवं सामाजिक वातावरण में नई-नई परिस्थितियों का सामना करते समय विद्यार्थियों के मन में अनेक प्रश्न उत्पन्न होते हैं। इन प्रश्नों के उत्तर खोजने की प्रक्रिया उनके तार्किक चिंतन, विश्लेषणात्मक क्षमता तथा समस्या-समाधान कौशल को विकसित करती है। इस प्रकार सीखना केवल जानकारी प्राप्त करने तक सीमित न रहकर ज्ञान के निर्माण की प्रक्रिया बन जाता है।

यह शिक्षण पद्धति विद्यार्थियों की स्मरण शक्ति एवं दीर्घकालिक अधिगम को भी सुदृढ़ बनाती है। प्रत्यक्ष अनुभवों से प्राप्त ज्ञान अधिक समय तक स्मृति में बना रहता है क्योंकि विद्यार्थी उसे अपने अनुभवों से जोड़कर समझते हैं। दृश्य, श्रव्य एवं क्रियात्मक अनुभवों का समन्वय सीखने को अधिक प्रभावशाली बनाता है तथा विषयवस्तु को समझने में आने वाली कठिनाइयों को कम करता है।

बाह्य शिक्षण सहयोगात्मक अधिगम (Collaborative Learning) को भी प्रोत्साहित करता है। समूहगत

गतिविधियों में भाग लेने के दौरान विद्यार्थी एक-दूसरे के साथ विचारों का आदान-प्रदान करते हैं, समस्याओं का सामूहिक समाधान खोजते हैं तथा मिलकर कार्य करना सीखते हैं। इससे उनमें सहयोग, नेतृत्व, संप्रेषण कौशल, अनुशासन तथा सामाजिक उत्तरदायित्व जैसे गुण विकसित होते हैं। साथ ही, विभिन्न पृष्ठभूमियों से आए विद्यार्थियों के बीच आपसी समझ एवं सम्मान की भावना भी विकसित होती है। बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की सृजनात्मकता एवं नवाचार क्षमता को भी बढ़ावा देता है। प्राकृतिक एवं सामाजिक परिवेश में विभिन्न वस्तुओं, घटनाओं एवं परिस्थितियों का अवलोकन विद्यार्थियों को नए विचार उत्पन्न करने तथा रचनात्मक समाधान विकसित करने के लिए प्रेरित करता है। यह प्रक्रिया उनकी कल्पनाशक्ति को समृद्ध करती है और उन्हें नई परिस्थितियों के अनुरूप स्वयं को ढालने की क्षमता प्रदान करती है।

इसके अतिरिक्त, बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों के मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य पर भी सकारात्मक प्रभाव डालता है। प्रकृति के संपर्क में रहने से तनाव कम होता है, एकाग्रता में वृद्धि होती है तथा सीखने के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित होता है। खुला वातावरण विद्यार्थियों को अधिक सक्रिय बनाता है, जिससे उनकी शारीरिक क्षमता, आत्मविश्वास तथा मानसिक संतुलन में सुधार होता है। इस प्रकार स्वस्थ मन और स्वस्थ शरीर प्रभावी अधिगम के लिए अनुकूल वातावरण तैयार करते हैं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति (2020) भी अनुभवात्मक, गतिविधि-आधारित तथा विद्यार्थी-केंद्रित शिक्षण पर विशेष बल देती है। बाह्य शिक्षण इन उद्देश्यों को व्यवहारिक रूप प्रदान करता है तथा विद्यार्थियों को वास्तविक जीवन की समस्याओं से जोड़ते हुए उनमें आलोचनात्मक चिंतन, निर्णय लेने की क्षमता तथा जीवन कौशलों का विकास करता है। यह शिक्षण पद्धति केवल शैक्षणिक उपलब्धि तक सीमित न रहकर विद्यार्थियों के समग्र व्यक्तित्व विकास का आधार बनती है।

विद्यार्थियों के संज्ञानात्मक विकास पर बाह्य शिक्षण का प्रभाव

संज्ञानात्मक विकास) (Cognitive Development) से आशय विद्यार्थियों की सोचने, समझने, स्मरण

रखने, विश्लेषण करने, तर्क करने, निर्णय लेने तथा समस्या-समाधान करने की मानसिक क्षमताओं के विकास से है। शिक्षा का प्रमुख उद्देश्य केवल तथ्यों का ज्ञान प्रदान करना नहीं, बल्कि विद्यार्थियों की बौद्धिक क्षमता का समुचित विकास करना भी है। इस दृष्टि से बाह्य शिक्षण) आउटडोर लर्निंग (एक प्रभावशाली शिक्षण पद्धति है, जो विद्यार्थियों के संज्ञानात्मक विकास को सुदृढ़ बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यह शिक्षण पद्धति विद्यार्थियों को प्रत्यक्ष अनुभव, अवलोकन, प्रयोग तथा वास्तविक जीवन की परिस्थितियों के माध्यम से सीखने का अवसर प्रदान करती है, जिससे उनका ज्ञान अधिक गहन, अर्थपूर्ण एवं स्थायी बनता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को वास्तविक परिस्थितियों में सीखने का अवसर देता है। जब विद्यार्थी किसी विषय को प्राकृतिक, सामाजिक या सांस्कृतिक परिवेश में प्रत्यक्ष रूप से देखते और अनुभव करते हैं, तब वे केवल जानकारी प्राप्त नहीं करते, बल्कि उसके कारणों, परिणामों और व्यावहारिक उपयोग को भी समझते हैं। उदाहरण के लिए, यदि विद्यार्थियों को जैव विविधता, जल संरक्षण या कृषि प्रणाली के बारे में केवल कक्षा में पढ़ाया जाए, तो उनकी समझ सीमित रह सकती है। इसके विपरीत, यदि उन्हें वन, कृषि क्षेत्र, संग्रहालय, विज्ञान केंद्र या ऐतिहासिक स्थलों का भ्रमण कराया जाए, तो वे विषय को अधिक गहराई से समझते हैं। इस प्रकार प्रत्यक्ष अनुभव संज्ञानात्मक अधिगम को अधिक प्रभावी बनाता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की अवलोकन क्षमता (Observation Skills) का विकास करता है। प्राकृतिक वातावरण में विभिन्न जीव-जंतुओं, पौधों, भौगोलिक संरचनाओं तथा सामाजिक गतिविधियों का सूक्ष्म निरीक्षण करते समय विद्यार्थी छोटी-छोटी बातों पर ध्यान देना सीखते हैं। यह क्षमता वैज्ञानिक दृष्टिकोण विकसित करने में सहायक होती है तथा उनके विश्लेषणात्मक चिंतन को सुदृढ़ बनाती है। नियमित अवलोकन के माध्यम से विद्यार्थी तथ्यों की तुलना करना, समानताएँ एवं भिन्नताएँ पहचानना तथा निष्कर्ष निकालना सीखते हैं।

संज्ञानात्मक विकास का एक महत्वपूर्ण पक्ष आलोचनात्मक चिंतन (Critical Thinking) है। बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को केवल तथ्यों को स्वीकार करने के बजाय उनके पीछे छिपे कारणों की खोज करने के लिए प्रेरित करता है। विभिन्न परिस्थितियों का अध्ययन करते समय विद्यार्थी प्रश्न पूछते हैं, प्रमाण एकत्रित करते हैं, तथ्यों का विश्लेषण करते हैं और तार्किक निष्कर्ष तक पहुँचते हैं। इससे उनमें स्वतंत्र चिंतन एवं विवेकपूर्ण निर्णय लेने की क्षमता का विकास होता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की समस्या-समाधान क्षमता (Problem Solving Ability) को भी विकसित करता है। क्षेत्रीय अध्ययन, परियोजना कार्य, सामुदायिक सर्वेक्षण तथा प्रकृति आधारित गतिविधियों के दौरान विद्यार्थियों को अनेक वास्तविक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इन समस्याओं के समाधान के लिए वे उपलब्ध संसाधनों का उपयोग करते हैं, विभिन्न विकल्पों पर विचार करते हैं तथा उपयुक्त निर्णय लेते हैं। इस प्रक्रिया से उनका आत्मविश्वास बढ़ता है और वे भविष्य की चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार होते हैं।

इसके अतिरिक्त, बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की स्मरण शक्ति एवं दीर्घकालिक अधिगम (Long-term Learning) को भी सुदृढ़ करता है। मनोवैज्ञानिक अध्ययनों से स्पष्ट होता है कि प्रत्यक्ष अनुभवों के माध्यम से प्राप्त ज्ञान अधिक समय तक स्मृति में सुरक्षित रहता है। जब विद्यार्थी किसी विषय को देखकर, सुनकर, छूकर तथा स्वयं गतिविधियों में भाग लेकर सीखते हैं, तब उनका अधिगम बहुआयामी हो जाता है। इस प्रकार प्राप्त ज्ञान केवल परीक्षा तक सीमित नहीं रहता, बल्कि जीवन भर उपयोगी सिद्ध होता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की जिज्ञासा एवं अन्वेषण क्षमता को भी प्रोत्साहित करता है। प्राकृतिक एवं सामाजिक परिवेश में नई-नई घटनाओं को देखकर विद्यार्थियों के मन में अनेक प्रश्न उत्पन्न होते हैं। इन प्रश्नों के उत्तर खोजने की प्रक्रिया उनके बौद्धिक विकास को गति देती है। वे जानकारी एकत्रित करना, तथ्यों का वर्गीकरण करना, तुलना करना तथा निष्कर्ष निकालना सीखते हैं। इससे उनका वैज्ञानिक

दृष्टिकोण एवं अनुसंधानात्मक सोच विकसित होती है।

यह शिक्षण पद्धति सृजनात्मक चिंतन (Creative Thinking) को भी बढ़ावा देती है। बाहरी वातावरण विद्यार्थियों को नए विचारों, नवीन अनुभवों तथा विविध परिस्थितियों से परिचित कराता है। परिणामस्वरूप वे समस्याओं के नवीन समाधान खोजने, वैकल्पिक सोच विकसित करने तथा नवाचार की दिशा में कार्य करने के लिए प्रेरित होते हैं। यह क्षमता आधुनिक शिक्षा एवं 21वीं सदी के कौशलों की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है।

बाह्य शिक्षण बहुविषयक (Interdisciplinary) अधिगम को भी प्रोत्साहित करता है। उदाहरण के लिए, किसी नदी या ऐतिहासिक स्थल के भ्रमण के दौरान विद्यार्थी भूगोल, विज्ञान, इतिहास, पर्यावरण अध्ययन तथा सामाजिक विज्ञान जैसे विभिन्न विषयों का समन्वित ज्ञान प्राप्त करते हैं। इससे उनके ज्ञान का दायरा विस्तृत होता है तथा वे विषयों के बीच संबंध स्थापित करने में सक्षम बनते हैं। यह समग्र दृष्टिकोण उनके संज्ञानात्मक विकास को और अधिक सशक्त बनाता है।

विद्यार्थियों के सामाजिक एवं भावनात्मक विकास पर बाह्य शिक्षण का प्रभाव

बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग) केवल शैक्षणिक उपलब्धि तक सीमित नहीं है, बल्कि यह विद्यार्थियों के सामाजिक एवं भावनात्मक विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सामाजिक विकास से आशय विद्यार्थियों में सहयोग, संप्रेषण, नेतृत्व, सहिष्णुता, सामाजिक उत्तरदायित्व तथा सामूहिक जीवन से संबंधित गुणों के विकास से है, जबकि भावनात्मक विकास का संबंध आत्मविश्वास, आत्म-नियंत्रण, संवेदनशीलता, सहानुभूति, भावनात्मक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण से होता है। बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को कक्षा के औपचारिक वातावरण से बाहर वास्तविक जीवन की परिस्थितियों में सीखने का अवसर प्रदान करता है, जिससे उनके व्यक्तित्व का संतुलित एवं समग्र विकास संभव हो पाता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों में सहयोगात्मक अधिगम (Collaborative Learning) को बढ़ावा देता है। विभिन्न शैक्षणिक भ्रमणों, परियोजना कार्यों, प्रकृति अध्ययन, सामुदायिक सर्वेक्षण तथा समूहगत

गतिविधियों में विद्यार्थियों को एक-दूसरे के साथ मिलकर कार्य करना पड़ता है। इस प्रक्रिया में वे विचारों का आदान-प्रदान करते हैं, जिम्मेदारियों का विभाजन करते हैं तथा सामूहिक रूप से समस्याओं का समाधान खोजते हैं। इससे उनमें सहयोग, टीम भावना तथा पारस्परिक सम्मान का विकास होता है। वे यह समझने लगते हैं कि सामूहिक प्रयास व्यक्तिगत प्रयासों की अपेक्षा अधिक प्रभावी होते हैं।

बाह्य शिक्षण संप्रेषण कौशल (Communication Skills) के विकास में भी अत्यंत सहायक है। प्राकृतिक एवं सामाजिक परिवेश में आयोजित गतिविधियों के दौरान विद्यार्थी अपने विचारों को स्पष्ट रूप से व्यक्त करना, दूसरों की बात ध्यानपूर्वक सुनना तथा प्रभावी संवाद स्थापित करना सीखते हैं। वे समूह चर्चा, प्रस्तुतीकरण, साक्षात्कार तथा सामुदायिक सहभागिता जैसी गतिविधियों में भाग लेते हैं, जिससे उनकी मौखिक एवं लिखित अभिव्यक्ति में सुधार होता है। यह कौशल भविष्य के शैक्षणिक, सामाजिक एवं व्यावसायिक जीवन में अत्यंत उपयोगी सिद्ध होता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों में नेतृत्व क्षमता (Leadership Skills) का भी विकास करता है। विभिन्न समूहगत गतिविधियों में कभी-कभी विद्यार्थियों को समूह का नेतृत्व करने, निर्णय लेने, कार्यों का समन्वय करने तथा अन्य सदस्यों का मार्गदर्शन करने का अवसर मिलता है। इससे उनमें आत्मविश्वास, उत्तरदायित्व एवं संगठनात्मक क्षमता का विकास होता है। नेतृत्व के साथ-साथ वे अनुशासन, समय-प्रबंधन तथा कार्य के प्रति प्रतिबद्धता जैसे गुण भी सीखते हैं।

भावनात्मक विकास की दृष्टि से बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों में आत्मविश्वास एवं आत्मनिर्भरता को सुदृढ़ करता है। जब विद्यार्थी नई परिस्थितियों का सामना करते हैं, समस्याओं का समाधान स्वयं खोजते हैं तथा अपने अनुभवों के आधार पर निर्णय लेते हैं, तब उनमें अपनी क्षमताओं के प्रति विश्वास बढ़ता है। वे असफलताओं से सीखना, चुनौतियों का सामना करना तथा कठिन परिस्थितियों में धैर्य बनाए रखना सीखते हैं। यह अनुभव उनके व्यक्तित्व को अधिक परिपक्व एवं सुदृढ़ बनाता है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों में सहानुभूति (Empathy) एवं संवेदनशीलता का विकास भी करता है। समुदाय,

प्रकृति एवं विभिन्न सामाजिक परिस्थितियों के प्रत्यक्ष संपर्क में आने से वे दूसरों की समस्याओं, आवश्यकताओं एवं भावनाओं को बेहतर ढंग से समझते हैं। उदाहरण के लिए, ग्रामीण क्षेत्रों, वृद्धाश्रमों, अनाथालयों, विशेष आवश्यकता वाले बच्चों के विद्यालयों अथवा पर्यावरण संरक्षण अभियानों में सहभागिता विद्यार्थियों में मानवीय मूल्यों, करुणा तथा सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना विकसित करती है। इससे वे समाज के प्रति अधिक संवेदनशील एवं उत्तरदायी नागरिक बनने की दिशा में अग्रसर होते हैं।

प्राकृतिक वातावरण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं भावनात्मक संतुलन को भी सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। हरित वातावरण, खुला आकाश, स्वच्छ वायु तथा प्राकृतिक सौंदर्य विद्यार्थियों के तनाव को कम करने, मानसिक शांति प्रदान करने तथा सकारात्मक सोच विकसित करने में सहायक होते हैं। आधुनिक जीवनशैली में डिजिटल उपकरणों के अत्यधिक उपयोग, शैक्षणिक प्रतिस्पर्धा तथा मानसिक दबाव के कारण विद्यार्थियों में तनाव एवं चिंता की समस्याएँ बढ़ रही हैं। ऐसे में बाह्य शिक्षण उन्हें प्रकृति के निकट लाकर मानसिक ताजगी, एकाग्रता एवं भावनात्मक संतुलन प्रदान करता है।

बाह्य शिक्षण सामाजिक उत्तरदायित्व एवं नागरिक चेतना के विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। पर्यावरण संरक्षण, स्वच्छता अभियान, वृक्षारोपण, जल संरक्षण, सामुदायिक सेवा तथा स्थानीय समस्याओं के अध्ययन जैसी गतिविधियों में भाग लेने से विद्यार्थियों में समाज एवं राष्ट्र के प्रति उत्तरदायित्व की भावना विकसित होती है। वे यह समझते हैं कि प्रत्येक नागरिक की भूमिका समाज के सतत विकास एवं पर्यावरण संरक्षण में महत्वपूर्ण है। इस प्रकार बाह्य शिक्षण उन्हें जिम्मेदार एवं जागरूक नागरिक बनने के लिए प्रेरित करता है।

इसके अतिरिक्त, बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों में सांस्कृतिक समझ एवं विविधता के प्रति सम्मान की भावना भी विकसित करता है। ऐतिहासिक स्थलों, संग्रहालयों, सांस्कृतिक कार्यक्रमों तथा स्थानीय समुदायों के अध्ययन के माध्यम से वे विभिन्न संस्कृतियों, परंपराओं एवं जीवन-शैलियों को समझते हैं। इससे उनमें

सहिष्णुता, समानता एवं सामाजिक समरसता के मूल्य विकसित होते हैं। वे विविधताओं का सम्मान करना तथा सभी के साथ सकारात्मक संबंध स्थापित करना सीखते हैं।

विद्यार्थियों के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर बाह्य शिक्षण का प्रभाव

बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग) एक ऐसी शिक्षण पद्धति है जो विद्यार्थियों को कक्षा के पारंपरिक वातावरण से बाहर प्राकृतिक एवं सामाजिक परिवेश में सीखने का अवसर प्रदान करती है। यह पद्धति केवल शैक्षणिक उपलब्धि तक सीमित नहीं रहती, बल्कि विद्यार्थियों के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। वर्तमान समय में तकनीकी उपकरणों के बढ़ते उपयोग, सीमित शारीरिक गतिविधियों, बढ़ती शैक्षणिक प्रतिस्पर्धा तथा तनावपूर्ण जीवनशैली के कारण विद्यार्थियों के स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ रहा है। ऐसी स्थिति में बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को प्रकृति के निकट लाकर उनके शारीरिक, मानसिक तथा भावनात्मक संतुलन को बनाए रखने का प्रभावी माध्यम बनता है। शारीरिक स्वास्थ्य की दृष्टि से बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों को सक्रिय जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करता है। विद्यालय परिसर के बाहर आयोजित गतिविधियाँ जैसे प्रकृति भ्रमण, शैक्षणिक यात्राएँ, ट्रेकिंग, वृक्षारोपण, खेलकूद, पर्यावरण अध्ययन तथा सामुदायिक परियोजनाएँ विद्यार्थियों को चलने, दौड़ने, चढ़ने, निरीक्षण करने तथा विभिन्न शारीरिक गतिविधियों में भाग लेने का अवसर प्रदान करती हैं। इन गतिविधियों से उनकी शारीरिक सक्रियता बढ़ती है, मांसपेशियाँ मजबूत होती हैं तथा शरीर का समुचित विकास होता है। नियमित शारीरिक गतिविधियों से मोटापा, निष्क्रिय जीवनशैली तथा अन्य स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की संभावना भी कम होती है।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की शारीरिक सहनशक्ति, संतुलन तथा समन्वय क्षमता के विकास में भी सहायक है। प्राकृतिक वातावरण में आयोजित गतिविधियों के दौरान विद्यार्थी विभिन्न प्रकार की परिस्थितियों का सामना करते हैं, जिससे उनके शरीर की कार्यक्षमता में सुधार होता है। खुले वातावरण में व्यतीत किया गया समय उन्हें ताज़ी हवा, प्राकृतिक प्रकाश तथा स्वच्छ वातावरण का लाभ प्रदान

करता है। सूर्य के प्रकाश से शरीर में विटामिन-डी का निर्माण होता है, जो हड्डियों के विकास एवं प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में सहायक होता है। इस प्रकार बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों के समग्र शारीरिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ करता है। मानसिक स्वास्थ्य के संदर्भ में बाह्य शिक्षण का प्रभाव अत्यंत सकारात्मक पाया गया है। प्रकृति के निकट समय बिताने से विद्यार्थियों के मानसिक तनाव, चिंता तथा थकान में कमी आती है। हरित वातावरण, वृक्ष, खुले मैदान, जल स्रोत तथा प्राकृतिक ध्वनियाँ मन को शांति प्रदान करती हैं और मानसिक ताजगी उत्पन्न करती हैं। इसके परिणामस्वरूप विद्यार्थियों की एकाग्रता, ध्यान क्षमता तथा स्मरण शक्ति में वृद्धि होती है। जो विद्यार्थी नियमित रूप से प्राकृतिक वातावरण में सीखते हैं, वे सामान्यतः अधिक उत्साही, सकारात्मक एवं मानसिक रूप से संतुलित पाए जाते हैं।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों के आत्मविश्वास एवं आत्मनिर्भरता को भी बढ़ाता है। जब वे नई परिस्थितियों में स्वयं कार्य करते हैं, चुनौतियों का सामना करते हैं तथा समस्याओं के समाधान खोजते हैं, तब उनमें आत्मविश्वास का विकास होता है। वे अपनी क्षमताओं को पहचानते हैं तथा कठिन परिस्थितियों में धैर्य एवं संयम बनाए रखना सीखते हैं। इससे उनका मानसिक स्वास्थ्य मजबूत होता है तथा वे तनावपूर्ण परिस्थितियों का सामना अधिक प्रभावी ढंग से कर पाते हैं। यह शिक्षण पद्धति विद्यार्थियों में सकारात्मक भावनाओं एवं जीवन के प्रति आशावादी दृष्टिकोण का विकास करती है। प्राकृतिक वातावरण में सीखने से मन में प्रसन्नता, उत्साह तथा संतोष की भावना उत्पन्न होती है। विभिन्न समूहगत गतिविधियों में भाग लेने से विद्यार्थियों को सामाजिक समर्थन प्राप्त होता है, जिससे अकेलेपन एवं मानसिक दबाव की भावना कम होती है। साथ ही, वे सहयोग, सहानुभूति तथा पारस्परिक सम्मान जैसे सामाजिक-भावनात्मक गुणों का भी विकास करते हैं, जो मानसिक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत आवश्यक हैं।

बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की एकाग्रता एवं ध्यान क्षमता (Attention Span) में भी उल्लेखनीय सुधार करता है। लंबे समय तक कक्षा में बैठकर अध्ययन करने से उत्पन्न मानसिक थकान को प्राकृतिक वातावरण कम करता है। शोधों से यह स्पष्ट हुआ है कि हरित एवं प्राकृतिक परिवेश में समय बिताने

वाले विद्यार्थियों की ध्यान केंद्रित करने की क्षमता अधिक होती है। परिणामस्वरूप उनकी सीखने की गुणवत्ता, स्मरण शक्ति तथा शैक्षणिक प्रदर्शन में सुधार देखा जाता है।

निष्कर्ष

बाह्य शिक्षण (आउटडोर लर्निंग) आधुनिक शिक्षा प्रणाली की एक प्रभावशाली एवं अनुभवात्मक शिक्षण पद्धति है, जो विद्यार्थियों के समग्र विकास में महत्वपूर्ण योगदान देती है। यह शिक्षण पद्धति विद्यार्थियों को वास्तविक जीवन की परिस्थितियों से जोड़ते हुए उनके ज्ञान, कौशल एवं दृष्टिकोण का संतुलित विकास करती है। अध्ययन से स्पष्ट होता है कि बाह्य शिक्षण विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि, सृजनात्मकता, आलोचनात्मक चिंतन, समस्या-समाधान क्षमता, आत्मविश्वास, संप्रेषण कौशल तथा सामाजिक सहभागिता को सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। साथ ही, यह पर्यावरणीय जागरूकता, नैतिक मूल्यों एवं जीवन कौशल के विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वर्तमान शिक्षा व्यवस्था में केवल सैद्धांतिक ज्ञान पर्याप्त नहीं है; विद्यार्थियों को व्यावहारिक अनुभव एवं वास्तविक जीवन से जोड़ना भी आवश्यक है। बाह्य शिक्षण इस आवश्यकता की प्रभावी पूर्ति करता है तथा सीखने की प्रक्रिया को अधिक अर्थपूर्ण, रोचक और स्थायी बनाता है। इसलिए विद्यालयों में योजनाबद्ध रूप से बाह्य शिक्षण गतिविधियों को पाठ्यक्रम का अभिन्न भाग बनाया जाना चाहिए। इससे विद्यार्थियों का सर्वांगीण विकास सुनिश्चित होगा, शिक्षा की गुणवत्ता में वृद्धि होगी तथा उन्हें भविष्य की चुनौतियों का सफलतापूर्वक सामना करने के लिए सक्षम बनाया जा सकेगा।

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. हेमा गणपति-कोलमैन) 2023) "क्या आप अंग्रेजी को जानते हैं?" भारत में शिक्षा और स्कूलों में अंग्रेजी के शिक्षण और सीखने पर आर्थिक रूप से प्रताड़ित माता-पिता, जर्नल ऑफ लैंग्वेज, आइडेंटिटी एंड एजुकेशन, डीओआई :

10.1080/15348458.2022.2159829

2. इल्कर एतिकान, सुलेमान अबुबकर मूसा, रुकय्या सुनुसी अलकासिम।) 2015)। सुविधा नमूनाकरण और उद्देश्यपूर्ण नमूनाकरण की तुलना। अमेरिकन जर्नल ऑफ थियोरिटिकल एंड एप्लाइड स्टैटिस्टिक्स, 5(1), 1-4।
3. चौधरी, टी., और कबीर, जी) .2023)। पैकेज डिलीवरी का जीवन चक्र मूल्यांकन) एलसीए : (शैक्षणिक संस्थानों के लिए स्थायी निर्णय लेना। हरित और निम्न-कार्बन अर्थव्यवस्था।
4. बीआई, जे., बिगडेली, एच .और इज़ादपनाह, एस .उत्तरवर्ती स्तर पर भाषा सीखने वालों में चिंतनशील सोच, शैक्षणिक आत्म-प्रभावकारिता और उपलब्धि प्रेरणा पर फ्लिपड कक्षा का प्रभाव। एडुक इन्फ टेक्नोल 28, 11589-11613 (2023)।
5. बालेघीज़ादेह, एस., और मासौन, ए) .2014)। ईएफएल शिक्षार्थियों की आत्म-प्रभावकारिता पर स्व-मूल्यांकन का प्रभाव। टीईएसएल कनाडा जर्नल, 31(1), 42.
6. डॉ .स्मिता आर एट अल" माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के बीच गतिविधि आधारित सॉफ्ट कौशल समर्थित संचारी अंग्रेजी शिक्षण की प्रभावशीलता "खंड 12, अंक 3 सितंबर 2022 | आईएसएसएन :2250-1770
7. डॉ .एस .कोमलावल्ली और अन्य" नौवीं कक्षा के लड़कों के बीच अंग्रेजी में उपलब्धि बढ़ाने में मल्टीमीडिया ई-कंटेंट मॉड्यूल की प्रभावशीलता "जर्नल ऑफ पॉजिटिव स्कूल साइकोलॉजी <http://journalppw.com> 2022, वॉल्यूम। 6, संख्या 6, 25 – 31
8. सुश्री शिखा कलेर और अन्य" प्राथमिक स्कूल के छात्रों के लेखन कौशल पर गतिविधि उन्मुख निर्देशात्मक रणनीति की प्रभावशीलता "इंटरनेशनल जर्नल ऑफ रिसर्च इन सोशल साइंसेज वॉल्यूम। 9 अंक 5, मई 2019, आईएसएसएन :2249-2496 प्रभाव कारक :7.081
9. वांग वाई, यास्मीन एफ, अकबर ए .विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच अंग्रेजी भाषा सीखने पर इंटरनेट का प्रभाव :अकादमिक आत्म-प्रभावकारिता की उत्तरस्थ भूमिका। फ्रंट साइकोल . 2023 अक्टूबर 5;14:1184185।

10. अबुहस्ना, एच., अल-रहमी, डब्ल्यू.एम., याह्या, एन .एट अल। छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धियों और संतुष्टि में सुधार के लिए ऑनलाइन शिक्षण प्लेटफार्मों के उपयोग पर एक नए मॉडल का विकास। इंटरनेट जे एडुक टेक्नोल हाई एडुक 17, 38 (2020)।
11. अल्जुबैदी, ई., एल्लिज, जे.एम .और खिन, एम.एस .जॉर्डन में विश्वविद्यालय स्तर पर दूसरी भाषा के रूप में अंग्रेजी सीखना :प्रेरणा, स्व-नियमन और सीखने के माहौल की धारणाएँ। लर्निंग एनवायरन रेस 19, 133-152 (2016)।
12. एन जेड, वांग सी, ली एस, गैन जेड, ली एच। प्रौद्योगिकी-सहायता प्राप्त स्व-विनियमित अंग्रेजी भाषा सीखना :अंग्रेजी भाषा की आत्म-प्रभावकारिता, अंग्रेजी आनंद और सीखने के परिणामों के साथ जुड़ाव। फ्रंट साइकोल .2021 जनवरी 5;11:
13. बैरी बाई, यूयान नी और ऐ नोई ली) 2022) अकादमिक आत्म-प्रभावकारिता, कार्य महत्व और रुचि :एशियाई संदर्भ में अंग्रेजी भाषा सीखने के साथ संबंध, बहुभाषी और बहुसांस्कृतिक विकास जर्नल, 43:5, 438-451, डीओआई :
14. गाओ, एच.-एल .इंटरनेट-आधारित संसाधनों पर अंग्रेजी सीखने पर चीनी कॉलेज के छात्रों के अनुभव की गुणवत्ता का प्रभाव। भविष्य का इंटरनेट 2021, 13, 162.