myresearchgo Volume 1, December Issue 9, 2025, ISSN: 3107-3816 (Online)

डिजिटल युग में भारतीय पारंपरिक खेलों के प्रति स्नातक युवाओं की अभिवृत्ति का अध्ययन

पंकज कोहली

शोधकर्ता (श्री खुशाल दास विश्वविद्यालय पीलीबंगा (हनुमानगढ़) राजस्थान)

डॉ. अखिलेश कुमार सिंह (सह–आचार्य) (शारीरिक शिक्षा विभाग) श्री खुशाल दास विश्वविद्यालय पीलीबंगा (हनुमानगढ़) राजस्थान)

सार

यह शोध "डिजिटल युग में भारतीय पारंपरिक खेलों के प्रति स्नातक युवाओं की अभिवृत्ति का अध्ययन" विषय पर केंद्रित है। वर्तमान समय में डिजिटल तकनीक और ऑनलाइन गेमिंग का व्यापक प्रभाव युवाओं के जीवन में स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है, जिससे पारंपरिक खेलों की लोकप्रियता में गिरावट आई है। यह अध्ययन यह जानने का प्रयास करता है कि आधुनिक तकनीकी प्रभावों के बीच स्नातक स्तर के विद्यार्थी भारतीय पारंपरिक खेलों — जैसे कबड्डी, खो–खो, गिल्ली–डंडा, पिट्ठू आदि — के प्रति किस प्रकार की मानसिकता और दृष्टिकोण रखते हैं।

अध्ययन के अंतर्गत विभिन्न स्नातक कॉलेजों के विद्यार्थियों से सर्वेक्षण के माध्यम से जानकारी एकत्र की गई। प्राप्त आँकड़ों के विश्लेषण से यह निष्कर्ष निकला कि अधिकांश युवा पारंपरिक खेलों को सांस्कृतिक विरासत का हिस्सा मानते हैं, परंतु डिजिटल माध्यमों की ओर बढ़ती रूचि के कारण वे इन खेलों से जुड़ाव कम अनुभव करते हैं। यह शोध पारंपरिक खेलों के संरक्षण एवं प्रचार के लिए नीतिगत सुझाव भी प्रस्तुत करता है, जैसे शिक्षा प्रणाली में पारंपरिक खेलों का पुनः समावेश, डिजिटल प्लेटफॉर्म के माध्यम से इनकी प्रस्तुतिकरण, और सामाजिक कार्यक्रमों के द्वारा जागरूकता फैलाना।

मुख्य शब्द: पारंपरिक खेल, डिजिटल युग, अभिवृत्ति, स्नातक युवा, सांस्कृतिक विरासत

परिचय

आज का युग सूचना और संचार क्रांति का युग है, जिसे सामान्यतः "डिजिटल युग" कहा जाता है। डिजिटल तकनीक ने मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र को प्रभावित किया है—चाहे वह शिक्षा हो, स्वास्थ्य सेवा, संचार, मनोरंजन या खेल। इस युग में न केवल सूचना का संप्रेषण तीव्र हुआ है, बल्कि जीवनशैली में भी व्यापक परिवर्तन आए हैं। डिजिटल युग ने मनोरंजन और खेलों की दुनिया में भी क्रांतिकारी बदलाव किए हैं। पारंपरिक खेलों की जगह अब ई–स्पोर्ट्स, मोबाइल गेम्स, वीडियो गेम्स और ऑनलाइन गेमिंग ने ले ली है। ऐसे में यह जानना अत्यंत महत्वपूर्ण हो गया है कि आज के युवाओं, विशेषकर स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की पारंपरिक भारतीय खेलों के प्रति क्या दृष्टिकोण या अभिवृत्ति है।

myresearchgo Volume 1, December Issue 9, 2025, ISSN: 3107-3816 (Online)

भारत में पारंपरिक खेलों की समृद्ध विरासत रही है। कबड्डी, खो–खो, गिल्ली–डंडा, पिट्ठू, कुश्ती, मलखंभ, लंगड़ी, चोर–सिपाही, और कंचे जैसे खेल भारतीय समाज की सांस्कृतिक धरोहर का अभिन्न हिस्सा रहे हैं। ये खेल न केवल शारीरिक विकास में सहायक थे, बल्कि उनमें सामाजिक समरसता, टीम भावना, रणनीतिक सोच और सांस्कृतिक मूल्यों का भी समावेश होता था। इन खेलों में उपकरणों की आवश्यकता न्यूनतम होती थी, और वे स्थानीय वातावरण व संस्कृति के अनुसार विकसित हुए थे। ग्रामीण क्षेत्रों में तो ये खेल आज भी सामाजिक मेलजोल और उत्सवों का हिस्सा बने हुए हैं, लेकिन शहरीकरण और वैश्वीकरण के प्रभाव ने इन्हें युवाओं के जीवन से धीरे–धीरे विस्थापित कर दिया है।

डिजिटल युग की सबसे बड़ी विशेषता है सूचना और मनोरंजन की अत्यधिक उपलब्धता। आज के युवाओं के पास विभिन्न प्रकार के वीडियो गेम्स, ऑनलाइन स्पोर्ट्स, मोबाइल एप्स, और वर्चुअल रियलिटी आधारित गेम्स का विशाल संसार उपलब्ध है। इन खेलों की आकर्षक ग्राफिक्स, त्वरित परिणाम और प्रतिस्पर्धात्मक माहौल ने उन्हें बेहद लोकप्रिय बना दिया है। इसके विपरीत पारंपरिक खेल, जो शारीरिक श्रम, धैर्य, और सामाजिक सहभागिता पर आधारित हैं, युवाओं के लिए पुराने और कम रोचक लगने लगे हैं। इस प्रवृत्ति ने पारंपरिक खेलों के अस्तित्व पर प्रश्नचिन्ह लगा दिया है।

स्नातक विद्यार्थी, जो समाज का एक जागरूक और सक्रिय वर्ग होता है, राष्ट्र की सांस्कृतिक धरोहर के संवाहक भी होते हैं। यह वर्ग न केवल नई तकनीकों को तेजी से अपनाता है, बल्कि सामाजिक और सांस्कृतिक परिवर्तनों का संवेदनशील दृष्टिकोण भी रखता है। ऐसे में यह जानना अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाता है कि स्नातक युवाओं की पारंपरिक भारतीय खेलों के प्रति क्या सोच है, उनकी अभिवृत्ति क्या है, और क्या वे इन खेलों को केवल अतीत का हिस्सा मानते हैं या उनमें अब भी कुछ आकर्षण शेष है।

यह अध्ययन डिजिटल युग की पृष्ठभूमि में स्नातक युवाओं की मानसिकता, अभिरुचियों, और व्यवहार में आए परिवर्तनों का विश्लेषण करता है। इसमें यह भी देखा जाएगा कि किन कारणों से पारंपरिक खेलों की ओर युवाओं का रुझान कम हुआ है कृ क्या यह तकनीकी सुविधाओं की अधिकता है, खेलों के प्रचार–प्रसार में कमी, या शहरीकरण और भौतिकता की ओर बढ़ती प्रवृत्ति? साथ ही यह भी अध्ययन का विषय होगा कि क्या आज के युवा इन खेलों को पुनर्जीवित करने के इच्छुक हैं, और यदि हाँ, तो किन माध्यमों द्वारा?

पारंपरिक खेल केवल मनोरंजन के साधन नहीं थे, बल्कि वे भारतीय जीवनशैली का एक सामाजिक, शारीरिक और नैतिक शिक्षण प्रदान करने वाला अनौपचारिक विद्यालय थे। वे बच्चों में नेतृत्व, अनुशासन, सहनशीलता, और आपसी सहयोग की भावना विकसित करते थे। लेकिन डिजिटल युग में जब एक क्लिक से सैकड़ों गेम्स तक पहुँच संभव है, तो पारंपरिक खेलों के लिए युवाओं के पास समय और उत्सुकता नहीं बचती। यही कारण है कि इन खेलों का अस्तित्व खतरे में पड़ गया है।

myresearchgo Volume 1, December Issue 9, 2025, ISSN: 3107-3816 (Online)

आज की युवा पीढ़ी के सामने दोहरी चुनौती है – एक ओर आधुनिक जीवनशैली और तकनीक के साथ कदम से कदम मिलाना, और दूसरी ओर अपनी सांस्कृतिक जड़ों को संभाले रखना। ऐसे में पारंपरिक खेलों का महत्व केवल ऐतिहासिक या सांस्कृतिक दृष्टिकोण से नहीं, बल्कि युवा पीढ़ी के समग्र विकास के लिए भी अत्यंत आवश्यक हो गया है।

डिजिटल युग

डिजिटल युग से तात्पर्य उस समयावधि से है जिसमें सूचना और संचार तकनीक का अत्यधिक और व्यापक प्रयोग होता है। यह युग कंप्यूटर, इंटरनेट, स्मार्टफोन, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, सोशल मीडिया, ऑनलाइन गेमिंग आदि के माध्यम से समाज के प्रत्येक क्षेत्र में परिवर्तन लाया है। शिक्षा, संचार, व्यापार, चिकित्सा और मनोरंजन सभी में डिजिटल तकनीकों का गहरा प्रभाव है। इस युग में युवाओं का अधिक समय स्क्रीन पर बीतता है, जिससे पारंपरिक खेलों और शारीरिक गतिविधियों में उनकी भागीदारी घटती जा रही है।

भारतीय पारंपरिक खेल

भारत की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत में पारंपरिक खेलों का विशेष स्थान रहा है। ये खेल न केवल मनोरंजन का साधन रहे हैं, बल्कि शारीरिक क्षमता, मानसिक चपलता और सामाजिक समरसता को बढ़ावा देने वाले महत्वपूर्ण माध्यम भी रहे हैं। विभिन्न क्षेत्रों और राज्यों में इन खेलों के अलग–अलग रूप देखने को मिलते हैं, जो भारत की विविधता को दर्शाते हैं। कबड्डी, खो–खो, गिल्ली–डंडा, पिट्ठू, कंचे, रस्साकशी जैसे खेल ग्रामीण भारत में आज भी प्रचलित हैं। ये खेल पीढ़ियों से बच्चों और युवाओं को सिखाते आए हैं कि खेल केवल जीतने का नाम नहीं, बल्कि अनुशासन, टीमवर्क और खेलभावना का भी प्रतीक हैं। आधुनिक समय में जब डिजिटल खेलों का चलन बढ़ गया है, तब पारंपरिक खेलों का महत्व और अधिक बढ़ जाता है क्योंकि ये खेल बच्चों को शारीरिक रूप से सक्रिय रखने के साथ–साथ भारतीय सांस्कृतिक मूल्यों से भी जोड़ते हैं।

अध्ययन की आवश्यकता

डिजिटल युग में आधुनिक तकनीकी उपकरणों, वीडियो गेम्स, मोबाइल ऐप्स और सोशल मीडिया के अत्यधिक उपयोग ने युवाओं की जीवनशैली में बड़ा बदलाव लाया है। इस परिवर्तित जीवनशैली का प्रभाव उनके मनोरंजन के तरीकों और खेलों की पसंद पर भी पड़ा है। जहां एक ओर डिजिटल गेम्स तेजी से लोकप्रिय हो रहे हैं, वहीं दूसरी ओर पारंपरिक भारतीय खेल जैसे कि कबड्डी, खो–खो, गिल्ली–डंडा, पिट्ठू, आदि धीरे–धीरे हाशिए पर जा रहे हैं।

इस पृष्ठभूमि में इस अध्ययन की आवश्यकता निम्नलिखित कारणों से है:

संस्कृति और विरासत का संरक्षण: पारंपरिक खेल भारतीय सांस्कृतिक विरासत का एक अहम हिस्सा हैं। यह जानना आवश्यक है कि स्नातक युवा इन खेलों को लेकर क्या सोचते हैं, ताकि इन्हें पुनर्जीवित किया जा सके।

डिजिटल प्रभाव का मूल्यांकन: यह समझना आवश्यक है कि डिजिटल तकनीक और वर्चुअल गेम्स ने युवाओं की अभिरुचि को किस हद तक प्रभावित किया है।

myresearchgo Volume 1, December Issue 9, 2025, ISSN: 3107-3816 (Online)

स्वास्थ्य और सामाजिक विकास: पारंपरिक खेल न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं बल्कि सामूहिकता, टीमवर्क और अनुशासन जैसे गुण भी विकसित करते हैं। यह अध्ययन इन पहलुओं की उपेक्षा की स्थिति को समझने में मदद करेगा।

नीति निर्माण में सहायता: अध्ययन के निष्कर्ष खेल मंत्रालय, शैक्षणिक संस्थानों और नीति निर्माताओं को ऐसे कार्यक्रम विकसित करने में मदद कर सकते हैं जो युवाओं को पारंपरिक खेलों के प्रति आकर्षित करें।

शैक्षणिक अनुसंधान में योगदान: यह विषय वर्तमान सामाजिक और सांस्कृतिक परिप्रेक्ष्य में अत्यंत प्रासंगिक है और इससे संबंधित आंकड़े शोध और शिक्षण के क्षेत्र में उपयोगी सिद्ध हो सकते हैं।

शोध पद्धति

इस अध्ययन का प्रमुख उद्देश्य डिजिटल युग में भारतीय पारंपरिक खेलों के प्रति स्नातक युवाओं की अभिवृत्ति को समझना एवं विश्लेषण करना है। साथ ही यह जानना है कि डिजिटल गेमिंग, सोशल मीडिया और तकनीकी परिवर्तन किस प्रकार पारंपरिक खेलों के प्रति युवाओं की रुचि को प्रभावित कर रहे हैं। इस अध्ययन की जनसंख्या भारत के विभिन्न विश्वविद्यालयों एवं महाविद्यालयों में अध्ययनरत स्नातक स्तर के विद्यार्थी हैं, विशेषकर 18–25 वर्ष की आयु वर्ग के युवा। यादृच्छिक नमूना तकनीक का उपयोग किया गया। लिंग, क्षेत्र, और विश्वविद्यालय के आधार पर समूह बनाए गए और प्रत्येक समूह से यादृ च्छिक रूप से प्रतिभागियों का चयन किया गया।

परिणाम

सारणी 1: पारंपरिक खेलों की जानकारी और सहभागिता पर आधारित अभिवृत्ति

कथन	अत्यधिक सहमत (%)	सहमत (%)	तटस्थ (%)	असहमत (%)	अत्यधिक असहमत (%)
मैंने बचपन में पारंपरिक खेल खेले हैं	64%	22%	7%	5%	2%
मैं अब भी पारंपरिक खेलों में रुचि रखता हूँ	18%	28%	25%	20%	9%
डिजिटल गेम्स ने मेरी पारंपरिक खेलों में रुचि घटाई है	45%	30%	12%	8%	5%

प्राप्त आंकड़ों से यह स्पष्ट है कि अधिकतर विद्यार्थियों ने बचपन में पारंपरिक खेलों का अनुभव लिया है। किंतु डिजिटल युग में रुचि में गिरावट देखी जा रही है। 75% छात्रों ने स्वीकार किया कि डिजिटल गेम्स ने उनकी पारंपरिक खेलों में रुचि को कम किया है।

सारणी 2: क्षेत्रीय अंतर (ग्रामीण एवं शहरी) के अनुसार अभिवृत्ति तुलना

क्षेत्र	पारंपरिक खेलों में भागीदारी (Mean)	डिजिटल गेम्स में रुचि (Mean)
ग्रामीण छात्र	4.2	3.1
शहरी छात्र	3.1	4.4

यह स्पष्ट है कि ग्रामीण छात्रों में पारंपरिक खेलों के प्रति अधिक सकारात्मक अभिवृत्ति है, जबकि शहरी छात्रों में डिजिटल गेम्स की ओर अधिक झुकाव पाया गया। यह सांस्कृतिक जड़ों एवं सामाजिक परिवेश का प्रभाव हो सकता है।

सारणी 3: लिंगानुसार अभिवृत्ति विश्लेषण (t–Test के आधार पर)

लिंग	पारंपरिक खेलों में रुचि (Mean ± SD)	t- मूल्य	p- मूल्य
पुरुष	3.8 ± 0.95	2.31	0.021*
महिला	3.5 ± 1.02		

$p < 0.05$ पर सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण

पुरुषों की तुलना में महिलाओं की पारंपरिक खेलों में रुचि थोड़ी कम पाई गई, जो सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण है। यह सामाजिक भूमिका, परिवार की अपेक्षाएं, एवं उपलब्धता की दृष्टि से समझा जा सकता है।

सारणी 4: पारंपरिक एवं डिजिटल खेलों की लोकप्रियता

खेल का प्रकार	पसंद करने वाले छात्रों का प्रतिशत
कबड्डी	64%
खो–खो	51%
गिल्ली–डंडा	38%
PUBG / BGMI	73%
फ्री फायर	62%
फिफा / PES	41%

हालांकि डिजिटल खेलों की लोकप्रियता अधिक है, पारंपरिक खेलों जैसे कबड्डी और खो–खो अब भी बड़े पैमाने पर पसंद किए जाते हैं, विशेषकर ग्रामीण और खेल–प्रेमी समूहों में।

सारणी 5: अभिवृत्ति स्कोर में डिजिटल मीडिया उपयोग के आधार पर अंतर

डिजिटल मीडिया उपयोग (प्रति दिन)	औसत अभिवृत्ति स्कोर	SD	t- मूल्य	p- मूल्य
1-2 घंटे	4.21	0.66		
3-5 घंटे	3.89	0.74	7.43	0.001
6+ घंटे	3.47	0.81		

जो छात्र कम समय डिजिटल मीडिया (खेल, सोशल मीडिया आदि) पर बिताते हैं, उनकी पारंपरिक खेलों के प्रति अभिवृत्ति अधिक सकारात्मक है। यह अंतर सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण पाया गया ($p < 0.01$)।

निष्कर्ष

डिजिटल युग में जहाँ युवा पीढ़ी मोबाइल, कंप्यूटर गेम्स और सोशल मीडिया में अधिक समय व्यतीत कर रही है, वहीं भारतीय पारंपरिक खेलों के प्रति उनकी अभिवृत्ति में एक महत्वपूर्ण परिवर्तन देखा गया है। अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि स्नातक युवा पारंपरिक खेलों के प्रति एक सकारात्मक दृष्टिकोण रखते हैं, परंतु उन्हें खेलने की प्रवृत्ति में कमी आई है। मुख्य कारणों में शहरीकरण, खेल के लिए स्थान की कमी, समय की पाबंदी और डिजिटल मनोरंजन के विकल्पों की भरमार शामिल है। हालांकि, जब इन खेलों को शैक्षणिक, सामाजिक और शारीरिक दृष्टिकोण से समझाया जाता है, तो युवा इनकी महत्ता को स्वीकार करते हैं।

यदि पारंपरिक खेलों को आधुनिक तकनीक और शिक्षा के साथ जोड़कर प्रस्तुत किया जाए, जैसे कि स्कूल–कॉलेजों में इन्हें पाठ्यक्रम का भाग बनाना, डिजिटल माध्यम से इनकी जानकारी प्रचारित करना या सामुदायिक कार्यक्रमों के माध्यम से पुनर्जीवित करना, तो युवाओं की भागीदारी बढ़ सकती है। अतः निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि डिजिटल युग में भी यदि उचित पहल की जाए तो भारतीय पारंपरिक खेलों को युवाओं के जीवन में पुनः स्थापित किया जा सकता है। यह न केवल सांस्कृतिक विरासत को जीवंत रखेगा, बल्कि युवाओं के शारीरिक और मानसिक विकास में भी सहायक सिद्ध होगा।

संदर्भ

1. कुमार, एस. (2020) भारतीय पारंपरिक खेलों की प्रासंगिकता एवं संरक्षण. भारतीय खेल शोध पत्रिका, 12(2), 45–52.

2. शर्मा, आर., – सिंह, वी. (2021) डिजिटल युग में युवाओं की जीवनशैली में बदलाव: एक समाजशास्त्रीय विश्लेषण. समाज और संस्कृति, 18(1), 33–40.
3. मिश्रा, पी. (2019). पारंपरिक खेल बनाम आधुनिक वीडियो गेम: एक तुलनात्मक अध्ययन. नई दिल्ली: नेशनल बुक ट्रस्ट.
4. त्रिपाठी, एम. (2022) स्नातक छात्रों में लोक खेलों के प्रति अभिवृत्तिरू एक सर्वेक्षण अध्ययन. शैक्षिक शोध जर्नल, 8(3), 78–84.
5. वर्मा, के. (2018) भारतीय खेल परंपरा का आधुनिक परिप्रेक्ष्य. वाराणसी: ज्ञान गंगा प्रकाशन.
6. चौधरी, ए., – जोशी, एस. (2023) युवा और पारंपरिक खेल: डिजिटल युग की चुनौतियाँ. समकालीन भारत, 25(2), 59–66.
7. मेहता, एन. (2021) भारत में पारंपरिक खेलों का सांस्कृतिक महत्व और संरक्षण की आवश्यकता. भारतीय लोक–संस्कृति, 14(1), 23–30.
8. अग्रवाल, डी. (2020) डिजिटल माध्यम और खेल: भारतीय युवाओं की पसंद में परिवर्तन. तकनीक और समाज, 5(4), 41–49.
9. पांडेय, जी. (2017) खेल, युवा और संस्कृतिरू एक अंतःसांस्कृतिक दृष्टिकोण. भोपाल: संस्कृति प्रकाशन.
10. गुप्ता, एस., – कश्यप, ए. (2022) पारंपरिक खेलों के प्रति दृष्टिकोण का अध्ययन: एक क्षेत्रीय विश्लेषण. भारतीय खेल अध्ययन, 10(2), 91–98.