

विकलांग बच्चों के लिए एक स्तरीय खेल मैदान

खुशबू सिंह

हमारे खुशबू स्पेशल स्कूल,ⁱ में 10 साल का बच्चा, हरीश हमारे पास आता है और हमारा ध्यान अपने सुपरमैन थीम वाले मास्क की ओर खींचता है। प्रमस्तिष्क पक्षाघात यानी सेरेब्रल पाल्सी (सीपी) और बौद्धिक अक्षमता वाला यह बच्चा मौखिक कौशलों की कमी के बावजूद सभी बच्चों की तरह खेलने, दौड़ने और बातचीत करने का इच्छुक है। वह अपनी बारी की प्रतीक्षा बड़े धैर्य के साथ करता है। यहाँ तक कि अपने दोस्तों को मैदान के किनारे से प्रोत्साहित भी करता है। त्वरित जीत, हाई-फाइव और मौखिक प्रशंसा उसे गतिविधियों को जारी रखने और हार न मानने के लिए प्रेरित करती है। हरीश, जो पहले बहुत शान्त हुआ करता था, बहुत सीमित सामाजिक सम्पर्क रखता था और जिसे शारीरिक सहायता की आवश्यकता पड़ती थी, आज न केवल आत्मविश्वास से तमाम गतिविधियाँ करता है, बल्कि अगर उससे अपने साथियों को निर्देश देने के लिए कहा जाए तो उससे भी कतराता नहीं है।

समावेशी खेलों का दर्शन

अपने कई वर्षों के व्यक्तिगत अनुभव, अवलोकन और फ्रील्ड में बिताए समय के आधार पर हमने महसूस किया कि विकलांग बच्चों (चिल्ड्रन विद डिसेबिलिटीज़ या सीडब्ल्यूडीएस) को अक्सर खेल जैसी गतिविधियों को छोड़ देना पड़ता था। इसकी वजहें थीं, अपने परिवेश की बाधाएँ जैसे उचित रैम्प की अनुपस्थिति या नज़रिए से जुड़ी बाधाएँ, जैसे लोगों में इस जागरूकता की कमी कि इन बच्चों के साथ कैसे जुड़ना है या उनकी यह मानसिकता कि ये बच्चे तो खेल ही नहीं सकते या खेल को धीमा कर सकते हैं या इससे भी बुरा यह विचार कि उन्हें चोट लग सकती है।

भारत में अनुमानित रूप से अस्सी लाख बच्चे (19 वर्ष से कम आयु के) किसी-न-किसी रूप में विकलांगता के शिकार हैं और पाँच में से केवल एक विकलांग बच्चा ही खेलता है। 70 प्रतिशत से अधिक माता-पिता और स्कूलों ने बताया है कि विकलांग बच्चों की भागीदारी के अवसरों की कमी ने उनके सामाजिक अलगाव और आत्मविश्वास की कमी को बढ़ा दिया है।

अपने प्रारम्भिक शोध में हमने कई विशेष और समावेशी

स्कूलों का दौरा किया। उनमें हमें ये स्थितियाँ देखने को मिलीं :

- कई विशेष स्कूलों में खेल का पीरियड या खेल के शिक्षक नहीं थे।
- जिन स्कूलों में खेल के शिक्षक थे, वे खेलों में विकलांग बच्चों को शामिल नहीं करते थे और आमतौर पर उन्हें केवल खेल देखने के लिए कहते थे।
- अधिकांश शिक्षकों ने खेलों को गेंद लपकने (कैच लेना) तक सीमित कर दिया था, जो थोड़ी देर बाद उबाऊ हो जाता था। हमें लगा कि शिक्षकों के पास बच्चों की ज़रूरतों के अनुसार गतिविधियों और खेलों को रचने के लिए ज़रूरी कौशल और ज्ञान की कमी है।

उमोया स्पोर्ट्सⁱⁱ का विचार इस प्रमुख विश्वास से उत्पन्न हुआ है कि खेल सभी को समान रूप से लाभान्वित करते हैं। इसमें हम अपने बच्चों की विभिन्नताओं का जश्न मनाते हैं और खेलने में आने वाली बाधाओं को दूर करते हैं, न केवल शारीरिक बाधाएँ बल्कि निर्देश और भाषा सम्बन्धी बाधाएँ भी; सभी बच्चों के लिए खेल को अधिक समावेशी बनाने के लिए हम गतिविधियों के भीतर ही अनुकूलन करते रहते हैं।

उमोया स्पोर्ट्स में, हमने विकलांग बच्चों के सामने आने वाली तीन विशिष्ट चुनौतियों की पहचान की है। हम इन्हें 'समावेशी शिक्षा संकट' कहते हैं :

- विकलांगता और विकलांग बच्चों की आवश्यकताओं के अनुसार उनके लिए समग्र विकास और कौशल विकास प्रदान करने वाले गुणवत्तापूर्ण सन्दर्भगत कार्यक्रमों की कमी।
- सामाजिक लांछन और विकलांग बच्चों के बारे में भ्रान्तियों के कारण इन बच्चों की भागीदारी न होने देना और इस कारण उनमें सामाजिक कौशल की कमी होना।
- शारीरिक गतिविधि की कमी और खेल/ फ़िटनेस में शामिल होने के अवसरों की कमी, जिससे उन्हें शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है।

हमारा कार्यक्रम

अपने कार्यक्रम को अधिक बाल केन्द्रित बनाने के लिए हम

हर एक विकलांग बच्चे के कौशल और क्षमता के आधार पर गतिविधियों में बदलाव करते हैं। हम अपनी गतिविधियों में संवेदी गेंदों, विभिन्न आकारों की गेंदों या बच्चों के पसन्दीदा खिलौनों का उपयोग करते हैं। हम बच्चे की ताकत और मजबूती के आधार पर दूरियाँ और कठिनाई के स्तर को बदलते हैं। हम बच्चों को अपने खुद के खेलों का आविष्कार करने देते हैं, जिससे उनमें रचनात्मकता और समस्या को सुलझाने के कौशल का निर्माण होता है।

हम शिक्षकों को खेलों में परिवर्तन करने की मूल बातों में भी प्रशिक्षित करते हैं, उन्हें अपने खेल मार्गदर्शकों का अनुसरण करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं ताकि वे यह समझ सकें कि कौशल-उपयुक्त गतिविधियों को कैसे संचालित किया जाए। हम उन्हें पाठ योजनाएँ देते हैं, जिन्हें वे बाद में अपनी कक्षाओं में लागू कर सकते हैं। इन सब के कारण समय के साथ हमें यह सुनिश्चित करने में मदद मिली कि सभी बच्चे खेल के कार्यक्रमों में भाग लें।

हमारा काम अनिवार्य रूप से अनुकूलित शारीरिक शिक्षा (अडैप्टेड फ़िज़िकल एजुकेशन या एपीई) पर आधारित है, जो 'विकलांग शिक्षार्थियों के लिए सावधानीपूर्वक तैयार किए गए शारीरिक शिक्षा के अनुदेशात्मक कार्यक्रम को विकसित करने, कार्यान्वित करने और उसका अवलोकन करने की कला और विज्ञान है।'

हमने जिन कमियों की पहचान की है, उनके आधार पर हम अपने वार्षिक खेल और खेल-आधारित शिक्षा कार्यक्रम के



निर्माण के लिए '3C' कार्यक्रम के दर्शन का पालन करते हैं।

पाठ्यक्रम (Curriculum)

हमारे खेल-आधारित समग्रात्मक शिक्षा कार्यक्रम बौद्धिक और चलन अक्षमता सम्बन्धी विकलांगता और विकास सम्बन्धी विकारों वाले बच्चों और गैर-विकलांग बच्चों की जरूरतों को ध्यान में रखकर तैयार किए गए हैं। यह कार्यक्रम फुटबॉल, बास्केटबॉल और एथलेटिक्स जैसे खेलों में मूलभूत गति (विकासात्मक) कौशलों का निर्माण करने के विचार पर केन्द्रित है। साथ ही समस्या-समाधान व समीक्षात्मक चिन्तन जैसे जीवन कौशलों और टीमवर्क, आत्मविश्वास व समानुभूति जैसे सामाजिक कौशलों के विकास द्वारा समाज में प्रभावी भागीदारी करने का लक्ष्य भी इसके केन्द्र में है।

पिछले कई वर्षों में हमने देखा है और शिक्षकों से फ़ीडबैक भी प्राप्त किया है कि खेल सत्र के बाद बच्चों की धारण क्षमता बढ़ती है और कक्षा में भी वे अधिक ध्यान देते हैं। फ़िल्ड से प्राप्त ऐसी ही एक कहानी बिट्टू की दृढ़ता और संज्ञानात्मक विकास की है। वह हमारे खिलाड़ियों में से एक खिलाड़ी है जो शुरू में बहुत शर्मीला था और खेलों में भाग लेने से हिचकिचाता था। केवल छह महीने की अवधि में वह न केवल फुटबॉल खेलना पसन्द करने लगा है और खेल के सत्रों का बेसब्री से इन्तज़ार करता है, बल्कि उसके संज्ञानात्मक कौशल में भी सुधार हुआ है। हाल ही में उसने रूबिक घन (क्यूब) के एक हिस्से को हल करके हम सभी को आश्चर्य में डाल दिया। उसके आत्मविश्वास और सामाजिक कौशलों में अत्यधिक वृद्धि हुई है और अब उसका लक्ष्य पूरे रूबिक घन को हल करना है।

प्रशिक्षक (Coach)

एक सुदृढ़ पाठ्यक्रम के साथ-साथ एक शिक्षक या संरक्षक की भूमिका उतनी ही महत्वपूर्ण है। हम खेल के प्रति उत्साही युवाओं और शारीरिक शिक्षकों को अनुकूलित खेल मार्गदर्शकों के रूप में प्रशिक्षित करते हैं। हम सीखने की दो-तरफ़ा प्रक्रिया को आगे बढ़ाने के लिए कार्यक्रम को लागू करने में शिक्षकों और विशेष शिक्षकों के साथ मिलकर काम करते हैं।

किसी बच्चे के जीवन में मार्गदर्शक की भूमिका को दर्शाने के लिए, प्रियंका की कहानी एक अद्भुत उदाहरण है। स्वलीनता वर्णक्रम विकार (ऑटिज़्म स्पैक्ट्रम डिसऑर्डर या एएसडी) वाली प्रियंका हमारी एथलीट है। वह काफ़ी तुनकमिजाज थी और शिक्षक की सहायता लेकर ही खेल के मैदान में आती थी। वह शिक्षक की सहायता से ही खेलती भी थी। हमारी टीम ने उसकी जरूरतों और उसकी पसन्द को समझने के लिए उसके साथ काम किया और उसे सहज महसूस कराया, जिससे

उसके लिए एक सुरक्षित जगह का निर्माण हुआ। समय के साथ प्रियंका को खेलना अच्छा लगने लगा और अब वह न्यूनतम सहायता के साथ स्वतंत्र रूप से गतिविधियों में भाग लेती है और अपने सीखने की जिम्मेदारी खुद लेती है। उसे फुटबॉल पसन्द आने लगा है और बार-बार ड्रिब्लिंग (गेंद को विपक्षी टीम के लोगों से बचाकर आगे की ओर ले जाना) करने के लिए कहती है जो गेंद के साथ उसका पसन्दीदा अभ्यास है।

संस्कृति (Culture)

अपनी अनूठी मित्र प्रणाली (Buddy system) के माध्यम से विकलांग और गैरविकलांग बच्चों को एक साथ लाकर एक टीम के रूप में उनकी भागीदारी और खेल को सुनिश्चित करके हम समानुभूति और समावेशन बनाते हैं। हम कम कौशलों वाले या ज्यादा सीमाओं वाले विकलांग बच्चे को ज्यादा कौशलों वाले किसी अन्य विकलांग या सामान्य बच्चे के साथ जोड़ते हैं ताकि बच्चों को अतिरिक्त सहयोग मिल सके और उन्हें दोस्तों के रूप में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जा सके। हम सकारात्मक बल प्रदान करते हुए एक प्रोत्साहन व्यवस्था के माध्यम से ऐसी संस्कृति बना रहे हैं जहाँ सर्वश्रेष्ठ टीमवर्क का प्रदर्शन करने वाली प्रत्येक 'मित्र जोड़ी' को खेलने के लिए अतिरिक्त समय देकर पुरस्कृत किया जाता है।

हमने देखा कि कैसे बच्चे न सिर्फ मैदान पर बल्कि मैदान के बाहर भी एक-दूसरे का सहयोग करने लगे। यह समावेशी संस्कृति और समावेशी समाज के निर्माण की उत्साहजनक शुरुआत है। ऐसी ही एक दोस्ती है ध्रुव और अमन की, जो हमें बदलाव की ताकत के बारे में आशा और विश्वास दिलाती है। ध्रुव एक एथलीट है, जिसे सीपी है। उसे अमन अक्सर तंग किया करता था, जिसके कारण वह परेशान रहता था। हमने अपनी मित्र प्रणाली के तहत दोनों की जोड़ी बना दी और उन दोनों के लिए प्रोत्साहक तत्वों के साथ एक संरचित दृष्टिकोण बनाया। कुछ समय बाद ध्रुव ने न केवल मैदान पर अमन के साथ दोस्ती की, बल्कि उसके बाहर भी मित्रता का यही भाव कायम रहा। ध्रुव के हाथ-आँख के समन्वय और आत्मविश्वास में सुधार हुआ है।

इन वर्षों में, कार्यक्रम के अवलोकन और मूल्यांकन के माध्यम से, हमने अपने बच्चों में निम्नलिखित विकास देखे :

- समानुभूति और मानसिकता : मुख्यधारा के हमारे 98 प्रतिशत विद्यार्थियों ने हमारे समावेशी कार्यक्रम में फिर से शामिल होकर समानुभूति प्रदर्शित की है।
- प्रमुख विकासात्मक मील के पत्थरों से सम्बन्धित विकास : हमारे बच्चों ने पिछले एक वर्ष के दौरान समन्वय और चुस्ती में 42 प्रतिशत सुधार और अपनी ताकत व मजबूती में 38 प्रतिशत की वृद्धि दिखाई है।

- औसतन 62 प्रतिशत बच्चों ने फुटबॉल, बास्केटबॉल और एथलेटिक्स में अपने खेल कौशल में 5 के पैमाने पर 1.5 अंक की वृद्धि दिखाई है।
- हमारे सर्वेक्षणों के माध्यम से, 85 प्रतिशत शिक्षकों ने देखा कि बच्चों ने शैक्षिक कौशलों, जैसे संख्या और रंग की पहचान और दैनिक जीवन की वस्तुओं की पहचान करने में उच्च धारण क्षमता दिखाई है।

महामारी और एबिलिटी स्पार्क का जन्म

जैसे ही हम खेलों के बारे में सोचते हैं वैसे ही हमारे मन में बाहर के, खेल के मैदान के और प्रकृति के दृश्य उभरते हैं। इसलिए जब कोविड ने हमारे जीवन को अस्त-व्यस्त कर दिया अर्थात तालाबन्दी और उससे जुड़े प्रतिबन्ध, सामाजिक दूरी और स्कूलों के बन्द होने जैसी स्थितियों सामने आईं तो हमने खुद को अज्ञात क्षेत्र में पाया। यह सर्वविदित है कि शारीरिक गतिविधि की कमी, विशेष रूप से विकलांग व्यक्तियों में, मोटापा, हृदय रोग, एकाग्रता की कमी, समन्वय विकार और ताकत की कमी जैसे कार्यात्मक विकारों की ओर ले जा सकती है। इसके अलावा, तालाबन्दी के दौरान सीखने की प्रक्रिया में आए आकस्मिक और अप्रत्याशित बदलावों ने बच्चों के साथ-साथ उनके माता-पिता का बोझ भी बढ़ा दिया। एक नई तरह की स्थिरता की पुनर्कल्पना करनी पड़ी।

महामारी ने आगे चलकर और भी चुनौतियों को उजागर किया और, देखा जाए तो, एक ऐसे समावेशी शिक्षा संकट के बारे में काम करने की आवश्यकता को दोहराया जिसके लिए निम्नलिखित बातें अनिवार्य हैं :

- समावेशी और सुलभ शिक्षण-अधिगम सामग्री (टीएलएम)।
- संरचित और अनुकूलित कम लागतवाले, खेल-आधारित शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम।

अपने बच्चों की भलाई को प्रमुखता देते हुए, हमने प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा के साथ एकीकृत किया हुआ एक ऑनलाइन शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम, एबिलिटी स्पार्क, विकसित किया, जो शारीरिक और मानसिक कल्याण पर केन्द्रित है और इसका उद्देश्य खेल के माध्यम से विकासात्मक हास और तनाव को कम करना है।

एबिलिटी स्पार्क एक समावेशी, डिजिटल-प्ले और कल्याण कार्यक्रम है। इसका उद्देश्य है योग एवं परिणाम-आधारित मजेदार खेल और शारीरिक शिक्षा गतिविधियों के माध्यम से, 3-14 वर्ष के आयु वर्ग के सीमित या उभरते हुए विकास कौशलों वाले विकलांग बच्चों के समग्र शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को विकसित करना।

इस बारे में सोचते समय कि हम सभी बच्चों को इन गतिविधियों में कैसे शामिल कर सकते हैं, हमने खुद से यह सवाल पूछा : हम ऐसी शारीरिक गतिविधियों और अनुभवों को कैसे तैयार करें जो बच्चों के कौशलों के स्तर के उपयुक्त हों? हमारे खेल मार्गदर्शकों की टीम ने विभिन्न शारीरिक गतिविधियों को चुना, विकास कौशलों को छोटे और साध्य कौशलों में विभाजित किया, ऐसे अनुकूलनों का सुझाव दिया जो न केवल मज़ेदार हैं बल्कि मूलभूत रूप से खेल की नींव के रूप में कार्य करते हैं और दिमाग-दिल-हाथ (हेड-हार्ट-हैंड) के दर्शन को प्रदर्शित करते हैं।

गतिविधियों को इस तरह से अनुकूलित किया जाता है कि वे घर में भी की जा सकें, जहाँ सम्भवतः संसाधन आसानी से उपलब्ध न हों। हम विकलांग बच्चों के लिए एक वैयक्तिक दृष्टिकोण और संशोधित पाठ प्रदान करते हैं। प्रत्येक गतिविधि सहकर्मी द्वारा संचालित वीडियो प्रदर्शन, पाठ योजना और दृश्य संकेत कार्डों के साथ होती है। वीडियो में हमने प्रत्येक गतिविधि को सन्दर्भित किया है ताकि जीवन के साथ उसकी प्रासंगिकता दिखाई जा सके। साथ ही दृश्य उद्दीपनों एवं मैत्रीपूर्ण आवाज़ों द्वारा इन्हें सुदृढ़ बनाया गया है, जैसे, 'मुझे हाई-फाइव दो!', 'कम ऑन, तुम यह कर सकते हो!' ताकि विषय-वस्तु को और मित्रवत बनाया जा सके और उससे सम्बन्ध स्थापित हो सके।

पहले बच्चों के माता-पिता के साथ और बाद में स्कूलों में



शिक्षक-प्रशिक्षण मॉडल के रूप में कार्यक्रम का संचालन करने से हमें यह समझ में आया है कि ऑनलाइन सेटिंग में शारीरिक शिक्षा कैसे दी जा सकती है। यह कार्यक्रम शिक्षकों और माता-पिता को एक ही स्थान पर उपलब्ध उपयोग के लिए तैयार संसाधन मुहैया कराता है ताकि दैनिक शिक्षा में खेल का समावेश भी हो जाए।

वर्तमान समय में, जब माता-पिता ही प्राथमिक शिक्षक बन गए हैं, उन्हें घर पर अपने बच्चों की पढ़ाई जारी रखने के लिए उपकरणों (टूलकिट) की सहायता से सशक्त बनाया गया। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इसने बच्चे को उसकी दैनिक दिनचर्या की निरन्तरता प्रदान की, जो यह सुनिश्चित करने का महत्वपूर्ण आधार है कि विकासात्मक कौशलों के क्षेत्र में प्रगति हो।

मुम्बई के जय वकील स्कूल की सुश्री प्रियंका गंगोडिया ने यह बात साझा की है, 'हमारे शिक्षकों ने आपके वीडियोज़ की खूब सराहना की। इन्हें समझना काफ़ी आसान था और उपयोग में लाना भी सरल था। सभी शिक्षकों को महसूस हुआ कि इन गतिविधियों ने ऑनलाइन कक्षाओं में उनकी मदद की और ये हमारे विद्यार्थियों के कौशलों को विकसित करने के लिए भी लाभदायक और सहायक साबित हुईं। शिक्षकों को एएसडी वाले विद्यार्थियों के लिए सकल मोटर गतिविधियाँ बहुत अच्छी लगीं।

हमारी सीख

कार्य के माध्यम से मानसिकता का बदलाव

कार्यक्रम की शुरुआत में, माता-पिता और शिक्षक संशय में थे, अपने बच्चों की सुरक्षा को लेकर डर रहे थे और उनकी क्षमताओं पर सन्देह कर रहे थे। इस कार्यक्रम में बच्चों की भागीदारी के लगभग 6 महीने बाद, हमने उनके माता-पिता और शिक्षकों को अपने बच्चों के साथ हमारी कुछ गतिविधियों में भाग लेने के लिए आमंत्रित किया जैसे कि समन्वित कूद या गेंद के साथ सामान्य गतिविधियाँ आदि। कई बार तो माता-पिता और अन्य न्यूरो-टिपिकल वयस्क उस गतिविधि को करने में असमर्थ रहे जो उनके बच्चे कर रहे थे। इससे उनके अन्दर यह भावना पैदा हुई कि उन्हें विकलांग बच्चों की सीमाओं की बजाय उनकी सम्भावनाओं और क्षमताओं को देखना चाहिए और उन पर ध्यान केन्द्रित करना चाहिए।

विकलांग बच्चों के विकास के लिए काम कर रहे अधिकांश स्कूलों और केन्द्रों में केवल उपचार या थैरपी वाले मॉडल पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है। बच्चे को कई अलग-अलग उपचारों के लिए जाना पड़ता है, जैसे बोलने का उपचार, व्यवसायिक उपचार, फ़िज़ियोथैरपी या लेखन उपचार आदि। और हालाँकि, हम इन उपचारों के महत्व को समझते हैं,

लेकिन वे बच्चे के लिए थकाऊ भी हो सकते हैं और इनसे उसे बोरियत या बेचैनी हो सकती है। शारीरिक खेल ऐसे पूरक तत्व हैं जो बच्चे को मनोरंजक गतिविधियों में संलग्न करते हुए उपचारात्मक लाभ भी प्रदान करते हैं। अपने सहयोगी स्कूलों के शिक्षकों के साथ तीन वर्षों के काम के दौरान हमने पाया कि ये शिक्षक खेलों के सबसे बड़े समर्थक हैं और बच्चों को खेलों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करते हैं।

खेल के माध्यम से सामाजिक-भावनात्मक और शारीरिक स्वास्थ्य बेहतर करने का महत्त्व

बच्चों में खेल के प्रति स्वाभाविक झुकाव होता है। शारीरिक गतिविधियाँ चाहे ऑनलाइन हों या मैदान में, मजेदार होती हैं। यहाँ तक कि हर गतिविधि के लिए जो तैयारियाँ करनी पड़ती हैं, जैसे वस्तुओं को व्यवस्थित करना, दूरी को मापना और स्थान पर विचार करना आदि भी बच्चों के लिए मजेदार होता है और इससे उनमें उत्साह पैदा होता है। गतिविधियों के लिए संसाधनों को व्यवस्थित करने की प्रक्रिया के दौरान, एक अभिभावक ने टिप्पणी की, 'अब मेरा बच्चा अपने आसपास की चीजों के बारे में ज्यादा जागरूक हो गया है; उसके लिए तो यह खजाने की खोज पर जाने जैसा है।'

समावेशी शिक्षा में खेलों की भूमिका

जैसा कि एनईपी (राष्ट्रीय शिक्षा नीति) 2020 में उल्लिखित है, खेल एकीकरण विभिन्न विषयों से जुड़ा एक और ऐसा शैक्षणिक दृष्टिकोण है जिसमें शारीरिक गतिविधियों जैसे खेलों का उपयोग किया जाता है, ताकि सहयोग, खुद से पहल करना,

अनुशासन, टीमवर्क और ज़िम्मेदारी जैसे कौशल विकसित करने में मदद मिल सके।

समावेशन को एक आधारभूत और अनिवार्य तत्व मानते हुए कार्यक्रमों को तैयार करने से स्वीकार्यता और समझ का ऐसा माहौल विकसित करने में मदद मिलती है और इससे स्कूलों और समुदायों में सभी बच्चों को शारीरिक रूप से सक्रिय होने का अवसर मिल सकता है। अपने कार्यक्रमों के माध्यम से हम विकलांग बच्चों के प्रति सामान्य बच्चों के दृष्टिकोण में बदलाव लाकर बाधाओं को कम करते हैं और साथ ही विकलांगता अनुकार (सिमुलेशन) अभ्यासों के माध्यम से विकलांग बच्चों में आत्मविश्वास और शारीरिक चुस्ती का विकास करके उन्हें सशक्त बनाते हैं।

हमारी सोच है कि शिक्षकों, माता-पिता और बच्चों की देखरेख करने वालों का सहयोग करने वाले हमारे कार्यक्रम उनकी मानसिकता में परिवर्तन ला पाएँगे, उनके ज्ञान और कौशलों का निर्माण करेंगे ताकि उन्हें खेल के गुणों को व्यवहारिक अधिगम के रूप में प्रस्तुत करने में मदद मिल सके। साथ ही उन्हें एक समावेशी संस्कृति के पोषण में मदद मिल सकेगी।

आदित्य और सोनी जैसे हमारे बच्चे हमें अत्यधिक आशा और आनन्द से भर देते हैं और वे अन्य विद्यार्थियों के लिए भी प्रेरणा स्रोत हैं। हमारे सहयोगी स्कूल (खुशबू वेलफेयर सोसाइटी) के बौद्धिक रूप से अशक्त इन दोनों विद्यार्थियों को *स्पेशल ओलम्पिक भारत* द्वारा आयोजित नेशनल फ्लोरबॉल कैम्प के लिए चुना गया और उन्हें भारतीय राष्ट्रीय टीम का हिस्सा बनने का मौका मिला।

** बच्चों की पहचान को सुरक्षित रखने के लिए नाम बदल दिए गए हैं।*



आभार : लेखिका, उमोया स्पोर्ट्स के संस्थापक आदित्य केवी को उनके मार्गदर्शन, सहयोग और इस लेख के सह-लेखन में मदद के लिए धन्यवाद देना चाहती हैं। आदित्य ने विकलांग विद्यार्थियों में जीवन कौशल विकसित करने के लिए खेल और शिक्षा की शक्ति का लाभ उठाने के उद्देश्य से उमोया स्पोर्ट्स की स्थापना की।

- i. खुशबू वेलफेयर सोसाइटी, 1995 में स्थापित किया गया एक गैर-सरकारी संगठन है जो गुरुग्राम, हरियाणा में स्थित है। यह मानसिक और बहु-विकलांगता वाले बच्चों, किशोरों और युवा वयस्कों के विकास, शिक्षा और पुनर्वास के लिए विविध सेवाएँ प्रदान करता है।
- ii. उमोया स्पोर्ट्स नई दिल्ली में स्थित एक फ़ॉर-इम्पैक्ट, नॉन-प्रॉफ़िट संस्था है। यह खेल-आधारित शिक्षा कार्यक्रमों के माध्यम से विकलांग और सामान्य बच्चों को एक भरा-पूरा जीवन जीने के लिए ज़रूरी जीवन कौशलों से लैस करके उनको समग्र विकास प्रदान करने और स्कूलों व समुदायों में एक समावेशी संस्कृति का निर्माण करने की दिशा में काम करती है।



खुशबू सिंह उमोया स्पोर्ट्स में सलाहकार व सहायक हैं और एक सामाजिक समर्थकर्ता हैं। वे K-12 प्रणाली के प्रारम्भिक अवस्था वाले एडटेक स्टार्ट-अपों में कार्य कर चुकी हैं और कार्यक्रम/ अनुदेशात्मक डिज़ाइन, सामग्री विकास और संचार के क्षेत्रों में विशेषज्ञता रखती हैं। वर्तमान में वे स्वतंत्र रूप से कार्य कर रही हैं और सीखने को प्रासंगिक और समावेशी बनाने के लिए एडटेक का उपयोग कैसे किया जा सकता है इसका अध्ययन कर रही हैं। एक शिक्षक प्रशिक्षक के रूप में युवा सामाजिक उद्यमियों और स्वयंसेवियों की सहायता भी कर रही हैं। उनसे khushboo@umoyasports.com पर सम्पर्क किया जा सकता है। **अनुवाद** : नलिनी रावल