

**ग्रामीण क्षेत्र में परम्परागत खेलों का सामाजिक संदर्भ****डॉ. भरत एम. खेर**

मददनिश प्राध्यापक

समाजशास्त्र विभाग

सौराष्ट्र विश्वविद्यालय राजकोट, गुजरात

[bmkher@sauuni.ac.in](mailto:bmkher@sauuni.ac.in)**(Received -15March2026/Revised-28March2026/Accepted-5April2026/Published-10 April2026)****सार:**

भारत में प्राचीन काल से ही विभिन्न प्रकार के खेल प्रचलित और लोकप्रिय रहे हैं, जैसे दौड़ना, कूदना आदि, जो वर्तमान युग में धीरे-धीरे विस्मृत होते जा रहे हैं। इस प्रकार, खेलों के मूल कौशल ग्रामीण समुदाय को विरासत में मिले हैं। कई लोगों और विद्वानों का मानना है कि ग्रामीण समुदाय के लोग ग्रामीण समाज में अपनी दैनिक आवश्यकताओं की पूर्ति और अपनी अन्य पहचान बनाए रखने के लिए इन विभिन्न कौशलों का उपयोग करने के आदी हैं। गुजरात के ग्रामीण क्षेत्रों के युवा और बच्चे इन खेलों को इस प्रकार खेलते हैं कि वे बल, बुद्धि, नैतिकता, त्याग, सेवा, संयम आदि गुणों से युक्त व्यक्ति के रूप में विकसित और प्रतिष्ठित होते हैं। खेलों के कारण, ग्रामीण समुदाय के लोग एक मजबूत, स्वस्थ और रोग प्रतिरोधक क्षमता वाले शरीर के निर्माण के लिए खेल के रूप में व्यायाम को आवश्यक मानते हैं और इसीलिए ग्रामीण समुदाय ने ऐसे खेलों का विकास किया है। धीरे-धीरे, ये सभी खेल लुप्त हो रहे हैं। जैसे-जैसे सामाजिक व्यवस्था बदलती है, उनके विभिन्न भागों के रूप में खेलों ने भी अपना रूप बदल दिया है, लेकिन उनका सामाजिक महत्व कम नहीं हुआ है। प्रस्तुत शोध पत्र में गुजरात में विभिन्न प्रकार के पारंपरिक ग्रामीण खेलों के सामाजिक महत्व की जांच करने का प्रयास किया गया है। वर्तमान में, यह अध्ययन ग्रामीण युवाओं से प्राथमिक डेटा एकत्र करके किया गया है, जिसमें व्यक्तिगत साक्षात्कार के आधार पर यह अध्ययन किया गया है।

**चाविरूप शब्द :** परम्परागत खेल, सामाजिक महत्व, ग्रामीण परम्पराए**ग्रामीण क्षेत्र में परम्परागत खेलों का सामाजिक संदर्भ****परिचय:-**

गुजरात अपने रंगीन त्योहारों, अलग-अलग लोक परंपराओं और ऐतिहासिक समृद्धि के साथ-साथ देसी खेलों की एक पुरानी परंपरा के लिए जाना जाता है, जो इसकी सांस्कृतिक पहचान का एक अहम हिस्सा हैं। गुजरात में पारंपरिक खेल सिर्फ मनोरंजन नहीं हैं, बल्कि सामूहिक याद, सामाजिक जुड़ाव वगैरह

जैसी खूबियों को दिखाते हैं। इन खेलों का इस्तेमाल ऐतिहासिक रूप से शारीरिक फिटनेस, मानसिक तेज़ी और सामुदायिक एकता के साधन के रूप में किया जाता रहा है। धूल भरे गाँव के आँगन से लेकर त्योहारों वाले खेल के मैदानों तक, ये पारंपरिक खेल गुजराती समाज की संस्कृति को दिखाते हैं। बच्चे, युवा और बड़े सभी खेल खेलते हैं। इन खेलों के लिए किसी खास सामान की ज़रूरत नहीं होती। इनमें से कई खेल त्योहारों और मौसमी चक्रों से जुड़े हैं, जो गुजरात के सामाजिक-धार्मिक जीवन से जुड़े हुए हैं। चाहे मकर संक्रांति पर पतंग उड़ाना हो या होली पर कुश्ती के मैच, ये खेल सांस्कृतिक तत्व को बनाए रखते हैं। आज की तेज़ रफ़्तार दुनिया में, इन पारंपरिक खेलों का ज़िंदा रहना मुश्किल हो गया है, फिर भी इनमें सांस्कृतिक विरासत और मनोरंजन देने की बहुत क्षमता है। गुजरात के पारंपरिक खेल इस इलाके की सामाजिक-सांस्कृतिक विरासत से बहुत गहराई से जुड़े हुए हैं। गुजरात में पारंपरिक खेलों के पुराने ज़िक्र स्थानीय लोककथाओं और कहानियों में मिलते हैं। ये खेल सिर्फ़ मनोरंजन का ज़रिया नहीं थे, बल्कि इनमें दार्शनिक मूल्य, सामुदायिक जुड़ाव और युद्ध की ज़िम्मेदारियों की तैयारी भी दिखती थी।

#### **खेलों का सोशियोलॉजिकल कॉन्सेप्ट:-**

खेल दुनिया भर के देशों के कल्चर का एक अहम हिस्सा बन गए हैं। खेलों की सोशियोलॉजी, सोशियोलॉजी का वह हिस्सा है जो खेलों को एक सामाजिक घटना के तौर पर और खेलों में शामिल सामाजिक लोगों को संगठनों या ग्रुप के तौर पर देखता है। खेलों की सोशियोलॉजी, सामाजिक मूल्यों की स्टडी है। जिसमें बचपन में निष्पक्ष खेल, ईमानदारी, सहयोग, दोस्ती, मुकाबले की भावना, खेल भावना, न्याय वगैरह सीखे जाते हैं। साथ ही, खेल के मैदान में सामाजिक मेलजोल से सामाजिक गुण और खासियतें सीखी जाती हैं, जिन्हें पढ़ाई की बेसिक यूनिट के तौर पर देखा जाता है।

#### **खेलों में सोशियोलॉजी का महत्व:-**

फिजिकल एक्टिविटी और खेल समय का सही इस्तेमाल करने में मदद करते हैं, जिससे युवा एंटी-सोशल और क्रिमिनल एक्टिविटी से दूर रहते हैं। स्पोर्ट्स खेलते समय, हिस्सा लेने वालों को नियमों का सख्ती से पालन करना होता है और रेफरी के फैसलों को मानना होता है, यानी डिसिप्लिन के गुण डेवलप होते हैं। स्पोर्ट्स और गेम्स में हिस्सा लेने वाली टीमों में वे सभी ज़रूरी गुण डेवलप होते हैं, जो एक व्यक्ति के लिए एक अच्छा लीडर बनने के लिए ज़रूरी हैं। टीम के खिलाड़ियों और अलग-अलग टीमों के बीच सोशल इंटरैक्शन एक अच्छा लीडर बनने के लिए ज़रूरी गुणों को डेवलप करने में बहुत मदद करता है। स्पोर्ट्स के गुणों, फेयर प्ले, टीम के लिए खुद को कुर्बान करने और नियमों का पालन करने में सोशियोलॉजी एक अहम भूमिका निभाती है। ये सभी गुण स्पोर्ट्स एथिक्स डेवलप करने में बहुत मददगार होते हैं। गेम्स और फिजिकल एजुकेशन एक्टिविटीज़ में हिस्सा लेते समय, कई सोशल प्रॉब्लम्स सामने आती हैं और सोशियोलॉजी के ज्ञान से उन्हें बहुत आसानी से सॉल्व किया जा सकता है। स्पोर्ट्स से जुड़े अलग-अलग

सोशियोलॉजिकल कॉन्सेप्ट्स ने पिछले कुछ सालों में लोगों का नज़रिया बदल दिया है। समाजों ने गेम्स और स्पोर्ट्स में हिस्सा लेने के महत्व को समझा है और इस तरह, सभी उम्र के लोगों ने अपना नज़रिया बदला है।

### ग्रामीण खेल और परंपरा :-

हम सभी जानते हैं कि स्पोर्ट्स एक्टिविटीज़ ग्रामीण विकास के लिए एक ज़रूरी फैक्टर हैं, क्योंकि स्पोर्ट्स आसपास के नेचुरल एनवायरनमेंट से जुड़ने या मुकाबला करने का एक और तरीका है। कॉन्फ्रेंस और प्रोग्राम किसी भी इलाके के ग्रामीण इलाकों में स्पोर्ट्स की सुविधाएं देते हैं। सबसे ज़रूरी मकसद गांव वालों को पब्लिक गेम्स के लिए बढ़ावा देना है, जिससे डेवलपमेंट और शांति के लिए गेम्स में जान आ सके। ग्रामीण इलाकों में लोगों की इनकम कम होती है। इसलिए, लोकल और देसी गेम्स और स्पोर्ट्स का इस्तेमाल कम से कम सुविधाओं के साथ अपने खाली समय को भरने के लिए किया जा सकता है।

गांव के खेल गांवों में पारंपरिक जीवन का एक ज़रूरी हिस्सा हैं, जो ग्रामीण समुदायों की स्पोर्ट्समैनशिप, टीमवर्क और कल्चरल विरासत को दिखाते हैं। ये खेल स्थानीय रीति-रिवाजों से गहराई से जुड़े हुए हैं और अक्सर मनोरंजन, सोशल बॉन्डिंग और फिजिकल फिटनेस का ज़रिया बनते हैं। खुले मैदानों, कच्ची सड़कों या गांव के आंगनों में खेले जाने वाले ग्रामीण खेल, ग्रामीण जीवन की सादगी और लचीलेपन को दिखाते हैं और साथ ही कम्युनिटी में एकता को बढ़ावा देते हैं।

### मुख्य ग्रामीण खेल और उनका महत्व:-

ग्रामीण खेल लगातार बढ़ रहा है, खासकर गांव के मेलों और त्योहारों के दौरान, जो पारंपरिक खेलों को ज़िंदा रखते हैं। ग्रामीण स्पोर्ट्स कॉम्पिटिशन और सरकारी पहलों के ज़रिए इन खेलों को मॉडर्न बनाने और बढ़ावा देने की कोशिशें यह पक्का करती हैं कि ये सदियों पुरानी परंपराएं सांस्कृतिक जीवन का एक जीवंत हिस्सा बनी रहें।

- **कबड्डी:-** कबड्डी एक हाई-एनर्जी कॉन्टैक्ट गेम है जिसमें फुर्ती, ताकत और स्ट्रेटेजिक खेल की ज़रूरत होती है। खिलाड़ी बारी-बारी से दूसरी टीम पर हमला करते हैं, डिफेंडर को टैग करते हैं और टैकल होने से पहले वापस लौटते हैं। इस खेल से स्टैमिना और टीमवर्क बढ़ता है।
- **खो-खो:-** खो-खो एक तेज़ टीम स्पोर्ट है जिसमें स्पीड, स्ट्रेटेजी और कोऑर्डिनेशन पर फोकस होता है। खिलाड़ी संगठित तरीके से विरोधियों का पीछा करते हैं और उनसे बचते हैं, जिसके लिए तेज़ तरीका और टीमवर्क की ज़रूरत होती है। यह स्कूलों और ग्रामीण इलाकों में बहुत ज़्यादा खेला जाता है, जिससे फिजिकल फिटनेस और स्पोर्ट्समैनशिप को बढ़ावा मिलता है।
- **गिली-डंडा:-** गिली-डंडा क्रिकेट जैसा ही एक पुराना स्टिक और बॉल गेम है, जो लकड़ी की स्टिक (डंडा) और एक छोटी स्टिक (गिली) से खेला जाता है। इसका मकसद विरोधियों को जितना हो सके गिल्ली पकड़ने से रोकना होता है। गिल्ली को कितनी दूर मारना है ये खिलाड़ियों का लक्ष्य

रहता है। यह गेम हाथ-आंख के तालमेल और सटीकता को बढ़ाता है, जिससे यह गांव के युवाओं के बीच पसंदीदा बन गया है।

- **लखोटी:-** लखोटी गेम में जीतने के लिए खिलाड़ियों को निशाना लगाना और कंचों पर मारना होता है, जिसमें सटीकता और ध्यान लगाना ज़रूरी होता है। खुले मैदानों और गांव के आंगनों में खेला जाने वाला यह आसान लेकिन मज़ेदार गेम बच्चों और युवाओं के बीच पॉपुलर है, जो सामाजिक मेलजोल और मुकाबले की भावना को बढ़ावा देता है।
- **पिट्टू (सात पत्थर):-** पिट्टू गुजरात में दो टीमों के बीच खेला जाने वाला एक पारंपरिक गेम है। इसमें एक गेंद और सात चपटे पत्थरों का ढेर होता है। गेम का मकसद एक टीम के सदस्य के लिए गेंद फेंककर पत्थरों के ढेर को गिराना और फिर विरोधियों में से किसी एक के मारने से पहले उसे फिर से बनाना होता है। इस गेम में दौड़ने, देखने, स्पीड, निशाना लगाने और ध्यान लगाने की स्किल्स शामिल हैं। यह गेम टीमवर्क सीखने के लिए एक बेहतरीन गेम है।
- **बोरा डोड:-** बैग रेस एक मुकाबला वाला गेम है जिसमें हिस्सा लेने वाले अपने दोनों पैर एक बैग में रखते हैं जो उनकी कमर या छाती तक पहुंचता है और स्टार्ट से फिनिश लाइन तक जाते हैं। फिनिश लाइन पार करने वाला पहला व्यक्ति रेस का विनर होता है। यह गेम इस बात का एक बेहतरीन उदाहरण है कि समाज में आने वाली अलग-अलग पाबंदियों और नियमों के बावजूद कैसे डेवलपमेंट और गोल हासिल किए जा सकते हैं और इसी वजह से यह गेम खेला जाता है।
- **आंख मिचौली (ब्लाइंडफोल्ड):-** इस गेम में, एक प्लेयर आंखों पर पट्टी बांधता है। यह गेम एक बड़े एरिया में खेला जाता है, जहां आंखों पर पट्टी बांधा हुआ इंसान दूसरे प्लेयर्स को बिना देखे छूने की कोशिश करता है, जबकि दूसरे प्लेयर्स बिखर जाते हैं और आंखों पर पट्टी बांधे हुए इंसान से बचने की कोशिश करते हैं। इस मैसेज के साथ कि समाज में कई ऐसी परिस्थिति होती हैं जिन्हें सीधे नहीं देखा जा सकता, हमें उनसे निपटना होगा और उनसे निकलने का रास्ता खोजना होगा, यह गेम याददाश्त, चाल, सूंघने की शक्ति वगैरह जैसे गुण डेवलप करने के लिए एक उपयोगी गेम है।
- **रस्सा खेंच:-** एकता और दोस्ती का एक सच्चा टेस्ट रस्सा खेंच खेल है। यह पूरी दुनिया में पॉपुलर है और इसमें दो टीमों ताकत के लिए एक-दूसरे के खिलाफ खड़ी होती हैं। दो टीमों रस्सी के अलग-अलग सिरों को तब तक खींचती हैं जब तक कि एक टीम दूसरी टीम को सेंटर लाइन तक नहीं खींच लेती। यह गेम इंसानी ज़ुबे की ताकत का सबूत है और पूरे गेम में टीम स्पिरिट और एकता के गुण दिखाए जाते हैं। आम तौर पर, दोनों टीमों ताकत के लिए मुकाबला करती हैं और यह खेल लोगों को किसी सोशल इवेंट के बारे में जानकारी देने में मददगार होता है।
- **कुश्ती:-** पारंपरिक अखाड़ों में होने वाली कुश्ती, सहनशक्ति, ताकत और अनुशासन का टेस्ट है।

- **बैलगाड़ी दौड़:-** एक रोमांचक दौड़ जहाँ किसान बैलगाड़ी को कंट्रोल करने का अपना हुनर दिखाते हैं, जिसकी जड़ें खेती की परंपराओं में हैं।
- **मल्ली युद्ध:-** कुश्ती का एक पारंपरिक भारतीय रूप, जिसमें असली ताकत और लड़ने की तकनीक दिखाई जाती है।

➤ **ग्रामीण खेलों का महत्व:-**

- **सांस्कृतिक विरासत:-** ग्रामीण खेल सदियों पुरानी परंपराओं और देसी खेलों को बचाकर रखते हैं और बढ़ावा देते हैं।
- **फिजिकल फिटनेस:-** ये एक्टिविटीज़ सहनशक्ति, ताकत और फुर्ती को बेहतर बनाने में मदद करती हैं, जिससे ग्रामीण आबादी एक्टिव रहती है।
- **कम्युनिटी बॉन्डिंग:-** स्पोर्ट्स इवेंट लोगों को एक साथ लाते हैं, एकता और टीमवर्क की भावना को बढ़ावा देते हैं।
- **युवाओं का जुड़ाव:-** ये मॉडर्न डिजिटल एंटरटेनमेंट का एक विकल्प देते हैं और बाहर की फिजिकल एक्टिविटी को बढ़ावा देते हैं।
- **लोकल टैलेंट को बढ़ावा देना:-** कई नेशनल और इंटरनेशनल एथलीट ग्रामीण खेलों से जुड़े हैं, जो यह साबित करते हैं कि देश के किसी भी कोने से टैलेंट निकल सकता है।

**निष्कर्ष:-**

गुजरात के पारंपरिक खेल सिर्फ मनोरंजन से कहीं ज़्यादा हैं; वे कम्युनिटी बॉन्डिंग, फिजिकल फिटनेस और कल्चरल ज्ञान का जीता-जागता खजाना हैं। उनका कम होना बदलते सोशियो-कल्चरल माहौल की झलक है। राजपूत काल में, योद्धा कुलों को कुश्ती, तलवारबाज़ी और ताकत परखने वाले खेल जैसे युद्ध के खेल खेलने के लिए बढ़ावा दिया जाता था। शाही दरबार में, फिजिकल फिटनेस और बहादुरी को अक्सर बढ़ावा दिया जाता था। इस वजह से, अखाड़े पुरुष युवाओं के विकास का केंद्र बन गए। इस तरह, ये सभी खेल उस समय के सोशल सिस्टम और भौगोलिक माहौल के आधार पर खेले जाते थे और उनका सामाजिक महत्व था। यहाँ बताए गए खेलों के अलावा, और भी कई खेल हैं जो आज के ग्रामीण गुजरात में खास रहे हैं।

**संदर्भ:-**

- [1].Kumar, S. (2017). Traditional sports and games of India: Cultural heritage and importance. International Journal of Physical Education, Sports and Health, 4(4), 123-127.

- [2].Patel, R. (2019). Folk games of Gujarat: An integral part of cultural identity. Journal of Cultural Heritage and Traditions, 10(2), 45-52.
- [3].Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India. (2018). National policies on promotion of indigenous sports and games
- [4].Sandeep Singh,(2028). Society development through sports communities, International Journal of Applied Research, 4(1): 243-245
- [5].Gujarat Tourism. (2023). Cultural heritage and folk traditions of Gujarat. Gujarat Tourism Official Website. <https://www.gujarattourism.com/heritage/>
- [6].<https://yas.gov.in/indigenous-sports-policy>