साहित्य भवन

नैतिक, खेल एवं शारीरिक शिक्षा

कक्षा 10

डॉ. (श्रीमती) सुधीरा चन्देल

नैतिक, खेल एवं शारीरिक शिक्षा

कक्षा 10

[अनिवार्य विषय के रूप में निर्धारित पाठ्यक्रमानुसार सर्वश्रेष्ठ पाठ्य-पुस्तक]

माध्यमिक शिक्षा परिषद्, उ. प्र., प्रयागराज द्वारा जारी पाठ्यक्रम के अनुसार

लेखिका

डॉ. (श्रीमती) सुधीरा चन्देल

उपाचार्य

शारीरिक शिक्षा अध्ययनशाला

देवी अहिल्या विश्वविद्यालय, इन्दौर (म.प्र.)

साहित्य भवन®

Sahitya Bhawan®

अन्य महत्वपूर्ण जानकारी के लिए लॉगऑन करें

www.sahityabhawan.co.in

Join us on

Sahitya Bhawan®

मूल्य : ₹ 120

कोड : 1544

प्रकाशक : **साहित्य भवन®**
सी 17, साइट सी
सिकन्दरा औद्योगिक क्षेत्र
आगरा-282007 (उ.प्र.)

फोन : 9837052020, 8958000151

ईमेल : info@sahityabhawan.co.in

वेबसाइट : www.sahityabhawan.co.in

© प्रकाशकाधीन सुरक्षित

- इस पुस्तक का कोई भी अंश प्रकाशक की लिखित अनुमति के बिना प्रकाशित करना अविधिमान्य होगा।
- इस पुस्तक को यथासम्भव त्रुटिहीन एवं अद्यतन रूप से प्रकाशित करने के सभी प्रयास किये गये हैं, फिर भी संयोगवश यदि इसमें कोई कमी अथवा त्रुटि रह गयी हो तो उससे कारित क्षति अथवा संताप के लिए लेखक, प्रकाशक एवं मुद्रक का कोई दायित्व नहीं होगा।
- किसी भी परिवाद के लिए न्यायिक क्षेत्र केवल आगरा न्यायालय ही होगा।

संशोधित पाठ्यक्रम

माध्यमिक शिक्षा परिषद्, उ. प्र., प्रयागराज द्वारा जारी संशोधित पाठ्यक्रम के अनुसार

नैतिक तथा खेल एवं शारीरिक शिक्षा

इस विषय में 50 अंकों की लिखित परीक्षा का एक प्रश्न-पत्र तीन घण्टे का होगा। इसके साथ ही 50 अंकों की प्रयोगात्मक परीक्षा भी होगी। प्रयोगात्मक तथा लिखित परीक्षा विद्यालय स्तर पर आयोजित की जाएगी। लिखित तथा प्रयोगात्मक परीक्षा में विद्यालय स्तर पर किए गए मूल्यांकन के आधार पर छात्रों को ए, बी, सी श्रेणी प्रदान की जाएगी, जिसका अंकन छात्र के अंकपत्र तथा प्रमाणपत्र में किया जाएगा।

मानवाधिकार

इकाई -1 **बाल अधिकार**—जीवन, संरक्षण, सहभागिता, विकास का अधिकार, भारतीय संविधान में बाल अधिकार संरक्षण।

इकाई -2 **स्कूल में बच्चों के अधिकार**—शिक्षण संस्थानों में बाल अधिकार उल्लंघन, शारीरिक दंड, परीक्षा का बोझ, आदर्श अध्यापक।

इकाई -3 **शिकायत प्रणाली, अधिकार संरक्षण आयोग**

नैतिक शिक्षा

सैद्धान्तिक विवेचन कार्य

1. निम्नलिखित महापुरुषों के जीवन के प्रेरक प्रसंग :
   स्वामी विवेकानन्द, स्वामी दयानन्द, लोकमान्य तिलक, महात्मा गांधी, सुभाषचन्द्र बोस, पं. जवाहरलाल नेहरू, पं. श्रीराम शर्मा आचार्य जी।
2. श्रद्धा, आज्ञापालन, त्याग, सत्य, प्रेम, सहयोग, निःस्वार्थ सेवा, श्रमदान, अहिंसा, मातृशक्ति का सम्मान और देश-प्रेम पर आधारित लघु कथाएं।

खेल एवं शारीरिक शिक्षा

इकाई -1 **शारीरिक शिक्षा**—आधुनिक संकल्पना, आधुनिक समाज में शारीरिक शिक्षा की आवश्यकता एवं महत्व, शारीरिक शिक्षा एवं सामान्य शिक्षा में सम्बन्ध, राष्ट्रीय एकता में खेलों की भूमिका, सामान्य ज्ञान शिक्षा एवं परीक्षण/सामूहिक वार्ता।

इकाई -2 **वृद्धि एवं विकास**—शारीरिक क्रियाकलाप में आयु एवं लिंग का अन्तर, बालक एवं बालिकाओं के शारीरिक संरचनाओं में अन्तर, शारीरिक वृद्धि एवं विकास में वंशानुक्रम एवं पर्यावरण का प्रभाव (Body types)।

इकाई -3 **चोट**—अर्थ, बचाव एवं व्यवस्था—मोच, Strain, Contusion, Abrasion and Laceration.

इकाई -4 **मांसपेशी तन्त्र**—परिचय, प्रकार, संरचना, कार्य, शरीर के अंगानुकूल वर्गीकरण, विभिन्न प्रकार की मांसपेशियों के लिए व्यायाम।

इकाई -5 **शिविर आयोजन**—शिविर का अर्थ, उद्देश्य, महत्व, प्रकार, शिविर लगाने की सामग्री, शिविर संगठन।

Sahitya Bhawan

इकाई -6 **थकान**, Detraining **एवं योगासन**—(अ) थकान का अर्थ, प्रकार, लक्षण एवं कारण, बचाव एवं निराकरण, Detraining का अर्थ, Detraining के प्रभाव—शारीरिक Fitness पर, (ब) योगासन का अर्थ, महत्व, प्रकार, सूर्य नमस्कार, प्राणायाम, पद्मासन, पश्चिमोत्तानासन, सर्वांगासन, धनुरासन, शवासन। (स) किसी भी एक खेल में दक्षता प्राप्त करायी जाय।

(ख) समाजोपयोगी उत्पादक कार्य

प्रयोगात्मक **50 अंक**

(1) **अभ्यास सारणियां** (क) सामूहिक पी. टी. 6

(ख) योगाभ्यास—1. मयूर आसन, 2. शीर्ष आसन, 3. कपाल भाति।

(2) **कवायद और मार्च** 1. रूट मार्च 6

2. कवायद और मार्च में गहन अभ्यास

3. समारोह परेड में नेतृत्व का प्रशिक्षण।

(3) **लेजिम** चौमुखी मोरचाल 4

(4) **जिम्नास्टिक/लोकनृत्य** 6

(क) जिम्नास्टिक—**लड़कों के लिए**

मलखम्भ—**लड़कों के लिए**

1. मछली, 2. एक हाथी,
3. कमानी उड़ी, 4. दो हत्थी घोड़ा,
5. सुई डोरा, 6. कान चिटी,
7. वेल, 8. पिरामिड,

मलखम्भ के लिए शिखर पर खड़ें हों।

1. घोड़ा (पैरलल बार्स)।
2. रेस्टिंग आन बोथ बार्स क्लिफ ऑफ फॉरवर्ड।
3. वेन्ट आर्म डबल मार्च फॉरवर्ड (बाजू झुकाकर आगे की ओर तेजी से बढ़ना)।
4. आगे और पीछे की ओर झूलना और आगे की ओर प्रत्येक। एक बार झूलने पर बाजुओं को झुकाना।
5. झूलते हुए बाजू को झुकाना, पीठ ऊपर की ओर उठाना।
6. डिप्स।
7. पिरामिड—विभिन्न रचनाएं।

(ख) लोकनृत्य—**लड़कियों के लिए**

एक लोकनृत्य उसी क्षेत्र का तथा
एक किसी अन्य क्षेत्र का
लड़कों के लिए
हाईस्कूल स्तर अर्थात् VIII से XI की ऐसे लोकनृत्यों की सिफारिशों की जाती है, जिसमें पर्याप्त शारीरिक श्रम पड़ता है।

Sahitya Bhawan

(5) **बड़े खेल/छोटे खेल और रिले**— 8

(क) बड़े खेल— बड़े खेल की आधारभूत तकनीकें, खेलों में भाग लेना।

(ख) छोटे खेल— 1. थ्री कोर्ट डॉज बॉल, 2. स्काउट
3. पोस्ट बॉल, 4. बाउन्स हैण्ड बॉल
5. पुट इन टू द सर्किल, 6. स्टीलिंग स्टिक
7. लास्ट कपल आउट, 8. सेण्टर बेस
9. सोल्जर्स तथा बिग्रेड, 10. सर्किल चेन।

(ग) रिले—कोई नहीं।

(6) **धावन तथा एक मैदान की प्रतियोगिताएं परीक्षण और पदयात्रा**— 6

(क) धावन पथ और मैदान की प्रतियोगिताएं—

1. 100 मी की दौड़ 1. रिले
2. 800 मी की दौड़ 2. जैवलिन थ्रो
3. लम्बी छलांग 3. डिस्कस थ्रो
4. ऊंची छलांग
5. शॉट पुट
6. 4 × 100 मी रिले (तकनीक)
7. डिस्कस थ्रो, जैवलिन थ्रो (तकनीक)

(ख) परीक्षण-राष्ट्रीय शारीरिक दक्षता—

1. मानक निष्पति परीक्षण, 2. शक्ति/सहनशक्ति परीक्षण

(ग) पदयात्रा क्रॉस कन्ट्री

लड़कों के लिए पदयात्रा
1. 6.44 से 7.25 किलोमीटर (4 से 4½ मील)
2. 4.83 में 6.44 किलोमीटर क्रॉस कण्ट्री (3 से 4 मील)

लड़कियों के लिए पदयात्रा
1. 1.61 से 4.03 किलोमीटर (1 से 2½ मील) **लड़कों के लिए क्रॉस कन्ट्री**
2. 0.81 में 2.42 किलोमीटर (1/2 में 1½ मील) **लड़कियों के लिए क्रॉस कन्ट्री।**

(7) **मुकाबले के लिए** 6

(क) साधारण मुकाबले—

1. पंजा झुकाना (फिंगर बैण्ड)
2. खींचकर खड़ा करना (पुट टू स्टैण्ड)
3. छड़ी धकेल (पुश अवे)
4. छड़ी खींच (पुल इन)
5. रिक्शा खींच (रिक्शा पुल)
6. रिक्शा ठेल (रिक्शा पुश)
7. जमीन से उठाना (लिफ्ट ऑफ)

(ख) सामूहिक मुकाबले—

1. छड़ी और कैदी (रेड्स एण्ड बल्यूज)
2. जहरीली मुंगरी (प्वाइजन क्लब)

Sahitya Bhawan

(ग) कुश्ती— 1. पटका कम
2. पटका कम के लिए तोड़
3. दो दस्ती
4. लाना
5. उखेड़

(घ) जूडो— 1. एक हाथ की पकड़ छुड़ाना
2. दोनों कलाइयों की पकड़ छुड़ाना
3. एक ही जगह दें कलाई पर दो दोहरी पकड़ छुड़ाना
4. सामने गले की पकड़ छुड़ाना
5. सामने के बालों की पकड़ छुड़ाना
6. सिर पर प्रहार के बचाव
7. पीछे से कमीज की पकड़ छुड़ाना
8. पीछे से की गई कमर की पकड़ छुड़ाना
9. सामने से की गई कमर की पकड़ छुड़ाना

(ङ) कटार चलाना—(जाम्बिया)

लड़कियों के लिए—

1. पैर के प्रहार से बचाव
2. कमर पर प्रहार से बचाव
3. चार बार।

(8) **राष्ट्रीय आदर्श और अच्छी नागरिकता, व्यावहारिक परियोजनाएं और सामूहिक गान** 4

(क) **राष्ट्रीय आदर्श और अच्छी नागरिकता—**

1. अच्छी आदत
2. हमारे संविधान के मूल आधार
3. पंचवर्षीय योजनाएं और हाल में हुए विकास कार्य
4. भारतीय संस्कृति

(ख) **व्यावहारिक परियोजनाएं**—कोई नहीं

1. प्राथमिक उपचार
2. समाज सेवा
3. भीड़ का नियन्त्रण
4. खेलकूद का आयोजन।

(ग) **सामूहिक गान—**

राष्ट्रगीत—एकगीत क्षेत्रीय भाषा में एक किसी अन्य क्षेत्रीय भाषा में और एक राष्ट्र भाषा में।

(9) 1. वृद्धों, विकलांगों, रोगियों, असहायों एवं निर्धनों की सेवा सुश्रुषा करना। 4
2. साक्षरता अभियान, पर्यावरण संरक्षण आदि में योगदान करना।

(10) बच्चों व युवाओं को वरिष्ठ नागरिकों के प्रति उत्तरदायी बनाना। निरक्षर वरिष्ठ नागरिकों को बालक/बालिकाओं द्वारा साक्षर बनाते हुए उन्हें उनके अधिकारों के प्रति शिक्षित एवं जागरूक करना। विद्यालयों में प्रत्येक वर्ष 01 अक्टूबर को दादा-दादी एवं नाना-नानी दिवस मनाना।

Sahitya Bhawan

विषय-सूची

मानवाधिकार

1. मानवाधिकार : बाल अधिकार 1
2. स्कूल में बच्चों के अधिकार.....8
3. मानव अधिकार : शिकायत प्रणाली 17

नैतिक शिक्षा

1. महापुरुषों के जीवन के प्रेरक प्रसंग.....1
2. श्रद्धा, आज्ञापालन, त्याग, सत्य, प्रेम, सहयोग, निःस्वार्थ सेवा, क्षमा-दान, अहिंसा, मातृ- शक्ति का सम्मान और देश-प्रेम पर आधारित लघु कथाएं.....16

खेल एवं शारीरिक शिक्षा

3. शारीरिक शिक्षा 29
4. वृद्धि एवं विकास 36
5. चोट 43
6. मांसपेशी तन्त्र 51
7. शिविर आयोजन 62
8. थकान, डीट्रेनिंग एवं योगासन.....69
9. किसी एक खेल में दक्षता (कबड्डी).....89

प्रयोगात्मक

1. अभ्यास सारणी.....97
2. कवायद और मार्च 102

Sahitya Bhawan®

3. लेजिम 108
4. जिम्नास्टिक/लोकनृत्य 115
5. बड़े खेल/छोटे खेल और रिले 127
6. धावन तथा मैदान की प्रतियोगिताएं और पदयात्रा 144
7. मुकाबले के लिए 149
8. राष्ट्रीय आदर्श और अच्छी नागरिकता, व्यावहारिक परियोजनाएं और सामूहिक गान 158
- परिशिष्ट ..... (i)-(vi)

Sahitya Bhawan®

इकाई—1

1 मानवाधिकार : बाल अधिकार

मानवाधिकार के अन्तर्गत बालकों के अधिकार

बाल अधिकार का सर्वप्रथम वर्णन सन् 1924 में लीग ऑफ ने नेशन्स के बाल अधिकार घोषणा-पत्र के रूप में हुआ। जो अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर प्रथम बाल अधिकारों को अपनाने की घोषणा थी। 1924 की लीग ऑफ नेशन्स की घोषणा पूर्व रूप से सेव दि चिल्ड्रन इण्टरनेशल यूनियन (Save the Children International Union, 1923) द्वारा जारी किए गए घोषणा-पत्र का समर्थन था। इसके उपरान्त 1959 में संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा बाल अधिकार घोषणा-पत्र को अपनाया था।

इन दोनों ही घोषणा-पत्र में विशेषतौर पर कहा गया था कि बालकों को विशेष सुरक्षा तथा प्राथमिक देखभाल की नितान्त आवश्यकता होती है। क्योंकि सामाजिक तथा शारीरिक दोनों ही दृष्टि से यह मानव समाज का सबसे कमजोर और असहाय पक्ष होता है। मानव अधिकारों की सार्वभौमिक घोषणा के अनुच्छेद-25 में स्पष्ट किया गया है कि बाल्यावस्था में बच्चों को विशेष देखभाल की आवश्यकता होती है। जैसा कि ऊपर वर्णित है कि मानवाधिकारों की सार्वभौमिक घोषणा में 1989 नवम्बर में इसे अंगीकृत कर लिया गया है।

बालकों की देखभाल के लिए कहा गया है कि बालकों का सही विकास पारिवारिक वातावरण में प्यार तथा स्नेह के साथ हो सकता है। महासभा द्वारा सिविल एवं राजनीतिक अधिकारों पर प्रसंविदा के अनुच्छेद-23 एवं 24 में बालकों की देखभाल का प्रावधान है। इसी प्रकार मानवाधिकारों की सार्वभौमिक घोषणा के आर्थिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक अधिकारों पर प्रसंविदा के अनुच्छेद-10 के परिच्छेद 2(ख) में स्पष्ट किया गया है कि बाल आरोपियों को वयस्कों से अलग रखा जाना चाहिए और उनके निर्णय यथाशक्ति न्यायालय द्वारा किए जाने चाहिए। बालकों की देखभाल एवं विकास पर यह घोषणा राज्यों के लिए बाध्यकारी होने के कारण ज्यादा महत्व की नहीं रही, परन्तु शीघ्र ही निर्णय किया गया कि इन बाल अधिकारों के लिए एक ऐसा अधिसमय तैयार किया जाए जो राज्यों पर विधिक रूप से लागू हो।

इसी दिशा में 20 नवम्बर, 1989 को बाल अधिकारों पर घोषणा को मानवाधिकार सार्वभौमिक घोषणा में सर्वसम्मति से अंगीकृत कर लिया गया और सितम्बर 1990 को इसे लागू कर दिया गया। वर्तमान तक विश्व के 193 देश इसके पक्षकार बन चुके हैं। अतः अधिसमय द्वारा बालकों के सिविल, राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक अधिकारों को संरक्षण प्राप्त हुआ। इस अधिसमय के अनुच्छेद-1 में स्पष्ट किया गया है कि जिसकी

Sahitya Bhawan

आयु 18 वर्ष से कम है। उसे ही बालक कहा जा सकता है। 18 वर्ष से अधिक का व्यक्ति वयस्क की श्रेणी में आएगा।

बाल अधिकारों का संरक्षण

बाल अधिकारों के घोषणा-पत्र को संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा सार्वभौमिक घोषणा-पत्र में 20 नवम्बर, 1959 को शामिल किया तथा उसे विधि द्वारा अधिनियमित कर अधिसमय के रूप में 20 नवम्बर, 1989 को अंगीकृत कर लिया। जो 2 सितम्बर, 1990 को सर्वत्र राज्यों पर लागू कर दिया गया। इस अधिसमय के अन्तर्गत स्पष्ट किया गया कि बच्चों को विशेष सुरक्षा एवं प्राथमिक देखरेख की आवश्यकता होती है। बालक शारीरिक तथा सामाजिक रूप से कमजोर होने के कारण सहायता तथा आश्रय के हकदार हों। बालकों की यही कमजोरी कई क्षेत्र जैसे श्रम या लैंगिक अक्षतता आदि में शोषण का कारण बनती है। अधिसमय बच्चों के इसी उत्पीड़न को रोकने में सहायता प्रदान करता है। अधिसमय का उद्देश्य है कि राज्य बच्चों के साथ उचित एवं समतापूर्ण व्यवहार हो। इसके अतिरिक्त 29-30 अक्टूबर, 1997 को नार्वे की राजधानी ओस्लो में संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा बालश्रम पर एक अन्तर्राष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन हुआ। यह विश्व के लोगों का ध्यान बालकों के अधिकारों की ओर आकर्षित करने की एक ओर पहल थी।

संयुक्त राष्ट्र की महासभा द्वारा एक विशेष बैठक में 8 अक्टूबर, 2002 बच्चों के कल्याण, विकास तथा सुरक्षा के लिए एक विशेष रणनीति बनी। जिसके द्वारा बाल अधिकारों को संरक्षण देने वाले अधिसमय में 54 अधिकारों को पारित किया। जिनमें से अधिकार तथा अनुच्छेद संक्षेप में निम्नवत् हैं :

अनुच्छेद-1—(बच्चे की परिभाषा) 18 वर्ष से कम आयु के बालकों को ही बच्चे की श्रेणी में शामिल किया जाएगा। 18 वर्ष से अधिक आयु के व्यक्ति को वयस्क की श्रेणी में रखा जाएगा।

अनुच्छेद-2—बच्चे से लिंग, जाति, वंश तथा शारीरिक अक्षमता के आधार पर भेदभाव नहीं किया जा सकता। बच्चे का सर्वोत्तम हित सर्वोपरि है।

अनुच्छेद-3—(बच्चे की अनुकूल अभिरुचियां) बच्चे का उसकी अभिरुचियों को ध्यान में रखकर विकास किया जाना चाहिए।

अनुच्छेद-4—बाल अधिकारों का कार्यान्वयन।

अनुच्छेद-5—बच्चे अपने माता-पिता का मार्गदर्शन प्राप्त करेंगे तथा बच्चों की क्षमताओं के अनुसार ही उनका विकास एवं कार्य दिए जाएंगे।

अनुच्छेद-6—जीवित रहने का जन्मजात अधिकार।

अनुच्छेद-7—यह अनुच्छेद बच्चे के नाम तथा राष्ट्रीयता से सम्बन्धित है।

अनुच्छेद-8—यह अनुच्छेद बच्चे की पहचान एवं उससे सम्बन्धित संरक्षण का अधिकार प्रदान करता है।

अनुच्छेद-9 तथा10—यह अनुच्छेद ऐसे बच्चों को संरक्षण प्रदान करता है जो माता-पिता से पृथक् हैं अर्थात् अनाथ हैं तथा उन्हें पारिवारिक पुनः एकीकरण का अधिकार भी प्रदान करता है।

Sahitya Bhawan

अनुच्छेद-11—यह अनुच्छेद बच्चों को अवैध रूप से स्थानान्तरित करने को अवैध घोषित करता है तथा ऐसे स्थानान्तरित किए गए बच्चों की राज्य/ देश वापसी को वैधता का अधिकार देता है।

अनुच्छेद-12 से 14 तक—प्रत्येक बच्चे को अभिव्यक्ति की स्वतन्त्रता, विचारों को प्रदान करने की स्वतन्त्रता, आत्मा की आवाज को व्यक्त करने की स्वतन्त्रता एवं धर्मदर्शन की स्वतन्त्रता प्रदान की गई है।

अनुच्छेद-15 तथा16—इसमें बच्चों को संगठित होने के स्वतन्त्रता तथा उनका गोपनीयता को संरक्षण प्रदान किया गया है।

अनुच्छेद-17 तथा 18—इसमें बच्चों द्वारा सूचना को पहुंचाने एवं माता-पिता के उत्तरदायित्वों का वर्णन है।

अनुच्छेद-19 से 21 तक—इसमें बच्चों के दुरुपयोग एवं उपेक्षा से संरक्षण, परिवार, विद्वान बच्चों का संरक्षण एवं उनको गोद लिए जाने का प्रावधान किया गया है।

अनुच्छेद-22 से 24 तक—इन अनुच्छेदों में शरणार्थी बच्चों, बाधित बच्चों एवं स्वास्थ्य सेवाओं के बारे में विशेष बल दिया गया है।

अनुच्छेद-25—इस अनुच्छेद में बच्चों की देखभाल करने एवं संस्था में रहने वाले बच्चों का पुनरावलोकन करने का अधिकार दिया गया है।

अनुच्छेद-26 तथा 27—यह बच्चों की स्वाभाविक सुरक्षा करने एवं उनके जीवन स्तर में सुधार की पूर्ति करने को संरक्षण प्रदान करते हैं।

अनुच्छेद-28 तथा 29—बच्चों की शिक्षा एवं उद्देश्यपरक शिक्षा पर विशेष बल दिया गया है।

अनुच्छेद-30—इसमें अल्पसंख्यक समुदायों के बच्चों को एक देशी मूल के बच्चों के बारे में विशेषाधिकार है।

अनुच्छेद-31—इसमें बच्चों को रिक्त समय में मनोरंजन करने एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में उनकी भागीदारी पर दिशा-निर्देश प्रदान किए गए हैं।

अनुच्छेद-32—इस अनुच्छेद बाल श्रम की व्याख्या करते हुए इस तरह के बच्चों के शोषण को अवैध माना गया है।

अनुच्छेद-33 से 37 तक—इनमें मादक द्रव्यों का दुरुपयोग, बच्चों का विक्रय तथा व्यापार, लैंगिक शोषण, अपहरण, उत्पीड़न एवं स्वाधीनता एवं शोषण के प्रति संरक्षण को निषिद्ध किया गया है।

अनुच्छेद-38 से 41 तक—इनमें सैन्य संघर्षों में बच्चों की स्थिति, पुनर्वास सम्बन्धी उनकी देखभाल, बाल न्याय का प्रशासन तथा वर्तमान मानदण्डों के प्रति सम्मान को संरक्षण प्रदान किया गया है।

अनुच्छेद-42 से 45 तक—इनमें बच्चों को प्रदान किए गए अधिकारों का सुचारू रूप से काया-वचन, पोषण एवं ऐसे प्रकरणों पर अन्तर्राष्ट्रीय सहयोग द्वारा संयुक्त राष्ट्र के विभिन्न अभिकरणों की बैठकों में उपस्थिति को शामिल करता है।

Sahitya Bhawan®

अनुच्छेद-46 से 54—संयुक्त राष्ट्र के अभिकरणों द्वारा विभिन्न तथा विशिष्ट बिन्दुओं पर हस्ताक्षर, अनुच्छेद के प्रति समर्थन, प्रवेश तथा संशोधनों को लागू करने, शंकाओं का समाधान तथा प्रमाणिक अभिलेखों के बारे में विवरण उपलब्ध कराने पर बल देते हैं।

भारतीय संविधान में बाल अधिकारों पर संरक्षण

भारतीय संविधान में मानवाधिकारों के साथ ही साथ बच्चों के अधिकारों पर भी विशेष बल दिया गया है। भारतीय संविधान की यह विशेषता है कि इसमें बाल श्रम पर विशेष बल दिया गया है। भारतीय संविधान का अनुच्छेद-15 राज्यों के बच्चों तथा महिलाओं की सुरक्षा पर विशेष बल देता है। ऐसे ही अनुच्छेद-24 में अन्तर्गत 14 वर्ष से कम आयु के बच्चों को कारखानों एवं अन्य जोखिम भरे कार्यों में नियोजन का प्रतिरोध किया गया है। अनुच्छेद-39 आर्थिक आवश्यकताओं के कारण किसी बच्चे या व्यक्ति या महिला से उसकी क्षमताओं से परे काम करवाने का प्रतिरोध करता है। अनुच्छेद-45 बच्चों को निःशुल्क तथा अनिवार्य शिक्षा को प्रदान करने के लिए दिशा-निर्देश प्रदान करता है।

भारत के बाल नियोजन के लिए प्रथम संविधान अधिनियम 1938 में पारित हुआ था। जिसका सम्बन्ध बालश्रम से था। सन् 1948 के फैक्ट्री एक्ट में 14 वर्ष से कम उम्र के बालकों/बालिकाओं को रोजगार देने या कराने को प्रतिबन्धित किया गया था। बागान एक्ट (1951) तथा खान एक्ट (1952) के द्वारा 15 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के कार्य करने को प्रतिबन्धित किया गया था। इसके अतिरिक्त भारतीय कारखाना अधिनियम (1948) मोटर परिवहन कर्मचारी अधिनियम (1961), प्रशिक्षु अधिनियम (1961) तथा बीड़ी तथा सिगार कर्मकार अधिनियम (1966) के द्वारा विभिन्न राज्यों में बालश्रम को प्रतिबन्धित कर दिया गया था।

संविधान निर्माण के उपरान्त भी श्रमिक अधिनियम 1975, बाल श्रमिक (निवारण और नियमितीकरण 1986 तथा 1987 राष्ट्रीय बाल श्रम नीति के द्वारा बाल श्रमिकों के शोषण तथा उनकी शिक्षा, मनोरंजन, चिकित्सा तथा सामान्य शारीरिक विकास पर विशेष जोर दिया गया है। इन सबके अतिरिक्त सरकारी तथा गैर-सरकारी संगठन भी भारत में बाल अधिकार एवं बालश्रम के निषेध पर जोर देते हैं तथा देते रहेंगे।

भारतीय संविधान में 1989 में एक बाल अधिकार अधिसमय अनुच्छेद 28(1) के अन्तर्गत जोड़ा गया जिसमें अनिवार्य प्राथमिक शिक्षा की निःशुल्क प्राप्ति के साथ ही गलत सामाजिक और आर्थिक समस्याओं के कारण बालकों पर पड़ने वाले विद्यालयीय गलत प्रभावों को उपबन्धित किया गया। भारतीय सरकार द्वारा बाल श्रम अधिनियम 1986 को संशोधित कर सन् 2006 में 14 वर्ष से कम आयु के बच्चों के घरेलू नौकरों के रूप में काम करने, ढाबों में, सड़क किनारे के भोजनालयों, रेस्टोरेन्टों, होटलों, चाय की दुकानों, सैरघरों एवं मनोरंजन केन्द्रों पर काम करने को प्रतिबन्धित कर दिया गया।

बाल श्रम अधिनियम 1986 तथा 2006

बाल श्रम अधिनियम 1986 में भारत सरकार द्वारा लाया गया। काम करने वाले 14 वर्ष से कम आयु के बच्चों को उस कार्य से रोकने तथा उनकी शिक्षा पर ध्यान देने के

उद्देश्य से इस अधिनियम को पारित किया गय। 1986 में केवल चिकित्सालय मनोरंजन स्थलों और कारखानों में काम करने वाले बच्चों को ही इस श्रेणी में लाया गया, परन्तु सन् 2006 में इस अधिनियम में संशोधन कर दिया गया। जिसमें 14 वर्ष से कम आयु के बच्चों को घरेलू नौकरों के रूप में, ढाबों, सड़क के होटलों, भोजनालयों, रेस्टोरेन्टों 3 तथा 5 स्टार होटलों, चाय की दुकानों तथा किसी प्रकार के मनोरंजन स्थलों पर कार्य करने को प्रतिवन्धित कर दिया गया।

बाल अधिकार के सन्दर्भ में भागीदारी का अधिकार

भागीदारी का अधिकार संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा पारित सार्वभौमिक घोषणा-पत्र के बाल अधिकार अधिसमय के अनुच्छेद-12 में बच्चों के विचारों को सम्मान के अन्तर्गत रखा गया है। यह अधिकार बच्चों को निर्णय निर्माण करने तथा अपने से सम्बन्धित मामलों में भाग लेने का अधिकार देता है। इसमें बच्चों के एक-दूसरे से भागीदारी हो सकती है। बच्चे तथा माता-पिता की भागीदारी हो सकती है तथा बच्चों की अपने शिक्षकों से भी भागीदारी को इसमें शामिल किया जाता है।

विकास के अधिकार

बाल अधिकारों के अन्तर्गत दो ऐसे अधिकार हैं जो विकास के अधिकार कहे जा सकते हैं। प्रथम तो अभिव्यक्ति का अधिकार (अनुच्छेद-13) तथा द्वितीय शिक्षा का अधिकार (अनुच्छेद-28) यह वे अधिकार हैं जो बच्चों की सम्पूर्ण क्षमताओं के विकास के लिए आवश्यक हैं।

अनुच्छेद-13 (अभिव्यक्ति की स्वतन्त्रता)—इसके अन्तर्गत सर्वप्रथम बच्चों के विचारों की स्वछन्द अभिव्यक्ति को रखा गया है। बच्चों के अपशब्दों को छोड़कर किसी भी विषय पर उनको अभिव्यक्ति की स्वतन्त्रता का अधिकार है। साथ ही बच्चों के माता-पिता या कानूनी अभिभावक तथा अध्यापक आदि उनकी इस स्वतन्त्र भावना का सम्मान करेंगे। बच्चों को ऐसी अभिव्यक्ति जो धार्मिक तथा नैतिक शिक्षा के अनुरूप होगी प्रत्येक व्यक्ति उन्हें स्वतन्त्रता देगा।

अनुच्छेद-28 (शिक्षा का अधिकार)—शिक्षा के बच्चों के अधिकार का वर्णन इसमें किया गया है। इसके अन्तर्गत 14 वर्ष से कम आयु के सभी वर्गों एवं जाति के बच्चों को प्राथमिक शिक्षा को अनिवार्य कर दिया गया। साथ ही यह भी व्यक्त किया गया कि लिंग, जाति, धर्म आदि के आधार पर बच्चों को उनकी शिक्षा के लिए न कोई शिक्षण संस्था उन्हें वंचित कर सकती है और न ही माता-पिता अपने बच्चों को रोकेंगे।

प्रश्न

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

1. मानवाधिकार के अन्तर्गत बालकों के अधिकारों को समझाइए।
2. बाल अधिकारों के संरक्षण की व्याख्या कीजिए।
3. भारतीय संविधान में बाल अधिकारों पर संरक्षण की व्याख्या कीजिए।

Sahitya Bhawan®

लघु उत्तरीय प्रश्न

1. बाल श्रम अधिनियम 1986 तथा 2006 को स्पष्ट कीजिए।
2. बाल अधिकार के सन्दर्भ में भागीदारी का अधिकार क्या है?
3. विकास के अधिकार कौन-कौन से हैं?

अतिलघु उत्तरीय प्रश्न

1. शिशु शिखर सम्मेलन कब और कहां आयोजित किया गया?
   उत्तर—शिशु शिखर सम्मेलन का आयोजन 29 सितम्बर, 1990 को न्यूयॉर्क में किया गया।
2. भारत में बाल अधिकार संरक्षण अधिनियम कब बना तथा कब लागू हुआ?
   उत्तर—भारत सरकार द्वारा बाल अधिकार संरक्षण अधिनियम वर्ष 2005 में बना तथा 20 जनवरी, 2006 को लागू कर दिया गया।
3. भारतीय संविधान में अनुच्छेद-24 किस बात का प्रावधान करता है?
   उत्तर—भारतीय संविधान के अनुच्छेद-24 में 14 वर्ष से कम आयु के बच्चों को कारखाना तथा खान में कार्य करने से प्रतिबन्धित किया गया है।
4. भारतीय संविधान का अनुच्छेद-45 किस उद्देश्य की पूर्ति करता है?
   उत्तर—14 वर्ष तक की आयु के बच्चों को प्राथमिक एवं निःशुल्क शिक्षा।
5. सार्वभौमिक घोषणा में बाल अधिकार अधिनियम कब घोषित किया गया?
   उत्तर—सार्वभौमिक घोषणा में 20 नवम्बर, 1959 को बाल अधिकार अधिनियम घोषित किया।
6. संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा बाल अधिकार अधिसमय को अंगीकृत कब किया गया?
   उत्तर—संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा बाल अधिकार अधिसमय को 20 नवम्बर, 1989 को अंगीकृत किया गया।
7. सार्वभौमिक घोषणा के बाल अधिकार अधिसमय में कितने अनुच्छेद हैं?
   उत्तर—सार्वभौमिक घोषणा के बाल अधिकार अधिसमय में 54 अनुच्छेद हैं।

बहुविकल्पीय प्रश्न

1. मानवाधिकार के बाल अधिकार अधिसमय में शिक्षा का अधिकार किस अनुच्छेद में है?
   (अ) अनुच्छेद-6 (ब) अनुच्छेद-21
   (स) अनुच्छेद-15 (द) अनुच्छेद-28
2. बाल अधिकार अधिसमय में बच्चों की परिभाषा किस अनुच्छेद में है?
   (अ) अनुच्छेद-1 (ब) अनुच्छेद-2
   (स) अनुच्छेद-3 (द) अनुच्छेद-4
3. बाल श्रम अधिनियम 1986 में संशोधन किस वर्ष हुआ?
   (अ) 2005 (ब) 2004
   (स) 2005 (द) 2006

Sahitya Bhawan

UP Board ■■■■■ ■■■ ■■■ ■■■■■■■■ ■■■■■ For Class-10

Publisher : Sahitya Bhawan ISBN : 9789387975132 Author : Dr. SMT Sudheera Chandel

Type the URL :https://www.kopykitab.com/product/52522

Get this eBook