K. R. MANGALAM
WORLD SCHOOL
E-Block, South City-I, Gurgaon-122001
Phone: 9540062727, 9540092727, 0124-2382596-97
website: www.krmangalam.com e-mail: principal.southcity@krmangalam.com

BRITISH COUNCIL
INTERNATIONAL SCHOOL AWARD
2014–2017

खेल –खेल में सारे बच्चे सेहत खूब बनाते ,
उछल कूद कर मस्ती करते जीवन का सुख पाते ।

मानव-जीवन में अनेक प्रकार की परेशानियाँ और तनाव है । लोग विभिन्न प्रकार की चिंताओं से घिरे रहते हैं । खेल-कूद हमें इन परेशानियों, तनावों एवं चिंताओं से मुक्त कर देता है । खेल-कूद को जीवन का आवश्यक अंग मानने वाले जीवन में आने वाली समस्याओं का सामना करने में सक्षम होते हैं ।

एक कहावत है 'स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मष्तिष्क निवास करता है' I खेलकूद से व्यक्तित्व का विकास होता है I खेल शरीर को हष्ट पुष्ट बनाने का सुन्दर साधन है I खेल स्फूर्ति, ताजगी और गतिशीलता के अस्त्र हैं I जीवन में स्वास्थ्य का विशेष महत्व है और अच्छे स्वास्थ्य के लिए खेलों का अपना महत्व है I

संत रामकृष्ण परमहंस का कथन है कि ईश्वर ने संसार की रचना खेल-खेल में की है अर्थात् परमात्मा को खेल बहुत पसंद है। तो फिर परमात्मा की कृति मनुष्य खेलों से क्यों दूर रहे! खेल खेलकर ही लोग जान सकते हैं कि जीवन एक खेल है । जीवन को बहुत गंभीर और तनावयुक्त नहीं बनाना चाहिए । सभी हँसते-खेलते जिएँ तो संसार की बहुत-सी परेशानियाँ मिट जाएँ। अत: जीवन में खेल-कूद का महत्त्वपूर्ण स्थान होना चाहिए ।

बाल्यकाल और खेलों का गहरा नाता होता है । बच्चे खेलों के माध्यम से नई-नई बातें सीखते हैं । खेल उनका साहस और आत्म-विश्वास बढ़ाते हैं । खेलों से उनका तन सुगठित होता है । दूसरे बच्चों के साथ खेलते हुए वे आपस में स्वस्थ प्रतियोगिता करना एवं सहयोग करना सीखते हैं । उनमें धैर्य, सहिष्णुता, ईमानदारी, निष्ठा जैसे गुणों का उभार होता है । वे चुस्त एवं फुर्तीले बनते हैं । खेलों में मिली हार और जीत से वे नए-नए गुण एवं अनुभव प्राप्त करते हैं । वे हार से सबक लेते हैं और कमियों को दूर करते हैं । जीत उन्हें नए-उत्साह और प्रेरणा से भर देती है ।

विद्यार्थी जीवन मानव जीवन की आधारशिला है । इस काल में आत्मसात् की गई समस्त अच्छी-बुरी आदतों का मानव जीवन पर स्थाई प्रभाव पड़ता है । अध्ययन के साथ-साथ व्यायाम मनुष्य के सर्वांगीण विकास में सहायक है । विद्यार्थी जो अपनी पढ़ाई के साथ खेलों को बराबर का महत्व देते हैं वे प्राय: कुशाग्र बुद्धि के होते हैं ।