*

अध्याय-2

शारीरिक शिक्षा का दार्शनिक आधार

परिचय (Introduction)- शिक्षा और दर्शन एक-दूसरे से पूरी तरह जुड़े हुए हैं। दोनों का 'साध्य' (Ends)' एक ही है यानि 'ज्ञान प्राप्ति' क्योंकि ज्ञान शक्ति है (knowledge is power)। इस ज्ञान में जो कुछ भी वृद्धि होती है वह मानव शक्ति में वृद्धि है। शैक्षिक प्रक्रिया में कार्य करने के लिए मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है जिसे दर्शन प्रदान करता है अर्थात, 'अच्छे और बुरे' के बीच अन्तर करने की समझ।

दर्शन यह निर्धारित करता है कि अच्छा जीवन क्या है। शिक्षा जीवन को जीने योग्य बनाने का कार्य करती है दर्शन जीवन की कुशलता के लिए ध्येय निर्धारित करता है। अतः यह कहना उचित होगा कि दर्शन सिद्धान्त है तथा शिक्षा व्यवहार।

दर्शन का अर्थ है तर्क (Logic) हम अन्य जीवों से इसी तार्किक शक्ति के आधार पर भिन्न हैं। दर्शन ही सारे विषयों का आधार है, उनका जन्मदाता है। शारीरिक शिक्षा एक विषय होने के नाते उसका जन्मदाता दर्शन अर्थात Philosphy है।

दर्शन की अनेकों विचारधाराएँ हैं। अलग-अलग दार्शनिकों ने (Knowledge) ज्ञान को अलग-अलग कोणों व पहलुओं से समझा है व बताया है। शारीरिक शिक्षा के दृष्टिकोण से निम्न चार दर्शन अधिक महत्वपूर्ण हैं व खेलों की ग्रहण करने की तार्किक शक्ति का विश्लेषण करते हैं।

दर्शन का व्युत्पत्तिक अर्थ (Etymological meaning of philosophy)- दर्शन शब्द 'दृश्' धातु से बना है। 'दृश' संस्कृत की धातु है जिसका अर्थ है- देखना। 'दृश्' धातु में 'ल्युर' प्रत्यय लगाने से दर्शन शब्द बनता है। यदि इस शब्द की व्याख्या करें तो कहेंगे 'दृश्यते अनेन इति दर्शनम' अर्थात् जिसे देखा जाए।' जो ज्ञान आँख से देख कर प्राप्त किया जाता है, वह अधिक विश्वसनीय होता है।

अंग्रेजी शब्द फिलॉसफी शब्द की उत्पत्ति यूनानी भाषा के दो शब्दों के मेल से हुई है- फिलॉस (Philos) और 'सोफिया' (Sophia)। फिलॉस का अर्थ होता है प्रेम या अनुराग (love) तथा सोफिया का अर्थ होता है विवेक या बुद्धिमता (wisdom)। इस प्रकार फिलॉसफी दर्शन शब्द का अर्थ हुआ- विवेक के प्रति अनुराग (love of wisdom) विवेक से आशय केवल ज्ञान से नहीं है अपितु यह मूलभूत सत्य को जानने का सतत् प्रयास है। दूसरे शब्दों में कहें तो भौतिक जगत, जीवन, मन, समाज, ज्ञान तथा मूल्यों की वास्तविकता के बारे में अंतर्दृष्टि प्राप्त करना ही दर्शन है।

जॉन ड्यूवी (John Dewey) ने कहा है- "जब कभी दर्शन को गम्भीरता से समझा गया है तब सदैव यह धारणा रही है कि इसका अर्थ विद्वता या ज्ञान प्राप्त कर लेना है जो जीवन मार्ग को प्रभावित करता है।"

हक्सले के अनुसार, "एक व्यक्ति जिसे सभी प्रकार के ज्ञान में रुचि है, जो सदैव सीखने के लिए तत्पर रहता है तथा कभी भी संतुष्ट नहीं होता, उसे दार्शनिक कहा जाता है।"

दर्शन की परिभाषा (Definition of Philosophy)

1. डॉ. राधाकृष्णन के अनुसार, "दर्शन वास्तविकता के स्वरूप का तार्किक चिन्तन है।"

(Philosphy is a logic enquiry into the nature of reality)

2. प्लेटो के अनुसार, "दर्शन का उद्देश्य शाश्वत तत्वों के यथार्थ स्वरूप का ज्ञान है।"

(Philosphy aims at a knowledge of the eterval nature of things)

3. अरस्तु के अनुसार- "दर्शन वह विज्ञान है जो परम तत्व के यथार्थ स्वरूप की जाँच करता है।"

(Philosphy is a science which investigates the nature of being as it is in itself).

4. हरबर्ट स्पेन्सर के अनुसार, "दर्शन सार्वभौम विज्ञान के रूप में प्रत्येक वस्तु के साथ सम्बन्धित है।"

(Philosphy is cancerned with ever ything as a universal science)

5. बरट्रेण्ड रसल के अनुसार, "अन्य विधाओं के समान दर्शन का मुख्य उद्देश्य ज्ञान की प्राप्ति है।"

(Philosphy, like all other studies, aims primarily at knowledge).

6. कॉम्टे के अनुसार, "दर्शन विज्ञानों का विज्ञान है।"

(Philosphy is the science of sciences).

उपर्युक्त व्याख्याओं के आधार पर हम दर्शन के अर्थ को स्पष्ट कर सकते हैं दर्शन-प्रकृति, व्यक्तियों और वस्तुओं तथा उनके लक्ष्यों और उद्देश्यों के बारे में निरंतर विचार करता है। यह ईश्वर, ब्रह्माण्ड, और आत्मा के रहस्यों और इनके पारस्परिक सम्बन्धों पर प्रकाश डालता है। जो व्यक्ति इनसे सम्बन्धित उत्तर देने का प्रयास करता है, उसे हम दार्शनिक कहते हैं। दर्शन का कार्य जीवन को व्यवस्थित करना है तथा उसे मार्ग प्रदर्शित करना है। दर्शन जीवन के नेतृत्व को ग्रहण कर संसार के अनेक परिवर्तनों एवं परिस्थितियों में से हो कर रास्ता दिखाता है।

दर्शन की शाखाएँ (Branches of philosphy)- सामान्य रूप से दर्शन शास्त्र के अन्तर्गत निम्न शाखाओं का अध्ययन किया जाता है-

1. तत्व मीमांसा (Meta physics)- तत्व मीमांसा वस्तुओं की वास्तविक प्रकृति के बारे में सोचता है। इसकी प्रमुख समस्याएँ हैं यथार्थ क्या है? सत्य क्या है? तथ्य क्या है। परिवर्तन क्या है? परमात्मा क्या है? अतः तत्व मीमांसा की विषय सामग्री में स्वयं संसार तथा परमात्मा सम्मिलित है। यह शिक्षा के लक्ष्यों तथा आदर्शों को प्रभावित करता है। स्व का प्रत्यय चरित्र के विकास का आधार है, जो शिक्षा का प्रमुख लक्ष्य माना जाता है।

तत्व मीमांसा की अन्य शाखाएँ हैं (Meta physics of soul)

(क) आत्मा सम्बन्धी तत्व मीमांसा- आत्मा सम्बन्धित प्रश्नों पर विचार किया जाता है जैसे- आत्मा क्या? जीव क्या है? आत्मा का शरीर से क्या सम्बन्ध है?

(ख) ईश्वर सम्बन्ध तत्व मीमांसा (Theology)- इसमें ईश्वर विषयक प्रश्नों के उत्तर खोजे जाते हैं। यथा ईश्वर का अस्तित्व है या नहीं? ईश्वर अस्तित्व के क्या प्रमाण हैं। ईश्वर का स्वरूप कैसा है।

(ग) सत्ता शास्त्र (ontology)- इसमें अमूर्त या वस्तुओं के तत्व के स्वरूप का अध्ययन किया जाता है। यथा- ब्रह्माण्ड के नश्वर तत्व क्या हैं? ब्रह्माण्ड के अक्षर तत्व कौन-कौन से हैं?

(घ) सृष्टि शास्त्र (cosmology)- इसमें सृष्टि की रचना एवं विकास से सम्बन्धित समस्याओं पर विचार किया जाता है। यथा-सृष्टि या ब्रह्माण्ड की रचना किन भौतिक तत्वों से हुई?

(ङ) सृष्टि-उत्पत्ति का शास्त्र (gosmogony)- इसमें सृष्टि की उत्पत्ति के विषय में विचार किया जाता है। यथा सृष्टि या विश्व की उत्पत्ति किस प्रकार हुई? इसकी रचना की गई तो किसने की है?

(2) ज्ञान शास्त्र (Epistemology)- ज्ञान शास्त्र दर्शन की वह शाखा है जो ज्ञान सम्बन्धी समस्याओं पर विचार विमर्श करता है। इसके मुख्य प्रश्न हैं- ज्ञान क्या है? ज्ञान के स्रोत क्या हैं? हम यह कैसे ज्ञात कर सकते हैं कि हमारा ज्ञान वस्तु का वास्तविक ज्ञान है? दर्शन की यह शाखा ज्ञान के मूल्यो तथा ज्ञान की विधियों के बारे में विचार-विमर्श करती है। ज्ञान शास्त्र के अनुसार ज्ञान संश्लेषित है तथा इसे शिक्षा की सहायता से चेतना, बोध तथा तर्क की आवश्यकता होती है।

(3) मूल्य मीमांसा (Axiology)- मूल्य मीमांसा में दो विज्ञान सम्मिलित है- नीतिशास्त्र (Ethics) एवं सौंदर्यशास्त्र (Aesthtics)। शिक्षा का सबसे स्वीकृत उद्देश्य है- मानव निर्माण या चरित्र निर्माण द्वारा सर्वांगीण विकास। इस विकास में नैतिक एवं सौंदर्यात्मक विकास सबसे प्रथम स्थान पर है। नैतिक विकास के लिए जहाँ मूल्यों का ज्ञान आवश्यक है, वहीं सौंदर्यात्मक विकास के लिए सुन्दरता में प्रशिक्षण की आवश्यकता होती है।

(4) तर्क (Logic)- इसमें तार्किक चिंतन के विषय में विचार किया जाता है। सम्पूर्ण शिक्षा सिद्धान्त तथा क्रिया से सम्बन्धित है। जबकि सिद्धान्त को निगमन के द्वारा प्राप्त किया जा सकता है और कार्य रूप आगमन पर निर्भर करता है। निगमन और आगमन दोनों ही तर्क की शाखाएँ हैं।

आदर्शवाद का अर्थ एवं परिभाषा
(Meaning and Definition of Idealism)

मनुष्य द्वारा जाने गए दर्शनों में आदर्शवाद संभवतः प्राचीनतम दर्शन है। पूर्व में इसका विकास भारत में हुआ तथा पश्चिम में प्लेटो के समय में इसका विकास हुआ। आदर्शवाद वह दर्शन है जो शरीर की अपेक्षा मन की प्रकृति को वास्तविक मानता है और विचारों में ही सत्य का दर्शन करता है। इस प्रकार आदर्शवाद- "संसार का आधार मन" में देखता है और मन को पदार्थ से पहले की वस्तु मानता है।

प्रमुख आदर्शवादी दार्शनिक- अरस्तु, प्लेटो।

परिभाषाएँ (Definitions)

1. ऑक्सफोर्ड शब्दकोश (oxford Dictionry) के अनुसार- "आदर्शवाद से अभिप्राय आदर्श रूप में विचारों का प्रतिनिधित्व, काल्पनिक प्रक्रिया विचार प्रणाली जिसके अन्तर्गत बाह्य प्रारूप विचारों से युक्त होता है।"

(Idealism means representation of things in an ideal form, imaginative treatement, system of thovght in which the ofjict of inernal perception is held to covsist of ideas.")

2. हैरोल्ड टाइटस (Harold Titus) के अनुसार, "आदर्शवाद यह स्वीकारता है कि वास्तविकता भौतिक वस्तुओं तथा शक्ति की अपेक्षा विचारों मन या स्व में निहित है।"

आदर्शवाद के मूलभूत सिद्धान्त (Fundamental principles of Idealism)

1. मन तथा भाव (विचार) ही वास्तविक सत्ता है। इन्द्रियों द्वारा अर्जित ज्ञान की अपेक्षा मन की क्रियाओं द्वारा प्राप्त ज्ञान अधिक महत्वपूर्ण है। मन तथा भावना के बारे में ज्ञान केवल विचारों से ही प्राप्त किया जा सकता है।
2. एक आदर्शवादी दृष्टिकोण आध्यात्मिक होता है। आदर्शवादियों का मानना है कि विश्व दो प्रकार का होता है- (क) आध्यात्मिक संसार। (ख) भौतिक संसार। आदर्शवादियों का यह विश्वास है कि भौतिक संसार नश्वर है और आध्यात्मिक जगत ही वास्तविक और सत्य है।
3 आदर्शवादियों का ईश्वर के अस्तित्व में पूर्ण विश्वास है। समस्त प्रकार के ज्ञान में सबसे महत्वपूर्ण आत्म ज्ञान है। जिन गुणों के कारण मनुष्य है उनके बारे में हमें गहरी जानकारी होनी चाहिए। आदर्शवादी मनुष्य को ईश्वर की सर्वोत्तम कृति मानता है।
4. अंतिम सत्ता आध्यात्मिक है। शाश्वत आध्यात्मिक मूल्य कभी नहीं बदलते। सत्यम, शिवम् एवं सुन्दरम् शाश्वत मूल्य होते हैं। सत्य एक बौद्धिक मूल्य है। आदर्शवादियों के अनुसार जीवन का उद्देश्य आध्यात्मिक मूल्यों- सत्यता, सुन्दरता तथा कल्याण की अनुभूति है। मनुष्य मूल्यों का सृजन नहीं कर सकता है वरन उनकी खोज कर सकता है।
5. आध्यात्मिक नियम सार्वभौमिक होते हैं। आदर्शवादियों का मत है कि जब-जब मनुष्य का आचरण, सार्वभौमिक आध्यात्मिक एवं नैतिक नियमों के अनुसार होता है, तभी हम उसको स्वीकार करते हैं।

1. आदर्शवाद (Idealism)

जैसा कि नाम से विदित होता है आदर्श की तरफ जाना। अपने आपको ऊँचा उठाना। इसमें सच्ची वास्तविकता, सत्य, ईश्वर, मन, आत्मनिर्णय इत्यादि तत्वों का विस्तार से विवेचन है। शिक्षा का उद्देश्य है इंसान के व्यक्तित्व को ऊँचा उठाना अथवा उन सभी गुणों से सम्पन्न करना जिससे व्यक्तित्व बहुमुखी हो सके। रस्क ने कहा है "कि शिक्षा मानव जाति को इस योग्य बनाती है कि वह अपनी संस्कृति की सहायता से आध्यात्मिक जगत में अपना विस्तार कर सके। यह तभी सम्भव है जब वह अपने आदर्श को ढूँढ़कर उस जैसे बनने का प्रयत्न करे। रस्क आदर्श के तीन मूल्य मानते हैं मानसिक, भावनात्मक और सांस्कृतिक। शारीरिक शिक्षा के दृष्टिकोण से आदर्शवाद के तीनों मूल्य मानसिक, भावनात्मक एवं सांस्कृतिक अधिक सुदृढ़ एवं मजबूत होते हैं और मनुष्य तीनों मूल्यों में अधिक परिपक्व होता है। शिक्षक शिक्षार्थी के सामने आदर्श प्रस्तुत करता है और छात्र उनका अनुकरण तन और मन दोनों से करते हैं। उदाहरणार्थ एक बास्केट बॉल का कोच जो स्वयं में एक उच्चकोटि का खिलाड़ी है, खेल की विधाओं को खिलाड़ियों के समक्ष रखता है उन्हें स्वयं करके दिखाता है तो वह एक आदर्श उनके सामने प्रस्तुत करता है और विद्यार्थी उसका अनुपालन उसी तरह से करते हैं और अन्ततः अपना मानसिक, भावनात्मक एवं शारीरिक विस्तार कर आदर्शवाद की ओर अग्रसर होते हैं।

शारीरिक शिक्षा में आदर्शवाद के मुख्य तत्व
(Essential Features of Idealism in physical Education)

1. आदर्शवाद दर्शन के अनुसार शरीर एवं मस्तिष्क को एक साथ एक इकाई के रूप में विकसित किया जाना चाहिए, यद्यपि आदर्शवाद विचार प्रक्रिया एवं मस्तिष्क के विकास में शारीरिक गतिविधियों को गौण स्थान देता है।
2. आदर्शवादी मानते हैं कि खेल कौशलों को सही तरीके से निष्पादित करने का एक सर्वश्रेष्ठ तरीका होता है।
3. आदर्शवादियों के अनुसार शारीरिक शिक्षा के शिक्षक को विचारों एवं मूल्यों के प्रयोग में एक आदर्श प्रस्तुत करना चाहिए।
4. आदर्शवाद शारीरिक शिक्षा के लिए सुविकसित दर्शन है जो विद्यार्थी को शैक्षणिक प्रक्रिया में महत्वपूर्ण स्थान देकर व्यक्तिगत महत्ता की भावना को

विकसित करता है।

5. यह बालक की शारीरिक एवं मानसिक संवृद्धि का पक्षधर है और इसमें खेल एवं मनोरंजनात्मक क्रियाओं के महत्व को स्वीकारता है।
6. आदर्शवाद व्यक्ति को अपनी पूर्ण क्षमता से कार्य करने के लिए एक स्वस्थ एवं सुगठित शरीर को प्राथमिक आवश्यकता मानता है।
7. आदर्शवादियों का मानना है कि 'आत्म तत्व के विकास' में शारीरिक विकास भी सम्मिलित है इसलिए आदर्शवाद शैक्षिक कार्यक्रम में शारीरिक शिक्षा को स्थान देने की वकालत करता है।
8. आदर्शवाद दर्शन कया सही और क्या गलत इसका उत्तर प्रस्तुत करता है। चूँकि शारीरिक शिक्षा में शारीरिक प्रशिक्षण के साथ-साथ नैतिक प्रशिक्षण भी अनिवार्य रूप से जुड़ा हुआ है इसलिए भी आदर्शवादी शारीरिक शिक्षा को महत्वपूर्ण मानते हैं।
9. विद्यार्थियों का मूल्यांकन न केवल वस्तुनिष्ठ परीक्षणों के माध्यम से अपितु व्यवहार, नागरिक गुणों, सामाजिक-नैतिक चरित्र के संदर्भ में व्यक्तिपरक तरीकों के माध्यम से भी होना चाहिए।
10. शारीरिक शिक्षा का आदर्शवादी अध्यापक यह मानता है कि उसका क्षेत्र केवल शारीरिक शिक्षा तक ही सीमित नहीं है अपितु इससे कहीं अधिक है। आदर्शवाद के अनुसार शारीरिक शिक्षा व्यक्ति को अपने व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास में सहयोग करे। इसके अनुसार शारीरिक शिक्षा को आदर्श पर केन्द्रित होना चाहिए। आदर्शवादी शारीरिक व्यायामों को न केवल शारीरिक फिटनेस के लिए अपितु आत्म-अनुशासन के विकास के लिए भी महत्वपूर्ण मानते हैं।
11. शारीरिक शिक्षा के कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य बालक की जन्मजात क्षमताओं की पहचान से सम्बन्धित होना चाहिए। यह शारीरिक शिक्षा के अध्यापक का कार्य है कि वह ऐसे सुयोग्य नागरिकों का निर्माण करे जो समाज द्वारा निर्धारित आदर्शों पर खरे उतर सकें।

2. प्रकृतिवाद (Naturilism)

प्रकृतिवाद का अर्थ एवं परिभाषा
(Meaning and Definition of Naturalism)

18वीं शताब्दी में प्रकृतिवाद शिक्षा के एक दर्शन के रूप में सामने आया। यह इस व्यवस्था पर आधारित है कि प्रकृति अपने आप में सम्पूर्ण व्यवस्था है। प्रकृतिवाद एक ऐसा दर्शन है जिसके अनुसार संसार का आधार पदार्थ है इसलिये इसे भौतिकवाद कहा जाता है। प्रकृतिवादियों के अनुसार प्रत्येक वस्तु, प्रकृति से उत्पन्न होती है और उसी में विलीन हो जाती है। अंतिम सत्य पदार्थ है न कि आध्यात्मिकता।

प्रमुख प्रकृतिवादी दार्शनिक- काम्टे, हरबर्ट स्पेन्सर, डार्विन, कार्ल मार्क्स, पैस्टॉलॉजी, कॉमेनियस आदि।

परिभाषाएँ (Definitions)

1. रूसो (Rousseau) के अनुसार, "प्रकृति द्वारा जो कुछ भी प्राप्त होता है वह अच्छा है, किन्तु मनुष्य के हाथों में आते ही वह खराब हो जाता है।"

2. जेम्स वार्ड (James ward)- "प्रकृतिवाद वह सिद्धान्त है, जो प्रकृति को ईश्वर से पृथक करता है, आत्मा को पदार्थ के अधीन करता है और अपरिवर्तनशील नियमों को सर्वोच्चता प्रदान करता है।

("Naturalism is the doctrine that seprates nature from God subordinates spirit to nature and sets up unchangeable laws as suprene")

प्रकृतिवाद के मूलभूत सिद्धान्त
(Fundamental principles of Naturalism)

1. प्रकृति ही एकमात्र सम्पूर्ण सत्ता है। यह पहले से ही विद्यमान है तथापूर्ण है। यह संसार एक बड़ा यन्त्र है। मनुष्य भी इसी यन्त्र का भाग है।
2. प्रकृतिवादियों का दृष्टिकोण भौतिकवादी होता है। अंतिम वास्तविकता पदार्थ है। सभी वस्तुएँ पदार्थ से उत्पन्न हुई हैं।
3. प्रकृतिवादियों का ईश्वर के अस्तित्व में विश्वास नहीं है। दैवीय प्रेरणा, नैतिक मूलप्रवृत्ति, जन्मजात अन्तरात्मा प्रार्थना की शक्ति, चमत्कार, ईश्वर शक्ति, आत्मा और परलोक सब भ्रम है और मनुष्य को पथ भ्रष्ट करते हैं।
4. अंतिम सत्ता भौतिक द्रव्य में है। जीवन सम्पूर्ण भौतिक एवं रासायनिक प्रतिक्रियाओं का जोड़ है और मृतक पदार्थ से बना है।
5. विश्व एक प्राकृतिक सृजन है। प्रत्येक वस्तु प्रकृति से उत्पन्न होती है और उसी में विलीन हो जाती है।
6. भौतिक तथा प्राकृतिक नियम सार्वभौम हैं। प्रकृति के नियम अपरिवर्तनीय हैं। अपरिवर्तनीय प्राकृतिक नियम सब घटनाओं को भली प्रकार स्पष्ट करते हैं।

शारीरिक शिक्षा में प्रकृतिवाद सिद्धांतों की भूमिका
(Role of Naturalism principles in physical education)

जैसा नाम से विदित होता है ये समस्त संसार को प्रकृति के अधीन एवं उससे निर्मित मानते हैं। उनका विश्वास है कि अन्तिम वास्तविक भौतिक है आध्यात्मिक नहीं। ये आदर्शवाद के विपरीत विचारधारा रखते हैं। प्रकृतिवाद विचारक प्रत्यक्ष ज्ञान का समर्थन करते हैं और ज्ञान प्राप्त करने की विधि के बारे ये अनुभववाद को मानते हैं।

प्रकृतिवाद विचार संसार को एक बड़ी मशीन मानता है। उसके अनुसार कोई भी चीज पूरी तरह अच्छी या बुरी नहीं है। ज्ञान और सत्य का आधार इन्द्रियों का अनुभव है। बेकन क्रामिनियस और रूसो प्रमुख प्रकृतिवादी विचारक माने जाते हैं। रॉस प्रकृतिवादी शिक्षा में प्रमुख स्थान बालक का मानता है और उसके लिये स्वतन्त्रता की

बात करता है। प्रकृतिवादी पुस्तकीय शिक्षा को अनावश्यक मानते हैं और छात्र के वास्तविक जीवन के अध्ययन पर जोर देते हैं। शारीरिक शिक्षा में प्रकृतिवाद के समावेश का मुख्य उद्देश्य शिक्षार्थी के व्यक्तित्व का विकास समग्र रूप से करना है। प्रकृति के साथ व्यवहारिक रूप से शिक्षा ग्रहण करे और अपने अनुभव से आगे बढ़े परिपक्व हों, जो शारीरिक शिक्षा के माध्यम से बेहतर तरीके से होता है। किताबी अनुभव व्यवहारिक अनुभव को समझने के लिये प्रयुक्त होता है।

1. व्यक्तिगत अधिगम (individnalized leaming) की प्रक्रिया स्वतः करके सीखने (learning by doing) एवं अपनी क्षमताओं एवं रुचियों के अनुसार सम्पन्न होती है।
2. समस्या-समाधान विधि (problem solving method) के द्वारा बालक अपनी गति कौशलों को सीखता एवं विकसित करता है।
3. शारीरिक शिक्षा के सन्दर्भ में प्रकृतिवाद सम्पूर्ण व्यक्तित्व विकास पर जोर देता है न कि केवल शारीरिक पक्ष के विकास पर।
4. प्रकृतिवादी खेल विधि (play way method) का समर्थन करते हैं। खेल ही बालक को अपनी अन्तर्निहित शक्तियों को अभिव्यक्त करने का अवसर प्रदान करता है। खेल शिक्षण तथा अधिगमन का प्राकृतिक साधन है। यह बालक को वस्तुओं का निर्माण करने तथा कुशलताएँ सीखने व रचनात्मक बनाने में सहायक होता है। यह आनन्दमयी, इच्छानुसार एवं रचनात्मक क्रिया की भावना पैदा करता है।
5. शारीरिक क्रियाएँ सम्पूर्ण व्यक्तित्व विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह शारीरिक मानसिक, सामाजिक, सांवेगिक एवं गमक कौशलों के विकास के लिए माध्यम उपलब्ध कराती हैं।
6. व्यक्तियों के मध्य उच्चस्तरीय खेल प्रतियोगिताओं को आयोजित नहीं किया जाना चाहिए।
7. स्वयं के विरुद्ध प्रतियोगिताओं को प्रोत्साहित करना चाहिए।
8. व्यक्तित्व विकास में प्रतियोगिता से अलग शारीरिक क्रियाएँ और बाह्य प्राकृतिक भ्रमण अत्यंत उपयोगी साधन है।
9. प्रकृतिवादियों के अनुसार शारीरिक शिक्षा शारीरिक अभिवृद्धि एवं मानसिक विकास की प्राकृतिक प्रक्रिया में सहायक होनी चाहिए। शिक्षा को बालक की स्वाभाविक स्व-क्रिया को प्रोत्साहित करना चाहिए।
10. शारीरिक शिक्षा के शिक्षक को एक प्रकृतिवादी की भांति यह ज्ञात होना चाहिए की जीवन की आवश्यकताएँ क्या हैं? अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु वे कौन-सी परिस्थितियाँ हैं जिनकी ओर बालक का सामान्यतः झुकाव होता है? किन प्रक्रियाओं द्वारा इन आवश्कताओं की पूर्ति होती है और खेल मैदानों, जिम्नेजियम, तरणताल एवं बाह्य भ्रमण के कौन से अनुभव हैं जो सर्वश्रेष्ठ तरीके से बालकों की आवश्यकताओं की पूर्ति में योगदान देते हैं।
11. बालकों के समग्र व्यक्तित्व विकास की प्रक्रिया में सहयोग देने के लिए शारीरिक गतियों को बालक की प्रकृति एवं आवश्यकता को ध्यान में रखकर दिया जाना चाहिए।
12. शारीरिक शिक्षा के अध्यापकों को यह तथ्य स्वीकार करना चाहिए कि बालक इस जगत में प्रतिक्रिया की अशिक्षित प्रवृत्तियों के साथ आता है, जिन्हें मूल प्रवृत्तियाँ भी कहा जाता है। सभी सामान्य बच्चे शारीरिक रूप से सक्रिय, जिज्ञासु, अन्वेषक, नए अनुभवों एवं रोमांच को पसंद करने वाले होते हैं। इस प्रकार के व्यवहार सार्वभौमिक होते हैं और सभी शैक्षिक प्रयास इन मूल प्रवृत्तियों से प्रारंभ होने चाहिए।
13. प्रकृतिवाद बल देता है कि शारीरिक शिक्षा के अध्यापक को बालक के विकास और विकास से सम्बन्धित ज्ञात तथ्यों पर अधिक देना चाहिए। बालक केवल एक बड़े समूह का भाग नहीं है अपितु वह अपने आप में एक इकाई है। प्रकृतिवादी समूहों के मध्य गहन प्रतिस्पर्धा का अनुमोदन नहीं करते किन्तु वे इस बात पर अवश्य बल देते हैं कि बालक को स्वयं के साथ प्रतिस्पर्धा करके अपने प्रदर्शन को बेहतर बनाने का प्रयास करना चाहिए।

3. प्रयोजनवाद (Pragmatism)

प्रयोजनवाद का अर्थ एवं परिभाषा
(Meaning and definition of pragmatism)

प्रैगमैटिज्म शब्द यूनानी भाषा के प्राग्मा (Pragma) शब्द से निकाला गया है तथा इसका अर्थ है ''जिससे कोई समस्या हल हो जाती है'' या कार्य सम्पन्न हो जाता है। प्रैग्मैटिज्म शब्द की उत्पत्ति लैटिन भाषा के शब्द प्रैग्मैटिक्स (pragmaticus) से भी मानी जाती है जिसका अर्थ होता है व्यावहारिकता। प्रारम्भ में यह वाद हमारे समक्ष व्यावहारिकतावाद और प्रयोजनवाद के रूप में सामने आया। बाद में इसे नैमित्तिकवाद, प्रयोगवाद, पुनर्रचनावाद, प्रगतिवाद भी कहा गया है। प्रयोजनवाद को मूल अमेरिकी दर्शन भी कहा जाता है। प्रैग्मैटिज्म शब्द का अर्थ, ''एक सिद्धानत जो किसी भी तथ्य का मूल्यांकन उसके व्यावहारिक प्रभाव तथा मानव रुचियों पर प्रभाव के अनुसार करता है।'' आधुनिक युग में चार्ल्स सैण्डर्स पियर्स एवं विलियम जेम्स को इस दर्शन का जन्मदाता कहा जाता है।

प्रयोजनवादी दार्शनिक- चार्ल्स सैण्डर्स पियर्स, विलियम जेम्स, जान ड्यूवी, फ्रांसिस बेकन।

परिभाषाएँ (Definitions)

1. विलियम जेम्स (William james) के अनुसार, ''प्रयोजनवाद मन का

एक भाव तथा दृष्टिकोण है। यह विचारों तथा सत्यता का सिद्धान्त भी है। यह वास्तविकता का सिद्धान्त है।''

"pragmatism is temper of mind, an attitude. It is also a theory of the nature of ideas and truth. It is a theory about reality"

2. जेम्स रॉस (James Ross) के अनुसार, ''प्रयोजनवाद अनिवार्य रूप से मानवतावादी दर्शन है जो इस बात में विश्वास रखता है कि मानव क्रिया के दौरान अपने मूल्यों का निर्माण करता है तथा यथार्थ का अभी निर्माण हो रहा है और भविष्य से पूर्णता की प्रतीक्षा करता है और कुछ सीमा तक सीमा तक हमारे सत्य मानव निर्मित है।'

(Pragmatism esentially a lumanistic philosophy maintain that man creates his own values in the course of activity that reality is still in the making and awaits and its part of completion from the future and to some unascertainable extent our truths are man made products.")

3. जैम्स बी-प्रैट (James B. prat) के अनुसार, ''प्रयोजनवाद हमें अर्थ का सिद्धान्त, सत्य का सिद्धान्त और वास्तविकता का सिद्धान्त देता है।''

(Pragmatism offers us a theory of meaning, a theory of truth, a theory of knowledge and a theory of reality.")

प्रयोजनवाद के मूलभूत सिद्धान्त

(Fundamental principles of pragmatism)

1. सत्ता प्रक्रिया में निहित होती है, यह पूर्ण न होकर निरंतर निर्माण की प्रक्रिया में रहती है। संसार एक प्रक्रिया है जो निरंतर प्रगतिशील एवं परिवर्तनशील है। प्रत्येक वस्तु परिवर्तन योग्य है।
2. एक प्रयोजनवादी का दृष्टिकोण सामाजिक होता है। मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है। इसलिए उसे सामाजिक कुशलता का गुण प्राप्त करना चाहिए।
3. प्रयोजनवादी का कुछ सीमा तक ईश्वर के अस्तित्व में विश्वास है। यह प्रकृतिवादी एवं आदर्शवाद के मध्य की कड़ी है। यह प्रकृतिवाद से 'जीवन' लेता है, आदर्शवाद से 'मन' लेता है और मनुष्य, परमात्मा एवं प्रकृति का मूल्यांकन एवं व्याख्या करता है।
4. अंतिम सत्ता कुछ भी नहीं है। जो बात मेरे उद्देश्यों को पूर्ण करती है, मेरी इच्छाओं को संतुष्ट करती है और मेरे जीवन का विकास करती है, वही सत्य है।
5. विश्व को मानव ने बनाया है। मानव जीवन प्रयोगों की अटूट कड़ी है। वह इन प्रयोगों के माध्यम से मूल्यों का निर्माण करता है। अतः मूल्य या सत्य मानव निर्मित होता है और जीवन के मूल्य या सत्य परिवर्तित होते रहते हैं।
6. सत्य की प्रकृति परिवर्तनशील होती है। समय स्थान तथा व्यक्ति के अनुसार

सत्य सदा परिवर्तित होता रहा है। किसी भी वस्तु को सत्य या असत्य मानना गलत है, जब तक घटना के द्वारा वह सिद्ध न हो जाए।

7. कोई भी नियम सार्वभौम नहीं होता है।

शारीरिक शिक्षा में प्रयोजनवाद के सिद्धान्तों की भूमिका
(Role of pragmatism principles in physical education)

प्रयोजनवाद प्रयोग के आधार पर अनुभव के ऊपर आधारित विचारधारा है। सभी मूल्यों, विचारों और निर्णयों के व्यवहारिक परिणामों को देखा जाता है क्योंकि यदि इनके परिणाम संतोषजनक हैं तो ही ये मूल्य, विचार निर्णय का रूप ले सकते हैं अन्यथा नहीं। 'रोजन' की दृष्टि में सत्य को केवल उसके व्यावहारिक परिणामों द्वारा जाना जा सकता है। 'प्रेट' मानते हैं कि प्रयोजनवाद हमें अर्थ, सत्य, ज्ञान का वास्तविक सिद्धान्त देता है।

ब्राइटमैन के अनुसार प्रयोजनवाद सत्य का मापदण्ड है। यह वह सिद्धान्त है जो समस्त विचार प्रक्रिया के सत्य की जाँच उसके व्यवहारिक परिणामों से करता है। यदि परिणाम संतोषजनक हैं तो विचार प्रक्रिया को सत्य कहा जा सकता है।

अपने व्यवहारिक दृष्टिकोण के कारण शिक्षा के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण स्थान रखता है और उपयोगिता की दृष्टि से समूचे क्रिया कलाप को देखता है। शारीरिक शिक्षा शिक्षा का अभिन्न अंग होने के नाते प्रयोजनवाद के व्यवहारिक दृष्टिकोण को अपनाकर पूर्णता की ओर अग्रसर होना चाहिए।

1. प्रयोजनवादी शिक्षा के दृष्टिकोण में, शारीरिक क्रियाएँ सामाजिक मूल्यों के विकास में उपयोगी हैं क्योंकि इनके माध्यम से विद्यार्थी दूसरे लोगों के साथ किस प्रकार व्यवहार किया जाए और किस प्रकार किसी मुद्दे पर प्रतिक्रिया दी जाए आदि सामाजिक शिष्टाचार को सीखता है।
2. शारीरिक शिक्षा में कौशलों के अधिगम में समस्या-समाधान विधि का प्रयोग होता है। एक आदर्श शिक्षक शारीरिक शिक्षा कार्यक्रमों का प्रयोग करने के बजाए विद्यार्थी को सीखने के लिए प्रेरित करता है।
3. प्रयोजनवादी मानते हैं कि शारीरिक शिक्षा का पाठ्यक्रम बालक की प्रकृति एवं आवश्यकताओं के अनुसार होना चाहिए। प्रयोजनवाद का यह मानना है किसी भी प्रकार की शिक्षा बालक के लिए है न कि बालक शिक्षा के लिए।
4. प्रयोजनवाद मानता है कि शारीरिक शिक्षा के प्रत्येक शिक्षकों को अपने अनुभवों एवं दर्शन को शारीरिक शिक्षा का आधार बना कर अधिगम की प्रक्रिया को आगे बढ़ाना चाहिए। शिक्षकों का यह दायित्व है कि वह विद्यार्थियों को अपनी क्षमताओं, योग्यताओं, रुचियों तथा दृष्टिकोणों के अनुसार ही शिक्षा प्रदान करें।
5. बालक को विभिन्न प्रकार के खेलों में प्रतिभागिता के प्रर्याप्त अवसर प्रदान

करने चाहिए। इससे बालक के अधिगम (Learing) की गति तेज होती है। और विभिन्न गतिविधियों में भाग लेने से प्राप्त अनुभवों के द्वारा अधिगम में कुशलता आती है। प्रत्येक गतिविधि में विभिन्न नियमों का पालन करना होता है। आन्तरिक एवं बाह्य गतिविधियों में बालक वस्तुओं एवं परिवेश के संदर्भ में अलग-अलग अनुभवों को प्राप्त करता है।

6. शारीरिक गतिविधियाँ समाजीकृत प्रकृति की होती हैं। समूह में आयोजित गतिविधियाँ बालक को समाज के साथ अन्तःक्रिया का अनुभव प्रदान करती हैं। और साथी समूह (pear group) को प्रभावित करती हैं। इससे बालक समूह सामंजस्य सहानुभूति तथा सामूहिक गतिविधियों में सहयोग और समन्वय को सीखता है।
7. शारीरिक शिक्षा कार्यक्रमों को अधिगमकर्ता की आवश्यकताओं एवं रुचियों के अनुरूप तैयार किया जाना चाहिए शारीरिक शिक्षा के अध्यापकों को अपनी निर्णयन प्रक्रिया में अनुभवों को आधार बनाना चाहिए।
8. प्रयोजनवाद सफलता को अपनी कसौटी के रूप में देखता है। प्रयोजनवाद सिद्धान्तों एवं नियमों की अपेक्षा अभ्यास एवं प्रयोगात्मक पक्ष पर अधिक जोर देता है। शारीरिक शिक्षा के अध्यापक को नियमों के प्रति अति कठोर नहीं होना चाहिए और अपने शैक्षिक कार्यक्रमों में मानकीकरण (standardiza tion) को अधिक महत्व नहीं देना चाहिए। अध्यापक को परीक्षण एवं त्रुटि विधि (trailand error method) के आधार पर बालकों को प्रशिक्षित करना चाहिए। प्रशिक्षण मुख्य रूप से व्यवहारात्मक पक्ष पर आधारित होना चाहिए।
9. शारीरिक शिक्षा में जैवशास्त्रीय प्रयोजनवाद (Biological pragnatism) अत्यन्त महत्वपूर्ण है। जैवशास्त्रीय प्रयोजनवाद का यह मानना है कि शक्ति ही मूल्यवान तथा महत्वपूर्ण जो उसे अपने वातावरण में सामंजस्य के योग्य बनाती है। सभी ज्ञान का अंतिम उद्देश्य मानव का वातावरण के साथ सामंजस्य है। इस सन्दर्भ में चार्ल्स डार्विन (Charles Darwin) ने स्पष्ट किया है कि जैविक तन्त्र, विशेष तौर पर हमारा शरीर वातावरण में होने वाले किसी भी परिवर्तन के प्रति प्रतिक्रिया देता है। इसी तथ्य के परिणामस्वरूप पहली बार खेल गतियों के दौरान गतिशील शरीर (जैविक तन्त्र) द्वारा आन्तरिक एवं बाह्य वातावरण में होने वाले परिवर्तनों के प्रति प्रतिक्रियाओं को महत्व दिया गया। इसके बाद से ही इस संदर्भ में विचार किया जाने लगा कि दबावपूर्ण शरीर- क्रियात्मक परिस्थितियों में शरीर की कार्यिकी पर क्या प्रभाव पड़ता है वे कौन से भौतिक बल हैं जो शारीरिक गतियों के दौरान गति नियंत्रण में उपयोगी होते हैं और किस प्रकार अन्य विशुद्ध वैज्ञानिक

संकल्पनाओं का प्रयोग खेल क्रियाओं में मानव गतियों को समझने में किया जा सकता है।

11. प्रयोजनवादी दर्शन 'कार्य को खेल भावना से' करते हुए अनुशासन बनाए रखने को महत्वपूर्ण मानता है। कोई भी कार्य यदि स्वतन्त्र वातावरण में किया जाए तो उसे करने में उत्साह की अनुभूति होती है और कार्य करने वाला स्वयं ही अनुशासित हो जाता है।
12. प्रयोजनवादी शिक्षक अध्येता को एक प्रयोगकर्ता की अवस्था में देखता और समझता है। वह बालक को स्वयं के द्वारा ज्ञान खोजने में सहायता करता है तथा उन्हें समाधान देने के स्थान पर वह उन्हें ऐसी विधियों का सुझाव देता है जिससे वे स्वयं ही समाधान खोज सकें।
13. शारीरिक शिक्षा का व्यवहारात्मक दृष्टिकोण बालक और समाज को एकीकृत करने में सहायता करता है। कोई भी गतिविधि जो यथार्थ में सामाजिक दृष्टि से महत्वपूर्ण है को सीखने लायक मानी जाती है। शारीरिक शिक्षा की गतिविधियों का निर्धारण छात्रों की रुचियो, क्षमताओं, आवश्यकताओं एवं उनके पूर्व अनुभवों के आधार पर किया जाता है। इससे शारीरिक शिक्षा में रचनात्मक गतिविधियों जैसे नृत्य एवं ललित कलाओं का समावेशन होता है। संक्षेप में शारीरिक शिक्षा की प्रगति समायोजन का विकास, वृद्धि, सफलता एवं खेल प्रतियोगिताओं से प्राप्त अनुभव एवं ज्ञान एवं स्व अन्वेषण आदि तत्व सम्मिलित होते हैं।

4. अस्तित्ववाद (Existentialism)

अस्तित्व का अर्थ एवं परिभाषा
(Meaning and definition of existentialism)

अस्तित्ववाद के सूत्र इम्यूनल काण्ट के दर्शन से ढूँढ़े जा सकते हैं। काण्ट ने कहा है- ''अस्तित्ववाद किसी वस्तु का प्रत्यय नहीं है जिसे किसी दूसरी वस्तु के प्रत्यय में जोड़ा जा सके।' काण्ट का यह कथन अस्तित्ववाद की स्पष्ट व्याख्या प्रस्तुत नहीं करता। स्पष्टतः अस्तित्ववाद का स्रोत देकार्त के इस कथन को माना जाता है- ''मैं सोचता हूँ, अतः मैं हूँ।'' अस्तित्ववाद का जनक वास्तव में सोरेन किर्कगार्ड को माना जाता है।

शारीरिक शिक्षा में अस्तित्ववाद के सिद्धांतों की भूमिका
(Essential features of existentialism in physical education)

अस्तित्ववाद का प्रारम्भ सोरेन किर्केगार्न (Soren kierkegaard- 1813-1855) के दार्शनिक विचारों से खोजा जा सकता है। लगभग एक शताब्दी तक किर्केगार्ड का दर्शन स्कोंडिनेविया (scandinavia) के बाहर लोगों तक नहीं पहुँच पाया था इसका प्रमुख कारण अधिकांश अंग्रेजी भाषी क्षेत्रों में रहने वाले लोगों की डेनिश भाषा को पढ़ने-समझने की अक्षमता थी। उनके अनुसार जीवन के अनुभवों के तीन चरण होते हैं-

1. सौंदर्यात्मक (Aesthetic) 2. नीति परक (ethical) 3. धार्मिक (Religious)

किर्केगार्ड के अस्तित्ववादी विचारों में यह तर्क दिया गया है कि हम में से कुछ लोग एक चरण से दूसरे चरण में प्रगति करते हैं जबकि अन्य लोग जीवन भर पहले चरण में ही रहते हैं। किर्केगार्ड के अनुसार तीसरा चरण धार्मिक तथापि सौंदर्यात्मक एवं नीतिपरक चरण से उच्च स्तरीय चरण है। किर्केगार्ड के अनुसार सभी तीनों चरण मोक्ष या मुक्ति (salvation) तथा संतुष्टि (satisfaction) प्राप्त करने के प्रयास को प्रतिबिंबित करते हैं। किर्केगार्ड द्वारा प्रस्तुत आत्मा की विचारधारा ने ही यह निर्धारित किया कि व्यक्ति किस प्रकार इस नश्वर जीवन में अपनी आत्मा को पवित्र बनाए रख सकता है और एक नैतिक जीवन व्यतीत कर सकता है।

फ्रैडरिक विलियम नीत्शे (Friedrich william Nietzsche) (1844-1900) ने जीयस ईसाई नैतिकता के अनुभवातीत आदर्शों पर तर्क प्रस्तुत किये और संदर्भ में किर्केगार्ड के विचारों को नकार दिया। नीत्शे ने तर्क दिया कि विज्ञान ने यह साबित कर दिया है कि आत्मा या भगवान् जैसी कोई चीज़ नहीं होती है। चार्ल्स डार्विन के समर्थक नीत्शे ने अधिकतम शारीरिक एवं बौद्धिक विकास और स्वाभाविक प्रवृत्ति की अभिव्यक्ति के पक्ष में अपने विचारों को प्रस्तुत किया। नीत्शे ने शारीरिक सुगठता (Physical fitnes) को प्राथमिक स्थान दिया है। उनके अनुसार मानव अस्तित्व में शरीर केन्द्रीय एवं महत्वपूर्ण स्थान है। नीत्शे के शब्दों में ''जीवन का आनन्द से रोमांचक तरीके से जीने में निहित है, इसके लिए अच्छा स्वास्थ्य होना पहली आवश्यकता है।''

जीन पॉल सारवे (Jean paul Sartre) (1905-1980) द्वारा प्रस्तुत तर्कों ने अस्तित्ववादियों के वेदांत दृष्टिकोण को प्रकट किया है। अपनी पुस्तक ''बीइंग एंड नथिंगनेस (Being and Nothingness) में सात्रे ने शरीर के तीन आयामों को बताया है-

1. स्वयं के अस्तित्व के रूप में शरीर
2. अन्य के अस्तित्व के रूप में शरीर
3. अन्य लोगों द्वारा पहचाने जाने वाले शरीर के रूप में मेरा शरीर

शरीर के संदर्भ में सारत्रे के तीन दृष्टिोण शरीर को एक व्यक्ति के रूप (As an subject) में और शरीर को एक पदार्थ (As an object) के रूप में देखे जाने के मध्य अंतर स्पष्ट करते हैं। निम्नलिखित उद्धरण मन और शरीर के सम्बन्ध को संक्षेप में प्रकट करता है। ''वस्तुनिष्ठ प्रणाली में, मेरे पास एक शरीर है, मैं उसे प्रशिक्षित करता हूँ, मैं उसका उपयोग करता हूँ और इस संदर्भ में यह मुझसे भिन्न प्रतीत होता है। किन्तु वही शरीर व्यक्तिनिष्ठ प्रणाली में इस अर्थ में प्रकट होता है कि स्वयं शरीर हूँ और मेरी चेतना इस आत्मीयता में एकीकृत या सन्निहित है।''

शारीरिक शिक्षा एवं खेल में अस्तित्ववाद के प्रमुख तथ्यों का संक्षिप्त विवरण निम्नानुसार है-

1. अस्तित्ववाद की मूल रुचि किसी प्रकार के शैक्षिक उद्देश्यों में न होकर व्यक्ति (individual) में है। शारीरिक शिक्षा का मूल कार्य छात्र के चारों ओर एक ऐसा वातावरण की रचना करना है जिससे उसकी स्वतन्त्र चेतना का विकास हो और वह अपने निर्णय स्वयं ले सके।
2. अस्तित्ववाद के अनुसार प्रत्येक व्यक्ति अपनी रुचियों एवं अनुभवों के आधार पर स्वयं की रचना करता है।
3. व्यक्ति अपने कर्तव्यों एवं व्यवहारों के प्रति स्वयं उत्तरदायी होता है। यद्यपि इस स्वतन्त्रता का आशय यह नहीं है कि वह अपने उत्तरदायित्वों को अनदेखा कर दे। अस्तित्ववाद मानता है कि प्रत्येक व्यक्ति की क्रिया एवं व्यवहार न केवल उसे स्वयं के प्रति उत्तरदायी बनाते है अपितु व्यक्ति अन्य लोगों को प्रति तभी उत्तरदायी होता है। व्यक्ति के द्वारा लिए गए निर्णय अन्य व्यक्तियों को भी प्रभावित करते हैं।
4. अस्तित्ववाद मानता है कि विश्वसनीय व्यक्ति वही है जो अपने निर्णय लेने में सक्षम हो और लिए गए निर्णयों के प्रति स्वयं को ही जवाबदेह मानता हो। जो इसमें सक्षम नहीं है उन्हें अस्तित्ववादी विश्वसनीय नहीं मानते हैं।
5. प्रत्येक व्यक्ति को अपने लिए विकल्पों के चयन एवं निर्णयों के लिए पूर्ण अवसर दिए जाने चाहिए। तभी वह अपनी इच्छा से इसमें सक्रिय रूप से भागीदारी करता है।
6. अस्तित्ववाद मानता है कि शारीरिक शिक्षा पाठ्यक्रम में विविधतापूर्ण गतिविधियों का समावेशन होना चाहिए तथा प्रत्येक बालक को पाठ्यक्रम की विभिन्न गतिविधियों को चयन करने की स्वतन्त्रता होनी चाहिए।
7. अस्तित्ववाद के अनुसार विविधतापूर्ण शारीरिक गतिविधियाँ बालक में तत्व चेतना एवं स्व उत्तरदायित्व का विकास करती हैं।
8. अस्तित्ववादियों के अनुसार शारीरिक शिक्षा के अध्यापक को केवल मार्गदर्शक की भूमिका का निर्वहन करना चाहिए। बालक पर कोई भी कार्य थोपा नहीं जाना चाहिए। केवल उचित-अनुचित, सही गलत, मान्य-अमान्य आदि के सम्बन्ध में सही जानकारी उपलब्ध करानी चाहिए। इससे बालक में स्व निर्णय लेने की वृत्ति का विकास होता है।

अस्तित्ववाद का मूल लक्ष्य मानव की गरिमा को प्रतिष्ठित करना है। अतः यदि अतिवैज्ञानिकता, अमानवीयकरण का मार्ग खोल देती है तो अस्तित्ववाद इसका प्रतिवाद करता है। अस्तित्ववाद मानव की आन्तिरकता के विकास की कहानी कह रहा है। यही कारण है कि सभी अस्तित्ववादी विचारक 'अस्तित्ववान व्यक्ति' को अपने ध्यान का केन्द्र बनाते हैं साथ ही उनके विचार एवं विवेचना का केन्द्र आन्तरिक हो जाता है।

*