



खेलेगा
खिलेगा **इंडिया**

खेलेगा इंडिया खिलेगा इंडिया



“

किसी भी देश की छवि सिर्फ आर्थिक और सैन्य बल से नहीं होती है। देश की सौम्य छवि भी उसे एक अलग पहचान दिलाती है। खेल एक ऐसी साफ्ट पावर है जो दुनिया का ध्यान भारत की ओर आकर्षित कर सकती है।

”

- प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी



विषय सूची

01. खेल: मजबूत सॉफ्ट पावर
02. गतिशीलता की खोज में, खेल नीतियों का विकास
04. परिवर्तन की ओर सुधार
06. सुधार और उपलब्धियों के मौलिक सिद्धांत
08. खेलो इंडिया योजना भारत में खेल संस्कृति का सृजन
09. भारत की आवाज़
11. महिलाओं के लिए खेल: शक्ति से सशक्तिकरण
12. दिव्यांग एथलीटों के लिए खेल: खेल एकात्मकता का प्रतीक
13. शांति और विकास के लिए खेल: सभी खेल इकाईयां
15. देशज खेल: गौरवशाली विरासत को बढ़ावा देना
17. खेलो इंडिया का प्रभाव
19. खेल उत्कृष्टता का पोषण
21. फिट इंडिया मूवमेंट: भारत की फिटनेस में सुधार
23. भारत की आवाज़
24. आगामी प्रभाव

गतिशीलता की खोज में, खेल नीतियों का विकास

भारत दुनिया में सबसे अधिक आबादी वाले देशों में से एक है। यहां भिन्न-भिन्न प्रकार की अपार विलक्षण प्रतिभाएं मौजूद हैं और इन प्रतिभाओं के पास खेलों में उत्कृष्टता हासिल करने और उनकी जरूरतों को पूरा करने की क्षमता है। हालांकि खेल जैसे गतिशील क्षेत्र में खिलाड़ियों के सपनों और जरूरतों को पूरा करने के लिए नीतियों के अच्छे तालमेल की आवश्यकता होती है। दशकों से, नीतियां, भले ही नेक इरादे से, रुक-रुक कर चल रही थीं और तेजी से विकसित हो रहे अन्तःराष्ट्रीय खेल इकोसिस्टम की पकड़ में नहीं आ पाईं, जिसके कारण भारतीय एथलीटों को विश्व स्तर पर खेलों के शिखर तक पहुंचने में मुश्किलों का सामना करना पड़ा।



गुवाहाटी में खेलो इंडिया यूथ गेम्स में तैराकी करते हुए

खेल: मजबूत सॉफ्ट पावर

किसी भी राष्ट्र को बदलने के लिए खेल एक बहुत बड़ी ताकत है। इसमें एक ओर नागरिकों के विशेष व्यक्तित्व को विकसित करने और वहीं दूसरी ओर राष्ट्र को एक खेल महाशक्ति के रूप में विश्व के मानचित्र पर रखने की क्षमता होती है। खेलों में सफलता के साथ बड़ा राष्ट्रीय गौरव जुड़ा है और इसमें देश को जाति, पंथ, धर्म से परे देश को एक सूत्र में बांधने और एक खुशहाल और स्वस्थ समाज के निर्माण करने की क्षमता होती है। भारत में अपार खेल प्रतिभा का एक समूह मौजूद है। जिन्हें विश्व स्तर पर भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए तैयार किया जा सकता है।



ओडिशा में खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में टेबल टेनिस प्रतियोगिता



परिवर्तन की ओर सुधार

दूरदराज क्षेत्रों से महिला, दिव्यांग और युवाओं को समान अवसर उपलब्ध कराने की दिशा में सम्पूर्ण खेल संस्कृति को तैयार करने तथा बुनियादी स्तर से प्रतिभा की पहचान, इन्फ्रास्ट्रक्चर का निर्माण, एलीट एथलीटों की सहायता पर ध्यान देने की दिशा में मौजूदा खेल इकोसिस्टम में पूरी तरह से सुधार करने की आवश्यकता महसूस की गई है, जिसके परिणामस्वरूप निम्नलिखित योजनाएं आरम्भ की गई हैं:-

▶ **खेलो इंडिया योजना:** जमीनी स्तर के खेलों में एक नया मुकाम बनाना; खेलो इंडिया की यात्रा; कैसे यह अस्तित्व में आयीA

खेलो इंडिया योजना को राजीव गांधी खेल अभियान योजनाओं (आरजीकेए), शहरी खेल अधिसंरचना योजना (यूएसआईएस) और राष्ट्रीय खेल प्रतिभा खोज योजना (एनएसटीएसएस) जैसी पूर्व मौजूदा योजनाओं को मिलाकर तैयार किया गया था। अपनी स्थापना के समय, आरजीकेए ने देश भर के सभी ब्लॉकों में खेल परिसर के निर्माण और प्रतियोगिताओं का आयोजन करने की परिकल्पना की थी, यूएसआईएस खेलो इंडिया योजना के इन्फ्रास्ट्रक्चर के लिए प्री-कर्सर था, एनएसटीएसएस ने खेल प्रतिभा की खोज और पोषण की परिकल्पना की। हालांकि, केंद्र और राज्यों की समन्वय की कमी के कारण योजनाएं

बड़े पैमाने पर आगे नहीं बढ़ पाई। राष्ट्रीय खेल, जो बुनियादी स्तर पर प्रतिभा की पहचान के लिए सबसे बड़ी प्रतिस्पर्धा है, लम्बे अंतराल पर आयोजित किए गए थे जिसके कारण इच्छुक एथलीटों को अपनी प्रतिभा दिखाने के लिए अवसर नहीं मिल रहे थे। खेलो इंडिया योजना 2016 के शुभारंभ ने इन कमियों को दूर किया। वर्ष 2016-17 के दौरान योजना को लागू करने में प्राप्त अनुभव और प्रमुख स्टेकहोल्डर के परामर्श, विशेष रूप से राज्य सरकारों और उनसे प्राप्त इंपुट, के आधार पर वर्ष 2017 में 12 कार्यक्षेत्रों (वर्टिकल) के साथ खेलो इंडिया योजना को एक नया रूप दिया गया।

वास्तविक क्षमता का उपयोग करने के लिए नीतियां

स्वतंत्रता के समय से शुरू की गई नीतियों ने कुछ एथलीट तैयार किए जिन्होंने अपनी प्रतिभा से विश्व स्तर पर भारत की पहचान बनाई। 1950 के दशक से सहस्राब्दी के अंत तक और उसके बाद एक दशक तक, अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर पहचान बनाने वाले भारतीय खेल आइकॉन मेजर ध्यानचंद, मिल्खा सिंह, पीटी उषा जैसे नामों तक ही सीमित थे। देश में खेल संस्कृति को मजबूत करने के लिए केन्द्रीय नीति की कमी है, और जो पिछले वर्षों में प्रमुख अन्तर्राष्ट्रीय खेल प्रतिस्पर्धाओं में हमारे पोडियम फिनिश के परिणामों में दिखती है। एलीट एथलीटों पर कम ध्यान दिया जाता था। कई एथलीट देश में प्रचलित खेल इकोसिस्टम की कमी की वजह और सीमित अवसरों के कारण अपने खेल के उच्चतम शिखर तक नहीं पहुंच सके। खेल राष्ट्र की रीढ़, खेलों के बुनियादी ढांचे मुख्यतः देश के बड़े हिस्से में, बड़े शहरों और शहरी क्षेत्रों में स्थापित किए गए जबकि दूरदराज के ग्रामीण क्षेत्र इससे वंचित थे। हालांकि यह महसूस किया जाना चाहिए था कि खेल प्रतिभाओं के सम्भावित अवसर मुख्य रूप से देश के कोने-कोने में है।



▶ टॉप्स: खेल उत्कृष्टता के लिए निरंतर समर्थन; सुधार का सफर

ओलंपिक में प्रतिस्पर्धा करने वाले भारतीय एथलीटों को प्रोत्साहन प्रदान करने के लिए अप्रैल 2016 में मिशन ओलंपिक खेल (एमओसी) का गठन किया गया। यह महसूस किया गया कि एमओसी को भविष्य में अच्छे तालमेल द्वारा और अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है जैसे कि राष्ट्रीय खेल महासंघों की भागीदारी में वृद्धि करना, विभिन्न खेलों के विशेषज्ञों को शामिल करना जिसमें खेलविज्ञान और एथलीटों को सहायता में वृद्धि करते हुए खेल विशिष्ट बारीकियों की सराहना और विचार करना भी शामिल है। इसलिए उत्कृष्ट एथलीटों के बीच खेल उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए टारगेट ओलंपिक पोडियम स्कीम (टोप्स), जिसे 2014 में तैयार किया गया था, को एमओसी की आगे की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए पूरी तरह से नया रूप दिया गया। परिणामस्वरूप, एलीट एथलीटों के लिए केन्द्रीय सहायता प्रणाली बनाने हेतु अनुसंधान विश्लेषकों, एथलीट संबंध प्रबंधकों, खेल विज्ञान और खेल-विशिष्ट विशेषज्ञों सहित पेशेवर टीमों को एकजुट किया गया।



▶ फिट इंडिया मूवमेंट: भारत के फिटनेस इंडेक्स में सुधार

माननीय प्रधानमंत्री जी का विजन था कि भारत को फास्ट और फिट ट्रैक पर लाने के लिए महत्वपूर्ण उपाय लागू किये जाएं और इस प्रकार फिटनेस को बढ़ावा देने के प्रयास के साथ एक जन आंदोलन शुरू हुआ। फिटनेस मनोरंजन है, फिटनेस आसान है, फिटनेस निःशुल्क है। फिट इंडिया मूवमेंट भारत के इतिहास में अपनी तरह का पहला सुधार है। फिटनेस क्षेत्र के विशेषज्ञों, फिटनेस को बढ़ावा देने में लगी कोर्पोरेट कंपनियों और विभिन्न मंत्रालयों जैसे कि शिक्षा,

पंचायती राज, स्वास्थ्य, आयुष और अन्यो के साथ विचार-विमर्श किया गया। योजनागत फिटनेस गतिविधियों के माध्यम से नागरिकों की फिटनेस मात्रा में सुधार पर ध्यान केंद्रित करने के साथ मूवमेंट के लिए रूपरेखा तैयार करने हेतु विचार विमर्श किया गया। अगस्त, 2019 में माननीय प्रधानमंत्री जी द्वारा औपचारिक रूप से इस अभियान का शुभारंभ करने से एक वर्ष पहले से ही इस पर विचार किया गया।

सुधारों और उपलब्धियों के मौलिक सिद्धांत

▶ खेलो इंडिया योजना

इस योजना का प्राथमिक फोकस एथलीटों के लिए अपनी प्रतिभा दिखाने और भावी प्रशिक्षण के लिए अपनी पहचान बनाने तथा वित्तीय सहायता के लिए राष्ट्रीय स्तर का मंच तैयार करना है। खेलो इंडिया गेम्स इस प्रयास का अग्रदूत रहा है। 2017 से 2020 तक तीन संस्करणों खेलो इंडिया स्कूल और यूथ गेम्स, तथा एक खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स की मेजबानी की गई, जिससे प्रतिभावान युवा खिलाड़ियों को खेलो इंडिया छात्रवृत्ति जीतने का अवसर मिला। उन्हें श्रेष्ठ प्रशिक्षकों द्वारा एवं अत्याधुनिक परिसरों में उच्चस्तरीय प्रतियोगिताओं के लिए प्रशिक्षित किया गया। खेलों में 18,000 से अधिक एथलीटों की भागीदारी देखी गई है, जिसमें करीब 3,000 एथलीटों की खेलो इंडिया एथलीट के रूप में पहचान की गई, जो वर्तमान में खेलो इंडिया अकादमियों में प्रशिक्षण ले रहे हैं, उन्हें 10,000 रुपये प्रति माह का जेब खर्च दिया जाता है। इसके अलावा, प्रशिक्षण, उपकरण, आहार और शिक्षा के लिए भी सहायता दी जा रही है।

2275 खेलो इंडिया एथलीटों (केआईएस) को प्रतिवर्ष प्रति एथलीट 6.28 लाख रुपये की निधि के साथ हर प्रकार की सहायता उपलब्ध कराई गई जिसमें प्रत्येक खेलो इंडिया एथलीट के लिए 10,000/- रुपये प्रतिमाह जेब खर्च भी शामिल है।

देशभर में बेहतर प्रति व्यक्ति खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर सहायता प्रदान करना।

258 अकादमियों को 21 खेलविधाओं में खेलो इंडिया एथलीटों (केआईएस) के प्रशिक्षण के लिए मान्यता दी गई है। इसके अलावा, राष्ट्रीय खेल महासंघों के सहयोग से खेलो इंडिया योजना के तहत 500 निजी अकादमियों को सहायता दी गई ताकि पूरे देश में एथलीटों तक सहायता पहुंच सके और उनको सबसे सुविधाजनक केंद्र में प्रशिक्षण दिया जा सके।

खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर परियोजनाएं

2010-2014 - 38

2016-2022 - 290

खेलो इंडिया योजना भारत में खेल संस्कृति का सृजन

राज्य सरकारों के सहयोग को आगे बढ़ाना:

खेल राज्यों का विषय है और अपनी खेल महत्वाकांक्षाओं को आगे बढ़ाने के लिए राज्यों की रुचि महत्वपूर्ण है। 2020 में की गई अपनी तरह की पहली पहल में युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय ने विश्व स्तरीय खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर सृजित करने के लिए राज्यों के साथ भागीदारी की, जिन्हें खेलो इंडिया राज्य उत्कृष्टता केंद्र (केआईएससीई) का नाम दिया गया। इन राज्य के स्वामित्व वाले खेल परिसरों को युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय द्वारा वित्तीय सहायता दी गयी और एक या दो खेलों में प्रशिक्षण प्रदान करने में महारत हासिल करने वाले प्रत्येक केंद्र को उत्कृष्टता केंद्र बनाया जा रहा है। इसके अलावा, राज्यों में बुनियादी स्तर के खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर को मजबूत करने के लिए जिला स्तर पर 1000 खेलो इंडिया केंद्र (केआईएसएस) स्थापित किए जा रहे हैं और केआईएसएस में प्रशिक्षकों के रूप में उन्हें अनुबन्धित करके स्थानीय खेल प्रतिभाओं के लिए आय के स्रोत प्रदान किए जा रहे हैं।

4819 प्रशिक्षार्थी

एसएलकेआईसी के तहत 66 भारतीय खेल प्राधिकरण प्रशिक्षण केंद्र (एसटीसी) में शामिल किए गए।

33 स्कूल

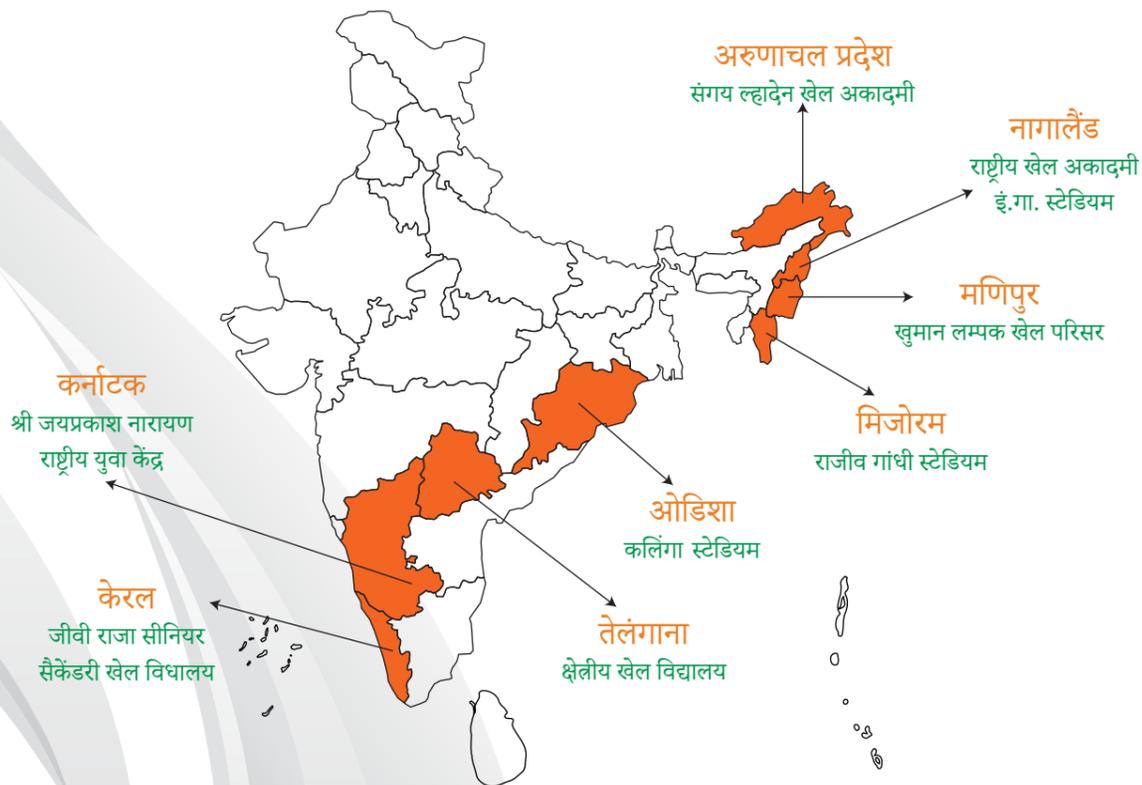
राज्य स्तरीय खेलो इंडिया केंद्रों (एसएलकेआईसी) के रूप में अपनाए गए।

29 केआईएससीई

अनुमोदित किए गए

478 केआईएससीई

देशभर के जिलों में



खेलेगा इंडिया खिलेगा इंडिया

स्कूल जाने वाले बच्चों के फिटनेस स्तर का आंकलन कर उनमें से भावी चैंपियनों की पहचान करना

चिन्हित भावी चैंपियनों के लिए स्कूल जाने वाले बच्चों के फिटनेस स्तर का मूल्यांकन कर कम उम्र में खेल प्रतिभा की पहचान करना लाभदायक होता है। किसी विशेष खेल के लिए उपयुक्त बच्चों को कम उम्र से ही प्रशिक्षित किया जा सकता है। इसके लिए 5-18 वर्ष की आयु के 23 लाख से अधिक स्कूल जाने वाले बच्चों का खेलो इंडिया मोबाइल ऐप का उपयोग करके मूल्यांकन किया है। 82,000 से अधिक फिजिकल एजुकेशन के शिक्षकों को बच्चों के खेल कौशल का मूल्यांकन करने के लिए प्रशिक्षित किया गया है।



भावी चैंपियनों की खोज के लिए 23 लाख स्कूली बच्चों की शारीरिक फिटनेस का मूल्यांकन किया गया

खेल मैदानों का अधिकतम उपयोग और प्रवेश सुनिश्चित करना:

खेलों के प्रति रुचि विकसित करने और भारत में एक खेल संस्कृति का निर्माण करने के लिए युवा भारतीयों के लिए खेल के मैदानों में प्रवेश महत्वपूर्ण है। इसलिए एक भौगोलिक सूचना प्रणाली (जीआईएस) पर खेल मैदानों और खेल अधिसंरचना की एक राष्ट्रीय सूची तैयार की गई है। 11,227 से अधिक खेल के मैदानों को पहले ही जियो टैग किया जा चुका है ताकि उन तक नागरिकों की आसानी से पहुंच बन सके। उनकी संख्या प्रत्येक गुजरते सप्ताह के साथ बढ़ रही है, जैसा कि और अधिक खेल के मैदानों का उल्लेख जीआईएस में किया जाता है।

बुनियादी स्तर पर खेल सुविधाओं के लिए प्रवेश देने हेतु 13,682 खेल मैदानों को जियो-टैग किया गया

सामुदायिक प्रशिक्षकों का एक मजबूत नेटवर्क तैयार करना:

बुनियादी स्तर पर कुशल प्रशिक्षकों का एक उचित समूह तैयार करना योग्य प्रतिभाओं की पहचान करने का सबसे महत्वपूर्ण पहलू है। इसलिए फिजिकल एजुकेशन के शिक्षकों की कुशलता को उन्नत करने और अंतर्राष्ट्रीय मानकों के अनुसार सामुदायिक प्रशिक्षकों के रूप में उन्हें प्रशिक्षित करने के प्रयास किए गए हैं। खेलो इंडिया योजना के तहत सामुदायिक प्रशिक्षकों के रूप में 15,000 से भी अधिक फिजिकल एजुकेशन के शिक्षकों को प्रशिक्षित किया गया है।



युवा प्रतिभा की पहचान करने के लिए समुदाय प्रशिक्षकों के रूप में 15000 फिजिकल शिक्षकों को प्रशिक्षित किया गया

भारत की आवाज़



माननीय प्रधानमंत्री जी बैडमिंटन खिलाड़ियों के साथ



माननीय प्रधानमंत्री जी मुक्केबाज अमित पंघल के साथ



माननीय प्रधानमंत्री जी बैडमिंटन स्टार पी.वी.सिन्धु, कोच पुलेला गोपीचंद, पूर्व खेल मंत्री श्री किरेन रिजिजू और अन्य अधिकारियों के साथ



माननीय प्रधानमंत्री जी अपने आवास पर एलिट भारतीय एथलीटों के साथ बातचीत करते हुए

AMANPREET KAUR CHAUDHARY

I am very happy to become part of Khelo India Youth Games 2019. These games and sports atmosphere inspired me a lot and my feelings in words are described as #EkThanksTohBantaHai.

SAIFUDDIN DHOONDIA

Khelo India was a great learning experience. A platform truly for future athletes as well as sports managers.

Avani Lekhara

The action of all stakeholders of Indian Sports gives me belief & assurance of mainstreaming of Para-sports in our country. I would like to thank the Govt, Ministry of Sports, Paralympic India, Hon Ministers & all involved

MANU BHAKER

Khelo India is the most dynamic sporting competition in the country. Thank you to everyone for bringing it to our home state. Shooting should be part of it.



दिव्यांग एथलीटों के लिए खेल: विशेष योग्यताओं का उपयोग

महिलाओं के लिए खेल: शक्ति से सशक्तिकरण

भारत की महिला एथलीट पिछले कुछ वर्षों में लगातार अंतर्राष्ट्रीय खेल मंच पर अपनी पहचान बना रही है। बैडमिंटन खिलाड़ी पीवी सिंधु ने 2019 में विश्व चैम्पियनशिप जीती, दिग्गज मुक्केबाज एम सी मैरी कौम ने 2018 में छठी बार विश्व चैम्पियनशिप का खिताब जीता। यह हमारी महिला एथलीटों की शानदार उपलब्धि है। बुनियादी स्तर और उत्कृष्ट स्तर पर महिला एथलीटों की सहायता को अत्यधिक महत्व दिया जाता है, चूंकि भारत की 50 प्रतिशत आबादी महिलाओं की है। एक दशक पहले की तुलना में प्रमुख अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में महिला एथलीटों की भागीदारी में तेजी से वृद्धि हुई है, जो महिला एथलीट पर ध्यान केंद्रित करने के लिए शुरू की गई योजनाओं का परिणाम है।

महिलाओं के लिए एक समान खेल मैदान उपलब्ध कराने के लिए फुटबॉल, बास्केटबॉल और हॉकी में विशिष्ट महिला लीग शुरू की गई। बुनियादी स्तर पर खेलो इंडिया योजना के माध्यम से पहचान बनाने वाली महिला एथलीटों में लगातार वृद्धि देखी गई। टारगेट ओलंपिक पोडियम योजना के माध्यम से सहायता प्राप्त उत्कृष्ट महिला एथलीटों की संख्या में उल्लेखनीय वृद्धि देखी गई है। भारत में महिलाओं के लिए अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में वित्तीय प्रोत्साहन की सहायता के रूप में खेलो इंडिया से 3 करोड़ रुपये के अनुदान के साथ, वर्ष 2018 में नई दिल्ली में विश्व मुक्केबाजी चैम्पियनशिप की मेजबानी की गई।

बुनियादी स्तर पर महिलाओं के लिए विशेष खेल लीग

उत्कृष्ट महिला एथलीटों को सहायता 2015 में 48 से बढ़कर 2022 में 140 हो गई है।

महिलाओं के लिए अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं की मेजबानी के लिए वित्तीय सहायता

भारतीय पैरा एथलीट अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में लगातार उत्कृष्ट प्रदर्शन कर रहे हैं। 2018 में एशियाई पैरा खेलों में भारतीय दल ने 72 पदक जीते, जोकि 2014 की तुलना में 39 पदक अधिक हैं। यह दिव्यांग एथलीटों के लिए विशेष खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर का निर्माण करके संभव हुआ है। गांधीनगर में भारतीय खेल प्राधिकरण के राष्ट्रीय उत्कृष्टता केंद्र में पैरा एथलीटों के लिए एक आदर्श केन्द्र है। इसके अलावा, टॉप्स स्कीम के माध्यम से पैरा एथलीटों की सहायता में उल्लेखनीय वृद्धि देखी गई है, 2015 में इनकी संख्या 9 थी जो 2021 में बढ़कर 32 हो गई।

विभिन्न योजनाओं के माध्यम से पैरा एथलीटों को जमीनी सहायता के अलावा, दिव्यांग एथलीटों के लिए जिला और राज्य स्तर पर सहायता के लिए वर्ष 2019-20 में स्पेशल ओलंपिक भारत, अखिल भारतीय बधिर खेल परिषद और भारतीय पैरालिम्पिक कमेटी को 6 करोड़ की वित्तीय सहायता भी प्रदान की गई।

पैरा एथलीटों के लिए एक समान मंच बनाने के लिए लिये गए निर्णय के अनुसार, भारतीय ओपन पैरा एथलेटिक्स चैम्पियनशिप, 2018 आयोजित करने के लिए 19.75 लाख रुपये की अतिरिक्त निधि की मंजूरी दी गई।



“यदि हम एथलीट केंद्रितता के बारे में बात करते हैं तो टोक्यों के लिए क्वालीफाई/संभावित होने वाला प्रत्येक एथलीट भारतीय खेल प्राधिकरण की टॉप्स वित्तीय सहायता के कार्यक्रम के तहत 50 एथलीट हैं, जिन्हें इस योजना के अन्तर्गत समर्थन दिया जा रहा है, जो हमारे सक्षम शरीर वाले एथलीटों के बराबर का प्रतिनिधित्व है।”

- दीपा मलिक

अध्यक्ष
भारतीय पैरालिम्पिक समिति

शांति और विकास के लिए खेल:

खेल एकात्मकता का प्रतीक



खेलो इंडिया यूथ गेम्स में लड़कियां फुटबॉल खेलते हुए

खेलों में युवाओं को ऊर्जावान बनाने की क्षमता है। इसलिए जम्मू और कश्मीर राज्य और वामपंथी, उग्रवाद से प्रभावित राज्यों में लोकप्रिय खेलविधाओं के संबंध में ग्रामीण-स्तरीय प्रतियोगिताओं का आयोजन करने के लिए सुधारवादी सिद्धांत बनाए गए हैं। गुलमर्ग, जम्मू और कश्मीर में दो शीतकालीन खेल मार्च, 2020 और 2021 में आयोजित किए गए। देशभर से एथलीटों ने इन खेलों में भाग लिया और खेल एवं संस्कृति के खुले आदान प्रदान का वातावरण बनाया। जम्मू एवं कश्मीर में खेल अधिसंरचना का निर्माण करने के लिए 200 करोड़ के विशेष पैकेज के साथ-साथ खेल प्रतियोगिताओं की मेजबानी करने के लिए प्रति ब्लॉक 10 लाख रुपये स्वीकृत किए गए। ऐसा पहली बार किया गया। मार्च, 2021 में जम्मू एवं कश्मीर को शीतकालीन और जल क्रीड़ा का मुख्य केन्द्र बनाने के लिए खेलो इंडिया राज्य जल क्रीड़ा खेल अकादमी का भी उद्घाटन किया गया। फरवरी 2020 में लद्दाख में खेलो इंडिया शीतकालीन खेल भी आयोजित किए गए। एलडब्ल्यूई प्रभावित राज्यों में रह रहे युवाओं को सहायता प्रदान करने के प्रयास के तौर पर खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन करने और खेल प्रतिभा की पहचान करने के लिए 14 राज्यों में 95 जिलों को 10 लाख रुपये, प्रति जिला स्वीकृत किए गए।



खेलो इंडिया यूथ गेम्स में हैंडबॉल खेलते हुए



जम्मू और कश्मीर वादी में प्रशिक्षण दिनचर्या



लड़कियां तीरंदाजी प्रतिस्पर्धा करते हुए



खेलो इंडिया गेम्स के दौरान कबड्डी प्रतिस्पर्धा

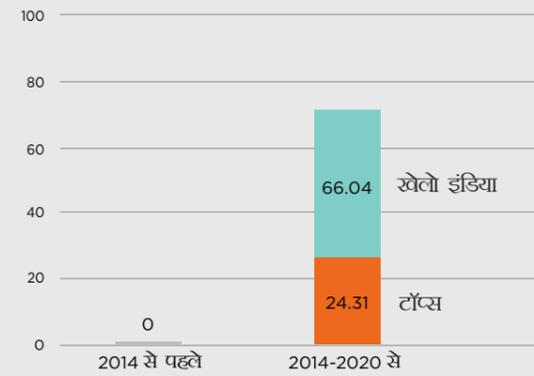
देशज खेल: गौरवशाली विरासत को बढ़ावा देना

भारत के देशज खेल कई सदियों से हमारी संस्कृति और विरासत का अभिन्न हिस्सा है। इन खेलों को संरक्षित करने और भारत के साथ-साथ अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर लोकप्रिय बनाने के लिए भी प्रयास किए जा रहे हैं। युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय ने यह सुनिश्चित करने के लिए लगातार कदम उठाए हैं कि इन खेलों को गौरवपूर्ण स्थान मिले, और 2019-20 में एक भारत श्रेष्ठ भारत योजना के तहत भारत में 19 स्थानों पर 36 विशेष देशज खेल चैम्पियनशिप की मेजबानी की गई। इसके अलावा, 4 लोकप्रिय खेलों, अर्थात् महाराष्ट्र से मलखंब, केरल से कलरीपायट्टू, पंजाब से गटका और मणिपुर से थाँग-टा को विशेष सहायता के लिए चिन्हित किया गया है और इन्हें खेलो इंडिया यूथ गेम्स 2021 में शामिल किया गया, जिससे देशज खेलों के खिलाड़ियों को एक राष्ट्रीय मंच दिया जा सके। 335 योग्य एथलीटों को 10,000 रुपए की मासिक छात्रवृत्ति के रूप में वित्तीय सहायता दी गई है। पांच वर्षों से अधिक के विचार-विमर्श के बाद योग को विशेष खेल उपलब्धि के रूप में मान्यता दी गई और राष्ट्रीय योग खेल महासंघ का भी गठन किया गया। अब योग में भारत ने खेल इकोसिस्टम में अपना सही स्थान प्राप्त कर लिया है।

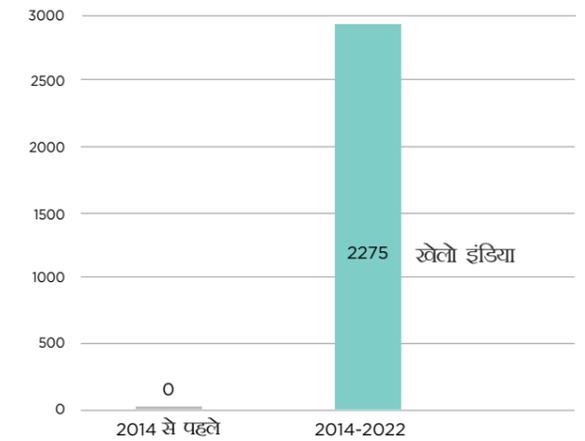
खेलों इंडिया का प्रभाव

क्र०सं०	श्रेणी	पहले	बाद में
1	खेल संस्कृति और खेल उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए एकीकृत प्रणाली	छुटपुट योजनाएं थी और समग्र रूप से इकोसिस्टम को पूरा नहीं करती थी।	खेलों इंडिया के माध्यम से खेल संस्कृति का सृजन करने के लिए एक व्यापक तंत्र बनाया गया, जिसके अन्तर्गत वार्षिक प्रतिस्पर्धा और बुनियादी इन्फ्रास्ट्रक्चर तैयार करके प्रतिभा की पहचान की जा रही है।
2	प्रतिभा प्रदर्शन के लिए मंच	खेल केवल पंचायत स्तर पर ही आयोजित किए गए थे यहां कोई राष्ट्रीय स्तरीय प्रतियोगिताएं नहीं थी।	अंडर 17 और अंडर 21 आयुवर्ग के एथलीटों को वार्षिक खेलों इंडिया युवा गेम्स और विश्वविद्यालय गेम्स के माध्यम से राष्ट्रीय स्तर पर वार्षिक रूप से अपनी खेल प्रतिभा का प्रदर्शन करने के लिए अवसर मिला।
3	प्रतिभा की पहचान और विकास	उत्कृष्टता के लिए जमीनी स्तर से प्रतिभा की पहचान अथवा प्रशिक्षण देने के लिए कोई भी अधिसंरचना तंत्र नहीं था।	खेलों इंडिया के माध्यम से वार्षिक रूप से प्रतिभा की पहचान की गई। 2275 एथलीटों की 2016 से पहले ही पहचान कर ली गई थी। एलीट एथलीटों को प्रशिक्षित करने के लिए देश भर में उत्कृष्टता विकास के राष्ट्रीय केन्द्र का विकास किया। 258 भारतीय खेल प्राधिकरण और गैर प्राधिकरण मान्यता प्राप्त खेलों इंडिया अकादमियों के माध्यम से प्रतिभा का विकास। 29 खेलों इंडिया राज्य उत्कृष्टता केन्द्र में विशिष्ट खेलों में प्रशिक्षित एथलीट।
4	देशज खेलों को बढ़ावा देना	देशज खेलों को बढ़ावा देने के लिए कोई तंत्र नहीं था।	देशज खेलों और एथलीटों को बढ़ावा देने के लिए विशेष योजना। इसके अलावा, देशज खेलों के एथलीटों को जेब खर्च (ओपीए) दिया जाता है और शीर्ष केन्द्रों में प्रशिक्षण सुविधाएं दी जाती हैं।
5	समावेश के लिए खेल	वामपंथी उग्रवाद से प्रभावित क्षेत्रों से आए हुए महिलाओं, दिव्यांग अथवा एथलीटों के लिए कोई विशेष योजना नहीं थी।	वित्तीय अनुदानों, श्रेष्ठ प्रशिक्षण सुविधाओं के रूप में दिव्यांगों के लिए खेलों के साथ-साथ सुदृढ़ समर्थन देने के लिए महिला सशक्तिकरण के लिए विशिष्ट योजनाएं बनाई गईं। दिव्यांगों के लिए पुरस्कार राशि को सक्षम शरीर वाले एथलीटों के बराबर लाया गया। जम्मू और कश्मीर, लेह और लद्दाख और देश के कई वामपंथी उग्रवाद प्रभावित जैसे क्षेत्रों में अधिसंरचना स्थापित की गई और प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं।
6	खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर की उपलब्धता	खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर बड़े शहरों और कस्बों तक ही सीमित थी, छोटे शहरों और गांव के एथलीटों को खेल अधिसंरचना आसानी से नहीं पहुंच रही थी।	भारतीय खेल प्राधिकरण, राज्य सरकार और अन्य पात्र संस्थाओं में 267 अधिसंरचना परियोजनाएं स्वीकृत की गईं जिसमें राज्यों में खेलों इंडिया उत्कृष्टता केन्द्र और जिलों में खेलों इंडिया केन्द्र भी शामिल हैं जो यह सुनिश्चित करेंगे कि एथलीटों तक खेल अधिसंरचना पहुंच सके।

क्र०सं०	श्रेणी	पहले	बाद में
7	राज्यों के साथ साझेदारी	खेल परियोजनाओं के लिए वित्त पोषण तक सीमित राज्यों के साथ संबंध।	राज्यों में एक मजबूत इकोसिस्टम का निर्माण करने के लिए निरंतर सहयोग करना। इसमें खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर, संसाधनों के साथ समर्थन भी शामिल है जैसे कि विशेषज्ञ प्रशिक्षक, उपकरण, खेल विज्ञान समर्थन, महत्वपूर्ण उदाहरण हैं जिसमें राज्य और केन्द्र की भागीदारी के माध्यम से बनाए जा रहे खेलों इंडिया उत्कृष्टता केन्द्र भी शामिल है। खेलों इंडिया गेम्स राज्यों के साथ मिलकर आयोजित किए जाते हैं।
8	खिलाड़ियों के लिए रोजगार के अवसर	कोई योजनागत कैरियर निर्माण के अवसर नहीं, विशेष रूप से उनके खेल कैरियर के बाद।	जमीनी स्तर पर प्रतिभाशाली एथलीटों के पूल का निर्माण करते हुए पूर्व खिलाड़ियों और कोचों को नियुक्त करने के लिए जिला स्तर पर 1000 प्रस्तावित खेलों इंडिया केंद्र स्थापित किए जाएंगे।
9	खिलाड़ियों के लिए निजी समर्थन	खेल के निजी संस्थानों में कोई अधिसंरचना समर्थन नहीं।	विभिन्न खेलविधाओं में 500 निजी अकादमियों को खेल मंत्रालय द्वारा वित्त पोषित किया जा रहा है ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि खेल इकोसिस्टम में योगदान करने वाले पात्रों को पर्याप्त समर्थन दिया जा सके।
10	खेल को बदलने के लिए डिजिटल माध्यम का उपयोग	ऐसा कोई प्रयास नहीं किया गया।	माननीय प्रधानमंत्री द्वारा 2019 में शुभारंभ किए गए खेलों इंडिया मोबाइल ऐप से 23 लाख से अधिक स्कूली बच्चों के फिटनेस मापदंडों का आंकलन किया गया, इस प्रकार 5 साल की उम्र से भावी खेल प्रतिभा की पहचान की गई।



चिन्हित एथलीटों के लिए खेल छात्रवृत्ति वितरण (रूपये करोड़ों में)



चिन्हित एथलीटों की संख्या

खेल उत्कृष्टता का पोषण

बुनियादी स्तर पर प्रतिभा की पहचान और पोषण की प्रगति उन एथलीटों को सहायता देती है जो इसे उत्कृष्ट स्तर तक पहुंचाते हैं। उत्कृष्ट वर्ग के एथलीटों को व्यक्तिगत सहायता देने और भारत के उत्कृष्ट एथलीटों को सर्वश्रेष्ठ प्रशिक्षण, उपकरण और खेल विज्ञान सहायता प्रदान करने के प्रयास के साथ, निम्नलिखित सुधार किए गए हैं:

▶ राष्ट्रीय उत्कृष्टता केन्द्रों का सृजन (एनसीओई)

भारतीय खेल प्राधिकरण ने ओलंपिक खेलों में उत्कृष्ट एथलीटों को प्रशिक्षित करने के लिए देश भर में 23 एनसीओई बनाए हैं। एनसीओई खिलाड़ियों, कोचों, खेल विज्ञान, उपस्कर और अधिसंरचना के पांच स्तंभों पर स्थापित हैं। विशेष प्रशिक्षण प्रदान करने के लिए बड़े हुए बजट के साथ प्रत्येक एनसीओई में विश्व स्तरीय सुविधाएं उपलब्ध कराई गई हैं।



मुक्केबाज़ लवलीना बोरगोहेन



प्रतियोगिता के दौरान युवा निशानेबाज

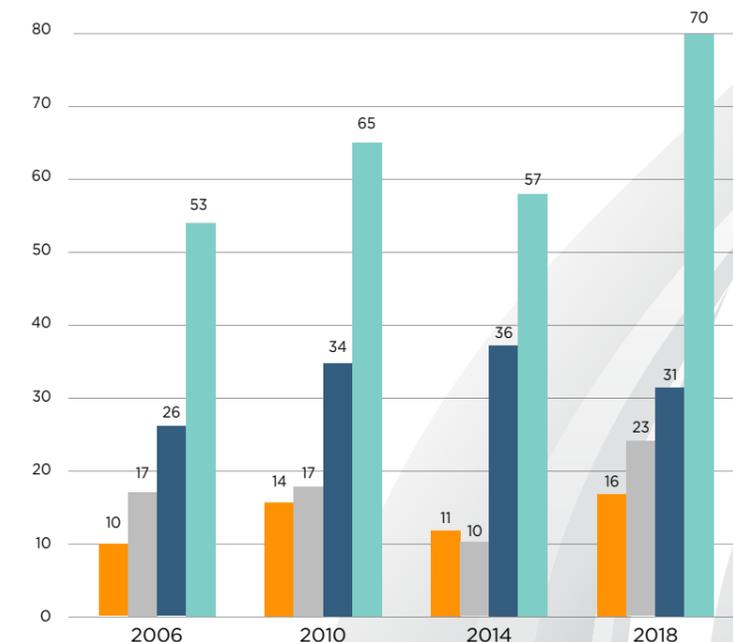
▶ टॉप्स के माध्यम से ओलंपिक जाने वाले एथलीटों के लिए व्यक्तिगत सहायता

टारगेट ओलंपिक पोडियम योजना ने उत्कृष्ट एथलीटों के लिए निर्बाध अनुभव और वित्त पोषण सहायता, विशेषीकृत उपकरण सहायता, विदेश में प्रतियोगिताओं में भाग लेने अवसर और दुनिया के सर्वश्रेष्ठ प्रशिक्षकों तक पहुंच बनाने के साथ-साथ 50,000 रुपये प्रति एथलीट, कोर समूह में प्रति माह और 25,000 प्रति एथलीट विकासात्मक समूह में प्रति माह जेब खर्च प्रदान करती है।

वर्तमान में, इस योजना के तहत 441 एथलीटों को सहायता दी जा रही है जिसके परिणामस्वरूप विदेशी धरती पर राष्ट्रमंडल खेलों, एशियाई खेलों, एशियाई पैरा गेम्स और 2018 में यूथ ओलंपिक में भारत के लिए सर्वाधिक पदक प्राप्त किए हैं।



एशियाई खेल (ए०खे०)



फिट इंडिया मूवमेंट: भारत की फिटनेस में सुधार

माननीय प्रधानमंत्री जी के विजन के परिणामस्वरूप 29 अगस्त, 2019 को पहली बार जन आंदोलन के रूप में इस आंदोलन को शुरू किया गया था, भारत को स्वस्थ राष्ट्र बनाने का उनका स्पष्ट आह्वान था जो इस आंदोलन की शुरुवात का भी प्रतीक है। स्वस्थ राष्ट्र में स्वस्थ नागरिक होते हैं, जो अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण योगदान दे सकते हैं। इसकी शुरुआत के बाद से, लाखों भारतीयों ने देश भर में कई फिटनेस कार्यक्रमों में भाग लिया। यहां तक की महामारी के दौरान भी, इस मूवमेंट के अन्तर्गत आयोजित वर्चुअल फिटनेस सत्रों ने नागरिकों की मानसिक और शारीरिक रूप से फिट रहने में मदद की। इस मूवमेंट में स्कूली बच्चों से लेकर वरिष्ठ नागरिकों तक सभी आयु वर्ग के नागरिक शामिल हैं। यहां उन सब घटनाओं पर एक नजर डालते हैं जिसमें नागरिकों ने इस मूवमेंट के अन्तर्गत भाग लिया।

फिट इंडिया प्लॉग रन

2 अक्टूबर 2019 को महात्मा गांधी की 150वीं जयंती पर फिट इंडिया प्लॉग रन का आयोजन किया गया जिसमें देश भर से 30 लाख से अधिक लोगों ने भाग लिया।

फिट इंडिया साइक्लोथॉन

पहले संस्करण में जनवरी 2020 में एक दिवसीय कार्यक्रम में 35 लाख लोगों की भागीदारी देखी गई। दूसरे संस्करण में दिसम्बर 2020 से जनवरी 2021 के बीच 1.2 करोड़ लोगों की भागीदारी देखी गई।

फिट इंडिया प्रभातफेरी

दिसंबर 2020 में फिट इंडिया प्रभातफेरी में एक विशाल समुदाय ने भाग लिया जिसमें फिटनेस जागरूकता पैदा करने के लिए 55,000 से अधिक सामुदायिक वॉक आयोजित की गई।

फिट इंडिया फ्रीडम रन

फिट इंडिया फ्रीडम रन 15 अगस्त से 2 अक्टूबर तक (महात्मा गांधी की 151 वीं जयंती, हमारे 74वें स्वतंत्रता दिवस के समारोह पर) आयोजित की गई। यह वर्चुअल रन थी, जहां लोग अपनी पसंद की जगह और गति से दौड़ सकते थे। इसमें 7 करोड़ से अधिक लोगों ने भाग लिया। 13 अगस्त से 2 अक्टूबर, 2021 तक आजादी के अमृत महोत्सव के हिस्से के रूप में दूसरा संस्करण आयोजित किया गया और इसमें 9 करोड़ से भी अधिक लोगों ने भाग लिया।



प्लॉग रन इवेंट के दौरान भारत के प्लॉगमैन रिपु दमन



फिट इंडिया प्रभातफेरी में भाग लेते हुए युवा



फिट इंडिया फ्रीडम रन में भाग लेने हुए सभी आयुवर्ग के युवा

फिट इंडिया स्कूल सप्ताह

जीवन के रहन सहन के रूप में फिटनेस को कम उम्र से ही शुरू कर देना चाहिए। इसे ध्यान में रखते हुए, अभिभावकों और शिक्षकों के बीच जागरूकता पैदा करते हुए, स्कूली बच्चों में फिटनेस की आदतों को विकसित करने के प्रयास से वर्ष 2019 में फिट इंडिया स्कूल सप्ताह की शुरुवात की गई। फिट इंडिया स्कूल सप्ताह के दिसंबर 2020 से जनवरी 2021 तक दूसरे संस्करण में 4.3 लाख से भी अधिक स्कूलों ने भाग लिया है, जिसे वर्चुअल रूप से आयोजित किया गया था। 14 नवंबर 2021 से 31 जनवरी 2022 तक फिट इंडिया स्कूल सप्ताह का तीसरा संस्करण आयोजित किया गया जिसमें 4.5 लाख से भी अधिक स्कूलों ने भाग लिया।

फिट इंडिया स्कूल प्रमाणन

स्कूलों में उपलब्ध खेल अधिसंरचना और बच्चों के लिए आयोजित शारीरिक क्रियाकलापों के आधार पर देश भर में स्कूलों को फिट इंडिया प्लेग, 3-स्टार और 5-स्टार फिट इंडिया स्कूल प्रमाणन दिए गए। अब तक, कुल 2.67 लाख स्कूलों को फिट इंडिया प्लेग से सम्मानित किया गया है, जबकि 38,000 और 12,500 से अधिक स्कूलों ने क्रमशः फिट इंडिया 3 स्टार और 5 स्टार स्कूल प्रमाणन के लिए पंजीकृत किया है।

फिट इंडिया संवाद

दूसरे संस्करण में, माननीय राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार), युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय, श्री किरन रिजिजू ने श्री मिल्खा सिंह, श्री अनिल कपूर, द्रोणाचार्य अवाई श्री पुलेला गोपीचंद, भारतीय महिला क्रिकेट टीम की कप्तान सुश्री मिताली राज और भारतीय फुटबॉल टीम के पूर्व कप्तान, श्री भाईचुंग भूटिया जैसी मशहूर हस्तियों और खेल आइकन्स के साथ बातचीत की और दिनांक 27 दिसंबर 2020 को जी न्यूज़ पर इसका प्रसारण किया गया।



पोल वॉल्ट इवेंट



फिट इंडिया मोबाइल एप्लिकेशन

फिट इंडिया की दूसरी वर्षगांठ मनाने के लिए 29 अगस्त 2021 को फिट इंडिया मोबाइल एप्लिकेशन को शुभारंभ किया गया।

फिट इंडिया मोबाइल ऐप अपने प्रकार की एक अनूठी ऐप है, जिसमें नागरिक सरल परीक्षणों की श्रृंखला के माध्यम से अपने फिटनेस मापदंडों का आकलन कर सकते हैं और नियमित आधार पर अपनी फिटनेस में सुधार करने के लिए सुझाव प्राप्त कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त, फिट इंडिया मोबाइल ऐप में दैनिक गतिविधि और फिटनेस लक्ष्य निर्धारित करने के लिए गतिविधि ट्रैकर, पानी का सेवन, कैलोरी सेवन और स्लीप ट्रैकर इत्यादि जैसी विशेषताएं हैं। यह फिट इंडिया आयु-उपयुक्त फिटनेस प्रोटोकॉल का विस्तार है जिसका फिट इंडिया मूवमेंट की पहली वर्षगांठ पर माननीय प्रधानमंत्री द्वारा शुभारंभ किया गया था।

यह एप्लिकेशन निःशुल्क है और एंडरॉइड और आईओएस दोनों पर उपलब्ध है।

चैंपियनों से मिलें

क्र०सं०	एथलीट	स्कूल का नाम	शहर	राज्य/संघ शासित प्रदेश
1	नीरज चोपड़ा	संस्कारधाम स्कूल	अहमदाबाद	गुजरात
2	बजरंग पुनिया	आरोही मॉडल स्कूल	पानीपत	हरियाणा
3	वरुण ठक्कर और के सी गणपति	विवेकानंद विद्यालय मैट्रिक हायर सेकेंडरी स्कूल	रामेश्वरम	तमिलनाडु
4	शरद कुमार	गर्ल्स कॉटन हिल्स, जी.एच.एस.एस	तिरुवनंतपुरम	केरल
5	श्रीहरि नटराज	आरजीवी गर्ल्स स्कूल	बेंगलुरु	कर्नाटक
6	मरियप्पन थंगावेलु	होली एंजल्स गर्ल्स मैट्रिक हायर सेकेंडरी स्कूल	सेलम	तमिलनाडु
7	देवेंद्र झाझरिया	पारख गवर्मेंट गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल	चुरु	राजस्थान
8	योगेश कथूनिया	गवर्मेंट गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल	पटना	बिहार
9	मीराबाई चानू, रानी रामपाल	रेनबो इंटरनेशनल स्कूल	कांगड़ा	हिमाचल प्रदेश
10	माना पटेल	ड० के बी हेडगेवार हाई स्कूल	बामबोलिम	गोवा
11	मनोज सरकार	ललित आर्य महिला इंटर कॉलेज	हल्दवानी	उत्तराखंड
12	सी.ए. भवानी देवी	एमसीसी हायर सेकेंडरी स्कूल	चेटपेट	चेन्नई
13	अवनी लेखरा	शहीद हेमु कालानी सर्वोदय बाद विद्यालय		नई दिल्ली



फिट इंडिया विज

3.25 करोड़ रुपये की पुरस्कार राशि के साथ स्कूली बच्चों के लिए फिटनेस और खेलों पर भारत की सबसे बड़ी विज, फिट इंडिया विज का आजादी के अमृत महोत्सव के हिस्से के रूप में दिनांक 1 सितंबर 2021 को शुभारंभ किया गया। फिट इंडिया विज छात्रों को फिटनेस और खेलों के बारे में उनके ज्ञान को प्रदर्शित करने के लिए एक राष्ट्रीय मंच प्रदान करते हुए भारत के समृद्ध खेल इतिहास के बारे में छात्रों के बीच जागरूकता पैदा करने का प्रयास भी करता है।

13,502 स्कूलों के 36,299 छात्रों ने इसमें भाग लिया। प्रारंभिक दौर और राज्य फाइनल दौर पूरा हो गया और आने वाले महीनों में राष्ट्रीय दौर योजना में खिताब हेतु प्रतिस्पर्धा करने के लिए प्रत्येक राज्य/केंद्र शासित प्रदेश से 36 टीमों का चयन किया गया।

भारत की आवाज़



सभी के लिए खेल

खेलो इंडिया के रूप में एक सुव्यवस्थित और संगठित नीतिगत हस्तक्षेप जो देश के हर हिस्से में खेल सुविधा की उपलब्धता सुनिश्चित करता है



चैंपियनों की खोज

बुनियादी स्तर से बुनियादी विकास तथा एलीट स्तर तक उदीयमान एथलीटों के लिए निरंतर और निर्बाध सहायता के माध्यम से उनकी खेल यात्रा में सुविधाएं उपलब्ध कराना।

राष्ट्रीय गौरव के रूप में खेलों में उत्कृष्टता

विश्व स्तर की सुविधाओं के साथ एक समग्र वातावरण प्रदान करना जिससे भारतीय एथलीट पोडियम फिनिश तक पहुंच कर, विश्व के मानचित्र पर भारत को खेल महाशक्ति के रूप में स्थापित कर सकें।



अतिरिक्त पाठ्यक्रम से नियमित पाठ्यक्रम में खेल

स्कूली पाठ्यक्रम के अभिन्न अंग के रूप में खेलों को जोड़ना



Srikanth Kidambi

Thank you @Media_SAI @DGSAI and TOPS for your continuous support even during my tough period. Will keep working hard to give my best for the country

Neeraj Chopra

It's time to put the past to rest and focus on the future. Have arrived for my off-season training and look forward to restarting the process of getting better.

Immensely grateful to DG sir, @Media_SAI, the TOPS and @afiindia teams and everyone involved in making this happen

SHILPA SHETTY KUNDRA

In today's fast-paced life, being fit is as important as breathing. So, I urge you all to join me in our Hon'ble Prime Minister, @PMOIndia's initiative, the 'Fit India' campaign. Pledge to make fitness a way of life today.

SURESH RAINA

Let's support the fantastic initiative of our PM @narendramodi ji to give at least 30 minutes daily to physical activities & fitness.

आगामी प्रभाव



फिटनेस पर फोकस

फिट इंडिया मूवमेंट के कारण फिटनेस को लेकर मानसिकता में एक अलग बदलाव आया है। फिटनेस हर भारतीय के जीवन का अभिन्न अंग बन गया है।

NEERU BHATIA

Superb gesture n response by @media_sai.



सत्यमेव जयते

युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय
भारत सरकार