12

पूर्व प्राथमिक शिक्षा में समायोजन काल का महत्त्व

ज्योतिकांत प्रसाद*

बच्चा जब प्रथम बार नर्सरी विद्यालय में प्रवेश करता है तो वह पहली बार अपनी माँ व परिवार के सदस्यों से अलग होता है। इस समय उसकी समझ में नहीं आता है कि उसके साथ ऐसा क्यों हो रहा है, इस स्थिति का सामना करना उसके लिए बहुत दु:खदायी होता है। परिवार के पश्चात् विद्यालय से जुड़ने का यह समय पूर्व प्राथमिक शिक्षा में समायोजन काल कहलाता है। बच्चे के लिए यह समय बहुत महत्वपूर्ण होता है। प्रस्तुत लेख में पूर्व प्राथमिक शिक्षा में समायोजन काल के महत्त्व को प्रस्तुत किया गया है।

प्रत्येक बच्चा एक–दूसरे से भिन्न होता है। वे बच्चे जो नर्सरी विद्यालय से पहले किसी आँगनवाड़ी या क्रैश में रहकर आए होते हैं वे जल्दी से विद्यालय के वातावरण में रम जाते हैं क्योंकि उन्हें अपने परिवार के सदस्यों से अलग रहने की आदत हो चुकी होती है। लेकिन जो बच्चे सीधा नर्सरी विद्यालय में आते हैं वे देर से विद्यालय के वातावरण में रमते हैं। इस समय शिक्षिका का कर्त्तव्य हो जाता है कि वह व्यक्तिगत विभिन्नता को ध्यान में रखकर बच्चों को विद्यालय के वातावरण के साथ सामंजस्य स्थापित करने में सहायता प्रदान करे। बच्चे के साथ माँ एवं परिवार के सदस्य की तरह व्यवहार करे।

समायोजन काल के उद्देश्य

– बच्चे बिना किसी तनाव के खुशी-खुशी विद्यालय में आएँ।

– बच्चे खुशी-खुशी अपना समय विद्यालय में व्यतीत करें।

– बच्चों में पहल करना, स्वाधीनता एवं आत्मविश्वास के गुणों को विकसित करना।

– संवेगों को पहचानने एवं उन पर नियंत्रण करने, भली प्रकार अभिव्यक्त करने में समर्थ करना।

समायोजन काल में शिक्षिका को निम्न बातों का ध्यान रखना चाहिए।

- बच्चे का स्वागत स्नेहपूर्ण मुस्कुराहट तथा उत्साहवर्द्धक शब्दों के साथ करना चाहिए। इसके लिए वह कठपुतली का सहारा ले सकती हैं। कठपुतली द्वारा बच्चों को गुड मॉर्निंग (सुप्रभात) करवा सकती हैं। बच्चे के हाथ में खेलने को उसे दे सकते हैं।
- आरंभ में बच्चों को विद्यालय में रखने की अवधि में उदारता दिखाना चाहिए। पूरे दिन में

* *मुख्य अध्यापिका*, आई.आई.टी. नर्सरी स्कूल, हौज़ खास, नयी दिल्ली – 110016

उसे विद्यालय में रहने के लिए बाध्य नहीं करना चाहिए। आरंभ में केवल दो घंटे का समय रख सकते हैं। धीरे–धीरे आधे घंटे की समय अवधि बढ़ा सकते हैं। पद्रंह दिन तक अवधि कम रखनी चाहिए। पद्रंह दिन के पश्चात् हम पूरे दिन का कार्यक्रम रख सकते हैं। यदि कोई बच्चा पंद्रह दिन के बाद भी समायोजित नहीं होता है तो उसके लिए समय की अवधि कम रखनी होगी।

- ऐसे बच्चे जो विद्यालय में रो-रोकर परेशान हो रहे हैं, उनकी माँ अथवा परिवार के किसी भी सदस्य को विद्यालय में रहने की इजाज़त दे सकते हैं। जब बच्चा विद्यालय के वातावरण के साथ समायोजित हो जाए तो परिवार के सदस्य का साथ में रहना बंद करवा देना चाहिए। यदि ऐसा नहीं करेंगे तो बच्चे को परिवार के सदस्य के साथ रहने की आदत हो जाएगी।
- शुरू में यदि बच्चा कक्षा में बैठना नहीं चाहता है तो उसे विद्यालय परिसर में घूमने-फिरने की स्वतंत्रता दे देनी चाहिए, लेकिन बच्चा हमेशा किसी की निगरानी में होना चाहिए।
- बच्चों को समूह में शैक्षिक गतिविधियाँ करवानी चाहिए ताकि उनकी दोस्ती दूसरे बच्चों से हो सके।
- यदि बच्चा किसी गतिविधि में भाग नहीं लेता है तो उसे मजबूर नहीं करना चाहिए। यदि बच्चा थोड़ा बहुत भी सक्रिय रहता है तो ताली बजाकर उसका उत्साह बढ़ाना चाहिए।
- आरंभ के दिनों में विद्यालय को सुंदर ढंग से सजा सकते हैं। बच्चे गुब्बारे बहुत पसंद करते हैं। रंग-बिरंगे गुब्बारे से विद्यालय को सजा सकते हैं। विद्यालय से घर जाते समय बच्चों को गुब्बारे उपहार के रूप में दे सकते हैं इससे बच्चे दूसरे दिन भी विद्यालय में आने का इंतज़ार करेंगे।
- कक्षा में फ़ैमिली ट्री (family tree) लगा सकते हैं जिसमें बच्चे के परिवार के सदस्यों के चित्र लगे होंगे ऐसा देखने से बच्चे को कक्षा में घर जैसा वातावरण महसूस होगा।
- बच्चों को ऐसी क्रियाएँ करवाएँ जिसमें वे रुचि लेते हैं; जैसे — खेल, कहानी, गीत, चित्र पठन आदि।

शुरुआत में खेल गतिविधियाँ अधिक-से-अधिक करवानी चाहिए। खेलना शिशु की स्वाभाविक प्रवृत्ति है। खेल से बच्चे को आनंद की प्राप्ति होती है, खेल के माध्यम से बच्चे अपने भाव-विचारों को प्रकट करते हैं। इसमें रुचि लेते हैं। खेल के माध्यम से बच्चे अपने आसपास के वातावरण को अच्छी तरह समझते हैं। इससे बच्चों को सामाजिक सबंधों को स्थापित करने में सहायता मिलती है। शिशु के सभी पक्षों के विकास में खेलों का बहुत महत्त्व है। खेल के माध्यम से बच्चे सक्रिय रूप से सीखने की क्रिया में भाग लेते हैं। खेल बच्चों की समस्या समाधान, शारीरिक, भाषायी और सामाजिक दक्षताओं की वृद्धि करते हैं। सामूहिक व एकांकी दोनों खेल करवाए जा सकते हैं।

कक्षा की दीवारें रंगीन तसवीरों से सजी होनी चाहिए। प्रदर्शन बोर्ड सुंदर सजे होने चाहिए। स्कूल का वातावरण ऐसा रखना चाहिए जिसमें बच्चे अपने को सुरक्षित महसूस करें, खुशी महसूस करें, विद्यालय में दोबारा आना चाहें। छत्त के पंखे रंगीन रंग से रंगे होने चाहिए। शौचालय साफ़-सुथरे होने चाहिए। बच्चों की उम्र के अनुसार सुविधाजनक होने चाहिए। कक्षा की

दीवार पर बच्चों की कद के अनुसार बोर्ड लगा होना चाहिए जिस पर बच्चे चॉक से तसवीरें बना सकें। फ़र्नीचर टूटा-फूटा नहीं होना चाहिए।

समायोजन काल में शिक्षिका को मातृभाषा का प्रयोग करना चाहिए। क्योंकि छोटे बच्चे अपनी परिचित भाषा में ही अवधारणाओं को गृहण करने व स्वयं को व्यक्त करने में समर्थ होते हैं। बच्चा यदि कोई प्रश्न करता है तो उसका उत्तर ज़रूर देना चाहिए। बच्चे को नज़रअंदाज नहीं करना चाहिए।

इस समय शिक्षिका को बच्चों की इंद्रियों को विकसित करने पर ध्यान देना चाहिए। बच्चों की श्रवण इंद्रिय को विकसित करने के लिए विभिन्न प्रकार की आवाज़ें सुनानी चाहिए; जैसे — ताली, चुटकी, ढोलक, घूँघरू की आवाज़ की पहचान।

बच्चों की स्वाद इंद्रिय को विकसित करने के लिए विभिन्न स्वाद; जैसे खट्टी-मीठी, नमकीन चीज़ों को चखाना चाहिए।

स्पर्श इंद्रिय को विकसित करने के लिए मुलायम, सख्त वस्तुओं का स्पर्श कराना चाहिए।

सूँघने की इंद्रिय को विकसित करने के लिए विभिन्न गंद की वस्तुएँ सुँघानी चाहिए; जैसे — डिटोल, पुदीना, करी पत्ता, साबुन आदि।

आरंभ में समूह में बैठाकर परिचयात्मक खेल (Introductory game) करवाने चाहिए। इसमें बच्चों का रुचिपूर्ण तरीके से दूसरे बच्चों से परिचय होता है।

उहाहरण के लिए,

1. शिक्षिका — मेरा नाम प्यारा-प्यारा राधा है
(मोहन की तरफ)
आपका नाम प्यारा-प्यारा क्या है?
मोहन — मेरा नाम प्यारा-प्यारा मोहन है
(सीमा की तरफ इशारा करते हुए)
आपका नाम प्यारा-प्यारा क्या है?
सीमा — मेरा नाम प्यारा-प्यारा सीमा है
आपका नाम प्यारा-प्यारा क्या है?
इस प्रकार परिचयात्मक खेल जारी रहेगा

2. शिक्षिका — मेरा नाम हीरा है। मैं दिल्ली में रहती हूँ। आपका नाम क्या है? आप कहाँ पर रहते हो?
माया — मेरा नाम माया है। मैं फ़रीदाबाद में रहती हूँ। आपका नाम क्या है? आप कहाँ पर रहते हो?
इसी तरह एक बच्चा दूसरे बच्चे से पूछेगा और खेल जारी रहेगा।

3. गोलाकार में बच्चों को बिठाएँगे। यह गीत गाएँगे।
हम सब बच्चे हैं मन के सच्चे हैं अमन मेरा नाम है, खेलना मेरा काम है
चिराग — चिराग मेरा नाम है, नाचना मेरा काम है।
इसी तरह इस खेल को बारी-बारी से सब बच्चे करेंगे।
उपरोक्त खेलों द्वारा बच्चों की एक-दूसरे से जल्दी ही दोस्ती हो जाएगी।

कहानी

बच्चे कहानी में बहुत रुचि लेते हैं और आसानी से कहानी सुनने के लिए तैयार हो जाते हैं। इसलिए समायोजन काल में शिक्षिका को प्रतिदिन कहानी अवश्य सुनानी चाहिए। शिक्षिका को ध्यान रखना चाहिए कि सरल शब्दों में कहानी को सुनाएँ,

कहानी बहुत ज़्यादा बड़ी न हो। कहानी को विभिन्न माध्यम से सुना सकते हैं। जैसे कहानी के फ़्लैश कार्ड द्वारा, कहानी के फ़ोल्डर द्वारा, पुस्तकों द्वारा आदि।

गीत

समायोजन काल में शिक्षिका को प्रतिदिन गीत सुनाने चाहिए। बच्चों को साथ में गाने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए। कठपुतली चार्ट आदि का सहारा ले सकते हैं।

बच्चे जानवर, यातायात के साधन, फलों एवं सब्ज़ियों में बहुत रुचि लेते हैं। इनसे संबंधित गीत सुना सकते हैं। गीत छोटे व आसान शब्दों में होने चाहिए।

विद्यालय में संगीत के उपकरण होने चाहिए; जैसे — ढोलक, ढपली, तबला आदि। टेपरिकॉर्डर द्वारा गीत सुना सकते हैं। बच्चों को नाचने के लिए उत्साहित कर सकते हैं।

पूरे दिन के कार्यक्रम की योजना शिक्षिका को पहले से ही बना लेनी चाहिए। ताकि कक्षा में शिक्षिका केवल बच्चों पर ही ध्यान दे सकें। कक्षा पूर्ण रूप से व्यवस्थित होनी चाहिए ताकि बच्चों को घूमने-फिरने में आसानी हो। टूटी-फूटी वस्तुओं एवं खिलौनों को हटा देना चाहिए, ताकि बच्चों को चोट नहीं लगे। खेल के मैदान में जितने भी झूले हैं उनका रख-रखाव व ठीक ढंग से करना चाहिए। साफ़-सुथरे होने चाहिए, ताकि खेलते समय बच्चों को चोट ना लगे और उनके कपड़े गंदे न हों।

- बच्चों को खेल के मैदान में ले जाकर शिक्षिका को सब झूलों के नाम से परिचित करवाना चाहिए व बताना चाहिए कि किस प्रकार इनके साथ खेलना है। जोर से झूला नहीं झूलना चाहिए। झूला झूलते समय दूसरे बच्चों को धक्का नहीं देना है। अपनी बारी का इंतजार करना चाहिए। खेल के मैदान में रेत, जिसमें बच्चे खेलते हैं, साफ़ होनी चाहिए। कोई नुकीली चीज़ उसमें नहीं होनी चाहिए।
- शिक्षिका कक्षा में रखे खिलौने से बच्चों को अवगत कराएँगी। उनसे कैसे खेला जाता है, बताएँगी। सभी खिलौनों को रखने का सही स्थान बताएँगी।
- शिक्षिका बच्चों को अपनी कक्षा व अपने नाम से, कक्षा की सहायिका (आया) के नाम से परिचित करवाएँगी। बच्चों का दूसरी कक्षा में भ्रमण कराएँगी। दूसरी कक्षा की शिक्षिका एवं आया के नाम से परिचित कराएँगी। विद्यालय के ऑफ़िस, स्टाफ़ रूम, लाइब्रेरी, क्रिएटिव रूम, टॉयलेट आदि दिखाएँगी।
- आरंभ के दिनों में यदि बच्चा टॉयलेट जाता है तो उसे अकेला बिल्कुल नहीं भेजें क्योंकि अभी उनको ठीक ढंग से नहीं मालूम होता है कि किस तरह कमोड का इस्तेमाल करना है। अन्यथा वह गिर या फिसल सकते हैं।
- बच्चों के प्रति सकारात्मक और स्नेहपूर्ण व्यवहार रखना चाहिए। शिक्षिका को समय-समय पर बच्चे को गले लगाना चाहिए, प्यार से थपकी देनी चाहिए। जो बच्चा शांत और शर्मीला है या अत्यधिक आक्रामक रुख अपनाने वाला है उसे अपने पास आगे बिठाना चाहिए। ऐसा करने से वह अपने को महत्वपूर्ण समझेगा।

समायोजन काल में कराई जाने वाली गतिविधियाँ

गीत

A red apple
growing on a tree
one for you and one for me
one for your papa
one for my mummy
Yummy Yummy ...

टन-टन-टन Hello टेलीफ़ोन बोल रहा है कौन
आहा ये तो पापा की आवाज़
पापा आना जल्दी आज
खिलौने लाना एक हज़ार

छोटी सी मुन्नी
लाल–गुलाबी चुन्नी
नर्सरी में पढ़ती हूँ
सबको टाटा करती हूँ

छोटी सी मिनी
खाए बहुत चीनी
दाँत में लगा कीड़ा
हुई बहुत पीड़ा
थोड़ी दवाई लगानी पड़ी
थोड़ी दवाई खानी पड़ी
ज़्यादा चीनी मत खाना
अच्छे बच्चे बन जाना।

My Mummy is Sweet
Like Sugar and Honey
I sit in her lap
Like a little Bunny
Mummy and papa, I love you
Came to me when I call you
Give me a kiss when I ask you

जब बच्चा नर्सरी स्कूल में जाने वाला होता है तो बच्चे और अभिभावक दोनों के मन में डर होता है। अभिभावक इस बात को लेकर डरते हैं कि हमारा बच्चा किस प्रकार से उन लोगों के साथ (जिनको वह अभी जानता तक नहीं है) कैसे रह पाएगा।

अभिभावकों के मन से इस डर को हटाने के लिए स्कूल में अभिभावक सभा करनी होगी और उनको विश्वास दिलाना होगा कि उनका बच्चा पूर्ण रूप से सुरक्षित वातावरण में रहेगा। घर जैसा माहौल प्राप्त होगा। उनको इस बात की भी जानकारी देनी होगी कि किस प्रकार से उन्हें अपने बच्चे को विद्यालय में आने के लिए मानसिक रूप से तैयार करना होगा।

कराई जाने वाली क्रियाएँ

- मोती पिरोना, बीजों से आकृति करवाना
- चित्रकला एवं रंगने जैसी उपयोगी क्रियाएँ
- अभिनय एवं नाटक आदि करवाना

बच्चों में क्रियात्मकता बढ़ाने वाली क्रियाएँ

- विभिन्न प्रकार के खेल
- बच्चों को कुछ ज़िम्मेदारियाँ देना; जैसे — रजिस्टर लाना, सामान अपने स्थान पर रखना
- बारी-बारी से बच्चों को नेतृत्व करने का मौका देना
- विभिन्न क्रियाओं द्वारा बच्चों में अच्छी आदतों का विकास कराना; जैसे — खाना खाने से पहले हाथों को साबुन एवं पानी से धोना

– व्यक्तिगत सफ़ाई व स्वच्छता के विषय में दैनिक जीवन की क्रियाओं से संबंधित वार्तालाप करना
– शौचालय का सही प्रयोग करना तथा कूड़ा-कचरा कचरे की पेटी में फेंकना
– बैग, बोतल और जूते सही स्थान पर रखवाना।

प्रत्येक शिक्षिका को इस बात का ज्ञान होना चाहिए कि समायोजन काल का उद्देश्य बच्चों का विद्यालयी वातावरण के साथ सामंजस्य स्थापित कराना है, न कि आते ही उनको पढ़ाई-लिखाई करवाना है। स्कूल के प्रति लगाव पैदा कराना हमारा प्रथम उद्देश्य होना चाहिए।