7

शिक्षा के अधिकार अधिनियम 2009 के अंतर्गत संचालित विशेष प्रशिक्षण केंद्र के विद्यार्थियों के स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा की वस्तुस्थिति का अध्ययन

सरला वर्मा*

बच्चे के जीवन में सीखना जीवन पर्यंत चलने वाली प्रक्रिया है। विद्यालय में सीखने की प्रक्रिया का प्रमुख आधार शिक्षक और विद्यार्थी के बीच का संबंध है, जिसकी वजह से बच्चा बिना परेशानी के अपनी शिक्षा पूर्ण कर पाता है। यदि हम प्रारंभिक शिक्षा को सभी बच्चों तक पहुँचाने की बात करें तो निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा का अधिकार अधिनियम 2009 एक महत्वपूर्ण अधिनियम है। इसमें उन बच्चों की शिक्षा पर प्रकाश डाला गया है जो किसी कारण से विद्यालय नहीं जा पाए अथवा प्रारंभिक शिक्षा को पूरी किए बिना बीच में ही विद्यालय छोड़ चुके हैं। ऐसे बच्चों को नियमित रूप से विद्यालय आने वाले बच्चों के स्तर तक लाने के लिए विशेष प्रशिक्षण केंद्र खोले गए हैं। इसका मुख्य उद्देश्य इन बच्चों के अधिगम स्तर में वृद्धि करना है, जिससे कि वे अपनी आयु के नियमित विद्यालय आने वाले बच्चों के समान स्तर को प्राप्त कर सकें। इस प्रशिक्षण के बाद वे नियमित विद्यालयों में अपनी आयु के अन्य बच्चों के साथ समायोजित और प्रगति करने में समर्थ होकर मुख्यधारा से जुड़ जाते हैं।

अक्सर देखा गया है कि विशेष प्रशिक्षण केंद्र में आने वाले विद्यार्थी तथा उनके माता-पिता स्वास्थ्य शिक्षा के प्रति उदासीन रहते हैं, जिससे इन विद्यार्थियों के स्वास्थ्य में दिनोंदिन गिरावट आती जा रही है और ये कुपोषण के शिकार हो जाते हैं। विद्यार्थियों का शारीरिक स्वास्थ्य महत्वपूर्ण है, क्योंकि बच्चा जब शारीरिक रूप से स्वस्थ होगा, तभी वह सीखने-सिखाने की प्रक्रिया में भाग लेगा और अपनी प्रारंभिक शिक्षा पूर्ण कर पाएगा। इस उद्देश्य को ध्यान में रखकर विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा से संबंधित भौतिक संसाधनों तथा स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा की क्रियान्विति का पता लगाना आवश्यक समझा गया। इसके लिए एक शोध किया गया और इस शोधकार्य को दिल्ली राज्य के 2 जिलों के राजकीय विद्यालयों में संचालित 5 विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में अध्ययनरत कक्षा 1 से 8 तक के 150 विद्यार्थियों में से 100 विद्यार्थियों तक सीमित रखा गया। दत्त संकलन स्वनिर्मित प्रश्नावली का उपयोग कर सर्वेक्षण विधि के माध्यम से किया गया है। दत्त विश्लेषण प्रतिशत का उपयोग किया गया है।

* *असिस्टेंट प्रोफेसर,* प्रारंभिक शिक्षा विभाग, रा.शै.अ.प्र.प., नई दिल्ली

बच्चे के जीवन में सीखना जीवन पर्यंत चलने वाली प्रक्रिया है, जो उसकी जन्मजात शक्तियों का विकास कर उसको समाज और अपने आसपास के वातावरण से जोड़े रखती है। सीखने की प्रक्रिया परिवार, मित्र, आसपास का वातावरण तथा विद्यालय में अनवरत चलती रहती है। विद्यालय में सीखने की प्रक्रिया का प्रमुख आधार शिक्षक और विद्यार्थी के अंतर्संबंध हैं, जिसकी वजह से बच्चा बिना परेशानी के अपनी शिक्षा पूर्ण कर पाता है। शिक्षा ही बच्चे का सर्वांगीण विकास करने में सहायक होती है। महात्मा गांधी ने *हिन्द स्वराज* में शिक्षा के बारे में बताया है कि शिक्षा का साधारण अर्थ अक्षर ज्ञान है जिसमें बालक को लिखना, पढ़ना और हिसाब करना, सिखाना, बुनियादी या प्राथमिक शिक्षा कहलाता है, लेकिन सच्ची शिक्षा वह है जो उसके शरीर व इंद्रियों को सुदृढ़ करें एवं उसका शरीर आसानी से सौंपा हुआ कार्य कर सके। साथ ही बालक की बुद्धि शुद्ध शांत और न्यायदर्शी बने। ऐसी शिक्षा ही बालक के विकास और उसके भविष्य के लिए उपयोगी साबित होगी।

वर्तमान राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में शिक्षा का मुख्य आधार बच्चे एवं विद्यालय को ही माना गया है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ऐसी पहली शिक्षा नीति है, जिसका लक्ष्य देश के विकास के लिए अनिवार्य आवश्यकताओं को पूरा करना है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति बच्चों में उपस्थित रचनात्मक क्षमताओं के विकास पर जोर देती है एवं इस सिद्धांत पर आधारित है कि शिक्षा से न केवल साक्षरता एवं संख्याज्ञान जैसी बुनियादी क्षमताओं की तार्किक और समस्या समाधान संबंधी संज्ञानात्मक क्षमताओं का विकास होना चाहिए, बल्कि नैतिक, सामाजिक और भावनात्मक स्तर पर भी बच्चों का विकास होना आवश्यक है। विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में पढ़ने वाले बच्चे शैक्षिक गतिविधियों के साथ अपनी शिक्षा पूर्ण करके देश के भावी नागरिक बनें— इसकी तरफ ध्यान देना चाहिए। शारीरिक स्वास्थ्य यदि सही नहीं होगा तो शिक्षा के उद्देश्य की पूर्ति नहीं हो पाएगी। बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए जरूरी है परिवेश की स्वच्छता। नहीं तो तमाम तरह की बीमारियाँ घर बना लेती हैं और बच्चे सीखने-सिखाने की प्रक्रिया में सक्रिय नहीं हो पाते और वे पढ़ाई में पिछड़ जाते हैं। किसी भी देश के उज्ज्वल भविष्य के लिए आवश्यक हो जाता है, कि उस देश के सभी विद्यालयों के आंतरिक एवं बाह्य परिवेश को पूर्णतः स्वस्थ रखा जाए।

यदि हम प्रारंभिक शिक्षा को सभी बच्चों तक पहुँचाने की बात करें तो निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा का अधिकार अधिनियम 2009 एक महत्वपूर्ण अधिनियम है जिसमें उन बच्चों की शिक्षा पर प्रकाश डाला गया है जो किसी कारण से विद्यालय नहीं जा पाए अथवा प्रारंभिक शिक्षा को पूरी किए बिना बीच में ही विद्यालय छोड़ चुके हैं। इस अधिनियम के अध्याय 2, अनुच्छेद 4 में स्पष्ट रूप से उल्लिखित है कि, "जहाँ छह वर्ष से अधिक की आयु के किसी बालक को किसी विद्यालय में प्रवेश नहीं दिया गया है या प्रवेश तो दिया गया है किंतु उसने अपनी प्रारंभिक शिक्षा पूरी नहीं की है, तो उसकी आयु के अनुसार समुचित कक्षा में प्रवेश दिया जाएगा"। इसके अंतर्गत आगे भी कहा गया है कि "परंतु जहाँ किसी

बालक को उसकी आयु के अनुसार समुचित कक्षा में सीधे प्रवेश दिया जाता है वहाँ उसे अन्य बालकों के समतुल्य होने के लिए, ऐसी स्थिति में और ऐसी समय-सीमा के भीतर, जो विहित की जाए, विशेष प्रशिक्षण प्राप्त करने का अधिकार होगा"। अतः पूरे देश के लगभग सभी राज्यों में इन बच्चों को मुख्यधारा से जोड़ने के लिए विशेष प्रशिक्षण केंद्र चलाए जा रहे हैं जो महत्वपूर्ण भी हैं, क्योंकि जो बच्चे कभी विद्यालय नहीं गए या बीच में पढ़ाई छोड़ चुके हैं उनकी पृष्ठभूमि अन्य बच्चों से भिन्न होती है जिसके कारण आयु के अनुसार उन्हें कक्षाओं में समायोजित करने से शिक्षकों तथा बच्चों दोनों को कठिनाई होती है। इसलिए विशेष प्रशिक्षण केंद्र में इन बच्चों को नियमित रूप से विद्यालय आने वाले बच्चों के स्तर तक लाने के लिए प्रशिक्षण दिया जाता है। विशेष प्रशिक्षण प्राप्त करने के पश्चात इन बच्चों को आयु के अनुसार कक्षा में प्रवेश दे दिया जाता है। विशेष प्रशिक्षण केंद्र का उद्देश्य इन बच्चों के अधिगम स्तर में वृद्धि करना है, जिससे कि वे अपनी आयु के बच्चों के समान स्तर को प्राप्त कर सकें। इस प्रशिक्षण के बाद वे नियमित विद्यालयों में अपनी आयु के अन्य बच्चों के साथ समायोजित और प्रगति करने में समर्थ होकर मुख्यधारा से जुड़ जाते हैं।

इस तरह विद्यालय शिक्षा से वंचित बच्चों में बाहर से आए हुए अफगानी बच्चे (प्रवासी), अपनी जीविका हेतु एक जगह से दूसरी जगह खेतों में काम या मजदूरी करने आए परिवारों के बच्चे, आर्थिक रूप से कमजोर परिवार के बच्चे, निरक्षर या अल्प शिक्षित अभिभावकों के बच्चे, घरेलू कामकाजी बच्चे, अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति से संबंधित बच्चे, झुग्गी-झोंपड़ी में रहने वाले बच्चे, भीख माँगने के काम में लगे बच्चे, सड़क पर काम करने वाले बच्चे, रेलवे प्लेटफॉर्म तथा बस अड्डों पर रह रहे बच्चे, मजदूरी के लिए ढाबे/रेस्टोरेंट में या कहीं अन्यत्र काम कर रहे बच्चे, रैन बसेरों मे रहने वाले बच्चे, अनाथ या निराश्रित बच्चे आदि प्रमुख हैं। इन बच्चों के अच्छे स्वास्थ्य के लिए केंद्र सरकार, राज्य सरकार एवं कई गैर-सरकारी संगठन अपने-अपने स्तर पर बहुत प्रयास कर रहे हैं। विद्यालय एवं विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में मध्याह्न भोजन बच्चों को उपलब्ध कराना सरकार द्वारा किए जा रहे प्रयासों में से एक है।

स्वास्थ्य शिक्षा वह शिक्षा है जो विद्यार्थियों के जीवन को स्वस्थ रहने की शिक्षा देती है। विद्यार्थियों के रहन-सहन, खानपान, सोच-विचार आदि पर प्रभाव डालती है एवं स्वस्थ रहने के दिशा-निर्देश देती है। स्वास्थ्य शिक्षा उन समस्त अनुभूतियों का योग है जो स्वास्थ्य संबधी आदतों, आचरणों को समान रूप से प्रभावित करती है। विद्यार्थी के स्वास्थ्य के संबंध में ज्ञान प्रदान करने वाले सभी साधन स्वास्थ्य शिक्षा के अंतर्गत आते हैं। स्वास्थ्य शिक्षा उन सभी आदतों, अनुभव, रुचियों व ज्ञान का प्रतिनिधित्व करती है जो विद्यार्थी स्कूल, पुस्तकालय, घर, पड़ोस, समाज व खेल के मैदान से प्राप्त करता है। इसी कारण बच्चों को शुरू से ही स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा को एक विषय के रूप में पढ़ाया जाता रहा है। एक स्वस्थ विद्यार्थी स्कूल की सभी क्रियाओं में स्वेच्छा से शामिल होता है। अतः अच्छे शरीर का निर्माण स्वास्थ्य शिक्षा द्वारा संभव है जहाँ विद्यार्थी स्वस्थ रहने के लिए आवश्यक जानकारी प्राप्त करते हैं। शारीरिक शिक्षा, स्वास्थ्य से

संबंधित मौलिक सिद्धांत की जानकारी प्रदान करती है जिसका पालन करके बच्चे स्वस्थ आदतों एवं विचारों को अपनाकर भविष्य में सुखी जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

शोधार्थी ने शोध के लिए विशेष प्रशिक्षण केंद्र के विद्यार्थियों का चयन किया, क्योंकि विशेष प्रशिक्षण केंद्र में आने वाले विद्यार्थी तथा उनके माता-पिता भी स्वास्थ्य शिक्षा के प्रति उदासीन रहते हैं, जिससे इन विद्यार्थियों के स्वास्थ्य में गिरावट आ जाती है और ये कुपोषण के शिकार हो जाते हैं। अतः इस शोध द्वारा शोधार्थी स्वास्थ्य शिक्षा के प्रति शिक्षकों और विद्यार्थियों का ध्यान केंद्रित करना चाहता है।

1. **शोध के उद्देश्य**— विद्यार्थियों के जीवन में स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा को बहुत महत्वपूर्ण माना गया है, प्रस्तुत शोध के निम्न उद्देश्य रखे गए हैं—
   - विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा से संबंधित भौतिक संसाधनों का पता लगाना।
   - विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा की क्रियान्वति का पता लगाना।

शोध विधि— प्रस्तुत शोध में शोधार्थी ने जानकारी प्राप्त करने के लिए सर्वेक्षण विधि का चयन किया है।

परिसीमन— शोधार्थी ने दिल्ली राज्य के 2 जिलों को चुना उनके राजकीय विद्यालयों में शिक्षा का अधिकार अधिनियम 2009 के अंतर्गत जो विशेष प्रशिक्षण केंद्र संचालित हो रहे हैं, उनके अध्ययन का प्रयास किया। शोधकार्य में उद्देश्यपरक विधि का उपयोग कर विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में अध्ययनरत कक्षा 1 से 8 तक के विद्यार्थियों पर ही शोधकार्य किया गया है। शोधकार्य हेतु दत्त संकलन के लिए 10 दिवस की अवधि शोधार्थी द्वारा निर्धारित की गई और शोधार्थी द्वारा व्यक्तिशः विद्यालयों में जाकर चयनित न्यादर्शों पर स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा प्रश्नावली द्वारा दत्त संकलन किया गया। न्यादर्श के रूप में 5 विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में अध्ययनरत 150 विद्यार्थियों में से 100 विद्यार्थियों को सम्मिलित किया गया। इन प्रशिक्षण केंद्रों में बच्चों के स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा की वस्तु स्थिति का अध्ययन करने हेतु शोधार्थी द्वारा स्वनिर्मित प्रश्नावली का उपयोग किया गया।

शोधार्थी द्वारा स्वनिर्मित प्रश्नावली का उपयोग विद्यार्थियों पर करने के पश्चात संकलित दत्तों के विश्लेषण के लिए सांख्यिकीय तकनीक के अंतर्गत प्रतिशत का उपयोग किया गया। इसके बाद शोधार्थी द्वारा दत्त विश्लेषण क्षेत्रवार किया गया जो इस प्रकार है—

सारणी 1— क्षेत्र 1 स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा संबंधित

प्र.सं.	कथन	विशेष प्रशिक्षण केंद्र	
		हाँ (%)	नहीं (%)
1.	शिक्षक द्वारा आपको स्वास्थ्य के महत्व के विषय में बताया जाता है।	100	0
2.	शिक्षक द्वारा विद्यार्थियों को प्राथमिक उपचार की जानकारी दी जाती है।	40	60

3.	केंद्र में आपको संक्रामक रोगों की जानकारी दी जाती है।	70	30
4.	आपके शिक्षक आपको संक्रामक रोगों से बचाव की जानकारी देते हैं।	70	30
5.	केंद्र में प्राथमिक उपचार पेटी है।	40	60

शोधार्थी द्वारा कथनों का विश्लेषण करने पर यह जानकारी प्राप्त हुई कि सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के विद्यार्थियों को शिक्षक द्वारा स्वास्थ्य का महत्व बताया जाता है। विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में 40 प्रतिशत विद्यार्थियों ने बताया कि उनको शिक्षक द्वारा प्राथमिक उपचारों की जानकारी दी जाती है। विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के 70 प्रतिशत विद्यार्थियों को संक्रामक रोगों एवं उनसे बचाव की जानकारी शिक्षकों द्वारा समय-समय पर दी जाती है। सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के केवल 40 प्रतिशत विद्यार्थियों का कहना है कि उनके केंद्र में प्राथमिक उपचार पेटी है, जबकि 60 प्रतिशत विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के विद्यार्थियों का कहना है कि उनके यहाँ प्राथमिक उपचार पेटी उपलब्ध नहीं है। इससे पता चलता है कि सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के विद्यार्थियों को शिक्षक द्वारा स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा क्षेत्र से संबंधित विभिन्न जानकारी दी जाती है।

शोधार्थी द्वारा स्वच्छता से संबंधित कथनों का विश्लेषण करने पर पाया गया कि सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के 70 प्रतिशत विद्यार्थी केंद्र और स्वयं की साफ-सफाई का महत्व जानते हैं। विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के 90 प्रतिशत विद्यार्थी अपने-अपने केंद्र की स्वच्छता बनाए रखने में मदद करते हैं। इसके अलावा 40 प्रतिशत विद्यार्थी अपने विशेष प्रशिक्षण केंद्र में प्रत्येक दिन स्नान करके आते हैं। सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के 100 प्रतिशत विद्यार्थी का कहना है कि उनके केंद्र पर समय-समय पर शिक्षक नाखून व दाँतों की सफाई का निरीक्षण करते हैं एवं 100 प्रतिशत विद्यार्थियों का ये भी कहना है कि वे सभी शौचालय के पश्चात एवं मध्याह्न-भोजन से पहले

सारणी 2— क्षेत्र 2 स्वच्छता संबंधी जानकारी

प्र.सं.	कथन	विशेष प्रशिक्षण केंद्र	
		हाँ (%)	नहीं (%)
1.	आप साफ-सफाई का महत्व जानते हैं।	70	30
2.	आप केंद्र की स्वच्छता बनाने में मदद करते हैं।	90	10
3.	आप प्रत्येक दिन स्नान करके जाते हैं।	40	60
4.	आपके केंद्र में शिक्षक नाखून व दाँतों की सफाई का निरीक्षण समय-समय पर करते हैं।	100	–
5.	आप मध्याह्न भोजन से पहले हाथ धोते हैं।	100	–
6.	आप शौचालय के पश्चात हाथ साबुन से धोते है।	100	–
7.	आप केंद्र में साफ कपड़े पहनकर आते है।	60	40

साबुन से हाथ धोते हैं तथा 60 प्रतिशत विद्यार्थी ही केंद्र में साफ कपड़े पहनकर आते हैं। अतः ऊपर दिए गए आँकड़ों से यह पता चलता है कि विशेष प्रशिक्षण केंद्र के विद्यार्थियों को स्वच्छता संबंधी जानकारी है और वे इसका उपयोग करके स्वयं को स्वस्थ रखने का प्रयास करते हैं।

सारणी 3— क्षेत्र 3 खानपान संबंधित

प्र.सं.	कथन	विशेष प्रशिक्षण केंद्र	
		हाँ (%)	नहीं (%)
1.	आप संतुलित भोजन के विषय में जानते हैं।	20	80
2.	क्या आप केंद्र में दोपहर का नाश्ता लेकर आते हैं।	10	90
3.	आपके केंद्र में पोषाहार मिलता है।	100	–
4.	आपके केंद्र में अच्छा पोषाहार मिलता है।	100	–
5.	आपके केंद्र में पीने के पानी की व्यवस्था है।	100	–

शोधार्थी द्वारा खानपान संबंधित कथनों का विश्लेषण करने पर पाया गया कि सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के 20 प्रतिशत विद्यार्थी ही संतुलित भोजन के बारे में जानते हैं तथा 10 प्रतिशत विद्यार्थी ही दोपहर का नाश्ता लेकर केंद्र आते है, जबकि 90 प्रतिशत विद्यार्थी केंद्र का मध्याह्न में मिलने वाला पोषाहार खाते हैं। पोषाहार योजना के अंतर्गत सभी केंद्रों में पोषाहार दिया जाता है। अतः सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के 100 प्रतिशत विद्यार्थियों का कहना है कि उनके केंद्र में अच्छा पोषाहार मिलता है और उनके केंद्रों में स्वच्छ पानी अर्थात पीने योग्य पानी की उचित व्यवस्था है। इस तरह यह पता चलता है कि सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के विद्यार्थियों को खानपान संबंधित जानकारी है एवं केंद्रों पर अच्छा पोषाहार दिया जाता है एवं पीने के पानी की भी व्यवस्था है।

निष्कर्ष

निष्कर्षतः कहा जा सकता है सभी विशेष प्रशिक्षण केंद्रों के विद्यार्थियों को स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा संबंधी, स्वच्छता संबंधी एवं खानपान संबंधी जानकारी है।

शिक्षक का दायित्व

विशेष प्रशिक्षण केंद्र में आने वाले बच्चे अलग-अलग परिस्थितियों का सामना करते हुए केंद्र तक आते हैं। इसलिए बच्चों का शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ उनके मानसिक स्वास्थ्य को ध्यान में रखना भी बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि विशेष प्रशिक्षण केंद्र में आने वाले बच्चे भावनात्मक, व्यवहारात्मक एवं सामाजिक रूप से बहुत पिछड़े हुए होते हैं, जिसकी वजह से उनका मानसिक स्वास्थ्य भी खराब रहता है। एक शिक्षक की जिम्मेदारी हो जाती है कि वे उनके विशेष प्रशिक्षण केंद्र में आने वाले बच्चों को उपयुक्त वातावरण प्रदान करें जिससे बच्चे मानसिक रूप से स्वस्थ हो सकें। विद्यार्थियों के उत्तम स्वास्थ्य के लिए शिक्षक को यह ध्यान रखना चाहिए कि—

- विद्यार्थियों के अच्छे स्वास्थ्य के लिए शिक्षक, बच्चों को योगासन व शारीरिक क्रियाएँ करवा सकते हैं। प्रतिदिन बच्चों में ही अलग-अलग प्रतिनिधि चुनकर उनमें साफ-सफाई का ध्यान रख सकते हैं।

- अगर आपकी कक्षा का बच्चा आपके बताने पर भी साफ-सफाई का ध्यान नहीं रखता है, तब शिक्षक छोटे समूहों में रोल-प्ले करवाकर उसमें जागरूकता पैदा कर सकते हैं।
- शिक्षक बच्चों को प्रभावित करने वाले कारकों जैसे अभिभावकों से मिलकर बच्चे की स्थिति के बारे में जानने का प्रयास करें और उन्हें भी स्वस्थ रहने के प्रति जागरूक करने की कोशिश करें जिससे वे अपने बच्चों के स्वास्थ्य का ध्यान रख सकें। शिक्षक वित्तीय व सामाजिक सुविधाओं से संबंधित जानकारी प्राप्त कर बच्चों को सहयोग भी प्रदान कर सकते हैं।
- शिक्षक बच्चों को अनेक शिक्षण विधियों का उपयोग कर स्वास्थ्य के महत्व की समझ बना सकते हैं, जैसे— खेल विधि के माध्यम से सीखने-सिखाने की प्रक्रिया में स्वास्थ्य शिक्षा को आगे बढ़ाना चाहिए। उदाहरण के लिए— घर में, पार्क में विभिन्न आयुवर्ग के बच्चे मिलकर एक साथ खेलते हैं, जिससे बच्चे खेल-खेल में साफ-सफाई के नियमों को सीख लेते हैं। अतः समूह साथी शिक्षण को भी अपनाना चाहिए और वातावरण के द्वारा भी सिखाने का प्रयास करना चाहिए।

अतः इस शोध के माध्यम से शिक्षक कोशिश करेंगे कि विद्यार्थी नियमित व्यायाम कर व संतुलित भोजन ग्रहण कर स्वयं को स्वस्थ रखने का प्रयास करें। साथ ही साथ शिक्षक विद्यार्थियों की साफ-सफाई एवं उन्हें मिलने वाले पोषाहार की गुणवत्ता का ध्यान रखने की कोशिश करेंगे। इसके अलावा शिक्षक विद्यार्थियों के अभिभावकों को भी स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा के महत्व को बता पाएँगे।

संदर्भ

गांधी, महात्मा. 2009. *हिन्द स्वराज*. प्रभात प्रकाशन, नई दिल्ली.

गुप्ता, एस.पी. 2002. *सांख्यिकीय विधियाँ*. शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद.

नि:शुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा का अधिकार 2009. भारत का राजपत्र. भारत सरकार.

मंडल, पुष्पा. 2015. *गाइडलाईन*. राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नई दिल्ली.

रा.शै.अ.प्र.प. 2005. *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005*. राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नई दिल्ली.

वर्मा, सरला. 2020. *'उड़ान' विशेष प्रशिक्षण केंद्रों में कार्यरत शिक्षकों हेतु हस्तपुस्तिका*. राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नई दिल्ली.

शर्मा, संतोष. 2014. *वॉट इस आर.टी.ई.* राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नई दिल्ली.