



डी.डी. करोपाडी

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (एन.सी.एफ.) के फोकस समूह ने यह माना है कि विषयवस्तु और मूल्यांकन, दोनों के हिसाब से 'स्वास्थ्य और शारीरिक शिक्षा' के लिए पाठ्यचर्या बनाना बड़ा चुनौतीपूर्ण काम है। इसलिए उचित ही है कि समूह ने इस विषय पर एक बड़ी व्यापक दृष्टि डाली है। सैद्धान्तिक पर्व में, फोकस समूह ने स्वास्थ्य से सम्बद्ध सब सरोकारों को उनके सब आयामों में सम्बोधित करने की कोशिश की है। इसमें पोषाहार एवं अन्य सामाजिक कारक भी शामिल हैं जो प्राथमिक, माध्यमिक और उच्चतर माध्यमिक स्कूलों के बच्चों के 'सर्वांगीण विकास' में अपना योगदान देते हैं। अल्प-पोषाहार, अवरुद्ध विकास और संक्रामक रोगों से जुड़ी उन समस्याओं को लेकर इसमें एक बेबाक स्वीकृति है, जो न केवल स्कूली उम्र के दौरान, बल्कि जीवन-भर बच्चों को प्रभावित करती हैं।

फोकस समूह 1946 में गठित भोर समिति की रिपोर्ट में दर्ज इस विषय की व्यावहारिक परिभाषा का हवाला तो देता ही है, साथ ही उसे आज भी अपनाने का सुझाव देता है। इसके अनुसार, एक स्कूली स्वास्थ्य सेवा के कर्तव्य निम्नलिखित हैं—

1. कमियों और कमजोरियों की पहचान और उनका उपचार; तथा स्कूल में और उसके आस-पास स्वास्थ्यकर वातावरण बनाने और उसे बनाए रखने समेत रोगनिवारक एवं रोगनाशक उपाय करना।
2. गुणात्मक स्वास्थ्य के संवर्धन के लिए कदम उठाना जिनमें पोषण-स्तर में सुधार के लिए पूरक आहार का प्रावधान भी हो। इन उपायों में खेल-कूद, व्यायाम एवं क्रीड़ाओं आदि के माध्यम से शारीरिक स्वास्थ्य की संस्कृति का निर्माण भी शामिल हो।

कोई 65 साल बाद भी इन मार्गदर्शक सिद्धान्तों की प्रामाणिकता जस-की-तस बनी हुई है। यह बात व्यवस्थागत बदलाव हेतु इन उपायों को लागू करने में हमारी अक्षमता की पोल खोल देती है। सन् 1958 में सरकार ने एक स्कूल-स्वास्थ्य विभाग बनाया था और स्कूल पाठ्यचर्या में स्वास्थ्य-शिक्षा को जोड़ने के प्रयास भी किए थे। समूह

को इस बात का दुख है कि यह समेकित दृष्टिकोण न तो सोच के स्तर पर कायम रहा और न ही व्यवहार में। इसका कारण शायद यह हो कि स्कूली-स्वास्थ्य कार्यक्रम प्रशासनिक हिसाब से स्वास्थ्य मन्त्रालय के अधीन आता था। समूह का सुझाव है कि इस कार्यक्रम के विभिन्न घटक 'स्वास्थ्य और शारीरिक शिक्षा' की पाठ्यचर्या के अभिन्न अंग होने चाहिए। साथ ही, यह समूह, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, खेल एवं युवा मामले, महिला एवं बाल कल्याण, गृह तथा बाल शिक्षा जैसे विभागों के बीच समन्वय की फौरी जरूरत की तरफ भी इशारा करता है। मध्याह्न भोजन (मिड-डे मील) कार्यक्रम के महत्व को समझते हुए समिति ने अनुशंसा की है कि मध्याह्न भोजन को पाठ्यचर्या का हिस्सा बनाया जाना चाहिए। बच्चों की तन्दुरुस्ती और स्वास्थ्य के लिए समिति ने एक घटक के बतौर योग को भी शारीरिक शिक्षा में शामिल किया है।

समूह ने सर्वसम्मति से यह अनुशंसा की है कि दसवीं कक्षा तक इसे अनिवार्य बनाते हुए, अन्य केन्द्रीय विषयों की तरह ही कुछ इस तरह बरता जाना चाहिए कि छात्र अपने पाँच प्रमुख विषयों में से एक विषय के तौर पर इसे चुन सकें। उद्देश्यों एवं पाठ्यक्रमों में निम्नलिखित चार प्रमुख बातें झलकनी चाहिए—

- अ. व्यक्तिगत स्वास्थ्य, शारीरिक और मनो-सामाजिक विकास
- ब. शरीर-क्रिया सम्बन्धी अवधारणाएँ तथा शरीर-संचालन कौशल
- स. अन्य महत्वपूर्ण व्यक्तियों से सम्बन्ध
- द. स्वस्थ समुदाय और वातावरण



इन केन्द्रीय बिन्दुओं को सम्बोधित करने के लिए समिति ने पाठ्यचर्या तथा पाठ्यक्रम नियोजन को मार्गदर्शित करने

की दृष्टि से निम्नलिखित विशिष्ट उद्देश्य तैयार किए हैं—

1. स्वास्थ्य के प्रति बच्चों को सजग करना और इस बाबत जानकारी हासिल करने में उनकी मदद करना। बच्चों में स्वास्थ्य के प्रति एक सकारात्मक रवैया विकसित करना।
2. स्कूलों के स्वास्थ्य और पोषण कार्यक्रमों के माध्यम से जरूरी सेवाएँ उपलब्ध करवाना।
3. बच्चों को उनकी आयु के विशिष्ट चरणों से सम्बद्ध स्वास्थ्य की आवश्यकताओं के प्रति सजग करना।
4. स्वस्थ जीवन के प्रति व्यक्तिगत और सामूहिक जिम्मेदारी का ज्ञान बच्चों को इस प्रकार देना कि वे इन जिम्मेदारियों को समझें और उन्हें निभाएँ।
5. पोषण सम्बन्धी जरूरतों, व्यक्तिगत और पर्यावरण सम्बन्धी स्वच्छता, साफ-सफाई, प्रदूषण, आम बीमारियों और उनकी रोकथाम तथा उनके इलाज के प्रति बच्चों को जानकार और जागरूक बनाना।
6. अपना स्वास्थ्य-स्तर जानने, अपनी स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएँ पहचानने और उचित उपचारी उपाय करने में बच्चों की मदद करना।
7. तमाम खतरनाक स्थितियों में सुरक्षा सम्बन्धी नियमों के प्रति जागरूकता पैदा करना ताकि दुर्घटनाओं और चोट तथा नुकसान से बचा जा सके।
8. बच्चों की उठने-बैठने आदि की मुद्राएँ, भंगिमाएँ सुधारना।
9. विभिन्न शारीरिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए बच्चों को प्रेरित करना जिससे कि उनका तंत्रिका-मांसपेशीय समन्वय (न्यूरो-मस्क्युलर को-ऑर्डिनेशन) बेहतर हो।
10. किशोरावस्था के दौरान विकसित होने की प्रक्रिया, और एच.आइ.वी./एड्स को समझने में बच्चों की मदद करना।
11. स्कूल और घर के मनो-सामाजिक मुद्दों से निपटने के लिए बच्चों में आवश्यक कौशल विकसित करना।
12. खेलकूद और क्रीडाओं, एन.सी.सी. वगैरह के जरिए बच्चों में ऐसे सामाजिक और नैतिक मूल्य विकसित करना कि आगे चलकर वे जिम्मेदार नागरिक बन सकें।
13. योगासनों व ध्यान के प्रति बच्चों में रुचि पैदा करना।

14. अलग प्रकार से सक्षम, अपंग बच्चों की शारीरिक और मनो-सामाजिक समस्याएँ सुलझाना।



ये उद्देश्य हौसला पस्त करने वाले लग सकते हैं। समूह ने भी यह माना है। इस बात को स्वीकार किया गया है कि योग और शारीरिक शिक्षा के रास्ते में आने वाली बाधाओं का नाता ऐसे ही कई कारकों से है जिनका असर आम तौर पर स्कूली शिक्षा की गुणवत्ता पर पड़ता है — जैसे, अपर्याप्त मूलभूत ढाँचा, अपर्याप्त हवा, पानी, रौशनी और परिवहन सुविधाएँ। पर्याप्त संख्या में प्रशिक्षित शिक्षकों का न होना भी एक गम्भीर समस्या है, जो दरअसल समस्त सेवा-पूर्व और सेवा-दौरान अध्यापक-प्रशिक्षणों में विषय को ठीक ढंग से न बरतने के चलते पैदा हुई है। इसके चलते, विषय को दूसरे महत्वपूर्ण विषयों के बराबर का दर्जा दिए जाने के बावजूद, व्यावहारिक स्तर पर इसे वह महत्व नहीं मिल पाता जिसके लायक यह है। इसलिए समूह की एक प्रमुख अनुशंसा यही है कि इस विषय को गम्भीरता से लेते हुए सामान्यतौर पर योग और शारीरिक शिक्षण हेतु तथा खासतौर पर अन्य विषयों के साथ इसके जुड़ाव हेतु अध्यापकों की तैयारी पर ध्यान दिया जाना चाहिए।

समूह द्वारा जिन अन्य दो महत्वपूर्ण विषयों पर ध्यान दिया गया है, वे हैं किशोरों एवं किशोरियों की स्वास्थ्य सम्बन्धी जरूरतें और एक व्यापक मानसिक-स्वास्थ्य कार्यक्रम। समिति ने किशोरावस्था के दौरान आत्मछवि के विकास से जुड़ी खास जरूरतों पर ध्यान देने की बात पर जोर दिया है। इसके लिए स्वतन्त्रता, आत्मीयता, यौनिक स्वास्थ्य, एच.आइ.वी./एड्स और नशीली दवाओं के दुरुपयोग जैसे मसलों को सावधानीपूर्वक और जिम्मेदार तरीके से निपटाना होगा। मानसिक-स्वास्थ्य के मसलों को लेकर समिति ने इस बात को रेखांकित किया है कि बच्चों को परिवेश

और परीक्षा सम्बन्धी तनावों से निपटने के काबिल बनाने की जरूरत है। आज जब अनेक प्रकार के तनावों के चलते विद्यार्थियों द्वारा नितान्त अनचाहा, और कभी-कभार अन्तिम, कदम उठा लेने के मामले दिन-ब-दिन बढ़ते जा रहे हैं, ऐसे में यह अनुशंसा और भी अधिक प्रासंगिक हो जाती है।

‘मूल्यांकन’ के मुद्दे से शायद ठीक ढंग से निपटा नहीं गया है। लिखित और प्रायोगिक परीक्षा की जरूरत की बात तो यह करता है, पर जोर अभी भी ‘परम्परागत परीक्षा’ पर है। ऐसे में तो यह किसी भी अन्य उबाऊ विषय की तरह बनकर रह जाएगा। यहाँ फोकस बच्चों को ‘परखने’ की बजाय ‘मेडीकल और शारीरिक जाँच’ पर हो सकता था। दो और खलनेवाली बातें हैं –

(क) खेलकूद की बात करते समय ‘मस्ती और मजे’ का जिक्र एक बार भी नहीं किया गया। किसी भी बच्चे से ‘खेलकूद’ के बारे में पूछें तो उसका तुरन्त जवाब होगा, ‘कितना मजा आएगा न!’ खेलों और शारीरिक-शिक्षा में मौज-मस्ती सुनिश्चित करने की बात सिरे से गायब है। इसका एक कारण तो यह हो सकता है कि ‘खेलों’ को बस स्वास्थ्य और शारीरिक-शिक्षा के एक हिस्से के तौर पर शामिल किया गया है, जिसे एक ‘विषय’ के रूप में लिया जाता है। सम्भवतः स्कूलों को अपने यहाँ एक अनिवार्य ‘खेलकूद’ पीरियड रखने को प्रेरित किए जाने की जरूरत है। एक ऐसा पीरियड जो अलग से रखा ही इसलिए गया हो कि अलग-अलग तरह के व्यक्तिगत और सामूहिक मैचों में भाग लेकर बच्चे मस्ती कर सकें और आनन्द ले सकें।

(ख) एक अच्छे शारीरिक शिक्षक की सोच को लेकर इसमें एक शब्द भी नहीं है। ऐसे में यह बात जरा भी आश्चर्यजनक नहीं लगती कि अधिकांश स्कूलों में शारीरिक शिक्षक ही बच्चों के लिए सबसे ‘डरावना जीव’ होता है क्योंकि उसका नाम लेते ही सजा, शारीरिक कष्ट और आतंक का साया बन जाता है।

शारीरिक शिक्षक की तैयारी वाले हिस्से में इस पहलू पर बात की जानी चाहिए थी।

लेकिन कुल मिलाकर हम यह कह सकते हैं कि समूह ने विषय को अच्छे-खासे और समग्र ढंग से बरता-परखा है। कुछ महत्वपूर्ण अनुशंसाओं में ये भी शामिल हैं –

- दसवीं कक्षा तक विषय को अनिवार्य बनाते हुए इसे दूसरे प्रमुख विषयों के समकक्ष रखें।
- भोर समिति की रिपोर्ट में व्यक्त इस विषय की व्यापक परिभाषा को अपनाकर अमल में लाएँ।
- स्वास्थ्य सम्बन्धी देखभाल, स्कूल में स्वच्छ-स्वस्थ वातावरण, स्कूली मध्याह्न भोजन, पोषण, स्वास्थ्य, डॉक्टरी जाँच और शारीरिक शिक्षा के सभी आयामों को इस विषय के दायरे में शामिल करें।
- मध्याह्न भोजन को पाठ्यचर्या का हिस्सा बनाया जाना चाहिए।
- शिक्षा और स्वास्थ्य के विभागों द्वारा किए जा रहे प्रयासों के बीच तालमेल बनाएँ।
- योग और स्वास्थ्य शिक्षा में बाहरी गतिविधि न्यूनतम हो।
- विभिन्न विषयों की पाठ्यचर्या का एक दूसरे के साथ जुड़ाव और परस्पर नियोजन तथा विज्ञान, सामाजिक विज्ञान, भाषा व अन्य प्रासंगिक विषयों के साथ स्वास्थ्य और शारीरिक शिक्षा के एकीकरण की जरूरत।
- योग, स्वास्थ्य और शारीरिक शिक्षा की अध्यापक-प्रशिक्षण पाठ्यचर्या की समीक्षा और अध्यापकों की तैयारी के कार्यक्रमों में इसे अनिवार्य रूप से शामिल करना।

समूचे सैद्धान्तिक पर्चे में बड़ी साफगोई और शिद्दत से यह भाव उभरकर आता है कि इस विषय को न तो वह अहमियत मिली है और न ही इसकी ओर वह ध्यान दिया गया है जिसका यह वाकई हकदार है। इस सन्दर्भ में, यह दिलचस्प बात है कि एन.सी.एफ. दस्तावेज में इस विषय को ‘दो से भी कम पन्ने’ दिए गए हैं। यह तथ्य शायद अपनी कहानी स्वयं बयान करता है।

डी.डी. करोपाडी अज़ीम प्रेमजी फाउण्डेशन, बंगलौर में अनुसंधान और दस्तावेजीकरण टीम के साथ काम करते हैं। इससे पहले वे भारत की एक अग्रणी मार्केट रिसर्च कम्पनी में निदेशक रह चुके हैं। उनके पास पच्चीस वर्ष से भी अधिक का कॉरपोरेट अनुभव है। पिछले आठ वर्षों से वे विकास-क्षेत्र में सेवारत हैं। उनसे karopady@azimpremjifoundation.org पर सम्पर्क किया जा सकता है।