विकास उपयुक्त अभ्यास

परिचय

इस लेख में हम, "विकास उपयुक्त अभ्यासों" के महत्व और पहलुओं को समझेंगें। शालापूर्व शिक्षा (प्री-स्कूल शिक्षा) में तीन आयु वर्ग के बच्चे होते हैं और हर आयु वर्ग के लिए कुछ विशिष्ट विकासात्मक लक्ष्य होतें हैं। यह विकासात्मक लक्ष्य, बच्चों में होने वाले विकास और उनके सीखने के सिद्धांतों पर आधारित हैं। हर आयु वर्ग के बच्चों के विकासात्मक स्तर और सीखने की क्षमता अलग-अलग होती हैं। समान आयु वर्ग के अंतर्गत, प्रत्येक बच्चे के भी सीखने की क्षमताएँ अलग-अलग होतीं हैं। इसलिए यह ज़रूरी है कि प्री-स्कूल में अलग-अलग आयु वर्ग के प्रत्येक बच्चे की व्यक्तिगत जरूरतों को पहचानते हुये, उनके साथ उनके विकास हेतु उपयुक्त गतिविधियों का अभ्यास किया जाये।

विकास और सीखने के सिद्धान्त[1]

- बच्चों में वृद्धि, क्रमिक विकासात्मक चरणों में होती हैं।
- प्रत्येक बच्चा अपनी गति से बढ़ता और सीखता है, एवं उसमें विकसित होने वाले कौशलों में भिन्नता होती है।
- प्रारम्भिक अनुभव, बच्चों के संज्ञानात्मक और भावनात्मक विकास के लिए महत्वपूर्ण हैं।
- किसी एक विकास के क्षेत्र में वृद्धि का प्रभाव दूसरे क्षेत्रों पर पड़ता हैं। जैसे यदि बच्चे में संज्ञानात्मक विकास उचित प्रकार से न हो, तो उसका प्रभाव उसके बड़े और छोटे मांसपेशियों के नियंत्रण, उसके समाजीकरण की क्षमता, उसके संवाद करने की क्षमता आदि पर पड़ता है।
- बच्चे सक्रिय अन्वेषण, खेल और अनुभव से बेहतर सीखते है, जिससे उनकी समझ और स्मृति में वृद्धि होती हैं।
- बच्चों, देखभाल कर्ताओं और शिक्षकों के मध्य जुड़ाव होना, बच्चों के सीखने के लिए महत्वपूर्ण हैं क्योंकि इससे बच्चों की संवाद क्षमता और सामाजिक-भावनात्मक कौशलों को बढ़ावा मिलता है।
- बच्चों का विकास जैविक और पर्यावरणीय कारकों से प्रभावित होता है।
- बच्चों की शिक्षा उनके सांस्कृति और समाज से प्रभावित होती हैं।

"विकास उपयुक्त अभ्यासों" के मुख्य पहलू[2]

उपर्युक्त विकास और सीखने के सिद्धांतों को ध्यान में रखते हुये, प्री-स्कूल शिक्षा में विकास उपयुक्त अभ्यास के तीन मुख्य पहलू होते हैं –

आयु उपयुक्तता: बच्चों की आयु के अनुसार उनमें कुछ विकासात्मक लक्ष्य की उपलब्धियां अपेक्षित होती हैं, जैसे सामान्यत:, बच्चे 6 माह की आयु में बैठने लगते हैं, 8 से 9 माह की आयु में सहारा लेकर

---

[1] National Institute of Open Schooling. (n.d.). *Senior secondary course – Early Childhoohood Care and Education.* NIOS.

[2] NAEYC (National Association for the Education of Young Children). 2022. *Developmentally Appropriate Practice in Early Childhood Programs Serving Children from Birth Through Age 8*. 4th ed. Washington, DC: NAEYC. https://www.naeyc.org/resources/position-statements/dap/principles

खड़े होते हैं, और 13-15 माह की आयु में चलना शुरू करते हैं। इसी प्रकार, 3-4, 4-5 और 5-6 वर्ष आयु वर्ग के बच्चों में, अलग-अलग विकासत्मक और सीखने के लक्ष्यों की उपलब्धि की अपेक्षा की गई हैं।

इसलिए, प्री-स्कूल शिक्षा में, विभिन्न आयु वर्ग के बच्चों के साथ आयु-विशिष्ट गतिविधियाँ आयोजित की जाती हैं, जिससे उनकी विकासात्मक और सीखने की प्रक्रियाओं का उचित समर्थन किया जा सकें।

व्यक्तिगत रूप से उपयुक्तता: हालांकि, एक ही आयुवर्ग के बच्चों के विकासात्मक लक्ष्य एक जैसे होने की अपेक्षा की जाती है, लेकिन उनके विकासात्मक स्तर में भिन्नता हो सकती है। बच्चों का विकास कई कारकों से प्रभावित होता हैं, जैसे –

- परिवार में बीमारियाँ या स्वास्थ्य संबंधी कमियाँ
- पोषणयुक्त भोजन की कमी और खाने की आदतें
- स्वच्छता सम्बंधित आदतों का ध्यान न रखना
- परिवार की सामाजिक-आर्थिक स्थिति एवं परिवेश
- अभिभावकों की जागरूकता
- अभिभावक और बच्चों, दोनों, की जीवनशैली
- प्रदूषण

उपर्युक्त कारकों का होना या नहीं होना, बच्चों में होने वाली विकास और वृद्धि की क्षमताओं को निर्धारित करती हैं। इसके परिणामस्वरूप, जहाँ कुछ बच्चे नियमित रूप से अपने विकासात्मक लक्ष्य प्राप्त कर पातें हैं, वहीं कुछ और बच्चों में विकासात्मक विलंब के लक्षण दिखाई देतें हैं।

इसलिए, प्री-स्कूल शिक्षा में, बच्चों की व्यक्तिगत जरूरतों, रूचियों, क्षमताओं और सीखने की गति को पहचानते हुये उनकी आवश्यकता आधारित गतिविधियों का आयोजन करना चाहिए।

सांस्कृतिक एवं सामाजिक प्रासंगिकता: छोटे बच्चे, बेहतर तब सीखते हैं, जब वे सीखाई गई अवधारणाओं को अपने परेवेश के साथ जोड़ पाते हैं, और उनमें विकसित कौशलों को अपने दैनिक जीवन में लागू करने में सक्षम होते हैं। बच्चे विभिन्न परिवेश से आते हैं, जहाँ वे अलग-अलग त्योहार, परंपरा, कहानियाँ, भाषा, सामाजिक परिस्थितियों आदि को अनुभव करते हैं।

इसलिए प्री-स्कूल बच्चों के सीखने में सामाजिक और सांस्कृतिक प्रासंगिकता को एकीकृत करने के लिए, पाठ्यक्रम में ऐसी गतिविधियाँ शामिल की जानी चाहिए, जो बच्चों के विविध सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश, अनुभव, पारिवारिक मान्यताएँ आदि को दर्शाएँ।

पहल और वार्षिक गतिविधि कैलेंडर में सम्मिलित "विकास उपयुक्त अभ्यास"

- **आयुवर्ग अनुसार गतिविधियों का आयोजन -** वार्षिक गतिविधि कैलेंडर के दूसरे एवं चौथे सत्र, में बच्चों के आयु के अनुसार अपेक्षित संज्ञानात्मक एवं प्रारम्भिक साक्षरता व संख्यात्मक लक्ष्यों पर केन्द्रित गतिविधियों के लिए विशिष्ट समय निर्धारित किए गए हैं।
- **व्यक्तिगत गति में सीखने हेतु अवसर –** वार्षिक गतिविधि कैलेंडर में स्वतंत्र खेल सम्मिलित किया गया है, जिस समय बच्चे अपनी रूचि के अनुसार खेल या गतिविधि जैसे, रोल-प्ले, कलाकारी, चित्रा पठन आदि में भाग लेते हैं। यह समय बच्चों को अपनी क्षमताओं और अपने

ज्ञान को समझने और लागू करने का अवसर देता है, जिससे उनकी विकास की प्रक्रिया को बढ़ाने में सहायता मिलती है।

- **सामाजिक और सांस्कृतिक प्रासंगिक थीम/विषय –** वार्षिक गतिविधि कैलेंडर में प्रासंगिक थीम/विषय सम्मिलित किए गए हैं। इन थीम/विषयों को निर्देशित चर्चा, कहानी, भावगीत, बाहरी खेल एवं रचनात्मक कार्यों जैसी गतिविधियों में एकीकृत किए गए हैं, जिनके माध्यम से बच्चों के ज्ञान को सुदृढ़ करने और उन्हें अपने परिवेश से बेहतर जुड़ने में मदद मिलती हैं।
- **विशेष ज़रूरत वाले बच्चों हेतु सहयोग –** पहल पुस्तिका में विशेष ज़रूरत वाले बच्चों को उनके विकासतमाक लक्ष्यों तक पहुंचाने हेतु, कक्षा-कक्ष में किए जा सकने वाले सरल अभ्यासों को शामिल किया गया है।

आँगनवाड़ी केंद्र में विकास उपयुक्त अभ्यासों में आँगनवाड़ी कार्यकत्री की भूमिका

- *वार्षिक कैलेंडर और पहल में बताए गए आयु वर्ग अनुसार समूहीकरण का अनुपालन करें!!*
- गतिविधि कैलेंडर में दिये गए मासिक थीम पर आधारित गतिविधियों को संचालित करें।
- बच्चों का अवलोकन, पोर्टफोलियो और गतिविधि पुस्तकों के माध्यम से, उनके विकासात्मक स्तरों का आकलन करें, और उन्हें रेकॉर्ड करें।

विकास उपयुक्त अभ्यास ही सर्वोत्तम अभ्यास है!!

प्रभावी प्री-स्कूल शिक्षा के लिए सजग विकास उपयुक्त अभ्यास

- **प्रतिदिन चिडचिडे या रोते हुये बच्चों की उपेक्षा ना करना –**आंगनवाड़ी केंद्र पर प्रतिदिन आने वाले चिडचिडे या रोते हुये बच्चे को नज़र अंदाज़ करने के बजाय, उन पर विशेष ध्यान देने से उनकी सीखने के प्रति रुचि बढ़ेगी। भावनात्मक रूप से सहज महसूस करने से बच्चे गतिविधियों में सक्रियता और उत्सुकता से जुड़ेंगे।

- **स्थानीय कहानी और भावगीत का संकलन –** स्थानीय कहानियों और भावगीत का संकलन एवं प्रयोग करने से बच्चों में रुचि बढ़ेगी। बच्चों में रुचि या जिज्ञासा होने से, उनमें विकासात्मक लक्ष्यों को प्राप्त करने की क्षमता भी बढ़ती हैं।

- **स्थानीय भाषा का प्रयोग –** स्थानीय भाषा का उपयोग करने से छोटे बच्चों में संवाद के कौशल बेहतर रूप से विकसित होती हैं। उपयुक्त संवाद के कौशलों से बच्चों को गतिविधियों में सक्रिय रूप से भाग लेने और अवधारणाओं पर बेहतर समझ बनाने में मदद मिलती है।