समावेशी तरीक़े से सिखाने के लिए समय का नियोजन करना

बनिश्री महापात्रा

अपनी कक्षा में बच्चों को सीखने की सहूलियत के लिए मैं उन्हें सुनने, चर्चा करने, विचार साझा करने, अन्वेषण करने, खेलने, चित्र बनाने, पढ़ने और लिखने के पर्याप्त अवसर देती हूँ। शिक्षण की जो पद्धति मैं अपनाती हूँ वह विषयगत है और मैं जितना सम्भव हो, सीखने[i] के कई क्षेत्रों को एक साथ रखने की कोशिश करती हूँ। कक्षाओं को ज़्यादा दिलचस्प बनाने और विद्यार्थियों की भागीदारी बेहतर हो, इसका ध्यान रखने के लिए मैं ऑडियो-विजुअल, गतिविधियों, चित्रों और टीएलएम का इस्तेमाल करती हूँ। मैं यह भी सुनिश्चित करती हूँ कि संगीत/कला और शारीरिक शिक्षा (पीई) की एक कक्षा हर रोज़ लगे।

> पूरे दिन के लिए ध्यानपूर्वक योजना बनाने की आवश्यकता होती है ताकि बच्चों के विकास के सभी क्षेत्रों पर पर्याप्त समय और ध्यान दिया जा सके। वैसे हर विकास क्षेत्र की गतिविधियाँ दूसरे विकास क्षेत्र से सम्बद्ध होती हैं, (उदाहरण के लिए, एक अच्छी कहानी भाषा के विकास में तो मदद करेगी ही पर साथ-ही-साथ सामाजिक-भावनात्मक और नैतिक विकास में भी मदद करेगी)। तय की गई दिनचर्या यह सुनिश्चित करे कि बच्चों को ऐसे अधिक-से-अधिक अवसर मिलें, जहाँ वे हर क्षेत्र में अलग-अलग तरह के अनुभव प्राप्त कर सकें।

स्रोत : फ़ाउंडेशनल स्टेज के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा । खण्ड-7.1. दिन का नियोजन पृष्ठ-187

बुनियादी स्तर पर एकीकृत शिक्षण की हमारी पद्धति के कुछ महत्त्वपूर्ण पहलू आगे दिए गए हैं।

समय-सारणी

दैनिक कार्यक्रम में गणित, हिन्दी, अँग्रेज़ी, सुबह की सभा और क्लब गतिविधियों के साथ-साथ संगीत, कला और शारीरिक शिक्षा का सन्तुलित संयोजन शामिल होता है जो बच्चे के समग्र विकास में मदद करता है। प्रारम्भिक कक्षाओं में, हम प्रतिदिन भाषा अध्ययन के लिए औसतन दो घण्टे, गणित के लिए एक घण्टा और शारीरिक शिक्षा, कला और संगीत के लिए औसतन 30 मिनट रखते हैं। भाषा की कक्षाएँ कला और संगीत के साथ सहजता से जुड़ी होती हैं और अँग्रेज़ी भाषा के अध्ययन में हम पर्यावरण अध्ययन (ईवीएस) को शामिल करते हैं।

पूरे दिन की योजना बनाना

एक शिक्षक के तौर पर, मैं विद्यार्थियों के पिछले ज्ञान और

कक्षा-2

दिन / समय	09:15 am - 9:55 am	10:00 am - 10:45 am	10:45 am - 11:30 am	11:30 am - 11:35 am	11:35 am - 12:20pm	12:20 pm - 1:05pm	1:05 pm - 1:50 pm	1:50 pm - 2:35 pm	2:35 pm - 3:20 pm	3:20 pm - 3:25 pm	3:25 pm - 4:10 pm
सोम	सुबह की सभा	हिन्दी गजेन्द्र	हिन्दी गजेन्द्र	छोटा ब्रेक	शारीरिक शिक्षा देवेन्द्र	लंच ब्रेक	गणित गौतम	संगीत खिलेन्द्र	अँग्रेज़ी बनिश्री	छोटा ब्रेक	कला गौतम
मंगल	सुबह की सभा	कला गौतम	हिन्दी गजेन्द्र	छोटा ब्रेक	हिन्दी गजेन्द्र	लंच ब्रेक	गणित गौतम	शारीरिक शिक्षा देवेन्द्र	अँग्रेज़ी बनिश्री	छोटा ब्रेक	लाइब्रेरी गौतम
बुध	सुबह की सभा	हिन्दी गजेन्द्र	गणित गौतम	छोटा ब्रेक	अँग्रेज़ी मोख्तार	लंच ब्रेक	गणित गौतम	संगीत खिलेन्द्र	अँग्रेज़ी बनिश्री	छोटा ब्रेक	अँग्रेज़ी बनिश्री
गुरु	सुबह की सभा	अँग्रेज़ी मोख्तार	गणित गौतम	छोटा ब्रेक	हिन्दी गजेन्द्र	लंच ब्रेक	कला गौतम	हिन्दी गजेन्द्र	अँग्रेज़ी बनिश्री	छोटा ब्रेक	हिन्दी गजेन्द्र
शुक्र	सुबह की सभा	शारीरिक शिक्षा देवेन्द्र	लाइब्रेरी गौतम	छोटा ब्रेक	गणित गौतम	लंच ब्रेक	हिन्दी गजेन्द्र	अँग्रेज़ी मोख्तार	अँग्रेज़ी बनिश्री	छोटा ब्रेक	गणित गौतम
शनि	सुबह की सभा	गतिविधि कक्षा	गतिविधि कक्षा	छोटा ब्रेक	गतिविधि कक्षा	लंच ब्रेक	गतिविधि कक्षा				

चित्र-1 : *कक्षा-2 की समय-सारणी।*

ईसीई (सोमवार-शुक्रवार)								
09:15 am to 9:35 am	**9:35 am to 10:15 am**	**10:15 am to 10:45 am**	**10:45 am to 10:55 am**	**10:55 am to 11:35 am**	**11:35 am to 12:10 pm**	**12:10 pm to 1:00 pm**	**1:00 pm to 1:45 pm**	**1:45 pm to 2:30 pm**
नाश्ता	सर्किल टाइम/ बातचीत (थीम आधारित)	अँग्रेज़ी भाषा, सामाजिक-भावनात्मक कहानी कहना, पढ़ना, लिखना	छोटा ब्रेक	संज्ञानात्मक : संख्या-पूर्व अवधारणा, संख्या और ईवीएस	हिन्दी भाषा : कहानी, कविताएँ, पढ़ना-लिखना	लंच ब्रेक	मोटर सम्बन्धी विकास आउटडोर तथा इनडोर खेल	सारांश, पुनरीक्षण, मूल्यांकन

चित्र-2 : *प्री-प्राइमरी की समय-सारणी।*

सामाजिक सन्दर्भ के आधार पर अपनी कक्षाओं की योजना बारीकी से बनाती हूँ। दृश्य-श्रव्य (ऑडियो-वीडियो) साधनों और गतिविधियों के ज़रिए सुनने और बोलने पर ज़ोर दिया जाता है। वीडियो देखने के लिए एक नियत स्थान का होना विद्यार्थियों को सामग्री से जुड़ने में मदद करता है। कक्षाएँ दिलचस्प वार्म-अप गतिविधियों के साथ शुरू होती हैं, इसके बाद ध्वन्यात्मक अभ्यास, सम्बन्धित वीडियो देखने, चर्चाओं और लेखन से जुड़ी गतिविधियाँ होती हैं। सुनने, बोलने के कौशल और व्याकरण को विकसित करने के लिए कई तरह की गतिविधियों को शामिल किया गया है, जैसे *दिखाओ-बताओ,* रोल प्ले और सस्वर पाठन।

प्रभावी ढंग से सिखाने के लिए मैं अपनी 45 मिनट की कक्षा को चार प्रमुख हिस्सों में बाँटती हूँ :

1. 5 मिनट : पाठ का माहौल तैयार करने के लिए वार्म-अप गतिविधियों और पुनरावृत्ति से शुरुआत करना।
2. 15 मिनट : सुनने और बोलने की गतिविधियाँ करवाना जैसे कविता पाठ, वीडियो देखना और कहानी सुनाना।
3. 15-20 मिनट : विषय से सम्बन्धित पढ़ने और लिखने के अभ्यास पर ध्यान देना।
4. 5-10 मिनट : प्रमुख बिन्दुओं का सारांश देते हुए समापन करना।

यहाँ कविता, *कम बैक सून* की एक विस्तृत योजना दी गई है:

Take a bus	Maybe near
Or take a train,	Or maybe far,
Take a boat	Take a rocket
Or take a plane,	To the moon,
Take a taxi,	But be sure
Take a car,	To come back soon.

स्रोत : एनसीईआरटी कक्षा-2 इंग्लिश मृदंग। अध्याय-5 - कम बैक सून। पृष्ठ-38

पाठ : Come Back Soon (कम बैक सून, कविता)

सीखने के परिणाम

• सामान्य : सुनने, बोलने, पढ़ने और लिखने के कौशल को विकसित करना (LSRW)

• विशिष्ट : परिवहन के विभिन्न माध्यमों को समझना

शब्दावली

- परिवहन के विभिन्न माध्यमों के नाम जानना, और far (फ़ार, दूर), near (नियर, पास), soon (सून, जल्दी), sure (श्योर, निश्चित) और Moon (मून, चन्द्रमा) जैसी अवधारणाओं को समझना।

गतिविधियाँ

1. डिस्प्ले बनाना : परिवहन के हरेक माध्यम से जुड़े विभिन्न वाहनों को दर्शाने वाले चार्ट बनाने के लिए कक्षा को तीन समूहों (वायु, जल और भूमि) में बाँटना।
2. दिखाओ-बताओ : विभिन्न वाहनों के फ़्लैशकार्ड वाले 'मैजिक बैग' का इस्तेमाल करना, हरेक बच्चे को एक कार्ड चुनने और उसके बारे में बोलने के लिए प्रोत्साहित करना।
3. पहेली बनाना : विद्यार्थियों की जोड़ी बनाना और उन्हें विभिन्न वाहनों से जुड़ी पहेलियाँ बनाने का काम देना।
4. ओरिगेमी : काग़ज़ के रॉकेट और नावें बनाकर बाहरी (आउटडोर) गतिविधियों में शामिल कराना ताकि सीखने के अनुभव में वृद्धि हो सके।

मल्टीमीडिया का इस्तेमाल

- वीडियो : शैक्षिक गाने, जैसे *व्हील्स ऑन द बस, रो, रो, रो योर बोट,* और परिवहन के साधनों पर जानकारीपूर्ण वीडियो शामिल करना।
- पुस्तकें : तूलिका बुक्स की पुस्तक *लेट्स गो* पढ़ने के कौशल को बढ़ाने में उपयोगी है।

सामाजिक-भावनात्मक घटक

- सार्वजनिक परिवहन में दूसरों की मदद करने और यातायात नियमों के पालन के महत्त्व पर केन्द्रित एक नाटक गतिविधि के साथ समापन करना।

इस पद्धति से विद्यार्थियों को सीखने का एक व्यापक और संवादमूलक अनुभव मिलता है जिसमें भाषा विकास और विषय केन्द्रित ज्ञान के विभिन्न पहलू भी शामिल होते हैं।

पाठ्यचर्या योजना

हमारी कक्षाएँ गतिविधि-आधारित और मनोरंजक होने के लिए डिज़ाइन की गई हैं, जिसमें हमारी शिक्षण पद्धति में कई दिलचस्प काम शामिल हैं। हालाँकि ईवीएस को औपचारिक रूप से पाठ्यक्रम में शामिल नहीं किया गया है लेकिन अँग्रेज़ी भाषा की कक्षाओं में हम ईवीएस विषयों को शामिल करते हैं, जैसे शरीर के अंग, परिवार, पौधे, जानवर, परिवहन आदि। यह न केवल विद्यार्थियों की शब्दावली को समृद्ध करता है बल्कि उनके आस-पास के वातावरण के साथ उनके जुड़ाव को भी बढ़ाता है।

सीखने के अनुभव में भाषा को शामिल करने के मामले में कला, संगीत और शारीरिक शिक्षा कक्षाएँ भी कोई अपवाद नहीं हैं। इन कक्षाओं में शिक्षक अँग्रेज़ी में निर्देश देते हैं जिससे भाषा के विकास में योगदान मिलता है। संगीत सत्र में विद्यार्थी हिन्दी और अँग्रेज़ी, दोनों भाषाओं में गाने सीखते हैं। कला कक्षाएँ केवल रचनात्मकता बढ़ाने को लेकर नहीं होतीं; उनमें संख्याओं और अक्षरों के इस्तेमाल से जानवरों का चित्र बनाना भी शामिल है। मुखौटा निर्माण और ओरिगेमी जैसी गतिविधियाँ सीखने में एक रचनात्मक और हस्त-कौशल सम्बन्धी आयाम जोड़ती हैं।

विद्यार्थी अलग-अलग तरह के इनडोर और आउटडोर खेलों में सक्रिय रूप से भाग लेते हैं जिससे शारीरिक फ़िटनेस के साथ-साथ उनकी मानसिक दक्षता भी बढ़ती है। इसके अतिरिक्त, योग और आसन को पाठ्यक्रम में शामिल करने से उनके समग्र विकास में मदद मिलती है।

कक्षा योजना

प्रिंट-समृद्ध कक्षा

फ़ाउंडेशनल स्टेज की कक्षाएँ चार्ट, कहानियाँ, कविताएँ और चित्र कार्ड जैसी छपी हुई सामग्री के साथ और समृद्ध होती हैं। कक्षा के अन्दर और बाहर अलग-अलग तरह की प्रिंट सामग्री लगाने से विद्यार्थियों की पढ़ने में दिलचस्पी बढ़ती है। प्रिंट-समृद्ध वातावरण बनाने से पढ़ने की आदत को भी बढ़ावा मिलता है। कक्षा के विषयों के आधार पर चार्ट लगाना और कक्षा में वस्तुओं पर नाम लिखना (लेबल लगाना) इसमें और

***चित्र-4** : कक्षा के लिए डिस्प्ले बनाते विद्यार्थी।*

मदद करता है। अक्षर कार्ड, चित्र कार्ड और कहानी कार्ड जैसे कार्डों से खेलने से विद्यार्थियों को शब्दों और चीज़ों के बीच सम्बन्ध को समझने में मदद मिलती है और उनकी पढ़ने की क्षमता बढ़ती है। इनमें से कुछ प्रिंट सामग्री बनाने में विद्यार्थियों और शिक्षकों के बीच होने वाला सहयोग रचनात्मकता को बढ़ावा देता है।

बच्चों का कोना

कक्षा में विद्यार्थियों की कृतियों जैसे चित्र को प्रदर्शित करने वाला बच्चों का कोना उन्हें एक-दूसरे से सीखने के लिए प्रेरित करता है।

रनिंग ब्लैकबोर्ड

कक्षा में रनिंग ब्लैकबोर्ड (यानी कक्षा की दीवार पर बच्चों के कद जितनी ऊँचाई तक बने ब्लैकबोर्ड) का इस्तेमाल करने से विद्यार्थियों को चित्रकारी और लेखन के ज़रिए अपने विचारों को स्वतंत्र रूप से व्यक्त करने का अवसर मिलता है। कभी-कभी तो विद्यार्थी जन्मदिन की शुभकामनाएँ, अपरिचित शब्द लिखकर और कक्षा में सुनी गई कहानी से सम्बन्धित चित्र बनाकर हमें भी हैरान कर देते हैं।

बैठक व्यवस्था

विद्यार्थियों द्वारा किए जाने वाले कार्य के आधार पर बैठने की व्यवस्था में बदलाव किया जाता है; हम बड़े समूह में गतिविधियाँ करने के लिए 'यू' आकार में बैठते हैं।

चित्र-5 : *फ़्लैशकार्ड के माध्यम से सीखते विद्यार्थी।*

कक्षा पुस्तकालय

प्रथम, बरखा और तूलिका प्रकाशनों की स्तर-वार पुस्तकों से व्यवस्थित, कक्षा पुस्तकालय में बिग-बुक्स शामिल हैं। शुरुआत में तो विद्यार्थी पढ़ने का 'दिखावा' करते रहते हैं, बाद में परिचित शब्दों को पहचानने और चित्रों के आधार पर अपनी कहानियाँ बनाने की कोशिश करते हैं। कक्षा-2 के विद्यार्थियों के लिए हम बरखा और तूलिका शृंखला की स्तर-1 की किताबें घर ले जाने देते हैं ताकि वे घर पर पढ़ने के लिए प्रोत्साहित हो सकें।

सह-शिक्षक

बहु-स्तरीय कक्षा में, हरेक बच्चे के सीखने को एक-सा बनाए रखना चुनौतीपूर्ण होता है। इसे सम्भव बनाने के लिए सह-शिक्षकों की भूमिका महत्त्वपूर्ण है। मुख्य शिक्षक सह-शिक्षक के साथ सहयोग करता है जो शुरू में हर उस बच्चे पर ध्यान देता है जिसे इसकी ज़रूरत होती है। सीखने में मदद के लिए स्पिनर, वर्णमाला और फ़्लैश कार्ड और वर्कशीट जैसे अलग-अलग तरह के टीएलएम का इस्तेमाल किया जाता है। और कुछ ही हफ़्तों में सकारात्मक परिणाम देखने को मिलते हैं, जिससे सभी विद्यार्थियों का एक ही कक्षा में समावेश हो जाता है।

माता-पिता की भागीदारी

किसी बच्चे के समग्र विकास के लिए माता-पिता, स्कूल और शिक्षकों के बीच सहयोग महत्त्वपूर्ण है। ओरिएंटेशन कार्यक्रम, पालक-शिक्षक बैठकें (पीटीएम), नियमित कॉल और व्हाट्सएप पर निर्देशात्मक वीडियो साझा करना कुछ ऐसे तरीक़े हैं जिनका उपयोग हम माता-पिता को शामिल रखने के लिए करते हैं। माता-पिता को अपने विद्यार्थियों की गतिविधियों के वीडियो रिकॉर्ड करने के लिए प्रोत्साहित करने से बच्चों की सीखने की प्रक्रिया में जुड़ाव और समझ भी बढ़ती है।

निष्कर्ष

हमारी भली-भाँति नियोजित गतिविधियाँ और शिक्षकों, अभिभावकों और समुदाय के सहयोगात्मक प्रयास एक बच्चे की शैक्षिक यात्रा को मज़बूती देते हैं। इससे यह भी सुनिश्चित होता है कि प्रत्येक बच्चे को उनके समग्र विकास के लिए ज़रूरी ध्यान और मदद मिले। हम लगातार अनुसन्धान और अन्वेषण के लिए प्रतिबद्ध हैं, साथ ही विद्यार्थियों की निरन्तर वृद्धि और विकास को बढ़ावा देने के लिए लगातार नए तरीक़ों और अध्यापन-कला को खोज रहे हैं।

Endnotes

i NCF-FS specifies five domains of development: physical development, socio-emotional and ethical development, cognitive development, aesthetic and cultural development.

बनिश्री महापात्रा अज़ीम प्रेमजी स्कूल धमतरी, छत्तीसगढ़ में शिक्षिका हैं। उन्हें शिक्षण के क्षेत्र में 12 साल का अनुभव है। वे दयानन्द एंग्लो-वैदिक स्कूलों में प्रारम्भिक शिक्षा विकास कार्यक्रम (ईईडीपी) में मास्टर ट्रेनर भी रही हैं। उनसे *banishree.mohapatra@azimpremjifoundation.org* पर सम्पर्क किया जा सकता है।

अनुवाद : अमेय कान्त **पुनरीक्षण :** उमा सुधीर **कॉपी एडिटर :** अनुज उपाध्याय