आँगनवाड़ी में एक दिन

रेखा चौहान

आँगनवाड़ी में बच्चों के सीखने में, शिक्षक और कक्षा के वातावरण की महत्त्वपूर्ण भूमिका होती है। जब शिक्षक बच्चों को सही मायने में समझते हैं, और ज़िम्मेदारी से उन्हें उम्र के हिसाब से सीखने की गतिविधियों में शामिल करते हैं तब बच्चे न केवल अच्छी तरह से सीखते हैं और विद्यालय के लिए तैयार हो जाते हैं, बल्कि उनमें एक आत्मविश्वास भी आता है। इस आत्मविश्वास से उनमें सीखने के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित होता है।

एक दिन अपने काम के सिलसिले में, मैं बेंगलूरु के कलानगर में, आँगनवाड़ी केन्द्र गई। सुबह के 9:30 बजे थे, और शिक्षिका मुनीलक्ष्मम्मा केन्द्र पर ही थीं। उनके साथ कोई सह-शिक्षिका नहीं थीं, इसलिए मुनीलक्ष्मम्मा ने एक बच्चे की माँ को सहयोग करने के लिए बुला लिया था। ऐसी स्थितियों में वे अकसर ऐसा ही करती हैं।

कुछ ही देर में बच्चे एक-एक करके आँगनवाड़ी में आने लगे। जैसे ही कोई बच्चा आँगनवाड़ी में दाख़िल होता, शिक्षिका उसका नाम पुकारतीं, और उसे मुस्कुराकर "गुड मॉर्निंग!" कहतीं। हर बच्चा "गुड मॉर्निंग!" कहकर मैडम को जवाब देता, और ख़ुश होकर 'खेलने के लिए बनाए गए एक कोने'[1], जहाँ खिलौने आदि रखे थे, की ओर चला जाता। बच्चा अपनी पसन्द के खिलौने या खेलने से जुड़ा कोई सामान चुनता, और साफ़-सुथरे ढंग से बिछाए गए मैट पर उसे सुभीते से रखकर खेलता। यह एक मज़ेदार गतिविधि थी क्योंकि इसकी वजह से बच्चों में आँगनवाड़ी केन्द्र में आने की उत्सुकता रहती है। जब बाद में आने वाले बच्चे खिलौने माँगते हैं तो बच्चे उन्हें साझा करते हैं। खेलने के बाद, प्रत्येक बच्चा सावधानीपूर्वक खिलौनों को वापस अपनी जगह पर रखता है। यह गतिविधि बच्चों को स्वाभाविक रूप से वस्तुओं को चुनने, साझा करने, व्यवस्थित करने और उन्हें वापस रखने में जूझने वाले दूसरों की सहायता करने व

> **"इस आँगनवाड़ी में बच्चों को चीज़ों को देखकर, छूकर और ख़ुद को अभिव्यक्त करके सीखने के भरपूर मौक़े मिले।"**

चित्र 1: अपनी पसन्द के खेल खेलते आँगनवाड़ी विद्यार्थी

अपने सामान की ज़िम्मेदारी लेने जैसे कौशल विकसित करने में मदद करती है।

दिन की शुरुआत

सुबह 10 बजे तक 16 बच्चे आ चुके थे। प्रार्थना का समय हो गया था। जब सभी बच्चे अपनी आँखें बन्द करके प्रार्थना पर ध्यान केन्द्रित कर रहे थे तब एक बच्चा बार-बार उछलकर बैठने लगा। शिक्षिका धीरे से उस बच्चे के पास गईं, उसका हाथ पकड़ा, और उसके पास खड़ी हो गईं। उन्होंने स्थिति को इतने प्यार से सुलझाया कि न तो उस बच्चे को न ही अन्य बच्चों को इसका पता चला।

बच्चों की उपस्थिति भी अलग तरीक़े से ली गई। प्रत्येक बच्चे के नाम का टैग एक ट्रे में रखा हुआ था। बच्चे फ़र्श पर गोल घेरे में बैठे थे। शिक्षिका एक बच्चे का नाम पुकारतीं, वह बच्चा आता और ट्रे से अपने नाम का टैग उठाकर अपने गले में पहन लेता। जो बच्चे ऐसा नहीं कर सकते थे, शिक्षिका उनकी मदद

चित्र 2 : डॉक्टर-डॉक्टर का खेल और मैडम का हेल्थ चेकअप करती छात्रा

करतीं और टैग को उनके गले में डालने से पहले दोहरातीं, "यह आपके नाम का टैग है।" नाम का टैग पहनने के बाद, बच्चों के चेहरे मुस्कान से चमक उठे। उसके बाद शिक्षिका ने बचे हुए नाम के टैग उठाए और पूछा, "आज आँगनवाड़ी में कौन नहीं आया है?" जैसे ही बच्चों ने अपने अनुपस्थित साथियों के नाम बताए, शिक्षिका ने उन्हें दिखाने के लिए उनके सम्बन्धित टैग उठाए। गतिविधि का समापन सभी बच्चों द्वारा अपने नाम टैग वापस ट्रे में रखने के साथ हुआ।

अगला क़दम

शिक्षिका ने बच्चों को तारीख़ (वर्ष, महीना, सप्ताह और दिन) के बारे में बताया। उन्होंने बच्चों से पूछा, "आज के दिन मौसम कैसा है? क्या गर्मी है या ठण्ड है, या बारिश हो रही है?" बच्चों ने जवाब दिया, "अन्दर न तो गर्मी है न ही ठण्ड।"

शिक्षिका ने कहा, "ठीक है, तो क्या हम सब बाहर जाकर देख सकते हैं कि कैसा लग रहा है?" फिर वे सभी बच्चों को बाहर ले गईं। उन्होंने बच्चों को एक या दो मिनट तक धूप में खड़े रहने दिया, और फिर पूछा, "अब अपने सिर को छुएँ और बताएँ कि कैसा लग रहा है।" बच्चों ने अपने सिर को छुआ और कहा, "गर्मी है।"

उन्होंने बच्चों से एक-एक करके तीन सवाल पूछे, "क्या बारिश हो रही है? क्या ठण्ड है? क्या हवा चल रही है?" बच्चों ने पहले दो सवालों के जवाब में 'नहीं' कहा, और तीसरे सवाल का जवाब 'हाँ' में दिया। शिक्षिका ने पूछा, "हम कैसे जानते हैं कि हवा चल रही है?" बच्चों के पास इसका जवाब नहीं था। इसलिए शिक्षिका ने पास के ही एक पेड़ की ओर इशारा करते हुए कहा, "बच्चो, उस पेड़ को देखो! क्या वह हिल रहा है?" बच्चों ने जवाब दिया, "वह हिल रहा है।" शिक्षिका ने उन्हें हवा के चलने का पता लगाने के सन्दर्भ में और उदाहरण दिए। जैसे– कपड़ों का हिलना, सूखे पत्तों का हवा की दिशा में चलना, इत्यादि।

इसके बाद शिक्षिका बच्चों को वापस कक्षा में ले गईं। यह बच्चों के लिए दूध पीने और बाजरे के लड्डू खाने का समय था। एक बच्चे की माँ ने उस दिन सभी बच्चों के लिए लड्डू बनाए थे, और दूध उबाला था। बच्चों को गोल घेरे में बिठाया गया, और उस बच्चे की माँ की मदद से शिक्षिका ने प्रत्येक बच्चे को एक गिलास दूध और एक लड्डू दिया।

इसके बाद बच्चों ने पानी पिया, शौचालय का उपयोग किया, और कक्षा में वापस आकर फिर से एक घेरे में बैठ गए। दो बच्चों की स्वेच्छा सहयोग करने वाली माताएँ भी उनके साथ बैठीं। शिक्षिका ने शिक्षण सामग्री तैयार की।

परिवेश के बारे में बातचीत

शिक्षिका और बच्चों के बीच 'प्रार्थना स्थल' के बारे में बातचीत शुरू हुई। शिक्षिका ने बच्चों के साथ इस अवधारणा के बारे में बातचीत की। शुरुआत अलग-अलग प्रार्थना स्थलों की तस्वीरों से भरी एक ट्रे लाकर की। उन्होंने एक-एक तस्वीर दिखाकर शुरुआत की। सबसे पहले, उन्होंने एक चर्च की तस्वीर दिखाई

और पूछा, "बच्चो, यह क्या है?" रेबेका, जो पास में बैठी थी, ने फ़ौरन कहा, "मैडम, यह एक चर्च है।" फिर सभी बच्चों ने दोहराया, "चर्च।" शिक्षिका ने फिर पूछा, "तुमने इसे कहाँ देखा है?" बच्चों ने बारी-बारी से जवाब दिया, "मैंने इसे सड़क के किनारे देखा है"; "मैंने इसे अपने गाँव में देखा है"; इत्यादि। रेबेका ने कहा, "मैं अपने माता-पिता के साथ हर रविवार वहाँ जाकर प्रार्थना करती हूँ।"

> **प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल (ईसीसी) जीवन का एक महत्त्वपूर्ण चरण है, और यह भविष्य में होने वाली शिक्षा और विकास की नींव के रूप में कार्य करती है।**

उसके बाद शिक्षिका ने एक मन्दिर की तस्वीर उठाई। ज़्यादातर बच्चों ने कहा, "मैडम, हमने यह देखा है", और एक-एक करके बताना शुरू किया कि उन्होंने मन्दिर कहाँ-कहाँ देखे हैं—सड़क के किनारे, अपने घरों के पास, आदि। इसके बाद शिक्षिका ने एक मस्जिद की तस्वीर दिखाई। इसे देखते ही अरबिया ने उत्साहित होकर ऊँची आवाज़ में कहा, "यह एक मस्जिद है!" जब शिक्षिका ने पूछा, "लोग वहाँ क्या करते हैं?" अरबिया ने जवाब दिया, "वे वहाँ नमाज़ पढ़ते हैं।" बाद में शिक्षिका ने बच्चों को तीनों तस्वीरें दिखाईं और कहा, "बच्चो, इन्हें प्रार्थना स्थल कहते हैं।" शिक्षिका ने बच्चों को एक गीत सिखाया, और बच्चों ने उसके बाद गाया। फिर बच्चे ख़ुशी-ख़ुशी अन्य कविताएँ गाने लगे जिनसे वे भली-भाँति परिचित थे।

एक और गतिविधि

इस गतिविधि के लिए शिक्षिका ने पहले से ही तैयारी कर रखी थी। उन्होंने आठ कटोरे लिए, और उनमें अलग-अलग मात्रा में चावल व दाल रखी। उन्होंने बच्चों के सामने कटोरों वाली एक ट्रे रखी, और उन्हें अलग-अलग मात्राएँ समझाईं। उन्होंने कहा, "इसे बहुत ज़्यादा इसलिए कहा जाता है क्योंकि कटोरा ऊपर तक भरा हुआ है।" उन्होंने प्रत्येक मात्रा को समझाना जारी रखा—थोड़ा ज़्यादा, कम, और बहुत कम।

इसके बाद शिक्षिका ने प्रत्येक बच्चे को एक-एक करके बुलाया, उसे एक निश्चित मात्रा बताई, और बच्चे से उस मात्रा वाला कटोरा उठाकर उन्हें देने को कहा। ज़्यादातर बच्चों ने सही कटोरा उठाया, लेकिन उनमें से दो थोड़े असमंजस में थे। शिक्षिका ने उन्हें समझाया।

अब शिक्षिका ने बच्चों को बुलाकर उनसे कहा कि वे उनके सामने रखे कंकड़ों के डिब्बे में से उनके द्वारा बताई गई संख्या में कंकड़ (पाँच से कम) चुनें और उन्हें दें। बच्चों ने ठीक उतने ही कंकड़ चुने जितने कि कहे गए थे— 3, 2, 1, 4, इत्यादि। इस गतिविधि के माध्यम से बच्चों को उन संख्याओं को दोहराने का मौक़ा मिला जिन्हें वे जानते हैं। इसके बाद शिक्षिका ने फ़्लैश कार्ड का इस्तेमाल करके बच्चों को 'ಸ' (स) और 'ಜ' (जा)* अक्षरों से परिचित कराया। उन्होंने पूछा, "बच्चो, क्या तुम मुझे ऐसे शब्द बता सकते हो जो ಸ अक्षर से शुरू होते हैं?" फ़ौरन ही, बच्चों ने ಸಮ (समा), ಸರಸ್ವತಿ (सरस्वती), ಸಾಕು (साकू), ಸಂತೆ (सन्थे), आदि जैसे शब्दों के साथ जवाब देना शुरू कर दिया। फिर इन अक्षरों से शुरू होने वाले चित्रों और शब्द कार्डों के साथ-साथ अक्षर फ़्लैश कार्ड का इस्तेमाल करके, शिक्षिका ने अक्षरों से परिचय को गहरा करने में बच्चों की मदद की।

चित्र 3 : कुछ नया जानने का सुखद आश्चर्य

रचनात्मक गतिविधि

शिक्षिका ने बड़े और छोटे बच्चों को दो छोटे समूहों में विभाजित किया, और उन्हें अलग-अलग घेरे में बैठाया। बड़े बच्चों की मदद से सभी बड़े बच्चों को पेंसिल, शीट और क्रेयॉन वितरित किए गए। फिर उन्हें प्रार्थना स्थलों के चित्र बनाने और उन्हें रँगने का निर्देश दिया गया। छोटे बच्चों के समूहों को प्रार्थना स्थलों के चित्रों के साथ पहले से तैयार शीट प्रदान की गई, और चित्रों को रँगने में शिक्षिका ने उनकी मदद की।

कहानी का समय

सभी के साथ एक छोटा-सा खेल खेलने के बाद शिक्षिका ने बच्चों को बारिश की आवाज़ वाली ताली बजाने को कहा। फिर उन्होंने पूछा, "बच्चो, अभी क्या समय हो गया है?" तुरन्त, सभी बच्चे ख़ुशी से चिल्लाए, "कहानी... कहानी!" उस पल में उनका उत्साह और ख़ुशी साफ़ दिखाई दे रही थी। शिक्षिका ने तस्वीरों का इस्तेमाल करके प्रार्थना स्थलों से सम्बन्धित एक सुन्दर कहानी सुनाना शुरू की। कहानी सुनाने की शैली बातचीत जैसी थी। यह रश्मि के अपने दादा-दादी के घर जाने, उनके साथ गाँव के मेले, वहाँ मन्दिर जाने, अपनी दादी से मन्दिर के बारे में सवाल पूछने के बारे में थी। जैसे— यह कब बनाया गया था; क्या मेला तब भी होता था जब तुम छोटी बच्ची थीं; और भी बहुत कुछ।

इसके अलावा, इसमें ऐसे क्षण शामिल थे जब रश्मि ने अपनी दादी के घर पर त्योहार की सजावट में भाग लिया, उसकी दादी ने विभिन्न प्रकार के नाश्ते तैयार किए, और उसने वे नाश्ते अपने पड़ोसियों के साथ साझा किए। शिक्षिका ने उन्हें मेलों में जाने, नए कपड़े पहनने, और अन्य चीज़ों के अपने अनुभव साझा करने के लिए प्रोत्साहित किया। फिर शिक्षिका ने कहा, "हमने आज के लिए तय सभी गतिविधियाँ समाप्त कर ली हैं। क्या अब हम इन सभी चीज़ों को वापस रख दें?" जैसे ही उन्होंने यह कहा, बच्चों ने बेहद अनुशासित तरीक़े से हर चीज़ वापस अपनी जगह पर रखने में शिक्षिका की मदद की।

दोपहर का पौष्टिक भोजन

सभी दोपहर के भोजन के लिए तैयार हो गए। जिन बच्चों को शौचालय का उपयोग करने की आवश्यकता थी, उन्होंने शौचालय का उपयोग किया, फिर सभी ने अपने हाथ धोए, और एक गोल घेरे में बैठ गए। उस दिन का भोजन चावल के साथ साग और दाल-साँभर था, साथ में एक अण्डा भी था। स्वैच्छिक रूप से सहयोग करने वाली माताओं ने दोपहर के भोजन के बाद बच्चों को हाथ धोने में मदद की। फिर उन्होंने कक्षा को साफ़ किया, चटाई बिछाई, और बच्चों को आराम करने देने के लिए उस स्थान को आरामदायक बनाया। बच्चे थोड़ी-थोड़ी दूरी पर चटाई पर लेट गए। शिक्षिका ने सो रहे बच्चों को धीरे से चादर ओढ़ा दी। दोपहर के क़रीब 3:15 तक बच्चे एक-एक करके जागने लगे। उनमें से कुछ अपने-आप शौचालय गए, और चुपचाप वापस आकर बैठ गए। कुछ बच्चे अभी भी गहरी नींद में थे, इसलिए शिक्षिका ने उन्हें धीरे से जगाया। फिर शिक्षिका ने 'टोपी बेका टोपी' (क्या आपको टोपी चाहिए) नामक एक मज़ेदार खेल कराया। इस खेल को बच्चों ने बड़े आनन्द के साथ खेला। जैसे ही अभिभावक पहुँचे, प्रत्येक बच्चे को उनके साथ घर भेज दिया गया।

सारांश

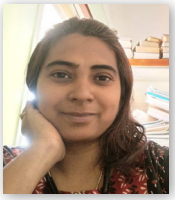
आँगनवाड़ी में पूरा दिन बिताना मेरे लिए कई मायनों में बिल्कुल नया अनुभव था। इस अनुभव ने मुझे यह समझने में मदद की कि शिक्षिका का व्यवहार और सीखने का वातावरण शिक्षा में महत्त्वपूर्ण है। इस आँगनवाड़ी में, बच्चों को चीज़ों को देखकर, छूकर और ख़ुद को अभिव्यक्त करके सीखने के भरपूर मौक़े मिले। शिक्षिका ने बच्चों को उनके परिचित उदाहरणों का उपयोग करके, और उन्हें अपने अनुभव साझा करने का मौक़ा देते हुए, प्यार से विभिन्न अवधारणाओं को धैर्यपूर्वक समझाया। बच्चों को खेल, गतिविधियों और व्यावहारिक अनुभवों के माध्यम से सीखने के भरपूर अवसर दिए गए। बच्चों को पौष्टिक भोजन भी मिला। सीखने की गतिविधियों को उनके विकास के सभी क्षेत्रों को पोषित करने के लिए सोच-समझकर डिज़ाइन किया गया था। आँगनवाड़ी में कोई सह-शिक्षिका नहीं थीं, इस वजह ने अभिभावकों और समुदाय के प्रतिनिधियों के समर्थन और सहयोग को प्रोत्साहित किया जिन्होंने शिक्षिका की मदद के लिए क़दम बढ़ाए।

देश या राज्य की सभी आँगनवाड़ियों में ऐसा समृद्ध वातावरण नहीं है। आँगनवाड़ी कार्यकर्ताओं / शिक्षिकाओं के लिए ऐसे प्रशिक्षणों की कमी है जो बच्चों को गहराई से समझने, और उन्हें सीखने की प्रक्रिया में प्रभावी ढंग से शामिल करने के लिए उनको तैयार कर पाएँ। कुल मिलाकर, सीखने को स्वास्थ्य, पोषण और टीकाकरण के समान महत्त्व नहीं मिला है। प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल (ईसीसी) जीवन का एक महत्त्वपूर्ण चरण है, और यह भविष्य में होने वाली शिक्षा और विकास की नींव के रूप में कार्य करती है। *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2020* भी इसके महत्त्व पर ज़ोर देती है। हालाँकि शिक्षा विभाग और सरकार, दोनों को सभी आँगनवाड़ियों में इस पहलू पर ध्यान केन्द्रित करने की महती आवश्यकता है।

[1] किसी भी आँगनवाड़ी में नाटक और खेल का कोना एक ऐसी जगह है जहाँ बच्चे जल्दी आकर निर्धारित गतिविधियाँ शुरू होने तक खेलते हैं। यह कोना बिल्डिंग ब्लॉक, तरह-तरह की गुड़ियों, छोटी गाड़ियों, आदि जैसी विभिन्न खेल सामग्रियों से सुसज्जित होता है।

**कन्नड़ लिपि ['ಸ' (स) और 'ಜ' (जा)] के अक्षर*

कन्नड़ से अँग्रेज़ी में निवेदिता गौड़ा द्वारा अनुवादित और मधुकर एस पुट्टी द्वारा पुनर्निरीक्षण
अँग्रेज़ी से हिन्दी में सम्पादकीय टीम द्वारा अनुवादित।



रेखा चौहान को सार्वजनिक शिक्षा प्रणाली को बेहतर बनाने के लिए काम करने वाले बेंगलूरु स्थित एनजीओ 'प्रजयत्न' के साथ काम करने का 10 साल से ज़्यादा का अनुभव है। हालाँकि उनका काम मुख्य रूप से शोध और दस्तावेज़ीकरण पर केन्द्रित रहा है, लेकिन वे शिक्षकों, अभिभावकों और बच्चों के लिए रिपोर्ट व मार्गदर्शन सामग्री तैयार करने में अहम भूमिका निभाती हैं। उनके अध्ययनों और रिपोर्टों ने शैक्षिक नीति निर्माण, समग्र बाल विकास और सामुदायिक सशक्तिकरण का समर्थन किया है।

सम्पर्क : rekha@prajayatna.in