खेल-खेल में सीखने की उत्सुकता जगाती है आँगनवाड़ी

मुन्नी डहरिया

बच्चों की मासूम हँसी, उत्सुकता भरी बातें, और उनके छोटे-छोटे हाथों से बनी आकृतियाँ ही मेरी ज़िन्दगी की सबसे बड़ी पूँजी हैं। जब मैंने लैलूंगा विकासखण्ड के गाँधी नगर मोहल्ले की आँगनवाड़ी में काम शुरू किया था, आँगनवाड़ी की दीवारें ख़ाली-ख़ाली-सी थीं। बच्चों का मन भी ज़्यादा नहीं लगता था। अकसर वे आते ही झगड़ पड़ते, और जल्दी ऊब जाते। उनका यहाँ आने को लेकर कोई उत्साह नहीं था।

मुझे महसूस हुआ कि अपने कार्यों में बदलाव करना होगा। ऐसा बदलाव जो बच्चों को बाँधे, और सीखने को आनन्दमय बनाए। शुरुआत रंगों से की। एक दिन उन्हें रंग-बिरंगे क्रेयॉन और चार्ट पेपर दिए, और कहा, "जो मन में आए, बनाओ।" बबली ने सूरज बनाया, तोसिया ने पेड़, मदन ने फूल और मनकरन ने तितली। मैंने सभी के चित्रों की सराहना करते हुए कहा, "अरे बबली, तुम्हारा सूरज तो बहुत चमक रहा है! मनकरन, तुम्हारी रंग-बिरंगी तितली अब मदन के बनाए सुन्दर फूल पर मँडराएगी!" सभी बच्चे ख़ुश होकर मुस्कुराने लगे। धीरे-धीरे ख़ाली दीवारें बच्चों की कल्पना से रंगीन हो गईं। उनके भावों को व्यक्त करते चित्र दीवारों पर झलकने लगे। यह देख केन्द्र में प्रवेश करते ही उनकी आँखों में चमक दिखने लगी।

यही वह समय था जब मेरी नज़र प्रगति पर पड़ी। नन्ही-सी बच्ची, पर भीतर से बहुत जिज्ञासु। शुरू में वह भी झिझकती थी, लेकिन जल्द ही उसकी रुचि सबसे अलग दिखाई दी। उसे चित्र बनाना बहुत पसन्द था। जो कुछ वह आँगनवाड़ी में सीखती, घर जाकर माता-पिता के साथ दोहराती। एक दिन तो उसने अख़बार को मोड़-मोड़कर अँग्रेज़ी अक्षरों का चार्ट बना लिया, और मुझे उपहार में दिया। उसकी रचनात्मकता देखकर मेरा मन ख़ुशी से भर गया। मैंने वह चार्ट दीवार पर टाँग दिया। अब वह सभी बच्चों की नज़रों के सामने है।

लेकिन आँगनवाड़ी में हर दिन आसान नहीं था। गतिविधियों के दौरान चुनौतियाँ आती रहतीं। जब बच्चों को आकृतियों में रंग भरने को दिया जाता, कई बार वे गड़बड़ा जाते। कोई लाइन से बाहर रंग भर देता, तो कोई अधूरा छोड़ देता। हालाँकि, छोटे बच्चों की दृष्टि से यह स्वाभाविक था। पज़ल के टुकड़े जोड़ते समय भी वे झुँझला जाते। कई तो कोशिश करने से पहले ही कह देते, "मैम, हमसे नहीं होगा!" ऐसी स्थितियाँ मेरे लिए सबसे बड़ी चुनौती थीं। मुझे डर लगता था कि कहीं बच्चे हार मानने की आदत न डाल लें।

मैंने तरीक़ा बदला। हर कठिन काम को हमने खेल बना दिया। मैं कहती, "चलो देखते हैं कौन किस तरह के रंग भरता है?" या "पज़ल पूरी करने वाले बच्चों के लिए सब तालियाँ बजाएँगे।" धीरे-धीरे उन्होंने यह समझना शुरू किया कि चुनौती कोई बोझ नहीं, बल्कि मज़ा है। वे गिरते-उठते, कोशिश करते और हँसते रहते। यही जिजीविषा उनकी सबसे बड़ी ताक़त बनी।

प्रगति भी इन चुनौतियों से गुज़री। शुरू-शुरू में वह रंग भरते समय अधीर हो जाती। अगर चित्र ठीक न बनता तो उदास हो जाती। लेकिन हर बार मैं उसे प्रोत्साहित करती और कहती, "कोशिश करोगी तो कर पाओगी।" धीरे-धीरे उसकी मेहनत रंग लाने लगी। उसकी ड्रॉइंग निखरने लगी, और आत्मविश्वास बढ़ने लगा।

बच्चों के बीच अब सहयोग की भावना भी दिखने लगी है। पहले जहाँ खिलौनों के लिए झगड़े होते थे, अब वे एक दूसरे को खिलौने देने लगे। किसी का रंग ख़त्म हो जाता तो साथी अपना रंग दे देता। यह बदलाव मेरे लिए बहुत ख़ास था। आँगनवाड़ी अब केवल पढ़ाई की जगह नहीं रही, यह बच्चों के सहयोग और दोस्ती की पाठशाला बन गई।

छुट्टी के दिन भी कुछ बच्चे घर मिलने आ जाते। थोड़ी देर के लिए हम सब घर को ही आँगनवाड़ी बना लेते। वे खिलौने निकालते, चित्र बनाते और कहानी सुनाने लगते। मैं उनसे पूछती कि तुम्हें मीनार बनाने वाला खिलौना क्यों अच्छा लगता है; चित्र में तुमने चिड़िया क्यों बनाई; इस कहानी में घोंसले से चिड़िया के बच्चे के नीचे गिरने पर तुम्हें कैसा लगा; आदि। वे सोचते और दिलचस्प जवाब देते। इन पलों में लगता कि असली शिक्षा यही है, जहाँ खेल-खेल में सीखने की ललक पैदा हो, और बच्चे सीखें।

समय के साथ हमारी आँगनवाड़ी के कई बच्चे विद्यालयों में चले गए। नए शिक्षक उनकी तारीफ़ करते। उन्हीं में से एक प्रगति भी थी। अब वह विद्यालय में भी आत्मविश्वास से पढ़ाई करने लगी थी। उसकी कॉपियाँ साफ़-सुथरी रहतीं। एक बच्ची की दृष्टि से उसके बनाए चित्र सुन्दर होते। सवालों के जवाब वह पूरे आत्मविश्वास से देती। उसकी प्रगति केवल अंकों में नहीं थी, बल्कि उसकी सोच और आत्मविश्वास में भी थी।

पीछे मुड़कर देखती हूँ तो समझ पाती हूँ कि बच्चों में बदलाव लाने के लिए बड़े संसाधनों की ज़रूरत नहीं होती। छोटी-छोटी गतिविधियाँ ही बड़ी सीख दे जाती हैं। मुझे लगता है बच्चों की सच्ची तारीफ़ करने, उन्हें प्रोत्साहित करने में कभी कमी नहीं होनी चाहिए। प्रगति की कहानी इसका सबसे अच्छा उदाहरण है। मैंने उसकी हर कोशिश को सराहा, और शायद यही वजह थी कि उसके अन्दर कला और पढ़ाई के प्रति गहरा लगाव पैदा हुआ। उसके माता-पिता जब कहते हैं कि यह बदलाव आँगनवाड़ी से आया है, मेरा मन गर्व से भर उठता है।

आज हमारी आँगनवाड़ी पहले जैसी नहीं है। अब यहाँ की दीवारों पर बच्चों की चित्रकला की रचनात्मक अभिव्यक्तियाँ हैं, और उनकी खिलखिलाहट से कमरा गूँजता है। सीखना अब केवल किताबों तक सीमित नहीं है, बल्कि हर खेल, हर गीत और हर गतिविधि में छिपा है। बच्चे चुनौतियों से डरते नहीं, बल्कि उन्हें खेल की तरह स्वीकार करते हैं।

यह कहानी सिर्फ़ प्रगति की नहीं है, बल्कि उन सभी बच्चों की है जिन्होंने आँगनवाड़ी की इस छोटी-सी दुनिया को रंग, उमंग और सीख से भर दिया। यहाँ हर चुनौती खेल है, हर सीख उत्सव है, और हर बच्चे का बचपन सँवर रहा है।

मुन्नी डहरिया, कार्यकर्त्री, आँगनवाड़ी गाँधी नगर 2, लैलूंगा विकासखण्ड, रायगढ़, छत्तीसगढ़

आँगनवाड़ी केन्द्र में शाला-पूर्व शिक्षा के मेरे अनुभव

रेखा बी

सुबह बच्चों के आँगनवाड़ी आते ही मैं ख़ुशी से उनका स्वागत करती हूँ, उनकी साफ़-सफ़ाई पर ध्यान देती हूँ, और दिन की गतिविधियाँ कराने के लिए ख़ुद को तैयार करती हूँ। गतिविधियों की शुरुआत प्रार्थना से होती है। फिर उन्हें नाश्ते के लिए दूध और बाजरे के लड्डू देती हूँ।

नाश्ते के बाद बच्चों को मानसिक रूप से तैयार करने के लिए एक रचनात्मक खेल खिलाती हूँ। यह खेल पाठ्यक्रम की तैयारी के लिए एक ख़ुशनुमा गतिविधि है। फिर बच्चों को पाठ्यक्रम के अनुसार सीखने-पढ़ने की प्रक्रियाओं में शामिल करती हूँ। इसमें प्रति वर्ष बहुत सारी थीम होती हैं। मैं सप्ताह में एक थीम पढ़ाती हूँ। इसमें एक थीम में पत्तेदार साग व सब्ज़ियों पर एक पाठ है।

मैं इस पाठ से जुड़ी मूर्त वस्तुएँ और चित्र दिखाती हूँ। बच्चे घर पर जो नाश्ता करते हैं, उससे बातचीत की शुरुआत करती हूँ। मुझे लगता है इससे उन्हें विषय को अच्छी तरह समझने में मदद मिलती है। अगले चरण में उन साग-सब्ज़ियों की ओर बच्चों का ध्यान आकर्षित करती हूँ जो उन्होंने पहले से देखी या खाई हुई हैं। इनके बारे में उनसे बातचीत करती हूँ। वे घर में बनने वाली पालक, मेथी, आलू, गोभी, जैसी साग-सब्ज़ियों के नाम बताते हैं, और अपनी पसन्द की साग-सब्ज़ियों व उनके स्वाद के बारे में बात भी करते हैं। किसी को आलू-पालक अच्छी लगती है तो किसी को भिण्डी या आलू-गोभी। इस दौरान तरह-तरह की साग-सब्ज़ियों के फ़्लैश कार्ड का उपयोग करके बातचीत आगे बढ़ाती हूँ। चूँकि वे पहले से ही पत्तेदार साग-सब्ज़ियों के बारे में बातचीत कर चुके हैं, अत: इनके बारे में सीखने के लिए वे मानसिक रूप से तैयार भी हो चुके होते हैं। अगले चरण में, मैं 'सब्ज़ी ले लो सब्ज़ी' अभिनय-गीत को गाते व नृत्य करते हुए सभी बच्चों को इस प्रक्रिया में जोड़ लेती हूँ। अभिनय-गीत बच्चों के शारीरिक और बौद्धिक विकास में बड़ी भूमिका निभाते हैं। इनमें उन्मुक्तता, मज़ेदारी और सीखना, ये तीनों आयाम एक साथ मिले हुए हैं। इससे बच्चों को अलग-अलग सब्ज़ियों के रूप, रंग, आकार, गुणों और फ़ायदों से परिचित कराती हूँ। वे अभिनय-गीत और सीखने में बढ़-चढ़कर भाग लेते हैं।

अभिनय-गीत के बाद, एक ऐसी कहानी का उपयोग करती हूँ जिसमें साग-सब्ज़ियों की बातें पिरोई होती हैं। जैसे—प्याज़ की कहानी। कहानी चुनते समय यह सुनिश्चित करती हूँ कि वह सरल और मज़ेदार हो, और बच्चों के दिन-प्रतिदिन के अनुभव के क़रीब हो। इससे उनकी भाषा का विकास होता है, शब्द भण्डार बढ़ता है, और कल्पनाशीलता को पंख लगते हैं। मुझे यह भी लगता है कि कहानी सुनने-सुनाने और उस पर चर्चा से बच्चों में परोक्ष रूप से सामाजिक व मानवीय मूल्यों की समझ बनती है। मैंने पाया कि कक्षा में सभी बच्चे कहानी सुनते समय दिलचस्पी दिखाते हुए आनन्द ले रहे होते हैं।

कहानी के बाद बच्चों के कार्यात्मक विकास में सुधार के लिए विभिन्न दिलचस्प गतिविधियाँ करवाती हूँ। इनमें आड़े-टेड़े कटे हुए चित्रों को जोड़ना, अपनी कल्पना से चित्र बनाना, चित्रों में रंग भरना और पत्थरों व लकड़ियों से आकृतियाँ बनानी शामिल होती हैं। बच्चे अख़बार के काग़ज़ से हवाई जहाज़, नाव, गेंद जैसे खिलौने बनाते हैं, और एक दूसरे को बनाना भी सिखाते हैं। ये गतिविधियाँ उनकी आँखों और हाथ की गति के बीच समन्वय बनाने में मदद करती हैं। साथ ही, इनसे उनकी माँसपेशियों की गति को ताक़त मिलती है।

रचनात्मक गतिविधियों के बाद साक्षरता की शुरुआती गतिविधियों की बारी आती है। पहले बच्चों को कुछ परिचित शब्द सुनाती हूँ। बाद में उन शब्दों की ध्वनियों को दोहराती हूँ जो उन्होंने सुनी थीं, और उन्हें अपने साथ उन शब्दों का उच्चारण करने का मौक़ा देती हूँ। इसके बाद उन्हीं शब्दों व अक्षरों को शामिल करते हुए एक गीत का उपयोग करके सीखने की निरन्तरता पर ज़ोर देती हूँ। इससे बच्चों को सुनने के अनुभव से एक अलग अनुभव मिलता है। अगले चरण में शब्द कार्ड में लिखे उन शब्दों को बोलने के लिए कहती हूँ जो उनके रोज़मर्रा के जीवन के क़रीब होते हों। इस तरह वे शब्दों को ध्यान से सुनना, अक्षरों व शब्दों की ध्वनियों को पहचानना, उच्चारण करना सीखते हैं। इस प्रकार शब्द, वाक्य और वाक्य समूह के प्रारूप में भाषा अभ्यास की गतिविधियाँ चलती रहती हैं, और वे एक परिचित सन्दर्भ से एक अज्ञात सन्दर्भ की ओर बढ़ते रहते हैं। इस तरह उन पर बिना बोझ बने खेल-खेल में सीखना चलता रहता है। मैंने अनुभव से पाया है कि भाषा इस तरह सिखाई जा सकती है।

इसी तरह, मैं गणित सीखने की गतिविधियाँ भी कराती हूँ। इसे सुबह के नाश्ते से जोड़ती हूँ। बच्चे से पूछती हूँ कि उसने सुबह के नाश्ते में कितनी इडली या चपातियाँ खाई हैं। वह कोई एक संख्या बताता है। फिर मैं उसे एक, दो, तीन, आदि संख्याओं की कल्पना / अन्दाज़ा कराती हूँ। ज़्यादा स्पष्टता के लिए बच्चों को पत्ते, फूल, कंकड़, बीज, पेंसिल जैसी मूर्त वस्तुएँ उँगली रखकर गिनवाती हूँ। वे मेरी मदद से वस्तुओं और संख्या का मिलान करते हुए गिनकर बताते हैं, और अपने मन से कमरे में मौजूद दरवाज़े, खिड़कियाँ, पंखे, चार्ट, पोस्टर जैसी चीज़ें गिनकर बताने का प्रयास भी करते हैं। इसी तरह, हमारे आँगनवाड़ी केन्द्र में बच्चों की संख्या, समूहों में विभाजित होने पर हर समूह में शामिल बच्चों की संख्या, बाजरा लड्डू देते समय इनकी गिनती, जोड़, आदि कराती हूँ। बच्चों को आस-पास की चीज़ों को गिनने और कम-ज़्यादा बताने में बहुत मज़ा आता है। उन्हें अपने आस-पास की छोटी-बड़ी, मोटी-पतली, हल्की-भारी, दूर-पास की चीज़ों को ढूँढ़कर बताने को कहती हूँ। बच्चे इस गणित खेल में बढ़-चढ़कर भाग लेते हैं।

मेरे विचार में छोटे बच्चों के लिए अनुभव- और गतिविधि-आधारित शिक्षण अधिक प्रभावी है। इससे उनका सर्वांगीण विकास होता है, नई चीज़ें सीखने में रुचि बढ़ती है, और वे हर दिन नई चीज़ें सीखने की उत्सुकता दिखाते हैं।

रेखा बी, कार्यकर्त्री, आँगनवाड़ी केन्द्र दर्गा कॉलोनी, दोम्मसंद्रा सर्कल, आनेकल तालुक, बेंगलूरु, कर्नाटक

आँगनवाड़ी केन्द्र में स्नेहपूर्ण माहौल का निर्माण

संध्यावाली गुप्ता

मैं तमनार विकासखण्ड के आँगनवाड़ी केन्द्र, भागोरा-1 में कार्यकर्त्री के रूप में कार्य कर रही हूँ। मेरा मानना है कि यह सिर्फ़ नौकरी नहीं है, बल्कि समाज निर्माण का कार्य है। एक ओर, आँगनवाड़ी कार्यकर्त्री की भूमिका के लिए यह समझना ज़रूरी है कि बच्चों के लिए अनुकूल स्नेहपूर्ण माहौल बनाने की आवश्यकता क्यों है; और दूसरा, बच्चों की ज़रूरतों को समझते हुए सीखने के लिए अनुकूल वातावरण कैसे तैयार किया जा सकता है? बच्चों के लिए इस अनुकूल वातावरण को तैयार करने के लिए कुछ प्रश्न ख़ुद से पूछना आवश्यक है। मसलन,

बच्चों को क्या अच्छा लगता है?

बच्चों के परिवेश में क्या-क्या उपलब्ध है?

बच्चे अपने साथ कई अनुभवों को लेकर आते हैं। इन अनुभवों को केन्द्र में कैसे जगह दी जा सकती है?

क्या आँगनवाड़ी का वातावरण, और वहाँ संचालित होने वाली गतिविधियाँ सहज हैं; और क्या वे बच्चों का सीखने की प्रक्रिया से जुड़ाव बनाए रखने में मदद करती हैं? आदि।

बच्चों को सीखने का सकारात्मक माहौल देने की शुरुआत उनके आँगनवाड़ी में क़दम रखने से ही शुरू हो जाती है। मैंने अपनी आँगनवाड़ी के मुख्य द्वार पर 'स्वागत चार्ट' लगाया है। इस चार्ट में, नमस्ते, गले लगना, हाथ मिलाना, एल्बो मिलाना, हाई-फ़ाई, आदि जैसे अभिवादन के चिह्न बनाए हुए हैं। बच्चे अपनी पसन्द के अभिवादन चित्रों को छूते हैं, और मैं उनके अनुरूप हरेक बच्चे का स्वागत करती हूँ। यह मज़ेदार स्वागत बच्चों और मेरे बीच एक जुड़ाव की शुरुआत करता है।

बच्चे खेल-खेल में और अपने आस-पास के माहौल के साथ जुड़कर बातचीत करके सीखते हैं। मैंने उनके लिए ऐसी सामग्री बनाई है जो वे देख सकते हैं, छू सकते हैं, और जिन पर वे बातचीत भी कर सकते हैं। जैसे—नाम चार्ट, नियम चार्ट, रैपर चार्ट, फल, सब्ज़ी, पशु-पक्षी, यातायात, मौसम चार्ट, कैलेंडर, आदि। बच्चे चार्ट देखते हैं, कुछ चीज़ों के नाम जो वे जानते हैं, उनको दोहराते हैं। जिन चीज़ों के नाम नहीं जानते मुझसे पूछते हैं, और फिर एक दूसरे से साझा भी करते हैं।

हर माह चयनित थीम के अनुसार बच्चों के साथ काम होता है। उस माह की थीम से जुड़ी बातचीत, गीत, कविता, कहानी, खेल, चित्रकारी, आदि कई काम आँगनवाड़ी में करती हूँ। मसलन, बच्चों के साथ मातृभाषा में सहज बातचीत करते हुए पूछती हूँ, "बताओ तो, अभी कौन-सा मौसम है?"

बच्चे : बारिश, बरसात का मौसम है।

मैं कहती हूँ, "हम सभी लोग मिलकर 'बरसात' से जुड़ा हुआ बालगीत गाएँगे। जिस तरह मैं गाऊँगी और हाव-भाव करूँगी, वैसा ही आप लोग भी करना।" बालगीत के बाद बच्चों से बारिश पर बातचीत होती है।

फिर मैं पूछती हूँ, "अच्छा बताओ, इस बारिश के मौसम में क्या-क्या सामान इस्तेमाल किया जाता है?"

बच्चे : रेनकोट, छाता, प्लास्टिक के जूते / चप्पल, नाव, पन्नी, आदि।

उनके द्वारा बताई गई इन सभी चीज़ों को एक चार्ट पर लिख देती हूँ, और इसे 'मौसम चार्ट' के रूप में तैयार कर केन्द्र में लगा देती हूँ।

बच्चे दिन-प्रतिदिन अलग-अलग वस्तुओं का इस्तेमाल होता देखते हैं। उनके पास इनके बारे में बताने और साझा करने के लिए बहुत-सी बातें और अनुभव होते हैं। मसलन, वे देखते हैं और जानते हैं कि ब्रश करने के लिए अलग-अलग तरह के टूथपेस्ट का इस्तेमाल किया जाता है; सामान ख़रीदने के लिए रुपयों की ज़रूरत होती है; खाना बनाने में सब्ज़ियों और मसालों का इस्तेमाल होता है; बाज़ार में खाने के लिए क्या-क्या मिलता है; आदि। यही नहीं, ऐसी और भी कई बातें वे जानते हैं। इन सब पर बातचीत के लिए मैंने सम्बन्धित वस्तुओं से जुड़े रैपर एकत्रित कर 'रैपर चार्ट' बनाकर आँगनवाड़ी में लगाए। बच्चे इन्हें देखते हैं, और इनसे जुड़ी बातचीत करते हैं जो बहुत आगे तक जाती है। जैसे, मैं रोज़ ब्रश करता हूँ, रोज़ नहाता भी हूँ, मैंने आज ये खाया, आदि। यही नहीं, तरह-तरह के चार्ट उन्हें लिखी हुई इबारत से रू-ब-रू होने का भी मौक़ा देते हैं। अभिव्यक्ति के ऐसे अवसर उपलब्ध कराने से वे सहज, ख़ुश और सुरक्षित महसूस कर पाते हैं।

मैं जिन बच्चों के साथ कार्य कर रही हूँ, उनके घर में पर्याप्त संसाधन और माहौल उपलब्ध नहीं हो पाता है। लेकिन आँगनवाड़ी में उन्हें सामग्री की कमी न हो, और उनकी सीखने में दिलचस्पी भी बने, यह मुझे बहुत ज़रूरी लगता है। बच्चों के सीखने के लिए, मैंने एक प्रेरक माहौल तैयार करने हेतु कम क़ीमत की आस-पास आसानी से उपलब्ध सामग्री को एकत्र कर ऐसी कई सामग्रियों का निर्माण किया है। इनकी मदद से सीखने के अनुकूल वातावरण तैयार करने में मदद मिल रही है, और उनके सीखने के स्तर पर सकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है। अपने बच्चों को विभिन्न वस्तुओं, घटनाओं पर बातचीत करते हुए देख केन्द्र में आए अभिभावकों के बीच विश्वास पनप रहा है, और उनकी भागीदारी से बच्चों की नियमित उपस्थिति को बढ़ाने में मदद मिल रही है।

यहाँ यह रेखांकित करना भी महत्त्वपूर्ण है कि सीखने का स्नेहपूर्ण माहौल बनाने में सेक्टर स्तर की होने वाली नियमित बैठकों और कार्यशालाओं से काफ़ी मदद मिली है। इनमें मिलने वाले सुझावों से समझ आया कि सीखने को खेल-आधारित और मज़ेदार बनाया जा सकता है। इन बैठकों में हम अपने काम की चुनौतियों और सफलताओं पर बात कर सकते हैं जो काफ़ी प्रोत्साहित करने वाली होती हैं।

संध्यावाली गुप्ता, कार्यकर्त्री, आँगनवाड़ी भागोरा–1, सेक्टर हमीरपुर, परियोजना तमनार, रायगढ़, छत्तीसगढ़