अरिहंत शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय, पुणे
राष्ट्रीय चर्चा सत्र – 11 व 12 जानेवारी 2014
माध्यमिक शाळेत राबविल्या जाणाऱ्या आरोग्यविषयक उपक्रमांचा अभ्यास

डॉ. बापूसाहेब गणपत चौगुले
अध्यापक महाविद्यालय,
अरण्येश्वर, पुणे 09

प्रस्तावना :–

आरोग्य शिक्षणाची संकल्पना संपूर्ण जगभरामध्ये परिचित आहे. जगातील प्रत्येक व्यक्ती मानसिक व शारीरिकदृष्टया सुदृढ असली पाहिजे. शाळा, महाविदयालये व सेवाभावी संस्था आरोग्यासंदर्भात कार्य करीत आहेत.

Sound mind in sound body

या म्हणीप्रमाणे मानवी आरोग्यास अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. त्यादृष्टीने योग्य वयात मुलांवर चांगले संस्कार व सवयी विकसित होणे गरजेचे आहे. म्हणून आरोग्य शिक्षणातून वैयक्तिक, सामाजिक व परिसर आरोग्याची माहिती विदयार्थ्यांना दिली जाते. त्यासाठी शाळा महाविदयालयामध्ये आरोग्य तपासणी वैयक्तिक स्वच्छता, परिसर स्वच्छता, तज्ज्ञांची व्याख्याने, पोस्टर प्रदर्शन, योगा, प्राणायाम, चर्चा व वादविवाद असे उपक्रम राबविले जातात. त्यातूनच विदयार्थ्यांची शारीरिक व मानसिक सुदृढता वाढविली जाते. कारण आजचे विदयार्थी हे राष्ट्राचे भावी आधारस्तंभ आहेत.

If wealth is lost something is lost,
If health is lost everything is lost.

म्हणून आरोग्याच्या दृष्टीने कोणते उपक्रम शाळांमध्ये राबविले जातात, त्याची कार्यपद्धती कशी असते. त्याचा विदयार्थ्यांच्या सवयीवर काय परिणाम होतो हे समजून घेण्यासाठी सदर संशोधन हाती घेतले आहे.

संशोधन संकल्पना :

आरोग्य शिक्षण –

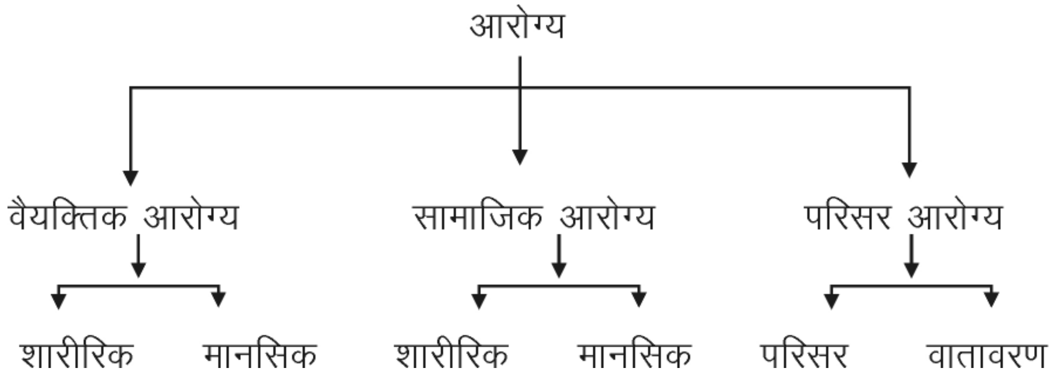
Health is definded as a state of complete physical, mental and social well being it is not only the absense of disease.

-WHO

आरोग्यदायी जीवन म्हणजे केवळ आजाराचा किंवा दुर्बलतेचा अभाव नव्हे तर शारीरिक, मानसिक व सामाजिकदृष्टया पूर्ण सुदृढतेची अवस्था होय.

Health is a state of complete functions.

समाजातील सर्व लोकांचे आरोग्य सकारात्मक असते आणि कार्यक्षमतेत सातत्य आणि उत्साह जाणवतो त्यास सामान्य आरोग्य असे म्हणतात.



आरोग्य शिक्षणाची उद्दिष्टे –

1. विदयार्थ्यांमध्ये आरोग्य विषयक चांगल्या सवयी विकसित करणे.
2. विदयार्थ्यांमध्ये आरोग्य साक्षरता निर्माण करणे.
3. विदयार्थ्यांना शारीरिक व मानसिक सुदृढता राखण्यासाठी उपक्रम राबविणे.
4. विदयार्थ्यांना आरोग्यसंदर्भात असणाऱ्या समस्यांसबंधी समुपदेशन करणे.

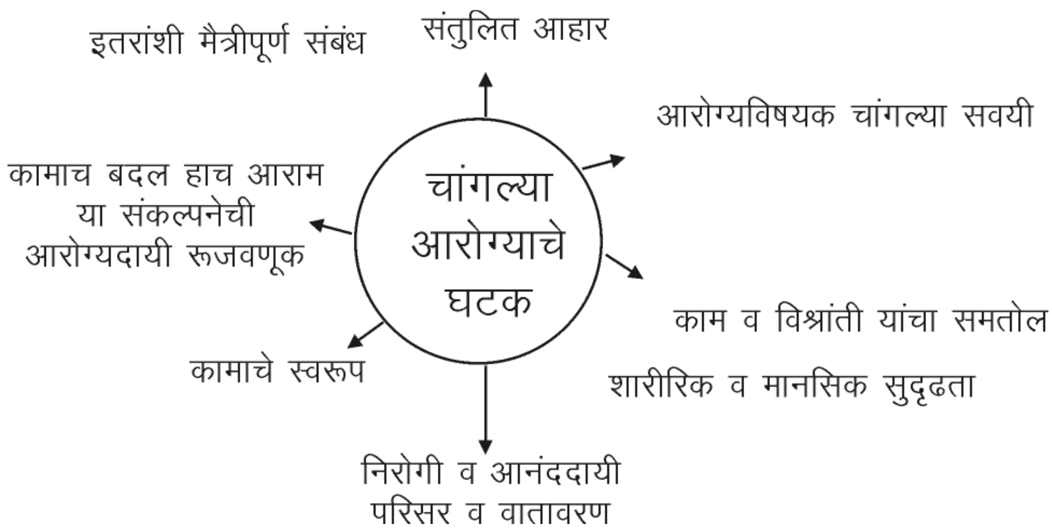
आरोग्यासाठी उपक्रम :–

1. व्याख्याने
2. आरोग्यतपासणी
3. आरोग्य केंद्राना भेटी
4. परिसर स्वच्छता
5. चर्चा व वादविवाद
6. स्वच्छ व सुंदर वर्ग स्पर्धा
7. ध्यान व धारणा
8. योगा
9. प्राणायाम
10. सार्वजनिक स्वच्छता
11. वैयक्तिक समुपदेशन
12. पालक प्रशिक्षण
13. विपश्यना
14. आरोग्य चैतन्य प्रकल्प
15. पोस्टर प्रदर्शन

16. पथनाटय

17. आरोग्यविषयक नोंदी

चांगल्या आरोग्याचे घटक :–



3. संशोधनाची गरज व महत्त्व :–

गरज :–

संशोधक स्वतः शिक्षणशास्त्र महाविद्यालयात गेली 17 वर्षे अध्यापनाचे कार्ये करीत आहे. त्यामुळे संशोधकाला सरावपाठ निरीक्षणासाठी माध्यमिक शाळेत जावे लागते. शाळेत गेल्यानंतर विदयार्थ्यांचे आरोग्याचे निरीक्षण केल्यानंतर विदयार्थ्यांचे कपडे स्वच्छ नसतात, केस वाढविलेले असतात, नखे वाढविलेली असतात, वैयक्तिक स्वच्छता नसते अशा अनेक बाबी आढळून आल्या. आरोग्याच्या चांगल्या सवयी विकसित करण्यासाठी कोणते उपक्रम राबविले जातात, त्यांचा विदयार्थ्यांवर कोणता परिणाम होतो, उपक्रम राबविताना कोणत्या समस्या येतात, त्या समस्या दूर करण्यासाठी कोणते उपाय करता येतील याचदृष्टीने संशोधकाला सदर समस्येची गरज वाटली.

जागतिक आरोग्य संघटनेने असा निष्कर्ष काढला आहे की, भारतीय विदयार्थ्यांमध्ये आरोग्यविषयक जाणीव व सवयी यांचा अभाव दिसून येत आहे. त्याचाच परिणाम कुपोषण व इतर समस्यांना तोंड दयावे लागत आहे. म्हणून विदयार्थ्यांमध्ये चांगल्या सवयी कशा प्रकारे विकसित करता येतील याच दृष्टीकोनातून सदर समस्येची गरज वाटली.

महत्त्व –

सदर संशोधनामुळे आरोग्यविषयक चांगल्या सवयी विकसित करण्यासाठी कोणते उपक्रम राबविता येतील, त्याचे नियोजन कसे करता येईल विदयार्थी सहभाग कसा वाढविता येईल, याचे मार्गदर्शन शाळेतील शिक्षकांना मिळेल.

तसेच सदर उपक्रम राबविताना येणाऱ्या समस्या सोडविण्यासाठी कोणते उपाय करता येतील याविषयी माहिती मिळेल.

शाळेतील मुख्याध्यापक शिक्षक, विदयार्थी, पालक यांना उपक्रमांची माहिती मिळेल व आरोग्यविषयक जाणीव जागृती निर्माण होईल.

4. समस्या विधान

प्रस्तुत संशोधन माध्यमिक शिक्षणातील सहशालेय उपक्रम या क्षेत्राशी संबंधित आहे.

पुणे शहरातील माध्यमिक शाळेत राबविल्या जाणाऱ्या आरोग्यविषयक उपक्रमांचा अभ्यास करणे.

5. समस्या शीर्षक

माध्यमिक शाळेत राबविल्या जाणाऱ्या आरोग्यविषयक उपक्रमांचा अभ्यास.

6. कार्यात्मक व्याख्या

1. माध्यमिक शाळा – 1986 च्या शैक्षणिक धोरणानुसार ज्या ठिकाणी 9 ते 10 चे वर्ग चालविले जातात अशी शाळा
2. आरोग्यविषयक उपक्रम – विदयार्थ्यांमध्ये आरोग्यविषयक चांगल्या सवयी विकसित करण्यासाठी राबविले जाणारे कार्यक्रम – उदा. व्याख्यान, आरोग्यतपासणी

7. संशोधनाची उद्दिष्टे –

1. माध्यमिक शाळेत राबविल्या जाणाऱ्या आरोग्यविषयक उपक्रमांची माहिती घेणे.
2. उपक्रम राबविताना येणाऱ्या समस्यांचा शोध घेणे.
3. उपक्रम राबविताना येणाऱ्या समस्यांवर उपाय सुचविणे.

8. संशोधनाची गृहितके –

1. माध्यमिक शाळेत आरोग्यविषयक विविध उपक्रम राबविले जातात.
2. माध्यमिक शाळेतील शिक्षक आरोग्य विषयक उपक्रम राबवितात.

9. संशोधन प्रश्न –

विदयार्थ्यांमध्ये आरोग्यविषयक चांगल्या सवयी विकसित करण्यासाठी कोणकोणते उपक्रम राबविले जातात ?

10. व्याप्ती व मर्यादा –

व्याप्ती –

सदर संशोधन पुणे जिल्हयातील माध्यमिक शाळा व शिक्षकांशी संबंधित आहे.

मर्यादा –

सदर संशोधनामध्ये निष्कर्ष हे प्रतिसादकांनी दिलेल्या प्रतिसादावर अवलंबून आहेत.

परिमर्यादा –

1. सदर संशोधन हे पुणे शहरातील वीस माध्यमिक शाळांतील शिक्षकांपुरतेच मर्यादित आहे.
2. सदर संशोधन हे माध्यमिक शाळेत राबविल्या जाणाऱ्या आरोग्यविषयक उपक्रमांपुरतेच मर्यादित आहे.

11. जनसंख्या व न्यादर्श

जनसंख्या –

पुणे जिल्हयातील सर्व माध्यमिक शाळेतील शिक्षक

न्यादर्श –

असंभाव्यता सहेतुक निवड पध्दतीने 20 माध्यमिक शाळांमधील 50 शिक्षक

12. संशोधन पध्दती –

प्रस्तुत संशोधनासाठी वर्णनात्मक संशोधन पध्दतीतील सर्वेक्षणाचा वापर केला आहे.

13. माहिती संकलनाची साधने –

प्रस्तुत संशोधनाच्या माहिती संकलनासाठी प्रश्नावली व मुलाखत या साधनांचा वापर केला आहे.

14. संख्याशास्त्रीय साधने –

प्रस्तुत संशोधनामध्ये संकलित माहितीचे विश्लेषण व अर्थनिर्वचन करण्यासाठी शेकडेवारी हया संख्याशास्त्रीय तंत्राचा वापर केला आहे.

15. संशोधन कार्यपध्दती

प्रस्तुत संशोधनामध्ये माहिती संकलित करण्यासाठी प्रश्नावली तयार केली. सदर प्रश्नावली वीस माध्यमिक शाळेतील 50 शिक्षकांकडून भरून घेण्यात आली तसेच 20 शिक्षकांच्या मुलाखती घेतल्या. संकलित माहितीचे विश्लेषण करून अर्थनिर्वचन केले व निष्कर्ष काढले.

स्वयंअध्ययन

↓

आराखडता तयार करणे

↓

प्रश्नावलीची निर्मिती

↓

न्यादर्श निवड

↓

प्रश्नावलीच्या सहाय्याने माहिती संकलन (50 शिक्षक)

↓

मुलाखतीव्दारे माहिती संकलन (20 शिक्षक)

↓

माहितीचे विश्लेषण व अर्थनिर्वचन

↓

निष्कर्ष व अहवाल लेखन

माहिती विश्लेषण

अ.क.	प्रश्न / उपप्रश्न	प्रतिसादक संख्या	शेकडा प्रमाण
1	उपकम राबवितात	50	100
2	वार्षिक नियोजन	50	100
3	दर आठवडयाला उपकम	10	20
4	महिन्यातून एकदा	30	60
5	कधी – कधी	10	20
6	व्याख्याने	50	100
7	पोस्टर प्रदर्शन	10	20
8	चर्चा व परिसंवाद	10	20
9	वैयक्तिक तपासणी	50	100

10	आरोग्य तपासणी	20	40
11	योग, प्राणायाम, ध्यान	20	40
12	परिसर स्वच्छता	50	100
13	सुंदर व स्वच्छ वर्ग स्पर्धा	40	80
14	समुपदेशन	10	20
15	प्राथमिक केंद्राना भेटी	10	20
16	पथनाटय	05	10
17	आरोग्यविषयक नोंदी	20	40
18	पालकांचे प्रबोधन	40	80
19	आरोग्य चैतन्य प्रकल्प	20	40
20	आरोग्य अधिकारी नेमणूक	05	10
21	वेळेची कमतरता	50	100
22	विदयार्थी प्रतिसाद कमी	30	60
23	पालकांमध्ये उत्साह कमी	40	80
24	इतर शिक्षकांचे सहकार्य नाही	60	100
25	उपकमांबाबत माहिती उपलब्ध नाही	20	40
26	उपकम कार्यवाही संदर्भात प्रशिक्षण नाही	40	80
27	वेळापत्रकात तासांची तरतूद	50	100
28	सर्व शिक्षकांचे उद्‌बोधान	50	100
29	आर्थिक तरतूद करणे	50	100
30	केलेल्या कामाची दखल घेणे	50	100
31	आरोग्यविषयी माहिती कात्रण	30	60
32	परिपाठामध्ये आरोग्यविषयक माहिती	20	40
33	दैनंदिन अध्यापनातून माहिती	50	100
34	आरोग्य अधिकारी नेमणूक	50	100
35	लसीकरण करणे	50	100

16 निष्कर्ष –

1. सर्वच शिक्षक विदयार्थ्यांमध्ये आरोग्यविषयक चांगल्या सवयी विकसित करण्यासाठी विविध उपकम राबवितात व त्याचे वार्षिक नियोजन करतात.

2. निम्म्यापेक्षा जास्त शिक्षक महिनयातून एकदा उपक्रम राबवितात तर फारच कमी शिक्षक दर आठवडयाला उपक्रम राबवितात तर निम्म्यापेक्षा कमी शिक्षक कधी कधी उपक्रम राबवितात.
3. सर्वच शिक्षक आरोग्यविषयक माहितीसाठी व्याख्याने, परिसर स्वच्छता, वैयक्तिक तपासणी दैनंदिन अध्यापनातून आरोग्यविष्यक माहिती देणे असे दैनंदिन राबवितात.
4. निम्म्यापेक्षा जास्त शिक्षक स्वच्छ व सुंदर वर्ग स्पर्धा, आरोग्य माहितीकात्रणे, पालकांचे प्रबोधन असे उपक्रम राबवितात.
5. निम्म्यापेक्षा कमी शिक्षक आरोग्य तपासणी शिबीर, योगा, प्राणायाम, ध्यान, विपश्यना, आरोग्यविषयक नोंदी ठेवणे, आरोग्य चैतन्य प्रकल्प आणि परिपाठामध्ये आरोग्यविषयक माहिती देणे असे उपक्रम राबवितात.
6. फारच कमी शिक्षक पोस्टर प्रदर्शन, चर्चा व परिसंवाद समुपदेशन, आरोग्य केंद्राना भेटी, पथनाटय असे उपक्रम राबवितात.
7. फारच कमी शाळेत आरोग्य अधिकाऱ्याची नेमणूक केलेली आहे.
8. सर्वच शिक्षकांना वेळेची कमतरता, विदयार्थी प्रतिसाद कमी, आर्थिक तरतूद नाही, प्रतिसाद कमी, पालकांचा उत्साह कमी, इतर शिक्षकांचे सहकार्य नाही, उपक्रमाबाबत माहिती मिळत नाही आणि उपक्रम कार्यवाही संदर्भात प्रशिक्षण व उद्‌बोधन नाही अशा समस्या येतात.
9. सर्वच शिक्षकांच्या मते, वेळापत्रकात तासाची तरतूद, सर्व शिक्षकांचे उद्‌बोधन व प्रशिक्षण, आर्थिक तरतुद करणे, केलेल्या कामाची दखल घेणे, लसीकरण प्रकल्प राबविणे आणि आरोग्य अधिकारी नेमणूक करणे असे उपाय करता येतील.

17. शिफारशी

शाळा व मुख्याध्यापकांसाठी

1. सर्व शाळांमध्ये आरोग्यविषयक उपक्रम नियमितपणे राबवावेत.
2. सर्व शाळांनी शैक्षणिक वर्षाच्या सुरूवातीलाच सर्व उपक्रम राबविण्याचे नियोजन करावे.
3. वर्षभर शाळेत राबविण्यात येणाऱ्या उपक्रमांसाठी शाळेच्या वार्षिक अंदाजपत्रकात खर्चाची तरतूद करावी.
4. शाळेच्या वेळापत्रकात उपक्रमांसाठी तासिका उपलब्ध कराव्यात.
5. शैक्षणिक वर्षाच्या सुरूवातीला विद्यार्थी, पालक व शिक्षक यांच्यासाठी उपक्रमासंदर्भात उद्‌बोधान आयोजित करावे.
6. शाळेत आरोग्यविषयक चांगले काम करणाऱ्या शिक्षकांची दखल घ्यावी.
7. शिक्षकांना आरोग्यविषयक उपक्रम राबविण्यासाठी प्रेरणा, मार्गदर्शन व प्रोत्साहन दयावे.

8. विदयार्थ्यांची आरोग्य तपासणी करण्यासाठी आरोग्य अधिकाऱ्याची नेमणूक करावी, सर्व विदयार्थ्यांच्या आरोग्यविषयक नोंदी ठेवाव्यात.
9. सर्व विदयार्थ्यांना शासनाच्या विविध आरोग्यविषयी योजनाची माहिती दयावी.

शिक्षकांसाठी –

1. सर्व शिक्षकांनी नियमितपणे आरोग्यविषयक उपक्रम राबवावेत.
2. विदयार्थ्यांना व पालकांना आरोग्याचे महत्त्व पटवून दयावे.
3. पालकसभेत पालकांचे आरोग्यविषयक उपक्रमांविषयी उद्बोधन करावे.
4. पालकांचा आरोग्यविषयक उपक्रमात सहभाग घ्यावा.
5. सर्व आरोग्यविषयक दिन साजरे करावेत.
   उदा. जागतिक आरोग्य दिन, ह्रदय दिन, मधुमेह दिन आणि एड्स दिन
6. विदयार्थ्यांचे आरोग्य चांगले राहण्यासाठी जास्तीत जास्त उपक्रम राबवावेत व विदयार्थी सहभाग वाढवावा.
7. विदयार्थ्यांना उपक्रमांमध्ये सहभागी होण्यासाठी प्रेरणा व प्रोत्साहन दयावे.

18. समारोप

थोडक्यात माध्यमिक शाळेतील विदयार्थी हे देशाचे भावी आधारस्तंभ आहेत त्यामुळे प्रत्येक विदयार्थी शारीरिक व मानसिक सुदृढ असावा. त्यामध्ये आरोग्य विषयक जाणीव जागृती व्हावी. त्यासाठी शिक्षकांनी शाळेमध्ये विविध आरोग्यविषयक उपक्रम राबवावेत. या उपक्रमांमध्ये विदयार्थी सहभाग वाढवावा.

शारीरिक व मानसिक आरोग्य चांगले असणारे विदयार्थी परिसराचे आरोग्य चांगले राखण्यास मदत करतील व परिसर आरोग्य चांगले झाले की आपोआप सामाजिक आरोग्य चांगले राहील. त्यामुळे निरोगी भारत तयार होईल. देशाची सर्व क्षेत्रांमध्ये प्रगती होईल म्हणून शिक्षकांनी जास्तीत जास्त उपक्रम राबवून भावी पिढी निरोगी व आरोग्य संपन्न तयार करण्यासाठी प्रयत्न करावेत.

संदर्भ ग्रंथ

1. भोसले, रमा, डोणे उज्ज्वला.(२००९) शिक्षणातील बदलते विचार प्रवाह, कोल्हापूर : फडके पब्लिकेशन्स.
2. सांगोलकर, अनिल (२०१०) नवीन जागतिक सामाजातील शिक्षणांचे विचार प्रवाह, नासिक : इनसाईट पब्लिकेशन्स
3. भिंताडे, वि. रा. (२००७) शैक्षणिक संशोधन पध्दती, पुणे : नित्यनूतन प्रकाशन
4. घोरमोडे, के. यु., घोरमोडे कला. (२००८) शैक्षणिक संशोधनाची मूलतत्वे, नागपूर : विद्या प्रकाशन.
5. सप्रे, नीलिमा, पाटील प्रीती. (२००७) शिक्षणातील विचार प्रवाह, कोल्हापूर : फडके प्रकाशन.
6. पंडित र. वि (2009) शैक्षणिक मानसशास्त्र, नागपूर, पिंपळापुरे ॲण्ड कं. पब्लिशर्स.
7. पुराणिक गो. अ. (1966) शालेय आरोग्य, पुणे : नतून प्रकाशन.
8. साळी, व. झाा. व करंदीकर, सुरेश (2006) आरोग्य शिक्षण, कोल्हापूर : फडके प्रकाशन.
9. शिक्षण संक्रमण (फेब्रुवारी 2005) महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च मा. शिक्षण मंडळ, पुणे.
10. शिक्षण संक्रमण (सप्टेंबर 2009) महाराष्ट्र राज्य, माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे.
11. शिक्षण संक्रमण (फेब्रुवारी 2002) महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे.
12. भारतीय शिक्षण (2007) भारतीय शिक्षण मंडळ, पुणे.
13. भारतीय शिक्षण (जुलै 2007) भारतीय शिक्षण मंडळ, पुणे.