A Study on the effectiveness of the ICDS Scheme for the growth development of preschoolers: a systematic literature review

Seema Kumari[1]

Dr. Shashibhushan[2]

PhD Research scholar,Department of Homescience,Sunrise University1

Professor,Department of Homescience,Sunrise University[2]

Email:sima123@gmail.com

सारांश:

हमारे देश में स्वास्थ्य परिदृश्य तेजी से बदल रहा है, दोनों ही दृष्टियों से सार्वजनिक स्वास्थ्य चुनौतियाँ जिनका हम सामना कर रहे हैं और साथ ही उन पर हमारी प्रतिक्रिया भी चुनौतियाँ। जैसे-जैसे भारत अधिक से अधिक विकसित होता जा रहा है और हम और अधिक विकसित होते जा रहे हैं हमारे पास जो साधन उपलब्ध हैं, उनमें हमारी स्वास्थ्य चुनौतियों के प्रति हमारी प्रतिक्रिया प्रतिबिंबित होनी चाहिए स्वास्थ्य और सामाजिक-आर्थिक स्थिति में बदलाव। भारत के सामने भारी चुनौतियां हैं महिलाओं और बच्चों के स्वास्थ्य के क्षेत्र में। ये निष्कर्ष इस ओर इशारा करते हैं विभिन्न विकास कारकों और स्वच्छता में निवेश का महत्व, और स्वास्थ्य संबंधी ज्ञान को बेहतर ढंग से बढ़ावा देने के लिए जनता को स्वच्छता के बारे में शिक्षित करना

बाल परिणाम. महत्वपूर्ण बात यह है कि ऐसे निवेशों की क्षमता होती है भोजन कार्यक्रम को और अधिक प्रभावी बनाना। इसलिए आईसीडीएस समग्रता लेता है बच्चे के विकास को देखना और उसे बेहतर बनाने का प्रयास करना प्रसवपूर्व और प्रसवोत्तर वातावरण. तदनुसार, बच्चों के अलावा उनके प्रारंभिक वर्ष (0-6 वर्ष), 15 से 45 वर्ष के बीच की महिलाएं भी शामिल हैं

कार्यक्रम द्वारा, क्योंकि ये एक महिला के जीवन में बच्चे पैदा करने वाले वर्ष होते हैं उसके पोषण और स्वास्थ्य की स्थिति का बच्चे के विकास पर असर पड़ता है।

कीवर्ड: आईसीडी , पूर्वस्कूली, संतोषजनक, बौद्धिक, खुशनुमा, प्रगति,

1. भूमिका

जब स्वास्थ्य में सुधार होता है, तो जीवन हर तरह से बेहतर होता है। की जिम्मेदारी हमें लेनी होगी स्वास्थ्य और अन्य दृष्टि से दुनिया को एक 'बेहतर जगह' बनाने के मामले में भविष्य। भारत दूसरे नंबर पर है दुनिया में सबसे बड़ी आबादी वाला देश, और दोनों में स्वास्थ्य संबंधी अनेक समस्याएं शामिल हैं संचारी और गैर-संचारी रोग और अन्य सार्वजनिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं। भारत पर बोझ मातृ, नवजात और शिशु मृत्यु दर दुनिया में सबसे अधिक है। भारत ने देखा है कुछ क्षेत्रों में महत्वपूर्ण उपलब्धियों के बावजूद, सार्वजनिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण परिवर्तन। बहुत सारे बचे हैं सार्वजनिक स्वास्थ्य मुद्दे जो तत्काल चिंता का विषय हैं। भारत में गंभीर मामलों का प्रतिशत सबसे अधिक है उप-सहारा अफ्रीका क्षेत्र सहित विश्व में कुपोषित बच्चे [1]-[4] .एकीकृत बाल विकास सेवा योजना एक अनूठा कार्यक्रम है, जो मानव के मुख्य घटकों को समाहित करता है संसाधन विकास, अर्थात् - स्वास्थ्य, पोषण और शिक्षा। गोद लिए गए बच्चों के लिए राष्ट्रीय नीति 1974 में देश के विकासात्मक प्रयासों में बच्चों को प्राथमिकता देने की आवश्यकता पर बल दिया गया है। भारत सरकार ने प्रदान करने के लिए 1975 में एकीकृत बाल विकास सेवाएँ (ICDS) योजना शुरू की पूर्वस्कूली बच्चों, गर्भवती और स्तनपान कराने वाली माताओं के लिए पोषण और शिक्षा सेवाएँ। के उद्देश्य कार्यक्रम को पूरक पोषण सहित सेवाओं के एक एकीकृत पैकेज के माध्यम से हासिल

किया जाता है, टीकाकरण, स्वास्थ्य जांच, रेफरल, अनौपचारिक प्रीस्कूल, और स्वास्थ्य और पोषण शिक्षा। यह एकीकृत दृष्टिकोण उन गरीब क्षेत्रों में स्थित आंगनवाड़ी केंद्रों के माध्यम से प्रदान किया जाता है जिनकी सबसे अधिक आवश्यकता है

प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल और पोषण. कार्यक्रम का समन्वय गाँव, ब्लॉक, जिला, राज्य और केंद्र सरकार के स्तर पर किया जाता है। कार्यान्वयन की प्राथमिक जिम्मेदारी महिला मंत्रालय की है बाल विकास। हालाँकि ICDS योजना सबसे बड़ा प्रारंभिक बचपन विकास कार्यक्रम है विश्व में, बाल कुपोषण में कमी लाने के अपने प्राथमिक लक्ष्य को प्राप्त करने में इसकी सफलता अनिश्चित बनी हुई है। हालाँकि कार्यक्रम का उद्देश्य सबसे अधिक जरूरतमंद लोगों की सेवा करना है, लेकिन कार्यक्रम के उद्देश्यों के बीच एक अंतर प्रतीत होता है और कार्यान्वयन; भले ही 2008 में ICDS का बजट 1.5 बिलियन डॉलर था। नीति वक्तव्य गर्भवती और स्तनपान कराने वाली माताओं के लिए बाल स्वास्थ्य और पोषण के निवारक और प्रोत्साहन पहलुओं पर ध्यान केंद्रित किया गया है। इसका उद्देश्य बच्चों को जन्म से पहले और बाद में तथा पूरी अवधि के दौरान पर्याप्त सेवाएं प्रदान करना है उनके पूर्ण शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास को सुनिश्चित करने के लिए विकास। दुनिया के देशों की रैंकिंग की गई है बाल अधिकारों की पूर्ति और महिलाओं की प्रगति में उनकी उपलब्धियों के अनुसार। अधिकांश बच्चे गरीब आर्थिक, सामाजिक और पर्यावरणीय स्थिति में रहते हैं, जो उनके शारीरिक और मानसिक रूप से बाधित होता है विकास। यह मानते हुए कि भारत सरकार सुरक्षा को लेकर काफी चिंतित है विशेष रूप से समाज के कमजोर वर्गों के बच्चों के विकास को बढ़ाना। 1996 तक, केरल में 120 आईसीडीएस ब्लॉक (112 ग्रामीण और 8 शहरी ब्लॉक) हैं। आईसीडीएस III परियोजना, 2000, जिसे विश्व बैंक द्वारा सहायता प्राप्त है, केरल में आईसीडीएस कार्यक्रम का सार्वभौमिकरण लाएगा। इसमें राज्य के 14 जिलों (40 ग्रामीण, 3 शहरी, 36 तटीय और 1 आदिवासी ब्लॉक) में फैले 80 ब्लॉक शामिल हैं। केरल में आईसीडीएस के प्रभाव पर कुछ अध्ययन हैं। के बाल रोग विभाग द्वारा एक अध्ययन कालीकट में स्कूल छोड़ने वालों पर आईसीडीएस कार्यक्रम के प्रभाव पर मेडिकल कॉलेज, कालीकट (1984); ए आंगनवाड़ी प्री-स्कूली बच्चों और निजी नर्सरी के कौशल विकास की स्थिति का तुलनात्मक अध्ययन तिरुवनंतपुरम जिले में स्कूल, जिसमें निजी नर्सरी स्कूल के लिए अधिक डर का पता चला है, उनमें से कुछ हैं उन्हें।

2. अनुसंधान समीक्षा

2.1 बौद्धिक विकास

'बौद्धिक' शब्द एक विलक्षण संज्ञा है और कभी-कभी इसकी कल्पना एक वस्तु चरित्र के रूप में की जाती है हम किसी के बौद्धिक के बारे में जो कुछ भी जानते हैं वह उसके व्यवहार के अवलोकन से होता है जो कि उसका प्रतिबिंब होता है क्षमता [26]-[29]।

2.1.1 बौद्धिकता के पहलू

करी (2002) द्वारा पहचाने गए बौद्धिक (बौद्धिक) के विभिन्न पहलू मौखिक समझ, शब्द हैं प्रवाह, संख्या, अंतरिक्ष दृश्य, स्मृति, अवधारणात्मक गति और तर्क। बौद्धिक क्षमताओं में स्मृति, रचनात्मकता, अवधारणा विकास और कल्पना का जुड़ाव। अमेरिकी स्वास्थ्य और मानव विभाग के अनुसार सेवाएँ, 1999, 2002, इसमें सभी मानसिक गतिविधियाँ शामिल हैं - याद रखना, प्रतीक बनाना, वर्गीकरण करना, समस्या समाधान करना, सृजन करना, कल्पना करना और यहां तक कि सपने देखना भी। बौद्धिकता संवेदना, धारणा, स्मृति, विचार, के क्षेत्रों को कवर करती है। तर्क और भाषा. मनोवैज्ञानिकों द्वारा प्रस्तावित बौद्धिकता के विभिन्न सिद्धांत हैं [30]-[32]

2.1.2 प्रारंभिक बचपन में बौद्धिक विकास को प्रभावित करने वाले कारक

वंशागति

आनुवंशिकता से ही बच्चा एक विशेष मानसिक स्तर और विशिष्ट मानसिक क्षमताएँ प्राप्त करता है [33] प्रत्येक व्यक्ति एक निश्चित मानसिक क्षमता के साथ पैदा होता है जो इस बात पर प्रभाव डालता है कि वयस्क होने पर वह कितना बुद्धिमान होगा।

इस क्षमता का विकास व्यक्ति के वातावरण से प्रभावित होता है। इसमें इस बात पर जोर दिया गया है कि विरासत में

मिली बौद्धिकता

पर्यावरणीय उत्तेजना के साथ-साथ बच्चे के बौद्धिक विकास में परिणाम होता है [34]।

प्रेरक वातावरण

कैनेडी और स्लैक (1993) के एक अध्ययन ने बौद्धिकता पर पर्यावरण के प्रभाव को प्रदर्शित किया है
विकास। वोल्कमार एट अल., (1990); टंडन और कपिल (1991) ने बताया है कि बच्चे उत्तेजक रहते हैं वातावरण में बेहतर बौद्धिक विकास होता है (बिरियुकोवा, 2005; निकोलेवा, 2008)। प्रत्येक बच्चा निश्चितता के साथ पैदा होता है पर्यावरण के साथ बातचीत के लिए रणनीतियाँ। प्रारंभिक वर्षों के दौरान बौद्धिक विकास तेजी से होता है, और पर्यावरण बच्चे पर गहरा प्रभाव डालता है [34]-[40]

नर्सरी स्कूल

वे बच्चे जिनके पास नर्सरी, डे केयर और बालवाड़ी का अनुभव है और जो विशेष हस्तक्षेप में भाग लेते हैं कार्यक्रम [41] और हेड स्टार्ट प्रोग्राम से पता चला है कि हस्तक्षेप कार्यक्रम और प्री-स्कूल अनुभव वंचित प्री-स्कूल बच्चों के बौद्धिक विकास को बढ़ाना। यह बचपन के प्रारंभिक वर्षों के दौरान होता है बच्चा मानसिक रूप से वस्तुओं और घटनाओं का प्रतिनिधित्व करने की क्षमता विकसित करता है [42] - [46]।

पोषण

एडजुइक एट अल., 2006 ने एक अध्ययन करने के बाद बताया कि अच्छे पोषण से बच्चों के स्वास्थ्य में काफी सुधार हुआ अधिकांश कार्यों के लिए मानसिक प्रदर्शन। जो युवा बचपन में गंभीर रूप से कुपोषित होते हैं वे विकास करने में असमर्थ हो सकते हैं उनकी प्राकृतिक क्षमताएँ। इसके अलावा, उन्होंने बताया कि अनुवर्ती शोध से पता चला है कि बौद्धिक लाभ इसका श्रेय किशोरावस्था और शायद वयस्कता तक बेहतर आहार को दिया जाता है [47]-[50]

सामाजिक आर्थिक स्थिति

स्वामी एट अल., 2001 के अध्ययनों से पता चला है कि कम एसईएस बच्चों का आईक्यू स्कोर 10-15 अंक कम है। मध्यम वर्ग के बच्चे. उच्च एसईएस परिवारों के बच्चों में उच्चतर उल्लिखित क्षमताएं होती हैं। लेकिन इसकी सूचना दी गई है प्रोत्साहन, समर्थन और इष्टतम परीक्षण स्थितियाँ आर्थिक रूप से वंचितों के आईक्यू प्रदर्शन को बढ़ाती हैं मध्यम वर्ग के बच्चों से अधिक बच्चे। राष्ट्रीय शिक्षा अनुसंधान परिषद द्वारा आयोजित एक अध्ययन और प्रशिक्षण एवं मानव संसाधन विकास मंत्रालय (1996) महिला एवं बाल विभाग द्वारा संचालित विकास ने उच्च मध्यम वर्ग, बीच में आने वाले शहरी निम्न वर्ग और ग्रामीण में उच्च औसत स्कोर दिखाया न्यूनतम औसत स्कोर प्राप्त करना [51]।

2.2 सौहार्दपूर्ण विकास

कोई बच्चा कन्विवियल (सामाजिक) पैदा नहीं होता। वह मिलनसार होना सीखता है। एक मिलनसार परिपक्व बच्चा अच्छी तरह से समायोजित हो सकता है
दूसरे, ऐसे कार्य करेंगे जो उसके और समाज दोनों के लिए फायदेमंद हों, अपने सहपाठियों पर भरोसा करेंगे, पारस्परिक समाधान निकालेंगे
समस्याओं को अनुकूल तरीके से हल करें और उच्च ग्रेड अर्जित करें। कन्विविअल विकास को व्यवहार करने की क्षमता के रूप में परिभाषित किया गया है
प्रेरक अपेक्षाओं के अनुरूप [52]।
प्रेरक अपेक्षाओं के अनुरूप व्यवहार करने की क्षमता का अधिग्रहण। एक कम औपचारिक परिभाषा है सीखना
खेल के नियम [53]। इसमें तीन घटक शामिल हैं:

• व्यवहार करना सीखना: इसमें सबसे पहले यह समझना शामिल है कि नियम क्या हैं और फिर उनका पालन करना सीखना है
उन्हें।

• स्वीकृत प्रेरक भूमिकाएँ निभाना: प्रत्येक समूह की अपनी परिभाषित भूमिकाएँ होती हैं, जिन्हें लोगों से निभाने की अपेक्षा की जाती है।

• सौहार्दपूर्ण दृष्टिकोण विकसित करना: बच्चों को समूह सदस्यता के मूल्य का एहसास होता है और वे इसमें शामिल होने की आवश्यकता महसूस करते हैं।

2.2.1 सौहार्दपूर्ण विकास के पहलू

कन्विविअल विकास के विभिन्न पहलू हैं विश्वास, स्वायत्तता पहल, उद्योग, अंतरंगता, उदारता और ईमानदारी, दोस्ती, सहयोगात्मक खेल, देने और लेने का रिश्ता, टीम भावना और सहयोग, नकारात्मकता, आक्रामकता, झगड़ा, चिढ़ाना और धमकाना, प्रतिद्वंद्विता, सहयोग, प्रबल व्यवहार, उदारता, मिलनसार की इच्छा अनुमोदन, सहानुभूति, निर्भरता और मित्रता, साझा करना, सहयोगात्मक खेल, नकल, पहचान, जिज्ञासा, पूछना प्रश्न, प्रतिस्पर्धा और लिंग उपयुक्त व्यवहार, परोपकारिता, सहयोग, साझा करना, दोस्ती और मदद करना, निर्भरता, स्वायत्तता, निपुणता, योग्यता, मित्रता, सहयोग और लोकप्रियता (ग्रीन, 2006)। की एक किस्म व्यक्तित्व लक्षण जैसे आक्रामकता, परोपकारिता, आश्रित और मुखर व्यवहार, प्रेरणा, प्रोत्साहन, अधिकारों और जिम्मेदारियों की धारणाएं, सौहार्दपूर्ण प्रतिक्रिया, लिंग और स्वभाव में जातीय अंतर।

नकारात्मकता, अंधानुकरण, प्रतिद्वंद्विता, आक्रामकता, झगड़ा, असहयोग, प्रबल व्यवहार, स्वार्थ, सहानुभूति, सौहार्दपूर्ण अनुमोदन, सेक्स दरार, साथी, सहपाठियों की स्थिरता, सौहार्दपूर्ण स्वीकार्यता, स्थानापन्न साथी और नेतृत्व [54]-[55]। कन्विविअल डेवलपमेंट पर विभिन्न सिद्धांत प्रस्तावित किए गए हैं। प्रारंभिक बचपन में सौहार्दपूर्ण विकास को प्रभावित करने वाले कारक कई कारक प्रारंभिक बचपन में प्रेरक विकास को प्रभावित करते हैं। वे नीचे सूचीबद्ध हैं.

परिवार

परिवार बच्चे के सौहार्दपूर्ण व्यवहार को ढालता है। यह बाद में सामंजस्य स्थापित करने का निर्देश देता है, बच्चे को आकार देता है सौहार्दपूर्ण संबंध बच्चे को दूसरों पर भरोसा करना सिखाता है, समय की पाबंदी और दोस्ती विकसित करता है, बच्चे को भविष्य के लिए तैयार करता है, बच्चे को सुरक्षा देता है और समायोजन करने में मदद करता है। घर पर बच्चे के शुरुआती अनुभव और भाषा घर में बोली जाने वाली बातें बच्चे के सौहार्दपूर्ण विकास को प्रभावित करती हैं। अनुमति प्राप्त घरों में पले-बढ़े बच्चे अधिक दिखाते हैं आत्मविश्वास, स्पष्टवादिता, व्यक्तित्व के प्रति सम्मान और वास्तविकता का सामना करने की क्षमता [56]-[59]।

विद्यालय

बच्चों को समझाने में शिक्षक केंद्रीय भूमिका निभाते हैं। शिक्षकों के साथ सकारात्मक संपर्क स्वयं को प्रोत्साहित करता है- सामंजस्य बिठाना, सौहार्दपूर्ण क्षमता बनाना और बच्चों में सकारात्मक सौहार्दपूर्ण व्यवहार को बढ़ावा देना। सकारात्मकता वाले बच्चे और सहपाठियों के साथ सहयोगात्मक संपर्क से स्वायत्तता का विकास होता है, सौहार्दपूर्ण चेतना बढ़ती है और अधिक होती है मिलनसार. यह साबित हो चुका है कि जिन बच्चों में पर्याप्त प्यार और विश्वास की भावना होती है, वे लोकप्रिय होते हैं बेहतर संचार कौशल वाले बच्चों का संवादात्मक विकास बेहतर होता है, जबकि अकुशल कौशल वाले बच्चों का बेहतर संवादात्मक विकास होता है श्रमिक, अवज्ञाकारी बच्चे, जिन्हें कुपोषित बच्चों का डर है और शैक्षणिक विफलता वाले बच्चे गरीब हैं सौहार्दपूर्ण विकास [60]-[63]।

संस्कृति

सौहार्दपूर्ण विकास पर संस्कृति का प्रभाव व्यक्तित्व लक्षणों को कवर करते हुए बहुत व्यापक है। कुछ अंतर-सांस्कृतिक अध्ययनों से पता चला है कि काले बच्चों की आत्म अवधारणा मजबूत होती है, वे अपनी छवि से अधिक संतुष्ट होते हैं श्वेत बच्चों की तुलना में अधिक मित्रतापूर्ण और अधिक क्रॉस रेस संबंध बनाएं [53]।

2.3 पर्याप्त विकास

पर्याप्त विकास व्यक्ति की संपूर्ण वृद्धि और विकास का एक अभिन्न अंग है। यह में से एक है बच्चों के विकास के अधिक स्पष्ट और प्रभावशाली संकेत। इसका मोटर और अन्य पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है विकास के पहलू. स्किनर (1996) का कहना है कि बच्चे के पर्याप्त (शारीरिक) विकास पर उल्लेखनीय प्रभाव पड़ता है

उसके व्यवहार की गुणवत्ता और मात्रा पर। पर्याप्त विकास विकास का एक महत्वपूर्ण पहलू है, क्योंकि यह बच्चे के व्यवहार को प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है [64-68]। सीधे तौर पर यह निर्धारित करता है कि बच्चा क्या कर सकता है और क्या कर सकता है परोक्ष रूप से यह उसके स्वयं और दूसरों के प्रति उसके दृष्टिकोण को प्रभावित करता है। परिणाम के रूप में पर्याप्त वृद्धि इसलिए महत्वपूर्ण है खराब वृद्धि को बाद की रुग्णता, मृत्यु दर और कार्य क्षमता और स्कूल में कम प्रदर्शन से जोड़ने वाले साक्ष्य उपलब्धि [69]-[72]। पर्याप्त विकास का तात्पर्य

शारीरिक ऊतकों में वृद्धि से है और यह ऊंचाई और वजन को दर्शाता है परिवर्तन, शरीर के अनुपात में परिवर्तन, हड्डियों का विकास, मांसपेशियों का विकास और तंत्रिका तंत्र का विकास।

2.3.2 प्रारंभिक बचपन में पर्याप्त विकास को प्रभावित करने वाले कारक

वंशागति

पर्याप्त विकास कुछ हद तक आनुवंशिक कारकों से प्रभावित होता है [68]। लम्बे माता-पिता आमतौर पर लम्बे होते हैं बच्चे और छोटे माता-पिता के बच्चे छोटे होते हैं। इसलिए, लंबा या छोटा होने की प्रवृत्ति काफी हद तक वंशानुगत प्रतीत होती है जब माता-पिता में से एक लंबा और दूसरा छोटा होता है, तो बच्चे लंबे या छोटे या बीच के हो सकते हैं। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि आनुवंशिकता पैटर्न जटिल है और अन्य कारक अक्सर इसमें शामिल होते हैं [60]।

हार्मोन

शरीर में ग्रंथियों द्वारा उत्पादित हार्मोन विकास को संशोधित करते हैं। अग्न्याशय से स्राव, थायराइड जी!और और पिट्यूटरी ग्रंथि विशेष रूप से विकास को प्रभावित करती है। ये स्राव-इंसुलिन, थायरोक्सिन और वृद्धि हार्मोन-कोशिका को बहुत प्रभावित करते हैं आकार और सेल नंबर. इनमें से किसी भी हार्मोन की बहुत कम मात्रा विकास को धीमा कर सकती है। हार्मोन की कमी वाले रोगियों में उपचार के साथ 2.3.2 प्रारंभिक बचपन में पर्याप्त विकास को प्रभावित करने वाले कारक

पोषण

वह विज्ञान है जो खाद्य पदार्थों और शरीर द्वारा उनका उपयोग करने के तरीके से संबंधित है। संतुलित आहार सब कुछ प्रदान करता है स्वस्थ वृद्धि और विकास के लिए शरीर द्वारा आवश्यक खाद्य पदार्थ। अच्छे पोषण में उचित भोजन भी शामिल है प्रत्येक दिन भोजन की मात्रा. जो बच्चे कुपोषण के गंभीर रूप से जीवित रहने में सफल हो जाते हैं उनका पूरा शरीर छोटा हो जाता है आयाम. इसके अलावा उनके दिमाग पर भी गंभीर असर पड़ता है। कुपोषण संभवतः राइनलाइनाइजेशन में बाधा उत्पन्न करता है मस्तिष्क के वजन में स्थायी कमी. जब तक ये युवा मध्य बचपन में पहुंचते हैं, तब तक वे बौद्धिक परीक्षणों में कम अंक प्राप्त करते हैं, खराब मोटर समन्वय दिखाएं, और स्कूल में ध्यान देने में कठिनाई हो [40]। एक बच्चा जो पीड़ित है पोषक तत्वों की कमी पर्याप्त और व्यवहार संबंधी लक्षण प्रदर्शित करती है: बच्चा बीमार और अस्वस्थ है [22]।

व्यायाम

यह निष्कर्ष निकाला गया है कि व्यायाम शरीर को स्वस्थ और फिट रखने में मदद करता है। जोरदार व्यायाम से मांसपेशियां मजबूत होती हैं और परिसंचरण और श्वसन प्रणाली के कार्य में सुधार करता है। पर्याप्त फिटनेस से पर्याप्त और मानसिक दोनों तरह से लाभ होता है स्वास्थ्य। यह शरीर को तनाव झेलने में सक्षम बनाता है जो अन्यथा महत्वपूर्ण और भावनात्मक समस्याएं पैदा कर सकता है। अगर
स्वास्थ्य की दृष्टि से शानदार परिणाम देता है और हृदय की कार्य करने की क्षमता में सुधार लाता है। शरीर में पोषण और पर्याप्त गतिविधि साथ-साथ चलती है [21]-[23],[44]

आराम करो और सो जाओ

आराम और नींद थकान को दूर करने और शरीर में ऊर्जा बहाल करने में मदद करते हैं। आनंददायक और आरामदायक गतिविधियाँ मदद करती हैं शरीर तनाव मुक्त हो जाता है और मजबूत बना रहता है (वर्ल्ड बुक इनसाइक्लोपीडिया, 1992)। जीवन शैली और भोजन की गुणवत्ता महत्वपूर्ण है बच्चे का पर्याप्त विकास. विकास के लिए शिशुओं और छोटे बच्चों में अल्प पोषण की रोकथाम महत्वपूर्ण है घाटे की भरपाई आमतौर पर बाद के वर्षों में पर्याप्त भोजन के साथ भी की जाती है [33]।

तनाव और भावनात्मक अशांति

बार-बार तनाव और भावनात्मक गड़बड़ी भ्रूण अवस्था में भी पर्याप्त विकास में बाधा डाल सकती है। भावनाएँ पाचन एंजाइमों के स्राव को प्रभावित करती हैं। भय और अवसाद स्राव को कम करते हैं और रक्त प्रवाह को बाधित करते हैं और प्राथमिक नहर की गतिशीलता. भावनात्मक संतुष्टि हार्मोनल स्राव को उत्तेजित करती है जो स्वास्थ्य में योगदान करती है।

रोग और संक्रमण

रोग और संचारी संक्रमण विकास को बाधित कर सकते हैं [65]। यदि बच्चों को इसका टीका नहीं लगाया गया है संक्रामक रोगों के कारण, वे आसानी से बीमारी का शिकार बन जाते हैं, और यह बदले में कुपोषण का एक प्रमुख कारण है और इसके माध्यम से, पर्याप्त विकास को प्रभावित करता है. बीमारी से भूख कम हो जाती है और यह बच्चों के भोजन को अवशोषित करने की शरीर की क्षमता को सीमित कर देती है जरूर खाएं। टीकाकरण बैक्टीरिया और अन्य कीटाणुओं की वृद्धि को नियंत्रित करता है जो बीमारी का कारण बन सकते हैं [10]।

2.4 एकीकृत बाल विकास सेवा योजना (आईसीडीएस)

1974 में, भारत ने बच्चों के लिए राष्ट्रीय नीति अपनाई और यह सुनिश्चित करने के लिए एक राष्ट्रीय बाल बोर्ड का गठन किया बच्चों के लिए विभिन्न कल्याण सेवाओं की निरंतर योजना, निगरानी और समन्वय। का गहन मूल्यांकन प्रचलित कार्यक्रमों ने बाल विकास के लिए एक एकीकृत दृष्टिकोण प्रदान करने के लिए एक समग्र कार्यक्रम की आवश्यकता की पुष्टि की एवं विकास। यह योजना एकल सबसे बड़ा बाल संरक्षण हस्तक्षेप कार्यक्रम है, जो वर्तमान में परियोजनाओं को कवर करता है पूरे देश में फैल गया. इसमें स्वास्थ्य, पोषण शिक्षा जैसे मानव संसाधन विकास शामिल है। वह था निर्णय लिया गया कि ऐसे कार्यक्रम में स्वास्थ्य, पोषण, प्री-स्कूल और अनौपचारिक शिक्षा के घटक शामिल होने चाहिए स्वास्थ्य और पोषण। इस प्रकार बच्चों के लिए राष्ट्रीय नीति के अनुसरण में यह देश का सबसे बड़ा कार्यक्रम था।

2 अक्टूबर 1975 के दुर्भाग्यिपूर्ण दिन को 33 प्रायोगिक ब्लॉक6 (4 - शहरी, 18 -ग्रामीण, 11 - आदिवासी) में लॉन्च किया गया। के अंत तक 1995-96, यह योजना 5614 परियोजनाओं (केंद्रीय - 5103, राज्य - 511) में फैली हुई थी, जिसमें लगभग 5300 समुदाय शामिल थे विकास खंड और 300 से अधिक शहरी मलिन बस्तियाँ। ICDS 22 मिलियन से अधिक लाभार्थियों को सेवाएं प्रदान करता है, जिनमें 18 से अधिक शामिल हैं गरीब सामाजिक-आर्थिक समूह से मिलियन बच्चे और लगभग 4 मिलियन गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाएं। लगभग, 3-6 वर्ष की आयु वर्ग के लाखों बच्चे विभिन्न आंगनबाड़ियों में स्कूल-पूर्व शिक्षा गतिविधियों में भाग लेते हैं केन्द्रों. आईसीडीएस सेवा वितरण में 3 लाख से अधिक प्रशिक्षित आंगनवाड़ी कार्यकर्ता और इतनी ही संख्या में सहायक हैं प्रबंधन। निस्संदेह, आईसीडीएस दुनिया का सबसे बड़ा कार्यक्रम है और यह वैज्ञानिकों का काफी ध्यान आकर्षित करता है दुनिया भर में समुदाय।

2.5 बाल लाभार्थी पर आईसीडीएस का प्रभाव

नायर (2000) ने आंगनवाड़ी प्री-स्कूल बच्चों के कौशल विकास की स्थिति का तुलनात्मक अध्ययन किया नर्सरी मूल्यांकन स्केल तिरुवनंतपुरम (एनईएसटी) का उपयोग करके केरल (त्रिवेंद्रम जिला) में निजी नर्सरी स्कूल। गुणवत्ता प्रारंभिक बचपन के वातावरण को HOME (होम ऑब्जर्वेशन फॉर मेजरमेंट ऑफ एनवायरनमेंट) द्वारा भी मापा जाता है। इन्वेंटरी उनके मूड को रंगों से जोड़ती है। इससे एक महत्वपूर्ण अंतर सामने आया. निजी नर्सरी स्कूल के बच्चे उच्च अंक दिखाया। सूद (1992) ने "महिलाओं की स्थिति और बाल स्वास्थ्य" शीर्षक से एक अध्ययन किया। अध्ययन से पता चला बच्चों का पोषण राज्य के अनुसार अलग-अलग होता है, लेकिन कॉन्विविअल समूहों के बीच सीमित होता है। क्रोनिक अल्पपोषण में गिरावट आई बढ़ती उम्र. कपिल (1989) ने "आईसीडीएस योजना-मातृ स्वास्थ्य और बच्चे के लिए एक कार्यक्रम" शीर्षक से एक अध्ययन किया विकास।" अध्ययन से पता चला कि यह माँ और बच्चों के विकास के लिए सबसे बड़ा राष्ट्रीय कार्यक्रम है दुनिया। नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ न्यूट्रिशन (1995) के एक अध्ययन से पता चला कि आईसीडीएस लाभार्थियों ने मनोविश्लेषण प्राप्त किया गैर-आईसीडीएस बच्चों की तुलना में कम उम्र में विकासात्मक मील के पत्थर। उनके द्वारा प्राप्त मील के पत्थर की संख्या थी और भी बड़ा. एनआईएन (1999) ने लाभार्थियों की तुलना गैर-आईसीडीएस लाभार्थियों से की और पाया कि लाभार्थियों ने स्कोर किया संज्ञानात्मक परीक्षण में उच्चतर. सूद (1992) के एक अध्ययन में बताया गया है कि आईसीडीएस के

संपर्क से समग्र विकास में वृद्धि हुई है प्रारंभिक बचपन की स्थिति. स्कूल के प्रदर्शन में भी एक्सपोज़्ड ग्रुप नॉन-एक्सपोज़्ड ग्रुप से आगे था। आंगनवाड़ी केंद्रों में जाने वाले बच्चों ने आंगनवाड़ी केंद्रों में नहीं जाने वाले बच्चों की तुलना में काफी बेहतर प्रदर्शन किया संज्ञानात्मक विकास के अनुक्रमिक सोच और समय बोध पहलू। अध्ययन कपिल द्वारा आयोजित किया गया था (1989) "बच्चों की प्रारंभिक बचपन की शिक्षा और विकास पर आईसीडीएस का प्रभाव" शीर्षक से अध्ययन से पता चला कि आईसीडीएस गांवों में बच्चों की बौद्धिक स्थिति निश्चित रूप से गैर-आईसीडीएस गांवों के बच्चों की तुलना में बेहतर थी और आईसीडीएस क्षेत्रों में उच्च बौद्धिक स्थिति प्रारंभिक बचपन की शिक्षा और बेहतर पोषण के प्रभाव के कारण थी बच्चों की स्थिति.

पोषण संबंधी इनपुट का सकारात्मक प्रभाव कई अध्ययनों में प्रदर्शित किया गया है, जिसमें बताया गया है कि यह उच्चतर है गैर-आईसीडीएस क्षेत्रों की तुलना में आईसीडीएस क्षेत्रों में सामान्य बच्चों का प्रतिशत अधिक पाया गया। पाया कि वहाँ एक महत्वपूर्ण था दोबारा सर्वेक्षण के दौरान बच्चों की औसत ऊंचाई और वजन में सुधार हुआ, जो सामान्य का संकेत है बच्चों में पर्याप्त विकास में सुधार। आईसीडीएस और गैर-आईसीडीएस में बाल स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन उत्तर प्रदेश में ब्लॉक (0-6 वर्ष) का संचालन किया गया जिसमें आईसीडीएस बच्चों के लिए उच्च स्कोर दिखाया गया।

3.समापन

समीक्षा से पता चलता है कि आईसीडीएस योजना प्रीस्कूलर के विकास के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। आईसीडीएस योजना बहुत आकर्षक हो सकती है लेकिन लाभार्थियों को इसके महत्व का एहसास नहीं है। आंगनवाड़ी केंद्रों के लिए मानक एमसीएच सेवाओं को प्रभावी ढंग से प्रदान करने के लिए उन्हें उन्नत करने के लिए योजना तैयार और कार्यान्वित की जानी चाहिए। खरीद और सप्लाई चेन सिस्टम को मजबूत किया जाए. पर्यवेक्षण के लिए स्पष्ट रणनीति और प्रक्रिया की आवश्यकता है पर्यवेक्षी गतिविधियों की एक सूची और पर्यवेक्षकों को सिखाए जाने वाले पर्यवेक्षण के कौशल के साथ परिभाषित किया गया है या कार्मिक जो इन गतिविधियों का संचालन करेंगे। उचित एवं पर्याप्त पोषण अनुपूरण प्रदान किया गया लाभार्थी बच्चों को पोषणयुक्त और स्वस्थ जीवन जीने में मदद कर सकते हैं कुपोषण. आईसीडीएस टीम फ्रंटलाइन कार्यकर्ताओं और के बीच साझेदारी बनाने में मदद कर सकती है समुदाय/महिला समूह, बच्चों की देखभाल, स्वास्थ्य, पोषण में सुधार के लिए एक एकीकृत दृष्टिकोण की सुविधा प्रदान करते हैं भलाई और विकास। कार्यक्रम के प्रभावी कार्यान्वयन के लिए आईसीडीएस टीम को कार्य करना चाहिए बच्चों और मां तक सेवाएं पहुंचाने के लिए समन्वित प्रयास।

ग्रन्थसूची

[1] एडजुइक एम., स्मिथ टी., क्लार्क एस., टॉड जे., "उप-सहारा अफ्रीका और बांग्लादेश में कारण-विशिष्ट मृत्यु दर", विश्व स्वास्थ्य संगठन। विश्व स्वास्थ्य संगठन का बुलेटिन, खंड/अंक: 84(3), पृ. 181-8, 2006।

[2] अफरीदी एफ., "बाल कल्याण कार्यक्रम और बाल पोषण: भारत में एक अनिवार्य स्कूल भोजन कार्यक्रम से साक्ष्य", विकास अर्थशास्त्र जर्नल. वॉल्यूम. 92, पृ. 152-165, 2010।

[3] वार्षिक रिपोर्ट, महिला एवं बाल विकास विभाग, मानव संसाधन विकास मंत्रालय, पृष्ठ 48, 1998-99।

[4] अरिमोंड एम., रुएल टी., "देखभाल का आकलन: चयनित बाल देखभाल और भोजन के मापन की दिशा में प्रगति प्रथाओं, और कार्यक्रमों के लिए निहितार्थ", वाशिंगटन, डीसी, यूएसए: खाद्य और पोषण तकनीकी सहायता परियोजना, शैक्षिक विकास अकादमी, 2002।

[5] ऑबेल जे., टौरे आई., डायग्ने एम., "सेनेगल की दादी-नानी बेहतर मातृ एवं शिशु पोषण प्रथाओं को बढ़ावा देती हैं: परंपरा के संरक्षक परिवर्तन के प्रतिकूल नहीं हैं", सामाजिक विज्ञान और चिकित्सा, खंड/अंक: 59(5), पृ. 945-959, 2004.

[6] बेसिल सी.जी., "छोटे बच्चों में सीखने के हस्तांतरण के लिए उत्प्रेरक के रूप में पर्यावरणीय शिक्षा", जर्नल ऑफ पर्यावरण शिक्षा, खंड/अंक: 32(1), पृष्ठ 21-27, 2000।

[7] बाउमन ए., बेलेव बी., वीटा पी., ब्राउन डब्ल्यू., ओवेन एन., "गेटिंग ऑस्ट्रेलिया एक्टिव: टुवर्ड्स बेटर प्रैक्टिस फॉर द शारीरिक गतिविधि को बढ़ावा देना. (सारांश)", मेलबर्न, ऑस्ट्रेलिया: नेशनल पब्लिक हेल्थ पार्टनरशिप, पीपी. 109- 113, 2002.
[8] बयात एम., "ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों के परिवारों में लचीलेपन का साक्ष्य", जर्नल ऑफ इंटेलेक्चुअल डिसेबिलिटी रिसर्च, खंड/अंक: 51(9), पृ. 702-714, 2007।
[9] बर्क ई.एल., "बाल विकास (31वां संस्करण)", नई दिल्ली, प्रेंटिस हॉल ऑफ इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, पीपी. 218-317, 1996।
[10] बेज़नर केर आर., दकिशोनी एल., शुम्बा एल., मसाची आर., चिरवा एम., "हम दादी माँ बहुत कुछ जानती हैं: स्तनपान, पूरक आहार और मलावी में दादी-नानी की बहुमुखी भूमिका", सामाजिक विज्ञान और चिकित्सा, खंड/अंक: 66(5), पृ. 1095-1105, 2008।
[11] बिरियुकोवा एन.ए., "एक पारिस्थितिक चेतना का गठन", रूसी शिक्षा और समाज, खंड/अंक: 47(12), पीपी. 34-35, 2005.
[12] बॉयड बी. ए. "बच्चों की माताओं में तनाव और सामाजिक समर्थन की कमी के बीच संबंधों की जांच करना" ऑटिज्म", ऑटिज्म और अन्य विकासात्मक विकलांगताओं पर फोकस, खंड/अंक: 17(4), पीपी. 208, 2002।
[13] बुल एफ.सी., बाउमन ए.ई., बोलो बी., ब्राउन डब्ल्यू., "गेटिंग ऑस्ट्रेलिया एक्टिव II: एन अपडेट ऑफ एविडेंस ऑन फिस्कल" स्वास्थ्य के लिए गतिविधि", मेलबर्न, ऑस्ट्रेलिया: राष्ट्रीय सार्वजनिक स्वास्थ्य भागीदारी, 2004