PARIVARTAN
परिवर्तन
TAKSHILA
तक्षशिला

हमार अँगना

अंक 14 | अर्द्धवार्षिक | पूर्व-स्कूल एवं अनौपचारिक शिक्षा पर परिवर्तन के प्रयासों का संकलन, आँगनबाड़ी केन्द्रों के लिए | अप्रैल - सितम्बर 2023

संपादकीय

प्रिय पाठको,

जैसा कि आप जानते है बालघर आंगन,परिवर्तन शिक्षा इकाई की एक उप इकाई है जो पिछले 10 वर्षो से लगातार आंगनबाड़ी केंद्रों के 3 से 6 वर्ष के बच्चों के साथ जुड़ा है। इस प्रयास के अंतर्गत बालघर 21 गाँवों के 52 आंगनबाड़ी केन्द्रों के साथ जुड़कर काम कर रहा है। बालघर आंगन का उद्देश्य बच्चों के अन्दर खेल, कविता, कहानी के माध्यम से शारीरिक, मानसिक एवं भाषा का ज्ञान कराना है और कार्यक्षेत्र के आंगनबाड़ी केन्द्रों को सुदृढ़ करने हेतु सभी सेविकाओं,सहायिकाओं का मार्गदर्शन करना है। आंगनबाड़ी केंद्र द्वारा संचालित की गई गतिविधियों एवं कार्यक्रमों में जैसे अन्नप्राशन, गोदभराई, पोषाहार तथा दैनिक शैक्षणिक गतिविधी कार्यक्रमों में बालघरआंगन का हस्तक्षेप सीधे तौर पर सभी आँगनबाड़ी केन्द्रों के साथ हो रहा है। इस अंक के माध्यम से मैं बालघर आंगन के हस्तक्षेप से उत्पन्न प्रभाव, नई पहल, केन्द्रों के साथ उसका सहयोग, तथा पिछले छः माह के अनुभवों को आप सभी के साथ साझा कर रही हूँ।

पिछले सत्र में अपने कोर एरिया की सात पंचायतों के साथ स्वास्थ्य और पोषण कार्यक्रम एवं कुछ प्रमुख कार्यशालाएं - नन्हे कदम कार्यशाला, गुनगुन कार्यशाला एवं गतिविधि शिविर का आयोजन किया गया जिसमें सेविकाओं, सहायिकाओं , बच्चों और अभिभावकों ने भाग लिया और कार्यक्रम को सफल बनाया।

सप्रेम

मधुबाला

हमारी कार्य प्रणाली

बालघर आंगन अपने आस-पास के 21 गाँवों के 52 आँगनबाड़ी केन्द्रों के साथ कार्यरत है। हमारा काम 3 से 6 वर्ष की आयु के बच्चों के अन्दर मानसिक, शारीरिक तथा बौद्धिक विकास को प्रबल करना है। यह एक ऐसी आयु सीमा है जिसमे बच्चों का सवार्धिक बौद्धिक विकास होता है। हम भी इसी बात का ध्यान रखते हुए बच्चों के विकास के लिए खेल-खेल के माध्यम से उन्हें भविष्य में सफल नागरिक बनाने हेतु तैयार करते हैं ताकि ये बच्चे यहाँ से जाकर अपने केंद्र पर आदर्श बच्चे बनकर पल्लवित हों और अन्य बच्चों को प्रेरित कर सकें। क्लास के लिए हमारी 6 माह की एक कार्य योजना है। इस कार्य योजना को बनाने के लिए हम प्रथम संस्था, इकतारा संस्था, प्रार्थना एवं अश्वथ की किताबें तथा दिल्ली पब्लिक स्कूल पटना की शिक्षिकाओं एवं परिवर्तन के साथियों का धन्यवाद करना चाहते हैं, जिनके सहयोग के बिना यह कार्य योजना सफल नही हो पाती। हमारे पाठ्यक्रम में मुख्य रूप से तरह-तरह की आवाज़ों (फौनिटिक साउंड) से अक्षर- की पहचान, अपने परिवार की जानकारी, देश भक्ति कविता, मन पसंद के खाने और तरह-तरह के पोषक तत्वों की जानकारी को शामिल किया गया है जिससे बच्चे इन आवश्यक बातों को खेल-खेल के माध्यम से सहजता से समझ सकें।

सपनों की उड़ान

बालघर के बच्चों ने 15 अगस्त के लिए **धूम-धड़ाम** नाटक की तैयारी की थी। पर उस दिन धूप और गर्मी दोनों बहुत खुश थे और बच्चों को चुनौती दे रहे थे-कि आज देखते हैं छोटे –छोटे बच्चे कैसे अपना नाटक प्रस्तुत करते हैं, जरा हम भी तो देखें। यह देखने के बावजूद नन्हे मुन्ने बच्चों ने अपनी प्रस्तुती देनी शुरू की। एक –एक कर सारे बच्चे अपनी –अपनी भूमिका बेहतरीन तरीके से कर रहे थे। जब अरमान को खरगोश वाली भूमिका निभानी थी उस वक्त अरमान को फर्श पर आराम करने वाला अभिनय करना था। लेकिन प्रचंड धूप के कारण उसकी पीठ जल रही थी। फिर भी उसने अपनी आँख के ऊपर हाथ रखकर अपनी भूमिका बहुत ही सुंदर तरीके से पेश की। अरमान ही नहीं सारे बच्चों ने अपना –अपना अभिनय दर्शकों के बीच बहुत ही सहजता के साथ प्रस्तुत किया। जब दर्शकों की तालियाँ बजने लगीं तब सबने बहुत धैर्य के साथ दर्शकों को प्राणम किया एवं इस नाटक का उद्देश्य सबके साथ साझा किया , उसके बाद ही वे मंच से नीचे उतरे।

नन्हे कदम कार्यशाला

दिनांक : 30 सितम्बर (2023) | **समय** : 10:30am से 12:30pm तक | **स्थान** : आंगनबाड़ी केंद्र (बंधू सलोना)

उद्देश्य : इस कार्यशाला का यही उद्देश्य है कि जिन आंगनबाड़ी केन्द्रों के बच्चों को परिवर्तन में जो जो गतिविधियाँ सिखाई जाती हैं, उन गतिविधियो को नन्हे कदम कार्यशाला के माध्यम से उन बच्चों के अभिभावकों के बीच प्रस्तुत किया जाए, ताकि उन बच्चों के अभिभावक महसूस कर सकें कि परिवर्तन से जुड़ने से हमारे बच्चों के अन्दर क्या क्या बदलाव आया है।

प्रार्थना – तुम्हीं हो माता – पिता तुम्हीं हो। इस प्रार्थना को बच्चों और अभिभावकों के बीच गाया गया। जिसमें बच्चों और अभिभावकों ने बहुत ही सुन्दर तरीके से, एक साथ प्रार्थना का स्वर वाचन किया।

व्यायाम – बच्चों द्वारा व्यायाम और बालगीत की प्रस्तुति हुई। जिसमें व्यायाम के माध्यम से दस तक की गिनती तथा दिशा की जानकारी कराई गयी। उसके बाद बालगीत का वाचन किया गया।

विज्ञान की दुनिया – सुधीर जी द्वारा बच्चों के साथ अरविन्द गुप्ता द्वारे बनाए गए बहुत सारे खिलौनों को दिखाया गया। इसी तरह की गतिविधि में बच्चे और अभिभावक बहुत रूचि ले रहे थे। इन खिलौनों में टब में नाव चलाना, स्ट्रॉ से सीटी का निर्माण करना, माचिस के डिब्बा से ट्रेन को चलाना और बोतल गुब्बारा से पम्प का निर्माण करना दिखाया गया।

रंगों की दुनिया – राजवर्धन जी द्वारा बच्चों के साथ अलग अलग जानवरों के मुखौटे बनाए गए। जब बहुत सारे मुखौटे बनकर तैयार हो गए तो उन्हीं मुखौटों को पहन कर बच्चों ने अपना अपना अभिनय दिखाया। जिसमें हर बच्चे ने अपनी मनपसंद के जानवर का मुखौटा राजवर्धन जी के सहयोग से बनाया। इस गतिविधि को बच्चों ने खेल-खेल के माध्यम से पूरा किया।

आउटरीच

सेविका की संख्या	सहायिका की संख्या	बच्चो की संख्या	अभिभावक की संख्या
2	3	36	32

गर्मी छुट्टी की चहल-पहल

शाखा – बालघर आंगन | विधा – पेक गतिविधि | दिनांक - 12 से 17 जून 2023

उद्देश्य : इस कार्यशाला का यही उद्देश्य है कि ज्यादा से ज्यादा बच्चे परिवर्तन से जुड़ें और नई –नई गतिविधि से अवगत हों तथा इनसे लाभ उठा सकें।

गतिविधि शिविर में भाग लेने हेतु चयनित समुदाय की सूची।

सत्र	समुदाय	अनुमानित बच्चें	कुल
प्रथम सत्र	नरेंद्रपुर, बाबु भटकन	25	25
दूसरा सत्र	मियां भटकन	25	25

बच्चों के लिए गतिविधि

(1) वार्मअप एक्सरसाइज – इस गतिविधि को करने से पहले सारे बच्चों को कतार में खड़ा कराकर धीरे –धीरे दौड़ने को कहा गया। जैसे ही उन्होंने दोड़ना शुरू किया उनका शरीर गर्म होने लगा और उनके शरीर में फुर्ती भी आने लगी। उसके बाद बच्चों से अन्य गतिविधियाँ करवाना आसान हो गया।

(2) सूर्य नमस्कार – सबसे पहले बच्चों को इस गतिविधि के बारे में बताया गया कि यह गतिविधि हम क्यों करते हैं और इनमें कितनी संख्या होती है। फिर सारे बच्चों को लाइन में खड़ा कराकर इस गतिविधि को शुरू किया गया। शुरू में तो कुछ बच्चे 6 अंक की गिनती के साथ अपनी जगह पर चिपक गए और उठने का नाम ही नहीं ले रहे थे, धीरे –धीरे चौथे दिन से बच्चों में बहुत बदलाव हुआ और प्रस्तुती के दिन बच्चों ने सूर्य नमस्कार की प्रस्तुति बहुत ही बेहतर तरीके से सभागार में दी।

(3) जम्प ओवर द कोण – इस गतिविधि को करने के लिए सारे बच्चों को कतार में खड़ा कराकर उनके सामने कोण को रखकर एक –एक बच्चे को कोण के ऊपर से छलांग लगवाई गई। इसमें बच्चे जितनी उपर से कूद सकें, कूद सकते थे।

(4) फ्रॉग जम्प –चार या पांच कोण रखने के बाद सारे बच्चे मेढक जैसी आवाज निकालने लगे और आगे की तरफ बढ़ते गए।

(5) कैट वॉक - इस गतिविधि में बच्चे खूब मस्ती कर रहे थे और कोण के किनारे से बिल्ली जैसा चल के दिखा रहे थे। उसके बाद दो कोण को गोल पोस्ट बनाकर दस से बारह कदम की दूरी पर बच्चों से फुटबाल के माध्यम से किक करवाया गया।

विगत 5 दिनों में सीखी गई, नई –नई गतिविधि की प्रस्तुती सभागार में की गई। जिसमें पेक गतिविधि से जुड़े बच्चों ने सूर्य नमस्कार और मेढक जम्प की प्रस्तुती की।

स्वास्थ्य और पोषण कार्यक्रम

दिनांक- 2,7,8,9 तथा 12 सितम्बर तक चला। | स्थान- आँगनबाड़ी केंद्र | कुल केंद्र संख्या – 7 अलग अलग पंचायत से एक एक केंद्र समय-11:00am-12:00pm

परिवर्तन से सदस्य- मधुबाला, विवेक कुशवाहा और मिथलेश कुमार

उद्देश्य-समुदाय के लोगों को नियमित खान पान में पोषण युक्त खाद्य(संतुलित थाली) सामग्रियों से अवगत कराना।

चयनित आंगनबाड़ी केंद्र

क	पंचायत	गाँव	सेविका के नाम
1.	नरेन्द्रपुर	बड़हुलिया	बबिता पर्वत
2.	मियाँ भटकन	बंधू सलोना	मीरा देवी
3.	बलिया	बलिया	सुनता देवी
4.	भवराजपुर	भवराजपुर	रेखा देवी
5.	चंदौली-गांगुली	बेद्वलिया	प्रवीन खातून
6.	भरौली	भरौली	सुनीता देवी
7.	जामापुर	रुइयाँ	पूनम देवी

कुल पंचायत -7, कुल प्रखंड – 2

मनुष्य का विकास उसकी स्वस्थ दिनचर्या से होता है। यह स्वस्थ दिनचर्या तभी होगी जब हम प्रतिदिन संतुलित भोजन करेंगे। इसी सन्दर्भ में सितंबर माह में, परिवर्तन ने अपने कार्यक्षेत्र के लोगों को जागरूक करने हेतु 2 सितम्बर से 12 सितम्बर तक स्वास्थ्य एवं पोषण जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। यह कार्यक्रम हमारे कार्यक्षेत्र की 7 पंचायतों के आंगनबाड़ी केन्द्रों पर आयोजित किया गया। पोषण सप्ताह का पहला दिन बड़हुलिया और संजलपुर आंगनबाड़ी केंद्र पर आयोजित हुआ। विवेक जी द्वारा परिचय सत्र से कार्यकर्म को शुरू किया गया। उसके बाद मेरे द्वारा पोषक तत्व के विभिन्न आयामों और संतुलित थाली का प्रदर्शन किआ गया जिसमें किशोरियों और महिलाओं को सही पोषण के लिए जागरूक किया गया। इसके साथ ही साथ पोषण वाटिका से लाभ और उसे लगाने के तरीके को बताया गया - कम से कम जमीन पर आप कीस तरह की पोषण वाटिका लगा सकते हैं। उसके बाद उसी जगह पर पोषण सम्बंधित विडियो को दिखाया गया। विडियो समाप्त होने के बाद मिथिलेश जी द्वारा बताया गया कैसे बिना किसी खर्चा के अथवा जो स्थानीय रूप से आसानी से मिल सके उन पदार्थो से हम कैसे पोषण प्राप्त कर सकते हैं। बच्चों में कुपोषण होने का कारण उदाहरण के साथ मिथलेश जी द्वारा समझाया गया। इसके बाद हमारा भोजन कैसा हो इसपर बातचीत हुई। आंगनबाड़ी सेंटर पर लगी पोषण वाटिका को उपस्थित महिलाओं और किशोरियों को दिखाया गया। इसके उपरांत यह कार्यक्रम आगे भी संचालित किया जायेगा। कुल दर्शक -143

कार्यक्रम का प्रभाव -

काफी महिलाओं ने स्वीकार किया की वे खाने में हरी साग-सब्जी को कम शामिल करती हैं पर आगे से इसका ख्याल रखेंगी। जच्चा और बच्चा के ख्याल से महिला खाने के प्रति सचेत हुई। उन्होंने अपने घर के आस-पास पोषण वाटिका के निर्माण की बात कही।

हमारे द्वारा संचालित जागरूकता कार्यक्रम को बिहार सरकार के बालविकास मंत्रालय के ऑफिशियल पेज पर भी पोस्ट किया गया।

सेविका की केस स्टोरी

आरती देवी, केंद्र – संजलपुर, कोड -10082, उम्र -56 साल

परिवर्तन द्वारा आयोजित सेविका प्रशिक्षण में आरती जी ने भी भाग लिया था। वे मियां भटकन के संजलपुर गाँव की निवासी हैं। आरती जी अपने कार्यक्रम के प्रति सजग रहती हैं। प्रशिक्षण के दौरान विशेषज्ञ द्वारा किसी भी गतिविधि के समाप्त होने के तुरंत बाद वे प्रश्नों की बौछार कर देती हैं। उनकी उम्र देखने पर तो ऐसा लगता है कि अब उन्हें आराम करने की जरूरत है पर अभी भी वे जितनी सक्रिय हैं उतना शयद एक बच्चा भी नहीं हो सकता है। इससे यह पता चलता है कि वे गतिविधियों में कितनी रूचि लेती हैं। प्रशिक्षण में बहुत सारी सेविकाओं ने भाग लिया था पर ज्याद प्रश्नों के जबाब आरती जी की तरफ से ही आ रहे थे। यह बात सभी को शानदार लगी।

रमिता देवी, केंद्र – रुईया, हरजन टोला, कोड – 8069, उम्र - 40 साल

अपने फील्ड विजिट के दौरान जब भी मैं रमिता जी के केंद्र पर गई हूँ उस समय रमिता जी अपने बच्चों के साथ बैठकर गिनती या कविता करवाती हुई ही नजर आई हैं। पिछले सप्ताह जब मैं रमिता जी केंद्र पर गई हुई थी तो बच्चे बोल रहे थे- मैडम जी आप कब हमलोगों को परिवर्तन ले चलेंगी? मैने बच्चों को समझाया - ठीक है इस बार मैं तुम लोगों को छह माह के लिए परिवर्तन ले चलूँगी। उसी बीच रमिता जी आई और बोलने लगीं - अब मुझे नया कविता की जरूरत है। जो मैंने सीखा था, उतना मैंने बच्चों को सिखा दिया है। अब मुझे नया कविता चाहिए। उनकी निरंतर सीखने का उल्लास हमें भी उत्साह से भर देता है।

बच्चों की केस स्टोरी

नाम – निखिल कुमार, घर – नारायणपुर, पिता – संतोष पटेल, उम्र – 4 वर्ष

निखिल अपनी बहन शिखा के साथ बालघर का नियमित छात्र था। कोई ऐसा दिन नहीं था कि निखिल बालघर नहीं आता था। जिस दिन मैं छुट्टी पर रहती थी उस दिन फोन करके कहता था - मैडम जी गाड़ी लेकर क्यों नहीं आई मुझे लेने के लिए ? वह समय से पहले ही तैयार होकर गाड़ी आने का इंतजार करता था। उसके साथ जितने बच्चे थे सब एक से बढ़कर एक थे लेकिन उम्र में सबसे छोटा होने के बावजूद निखिल का दिमाग सबसे तेज था। क्लास के अंदर कोई भी कविता कहानी हम सिखाते थे तो सबसे पहले निखिल उसको याद कर लेता था। इसी तरह कोई भी गेम मैं बच्चों को सिखाती थी निखिल उसे बहुत असानी से सीख लेता था। और यहाँ से सीख कर अपने सेंटर पर जाकर अन्य बच्चों को सिखाता था। इसलिए सारे बच्चे निखिल के दोस्त बन गए थे। निखिल पढ़ाई के साथ साथ खूब खेल कूद भी करता था। यह अद्भुत बात थी।

नाम – आहीदा खातून, पिता – शहजाद अली, घर- बंथूसलोना

आहीदा, बंथू सलोना की रहने वाली बहुत ही कुशाग्र और गंभीर बच्ची है। जब मुझे आंगनबाड़ी से परिवर्तन क्लास के लिए बच्चों को लाने के लिए कहा गया तो मैंने सहायिका के सुझाव से 5 बच्चों का नाम लिखा। उस वक्त आहीदा को लगा कि - मैडम हमको क्यों नहीं परिवर्तन भेज रही हैं? इसके बाद वह छोटी बच्ची सहायिका के पास जाकर बोली -मैडम जी मुझे भी परिवर्तन जाना है। तो सेविका ने आहीदा को समझाया - इस बार तो मैंने 5 बच्चों का नाम दे दिया है, अगली बार मैं तुम्हारा भी नाम दे दूंगी। सेविका की यह बात सुनकर आहीदा खुश नही हुई और पेट दर्द का बहाना बना कर घर चली गयी। घर जाकर वह अपनी अम्मी को बुला कर लाई। फिर उसकी अम्मी ने सहायिका से कहा- आप इसे भी परिवर्तन भेजिए। यह घर जा कर रो रही है।

उसकी अम्मी के कहने पर सेविका ने 5 बच्चों की जगह 6 बच्चों का नाम दे दिया। अगले दिन से आहीदा और बाकी बच्चे नियमित रूप से क्लास आने लगे। आहीदा बहुत ही शांत स्वाभाव की लड़की है। धीरे-धीरे वह सेंटर के लिए एक रोल मॉडल बन गयी है। यही नही 15 अगस्त पर हुए नाटक में उसने बहुत ही सुंदर प्रस्तुति दी है। उसने **धूम- धड़ाम** नाटक में तितली का रोल किया था। आहीदा आगे चल कर डॉक्टर बनना चाहती है।