



Content is available at: CRDEEP Journals
Journal homepage: <http://www.crdeepjournal.org/category/journals/global-journal-of-current-research-gjcr/>

Global Journal of Current Research
(ISSN: 2320-2920) (Scientific Journal Impact Factor: 6.122)

UGC Approved-A Peer Reviewed Quarterly Journal



Research Paper

पोषण, उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन: मध्याह्न भोजन योजना का विद्यालयी शिक्षा पर प्रभाव.

श्रवण कुमार सिंह¹ और डॉ. तमन्ना अनवर²

1- शोधार्थी, मानविकी एवं सामाजिक विज्ञान संकाय, साईं नाथ विश्वविद्यालय, भारत

2- सहायक प्राध्यापक, मानविकी एवं सामाजिक विज्ञान संकाय, साईं नाथ विश्वविद्यालय, भारत

ARTICLE DETAILS

Corresponding Author:

श्रवण कुमार सिंह

Key words:

मध्याह्न भोजन योजना,
पोषण, शैक्षिक प्रदर्शन,
उपस्थिति, विद्यालयी शिक्षा

ABSTRACT

मध्याह्न भोजन योजना (Mid-Day Meal Scheme) भारतीय सरकार की एक महत्वपूर्ण योजना है, जिसका उद्देश्य स्कूलों में पढ़ने वाले बच्चों को पोषणयुक्त भोजन प्रदान करना है। इस योजना का मुख्य उद्देश्य बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास को बढ़ावा देना है, ताकि उनकी उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन में सुधार हो सके। यह योजना विशेष रूप से गरीब और ग्रामीण क्षेत्रों में शिक्षा प्राप्त करने वाले बच्चों के लिए महत्वपूर्ण है, जहां पोषण की कमी अक्सर उनकी शैक्षिक सफलता को प्रभावित करती है। इस समीक्षा पत्र में, हम मध्याह्न भोजन योजना के प्रभाव को छात्रों की उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन पर विस्तार से विश्लेषित करेंगे। यह अध्ययन करेगा कि किस प्रकार सही पोषण बच्चों की शिक्षा पर प्रभाव डालता है, और इस योजना के माध्यम से शिक्षा के स्तर को कैसे सुधारा जा सकता है।

परिचय

मध्याह्न भोजन योजना का उद्देश्य और महत्व

मध्याह्न भोजन योजना का उद्देश्य सरकारी और सरकारी सहायता प्राप्त विद्यालयों में पढ़ने वाले छात्रों को पौष्टिक भोजन प्रदान करना है। यह योजना विशेष रूप से उन क्षेत्रों में महत्वपूर्ण है जहां आर्थिक तंगी के कारण बच्चों को सही पोषण नहीं मिल पाता। कई अध्ययनों ने यह साबित किया है कि जब बच्चों को पर्याप्त पोषण मिलता है, तो उनका शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है, जिससे उनकी उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन पर सकारात्मक असर पड़ता है (कुमार et al., 2020)।

यह योजना न केवल बच्चों को शारीरिक रूप से स्वस्थ रखती है, बल्कि उनके मानसिक विकास में भी सहायक होती है, जिससे वे अधिक ध्यान केंद्रित कर पाते हैं और शिक्षा में अधिक रुचि दिखाते हैं। इस प्रकार, यह योजना विद्यार्थियों को उनकी शिक्षा में प्रगति करने के लिए एक मजबूत आधार प्रदान करती है।

उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन पर प्रभाव

मध्याह्न भोजन योजना का मुख्य उद्देश्य बच्चों के शारीरिक स्वास्थ्य को सुधारना है, ताकि वे विद्यालयों में नियमित रूप से उपस्थित रह सकें और उनकी पढ़ाई में कोई रुकावट न हो। जब बच्चों को पोषणयुक्त भोजन मिलता है, तो वे बीमारियों से बचते हैं और उनकी उपस्थिति में वृद्धि होती है (शर्मा, 2019)। इसके अतिरिक्त, यह योजना बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य पर भी सकारात्मक प्रभाव डालती है, क्योंकि सही पोषण से उनके दिमागी विकास में मदद मिलती है, जिससे उनका शैक्षिक प्रदर्शन बेहतर होता है।

शोधों से यह प्रमाणित हुआ है कि जब बच्चों को अच्छा पोषण मिलता है, तो उनका शैक्षिक प्रदर्शन बढ़ता है। पोषण के स्तर में सुधार से बच्चों का ध्यान केंद्रित करने की क्षमता बढ़ती है, जिससे उनका शिक्षा स्तर ऊंचा जाता है।

¹Author can be contacted at: शोधार्थी, मानविकी एवं सामाजिक विज्ञान संकाय, साईं नाथ विश्वविद्यालय, भारत.

Received: 15-01-2025; Sent for Review on: 22-01-2025; Draft sent to Author for corrections: 27-01-2025; Accepted on: 28-01-2025; Online Available from 30-01-2025

DOI: [10.13140/RG.2.2.23410.21445](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.23410.21445)

GJCR: -8822/© 2025 CRDEEP Journals. All Rights Reserved.

इस शोध का उद्देश्य यह है कि हम यह समझ सकें कि मध्याह्न भोजन योजना बच्चों की उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन को किस प्रकार प्रभावित करती है। इस समीक्षा में हम यह विश्लेषण करेंगे कि कैसे यह योजना बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास में योगदान करती है, और इसके द्वारा विद्यालयी शिक्षा में सुधार के क्या उपाय हैं।

मुख्य विषय

पोषण और शारीरिक स्वास्थ्य पर प्रभाव

मध्याह्न भोजन योजना के तहत बच्चों को पौष्टिक भोजन प्रदान किया जाता है, जो उनकी शारीरिक स्थिति को सुधारता है। कई अध्ययनों में यह देखा गया है कि जब बच्चों को उपयुक्त पोषण मिलता है, तो उनका शारीरिक विकास बेहतर होता है, जिससे वे कम बीमार पड़ते हैं और स्कूल में अधिक समय बिताते हैं (गुप्ता et al., 2019)। इससे उनकी उपस्थिति में वृद्धि होती है, क्योंकि वे बीमारियों के कारण छुट्टी नहीं लेते।

इसके अतिरिक्त, यह पोषण उनके मानसिक स्वास्थ्य को भी बेहतर बनाता है, जिससे वे अपनी शिक्षा पर अधिक ध्यान दे पाते हैं और स्कूल में सक्रिय रहते हैं। पोषण की कमी से बच्चे मानसिक रूप से भी कमजोर हो सकते हैं, जिससे उनकी शैक्षिक गतिविधियों में भागीदारी कम हो सकती है।

उपस्थिति पर मध्याह्न भोजन योजना का प्रभाव

मध्याह्न भोजन योजना का छात्रों की उपस्थिति पर गहरा प्रभाव पड़ता है। पोषणयुक्त भोजन बच्चों की शारीरिक स्थिति को बेहतर बनाता है, जिससे उनकी उपस्थिति में सुधार होता है। जब बच्चों को स्कूल में पोषण मिल रहा होता है, तो वे शारीरिक रूप से स्वस्थ होते हैं और इसलिए उन्हें स्कूल छोड़ने या छुट्टी लेने की आवश्यकता नहीं होती है (सिंह, 2020)।

यह योजना विशेष रूप से उन बच्चों के लिए सहायक होती है जो आर्थिक दृष्टिकोण से कमजोर होते हैं और जिनके पास घर में पर्याप्त पोषण नहीं होता। इस योजना के माध्यम से बच्चों को शारीरिक रूप से स्वस्थ रखने और उन्हें नियमित रूप से विद्यालय भेजने में मदद मिलती है, जिससे उनकी शिक्षा में रुकावट नहीं आती।

शैक्षिक प्रदर्शन पर पोषण का प्रभाव

शारीरिक स्वास्थ्य और उपस्थिति के अलावा, पोषण का छात्रों के शैक्षिक प्रदर्शन पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। जब बच्चों को उचित पोषण मिलता है, तो उनका मानसिक विकास बेहतर होता है, जिससे वे कक्षा में अधिक ध्यान केंद्रित कर पाते हैं (कुमार et al., 2020)। इसके परिणामस्वरूप, वे अधिक सक्रिय रहते हैं, अच्छे अंक प्राप्त करते हैं और शिक्षा में प्रगति करते हैं।

इस प्रकार, मध्याह्न भोजन योजना न केवल बच्चों के शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाती है, बल्कि उनके मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षिक प्रदर्शन पर भी सकारात्मक असर डालती है। जब छात्रों को पर्याप्त पोषण मिलता है, तो उनका आत्मविश्वास बढ़ता है और वे अपने अध्ययन में बेहतर प्रदर्शन करने के लिए प्रेरित होते हैं।

निष्कर्ष

मध्याह्न भोजन योजना का बच्चों की उपस्थिति और शैक्षिक प्रदर्शन पर अत्यधिक सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। यह योजना बच्चों को पोषणयुक्त भोजन प्रदान करके उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाती है, जिससे उनकी उपस्थिति में वृद्धि होती है और उनका शैक्षिक प्रदर्शन भी सुधरता है। विशेष रूप से गरीब और ग्रामीण क्षेत्रों के बच्चों के लिए यह योजना अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह उन्हें शिक्षा प्राप्त करने में मदद करती है, जबकि वे पोषण की कमी का सामना कर रहे होते हैं।

सिफारिशें

1. मध्याह्न भोजन योजना के तहत बच्चों को और अधिक पोषणयुक्त और संतुलित भोजन उपलब्ध कराया जाए।
2. इस योजना का प्रभाव अधिकतम करने के लिए विद्यालयों में नियमित निगरानी और मूल्यांकन किया जाए।
3. बच्चों को स्वास्थ्य और पोषण के महत्व के बारे में जागरूक करने के लिए विद्यालयों में विशेष अभियान चलाए जाएं।

संदर्भ

1. गुप्ता, R. et al. (2019). "मध्याह्न भोजन योजना और बच्चों का शारीरिक स्वास्थ्य," *शिक्षा और समाज*, 15(3), 24-30।
2. कुमार, A. et al. (2020). "मध्याह्न भोजन योजना का शैक्षिक प्रदर्शन पर प्रभाव," *भारतीय शैक्षिक अध्ययन*, 9(2), 67-73।
3. सिंह, P. (2020). "मध्याह्न भोजन योजना और छात्रों की उपस्थिति," *समाज और शिक्षा*, 14(1), 78-84।
4. शर्मा, M. (2019). "शारीरिक स्वास्थ्य और शैक्षिक प्रदर्शन में सुधार," *शैक्षिक मनोविज्ञान*, 12(3), 45-50।
5. गुप्ता, S. et al. (2019). "मध्याह्न भोजन योजना का शारीरिक और मानसिक विकास पर प्रभाव," *शिक्षा नीति*, 18(4), 112-118।