

MAHARISHI DAYANAND SARASWATI
KOSLI (REWARI) COLLEGE
SESSION - 2020-21
ROLL NO. - 5120150589
CLASS - D.EL.ED^{1st} Year
SUBJECT - HEALTH and POVERTY
SUBMITTED TO
SUBMITTED BY
SARITA CHOUDHARY

INDEX

NAME : SARITA CHOUDHARY STD. SEC. ROLL NO.

S.NO.	Date	Title	Page No.	Teacher's Sign./ Remarks
1.	7.11/2020	स्वास्थ्य तथा समृद्ध स्वास्थ्य का अर्थ	1-5	9
2.	7/11/20	जैविक तथा सामाजिक स्वास्थ्य के प्रतिमान	6-7	
3.	7/11/20	बाल्यकालीन स्वास्थ्य संबंधी मुख्य कृपाओं का अर्थ मापन पैरा तथा राज्य स्तर के आंकड़े	8-9	
4.	7/11/20	शिक्षा तथा स्वास्थ्य में सहायक सम्बन्ध	10	
5.	7/11/20	मध्यमतर आधार कार्यक्रम	11-12	
6.	7/11/20	स्कूल के स्वास्थ्य का मापन, जल, शौचालय, सफाई आदि।		
7.	8/11/20	भारी असमानता तथा स्वास्थ्य के मध्य संबंध को समझना।	15-18	
8.	8/11/20	स्वास्थ्य के सामाजिक तत्वों का वर्गीकरण, संरचना, भोजन, आजीविका, रहने का स्थान, शौचालय, स्वास्थ्य सेवाओं का आकलन	19-21	
9.	8/11/20	असमानता आकलन विधियाँ निरीक्षण, दैनिक नोट	22-26	
10.	8/11/20	बच्चों के स्वास्थ्य कार्यक्रम में अध्यापक की भूमिका।	27-30	
11.	8/11/20	स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम में अध्यापक की भूमिका	31-33	
12.	9/11/20	बच्चों की भोजन, कार्य, खेल तथा मध्यमतर आधार कार्यक्रम के प्रति सौ लम्बा	34-37	



सामाजिक, पता के नियम :-

सामाजिक पता के नियम :- व्यक्तिगत जीवन प्रकार से जागरित। नियमित रूप से अपराध करना चाहिये। गरीब का विशेष ध्यान रखना चाहिये।

गरीब से अपराध कार्यों का नियमित रूप से विसर्जन करना चाहिये।

सामाजिक, पता के नियम :- खैर-रुझ की व्यवस्था होनी चाहिये। इष्टित वातावरण पर निर्भरता होना चाहिये। इष्टित वातावरण संकलमक रोगों की रोकथाम होनी चाहिये।

शिक्षा तथा स्वास्थ्य में सहायक संबंध :-

शिक्षा स्वास्थ्य पर निर्भर करती है। विद्यार्थियों को शिक्षा से ही स्वास्थ्य की जानकारी दी जाती है।

शिक्षा व्यक्तिगत, आवश्यकताओं के अनुसार

प्रत्येक शिक्षा का स्वभाव उसकी सही आवश्यकताएँ





योग्यताएँ अलग-अलग होती हैं। पहले व्यक्तिगत आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर शिक्षा नहीं दी जाती थी। परन्तु आज व्यक्ति की आवश्यकताओं तथा रुचियों को ध्यान में रखकर शिक्षा दी जाती है।

स्वास्थ्य शिक्षा के रूप के उद्देश्य :- शिक्षा का प्रमुख उद्देश्य स्वास्थ्य को विकास करना है। जिसके आधार पर ही बालक स्वस्थ रह सकता है।

स्वास्थ्य का निरीक्षण परीक्षण व निर्देशन :-

व्यक्ति के स्वास्थ्य का निरीक्षण परीक्षण व निर्देशन करने में शिक्षा की अल्प भूमिका है क्योंकि जिन यंत्रों से स्वास्थ्य का निरीक्षण परीक्षण का निर्देशन होता है उनका प्रयोग शिक्षा से होता है।

संक्रामक रोगों से बचाव :-

विभिन्न संक्रामक रोगों से बचाव की जानकारी शिक्षा के माध्यम से दी जाती है अर्थात् शिक्षा व स्वास्थ्य में घनिष्ठ संबंध होता है। दोनों एक-दूसरे के पूरक होते हैं। यदि स्वास्थ्य अच्छा नहीं होगा तो वह शिक्षा को ग्रहण नहीं

किमा जा सकता और शिक्षा के बिना मनुष्य स्वस्थ नहीं है।

स्वास्थ्य का अर्थ :-

स्वास्थ्य का तत्पर शरीर में संतुलन की अवस्था से होता है। जो शरीर में रोग फैलाने वाले तत्वों को रोकती है। स्वास्थ्य मानव की अमूल्य संपत्ति होती है। इसलिए मनुष्य को अपने स्वास्थ्य के प्रति हमेशा सचेत रहना चाहिए।

स्वास्थ्य की परिभाषा :-

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार "स्वास्थ्य सामाजिक तथा आर्थिक रूप से अच्छा जीवन व्यतीत करना है।"

जे. स्फ. विलियम के अनुसार, "स्वास्थ्य जीवन का वह गुण है जो व्यक्ति को अधिक सुखी ढंग से जीवित रहने का संव उचित रूप से सेवा करने के योग्य बनाता है।"

स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक :-

एक व्यक्ति का स्वास्थ्य तथा समाज आपस में एक-दूसरे से जुड़े रहते हैं। समाज में व्यक्ति के स्वास्थ्य को प्रभावित करने



वाले कारक दो प्रकार के होते हैं।

वंशानुक्रम :- वंशानुक्रम से अभिप्राय है उदाहरण के लिये जैसे माता-पिता होते हैं।

उनकी संतान उन्ही की तरह होती है अर्थात् माता-पिता के गुण बच्चों में आते हैं। अर्थात् वैसे तो हर मनुष्य की शक्ल अलग होती है लेकिन उनकी आँख, नाक तथा चेहरे की बनावट माता-पिता अथवा पूर्वजों जैसी दिखाई देती है। इसी प्रकार जो गुण और योग्यता किसी बालक को अपने पूर्वजों अथवा माता-पिता से मिलती है वह वंशानुक्रमान कहलाती है।

वातावरण :- वंशानुक्रम के तत्वों का विकास करने में वातावरण का महत्वपूर्ण योगदान होता है। मनुष्य के जन्म के पश्चात् से ही वातावरण उसे प्रभावित करता है। वातावरण के अन्तर्गत बालक का आस-पड़ोस तथा मित्र, परिवार आता है।

जीवन का स्तर :- मनुष्य का जीवन स्तर भी स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। उच्च वर्ग के व्यक्ति स्वास्थ्य सम्पन्न होते हैं उन्हें पर्याप्त मात्रा में खाना मिलता है इस कारण इनका स्वास्थ्य अच्छा रहता है इसके विपरीत निम्न स्तर के लोगों को भोजन



पत्रिका मात्रा में नहीं मिल पाता तथा उन्हें साफ-सफाई वाला वातावरण नहीं मिलता जिन्से उनका स्वास्थ्य बिगड़ता है।

जाने की आवृत्त :- भोजन में पत्रिका पोषक तत्वों का होना आवश्यक है। जो व्यक्ति पोषक तत्वों का भोजन ग्रहण करता है उनका स्वास्थ्य अच्छा रहता है इसके विपरीत जो खतरनाक पदार्थ जैसे- सिगरेट, तम्बाकू, कुर्बुर आदि का सेवन करते हैं उनका स्वास्थ्य लगातार गिरता चला जाता है।

शिक्षा :- एक व्यक्ति जो शिक्षित होता है अच्छे स्वास्थ्य की महत्त्वता को जानता है और वह यह भी जानता है कि स्वास्थ्य का स्थापन किस प्रकार रखा जाता है। इसके विपरीत एक अनपढ़ व्यक्ति अज्ञानता के कारण स्वास्थ्य के महत्व को नहीं जान पाता। इसके अतिरिक्त स्वास्थ्य के दो कारक (आंतरिक व बाह्य) प्रभावित करते हैं।

स्वास्थ्य के लिए आवश्यक तत्व :- अच्छे स्वास्थ्य के लिए कुछ मूल परिस्थितियों की आवश्यकता होती है जिनके द्वारा एक व्यक्ति को अच्छा बनाया जा सकता है।

उपभुक्त आहार :- अच्छे स्वास्थ्य के लिए शरीर को एक संतुलित आहार की आवश्यकता होती है। जिसमें प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन आदि आते हैं।

व्यक्तिगत व धरतल स्वास्थ्य विज्ञान :- अच्छे स्वास्थ्य के लिए व्यक्तिगत तथा धरतल स्वास्थ्य का ध्यान रखना बहुत ही आवश्यक होता है। उदाहरण के लिए यदि हमारे कपड़ों को धोया न जाए तो उनसे दुर्गन्ध आने लगती है जिसके कारण सूक्ष्म जीवाणु उत्पन्न हो जाते हैं तथा हमारा स्वास्थ्य खराब हो जाता है।

स्वच्छ जल व वायु :- स्वच्छ भोजन के अतिरिक्त अच्छे स्वास्थ्य के लिए स्वच्छ जल व वायु की भी आवश्यकता होती है। हमें पानी को उबालकर व धोकर पीना चाहिए।

व्यायाम तथा विश्राम :- अच्छे स्वास्थ्य के लिए जरूरी है कि प्रत्येक व्यक्ति द्वारा नियमित व्यायाम किया जाए ताकि उनका शरीर व मस्तिष्क स्वस्थ रहे।

स्वास्थ्य की महत्ता :- स्वस्थ शरीर में ही स्वास्थ्य मस्तिष्क का निवास होता है। अर्थात्

स्वस्थ व्यक्ति सदैव आशावादी होता है और स्वास्थ्य मनुष्य के लिए महत्वपूर्ण होता है।

समृद्ध स्वास्थ्य का अर्थ:-

समृद्ध स्वास्थ्य का अर्थ एक व्यक्ति के अच्छे स्वास्थ्य में होता है।

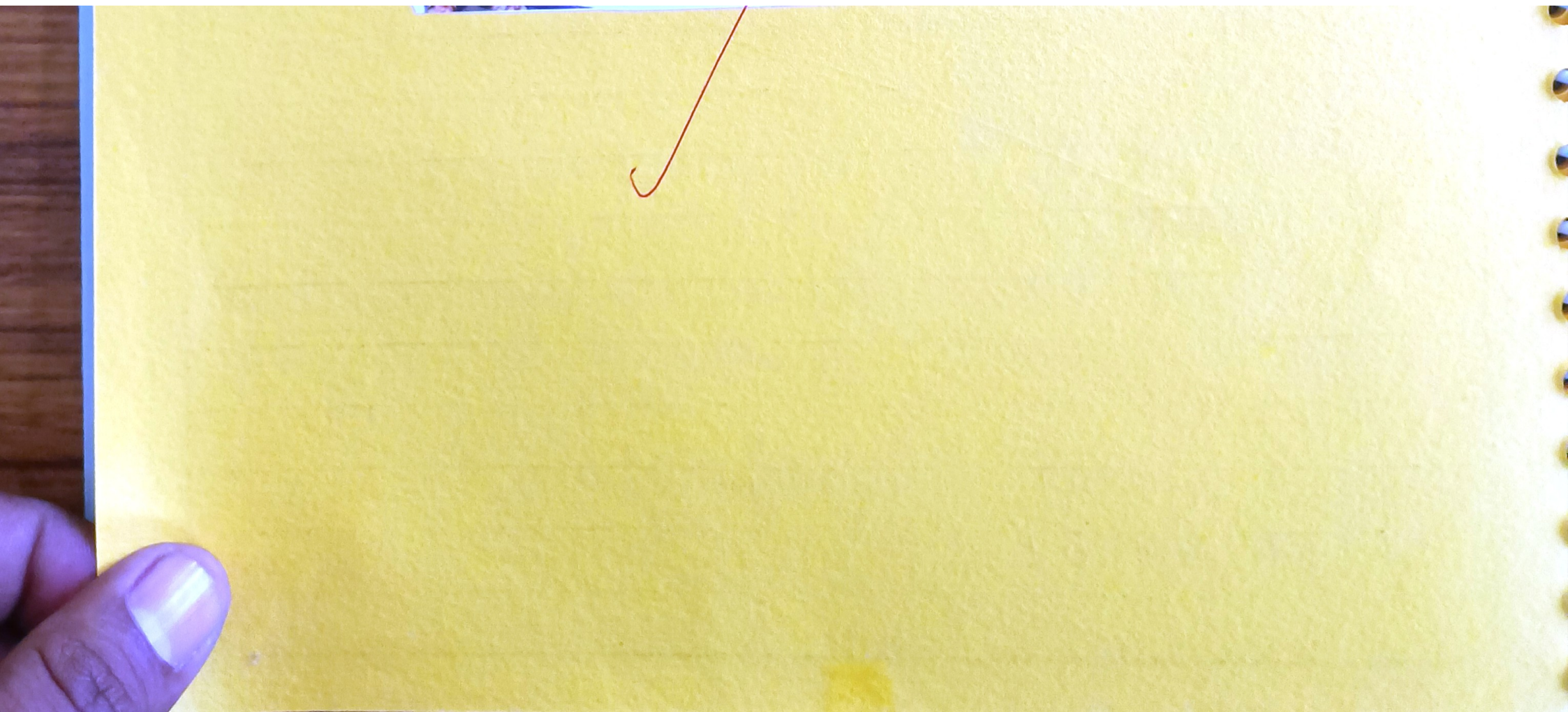
वह व्यक्ति जो शारीरिक, मानसिक व सामाजिक रूप में स्वस्थ होना उसका स्वास्थ्य समृद्ध होगा।

समृद्ध स्वास्थ्य की विशेषताएँ:-

- * ऐसे व्यक्ति जीवन में अपने कार्य करने के लिए उत्साह एवं शक्तिपूर्ण होते हैं।
- * ऐसे व्यक्ति प्रभावशाली, स्वस्थ, आशावादी व दिमागी होते हैं।

समृद्ध स्वास्थ्य में लाभ:-

- * शारीरिक रूप में समृद्ध व्यक्ति शारीरिक दृष्टि से देखने में आकर्षक होते हैं।
- * एक स्वस्थ समृद्ध व्यक्ति (शारीरिक) सामाजिक रूप से प्रतिष्ठा प्राप्त करता है। वह समाज में घनात्मक संबंध रखेगा।
- * समृद्ध स्वास्थ्य वाला व्यक्ति उत्साही, जीशील व हसमुख होता है।



* समृद्ध स्वास्थ्य वाले व्यक्ति को बुढ़ापे में बिमारियां परेशान नहीं करती और उनकी आयु भी लम्बी होती है।

आधार बनाया जाता है।

* रोगों का निवारण अंतिम उद्देश्य होता है। यह अच्छा स्वास्थ्य प्राप्त करने की धारणा पर आधारित है।

* यह अच्छा स्वास्थ्य प्राप्त करने की धारणा पर आधारित है।

* निरीक्षण में अंतर :- जैविक प्रतिमान में स्वास्थ्य को अच्छा बनाने के लिए रोगमुक्त बनाने के लिए रोगमुक्त चिकित्सकीय व्यंघों का प्रयोग किया जाता है। जबकि सामाजिक प्रतिमान में विभिन्न रोगों के कारण मरने वाले का अध्ययन सर्वेक्षण से प्राप्त आंकड़ों के द्वारा किया है।

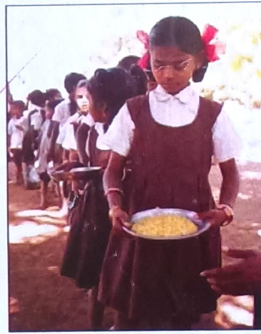
* स्वास्थ्य के जैविक प्रतिमान के लाभ:-

व्यक्ति को अपनी शारीरिक स्थिति विभिन्न रोगों तथा बिमारियों की जानकारी हो जाती है।

यह प्रतिमान लोगों के आधार के लिए विभिन्न

OUR OTHER ACTIVITIES

- Polio Corrective Surgeries
- Eye Check-up & Cataract Operations
- Monthly Medical Camp
- Youth Festival
- Career Guidance Seminar
- Asthama Camp
- Cerebral Palsy Operations
- Rain Water Harvesting
- Promotion of Solar & Renewable Energy
- Yoga Classes
- Sahaj Yoga
- Gyneac Camp and Surgeries



दवाइयों की खोज करने पर आधारित होती हैं।
जैविक प्रतिमान का उद्देश्य रोगों का निवास का
अच्छा स्वास्थ्य प्राप्त होता है।

स्वास्थ्य में जैविक प्रतिमान कनिष्ठः-

यह प्रतिमान रोगों के माध्यम हो जाने के लिए केवल
शारीरिक अंगों, स्थितियों व वंशानुक्रम का अध्ययन
करता है।

जबकि कई बार रोगों का कारण वातावरण भी हो
सकता है। जिसके कारण रोग का पूरी तरह से
उपचार नहीं होता। इसका क्षेत्र संकुचित होता है।

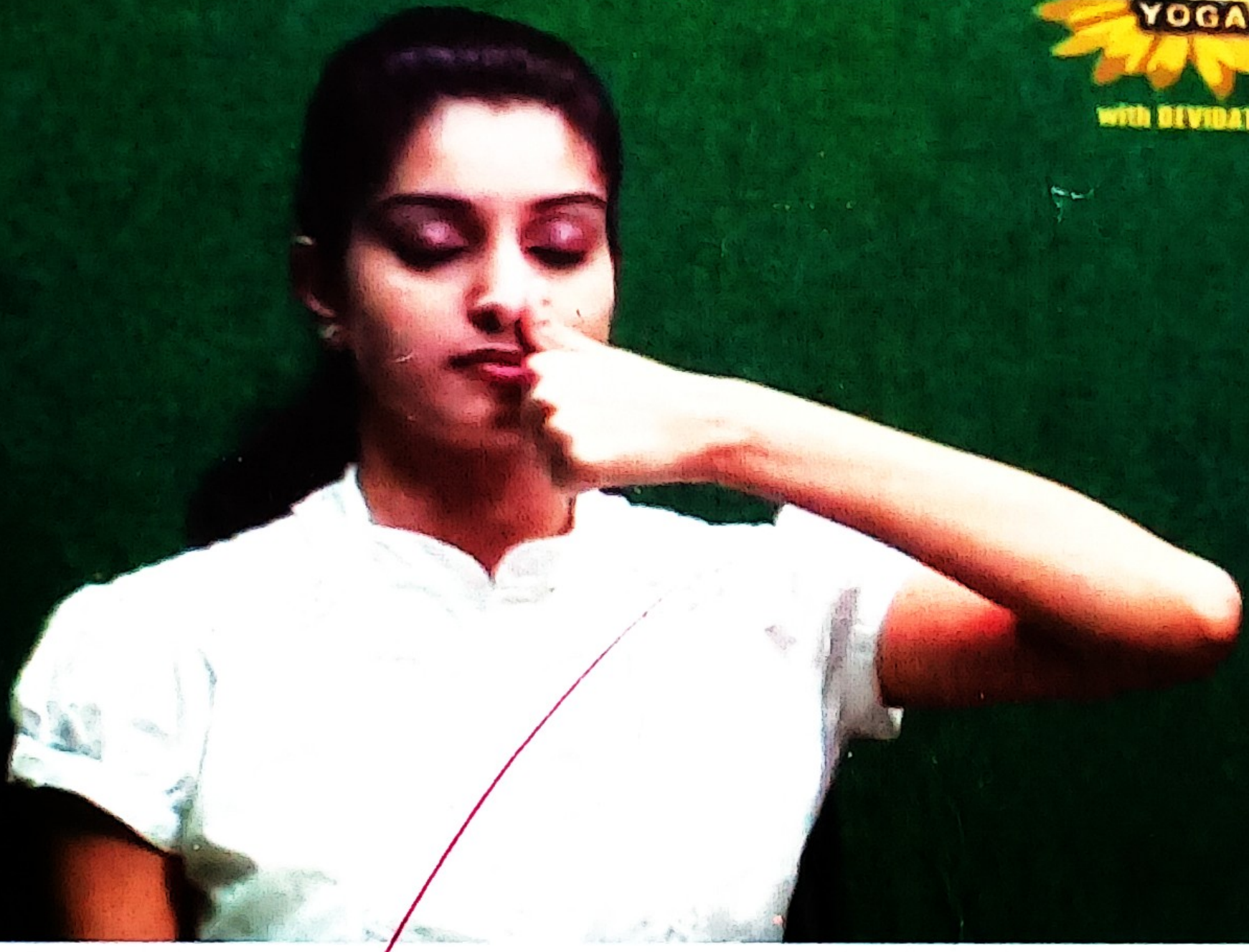
स्वास्थ्य में सामाजिक प्रतिमान का अर्थ:-

स्वास्थ्य के सामाजिक प्रतिमान से तात्पर्य स्वास्थ्य में
सुधार कर अच्छा स्वास्थ्य प्राप्त करने से है जिसके
लिए सामाजिक तथा वातावरणीय तत्व भी स्वास्थ्य
को प्रभावित करते हैं। 1996 में विश्व स्वास्थ्य
संघाने जैविक के साथ-साथ सामाजिक एवं वाता-
वरणीय कारकों को भी बताया है निम्न है:-

- ★ स्वास्थ्य नीति व वातावरण का निर्माण करना।
- ★ कार्मिकों को मजबूती प्रदान करना।
- ★ लक्ष्यगत कर्षालों का निर्माण करना।



with DEVIDATTA



★ स्वास्थ्य सेवाओं का पुनः निर्माण करना।

★ स्वास्थ्य के सामाजिक प्रतिमान की विशेषताएँ:-

इसमें वातावरण स्वास्थ्य को वंशानुक्रम से अधिक प्रभावित करता है। यह प्रतिमान व्यक्ति की मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति पर बल देता है। यह प्रतिमान समुदाय द्वारा सामाजिक वातावरण की पूर्ति बल देता है।

★ स्वास्थ्य के सामाजिक प्रतिमान के लाभ:-

यह प्रतिमान व्यक्ति की मूलभूत आवश्यकताओं पर बल देता है।

यह समानता की भावना पर आधारित है।

यह प्रतिमान व्यक्ति के अन्दर उसकी व्यक्तिगत आपत्तों के साथ-साथ समुदायिकता आवश्यकताओं की पूर्ति करता है।

★ स्वास्थ्य के सामाजिक प्रतिमान की कमियाँ:-

यह मूलभूत आवश्यकताओं पर बल देता है। परन्तु हमारे देश में 70% जनसंख्या गरीबी रेखा से नीचे रहती है। जिन की मूलभूत आवश्यकताएँ ही पूरी नहीं

नहीं हो पाती हैं और वह रोगों का शिकार हो रही हैं।

यह प्रतिमान समाज में समानता की भावना को विकसित करने पर बल देता है ताकि प्रत्येक व्यक्ति की मूलभूत आवश्यकताएँ एवं अधिकारों को पूरा किया जा सके जा सके पर हमारे देश में समानता की भावना दिखाई नहीं देती।

* जैविक बनाम सामाजिक स्वास्थ्य प्रतिमान :-

ध्याना में अंतर :- स्वास्थ्य जैविक प्रतिमान स्वास्थ्य की जैविक स्थिति का वर्णन करता है। अर्थात् शरीर के विभिन्न अंगों की स्थिति एवं उनकी क्षमता का वर्णन करता है जबकि सामाजिक प्रतिमान मूलभूत आवश्यकताओं तथा स्वास्थ्य के लिए आवश्यक सामाजिक वातावरण की अवधारणाओं से संबंधित होता है।

स्वास्थ्य में गिरावट का कारण :- स्वास्थ्य के खराब होने के लिए दोनों प्रतिमान वरींनुक्रम अलग-अलग कारण बताते हैं। जैविक प्रतिमान वरींनुक्रम शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी आने को खराब स्वास्थ्य का कारण मानता है जबकि सामाजिक प्रतिमान वातावरण।



★ क्षेत्र :- जैविक प्रतिमान का क्षेत्र संकुचित होता है जबकि सामाजिक प्रतिमान का क्षेत्र विस्तृत होता है।

3. **बाल्यवस्था स्वास्थ्य संबंध्य भूख तथा कुपोषण का अर्थ, मापन, राज्य स्तर के आँकड़े**

1 परिचय :- हमारे देश में प्रतिवर्ष कितने ही बच्चे भूख एवं कुपोषण के शिकार हो जाते हैं। बालक के संतुलित विकास के लिए पौष्टिक भोजन की आवश्यकता होती है।

2. भूख :- यदि बालक पर्याप्त भोजन नहीं कर पाता है तो उसका विकास रुक जाता है। भूख की समस्या गरीब बच्चों में अधिक पाई जाती है।

3 भूख के कारण :-

- (1) जनसंख्या वृद्धि
- (2) अनपढ़ता
- (3) बेरोजगारी
- (4) गरीबी
- (5) सरकारी परिभाषना का रूप

(6) कालाबाजारी

(7) धन का असमान बंटवारा

4. कुपोषण का अर्थ :- कुपोषण का अर्थ है पोषण से वंचित। शिशुओं के प्रभाव आरिक्त और मानसिक दोनों ही होते हैं। दोनों तरफ से बच्चे का विकास रुक जाता है।

5. मापन :- भारत में कुपोषण का स्तर - 2005-6 में 48% से घटकर वर्ष 2015-16 में 38.4% हो गया है। कुपोषण के चंगुल में बच्चे माँ के गर्भ से ही फंस जाते हैं। इसके परिणाम स्वरूप बच्चे छोटी-2 विमारिओं में मृत्यु का ग्रास हो जाते हैं। बिहार में सबसे ज्यादा कुपोषण के मामले हैं। इसके बाद U.P., M.P. मैदालय में पाए जाते हैं।

दिसम्बर 2017 में देश को कुपोषण से मुक्त करने के लिए प्रधानमंत्री की अध्यक्षता में राष्ट्रीय पोषण मिशन को मंजूरी दी गई।

4. शिक्षा तथा स्वास्थ्य के सहायक सम्बन्ध

शिक्षा तथा स्वास्थ्य में घनिष्ठ सम्बन्ध है। शिक्षित व्यक्ति अच्छे स्वास्थ्य की महत्ता को समझता है। शिक्षा ही एक साधन जिसके द्वारा लोगों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया जा सकता है। स्वास्थ्य शिक्षा विषय को इसी उद्देश्य से पढ़ाया जाता है ताकि बालकों में स्वास्थ्य के प्रति समझ विकसित हो सके। क्योंकि अगर बच्चा अपने स्वास्थ्य का खयाल नहीं रख पाएगा तो उसका विकास के लिए राष्ट्रवासीयों का विकास विकास होना जरूरी है तभी वह अपने देश का विकास कर पाएगा।

स्वस्थ व्यक्ति

ही स्वस्थ विभाग से शिक्षित हो कर अपना तथा अपने देश का विकास कर सकेगा।

(14)



5.

मध्यान्तर आहार कार्यक्रम

1. परिचय :- सर्वशिक्षा अभियान के अन्तर्गत श्री अमरीश पटेल द्वारा 2016/17 को मध्यान्तर आहार कार्यक्रम का प्रारम्भ किया। इसके अन्तर्गत 1 से 8 वी तक बच्चों को सभी सरकारी विद्यालयों में मध्याह्न का भोजन दिया जाता है। ताकि बच्चों में कुपोषण की समस्या दूर की जा सके। जिनमें दाले व अनाज से बना भोजन दिया जाता है।

2. मध्यान्तर आहार कार्यक्रम के लाभ:-

- (1) स्कूलों में विद्यार्थी अधिक संख्या में जाते हैं भोजन के लाल्य से।
- (2) इससे विद्यार्थियों की भूख निवारण होती है।
- (3) इससे विद्यार्थी अधिक से अधिक मात्रा में विद्यालय जाते हैं।
- (4) इससे सभी बालकों सामाजिक समानता की भावना का विकास होता है।

3. आवश्यक सामग्री:-

- (1) स्वच्छ पीने का पानी।
- (2) खाना पकाने के साधन।
- (3) ईंधन।
- (4) बर्तन। आरक्षित सरकार विद्यालयों में उपलब्ध करती है।

(M)



6. **स्कूल के स्वास्थ्य का
प्रापन, जल, शौचालय,
सफाई आदि**

1. स्कूल में जल से सम्बन्धित तथ्य:-

जल जीवन के लिए अमृत के समान होता है। हमारा शरीर लगभग 80% जल से बना होता है। बालकों की आवश्यकता के अनुसार विद्यालय में जल की पर्याप्त व्यवस्था होनी चाहिए। विद्यालय में पानी की जगह साफ सुथरी होनी चाहिए।

(1) पियर टंकी में जल का संरक्षण किया जाता है। इसकी समय-समय पर सफाई होनी चाहिए।

(2) मॉर्मिनो में ठंडे पानी की व्यवस्था होनी चाहिए।

2. सफाई तथा शौचालय से सम्बन्धित तथ्य:-

(1) स्कूलों में शौचालयों की व्यवस्था होनी चाहिए।

(2) लड़के व लड़कियों के शौचालय अलग-अलग होने चाहिए।

(3) जल की व्यवस्था होनी चाहिए।

- (4) शौचालयों के बाहर हाथ धोने के लिए जल व साबुन की व्यवस्था होनी चाहिए।
- (5) शौचालय कक्षा से आवश्यक दूरी पर होना चाहिए।
- (6) समय पर उनकी सफाई होनी चाहिए।

स्कूलों में सफाई सम्बन्धी समस्या :-

- (1) स्कूलों की नियमित सफाई न होना।
- (2) कूड़ेदान की व्यवस्था न होना।
- (3) समय पर कीटनासक दवाइयों का न छिड़कना।

स्कूल में सफाई की व्यवस्था :-

- (1) स्कूलों में पानी न जमा होना चाहिए।
- (2) स्कूलों में प्रतिदिन सफाई हो।
- (3) कूड़ेदानों की व्यवस्था हो।
- (4) पानी की टंकी की सफाई होना आवेक बहुत ही आवश्यक है।



7. गरीबी, असमानता तथा स्वास्थ्य में सम्बन्ध

1. गरीबी का अर्थ :- वे लोग जो अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति नहीं कर पाते हैं उन्हें गरीब कहते हैं।

2. गरीबी की विशेषताएँ :- मूलभूत आवश्यकता की पूर्ति नहीं हो पाना।

(2) उन लोगों की आय कम होती है।

3. गरीबी के कारण :-

(1) वैराजगरी :-

वैराजगरी के कारण लोग अपनी आवश्यकता पूर्ति नहीं कर पाते हैं।

(2) जनसंख्या :-

जनसंख्या वृद्धि के कारण भी गरीबी बढ़ रही है।

(3) धन का असमान वितरण :-

सबका आर्थिक स्तर समान नहीं है।



(4) भ्रष्टाचार :-

भ्रष्टाचार के कारण योग्यता की कोई महत्वपूर्णता नहीं रहती है।

(5) राजनैतिक परिस्थितियाँ :-

नेता अपने स्वार्थ के चक्कर में देश के विकास नहीं करते हैं।

4. असमानता :-

का अर्थ -

समानता का न होना ही असमानता है। हमारे देश में असमानता की धारणा एक बड़ी समस्या है।

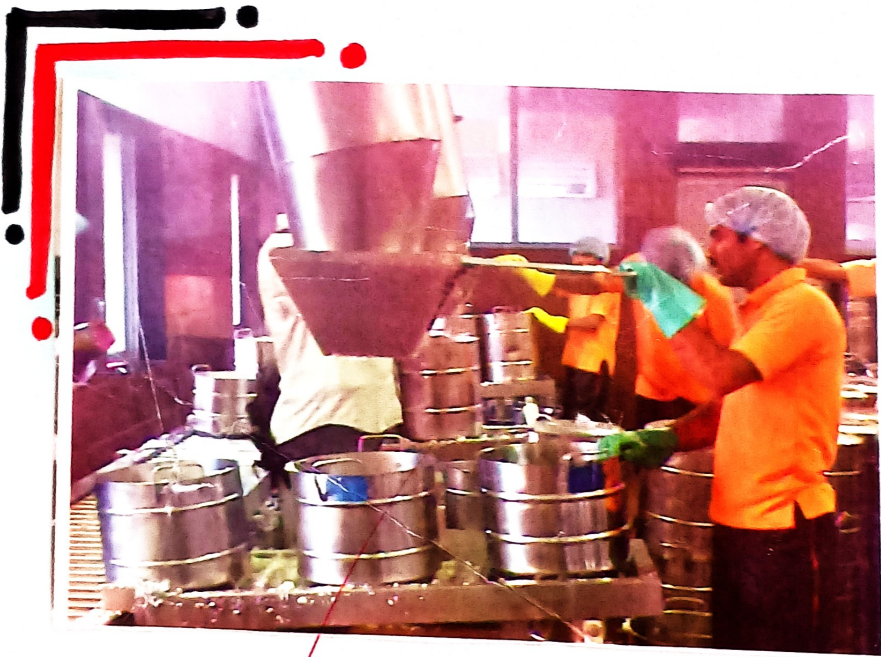
5. असमानता की विशेषताएँ :-

- (1) असमानताओं का आधार लिंग, जाति, स्थान, शारीरिक धन आदि है।
- (2) एक व्यक्ति दूसरे को हीन भावना से देखता है।
- (3) भेदभाव की भावना।

6. असमानता के कारण :-

(1) शिक्षा का अभाव :-

अशिक्षित व्यक्ति शिक्षित व्यक्ति के



से अधिक अपना विकास नहीं कर पाता है।

(2) क्षेत्रीयता की भावना :-

एक क्षेत्र के व्यक्ति में अपने क्षेत्र के प्रति अपनत्व अधिक होता है वजाय दूसरे क्षेत्रों के।

(3) राजनैतिक दल :-

राजनैतिक दल अपने स्वार्थ के लिए साम्प्रदायिक दंगे कराते हैं जिससे धर्म व जाति की असमानता बढ़ती है।

7. स्वास्थ्य का अर्थ :-

निरोगी शरीर स्वस्थ कहा जाता है।

8. गरीबी असमानता व स्वास्थ्य में सम्बन्ध :-

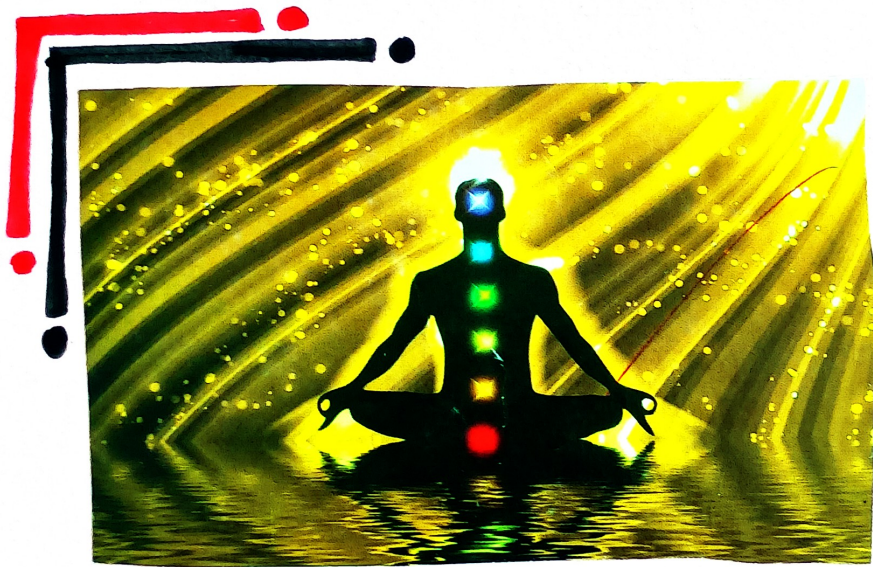
1. गरीबी के कारण व्यक्ति आशिक्षित व अज्ञानता का शिकार हो जाते हैं।
2. आशिक्षित व्यक्ति अपने स्वास्थ्य के महत्व को समझ नहीं पाता है।
3. समाज में गरीबी असमानता का कारण बनती है जिससे गरीब व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति नहीं कर पाने से विमारित्री से ग्रस्त हो जाते हैं।

4. एक गरीब व्यक्ति अगर स्वस्थ और शिक्षित हो जाता है तो गरीबी जैसी समस्या से लड़कर आगे बढ़ जाता है।

3. विशेष निरीक्षण:-

- (1) इस प्रकार के निरीक्षण अंततः तथा स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा किया जाता है।
- (2) प्रतिदिन दैनिक सभा में विद्यार्थियों की उसके अतिरिक्त अन्य विद्यार्थियों द्वारा भी स्वास्थ्य की जांच की जाती है।

(B)



2. स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक तत्वों का वर्गीकरण, संरचना, भोजन, आजीविका

1. स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक तत्व :-

स्वास्थ्य के सामाजिक तत्वों में वे तत्व आते हैं जिनके आधार पर व्यक्ति के स्वास्थ्य का विकास होता है। मनुष्य, का घर, समुदाय, स्कूल तथा वातावरण।

2. स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक तत्वों का वर्गीकरण :-

1. परिवार :-

यदि व्यक्ति सम्पन्न परिवार से होता है तो उसका स्वास्थ्य भी अच्छा होगा।

2. समुदाय :-

समुदाय में जिस स्तर के खान-पान, रिश्ते-खिलाफ होते हैं वह व्यक्ति के स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

3. वातावरण :-

अगर व्यक्ति का वातावरण अच्छा होगा तो उसका स्वास्थ्य भी अच्छा होगा।



4. भोजन :-

अगर व्यक्ति भोजन में पौष्टिक तत्वों को प्रयोग करता है या पौष्टिक आधार देता है तो उसका स्वास्थ्य अच्छा रहता है।

5. रहने का स्थान :-

यदि व्यक्ति गंदे स्थान पर रहता है तो उसका ~~असर~~ उसके स्वास्थ्य पर पड़ता है और वह ~~बिमार~~ हो जाते हैं। और साफ-सुथरे स्थान पर रहता है तो उसका स्वास्थ्य भी ठीक रहता है।

6. शौचालय :-

घरों में शौचालय जरूर होना चाहिए और उन्हें हमेशा साफ-सुथरा रखना चाहिए।

4. स्वास्थ्य सेवाओं को बढ़ावा देना :-

1. खाद्य आपूर्ति को बढ़ावा देना :-

इसके अनुसार सरकार को गरीबों व स्कूली बच्चों के लिए पौष्टिक खाद्य पदार्थों की व्यवस्था करनी चाहिए।

2. सुरक्षित पेयजल :-

सरकार को सुरक्षित पेयजल की पर्याप्त मात्रा में व्यवस्था करनी चाहिए। और समय-समय पर उसकी सफाई की व्यवस्था करनी चाहिए।

3. संक्रामक रोगों के लिए टिकाकरण :-

खसरा, टी.बी. आदि रोगों के लिए टिकाकरण की व्यवस्था करवानी चाहिए।

4. शिशु स्वास्थ्य देखभाल तथा परिवार नियोजन :-

अन्तर्गत सरकार को माता तथा शिशु के स्वास्थ्य के देखभाल के लिए अस्पतालों में पर्याप्त व्यवस्था करनी चाहिए।



3. अस्वस्थता आंकलन विधि :- निरीक्षण दैनिक नोट -

अस्वस्थता :-

अस्वस्थता का अर्थ है व्यक्ति की रोग प्रतिरोधक क्षमता का कम हो जाना। जिससे व्यक्ति अधिक विमार होता है।

अस्वस्थता के कारण :-

1. गरीबी :-

गरीबी के कारण व्यक्ति ना तो पर्याप्त भोजन कर पाते हैं न ही साफ सफाई का ध्यान रखते हैं। भोजन की कमी के कारण वे कुपोषण का शिकार हो जाते हैं। जिससे कई बार उनकी मौत भी हो जाती है।

2. स्वास्थ्य सुविधाओं की कमी :-

लोगों को स्वास्थ्य सुविधाएँ सुचारु रूप से नहीं मिल पाती हैं।

University Roll No.

3. आर्थिक असामंजसता :-

गरीब लोग अपने भोजन कपडे आवि नही खरीद पाते जिससे बيمारी हुं जाती है। अमीर लोग अपनी जरूरतें समय पर पूरी कर लेते हैं।

4. आशिक्षा :-

आशिक्षित व्यक्ति स्वास्थ्य को महत्व को समझ नहीं पाता है और वह अस्वस्थता का बिकार हो जाता है।

अस्वास्थ्य व आंकलन -

अस्वस्थता को रोकने के लिए इसका आंकलन किया जाता है जिसकी निम्न विधि हैं -

(1) सामान्य पंजीकरण प्रणाली :-

इसके अन्तर्गत भारत तथा राज्य स्तर पर जन्म तथा मृत्यु का हिसाब तैयार किया जाता है।



पंजीकरण की स्थिति:-

प्रतिवर्ष हमारे देश करोड़ों लोगों का जन्म तथा मृत्यु हो जाती है उनमें से 53% जन्म तथा 46% मृत्यु का ही पंजीकरण करवाया जाता है।

(2) न्यायदृष्टि पंजीकरण प्रणाली:-

सही आंकड़ों को प्राप्त करने के लिए इस प्रणाली का प्रयोग किया जाता है।

(3) कार्य प्रणाली:-

S.R.S. भारत में मुख्य रूप से दो प्रकार के रिकॉर्ड रखती है। यह गणना के आधार पर और दूसरे अर्धवार्षिक गणना के आधार पर।

(4) संरचना:-

यह प्रणाली ग्रामीण तथा शहरी दोनों जगह कार्य करती है।

(5) आंकड़ों का वर्गीकरण:-

(1) 10 लिंग के आधार पर

20 आशु के आधार पर ।

30 निवास स्थान के आधार पर ।

40 व्यवसाय के आधार पर ।

निरीक्षण :-

(1) रोगी व्यक्तियों के आंकड़ों का निरीक्षण

(2) रोगों से मृत व्यक्तियों की गणना द्वारा निरीक्षण

व्यक्तिगत स्तर पर :-

(1) परिवारों की सदस्यता द्वारा ।

(2) चिकित्सक निरीक्षण द्वारा ।

(3) अध्यापक द्वारा ।

(4) रोग के लक्षण की जांच करके ।

(5) साक्षरता द्वारा ।

(6) मिलान विधियों द्वारा ।

(7) स्वास्थ्य परीक्षण द्वारा ।

जनक नाट :-

एक अध्यापक द्वारा विद्यालय में विद्यार्थियों के स्वास्थ्य का ठीक रखने के



बच्चों के स्वास्थ्य की स्थिति का पता लगाना व जाँच करना

परिचय :-

स्कूल में विद्यार्थियों के स्वास्थ्य का ध्यान रखते हुए स्वास्थ्य कार्यक्रम चलाए जाते हैं। जो निम्न प्रकार हैं -

विधियाँ :-

(1) दैनिक निरीक्षण :-

(1) प्रतिदिन विद्यालय में विद्यार्थियों के हाथ, नाखून, तथा सफाई का निरीक्षण करना।

(2) विद्यार्थियों में साफ - सफाई के प्रति स्वीकृति उत्पन्न करना।

(2) विशेष निरीक्षण :-

वैद्य प्रकार के निरीक्षण डॉक्टर के द्वारा किए जाते हैं।



इसके अतिरिक्त अन्य विधियों द्वारा भी विद्यार्थियों के स्वास्थ्य की जांच की जाती है।

(1) वीर्य कालीन परीक्षण -

इसके अन्तर्गत डॉक्टरों की जांच की जाती है।

(2) संचयी स्वास्थ्य रिकार्ड :-

इसके अन्तर्गत विद्यार्थियों के स्वास्थ्य सम्बन्धी आदतों, परेशानियों, व रोगों का पूरा विवरण रखा जाता है।

(3) अनुपती कार्यक्रम :-

इस कार्यक्रम से तात्पर्य होता है किसी भी विद्यार्थी की किमारी का पता लगाकर उसका उपचार करना।

(4) विराध साप्ताहिक चिकित्सालय -

इसके अन्तर्गत स्कूल जाने वाले आयु 6 वर्ष 11 वर्ष व 14 वर्ष के विद्यार्थियों की डॉक्टरों की परीक्षण होता है।

स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम
में अध्यापक की भूमिका

(1) अध्यापक की भूमिका -

अध्यापक के काम -

(1) खान-पान सम्बन्धी आदतों का निरीक्षण अध्यापक को करना चाहिए।

(2) व्यवहार तथा स्वभाव सम्बन्धी आदतों का निरीक्षण करना चाहिए।

(3) स्वच्छता संबंधी आदतों का निरीक्षण।

(4) शौच संबंधी आदतों का निरीक्षण।

(5) अध्यापक को विद्यार्थियों को प्राथमिक चिकित्सा के साधनों का प्रयोग करना सिखाना।

(6) विद्यार्थियों को स्वच्छता सम्बन्धी नियमों का पालन करना सिखाना चाहिए।

(8) प्रतिदिन विद्यालय में व्यायाम।

-चाहिए।

(9) बच्चों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना चाहिए।

(10)



University Roll No.

बच्चों की भोजन, कार्य, खेल तथा मध्यान्तर आहार कार्यक्रम के प्रांति विचार

भोजन -

शरीर द्वारा ग्रहण किये गए पोषक पदार्थों को भोजन कहते हैं। भोजन में प्रोटीन, वसा, विटामिन, कार्बोहाइड्रेट्स तथा पोषक तत्वों की पर्याप्त मात्रा होनी चाहिए।

ऊर्जा की आवश्यकता :-

प्रत्येक मनुष्य में कार्य करने के लिए ऊर्जा की आवश्यकता होती है। जो भोजन से प्राप्त होती है।

सामान्य तापक्रम :-

मस्तिष्क के सही विकास के तापमान का सामान्य होना अति आवश्यक है।

बालकों में भोजन के प्रति रुचि -

आज के समय में अधिकतर बालकों को घर में बनाया हुआ भोजन पसन्द नहीं आता है। उन्हें बाहर का खाना अधिक पसन्द आता है। जो उनके शरीर पर बुरा प्रभाव डालता है।

कार्य

कार्य से तात्पर्य ऐसी क्रिया से है जिसमें बल का प्रयोग किया जाता है।

कार्य का महत्व :-

कार्य करने से शारीरिक विकास में वृद्धि होती है। शरीर मजबूत होता है। तनाव से मुक्ति मिलती है। व मानसिक शक्ति प्राप्त होती है।

बालकों में कार्य के प्रति रुचि :-

आजकल के बालक कार्य करने के शुरु नहीं होते हैं। जिससे वे आलसी होते जा रहे हैं।

Funds approved for SSA, Tamil Nadu



Heads	Amount (in Rs. lakh)
New schools and new teachers' salary	96.075
Additional teachers	2482.350
Block Resource Centres	766.480
Cluster Resource Centres	490.560
Civil works	22,632.650
Teaching learning equipment	30.500
Residential schools	23.067
Kasturba Gandhi Balika Vidyalayas	57.003
Total	26778.685

कार्यों में अक्षय को दूर करने के उपाय :-

अध्यापक तथा माता-पिता को बचपन में बालकों को प्रणालमक कहानियाँ सुनानी चाहिए बालक को प्रत्येक काम समय पर करने की आदत डालनी चाहिए।

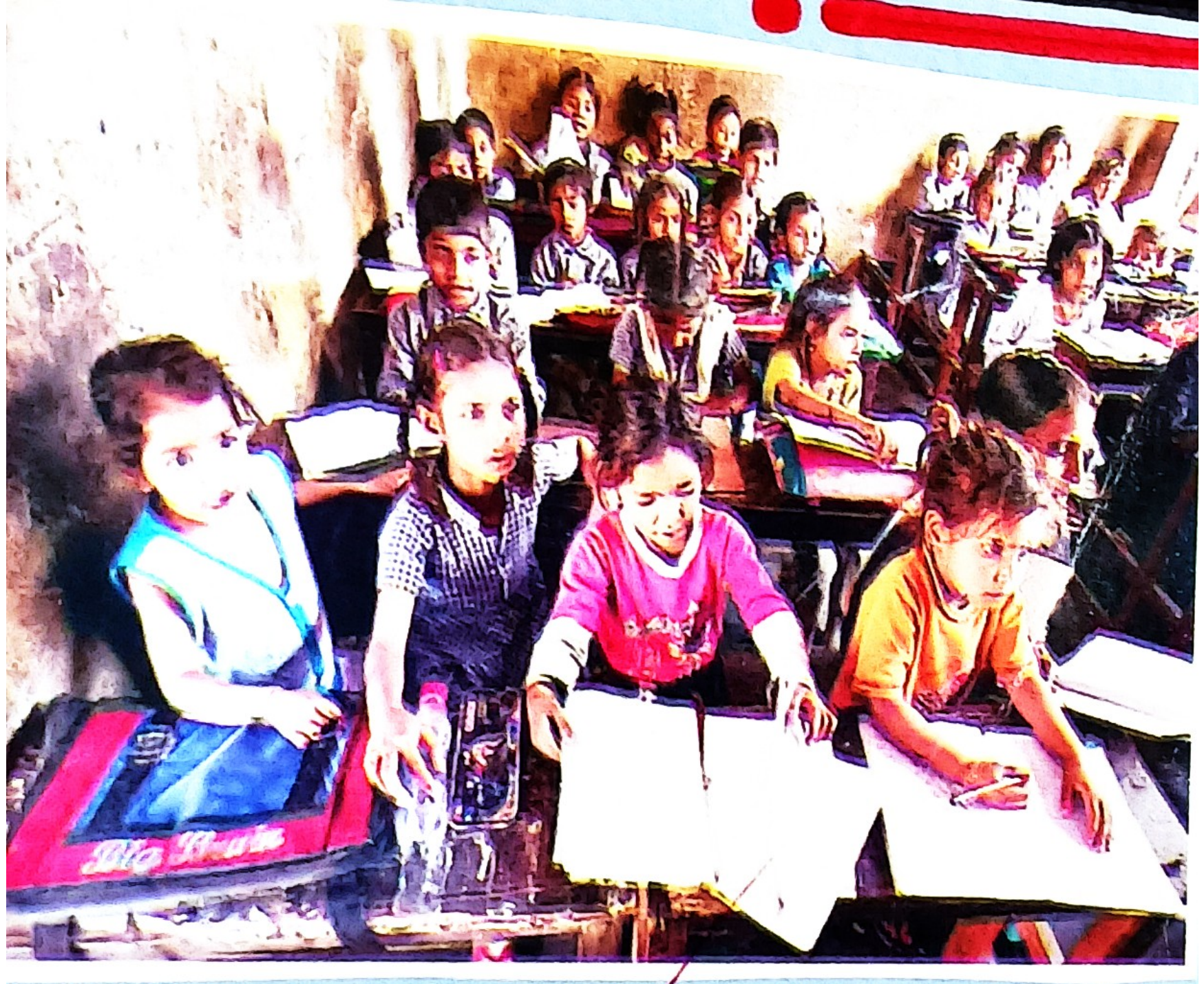
खेल :-

खेल के द्वारा मनुष्य का आनन्द तथा मनोरंजन प्राप्त होता है।
खेल वह है जो हम खाली समय में अपनी पसंद अनुसार खेलते हैं।

वर्गीकरण :-

मुख्य खेल :-

क्रिकेट, हॉकी, फुटबाल, बालीबाल, टेनिस, बैडमिंटन आदि खेल आते हैं।



स्वदेशी तथा भारतीय खेल :-

जो-खो, -कब्बड़ी,
मुक्कबाजी आदि।

मध्यान्तर अहार :-

इस कार्यक्रम के अन्तर्गत
सरकारी तथा गैर सरकारी स्कूलों में पहली
से आठवी कक्षा तथा सभी विद्यार्थियों को
दोपहर का भोजन दिया जाता है।

(1)