प्राथमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि पर आहार एवं पोषण का पड़ने वाला प्रभाव एक अध्ययन

श्रीमति भावना गीते
व्याख्याता
विक्टोरिया कॉलेज ऑफ एजुकेशन, भोपाल
Email - bhavanagitey@gmail.com

सारांश – प्रस्तुत अध्ययन में प्राथमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि पर आहार एवं पोषण का पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन है। अध्ययन में भोपाल शहर के 05 विद्यालयों के 83 विद्यार्थियों का अध्ययन किया गया। इस अध्ययन में प्रश्नावली साक्षात्कार, प्रेक्षण निर्धारण मापनी, मापनी उपकरणों का उपयोग किया गया। इसमें आहार एवं पोषण मापनी में 100 कथन में से 51 कथनों का चयन किया गया। इनमें सुबह के नाश्ते के 11 प्रश्न, लंच के 15 प्रश्न रात्रि भोजन के 8 प्रश्नों को सम्मिलित कर अध्ययन किया गया। मध्यमान मानक विचलन व टी परीक्षण के द्वारा परिणाम प्राप्त किए गए। अध्ययन में यह निष्कर्ष आया कि प्राथमिक विद्यालय में उच्च एवं मध्यम शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थियों के आहार एवं पोषण में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

प्रस्तावना– मनुष्य की तीन बुनियादी आवश्यकताएँ मानी गई हैं ये हैं– भोजन, वस्त्र, मकान किन्तु इन तीनों में से जीवित रहने के लिए भोजन की परम् आवश्यकता है। इस सत्य का परिचय ईश्वर ने मनुष्य को उसके जन्म के साथ ही करा दिया था। इसकी पुष्टि मानव इतिहास के अध्ययन से हो जाती है। मनुष्य शिकार की अवस्था में पशुपालन कृषि किसी भी अवस्था में रहा हो उसके पेट में भूख महसूस की और उसने अपने पेट को भरने के लिए कोई न कोई खाद्य सामग्री किसी न किसी रूप में ढूँढ ली है।

प्रारंभ में जब वह आग के विषय में भी कुछ नहीं जानता था वह जानवर को मार कर कच्चा माँस खाता था। धीरे–धीरे मानव सभ्यता के विकास के द्वारा पशुपालन फिर कृषि अवस्था में

आया। आग का अविष्कार हुआ। मनुष्य ने भोजन बनाना सीखा आज वह विभिन्न विधियों से स्वादिष्ट ढंग से भोजन बनाकर खाने लगा है।

उद्देश्य–

- प्राथमिक विद्यालय में अध्ययनरत् उच्च शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थी के आहार एवं पोषण का उनकी शैक्षणिक उपलब्धि पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करना।
- प्राथमिक विद्यालय में अध्ययनरत् मध्यम शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थी के आहार एवं पोषण का उनकी शैक्षणिक उपलब्धि पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करना।
- प्राथमिक विद्यालय में अध्ययनरत् निम्न शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थी के आहार एवं पोषण का उनकी शैक्षणिक उपलब्धि पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करना।

न्यादर्श – इस अध्ययन में भोपाल शहर के शासकीय विद्यालय से 7 छात्र एवं 19 छात्राएँ एवं अशासकीय विद्यालय से 40 छात्र एवं 17 छात्राओं का चयन किया गया अतः कुल 83 विद्यार्थियों का अध्ययन किया गया।

शोध विधि– इस अध्ययन में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

स्वतंत्र चर – आहार एवं पोषण, **आश्रित चर** – शैक्षणिक उपलब्धि

प्रयुक्त साँख्यिकी– इस अध्ययन में टी परीक्षण, मध्यमान, मानक विचलन का प्रयोग किया गया है।

परिकल्पना

1. प्राथमिक विद्यालय में उच्च एवं मध्यम शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थियों के आहार एवं पोषण में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

चर	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी मूल्य	सार्थकता स्तर
उच्च उपलब्धि वाले विद्यार्थी	30	154.4	19.66	0.64	सार्थक अंतर नहीं है।
मध्यम उपलब्धि वाले विद्यार्थी	28	153.67	17.51		

2. प्राथमिक विद्यालय में अध्ययनरत् उच्च एवं निम्न शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थियों के आहार एवं पोषण में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

चर	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी मूल्य	सार्थकता स्तर
उच्च उपलब्धि वाले विद्यार्थी	30	154.4	19.66	6.4	सार्थक अंतर नहीं है।
निम्न उपलब्धि वाले विद्यार्थी	25	145.96	18.92		

निष्कर्ष – शासकीय एवं अशासकीय 83 विद्यार्थियों का अध्ययन करने के पश्चात् यह निष्कर्ष निकला कि प्राथमिक विद्यालय के उच्च एवं मध्यम विद्यार्थियों के आहार पोषण में सार्थक अंतर

नहीं है एवं प्राथमिक विद्यालय में अध्ययनरत् उच्च एवं निम्न शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त विद्यार्थियों के आहार एवं पोषण में सार्थक अंतर नहीं है ।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

सुखिया एस.पी. (1997) विद्यालय प्रशासन संगठन एवं स्वास्थ्य शिक्षा (विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा

कपिल एच.के. (2006) अनुसंधान विधियाँ, एच.पी. भार्गव, बुक हाउस

सिंह अनीता, (2010), आहार एवं पोषण, स्टार पब्लिकेशन, आगरा