



बालिकाओं के सशक्तिकरण में मध्याह्न भोजन योजना : एक अध्ययन

डॉ० मीनू कुमारी

सहायक प्राध्यापिका

समाजशास्त्र विभाग

टी० एन० बी० कॉलेज, भागलपुर।

सारांश : भारत सरकार की मध्याह्न भोजन योजना एक अत्यंत महत्वपूर्ण और व्यापक सामाजिक-शैक्षणिक पहल है, जिसका उद्देश्य प्राथमिक और उच्च प्राथमिक स्तर के बच्चों को स्कूल में पौष्टिक भोजन प्रदान करना है। यह योजना न केवल बच्चों के पोषण स्तर को सुधारने में सहायक है, बल्कि उनकी शैक्षणिक भागीदारी और सामाजिक समावेशन को भी बढ़ावा देती है। विशेष रूप से बिहार जैसे सामाजिक-आर्थिक रूप से पिछड़े राज्यों में, यह योजना बालिकाओं के सशक्तिकरण के लिए एक महत्वपूर्ण साधन के रूप में उभरी है। इसके माध्यम से, न केवल बच्चों को स्वास्थ्यवर्धक भोजन मिलता है, बल्कि यह उन्हें शिक्षा के प्रति प्रेरित करने और स्कूल में नियमित रूप से उपस्थित रहने के लिए भी प्रोत्साहित करता है। इस शोध पत्र में बिहार में मध्याह्न भोजन योजना के कार्यान्वयन का गहन विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है, जिसमें इसके उद्देश्यों, बालिकाओं के पोषण स्तर, विद्यालय में नामांकन, उपस्थिति, शैक्षणिक निरंतरता और सामाजिक-आर्थिक सशक्तिकरण पर इसके प्रभावों का विस्तृत अध्ययन किया गया है। इसके साथ ही, योजना के समक्ष उपस्थित चुनौतियों, सीमाओं और सुधार के लिए व्यावहारिक सुझावों को भी उजागर किया गया है। इस अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि मध्याह्न भोजन योजना ने बिहार में बालिकाओं को शिक्षा के प्रति आकर्षित करने, कुपोषण की समस्या को कम करने और लैंगिक समानता को बढ़ावा देने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इस योजना के माध्यम से न केवल बालिकाओं की शिक्षा में वृद्धि हुई है, बल्कि उनके समग्र विकास और सशक्तिकरण में भी योगदान मिला है, जो समाज में सकारात्मक बदलाव लाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

मुख्य शब्द: मध्याह्न भोजन योजना, बालिका शिक्षा, सशक्तिकरण, पोषण, बिहार, लैंगिक समानता।

1. भूमिका (Introduction)

शिक्षा किसी भी समाज के सामाजिक, आर्थिक और सांस्कृतिक प्रगति का आधार स्तंभ मानी जाती है। हालांकि, भारत जैसे विकासशील देशों में शिक्षा के क्षेत्र में लैंगिक असमानता एक पुरानी और गंभीर चुनौती बनी हुई है। विशेष रूप से बिहार जैसे राज्यों में, बालिकाओं की शिक्षा कई सामाजिक और आर्थिक बाधाओं से प्रभावित होती है। इनमें गरीबी, कुपोषण, पारंपरिक सोच, घरेलू कार्यों का बोझ, बाल विवाह और विद्यालयों तक पहुँच की कमी जैसे कारक शामिल हैं। ये सभी तत्व मिलकर बालिकाओं की शिक्षा को बाधित करते हैं, जिससे उनके विकास और समाज में उनकी भूमिका को सीमित किया जाता है।

भारत सरकार ने स्वतंत्रता के बाद शिक्षा के सार्वभौमीकरण और समान अवसरों की उपलब्धता के लिए कई योजनाएँ शुरू कीं। इन योजनाओं में से एक महत्वपूर्ण पहल मध्याह्न भोजन योजना है, जो न केवल शिक्षा को पोषण के साथ जोड़ती है, बल्कि विद्यालयों को बच्चों, विशेषकर बालिकाओं के लिए अधिक आकर्षक बनाती है। इस योजना का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि सभी बच्चे, चाहे वे किसी भी सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि से हों, स्कूल में नियमित रूप से उपस्थित हों और उनकी शारीरिक तथा मानसिक विकास के लिए आवश्यक पोषण प्राप्त हो। मध्याह्न भोजन योजना ने न केवल बच्चों के स्वास्थ्य में सुधार किया है, बल्कि यह शिक्षा के प्रति उनकी रुचि को भी बढ़ाने में सहायक सिद्ध हुई है, जिससे विद्यालयों में नामांकन और उपस्थिति में वृद्धि हुई है।

बिहार में, जहाँ एक बड़ी संख्या में परिवार गरीबी रेखा के नीचे जीवन यापन कर रहे हैं, वहाँ एक समय का निःशुल्क पौष्टिक भोजन बालिकाओं को विद्यालय भेजने के लिए एक महत्वपूर्ण प्रेरक तत्व के रूप में कार्य करता है। इस संदर्भ में, मध्याह्न भोजन योजना को बालिकाओं के सशक्तिकरण का एक प्रभावी साधन माना जा सकता है। यह योजना न केवल शिक्षा के प्रति बालिकाओं की रुचि को बढ़ाती है, बल्कि उनके स्वास्थ्य और पोषण स्तर में भी सुधार लाती है। जब बालिकाएँ विद्यालय में पौष्टिक भोजन प्राप्त करती हैं, तो यह उनके मानसिक और शारीरिक विकास के लिए अनुकूल वातावरण तैयार करता है, जिससे वे शिक्षा के प्रति अधिक प्रेरित होती हैं।

2. मध्याह्न भोजन योजना : ऐतिहासिक पृष्ठभूमि एवं अवधारणा

भारत में मध्याह्न भोजन योजना की शुरुआत विभिन्न राज्यों में अलग-अलग समय पर हुई थी, जो कि शिक्षा के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण कदम था। इस योजना को राष्ट्रीय स्तर पर 1995 में राष्ट्रीय प्राथमिक शिक्षा पोषण सहायता कार्यक्रम के रूप में लागू किया गया, जिसका उद्देश्य स्कूलों में बच्चों को पौष्टिक भोजन प्रदान करना था। समय के साथ, इस योजना का विस्तार उच्च प्राथमिक स्तर तक किया गया, जिससे अधिक बच्चों को इसका लाभ मिल सका। वर्तमान में, यह योजना प्रधानमंत्री पोषण शक्ति निर्माण (PM POSHAN) योजना के नाम से जानी जाती है, जो न केवल बच्चों के पोषण को सुनिश्चित करती है, बल्कि उनकी शिक्षा में भी सुधार लाने का प्रयास करती है। इस योजना के माध्यम से, सरकार ने यह सुनिश्चित किया है कि सभी बच्चों को स्कूल में एक संतुलित और पौष्टिक भोजन मिले, जिससे उनकी शारीरिक और मानसिक विकास में सहायता मिल सके।

2.1 योजना की अवधारणा

मध्याह्न भोजन योजना का मुख्य अवधारणा यह सुनिश्चित करना है कि कोई भी बच्चा भूख के कारण शिक्षा से वंचित न हो। यह योजना बच्चों को न केवल पोषण प्रदान करती है, बल्कि उनके शारीरिक, मानसिक और बौद्धिक विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। जब बच्चे भूख से मुक्त होते हैं, तो वे बेहतर तरीके से ध्यान केंद्रित कर सकते हैं और शिक्षा के प्रति उनकी रुचि बढ़ती है।

2.2 योजना के प्रमुख उद्देश्य

इस योजना के अंतर्गत विद्यालयों में नामांकन को बढ़ावा देना एक महत्वपूर्ण लक्ष्य है, जिससे अधिक से अधिक बच्चे शिक्षा के लाभों का लाभ उठा सकें। इसके साथ ही, बच्चों की नियमित उपस्थिति को सुनिश्चित करना भी आवश्यक है, ताकि वे अपनी पढ़ाई में निरंतरता बनाए रख सकें और शिक्षा के प्रति उनकी रुचि बनी रहे। इसके अतिरिक्त, कुपोषण और भूख की समस्या को कम करने के लिए ठोस कदम उठाए जाएंगे, जिससे बच्चों का शारीरिक और मानसिक विकास सही तरीके से हो सके। सामाजिक और लैंगिक समानता को बढ़ावा देना भी इस योजना का एक प्रमुख उद्देश्य है, जिससे सभी बच्चों को समान अवसर मिल सकें।

3. बिहार में मध्याह्न भोजन योजना का स्वरूप

बिहार में मध्याह्न भोजन योजना का कार्यान्वयन राज्य सरकार द्वारा किया जाता है, जिसका उद्देश्य सरकारी और सहायता प्राप्त विद्यालयों में कक्षा 1 से 8 तक के विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण और पौष्टिक भोजन प्रदान करना है। यह योजना विद्यालय कार्यदिवसों के दौरान लागू होती है, जिससे बच्चों को न केवल शारीरिक पोषण मिलता है, बल्कि उनकी शिक्षा में भी सुधार होता है। इस योजना के तहत, विद्यार्थियों को प्रतिदिन पका हुआ भोजन दिया जाता है, जो उनकी आवश्यकताओं के अनुसार तैयार किया जाता है। इसके माध्यम से न केवल बच्चों के स्वास्थ्य में सुधार होता है, बल्कि यह भी सुनिश्चित किया जाता है कि वे विद्यालय में नियमित रूप से उपस्थित रहें और शिक्षा के प्रति उनकी रुचि बढ़े।

3.1 प्रशासनिक ढाँचा

राज्य स्तर पर शिक्षा विभाग की संरचना अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह शिक्षा नीति और कार्यक्रमों के कार्यान्वयन की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करता है। इसके अंतर्गत विभिन्न स्तरों पर कार्यरत अधिकारी और कर्मचारी शिक्षा की गुणवत्ता और पहुंच को सुनिश्चित करने के लिए जिम्मेदार होते हैं। इसके अलावा, जिला और प्रखंड स्तर पर निगरानी समितियाँ स्थापित की गई हैं, जो स्थानीय स्तर पर शिक्षा की स्थिति की निगरानी करती हैं और आवश्यक सुधारों की सिफारिश करती हैं। ये समितियाँ शिक्षा के विभिन्न पहलुओं पर ध्यान केंद्रित करती हैं, जैसे कि पाठ्यक्रम, शिक्षक प्रशिक्षण, और छात्र-कल्याण। विद्यालय स्तर पर, प्रधानाध्यापक और रसोइया-सह-सहायिका की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। प्रधानाध्यापक विद्यालय के प्रशासन और शैक्षणिक गतिविधियों का संचालन करते हैं, जबकि रसोइया-सह-सहायिका छात्रों के लिए पौष्टिक भोजन तैयार करने और उनकी देखभाल करने में सहायता करते हैं।

3.2 भोजन की संरचना

भोजन की संरचना में आमतौर पर चावल, दाल, सब्जियाँ, तेल और कभी-कभी अंडा या फल शामिल होते हैं। यह विविधता बच्चों के लिए आवश्यक पोषक तत्वों की पूर्ति सुनिश्चित करती है। चावल और दाल जैसे कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन के स्रोत ऊर्जा प्रदान करते हैं, जबकि सब्जियाँ विटामिन और खनिजों का महत्वपूर्ण स्रोत होती हैं। तेल, जो स्वस्थ वसा का एक हिस्सा है, शरीर में पोषक तत्वों के अवशोषण में सहायता करता है। अंडा और फल, जो कभी-कभी भोजन में शामिल किए जाते हैं, अतिरिक्त प्रोटीन और फाइबर प्रदान करते हैं, जिससे बच्चों की समग्र स्वास्थ्य और विकास में मदद मिलती है।

4. बालिकाओं के सशक्तिकरण की अवधारणा

सशक्तिकरण का अर्थ केवल शिक्षा प्राप्त करना नहीं है, बल्कि यह आत्मनिर्भरता, निर्णय लेने की क्षमता, आत्मविश्वास और सामाजिक समानता की प्राप्ति को भी शामिल करता है। बालिकाओं के संदर्भ में सशक्तिकरण का तात्पर्य है कि उन्हें शिक्षा तक समान पहुँच, स्वास्थ्य और पोषण की उपलब्धता, सामाजिक-आर्थिक निर्णयों में भागीदारी, और आत्मसम्मान तथा आत्मविश्वास के विकास का अवसर मिलना चाहिए।

इन सभी पहलुओं को ध्यान में रखते हुए, मध्याह्न भोजन योजना एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, क्योंकि यह न केवल बालिकाओं के पोषण को सुनिश्चित करती है, बल्कि उनके समग्र विकास और सशक्तिकरण में भी सहायक होती है। इस योजना के माध्यम से, बालिकाएँ न केवल शिक्षा के प्रति प्रेरित होती हैं, बल्कि वे अपने अधिकारों और अवसरों के प्रति जागरूक भी होती हैं।

5. मध्याह्न भोजन योजना और बालिकाओं का पोषण

बिहार में बालिकाओं के कुपोषण की समस्या एक गंभीर चुनौती बनी हुई है। अक्सर परिवारों में भोजन का वितरण असमान होता है, जिसके परिणामस्वरूप बालिकाओं को अपेक्षाकृत कम पोषण प्राप्त होता है। मध्याह्न भोजन योजना के माध्यम से, बालिकाओं को प्रतिदिन एक संतुलित आहार उपलब्ध कराया जाता है, जिससे उनकी शारीरिक वृद्धि में सुधार होता है। इस योजना के सकारात्मक प्रभावों में एनीमिया और कमजोरी जैसी

स्वास्थ्य समस्याओं में कमी आना शामिल है। इसके अतिरिक्त, पोषण में सुधार से बालिकाओं की सीखने की क्षमता और विद्यालय में एकाग्रता में वृद्धि होती है, जो उनके सशक्तिकरण की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

6. विद्यालय नामांकन और उपस्थिति पर प्रभाव

मध्याह्न भोजन योजना का बालिकाओं के विद्यालय नामांकन और उपस्थिति पर एक महत्वपूर्ण और सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। इस योजना के तहत, गरीब परिवारों के लिए एक समय का भोजन उपलब्ध कराना एक बड़ा प्रोत्साहन साबित हुआ है, जिससे बालिकाओं को विद्यालय भेजने की प्रवृत्ति में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। इसके परिणामस्वरूप, विद्यालयों में नामांकन की संख्या में वृद्धि देखी गई है। इसके साथ ही, नियमित भोजन की उपलब्धता ने बालिकाओं की विद्यालय में उपस्थिति को भी सुधारने में मदद की है। इससे न केवल उनकी नियमितता बढ़ी है, बल्कि ड्रॉप-आउट दर में भी कमी आई है, जो कि शिक्षा के क्षेत्र में एक सकारात्मक संकेत है।

7. शैक्षणिक निरंतरता और आत्मविश्वास

विद्यालय में नियमित रूप से उपस्थित रहने से बालिकाओं में कई महत्वपूर्ण गुणों का विकास होता है। सबसे पहले, यह उनकी पढ़ाई के प्रति रुचि को बढ़ाता है, जिससे वे शिक्षा के प्रति अधिक जागरूक और प्रेरित होती हैं। इसके साथ ही, नियमित विद्यालय आने से उनका आत्मविश्वास भी मजबूत होता है, क्योंकि वे अपने विचारों और भावनाओं को व्यक्त करने में सक्षम होती हैं। इसके अलावा, विद्यालय एक ऐसा सुरक्षित और सहायक वातावरण प्रदान करता है, जहाँ बालिकाएँ अपने आप को समान और समर्थ महसूस करती हैं। इस प्रकार, विद्यालय का माहौल न केवल शैक्षणिक विकास में सहायक होता है, बल्कि यह सामाजिक और भावनात्मक विकास के लिए भी अत्यंत महत्वपूर्ण है।

8. सामाजिक समानता और लैंगिक सशक्तिकरण

मध्याह्न भोजन योजना का आधार सामूहिक भोजन की अवधारणा है, जो विभिन्न सामाजिक वर्गों के बीच भेदभाव को कम करने में सहायक होती है। इस योजना के माध्यम से जाति, वर्ग और लिंग के भेदभाव को समाप्त करने का प्रयास किया जाता है, जिससे बालिकाएँ समानता और सम्मान का अनुभव कर सकें। इसके अलावा, यह योजना सामाजिक समावेशन को बढ़ावा देती है, जिससे सभी वर्गों के बच्चों को एक साथ भोजन करने का अवसर मिलता है। इस प्रकार का सामाजिक सशक्तिकरण बालिकाओं के दीर्घकालिक विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह उन्हें आत्मविश्वास और समान अवसर प्रदान करता है।

9. आँकड़ों के आधार पर विश्लेषण

तालिका-1

सूचक	योजना से पूर्व	योजना के बाद
बालिकाओं का नामांकन (%)	62%	78%
औसत उपस्थिति (%)	65%	82%
पोषण स्तर (BMI औसत)	15.8	17.3

PM POSHAN annual report 2021-22

प्रस्तुत तालिका में बिहार में मध्याह्न भोजन योजना के लागू होने से पूर्व और बाद में बालिकाओं के नामांकन, उपस्थिति तथा पोषण स्तर (BMI) में हुए परिवर्तन को दर्शाया गया है। इन आँकड़ों के आधार पर योजना के प्रभाव का विश्लेषण निम्न प्रकार से किया जा सकता है :

9.1 बालिकाओं के नामांकन में परिवर्तन

तालिका के अनुसार, योजना लागू होने से पूर्व बालिकाओं का विद्यालय नामांकन 62 प्रतिशत था, जो योजना के बाद बढ़कर 78 प्रतिशत हो गया। यह लगभग 16 प्रतिशत की उल्लेखनीय वृद्धि को दर्शाता है। यह वृद्धि इस तथ्य को प्रमाणित करती है कि मध्याह्न भोजन योजना ने आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों को अपनी बालिकाओं को विद्यालय भेजने के लिए प्रेरित किया। निःशुल्क भोजन की उपलब्धता ने शिक्षा से जुड़ी प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष लागत को कम किया, जिससे बालिकाओं की विद्यालय तक पहुँच में सुधार हुआ। यह स्थिति बालिका शिक्षा के सशक्तिकरण की दिशा में एक महत्वपूर्ण संकेत है।

9.2 औसत उपस्थिति में सुधार

आँकड़ों से स्पष्ट है कि योजना से पूर्व बालिकाओं की औसत विद्यालय उपस्थिति 65 प्रतिशत थी, जो योजना के बाद बढ़कर 82 प्रतिशत हो गई। यह 17 प्रतिशत की वृद्धि दर्शाती है। इस सुधार से यह निष्कर्ष निकलता है कि मध्याह्न भोजन योजना ने न केवल नामांकन बढ़ाया, बल्कि बालिकाओं को विद्यालय में नियमित रूप से उपस्थित रहने के लिए भी प्रेरित किया। नियमित उपस्थिति से बालिकाओं की शैक्षणिक निरंतरता बनी रहती है, जिससे ड्रॉप-आउट दर में कमी आती है। यह सशक्तिकरण का एक व्यावहारिक रूप है, क्योंकि शिक्षा की निरंतरता भविष्य में सामाजिक और आर्थिक आत्मनिर्भरता की नींव रखती है।

9.3 पोषण स्तर (BMI) में वृद्धि

तालिका के अनुसार, योजना से पूर्व बालिकाओं का औसत टडए 15.8 था, जो योजना के बाद बढ़कर 17.3 हो गया। यह वृद्धि बालिकाओं के पोषण और स्वास्थ्य स्तर में सुधार को दर्शाती है। पोषण स्तर में यह सकारात्मक परिवर्तन यह संकेत देता है कि नियमित और संतुलित भोजन से बालिकाओं के शारीरिक विकास में सुधार हुआ है। बेहतर स्वास्थ्य का सीधा प्रभाव उनकी सीखने की क्षमता, एकाग्रता और विद्यालयी सहभागिता पर पड़ता है, जो अंततः उनके शैक्षणिक और सामाजिक सशक्तिकरण को मजबूत करता है।

10. योजना के समक्ष चुनौतियाँ

योजना के सकारात्मक प्रभावों के बावजूद, कुछ महत्वपूर्ण चुनौतियाँ अभी भी विद्यमान हैं। सबसे पहले, भोजन की गुणवत्ता और स्वच्छता एक गंभीर मुद्दा है, क्योंकि यह सीधे लाभार्थियों के स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। इसके अलावा, अनियमितता और भ्रष्टाचार की समस्याएँ भी योजना की प्रभावशीलता को कमजोर करती हैं, जिससे संसाधनों का सही उपयोग नहीं हो पाता। इसके साथ ही, प्रशिक्षित कर्मियों की कमी भी एक बड़ी बाधा है, क्योंकि योग्य और सक्षम कर्मचारियों के बिना योजना का कार्यान्वयन सही तरीके से नहीं हो सकता। अंत में, प्रभावी निगरानी की कमी भी एक महत्वपूर्ण चुनौती है, जो योजना की प्रगति और परिणामों की सही जानकारी प्राप्त करने में बाधा डालती है। इन सभी समस्याओं का समाधान किए बिना योजना की पूर्ण सफलता संभव नहीं है।

12. निष्कर्ष (Conclusion)

निष्कर्ष के रूप में, यह स्पष्ट है कि बिहार में मध्याह्न भोजन योजना बालिकाओं के सशक्तिकरण के लिए एक महत्वपूर्ण और दीर्घकालिक कदम है। इस योजना ने न केवल बालिकाओं के पोषण और स्वास्थ्य में सुधार लाने में मदद की है, बल्कि यह उन्हें विद्यालयों से जोड़ने, आत्मविश्वास को बढ़ाने और सामाजिक समानता को मजबूत करने में भी एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। यदि इस योजना के कार्यान्वयन में पारदर्शिता, गुणवत्ता और जवाबदेही को सुनिश्चित किया जाए, तो यह बिहार में बालिका शिक्षा और सशक्तिकरण के लिए एक ठोस आधार तैयार कर सकती है, जिससे भविष्य में बालिकाओं के विकास और उनकी सामाजिक स्थिति में सुधार संभव हो सकेगा।

11. सुझाव

1. भोजन की गुणवत्ता को सुनिश्चित करना
2. रसोइयों को उचित प्रशिक्षण प्रदान करना
3. डिजिटल निगरानी प्रणाली को और अधिक प्रभावी बनाना
4. समुदाय और अभिभावकों की सक्रिय भागीदारी
5. बालिकाओं के लिए पोषण जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन करना

संदर्भ सूची

1. Government of India. (2021). *PM POSHAN (Mid-Day Meal) scheme guidelines*. Ministry of Education, Government of India.
2. Drèze, J., & Goyal, A. (2003). The future of mid-day meals. *Economic and Political Weekly*, 38(44), 4673–4683.
3. Dreze, J., & Sen, A. (2013). *An uncertain glory: India and its contradictions*. Princeton University Press.
4. Khera, R. (2006). Mid-day meals in primary schools: Achievements and challenges. *Economic and Political Weekly*, 41(46), 4742–4750.
5. Ministry of Education, Government of India. (2022). *PM POSHAN annual report 2021–22*. Government of India.
6. Planning Commission of India. (2014). *Evaluation study on mid-day meal scheme*. Government of India.
7. UNICEF India. (2019). *Nutrition, education and gender equality in India*. UNICEF.
8. World Bank. (2018). *Learning to realize education's promise*. World Bank Publications.
9. Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Oxford University Press.
10. Nambissan, G. B. (2010). Exclusion and discrimination in schools: Experiences of Dalit children. *Indian Institute of Dalit Studies Working Paper*, 1–28.