

## मिड-डे मील योजना का बाल विकास पर प्रभाव

\*अंजलि श्रीवास्तव एवं डॉ. जया वर्मा

चंद्र शेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय-208002, उत्तर प्रदेश

\*संवादी लेखक का ईमेल पता: [anjalisrivastava9118@gmail.com](mailto:anjalisrivastava9118@gmail.com)

**भारत** जैसे विकासशील देश में बच्चों का समग्र विकास एक बड़ी चुनौती रहा है। कुपोषण, स्कूल छोड़ने की प्रवृत्ति और शैक्षणिक असमानता लंबे समय से चिंता का विषय रही हैं। इन समस्याओं से निपटने के लिए सरकार द्वारा शुरू की गई मिड-डे मील योजना न केवल एक पोषण कार्यक्रम है, बल्कि यह बाल विकास को सशक्त करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल भी है। यह योजना बच्चों के शारीरिक, मानसिक, शैक्षणिक और सामाजिक विकास पर व्यापक प्रभाव डालती है।

**मिड-डे मील योजना का संक्षिप्त परिचय:** मिड-डे मील योजना की शुरुआत सरकारी और सरकारी सहायता प्राप्त प्राथमिक विद्यालयों में बच्चों को पौष्टिक भोजन उपलब्ध कराने के उद्देश्य से की गई थी। इस योजना का मुख्य लक्ष्य बच्चों में पोषण स्तर सुधारना, स्कूल में नामांकन और उपस्थिति बढ़ाना तथा ड्रॉपआउट दर को कम करना है। समय के साथ यह योजना प्राथमिक से उच्च प्राथमिक स्तर तक विस्तारित हुई और आज यह विश्व की सबसे बड़ी स्कूल भोजन योजनाओं में से एक है।

**शारीरिक विकास पर प्रभाव:** बाल विकास का सबसे बुनियादी पहलू शारीरिक विकास है। मिड-डे मील योजना बच्चों को आवश्यक कैलोरी, प्रोटीन और सूक्ष्म पोषक तत्व प्रदान करने में सहायक है। नियमित और संतुलित भोजन मिलने से बच्चों की लंबाई और वजन में सुधार होता है तथा कुपोषण और एनीमिया जैसी समस्याओं में कमी आती है। विशेष रूप से आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के बच्चों के लिए यह भोजन दिन का सबसे पौष्टिक आहार होता है, जो उनके स्वस्थ विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

**मानसिक और संज्ञानात्मक विकास:** पोषण का सीधा संबंध बच्चों की मानसिक क्षमताओं से होता है। भूखे पेट बच्चा न तो ठीक से ध्यान लगा पाता है और न ही सीखने की प्रक्रिया में सक्रिय रूप से भाग ले सकता है। मिड-डे मील मिलने से बच्चों की एकाग्रता, स्मरण शक्ति और सीखने की क्षमता में सुधार देखा गया है। पर्याप्त पोषण बच्चों के मस्तिष्क विकास को बढ़ावा देता है, जिससे उनकी संज्ञानात्मक क्षमताएँ मजबूत होती हैं।



**शैक्षणिक विकास और स्कूल उपस्थिति:** मिड-डे मील योजना का एक प्रमुख प्रभाव स्कूल में बच्चों की उपस्थिति पर पड़ा है। भोजन की उपलब्धता ने माता-पिता को बच्चों को स्कूल भेजने के लिए प्रोत्साहित किया है। इससे नामांकन दर में वृद्धि और ड्रॉपआउट दर में कमी आई है। बच्चे नियमित रूप से स्कूल आने लगे हैं, जिससे उनकी पढ़ाई में निरंतरता बनी रहती है और शैक्षणिक प्रदर्शन में सुधार होता है।

**सामाजिक विकास और समानता:** यह योजना बच्चों के सामाजिक विकास में भी सहायक है। जब सभी बच्चे एक साथ बैठकर भोजन करते हैं, तो जाति, धर्म और आर्थिक भेदभाव कम होता है। इससे बच्चों में समानता, सहयोग और सामूहिकता की भावना विकसित होती है। सामाजिक समावेशन के दृष्टिकोण से मिड-डे मील योजना बच्चों को एक साझा मंच प्रदान करती है, जहाँ वे सामाजिक मूल्यों को सीखते हैं।

**परिवार और समुदाय पर प्रभाव:** मिड-डे मील योजना का प्रभाव केवल बच्चों तक सीमित नहीं है, बल्कि इसका असर परिवार और समुदाय पर भी पड़ता है। परिवारों पर आर्थिक बोझ कम होता है क्योंकि बच्चों को एक समय का भोजन स्कूल में मिल जाता है। कई स्थानों पर इस योजना के अंतर्गत स्थानीय महिलाओं को भोजन बनाने का कार्य दिया जाता है, जिससे उन्हें रोजगार के अवसर प्राप्त होते हैं और सामुदायिक सहभागिता बढ़ती है।

**चुनौतियाँ और सुधार की आवश्यकता:** यद्यपि मिड-डे मील योजना के अनेक सकारात्मक प्रभाव हैं, फिर भी इसके क्रियान्वयन में कुछ चुनौतियाँ बनी हुई हैं। भोजन की गुणवत्ता, स्वच्छता, नियमितता और निगरानी से जुड़ी समस्याएँ कई स्थानों पर देखने को मिलती हैं। यदि इन चुनौतियों का समाधान किया जाए और पोषण गुणवत्ता पर विशेष ध्यान दिया जाए, तो यह योजना और अधिक प्रभावी बन सकती है।

#### निष्कर्ष

मिड-डे मील योजना बाल विकास की दिशा में एक सशक्त और प्रभावशाली कार्यक्रम है। यह न केवल बच्चों के शारीरिक स्वास्थ्य को सुधारती है, बल्कि उनके मानसिक, शैक्षणिक और सामाजिक विकास को भी मजबूत बनाती है। एक समग्र मानव विकास के लिए ऐसी योजनाएँ अत्यंत आवश्यक हैं। यदि इसे बेहतर योजना, निगरानी और सामुदायिक सहयोग के साथ लागू किया जाए, तो मिड-डे मील योजना भारत के बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की नींव बन सकती है।