પૂર્વ શાળા ના 3 થી 6 વર્ષ ના બાળકો ના પોષણ સ્તર નો અભ્યાસ

Dissertation for the Degree of Master of Science
Foods and Nutrition
By
Vaibhavi Somani
Under the Guidance of
Ms. Krishna D. Thakkar
Asst. Professor
Department of Home Science
Children's University, Gandhinagar
Year 2019-20

Abstract: ભારતમાં હાલ બાળકોને પ્રાથમિક શાળામાં ફરજિયાત શિક્ષણ આપતા પહેલા બાળપણના શિક્ષણની તક આપવા માટે પૂર્વશાળા (પ્રિ - સ્કૂલ) દ્વારા બાળકોને જ્ઞાન સાથે અને ગમ્મત શીખવવાનું પણ કાર્ય કરે છે. હાલમાં ભારતની પૂર્વશાળાઓમાં 'બાળ કેન્દ્રિત' શબ્દ વાપરવાના વલણનો પ્રારંભ થયો છે. બાળ કેન્દ્રિત શિક્ષણ એ શ્રેષ્ઠ અભિગમ છે. આ અભિગમ છે. આ અભિગમ બાળકોને વિચારવા, આત્મનિર્ભર બનાવવા, સર્જનાત્મક રીતે ક્રિયાશીલ કરવા અને સ્વાયત્ત બનાવવામાં મદદ કરે છે. આ સંશોધનનો મુખ્ય ઉદ્દેશ શહેર વિસ્તારની પૂર્વ શાળાના બાળકોનું પોષણ સ્તર જાણવાનો હતો. આ અભ્યાસ દરમિયાન બાળકોમાં કુપોષણનો પ્રકાર નક્કી કરવા માટે ઊંચાઈ અને વજન સી.ડી.સી. (ધ સેન્ટર્સ ફોર ડીસિસ કંટ્રોલ એન્ડ પ્રિવેન્શન) પદ્ધતિ દ્વારા બી.એમ.આઈ. (બોડી માસ ઇન્ડેકસ) અને એમ.યુ.એ.સી. પટ્ટી દ્વારા હાથના મધ્યભાગના પરિધનું માપન કરવામાં આવ્યું હતું. સંપૂર્ણ અભ્યાસ ટકાવારી પદ્ધતિની મદદથી કરવામાં આવ્યો છે. આ ઉપરાંત બાળકોની માતા દ્વારા ખોરાક આવર્તન પ્રશ્નાવલી ભરાવી બાળકોની આહાર અંગેની ટેવો વિશેનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. પરિણામ સૂચવે છે કે શહેરી વિસ્તારની પૂર્વશાળાના બાળકોના સમુદાયમાં મેદસ્વી બાળકોનું પ્રમાણ 62%, ઓછુ વજન ધરાવતા બાળકોનું પ્રમાણ 26% અને સારું પોષણ ધરાવતા બાળકોનું પ્રમાણ 12% હતું. જ્યારે હાથના મધ્યભાગના પરિધના પરિણામ સ્વરૂપે તંદુરસ્ત બાળકોનું પ્રમાણ 12%, હળવા કુપોષિત બાળકોનું પ્રમાણ 8% અને ગંભીર કુપોષિત બાળકોનું પ્રમાણ 0.00% જોવા મળ્યું હતું. આ આધારે મધ્યમ આવક ધરાવતા માતા પિતાના બાળકો સારુ પોષણ ધરાવતા જોવા મળ્યા જ્યારે વધુ આવક ધરાવતા માતા - પિતાના બાળકો ખોટી આહારકીય ટેવોને કારણે મેદસ્વી જોવા મળ્યા હતાં. ઉપરાંત, ઓછી આવક ધરાવતા માતા - પિતા બાળકો મહદઅંશે સારા પોષણ થી કુપોષિત જોવા મળ્યા હતા. બાળકોની પોષક સ્થિતિ સુધારવા માટે તેમના માતા પિતા ને આહારના મહત્વ અંગે શિક્ષિત કરવા જોઇએ.

Keywords: પોષણ, બાળકો, પૂર્વશાળા, કુપોષિત, આહાર