भारतीय ज्ञान धरोहर

विमर्श और परंपरा

सम्पादक
डॉ. दिनेश चन्द्र शर्मा

भारतीय ज्ञान धरोहर

विमर्श और परम्परा

सम्पादक

डॉ. दिनेश चन्द्र शर्मा

Ph.D., D.Lit. (Sub.)

निदेशक, कॉम्पिटिशन प्लस ग्रुप ऑफ इन्स्टीट्यूशन,
अजमेर

छवि पब्लिकेशन्स

अजमेर-305001

प्रकाशक :

छवि पब्लिकेशन्स

अजमेर-305001

मो. 9660111549

संस्करण :

प्रथम 2023

ISBN : **978 - 81 - 89435 - 69 - 1**

मूल्य - 400/-

रचना - भारतीय ज्ञान धरोहर : विमर्श और परम्परा

सम्पादक - डॉ. दिनेश चन्द्र शर्मा

मुद्रक - श्रीनिवास प्रिन्टोग्राफिक्स, अजमेर

16

स्वास्थ्य शिक्षा और जीवन मूल्य

अनुराग पाण्डेय
शारीरिक शिक्षक
हुकुमचन्द नोबेल इंस्टीट्यूट ऑफ साईंस एण्ड टेक्नोलॉजी, अजमेर

स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षा-व्यवस्था का एक अत्यंत महत्त्वपूर्ण एवं व्यापक अंग है, जो व्यक्ति, परिवार और समाज—तीनों के स्वस्थ जीवन की नींव रखता है। इसका मुख्य उद्देश्य केवल रोगों से सुरक्षा प्रदान करना ही नहीं, बल्कि स्वस्थ जीवन शैली को अपनाने की प्रेरणा देना भी है। स्वास्थ्य शिक्षा का क्षेत्र बहुत विस्तृत है और यह बालकों तथा वयस्कों दोनों के सर्वांगीण विकास को प्रभावित करता है।

स्वास्थ्य शिक्षा का क्षेत्र

स्वास्थ्य शिक्षा का क्षेत्र मुख्यत: बालकों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य से सम्बद्ध होता है। इसमें सबसे पहले बालकों के स्वास्थ्य का संरक्षण प्रमुख है, अर्थात उन्हें रोगों से सुरक्षित रखना, उनके शरीर में उत्पन्न होने वाले विभिन्न दोषों का समय पर निदान करना और उपयुक्त उपचार के माध्यम से उन दोषों को दूर करना।

इसके अतिरिक्त स्वास्थ्य शिक्षा बालकों में सामान्य स्वास्थ्य नियमों का ज्ञान प्रदान करती है, जिससे वे अपने स्वास्थ्य की रक्षा के साथ-साथ उसमें सुधार भी कर सकें। विद्यालय स्तर पर स्वास्थ्य शिक्षा का क्षेत्र व्यक्तिगत स्वास्थ्य, शारीरिक शिक्षा, स्वास्थ्य-विज्ञान तथा सामुदायिक स्वास्थ्य जैसे विविध आयामों को समाहित करता है।

व्यक्तिगत स्वास्थ्य में स्वच्छता, संतुलित भोजन, स्वच्छ जल, शुद्ध वायु, प्रकाश, विश्राम और व्यायाम जैसे तत्व आते हैं, जबकि सामुदायिक स्वास्थ्य में स्वस्थ वातावरण, स्वच्छता अभियान, प्रदूषण नियंत्रण, संक्रामक रोगों की रोकथाम आदि विषय सम्मिलित होते हैं। इस प्रकार स्वास्थ्य शिक्षा केवल व्यक्तिगत जीवन तक सीमित न रहकर समाज के समग्र स्वास्थ्य-सुधार से भी सम्बद्ध रहती है।

स्वास्थ्य शिक्षा के उद्देश्य

स्वास्थ्य शिक्षा का मूल उद्देश्य बालकों और समाज को ऐसा ज्ञान प्रदान करना

है, जिससे वे शरीर, मन तथा समाज—तीनों क्षेत्रों में संतुलन स्थापित कर स्वस्थ जीवन जी सकें। इसके दो मुख्य उद्देश्य निम्न हैं—

(1) बालकों को स्वस्थ रहने की विधियों का ज्ञान कराना :- स्वास्थ्य शिक्षा का मुख्य उद्देश्य यह है कि बालक यह सीखें कि वे किस प्रकार अपने दैनिक जीवन में अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रख सकते हैं। इसमें स्वच्छता, भोजन, व्यायाम, स्वस्थ आदतें और पर्यावरणीय स्वच्छता जैसे तत्व प्रमुख भूमिका निभाते हैं।

(2) स्वास्थ्य स्तर को ऊँचा उठाने की प्रेरणा देना :- स्वस्थ रहने के साथ-साथ उनका स्वास्थ्य स्तर बढ़ाने की प्रक्रिया भी स्वास्थ्य शिक्षा का महत्त्वपूर्ण उद्देश्य है। यह उन्हें वैज्ञानिक ढंग से जीवन व्यतीत करने, संतुलित आहार लेने, नियमित व्यायाम करने और स्वच्छ वातावरण बनाने की प्रेरणा देती है।

इन मुख्य उद्देश्यों के अतिरिक्त स्वास्थ्य शिक्षा के अन्य उद्देश्य भी उतने ही महत्त्वपूर्ण हैं—

(3) बीमारियों तथा दुर्घटनाओं के कारण और निवारण का ज्ञान कराना:- स्वास्थ्य शिक्षा छात्रों को यह सिखाती है कि विभिन्न बीमारियाँ किन कारणों से उत्पन्न होती हैं तथा उनसे बचने के कौन-कौन से उपाय हैं? साथ ही, दुर्घटनाओं से बचने के नियमों, प्राथमिक उपचार और सावधानियों का भी ज्ञान दिया जाता है।

(4) शिक्षकों तथा विद्यालयी कर्मचारियों के स्वास्थ्य का उन्नयन :- स्वास्थ्य शिक्षा केवल छात्रों तक सीमित नहीं रहती, बल्कि शिक्षकों एवं विद्यालय कर्मचारियों के स्वास्थ्य सुधार में भी सहायता करती है। स्वस्थ शिक्षक स्वस्थ पीढ़ी तैयार कर सकते हैं, इसलिए विद्यालय में स्वास्थ्यपरक वातावरण बनाना अत्यंत आवश्यक है।

(5) अभिभावकों और समाज को स्वास्थ्य नियमों से अवगत कराना :- स्वास्थ्य शिक्षा का एक व्यापक उद्देश्य यह भी है कि अभिभावकों तथा समाज के सदस्यों को स्वास्थ्य सम्बन्धी सिद्धान्तों की जानकारी दी जाए, जिससे वे स्वयं स्वस्थ रह सकें और अपनी संतानों तथा समाज के लिए भी बेहतर स्वास्थ्यवर्धक वातावरण निर्मित कर सकें।

विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा के सामाजिक कार्यक्रम

विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा का उद्देश्य केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ाना नहीं, बल्कि बालकों तथा सम्पूर्ण समाज के लिए स्वास्थ्यवर्धक वातावरण तैयार करना भी

है। अमरीका की विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा समिति द्वारा दी गई परिभाषा के अनुसार विद्यालय में उपलब्ध स्वास्थ्य सेवाएँ, स्वस्थ जीवनयापन की व्यवस्थाएँ तथा स्वास्थ्य सम्बन्धी शिक्षा—ये तीनों मिलकर विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम का निर्माण करती हैं। इन्हीं तीनों अंगों को आधार बनाकर विद्यालय स्वास्थ्य-सम्बन्धी कार्यक्रम निम्न प्रकार विस्तार पाते हैं—

(अ) स्वास्थ्य सेवाएँ

विद्यालय का प्रथम और अत्यंत महत्वपूर्ण कर्तव्य है कि वह छात्रों को उपयुक्त स्वास्थ्य सेवाएँ उपलब्ध कराए। स्वास्थ्य सेवाएँ वे सभी गतिविधियाँ हैं जिनके द्वारा बालक के स्वास्थ्य-स्तर का निर्धारण किया जाता है तथा उसकी सुरक्षा और उन्नति के लिए योजनाएँ लागू की जाती हैं। इनकी सहायता से न केवल बीमारियों का पता चलता है, बल्कि उनका समय पर उपचार भी संभव होता है।

विद्यालय की स्वास्थ्य सेवाओं की मुख्य विशेषताएँ :-

(1) स्वास्थ्य परीक्षण एवं निरीक्षण :- विद्यार्थियों के स्वास्थ्य परीक्षण समय-समय पर किए जाते हैं। इससे दृष्टि दोष, दन्त दोष, पोषण की कमी, त्वचा रोग, श्वसन संबंधी समस्याएँ, कान-नाक-गला सम्बन्धी विकार आदि का पता चलता है।

(2) स्वास्थ्य सम्बन्धी सूचनाओं का अभिलेख :- विद्यालय में विद्यार्थियों के स्वास्थ्य से जुड़ी सूचनाएँ—जैसे ऊँचाई, वजन, टीकाकरण, रोगों का इतिहास आदि—नियमित रूप से लिखित रूप में सुरक्षित रखी जाती हैं, जिससे भविष्य में सहायता मिलती है।

(3) शिक्षकों की रिपोर्ट :- कक्षा शिक्षक बालकों के व्यवहार, आदतों, थकावट, कमजोरी, उदासी, अनियमितता आदि के आधार पर स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं की पहचान करते हैं और उन्हें स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं या अभिभावकों को भेजते हैं।

(4) विद्यालय में भोजन, जल और स्वच्छता की व्यवस्था :- स्वच्छ पेयजल, पौष्टिक मध्यान्ह भोजन, स्वच्छ शौचालय, मूत्रालय तथा हाथ धोने की उचित व्यवस्था स्वास्थ्य सेवाओं का अनिवार्य अंग हैं।

(5) रोगों की रोकथाम :- टीकाकरण कार्यक्रम, संक्रामक रोगों की रोकथाम, प्राथमिक उपचार तथा स्वास्थ्य जागरूकता के द्वारा विद्यार्थियों को सुरक्षित रखा जाता है।

स्वास्थ्य सेवाएँ विद्यालय की नींव हैं, क्योंकि इनसे विद्यार्थी न केवल स्वस्थ रहते हैं बल्कि उनकी शिक्षा पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

(ब) स्वस्थ जीवनयापन

विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम का द्वितीय प्रमुख अंग स्वस्थ जीवनयापन है। एक अच्छे विद्यालय का कर्तव्य है कि वह विद्यार्थियों को ऐसा वातावरण प्रदान करे, जहाँ स्वच्छता, सुरक्षा, सौन्दर्य और स्वास्थ्य का समुचित ध्यान रखा गया हो।

विद्यालय में स्वस्थ जीवनयापन की आवश्यक व्यवस्थाएँ

(1) स्वच्छ एवं स्वास्थ्यप्रद परिसर :- विद्यालय में धूल-मिट्टी रहित कक्ष, अच्छी वायु आने-जाने की व्यवस्था, पर्याप्त प्रकाश, सीलन एवं शोरगुल से मुक्त वातावरण अत्यावश्यक है।

(2) उपयुक्त भवन एवं कक्ष :- कक्ष खुली हवा, धूप और प्रकाश से युक्त हों। खेल के मैदान साफ-सुथरे हों और विद्यार्थियों के विकास के लिए उपयुक्त स्थान उपलब्ध हो।

(3) बालकों के अनुरूप फर्नीचर :- छात्रों की आयु और कद के अनुसार कुर्सियाँ और मेज हों, जिससे उनके शरीर की बनावट प्रभावित न हो तथा रीढ़ की हड्डी पर जोर न पड़े।

(4) स्वच्छता एवं आदतों का विकास :- विद्यालय में स्वच्छता सप्ताह, स्वास्थ्य सप्ताह, विद्यालय सफाई अभियान आदि कार्यक्रमों के माध्यम से बालकों में श्रम, अनुशासन और सामाजिक सेवा की भावना विकसित होती है।

(5) मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य :- विद्यालय केवल शारीरिक स्वास्थ्य तक सीमित नहीं है। बालकों के तनाव, चिंता, भय एवं भावनात्मक समस्याओं पर ध्यान देना, उन्हें परामर्श प्रदान करना और स्वस्थ मानसिक वातावरण बनाना भी अत्यन्त आवश्यक है।

एक स्वस्थ विद्यालय वातावरण बालकों में आत्मविश्वास, ऊर्जा, रचनात्मकता और सहयोग जैसी विशेषताओं को विकसित करता है।

(स) स्वास्थ्य-सम्बन्धी शिक्षा

विद्यालय का तीसरा बड़ा उत्तरदायित्व है प्रत्येक विद्यार्थी को स्वास्थ्य से सम्बंधित उचित शिक्षा प्रदान करना। स्वास्थ्य शिक्षा का उद्देश्य है कि बालकों को यह ज्ञान दिया जाए कि—

- स्वस्थ शरीर और मन क्या होता है,

– यह कैसे प्राप्त किया जा सकता है,

– रोगों से स्वयं को कैसे सुरक्षित रखा जा सकता है।

स्वास्थ्य शिक्षा की प्रमुख विशेषताएँ

(1) स्वच्छता और पौष्टिक भोजन का ज्ञान :- बालकों को खाद्य पदार्थों का महत्त्व, स्वच्छ जल, संतुलित आहार और शरीर के लिए आवश्यक पोषक तत्वों के बारे में जानकारी दी जाती है।

(2) शारीरिक क्रिया-प्रणाली का ज्ञान :- शरीर के अंग, उनकी संरचना, कार्य तथा उन्हें स्वस्थ रखने के नियम पढ़ाए जाते हैं।

(3) रोगों के कारण, लक्षण और बचाव :- संक्रामक रोग, गैर-संक्रामक रोग, दन्त रोग, नेत्र रोग आदि के कारणों व रोकथाम के उपायों की जानकारी दी जाती है।

(4) मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य :- अवसाद, चिंता, तनाव, भावनात्मक संतुलन, आत्मनियंत्रण आदि विषयों पर व्याख्यान या विशेष कक्षाओं द्वारा मार्गदर्शन दिया जाता है।

(5) शारीरिक विज्ञान एवं गृह-विज्ञान का समन्वय :- भौतिक विज्ञान, जीवविज्ञान, गृह-विज्ञान तथा सामाजिक विज्ञान के माध्यम से स्वास्थ्य सम्बन्धी पाठ्य सामग्री को जोड़ा जाता है, जिससे स्वास्थ्य शिक्षा बहुआयामी बनती है।

(6) शिक्षण के विविध माध्यम :- स्वास्थ्य शिक्षा को रुचिकर बनाने के लिए कई माध्यम अपनाए जा सकते हैं, जैसे— रेडियो कार्यक्रम, नाटक, फिल्में, प्रदर्शनी, स्वास्थ्य सप्ताह का आयोजन, पोस्टर एवं चार्ट।

(7) स्वास्थ्यप्रद वातावरण का निर्माण :- स्वास्थ्य शिक्षा केवल पुस्तकीय जानकारी से नहीं मिलती; उसके लिए घर, विद्यालय और समाज तीनों स्तरों पर स्वास्थ्यप्रद वातावरण बनाना अत्यंत आवश्यक है।

इस प्रकार विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम—स्वास्थ्य सेवाओं, स्वस्थ जीवनयापन तथा स्वास्थ्य शिक्षा—इन तीन स्तंभों पर आधारित होता है। इनके माध्यम से विद्यार्थियों का संपूर्ण विकास संभव हो पाता है और एक स्वस्थ, जागरूक एवं सशक्त समाज की स्थापना का मार्ग प्रशस्त होता है।

स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम में प्रधानाचार्य का कार्य

विद्यालय के स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम को सफल और प्रभावी बनाने में प्रधानाचार्य की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। वह न केवल प्रशासनिक प्रमुख

होता है, बल्कि विद्यालय के संपूर्ण स्वास्थ्य वातावरण का मार्गदर्शक, संयोजक और प्रेरक भी होता है। स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम में शामिल विभिन्न सेवाओं—स्वास्थ्य सेवाएँ, मानसिक स्वास्थ्य, शारीरिक शिक्षा, विद्यालय चिकित्सक, नर्स, शिक्षक एवं समुदाय—इन सभी के बीच समन्वय स्थापित करना प्रधानाचार्य की प्रमुख जिम्मेदारी है।

(1) विभिन्न विभागों में समन्वय की स्थापना :- स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम तभी सफल हो सकता है जब इसमें भाग लेने वाले सभी विभाग आपस में समन्वित हों। प्रधानाचार्य का प्रथम और महत्वपूर्ण कर्तव्य है कि वह— शारीरिक शिक्षा के शिक्षक, विद्यालय चिकित्सक, नर्स, मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ, स्वास्थ्य-विज्ञान के शिक्षक इन सभी के कार्यों में उचित तालमेल स्थापित करे। इसके लिए वह ऐसी प्रशासनिक प्रक्रियाएँ लागू करता है जिससे प्रत्येक विभाग स्वतंत्र रूप से और सहयोगपूर्वक अपने कार्य को पूरा कर सके।

(2) शिक्षण-सामग्री एवं संसाधनों की उपलब्धता :- स्वास्थ्य-शिक्षा केवल पुस्तकीय ज्ञान का विषय नहीं है, इसके लिए उपयुक्त संदर्भ सामग्री, चित्र, मॉडल, चार्ट, प्रयोगात्मक साधन, प्राथमिक उपचार किट आदि की आवश्यकता होती है।

प्रधानाचार्य का दायित्व है कि वह शिक्षकों को— स्वास्थ्य-संबंधी पुस्तकों, नवीनतम दिशानिर्देशों, शिक्षण-सामग्री, प्रयोगात्मक उपकरणों की उपलब्धता सुनिश्चित कराए, जिससे स्वास्थ्य-शिक्षा का वास्तविक लाभ विद्यार्थियों तक पहुँच सके।

(3) स्वास्थ्य-पर्यवेक्षण एवं रोग-निवारण कार्य :- प्रधानाचार्य को विद्यालय में नियमित स्वास्थ्य जांच तथा आवश्यकतानुसार सामयिक निरीक्षण करवाना चाहिए। इसके साथ उसे यह भी सुनिश्चित करना होता है कि—

- विद्यालय में संक्रामक रोग न फैलें,
- बीमार विद्यार्थियों की पहचान समय पर हो,
- प्राथमिक उपचार उपलब्ध हो,
- स्वच्छता, जल और भोजन की गुणवत्ता नियमित रूप से देखी जाए।

प्रधानाचार्य इस कार्य में विद्यालय के स्वास्थ्य-अधिकारी, नर्स, शिक्षकों एवं कर्मचारियों का सहयोग लेता है।

(4) माता-पिता एवं समुदाय का सहयोग प्राप्त करना :- विद्यालय का स्वास्थ्य कार्यक्रम तब तक सफल नहीं हो सकता जब तक कि उसमें माता-पिता और समुदाय की सक्रिय भागीदारी न हो। प्रधानाचार्य-अभिभावकों के साथ बैठकें

आयोजित करता है, स्वास्थ्य संबंधी सुझाव देता है और बालकों के स्वास्थ्य पर घर के प्रभाव के बारे में उन्हें जागरूक करता है।

विशेष रूप से उन बच्चों के अभिभावकों से मिलना आवश्यक है जो सुस्त दिखाई देते हैं, खेल-कूद में रुचि नहीं लेते, कक्षा में उदासीन रहते हैं, शारीरिक या मानसिक रूप से कमजोर लगते हैं।

प्रधानाचार्य का कर्तव्य है कि वह अभिभावकों से बातचीत करके घर के भौतिक, सामाजिक और मनोवैज्ञानिक वातावरण का मूल्यांकन करे, क्योंकि इन तीनों का बालक के स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव पड़ता है।

(5) बालकों के पोषण संबंधी व्यवस्थाएँ :- भोजन बच्चे के स्वास्थ्य का मुख्य आधार है। यदि बच्चों को पर्याप्त और पौष्टिक भोजन नहीं मिलता, तो यह उनकी ऊर्जा, रुचियों, शारीरिक विकास, और मानसिक गतिविधियों पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है।

प्रधानाचार्य को चाहिए कि—

- विद्यालय में स्वच्छ और पौष्टिक मध्यान्ह भोजन उपलब्ध करवाए,
- अभिभावकों को घर पर संतुलित आहार देने के लिए प्रेरित करे,
- आवश्यकता पड़ने पर पोषण संबंधी मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित करे।

इस प्रकार वह सुनिश्चित करता है कि विद्यार्थियों का पोषण स्तर उचित और स्वास्थ्यवर्धक हो।

(6) समाज एवं सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग से सहयोग :- प्रधानाचार्य को विद्यालय के स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम की सफलता के लिए समाज के विभिन्न साधनों और संस्थाओं से सहयोग लेना चाहिए, जैसे- सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग, चिकित्सालय, स्वास्थ्य-केंद्र, सामाजिक कार्यकर्ता, स्वास्थ्य शिक्षा से संबंधित संगठन।

इनसे मिलने वाला सहयोग जैसे टीकाकरण, स्वास्थ्य-जाँच शिविर, रक्तदान कार्यक्रम, स्वच्छता अभियान विद्यालय के स्वास्थ्य कार्यक्रम को अधिक प्रभावी बनाता है।

स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम में प्रधानाचार्य केवल एक प्रशासक नहीं, बल्कि स्वास्थ्य-नियोजक, समन्वयक, प्रेरक और मार्गदर्शक होता है। उसके नेतृत्व और प्रयासों से ही विद्यालय में स्वास्थ्यप्रद वातावरण बनता है, बच्चों की शारीरिक-मानसिक उन्नति सुनिश्चित होती है, अभिभावक और समुदाय कार्यक्रम से जुड़ते हैं और विद्यालय एक स्वस्थ, सुरक्षित एवं जागरूक वातावरण का मॉडल बनता है। इस

प्रकार प्रधानाचार्य की भूमिका स्वास्थ्य-शिक्षा कार्यक्रम की सफलता का केंद्रीय स्तंभ है।

निष्कर्षत: रूप में स्वास्थ्य शिक्षा बालकों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास का आधार है। इसका उद्देश्य बच्चों को स्वस्थ जीवनशैली, स्वच्छता, संतुलित भोजन, व्यायाम और अच्छी आदतों के महत्व से अवगत कराना है। विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम तीन मुख्य अंगों स्वास्थ्य सेवाएँ, स्वस्थ जीवनयापन और स्वास्थ्य शिक्षा के माध्यम से बच्चों का संपूर्ण स्वास्थ्य सुनिश्चित करता है। स्वास्थ्य सेवाओं में स्वास्थ्य जांच, टीकाकरण, पोषण और स्वच्छता शामिल हैं। स्वस्थ जीवनयापन में स्वच्छ और स्वास्थ्यवर्धक वातावरण, खेलकूद और मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान दिया जाता है। स्वास्थ्य शिक्षा के तहत बच्चों को रोगों से बचाव, शरीर की क्रिया-प्रणाली, मानसिक संतुलन और जीवनशैली सम्बन्धी ज्ञान दिया जाता है। प्रधानाचार्य कार्यक्रम का समन्वयक होता है; वह शिक्षकों, स्वास्थ्यकर्मियों, अभिभावकों और समाज के सहयोग से स्वास्थ्य-पर्यवेक्षण, रोग-निवारण और पोषण की व्यवस्था सुनिश्चित करता है। इस प्रकार स्वास्थ्य शिक्षा बच्चों और समाज दोनों के संपूर्ण स्वास्थ्य और विकास के लिए लाभकारी है।