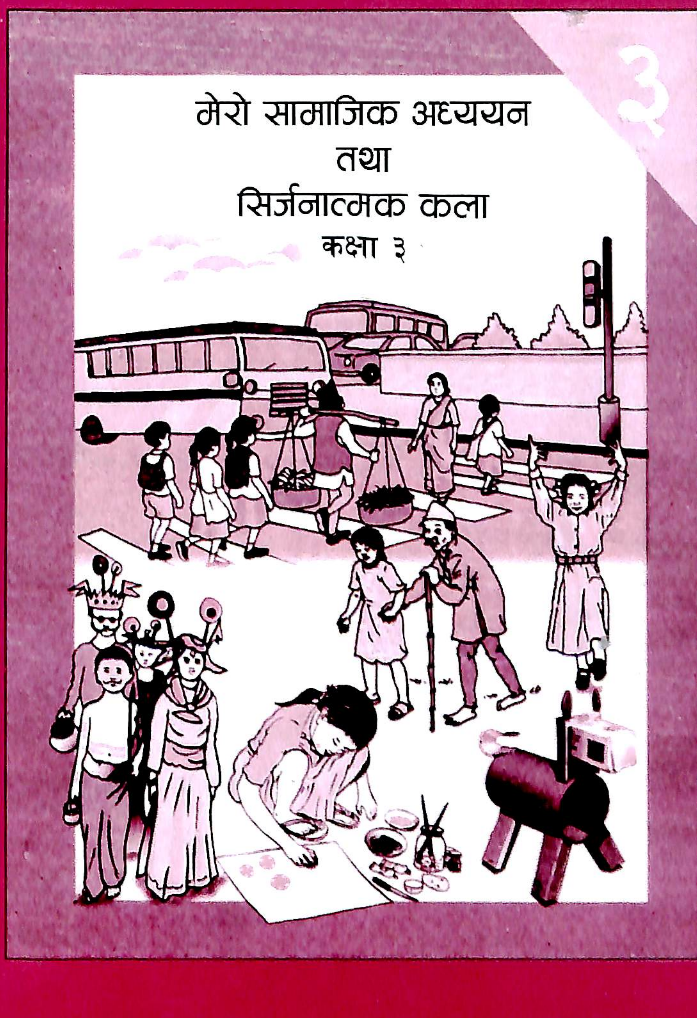
शिक्षक निर्देशिका

मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला

कक्षा ३



शिक्षक निर्देशिका मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला कक्षा 3

मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला

शिक्षक निर्देशिका

कक्षा -३

नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक
नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर ।

© सर्वाधिकार प्रकाशकमा

यस शिक्षक निर्देशिकासम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार पाठ्यक्रम विकास केन्द्रमा निहित रहेको छ । पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतिविना यसको पूरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट रेकर्ड गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइनेछैन ।

प्रमथ संस्करण : २०६५

पुन:मुद्रण : २०६७

मुद्रक तथा वितरक: मकालु प्रकाशन गृह, डिल्लीबजार काठमाडौं, फोन: ०१-४४३५१४८

यस निर्देशिकासम्बन्धी पाठकहरूका कुनै पनि प्रकारका टिप्पणीहरु भएमा पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सम्पादन तथा प्रकाशन शाखामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ । पाठकहरूबाट आउने टिप्पणीहरूलाई यो केन्द्र स्वागत गर्दछ ।

हाम्रो भनाइ

विद्यालय तहको शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउन विभिन्न समयमा पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक विकास तथा परिमार्जन गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिइँदै आएको छ । विद्यार्थीमा राष्ट्र, राष्ट्रिय एकता एवम् लोकतान्त्रिक संस्कारको भावना पैदा गराई नैतिकता, अनुशासन र स्वावलम्बनजस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुण तथा आधारभूत ज्ञान र जीवनोपयोगी आवश्यकता पूर्तिका लागि पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक र अन्य पूरक तथा सहायक सामग्री तयार गर्ने क्रममा कक्षा ३ मा पठनपाठन गराउने शिक्षकहरूका लागि यो मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला विषयको शिक्षक निर्देशिका तयार पारिएको हो ।

यो निर्देशिका सामाजिक अध्ययनतर्फ दिनानाथ गौतम, डिकबहादुर राई, महेन्द्र विष्ट, डिल्लीप्रसाद शर्मा, तथा सिर्जनात्मक कलातर्फ टार्जन राई, पुण्यशील गौतम, हनी श्रेष्ठ, धनबहादुर गोपाली, नवीन्द्र राजभण्डारी रहेको कार्यदलबाट लेखन भएको हो । उक्त कार्यदलबाट तयार भएको मस्यौदा लेखनलाई सम्बन्धित विषयका शिक्षक कार्यशालाबाट थप परिमार्जन गरी विषय समितिबाट अन्तिम रूप प्रदान गरिएको हो । पाठ्यक्रमलाई समसामयिक बनाई लोकतन्त्रलाई संस्थागत विकास गराउन शान्ति, नागरिक शिक्षा र मानव अधिकारसम्बन्धी विषयवस्तुलाई समेत यस निर्देशिकामा समावेश गरिएको छ । यसको विकासमा हरिबोल खनाल, लोकेन्द्रमान प्रधान, कमला पोखरेल, डा. राजाराम सुवेदी, चन्द्रकला मास्के, सन्ध्या भट्टराई र शम्भुप्रसाद दाहालको महत्त्वपूर्ण सहयोग रहेको छ । यसको विषयवस्तु सम्पादन दिनानाथ गौतम र डिकबहादुर राईबाट र भाषासम्पादन विष्णुप्रसाद अधिकारी र लोकप्रकाश पण्डितबाट भएको हो भने टाइप, लेआउट डिजाइन अनिलकुमार थापाबाट भएको हो ।

शिक्षक निर्देशिका शिक्षकहरूलाई कार्यगत प्रशिक्षण दिने तथा शिक्षण प्रविधिमा सधैँ सक्रिय राख्ने पूरक सामग्री हो । यसमा पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकमा निर्देश गरिएका सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य तथा विषयवस्तुको विश्लेषण वा शिक्षणसिकाइका क्रममा शिक्षकले अपनाउनुपर्ने विधि तथा विद्यार्थीको सिकाइउपलब्धि आकलन गर्ने तरिका दिइएको छ । यसले प्रबन्धात्मक/वर्णनात्मक शैलीलाई भन्दा विद्यार्थीकेन्द्रित र क्रियाकलापमुखी विधिलाई अपनाएको छ । यसमा निर्देश गरिएका क्रियाकलापलाई हुबहु उतार्नुभन्दा पनि यसका आधारमा अनेकौँ अभ्यास क्रियाकलाप बनाई तिनमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराउन सके उनीहरूले प्रभावकारी र प्रयोगात्मक रूपमा ज्ञान, सीप र धारणा सिक्ने अवसर पाउने तथा सिकेका कुरालाई व्यवहारमा उतार्न सक्ने छन् भन्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

शिक्षकलाई निरन्तर सहयोग पुऱ्याओस् भन्ने उद्देश्यले तयार पारिएको यो निर्देशिका कक्षाका सबै क्षमताका विद्यार्थीको सिकाइउपलब्धिलाई वैयक्तिक रूपमै आकलन गरी प्रयोग गर्न सके शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोग सार्थक र प्रभावकारी हुने छ । पाठ्यक्रमले अपेक्षा गरेका सिकाइउपलब्धि प्राप्त गर्ने कार्यमा मूलत: शिक्षकको पेसागत लगन तथा विद्यार्थीले प्राप्त गर्ने सामाजिक तथा सिर्जनात्मक सीप, स्थानीय परिवेश र वातावरणमा निर्भर रहन्छ । शिक्षणअनुभव र व्यावहारिक दक्षताका आधारमा शिक्षकले प्रयोग गर्ने स्थानीय मौलिक विधि तथा क्रियाकलाप अझ प्रभावकारी हुन सक्छन् । यस निर्देशिकामा दिइएका शैक्षिक सामग्री, शिक्षण क्रियाकलाप, मूल्याङ्कन प्रक्रिया आदि नमुना मात्र भएकाले विषयवस्तुको प्रकृति र स्वरूप, विद्यार्थीको रुचि, क्षमता र आवश्यकताअनुसार शिक्षण प्रक्रिया अवलम्बन गर्न सकिने छ । अन्त्यमा यसलाई अझ व्यावहारिक बनाउन दक्ष शिक्षकहरूबाट रचनात्मक सुझावको समेत अपेक्षा गरिएको छ ।

शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

यस निर्देशिकाको प्रयोग सम्बन्धमा

प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०६२ अनुसार परिमार्जन गरिएको कक्षा ३ को सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला विषयको पाठ्यपुस्तकका आधारमा यो शिक्षक निर्देशिका तयार पारिएको छ । यसमा पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न पाठ शिक्षण गर्ने क्रममा विभिन्न प्रकारका धारणा र सकारात्मक व्यवहार परिवर्तन गराउने क्रियाकलापका लागि सजिलो हुने गरी पाठगतरूपमा पाठ्यभार छुट्याइएको छ । विद्यार्थीमा विभिन्न सामाजिक सीप शिक्षणसिकाइ क्रियाकलापमा विद्यार्थी सहभागिता र सक्रियता बढोस् भन्ने उद्देश्यले शिक्षक निर्देशिकाका विभिन्न पाठमा विविध क्रियाकलाप समावेश गरिएको छ । शिक्षण सिकाइबाट विद्यार्थीमा परिवार तथा छरछिमेकमा सहयोग गर्ने, आफूभन्दा ठूलालाई आदरसत्कार गर्ने, असहाय अपाङ्गलाई सहयोग गर्ने, सामाजिक नियम पालना गर्ने, आफू बसेको वरपरको भौगोलिक स्वरूपका बारेमा जानकारी राख्ने र नक्सासम्बन्धी सामान्य कार्य गर्ने, परिवार तथा छरछिमेकको विगतका बारेमा बताउन सक्ने, परिवार र छरछिमेकले गर्ने आर्थिक क्रियाकलापका बारेमा जानकारी राख्ने हुन सकोस् भन्ने अभिप्रायले यसमा समावेश भएका क्रियाकलापलाई विद्यार्थीमुखी बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । यसका साथै बालबालिकालाई शान्ति, मानव अधिकार र लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यतालाई आत्मासाथ गरी जिम्मेवार र रचनात्मक व्यवहार गर्न सक्ने बनाउन समेत यसका केही विषयवस्तुहरू समावेश भएका छन् । त्यसैगरी सिर्जनात्मक कलाअन्तर्गत प्रस्तुत विषयवस्तुहरू विद्यार्थीको सिर्जनात्मक क्षमता उजागर गर्न सघाउने गरी दृश्यकला तथा सङ्गीततर्फका विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ ।

सामाजिक सीप विकासका लागि व्याख्यानजस्ता विधिभन्दा छलफल, प्रश्नोत्तर, अध्ययन भ्रमण र योजनाकार्यलगायत विद्यार्थीले गरेर सिक्ने खालका विधिको चयन गर्नुपर्छ । शिक्षकले आवश्यकतानुसार शिक्षण विधि र क्रियाकलाप चयन गर्न सक्छन् तापनि यसमा शिक्षण सहजीकरणका लागि केही विधि तथा क्रियाकलाप निर्देश गरिएको छ । शिक्षक निर्देशिकाका पाठहरूमा उद्देश्य, पाठ परिचय, शैक्षिक सामग्री, शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप, मूल्याङ्कन र थप सुझाव शीर्षकमा शिक्षकका लागि उपयोगी ठानिएका विविध पक्ष उल्लेख गरिएको छ । कक्षाशिक्षणपूर्व नै यसको अध्ययन गरी उपयोगी निर्देशनको प्रयोग गरर पाठयोजना बनाउने गरेमा यसले पाठ्यक्रममा उद्देश्य पूरा गर्न महत्त्वपूर्ण सहयोग पुऱ्याउने छ । यसैगरी यसमा पाठ्यपुस्तकका क्रियाकलापलाई क्रमैसँग गराउन र अभ्यास क्रियाकलाप गराउनुपर्ने पूर्वतयारी सम्बन्धमा निर्देश गरिएको छ, सिर्जनात्मक कला विषयमा विद्यार्थीहरूको ज्ञान सीप तथा व्यवहारमा जोड दिई यस विषयको पाठ्यपुस्तक निर्माण भएको छ सो अनुरूप शिक्षक निर्देशिका पनि तयार भएको छ । त्यसैले यस विषयको अध्ययन गराउँदा विषेश रूपमा प्रयोगात्मक विधि अपनाई शिक्षण कार्य गराउँदा बढी प्रभाव हुने हुँदा सो अनुरूप यस विषयको शिक्षण कार्य गराउनु उपयुक्त हुन्छ । यसमा दिइएका क्रियाकलाप नमुना मात्र हुन्, शिक्षकले यिनकै आधारमा बढीभन्दा बढी क्रियाकलाप, कक्षाकार्य र प्रयोगात्मक कार्य गराएर धारणा र सीपको विकास गर्नुपर्ने हुन्छ ।

यस शिक्षक निर्देशिकामा पाठका लागि छुट्याइएका घन्टी अनुमानित मात्र हुन् । शिक्षकहरूले शिक्षणसिकाइका क्रममा यसलाई परिवर्तन गर्न सक्नुहुने छ । यसैगरी पाठ शिक्षणका लागि सङ्केत गरिएका क्रियाकलापलाई पनि छोट्याउन, लम्ब्याउन तथा थपघट गर्न सकिने छ । ज्ञान, सीप र सकरात्मक व्यवहार परिवर्तनका कुरा सिकाउँदा विद्यार्थीमा वैयक्तिक भिन्नता, स्थानीय परिवेश, विभिन्न सम्प्रदायका संस्कृतिको प्रभाव विद्यालयको वातावरण आदिले प्रभाव पार्ने हुँदा शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप र विविध जातीय तथा धार्मिक सम्प्रदायका विद्यार्थीको सिकाइउपलब्धिलाई वैयक्तिक रूपमै आकलन गर्न सक्ने शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोग सार्थक र प्रभावकारी हुने छ ।

विषयसूची

सामाजिक अध्ययन

क्र.सं.	विषयवस्तु	पृष्ठसङ्ख्या
इकाइ - १	आफू, आफ्नो परिवार र छरछिमेक	१-१२
पाठ १	म र मेरो परिवार	१
पाठ २	परिवारको काममा सहयोग	४
पाठ ३	घरायसी सामानको जतन	७
पाठ ४	छिमेकीको काममा सहयोग	१०
एकाइ - २	हाम्रो परम्परा, सामाजिक मूल्य र मान्यता	१३-२५
पाठ १	पाहुनाको सत्कार	१३
पाठ २	मेरो गाउँको भाषा र वेशभूषा	१६
पाठ ३	मेरो गाउँ घरमा मनाइने चाडपर्व	१९
पाठ ४	मेरो गाउँको असल मानिस	२२
एकाइ - ३	सामाजिक समस्या र समाधान	२६-३८
पाठ १	अपाङ्गहरूलाई सहयोग	२६
पाठ २	असहायलाई मदत गरौँ	३२
पाठ ३	छुवाछुतको अन्त्य गरौँ	३४
पाठ ४	अन्धविश्वासको पछि नलागौँ	३७
एकाइ - ४	नागरिक चेतना	३९-५२
पाठ १	आपसी सहयोग	३९
पाठ २	असल व्यवहार	४२
पाठ ३	हाम्रो प्राकृतिक सम्पदा	४५
पाठ ४	सामाजिक नियमको पालना	४७
पाठ ५	मेरो वडाको बनोट र काम	५०
एकाइ - ५	हाम्रो पृथ्वी	५३-६१
पाठ १	म बसेको ठाउँ	५३
पाठ २	मेरो सेरोफेरो	५५
पाठ ३	म बसेको ठाउँको रूपरेखा	५७
पाठ ४	नक्सामा म बसेको ठाउँ	६०
एकाइ - ६	हाम्रो विगत	६२-७१
पाठ १	मेरो छिमेकी पहिले र अहिले	६२
पाठ २	मेरो छिमेकीको पेसा पहिले र अहिले	६५
पाठ ३	हाम्रा वीरवीरङ्गना	६७
पाठ ४	विगतबाट सिक्नुपर्ने कुरा	७०
एकाइ - ७	हाम्रो हार्थिक क्रियाकलाप	७२-८७
पाठ १	कामको महत्त्व	७२

पाठ २	कम पैसा धेरै काम	७७
पाठ ३	हाम्रो गाउँमा बनेका सामान	८२
पाठ ४	हाम्रो सहरमा बनेका सामान	८६

सिर्जनात्मक कला

एकाइ - एक	दृश्यकला	८९–१२३
पाठ १	रेखा	८९
पाठ २	रङ	९२
पाठ ३	छपाइ	९६
पाठ ४	कोलाज	१००
पाठ ५	माटोको काम	१०६
पाठ ६	कागजसम्बन्धी काम	११०
पाठ ७	निर्माण	११९
एकाइ - दुई	सङ्गीत	१२४–१४५
	स्वरलिपिबारे जानकारी	१२४
पाठ १	म राष्ट्रिय गीत गाउँछु	१२७
पाठ २	कक्षागत गीत	१२९
पाठ ३	बालगीत	१३१
पाठ ४	तालमा ताली बजाऔँ	१३५
पाठ ५	गोडा र कुर्कुच्चाको चाल	१३९
पाठ ६	हस्तमुद्रा	१४३
पाठ ७	म विभिन्न कुराको अभिनय गर्छु	१४५

एकाइ १ **आफू, आफ्नो परिवार र छरछिमेक**

पाठ : १ म र मेरो परिवार

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो र परिवारका सदस्यहरूको उमेर बताउन ।	- आफ्नो नाम र उमेर बताउन । - आफ्नो परिवारका सदस्यहरू बाबु, आमा, हजुरबुबा, हजुरआमा, दिदी, दाजु, भाइ, बहिनीको उमेर भन्न । - आफू र आफ्ना परिवारका सदस्यहरूको उमेरलाई स्तम्भ चित्रमा देखाउन । - आफ्नो उमेरसँग परिवारका सदस्यहरूको उमेर तुलना गर्न ।

२. पाठ परिचय

कक्षा ...मा अध्ययन गर्ने बालबालिकाले आफू तथा आफ्ना परिवारका सदस्यहरूको नाम तथा उमेर बताउन सक्नुपर्दछ भन्ने उद्देश्य राखी यस पाठको पाठ्यवस्तु तयार पारिएको छ । यस पाठको अध्ययनबाट बालबालिकाहरूले अभिभावकहरूसँग सोधेर आफ्नो तथा परिवारका सदस्यहरूको उमेरको जानकारी लिन सक्नुपर्दछ ।

यो पाठको माध्यमबाट बालबालिकाहरूले आफ्नो उमेर र उनीहरूका परिवारका सदस्यहरूको उमेर बताउन सक्छन् ।

३. **शैक्षिक सामग्री**

रङ्गीन पेन्सिल, भित्ते पत्रिका, कागज, मसी, ढुङ्गा वा कागजका टुक्राहरू ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

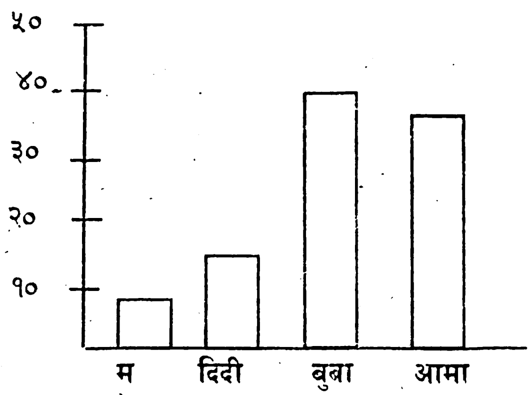
(क) पाठ सुरु गर्नुभन्दा अघिल्लो दिन वा पाठ सुरु गरेपछि तिमी, तिम्रो बुबा, आमा, बाजे, बज्यै, दिदी दाजु, भाइबहिनी कति कति वर्षका भए सबैको उमेर सोधेर आउनु भनी आफ्नो कक्षाका बालबालिकालाई अहाउनुहोस् । यसरी अहाउँदा उनीहरूलाई आफू जन्मेको साल, महिना, गते र वार पनि सोध्न लगाउनुहोस् ।

(ख) भोलिपल्ट कक्षामा पालैपालो पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलाप नं. २ मा दिइएका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र सबैलाई त्यसको जवाफ दिन प्रेरित गर्नुहोस् । जस्तै :

- तिमा कति वर्षका भयौ ?
- तिम्रा बुबा आमा कतिकति वर्षका हुनुभयो ?
- तिम्रा हजुरबुबा, हजुरआमा कतिकति वर्षका हुनुभयो ?
- तिम्रा भाइबहिनी/दाजु दिदी कतिकति वर्षका हुनुभयो ? आदि ।

(ग) आफ्नो उमेर र परिवारका सदस्यहरूको उमेर बताउन सक्ने भइसकेपछि भित्ते पात्रो (क्यालेन्डर) लाई कक्षामा सबैले देख्ने गरी झुन्ड्याउनुहोस् । त्यसपछि उनीहरू जन्मिएको महिना, वार र गते क्यालेन्डरमा क्रमश: सबैलाई देखाउन लगाउनुहोस् । बालबालिकाहरूले देखाउन नसके उनीहरूलाई सिकाइदिनुहोस् ।

(घ) आफ्ना बालबालिकाहरूलाई रङ्गीन पेन्सिलको प्रयोग गरेर कागजमा आफू र आफ्ना परिवारका सदस्यहरूको उमेर स्तम्भ चित्रमा देखाउने प्रयास गराउनुहोस् । जस्तै :



बेग्लाबेग्लै व्यक्तिका लागि बेग्लाबेग्लै रङ प्रयोग गर्न पनि सिकाउनुहोस् । यस्तो चित्रबाट उमेर देखाउन एकै पटकको अभ्यासबाट सम्भव नहुन सक्छ । यसका लागि पटकपटक अभ्यास गराउनुहोस् । कोठे कागजको प्रयोग गरी एक कोठा बराबर ५ वर्ष देखाउन सकिन्छ ।

(ङ) बालबालिकालाई उमेरसम्बन्धी जानकारी दिन वरिपरि प्राप्त हुने काठका टुक्राहरू, ढुङ्गाहरू, दाल वा अन्नका दानाहरूको पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका लागि बालबालिका र उनीहरूका परिवारका सदस्यहरू जति वर्षका भए त्यतिकै सङ्ख्यामा ती वस्तुहरूको बेग्लाबेग्लै थुप्रो लगाउन भन्नुहोस् । यसबाट पनि बालबालिकाहरूलाई उमेरसंम्बन्धी जानकारी दिन सकिन्छ । यिनै सामग्रीहरूको प्रयोगबाट बालबालिका र उनीहरूका अभिभावकको उमेरको फरकसमेत पत्ता लगाउन सिकाउनुहोस् । जस्तै : तिमी र तिम्रा बुबाको उमेरमा कति वर्षको फरक छ ?

(च) पाठको क्रियाकलाप नं. १ र ३ गृहकार्य गर्न दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) पाठ अध्यापनपश्चात प्रत्येक विद्यार्थीलाई क्रमश: उनीहरूको उमेर सोध्नुहोस् ।

(ख) भित्ते पात्रो (क्यालेन्डर) को प्रयोग गरी प्रत्येक बालबालिकालाई उनीहरू जन्मेको महिना, गते र वार पत्ता लगाउन/देखाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले भित्ते पात्रोको माध्यमबाट देखाउन सकेनसकेको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) रङ्गीन पेन्सिलको प्रयोग गरी आफ्नो र आफ्नो परिवारका सदस्यहरूको उमेरसम्बन्धी स्तम्भ चित्रको नमुना तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

(घ) काठ, ढुङ्गा वा अन्नका दानाहरू शैक्षिक सामग्रीको रूपमा प्रयोग गराउँदै आफ्नो उमेर बराबरको सङ्ख्यामा ती सामग्रीको थुप्रो लगाउन लगाउनुहोस् । त्यसैगरी उनीहरूका अभिभावककहरूको उमेरअनुसारको थुप्रो क्रमश: लगाउन भन्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

यस पाठको अध्ययनका लागि स्थानीय रूपमा प्राप्त हुने स्रोत, सामग्रीलाई प्रयोगमा प्राथमिकता दिनुहोस् । उमेरसम्बन्धी जानकारी दिन अन्य उपयुक्त विधिहरू पनि आवश्यकताअनुसार प्रयोग गर्न सक्नुहनेछ ।

पाठ : २ परिवारको काममा सहयोग

अनुमानित घन्टी - २

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
परिवारको काममा आफूले सकेको सहयोग गर्न ।	- परिवारमा आफूले गर्ने कामहरू बताउन । - आफूले गर्ने काम र साथीहरूले गर्ने कामहरूबीच तुलना गर्न । - आफूले गर्ने कामहरूको अभिनय गरी देखाउन । - परिवारका काममा आफूले सकेको सहयोग गर्न ।

२. पाठ परिचय

हरेक परिवारले गर्ने कामहरू फरकफरक हुन्छन् । ती कामहरू विभिन्न पेसासँग सम्बन्धित पनि हुन सक्छन् । आफ्ना परिवारले गर्ने ती काममा बालबालिकाहरूले पनि सकेको सहयोग गर्नुपर्दछ । यस्ता कार्यहरूबाटै विस्तारै उनीहरूमा स्वावलम्बी हुने बानी बस्न सकोस् भन्ने यस पाठको मुख्य उद्देश्य हो ।

यस पाठको अध्ययनबाट बालबालिकाहरूले परिवारको काममा आफूले सकेको मदत गर्न सिक्नुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

बालबालिकाले काममा सहयोग गरेका चित्र, पोस्टर, कार्टुन चित्र आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) कक्षाका सबै बालबालिकालाई पाठ पढ्न लगाउनुहोस् । पाठ पढिसकेपछि पाठमा दिइएका मात्र कमला, उमेश र हरिले गर्ने कामहरू सोध्नुहोस् । उनीहरूले दिएको उत्तरलाई लेख्ने पाटीमा टिप्दै जानुहोस् । त्यसपछि पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलाप नं. १ मा जस्तै "तिमीहरूले घरको कुनकुन काममा सहयोग गर्छौ त ?" भनी प्रत्येक बालबालिकालाई क्रमश: सोध्दै जानुहोस् । उनीहरूले गर्ने कामहरू पनि क्रमश: टिप्दै जानुहोस् । घरको काममा सहयोग गर्ने बालबालिकालाई प्रोत्साहनस्वरूप स्यावासी/धन्यवाद दिनुहोस् । घरमा सहयोग नगर्ने रहेछन् भने घरको काममा सहयोग गर्न प्रेरणा प्रदान गर्नुहोस् ।

(ख) शैक्षिक सामग्रीका रूपमा ल्याउनुभएका चित्र, कार्टुन, पोस्टर प्रदर्शन गर्दै र लेख्ने पाटीमा तपाईंले टिप्नुभएका कामहरूमध्ये आफूले गर्ने काम र साथीहरूले गर्ने काममा केके फरक छ भनी प्रत्येकलाई तुलना गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले गरेको तुलनाको आधारमा निष्कर्ष निकालिदिनुहोस् । जस्तै :

- चम्पा आमालाई भात पकाउन सघाउँछिन् तर उनकी साथी सरिता घर सफा राख्न (बढार्न) सघाउँछिन् ।
- शिवराम बुबालाई खेतमा खाजा लगिदिन्छन् तर उनका साथी परशुराम दाजुलाई पसलमा सामान बेच्न सघाउँछन् ।

(ग) कक्षालाई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । प्रत्येक समूहलाई आफूले घरमा कुनकुन काममा कसरी सघाउँछौ भन्ने प्रश्न गर्दै नक्कल (अभिनय) गरी देखाउन लगाउनुहोस् । यसरी अभिनय गर्दा प्रत्येक समूहमा रहने बालबालिकालाई क्रमैसँग अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । सबैभन्दा राम्रो अभिनय गर्ने समूह पनि उनीहरूलाई नै छुट्याउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले गरेको मूल्याङ्कनको आधारमा राम्रो अभिनय गर्ने समूहलाई प्रोत्साहन प्रदान गर्नुहोस् ।
(यस्तै धेरैभन्दा धेरै प्रश्न बनाएर सोध्न सकिने छ)

(घ) विभिन्न कारणले घरको काममा सहयोग नगर्ने बानी परेका बालबालिकाहरू पनि कक्षामा हुन सक्छन् । त्यस्ता बालबालिकालाई पनि घरको काममा सहयोग गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् । काम गर्ने बानीले मानिसलाई मेहनती र स्वावलम्बी बनाउँछ भन्ने कुरा कुनै कथा वा घटना बताएर बा लिकालाई प्रेरणा प्रदान गर्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) बालबालिकाले घरमा कुनकुन किसिमका काम गर्दछन् वा घरको काममा सहयोग गर्दछन्, ती कामको सूची तयार पार्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । यसका लागि पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलाप नं. १ लाई गृहकार्यका रूपमा दिएर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

(ख) तिमीले घरमा गर्ने काम र तिम्रो साथीले गर्ने काममा के फरक छ ? भन्ने प्रश्न सोधेर बालबालिकाहरूलाई आफूले गर्ने काम र साथीहरूले गर्ने कामबीच तुलना गरी भिन्नता छुट्याउन लगाउनुहोस् । सजिलोका लागि निम्नानुसारको तालिका बनाएर सहयोग गर्नुहोस् :

तिम्रो साथीले गर्ने काम	तिमीले गर्ने काम
....	....
....	....
....	....

(ग) तपाईंले शिक्षणसिकाइ क्रियाकलापमा गराउनुभएको अभिनयको आधारमा केही महत्वपूर्ण अभिनय गर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । जस्तै :

- धारा, कुवा, इनारबाट पानी ल्याएको (बोकेको) नक्कल गरेर देखाऊ ।
- बुवा आमालाई खेतमा खाजा लगेको नक्कल गरेर देखाऊ ।
- घर सफा गरेको (कुचो लगाएको) अभिनय गर आदि ।

यसरी मूल्याङ्कन गर्दा कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई समेत मूल्याङ्कन प्रक्रियामा सहभागी गराउन सकिने छ । उदाहरणका लागि कसले गरेको अभिनय सबैभन्दा राम्रो भयो ? त्यसपछि कसकसले राम्रोसँग अभिनय गरेर देखाउन सके ? आदि । बालबालिकाले गरेको मूल्याङ्कनको आधारमा राम्रो अभिनय गर्नेहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

(घ) यो पाठ पढ्नु अघि बालबालिकाहरूले घरको कुनकुन काममा सहयोग गर्दथे, जानकारी उनीहरूबाटै लिनुहोस् । अब यो पाठ पढिसकेपछि उनीहरूको व्यवहारमा के परिवर्तन आयो ? बालबालिकासँग कक्षामा सामूहिक छलफल चलाएर वा प्रत्यक्ष अवलोकनको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

विद्यार्थीको व्यवहारमा परिवर्तन आएको वा नआएको कुरा पत्ता लगाउन प्रत्यक्ष अवलोकनका साथै रुजु सूची तयार पारेर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

पाठ : ३ घरायसी सामानको जतन

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि ⁄ विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	पाठको विशिष्ट उद्देश्य
घरायसी दैनिक प्रयोगका सामानहरूको नाम बताउन र हिफाजत गरी प्रयोग गर्न ।	- घरमा प्रयोग गरिने मुख्यमुख्य सामग्रीको नाम बताउन । - घरभित्र र घरबाहिर प्रयोग हुने घरायसी सामग्रीहरू छुट्याउन । - घरभित्र र घरबाहिर प्रयोग हुने घरायसी सामग्रीको नामसहित कामको सूची ⁄ तालिका तयार पार्न । - घरायसी सामग्रीहरूको जतन गरी प्रयोग गर्न ।

२. पाठ परिचय

घरमा विभिन्न प्रकारका सामग्रीहरू प्रयोग गरिन्छ । तीमध्ये कतिपय भान्छामा, बैठकमा, खेतमा, भण्डारका नै अन्य विभिन्न ठाउँमा प्रयोग गरिन्छन् । त्यस्ता सामानहरूको सही तरिकाबाट प्रयोग गर्न सकेमा मात्र सही सदुपयोग हुन सक्छ । तसर्थ बालबालिकाहरूले पनि सानो उमेरदेखि नै घरका सामानहरू चिन्ने, ती सामानको उचित प्रयोग र जतन गर्न जान्नुपर्दछ भन्ने यस पाठको मुख्य आशय हो ।

बालबालिकाहरूले आफूले प्रयोग गर्ने घरायसी सामग्रीहरूको जतन गर्न सिक्नुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

रूमाल, टोपी, साबुन, काइँयो, कलम, झोला, किताब, भाँडाकुटीका सामग्री (भान्छाघरका खेलौना सामान) आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) बालबालिकाहरूलाई कवितात्मक शैलीमा दिइएको विषयवस्तु लय हालेर गाउन सिकाउनुहोस् । यो क्रम २-३ पटकसम्म दोहोऱ्याउन लगाउनुहोस् । यसपछि कवितामा भनिएका र लेखिएका कुराहरूको अर्थ सारांश बताउन लगाउनुहोस् । तपाईंले पनि उक्त पाठको अर्थ सारांश बताएर सहयोग गर्नुहोस् ।

(ख) तपाईंले शिक्षणसिकाइका क्रममा ल्याउनुभएका शैक्षिक सामग्रीहरू टोपी, काइयो, कलम आदि क्रमश: बालबालिकाहरूका अगाडि देखाउँदै नाम र काम सोध्नुहोस् । बालबालिकाहरूले तपाईंले सोध्नुभएका प्रश्नको उत्तर दिनेछन् । जस्तै :

शिक्षक : (रूमाल देखाउँदै) यो के हो ?

विद्यार्थी : रूमाल हो सर !

शिक्षक : रूमाल के काममा प्रयोग गरिन्छ ?

विद्यार्थी : सिँगान पुछ्न, ... हात पुछ्न, ... मुख मुछ्न, सर ।

शिक्षक : स्यावास, तिमीहरूले ठीक भन्यौ आदि ।

(ग) माथि उल्लेख गरिएका क्रियाकलापहरूको सञ्चालनपश्चात बालबालिकाहरूको घरमा भएका सामग्रीहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् । आफ्ना घरायसी सामग्रीहरूको नाम भन्न प्रत्येकलाई प्रोत्साहन गर्नुहोस् । प्रत्येकलाई क्रमश: भन्ने अवसर प्रदान गर्नुहोस् । बालबालिकाले बताएका सामग्रीहरूको नाम लेख्ने पाटीमा टिप्दै जानुहोस् ।

(घ) उनीहरूले बताएका ती घरायसी सामग्रीलाई घरभित्रको काममा प्रयोग हुने र घरबाहिरको काममा प्रयोग हुने सामग्री गरी दुई भागमा छुट्याउन लागाउनुहोस् । जस्तै :

डोको - घरबाहिरको काममा

टिभी/रेडियो - घरभित्रको काममा

थाल - घरभित्रको काममा

(ङ) घरभित्र प्रयोग हुने र घरबाहिर प्रयोग हुने सामग्रीहरू पहिचान गरिसकेपछि अब उनीहरूलाई ती सामग्रीको कामबारे प्रश्नोत्तर गरी जानकारी गराउनुहोस् । जस्तै : डोको के काममा प्रयोग गरिन्छ ? टिभी/रेडियो कुन कामका लागि प्रयोगमा आउँछ ? आदि बालबालिकाबाट प्राप्त भएको जवाफको आधारमा निम्नलिखित बमोजिमको तालिका बनाई भर्न सिकाउनुहोस् । जस्तै :

कुन सामान	कहाँ	के काममा
१. गिलास	घरभित्र/भान्छामा	दूध खान, पानी खान
२. ब्रस	घरभित्र	दाँत माझ्न, दाँत सफा गर्न
३.	....	....
४.	....	....

(च) कक्षा कोठालाई एउटा घर मानेर तपाईंले ल्याउनुभएका शैक्षिक सामग्री र बालकालिकासँग भएका सामग्री (किताब, कापी, कलम आदि) लाई घरायसी सामग्रीका रूपमा मान्नुहोस् । जस्तै : कलम, डाडु पन्यु, किताब, रेडियो, झोला, भाँडाकुँडा आदि । यसपछि प्रत्येक

बालबालिकालाई क्रमैसँग त्यस्ता घरायसी सामग्रीहरू कहाँकहाँ कसरी राख्नुपर्छ भनी अभिनय विधि प्रयोग गरी राख्न लगाउनुहोस् । साथीहरूले सामानहरू ठीक ठाउँमा राख्न सक्छन् सक्दैनन् अरूलाई अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।

(छ) पाठमा दिइएका बाँकी क्रियाकलापहरू आवश्यकताअनुसार कक्षाकार्य/गृहकार्यका रूपमा दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) बालबालिकाहरूलाई घरमा प्रयोग गरिने कम्तीमा १० ओटा सामानको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

(ख) बालकालिकाहरूले तयार पारेको उक्त सूचीका घरायसी सामग्रीलाई घरभित्र प्रयोग गरिने र घर बाहिर प्रयोग गरिने सामग्रीमा छुट्याउन लगाउनुहोस् । यसरी छुट्याउँदा ठीक तरिकाले छुट्याएका छन् कि छैनन् राम्रोसँग मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) बालबालिकाले बताएका सामग्रीमध्येबाटै घरभित्र र बाहिर प्रयोग गरिने सामग्रीहरूको नामसहित कामको पनि तालिका तयार पार्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । बालबालिकाले तालिका भरेको आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(घ) बालबालिकाहरूले घरभित्र र घरबाहिर प्रयोग हुने सामग्रीहरू कसरी प्रयोग गर्दछन् ? त्यस्ता सामानहरू कहाँ राख्छन् ? ठीक ठाउँमा राख्ने गर्छन् वा गर्दैनन्, अभिनयको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

यस निर्देशिकामा दिइएकै शैक्षिक सामग्री प्रयोग गर्नुपर्छ भन्ने छैन । समुदायमा उपलब्ध स्थानीय वस्तुहरूलाई नै शैक्षिक सामग्रीका रूपमा प्रयोग गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

पाठ ४ छिमेकीको काममा सहयोग

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
छरछिमेकीको काममा आफूले सकेको सहयोग गर्न ।	- छिमेकीको परिचय दिन । - नजिकका छिमेकहरूले गर्ने कामहरू अवलोकन गरी बताउन । - आफूले सहयोग गर्न सक्ने र नसक्ने कामको सूची बताउन । - आफूले सहयोग गर्न सक्ने काम अभिनय गरी देखाउन ।

२. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूमा सामाजिक गुणहरूको विकास सानै उमेरदेखि गर्दै जानुपर्दछ । यसका लागि सामुदायिक रूपमा आफूले सकेको सहयोग गर्दै जानसक्ने बानी बसाल्नुपर्दछ तर कक्षा तीनमा पढ्ने बालबालिकाहरूको उमेर, क्षमता र शारीरिक सक्षमतालाई समेत ध्यानमा राखेर केवल नजिकका छिमेकीको काममा मात्र भए पनि सहयोग पुऱ्याउन सकून् भनी यो पाठ तयार पारिएको छ । यस उमेरका बालबालिकाहरूले आफैँले जानेर वा आफूभन्दा ठूलाले अह्राएको आधारमा छिमेकमा सजिलो, अप्ठ्यारो पर्दा आफूले सकेको सहयोग गर्न सकेमा पनि ठूलो उपलब्धि मान्नुपर्दछ ।

यस पाठको मद्दतबाट बालबालिकाहरूले नजिकका छिमेकीको काममा आफूले सकेको मद्दत गर्न सिक्छन् ।

३. शैक्षिक सामग्री

छरछिमेकीको अवधारणा दिन सकिने २-४ ओटा घरहरू सँगसँगै भएको फोटो, चित्र, छिमेकीलाई सहयोग गरेका चित्रहरू ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) कक्षामा सबैभन्दा नजिक बस्ने साथीको उदाहरण दिँदै बालबालिकाहरूलाई प्रश्नोत्तर

विधिद्वारा छिमेकीको परिचय दिनुहोस् । यसका लागि "हामी कस्ता व्यक्तिलाई नजिकको छिमेकी भन्छौं ?" अथवा "नजिकको छिमेकी भनेको के हो ?" आदि प्रश्नहरू सोध्न सकिन्छ । वालबालिकाहरूलाई यस्ता प्रश्नहरूको उत्तर दिन लगाउनुहोस् । यदि उनीहरूबाट जवाफ आउन नसकेमा "हाम्रो घर नजिक बस्ने मानिसलाई छिमेकी भनिन्छ अथवा हाम्रो नजिक घर भएका व्यक्तिलाई नजिकका छिमेकी भन्दछौं भनी सिकाइदिनुहोस् ।

(ख) छिमेकीको परिचय गराइसकेपछि तपाईंले ल्याउनुभएको शैक्षिक सामग्रीको प्रयोग गरेर तिम्रा छिमेकीले कुनकुन कामहरू गरेको देखेका छौ ? भन्ने जस्ता प्रश्नहरू सोध्दै अवलोकनको आधारमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । छलफलमा कक्षाका सबै वालवालिकालाई समान ढङ्गले सहभागी हुन लगाउनुहोस् । छलफलका आधारमा उनीहरूका छिमेकीले गर्ने कामहरू कालोपाटीमा टिप्दै जानुहोस् । विभिन्न मानिसहरूले विभिन्न प्रकारको काम गर्दछन् । हाम्रै नजिक बस्ने छिमेकीहरूले पनि विभिन्न प्रकारका कामहरू गर्दछन् । त्यस्ता छिमेकीको काममा हामीले पनि सहयोग गर्नुपर्दछ भन्ने कुरा बताइदिनुहोस् ।

(ग) प्रत्येक बालबालिकालाई अवलोकनका आधारमा आ-आफ्ना छिमेकीले गर्ने कामको तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । तालिका वनाइसकेपछि ती कामहरूमध्ये आफूले सहयोग गर्न सक्ने र नसक्ने कामहरूको सूची तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

उदाहरणका लागि

आफूले सहयोग गर्न सक्ने काम	आफूले सहयोग गर्न नसक्ने काम
बिरा[illegible]दा औषधी दिने	खेतबारी खन्न
आगलागी हुँदा दमकल बोलाइदिने	घर मर्मत गर्न
चाडपर्व तथा पूजामा फूलपाती टिपेर पुऱ्याइदिने	भारी बोक्न

(घ) बालबालिकाहरूले छिमेकीलाई सहयोग गर्न सक्ने कामको सूचीको आधारमा समूह विभाजन गर्नुहोस् । समूह विभाजन गर्दा सकेसम्म एउटै कामको प्रकृति भएकाहरूलाई एउटा समूहभित्र राख्न सकेमा क्रियाकलाप सञ्चालन गर्न सजिलो हुन्छ । समूह विभाजनअनुसार उनीहरूले तयार गरेको कामको सूचीको आधारमा छिमेकीको काममा कसरी सहयोग गर्दछन् ? समूहका प्रत्येकलाई अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । कसले राम्रो अभिनय गर्छ त्यसको मूल्याङ्कन गर्ने काम पनि बालबालिकालाई नै लगाउनुहोस् । उनीहरूकै मूल्याङ्कनको आधारमा राम्रो अभिनय गर्ने बालबालिकालाई धन्यवाद दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) छिमेकी भनेको के हो ? भन्ने मौखिक प्रश्न प्रत्येक बालबालिकालाई क्रमश: सोध्दै उत्तर दिन लगाउनुहोस् ।

(ख) प्रत्येक बालबालिकालाई उनीहरूका छिमेकीहरूले गर्ने काम भन्न लगाउनुहोस् । जवाफ दिन नसक्ने बालबालिका भए भोलिपल्ट छिमेकीले गर्ने काम हेरेर अथवा सोधेर आउन भन्नुहोस् । उनीहरूले दिएका जवाफको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) बालबालिकाहरूले छिमेकीलाई गर्न सक्ने र गर्न नसक्ने कामको सूची तयार पार्न लगाई कक्षामा पालैपालो आफैँले प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(घ) बालबालिकाहरूले तयार पारेको सूचीका आधारमा उनीहरूले सक्ने केही काम भन्नुहोस् र त्यसको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । बालबालिकाहरूले गरेको कामको (अभिनयको) आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

बालबालिकालाई छिमेकीले गर्ने कामको जानकारी प्रत्यक्ष अवलोकनको आधारमा नै गर्न लगाई त्यसकै आधारमा अभिनय गराउनु राम्रो हुन्छ ।

एकाइ २ हाम्रो परम्परा, सामाजिक मूल्य र मान्यता

पाठ : १ पाहुनाको सत्कार

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
नातेदार र पाहुनाहरूको सत्कार गर्न ।	- घरमा आएका परिचित पाहुनाहरू तथा नातेदारलाई सम्मानजनक शब्द प्रयोग गरी बोल्न । - घरमा आएका अपरिचित पाहुनालाई उमेर, अवस्था र नाताअनुसारको साइनो लगाएर सम्बोधन गर्न । - घरमा आएका पाहुनाको सत्कार गर्न । - घरमा आएका व्यक्तिलाई अभिभावकसँग भेटाउन । - अभिभावक घरमा नभएमा पर्खाउन वा पछि आउनका लागि अनुरोध गर्न ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो घरमा पाहुनाका रूपमा विभिन्न मानिसहरू आउँछन् । तीमध्ये कोही केटाकेटीले चिनेका र कोही नचिनेका हुन्छन् । चिनेका पाहुनाहरू आउँदा उचित आदर सत्कार गर्न जान्नुपर्छ भन्ने नचिनेका पाहुनालाई पनि उचित अभिवादन गरेर परिवारका सदस्यहरूसँग भेटाइदिने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । परिवारका सदस्यहरू घरमा नभएका वला चिनेका वा नचिनेका (धेरै नज़िकका नातेदारहरू बाहेक) पाहुना आए भने घर वा कोठाभित्र नलगी बाहिर नै कुराउनुपर्छ । उनीहरूले दिएको केही पनि खानु हुँदैन भन्ने कुरा सिकाउनुपर्छ ।

चिनेका पाहुनासँग असल व्यवहार गर्नुपर्छ । नचिनेका व्यक्तिसँग सतर्क हुनुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

भाँडाकुटीका सामानहरू, शब्दपत्तीहरू, चित्रहरू, चलचित्र, साइनपेन, कार्डबोर्ड आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । हरेक समूहलाई छुट्टाछुट्टै घर मानेर छुट्टाछुट्टै राख्नुहोस् । एउटा समूहका केही सदस्यलाई अर्को समूहमा पाहुना लाग्न पठाउने,

घरबेटी समूहले आदर सत्कार गर्ने वा नचिनेका पाहुनालाई व्यवहार गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् । हरेक समूहमा गएर शिक्षकले सहयोग गर्नुपर्छ । विद्यार्थीहरू आ-आफ्नो समूहमा भाडाकुटी खलिरहेका हुनेछन् ।

(ख) विद्यार्थीहरूलाई तलदिइए जस्तै शब्द लेखिएका शब्दपत्तीहरू वितरण गर्नुहोस् । यस्ता शब्द वा वाक्यहरू हरेक विद्यार्थीलाई पुग्नेगरी बनाउनुपर्छ । हरेक विद्यार्थीले आफ्नो हातमा परेको शब्द वा वाक्यांश प्रयोग गरी हाउभाउसहित बोल्नुपर्छ ।

आउनुहोस्	नमस्कार	कसलाई खोज्नुभएको	काका	दिदी
आमा	जेठा वा	बस्नुहोस्	तपाईंको नाम के हो	
कहाँबाट आउनुभएको ?	एकछिन यतै बस्नुहोस् है			
आमा	पर्खनुहोस् है		म बुबालाई बोलाउँछु	
घरमा केही पनि हुनुहुन्न	पछि आउनुहोस् है			

(ग) पाठ्यपुस्तकमा जस्तै स-साना संवाद बनाउन लगाउनुहोस् र प्रस्तुत पनि गर्न लगाउनुहोस् ।

(घ) घरमा पाहुना आउँदा तिमी के गर्छौ भनी साथीहरूलाई सोध्न लगाउने र आफ्ना अनुभव सुनाउने अभ्यास गराउनुहोस् । यसबाट विद्यार्थीमा सामान्य सर्वेक्षण गर्ने र अन्तरक्रिया गर्ने बानीको विकास हुन्छ ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) विद्यार्थीहरूले संवाद बोल्दाको अवस्थाको हाउभाउ, शब्द उच्चारण जस्ता कुराहरूका आधारमा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नाम	स्वर	हाउभाउ	आत्मविश्वास	वाक्य उच्चारण

धेरै राम्रो - ३

ठिकै - २

सुधार्नुपर्ने - १

(ख) तलका खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखी खाली ठाउँ भर :

घरमा आउने मानिसलाई .... भनिन्छ । पाहुनासँग

…………… बोलीमा बोल्नुपर्छ । नचिनेका पाहुनालाई सरासर घर/काठा ………………लैजानु हुँदैन । उनीहरूलाई अभिभावकसँग …………… पर्छ । उनीहरूले दिएका …………………… खानु हुँदैन ।

६. थप सुझाव

(क) पाहुना आएका पाहुनालाई सत्कार गरेका चित्रहरू प्रदर्शन गरी चित्र वर्णन गर्न लगाउनुहोस् ।

(ख) "घरमा पाहुना आउँदा के गर्नुपर्छ ?" यो प्रश्न समुदायका तीन जनालाई सोध्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले दिएको जवाफ समेटेर लेख्न र कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(ग) पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलापको माध्यमबाट विद्यार्थी मूल्याङ्कन गराउन सक्नुहुन्छ ।

पाठ: २ मेरो गाउँको भाषा र वेशभूषा

अनुमानित घन्टी : ४

१. सिकइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाउँ र टोलमा सबैले बोल्ने भाषा र वेशभूषा बताउन ।	- गाउँ र टोलमा बोलिने भाषाको सूची बनाउन । - गांउँ र टोलमा बोलिने भाषाको सम्मान गर्न । - छरछिमेकमा बोलिने भाषाका शब्दहरूको पहिचान गर्न । - आफ्नो ठाउँ र टोलमा प्रचलित वेशभूषाका बारेमा बताउन । - वेशभूषा प्रदर्शनी गर्न ।

२. पाठ परिचय

वालबालिकाले आफ्नो समुदायमा बसेका मानिसले बोल्ने भाषाका बारेमा थाहा पाउनुपर्छ । सबैको मातृभाषा हुन्छ । आफूले बोल्ने भाषा र अरूको भाषा कतिको महत्त्व हुन्छ । समुदायका विभिन्न भाषा बोल्ने मानिसहरू आपसमा मिलेर बसेका हुन्छन् । भाषा सिक्ने र सिकाउने कार्यमा एक अर्काले सहयोग गर्नुपर्छ ।

टोल छिमेकमा भाषाजस्तै वेशभूषा पनि फरकफरक पाइन्छ । जाति र चलनअनुसार चाडपर्व र समारोहहरूमा आफ्नो परम्पराअनुसारका लुगा, गहना र शृङ्गार गर्ने चलन हुन्छ । यस्ता वेशभूषाले हाम्रो संस्कृतिको झलक दिने हुँदा यसको संरक्षणमा बालबालिकाहरूलाई सहभागी गराउनुपर्छ । उनीहरूलाई आफ्नो परम्परागत वेशभूषाप्रति आकर्षण पैदा गरी यसलाई लोप हुनबाट बचाउनुपर्छ ।

विभिन्न भाषा र वेशभूषाका मानिसहरू आपसमा मिलेर बस्नुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

चित्रपत्तीहरू, झलकपत्तीहरू, पुराना पत्रपत्रिका, कैंची, गम, पोस्टर, पुतलीहरू, चलचित्र, पोसाक र गहनाहरू, मोडलहरू आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) आफ्नो टोल छिमेकमा बोलिने भाषाको सूची बनाउन लगाउनुहोस्।

जात	भाषा

(ख) कुनै एउटा शब्दलाई उनीहरूको भाषामा उल्था गर्न लगाउनुहोस् ।

जस्तै :

नेपाली	नेवारी	अङ्ग्रेजी	तामाङ	आफ्नो भाषा
खानु	नेउ	इट	चाव	

(ग) विभिन्न जातजातिका वेशभूषा भएका चित्रपत्तीहरू बनाउनुहोस् । प्रत्येक चित्रपत्तीको पछाडि पट्टी उक्त चित्रका सम्बन्धमा विवरण समावेश गर्नुहोस् ।

जस्तै :

वेशभूषाको नाम : बख्खु

लगाउने जाति : शेर्पा

ाउने समय : सधैं

विद्यार्थीहरूलाई लाइनमा राखेर चित्रपत्ती एक छेउबाट दिनुहोस् । विद्यार्थीले आफूले हेरिसकेपछि दायाँ तर्फको साथीलाई दिनुपर्छ र नयाँ चित्रपत्ती लिनुपर्छ । यो क्रम एक चक्र पूरा नभएसम्म चलिरहन्छ । अन्तमा सबै विद्यार्थीलाई आफूलाई मनपरेको लुगा वा गहनाको नाम र जातिको नाम तालिकामा लेख्न लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

वेशभूषाको नाम	जाति

(घ) विभिन्न पत्रपत्रिका वा पुराना पुस्तकबाट विभिन्न वेशभूषा झल्कने तस्बिर वा चित्रहरू सङ्कलन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई एउटा कागजमा उक्त चित्र वा तस्बिरहरू सजाएर टाँस्न लगाई पोस्टर बनाउन लगाउनुहोस् । ती पोस्टरहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

(ङ) विद्यार्थीहरूलाई नजिकको समुदायमा मानिसहरूले लगाउने वेशभूषाको अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा उतार्न लगाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) गोजी तालिकामा विभिन्न वेशभूषा र गहनाका चित्रपत्तीहरू र ती वेशभूषा लगाउने जातिको नाम जोडा मिलाएर राख्न लगाउनुहोस् । त्यसैका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) तलका कपडा र गहना कुनकुन जातिको हो जोडा मिलाऊ :

चित्र	शब्द
	नेवार
	मगर
	शेर्पा
	धिमाल

(घ) तिम्रो समुदायमा कुनकुन भाषा बोल्ने मानिसहरू वस्छन् ? सूची बनाऊ ।

६. थप सुझाव

- कक्षामा बोलिने भाषाको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
- विभिन्न वेशभूषा झल्कने नृत्य र चलचित्र प्रदर्शन गरी छलफल गराउनुहोस् ।
- वेशभूषा प्रदर्शनी आयोजना गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ ३ मेरो गाउँघरमा मनाइने चाडपर्व

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
गाउँ/टोलमा मनाइने चाडपर्वहरूमा सहभागी हुन ।	- टोल छिमेकमा मनाइने चाडपर्वको सूची बनाउन । - विभिन्न धर्म र जतिका मानिसले मनाउने चाडपर्वका राम्रा कुराहरूबारे बताउन । - टोल छिमेकका चाडपर्वमा सहभागी हुन ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो समाजमा विभिन्न जातजाति, धर्म, वर्गका मानिसहरू बसोवास गर्दछन् । उनीहरूका आ-आफ्नै संस्कार र चालचलनहरू छन् । उनीहरूले मनाउने चाडपर्वहरू पनि फरकफरक छन् । हामी जुनसुकै धर्म र जातिका भए पनि एउटै समाजमा बसेपछि एकअर्कामा सहयोग र सद्भाव राख्नुपर्छ ।

बालबालिकामा आफ्ना छरछिमेकी र आफन्तका धार्मिक र एकअर्काप्रति सद्भाव प्रकट गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्छ । आफ्नो चाडपर्वमा छिमेकीलाई निम्ता गर्ने र छिमेकीका चाडपर्वमा आफू सहभागी भएर सद्भाव आदानप्रदान गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

आफ्ना चाडपर्वमा अरूलाई बोलाऔँ, अरूका चाडपर्वमा आफू पनि सहभागी होऔँ ।

३. शैक्षिक सामग्री

चित्रपत्ती, शब्दपत्ती, पोस्टर, फोटाहरू, भित्तेपात्रो, चलचित्र, पत्रपत्रिका आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) स्थानीय क्षेत्रमा मनाइने चाडपर्वका तस्बिर वा चित्रहरूका चित्रपत्तीहरू बनाउनुहोस् । ती चाडपर्व मनाउने मिति र त्यसमा गरिने क्रियाकलापहरू उल्लेख गरिएका झलकपत्तीहरू पनि बनाउनुहोस् । चित्रपत्ती र झलकपत्तीहरूलाई छ्यासमिस पारेर राख्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई त्यसबाट चित्रपत्ती र झलकपत्तीको मिल्ने जोडी खोजेर गोजी तालिकामा राख्न र पढ्न लगाउनुहोस् ।

(ख) विद्यार्थीका समूहहरू बनाई हरेक समूहलाई एकएकओटा चाडपर्वमा गरिने क्रियाकलापहरूको भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । भूमिका अभिनयको निम्ति विद्यार्थीहरूको सहयोगमा आवश्यक सामग्री सङ्कलन गर्नुहोस् ।

(ग) विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई एकएकओटा भित्तेपात्रो दिनुहोस् । हरेक समूहलाई फरकफरक महिनामा पर्ने चाडपपर्वहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

महिनाको नाम	चाडपर्वको नाम

(घ) भित्तेपात्रो हेरी हरेक समूहलाई फरकफरक महिनाको चाडपर्वको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

चाडपर्वको नाम	महिनाको नाम

(ङ) हरेक विद्यार्थीलाई आफ्नो समुदायमा मनाइने चाडपर्वको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । आफ्ना अभिभावकसँग सोधी त्यस्ता चाडपर्वमा गरिने क्रियाकलापहरू लेख्न लगाउनुहोस् । एउटै चाडपर्वका बारेमा लेख्नेहरूको छुट्टाछुट्टै समूह बनाई हरेक समूहलाई पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।

चाडपर्वको नाम	केके गरिन्छ

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) विद्यार्थीहरूले भूमिका अभिनय गरिरहँदा उनीहरूका क्रियाकलापको अवलोकन गरी रुजु सूची भर्नुहोस् ।

(ख) विभिन्न चाडपर्वका चित्र वा फोटाहरू देखाउँदै यो कुन पर्वसँग सम्बन्धित छ भनी सोध्नुहोस् । विद्यार्थीले पहिचान गर्न सकेनसकेको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) तलका पर्वहरू कुनकुन महिनामा पर्दछन्, सूची बनाऊ :

पर्व	महिना
छठ	
ल्होसार	
तिहार	
क्रिसमस	
इद	

(घ) जोडा मिलाऊ

पर्व	क्रियाकलाप
वैशाख पूर्णिमा	मस्जिदमा प्रार्थना
	बुद्धको प्रार्थना
गौरा पर्व	चण्डी नाच नाच्ने
उँधौली	देउडा नाच नाच्ने
	होली खेल्ने

(ङ) तिमी छरछिमेकमा मनाइने कुनकुन पर्वमा साथीहरूको घरमा खाना खान वा पर्व मनाउन गएका छौ ? सम्झेर आफू सहभागी भएका पर्वहरूको सूची बनाऊ ।

कुन पर्वमा	कसकहाँ	केके गरियो ?

६. थप सुझाव

विद्यालयमा श्रव्यदृश्य सामग्री उपलब्ध छ भने विभिन्न चाडपर्वका दृश्यहरू सङ्कलन गरी प्रदर्शन गर्नुहोस् र विद्यार्थीहरूबीच छलफल गर्नुहोस् ।

पाठ ४ मेरो गाउँको असल मानिस

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाउँ विकास समिति र नगरपालिकामा समाजका लागि काम गर्ने मानिसको खोजी गरी सहयोग र सम्मान गर्न ।	- आफ्नो गा.वि.स. वा न.पा. भित्र काम गर्ने व्यक्तिको खोजी गरी पहिचान गर्न । - त्यस्ता व्यक्तिको सम्मान गर्न । - त्यस्ता व्यक्तिले गरेका कार्यहरूको सूची बनाउन । - त्यस्ता व्यक्तिहरूसँग अन्तर्वार्ता लिन । - त्यस्ता व्यक्तिले गरेका कामहरूमा आफूले सकेको सहयोग गर्न ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो समाजमा सार्वजनिक भलाइको काम गर्ने मानिसहरू हुन्छन् । बालबालिकाहरूले उनीहरूलाई चिन्नुपर्छ र उनीहरूले गरेका राम्रा कामहरूको अनुशरण गर्नुपर्छ । भविष्यमा म पनि त्यस्तै कार्य गर्छु भन्ने भावनाको विकास हरेक बालबालिकामा हुन सकेमा उनीहरूमा नकरात्मक भावनाको विकास हुन पाउँदैन । समुदायमा सामाजिक भलाइको काम गर्ने त्यस्ता मानिसलाई असल मानिस भनिन्छ । असल मानिसलाई समाजका अन्य सदस्यले सम्मान गर्दछन् । असल मानिसको अगुवाइमा समाजका कार्यहरू हुने गर्दछन् । बालबालिकाहरूले उनीहरूलाई भेटी उनीहरूका कामको अवलोकन गर्ने, उनीहरूसँग कुराकानी गर्ने, उनीहरूका कार्यहरूको अनुशरण गर्ने जस्ता कार्यहरू गर्नुपर्दछ ।

गाउँका असल मानिसको पहिचान गरी उनका राम्रा कामको अनुशरण गर्नुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

फोटो, पोस्टर, चित्रपत्ती, शब्दपत्ती, प्रश्नावली फाराम, कार्डबोर्ड, साइनपेन, चलचित्र आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

स्थानीय समाजसेवाका कार्यमा संलग्न केही व्यक्तिको तस्बिर सङ्कलन गर्नुहोस् । उक्त तस्बिरलाई एक टुक्रा कार्डबोर्डमा टाँसेर त्यसमा उनको नाम र उनले गरेको काम लेखेको पोस्टर बनाउनुहोस् । त्यस्ता वास्तविक व्यक्तिहरू नभेटेमा पुस्तक वा पत्रपत्रिकाबाट महिला वा पुरुषको चित्र

सङ्कलन गरी काल्पनिक नाम र काम झल्कने पोस्टर वनाउनुहोस्, जस्तै :

फोटो	फोटो
नाम : सङ्गिता वाइवा	नाम : मनिराम
काम : कुलो मर्मत	काम : विद्यालय वनाउन योगदान

यस्ता पोस्टरहरू हरेक समूहलाई एकएकओटा पढ्न दिनुहोस् । आफ्नो समूहको पोस्टर कक्षामा प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूबीच छलफल गरेर उनीहरूको समुदायमा पनि त्यस्तै मानिसका वारेमा विवरण लेखेर कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई समाजसेवीका कामहरूका बारेमा सोध्न प्रश्नावलीको नमुना दिनुहोस् । जस्तै :

> श्री सरस्वती प्रा.वि.....................................
>
> असल मानिसले गर्ने कार्यहरू सम्वन्धमा प्रश्नावली
>
> १. तपाईंको शुभ नाम के हो ?
>
> २. तपाईं के काम गर्नुहुन्छ ?
>
> ३. तपाईंले सबैको भलाइका लागि केके काम गर्नुभएको छ ?
>
> ४. तपाईंजस्तै वन्न हामीले के गर्नुपर्छ ?

त्यस्ता व्यक्तिसँग पहिले नै भेट्ने समय मिलाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई योजनाअनुसार त्यस्ता व्यक्तिसँग भेटघाट गर्न विद्यार्थीहरूलाई भ्रमणमा लैजानुहोस् । भेटका क्रममा पहिले नमस्कार गर्ने, आफ्नो परिचय दिने, त्यहाँ आउनुको उद्देश्य भन्न लगाउने । अन्त्यमा धन्यवाद भन्न लागाउने । अन्तवार्ता सकिएपछि, कक्षामा आएर आफूले पत्ता लगाएका कुराहरू सम्वन्धमा लेख्न लगाउनुहोस् । जस्तै :

> *हाम्रो समुदायका असल मानिस*
>
> हामीले हाम्रो गाउँका असल मानिसलाई भेट्यौं ।
>
> उहाँको नाम सुखिया चौधरी हो । उहाँले समाजको भलाइका कामहरू गर्नुभएको छ ।
>
> **उहाँका कामहरू**
>
> १. बाटो मर्मत
>
> २. विरामीलाई स्वास्थ्य चौकी लगेको
>
> हामीले पनि सुखियाले जस्तै राम्रो काम गर्नुपर्छ । हामी पनि असल व्यक्ति बन्नुपर्छ ।

३. अभिभावकसँग सोधेर आफ्ना समुदायका असल व्यक्तिको पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । उहाँसँग भेटेर कुराकानी गर्ने र विवरण सङ्कलन गर्ने काम गृहकार्यका रूपमा दिनुहोस् । सबैले सङ्कलन गरेका कुराहरू कक्षामा प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् । तस्बिर उपलब्ध नभएमा पोस्टर बनाएर कक्षामा टाँस्न लगाउनुहोस् ।

४. त्यस्ता व्यक्तिका बारेमा गीत बनाइदिनुहोस् र सबै विद्यार्थीलाई गाउन लगाउनुहोस् ।

जस्तै :

सुखिया छिन् असल
गर्छिन काम असल
राम्रो काम गर्ने उनको
बानी कति असल
अरूलाई सघाउँछिन्
बिरुवा पनि रोप्छिन्

बिरामीलाई स्वास्थ्य चौकी
उनी लैजान्छिन्
धरा विग्रे उनै आउँछिन्,
बाटो विग्रे उनै
सधैँ हाँसी खुसी हुने
मद्दत गर्ने उनै ।

५. तिम्रो समुदायका मानिसले गरेका र तिमीले गरेका असल कामहरूको तालिका बनाउन लगाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् :

मैले गरेको काम	समुदायका असल मानिसले गरेको काम

५. मूल्याङ्कन विधि

१. विद्यार्थीहरूले भ्रमण गर्दा र अन्तर्वार्ता लिँदा देखाएको सक्रियता, सहभागिता र उत्कृष्टताका आधारमा रुजुसूचीद्वारा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । जस्तै :

क्रियाकलाप	राम्रो	ठिकै	सुधार गर्नुपर्ने
१. अभिवादन			
२. सक्रियता			
३. हाउभाउ			
४. प्रश्न/प्रतिप्रश्न			
५. स्पष्ट बोली			

२. तलकामध्ये कुनकुन काम असल र कुनकुन काम खराब हो छुट्याएर लेख :

(क) भोज भतेरमा सघाउने

(ख) बाटोमा फोहोर फाल्ने

(ग) कुवा सफा गर्ने

(घ) विद्यालयमा जथाभावी फोहोर फाल्ने

(ङ) कुलो मर्मत गर्ने

३ ,स्तो मानिसलाई असल मानिस भन्नुपर्छ ?

४. तिमीले गरेका असल कामहरूको सूची बनाऊ ।

६. थप सुझाव

१. विद्यार्थीहरूलाई भ्रमण गराउन नसकिने भएमा समुदायका असल व्यक्तिलाई कक्षामा स्रोत व्यक्तिका रूपमा निम्त्याउनुहोस् र विद्यार्थीहरूसँग अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

२. समुदायमा अन्तर्वार्ता लिएको भिडियो वा अडियो प्रस्तुत गरेर छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ ३ सामाजिक समस्या र समाधान

पाठ : १ अपाङ्गहरूलाई सहयोग

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
स्थानीय समुदायमा रहेका अपाङ्गहरूलाई मदत गर्न ।	- शारीरिक रूपले असक्षम वा सिकाइ समस्याको पहिचान गर्न । - दृष्टिविहीन, सुस्त श्रवण, शारीरिक अङ्गहरूको असक्षमता आदिका कठिनाइहरू बताउन । - त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई आवश्यक सहयोगात्मक क्रियाकलापको पहिचान गर्न । - उनीहरूलाई सहयोग गर्न । - बालबालिकामा अरूभन्दा फरक क्षमता छ भन्ने कुरामा चेतना प्राप्त गर्न । - हरेक व्यक्तिको आत्मसम्मानको मूल्य र महत्त्वका बारेमा चेतना प्राप्त गर्न ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो समाजमा विभिन्न प्रकारका मानिसहरू वसोवास गर्छन् । हरेक मानिस अर्को मानिसभन्दा फरक हुन्छ । उसको शारीरिक एवम् मानसिक अवस्था मात्र नभएर स्वभाव, क्षमता, प्रतिभा, व्यवहार र बौद्धिकताका हिसाबले पनि ऊ अन्य व्यक्तिभन्दा फरक हुन्छ । हरेक व्यक्तिमा कुनै न कुनै विशेष गुण वा क्षमता हुन्छ, जसका कारणले ऊ अरूभन्दा मौलिक बन्न पुग्छ । त्यस्तो क्षमता वा गुण अरूमा नहुन सक्छ । त्यसै गुणका कारण अपाङ्ग हुन वा सबलाङ्ग सबैले आत्मसम्मानका साथ बाँच्न सक्छन् । सबैले आफूमा भएको उक्त क्षमताको पहिचान गरी त्यसको अधिकतम उपयोगद्वारा आफ्नो मूल्य र व्यक्तिगत महत्त्व उच्च राख्न सक्छ । समाजमा सम्मानपूर्वक बाँच्न सक्छ । बालबालिकालाई उपयुक्त क्रियाकलापद्वारा त्यसको बोध गराउन सकेमा संसारमा भएको विविधतामा पनि आफ्नो छुट्टै पहिचान कायम राखेर खुसीको जीवन बाँच्न पाउँछ ।

हाम्रो समाजमा शारीरिक रूपले फरक क्षमता भएका (अपाङ्ग) व्यक्तिहरू छन् । कतिपय मानसिक अपाङ्ग भएका वा दिमागले ठीक ढङ्गले काम नगर्ने व्यक्तिहरू पनि छन् । उनीहरूको कुनै अङ्गले काम नगरे पनि बाँकी अङ्गको प्रयोग गरेर थुप्रै कार्य गर्न सक्छन् । उनीहरूलाई कतिपय कार्यहरूमा

हाम्रो सहयोगको खाँचो पर्दछ । त्यस्तो सहयोग र माया गर्ने कार्यमा बालबालिकाहरूलाई सानैदेखि लगाउन सके भविष्यमा अपाङ्गहरूप्रति सकारात्मक प्रभावहरू पर्न सक्छ ।

त्यस्ता व्यक्तिसँग डराउने वा तिनीहरूलाई गिज्याउने नगरी आफूजस्तै ठानेर सहयोग गर्ने बानी बसाउनुपर्छ । समाजमा मानसिक रूपले पीडित, सुस्तमनस्थिति, बोल्न नसक्ने आदिलाई यही उमेरका केटाकेटीले जिस्क्याउने, ढुङ्गाले हान्ने जस्ता अमानवीय कार्यहरू गरेका दृश्यहरू बाटोघाटोमा देखिन्छ । केटाकेटीहरूलाई त्यस्तो कार्य गर्नुहुन्न भन्ने भावनाको विकास गराउनुका साथै सहयोगको भावनाको पनि विकास गराउनुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

पाठ्यपुस्तक, रुमाल, डोरी, कपास, चित्रपत्ती, शब्दपत्ती, ठोस वस्तुहरू, श्रव्यदृश्य सामग्री आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) पाठ्यपुस्तकका आत्मकथाहरू सबै विद्यार्थीलाई पढ्न लगाउनुहोस् र तलको तालिकामा दिए जस्तै गरी भर्न लगाउनुहोस् :

व्यक्ति	कठिनाइ	उनले गरेको अनुरोध	आवश्यक सहयोग
वसन्ती	आँखा नदेख्ने	दृष्टिविहीनलाई सहयोग गर ।	हात समातेर हिँड्न सहयोग गर्ने ।
गोपाल			

वसन्ती र गोपालजस्तै अन्य अपाङ्गहरूका सम्बन्धमा पनि छलफल गराउनुहोस् । कक्षालाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र तलका कार्य गर्न लगाउनुहोस् :

समूह 'क' - दृष्टिविहीनको अनुभूति गर्न आँखामा पट्टी बाँधिदिनुहोस् र निम्न क्रियाकलाप खेलको रूपमा गर्न लगाउनुहोस् :

हिँड्न, सामान पत्ता लगाउन, चित्र हेर्न

समूह 'ख' - सुस्त श्रवणको अभिनय गर्न

कानमा कपास राखेर अलि पर बसेर कुराकानी गर्न, जवाफ दिन, नयाँ शब्द सिक्न

समूह 'ग' - हात पछाडि बाँधेर हातले गर्ने कार्य गर्न, जस्तै : लेख्न, खाना खान, ...

समूह 'घ' - मुखमा पट्टी बाँधेर इसाराद्वारा आफ्ना भावना व्यक्त गर्ने भूमिका गर्न जस्तै : कुराकानी गर्न, पानी, खाना माग्न, आफ्नो इच्छा लागेको कुरा व्यक्त गर्न

समूह 'ङ' - खुट्टा नभएको वा कमजोर भएको व्यक्तिको भूमिका, जस्तै : हिँडडुल गर्न, दौडन

हरेक समूहका विद्यार्थीलाई पालैपालो माथि उल्लिखित क्रियाकलापहरू गर्न लगाउनुहोस् । ती कार्यहरू गर्दा कठिनाइ भए छलफल गर्नुहोस् । जसरी तिमीलाई समस्या भयो त्यसैगरी साँच्चैका शारीरिक रूपमा असक्षमहरूले पनि त्यस्तै समस्या भोगिरहेका हुन्छन् । त्यसैले उनीहरूका समस्याहरू बुझेर सहयोग गर्नुपर्छ भन्ने विषयमा छलफल गर्नुहोस् ।

(ग) यो क्रियाकलाप पुन: दोहोऱ्याउनुहोस् । पहिले भाग नलिएका विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउनुहोस् । बालबालिकाहरूलाई आफ्नो कुनै अङ्गले काम नगरेको वेला अर्को अङ्गको प्रयोग गरेर कुनै काम गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै :

- आँखा छोपेकालाई छामेर वस्तुको नाम भन्न, छामेर हिँड्न, सुनेर बयान गर्न आदि
- खुट्टा बाँधेकालाई घस्रेर हिँड्न, चित्र बनाउन, गी गाउन आदि
- कान नसुन्नेलाई चित्र बनाउन, सामान ओसारपसार गर्न आदि
- हात बाँधेकालाई गीत कथा भन्न, हिँड्न, खुट्टाले सामान सार्न आदि

प्रत्येक क्रियाकलापहरू सकिएपछि बालबालिकालाई अपाङ्गहरूले पनि विभिन्न क्रियाकलाप गर्न सक्छन् जसरी तिमीले गऱ्यौ भन्ने कुरा बुझाउनुहोस् । तिमीसँग पनि विभिन्न क्षमता छ त्यसलाई उपयोग गर्नुपर्छ भनी सम्झाउनुपर्छ ।

(घ) **तलको कथा सुनाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् :**

एउटा गाउँमा सन्तमाया बस्थिन्, उनका असाध्यै मिल्ने साथीहरू थिए । वीरबल, ममता र सुकुमान सँगसँगै पढ्ने र खेल्ने गर्थे । सुकुमान आँखा देख्दैनथे तर उनी राम्राराम्रा गीत गाउँथे । हरेक चिज छामेर र सुनेको भरमा चिन्न सक्थे, जुन कुरा अरू मानिसले गर्न सक्दैनथे । वीरबल आँखा देख्थे तर उनका दुवै हात लुला थिए । उनी खुट्टाले खाना खाने, किताबको पाना पल्टाउने, लेख्ने जस्ता काम गर्न सक्थे । ममता कान सुन्न र बोल्न पनि नसक्ने थिइन् तर उनी निकै बाठी थिइन् । उनी साङ्केतिक भाषामा कुरा गर्थिन् । राम्राराम्रा चित्र बनाउँथिन् । सन्तमाया उनीहरूले गर्न नसक्ने विभिन्न काममा सहयोग गर्थिन् ।

सन्तमाया सोझी थिइन् । थोरै बोल्थिन् । उनलाई जसले जे भने पनि "मलाई आउँदैन, थाहा छैन" भन्ने गर्थिन् । उनी केही पनि जान्दिन भन्ठान्थिन् ।

एक दिन विद्यालयमा अतिरिक्त क्रियाकलाप आयोजना भयो । एउटा गीतमा सबैजना उठेर नाच्न थाले । सन्तमायालाई पनि नाच्न मन लाग्यो तर आफू नाच्न नजानेकाले कसरी नाच्ने भनी लाज मानेर पछाडि बसिरहेकी थिइन् । शिक्षकले उनी ननाचेको देखेर बोलाउनुभयो । उनी अलिअलि हल्लिन थालिन् । बाजाको

तालमा साथीहरूसँगै नाच्दै जाँदा उनलाई नाच्न आयो। उनी नाच्दै गइन्। उनको नाचको सबैले प्रशंसा गरे। बल्ल उनलाई थाहा भयो उनी अरूभन्दा पनि राम्रो नाच्दिरहिछन्। त्यस दिनदेखि उनी लाज मान्न छाडेर नाचहरूमा भाग लिन थालिन्। उनले धेरै पुरस्कारहरू पनि जितिसकेकी छन्। उनी आजकल निकै खुसी छिन्।

हरेक व्यक्ति समाजमा बस्छन् तर अर्को व्यक्तिभन्दा फरक हुन्छ। हामीले आफूसँग भएको क्षमता चिनेर खुसी भएर बाँच्न सकिन्छ।

तलका प्रश्नहरूमा छलफल गर्नुहोस् :

- सन्तमायाका साथीहरू वीरवल, ममता र सुकुमान केके काम गर्न सक्थे ?
- के उनीहरू अपाङ्ग भएकामा दुखी थिए ?
- सन्तमाया आफूलाई कस्तो ठान्थिन्।
- के सन्तमायाले सोचेजस्तै उनीसँग कुनै क्षमता रहेनछ त ?
- सन्तमाया पछि कसरी नाचमा पुरस्कार पाउन सक्ने भइन् ?
- तिमी के गर्न सक्छौ ?
- तिमीलाई त्यो काम गर्न सकेकोमा खुसी लाग्छ कि दुःख लाग्छ ?

विकलाङ्ग वा सवलाङ्ग जेभए पनि हामीमा केही न केही विशेष क्षमता हुन्छ। त्यो क्षमता चिनेर उपयोग गनपर्छ।

(ङ) आफ्नो समुदायमा फरक क्षमता भएका व्यक्तिलाई उनीहरूले गर्न सक्ने काम, उनीहरूका समस्या र हामीले गर्न सक्ने सहयोगका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूलाई छलफल गर्न लगाउनुहोस्।

(च) विद्यालय नजिक अपाङ्गहरू भए उनीहरूलाई स्रोत व्यक्तिका रूपमा आमन्त्रण गरी अन्तरक्रिया गराउनुहोस्।

(छ) विकलाङ्गहरूले प्रयोग गर्ने सामग्रीहरूको चित्रपत्ती र तिनीहरूको नाम लेखिएका शब्दपत्तीहरूको जोडा मिलाउन लगाउनुहोस्। जोडा मिलाएपछि कस्ता खालका व्यक्तिले ती सामग्री प्रयोग गर्छन् भनी छलफल गर्नुहोस्। जस्तै :

बैसाखी

एउटा खुट्टा नहुने वा कमजोर हुनेलाई हिँड्न मदत गर्छ।

(ज) मानसिक रोगी वा सुस्तमनस्थिति तथा कमजोर आदि व्यक्तिहरूको चित्र प्रदर्शन गरी उनीहरूसँग गर्नुपर्ने र सतर्क हुनुपर्ने कुराहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न प्रकारका विकलाङ्गहरूको भूमिका गर्न लगाउनुहोस् र केही विद्यार्थीले मदत गरेको देखाउने स-साना नाटिका प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) तलको तालिकामा दृष्टिविहीनलाई केके काम गर्न सजिलो र केके काम गर्न कठिन हुन्छ भर :

सजिलो काम	कठिन काम

यस्तै तालिका अन्य अपाङ्गहरूका निमित्त पनि बनाएर भर्न लगाउनुहोस् ।

(ख) कस्ता व्यक्तिलाई कस्तो सहयोग आवश्यक हुन्छ ? तलको तालिका बनाएर लेख :

असक्षमता	आवश्यक सहयोग
आँखा नदेख्ने	हिँड्न सहारा चाहिन्छ ।
बोल्न नसक्ने	
हिँड्न नसक्ने	
सुस्त मनस्थिति	

(ग) विकलाङ्गहरू केके काममा सहभागी हुन सक्छन् छलफल गरी उनीहरूले गर्न सक्ने काम लेख ।

(घ) हरेक व्यक्ति अर्को मानिसभन्दा फरक हुन्छ । अरूले भन्दा फरक र राम्रो काम गर्ने क्षमता वोकेको हुन्छ । तलको जस्तै तालिका वनाएर पहिले आफ्नो क्षमतासँग मिल्ने वुँदामा (√) चिह्न लगाउने र पछि सँगैको साथीसँग सोधेर (X) चिह्न लगाउने । जस्तै :

आफूले गर्न सक्ने	क्रियाकलाप	साथीले गर्ने
	चित्र बनाउन	
	नाच्न	
	गीत गाउन	
	फुटबल खेल्न	
	पढ्न	
	हिसाब गर्न	
	अन्य	

प्रस्तुत तालिकामा कुनै वालिकासँग फुटबल खेल्ने र हिसाब गर्ने क्षमता रहेछ तर अर्को साथीसँग छैन । त्यसैले साथीजस्तै भए पनि साथीभन्दा फरक र मौलिक छ । हरेक विकलाङ्गहरू पनि यसैगरी फरकफरक क्षमताले काम गर्न सक्ने हुन्छन् भनी सरल तरिकाबाट बुझाइदिनुहोस् ।

(ङ) तलका सामग्रीहरू कस्ता व्यक्तिका निम्ति आवश्यक हुन्छ ?

ह्विलचेयर	सेतो छडी
नक्कली खुट्टा	बैसाखी

(च) विद्यार्थीहरूले खेल र भूमिका अभिनयका क्रममा देखाएको सक्रियता र समताका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

- विद्यार्थीहरूलाइ अपाङ्ग विद्यालय वा उनीहरूका सङ्घसंस्थाहरूको भ्रमण गराउन सक्नुहुने छ ।
- अपाङ्गता र विक्लाङ्गहरूको समस्या र समाधान सम्बन्धमा चलचित्रहरू प्रदर्शन गर्न सकिन्छ ।

पाठ : २. असहायलाई मदत गरौँ

अनुमानित घन्टी - २

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
स्थानीय समुदायमा रहेका असहायलाई मदत गर्न ।	- समुदायका असहाय तथा असक्तहरूको पहिचान गर्न । - असक्त र असहायहरूलाई मदत गर्न । - उनीहरूका समस्याहरूमा सहयोग गर्न । - उनीहरूलाई माया गर्न ।

२. पाठ परिचय-

हाम्रो समाज र परिवारमा जेष्ठ नागरिकहरू, बिरामी र शारीरिक रूपले कमजोर, अनाथ आदि व्यक्तिहरू हुन्छन् । उनीहरू शारीरिक रूपले असक्त वा असहाय हुन सक्छन् । त्यस्ता असहायहरूलाई अरू सक्षम व्यक्तिहरूले मदत गर्नुपर्छ । विद्यार्थीहरूलाई त्यसप्रति सचेत गराउने र सहयोगको अभ्यास गराउनुपर्छ ।

विकलाङ्ग र असहायहरूलाई सहयोग गरौँ

३. शैक्षिक सामग्री

पाठ्यपुस्तक, चित्रहरू, पोस्टर, ठोस वस्तु, श्रव्यदृश्य सामग्री साइनपेन र कार्डबोर्ड आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) पाठ्यपुस्तकमा भएका गीत सबै विद्यार्थीलाई सामूहिक रूपमा लय हालेर आफू सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् । गीत गाइसकेपछि हामीले कसकसलाई सहयोग गर्नुपर्छ छलफल गरी सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

(ख) हाम्रो समुदायमा कस्ता व्यक्तिलाई असहाय व्यक्ति भनिन्छ, छलफल गरी सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

(ख) असहाय व्यक्तिहरूलाई मदत गरेको अभिनय गरी देखाउन लगाउनुहोस् । शिक्षकले आवश्यक मदत गर्नुपर्छ ।

(ग) विकलाङ्ग हुनबाट बच्न अपनाउनुपर्ने उपायहरूलाई ठूलो अक्षरमा लेखेर प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

जस्तै :

सडक पेटीबाट मात्र हिँडौँ

ती लेखिएका उपायहरूलाई भित्तामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । बाक्लो कागतमा टाँसेर प्लेकार्ड बनाई प्रदर्शन गर्न सके अझ राम्रो हुन्छ :

- जेब्राक्रस र आकासे पुलबाट मात्र हिँडौं ।
- हतार गरेर दौडेर हिँड्ने बानी आजैदेखि छाडौं ।
- भिरपहिराको नजिक नखेलौं ।
- जथाभावी रूख नचुडौं ।
- आगो नचलाऔं ।
- बिरामी हुँदा स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा जँचाऔं ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) तलका कथामा खालीठाउँ भर :

ज्ञानीमैया महर्जनको घरमा वृद्ध .... हुनुहुन्छ । उनी हजुरबुबालाई डोऱ्याएर भित्र बाहिर गराउँछिन् । उनकी दिदी .... भएका वेला उनले औषधी, पानी खुवाउँछिन् । उन घर नजिकै बुद्धि तामाङ बस्छन् । उनी बाबुआमा नभएर मामाघरमा बसेका छन् । गाउँका केटाकेटीहरू बुद्धिलाई .... तर ज्ञानीमैया उनलाई माया गर्छिन् । आफूले सकेको .... गर्छिन् । आफ्ना कापी कलमहरू उनलाई दिन्छिन् ।

हजुरबुबा, गिज्याउँछन्, बिरामी, सहयोग

(ख) हामीले कस्ता व्यक्तिलाई मदत गर्नुपर्छ ?

(ग) तलको जस्तै अवस्थाका मानिसलाई कसरी मदत गर्छौं ?

वृद्ध, बिरामी, टुहुरा, घाइते, खुट्टा नभएका

(घ) विद्यार्थीहरूले विद्यालय र गाउँ/टोलमा असक्त व्यक्तिहरूसँग गरेको व्यवहारको आधारमासमेत मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ ।

६. थप सुझाव

असहाय व्यक्तिलाई मदत गरेका दृश्यहरू र चित्रहरू प्रदर्शन गरी छलफल गर्नुहोस् ।

पाठः ३ छुवाछुतको अन्त्य गरौँ

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि ⁄ विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाउँ टोलमा रहेको छुवाछुत जस्ता सामाजिक कुरीतिप्रति सचेत रहन ।	- छुवाछुत सामाजिक कुरीति हो भनी बताउन । - छुवाछुतविरुद्धका क्रियाकलापमा सहभागी हुन् । - सबैप्रति समान व्यवहार गर्न । - आफ्ना मनका भावनाहरू चिन्न । - आफ्ना मनका भावनाहरू ठीक तरिकासँग प्रकट गर्न ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो देशको संविधान र कानुनहरूले छुवाछुतको अन्त्य गरिसकेको छ । छुवाछुतको व्यवहारलाई सामाजिक अपराध मानी त्यस्ता कार्य गर्नेलाई सजायसमेतको व्यवस्था गरेको छ तर अझै पनि हाम्रो समाजमा छुवाछुत काममै रहेको देखिन्छ । आजका बालबालिका भविष्यका नागरिक हुन् । उनीहरूलाई आजैदेखि छुवाछुत गर्नु हुँदैन । हामी सबै समान हौँ भन्ने भावनाको विकास गर्न सके भविष्यमा यो समस्या स्वत: समाप्त भएर जाने छ । त्यसैले यो पाठमा केटाकेटीहरूलाई छुवाछुत विरोधी क्रियाकलापमा संलग्न गराउनुपर्छ । मानिसहरूमा समय र परिस्थितिअनुसार भिन्नभिन्न भावनाहरू उत्पन्न हुन्छन् । जस्तै : रिस, खुसी, लाज, डर आदि । यी भावनालाई प्रकट गर्ने तरिका पनि परिवारका अन्य सदस्यबाट सिकिरहेका हुन्छन् भने कुनै तरिका हानि गर्ने खालका हुन्छन् । सकारात्मक तरिकाले शान्ति शिक्षालाई सहयोग पुऱ्याउने भएकाले बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि मनका भावना चिन्न र त्यसलाई सकारात्मक तरिकाले व्यक्त गर्ने अभ्यास गराउनुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

गीत, क्यासेटप्लेयर, चित्रहरू, साइनपेन, कार्डबोर्ड, चित्रपत्ती, रिस, खुसी, लाज, डर लेखिएका शब्द पत्तीहरू, झलक पत्ती, प्लेकार्ड ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) छुवाछुतविरुद्धको गीत सामूहिक रूपमा गाउन लगाउनुहोस् । गीत गाइसकेपछि छुवाछुत के हो ? यसमा केके हुने गरेको छ भनी कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

(ख) कक्षामा दलित बालबालिकाहरू भएमा उनीहरूलाई गाउँटोलमा अरूले गर्ने व्यवहारसम्बन्धी अनुभवहरू पालैपालो सुनाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले भोगेका कठिनाइहरू सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् र अन्य बालबालिकालाई छुवाछुत नगर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

(ग) छुवाछुतसम्बन्धी क्रियाकलापबाट उत्पन्न समस्याहरू झल्कने झलकपत्तीहरू बनाउनुहोस् । ती झलकपत्तीहरू सबै विद्यार्थीलाई पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस् ।

(घ) छुवाछुतविरुद्धमा प्लेकार्डहरू बनाई विद्यार्थीहरूलाई नजिकको समुदाय वा विद्यालय हाताभित्र र्‍याली आयोजना गर्न लगाउनुहोस् ।

(ङ) कक्षामा दलित विद्यार्थीहरू भएमा हरेक समूहमा उनीहरूलाई मिसाई राख्नुहोस् । एउटै भाडाको पानी वा खानेकुरा सँगै बसेर खाने व्यवस्था गर्नुहोस् ।

(च) विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घरमा भएको छुवाछुतसम्बन्धी व्यवहारको वर्णन गर्न लगाउनुहोस् । त्यसलाई अन्त्य गर्न आफ्ना अभिभावकलाई कसरी सम्झाउँछौ भनी गरेर देखाउन लगाउनुहोस् ।

(छ) स्थानीय समुदायका दलित व्यक्तिहरूलाई कक्षामा निम्ता गरी विद्यार्थीहरूसँग अन्तरक्रिया गर्न लगाउनुहोस् ।

(ज) "छुवाछुतको अन्त्य गर्न के गर्नुपर्छ ? यो प्रश्न आफ्ना समुदायका व्यक्तिलाई सोधी जवाफ लेखेर ल्याउन गृहकार्य दिनुहोस् । भोलिपल्ट सबैको जवाफ समेटेर छुवाछुतको अन्त्य गर्ने उपायहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(झ) अभिनय

- चार जना विद्यार्थीलाई कक्षा कोठाको अगाडि बोलाउनुहोस् । (विद्यार्थी बोलाउँदा छात्रछात्रा र जान्ने नजान्ने गरी मिलाएर बोलाउन सकिन्छ ।)
- प्रत्येकलाई एकएकओटा रिस, खुसी, डर र लाज लेखिएका कागजका टुक्रालाई पालैपालो लिन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो आफ्नो हातमा लिएका टुक्राअनुसार अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । जस्तै : रिस लेखिएको टुक्रा परेको विद्यार्थीले रिसाएको अभिनय गर्ने ।
- त्यसैगरी त्योभन्दा राम्रो अभिनय गर्न अरू कोही विद्यार्थी इच्छुक छन् भने उसलाई अभिनय गर्ने मौका दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले अभिनय गरिसकेपछि सबै साथीलाई ताली बजाउन लगाउनुहोस् ।

(ञ) **दिमागी मन्थन र छलफल**

- विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो तिमी रिस उठेको वेलामा के गर्छौ भनी प्रश्न गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले दिएका उत्तरलाई क्रमअनुसार कालोपाटीमा लेख्दै जानुहोस् ।

- तीन प्रकारको रिस (रोएर/कराएर, आक्रामक भएर, नबोलेर) व्यक्त गर्ने तरिका लेखिएका चित्रपत्तीलाई कालोपाटीमा टाँस्नुहोस् र तीन समूहमा छुट्याउनुहोस् ।
- चित्रपत्तीअनुसारको रिस कसरी व्यक्त गर्न सकिन्छ, बालबालिकालाई बताउन लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) छुवाछुतबाट हुने समस्याहरूको सूची बनाऊ ।

(ख) तलका वाक्यहरू ठीकबेठीक छुट्याऊ :

- सबैको रगत रातो हुन्छ ।
- काट्दा सबैलाई दुख्दैन ।
- सबै जातका मानिसहरू समान हुन् ।
- छुवाछुत गर्नु अपराध हो ।

(ग) विद्यार्थीले विद्यालय र समुदायमा देखाएको प्रतिक्रियाका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ङ) तलका प्रश्नहरू सामूहिक रूपमा सोध्नुहोस् :

- तिमीलाई रिस उठ्यो भने के गर्छौ ?
- तिमीलाई खुसी लाग्यो भने के गर्छौ ?
- तिमीहरूमा कस्ताकस्ता भावनाहरू धेरै आउँछ ?
- रिस कति तरिकाबाट व्यक्त गर्न सकिन्छ ?

६. थप सुझाव

- विद्यालयका हरेक क्रियाकलापमा दलित र गैरदलित दुवैलाई संयुक्त रूपमा संलग्न गराउनुहोस् ।
- बालबालिकालाई आफ्नो मनका भावनाहरू रिस, लाज, डर, खुसी ठीक तरिकाले मात्र व्यक्त गर्ने अभ्यास गराउनुपर्दछ । रिस गठेको समयमा संमयता अपनाउने तरिकासमेत सिकाउनपर्दछ ।

हामी सबै समान छौँ
छुवाछुतको अन्त्य गरौँ

पाठ : ४

अन्धविश्वासको पछि नलागौँ

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाउँटोलमा रहेका सामाजिक कुरिती र अन्धविश्वासप्रति सचेत रहन ।	- प्रचलनमा रहेका अन्धविश्वासको पहिचान गर्न । - त्यस्ता अन्धविश्वासबाट हुने बेफाइदा बताउन । - अन्धविश्वासबाट टाढा रहन ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो समुदाय अन्धविश्वासले व्याप्त छन् । ती अन्धविश्वासले जरा गाडेका छन् । अन्धविश्वास भन्ने थाहा पाउँदापाउँदै पनि मानिसहरू त्यसबाट टाढा रहन सकेका छैनन् । यसको मुख्य कारण उनीहरूमा सानैदेखि नै अन्धविश्वासको गहिरो प्रभाव परेको छ । अन्धविश्वासकै कारण आर्थिक र सामाजिक उन्नतिमा बाधा पुगेको छ । त्यसैले बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि अन्धविश्वासमा लाग्नु हुन्न, यथार्थ कुरा बुझेर मात्र अघि बढ्नुपर्छ भन्ने भावनाको विकास गराउन यो पाठ राखिएको हो ।

अन्धविश्वासको पछि लाग्नु हुँदैन ।

३. शैक्षिक सामग्री

प्लेकार्ड, चित्र, पोस्टर, श्रव्यदृश्य सामग्री आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) विद्यार्थीहरूलाई एकदुईओटा उदाहरण दिएर समुदायमा प्रचलित अन्धविश्वासहरू भन्न लगाउनुहोस् र पाटोमा टिप्दै सूची बनाउनुहोस् । जस्तै : बिरालाले बाटो काट्दा साइत पर्दैन । रोग निको पार्न झारफुक गर्नु आदि ।

(ख) यस्तो अन्धविश्वासले निम्त्याउने समस्याहरूको सूची बनाउनुहोस् । जस्तै :

झगडा हुने

अकालमा मृत्यु हुने आदि

(ग) अन्धविश्वास विरोधी नारा लेखिएका प्लेकार्डहरूसहितको र्‍याली निकाल्नुहोस् ।

(घ) समुदायका प्रबुद्ध व्यक्तिलाई निम्त्याई अन्धविश्वासका सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) हाम्रो समाजमा व्याप्त अन्धविश्वासहरूका सूची बनाऊ ।

(ख) अन्धविश्वासबाट हुने बेफाइदाहरू केके हुन् ?

(ग) तलको कथा पढ र तिमी भए के गर्थ्यौ भन ।

दिलिप बिरामी भए । उनका आमाबुबा अन्धविश्वासका कारण धामी बोलाउन गए । धामीले आएर झारफुक गरे । उनले दिलिपलाई बोक्सी लागेको छ भने । धामीले धेरै पूजाआजा गरे । दिलिपलाई निको भएन । उनका दाइ सहरमा पढ्न बसेका थिए । उनी आएर दिलिपलाई अस्पताल लगे र उनी निको भए । उनका दाइ नआएका भए अन्धविश्वासमा परेर दिलिपको मृत्यु हुन सक्थ्यो ।

(घ) तिम्रो छरछिमेकमा छुवाछुत तथा अन्धविश्वास हटाउन तिमी के गर्छौ ?

६. थप सुझाव

अन्धविश्वासबाट हुने बेफाइदाका सम्बन्धमा चित्र, समाचार पोस्टरहरू आदि प्रदर्शन गरी छलफल गर्नुहोस् ।

एकाइ ४ नागरिक चेतना

पाठ: १ आपसी सहयोग

१. **सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य** **अनुमानित घन्टी : ३**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
अपरिचित व्यक्तिसँग आवश्यक सहयोग लिन र दिन ।	- अपरिचित व्यक्तिसँग आवश्यक सहयोग लिन । - शिष्ट भाषाको प्रयोग गरी आफ्ना विचार राख्न । - व्यक्तिव्यक्ति र समूहसमूहबीच हुने विवाद समाधानमा सरिक हुन ।

२. **पाठ परिचय**

कुनै व्यक्तिले अपरिचित व्यक्तिसँग सहयोग लिन र दिन सक्नुपर्छ । यसका लागि त्यस्ता व्यक्तिसँग सहज ढङ्गबाट कुरा गर्न, आफ्ना विचार स्पष्टसँग राख्न र शिष्ट भाषा प्रयोग गर्न जान्नुपर्छ । आपसी सहयोगक व्यवस्थाले कुनै पनि व्यक्तिमा आउने समस्या समाधान गर्नमा मदत पुग्छ । साथीसाथीबीच हुने बिमेल, झैझगडा तथा विवादको समाधान गर्नमा पनि आपसी समूहसमूहबीचको सहयोगले ठूलो मदत पुग्न जान्छ । यस पाठको मुख्य उद्देश्य बालबालिकाहरूलाई अपरिचित व्यक्तिसँग सहयोग लिन र दिन सक्ने र व्यक्तिव्यक्ति तथा समूहसमूहबीच हुने विवाद समाधान गर्न सरिक तुल्याउनु रहेको छ ।

विद्यार्थीहरूलाई आपसी सहयोग र असल व्यवहार गर्न प्रेरित गर्नुपर्छ ।

३. **शैक्षिक सामग्री**

स्केल, साइनपेन, दैनिक प्रयोगका सामग्रीहरू, बल आदि ।

४. **शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

क्रियाकलाप १

विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । अपतिचित व्यक्ति बन्न लगाउनुहोस् । हरेक समूहमा कुनै अपरिचित व्यक्ति आउँदा कसरी चिनजान गर्नुपर्छ भनेर बताउनुहोस् र अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । अपरिचित व्यक्तिसँग चिनजान गराउँदा शिष्ट भाषाको प्रयोगमा ध्यान दिनुहोस् । जस्तै : तपाईंको नाम के हो ? के काम लिएर आउनुभयो ? कहाँबाट कहिले आउनुभयो ? तपाईंलाई हामी के मदत गर्न सक्छौं ? आदि ।

सबै समूहबाट यो अभिनय गरिसकेपछि निम्नलिखित प्रश्नहरू गर्नुहोस् :

- क्रियाकलाप कस्तो लाग्यो ?
- अपरिचित व्यक्तिसँग भेट हुँदा केकस्तो व्यवहार गर्नुपर्ने रहेछ ?
- आफ्नो विचार राख्न अरूको विचार बुझ्न केकस्तो भाषा प्रयोग गर्नुपर्ने रहेछ ?
- तिम्रो कुनै सामान हरायो भने केकस्तो अभिनय गरेर आफ्ना साथीभाइसँग सोधखोज गर्छौ ? यदि तिमीले हिँड्दै जाँदा बाटो भुल्यो । कुनै अपरिचित व्यक्तिसँग सोध्नुपऱ्यो भने कसरी सोध्छौ ?

नोट : विद्यार्थीहरूलाई शिष्ट भाषाको प्रयोग गर्ने बानीको विकास गर्न शिक्षक, आमा, बाबु, दिदी, बहिनी आदिको भूमिकामा अभिनय गराई सम्बोधन गर्ने तरिका सिक्ने/सिकाउने कार्य गराउनुहोस् । सबै समूहले अभिनय गरिसकेपछि त्यसमा भएका कमीकमजोरी औँल्याई आवश्यकतानुसार सुधार गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप – २

(क) मस्तिष्क मन्थन

- विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयमा आफ्ना साथीसाथीबीच केकस्ता झगडा, विवाद भएको छ बताउन लगाउने
- सबै विवाद, झैझगडालाई कालोपाटीमा टिप्ने
- केकसरी ती झगडा समाधान भयो बताउन लगाउने

विद्यार्थीहरूलाई तीन समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । कुनै दुई समूहबीच खेल्ने भलिबल वा अन्यको बीचमा झगडा भएको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । अर्को समूहलाई झगडा भएको समूहबीच पठाउनुहोस् । झगडाको कारण के रहेछ, दुवै समूहको केके भनाइ रहेछ खोतल्न लगाउनुहोस् । त्यसको समाधान के कसरी गर्न सकिन्छ यकिन गर्न लगाउनुहोस् । जस्तै : पालैपालो खेल खेल्ने नियम बनाएर, बल खेल्न बढी इच्छुकको मात्रै समूह बनाएर, खेल खेल्ने अरू साधन जोरजाम गर्न विद्यालयलाई अनुरोध गर्ने वा अरू बल थप्न अनुरोध गर्ने निर्णय गरेर आदि । यो अभिनय पछाडि प्रत्येक समूहलाई निम्न प्रश्नहरू गर्नुहोस् :

- अभिनय/क्रियाकलाप कस्तो लाग्यो ?
- समूहसमूहबीच झगडा हुनुको कारण के रहेछ ?
- झगडा भयो भने के गर्छौ ?
- झगडा भएको अवस्थामा के गर्नुपर्ने रहेछ ?
- झैझगडा, विवाद समाधान गर्न केकस्ता व्यवहार गर्नुपर्ने रहेछ ?

५. मूल्याङ्कन विधि

क्रियाकलाप सञ्चालन, अभिनय आदिको अवसरमा विद्यार्थीको सहभागिता, सक्रियता उत्सुकता आदि पक्षहरूको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । निम्नलिखित अभिलेख तयार पार्न लगाई विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

(क) विद्यार्थीले सम्पन्न गरेको असल कार्यहरूको सूची

मिति	गरेको असल काम
२०६५ वैशाख १० गते	• साथीलाई सिसाकलम दिएको • साथीको हराएको इरेजर दिएको

(ख) विद्यार्थीले साथीसाथीबीच, समूहसमूहबीच केकस्ता कार्यमा विवाद, झैझगडा भयो र केकसरी समाधान गरे भन्ने विषयमा निम्नलिखित तालिकाअनुसारको विवरण तयार पार्न लगाउनुहोस् र मूल्याङ्कनका लागि प्रयोग गर्नुहोस् :

बिबादको विषय	कारण	समाधान
इरेजर हराएको र अर्काले पाएको	दुवैले इरेजर मेरो हो भनेर दाबी गरेको	• दुवैको झोलामा हेरियो र जसको झोलामा छैन उसैलाई दिइयो
		• दुवैको झोलामा रहेन छ । त्यसैले आधाआधा बनाएर बाँडियो ।

६. थप सुझाव

माथि प्रस्तुत क्रियाकलापहरू केही नमुना मात्रै हुन् । आफ्नो विद्यालय रहेको स्थान सामाजिक, सांस्कृतिक परिवेश, विद्यालय वातावरण आदिका आधारमा तपाईं आफैंले अन्य क्रियाकलाप विकास गरी प्रयोग गर्न पनि सक्नुहुन्छ । दिइएका क्रियाकलापलाई आफ्नो परिवेश अनुकूल मिलान गरेर सञ्चालन गर्न सक्नु हुन्छ । पाठ्यक्रमले निर्दिष्ट गरेका उद्देश्य पूरा हुने स्थानीय तहमा भइरहेका क्रियाकलाप, अभ्यास खोजी गरेर पनि शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप सञ्चालन गर्न सक्नुहुन्छ । सिर्जनात्मक पक्षको समुचित प्रयोग गरी शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नु राम्रो हुन्छ ।

पाठ: २ असल व्यवहार

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
अपरिचित व्यक्तिसँग आवश्यक सहयोग लिन र दिन ।	- अपरिचित व्यक्तिसँग आवश्यक सहयोग लिन । - शिष्ट भाषा प्रयोग गरी उमेर र अवस्थाअनुसार सम्बोधन गर्न । - सहयोगका लागि अरूलाई अनुरोध गर्न । - आफूले गरेका असल कामहरूलाई तालिकामा देखाउन । - आफू वा आफ्नो गाउँ/छिमेकमा कसैको असल व्यवहार नभएको कारणले अन्य कसैले शारीरिक वा मानसिक यातना पाएको छ भने त्यसबारे जानकारी लिन । - शारीरिक र मानसिक यातनाका बारेमा परिचित हुन । - आफू वा अन्य कसैले यस्तो शारीरिक वा मानसिक यातना पाएको छ भने त्यसबारे नजिकको व्यक्तिलाई बताउन र समाधानका उपाय खोज्न ।

२. पाठ परिचय

यस पाठमा विद्यार्थीहरूलाई,आफ्नो घर परिवार, साथी सङ्गति, विद्यालय र अन्य जुनसुकै ठाउँमा पनि असल व्यवहार, शिष्ट बोली बोल्ने बानी बसाउनुपर्छ । असल व्यवहारबाट मात्र अपरिचित मानिससँग पनि सहयोग लिन सकिन्छ । यस्तो बानी र व्यवहारले उनीहरूमा जीवनोपयोगी सीपको विकास भई जस्तोसुकै कठिन परिस्थितिमा पनि समस्याको समाधान गर्न सक्ने क्षमताको विकास हुन्छ । यसका साथै हाम्रो समाजमा रहेको अन्धविश्वास, महिला र बालबालिकामाथि हुने हिंसा, छुवाछुत जस्ता विभेदलाई पनि असल व्यवहारबाट क्रमश: अन्त्य गर्न सकिन्छ भन्ने उद्देश्य यस पाठको रहेको छ ।

हाम्रो समाजमा रहेका विकृतिहरूलाई असल व्यवहार, परिश्रम, धैर्य, संयम र लगनशील भएर काम गर्दा निर्मूल गर्न सकिन्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

स्केल, साइनपेन, दैनिक प्रयोगका सामग्रीहरू

यातनासम्वन्धी चित्रहरू

घरेलु हिंसासम्बन्धी चित्रहरू

महिला र बालबालिकामाथि भएका हिंसाका चित्रहरू

शब्दपत्ती तथा झलक पत्तीहरू ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) विद्यार्थीहरूलाई आवश्यकताअनुसार समूह विभाजन गराउनुहोस् र सबै समूहलाई परिचित व्यक्तिसँग चिनजान र परिचय गर्ने तरिका सिकाउन अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । अभिनय गर्दा शिष्ट भाषाको प्रयोग गर्न र असल व्यवहार गर्न अभ्यास गराउनुहोस् । जस्तै :

- तपाईंको नाम के हो ?
- किन आउनुभयो ?
- के कामका लागि आउनुभयो ?
- कहिले आउनुभयो ?
- कहाँबाट आउनुभयो ? आदि ।

सबै समूहले अभिनय गरिसकेपछि त्यसमा भएका कमी कमजारी औंल्याई आवश्यकताअनुसार सुधार गराउने ।

विद्यार्थीहरूलाई बाजे बज्यै, आमा बुबा, काका काकी, दिदी, भाइ आदिको अभिनय र सम्बोधन गर्न लगाउनुहोस् । सम्बोधन गर्दा शिष्ट भाषाको प्रयोग गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।

विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो सामान हराएमा खोजी गर्न सबैसँग सहयोग लिन अनुरोध गर्नुपर्छ भन्ने कुराका जानकारी गराउनुका साथै साथी सङ्गतिको सामान हराउँदा पनि खोजी गर्न सहयोग गर्नुपर्छ भन्ने भावनाको विकास गराउनुहोस् ।

कसैले बाटो भुलेर सोधेको अवस्थामा तिमी के गर्छौ भनी प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । प्रश्नोत्तर गराउँदा निम्नलिखित प्रश्नहरू सोध्न सकिने छ :

अपरिचित मानिसले बाटो भुलेमा तिमी कसरी सहयोग गर्छौ ?

सम्भावित उत्तर (बाटो देखाएर ....) । विद्यार्थीहरूलाई आफूले गरेको असल कार्य र असल व्यवहारको तालिका निम्नअनुसारको ढाँचामा बनाउन लगाउन सक्नुहुन्छ :

मिति	आफैँले गरेको असल काम
२०६४ वैशाख २५ गते मङ्गलवार	साथीलाई कक्षा कार्य गर्न सिसाकलम दिएको

५. मूल्याङ्कन विधि

आफ्नो र अरू साथीभाइको सामान हराउँदा खोज्न मदत गरिनगरेको अवलोकन गर्नुहोस् र त्यसका कआधारमा विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कनका लागि निम्नानुसारको रूजुसूची बनाउनुहोस् :

आचरणसम्बन्धी रूजुसूची (विद्यार्थीले गरेको मदत) **विद्यार्थीको नाम :**

अवलोकन मिति

क्र.सं.	आचरण	गर्छ	गर्दैन
१.	**काम गर्ने बानी**		
	(क) निर्देशानुसार काम गर्छ		
	(ख) काम पूरा गर्छ		
	(ग) काम आफैँ गर्छ		
	(घ) अरूसँग मिलेर गर्छ		
	(ङ) फूर्तिलो छ		

विद्यार्थीले अरूले बाटो भुलेको अवस्थामा कसरी सहयोग पुऱ्याएको छ अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । विद्यार्थीले गरेका असल कामहरू तालिका बनाई लेखेनलेखेको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

माथि दिइएका क्रियाकलापहरू सबै ठाउँमा उपयुक्त नहुन पनि सक्छ । समय र परिस्थितिअनुसार पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्यहरूको लक्ष्य प्राप्त हुनेगरी क्रियाकलाप र मूल्याङ्कनका प्रक्रियाहरू अपनाई पठनपाठन गराउनुहोस् ।

यो पाठ असल व्यवहार, मानव अधिकार र शारीरिक तथा मानसिक यातनासँग सम्बन्धित भएको हुँदा पाठ पढाउँदा कुनै मानसिक वा शारीरिक यातना पाएको विद्यार्थीमाथि चोट नपरोस् भन्ने कुरामा ध्यान राख्नुपर्दछ ।

यदि कसैले यस्तो यातना पाएको रहेछ र अनुभव व्यक्त गर्न चाहन्छ भने शिक्षकले प्रोत्साहन दिनुपर्छ ।

यदि ऊ यस्तो यातनाबाट मुक्त भएको छैन र उसलाई सहयोग चाहिन्छ भने शिक्षकले सहयोग गनुहोस् ।

महिला विकास कार्यक्रमबारे विद्यार्थीलाई जानकारी दिनुहोस् ।

पाठ: ३ हाम्रो प्राकृतिक सम्पदा

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो समुदायमा भएका प्राकृतिक सम्पदाको संरक्षण र प्रयोग गर्न ।	- आफ्नो समुदायका प्राकृतिक सम्पदाको सूची निर्माण गर्न । - प्राकृतिक सम्पदाको प्रयोग, संरक्षण र संवर्धन गर्ने तरिकाहरू बताउन । - वृक्षरोपण गर्न । - आफ्नो क्षेत्रका वनस्पतिहरूको पहिचान गर्न ।

२. पाठ परिचय

हाम्रा वरपर ै प्राकृतिक स्रोत र साधनहरू रहेका छन् । वनजङ्गल, नदीनाला, खनिज, माटो आदि वस्तुहरू हाम्रा प्राकृतिक स्रोत छन् । ती वस्तुहरू हामीलाई प्रकृतिले नि:शुल्क रूपमा दिएको छ । हाम्रो प्राकृतिक स्रोत र साधनको जथाभावी उपभोगले भविष्यमा समस्याहरू आइपर्न सक्छन् । त्यसैले त्यस्ता प्राकृतिक स्रोतहरूको संरक्षणमा पनि ध्यान दिनुपर्छ । बालबालिकालाई हाम्रा वरपरका वनजङ्गल, नदीनाला, पोखरी आदिको संरक्षण र संवर्धनसम्बन्धी चेतना जाग्रित गरी उनीहरूलाई पनि संरक्षणमा सङ्लग्न गराउनुपर्छ । यसले गर्दा उनीहरूमा प्राकृतिक स्रोत साधनहरूको संरक्षण र संवर्धनमा बानी लगाउन सके भविष्यमा प्राकृतिक स्रोतको विनाश हुन पाउँदैन ।

प्राकृतिक स्रोत साधनको संरक्षणमा सहभागी बन्नुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

चित्र, झलकपत्तीहरू, गोजी तालिका, बिरुवाहरू आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) विद्यार्थीहरूलाई अघिल्लो दिनमा नै घरबाट फूलका बिरुवा ल्याउन लगाउनुहोस् । विद्यालय हातामा बिरुवाहरू रोप्न लगाउनुहोस् । उक्त बिरुवाहरूमा पानी हाल्ने र गोडमेल गर्ने काम केही दिनसम्म जारी राख्नुहोस् ।

(ख) रूख बिरुवाहरूबाट हुने फाइदाहरूसम्बन्धी चित्रपत्ती र शब्दपत्तीहरू तयार गरी विद्यार्थीहरूलाई बाँड्नुहोस् र त्यसलाई हेरी त्यसमा लेखिएका वा देखिएका कुराहरू बताउन लगाउनुहोस् ।

(ग) पाठ्यपुस्तको क्रियाकलाप नं. २ मा भएको तालिकाबाट विभिन्न बिरुवाहरूको नाम पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । छिटो पत्ता लगाउने विद्यार्थीहरूलाई पुरस्कृत गर्नुहोस् ।

(घ) विद्यार्थीहरूलाई प्राकृतिक सम्पदाको नाम र त्यसको संरक्षणको उपायसम्बन्धी झलकपत्तीहरू गोजी तालिकामा मिलाएर राख्न लगाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् । छलफलपछि तलको जस्तै तालिका बनाई भर्न लगाउनुहोस् । जस्तै :

प्राकृतिक सम्पदा	कसरी संरक्षण गर्ने

% d N o f !

(क) विद्यार्थीहरूलाई चित्रपत्ती र झलकपत्तीहरू गोजी तालिकामा मिलाउन लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) बिरुवा रोप्ने कार्यमा विद्यार्थीहरूको सहभागिता र सक्रियताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) तलका प्रश्न सोध्नुहोस् :

- तिम्रो समुदायमा कुनकुन प्राकृतिक साधन पाइन्छ ?
- वनजङ्गलबाट केके फाइदा पाउन सकिन्छ ?
- वनजङ्गल संरक्षण कसरी गर्न सकिन्छ ?
- नदी र पोखरीलाई सफा राख्न के गर्नुपर्छ ?

६. थप सुझाव

प्राकृतिक स्रोत साधन संरक्षणका निम्ति अपनाइएका उपायहरूसम्बन्धी चित्र वा चलचित्र प्रदर्शन गरी छलफल गराउन सक्नुहुन्छ ।

पाठ: ४ सामाजिक नियमको पालना

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
सार्वजनिक स्थलहरूको सूचना, सङ्केत, पम्पलेट, पोस्टर, ट्राफिक सङ्केत आदि पढ्न र सोको पालना गर्न ।	- सार्वजनिक सूचना सङ्केतको पहिचान गर्न । - सूचना र सङ्केतहरू पढ्न र बुझ्न । - त्यस्ता सूचना र सङ्केतहरू बनाउन । - ट्राफिक नियमसँग परिचित हुन् । - सामाजिक नियम पालनाले हुने फाइदा र नगर्नाले हुने बेफाइदा बताउन ।

२. पाठ परिचय

हाम्रो दैनिक जीवनमा थुप्रै किसिमका सार्वजनिक सूचना र सङ्केतहरू प्रयोगमा आउँछन् । त्यस्ता सङ्केत र सूचनाहरूले हाम्रो जीवनलाई सहज र सरल बनाइदिन्छ । त्यस्ता सङ्केत र सूचनाहरूको पालना नग... विभिन्न समस्याहरू आइपर्ने र दुर्घटनासमेत पर्न सकिने हुन्छ । यस्ता सूचनाहरू सूचना पाटीको रूपमा, पम्प्लेटका रूपमा, पोस्टर वा ब्यानरको रूपमा, होडिङ बोर्डका रूपमा राखिएका हुन्छ । यस्ता चिजहरू सबैले देख्ने गरी सार्वजनिक रूपमा राखिएको हुन्छ । केटाकेटीलाई सानै देखि यस्ता कुराहरूसँग परिचित गराई त्यसको पालना गर्ने बानी बसाल्नुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

- कार्डबोर्ड, न्युजप्रिन्ट, रङ्गीन साइनपेन, लट्ठीहरू, ट्राफिक सङ्केत, बाक्लो कागज, कैंची, आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) सार्वजनिक सूचनाको नमुना प्रस्तुत गरी त्यसलाई पढ्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले त्यस्तै अरू बोर्ड वा सूचना पाटी पनि देखेका हुन सक्छन् । उनीहरूका अनुभवहरू सुन्नुहोस् । विद्यार्थीहरू अग्रसर नभएमा पहिले आफ्ना अनुभवहरू सुनाएर छलफल गर्नुहोस् ।

(ख) विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र हरेक समूहलाई एकएकओटा सार्वजनिक सूचनाहरू बनाउन लगाउनुहोस् । उक्त कुरा कक्षा कोठा, बगैंचा, बाटो, धारा, शौचालयलगायत विद्यालय हाताभित्र विभिन्न ठाउँमा राख्नको निमित्त सामाजिक नियमहरू, सूचनाहरू र नाराहरू बनाउन लगाउनुहोस् । त्यसलाई ठूला अक्षरले कार्डबोर्डमा लेखेर सम्बन्धित ठाउँमा राख्न लगाउनुहोस् ।

जस्तै :

बिरुवाको संरक्षण गरौँ	जथाभावी कागज नफालौँ

(ग) विद्यार्थीहरूलाई पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलापमा दिइएका ट्राफिक सङ्केतहरू र अन्य व्यावहारिक सङ्केतहरू बनाउन लगाई प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

(घ) ट्राफिक नियम र सङ्केतहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् । यसका लागि सडकमा हुने विभिन्न किसिमका अवस्थाहरूको चित्र, पोस्टर, चार्ट आदिको प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

(ङ) विद्यार्थीहरूलाई खुला ठाउँमा लैजानुहोस् । त्यहाँ चुन वा डोरी वा कागज वा त्यस्तै अन्य वस्तुको सहायताले सडकको चौबाटो बनाउनुहोस् । केही विद्यार्थीलाई गाडी र केहीलाई बटुवा बनाउनुहोस् । चारै कुनामा ट्राफिक लाइटको नमुना रङ्गीन कार्डबोर्डहरू राख्नुहोस् । त्यहाँ एउटा बत्ती बल्दा बाँकी बत्ती छोप्न केही विद्यार्थीलाई राख्नुहोस् । हरियो बत्ती बल्दा (मानिस उभिएको रातो बत्ती बल्ने) र रातो बत्ती बल्दा (मानिस हिँडेको हरियो बत्ती बल्ने) व्यवस्था गर्नुहोस् । अब निश्चित समयको अन्तमा रातो र हरियो बत्ती बाल्ने अभ्यास गराउनुहोस् । मानिस र गाडीलाई सङ्केत हेरी हिँड्न लगाउनुहोस् । हिँड्ने क्रममा गाडीले मानिसलाई छोएमा दुर्घटना हुने र उक्त गाडी र मानिसको गल्ती हेरी बाहिर पठाउनुहोस् । यो क्रम धेरै पटक दोहोऱ्याएर अभ्यास गराउनुहोस् ।

(च) सहरी क्षेत्र भए नजिकको सडकको अवलोकन गराउन सकिन्छ ।

(छ) विद्यार्थीहरूले आफ्नो टोल, गाउँ, धारा, पँधेरा, मन्दिर आदिमा पालना गर्नुपर्ने नियमहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । जस्तै :

स्थान	नियम
सार्वजनिक धारा	लाइन लागेर पालैसँग पानी थाप्ने

(ज) विद्यार्थीले टोल, गाउँ, धारा, मन्दिर, बाटो आदि सार्वजनिक ठाउँहरूमा आफूले पनि नियम पालना गर्नुका साथै अरूलाई पनि नियम पालना गराउने काम गर्नुहोस् । उसले पनि नियम पालना गर्नुहोस् । उसले गरेको कार्यको विवरण कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) विद्यार्थीका विभिन्न क्रियाकलापहरूमा सक्रियता र सहभागिताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) विद्यार्थीहरूले विभिन्न ठाउँमा राखेका सामाजिक नियमहरू र सूचनाहरूको पालना गरेनगरेको अवलोकन गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिँदै नियमहरू पालना गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।

(ग) ट्राफिक सङ्केतको चित्र देखाई पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।

(घ) सामाजिक नियम अरू व्यक्तिलाई पनि पालना गराउन सहयोग गरेनगरेको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ङ) **तलका भनाइहरू ठीक र बेठीक छुट्याऊ :**

- सामाजिक नियमको पालना गर्नाले समस्याबाट मुक्ति पाइन्छ ।
- ट्राफिक सङ्केतहरू पालना नगर्नाले दुर्घटनामा परिन्छ ।
- सडकमा हिँड्दा दायाँबायाँ हेरर बाटो काट्नु हुँदैन ।
- सधैँ पेटी वा सडकको किनाराबाट मात्र हिँड्नुपर्छ ।
- शौचालयमा महिला लेखिएतर्फ केटोहरू र पुरुष लेखिएतर्फ केटाहरू जानुपर्दछ ।

६. थप सुझाव

विद्यार्थीहरूलाई क्षेत्रभ्रमण विधिद्वारा अवधारणा दिन सके अझ उपयोगी हुन्छ ।

पाठ : ५ मेरो वडाको बनोट र काम

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- आफू बसेको वडाको संरचना र कार्य बताउन ।	- आफ्नो वडाको भौगोलिक परिचय दिन । (वडा नम्बर, सिमाना आदि) - वडाको सामान्य नक्सा बनाउन । - वडा अध्यक्ष र पदाधिकारीहरूको नाम बताउन । - वडा कार्यालयले गर्ने कार्यहरू बताउन ।

२. पाठ परिचय

विद्यार्थीहरूलाई आफनो क्षेत्रको राजनीतिक एवम् विकासको अवस्थाको चेतना दिनुपर्छ । कक्षा तीनका विद्यार्थीलाई आफ्नो वडा, वडा समिति र वडा कार्यालयले गर्ने कार्यहरूका बारेमा परिचित गराउने प्रयास यस पाठमार्फत बालबालिकाको मनोवैज्ञानिक तहसमेतलाई विचार गरी आफ्नो वडाको बारेमा परिचित हुनेखालका क्रियाकलापमा संलग्न गराउनुपर्छ । वडा कार्यालय वा वडा समितिका सदस्यहरूसँग सम्पर्क गर्न, उनीहरूसँग कुराकानी गर्न र आवश्यक सहयोग लिन सक्नुपर्छ । आफ्नो वडामा भएका विकास निर्माणका कार्यहरूसँग परिचित हुन र वडा कार्यालयद्वारा सञ्चालित त्यस्ता कार्यहरूमा आफूले सक्केको सहयोग गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्छ ।

बालबालिकाहरूलाई आफू बसेको वडाको भौगोलिक सिमाना र वडा समितिबारे जानकारी गराउनुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

वडाको काल्पनिक नक्सा, चित्रपत्तीहरू, झलकपत्तीहरू, वडा समितिका सदस्यहरूको नामावली चार्ट आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) पाठ्यपुस्तकको सावित्री र सुमनका बारेमा पढेर हरेक विद्यार्थीलाई आफ्नो वडाका बारेमा पनि त्यस्तै परिचय लेख्न लगाउनुहोस् ।

- वडा नम्बर

- वडामा भएका गाउँ, टोल र बस्तीका नामहरू
- वडामा भएका प्रसिद्ध वस्तु र स्थानहरू
- छिमेकी वडाहरू र सिमाना

(ख) हरेक विद्यार्थीलाई आफ्नो वडाको काल्पनिक नक्सा बनाउन लगाउनुहोस् । त्यहाँ सिमाना र मुख्यमुख्य कुराहरू पनि भर्न लगाउनुहोस् ।

(ग) अभिभावक वा छरछिमेकीसँग वडा समितिका सदस्यहरूको नाम सोधेर आउन गृहकार्य दिनुहोस् । भोलिपल्ट उक्त नामावली प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।

(घ) वडा कार्यालय वा समितिले गर्ने कार्यहरूका झलकपत्तीहरू बनाउनुहोस् । ती पत्तीहरू विद्यार्थीका समूहहरूमा वितरण गर्नुहोस् ।

एउटा तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । त्यसको एकातर्फ झलकपत्तीमा लेखिएको वडा कार्यालयले गर्ने कार्य र अर्को पट्टी आफ्नो वडा कार्यालयले गरेको कार्य लेख्न लगाउनुहोस् र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

वडा कार्यालयले गर्ने कार्य	मेरो वडा कार्यालयले गर्ने कार्य
सरसफाइ गर्ने बाटो मर्मत गर्ने नागरिकताको सिफारिस गर्ने खानेपानीको व्यवस्था गर्ने विद्यालय बनाउन सहयोग गर्ने मठमन्दिर मर्मत सम्हार गर्ने आदि ।	

(ङ) आफ्नो वडाको विकासका निम्ति विद्यार्थीहरूले गर्नुपर्ने कार्यहरूबारे आपसमा छलफल गराई त्यस्ता कामहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) विद्यार्थीले क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा मूल्याङ्कन गर्दै जानुहोस् ।

(ख) वडा समितिले गर्ने कामहरूको सूची बनाऊ ।

(ग) तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख :

- तिमी कति नम्बर वडामा बस्छौ ?
- तिम्रो वडामा कुनकुन गाउँ वा टोलहरू छन् ?
- तिम्रो वडाको वरिपरि कुनकुन वडाहरू छन् ?
- तिम्रो वडामा मुख्यमुख्य कुराहरू केके छन् ?

(घ) तलको अनुच्छेदमा खालो ठाउँ भर्न लगाउनुहोस् :

मेरो नाम .... हो । म .... मा बस्छु । मेरो वडा .... हो । मेरो वडाको पूर्वमा .... वडा पर्छ । पश्चिममा ....नं. वडा पर्दछ । उत्तरमा .... नं. वडा र दक्षिणमा..................नं. वडा पर्दछ । मेरो वडामा .... मन्दिर/गुम्बा/विहार/चर्च/मस्जिद छ । मेरो वडाका वडा अध्यक्षको नाम .... हो । मेरो वडामा वडा समितिले .... काम गरेको छ ।

६. थप सुझाव

वडा कार्यालयको भ्रमण गराई वडामा भएका क्रियाकलापसम्बन्धी जानकारी गराउने वा वडाका पदाधिकारीलाई कक्षामा बोलाएर पनि त्यससम्बन्धी जानकारी दिलाउन सकिन्छ ।

एकाइ ५ हाम्रो पृथ्वी

पाठः १ म बसेको ठाउँ

अनुमानित घन्टी : ३

१. **सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाविस/नपाको प्राकृतिक स्वरूप, सामाजिक रहनसहन अध्ययन गरी बताउन ।	- आफू बसोबास गरेको गाविस अथवा नपा को नाम भन्न । - आफू बसोबास गरेको ठाउँको हावापानीको सामान्य अवस्था बताउन । - नेपालको नक्सामा आफू बसोबास गरेको प्रदेश देखाउन । - आफू बसोबास गरेका ठाउँको धरातलीय स्वरूप वर्णन गर्न ।

२. **पाठ परिचय**

कक्षा तीनमा अध्ययन गर्ने प्रत्येक बालबालिकाले आफू बसेको गाविस/नपाको नाम, त्यहाँको हावापानीको सामान्य अवस्था, आफू बसोबास गरेको भौगोलिक प्रदेशको सामान्य जानकारी दिन सक्नुपर्दछ । त्यसैले यस पाठमा विभिन्न पात्रहरूको उदाहरण दिई नेपालको भौगोलिक प्रदेश र त्यस प्रदेशको हावापानीको सामान्य अवस्थाको जानकारी दिन खोजिएको छ ।

बालबालिकाहरूले आफू बसोवास गरेको ठाउँ, प्रदेश र त्यहाँको हावापानीको सामान्य अवस्था बताउन सक्नुपर्छ ।

३. **शैक्षिक सामग्री**

जिल्लासहितको नेपालको नक्सा, नेपालको प्राकृतिक नक्सा, बाक्ला र पातला कपडा लगाएका मानिसको चित्र आदि ।

४. **शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

(क) कक्षाका प्रत्येक बालवालिकालाई उनीहरू बसोबास गर्ने गाविस/नपाको नाम क्रमश: सोध्दै जानुहोस् । उनीहरूले दिएको जवाफलाई कालोपाटीमा टिप्दै जानुहोस् । बालबालिकाले दिएको जवाफलाई केलाउनुहोस् । गलत जवाफ दिएमा सच्याइदिनुहोस् र सही जवाफ दिनेलाई स्यावासी दिनुहोस् ।

(ख) बाक्ला र पातला कपडाहरू लगाएका मानिसको चित्र प्रदर्शन गर्दै कस्तो ठाउँमा वस्ने मानिसले

बाक्लो कपडा लगाउँछ र कस्तो ठाउँमा बस्ने मानिसले पातलो कपडा लगाउँछन् भन्ने प्रश्नहरू सोधेर एकआपसमा छलफल गर्न लगाई उत्तर दिन लगाउनुहोस् । जाडो ठाउँमा बस्ने मानिसले बाक्लो कपडा र गर्मी ठाउँमा बस्ने मानिसले पातलो कपडा लगाउने कारण पनि सोधेर उत्तर भन्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् । उनीहरूले दिएका उत्तरका आधारमा बालबालिकाहरू बसोवास गरेका स्थानको हावापानीको सामान्य जानकारी गराइदिनुहोस् ।

(ग) नेपालको प्राकृतिक नक्सा प्रदर्शन गरी बालबालिकालाई आफू बसोबास गर्ने प्रदेश (हिमाल, पहाड, तराई) नक्सामा देखाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले आफू बसोबास गरेको प्रदेश छुट्याउन सक्छन् सक्दैनन् अवलोकन गर्नुहोस् । अन्तमा उनीहरूलाई आफू बसोबास गर्ने प्रदेश नक्साको माध्यमबाट कारणसहित पहिचान गराइदिनुहोस् ।

(घ) बालबालिकाहरू बसोबास गर्ने प्रदेश पहिचान भइसकेपछि त्यहाँको धरातलीय स्वरूपबारे पनि छलफल गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरू बसोबास गर्दै आएको स्थान अग्लो, होचो, समतल, भिरालो कस्तो प्रकारको छ, त्यसका आधारमा धरातलीय स्वरूप (हिमाल, पहाड, तराई) को जानकारी गराइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) कक्षाका प्रत्येक बालबालिकालाई उनीहरू बसोबास गर्दै आएको ठाउँ वा गाविस वा नगरपालिकाको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

(ख) उनीहरू बसोबास गर्दै आएको गाविस वा नगरपालिकाको हावापानीको सामान्य अवस्था (जाडो वा गर्मी) का बारेमा भन्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) नेपालको नक्सामा उनीहरू बसोबास गर्दै आएको प्रदेश देखाउन लगाउनुहोस् । त्यसैका आधारमा बालबालिकाको सिकाइउपलब्धिको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

(घ) बालबालिकाले आफू बसोबास गर्दै आएको प्रदेश नक्सामा देखाएको आधारमा उनीहरू बसेको धरातलीय स्वरूपको छोटो वर्णन गर्न लगाई त्यसैको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **थप सुझाव**

गाविस वा नगरपालिकाको अवलोकन भ्रमणको आधारमा पनि नक्सा बनाउने भौगोलिक तथ्यहरू भराउने अभ्यास गराउन सक्नुहुन्छ ।

पाठ: २ मेरो सेरोफेरो

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
१. आफ्नो गाविस/नपाको प्राकृतिक स्वरूप, सामाजिक रहनसहन, अध्ययन गरी बताउन ।	- आफू बसोवास गरेको ठाउँका मानिसको पेसा बताउन । - आफू बसोवास गरेको ठाउँको मुख्य कृषि उत्पादनहरूको नाम भन्न । - आफू बसोवास गरेको ठाउँको जातजाति र चाड पर्वको जानकारी दिन ।

२. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूले आफू बसेको समुदाय (गाविस/नपा) को हावापानी र धरातलाय स्वरूपको साधारण धारणा प्राप्त गरिसकेपछि उनीहरूले त्यहाँको सामाजिक रहनसहनको सामान्य जानकारी पनि राख्नुपर्दछ । त्यसैले यस पाठबाट सामाजिक रहनसहनअन्तर्गत समुदायमा मनाइने चाडपर्व, त्यहाँको धर्म तजाति र पेसाको सामान्य जानकारी बालबालिकामा हुन सकोस् भन्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

बालबालिकाहरूले आफ्नो समुदायको सामाजिक रहनसहनसम्बन्धी जानकारी लिन सक्नुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

विभिन्न प्रकारका जातजाति र उनीहरूले लगाउने पोसाक, विभिन्न पेसा (काम गर्दै गरेका मानिसको चित्र) र विभिन्न चाडपर्व मनाउँदै गरेका तस्बिरहरू ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) बालबालिकाहरूलाई आफ्नो समुदायको भ्रमणमा लैजानुहोस् । अवलोकन भ्रमणमा आफ्नो समुदायका मानिसहरूका मुख्यमुख्य पेसाहरू, कृषि उत्पादन, जातजातिहरू धर्मसँग सम्बन्धित कुराहरूको जानकारी गराउनुहोस्, साथै उनीहरूले अवलोकन गरेका, भेटेका, अनुभव गरेका कुराहरू भ्रमणकै क्रममा बालबालिकाका जिज्ञासाका साथै पाठको उद्देश्यलाई पूरा गर्न सक्ने गरी अवलोकन भ्रमणको योजना बनाउनुहोस् ।

(ख) आफ्नो समुदायका मानिसले कुनकुन प्रकारको पेसा अपनाउँदा रहेछन्, त्यसको सूची तयार पार्न लगाई कक्षामा क्रमश: प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । बालबालिकाले प्रस्तुत गरेका सूचीको आधारमा सही र गलत छुट्याई सहयोग गर्नुहोस् ।

(ग) कक्षाका बालकालिकालाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एउटा समूहलाई आफ्नो समुदायमा बस्ने मानिसहरूले उत्पादन गर्ने कृषि उत्पादनको सूची तयार पार्न लगाउनुहोस् । अर्को समूहलाई त्यहाँका मानिसले जाडो र गर्मी ऋतुमा लगाउने पोसाक (कपडा कपडा) हरूको सूची तयार पार्न लगाउनुहोस् । तेस्रो समूहलाई समुदायका मानिसले मान्ने धर्म वा चाड पर्वको सूची तयार पार्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(घ) प्रश्नोत्तर विधिद्वारा हिँउद (जाडो) ऋतु र गर्मी ऋतुमा उत्पादन हुने कृषि बालीका बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

(ङ) आफूले ल्याएका शैक्षिक सामग्रीको प्रदर्शन गर्दै बालबालिकालाई आफ्नो समुदायका मानिसले लगाउने गरेका पोसाक, मनाउने चाडपर्व (धार्मिक कार्य) तथा कृषि उत्पादन आदिको स्पष्ट जानकारी गराइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) अध्ययन भ्रमण वा कक्षा शिक्षणमा प्रदर्शन गरिएका सामग्रीहरूको आधारमा आफ्नो समुदायका मानिसले गर्ने मुख्य पेसाहरू प्रत्येकलाई भन्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) बालबालिकाहरूले तयार पारेको सूचीको आधारमा उनीहरूको समुदायमा उत्पादन हुने मुख्यमुख्य कृषि उत्पादनको नाम भन्न लगाउनुहोस् । कृषि उत्पादनको नाम बताउन सकेनसकेको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) बालबालिकाले समूहमा बसेर तयार गरेको चाडपर्वसम्बन्धी सूचीको आधारमा उनीहरूको उपलब्धिको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

बालकालिकालाई शैक्षिक भ्रमण वा अवलोकन भ्रमणमा लैजाने अवसर प्राप्त नभएमा उनीहरूलाई अभिभावकमार्फत् जानकारी लिनका लागि प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

पाठ ३ म बसेको ठाउँको रूपरेखा

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाविस/नपाक्षेत्रको सामान्य आकृति कोर्न र त्यहाँका महत्वपूर्ण स्थलहरू देखाउन ।	- आफ्नो गाविस/नपाको पूर्व, पश्चिम, उत्तर र दक्षिणको सिमाना बताउन । - आफू बसेको ठाउँको नक्सा कोर्न । - भ्रमणमा देखिएका कुराहरू नक्सामा भर्न । - नजिक र टाढाबाट देखिएका वस्तुहरूबीच भिन्नता छुट्याउन ।

२. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूले आफू बसोबास गरेको ठाउँको प्राकृतिक स्वरूप र सामाजिक रहनसहनको जानकारी प्राप्त गरिसकेपछि समुदायको अवलोकन भ्रमण गर्न लगाउनुपर्छ । त्यसै अवलोकनको आधारमा आफ्नो समुदायको नक्साको सामान्य रूपरेखा कोर्न, समुदायमा भएका महत्वपूर्ण कुराहरू उक्त नक्सामा भर्न सिक्नुपर्दछ । त्यसैगरी आफू बसेको समुदायको चारै दिशाको सिमानाको जानकारीसमेत ... र त्यसलाई रेखाङ्कित नक्सामा देखाउन सक्नुपर्दछ ।

बालबालिकाहरूले आफ्नो समुदायको नक्सा कोर्न, त्यहाँ देखिएका कुरा भर्न चार दिसाका सिमाना देखाउन सक्नुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

पेन्सिल, कागज, इरेजर, स्केल, धागो, मसी आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) बालबालिकालाई आफ्नो समुदाय (गाउँ/वडा) को अवलोकन भ्रमणमा लैजानुहोस् । भ्रमणकै क्रममा गाविस/नपा को पूर्व, पश्चिम, उत्तर र दक्षिण चारै दिशातर्फको सिमाना बताइदिनुहोस् र चारै दिसाको नाम टिप्न लगाउनुहोस् । यसका साथै भ्रमणमा देखिएका कुराहरू पनि टिप्न लगाउनुहोस् ।

(ख) समुदायको अवलोकन भ्रमण गराइसकेपछि बालबालिकालाई उनीहरू बसोबास गरेको ठाउँको अनुमानित रेखाङ्कित नक्सा तयार पार्न लगाउनुहोस् । यसका लागि सबै बालबालिकालाई धागाको टुक्रालाई मसिमा भिजाएर उक्त धागोलाई निचोरेर कागजको दुई पानाबीच लगभग वृत्ताकार पार्न लगाउनुहोस् र माथिबाट थिच्न लगाउनुहोस् । यसबाट कागजमा लगभग गोलाकार आकृति बन्ने छ । अब गाविस/नपाको वरिपरिको रेखाङ्कित नक्सा (Out line map) तयार भयो । उक्त रेखाङ्कित नक्साको चारैतिरको (पूर्व, पश्चिम, उत्तर, दक्षिण) सिमाना उल्लेख गर्न लगाउनुहोस् ।

(ग) बालबालिकाहरूले तयार पारेको उक्त रेखाङ्कित नक्सामा आफूले भ्रमण गरेको समयमा देखेका कुराहरू नक्सामा भर्न लगाउनुहोस् । नक्सा भर्ने क्रममा बालबालिकाहरूले अनेक त्रुटिहरू गर्न सक्छन् । उनीहरूलाई सिर्जनात्मक ढङ्गले सिकाई सहयोग गर्नुहोस् । अवलोकनको क्रममा देखिएका कुराहरू नक्सामा राख्ने तरिका पनि सिकाइदिनुहोस् । यो काम तपाईंले बालबालिकालाई आफूसँगै गर्न लगाउनुहोस् । कागजमा पेन्सिलको प्रयोग गरेर नक्सा बनाउने अभ्यास पनि गराउनुहोस् । बालब ॑ ाकालाई कक्षा बाहिर लैजानुहोस् र सबैलाई क्रमशः वरिपरि भएका र देखिएका कुराहरू ॑र्न लगाउनुहोस् । आफ्नो नजिक रहेका र टाढा रहेका वस्तुहरूबीचको आकार प्रकारमा के भिन्नता देखियो ? किन यस्तो भिन्नता देखिएको होला ? के अग्लो ठाउँबाट होचो ठाउँतिर हेर्दा पनि कुनै वस्तुको आकार प्रकारमा भिन्नता आउँछ ? आदि प्रश्नहरू जिज्ञासाहरू बालबालिकासमक्ष राखेर आपसमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूबाट आएका जवाफको आधारमा आफ्नो निष्कर्ष बताइदिनुहोस् । जस्तो : जति दुरी बढ्दै जान्छ त्यति नै कुनै वस्तुको आकृति पनि सानो हुँदै जान्छ भन्ने कुरा बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) तिमी बसेको गाविसको पूर्व, पश्चिम, उत्तर, दक्षिणमा पर्ने सिमाना कुनकुन हुन् भनी बताउन लगाउनुहोस् । बालबालिकाहरूले चारै दिसाको सिमाना बताउन र नक्सामा उल्लेख गर्न सके नसकेको आधारमा उनीहरूको उपलब्धिको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) कागजमा पेन्सिलको प्रयोग गरेर आफ्नो समुदायको नक्सा कोर्न लगाउनुहोस् अथवा धागाको टुक्रालाई रङ्गीन बनाई त्यसको सहायताले उनीहरू बसेको समुदायको काल्पनिक नक्सा तयार पार्न लगाई बालबालिकाको सीप पक्षको विकास भए नभएको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । नक्साको सामान्य आकृति बनाउन सिकेमा पनि बालबालिकाको उपलब्धि नै मान्नुपर्छ ।

(ग) बालबालिकाहरूले तयार पारेको आफ्नो समुदायको रेखाङ्कित नक्सा अवलोकन भ्रमण गर्दा देखिएका कुराहरूलाई भर्न लगाई बालबालिकाको उपलब्धि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(घ) टाढाका वस्तु साना र नजिकका वस्तु ठूला किन देखिन्छन् भन्ने प्रश्न सोधेर उनीहरूको स्वतन्त्र चिन्तन र तार्किक क्षमताको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । यसरी तर्क प्रस्तुत गर्ने क्रममा उनीहरूका तर्कहरू फरकफरक हुन सक्छन् । यसलाई मात्र मूल्याङ्कनको आधार नमानी बालबालिकाको सहभागिताको आधारमा पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

नक्सा भर्ने क्रममा बालबालिकाले घर, चौतारो, वन, पहाड, मन्दिर, पोखरी आदिलाई आफ्नै मौलिक तरिकाबाट भरे पनि त्यसलाई ठीक मान्नुपर्दछ ।

पाठ ४ नक्सामा म बसेको ठाउँ

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाविस/नपाको क्षेत्रको सामान्य आकृति र त्यहाँका महत्वपूर्ण स्थलहरू देखाउन ।	- आफ्नो गाविस/नपा क्षेत्र वरिपरिका प्रमुख कुराहरू अवलोकन गरी जानकारी लिन । - अवलोकन गरिएका मुख्यमुख्य कुराहरू नक्सामा भर्न ।

२. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूले आफू बसोबास गरेको ठाउँ वरिपरिको सामान्य धरातलीय स्वरूपका साथै त्यहाँका भौगोलिक अवस्थाहरू नदी, ताल, जङ्गल, पहाड आदिका साथै अन्य भौतिक कुराहरू जस्तै : सडक, अस्पताल, विमानस्थल, विद्यालय, कारखाना, हुलाक, प्रहरी चौकी आदि कुराहरूको पनि सङ्क्षिप्त जानकारी राख्न सक्नुपर्दछ । यसका लागि स्थलगत अवलोकन, भ्रमण गरेको आधारमा वा अन्य स्रोतबाट पाएको जानकारीको आधारमा आफू बसेको ठाउँको सामान्य आकृति कोरेर त्यसमा उचित सङ्केत भर्न सिकाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य हो ।

नक्साको माध्यमबाट बालबालिकाहरूले उनीहरू बसोबास गरेको समुदाय वरिपरि रहेका मुख्यमुख्य कुराहरू नक्सामा भर्न सिक्नुपर्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

ठूलो आकारको नक्सा, विभिन्न आकारका डोरी, धागो, काठहरू, विभिन्न आकारका टुक्राहरू, ढुङ्गाहरू, छेस्का वा स-साना लठ्ठीहरू, पेन्सिल, स्केल, इरेजर आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) यस एकाइका अघिल्ला पाठहरूबाटै बालबालिकाहरूले नक्सासम्बन्धी सामान्य कुराहरू जानिसकेका हुन्छन् । त्यसैले यस पाठको अध्ययनका लागि बालबालिकालाई आफ्नो नजिकको (आफ्नो विद्यालय र समुदाय वरपरको) स्थानको अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् । त्यस अवलोकन भ्रमणको क्रममा देखिएका कुराहरू (मन्दिर, स्वास्थ्य केन्द्र/अस्पताल, हुलाक, विमानस्थल, प्रहरी चौकी, बाटो, बजार, चौतारो, नदी, वन, पोखरी आदि) टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

(ख) सबै विद्यार्थीलाई आ-आफ्नो कपी, पेन्सिल, इरेजर, स्केल आदि लिएर कक्षा बाहिर चौरमा वा विद्यालय प्राङ्गणमा लैजानुहोस् । सबै बालबालिकालाई गोलो घेरा बनाई बस्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि शैक्षिक सामग्रीको रूपमा ल्याएको डोरीलाई झन्डै वृत्ताकार जस्तो आकृति बनाउनुहोस् र त्यसलाई आफ्नो गाविस वा नपा वरिपरिको सिमाना भनी बताउनुहोस् । त्यसपछि अर्को डोरीको टुक्रा वा धागोलाई समानान्तर रूपमा वृत्ताकार बनाइएको डोरीभित्र राख्नुहोस् र त्यसलाई बाटो वा सडक भनी सिकाउनुहोस् । त्यसैगरी उक्त वृत्तभित्र अर्को डोरी वा धागालाई वक्र रेखा बनाई राख्नुहोस् र त्यसलाई नदी भनी सिकाउनुहोस् । समुदायमा भएका विद्यालय, स्वास्थ्यचौकी, प्रहरी कार्यालय, हुलाक आदि आफ्नो समुदायमा भएका कुराहरूलाई ढुङ्गा, ईँटा, काठका टुक्रा आदिको प्रयोगबाट ठीकठीक ठाउँमा राखी प्रदर्शन विधिद्वारा बालबालिकालाई नक्सा भर्ने धारणा दिनुहोस् । तपाईंले तयार पारेको गाविस/नपाको यस नमुनालाई हेरेर बालबालिकाको कापीमा बनाउन लगाउनुहोस् । जस्तै :

(ग) आ-आफ्नो समुदायको अवलोकन भ्रमण गरेका आधारमा बालबालिकालाई आफैँले निर्देशन गरी नक्साको रूपरेखा खिँच्न सिकाउनुहोस् । उक्त नक्सामा समुदायमा भएका कुराहरू र आफ्नो घर पनि भर्न सिकाउनुहोस् ।

(घ) बालबालिकाहरूले एकैपटकमा नक्सासम्बन्धी कार्य गर्न सक्दैनन, बारम्बार अभ्यास गराउनुपर्ने हुन्छ । जसका लागि यस पाठको क्रियाकलापमा दिइएका कुराहरू प्रयोगमा ल्याउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) बालबालिकालाई समुदायको भ्रमण गराइसकेपछि समुदायमा रहेका महत्वपूर्ण कुराहरू केके रहेछन् भनी सोध्नुहोस् । भ्रमणमा उनीहरूले देखेका कुराहरू भन्न सक्छन् वा सक्दैनन्, त्यसको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) बालबालिकाले भ्रमणको क्रममा देखेका कुराहरूलाई उचित सङ्केत चिह्नमा राख्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले सङ्केतमा बदल्न जानेको वा नजानेको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ग) बालबालिकालाई समुदाय (गाविस/नपा) को रेखाङ्कित नक्सा (Out line map) तयार पार्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(घ) बालबालिकाले बनाएको समुदायको रेखाङ्कित नक्सा (Out line map) मा उनीहरूको समुदायमा भएका मुख्यमुख्य कुराहरू भर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

पाठमा दिइएका बाहेकका अन्य भौतिक वा महत्वपूर्ण कुराहरू तपाइको समुदायभित्र रहेका हुनसक्छन् । त्यस्ता वस्तुहरूलाई उचित सङ्केतको रूपमा प्रयोग गरी नक्सा भर्न बालबालिकालाई प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

एकाइ ६ हाम्रो विगत

पाठः १ मेरो छिमेकी पहिले र अहिले

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
छिमेकी तथा नातेदारहरूको पारिवारिक पृष्ठभूमि बताउन ।	- छिमेकीको पहिले बसोबास भएको ठाउँबारे बताउन । - नातेदारहरूको पुर्ख्यौली ठाउँ बताउन । - छिमेकी र नातेदारहरूको चाडपर्व र लवाइखवाइबारे वर्णन गर्न । - छिमेकी र नातेदारको पहिले र अहिलेको लवाइखवाइ, मनाउने चाडपर्वबीच तुलना गर्न ।

२. पाठ परिचय

हरेक विद्यार्थीलाइ छिमेकी तथा नातागोताको विगत र वर्तमानका बारेमा जानकारी हुनुपर्दछ । छिमेकी पहिले कहाँ बस्थे ? लवाइखवाइ कस्तो थियो ? केके चाडपर्व मनाउथे भन्ने कुरा पत्ता लगाइ अहिलेको बसोवास, लवाइखवाइ र चाडपर्वका बारेमा भएका सकारात्मक परिवर्तनलाई आत्मसात गर्दै नकारात्मक कुराहरू (अनावश्यक तडकभडक) लाई अनुशरण गर्नु हुँदैन भन्ने सन्देश यस पाठले दिन खोजेको छ । आफ्नो विगत र वर्तमानको जानकारी लिएजस्तै छिमेकी तथा नातेदारको पनि विगत र वर्तमानका बारेमा विद्यार्थीले जानकारी हासिल गर्न सकून् भन्ने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो । सकारात्मक परिवर्तनलाई स्वीकार गर्दै अनावश्यक तडकभडकको पछि नलागी आफ्नो सभ्यता र संस्कृतिको संरक्षण तथा संवर्धन गरी विद्यार्थीलाई समाजमा भएका नयाँ परिवर्तनलाई आत्मसात गर्न सक्ने बनाउनु पनि यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

विद्यार्थीले छिमेकी तथा नातेदारको विगत र वर्तमान बताउन सक्नुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

पकेट चार्ट, चित्रपत्ती, विभिन्न जातजातिको वेशभूषा झल्कने पोस्टरहरू ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) विभिन्न जात वा जाति विशेषको वेशभूषा झल्किने चित्र वा पोस्टरहरू देखाउँदै विद्यार्थीलाई ती चित्रमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।

(ख) विद्यार्थीलाई नजिकका छिमेकी वा नातेदारको लवाइखवाइका बारेमा बयान गर्न लगाउनुहोस् ।

(ग) उनीहरूका छिमेकी वा नातेदारहरूले मनाउने चाडपर्वका बारेमा सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

क्र.सं.	छिमेकी वा नातेदारको नाम	पहिले मनाउने चाडपर्व	अहिले मनाउने चाडपर्व	पहिले चाड पर्व मनाउने तरिका	अहिले चाड पर्व मनाउने तरिका
१.					
२.					
३.					
४.					

(घ) बजारमा पाइने तयारी खानेकुराभन्दा खेतवारीमा उब्जाएको खानेकुरा खानुपर्दछ । स्वस्थ र पोषिलो खानेकुरा खानुपर्दछ भन्ने भावना जगाउनुहोस् ।

(ङ) परिवर्तनलाई सकारात्मक किसिमले वर्णन गर्दै राम्रो कुराको अनुशरण गर्नुपर्दछ । नराम्रा कुराहरू छोड्दै जानुपर्दछ भन्ने कुरामा विद्यार्थीलाई सचेत गराउनुहोस् ।

- विद्यार्थीलाई छिमेकी तथा नातेदारहरूमा पुरानो पुस्ता (वृद्धवृद्धा) र नयाँ पुस्ता (युवायुवती) ले लगाउने कपडा अवलोकन गरी लेख्न लगाउनुहोस् ।
- अभिभावकसँग सोधखोज गरी पहिले लगाउने कपडा, खानेकुरा र हालको कपडा र खानेकुरामा फरक छुट्याउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई नातेदार मामा, फुपू, दिदी, काका आदिका बारेमा अभिभावकसँग सोधी तलको तालिका भर्न लगाउनुहोस् ।

क्र.स.	नातेदारको नाम, थर	नाता सम्बन्ध	पहिले बस्ने ठाउँ	अहिले बस्ने ठाउँ

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) तिम्रो टोल छिमेकीको सबैभन्दा पुरानो कुन घर हो ?

(ख) तिम्रो मामाघरको तीनपुस्ताको नाम सोधेर लेख ?

(ख) तिम्रो छिमेकीको पहिले र अहिलेको चाडपर्व तथा पोसाकबारे छोटकरीमा लेख ?

(ग) तिम्रो छिमेकी तथा नातेदारमा कुन चाडपर्व कसरी मनाउने चलन रहेछ, तिम्रो परिवारमा त्यो चाड कसरी मनाउँछौ तुलना गर ।

(घ) तिम्रो परिवार र नातेदार वा छिमेकीको परिवारमा पाइने समानता र भिन्नता केके छन् छुट्याऊ ।

६. थप सुझाव

वालबालिकालाई सिर्जनशीलता बढाउने खालका क्रियाकलापहरू गराउनुपर्दछ । उनीहरूलाई आफैँले सोधखोज गरेर सिक्ने बानीको विकास गराउन सकिन्छ ।

पाठ २ मेरो छिमेकीको पेसा पहिले र अहिले

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि, विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
छिमेकी तथा नातेदारहरूको परिवारिक पृष्ठभूमि बताउन ।	- पेसाको परिचय दिन । - आफ्नो र छिमेकीको पेसाबीच फरक छुट्याउन । - छिमेकीको पहिले र अहिलेको पेसा बताउन । - आफ्नो र छिमेकीको पहिले र अहिलेको पेसाबीच तुलना गर्न ।

२. पाठ परिचय

विद्यार्थीहरू समाजमा सबैसँग घुलमिल हुन सकून्, आफ्नो परिवार र छिमेकीको पेसा व्यवसायप्रति परिचित होऊन् भन्ने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो । आफ्नो परिवार र छिमेकीले पहिले कस्तो पेसा अपनाएका थिए । अहिले कस्तो पेसा अपनाएका छन् ? कुन पेसाको कस्तो फाइदा तथा बेफाइदा छ ? भन्ने छोटकरीमा जानकारी पनि हुनुपर्दछ । पहिलेको पेसाभन्दा अहिलेको पेसा केकति कारणले राम्रो छ भन्ने छुट्याउन सक्षम बनाउने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो । यसका साथै सबै पेसाको समान महत्व भएको कुरा बालबालिकालाई जानकारी गराइ सोहीअनुसार व्यवहार गर्न बालबालिका सक्षम हुनेछन् ।

विद्यार्थीहरूले छिमेकी तथा नातेदारको पारिवारिक पृष्ठभूमि बताउन सक्नुपर्छ ।

३. **शैक्षिक सामग्री**

विभिन्न ठाउँमा बसोवास गर्ने भिन्नभिन्न पेसा व्यवसायमा लागेका व्यक्तिहरूको चित्र, तस्बिर, चार्टहरू र शब्दपत्तीहरू

४. **शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

(क) विद्यार्थीलाई पाठप्रति आकर्षित गर्न स्थानीय स्तरमा विभिन्न पेसा तथा व्यवसायमा लागेर ख्याती कमाएका व्यक्तिहरूको विगतलाई कथाको रूपमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) विद्यार्थीहरूलाई एक समूहमा ५/६ जना पर्ने गरी समूह विभाजन गर्नुहोस् । समूहको नेता चयन गर्न लगाउनुहोस् ।

(ग) प्रत्येक समूहको नेतालाई छिमेकीको पहिले र अहिलेको पेसा कालोपाटीमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

(घ) एउटा कागजको बाकसमा विभिन्न पेसा व्यवसायका चित्रपत्तीहरू र अर्को बाकसमा पेसाका नामहरू लेखेका शब्दपत्तीहरू राख्नुहोस् । सबैलाई पालैपालोसँग एकएकओटा चित्रपत्ती र शब्दपत्ती निकाल्न लगाउनुहोस् । नेताले लेखेको पेसा व्यवसायसँग जुन समूहले चित्र र शब्द मिलाउँछ उसलाई विजयी घोषणा गर्नुहोस् ।

(ङ) विद्यार्थीलाई छिमेकी र आफ्नो पहिले र अहिलेको पेसा भन्न लगाउनुहोस् । बताउन नसक्ने विद्यार्थीलाई अभिभावकसँग सोधेर लेख्न गृहकार्य दिनुहोस् ।

(च) विद्यार्थीलाई दुईदुई जनाको जोडी बनाउनुहोस् । एकले अर्कोलाई छिमेकीको पहिले र अहिलेको बसोबास, पेसा, चाडपर्वबारे सोध्न लगाउनुहोस् । उनीहरूबीच भएका कुराकानी टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

तलका जस्तै प्रश्नहरू सोचेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

(क) पेसा भनेको के हो ?

(ख) तिम्रो परिवारको पेसा र छिमेकीको पेसा के कति कारणले फरक छ ?

- तिम्रो छिमेकीको पहिले र अहिलेको पेसा के हो ?
- तिम्रो र तिम्रो छिमेकीको पहिले र अहिलेको पेसाबीच तुलना गर ।

(ग) तिमीलाई कुन काम मनपर्छ ? किन ?

(घ) तिम्रो नजिकको छिमेकी वा नातेदारको तीन पुस्ताको नाम र काम सोधेर लेख ?

६. थप सुझाव

पाठ्यक्रमले तोकेको उद्देश्यबमोजिम छिमेकी र नातेदार विगत र वर्तमान अवस्थाका पेसासँग सम्बन्धित विषयवस्तुका बारेमा विभिन्न तरिकाद्वारा सिकाउन सक्नुहुन्छ ।

पाठः ३ हाम्रा वीरवीरङ्गना

अनुमानित घन्टी :

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
हाम्रा राष्ट्रका लागि योगदान गर्ने वीरवीरङ्गनाका बारेमा बताउन ।	- नेपालको एकीकरणमा योगदान गर्ने वीरवीरङ्गनाको परिचय दिन । - नेपाल-अङ्ग्रेज युद्धका वीरवीरङ्गनाहरूको नाम भन्न र योगदान बताउन । - आफ्नो समुदायमा रहेका देशका लागि विशेष योगदान दिएका व्यक्तिको खोजी गर्न ।

२. पाठ परिचय

एउटा स्वतन्त्र र सार्वभौमसत्ता सम्पन्न देश बन्नका लागि धेरै त्याग र बलिदान रहेको हुन्छ । बाइसे चौबिसे गरी स-साना टुक्रा राज्यमा विभाजित भएकालाई पृथ्वीनारायण शाहले नेपाल एकीकरण अभियान सुरु गरे । यसलाई साकार रूप दिन धेरै व्यक्तिले योगदान दिएका छन् । त्यस्तैगरी नेपाल-अङ्ग्रेजबीच युद्ध हुँदा आफ्नो जिउज्यानको प्रवाह नगरी देशको स्वतन्त्रता बचाइराख्ने हाम्रा पर्खाहरूको देशप्रेमलाई सम्मान गर्दै भोलिका कर्णधारहरूले पनि उनीहरूबाट राष्ट्रभक्तिको प्रेरणा लिन सक्छन् भन्ने मनसायले यो पाठ राखिएको हो । विगतलाई बिर्सियो र पुर्खाको योगदानको कदर गर्न सकिएन भने हाम्रो अस्तित्व पनि सङ्कटमा पर्नसक्छ । त्यसैले बालबालिकालाई हाम्रो देश पहिले कस्तो थियो ? अहिलेसम्म आउँदा देशका लागि कसले कस्तो कस्तो योगदान दिए ? भन्ने कुराको जानकारी गराई यसलाई अझ राम्रो बनाउन हाम्रो पनि योगदान हुनुपर्दछ भन्ने भावना बालबालिकामा जगाउन यो पाठ राखिएको छ ।

हाम्रा वीरवीरङ्गनाले जस्तै हामीले पनि हाम्रो देशलाई माया गर्नुपर्दछ ।

३. **शैक्षिक सामग्री**

राष्ट्रिय विभूतिहरूको तस्बिर, नेपालको नक्सा, देशका लागि योगदान दिएका व्यक्तिहरूका तस्बिर भएको चार्ट ।

४. **शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

(क) इतिहास एउटा गहन विषय भएको हुँदा त्यसलाई रोचक र सजिलो किसिमले विद्यार्थीले सिक्ने गरी शिक्षण गर्न शिक्षक निकै चनाखो हुनुपर्दछ । यस विषयवस्तुलाई सजिवता प्रदान गर्दै शिक्षण गर्न विभिन्न चित्र तस्बिरहरू बढी लाभदायी हुन्छन् ।

(ख) एकीकरण हुनुभन्दा पहिलेको नेपालको अवस्था र एकीकरणपछिको नेपालको अवस्थाबीच तुलना गर्दै ऐतिहासिक घटनाहरूलाई क्रमबद्ध रूपमा कालोपाटीमा टिप्दै त्यसको सङ्क्षिप्त व्याख्या गरिदिनुहोस् ।

(ग) एकीकरणमा योगदान दिएका व्यक्तिहरूको तस्विर देखाउँदै उनीहरूको नाम बताइदिनुहोस् र उनीहरूको योगदानबारे पनि चर्चा गर्नुहोस् ।

(घ) नेपाल-अङ्ग्रेज युद्धमा वीरता देखाउने वीरवीरङ्गनाहरूको नाम र उनीहरूले कहाँ कसरी लडेर बहादुरी देखाएका थिए भन्ने सम्बन्धमा कथा कथनको रूपमा घटनाको वर्णन गर्नुहोस् ।

(ङ) आफ्नो समुदायमा पनि देशका लागि योगदान दिएका कोही व्यक्ति छन् कि भनी खोजी गर्न अभिभावकसँग सोधखोज गरी उनीहरूको नाम र योगदान टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले टिपोट गरी ल्याएको सामग्री कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(च) हाम्रा वीरवीरङ्गनाहरूको नाम र उनीहरूले दिएको योगदान उल्लेख गर्दै सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन विधि**

(क) **तलका प्रश्नहरूको उत्तर देऊ :**

- कस्ता व्यक्तिलाई वीरवीरङ्गना भनिन्छ ?
- नेपालको एकीकरणमा योगदान दिने वीरवीरङ्गनाको नाम लेख ?
- हाम्रा वीरवीरङ्गनालाई किन सम्मान गर्नुपर्दछ ?
- तिम्रो समुदायमा रहेका कुनै दुई जना समाजसेवीको नाम लेख ?

(ख) **हाम्रा वीरवीरङ्गनामध्ये कुनै पाँच जनाको नाम र उनीहरूको योगदान प्रष्ट हुनेगरी तालिका बनाऊ :**

क.स.	वीरवीरङ्गनाको नाम	गरेको योगदान	कहिले

(ग) जोडा मिलाऊ

(क)	(ख)
वलभद्र कुँवर	एकीकरण अभियानको सुरुवात
भक्ति थापा	नेपालकी वीरवीरङ्गना
पृथ्वीनारायण शाह	नालापानी युद्ध
राजेन्द्र लक्ष्मी	देउथल युद्ध
	अङ्ग्रेज सेना

(घ) तिम्रो समुदायमा भएका देशका लागि योगदान गर्ने व्यक्तिको नाम पहिचान गरी उनीहरूले गरेको योगदानबारे टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर ।

६. थप सुझाव

विद्यार्थीहरूलाई हाम्रा पुर्खाले गरेका कामप्रति गौरव गर्न र उनीहरूको कामबाट प्रेरणा लिन प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ ।

पाठः ४ विगतबाट सिक्नुपर्ने कुरा

अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- हाम्रा राष्ट्रका लागि योगदान गर्ने वीरवीरङ्गनाका बारेमा बताउन ।	- देशमा भएका विगतका मुख्यमुख्य घटनाहरू बताउन । - विगतमा भएका राम्रा कुराहरूको पहिचान गर्न । - विगतका घटनाबाट आफूले सिकेका कुराहरू अरूलाई बताउन ।

२. पाठ परिचय

प्राथमिक तहदेखि नै बालबालिकालाई इतिहास पढ्ने, बुझ्ने र त्यसबाट राम्रा कुराहरूको अनुशरण गर्दै जाने बानीको विकास गराउन र आफूले सिकेका कुराहरू अरूलाई बताउन सक्ने बनाउन यो पाठ राखिएको हो । चिट्ठीको रूपमा प्रस्तुत यस पाठले आफूले सिकेका, देखेका, अनुभव गरेका कुराहरू अरूलाई पनि बाँड्नुपर्छ । लिखित तथा मौखिक विभिन्न माध्यमबाट यी कुराहरू प्रयास गर्नुपर्दछ । जसले गर्दा विगतका राम्रा कुराहरूलाई अघि बढाउन सजिलो हुन्छ । आफूले सिकेर अरूलाई पनि सिकाउने बानीको विकास गराउनु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

हामीहरूले विगतका राम्रा कुराहरूबाट पाठ सिकेर अगाडि बढ्नुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

देशका लागि योगदान दिने व्यक्तिहरूको तस्बिर र विभिन्न क्षेत्रमा ख्यातिप्राप्त व्यक्तिका तस्बिरहरू

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

(क) विद्यार्थीहरूलाई पाठप्रति ध्यानाकर्षण गर्न अघिल्लो पाठमा सिकेका कुराहरू पुनर्ताजकी गराउन पाठसँग सम्बन्धित प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

(ख) देशका गौरवहरूको तस्बिर प्रदर्शन गर्दै उनीहरूले गरेका कामहरू प्रष्ट पारिदिनुहोस् ।

(ग) हाम्रो विगत पाठ पढेर सिकेका कुराहरू राखेर दाजु/दिदीलाई चिठ्ठी लेख्न लगाउनुहोस् ।

(घ) असल काम गरेर ख्याति कमाएका व्यक्तित्वहरू, राष्ट्रका गौरवहरूको तस्बिर वा चित्र बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । सकेसम्म सबै क्षेत्र समेट्ने प्रयास गर्नुहोस् ।

जस्तै : योगदानका क्षेत्र, साहित्य, संस्कृति, पेसा, व्यवसाय, धर्म, लिङ्ग, देशको सुरक्षा, पर्वतारोहण आदि ।

(ङ) विगतका विभिन्न जात जाति, भाषा, वेशभूषा, लवाइ खवाइ र चाडपर्व झल्कने चित्रहरू बनाई कक्षा कोठाको सजावट गर्न लगाउनुहोस् ।

(च) विगतका घटनाहरूको ठूलो चार्ट बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकीकरण अभियान
नेपाल-अङ्ग्रेज युद्ध
राणा शासन
प्रजातन्त्रको बहाली २००७
२०१७ साल
२०४६ साल
२०६५ साल

५. मूल्याङ्कन विधि

(क) तिम्रो समुदायमा विगतमा भएका राम्रा घटनाहरूको खोजी गरी कक्षामा प्रस्तुत गर ।

(ख) देशका लागि योगदान गर्ने व्यक्तित्वको नाम र उनीहरूबाट सिक्नुपर्ने कुराहरूको तालिका बनाऊ ।

योगदान दिने व्यक्तित्व	सिक्नुपर्ने कुरा
१. लक्ष्मीप्रसाद देवकोटा	नेपाली साहित्यको उत्थान
२.	
३.	

(ग) विगतमा भएका राम्रा कुराहरू बुबा, आमा, हजुरबुबा तथा हजुरआमासँग सोधी टिपोट गर र कक्षामा प्रस्तुत गर ?

६. थप सुझाव

अभिभावक वा समुदायमा भएका जेष्ठ नागरिकसँग सोधखोज गरी विगतमा भएका राम्रा कुराहरूको खोजी गर्न लगाउनुपर्छ र ती कुराबाट विद्यार्थीले प्रेरणा लिनसक्नुपर्दछ ।

एकाइ ७ हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप

पाठ: १ कामको महत्त्व

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
समुदायका विभिन्न व्यक्तिले गर्ने श्रमको सम्मान गर्ने ।	- आफ्नो समुदायमा विभिन्न पेसामा संलग्न व्यक्तिको खोजी गर्न । - आफ्नो समुदायका मानिसले गर्ने विभिन्न कामको सूची बनाउन । - कामको आधारमा कसैलाई पनि भेदभाव नगर्ने बानी बसाल्न । - सबै प्रकारका कामको महत्त्व बताउन र काम गर्ने मानिसको सम्मान गर्न । - समुदायमा सामाजिक हितका लागि काम गर्ने मानिसको खोजी गरी उनीहरूले गरेका कामको अनुशरण गर्न ।

२. पाठ परिचय

समुदायमा मानिस विभिन्न पेसामा संलग्न रहेका हुन्छन् । उनीहरूले गर्ने काम, स्थान, समय, व्यक्ति आदि अनुसार फरकफरक हुन्छन् । ग्रामीण परिवेशमा धेरैजसो मानिसहरू खेतीपाती गर्ने र गाईवस्तु पाल्ने गर्दछन् । सहरी क्षेत्रमा व्यापार गर्ने, उद्योग तथा कलकारखानामा काम गर्ने, जागिर खाने, भारी बोक्ने आदि काममा संलग्न रहेका हुन्छन् । बालबालिकाहरूलाई सानै उमेरदेखि काम गर्ने बानी बसाल्नुका साथै समुदायमा गरिने सबै कामको उत्तिकै महत्त्व रहने भएकाले सबै प्रकारका काम गर्ने मानिसहरूको सम्मान गर्न सिकाउनुपर्दछ । कामको आधारमा साना र ठूला नहुने हुनाले कसैलाई पनि भेदभाव गर्न हुँदैन भन्ने भावनाको विकास गराउँदै लैजानुपर्छ । कतिपय समुदायमा अझै पनि जातीय आधारमा कामको विभाजन गर्ने र केही जातिले गर्ने काम तथा काम गर्ने मानिसलाई भेदभाव गर्ने चलन रहेको देखिन्छ । यसरी कामको

> **समुदायका मानिसले गर्ने सबै प्रकारका काम (श्रम) र काम गर्ने मानिसलाई सम्मान गर्ने बानीको विकास गराउनपर्छ ।**

आधारमा भेदभाव गर्दा समुदायमा हेलिएर रहेका व्यक्तिमा विद्रोहको भावना पैदा हुने समाजमा द्वन्द्व बढ्न जान्छ र अशान्ति सिर्जना हुन्छ । त्यसैले यस्तो अवस्था आउन नदिनका लागि बालबालिकालाई मानिसले जातको आधारमा काम गर्नुपर्ने नभएर व्यक्तिको इच्छा, सीप र क्षमताको आधारमा काम गर्नुपर्ने धारणाको विकास गराउनुपर्दछ । साथै सबै मानिसले गर्ने कामको आ-आफ्नो ठाउँमा उत्तिकै महत्त्व रहेकाले सबैको सम्मान गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

विभिन्न काममा संलग्न मानिसको चित्र वा तस्विर, विभिन्न पेसाको नाम लेखिएका शब्दपत्तीहरू (किसान, व्यापारी, शिक्षक, ज्यामी, कुचिकार, सचिकार, कर्मचारी, पर्यटन व्यवसायी, गोठालो, डकर्मी, सिकर्मी, डाक्टर, पाइलट आदि)

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- विभिन्न पेसामा संलग्न मानिसको चित्र वा तस्विर प्रदर्शन गर्ने र कुन तस्विर कुन पेसासँग सम्बन्धित छ प्रश्नोत्तर गर्ने । प्रश्नोत्तर गर्दा पहिला समूहमा र पछि व्यक्तिगतरूपमा गर्नुपर्दछ ।

- आफ्नो समुदायका मानिसले गर्ने कामको सूची तयार गर्न लगाउने । कसले कुनकुन पेसाको सूची बनायो हेर्ने वा विद्यार्थीहरूबीच एकअर्कामा साटासाट गरेर हेर्न लगाउने । पेसाको नाम छुटेको भए थप गरिदिने ।

- विद्यालय नजिक रहेको विभिन्न प्रकारका काम गरिरहेको स्थानमा लगेर अवलोकन गराउने र उक्त कामका बारेमा सोधखोज गर्न लगाउने । जस्तै : उक्त काम गर्नका कारण, उक्त कामबाट काम गर्ने व्यक्ति र अन्य मानिसलाई पुग्ने फाइदा आदि ।

- विभिन्न कामका शब्दपत्ती निर्माण गरी उक्त शब्दपत्तीमा उल्लिखित काम गर्नेलाई के भनिन्छ भनेर पालैसँग प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् । जस्तै : काठको काम गर्नेलाई के भनिन्छ भनी सोधिएको उत्तरमा विद्यार्थीबाट सिकर्मी उत्तर आउनुपर्दछ । सबैबाट सही उत्तर नआएमा अन्त्यमा आफैले भनिदिनुपर्दछ । त्यसैगरी खेती गर्ने किसान, बिरामी जाँच्ने डाक्टर, व्यापार गर्ने व्यापारी, गारो लगाउने डकर्मी, कार्यालयमा काम गर्ने कर्मचारी, गाईवस्तु हेर्ने गोठालो, पढाउने शिक्षक आदि । यस प्रकारको क्रियाकलाप जोडा मिलाउने, खाली ठाउँ भर्ने आदि विभिन्न तरिकाले बनाएर गराउन सकिन्छ ।

- पाठ्यपुस्तकमा दिइएको पाठलाई आधार मानी तराई क्षेत्र, पहाडी क्षेत्र, हिमाली क्षेत्रका मानिसले गर्ने कामको प्रकृतिमा फरक पाइने, त्यसैगरी ग्रामीण क्षेत्र र सहरी क्षेत्रका मानिसले गर्ने काममा पनि भिन्नता रहने कुरा प्रस्ट पारिदिनुहोस् । ती विभिन्न ठाउँका मानिसले गर्ने कामको पनि उत्तिकै महत्त्व हुने कुरा विभिन्न उदाहरण दिएर प्रस्ट पारिदिनुपर्दछ । जस्तै : तराईका मानिसले खेती गरेर उत्पादन गरेको धान हिमाली र पहाडी क्षेत्रमा पठाइन्छ । हिमाली क्षेत्रका मानिसले उत्पादन गरेको चीज, छुर्पी, स्याउ पहाडी र तराई क्षेत्रसम्म पठाउने गरिन्छ भने पहाडी क्षेत्रका मानिसले

उत्पादन गरेको सुन्तला, तरकारी, दूध तराई र हिमाली क्षेत्रमा समेत पठाउनाले त्यहाँका मानिसले पनि उपभोग गर्न पाएका छन् ।

- बालबालिकालाई सानैदेखि कामप्रति रुचि जगाउने बानीको विकास गर्नका लागि उनीहरूलाई मनपर्ने काम वा पेसा, मनपर्नुको कारण, उक्त काम गर्न आवश्यक पर्ने सामान आदि समेत सोध्ने र उसलाई मनपर्ने काम गर्न अभ्यास गराउनुपर्दछ । बालबालिकाको रुचि भएको र उनीहरूले सक्ने काम गर्नसमेत प्रोत्साहित गर्दै लैजानुपर्दछ ।

- विभिन्न मानिसले गर्ने कामको उत्तिकै महत्त्व हुने, कामको आधारमा कोही पनि सानो ठूलो नहुने र कामको आधारमा कसैलाई पनि भेदभाव गर्न नहुने कुराको बोध गराउन विभिन्न प्रकारका क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ । जस्तै : कक्षामा कसैलाई डाक्टर, कसैलाई किसान, कसैलाई लोहारको भूमिका अभिनय गराई डाक्टर र लोहारलाई खानाका लागि किसानले अन्न फलाउने, किसानलाई खेती गर्ने औजार लोहारले बनाउने, किसान र लोहार बिरामी भएमा डाक्टरले उपचार गर्ने । तीनै व्यक्तिले गर्ने कामको उत्तिकै महत्त्व रहेको विद्यार्थीलाई महसुस गराउन सकिन्छ ।

- कामको आधारमा भेदभाव गर्ने गरिएमा त्यसको कारणले समाजमा द्वन्द्व बढ्ने, द्वन्द्वको कारण अशान्ति हुने भएकोले बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि यसतर्फ सचेत गराउन स्थानीय आवश्यकताअनुसार का क्रियाकलाप सिर्जना गरी अभ्यास गराउनुपर्दछ ।

- समाजमा सबै प्रकारको काम गर्ने मानिसलाई सम्मान गर्न आदारार्थी शब्द प्रयोग गरी बोल्न सिकाउने, सम्मानपूर्वक व्यवहार गर्न सिकाउने प्रकारको क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ । यसका लागि कक्षाकोठामा नै भूमिका अभिनय गराउने, विद्यालय र त्यस वरपर विभिन्न काम गर्ने मानिससँग भेट गराई अन्तर्क्रिया आदि गराउन सकिन्छ ।

- समुदायमा सामाजिक वा सार्वजनिक हितका लागि काम गर्ने मानिसको खोजी गर्न लगाउने र तिनीहरूको नाम लेख्न लगाउने । जस्तै : बाटोघाटो, चौतारो, विद्यालय आदि बनाउन पहल गर्ने व्यक्ति, सार्वजनिक स्थलको सरसफाइमा संलग्न हुने व्यक्ति र समाजमा स्वास्थ्य, शिक्षा, राजनीति आदिको जनचेतना फैलाउने व्यक्ति आदिको पहिचान गर्न र त्यस्ता व्यक्तिलाई सम्मान गर्न सिकाउनुपर्दछ ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- समुदायका विभिन्न पेसामा संलग्न व्यक्तिको नाम र पेसा लेख्न लगाउनुहोस् । सबैले लेख्न सके सकेनन् जाँच गर्नुहोस्, नसक्नेलाई थप सहयोग गर्नुहोस् ।

- विद्यार्थी र पेसाकर्मीबीच भएको अन्तर्क्रिया र छलफलको अवलोकन गर्नुहोस् । अन्तर्क्रियामा आवश्यक सहयोगसमेत गर्नुहोस् ।

पेसासँग सम्बन्धित विभिन्न प्रश्नहरू बनाई सोध्नुहोस् । जस्तै :

कुन काम गर्नेलाई के भनिन्छ ?

- खेतबारीमा काम गर्नेलाई
- बिरामी जाँच्नेलाई
- गाईवस्तु हेर्नेलाई
- उद्योग कारखानामा काम गर्नेलाई
- व्यापार गर्नेलाई
- काठको काम गर्नेलाई
- घरको गारो लगाउनेलाई
- लुगा सिलाउनेलाई

दिइएका प्रश्नहरूका सही उत्तर मिलाउन नसक्नेलाई थप सहयोग गर्नुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूले प्रत्येक कामको महत्त्व बुझेबुझेनन् भन्ने कुराको मूल्याङ्कन गर्न निम्नलिखित प्रश्नहरू गर्नुहोस् :

तल दिइएको अवस्था आएमा के हुन्छ ?

- सुचीकारले लुग सिलाएमा
- किसानले अन्न नउब्जाएमा
- डकर्मीले घर नबनाएमा
- उद्योगबाट साबुन नबनेमा
- डाक्टरले बिरामी नजाँचेमा
- ड्राइभरले मोटर नचलाएमा
- व्यापारीले मालसामान नबेचेमा

यस्तै अन्य प्रश्नहरू पनि बनाएर सोध्न सकिन्छ ।

- विद्यार्थीले सबै प्रकारका पेसा अपनाउने मानिसलाई आदरार्थी शब्द प्रयोग गरे नगरेका, उनीहरूसँग राम्रो व्यवहार गरे नगरेका आदिको अवलोकन गरी मूल्याङ्कनबाट आवश्यक भएमा थप पृष्ठपोषणसमेत दिनुहोस् ।

- समुदायमा सामाजिक हितको काम गर्ने व्यक्तिहरूको पहिचान गरी उनीहरूको नाम र उनीहरूले समाजमा पऱ्याएका योगदान लेख्न लगाई सही लेखे नलेखेको जाँच गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

- पाठ्यपुस्तकमा दिइएको पाठ र क्रियाकलाप तथा माथि प्रस्तुत गरिएको शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया नमुना मात्र हुन् । ती सबै स्थानीय परिवेश, विद्यालयको वातावरण, सामाजिक चालचलन आदिसँग तालमेल नमिल्न पनि सक्छन् । त्यसैले ती सबैको हुबहु अनुशरण गर्दा समस्या पर्ने अवस्था आएमा पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको उद्देश्यलाई मुख्य आधार मानी परिवेश सुहाउँदो क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया सिर्जना गरी गराउन सकिन्छ ।
- एक पेसाको व्यक्तिले अर्को पेसा गर्ने मानिसलाई हेला गर्ने तथा अपमान गरेमा बालबालिकालाई सबै प्रकारका कामको उत्तिकै सम्मान गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

पाठ २ कम पैसा धेरै काम

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आवश्यक काममा मात्र खर्च गर्ने बानी बसाल्न ।	- आफूलाई नभई नहुने सामानको सूची बनाउन । - थोरै पैसाबाट आफूलाई नभइनहुने सामान मात्र किन्ने बानी बसाल्न । - अनावश्यक रूपमा खर्च गर्ने बानी भए सुधार गर्न । - आफूलाई आवश्यक परिराख्ने सामानको मूल्य पत्ता लगाउन । - मितव्ययी साथीको पहिचान गरी उनको कम खर्च गर्ने बानीको अनुशरण गर्न ।

२. पाठ परिचय

मानिसका आवश्यकताहरू अनेकौं हुन्छन् । ती आवश्यकता सबै एकैपटक आफूले चाहेअनुसार पूरा हुँदैनन् । किनभने मानिसले गर्ने आम्दानी सीमित हुन्छ । सीमित आम्दानीलाई उपयुक्त ठाउँमा खर्च गर्न ती असङ्ख्य आवश्यकतालाई प्राथमिकता निर्धारण गर्नुपर्दछ । सकेसम्म कम पैसाबाट राम्रो र धेरै सामान किन्ने प्रयत्न गर्नुपर्दछ । अर्थात् हरेक मानिसले आफूलाई मितव्ययी बनाउनुपर्दछ । बालबालिकालाई पनि सानै उमेरदेखि मितव्ययी हुने बानी बसाल्नुपर्दछ । उनीहरूलाई परिवारको आम्दानीको स्रोत जानकारी गराउनुपर्दछ । उनीहरूले जे माग्यो त्यही किनिदिने बानी गर्‍यो भने उनीहरूको माग दिनप्रतिदिन बढ्दै जान्छ । परिवारको आम्दानीले माग पूरा नहुन सक्छ । माग पूरा नभएपछि त्यसको कारणबाट परिवार र समाजमा समेत विकृति बढ्ने सम्भावना रहन्छ । त्यसैले बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि आवश्यकतालाई प्राथमिकीकरण गर्ने, अनावश्यक ठाउँमा पैसा खर्च नगर्ने, पैसाको बचत गर्नेजस्ता बानीको विकास गराउँदै लैजाने गर्नुपर्दछ ।

बालबालिकामा मितव्ययी हुने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

सामग्रीका नाम र मूल्य सूचीको तालिका, मितव्ययीतासम्बन्धी बनाइएका विभिन्न कथा तथा घटना विवरणहरू, चित्रहरू आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- बालबालिकालाई उनीहरूले दैनिक प्रयोग गर्ने सामग्रीको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । कसले केके सामग्रीको सूची बनाए पालैसँग प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- उनीहरूले सूचीबद्ध गरेका सामग्री कसरी प्राप्त हुन्छन् भनेर प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् । जस्तै :
- तिमीले प्रयोग गर्ने कलम कसरी पायौ ?
- तिमीले लगाएको लुगा कसले किनिदिनुभएको हो ?
- तिमीलाई कापी किन्नका लागि के चाहिन्छ ?
- सामान किन्नका लागि पैसा कसरी आउँछ ?
- तिमीलाई आवश्यक पर्ने सामान एकैपटक किन्न सम्भव छ ?
- तिमीलाई मन परेका सबै सामान किन्न सम्भव छ ? आदि ।
- प्रत्येक बालबालिकालाई १० ओटा सामग्रीको नामको सूची बनाएर दिनुहोस् । जस्तै :

- चकलेट	- झोला
- मन्जन	- जुत्ता
- ब्रस	- कलम
- खेलौना	- बिस्कुट
- कापी	- साइकल

ती सामानबाट प्राथमिकताका आधारमा पाँच ओटाको मात्र नाम लेख्न लगाउनुहोस् । सही रूपमा पहिचान गर्न नसकेको भए सही सामानको छनोट गर्न सिकाउनुहोस् ।

- प्राथमिकतामा छुट्याएका पाँचओटा सामानको मूल्य कति पर्छ सोधखोज गर्न लगाई लेख्न लगाउनुहोस् ।
- मितव्ययी हुने फाइदा र मितव्ययी नहुँदा हुने बेफाइदाका सम्बन्धमा स्थानीय परीवेशमा मिल्दो कथा वा सत्य घटना विवरण सुनाउनुहोस् । जस्तै :

सानुमाया कक्षा ३ मा गाउँकै विद्यालयमा पढ्छिन् । उनी असाध्यै मेहनती छिन् । उनी किताब, कापी, कलम जतन गर्छिन् । उनी किताब र कापीमा जताभावी कोर्दिनन् । आफूले लगाउने लुगा, किताब बोक्ने झोला पनि सफा राख्छिन् । उनी आमाबुबालाई बजारमा जे देख्यो त्यो सामान किन्नका लागि कर गर्दिनन् । आफूलाई नभइनहुने सामान मात्र किन्नका लागि अनुरोध गर्छिन् । कहिलेकाहीँ बुबाआमा र अरू कसैले दिनुभएको पैसाबाट पनि जुनपायो त्यो सामान किन्दिनन् । बरु त्यसरी पाएको पैसा खुत्रुकेमा राख्छिन् । त्यसबाट उनलाई नभइनहुने सामान मञ्जन, ब्रस, कापी, पेन्सिल आदि मात्र किन्छिन् । यस्तो बानीले उनले आफूलाई चाहिएको सामानको कहिल्यै पनि खाचो महसुस भएको छैन । सानुमायाको यस्तो बानीको घरपरिवार, छिमेकी र विद्यालयमा सबैले प्रशंसा गर्छन् ।

सुमन पनि सानुमायासँगै एउटै विद्यालयमा पढ्छन् तर उनको बानी सानुमायाको भन्दा फरक छ । उनी किताब, कापीमा जताभावी कोर्छन् । यसरी कोर्दा उनको किताब, कापी फोहोर हुनुका साथै कापी, पेन्सिल छिट्टै सकिन्छ । किताब, कापी च्यातिन्छ । पेन्सिल, कलम पनि भाँचिन्छ । यसले गर्दा उनी बुवाआमालाई सधैँजसो कापी, कलम, पेन्सिल किन्न लगाइराख्छन् । बजारमा जे देख्यो त्यही सामान किन्नका लागि कर गर्छन् । कसैले पैसा दिएभने उक्त पैसाले तत्कालै चकलेट, चुइँगमजस्ता सामान किनेर खर्च गरिहाल्छन् । सुमनको यस्तो बानीले गर्दा कहिले ऊसँग कापी हुँदैन त कहिले कलम भाँचिएर लेख्न पाउँदैन । उनको यस्तो बानी देखेर घरमा बुवाआमा, विद्यालयमा शिक्षकरू र साथीसमेत हैरान छन् ।

- यस्तो कथा वा घटना विवरण सुनाइसकेपछि त्यसको आधारमा विभिन्न प्रश्नरूसमेत बनाएर सोध्नुहोस् । जस्तै
   - तिमीलाई सानुमाया र सुमनमध्ये कसको बानी राम्रो लाग्यो ? किन ?
   - तिम्रो बानी सानुमाया र सुमनमध्ये कोसँग बढी मिल्छ ?
   - तिम्रो बानी सुमनसँग बढी मिल्ने भए सुधार गर्न केके गर्नुपर्ला ?
   - बजारमा जे देख्यो त्यो सामान किन्ने बानीले केके वेफाइदा हुन्छ ?
   - आफूलाई नभइनहुने सामान मात्र किन्ने बानीले केके फाइदा हुन्छ ? आदि
- कक्षामा भएका कुनकुन विद्यार्थी बढी मितव्ययी छन्, विद्यार्थीलाई नै पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । त्यस्ता साथीहरूबाट अरूलाई पनि मितव्ययी हुने उपाय सिकाउन लगाउनुहोस् । साथीको राम्रो बानीको अनुशरण गर्न सिकाउनुहोस् तर यस्तो क्रियाकलाप गराउँदा कुनै पनि विद्यार्थीलाई हीनताबोध गराउनु हुँदैन ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- विद्यार्थीहरूले उनीहरूलाई आवश्यक पर्ने सामानको सही सूची बनाए नबनाएको जाँच गर्नुहोस् । सही सूची बनाउन नसकेका विद्यार्थीलाई थप सहयोग गर्नुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूलाई आवश्यक पर्ने सामान कहाँबाट, कसरी प्राप्त गर्न सकिन्छ भनेर विभिन्न प्रश्नहरू बनाएर सोध्नुहोस् र प्रश्नको सही उत्तर दिन नसक्नेलाई सिकाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको दैनिक व्यवहार अवलोकन गर्नुहोस् । कक्षामा सिकाएअनुसार उनीहरूका व्यक्तिगत सामानको जतन गर्ने, अनावश्यक सामान नकिन्ने, उनीहरूसँग भएको पैसा सही काममा मात्र खर्च गर्ने आदि जस्ता बानीको विकास भएको छ छैन मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । सुधार नभएकालाई थप क्रियाकलाप गराएर सहयोग गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई सधैंजसो आवश्यक परिराख्ने सामानहरू कापी, पेन्सिल, कलम, मञ्जन, ब्रस आदिको बजार मूल्य सोधखोज गरी लेख्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले दिइएअनुसारको काम गरे गरेनन् हेर्नुहोस् ।
- रुजुसूची, श्रेणीमापन आदि बनाई कक्षाका विद्यार्थीहरूको मितव्ययितासम्बन्धी बानीको अभिलेख राख्नुहोस् । जस्तै :

क्र.सं.	विद्यार्थीको नाम	व्यवहार परिवर्तन	अति उत्तम	उत्तम	सुधार गर्नुपर्ने
१.	कमला	• सामानको जतन गर्ने	√		
		• आफूसँग भएको पैसा ठीक ठाउँमा खर्च गर्ने		√	
		• साथीको राम्रो बानीको अनुशरण गर्ने	√		
		• दैनिक प्रयोगका सामानको मूल्यको जानकारी राख्ने			√
२.	शैलेश	• सामानको जतन गर्ने		√	
		• आफूसँग भएको पैसा ठीक ठाउँमा खर्च गर्ने			√
		• साथीको राम्रो बानीको अनुशरण गर्ने		√	
		• दैनिक प्रयोगका सामानको मूल्यको जानकारी राख्ने	√		
३.	रजनी	• सामानको जतन गर्ने	√		
		• आफूसँग भएको पैसा ठीक ठाउँमा खर्च गर्ने	√		
		• साथीको राम्रो बानीको अनुशरण गर्ने	√		
		• दैनिक प्रयोगका सामानको मूल्यको जानकारी राख्ने		√	
४.	भानु	• सामानको जतन गर्ने		√	
		• आफूसँग भएको पैसा ठीक ठाउँमा खर्च गर्ने			√
		• साथीको राम्रो बानीको अनुशरण गर्ने	√		
		• दैनिक प्रयोगका सामानको मूल्यको जानकारी राख्ने	√		

विद्यर्थीको सकारात्मक व्यवहार परिवर्तन नभएसम्म प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष रूपमा उनीहरूको बानी सुधार गर्ने प्रयास गरिरहनुपर्दछ ।

६. थप सुझाव

मितव्ययितासम्बन्धी क्रियाकलाप कक्षाकोठामा र विद्यालयमा मात्र सीमित गरेमा चाहेअनुसारको व्यवहार परिवर्तन हुन कठिन हुन्छ । कक्षाकोठा र विद्यालय बाहिर पनि उनीहरूको व्यवहारको अवलोकन गर्ने र आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् । विद्यार्थीका अभिभावकलाई पनि बालबालिकालाई मितव्ययी बनाउन सहयोग गर्न अनुरोध गर्नुहोस् ।

पाठः ३ हाम्रो गाउँमा बनेका सामान

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाविस/नगरपालिकामा उत्पादित तथा निर्मित वस्तुहरूको उपयोग गर्न	• आफ्नो घर र विद्यालयमा भएका सामानहरूको सूची बनाउन । • तीमध्ये आफू बसेको गाविसमा बनेका वा उत्पादन भएका सामानको नाम छुट्याएर लेख्न । • आफ्नो समुदाय वा गाविसमा बनेका वा उत्पादन भएका सामान प्रयोग गर्ने बानी बसाल्न । • सकेसम्म आफ्नै गाउँघरमा उत्पादन भएका खानेकुरा खाने बानी बसाल्न । • स्थानीय ठाउँमा उत्पादन भएका विभिन्न वस्तुहरूको चित्र बनाउने अभ्यास गर्न ।

२. पाठ परिचय

हामीले दैनिक प्रयोग गर्ने धेरैजसो सामानहरू स्थानीयस्तरमा तयार नभइ बाहिर बनेका हुन थालेका छन् । स्थानीयस्तरमा तयार भएका गुणस्तरीय र तुलनात्मक रूपमा सस्ता सामानका सट्टा बाहिर बनेका, बाहिरी बनोट आकर्षक देखिने तर गुणस्तरहीन र महगा सामान प्रयोग गर्ने बानीको विकास दिनप्रतिदिन बढ्दै गएको देखिन्छ । गाउँघरमा उत्पादित ताजा र स्वस्थकर खानेकुरा उपयोग गर्नको सट्टा गुणस्तरहीन र अस्वस्थकर बजारमा खुला रूपमा बेच्न राखिएका र प्याकिङ गरिएका खानेकुरा खाने प्रचलन बढ्दै गएको देखिन्छ । यसबाट गुणस्तरहीन सामानका लागि बढी पैसा खर्च हुने त निश्चित छ साथै गुणस्तरहीन खानेकुराबाट हाम्रो स्वास्थ्यमा पनि नकारात्मक असर पुग्ने देखिन्छ भने स्थानीयस्तरमा उत्पादन भएका वा बनेका सामानहरूले बजार नपाएर स्थानीय उद्योगधन्दा र व्यापार व्यवसाय बन्द हुने

बालबालिकाहरूलाई स्थानीयस्तरमा बनेका वा उत्पादन भएका खानेकुरा र सामान उपयोग गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

अवस्था सिर्जना भएको देखिन्छ । मानिसले खेतबारी बाँझो बनाएर कामको खोजीमा सहर पस्ने वा विदेशिने क्रम बढ्दै गएको छ । यस्तो प्रवृत्तिले स्थानीयस्तरको मात्र नभएर सम्पूर्ण देशकै अर्थतन्त्र बिग्रँदै गएको छ । हाम्रो बानी व्यवहारमा सुधार नगरे यो क्रम अझै बढ्दै जाने देखिन्छ । यस्तो प्रवृत्तिमा सुधार ल्याउन बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि आफ्नै खेतबारीमा उत्पादित खानेकुरा खाने बानी बसाल्ने, स्थानीयस्तरमा बनेका सामानहरू प्रयोग गर्ने बानी बसाल्ने गर्नुपर्दछ । यसबाट स्थानीयस्तरमा उत्पादित सामानहरू त्यहाँ खपत हुन्छ र स्थानीय उद्योग व्यवसाय फस्टाउँने र अर्थतन्त्र मजबुत हुँदै जान्छ । उपभोक्ताहरूलाई पनि तुलनात्मक रूपमा सामान सस्तो पर्छ । यसपाठ राखिनुको मुख्य उद्देश्य पनि बालबालिकालाई उनीहरू रहेका गाविसभित्र उत्पादित सामान प्रयोग गर्ने बानीको विकास गराउने भएकाले यस कुरालाई ध्यानमा राखेर सोहीअनुसारका विभिन्न क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

३. शैक्षिक सामग्री

स्थानीयस्तरमा उत्पादित सामग्रीको नमुना, तस्बिर, चित्र, सूची आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- बालबालिकाहरूलाई उनीहरूका घर र विद्यालयमा प्रयोग गर्ने सामानहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले दैनिक खाने खानेकुराहरूको नाम पनि लेख्न लगाउनुहोस् ।
- उनीहरूले बनाएका सूची पालैसँग सबैलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- स्थानीयस्तरमा बनेका वा उत्पादन भएका सामानहरूको र तपाईंले बनाउनुभएको सूची प्रदर्शन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले बनाएका सूचीभित्र तपाईंले बनाउनुभएको सामान वा खानेकुराको नाम कुनकुन मिल्यो चिनो लगाउन लगाउनुहोस् । जस्तै :

स्थानीयस्तरमा बनेका वा उत्पादन भएका सामान वा खानेकुरा	विद्यार्थीहरूका घर वा विद्यालयमा प्रयोग हुने सामान वा खानेकुरा
कोदालो, खुकुरी, ढाका टोपी, भाँडा, गुन्द्री, नाम्लो, दाम्लो, डोको, थुन्से, गलैंचा, खाट, पिर्का, सुकुल, दाल, चामल, पिठो, दूध, मोही, दही, घिउ, डेक्स, बेन्च आदि ।	लुगा, थाल, बटुका, कराई, कुचो, कोदालो, खुकुरी, बन्चरो, गुन्द्री, रेडियो, टेलिभिजन, खाट, राडी, गलैंचा, डोको, थुन्से, नाम्लो, दाम्लो, छाता, चम्चा, कालापाटी, डेक्स, बेन्च, भकुन्डो, बिस्कुट, चाउचाउ, चामल, पिठो, दूध, दही, मोही, फ्रुटी, कोकाकोला, मस्यारा, दाल, काउली, सुन्तला, आप, कटहर, मूला, आलु, भन्टा, प्याज, तेल, घिउ, मह, छुर्पी अदि ।

विद्यार्थीहरूले चिनो नलगाएका सामान किन उनीहरूका घर तथा विद्यालयमा प्रयोग नभएका गान् सोध्नुहोस् र उनीहरूबाट प्राप्त प्रतिक्रिया टिप्दै जानुहोस् । स्थानीयस्तरमा उत्पादित सामान वा खानेकुरा भएसम्म त्यही उपयोग गर्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् ।

- स्थानीय ठाउँमा उत्पदन हुने वा बन्ने खानेकुराको नमुना तथा चित्र प्रदर्शन गरी उक्त वस्तु कसले, कहाँ र कसरी उत्पादन गरेको हो र त्यो वस्तु केका लागि उपयोग गर्न सकिन्छ, समूहमा छलफल गराई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- स्थानीय ठाउँ (गाविस) मा उत्पादित सामान वा खानेकुराको नाम अलगअलग रूपमा छुट्याएर लेख्न लगाउनुहोस् । जस्तै :

स्थानीय गाविसमा बनेका वा उत्पादन भएका सामान		स्थानीय गाविसमा बनेका वा उत्पादन भएका खानेकुरा	
१. झोला	२	१ स्याउ	२
३.	४.	३.	४.
५.	६.	५.	६.
७.	८.	७.	८.
९.	१०.	९.	१०.

- स्थानीय ठाउँमा उत्पादन भएका सामान वा खनोकुरा उपयोग गर्दा हुने फाइदाहरू समूहमा छलफल गर्न लगाई लेख्न लगाउनुहोस् । जस्तै :

१. सस्तो हुने २.............

३......... ४........

५..........

- बाहिर बनेका वा उत्पादन भएका सामान वा खानेकुरा उपयोग गर्दा हुने बेफाइदाहरू पनि समूहमा छलफल गराई लेख्न लगाउनुहोस् । जस्तै :

१. खानेकुरा ताजा नहुने र स्वास्थ्यलाई खराब गर्ने ।

२.....................

३.....................

४...................

५...............

- स्थानीय ठाउँमा उत्पादन भएका विभिन्न वस्तुहरूको चित्रसमेत बनाउन अभ्यास गराउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- विद्यार्थीहरूले घर तथा विद्यालयमा प्रयोग गर्ने सामान तथा खानेकुराहरूको सूची सहीरूपमा बनाउन सके नसकेको हेर्नुहोस् र सही बनाउन नसक्नेलाई बनाउन सहयोग गर्नुहोस् । बनाउन सक्नेहरूलाई अन्य क्रियाकलापहरू गर्न दिनुहोस् ।
- उनीहरूले बनाएको सूचीबाट स्थानीय ठाउँमा उत्पादन भएका सामान र खानेकुरा छुट्याउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले सही रुपमा छुट्याउन सकेसकेनन् मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विभिन्न प्रश्नहरू बनाई सोध्नुहोस् । जस्तै :

  - तिमीले लगाएको कपडा कहाँ सिलाइएको हो ?
  - स्थानीय ठाउँमा बनेको सामान प्रयोग गर्दा केके फाइदा हुन्छ ?
  - बाहिर बनेको सामान महगो र स्थानीय ठाउँमा बनेको सामान सस्तो हुनाको कारण के हो ?
  - स्थानीय ठाउँमा बनेको तिमीलाई मनपर्ने सामानको चित्र बनाऊ ।

- विद्याथीहरूले दैनिक रूपमा प्रयोग गर्ने सामान तथा खानेकुरा स्थानीय ठाउँमा उत्पादन भएका हुन् होइनन् अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । प्रयोग नगर्नेहरूलाई थप सम्झाएर प्रयोग गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

- यस पाठमा गरिने क्रियाकलापहरू स्थानीय परिवेशअनुसार फरकफरक हुन सक्छन् । यहाँ दिइएका क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई नमुनाको रूपमा मात्र लिई परिवेश सुहाउँदो क्रियाकलाप शिक्षक आफैँले बनाएर गराउनुपर्दछ ।
- यस पाठमा दिइएका क्रियाकलापहरू ग्रामीण क्षेत्रसँग सम्बन्धित भएकाले यस पाठमा दिइएका क्रियाकलापहरू ग्रामीण परिवेशका विद्यालयहरूमा बढी अभ्यास गराउनुपर्दछ भने यसपछिको पाठ सहरी परिवेशसँग सम्बन्धित भएकाले सहरी क्षेत्रका विद्यालयमा बढी जोड दिनुपर्दछ ।
- निरन्तर र सुधारात्मक मूल्याङ्कनको अवधारणाअनुसार मूल्याङ्कन शिक्षणसिकाइ क्रियाकलापकै अभिन्न अङ्ग भएकाले शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप र विद्यार्थी मूल्याङ्कन छुट्टाछुट्टै नगरी सँगसँगै गर्दै जानुपर्दछ ।
- मूल्याङ्कन गरिसकेपछि निरन्तर मूल्याङ्कन फाराममा प्रत्येक विद्यार्थीको अभिलेख चढाउन पनि भुल्न हुँदैन ।

पाठ ८ हाम्रो सहरमा बनेका सामान

अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
आफ्नो गाविस/नगरपालिकामा उत्पादित तथा निर्मित वस्तुरूको उपयोग गर्न ।	• दैनिक प्रयोगमा आउने सामग्री वा खानेकुराको सूची बनाउन । • तीमध्ये आफू बसेको नगरपालिकामा बनेका वा उत्पादन भएका सामानको नाम छुट्याएर लेख्न । • आफ्नो समुदाय वा नगरमा बनेका वा उत्पादन भएका गुणस्तरीय सामान प्रयोग गर्ने बानी बसाल्न । • सकेसम्म आफ्नै नगरमा उत्पादन भएका ताजा खानेकुरा खाने बानी बसाल्न । • उद्योगहरूबाट उत्पादन हुने सामानको नाम बताउन । • विभिन्न उद्योगबाट सामान उत्पादन गर्न आवश्यक पर्ने कच्चा पदार्थको नाम बताउन ।

२. पाठ परिचय

बालबालिकालाई आफू रहेको ठाउँमा उत्पादन हुने खानेकुरा तथा अन्य सामानहरूसँग सानै उमेरदेखि परिचित गराउनुपर्दछ । स्थानीय ठाउँमा उत्पादित सामान बाहिरबाट ल्याइएका सामानभन्दा तुलनात्मक रूपमा सस्ता हुन्छन् । खानेकुरा ताजा पनि हुन्छन् । बाहिर बनेका बजारमा पाइने कतिपय सामान हेर्दा आकर्षक देखिए पनि गुणस्तरहीन र नक्कली हुन्छन् । यस्ता सामग्रीहरू टिकाउ हुँदैनन् । बाहिर बनेका सामानहरू ढुवानीमा लाग्ने खर्च, विभिन्न ठाउँमा तिरिने कर र एकभन्दा बढी व्यापारीले लिने नाफाका कारण स्वाभाविक रूपमा महँगा हुन्छन् । बाहिर बनेका वस्तु प्रयोग गर्ने बानीले उपभोक्ताले बढी मूल्य तिर्नुपर्ने, गुणस्तरहीन वस्तुका कारण ठगिने सम्भावना हुन्छ भने स्थानीय उत्पादनले बजार नपाउने, उद्योगव्यवसाय नचल्ने र बेरोजगारीको सङ्ख्या बढ्दै जान्छ । बेरोजगारी बढेपछि समाजमा चोरीडकैती, हत्याहिंसा, हुलदङ्गा, सामाजिक द्वन्द्व, वेश्यावृत्ति, दुर्व्यसन आदि जस्ता विभिन्न सामाजिक विकृतिरू उत्पन्न हुन्छन् । यसले गर्दा समाजमा अशान्ति हुनाका साथै विकासको गति अवरुद्ध हुन्छ । स्थानीयस्तरका आर्थिक क्रियाकलापहरू धरासायी भएपछि दिनप्रतिदिन परनिर्भर बढ्दै जान्छ र समाजमा गरिबी बढ्दै जान्छ । यी सबै कुराबाट बच्न बालबालिकालाई सानै उमेरदेखि स्वावलम्वी हुने, स्थानीय ठाउँमा उत्पादित वस्तुको प्रयोग गर्ने आदि बानी बसाल्ने क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ । साथै बजारमा पाइने

सामानबाट गुणस्तरीय सामान छनोट गर्न सिकाउनुपर्छ । अघिल्लो पाठ ग्रामीण क्षेत्र र यो पाठ सहरी क्षेत्रलाई बढी लक्षित गरेर तयार गरिएको भए पनि दुवै ठाउँको सामान्य जानकारी सबै बालबालिकालाई दिनुपर्दछ ।

बालबालिकालाई स्थानीय ठाउँमा उत्पादन भएका र गुणस्तरयुक्त सामान तथा खानेकुरा उपभोग गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

स्थानीय सहरमा उत्पादित वस्तुरूको नमुना, चित्र, तस्बिर तथा पोस्टररू, दैनिक प्रयोगमा ल्याइने सामान तथा खानेकुराका सूची आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

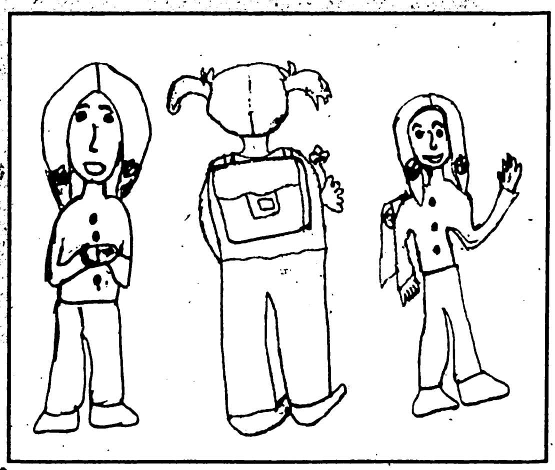
- बालबालिकाले दैनिक प्रयोग गर्ने गरेका सामान तथा खानेकुराको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले बनाएका सूची एकअर्कामा साटासाट गरेर हेर्न लगाउनुहोस् ।
- सूचीबाट आफ्नो नगरमा उत्पादन भएका सामान तथा खानेकुराहरूको नाम छुट्याउन लगाउनुहोस् ।
- उनीहरूले दैनिक प्रयोग गर्ने सामान वा खानेकुरा कहाँ बनेका रहेछन्, सोधखोज गरी पत्ता लगाउन ुहोस् । सामानको खोल, सामानमा टाँसिएको स्टिकर आदिमा लेखिएको हेर्न लगाएर वा अन्य व्यक्तिलाई सोध्न लगाएर पत्ता लगाउने कोसिस गराउनुहोस् ।

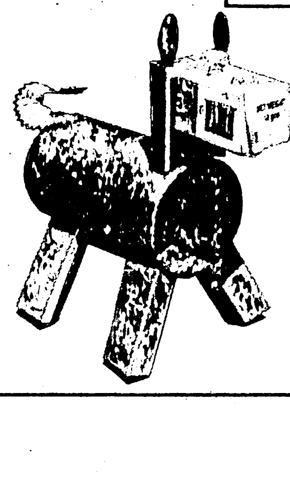
५. मूल्याङ्कन विधि

यसमा दिइएका क्रियाकलापका साथै निम्न कार्यकलापबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- बालबालिकालाई विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूको सूची दिई आफ्नो स्थानीयस्तरमा उत्पादित वा निर्मित वस्तु र बाहिर उत्पादित वा निर्मित वस्तु छुट्याउन लगाउनुहोस् ।
- स्थानीय ठाउँमा उत्पादित वस्तुको उपयोग गरे गरेको अवलोकन गरी उपयुक्त सुझाव दिनुहोस् ।
- बजारबाट पाइने सामानमध्ये गुणस्तरीय सामान छनोट गर्न प्रोत्साहन गर्दै त्यस्तो व्यवहार गरे नगरेको अवलोकन गरी सुझाव दिनुहोस् ।
- बालबालिकालाई आफ्नो स्थानीय ठाउँमा उत्पादित वा निर्मित वस्तुहरूको सूची सङ्कलन गर्न लगाई ठीक सूची बनाए नबनाएको हेरी सच्चाई दिनुहोस् ।

शिक्षात्मक कला





एकाइ १

पाठ १

दृश्यकला

रेखा

घन्टी - ४

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- ज्यामितीय आकारमा आधारित विभिन्न चित्र बनाउन ।
- आफूलाई मनपर्ने विषयको चित्र बनाउन ।
- सिसाकलम, क्रेयन, पेन्सिल आदिबाट कुनै विषयमा वस्तुको रेखाङ्कन गर्न ।

२. पाठ परिचय

पाठमा देखाइएका चित्रहरूद्वारा विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न चित्र कोर्ने जस्तै : पेन्सिल, क्रेयन, डटपेन, मार्कर इत्यादि सामग्रीहरू प्रयोग गरेर वरिपरि रहेका विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूको चित्र कोर्नुका साथसाथै आफूलाई मन लागेको विषयमा चित्र कोरी स्वतन्त्र अभिव्यक्तिको सीप विकासका लागि प्रेरित गर्न खोजि ो छ ।

३. शैक्षिक सामग्रीहरू

- पेन्सिल, क्रेयन, वेस्टल, मसिनो बुरुस, सिन्का, गोल, डटपेन, रङ्गीन मार्कर आदि विभिन्न किसिमका चित्र कोर्ने वस्तुहरू
- कापीको साधा पाना, चार्ट पेपर, साधा फुलस्केप कागज, खैरो कागज, एकतर्फ फोटोकपी गरेको कागज, पुराना पत्रपत्रिका, भित्ता, चेप्टो ढुङ्गा आदि ।
- फलफूलहरू, पातहरू, किराहरू, गिलास, अम्खोरा, साप्नर, स्कुल ब्याग जस्ता चित्र बनाउन आवश्यक हुने अन्य वस्तुहरू आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

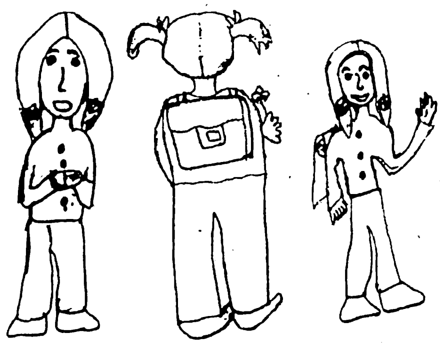
क्रियाकलाप - १ वस्तुहरूको चित्र बनाऔँ

- सर्वप्रथम विभिन्न वस्तुहरूको अवलोकन गराउनुहोस् । ती वस्तुहरूको आकारप्रकारबारे जानकारी गराउनुहोस् ।
- कक्षाकोठा वरपरमा रहेका पात, फूल, साप्नर, स्कुल ब्याग, इँटा, घन्टी आदि विभिन्न प्राकृतिक/कृत्रिम वस्तुहरू ल्याई देखाउनुहोस् ।

- ती वस्तुहरू विद्यार्थीहरूलाई वितरण गरेर हातले छुन लगाई कस्तो आकार प्रकारको छ भन्न लगाउनुहोस् । एउटै वस्तु दुई तीन जना विद्यार्थीलाई छुन लगाएर अवलोकन गराउनुहोस् ।
- कागज र चित्र कोर्न सामग्रीहरू (पेन्सिल) वितरण गर्नुहोस् ।
- अवलोकन गर्दा नजिकको वस्तु ठूलो र टाढाको सानो देखिन्छ भन्ने कुरा विद्यार्थीहरूलाई बुझाउनुहोस्, साथै यो प्रक्रिया बुझाउनका लागि एउटा पातलाई नजिक राख्नुहोस् । एउटा ब्यागलाई करिब दुई/ तीन फुट टाढा राखी अवलोकन गराई वस्तुहरू कस्ताकस्ता देखिन्छन् छलफल गराउनुहोस् ।
- अवलोकन गर्दा देखेका कुराहरू सबै जसोको चित्र कोर्दै वस्तुको आकृति चिनिने गरी पानामा उतार्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै प्रकारले स्कुल वरपर वा गाउँ घर वरपरमा रहेका विभिन्न वस्तुहरूको अवलोकन गराएपछि ती वस्तुहरूलाई हेरी चित्र बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- अन्य वस्तुहरूको पनि अवलोकन गरी चित्र बनाउन लगाउनुहोस् । उक्त बनाएका चित्रहरू पूर्ण अर्थ हुने गरी बनाउन प्रेरित गरी चित्र बनाउने तरिकाबारे वार्तालाप गर्दै विद्यार्थीको कामको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- समय रहेमा अर्को वस्तुको पनि चित्र कोर्न लागाउनुहोस् र काम सकिएपछि प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप – २ आफू र आफूलाई माया गर्ने मानिस

- पाठको दोस्रो पानामा भएका चित्रहरू अवलोकन गर्न र पढ्न लगाई छलफल गर्नुहोस् ।
- कागज र चित्र कोर्न सामग्रीहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- आफू या आफूलाई माया गर्ने मानिसका बारेमा सम्झेर चित्र कोर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- काम गरिराखेका विद्यार्थीहरूको चित्रमा देखिने रेखाहरू, बुट्टाहरू, खस्रो केरमेरहटरू, रेखाका विविध मोटाइहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् । यसरी छलफल गर्दा विद्यार्थीहरूले चित्रमा एकरूपता र विविधताको तालमेलको सिद्धान्तलाई कायम राख्न सक्नेछन् ।



मेरा साथीहरू

- चित्र बनाइसकेपछि नाम र शीर्षक लेख्न लगाउनुहोस् । यसरी नाम र शीर्षक लेख्दा चित्र बनाएको कागजको पछाडि पट्टि मात्र लेख्न लगाउनुहोस् र प्रदर्शन पनि गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप– ३ आफूलाई मनपर्ने वस्तुहरू र विचारहरू

- क्रियाकलाप दुईमा जस्तै आफूलाई मन पर्ने वस्तुहरूका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- चित्र कोर्ने सामग्रीहरू र कागज वितरण गरी उनीहरूलाई मन पर्ने विषयवस्तुबारे चित्र कोर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

- काम गरिरहेको वेलामा कागजमा बनाएका रेखाहरू, आकारहरू र बुट्टाहरूका बारेमा विद्यार्थीसँग वार्तालाप गर्दै मूल्याङ्कन पनि गर्नुहोस् ।
- बनाएका चित्रहरूको प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप -४ कक्षा कोठाभित्र तथा बाहिर अवलोकन गराई चित्र बनाउन

- विद्यार्थीहरूलाई विद्यालय हाताभित्र या नजिकैको रमणीय दृश्य या महत्त्वपूर्ण स्थल भएको ठाउँमा लैजाने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- कक्षामा विद्यार्थीहरूलाई कागज र सिसाकलम वितरण गर्नुहोस् ।
- पूर्वतयारीअनुसार रोजेको स्थलमा लगेर वरिपरिको दृश्य या वस्तुहरू हेर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई पाँच मिनेटभित्र आफूले कोर्न वा चित्र बनाउन चाहेको दृश्य या वस्तुको चयन गरी उचित ठाउँमा बस्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीको शरीर उसले रोजेको वस्तु या दृश्यतर्फ सीधा भए नभएको हेरी उपयुक्त तरिकाले आरामदायी आसनमा बस्न लगाउनुहोस् ।
- कागजको पानाभरि देखिएका दृश्यहरू कोर्दा र सबभन्दा पहिले कागजमा मन परेको वस्तुको चित्र पेन्सिलले रेखाचित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक रेखाहरू कोरेपछि मात्र साना मसिना बुट्टाहरू वा त्यसको विस्तृत रूप (Details out lines) हरू कोर्न सकिन्छ, जस्तै : छानाका झिङ्टीहरू, खाँबा तथा दलिनमा कुँदिएका बुट्टाहरू पनि कोर्न लगाउन सक्नुहुने छ ।
- समयलाई ध्यान दिई कति समय बाँकी छ पूर्व सूचना दिई कामलाई पूर्णतातर्फ बढाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- यसरी बाहिर गएर बनाएको कामलाई कक्षामा आई विद्यार्थीसँग चित्रहरूबारे छलफल तथा प्रदर्शन गराउने व्यवस्था पनि मिलाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

चित्रमा देखिने मौलिक सोच, कल्पना, अभिव्यक्ति भावनाहरू कोर्दा बन्ने रेखाहरूको विविधताहरूबीचको एकरूपता र पानामा स्थानको उचित प्रयोग नै रेखाचित्रको मूल्याङ्कनका आधारहरू हुन् । त्यसैले चित्रमा देखिने रेखाहरू र प्रस्तुत अभिव्यक्तिहरूका बारेमा वार्तालाप गरी सन्तुष्टिको अनुमान लगाउनुहोस् । शिक्षकको सक्रिय सहभागिता र सकारात्मक टिप्पणीहरूले विद्यार्थीहरूको सिकाइ प्रक्रिया गहन हुन्छ, सन्तुष्टिदायक हुन्छ तथा आत्मविश्वास बढ्छ । विद्यार्थीहरूमा निम्नानुसार सीप विकासका बढ्छ :

(क) अरू विषयसँग संयोजन गरी चित्र कोर्न अवसरहरू पर्याप्त मात्रामा बनाउन दिएर

(ख) विभिन्न किसिमका कागजका सतहमा कोर्ने सामग्रीहरूको प्रयोग गर्ने अनुभव प्रदान गरेर

(ग) विभिन्न प्रकारका चित्रहरू कोर्न लगाएर ।

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- उपलब्ध रङको माध्यम (पानी रङ, मैन रङ, पेन्सिल इत्यादि) प्रयोग गरेर आफूखुसी विभिन्न आकृति र वस्तुहरूको रूप बताउन ।
- रङसम्बन्धी विभिन्न प्रयोगहरू गर्न ।
- आफ्नो कल्पना र सोच अभिव्यक्ति गर्ने चित्र बनाउन ।

२. पाठ परिचय

यस पाठबाट विद्यार्थीहरूले रङको प्रयोग र व्यक्तिगत सन्तुष्टिका अभिव्यक्तिका उदाहरणहरू हेरेर स्वतन्त्र अभिव्यक्ति गर्न र रङको माध्यमबाट सीपयुक्त प्रयोग गर्न प्रेरित हुने छन् । यस पाठमा विद्यार्थीहरूको सोच, अनुभव र कल्पनालाई रङको प्रयोगद्वारा अर्थपूर्ण रूप दिन खोजिएको छ ।

स्वतन्त्र रूपले अभिव्यक्तिहरू गर्नका लागि रङको प्रयोग अर्थपूर्ण रूपमा लिएको छ । विद्यार्थीलाई सैन्दर्यबोध गर्ने अवसरहरू प्रदान गर्ने उद्देश्य लिई यस पाठको निर्माण गरिएको हो । विभिन्न रङका माध्यमहरू प्रयोग गर्ने प्रक्रियाले विद्यार्थीहरूमा सीप विकास गर्न सक्ने हुन्छन् ।

३. शैक्षिक सामग्री

मैन रङ, कलर पेन्सिल, पोस्टर कलर या निर, अविर, केसरी र गाउँघरमा सजिलै उपलब्ध हुने रङ, पानी राख्ने मग या भाँडा या ट्वाक, रङ मिसाउन रिकापी, प्यालेट या लिनोलियमका टुक्राहरू आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

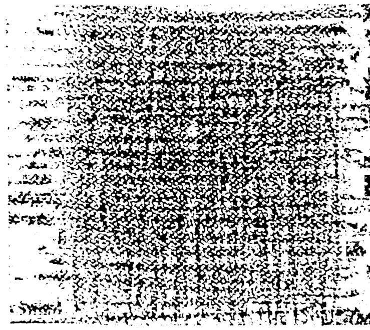
क्रियाकलाप - १ रङसम्बन्धी अनुसन्धान तथा प्रयोग

- कुनै एक माध्यममा एकै रङको प्रयोग गरी त्यसबाट बन्न सक्ने रङका सम्भाव्यताहरूको अनुसन्धान गर्न विद्यार्थीहरूलाई प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई रङको माध्यम प्रयोग गर्दा गर्न सक्ने अनुसन्धानहरूबाट बनेका नमुनाहरू देखाउनुहोस् ।
- कागजमा निलो रङ र पहेँलो रङ मिसाइ हरियो रङ बनाउन सकिन्छ ।

एउटा मात्र रङको गरेर बनाएको चित्र

यस विधिलाई शिक्षक स्वयम्ले गरेर देखाइसकेपछि विद्यार्थीलाई पनि बनाउन लगाउनुहोस् । यस्तै प्रकारले विभिन्न रङहरू मिसाई विभिन्न थरीका रङहरू बनाउन अनुसन्धान गर्न दिनुहोस् ।

- कुनै वस्तुको खस्रोपन वा चित्रमा Texture देखाउनु परेमा सुखा बुरुसलाई रङमा हल्का चोबी (केवल बुरुसको माथिल्लो भागमा) कागजमा दल्दा वस्तुको खस्रोपन देखाउन सकिन्छ ।
- कपडाजस्तो देखिने गरी मैन रङका धर्काहरू कोरेर यस प्रकारका Texture देखाउन सकिन्छ ।



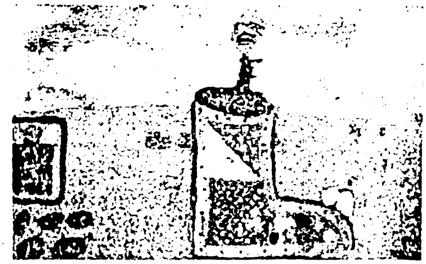
मैनरङका धर्काहरू

क्रियाकलाप- २ रङसम्बन्धी विभिन्न प्रयोग

- उपलब्ध रङ, सामग्रीहरू र कागज वितरण गर्नुहोस् ।
- कागजमा रङद्वारा विभिन्न बुट्टा, मिसावट या दल्ने तरिकाहरू खोज्न र कुनै निश्चित वस्तुहरू जस्तै : घर, मानिस, जनावर, बोट बिरुवा या हवाइजहाज आदि बनाउन लगाउनुहोस् ।
- अनुसन्धान गर्ने क्रममा बन्ने कलाको अमूर्त (abstract form) आकारहरू एकअर्कालाई देखाउन र छलफल गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- रङहरूको ' ामा हुनसक्ने विभिन्न सम्भाव्यताहरूलाई स्वीकार्दै छलफल र अनुसन्धान जारी राख्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको काममा देखिएका रङ्गीन तत्त्वहरू औंल्याउँदै सम्भाव्यताहरू खोज्न स्वतन्त्र अभिव्यक्ति दिने खालका क्रियाकलापहरू गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- पाठको पहिलो अभ्यासका चित्रहरू हेर्न र पढ्न लगाउनुहोस् । चित्रहरूमा उनीहरू केके देख्छन् भन्न पनि लगाउनुहोस् ।
- अभ्यास पढिसकेपछि विद्यार्थीहरूलाई के कस्ता विषयहरूमा चित्र बनाउन मन लागेको छ छलफल गराउनुहोस् ।
- आफूले चित्र कोर्छु भन्ने निश्चय गरेको विषय किन महत्त्वपूर्ण छ सोध्नुहोस् । हचुवाका भरमा भनेको भए महत्त्वपूर्ण तथा अर्थपूर्ण विषयवस्तु खोज्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- रङका माध्यमहरू तथा कागज वितरण गरी रङले नै चित्र कोरी रङ भर्न, आकारहरू बनाउन र बनाएका चित्रमा विभिन्न रङहरू दल्ने तरिकाहरू अनुसन्धान गर्न र जानेका तरिकाहरू प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्र बनाउने क्रममा कक्षामा हरेक विद्यार्थीको काम हेर्दै कलाका आधारभूत तत्त्वहरू जस्तै : रेखा, रङ, आकार, खस्रोपना, बुट्टा आदि जस्ता चित्रमा देखिने कुराहरूबारे छलफल पनि गर्नुहोस् ।

- चित्रमा रङको प्रयोगमा विविधता ल्याउन विभिन्न प्रकारका प्रयोग गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- सबै ठाउँमा रङ भरेपछि मात्र काम सकिन्छ भन्ने नियम बनाई काम सकेपछि मात्र चित्र सुकाउन र आफूले काम गरेको ठाउँ सफा गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप- ३ विषयप्रति मौलिक प्रतिक्रिया



- पाठको दोस्रो पाना पढाउन लगाई चित्रहरूका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले देशका बारेमा, घर बाहिर गरिने क्रियाकलापका बारेमा र आफूलाई मन पर्ने जनावरको विषयमा चित्र बनाएका छन् भने कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।
- कक्षागत पाठ्यक्रम र उमेर सुहाउँदो विषयमा छलफल गराई चित्र बनाउन सकिने विषयहरूको सूची बनाउनुहोस् ।
- सूचीबाट सबैलाई स्वीकार हुने दुई तीनओटा विषय छान्न लगाउनुहोस् ।
- ती दुईतीन विषयमध्ये कुनै एक विषयमा विचार गरी आफ्नो अनुभव, सोच या कल्पनाबारे रङ्गीन चित्र बनाएर अभिव्यक्त गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- रङका माध्यमहरू आवश्यक सामग्रीहरू र उपयुक्त कागज वितरण गरी चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
- एकआपसमा वार्तालाप गर्न लगाई चित्र बनाउन लगाउनुहोस् र प्रदर्शन पनि गर्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

रङको प्रयोग र रङद्वारा गरिने कलात्मक अभिव्यक्तिहरू मूल्याङ्कन तलका विषयको आधारमा गर्न सकिन्छ :

(क) कलाका आधारभूत तत्त्वहरू जस्तै : रङ, रेखा, आकार, संयोजन इत्यादिको उपयोगमा विविधता देखिने मौलिक सोच अभिव्यक्ति र अर्थपूर्ण चित्रमा सिर्जना

(ख) कला बनाउने प्रक्रियामा सहभागिता, अनुशासन र लगनशिलता

(ग) रङ माध्यमको उचित प्रयोग र चित्रको पूर्णता

(घ) कला सिर्जनाबाट पाइने सन्तुष्टि ।

उपयुक्त विषयहरूको मूल्याङ्कन कला सिर्जना प्रक्रियाबाट अलग रहेर गर्न सकिँदैन । त्यसैले विद्यार्थीले काम गरिराखेको वेला र गरिसकेपछि उनीहरूसँग अर्थपूर्ण वार्तालाप गरेर माथिका सबै विषयबारे ज्ञान पाउन सकिन्छ । कम बोल्ने प्रवृत्ति भएका विद्यार्थीसँग पनि अन्तरक्रिया गरेर, उसको कलाअभिव्यक्तिमा भएको सफलता र सन्तुष्टिको अनुमान लगाउन सकिन्छ । शिक्षकले अवलोकन, छलफल र प्रदर्शन गरेर नै रङबाट बनेका चित्रकलाको मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ ।

६. थप सुझाव

पाठ्यभारअनुसार क्रियाकलाप एक, दुई तीन दोहोऱ्याउनुहोस् ।

- रङको माध्यममा विविधता ल्याउनुहोस् र थप अनुभव बढाउनुहोस् ।
- अनुसन्धान गर्दा बनेका अमूर्त आकारहरू जम्मा गरेर कोलाज चित्रमा पनि प्रयोग गर्नुहोस् ।
- कक्षा तीनका अरू पाठ र विषयवस्तुसँग मिलाई चित्र बनाउने क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

पाठ ३. **छपाइ** **घन्टी - ५**

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूबाट छपाइ कार्य गर्न ।
- आलु, मुला लौका आदिका आकृति काटी छपाइ कार्य गर्न ।
- बाक्लो कागजलाई काटी त्यसको छपाइ कार्य गर्न ।

२. पाठ परिचय

कुनै पनि वस्तुको सतहमा रङ लगाएर वा सतहमा आकृति, बुट्टा काटेर वा बनाएर त्यसबाट कागजमा छाप निकाल्ने प्रक्रिया नै छपाइ कार्य हो । यस पाठमा विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूबाट छपाइ कार्य प्रक्रियाबारे जानकारी दिन खोजिएको छ ।

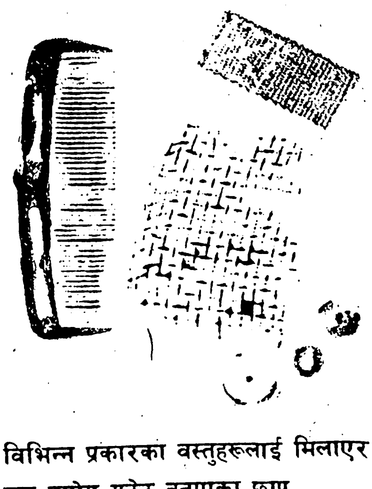
३. शैक्षिक सामग्री

रङहरू, बुरुस, विभिन्न प्रकारका तरकारी, विभिन्न प्रकारका पातहरू, चक्कु, सफा कागज, बाक्लो कागज, पेन्सिल, कार्डबोर्ड, ढुङगा, टाँक, जाली, काठ, बाक्लो कपडा, बोरा तथा गम वा माड आदि ।

३. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

क्रियाकलाप - १ विभिन्न वस्तुहरूबाट छपाइ कार्य

- विभिन्न प्रकारका बाक्ला, दरो किसिमका कागज, कार्डबोड, ढुङ्गा, टाँक, जाली, काठ, बाक्लो कपडा, बोरा तथा बोटबिरुवाका पातहरूको व्यवस्था गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी सङ्कलन गरेका वस्तुहरूबाट आफूलाई मन पर्ने वा बनाउन चाहेको आकार वा आकृतिमा ती वस्तुहरूलाई मिलाएर राखी त्यसमाथि रङ लगाई त्यसको छापा कागजमा निकालेर देखाएपछि छपाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् । कक्षा ३ को सिर्जनात्मक कलाको पुस्तकको पाना ६६ मा देखाएजस्तै गरी विभिन्न प्रकार वस्तुहरूको प्रयोग गराइ छपाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।



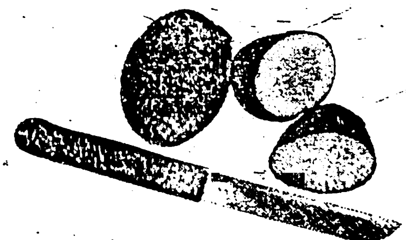
विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूलाई मिलाएर रङ प्रयोग गरेर बनाएका छाप

- यस्तै प्रक्रिया अपनाई पातमा रङ लगाई विभिन्न प्रकारका छपाइ कार्य गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- पातबाट छपाइ कार्य गरिसकेपछि त्यसबाट अर्थपूर्ण छपाइ कार्य गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- सजावट गर्नका लागि बुट्टा, पोस्टरकार्ड, निमन्त्रणा कार्ड आदिमा पनि यस्ता छपाइ कार्य गर्न सकिन्छ गराउनुहोस् ।
- यस्तै प्रक्रिया अपनाई विभिन्न प्रकारका कार्डहरू निर्माण गर्न सकिन्छ निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।

पातबाट छपाइ कार्य

छपाइ कार्यबाट कार्ड निर्माण

क्रियाकलाप – २ वस्तुमा बुट्टा काटी छपाइ कार्य


छपाइ कार्य आलुको प्रयोग

- चक्कु, आलु, मुला, लौका, फर्सी, कागज, रङ मिसाउने भाँडा, पानी राख्ने भाँडा, बुरुस आदिको व्यवस्था गर्न लगाउनुहोस् ।
- पहिले आलुलाई ठीक बराबर हुने गरी काट्न लगाउनुहोस् ।
- आलुको दुई बराबर भागमध्ये एउटा भागबाट आफूलाई मनपर्ने कुनै आकृति वा बुट्टा काट्न लगाउनुहोस् ।
- आलुमा बुट्टा काटिसकेपछि रङ तयार गर्न लगाउनुहोस् । यसरी तयार पारिएका रङहरूमध्ये मनपर्ने रङ लिई काटेको आलुको सतहमा बिस्तारै बुरुसले दली कागजमाथि त्यसको छापा निकाल्न लगाउनुहोस् ।

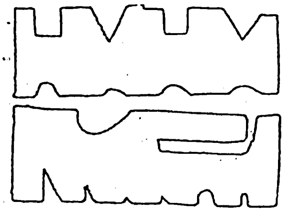
आलुबाट छपाइ कार्य

- यस्तै किसिमले विभिन्न प्रकारका बुट्टा वा आकार काटी छपाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी बुट्टा बनाई छपाइ कार्य गर्दा विद्यार्थीहरूलाई एउटै प्रकारको बुट्टा वा आकार नकाटी विभिन्न किमिसका आकर्षक बुट्टा वा आकार काट्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- बुट्टा काट्नुअघि विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न प्रकारका बुट्टाहरू देखाउने वा प्रदर्शन गरी बुट्टा काट्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई आकर्षक तथा सिर्जनात्मक छपाइ कार्य गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले छापेर बनाएका बुट्टाहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् । प्रदर्शन गरिएका कृतिहरूबारे छलफल तथा आवश्यक सरसल्लाह दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप - ३ छर्केर वा स्टेन्सिल बनाई छपाइ कार्य

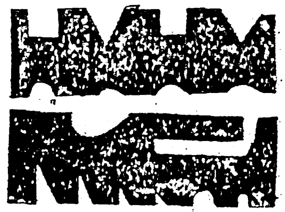
- पेन्सिल, चक्कु, कैंची, इरेजर, स्केल, बाक्लो कागज, रङ, रङ मिलाउने भाँडा, पानी राख्ने भाँडा तथा सफा कागज आदिको व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।

- करीब ६ X ८ इन्चको बाक्लो कागज लिन लगाउनुहोस् । उक्त कागजमा विद्यार्थीहरूलाई मन पर्ने आकृति वा बुट्टा पेन्सिलले कोर्न लगाउनुहोस् । यसरी आकृति वा बुट्टा कोर्दा जटिल प्रकारको बनाउन नलगाउनुहोस् । जटिल बुट्टाहरू काट्न कठिन हुने भएका सरल आकारका बुट्टा बनाई त्यसपछि जटिल पनि बनाउन लगाउनुहोस् ।



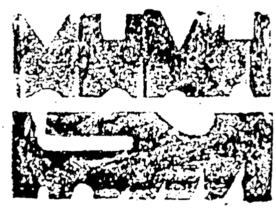
(क)

- यसरी कोरिसकेपछि उक्त कागजलाई बिस्तारै चक्कु वा कैंचीले आकृतिअनुसार काट्न लगाउनुहोस् । चक्कु वा कैंचीको प्रयोग गर्दा विशेष ध्यान दिई कार्य गर्नुहोस् ।



(ख)

- अब काटिएका दुई भाग (क) र (ख) निस्किन्छन् । यी दुवै भागबाट छपाइ कार्य गर्न सकिन्छ । यसरी कागजमा आकृति कोरी काट्ने विधिलाई **स्टेन्सिल** भनिन्छ । यस्तै स्टेन्सिल विधि अपनाई एउटै स्टेन्सिलबाट एउटै किसिमका धेरै छपाइ गर्न सकिन्छ । यस्ता स्टेन्सिल प्लास्टिक, काठमा तथा धातुका पाता आदिबाट पनि गर्न सकिन्छ । प्लास्टिक वा धातुका पाताको स्टेन्सिल कागजको स्टेन्सिलभन्दा दरो र धेरै टिकाउ हुने हुँदा व्यावसायिक कलाकारले यस्तै प्रकारका स्टेन्सिलहरू प्रयोग गरी छपाई कार्य गर्दछन् ।



- कागजको स्टेन्सिललाई पनि धेरै समय वा पटकसम्म प्रयोग गर्नका लागि उक्त कागजको स्टेन्सिलको सतहमा मैन दलेर प्रयोग गरेमा छिटै पानीले नबिग्रिने हुँदा धेरै पटक प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

- यसरी स्टेन्सिल बनाइसकेपछि उक्त कागजको स्टेन्सिललाई कागज माथि राखि बुरुसको सहयोगले रङ लगाएर छपाइ कार्य गराउनुहोस् ।

- रङ दल्ने (Rubbing) वा रङ छर्कने (Spraying) विधि अपनाई स्टेन्सिलबाट छपाई कार्य गर्न सकिन्छ गराउनुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूले स्टेन्सिल बनाउन जानिसकेपछि त्यस स्टेन्सिलको प्रयोग गरी विभिन्न प्रकारका बुट्टा, आकृति तथा सजावटका सामानहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।

रङ छर्केर छपाई कार्य गरी रहेको

- यसरी बनाएका सामानहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।

- काम गरिसकेपछि कक्षा कोठा सफा गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

- यो प्रयोगात्मक विषय भएको हुँदा यसको मूल्याङ्कन पनि प्रयोग विधिबाट गर्दा प्रभावकारी हुन्छ ।
- विद्यार्थीहरूले गरिरहेको कार्यको अवलोकन गरी ठीक तरिकाले गरे नगरेको हेरी आवश्यकताअनुसार उचित निर्देशन तथा सल्लाह दिई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गरिरहेको कार्य हेरी त्यस कार्यबारे प्रश्न र उत्तर गरेर पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- कुनै एक प्रकारको बुट्टा बनाउन लगाएर पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- कागजको स्टेन्सिल बनाउन लगाएर पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

- विद्यार्थीहरूले छपाइ कार्य गर्न जानिसकेपछि त्यस्ता छापालाई कसरी नौलो किसिमबाट प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बताएर बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् । नौलो तरिकाबाट प्रयोग गर्नु नै सिर्जनशिलताको उद्गम बिन्दु हो । त्यसैले विद्यार्थीहरूलाई नयाँनयाँ प्रयोग गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले बनाएका कृतिहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् । यस्ता प्रदर्शन कार्यले विद्यार्थीहरूलाई हौसला मिल्ने भएकाले अझ बढी कार्य गर्न प्रेरित गनुहोस् ।
- समय-समयमा स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध विभिन्न प्रकारका छपाइबाट निर्माण भएका वस्तुहरूको अवलोकन पनि गर्ने गराउनुहोस् ।

कोलाज

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- विभिन्न किसिमका कागज काटेर/च्यातेर टाँसी आफूलाई मनपर्ने आकृति बनाउन ।
- आफूले चाहेको आकार/आकृति बनाउन लागि उपयुक्त ढङ्गले काट्न/च्यात्न ।
- काटेका/च्यातेका कागजका टुक्राहरूलाई एक माथि अर्को टाँस्दै चित्र संयोजन गर्न ।
- घाँस, पात, फूल आदि प्राकृतिक वस्तुहरू टाँसेर सरल आकृतिहरूको संयोजन गर्न ।

२. पाठ परिचय

कागजको सतहमा विभिन्न किसिमका सामग्रीहरू मिलाएर टाँसेर बनाएको चित्रलाई कोजाल भनिन्छ । अघिल्ला कक्षाहरूमा जस्तै कक्षा ३ मा पनि रङ्गीन कागज, चित्रहरू, प्राकृतिक या कृत्रिम वस्तुहरू टाँसेर कोलाज चित्र बनाउने थप अभ्यासहरू दिन खोजिएको छ । कक्षा ३ मा उमेरअनुसार चेतना र सीपको विकासमा टेवा पुऱ्याउन कलात्मक प्रयोगलाई र सिर्जनशील अभिव्यक्तिलाई कोलाजद्वारा अभिवृद्धि गर्न सकिन्छ । चित्रहरू अवलोकन गराई छलफल गराउनुहोस् र अभ्यासअनुसारको स्वतन्त्र अनुसन्धान र अभिव्यक्ति दिन सक्ने कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।

३. शैक्षिक सामग्रीहरू

(क) विभिन्न किसिमका रङ्गीन कागजहरू जस्तै : जिल्लाहरूले खैरो कागज, विभिन्न रङका नेपाली लोक्ता कागजहरू, विभिन्न रङका पातलो ओरिगामी कागज, सेता कागजलाई आफैँले रङ्गाएर बनाएका कागजहरू

(ख) विभिन्न रङमा छापिएका एकनासका रङ भएका पत्रपत्रिकाहरू (च्यातेर जम्मा गर्ने)

(ग) उपयुक्त र उमेर सुहाउँदा पत्रपत्रिकामा छापिएका चित्रहरू

(घ) कोलाज बनाउन बाक्लो खालको आधार कागज

(ङ) पात, सुकेको फूल, बोक्रा, कपास इत्यादि प्राकृतिक वस्तुहरू

(च) माड या गम वा बाक्लो गुँद

(छ) गम दल्ने बुरुस

(ज) कैँची वा चक्कु इत्यादि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

क्रियाकलाप - १ चित्र हेर्ने र छलफल गर्ने

- कोलाज पाठको पहिलो पानामा भएका चित्रहरू अवलोकलन गर्न र पढ्न लगाउनुहोस् ।
- पहिलो पानामा रङ्गीन कागजबाट बनाएको कोलाज, रङ्गीन चित्र काटेर टाँसेको कोलाज र चुराका टुक्राहरू टाँसेर मिलाएका कोलाज हुन् भन्ने बुझाउनुहोस् ।

- रङ्गीन कागज च्यातेर बनाएको कोलाजमा कागजका टुक्राहरू कसरी मिलाइएको छ, कागजको स्रोत के हुनसक्ला, चित्रमा के देखाउन खोजेको छ, टुक्रा कत्रांकत्रा छन् इत्यादि वस्तुहरूको अवलोकनको आधारमा छलफल गर्नुहोस् ।
- चित्र काटेर टाँसेको कोलाजमा चित्रहरू मिलाउन प्रयास भएनभएकोबारे छलफल गर्नुहोस् ।
- चुराले बनाएको कोलाजमा के बनाउने प्रयास गरिएको छ सोध्नुहोस् । (उत्रैउत्रै टुक्राहरू मिलाएर बनाउन खोजेको मान्छेजस्तो देखिने तर अमूर्त डिजाइन ।)

क्रियाकलाप - २ सामाजिक अध्ययनको विषयमा कोलाज

- पहिलो पानाको अभ्यासको (क) र (ख) बारेमा छलफल गराउनुहोस् (यी विषय बाहेक सामाजिक अध्ययनका अरू विषयमा पनि कोलाज गराउन सकिन्छ ।)
- हाट बजारमा केके छ ? तिमी त्यहाँ कोसँग गएका छौ, त्यसदिन के किन्नुपर्ने थियो, हाटबजार कस्तो ठाउँमा छ इत्यादि प्रश्न गरेर सम्झन लगाउनुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूलाई दुईदुई या तीनतीनको समूहमा बस्न लगाई हरेक समूहलाई रङ्गीन कागज, गम वा माड, बुरुस वितरण गर्नुहोस् ।
- हरेक विद्यार्थीलाई आधार कागज वितरण गरी आ-आफ्ना अनुभवहरूका बारेमा आफ्नै तरिकाले कोलाज बनाउनुपर्छ भन्नुहोस् ।
- आफ्नो समूहमा उपलब्ध रङ्गीन कागज बाँडेर प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् ।
- कागजका टुक्राहरू च्यात्दै, टाँस्दै, आकारहरू, क्षेत्रहरू र वस्तुहरू मिलाउँदै चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- साथीहरूले गरेको काम हेरिसकेपछि उनीहरूलाई हौसला दिनेखालका मात्र टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

- काम सकेपछि बाँकी कागजका टुक्राहरू जम्मा गर्न, गुँदका भाँडाहरू र बुरुसहरू सफा गर्न र आफूले काम गरेको ठाउँ र कक्षा कोठा सफा गर्न लगाउनुहोस् ।
- दाहिने कुनामा सिसाकलमले नाम र मिति लेख्न लगाई कामबारे प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

क्रियाकला - ३ **आकारहरू काटेर मिलाउने र च्यातेर मिलाउन**

- पाठको दोस्रो पानाको माथिपट्टि च्यातेर मिलाएका र काटेर मिलाएका आकारहरूको कोलाज हेर्न लगाई तिनमा देखिने आकारहरू र मिलाउने तरिकाबारे छलफल गराउनुहोस् ।
- कोलाज गर्दा सधैँ बुझिने विषयवस्तुका चित्रहरू मात्र होइन अमूर्त संयोजनबाट पनि वस्तुहरू बनाई अधिकतम सन्तुष्टि लिन सकिन्छ ।

काटेर बनाएको कोलाज

- च्यातेर आकारहरू बनाएर मिलाएको र काटेर आकारहरू बनाएर मिलाएको दुवै थरी कोलाजको नमुनामध्ये एउटा प्रदर्शन गर्नुहोस् । (पूर्व तयारी गरेर ।)
- साना समूहहरूलाई कोलाजका सामग्रीहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- नमुनामा देखाएअनुसार कैँची प्रयोग गर्न या हातैले च्यातेर आकार बनाउन लगाउनुहोस् ।
- काटेका या च्यातेका आकारहरूका आधारमा कागजको सतहमा मिलाउने विभिन्न प्रयोगहरू गर्न लगाउनुहोस् ।

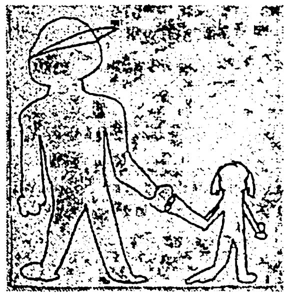
च्यातेर बनाएको कोलाज

- सबैभन्दा सुहाउँदो देखिने ढाँचा देखिएपछि कागजका टुक्राहरू टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- कैँची वा चक्कुले काटेर कोलाज बनाएको भए च्यातेर पनि कोलाज बनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप - ४ सानासाना टुक्राहरूको रङ मिलाई कोलाज गर्ने

- रू १ को हुलाक टिकट आकारको नापको विभिन्न रङका कागजका टुक्राहरू टाँसेर बनाएको कोलाजको नमुना तयार गर्नुहोस् ।
- पाठको ६९ पानामा भएको नमुना र आफूले बनाएर ल्याएको नमुना प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

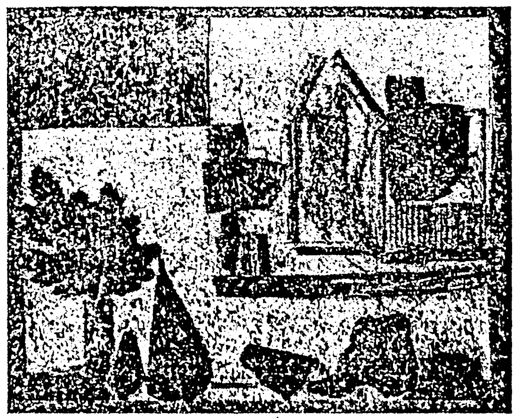
- यस्तो किसिमको कोलाज बनाउन पहिले कुनै सरल आकृतिको चित्र सिसाकलमले आधार कागजमा कोर्न लगाउनुहोस् ।



- कोलाजका सामग्रीहरू र विभिन्न रङ्गीन कागजहरू साना समूहहरू बनाई वितरण गर्नुहोस् । (यसका लागि एउटै रङमा पनि हलुका र गाढा र बीचबीचका विभिन्न रङ भएका कागजहरू भए अति उत्तम हुन्छ ।)
- कागजलाई रू १ को हुलाक टिकट साइजमा च्यातेर रङ मिलाउँदै टाँस्न लगाउनुहोस् । च्यातेका टुक्राहरूबाट पनि नयाँ चित्र वनाउन प्रेरित गनुहोस् ।
- आधा र कागजमा कोरेका रेखाहरू ढाक्न र रङ मिलाउन सिकाउनुहोस् ।
- काम सकेपछि नाम लेख्न, सुकाउन, आफूले काम गरेको ठाउँ तथा सामूहिक रूपमा कक्षाकोठा सफा गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप – ५ सामान बटुल्ने र उस्तैउस्तै सँगसँगै राख्ने"

- कोलाज पाठको तेस्रो पाना पढ्न र चित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यहाँ भएका कोलाजहरूमा केके वस्तुहरू चिन्न सकिन्छ, प्रश्न गर्नुहोस् । (गोदावरी फूलको पात, मसलाको पात, सल्लाको बोक्रा, कार्डबोर्ड, प्लाइउडको पत्र, मकैको ढोडको बाहिरी भाग, खस्रो बाक्लो कागज, परालको त्यान्द्रो, खरको फूल,. बारा, जिन मलमल, फलाटिन, पुराना भुवादारी रुमाल इत्यादि कपडाका टुक्राहरू)
- खस्रो कोलाज बनाउन कस्तो सामान चाहिन्छ भनी प्रश्न गर्नुहोस् । (हलुका, एकापट्टी सम्म सतह भएका मात्र टाँस्न सजिलो हुन्छ । ढुङ्गा वा चिलाउनेको गेडा टाँस्न गाह्रो हुन्छ ।)



विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू प्रयोग गरेर बनाएको कोलाज

- उपयुक्त हुने वस्तुहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
- कक्षाकोठा या विद्यालय हाता बाहिर गएर सामान बटुल्न लागाउनुहोस् ।
- कक्षामा आएर एक प्रकारको वस्तु एक ठाउँमा राख्न लगाउनुहोस् ।

- अखवार कागजको ठूलो खाम बनाएर या जुत्ताको बक्सा जस्ता कार्डबोर्डको बाकसमा या प्लास्टिकको झोलामा भण्डार गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- हरेक सामानमा लेवल लेखी टाँस्न लगाई त्यसलाई सजिलैसँग प्रयोग गर्न सक्ने ठाउँमा राख्नुहोस् ।
- समुदायमा भएका सुचिकार वा पसलबाट कपडाका टुक्राहरू बटुलेर ल्याउने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- बुट्टाहरू र चित्रहरू नभएका साधा कपडा मात्र उपयोगी हुन्छन् ।

कपडाका टुक्राहरूबाट बनेका कोलाज

क्रियाकलाप - ६ प्राकृतिक वस्तुहरूको कोलाज

- पाठको तेस्रो पानामा भएका चित्रहरू हेर्न र अभ्यास पढ्न लगाउनुहोस् ।
- आधार कागज, मोविकलजस्तो बलियो गुँद, गुँद दल्ने छेस्का इत्यादि वितरण गर्नुहोस् ।
- पालैपालो गरी कक्षामा सङ्कलन गरेर राखेका प्राकृतिक वस्तुहरूमध्येबाट चार थरीका मात्र छानेर काम गर्ने ठाउँमा लैजान लगाउनुहोस् ।
- वस्तुहरूको रङ, खस्रोपना, आकार इत्यादि गुणहरू हेर्दा कुनै सामान के जस्तो देखिन्छ भन्न लगाउनुहोस् ।
- बनाएका आकृतिहरूका बारेमा, प्राकृतिक वस्तु, सतह, आकार इत्यादि बीचको सम्बन्धहरूका बारेमा वार्तालाप गर्नुहोस् ।
- काम सकेपछि नाम लेख्ने, सुकाउने र सरसफाइ गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यकताअनुसार प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप - ७ साथीसँग मिलेर एउटा कोलाज बनाउने

- क्रियाकलाप २ मा जस्तै गरी मेरो नेपाली किताबको कुनै कथा वस्तुमा छलफल गराउनुहोस् ।
- दुईदुईको समूह बनाउनुहोस् ।
- अलि ठूलो साइजको आधार कागज (१२"X१४") प्रत्येक समूहलाई एकएकओटा र गुँद वितरण गर्नुहोस् ।

- पालैपालो गरी समूहहरूलाई प्राकृतिक वस्तुहरू लिन लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो साथीसँग मिलेर आधार कागजमा कथा वस्तुअनुसारको कोलाज चित्र बनाउने सामानहरू मिलाएर टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- प्राकृतिक वस्तुहरू काँट्छाँट गरी आकारहरू बनाउन, क्षेत्रहरू ढाक्न र विभिन्न किसिमका वस्तुहरूलाई मिलाएर चिनिने आकारहरू बनाउनमा जोड दिनुहोस् ।
- हरेक समूहलाई टेवा दिँदै कोलाजमा देखाउन खोजेका कथावस्तु बनाउन आवश्यकताअनुसार निर्देशन पनि दिनुहोस् ।
- सकेको काम सुकाएर राख्न लगाई सरसफाइ लगाउनुहोस् ।
- सामूहिक छलफल र मूल्याङ्कन गरी प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

कोलाज कार्यबाट प्रक्रिया (Process) र कलाकृति (Product) दुवैको मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । प्रक्रियाको मूल्यांङ्कन विद्यार्थीहरूले काम गरिरहेको बेलामा अवलोकन गरेर पनि गर्न सकिन्छ भने कलाकृतिको याङ्कन त्यसमा देखिएका विभिन्न सम्बन्धहरू र दृश्य चित्रमा प्रयोग भएका वस्तुहरू हेरेर गरिन्छ । कोलाज कार्यमा वस्तुहरूका अनेकौं सिर्जनशील प्रयोग गर्न सक्ने ठाउँ छ । त्यसैले यसको मूल्याङ्कन विषयवस्तुको अतिरिक्त निम्नानुसार गर्न सकिन्छ । जस्तै :

- सिर्जनशीलता
- वस्तुहरू काँट्छाँट गरी आकार बनाएर
- आकर्षक र विवेकशील अभिव्यक्ति
- रङ र मिभिन्न प्रकारका वस्तुको गुणअनुसार प्रयोग गरेर
- कलाको मूल मर्मको सरल प्रस्तुति गरेर, इत्यादि ।

विद्यार्थीहरू काम गर्दै गरेका वेलामा हरेक विद्यार्थीसँग कलाका तत्त्वहरूका बारेमा, अभिव्यक्तिका बारेमा या सामग्रीहरू र स्थानको प्रयोगका बारेमा वार्तालाप गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

- प्रयोग हुने वस्तुको वजनअनुसार आवश्यक पर्ने गम, माड या मोबिकल प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- पत्रपत्रिकाबाट चित्र या रङका क्षेत्रहरू शिक्षक आफैंले पनि काटेर जम्मा गर्नुहोस् ।

१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- ज्यामितीय आकारबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउन ।
- माटाको पाता बनाई विभिन्न प्रकारका आकृति तथा साधारण बुट्टा बनाउन ।
- वस्तुहरूमा रङको प्रयोग गर्न ।

२. पाठ परिचय

डल्लो माटोवाट विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ । माटाका ज्यामितीय आकारहरूको आधारमा फलफूल, चरा, जनावर आदि विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ । साथै माटाको पाता बनाई विभिन्न प्रकारका बुट्टा, आकार र आकृति आदि बनाउन पनि सकिन्छ । यसरी यस पाठमा माटोबाट बनाएका विभिन्न वस्तुहरूमा रङको पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने जानकारी दिन खोजिएको छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

तयार पारिएको माटो, पानी राख्ने भाँडा, काठको सम्म परेको फल्याक, माटोलाई काट्ने बाँसको कप्टेरो, माटो कोट्याउनका लागि काठका टुक्रा वा सिन्का, रङहरू, बुरुस तथा रङ मिसाउने भाँडा आदि ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

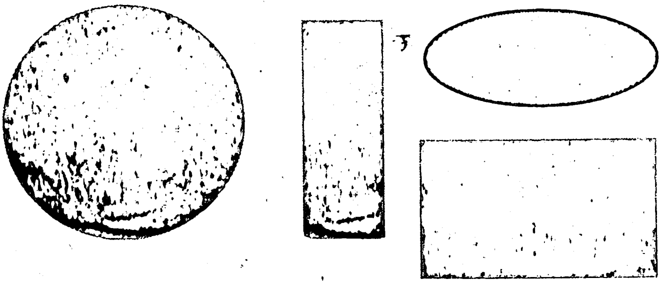
क्रियाकलाप - १ ज्यामितीय आकार

- तयार पारिएको माटाको डल्लालाई बराबरी मात्रामा विद्यार्थीहरूलाई वितरण गर्नुहोस् । यसरी वितरण गरिसकेपछि उक्त माटोबाट विभिन्न प्रकारका ज्यामितीय आकारहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले राम्ररी बनाउन जानिसकेपछि कुनै निश्चित आकारमा पनि बनाउन लगाउनुहोस् ।
- ठीक मात्राको माटाको डल्ला हातमा लिई पहिले गोलाकार बनाउन लगाउनुहोस् । उक्त गोलाकार बाट केकस्ता वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ, छलफल गराई बनाउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले बनाउन चाहेको वस्तुको छनोट गरिसकेपछि बनाउन लगाउनुहोस् ।

- उक्त माटाको डल्लोमा केही माटो थपेर वा माटो झिकेर वस्तुको वास्तविक आकार बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

- माटोबाट विभिन्न वस्तु बनाउँदा लाम्चो, बाटुलो आदि मध्ये कुन आकार उचित हुन्छ सोको किटान गरी उक्त आकारको आधारबाट वस्तु बनाउन सुरु गर्न लगाउनुहोस् ।

- यसरी माटाका विभिन्न आकारहरूलाई एक आपसमा जोड्दा माटोको बीचमा अलिकता गिलो बनाई माटोलाई थिचेर एकआपसमा जोड्न लगाउनुहोस् । यसरी जोड्दा पानीको प्रयोग गर्दा विशेष ध्यान दिई गराउनुहोस् । धेरै पानीको प्रयोगले माटो जोड्न कठिन हुन्छ । साथै बनाउन चाहेको वस्तुको आकार पनि बनाउन सकिँदैन ।

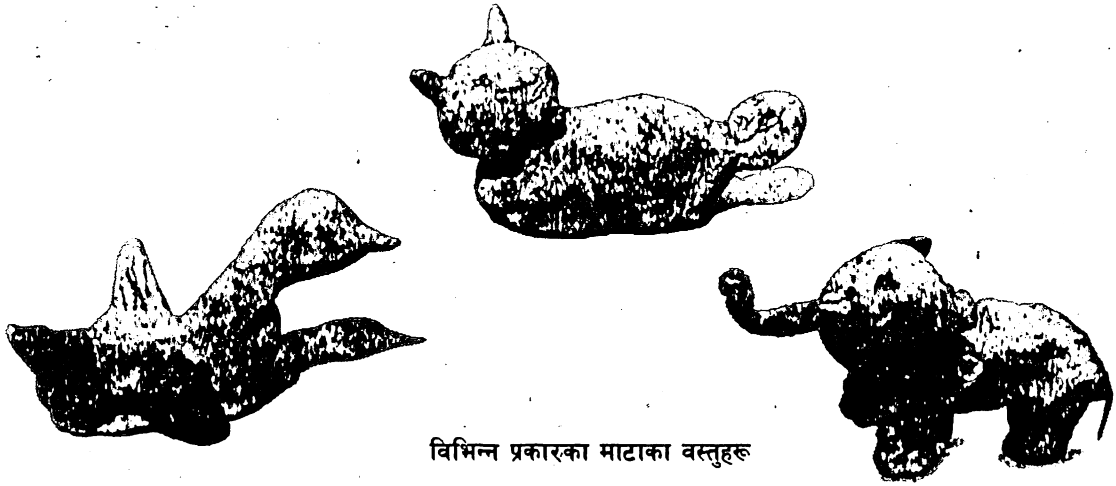


- यसरी आकार आकार जोड्दा ठूलोमा सानो आकार जोड्न सजिलो हुन्छ भन्ने कुराको जानकारी गराई कार्य गराउनुहोस् ।

- एउटा आकारमा अर्को आकार जोड्दा केकस्ता कठिनाइ आइपरे त्यसबारे विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

- विभिन्न प्रकारका आकारबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउन जानिसकेपछि स्वतन्त्र रूपले विभिन्न वस्तु पनि बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

माटालाई तानेरथिचेर आकार निकालिरहेको चित्र



विभिन्न प्रकारका माटाका वस्तुहरू

क्रियाकलाप – २ माटाको पाता बनाई बुट्टा वा वस्तु निर्माण

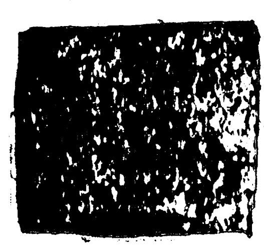
- आवश्यक मात्रामा माटो वितरण गर्नुहोस् ।
- माटालाई कुनै सम्म परेको काठको फल्याक वा भुईंमा राखी कुनै सिलिन्डर आकारका वस्तु सिसी, बाटुलो काठ आदिको सहयोगले रोटी बेलजस्तै गरी माटोलाई बेली माटोका पाता बनाउन लगाउनुहोस् ।

माटो बेलिरहेको

- माटालाई पेलेर पाता बनाउँदा धेरै पातलो बनाउनु हुँदैन । यसो गरेमा हामीले बनाउन चाहेका वस्तु बनाउन कठिन हुन्छ । तसर्थ माटाको पाता अलिक बाक्लो बनाउन उचित हुन्छ ।
- यसरी पेलेर पाता बनाइसकेपछि उक्त पातालाई मिलाएर चार पाटे वा गोलो आकारमा चक्कु वा बाँसको छेस्काले काटी आकार मिलेको पाता तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

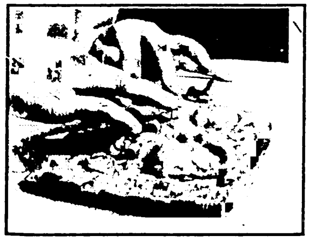
माटाका पातालाई काटिरहेको

- अब एउटा मिलेको पाता तयार हुनेछ । उक्त पातामा इच्छाएको आकृति, बुट्टा वा आकार कोर्न लगाउनुहोस् । यसरी कोरिएको आकृति वा बुट्टाबाट अनावश्यक माटाको भागलाई चक्कु वा बाँसको कप्टेराले विस्तारै काटेर निकाल्न लगाउनुहोस् । माटाको पातामा जटिल तथा धेरै सानो प्रकारका आकार कोर्न नदिनुहोस् । यसो गर्नाले बुट्टा काट्न वा माटाको भाग निकाल्न कठिन हुन्छ ।



तयार माटाका पाता

- यसरी माटाका पातामा बुट्टा वा आकृति कोरी त्यसबाट अनावश्यक वा आकृति निकाल्नका लागि माटालाई कोट्याइ आकृति वा बुट्टा बनाउन लगाउनुहोस् ।
- अब माटाको पातामा माटाको मात्रा थपेर आकृति वा बुट्टा बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् । यस प्रक्रियामा माटाको पातामा आवश्यक परेको स्थानमा आवश्यक मात्रामा र आकारमा माटो थप्दै आकृति वा बुट्टा बनाउन लगाउनुहोस् ।
- यसरी तयार भएका विभिन्न वस्तुहरूलाई हावा लाग्ने तर घाम सिधै नलाग्ने स्थानमा राखी सुकाउन लगाउनुहोस् ।



माटाको पातामा माटो थपेर बुट्टा वा आकृति बनाइरहेको

माटाको पातामा माटो थपेर स्तुपाको निर्माण

क्रियाकलाप - ३ माटाका वस्तु बनाइ रङको प्रयोग

- वस्तुहरू राम्ररी सुकाइसकेपछि त्यसमा आवश्यकतानुसार रङको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- सर्वप्रथम वस्तुमा प्रयोग हुने रङहरूको व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- माटामा पोस्टर रङ, इनामेल, एक्रेलिक तथा बुट पलिस जस्ता रङको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । त्यसैले उपयुक्त तथा स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध रङको प्रयोग गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

वस्तुमा रङ लगाइरहेको

५. मूल्याङ्कन विधि

- विद्यार्थीहरूले गरेका कार्यलाई अवलोकन गरी ठीक तरिकाले गरे नगरेको मूल्याङ्कन गरी आवश्यकताअनुसार निर्देशन दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई तिनीहरूको कार्यबारे प्रश्न उत्तर गरेर पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- कुनै एक प्रकारको माटोबाट आकृति वा वस्तु बनाउन लगाएर पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

माटाको क्रियाकलाप गराउनुभन्दा पहिले नै माटोको तयारी गरिसक्नुपर्छ । क्रियाकलाप खुला वा फराकिलो स्थानमा गराउनु उपयुक्त हुन्छ । यस क्रियाकलापका लागि धेरै पानीको आवश्यकता पर्ने भएकाले पानी भएको स्थानमा गराउँदा सजिलो हुन्छ । माटाको कार्य गराउँदा लुगा फोहोर हुने भएकाले सावधानी अपनाई कार्य गराउनुहोस् ।

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

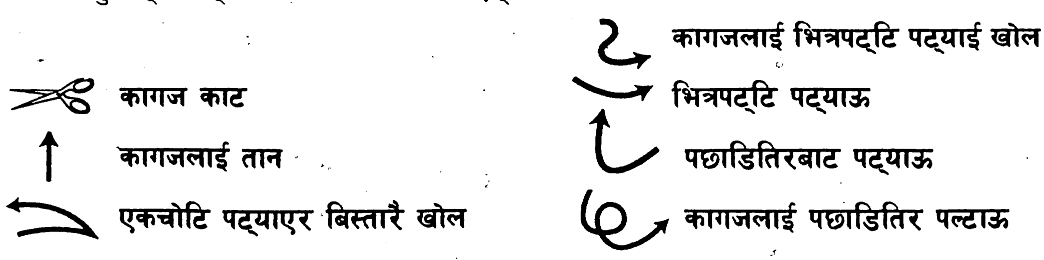
यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- कागजबाट विभिन्न वस्तुका नमुना बनाउन ।
- कागजबाट विभिन्न नमुना बनाई त्यसमा चित्र तथा रङ भर्न ।
- कागजलाई काटी पट्याएर विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू तथा सामग्रीहरू तयार गर्न ।

२. पाठ परिचय

कागजलाई निश्चित नियमअनुसार पट्याएर बनाउने कलालाई जापानिज भाषामा **'ओरिगामी '** भनिन्छ । ओरिगामी शब्द जापानिज शब्दबाट आएको । ***'ओरि'*** शब्दको अर्थ पट्याउने र ***'गामी'*** को अर्थ कागज भन्ने हुन्छ । यस शब्दको अर्थबाट यो कागज सम्बन्धी अर्थात् कागजलाई विभिन्न आकारमा पट्याइ बनाउने कला हो भन्ने बुझिन्छ । यस कलाको माध्यमबाट विभिन्न आकारका वस्तु बनाउन सकिन्छ । यहाँ यस्तै प्रकारका विभिन्न वस्तुहरू बनाउने विधिबारे ज्ञान दिइने छ ।

ओरिगामीमा प्रयोग हुने केही मुख्यमुख्य सङ्केतलाई बुझी यसैअनुरूप क्रियाकलाप गर्न तथा गराउन सजिलो हुने भएकाले तल केही सङ्केतहरू दिइएका छन् । ती सङ्केतहरूलाई ध्यान दिई कार्य गराउनुहोस् । सङ्केतहरू निम्न प्रकारका छन् :



३. शैक्षिक सामग्रीहरू

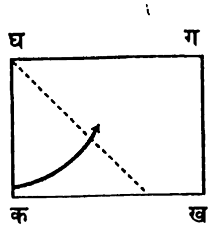
ओरिगामीका लागि उपयुक्त कागज, पुरानो अखवार, पाना, पेन्सिल, इरेजर, साइनपेन, रङहरू, स्थानीय रङहरू, कैँची आदि

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

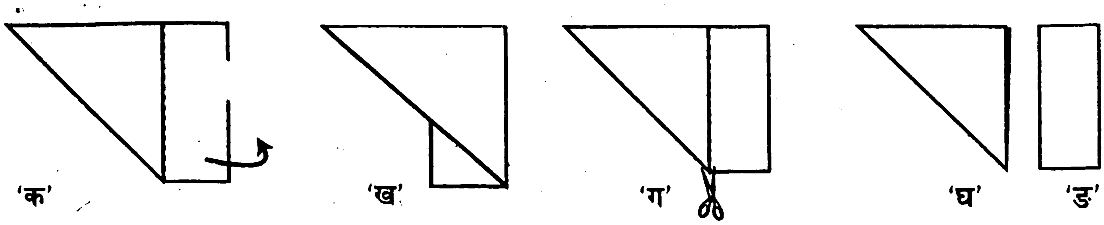
क्रियाकलाप- १ कागजलाई मिलाएर आकारमा काटइ

- ओरिगामी अर्थात् कागजसम्बन्धी कार्य गर्नका लागि सर्वप्रथम कागजको व्यवस्था मिलाउनुपर्छ । ओरिगामी कार्य प्राय: वर्गाकार (Square) कागजबाट गरिने भएकाले वर्गाकार कागज़ कसरी काट्न सकिन्छ काटेर विद्यार्थीलाई प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

- प्रत्येक विद्यार्थीलाई एकएकओटा कागजका पाना वितरण गर्नुहोस् ।

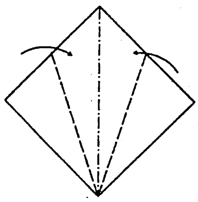


- एउटा नमिलेको कागज दिई चित्रमा देखाएजस्तै विस्तारै मिलाएर पट्याइसकेपछि काट्नुहोस् ।
- यसरी कागजलाई पट्याउँदा कागजको एक छेउ 'क' लाई विस्तारै 'घ' र 'ग' को सतहसँग मिलाउनुहोस् ।
- यसरी मिलाउँदा 'क' रेखा 'ख' र 'ग' रेखासँग सामानन्तर हुनुपर्दछ ।
- अब चित्रमा देखाएजस्तै गरेर 'ख' र 'ग' लाई **'घ'** बाट विस्तारै पछाडितिर पट्याउनुहोस् ।
- अब **'ख'** र **'ग'** लाई बाहिरतिरबाट पट्याई भएको स्थानबाट बिस्तारै काट्न वा च्यात्न लगाउनुहोस् ।
- अब चित्रमा देखाएजस्तो आकारका दुईओटा कागजका टुक्रा हुनेछन् । त्रिभुजाकार कागजलाई विस्तारै खोल्दा एउटा मिलेको वर्गाकारको कागज हुनेछ । उक्त कागजबाट विभिन्न प्रकारका ओरिगामी बनाउन सकिन्छ । ओरिगामी कलामा प्राय: वर्गाकार कागजबाट नै बनाइन्छ ।

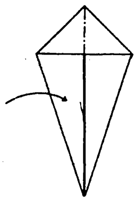


- पुन: यो भागलाई खोली कैँचीले वा हातले काट्नु वा च्यात्नुहोस् । अब **'घ'** भाग एउटा मिलेको वर्गाकार कागजको रूपमा हुन्छ भने **'ङ'** भाग एउटा सानो आयताकार कागजको रूपमा हुन्छ । यसरी कुनै पनि आकारको कागजलाई वर्गाकार कागजमा मिलाएर काटी ओरिगामी कार्य गर्न सकिन्छ ।
- कागजको काममा कैँची वा अन्य औजारको प्रयोग गर्दा विशेष सावधानी अपनाई कार्य गर्नुहास् । अन्यथा कुनै घटना हुन सक्छ ।
- यो क्रियाकलाप गरेर देखाइसकेपछि पुन: विद्यार्थीहरूलाई पनि गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप बारम्बार गर्न लगाउनुहोस् ।
- मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला, कक्षा - ३ पुस्तकको पाना नं. ७३ मा रहेको कागज काट्ने विधिको चित्रलाई एउटा ठूलो चार्ट पेपरमा बनाई चरणबद्ध रूपमा देखाई अभ्यास गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले कागज काट्ने विधि जानिसकेपछि पुन: एउटा वर्गाकार कागज काट्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप – २ कागजको चरा



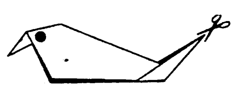
- एउटा वर्गाकार कागज लिनुहोस् वा वर्गाकार आकारमा काट्न लगाउनुहोस् ।
- अब उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउन लगाउनुहोस् ।
- कागजका पानालाई चित्रमा देखाएजस्तै बिस्तारै भित्रतिर पुनः पट्याउन लगाउनुहोस् । फेरि चित्रमा देखाएजस्तै गरी थोप्ला थोप्ला देखाएका रेखामा कागजका दुई छेउहरूलाई भित्रतिर पट्याउन लगाउनुहोस् ।



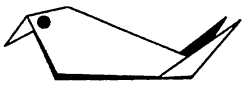
- यो क्रियाकलाप सर्वप्रथम शिक्षक आफैँले गरेर देखाउनुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई गर्न लगाउनुहोस् । यस्ता क्रियाकलाप गराउनु पूर्व एउटा ठूलो कार्डबोर्ड वा कागजमा उक्त ओरिगामीका चरणहरू पूर्ण चित्रमा बनाई प्रदर्शन गरेर गराउनु राम्रो हुन्छ ।

- चित्रमा देखाएजस्तै थोप्ला रेखाबाट विस्तारै पट्याउन लगाउनुहोस् । अब चित्रमा देखाएजस्तै कागजको पाना बन्ने छ ।
- पुनः कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउँदै चराको रूपमा तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

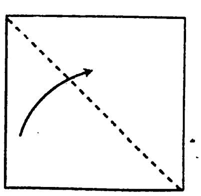
- चित्र देखाएजस्तै गरी कागजलाई कैँचीले काट्न लगाउनुहोस् । कागजलाई कैँचीले काट्दा पुरै काट्न हुँदैन । अब कागजलाई राम्ररी पट्याइसकेपछि कागजको पछाडि पट्टिको पुच्छरको भागलाई कैँचीले मिलाएर काट्न लगाउनुहोस् ।



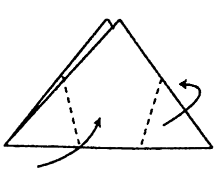
- अब कागजको अघिल्लो भागमा पेन्सिल वा पेनले चरा जस्तो आँखा कोर्न लगाउनुहोस् । यसरी चरा तयार गर्न सकिन्छ । अब विभिन्न आकारका चराहरू बनाइ खेलाउनुहोस् ।



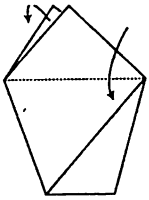
क्रियाकलाप – ३ कागजको कप



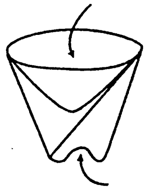
- एउटा वर्गाकार कागज लिन लगाउनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजसतै गरी एक छेउबाट भित्रतिर पट्याई कागजलाई त्रिभुजाकारमा बनाउन लगाउनुहोस् ।



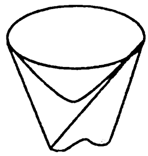
- उक्त त्रिभुजाकार कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै एउटा छेउलाई अघितिर र अर्को छेउलाई पछितिर पट्याउन लगाउनुहोस् ।



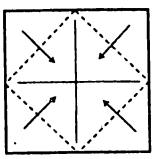
- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तो हुने छ । उक्त कागजको माथिल्लो दुई चोसोमध्ये एउटालाई अघितिर र अर्कोलाई पछितिर पट्याउन लगाउनुहोस् ।
- अब कागजको माथिल्लो भागलाई विस्तारै खोली गिलासको आकारमा बिस्तारै परिवर्तन गर्न लगाउनुहोस् । यो क्रियाकलापलाई पहिले शिक्षकले प्रदर्शन गरेर देखाइएपछि विद्यार्थीलाई गर्न लगाउनुहोस् ।



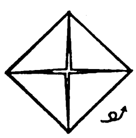
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी बिस्तारै माथि र तलतिरबाट थिचेर गिलासको आकार बनाउन लगाउनुहोस् । कागजलाई बेसरी थिच्नाले गिलासको आकार नबन्न पनि सक्छ । त्यसैले विशेष ध्यान दिई बिस्तारै थिचेर आकार बनाउन लगाउनुपर्छ । यसरी एउटा कागजको गिलास तयार हुन्छ । यसमा पानी, चिया, दूध आदि राखी खान सकिन्छ । यस्तै प्रक्रिया अपनाई कार्य गराउनुहोस् ।



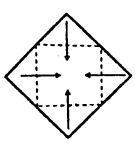
क्रियाकलाप - ४ कागजको चारखण्डे बट्टा



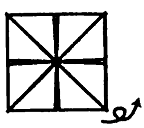
- एउटा वर्गाकार मिलेको कागज लिन लगाउनुहोस् । चित्रमा देखाएजस्तै कागजको प्रत्येक छेउबाट भित्रतिर पट्याउन लगाउनुहोस् । यस्ता क्रियाकलाप गराउँदा पहिले शिक्षकले गरेर देखाएमा विद्यार्थीहरूलाई बुझ्न सजिलो हुन्छ ।



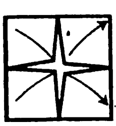
- अब चित्रमा देखाएजस्तो आकारमा कागज बन्छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पछाडितिर पट्याउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी प्रत्येक छेउबाट भित्रतिर पट्याउन लगाउनुहोस् ।



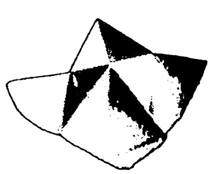
- अब चित्रमा देखाएजस्तै गरी भित्रतिर पट्याउन लगाउनुहोस् ।



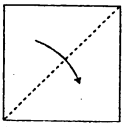
- अब चित्रमा देखाएजस्तै कागज बन्ने छ । उक्त कागजलाई बिस्तारै पछितिर पल्ट्याउनुहोस् ।



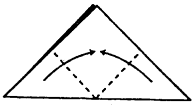
- अब कागजलाई बिस्तारै खोल्न लगाउनुहोस् । यसरी चार कुने बुट्टा बन्छ । विद्यार्थीलाई पनि बनाउन लगाउनुहोस् ।



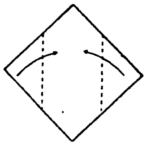
क्रियाकलाप - ५ कागजको कछुवा



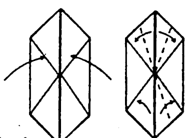
- एउटा वर्गाकार कागज लिनुहोस् वा कागजलाई वर्गाकारमा काट्नुहोस् । चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् ।



- अब त्यों कागज चित्रमा देखाएजस्तै गरी त्रिभुजाकारको हुने छ । त्यसपछि पुन: चित्रमा देखाएकै जस्तो गरी वाणले देखाएतिर पट्याउनुहोस् ।

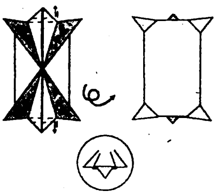


- पुन: चित्रमा देखाएतिर बिस्तारै पट्याउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी प्रत्येक पत्रहरूलाई पट्याउनुहोस् ।



'क'   'ख'

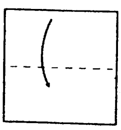
- यहाँ चारओटा पत्रहरू हुने छ । त्यसलाई बिस्तारै चित्र **'क'** मा जस्तै वाणले देखाएतिर पट्याउनुहोस् । यसरी पत्रलाई पट्याउँदा चित्र **'ख'** जस्तै भई कछुवाको खुट्टा जस्तो देखिन्छ ।



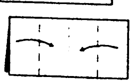
- अब उक्त कागजको दुई चोसालाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पहिले भित्र र पछि बाहिर हुने गरी पट्याउन लगाउनुहोस् । साथै कागजलाई पुरै पल्टाउनुहोस् । यसरी पल्टाउँदा चित्रमा जस्तै देखिन्छ ।

- अब उक्त कागजको कछुवालाई आँखा, जिउमा बुट्टा कोरी अझ आकर्षक बनाउन सकिन्छ । यस्तै गरी तपाईले पनि बालबालिकाहरूलाई बनाउन सिकाउन सक्नु हुनेछ । यस प्रकारले विभिन्न आकार भएका कछुवाहरू बनाउन बालबालिकालाई प्रेरित गर्नुहोस् ।

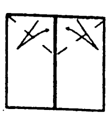
क्रियाकलाप - ६ कागजको घर



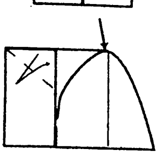
- एउटा वर्गाकार मिलेको वा मिलाएर कागज तयार गर्नुहोस् । चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजलाई आधा हुने गरी पट्याउनुहोस् ।



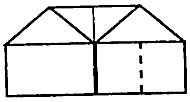
- कागज आधा भागमा पट्याउने । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पुन: पट्याउनुहोस् ।



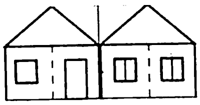
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको माथिल्लो भागलाई बाहिरतिर पट्याएर पुन: पहिलेकै अवस्थामा राख्नुहोस् ।



- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको माथिल्लो भागलाई विस्तारै थिचेर चित्रमा देखाएजस्तै बनाउनुहोस् ।

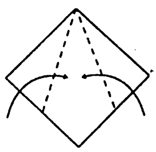


- यसरी पट्याइसकेपछि कागज चित्रमा देखाएजस्तै बन्ने छ । उक्त कागजमा झ्याल, ढोका छाना आदि कोरी घरको रूप दिन सकिन्छ । यसरी विद्यार्थीलाई बनाउनु लगाउनुहोस् ।

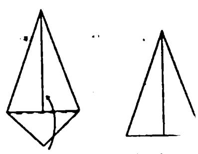


- यसरी बनाएका कागजका घरमा विभिन्न रङ वा बुट्टा लगाई अझ राम्रो बनाउन सकिन्छ । यस्तै प्रक्रिया अपनाई विभिन्न आकारका घरहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप – ७ कागजको कोणदारी रूख

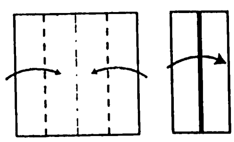


- एउटा मिलेको वर्गाकार कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् ।



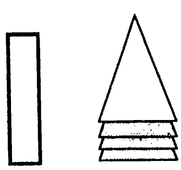
(क) (ख)

- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा बन्ने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी तलतिरबाट माथितिर पट्याउनुहोस् । यसरी पट्याउँदा कागज (ख) मा देखाएजस्तै त्रिभुजाकारमा बन्ने छ । यस्तै प्रक्रिया अपनाई तीनचारओटा बनाउन लगाउनुहोस् ।



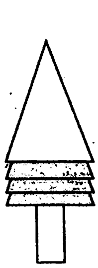
(क) (ख)

- अब पुनः एउटा वर्गाकार कागज लिनुहोस् । उक्त कागजको दुवै छेउबाट भित्रतिर पट्याउन लगाउनुहोस् । चित्र (ख) मा जस्तै गरी पुनः पट्याउनुहोस् । यसो गर्दा कागज एउटा सानो आकारको आयताकार आकारमा बन्ने छ ।

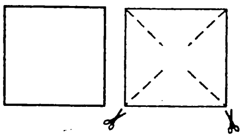


- माथि बनाइएका त्रिभुजाकारका कागजहरूलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी एक माथि अर्को राखी गमले टाँस्नुहोस् ।

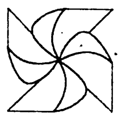
- उक्त टाँसेर बनाएका त्रिभुजाकार कागजको भित्रबाट पहिले बनाएको आयताकार कागजलाई टाँसी चित्रमा देखाएजस्तै ठाँस्न लगाउनुहोस् । यो एउटा कोणदार रूखको आकारमा तयार हुनेछ । यस्तै विधि अपनाइ विभिन्न आकार तथा रङका रूखहरू बनाउन लगाउनुहोस् । यसरी बनाएका कोणदारी रूखहरूमा विभिन्न रङको प्रयोग गरेर सकिने भएकाले विद्यार्थीहरूलाई बनाउन लगाउनुहोस् ।



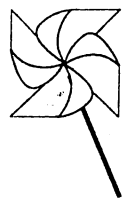
क्रियाकलाप –८ कागजको पङ्खा



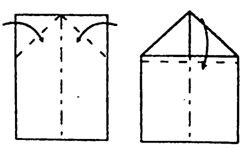
- पङ्खा बनाउन एउटा वर्गाकार कागज लिनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाए जस्तै कैंचीले प्रत्येक छेउबाट काट्नुहोस् । यसरी काट्दा पुरै काट्नु हुँदैन । अब काटिएको कागजको एक छेउलाई पाठ्यपुस्तकको पाना ७५ को चित्रमा देखाएजसतै भित्रपट्टि पट्याई कुनै पिन वा छेस्काले प्वाल पारी अड्याउनुहोस् । यसरी सिन्कामा अड्याई पङ्खा बनाउन लगाउनुहोस् ।



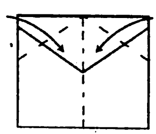
- यसरी पङ्खा बनाउँदा विभिन्न रङका आकृतिहरू कोरी अझ आकर्षक बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।



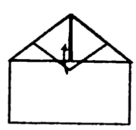
क्रियाकलाप – ९ 'कागजको हवाइजहाज'



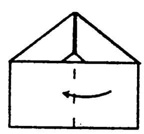
- कागजको हवाईजहाज बनाउनका लागि आयताकार कागजको आवश्यकता पर्छ । यसका लागि वर्गाकार कागजको आवश्यकता पर्दैन । चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको माथिल्लो भागको दुई छेउलाई चित्रतिर पट्याउनुहोस् । यसरी पट्याउँदा कागजका दुवै छेउ मिलेको हुनुपर्नेछ ।



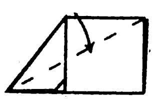
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी पुनः पट्याउनुहोस् ।



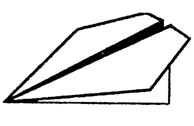
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी थोप्लाथोप्ला देखाएको रेखामा कागजलाई पट्याउनुहोस् ।



- अब बीचको सानो भागलाई माथितिर पट्याउनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी भित्रतिर ठीक आधा हुनेगरी फेरि पट्याउनुहोस् ।

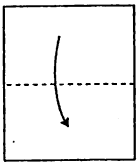


- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको माथिल्लो भाग थोप्लाथोप्ला देखाएको रेखाबाट भित्रतिर बिस्तारै पट्याउनुहोस् तथा अर्को पट्टि पनि यस्तैगरी पट्याउनुहोस् ।

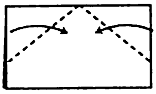


- यसरी कागजलाई राम्ररी पट्याएमा हावामा उड्ने कागजको हवाईजहाज तयार सक्छन् । यस्तो हवाईजहाजलाई बालबालिकाले आकाशतिर उडाएर खेल्न सक्छन् ।

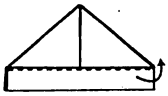
क्रियाकलाप – १० कागजको डुङ्गा



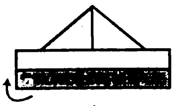
- एउटा आयताकार कागज लिनुहोस् । यसको लागि वर्गाकार कागजको आवश्यकता पर्दैन त्यसैले लाम्चो आकारको कागज लिनुपर्छ । यस कागजको मध्ये भागबाट पट्याइ आधा हुने गरी पट्याउनुहोस् ।



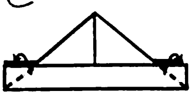
- चित्रमा देखाएंजस्तै गरी कागजको दुवै छेउबाट भित्रतिर पट्याउनुहोस् । यसरी पट्याउँदा कागज बराबर भागमा पट्याउनुपर्छ ।



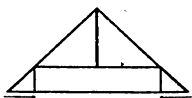
- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको तल्लो भागको अघिल्लो र पछिल्लो भागलाई दुवैतिरबाट पट्याउनुहोस् ।

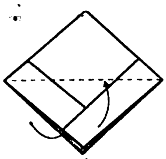


- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको दुवैतिरको छेउको भागलाई भित्रतिर पट्याउनुहोस् । अब त्यो कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ ।

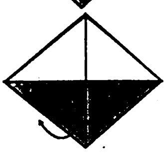


- उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी दुवैतिर पट्याउनुहोस् ।





- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको दुवै किनाराबाट भित्रतिर थिचेर उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै आकार बनाउनुहोस् ।



- अब कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी अर्को पट्टिको भागलाई पनि पट्याउनुहोस् ।

१ २ ३ ४ ५

- कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजका मध्य भाग रहेको दुई चोसालाई मात्र समातेर बाहिरतिर विस्तारै तान्नुहोस् । अब तपाईंको पानी तैरिने डुङ्गा तयार हुनछ । यसरी नै विद्यार्थीहरूलाई पनि सिकाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

ओरिगामी कला सिकाउनुको उद्देश्य विद्यार्थीहरूमा अनुशासन, धैर्य, लगनशीलता तथा कामप्रति उत्साह जगाउनु हो । त्यसैले उनीहरूले जाने नजानेको थाहा पाउन क्रियाकलाप गरेको हेरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । यो कार्यमा कागजलाई विभिन्न प्रकारले माथि तल दायाँवायाँ दुवैतिर पट्याउनुपर्ने हुँदा

विद्यार्थीहरूले गरिरहेको क्रियाकलापलाई अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । आवश्यक परेको बेलामा मात्र निर्देशन दिनुहोस् ।

६. थप सुझाव

- यसरी कागजबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउन सिकाउँदा बालबालिकाहरूले कापीको पाना धेरै च्यात्ने हुँदा उनीहरूलाई यस्ता वस्तुहरू बनाउन लगाउँदा काम नलाग्ने वा पुरानो कापीका पानाहरू तथा पुराना पत्रपत्रिकाको प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् र अवलोकन पनि गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले कागजलाई पट्याई बनाएका विभिन्न वस्तुहरूका आकारबाट अन्य कस्ताकस्ता आकारहरू पनि बन्न सक्छन्, त्यसमा विद्यार्थीहरूलाई प्रेरित गरी बनाउन लगाउनुहोस् ।
- ओरिगामी कार्यमा प्रयोग हुने विशेष किसिमका सङ्केतहरूलाई ध्यान दिई कार्य गराउनुहोस् ।

निर्माण

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- माटामा विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू प्रयोग गरी विभिन्न आकृतिहरू बनाउन ।
- दरिलो कागज काटेर / पट्याई जोडेर तीन आयमिक आकृति उभ्याउन ।
- सिन्का माटो र कागज प्रयोग गरेर झुन्ड्याउनुपर्ने आकृति निर्माण गर्न ।
- कागज र सिन्का प्रयोग गरेर हातमा लिने प्रकृतिको निर्माण गर्न ।
- कक्षा बाहिर पाइने ढुङ्गा, बालुवा, पात, छेस्का, लट्ठी आदि प्राकृतिक सामग्रीहरू सङ्कलन गरेर साना समूहहरूमा अर्थपूर्ण आकृतिहरू निर्माण गर्न ।

२. पाठ परिचय

विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूलाई काँटछाँट गरी आकार मिलाएर जोडेर तीन आयमिक कलाकृति बनाउने कामलाई निर्माण भनिएको छ । बालबालिकाले विभिन्न वस्तुहरूसँग खेल्ने र बनाउने काम गरिरहेका हुन्छन् । यस्तो बनाउने कामबाट उनीहरूका सीप र औँलाहरूको दक्षताको विकास भइराखेको छ । निर्माण कार्य गर्नाले विद्यालयको शैक्षिक वातावरण बालकेन्द्रित बन्न जान्छ । निर्माणको यस पाठले माटो, कागज तथा विभिन्न प्रकृतिक वस्तुहरूको प्रयोगद्वारा समस्या समाधान गर्ने सीप र सिर्जनात्मक सोचको विकास गर्ने अवसरहरू प्रदान गर्न सक्छ भन्ने ज्ञान दिन खोजिएको छ ।

३. शैक्षिक सामग्रीहरू

(क) मुछेर तयार पारेको माटो

(ख) कार्टुन वक्स, औषधी वा कागजको बट्टा, मिठाइको बट्टा, शुभकामना कार्डहरू आदि विभिन्न किसिमका बाक्लो कागज

(ग) विभिन्न मोटाइ र लम्बाइका बाँसका सिन्काहरू अथवा उतिसको डाँठ, नरकट, ढोड इत्यादि

(घ) प्वाँख, पात, ढुङ्गा बालुवा, मकैको खोया, आँपको कोया आदि कक्षा बाहिर पाइने प्राकृतिक वस्तुहरू

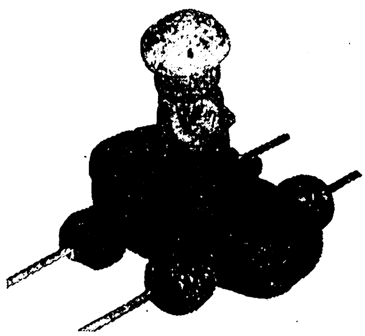
(ङ) कैँची, चक्कु, किल्ला र हथैडी, सियो धागो जस्ता औजारहरू

(च) सेलोटेप, सिसाकलाप, स्केल रङ्गीन मार्कर, मसी जस्ता स्टेसनरीहरू

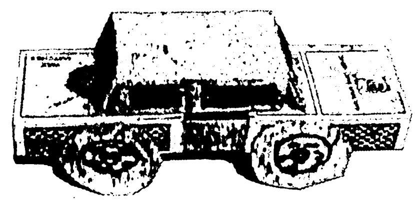
४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

क्रियाकलाप- १ माटो र सिन्काको प्रयोगबाट वस्तु निर्माण

- किताबको पाना ७७ मा भएको माटाको गाडी र चराको चित्र हेर्न लगाउनुहोस् र यी दुई वस्तुहरूको निर्माण कसरी बनेका छन् सोध्नुहोस् ।
- पाठ र अभ्यास पढ्न लगाउनुहोस् ।
- चार या पाँच जना विद्यार्थीको समूह बनाई प्रत्येक समूहलाई पुग्ने गरी बाक्लो कागज, सिन्का, पात, माटो इत्यादि सामग्रीहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- एकअर्कासित अन्तरक्रिया गर्दै माटामा सिन्का, पात आदि घोपेर वा प्रयोग गरेर प्रतीकात्मक आकृतिहरू बनाउने अनुसन्धान गर्न लगाउनुहोस् ।
- केही समय अनुसन्धान गरेपछि तिनै सामग्रीहरू प्रयोग गरेर आफ्नो इच्छाअनुसार जनावर, चरा, मन्दिर, रूख जस्ता वस्तुहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- केही समय अन्तरक्रिया र खेललाई दिनुहोस् ।



माटोको गाडी



बट्टाको गाडी

- कागजको पानाको टुक्रामा नाम लेख्न लगाई बनाएको आकृतिलाई त्यसमाथि राखेर प्रदर्शन गर्ने टेबलमा राख्न लगाउनुहोस् ।
- काम सकेपछि सफाइ गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रदर्शन गरेपछि बालबालिकाहरूलाई नै दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप - २ हाते पुतली

- हाते पुतली कुनै कथाको पात्र जस्तै बनाउन उपयुक्त हुने हुनाले मेरो नेपाली किताबको कुनै कथा रोज्नुहोस् ।

- निर्माण पाठको दोस्रो पाना पढ्न लगाई हाते पुतलीको चित्र बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- आफूले छानेको या विद्यार्थीहरूले छानेको कथामा भएका पात्रहरूका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- कसले कुन पात्र बनाउने भन्नेबारे छलफल गरी निर्णय गराउनुहोस् ।
- बाक्लो कागज या कार्टुन बक्सको कार्डबोर्ड वितरण गरी त्यसमा आफ्नो पात्रको जिउको मात्र चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
- हातखुट्टा छुट्टाछुट्टै र जिउ छुट्टै काटेर निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- हातखुट्टा र जिउमा दुवैतिर रङ दल्न लगाउनुहोस् ।
- जिउको तलको भागमा मोटो सिन्का या आधा गरी चिरेको ढोड टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- हातखुट्टा टाँस्न या सिन्काले अड्काउन लगाउनुहोस् ।
- पात्रको कान, नाक, सिङ, जुत्ता जस्ता अङ्गहरू विभिन्न किसिमका वस्तुहरूबाट बनाएर टाँस्न या अड्याउन लगाउनुहोस् ।
- समूहमा बसेर आफ्नो मात्र हातमा लिएर कथा भन्न लगाउनुहोस् ।

बक्लो कागजलाई काँटेर बनाएको खेलौना

क्रियाकलाप - ३ झुण्याउने खेलौना

- प्राय: उडिराख्ने, झुन्डिने या हातमा नै रहने विषयवस्तुका बारेमा झुन्ड्याउने खेलौना बनाउन सकिन्छ, जस्तै : ताराहरू, चराहरू या रूखमा आँप स्याउ इत्यादि ।
- भुइँमा राख्न नपर्ने प्रकृतिका वस्तुहरूका बारेमा पनि छलफल गराउनुहोस् र नमुना पनि देखाउनुहोस् । पाठमा भएको झुन्ड्याउने खेलौनाका चित्र पनि हेर्न लगाउनुहोस् ।
- एउटा मात्र या चारओटासम्म आफूलाई मन परेको वस्तु बनाउन सकिन्छ भन्नुहोस् ।
- कार्डबोर्ड, खोया, पात, प्वाख जस्ता सामग्रीहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- यी सामग्रीहरू काट्न र जोड्न आवश्यक पर्ने औजारहरू र गुँद या टेप वितरण गर्नुहोस् ।
- काटेको र जोडेका आकृतिहरूमा रङ दल्न, कागज टाँस्न या रेखा चित्रहरू कोर्न लगाउनुहोस् ।
- सीधा गरी झुन्ड्याउने किसिमले धागोले बाँध्न लगाउनुहोस् ।

- झुन्ड्याउनुपर्ने आकृतिहरूको सङ्ख्या हेरेर सिन्काको प्रयोग गरी X आकारको Hanger बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सो हेङ्गरको टुप्पोमा आकृतिहरू बाँधेर मिलाउन सिकाउनुहोस् ।
- कक्षाकोठाको दलिनमा किला ठोकेर झुन्ड्याएर प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप - ४ कागजका बट्टाबाट निर्माण कार्य

- सलाइको बट्टा जोडेर बनाएको गाडी, कुकुर र घरहरूको पाठमा देखाइएको कागजका बट्टाबाट बनेका कलाकृतिहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- कक्षामा सबैलाई एकभन्दा बढी पुग्नेगरी कागजका बुट्टाहरू जम्मा गरी वितरण गर्नुहोस् ।
- बट्टालाई खोलेर केही जोड्ने, बीचबीचमा काटेर झ्याल बनाउने, अरू कागजका टुक्राहरू थप्ने, टाँस्ने जस्ता कार्य (अनुसन्धान) गर्न लगाउनुहोस् ।
- गम या स्टेप्लरको प्रयोग गरी विभिन्न तरिकाले जोडेर समस्या समाधान गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आफूले बनाउन खोजेको घर, गाडी, जनावर इत्यादिमा भएका रङ, झ्याल ढोका या वस्तुअनुसारको अभिन्न अङ्ग उपलब्ध कागज, काठका टुक्रा, सिन्का इत्यादि प्रयोग गरी बनाउन लगाउनुहोस् ।

कागजका बट्टा तथा बक्ला कागजबाट बनाइएका वस्तुहरू

- आवश्यकताअनुसार रङ्गीन मार्करले रङ लगाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आफ्नो कामको मुनिपट्टि नाम लेख्न लगाउनुहोस् र क्रियाकलाप १ मा जस्तै प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

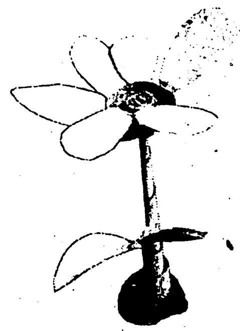
क्रियाकलाप - ५ **बाक्लो कागज काट्ने र जोड्ने अनुसन्धान**

- पाठको तेस्रो पानामा भएको फूलको चित्रमा निमन्त्रणा कागज काटी एउटा पातलो पट्टिलाई घुमाउरो बनाई त्यसको बीचमा अर्को बटारेको कागज घुसारी गुँदले टाँसेको छ । त्यसमा कागजका पुष्पदलहरू काटी टुप्पो बङ्ग्याई गुँदले टाँसेको अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूलाई काट्ने र जोड्ने केके तरिकाहरू हुन सक्दछन् ? सोध्नुहोस् र त्यसबारे बताउनुहोस् ।
- यसरी नै कागजमा काट्ने, जोड्ने, मिलाउने र तीन आयामिक आकृति बनाउने अनुसन्धान गर्न तिमीहरू पनि सक्छौ भनी प्रेरित गर्नुहोस् ।
- निमन्त्रणा पत्र या शुभकामना कार्डजस्तो बाक्लो कागज, कैंची, गुँद, सिन्का इत्यादि वितरण गर्नुहोस् ।
- काट्ने, जोड्ने र कागजलाई आकार दिने विभिन्न अनुसन्धान गर्न लगाउनुहोस् ।

कागजलाई गम लगाई जोडिरहेको

- आफूले अनुसन्धान गरेर सिकेको तरिका अरूलाई पनि बताउँदै आफ्नो इच्छाअनुसार विभिन्न आकृतिहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- अनुसन्धान सिर्जनात्मक प्रयोग र बनाउन खोजेको अभिव्यक्तिको स्तरको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । यस्तै प्रक्रिया अपनाई विभिन्न वस्तुहरू बनाउन प्रेरणा दिनुहोस् ।



५. मूल्याङ्कन

- बालबालि . . . मुहारमा देखिने सन्तुष्टि, सामग्रीहरूको सीपयुक्त प्रयोग, प्रस्तुति र बनाएको विषयवस्तु देखिने बौद्धिक विकासको स्तरअनुसार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाले निर्माण कार्य गरिराखेको वेला उसको सीप स्तर, वस्तुहरूको उचित प्रयोग, एउटै वस्तुलाई विभिन्न तरिकाले र विभिन्न प्रयोगका लागि उपयोग गरेको सिर्जनशीलता, औजारहरूको प्रयोग इत्यादिको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।
- विद्यार्थीले के बनाउने प्रयास गर्दैछन् र त्यस विषय बारेमा उसले के सोच राख्छ या के सम्बन्ध छ, छोटो वार्तालाप गरेर पत्ता लगाउन सकिन्छ । यसो गर्दा उसको अभिव्यक्तिका बारेमा धेरै कुरा थाहा पाइन्छ ।
- शिक्षकले माथि उल्लेख भएका तरिकाहरू प्रयोग गर्नुपर्छ । एउटा पाठमा सबैको काम सबै तरिकाले मूल्याङ्कन गर्न नसकिए पनि एउटा तरिकाले गरेको हुनुपर्छ ।

६. थप सुझाव

- निर्माणमा उपयोगी हुनसक्ने वस्तुहरू बटुल्ने र भण्डार गर्ने काम वर्षभरि नै गरिराख्ने बानी बसाल्नुपर्छ ।
- मोविकलजस्तो बलियो गुँद प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- औजारहरू काट्न सक्ने तथा भरपर्दो हुनुपर्छ ।
- शैक्षिक सामग्रीहरूको सङ्कलनमा विद्यार्थीहरूको सहयोग लिए तापनि कक्षा सुरुहुनुअघि सबै कुरा तयार हुनुपर्छ ।

सङ्गीत

स्वरलिपिबारे केही जानकारी

सङ्गीत र स्वरलिपिको आत्मीय सम्बन्ध छ । स्वरलिपिविना सङ्गीत सार्थक हुँदैन । स्वरलिपि भन्नाले स्वरको लिपि भन्ने सीधा अर्थ लाग्छ तर खास अर्थमा कविता अथवा गीतको शब्द अथवा धुनलाई स्वर र तालमा बाँधेर लेखिन्छ । त्यसलाई स्वरलिपि भनिन्छ । त्यसैले कुनै पनि सङ्गीतबारे तथा स्वर अभ्यास गर्न स्वरलिपि जान्नु आवश्यक छ । स्वरलिपि लेख्दा विभिन्न चिह्नहरू प्रयोग गरिन्छन्। राष्ट्रिय गान र कक्षागत गीतको स्वर लिपिका लागि तल लेखिएअनुसारका चिह्नहरू प्रयोग गरिएका छन् :

(१) **सा** = यो गीत र वाद्यमा प्रयोग हुने मुख्य स्वर हो । यही स्वरका आधारमा गीत गाइन्छ र बजाइन्छ ।

(२) **o** = यो खाली देखाउँदा प्रयोग गरिने चिह्न हो ।

(३) **–** = यो स्वर तान्नु पर्दा वा लम्ब्याउन प्रयोग गरिने चिह्न हो ।

(४) **S** = यो शब्दको उच्चारण बढाउँदा प्रयोग गरिने चिह्न हो ।

(५) **⌣** = यस्तो चिह्नभित्र जतिओटा स्वर अक्षर पर्छन्, ती सबैलाई एकै मात्रा (गन्ती) मा गाउनु वा बजाउनुपर्छ ।

(६) **प-ध** (⌣) = यस्तोमा अघिल्लो "**प**" स्वरलाई डेढ मात्रा र "**ध**" लाई आधा मात्राका हिसाबले गाउनु वा बजाउनुपर्छ ।

(८) **सा--सा** (⌣) = यस्तोमा एक मात्राभित्रमा पहिलो "**सा**" लाई तीन चौथाइ र अर्को "**सा**" लाई एक चौथाइका मात्राको हिसाबले गाउनु वा बजाउनुपर्छ ।

(९) **ध प म** = यस्तो चिह्नमा एक मात्रामा तीन स्वर बराबरी गरी लिनुपर्छ ।

(१०) **सा, ग, म, रे** = यस्ता प्रकारको स्वरहरू जसमा कुनै पनि चिह्नको प्रयोग गरिएको हुँदैन, यस्ता स्वरहरूलाई शुद्ध स्वर भनिन्छ ।

(११) **प़** = यसलाई मन्द्र सप्तकको "**प**" स्वर भनी बुझ्नुपर्छ ।

(१२) **मॅ** = यसलाई तीव्र "**म**" अर्थात् आधा स्वर चढेको स्वर भनी बुझ्नुपर्छ ।

(१३) **रें** = यसलाई तार सप्तकको "रे" स्वर भनी बुझ्नुपर्छ । यदि "रे" को मुनि धर्सा भए कोमल स्वर भनी बुझ्नुपर्छ ।

(१४) **ग॒** = यस प्रकारको स्वरको मुनि धर्सा लेखिएमा कोमल स्वर अर्थात् आधा स्वर ओर्लेको भनी बुझ्नुपर्छ ।

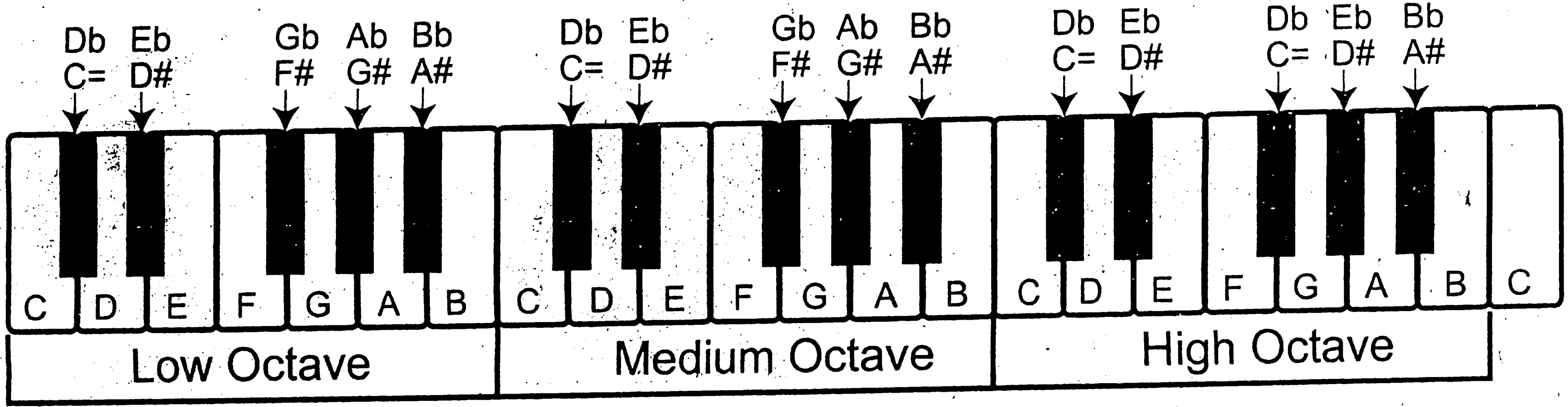
(१५) ४/४ = यो अङ्ग्रेजी पद्धतिको तालको सङ्केत हो । यसले चार वा आठमात्रा (गन्ती) को बोल भएको ताल बुझाउँछ, जस्तै : कहरवा तालमा ८ मात्राको बोल भए तापनि ठीक गतिले गन्दा ४ मात्रामा गनिन्छ र बोलचाहिँ दुईगुणा छिटो बजाइन्छ ।

(१६) $\frac{६}{८}$ = यो पनि अङ्ग्रेजी पद्धतिकै ताल सङ्केत हो, जसले छ मात्राको बोल भएको ताल बुझाउँछ, जस्तै : झ्याउरे ताल, तर यसको गन्ती भने २ हुन्छ किनभने तीनतीन मात्रालाई ⌣ यस्तो चिह्नले एकएक मात्रामा छुट्याइएको हुन्छ ।

(१७) 𝄋 = यसलाई चिह्न जाने पनि भन्छन्, अर्थात् यस्तो चिह्न भएको ठाउँबाट फेरि सुरु गरी अरू अन्तरा गाउने भनी बुझ्नुपर्छ ।

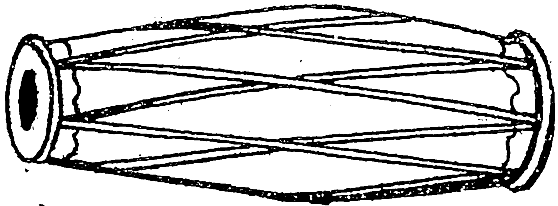
हार्मोनियम पर्दाको नाम र स्थान

(Keyboard cᶠ Harmonium)



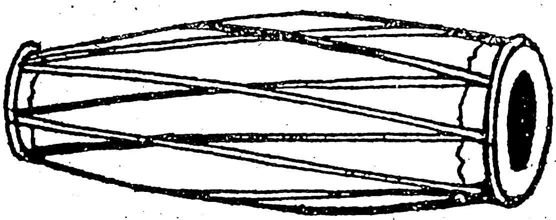
# (Sharp)	= Half note higher note		तीव्र	= आधा स्वर चढेको स्वर (मॅ = तीव्र =)
b (Flat)	= Half note lower note		कोमल	= आधा स्वर ओर्लेको स्वर (<u>ग</u> = कोमल ग)
♮ (Natural)	Low octave	= मन्द्र सप्तक		= स्वर स्थान - सा़ रे़ ग़ म़ प़ ध़ नि़
	Medium octave	= मध्य सप्तक		= स्वर स्थान - सा रे ग म प ध नि
	High octave	= तार सप्तक		= स्वर स्थान - सां रें गं मं पं धं निं

मादल



दाहिने अर्थात् सानो भाग (भाले)

दाहिनेपट्टिबाट निस्कने बोलहरू ती, ताङ, ना, पाक

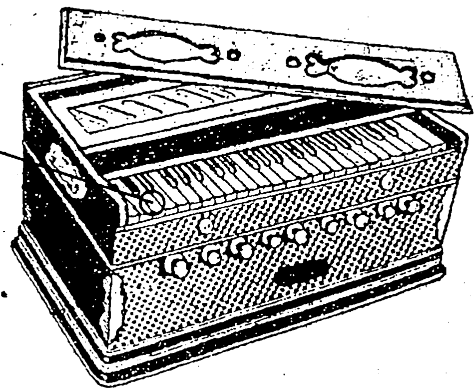


देब्रे अर्थात् ठूलो भाग (पोथी)

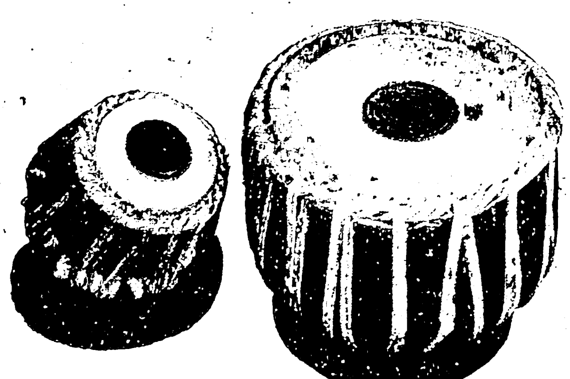
देब्रे पट्टिबाट निस्केने बोलहरू क, धीं, धीं

हर्मोनियम बाजा

यस पर्दामा औँलाले थिचेर मध्य सतकको 'सा' स्वर निकालिन्छ ।



तबला



पाठ १

म राष्ट्रिय गान गाउँछु

घन्टी - ४

१. उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- लय मिलाएर राष्ट्रिय गान गाउन ।
- राष्ट्रिय गानको शब्दार्थ तथा यसको भावबारे जानकारी पाई गान गाउन ।
- तालमा एल वा समूहमा राष्ट्रिय गान गाउन ।
- गेयात्मक र लयात्मक तरिकाले शिक्षण कार्य गर्न ।

२. परिचय

यस पाठमा रहेको राष्ट्रिय गानको माध्यमबाट विद्यार्थीहरूमा राष्ट्र तथा राष्ट्रियताबारे ज्ञान दिई उक्त राष्ट्रिय गानलाई सही तरिकाले विभिन्न कार्यक्रम, समारोह आदिमा ताल मिलाई गाउन अभिप्रेरित गरी गाउन सिकाउनु हो । यस गानलाई अभ्यास गराउँदा विद्यार्थीहरूलाई मादल वा तबला तथा हर्मोनियम बाजाको तालमा गाउन लगाउनु राम्रो हुनेछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

मादल, तबल या हर्मोनियम बाजा आदि । पुनश्च: यी सामग्रीहरू उपलब्ध नभएमा हातले ताली पिटेर शिक्षण गर्न सकिन्छ ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

क्रियाकलाप - १ राष्ट्रिय गान

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई राष्ट्रिय गानका रचनाकार व्याकुल माइला (प्रदिप कुमार राई) र अम्बर गुरुङले सङ्गीत भरेका हुन भनी बताइदिनुहोस् ।
- राष्ट्रिय गानलाई प्रस्टसँग कालोपाटी वा कार्डबोडमा खण्ड-खण्ड मिलाएर सबैले देख्ने गरी लेखी टाँस्नुहोस् ।
- त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई पङ्क्तीबद्ध मिलाएर उभ्याउनुहोस् ।
- लेखिएको राष्ट्रिय गानलाई पहिला शिक्षक स्वयम्ले गाएर देखाइपछि विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् । यसरी गाउदा लय मिलाएर गाउन लगाउनुहोस् ।

राष्ट्रिय गान

सयौं थुँगा फूलका हामी एउटै माला नेपाली
सार्वभौम फैलिएका मेची महाकाली
प्रकृतिका कोटिकोटि सम्पदाको आँचल
वीरहरूका रगतले स्वतन्त्र र अटल
ज्ञानभूमि शान्तिभूमि तराई पहाड हिमाल
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल
बहुल जाति भाषा धर्म संस्कृति छन् विशाल
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो जय जय नेपाल

- राष्ट्रिय गानको अभ्यास एकल वा समूहमा पनि गराउनुहोस् ।
- तल लेखिएका राष्ट्रिष्य गानको स्वरलिपि बिस्तारै स्वर मिलाएर गाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।

राष्ट्रिय गानको स्परलिपि

जी माइनर ६/८ — रचना - व्याकुल माइला

(प लाई सा मानेर) — सङ्गीत - अमर गुरूङ

ग-रे	सा - नि़	सा - ग	म - प	ग - रे	सा - नि़	सा - नि़	प़ - -
सऽयौं	थुङगा	फुलका	हाऽमी	एउटै	माऽला	नेऽपा	लीऽऽ
ग-म	प़ - नि़	सा - ग	म - प	ग - रे	सा रे नि़	सा - -	सा - -
साऽर्व	भौमभै	फैऽलि	एऽका	मेऽची	मऽहा	काऽऽ	लीऽऽ
प़-प़	सा - सा	नि़ सा नि़	प़ - प़	सा - सा	प - म	ग - सा	म - -
पऽकृ	तिऽका	कोऽटी	कोऽटी	सम्प	दाऽको	आँऽच	लऽऽ
पमग	मगसा	ग सा नि़	सा नि़ प़	सा - प	म-सा	ग - ग	ग - -
वीरह	रूऽको	रऽत	तऽले	स्वऽतन्	त्रऽर	अऽट	लऽऽ
ग-रे	सा - नि़	सा - ग	म - प	ग - रे	सा - नि़	सा - नि़	प़ - -
ज्ञाऽन	भूऽमि	शान्ति	भूऽमी	तऽराई	पहाड	हिऽमा	लऽऽ
ग-म	प़ - नि़	सा - ग	म - प	ग - रे	सा नि़	सा - -	सा - -
अऽखन्	डऽयो	प्याऽरो	हाऽम्रो	माऽतृ	भूऽमि	नेऽपा	लऽऽ
प़-प़	सा - सा	नि़ सा नि़	प़ - प़	सा - सा	प-म	ग - सा	म - -
बऽहुल्	जाऽती	भाऽषा	धऽर्म	संस्कृ	तिऽछन	विऽशा	लऽऽ
पमग	मगसा	ग सा नि़	सा नि़ प़	सा - सा	प-प	म - -	ग - सा
अऽग्र	गाऽमी	राऽष्ट्र	हाऽम्रो	जऽय	जऽय	नेऽऽ	पाऽऽ
ग - -	- - -						
लऽऽ	ऽऽऽ						

स्वरलिपि - धनबहादुर गोपाली

५. मूल्याङ्कन विधि

- विद्यार्थीहरूले रीष्ट्रिय गान गाएको सुनी आवश्यकताअनुसार निर्देशन दिनुहोस् ।
- एक वा समूहमा गाएको सुनेर
- विद्यार्थीहरूलाई तालमा एकल वा समूहमा राष्ट्रिय गान गाउन लगाएर

६. थप सुझाव

- विद्यार्थीहरूलाई यो गान बारम्बार गाउन लगाउनुहोस् ।
- तालमा यो गान गाउन प्रेरित गर्नुहोस् । साथै कुनै ताल बादन जस्तै : मादल, तबला वा हर्मोनियम आदिमा पनि अभ्यास गराउनुहोस् ।

कक्षागत गीत

घन्टी - २

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- योे कक्षागत गीत झ्याउरे ६/८ तालको भएको हुँदा विद्यार्थीहरूले झ्याउरे तालमा ताली बजाउन ।
- गेयात्मक तथा लयात्मक तरिकाले रमाइलोसँग गीत गाउन ।
- गीतको माध्यमबाट शब्द र भाषाको ज्ञान दिन ।

२. पाठ परिचय

स-साना बालबालिकाहरूलाई गीतको माध्यमबाट राष्ट्रिय भावना जगाउने उद्देश्यले कक्षागत गीतहरू बनाइएको हो । राष्ट्र र राष्ट्रियताप्रति आस्थावान नागरिक तयार गरी राष्ट्रिय उद्देश्य परिपूर्ति गर्न यी कक्षागत गीतहरूले महत्त्वपूर्ण सघाउ पुऱ्याउँछन् । कक्षा ३ का विद्यार्थीले गाउनुपर्ने कक्षागत गीतमा 'धेरै पठ्छौं धेरै लेख्छौं, सानासाना नानी' भन्ने महत्त्वपूर्ण सन्देश दिइएको छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

हा॰ यम, तबला, मादल, ढोलक, चाँप, खैजडी, घन्टी, काठका टुक्रा, टेबुल आदि ।

नोट : यी कुनै पनि सामग्री उपलब्ध नभएमा तालीमात्र पिटेर पनि सिकाउन सकिन्छ ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- कक्षागत गीत सिकाउनुभन्दा पहिले सबै विद्यार्थीलाई पङ्क्तिमा उभिन लगाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीतलाई स्थानीय उपलब्ध बाजा वा हार्मोनियमको मध्य सप्तकको दोस्रो कालो पर्दा अर्थात Eb लाई आधार स्वर (Key Note) मानिएको छ । Eb स्वरलाई हार्मोनियममा बजाएर सबै विद्यार्थीलाई **'सा'** स्वर केही बेरसम्म गाउन लगाउनुहोस् । यदि हार्मोनियम नभएमा कुनै पनि एक स्वरलाई **'सा'** मानेर गाउन लगाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीत गाउनुभन्दा अगाडि सबै विद्यार्थीलाई उभिन लगाउनुहोस् । शिक्षक आफैँले कक्षागत गीतमा बज्ने (खेम्टा ६/८) झ्याउरेताललाई दुईचार पटक ताली बजाएर देखाउनुहोस्, पछि विद्यार्थीहरूलाई पनि सँगै ताली बजाउन लगाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीतको पहिलो हरफको स्वरलिपिलाई कालोपाटीमा लेखेर देखाइदिएपछि शिक्षकले उक्त स्वरलिपिलाई गाएर सुनाइसकेपछि विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् ।

  जस्तै : ग - प सां - - । नि - - ध - - । प - - ध - प । ग - - - - - ।

  यदि एक हरफ विद्यार्थीले गाउन नसकेमा आधा हरफ मात्र गाउन लगाउनुहोस् ।

  जस्तै : ग - प सा - - । नि - - ध - - ।

- स्वरलिपि गाइसकेपछि त्यसको मुनि लेखिएका शब्दलाई पनि सोही स्वरमा मिलाएर आफैँले दुईचार पटक गाएर सुनाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् ।

  जस्तै: लऽऽ लऽऽ । लऽऽ लऽऽ । लऽऽ लऽऽ । लऽऽ ऽऽऽ ।
- यस प्रकारले पहिला गीतको स्थायीलाई एकएक हरफ वा आधाआधा हरफ गर्दै गाउन सिकाउनुहोस् ।
- स्थायी पूरा गाउन सक्ने भएपछि अन्तरा पनि पहिलेजस्तै गरी सिकाउनुहोस् ।
- पूरा गीत सिकाइसकेपछि सुरुमा सबैले एकै पटक सुरुदेखि अन्तसम्म दुईचार पटक गाउन लगाउनुहोस् ।
- समूहमा गाउन सक्ने भएपछि समयअनुकूल भएसम्म एकएक जनालाई गाउन लगाउनुहोस् । यसो गर्दा सबैलाई ताली पिट्न लगाउनुहोस् । सम्भव भए विद्यार्थीहरूमध्येबाट वा शिक्षकले मादल बजाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- खेमटा वा झ्याउरे तालमा ताली पिट्न लगाएर
- कक्षागत गीत सामूहिक र एकएक जनालाई गाउन लगाएर
- झ्याउरे तालमा भएका स्थानीय वा प्रचलित गीतहरू गाउन लगाएर

६ थप सुझाव

- यदि वाद्य सामग्री नभएमा ताली मात्र बजाएर पनि सिकाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीत सिकाउनुभन्दा अगाडि शिक्षकले राम्ररी क्यासेट सुनेर गीत गाउन सक्ने हुनुपर्दछ ।
- शिक्षकले स्वरलिपिको आधारमा कक्षागत गीत सिकाउनका लागि सङ्गीतको आधारभूत तालिम लिनु अनिवार्य हुन्छ । अन्यथा यो कार्य सम्भव हुँदैन ।

बालगीत

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- लय मिलाएर बालगीत गाउन ।
- बालगीतमा भएका शब्द र यसको भाव थाहा पाउन ।
- बालगीत गाउँदा सँगसँगै ताली बजाउन ।
- बालगीतलाई आठमात्राको ख्याली (कहरवा) ताल र छ मात्राको झ्याउरे (खेम्टा) तालमा गाउन,
- बालगीतलाई आफूले जानेको विभिन्न गतिको धुनमा मिलाएर गाउन ।
- यस्तै खालका स्थानीय गीत वा अन्य गीतहरूलाई ताली बजाएर गाउन ।
- बालगीतलाई तालबद्ध गरी लेख्न ।

२. पाठ परिचय

"किताब तिम्रो गुणको बखान" यस पाठमा स-साना विद्यार्थीलाई गतिको माध्यमबाट किताबमा लेखिएका विभिन्न ज्ञानका कुराहरू पढ्न प्रेरित गरेको छ । गेयात्मक र लयात्मक तरिकाले पठनपाठन गर्दा स-साना बालबालिकाका सहज र सरल गरिकाले ती कुरालाई आफ्नो कलियो मस्तिकमा राख्छन् । यसरी ५०नपाठन गराउँदा रमाइलो वातावरण बन्नुका साथै पढाइ प्रभावकारी हुन्छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

मादल, डम्फू, ढोलक, खैजडी, चाँप, हार्मोनियम, तवला, काठका टुक्रा, स्थानीय बाजाहरू आदि । बाद्य सामग्री नभएमा ताली बजाएर पनि यस्ता क्रियाकलाप गर्न सकिन्छ ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- शिक्षकले यस पाठमा रहेको बालगीतलाई कालोपाटी वा सेतो कागजमा खण्ड मिलाई लेखेर देखाउनुहोस् ।
- यसरी खण्ड बनाउँदा ४ वा ८ मात्राको ख्याली (कहरवा) ताल अथवा ६ मात्राको झ्याउरे तालमध्ये आफूलाई आउने गतिको तालमा बनाउनुहोस् ।
- आफैले जानेको कुनै पनि बालगीत वा गीत गाउनुहोस् ।
- खण्ड बनाइएअनुसार शिक्षक आफैँले सुरुमा दुई चार पटक ताली बजाएर देखाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि आफूसँग ताली बजाउन लगाउनुहोस् ।
- कालोपाटीमा लेखेअनुसार शिक्षकले पहिला दुई चार पटक बालगीत गाएर सुनाउनुहोस् । यसरी गाउँदा विद्यार्थीहरूलाई ताली बजाउन लगाउनुहोस् ।

- त्यसपछि बालगीतको एक हरफ शिक्षक आफैले गाएर सुनाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् । उक्त हरफ विद्यार्थीहरूले गाउन नजानुन्जेलसम्म माथिको क्रिया दोहोऱ्याउनुहोस् ।
- पहिलो हरफ गाउन सक्ने भएपछि क्रमैसँग अरू हरफ पनि माथिजस्तै गरी एक पटक शिक्षकले गाएर सुनाउनुहोस्, अर्कोपटक विद्यार्थीहरूलाई अभ्यास गराउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले गाउन नसकुन्जेल यसलाई निरन्तर गराउनुहोस् ।
- यसरी पूरा गतिको अभ्यास गरिसकेपछि आफूसँगै विद्यार्थीहरूलाई सुरुदेखि अन्तिमसम्म गाउन लगाउनुहोस् ।
- यसरी गाउन लगाउँदा जहाँजहाँ विद्यार्थीहरूले गाउन सक्दैनन् त्यहाँ शिक्षकले गाएर सुनाउनुहोस् ।
- पूरा गति गाउन सक्ने भएपछि विद्यार्थीहरूलाई उभिन लगाउनुहोस् र सामूहिक रूपमा, समूहसमूहमा एवम् सम्भव भएमा एकएक जनालाई पनि गाउन लगाउनुहोस् । कहीं कसैले बिगारेमा सुधार्न लगाउनुहोस् ।
- उपलब्ध भएमा मादल, डम्फु, ढोलक बजाउन लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- चारचार मात्रा गन्ती गर्दै ताली बजाउन लगाएर
- तीनतीन मात्रा गन्ती गर्दै ताली बजाउन लगाएर
- बालगीतलाई सामूहिक, समूहसमूहमा र एक्लाएक्लै गाउन लगाएर
- बालगीतमा ताली बजाउन लगाएर
- स्थानीय गति एवम् रेडियोबाट बज्ने गति गाउन लगाएर

  समूहसमूह बनाई एक समूहले अर्को समूहलाई बालगीत सिकाउन लगाएर
- उपलब्ध भएमा मादल, डम्फु, खैजडी, ढोलक बजाउन लगाएर ।

६. थप सुझाव

- वाद्य सामग्री उपलब्ध भएमा बाजा बजाएर सिकाउनुहोस् । यदी उपलब्ध नभएमा स्थानीय उपलब्ध वस्तुको प्रयोग गरेर वा ताली बजाएर गाउन सिकाउनुहोस् ।
- यो कार्य सरल तरिकाबाट सिकाउन शिक्षकले सङ्गीतको आधारभूत तालिम अनिवार्य रूपमा लिनुहोस् ।

बालगीत '**किताब तिम्रो गुणको बखान**' लाई कालो पाटीमा तल दिइएकोजस्तै गरी लेख्ने लेख्नुहोस् :

१	२	३	४	५	६	७	८
किता	वS	तिम्	रोS	गुन	कोव	खाS	नS
केS	गर्न	सक्थें	मS	छुS	हैअन्	जाS	नS
सधै	नS	मानी	कन	कती	SS	झर्	कोS
दिन्	छौ	बताइ	कन	ज्ञाS	नS	अर्	काS

कथा	SS	कहा	नीS	इति	हास	नाS	नाS
विज्ञा	नऔ	ज्ञाS	नS	नयाँ	Sषु	रा	नाS
एक	एक	हर्	लैङ्ग	गरी	Sम	लाS	ईS
सम्	पूर्ण	दिन्	छौ	तिम्रो	नै	ताS	ईS

यसैगरी आठ मात्राको ख्याली तालमा खण्ड मिलाएर पूरा गति लेख्नुहोस् ।

बालगीत **'किताब तिम्रो गुणको वखान'** लाई ६ मात्राको झ्याउरे तालमा तल देखाएजस्तै गरी लेख्नुहोस् :

१ २ ३	४ ५ ६	१	२	१	२	१	२
किताS	वSS	तिमS	रोSS	गुणS	कोSव	खाSS	नSS
केSS	गर्नS	सकS	थेS	मछुS	हैअन्	जाSS	नSS
सधैँS	नभाS	नीSS	कनS	कतीS	SSS	भर्S	कोSS
दिन्S	छौ S व	तयS	कनS	ज्ञाSS	नSS	अर्S	कोSS

यसै गरी पूरा गीत लेख्नुहोस् । यसरी झ्याउरे भाकामा लेख्दा र गाउन सिकाउँदा तीन मात्रा बराबर एक गन्ती गर्दा सजिलो पर्दछ । यसरी नै अन्य बालगीतहरूलाई पनि लेख्नुहोस् ।

म राष्ट्रिय गीत गाउँछु

१	२	३	४	५	६	७	८
एS	कैS	देश	काS	सन्	तान	हाS	मीS
कोS	टाS	ढाS	कोS	नजी	Sक	कोS	SS
रग	तस	वैS	कोS	राS	तोS	भS	एS
कुन	धS	नी	कुन	गरि	Sव	काऽ	SS

म गाउँ खाने कविता गाउँछु

१	२	३	४	४	६	७	८
भन	जति	ताच्	छौ	भन	उति	ठू	लो
दे	रिन्छ	वS	ढेS	को	S	S	S
नS	तछे	सम्	मS	जस्	ताको	तस्	तैS
त्योS	हुन्छ	रS	हेS	को	S	S	S

केS	होला	त्यस	तो	कुन	चाहिँ	वS	स्तुS
भनि	देउ	मS	लाS	ईS	S	S	S
नS	भने	दे	खिS	मैS	भनि	दिन्	छुS
गाउँ	दे	मS	ला	ई	S	S	S

म घामछायाँ कविता गाउछु

१	२	३	४	५	६	७	८
कति	राम्रो	छाS	याS	कति	राम्रो	घाS	मS
चउ	रमा	लेख	छन	दुवै	एकै	ठाS	उS
खोला	वारि	वाS	रS	खोला	पारि	तर	र्छन
डाडा	वारि	पाS	रिS	लुका	मारि	गर	छन

तालमा ताली बजाऔं

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- समान गतिमा ताली बजाउन ।
- ताली बजाउँदै आठ गन्ती गर्न ।
- ख्याली तालमा आठ वा चार मात्रा हुन्छ भन्ने जानकारी लिन तथा तालमा मादल बजाउन ।
- दुई गन्तीमा एक ताली बजाउन ।
- समान (बराबर) र दुगुनको साधारण ज्ञान दिन ।
- तवला वा ढोलकमा बजाइने आठ मात्राको कहरवा तालको जानकारी दिन ।
- ख्याली तालमा गाइने सरल गीतहरूबारे थाहा पाइ मादल बजाउन ।
- साधारण तरिकाले मादल बजाउन ।

२. पाठ परिचय

स-साना बालबालिकालाई लयात्मक तरिकाले ताली बजाउने अभ्यास गराउँदा उनीहरूमा लयको ज्ञान अभिवृद्धि हुन्छ । यस्तो अभ्यासले बालगीत, कक्षागत गीत लगायत आफूले जानेका अरू गीतहरू गाउँदा तालमा मिल.. गाउन मद्दत पुग्छ ।

नेपाली लोक गीतमा अत्यधिक प्रयोग हुने लोक बाजा मादल हो । यो बाजा काठ र छालाबाट बनेको हुन्छ । यस पाठमा बाजाबारे परिचय तथा बजाइने तालबारे साधारण जानकारी गराइएको छ । साथै मादलमा बजाइने बोलमा कसरी ताली बजाउने भन्ने बारे विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गराइएको छ । यसको अभ्यासले विद्यार्थीहरूले साधारण स्थानीय गीतहरूमा ताली बजाउन सक्ने छन् ।

३. शैक्षिक सामग्री

ताली बजाएर सिकाउने,सम्भव भए मादल, ढोलक, खैजडी, डम्फु, चाँप, भाडावर्तन, टेबुल आदि बाद्य सामग्री बजाएर अभ्यास गराउन सकिन्छ ।

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

क्रियाकलाप - १

- शिक्षकले सुरुमा आठ गन्ती गर्दै हरेक गन्तीमा ताली बजाएर दुई चार पल्ट देखाउनुहोस् ।

१	२	३	४	५	६	७	८
ताली	ताली	ताली	ताली	ताली	ताली	ताली	ताली

- सोअनुसार विद्यार्थीहरूलाई सँगसँगै ताली बजाउन लगाउनुहोस् ।

- केहीबेर सामूहिक अभ्यास गराइसकेपछि स-साना समूह बनाई अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- एकएक जनालाई पनि अभ्यास गराउनुहोस् ।
- एक गन्तीमा एक ताली बजाउने अभ्यासपछि शिक्षक आफैँले पछिल्ला दुई गन्तीमा एक ताली बजाएर देखाउनुहोस् र यसलाई दुगुन भन्छ भन्ने जानकारी गराउनुहोस् ।
- यसो गर्दा आठ मात्राको गन्ती चार तालीमा सकिन्छ भन्ने जानकारी गराउनुहोस् ।

जस्तै : १ २   ३ ४   ५ ६   ७ ८
ताली   ताली   ताली   ताली
१   २   ३   ४

- विद्यार्थीहरूलाई सोहीअनुसार सामूहिक, समूहसमूहमा र एक्लाएक्लै दुगुनमा ताली बजाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- आठ मात्राको गन्ती भनेको ख्याली (कहरवा) ताल हो भन्ने जानकारी दिनुहोस् ।
- आठ मात्रा गन्ती गर्दै केहीबेर अलङ्कार (सारेगम) को अभ्यास गराउनुहोस् । यसो गर्दा प्रत्येक तालीमा एक स्वर उच्चारण गराउनुहोस् । यो समान लय हो भन्ने बुझाउनुहोस् ।

जस्तै : आरोह - सा रे ग म प ध नि सां

अवरोह - सां नि ध प म ग रे सा

आरोह - सारेग-, रेगम-, गमप-, मपध- पधनि-, धनिसां-

अवरोह - सांनिध -, निधप-, ध्यम-, पमग-, मगरे-, गरेसा-

- अब माथि लेखिएको अलङ्कारलाई एक तालीमा दुई स्वर गाएर सुनाउनुहोस् । यसलाई दुगुन भनिन्छ भन्ने जानकारी गराउनुहोस्, सोहीअनुसार विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् ।

जस्तै : सारे गम पध निसं । सांनि धप मग रेसा ।

- यो कर्य गर्दा सम्भव भए हार्मोनियम बजाएर गराउनुहोस् । नभए त्यतिकै पनि गराउनुहोस् ।
- अन्तमा विद्यार्थीहरूले जानेका स्थानीय गीतहरू ताली बजाएर गाउन लगाउनुहोस् । शिक्षकले आफूलाई आउने गीत ताली बजाएर गाएर सुनाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप – २ म मादल बनमउछु

- सर्बप्रथम मादलमा बजाइने बोलहरू कालोपाटी वा सेतो कागजमा स्पष्टसँग लेख्नुहोस् :

जस्तै : धि - न ति न क धि ना
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८

- यो आठ मात्राको ख्याली तालको मादलमा बजाइने बोल हो भन्ने जानकारी दिनुहोस् ।
- शिक्षक आफैँले दुई चार पटक ताली बजाउँदै उक्त बोल बोलेर सुनाउनुहोस् ।
- आफू सँगसँगै ताली बजाउँदै विद्यार्थीलाई पनि बोल्न लगाउनुहोस् । यो कार्यलाई केहीबेर गराई राख्नुहोस् ।

- माथि लेखिएका मादलमा बजाउने बोल सबै विद्यार्थीलाई कण्ठ भएपछि सोही बोललाई पहिला शिक्षक आफैँले मादलमा बजाएर देखाउनुहोस् ।
- एकचोटी सबै बोल मिलाएर बजाउन सम्भव नहुने भएकाले एकएक गरी बोल सिकाउनुहोस् ।
- सुरुमा 'धि' लाई बजाउँदा मादलको बायाँतिर खुला बजाउने र दायाँतिर बन्द गर्ने भनी सिकाउनुहोस्, यी कार्य एकैसाथ गर्नुपर्दछ ।
- दोस्रो मात्रामा केही बोल नभएको हुँदा पहिलकै अवस्थालाई एक मात्रा लब्याउनुहोस् ।
- दोस्रो मात्रा को '**न**' बोल बजाउन बायाँ हातले बायाँतिर बन्द गर्नुहोस् ।
- चौथो मात्राको '**ती**' बोल बजाउन दायाँ हातले दायाँतिर आवाज आउने गरी बजाउनुहोस् ।
- पाँचौ मात्राको '**न**' बोल बजाउन दायाँतर्फ बायाँ हातले बन्द गरी बजाउनुहोस् ।
- छैँठौ मात्रामा रहेको '**क**' बोल बजाउन बायाँतर्फ हल्का आवाज आउने गरी बजाउनुहोस् ।
- सातौ मात्राको '**धि**' बोल बजाउन पहिलो मात्रा बजाउँदा जस्तै : बायाँतिर खुल्ला र दायाँतिर बन्द गरी एकै पटक बजाउनुहोस् ।
- अन्तिम आठौँ मात्राको '**ना**' बजाउँदा दायाँ हातले दायाँतिर खुला आवाज आउने गरी बजाउनुहोस् ।
- माथि उल्लिखित कार्यहरू गर्दा एकएक मात्राका बोल शिक्षकले बजाएर देखाउनुहोस् र विद्यार्थीलाई पनि गराउन लगाउनुहोस् । एउटा बोल बजाउन विद्यार्थी सक्षम भएपछि त्यही प्रक्रिया अपनाई पूरा मादल बजाउन सिकाउनुहोस् ।
- यो कार्य केही कठिन भएकाले अल्छी नमानी शिक्षकले विद्यार्थीलाई सिकाउनुपर्दछ ।
- कक्षामा मादल बजाउन जान्ने विद्यार्थी पनि हुनसक्ने भएको हुनाले त्यस्ता विद्यार्थीबाट पनि गर्न सहयोग लिनुहोस् ।
- विद्‍. .हरू मादलमा साधारण रूपमा ख्याली ताल बजाउन सक्ने भएपछि ख्याली तालमा मिल्ने कक्षागत गीत, बालगीत वा स्थानीय गीत गाउन लगाई मादल बजाउन लगाउनुहोस् ।
- सम्भव भए केही विद्यार्थीलाई नाच्न लगाउनुहोस्, यसले गर्दा कक्षाको वातावरण रमाइलो हुन्छ ।
- मादलको अभ्यास गराइसकेपछि म मादल बजाउँछु पाठको (ख) मा लेखिएको तवला वा ढोलकमा बजाइने कहरवा तालको बोल कालोपाटीमा लेख्नुहोस् र यसलाई पनि कण्ठ गर्न लगाउनुहोस् ।
- ख्याली ताल र कहरवा ताल बराबर मात्राको ताल हो र ख्याली ताल मादलमा र कहरवा ताल तवला वा ढोलकमा बजाइन्छ भनी जानकारी गराउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

सङ्गीत विषयको मूल्याङ्कन कार्य प्रयोगात्मक विधिबाट गर्दा प्रभावकारी हुने भएका निम्न प्रकारले गर्नुहोस् :

- समान लय (गति) मा ताली पिट्न लगाएर
- एकदेखि आठसम्म गन्दै ताली बजाउन लगाएर
- दुई गन्तीमा एक ताली बजाउन लगाएर
- समान र दुगुन लयका विषयमा सोधेर
- एक समूहलाई बालगीत, स्थानीय गीत वा अन्य गीत गाउन लगाएर र अर्को समूहलाई ताली बजाउन लगाएर

- समान र दुगुन लयमा अलङ्कार (सारेगम) गाउन लगाएर ।
- मादलको बोल बोल्न लगाएर ।
- मादलका बोलहरू बोल्दै ताली बजाउन लगाएर ।
- तवलाका बोल बोल्न लगाई ताली बजाउन लगाएर ।
- मादलको विभिन्न बोलहरू बजाउन लगाएर ।
- मादलमा ख्याली ताल बजाउन लगाएर ।
- मादलमा ख्याली ताल बजाउन लगाई उक्त तालमा मिल्ने बालगीत, कक्षागत गीत वा स्थानीय गीत गाउन लगाएर ।

६. थप सुझाव

- तालीको अभ्यास गराउँदा उपलब्ध भएमा र सम्भव भएमा तालीको साथसाथै मादल, ढोलक आदि बाजा बजाएर गराउनुहोला । अलङ्कार अभ्यास गराउँदा हार्मोनियम भए धेरै सहयोग हुन्छ ।
- यो कार्यका लागि शिक्षकले सङ्गीतको आधारभूत तालिम लिन जरुरी छ ।
- शिक्षक मादल बजाउन सिपालु हुनुपर्छ अन्यथा शिक्षकले मादल बजाउन सिकाउन सम्भव हुँदैन ।
- मादल बजाउन जान्ने विद्यार्थीबाट सहभागी भूमिका निर्वाह गराउन सकिन्छ ।
- सङ्गीतसम्बन्धी तालिम लिन अति आवश्यक छ ।

पाठ ५

गोडा र कुर्कुच्चाको चाल

घन्टी - १२

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- ताली बजाएर समान लयमा चार वा आठ मात्राको गन्ती गर्न
- लय मिलाएर गोडा सँगसँगै कुर्कुच्चा चलाई अगाडि पछाडि जान ।
- गोडा र कुर्कुच्चा सँगसँगै शरीर, शिर र आँखा निर्धारित लयमा सही तरिकाले सञ्चालन गर्न ।
- हत्केलाको प्रयोग गरी हताबाट विभिन्न मुद्रा बनाई नृत्य गर्न ।

२. परिचय

नाच्नु र गाउनु मानव जीवनको अभिन्न अङ्ग हो । त्यसमा पनि स-साना नानीहरू नाच्न, गाउन भनेपछि उत्सुक हुन्छन्, नाच्दा ताल मिलाएर गोडा चलाउन जान्नुपर्छ । यस पाठमा बालबालिकाहरूलाई सामान्य तालमा गन्ती गर्दै गोडा चाल्न सिकाइएको छ । विद्यार्थीहरू रमाउँदै यस पाठबाट तालको ज्ञान हासिल गर्न सक्षम हुनेछन् ।

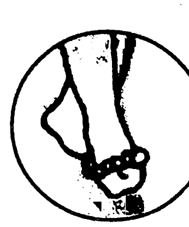
३. शैक्षिक सामग्री

मादल, डी, चाँप, काँठको सानो लट्ठी (वाद्यवादन नभएमा तालीको सहाराले पनि गर्न सकिन्छ)

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

क्रियाकलाप- १ तालमा गोडा र कुर्कुच्चाको चाल

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई पक्तिबद्ध मिलाएर राख्नुहोस् ।
- सबै जनालाई सम अवस्थामा उभ्याउनुहोस् ।
- सम उभिँदा शरीर सीधा, हात कम्मरमा (केटी विद्यार्थीहरूले हात राख्दा हत्केला माथि फर्काएर राख्ने, केटा विद्यार्थीहरूले सहज तरिकाले हात राख्ने), आँखाले सीधा हेर्न लगाउनुहोस् ।
- सर्वप्रथम यी क्रियाहरू शिक्षक आफैँले प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- शिक्षकले चार अथवा आठ मात्राको बराबर लयमा ताली दिएर स्पष्ट रूपमा गन्ती गरेर देखाउनुहोस् ।
- त्यसरी नै विद्यार्थीहरूलाई पनि गन्ती गराउनुहोस् ।
- शिक्षकले पाठ्यपुस्तकको चित्रमा देखाएजस्तै १, २ गन्तीमा दायाँ गोडाको कुर्कुच्चालाई बायाँ गोडाको बुढी औंलाभन्दा करिब चार इन्च पर जमिनमा हान्नुहोस् ।



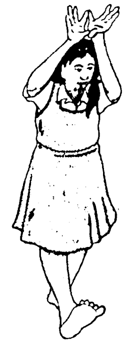
- गोडा सँगसँगै कम्मरभन्दा माथिको भाग र शिरलाई दायाँ झुकाउन नजरले बायाँतिर हेर्नुहोस्, ३/४ गन्तीमा सम अवस्थामा फर्कनुहोस् ।
- यो क्रियालाई गन्तीमा बारम्बार गरेर देखाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि गराउनुहोस् ।
- दायाँ गोडाले राम्ररी गर्न जानेपछि बायाँ गोडाले गराउनुहोस् ।
- राम्ररी गर्न जानेपछि पालैपालो दुवै गोडाले गराउनुहोस् र शिक्षकले पनि गरेर देखाउनुहोस् ।

द्रष्टव्य : अभ्यास गराउँदा सुरुमा विलम्वित लयमा गराउनुहोस्, गर्न जानेपछि विस्तारै लय बढाउँदै लग्नुहोस् ।)

क्रियाकलाप- २ गोडा सँगसँगै हातको चाल

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई पङ्क्तिबद्ध गर्नुहोस्,
- शिक्षकले सममा उभिएर देखाउनुहोस् र साथसाथै विद्यार्थीहरूलाई पनि उभ्याउनुहोस् ।
- पाठ्यक्रममा दर्साएअनुसार शरीर, शिर, आँखालाई सीधा राख्नुहोस्, पैतालालाई 'V' आकारमा राख्नुहोस्, हात कम्मरमा राख्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पनि सोहीअनुसार उभ्याउनुहोस् ।
- यो क्रिया पनि ४ वा ८ मात्रामा गरिने भएकाले ताली दिई गन्ती गराउनुहोस्, आफैं पनि सँगै गर्नुहोस् ।
- नृत्यको अभ्यास गराउनका लागि शिक्षकले पहिला गरेर देखाउनुहोस् ।
- सर्वप्रथम दुवै हातलाई शिरको पछाडि कानको नजिक राख्नुहोस्, अब १-२ गन्तीमा दायाँ कुर्कुच्चालाई बायाँ गोडाको बुढीऔँलाभन्दा ४ इन्च (करिब) अगाडि हान्नुहोस् र कम्मरभन्दा माथिको भाग र शिरलाई दायाँ झुकाई बायाँ हान्नुहोस् । ३-४ गन्तीमा समको अवस्थामा आउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई पनि गराउनुहोस्, दायाँ गोडाले गर्न जानेपछि बायाँ गोडाले पनि गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले नजाने वा नबुझेसम्म शिक्षकले यो नृत्य (क्रिया) गरेर देखाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप - ३ हातले फूल बनाई गोडाको चाल



- क्रियाकलाप नं. १ मा जस्तै : विद्यार्थीहरूलाई पङ्क्तिबद्ध गरी सममा उभ्याउनुहोस् ।
- सम अवस्थामा उभिदा ध्यान दिनपर्ने कुराहरू शिक्षकले प्रदर्शन गरेर देखाउनुहोस् ।
- शरीर सीधा, शिर सीधा, हात कम्मरमा, दुवै हात कम्मरमा राख्नुहोस्, साथसाथै दुईतिर सीधा राख्नुहोस्, गोडालाई 'V' आकारमा राख्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई एकअर्काको नृत्य हेरी मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रिया पनि ४ या ८ मात्रा गरिने भएकाले ताली दिई समान लयमा बोल्न लगाउनुहोस् ।

- शिक्षकले पनि वेलावेलामा ताल दिई बोलेर देखाउनुहोस् ।
- अब दुवै हत्केलाको औँलाहरू फिजाई एकआपसमा क्रस गरी चित्रमा देखाएजस्तै शिरभन्दा करिब ६-७ इन्च माथि राख्न लगाउनुहोस् ।
- गोडाको चाल बुझाउनका लागि शिक्षकले प्रदर्शन गरेर देखाउनुहोस् ।
- गोडाको चाल गर्दा १ र २ गन्तीमा बायाँ गोडाको सहारामा उफ्रिने र बायाँ गोडासँगै दायाँ गोडालाई जमिनभन्दा करिब १० इन्च माथि हावामा उफार्नुहोस् । (यस क्रियामा दुवै गोडाले जमिनमा छोएको हुँदैन) ३ र ४ गन्तीमा गोडालाई सम अवस्थामा राख्नुहोस् । यसै तरिकाले विद्यार्थीहरूलाई गराउनुहोस् ।
- दायाँ गोडाले राम्रोसँग गर्न जानेपछि बायाँ खुट्टाले पनि अभ्यास गराउनुहोस्, त्यसपछि पालैपालो दुवै खुट्टाले गराउनुहोस् ।

द्रष्टव्य : यो क्रिया अभ्यास गर्दा पहिले कम लय (विलम्वित लय) मा गराउनुपर्छ, विद्यार्थीले राम्ररी गर्न जानेपछि मात्र बढी लयमा गराउनुपर्छ ।)

क्रियाकलाप -४ 'गोडाको अगाडि पछाडि चाल'

- यस क्रिया गर्दा सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई पङक्तिमा राखी सममा उभ्याउनुहोस् ।
- सम अवस्थामा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू स्मरण गराउनुहोस् । शिक्षकले उभिएर देखाउनुहोस् ।
  (ध्यान दिनुपर्ने कुरा शरीर, शिर र दृष्टि सीधा, कम्मरमा हात राखेको र दुवै गोडाको पैतालाको आकार 'V' हुनुपर्दछ)
- ४ वा ८ मात्राको गन्ती गराउनुहोस् । गन्ती समान लयमा हुनुपर्दछ, अभ्यास गराउँदा सर्वप्रथम शिक्षकले गरेर देखाउनुहोस् ।
- अब चित्रमा देखाएअनुसार दुवै हातलाई माथि उठाउने र हत्केलाका औँलाहरू फिजाई फूलको मुद्रा बनाउनुहोस् ।
- १ गन्तीमा बायाँ गोडाको सहाराले उफ्री दायाँ खुट्टालाई जमिन भन्दा करिव १० इन्च माथि उफ्रन लगाउनुहोस् ।
- त्यसैगरी २ गन्तीमा दायाँ गोडा उफारेर बायाँ गोडालाई माथि उफार्नुहोस् ।
- यो क्रियाकलापलाई पालैपालो दुवै गोडाले गरेर देखाइसकेपछि विद्यार्थीहरूलाई पनि गराउनुहोस् ।

- यो क्रियाकलाप 'V' आकारमा गर्दै अगाडि बढ्दै ८ गन्तीसम्म जानुहोस् र पुन: ८ गन्तीसम्ममा पछाडि आउनुहोस् ।
- बारम्बार यसको अभ्यास गराउनुहोस्, विद्यार्थी कम लयमा गर्न सक्षम भएपछि बढी लयमा गराउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- समान लयमा ताली दिएको छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकमा लेखेअनुसार सही तरिकाले उभिएको छ या छैन मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ठीक तरिकाले कुर्कुच्चालाई जमिन ठीक तरिकाले हानेको छ वा छैन हेर्नुहोस् ।
- शरीर र शिरलाई ठीक तरिकाले झुकाएको छ या छैन हेर्नुहोस्
- साथसाथै आँखाले कुन दिशामा हेरेको छ जान्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गरेको कार्यलाई हेरी उचित प्रकारले सल्लाह सुझाव दिनुहोस् ।
- कम्मर, शिर र नजर सिकाएअनुसार ठीक तरिकाले गरेको छ वा छैन हेर्नुहोस् ।
- हात सही तरिकाले उठाई चलाएको छ वा छैन हेर्नुहोस् ।
- अगाडि पछाडि चलेका वेला गोडाको चाल ठीक छ छैन हेर्नुहोस् ।
- हत्केलालाई ठीक ढङ्गले शिर माथि राखेको छ वा छैन हेर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

- शरीरलाई सिथिल अवस्थामा राख्न नदिनुहोस् यसका लागि विद्यार्थीहरूलाई क्रियाशील बनाई शरीरलाई स्फूर्ति कायम राख्न लगाउनुहोस् ।
- शरीरको लचकतामा पनि ध्यान दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई एकआपसमा हेरी मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् ।
- हातको अभ्यास गर्दा हातलाई तल झर्न नदिनुहोस् ।
- हातका औँलाहरूलाई कलात्मक ढङ्गले फिजाउने, जसरी पायो त्यसरी फैलाउँदा मुद्रा नराम्रो पनि देखन सकिन्छ ।
- हात माथि उठाउँदा हातलाई राम्ररी राख्नुपर्छ ।
- गोडाको अभ्यास गराउँदा गोडालाई अलिकति माथि उफार्नुपर्छ ।
- नजर सीधा हुनुपर्दछ ।
- औँलाहरू फैलाउँदा फूलका पत्तीहरू फैलाएझैँ फैलाउनुपर्छ ।
- सकेसम्म विद्यार्थीहरूलाई २ देखि ४ जनाको समूह बनाई अभ्यास गराउनुहोस् ।
- टाउकामा हात राख्दा हातको कुहिनो तलतिर नझारी सीधा राख्नुपर्दछ ।

हस्तमुद्रा

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- विभिन्न प्रकारले हस्तमुद्राहरूको अभ्यास गर्न ।
- विभिन्न प्रकारका हस्तमुद्राको प्रयोगबाट पशुपक्षी, फूल, पहाड तथा खोलानाला आदिको अभिनय गर्न ।

२. परिचय

हातलाई मिलाएर विभिन्न प्रकारले पशुपक्षीहरूको आकारप्रकार बनाउने विधिलाई नै हस्तमुद्रा भनिन्छ । यस्ता हस्तमुद्राहरू नृत्य वा अभिनय गर्दा प्रयोग गरिन्छ । यस पुस्तकमा पनि केही प्रचलित तथा सामान्य किमिसका हस्तमुद्राहरूको अभ्यास गर्न खोजिएको छ ।

३. शैक्षिक सामग्री

- पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न प्रकारका हस्तमुद्राहरूको चित्र

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई स-साना समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
- शिक्षकले पहिले पुस्तकको पाना नम्बर ९२ मा रहेको चित्रजस्तै हातले बनाएर देखाउनुहोस् ।
- पालैपालो गरी पुस्तकमा देखाएका चित्रहरूमा जस्तै गरी हातले बनाउन लगाउनुहोस् । सबै विद्यार्थीले गर्न जानेकी जानेनन् हेरी बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् । यस्ता प्रकारका हस्तमुद्राहरूको राम्ररी अभ्यास गराइसकेपछि नृत्यहरूमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- विद्यार्थीहरूलाई यस्ता हस्तमुद्राका क्रियाकलापहरू बारम्बार गराउनुहोस् । साथै उनीहरूलाई यस्ता मुद्राहरूको नृत्यमा प्रयोग तथा यसको महत्त्व बताइदिनुहोस् र नृत्य गर्न अभिप्रेरित पनि गर्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- यो क्रियाकलापलाई विद्यार्थीहरूले राम्ररी गरे नगरेको हेरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । विद्यार्थीले गर्न नजानेका भए पटकपटक अभ्यास गराउनुहोस् ।

६. थप सुझाव

विभिन्न प्रकारका हस्तमुद्राहरू वा पुस्तकमा भएका चित्रहरू देखाएर पनि विभिन्न प्रकारका नक्कल वा अभिनय गराउन सकिन्छ ।

मुठी - कुनै वस्तु समातेको देखाउन, बल प्रयोग भएको देखाउन मुठी प्रयोग गरिन्छ ।

सूची - सर्वोकृष्ट देखाउन, विष्णु भगवानको हातमा सुदर्शन चक्र देखाउन इत्यादि अन्य भावमा सूची मुद्राको प्रयोग गरिन्छ ।

शिखर - हातलाई मुठी पारी बुढी औँलालाई ढाडो राखी बनाउने हस्तमुद्रालाई शिखर भनिन्छ । यसको प्रयोग राम्रो वा ठीक भन्ने अर्थ बुझाउन प्रयोग गरिन्छ ।

नाग - सर्प देखाउन, हत्केलामा पानी भरेको, पहलवानले भुजा थपथपाएको इत्यादि क्रियाहरूको भाव प्रस्तुत गर्दा नाग हस्तमुद्राको प्रयोग गरिन्छ ।

अर्धचन्द्र - आकाशमा आधा चन्द्रमा देखाउनका लागि, नेपाली लोकनृत्यमा कम्मर हात राख्दा अर्धचन्द्र मुद्राको प्रयोग गरिन्छ ।

हंसास्य - हलुका वस्तु उठाएको, केटीले घुम्टो समातेको, कुनै चिज हातको इसाराले राम्रो भन्ने इत्यादि भाव प्रस्तुत हंसास्य मुद्राको प्रयोग गरिन्छ ।

पताक - बादल, नदी, आशीर्वाद दिन, बाटो देखाउन इत्यादि भावमा प्रयोग गरिन्छ ।

सिंहमुख - सिंहको मुख, होम इत्यादिमा सिंहमुख मुद्राको प्रयोग गरिन्छ ।

म विभिन्न कुराको अभिनय गर्छु

१. सिकाइउपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- पाठ्यपुस्तकमा रहेका कथा, नाटक, लेख तथा संवाद आदिमा अभिनय गर्न ।
- कुनै पनि विषयवस्तुको रचना गरी अभिनय गर्न ।

२. परिचय

पाठ्यपुस्तकमा रहेका वा आफै रचना गरी त्यस पाठ वा विषयवस्तुअनुरूप संवादहरू बनाई त्यसको अभिनय गर्न सक्ने छन् । यस प्रकारका अभिनयहरूबाट बालबालिकाले एक आपसमा मिली खेल्न पनि सक्नेछन् । यस्ता प्रकारका अभिनयले बालबलिकाहरूमा सिर्जनाशीलताको विकास गर्न निकै टेवा पुऱ्याउँछ । साथै उनीहरूमा आत्माविश्वास पनि बढाउँछ ।

३. शैक्षिक सामग्री

पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न प्रकारका कथा, कविता, लेख, रचना आदि

४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई स-साना समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
- .क्षकले पुस्तकमा भएको कुनै '**ढुङ्गाको खिचडी**' जस्तै विषयवस्तु लिन सक्नेछन् । यस पुस्तकका पाना नम्बर ९३ मा रहेको कथा तथा चित्रलाई देखाइ दिनुहोस् । साथै यसबारे छलफल पनि गर्नुहोस् ।
- पालैपालो गरी पुस्तकमा देखाएका चित्रहरूजस्तै गरी विद्यार्थीहरूमा अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । यस प्रकारका अभिनय गराउँदा पुस्तकमा भएको संबादलाई एउटा विद्यार्थीलाई एउटा संवाद र अर्को विद्यार्थीलाई अर्को संवाद बोल्न लगाइ अभिनय पनि गर्न लगाउनुहोस् ।
- यस प्रकारका कथा, नाटक, संवाद आदि विद्यार्थीहरूबाट लेखाउन सकिन्छ प्रेरित गर्नुहोस् । साथै उनीहरूले रचेका कथा नाटकहरूमा अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन विधि

- विद्यार्थीहरूले रचेका रचनाहरू हेरेर ।
- विद्यार्थीहरूले कसरी अभिनय गरिरहेका छन् हेरी आवश्यक भए सुझाव दिनुहोस् ।

६. थप सुझाव

विभिन्न प्रकारका कथा, कविता, लेख, रचना आदिमा रहेका पात्रहरूका नक्कल वा अभिनय गराउन सकिन्छ । साथै अभिनयलाई प्रभावकारी बनाउन सङ्गीतको पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

कक्षा ३ को कक्षागत गीत

धेरै पढ्छौं, धेरै लेख्छौं, साना-साना नानी
(बुद्धजस्तै त्यागी बन्छौं, जनकझैं ज्ञानी)२
रूप-गुण-शीलवती, हिउँजस्तै गोरी
उमा-सीता-भृकुटी हुन्, (नेपालकै छोरी)२
भाइ-बैनी सबैलाई बराबर ठानी
(बुद्धजस्तै त्यागी बन्छौं, जनकझैं ज्ञानी)२

पढी-लेखी सिक्छौं हामी, अरनिकोझैं सीप
बाल्छौं पृथ्वी-भानुले झैं, (एकताको दीप)२
फहराउँछौं विश्वभरि नेपाली निशानी
(बुद्धजस्तै त्यागी बन्छौं, जनकझैं ज्ञानी)२

मेचीदेखि महाकाली, पहाड-मधेश
नेपाली हौं सबै हामी, (नेपाल हाम्रो देश)२
एकै स्वर, एकै लय, एउटै आनी-बानी
(बुद्धजस्तै त्यागी बन्छौं, जनकझैं ज्ञानी)२

धेरै पढ्छौं, धेरै लेख्छौं, साना-साना नानी
बुद्धजस्तै त्यागी बन्छौं, जनकझैं ज्ञानी

गीतकारः रत्न साङ्पाङ राई
सङ्गीतकारः नातिकाजी श्रेष्ठ

प्रकाशक
नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

Tel. 6630588, 6634119
website: www.moescdc.gov.np
e-mail: cdc@ntc.np

मुद्रक तथा वितरक
मकालु प्रकाशन गृह
डिल्लीबजार, काठमाडौं
फोन: ४४३५१४८
इमेल: makalubd@ntc.net.np

मूल्य रु. १२०/-