स्थानीय पाठ्यक्रम

सिकाइ सहजीकरण निर्देशिका, २०७९

आधारभूत तह (कक्षा १–५)

पोखरा महानगरपालिका

शिक्षा महाशाखा

स्थानीय पाठ्यक्रम सिकाइ सहजीकरण निर्देशिका, २०७९

आधारभूत तह (कक्षा १-५)

पोखरा महानगरपालिका

शिक्षा महाशाखा

प्रकाशक

पोखरा महानगरपालिका

गण्डकी प्रदेश, नेपाल

© सर्वाधिकारः पोखरा महानगरपालिका

प्रथम संस्करण २०७९ (१६०० प्रति)

मुद्रण: आदर्श अफसेट प्रिन्टर्स

बगर ०६१–५४४९६२

प्रकाशकको लिखित अनुमतिबिना व्यापारिक उद्देश्यले यस सामग्री पूर्ण वा आंशिक रूपमा हुबहु तथा स्वरूप परिवर्तन गरेर छाप्न पाइने छैन तर शैक्षिक प्रयोजन एवम् निःशुल्क वितरणका लागि बन्देज लाग्ने छैन ।

सल्लाहकार समितिः श्री धनराज आचार्य, प्रमुख, पोखरा महानगरपालिका

श्री मञ्जुदेवी गुरुङ, उपप्रमुख, पोखरा महानगरपालिका

श्री बलराम रिज्याल, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, पोखरा महानगरपालिका

श्री हेमप्रसाद आचार्य, शिक्षा महाशाखा प्रमुख, पोखरा महानगरपालिका

विषय सम्पादनः श्री विष्णुप्रसाद पराजुली

संयोजनः पोखरा महानगरपालिका, शिक्षा महाशाखा

भाषा सम्पादनः प्रेमप्रसाद पोखरेल

टाइप तथा लेआउटः केदार पौडेल, ९८५६०५९८०५

मस्यौदा कार्यदलः

संयोजक-	श्री बद्रीनाथ सुवेदी, शाखा अधिकृत (आठौँ)
सदस्य-	श्री विष्णुप्रसाद पराजुली (पाठ्यक्रम विज्ञ)
सदस्य-	श्री सञ्जीवराज खनाल
सदस्य-	श्री तारानाथ भण्डारी
सदस्य-	श्री प्रभा लम्साल रेग्मी
सदस्य-	श्री सन्दीप अधिकारी
सदस्य-	श्री विक्रम सुवेदी
विशेष सहयोगी	श्री केशवप्रसाद अम्गाईँ (कम्प्युटर विज्ञ)

हाम्रो भनाइ

नेपालको संविधानअनुसार आधारभूत तहसम्मको शिक्षा पाउनु सबै बालबालिकाहरूको नैसिर्गक अधिकार हो। आधारभूत तहका बालबालिकालाई शिक्षा प्रदान गर्नु आजको अपरिहार्य आवश्यकता पनि हो। यसका लागि विद्यालयले आफ्नो स्थानीय आवश्यकता एवम् उपलब्ध स्रोत र साधनअनुसार शिक्षण गर्न सक्ने प्रावधान रहेको छ।

संविधानको अनुसूचीबमोजिम आधारभूत शिक्षामा पहुँचको सुनिश्चतता गर्नुका साथै विद्यालय तहसम्मको शिक्षा प्राप्त गर्ने अधिकार स्थानीय तहको मातहतमा रहने व्यवस्था गरेको छ। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन ,२०७४ मा समेत स्थानीय स्तरको ज्ञान,सिप र प्रविधिको संरक्षण, सम्बर्द्धन र स्तरीकरण गर्ने अधिकार उल्लेख गरिएको छ। राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप २०७६ ले हरेक स्थानीय तहलाई नै स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी कार्यान्वयन गर्ने अधिकार सुनिश्चित गरेकाले पोखरा महानगरपालिका शिक्षा महाशाखाले आधारभूत तह कक्षा १ देखि कक्षा ८ सम्मको पाठ्यक्रम निर्माण गरी हरेक विद्यालयलाई उपलब्ध गराइसकेको छ। पाठ्यक्रमको उपलब्धताले मात्र शिक्षण सिकाइ प्रक्रियामा सहजता नभएको भन्ने गुनासो शिक्षक मित्रहरूबाट उठेको हुँदा उक्त गुनासोलाई सम्बोधन गर्नेको लागि पोखरा महानगरपालिका शिक्षा महाशाखाले शिक्षकहरूलाई शिक्षण कार्यमा सहजता होस् भन्ने हेतुले यसै शैक्षिक सत्रमा नै **स्थानीय पाठ्यक्रम शिक्षक सहजीकरण निर्देशिका २०७९** तयार परी नगरपालिका मातहतका सम्पूर्ण विद्यालयहरूमा उपलब्ध गराइएको छ।

पोखरा महानगरपालिका शिक्षा महाशाखाले तयार पारेको यस सामग्रीले विशेष गरी कक्षा १ देखि ८ कक्षासम्म स्थानीय पाठ्यक्रम शिक्षण गर्ने शिक्षकहरूलाई अवश्य पनि सहयोग पुऱ्याउने अपेक्षा राखिएको छ। यस सामग्रीको लेखन, सङ्कलन र सम्पादन गर्ने कार्यमा खटिनु हुने कार्यदलका संयोजकलगायत सम्पूर्ण सदस्यहरू भाषा सम्पादन गरी सहयोग पुऱ्याउनुहुने प्रेमप्रसाद पोखरेल तथा मायाकुमारी थापा एवं टाइप तथा लेआउट डिजाइन गर्नु हुने केदार पौडेललगायत सहयोगी सबैमा शिक्षा महाशाखा हार्दिक आभार प्रकट गर्दछ।

यो सामग्री मूलतः विषयक्षेत्र मा आधारित भई तयार गरिएको छ । सकेसम्म स्थानीय पाठ्यक्रमको मर्मअनुरूप नै सहजीकरण पुस्तिका तयार पार्ने कोसिस गरिएको छ । प्रस्तुत सामग्री प्रयोग गर्दा विद्यालयको अनुकूलता, उपलब्ध स्रोत र साधन एवम् स्थानीय परिवेशलाई समेत ध्यान दिई शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापलाई अगाडि बढाउनुहुनसमेत विशेष अनुरोध छ। सिकाइ सहजीकरण निर्देशिकालाई कार्यान्वयन गर्ने क्रममा विज्ञ एवम् प्रयोगकर्ताहरूबाट प्राप्त सल्लाह र सुझावलाई पृष्ठपोषणको आधारमा आगामी दिनमा अझै परिष्कृत बनाउनका लागि सबैको रचनात्मक सुझावको लागि पोखरा महानगरपालिका शिक्षा महाशाखा हार्दिक अनुरोध गर्दछ।

शिक्षा महाशाखा
पोखरा महानगरपालिका

सहजकर्तालाई विशेष अनुरोध

स्थानीय पाठ्यक्रम शिक्षक सहजीकरण निर्देशिका कक्षा १ देखि कक्षा ८ सम्म अध्यापन गर्ने शिक्षकहरूका लागि तयार गरिएको हो । यो सहजीकरण पुस्तिका स्थानीय पाठ्यक्रमको मर्मअनुरूप सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न मद्दत पुऱ्याउने सामग्री रूपमा रहने छ भन्ने अपेक्षा गरिएको छ । यसका हरेक पृष्ठमा समावेश गरिएका नमूना अभ्यासहरूले मात्र पाठ्यक्रममा उल्लिखित पाठ्यवस्तुका उद्देश्य पूरा नहुन पनि सक्ने हुँदा सहजकर्ताले यहाँ सुझाइए जस्तै अन्य धेरै अभ्यासहरू गराउन सकिने छ । हरेक विषयक्षेत्रका अभ्यासहरू सहजकर्ताले विद्यार्थीलाई गराइसकेपश्चात् त्यसको मूल्याङ्कन अभिलेखीकरण गर्नुपर्ने छ । विषयवस्तुको प्रकृति, विद्यार्थीको स्तर,पाठ्यक्रमको उद्देश्य तथा स्रोतलाई दृष्टिगत गर्दै विभिन्न तहका बालबालिकालाई प्रेरित गरेर शिक्षण सिकाइका साधारण सिद्धान्त जस्तैः सरलबाट जटिल,ज्ञातबाट अज्ञात,मूर्तबाट अमूर्त र पूर्णबाट अंशलाई प्रयोग गरी शिक्षण गर्नु उपयुक्त मानिन्छ । यस्ता विधिहरूलाई विभिन्न प्रकारले वर्गीकरण गर्ने गरिएको भए तापनि यहाँ केही शिक्षक केन्द्रित र विद्यार्थी केन्द्रित विधिका रूपमा प्रचलित विधिहरूको बारेमा चर्चा गरिएको छ, जसलाई आवश्यकतानुसार प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

१ प्रर्दशन विधिः

विषयवस्तुसँग सम्बन्धित चित्र,तस्बिर,प्रारूप, प्रतिमा,उपकरण ,यन्त्र आदिलाई कुशलताका साथ सञ्चालन र व्याख्या गरी तथ्य कार्यविधि सिकाउने तरिका नै प्रर्दशन विधि हो । यसमा तथ्य र व्याख्या गर्नुपर्ने विषयवस्तुको छनोट गरी पूर्व अभ्यास गरेर मात्र शिक्षकले प्रर्दशन गर्नुपर्दछ । प्रर्दशन गर्ने पाठलाई तयारी, प्रर्दशन र अनुकरण गरी समय मिलाएर सिकाउनु उपयुक्त मानिन्छ । यस विधिमा सबैले देख्ने गरी नमूना प्रर्दशन,सामग्रीको प्रयोग,सिकारूको संलग्नता तथा बसाइ व्यवस्थित हुनुपर्दछ । समयको बचत,प्रत्यक्ष अवलोकनको अवसर, विद्यार्थीको विषयवस्तुमा रूचि तथा सिकाइ दीर्घकालीन हुने हुनाले यो विधि भाषा तथा प्राविधिक दुवै विषयमा त्यतिकै प्रभावकारी मानिन्छ । प्रर्दशन विधिलाई अझ बढी प्रभावकारी बनाउन निम्नलिखित उपाय अवलम्बन गर्नु उपयुक्त मानिन्छः

- योजनाबद्ध रूपमा निश्चित समयमा विद्यार्थीको क्षमता र स्तरलाई बुझेर नमूना प्रर्दशन गर्नुपर्दछ ।
- सबै विद्यार्थीले देख्ने गरी सामग्री प्रर्दशन गरी सरल भाषामा प्रष्ट पार्नुपर्दछ ।
- विद्यार्थीको पूर्व ज्ञान र सिपसँग जोडेर अर्थपूर्ण प्रर्दशन गर्नुपर्दछ ।
- प्रर्दशन गरिने विषय बारम्बार विद्यार्थीलाई बुझाउन दोहोऱ्याउनुपर्दछ ।
- जानकारी,टेवा र पृष्ठपोषण बारम्बार दिनुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई पनि सामग्री सङ्कलन ,छनोट र प्रयोगमा सहभागी गराउनु पर्दछ ।
- बालबालिकालाई सामूहिक रूपमा भन्न र अभ्यास गर्न लगाउनु पर्दछ ।
- सिकाइ उपलब्धिको राम्रो मूल्याङ्कन गरी सुधारात्मक शिक्षण गर्नुपर्दछ ।

२ प्रश्नोत्तर विधिः

विद्यार्थीमा के कति ज्ञान छ, उनीहरू कति विचार गर्न सक्छन् भन्ने जान्न र विद्यार्थीका जवाफबाट अरूलाई पनि जानकारी गराउन प्रश्नोत्तर विधिको प्रयोग गरिन्छ। विद्यार्थीको पूर्व ज्ञानसँग सम्बन्धित गराई विद्यार्थीलाई नै जागृत गरेर,अवस्था थाहा पाएर,पुनरावृत्ति गर्दै,विद्यार्थीलाई सक्रिय गराएर अभ्यास गर्ने र गराउने अवसर यस विधिमा हुने हुनाले यो विधि हालसम्म पनि त्यतिकै चलनचल्तीमा आउने गर्दछ। यस विधिलाई अझै बढी प्रभावकारी बनाउन शिक्षकले निम्नलिखित कुरामा ध्यान दिनुपर्दछः

- प्रश्न विषयवस्तुसँग सम्बन्धित हुनुपर्दछ।
- प्रश्न दोहोरो अर्थ नलाग्ने हुनुपर्दछ।
- प्रश्न विद्यार्थीको उमेर,कक्षा र स्तरअनुरूपको हुनुपर्दछ।
- प्रश्न सरल र बोधगम्य हुनुपर्दछ।
- प्रश्न सामूहिक रूपमा सोध्ने र उत्तर व्यक्तिगत रूपमा खोज्ने गर्नुपर्दछ।
- प्रश्न सोधिसके पछि विद्यार्थीलाई सहज वातावरण निर्माण गरी उत्तर दिने अवसर सिर्जना गर्नुपर्दछ।
- प्रश्न सोधाइ जहिले पनि सिकारूलाई अगाडि बढाउने खालको हुनुपर्दछ।
- सिकारूले प्रश्नको सही जवाफ दिएमा उसलाई प्रशंसा गर्नुपर्दछ।
- यदि सिकारूबाट सही जवाफ नआएमा मात्र शिक्षकले पृष्ठपोषणसहित सही जवाफ बताइदिनुपर्छ।
- सिकाइ क्रियाकलापलाई अन्तरक्रियात्मक बनाउन विद्यार्थी विद्यार्थी बिच र शिक्षक विद्यार्थी बिच प्रश्न उत्तर गर्नुपर्दछ।

३ प्रयोग विधिः

यो विधि ज्ञानात्मक,भावात्मक, क्रियात्मक सिप सिकाउनका लागि उपयोगी मानिन्छ। विद्यार्थीलाई प्रत्यक्ष रूपमा संलग्न गराएर यस विधिलाई थप प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ। प्रारम्भिक कक्षाका विभिन्न विषयवस्तु शिक्षण गर्न यो विधिको प्रयोग उपयुक्त मानिन्छ। सैद्धान्तिक पाठ्यपुस्तकसम्बन्धी ज्ञान प्रदान गरिसकेपछि सैद्धान्तिक ज्ञानलाई प्रयोगात्मक रूपमा ढाल्नको लागि विद्यार्थीलाई नै आफैँ गरेर सिक्ने वातावरण सिर्जना गर्नुपर्दछ। विद्यार्थीले आफैँ गरेर सिक्ने हुनाले सिकाइ दीर्घकालीन समेत हुने गर्दछ।

४ सोधपुछ विधिः

समस्या,घटना,रहस्य तथा जटिल विषयहरूका समाधानका लागि शिक्षकले विद्यार्थीलाई खोज तथा प्रयोग गरेर विषयको ज्ञान वा धारणा दिन यस विधिको प्रयोग गरिन्छ। विद्यार्थीलाई जागरूक गराएर स्वतन्त्रता प्रदान गरी, घटना वा तथ्यमा आधारित भएर खोजीनीतिबाट निष्कर्ष निकाल्न यो विधि प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ। सिकारूमा खोज्ने बानी,स्वतन्त्रता, तथ्यमा आधारित, सिर्जनात्मक बानी,विचार आदान प्रदान गर्ने सिप विकास, रहस्य पत्ता लगाउने सिप आदिको विकासमा यस विधिको प्रयोग ज्यादै उपयोगी र प्रभावकारी मानिन्छ। यो विधि तल्ला कक्षाका विद्यार्थीका लागि भन्दा माथिल्ला कक्षाका विद्यार्थीका लागि बढी उपयोगी मानिन्छ।

५ प्रवचन विधिः

प्रवचन विधिलाई भाषण विधि पनि भन्ने गरिन्छ। यस विधिमा शिक्षकले समस्यासँग सम्बन्धित विषयवस्तुको छनोट गरी विद्यार्थीलाई उसको स्वभाव र प्रवृत्तिअनुसार उत्प्रेरित गर्दै क्रमिक रूपमा समन्वयात्मकरूपले हाउभाउका साथ व्याख्या गरेर विषयवस्तु बुझाउने प्रयास गर्नुपर्दछ। ठुलो समूह, धेरै विषयवस्तु,सामग्रीको अभाव, आर्थिक अवस्थाको अभाव, आदिको समस्या रहेको अवस्थामा प्रवचन विधिको प्रयोग गर्ने गरिन्छ। यो पूर्णरूपमा शिक्षक केन्द्रित विधि नै मानिन्छ। प्रभावकारी मूल्याङ्कन प्रविधिको प्रयोग नहुने , सिकाइ दिगो र प्रभावकारी नहुने , गरेर सिक्ने सिद्धान्तलाई यसले पूर्ण रूपमा अपेक्षा गर्ने हुँदा यो विधिलाई तल्ला कक्षाका विद्यार्थीका लागि त्यति प्रभावकारी मानिँदैन।

६ भ्रमण विधिः

कक्षाकोठाभन्दा बाहिर शैक्षिक उद्देश्यसँग सम्बन्धित स्थानमा विद्यार्थीलाई भ्रमण गराएर त्यहाँको वास्तविक वस्तुस्थिति वा गतिविधि विद्यार्थीलाई नै अवलोकन गराएर वा निरीक्षण गर्न लगाएर वास्तविक ज्ञान वा जानकारी हासिल गराउने विधि नै भ्रमण विधि हो। यसरी विद्यार्थीलाई भ्रमण गराउनु पूर्व शिक्षकले भ्रमणको योजना,सामग्रीको तयारी,निर्देशन, छलफल तथा प्रश्नोत्तर आदिमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। धार्मिक,सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय स्थलका बारेमा जिज्ञासा,खोजी,अध्ययन,प्रश्नोत्तर गरी ठोस वा वास्तविक ज्ञान हासिल गर्न यो विधिको प्रयोग महत्त्वपूर्ण मानिन्छ।

७ स्वाध्ययन विधिः

विद्यार्थीले शिक्षकको सहयोगबिना नै व्यक्तिगत रूपमा विषयवस्तु छनोट गरेर अध्ययन सामग्रीको प्रबन्ध गरी बुँदा टिपोट,बुँदाको व्याख्या,साथै प्रतिवेदन तयार गर्नु व्यक्तिगत अध्ययन विधिको प्रक्रिया हो। यस विधिमा सिकारूले व्यक्तिगत प्रयासबाट ज्ञान,सिप,प्रतिभा प्रदर्शन गरी आफ्नै गति र क्षमताको आधारमा सिक्ने अवसर पाउँछ। प्रारम्भिक कक्षाका बालबालिकाहरूको रूचि, उनीहरूमा भएको ज्ञान र सिपलाई बुझेर शब्द निर्माण,हिज्जे, वाक्य संरचनाका साथै सन्दर्भ सामग्री प्रयोग गर्दा स्वतन्त्र रूपमा पढ्ने सन्दर्भमा यो विधिको प्रयोग धेरै गर्ने गरिन्छ। अध्ययन गरेको सामग्री बारे विद्यार्थीको स्तरअनुसार छोटो समीक्षा वा टिपोट लेख्न लगाउन सकिन्छ।

८ खोज विधिः

कुनै पनि समस्याको खोजी गरेर समाधान निकाल्नु खोज अनुसन्धान हो। यो विधि अति वैज्ञानिक विद्यार्थी केन्द्रित शैक्षणिक विधि हो। खोज विधि पनि निर्देशित र अनिर्देशित गरी दुई किसिमका हुन्छन्। विद्यार्थीलाई शिक्षकले पूर्ण रूपमा निर्देशन दिई निष्कर्ष निकाल्न लगाउने विधिलाई पूर्ण निर्देशित खोज विधि भनिन्छ। प्रारम्भिक कक्षामा ध्वनि पत्ता लगाउने,ध्वनि र सङ्केतको सम्बन्ध खोजेर लेख्ने,चित्र र शब्द मिलाउने,शब्दको अर्थ खोज्ने,प्रश्नका उत्तरहरू पाठमा खोज्ने जस्ता कार्यमा यो विधिको प्रयोग गर्ने गरिन्छ।

विद्यर्थीलाई आवश्यक मात्रामा निर्देशन दिएर तथा सहयोग दिएर सिर्जनात्मक रूपले खोजी कार्यलाई अगाडि बढाउनुपर्दछ। खोजबाट निस्केका विचारका आधारमा निष्कर्ष निकाल्न लगाउनुपर्दछ। प्रारम्भिक कक्षामा शिक्षकले विभिन्न सिकाइ क्षमता,भाषा र भाषिका भएका बालबालिकाको सिकाइ, उच्चारण, शब्द प्रयोग र बुझाइमा आएका समस्यालाई खोजेर कति जना कस्तो समस्यमा छन् र के गर्न आवश्यक छ भन्ने थाहा पाएर शैक्षणिक विधिको प्रयोग गर्नुपर्दछ। कक्षा १ देखि ३ सम्म विद्यार्थीमा सिर्जनात्मता र मौलिकताको विकास गर्न यस विधिको प्रयोग उपयोगी मानिन्छ। सिकाइमा पछि परेका विद्यार्थीलाई समेत समस्याप्रति चनाखो बनाउन, स्वतन्त्र रूपले चिन्तन क्षमताको विकास गराउन,आफ्नो कार्य आफैँ गर्नुपर्छ भन्ने सकारात्मक र स्वावलम्वी बानीको विकास गराई दायित्वबोध गराउन विद्यार्थीहरूलाई प्रयाप्त पाठ्यसामग्री उपलब्ध गराएर उनीहरूलाई सक्रिय रूपमा सहभागी गराई समस्या समाधान गर्न यो विधिको प्रयोग ज्यादै उपलब्धिमूलक मानिन्छ।

९ अन्तरक्रिया विधिः

अन्तरक्रिया विधि सबै तह र कक्षाहरूमा त्यतिकै उपयोगी हुने विधि हो। यसमा छलफलको योजना ,तयारी र छलफल सञ्चालन गर्ने तरिका पर्छन्। यसका लागि उपयुक्त शीर्षक छनोट गरी समूहमा वितरण गर्नुपर्छ। शिक्षकले कुन समूहलाई कुन ठाउँमा बसाइ व्यवस्थापन गर्ने भन्ने अगाडि नै योजना बनाउनुपर्छ। विशेष गरी कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई कोठाका चार कुनामा ४ ओटा समूह बनाइ राख्नु उपयुक्त हुन्छ। बसाइ व्यवस्थापन गरिसकेपछि शिक्षकले छलफलको कार्यसूची विद्यार्थीलाई उपलव्ध गराउनुपर्दछ । कार्यसूचीअनुसार विद्यार्थीलाई समूहमा सक्रियतापूर्वक सहभागी गराउनुपर्दछ। छलफललाई निर्दिष्ट दिशातर्फ उन्मुख गराउनु पर्दछ । छलफलको क्रममा कम सक्रिय विद्यार्थीलाई थप प्रोत्साहन गर्दै अगाडि बढ्न उत्प्रेरित गर्नुपर्छ । छलफलबाट निस्केको निष्कर्षलाई कक्षामा प्रस्तुत गरिसकेपछि आवश्यक पृष्ठपोषणसहित शिक्षकले अन्तिम निष्कर्ष सुनाउनुपर्दछ।

१० समूह शिक्षण विधिः

समूह शिक्षण विधिमा कक्षाका सम्पूर्ण विद्यार्थीहरूलाई सकेसम्म साना साना समूहमा बाँडेर समूह सञ्चालन तथा रिपोटिङ लागि एक जना समूह नेताको चयन गर्नुपर्छ । छोटो समयमा समस्या समाधान गर्न सकिने समस्यालाई छानेर त्यसबारे शिक्षकले सङ्क्षिप्त परिचय दिनुपर्छ। प्रत्येक समूहलाई समूहगत रूपमा बस्ने व्यवस्था मिलाएर निश्चत समय तोकेर मात्र समस्या दिनुपर्छ । सबै सहभागीको विचारलाई समेट्ने गरी प्रतिवेदन तयार गरी समूह नेताले प्रस्तुत गर्ने व्यवस्था मिलाउनुपर्छ। शिक्षकले प्रतिवेदनको सारांश झिकी विद्यार्थीलाई क्रियाकलापको उद्देश्यमा आधारित भइ त्यसबारे बोध गराउनुपर्छ। यो विधि कक्षा १ देखि ३ सम्मका विद्यार्थीहरूमा मौखिक कार्य, अनुमान,जोडी पठन,गीत गायन तथा खेलका माध्यमबाट सिक्ने कार्यमा धेरै मात्रामा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

११ अभिनय विधिः

मिल्दो विषयवस्तुमा हाउभाउसहित नक्कल नाटक वा भूमिका गरेर शिक्षण गर्ने विधिलाई अभिनय विधि भनिन्छ । यस विधिलाई नाटकीकरण विधि पनि भन्ने चलन छ । यो विधिमा कुनै पात्र,चरित्र,घटना वा विषय शिक्षण गर्न बालबालिकालाई प्रेरणा दिएर उनीहरूलाई नै प्रस्तुत गर्न लगाइन्छ । जस्तैः शिक्षक, चिकित्सक,व्यापारी,विद्यार्थी,नर्स,प्रहरी, किसान ,सञ्चारकर्मी,पथप्रदर्शक आदिको भूमिका के वा कस्तो हुन्छ सो बारेमा उनीहरूलाई नै सोधेर आफैँलाई अभिनय गर्न लगाउनुपर्छ । अभिनय गर्ने क्रममा शिक्षकको निरन्तर पृष्ठपोषणको जरूरत पर्दछ । सकभर कक्षाका सबै विद्यार्थीलाई नै अभिनय वा नाटकीकरणमा सहभागी हुने अवसरको सुनिश्चितता हुनुपर्दछ । हरेक बालबालिका नै नाटकीकरणमा सहभागी हुने अवसरले बालबालिकाको सिकाइ सहज,अर्थपूर्ण र मनोरञ्ननात्मक हुनुका साथै सिकाइ दीर्घकालीन हुने गर्दछ ।

१२ सामग्री केन्द्रित विधिः

पाठ्यक्रमले तोकेका उद्देश्य प्राप्तिका लागि विभिन्न किसिमका सामग्रीहरूको प्रयोग गरी शिक्षण गर्ने विधिलाई सामग्री केन्द्रित विधि भनिन्छ । प्रारम्भिक कक्षाका बालबालिकाहरूका लागि यो विधि ज्यादै उपयोगी र प्रभावकारी मानिन्छ । सामग्रीहरूको प्रदर्शन तथा चित्रहरू प्रर्दशन गर्नु,सिकाइ उपलब्धिका आधारमा पाठअनुसार प्रयोग हुने शैक्षणिक ,सन्दर्भ ,स्थानीयस्तरमा तयार गर्न सकिने ,सूचना तथा प्रविधिका आदिको प्रयोग यस विधिमा गरिन्छ । कुन सामग्री के विषयवस्तु सिकाउन प्रयोग गर्ने , कहाँ,कहिले,कसले र कसरी यो विधि प्रयोग गर्ने जस्ता कुरा महत्त्वपूर्ण हुन्छन् । शिक्षकले सामग्री प्रदर्शन गर्दा सरलबाट जटिल, ,देखेकाबाट नदेखेका,प्रयोग भइरहेका पछि प्रयोग हुनेतिर ख्याल गर्नुपर्छ । अन्त्यमा सामग्री प्रयोगको उद्देश्य सिकाइसँग जोडेर मूल्याङ्कन तथा लेखाजोखा गर्नुपर्छ । थप सामग्रीका लागि विज्ञान,प्रविधि,सञ्चार तथा चलचित्रलाई पनि सिकाइ केन्द्रित बनाएर कक्षा भित्र वा कक्षाकोठा बाहिर पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस्ता सामग्री देखाएर,प्रदर्शन गरेर,सुनाएर ,अभ्यास गरेर,सामग्रीको बारेमा भन्न लगाएर र लेख्न लगाएर पनि प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यसका लागि निश्चत उद्देश्य,विषय, स्थानका साथै समयको उचित व्यवस्थापन गर्न जान्नु पर्दछ । यस विधिको प्रयोगले सिकारूलाई उत्प्रेरित,ध्यान केन्द्रित,सिर्जनात्मक बनाउनुका साथै सिकेका कुराहरू लामो समयसम्म सम्झिरहने बनाउँछ ।

१३ समस्या समाधान विधिः

समस्या समाधान विधिले सिकारूलाई केवल सरसरती पढ्न मात्र सहयोग सहयोग नगरी उनीहरूको बुझाइमा समेत सहयोग पुऱ्याउँछ । सिकारूले सिक्ने क्रममा छापाका वर्णरूपी सङ्केतहरू अक्षर, शब्द र वाक्यांशहरूलाई उपयुक्त क्रम र तह मिल्ने गरी चिनेर गल्ती नगरी उच्चारण गरेर सरसरती पढ्नु राम्रो मानिन्छ । पछि राम्रो पढने बालबालिकाले पनि सुरूमा राम्ररी नपढ्न सक्छन् । उनीहरूलाई सुरूमा अरूको सहयोग आवश्यक पर्न सक्छ । धैरै राम्रो पढने बालबालिकाले पनि सरसर्ती पढ्दा गल्ती गरेर पढने गर्छन् । यस विधिको प्रयोगले विद्यार्थीमा समस्यासँग सम्बन्धित विषयवस्तु र पुस्तकहरू पढ्ने समस्या सङ्कलन गर्ने बानीको

विकास हुन्छ । यसले गर्दा सिकारूमा नयाँ नयाँ ज्ञान र खोजीको सिर्जना गर्ने बौद्धिक क्षमताको विकासमा महत्त्वपूर्ण सहयोग पुग्दछ । समस्या बुझ्न ,परिभाषित गर्न र सीमाङ्कन गर्न सक्ने क्षमताको विकासमा पनि यस विधिको प्रयोग उपयोगी मानिन्छ । आवश्यकतानुसार जब विद्यार्थीहरू समस्याको समाधान गरिरहेका हुन्छन् तब शिक्षकले पनि उनीहरूको आवश्यकतानुसार उनीहरूलाई सहयोग पुर्याइरहेको हुनुपर्दछ । समस्या समाधानमा शिक्षकले सा–साना समूह विभाजन गरेर समस्या प्रस्तुत गर्ने र समूहमा छलफल गरेर समस्याको समाधान समूहबाटै खोज्ने र समस्या समाधानको उपाय पनि समूहको नेताबाट प्रस्तुत गर्न लगाउने गर्नु पर्दछ । शिक्षकले आवश्यकतानुसार पृष्ठपोषण प्रदान गर्नु पर्दछ ।

१४ परियोजना विधिः

विषय प्रकृति र विद्यार्थीको उमेर /स्तरलाई ध्यान दिदै परियोजना कार्य दिई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउँदा विद्यार्थीमा गरेर सिक्ने (Learning by doing) बानीको विकास हुन्छ ।

विषयसूची

कक्षाः १

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय	१
विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती	४
विषयक्षेत्रः पशुपालन	७
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन	८
विषयक्षेत्रः पर्यटन	१०
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव	१२
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला	१३
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन	१५
विषयक्षेत्र : व्यक्ति र व्यक्तित्व	१७

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय	१९
विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती	२२
विषयक्षेत्रः पशुपालन	२४
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन	२६
विषयक्षेत्रः पर्यटन	२७
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव	२९
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला	३०
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन	३२
विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व	३४

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय	३६
विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती	३८
विषयक्षेत्रः पशुपालन	४०
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन	४३

विषयक्षेत्रः पर्यटन ४४
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव ४६
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला ४७
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन ४९
विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व ५१

कक्षाः ४

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय ५३
विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती ५५
विषयक्षेत्रः पशुपालन ५८
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन ६०
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला महोत्सव ६२
विषयक्षेत्रः पर्यटन ६४
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला ६५
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन ६७
विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व ६९

कक्षाः ५

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय ७१
विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती ७३
विषयक्षेत्रः पशुपालन ७८
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन ८१
विषयक्षेत्रः पर्यटन ८३
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव ८५
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला ८७
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन ८९
विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व ९१

कक्षाः १

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय वार्षिक कार्यघण्टाः २०

पाठ १: मेरो घर

हामीले साँझ-बिहान समय बिताउने, सम्पूर्ण परिवारका सदस्यहरू को जमघट हुने, हामीलाई प्रतिकूल वातावरणबाट बचाउने भौतिक संरचना घर हो ।अंग्रेजीमा Home र House को अलग अलग अर्थ लागे तापनि नेपालीमा घर एउटै शब्द भएको हुँदा Home र House को अर्थ दिएर यसको व्याख्या गर्न सकिन्छ । आफ्नो घर वरिपरि रहेका अन्य घरको समूहलाई छिमेक र ती घरमा बस्ने व्यक्तिहरू छिमेकी हुन् । हाम्रो लागि अन्य व्यक्ति छिमेकी हुन् भने हामी पनि कसैका छिमेकी हौँ । छिमेकमा सहयोग, सरसामान र विचारहरू आदान प्रदान गरिन्छ ।

पाठ २: मेरो नगर, वडा तथा टोल

हामी बस्ने स्थानहरूलाई विभिन्न राजनैतिक खण्डहरूमा बाँडेर त्यहाँ राज्यले सेवा प्रदान गर्ने गर्दछ । त्यस अनुरूप हाम्रो घर भएको क्षेत्र पनि राज्यको कुनै न कुनै खण्डमा परेको हुन्छ त्यस्ता खण्डहरूमध्ये विकसित क्षेत्रलाई महानगरपालिका, उपमहानगरपालिका तथा नगरपालिका भनिन्छ भने कम विकसित तथा ग्रामीण क्षेत्रलाई गाउँपालिका भनिन्छ ।

हामी बस्ने क्षेत्र विकसित क्षेत्र हो । यसको नाम पोखरा महानगरपालिका हो । पोखरा महानगरपालिका क्षेत्रफलको हिसाबले नेपालको सबैभन्दा ठुलो नगरपालिका हो । यो कास्की जिल्लाको एकमात्र नगरपालिका पनि हो । यो गण्डकी प्रदेशको सबैभन्दा ठुलो सहर हो ।

(नोटः सदरमुकामको अवधारणा साना बालबालिकाहरूलाई अन्य कक्षाहरूमा समावेश गरिने छ ।)

पोखरा महानगरपालिका भित्र पनि विभिन्न स्थानहरू छन् । ती सबै स्थानविशेषको नाम हुन्छ । तिनीहरूको राजनीतिक सिमाना तथा चलनचल्तीका सिमाना हुन्छन् । पुराना बजारको नाम राखिएको हुन्छ । नगरको एक वडामा एक वा एकभन्दा बढी बजार क्षेत्रहरू हुन सक्छन् ।

(नोटः विद्यार्थीको वडामा भएका बजार क्षेत्रहरूको परिचय दिनुपर्छ । वडाको साना सीमित क्षेत्रहरूलाई टोल भनिन्छ । विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो टोलको नाम तथा यहाँ रहेका बाटो, गल्लीहरूको नाम बताउन लगाउन सकिन्छ । शिक्षकले विद्यार्थीको बारेमा जानकारी राखेर उनीहरूको टोल, बाटो, गल्लीको बारेमा सहजीकरण गर्नुपर्ने छ । कम्तीमा आफ्नो वडाको वडा कार्यालय रहेको स्थानको परिचय गराउनु पनि राम्रो हुने छ ।)

पाठ ३: मेरो छिमेकका स्थलहरू

हाम्रो छिमेकमा विभिन्न धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय तथा प्राकृतिक स्थानहरू रहेका हुन्छन् । हरेक स्थानको आफ्नै विशेषता तथा महत्त्व हुन्छ ।

(नोट यस पाठमा शिक्षकले विद्यार्थीको घर तथा विद्यालय भएको वडामा अवस्थित मन्दिर, स्तुपा, मस्जिद, चर्च, खोलानाला, खोँच, नहर, ताल, झरना, पोखरी, पाटीपौवा, सांस्कृतिक केन्द्र, म्युजियम, नाचघर, नाटकघर, चौतारा लगायतका स्थानहरू र तिनमा पुग्न लाग्ने दुरी (विद्यार्थीको घर तथा विद्यालयबाट) का बारेमा सिकाउन सकिन्छ ।)

पाठ ४: मेरो छिमेकी वडा

(नोट प्रशासनिक खण्डका आधारमा आफ्नो वडासँग सिमाना जोडिएका वडाहरूको वडा नम्बर तथा ती वडामा अवस्थित बजार क्षेत्रहरूका बारेमा सामान्य जानकारी गराउन सकिन्छ । वडा सिमानाको सामान्य जानकारी गराई आफ्नो वडाको चारै दिशाका वडा सिमानाहरू (खोला, ताल, बाटो, कुलो आदि) को जानकारी गराउन सकिन्छ । वडा सिमाना भन्दा पर भएका वडाको छुट्टै वडा नम्बर हुने तथा तिनीहरूको प्रशासनिक व्यवस्थापन पनि छुट्टै तवरले हुन सक्ने जानकारी गराउन सकिन्छ ।)

क) उद्देश्यः

- विद्यार्थीले आफ्नो घर रहेको स्थानमा भएका छिमेकीहरूको नाम र परिवार सङ्ख्या बताउन सक्ने छन् ।
- विद्यार्थीले आफ्नो नगरको परिचय दिन तथा वडा नम्बर र टोलको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।
- आफ्नो घर वरपर रहेका विभिन्न स्थानहरूको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।
- आफ्नो वडाको सिमाना बताउन सक्ने छन् तथा छिमेकी वडाहरूको वडा नम्बर तथा बजारको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो वडामा भएका बाटो, कुलो, मन्दिर आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- वडाको नक्सा, नगरको नक्सा
- पोखरा चिनाउने तस्बिरहरू
- श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप

- शिक्षकले आफ्नो परिचय (नाम र ठेगाना) बताउने र विद्यार्थीलाई पनि उनीहरूको आफ्ना बारेमा भन्न

लगाउने ,

- विद्यार्थीले आफैँले परिचय दिँदा कठिनाइ भएमा सहजीकरणको लागि शिक्षकले प्रश्न सोधी सहजीकरण गरिदिने ,
- शिक्षकले महानगरको सामान्य परिचय दिने सामग्री प्रस्तुत गरी त्यसका आधारमा छलफल तथा प्रश्नोत्तर गराउने,
- महानगरको चित्र वा नक्सा प्रदर्शन गरी महानगरको नाम र वडा सङ्ख्या भन्न लगाउने किसिमका खेल खेलाउने,
- चित्र वा नक्सामा हेरेर आफू बस्ने वडा वा टोलको पहिचान गर्न लगाउने । यसको लागि जोडी वा समूहमा छलफल गर्न लगाई साथीको वडा तथा टोलको नाम पनि भन्न लगाउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- विद्यार्थीले आफ्नो परिचय दिँदा नाम, परिवार र अफ्नो ठेगाना समावेश गरे नगरेका आधारमा मापन गर्ने,
- विद्यार्थीले आत्मविश्वास तथा स्पष्टताका साथ प्रस्तुति गरे नगरेको अवलोकन गरी सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्ने,
- छलफल तथा कुराकानीमा देखाएको सक्रियता, कार्य सम्पादन, सहकार्यात्मक व्यवहारका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- प्रश्नोत्तर तथा अन्य सन्दर्भमा नगरपालिकाको नाम, वडा सङ्ख्या तथा आफू बस्ने वडा भने नभनेको यकिन गरी सिकाइ उपलब्धिको मापन गर्ने ।
- कक्षा कार्य, गृहकार्यमा विभिन्न वस्तुगत प्रश्नहरू (खाली ठाउँ भर्ने, जोडा मिलाउने, ठिक बेठिक, आदि) दिई विद्यार्थीहरूको ज्ञान तथा स्मरण शक्तिको मूल्याङ्कन गर्ने ,
- घरमा गएर सोध्ने किसिमका प्रश्नहरू दिएर परियोजना कार्य गराउन लगाउने र सोको मूल्याङ्कन गर्ने ।

कक्षाः १

विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती वार्षिक कार्यघण्टाः २२

परिचय

पोखरा महानगरपालिकाभित्र सबै ठाउँ एकै किसिमको भूबनावट छैन। यहाँ फरक फरक भूबनावटका कारण सबै ठाउँमा एकै किसिमका फलफूल तथा तरकारीहरू उत्पादन हुँदैनन्। आफ्नो घर, छिमेक, गाउँमा फल्ने फलफूल तथा तरकारीको नाम विद्यार्थीहरूबाटै लिइने छ। त्यसैगरी अभिभावकहरूसँग सोधी आफ्नो वडाभित्र फल्ने फलफूल तथा तरकारी नाम भन्न , त्यसैगरी तिनीहरूलाई हेरेर रङ र खाएर वा खाएको आधारमा स्वाद पनि बताउन प्रेरित गरिने छ।

क) उद्देश्यः

- आफ्नो टोल वा वडामा पाइने फलफूल तथा तरकारीको नाम बताउन,
- हरिया तरकारी तथा फलफूल हेरी रङ तथा खाएर स्वादको आधारमा नाम बताउन।

ख) विषयवस्तुः

वडाभित्र फल्ने फलफूल तथा तरकारीहरूका नामहरू पर्ने गरी अनुच्छेद बनाई शिक्षण गर्नुहोला।

नमूना अनुच्छेदः

मेरो गाउँ ...... हो। यो गाउँ पोखरा महानगरपालिका वडा नं...... पर्छ। मेरो घर नजिकै साथीको घर छ। उसलाई हामी छिमेकी भन्छौँ। हाम्रो घर नजिकै एउटा विद्यालय छ। त्यस विद्यालयमा वरिपरिका गाउँबाट पढ्न आउँछन्। तिनीहरूको वडा र मेरो वडा पनि एउटै हो। मेरा बुबाआमा खेतमा काम गर्नुहुन्छ। हाम्रो बारीमा बोडी, लौका र सिमी फलेको छ। हाम्रो छिमेकीका घरमा करेला, घिरौँला, गोलभेँडा र काँक्रो फलेका छन्। हाम्रो बारीमा फलेको तरकारी छिमेकीलाई पनि दिन्छौँ र छिमेकीले पनि आफ्नो बारीमा फलेका तरकारी हामीलाई दिनुहुन्छ। आज आमाले पकाएको इस्कुसको अचार साह्रै मिठो थियो। पल्लो गाउँको साथीले हामीलाई सुन्तला ल्याइदिएका थिए। सुन्तला पाकेपछि हेर्दा पहेँलो र खाँदा गुलियो हुँदो रहेछ। मेरा बुबाले अम्बा र लिचीका बोट सार्नुभएको छ।

गीत गाऔँ (आवश्यकताअनुसार)

भन भन साथी हो, आफ्नो वडा कुन
अरू मेरा साथीले नि, उनको कुरा सुन
हाम्रो गाउँमा फल्छन् साथी, सुन्तला र केरा
अम्बा, लप्सी, आँपको नि रूख हुन्छ हेर

छिमेकमा फलेका छन् गोलभेँडा र काँक्रो
करेला र घिरौँलालाई, चाहिँदो रहेछ थाक्रो
साग, काउली, बन्दा, आलु, फलेको छ मुला
केही थिए साना साना, धेरै थिए ठूला

हाम्रो घरमा फलेका छन् बोडी, लौका, फर्सी
आरूबखडा, लिची ल्याई देखाउँछु है पर्सी
इस्कुसको अचार मिठो तरकारीमा भन्टा
साग मिठो लाग्छ मलाई फर्सीको त्यो मन्टा

हरिया छन् तरकारी, फलफूल कस्ता
तिम्ले पनि भन साथी, देखेका छौ जस्ता
करेला थियो तितो तितो, मिठो थियो सिमी
के के खायौ कस्तो थियो, भन अब तिमी

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

फलफूल तथा तरकारीका सूची (सम्भव भएसम्म वास्तविक र नभए चित्र), फलफूल तथा तरकारी सम्बन्धी गीत कविता श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

शिक्षकले ल्याएका वास्तविक तरकारी तथा फलफूल वा तरकारी तथा फलफूलको चित्र देखाएर ध्यानाकर्षण गराउने,

- आज के के तरकारी खाएर आउनुभयो वा तपाईंको घरमा के के तरकारी र फलफूल फलेका छन् भनी सबैलाई पालैपालो सोध्ने,
- विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई आवश्यक सहजीकरण गर्दै र सहभागी गराउँदै माथिको गीत गाउने,
- उपलब्ध फलफूल तथा तरकारीको नाम, रङ, स्वाद बताउन लगाउने र आवश्यकताअनुसार पृष्ठपोषण दिने,
- विद्यालयको बगैँचा वा नजिकैको तरकारी बारीमा लगी तरकारीको बारेमा जानकारी गराउने,

- विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गरी तरकारीका, रङ, आकार तथा स्वादको आधारमा नाम बताउन लगाउने,

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

१) मौखिक प्रश्नोत्तरः

- तपाईंका घरमा कुन कुन तरकारी फलेका छन् ?
- तपाईंले खानुभएका फलफूलका नाम भन्नुहोस् ।
- करेला तपाईंलाई मन पर्छ कि पर्दैन ? पर्छ भने वा पर्दैन भने किन?
- तपाईंलाई मिठो लाग्ने तरकारीहरू के के हुन् ?
- के तपाईंको घरमा फलफूलको बोट छ ? छ भने के को छ ? आदि यस्तै यस्तै धेरै प्रश्नहरू सोध्न सकिने छ ।

२) तपाईंको साथीका घरमा फलेका तरकारी र फलफूलका नाम सोधेर तालिकामा लेख्नुहोस् ।

क्र सं	साथीको नाम	तरकारीका नाम	फलफूलका नाम
१			
२			
३			
४			
५			

३) ठिक उत्तर छानेर धर्को तान्नुहोस् :

करेला आँप फर्सी फलफूल

बोडी लिची सुन्तला तरकारी

४) PUZZLE GAME खेलाउनुहोस् । (तरकारी र फलफूलका नाम हेरेर गोलो घेरा लगाउनुहोस् ।)

५) विद्यालयको बगैँचामा वा विद्यालय नजिकै लगेर तरकारी वा फलफूल देखाउनुहोस्, विद्यार्थीहरूलाई थाहा भएअनुसार तिनका नाम, रङ, स्वाद भन्न लगाउनुहोस् र आवश्यकताअनुसार पृष्ठपोषण गर्नुहोस् ।

६) आफ्नो गाउँमा फल्ने ५/५ ओटा तरकारी र फलफूलका नाम बुबाआमासँग सोधेर आउनुहोस् ।

७) तपाईंलाई मन पर्ने दुई ओटा तरकारी र दुई ओटा फलफूलको चित्र कोरी त्यसमा रङ भर्नुहोस् ।

८) खेल खेलाउनुहोस् । (भए तरकारी र फलफूल वा नाम लेखी छुट्टाछुट्टै कुनामा राख्नुहोस् र खेलाउनुहोस् जस्तै : सुन्तला भन्दा सुन्तला पहिचान गरेर जान सके सकेनन् अवलोकन गरी पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।)

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः १	
विषयक्षेत्रः पशुपालन	वार्षिक कार्यघण्टाः २२

परिचय :

मानिसहरूले घरमा पाल्ने जनावरहरूलाई घरपालुवा जनावर भनिन्छ। गाई, गोरू भैँसी, राँगा, भेँडा कुकुर, बिरालो आदि घरपालुवा जनावरका उदाहरण हुन्। जङ्गलमा बस्ने जनावरलाई जङ्गली जनावर भनिन्छ। बाघ, भालु, हात्ती, चितुवा, बाँदर, लङ्गुर, स्याल आदि जङ्गली जनावरका उदाहरण हुन्।

क) उद्देश्य :

- घरपालुवा जनावरहरू देखेर / चित्र हेरेर तिनीहरूको नाम बताउन,
- जङ्गली जनावरहरू देखेर / चित्र हेरेर तिनीहरूको नाम बताउन,
- घरपालुवा जनावरहरूको आवाज नक्कल गरेर सुनाउन,
- घरपालुवा र जङ्गली जनावर मिश्रित नामको समूहबाट घरपालुवा र जङ्गली जनावरको अलग अलग समूह निर्माण गर्न।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्र वरपर पाउन सकिने विभिन्न घरपालुवा र जङ्गली जनावरहरू

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

विभिन्न घरपालुवा र जङ्गली जनावरहरूका नाम र चित्र, फोटो, कटआउट, भिडियो, जनावरका आवाजको अडियो, मेटाकार्ड आदि।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- विद्यार्थीहरूका घरमा कुनै जनावरहरू पालेका छन् कि भनेर प्रश्न गर्ने, उनीहरूका घरमा पालेका जनावरका नाम बताउन लगाउने तिनीहरूको नाम शिक्षकले पाटीमा लेख्ने विद्यार्थीहरूलाई पनि अभ्यास पुस्तिकामा लेख्न गाउने र तिनीहरूको शारीरिक आकार, रङ, शारीरिक ढाँचा, बस्ने ठाउँ

आदिका बारेमा कुराकानी / छलफल गर्ने,

- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न जनावरहरूका चित्रहरू देखाउने र नाम बताउन र लेख्न लगाउने, उनीहरूलाई ती जनावरहरू कसरी कराउँदछन् ? भनी प्रश्न गर्ने, शिक्षकले पनि विभिन्न जनावरहरूको आवाज अनुकरण गरेर सुनाउने ,विद्यार्थीहरूलाई सुन्न लगाउने र नक्कल गर्न लगाउने, (यो क्रियाकलाप श्रव्यदृश्य सामग्रीको प्रयोग गरेर गर्न सकेमा अझै राम्रो हुने छ)
- जनवरका नामको PUZZLE WORD हरू समाधान गर्न लगाउने, जनावर र तिनीहरूका आवाजको अनुकरणात्मक शब्दको प्रयोग हुने खेल खेलाउने ,
- विद्यार्थीहरूलाई आफूलाई मन पर्ने जनावरको चित्र कोर्न / चित्रमा रङ भर्न लगाउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- कक्षाकार्य जाँच गर्ने,
- खाली ठाउँ भर : जस्तैः जनावरको नामको छुटेका अक्षर भर्न लगाउने,
- जनावरको चित्र दिएर नाम लेख्न लगाउने ,
- जोडा मिलाऊ : जस्तै : जनावरको नाम र आवाज, नाम र चित्र जोडा मिलाउन लगाउने ,
- सस्वर वाचन : जस्तै: जनावरका नामहरू शुद्धसँग उच्चाहरण गर्न लगाउने ,

परियोजना कार्य :

तिमीलाई मन पर्ने जनावरको चित्र कोर / चित्रमा रङ भर र कक्षामा प्रस्तुत गर ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः १

विषयक्षेत्रः पक्षीपालन वार्षिक कार्यघण्टाः १२

परिचय :

प्वाँख,चुचो, पखेटा दुई ओटा खुट्टा भएका चरालाई पक्षी भानिन्छ । मानिसहरूले घरमा पाल्ने चरालाई घरपालुवा पक्षी र जङ्गलमा बस्ने चरालाई जङ्गली पक्षी भानिन्छ । कुखुरा, परेवा, हाँस, टर्की, बट्टाई आदि घरपालुवा पक्षी हुन् भने डाँफे, काग, काठ फोरूवा ,कालिज,कोइली कोकले, गिद्ध , चमेरो, चिबे, चिल, च्याखुरा, ढुकुर, तित्रा, फिस्टो, बकुल्लो, बाज, मयूर, मुनाल, मैनाचरी, लाटोकोसेरो, सारस, सुगा, हलेसो आदि जङ्गली चराहरू हुन् ।

क) उद्देश्य :

- घरपालुवा र जङ्गली पक्षी देखेर छुट्याउन,
- आफू बसोबास गरेको क्षेत्र वरपर पाइने पक्षी देखेर / चित्र हेरेर तिनीहरूको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्र वरपर पाउन सकिने विभिन्न घरपालुवा र जङ्गली पक्षीहरू

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

विभिन्न घरपालुवा र जङ्गली पक्षीका नाम र चित्र , फोटो, कटआउट , भिडियो , चराका आवाजको अडियो , मेटा कार्ड

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- विद्यार्थी बाबुनानीहरूको घरमा कुनै चरा पालेका छन् कि सोधेर ध्यानाकर्षण गराउने,
- विद्यार्थीहरूले आफ्नो विद्यालय परिसर वरपर कुन कुन चराहरू आएको देखेका छन् सोध्ने र छलफल गर्ने,
- शिक्षकले विभिन्न चराका चित्र देखाएर नाम भन्न लगाउने र छलफल गर्ने,
- विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई आवश्यक सहजीकरण गर्दै र सहभागी गराउने,
- विद्यार्थीहरूलाई आफूलाई मन पर्ने जनावरको चित्र कोर्न / चित्रमा रङ भर्न लगाउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- तपाईंलाई कुन चरा मन पर्दछ ?......... मन पर्छ कि पर्दैन ? पर्छ भने वा पर्दैन भने किन?
- चराका चित्र दिएर नाम लेख्ने लगाउने,
- नाममा खाली ठाउँ भर्न लगाउने,
- चित्र देखाएर नाम सोध्ने ।

परियोजना कार्य :

तिमीलाई मन पर्ने चराको चित्र कोर / चित्रमा रङ भर र कक्षामा प्रस्तुत गर ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः १

विषयक्षेत्रः पर्यटन　　　　　　　　　वार्षिक कार्यघण्टाः २५

परिचय :

घर तथा विद्यालय टोल र छिमेकमा आउने पाहुनाहरूलाई पर्यटक भनिन्छ । पर्यटकहरूलाई शिष्टाचारका शब्दहरूद्वारा सम्मान गर्नुपर्दछ । जस्तै; हजुर, तपाईं, तिमी, आउनुहोस्, जानुहोस्, नमस्कार गर्न र बिदाइमा बाइबाइ, नमस्ते आदि जस्ता शब्दलाई शिष्टाचार शब्द भनिन्छ । दाइ, दिदी, बुबाआमा , हजुरबुबा हजुरआमालाई साइनोअनुसार सम्मानजनक शब्दको प्रयोग गर्ने अभ्यासमा विद्यार्थीहरूलाई संलग्न गराउनुपर्दछ । नमस्कार, ढोग, जस्ता सम्मानजनक शब्दहरूको प्रयोग र अभ्यास गरी विभिन्न भूमिकामा विद्यार्थीहरूलाई सरिक गराउनुपर्दछ । विद्यालयमा आफ्नो कक्षाका साथीहरूसँग मिलेर बस्न र साथीहरूलाई सम्मान गर्न, आफ्नो कक्षाका भन्दा माथिका दाइ दिदीहरू, शिक्षक कर्मचारीहरूलाई सम्मानजनक शब्दद्वारा अभिवादन गर्ने जस्ता कार्यमा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउनुपर्दछ ।

आफ्नो परिवारका सदस्य, घरमा आउने इष्टमित्रको नाम भन्न लगाउनुपर्दछ । आफ्नो देश तथा बाह्य मुलुकबाट आउने पाहुना दुवै पर्यटक हुन् । आफ्नो परिवारका सदस्यहरूसँगै बिदा तथा महोत्सवको समयमा घुम्न गएको स्थानीय मठ मन्दिर, गुम्बा, बजार, ताल आदिको नामहरू भन्ने बानीको विकास गराउने उद्देश्य राखिएको छ ।

क) उद्देश्य :

- घरपरिवार, विद्यालय र पाहुनाहरूलाई शिष्टाचार गर्न,
- स्थानीय रमणीय स्थानहरूको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तु :

शिष्टाचारका भाषा, शैली, लबज, छरछिमेकका रमणीय स्थानहरू

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

बालबालिकाले घरपरिवार तथा विद्यालयमा शिष्टाचार प्रदर्शन गरेका चित्र, पोस्टर, कार्टुन तथा रमणीय स्थानहरूको चित्र र भिडियो ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- पोखरामा आउने पर्यटक र विद्यार्थीहरूको आफ्नै घरमा आउने पाहुनालाई गरिने अभिवादन सम्बन्धमा छलफल, अन्तरक्रिया सञ्चालन गराउनुहोस्,

- Photo, Video, Power point द्वारा घरपरिवार, विद्यालय तथा पाहुनाहरूसँग गरिने अभिवादन तथा शिष्टाचार प्रदर्शन गरी सोहीअनुसार विद्यार्थीलाई अभ्यास गराउनुहोस्,
- विद्यालय तथा क्षेत्रभ्रमणको सन्दर्भमा नयाँ आउने पाहुना तथा पर्यटकहरूसँग विद्यार्थीहरूले प्रदर्शन गरेको व्यवहार अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्न विद्यार्थीलाई नै लगाउन सक्नुहुने छ,
- विद्यार्थीको वरपर रहेको ऐतिहासिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय सम्पदाहरूको नाम र स्थान लेखिएको चार्ट, मेटाकार्ड, चित्र तथा तस्बिर देखाएर सम्पदाको नाम र स्थान बारे विद्यार्थीलाई प्रष्ट पार्नुहोस्,
- प्रश्न उत्तर तथा विद्यार्थी अनुभव साटासाट गरेर स्थानीय पर्यटकीय क्षेत्रको नाम र स्थानबारे जानकारी गराउनुहोस्,

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- बालबालिकाहरूलाई तिमीले आफ्ना आमाबुबा, दाजु, दिदी घरमा आउने पाहुनालाई प्रयोग गर्ने शिष्टाचार शब्दहरू भन्न लगाउने र सो को आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- आफ्ना साथीहरू, माथिल्लो कक्षामा पढ्ने दाइ दिदीहरू तथा शिक्षकसँग बोल्दा विद्यार्थीहरूले प्रयोग गर्ने शिष्टाचार र शब्दहरूको अवलोकन साथै रूजुसूची तयार पारेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- आफ्नो टोल तथा भ्रमण गरेका स्थानहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- तिम्रो तथा तिम्रो समुदायका मानिसहरूले मनाउने चाडपर्वहरूको सूची तयार गर्न परियोजना कार्यमा संलग्न गराउनुहोस् ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १५ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः १	
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव	वार्षिक कार्यघण्टाः २०

परिचय :

यस एकाइको अन्त्यमा हाम्रो समाजमा विभिन्न जातजाति, धर्म र वर्गका मानिसहरू बसोबास गर्दछन् । उनीहरूको धर्म र परम्पराअनुसार आ–आफ्नै किसिमका धार्मिक स्थल र चाडपर्वहरू रहेका हुन्छन् भन्ने जानकारी दिन खोजिएको छ । समाजमा बसोबास गर्ने मानिसहरूका आ–आफ्नै संस्कार र चालचलनहरू छन् । उनीहरूका आफ्ना चाडपर्वहरू पनि फरक फरक छन् । हामी बसोबास गरेका विभिन्न टोल छिमेकमा विभिन्न धर्मावलम्बीहरूका विभिन्न धार्मिक स्थलहरू पनि छन् । बालबालिकाहरूले आफ्नो तथा टोल छिमेकका विभिन्न चाडपर्वहरूमा एकअर्काप्रति सद्भाव र सम्मान गर्नुपर्दछ । बालबालिकाहरूलाई स्थानीय चाडपर्वहरू तथा महोत्सवहरूमा सहभागी गराई उनीहरूमा धर्म, संस्कृति र चाडपर्वहरूको बारेमा ज्ञान, सिप तथा अनुभवहरू हासिल गर्ने मौका दिनुपर्दछ ।

क) उद्देश्य :

- स्थानीय धार्मिक स्थलको नाम बताउन,
- आफूलाई मन पर्ने चाडपर्वको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तु :

मठमन्दिर, गुम्बा, चैत्य, मस्जिद, दसैँ, तिहार, बुद्धपूर्णिमा, क्रिसमस, इदुल फितर, टूहोटे पर्व, गाईजात्रा, ल्होसार आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

चित्र, पोस्टर, पत्रपत्रिकाका कटिङ्ग, श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- आफ्नो घर र छरछिमेकमा मनाईने मेला र पर्वहरूको नाम भन्न लगाउने, छलफल गराउने ।
- स्थानीय स्तरमा मनाइने दसैँ, तिहार, देउसी भैलो, टूहोटे, गाइजात्रा, ल्होसार जस्ता मेला तथा

उत्सवका पोस्टर चित्रहरू देखाइ छलफल गराउने ।

- पोखरा उपत्यकामा मनाइने धार्मिक मेला, ढुङ्गेसाँगु, व्यापारिक महोत्सव, स्ट्रिट फेस्टिबल, पोखरा महोत्सव, लेखनाथ महोत्सव, हेम्जा आलु महोत्सवसँग सम्बन्धित भिडियो देखाउने ,
- महोत्सवको समयमा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट विद्यार्थीहरू बसोबास गरेको स्थान र वरपरको धार्मिक स्थलहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- विभिन्न चाडपर्वका चित्र, वा फोटहरू देखाउँदै यो कुन पर्वसँग सम्बन्धित छन् भनी सोध्नुहोस् । विद्यार्थीले पहिचान गर्न सके वा नसकेको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- छरछिमेकमा मनाइने कुन कुन चाडपर्व तथा महोत्सवमा सहभागी भएका भन्ने प्रश्न गर्दै चाडपर्वको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः १

विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला — वार्षिक कार्यघण्टाः १५

परिचयः

यस एकाइमा विद्यार्थीहरूलाई हाम्रा सामान्य स्थानीय सिप तथा कलाहरूको परिचय दिन र तिनीहरूको पहिचान गरी नाम बताउन खोजिएको छ । हाम्रा आ–आफ्ना स्थानीय तहमा परम्परागत स्थानीय सिप र कलाहरू लोप हुदै जान लागेको अवस्थामा भावी पुस्ताहरूलाई जानकारी प्रदान गर्दै तिनीहरूको संरक्षण गर्दै जानु र स्थानीय सिप र कलाप्रति आकर्षण गर्नु यस पाठको मूल मर्म रहेको छ ।

क) उद्देश्यः

- स्थानीय स्तरमा उत्पादित वस्तुहरूको पहिचान गरी तिनीहरूको नाम बताउन ।
- परम्परागत स्थानीय सिप तथा कलाको पहिचान गर्न ।

ख) विषयवस्तुः

- स्थानीय स्तरमा निर्मित मस्यौरा, तितौरा, गुन्द्रुक, झिलिङ्गा आदि।
- दुना, टपरी, मुदुस, ठेकी, मदानी, मादल, थुम्से ,खैजडी आदि।

सोनामको घरमा आमाले विभिन्न प्रकारका स्थानीय स्तरमा उत्पादन हुने वस्तुहरूको प्रयोग गर्दै कर्कलाको डाँठलाई मसिनो गरी काटेर मासको पिठोमा मस्यौरा बनाएर घाममा सुकाउनुभएको छ। यसै गरी घरमा रहेको सागलाई ढुङ्ग्रोमा खाँदेर गुन्द्रुक तयार गर्नुभएको छ। हजुरआमा फुर्सदको बेलामा दुनाटपरी गाँस्नुहुन्छ। कपासको ज्योति काढ्नु हुन्छ। यसै गरी हजुरबुबा पनि काठको काम गर्नु हुन्छ। उहाँले ठेकी, मदानी, मादल र खैजडी पनि बनाउनुहुन्छ। सोनामलाई यी कुरा देखेर अचम्म लाग्छ र हजुरबुबा हजुरआमासँग बुझ्नका लागि जिज्ञासा राख्छिन्।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

स्थानीय स्तरमा निर्मित मस्यौरा, तितौरा, गुन्द्रुक, झिलिङ्गा ,दुना, टपरी, मुदुस, ठेकी, मदानी, मादल, थुम्से, खैजडी आदि वास्तविक वा चित्र।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- विद्यार्थीहरूलाई घरमा र स्थानीय स्तरमा निर्माण गर्ने गरिएका सामग्रीको नाम बताउन लगाउनुहोस्।
- सम्भव भएसम्म स्थानीय स्तरमा उत्पादन भई प्रयोगमा ल्याइएका मोडेल वा चित्र ल्याएर देखाउनुहोस्।
- हरेक सामग्रीको बारेमा विद्यार्थीहरूले भनेका कुरालाई मिलाउँदै सामग्रीको चिनारी गराउनुहोस्।
- अघिल्लो दिनको पुनः स्मरण गराउँदै भान्सामा वा घरमा प्रयोगमा आएका मस्यौरा तितौरा गुन्द्रुक झिलिङ्गा आदिको मोडेल वा प्रत्यक्ष वस्तु नै देखाएर तिनीहरूको नामावली सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस्।
- त्यस्तै गरी स्थानीय सिप र कला अन्तर्गत स्थानीय स्तरका मानिसहरूद्वारा निर्मित दुना, टपरी, ठेकी, मदानी, गुन्द्री, सुकुल, थुम्से जस्ता वस्तुहरूको चित्र प्रर्दशन गराउँदै थप अन्य स्थानीय सिप र कलाको बारेमा अध्यापन गराउनुहोस्।
- छलफलद्वारा माथि उल्लिखित स्थानीय वस्तुहरू के के बाट बन्दछन् ? भन्ने कुरा स्पष्ट गरिदिनुहोस्।
- प्रश्नोत्तर विधिद्वारा विद्यार्थीहरूलाई हाम्रो स्थानीय स्तरमा सञ्चालित परम्परागत सिप र कला के के हुन भनी प्रश्न गर्नुहोस्।
- चित्र एवम् तस्बिरको माध्यमद्वारा परम्परागत स्थायी सिप र कला अन्तर्गत गुन्द्री, चकटी, चर्खामा धागो काट्ने, झिलिङ्गा बनाउने, स्थानीय भाकाका गीत सङ्गीत बाजा आदि।
- छलफल विधिद्वारा यी हाम्रा गौरवका विषयवस्तु हुन्। हामीले यी वस्तुहरूको संरक्षण गर्नुपर्दछ भन्ने कुरा स्पष्ट गरिदिनुहोस्।

विषयवस्तुमा उल्लेख गरे जस्तै अन्य विषयवस्तुमा छलफल एवम् संवाद गर्दै उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस्।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्न लिखित कार्यहरूका आधारमा उद्देश्य हासिल भए नभएको मूल्याङ्न गर्नुहोस् :

- कक्षामा गरिने छलफलमा विद्यार्थीहरूको सहभागिता हेरेर,
- विद्यार्थीहरूले राखेका जिज्ञासा र सहभागिता हेरेर,
- प्रश्नोत्तरबाट जस्तैः विद्यार्थीहरूलाई आ–आफ्नो घरमा भएका स्थानीय स्तरमा उत्पादित वस्तुको नाम भन्न लगाउनुहोस्। यसरी नै ठिक बेठिक, खाली ठाउँ, भर्ने जोडा मिलाउने, अवलोकन आदि जस्ता साधनको प्रयोग गर्दै मूल्याङ्कन गर्नुहोस्।

नोटः शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टाअनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।

कक्षाः **१**

विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन — वार्षिक कार्यघण्टाः **१२**

परिचयः

यस एकाइमा विद्यार्थीहरूलाई स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवनको बारेमा चर्चा गर्न खोजिएको छ। यहाँ विशेष गरी वातावरणीय स्वास्थ्यलाई भन्दा व्यक्तिगत स्वास्थ्यलाई जोड दिइएको छ। जहाँ बालबालिकाहरूलाई आफ्नो शारीरिक अङ्गहरूको पहिचान गरी तिनीहरूको सरसफाइ कसरी गर्ने भन्ने कुरा उल्लेख गर्न खोजिएको छ। त्यसै गरी घरायसी प्रयोगका क्रममा तिखा र धारिला हतियार, आगो, विद्युतीय उपकरण, भऱ्याङ, नहर फोहोर व्यवस्थापन र चोटपटक लाग्नबाट सुरक्षित रहने उपायहरूको बारेमा ज्ञान प्रदान गर्न खोजिएको छ।

क) उद्देश्यः

यस पाठको अन्तमा विद्यार्थीहरू निम्न लिखित कुरामा सक्षम हुने छन् ;

- शरीरको अङ्गहरूको नाम बताई तिनीहरूको हिफाजत गर्ने तरिका बताउन,
- चोटपटक लाग्न सक्ने अवस्था पहिचान गर्न।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो वडामा रहेका खोला, नहर, भिर .... आदि।

दिपक कक्षा १ मा पढ्छन्। उनी बिहान सबेरै उठ्छन्। साबुन पानीले राम्रोसँग हातखुट्टा धुन्छन्। मन्जन र ब्रुसको सहायताले दाँत सफा गर्छन्। काइयोको सहायताले कपाल कोर्छन् .... ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

कथा वार्तालापको ढाँचा स्थानका तस्बिर तिखा तथा धारिला वस्तुहरू चित्र आदि ।

घ) सम्भावित क्रियाकलापहरू

- चित्रहरूको माध्यमद्वारा स्वयम् विद्याथीहरूलाई अङ्गको पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
- क्रमशः शरीरका अङ्गहरूको नाम बताउन लगाउनुहोस् ।
- छलफलको माध्यमद्वारा यी अङ्गहरूको सरसफाइ गर्ने तरिकाहरू बताइदिनुहोस् ।
- सरसफाइ गर्नका लागि के सामग्री चाहिन्छ भनेर चित्रद्वारा चिनारी गराउनुहोस् । जस्तैः ब्रस, मञ्जन, साबुन, नङकट काइँयो .... आदि ।
- चोटपटक भनेको के हो ? भनी जानकारी गर्नका लागि सोसँग सम्बन्धित चित्र एवम् पोस्टरहरू प्रर्दशन गरी छलफल गराउनुहोस् ।
- तिखा तथा धारिला हात हतियारबाट लाग्न सक्ने चोटपटकको बारेमा श्रव्यदृश्य सामग्रीको प्रयोग गरी स्पष्ट गराउनुहोस् ।
- त्यस्तै आगो विद्युतीय उपकरण नहर भिर आदि उपकरण वा स्थानमा असावधानीका कारणबाट हुने दुर्घटनाको बारेमा दृश्य सामग्रीहरूको प्रयोग गरी छलफल गराउनुहोस् ।
- माथि उल्लेख गरिएका दुर्घटनाबाट सुरक्षित रहने उपायहरू छलफलद्वारा बताइदिनुहोस् ।
- फोहोर भनेको के हो ? यसको उत्पत्ति कसरी हुन्छ ? र यसको व्यवस्थापन कसरी गर्न सकिन्छ ? भन्ने कुरा प्रर्दशन र अवलोकन विधिको प्रयोग गर्दै स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

माथिको विषयवस्तुमा उल्लेख भए जस्तै गरी अन्य विषयमा धेरैभन्दा धेरै उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्न लिखित कार्यहरूका आधारमा उद्देश्य हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- कक्षामा गरिने छलफलमा विद्यार्थीहरूको सहभागिता हेरेर ।
- विद्यार्थीले राखेका जिज्ञासा र सहभागिता हेरेर ।
- प्रश्नोत्तरबाट जस्तैः

विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना अङ्गहरूको नाम र त्यसलाई सरसफाइ गर्ने तरिका बताउन लगाउनुहोस् ।

यसरी नै ठिक/बेठिक खाली ठाउँ भर्ने, जोडा मिलाउने अवलोकन जस्ता साधनहरूको प्रयोग गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः *शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन् । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टा अनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।*

कक्षा १	
विषयक्षेत्र : व्यक्ति र व्यक्तित्व	वार्षिक कार्यघण्टा : १२

परिचय :

प्रज्ञा अहिले छ वर्षकी भएकी छन् । उनको अनुहार गहुँगोरो र कालो लामो कपाल छ । उनी अल्ली होची र पातली छन् । उनी पोखरा महानगरपालिकाको वडा नं. ३१ को वेगनास ताल नजिकै बस्दछन् । उनी बस्ने टोलको नाम मोहरिया हो । प्रज्ञाको घरको वरपर अरू धेरै घरहरू छन् । ती सबै घरहरू प्रज्ञाका छिमेकीका घर हुन् । प्रज्ञाको छिमेकमा प्रज्ञा जस्तै धेरै केटाकेटीहरू छन् । तिनीहरू सबै प्रज्ञाका साथीहरू हुन् । साँझ बिहान समय मिलेको बेला सबैजना जम्मा भएर थरि थरिका खेल खेल्दछन् । प्रज्ञाका कुनै कुनै साथीहरू शिशुवा, खुदी, वेगनास, तालचोकका पनि छन् । उनीहरू स्कुलमा मात्रै भेट हुन्छन् ।

प्रज्ञाको सबैभन्दा मन पर्ने साथी प्रश्न हुन् । प्रश्न पनि अहिले ६ वर्षकै भइन् । प्रश्न अलि गोरी र मोटी छन् । उनको कपाल पनि अलि कालो छ । प्रश्नको घर अर्घौं चोक हो । उनीहरू दुवै एउटै कक्षा पढ्छन् । प्रश्न असल छन् । प्रश्न सधैँ बाबा आमा र गुरूआमाले भनेको मान्छिन् । उनी सधैँ आफ्नो सरसफाइमा ध्यान दिन्छिन् । फोहरमा खेल्दिनन् । समय समयमा नङ काट्छिन , नुहाउँदछन् । आफ्नो कापी, किताब, कलम, खाजा राख्ने बट्टा, पानीको तुमलेट सबै चिजको जतन गर्छिन् । उनीले एकपटक कुसुमको हराएको पैसा पाएर आफ्नो कक्षा शिक्षकलाई दिएकी थिइन् । त्यो बेला गुरूआमाले प्रश्नलाई ३ ओटा कापी पुरस्कार पनि दिनुभएको थियो । उनी कक्षाका अरू साथीहरूसँग पनि मिलेर बस्छिन् । एक दिन आदित्यले खाजा ल्याउन बिर्सेछन् । त्यतिबेला पनि प्रश्नले आफ्नो खाजा आदित्यसँग बाँडेर खाइन् ।

प्रज्ञा पनि प्रश्न जस्तै असल छन् । उनी पनि प्रश्न जस्तै चिटिक्क देखिन्छिन् । अतिथिले कलम बिर्सेको दिन प्रश्नले उनलाई कलम दिएकी हुन् । प्रश्नलाई गीत गाउन र चित्र कोर्न मन पर्छ । राम्रो चित्र कोरेको हुनाले शुक्रबार उनलाई कक्षा शिक्षकले कलर पेन्सिल पुरस्कार दिनुभयो । असल भएको हुनाले उनीहरू दुबै जनालाई सबैले मन पराउँछन् । उनीहरूले बेला बेलामा स्कुलबाट पुरस्कारहरू पाइरहन्छन् .

क) उद्देश्य :

आफ्नो मनपर्ने साथीको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तु :

आफुलाई मन परेको व्यक्ति ।

ग)   सम्भावित सिकाइ सामग्री :

सान्दर्भिक कथा, कविता, गीत, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

घ)   सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो मनपर्ने साथीको नाम सोधेर ध्यान आकर्षण गराउने,
- सान्दर्भिक कथा / कविता वा माथि दिइएको जस्तै प्रबन्ध सुनाउने र छलफल गर्ने,
- श्रव्यदृश्य सामग्री देखाउने र छलफल गर्ने ।

ङ) मूल्याङ्कन :

सहजकर्ताले निम्नलिखित प्रश्नहरूको माध्यमबाट विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्न सक्ने छन् ।

मौखिक प्रश्नहरू :

- तिमीलाई सबैभन्दा मनपर्ने साथी को हो ?
- तिमीलाई ....(साथी) किन मन परेको हो ?
- तिम्रो मनपर्ने साथीको घर कहाँ हो ?

परियोजना कार्य:

अभिभावकको सहयोग लिएर तपाईंको घर छिमेकमा रहेका ५ जना साथीहरूको नाम, उमेर, मन पर्ने खानेकुरा र रङ लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय वार्षिक कार्यघण्टाः २०

पाठ १: मेरो महानगर

परिचयः

पोखरा महानगरपालिकाको क्षेत्रफल ४६४.२४ वर्ग कि. मि. रहेको छ। महानगरपालिकाको कुल जनसङ्ख्या ४,०२,९९५ छ। महानगरपालिकाको केन्द्र पोखरा महानगरपालिका वडा नं. ८, न्युरोडमा अवस्थित छ। पोखरा महानगरपालिका कुल ३३ ओटा वडामा विभाजित छ। पोखरा महानगरपालिकाको पूर्वी सिमानामा मादी र रूपा गाउँपालिका, पश्चिममा अन्नपूर्ण गाउँपालिका, पर्वत र स्याङ्जा जिल्ला रहेका छन् भने उत्तरी सिमानामा माछापुच्छ्रे र मादी गाउँपालिका तथा दक्षिणमा स्याङ्जा र तनहुँ जिल्ला रहेका छन्।

---

*(**नोट** यस अलावा पोखराभित्रका मुख्य मुख्य बजार क्षेत्र, खासगरी आफू बस्ने र आसपासका वडाका बस्तीहरूको बारेमा विद्यार्थीलाई जानकारी गराउन सकिन्छ। आफ्नो वडाको वडा नं. तथा वडा कार्यालय भएको स्थानको बारेमा पनि स्मरण गराइरहनुपर्छ।)*

पोखराको नक्साः

पाठ २: पोखराको संस्कृति

पोखरा विभिन्न जातजाति र संस्कृतिको संगमस्थल हो । यहाँ .... जातका मानिस पाइन्छन् तथा ...... भाषा बोलिन्छन् । पोखरामा ..... धर्म मान्ने मान्छेहरूको बसोबास छ । आआफ्नो धर्मअनुसार विभिन्न समुदायहरूका विभिन्न धार्मिक तथा सास्कृतिक धरोहरहरू छन् । ती धरोहरहरू कुनै एक जात वा धर्म विशेषको नभई समस्त पोखराबासीको सम्पत्ति हो । ती धरोहरहरूमध्ये कतिपय हाम्रै वडामा पनि छन् । हाम्रो वडामा भएका त्यस्ता धरोहरहरू यी हुन्:

१..... २..... ३..... ४.....

नमूना स्थानहरूः (आफ्नो वडाको खोज्ने)

धार्मिक स्थानहरू:

- विन्ध्यवासिनी, भद्रकाली, बाराही, पचभैया देउराली मन्दिर, ठुलाकोट, हुँडीकोट, कास्कीकोटका मन्दिरहरू, शीतलादेवी, अकला, पुम्दीकोटको शिवमूर्ति, फलानो चोकको फलानो मन्दिर
- माटेपानी गुम्बा, विश्व शान्ति स्तुप, हेम्जाको गुम्बा
- मियाँपाटन मस्जिद, अन्यत्रका मस्जिद
- चर्चहरू

सास्कृतिक स्थानहरूः

भजनमण्डली, गुठी, नाचघर, सामुदायिक भवन आदि ।

प्राकृतिक स्थानहरू:

फेवा, वेगनास तथा अन्य ताल; महेन्द्र गुफा, गुप्तेश्वर गुफा, सीता गुफालगायतका अन्य गुफा; सेती नदी, फिर्के खोला, गडुवा खोला, मर्दी खोलालगायतका अन्य खोला; डाँडा, खोँच, देउराली, भञ्ज्याङ आदि ।

पर्यटकीय स्थानहरू:

माथि लेखिएका मध्यका लगभग सबै, खासगरी तालक्षेत्र, पुम्दीकोट, मेथलाङ्ग, माझठाना, सराङकोट, म्युजियमहरू, पातले छाँगो (डेभिड फल्स), ट्रेकिङ तथा होमस्टे स्थानहरू, विश्व शान्ति स्तूप, आदि ।

प्रशासनिक स्थानहरू:

अस्पतालहरू, विद्यालयहरू, वडा कार्यालय, अनुसन्धान केन्द्रहरू, प्रशासनिक भवनहरू, आदि ।

क) उद्देश्यः

- विद्यार्थीले आफ्नो नगरको परिचय दिन सक्ने छन् ,
- आफ्नो वडाको सिमाना बताउन तथा छिमेकी वडाहरूको नम्बर तथा नाम बताउन सक्ने छन् ,
- आफ्नो वडामा रहेका प्रसिद्ध स्थानहरूको नाम तथा सामान्य परिचय दिन सक्ने छन् ,
- वडा भित्रका अस्पताल, विद्यालय आदिका बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो वडामा भएका स्थान, नदी, डाँडा, ताल आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- वडाको नक्सा (ताल, नदी, गुफा आदि देखाइएको)
- विभिन्न स्थानहरूको फोटाहरू
- श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- मुख्य विशेषता सहितको वडाको नक्सा बनाएर प्रस्तुत गर्ने र त्यसका आधारमा छलफल तथा प्रश्नोत्तर गराउने
- महानगरको चित्र वा नक्सा प्रदर्शन गरी महानगरको नाम र वडा सङ्ख्या भन्न लगाउने किसिमका खेल खेलाउने
- चित्र वा नक्सामा हेरेर आफू बस्ने वडा वा टोलको पहिचान गर्न लगाउने, वडामा पाइने विशेष स्थानका फोटा प्रदर्शन गरेर स्थान पहिचान गर्न लगाउने, ती स्थान सम्बन्धी छलफल गराउने
- वडामा अवस्थित कुनै एक लोकप्रिय स्थानमा क्षेत्र भ्रमण गराएर त्यस स्थानका विभिन्न विधामा छलफल गराउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- प्रश्नोत्तर तथा छलफलमा विद्यार्थीले आफ्नो बसोबास गर्ने स्थानको बारेमा राखेका तथ्यहरूको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।
- विद्यार्थीले आत्मविश्वास तथा स्पष्टताका साथ प्रस्तुति गरे नगरेको अवलोकन गरी सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्ने ।
- छलफल तथा कुराकानीमा देखाएको सक्रियता, कार्य सम्पादन, सहकार्यात्मक व्यवहारका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती　　　　　वार्षिक कार्यघण्टाः २२

परिचयः

१) स्थानीय जातका फलफूल तथा तरकारीः स्थानीय हावापानी र माटोमा फलाउन सकिने तरकारी तथा फलफूललाई स्थानीय जातका तरकारी तथा फलफूल भनिन्छ । जस्तै : तरकारीमा (बन्दा, काउली, बोडी, लौका, सिमी, साग, आलु आदि, फलफूलमा (केरा, अम्बा, सुन्तला , आरूबखडा आदि ।)

२) मौसमी फलफूल तथा तरकारीः मौसमअनुसार उत्पादन गर्न सकिने तरकारी तथा फलफूललाई मौसमी तरकारी तथा फलफूल भनिन्छ । समय र मौसमअनुसार मौसमी तरकारी तथा फलफूललाई दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ जस्तै:

- हिउँदे तरकारी/ फलफूलः प्राय: असोजदेखि माघ- फागुनसम्म उत्पादन हुने तरकारी काउली, बन्दा, रायो, मुला, चम्सुर, पालुङ्गो, खुर्सानी, गोलभेँडा, इस्कुस,आलु आदि फलफूलमा सुन्तला,लप्सी आदि ।
- बर्से तरकारी/ फलफूलः गर्मी महिनामा चैतदेखि भदौसम्म उत्पादन हुने तरकारी काँक्रो, घिरौँला, करेला, रामतोरिया आदि फलफूलमा लिची, भुँइकटहर, रूखकटहर, अम्बा, केरा आदि ।

क) उद्देश्यः

- स्थानीय जातका फलफूल तथा तरकारी पहिचान गर्न,
- मौसमअनुसार गरिने फलफूल तथा तरकारीको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो गाउँठाउँमा फल्ने फलफूल तथा तरकारी , मौसमी फलफूल तथा तरकारी

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

स्थानीय स्तरमा फलाउन सकिने तरकारी र फलफूलका सूची (सम्भव भएसम्म वास्तविक र नभए चित्र), मौसमअनुसार फलाउन सकिने तरकारी र फलफूलको सूची, श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- सिकाइका लागि ल्याएका तरकारी तथा फलफूल देखाएर ध्यानाकर्षण गराउने,
- आज के के तरकारी खाएर आउनुभयो वा तपाईंको घरमा के के तरकारी, फलफूल फलेका छन् भनी सबैलाई पालैपालो सोध्ने,

- कुन कुन तरकारी बजारबाट किनेर ल्याउनुहुन्छ ? कुन कुन हाम्रै गाउँघरमा फल्छन् जस्ता प्रश्नहरू सोध्ने र समूहमा छलफल गराउने ।
- विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई आवश्यक सहजीकरण गर्दै र सहभागी गराउँदै स्थानीय स्तरमा उत्पादन हुने तरकारी तथा फलफूलहरूको नाम सेतोपाटीमा टिप्ने र कापीमा लेख्न लगाउने,
- अहिले मौसम कस्तो छ ? पानी परिरहने वा नपर्ने, जाडो वा गर्मी यस्तै यस्तै प्रश्नहरू सोध्ने र कुन समयमा कुन तरकारी तथा फलफूल फल्छन् थाहा भएअनुसार सोध्ने र आवश्यकताअनुसार पृष्ठपोषण दिने ।

यस्तै धेरै प्रश्नहरू सोध्न सकिने छ ।

च) सिकाइ मूल्याङ्कनः

१) मौखिक प्रश्नोत्तर

- अहिले कस्तो मौसम हो ? हिउँद वा वर्से ।
- तपाईंका घरमा कुन कुन तरकारी फलेका छन् ?
- तपाईंले खाएका फलफूलका नाम भन्नुहोस् ।
- पानी परिरहने समयमा फल्ने तरकारीलाई कस्तो तरकारी भनिन्छ ?
- सुन्तला कुन समयमा फल्ने फलफूल हो ?

२) ठिक उत्तर छानेर जोडा मिलाउनुहोस् :

सुन्तला	फलफूल
तरकारी	बोडी
अम्बा	काउली
हिउँदे	बर्से
गोलभेँडा	आरूबखडा
घिरौँला	तरकारी

३) सम्भव भएसम्म कृषि फर्ममा लगेर तरकारी वा फलफूल देखाउनुहोस् ।

४) विद्यार्थीहरूले खाएका र देखेका तरकारी तथा फलफूलका नाम टिप्न लगाई तिनीहरूलाई स्थानीय स्तरमा उत्पादन गर्न सकिने, हिउँदमा उत्पादन हुने र वर्षामा उत्पादन हुने गरी छुट्याउन लगाउनुहोस् ।

नोटः *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः २	
विषयक्षेत्रः पशुपालन	वार्षिक कार्यघण्टाः २२

परिचय :

मानिसहरूले घरमा पाल्ने जनावरहरूलाई घरपालुवा जनावर भनिन्छ। गाई, गोरू भैँसी, राँगा, भेडा, कुकुर, बिरालो आदि घरपालुवा जनावरका उदाहरण हुन्। घरपालुवा जनावरहरूबाट हामीले विभिन्न फाइदा लिन सकिन्छ। जस्तै : कुनै जनावरले हामीलाई दुध दिन्छन, दुधबाट घिउ, दही, मही, पनिर आदि परिकार बनाइन्छ। कुनै जनावरले हामीलाई मासु दिन्छन्। कुनै जनावरहरूले हाम्रा लागि काम गर्दछन् जस्तै: कुकुरले हाम्रो घरको सुरक्षा गर्दछ, गोरूले खेत बारी जोत्न मद्दत गर्दछ, बिरालोले मुसा मारेर घरको अन्न जोगाउँदछ, गधाले भारी बोक्दछ आदि।

माथि उल्लिखित वस्तुहरूको धेरै मात्रामा उत्पादन गरेर बजारमा बेच्न र पैसा कमाउन सकिन्छ ।

क) उद्देश्य :

- आफूलाई मनपर्ने जनावरको नाम बताउन ,
- आफूलाई कुनै जनावर किन मन परेको हो त्यसको कारण बताउन ,
- घरपालुवा जनावरहरू कुन जनावरले हामीलाई के दिन्छ बताउन अथवा हामीले कुनै जनावर किन पाल्दछौँ बताउन ,
- व्यवसायका लागि पालिने जनावरहरूको नाम बताउन।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्रमा पालिने घरपालुवा जनावर र पाल्नुको फाइदा

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

विभिन्न घरपालुवा जनावरहरू पाल्नुको फाइदा प्रस्ट देखिने चित्र, (जस्तै गाई/ भैँसीको दुध दुहेको , गोरूले जोतेको) फोटो, कटआउट , भिडियो, जनावरका नामको सूची, मेटाकार्ड आदि।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीहरूका घरमा पालेका कुन कुन जनावर छन् कि भनेर प्रश्न गर्ने , उनीहरूका घरमा पालेका जनावरका नाम बताउन लगाउने र तिनीहरूको नाम शिक्षकले सेतो कालो पाटीमा विद्यार्थीहरूलाई लेख्ने पनि अभ्यास पुस्तिकामा लेख्न लगाउने र तिनीहरूको शारीरिक आकार , रङ , शारीरिक ढाँचा, बस्ने ठाउँ आदिका बारेमा कुराकानी / छलफल गर्ने ,

- आफ्नो घरमा पालेको जनावरबाट उनीहरूको परिवारले के पाएका छन् प्रश्न गर्ने , उनीहरूले बताएका कुराहरूलाई पाटीमा टिपेर कुराकानी / छलफल गर्ने । कुनै विद्यार्थीहरूले आफ्नो घरमा कुनै पनि घरपालुवा जनावर पालेको छैन भनेर बताएमा उनीहरूले दुध, घिउ, दही, मासु, पनिर, आदि चिजहरू कसरी प्राप्त गरेका छन् भनी प्रश्न गरी छलफल गर्ने,
- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न जनावरहरूका चित्रहरू देखाउने र नाम बताउन र लेख्न लगाउने। उनीहरूलाई ती जनावरहरूबाट के पाउन सक्दछन् ? भनी प्रश्न गर्ने , शिक्षकले पनि विभिन्न जनावरहरूबाट पाउन सकिने फाइदाका बारेमा बताउने। जस्तै : बाख्रा, बङ्गुर पालेर मासु, गाई, भैँसी पालेर दुधलगायतका अन्य परिकार, मल आदि प्रयोग गरेका चित्र, भिडियो आदि प्रस्तुत गर्ने ,
- जनावरका नाम र तिनीहरूले हामीलाई दिएका चिजहरूको किनबेच भएका चित्रहरू देखाएर छलफल गर्ने,
- जनावरका नाम र तिनीहरू बाट प्राप्त गर्न सकिने चिजको cross word puzzle समाधान गर्न लगाउने ,
- मासु पसल, डेरी पसल, छालाका सामान आदि वस्तुको व्यवसायको स्रोत पशुपालन हो भन्ने कुरा प्रस्ट पार्ने।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- कक्षा कार्य जाँच गर्ने
- खाली ठाउँ भर : जस्तै : बङ्गुर .... को लागि पालिन्छ।
- छोटा प्रश्न : कुन जनावरले के दिन्छ ? (भैँसीले हामीलाई के दिन्छ ?)
- जोडा मिलाउ : जस्तै : जनावरको नाम र तिनीहरूबाट पाउने फाइदाको फरक समूह

परियोजना कार्य :

व्यवसायका लागि पालिने जनावरहरूको नाम आफ्नो बुबा / आमालाई सोधेर सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर।

नोटः *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन्। तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ। विशेष गरी कार्यघण्टा २२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला।*

कक्षाः २
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन   वार्षिक कार्यघण्टाः १२

परिचय :

प्वाँख,चुचो, पखेटा दुई ओटा खुट्टा भएका चरालाई पक्षी भानिन्छ। मानिसहरूले घरमा पाल्ने चरालाई घरपालुवा पक्षी र जङ्गलमा बस्ने चरालाई जङ्गली पक्षी भानिन्छ। कुखुरा, परेवा, हाँस, टर्की, बट्टाई आदि घरपालुवा पक्षी हुन् भने डाँफे, काग, काठ फोरूवा ,कालिज, कोइली कोकले, गिद्ध , चमेरो, चिबे ,चिल ,च्याखुरा, ढुकुर, तित्रा, फिस्टो, बकुल्लो, बाज, मयूर, मुनाल, मैनाचरी, लाटोकोसेरो, सारस, सुगा, हलेसो आदि जङ्गली पक्षीहरू हुन्। चराहरूबाट हामीले मासु, अन्डा र प्वाँख पाउँदछौं। घरपालुवा चराको मल खेत बारीमा प्रयोग गरिन्छ।

क) उद्देश्य :

- पक्षी के को लागि पालिन्छ बताउन ,
- आफू बसोबास गरेको क्षेत्र वरपर पाइने पक्षी देखेर / चित्र हेरेर तिनीहरूको नाम बताउन।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्र वरपर पाउन सकिने विभिन्न घरपालुवा र जङ्गली पक्षीहरू

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

विभिन्न घरपालुवा र जङ्गली पक्षी नाम र चित्र , फोटो, कट आउट , भिडियो , चराका आवाजको अडियो , विभिन्न चराका प्वाँख, प्वाँख प्रयोग गरेर बनाइएका वास्तविक वस्तु

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- विद्यार्थी बाबुनानीहरूको घरमा कुनै चरा पालेका छौ कि छैनौ सोधेर ध्यानाकर्षण गराउने,
- शिक्षकले विभिन्न चराका प्वाँख देखाएर कुन चराको प्वाँख होला अनुमान गर्न लगाउने र छलफल गर्ने,
- विद्यार्थीहरूले कुन कुन चराका मासु / अन्डा खाएका छन् बताउन लगाउने र छलफल गर्ने ,
- विद्यार्थीहरूलाई मनपर्ने जनावरको चित्र कोर्न / चित्रमा रङ भर्न ,
- घरमा पालिने पक्षीहरू कुन कसरी कराउँछन् नक्कल गर्न लगाउने ,
- चराका प्वाँख प्रयोग गरेर बनाइएका वास्तविक वस्तु देखाएर छलफल गर्ने।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- तपाईंलाई कुन चरा मन पर्दछ ?
- कुखुराले हामीलाई के के दिन्छ ?
- कुखुराको सुली कहाँ काम लाग्दछ ?
- चराका चित्र दिएर नाम लेख्ने लगाउने ,
- नाममा खाली ठाउँ भर्न लगाउने ,
- नाम र चित्र जोड मिलाउने ।

परियोजना कार्य :

तपाईंको घर वरपर पालेका चरा / पक्षी को नामको सूची बनाउनुहोस् । तिनीहरूमध्ये आफूलाई मन पर्ने पक्षीको चित्र कोरेर रङ भरी कक्षा देखाउनुहोस्

नोटः *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः पर्यटन   वार्षिक कार्यघण्टाः २५

परिचय

घरपरिवार तथा विद्यालयमा आउने तथा जाने पाहुनालाई तथा अतिथि वा पर्यटक भनिन्छ । पर्यटक तथा पाहुनालाई समय र परिवेशअनुसार (बिहान, दिउँसो, बेलुका, सुरूमा भेट्दा र छुट्दा) शिष्टाचार र सत्कार गर्नुपर्दछ । शिष्टाचार र सत्कारले विद्यार्थीहरूमा अनुशासन र आज्ञाकारिताको भाव जगाउँछ । जसले विद्यार्थीको सिकाइमा सकारात्मक प्रभाव पार्दछ । विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो स्थानीय क्षेत्र, टोल छिमेकको बारेमा वस्तुगत जानकारी प्रदान गर्नुपर्दछ । वडा क्षेत्रमा रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको क्षेत्रभ्रमण तथा अवलोकन गराई तिनीहरूलाई ठोस जानकारी दिनुपर्दछ । विद्यार्थीहरूले आफू घुमेको, भ्रमण गरेको स्थानहरूको नाम, आफ्नो ठेगाना र आफू बसोबास गरेका वडामा रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको नाम भन्न र अरूलाई बताउन सक्नुपर्दछ ।

क) उद्देश्य :

- परिवेशअनुसार शिष्टाचार गर्न,
- आफू घुमेको ठाउँको नाम बताउन,
- स्थानीय क्षेत्रका पर्यटकीय स्थानको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तु :

बिहान, बेलुका, साँझ तथा सुरूमा भेट्दा र छुट्दा प्रयोग गरिने शिष्टाचारका शब्द र अभिवादनका प्रचलित अभ्यासहरू, स्थानीय पर्यटकीय स्थल

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

शिष्ट भाषा, लबजका उदाहरणको चार्ट, कट आउट, दृश्य सामग्री, स्थानीय पर्यटकीय स्थल उल्लिखित चार्ट ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- पोखरा महानगर एक ऐतिहासिक, प्राकृतिक, पर्यटकीय, स्थल हो भन्ने कुरा अवलोकन, भिडियो, वा फिल्म, वृत्तचित्रद्वारा स्पष्ट पारिदिने,
- प्रमुख पर्यटकीय स्थलहरूको चित्रात्मक प्रस्तुति, तथा नाम, चार्ट तयार गरी पर्यटकीय स्थलहरूको नाम र अवस्थिति बारे छलफल र अन्तरक्रिया गर्ने,
- फोटो, भिडियो, पावर प्वाइन्ट प्रस्तुत गर्ने,
- प्रत्यक्ष अवलोकन गराउने,
- धार्मिक, सांस्कृतिक र प्राकृतिक पर्यटकीय स्थलहरू तथा सात तालहरूको नाम र स्थान बारे प्रश्नोत्तर, छलफल गर्ने,

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन:

- विद्यार्थी बिहान विद्यालयमा आउँदा, दिउँसो र विद्यालबाट बिदा हुने बेलामा विद्यार्थीले व्यक्त गरेको शिष्टाचार शब्द तथा व्यवहार अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई क्षेत्रभ्रमण तथा अवलोकन कार्यमा सहभागी गराई सो अवसरमा भेट भएका मान्यजन तथा व्यक्तिहरूसँग प्रदर्शन गरेको व्यवहार अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो स्थानीय क्षेत्रका पर्यटकीय स्थानहरूको नाम भन्न र लेख्न लगाउनुहोस् ।

नोटः *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २५ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव वार्षिक कार्यघण्टाः २०

परिचय :

बालबालिकाहरू आफू बसोबास गरेको क्षेत्रमा मनाइने धार्मिक, सास्कृतिक, व्यापारिक मेला महोत्सवलाई स्थानीय धार्मिक मेला भनिन्छ। धार्मिक मेला महोत्सवले समुदायमा प्रचलित धर्म, संस्कृति, परम्परा, प्रथालाई संरक्षण गर्न र एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण गर्न सहयोग गर्दछ। पोखरामा मनाइने धार्मिक मेला महोत्सवको नाम र उपयुक्त समय (दसैँ, तिहार, ट्होटे पर्व, गाईजात्रा, ल्होसार, ढुङ्गेसाँगु मेला आदि) सँग विद्यार्थीहरूलाई परिचित गराउनुहोस्। विद्यार्थीहरूलाई आफू र आफ्नो छिमेक तथा टोलमा बसोबास गर्ने मानिसहरूले मनाउने चाडपर्वहरूले समुदायमा मेलमिलाप र सहकार्य गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ। धार्मिक मेला महोत्सवद्वारा मानिसहरूबिच एक अर्कामा सम्मान गर्ने, एकअर्काको चाडपर्वमा सहभागी हुने, शुभकामना दिने जस्ता कार्यमा सहयोग पुऱ्याउँछ।

क) उद्देश्य :

- स्थानीय धार्मिक मेलाको नाम बताउन,
- स्थानीय रूपमा मनाइने चाडपर्वको सूची बनाउन।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा महानगरमा प्रचलित धार्मिक, सांस्कृतिक र व्यापारिक महोत्सव (दसैँ, तिहार, ट्होटे पर्व, ल्होसार, गाईजात्रा, ढुङ्गेसाँगु मेला, फुटवल प्रतियोगिता) सूचीसहितको परिचय, पोखरा महानगरको स्थानीय टोल टोलमा प्रचलित धार्मिक, सांस्कृतिक चाडपर्वहरू

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

चित्र, पोस्टर, श्रव्यदृश्य सामग्री, मेला महोत्सव झल्कने पोस्टरहरू।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- आफ्नो परिवार, छरछिमेक तथा समुदायमा मनाइने धार्मिक मेला महोत्सवमा सहभागी गराउनुहोस्।

- ढुङगेसाँगु मेलाको अवसरमा विद्यार्थीहरूलाई अवलोकन भ्रमण गराई प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- छलफल तथा प्रश्नोत्तर विधिबाट धार्मिक मेला तथा महोत्सवका बारेमा सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- चाडपर्व तथा मेला महोत्सवको बारेमा आफूले देखेका, भोगेका र सुनेका आधारमा सोच्न, जोडीमा छलफल गर्न र कक्षामा अन्य साथीहरूलाई बताउने अभ्यास गराउनुहोस् ।

ङ)) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- स्थानीय क्षेत्रमा मनाइने मेलाहरूको प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट भन्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- धार्मिक मेला महोत्सवको अवसर बारेमा क्षेत्रभ्रमण तथा अवलोकन गर्न लगाई अनुभव लेखनकार्यमा संलग्न गराउने ।
- स्थानीय रूपमा मनाइने चाडपर्वहरूको छलफल अन्तरक्रिया गरी सूची तयार गर्न लगाउने ।

नोटः *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला — वार्षिक कार्यघण्टाः १५

परिचयः

यस एकाइमा आ–आफ्नो स्थानीय स्तरमा परम्परागत रूपमा निर्माण गरिएका सामग्री र उपकरणहरूको प्रयोगका सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ । स्थानीय प्रविधि, सिप र कलाअन्तर्गत ढिकी ,जाँतो, पानीघट्ट, बुनाइ, कटाइ, चित्रकोर्ने, दुना, टपरी, मुदुस, ठेकी, मदानी, लोक गीत, लोक बाजा आदिको प्रयोग किन कहाँ र कहिले गरिन्छ भन्ने कुराको जानकारी गराउनु यस पाठको मूल मर्म रहेको छ ।

क) उद्देश्यः

- स्थानीय स्तरमा रहेका प्रविधि सिप र कलाको परिचय दिन ,
- स्थानीय सामग्री हेरी तिनको प्रयोगका बारे बताउन ।

ख) विषयवस्तुः

- आफ्नो वडामा रहेका परम्परा प्रविधि पानीघट्ट, ढिकी, जाँतो ,कोल ,कल आदि
- घरायसी परम्परागत स्थानीय सामग्रीहरू ।

विपिनको घरमा जाँतो छ । आमा जाँतोमा गहुँ, मकै ,कोदो र दाल पिस्नुहुन्छ । कृष्णको घरमा ढिकी छ । भाउजू ढिकीमा धान कुट्नु हुन्छ ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीहरू:

चित्र पोस्टर वास्तविक सामग्री आदि ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप:

- चित्रहरू प्रदर्शन गराउँदै परम्परागत स्थानीय प्रविधि पानीघट्ट, ढिकी, जाँतो, कोल... जस्ता विषयको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।
- सम्भव भएसम्म क्षेत्र भ्रमण गराइ स्थानीय सिपहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् । (गुन्द्री, सुकुल, भुत्लाको चकटी आदि ।

त्यसैगरी श्रव्यदृश्य सामग्रीको माध्यमद्वारा आफ्नो ठाउँमा प्रचलित कलाहरूको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

- लोकगीत/ लोकबाजा वास्तविक वस्तु देखाएर चिनाउने र लोक गीतलाई अभ्यास गराउनुहोस् ।
- यस पश्चात स्थानीय प्रविधि सिप र कलाहरूको प्रयोगका बारेमा छलफल विधिका माध्यम स्पष्ट गराउनुहोस् ।
- दुना, टपरी, डोका ,नाम्ला ,थुल्से, सराङो जस्ता स्थानीय स्तरमा निर्मित वस्तुहरूको बारेमा सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- माथि उल्लेख गरिएका सामग्रीहरूको प्रयोग किन र कहिले गरिन्छ । स्पष्ट गराउनुहोस् ।
- विभिन्न चित्रहरूको माध्यमद्वारा ठेकी, मदानी, मुदुस जस्ता आ–आफ्नो स्थानीय स्तरमा उपलब्ध हुने परम्परागत सामग्रीहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- माथि उल्लिखित सामग्रीहरू कुन कुन कच्चा पदार्थबाट बनाइन्छ र के के कामका लागि प्रयोगमा ल्याइन्छ भन्ने कुरा छलफलबाट स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

माथि उल्लिखित क्रियाकलापमा उल्लेख भए जस्तै अन्य स्थानीय स्तरमा पाइने स्थानीय सिप प्रविधि र कलाहरूको बारेमा उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कन:

निम्नलिखित कार्यहरूका आधारमा उद्देश्यहरू हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस्;

- विद्यार्थीले राखेका जिज्ञासा र सहभागिता हेरेर
- प्रश्नोत्तरबाट
- क्रियाकलाप गरेको हेरेर

यसरी नै ठिक बेठिक खाली ठाउँ भर्ने जोडा मिलाउने अवलोकन आदि जस्ता साधनको प्रयोग गर्दै मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोट: *शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि ,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टाअनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।*

कक्षाः २	
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन	वार्षिक कार्यघण्टाः १२

परिचयः

यस एकाइमा विद्यार्थीहरूलाई स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवनशैलीको बारेमा स्पष्ट अवधारणा दिन खोजिएको छ। स्वस्थ्य भनेको बिसन्चो नभएको अवस्था भन्ने बुझिन्छ। मानिस हरपल स्वस्थ्य रहनका लागि सुरक्षित जीवन शैली अपनाउनुपर्दछ। मानिसको जीवनमा काम गर्दा विभिन्न आकार प्रकार र असुरक्षित सामग्रीको समेत प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ। यस्ता साधनहरूको प्रयोग गर्दा होसियारी अपनाउनुपर्दछ साथै आगो र प्रज्वलनशील पदार्थ घर भञ्ज्याङ सिँढीको प्रयोग र सडकको प्रयोग गर्दा समेत होसियारी अपनाउनुपर्दछ र सुरक्षित जीवन शैली अपनाउनुपर्दछ भन्ने यस एकाइको मूल मर्म हो।

क) उद्देश्यः

- आफ्नो शरीरका अङ्गहरूको सरसफाइ गर्न,
- आफूले प्रयोग गरेका सामानहरूको उचित व्यवस्थापन गर्न ,
- सामान्य सुरक्षाका उपायहरू अवलम्बन गर्न।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो क्षेत्रमा भएका स्थान सडक, नदी, ताल आदि।

राधिका कक्षा दुईमा पढ्ने जेहेनदार छात्रा हुन्। उनी आमालाई घर र भान्छाका काममा सघाउँछिन्। चिया खाजा खाए पछि भाँडाकुँडाहरू सफा गर्छिन् र टाँसीमा मिलाएर राख्छिन्। आफूले प्रयोग गरेका सामानहरू यथास्थानमा मिलाएर राख्छिन्। घर र कोठाहरू सफा गर्छिन्। कपडा बेड र बिस्ताराहरू पट्याएर राख्छिन् ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

पोस्टर, चित्र, कथा, वार्तालाप आदि।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- स्वास्थ्य जीवन शैलीको परिचय गराउनुहोस्।
- पोस्टर एवम् चित्रहरूको आधारमा शरीरका विभिन्न अङ्गहरूको सफाई गर्ने तरिकाहरूको बारेमा छलफल गराउनुहोस्।
- प्रश्नोत्तरद्वारा शरीरका अङ्गहरूको सफाइ गर्दा प्रयोगमा ल्याइने सामग्री र प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू बारे स्पष्ट गरिदिनुहोस्।

- कथा एवम् वार्तालाप विधिको माध्यमद्वारा बालबालिकाहरूलाई उनीहरूले घर वा विद्यालयमा प्रयोग गरेका किताब, कापी, कलम, झोला ,खेल सामग्री, चिया खाजा खाएका भाँडाकुँडा एवम् जुनसुकै प्रयोग गरेका सामानहरूलाई उचित वा यथास्थानमा व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ भन्ने कुरा स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।
- पोस्टर र चित्रहरूको प्रयोग गर्दै तिखा धारिला हातहतियार विद्युतीय उपकरण आगो प्रज्वलनशील पदार्थको कारणबाट भएका दुर्घटना एवम् चोटपटक बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- माथि उल्लिखित वस्तुहरूबाट सुरक्षित रहने र सुरक्षित जीवन शैली जिउने उपायहरू स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।
- सावधानीका कारण घर भर्याङ सिँढी हिँड्दा र सडकमा बाटो काट्दा हुने घटनाहरूलाई श्रव्यदृश्य सामग्रीको प्रयोग गदै सावधानीका लागि उपायहरू अवलम्बन गर्ने कुरा स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

माथि विषयवस्तुमा उल्लेख गरिएका उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्न लिखित कार्यहरूका आधारमा उद्देश्यहरू हासिल भए/नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- विद्यार्थीले राखेका जिज्ञासा र सहभागिता हेरेर
- कक्षामा गरिने छलफलमा विद्यार्थीको सहभागिता हेरेर
- क्रियाकलाप हेरेर
- प्रश्नोत्तरबाट

यसरी नै ठिक ,बेठिक ,खाली ठाउँ भर्ने ,जोडा मिलाउने, अवलोकन आदि जस्ता साधनहरूको प्रयोग गर्दै मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूनामात्र हुन् । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टाअनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।

कक्षाः २

विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व वार्षिक कार्यघण्टाः १२

परिचय :

हामी सबैको घर छ। एउटै घरमा सँगै बस्ने , एउटै भान्सामा खाना खाने रगत वा कानुनी हिसाबले सम्बन्धित मानिसहरूको समूहलाई परिवार भनिन्छ। कसैको परिवार सानो हुन्छ। त्यहाँ बाबा ,आमा, र छोराछोरीमात्र बस्दछन्। कसैको परिवार ठुलो हुन्छ। त्यहाँ हजुरबाबा, हजुरआमा ,काका, काकी पनि सँगै बस्दछन् ।

हाम्रो घरको वरपर अरू घरहरू पनि हुन्छन्। ती घरहरूमा बस्ने मानिसहरू हाम्रा छिमेकीहरू हुन र हामीहरू पनि उनीहरूका छिमेकी हौँ। छिमेकका धेरै घरहरूको समूह मिलेर टोल र समाज बन्दछ।

समाजमा धेरै थरिका मानिसहरू बस्दछन् । उनीहरूले फरक फरक काम गर्दछन् । कसैले विद्यालयमा पढाउँदछन् , कसैले,पसल थापेर सामान बेच्दछन्, कसैले खेतबारीमा अन्न, तरकारी र फलफूल फलाउँदछन्, कसैले लुगा सिलाउँदछन्, कसैले बिरामीको उपचार गर्दछन, कोही कोहीले कपाल काट्ने काम गर्दछन्, कसैले गीत गएर/ नाचेर अरूलाई मनोरञ्जन दिन्छन् त कसैले कसैले गीत , कथा, कविता, आदि लेख्दछन्। मानिसहरूले गर्ने कामलाई अर्को शब्दमा पेसा भनिन्छ । सबै पेसा गर्ने मानिसहरूले हामीहरूलाई सेवा र सुविधा दिएका हुन्छन्। उनीहरूले कुनै न कुनै तरिकाले समाजको सेवा गरिरहेका हुन्छन्। उनीहरूको समाजमा योगदान हुन्छ। सम्झिनुहोस् त शिक्षक, किसान, सूचीकार, डाक्टर, लेखक, पसले, गायक आदि नहुने हो भने हाम्रो समाज कस्तो हुन्थ्यो होला ?

क) उद्देश्य :

समाजसेवी व्यक्तिहरूको नाम ठेगाना।

ख) विषयवस्तु :

आफूलाई मन परेको व्यक्तिको नाम, ठेगाना, पेसा र योगदान बताउन सक्ने छन् ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

सान्दर्भिक कथा, कविता, गीत, श्रव्यदृश्य सामग्री।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो मनपर्ने व्यक्तिको नाम सोधेर ध्यान आकर्षण गराउने।
- सान्दर्भिक कथा / कविता वा माथि दिइएको जस्तै प्रबन्ध सुनाउने र छलफल गर्ने ।

- श्रव्यदृश्य सामग्री देखाउने र छलफल गर्ने ।

ङ) मूल्याङ्कन :

मौखिक प्रश्नहरू :

- तिमीलाई सबैभन्दा मनपर्ने मानिस को हो ?
- तिमीलाई ....(उहाँ) किन मन परेको हो ?
- उहाँ कहाँ बस्नुहुन्छ ? कुन पेसा गर्नुहुन्छ ?

परियोजना कार्य:

अभिभावकको सहयोग लिएर तपाईंको घर छिमेकमा रहेका ५ जना मानिसहरूको नाम, पेसा र योगदान लेखेर र कक्षामा सुनाउनुहोस् । **जस्तै :**

क्र. सं	नाम	ठेगाना	पेसा	योगदान
१.	कृतिका शर्मा	पोखरा – २६ बुढीबजार	शिक्षक	विद्यार्थीहरूलाई असल शिक्षा दिनुहुन्छ ।
२	भारत प्रसाद बराल	पोखरा- २७ , तालचोक	स्वास्थ्यकर्मी	मानिसहरू बिरामी परेको बेलामा जाँचेर औषधि दिएर बिरामी निको पार्नुहुन्छ ।
३	रूवी खातुन	पोखरा- १३, मियाँपाटन	पसले	आफ्नो पसलका सरसामान बिक्री गरी अरूलाई सहयोग पुर्‍याउनु हुन्छ ।
४				
५				
६				
७				

नोट: *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय   वार्षिक कार्यघण्टाः २०

पाठ १: पोखराको भौगोलिक स्थिति

परिचयः

(नोट पोखराको अवस्थिति, यहाँको जमिनको प्रकार, माटोको प्रकार, पोखराको निर्माण आदि विषयमा जानकारी दिने। पोखराको इतिहासको जानकारी गराउने विभिन्न दस्तावेजहरूको सङ्कलन गर्ने । आफू बसेको वडाको सिमानामा भएका अन्य वडा वा अन्य पालिका वा अन्य जिल्लाको भूभागको बारेमा जानकारी दिने । वडा सिमानाको जानकारी दिँदा छिमेकी वडामा भएका परिचित बजारक्षेत्रहरू अथवा कुनै विशेष स्थानको आधार लिएमा विद्यार्थीलाई त्यस वडाको बारेमा जानकारी गराउन सजिलो हुन्छ ।)

पाठ २: स्थानीय भाषा, संस्कृति र पर्यटन

पोखरा नेपालको एक पुरानो मध्यको सहर हो । यस स्थानलाई वि.सं. २०१६ देखि नै सहरको दर्जा दिइएको हो । पोखरा पुरानो सहर भए तापनि यहाँको मौलिक पहिचान यथावत राख्न यहाँका समुदायको ठुलो योगदान देखिन्छ । यहाँका पुराना बस्तीहरू (साँघुको मुख, ढुङ्गेसाँघु, विन्ध्यबासिनी, नालामुख, मालेपाटन, पस्यार्ङ, बिरौटा, भैरवटोल, गौँडाको मुख, बुढीबजार, अर्घौं, शिशुवा, खुदी, राजाको चौतारा, गगनगौँडा, अर्चले, बेगनास, बागमारा, काहुँखोला, कालिका आदि) अझै पनि मौलिकताको रक्षार्थ बसिरहेको देखिन्छ । यहाँ ब्राह्मण, क्षेत्री, नेवार, गुरूङ लगायतका जातजातिको बाहुल्यता देखिन्छ । साथै जातअनुसारका भाषा पनि फरक फरक हुँदा यहाँ भाषाको पनि विविधता छ । मुस्लिम समुदाय परापूर्व कालदेखि नै बसोबास गर्दै आएको पाइन्छ भने क्रिश्चियन समुदाय पछिल्लो समयमा बढ्दै गरेको छ । विभिन्न जातजातिको आआफ्नै सस्कृति, रीतिरिवाज र चालचलनले यहाँको समाजलाई सजाएको छ । यी कुराको अलावा पोखराको भौगोलिक सुन्दरता, हिमालसँगको निकटता, ताल, पोखरी, खोला, गुफा, खोँच आदिको कारणले गर्दा पर्यटकको उपस्थिति पनि राम्रै छ । फेवाताल, बेगनासताल, दिपाङ ताल, महेन्द्रगुफा, चमेरेगुफा, गुप्तेश्वर महादेव गुफा, सीता गुफा, सेती, मर्दी, कालीखोला, विजयपुर, बगादी, गडुवा, फिर्के, बुलौँदी, खुदी जस्ता खोलाहरूले पनि पोखराको सुन्दरतामा थप योगदान दिन्छन् । यहाँको साहसिक खेल त विश्वमै प्रचलित छ ।

पाठ ३: स्थानीय पकवान

(नोट *पोखरामा रहेका विभिन्न जातजातिको सांस्कृतिक पकवान, यहाँ प्रचलित लोकप्रिय पकवान तथा पेयको बारेमा जानकारी गराउने खालका सन्दर्भ सामग्रीहरूको प्रयोग गर्ने । एउटा कक्षामा पनि धेरै समुदायबाट आएका विद्यार्थीहरू हुने भएको हुँदा उनीहरूबिचबाटै पनि कतिपय पकवानको जानकारी लिन वा दिन सकिन्छ । खासमा*

पोखरामा भएका स्थानीय पकवानमा पोखराकै मात्र नभएर पोखरा आसपासका पकवानलाई पनि समावेश गर्दा यहाँ पाक्ने खानालाई न्याय हुन्छ । मुस्ताङदेखि सुरू भए तापनि पोखराको पहिचान पाइसकेको थकाली खाना, ढिँडो, गाडेको अचार, असलाको सुकुटी, च्याङ्ग्राको मासु/सुकुटी, छोइला, कचिला, अर्सा, अनरसा, कसार, कोदोको सेल, स्थानीय रक्सी, माछाको अचार आदिलाई उदाहरणको रूपमा लिन सकिन्छ ।)

क) उद्देश्यः

- विद्यार्थीले आफ्नो नगरको सामान्य भूगोलको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।
- आफ्नो वडाको सिमाना चिन्नेछन् ।
- पोखरामा रहेका जातजातिहरू र तीनको सस्कृति बारेमा सामान्य परिचय दिन सक्ने छन् ।
- पोखराको सांस्कृतिक तथा प्राकृतिक धरोहरहरूलाई कसरी पर्यटनमा प्रयोग गर्न मिल्छ भनेर जान्ने छन् ।
- पोखराको ग्रामीण क्षेत्रमा पकाइने वा तयार गरिने विभिन्न परिकारहरूको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो वडा तथा पोखराको भूगोल, जातजाति, सस्कृति र खाना आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- ऐतिहासिक स्थलहरूको तस्बिर
- ऐतिहासिक दस्तावेजहरू
- वडा छुट्टिएको नगरको नक्सा
- भाषाभाषी तथा जातजाति वर्गीकरण गरिएको स्रोत सामग्री
- स्थानीय रूपमा चिनिएको खाना पकाउने विधि

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- पोखरा महानगरभित्र रहेका ऐतिहासिक स्थलहरूको चित्र देखाएर तिनका बारेमा बताउने र छलफल गराउने,
- वडा सिमानामा जोडिएर रहेका अन्य वडा वा साँध तथा त्यस वरपरका क्षेत्रहरूलाई विद्यार्थीले चिनेका टोल वा बजारहरूको माध्यमले चिनाउने, आसपासका वडा वा क्षेत्रका भौगोलिक विशेषता, उत्सव, जात्रा आदिबारे बताउने ,
- नगरमा बसोबास गर्ने विभिन्न जातजाति, भाषाभाषी छुट्याइएको तालिका देखाएर सोको बारेमा जानकारी दिने ,
- विद्यार्थीकै माध्यमबाट पनि विभिन्न जातजातिको प्रतिनिधित्व भएको कुरा पत्ता लगाउन छलफल गराउने ,

- विद्यार्थीको घरमै पाक्ने किसिमका खानाको विषयमा छलफल गराउने र सम्भव भएमा विद्यालयमै त्यस किसिमका खानाको व्यवस्था गराउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन

- विद्यार्थीहरूले छलफल गरिसकेपछि चिनेका र स्मरण गर्न सकेका स्थानको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- विद्यार्थीले आफ्नो जाति वा भाषा विशेषको बारेमा राखेका अभिव्यक्तिको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- विद्यार्थीले आत्मविश्वास तथा स्पष्टताका साथ प्रस्तुति गरे नगरेको अवलोकन गरी सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्ने,
- छलफल तथा कुराकानीमा देखाएको सक्रियता, कार्य सम्पादन, सहकार्यात्मक व्यवहारका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।

नोट - शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती वार्षिक कार्यघण्टाः २२

परिचय

१) व्यावसायिक फलफूल तथा तरकारी खेतीः कुनै पनि स्थानमा तरकारी तथा फलफूललाई जीवन निर्वाहको रूपमा लगाइन्छ भने त्यसलाई व्यावसायिक फलफूल तथा तरकारी खेती भनिन्छ । व्यावसायिक रूपमा तरकारी तथा फलफूल लगाएर बेची आम्दानी गरी सोही आम्दानीबाट जीवन निर्वाह गरिन्छ । पोनपाभित्र तपसिलका तरकारी तथा फलफूल व्यावसायिक रूपमा लगाइएको छः

लोकल काक्रोः पोनपाभित्र पो म न पा २२ उल्लेरीमा लोकल काँक्रो व्यावसायिक रूपमा गरिएको छ ।

टमाटरः (गोलभैँडा) पोनपा २३ घाँटीछिनामा व्यावसायिक रूपमा टमाटरको खेती गरिन्छ । यसको लागि वैशाख जेठ महिनामा कोकोपिटको प्रयोग गरी नर्सरी (ठाउँको) स्थापना गरिन्छ । प्लास्टिकको घरभित्र गोलभैँडा खेती गर्न सकिन्छ ।

आलुः आलु हिउँदे खेती हो । पो म न पा २४ कास्कीकोट र २५ हेम्जामा मङ्सिर पुस महिनामा व्यावसायिक

रूपमा आलु खेती गरिन्छ। पो म न पा ५ मालेपाटन, ३३ बागमारा,२२ भ्युपोइन्ट, २८ कालिका, १३ काँहुखोला,१९ पुरनचौर, १६ बाटुलेचौर, १४ चाउथे आदि स्थानहरूमा व्यावसायिकरूपमा मौसमअनुसारका हरिया तरकारीहरूको खेती गरिन्छ।

२) व्यावसायिक रूपमा गरिएको फलफूल खेतीः

सुन्तलाः पोनपा -२२ खाल्सेमा व्यावसायिक रूपमा सुन्तला खेती गरिन्छ। पोनपा १३ काँहु, २१ रामादी, दोपरे, क्रिस्ती, ३३ बागमारा, भरतपोखरी आदि स्थानमा पनि व्यावसायिक रूपमा सुन्तला खेती गरिन्छ।

३) अर्गानिक फलफूल तथा तरकारी खेती

कुनै पनि रासायनिक मल तथा विषादी प्रयोग नगरी उत्पादन गरिएको फलफूल तथा तरकारीलाई अर्गानिक फलफूल तथा तरकारी खेती भनिन्छ। यस्तो खेती गर्दा घरकै गोबरमल, कम्पोस्ट मल, खरानी, तीतेपाती, असुरो जस्ता मलको प्रयोग गरिन्छ।

४) कौसी खेती – बढ्दो सहरीकरणले खेती गर्नका लागि प्रशस्त जमिन नभएका कारण घरको कौसी वा छतमा गमला लगायत प्लास्टिकको जर्किन तथा बट्टाहरूमा तरकारी उत्पादन गर्नु नै कौसी खेती हो।

क) उद्देश्यः

- व्यावसायिक फलफूल र तरकारी हुने स्थानको नाम बताउन,
- अर्गानिक फलफूल तथा तरकारी खेतीको सामान्य परिचय दिन।

ख) विषयवस्तुः

व्यावसायिक रूपमा खेती गरिएका तरकारी आलु, गोलभेँडा,लोकल काँक्रो र फलफूलमा सुन्तला, कौसी खेती आदि।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

व्यावसायिक फलफूल र तरकारी हुने स्थानको नामको सूची, श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- सिकाइ सहजीकरणका लागि तयार पारिएका तरकारी तथा फलफूल देखाएर ध्यानाकर्षण गराउने,
- आज के के तरकारी खाएर आउनुभयो वा तपाईंको घरमा के के तरकारी, फलफूल फलेका छन् भनी सबैलाई पालैपालो सोध्ने,
- कुन कुन तरकारी बजारबाट किनेर ल्याउनुहुन्छ, कुन कुन हाम्रै गाउँघरमा फल्छन्, कुन तरकारी तथा फलफूल बेच्न बजार लानुहुन्छ जस्ता प्रश्नहरू सोध्ने र समूहमा छलफल गराउने,
- हाम्रै गाउँघरमा उत्पादन गरेर बजारमा बेच्न लाने तरकारी तथा फलफूलहरूको नाम विद्यार्थीहरू सोध्दै छलफल गर्दै आवश्यक सहजीकरण गर्दै सेतोपाटीमा टिप्ने र कापीमा लेख्न लगाउने।

यस्तै धेरै प्रश्नहरू सोध्न सकिने छ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन

१) मौखिक प्रश्नोत्तर

- तपाईंका घरमा कुन कुन तरकारी फलेका छन् ?
- व्यावसायिकरूपमा हरिया तरकारी उत्पादन हुने ३ ओटा ठाउँको नाम भन्नुहोस् ।
- सुन्तला पोनपाभित्र कुन कुन ठाउँमा उत्पादन हुँदो रहेछ ?
- अर्गानिक तरकारी भनेको के हो?
- कौसीखेती भनेको के हो ?

२) ठिक उत्तर छानेर जोडा मिलाउनुहोस् :

सुन्तला	बोडी
तरकारी	हिउँदे
अम्बा	फलफूल
काउली	बर्से
गोलभैँडा	आरूबखडा

३) लघु शैक्षिक भ्रमणको रूपमा कृषि फर्ममा लगेर तरकारी वा फलफूल देखाउनुहोस् ।

४) क-कसको घरमा कुन कुन तरकारी तथा फलफूल धेरै उत्पादन गरेर बिक्री गर्नुभएको छ ?

नोट - *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहंरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा २२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः पशुपालन — वार्षिक कार्यघण्टाः २२

परिचय :

मानिसहरूले घरमा पाल्ने जनावरहरूलाई घरपालुवा जनावर भनिन्छ । जनावर वा पशु जस्तै: गाई, भैंसी ,बाख्रा, राँगा, घोडा, च्याङ्ग्रा, गधा, गोरू, सुँगुर, बङ्गुर, आदिलाई आफ्नो घरयासी आवश्यकता पुरा गर्न वा अतीरिक्त आय आर्जन गर्ने उद्देश्यले घरमा पाल्ने व्यवसाय नै पशुपालन हो ।

घरमा पालिने पशुहरू मानिसका लागि विभिन्न हिसाबले महत्त्वपूर्ण हुन्छन् । पशुहरूको उपयोगिता - मल खात प्राप्त हुने र मलको प्रयोग गरेर ग्यास उत्पादन, कृषि उत्पादन बढाउन सकिने, दुग्धजन्य पशु – गाई, भैँसी, बाख्रा , मासु जन्य - राँगा, खसी, बोका, च्याङ्ग्रा, कामको लागि प्रयोगमा आउने पशु - गधा, घोडा, राँगा,गोरू, छालाको प्रयोग गरेर उत्पादित वस्तुहरू आदि आफ्नै घरको लागि वा आय आर्जन गर्ने हेतुले

गरिने माछापालन।

पशुहरूको बासस्थान :- स्वस्थ पशुको लागि स्वास्थ बासस्थान, पशु स्वस्थ भएमा उत्पादन राम्रो हुने, उत्पादित वस्तु पनि स्वस्थकर हुने, गोठ, भकारो ,खोर, टाट्नो, छाप्रो, भेडीगोठ, कुर, पोखरी, आदि र तिनीहरूको सरसफाइ गर्ने तरिका, घाँस, पराल, मलमूत्रको उचित व्यवस्थापन गरेर गोठको सरसफाइ गर्ने र मलमूत्रको उचित प्रयोग। स्वस्थ पशुहरूका लागि स्वस्थ खाना : घाँस, परल, दाना, पानी, चोक्कर, कुँडो आदि।

क) उद्देश्य :

- घरपालुवा जनावरहरूका उपयोगिता बताउन,
- घरपालुवा जनावरका बासस्थान बताउन ,
- घरपालुवा जनावरका खानाका नाम बताउन ,
- घरपालुवा जनावरको बासस्थानको सरसफाइ गर्ने तरिका बताउन।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्र भित्र पाउन सकिने घरपालुवा जनावरहरू, ती जनावरहरूको उपयोगिता, बासस्थान, खानपान, र बासस्थानको सरसफाइ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

क्षेत्र भ्रमण, जनावरको नाम, बासस्थान र आहारा प्रस्ट देखिने चित्रहरू , फोटो, चार्ट, कट आउट, भिडियो; मानिसले विभिन्न घरपालुवा जनावरहरूको विभिन्न तरिकाले उपयोग गरेको देखिने जस्तैः गोबरबाट ग्यास निकालेको, खेत जोतेको, गधाले भरि बोकेको, गाई भैँसीको दुध दुहेको, मासु काटेर बेचेको, छालाका सामान बनाएको आदि चित्रहरू , फोटो, कट आउट, भिडियो; गोठ,खोर, सफा गरेको, मल खादमा मलमूत्र जम्मा गरेको, घास , परल, दाना ,चोक्कर, ब्यबस्थित गरेर सुरक्षित राखेको देखिने चित्रहरू , फोटो, कट आउट, भिडियो।

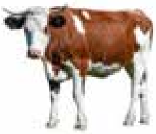
घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

नोटः शिक्षक साथी यो पाठ पढाउनको लागि यदि तपाईंको विद्यालय वरपर नजिकै पशुपालन फर्म छ भने अवलोकन भ्रमण आयोजना गरी धेरै कुरा देखाएरै सिकाउन सक्नुहुने छ।
तपाईंको कक्षामा सहभागी छात्र छात्राहरू मध्ये कसैको घरमा कुनै पशु पालन गरेको पनि हुन सक्दछ यदि त्यस्ता छात्र / छात्र छन् भने उनीहरूले देखेको कुराहरू र गरेका अनुभवहरू कक्षाका अरू साथीहरूसँग बाँड्न लगाउनुहोस्। कुनै पशु फर्मको गतिविधि देखिने भिडियो देखाएर छलफल गर्नुहोस् ।

- शिक्षकले विभिन्न घरपालुवा जनावरका चित्र, फोटो, कट आउटहरू देखाउने र तिनीहरूको नाम सोध्ने, विद्यार्थीहरूले बताएका सही जवाफहरूलाई पाटीमा टिपोट गर्ने, (कुनै जनावरको नाम नजानेमा शिक्षकले बताइदिने) । पाटीमा नाम टिपेका जनावरहरू मध्ये कुनै विद्यार्थीहरूका घरमा वा छिमेकमा कुनै जनावरहरू छन् कि भनेर प्रश्न गर्ने, यदि विद्यार्थीहरूले छन् भनी जवाफ दिएमा ती विद्यार्थीहरूलाई पालै पालो उठेर / कक्षा को अगाडि आएर आफ्नो घरमा / छिमेकमा पालेका

जनावरको नाम र त्यो जनावर किन पालेको हो त्यसको बारेमा बताउन प्रोत्साहित गर्ने ।

- शिक्षकले कुनै एक जनावरको चित्रका साथमा त्यो जनावरको बासस्थान आहारा र उपयोगितासमेत झल्किने चार्ट प्रस्तुत गरेर छलफल गर्ने , शिक्षकले प्रस्तुत गरेका कुराहरू अभ्यास पुस्तिकामा लेख्न लगाउने र लेखेका कुराहरू पालैपालो शुद्धसँग उच्चाहरण गरेर पढ्न लगाउने । जस्तै :

जनावरको नाम	**शारीरिक ढाँचा**	**बासस्थान**	**खाना**	**उपयोगिता**
गाई 	- धेरै प्रकारको शरीर – ठुलो, सानो, मझौला, सिङ भएका , नभएका - बिभिन्न जातका गाईहरू स्थानीय जातका, जर्सी, होलिस्टिन - विभिन्न रङका गाई	गोठ, छाप्रो भकारो	घाँस (झारपात), कुँढो दाना / चोक्कर, डाले घाँस	गोबर मल बायोग्याँस दुध, दही, घिउ, मही मरेपछि छालाको प्रयोग गरेर, झोला, पेटी, जुत्ता जस्ता विभिन्न सामान बनाउन सकिने

- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी कुनै एक जनावरको बारेमा त्यस्तै चार्ट बनाउन लगाउने र प्रत्येक समूहलाई पालै पालो प्रस्तुत गर्न लगाउने । समूह कार्य गर्ने बेलामा सबै समूहमा शिक्षक पुगेर आवश्यक सहयोग र पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने (यसो गर्दा चित्रलाई प्राथमिकता दिनु हुँदैन)
- उनीहरूका घर वा छिमेकमा पालेका जनावरका नाम बताउन लगाउने तिनीहरूको नाम शिक्षकले पाटीमा लेख्ने र ती विद्यार्थीहरूलाई पनि अभ्यास पुस्तिकामा लेख्न लगाउने र तिनीहरूको शारीरिक आकार , रङ , शारीरिक ढाँचा, बस्ने ठाउँ र आहार आदिका बारेमा कुराकानी / छलफल गर्ने ।
- जनावरका नाम, आहार , बासस्थान मिसिएको CROSS WORD PUZZLE हरू समाधान गर्न लगाउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- कक्षा कार्य जाँच गर्ने
- खाली ठाउँ भर : जस्तै : शिक्षक साथी पाठसँग सम्बन्धित खाली ठाउँ भर्ने प्रश्न तयार गरी विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्न सक्नुहुने छ ।
- जोडा मिलाऊ : जस्तै : जनावरको नाम र आवाजको, नाम र चित्र जोडा मिलाउन लगाउने
- सस्वर वाचन : तलको अनुच्छेदलाई सस्वर वाचन गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य :

आफूलाई मनपर्ने वा आफूले जानेको जनावरको चित्र कोर, चित्रमा रङ भरी चित्रको तलपट्टि त्यो जनावरको उपयोगिता लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर ।

नोट - *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा २२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः ३	
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन	वार्षिक कार्यघण्टाः १२

परिचय :

प्वाँख,चुचो, पखेटा दुइओटा खुट्टा भएका चरालाई पक्षी भानिन्छ। मानिसहरूले घरमा पाल्ने चरालाई घरपालुवा पक्षी र जङ्गलीमा बस्ने चरालाई जङ्गली पक्षी भानिन्छ। कुखुरा, परेवा, हाँस, टर्की, बट्टाई, आदि घरपालुवा पक्षी हुन्। पक्षीहरूबाट हामीले मासु, अन्डा र प्वाँख पाउँदछौं। पक्षीहरूको मासुको प्रयोग गरेर विभिन्न परिकारहरू जस्तै; मोमो, मासु मिसाएको चाउमिन, छोइला, ससेज आदि बनाइन्छ । मासु पोलेर र भुटेर (भुटुवा बनाएर) पनि खाने चलन छ। कसैकसैले मासु साँधेर पनि खान्छन। त्यस्तै घरपालुवा पक्षीहरूको अन्डा पनि स्वास्थ्यको लागि राम्रो मानिन्छ।

मासुको जस्तै अन्डाका पनि विभिन्न परिकार बनाएर खाने चलन छ। मासु र अन्डाको सेवन गर्नाले हाम्रो शरीरको लागि आवश्यक प्रोटिन आइरन, भिटामिन बि-१२, फ्याट जस्ता कुराहरू प्राप्त हुन्छन्। पक्षीको बिस्टा वा सुली सङ्कलन गरेर मलको रूपमा खेत बारीमा प्रयोग गर्यौं भने बाली सप्रिन्छ र उत्पादन पनि बढछ । पक्षीहरूको प्वाँख पनि अति उपयोगी हुन्छ। पक्षीको प्वाँख मुख्य गरेर न्यानो ज्याकेट बनाउन, खेलौना र विभिन्न पोसाकहरूमा सुन्दरता थप्न प्रयोग गरेको पाइन्छ। पक्षी सर्वभक्षी प्राणी हो। यसले, कमलो झारपात, गेडागुडी, फलफूल, तरकारी, किटपतङ्ग, मासु , दाना आदि खान्छ। पक्षीपालन गरेर हामीले धेरै फाइदा लिन सक्दछौँ जस्तै : परिवारको लागि आवश्यक मासु/ अन्डा किन्न पर्दैन, ठूलो सङ्ख्यामा पालेर आयआर्जन गर्न सकिन्छ स्वरोजगारीको सिर्जना हुन्छ आदि।

क) उद्देश्य :

- मासु र अन्डाको प्रयोग गरेर बनाइने परिकारको नाम बताउन सक्ने छन् ,
- पक्षी पालनाका फाइदाहरू बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्र वरपर पालिने विभिन्न घरपालुवा पक्षीहरू र उपयोगिता

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

विभिन्न पक्षीका नाम र उपयोगिताको सूची,पक्षी पालनाका फाइदाको सूची, पक्षीपालनको भिडियो

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- विद्यार्थी बाबुनानीहरूको घरमा कुनै चरा पालेका छन् कि सोधेर ध्यानाकर्षण गराउने, उनीहरूलाई ती

पक्षी किन पालिएका हुन् प्रश्न गर्दै छलफल गर्ने ,

- पक्षीपालनको भिडियो प्रदर्शन गरेर छलफल गर्ने,
- क्षेत्र भ्रमण ,
- चराका प्वाँख प्रयोग गरेर बनाएका वास्तविक वस्तु देखाएर छलफल गर्ने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- पक्षीपालन गर्दा हुने ३ ओटा फाइदा बताउनुहोस् ।
- मासु र अन्डा खानाले हामीलाई के फाइदा हुन्छ ?
- मासु / अन्डाको प्रयोग गरेर बनाइने कुनै ५ परिकारको नाम बताउनुहोस ।

परियोजना कार्य :

तपाईंको घर वरपर कुन कुन जातका पक्षी पालेका छन् ? तिनीहरूको नाम र उपयोगिताको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

नोट - *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा १२ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः पर्यटन | **वार्षिक कार्यघण्टाः २५**

परिचय :

घरमा आउने पाहुनाहरू अतिथि हुन् । उनीलाई नाता र सम्बन्ध अनुसार नमस्कार, ढोगको अभ्यास गर्नुपर्दछ । शिष्ट भाषा (हजुर, तपाईं) प्रयोग गरी आफ्ना कुराहरू राख्न सक्नुपर्दछ । विद्यालयमा आफ्ना साथीका कुरा सुन्ने, साथीबाट सहयोग लिने र साथीलाई आदर सम्मान गर्ने बानीले विद्यार्थीहरूमा अनुशासन, शिष्टता तथा नम्रता जस्ता भावनाको विकास हुन्छ ।

विद्यालय तथा समुदाय र टोल छिमेकमा बिहान, दिउँसो, साँझ तथा बेलुकाको समय अनुसारका आदर सम्मानका प्रचलित अभ्यास (Good Morning, Good Afternoon, Good Evening) हरू गर्नुपर्दछ । जसबाट विद्यार्थीहरूमा असल संस्कार, जिम्मेवार र अनुशासित नागरिक बन्न प्रेरणा प्रदान गर्दछ । विद्यालयको पठनपाठन समय तथा विद्यालय बिदा भएको समयमा उपयुक्त सन्दर्भअनुसार विद्यार्थी तथा आफ्ना नानीबाबुहरूलाई अवलोकन तथा क्षेत्रभ्रमणमा सहभागी गराउनुपर्दछ । पोखरा महानगर आसपासका प्रमुख स्थलहरू फेवाताल, बेगनासताल, डेभिड फल्स, सराङ्कोट, काहुँडाँडा, चाइनिज गुम्बा, विन्ध्यवासिनी, पुम्दीकोट, महेन्द्रगुफा, चमेरेगुफा आदिको परिचय तथा महत्त्व सम्बन्धमा जानकारी प्रदान गर्नुपर्दछ ।

क) उद्देश्य :

- परिवेश अनुसार शिष्टाचार गर्न, (समय र व्यक्ति पहिचान)
- आफू घुमेको ठाउँको नाम बताउन,
- स्थानीय क्षेत्रका पर्यटकीय स्थानको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तु :

अतिथि सत्कार, शिष्ट भाषाको प्रयोग, अभिवादनका प्रचलित अभ्यासहरू, स्थानीय क्षेत्रका पर्यटकीय स्थानको नाम तथा सूची ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

शिष्ट भाषा (नमस्कार, हजुर तपाईं, तिमी) , लबजका उदाहरणको चार्ट, कट आउट, दृश्य सामग्री, भिडियो क्लिप आदि ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- पर्यटकीय खेलहरूको बारेमा प्रस्ट पार्न सन्दर्भ पुस्तक वा अडियो भिडियो क्लिप,
- फोटो, भिडियो प्रदर्शन गर्ने,
- स्थलगत भ्रमण,
- भ्रमणमा देखिएका मुख्य मुख्य विषयवस्तु समेटी प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउने,
- पर्यटकीय खेलमा सहभागी व्यक्तिहरूका अनुभव सुन्न दिएर छलफल गराउने,
- प्याराग्लाइडिङ् र बोटिङ्को प्रत्यक्ष अवलोकन गर्न क्षेत्रभ्रमण गराई त्यसको महत्त्वबारे छलफल र अन्तरक्रिया गराउने,

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- विद्यालय तथा कक्षाकोठामा विद्यार्थीले प्रदर्शन गरेको व्यवहार अवलोकनलाई रूजु सूचीको माध्यमबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विद्यालय तथा घरमा आउने तथा सुरूमा भेट हुँदा र भेट भइसकेपछि छुट्टिने बेलामा गरिने अभिवादनका प्रचलित अभ्यासहरू सम्बन्धमा प्रश्नोत्तर तथा छलफल विधिको माध्यमबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- तिमीले विद्यालय तथा घरपरिवारको तर्फबाट भ्रमण गरी घुमेको ठाउँहरू लेख्न भन्न लगाउनुहोस् ।
- पोखरा महानगरपालिकामा पर्ने कुनै ५ पर्यटकीय स्थानहरूको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

नोट - *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा २५ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः ३ विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव   वार्षिक कार्यघण्टाः २०

परिचय :

पोखरा महानगरपालिका भित्र विभिन्न स्थानहरूमा विभिन्न जात तथा धर्म र समयअनुसार स्थानीय पर्व, मेला, महोत्सव परापूर्वकालदेखि प्रचलनमा आइरहेका छन् । उक्त पर्व तथा मेलाहरू (ट्रहोटे, ल्होसार, घाटु, गाईजात्रा (तयमचा), सोरठी नृत्य, भैरवी जात्रा, नृत्य, चुड्का, भजन, बालन, गन्धर्व गीत) आदि प्रमुख हुन् । यस्ता पर्व तथा मेला महोत्सवमा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराई मनोरञ्जन लिनु, खुसियाली साटासाट गर्नु, नयाँ पुस्ताहरूलाई जानकारी गराउनु, चाडपर्व तथा मेला महोत्सवको संरक्षण गर्नु प्रत्येक नागरिकको कर्तव्य हो । धार्मिक मेला तथा चाडपर्वहरूमा सहभागी भई एक अर्का व्यक्तिहरूबिच सहयोग, सद्भाव र सम्मानको भावना जगाउनु यस पाठको प्रमुख उद्देश्य रहन्छ ।

क) उद्देश्य :

- स्थानीय विभिन्न धार्मिक, सांस्कृतिक मेला महोत्सवको सूची बनाउन,
- स्थानीय रूपमा मनाईने चाडपर्वहरूमा सहभागी हुन ।

ख) विषयवस्तु :

ट्रहोटे पर्व, ल्होसार पर्व, घाटु नृत्य, गाईजात्रा, सोरठी नृत्य, भैरव जात्रा, चुड्का, भजन आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

मेलापर्वका चित्र, तालिका, भिडियो, क्यालेन्डर, मेलापर्व, सम्मेलनमा हुने स्थानहरूको तस्बिर , भिडियो क्लिप ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- आफ्नो समुदाय आसपासमा मनाइने मेला पर्व,(कुन समय, महिना, गते)चाडपर्व र कुन , स्थानमा मनाइन्छ भनी प्रश्नोत्तर, अन्तरक्रियाकलाप र छलफल गर्ने,
- स्थानीय पर्व, नृत्य, गीत, भजनसँग सम्बन्धित फोटो तस्बिर सङ्कलन गर्न लगाउने,
- पर्व, महोत्सव, सञ्चालन गर्ने समय, स्थानको खोजी गर्न लगाई कक्षामा छलफल गर्ने,

- नेवार, गुरुङ जाति विशेषका मुख्य सांस्कृतिक पर्वमा गरिने क्रियाकलापबारे छलफल गर्ने,
- स्थानीय रूपमा मनाइने धार्मिक मेला तथा चाडपर्वहरूमा विद्यार्थीहरूलाई क्षेत्रभ्रमणमा सहभागी गराई उनीहरूबाट प्राप्त प्रत्यक्ष अनुभवको आधारमा परियोजना निर्माण गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्ने कार्यमा विद्यार्थीहरूलाई सहजीकरण गर्ने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- स्थानीय मेला महोत्सव मनाइने समय र स्थानको नाम भन्न लगाउने,
- जाति विशेषका मेला पर्वहरूको बारेमा भन्न लेख्न लगाउने,
- विद्यार्थीहरूलाई आफूले मनाउने चाडपर्व, मेला महोत्सवको बारेमा बताउन लगाउने,
- विद्यार्थीहरू आफू सहभागी हुने मेला पर्वमा उनीहरूले देखाएको सहभागिताको आधारमा व्यवहार अवलोकन गरी रुजू सूचीको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।

नोट - *शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।*

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला — वार्षिक कार्यघण्टाः १५

परिचयः

यस एकाइमा आ-आफ्नो स्थानीय तहमा उपलब्ध परम्परागत प्रविधि, सिप तथा कला र सामग्रीको प्रयोग को बारेमा चर्चा गरिएको छ । त्यसै गरी उक्त सामग्रीहरू निमार्णका लागि आवश्यक पर्ने स्थानीय प्रविधि अन्तर्गत पानीघट्ट, ढिकी, जाँतो, लोहोरो, सिलौटा, बेलना, चौका, हलो जुवा, **..........**, सिपअन्तर्गत गुन्द्री, चटी, मोडा, डोको, थुम्से, नाङला, चाल्नो र सिप अन्तर्गत रङ तान बुन्न लगाउने, स्थानीय गीत नाच स्तरमा तयार गरिने खाद्यान्नअन्तर्गत गुन्द्रुक, मस्यौरा, तितौरा, अचार आदिका लागि चाहिने कच्चा पदार्थका बारेमा समेत जानकारी तथा परिचय दिने र ती प्रविधि, सिप र कला प्रति सम्मान गर्न उत्प्रेरित हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

क) उद्देश्यः

- स्थानीय प्रविधिबाट बनेका सामानको सूची बनाउन
- स्थानीय सिप तथा कलाको प्रयोग बारेमा बताउन
- स्थानीय स्तरमा निर्माण गरिने सामग्रीहरूको कच्चा पदार्थको नाम बताउन ।

ख) विषयवस्तुः

- आफ्नो क्षेत्रमा रहेका परम्परागत प्रविधिहरू पानीघट्ट, ढिकी, जाँतो
- घरायसी परम्परागत स्थानीय सामग्रीहरू

सन्तमान तामाङ ६२ वर्षका जेष्ठ नागरिक हुन । उनी बाँस र चोयाको काम गर्दछन् । उनले बाँस र चोयाबाट डोको, नाम्लो, डालो, थुन्से, मोडा, स्याखु जस्ता वस्तुहरू उत्पादन गरेर गाउँघरका जनताहरूलाई बिक्री वितरण गर्दछन् । यसै सिपबाट उनको परिवारको जीविका गुजारा चलेको छ ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

चित्र, पोस्टर, स्थानीय स्तरमा प्रयोगमा आउने वास्तविक सामग्रीहरू जस्तैः घट्ट, ढिकी, जातो, हलो, जुवा, बेलना, चोकी र यिनका मोडल

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- छलफल विधिद्वारा स्थानीय स्तरका परम्परागत प्रविधिहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- सम्भव भए सम्मका औजारहरू वा उपकरणहरूको मोडल/चित्र ल्याएर देखाउनुहोस् ।
- प्रश्नोत्तर विधिद्वारा उक्त प्रविधिको प्रयोग कुन कुन प्रयोजनका लागि हुन्छ भनी स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।
- त्यस्तै गरी उक्त औजारहरू कुन कुन कच्चा पदार्थबाट बनेका छन् भनी छलफल गर्नुहोस् ।
- चित्र एवम् पोस्टरको माध्यमद्वारा आफ्नो स्थानीय सिप तथा कलाको बारेमा प्रश्न गर्नुहोस् ।
- श्रव्यदृश्य सामग्रीहरूको माध्यमद्वारा स्थानीय गीत, नाच, भजन, बाजा लगायत विभिन्न कलाहरूको जानकारी दिदै किन यिनीहरूको संरक्षण गर्नुपर्दछ भनी बताइदिनुहोस् । थप क्रियाकलाप सहित मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- तितौरा, गुन्द्रुक, मस्यौरा, अचार, गुन्द्री, चकटी, सिलाई बुनाइ, डोको नाम्लो, थुम्से, सिको, जोती काट्ने, झिलिङ्गा बनाउने जस्ता सिपहरूको बारेमा सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्ता वस्तुहरूको निर्माणका लागि चाहिने कच्चा पदार्थको बारेमा छलफलद्वारा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

माथि विषयवस्तुमा उल्लेख गरिए जस्तै कथा संवाद वा जीवनीको आधारमा उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्न लिखित कार्यहरूका आधारमा उद्देश्यहरू हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- कक्षामा गरिने छलफलमा विद्यार्थीहरूको सहभागिता हेरेर
- विद्यार्थीले राखेको जिज्ञासा र सहभागिता हेरेर

- क्रियाकलाप हेरेर
- मौखिक प्रश्नोत्तर द्वारा
- जोडा मिलाउने, खाली ठाउँ भर्ने, जोडा मिलाउने जस्ता साधनहरूको प्रयोग गरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन् । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टाअनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।

कक्षाः ३

विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन वार्षिक कार्यघण्टाः १२

परिचयः

यस एकाइमा बालबालिकाहरूलाई दैनिकरूपमा सही तरिकाले हातखुट्टा, मुख, दाँत सफा गर्ने, कपाल सही तरिकाले सफा गर्ने, नङ काट्ने तरिकाहरू सिकाउने तथा सही तरिकाले शरीरको सफाइ नगर्दा देखापर्ने असरहरूको बारेमा जानकारी गरिएको छ । त्यसैगरी पौष्टिक खानाको अर्थ, आवश्यकता र महत्त्वको जानकारी आफूले कुनै पनि कार्य गर्दा प्रयोगमा ल्याउका सामानहरूको हिफाजत, सरक्षण र व्यवस्थापन सम्बन्धी जानकारीको चर्चा गरिएको छ । सडक नियम धारिलो हतियार, विद्युतीय उपकरण आदिको प्रयोग गर्दा हुन सक्ने दुर्घटनाबाट बच्न सावधानीका उपायहरूको चर्चा गरिएको छ ।

क) उद्देश्यः

- शरीरका अङ्गहरूको सरसफाइ गरी नियमित नुहाउन,
- व्यक्तिगत सामग्रीको हिफाजत र व्यवस्थापन गर्न ,
- सडक, खेल मैदान र अन्य ठाउँमा अपनाउनु पर्ने सुरक्षाका उपायहरू बताउन ।

ख) विषयवस्तुः

स्थानीय सडक, खेलमैदान .... आदि

काट्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू के के हुन् भन्ने बारेमा धेरै जानकारी प्राप्त गरेको कुरा मेरो छिमेकी विद्यालयमा पढने साथी अनिलले बताएका थिए । विवेक सहरमा बस्छन् । उनको विद्यालय सडकको नजिकै छ । जेब्रा क्रसिङ भएको ठाउँबाट मात्र सावधानीका साथ बाटो काट्छन् । उनी खेल खेल्दादेखि लिएर हरेक कार्य गर्दा त्यसबाट हुन सक्ने दुर्घटनाका बारेमा सुरक्षाका उपायहरू अपनाउँछन् । विवेकका बुबा बिगत १० वर्षदेखि ट्राफिक कार्यालय कास्कीमा काम गर्नुहुन्छ । उहाँलाई सडक वारपार गर्दा पैदल यात्रुले के के कुरामा ध्यान दिनुपर्दछ भन्ने बारेमा धेरै जानकारी

छ । अघिल्लो वर्ष हाम्रो छिमेकी विद्यालयले पनि विवेकका बुबालाई विद्यालयमै बोलाएर ट्रफिक नियम सम्बन्धी जानकारी गराइएको रहेछ । उहाँले गराएको जानकारीले अधिकास विद्यार्थीहरूलाई सडकमा कसरी हिँड्ने बाटो काट्दा के कुरामा ध्यान दिने भन्ने कुरा मेरो छिमेकी विद्यालयमा पढ्ने साथी अनिलले मलाई राम्ररी बताएका थिए । हाम्रो विद्यालयका प्रधानाध्यापकले पनि यस वर्ष विवेकका बुबालाई हाम्रो विद्यालयमा बोलाएर ट्राफिक नियम सम्बन्धी जानकारी गराउने भन्नु भएको छ ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

पोस्टर चित्र तस्बिर, कथा वार्तालाप आदि ।

घ) सम्भावित सिकाइ र क्रियाकलापः

- प्रश्नोत्तर विधिद्वारा व्यक्तिगत सरसफाइको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- शरीरका विभिन्न अङ्ग र तिनीहरूको सफाइ गर्ने तरिकाका बारेमा दृश्य सामग्रीको प्रयोग गदै स्पष्ट गरिदिनुहोस् र सरसफाइ गर्न आवश्यक सामग्रीको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्र प्रदर्शन गर्दै पौष्टिक खानाको अर्थ आवश्यकता र महत्त्वको जानकारी गराउनुहोस् ।
- स्थानीय स्तरमा प्राप्त हुने पौष्टिक खानाको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- छलफल विधिद्वारा विद्यार्थीले घरमा र विद्यालयमा प्रयोग गर्ने सामग्रीहरूको नामावली सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।
- उक्त सामग्रीहरू हिफाजत र संरक्षण गर्ने तरिकाहरूको बारेमा बताइदिनुहोस् ।
- व्यक्तिगत रूपमा सामानको व्यवस्थापन कसरी गर्नुहुन्छ ? भनी प्रश्न गर्नुहोस् र विद्यार्थीहरूले दिएका उत्तरहरू सङ्कलन गर्दै जानुहोस् र केहि थप कुराहरू सहित जानकारी दिनुहोस् ।
- स्थानीय स्तरमा घट्ने दुर्घटनाहरू के के हुन् भनी प्रश्न सोध्नुहोस् र उक्त दुर्घटनाहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- श्रव्यदृश्य सामग्रीको प्रयोग गर्दै खोला, सडक, विद्युतीय उपकरण, प्रज्वलनशील पदार्थ, भऱ्याङ, सिँढी धारिला वस्तुहरूबाट हुन सक्ने दुर्घटनाहरूको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- सडक दुर्घटना लगायत माथि उल्लिखित दुर्घटनाहरूबाट सावधानी रहने तरिकाहरूका बारेमा स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

माथि विषयवस्तुमा उल्लेख गरिए जस्तै कथा संवाद वा जीवनीको आधारमा उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्नलिखित कार्यहरूका आधारमा उद्देश्यहरू हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- प्रश्नोत्तर विधिबाट

जस्तैः पौष्टिक खाना भनेको के हो ?

दुर्घटना हुनबाट बच्ने सावधानीका उपायहरू बताउनुहोस् ।

- विद्यार्थीले राखेका जिज्ञासा र सहभागिता हेरेर
- कक्षामा गरिने छलफलका विद्यार्थीको सहभागिता हेरेर
- क्रियाकलाप हेरेर

यी बाहेक ठिक बेठीक, खाली ठाउँ भर्ने, जोडा मिलाउने, अवलोकन आदि जस्ता साधनको प्रयोग गर्दै मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन् । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टा अनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।

कक्षाः **३**

विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व वार्षिक कार्यघण्टाः **१२**

परिचय

मलाई मन पर्ने व्यक्तिको नाम सूर्यप्रसाद अधिकारी हो । उहाँ पोखरा महानगरपालिका वडा नं ३१ को बेगनासमा बस्नुहुन्छ । निस्वार्थ भावनाले सामाजिक सेवामा समर्पित भएर कृषि कर्ममा निरन्तर लाग्नुभएकाले नै मलाई उहाँ निकै मन परेको हो ।

सूर्यप्रसाद अधिकारीले कुष्ठरोग कार्यालयमा १२ वर्षसम्म निरन्तर काम गर्नुभयो । जागिरकै क्रममा गुल्मी पुग्नुभयो । त्यहाँ कफी उत्पादन गरेको देखेपछि कास्कीमा पनि कफी उत्पादन गर्न सकिन्छ भनेर त्यसैमा लागी पर्नुभयो । कफीका बिरूवा उत्पादन गरी कास्कीका विभिन्न भागमा वितरण गर्नुभयो । आफूमात्र नभएर कास्कीका धेरै किसानलाई कफी खेती सम्बन्धी ज्ञान प्रदान गर्नुभयो । अहिले कास्कीका धेरै किसानहरूले कफी उत्पादन बिक्री गरी आम्दानी पनि गरिरहनु भएको छ ।

सामान्य, सरल र मिजासिलो स्वभावका उहाँ केटाकेटीदेखि बुढाबुढी सबैसँग निकै मिलनसार हुनुहुन्छ । सबैलाई वातावरण संरक्षण गर्नुपर्छ भनेर बुझाउनुहुन्छ । वातावरण जोगाउन पानी, माटो, रूखबिरूवा सबैलाई स्वास्थ्य राख्नुपर्छ । यिनलाई स्वास्थ्य राख्न जैविक खेती गर्नुपर्छ । विषादीमुक्त खेती गर्नुपर्छ । वातावरण जोगाउनु हरेक नागरिकको कर्तव्य हो । वातावरण जोगियो भनेमात्र पृथ्वीमा सबै प्राणीको जीवन रहन्छ । यिनै विचारले गर्दा उहाँ गाउँकै उदाहरणीय पात्र हुनुहुन्छ ।

उहाँले बिडिङ प्रविधिबाट विभिन्न जातका धान तथा कफी उत्पादन गर्ने काम गर्नुभयो । गाउँमा उत्पादित वस्तुलाई बजारसम्म पुऱ्याइ आम्दानी गर्नुपर्छ । त्यसका निम्ति वातावरण मिलाउनुपर्छ । स्थानीय जातको बिउ संरक्षण गर्नुपर्छ भन्ने विचार अभिव्यक्त गरी त्यसलाई सबैसामु निर्धक्क पुऱ्याउने काम गर्नुभयो । त्यति मात्र होइन, गाउँमा नै कृषि विद्यालय खोल्न अग्रसर हुनुभयो । किसानलाई फाइदा हुने गरी नीति निर्माणका काम गर्नुभयो । उहाँका यस्ता विविध क्रियाकलापले सामाजिक विकासमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुगेको छ । उहाँका यस्ता क्रियाकलापहरू हामी सबैका लागि अनुकरणीय छन् । फलस्वरूप उहाँले विभिन्न पुरस्कार तथा सम्मान पनि पाउनुभएको छ । यसकारण सूर्यप्रसाद अधिकारी मलाई असाध्यै मन पर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ ।

क) उद्देश्य :

आफ्नो मन पर्ने व्यक्तिको नाम, ठेगाना, स्वभाव, र सामाजिक योगदानको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तु :

आफूलाई मन परेको व्यक्तिको वर्णन ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

सान्दर्भिक कथा, श्रव्यदृश्य सामग्री, छोटो जीवनी ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीहरूलाई राष्ट्रिय ख्याति प्राप्त व्यक्तिहरूको फोटो देखाएर उनीहरूको नाम सोधेर ध्यान आकर्षित गर्ने,
- सान्दर्भिक जीवनी/ प्रबन्ध सुनाउने र छलफल गर्ने ,
- श्रव्यदृश्य सामग्री देखाउने र छलफल गर्ने ।

ङ) मूल्याङ्कन :

- मौखिक प्रश्नहरू
- परियोजना कार्य
- कक्षाकार्य तथा सिकाइ सहभागिता आदिका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।

परियोजना कार्य:

अभिभावकको सहयोग लिएर तपाईंको घर छिमेकमा रहेका ५ जना साथीहरूको नाम, उमेर, मन पर्ने खानेकुरा र रङ लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

नोट: शिक्षक साथी माथि उल्लिखित अनुच्छेदहरू नमूनाको लागि मात्र दिइएको हो । तपाईंले तपाईंको विद्यालय क्षेत्र वरपर रहेका/ राष्ट्रिय पाठ्यक्रममा समावेश नगरिएका पोखरा क्षेत्रका कुनै पनि ख्यातिप्राप्त व्यक्तित्वहरूको बारेमा अध्यापन गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय   वार्षिक कार्यघण्टाः १६

पाठ १: पोखराको भूगोल

परिचयः

पोखराको क्षेत्रफल ४६४.२४ वर्ग किमी रहेको छ। यसको समुद्री सतहबाट उचाईः ५४६ मि (मजुवा) देखि २३०० मि (पञ्चासे) छ। पोखरा भौगोलिक रूपमा समथर मैदानी क्षेत्र (हेमजा फेदी देखि कोत्रे सम्मको समथर भूभाग) र पहाडी क्षेत्र (काहुँडाँडा, कालिका, निर्मलपोखरी, कृष्ती, अर्चले, बेगनास, आदि) मा विभाजित छ। यहाँको पहाडी खण्डमा प्राय रातोमाटो, सेती वरपर चुनढुङ्गा, ग्रेनाइट, क्वार्जाइट मिसिएको ग्राभेल, फाँटहरूमा पाँगो माटो (प्राय सबै खेतीलाई उपयुक्त) तथा सिमसार क्षेत्रमा कालो माटो (खासगरी धानलाई उपयुक्त) पाइन्छ।

यहाँ विभिन्न उचाईमा भिन्न प्रकारका वनस्पतिहरू पाइन्छन्। पहाडी क्षेत्रमा प्राय सिसौ, कटुस, चिलाउने, खयर, बाँस, पीपल, सिमल, उत्तीस पाइन्छन् भने सिमसार क्षेत्रमा वाटर लिली, गुँद, कमल, सिमकाँडे, जलकुम्भी, नरकट जस्ता वनस्पति पाइन्छन्।

नेपालको चेरापुञ्जी भनेर चिनिने यस क्षेत्रमा स्थानीय ताल, सिमसार क्षेत्र तथा वनजङ्गलबाट उत्पन्न हुने जलवाष्पका कारण छिनछिनमा मौसम बदली हुनु सामान्य हो। खासगरी विजयपुर देखि दक्षिण पूर्व हिँउदमा बाक्लो कुहिरो लाग्छ। यहाँको सरदर वार्षिक अधिकतम तापक्रम २७°से. र वार्षिक न्यूनतम तापक्रम १५.५°से. सम्म् हुने गर्छ।

पोखरालाई तालको सहरको संज्ञा दिइन्छ। यहाँ रहेका तालहरू फेवा, बेगनास, रुपा, दिपाङ्, खास्टे, मैदी, न्युरेनी, गुँदे र कमलपोखरी हुन्। यी ९ मध्ये ७ ताल विजयपूर खोला पूर्व रहेका छन् यस क्षेत्र जैविक विविधता र पानीको स्रोतका लागि अति महत्त्वपूर्ण सिमसार क्षेत्रको रूपमा चिनिन्छ। यहाँको तालको पानी सिँचाई, जलविद्युत तथा अन्य प्रयोजनको लागि प्रयोग हुन्छन्।

पाठ २: स्थानीय जातजाति, संस्कृति तथा पर्यटन

पोखरामा भएका मुख्य जातजातिः ब्राह्मण, क्षेत्री, तमु, नेवार, मगर, कुमाल, मुस्लिम आदि।

हरेक जातजातिको आफ्नै संस्कृति छ। यसको लागि सन्दर्भ सामग्रीहरू पाउन सकिन्छ।

पोखराको पर्यटन एक महत्त्वपूर्ण क्षेत्र हो। यहाँका भौगोलिक अवस्थितिहरूले पोखरा स्वयम्लाई पर्यटकीय गन्तव्यको रूपमा विकास गराउन पर्याप्त हुँदै गर्दा पोखरा नेपाल भित्र वा बाहिरका लाखौँ पर्यटकको लागि

विश्विप्रसिद्ध गन्तव्यहरू पुग्ने बाटो पनि हो । यहाँ रहेका ताल, नदी, कोटहरू, खोँचहरू, गुफाहरू तथा झरनाहरूले अत्यन्त धेरै सम्भावना बोकेका छन् भने पोखरा हुँदै अन्नपूर्ण, माछापुच्छ्रे, मर्दी पदयात्रा, द रोयल ट्रेक, घान्द्रुक, धम्पुस, पञ्चासे, सिक्लेस, कुश्मा, पर्वत, मनाङ, मुस्ताङ, लोमाङ्थाङ जस्ता पर्यटकीय गन्तव्यमा जान सकिन्छ ।

(नोट : विशेषगरी साहसिक खेलहरूमा बञ्जी, प्याराग्लाइडिङ्, जिपफ्लाएर, क्यानोनिङ, र्याफ्टिङ, अल्ट्रालाइट, माउन्टेन फ्लाइट, गुफा भ्रमण, आदिको परिचय दिने र यस क्षेत्रमा पिकनिक र भ्रमणको लागि सम्भाव्यताको बारेमा छलफल गर्ने ।)

पाठ ३: व्यापारिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय केन्द्र

मुख्य व्यापारिक केन्द्रहरूः महेन्द्रपुल, पृथ्वीचोक, हेम्जा, सिमपानी, मालेपाटन, लेकसाइड, बिरौटा, रामबजार, मझेरीपाटन, बुढीबजार, अर्घौँ, शिशुवा, तालचोक, भण्डारढिक, बेगनासताल, गगनगौँडा, राजाको चौतारा आदि ।

मुख्य धार्मिक केन्द्रहरूः बिन्ध्यवासिनी, चिसाखोला, फेवाताल बाराही क्षेत्र, बेगनासताल बराह क्षेत्र, अकलादेवी, शीतलादेवी, भद्रकाली, माटेपानी गुम्बा, मियाँपाटन, कास्कीकोट, भगवतीटार, पञ्चासे, नारायणस्थान, मैत्री चैत्य, विश्वशान्ति स्तुप, बौद्ध अर्घौँ सदन, महायान सेतो गुम्बा आदि ।

मुख्य पर्यटकीय केन्द्रहरूः सराङकोट, काहुँकोट, हुँडीकोट, ठुलाकोट, महेन्द्र गुफा, गुप्तेश्वर महादेव गुफा, चमेरे गुफा, फेवाताल, बेगनासताल, रुपाताल, दिपाङताल, फुस्रेखोला, मर्दीखोला, सङ्ग्रहालयहरू, मेथलाङ, माझीकुना, आदि

क) उद्देश्यः

- विद्यार्थीले आफ्नो नगरको भूगोलको परिचय दिन तथा विशेष भौगोलिक तथ्यहरूको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।
- पोखरामा रहेका जातजातिहरू र तिनको संस्कृति तथा तिनको चाडपर्वको बारेमा सामान्य परिचय दिन सक्ने छन् ।
- पोखराको सांस्कृतिक धरोहरहरूलाई कसरी पर्यटनमा प्रयोग गर्न मिल्छ भनेर जान्ने छन् ।
- पोखरामा रहेका विभिन्न व्यापारिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय केन्द्रहरूको बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तुः

पोखराको भूगोल, जातजाति, संस्कृति र व्यापारिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय केन्द्रहरू ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- महानगरबाट प्राप्त बुलेटिनहरू
- आवश्यक स्रोतसामग्री
- श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- महानगरबाटै प्रकाशित बुलेटिनको आधारमा क्षेत्रफल, भौगोलिक अवस्थिति (डाँडा, पाखा, टार, खेत, नदी, ताल, गुफा, सिमसार आदि), जनसङ्ख्या जनाउने, हावापानी (पानी / हिउँ / कुहिरो / तुषारो पर्ने / नपर्ने क्षेत्र, उष्ण / शीतोष्ण / समशीतोष्ण क्षेत्र) खुलाउने किसिमका स्रोतसामग्री सङ्कलन गरेर विद्यार्थीलाई छलफल गराउने,
- विभिन्न भौगोलिक तथ्यहरूको परिचय दिने, उनीहरूको ती स्थानसँगको घटनाको पुनरावृत्ति गराउने,
- पोखरामा रहेका विभिन्न व्यापारिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय केन्द्रहरूको जानकारी दिने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- प्रश्नोत्तर तथा छलफलमा सक्रियताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- विद्यार्थीले आफ्नो भ्रमणका बारेमा राखेका अभिव्यक्तिको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- विद्यार्थीले आत्मविश्वास तथा स्पष्टताका साथ प्रस्तुति गरे नगरेको अवलोकन गरी सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्ने ।

छलफल तथा कुराकानीमा देखाएको सक्रियता, कार्य सम्पादन, सहकार्यात्मक व्यवहारका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने

कक्षाः ४

विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती   वार्षिक कार्यघण्टाः १८

परिचय

१. **व्यावसायिक फलफूल तथा तरकारी खेतीका फाइदाः** कुनै पनि स्थानमा तरकारी तथा फलफूललाई जीवन निर्वाहको रूपमा लगाइन्छ भने त्यसलाई व्यावसायिक फलफूल तथा तरकारी खेती भनिन्छ । व्यावसायिक रूपमा तरकारी तथा फलफूल लगाएर बेची आम्दानी गरी सोही आम्दानीबाट जीवन निर्वाह गरिन्छ । उत्पादनमा कृषक आफै खटिनुपर्ने हुँदा शरीर स्वस्थ र फुर्तिलो हुन्छ । आफ्नो घरको लागि तरकारी तथा फलफूल किन्न नपर्ने हुँदा पैसा र समयको वचत हुन्छ । धेरै उत्पादन गरी बेचेर आम्दानी गर्न सकिन्छ ।

२. **व्यावसायिक फलफूल तथा तरकारी खेती गर्ने सामान्य तरिकाः** पोनपा भित्र तपसिलका तरकारी तथा फलफूल व्यावसायिक रूपमा लगाइएको छ ।

लोकल काँक्रोः पोनपा भित्र पोनपा २२ उल्लेरीमा लोकल काक्रा व्यावसायिक रूपमा गरिएको छ । यसको उत्पादनका लागि मौसमी समय (वैशाख जेठमा) नर्सरी ब्याड तयार गर्ने, जग्गा तयार गर्ने, असार साउनमा बेर्ना सार्ने र सिँचाइको व्यवस्था गर्नुपर्छ ।

टमाटर (गोलभैँडा) पोनपा २३ घाँटीछिनामा व्यावसायिक रूपमा टमाटरको खेती गरिन्छ । यसको लागि वैशाख, जेठ महिनामा कोकोपिटको प्रयोग गरी नर्सरी (ठाउँको) स्थापना गरिन्छ । प्लास्टिकको घरभित्र यसको खेती गर्न सकिन्छ ।

आलुः आलु हिउँदे खेती हो । पोनपा २४ कास्कीकोट र २५ हेम्जामा मङ्सिर पुस महिनामा व्यावसायिक रूपमा आलु खेती गरिन्छ । यसका लागि उपयुक्त जग्गा तयारी गर्नुपर्छ । एक ड्याङदेखि अर्को ड्याङको दुरी PP25* RR 75 cm हुनु उपयुक्त मानिन्छ ।

पोनपा ५ मालेपाटन, ३३ बागमारा,२२ भ्युपोइन्ट, २८ कालिका, १३ काँहुखोला,१९पुरनचौर,१६बाटुलीचौर,१४चाउथे आदि स्थानहरूमा व्यावसायिक रूपमा मौसम अनुसारका हरिया तरकारीहरूको खेती गरिन्छ ।

३) **फलफूल (सुन्तला) खेती गर्ने सामान्य तरिका**ः पोनपा -२२ खाल्सेमा व्यावसायिकरूपमा सुन्तला खेती गरिन्छ । सुन्तला खेती गर्दा माघ फागुन महिनामा भेर्ना जमाउने । यसका बेर्ना जमाएर वा कटिङ (कलमी) गरेर पनि लगाउन सकिन्छ । यसको बेर्ना छ भने १-५ वर्षका बेर्ना असार महिनामा लगाइन्छ । सुन्तला लगाउनका लागि मलखाद व्यवस्थापन गर्नुपर्छ । यसका लागि निलोतुथो, चुना र पानीको निश्चित मात्रा मिलाई बोर्डो मिश्रण बनाइ प्रयोग गर्नुपर्छ । यदि पुस महिनामा कलमी गरेका बिरूवा छ बने पनि असार महिनामा नै रोप्नुपर्छ । कलमी बिरूवाले ३/४ वर्षमा उत्पाउन दिन सुरु गर्छ भने बिउबाट उत्पादन गरिएको बिरूवाबाट ५-६ वर्षमा उत्पादन हुन्छ । पोनपा १३ काँहु,२१ रामादी, दोपरे, क्रिस्ती, ३३ बागमारा, भरतपोखरी आदि स्थानमा पनि व्यावसायिक रूपमा सुन्तला खेती गरिन्छ ।

४) **अर्गानिक फलफूल तथा तरकारी खेती**ः कुनै पनि रासायनिक मल तथा विषादी प्रयोग नगरी उत्पादन गरिएको फलफूल तथा तरकारीलाई अर्गानिक फलफूल तथा तरकारी खेती भनिन्छ । यस्तो खेती गर्दा घरकै गोबरमल, कम्पोस्ट मल, खरानी, तितपाती, असुरो जस्ता मलको प्रयोग गरिन्छ ।

५) **कौसी खेती**ः बढ्दो सहरीकरणले खेती गर्नका लागि प्रशस्त जमिन नभएका कारण घरको कौसी वा छतमा गमला लगायत प्लास्टिकको जर्किन तथा बट्टाहरूमा आफूलाई पुग्ने तरकारी उत्पादन गर्नु नै कौसी खेती हो । यसका लागि घरको भान्साबाट निस्केको फोहरबाट बनाइएको अर्गानिक मल , गोबर मल, कुखुराको सुली प्रयोग गरिन्छ । यस्तो तरकारी ताजा, स्वस्थकर र अर्गानिक हुन्छ ।

क) उद्देश्यः

- व्यावसायिक फलफूल र तरकारी खेतीको फाइदा बताउन,
- फलफूल तथा तरकारी खेती गर्ने सामान्य तरिका बताउन,
- अर्गानिक फलफूल तथा तरकारीको फाइदा बताउन ।

ख) विषयवस्तुः

व्यावसायिक रूपमा खेती गरिएका तरकारी तथा फलफूलका फाइदा, खरती गर्ने तरिका, अर्गानिक फलफूल

तथा तरकारीका फाइदा आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री:

व्यावसायिक फलफूल र तरकारी को फाइदाको सूची, खेती गर्ने तरिकाको सूची, विभिन्न संस्थाबाट प्रकाशित पोस्टरहरू, श्रव्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप:

- पूर्वज्ञानको आधारमा केही प्रश्न सोधी ध्यानाकर्षण गराउने,
- व्यावसायिक रूपमा गरिएका फलफूल तथा तरकारीको बारेमा छलफल गराउने,
- विद्यार्थीहरूको समूह विभाजन गरी व्यावसायिक फलफूल तथा तरकारी खेतीको फाददा, खेती गर्ने तरिका र अर्गानिक फलफूल तथा तरकारीको फाइदाका बारेमा टिपोट गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने,
- विद्यार्थीको प्रस्तुतिमा आवश्यक सहजीकरण गर्दै पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने,
- विद्यालयमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराइ सानो बगैँचा वा करेसाबारी निर्माण गरी तरकारी तथा फलफूल लगाउने । त्यसलाई खनजोत,मलजल, बारबेर गर्नका लागि विद्यार्थीलाई सहभागी गराउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन:

(१) मौखिक प्रश्नोत्तर

- व्यावसायी रूपमा खेती गर्दा हुने कुनै ४ फाइदाहरू भन्नुहोस् ।
- सुन्तला खेती गर्दा ध्यान दिनुपर्ने ३ कुरा भन्नुहोस् ।
- अर्गानिक खेती कसरी गर्न सकिन्छ ?
- अर्गानिक तरकारी भनेको के हो?
- कौसीखेती कसरी गरिन्छ ?

२) विद्यालयमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराई सानो बगैँचा निर्माण गरी घरमा कौसी खेती वा जमिनमा खेती गर्न प्रोत्साहन गर्ने,

३) लघु शैक्षिक भ्रमणको रूपमा कृषि फर्ममा लगेर तरकारी वा फलफूल देखाउनुहोस् ।

४) आफ्नो घरमा वा छिमेकमा के के खेती, कसरी गरिएको छ सो को बारेमा सोधेर लेखेर ल्याउनुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलाप मात्र हुन् । तपाईहंरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा १८ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः ४	
विषयक्षेत्रः पशुपालन	वार्षिक कार्यघण्टाः २०

परिचय

१. **घरपालुवा जनावरको वर्णनः** मानिसरूले आफ्नो आवश्यकता पूरा गर्न वा आय आर्जन गर्ने उद्देश्यले घरमा पालिने जनावर लाई घरपालुवा जनावर भानिन्छ। गाई, भैँसी, बाख्रा आदि घरपालुवा जनावरका उदाहरण हुन्।

भैँसी :

भैँसी एउटा घरपालुवा जनावर हो। भैँसीको शरीर ठुलो हुन्छ। यो एउटा चौपाया जनावर हो। यसको दुई सिङ र एउटा पुच्छर हुन्छ। भैँसीले घाँस, पराल, दाना , चोक्कर ,खान्छ। भैँसी बस्ने घरलाई गोठ, छाप्रो वा भकारो भनिन्छ। भैंसीका विभिन्न जातहरू हुन्छन् – स्थानीय वा रैथाने जातका भैंसी, लिमे, पर्कोटे, गड्डी आदि प्रमुख छन् भने आयातित प्रजातिहरूमा मुर्रा , निली, रभी,आदि प्रमुख प्रजाति हुन्। भैँसी मुख्य गरेर दुध र मासु उत्पादनको लागि पालिन्छ। भाले जातको भैंसीलाई राँगा भनिन्छ। राँगा बारी जोत्न र मासुको लागि पालिन्छ। भैंसीको छालाबाट विभिन्न सामग्री बनाउन सकिन्छ। भैंसीको गोबर र मूत्रलाई मलको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। भैसीको दुध बाट दही, मही, घिउ, पनिर आदि खाद्यवस्तु उत्पादन गर्न सकिन्छ। *(यस्तै गरेर अन्य घरपालुवा जनावरहरूको परिचय दिने)*

२. **पशुको हेरचाह गर्ने सामान्य तरिका :** पशुपालन गर्दा पालेका पशुको उचित हेरचाह गर्नुपर्दछ। पशुको बासस्थान सफा,सुरक्षित र उपयुक्त हुनु जरुरी हुन्छ। सबै पशुहरूलाई एकै किसिमको बासस्थान उपयुक्त हुँदैन। बासस्थानको भिन्नताअनुसार तिनीहरूको नामकरण पनि अलग अलग छ जस्तो बाख्राको खोर वा टाट्नो, भैंसीको भकारो, आदि। मानिसलाई जस्तै पशुहरूलाई उचित किसिमको आहारा- घाँस, पराल, कुँडो, दाना, पानी दिनुपर्दछ। स्वस्थ पशुहरूबाट मात्र राम्रो उत्पादन लिन सकिन्छ।

- सामान्यतया घरपालुवा पशुहरू सरल,सुधो र आज्ञाकारी पनि हुन्छन्, तर पनि यिनीहरू रिसाए भने यिनीहरूले हामीलाई चोट पुर्याउन पनि सक्दछन् त्यसैले यिनीहरूसँग जहिले पनि सतर्क रहनुपर्दछ।
- पशुजन्य उत्पादन : दुग्ध र दुग्धजन्य उत्पादनहरू – दही , मही, घिउ , पनिर, छुर्पी,आदि।
- मासु र मासुजन्य परिकारहरू : सुकुटी, घिन्टी , अचार आदि।

क) उद्देश्यः

- घरपालुवा पशुको शारीरिक बनावट, रङ, बासस्थान, आहार, र उपयोगिता समावेश गरेर वर्णन गर्न,
- घरपालुवा जनावरको हेरचाह गर्ने तरिका बताउन,
- पशुपालनबाट प्राप्त गर्न सकिने खानेकुराहरूको नामको सूची तयार गर्न ।

ख) विषयवस्तुः

घरपालुवा पशुको शारीरिक बनावट, रङ, बासस्थान, आहार, र उपयोगिता, तिनीहरूको हेरचाह गर्ने तरिका ।

ग) आवश्यक सिकाइ सामग्रीः

व्यावसायिक पशुपालनको फाइदाको सूची,पशुको हेरचाह गर्ने तरिकाको सूची, विभिन्न संस्थाबाट प्रकाशित पोस्टरहरू, श्रव्यदृश्य सामग्री, पशुजन्य उत्पादनको सूची

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- पूर्वज्ञानको आधारमा केही प्रश्न सोधी ध्यानाकर्षण गराउने,
- व्यावसायिक रूपमा गरिएका पशुपालनको बारेमा छलफल गराउने,
- विद्यार्थीहरूको समूह विभाजन गरी व्यावसायिक पशुपालनको फाइदा, पशुपालन गर्ने तरिका र पशुजन्य उत्पादनका फाइदाका बारेमा टिपोट गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने,
- विद्यार्थीको प्रस्तुतिमा आवश्यक सहजीकरण गर्दै पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

१) मौखिक प्रश्नोत्तर

- व्यावसायिक रूपमा पशुपालन गर्दा हुने कुनै ४ फाइदाहरू भन्नुहोस् ।
- बाख्रा पालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने ३ कुरा भन्नुहोस् ।
- दुधबाट बनाइने परिकारहरूको सूची बनाउनुहोस् ।
- गोठ कसरी सफा राख्न सकिन्छ ? कुनै ३ ओटा तरिका बताउनुहोस ।

२) लघु शैक्षिक भ्रमणको रूपमा पशु फर्ममा लगेर पशुपालन गरेको देखाउनुहोस् ।

३) आफ्नो घरमा वा छिमेकमा कुन कुन पशुहरू कसरी पालिएको छ ? सो को बारेमा सोधेर लेखेर ल्याउनुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४	
विषयक्षेत्रः पक्षीपालन	वार्षिक कार्यघण्टाः १०

परिचय :

प्वाँख, चुचो, पखेटा र दुईओटा खुट्टा भएका चरालाई पक्षी भानिन्छ । मानिसहरूले घरमा पाल्ने चरा नै घरपालुवा पक्षी हुन् । पोखरा र वरपरका क्षेत्रहरूमा कुखुरा, परेवा, हाँस, टर्की, बट्टाई, कालिज आदि पक्षीहरू पालेको पाइन्छ । आफ्नो आवश्यकताको परिपूर्तिका अतिरिक्त आयआर्जन गर्ने हेतुले ठुलो सङ्ख्यामा पक्षी पाल्ने काम नै पक्षी पालन व्यवसाय हो ।

नोटः शिक्षक साथी घरपालुवा पक्षीहरूमध्ये नमूनाको लागि यहाँ कुखुराको बारेमा छोटो परिचय दिइएको छ । यो छोटो नमूनाको आधारमा तपाईंहरूले अन्य पन्छीहरूको बारेमा पनि पठनपाठन गराउन सक्नुहुने छ ।

कुखुरा :

कुखुरा हामी सबैले देखेकै सर्वसुलभ घरपालुवा पक्षी हो । कुखुरा मुख्य गरेर मासु र अन्डाको उत्पादनको लागि पालिन्छ । तर हिजो आज कतिपय प्रजातिका कुखुराको प्वाँखले पनि उत्तिकै महत्त्व राक्दछ । कुखुराको पोथी भन्दा भाले सुन्दर हुन्छ । सुन्दर जातका कुखुराहरूको प्वाँख विभिन्न पोसाक, हाते झोला, खेलौना आदिमा सुन्दरता थप्न प्रयोग गरेको पाइन्छ ।

कुखुरा विभिन्न प्रजातिका हुन्छन् । हाम्रो सेरोफेरोमा पालिने कुखुरामा रैथाने जातका साकिनी, दुम्से (प्वाँख उल्टो हुने)घाँटी खुइले र लुइँचे हुन् । रैथाने जातका कुखुराबाट ढिलो र कम उत्पादन हुने हुनाले यिनीहरूको व्यावसयिक पालन घट्दै गएको पाइन्छ भने आयातित प्रजातिहरूमा ब्रोइलर, गिरिराज, हब्बर्ड, लेयर्स, कडकनाथ आदि प्रमुख छन् ।

प्रजाति अनुसार कुखुराको रङ, आकार, तौल र उपयोगिता पनि फरक फरक हुन्छ । सामान्यत ब्रोइलर कुखुरा मासु उत्पादन, लेयर्स अन्डा उत्पादन र अरु प्रजातिहरू मासु र अन्डा दुबैको उत्पादनको लागि पालिन्छ । सामान्यत कुखुरा बहुरङ्गी हुन्छन् तर ब्रोइलर निखरा सेतो रङ र कडक नाथ निखरा कालो रङको कुखुरा हो । कडक नाथको मासु र अन्डा पनि कालै हुन्छ । गिरिराज छिर्के मिर्के बहुरङ्गी प्रजाति हो । कुखुराको तौल स्यहार, सुसारको अवस्था, प्रजाति र उमेरअनुसार फरक भए पनि सामान्यता एउटा वयस्क कुखुराको औसत तौल २.८३ के.जी. हुने कुरा तथ्याङ्कले देखाएको छ ।

हेरचाह:

कुखुरा सर्वभक्षी प्राणी हो । यसले, कमलो झारपात, गेडागुडी, फलफूल, तरकारी, किटपतङ्ग, मासु, अन्नबाली, दाना आदि खान्छ । कुखुरापालन गरेर राम्रो उत्पादन लिन हामीले कुखुराको राम्रो हेरचाह गर्नुपर्दछ ।

- बासस्थानको लागि उपयुक्त खोरको व्यवस्था
- उमेर र तौलअनुसार पोषणयुक्त दाना र सफा पानीको व्यवस्था
- रोगहरूबाट बचाउन औषधीहरूको प्रयोग आदि ।

फाइदा :

- आफ्नो आवश्यकताको परिपूर्ति
- स्वरोजगारीको सिर्जना
- आर्थिक लाभ आदि ।

क) उद्देश्यः

- व्यावसायिक रूपमा पालना सकिने पक्षीहरूको रङ, आकार, औसत तौल,र उपयोगिता सहित परिचय दिन सक्ने छन् ।
- पक्षी पालनाका फाइदाहरू बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तु :

पोखरा क्षेत्र वरपर व्यावसायिक रूपमा पालिने पक्षीको परिचय, सामान्य हेरचाह गर्ने तरिका र फाइदा ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

पक्षीको चित्र, आकार, प्रकार, रङ , तौल, विशेषता, आदि समावेश गरेको चार्ट, पक्षी पालनाका फाइदा उल्लिखित चार्ट , श्रब्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- विद्यार्थी बाबुनानीहरूको घरमा कुनै पक्षी पालेका छन् कि सोधेर ध्यानाकर्षण गराउने, ती पक्षी किन पालिएका हुन् प्रश्न गर्दै छलफल गर्ने,
- पक्षी पालनको भिडियो प्रदर्शन गरेर छलफल गर्ने,
- क्षेत्र भ्रमण,
- चार्टहरू प्रस्तुत गरेर छलफल गर्ने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- पक्षी पालन गर्दा हुने ३ ओटा फाइदा बताउनुहोस ।
- कुखुराको हेरचाह गर्ने ३ ओटा तरिका बताउनुहोस ।
- रङ, तौल, आकार र आहार समावेश गरेर कडकनाथ कुखुराको वर्णन गर्नुहोस ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहंरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला महोत्सव   वार्षिक कार्यघण्टाः २०

परिचय :

पोखरा नेपालको एक पर्यटकीय सहर हो। सुन्दर नगरी पोखरामा देश भित्रका विभिन्न ठाउँहरूबाट घुम्न, भ्रमण गर्न प्रशस्त पर्यटकहरू आउँछन्। त्यस्ता पर्यटकहरूलाई आन्तरिक पर्यटक भनिन्छ। विश्वका विभिन्न देशहरूबाट पोखरामा पर्यटकहरू आउने गर्दछन्। त्यस्ता पर्यटकहरूलाई बाह्य पर्यटक भनिन्छ। देश भित्र र बाहिरबाट आउने पर्यटकहरूलाई उच्च सम्मान र श्रद्धा गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो। पोखरा उपत्यकामा पर्ने मनमोहक तालहरू, साहसिक खेल प्याराग्लाइडिङ्ग, जीपफ्लाइङ्गले बाह्य देशका पर्यटकलाई अझ बढी आकर्षण गरेको छ।

पर्यटकलाई दिइने सेवालाई पर्यटन सेवा भनिन्छ। पर्यटन व्यवसायका माध्यमबाट हजारौँ व्यक्तिहरूले पोखरामा रोजगार प्राप्त गरेका छन्। पर्यटकीय क्षेत्रहरूमा फोहोरमैला नहोस्, दुर्गन्ध नफैलियोस् भनी ठाउँ ठाउँमा डस्टबिन राखिएको छ। पर्यटकहरूलाई Homely Environment मा बस्न र सुलभ किसिमको आवास र स्थानीय परिकार (Lodging Fooding) र सुरक्षाको समेत बन्दोबस्त हुने गरी घरबास सेवा (Home Stay) पोखरा महानगरका विभिन्न स्थानहरूमा उपलब्ध छन्। आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरूलाई "अतिथि देवो भवः" अर्थात् पर्यटक हाम्रा पाहुना, भगवान् हुन्। उनीहरूलाई सम्मान र सत्कार गर्ने नेपाली परम्परा र संस्कार छ।

क) उद्देश्य :

- आफ्नो टोल छिमेक, समुदाय तथा पर्यटकीय स्थलहरूमा आउने पर्यटकहरूलाई आदर जनाउने शब्दद्वारा सम्मान गर्न,
- पर्यटकीय स्थलहरूको सरसफाइ कार्यमा भाग लिन,
- ग्रामीण पर्यटन सेवा होमस्टेको परिचय दिन,

ख) विषयवस्तु :

अ. पर्यटक सत्कार, पर्यटकीय स्थलहरूको महत्त्व,

आ. ग्रामीण पर्यटन सेवा, होमस्टे।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

- पर्यटकलाई सत्कार गरेका चित्र, फोटो, तस्बिर, ब्रोसर,
- पर्यटकीय क्षेत्रमा सरसफाइ कार्यमा संलग्न भएका व्यक्तिहरूको तस्बिर,
- होमस्टे सेवा सम्बन्धी फोटो, भिडियो, श्रव्य दृश्य सामग्री र Video Clip

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- पर्यटकहरूसँग भेट हुँदा उनीहरू प्रति आदरभाव जनाउने शब्दहरू भन्न, छलफल गर्न लगाई अभ्यास गराउने,
- आफ्नो टोल छिमेक तथा नजिकको पर्यटकीय स्थलहरूको सरसफाइ कार्यमा भाग लिन र सरसफाइ कार्यमा सहभागी हुन प्रोत्साहन गर्ने,
- पर्यटकहरूले पाउने सेवा सुविधा बारेमा श्रब्यदृश्य, फोटो, ब्रोसर, Video Clip आदिको प्रयोग गरी छलफल तथा प्रश्नोत्तर गराउने,
- सम्भव भएमा नजिकैको होमस्टे सेवा केन्द्रमा गई अवलोकन भ्रमण गराई विद्यार्थीहरूलाई प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउने,
- क्षेत्रभ्रमणको माध्यमबाट पर्यटन व्यवसायमा संलग्न मानिसहरूसँग प्रश्नोत्तर तथा छलफल गरी पर्यटन व्यवसायको महत्त्व र फाईदा सन्दर्भमा कक्षामा लेख लेख्न लगाउने।

च) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- पर्यटकलाई आदर पूर्वक सम्बोधन गर्ने शब्दहरू (हेलो, नमस्ते, गुड मर्निङ्ग, बाईबाई) सम्बोधन गर्न लगाउने,
- स्थानीय क्षेत्रका पर्यटकीय स्थलहरूको छोटो परिचय लेख्न लगाउने ,
- पर्यटकीय स्थलहरूमा क्षेत्रभ्रमण गराई सरसफाइ कार्यमा भाग लिए नलिएको अवलोकन गरी रुजु सूचीको माध्यमबाट मूल्याङ्कन गर्ने,
- साहसिक खेल (प्याराग्लाइडिङ्ग, र्‍याफ्टिङ्ग, जीपफ्लाइङ्ग) को छोटो परिचय लेख्न र प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउने ,
- क्षेत्रभ्रमण र अवलोकनको माध्यमबाट पर्यटन व्यवसायमा लागेका मानिसहरूसंग गरेको छलफल र अन्तरक्रियाबाट पर्यटन व्यवसायबाट हुने फाइदा सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूले तयार पारेको प्रतिवेदनका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन्। तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ। विशेष गरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४	
विषयक्षेत्रः पर्यटन	वार्षिक कार्यघण्टाः १६

परिचय :

पोखरा महानगरपालिकामा बसोबास गर्ने प्रमुख जातिहरू ब्राह्मण, क्षेत्री, गुरुङ, मगर, नेवार तथा दलित समुदायहरू छन् । प्रत्येक जाति अनुसार उनीहरूका आफ्नै धार्मिक, सांस्कृतिक मेला महोत्सव र चाडपर्वहरू मनाउने गर्दछन् । मेला, चाडपर्वहरू मनाउँदा एक जाति र अर्को जातिबिच शुभकामना आदानप्रदान गर्दै खुसीयाली मनाउँछन् । जस्तैः गुरुङ जातिको ट्होटे पर्व, ल्होसार पर्व, घाटु नृत्य, नेवार जातिको गाईजात्रा, भैरव जात्रा, नृत्य आदि ब्राह्मण क्षेत्रीको दशैँ, तिहार, चुड्का, भजन, रत्यौली, पञ्चेबाजा आदि । तसर्थ एक अर्का जाति र धार्मिक समुदायबिचमा मेलमिलाप, एकता, भाईचाराको सम्बन्ध गाँसी आन्तरिक पर्यटन प्रवर्धन गर्नमा समेत धार्मिक मेला महोत्सवले सहयोग पुऱ्याउँछन् ।

क) उद्देश्य :

- स्थानीय विभिन्न धार्मिक, सांस्कृतिक मेलाको महत्त्व बताउन ,
- स्थानीय रूपमा मनाइने विभिन्न चाडपर्वको सूची बनाउन ,
- स्थानीय मेला तथा महोत्सवमा सहभागी हुन ।

ख) विषयवस्तु :

प्रमुख धार्मिक तथा जाति विशेषका मेला, महोत्सव तथा चाडपर्वहरू,

उदाहरणका लागि ट्होटे पर्वको सन्दर्भ पारेर सडकमा प्रदर्शन भएका झाँकीहरू, बाजाहरू अवलोकनमा सहभागी गराउनुहोस् । ट्होटे पर्वको धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्त्वको सन्दर्भमा खोजी कार्यमा विद्यार्थीलाई संलग्न गराउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घरपरिवार तथा छिमेकमा हुने मेला पर्व, पूजा, महोत्सव, चुड्का, भजन, रत्यौलीमा खेलेको भूमिका, अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

मेला पर्वमा प्रयोग गरिने पहिरन, पञ्चेबाजा उल्लिखित चित्र, मेलापर्वको विकासको लागि भएका कामहरूबारे प्रस्ट झल्कने चित्र, पोस्टर,

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- ट्रहोटे पर्व, घाटु पर्व, तयमचा पर्व, सोरठी नृत्यमा लगाइने भेषभुषाको नाम भन्न लगाउने र फरकफरक भेषभूषा हुनुको कारण खोजी गर्न लगाउने,
- आफ्नो जाति विशेष र समुदायमा सञ्चालन हुने मेला पर्वमा गरिने क्रियाकलापबारेमा सामूहिक छलफल गराउने,

- आफ्नो मेला पर्वको महत्त्व, विकास र संरक्षण सम्बन्धमा प्रश्नोत्तर र छलफल गराउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- तिम्रो र तिम्रो साथीले मनाउने मेलापर्वमा के के फरक छन् ?
- आफ्नो समुदायमा प्रचलित मेला पर्व मनाउन प्रयोग गरिने पहिरनको परिचय दिनुहोस् ।
- तपाईंको समुदायमा प्रचलित चाडपर्वहरूको सूची बनाउनुहोस् ।
- स्थानीय रूपमा प्रचलित चाडपर्वहरूमा सहभागी हुँदा विद्यार्थीहरूले अनुभूति गरेका अनुभवहरू लेख्न लगाई कक्षामा आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १६ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४	
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला	वार्षिक कार्यघण्टाः १०

परिचयः

यस एकाइको अन्त्यमा हाम्रो वडा र स्थानीय ठाउँहरूमा परम्परा देखि प्रचलनमा रहेका स्थानीय प्रविधि, सिप र कलाहरूका बारेमा सामान्य जानकारी र परिचय दिइएको छ यसअन्तर्गत ढिकी, जाँतो, कोल, पानीघट्ट, खल आरन आदि जस्ता प्रविधिहरूको संरक्षणको तरिका, उपयोगिता र महत्त्व, स्थानीय सिप अन्तर्गत गुन्द्री, चकटी, राडीपाखी, डोको, नाम्लो, थुन्से, ठेकी, मदानी, आदि जस्ता स्थानीय सिपहरूको प्रयोग र महत्त्व साथै स्थानीय कलाहरू अन्तर्गत लोकगीत, लोक बाजा, रत्यौला, भजन, पञ्चेबाजा जस्ता सिपहरूको अभ्यास संरक्षण, प्रयोग र महत्त्वको बारेमा व्याख्या गरिएको छ ।

क) उद्देश्यः

- परम्परागत स्थानीय प्रविधि, सिप तथा कला र सामग्रीहरूको उपयोगिता र महत्त्व बताउन,
- परम्परागत सिप तथा कलाको संरक्षणका उपाय बताउन ।

ख) विषयवस्तुः

आफ्नो वडा वा क्षेत्रमा रहेका पानीघट्ट, कोल, तुइन ...... आदि ।

टिका र हिरा आफ्नो स्थानीय स्तरमा प्रचलित स्थानीय सिप कलाहरूको उपयोगिता र महत्त्वको बारेमा संवाद गर्दैथिए ।

टिका– पानीघट्ट भनेको के हो ? यसको के महत्त्व रहेको छ ? हिराः .... ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

वास्तविक सामग्रीहरू स्थानीय प्रविधि प्रयोग भएका ठाउँ, स्थानीय प्रविधि एवम् सिपका मोडलहरू

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- स्थानीय प्रविधि, सिप तथा कला भनेको के हो ? भन्ने सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।
- विद्यालय क्षेत्र वरपर वा विद्यार्थीहरूको गाउँ, टोलमा के कस्ता प्रविधि, सिप तथा कला छन् ? तिनीहरू बारे छलफल गर्नुहोस् ।
- विभिन्न चित्र, पोस्टर एवम् श्रव्यदृश्य सामग्रीको माध्यमद्वारा स्थानीय प्रविधि सिप तथा कलाको बारेमा गरीदिनुहोस् ।
- सम्भव भए सम्म यस्ता सामग्रीहरूको विद्यार्थीहरूसँग छलफल गरेर स्थलगत भ्रमण योजना (पूर्व तयारी भ्रमण अवधि र भ्रमणपछिको) बनाई विद्यालय वरपर आधा घण्टाको भ्रमण गराउने र घर बाहिर रहेका प्रविधि सिप तथा कलाहरू देखाउनुहोस् ।
- स्थलगत भ्रमण सम्भव नभएमा विद्यार्थीहरूलाई परियोजना कार्य Project Work दिएर आफ्नो गाउँ टोलका प्रविधिहरू सिप तथा कलाको खोजी गरी, नाम, बनोट र काम लेखेर ल्याउन लगाउनुहोस् ।
- लेखेर ल्याएको परियोजना कार्य कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाई छलफल गर्नुहोस् ।
- यदि विद्यालय बाहिर स्थानीय प्रविधि सिप र कलासँग सम्बन्धित स्रोत व्यक्ति भएमा त्यसलाई विद्यालयमा आमन्त्रण गरेर यिनीहरूको अभ्यास प्रयोग र महत्त्वका बारेमा स्पष्ट गरीदिनुहोस् ।
- यसै गरी स्थानीय स्तरमा उपलब्ध प्रविधि, सिप तथा कलाको संरक्षण गर्ने तरिकाहरूको बारेमा चर्चा गर्नुहोस् ।

माथि विषयवस्तुमा उल्लेख गरिए जस्तै कथा संवाद वा जीवनीको आधारमा उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

- स्थानीय प्रविधि, सिप तथा कलाहरूको नाम सङ्कलन गरी तिनीहरूको अभ्यास, प्रयोग र महत्त्वको बारेमा परियोजना कार्य दिनुहोस् ।
- शिक्षणपश्चात प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
- विभिन्न सामग्रीहरूको मोडल तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- सम्भव भए रुब्रिक्स (Rubrics) बनाएर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४

विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन वार्षिक कार्यघण्टाः ९

परिचयः

यस एकाइमा व्यक्तिगत सरसफाइअन्तर्गत छाला, कपाल, नाक, मूख, दाँत, आँखा सफाइ पर्दछ । त्यसैगरी शरीरलाई स्वास्थ्य र तन्दुरुस्त राख्न पोषकयुक्त खानालाई मिलाएर खाने हामीले स्थानीय स्तरमा सजिलैसँग प्राप्त गर्न सकिने चामल, मकै, कोदो, गहुँ, गेडागुडी, सागपात, दुध, घिउ, फलफूल, माछामासु र त्यसलाई ठिक मात्रामा मिलाएर नियमित खाने गऱ्यो भने हामी स्वस्थ बन्छौ । म्याद गुज्रेको र पत्रु खाना खाएमा हामी अस्वस्थ बन्छौं यस्ता खाना खानु हुँदैन । व्यक्तिगत रूपमा स्वस्थ रहनका लागि योग, ध्यान, शारीरिक कसरत गर्नु जरुरी छ । जसका लागि स्थानीय स्तरमा खेलिने खेलहरूबाट प्रश्रय दिनुपर्दछ । त्यसैगरी दैनिक जीवन यापन गर्ने क्रममा खेलमैदान ।

क) उद्देश्यः

- नियमित नुहाउन र सानातिना कपडा धुन,
- स्वस्थ्यकर र अस्वस्थकर खाना पहिचान गर्न,
- गर्न हुने र नहुने कुराको सूची बनाउन,
- घर तथा कक्षा कोठाको सरसफाइ र विद्यालय परिसरमा हरियाली प्रवर्धन गर्ने ।

ख) विषयवस्तुः

स्थानीय स्तरमा पाइने वास्तविक वस्तुहरू अस्पताल, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र आदि

सुमन नियमित आफैँ नुहाउँछन् र सानातिना कपडा धुन्छन् । उनले बजारमा पाइने पत्रु खानाहरू (अस्वस्थकर खाना) खाँदैनन् । घरमा आमाले बनाएका स्वस्थकर खाना, खाजा खान्छन् त्यसैले उनी ज्यादै स्वस्थ्य र फुर्तिला छन् ।

ग) सिकाइ सामग्रीः

चित्र, पोस्टर, चार्ट, श्रव्यदृश्य सामग्री आदि ।

घ) सम्भावित सिकाइ र क्रियाकलापः

- छलफलका माध्यमद्वारा व्यक्तिगत सरसफाइ र वातावरणीय सरसफाइको बिच भिन्नता छुट्याउन लगाउनुहोस् ।
- व्यक्तिगत सरसफाइअन्तर्गत कुन कुराहरू पर्दछन् ? भनि छलफल गराउनुहोस् ।

- व्यक्तिगत सरसफाइ अन्तर्गत तिमीहरूले नियमित रूपमा गर्ने कार्यहरू के के छन् ? भनी प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
- पत्रु अथवा अस्वस्थकर खानाबाट हुने बेफाइदाहरू उल्लेख गर्दै स्थानीय स्तरमा उपलब्ध हुने स्वस्थकर खाद्यान्न बालीहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- वार्तालाप विधिद्वारा स्थानीय स्तरमा प्रचलित खेलहरू जस्तै चुङ्गी, ककफाइट... आदिबाट र योग, ध्यान, शारीरिक कसरतबाट हुने फाइदाहरूको बारेमा चर्चा गराउनुहोस् ।
- चित्रहरूको माध्यमद्वारा दैनिक जीवनयापनका क्रममा घट्ने घटना र त्यसबाट बच्न सावधानीका उपायहरूको चर्चा गर्नुहोस् ।
- सम्भव भएसम्म आधा घण्टाको क्षेत्रभ्रमण विधिबाट नजिकैको अस्पताल वा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रमा लगि विभिन्न कारणले दुर्घटना भई चोटपटक लागेका बिरामीहरूको अवलोकन गराउनुहोस् ।
- क्षेत्र भ्रमण सम्भव नभएमा परियोजना कार्यबाट आफ्नो टोल छिमेकमा रहेका विभिन्न कारणबाट दुर्घटनामा परी घाइतेहरूको विवरण सङ्कलन गर्न लगाई दुर्घटना हुनका कारण र अवस्थाबारे कक्षामा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रश्नोत्तर विधिद्वारा बालबालिकाहरूले घर तथा कक्षाकोठा सरसफाइ खेल्नुपर्ने भूमिकाको बारेमा चर्चा गर्नुहोस् साथै विद्यालयमा हरियाली प्रवर्धन गर्न बगैचा निर्माण तथा करेसाबारी निर्माणबाट वृक्षरोपण कार्यका लागि सरिक गराउनुहोस् ।

माथि विषयवस्तुमा उल्लेख गरिए जस्तै कथा, संवाद वा जीवनीको आधारमा उद्देश्यमा आधारित थप क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

- व्यक्तिगत सरसफाइ अन्तर्गत के के कुराहरू पर्दछन् ? सूची तयार गर्नुहोस् ।
- अस्वस्थकर खाना भनेको के हो ? किन हामीले पत्रु/स्वास्थ्यकर खाने कुरा खानु हुँदैन ?
- शिक्षण पश्चात् यसरी नै प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
- यसरी नै खाली ठाउँ भर्ने, जोडा मिलाउने, ठीक/बेठिक जस्ता प्रश्नहरूबाट विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- सम्भव भए वास्तविक वस्तुको प्रयोग गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा ९ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ४	
विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व	वार्षिक कार्यघण्टाः ९

परिचय :

लोककवि अलि मियाँको जन्म १९७५ फाल्गुन १५ गते हाल पोखरा महानगरपालिका वडा. नं. १३ को कुँडहर, मियाँपाटनमा भएको हो। उनका बाबुको नाम दीन मोम्मद मियाँ र आमाको नाम जुहरन मियाँ हो । उनी अत्यन्तै सरल, मिलनसार, मृदुभाषी, सहयोगी भावना भएका धार्मिक सहिष्णु व्यक्ति थिए। सरल भाषामा गहिरो भाव पोख्न खप्पिस लोककवि जीवनभर नेपाली गाउँबेसीका भाका गाउँदै हिडे। अलि मियाँले साठी वर्षभन्दा बढी समय लोकगीत गायन र काव्य सिर्जनाका माध्यमबाट नेपाली लोकसंस्कृति तथा नेपाली भाषालाई समृद्ध बनाउन निरन्तर योगदान गरिरहे। उनका प्रकाशित कृतिमा "वीरक्तलहरी", "महेन्द्रलहरी", "न्याउलीको पुकार", "पहाडको उद्धार", "सेतीको सुस्केरा", "उज्यालो भइसक्यो", "सम्झनाको दियो", "अलि मियाँको आवाज" आदि छन्।

अलि मियाँको नेपाली भाषा र लोक साहित्य क्षेत्रमा गरेको उल्लेखनीय योगदानको कदर गर्दै विभिन्न पुरस्कारहरूबाट पनि सम्मानित भए। उनलाई वि.सं. २०६० को जगदम्बाश्री पुरस्कार प्रदान गरियो। उनले वि.सं. २०४७ मा इन्द्रराज्यलक्ष्मी पुरस्कार पाएका थिए। वि.सं. २०१२ मा भारत सरकारबाट, वि.सं. २०१५ मा तात्कालीन राजा महेन्द्र र वि.सं. २०३४ मा तत्कालिन राजा वीरेन्द्रबाट पनि पुरस्कार पाएका थिए। अलि मियाँको निधन वि.सं. २०६३ साल साउन १८ गते भएको थियो। मियाँको समाधि स्थल पोखराको जयकोट वनमा बनाइएको छ।

लोककवि अलि मियाँलाई उहाँको मृत्यु पछि २०७५ सालको हेमराज पहारी स्मृति पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो। उक्त पुरस्कारको राशि १ लाख रूपैयाँ र ताम्रपत्र छ।

***नोटः** शिक्षक साथी माथि उल्लिखित अनुच्छेदहरू नमूनाको लागि मात्र दिइएको हो। तपाईंले तपाइको विद्यालय क्षेत्र वरपर रहेका/ राष्ट्रिय पाठ्यक्रममा समावेश नगरिएका पोखरा क्षेत्रका कुनैपनि ख्यातिप्राप्त व्यक्तित्वहरूको बारेमा अध्यापन गराउन सक्नुहुने छ।*

क) उद्देश्य :

आफ्नो मन पर्ने व्यक्तिको नाम, ठेगाना, स्वभाब, र सामाजिक योगदानको बारेमा बताउन सक्ने छन्।

ख) विषयवस्तु :

आफूलाई मन परेको व्यक्तिको वर्णन / जीवनी ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

सान्दर्भिक कथा, श्रब्यदृश्य सामग्री, छोटो जीवनी ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न क्षेत्रमा ख्यातिप्राप्त व्यक्तिहरूको फोटो देखाएर उनीहरूको नाम सोधेर ध्यान आकर्षित गर्ने, उनीहरूलाई पछि भविष्यमा के गर्ने / के बन्ने इच्छा छ ? त्यस्तो इच्छा किन र कसरी जागेको हो सोधेर छलफल गर्ने,
- सान्दर्भिक जीवनी/ प्रबन्ध सुनाउने र छलफल गर्ने,
- श्रब्यदृश्य सामग्री देखाउने र छलफल गर्ने ।

ङ) मूल्याङ्कन :

मौखिक प्रश्नहरू

परियोजना कार्य

कक्षा कार्य तथा सिकाइ सहभागिता आदिका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने

परियोजना कार्य:

अभिभावकको सहयोग लिएर तपाईंको घर छिमेकमा रहेका कुनै १ जना उदाहरणीय व्यक्तित्वको बारेमा निम्न लिखित विवरण भरी कक्षाकोठामा लगेर सुनाउनुहोस् ।

नाम :...

ठेगाना:...

पेसा :...

स्वभाव र अनुकरणीय आचारण :..

सामाजिक योगदान :...

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलापमात्र हुन् । तपाईहंरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा ९ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउन सक्नुहुने छ ।

कक्षाः ५

विषयक्षेत्रः महानगर परिचय   वार्षिक कार्यघण्टाः १६

पाठ १: पोखराको प्राकृतिक सम्पदा

परिचयः

(नोट पोखरामा रहेका विभिन्न भौगोलिक विषयवस्तुको बारेमा ज्ञान दिन सकिने छ । अन्नपूर्ण हिमश्रृङ्खलाका विभिन्न टाकुराका नामहरू समेटिएका सन्दर्भ सामग्रीको प्रयोगले विद्यार्थीलाई पोखराबाट देखिने सबै हिमशिखरको बारेमा बताउने र ती हिमशिखरहरूको उचाइ, आधारशिविरसम्म पुग्ने पैदलमार्गको जानकारी, ती हिमालबाट उत्पन्न भएका नदीहरूको नाम आदिको बारेमा बताउन सकिन्छ । पोखराका ९ ताल, दर्जनौँ नदी तथा पोखरी, कोट तथा पहाड, सेती, फुस्रे, बगादी, तथा अन्य खोला नदीको खोँचहरू, झरना, गुफा आदिको जानकारी दिन सकिन्छ ।

यहाँको जङ्गलमा प्राप्त हुने जडीबुटी, वनपैदावार, पशुपक्षीको विवरण ।)

पाठ २: पोखराको जनसाङ्ख्यिकी

हाल पोखराका कुल घरधुरी सङ्ख्या: १०१६६९ (परिवार संख्याः १४३१३७)

जनसंख्याः ५१८४५२ (महिलाः २६७४५३, पुरुषः २५०९९९)

स्रोतः राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को प्रारम्भिक नतिजा

(नोट राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को नतिजा प्रकाशित भएपछि वडागत लगायतका अन्य तथ्याङ्कहरू पनि उपलब्ध गराउनुपर्ने ।)

पाठ ३: स्थानीय सङ्घसंस्था

शैक्षिक संस्थाः विद्यालयः

सामुदायिक, निजी, गुठी, वेदविद्याश्रम तथा मिसन विद्यालयहरूको जानकारी

उच्च शिक्षाः

विश्वविद्यालयहरू, आंगिक क्याम्पसहरू (सामुदायिक तथा संस्थागत) शिक्षण अस्पतालहरू, अध्ययन संस्थानहरू, अन्तर्राष्ट्रिय विश्वविद्यालयको सम्बन्धनमा खुलेका संस्थाहरू, अनुसन्धान केन्द्रहरू

तिनका नियामक निकायहरू:

नगर शिक्षा महाशाखा, शिक्षा तथा विकास निर्देशनालय, परीक्षा बोर्ड, प्याब्सन, एनप्याब्सन आदि ।

स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित संस्थाः

अस्पतालहरू (सरकारी तथा निजी), शिक्षण अस्पतालहरू, स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान, नर्सिङ होम, क्लिनिक, प्रयोगशालाहरू आदि ।

सरकारी निकायः पोखरामा भएका संघीय तथा प्रादेशसिक निकायहरू, महानगर कार्यालय, महानगरका विभिन्न महाशाखाहरू (शिक्षा, स्वास्थ्य, आदि), वडा कार्यालयहरू, वडा सेवा केन्द्रहरू आदि ।

उद्योग, वाणिज्यसँग सम्बन्धित संस्थाः आन्तरिक राजश्व कार्यालय, उद्योग विभाग, पोखरा उद्योग वाणिज्य सङ्घ, लेखनाथ उद्योग वाणिज्य सङ्घ, बजार व्यवस्थापन समितिहरू आदि ।

पर्यटनसँग सम्बन्धित संस्थाः नेपाल टुरिजम बोर्ड, रेवान, विभिन्न सङ्ग्रहालयहरू, चिडियाखाना, ट्रेकर्स एसोसियसन, साहसिक खेलसम्बन्धी संस्थाहरू, ताल संरक्षण संस्थाहरू आदि ।

वातावरण तथा संरक्षणसँग सम्बन्धित संस्थाः वन तथा ताल क्षेत्र उपभोक्ता समितिहरू, विभिन्न सामाजिक संस्थाहरू, आमा समूह, युवा क्लब, बालबालिका क्लब, लायन्स, जेसिस, रोटरी आदि ।

पत्रकारितासँग सम्बन्धित संस्थाः राष्ट्रिय तथा स्थानीय पत्रपत्रिका, एफ.एम. रेडियो, टेलिभिजन, पत्रकारिता अध्ययन आदि ।

क) उद्देश्यः

- विद्यार्थीले आफ्नो नगरको प्राकृतिक सम्पदाको सूची बनाइ परिचय दिन सक्ने छन् ।
- पोखराको जनसङ्ख्या तथा घरधुरी सम्बन्धी तथ्याङ्क बताउन सक्ने छन् ।
- पोखराको स्थानीय सङ्घसंस्था (शैक्षिक तथा अन्य) को बारेमा बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तुः

पोखराको प्राकृतिक सम्पदा, जनसङ्ख्या तथा घरधुरी, सङ्घसंस्थाहरू आदि ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- विभिन्न् पत्रपत्रिका, बुलेटिन, पोस्टर, पम्पलेट आदि
- संस्थाहरूको सूची

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- नगरमा भएका विभिन्न अवयवहरूलाई तलका कक्षाहरूबाट पुनरावृत्ति गर्दै नगर परिसरमा सञ्चालित संस्थाहरूको परिचय दिने,
- संस्थाको काम, संरचना तथा सेवा क्षेत्रको परिचय दिने,
- सरकारी र गैर सरकारी संस्थाको भिन्नता जनाउने तालिका मार्फत छलफल गराउने,
- शैक्षिक संस्थाहरूको बारेमा जानकारी दिएर आफू पढ्ने विद्यालय पनि शैक्षिक संस्था भएको जानकारी दिने, शैक्षिक संस्थाको अपरिहार्यताको विषयमा छलफल गराउने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- प्रश्नोत्तर तथा छलफलमा सक्रियताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- विद्यार्थीले संस्थाका बारेमा राखेका अभिव्यक्तिको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- विद्यार्थीले आत्मविश्वास तथा स्पष्टताका साथ प्रस्तुति गरे नगरेको अवलोकन गरी सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्ने,
- छलफल तथा कुराकानीमा देखाएको सक्रियता, कार्य सम्पादन, सहकार्यात्मक व्यवहारका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।

कक्षाः ५	
विषयक्षेत्रः फलफूल तथा तरकारी खेती	वार्षिक कार्यघण्टाः १८

परिचयः

पोखरा महानगरपालिकाभित्र परम्परागतदेखि गरिँदै आएका फलफूल तथा तरकारीहरू बाहेक नयाँ खेती गर्न सकिने फलफूल तथा तरकारीका के के हुन् ? तिनीहरूको खोजी गर्नुपर्छ । ती फलफूल तथा तरकारी खेती गर्नका लागि कस्तो किसिमको हावापानी, माटो उपयुक्त हुन्छ ? कुन कुन समयमा उत्पादन गर्न सकिन्छ ? यस्ता नयाँ फलफूल तथा तरकारीमा लगानी गरेर फाइदा लिन सकिन्छ भने कसरी कुन समयमा लगाउने भन्ने कुरा जान्नु आवश्यक छ । यसरी उत्पादन गरिएका फलफूल तथा तरकारीहरूको बजारमा माग कत्तिको छ ? मागअनुसार उत्पादन गर्न के गर्नुपर्छ । उत्पादित फलफूल तथा तरकारी को खरिद बिक्रीका लागि कुन कुन बजारमा लगिन्छ भन्ने बारेमा जान्नु आवश्यक छ ।

विपनाको जिज्ञासा (नमूना पाठ)

कक्षा ५ मा पढ्ने विपना तीजको बेला आमासित पोखरा महानगरपालिका २६ बुढीबजार स्थित मामाघर गएकी थिइन् । मामाघर पुग्नेबित्तिकै हजुरआमाले एउटा अनौठो फल काटेर ल्याउनुभयो र सबैलाई खान दिनुभयो । सुरूमा त उनले यो के हो ? कसरी खाने होला भन्दै मनमा कुरा खेलाउन थालिन् । जब मामाले खाऊ भान्जी भन्दै दिएपछि खाइन् ।

खाँदाखाँदै उनको मनमा धेरै कुरा खेल्न थाल्यो । आहा ! कति मिठो । यसको नाम के होला ? हाम्रो घरमा पनि लगाउन मिल्छ कि मिल्दैन होला? आफ्नो मनको खुलदुली मेटाउन उनले मामासित प्रश्न गरिन् । मामा यो के हो ? कहाँ फल्छ ?

भान्जीको जिज्ञासा सुनेर मामा खुसी हुँदै भन्नुभयो, " यो ड्रागन फ्रुट हो । यसलाई नेपालीमा सिउँडी फल पनि भनिन्छ । यो पोखरामा केही वर्ष अघिबाट मात्र गरिएको नयाँ खेती हो । यो विशेष गरी गर्मी हावापानीमा हुन्छ र हाम्रो पोखरामा पनि गर्मी समयमा फलाउन सकिन्छ ।"

मामाका कुरा ध्यानपूर्वक सुनेकी विपनालाई देखेर उनकी आमा पनि दङ्ग पर्दै मामाभान्जीको कुरा सुन्नुभएको थियो । विपना अनि मामा अनि मामा भन्दै थप कुरा सुन्न खोज्दै थिइन् । मामाले भान्जीको जान्ने इच्छा झन् बढ्दै गएको हुनाले उनलाई यसका बारेमा ड्रागन बगानमै लगेर देखाउँदै थप कुरा बताउँदै जानुभयो ।

हेर, भान्जी यो ड्रागन सुख्खा जमिनमा हुन्छ तापनि यसलाई उचित मलजल आवश्यक पर्छ । यो हाम्रो पोखरा महानगरपालिकाको जुनसुकै ठाउँमा पनि लगाउन सकिन्छ । यो लगाएको १८ महिनादेखि २ वर्षसम्ममा फल्छ । यसको प्रत्येक काँडाको बिचमा मकैको दाना जस्तो देखिने फूल लाग्छ । त्यो फूल फुलेपछि ३५ देखि ३७ दिनभित्र खान योग्य हुन्छ । पोखरामा धेरै असिना पर्ने हुँदा यसलाई असिनाबाट जोगाउन फागुनदेखि जेठसम्म पातलो जालीले घेरेर जोगाउन सकिन्छ । जेठदेखि भदौ अन्तिमसम्म यसमा फूल फुल्ने र फल लाग्ने गरिरहन्छ । यसमा एकै सिजनमा ७ पटकसम्म फूल फुल्ने र फल लाग्ने हुन्छ ।

मामा मलाई सारै मन पर्यो । यो हाम्रो घरमा लगाउन हुन्थ्यो तर यहाँ जस्तो पर्याप्त जमिन छैन नि !

पिर नगर भान्जी यो लगाउन धेरै जमिन चाहिँदैन, यो त घरको छतमा गमलामा पनि लगाउन सकिन्छ नि । हो र मामा ? त्यसो भए तीज पछि घर जादाँ मैले ड्रागनको बिउ लान्छु है ।

हुन्छ, भान्जी भन्दै मामाले ड्रागनको ६ इन्च जति लामो हाँगा काटिदिनु भयो । अनि भान्जी खुसी भइन् । मामाभान्जी घरतिर लागे ।

क) उद्देश्य

- स्थानीय स्तरमा खेती गर्न सकिने नयाँ फलफूल र तरकारीको परिचय,
- व्यवसायिक फलफूल तथा तरकारी खेती गर्ने तरिका बताउन,
- फलफूल तथा तरकारीको बजार पहिचान गर्न,

ख) विषयवस्तुः

नयाँ खेती गर्न सकिने फलफूल तथा तरकारी जापनिज कटुस, एभोकाडो (घिउफल), किवी (ठेकीफल), स्ट्रबेरी, सिउँडीफल (ड्रागनफ्रुट), (कुरिलो, गोलभेँडा (लप्सीगेडे), च्याउ।

१) स्थानीय स्तरमा खेती गर्न सकिने नयाँ फलफूल र तरकारी - पो म न पा भित्र समयअनुसार विभिन्न जातका स्थानीय फलफूल तथा तरकारी उत्पादन गर्न सकिन्छ। यसका अलवा फलफूल तथा तरकारी जापनिज कटुस, एभोकाडो(घिउफल), किवी (ठेकीफल), स्ट्रबेरी, सिउँडीफल (ड्रागनफ्रुट), स्टारफल (स्टारफ्रुट), (कुरिलो, गोलभेँडा (लप्सीगेडे), च्याउ जस्ता खेती पनि व्यावसायिक रूपमा गर्न सकिन्छ।

२) व्यवसायिक फलफूल तथा तरकारी खेती गर्ने सामान्य तरिका- पो म न पा भित्र तपसिलका तरकारी तथा फलफूल व्यवसायिक रूपमा लगाइएको छ।

कुरिलोः कुरिलोलाई अङ्ग्रेजीमा Asparagus भनिन्छ। यो बहुउपयोगी औषधीय गुण भएको तरकारी बाली हो। कुरिलोको व्यवासायिक रूपमा खेती गर्न सकिन्छ। कुरिलोलाई बाह्रैमास उत्पादन गर्न सकिन्छ। कुरिलोको सुप र तरकारीको रूपमा प्रयोग गरिन्छ।कुरिलो खेतीका लागि राम्रोसँग सुकेको बलौटे माटो उपयुक्त मानिन्छ। कुरिलो लगाउन जमिनको २० – २५ से मि गहिरो खनजोत गरी, एक ड्याङ्देखि अर्को ड्याङ बिचको दुरी ७० - ७५ से मि र एक बिरुवादेखि अर्को बिरुवाबिचको दुरी ५० से मि हुनुपर्छ। एक पटक लगाएको कुरिलोलाई राम्रोसँग मलजल गरेमा १० वर्षसम्म फाइदा लिन सकिन्छ।

च्याउः च्याउखेती महत्त्वपूर्ण कृषि व्यवसाय हो। यो नगदे बाली हो। कतिपय च्याउ आफैँ उम्रन्छन्। प्राय: जङ्गलमा च्याउ आफैँ उम्रेका हुन्छन्। जङ्गलमा पाइने धेरैजसो च्याउ विषालु हुन्छन्। बगाले,कुखुरे, छाते जस्ता स्थानीय जातका च्याउ आफैँ उम्रिन्छन्। आजकल किसानले आफ्नै घर, गोठ,कोठामा च्याउ खेती गर्न थालेका छन्। च्याउ अति पोसिलो र पचाउन सकिने एक प्रकारको तरकारी हो। रोजगारीमैत्री, कम लगानी, धेरै जग्गा नचाहिने, महिलामैत्री र छोटो समयमै राम्रो आम्दानी लिन सकिने भएकाले किसानहरू यस खेतीतर्फ आकर्षित भएको पाइन्छ।च्याउखेती बेमौसममा उत्पादन गर्न सक्ने किसानहरूले राम्रो आम्दानी गर्न सफल हुन्छन्। निम्न प्रकारका च्याउहरू यहाँ उत्पादन गर्न सकिन्छ। गोब्रे च्याउ, कन्ये च्याउ (पराले च्याउ), सितोके (मूढे च्याउ)। फागुन-चैत महिनादेखि कात्तिकसम्म च्याउको खेती गर्न सकिन्छ पो म न पा भित्र प्रायजसो स्थानहरूमा च्याउ खेती गरिन्छ।

लप्सीगेडे गोलभेँडा – नेपालमा आलुपछि बढी खपत हुने तरकारी गोलभेँडा हो। यसमा प्रशस्त भिटामिन 'सि' पाइन्छ। भिटामिन सि प्रशस्त पाइने भएकाले यसलाई गरिबको सुन्तला पनि भनिन्छ। गोलभेँडाको विभिन्न जात मध्ये लप्सीगेडे गोलभेँडा एक जात हो। यसको विशेषता फल सानो, अमिलो र वर्षा सहन सक्ने हो। यो विशेष गरी हिउँदमा लगाइन्छ। यसका लागि पारिलो, पानी नजम्ने र बलौटे, दोमट मलिलो माटो उपयुक्त हुन्छ। माटोलाई २,३ पटक खनजोत गरी पानी नजम्ने बनाउनु पर्छ। गोलमेल र सिँचाइमा ध्यान दिनुपर्छ। हरेक १५,१५ दिनमा गोलमेल गरी मल राखिदिनु पर्छ।

३) फलफूलः

जापनिज कटुस – जापनिज कटुसको खेतीका लागि १२° तापक्रम र १५०० मि. सम्मको उचाइमा हुन्छ।

यसको फल पुस माघ महिनामा तयार हुन्छ । यसको बिरुवा तथा कटिङ दुबै तरिकाबाट खेती गर्न सकिन्छ । यो पतझड बिरुवा हो । यसले ३-४ वर्षमा उत्पादन दिन सुरु गर्छ । यसको खेती पोमनपा – ५ मालेपाटन र २१ निर्मलपोखरीमा खेती गरिँदै आएको छ ।

एभोकाडो (घिउफल) - एवोकाडो एक अत्यन्तै उपयोगी वर्षे फल हो । यसलाई नेपालीमा घिउ फल भनिन्छ । यसको वैज्ञानिक नाम ' पर्से अमेरिकाना हो । यो फलको उत्पति स्थल अमेरिका र मेक्सिकोको उष्ण प्रदेशीय क्षेत्रलाई मानिन्छ । पछिल्लो समय नेपालमा पनि व्यवसायिक रूपमा यस फलको उत्पादन गर्न थालिएको छ । यो फलको व्यवसायिक खेती समुद्र सतहबाट २५०० मिटरसम्मको भूभागमा खेती गर्न योग्य मानिन्छ । यो फल लगाएको ३ देखि ५ वर्ष देखि फल लाग्न सुरु गर्दछ । यसले एक पटकमा एक वृक्ष बराबर १००० केजी सम्म उत्पादन दिन सक्दछ । यो फल लगाउनका लागि उपयुक्त समय असार साउन हो भने यसको फल असोज, कात्तिकमा तयार हुन्छ । पोमनपा -३३ बागमारामा यसको खेती गरिएको छ ।

किवी(ठेकीफल) - किवी फल लहरामा फल्ने बहुबर्षीय पतझर फलफूल हो । यसको बहुउपयोगी गुणले गर्दा संसारको सबै फलफूलभन्दा उत्कृष्ट मानिएको छ । पुस, माघ महिनामा यसको बिरुवा रोप्नुपर्छ । यो बिरुवा सारेको ४ वर्षमा पूर्णरूपमा फल्न थाल्छ कात्तिक, मङ्सिरमा यसको फल टिपिन्छ । किवीका २ ओटा बिरुवा (भाले पोथी) लगाउनुपर्छ । पोखरा महानगरपालिका वडा नं. १५,१६,३२ र ३३ मा यसको खेती गरिन्छ ।

स्ट्रबेरी (भूइँकाफल) – स्ट्रबेरीको बिरुवा सानो हुने हुनाले यसलाई कौसीमा गमलामा पनि लगाउन सकिन्छ । यसको जातअनुसार जाडो तथा गर्मी दुबै समयमा लगाउन सकिन्छ । प्रशस्त प्राङ्गारिक मल र पानीको प्रयोग गर्नुपर्छ । यसको फलले माटो छुनु हुँदैन । पोखरा महानगरपालिका वडा नं १४ मा यसको खेती गरिन्छ । यसको बिरूवा सानो हुने हुँदा प्रायजसो मानिसका घरमा गमलामा पनि लगाएका हुन्छन् ।

स्टारफ्रुट (तारा फल) – स्टारफ्रुट एक सदाबहार फल लाग्ने बिरुवा हो । यो गर्मी हावापानीमा फल्छ । यसलाई प्रशस्त प्राङ्गारिक मल र सिँचाइको आवश्यकता पर्दछ । यसको बिरुवा रोपेको ५ वर्षमा फल लाग्छ । फूल फुलेको २ महिनापछि फल लाग्छ । यसको फल काँचोमा हरियो र पाकेपछि पहेँलो हुन्छ । यसलाई तरकारी, चटनी र फलफूलको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

ड्रागन फ्रुट (सिउँडी फल) - यो फल नेपालमा वि सं २०५७ सालबाट लगाइएको हो । यस फलको खेती सुख्खा हुने जमिनमा गर्न सकिन्छ । यो फलका लागि पानी कम भए पनि हुन्छ । गर्मी हावापानी वा गर्मी मौसममा यसको खेती गरिन्छ । ड्रागन फल औषधीयुक्त १८ महिनामा उत्पादन दिने पो म न पा ५ प्रस्र्याङमा, २६ बुढीबजार लगायतका स्थानमा यसको खेती गरिएको छ ।

४) फलफूल तथा तरकारीको बजार पहिचान – करेसाबारीमा उत्पादित तरकारी घरको प्रयोजनका लागि खर्च हुन्छ । व्यवसायिक रूपमा फलफूल तथा तरकारी उत्पादन गर्ने किसानले आफ्ना उत्पादन हाट, बजार, चोक, गल्ली, चौतारो वा दोबाटोमा लगी बिक्री गर्छन् । त्यहाँ उपभोक्ता आई खरिद गर्छन् । यसरी खरिद बिक्री गर्ने प्रक्रिया बजार प्रणाली हो । यस्तो तरिकाले बिक्री गर्न सकेमा

किसानले राम्रो आम्दानी पाउँछन् । साथै उपभोक्ताले पनि सुपथ मूल्यमा उपभोग गर्न पाउँछन्। पोखरा महानगरपालिका क्षेत्रफलका हिसाबले नेपालकै ठुलो महानगरपालिका हो। बसोबास र रोजगारीका सिलसिलामा यहाँ नेपालका ७७ जिल्लाका मानिसहरूको बसोबास छ । यहाँका धैरै मानिसहरू आफूलाई चाहिने फलफूल तथा तरकारी किनेर खान्छन भने केही मानिसहरू व्यवसायिक रूपमा फलफूल तथा तरकारीको उत्पादन धैरै गरेर बिक्री पनि गर्छन्। बढी भएका बिक्री गर्न र आवश्यक परेको किन्नका लागि धैरै बजारहरू छन् । अहिले त प्रत्येक टोलटोलमा फलफूल तथा तरकारी किनबेचको सुविधा छ। विशेष गरी पोमनपा - ९ मा सरकारी स्तरबाट सञ्चालित कृषि उपज थोक बजार छ। खुद्रा बजारहरूमा सस्तो बजार, हङकङ बजार, तालचोकमा सिर्जनाचोकमा श्री कम्पलेक्स चिप्लेढुङ्गा, बास्तोला कम्पलेक्स, बागमारामा फलफूल तथा तरकारी सङ्कलन केन्द्र, पुम्दीभुम्दी सङ्कलन केन्द्र आदि।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः नयाँ खेती गर्न सकिने फलफूल तथा तरकारीका सूची, खेती गर्ने तरिकाको सूची, किनबेचका लागि बजारको नामको सूची, विभिन्न संस्थाबाट प्रकाशित पोस्टरहरू, श्रव्यदृश्य सामग्री।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलापः

- पूर्वज्ञानको आधारमा केही प्रश्न सोधी ध्यानाकर्षण गराउने,
- आफ्नो घरमा वा छिमेकमा के के खेती, कसरी गरिएको छ सो को बारेमा सोधेर लेखेर ल्याउन लगाउने,
- व्यवसायिक रूपमा गरिएका फलफूल तथा तरकारीको बारेमा छलफल गराउने,
- लघु शैक्षिक भ्रमणको रूपमा कृषि फर्ममा लगेर तरकारी वा फलफूल देखाउनुहोस्,
- विद्यार्थीलाई आवश्यकताअनुसारको समूहमा विभाजन गरी यहाँ खेती गर्न सकिने नयाँ फलफूल तथा तरकारी (एभोकाडो, किवी, कुरिलो, च्याउ, स्ट्रबेरी) का बारेमा गुगलबाट खोजेर लेखी प्रस्तुत गर्न लगाउने,
- विद्यालयमा रहेको करेसाबारीमा लगि प्रयोगात्मक रूपमा विद्यार्थीलाई नर्सरी ब्याड तयार गर्न लगाउने,
- हामीले आफ्नो घरमा नभएका फलफूल तथा तरकारी कहाँबाट किनेर ल्याउँछौं र घरमा बढी उत्पादन भएको कहाँ लगेर बेच्छौं भनी प्रश्न सोध्ने,
- विद्यार्थीले भनेका ठाउँलाई टिपोट गर्ने र त्यहाँ किनबेच गरिने फलफूल तथा तरकारी कुन कुन स्थानीय र कुन कुन बाहिरबाट आएका हुन् छलफल गर्दै जानकारी गराइदिने,
- फलफूल तथा तरकारी मन्डी अवलोकन गराई स्थानीय स्तरमा उत्पादन भएका र बाहिरबाट आएका टिपोट गर्न लगाउने, आगामी दिनमा यहाँको मागअनुसारको उत्पादनमा जोड दिन खोज अनुसन्धान गर्न लगाउने।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन

- मौखिक प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।
- समूहमा छलफल गरी लेख्नका लागि प्रश्न दिनुहोस् ।
- लघु शैक्षिक भ्रमणको रूपमा कृषि फर्ममा लगेर तरकारी वा फलफूल देखाउनुहोस् र फलफूल तथा तरकारी पहिचान गरे नगरेको अवलोकन गर्नुहोस् ।
- आफ्नो घरमा वा छिमेकमा के के खेती, कसरी गरिएको छ सो को बारेमा सोधेर लेखेर ल्याउनुहोस् ।
- लप्सीगेडे गोलभैँडा र जापनिज कटुसका बारेमा गुगलबाट खोजेर लेख्नुहोस् ।

नोटः शिक्षक साथी यी नमूना क्रियाकलाप मात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेष गरी कार्यघण्टा १८ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनुहोला ।

कक्षाः ५

विषयक्षेत्रः पशुपालन — वार्षिक कार्यघण्टाः २०

परिचय :

पोखरा क्षेत्रमा गाई , भैँसी , बाख्रा , भेडा ,माछा, सुँगुर, बङ्गुर, मौरी आदि पशुहरू व्यावसायिक रूपमा पालन गरेको पाइन्छ । यस क्षेत्रमा पालिने पशुहरू मध्ये कुनै एक पशुको विशिष्टिकृत अध्यन / अध्यापन गराउने हुनाले नमूनाको लागि यहाँ बाख्रपालानको बारेमा छोटकरीमा दिइएको छ । यो नमूना हेरेर तपाईंले कुनै एक पशुको बारेमा अध्यापन गर्न सक्नुहुने छ ।

१) बाख्रा पालन : नेपालमा बाख्रापालन व्यवसायको राम्रो सम्भावना छ । यो व्यवसाय अत्यन्त लाभदायक पनि छ । साना कृषकहरूले समेत सानो लगानीमा पाल्न सक्ने भए पनि यसलाई अझै राम्रोसँग व्यावसायीकरण गर्न सकिएको छैन । फलस्वरूप नेपालमा वर्षेनी ठुलो सङ्ख्यामा खसीबाख्राहरू विदेशबाट मासु आपूर्तिको लागि भित्रिएको पाइन्छ । बाख्रा एक प्रकारको स्तनधारी वर्गमा पर्ने घरपालुवा जनावर हो । बाख्रा बोभिड (Bovidae) परिवारअन्तर्गत पर्छन र यिनीहरू भेडाहरूसँग मिल्दाजुल्दा हुन्छन् । बाख्रा पाल्तु जनावरहरू मध्ये धेरै उपयोगी मानिन्छ । बाख्रालाई मासु, दुध, ऊन र मलको लागि धेरैजसो किसानहरूले बाख्रा पालन गरेको पाइन्छ । बाख्राहरू विभिन्न प्रजातिका हुन्छन् । खरी, औले, तराई र सिन्हाल नेपालका रैथाने बाख्रा हुन् । नेपाल बाहिरका आयातित जातहरूमा जमुनापारि, बारबारी, सानन्, विटल, सिरोही र बोयर प्रमुख छन् ।

हाम्रो क्षेत्रमा बाख्रा विशेष गरी मासु र मलको लागि पाल्ने चलन छ तर बाख्रा दुध उत्पादनको लागि पनि

पालन गर्न सकिन्छ। सानन् जातका बाख्राले अन्य जातका बाख्राले भन्दा बढी दुध दिन्छ। सानन जातको बाख्रा साथै अन्य बाख्राको दुध आफ्नै फर्म वा गाउंका अन्य मानिसको बाख्राबाट सङ्कलन गरेर चिज उत्पादन गर्न सकिन्छ। बाख्राको दुध स्वास्थ्यको लागि निकै फाइदाजनक मानिन्छ भने बाख्राको चिज पायल्स र क्यान्सर रोगीको लागि फलदायी भएको कुरा विभिन्न अनुसन्धानहरूले पुष्टि गरेको छ ।

२) बाख्रापालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू :

खोर र गोठ व्यवस्थापन: बाख्रा चिसो वा ओसिलो मन नपराउने अत्यन्त सुग्घरी जात पशु हो। यसको बासस्थानलाई खोर वा टाट्नो भनिन्छ। यसको खोर / टाट्नो बनाउँदा भूइँ सतहबाट केहि माथि उठाएर टाँड बनाउनुपर्ने हुन्छ भने भूईं सतहमा सिमेन्टको ढलान वा प्लास्टर गर्नुपर्ने हुन्छ।

टाँड जमिनको सतहभन्दा ९० सेमीदेखि १ मिटर माथि उठाएर बनाईन्छ, ताकि बाख्रालाई भूईंको चिसो पनि नआओस र टाँडभित्र मानिस पसी राम्ररी सफा गर्न पनि सकियोस्। बाख्रा बस्ने टाँड बनाउँदा ३.५ देखि ४ सेमी चौडाइका भाटाहरू बिछयाएर बनाउनु राम्रो मानिन्छ ।

मलमुत्र सजिलै जमिनमा खस्न सकोस् भन्नाको लागि भाटाहरू राख्दा हरेक भाटाको बिचमा करिब १.२५ से.मि.को खाली ठाउँ (ग्याप) राखेर टाड बनाउनुपर्दछ, जसले गर्दा पिसाब र वडकालाहरू (जुतो) छिरेर जाओस् बाख्राको खुर / खुट्टा पनि नअड्कियोस्। खोरमा प्रयोग गर्ने भाटाहरू पिसाबले छिट्टै नबिग्रिने खालको काठको हुनुपर्दछ। माउ बाख्रा , पाठापाठी , खसी बोकाको लागि अलग अलग खोर बनाउनु राम्रो हुन्छ ।

३) आहारा व्यवस्थापन:

बाख्राबाट अपेक्षित फाइदा लिन यिनिहरूको शारीरिक अवस्था अनुसार पोसिलो घाँस तथा दाना उपलब्ध गराउनुपर्दछ। घाँसको साथै दैनिक दाना दिएर पाल्दा दैनिक शारीरिक तौल राम्रो वृदि भएको हुन्छ। बाख्राहरूलाई दाना बनाउदा घरमै पाइने मकै, भटमास, गहुँको चोकर वा धान आदि अन्नबाली, पिना, गेडागुडी, नुन र लवणहरूको मिश्रण राखी बनाउन सकिन्छ। बाख्रालाई शारीरिक तौल, र उमेरको आधारमा घाँस र दाना उपलब्ध गराउनुपर्छ। दैनिक ४–६ घण्टा चराएर बाख्रा पाल्दा राम्रो उत्पादन लिन सकिने अनुसन्धानबाट थाहा भएको छ।

४) प्रजनन व्यवस्थापन :

बाख्राहरू वर्षमा २ पटक व्याउने तथा बाली लाग्ने गर्दछन्, खासगरी अश्विन कार्तिक, फागुन र चैत्र यिनीहरूको ब्रिडिङ सिजन हो। यस समयमा बाख्रालाई विशेष किसिमको हेरचाह चाहिन्छ। यथेष्ट सन्तुलित आहार प्रदान गर्न सके बाख्राहरूमा अन्डा र बोकाहरूमा शुक्रकीट उत्पादन उच्च उत्सर्गमा पुग्ने हुँदा जुम्ल्याह जन्मन सक्ने सम्भावना बढी हुन्छ। प्रजनन् गराउँदा शारीरिक अवस्था राम्रो भएको छनोट गरी नजिकको नातामा प्रजनन् गराउनु हुँदैन। यस्तो भएमा जातीय उत्पादन क्षमतामा ह्रास आउने हुन्छ। बथानका बोका मिसाँउदा एक बोकाको लागि ४० ओटा सम्म बाख्रा मात्र राख्नुपर्छ। एक वर्षको बोका भएपछि मात्र बाली लगाउनु राम्रो हुन्छ। नवजात पाठापाठीलाई ३/४ पटक दैनिक बिगौति दुध खुवाउने व्यवस्था मिलाउनुपर्छ। करिब ७/८ बेत ब्याईसकेपछि माउ बाख्राहरूलाई हटाउनु राम्रो हुन्छ। बथानमा प्रजनन्को बोका बाहेक अन्यलाई

खसी पारिदिनुपर्छ ।

प्रजनन्को लागि बोका बाख्रा छनौट गर्दा राम्रो शारीरिक अवस्था भएको जुम्ल्याहा जन्मेको मध्यबाट छनौट गर्नुपर्दछ । प्रजनन् योग्य बोका बाख्रा नार्कको फर्महरू र जिल्ला पशु सेवा कार्यालयद्वारा स्थापित स्रोत केन्द्रबाट पाउन सकिन्छ ।

५) स्वास्थ्य व्यवस्थापन :

बाख्राहरूलाई बाहय तथा आन्तरिक परजिवीले निकै प्रभाव पार्ने हुन्छ । समय समयमा बाह्य तथा आन्तरिक परजीवी विरुद्ध डिपिङ् तथा डेन्चिङ गराउनुपदर्छ । डिपिङ्को लागि बजारमा पाईने मालाथियन, साइपरमेथ्रिनको झोलले सम्पूर्ण शरीर नुहाईदिने वा डिपिङ्ग टयाङ्कीमा डुबाईदिने गरिन्छ ।

त्यसै गरी आन्तिरिक परजीविको लागी अलबेन्डाजोल, फेन्बेन्डाजोल आदि शारीरिक तौलको हिसाबमा खुवाउने वा आईभरमेक्टिन सुई शारीरिक तौलको हिसाबले छालामुनि लगाउँदा आन्तिरीक तथा बाह्य दुवै परजीवीमा प्रभावकारी पाइएको छ । अन्य संक्रामक रोग पिपिआर, एचएस, खोरेत, इन्टरोटोक्सेमिया आदि विरुद्धको खोप नियमित रूपमा लगाउनु पर्छ । यसरी बाख्रालाई स्वस्थ राखी अधिकतम फाइदा लिन सकिन्छ ।

६) बाख्रापालनाका फाइदा :

- बढ्दो माग , सहज बजार
- स्व-रोजगारीको सिर्जना
- आवश्यकताको पूर्ति
- दुध, चीज, मल, मासुको उत्पादन र आयआर्जन / नाफा
- मलको प्रयोग र कृषि उत्पादनमा वृद्धि आदि

क) उद्देश्य :

- पशुपालनबाट हुने फाइदा बताउन सक्ने छन्,
- पशुपालनमा सहभागी भएर परिवारका सदस्यलाई सघाउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तु :

गाई भैंसी, बाख्रा, बङ्गुर, सुँङ्गुर, माछा, मौरी, रेसम किरा जस्ता घरपालुवा जनावरमध्ये कुनै एक जनावरको विशिष्टीकृत अध्ययन ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

विभिन्न सङ्घ संस्था, फर्म आदिबाट प्रकाशित पोस्टरहरू, पुस्तकहरू, पत्रपत्रिका, श्रव्यदृश्य सामग्री, http://molmac.sudurpashchim.gov.np को प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप:

- पूर्वज्ञानको आधारमा केही प्रश्न सोधी ध्यानाकर्षण गराउने,
- व्यावसायिक रूपमा गरिएका बाख्रापालनाको बारेमा छलफल गराउने,
- क्षेत्रभ्रमण, श्रब्यदृश्य सामग्री प्रदर्शन तथा छलफल ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन:

१. छोटो मौखिक प्रश्नोत्तर :

- बाख्रा मुख्य गरेर के का लागि पाल्ने चलन छ ?
- कुन जातको बाख्रा दुध उत्पादनको लागि पाल्न उपयुक्त मानिन्छ ?

२. लामो उत्तर आउने लिखित प्रश्न

- बाख्राको खोर बनाउँदा के के कुरामा ध्यान दिनु पर्दछ ? कुनै ५ ओटा बुँदामा लेख्नुहोस ।

३. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखेर बाक्य पूरा गर्नुहोस ।

- डिपिङ् भनेको बजारमा पाइने .... झोलले बाख्राको सम्पूर्ण शरीर नुहाइदिने कार्य हो ।

नोट - शिक्षक साथी यहाँ प्रस्तुत गरिएका नमूना क्रियाकलाप मात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनु उपयुक्त हुने छ ।

कक्षाः ५

विषयक्षेत्रः पक्षीपालन वार्षिक कार्यघण्टाः १०

परिचय :

प्वाँख,चुचो, पखेटा र दुइओटा खुट्टा भएका चरालाई पक्षी भानिन्छ । मानिसहरूले घरमा पाल्ने चरानै घरपालुवा पक्षी हुन् । पोखरा र वरपरका क्षेत्रहरूमा कुखुरा, परेवा, हाँस, टर्की, बट्टाई, कालिज, आदि पक्षीहरू पालेको पाइन्छ । आफ्नो आवश्कताको परिपूर्तिका अतिरिक्त आयआर्जन गर्ने हेतुले ठुलो सङ्ख्यामा पक्षी पाल्ने कामनै पक्षी पालन व्यावसाय हो ।

पक्षी सजीव प्राणी हो । जुनसुकै सजीव प्राणीको लागि उपयुक्त स्याहार सुसारको आवश्यकता पर्दछ । हरेक प्राणीको लागि स्वस्थ बातावरण, स्वस्थ खानेकुरा / पानी , स्वस्थ बासस्थान र बिरामी परेको खण्डमा उपचारको आवश्यकता पर्दछ । व्यावसायिक पक्षी पालन गर्दा होस् वा आफ्नो घरको आवश्यकता पूरा गर्नको लागि सानो सङ्ख्यामा पालन गर्दा होस राम्रो उत्पादन लिनको लागि हामीहरूले धैरै कुराहरूमा ध्यान दिनु जरुरी हुन्छ ती मध्ये केही कुराहरू उदाहरण स्वरूप यहाँ उल्लेख गरिएको छः

- आफ्नो स्थानको मौसम र हावापानी सुहाउँदो प्रजातिको छनोट
- चल्लाहरूको स्याहार सुसार
- प्रदूषणरहित वातावरणमा स्वस्थ्य, सफा, ओभानो ,सुरक्षित, हावाको प्रवाह सहज, उचित प्रकाश र तापक्रम भएको खोर
- उमेर, तौल, जात, प्रजाति, प्रकारका आधारमा पोषणयुक्त आहार र सफा पानीको व्यवस्था
- आहारा (दाना) को उत्पादन र भण्डारण र खुवाउने विधिको उचित जानकारी /व्यवस्थापन
- लाग्न सक्ने रोग र उपचार विधिको बारेमा जानकारी
- बजारीकरणको व्यवस्था आदि ।

पक्षीपालनाका फाइदाहरू:

- आफ्नो आवश्यकताको परिपूर्ति हुने पैसाको बचत हुने,
- स्वरोजगरिको सिर्जना हुने,
- व्यावसयिक पालन गरी मुनाफा लिन सकिने,
- मासु जन्य / अन्डा जन्य परिकार उत्पादन गरेर बिक्री वितरण गरी लाभ लिन सकिने,
- सुलीको प्रयोग गरेर कृषि बालीको उत्पादन बढाउन सकिने,
- बढदो माग पूर्ति गरी , सहज बजार व्यवस्थापन गर्न सजिलो हुने ।

क) उद्देश्य :

- पक्षीपालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू बताउन सक्ने छन् ,
- पक्षीपालनका फाइदाहरू बताउन सक्ने छन् ।

ख) विषयवस्तु :

पक्षीपालनको परिचय, पक्षीपालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू र फाइदा ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

पक्षी पालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू / फाइदा उल्लिखित चार्ट , श्रब्यदृश्य सामग्री

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप:

- विद्यार्थी बाबुनानीहरूको घरमा कुनै पक्षी पालेका छन् कि सोधेर ध्यानाकर्षण गराउने, ती पक्षी किन पालिएका हुन् प्रश्न गर्दै छलफल गर्ने,
- पक्षी पालनको भिडियो प्रदर्शन गरेर छलफल गर्ने,
- क्षेत्रभ्रमण,
- चार्टहरू प्रस्तुत गरेर छलफल गर्ने ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कनः

- पक्षी पालन गर्दा हुने ३ ओटा फाइदा बताउनुहोस् ।
- हाँसको हेरचाह गर्ने ३ ओटा तरिका बताउनुहोस् ।
- खोरको निर्माण गर्दा कुन कुन कुरामा ध्यान दिनु पर्दछ?

***नोटः** शिक्षक साथी यहाँ समावेश गरिएका कुराहरू नमूनाको लागि मात्रै हुन् । अलग अलग पक्षीको लागि अलग अलग पालन विधि हुन्छन , यहाँ सबै पक्षीको लागि मिल्दा जुल्दा कुराहरू मात्रै समावेश गरिएको छ । यहाँले वार्षिक कार्यघण्टा १० र उमेर समूहलाई आधार मानी यो छोटो नमूनाको आधारमा पाठ्यवस्तुको गहिराइ निर्धारण गरी विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न क्रियाकलापमा संलग्न गराई पठनपाठन गराउन सक्नुहुने छ ।*

	कक्षाः **५**
विषयक्षेत्रः पर्यटन	वार्षिक कार्यघण्टाः **२०**

परिचय :

पोखरा महानगरपालिका क्षेत्रफलका आधारमा नेपालकै सबैभन्दा ठुलो महानगरपालिका हो । प्राकृतिक रूपमा पोखरा महानगर विश्वकै सुन्दर नगरीको रूपमा चिनिन्छ । पोखरामा देश भित्र तथा बाह्य मुलुकबाट प्रशस्त पर्यटकहरू आउने गर्दछन् । पोखराबाट उत्तरतर्फ फर्केर हेर्दा देखिने हिमालहरूले पोखराको शोभा बढाएका छन् । पर्यटकहरूलाई पोखराबासीहरूले उच्चतम सम्मान गर्दछन् । पोखरामा हजारौँ नेपालीहरूले पर्यटन व्यवसायबाट रोजगारी प्राप्त गरेका छन् । पर्यटन व्यवसायमा संलग्न व्यवसायीहरूले पर्यटनबाट राम्रो आम्दानी गरी जीवन निर्वाह गर्दै आइरहेका छन् । पोखरामा आउने पर्यटकका फरक फरक चाहना र रुचीहरू हुने गर्दछन् । बिदा मनाउन, नयाँ जीवन पद्धतिबारे बुझ्न र जानकारी लिन, साहसिक खेल प्याराग्लाईडिङ्ग, र्याफ्टिङ्गमा सहभागी हुन, अङ्ग्रेजी नयाँ बर्ष जनवरी १ मनाउन, प्रेमी प्रेमिकाहरू घुम्न, नवविवाहित दम्पतीहरू हनिमुन मनाउन पोखरालाई नै पहिलो प्राथमिकतामा राख्ने गरेको पाइन्छ ।

पोखरा महानगरले महानगरपालिकालाई विश्वमै एक पर्यटकीय गन्तव्य तथा हव क्षेत्र घोषणा गर्न अग्रसर देखाएको छ । पोखरालाई पर्यटकीय दृष्टिकोणले अझ बढी प्राथमिकतामा राख्न नयाँ पर्यटकीय स्थानको खोजी कार्य भइरहेको   छ ।

क) उद्देश्य :

- आवश्यकता अनुसार आतिथ्यताका सामान्य तरिका व्यवहारमा उतार्न,
- पर्यटन व्यवसायका किसिम बताउन,
- स्थानीय क्षेत्रका पर्यटकीय स्थानको छोटो वर्णन गर्न ।

ख) विषयवस्तु :

कक्षा ५ मा अध्ययनरत विद्यार्थी प्रसिद्ध शनिबारको दिन आफ्नो आमासँग फेवाताल घुम्न गए । फेवातालको मनोरम दृश्य र देश भित्र र बाहिरबाट आएका पर्यटकहरू देखेर उनी अत्यन्तै खुसी भए । पर्यटकहरूलाई भेट्दा Namaste, Good Morning, Good Afternoon भनी अभिवादन गरे । पर्यटकहरू पनि खुसी हुँदै प्रसिद्धलाई Thank You, We love Pokhara भन्ने शब्दद्वारा खुसी व्यक्त गरे । फेवातालको आसपास तथा लेकसाइडमा घुम्दै गरेका पर्यटकलाई देखेर प्रसिद्धले आफ्नो आमासँग प्रश्न सोधे । आमा यति धेरै पर्यटक किन आउँछन् पोखरामा ? आमाले भनिन् बाबु पोखरामा आउने पर्यटक कोही मनोरञ्जन गर्न, कोही नयाँ वर्ष मनाउन, कोही यहाँको प्राकृतिक दृश्य अवलोकन गर्न, कोही प्याराग्लाइडिङ्ग र र्याफ्टिङ्ग गर्न, कोही विदा मनाउन आउने गर्दछन् ।

यस्तै प्रकृतिका विषयवस्तुमा छलफल गराई विद्यार्थीलाई सक्रिय बनाई पठनपाठन अगाडि बढाउनुहोस् ।

ग) सिकाइ सामग्री :

सम्भावित पर्यटकीय स्थलहरूको सूची, महानगरले पर्यटन विकासको लागि गरेका गतिविधि उल्लिखित चार्ट, पर्यटकीय स्थलहरूको प्रचारप्रसार र विकास गर्न शिक्षक, विद्यार्थी, समुदायको भूमिका उल्लिखित चार्ट, आफ्नो परिसरबाट देखिने हिमालको नामसहितको चित्र

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीहरूलाई पर्यटकीय स्थलमा क्षेत्रभ्रमणमा लगी पर्यटकहरूसँग गर्ने आतिथ्यता र व्यवहारका सन्दर्भमा अवलोकन तथा अभ्यास गराउने,
- पोखरामा पर्यटकहरू किन आउँछन् भन्ने सन्दर्भमा छलफल र विज्ञसँगको अन्तरक्रिया पश्चात् निष्कर्ष निकाल्न सहजीकरण गर्ने,
- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो टोल छिमेक र समुदायमा सम्भावित पर्यटकीय गन्तव्य बारे सोधखोज गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने,
- सफा र स्वच्छ आकाश भएको दिन पारी विद्यार्थीहरूलाई पोखरा उपत्यकाको उत्तरपट्टि देखिने ३ हिमालको चिनारी गराउन सहजीकरण गर्ने,

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन:

- विद्यार्थीहरूलाई पर्यटकीय स्थलहरूमा अवलोकन तथा क्षेत्रभ्रमणमा सहभागी गराउँदा प्रदर्शन गरेको व्यवहारको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- पोखरामा आउने पर्यटकका रुचि र प्रकार उल्लेख गर्नुहोस् ।
- पर्यटकीय स्थलको प्रचारप्रसारमा विद्यार्थीको भूमिका भन्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो स्थान र परिवेश अनुकूल पर्यटकीय स्थलहरूको परिचय दिन लगाउनुहोस् ।

नोट - शिक्षक साथी यहाँ प्रस्तुत गरिएका नमूना क्रियाकलाप मात्र हुन् । तपाईंहरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा २० मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनु उपयुक्त हुने छ ।

कक्षाः ५	
विषयक्षेत्रः धार्मिक मेला तथा महोत्सव	वार्षिक कार्यघण्टाः १६

परिचय :

पोखरा महानगरपालिकामा धेरै जाति, धर्म र संस्कृतिका मानिसहरू बसोबास गर्दछन् । यहाँ बसोबास गर्ने फरकफरक जात, धर्म र संस्कृतिका कारण अनेकता पाइन्छ तर उनीहरू सबै एक आपसमा मिलेर बसोबास गरेका छन् । एक जाति र अर्को जाति विशेषका चाडपर्व र मेला महोत्सवमा निमन्त्रणा गरी खुसीयाली साटासाट गर्दछन् । जाति र धर्म विशेषका मूल चाडपर्व बाहेक व्यापारिक तथा व्यावसायिक दृष्टिकोणले विभिन्न महोत्सवहरू मनाउने प्रचलन बढ्दो छ । मौसमअनुसारका महोत्सवहरूले मानिसहरूमा मनोरञ्जन एक आपसमा सहिष्णुता भाव जगाउन मद्दत गर्दछ ।

पोखरा महानगरको विभिन्न स्थान विशेषमा विभिन्न गीत, बाजा तथा जात्राहरूको प्रचलनले पोखरालाई साँच्चिकै सांस्कृतिक सहरको रूपमा पनि चिनाउने गर्दछ । व्यापारिक दृष्टिकोणले मनाइने स्ट्रीट फेस्टिबल, पोखरा महोत्सव, लेखनाथ महोत्सव, हेम्जा आलु महोत्सवले पोखराको आन्तरिक पर्यटनलाई समेत प्रवर्धन गर्न मद्दत गरेको छ ।

क) उद्देश्य :

- स्थानीय धार्मिक मेला, महोत्सवको प्रचारप्रसार कार्यमा सहभागी हुन,
- स्थानीय रूपमा मनाइने चाडपर्वहरूको सूची बनाउन,
- स्थानीय मेला तथा महोत्सवमा सहभागी भई परस्पर सहिष्णुता कायम गर्न ।

ख) विषयवस्तु :

स्थानीय धार्मिक मेला तथा महोत्सव, स्थानीय गीत, बाजा तथा जात्रा, प्रचलित मेला, पर्व जस्ता विषयवस्तुहरूलाई विस्तारित रूपमा सरल भाषामा छलफल, अन्तरक्रिया, खोज तथा विद्यार्थी सक्रियता जस्ता विषयवस्तुको सन्दर्भ जोडेर सिकाइ सहजीकरण गर्नुहोस् ।

जस्तै : उदाहरणका लागि कक्षा ५ मा अध्ययन गर्ने छात्रा कुसुम स्ट्रिट फेस्टिबलमा शनिबारको दिन आफ्नो आमासँग लेकसाईड पुगिन् । फेस्टिबलमा राखिएका विभिन्न परिकारको बारेमा आमासँग प्रश्न गरिन् । सोही दिन उनको कक्षामा पढ्ने साथी ईश्वर पनि उनको दाइसँग फेस्टीबलमा आएकोमा कुसुम खुसीले फुरुङ्ग भईन् अनि दुवै जना मिलेरसँगै खाजा खाए । खाजा खाँदै गर्दा कुसुम र ईश्वरले उनीहरूको आमा र दाइसँग पोखरामा मनाइने चाडपर्वको बारेमा पनि छलफल गरे । स्ट्रिट फेस्टीबलमा सहभागी विभिन्न जातजाति, धर्म, समुदाय र वर्गका मानिसहरूबिच सद्भाव, एकता र सहयोगको खुलेर कुसुम र ईश्वरले प्रशंसा गरे । उद्देश्य र विस्तारित विषयवस्तु अनुसार माथि उल्लिखित सान्दर्भिक विषयवस्तुहरू तयार गरी विद्यार्थीहरूलाई सक्रिय बनाउनुहोस् ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

मेला महोत्सवमा सहभागी गराइएका चित्र, तस्बिर, मेला महोत्सवमा गरिने गीत नृत्यका चित्र, फोटा, तस्बिर, श्रव्य दृश्य सामग्री, मेला महोत्सवको महत्त्व उल्लिखित चार्ट ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

- आफ्नो समुदाय र आफ्नो साथीको समुदायमा प्रचलित धार्मिक मेला महोत्सवबारे कक्षामा छलफल, प्रश्नोत्तर, अन्तरक्रियाको आयोजना सञ्चालन गर्नुहोस् ।
- जाति तथा धर्म विशेषका मेलापर्वको स्थलगत अवलोकन, भ्रमण गराई आफ्नो समुदायमा प्रचलित चाडपर्वहरूको सूची निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।
- स्ट्रिट फेस्टिवल, पोखरा महोत्सव, लेखनाथ महोत्सव जस्ता कुनै एक महोत्सवको प्रत्यक्ष अवलोकन भ्रमण गराई परियोजना कार्य तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- मेला महोत्सवको आयोजना गर्ने आयोजकलाई कक्षाकोठामा आमन्त्रण गरी मेला महोत्सवको प्रयोजन र उद्देश्यमाथी छलफल, प्रश्नोत्तर र अन्तरक्रिया सञ्चालन गराउनुहोस् ।

ङ) सिकाइ मूल्याङ्कन :

- स्थानीय स्तरमा प्रचलित मेला महोत्सवको प्रचारप्रसार कार्यमा सक्रिय सहभागीता भए नभएको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- स्थानीय स्तरमा प्रचलित गीतको नमूना तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- धार्मिक मेला महोत्सवले हरेक जाति समुदायमा पार्ने परस्पर सहिष्णुता भाव सम्बन्धमा छोटो टिप्पणी लेख्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो समुदायमा प्रचलित चाडपर्वहरूको सूची निर्माण गर्न लगाई कुनै एक पर्वको व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् ।

नोट - शिक्षक साथी यहाँ प्रस्तुत गरिएका नमूना क्रियाकलाप मात्र हुन् । तपाईहंरूले यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू गराई मनोरञ्जनात्मक तरिकाले सिकाउन सक्नुहुने छ । विशेषगरी कार्यघण्टा १६ मा आधारित रहेर खोज, क्षेत्रगत भ्रमण र विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरू गराउनु उपयुक्त हुने छ ।

कक्षाः ५	
विषयक्षेत्रः स्थानीय सिप तथा कला	वार्षिक कार्यघण्टाः १०

परिचयः

यस एकाईको अन्त्यमा हाम्रो वडा र स्थानीय क्षेत्रमा परम्परादेखि प्रचलनमा रहेका स्थानीय प्रविधि, सिप, कलाको प्रयोगबाट आफ्नो घरमा उत्पादित वा रहेका सामग्रीहरूको सूची तयार गर्न सक्ने छन् । त्यसै गरी हाम्रा आफ्ना परम्परागत प्रविधिहरू लोप हुदै जान लागेको अवस्थामा यस्ता प्रविधिहरूको जगेर्ना गर्न समय सापेक्ष परिवर्तनको आवश्यकता रहेको छ । यसै क्रममा परम्परागत चुलोको सट्टा सुधारिएको चुलो, कोइला स्त्रीको सट्टा आधुनिक इलेक्ट्रिक आइरन, घट्टाको सट्टा सेलर मेसीन आदि प्रचलनमा ल्याइएको छ । पञ्चेबाजा, लोकगीतको सट्टा आधुनिक बाजा र गीत प्रयोगमा आइरहेको परिवशेमा स्थानीय स्तरमा प्रचलित यस्तो परम्परागत प्रविधि, सिप र कलाहरूको संरक्षण गर्ने उपायका बारेमा जानकारी गराउनु नै यस एकाइको मूल मर्म हो ।

क) उद्देश्यः

- परम्परागत स्थानीय प्रविधि, सिप र कलाबाट उत्पादित सामग्रीहरूको प्रयोग गर्न,
- परम्परागत प्रविधि, सिप तथा कलाहरूको संरक्षण गर्न ।

ख) विषयवस्तुः

- आफ्नो वडा क्षेत्रभित्र रहेका पानी घट्ट, कोल, तुइन, ढिकी, जाँतो, आधुनिक मेसिनहरू आदि ।
- रामको बुबा सिलाईको काम गर्नुहुन्छ । उहाँले पहिले कपडा सिलाइ सकेपछि कपडामा आइरन लगाउनुहुन्छ । उहाँको घरमा आगोको फिलिङ्गबाट तातो हुने कोइले आइरन छ । बजारमा धैरै प्रकारका आधुनिक आइरनहरू पाइन्छन् । तर रामको बुबालाई परम्परागत देखि प्रचलित कोइले आइरनको प्रयोगबाट कपडा आइरन लगाउन मनपर्छ । उहाँ भन्नुहुन्छ "हामी ले आधुनिकताका नाममा परम्परागत प्रविधि, सिप र कलालाई विस्थापित गर्ने होइन संरक्षण गर्नुपर्छ ।"

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- स्थानीय प्रविधि सिप तथा कलाहरू सँग सम्बन्धित चित्र, पोस्टर
- ढिकी, जाँतो, सुधारिएको चुलो, तोरी पेल्ने कोल, उखु पेल्ने कोल, निबुवा पेल्ने कोल, डोको बुन्ने , मोडा बुन्ने आदि जस्ता प्रविधि, सिप तथा कलाको चित्र तथा नमूनाहरू ।

घ) सम्भावित क्रियाकलापहरुः

- विद्यार्थीहरूलाई ढिकी, जाँतो, सुधारिएको चुलो कोल, डोको बुन्ने, मोडाबुन्ने, लोक गित पन्चेबाजा आदि देखेका छन् छैनन् सोधी देखेका भए त्यसबारे भन्न लगाउनुहोस् । नभए आफूले बताइदिनुहोस् ।
- सम्भव भए सम्म विद्यार्थीहरूलाई माथि उल्लेख गरिएका सामग्री देखाउनका लागि अवलोकन भ्रमण गर्न लगाउनुहोस् ।
- यदि सम्भव छैन भने पनि प्रस्ट रूपमा कोरिएका चित्रहरूको सहायताले उल्लिखित स्थानीय सिप तथा प्रविधिको बनोट बारे बताउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप नं. १ लाई गृहकार्यको रूपमा गर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसै गरी क्रियाकलाप नं. १, ३ लाई कक्षाकार्यको रूपमा दिई छलफल गराउनुहोस् ।
- वातावरणीय हिसाकले ढिकी, जाँतो, कोल, सुधारिएको चुलो .... लोकगीत, लोकबाजा आदि आधुनिक प्रविधि सिप तथा कलाभन्दा उपयुक्त छन् भन्ने बारेमा विशेष महत्त्वका साथ चर्चा गरी दिनुहोस् ।
- त्यसको आधारमा यिनीहरूको सुधार र संरक्षण गर्न आवश्यक छ भन्नेबारे बताइदिनुहोस् ।
- प्रत्येक स्थानीय सिप प्रविधि तथा कलाको संरक्षणका उपायहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस्।
- संरक्षणका उपायहरू उल्लेख गरिएको चार्ट सँगसँगै विद्यार्थीहरूले तयार गरेका संरक्षणका उपायहरूलाई कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्न लिखित कार्यहरूको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- प्रश्नोत्तरबाट जस्तैः तपाईंको स्थानीय क्षेत्रमा प्रचलित परम्परागत प्रविधिहरूको नाम भन्नुहोस् ।
- कक्षामा गरिने छलफलमा विद्यार्थीको सहभागिता हेरेर
- विभिन्न सामग्री तथा प्रविधि सिप तथा कलाको मोडल तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप गरेको हेरेर
- सम्भव भए Rubrics बाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- **नोटः** *शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन् । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टा अनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।*

कक्षाः ५	
विषयक्षेत्रः स्वास्थ्य तथा सुरक्षित जीवन	वार्षिक कार्यघण्टाः ९

परिचयः

हामीलाई शरीर सुन्दर, स्वस्थ्य र सफा राख्न र वातावरणीय सरसफाइ सफा राख्न मन लाग्नु स्वभाविक हो । व्यक्ति स्वस्थ्य र सुन्दर रहनका लागि नियमित व्यायाम, योगध्यान, खेलकुद जस्ता कुरालाई ध्यान दिनुपर्छ । त्यसै गरी स्वास्थ्य खाता पहिचान गरी खानु, कसरतका लागि प्रचलित स्थानीय खेलहरू खेल्नु उत्तम मानिन्छ । वातावरणीय संरक्षणका लागि वृक्षारोपण, कक्षाकोठाको सरसफाइ, गर्न हुने र नहुने कुराको सूची तयार गर्न मद्दत गर्दछ । त्यसै गरी सुरक्षित जीवन जीउनका लागि तिखा र धारिला हतियार, विद्युतीय सामग्री र उपकरण आगो र प्रज्वलनशील पदार्थको प्रयोग गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानी जस्ता कुराहरूको बारेमा जानकारी गराउनु नै यस एकाइको मूल मर्म हो ।

क) उद्देश्यः

- व्यक्तिगत सरसफाइ र योग ध्यानको सामान्य अभ्यास गर्न
- स्वास्थ्य खाना पहिचान गरी खाने बानी बसाल्न
- जोखिमयुक्त काम गर्दा सावधानी अपनाउन
- घर तथा विद्यालय परिसरमा हरियाली प्रवर्धन गर्न

ख) विषयवस्तुः

हरियाली प्रवर्धनमा भएका क्षेत्रहरू जङगल

शिरिष कक्षा ५ मा पढ्ने विद्यार्थी हुन् । उनको विद्यालयमा ज्यादै राम्रो छ । पोहोर बर्खाको समयमा विद्यालयमा वृक्षारोपण कार्यक्रम पनि भयो । सबै जना विद्यार्थीहरूले विद्यालयमा एक एक ओटा बिरुवा रोपे । शिरीषले आफूले रोपेको विरुवा सरेकोमा खुशी छन् । उनलाई विद्यालयका बोटबिरुवा गोडमेल गर्न ज्यादै जाँगर लाग्छ । उनले घरमा पनि सरसफाइका साथ विभिन्न जातका फूलका विरुवा रोप्ने र गोडमेल गर्ने जस्ता काममा सहयोग गर्दछन् । त्यसैगरी आमालाई करेसाबारीको काममा पनि सघाउँछन् ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्रीः

- स्वस्थकर र अस्वस्थकर खानाका चित्रहरू
- सफा र फोहोर कक्षा कोठाको चित्र
- वृक्षारोपणका चित्रहरू आदि
- जोखिम काम गर्दा अपनाउनुपर्ने सावधानीको सूची

घ) सम्भावित क्रियाकलापहरू:

- व्यक्तिगत सरसफाइ भनेको के हो भनि प्रश्न गर्नुहोस् र छलफल गराउनुहोस् ।
- व्यक्तिगत सरसफाइअन्तर्गत पर्ने कुराहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- छलफलद्धारा व्यक्तिगत स्वास्थ्य प्रवर्धन गर्न शारिरीक सफाइ स्वासथ्य खाना, शुद्ध पिउने पानी, योगध्यानको महत्त्वको बारेमा चर्चा गराउनुहोस् ।
- शारीरिक कसरतका लागि प्रचलित स्थानीय खेलहरू चुङ्गी, ककफाइट, लक्कु ढाल्ने ..... जस्ता खेलहरू र योगध्यानको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- वातावरणीय संरक्षण अन्तरर्गत वृक्षारोपण करेसाबारी निर्माण, कक्षाकोठा सरसफाइ जस्ता कार्यक्रम तपाईंको कस्ता भूमिका रहन्छ भनी प्रश्न गर्नुहोस् ।
- विषयवस्तुमा उल्लेख गरिए बमोजिम अन्य धेरै उदाहरण दिएर हरियाली प्रवर्धन गर्न प्रोत्साहन प्रदान गर्नुहोस् ।
- परियोजना कार्यमार्फत जीवनमा गर्न हुने र नहुने कार्यहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- सूची तालिकाको माध्यमबाट तिखा धारिला हतियार, विद्युतीय सामग्री र उपकरण, प्रज्वलनशील पदार्थको प्रयोग गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानीको बारेमा चर्चा गराउनुहोस् ।
- परियोजना कार्यमार्फत तपाईंको समुदायमा विभिन्न जोखिम उपकरण वा सामग्रीको प्रयोग गर्दा भएका दुर्घटनाहरूको विवरण सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् र कक्षामा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।

ङ) मूल्याङ्कनः

निम्न लिखित प्रश्नहरूको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- प्रश्नोत्तर
- परियोजना कार्य जस्तैः के गर्दा दुर्घटना हुन सक्छ ? दुर्घटनाबाट के हुन सक्छ ? कसरी बच्न सकिन्छ ?
- वातावरणीय सफाइको महत्त्व बताउनुहोस् ।
- हरियाली प्रवर्धन गर्न तपाईंको भूमिका के हुन्छ ?
- स्वास्थ्य र अस्वस्थकर खानाको सूची बनाउनुहोस् ।
- सम्भव भए Rubrics बनाएर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नोटः *शिक्षक साथी माथि उल्लिखित शिक्षण विधि,शिक्षण सामग्री, सिकाइ क्रियाकलाप र सिकाइ मूल्याङ्कन नमूना मात्र हुन् । यतिमा मात्र सीमित नरही अन्य थप क्रियाकलापहरू तय गरी कार्यघण्टाअनुरूप शिक्षण गर्नुहुन विशेष अनुरोध छ ।*

कक्षाः ५	
विषयक्षेत्रः व्यक्ति र व्यक्तित्व	वार्षिक कार्यघण्टाः ९

परिचयः

संसारको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा कर्म अथवा काम हो । मानिस उसले गरेको कर्म बाट नै उच वा नीच बनेको ठहरिन्छ । संसारमा आफ्नो असल कर्मबाट आफ्नो नाम स्वर्ण अक्षरले लेख्न सफल औँलामा गन्न सकिने मानिसमात्र छन् । तीमध्ये एक कर्ममा विश्वास गर्ने कर्मशील महान् व्यक्ति हुन् जर्जजोन ।

भारत स्थित केरला भन्ने ठाउँमा सन् १९३२ मा आफ्ना सुकोमल आँखा उघारेका जर्जजोन पोखराको शैक्षिक इतिहासको बलियो खम्बा हुन् । आफ्नो विद्यालय तहको अध्ययन भारतमै पूरा गरेका जर्जजोन जब प्रमाणपत्र तहको अध्ययनमा लागे तब उनको मनमा नेपाल घुम्ने इच्छा जाग्यो । हुन त उनले नेपालको प्राकृतिक सुन्दरताका बारेमा किताबमा पढिसकेका थिए । नेपालको बारेमा पढ्दा नै उनको मन नेपालप्रति आकर्षित भैसकेको थियो । यसबाट उनको नेपाल भ्रमण गर्ने इच्छा झन् झन् बढ्दै गयो । फलस्वरूप उनी र उनका केही साथीहरू वि सं २००६ सालमा नै नेपाल घुम्न भनेर निस्के । त्यतिबेला जर्जजोन मात्र १७ वर्षका थिए । नेपालका हिमालको प्रत्यक्ष अवलोकन गर्ने चाहना बोकेर नेपाल यात्रामा निस्केका जोनको लागि राहदानी तगारो बनेर आयो । त्यो समयमा नेपालमा राणा शासन थियो र नेपाल भारत आउजाउ गर्न राहदानी आवश्यक पर्दथ्यो । राहदानी नभएको हुनाले उनी भारत नै फर्के ।

जहाँ इच्छा त्यहाँ उपाय भने झैं उनले २००९ सालमा राहदानी बनाए । राहदानीसहित उनी र उनका साथीहरू हिँडेर निकै दिन लगाई काठमाडौँ पुगे । त्यसपछि उनको मन भारत फर्केन ; उनले काठमाडौँ मै आफ्नो अध्ययनलाई निरन्तरता दिने निधो गरे र काठमाडौँको कलेजमा भर्ना गरे । जागिर खाँदै पढ्दै गरेका जोनले नेपालबाट नै एमएसम्मको अध्ययन पूरा गरे ।

काठमाडौँ बसेदेखि नै जोनलाई पोखरा घुम्ने हुटहुटीले सताएको थियो । विए पढ्न काठमाडौँ गएका पोखराका शिक्षक बिमलबहादुर थापालाई ट्युसन पढाउने अवसर उनलाई मिल्यो । यसै बिचमा उनीहरूको हिमचिम बढ्यो र उनी आफ्नो विद्यार्थीका साथ पोखरा घुम्न आए ।

पछि पोखराबाट उनलाई क्याम्पस पढाउन पोखरा आउन आग्रह गरियो । पोखराका १३ जना व्यक्तिहरूले एसएलसी पास गरेका र उनीहरूलाई कतै पनि पढन नपठाई पोखरामै क्याम्पस खोल्ने निर्णय पोखराले गरेको थियो । तिनै १३ जना विद्यार्थी भएको सानो क्याम्पसमा पढाउन उनलाई निम्तो गरिएको थियो । उनले त्यतिबेला अङ्ग्रेजी, राजनीति शास्त्र र नेपाली विषय पढाउने जिम्मा पाए ।

कन्या प्रा.वि. को एउटा सानो कोठाबाट पोखरामा उच्च शिक्षाको थालनी गर्न उनी तयार भए । पछि उक्त क्याम्पसलाई नारायण स्थानमा सारियो । त्यति बेला नै अर्थात् २०१७ साल मार्ग महिनामा त्यो क्याम्पसको उद्घाटन भयो र पृथ्वीनारायण क्याम्पस भनी नामकरण गरियो । २०२१ वैशाख १ गते सो क्याम्पसलाई हालको स्थान भीमकाली पाटन बगरमा सानो छाप्रो बनाएर सारियो । सुरूमा मानविकी सङ्कायको मात्रै पढाइ हुने उक्त क्याम्पसमा उनकै नेतृत्वमा विज्ञान र

व्यवस्थापन सङ्कायको शिक्षण पनि सुरू भयो ।

एउटा सानो छाप्रोबाट सुरू गरिएको पृथ्वीनारायण क्याम्पस अहिलेको अवस्थामा आउनुका पछाडि जर्जजोनको ठुलो योगदान रहेको छ। लाखौँ विद्यार्थीको भविष्य निर्माणमा जर्जजोनको अनमोल योगदान रहेको छ। २०५२ सालबाट शिक्षण पेसाबाट अवकास लिए पनि उमेरले ९० काटे पनि उनी अध्ययनमै तल्लीन छन्। पोखराको शैक्षिक विकासका त उनी मेरूदण्ड नै हुन्।

जन्मले भारतीय नागरिकको रूपमा जन्मे पनि परिवार र आफन्तले समेत देश फर्कन गरेको आग्रहका बाबजुद कर्मले उनी नेपाली बने। भारतीय नागरिकता नै त्यागेर आज उनी नेपाली नागरिक बनिसकेका छन्। पोखरा उनको गृह नगर बनेको छ।

(https://ganthan.com/archive https://ujyaaloonline.com/story/20324/2019/5/18/george-john-pokhara-edcuations/89748 को आधारमा तयार गरिएको)

नोट: शिक्षक साथी माथि उल्लिखित अनुच्छेदहरू नमूनाको लागि मात्र दिइएको हो। तपाईंले विद्यालय क्षेत्र वरपर रहेका / राष्ट्रिय पाठ्यक्रममा समावेश नगरिएका पोखरा क्षेत्रका कुनै पनि ख्याति प्राप्त व्यक्तित्वहरूको बारेमा अध्यापन गराउन सक्नुहुने छ।

क) उद्देश्य :

स्थानीय क्षेत्रमा नाम कमाएका कवि, कलाकार, खेलाडी शिक्षाविद्, तथा समाजमा उल्लेख्य योगदान गरेका व्यक्तिको जीवनी / सामाजिक योगदानको बारेमा बताउन सक्ने छन् :

ख) विषयवस्तु :

स्थानीय क्षत्रमा नाम कमाएका कवि, कलाकार, खेलाडी, शिक्षाविद्, तथा समाजमा उल्लेख्य योगदान गरेका व्यक्तिको जीवनी / योगदान ।

ग) सम्भावित सिकाइ सामग्री :

सान्दर्भिक कथा, श्रव्यदृश्य सामग्री, छोटो जीवनी ।

घ) सम्भावित सिकाइ क्रियाकलाप :

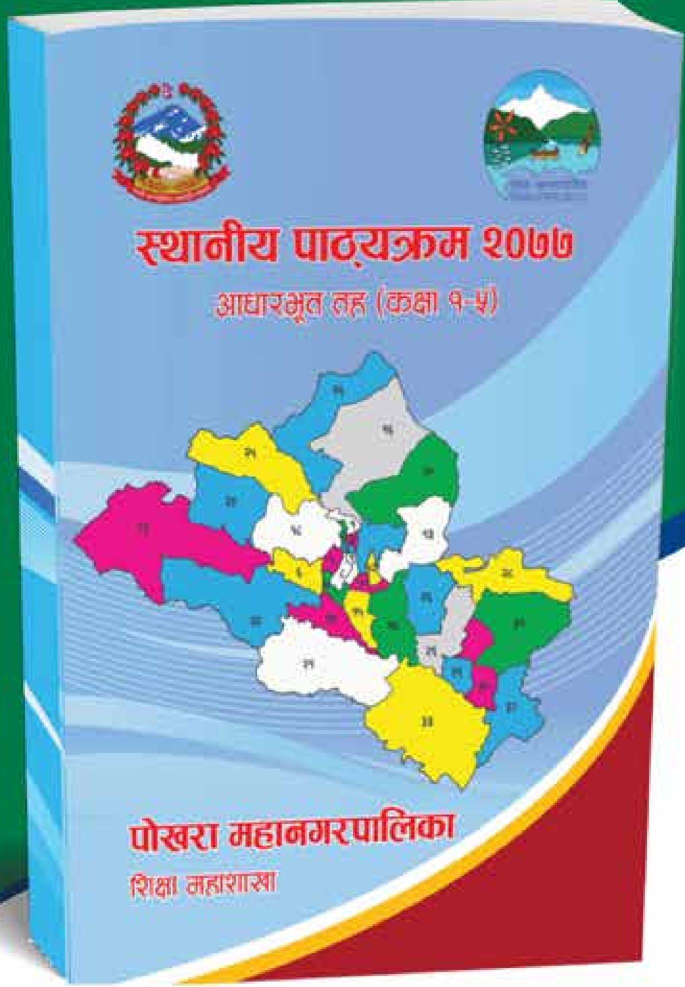
- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न क्षेत्रमा ख्याति प्राप्त व्यक्तिहरूको फोटो देखाएर उनीहरूको नाम सोधेर ध्यान आकर्षित गर्ने ।
- सान्दर्भिक जीवनी/ प्रबन्ध सुनाउने र छलफल गर्ने ।
- श्रव्यदृश्य सामग्री देखाउने र छलफल गर्ने ।

ङ) मूल्याङ्कन :

- प्रश्नोत्तर तथा छलफलका क्रममा विद्यार्थीले देखाएको सक्रियताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने,
- परियोजना कार्य सम्पादन आदिको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने।

परियोजना कार्य:

तपाईंलाई मनपर्ने कुनै एक कवि / कलाकार/ खेलाडी/ समाजसेवी व्यक्तिको छोटो जीवनी तयार गरी शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।



प्रकाशक

पोखरा महानगरपालिका

गण्डकी प्रदेश, नेपाल