

# शिक्षक निर्देशिका

## सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला

मेरो सामाजिक अध्ययन तथा  
सिर्जनात्मक कला



मेरो सामाजिक अध्ययन तथा  
सिर्जनात्मक कला

शिक्षक निर्देशिका

फृग्ग - ५

नेपाल सरकार  
शिक्षा मन्त्रालय  
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र  
सानोठिमी, भक्तपुर ।

प्रकाशक  
नेपाल सरकार  
शिक्षा मन्त्रालय  
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र  
सानोठिमी, भक्तपुर

### © सर्वाधिकार प्रकाशकमा

यस शिक्षक निर्देशिकासम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार पाठ्यक्रम विकास केन्द्र सानोठिमी, भक्तपुरमा निहित छ। पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतिविना यसको पूरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट रेकर्ड गर्न र प्रतिलिपि निकालन पाइने छैन।

प्रथम संस्करण, २०६७

मुद्रण :

यस निर्देशिकाका सबन्धमा कुनै सुझाव भएमा पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सम्पादन तथा प्रकाशन शाखामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ।

## हात्मो मनाह

विद्यालय तहको शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउन विभिन्न समयमा पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक विकास तथा परिमार्जन गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिइदै आएको छ । विद्यार्थीमा राष्ट्र, राष्ट्रिय एकता एवम् लोकतान्त्रिक संस्कारको भावना पैदा गराई नैतिकता, अनुशासन र स्वावलम्बनजस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुण तथा आधारभूत ज्ञान र जीवनोपयोगी आवश्यकता पूर्तिका लागि पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक र अन्य पूरक तथा सहायक सामग्री तयार गर्ने क्रममा कक्षा ५ मा पठनपाठन गराउने शिक्षकहरूका लागि यो मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला विषयको शिक्षक निर्देशिका तयार पारिएको हो ।

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

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

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

शिक्षा मन्त्रालय  
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र  
सानोठिमी, भक्तपुर

## यस निर्देशिकाको प्रयोग सर्वषेष्ठमा

प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०६५ अनुसार परिमार्जन गरिएको कक्षा ५ को सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला विषयको पाठ्यपुस्तकका आधारमा यो शिक्षक निर्देशिका तयार पारिएको छ । यसमा पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न पाठ शिक्षण गर्ने क्रममा विभिन्न प्रकारका धारणा, सीप र सकारात्मक व्यवहार परिवर्तन गराउने क्रियाकलापका लागि सजिलो हुने गरी पाठगतरूपमा पाठ्यभार छुट्याइएको छ । विद्यार्थीमा विभिन्न सामाजिक सीप शिक्षणसिकाइ क्रियाकलापमा विद्यार्थी सहभागिता र सक्रियता बढोस् भन्ने उद्देश्यले शिक्षक निर्देशिकाका विभिन्न पाठमा विविध क्रियाकलाप समावेश गरिएको छ । शिक्षण सिकाइबाट विद्यार्थीमा परिवार तथा छरछिमेकमा सहयोग गर्ने, आफूभन्दा ठूलालाई आदरसत्कार गर्ने, समाजमा रहेका सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन सहयोग गर्ने, सामाजिक नियम पालना गर्ने, आफू बसेको वरपर र जिल्लाको भौगोलिक स्वरूपका बारेमा जानकारी राख्ने र नक्सासम्बन्धी सामान्य कार्य गर्ने, परिवार तथा छरछिमेकको विगतका बारेमा बताउन सक्ने, परिवार, छरछिमेक, समुदाय र जिल्लाका आर्थिक क्रियाकलापका बारेमा जानकारी राख्ने हुन सकोस् भन्ने अभिप्रायले यसमा समावेश भएका क्रियाकलापलाई विद्यार्थीमुखी बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । यसका साथै बालबालिकालाई शान्ति, मानव अधिकार र लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यतालाई आत्मासात गरी जिम्मेवार र रचनात्मक व्यवहार गर्न सक्ने बनाउन समेत यसका केही विषयवस्तुहरू समावेश भएका छन् । त्यसैगरी सिर्जनात्मक कलाअन्तर्गत प्रस्तुत विषयवस्तुहरू विद्यार्थीको सिर्जनात्मक क्षमता उजागर गर्न सघाउने गरी दृश्यकला तथा सङ्गीततर्फका विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ ।

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

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

## विषयसूची

क्र. सं.	पाठ शीर्षक	पृष्ठसंख्या
	<b>इकाइ - १</b>	<b>१-१२</b>
पाठ १	आफ्नु आफनो परिवार र घरछिमेक	१
पाठ २	छिमेकीहरूसँगको व्यवहार	४
पाठ ३	समुदायको काममा सहयोग	७
पाठ ४ र ५	समान व्यवहार र अरूलाई बुझौं	१०
<b>एकाइ - २</b>	<b>हाम्रो परम्परा सामाजिक मूल्य र मान्यता</b>	<b>१३-२५</b>
पाठ १	हाम्रो परम्परा	१३
पाठ २	हाम्रो भाषा र वेषभूषा	१६
पाठ ३	हाम्रा चाडपर्वहरू	१९
पाठ ४	हाम्रो देश हाम्रो गौरव	२२
पाठ ५	हाम्रो जिल्लाका असल मानिस	२४
<b>एकाइ - ३</b>	<b>सामाजिक समस्या र समाधान</b>	<b>२६-३८</b>
पाठ १	कुलतबाट बचाँ र बचाऊँ	२६
पाठ २	चोरी, डकैती र यसबाट बच्ने उपाय	२९
पाठ ३	अनावश्यक नक्कल नगरौँ	३१
पाठ ४	मेलमिलाप	३३
पाठ ५	सामाजिक सङ्घसंस्था	३६
पाठ ६	हाम्रा स्थानीय निकायको भूमिका	३८
<b>एकाइ - ४</b>	<b>नागरिक घेतना</b>	<b>४०-५२</b>
पाठ १	हाम्रो अधिकार	४०
पाठ २	हाम्रा कर्तव्यहरू	४३
पाठ ३	हाम्रा राष्ट्रिय सम्पदा	४५
पाठ ४	हाम्रा सामाजिक नियमहरू	४७
पाठ ५ र ६	जिल्ला विकास समिति र यसका कार्यहरू	४९
पाठ ७	समान व्यवहार र आपसी मेलमिलाप	५१
<b>एकाइ - ५</b>	<b>हाम्रो पृथ्वी</b>	<b>५३-६०</b>
पाठ १	नेपालको प्राकृतिक स्वरूप	५३
पाठ २	नेपालको हावापानी र जनजीवन	५६
पाठ ३ र ४	नेपालको प्राकृतिक वनस्पति र हाम्रो देशको माटो	५९
पाठ ५ र ६	नक्सा बनाउन सिकौं र नक्सामा सङ्केतहरू भरौँ	६२
पाठ ७	ग्लोब र नक्साको प्रयोग	६५
पाठ ८ र ९	हाम्रा छिमेकी देशहरू	६७
<b>एकाइ - ६</b>	<b>हाला चिन्ता</b>	<b>६९-८४</b>
पाठ १	हाम्रो समुदायका ऐतिहासिक वस्तुहरू	७१
पाठ २	हाम्रो समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तित्वहरू	७३

पाठ ३	प्राचीन नेपाल	७५
पाठ ४, ५ र ६	हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरू	७८
पाठ ७	हाम्रा राष्ट्र प्रमुख तथा सरकार प्रमुख	८३
<b>एकाइ ८</b>	<b>हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप</b>	<b>८४-८६</b>
पाठ १	डोल्माको जिल्लाका मानिसले गर्ने काम	८५
पाठ २	विद्यालयका सामानहरू	८८
पाठ ३ र ४	स्वदेशी उत्पादन र स्वदेशी सामानहरूको प्रयोग	९१
पाठ ५	हाम्रो देशको आर्थिक क्रियाकलाप	९४

## सिर्जनात्मक कला

क्र. सं.	विषयवस्तु	पृष्ठसङ्ख्या
<b>एकाइ : एक</b>	<b>दृश्यकला</b>	<b>८७-९४१</b>
पाठ १	रेखा चित्र	९८
पाठ २	रड	१०३
पाठ ३	विभिन्न किसिमबाट छपाइ गराँ	१०९
पाठ ४	कोलाज	११३
पाठ ५	माटाका कार्य	११८
पाठ ६	कागजबाट विभिन्न वस्तु बनाओ	१२२
पाठ ७	कागजलाई काटेर बुट्टा बनाओ	१२७
पाठ ८	कागजसम्बन्धी काम	१२९
पाठ ९	निर्माण	१३३
पाठ १०	बुनाइ	१३९
<b>एकाइ : दुई</b>	<b>सङ्गीत</b>	<b>९४२-९४३</b>
पाठ १	स्वरको अभ्यास गराँ	१४४
पाठ २	म मादल र तबला बजाउँछु	१४६
पाठ ३	हामोनियमा स्वर लिपिको अभ्यास गराँ	१४८
पाठ ४	राष्ट्रिय गान	१५०
पाठ ५	कक्षागत गीत	१५३
पाठ ६	स्थानीय गीत गाओ	१५५
पाठ ७	गीत गाओ	१५७
पाठ ८	नृत्य तथा अभिनय	१६०
पाठ ९	गोडा चलाउँदै अर्ध चन्द्राकार बनाई नृत्य गराँ	१६३
पाठ १०	गोडा चलाउँदै गोलाकार बनाई नृत्य गराँ	१६६
पाठ ११	स्थानीय लोक नाच	१६८
पाठ १२	हस्त मुद्रा	१७०
पाठ १३	अभिनय	१७२

## एकाइ १ : आफ्ना आफ्नो परिवार र छरछिमेल

### पाठ १ मेरो छिमेकीको पेसा

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- आफ्ना छिमेकीहरूको काम र पेसा बताउन।	- विभिन्न पेसाहरूको परिचय दिन। - आफ्ना छिमेकीले अपनाएको पेसाको वर्णन गर्न। - आफ्नो परिवारको पेसा र छिमेकीको पेसाबीच तुलना गर्न। - विभिन्न पेसाको महत्त्व बताउन। - कामको सम्मान गर्न।

#### २. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूलाई विभिन्न पेसाका बारेमा जानकारी दिने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो। समुदायमा विभिन्न पेसा, व्यवसाय गरेका मानिसहरू हुन्छन्। कोही खेतीपाती गर्दछन् त कोही व्यापार गर्दछन्। कोही सिलाइ बुनाइको काम गर्दछन् भने कोही शिक्षक, पत्रकार, डाक्टर, वकिल, कर्मचारी आदि पेसामा लागेका हुन्छन्। आफ्नो छरछिमेकमा रहेका मानिसहरू के काम गर्दछन्, कुन पेसामा लागेका छन् र ती पेसाहरूमा केकस्ता कामहरू गर्नुपर्दछ भन्ने बारेमा बालबालिकालाई अवगत गराउनुपर्छ। सबै पेसा व्यवसायको आ-आफ्नो महत्त्व हुन्छ र सबै पेसाको सम्मान गर्नुपर्दछ भन्ने भावना बालबालिकामा जगाउने काम सानै उमेरदेखि विकसित गर्न सकिएमा मात्र उनीहरूले कुनै पनि काम वा पेसालाई ठूलो तथा सानो रूपमा नहेरी जुनसुकै पेसा व्यवसायलाई आदर गर्ने हुन्छन्। आफ्नो छिमेकीले के कस्ता पेसा तथा व्यवसाय अपनाएका छन् र ती पेसाको केके महत्त्व छ भन्ने जानकारी दिई सबै पेसालाई समान दृष्टिमा हेर्ने र भविष्यमा आफ्नो योग्यता, क्षमता र सचिअनुसार विभिन्न पेसा अपनाउन पनि यस पाठले उत्प्रेरित गर्दछ।

**हामीले सबै पेसा तथा व्यवसायलाई सम्मान गर्नुपर्छ ।**

#### ३. शैक्षिक सामग्री

विभिन्न पेसाका मानिसहरूले काम गरिरहेका चित्र, पोस्टर वा फोटोहरू

#### ४. शिक्षणसिकाइ विन्याकलाप

४.१ विभिन्न पेसामा संलग्न व्यक्तिहरूले आफ्नो पेसागत काम गरिरहेका चित्रहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस्। सबै विद्यार्थीलाई पालैपालो चित्रमा उनीहरूले देखेका कुरा भन्न लगाउनुहोस् र यस्तो काम गर्ने पेसालाई के भनिन्छ? भन्ने प्रश्न सोधी विद्यार्थीबीच छलफल गराई उत्तर दिन/बताउन उत्प्रेरित गर्नुहोस्। विद्यार्थीले बताउन नसकेमा शिक्षकले प्रष्ट पारिदिनुहोस्।

- ४.२ प्रत्येक बालबालिकालाई आफ्नो छिमेकीले गर्ने मुख्य काम भन्न लगाउनुहोस् र उनीहरूले भनेका कुरा पाटीमा टिपोट गर्दै जानुहोस् । त्यसपछि उनीहरूका छिमेकीले गर्ने कामका आधारमा छलफल गर्नुहोस् । छिमेकीको पेसा पत्ता लगाउन विद्यार्थीले नसकेमा मात्र शिक्षकले सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- ४.३ विद्यार्थीलाई आफ्नो परिवारको पेसा र छिमेकीको पेसाबीच तुलना गर्न तलको जस्तै तालिका बनाई भर्न लगाउनुहोस् ।

मेरो परिवारको पेसा	छिमेकीको पेसा

- ४.४ नमुनाका लागि कुनै चार ओटा पेसा छनोट गर्नुहोस् । विद्यार्थीलाई चार समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई एकएकओटा पेसाको नाम दिनुहोस् र उक्त पेसासँग सम्बन्धित छोटो अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । सबैको अभिनय सकिएपछि कक्षामा छलफल गराई ती पेसाहरूको महत्त्व पत्ता लगाउनुहोस् ।
- ४.५ सबै पेसाको आ-आफ्नै महत्त्व हुन्छ र सबैलाई समान रूपमा लिनुपर्दछ । कुनै पनि काम सानो तथा ठूलो हुँदैन भन्ने भावना जगाउन विभिन्न पेसासँग सम्बन्धित मानिससँग विद्यार्थीलाई अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

##### ५.१ निम्नलिखित प्रश्न सोध्नुहोस् :

- (क) पेसा भनेको के हो ?
- (ख) तिम्रो छिमेकीले के काम गर्नुहुन्छ ?
- (ग) तिम्रो बुबाआमाले के काम गर्नुहुन्छ ?
- (घ) तिम्रा कुनै पाँच जना छिमेकीले गर्ने पेसाको नाम लेख ?
- (ङ) कुनै पाँच ओटा पेसाको नाम लेखी ती पेसाको महत्त्व/फाइदा तालिकामा देखाऊ ।

- ५.२ अभिनय र अन्तर्क्रियामा विद्यार्थीको सक्रियता अवलोकन गर्नुहोस् । सक्रियता, भूमिका अभिनय, स्पष्टता, प्रस्तुति र सन्देशका आधारमा श्रेणी मापन फाराम बनाई विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.३ तलको जस्तै तालिका बनाई न्युजप्रिन्टमा चार्ट बनाई प्रदर्शन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूसँगको खुला प्रश्नोत्तर र छलफलबाट बाँकी कोठाहरू भर्नुहोस् । तालिका भरिसकेपछि तालिकाको तल दिइएका नमुना प्रश्नहरूमा छलफल गराउनुहोस्, जस्तै :

द्र.सं.	अवस्था	के हुन्छ होला	उसले काम गर्नाले भएको फाइदा
१.	किसानले खेती गरेन भने	खान पाइदैन र भोकै भइन्छ ।	किसानले खेती गरिदिएकाले भोक लागेको वेला खाना खान पाइएको छ । मिठा चिजहरू खान पाइन्छ ।
२.	ड्राइभरले गाडी चलाएन भने		
३.	सुचिकारले लुगा सिएन भने		
४.	डाक्टरले बिरामी जाँचेन भने		
५.	शिक्षकले अध्यापन गरेन भने		

## **प्रश्नहरू**

- (क) कुन पेसा ठूलो र कुन पेसा सानो रहेछ ?
- (ख) के पेसा ठूलो तथा सानो हुन्छ ?
- (ग) कुनै काम कठिन हुन्छ भने कुनै काम सजिलो हुन्छ । के तिनको महत्त्व पनि फरक हुन्छ ?
- (घ) के हामीले कुनै कामलाई बढी र कुनै कामलाई कम सम्मान गर्न हुन्छ ?
- (ङ) भविष्यमा तिमी कुन पेसा वा काम गर्न चाहन्छौ ? किन ?

## **६. थप सुझाव**

विद्यालय नजिक कतै घर बनाइरहेको, कतै खेतीपातीको काम भइरहेको त कतै सानातिना उद्योगहरू सञ्चालन भइरहेका हुन सक्छन् । त्यस्ता ठाउँमा विद्यार्थीहरूलाई स्थलगत भ्रमण गराई विभिन्न पेसाका बारेमा विस्तृत जानकारी दिन सकिन्छ ।

## पाठ २ छिमेकीहरूसंगको व्यवहार

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- छिमेकीहरूप्रति उचित व्यवहार गर्ने ।	- आफ्नो छिमेकका ठूला तथा साना सबै व्यक्तिलाई सम्मान र माया गर्ने । - छिमेकीहरूलाई सहयोग गर्ने । - छिमेकीहरूलाई जात, लिङ्ग, भाषा, वर्ग, धर्म, वर्ण आदिका आधारमा विभेद नगरी समान व्यवहार गर्ने । - छिमेकीहरूले भनेको कुरा सत्य तथ्य हो/होइन भनेर छुट्याउन । - छिमेकका साथीहरूसँग मेलमिलाप कायम राख्न ।

### २. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूको छिमेकीहरूसँग भेटघाट र बोलचाल भइरहन्छ । उनीहरूका आपै उमेरका साथीहरू, आफूभन्दा ठूला उमेरका व्यक्तिहरू र उनीहरूभन्दा साना रेखदेख गर्नुपर्ने बालबालिकाहरू पनि हुन सक्छन् । बालबालिकाहरूलाई सानै उमेरदेखि घर वरिपरि रहेका विभिन्न उमेर समूहका व्यक्तिहरूसँग बोल्ने तरिका, सहयोग लिने तथा दिने बानी, सम्मान र माया गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । बालबालिकाहरूको छिमेकीमा जात, भाषा, धर्म, वर्ण, वर्ग, लिङ्ग आदिका आधारमा पनि विभेद भइरहेको हुन सक्छ । कतिपय समाजमा यी विभिन्न आधारमा विभेद गरेको पाइन्छ । बालबालिकाहरूलाई छिमेकमा रहेका जातीय विभेद हटाउने तरिका सिकाउने गर्नुपर्दछ । यस्ता जाति, भाषा, धर्म, वर्ण, महिला, पुरुष, धनी, गरिब आदिका आधारमा भेदभाव गर्नु हुँदैन भन्ने धारणाको विकास गराई सबैसँग समान व्यवहार गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । छरछिमेकमा एउटाले अर्काको भए/नभएको कुरा लगाएर भगडा गराउने प्रवृत्ति पनि रहेको हुन्छ । यस्तो प्रचलन हटाउनका लागि बालबालिकाहरूलाई सानै उमेरदेखि अरूले भनेको कुरामा तुरन्तै विश्वास गर्नुभन्दा त्यससम्बन्धी सत्य तथ्य के हो खोजी गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । छिमेकीहरूले अर्का छिमेकीका बारेमा नराम्रो कुरा लगायो भने त्यसबारेमा सत्य तथ्य बुझेर मात्र आप्नो भनाइ राख्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । बालबालिकाहरूलाई सानैदेखि छिमेकीहरूको काममा सहयोग गर्ने, छिमेकी साथीहरूसँग मिलेर खेल्ने, एकअर्काका कुरा नलगाउने जस्ता बानीको विकास गराउने क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ ।

छिमेकीहरूसँग असल व्यवहार गर्नुपर्दछ र एकले अर्कालाई सहयोग गर्नुपर्दछ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

- आदरार्थी शब्दहरूको सूची ।
- टोल/छिमेकमा मिलेर काम गरिरहेका चित्र तथा तस्विरहरू ।
- विभिन्न धर्म, जात, भाषा, महिला, पुरुष आदि लेखिएका कार्डहरू ।
- अन्य विभिन्न चित्र र तस्विरहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

- ४.१ आफूभन्दा ठूला व्यक्तिहरूसँग बोल्दा प्रयोग गरिने शब्दहरू पालैसँग सोधेर कालोपाटीमा टिप्पै जानुहोस् । यस्ता शब्दहरू नेपाली भाषाको मात्र नभएर विद्यालयमा अन्य मातृभाषीहरू भए उनीहरूको भाषाका आदरार्थी शब्दहरू पनि टिपोट गराउन सक्नुहुन्छ । जस्तै : नमस्कार, जदै, सेवादोग, तपाईं, हजुर, सेवारो (लिम्बू भाषा), सलाम वालेकुम (उर्दूभाषा), ज्वज्वलपा (नेवारी भाषा), सिया महेठड (आठपहरिया राई भाषा) आदि । आफूभन्दा सानालाई माया गर्दा प्रयोग गर्ने शब्दहरू पनि टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । आफूभन्दा ठूला वा साना दुवैलाई प्रयोग गर्न सकिने सम्मानजनक शब्द वा वाक्यको सूची बनाई अभ्यास गराउनुहोस् ।
- ४.२ टोल/छिमेकमा मिलेर काम गरिरहेका चित्र प्रदर्शन गर्नुहोस् (पाठ्यपुस्तकको चित्र पनि प्रयोग गर्ने सक्नुहुन्छ) । एउटा छिमेकीले अर्को छिमेकीलाई कस्तो कस्तो अवस्थामा सहयोग गर्ने र कुनकुन काम सबै टोलबासी मिलेर गर्नुपर्छ भन्ने सम्बन्धमा प्रश्नोत्तर वा छलफल गराउन सक्नुहुन्छ ।
- ४.३ बालबालिकाहरूलाई उनीहरूका छिमेकीहरूको जात, धर्म, भाषा, महिला/पुरुष पेसा तालिकामा लेख्न लगाउनुहोस् ।

छिमेकीको नाम	धर्म	जात	भाषा	महिला/पुरुष	पेसा

४.४ छिमेकीसँग सहयोग मार्गदा र छिमेकीलाई सहयोग गर्दा प्रयोग गरिने शब्द र व्यवहारलाई हाउभाउसहित अभिनय गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले पनि उदाहरण प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

४.५ बालबालिकाहरूलाई पालैसँग माथि उल्लेख गरिएको धर्म, जात, लिङ्ग, भाषा, पेसा आदिका आधारमा भेदभाव हुने गरेको छ/छैन सोध्नुहोस् । यसका लागि व्यक्तिगत रूपमा सरल भाषामा निम्नलिखित नमुना प्रश्नहरू सोध्न सक्नुहुन्छ :

- तिमो परिवारमा छोरा मानिसले छोरी मानिसलाई हेप्ने चलन छ/छैन ?
- घरमा कसले खाना पकाउनुहुन्छ ?
- लुगा धुने, भाँडा माझ्ने काम कसकसले गर्नुहुन्छ ?
- समाजमा एउटाले छोएको अर्काले नखाने चलन छ/छैन ?

- छ भने यस्तो चलन राम्रो हो कि होइन ?
- छिमेकमा एउटा भाषा बोल्नेले अर्को भाषा बोल्नेलाई हेज्ञे, जिस्याउने, होच्याउने काम गर्न हुन्छ कि हुँदैन ?
- छिमेकमा धनी व्यक्तिले गरिबलाई हेला गर्दैन् कि गर्दैनन् ?
- एउटा धर्म मान्नेले अर्को धर्म मान्ने व्यक्तिलाई हेज्ञे वा नराम्रो मान्ने चलन छ/छैन ? आदि ।

४.६ छरछिमेक तथा गाउँटोलमा विभिन्न आधारमा विभेद भएको अवस्था भएमा त्यसलाई अन्त्य गर्न बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको परिवारमा र छिमेकमा सम्भाउन लगाउनुहोस् । अरूले विभेद गरे पनि आफूले विभेद नगर्ने जस्ता कार्य गराउनुपर्दछ भन्ने कुरामा उत्प्रेरणा जगाउनुहोस् ।

४.७ बालबालिकाहरूलाई छरछिमेकमा केके कारणले भगडा हुन्छ भन्ने कुरा पालैसँग सोधनुहोस् । भगडा हुन नदिन केके गर्नुपर्णा भन्ने कुरा पनि उनीहरूसँगै लिन सक्नुहुन्छ । भगडाबाट हुने बेफाइदाका बारेमा पनि छलफल गराउनुहोस् ।

४.८ साथी वा छिमेकीसँग कुरा लगाउने वा आफ्ना बारेमा नराम्रो कुरा गरेमा पहिले सत्यतथ्य कुरा पत्ता लगाउने र त्यसपछि मात्र त्यसको प्रतिक्रिया दिने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । प्रतिक्रिया जनाउँदा पनि नरिसाई, आक्रोसित नभई नम्र भएर प्रतिक्रिया दिने, समस्याको समाधान गर्ने अभ्यास गराउने भूमिका अभिनय गराउनुहोस् ।

#### **५. मूल्याङ्कन विधि**

५.१ विद्यार्थीहरूले साथीहरूसँग गर्ने व्यवहार (जाति, धर्म, भाषा, वर्ग, लिङ्ग आदिका आधारमा विभेद गरेन्नगरेको) अवलोकन गर्नुहोस् । उनीहरूले विभेद गरेको देखेमा तत्काल सुधारका लागि पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

५.२ आदरार्थी र माया गर्ने शब्दहरू लेख्न लगाई ठीक लेखे/नलेखेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

५.३ निम्नानुसारका प्रश्नहरू बनाई सोधनुहोस् :

- (क) छिमेकका ठूला व्यक्तिहरूलाई कसरी सम्मान गर्दौ ?
- (ख) साना व्यक्तिहरूलाई केके गरेर माया गर्दौ ?
- (ग) धर्म, जात, भाषा, महिला, पुरुष आदिका आधारमा किन भेदभाव गर्नु हुँदैन ?
- (घ) छिमेकीलाई एउटाले अर्काको नराम्रो कुरा लगायो भने के गर्नुपर्छ ?
- (ङ) सत्यतथ्य कुरा र ढाँटेको कुरा कसरी पत्ता लगाउँदौ ?
- (च) साथीहरूसँग मिलेर बस्न केके गर्नुपर्छ ?

#### **६. थप सुझाव**

विद्यार्थीको सिकाइ स्तर, पारिवारिक परिवेश र स्थानीय परिवेशका आधारमा क्रियाकलापमा थपघट, परिमार्जन र सुधार गरेर अभ्यास गराउनुपर्दछ ।

## **पाठ ३ समुदायको काममा सहयोग**

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रममे निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- सामुदायिक काममा सहयोग पुऱ्याउन ।	- सामुदायिक कामको पहिचान गर्न । - विभिन्न सामुदायिक काममा सहभागी हुन । - आफ्नो समुदायमा हुने सामुदायिक कार्यमा सब्दो सहयोग गर्न । - सार्वजनिक स्थलहरूको सुरक्षा र मर्मत तथा सम्भार गर्न । - सहर र गाउँमा हुने सामुदायिक कामको सूची बनाउन ।

### २. पाठ परिचय

समुदायमा हुने सामूहिक कामहरू सामुदायिक काम हुन् । समुदायको सेवाका लागि विभिन्न संस्थाहरू क्रियाशील हुन्छन् । विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी, बाटोघाटो, मठमन्दिर, धारा, पाटीपौवा आदि समुदायका सम्पत्ति हुन् । यस्ता सम्पत्तिको उचित सुरक्षा र मर्मतसम्भार गर्नु सबैको कर्तव्य हो । त्यस्तैगरी समुदायमा बसोवास गर्ने मानिसहरूले विभिन्न समयमा आफ्नो गाउँ/टोल सुधारका कार्यहरू गर्दछन्, त्यस्ता कार्यमा पनि बालबालिकालाई सहभागी गराउनुपर्दछ जसले गर्दा उनीहरूमा सामुदायिक भावनाको विकास हुन्छ । समुदायमा हुने सामाजिक, धार्मिक, सांस्कृतिक कार्यमा सहभागी हुने र आफूले सकेको सहयोग गर्ने बानीको विकास हुन सकोस् भन्ने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो । यस पाठमा समुदायमा भएका विभिन्न काममा बालबालिकाले पुऱ्याएको सहयोगलाई विभिन्न परिवेश मिलाएर प्रस्तुत गरिएको छ ।

**समुदायको काम समुदायमा बसोवास गर्ने सबैको काम भएकाले यसमा सबैजना सक्रिय रूपमा सहभागी हुनुपर्छ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्रीहरू

- सामुदायिक काम भइरहेका तस्विर र चित्रहरू ।
- सार्वजनिक स्थलका चित्र वा तस्विरहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ द्विन्याकलाप

- ४.१ कक्षाका सबै बालबालिकालाई उनीहरूको समुदायमा हुने कुनै एक काम भन्न लगाउनुहोस् र एक जनालाई कालोपाटीमा लेख्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले भनेका बाहेक पनि अन्य कामहरू हुन सक्छन् भने ती सामुदायिक कामलाई पनि लेख्न लगाउनुहोस् ।

- ४.२ शुक्रबारको दिन बालबालिकालाई नजिकको मन्दिर, पाटी, पौवा, पैंथेरा वा अन्य कुनै सामुदायिक स्थलमा लैजाउनुहोस् । त्यहाँको सरसफाइ कार्यमा लगाउनुहोस् । सरसफाइ गर्नुभन्दा पहिले र सरसफाइ गरेपछिको अवस्थाको तुलना गरी सामुदायिक काम गर्दा भएका अनुभवहरू समेटी छोटो प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउनुहोस् र त्यसलाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.३ विभिन्न सामुदायिक काम (बाटोघाटो मर्मत, टोल सफाइ, मन्दिर, पाटीपौवा सरसफाइ आदि) भएका फोटोहरूलाई ठूलो चार्ट पेपरमा टाँसेर कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् । समुदायमा भएका त्यस्तै कामसँग सम्बन्धित फोटो र पत्रपत्रिकाका कटिङ्गहरू सङ्कलन गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्न विद्यार्थीलाई प्रेरित गर्नुहोस् ।
- ४.४ माथिका क्रियाकलापहरूका आधारमा सहरमा हुने सामुदायिक काम र गाउँमा हुने सामुदायिक कामको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
- ४.५ समुदायमा रहेका नाम चलेका समाजसेवीलाई कक्षामा आमन्त्रण गर्नुहोस् । सामुदायिक कार्यका सम्बन्धमा विद्यार्थीसँग अन्तर्क्रिया गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.६ पत्रपत्रिकाहरू तथा अन्य सामग्रीबाट सामुदायिक काम भइरहेको चित्र वा तस्विरहरू वा समाचारहरू प्रदर्शन गर्दै ती कार्यहरूमा आफूले के सहयोग गर्न सकिन्दू भनी छलफल गराउनुहोस् । सामुदायिक काम र आफूले गर्न सक्ने सहयोग देखाउने निम्नानुसारका तालिका बनाउन लगाउनुहोस् ।

सामुदायिक	चित्र / तस्विर	आफूले गर्न सक्ने सहयोग

## ५. मूल्यांकन विधि

- ५.१ विद्यार्थीलाई विभिन्न सामुदायिक काममा सहभागी गराई उनीहरूको सक्रियताको अवलोकन गरी मूल्यांकन गर्नुहोस्, जस्तै :

क्र.सं.	विद्यार्थीको नाम	सहभागिता	मिलनसारिता	सहकार्य
१.	सन्तु तामाङ	✓	✓	✓
२.				
३.				

- ५.२ कक्षा कोठाको सरसफाइ र सजावट विद्यार्थीलाई गर्न लगाई माथिको जस्तै तालिका बनाई उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

- ५.३ तलका प्रश्नहरू सोधनुहोस् :

- (क) सामुदायिक काम भनेको के हो ?  
 (ख) तिमो समुदायमा भएका सामुदायिक कामको सूची बनाउ ।

- (ग) सामुदायिक काममा सहयोग गर्न पाउँदा तिमीलाई कस्तो अनुभव भयो ? आफ्नो अनुभव साथीलाई सुनाउ ।
- (घ) सहर र गाउँमा हुने सामुदायिक कामको सूची बनाउ ।
- (ड) तिम्रो समुदायमा रहेका सार्वजनिक स्थलहरूको नाम लेख ।

#### ६. थप सुझाव

बालबालिकालाई सामुदायिक भावनाको विकास गराउन विद्यालय र वरपर हुने विभिन्न जात्रा, पर्व, मेलालाई व्यवस्थित गर्न विद्यार्थीलाई पनि परिचालन गर्नुहोस् ।

## पाठ ४ र ५ समान व्यवहार र अरुलाई बुझ्नौ

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ५

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- छिमेकीहरूप्रति उचित व्यवहार गर्ने ।	<ul style="list-style-type: none"> <li>- साथीहरूबीच समानुभूतिपूर्ण व्यवहार गर्ने ।</li> <li>- जातपात, धर्म, धनी, गरिब, महिला, पुरुष आदि सबैसँग समान व्यवहार गर्ने ।</li> <li>- अरुको भावनामा ठेस नपुग्ने कार्य गर्ने ।</li> <li>- अरुको व्यवहारलाई सम्मान गर्ने ।</li> </ul>

### २. पाठ परिचय

यो पाठ समान व्यवहार र समानुभूतिपूर्ण व्यवहारसँग सम्बन्धित छ । विद्यालय तथा टोल/छिमेकमा विभिन्न वर्ग, धर्म, जात, लिङ्गका मानिसहरू हुन्छन् । यी सबैसँग समान व्यवहार गर्न सकिएन भने समाजमा मिलेर बस्न सकिदैन । बालबालिकाको कलिलो मस्तिष्कमा जात, धर्म, वर्ण, वर्गसम्बन्धी हामीले जस्तो धारणा बसाउँछौं त्यसले उनीहरूको भावी जीवनलाई पनि प्रभावित पार्दछ । त्यसले बालबालिकालाई सबैसँग समान व्यवहार गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ । अरु कसैको नराम्रो व्यवहारले आफूलाई कत्तिको चोट पर्दछ र अरुलाई आफूले नराम्रो व्यवहार गर्दा पनि उसलाई त्यसै हुन्छ भन्ने भावनालाई प्रस्तुत पाठले प्रष्ट पार्न खोजेको छ । यसका साथै कसैलाई कुनै दोष लगाउनुभन्दा अगाडि वास्तविकता बुझनुपर्दछ । गल्ती नगरेको व्यक्तिलाई दोष लगाइयो भने कस्तो असर पर्दछ ? त्यस्ता घटना आफैमा घटे भने के हुन्छ ? भन्ने किसिमले बालबालिकामा समानुभूतिको विकास गराउन यो पाठ राखिएको हो । विनाकारण कसैप्रति पनि नराम्रो व्यवहार गर्नु हुँदैन, आफूलाई जस्तै अरुलाई पनि आफ्ना नराम्रा बानी तथा व्यवहारले दुखित तुल्याउन सक्छ भन्ने सोचाइको विकास गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य हो ।

अरुको भावनालाई बुझेर सबैप्रति सम्मानजनक व्यवहार गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

बल, मादल, घन्टी, चित्रहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ दिनाकलाप

#### ४.१ निम्नानुसारको खेल खेलाउनुहोस् ।

(क) विद्यार्थीलाई गोलो घेरामा राख्नुहोस् :

(ख) विद्यार्थीलाई एउटा बल दिनुहोस् र मादल वा घन्टी बजाउदै बल एकआपसमा पास गर्न लगाउनुहोस् । मादल वा घन्टीको आवाज बन्द हुँदा जसको हातमा बल पुग्छ उसलाई प्रश्न सोध्नुहोस् ।

- तिमीलाई सबैभन्दा मन पर्ने छिमेकी को हो ?
  - कक्षामा बस्दा तिमीलाई कोसँग बस्न मन लाग्छ ?
  - तिमीलाई कुन शिक्षक बढी मन पर्दै र किन ?
  - तिमो साथीसँग के कुरामा भगडा हुन्छ ?
  - सबैभन्दा मन पर्ने साथी को हो ? किन ?
  - तिमीलाई सबैभन्दा मन नपर्ने छिमेकी को हो र किन मन नपरेको ?
- प्रश्नको उत्तर दिने पालो सबैको सकिएपछि उनीहरूलाई मन पर्ने व्यवहार र मन नपर्ने व्यवहार केके हुन्, सोधनुहोस् ।

४.२ बालबालिकालाई मन पर्ने व्यवहार र मन नपर्ने व्यवहारको तालिका बनाउन लगाउनुहोस् र त्यसमा कारणसमेत लेख्न लगाउनुहोस् ।

#### तालिकाको नमूना

मन पर्ने व्यवहार	कारण (किन मन परेको)	मन नपर्ने व्यवहार	कारण (किन मन नपरेको)

४.३ कथा सुनाउनुहोस् :

“सुशीला र रमिता एउटै टोलमा बस्छन् । उनीहरू एउटै कक्षामा पढ्छन् र उनीहरू मिल्ने साथी हुन् । सुशीला सम्पन्न परिवारकी छोरी हुन् भने रमिता निम्न वर्गको परिवारकी छोरी हुन् । सुशीलालाई घरमा कुनै काम गर्नु पर्दैन तर पनि उनको पढाइ त्यति राम्रो छैन । उता रमिला घरमा गएपछि भान्धाको काममा व्यस्त हुन्छन्, भाइलाई गृहकार्य गर्न सघाउँछिन् र फुर्सदमा मात्र आफ्नो गृहकार्य गर्दछन् । यसो भए तापनि उनी परीक्षामा सधै प्रथम हुन्छन् । यो कुरा सुशीलाकी आमालाई मन परेको थिएन । रमिता कहिलेकाहीं सुशीलासँग खेलन आउँदा पनि उनले नराम्रो व्यवहार गर्थिन् । एक दिनको कुरा हो, सुशीला र रमिता सबै साथीसँग खेलिरहेका थिए । यत्तिकैमा अधिल्लो दिनको टेलिभिजनमा आएको कार्यक्रमसम्बन्धी गफ सुरु भयो । रमिताले सुनेर मात्र बसेकी थिइन् । सुशीलाले एककासि भनिन्, “रमिताको त टेलिभिजन भए पो यसलाई के थाहा ? यो त किताबको किरो मात्रै हो,” यो सुनेपछि रमिताको चित्त दुख्यो । आफ्नो सबैभन्दा मिल्ने साथीले यसरी गरिबीको खिल्ली उडाएको देखेर उनको मन भित्रभित्र रोयो । साहै दुःखी हुँदै घर फर्किन्, यो कुरा उनले आफ्ना बुवा आमालाई पनि भन्न सकिनन् किनकि उनी समझदार थिइन् । मेरो यो कुराले आमा बुवालाई पनि दुःख लाग्छ भनेर उनले बुझेकी थिइन् । त्यस दिनदेखि उनी सुशीलासँग खेलन र बोलन पनि छोडिन् । सुशीलाले खेल बोलाए पनि घरमा काम भएको बाहना गर्न थालिन् । यत्तिकैमा उनीहरूको परीक्षा आयो, सुशीलाले रमितासँगै बसेर पढ्न र सिक्न खोजेपछि रमिताले आफूले सकेको सहयोग गरिन् ।

रमिताको व्यवहार फरक भएको देखेर सुशीलाले निकै कर गरेपछि रमिताले भनिन्, “हेर सुशीला आज धनी भएको व्यक्ति भोलि गरिब हुन सक्छ आज गरिब भएको भोलि धनी । त्यसैले साथीसाथीबीचमा यस्तो व्यवहार गर्नु हुँदैन ।” रमिताले भनेको सुनेपछि सुशीलालाई साँच्चकै पछुतो भयो, उनले त्यसदिन भनेको कुरा सम्झन् र आफैलाई अरु कसैले त्यस्तो भनेको भए म के गर्थै भन्ने सोच्च थालिन् । उनले रमितासँग रूपै माफी मागिन् । रमिताले पनि अबदेखि कसैसँग यस्तो व्यवहार नगर ल भन्दै माफी दिइन् र दुवै साथी पहिले जस्तै मिलेर बस्न थाले ।

- (क) यो कथाको मूल सन्देश के हो ?
- (ख) तिमी रमिताको ठाउँमा भएको भए के गर्थौ ?
- (ग) सुशीलाको व्यवहार कसरी परिवर्तन भयो ?

#### **५. मूल्याङ्कन विधि**

- ५.१ बालबालिकाको साथीसँगको व्यवहार अवलोकन गर्नुहोस् र कसैसँग भगडा गरेको/नराप्त्रो वा चित्त दुखो गरी कसैले केही भनेको थाहा पाउनु भएमा बालबालिकालाई बानी व्यवहार सुधार गर्न आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।
- ५.२ खेलमा बालबालिकाको सहभागिताको अवलोकन गर्नुहोस् र त्यसका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.३ तलका प्रश्नहरू सोधनुहोस् :

  - (क) तिमीलाई अरुको कस्तो व्यवहार मन पर्छ, कस्तो मन पर्दैन ?
  - (ख) बाटोमा खान नपाएर मागेर बसेको मान्छे देख्दा तिमीलाई कस्तो लाग्छ ?
  - (ग) तिमीलाई राप्तो अनुहार भएको मान्छे मन पर्छ कि असल व्यवहार गर्ने मान्छे र किन ?

#### **६. थप सुझाव**

बालबालिकालाई समानुभूतिको विकास गराई अरुको दुःखमा दुःखी हुन र सुखमा खुसी हुन सिकाउनु पर्दछ । त्यसका लागि विभिन्न कथा वा वास्तविक घटना विवरण सुनाउनुपर्दछ । समानुभूतिले सबैसँग मिलनसार हुन र असल व्यवहार गर्न मद्दत गर्दछ ।

## एकाइ २ : हाम्रो परम्परा सामाजिक मूल्य र मान्यता

### पाठ १ हाम्रो परम्परा

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- परम्परागत सामाजिक प्रचलनहरूको तुलनात्मक अध्ययन गरी राम्रा प्रचलनहरू अवलम्बन गर्ने ।	- हाम्रा परम्परागत चलनहरू बताउन । - हाम्रा परम्पराहरूको सूची बनाउन । - परम्परागत चालचलनमध्ये राम्रा र नराम्रा परम्परा छुट्याउन । - अन्धविश्वास हटाई सहयोग गर्ने । - राम्रा परम्पराको अनुशरण गर्ने ।

#### २. पाठ परिचय

नेपाल एक वहुजातीय, वहुभाषिक र वहुसांस्कृतिक मुलुक हो । यहाँ विभिन्न समुदायमा विभिन्न चालचलन, रहनसहन, परम्पराहरू प्रचलित छन् । कतिपय हाम्रा परम्पराहरू अन्धविश्वासमा आधारित छन् भने कतिपय वैज्ञानिक आधार भएका पनि छन् । हाम्रा कतिपय नराम्रा परम्पराका कारणले राम्रा परम्पराप्रति पनि मानिसहरू उदासिन देखिन थालेका छन् । जातपातका आधारमा धार्मिक कार्यमा भेदभाव गर्नु, बोक्सीको आरोपमा यातना दिनु, धामीझाँक्रीमा विश्वास गर्नु, भूतप्रेतमा विश्वास गर्नु, महिलाले वेद पढ्नु हैँदैन भन्ने जस्ता विभिन्न अन्धविश्वासहरू हाम्रो समाजमा छन् । पाहुनालाई सत्कार गर्नु, आफूभन्दा ठूलालाई आदर सम्मान गर्नु, सानालाई माया गर्नु, दिनदिनै नुहाउने र सफा लुगा लगाएर मात्र खाना खानु र भान्दा कोठा लिपपोत गरी सफा गर्नु, बिहान सबैरै उठेर भगवानको ध्यान, पूजा तथा आराधना गर्नु कुनै चाड विशेषमा विशेष खानेकुरा खानु आदि राम्रा चलनहरू हुन् । हाम्रा परम्परा र चालचलनहरूलाई राम्रोसँग बुझेर कुन परम्परा राम्रो वा नराम्रो हो भन्ने छुट्याउन सक्नुपर्छ । नराम्रा परम्परालाई छोड्ने वा सुधार गर्दै जानुपर्दछ भने कतिपय राम्रा परम्पराको संरक्षण गर्नुपर्दछ । बालबालिकाहरूलाई राम्रा र नराम्रा परम्पराको जानकारी दिनुपर्दछ । राम्रा परम्पराको अनुशरण गर्न र नराम्रा परम्परालाई बुझेर त्यस्ता परम्परा छोड्दै वा आवश्यक सुधार गर्दै अघि बढ्न सक्षम तुल्याउने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो ।

हामीले राम्रा परम्पराको अनुशरण गर्दै जानुपर्दछ । बालबालिकालाई असल परम्पराको अनुशरण गर्न प्रेरित गर्नुपर्दछ ।

#### ३. शैक्षिक सामग्री

- विभिन्न चालचलनसम्बन्धी फोटोहरू वा चित्रहरू ।
- हाम्रा परम्पराहरू लेखिएका मेटाकार्डहरू ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ विभिन्न परम्परा वा चालचलनमा भए गरेका क्रियाकलापसम्बन्धी फोटोहरू ठूलो चार्ट पेपरमा टाँसी प्रदर्शन गर्नुहोस् र त्यहाँ केके भइरहेको छ भन्ने बारेमा विद्यार्थीबीच छलफल गराउनुहोस् । छलफलबाट उनीहरूले निकालेका निष्कर्षलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले स्पष्ट पार्न नसकेका कुराहरू शिक्षक स्वयम्भूत प्रष्ट पारिदिनुहोस् ।
- ४.२ बालबालिकालाई समुदायमा प्रचलनमा रहेका परम्पराहरूको सूची बनाउन लगाई ती परम्परामा गरिने एक/एक ओटा क्रियाकलाप पनि उल्लेख गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै :

	परम्पराको नाम	क्रियाकलाप
१.	माघे सङ्क्रान्ति	नुवाइध्वाइ गरिन्छ । घिउ, चाकु, तरुल खाइन्छ ।
२.		
३.		

- ४.३ हाम्रा परम्परा वा चलनहरूको नाम वा क्रियाकलाप लेखिएका मेटाकार्डहरू छ्यासमिस पारी विद्यार्थीहरूलाई बाँझनुहोस् । एउटा मेटाकार्डमा एउटा मात्र परम्परा वा चलनका बारेमा लेखिएको हुनुपर्छ । प्रत्येकलाई आफूलाई परेको कार्डमा भएको परम्परा वा चलनहरू पढ्न लगाउनुहोस् । त्यो परम्परा राम्रो वा नराम्रो के हो ? विद्यार्थीलाई भन्न लगाउनुहोस् र पाटीमा तलको जस्तै तालिका बनाई उनीहरूले भनेका आधारमा लेख्दै जानुहोस् ।

क्र.सं.	राम्रा परम्परा	के कारणले	नराम्रा परम्परा	के कारणले	सुधारनुपर्ने कुरा
१.					
२.					
३.					

- ४.४ समुदायमा अन्यविश्वासका कारणले मानिसको ज्यानै गएका, अड्गभड्ग भएका घटनाहरू हुन सक्छन् । त्यस्ता घटनाका आधारमा वा कल्पनाका आधारमा कुनै एउटा लघु नाटक तयार पारी विद्यार्थीहरूलाई अभिनय गराउनुहोस् ।

जस्तै : कोही विरामी हुँदा भारफुकमा विश्वास गरेर अस्पताल नलैजानाले ज्यान गएका घटना, सुत्केरी महिलाको स्याहार र पोषणयुक्त खाना खान नदिएर आमा र बच्चा दुवै रोगी भएको घटना, छुवाछुतको भेदभावले गर्दा समाजमा द्वन्द्व बढेका घटना, रगत सबैको रातो हुन्छ भन्ने सन्देश दिने घटना, हातखुटटा वा अन्य कुनै अड्गमा काटेको घाउमा माटो, गोवर लगाउनाले टिटानस भएर मृत्यु भएको वा यस्तै अन्य घटना ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

- ५.१ विद्यार्थीलाई हाम्रा राम्रा चालचलन र नराम्रा चालचलन छुट्याउन लगाई तालिकामा देखाउन लगाउनुहोस् । सही लेखे/नलेखेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- ५.२ बालबालिकाले तयार पारेका हाम्रा परम्पराको सूची हेरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.३ बालबालिकाहरूको व्यवहारको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.४ निम्नलिखित प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :
- (क) हाम्रा राम्रा र नराम्रा परम्पराको सूची तयार पार ।
- (ख) तिम्रो परिवार वा छरछिमेकमा रहेका कुनै एउटा राम्रो चलन साथीलाई सुनाउ ।
- (ग) तिम्रो घरमा पाहुना आउँदा वा तिमी कसैको घरमा जाँदा कसरी शिष्टाचार व्यक्त गर्दछौ ?  
(अभिनय गरेर देखाउन लगाउनुहोस् ।)

#### ६. थप सुझाव

राम्रा परम्परा र चालचलनहरूसम्बन्धी तस्बिर, समाचार, चलचित्र आदि प्रदर्शन गरी छलफल गराउन सकिन्छ । स्थानीय समुदायमा भएका राम्रो चलनलाई निरन्तरता दिन र नराम्रो चलन तथा अन्यविश्वासहरू हटाउन विभिन्न नाराहरू लेखिएका प्लेकार्ड तयार गरी च्याली गराउन पनि सक्नुहुन्छ ।

## पाठ २ हाम्रो भाषा र वेषभूषा

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो जिल्लाभित्रका भाषा, धर्म वेषभूषा र रहनसहनका बारेमा बताउन र विभिन्न मेला पर्वहरूमा सहभागी हुन ।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो जिल्लाभित्र बोलिने भाषाहरूको सूची बनाउन ।</li><li>- जिल्लाभित्र मानिने विभिन्न धर्महरूको विवरण दिन र सबै धर्मप्रति सद्भाव राख्न ।</li><li>- जिल्लाभित्र प्रचलनमा रहेका वेषभूषा र रहनसहनका बारेमा बताउन ।</li><li>- स्थानीय स्तरमा मनाइने विभिन्न मेलापर्व र चाडबाडमा सहभागी हुन ।</li></ul>

### २. पाठ परिचय

नेपाल भाषिक, धार्मिक, वेषभूषा र रहनसहनमा विविधताले भरिपूर्ण देश हो । एउटै जिल्लाभित्र पनि विभिन्न भाषा बोल्ने मानिसहरू बसोवास गर्दछन् । एउटा समुदायको चालचलन अर्को समुदायसँग फरक छ । एउटै धर्म मान्नेहरूमा पनि ठाउँअनुसार फरकफरक चलनहरू चल्तीमा छन् र हिन्दु बाहेक अन्य धर्म मान्नेहरू पनि छन् । भाषामा विविधता, वेषभूषामा विविधता र चालचलन, रहनसहन आदिमा विविधता भए पनि हामी सबै नेपाली हाँ । विविधतामा एकता नै हाम्रो समाजको विशेषता हो । विभिन्न धर्म, भाषा, वेषभूषा, रहनसहन भएका मानिसहरू एकै ठाउँमा मिलेर बसेका छन् । यसरी कायम भएको हाम्रो सामाजिक सद्भावलाई बलियो बनाइराख्न बालबालिकाहरूमा विविधतामा एकताको सन्देश दिनुपर्दछ । त्यसैले यस पाठमा विभिन्न भाषा, वेषभूषा, धर्म, रहनसहन र चाडपर्वका बारेमा जानकारी दिने र स्थानीय स्तरमा हुने विभिन्न मेलापर्व, जात्रामा सहभागी हुन प्रेरित गरी नेपाल विभिन्न फूलहरूको साभा फूलबारी हो भन्ने धारणाको विकास गराउनुपर्दछ । जुनसुकै भाषा, धर्म, वेषभूषा, रहनसहनमा विश्वास गर्ने भए तापनि एकले अर्काको अस्तित्वलाई स्वीकार गर्दै सामाजिक सद्भाव कायम राख्न मद्त पुऱ्याउने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो ।

**बालबालिकाहरूलाई आफ्नो जिल्लाभित्रका भाषा, धर्म, वेषभूषा, रहनसहन आदिको जानकारी लिने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- विभिन्न वेषभूषामा सजिएका मानिसका तस्विरहरू ।
- विभिन्न वेषभूषा झल्कने पुतली वा मोडलहरू ।
- विभिन्न चाडपर्व र मेलाजात्रासम्बन्धी फोटोहरू र चित्रहरू ।
- जिल्लाभित्र बोलिने भाषा र धर्मसम्बन्धी तालिका ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ बालबालिकाहरूलाई एक/एक गरी आफ्नो घरमा बोलिने भाषा भन्न लगाउनुहोस् र ती भाषाका नाम पाटीमा लेख्दै जानुहोस् । कक्षामा भएका विद्यार्थीहरू कुनकुन मातृभाषा बोल्ने रहेक्छन् पत्ता लगाइसकेपछि जिल्लाभरि बोलिने अन्य भाषा पनि थप गरी भाषाको तालिका प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- ४.२ बालबालिकाहरूलाई छ/सात जनाको समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई पुराना पत्रपत्रिका र पुस्तकहरू दिनुहोस् । त्यसबाट विभिन्न धर्म र रहनसहनअनुसारका क्रियाकलापहरूको चित्र वा फोटोहरू विद्यार्थीबाट सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् । ती फोटो वा चित्रहरूलाई ठूलो कार्डबोर्ड पेपरमा वा पत्रिकामा टाँस गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् । विद्यार्थीलाई अवलोकन गर्न लगाई त्यहाँ भएका गतिविधिहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- ४.३ स्थानीय स्तरमा मनाइने मेलाजात्राको समयमा उनीहरूलाई त्यसमा सक्रिय सहभागी गराउन ती मेलाजात्रा र पर्वमा भएका क्रियाकलाप र त्यसमा आफूले गरेको कामसमेत उल्लेख गरी छोटो प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउनुहोस् र त्यसलाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.४ विभिन्न जातजातिका भिन्नभिन्न वेषभूषामा सजिएका मानिसका फोटोहरू मोडेल वा पुतली प्रदर्शन गर्दै कुन जातिको मौलिक वेषभूषा कुन हो ? छुट्याउन लगाउनुहोस् । सबै चित्र, फोटो मोडेल, पुतलीहरू एकै ठाउँमा भेला गरी प्रदर्शन गर्नुहोस् । त्यहाँ देखिएको विविधता र सुन्दरताका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.५ कक्षामा विविध जानजातिका बालबालिकाहरू छन् भने तीममध्ये केही विद्यार्थीलाई आ-आफ्नो परम्पराअनुसारका लुगा, गहना लगाएर आउन भन्नुहोस् । अभिभावकसँग सरसल्लाह गरेर सहयोग गर्नुहोस् । अर्को दिन वेषभूषा प्रदर्शनी गराउनुहोस् । केही दिनको तयारी गरेर नृत्यहरू प्रदर्शन गर्न लगाउन पनि सकिन्छ । प्रदर्शनी हेर्न अन्य कक्षाका बालबालिकालाई आमन्त्रण गर्न पनि सकिन्छ ।
- ४.६ कक्षामा धेरै किसिमका भाषा बोल्ने बालबालिकाहरू भएमा हरेक भाषा बोल्ने विद्यार्थीको फरकफरक समूह बनाउनुहोस् । तलका शब्द वा वाक्यहरूलाई आ-आफ्नो भाषामा उच्चारण गर्न लगाउनुहोस् ।  
नमस्कार
- मेरो नाम ..... हो
  - म नेपाली हुँ
  - मलाई नेपाल असाध्यै मनपर्छ
  - म मेरो देशलाई माया गर्दू
  - हामी मिलेर सँगै बसौँ हैं ।
- ४.७ सबै विद्यार्थीहरूलाई खुला ठाउँ वा कक्षा कोठामा नै हातमा हात समाई धेरा लागेर उभिन लगाउनुहोस् । तलको गीत वा यस्तै भावका अन्य गीत गाउन लगाएर वा क्यासेट बजाएर ताली बजाउदै गाउन र दायाँबायाँ हल्लन लगाउनुहोस् ।
- सयाँ थुङ्गा फूलका हामी .....
  - सयथरी बाजा एउटै ताल .....

#### **५. मूल्यांकन विधि**

- ५.१ जिल्लामा बोलिने विभिन्न भाषाहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
- ५.२ जिल्लामा कुनकुन वेषभूषा प्रचलनमा छन् ? आफ्ना अभिभावकसँग सोधी खोजी गर्न लगाउनुहोस् ।
- ५.३ स्थानीय मेला पर्वमा विद्यार्थीको सहभागिता अवलोकन गर्नुहोस् र तलको जस्तै तालिका वा घटनावृत्त अभिलेख तयार गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्र.सं.	विद्यार्थीको नाम	उसले गरिरहेको क्रियाकलाप

५.४ विद्यार्थीले तयार पारेका प्रतिवेदन अध्ययन गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.५ निम्नलिखित प्रश्नहरू सोड्नुहोस् :

- (क) तिमी घरमा कुन भाषा बोल्छौ ?
- (ख) तिम्रो टोल/छिमेकमा कुन मेला/पर्व मनाइन्छ ?
- (ग) तिम्रो गाउँ/टोलमा मनाइने मेलापर्वमा केके क्रियाकलाप गरिन्छ ?
- (घ) जातिअनुसारको पहिरन लगाएका मानिसहरूको चित्र बनाऊ ।
- (ङ) तिम्रो टोल/छिमेकमा बस्ने मानिसहरू कुनकुन भाषा, धर्म र रहनसहन मान्ने छन् ? सोधखोज गरी कुनै पाँच ओटा लेखेर ल्याऊ ।

#### **६. थप सुझाव**

- सम्भव भएसम्म विभिन्न जातजातिका बालबालिकालाई उनीहरूका आ-आफ्नो पहिरनमा विद्यालयमा आउन लगाई वेषभूषाको प्रदर्शनी गर्ने कार्यक्रम पनि राख्न सकिन्छ ।
- परम्परागत वेषभूषा लगाएर खिचेका तस्विरहरूलाई देखाउन सक्नुहुन्छ ।

## **पाठ ३ हाम्रा चाडपर्वहरू**

### १. शिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"> <li>- आफ्नो जिल्लाभित्रका भाषा, धर्म, वेषभूषा, रहनसहनका बारेमा बताउन र विभिन्न मेलापर्वहरूमा सहभागी हुन् ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- जिल्लामा मनाइने विभिन्न चाडपर्वको नाम बताउन ।</li> <li>- जिल्लामा मनाइने चाडपर्वको महत्त्व बताउन ।</li> <li>- चाडपर्वमा गरिने क्रियाकलाप वर्णन गर्न ।</li> <li>- क्षमताअनुसार चाडपर्व मनाउन ।</li> <li>- चाडपर्वहरूमा सक्रिय रूपमा सहभागी हुन् ।</li> <li>- चाडपर्वमा हुने विकृति पहिचान गर्न ।</li> </ul>

### २. पाठ परिचय

हाम्रो देश सांस्कृतिक विविधताले भरिपूर्ण छ । विभिन्न जातजाति, धर्म र समुदायअनुसार फरकफरक चाडपर्वहरू मनाइन्छ । कुनै चाडपर्वहरू धार्मिक मान्यतासँग सम्बन्धित छन् त कुनै सांस्कृतिक मान्यतासँग सम्बन्धित छन् । हाम्रो चाडपर्वहरूले सामाजिक सद्भाव कायम गर्न मद्दत पुऱ्याएका हुन्छन् । हाम्रो देशमा हरेक महिना कुनै न कुनै समुदायमा कुनै न कुनै चाडपर्व परिरहेकै हुन्छन् । यस्ता चाडपर्व मनाउँदा मिठो खाने, राम्रो लगाउने, नाचगान गर्ने, पूजापाठ गर्ने आदि गरिन्छ । आफन्तहरूसँग भेटघाट गर्ने राम्रो अवसर पनि यी चाडपर्वले दिएका हुन्छन् । हामीले यस्ता चाडपर्वहरूमा अनावश्यक तडकभडक र विकृतिलाई प्रश्रय दिनुहुँदैन । आफ्नो क्षमताअनुसार यस्ता चाडपर्वहरू रमाइलोसँग मनाउनुपर्दछ । यस्ता चाडपर्वहरूलाई अनावश्यक बोझको रूपमा लिनुहुँदैन । यस्ता चाडपर्वले हामीमा नयाँ जोश जाँगर र ऊर्जा थपिरहेका हुन्छन् । त्यसैले यस्ता चाडपर्वहरू हामी सबैले मिलेर मनाउनुपर्दछ र भावी पुस्तामा पनि हस्तान्तरण गर्दै जानुपर्दछ भन्ने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो । यस पाठमा विभिन्न धर्म, जाति र क्षेत्रअनुसार मनाइने चाडपर्वहरूका बारेमा उल्लेख गरिएको छ ।

**हाम्रा चाडपर्वहरूलाई रमाइलोसँग मनाउन बालबालिकालाई प्रेरित गर्नुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- विभिन्न चाडपर्व मनाएका फोटोहरू/चाडपर्वमा सहभागी भएका तस्विरहरू ।
- विभिन्न चाडपर्वको नाम र गरिने क्रियाकलाप लेखिएका तालिका ।
- क्यालेन्डर/भित्तेपात्रो ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ बालबालिकालाई आफूले मनाउने चाडपर्वहरूको नाम कापीमा लेख्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले लेखेका चाडपर्वका नामहरू एक/एक गरी भन्न लगाउनुहोस् र ती चाडपर्वहरूमध्ये जिल्लाभरि मनाइने चाडपर्वका नाम कालोपाटीमा लेखेर ती चाडपर्वमा गरिने क्रियाकलापहरूबारे स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

#### तालिका

क्र.सं.	चाडपर्वको नाम	गरिने क्रियाकलाप
१.	दसै	दुर्गा भवानीको पूजा, मान्यजनबाट टीका र आशिर्वाद लिने ।
२.		
३.		
४.		

- ४.२ जिल्लामा मनाइने कुनै एउटा चाडपर्वमा गरिने क्रियाकलापको अभिनय गराउनुहोस् । उक्त अभिनयमा सबैलाई कुनै न कुनै भूमिका दिनुहोस् । अभिनयपछि त्यो चाडको महत्त्वका बारेमा सामूहिक छलफल गराउनुहोस् र अन्य चाडपर्वका महत्त्वहरू पनि सँगसँग प्रष्ट्याउदै जानुहोस् । बालबालिकाहरूलाई जिल्लामा मनाइने चाडपर्वको महत्त्व अभिभावक वा समुदायका जानकार व्यक्तिसँग सोधपुछ गरी लेख्न लगाउनुहोस् ।

- ४.३ बालबालिकाहरूलाई ५/६ जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र एक समूहलाई एउटा क्यालेन्डर दिनुहोस् । प्रत्येक समूहलाई दुई महिना बाँडिदिनुहोस् र ती महिनामा मनाइने कुनै एउटा विशेष चाडको नामबाट समूहको नामकरण गरिदिनुहोस् । प्रत्येक समूहलाई ती महिनामा मनाइने चाडपर्व कुनकुन मितिमा पर्दछन् छुट्ट्याउन लगाउनुहोस् । ती महिनामा पर्ने चाडपर्वको नाम, मनाउने तिथिमिति र मनाउने धर्म, जाति, स्थान उल्लेख गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै :

चाडपर्वको नाम	मनाइने महिना	तिथि वा गते	स्थान	जाति, धर्म

- ४.४ बालबालिकाहरूलाई चाडपर्वमा सक्रिय रूपमा सहभागी गराउन चाडपर्व मानेको भोलिपल्ट त्यो चाडमा गरिने क्रियाकलापलाई समेटेर एउटा दैनिकी लेख्न लगाउनुहोस् ।
- ४.५ बालबालिकाहरूलाई आ-आफ्नो कुनै एक स्थानीय पर्व वा मेलाका बारेमा बयान गर्दै पाठमा जस्तै पोस्टकार्ड बनाउन लगाउनुहोस् र आपसमा आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् । टाढाका साथी भए हुलाकबाट पठाउन लगाउन पनि सकिन्छ ।
- ४.६ बालबालिकाहरूको विभिन्न समूह बनाउनुहोस् । समूह बनाउँदा एकै धर्म, जातिको एउटा समूह बनाउनुपर्छ । हरेक समूहलाई आ-आफ्ना जाति वा धर्मका मुख्यमुख्य चाडपर्वहरूको सूची बनाई उक्त

पर्वमा केके क्रियाकलाप गरिन्छ भन्ने कुरा भल्काउने तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । आफ्नो मुख्य पर्व भल्काउने भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

४.७ चाडपर्वमा तडकभडक गर्न नहुने खराब चलनहरू भए सुधार गर्नुपर्ने सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ बालबालिकाको अभिनयको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

५.२ बालबालिकाले तयार पारेको दैनिकी जाँच गरी बालबालिकाले केके क्रियाकलापमा सहभागिता जनाए मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

५.३ तलका प्रश्नहरू सोच्नुहोस् :

(क) तिम्रा समुदायमा मनाइने चाडपर्वको सूची बनाऊ ।

(ख) ती चाडपर्वहरू कुन महिना र गतेमा पर्दछन् छुट्याऊ ।

(ग) तिमीहरूले मनाएका चाडपर्वको धार्मिक, सांस्कृतिक महत्त्व के छ ?

(घ) तिमीले मनाउने चाडपर्वहरूमा कुनकुन पक्ष सुधार गर्नुपर्ला ?

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय चाडपर्व मनाइरहेको अवस्थामा प्रत्यक्ष अवलोकन गराउन स्थलगत भ्रमण गराउने र उक्त मेलापर्व तथा चाडबाड मनाउनुको औचित्य सम्बन्धमा सम्बन्धित विज्ञसँग अन्तर्किर्या गर्ने कार्यक्रम राख्न सक्नुहुन्छ ।

## **पाठ ४ छालो देश छालो गौरव**

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"> <li>- नेपाली भएकोमा आत्मसम्मान गर्न र विभिन्न विकास कार्यमा सहभागी हुन् ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- नेपाललाई विश्वमा चिनाउने वस्तुहरूको परिचय दिन ।</li> <li>- नेपालका प्राकृतिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक महत्त्वका स्थानहरूको संरक्षण र सम्बर्द्धन कार्यमा सहभागी हुन् ।</li> <li>- नेपालका गौरवहरूका बारेमा अरूलाई बताउन ।</li> <li>- कुनै एक राष्ट्रिय गीतको भावार्थ बताउन ।</li> </ul>

### २. पाठ परिचय

राष्ट्रियताको भावनाले भरिएको यस पाठमा विभिन्न राष्ट्रिय गीतका टुक्राहरू दिइएको छ । त्यस्तै विदेश भ्रमणमा गएका वेला भएका रमाइला प्रसङ्गलाई जोडेर आफ्नी छोरीलाई बाबुले पत्रमार्फत राष्ट्रियताको पाठ सिकाइरहेको अवस्था देखाइएको छ । नेपालमा गौरव गर्न लायकका धेरै स्थान र वस्तुहरू छन् । तिनीहरूको सही सदुपयोग गर्न नसकदा, तिनीहरूको महत्त्व हामीले बुझ्न नसकदा त्यस्ता स्थल र वस्तुहरूको उचित संरक्षण र सदुपयोग हुन सकिरहेको छैन । विदेशमा नेपाल सगरमाथाको देश, गौतम बुद्धको देश, मन्दिरको देश आदि उपनामले पनि चिनिन्छ भने यहाँका जङ्गली जीवजन्तु र चराचुरुद्धरीहरूले पनि देशलाई मनमोहक बनाएका छन् । बालबालिकाहरूलाई यस्ता गौरव गर्न लायक वस्तु, स्थान र जीवजन्तुका बारेमा जानकारी दिई उनीहरूलाई पनि यस्ता गौरवहरूको सम्मान तथा संरक्षण गर्न र त्यसमा गर्व गर्न सिकाउने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो ।

**बालबालिकाहरूलाई आफ्नो देशप्रति गर्व गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सागमी

- देशका प्राकृतिक र सांस्कृतिक महत्त्वका क्षेत्रहरूका चित्र र फोटोहरू ।
- नेपाललाई विश्वमा चिनाउन सकिने वस्तुहरूका चित्र, फोटोहरू, पोस्टकार्ड र अन्य पोस्टर, पम्पलेटहरू ।
- राष्ट्रिय गीत लेखिएका पोस्टरहरू, चार्ट, पुस्तकहरू ।
- राष्ट्रिय गीतका क्यासेट वा सिडीहरू ।
- टेपरेकर्डर वा सिडी प्लेयर ।

#### **४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप**

- ४.१ पाठ्यपुस्तकमा दिइएका राष्ट्रिय गीतहरूलाई ठूलो कागजमा ठूला अक्षरले लेखी कक्षामा टाँस्न लगाउनुहोस् । ती गीतहरू हेँदै पहिले तपाईंले गाउनुहोस् त्यसपछि तपाईंसँगै बालबालिकालाई गाउन लगाउनुहोस् । क्यासेट वा सिडी उपलब्ध भएमा यस्तै भावका राष्ट्रिय गीत बजाई सँगसँगै गाउन, नाच्न र ताली बजाउन लगाई रमाइलो वातावरण सिर्जना गर्नुहोस् ।
- ४.२ नेपाललाई विश्वमा चिनाउने सगरमाथा, लुम्बिनी, गौतम बुद्ध र पाठ्यपुस्तकमा भएका अन्य स्थान, वस्तुहरूका तस्विर वा पोस्टरहरू खोजी गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् । ती स्थान र वस्तुका मौलिक विशेषताका बारेमा विद्यार्थीलाई प्रष्ट पारिदिनुहोस् ।
- ४.३ विद्यालय रहेको टोल तथा समुदायमा कुनै धार्मिक, ऐतिहासिक वा पर्यटकीय स्थलहरू हुन सक्छन् त्यस्ता स्थलको भ्रमण गराउनुहोस् र त्यहाँको यथार्थ अवस्था र संरक्षण तथा सम्बद्धन गर्न अपनाउनुपर्ने उपायहरू अनुभवका आधारमा कक्षामा प्रस्तुत गराउनुहोस् ।
- ४.४ आफ्नो समुदायमा गर्व गर्न सकिने वा समुदायलाई चिनाउने कुनै न कुनै चिजहरू हुन सक्छन् । तिनीहरूको चर्चा गर्दै साथीलाई पत्र लेख्न लगाउनुहोस् ।
- ४.५ कक्षामा प्रस्तुत गरेका अथवा रेडियो, टिभीबाट प्रसारण भएकामध्ये कुनै एक राष्ट्रिय गीतको भावार्थ लेखी कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस् ।

#### **५. मूल्याङ्कन विधि**

- ५.१ कक्षामा विद्यार्थीको सक्रियताको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.२ स्थलगत भ्रमणका क्रममा सहभागिता र अनुभव आदानप्रदानमा देखाएको सक्रियता हेरी अड्क प्रदान गर्नुहोस् ।
- ५.३ साथीलाई लेखेको चिठीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.४ तलका प्रश्नहरू सोच्नुहोस् :

- (क) तिमी आफ्नो गाउँ, टोल बाहेक कहाँकहाँ गएका छौ ?
- (ख) तिमीलाई नेपालको कुन ठाउँ मन पर्दै र किन ?
- (ग) नेपाली भएकोमा गौरव गर्न सकिने कुनै पाँचओटा स्थान, वस्तुहरू वा व्यक्तिको नामको सूची तयार पार ।
- (घ) तिमीलाई मन पर्ने राष्ट्रिय गीत गाऊ ।

#### **६. थप सुझाव**

- (क) नजिकको कुनै ऐतिहासिक, धार्मिक तथा प्राकृतिक स्थलको सरसफाइमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराउन सकिन्दै ।
- (ख) राष्ट्रिय गौरव भल्काउने स्थल वा वस्तु तथा व्यक्तिसम्बन्धी तस्विर, चलचित्र, पोस्टर आदि प्रदर्शन गर्नुहोस् । इन्टरनेटको सुविधा भएमा गुगलमा सर्च गरी त्यस्ता कुराहरूको खोजी गर्न लगाउनुहोस् । आफूले भेटेको कुराका बारेमा कक्षामा बताउन लगाउनुहोस् ।

## पाठ ५ हालो जिल्लाका असल मानिस

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो क्षेत्रमा काम गर्ने व्यक्तिहरूको असल कामबाट प्रेरणा लिन र अनुकरणीय काम गर्ने।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो क्षेत्रको उन्नति र भलाइका लागि काम गर्ने व्यक्तिहरूको पहिचान गर्ने।</li><li>- जिल्लाका असल मानिसले गरेका कामको सूची बनाउन।</li><li>- असल कामको अनुशरण गर्ने।</li><li>- उनीहरूका कामबाट प्रेरणा लिन।</li></ul>

### २. पाठ परिचय

बालबालिकाहरूले धेरै कुरा अनुकरणबाट सिक्छन्। सानो उमेरमा जस्तो व्यक्तित्वबाट प्रभावित भयो ज एक्सम्प्ल यसै अनुरूप कार्य गर्दछ। समुदायमा सबैको भलाइका लागि काम गर्ने मानिसहरू कमै मात्र पाइन्छन्। कठिनपय ठाउँमा त्यस्ता व्यक्तिहरू ओझेल परेका पनि हुन सक्छन्। आफ्नो व्यक्तिगत स्वार्थभन्दा माथि उठेर सामुदायिक सेवामा समर्पित व्यक्तित्वहरूको पहिचान गरी उनीहरूले गरेका राम्रा कामहरूको जानकारी दिन सकिएमा भोलिका कर्णधार हाम्रा बालबालिकाले पनि त्यस्ता कामको अनुकरण गर्न थाल्छन्। समुदायमा विभिन्न पेसा तथा व्यवसायमा लागेका मानिसहरू हुन्छन्। उनीहरूले केकस्ता काम गरेका छन् र तिनीहरूका कामबाट समाजलाई केकस्तो प्रभाव पारेको छ छुट्याउन लगाउनुहोस्। असल काम गर्ने मानिसको अनुशरण गरी आफू पनि असल मानिस बन्ने प्रेरणा बालबालिकालाई मिलोस् भन्ने उद्देश्यले यो पाठ राखिएको हो।

प्रस्तुत पाठमा जिल्लामा असल काम गरेर नाम कमाएका कृषक, समाजसेवी, इन्जिनियरको उदाहरण दिइएको छ। यी नमुना पात्र मात्र हुन्। यसदेखि बाहेक समुदायमा विभिन्न क्षेत्रमा असल काम गरेका व्यक्तित्व हुन्छन्। उनीहरूको आदर तथा सम्मान गर्दै विद्यार्थीले ती व्यक्तिबाट प्रेरणा लिन सक्नुपर्दछ।

**बालबालिकालाई असल मानिस र उनीहरूका कामको पहिचान गर्न लगाउनुपर्दछ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- जिल्लामा असल काम गर्ने मानिसका तस्विरहरू।
- समुदायमा भएका असल कामका चित्र वा फोटोहरू।
- असल काम गर्ने मानिसको नाम र उनीहरूले गरेका कामको तालिका।

#### **४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप**

- ४.१ बालबालिकालाई तिम्रो टोल/छिमेकमा सबैको भलाइ हुने काम गर्ने व्यक्ति को छ, ती व्यक्तिले समाजको भलाइ हुने के काम गरेका छन् आदि जस्ता प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् । जिल्लाका असल काम गर्ने मानिसको नाम र उनीहरूले गरेका कामको तालिका टाँस गरी ती व्यक्तिहरूले समाजमा गरेका असल कामको विस्तृत व्याख्या गरिदिनुहोस् ।
- ४.२ शुक्रबारको दिन बालबालिकालाई विद्यालयको सरसफाइ कार्यक्रममा सहभागी गराउनुहोस् । बालबालिकाको सक्रियताको अवलोकन गर्नुहोस् । बढी सक्रिय हुने सबैलाई काम गर्न प्रेरित गरी उचित प्रोत्साहन गर्नुहोस् । सामूहिक काममा पछि हट्नेलाई उचित सरसल्लाह दिई सहयोग गर्नुहोस् । यस्ता काममा सर्वप्रथम आफैं सहभागी भई उनीहरूसँगै गरेर देखाउनुहोस् ।
- ४.३ कक्षाका सबै बालबालिकालाई उक्त कक्षाको असल विद्यार्थी छान्न मतदान गराउनुहोस् । सबैभन्दा बढी मत प्राप्त गर्ने विद्यार्थीलाई कक्षा ५ को असल व्यक्ति घोषणा गर्नुहोस् । यसका लागि हरेक विद्यार्थीलाई एउटा कागजको टुक्रामा बढीमा ३ जनाको नाम लेखी प्राथमिकता क्रमअनुसार धेरै असललाई ३, ठिकैलाई २ र सामान्यलाई १ अङ्क लेख्न लगाउनुहोस् । सबैले लेखेको टुक्रा जम्मा पारी जुन व्यक्तिले सबैभन्दा बढी अङ्क प्राप्त गरेको छ, उसैलाई कक्षाको असल मानिस घोषणा गर्नुहोस् । सबैले ताली बजाएर उसलाई सम्मान गर्नुहोस् । आफू कक्षाको असल व्यक्ति हुँदा भएको अनुभव कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- ४.४ आफ्नो ठाउँको असल समाजसेवी व्यक्तिलाई भेटदा सोध्ने प्रश्नहरू बनाउन सिकाउनुहोस्, जस्तै :
- तपाईं किन अरूलाई फाइदा हुने काम गर्नुहुन्छ ?
  - तपाईंले यस्तो काम गर्न कोबाट सिक्नुभयो ?

#### **५. मूल्यांकन विधि**

निम्नलिखित प्रश्नका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- (क) असल कामहरू केके हुन् ? सूची बनाऊ ।  
(ख) जिल्लाका कुनै पाँच असल मानिसको नाम र उनीहरूले गरेका कामलाई तालिकामा देखाऊ ।  
(ग) कुनै एक जना समाजसेवीलाई सोध्न प्रश्नावलीको ढाँचा तयार पार ?  
(घ) तिम्रो टोल/छिमेकका असल मानिसहरू कोको हुन् ?  
(ङ) तिमीलाई सबैभन्दा मन पर्ने असल काम के हो ?  
(च) असल मानिस हुन तिमीले के गर्दछौ ?

#### **६. थप सुझाव**

विद्यालय स्थापना गर्ने, मर्मत सम्भार गर्ने र उचित व्यवस्थापनको व्यवस्था मिलाउने समुदायका एक जना अग्रजलाई कक्षामा आमन्त्रण गर्नुहोस् र बालबालिकाका जिज्ञासा राख्ने वातावरण बनाउनुहोस् ।

## एकाइ ३ : सामाजिक समस्या र समाधान

### पाठ १ कुलतबाट छवी र बचाओ

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>मादक पदार्थ तथा लागुपदार्थ सेवनबाट टाढा रहन र त्यस्ता कुलतमा लागेका व्यक्तिहरूलाई सुधारको प्रयास गर्ने ।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनबाट व्यक्ति र समाजलाई हुने हानि, नोक्सानीको सूची बनाउन ।</li><li>समाजमा कुलत रोक्ने उपायहरूको खोजी गर्ने र कुलतबाट टाढा रहन ।</li><li>कुलतमा लागेका व्यक्तिलाई सुधारको प्रयास गर्ने उपायहरू बताउन ।</li></ul>

#### २. पाठ परिचय

मादक पदार्थमा जाँड, रक्सी जस्ता पेय पदार्थ पर्दछन् जसको सेवनबाट मात लाग्छ । चुरोट, बिँडी, सुर्ती, खैनी आदि धूमपान हुन् । यिनको सेवनले शरीरलाई हानि पुऱ्याउँछ । यस्तै गाँजा, अफिम, चरेश, भाड आदि लागुपदार्थ हुन् । मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनले एकातिर शरीरलाई हानि पुर्छ भने अर्कोतिर खर्च पनि बढ्छ । अनावश्यक खर्च भई दैनिक जीवन गुजारा गर्ने पैसा सकिन्छ । मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनले परिवार र समाजमा अशान्ति फैलन्छ । व्यक्तिको स्वास्थ्य खराब हुने, समाजमा अशान्ति हुने, अनावश्यक खर्च बढ्ने र भावी पुस्तालाई समेत त्यसको प्रभाव पर्न जाने हुनाले मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवन नगर्ने र गरेकाहरूलाई नगर्ने सल्लाह दिन लगाउनुपर्दछ । धूमपान र मद्यपान नगर्न, अनुशासनमा बस्न र कुलतमा फसेकालाई सुधार गर्न हामी सबैको प्रयत्न आवश्यक छ ।

**मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनबाट टाढा रहनुपर्छ ।**

#### ३. शैक्षिक सामग्री

- मादक पदार्थ र धूमपान सेवन गरेको चित्र, स्केल, मस्किङ पेपर, टेप आदि ।
- धूमपान र मादक पदार्थको सेवनबाट भएको हानि, नोक्सानी भल्काउने कथा, घटना र चित्रहरू ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

- पाठमा दिएका जस्तै वृक्ष चार्ट प्रदर्शन गरी चार्टमा केके देखिन्छ ? भन्ने जस्ता प्रश्न गर्दै पाठ सुरुआत गर्नुहोस् र दुर्व्यसनका असरहरूबाटे छलफल गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनबाट हुने हानि, नोक्सानीको सूची देखाउनुहोस् । त्यसपछि ४/५ जनाको समूह बनाउनुहोस् । बनेका समूहलाई मादक पदार्थ र लागुपदार्थबाट हुने हानि,

नोक्सानीको सूची बनाउन लगाउनुहोस् र समूहगत रूपमा पालैपालो प्रस्तुत गराउनुहोस् । सबैभन्दा उत्कृष्ट समूलाई पुरस्कृत पनि गर्नुहोस् ।

४.३ विद्यार्थीहरूलाई समाजमा कुलत रोक्ने उपायहरूसम्बन्धी प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । प्रश्नका नमुनाहरू निम्नानुसार हुन सक्छन् :

- धूमपान गर्ने व्यक्तिलाई तिमी के सल्लाह दिन्छौ ?
- आफू धूमपान गर्दै कि गर्दैनौ ?
- धूमपान रोक्न समाजमा कस्तो अभियान चलाउँछौ ? अथवा केकस्ता कार्यक्रमहरू गर्दै ?
- ती कार्यक्रमहरू तिमी एकलै गर्दै कि अरूलाई पनि भन्छौ ?

माथिका प्रश्नका आधारमा समाजमा कुलत रोक्ने दुई उपायहरू देखिन्छन् । एउटा व्यक्तिगत र अर्को सामूहिक । अन्त्यमा, विद्यार्थीहरूलाई समाजमा कुलत रोक्ने उपायका रूपमा आफू धूमपान नगर्न र धूमपान रोक्न सामूहिक रूपमा प्रचार प्रसार गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

४.४ विद्यार्थीहरूलाई कुलतमा लागेका व्यक्तिले भोगनु परेका समस्याहरूको सूची प्रदर्शन गरी छलफल गराउनुहोस् । कुलतमा लागेकालाई सुधार गर्न कुनकुन काम गर्न सकिन्छ बताउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले बताएका उपाय र प्रयासहरू पाठीमा टिप्पै जानुहोस् र अन्त्यमा निचोड बताइदिनुहोस् ।

४.५ धूमपान र लागुपदार्थ विरुद्धमा जनचेतना जगाउने नाराहरू तयार गर्न लगाउनुहोस् । आफूले केही उदाहरण दिनुहोस् । उक्त नाराहरूलाई ठूलो कागजमा ठूलो अक्षरले लेखी सार्वजनिक ठाउँमा टाँस्न वा प्लेकार्ड बनाई प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । जस्तै : धूमपान स्वास्थ्यका लागि हानिकारक छ ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ विद्यार्थीहरूले मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनबाट हुने हानि, नोक्सानीको सूची बनाए नबनाएका आधारमा उनीहरूको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । उनीहरूले बनाएको अथवा तयार गरेको हानि, नोक्सानी मिल्यो मिलेन हेर्नुहोस् र तल दिइएको सूचीसँग दाँजनुहोस् ।

क्र.सं.	कुलत	हानि, नोक्सानी
	मादक पदार्थ सेवनबाट	अनावश्यक खर्च हुने, भैझगडा हुने, स्वास्थ्यमा हानि हुने, समाजमा अशान्ति फैलने साथै परिवारलाई दुःख र कष्ट हुने आदि ।

५.२ विद्यार्थीले समाजमा कुलत रोक्ने उपायहरू अवलम्बन गरे नगरेको अवलोकन गर्नुहोस् । आफू धूमपान नगर्ने र अरूलाई नगर्न प्रेरित गरे नगरेका आधारमा उनीहरूको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । यसका लागि घटनावृत्त अभिलेख राख्ने गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

५.३ विद्यार्थीले कुलतमा लागेका व्यक्तिले भोगेका समस्याहरूको सूची बनाए नबनाएका आधारमा र कुलतमा लागेकालाई छुटाउन गर्नुपर्ने प्रयासहरू उल्लेख गरे नगरेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

५.४ लागुपदार्थ र मादक पदार्थबाट भएको हानि तथा नोक्सानी देखाउने चित्रहरू, पोस्टर आदि प्रस्तुत गर्दै निम्नानुसारका प्रश्नहरू गर्नुहोस् :

- चित्रमा के देखिन्छु ?
- के कारणले यस्तो भयो होला ?
- यो अवस्था हुन नदिन के गर्नुपर्दै ?
- यदि तिम्रो परिवार वा घर छिमेकमा त्यस्ता व्यक्ति भए उनीहरूलाई कसरी सम्झाउन सकिन्छ ?

#### ६. थप सुझाव

स्थानीय परिवेश, विषयवस्तुको प्रकृति, सामग्रीको उपलब्धताका आधारमा माथि दिइएका शिक्षणसिकाई क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् । आवश्यकताका आधारमा थप क्रियाकलापहरू सिर्जना गरी अध्यापन गर्नुहोस् र विद्यार्थीलाई मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवन नगर्न र गरेकालाई छोड्न लगाउन प्रयास गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

## पाठ २ चोरी, डकैती र घटनाएँ बच्ने उपाय

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : २

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- समाजमा चोरी, डकैती जस्ता घटनाप्रति सजग रही नजिकको सुरक्षा निकायमा खबर गर्ने ।	- चोरी, डकैतीबाट बच्न अपनाउनुपर्ने उपाय बताउन । - चोरी, डकैतीप्रति सजग रही सुरक्षा निकायमा खबर गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

समाजमा दिनप्रतिदिन विकृति र विसङ्गतिहरू बढ्दै गइरहेका छन् । यसमा चोरी, डकैती, श्रम नगर्ने तर सुखी जीवन विताउन खोज्ने स्वभाव, अरूपको अनावश्यक नक्कल गर्ने बानी, मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवन गर्ने र जुवातास खेल्ने कुलत आदि पर्दछन् । यस्ता कठिपय विकृति र विसङ्गति बेरोजगारीका कारणबाट पनि भएका हुन सक्छन् । समाजका यस्ता गलत कार्यले व्यक्तिगत र सामूहिक रूपमा सबैलाई हानि पुऱ्याएको छ । समाजमा घट्ने यस्ता कार्यबाट बच्न सजग रहनुपर्छ । चोरी, डकैती हुन नदिन व्यक्तिगत रूपमा सावधानी अपनाउनुपर्छ र अरूलाई पनि सजग रहन सम्भाउनुपर्छ । यी सावधानी अपनाउँदा अपनाउँदै चोरी, डकैती भइहालेमा नजिकको सुरक्षा निकाय वा प्रहरी चौकी वा प्रहरी कार्यालयमा खबर गर्नुपर्छ । चोरी, डकैतीबाट बच्न कतै जानुअधि झ्यालढोका बन्द गर्नुपर्छ । नजिकको छिमेकीलाई भनेर बाहिर जाने, घरका बहुमूल्य सामान सुरक्षित ठाउँमा राख्ने, घर वरिपरि शंकास्पद व्यक्तिहरू आए तुरन्त प्रहरीलाई खबर गर्ने कार्य गर्नुपर्छ । अपरिचित व्यक्तिले दिएको खानेकुरा नखाने, मूल्यवान वस्तु वा गरगहनासहित भीडभाडमा नजाने आदि जस्ता सावधानी र सजगता अपनाउनु नै चोरी, डकैतीबाट बच्ने मुख्य उपायहरू हुन् ।

**बालबालिकाहरूलाई चोरी, डकैतीबाट बच्ने उपाय सिकाउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

पुराना पत्रपत्रिका, चोरी, डकैतीका घटना भल्काउने समाचारहरू, पत्रिकाका कटिङ्हरू, प्रहरी चौकी वा सुरक्षा निकायका तस्विरहरू, चोरी, डकैतीबाट बच्ने उपायको सूची वा तालिका ।

### ४. शिक्षणसिकाइ विषयकलाप

४.१ विद्यार्थीहरूलाई चोरी, डकैतीका घटनाहरू भएका पत्रिकाका कटिङ्हरू अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । केकस्ता घटनाहरू भएका रहेछन्, समूहगत छलफल गराई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि त्यस्ता घटनाबाट बच्न अपनाउनुपर्ने उपायको सूची प्रदर्शन गरी प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । प्रश्नोत्तरका लागि निम्नानुसारका प्रश्नहरू गर्नुहोस् :

- (क) घर छोडेर कतै जानुअधि केके गर्नुपर्छ ?
- (ख) घर बाहिर जाँदा कुनकुन कार्य गर्नु हुँदैन ?

(ग) घर वरिपरि शंकास्पद व्यक्तिहरू आएमा कहाँ खबर गर्नुपर्छ ?

- ४.२ विद्यार्थीलाई सम्भव भएमा नजिकको सुरक्षा निकाय वा प्रहरी चौकीको अवलोकन गराउनुहोस् । यदि सम्भव छैन भने सुरक्षा निकाय वा प्रहरी चौकीको तस्विर प्रदर्शन गरी यसले केके काम गर्दछ भनी प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् । चोरी, डकैतीबाट बच्न गाउँ वा टोलमा युवाहरूको समूह गठन गरी गस्ती गर्न, गाउँ घरमा वा सहरमा सजगताका उपायहरू अवलम्बन गर्न अपनाउनुपर्ने सावधानीहरूको पर्चा बनाएर वितरण गर्न लगाउनुहोस् । यसले चोरी, डकैतीबाट सजग रहन सचेतना जगाउँछ । यस्ता कार्यमा विद्यार्थीलाई अग्रसर हुन अभिप्रेरित गर्नुहोस् । यी कार्य गर्न तपाईंको सहयोग पनि आवश्यक छ । अन्य अभिभावकलाई पनि यस्ता कार्यमा संलग्न गराउनुहोस् । अझ सकिन्छ भने सुरक्षा निकायका व्यक्तिलाई स्रोत व्यक्तिका रूपमा आमन्त्रण गरी विद्यार्थीलाई चोरी, डकैतीबाट बच्न लगाउन अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।
- ४.३ चोरी, डकैतीबाट बच्न के गर्नुपर्छ र के गर्नुहुँदैन भनी छलफल गरी सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् । कक्षामा एकातर्फका विद्यार्थीलाई गर्नुपर्ने र अर्का तर्फकालाई गर्न नहुने एकएकओटा कार्यहरू मेटाकार्डमा लेख्न लगाउनुहोस् । गोजी तालिकामा त्यसलाई वर्गीकरण गर्नुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ विद्यार्थीले चोरी, डकैतीका पत्रपत्रिकामा प्रकाशित घटनाहरू रास्तोसँग अध्ययन गरे नगरेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । यसका लागि निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधन सकिन्छ :

- (क) ती घटनाहरू कहिले घटे ?  
(ख) कुनकुन ठाउँमा त्यस्ता घटनाहरू भएका रहेक्छन् ?  
(ग) के कति सामानहरू हराएक्छन् ?  
(घ) केकति नोक्सान भएछ ?

५.२ चोरी, डकैतीबाट बच्न उनीहरूले केकस्ता उपाय अवलम्बन गरे गरेनन् पालैपालो सोधी बानी व्यवहार अवलोकन गर्नुहोस् र आवश्यक परेमा अभिभावकसँग सोधी उनीहरूको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

५.३ विद्यार्थीले समाजमा चोरी, डकैती रोक्न पर्चा बनाएर वितरण गरे नगरेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । सुरक्षा निकाय वा प्रहरी चौकीले गर्ने कार्य केके हुन् ? तिनको सूची बनाए नबनाएका आधारमा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । प्रहरी चौकीले गर्ने कार्य निम्नानुसार हुन सक्छन् :

- (क) चोरी, डकैतीका घटना भएको खबर पाउने वित्तिकै घटनास्थलमा पुग्ने ।  
(ख) स्थानीय व्यक्तिको सहयोग लिई त्यस्ता घटनामा संलग्न व्यक्तिलाई पक्राउ गर्ने ।  
(ग) सुरक्षाका उपाय अवलम्बन गर्न सबैलाई अनुरोध गर्ने ।  
(घ) सबैको सहयोग लिने ।  
(ङ) प्रहरी नआएसम्म चोरी भएको ठाउँमा भएका कुनै सामान नछुने ।

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीलाई चोरी, डकैतीबाट आफू सजग रहन र अरूको चोरी नगर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् । सावधानीका उपायहरू अवलम्बन गर्न विद्यार्थी, अभिभावक सबैलाई सहयोग पुऱ्याउनुहोस् ।

## **पाठ ३ अनावश्यक नक्कल नगरी**

### **१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य**

**अनुमानित घन्टी : २**

<b>पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि</b>	<b>विशिष्ट उद्देश्य</b>
- वाह्य संस्कृतिका नकारात्मक प्रभावबाट बच्न र आफ्नो संस्कृतिको संरक्षण र संवर्धन गर्ने ।	- वाह्य संस्कृतिको नकारात्मक प्रभावबाट बच्न । - आफ्नो मौलिक संस्कृतिको संरक्षण र संवर्धन गर्ने ।

### **२. पाठ परिचय**

नेपाल वहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, वहुधार्मिक विशेषता भएको देश हो । यसको आफै मौलिक संस्कृति र संस्कार छ । आफै भाषा, संस्कृति र संस्कारले गर्दा नेपाली मौलिकपन विश्वमा नै चिनिएको छ । नेपाली लोक गीत, लोक नृत्य, वेषभूषा, मेलापर्व, जात्रा आदिको आआफै महत्त्व रहेको छ । मादल, बाँसुरी, पञ्चैबाजा आदि नेपाली लोक बाजा हुन् । यिनैमा नेपालीपन भल्कन्छ । आफ्नो कला र संस्कृति नभुलिकन आधुनिक विश्वले विकास गरेका विविध प्रविधिको उपयोग तै नेपालीपन हो । स्थानीय प्रविधि र कला संस्कृतिको विकास गरी विदेशीको नक्कल गर्ने प्रवृत्तिको अन्त्य गर्नुपर्छ । आफ्नो धरातल र आफ्नोपन विर्सेर विदेशीको अनावश्यक नक्कल गर्नाले आफ्नो मौलिक संस्कृतिको संरक्षण र संवर्द्धन हुन सक्दैन । वाह्य संस्कृतिको नकारात्मक प्रभावबाट बच्न र आफ्नो संस्कृतिको संरक्षण र संवर्द्धनमा लाग्न यस पाठमा अभिप्रेरित गराउन खोजिएको छ ।

**आफ्नो मौलिक संस्कृति बचाउने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### **३. शैक्षिक सामग्री**

मादल बजाएर नाचिरहेको चित्र, ड्रमसेटको तस्विर, विभिन्न समुदायका वेषभूषा, कला र संस्कृति भल्काउने चित्र आदि ।

### **४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप**

४.१ विद्यार्थीहरूलाई विदेशी नकारात्मक संस्कृतिको प्रभावबाट बच्न नेपाली लोक नृत्य र लोक गीत गाइरहेको चित्र देखाउदै छलफल गराउनुहोस् । अझ्गेजी पप र च्याप गाएको चित्र देखाउदै नेपालीपन भुलेको विषयमा प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । विदेशी संस्कृतिको प्रभावबाट बच्न र नेपालीपनको विकासमा योगदान दिन विद्यार्थीहरूलाई अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

४.२ विद्यार्थीलाई विभिन्न समुदायका वेषभूषा, कला र संस्कृति भल्काउने चित्र तथा तस्विर प्रदर्शन गरी नेपाली संस्कृतिको जानकारी गराउनुहोस् । आआफ्नो समुदायका वेषभूषा, गरगहना र आभूषण लेखन लगाई कक्षामा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

४.३ सबै विद्यार्थीले प्रस्तुत गरिसकेपछि आ-आफ्नो समुदायको कला र संस्कृतिको संरक्षणका लागि केके गर्नुपर्छ बताइदिनुहोस् । अरुको अनावश्यक नक्कल नगरी आफ्नो कला र संस्कृति बचाइराख्न आ-आफ्नो समुदायले गर्नुपर्ने कामहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ निम्नलिखित प्रश्नहरू विद्यार्थीलाई सोधी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) विदेशी नकारात्मक संस्कृतिको प्रभावबाट बच्न कुनकुन काम गर्नुपर्छ ?
- (ख) नेपाली लोक नृत्य र लोक गीतको संरक्षण र संवर्द्धन गर्न केके गर्नुपर्छ ?
- (ग) नेपाली मौलिक संस्कृतिको विकास गर्न समुदायले कुनकुन काम गर्नुपर्छ ?

५.२ विद्यार्थीलाई आ-आफ्नो समुदायका वेषभूषा, गरगहना र आभूषणका साथै पत्रपत्रिकामा प्रकाशित समाचार किटिड गर्न र त्यसको सङ्केतन गर्न लगाई सोअनुसार कार्य भए नभएको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीलाई विदेशी संस्कृतिको नकारात्मक प्रभावबाट बच्न र आफ्नो संस्कृतिको संरक्षण र संवर्धन गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

## पाठ 8 मेलमिलाप

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : २

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"> <li>- स्थानीय समुदायका परिचित र अपरिचित व्यक्तिप्रति शिष्ट व्यवहार गर्ने ।</li> <li>- द्वन्द्वमा मध्यस्थता गर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- परिचित र अपरिचित व्यक्तिप्रति शिष्ट व्यवहार गर्ने ।</li> <li>- सकारात्मक सोचको विकास गर्ने ।</li> <li>- द्वन्द्वमा मध्यस्थता गर्ने ।</li> <li>- मेलमिलाप र शान्ति कायम गर्ने ।</li> </ul>

### २. पाठ परिचय

समुदायमा परिचित र अपरिचित व्यक्तिहरू बसोवास गरेका हुन्छन् । सबैको स्वभाव उस्तै हुँदैन तर समाजमा मेलमिलाप कायम गर्न सबैसँग शिष्ट र उचित व्यवहार गर्नुपर्छ । विद्यार्थीहरूमा त्यस्तो व्यवहार सिकाएर अभ्यास गराउने गर्नुपर्छ ।

विश्वमा शान्ति स्थापना गर्न आफूबाट नै सुरुआत गर्नुपर्छ । समाजमा एकअर्कामा शिष्ट र सभ्य व्यवहार गरेमा फैभगडा हुँदैन ।

हामीले जहिले पनि सकारात्मक सोचाइ राख्ने र सोहीअनुरूप व्यवहार गर्नुपर्छ । सकारात्मक सोचाइले हामीलाई आशावादी बनाउँछ । उन्नति, प्रगतितर्फ उन्मुख गराउँछ । यसले विवाद हुन दिईन । बालबालिकालाई सानैदेखि सकारात्मक सोचाइ राख्ने बानी बसाउन सकियो भने भविष्यमा द्वन्द्वहरू र समस्याहरू समाधान गर्न सहयोग पुरछ ।

समाजमा अनेक खालका विवाद, द्वन्द्व र भगडाहरू हुने गर्दछन् । त्यस्ता भगडा र द्वन्द्वको समाधानमा बालबालिकाहरूलाई मध्यस्थताको सीप दिन सकेमा केही हदसम्म सानातिना द्वन्द्वहरू आफै समाधान गर्न सक्छन् । द्वन्द्व समाधानका निम्नानुसारका चरणहरू भए पनि कक्षा ५ का विद्यार्थीहरूको स्तर हेरेर आवश्यक चरणहरू अनुशरण गर्नुपर्ने हुन्छ ।

### द्वन्द्व व्यवस्थापनको शृङ्खला



पाठ्यपुस्तकमा दिइएको कथामा बाखाले विनोदको बाली खाएकाले विनोदकी आमा र गोठालाहरूबीच द्वन्द्व उत्पन्न भयो । द्वन्द्व समाधान गर्न विनोदकी आमाले बाखा समातेर गोठालाका बाबुआमाकहाँ बुझाउनुभयो । गोठालाहरूलाई गाली गर्ने, बार भाँचिदिने र बाली खुवाइदिने धम्की दिनु बल प्रयोग गर्नु हो । त्यसबाट समस्या समाधान भएन । त्यसैले तेसो व्यक्ति उजेलीले मध्यस्थता

गरिन् । दुवैका कुरा सुनिन् । दुवैलाई समाधानका उपाय रोजन लगाइन् । तेस्रो विकल्पको खोजी गरियो । जसअनुसार विनोदकी आमाले बाखा फिर्ता दिने र गोठालाहरूले माफी मार्ने अनि बाखा जथाभावी नछोड्ने सहमति भयो । यसले समाजमा मेलमिलापको वातावरण सिर्जना गन्यो । सानो गल्तीमा ठूलो सजाय नदिने र आफ्नो काम होसियारीपूर्वक गर्ने कुरामा गोठाला र जग्गाधनीको चेतना जाग्रित भयो । यही नै रूपान्तरणको चरण हो ।

**परिचित तथा अपरिचित व्यक्तिहरूपति सकारात्मक र शिष्ट व्यवहार गर्नुपर्दछ ।  
सकारात्मक सोच र मध्यस्थताले शान्ति स्थापनामा मद्दत गर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- अभिनयका लागि आवश्यक सामग्रीहरू ।

### ४. शिक्षणासिकाइ विषयाकलाप

४.१ विद्यार्थीलाई विभिन्न समूहमा बाँझनुहोस् । हरेक समूहलाई कथामा भने जस्तै भूमिका अभिनय गर्न सिकाउनुहोस् । पालैपालो सबैका कुरा प्रस्तुत गर्न लगाई आवश्यक छलफल गराउनुहोस् र निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधनुहोस् :

- (क) विनोदकी आमाले के गरिन् ?
- (ख) उनले बाखा नसमातेर के गरेको भए भगडा हुने थिएन होला ?
- (ग) गोठालाहरूले के राम्रो र के नराम्रो गरे ?
- (घ) उजेलीले पनि साथीहरूले जस्तै सोचेको भए के हुन्थ्यो होला ?
- (ङ) तिमी त्यस ठाउँमा भएको भए के गर्थ्यौ ?
- (च) तिमीलाई को ठीक लाग्यो ?

४.२ परिचित र अपरिचित व्यक्तिहरूसँग गरिने शिष्ट व्यवहारका बारेमा छलफल गर्नुहोस् । जस्तै : नम्र बोली, सकारात्मक र उचित व्यवहार, सहज जवाफ, मिठो बोली आदि शिष्ट व्यवहारहरू हुन् ।

४.३ विद्यार्थीहरूलाई सकारात्मक सोचको विकास गर्न हरेक दिन सुन्ने वेलामा तलको जस्तै तालिकामा दिनभरि गरेको सकारात्मक र नकारात्मक सोचाइका कुराहरू भर्न लगाउनुहोस् । यो कार्य एक हप्तासम्म गर्न लगाएर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । जसको तालिकामा सकारात्मकतर्फका बुँदाहरू बढी हुन्छन्, उसलाई पुरस्कृत गर्नुहोस् । विद्यार्थीले काम गरे नगरेको बीचबीचमा अनुगमन गर्दै काम गराउनुहोस् ।

### तालिका

मिति	सकारात्मक सोचाइका कुराहरू	नकारात्मक सोचाइका कुराहरू

#### **५. मूल्यांकन विधि**

५.१ विद्यार्थीको अभिनयका आधारमा वा कथा पढेका आधारमा पाठमा दिइएका प्रश्नहरू सोधेर मूल्यांकन गर्नुपर्छ ।

५.२ तलका क्रियाकलापहरू गराई सकारात्मक जवाफ आएमा अङ्क दिने र नकारात्मक जवाफ आएमा अङ्क नदिने गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

##### **- एउटा खोलामा केही राखेर यसमा के छ भनी सोधनुहोस् ।**

सकारात्मक जवाफ : कलम, कापी, किताब, चक, आलु आदि ।

नकारात्मक जवाफ : चक्कु, फोहोर वस्तु, ढुङ्गा आदि ।

##### **- पाती पत्त्यो भने के हुन्छ भनी सोधनुहोस् ।**

सकारात्मक जवाफ : बिरुवा सप्रन्छ, मकै रोप्न पाइन्छ, खोला बढ्छ, सितल हुन्छ ।

नकारात्मक जवाफ : चिप्लेर लडिन्छ, बाढी आएर बगाउँछ आदि ।

#### **६. थप सुझाव**

अभिनय गराउन नसिकएमा विद्यार्थीहरूलाई कथा पढ्न लगाउने र दिइएका प्रश्नहरूका बारेमा छलफल गर्ने ।

## पाठ ५ सामाजिक सङ्घसंस्था

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>- सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन सहयोग पुऱ्याउने स्थानीय सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका बताउन र त्यस्ता कार्यमा आफूले पनि सहयोग गर्ने ।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- सामाजिक समस्या तथा विकृति हटाउन सहयोग पुऱ्याउने सङ्घसंस्थाको सूची तयार गर्ने ।</li><li>- विभिन्न सामाजिक समस्या र विकृति निराकरणमा संलग्न संस्थाले गर्ने कामहरू बताउन ।</li><li>- त्यस्ता संस्थाहरूको भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने ।</li></ul>

### २. पाठ परिचय

सामाजिक समस्या र विकृतिले समाजलाई पछाडि पारेको छ । ती समस्याको समाधान हामी एकलैले गर्न सक्दैनन् । त्यसका लागि सरकारी तथा गैरसरकारी सङ्घसंस्थाको प्रयास आवश्यक छ । स्थानीय स्तरमा गठित सामाजिक सङ्घसंस्था आदिको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । स्थानीय स्तरमा गठित सङ्घसंस्थाले समाजमा देखापरेका सामाजिक समस्याहरू हटाउन निकै ठूलो योगदान गरेका छन् । यस्ता समस्याहरूको समाधानमा आमा समूह, महिला जागरण मञ्च, राजनीतिक सङ्घसङ्गठनका भ्रातृ सङ्गठन र नागरिक समाजसँग सम्बन्धित सङ्घसंस्थाको सहयोग आवश्यक छ । चोरी, डकैती, जुवातास, मादक पदार्थ र लागुपदार्थको सेवनजस्ता कार्यमा रोक लगाई समाजको सुधार गर्नेतर्फ लाग्नु तै आजको आवश्यकता हो । सामाजिक समस्या समाधान नभई समाज र देशको विकास सम्भव नहुने हुनाले स्थानीय सामाजिक सङ्घसंस्थाको सहयोग र सहकर्य अनिवार्य आवश्यकता हो ।

**सामाजिक सङ्घसंस्थाले गर्ने काम खोजी गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- स्थानीय सामाजिक सङ्घसंस्थाको सूचीको विवरण, रेडक्रस, स्काउट आदिको लोगो ।

### ४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

४.१ विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय सामाजिक सङ्घसंस्थाको सूचीको विवरण देखाई तिनले केके काम गर्दैन् प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । सामाजिक समस्या समाधानमा तिनको भूमिका सम्बन्धमा पनि प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । त्यसपछि उनीहरूलाई स्थानीय सामाजिक संस्थाको नाम र त्यसले गरेको कामसहितको तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । तालिकाको नमुना तल दिइएको छ :

क्र.सं.	संस्थाको नाम	स्थान	स्थापना मिति	गरेको काम
१.	छतिवन युवा क्लब	छतिवन, मकवानपुर	वि.सं. २०५७	मादक पदार्थ सेवनमा रोक
२.				
३.				
४.				
५.				

४.२ स्थानीय कुनै एक संस्थाको अवलोकन भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउनुहोस् । प्रतिवेदन निम्नानुसारको ढाँचामा तयार गर्न लगाउनुहोस् :

- (क) स्थानीय सामाजिक संस्थाको नाम
- (ख) स्थानीय सामाजिक संस्थाको उद्देश्य
- (ग) स्थानीय सामाजिक संस्थाले हालसम्म गरेका कार्यहरू
- (घ) स्थानीय सामाजिक संस्थाले भविष्यमा गर्न खोजेका कार्यहरू ।

४.३ सामाजिक समस्याहरू रोकथाम गर्ने उपाय लेखिएका प्लेकार्ड र पोस्टरहरू बनाउन लगाई कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

४.४ आफ्नो विद्यालयमा अनुशासन कायम गर्न र राम्रो वातावरण तयार गर्न इको क्लब, शान्ति क्लब (Peace Club), बाल क्लब Child club) जस्ता बालबालिकाहरूको संस्था गठन गरिन्छ । कक्षा पाँचमा पनि यस्तै कुनै क्लब गठन गरी क्रियाशील बनाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ तलका जस्तै प्रश्नहरू गर्नुहोस् र तिनको जवाफ दिए नदिएका आधारमा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) युवा क्लबले सामाजिक समस्या समाधानमा केकस्तो योगदान पुऱ्याएको छ ?
- (ख) रेडक्रस र स्काउटले केकस्ता कार्यहरू गरेका छन् ?
- (ग) स्थानीय स्तरमा गठित सामाजिक संस्थाले सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन कुनकुन काम गरेका छन् ?
- (घ) सामाजिक समस्या समाधानमा तिमी कुनकुन काम गर्न सक्छौं ?

५.२ विद्यार्थीलाई सम्भव भएसम्म स्थानीय सामाजिक सङ्घसंस्थाको अवलोकन भ्रमण गराई क्रियाकलापमा दिइएको ढाँचाअनुरूप प्रतिवेदन तयार गरे नगरेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

५.३ बाल क्लब वा इको क्लब वा पिस क्लबका कार्यमा सहभागी भए नभएका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन स्थानीय स्तरका युवा क्लब, आमा समूह, महिला समूह अन्य सङ्घसंस्थाले काम गरेका हुन सक्छन् । तिनको खोजी गरी उनीहरूको काममा सहयोग पुऱ्याउन विद्यार्थीलाई अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

## **पाठ ६ ठाणा स्थानीय निकायको भूमिति**

### **१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य**

**अनुमानित घन्टी : २**

<b>पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि</b>	<b>विशिष्ट उद्देश्य</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन सहयोग पुऱ्याउने स्थानीय सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका बताउन र त्यस्ता कार्यमा आफूले पनि सहयोग गर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन स्थानीय निकायले खेल्ने भूमिका बताउन ।</li> <li>- सामाजिक समस्या र त्यसको रोकथामका लागि पम्प्लेट बनाई कक्षामा प्रदर्शन गर्ने ।</li> </ul>

### **२. पाठ परिचय**

चोरी, डकैती, मादक पदार्थको सेवन, धूमपान, फजुल खर्च आदि विकृतिले समाजलाई गाँजेको छ । समाजमा भएका यस्ता विकृतिहरूको अन्त्य नभएसम्म समाजको उन्नति र प्रगति सम्भव छैन । सामाजिक विकृतिबाट बच्न आफै सचेत हुन र अरूलाई पनि सचेत गराई त्यस्ता कार्यमा नलाग्न प्रेरित गर्नुपर्छ । सामाजिक समस्या र विकृतिले समाजलाई पछाडि पार्ने हुनाले स्थानीय निकायले निम्नलिखित कार्य गर्नुपर्दछ :

- स्थानीय व्यक्तिहरूको सहभागितामा याली निकाल्ने
- सभा, सम्मेलन र समारोहको आयोजना गरी जनचेतना फैलाउने
- पम्प्लेट, पर्चा र पोस्टरद्वारा सचेत गराउने
- प्रवचन कार्यक्रम आयोजना गर्ने
- सार्वजनिक स्थानमा सूचना टाँस्ने
- स्थानीय स्तरमा सामाजिक नियम र निर्देशिका बनाई लागू गर्ने
- रेडियो, टिभी र पत्रपत्रिकामार्फत जनचेतना जगाउने
- सडक नाटक, कविता प्रतियोगिता गरी जनतालाई जागरूक बनाउने
- विभिन्न सङ्घसंस्था एवम् स्थानीय निकायबीच समन्वय गरी प्रचारप्रसार अभियानलाई तीव्र बनाउने ।

### **३. शैक्षिक सामग्री**

पम्प्लेट, पर्चा, सामाजिक सङ्घसंस्था र स्थानीय निकायहरूले गर्ने कार्यको सूची ।

### **४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप**

- ४.१ विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय निकाय (गाविस/नपा/जिविस) को अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् । ती निकायले सामाजिक समस्या र विकृति नियन्त्रणका लागि केकस्ता कार्यहरू गरेका छन् टिपोट गर्न

लगाउनुहोस् । समाजमा भएका सामाजिक विकृति र विसङ्गति हटाउन गाउँ विकास समिति/नगर पालिका/जिल्ला विकास समितिले गरेका कार्यहरूको टिपोट प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

- ४.२ विद्यार्थीहरूलाई सामाजिक समस्या र त्यसको रोकथामका लागि पम्प्लेट र पर्चा बनाउन लगाउनुहोस् । पम्प्लेट र पर्चा बनाउनुअघि त्यसको नमुना पनि देखाउनुहोस् । एउटा नमुना तल दिइएको छ :

मादक पदार्थको सेवन नगरौं

विद्यार्थीले बनाएको पम्प्लेट कक्षामा प्रस्तुत/प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

- ४.३ स्थानीय निकाय वा सरकारी, गैरसरकारी संस्थाका प्रतिनिधि आमन्त्रण गरी विद्यार्थीहरूसँग अन्तर्क्रिया गराउनुहोस् । त्यस्ता व्यक्तिलाई कक्षा लिन लगाउन पनि सकिन्छ ।

- ४.४ स्थानीय निकायहरूले गर्ने कार्यहरूसँग सम्बन्धित पोस्टर, पम्प्लेट, चित्र आदि सामग्री प्रदर्शन गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन विधि

- ५.१ विद्यार्थीहरूले गाउँ विकास समिति, नगरपालिका र जिल्ला विकास समितिले सामाजिक समस्या र विकृति हटाउन गरेका कार्यहरूको टिपोट प्रस्तुत गरे नगरेका आधारमा उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

- ५.२ विद्यार्थीले प्रस्तुत गरेको पम्प्लेटको नमुना भिल्यो भिलेन क्रियाकलापमा दिइएको नमुनासँग दाँजी मूल्यांकन गर्नुहोस् । यदि नमिलेको भए सुधारका लागि सुझाव दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय निकायले सामाजिक समस्या तथा विकृति हटाउन केकस्ता कार्यक्रम राखेका छन् खोजी गर्न लगाउनुहोस् र त्यस्ता कार्यमा सहभागी हुन प्रेरित गर्नुहोस् ।

## एकाइ ४ : नागरिक चेतना

### पाठ १ हालो अधिकार

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- मौलिक अधिकार र कर्तव्यप्रति सजग रहन र उपयोग गर्ने ।	- मौलिक अधिकारहरू उल्लेख गर्ने । - आफ्नो अधिकार प्रयोग गर्दा अरूको अधिकार हनन नगर्ने बानीको विकास गर्ने । - आफ्नो कर्तव्यप्रति सचेत रहने बानीको विकास गर्ने ।

#### २. पाठ परिचय

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा नागरिकहरूका लागि मौलिक हकहरूको व्यवस्था गरिएको छ । संविधानको धारा १२ देखि ३२ सम्म समानता, स्वतन्त्रता, छुवाछुत तथा जातीय भेदभावविरुद्धको हक, प्रकाशन प्रसारण तथा छापाखानासम्बन्धी हक, वातावरण तथा स्वास्थ्यसम्बन्धी हक, शिक्षा तथा संस्कृतिसम्बन्धी हक, रोजगारी तथा सामाजिक सुरक्षासम्बन्धी हक, सम्पत्तिको हक, महिलाको हक, सामाजिक न्यायको हक, बालबालिकाको हक, धर्मसम्बन्धी हक, न्यायसम्बन्धी हक, निवारक नजर बन्दविरुद्धको हक, यातनाविरुद्धको हक, सूचनाको हक, गोपनीयताको हक, शोषणविरुद्धको हक, श्रमसम्बन्धी हक, देश निकालाविरुद्धको हक र संवैधानिक उपचारको हकको प्रावधान राखेको छ । नेपालको संविधानमा व्यवस्था भएका मौलिक हकहरूको पालना गर्नु सबै नागरिकको कर्तव्य हो । नागरिकले यी मौलिक हकहरू प्राप्त गर्ने अधिकार पाएका हुन्छन् । यी अधिकारहरू प्राप्त नभएमा आवाज उठाउने र अदालतमा उजुरी गर्ने अधिकार नेपाली नागरिकलाई छ । वर्तमान संविधानले महिला र पुरुषलाई बराबर अधिकार दिएको छ । यस संविधानले जातजातिमा भेदभाव गर्न नपाइने, आफ्नो इच्छाअनुसारको धर्म मान्न पाइने, सबैले पढन, लेखन र धुमफिर गर्न पाउने, सित्तैमा काम लगाउन र क्षमताभन्दा बढी काम लगाउन नपाउने, स्वच्छ वातावरणमा बाँच्न पाउने, बिरामी हुँदा औषधी उपचार गर्न पाउने, कसैलाई शारीरिक र मानसिक कष्ट दिन नपाउने र बाल अधिकारको संरक्षण गर्नुपर्ने प्रावधान राखेको छ । यी अधिकारहरूको हनन भएमा त्यसको प्राप्तिका लागि सङ्घर्ष गर्ने र अदालतमा मुद्दा दायर गर्न पाउने व्यवस्था हुनुपर्छ । आफ्ना मौलिक हक र कर्तव्यप्रति सचेत रहने बानीको विकास गराउनुपर्छ ।

**आफ्नो अधिकारको उपयोग गर्न र अरूको अधिकार उल्लङ्घन नगर्ने बानी बसाउनुपर्दछ ।**

#### ३. शैक्षिक सामग्री

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३, बाल अधिकारसम्बन्धी पोस्टरहरू, स्केल आदि ।

#### **४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

- ४.१ मौलिक हक वा अधिकारको छोटकरी परिचय दिई विद्यार्थीहरूलाई हामीले पाउनुपर्ने अधिकारका सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।
- ४.२ नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा भएका मौलिक हकहरूको सूची बनाई प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् र मौलिक हक तथा अधिकारहरूको सूची बनाउन लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.३ नेपालको संविधानले दिएका मौलिक हक र अधिकारहरू प्रयोग गर्दा अरूको मौलिक हक तथा अधिकार हनन नहुने गरी उपयोग गर्ने बानीको विकास गराउन कक्षामा सस्वर वाचन गर्दा अर्को कक्षामा अवरोध नपुग्ने गरी कार्य गराउनुहोस् । यसैगरी घरमा रेडियो, टिभी आदिको प्रयोग गर्दा छिमेकीलाई असर नपर्ने गरी बजाउन प्रेरित गर्नुहोस् । यस्तो बानीको विकास गराउन सकेमा भावी दिनमा नागरिकले आफ्नो कर्तव्यको पालना राम्रोसँग गर्ने र अरूको अधिकार हनन नगर्ने बानीको विकास हुन जाने छ । यसबाट आफ्नो कर्तव्यप्रति सचेत रहने बानीको विकास हुने छ ।
- ४.५ पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलाप १ मा दिइएको जस्तै वाक्यहरू लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । त्यसका आधारमा आफूले पाएको र नपाएका अधिकारहरूलाई तालिकामा भरी साथीसँग तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।

#### **तालिका**

क्र.सं.	पाएको अधिकार	नपाएको अधिकार

#### **५. मूल्यांकन विधि**

- ५.१ मौलिक हकको जानकारी प्राप्त भयो भएन भन्ने सम्बन्धमा तलका प्रश्नहरू गरी विद्यार्थीको मूल्यांकन गर्नुहोस् :
- (क) तिम्रो परिवारमा महिला र पुरुषबीच भेदभाव छ कि छैन ?
- (ख) तिम्रो परिवारका सदस्यले जातीय भेदभाव गर्दैन् कि गर्दैनन् ?
- (ग) तिम्रा बुबाआमाले तिमीलाई पढन, लेखन र खेलन दिन्दैनन् कि दिन्दैनन् ?
- (घ) तिम्रो वरिपरिको वातावरण स्वच्छ र रमाइलो छ कि छैन ?
- (ख) विद्यार्थीलाई आफ्नो मौलिक हकको उपयोग गर्दा अरूको अधिकार हनन नगर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् र उनीहरूले अरूको मौलिक हक हनन गरे नगरेको अवलोकन गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् । विद्यार्थीले कुनकुन मौलिक हक उपयोग गर्न पाए, कुनकुन पाएनन् तलको जस्तै तालिका बनाउन लगाई बनाए नबनाएका आधारमा उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	पाएको अधिकार	नपाएको अधिकार

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको बौद्धिक स्तरअनुरूप हक र अधिकार प्रयोग गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

## पाठ २ ढाला कर्तव्यहरू

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- मौलिक अधिकार र कर्तव्यप्रति सजग रहन र उपयोग गर्ने ।	- अधिकार र कर्तव्यको भिन्नता बताउन ।
	- नागरिक कर्तव्यहरू बताउन र तिनको पालना गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

समाज र राष्ट्रको सेवा गर्नु, सत्य र न्यायको पक्षमा बोल्नु, सार्वजनिक सम्पत्तिको सुरक्षा गर्नु, कर तिर्नु, नैतिकवान् र चरित्रवान् बन्नु, देशको सीमा मिचिँदा त्यसका विरुद्ध आवाज उठाउनु नागरिकका कर्तव्यहरू हुन् । आफूले पाएका अधिकारहरूको उपयोग गर्दा अरूको अधिकार हनन गर्नुहोस् । देशको कानुन मान्नु, मताधिकारको प्रयोग गर्नु, शिक्षा प्राप्त गर्नु, स्वतन्त्रपूर्वक आफ्ना विचार राख्न पाउनु हाम्रा अधिकार र कर्तव्य हुन् । अधिकार र कर्तव्यलाई एकै सिक्काका दुई पाटा भन्न सकिन्छ । यी दुईबीच भिन्नता पनि छ । अधिकार राज्यद्वारा प्रदान गरिएको हुन्छ । कर्तव्य नागरिकले पालना गर्नुपर्छ । कर्तव्यको पालना नगरेमा राज्यले नागरिकलाई दण्डित पनि गर्दछ । नैतिक र चरित्रवान् नागरिकले आफ्ना कर्तव्यहरू इमान्दारीपूर्वक पालन गर्दछ । नागरिक कर्तव्यको पालनाले नै राष्ट्र समृद्ध बन्छ ।

**बालबालिकाहरूलाई आफ्नो कर्तव्य पालना गर्ने बानी बसाउनुपर्छ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

नागरिक कर्तव्यको सूची, नागरिकले कर्तव्य पालना गरेका उदाहरण लेखिएको चार्ट पत्रपत्रिकामा प्रकाशित समाचारका कटिङ, स्केल, चित्रहरू, पोस्टरहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ विद्यार्थीलाई नागरिक कर्तव्यहरू केके हुन् भनेर पालैपालो बताउन लगाउनुहोस् र तीमध्ये उनीहरूले कुनकुन पालना गरेका छन् बताउन लगाउनुहोस् । यदि पालना नगरेको भए किन पालना नगरेको कारण पनि भन्न लगाउनुहोस् । विद्यालयमा विद्यार्थीले नियमहरू पालना गरे नगरेको अवलोकन पनि गर्नुहोस् ।
- ४.२ विद्यार्थीलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एक समूहलाई नागरिक अधिकार र अर्को समूहलाई कर्तव्यको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् । दुवै समूहलाई प्रस्तुत गर्न लगाई आफूले तयार गरेको सूचीका आधारमा भिले नभिलेको हेरी आवश्यक सुधार गर्नुहोस् ।
- ४.३ पाठ्यपुस्तकको क्रियाकलाप ३ मा दिए जस्तै घटनाहरू प्रस्तुत गरी ठीक बेठीक छुट्याउन र आफू भए के गर्दथ्यौं भनी बताउन लगाउनुहोस् ।

४.४ विद्यार्थीहरूको चार समूह बनाई हरेक समूहलाई हप्ताभरिको जिम्मेवारी तोकिएको कार्य तालिका तयार गर्नुहोस् । यसलाई ठूलो कागजमा लेखी भित्तामा टाँस्न लगाउनुहोस् । चार्टअनुसारको कामको बाँडफाँड गरी हरेक समूहले आ-आफ्नो कर्तव्य पालना गरे नगरेको अवलोकन गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

समूह	गर्नुपर्ने काम					
	आइतबार	सोमबार	मङ्गलबार	बुधबार	बिहीबार	शुक्रबार
१. लालिगुराँस	कक्षा सरसफाइ	शैक्षिक सामग्री तयारी	फूलबारी	कक्षा कोठा सजावट	खेल मैदान सफाइ	धाराको सरसफाइ
२. सयपत्री	धाराको सरसफाइ	फूलबारी	शैक्षिक सामग्री तयारी	खेल मैदान सफाइ	कक्षा कोठा सजावट	कक्षा सरसफाइ
३. सुनगाभा	फूलबारी	कक्षा कोठा सजावट	कक्षा सरसफाइ	धाराको सरसफाइ	शैक्षिक सामग्री तयारी	खेल मैदान सफाइ
४. पारिजात	शैक्षिक सामग्री तयारी	खेल मैदान सफाइ	धाराको सरसफाइ	कक्षा सरसफाइ	फूलबारी	कक्षा कोठा सजावट

#### ५. मूल्यांकन विधि

- ५.१ विद्यार्थीले समूहगत रूपमा प्रस्तुत गरेका अधिकार र कर्तव्यका सूचीहरू मिल्यो मिलेन हेरी उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।
- ५.२ विद्यार्थीले विद्यालयका नियमहरू पालन गरे नगरेका आधारमा उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् । जस्तै : पद्धतिमा बसेको, कक्षा कोठाबाट बाहिर निस्कँदा र भित्र पस्दा लाइनमा पसे नपसेको आदि ।

#### ६. थप सुझाव

बालबालिकाहरूलाई कर्तव्य पालना गराउने अभ्यास गराउनुहोस् र पालना गर्न पनि अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

## पाठ ३ ढाका राष्ट्रिय सम्पदा

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- राष्ट्रिय सम्पदा संरक्षण तथा संवर्धनका लागि सञ्चालित मुख्य आयोजनाहरूको नाम बताउन र तिनीहरूको काममा सकदो सहयोग गर्ने ।	- राष्ट्रिय सम्पदा संरक्षण तथा संवर्धनका लागि सञ्चालित मुख्य आयोजनाहरूको नाम बताउन । - त्यस्ता आयोजनाहरूले गर्ने काम बताउन र आयोजनाको काममा आफूले सकेको सहयोग गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

हाम्रा राष्ट्रिय सम्पदाको संरक्षण र संवर्धनमा विभिन्न स्थानीय र राष्ट्रिय स्तरका साना तथा ठूला आयोजनाको भूमिका महत्वपूर्ण छ । स्थानीय युवा क्लब, विद्यालयका बालबालिका, शिक्षक, अभिभावकले पनि नाड्गा डाँडाहरू, भीर, पाखा आदिमा वृक्षरोपण गरी वनजडगल हुर्काउनुपर्छ । सार्वजनिक स्थलहरू, प्राकृतिक सम्पदा, सांस्कृतिक सम्पदाहरू, मठ, मन्दिर, चर्च, मस्जिद, विहार, गुम्बा आदिको संरक्षण र संवर्धन गर्न साना तथा ठूला आयोजनाहरू देशका विभिन्न भागमा सञ्चालित छन् । तिनका साथसाथै स्थानीय स्तरमा गठित युवा क्लब, विभिन्न समूह, मञ्च आदिले राष्ट्रिय सम्पदा संरक्षणमा योगदान दिएका छन् । स्थानीय प्रविधिको उपयोग गरी राष्ट्रिय सम्पदाको संरक्षण गर्नु नै आजको आवश्यकता हो । त्यस्ता काममा आफूले सकेको सहयोग गर्न विद्यार्थीलाई अभिप्रेरित गराउनु नै यस पाठको मुख्य उद्देश्य हो ।

**राष्ट्रिय सम्पदाहरू पहिचान गर्ने र संरक्षण कार्यमा सहयोग गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

विभिन्न पत्रपत्रिकामा प्रकाशित वृक्षरोपण गरेको समाचारका कटिङ, सार्वजनिक स्थल र प्राकृतिक एवम् सांस्कृतिक सम्पदा संरक्षणका तस्विरहरू आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ द्वितीयकलाप

- ४.१ विद्यार्थीहरूलाई सम्भव भएमा नजिक रहेको वृक्षरोपण गरेको स्थलको अवलोकन गराउनुहोस् र उनीहरूलाई पनि गर्न लगाउनुहोस् । यस्तै कार्य गर्ने अन्य आयोजनाहरूको खोजी गर्न लगाउनुहोस् । ती आयोजनाको नाम बताउन लगाई तपाईंले थाहा पाएका आयोजना पनि भनिदिनुहोस् ।
- ४.२ विद्यार्थीले खोजी गरेका र तपाईंले भनिदिएका आयोजनाका कार्यहरू केके हुन् प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । ती आयोजनाले गरेका कार्यहरूको सूची बनाउन लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

४.३ विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय स्तरमा उनीहरूले गर्न सक्ने कामको विवरण तयार गर्न लगाउनुहोस् र आफ्नो वरिपरिको पार्क, मठ, मन्दिर, मस्जिद, चर्च, विहार, गुम्बा, कुलो, पैनी, पोखरी आदि मध्ये कुनै एकको सरसफाइ कार्य गराउनुहोस् । यस्ता कार्यले भविष्यमा त्यस्ता वस्तुहरू बिग्रन र मासिनबाट जोगाउन सकिन्छ ।

४.४ विद्यार्थीहरूलाई राष्ट्रिय सम्पदाहरू खोला, वन, कुलो, बाटो कुवा, पार्क, धार्मिक स्थल आदिको संरक्षणबाट हुने फाइदा उल्लेख गर्न लगाई साथीलाई पत्र लेख्न लगाउनुहोस् । सबैभन्दा उत्कृष्ट पत्र छनोट गरी पुरस्कृत गर्नुहोस् ।

४.५ विद्यार्थीलाई वरिपरिको सम्पदाको चित्र बनाउन लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । उत्कृष्ट चित्रलाई सूचना पाटी वा भित्ते पत्रिकामा टाँसी प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन विधि

५.१ विद्यार्थीले आफ्नो समुदायमा सञ्चालित साना एवम् ठूला आयोजनाहरूको विवरण सङ्कलन गरे नगरेका आधारमा मूल्यांकलन गर्नुहोस् । यसका लागि निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधन सक्नुहुने छ :

(क) तिम्रो गाउँ / सहरमा राष्ट्रिय सम्पदाको संरक्षण गर्न के कस्ता आयोजना सञ्चालित छन् ?

(ख) त्यस्ता आयोजना कतिओटा छन् ?

(ग) त्यस्ता आयोजनाको स्थापना कहिले भएको हो ?

(घ) ती आयोजनाले केके कार्य गर्दछन् ?

५.२ विद्यार्थीले पत्ता लगाएका आयोजनाले गर्ने कार्यहरू बताए नबताएका आधारमा उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.३ राष्ट्रिय सम्पदाको संरक्षणबाट हुने फाइदाहरू उल्लेख गरी साथीलाई पत्र लेखेको मिल्यो मिलेन हेरी उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् र नमिलेको भए आवश्यक सुधार गरिदिनुहोस् ।

५.४ स्थानीय सम्पदाको सरसफाइमा सक्रियता, सहभागिता र कामका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

विद्यार्थीको रो.नं.	सक्रिय सहभागिता	क्रियाकलापमा उत्कृष्टता

५.५ विद्यार्थीले आफ्नो समुदाय वरिपरिका राष्ट्रिय सम्पदाको चित्र ठीक ढंगबाट बनाए नबनाएका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

बालबालिकाहरूलाई स्थानीय सम्पदाको संरक्षण र संवर्धनमा संलग्न हुन अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

## पाठ ४ ठान्ना सामाजिक नियमहरू

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- परम्परागत रूपमा चलिआएका राम्रा सामाजिक नियमहरू पालन गर्न र यसप्रति आफूलाई सचेत गराउन ।	- विभिन्न समुदायमा प्रचलित ढिकुटी, ऐचोपैचो, गुठी, भेजा आदिको सङ्केतिपत्र वर्णन गर्न । - सामाजिक नियमहरूको पहिचान गर्न र पालना गर्न ।

### २. पाठ परिचय

नेपाली समाजमा परम्परादेखि करिपय राम्रा र नराम्रा सामाजिक नियमहरू चलिआएका छन् । त्यस्ता सामाजिक नियममा राम्रा नियमले निरन्तरता पाउनुपर्छ । हामीले राम्रा सामाजिक नियमको पालना गर्नुपर्छ । यस्ता नियममा जात्रा, पर्व, मेलामा सहभागी हुने, ऐचोपैचो आदि प्रचलनमा छन् । ढिकुटी, भेजा, गुठी आदि सहकारीको सिद्धान्तसँग मिल्छन् । यसै पर्म, पैचो आदि कार्यले आफूसँग नभएका वस्तु लिने र पछि फिर्ता दिने प्रथा बसालेको पाइन्छ । यसबाट एकआपसमा अप्ट्यारो परेका वेला सहयोग प्राप्त हुने र काम गर्न सजिलो हुन्छ । सामाजिक नियमहरू लेखिएका नभए पनि तिनको सबैले पालना गर्नुपर्छ । तिनको पालना नगर्दा समाजमा समस्या उत्पन्न हुन्छ । सामाजिक मर्यादा र अनुशासन कायम गर्न समाजका राम्रा नियम र चलनहरूको पालना गर्नुपर्छ । खराव नियम र चलनलाई सुधार गर्दै जानुपर्छ ।

**सामाजिक नियम पालना गर्ने र गराउने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

विभिन्न पर्व र मेलामा सहभागी भएका तस्विर, गुठियारबीच छलफल भएका तस्विर, मास्कड टेप आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ विद्यार्थीलाई आफ्नो समुदायमा प्रचलित ढिकुटी, पर्म, पैचो, भेजा (मगर जातिहरूको) परम्परागत सामाजिक संस्था आदि मध्ये आफ्नो क्षेत्रमा प्रचलित सामाजिक नियमहरूले समाजमा कस्तो प्रभाव पारेको छ भन्ने बारे स्थानीय अभिभावकसँग छलफल गरी लेख्न लगाउनुहोस् । यी नियमहरू पालना गर्दा हुने फाइदा र नगर्दा हुने बेफाइदाहरू तालिकामा देखाउन लगाउनुहोस् ।
- ४.२ विद्यार्थीहरूलाई आवश्यकताअनुसार समूह विभाजन गर्नुहोस् र ती समूहलाई विद्यालयमा पालना गर्नुपर्ने नियमहरू बनाउन लगाई सबैले देख्ने गरी ठूला अक्षरले लेखेर कक्षामा टाँस्न लगाउनुहोस् । उक्त नियम सबैलाई पालन गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.३ विद्यार्थीलाई आफ्नो समाजमा प्रचलित मेला, पर्वमा सहभागी हुन र सामाजिक नियम पालना गर्ने खालका स्थानीय स्तरका क्रियाकलाप तयार गरी कार्य गराउनुहोस् ।

४.४ विद्यार्थीहरूको विभिन्न समूह बनाई हरेक समूहलाई सामाजिक नियम पालना गरेको र सामाजिक नियम उल्लङ्घन गर्दा समस्यामा परी दुःख पाएका घटनाको भूमिका अभिनय गरी देखाउन लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन विधि

५.१ विद्यार्थीहरूले आफ्नो समुदायमा सञ्चालन हुने मेला पर्व र जात्रालाई क्यालेन्डरमा देखाए नदेखाएका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.२ विद्यार्थीहरूले सामाजिक नियम पालना गर्दा हुने फाइदा र नगर्दा हुने बेफाइदा तालिकामा देखाए नदेखाएका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.३ विद्यार्थीले बनाएका नियमहरू पालना गरे नगरेको अवलोकन गरी उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् र पालना नगरेको पाइएमा पालना गर्न सुझाव दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीलाई स्थानीय स्तरमा सामाजिक नियमहरूको पालना गराउने खालका क्रियाकलाप तयार गरी कार्य गराउनुहोस् र त्यस्ता कार्यमा सहभागी हुन प्रेरित गर्नुहोस् ।

## पाठ ५ र ६

## जिल्ला विकास समिति र यसका कार्यहरू

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ५

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- आफू बसेको जिल्लाको जिविसको परिचय, संरचना र कार्य बताउन ।	- जिविसको सङ्गठन तालिका बताउन । - जिविसले गर्ने कार्यको सूची बनाउन । - जिविसको स्थलगत भ्रमण गराई त्यसले गरेका कार्य उल्लेख गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

नेपाल सरकारले देशलाई ७५ ओटा जिल्लामा बाँडेको छ । विकास निर्माणको काममा सहजता ल्याउन देशमा ७५ ओटै जिल्लामा जिल्ला विकास समिति छन् । तिनले शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात, सञ्चार, खानेपानी, विद्युत् आदिको विकासका लागि काम गर्दछन् । जिल्ला विकास समितिमा एक जना सभापति, एक जना उपसभापति र इलाकाअनुसार इलाका सदस्यहरू रहन्छन् । एक जना महिलासहित दुई जना सदस्यहरू जिविसले मनोनीत गर्दछ । जिल्लाभित्रका व्यवस्थापिका संसद्का सदस्यहरू पनि जिविसका पदेन सदस्य हुन्छन् ।

अहिले जिविस प्रतिनिधिविहीन अवस्थामा छ । जिल्लाका विकास निर्माणका काम गर्नका लागि स्थानीय विकास अधिकारीको संयोजकत्वमा जिल्ला विकास समिति सञ्चालित छ ।

**बालबालिकाहरूलाई उनीहरू बसोवास गर्ने जिल्लाको परिचय, संरचना र कार्यहरूको जानकारी दिनुपर्छ ।**

### ३. शिक्षण सामग्री

जिविसको सङ्गठन ढाँचाको चार्ट, जिविसका कार्यहरूको सूची लेखिएको चार्ट, जिविसले गर्ने कार्यहरूको ब्रोसर वा बुकलेट (पुस्तिका) ।

### ४. शिक्षणसिकाइ द्वियाकलाप

४.१ विद्यार्थीलाई जिविसको सङ्गठन तालिका देखाउनुहोस् । त्यसका आधारमा जिविसमा कति पदाधिकारीहरू रहन्छन् पालैपालो बताउन लगाउनुहोस् । अन्त्यमा त्यस जिल्लाका जिविस सदस्य सङ्ख्या बताइदिनुहोस् । सङ्गठन तालिका प्रस्तुत गर्दा मौजुदा कानुनी व्यवस्था के छ त्यसको खोजी गरी सत्यतथ्य बुझी प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

४.२ विद्यार्थीलाई सम्भव भएमा जिविसको भ्रमण गराउनुहोस् । यदि सम्भव छैन भने जिविसको ब्रोसर अध्ययन गर्न लगाई जिविसले गर्ने कार्यको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । हालसम्म जिविसले गरेका कार्यहरू पनि उल्लेख गर्न लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

४.३ विद्यार्थीलाई आफ्ना अभिभावकसँग सोधेर आफ्नो जिल्लालाई कति इलाकामा बाँडेको छ पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीको इलाका वा गाउँ/नगरमा जिविसले गरेका वा जिविसको सहयोगमा भएका विकास निर्माण कार्यहरूका बारेमा जानकारी सहजलन गरी सूची बनाउन लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन विधि

५.१ तल दिइएका जस्ता प्रश्नहरूको उत्तर दिए नदिएका आधारमा विद्यार्थीको मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- (क) जिविसमा कति जना इलाका सदस्य हुन्छन् ?
- (ख) तिम्रो गाउँ/टोलमा जिविसको सहयोगमा केके काम भएको छ ?

५.२ विद्यार्थीले जिविसले गर्ने कार्यहरूको सूची बनाए बनाएनन् हेरी उनीहरूको मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.३ विद्यार्थीले आफ्ना अभिभावकसँग सोधी इलाका विभाजन र विकास निर्माणका कार्यहरूको विवरण लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गरे नगरेका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

जिविसको कार्य, संरचना र गठन प्रक्रियाका सम्बन्धमा मौजुदा कानूनी व्यवस्थाको अध्ययन गरी पठनपाठन गराउनुहोस् ।

## **पाठ ८ समान व्यवहार र आपसी मेलमिलाप**

### **१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य**

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"> <li>- स्थानीय समुदायका परिचित तथा अपरिचित व्यक्तिसँग सहयोग र सद्भाव कायम गर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- स्थानीय समुदायका परिचित तथा अपरिचित व्यक्तिसँग शिष्ट व्यवहार गर्ने ।</li> <li>- व्यक्तिहरूबीच हुने द्वन्द्वको मध्यस्थता गर्ने सीप विकास गर्ने ।</li> </ul>

### **२. पाठ परिचय**

नेपाली समाज वहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुजातीय र विविधताले बनेको छ । यस्तो विविधतायुक्त समाज भएकाले स्थानीय समुदायका सबै व्यक्तिसँग चिनजान हुन सक्दैन । स्थानीय समुदायका परिचित र अपरिचित व्यक्ति, महिला, पुरुष, जातजाति, धर्मावलम्बी आदिसँग समान व्यवहार गर्नुपर्छ । जुनसुकै समुदायका व्यक्ति भए पनि हामी सबै नेपाली हाँ । हाम्रो एकताले समाजको विकास अगाडि बढेछ ।

विविधतायुक्त समाजमा आपसी द्वन्द्व पनि हुन सक्छ । द्वन्द्वको कारण पहिचान गरी मध्यस्थता गर्नु नै सबैका लागि हितकर हुन्छ । विद्यार्थी विद्यार्थीबीच पनि आपसमा द्वन्द्व हुन सक्छ । त्यसैले विद्यार्थीमा सबैसँग समान व्यवहार गर्ने क्षमता विकास गराउने र आपसमा द्वन्द्व भइहालेमा मध्यस्थता गर्ने सीपको विकास गराउनु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

**बालबालिकाहरूले सबैसँग समान व्यवहार र मेलमिलाप गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### **३. शैक्षिक सामग्री**

आपसमा भगडा गरेको र मध्यस्थता गरेको तस्विर, स्थानीय समुदायका परिचित र अपरिचित व्यक्तिलाई सम्मान गरेको चित्र ।

### **४. शिक्षणसिकाइ द्वितीयकलाप**

४.१ विद्यार्थीलाई स्थानीय समुदायका परिचित र अपरिचित व्यक्तिलाई गरिने सम्मानको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । आफ्नो समुदायको जातीय परम्पराअनुसार नमस्कार, फ्याफुल्ला, (तामाड), ज्वज्वलप्पा (नेवार), आदि अनुसार अभिनय गर्न लगाई व्यवहारमा प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् ।

४.२ विद्यार्थीलाई साथीहरूबीच भगडा भएको समयमा भगडा रोक्ने उपायका बारेमा छलफल गराउनुहोस् । भगडाको कारण पहिचान गरी आपसमा सहमति गराई त्यसको अन्त्य गराउने सीप विकास गराउनुहोस् । यसका लागि अभिनय गराउन सक्नुहुने छ । केही विद्यार्थीहरूलाई गिज्याएको निहुँमा भगडा गरेको, केहीलाई भगडा मिलाउन मध्यस्थता गरेको भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । यो प्रक्रिया निम्नलिखित चरणमा सञ्चालन गर्न आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।



अभिनय सकिएपछि त्यसका चरणहरू र गरिएका क्रियाकलापहरूका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् । यो कार्य पुनः अर्को समूहमा गराउनुहोस् ।

#### **५. मूल्याङ्कन विधि**

- ५.१ विद्यार्थीले रामोसँग व्यवहार प्रदर्शन नगरेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । जस्तै : पडकितमा बसेको, कक्षा कोठाबाट बाहिर निस्कँदा र भित्र पस्दा लाइनमा बसेनबसेको आदि ।
- ५.२ विद्यार्थीले आपसमा भगडा पर्दा मध्यस्थता गर्न सके सकेनन् अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ५.३ निम्न प्रश्नहरूमा छलफल गर्नुहोस् :

- (क) के अपरिचित व्यक्तिहरूलाई तुरन्तै विश्वास गरिहाल्नुहुन्छ ?
- (ख) अपरिचित व्यक्तिले केही कुरा सोधेमा के गछौं ? भागछौ वा लजाउँछौ वा चुपलागेर बस्छौ वा सोधेका कुराको शिष्ट भाषामा जवाफ दिन्छौ ?
- (ग) अपरिचित व्यक्तिसँग कसरी सहयोग माग्छौ ?
- (घ) मध्यस्थता गर्ने व्यक्तिले के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

#### **६. थप सुझाव**

विद्यार्थीलाई स्थानीय समुदायका परिचित र अपरिचित व्यक्तिलाई सम्मान गर्न र समान व्यवहार देखाउन प्रेरित गर्नुहोस् । आपसमा भगडा पर्दा मध्यस्थता गर्ने सीप पनि विकास गराउन प्रयास गर्नुहोस् ।

## एकाइ ५ : हाम्रो पृथ्वी

### पाठ १ नेपालको प्राकृतिक स्वरूप

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- हाम्रो देशको प्राकृतिक स्वरूप अध्ययन गरी बताउन।	- नेपालको प्राकृतिक स्वरूपको परिचय दिन। - हिमाली, पहाडी र तराई प्रदेश देखाई नेपालको नक्सा कोर्न। - नेपालको धरातलीय स्वरूप देखाउने नमुना तयार पार्न। - विभिन्न भौगोलिक क्षेत्रमा पर्ने स्थानहरूको पहिचान गर्न।

#### २. पाठ परिचय

नेपाल विविध प्रकारको भौगोलिक स्वरूप भएको मुलुक हो। नेपालको उत्तरमा अग्लाअग्ला पहाडहरू छन्। तिनलाई सधैँ हिउँले ढाकेको हुन्छ। त्यहाँ धेरै चिसो हुन्छ। त्यसलाई हिमाली प्रदेश भनिन्छ। हिमाली प्रदेशमा हिमालभन्दा उत्तरतर्फ पनि नेपालका केही जिल्ला पर्दछन्। हुम्ला, जुम्ला, मुगु, डोल्पा, मनाङ, मुस्ताङ हिमालभन्दा पछाडि पर्दछन्।

नेपालको मध्य भागमा पहाडी प्रदेश छ। पहाडी प्रदेशको बीचबीचमा उपत्यका, बँसी र टारहरू छन्। पहाडी भागलाई दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ। हिमाली प्रदेशदेखि दक्षिणतर्फको अग्ला पहाडहरूले बनेको क्षेत्रलाई महाभारत पर्वत श्रेणी भनिन्छ। दक्षिणतर्फको तराई प्रदेशदेखि उत्तरतर्फ रहेका होचा पहाडी क्षेत्रलाई चुरे पर्वत श्रेणी भनिन्छ। महाभारत पर्वत श्रेणी र चुरे पर्वत श्रेणीको बीचमा सम्म परेको मैदानी भाग छ जसलाई भित्री मधेस भनिन्छ। नेपालको दक्षिण भाग सम्म परेका मैदानले बनेको छ। त्यसलाई तराई प्रदेश भनिन्छ। त्यहाँ निकै मलिलो र खुखुलो माटो पाइने हुँदा उज्जनी राम्रो हुन्छ।

नेपाल हिमाल, पहाड र तराई मिलेर बनेको छ। यी तीनओटै क्षेत्र पूर्वेखि पश्चिमसम्म फैलिएका छन्।

### ३. शैक्षिक सामग्री

- नेपालको प्राकृतिक नक्सा ।
- नेपालको रेखांडिकत नक्साहरू ।
- नेपालको धरातलीय स्वरूप देखाउने नमुना (Model) ।
- एटलसहरू कम्तीमा दुई जनालाई एउटा हुने गरी विभिन्न भौगोलिक स्थानहरू देखाउने चित्र वा तस्विरहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ द्वियाकलाप

४.१ हिमाल, पहाड र तराई प्रदेश भल्कने तस्विर वा चित्रहरू छुट्टाछुट्टै प्रदर्शन गरी निम्नअनुसारका प्रश्नहरूमा छलफल गराउनुहोस् :

- (नक्सा वा चित्र देखाउँदै) यो नेपालको कुन प्रदेश हो ?
- यो प्रदेशका विशेषताहरू केके हुन् ?
- तिमीहरू अहिले कुन प्रदेशमा रहेका छौ ?

४.२ त्यसपछि नेपालको प्राकृतिक भित्रे नक्सा प्रदर्शन गरी ती तस्विरहरू सम्बन्धित क्षेत्र नजिक टाँसिदिनुहोस् । नेपाललाई प्राकृतिक रूपमा मुख्य तीन प्रदेशमा विभाजन गरिएको कुरा छलफल गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई एटलसमा प्राकृतिक नक्सा हेर्न लगाउनुहोस् । सँगै रहेको राजनैतिक नक्सासमेत हेरेर उक्त प्रदेशमा पर्ने मुख्यमुख्य ठाउँहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । त्यसमा आफू बसेको स्थान पनि पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।

प्राकृतिक प्रदेश	मुख्यमुख्य स्थानहरू

४.३ नेपालको धरातलीय स्वरूप देखाउने नमुना प्रदर्शन गरी माटोबाट यस्तै नमुना तयार गरेर ल्याउन गृहकार्य दिनुहोस् । त्यसमा रड पनि भर्न लगाउनुहोस् । हिमाली प्रदेशलाई सेतो, तराई प्रदेशलाई हरियो र पहाडी प्रदेशलाई पहेंलो वा खैरो रड्ग भर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले तयार पारेका मोडलहरू प्रदर्शनीको आयोजना गर्नुहोस् । सबैभन्दा राम्रो मोडल उनीहरूलाई नै छान्न लगाउने र पुरस्कृत गर्नुहोस् ।

४.४ विद्यार्थीहरूलाई नेपालको रेखाढिकत नक्सा वितरण गरी हिमाली पहाडी र तराई प्रदेश छुट्याउन लगाउनुहोस् । हरेक क्षेत्रमा छुट्टाछुट्टै रड वा सङ्केत भर्न लगाउनुहोस् । ती प्रदेशहरूका बारेमा छलफल विधिद्वारा कस्तोकस्तो जमिन छ भनी प्रष्ट पारिदिनुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन विधि

५.१ तल दिइएका प्रश्न जस्ता प्रश्नहरू सोधी उत्तर दिए नदिएका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- तराई प्रदेशमा कस्तो जमिन छ ?
- हिमाली प्रदेशमा किन चिसो हावापानी भएको होला ?
- पहाडी प्रदेशमा पर्ने चारओटा ठाउँहरूको नाम लेख ।

५.२ नेपालको नक्सामा आफू बसेको प्रदेश देखाऊ ।

#### ६. थप सुझाव

सुरुमा स्थानीय ठाउँको भौगोलिक स्वरूपसँग परिचित गराई त्यसपछि मात्र देशको भौगोलिक स्वरूपका बारेमा जानकारी गराउनु राम्रो हुन्छ । नक्साको अभ्यास पनि सामान्यबाट जितिलताको क्रममा अभ्यास गराउनु उपयुक्त हुन्छ ।

## पाठ २ नेपालको हावापानी र जनजीवन

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>- हाम्रो देशको सामाजिक जनजीवन अध्ययन गरी बताउन।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- भौगोलिक प्रदेशअनुसार हावापानी बारेमा बताउन।</li><li>- नेपालको विभिन्न प्रदेशका मानिसहरूको जनजीवन बारेमा बताउन।</li><li>- नेपालका विभिन्न भू-स्वरूप, हावापानी र संस्कृतिअनुसार जातजाति, वेषभूषा, चाडपर्व र धर्म बारेमा बताउन।</li></ul>

### २. पाठ परिचय

तराईमा थारू, धिमाल, सतार, राजवंशी, यादव, वाहन, क्षेत्री बसोवास गर्दैन्। पहाडी प्रदेशमा राई, लिम्बू, मगर, गुरुङ, बाहुन, नेवार क्षेत्रीलगायत थुप्रै जातिका मानिस बस्छन्। उनीहरूको आ-आफै मातृभाषा छ। यहाँका मानिसको मुख्य पेसा खेतीपाती नै हो तर तराईमा जस्तो धेरै उब्जनी हुँदैन। यहाँ हिन्दु र बौद्ध धर्म मान्ने मानिसहरूको वाहल्यता छ। पूर्वतर्फका मानिसहरू किराँत धर्म मान्छन्। दसैँ, तिहार, ल्होसार यस प्रदेशका मुख्य चाडपर्व हुन्।

हिमाली प्रदेशमा धेरै जाडो हुने हुँदा त्यहाँका मानिसहरू बाक्लो लुगा लगाउँछन्। शेर्पा, थकाली, गुरुङ त्यहाँका मुख्य जाति हुन्। उनीहरू आफै मातृभाषा बोल्छन्। ल्होसार यस प्रदेशमा मनाइने मुख्य पर्व हो। बस्तीहरू पातला छन्। पशुपालन मुख्य पेसा हो। आलु, फापर, जौ, उवा, कोदो यहाँका मुख्य बाली हुन्।

### ३. शैक्षिक सामग्री

- विभिन्न भौगोलिक प्रदेशमा बस्ने मानिसहरूको जनजीवन भल्कने तस्बिर, फोटो, मोडल, पुतलीहरू।
- नेपालको नक्सा।
- एटलसहरू।
- चार्टहरू।

## ४ शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

- ४.१ विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न भौगोलिक क्षेत्रमा पाइने हावापानी देखाउने नक्सा प्रदर्शन गर्ने र कुनकुन क्षेत्रमा कस्तो हावापानी पाइन्छ भनी प्रश्न गरेर छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.२ विद्यार्थीहरूलाई ३-४ जनाको समूहहरू बनाई हरेक समूहलाई विभिन्न भौगोलिक क्षेत्रमा बसोवास गर्ने मानिसहरूको जनजीवन भल्कने चित्रहरू दिनुहोस् । उनीहरूलाई कुन चित्र कुन भौगोलिक क्षेत्रसँग मिल्छ भनी छुट्याउन लगाउनुहोस् । भित्तामा टाँसिएको नेपालको प्राकृतिक नक्सामा भौगोलिक क्षेत्रअनुसार मिल्ने गरी चित्रहरू टाँस्न लगाउनुहोस् । नमिलेमा छलफल गरी सच्याउन लगाउनुहोस् । धेरै विद्यार्थी भएमा दुई तीन समूहलाई पालो पालो गरी टाँस्न लगाउनुहोस् । ती क्षेत्रका मानिसले कस्तो लुगा लगाएका छन् र किन त्यस्तो लुगा लगाए होलान् भनी छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.३ विभिन्न जनजातिहरू भल्कने मोडलहरू वा पुतलीहरू प्रदर्शन गर्दै यस्ता वेषभूषा कुन जातिले लगाउँछन् ? कुन क्षेत्रका मानिसले लगाउँछन् ? तिनले कुन भाषा बोल्छन् ? आदि प्रश्नहरू गरी छलफल अघि बढाउने र विद्यार्थीहरूले भन्न नसकेमा शिक्षकले प्रष्ट पारिदिनुहोस् ।
- ४.४ तल दिइएका जस्तै चार्टहरू प्रदर्शन गरी कुन भौगोलिक क्षेत्रमा कुन भाषा, धर्म, जातजाति, हावापानी, पेसा आदि पाइन्छन् छलफल गर्नुहोस् ।

तालिका नं. १

क्र.सं.	भौगोलिक क्षेत्र	भाषा	जाति
१			
२			
३			

तालिका नं. २

क्र.सं.	भौगोलिक क्षेत्र	पेसा	धर्म
१			
२			
३			

तालिका नं. ३

क्र.सं.	भौगोलिक क्षेत्र	चाडपर्व	वेषभूषा
१			
२			
३			

एउटै चार्टमा प्रदर्शन गर्दा विद्यार्थीहरूलाई पढन र सम्भन कठिन हुने हुनाले छुट्टाछुट्टै चार्ट बनाई पालैपालो छलफल गर्नुहोस् ।

४.५ सबै विद्यार्थीहरूलाई आफू बस्ने क्षेत्रमा पाइने हावापानी, जातजाति, भाषा, धर्म, पेसा आदि बारेमा बयान गर्दै आफ्ना साथीलाई चिठी लेखा लगाउनुहोस् । चिठीमा समेटिनुपर्ने कुराहरू र ढाँचाबारे प्रष्ट्याइदिनुहोस् । केही चिठीहरू पढेर सुनाउन लगाउने र आवश्यक सुधार गरिदिने गर्नुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ तलका जस्ता खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द राखी भर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) पहाडी प्रदेशमा ... ... हावापानी पाइन्छ ।
- (ख) तराईका मानिसहरू ... ... लुगा लगाउँछन् ।
- (ग) ... ... जाति हिमाली प्रदेशमा बसोवास गर्दछन् ।
- (घ) गुरुड जातिले ... ... नामको लुगा लगाउँछन् ।
- (ङ) दाल रोटी ... ... प्रदेशमा धेरै खाइन्छ ।

५.२ नेपाललाई किन सबै जातको फूलबारी भनिएको हो ?

#### ६. थप सुझाव

विद्यार्थीहरूलाई नेपालका विभिन्न भौगोलिक क्षेत्र र त्यहाँको जनजीवन भल्कने चलचित्र वा स्लाइडहरू प्रदर्शन गरी प्रस्त पार्न सकिन्छ ।

## **पाठ ३ र ४ नेपालको प्राकृतिक वनस्पति र हातो देशलो माटो**

### **१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य**

**अनुमानित घन्टा : ३**

<b>पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि</b>	<b>विशिष्ट उद्देश्य</b>
<p>- नेपालको प्राकृतिक स्वरूप र सामाजिक जीवन अध्ययन गरी बताउन ।</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- नेपालमा विभिन्न भौगोलिक क्षेत्रमा पाइने वनस्पतिहरूको नाम र विशेषता बताउन ।</li> <li>- नेपालका प्राकृतिक वनस्पतिको उपयोगिता बताउन ।</li> <li>- आफ्नो समुदायका वनस्पति र माटाको पहिचान गर्न ।</li> <li>- नेपालमा पाइने माटाका प्रकारहरू र तिनको उपयोगिता बताउन ।</li> </ul>

### **२. पाठ परिचय**

२.१ नेपालमा भौगोलिक क्षेत्रअनुसार फरकफरक हावापानी पाइन्छ । हावापानी र वनस्पतिबीच घनिष्ठ सम्बन्ध हुन्छ । हावापानीअनुसार वनस्पति उम्हने गर्दछ ।

धेरै गर्मी र वर्षा हुने क्षेत्रमा ठूला पात भएका सधैँ हरियो हुने (सदावहार) वनस्पति पाइन्छ । नेपालको तराई क्षेत्रमा साल, नरिवल, सिसौलगायतका सदावहार वनस्पति पाइन्छन् ।

पहाडी क्षेत्रमा हिउँदमा पात झर्ने पतझर वनस्पति पाइन्छ । गुराँस, कटुस, लप्सी आदि जातका वनस्पति पाइन्छ । उच्च पहाडी क्षेत्रमा र हिमाली क्षेत्रमा जाडो सहन सक्ने सल्ला, धुपी जातका त्रिकोण आकारका वनस्पति पाइन्छन् । तिनलाई कोणाधारी वनस्पति भनिन्छ । उच्च हिमाली क्षेत्रमा भाडी र बुट्यानहरू हुन्छन् । त्यहाँ विभिन्न प्रकारका जडिबुटीहरू पाइन्छन् ।

२.२ नेपालको सबै क्षेत्रमा उसै माटो पाइन्दैन । तराई क्षेत्रमा मलिलो र खुकुलो पाँगो माटो पाइन्छ । त्यसैले त्यहाँ प्रशस्त बाली सप्त्रिन्छ । पहाडी क्षेत्रमा रातो, खेरो, फुस्तो माटो पाइन्छ । उक्त माटो खेतीका लागि भन्दा फलफूलका लागि बढी उपयुक्त हुन्छ । त्यहाँ मकै, चिया, कोदो आदि खेती गरिन्छ । हिमाली क्षेत्रमा चट्टान फोस्पिएको, कडा र बलौटे माटो पाइन्छ । त्यहाँको जमिन भिरालो, हावापानी सुख्खा र चिसो भएकाले माटोमा जैविक पदार्थ कम पाइन्छ । त्यसैले त्यहाँ उब्जाउ राम्रो हुँदैन ।

### **३. शैक्षिक सामग्री**

नेपालको वनस्पति र माटो देखाउने नक्सा, एटलस, वनस्पतिका चित्रहरू र माटाका नमुनाहरू ।

### **४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप**

- ४.१ नेपालको प्राकृतिक वनस्पति देखाउने ठूलो नक्सा बनाउन र त्यसलाई प्रदर्शन गरी हरेक भौगोलिक क्षेत्रमा पाइने प्राकृतिक वनस्पतिका बारेमा बताइदिनुहोस् । हावापानीअनुसार प्राकृतिक वनस्पति पाइन्छ भन्ने कुरा बताइदिने गर्नुहोस् ।
- ४.२ विभिन्न प्रकारका प्राकृतिक वनस्पतिका चित्रहरू प्रदर्शन गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.३ विद्यार्थीहरूलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।

एक समूहलाई आफ्नो वरपर भएका विभिन्न प्रकारका वनस्पतिहरूको हाँगा, पात वा बिरुवा सङ्कलन गरेर ल्याउन र अर्को समूहलाई आफ्नो समुदाय वरपर पाइने विभिन्न प्रकारका माटाको नमुना सङ्कलन गरेर ल्याउन गृहकार्य दिनुहोस् । अर्को दिन वनस्पति प्रदर्शनी गर्न लगाउनुहोस् । हरेक वनस्पतिका साथमा वनस्पतिको नाम र पाइने ठाउँका बारेमा लेखेको कागज राख्न लगाउनुहोस् । ती वनस्पतिबारेमा थप जानकारी आदान प्रदान गर्न लगाउनुहोस् ।

- ४.४ विद्यार्थीहरूले ल्याएको माटाको नमुना प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । माटासँगै माटोको नाम, रड, पाइने ठाउँ, त्यसको उपयोगिता आदि बारेमा लेखिएका कागज राख्न लगाउनुहोस् । हाम्रो देशमा विभिन्न ठाउँमा यस्तै फरकफरक प्रकारका माटाहरू पाइन्छन् भन्ने कुरा बताइदिनुहोस् ।
- ४.५ नेपालको विभिन्न ठाउँमा पाइने माटोका प्रकारहरू लेखाएको नक्सा एटलसमा खोज्न लगाउने र कुनकुन प्रकारको माटो कुन ठाउँमा पाइने रहेछ भनी सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.६ माटाको कुनै चार उपयोगिता हरेक विद्यार्थीलाई लेख्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले लेखेका बुँदाहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र लेख्ने पाटीमा टिप्पै जाने गर्नुहोस् । नपुगेका बुँदाहरूबारे छलफल गर्नुहोस् ।

### **५. मूल्यांकन**

- ५.१ विद्यार्थीहरूको समुदायमा पाइने माटाका सम्बन्धमा तलको तालिका भर्न लगाई त्यसका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	तिमी बसेको	कस्तो	कुनकुन खेती हुन्छ ?
१	ठाउँ	माटो	
२			

५.२ तलका प्रश्नहरूको उत्तर बताउन लगाई त्यसका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- (क) काठमाडौँ उपत्यकामा किन बालीनाली राम्रो सप्रिन्थ ?
- (ख) चटटानी माटो भनेको के हो ?
- (ग) तराई क्षेत्रमा कस्तो माटो पाइन्छ ?
- (घ) जङ्गल कस्तो माटामा फष्टाउँछ ?
- (ङ) सल्लाको जङ्गल कस्तो हावापानीमा पाइन्छ ?
- (च) सालको जङ्गल नेपालको कुन क्षेत्रमा बढी पाइन्छ ?

५.३ तलका भनाइहरू जोडा मिलाउन लगाई त्यसका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- |                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| (क) तराई प्रदेश       | पतझर वनस्पति    |
| (ख) हिमाली प्रदेश     | सदावहार वनस्पति |
| (ग) पहाडी प्रदेश      | कोणधानी वनस्पति |
| (घ) उच्च पहाडी प्रदेश | भाडी बुट्यान    |

## पाठ ५ र ६

## नक्सा बनाउन सिक्खी र नक्सामा सङ्केतहरू भर्ने

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- नेपालको नक्सामा महत्वपूर्ण स्थलहरू देखाउन।	<ul style="list-style-type: none"> <li>- विभिन्न तरिकाहरू जस्तै : ट्रेसिङ, टेम्प्लेट, ग्राफ विधिहरू प्रयोग गरेर नेपालको नक्सा कोर्न।</li> <li>- नेपालको नक्सामा सडक, ताल, स्थानहरू, पहाडहरू, नदी आदि तथ्यहरू भर्ने।</li> <li>- आफ्नो समुदायको नक्सा बनाई वरपरका महत्वपूर्ण तथ्यहरू देखाउन।</li> </ul>

### २. पाठ परिचय

विद्यार्थीहरूले अधिल्ला कक्षाहरूमा नक्साको अवधारणा पाइसकेका छन्। उनीहरूले आफ्नो समुदाय र जिल्लाको नक्सा भर्न जानिसकेका छन्। यस कक्षामा नेपालको नक्सालाई कागजमा उतार्ने विभिन्न विधिहरूका बारेमा अभ्यास गराइने छ।

**ट्रेसिङ विधि :** नक्सामाथि पातलो कागज राखी नक्सा उतार्ने विधिलाई ट्रेसिङ भनिन्छ। यस विधिबाट नक्सालाई जस्ताको त्यस्तै उतार्न सकिन्छ। नक्सा बनाउने अभ्यास गर्न र हात बसाउन पनि यो विधि उपयुक्त मानिन्छ।

**टेम्प्लेट विधि :** नेपालको नक्सालाई एउटा बाक्लो कागज वा प्लाइडमा टाँसेर नेपालकै आकारमा त्यसलाई काट्दा नेपालको टेम्प्लेट नक्सा तयार हुन्छ। टेम्प्लेटलाई कागजमाथि राखी वरिपरि सिसाकलमले कोर्दा नेपालको नक्सा उतार्न सकिन्छ।

**ग्राफ विधि :** नेपालको रेखांकित नक्सामाथि लम्बाइ, चौडाइ बराबर भएका कोठाहरू हुने गरी ग्राफ खिच्ने। त्यही कोठा र नाप बराबरको ग्राफ खाली पानामा पनि खिच्ने। पहिले खिचेको ग्राफमा नक्साका कस्ता आकारहरू कुन कोठामा परेका छन् हेँ नेपालको रेखांकित नक्सा खिच्ने।

**खुला हातले नक्सा कोर्ने :** यो विधि सबैभन्दा सरल र छिटो तरिका हो। भविष्यमा हामीले यही सीपको विकास गर्नुपर्छ। धेरै पटक ट्रेसिङ वा टेम्प्लेट नक्साको अभ्यास भएपछि खुला हातले नक्सा कोर्न सकिन्छ। यस्तो नक्सा अन्य तरिकाको नक्साभन्दा कम मिल्ने भए तापनि सामान्य आकार भने निकालन सकिन्छ।

नक्सामा विभिन्न सङ्केतको प्रयोग गरेर विभिन्न तथ्यहरू देखाउन सकिन्छ । नक्सामा प्रयोग गरिने सङ्केतहरू यसप्रकार छन् :

विषय	सङ्केत
नदी	≤
ताल	
हिमाल	
सडक	—
सहर	●

रङ्गीन नक्साहरूमा पहाड, मैदान, समुद्र आदिलाई रङ्गारा देखाइएको छ । कुन तथ्यलाई कस्तो रङ्ग प्रयोग गर्ने भन्ने कुरा नक्सामा नै सङ्केतका रूपमा दिइएको हुन्छ ।

**विभिन्न विधि प्रयोग गरी नक्सा बनाउन र तथ्यहरू भर्न अभ्यास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- नेपालको रेखांडिकत नक्साहरू ।
- पातलो कागज वा ट्रेसिङ पेपर ।
- एटलस ।
- नेपालको नक्साको टेम्प्लेट ।
- पेन्सिल, इरेजर, रुलर ।

### ४. शिक्षणसिकाई दिशाकलाप

- ४.१ विद्यार्थीहरूलाई नेपालको रेखांडिकत नक्सा वा एटलसमा भएको नेपालको कुनै एक नक्सामाथि पातलो कागज वा ट्रेसिङ पेपर राखेर नक्सा उतार्न लगाउनुहोस् । यो अभ्यास दुई तीन पटक गराउनुहोस् ।
- ४.२ नेपालको टेम्प्लेट प्रयोग गरेर नक्सा उतार्न लगाउनुहोस् । टेम्प्लेटहरूको सङ्ख्या धेरै हुनुपर्छ ।
- ४.३ हरेक विद्यार्थीलाई ग्राफ विधिबाट नेपालको नक्सा उतार्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।
- ४.४ विद्यार्थीहरूलाई कुनै विधि प्रयोग गरेर ५-६ ओटा नक्सा उतार्न लगाउनुहोस् । एटलस हेरी मुख्यमुख्य हिमालहरू, नदीहरू, सहरहरू, सदरमुकामहरू, ताल, राजमार्ग आदि सङ्केतको प्रयोग गरेर भर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।

४.५ विद्यार्थीलाई समुदायको नक्सा बनाई मुख्य कुरा भर्न लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

५.१ विद्यार्थीहरूलाई नेपालको नक्सा उतारेर निम्नलिखित तथ्यहरू भर्न लगाउनुहोस् र सोही आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- सगरमाथा
- रारा ताल
- गण्डकी नदी
- दिपायल
- पूर्वपश्चिम राजमार्ग

५.२ तलका तथ्यहरू कस्तो सङ्केतद्वारा बनाइन्छ ?

ताल, नदी, सहर, सडक

विद्यार्थीहरूले सही सङ्केत लेखे नलेखेका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

## पाठ ८ ग्लोब र नक्साको प्रयोग

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- ग्लोब र नक्सामा महाद्वीप र महासागर देखाउन।	- ग्लोब र नक्साको सामान्य परिचय दिन। - महाद्वीपहरूको पहिचान गर्न र अवस्थिति बताउन। - महासागरहरूको परिचय दिन। - ग्लोब र नक्साको प्रयोग गर्न।

### २. पाठ परिचय

पृथ्वीको नमुनालाई ग्लोब भनिन्छ । त्यसमा महादेश, महासागर अक्षांश, देशान्तर, देश तथा राजधानीहरू देखाइएको हुन्छ । पृथ्वीको विभिन्न भौगोलिक स्वरूपलाई कागजमा उतारिएको छ भने त्यसलाई नक्सा भनिन्छ । नक्सामा अझ धेरै तथ्यहरू देखाउन सकिन्छ । रडगीन नक्सामा आकासे निलो रड्ले समुद्र तथा तालहरू, निला बाढ्गा धर्काहरूले नदीहरू देखाइएको हुन्छ । नक्सा प्राकृतिक (physical) र राजनैतिक (political) हुन्छन् । प्राकृतिक नक्सामा जमिनको स्वरूपमा हरियो रड्ले होचो र मैदानी भाग, पहेलो वा सुन्तला रड्ले पहाडी भाग र खेरो रड्ले उच्च पहाडी भाग जनाउँछ । नक्सामा कुन रड्ले के जनाउँछ भन्ने कुरा त्यहाँ दिइएको सङ्केतबाट थाहा पाउन सकिन्छ ।

**बालबालिकाहरूलाई ग्लोब र नक्साबीच भिन्नता छुट्याउन र महाद्वीप तथा महासागरको परिचय दिन सक्ने बनाउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- ग्लोब ।
- विश्वको प्राकृतिक नक्सा ।
- विश्वको राजनैतिक नक्सा ।
- एटलसहरू ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

- ४.१ विद्यार्थीहरूलाई ग्लोब प्रदर्शन गर्दै यो के हो भनी प्रश्न गर्नुहोस् । विद्यार्थीले दिएको जवाफका आधारमा ग्लोबको परिचय दिन लगाउनुहोस् । त्यसमा भएका ठाडा र तेस्रा धर्काहरू क्रमशः देशान्तर र अक्षांश हुन् । आकाशे निलो भाग महासागरहरू हुन् र बाँकी भाग महादेशहरू हुन् भनी ग्लोबको परिचय दिनुहोस् ।
- ४.२ विश्वको प्राकृतिक नक्सा प्रदर्शन गर्ने र विद्यार्थीलाई एटलसमा प्राकृतिक नक्सा हेर्न लगाउनुहोस् । त्यसमा महादेशहरूको नाम पढी पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । नसकेमा भित्ते नक्सामा देखाउदै परिचय गराउनुहोस् । त्यसैगरी महासागरहरूको पनि परिचय गराउनुहोस् ।
- ४.३ विद्यार्थीहरूलाई विश्वको राजनैतिक नक्सा एटलसमा हेर्न लगाउनुहोस् । त्यसमा कुनकुन महादेशहरूमा कुनकुन देशहरू पर्दा रहेछन्, कुन देशको राजधानी कुन रहेछ जस्ता कुराहरू अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.४ हामीले पहिले हेरेको बाटुलो वस्तु ग्लोब हो । त्यसलाई सबै ठाउँमा बोकेर लैजान र अध्ययन गर्न असजिलो हुन्छ । त्यो महाँगो पनि पर्द्धा त्यसैले यसमा भएको नक्सालाई चेप्टो आकारमा कागजमा उतारिन्छ । त्यसलाई विश्वको नक्सा भनिन्छ । ग्लोबमा सिङ्गौ विश्व देखाइएको हुन्छ भने नक्सा कैनै पनि भाग वा देश वा ठाउँको बनाउन सकिन्छ भनी अन्य उदाहरणहरू समेत देखाएर छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.५ विश्वको रेखाढिकत खाली नक्साहरू वितरण गरी त्यसमा महादेशहरूमा छुट्टाछुट्टै रड भर्न लगाउनुहोस् । महादेशको नाम पनि लेख्न लगाउनुहोस् । महासागरहरूमा निलो रड लगाएर नाम लेख्न लगाउनुहोस् । रड नभए नाम मात्र लेखे पनि हुन्छ ।

#### ५ मूल्यांकन

- ५.१ नक्सा र ग्लोबबाट केके सिक्न सकिन्छ ? तलको तालिकामा भर्न लगाई सोही आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	नक्साबाट सिक्न सकिने कुराहरू	ग्लोबबाट सिक्न सक्ने कुराहरू

- ५.२ निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधी सोही आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- (क) विश्वका महादेशहरू र महासागरहरूको नाम लेख ।  
 (ख) तिमी कुन महादेशमा बस्छौ ?

- ५.३ विश्वको नक्सामा विभिन्न महादेश, महासागर र अन्य तथ्यहरू देखाउन लगाएर मूल्यांकन गरी विद्यार्थीले नसकेमा आफूले पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

कम्प्युटर भएमा एनकार्टमा ग्लोब र नक्साका बारेमा जानकारी खोज्न लगाउनुहोस् ।

## पाठ ट र ट ट हाला छिमेकी देशहरू

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रममे निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- छिमेकी राष्ट्रहरू भुटान, बङ्गलादेश, पाकिस्तान, श्रीलङ्का, माल्दिभ्स र अफगानिस्तानको सद्विक्षिप्त परिचय ।	- छिमेकी मित्र राष्ट्रहरूको भौगोलिक परिचय दिन ।
	- छिमेकी मित्र राष्ट्रहरूको सामाजिक र आर्थिक अवस्था बताउन ।
	- नक्सामा छिमेकी मित्र राष्ट्रहरू पहिचान गर्न ।

### २. पाठ परिचय

नेपालको सिमाना जोडिएका छिमेकी देशहरू चीन र भारत हुन् । यी बाहेक अन्य छिमेकी राष्ट्रहरू पनि छन् । भुटान, बङ्गलादेश, माल्दिभ्स, पाकिस्तान, अफगानिस्तान, श्रीलङ्का पनि हाम्रा छिमेकी देश हुन् । यी सबै राष्ट्रहरू दक्षिण एसियाली राष्ट्र हुन् । यिनीहरू सार्क सङ्गठनका सदस्य पनि हुन् । भुटान र श्रीलङ्का बौद्ध धर्मको वाहुल्यता भएका राष्ट्र हुन् भने अफगानिस्तान, पाकिस्तान, बङ्गलादेश, माल्दिभ्स, मुस्लिम धर्मको वाहुल्यता भएका राष्ट्र हुन् । यी सबै राष्ट्रहरूसँग हाम्रो समान सम्बन्ध छ । माल्दिभ्स, भुटान, बङ्गलादेश र श्रीलङ्का नेपालभन्दा साना छन् । पाकिस्तान र अफगानिस्तान नेपालभन्दा ठूला छन् । श्रीलङ्का र माल्दिभ्स वरिपरि पानीले घेरिएका जल परिवेष्टि भुलुक हुन् । नेपाल, अफगानिस्तान र भुटान वरिपरि जमिनले घेरिएका भू-परिवेष्टि भुलुक हुन् । पाकिस्तान र बङ्गलादेश समुद्रलाई छोएका मुलुक हुन् ।

**छिमेकी राष्ट्रहरूको सद्विक्षिप्त परिचय दिन लगाउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- एटलसहरू ।
- एसियाको राजनैतिक नमुना ।
- भुटान, बङ्गलादेश, माल्दिभ्स, पाकिस्तान, अफगानिस्तान र श्रीलङ्काको भौगोलिक अवस्था, जनजीवन लगायतका विभिन्न गतिविधि झल्कने चित्र तथा तस्विर र अन्य पाठ्यसामग्री ।

### ४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

- ४.१ विद्यार्थीहरूलाई एटलसमा एसियाको नक्सा हेर्न लगाई श्रीलङ्का, पाकिस्तान, अफगानिस्तान, बङ्गलादेश, माल्दिभ्स देशहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । कुनकुन देश नेपालभन्दा ठूला र कुनकुन देश साना रहेछन् हेरेर भन्न लगाउनुहोस् ।

४.२ एटलस हेरी हरेक देशको चारैतर्फ कुनकुन देशहरू वा क्षेत्रहरू पर्दा रहेछन् । तल दिइएको जस्तै तालिकामा भर्न लगाउनुहोस् ।

क्र.सं.	देशको नाम	पूर्व	दक्षिण	पश्चिम	उत्तर
१					
२					
३					

४.३ विद्यार्थीहरूको ६ ओटा समूह बनाउनुहोस् । हरेक समूहलाई एक-एकओटा देशका बारेमा विवरण सङ्कलन गरी तलको जस्तै तालिकामा लेख्न लगाउनुहोस् ।

क्र.सं.	देश	राजधानी	मुख्य पेसा	मुख्य उत्पादन	जनसङ्ख्या	भाषा
१						
२						
३						

पालैपालो सबै समूहलाई प्रस्तुत गर्न लगाई छलफल गराउनुहोस् ।

४.४ विद्यार्थीहरूलाई कम्तीमा चार समूह बनाउनुहोस् । हरेक समूहलाई पाठ्यपुस्तकको पाठ ८ र ९ बाट विभिन्न प्रश्नहरू बनाउन लगाउनुहोस् । प्रश्न बनाउँदा उत्तर पनि साथैमा लेख्नुपर्ने कुरा सम्झाउनुहोस् ।

एउटा प्रश्न एक टुक्रा कागजमा लेख्नुपर्छ । अब ती सबै प्रश्नहरू सङ्कलन गरी एउटा भाँडो वा बट्टामा हालेर घोल्ने र ती समूहहरूबीचमा हाजिरीजवाफ कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुहोस् । विजयी समूहलाई पुरस्कृत गर्नुहोस् ।

४.५ हाम्रा छिमेकी मुलुकहरूसँग सम्बन्धित चित्र वा तस्विरहरू प्रदर्शन गर्दै त्यहाँको भौगोलिक अवस्था, जनजीवन आदि बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

४.६ हाम्रा छिमेकी मुलुकका ज्ञन्डाहरू बनाउन लगाउनुहोस् । यसका लागि एटलस र रड उपलब्ध गराउनुहोस् ।

४.७ “हुलाकी आयो चिट्ठी त्यायो” खेल खेलाउने विद्यार्थीहरूलाई ६ ओटा समूहमा बाँडनुहोस् । हरेक समूहलाई मेटाकार्ड दिई एक समूहले एक देशका बारेमा विवरणहरू मेटाकार्डमा लेख्नुपर्ने निर्देशन दिनुहोस् । एउटा कार्डमा एउटा विवरण मात्र लेख्न लगाउनुहोस्, जस्तै : बङ्गलादेशका बारेमा तल दिइए जस्तै गरी कार्ड बनाउन लगाउनुहोस् ।

१४४००० वर्ग किमि

पूर्व, पश्चिम र उत्तरमा भारत र दक्षिणमा बङ्गालको खाडी

ढाका

टाका

गर्मी र धैरै वर्षा

कृषि

धान, जुट, माछा, चिया

१२ करोड ८४ लाख

- ती सबै कार्डहरू छ्यासमिस पारेर एउटा भोलामा हाल्ने ।
- विद्यार्थीले कार्ड बनाइरहँदा शिक्षकले भित्तामा लस्करै छिमेकी देशहरूको नक्सा वा नाम लेखिएको ठूलो कार्ड टाँस्ने ।
- शिक्षकले भोला भिरी “हुलाकी आया चिट्ठी ल्यायो” भन्दै नक्सा टाँसेकोतिर गई भोलाबाट एउटा कार्ड निकाली हेरेर मिल्ने नक्साको मुनि सबैले देखेगरी टाँसिदिने । आफूले मिलाउन नसकेमा जुन नक्सासँग मिल्दछ जस्तो लाग्छ त्यसैमुनि अन्दाज गरेर टाँस्ने । फर्केर आई अर्को विद्यार्थीलाई भोला भिराइदिने, उसले पनि शिक्षकले जस्तै : “हुलाकी आयो, चिट्ठी ल्यायो” भन्दै जाने र कार्ड नसकिएसम्म पालैपालो गर्दै जाने । सबैको पालो सकिएपछि पाठ्यपुस्तक हेँदै नमिलेका कार्डहरू भिक्केर मिल्ने ठाउँमा टाँस्न लगाउने । सकिएपछि सबैले ताली बजाउने ।

#### ५. मूल्यांकन

५.१ तलका तथ्यहरूको जोडा मिलाउन लगाई सोही आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

पास्तु भाषा	-	बङ्गलादेश
दिवेही भाषा	-	पाकिस्तान
तमिल भाषा	-	माल्दिभ्स
जोडखा भाषा	-	श्रीलङ्का
बङ्गाली भाषा	-	भुटान
उर्दु भाषा	-	अफगानिस्तान
	-	नेपाल

५.२ खाली ठाउँ भर्न लगाई सोही आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

- (अ) बङ्गलादेशको दक्षिणमा ..... पर्दछ ।
- (आ) पाकिस्तानको राजधानी ..... हो ।
- (इ) थिम्पु ..... को राजधानी हो ।
- (ई) श्रीलङ्काको क्षेत्रफल ..... हो ।
- (उ) माल्दिभ्सको मुख्य उत्पादन ..... हो ।
- (ऊ) अफगानिस्तानको मुद्रा ..... हो ।

५.३ नक्सामा पाठमा उल्लिखित देशहरूका बारेमा राजधानी, सिमाना आदि बारेमा देखाउन लगाएर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

#### ६. थप सुझाव

६.१ विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्ने । पुराना पत्रपत्रिका सङ्कलन गरी विद्यार्थीहरूलाई दिने । उनीहरूले आ-आफ्नो समूहमा बसी त्यसबाट छिमेकी राष्ट्रहरूसँग सम्बन्धित समाचार, फोटो सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने । भित्रे पत्रिकामा त्यस्ता सामग्री टाँस लगाउने ।

६.२ कक्षालाई ६ ओटा समूहमा विभाजन गर्ने । हरेक समूहलाई बङ्गलादेश, भुटान, मालिद्भस, पाकिस्तान, श्रीलङ्का, अफगानिस्तान, नेपालमध्ये एकएकओटा बाँडिदिने । हरेक समूहलाई आफ्नो भागमा परेको देशको भन्डा, नक्सा र नाम लेखिएका चित्रपत्री तथा शब्दपत्रीहरू बनाउन लगाउने । त्यसपछि हरेक समूहलाई आफ्नो भागमा परेको देशसँग सम्बन्धित शब्दपत्रीका विवरण प्रस्तुत गर्न लगाउन सकिन्छ ।

## एकाइ ६ : हाला विगत

### पाठ १ हालो समुदायका ऐतिहासिक वस्तुहरू

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो समुदायमा रहेका ऐतिहासिक वस्तुहरू खोजी र संरक्षण गर्ने ।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो समुदायमा भएका ऐतिहासिक खोजी र संरक्षण गर्ने ।</li><li>- आफ्नो घर र सुमदायका ऐतिहासिक वस्तुहरू संरक्षण गर्ने ।</li></ul>

#### २. पाठ परिचय

हाम्रो समुदायमा विभिन्न प्रकारका ऐतिहासिक वस्तुहरू यत्रतत्र छारिएर रहेका हुन्छन् । तिनका बारेमा थाहा नहुँदा वा त्यसको महत्त्व थाहा नहुँदा त्यस्ता वस्तुहरू नष्ट भइरहेका हुन सक्छन् । १०-११ वर्षका केटाकेटीहरू बढी चञ्चल र जिज्ञासु पनि हुन्छन् । उनीहरूले मठ, मन्दिर, गुम्बा, चर्च, धारो, चौतारो आदि ठाउँमा रहेका मूर्ति, शिलालेख, ताम्रपत्र, कलात्मक वस्तुहरू आदिसँग खेल्ने, तोडफोड गर्ने, घोट्ने, ढुङ्गाले हानने आदि कार्यहरू गर्न सक्छन् । तिनलाई त्यस्ता वस्तुहरू संरक्षण गर्नुपर्छ भन्ने भावना जगाउने र संरक्षणमा सरिक गराउने खालका क्रियाकलापहरूमा संलग्न गराएर त्यस्ता वस्तुहरू नष्ट हुनबाट जोगाउन सकिन्छ ।

विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घरमा भएका मुद्रा, कागजपत्र, मूर्ति, भाँडाकुँडा, चित्र तथा तस्विरहरू पनि पछि ऐतिहासिक वस्तु हुन सक्छन् । पहिलेका तिनै वस्तुहरू आजका ऐतिहासिक वस्तु हुन् भन्ने अवधारणाको विकास गराउनुपर्छ । त्यस्ता वस्तुहरू सङ्कलन र संरक्षण गरेर राख्ने बानीको विकास गराउनुपर्छ ।

#### ३. शैक्षिक सामग्री

- शिलालेखको नमुना, पुराना मुद्रा, तस्विर, मूर्ति, पुराना कागजपत्र, ऐतिहासिक कथाका पुस्तकहरू आदि ।
- मठ, मन्दिर, चर्च, मसिजद, गुम्बा, विहार, चैत्य आदिको चित्र ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप

- ४.१ शिलालेख वा त्यसका तस्विर, ताम्रपत्र, पुराना कागजपत्र, ऐतिहासिक कथा, मुद्रा, नोट, मूर्ति, ऐतिहासिक भाँडाकुँडा, चित्र वा फोटो जस्ता धेरै वस्तुहरू कक्षामा एकैसाथ प्रदर्शन गर्नुहोस् । तीमध्ये कुन-कुन वस्तुहरू विद्यार्थीले देखेका छन् वा उनीहरूको घरमा छन् भनी प्रश्न गरी छलफल गराउनुहोस् । ती वस्तुको क्रमसँग परिचय गराउँदै त्यसको महत्त्वमाथि प्रकाश पारिदिनुहोस् ।

४.२ यस्ता ऐतिहासिक वस्तुहरूको संरक्षण गर्ने उपायका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूको विचार लिईदै छलफल गराउनुहोस् । त्यस्ता वस्तु सङ्कलन र संरक्षणका उपायहरू बताइदिनुहोस् ।

४.३ ऐतिहासिक जानकारी प्राप्त हुने कथा सुनाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन

५.१ तलका ऐतिहासिक वस्तुहरू संरक्षण गर्ने उपायहरू लेख्न लगाई सोही आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

ऐतिहासिक वस्तु	संरक्षणका उपायहरू
- शिलालेख	
- पुराना कागजपत्र	
- भाँडाकुँडा	
- मुद्रा	

५.२ निम्नानुसारका प्रश्नहरू बनाई सोही आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् :

(क) तिम्रो समुदायमा पाइने ऐतिहासिक वस्तुहरूको सूची बनाऊ ।

(ख) तिम्रो घरमा भएको १० वर्षभन्दा पहिलेका पाँच ओटा वस्तुको नाम लेख ।

(ग) ऐतिहासिक वस्तुहरूको संरक्षण गर्ने उपाय लेख ।

(घ) तिमीलाई मन पर्ने पुरानो वस्तुको चित्र बनाऊ ।

५.३ ऐतिहासिक घटना झल्कने कथा आफ्ना अभिभावकसँग सोधेर कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस् र त्यसका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

विद्यालय विरिपरि ऐतिहासिक सम्पदा तथा ऐतिहासिक वस्तुहरू प्रत्यक्ष रूपमा अवलोकन गराउन सक्नुहुन्छ ।

## **पाठ २ ढाळा समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तित्वहरू**

### **१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य**

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- पाठ्यक्रमले निर्धारण रहेका ऐतिहासिक व्यक्तित्व खोजी र सम्मान गर्ने।	- आफ्नो समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तिको खोजी गरी उनको परिचय दिन। - आफ्नो समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तिको योगदान वर्णन गर्ने र उनीहरू प्रेरणा प्राप्त गर्ने।

### **२. पाठ परिचय**

हाम्रो समुदायमा विभिन्न प्रकारका कार्य गरेर छ्याती कमाएका वा राष्ट्र र समाजका निम्नित योगदान दिने व्यक्तित्वहरू हुन्छन्। उनीहरूबाट विभिन्न प्रकारका प्रेरणा प्राप्त गरेर हामीले पनि देश र समाजका निम्नित योगदान दिन सक्छौं। अभिभावकहरूसँग सोधेर, गाउँ टोलका जेष्ठ नागरिकका कहानीहरू वा कुराहरू सुनेर, समुदायमा भएका शिलालेखहरू पढेर, पुस्तक पढेर बालबालिकाहरूले आफ्नो समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तित्वका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न सक्छन्। उनीहरूबाट प्रेरणा प्राप्त गर्न सक्छन्।

### **३. शैक्षिक सामग्री**

- ऐतिहासिक व्यक्तिहरूको तस्विर, जीवनी आदि।
- शिलापत्र।
- ऐतिहासिक स्थलमा रहेका वस्तुहरू/तिनका तस्विरहरू।

### **४. शिक्षणासिकाइ विषयाकलाप**

- ४.१ बालबालिकाहरूलाई विद्यालय वरपर रहेका धार्मिक तथा ऐतिहासिक स्थलहरूको भ्रमण गराउनुहोस् र त्यहाँ रहेका शालिक, शिलालेख, ताम्रपत्र आदिका लेखोटहरू पढ्न लगाउनुहोस्। त्यसका बारेमा विवरण सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्। ती लेखोटहरूमा उल्लिखित नामका व्यक्तिहरू ऐतिहासिक व्यक्तित्व हुन् भनी उनीहरूका योगदानबारे छलफल गर्नुहोस्।
- ४.२ समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तिहरूको तस्विर तथा जीवनी प्रस्तुत गरी उनीहरूले समाजलाई पुऱ्याएको योगदानका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस्।
- ४.३ कक्षामा गाउँटोलका जेष्ठ नागरिकलाई स्रोत व्यक्तिका रूपमा आमन्त्रण गर्नुहोस्। विगतमा त्यस समुदायमा विभिन्न योगदान दिने व्यक्तित्वहरूका बारेमा सुनाउन लगाउनुहोस्। बालबालिकाहरूलाई पनि विभिन्न प्रश्नहरू गरेर थप जानकारी लिन लगाउनुहोस्।
- ४.४ आफ्ना अभिभावक वा समुदायका व्यक्तिहरूसँग समुदायका लागि योगदान दिने व्यक्तित्वका बारेमा सोधेर आउन गृहकार्य दिनुहोस् र सङ्कलित विवरण कक्षामा प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस्।

४.५ समुदायमा योगदान दिने ऐतिहासिक व्यक्तिका मूर्ति वा तस्विर भएमा त्यसलाई सम्मान गर्ने कार्यक्रम आयोजना गर्नुहोस् । उनका योगदानका बारेमा छलफल गराउनुहोस् । हाम्रो समुदायमा यसरी योगदान गर्ने थुप्रै व्यक्तित्वहरू हुन्छन् । तिनको सम्मान गर्नुपर्छ भन्ने कुरा प्रस्त पारिदिनुहोस् ।

४.६ समाजमा राष्ट्र र जनताका हितमा काम गरेका व्यक्तिहरू हुन सक्छन् । तिनीहरूलाई भेटी तिनीहरूले गरेका महत्वपूर्ण कार्यका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न लगाई कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

५.१ तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू गर्नुहोस् र सोही आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) तिम्रो समुदायमा भएका ऐतिहासिक व्यक्तित्वहरू कोको हुन् ?
- (ख) उनीहरूले के-के योगदान दिएका छन् ?
- (ग) उनीहरूबाट के-के कुरा सिक्न सकिन्छ ?
- (घ) समुदायका ऐतिहासिक व्यक्तित्वका बारेमा कसरी जानकारी पायौ ?

५.२ विभिन्न ऐतिहासिक व्यक्तित्वहरूको तस्विर सङ्कलन गर्न लगाई त्यसमध्ये एक जनाको जीवनी तयार गर्न लगाउनुहोस् र सही भए नभएका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

समाजमा राम्रो काम गर्ने व्यक्तिहरूलाई आमन्त्रण गरी सम्मानको कार्यक्रम गराउन सक्नुहुन्छ ।

## पाठ ३ प्राचीन नेपाल

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>नेपालको प्राचीन काल (गोपाल, महिषपाल र किराँत) को सामाजिक र आर्थिक अवस्था वर्णन गर्ने ।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>काठमाडौं उपत्यकाको उत्पत्तिबारे वर्णन गर्ने ।</li><li>गोपाल वंश कालको सामाजिक र आर्थिक अवस्था वर्णन गर्ने ।</li><li>किराँत कालको सामाजिक र आर्थिक अवस्था वर्णन गर्ने ।</li></ul>

### २. पाठ परिचय

नेपाल अहिले जस्तो सिङ्गो थिएन । काठमाडौं उपत्यका कुनै समयमा ताल थियो । त्यो ताल सुकेपछि यहाँ प्रशस्त घाँस पाइन्थ्यो । त्यसैले वरपरका डाँडाहरूबाट गाई पाल्ने मानिसहरू आएर बस्न थाले । तिनीहरूकै शासन यहाँ चलन थाल्यो । उनीहरू गाई पाल्ने र त्यसैबाट जीवन गुजारा गर्थे ।

केही समयपछि तराईतिरबाट भैंसी पाल्ने मानिसहरूको प्रवेश भयो । गाईले भन्दा बढी दूध दिने हुनाले भैंसी पाल्नेहरूको सङ्ख्या बढ्दै गयो । गोपाल वंशका राजा यक्ष गुप्तका कुनै सन्तान नभएपछि उनकै नाता पर्ने जयसिंह राजा भए । उनले भैंसी पाल्ने हुनाले त्यसपछिको शासकलाई महिषपाल भनियो । काठमाडौं उपत्यकामा महिषपालहरूले झन्डै डेढ सय वर्ष शासन गरे ।

महिषपालहरूलाई हराएर किराँत वंशका शासकहरूले काठमाडौं उपत्यकामा झन्डै एक हजार वर्षभन्दा बढी समयसम्म शासन गरे । यिनीहरू सुरुमा जड्गलमा सिकार गरेर जीवन गुजारा गर्थे । पछि काठमाडौं उपत्यकाको मलिलो माटोमा खेती गर्न थाले । पहिलो किराँती राजा यलम्बर थिए भने अन्तिम किराँती राजा गास्ती थिए । यलम्बरकै राज्य भएकाले नेवारी भाषामा ललितपुरको पाटन सहरलाई आज पनि ‘यल’ भनिन्छ ।

नेपालको पूर्वी क्षेत्रमा बसोवास गर्ने राई, लिम्बू जातिका मानिसहरू किराँत जातिका सन्तान हुन् भन्ने गरिन्छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

- गोपाल तथा महिषपाल काल भल्कने चित्रहरू ।
- किराँती राजाहरूको सूची तथा तस्विर ।
- प्राचीनकालीन आर्थिक तथा सामाजिक क्रियाकलापको सूची आदि ।

#### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ गोपाल वंश, महिषपाल वंश र किराँत वंशका ऐतिहासिक तथ्यहरू झल्कने चित्रहरू प्रदर्शन गर्दै कथात्मक रूपमा विषयवस्तु प्रस्तुत गर्नुहोस् । बीच-बीचमा विद्यार्थीहरूलाई प्रश्न गर्ने र जिज्ञासा राख्ने मौका पनि दिनुहोस् ।
- ४.२ विद्यार्थीहरूलाई काठमाडौं उपत्यकाको गोपालकाल, महिषपालकाल र किराँतकालको सामाजिक तथा आर्थिक अवस्था झल्काउने तालिका बनाउन लगाउनुहोस्, जस्तै :

क्र.सं.	शासन काल	अवधि	आर्थिक क्रियाकलाप	सामाजिक अवस्था

४.३ तीनओटै शासनकालमध्ये कुनै एक अवधिको गतिविधिको कल्पना गरी चित्र बनाउन लगाउनुहोस् र चित्र प्रदर्शनीको आयोजना गर्नुहोस् ।

४.४ एक विद्यार्थीलाई एक अवधिका बारेमा कथा तयार गर्न लगाउनुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्न पनि लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ तलका भनाइहरूमा ठीक भए (✓) ठीक चिह्न र बेठीक भए (✗) बेठीक चिह्न लगाउन लगाई सोही आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) पहिलो किराँत राजा स्थुङ् को थिए ।
  - (ख) भैंसी पाल्ने जातिलाई गोपाल भनिन्छ ।
  - (ग) काठमाडौं उपत्यकामा ताल थियो ।
  - (घ) गोपालहरूको मुख्य आर्थिक क्रियाकलाप गाई पाल्ने थियो ।
  - (ड) जयसिंह पहिलो गोपाल वंशी शासक थिए ।
- (यस्तै अन्य प्रश्नहरू पनि निर्माण गर्न सकिन्छ)

५.२ तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू गर्नुहोस् र सही उत्तर दिए नदिएका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) काठमाडौं उपत्यकामा पहिले के थियो ?
- (ख) सुरुमा किन गाई पाल्ने मानिसहरू बसे होलान् ?

(ग) महिषपालहरू कुन पेसा गद्दथे ?

(घ) किराँतहरूको राजधानी कहाँ थियो ?

५.३ विद्यार्थीहरूलाई चित्र र कथाहरू तयार पार्न लगाउनुहोस् । सोही आधारमा मूल्याङ्कन गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् । उत्कृष्ट चित्र र कथाहरूलाई विद्यार्थीहरूबाट नै छनोट गरी भित्रे पत्रिका वा सूचना पाटीमा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

#### ६. थप सुभाव

स्थानीय समुदायमा इतिहाससम्बन्धी जानकार व्यक्ति भएमा विद्यार्थीसँग भेट गराएर नेपालको प्राचीन इतिहासका सम्बन्धमा थप जानकारी दिलाउन सक्नुहुन्छ ।

## पाठ ४. ५ र ६ हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरू

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ७

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरूको नाम बताउन र योगदानको परिचय दिन ।	- हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरूको नाम र योगदानको परिचय दिन । - पोस्टर तयार गर्न । - चिठी लेख्न । - प्रश्न निर्माण गर्न । - परियोजना कार्य गर्न । - राष्ट्रिय विभूतिबाट प्रेरणा प्राप्त गर्न ।

### २. पाठ परिचय

विगतमा विश्व सामु नेपालको नाम र इज्जत बढ्ने काम गर्ने र देश तथा जनताका लागि कार्य गर्ने व्यक्तिहरूलाई राष्ट्रले राष्ट्रिय विभूति भनेर घोषणा गरेको छ । नेपालमा हाल घोषणा भएका १६ जना राष्ट्रिय विभूतिहरू छन् । तिनको नाम र योगदान यसप्रकार रहेको छ :

क्र.सं.	राष्ट्रिय विभूतिको नाम	योगदान
१.	जनक	मिथिलाका विद्वान् राजा जनकको राजधानी जनकपुर पौराणिक कालमा अध्ययनको केन्द्र थियो । आफ्नो बौद्धिकताका कारण विश्वमा मिथिलाको नाम (जुन हाल नेपालमा पर्दछ) फैलाएका हुँदा जनकलाई राष्ट्रिय विभूति भनियो ।
२.	सीता	विश्वभरका हिन्दु समाजमा सीतालाई भगवान् रामकी पत्नी एवम् सर्वगुण सम्पन्न देवीका रूपमा पूजा गरिन्छ । त्यस्ती सबैले पुज्ने नारी नेपालकी छोरी थिइन् जसका कारण आज हामी नेपालीले गौरव गर्न पाएका छौं ।
३.	गौतम बुद्ध	विश्वभरि शान्ति र अहिंसाको ज्ञान फैलाएर मानवलाई सही मार्गमा हिँडाउने गौतम बुद्ध नेपालकै पुत्र हुन् ।
४.	अंशु वर्मा	लिच्छवि कालमा यिनको शासन निकै चर्चित थियो । देशमा सुशासन कायम गर्ने, सुधारक शासकका रूपमा अंशुवर्मा चिनिन्थे । उनले समाज सुधारका कार्य पनि गरेका थिए । त्यस विषयमा नेपालको नाम देश तथा विदेशमा फैलिएको थियो ।

क्र.सं.	राष्ट्रिय विभूतिको नाम	योगदान
५.	राम शाह	“न्याय नपाए गोरखा जानु” भन्ने भनाइ त्यस बेला प्रचलित थियो । गोरखा नेपालमा नै पर्दछ । राम शाहले नेपाललाई न्यायको केन्द्रका रूपमा विश्वमा चिनाएका थिए ।
६.	पृथ्वीनारायण शाह	यिनले टुक्रा टुक्रा नेपाललाई एकीकरण गर्ने अभियान थाले जसलाई नेपाली वीरवीराङ्गनाहरूले सफल पारे । आज त्यही नेपालमा हामी बस्छौं ।
७.	अरनिको	यिनले नेपाली कलालाई चीनसम्म प्रचार गरेका थिए । उनको सिर्जना आज पनि चीनमा देख्न पाइन्छ । उनले नेपाललाई चित्रकला, वास्तुकुला र मूर्तिकलाको थलोका रूपमा चिनाए ।
८.	अमरसिंह थापा	अमरसिंह थापाले नेपाल-अङ्ग्रेज युद्धका बेला अङ्ग्रेजको लोभ लालचमा नफसी आफ्नो स्वाभिमान देखाए । आफ्नो बहादुरीले अङ्ग्रेजहरूलाई चकित पारे । उनी राष्ट्रको स्वाधिनतामा र सीमा रक्षाका लागि समर्पित भए ।
९.	बलभद्र कुँवर	यिनले पनि नेपाली किल्ला रक्षाका लागि अन्न, पानी नखाई क्याँ दिन लडेर वीरता देखाए तर अङ्ग्रेज सामु झुकेन् ।
१०.	भीमसेन थापा	यिनले अङ्ग्रेज साम्राज्यवादविरुद्धमा योजना बनाउने जस्ता साहसिक कार्य गर्नुका साथै नेपाललाई आर्थिक, सामाजिक र सैनिक क्षेत्रमा सुधार गरे ।
११.	भानुभक्त आचार्य	नेपाली भाषालाई नेपाली रामायणका माध्यमबाट लोकप्रिय बनाए । नेपाली भाषामा काव्य रचना गर्ने परम्परालाई प्रोत्साहन गरे ।
१२.	मोतीराम भट्ट	भानुभक्तको खोजी गरी उनलाई प्रसिद्ध बनाए । आफ्नै रचनाले पनि नेपाली साहित्यको भण्डार भरे ।
१३.	त्रिभुवन	देशमा १०४ वर्षसम्म चलेको निरङ्कुश राणा शासन अन्त्य गर्न र प्रजातन्त्र स्थापना गर्न सक्रिय भूमिका खेले ।
१४.	शङ्खधर साख्वा	यिनले मध्यकालमा विष्णुमतीको बालुवाबाट सुन झिकी जनतालाई ऋण मुक्त गरेका र नेपाल संवत् चलाएका थिए ।
१५.	पासाङ्गल्हामु शेर्पा	उनले नेपाली महिला पनि विश्वका कुनै महिलाभन्दा कम छैनन् भनी प्रमाणित गरिन् । उनी प्रथम नेपाली महिला सगरमाथा आरोही हुन् ।
१६.	फाल्गुनन्द लिङ्देन	वि.सं. १९८८ मा विशाल किराँत सभा गरी “सत्य धर्म मुचुल्का” गरे । उनले किराँत धर्ममा बली प्रथाको अन्त्य गरे ।

**हास्ता राष्ट्रिय विभूतिहरूले देशका लागि पुन्याएको योगदान बताई उनीहरूलाई सम्मान गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- राष्ट्रिय विभूतिहरूको तस्विर भएको पोस्टर वा चार्ट ।
- राष्ट्रिय विभूतिहरूको परिचय लेखिएका झलक पत्तीहरू ।
- राष्ट्रिय विभूतिका योगदान झलकने गीत, कविता, कथा, समाचार, संवाद, नाटक आदि सामग्री ।

### ४. शिक्षणसिकाइ विषयाकलाप

- ४.१ पाठ-४ मा भएको कविता लयात्मक रूपमा पहिले शिक्षकले अनि सँगसँगै विद्यार्थीलाई लय हालेर गाउन लगाउनुहोस् । दुई तीन पटक दोहोच्याएर गाउन लगाउनुहोस् ।
- ४.२ जनक, सीता, बुद्ध, अरनिको, अंशु वर्मा र शङ्खधर साख्वाको तस्विर देखाउदै उनीहरूको परिचय गराउनुहोस् ।
- ४.३ कथाकथन विधिद्वारा राष्ट्रिय विभूतिहरूको योगदानबारे चर्चा गर्न लगाउनुहोस् ।

जस्तै : प्राचीन नेपालमा मिथिला भन्ने राज्य थियो । मिथिला हालको जनकपुर क्षेत्रमा पर्दछ । जनक निकै विद्वान् र ज्ञानी थिए । उनको दरबारमा विश्वका ठूलाठूला विद्वान् र विदुषीहरू भेला भई विचार, विमर्श र छलफल गर्दथे । .....

- ४.४ पाठ-५ मा भएको संवादलाई विद्यार्थीहरूको समूहहरू बनाई भूमिका अभिनय गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.५ पृथ्वीनारायण शाह, बलभद्र कुँवर, अमरसिंह थापा आदिका योगदानहरूका बारेमा तस्विर देखाउदै उनीहरूको योगदानको चर्चा गर्न लगाउनुहोस् ।
- ४.६ पासाडल्हामु, भानुभक्त, मोतीराम भट्ट, त्रिभुवन, भीमसेन थापा र राम शाहको परिचय लेखिएका छुटटाछुटटै झलकपत्तीहरू विद्यार्थीहरूको ६ ओटा समूह बनाई एउटा समूहलाई एउटाका दरले वितरण गर्नुहोस् । हरेक समूहले त्यसको अध्ययन गरी प्रत्येक समूहका एक जनाले अगाडि आई सम्बन्धित तस्विर देखाउदै परिचय गराउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले दिएका योगदानबारे छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.७ विद्यार्थीहरूको समूहहरू बनाई निम्नानुसार कार्य गर्न दिने :

- समूह ...क' कुनै पाँच जना राष्ट्रिय विभूतिका बारेमा तलको तालिका भर :

क्र.सं.	विभूतिको नाम	योगदान (उनले गरेको काम)
१		
२		
३		
४		

- समूह ‘ख’ पाठ पाँचमा दिइएका बाहेक कुनै तीन जना विभूतिहरूसँग भेटेको जस्तै गरी कुराकानी गरेको संवाद बनाउन लगाई भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- समूह ‘ग’ पाठ छ मा दिइएका बाहेक अन्य विभूतिका तस्विरसहितको पोस्टर वा परिचय दिने झलक पत्ती तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- समूह ‘घ’ हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरूमध्ये को बाट के कुरा सिकियो तलको जस्तै तालिकामा देखाउनुहोस् :

राष्ट्रिय विभूति	के सिकियो

हरेक समूहको क्रियाकलाप प्रस्तुतीकरण गरी राष्ट्रिय विभूतिको किन सम्मान गर्नुपर्ने रहेछ भनी छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।

- ४.६ कुनै राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान कार्यक्रम आयोजना गर्नुहोस् जसमा औपचारिक कार्यक्रममा जस्तै : तस्विर वा मूर्तिमा माल्यार्पण, धुप बाल्ने, उक्त राष्ट्रिय विभूतिका बारेमा प्रवचन र रचनाहरू वाचन आदि गर्न लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

- ५.१ निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधी तिनको उत्तर सही भए नभएका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) राष्ट्रिय विभूति कस्ता व्यक्तिलाई भनिँदो रहेछ ?
- (ख) हामीले राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान किन गर्नुपर्छ ?
- (ग) राष्ट्रिय विभूतिहरूबाट के के कुरा सिक्न सकिन्छ ?
- (घ) तिमीले राष्ट्रिय विभूति जस्तै नाम कमाउन के गर्नुपर्छ ?
- (ङ) के तिमी पनि राष्ट्रिय विभूति जस्तै चर्चित बन्न चाहन्छौं ?

- ५.२ तल दिइए जस्तै खाली ठाउँ भर्न लगाई सोही आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने :

- (क) नेपालको पहिलो प्रधानमन्त्री ..... हुन् ।
- (ख) भानुभक्तलाई नेपाली भाषाका ..... कवि पनि भनिन्छ ।
- (ग) बलभद्रले ..... मा वीरता देखाए ।
- (घ) नेपाल संवत् ..... ले चलाएका हुन् ।
- (ङ) “न्याय नपाए गोरखा जानु” यो भनाइ ..... को पालामा निकै प्रचलित थियो ।
- (च) बुद्धको जन्म स्थान ..... हो ।

५.३ पुस्तकालयमा गई हास्त्रा कुनै एक, दुई राष्ट्रिय विभूतिका बारेमा लेखिएका पुस्तक र पत्रपत्रिकामा प्रकाशित सामग्रीहरू अध्ययन गर्न र तथ्य/तथ्याङ्क, चित्र, तस्विर सङ्कलन गरी बुकलेट वा पोस्टर तयार गर्ने परियोजना कार्य दिनुहोस् । परियोजना कार्य सम्पन्न गरे नगरेका आधारमा मूल्याङ्कन गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

६.१ पत्रपत्रिकाहरूबाट राष्ट्रिय विभूतिहरूसँग सम्बन्धित समाचार, लेख रचना, तस्विर आदि सङ्कलन गरी पोस्टर बनाउन लगाउन सकिन्छ ।

६.२ बुद्ध पूर्णिमा, भानु जयन्ती, मोती जयन्ती, नेपाल संवत्को नयाँ वर्ष, पृथ्वी जयन्ती, प्रजातन्त्र दिवस, विवाह पञ्चमी आदि अवसर पारेर सम्बन्धित राष्ट्रिय विभूतिहरूका बारेमा चर्चा गर्ने । त्यस समयमा प्रकाशित सामग्री सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्ने । त्यस समयमा रेडियो, टिभी आदिबाट प्रसारित सामग्री हेर्न लगाउने वा रेकर्ड गरेर ल्याई देखाउने वा सुनाउने जस्ता कार्यहरू पनि गर्न सकिन्छ ।

## पाठ ८ ठाम्हा राष्ट्र प्रमुख तथा सरकार प्रमुख

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- हाम्रा राष्ट्र प्रमुख तथा सरकार प्रमुखको सामान्य परिचय दिन।	- सरकार प्रमुखको परिचय दिन। - सरकार प्रमुखले गर्ने कार्यहरू बताउन। - राष्ट्र प्रमुखको परिचय दिन। - राष्ट्र प्रमुखले गर्ने कार्यहरू बताउन। - सरकार प्रमुख र राष्ट्र प्रमुखबाट भएका राम्रा कार्यहरूको चर्चा गर्न।

### २. पाठ परिचय

हरेक राष्ट्रमा राज्य सञ्चालनका निमित्त राष्ट्र प्रमुख, सरकार प्रमुखको व्यवस्था गरिएको हुन्छ। कुनै देशमा राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखको काम एउटै व्यक्तिले गर्दछन् भने कुनै देशमा छुटटाछुटटै व्यक्तिको व्यवस्था गरिएको हुन्छ। वास्तवमा सरकार प्रमुख र राष्ट्र प्रमुख व्यक्तिका रूपमा देखिए तापनि यिनीहरू राष्ट्रको माथिल्लो तहमा रहेर काम गर्ने हुनाले यिनीहरूलाई संस्थाको रूपमा लिने गरिन्छ।

नेपालको वर्तमान संविधानले राष्ट्र प्रमुखको रूपमा राष्ट्रपतिलाई तोकेको छ। सरकार प्रमुख प्रधानमन्त्री हुने व्यवस्था छ।

**राष्ट्र प्रमुख :** राष्ट्रमा सर्वोच्च व्यक्तित्वका रूपमा राष्ट्रपति रहेका हुन्छन्। उनको भूमिका निम्नानुसार रहेको हुन्छ :

- देशलाई अभिभावकत्व प्रदान गर्नु
- सरकारले गरेका कार्यहरूलाई स्वीकृति प्रदान गर्नु
- राष्ट्र प्रमुखका हैसियतले प्रतिविधित्व गर्नु।

**सरकार प्रमुख :** नेपालमा मन्त्रिमण्डलका प्रमुखलाई प्रधानमन्त्री भनिन्छ। हाल उनको भूमिका निम्नानुसार रहेको छ :

- देशको कार्यकारीको रूपमा कार्य गर्नु
- देशमा दैनिक प्रशासन सञ्चालनको निमित निर्देशन र नियन्त्रण गर्नु
- वैदेशिक सम्बन्ध कायम गर्नु
- सुरक्षा कायम गर्नु
- देशलाई विकास गरी समुन्नत गराउनु।

### **३. शैक्षिक सामग्री**

- राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखका बारेमा लेखिएका पत्रपत्रिकाहरू ।
- राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखका तस्विरहरू ।
- राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखका क्रियाकलाप भल्कने श्रव्यदृश्य सामग्रीहरू र चार्टहरू ।

### **४. शिक्षणासिकाइ विद्याकलाप**

- ४.१ वर्तमान नेपालमा प्रधानमन्त्री र राष्ट्रपति कोको छन् भनी प्रश्न गर्नुहोस् । विद्यार्थीले भन्न नसकेमा आफूले भनिदिने गर्नुहोस् ।
- ४.२ प्रधानमन्त्रीको तस्विर देखाउदै प्रधानमन्त्रीले गर्ने कार्यहरूको चार्ट प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । एक जना विद्यार्थीलाई बोलाएर पढन लगाई त्यसमाधि छलफल गराउनुहोस् ।
- ४.३ राष्ट्रपतिको फोटो देखाउदै उनले गर्ने कार्यहरूको चार्ट प्रदर्शन गरी छलफल गर्नुहोस् ।
- ४.४ पत्रपत्रिकामा राष्ट्रपति, प्रधानमन्त्रीसँग सम्बन्धित राम्रा समाचार, तस्विर आदि सङ्कलन गर्न लगाई विद्यार्थीहरूलाई समूहमा अध्ययन गर्न दिनुहोस् । सरकार प्रमुख र राष्ट्र प्रमुख हाम्रा अभिभावकहरूले छानेर पठाएका प्रतिनिधिहरू हुन् । उनीहरूले देश र जनताको हित हुने कार्य गर्नुपर्छ । हामीले पनि उनीहरूलाई राम्रा काममा सहयोग गर्नुपर्छ भन्ने धारणाको विकास गर्ने खालका विषयवस्तुहरूबारे चर्चा गर्नुहोस् ।

### **५. मूल्याङ्कन**

- ५.१ तल दिइए जस्तै प्रश्नहरूको जवाफका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) राष्ट्र प्रमुखले केके कार्य गर्छन् ?
- (ख) सरकार प्रमुख भनेको के हो ?
- (ग) हामीले राष्ट्र प्रमुख, सरकार प्रमुखलाई किन सहयोग गर्नुपर्छ ?
- (घ) वर्तमान राष्ट्रपति र प्रधानमन्त्रीको नाम के हो ?
- (ड) सरकार प्रमुख र राष्ट्र प्रमुखले के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?
- (च) यदि तिमी सरकार प्रमुख वा राष्ट्र प्रमुख भयौ भने केके काम गछौं ?

### **६. थप सुझाव**

राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखका अडियो तथा भिडियो रेकर्डिङ सुनाएर वा देखाएर विद्यार्थीहरूबीच छलफल गराउने । उक्त सामग्री देश र जनताको हितमा हुनुपर्ने कुरामा सचेत रहने । विद्यार्थीहरूलाई कक्षाबाटै राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुख छान्न लगाई छानिएकाहरूलाई आफ्नो भूमिका प्रस्तु पार्न लगाउन सकिन्छ ।

## एकाइ ७ : हालो आर्थिक क्रियाकलाप

### पाठ १ डोल्माको जिल्लाका मानिसहरूले गर्ने काम

#### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रममध्ये निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>- जिल्लाभित्रका व्यक्तिहरूले गर्ने सबै प्रकारका श्रमको सम्मान र सक्दो सहयोग गर्ने।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- आफ्नो जिल्लाका मानिसहरूले गर्ने कामको विवरण तयार गर्ने।</li><li>- जिल्लाअन्तर्गतका सबै प्रकारका श्रम (काम) को महत्त्व बताउन।</li><li>- डोल्माको जिल्लासँग आफ्नो जिल्लाको आर्थिक क्रियाकलाप तुलनात्मक अध्ययन गर्ने।</li><li>- आफ्नो जिल्लाअन्तर्गत विभिन्न ठाउँको आर्थिक क्रियाकलाप नक्सामा देखाउन।</li></ul>

#### २. पाठ परिचय

जिल्लामा विभिन्न प्रकारका आर्थिक क्रियाकलाप सञ्चालन भएका हुन्छन्। कतिपय व्यक्तिहरू खेती र पशुपालनमा संलग्न रहेका हुन्छन् भने कतिपय व्यापार गर्दछन्। कोहीले घरैमा घरेलु उद्योग सञ्चालन गरेका हुन्छन् जसबाट डोको, डालो, राडीपाखी आदि बनाउने पर्दछन्। कतिपय ठाउँका मानिसहरू जडिबुटी जम्मा गर्ने र बिक्री गर्ने गर्दछन्। यस्तै कतिपयले लुगा सिलाउने, कसैले फलामको काम गर्ने, कसैले भाँडाकुँडा बनाउने गर्दछन्। कोही उद्योगहरूमा मजदुरी गर्दछन्, कोही जागिर खान्छन्। कोही ढकर्मी, सिकर्मी आदि काम गर्दछन्। कोही खेतिपाती गर्दछन् त कोही पशुपक्षी पालन गर्दछन्। बालबालिकाहरूलाई आफ्नो जिल्लामा हुने आर्थिक क्रियाकलापहरूसँग परिचित गराउने, कामका आधारमा भेदभाव गर्न नहुने, कामको महत्त्व बताउन सक्ने, सकेको सहयोग गर्ने बानीको विकास गराउने जस्ता क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ। पाठमा नमुनाका रूपमा सङ्खुवासभा जिल्लाको आर्थिक क्रियाकलाप दिइएको छ। उक्त विषयवस्तु हुबहु रूपमा घोकाउनुको सट्टा त्यसलाई आधार बनाएर बालबालिकालाई जिल्लाका बारेमा त्यस्तै आर्थिक क्रियाकलापका बारेमा खोजी गर्न लगाउनुपर्दछ।

**बालबालिकाहरूलाई आफ्नो जिल्लाका मानिसहरूले गर्ने कामको विवरण तयार गर्ने, कामका आधारमा भेदभाव नगर्ने र सकेको सहयोग गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्दछ।**

#### ३. शैक्षिक सामग्री

- जिल्लामा सञ्चालित आर्थिक क्रियाकलापहरूको सूची, तस्विर र चित्रहरू।
- जिल्लाको नक्सा।
- जिल्लाका मानिसहरूले स्थानअनुसार गर्ने कामको तालिका।

## **४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

- ४.१ डोल्माको जिल्लामा सञ्चालन हुने आर्थिक क्रियाकलापका सम्बन्धमा पाठमा लेखिएका विषयवस्तु कक्षाका कुनै एक जना विद्यार्थीलाई सबैले सुन्ने गरी पढ्न लगाउनुहोस् । बाँकी विद्यार्थीलाई आफूले नबुझेको कुरा टिज वा सङ्केत गर्न लगाउनुका साथै आफूलाई मन परेका कुरा पनि टिज वा सङ्केत गर्न लगाउनुहोस् । सबै पाठ पढिसकेपछि विद्यार्थीले टिपोट गरेका विषयमा छलफल गराउनुहोस् । स्पष्ट नभएको भए कुन कुरामा स्पष्ट नभएको हो सोधी पहिला अन्य विद्यार्थीहरूबाट नै स्पष्ट गराउने कोसिस गर्नुहोस् । जुन विषयवस्तुमा सबै विद्यार्थी स्पष्ट छैनन् त्यसमा आफूले स्पष्ट गरिदिनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई मन परेको विषयवस्तु मन पर्नको कारण बताउन लगाउनुहोस् ।
- ४.२ जिल्लाका मानिसहरूले गर्ने आर्थिक क्रियाकलापहरू भल्काउने तस्विर तथा चित्र, सूची प्रदर्शन गर्नुहोस् र छलफलका आधारमा थपघट गर्नुहोस् ।
- ४.३ जिल्लाको खाली नक्सा देखाउनुहोस् (ठूलो कागजमा आफैले बनाएर वा पाटीमा तत्काल बनाएर पनि देखाउन सक्नुहुन्छ) र उक्त नक्सामा पहिला प्रमुख स्थानहरू सङ्केत गर्नुहोस् । प्रश्नोत्तर तथा छलफलको माध्यमबाट कुन स्थानमा कुन प्रकारको आर्थिक क्रियाकलाप सञ्चालित छ, नक्सामा भर्ने वा सङ्केत गर्ने गर्नुहोस् ।
- ४.४ डोल्माको जिल्लामा सञ्चालित आर्थिक क्रियाकलाप जस्तै : विद्यार्थीहरूको जिल्लामा पनि सञ्चालन भएका हुन सक्छन्, तिनको तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । सुरुमा समूहमा र पछि व्यक्तिगत रूपमा पनि बनाउन लगाउन सक्नुहुन्छ । यसरी समूह बनाउँदा कक्षामा विभिन्न जिल्लाका विद्यार्थी भए जिल्लाअनुसारको समूह पनि बनाउन सकिन्छ ।
- ४.५ जिल्लाका मानिसले गर्ने कामको सूची देखाई कुन कामको के महत्त्व रहेको छ भन्ने बारेमा छलफल गराउनुहोस् । त्यसको महत्त्व प्रष्ट पार्न उक्त काम गर्ने मानिस नभए के हुन्यो भनेर पनि प्रश्नोत्तर गराउन सक्नुहुन्छ । केही नमुना प्रश्नहरू निम्नानुसार छन् :
- (क) सुचिकारले लुगा सिलाएन भने के हुन्छ ?  
(ख) डाक्टरले बिरामी जाचेन भने के हुन्छ ?  
(ग) डकर्मीले घर बनाएन भने के हुन्छ ?  
(घ) कृषकले खेती गरेन भने के हुन्छ ?

## **५. मूल्यांकन विधि**

- ५.१ विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो जिल्लामा सञ्चालित आर्थिक क्रियाकलापको सूची तयार गर्न लगाई सोही रूपमा तयार गरे नगरेको जाँच गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् ।
- ५.२ आफ्नो जिल्लाको नक्सा बनाउन लगाई त्यसमा स्थानअनुसारका आर्थिक क्रियाकलाप भर्न लगाई सोही रूपमा भरे नभरेका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।
- ५.३ जिल्लामा सञ्चालित आर्थिक क्रियाकलापलाई तालिकामा देखाउन लगाई सही भए नभएका आधारमा मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.४ विद्यार्थीहरूले सबै प्रकारका काम गर्ने व्यक्तिहरूलाई समग्र रूपमा सम्मान गर्ने गरे नगरेको कुरा उनीहरूको दैनिक व्यवहार अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक भएमा सुधारका लागि प्रृष्ठपोषण समेत दिनुहोस् ।

५.५ निम्नानुसारका प्रश्नहरू बताई तिनको जवाफका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) डोल्माको जिल्ला र तिम्रो जिल्लामा मानिसले गर्ने काममा के के समानता र केके भिन्नता छन् ?
- (ख) तिम्रो जिल्लाका मानिसले गर्ने पाँच ओटा पेसाको नाम लेख ।
- (ग) हामीले कामका आधारमा किन भेदभाव गर्न हुँदैन ?
- (घ) सबै प्रकारका कामको समान महत्व हुन्छ भनेर वर्णन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- (ड) कामका आधारमा कसैले भेदभाव गरेको पायौ भने के गँझौं ?

#### ६. थप सुझाव

समुदायमा सञ्चालित विभिन्न प्रकारका आर्थिक क्रियाकलापको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् । विभिन्न पेसागत व्यक्तिहरूलाई विद्यालयमा आमन्त्रण गरी उनीहरूले गर्ने कामका बारेमा विद्यार्थीहरूसँग अन्तर्क्रिया तथा छलफल पनि गराउन सक्नुहुन्छ ।

## पाठ २ विद्यालयका सामानहरू

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"><li>विद्यालयका सामग्रीहरूको प्रयोगमा मितव्यिता अपनाउन र जतन गर्न ।</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>विद्यालयमा प्रयोग हुने सामानहरूको सूची तयार पार्न ।</li><li>विद्यालयका सामग्रीहरू विभिन्न आधारमा वर्गीकरण गर्न ।</li><li>ती सामग्रीहरू सही तरिकाले प्रयोग गर्न ।</li><li>ती सामग्रीहरूको जतन तथा हिफाजत गर्न ।</li><li>सामग्रीहरूको प्रयोगमा मितव्यिता अपनाउन ।</li></ul>

### २. पाठ परिचय

विद्यालयमा विभिन्न प्रकारका सामानहरू हुन्छन् । खेलका सामग्रीहरू, पुस्तकालयका पुस्तकहरू, सांस्कृति कार्यक्रममा प्रयोग हुने लुगा, गरगहना, बाजा आदि कक्षाकोठामा भएका डेक्स, बेङ्च, टेबल कुर्सी, पाटी, चक डस्टर, डस्टविन, कुचो आदि पत्रपत्रिका, इयालढोका आदि विद्यालयमा हुने सामग्रीहरू हुन् । यस्तै खेलमैदान, रुख बिरुवा, फूलहरू आदि पनि विद्यालयका भौतिक सम्पति हुन् । यस पाठको माध्यमबाट बालबालिकाहरूलाई विद्यालयमा हुने सबै प्रकारका सरसामानहरू जतन गर्ने, सही तरिकाले प्रयोग गर्ने, ठीक तरिकाले मिलाएर राख्ने, सामग्रीको प्रयोगमा मितव्यिता अपनाउने (चक, कागज, मसी, मार्करपेन, साइनपेन आदि) बानीको विकास गराउने मुख्य उद्देश्य राखिएको छ । त्यसैले यसमा पाठको विषयवस्तु पढाउनुभन्दा विभिन्न क्रियाकलाप गराएर बालबालिकाहरूको बानीमा सुधार गराउँदै लैजानुपर्छ ।

**हामीले विद्यालयका सामानको जतन, सही मितव्यी तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्छ ।**

### ३. शैक्षिक सामग्री

- विद्यालयमा भएका सबै सामग्री तथा भौतिक सम्पत्तिहरू ।
- विद्यालयको सम्पत्ति जतन गर्न बनाइएको नियम ।
- विद्यालयमा प्रयोग हुने वास्तविक सामानहरू ।
- पुस्तकहरू ।
- विभिन्न चार्ट पेपर, साइनपेन ।

## **४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

- ४.१ विद्यालयमा कक्षाकोठा, कार्यालय, पुस्तकालय, प्रयोगशाला, खाजाघर, सौचालय हाताभित्र अवलोकन गराई त्यहाँ भएका सबै सामग्रीहरूको प्रत्येक विद्यार्थीलाई सूची बनाउन लगाउनुहोस् र सबैलाई प्रस्तुत गर्न लगाई छुटेको भए थप गरी अन्तिम सूची तयार पार्नुहोस् । उक्त सूचीमा भएका सामग्रीलाई विभिन्न आधारमा वर्गीकरण गर्न लगाउनुहोस् । जस्तै : कक्षा कोठामा भएका, पुस्तकालयमा भएका, खेलमा प्रयोग हुने, सांस्कृतिक कार्यक्रममा प्रयोग हुने, शैक्षिक सामग्रीको रूपमा प्रयोग हुने, सौचालयमा प्रयोग हुने, क्यानिटनमा प्रयोग हुने र अन्य ।
- ४.२ कुन सामग्री कसरी जतन गर्न सकिन्छ, हरेकको एकएकओटा जतन गर्ने तरिका लेख्न लगाउनुहोस् ।
- ४.३ विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । प्रत्येक समूहलाई एकएक ओटा जिम्मेवारी दिनुहोस् । जस्तै : पहिलोलाई कक्षा कोठामा भएका सामान जतन गर्नका लागि पालना गर्नुपर्ने नियम लगाउने, दोस्रोलाई विद्यालयको हाता सरसफाइ गर्न पालना गर्नुपर्ने नियम, तेस्रोलाई खेलको सामान सुरक्षित गर्ने, पाचौँलाई सांस्कृतिक कार्यक्रमका सामान जतन गर्ने नियम बनाउन लगाउन सक्नुहुन्छ । विद्यालयको आवश्यकता हेरी अन्य काम पनि दिन सक्नुहुन्छ । सबै समूहले आफ्नो जिम्मेवारीको काम सम्पन्न गरिसकेपछि पालैसँग ग्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । छलफलबाट त्यसमा आवश्यक थपघट गरी अन्तिम रूप दिनु राम्रो हुन्छ ।
- ४.४ विद्यार्थीहरूले बनाएका नियमहरूलाई चार्ट पेपरमा ठूलाठूला अक्षरमा लेख्न लगाई उपयुक्त स्थानहरूमा टाँस्न लगाउनुहोस् । सबैलाई उक्त नियमको पालना गर्नुपर्ने कुराको सूचना दिनुहोस् र सोअनुसार पालना भए नभएको नियमित रूपमा अवलोकन गर्नुहोस् ।
- ४.५ कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई ६ ओटा समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई हप्तामा एक दिन पालो पर्ने गरी कक्षा कोठा सफा गर्ने र त्यहाँका सामान मिलाउने कक्षामा बसाइको व्यवस्था मिलाउने जिम्मेवारी दिनुहोस् । प्रत्येक हप्ता कुन समूहको कार्य उत्कृष्ट हुन्छ त्यसको मूल्याङ्कन गर्न विद्यार्थीहरूमध्येबाटै छात्रछात्राको प्रतिनिधित्व हुने गरी एउटा मूल्याङ्कन समितिसमेत बनाइदिनुहोस् । प्रत्येक हप्ता उत्कृष्ट हुने समूहलाई केही न केही पुरस्कार दिने व्यवस्था गर्न सक्नुभयो भने राम्रो हुन्छ ।
- ४.६ विद्यार्थीहरूलाई पुस्तकालयमा लगी पुस्तक, पत्रपत्रिकाहरू मिलाउन र सरसफाइ गर्न लगाउनुहोस् ।

## **५. मूल्याङ्कन विधि**

- ५.१ तल दिइए जस्तै प्रश्न बनाई सोधनुहोस् र विद्यार्थीले दिएको जवाफका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :
- (क) हाम्रो कक्षा कोठामा भएका सामानहरूको नाम लेख ।
- (ख) चकको मितव्ययी तरिकाले प्रयोग गर्ने के गर्नुपर्छ ?
- (ग) पुस्तकालयका पुस्तकहरू जतन गर्ने के गर्नुपर्छ ?
- (घ) कक्षा कोठा सफा राख्न के गर्नुपर्छ ?
- (ङ) खेलका सामानहरू कहाँ राख्नुपर्छ ? आदि ।

५.२ विद्यार्थीहरूलाई दिइएको समूह कार्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको संलग्नता अवलोकन गरी अवलोकन फाराम भरेर मूल्यांकन गर्नुहोस् र आवश्यक भए पृष्ठपोषणसमेत दिनुहोस् ।

५.३ विद्यार्थीहरूले बनाएका नियमहरू कसले पालना गयो वा गरेन अवलोकन गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् र आवश्यक भएमा सुधारका लागि थप पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

५.४ विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठा सफा गर्न तथा सामानहरू मिलाएर राख्न गरिएको कार्य विभाजनमा विद्यार्थीहरूको सहभागिता र उनीहरूले गरेको कार्यको अवलोकन गरी मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

५.५ घटनावृत्त अभिलेख बनाई विद्यार्थीहरूका नकारात्मक व्यवहार सुधार गर्न आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

विद्यालयका सामानहरू जतन गर्ने, प्रयोगमा मितव्यिता अपनाउने काम औपचारिक घन्टीभित्र मात्र सीमित राख्नु हुँदैन । यसलाई औपचारिक घन्टीमा समायोजन link मात्र गरी सधैँ नै नियमित रूपमा त्यससम्बन्धी काम गराएर अभ्यास गराइराख्नु राम्रो हुन्छ ।

## पाठ ३ र ४ स्वदेशी उत्पादन र स्वदेशी सामानहरूको प्रयोग

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ६

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
<ul style="list-style-type: none"> <li>- स्वदेशमा उत्पादित तथा निर्मित वस्तुहरूको उपयोग गर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- हाम्रो देशमा उत्पादन भएका सामान/वस्तुहरूको पहिचान गर्ने ।</li> <li>- घर तथा विद्यालयमा प्रयोग गरिने सामग्रीहरूमध्ये कुनकुन स्वदेशी र कुनकुन विदेशी हुन् छुट्याउन ।</li> <li>- स्वदेशी उत्पादन प्रयोग गर्दा हुने फाइदाहरू बताउन ।</li> <li>- स्वदेशी सामान प्रयोग गर्ने बानी बसालन र अन्य व्यक्तिहरूलाई पनि स्वदेशी उत्पादन प्रयोगमा सहयोग गर्ने ।</li> </ul>

### २. पाठ परिचय

हाम्रो देश भौगोलिक तथा सांस्कृतिक रूपमा विविधता भएको देश हो । यहाँ हुने उत्पादनमा पनि विविधता पाइन्छ । तराई मध्येस क्षेत्रमा उर्वर माटोका कारण प्रशस्त मात्रामा कृषि उत्पादन हुन्छ । यसलाई अन्नको भण्डार पनि भन्ने गरिन्छ । भौगोलिक रूपमा पनि यो क्षेत्र समथर भएकाले सडक यातायातको समेत सुविधा छ । यसले गर्दा यहाँ ठूलाठूला उद्योगहरू पनि रहेका छन् । त्यसबाट चिनी, जुटका सामान, साबुन, कपडा, सिमेन्ट आदि औद्योगिक उत्पादन हुन्छन् । पहाडी क्षेत्रमा पनि कृषि उत्पादन हुनुका साथै फलफूल पनि प्रशस्त मात्रामा उत्पादन हुन्छन् । काठमाडौं, पोखरा, पालपा, धनकुटा आदि स्थानहरूमा विभिन्न प्रकारका औद्योगिक उत्पादनहरू समेत हुन्छन् । हिमाली क्षेत्रमा पशुपालनबाट छुपी, चिज, राडीपाखी, गलैचा उत्पादन हुन्छन् । यस क्षेत्रमा जडिबुटीहरू प्रशस्त पाइने हुनाले त्यसबाट औषधी उत्पादन गर्न सकिन्छ । यस क्षेत्रमा फलफूलबाट जुस, ड्राइफुड आदि उत्पादन हुन्छन् । गाउँ घरमा घरेलु उद्योगहरूबाट ढाका, डोको, डालो, कपडा, भोला, सजावटका सामग्री आदि पनि उत्पादन हुन्छन् । बालबालिकाहरूलाई सानै उमेरदेखि स्वदेशमा उत्पादन हुने सामग्रीहरूको प्रयोग गर्ने बानीको विकास गराउनुपर्छ । स्वदेशी सामान प्रयोग गर्ने बानी गच्छो भने देश आत्मनिर्भर हुने, देशमै सबैले रोजगार पाउने, आफ्नो देशको सम्पत्ति बाहिर जानबाट रोकिने हुन्छ । घर र विद्यालयमा प्रयोग गरिने सामग्रीहरू खानेकुरा, लुगा आदि पनि सकेसम्म स्वदेशकै प्रयोग गर्न प्रेरित गर्ने र बालबालिकामार्फत अभिभावकसम्म सन्देश पठाउन सकिन्छ ।

**स्वदेशी सामानको प्रयोग गर्ने बानी बसालनुपर्छ ।**

### **३. शैक्षिक सामग्री**

- स्वदेशमा उत्पादित सामग्रीहरूको नमुना तथा सामग्रीका चित्र वा तस्विर ।
- स्वदेशी सामानहरूको सूची ।
- पुराना पत्रपत्रिकाहरू ।
- साधा कागज तथा साइन पेनहरू ।
- वास्तविक वस्तुहरू ।

### **४. शिक्षणसिकाइ विद्याकलाप**

- ४.१ स्वदेशमा उत्पादन भएका सामानहरूको नमुना सङ्कलन गरी देखाउनुहोस् । ठूला सामानको नमुना सङ्कलन गर्ने कठिन भएमा चित्र वा तस्विर पनि देखाउन सक्नुहुन्छ ।
- ४.२ बालबालिकाहरूलाई कम्तीमा १०/१० ओटा स्वदेशी सामानको नाम लेख्न लगाउनुहोस् । एउटै सामान स्वदेशी र विदेशी दुवै भएमा वस्तुको व्यापारिक नाम वा ब्रान्डसहितको नाम लेख्न लगाउनुहोस् । जस्तै : क्लोजअप टुथपेस्ट विदेशी र ब्राइटर टुथपेस्ट नेपाली । सबैले लेखिसकेपछि तपाईंले बनाउनु भएको सूचीसँग तुलना गर्न लगाउनुहोस् । सबैले तयार गरेको सूची र तपाईंले तयार गर्नुभएको सूचीका आधारमा थपघट गरी छलफल गरेर अन्तिम सूची तयार गर्नुहोस् ।
- ४.३ कक्षा कोठा र विद्यालयमा प्रयोग भएका सामग्रीहरू अवलोकन गर्न लगाई स्वदेशमा र विदेशमा उत्पादन भएको छुट्याउन लगाउनुहोस्, जस्तै :

#### **विद्यालयका सामग्रीहरू**

स्वदेशमा उत्पादित वस्तुहरू	विदेशमा उत्पादित वस्तुहरू
डेक्स, बेन्च, कुर्सी, ....	कम्प्युटर, ग्लोब, ..... .....

- ४.४ बालबालिकाहरूलाई उनीहरूका घरमा प्रयोग हुने सामानहरू अवलोकन गरी स्वदेशमा र विदेशमा उत्पादन भएका छुट्याएर ल्याउन गृहकार्य दिनुहोस् । उनीहरूले टिपोट गरेर ल्याएका तथ्यहरू कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाई साथीसँग तुलना गर्न लगाई घरमा सबैभन्दा बढी नेपाली सामान प्रयोग गर्ने तीन जनालाई तालीले सम्मान गर्नुहोस् ।
- ४.५ हाम्रो देशमा निश्चित सामानका लागि निश्चित ठाउँ प्रख्यात छन् । ती ठाउँहरू सोधखोज गरी पत्ता लगाई लेख्न लगाउनुहोस् । जस्तै : ढाका - पाल्पा र तेह्रथुम, कर्खा - चैनपुर, खुकुरी - भोजपुर, ताप्के - वीरगञ्ज, सिमेन्ट - उदयपुर र हेटौडा, सुन्तला - धनकुटा र पोखरा, चिया - इलाम र झापा ।
- ४.६ दुईतीन जनासम्मका सा-साना समूह बनाउनुहोस् र विद्यालय नजिक रहेका पसलहरूमा पठाउनुहोस् । त्यहाँ भएका सामानहरूको (केही नमुनाका रूपमा) नाम र बनेको ठाउँसमेत लेखेर ल्याउन लगाउनुहोस् । पसलमा विद्यार्थी पठाउनुभन्दा पहिला पसलवालासँग सम्पर्क गरी अनुमति लिनुपर्छ ।

४.७ स्वदेशमा उत्पादन हुने सामग्री प्रयोगमा जोड दिनका लागि विभिन्न नाराहरू साधा कागजमा ठूलाठूला अक्षरमा लेख्न लगाई सार्वजनिक स्थलहरूमा टाँस लगाउनुहोस् । जस्तै : “स्वदेशी सामानका प्रयोग गरौँ, आत्म निर्भर बनौँ” । “स्वदेशको सामान प्रयोग गरौँ, रोजगारलाई बढवा दिअौँ” आदि ।

४.८ स्वदेशी सामानको महत्त्व तथा स्वदेशी सामानको उपयोगबाट हुने फाइदाका बारेमा विद्यार्थीहरूलाई मन लागेको विधा (निबन्ध, कथा, कविता, समाचार, गीत, चित्र आदि) को माध्यमबाट प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन विधि

५.१ विद्यार्थीहरूलाई दिएको समूह कार्य तथा व्यक्तिगत कार्यलाई अवलोकन गरी उनीहरूले सहभागिता गरेको कार्य, उनीहरूले हासिल गरेको सिकाइउपलब्धिका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक भएमा सुधारका लागि पृष्ठपोषण पनि दिनुहोस् ।

५.२ तल दिइए जस्तै प्रश्नहरू बनाई सोधनुहोस् र सोही आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) हाम्रो देशमा उत्पादन हुने १० ओटा सामानको नाम लेख ।
- (ख) स्वदेशी सामान प्रयोग गर्दा हुने पाँच ओटा फाइदाहरू लेख ।
- (ग) चियाका लागि कुन जिल्ला प्रख्यात छ ?
- (घ) पाल्पा केका लागि प्रख्यात छ आदि ।

५.३ विद्यार्थीहरूलाई चारपाँच जनाको समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई पुराना पत्रपत्रिका दिई त्यसमा प्रकाशित विज्ञापनहरूको कटिङ निकाल्न लगाई ठूलो पत्रिकाको पानामा एकातर्फ स्वदेशी र अर्कोतर्फ विदेशी सामानका विज्ञापनहरू टाँसी प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

स्थानीय ठाउँमा उत्पादित वस्तु तथा सामान राम्रो छ तर प्रचार प्रसारको अभावमा ओफेलमा परेको छ भने त्यसको प्रचारप्रसारका लागि बालबालिकाहरूमार्फत पत्रपत्रिकामा समाचार बनाई पठाउन लगाउनुहोस् । यसका साथै रेडियो, टीभीमार्फत पनि कार्य गराउन सक्नुहुन्छ ।

## पाठ ५ ढाको देशको आर्थिक क्रियाकलाप

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

अनुमानित घन्टी : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइउपलब्धि	विशिष्ट उद्देश्य
- हाम्रो देशको आर्थिक क्रियाकलापको सङ्क्षिप्त वर्णन गर्ने ।	- आफ्नो समुदायको आर्थिक क्रियाकलाप बताउन । - तराई, पहाड र हिमाली क्षेत्रका मानिसहरूले गर्ने आर्थिक क्रियाकलाप खोजी गरी वर्णन गर्ने । - तराई, पहाड र हिमाली क्षेत्रमा हुने आर्थिक क्रियाकलापहरू तुलना गर्ने । - गाउँ र सहरमा हुने आर्थिक क्रियाकलापको तुलना गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

व्यक्तिले अपनाउने पेसा तथा व्यावसाय उसको रुचि, सीप, क्षमता, दक्षता आदिले निर्धारण गर्दछ । यसका साथै व्यक्ति तथा समुदायको आर्थिक क्रियाकलापमा हावापानी, वातावरण, विकासको पूर्वाधार, परम्परागत संस्कार, विज्ञान र प्रविधिको विकास आदिले प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष असर गरेको हुन्छ । हाम्रो देशमा हिमाल, पहाड, तराईमा सञ्चालन हुने आर्थिक क्रियाकलाप फरक हुनुमा भौगोलिक अवस्था, हावापानी तथा वातावरणको प्रभाव परेको छ । यसैगरी गाउँ र सहरको आर्थिक क्रियाकलाप फरक हुनुमा विकासको पूर्वाधार, सामाजिक चेतना, प्रविधिको विकास आदिको प्रभाव परेको देखिन्छ । क्षेत्री, बाहुन तथा राई, लिम्बू, गुरुङ, मगरहरूले सञ्चालन गर्ने आर्थिक क्रियाकलापमा कुनैकुनै अवस्थामा परम्परागत संस्कार तथा सांस्कृतिक पक्षको समेत प्रभाव रहेको पाइन्छ ।

यस पाठमा बालबालिकाहरूलाई हाम्रो देशको हिमाल, पहाड, तराई, पूर्व, मध्य, पश्चिम गाउँ, सहर आदि ठाउँका व्यक्तिहरूले गर्ने आर्थिक क्रियाकलापका बारेमा सामान्य रूपमा जानकारी गराउनुपर्दछ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

- देशको विभिन्न क्षेत्रमा सञ्चालित प्रमुख आर्थिक क्रियाकलापहरूको सूची ।
- आर्थिक क्रियाकलापसँग सम्बन्धित चित्र तथा तस्विरहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- ४.१ आर्थिक क्रियाकलापसँग सम्बन्धित (उद्योग, व्यापार, कृषि, पशुपालन, सेवा आदि) तस्विर तथा चित्र प्रदर्शन गराई सो सम्बन्धमा प्रश्नोत्तर गर्नुहोस्, जस्तै :
- (क) प्रस्तुत चित्र वा तस्विर केको हो ?

- (ख) त्यहाँ के भइरहेको छ ?  
 (ख) किन त्यसो गरेको होला ?  
 (ग) पेसा तथा व्यावसाय गरेन भने के हुन्छ ?  
 (घ) हाम्रो देशमा सबै ठाउँमा एकै खालको पेसा तथा व्यवसाय सञ्चालन गरिन्छ ? आदि ।

- ५.२ विद्यार्थीहरूमध्ये एक जनालाई पाठ्यपुस्तकको पाठमा दिइएका विषयवस्तु सबैले सुने गरी पढ्न लगाउनुहोस् । बाँकीलाई सुनेका आधारमा तराई, पहाड र हिमाली क्षेत्रका मानिसले गर्ने आर्थिक क्रियाकलापहरू टिपोट गर्दै जान भन्नुहोस् । पढिसकेपछि उनीहरूले टिपेका कुरा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । छुटेको भए पाठ्यपुस्तक हेरी पुनः लेख्न लगाउनुहोस् ।
- ५.३ हिमाल, पहाड, तराई, गाउँ, सहर आदि ठाउँमा गरिने आर्थिक क्रियाकलापहरूको सूची प्रदर्शन गरी छलफल गराउनुहोस् । त्यसमा छलफलबाट आवश्यक थपघट गर्न सक्नुहुन्छ । बालबालिकाहरूलाई हिमाल, पहाड र तराई क्षेत्रमा सञ्चालित आर्थिक क्रियाकलाप तलको जस्तै तालिका बनाई लेख्न लगाउनुहोस् ।

#### **हिमाली क्षेत्रका प्रमुख आर्थिक क्रियाकलाप**

पशुपालन, जडिबुटी सङ्कलन, घरेलु उद्योगबाट, चीज, छुरी, राडी, गलैंचा उत्पादन, फलफूल खेती, पर्यटन आदि ।

#### **पहाडी क्षेत्रका प्रमुख आर्थिक क्रियाकलाप**

पशुपालन, व्यापार, कृषि, चिया, कफी खेती .....

#### **तराई क्षेत्रका प्रमुख**

कृषि, उद्योग, माछापालन, व्यापार .....

यसरी नै गाउँ र सहरको पनि आर्थिक क्रियाकलाप छुट्याएर लेख्न लगाउनुहोस् ।

गाउँका प्रमुख आर्थिक क्रियाकलाप	सहरका प्रमुख आर्थिक क्रियाकलाप
पशुपालन .....	व्यापार .....

विद्यार्थीले तयार गरेका क्रियाकलाप हेरी आवश्यक भएमा थपघट गरिदिनुहोस् र पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

- ५.४ स्थानीय समुदायका मानिसहरूले सञ्चालन गरेका आर्थिक क्रियाकलापहरू सोधखोज गरी लेखेर ल्याउन गृहकार्य दिनुहोस् । उनीहरूले गरेर ल्याएको गृहकार्य प्रस्तुत गर्न लगाई एकआपसमा अनुभव आदनप्रदान गराउनुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन विधि**

- ५.१ विद्यार्थीलाई गर्न दिइएको क्रियाकलापको अवलोकन गर्ने, जाँच गर्ने आदि गरेर मूल्यांकन गरी आवश्यक भएमा तत्काल सुधारका लागि थप क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

५.२ तल दिइए जस्तै प्रश्नहरू बनाई सोच्नुहोस् र सोहीअनुसार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- (क) तिम्रो समुदायमा सञ्चालन भएका पाँच ओटा आर्थिक क्रियाकलाप लेख ।
- (ख) हिमाली क्षेत्रमा पशुपालन र जडिबुटी सङ्कलन व्यवसाय फष्टाउनुको कारण के होला ?
- (ग) तराईमा बढी अन्न किन फलेको होला ?
- (घ) तराईमाभन्दा पहाडी र हिमाली क्षेत्रमा पर्यटन व्यवसाय फष्टाउनुको कारण के होला ?
- (ङ) पहाडी, हिमाली, तराई क्षेत्रमा हुने प्रमुख आर्थिक क्रियाकलाप लेख ।
- (च) सहरी र ग्रामीण क्षेत्रका मानिसले अपनाउने पेसा तथा व्यवसायमा केके भिन्नता छ ?
- (छ) भविष्यमा तिमी कुन व्यवसाय तथा पेसा अपनाउन चाहन्छौ र किन ?

#### ६. थप सुभाव

सम्भव भएसम्म विभिन्न आर्थिक क्रियाकलाप सञ्चालन भएका ठाउँमा अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् । पेसा व्यवसायसँग सम्बन्धित व्यक्तिहरूलाई विद्यालयमा आमन्त्रण गरी अन्तरक्रिया पनि गराउन सक्नुहुन्छ ।



## सिंगारामक कला



## १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- रेखा चित्र कोर्ने विभिन्न माध्यमहरू प्रयोग गरेर आफूलाई उचित लागेका विभिन्न चित्र कोर्ने ।
- स्वतन्त्र रूपले अभिव्यक्त गर्न, आफ्नो मनोभावना तथा सोचहरू केलाई उपयुक्त लागेका विषयमा चित्र कोर्ने ।
- आफ्ना वरपर रहेका विभिन्न फलफूल, रूख विरुवा, चरा तथा जनावरहरूका वस्तुहरू हेरी चित्र कोर्ने ।
- चित्र कोरिसकेपछि त्यसमा उपयुक्त किसिमले रडको प्रयोग गर्ने ।

## २. पाठ परिचय

यस एकाइमा विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न किसिमका रेखा चित्रहरूमा उदाहरणहरू देखाएर रेखाचित्र सम्बन्धी चार स्पष्ट सिकाइउपलब्धि हासिल गर्ने प्रेरणा दिन खोजिएको छ । उदाहरणहरू कक्षा ५ कै विद्यार्थीहरूले बनाएका हुन र यस कक्षा तथा उमेर स्तरअनुसार दिइएका उद्देश्यहरू उपयुक्त छन् । शिक्षकले पाठहरूमा भएका उदाहरणहरू हेरी पाठको उद्देश्य र विषयवस्तुलाई सुहाउने पाठ्योजना गर्न सक्नु हुने छ । एउटै सिकाइउपलब्धि हासिल गर्न विभिन्न तरिकाहरू अपनाउन सकिन्छ भन्ने कुरा प्रष्ट्याउने पाठहरू, क्रियाकलापहरू र उदाहरणहरू राखिएर बुझाउन खोजिएको छ । पाठहरू व्यक्तिगत सिर्जनात्मक सोचलाई प्रेरणा दिनुपर्छ भन्ने मान्यता राखी लेखिएका छन् ।

अभिव्यक्त गर्न सकिने विषयवस्तुहरू अनगिन्ती हुने हुनाले यस पाठमा सजिलोका लागि केही उपयुक्त विषयवस्तु र नमुना सुभावको रूपमा दिइएको छ । यस पाठले बालबालिकाहरूको व्यक्तिगत चेतना र जीवनका अनुभवहरूलाई महत्त्व दिएर कलाप्रति आत्मविश्वास बढाउन खोजेको छ । यसका साथै विद्यार्थीहरूले आफ्नो उमेर सुहाउँदै विषयवस्तुहरूका बारेमा चित्र बनाउने सीप दिन खोजिएको छ । ती विषयवस्तुहरू व्यक्तिगत चेतना तथा अनुभवसम्बन्धी हुन सक्छन् । विद्यार्थीका मौलिक सिर्जना गर्न सक्ने क्षमताको विकासबारे यस पाठमा उल्लेख गरिएको छ ।

ज्यामितीय आकारहरूका आधारमा कसरी विभिन्न आकृतिहरू बनाउन सकिन्छ । विषयवस्तुमा रेखाको प्रयोग गरी सरल तरिकाले कोर्ने सीपको विकास र आफू वरिपरि देखिने वस्तुहरूको बनोटसम्बन्धी चेतना तथा अभिवृद्धि हासिल गरी चित्र निर्माण गर्ने सीप पनि प्रदान गरिने छ ।

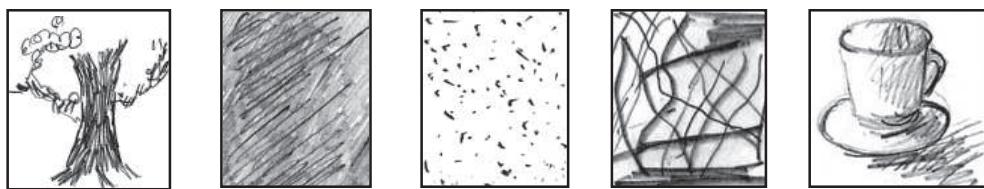
यस्तै गरी वरिपरि रहेका फलफूल, रूख, विरुवा तथा जनावर आदि साधारण किसिमबाट रेखाचित्र बनाउन सक्ने क्षमताको विकास गर्ने किसिमका क्रियाकलापहरू राखिएका छन् । यस किसिमका

क्रियाकलापले बालबालिकाहरूको मौलिक चित्रहरूमा प्रायः पाइने फलफूल, रुख विरुवा तथा जनावरहरूसम्बन्धी अवलोकन, चेतना, अनुभव तथा चित्र निर्माणमा टेवा पुग्ने छ ।

#### ४. शिक्षकसिकाइ क्रियाकलाप

##### क्रियाकलाप - १

- सिर्जनात्मक कला पुस्तकको एकाइ १ को पाठ १ मा रहेका चित्रहरू हेर्न र त्यहाँ देखिने रेखाहरूका आकारहरू कोरेर भेरका क्षेत्रहरू (Shading) हेर्न र पढन लगाउनुहोस् ।
- चित्रहरूमा अभिव्यक्त भावहरूका वारेमा छलफल गराउनुहोस् ।
- अभ्यासका निर्देशनहरूमध्ये १ देखि ६ सम्म पढन लगाउनुहोस् र कुनै एक छान्न लगाउनुहोस् ।
- सके २B र 4B सिसाकलम र सेतो चार्ट पेपरको  $\frac{1}{4}$  टुक्राहरू वितरण गर्नुहोस् । अन्यथा विद्यार्थीहरूलाई आफै Drawing copy मा HB सिसाकलमले र मसो पनि नभए Dot Pen ले कोरी तयार बनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले चित्र कोर्ने क्रममा निम्नलिखित सिसाकलम प्रयोग गरी विधिहरू अपनाउन सक्छन् ।



विभिन्न प्रकारले पेन्सिको प्रयोग गरी रेखाइकन गरी चित्र कोरिएको

- चित्रहरूका अवलोकन तथा मौलिक प्रयोगका आधारमा अभिव्यक्त गर्न टेवा दिनुहोस् ।
- चित्रमा पूर्णता प्रदान गर्न लगाउनुहोस् र सकेपछि आफ्नो चित्रको उपयुक्त शीर्षक दिन लगाउनुहोस् । यसैगरी यो क्रियाकलाप दोहोच्याउदै पाठको अभ्यासमा दिइएका सबै प्रश्नहरूमा चित्र बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

##### क्रियाकलाप - २

- सिर्जनात्मक कलाको पाठ २ मा रहेका चित्रहरू हेर्न र पाठ पढन लगाउनुहोस् ।
- कक्षा कोठा बाहिर गएर चित्र बनाउनका लागि आवश्यक पर्ने कपी र कलमहरू तयार पार्न लगाउनुहोस् ।
- रुखहरू तथा अन्य बोटविरुवाहरू आदिको अवलोकन गर्न सक्ने ठाउँमा विद्यार्थीलाई लिएर जानुहोस् ।
- विरुवा वा रुख पुरै देखन सक्ने गरी आफैले रोजेका रुख विरुवा राम्ररी अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।

- अवलोकनअनुसार कापीमा चित्र कोर्न लगाउनुहोस् । यसरी कोर्दा विद्यार्थीले राम्ररी कोर्न नसक्ने हुँदा उनीहरूलाई प्रोत्साहन दिई चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप -३

- पाठ ३ मा भएका चित्रहरू अवलोकन गराई छलफल गराउनुहोस् ।
- आफूलाई मन परेका जनावरका विषयमा कल्पना र ज्ञानका आधारमा चित्र कोर्न लगाउनुहोस् । पाठ ३ को अभ्यासको प्रश्न १ मा दिइएको जस्तै गरी क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।



वास्तविक जनावरलाई हेरी चित्र बनाइरहेको



खेलौनालाई हेरी चित्र बनाइरहेको

- यहाँ देखाइएका चित्रहरूमा जस्तै गरी अवलोकनद्वारा ज्ञान लिएर चित्र कोर्न अभ्यास गराउनुहोस् । साथै पाठ्यपुस्तकको अभ्यास १ र २ को प्रश्नअनुसारको चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - ६

- किताबमा देखाए जस्तै गरी त्रिभुज, चतुर्ज्युज र वृत्त बनाउन लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक आकारलाई पाठ ४ को सुरुका चित्रहरू जस्तै नौलो आकृतिमा परिवर्तन गर्न लगाउनुहोस् ।





- माथिको चित्रमा जस्तै गरी विद्यार्थीहरूलाई वस्तुहरू अवलोकन गर्न दिनुहोस् । चित्र कोर्नुभन्दा पहिलो कस्तो ज्यामितीय आकारबाट बनेको हो, विचार गरी बनाउन लगाउनुहोस् ।
- त्यस आधारभूत आकारमा अरू रेखाहरू थपेर वस्तुको विस्तृत स्वरूप अर्थात् विस्तृत रूप (Detail) मा देखाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै प्रकारले विभिन्न वस्तुहरूको अवलोकन गराई चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

- विद्यार्थीहरूले काम गर्दा उचित पृष्ठपोषण तथा सुझाव दिई चित्रमा देखिएका Visual elements जस्तै : रेखाको खस्नेपना, रेखाको मोटाइ, धब्बा, आकार, कोण नजिकै, छुटटाछुटटै भरिएको, हल्का, गाडा, फिक्का आदिलाई हेरी मूल्याङ्कन गर्न सकिने छ । यी दृश्य तत्त्वहरू वा वस्तुहरू (Visual elements) कसरी प्रयोग भएका छन् हेर्नुहोस् र त्यसको असर विद्यार्थीले देखेका छन् वा छैनन् प्रश्न गर्न सकिन्छ । यो के बनाएको ? यो यस्तो हुन्छ र ? भन्ने जस्ता प्रश्न गर्नु सटटा यो रेखा मसिनो बनाउँदा कस्तो असर भइराखेको छ ? के त्यो असर विद्यार्थीले चाहेको छन् भन्ने कुरा पहिले आफै विचार गरी सोध्नुहोस् । आवश्यक लागेमा त्यसतर्फ ध्यान आकर्षित गराई प्रस्त गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले बनाएका चित्रहरूमा रहेका विविधता र सिर्जनाशीलताका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- मूल्याङ्कनका आधार चित्र राम्रो देखियो या देखिएन भन्ने मात्र होइन । कल्पना, सिर्जनशील, प्रयोग, विविधतामा एकता र दृश्य तत्त्व वा वस्तुहरूको समग्र असरले व्यक्त गरेका सञ्चार मूल्याङ्कनका महत्त्वपूर्ण आधारहरू हुन् ।

#### ६. थप सुझाव

- सिसाकलम बाहेक अन्य कलमहरूको प्रयोगलाई पनि प्रोत्साहन दिनुहोस् । तिखारेको बाँसको कलम मसीमा चोपेर कोर्ने विधि पनि सिकाउन सकिन्छ ।
- 2B, 4B, 5B, 6B आदि जस्ता सिसाकलमको पनि प्रयोग गर्न सिकाउनुहोस् ।

- सिसाकलमले कोरेर छाया अर्थात् Shading गर्ने कार्यमा ऑलाले घोटने बानीलाई प्रोत्साहन दिनु हुँदैन वरु सफासँग सबै क्षेत्रहरूमा पेन्सिलले भर्ने प्रयासलाई प्रोत्साहन दिनुपर्छ ।
- विद्यार्थीसँग गरेको अन्तरक्रिया नै कला सिकाउने प्रक्रियाको मेरुदण्ड हो । कतिपय कुरा सिकाउन आवश्यक हुँदैन । उमेर, सीपको स्तर र अभिव्यक्तिको कदर गर्दै विद्यार्थीलाई टेवा दिई सम्भाव्यताहरू पहिल्याई सिकाउन सकिन्छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध सामग्रीहरूबाट रड बनाउने विधिवारे ज्ञान तथा प्रयोग गर्ने ।
- स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध सामग्रीहरूबाट रड बनाउन तथा विभिन्न आकृति वा बुटाहरू लगाउने ।
- रडसम्बन्धी विभिन्न प्रयोगहरू गर्ने ।
- कल्पना र वैयक्तिक सोचलाई अभिव्यक्त गरी चित्र बनाई त्यसमा रडको उचित प्रयोग गर्ने ।
- म्युरल चित्रवारे परिचित भई चित्र बनाउने ।

### २. पाठ परिचय

रडसम्बन्धी पाठहरूमा रड बनाउने, रडसित परिचित हुने र व्यक्तिगत अभिव्यक्ति चित्र बनाउनुका साथसाथै समूहमा म्युरल बनाउने जस्ता क्रियाकलापहरू रहेका छन् । पाठहरूले विषयवस्तुहरूको उदाहरण र निर्देशन दिएपछि प्रयोग र अभ्यासद्वारा मात्र विद्यार्थीहरूले सिकाइउपलब्धि हासिल गर्नेछन् भन्ने अवधारणा राखिको छ । रड उचित मात्रामा र उपयुक्त प्रकारले उपलब्ध गराउन सजिलो छैन त्यसैले यस पाठमा सिर्जनात्मक कलाको अध्यापनका लागि स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध सामग्रीहरूबाट कसरी रड बनाउन सकिन्छ सोको जानकारी गराउन खोजिएको छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध सामग्रीहरू जस्तै : कोइला वा कोल, कमेरो माटो, रातो माटो, अविर, निर, वेसार, गेरु, बोटबिरुवाका फूलपात आदि ।

पानी रड तथा पोस्टर रडका विभिन्न प्रकारका रडहरू (रातो, निलो, पहेलो, सेतो, कालो आदि) मैन रड, पेन्सिल रड, गोलो तथा चेप्टा बुरुसहरू, पानी राख्ने तथा रड मिसाउने भाँडो (palette) ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ रड बनाओ

- अविर, केसरी, निर, गहुँको पिठो पकाएर बनाएको माड, बुरुस या सिख चम्चा, रड घोल्न कचौरा वा भाँडा इत्यादिको व्यवस्था गर्नुहोस् ।
- एक चम्चा माडमा दुई चम्चा रड लिई उक्त धुलो वा अविरलाई कचौरामा राखी चम्चाले राम्ररी घोली रातो रड बनाउनुहोस् र बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

- रड सजिलै लाग्ने वा नलाग्ने हेरी आवश्यकताअनुसार पानी थपी रड बनाउन लगाउनुहोस् ।
- अन्य रडहरू पनि यसरी नै बनाई पाठ्यपुस्तकमा देखाए जस्तै गरी बुटाहरू र आकृतिहरू बनाउन लगाई रडको प्रयोग गर्नुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप - २ विद्यार्थीहरूलाई रड बनाउन लगाउने**

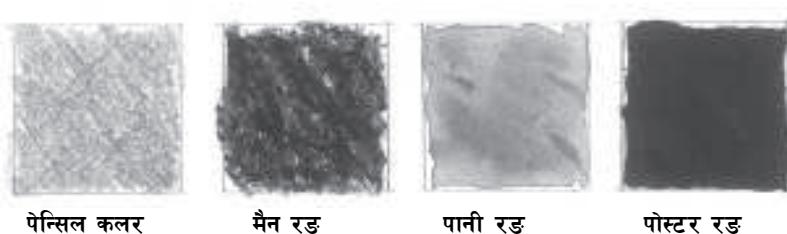
- क्रियाकलाप १ मा उल्लेख गरे जस्तै गरी विद्यार्थी सङ्ख्या हेरी आवश्यक सङ्ख्यामा कचौरा वा भाँडा र रडका धुलोहरूको व्यवस्था मिलाई विद्यार्थीलाई वितरण गर्नुहोस् ।
- कक्षा कोठा बाहिर गएर रडका धुलोहरू र माड वितरण गरी उपयुक्त मात्रामा मिसाएर रड बनाउन लगाउनुहोस् ।
- बनेका रडहरू कक्षा कोठामा ल्याएर वा बाहिरै सुरक्षित ठाउँमा बसेर कागजमा रड दली चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- यसरी रड बनाउँदा विद्यार्थीलाई आवश्यक निर्देशन तथा सल्लाह दिई कार्य गराउनुहोस् ।



**विद्यार्थीले विभिन्न रड बनाई चित्रमा रड भरिरहेको**

#### **क्रियाकलाप - ३ रड मिसाओँ**

- सिर्जनात्मक कलाको पाठ्यपुस्तकको पाठ ६ मा रड मिसाउने र कागजमा दल्न विभिन्न प्रयोगहरू देखाइएका छन् । ती चित्रहरू रडगीन नहुनाले विद्यार्थीहरूले बुझ्न सक्दैनन, त्यसैले शिक्षक आफैले त्यस्तै प्रकारका प्रयोगहरू भएको एउटा प्रदर्शन चार्ट तयार पारी विद्यार्थीमा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- निलो र रातो रड मिसाउने विधिमा चार ओटा रडका माध्यमहरूमा यसको मिश्रण प्रक्रिया देखाइएको छ । पेन्सिल कलरले निलो पहिले भर्ने त्यसपछि उक्त निलो रड माथि रातोले फेरि भर्नुहोस् ।



पेन्सिल कलर

मैन रड

पानी रड

पोस्टर रड

- मैन रडमा पनि त्यसरी नै पहिले एउटा रड दलेर भर्ने र त्यसमाथि दोस्रो रड फेरि दलेर भर्ने । पानी रडमा पहिले एउटा रड पानीले पातलो बुरुसको प्रयोग गरी कागजमा भर्ने र सुक्न दिने । त्यसपछि फेरि पातलो पारेको दोस्रो रड बुरुसले पहिलोमाथि नै भर्ने । पोस्टर रड दुई ओटैलाई प्यालेटमा मिसाउने र बनेको नयाँ रड कागजमा दल्न लगाउनुहोस् ।
- माथि वर्णन गरे जसरी रड मिसाएर प्रदर्शन चार्ट बनाउनुहोस् र कक्षामा देखाउनुहोस् ।
- यी क्रियाकलापलाई चारओटै रड माध्यममा विद्यार्थीले गर्न आवश्यक छैन, एउटा गरे पुग्छ ।

#### क्रियाकलाप - ४ रड दल्ने विधिको खोजी गराँ

- पाठ ६ को अभ्यासको प्रश्न ३ पढ्न लगाउनुहोस् । कापीमा तीनओटा वर्ग कोठाहरू बनाउन लगाउनुहोस् । (पानी रड, पेन्सिल कलर भए  $1'' \times 1''$ , मैन रड भए  $2'' \times 2''$  पानी रड भए  $3'' \times 3''$ ), पोस्टर रड आफैं बनाएको अविर रडहरू भए वा नभए  $2'' \times 2''$  नापको कोठा बनाउन लगाउनुहोस् ।
- पाठमा भएको उदाहरण जस्तै आफूले बनाएको रड दलाइका नमुना प्रदर्शन गरी निर्देशन दिनुहोस् ।
- वर्गहरू भर्ने विभिन्न तरिकाहरू पत्ता लगाउन प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- हरेक वर्गमा यसरी बनेका वा लगाइएका रड के जस्तो देखिन्छ लेवल (Label) गर्न लगाउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - ५ चित्रमा रडको प्रयोग

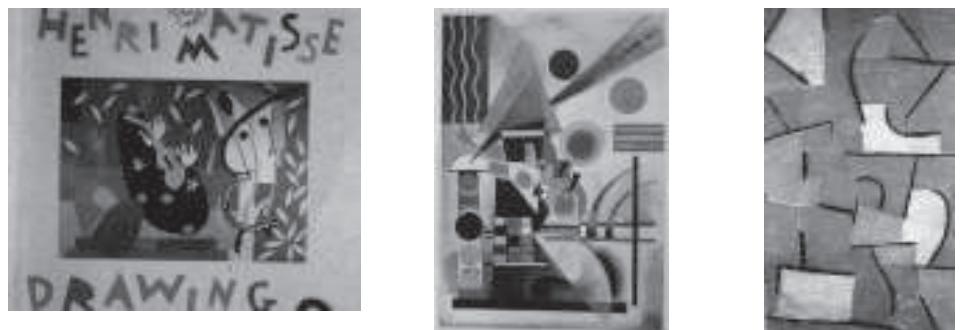
- कापीमा आफूखुसी चित्र कोर्न लगाउनुहोस् । चित्र विद्यार्थीको इच्छानुसार हुनु आवश्यक हुन्छ ।
- अधिल्लो क्रियाकलापमा बनेका रडहरू जस्तै यस क्रियाकलापमा पनि बनाउन लगाएर चित्रहरूका विभिन्न स्थानमा भर्न लगाउनुहोस् । यसरी रड लगाउँदा उनीहरूलाई स्वतन्त्ररूपमा लगाउन दिनुहोस् ।

### **क्रियाकलाप - ६ पेन्सिल कलरले चित्र बनाउने**

- विद्यार्थीले पेन्सिल कलर प्रयोग गर्दा दायाँतिर हल्कासँग र एउटा क्षेत्रमा एउटा पेन्सिल रडले मात्र भरेको पाइन्छ। पेन्सिल रड मिसावट या थिचेर चहकिलो बनाउन पनि सकिन्छ भन्ने कुरा नमुना देखाएर प्रस्त पार्नुहोस्।
- बाकलो कागज (चार्ट पेपर) को पानामा ५ "x ५" या त्यस्तै नापको वर्ग या आयात स्केलले कोर्न लगाउनुहोस्।
- त्यस वर्गमा आफूखुसी कुनै दृश्य या वस्तुहरूको संयोजनको चित्र बनाउन लगाउनुहोस्।
- सो चित्रको हरेक स्थानमा पेन्सिल रडले दोहोन्याई, तेहन्याई रड थपी चहकिला मिश्रित रड र खस्तो बनाई देखाउन लगाउनुहोस्। चित्र सर्वे हुँदा त्यसका अरू वर्ग सेमिमा पर्याप्त समय खर्च गरेर सफासँग भर्न सकिन्छ।

### **क्रियाकलाप - ७ अभिव्यक्ति**

- सिर्जनात्मक कला पुस्तकको पाठ ७ को पानामा भएका उदाहरणहरू हेर्न तथा त्यहाँ दिइएका पाठ पढन लगाउनुहोस्।
- उक्त पाठमा दिइएका अभ्यासको प्रश्न १ पढन लगाई सोही निर्देशनअनुसार चार्टपेपरको पानामा वा चित्र बनाउने कापी (Drawing copy) मा तलका प्रक्रियाहरू जस्तै गरी चित्र बनाउन लगाउनुहोस्।
- उक्त पुस्तकको पाठ ७ को अभ्यासको प्रश्न २ पढी छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
- रड र कागज वितरण गर्नुहोस्।
- सर्वप्रथम कागजमा सिसाकलमले आफूले इच्छाएको चित्र कोर्न लगाउनुहोस्।
- उक्त बनाएको चित्रमा रडहरू भर्न लगाउनुहोस् तथा विभिन्न रडहरूको प्रयोग गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस्।
- रड भद्रा सँगसँगैको स्थान वा ठाउँहरूमा उचित मात्रामा फरक फरक रडहरू (contrast) भएका रडहरू प्रयोग गर्न सिकाउनुहोस्। सँगसँगै जोडिएका क्षेत्रहरूमा उस्तै उस्तै रड राखे एउटा क्षेत्र र अर्को क्षेत्र छुट्याउन गाहो हुन्छ। त्यसैले रडमा पानीको मात्रा मिलाई रडमा विधिता ल्याई फरक देखाउन सकिने हुँदा उक्त विधि अपनाई चित्र बनाउन प्रेरित गर्नुहोस्।
- यहाँ दिइएका नमुनाहरू अवलोकन गर्नुहोस्।



- पाठ ७ को प्रश्न ३ पढन लगाउनुहोस् । त्यसपछि सिसाकलमको प्रयोग चित्र संयोजन गरेर तलका जस्ता चित्रहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।



- रड प्रयोग गरी एउटा क्षेत्र गाडा र अर्को फिक्का बनाउन लगाई संयोजन डिजाइनमा रड भर्न लगाउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप - ८ भित्तेचित्र**

- सिर्जनात्मक कला कक्षा ४ मा जस्तै गरी योजना बनाउन लगाई म्युरल चित्र बनाउन सकिन्छ । यसका लागि विद्यार्थीलाई पहिले ससानो समूहमा विभाजन गरी विषयवस्तु छनोट गर्न लगाई म्युरल चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- म्युरलका लागि विषयवस्तुहरूको छनोट गरिसकेपछि उक्त विषयवस्तुलाई केमा बनाउने हो सोको किटान गरिसकेपछि चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
- यहाँ दिइएको चित्र जस्तै विभिन्न विषयवस्तुमा म्युरल चित्र बनाउन सकिन्छ । यस्ता म्युरलमा एक वा एकभन्दा बढी विद्यार्थीहरूलाई सहभागिता गराई चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।



- म्युरलमा पोस्टर रड, तेल रड तथा एक्रेलिक रड आदिको प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् ।

#### **५. मूल्याङ्कन**

विद्यार्थीले बनाएका चित्रहरूको संरचना, रड प्रयोगको शैली र अभिव्यक्तिलाई हेरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । प्रयोगमुखी क्रियाकलापहरूमा प्रयोग प्रक्रियाको मूल्याङ्कन गरिन्छ भने अभिव्यक्ति मूल विषय रहेका क्रियाकलापमा चित्र बनाउने प्रक्रिया, रड प्रयोग गर्ने शैलीलाई हेरी मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ । कला सिर्जना गर्ने क्षमताको क्रमबद्ध विकास बालबालिकाहरूको बौद्धिक विकासको सँगसँगै हुन्छ । उमेरअनुसार विद्यार्थीहरूको चित्र निर्माण प्रक्रिया भए नभएको छुट्याउन सकिन्छ । यसका लागि निरन्तर विद्यार्थीहरूको क्रियाकलापलाई अवलोकन गरिरहनुपर्छ । विद्यार्थीहरूले बनाएका चित्रहरूलाई हेरी तुलना गर्ने आधार बनाएर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

#### **६. थप सुभाव**

- रुपसम्बन्धी क्रियाकलाप गराउँदा सामग्रीहरूको व्यवस्थापन हरेक पाठअनुसार पहिले नै गर्दा समयको राम्रो व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।
- पाठको सुरुमा छलफल छोटो र छारितो किसिमले गर्नुहोस् । धेरै समय लगाएर व्याख्या नगरी छोटो समयमा कार्य गर्न विषेश ध्यान दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीले गरेका कार्य हेरी बनाउदै गरेको चित्रमा देखिएका कलाका तत्त्वहरू, जस्तै : रड, आकार, बुट्टा, डिजाइन, खस्नोपन आदिका बारेमा विद्यार्थीसँग छलफल गरी चित्रबारे जानकारी दिई अझ बढी जागरूग बनाई चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- कक्षा कोठामा विभिन्न चित्रहरू भुन्ड्याउने र विभिन्न दृश्यका चित्रहरू राखिएमा रड प्रयोग, सोच अभिव्यक्ति र कल्पनाशिलतामा अभिवृद्धि हुन्छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- नरम वस्तुमा आकृति काटी छपाइ कार्य गर्ने ।
- दरो र बाक्लो कागजलाई च्याती वा काटी विभिन्न आकार प्रकारमा टाँसी रड लगाई त्यसबाट छपाइ कार्य गर्ने ।
- विभिन्न वस्तुहरूलाई संयोजन गरी व्यवस्थित रूपले छपाइ कार्य गर्ने ।
- रडको उचित प्रयोग गरी छपाइ कार्य गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

कुनै पनि वस्तुमा रड लगाई सफा सतह वा कागज वा कपडा आदिमा दलेर (pressing) वा घोटेर (rubbing) वा छर्केर (spring) आकृति निकाल्ने प्रक्रियालाई छपाइ (Paint) भनिन्छ । यस्तै छपाइ प्रक्रियाबाट किंतु, पत्रपत्रिका तथा कपडामा छपाइ कार्य गरिन्छ । यस पाठमा त्यसै प्रकारका विभिन्न प्रकारका छपाइ क्रियाकलापहरूको चिनारी गरिने छ । यस पाठमा मुख्यतः तीन विधिबाट कसरी छपाइ कार्य गर्न सकिन्छ भन्ने जानकारी गराउन खोजिएको छ । पहिलो विधि अन्तर्गत विद्यार्थीहरूलाई कसरी नरम वस्तुहरू जस्तै : मुला, आलु, फर्सी, लौका आदिमा आकृति बनाई त्यसको छापा निकाल्ने विधिबारे जानकारी गराइन्छ भन्ने दोस्रो विधिमा बाक्लो कागजलाई सोचेको आकारमा वा निश्चित आकारमा च्याती/काटी/टाँसी रड लगाई वा पोती त्यसको छापा निकाल्ने विधिबारे जानकारी गराइन्छ । तेस्रो विधिमा स्टेन्सिलको परिचय गराउनुका साथै स्टेन्सिल बनाई त्यसबाट छपाइ कार्य गराइने विधिका बारेमा उल्लेख गरिएको छ ।

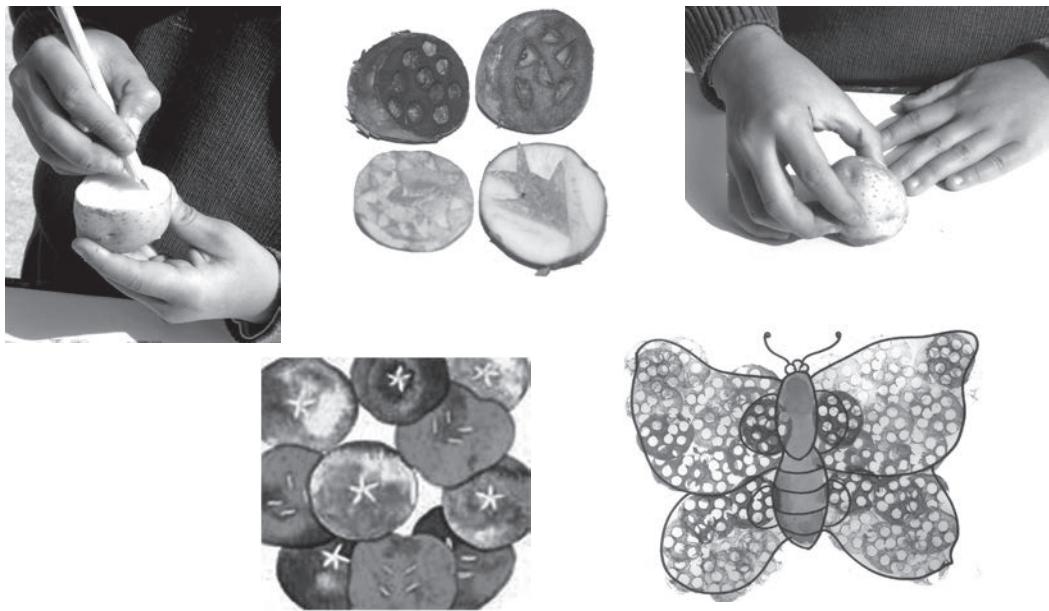
### ३. शैक्षिक सामग्री

रडहरू, विभिन्न प्रकारका तरकारीहरू, जस्तै : आलु, लौका, फर्सी, मुला, पेन्सिल, कैंची, पेपर कटर, सफा कागज, बाक्लो प्रकारका कागज, गम/मोबिकोल आदि ।

### ४. शिक्षणासिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ आलु वा मुलामा बुट्टा कोरी छाप निकालौँ

- यस क्रियाकलापमा आवश्यक हुने सम्पूर्ण सामग्रीहरू, जस्तै : रड, कागज, बुरुस, रड राख्ने भाँडा, पानी राख्ने भाँडा, चक्कु, पेन्सिल आदिको व्यवस्था गर्नुहोस् वा गर्न लगाउनुहोस् ।
- कुनै एउटा वस्तु लिन लगाउनुहोस् । त्यसलाई दुई बराबर भागमा काट्न लगाउनुहोस् ।



- यसरी दुई भागमा काटिसकेपछि एउटा भागमा इच्छा लागेको आकृति बुट्टा कोर्न लगाउनुहोस् । तर यो क्रियाकलाप गराउँदा पहिले शिक्षक आफैले काटेर देखाएपछि मात्र क्रियाकलाप गराउँदा उपयुक्त हुन्छ ।
- वस्तुमा आकृति काट्दा आकृति धेरै सानो नहोस् । यसो भएमा आकृति वा बुट्टा काट्न कठिन हुन्छ ।
- यसरी वस्तुमा बुट्टा वा आकृति काटिसकेपछि त्यस आकृतिमा रड दल्न लगाउनुहोस् वा रडमा चोप्न लगाउनुहोस् ।
- अब रड लगाइसकेपछि त्यसलाई सफा कागजमाथि राखेर थिची त्यसको आकृति निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- यस प्रक्रिया अपनाई विभिन्न प्रकारका आकृति वा बुट्टा बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सिर्जनात्मक कला, कक्षा ५ को किताबको पाना नं. ९९ मा देखाएजस्तै विभिन्न प्रकारका बुट्टाहरूको छाया निकाल्न प्रेरित गर्नुहोस् । साथै छपाइ कार्यबाट बनेका कार्यहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् र छलफल पनि गर्नुहोस् ।

### **क्रियाकलाप -२**

- बाक्लो कागज, पेन्सिल, गम, कैंची, चक्कु, रड तथा सफा कागजको व्यवस्था मिलाउनुहोस् वा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- बाक्लोलाई इच्छाएको आकारमा च्यात्न वा काट्न लगाउनुहोस् । यसरी च्याती वा काटी सकेपछि मिलाएर गम वा मोबिकलले टाँसी निश्चित आकृति वा आकारमा टाँस्न लगाउनुहोस् । यस क्रियाकलाप गराउनुभन्दा पहिले सिर्जनात्मक कलाको पाठ ९ मा भएको कागजबाट गरिने छपाइ कार्यसम्बन्धी पाठ राम्ररी अध्ययन गरी कार्य गराउनुहोस् ।

- यसरी टाँसिसकेका कागजका आकृतिमाथि रड पोल्न लगाउनुहोस् । कागजमा रड पोल्दा धेरै पातलो वा धेरै बाक्लो रड पोल्नु हुँदैन । ठीक मात्रामा रड पोल्दा राम्रो छापा निकाल्न सकिने हुँदा विशेष ध्यान दिई कार्य गराउनुहोस् ।
- अब रड लगाइसकेपछि सफा कागजमाथि राखी विस्तारै थिचेर त्यसका आकृति वा बुटटा निकाल्न लगाउनुहोस् । यस्तै प्रक्रिया अपनाई विभिन्न प्रकारका छाया आकृति निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै प्रक्रिया अपनाई कस्ता कस्ता आकृतिहरूका छाया बनाउन सकिन्दै, विद्यार्थीहरूलाई छाया निकाल्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई नयाँ नयाँ सोचको विकास गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

### **क्रियाकलाप - ३ स्टेन्सिल बनाई छपाइ गराँ ।**

- बाक्लो कागज, पेन्सिल, कैंची, चक्कु ( paper cutter), पुरानो दाँत माझ्ने बुरुस तथा सफा कागज आदिको व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- बाक्लो कागजलाई करिब  $6 \times 10$  सेमि जति आकारको नाप कागजलाई काट्न लगाउनुहोस् ।
- उक्त कागजमा मन परेको आकार, आकृति वा बुटटा कोर्न लगाउनुहोस् । यसरी बुटटा वा आकृति कोर्दा धेरै सानो वा धेरै ठूलो पनि कोर्नु हुँदैन । त्यसैले ठीक आकारमा कोर्न लगाउनुहोस् । बुटटा वा आकृति कोर्दा धेरै जटिल किसिमको बुटटा कोर्नभन्दा सरल प्रकारका बुटटा वा आकृति कोर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसपछि क्रमशः जटिल प्रकारका बुटटा बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् । त्यस आकृतिमाथि कैची वा चक्कुले काटी कागजको स्टेन्सिल काट्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी कागजको स्टेन्सिल बनाइसकेपछि उक्त कागजको दुवैपटटि मैन दल्न लगाउनुहोस् । यसो गरेमा कागजलाई पानीले भिजाउदै त्यो स्टेन्सिल धेरै समय वा धेरै पटकसम्म प्रयोग गर्न सकिने हुँदा उक्त कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।
- अब स्टेन्सिलमा मैन दलिसकेपछि उक्त स्टेन्सिललाई सफा कागजमाथि राखेर बुरुस वा दाँत माझ्ने बुरुसले रड छर्केर त्यस स्टेन्सिलको छाया निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- त्यस्तै प्रक्रिया अपनाई विभिन्न प्रकारका स्टेन्सिल बनाई सोको छाया निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- मेरो सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला कक्षा ५ को किताबको पाठ १० मा देखाएजस्तै गरी छपाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।
- विभिन्न प्रकारका स्टेन्सिलहरू बनाई विभिन्न प्रकारका छाया कार्य गर्नुका साथै नयाँ नयाँ सिर्जनाहरू बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले बनाएका कृतिहरूमाथि छलफल गराउनुहोस् साथै कृतिहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्थासमेत मिलाउनुहोस् ।

### **क्रियाकलाप - ४ रड छर्केर वा दलेर निकालिने छापाहरू**

- विभिन्न प्रकारका रुख विरुवाका पातहरू, रड, कागज, बुरुस, बाक्लो कागज, चक्कु, कैची आदिको व्यवस्था गर्न लगाउनुहोस् ।

- एउटा सफा कागजमा आफूलाई मन पर्ने आकारको विरुवाका पातहरूलाई मिलाएर राखी त्यस माथिबाट रड छर्केर त्यस पातको छाया निकाल्न लगाउनुहोस् । यसरी पातहरू कागजमाथि राख्दा पातहरू संयोजन (Composition) मिलाएर राखी कलात्मक रूपले छपाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् । यस्ता कार्य गराउँदा पहिले शिक्षक आफैले एउटा नमुना बनाई प्रदर्शन गरेपछि विद्यार्थीहरूलाई बनाउन लगाउनुहोस् ।
- पातहरू तथा स्टेन्सिललाई मिलाएर राम्रो संयोजन गरी विभिन्न प्रकारका छाया गर्न सकिन्छ, जस्तै : निमन्त्रणापत्र, शुभकामना कार्ड, जन्मोत्सव कार्ड आदि पनि बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

- यो प्रयोगात्मक विषय भएकाले यसले मूल्याङ्कन पनि प्रयोग विधिबाटै गर्दा उचित हुन्छ ।
- विद्यार्थीहरूले गरेका कार्यलाई अवलोकन गरी ठीक तरिकाले गरे/नगरेको हेरी मूल्याङ्कन गरी आवश्यकताअनुसार निर्देशन दिनु उचित हुन्छ ।
- विद्यार्थीहरूले गरेका कार्यबारे प्रश्न/उत्तर गरी सोको मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।
- स्टेन्सिल बनाउन लगाई छपाइ कार्य गर्न लगाएर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।
- विभिन्न वस्तुहरू, जस्तै : कागज, पात वा अन्य वस्तुहरूबाट छपाइ कार्य गर्न लगाएर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

#### ६. थप सुभाव

- स्टेन्सिल बनाउन जानिसकेपछि उक्त स्टेन्सिलबाट नयाँ नयाँ विधिको अनुसन्धान वा खोज गरी प्रयोग गर्न प्रेरित गरी छपाइ कार्य गराउनुहोस् ।
- विभिन्न वस्तुहरूबाट कसरी नयाँ सिर्जना गर्न सकिन्छ, छलफल गर्नुहोस् साथै छपाइ कार्य पनि गर्न लगाउनुहोस् ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- कोलाज बनाउनुअघि छुटौट कागजमा बनाइने चित्रको पूर्ण योजना बनाउन ।
- कोलाजका लागि उपयुक्त कागज छनोट गरी उपयुक्त तरिकाले काट्न/च्यात्न ।
- विभिन्न किसिमका कागजलाई काटेर वा च्यातेर टाँसी आफूलाई मन पर्ने आकृति बनाउन ।
- प्राकृतिक तथा कृत्रिम वस्तुहरूको प्रयोग गरी उपयुक्त तरिकाबाट कोलाज चित्र निर्माण गर्न ।

### २. पाठ परिचय

बाक्लो कागजको सतहमा रडगीन कागज, फोटो, कपडा, पात इत्यादि हलुका वस्तुहरू टाँसेर संयोजन गरिएको चित्रलाई कोलाज भनिन्छ । यस पाठमा बालबालिकाहरूको स्तरअनुसार यस तहमा पूर्वज्ञानका आधारमा कोलाज बनाउन सिकाइएको छ । कोलाजद्वारा आफ्नो अभिव्यक्ति दिनलाई विभिन्न वस्तुहरू जस्तै : काठ, पराल, बाक्लो कागज, धागो, पत्रपत्रिका आदिको प्रयोगबाट कोलाज बनाउन सिकाइएको छ । यस पाठमा पूर्वयोजनाअनुरूप कोलाज बनाउनुका साथै पहिले पनि प्रयोग गरेका सामान बाहेक अन्य सामग्रीहरू पनि प्रयोग गरी आफ्नो अनुभवअनुसार कोलाजहरू बनाउन सक्ने छन् ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

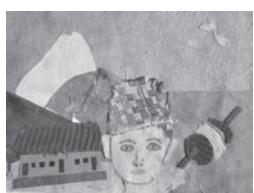
कोलाज पाठहरूका लागि निम्नलिखित सामग्रीहरूको व्यवस्था गर्नुहोस् :

बाक्लो कागज, कार्डबोड, चार्ट पेपर, खेरो कागज, प्याकिड बट्टाहरूको कागज, गम, माड, मोबिकल, कैची, पेपरकटर, स्पन्ज, धागो, सलाईको काटी, सलाईको बट्टा, थर्मकोल, प्लास्टिक स्ट्र, सिन्का टाँक, प्राकृतिक वस्तुहरू जस्तै : कपास, केराउ वा बदामको बोक्रा, पात, छ्याकन, पराल तथा छ्वाली आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप- १ सामूहिक योजना बनाउँ

- यस क्रियाकलापमा कक्षामा उपयोगी चित्रहरू, जस्तै : क्यालेन्डर बनाउने या कुनै कथाको किताब बनाउने योजना तय गर्नुहोस् ।
- सिर्जनात्मक कलाको पाठ ११ का कोलाज चित्रहरूमा दिइएका छन् । ती चित्रहरू हेरी त्यहाँ



मङ्गलेलाई चड्गा  
उडाउन मन लाग्यो ।



उसले गृहकार्य गरेपछि  
आमासँग पैसा माग्यो ।



ज साथीसँग चड्गा किन्त  
गयो ।



उसले चड्गा किन्यो ।

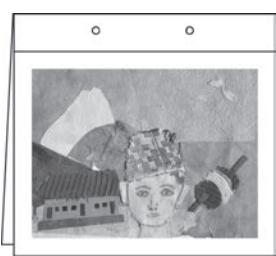
रहेका कथा वा विषयवस्तुबारे छलफल गरी विद्यार्थीलाई सोधनुहोस् । यस्तै प्रकारका विषयवस्तुमा कोलाज चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

- कैनै पनि विषयवस्तुमा आधारित कथावस्तुमा पनि कोलाज चित्र बनाउन सकिन्छ । जस्तै : स्कुलको छेउमा मझाले नाम गरेको केटा थियो । उसको एउटा लटटाई थियो । आमालाई गृहकार्य देखाएर मझाले खेल गयो । उसले गोपीलाई भेट्यो र दुवै जना दगुँदै पसल गए । पसलमा उनीहरूले चड्गा किने आदि । माथि उल्लेख गरिएका जस्तै कथा वस्तुलाई टुक्राएर छुटटाछुटटै विद्यार्थीले एउटै कथाका अंशहरूबाट कोलाज चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- पाठको अभ्यास हर्नुहोस् र कैनै एउटा प्रश्न छानुहोस् ।
- त्यसका लागि चाहिने चित्रहरू के कस्ता हुन सक्छन् । विद्यार्थीसँग छलफल गर्नुहोस् ।
- कतिओटा चित्रहरू बनाउने हो सोको निधो गरेपछि कसले के बनाउने भन्ने काम बाँडफाँड गरी जिम्मा दिनुहोस् । बाह्र महिनाको क्यालेन्डर बनाउँदा एउटै महिना दुई जनालाई दिनु परेमा छुटटाछुटटै बनाउन लगाउनुहोस् । बनाएपछि उपयुक्त वस्तुको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- सामग्रीहरूको शिक्षक आफैले पूर्वतयारी गरेको हुनुपर्छ । आधार कागज निम्नलिखित नाप र प्रकारका हुनु आवश्यक भएकाले सोको व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- सामग्रीहरू वितरण गरी सामूहिक तथा एकल रूपमा कोलाज बनाउन लगाउनुहोस् ।

## क्रियाकलाप - २

- माथिको क्रियाकलाप गरिसकेपछि पुस्तकको अभ्यासमा रहेको क्यालेन्डरसम्बन्धी कोलाज बनाउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूबीच छलफल गराई चित्र बनाउनुपर्ने आधार उनीहरूलाई नै निधो गर्न दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई नै कामको बाँडफाँड गर्ने जिम्मा दिनुहोस् र एउटै कोलाज कम्तीमा दुई जना मिलेर बनाउनुपर्नेछ भन्ने सर्त राख्नुहोस् ।
- हरेक समूहलाई योजना बनाउन लगाउँदा खेसा कागज वितरण गर्नुहोस् र त्यसमा योजना बनाएपछि देखाउन लगाउनुहोस् ।
- दुवै जना मिलेर छलफल गरेर खेसामा गरेको चित्र योजना उपयुक्त भएपछि आधार कागज दिनुहोस् र मिलेर कोलाज बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सबै समूहहरूको कोलाज तयार भएपछि किताब या क्यालेन्डर बनाउन कुन कुन कोलाज प्रयोग गर्ने छलफल गर्नुहोस् ।

कोलाज क्यालेन्डर  
बनाउनका लागि  
कागजको माथिल्लो  
भागमा करिब एक  
इन्च जति छोडेर चित्र  
टाँस्नुपर्छ ।



कोलाज बुक बनाउनका  
लागि कागजको बायाँ  
भागमा करिब एक  
इन्च जति छोडेर चित्र  
टाँस्नुपर्छ ।

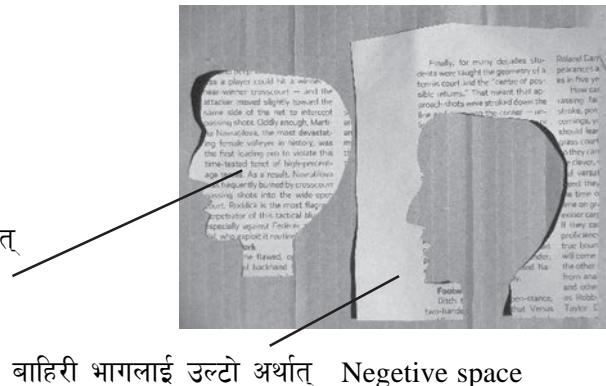


- विद्यार्थीहरूले बनाएका कोलाज चित्रहरूलाई उनीहरूसँगै बसी राम्ररी व्यान्डिङ (Binding) गरी कोलाजको क्यालेन्डर बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप - ३ भित्री र बाहिरी भागको प्रयोग गरी कोलाज बनाउँ**

- पाठ ११ को चित्रमा देखाएजस्तै भित्री र बाहिरी भागको प्रयोगबारे बुझाउन उनीहरूकै अगाडि कैचीले कागज अथवा कपडा काटी भित्री र बाहिरी भाग देखाउनुहोस् ।
- करिब ६"x४" साइजको आधार कागज वितरण गरी कागज या कपडा प्रयोग गरी उक्त कागजमा इच्छाएको आकृति वा बुटा सिसाकलमले बनाउन लगाई कैची वा पेपर कटरले काँटन लगाउनुहोस् ।
- यसरी काटिएका कागजमा दुई आकारमा कागज काटिने छन् । उक्त काटिएका कागजलाई भित्री भागलाई सुल्टो अर्थात् Positive space तथा बाहिरी भागलाई उल्टो अर्थात् Negative space भनिन्छ ।

भित्री भागलाई सुल्टो अर्थात्  
Positive space



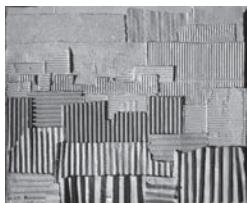
बाहिरी भागलाई उल्टो अर्थात् Negative space

- यस्ता काटिएका भित्री भाग तथा बाहिरी भागहरूको प्रयोग गरी विभिन्न प्रकारका कोलाज चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप - ४ विभिन्न किसिमका कोलाजहरू**

- यस क्रियाकलापका लागि आवश्यक हुने विभिन्न प्रकारका सामग्रीहरू, जस्तै : बाक्लो कागज र विभिन्न प्रकारका कृत्रिम वस्तुहरू बनाउने योजनाअनुसार तयार गर्नुहोस् ।
- सिर्जनात्मक कलाको पाठ १२ मा रहेका कोलाजका चित्र दिइएको चित्रमा के कस्ता वस्तुहरूको प्रयोग गरी कोलाज निर्माण गरेका छन् हेरी छलफल गर्नुहोस् ।
- उक्त पुस्तकमा देखाएजस्तै गरी विभिन्न वस्तुहरूको प्रयोग गरी एक कलात्मक कोलाज बनाउन सकिन्छ भनी विद्यार्थीलाई बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् । उनीहरूले बनाएका चित्रहरूबारे छलफल गरी नयाँ नयाँ कोलाजका विधि तथा वस्तुहरूको पनि प्रयोग गर्न उत्साहित गराउनुहोस् ।
- कृतिम वस्तुहरूको कोलाज पाठ १२ मा देखाइएका जस्ता कृतिम वस्तुहरू प्रयोग गरेर बनाएका कोलाजहरू निम्नलिखित प्रक्रियाहरू अपनाई बनाउन सकिन्छ, बनाउन लगाउनुहोस् ।
- वस्तुहरू सङ्कलन गरी कक्षामा भण्डार गरी आवश्यकताअनुसार वर्गीकरण गर्नुहोस् ।

- करिब  $6 \times 4$  इन्चदेखि  $7 \times 10$  इन्चसम्मका नापहरूका कोलाजका लागि आधारहरू तयार पार्न लगाउनुहोस् ।
- एउटै किसिमका वस्तुबाट कोलाज बनाउने कि मिश्रित वस्तुहरूबाट कोलाज बनाउने भन्ने विषयमा छलफल गरी निर्णय गराउनुहोस् ।
- सोअनुसार टाँसे माड वा गम वा मोबिकल केबाट टाँसे वस्तुको छनोट गर्न लगाउनुहोस् ।
- सामग्रीहरू वितरण गरी कोलाज बनाउने सामान्य प्रक्रिया अपनाई वस्तुहरूको काँटछाँट गरी टाँस लगाउनुहोस् ।
- एउटा वस्तुमाथि अर्को वस्तु थपी सतह भर्न प्रोत्साहन दिनुहोस् ।



कार्डबोर्डबाट बनाइएको कोलाज



बाँस र कपडाबाट बनाइएको कोलाज



कृतिम वस्तुबाट बनाइएको कोलाज

#### क्रियाकलाप - ५ कोलाजमा रडको प्रयोग

- सिर्जनात्मक कलाको पाठ १३ को पाठ पढी त्यहाँ दिइएका चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस् ।
- रड प्रयोग गरेर बनाएको कोलाजको नमुना कक्षामा देखाउनुहोस् ।
- पत्रपत्रिकाहरू, कैची गम, चार्टपेपरको आधार कागज आदि सामग्रीहरूको वितरण गर्नुहोस् ।
- पत्रपत्रिकाहरूबाट रड्गीन भागहरू काटेर वा च्यातेर निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रहरू काटेका भए चित्रमा भएका एक एक आकृतिहरू छुटटाछुटटै लिन लगाउनुहोस् । आकृतिको वरिपरिको रड्गीन भाग या सँगैको अरू आकृतिहरूको प्रयोग गरेमा सिर्जनशीलता देखिन्दैन । त्यसैले छनोट गरिएका आकृतिमात्र निकाली प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् ।
- रड्गीन कागज र चित्रहरूका आधारमा काटेर वा च्यातेर मिलाएर टाँस लगाउनुहोस् ।



पत्रपत्रिकाबाट सङ्कलित चित्रहरू



सङ्कलित चित्रहरूको पृष्ठभूमि  
काटिएको



आवश्यक चित्रहरू मात्र संयोजन गरी  
टाँसेर बनाएको कोलाज चित्र

- आधार कागजमा आवश्यकताअनुरूप टुक्राहरू टाँसेर पूर्ण रूपमा ढाकेपछि बाँकी रहेको स्थान वा भागमा सुहाउने रडले हल्का लगाउन दिनुहोस् ।

- रडको प्रयोग गर्दा टाँसेका कागजका टुक्राहरूलाई रडले नछोपियोस् । रडले कागजका टुक्राहरू छोपिएमा कोलाजको आकृति बिप्रिन सक्छ । त्यसैले विशेष ध्यान दिनुहोस् ।
- रड लगाएर बनाएको कोलाजलाई केही पर राखी अबलोलन गर्न लगाउनुहोस् । यसो गर्दा कोलाज चित्रको संयोजनमा देखिने आकृतिहरू कहाँ प्रष्ट छन् वा कहाँ छैनन् देखिन्छन् ।
- कोलाजमा आवश्यक रड वा कागज थप्न लगाई कोलाजलाई पूर्णता दिन लगाउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप गरिसकेपछि प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

#### **५. मूल्याङ्कन**

कोलाज कार्यको मूल्याङ्कन कोलाज गरिरहेका वेलामा नै गर्न सकिन्छ । विद्यार्थीले बनाएको कृतिहरूबाटै पनि गर्न सकिन्छ । यसको अलवा निम्नानुसार पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ :

- सिर्जनशीलता भए नभएको
- वस्तुको काँटछाँट गरी आकार बनाए वा नबनाएको
- आकर्षक तथा विवेकशील अभिव्यक्ति भए वा नभएको
- रड र विभिन्न प्रकारका वस्तुहरूको गुणअनुसार तिनको प्रयोग भए वा नभएको ।

#### **६. थप सुझाव**

कोलाजमा टाँस्न उपयोगी हुने कागज र वस्तुहरू समयमै सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् । टाँस्ने कुराको गुणस्तरमा र प्रयोग विधिमा ध्यान दिन अत्यावश्यक हुन्छ । आधार कागज ठूलो भए भर्न बढी समय लाग्छ, त्यसैले सानो र पूर्ण काम नै राम्रो मान्न सकिन्छ । उपयुक्त नापका आधारमा कागजको प्रयोग गर्नुहोस् ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- स्लाब (Slab) र क्वाइल (Coil) विधिबारे परिचित भई विभिन्न घरेलु वस्तु बनाउन ।
- मोटा काट्ने वा फिक्ने (Subtract) विधिसँग परिचित भई विभिन्न बुट्टा वा आकृति बनाउन ।
- माटोबाट निर्माण भएका वस्तुहरूमा उचित किसिमबाट रडहरूको प्रयोग गर्न ।

### २. पाठ परिचय

माटोबाट विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू निर्माण गर्न सकिन्छ । माटोको स्लाब (Slab) र क्वाइल (Coil) विधिबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ । स्लाब भन्नाले माटोलाई कुनै सम्म परेको स्थानमा वा काठको सम्म परेको फ्ल्याकमाथि राखी हात वा कुनै सिलिन्डर आकारको वस्तुले बेलेर स्लाब बनाइन्छ । त्यसै क्याइल पनि माटोलाई दुई हातको सहयोगले पेलेर तार जस्तो लामा आकारको माटो बनाउनु नै क्याइल हो । यिनै विधिहरूबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ । यस पाठमा काट्ने वा फिक्ने (Subtract) विधिबाट पनि विभिन्न आकृति वा बुट्टाहरू बनाउन सकिन्छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

तयार पारिएको माटो, पानी राख्ने भाँडो, सम्म परेको फ्ल्याक, सिलिन्डर आकारको वस्तु वा बोतल, माटो कोट्याउनका लागि काठको छेस्का वा सिन्का, चक्कुपोस्टर रड तथा बुरुस आदि ।

### ४. शिक्षकसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ माटोबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउँ

- विद्यार्थीहरूलाई स-साना समूहमा विभाजन गरी सवैलाई बराबर हुने गरी माटाको डल्लो वितरण गर्नुहोस् ।
- सर्वप्रथम माटाको डल्लोलाई सम्म परेको स्थानमा वा फ्ल्याकमाथि राखेर स्लाब बनाएर देखाउनुहोस् । त्यसपछि सवैलाई स्लाब बनाउन लगाउनुहोस् । स्लाब बनाउँदा स्लाब धेरै बाक्लो वा पातलो हुनु हुँदैन । त्यसैले ठिक्क नापको मोटाइको बनाउन लगाउनुहोस् ।
- अब स्लाब बनाइसकेपछि ती स्लाबहरूलाई एक अर्कोमा जोडेर कुनै वस्तु बनाउन लगाउनुहोस् । उदाहरणका लागि पुस्तकको पाना नं. १०० मा देखाइएको चित्रलाई लिन सकिन्छ ।
- माटोका स्लाब बनाई त्यसलाई जोडी विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू, जस्तै : बाटा, बक्स, खेलौना, घर आदि बनाउन लगाउनुहोस् । यस माटोका पाता वा स्लाबलाई जोड्दा अलिकता पानी लगाई जोड्न सकिन्छ, तर धेरै पानी लगाएमा माटो जोड्न कठिन हुन्छ । त्यसैले विशेष सावधानीका साथ पानीको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

- विद्यार्थीहरूलाई माटोका पाता वा स्लाबबाट कसरी विभिन्न वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ भन्ने बारे प्रेरित गर्नुहोस् साथै बनाइएका वस्तुहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था पनि मिलाउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप -२**

- समान मात्रामा माटोको डल्लो वितरण गर्नुहोस् ।
- उक्त माटोको डल्लोलाई हातले पेलेर तारको आकारमा तयार पार्न लगाउनुहोस्, यसरी तारको आकारमा माटोलाई पेल्दा एकै नापको बनाउन लगाउनुहोस् ।
- अब माटोको क्वाइल बनाइसकेपछि उक्त क्वाइललाई विस्तारै बेरेर एकआपसमा जोडेर विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकको पाना नं. १०७ मा देखाएका उदाहरणहरूलाई अध्ययन गर्न लगाई यस्तै वा अन्य प्रकारका वस्तुहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप - २ माटोका पातमा बुटटा वा आकृति बनाउँ**

- माटोको डल्लोलाई सम्म पारेको स्थान वा फ्ल्याकमाथि राखेर पोलेर माटोको पाता तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी माटोको पाता बनाउँदा इच्छाअनुसारको बनाउन लगाउनुहोस् । पाता विभिन्न आकारका नापमा बनाउन लगाउनुहोस् । यसरी बुटटा बनाउँदा विभिन्न वस्तुहरूको जस्तै : डटपेनको बिर्को, छेस्का, बिर्को, औंला आदिको सहयोग लिई बनाउन लगाउनुहोस् ।
- मोटाको पातामा विभिन्न वस्तुहरूले थिचरे वा थोपरे विभिन्न आकारका आकृति वा बुटटा बनाउन सकिन्छ । यसका अन्तरिक्त माटोको पानामा माटो थपेर पनि बुटटा वा आकृति बनाउन लगाउनुहोस् ।



- माटोको पातामा माटो थपेर विभिन्न प्रकारका आकृति (Texture) निकाल्न सकिन्छ । विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न प्रकारका टेक्चर (Texture) हरू बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप - ४ रिलिफ कार्य**

- माटोको पाता बनाउन लगाउनुहोस् । यस पटक माटोको पाता अलिक बाक्लो बनाउन लगाउनुहोस् ।
- उक्त पातामा आफूलाई मन पर्ने आकृति वा बुटटा बनाउन लगाउनुहोस् । यसरी बुटटा बनाउँदा पातामा माटो थपेर वा माटो फिकेर आकृति वा बटटा बनाउन सकिन्छ । यसरी पातामा माटो

थपेर वा माटो भिकेर बनाउने विधिलाई रिलिफ विधि भनिन्छ । यो रिलिफ विधिबाट विभिन्न प्रकारका आकृति वा बुट्टा बनाउन सकिन्छ ।

- रिलिफ विधिबाट आकृति बनाउँदा माटो भिकदा कुनै चुच्चो चक्कु वा बाँसको कन्टेराले वा कुनै अन्य वस्तुको प्रयोग गरेर आकृति बनाउन सकिन्छ ।
- मन्दिर, मूर्ति, पाटीपौवा आदिमा बनाइएका यस्ता रिलिफ मूर्ति आकृतिहरूको अवलोकन गराउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले अवलोकन गरिसकेपछि छलफल गराई रिलिफ कार्य गर्ने प्रेरित गर्नुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकको पाना नं. १०९ मा देखाइएका चित्रहरू अध्ययन तथा छलफल गरिसकेपछि रिलिफ बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - ५ माटामा स्वतन्त्र अभिव्यक्ति

- पाठ्यपुस्तकको पाना नं. ११० मा देखाइएका विभिन्न प्रसिद्ध मूर्तिकारहरूका कृतिहरूका नमुनालाई अध्ययन गराउनुहोस् । त्यहाँ देखाएका विभिन्न कृतिहरूलाई हेरी त्यसमाथि छलफल गराई कसरी मूर्तिकाहरूले कस्ता कस्ता विधि अपनाए अध्ययन गराउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकमा दिइएका मूर्तिहरूका चित्रलाई राम्ररी अध्ययन गराइसकेपछि उक्त मूर्ति जस्तै बनाउन लगाउनहोस् । यो गराउँदा विद्यार्थीहरूले कसरी कस्तो आकारमा माटो प्रयोग गरी बनाएका छन् त्यसबारे राम्रो अनुभव हुने छ । यसरी मूर्तिकारहरूको कृतिको अनुसरण गराउँदा वस्तुको माटाको प्रयोग विधि थाहा हुने गर्दछ ।
- यस्ता कृतिहरूको अनुसरण गराउँदा उनीहरूमा पनि विभिन्न सिर्जना बनाउने बानीको विकास हुनुका साथै आत्मावल बढ्छ ।
- माटामा स्वतन्त्र रूपले उनीहरूले इच्छाएको कृति बनाउन लगाउनुहोस् । यसरी बनाएका कृतिहरूलाई राम्ररी हावा लाग्ने तर घाम नलाग्ने ठाउँमा राखेर कृतिलाई सुकाउन लगाउनुहोस् । सोभै घाम लाग्ने ठाउँमा राखेर कृति सुकाउनुपर्छ ।
- माटाका कृतिहरू राम्ररी सुकिसकेपछि त्यसमा इच्छाएको रड लगाउन लगाउनुहोस् ।
- माटोका कृतिमा रड लगाउँदा पोस्टर रड, इनामेल, क्रेलिक रड, बुट पोलिस आदि प्रयोग गरी रडगाउन सकिन्छ ।
- पोस्टर रड वा पानी रडको प्रयोग गर्दा वा पानी रडमा अलिकता गम वा माड वा मोबिकोल घोलेर रड लगाउन लगाउनुहोस् । कृतिमा रडको प्रयोग गर्दा विस्तारै विस्तारै बुरुसले रड लगाउनुपर्छ र राम्ररी सुकाउनुपर्छ भनी बताउनुहोस् ।
- रडको प्रयोग गरिसकेपछि बुरुस, रड राख्ने भाँडा, पानी राख्ने भाँडा आदिलाई राम्ररी सफा गर्न लगाउनुहोस् । यसो गरेमा ती वस्तुहरू धेरै समयसम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ, नव बुरुस, रड तथा रड राख्ने भाँडामा रड टाँसेर काम नलाग्ने हुन सक्छ ।
- बनाइसकेका कृतिहरूमा रड लगाई राम्ररी सुकिसकेपछि प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था गर्नुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

- विद्यार्थीको कार्य हेरी मूल्यांकन गर्न सकिन्छ ।
- विद्यार्थीले बनाएका वस्तुहरूबाटे प्रश्नोत्तर गरेर पनि मूल्यांकन गर्न सकिन्छ ।
- वस्तुहरू बनाउन लगाएर पनि मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

#### **६. थप सुभाव**

माटोसम्बन्धी क्रियाकलाप गराउनुभन्दा पहिले नै माटो मिलाउनुपर्छ । यस्ता क्रियाकलापहरू खुला वा फराकिलो स्थानमा गराउनु उपयुक्त हुन्छ । क्रियाकलापका लागि धेरै पानीको आवश्यकता पर्ने भएकाले पानी भएको स्थानमा गराउँदा सजिलो हुन्छ । माटाको कार्य गराउँदा लुगा फोहोर हुने भएकाले सावधानी अपनाई कार्य गराउनुहोस् । साथै विद्यार्थीहरूले बनाएका कलाकृतिहरूको अवलोकन गरी आवश्यकताअनुसार निर्देशन दिनुका साथै प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था पनि मिलाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई सिर्जना गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- वर्गाकार कागजलाई पट्याएर कागजको डालो, चरा, जनावर आदि बनाउन ।
- कागजको काम अर्थात् औरिगामी कलाबारे परिचित भई विभन्न कार्य गर्न ।
- कागजलाई विभिन्न प्रकारले पट्याउन तथा काटी विभिन्न प्रकारका आकृति वा सजावटका सामाग्री बनाउन ।
- कागजका थोँगा तथा झोला आदि बनाउन ।

### २. पाठ परिचय

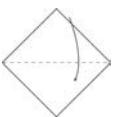
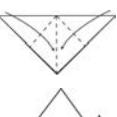
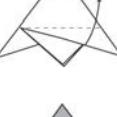
यस पाठमा कागजलाई पट्याएर विभिन्न प्रकारका वस्तुहरू कसरी बनाउन सकिन्छ भन्नेबारे जानकारी गराइएको छ । यस प्रक्रियामा कागजलाई निश्चित आकारमा कसरी मिलाएर काटेर निश्चित दिशा वा स्थानमा पट्याएर विभिन्न प्रकारका चरा, आकृति वा खेल्ने वस्तुहरू बनाउने विधिबारे उल्लेख गरिएको छ । यस कलाको माध्यमबाट विभिन्न आकारका वस्तु बनाउन सकिन्छ । यहाँ यस्तै प्रकारका विभिन्न वस्तुहरू बनाउने विधिबारे ज्ञान दिइने छ । यस पाठमा पट्याएर वस्तु बनाउनुका साथै कागजलाई एक निश्चित दिशा तथा आकारमा कागजलाई काटेर निश्चित आकृतिमा पनि बनाउन सकिन्छ भन्नेबारे सिकाउन खोजिएको छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

ओरिगामीका लागि उपयुक्त कागज, पुरानो अखबार, पाना, पेन्सिल, इरेजर, साइनपेन, रडहरू, स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध रडहरू, कैची, चक्कु बाक्लो कागज, माड वा गम वा मोविकल, धागो आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ चुच्चे टोपी

- 
- एउटा वर्गाकार कागज लिनुहोस् वा मिलाएर काट्न लगाउनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी मध्य भागबाट पट्याई त्रिभुज आकारमा पट्याउन लगाउनुहोस् ।
  - अब उक्त कागज चित्रमा देखाएजस्तै देखिने छ । त्यस कागजलाई चुच्चे टोपीको आकार बनाउनुहोस् ।
  - अब चित्रमा देखाएजस्तो कागज बन्ने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पुनः पट्याउन लगाउनुहोस् ।
  - अब कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको मध्य भागको दुई पाटामध्ये एक पाटालाई अधिल्तर र अर्कोलाई पछितिर पट्याउन लगाउनुहोस् । यसरी कागजबाट चुच्चे टोपीको आकार बनाउन लगाउनुहोस् ।

### क्रियाकलाप - २ गौथली चरा



- वर्गाकार कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी मध्य भागमा पट्याएर त्रिभुजाकार मा पट्याउनुहोस् ।



- उक्त त्रिभुजाकार कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी दुई छेउलाई पट्याउनुहोस् ।
- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै भित्रितर पट्याउनुहोस् ।



- चित्रमा देखाएजस्तै कागजको आकार हुने छ । उक्त कागजको तल्लो भागलाई एक चोटि भित्रितर पट्याएर पुनः खोली पहिलेकै अवस्थामा राख्नुहोस् । अब उक्त कागजको माथिल्लो दुई चोसोमध्ये एकलाई विस्तारै तलतिर खोली चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा बनाउनुहोस् । यस्तै विधिले अर्को चुच्चोलाई पनि तलतिर ल्याई मिलाउनुहोस् ।



- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै देखिने छ । यसरी कागज चित्रमा देखाएजस्तै बनिसकेपछि उक्त कागजलाई पछाडितर पट्याउनुहोस् ।



- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको तल्लो चुच्चोलाई माथितिर पट्याउनुहोस् । अब अर्को पट्टिको चुच्चोलाई पनि पट्याउनुहोस् ।



- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै बन्ने छ । उक्त कागजको अधिल्लो भाग (लिक सानो भाग) लाई चित्रमा देखाएजस्तै गरिएको थोपा थोपा रेखामा पट्याई चराको चुच्चो जस्तै बनाउनुहोस् ।



- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको दुई पट्टिको भागलाई कैचीले आधा इन्ची जति काटी पट्याउनुहोस् । यसरी कागजको गौथली तयार हुन्छ । यस्तै विधि अपनाई विद्यार्थीहरूलाई पनि बनाउन सिकाई बनाउन लगाउनुहोस् ।

### क्रियाकलाप - ३ कागजको बट्टा



- एउटा वर्गाकार कागजको व्यवस्था गर्नुहोस् वा कागजलाई वर्गाकार आकारमा काट्नुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी चारै कुनालाई भित्रितर पट्याउनुहोस् ।



- अब चार कुना पट्याइसकेपछि चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजलाई पुनः पट्याउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजमा बनेको डोबमा विस्तारै वाण देखाएतिर पट्याउनुहोस् । यसरी कागजलाई पट्याउँदा ध्यान दिएर पट्याउनुपर्छ ।

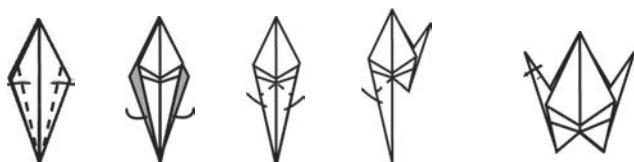


- अब कागजलाई पट्याएर एउटा राम्रो कागजको बट्टा बनाउनुहोस् । यस्तै प्रक्रिया अपनाएर विभिन्न आकारका बट्टाहरू बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

## क्रियाकलाप - ४ सारस चरा



- एउटा वर्गाकार कागज दिनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् ।
- अब कागज त्रिभुजाकार आकारको बन्ने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै एक छेउबाट कागजलाई पट्याउनुहोस् । यस्तै गरी अर्कोतिरको छेउलाई पनि पट्याउनुहोस् ।
- कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी थोप्ला रेखामा एक चोटि पट्याई पुनः विस्तारै पहिलेकै अवस्थामा ल्याउनुहोस् । यस्तै प्रक्रिया अपनाई अर्कोतिरको छेउलाई पनि पट्याई फेरि पहिलेकै अवस्थामा ल्याउनुहोस् ।
- अब कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी तल्लो भागलाई विस्तारै माथितिर लगी तल्लो चित्रमा देखाएको जस्तो अवस्थामा ल्याउनुहोस् । यस्तै प्रक्रिया अपनाई अर्को पट्टिको भागलाई पनि पट्याउनुहोस् ।
- कागज चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा बन्ने छ । अब उक्त कागजको दुई छेउलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी भित्र पट्याउनुहोस्, साथै अर्कोतिरको छेउलाई पनि यस्तैगरी पट्याउनुहोस् ।
- अब कागजको आकार चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी थोप्ला देखाएर रेखामा कागजको एक छेउलाई भित्र पर्ने गरी विस्तारै पट्याउनुहोस् । अब अर्को छेउलाई पनि पट्याउनुहोस् ।



- कागज चित्रमा देखाएजस्तै देखिने छ । उक्त कागजको दुई चोसामध्ये अधिल्लो चोसोलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् । अब कागजलाई विस्तारै अघि र पछि तिर विस्तारै तान्तु वा खोल्नुका साथै माथिल्लो भागलाई तलातिर विस्तारै यिच्छै तलको मध्य भागबाट मुखले हावा भरी एउटा सारसको रूप दिनुहोस् । अब उक्त कागजको सारसको शिरमा पेन्सिल वा पेनले कोरी आँखा जस्तै गरी बनाई शरीरमा रडको पनि प्रयोग गरी अझै आकर्षक बनाउन लगाउनुहोस् ।

## क्रियाकलाप - ५ कुखुरा



- एउटा वर्गाकार आकारको कागज लिनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी भित्रितर पट्याउनुहोस् ।
- उक्त कागज त्रिभुजाकारमा बन्ने छ । उक्त त्रिभुजाकार कागजको तल्लो भागलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् ।
- अब चित्रमा देखाएजस्तै आकारको हुने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी तल्लो भागलाई पट्याउनुहोस् ।



- कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । उक्त कागजको तल्लो दुई कागजमध्ये अधिल्लो भागलाई मात्र पट्याउनुहोस् । अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । अब उक्त कागजलाई मध्य भागबाट चित्रमा देखाए जस्तै गरी पट्याउनुहोस् ।
- अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् । यसरी पट्याउँदा दुइतिर कागज पट्याउनुपर्छ ।

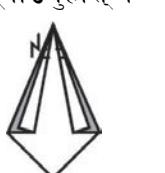
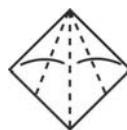


- कागज अब चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा बन्ने छ । उक्त कागजको अधिल्लो भागलाई भित्र पट्याएर चराको चुच्चो जस्तै बनाउनुहोस् । साथै कागजको तल्लो भागलाई विस्तारै पट्याई खुट्टा जस्तै अड्याउने आकारमा पट्याउनुहोस् । कागजलाई यति गरिसकेपछि उक्त कागजलाई रड्गाई अभ आकर्षक कुखुराको रूप बनाउन लगाउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - ६ पेन्गुइन चरा

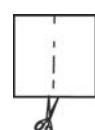


- एउटा वर्गाकार कागज लिनुहोस् वा मिलाएर वर्गाकार नापमा कागजलाई काट्नुहोस् । चित्रमा देखाएजस्तै कागजको दुई छेउलाई विस्तारै भित्रितर पट्याउनुहोस् ।
- अब चित्रमा देखाएजस्तै प्रकारको चित्र बन्ने छ । उक्त चित्रमा देखाएजस्तै गरी भित्रपट्टिको कागजको पानालाई बाहिरतिर पट्याउनुहोस् । त्यसपछि कागजको माथिल्लो भागलाई विस्तारै पट्याएर चित्रमा देखाएजस्तै बनाउनुहोस् । साथै कागजको भित्रपट्टिका भागलाई चित्रमा देखाएजस्तै पट्याउनुहोस् । अब कागजलाई मध्य भागबाट बाहिरतिर पट्याउनुहोस् ।



- चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा कागज बन्ने छ । उक्त कागजको माथिल्लो चोसोलाई पट्याएर चुच्चो तथा कागजको तल्लो भागलाई पट्याएर चराको खुट्टा जस्तै बनाउनुहोस् । यस प्रकारले एउटा कागजको पेन्गुइन चरा बनाउन सकिन्छ । यो चरा पखेटा भए पनि उड्न सक्दैन । यस्तै प्रक्रिया अपनाई विभिन्न आकार तथा प्रकारका पेन्गुइन चरा बनाउन लगाउनुहोस् ।

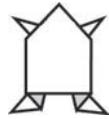
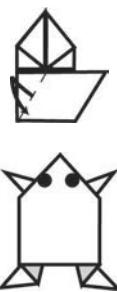
#### क्रियाकलाप - ७ उफ्ने भ्यागुतो



- एउटा वर्गाकार कागजलाई बराबर हुने गरी काट्नुहोस् वा च्यात्नुहोस् । यसरी काटेको आयताकार आकारको आधा कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी थोप्ला देखाएको रेखामा पट्याउनुहोस् ।



- चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको एउटा टुक्रालाई विस्तारै वाण देखाएको दिशातिर पट्याउनुहोस् । साथै कागजको तल्लो भागलाई पनि विस्तारै पट्याउनुहोस् ।
- कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै भित्रितर पट्याउनुहोस् ।
- अब कागजलाई विस्तारै चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको चोसोलाई बाहिरतिर तानेर खोल्नुहोस् ।
- यसरी कागजलाई खोलिसकेपछि चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै वाणले देखाएतिर कागजका छेउका चोसाहरूलाई भित्रितर पट्याउनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पुनः पट्याउनुहोस् । अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै आकारको हुने छ ।
- अब उक्त कागजको प्रत्येक छेउलाई विस्तारै चित्रमा देखाएजस्तै गरी बाहिरतिर पट्याउनुहोस् । साथै यस कागजलाई पुरै पल्टाउनुहोस् ।



- यति गरिसकेपछि त्यस कागजको चुच्चो भागतिर आँखा जस्तै कोर्नुहोस् । यसरी एउटा कागजको उफ्रने भ्यागुतो बनाउन लगाउनुहोस् र खेलाउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - ८ मुला



- एउटा वर्गाकार कागज लिई चित्रमा देखाएजस्तै गरी भित्रितर पट्याउनुहोस् ।
- उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको माथिल्लो भागलाई तलतिर पट्याउनुहोस् । अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै हुने छ । सो पटिएको कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै भित्रितर पट्याउनुहोस् । यसरी पट्याइसकेपछि उक्त कागजलाई पुरै पल्टाउनुहोस् । अब कागज चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा बन्ने छ ।



- कागज हरियो रडको भए राम्रो हुन्छ । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी कैंचीले आधा हुने गरी काटनुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याएर काटनुहोस् । अब काटिएको कागज चित्रमा देखाएजस्तै आकारमा हुने छ । यसरी काटिएका कागजका टुक्राहरूलाई पहिले बनाएका कागजको आकारमा चित्रमा देखाएको जस्तै गरी गम वा अन्य तास्ने वस्तुको सहयोगले टाँसी कागजको मुला बनाउनुहोस् । यस्तै प्रकारले विभिन्न आकार का रड्गीन मुलाहरू विद्यार्थीलाई बनाउन लगाउनुहोस् ।

### १. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- कागजबाट बन्ने विभिन्न प्रकारका सजावटका वस्तुहरूबारे परिचित हुन ।
- कागजलाई पट्याएर काटी विभिन्न सजावटका लागि बुट्टा आकृति बनाउन ।

### २. पाठ परिचय

यस पाठमा रहेका विषयवस्तुले विभिन्न प्रकारका कागजबाट बन्ने सजावटका वस्तुहरूबारे ज्ञान दिई उक्त क्रियाकलापहरूको सैद्धान्तिक ज्ञानका साथै साधारण प्रयोगात्मक सीप पनि दिने छ । यस पाठले विभिन्न प्रकारका कागजी सजावटका वस्तुहरूको निर्माण प्रक्रियाबारे पनि जानकारी दिने छ । यसरी बनाएका विभिन्न प्रकारका सजावटका सामग्रीहरू विभिन्न स्थान, चाडपर्व, पूजाआजा तथा अन्य कार्यमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

रडगीन पातलो कागज, पेन्सिल, इरेजर, कैची, चक्क, गम वा मोबिकोल र धागो आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

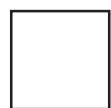
#### क्रियाकलाप - १ कागजको बुट्टा

- एउटा पातलो किसिमको रडगीन कागज लिनुहोस् । उक्त कागजलाई ६ इन्च लामो तथा ३ इन्च चौडा आकारमा काट्नुहोस् । उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी छेउको भागबाट विस्तारै पट्याई एउटा आयताकार बनाउनुहोस् ।



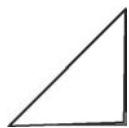
- उक्त पट्याईएको कागज चित्रमा देखाएजस्तै पहिले पेन्सिल वा कुनै कोर्ने वस्तुको सहयोगले आफूलाई मन पर्ने आकार वा बुट्टा कोर्नुहोस् । अब उक्त बुट्टा कोरिएको कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी कैचीले काट्नुहोस् । यसरी कागजको बुट्टा निर्माण गर्न सकिन्छ ।

#### क्रियाकलाप - २ कागजको चारकुने बुट्टा



- एउटा वर्गाकार पातलो रडगीन कागजको व्यवस्था गर्नुहोस् । उक्त कागजको मध्य भागबाट बराबर हुने गरी चित्रमा देखाएजस्तै गरी पट्याउनुहोस् । पुनः चित्रमा देखाएजस्तै गरी फेरि पनि पट्याउनुहोस् ।

- कागजलाई पट्याउँदा यो एउटा सानो आकारको वर्गाकार बन्ने छ । उक्त वर्गाकार कागजलाई त्रिभुजाकारमा हुने किसिमले कागजलाई पट्याउनुहोस् ।



- अब त्रिभुजाकार कागजको तीनै छेउमा कैंची वा चक्कुले इच्छाअनुसारको आकार प्रकारमा कागजलाई काट्नुहोस् । कागज काटिसकेपछि उक्त कागजलाई विस्तारै खोल्नुहोस् । त्यहाँ एउटा कलात्मक किसिमको बुट्टेदार काटिएको कागज हुने छ । उक्त कागजलाई विभिन्न किसिमले सजावटका रूपमा प्रयोग गर्न सक्नुहुने छ । यस्तै प्रकारले विद्यार्थीलाई पनि यो क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।



#### ५. मूल्याङ्कन

- ओरिगामी कलाले विद्यार्थीहरूमा अनुशासन, धैर्य, लगनशीलता तथा कामप्रति उत्साह जगाएपछि अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीले जाने नजानेको थाहा पाउन क्रियाकलाप गरेको हेरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्द्छ । यो कार्यमा कागजलाई विभिन्न प्रकारले माथि तल, दायाँ बायाँ दुवैतिर पट्याउनुपर्ने हुँदा विद्यार्थीले गरिरहेको क्रियाकलापलाई अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- कागज पट्याउने क्रियाकपाल जटिल हुने भएकाले विद्यार्थीलाई नै पहिले कार्य गर्न प्रोत्साहित गरी आवश्यक परेको समयमा मात्र निर्देशन दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

- यसरी कागजबाट विभिन्न वस्तुहरू बनाउन सिकाउँदा बालबालिकाहरूले कापीको पाना धेरै च्यात्ने हुँदा उनीहरूलाई यस्ता वस्तुहरू बनाउन लगाउँदा काम नलाग्ने वा पुरानो कापीका पानाहरू तथा पुराना पत्रपत्रिकाको प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् र अवलोकन पनि गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले कागजलाई पट्याई बनाएका विभिन्न वस्तुहरूका आकारबाट अन्य कस्ताकस्ता आकारहरू पनि बन्न सक्छन्, त्यसमा विद्यार्थीहरूलाई प्रेरित गरी बनाउन लगाउनुहोस् ।
- ओरिगामी कार्यमा प्रयोग हुने विशेष किसिमका सङ्केतहरूलाई ध्यान दिई कार्य गराउनुहोस् ।
- ओरिगामी कार्य गराउनुभन्दा पहिले ओरिगामी पाठका लागि नमुना चित्रहरू एउटा सिङ्गो कार्ड बोर्डमा प्रस्ट देखिने गरी ठूलठूला चित्रहरू बनाई कक्षा कोठाको भित्तामा टाँसी प्रदर्शन गराई ओरिगामी कार्य गराउँदा प्रभावकारी हुन्छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- कागजलाई विभिन्न प्रकारले काट्न तथा सामग्री निर्माण गर्न ।
- कागजलाई काटी विभिन्न प्रकारका सजावटका सामग्रीहरू बनाउन ।
- कागजको काम अर्थात् ओरिगामी कलाबारे परिचित भई विभिन्न सामग्रीहरू निर्माण गर्न ।

### २. पाठ परिचय

कागजलाई निश्चित आकारमा पट्याई तथा काटी विभिन्न प्रकारका सजावटका वस्तुहरू बनाउने ओरिगामी कला हो । यस कलाको माध्यमबाट विभिन्न आकारका वस्तु बनाउन सकिन्छ । यहाँ यस्तै प्रकारका विभिन्न वस्तुहरू बनाउने विधिबारे ज्ञान दिइने छ । ओरिगामीमा प्रयोग हुने केही मुख्यमुख्य सझेतहरूलाई बुझी त्यसैअनुसार क्रियाकलाप गर्नुपर्ने हुन्छ । यस पाठमा कागजलाई काटी विभिन्न प्रकारका सजावटका सामग्रीहरू बनाउन सकिने विधिबारे ज्ञान तथा साधारण सीप पनि प्रदान गरिने छ । यस पाठमा कागजलाई काटी सजाउनका लागि तोरण तथा अन्य वस्तुहरूका बारेमा पनि ज्ञान दिइने उद्देश्यअनुरूप यसको निर्माण गरिएको हो ।

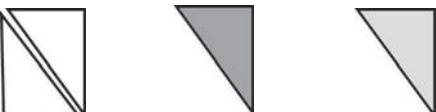
### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ कागजको तोरण बनाउँ

-  - रड्गीन कागजको एक ताउ लिनुहोस् । उक्त कागजको ताउलाई करिब ३ वा ४ इन्च जति चौडा हुने गरी लम्बाइतिरबाट पट्यानुहोस् । यसरी पट्याइसकेपछि सो कागजलाई विस्तारै कैची वा चक्कुले काट्नुहोस् ।

-  - अब कागज पट्टी जस्तो आकारमा काटिने छन् । उक्त कागजको पट्टीलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै करिब ३ वा ५ इन्च बराबरको नापमा पुनः पट्याई काट्नुहोस् ।

अब कागज ३ वा ५ इन्चको स-सानो त्रिभुजाकारको टुक्रामा काटिने छन् । यस्तै प्रकारले विभिन्न रडका कागजहरू काट्नुहोस् ।

-  - यसरी विभिन्न रडका त्रिभुजाकारमा कागज काटिसकेपछि उक्त काटिएको कागजका टुक्राहरूलाई क्रमशः एउटा बलियो धागो वा डोरीमा कागजको चुच्चो तलातिर हुने गरी रड मिलाई टाँस्दै एउटा रड्गीन तोरण तयार गर्न सकिन्छ । यो कार्य विद्यार्थीलाई पनि



बनाउन लगाउनुहोस् । यसरी तोरण बनाउन जानिसकेपछि विभिन्न नापका तोरण बनाई विभिन्न कार्यक्रम, चाडपर्व आदिमा प्रयोग गर्नुहोस् ।

### क्रियाकलाप - २ कागजको थोँगा बनाओ

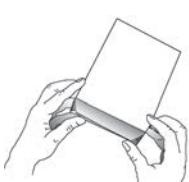
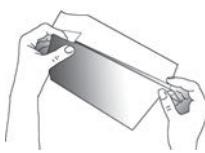
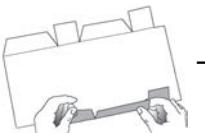
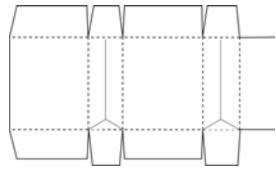
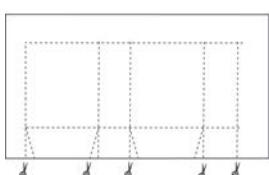


- एउटा करिब १ फिट लम्बाई तथा १० इन्च चौडाई भएको कागज, अखवार वा पत्रपत्रिकाको व्यवस्था गर्नुहोस् ।
- उक्त कागजलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी एक छेउमा करिब आधा इन्चमा चिह्न लगाउनुहोस् । यस गरिसकेपछि उक्त कागजमा पहिले चिह्न लगाएको स्थानबाट कागजलाई आधा हुने गरी कागजको मध्य भागमा पुनः चिह्न लगाउनुहोस् । उक्त कागजको मध्य भागबाट चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजलाई पट्याउनुहोस् । यसरी कागजलाई पट्याउँदा पहिले चिह्न लगाएको आधा इन्चमा चिह्न लगाएको रेखासम्ममात्र मिल्ने गरी कागजलाई पट्याउनु पर्छ ।
- कागजको एक छेउमा आधा इन्ची छोडेर कागजलाई चित्रमा देखाइएको थोप्लो थोप्लो देखाएको भागमा विस्तारै माड वा गम लगाउनुहोस् ।
- अब चित्रमा जस्तै बन्ने छ । उक्त कागजको तलपटिट करिब डेढ इन्ची भागलाई चित्रमा देखाइएको जस्तै गरी विस्तारै पट्याउनुहोस् । यसरी पट्याइसकेपछि कागज चित्रमा देखाएको जस्तो हुने छ ।
- अब पटिटएको कागजको तल्लो भागमा चित्रमा देखाएको जस्तै गरी एक सानो बाक्लो कागजको टुक्रा काटी उक्त कागजको तलतिर टाँस्नुहोस् । यसरी एउटा कागजको थोँगा बनाउनुहोस् तथा विद्यार्थीलाई पनि बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

### क्रियाकलाप - ३ कागजको झोला बनाओ

- करिब ५० सेमि लम्बाई तथा ३० सेमि चौडाई भएको बाक्लो कागजको व्यवस्था गर्नुहोस् । यस किसिमको झोला बनाउँदा बाक्लो कागजको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

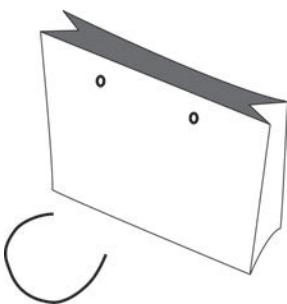
- चित्रमा देखाइएअनुसार कागजमा नाप लगाई कागजलाई काटनुहोस् । भोलाअनुसारको नाप पनि फरकफरक हुन्छ । त्यसैले कुन नापको भोला बनाउने हो त्यसै अनुरूप नापमा कागजलाई काटनुपर्छ । यस्तै विधि अपनाएर कागजको राम्रो किसिमको झोला पनि बनाउन सकिन्छ । चित्रमा देखाएको नमुनालाई राम्ररी अध्ययन गरी यस्तै प्रकारले कागजमा नाप लगाउनुहोस् ।



- उक्त आयताकार कागजलाई चित्रमा देखाएको जस्तै गरी चिह्न लगाउनुहोस् । उक्त कागजमा सही नापमा चिह्न लगाई चित्रमा देखाए जस्तै गरी काटनुहोस् ।

अब कागजलाई विस्तारै चित्रमा देखाएजस्तै गरी कागजको एकपटिटको भागलाई एकआपसमा मिल्ने गरी गम वा माड लगाई टाँस्नुहोस् । यति गरिसकेपछि अब अर्को तिरको भागलाई चित्रमा देखाएजस्तै गरी विस्तारै टाँसी कागजलाई अधिल्लो क्रियाकलापमा बनाएको कागजको थोगा आकारमा बनाउनुहोस् । उक्त कागजको थोगाको माथिल्लो भाग अर्थात् खुलातिरको दुई चौडा भागको आकारको अर्को बाक्लो वा दरो किसिमको कागज लिई थोंगाको माथिल्लो पल्टाइने कागजको नापमा काटनुहोस् ।

- यसरी उक्त नापमा बाक्लो कागजलाई काटिसकेपछि सो कागजको टुक्रालाई थोगाको माथिल्लो भागको भित्र राखी टाँसी कागजको थोंगा आकारमा बनाउनुहोस् ।
- अब उक्त कागजको थोंगाको मुखको दुवैतिर प्वाल बनाई भुन्द्याउनका लागि ढोरी बाँधी कागजको भोला बनाउनुहोस् । साथै विद्यार्थीलाई पनि बनाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै प्रक्रिया अपनाएर विभिन्न प्रकारका भोला बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।



#### **५. मूल्यांकन**

- विद्यार्थीले गरिरहेको कार्यको अवलोकन गरी मूल्यांकन कार्य गर्न सकिन्छ ।
- सामग्री बनाउन लगाएर पनि मूल्यांकन कार्य गर्न सकिन्छ ।

#### **६. थप सुभाव**

- यदि कुनै विद्यार्थीले उक्त कार्य गर्न नसके उक्त कार्यलाई राम्ररी बुझाई कार्य गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- यस विधिवाट विद्यार्थीलाई कागजको झोला बनाउन लगाई विभिन्न प्रकार तथा नापमा पनि बनाई विभिन्न गिफ्ट सोप वा अन्य पसलमा पनि ब्रिकी गरी विद्यार्थी तथा विद्यालयको आर्थिक स्रोत जुटाउन सहयोग हुने भएकाले यस्तो कार्य गर्न सकिन्छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- तारका टुक्राहरूबाट विभिन्न आकृतिक बनाउन ।
- कागजको एउटा पानालाई विभिन्न आकार र नापमा काटेर विभिन्न तरिकाहरूबाट जोडेर त्रियायामिक आकृति निर्माण गर्न ।
- कागजका बट्टाहरूलाई काँटछाँट गरी अर्थपूर्ण रूपमा परिवर्तन गरी विभिन्न सामग्री बनाउन ।
- कागजका वेलना आकार, कोण, वृत्त आदि ज्यामितीय आकृतिहरू बनाई जोडी विभिन्न प्रकारका जनावरहरू तथा अन्य वस्तु निर्माण गर्न ।
- सिन्का, लठ्ठी, झाँगा जस्ता सोभा वस्तुहरूलाई डोरीले बाँधेर विभिन्न आकृति बनाउन ।

### २. पाठ परिचय

निर्माणको पाठ २१ देखि २५ सम्ममा विभिन्न सामग्रीहरूको प्रयोगबाट के कस्ता सिर्जनशील प्रयोग, अनुसन्धान र समस्या समाधान प्रक्रियाहरू विद्यार्थीसामु लैजान सकिन्छ भन्ने कुरा चित्रसहित प्रस्तुयाउन खोजिएको छ । निश्चित सिकाइउपलब्धि हासिल गर्न पाठहरूलाई निर्देशित गरिएको छ । उदाहरणहरूबाट विद्यार्थीहरूले गर्न सक्ने सिर्जनशील प्रयोग र कला प्रस्तुतिमा हुनसक्ने सम्भावित विविधता देखाउन खोजिएको छ । पाठको अन्त्यमा रहेको अभ्यासमा पाठसँग सम्बन्धित क्रियाकलाप निर्देशित गरेको छ । ती प्रत्येक अभ्यासहरू गर्दा सिकाइउपलब्धि हासिल हुने क्रममा विद्यार्थीहरूले आफूले प्रयोग गर्न लागेका सामान, औजार र आफ्नो उद्देश्यअनुसार अनेकौं समस्याहरू आफै समाधान गर्नुपर्ने हुन्छ । यो चुनौतीबाट नै सिकाई उपलब्धि महत्वपूर्ण हुन जान्छ । पाठ २१ मा सङ्कलन गरेका सामानहरूबाट अनेक तीन आयामिक निर्माण बनाउने क्रियाकलाप हुन्छ । यसमा जोडने प्रक्रियामा हुन सक्ने समस्या र सम्भाव्यताहरूमा ध्यान दिनुपर्छ । पाठ २२ मा तारको प्रयोग गर्न सिकाइएको छ । पाठ २३ मा कागजमा ज्यामितीय आकारहरू बनाउन र प्रयोग गर्न सिकाइएको छ । विद्यार्थीहरूले स्केल र नाप उपयोग गर्न सक्छन् भन्ने अवधारणा यसमा छ । यस पाठमा पेपर मेसे विधि पनि सिकाइएको छ । पाठ २४ मा डोरीले बानेर के के बनाउन सकिदो रहेछ भन्ने प्रयोग छ भने पाठ २५ मा एउटै कागजको टुक्रालाई काटेर टाँसेर मूर्त या अमूर्त आकृति निर्माण गर्ने प्रक्रियामा हुन सक्ने सिर्जनशील प्रयोग छ । विद्यार्थीले यस पाठमा कागज, काठ, माटो तथा तार आदिको प्रयोग गरी विभिन्न निर्माण कार्य गर्ने छन् ।

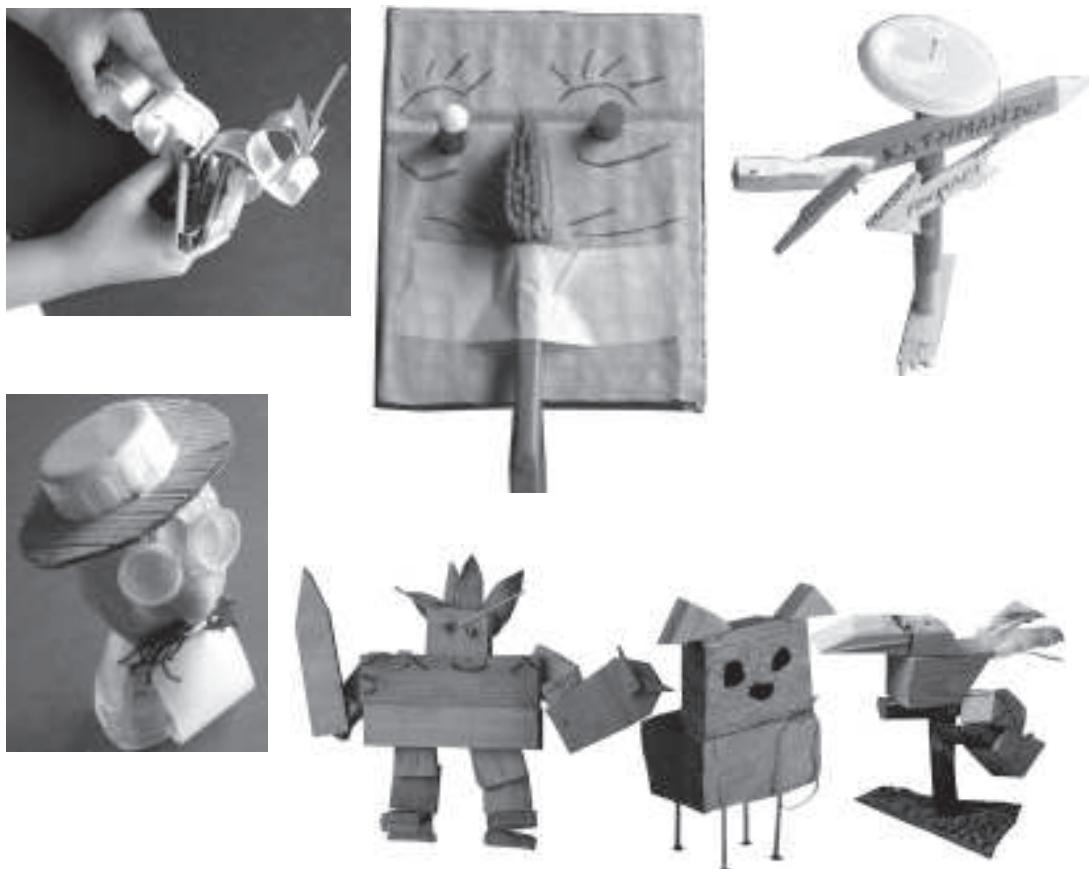
### ३. शिक्षण सामग्री

स्टेप्लर, किल्ला, हथौडी, प्वाल पार्ने औजार वा बर्मा, करौंती, कैची, चक्कु, माड वा गुँद, मेविकल टेप, धागो, डोरी, काठका टुक्रा, कार्डबार्ड, पुराना खेर फालेका खेलौनाहरू, पुरानो डट्पेन, पेन्चिस, तार काट्ने (wire Cutter), तार, काठका टुक्राहरू, धागो, किल्ला, कागजमा बट्टाहरू, रडहरू, बाक्लो कागज आदि ।

## ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

### क्रियाकलाप १

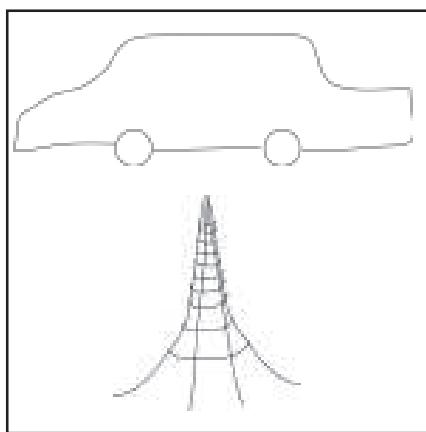
- पाठ २१ मा रहेका चित्रहरू राम्ररी अध्ययन गर्नुहोस् र देखाइएका जोड्ने तरिकाहरू प्रस्तु पार्न कक्षामा त्यस्तै खालका प्रयोग भएका नमुनाहरू बनाएर त्याउनुहोस् ।



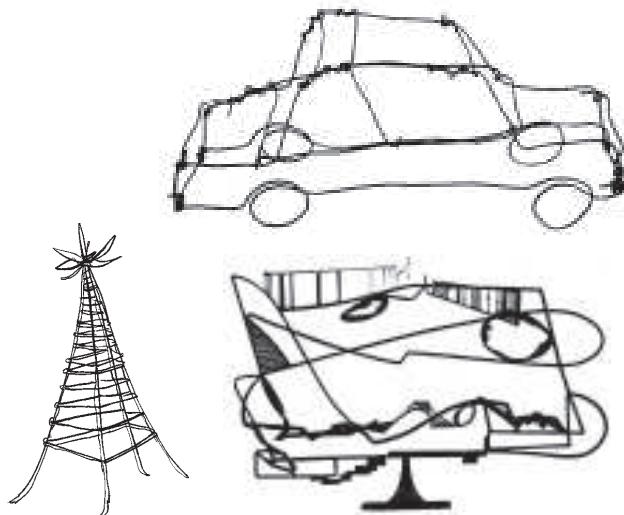
- तपाईं र विद्यार्थीहरूले सङ्कलन गरेर राखेका अनेक सामग्रीहरूमध्येबाट कुनै दुई थरीका मात्र लिन पाइन्छ भन्दै सामग्री वितरण गर्नुहोस् ।
- जोड्ने तरिकाका बारेमा नभन्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई आफैँ समस्या समाधानका उपायहरू खोज्न लगाउनुहोस् ।
- आकृति निर्माण गर्न के के कहाँ कहाँ जोडेर बनाउने आफै़नै योजना गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- जोड्ने प्रयासहरूको निरीक्षण गरी आवश्यक परेमामात्र प्राविधिक सुझाव दिनुहोस् ।
- बनाएका सामग्रीहरूको तल वा पछिल्लो भागमा सानो कागजको टुक्रामा नाम लेखी टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले बनाएका सामग्रीहरूको प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था गर्नुहोस् ।

### क्रियाकलाप २

- अभ्यासको निर्देशनअनुसार र देखाइएका चित्रहरूको सुझावअनुसार तारको क्रियाकलाप गराउन सक्नुहोस् ।
- पाठका चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस् ।
- २ फुट जति लामो तारका टुक्राहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई सुरक्षित तरिकाले टाढाटाढा बस्न लगाउनुहोस् । नजिक बसेमा तारको टुप्पोले घोच्ने सम्भावना भएकाले विशेष सावधानी अपनाई कार्य गराउनुहोस् ।
- कापीमा सिसाकलमले कोरेर एउटा कार्य योजना बनाउन लगाउनुहोस् । यसो गर्दा कार्य गर्न सजिलो हुन्छ ।



कागजमा पहिले आफूले बनाउने वस्तुको रेखाचित्र कोर्ने ।



तारलाई बाड्गाएर विभिन्न आकारका सामग्रीहरू बनाएको

- योजना गरे जस्तै तारलाई मोडी, उभिने या भुन्ड्डउनुपर्ने प्रकृतिका आकृतिहरू निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।
- कामको साथमा सानो कागजमा नाम लेखेर राखी प्रदर्शन गर्नुहोस् या मूल्याङ्कन गरी आफूले बनाएका आकृतिहरू घर लग्न दिनुहोस् ।
- उपयुक्त गुणस्तरको काम नभए तार पुनः प्रयोगको लागि फिर्ता लिनुहोस् ।

### क्रियाकलाप ३

- पाठ २३ मा भएका चित्र र निर्देशनअनुसार तपाईं आफैले पहिले त्रिआयामिक ज्यामितीय आकृतिहरूलाई जोडेर नौला प्रस्तुति नमुना बनाउनुहोस् र कक्षामा देखाउनुहोस् ।
- आफ्नो अनुभवका आधारमा विद्यार्थीहरूलाई निर्देशन दिई ज्यामितीय आकारहरू बनाउन लगाउनुहोस् । यो क्रिया गणितसँगै गरे पनि हुन्छ ।
- हरेक विद्यार्थीले चारपाँचओटा आकृति बनाएको भए आ-आफ्नै तरिकाले जोडेर जनावरको या अन्य मन पर्ने आकृति संयोजन गर्न लगाउनुहोस् ।

- रड प्रयोग गरेर सिंगार्ने कार्य गराउन सक्नुहुन्छ ।

#### **क्रियाकलाप -४**

- पेपर मेसे बनाउनका लागि बाक्लो कागज, माड, माड राख्ने भाँडा, पुराना अखवार आदिको व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- पेपर मेसे बनाउन तल दिएका चित्रहरूको अध्ययन गर्नुहोस् :



माड र पुराना अखवार



बाक्लो कागज वा कुट पेपरलाई  
काटिएको



बाक्लो कागज वा कुट पेपरलाई  
काटिएको



अखवारका टुक्रामा माड लगाई कागजको बट्टामा टाँसिरहेको



बट्टाको चारैतिर कागजका टुकाहरू  
टाँसेर तयार पारिएको पेपर मेसे



तयार पारिएको पेपर मेसेमा रड लगाइएको



- माथि उल्लेख भएको तरिकाले तपाईं आफै एउटा नमुना बनाउनुहोस् ।
- कक्षामा सोही प्रक्रिया अपनाउदै फरक फरक नाप, आकार र डिजाइनका पेपर मेसे बक्साइहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- रड लगाउने व्यवस्था मिलाई रड लगाउन लगाउनुहोस् ।



#### **क्रियाकलाप ५**

- माथिको देखाएका चित्रहरूको अध्ययन गरी निर्माण कार्य गराउनुहोस् ।
- यसै विधि अपनाई निर्माण कार्य गर्न सकिन्छ ।

#### **क्रियाकलाप - ६**

- तल दिखाइएको प्रक्रियाअनुसार एउटा नमुना तयार पार्नुहोस् । नमुना तपाईंको जस्तो हुनुपर्छ चित्रको जस्तो होइन ।
- मोडने र जोडने तरिकाहरू हेनुहोस् र एउटा चार्टमा टाँसेर Display बनाउनुहोस् ।
- कक्षामा कागज कैची र गम वा मोबिकोल आदिलाई मिलाएर वितरण गर्नुहोस् ।
- Display chant देखाएर मोडने र जोडने तरिका बताउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पानाको सबै टुक्रा प्रयोग गर्नुपर्छ, एउटा पनि खेर फाल्न पाइँदैन भन्ने निर्देशन दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई स्वतन्त्र अनुसन्धान गर्न प्रोत्साहन दिई काट्ने र संयोजनामा विविधता र Design मा ध्यान दिन लगाउनुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

- निर्माणको उचित मूल्यांकनका आधारहरू निम्नलिखित हुन सक्छन् । यी आधारहरू सबैलाई या केहीलाई प्राथमिकता दिएर कामको र प्रक्रियाको मूल्यांकन गर्न सकिन्छ :
- निर्मित वस्तुको आकर्षक सौन्दर्य ।
- वस्तुहरूको प्रयोगमा विविधता त्यसबाट देखिने सिर्जनशीलता ।

- आकृतिले देखाएका हाउभाउ या बोलेको भाव, विचार, सुभाव या कथा वस्तु गुच्छाको पाइँग्रा बनाउने सोच रोचक हो तर गरी देखाउन निकै कठिन हुन्छ ।
- जोडाइको प्रविधि : उपयुक्तता र बलियोपना ।
- विद्यार्थीले प्रक्रियामा गरेको लगन र समस्या (समाधान नभए पनि ठीकै छ) जस्तै गुच्छाको पाइँग्रा बनाउने सोच रोचक हो तर गरी देखाउन कठिन हुन्छ ।

#### **६. थप सुभाव**

नमुना बनाएर देखाउनु एउटा उपयुक्त र स्थापित शिक्षण विधि हो तर कला शिक्षणको उद्देश्य नमुनाको दुरुस्त ( Multiple copies) उत्पादन गर्नु चाहिँ विलकुलै होइन । त्यसैले नमुना देखाएर प्रक्रिया प्रस्त पार्नुहोस् तर उत्पादन मौलिक हुनुपर्छ । यसै कारणले पनि निर्माण पाठमा र यो निर्देशिकामा विशिष्ट प्रक्रिया र उत्पादन बनाउन भन्न सकिंदैन ।

### १. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समर्थ हुने छन् :

- दुई फरक फरक रडका पटटीहरूबाट बुनाइ कार्य गर्न ।
- कागजका पटटीबाट वस्तु निर्माण गर्न ।
- लचकदार वस्तुहरूबाट बुनाइ कार्य गर्न ।
- सांस्कृतिक तथा परम्परागत तरिकाले उपयोग गर्न ।

### २. पाठ परिचय

यस एकाइमा भएका तीन पाठहरूले फरक फरक सिकाइउपलब्धि हासिल गराउन प्रेरित गरेको छ । यस एकाइमा भएका चित्रहरू हेर्न र पाठ पढ्न लगाउनुहोस् र छलफल गरी सामग्रीहरूको उचित प्रयोग गर्न सिकाउनुहोस् । बुनाइका पाठहरू उत्पादनमूलक, अनुसन्धानमूलक र अन्य विषयसँग एकीकृत हुने गरी लेखिएका छन् ।

पाठ १ मा कागजको साधारण पटटी बुनाइमा, दुई फरक फरक प्रक्रियाको चित्र छ । पाठ २ मा समुदायका स्रोत व्यक्तिसित बुनाइ कार्य गरेर सांस्कृतिक बुनाइसँग परिचित हुने कुरा छ । पाठ ३ मा सरल तानका आधारमा बुनाइ कार्य गर्न सिकाइएको छ ।

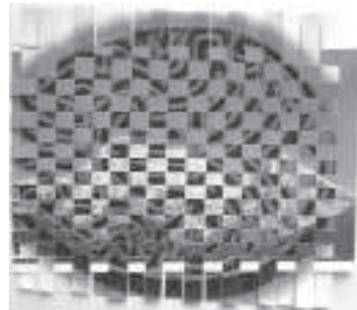
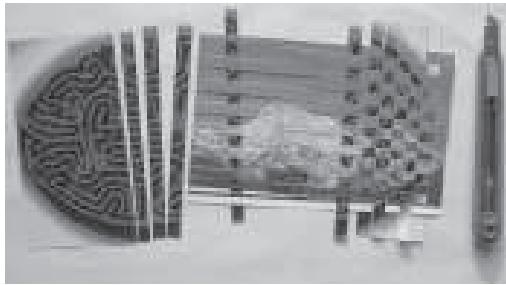
### ३. शैक्षिक सामग्री

बुनाइका पाठहरूका लागि बुन्ने वस्तुहरू, आधार (तान) हरू काट्ने वस्तुहरू, टाँस्ने कुरा आदि आवश्यक पर्छ । तल बुनाइका प्रत्येक पाठलाई आवश्यक पर्ने सामग्रीहरूको सूची दिइएको छ । कागज, स्केल, कैंची, चक्कु, गम, कार्डबोर्ड, ऊन, तार, तारको जाली, टेप आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १

- पाठ २६ को चित्रमा जस्तै गरी चित्र भएको कागजलाई १ सेमि चौडा पटटीहरूमा काटी कक्षा ४ मा सिकेको जस्तै गरी तलमाथि तलमाथि गर्दै बुन्न लगाउनुहोस् ।
- यस कार्यका लागि दुईओटा बराबर नापको चित्रको आवश्यक हुने भएकाले सोको व्यवस्था गर्न लगाउनुहोस् ।
- ती दुई चित्रमध्ये एकलाई ठाडोतिरबाट छुटाउछुदै पटटीहरूका आकारमा काट्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै किसिमले अर्को चित्रलाई तेर्सो दिशामा तर बायाँतिर केही भाग छोडेर जोडिएका पटटीहरू काट्न लगाउनुहोस् ।



चित्रमा भएको पानालाई मिलाएर ठाडा पट्टीहरू काँटी तल तथा माथि गर्दै बुनेर बनाएको

- अब ती पट्टीहरूलाई चित्र मिल्ने गरी क्रमशः ठाडा पट्टीहरूसँग मिल्ने गरी तल तथा माथि गर्दै बुनाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी बुनेका सचित्र म्याटलाई चित्रको रूपमा सजाउने वा प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - २

- कक्षामा छलफल गरी बुनाइ कार्यबाट केकस्ता उपयोगी वस्तुहरू बनाउन सकिन्छ छलफल गराउनुहोस् ।
- सोअनुसार सामग्रीहरू जम्मा गरी बुनाइ कार्य गराउनुहोस् ।

#### क्रियाकलाप - ३

- तलका परम्परागत बुनाइका नमुनाहरू हेर्नुहोस् ।



महिलाले परालको तान बनाएर बुनिरहेको



महिलाले ऊनको तानमा बुनाइ कार्य गरिरहेको

- यस्ता वस्तुहरू कसले बुन्न जान्छन्, आफ्नो स्थानीय क्षेत्रमा पत्ता लगाउनुहोस् ।
- त्यस व्यक्तिसित मिलेर विद्यार्थीहरूलाई सिकाउने योजना बनाउनुहोस् ।

- त्यस क्षेत्रमा उपलब्ध स्रोत व्यक्तिको अन्तर्वार्ता लिन लगाई उहाँसँगै बसेर विद्यार्थीले सिकाउने अवसर उपलब्ध गराउनका साथै बुनाइ कार्य गराउनुहोस् ।

#### **क्रियाकलाप -४**

- तलका चित्रहरू हेरी ऊन बुन्ने साधारण तान बनाउनुहोस् र एउटा नमुना बुन्नुहोस् ।



बाक्लो कागजमा धागाको तान बनाएर बुनाइ कार्य गरिरहेको

बाक्लो कागजमा धागाको तानमा बनाइएको बुनाइ

- सोही नमुना देखाई कार्डबोर्डको तान बनाउन लगाई कक्षामा बुनाइ कार्य गराउनुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

यस पाठमा विद्यार्थीहरूको उमेरअनुसार बुनाइ कार्य बुझ्ने र औलाहरू चलाउने क्षमता प्रस्तुसँग देख्न सकिन्छ । औलाहरूको चाल माथि तल र तल माथि गर्न र मिलाउन सक्ने सीपको परिचय पहिलो क्रियाकलापमा भएपछि विद्यार्थीहरूले यी सीपहरू प्रयोग गरे नगरेको मूल्यांकन गर्नुहोस् । बुनिसकेपछि बुनाइको संयोजन मिले नमिलेका आधार पनि मूल्यांकन गर्नुहोस् ।

#### **६. थप सुभाव**

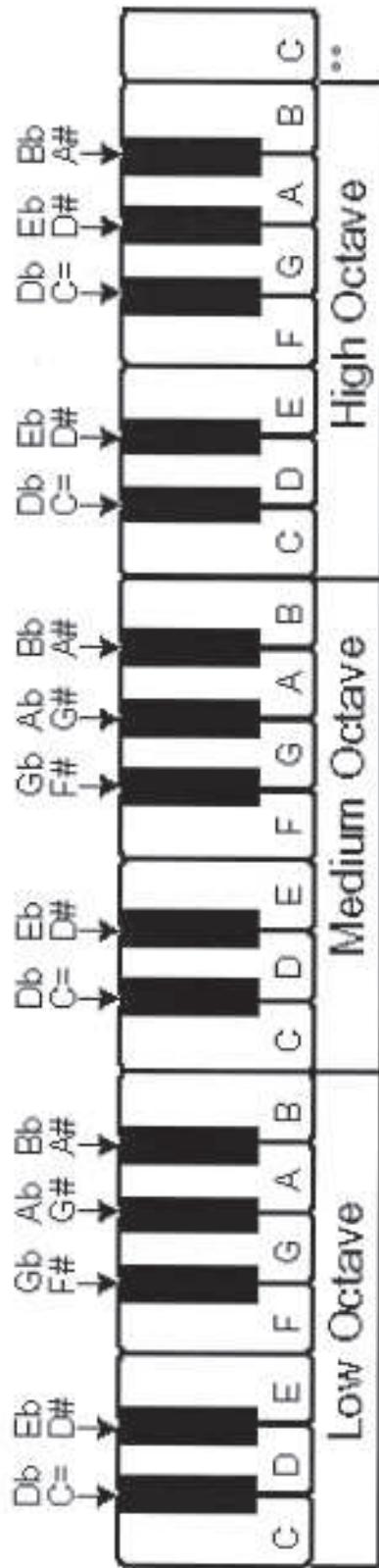
- यहाँ देखाएका पट्टी बुनाइका प्रयोगहरू जस्तै : क्यालेन्डर र सिंगारिएका भाँडा सुभावहरू मात्र हुन् । यी बाहेक अरू कुनै सिर्जनात्मक प्रयोग पनि गराउन सक्नुहुन्छ ।
- लचकदार बुनाइ गर्दा घोच्ने र काट्ने वस्तुहरू प्रयोग नगर्नु होला ।
- स्रोत व्यक्तिको छानोट विद्यार्थीहरूको आवश्यकतालाई ध्यानमा राखेर गर्नुपर्दछ ।
- यस पाठमा आफूलाई आउने र स्रोत जुट्न सक्ने विभिन्न बुनाइ प्रक्रियाहरू पनि सिकाएर सिकाइ उपलब्धि हासिल गराउन सक्नुहुन्छ ।

स्वरलिपिवारे केही जानकारी

सङ्गीत र स्वरलिपिको आत्मीय सम्बन्ध छ । स्वरलिपिविना सङ्गीत सार्थक हुँदैन । स्वरलिपि भन्नाले स्वरको लिपि भन्ने सीधा अर्थ लाग्छ तर खास अर्थमा जब कुनै पनि कविता अथवा गीतको शब्द अथवा धुनलाई स्वर र तालमा बधिर लेखिन्छ, त्यसलाई नै स्वरलिपि भनिन्छ । त्यसैले कुनै पनि सङ्गीतवारे तथा स्वर अभ्यास गर्न स्वरलिपि जान्नु अति आवश्यक छ । स्वरलिपि लेखा विभिन्न चिह्नहरू प्रयोग गरिन्छन् । गाउँथ गान र कक्षागत गीतको स्वरलिपिका लागि तल लेखिएनुसारका चिह्नहरू प्रयोग गरिएका छन् :

- (१) सा = यो गीत र वाचमा प्रयोग हुने मुख्य स्वर हो । यही स्वरका आधारमा गीत गाइन्छ र बजाइन्छ ।
- (२) १ = यो खाली देखाउँदा प्रयोग गरिने चिह्न हो ।
- (३) ४ = यो स्वर तान्नु पर्दा वा लम्ब्याउन प्रयोग गरिने चिह्न हो ।
- (४) २ = यो शब्दको उच्चारण बढाउँदा प्रयोग गरिने चिह्न हो ।
- (५) ० = यस्तो चिह्नभित्र जितओटा स्वर अक्षर पर्द्दन् ती सबैलाई एकै मात्रा (गन्ती) मा गाउनु वा बजाउनुपर्द्द ।
- (६) प-ध = यस्तोमा अधिलो "प" स्वरलाई ढेढ मात्रा र "ध" लाई आधा मात्राका हिसाबले गाउनु वा बजाउनुपर्द्द ।
- (७) सा--सा = यस्तोमा एक मात्राभित्रमा पहिलो "सा" लाई तीन चौथाई र अको "सा" लाई एक चौथाईका मात्राको हिसाबले गाउनु वा बजाउनुपर्द्द ।
- (८) ध प म = यस्तो चिह्नमा एक मात्रामा तीन स्वर बराबरी गरी लिनुपर्द्द ।
- (९) सा,ग,म,रे = यस्ता प्रकारका स्वरहरू जसमा कुनै पनि चिह्नको प्रयोग गरिएको हुँदैन, यस्ता स्वरहरूलाई शुद्ध स्वर भनिन्छ ।
- (१०) पु = यसलाई मन्द्र सप्तकको "प" स्वर भनी बुझनुपर्द्द ।
- (११) म = यसलाई तीव्र "म" अर्थात् आधा स्वर चढेको स्वर भनी बुझनुपर्द्द ।
- (१२) रैं = यसलाई तार सप्तकको "रे" स्वर भनी बुझनुपर्द्द । यदि "रे" को मुनि धर्सा भए कोमल स्वर भनी बुझनुपर्द्द ।
- (१३) गु = यस प्रकारको स्वरको मुनि धर्सा लेखिएमा कोमल स्वर अर्थात् आधा स्वर ओलेको भनी बुझनुपर्द्द ।
- (१४) ४/४ = यो अड्योगी पद्धतिको तालको सङ्केत हो । यसले चार वा आठमात्रा (गन्ती) को बोल भएको ताल बुझाउँछ, जस्तै : कहरवा तालमा द मात्राको बोल भए तापनि ठीक गतिले गन्दा ४ मात्रामा गनिन्छ र बोलचाहिँ दुई गुणा खिटो बजाउन्छ ।
- (१५) ५ = यो पनि अड्योगी पद्धतिकै ताल सङ्केत हो, जसले छ मात्राको बोल भएको ताल बुझाउँछ, जस्तै : झ्याउरे ताल तर यसको गन्ती भने २ हुन्छ किनभने तीनतीन मात्रालाई ० यस्तो चिह्नले एकाएक मात्रामा छुट्याउएको हुन्छ ।
- (१६) ४ = यसलाई चिह्न जाने पनि भन्नुन, अर्थात् यस्तो चिह्न भएको ठाउँचाट फेरि सुरु गरी अरु अन्तरा गाउने भनी बुझनुपर्द्द ।

## हार्मोनियम पद्धको नाम र स्थान (Keyboard of Harmonium)



# (Sharp)	= Half note higher note	तीव्र = आधा स्वर चढेको स्वर (स = तीव्र = )
b (Flat)	= Half note lower note	कोमल = आधा स्वर ओलेको स्वर (ग = कोमल ग)
♮ (Natural)	Low octave	= मन्त्र सन्तक = स्वर स्थान - सा ते ग सु प य नि
	Medium octave	= मध्य सन्तक = स्वर स्थान - सा रे ग म प द नि
	High octave	= तार सन्तक = स्वर स्थान - सा ऐ ग म प घ नि

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- सारेगम सुर मिलाएर गाउन ।
- लय मिलाएर तालबद्ध गरी सारेगम गाउन ।
- अलि कठिन अलड्कार गाउन ।
- स्वरहरूको उतार चढाव थाहा पाउन ।
- केही मात्रामा स्वरहरू चिन्न ।

### २. पाठ परिचय

गाउनका लागि नियमित रूपमा हरेका दिन स्वर अभ्यास गर्न अति जरुरी हुन्छ । स्वरमा मिठास भर्न लचकता ल्याउन स्वर अभ्यास गर्नुपर्दछ । स्वर अभ्यास सरगमबाट र आकारबाट गर्नुपर्दछ । स्वर अभ्यास गर्दा ताल मिलाएर गर्नुपर्दछ । यसरी अभ्यास गर्दा सुर र तालको ज्ञान बढ्छ । कक्षा ५ का लागि केही स्वर अभ्यास (अलड्कारहरू) दिइएका छन् । तिनको अभ्यास नियमितरूपमा गराउनुपर्दछ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

हार्मोनियम, मादल, ढोलक, तवला आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- 'स्वरको अभ्यास गरौँ पाठमा दिइएका (अलड्कार) सारेगमलाई कालोपाटीमा स्पष्टसँग लेख्नुहोस् ।
- प्राकृतिक स्वर (Natural) 'सा' लाई मानेर पहिलो नम्बरको अलड्कार शिक्षक आफैले दुई चार पटक गाएर सुनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफूसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।
- हार्मोनियममा सारेगम कसरी बजाउने भनेबारे पनि सिकाउनुहोस् । यसका लागि शिक्षक आफैले बजाउन नसके स्थानीय क्षेत्रमा कुनै बजाउन जान्ने व्यक्तिको सहयोग लिई क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- केहीबेरसम्म पहिलो नम्बरको स्वर अभ्यास सामूहिक गराउनुहोस् ।
- समूहमा गाउन सक्ने भएपछि दुई-दुई जना वा चार-चार जनाको समूहमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- समय उपलब्ध भएमा एक एक जनालाई पनि गाउन लगाउनुहोस् ।

- पहिलो नम्बरको अलङ्कारको पर्याप्त अभ्यासपछि दोस्रो नम्बरको अलङ्कार दुई चार पटक शिक्षक आफैले हार्मोनियम बजाएर, गाएर सुनाउनुहोस् ।
- यसमा एउटै स्वरलाई चार-चार पटक गाउने भनी बुझाउनुहोस् ।
- पहिलो नम्बरको अलङ्कार अभ्यास गर्दा अपनाइएका क्रियाकलाप जस्तै गराउनुहोस् ।
- तेस्रो नम्बरको अलङ्कारमा बीचको एक स्वर छोडी गाउनुपर्छ भनेर बुझाउनुहोस् । माथिकै क्रियाकलापद्वारा सिकाउनुहोस् ।
- चौथो नम्बरको अलङ्कारमा बीचको दुई स्वर छाडी गाउनुपर्छ भनेर विद्यार्थीहरूलाई बुझाउनुहोस् साथै माथिकै क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- यसरी अलङ्कार अभ्यास गराउँदा लय मिलाएर तालबद्ध गरी गराउनुहोस् ।
- प्राकृतिक सा बाट गाउँदा विद्यार्थीहरूलाई गाहो भएमा उनीहरूको क्षमताअनुसार अन्य स्वरलाई सा मानेर सिकाउनुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

- हार्मोनियमका स्वरसँगै स्वर मिलाएर गाउन लगाएर ।
- हार्मोनियममा सा र प मात्र बजाएर अलङ्कार गाउन लगाएर ।
- ताली पिटौंदै ताल मिलाएर गाउन लगाएर ।
- विद्यार्थीहरूलाई हार्मोनियम बजाउँदै गाउन लगाएर ।
- पालोपालो गरी सबै अलङ्कार गाउन लगाएर ।

#### **६. थप सुभाव**

- माथि उल्लेख गरिएका कार्य गर्न हार्मोनियम अति जरुरी हुन्छ ।
- गीत गाउनु अगाडि केहीबेर अलङ्कार अभ्यास गराउनुपर्दछ ।
- सङ्गीत शिक्षकका लागि आधारभूत सङ्गीतको तालीमा लिनु आवश्यक छ, अन्यथा माथि उल्लिखित क्रियाकलाप गराउन कठिन पर्दछ ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- मादलमा र तवलामा बज्ने बोलहरूबारे जान्न ।
- खाली र कहरवा ताल आठ मात्राको ताल भन्ने थाहा पाउन ।
- झ्याउरे र दादरा तालबारे जानकारी पाउन ।
- मादल र तवलामा माथि उल्लिखित ताल साधारण रूपमा बनाउन ।
- सरल लोक गीतहरू मादल बजाएर गाउन ।

### २. पाठ परिचय

नेपालीहरूका प्रिय बाजामा मादल पर्दछु । यसको प्रयोग पूर्वदेखि पश्चिमसम्म व्यापक रूपमा गरिन्छ । लोकगीतहरूमा मादलले जोस र स्फूर्ति ल्याउने काम गर्दछु । गीतहरूमा प्रयोग गरिने अर्को वाद्य तवला हो । यसको प्रयोग आधुनिक र शास्त्रीय सङ्गीतमा गरिन्छ । दायाँ र बायाँ दुइटा मिलाई बजाउने वाद्य तवलाद्वारा विभिन्न आकर्षक एवम् कठिन बोलहरू बजाएर सर्वसाधारणलाई मन्त्रमुग्ध पार्दछु ।

### ३. शैक्षिक सामाग्री

मादल, तवला, ढोलक, हार्मोनियम आदि ।

### ४. शिक्षकसिकाइ क्रियाकलाप

- मादलका बोलहरू कालोपाटीमा स्पष्ट बुझिने गरी लेख्नुहोस् ।  
जस्तै : ख्याली । धिं क न ति । नक धिना । झ्याउरे । धिं क ति । ना धि ना ।
- ख्याली तालको बोल शिक्षक आफैले केही वेर बजाएर सुनाउनुहोस् ।
- ख्याली ताल आठ मात्राको हुन्छ भन्ने जानकारी गराउनुहोस् ।
- मादल बजाउँदा मादलको सानो भाग दायाँ र ठूलो भाग बायाँतिर पार्न लगाउनुहोस् ।
- 'धि' बजाउँदा बायाँतर खुला बजाउने र दायाँतिर खरीमा बन्द गरी बजाउने भनी सिकाउनुहोस् ।
- 'क' दोश्रो मात्रामा पहिले बजाएकोमा नै अडेर बस्ने भनी सिकाउनुहोस् ।
- 'न' बजाउँदा बायाँतर्फ खरीमा बन्द गरी बजाउन लगाउनुहोस् ।
- 'ति' बजाउँदा दायाँतर्फ खुला गरी बजाउन लगाउनुहोस् ।
- पाँचौं मात्राको 'न' बजाउँदा दायाँतर्फ बन्द गरी बजाउन लगाउनुहोस् ।
- छैटौं मात्रा 'क' बजाउँदा बायाँतर्फ बन्द गरी बजाउन लगाउनुहोस् ।
- सातौं मात्रा 'ना' बजाउँदा दायाँ हातले खुला गरी बजाउन लगाउनुहोस् ।
- ख्याली ताललाई विद्यार्थीहरूले बजाउन नसकुन्जेल सिकाउनुहोस् ।
- झ्याउरे ताल ६ मात्राको हुन्छ भनी जानकारी गराउनुहोस् ।

- इयाउरे तालको पहिलो मात्राको बोल 'धि' बजाउन बायाँतिर खुला र दायाँतिर बन्द गरी बजाउनभनी सिकाउनुहोस् ।
  - दोस्रो मात्रा 'क' मा ख्याली तालमा जस्तै तेस्रो मात्रा 'ति' बजाउन दायाँतिर खुला बजाउने, चौथो मात्रा 'ना' बजाउँदा दायाँतिर बन्द गरी बजाउने, पाँचौ मात्रा 'धि' बजाउन बाँया हातले खुला आवाज आउने गरी बजाउने र छैटौं मात्रा 'ना' बजाउँदा दायाँ हातले खुला आवाज आउने गरी सिकाउनुहोस् ।
  - माथि उल्लिखित कार्यलाई ढिलो गतिमा शिक्षक आफैले केहीबेर बजाएर देखाउनुहोस् ।
  - पालो पालो गरी विद्यार्थीहरूलाई बजाउन लगाउनुहोस् ।
  - विद्यार्थीहरूले बजाउन नसकुन्जेल बजाउन सिकाउनुहोस् ।
  - तवलाका बोलहरू कालोपाटीमा स्पष्टसँग लेखनुहोस् ।
- जस्तै : कहरवा ताल । धागे न ति । न क धि ना ।
- दादरा ताल । धा धि ना । धा तू ना ।
- सर्वप्रथम कहरवा ताल आठ मात्रा र दादरा ताल छ मात्राको हुन्छ भनी जानकारी गराउनुहोस् ।
  - कहरवा ताल र ख्याली समान हुन्छ । दादरा र इयाउरे ताल पनि उस्तै हुन्छ भन्ने कुराको जानकारी दिनुहोस् ।
  - तवला बजाउँदा सानो आकारको वाजालाई दायाँ भन्दछन् र दायाँ हातले बजाउनुपर्दछ । ठूलो खालको बाजा जुन काठले बनेको हुन्छ । यो माटोको वा स्टीलको पनि हुन्छ जसलाई बायाँ र बायाँ हातले बजाइन्छ ।
  - कहरवा ताललाई शिक्षक आफैले केहीबेर तवलामा बजाएर देखाउनु होला । विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो बजाउन लगाउनु होला ।
  - कहरवा ताल बजाउन सक्ने भएपछि दादरा ताल पनि माथिकै क्रियाकलापद्वारा सिकाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन

- विद्यार्थीहरूलाई समूहमा तथा एकला एकलै इयाउरे र ख्याली तालको बोल ताली बजाउदै बोल्न लगाएर
- कहरवा र दादराका बोल ताली बजाउदै भन्न लगाएर
- सरल खालको लोक गीत वा स्थानीय गीत मादल बजाएर गाउन लगाएर
- मादलको तालमा गाउन र नाच्न लगाएर
- तवलामा कहरवा तथा दादरा ताल बजाउन र मिलाएर ताली बजाउन लगाएर ।

#### ६. थप सुझाव

तवला र मादल बजाउन एवम् सिकाउन शिक्षकले सोसम्बन्धी आधारभूत तालिम अनिवार्य रूपमा लिनुपर्दछ अन्यथा माथि उल्लेख भएका क्रियाकलाप लागू गर्न सकिन्न ।

**१. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू**

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- साधारणत हार्मोनियम बजाउन ।
- ख्याली ताल तथा दादरा ताल जान्न र उक्त तालहरूमा दिइएका स्वरहरू बजाउन ।
- मन्द्र, मध्य र तार सतकबारे जान्न ।

**२. परिचय**

ताल तथा सुर जान्न र हार्मोनियम बजाउन जान्नका लागि लिपिहरूमा स्वरहरूको अभ्यास गर्नुपर्दछ । यहाँ ख्याली तालमा र दादरा तालमा केही स्वर अभ्यास दिइएको छ ।

**३. शैक्षिक सामग्री**

हार्मोनियम, मादल, तवला, ढोलक आदि ।

**४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

- पहिलो हरफ शिक्षक आफैले दुई चार पटक बजाएर र गाएर सुनाउनुहोस् ।
- स्वरसँगै लेखिएका धर्सों ‘-’ को अर्थ जुन स्वर बजायो त्यही स्वरलाई जतिओटा धर्सों ‘-’ छ, त्यति नै मात्रा लम्ब्याउने भनेर बुझाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो गाउन र बजाउन लगाउनुहोस् ।
- ख्याली तालमा स्वरबद्ध गरिएको सरगम चार चार मात्राको भनी बुझाउनुहोस र ताली बजाउदै गाउन र बजाउन लगाउनुहोस् ।
- पहिलो हरफ बजाउन सक्षम भएपछि सोही प्रक्रिया अपनाई अन्तिमसम्म अभ्यास गराउनुहोस् ।
- दादरा तालमा दिइएका लिपिबद्ध स्वरहरू तीन तीन मात्राका छन् र यसलाई गाउँदा तथा बजाउँदा तीन तीन मात्रामा ताली बजाएर वा दादरा ताल बजाएर गर्नुपर्दछ ।
- यसको अभ्यास पनि माथि उल्लिखित प्रक्रियाद्वारा गराउनुहोस् ।
- सक्षम विद्यार्थी भएमा र सामग्री भएमा माथि उल्लिखित स्वर अभ्यास बाँसुरी, वेला, सारङ्गी आदिमा गराउनुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

- दिइएका तालबद्ध स्वरलिपि हार्मोनियममा बजाउन र गाउन लगाएर
- स्थानीय लोकगीत एवम् रेडियोबाट बज्ने सरल गीत गाउन र हार्मोनियममा बजाउन लगाएर ।

#### **६. थप सुभाव**

शिक्षक तथा शिक्षिकाले कम्तीमा साधारण रूपमा भए पनि हार्मोनियम र स्वरलिपि (भातखण्ड) जान्नुपर्दछ । साथै मादल, तवला पनि साधारण रूपमा बजाउन जान्न आवश्यक छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- राष्ट्रिय गान समूहमा वा एकल गाउन।
- राष्ट्रिय गान इयाउरे तालमा गाइन्छ भन्नेबारे जान्न।
- हरेक विद्यार्थीमा राष्ट्रिय भावना जागृत गर्न।
- राष्ट्रिय गानका रचयिता र सङ्गीतकारबारे थाहा पाउन।

### २. परिचय

प्रत्येक राष्ट्रको आफ्नो पहिचान खुलाउने राष्ट्रिय गीत हुन्छ। हरेक व्यक्तिले राष्ट्रिय गीत जान्न अति आवश्यक छ। राष्ट्रिय गानले राष्ट्रिय एकता कायम गर्न मद्दत गर्दछ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

हार्मोनियम, मादल, तवला, ढोलक, बाँसुरी आदि।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- राष्ट्रिय गानको स्वरालिपि स्पष्टसँग कालोपाटीमा लेखनुहोस्।
- राष्ट्रिय गानका रचयिता व्याकुल माइला अर्थात् प्रदिपकुमार राई र सङ्गीतकार अम्बर गुरुड भनी जानकारी गराउनुहोस्।
- राष्ट्रिय गान ७/८ वा इयाल (खेम्टा) तालमा तालबद्ध छ भनी बुझाउनुहोस्।
- पहिलो हरफ शिक्षक आफैले हार्मोनियम बजाएर सरगमबाट र सशब्द गाएर सुनाउनुहोस्।
- सम्भव भए एक जनालाई मादल बजाउन लगाउनुहोस्। सम्भव नभए ताली पिट्न लगाउनुहोस्।
- दई चार पटक आफूले गाइसकेपछि विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस्।
- पहिलो हरफ विद्यार्थीले गाउन नजानुजेल दोहोन्याइरहनुहोस्, सो हरफ गाउन जानेपछि सोही प्रक्रिया अपनाई पुरै गीत गाउन लगाउनुहोस्।
- पुरै गीत गाउन सक्ने भएपछि सबै विद्यार्थीलाई उभिन लगाई अभ्यास गराउनुहोस्।
- राष्ट्रिय गान एफ माइन (F minor) मा बनेको हुँदा 'म' स्वरलाई सा मानेर गाउनु तथा बजाउनुपर्दछ। यदि नेचुरल स्वरलाई सा मानेर बजाउने भएमा कक्षा ५ को पाठ्यपुस्तकमा

दिइएको स्वरलिपिअनुसार बजाउनुहोस् । सङ्गीतमा राम्रो दखल नभएका शिक्षकका लागि नेचुरल सा बाट बजाउन सजिलो हुन्छ ।

#### ५. मूल्यांकन

- राष्ट्रिय गान कुन स्केलबाट बनेको छ भन्ने बारे सोधेर
- यसका रचियता र सङ्गीतकारबारे जानकारी लिएर
- राष्ट्रिय गानको महत्वबारे सोधेर
- राष्ट्रिय गानको तालबारे जानकारी लिएर
- समूहमा र एकला एकलै राष्ट्रिय गान गाउन लगाएर ।

#### ६. थप सुभाव

शिक्षक आफैलाई गाउन र सिकाउन गाहो परेको खण्डमा राष्ट्रिय गीतको क्यासेट, सिडी सुनेर आफू पहिला दक्ष हुनुपर्दछ । राम्री सिकाउन सक्षम हुनलाई सङ्गीतसम्बन्धी तालिमको अति आवश्यक हुने भएकाले जसरी भए पनि तालिम लिनुहोस् ।

#### राष्ट्रिय गानको स्परलिपि

नि-ध	प-म	प-नि	साँ-रं	नि-ध	प-म	प-म	रे--
सऽयौ	थुँगा	फूलका	हाऽमी	एउटै	माऽला	नेऽपा	लीss
नि-सा	रे-म	प-नि	साँ-रं	नि-ध	पधम	प--	प- -
साऽर्व	भौमभई	फैऽलि	एऽका	मेऽची	मऽहा	का�ss	लीss
रे-रे	प-प	मपम	रे-रे	प-प	रे-साँ	नि-प	साँ--
प्रऽकृ	तिऽका	कोऽटि	कोऽटि	सऽम्प	दाऽको	आँच	लss
रेसाँनि	साँनिप	निपम	पमरे	प-रे	साँ-प	नि-नि	नि--
वीरह	रुऽका	रऽग	तऽले	स्वऽतन्	त्रऽर	अऽट	लss

नि-ध	प-म	प-नि	साँ-रे	नि-ध	प-म	प-म	रे--
ज्ञान	भूऽमि	शाऽन्ति	भूऽमि	तराई	पहाड़ो	हिऽमा	लss
नि-सा	रे-म	प-नि	साँ-रे	नि-ध	प ध म	प-प	प--
अऽख	ण्डऽयो	प्याऽरो	हाऽग्रो	माऽतृ	भूऽमि	नेऽपा	लss
रे-रे	प-प	मपम	रे-रे	प-प	रे-साँ	नि-प	साँ--
बऽहुल	जाऽति	भाऽषा	धऽर्म	सऽस्कृ	तिऽछन्	विऽशा	लss
रेसाँनि	साँनि-प	नि-पम	पमरे	प-प	रे-रे	साँ--	नि-प
अऽग्र	गाऽमी	राऽट्	हाऽग्रो	जऽय	जऽय	ने�ss	पा�ss
नि--	नि--						
लss	sss						

**१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू**

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- कक्षागत गीतको आवश्यकताबारे जान्न ।
- कक्षागत गीतको भाव बुझ्न ।
- कक्षागत गीत समूहमा र एकलै गाउन ।
- कक्षागत गीतको ताल र सुरबारे थाहा पाई सोअनुरूप गाउन ।

**२. पाठ परिचय**

गीतको माध्यमबाट बालबालिकाको कलिलो मस्तिष्कमा असल आचरण, नैतिकताको शिक्षा दिलाई भविष्यका सुयोग्य नागरिक तयार गर्ने उद्देश्यले कक्षागत गीतको व्यवस्था गरिएको हो । कक्षा ५ को कक्षागत गीतमा आजका कलिला नानीहरू भोलि देशका लागि केही गर्ने हौ र देशकै लागि मर्ने हुन् भन्ने सन्देश दिन खोजिएको छ ।

**३. शैक्षिक सामग्री**

हार्मोनियम, मादल, तवला, ढोलक, चाँप आदि ।

**४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

- कक्षागत गीतलाई स्पष्टसँग स्वरलिपिसहित कालोपाटीमा लेख्नुहोस् ।
- कक्षा ५ को कक्षागत गीत सी (C) स्केलमा भएको हुँदा नेचुरल सा लाई सा मानेर सिकाउनुहोस् ।
- यो गीत दादरा वा झ्याउरे (रवेम्टा) तालमा तालबद्ध छ भनी जानकारी गराउनुहोस् ।
- गीतको पहिलो हरफ शिक्षकले दुई चार पटक गाएर सुनाउनुहोस् र पछि विद्यार्थीलाई सामूहिक रूपमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- पहिलो हरफ गाउन सक्ने भएपछि अन्य हरफ पनि पहिलैकै प्रक्रिया अपनाएर सिकाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले गाउन नजानुन्जेलसम्म शिक्षकले सिकाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीत गाउँदा ताली पिटन लगाउनुहोस् ।
- हरेक दिन कक्षा सञ्चालन गर्नुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

- कक्षागत गीतको महत्वबारे जानकारी लिएर
- यस गीतको स्केल र तालबारे भन्न लगाएर
- यस गीतलाई समृहमा र एकलै गाउन लगाएर ।

#### **६. थप सुभाव**

कक्षागत गीत सिकाउनुभन्दा अगाडि शिक्षक आफूले सो गीत राम्ररी अभ्यास गर्नुपर्दछ । यदि शिक्षकलाई कक्षागत गीत राम्ररी नआएमा क्यासेट सुनेर वा जान्ने व्यक्तिको सहयोग लिनुहोस् ।

**१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू**

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- आआफ्नो ठाउँ, परिवेशमा प्रचलित सरल स्थानीय गीत गाउन ।
- देशका विभिन्न भागमा गाइने स्थानीय गीतबारे साधारण जानकारी लिन ।
- साधारण गीत तालमा मिलाएर गाउन र स्थानीय गीतहरूमा प्रयोग हुने तालबारे जान्न ।
- स्थानीय गीत ताली बजाई गाउन र गीतमा हाउभाउ गरी नाच्न ।

**२. पाठ परिचय**

आआफ्नो गाउँ ठाउँमा आआफ्नै भाषामा गाउने गीतलाई नै स्थानीय गीत भनिन्छ । भौगोलिक आधारवाट हिमाली, पहाडी, तराई र उपत्यकामा गाउने गीतलाई वर्गीकरण गर्न सकिन्छ । हिमाली भेगमा शोर्पा गीतको बाहुल्य हुन्छ । पहाडी भेगमा झ्याउरे, चुटका आदि गीतहरू गाइन्छ । तराई भेगमा मैथिली, भोजपुरी आदि गीत गाइन्छ । उपत्यकामा नेवार जातिको बाहुल्य भएको हुनाले नेवारी गीतहरू स्थानीय गीतका रूपमा प्रचलित छन् ।

**३. शैक्षिक सामग्री**

हार्मोनियम, मादल, ढोलक, डम्फु, खैजडी आदि ।

पुनश्च : बाजाहरू उपलब्ध नभएमा ताली पिटेर मात्र पनि अभ्यास गराउन सकिन्छ ।

**४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

- स्थानीय क्षेत्रमा प्रचलित गीतहरू सिकाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गाउन जानेका गीतहरू गाउन लगाउनुहोस् ।
- गाइएका गीतहरूमा ताल गन्ती गरी कुन तालको हो जानकारी गराउनुहोस् ।
- चार वा आठ गन्तीमा मिलेमा झ्याउरे वा दादरा ताल भन्ने जानकारी गराउनुहोस् ।
- गीत गाउन लगाउँदा मादल, हार्मोनियम वा उपलब्ध भएका र सम्भव भएमा बाजाहरू बजाउन लगाउनुहोस् ।

- कुनै पनि वाद्य सामग्री उपलब्ध नभएमा ताली मात्र पिटेर गाउन लगाउनुहोस् ।
- रेडियोबाट बज्ने सरल लोक गीतहरू गाउन लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

- सिकाइएका गीतहरू समूहमा र एकत्र रूपमा गाउन लगाएर
- गाइएका गीतहरूमा ताली बजाउन लगाएर
- गीतहरू कुन तालमा गाइएको हो सोधेर
- गीतमा मादल बजाउन लगाएर ।

#### ६. थप सुभाव

कक्षामा विद्यार्थीहरूलाई सकेसम्म स्थानीय गीत गाउन प्रोत्साहन गराउनु हो । विद्यार्थीले गाएका गीत बिग्रेमा सिकाइदिनुहोस् । ठूला ठूला कलाकारका बारेमा जानकारी गराउनुहोस् । सङ्गीतको महत्त्वका बारेमा प्रकाश पार्नुहोस् ।

## १. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- दिइएका कवितालाई लयबद्ध तरिकाले गाउन ।
- उक्त कविताको भाव बुझ्न ।
- कवितालाई ताली बजाउदै गाउन ।
- आफूलाई आउने अन्य कवितालाई पनि लयबद्ध र तालबद्ध गरी गाउन ।

## २. पाठ परिचय

बालबालिका भनेका देशका कर्णधार हुन् भन्ने भावना जगाउन विभिन्न बाल कविता तथा गीतलाई पाठ्यपुस्तकमा समावेश गरिएको छ । असल तथा चत्रिवान् नागरिक तयार पार्न आवश्यक ज्ञान गुणका कुराहरू कलिला बाल मस्तिष्कमा घुसाउन सझ्गीतको माध्यम अत्यन्त उपयोगी सिध्द भएको छ । त्यसैअनुरूप यहाँ केही बाल गीत प्रस्तुत गरिएका छन् ।

## ३. शैक्षिक सामग्री

मादल, ढोलक, चाप, खैजडी, डम्फु, हार्मोनियम आदि ।

## ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- देशको माटो कवितालाई तल लेखिएअनुसार स्पष्टसँग कालोपाटीमा लेख्नुहोस् ।

ख्याली वा कहरवा ताल

१	२	३	४	।	५	६	७	८
देशको माटो	सिर्ज	नाले	।	भर्न	सके	हुन्थ्यो	s	।
छाती भरि	न्यानो	माया	।	छर्न	सके	हुन्थ्यो	s	।
माटो	सँगै	नाता	गाँसी	।	बस्ने	मन	भयो	s
घामपा	नीमा	जीवन	सधैँ	।	अर्पण	भइ	रह्यो	s
केही	गर्न	सके	जस्तो	।	छैन	अझै	पनि	s
निमले	छोप्ला	भनी	डर	।	लागछ	दायाँ	मुनि	s

**नोट :** यस्तै गरी पूरा कविता लेखनुहोस् ।

- आफूले जानेको कुनै पनि लोक गीतको धुनमा मिलाएर माथिको कविता गाएर सुनाउनुहोस् ।
- एक दुई पटक शिक्षक आफैले तालबद्ध गरी गाएर सुनाइसकेपछि विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् ।
- सो कार्य गर्दा एक एक हरफ पहिला शिक्षकले गाउनुहोस् र विद्यार्थीलाई गाउन लगाउनुहोस् । एक हरफ विद्यार्थीले गाउन सक्ने भएपछि अर्को हरफहरू पनि सोही प्रक्रियाद्वारा सिकाउनुहोस् ।
- पूरा गीत सिकाइसकेपछि विद्यार्थीहरूलाई मात्र गाउन लगाउनुहोस् ।
- यस बालगीतलाई विद्यार्थीहरूले जानेका अन्य लोकगीतहरूमा पनि मिलाएर गाउन लगाउनुहोस् ।
- उल्लिखित बालगीतलाई दादरा वा झ्याउरे तालमा मिलाएर गाउने प्रयास गर्नुहोस् ।

**जस्तै - झ्याउरे वा दादरा ताला तालबद्ध**

१२३	४५६	१२३	४५६	१२३	४५६	१२३	४५६
देशको	माटो s	सिर्ज s	नाले s	भर्न	सके s	हुन्थ्यो s	sss
छाती s	भरि s	न्यायो	माया s	छर्न	सके s	हुन्थ्यो s	sss
माटो s	सँगै s	नाता	गाँसी s	बस्ने	मन s	भयो s	sss
घामपा	नीमा s	जीवन	सधैं s	अर्पण	भई s	रह्यो s	sss

- यस्तैगरी पूरा गीत गाउनुहोस् ।
- यस पाठमा दिइएको अर्को ‘झरना’ कवितालाई तालबद्ध गरी स्पष्टसँग कालोपाटीमा तल लेखिएअनुसार लेखनुहोस् :

**जस्तै : ख्याली वा कहरवा तालमा तालबद्ध ।**

१	२	३	४	५	६	७	८
पहा	डको	शिखर	बाट	।	देखे	झरेको	जल
मेरो	मनमा	बत्ती	बले	।	हजा	रौझल	मल
त्योपा	नीको	झर	नामा	।	शक्तिक	तिछलु	केको
देख्न	सके	कति	त्यसमा	।	बत्तीवि	जुलीव	लेको

- यस्तैगरी पूरा कविता लेखनुहोस् ।
- यस बालगीतलाई पनि आफूले जानेको धुनमा मिलाएर माथिकै जस्तै गरी सिकाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले जानेका अन्य गीतहरूमा पनि मिलाएर गाउन लगाउनुहोस् ।
- लयात्मक तरिकाबाट कवितालाई गीतको रूपमा गाउँदा उपलब्ध र सम्भव भए मादल, हार्मोनियम बजाउनुहोस् नभए ताली बजाउन लगाउनुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन विधि**

- शिक्षकले सिकाएजस्तो समूहमा गाउन लगाएर
- सानो सानो समूह र एकल एकल गाउन लगाएर
- विद्यार्थीले जानेका अन्य धुनमा मिलाएर गाउन लगाएर
- मादल वा अन्य बाजा बजाउँदै र ताली बजाउँदै गाउन लगाएर
- बालगीतमा वर्णन गरिएका भावबारे प्रश्न सोधेर ।

#### **६. थप सुझाव**

बालगीत सिकाउँदा सबैले जानेका प्रचलित धुनहरूमा मिलाएर सिकाउने गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूले जानेका अन्य धुनहरूमा पनि मिलाएर सिकाउनुहोस् ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न समक्ष हुने छन् :

- समान लयमा द मात्राको गन्तीमा नमस्कार नृत्य गर्ने ।
- नमस्कार नृत्यको महत्त्व बताउने ।
- गीतको लय तथा शब्दबारे परिचित भई विभिन्न नृत्य मुद्राहरू प्रयोग गरी अड्गा प्रत्यङ्गहरूलाई सही तरिकाले सञ्चालन गरी नृत्य गर्ने ।
- शारीरिक तथा अनुहारको भाव नृत्यअनुसार प्रस्तुत गर्ने ।
- कुनै पनि गीतमा ताल मिलाएर नाच्ने ।

### २. परिचय

कुनै पनि नृत्य अभ्यास गर्नु वा प्रस्तुत गर्नु अघि आफ्नो दायाँ, बायाँ बसेका दर्शक, आफूले नाच्ने मञ्च वा स्थान भूमि, ईश्वर र गुरुजनहरूसँग आफ्नो नृत्य सुरु गर्न र सफलताका लागि आशीर्वाद लिन गरिने नृत्यलाई नमस्कार नृत्य भनिन्छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

चाँप, काठको सानो लट्ठी अथवा हातले ताली दिई गन्तीको सहाराले पनि गर्न सकिन्छ ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ नमस्कार नृत्य

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई पझिक्तिबद्ध मिलाएर राख्नुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीलाई सम अवस्थामा उभ्याउनुहोस् । पाठ्यपुस्तकमा देखाएजस्तै गरी उभ्याउनुहोस् ।
- १-२ गन्तीमा दुवै हातलाई अगाडि लगी दायाँ बायाँ फैलाउनुहोस् । यही गन्तीमै १ मा दायाँ खुटटा र २ मा बायाँ खुटटा पनि चाल्नुहोस् । पाठ्यपुस्तकमा देखाइएको चित्र नं. २ मा जस्तै गर्न लगाउनुहोस् ।
- ३-४ गन्तीमा दुवै हातलाई आफ्नो खुटटानिर भुँइमा छुन लगाउनुहोस् । पाठ्यपुस्तकको चित्र नं. ३ मा जस्तै गर्न लगाउनुहोस् ।
- ५-६ गन्तीमा दुवै हात टाउको माथि नमस्कार गर्न लगाउनुहोस् । पाठ्यपुस्तकमा देखाइएको चित्र नं. ४ जस्तै ईश्वर वा आफ्नो अगाडि बसेका दर्शकलाई नमस्कार गरे जस्तै गर्न लगाउनुहोस् ।
- ७-८ गन्तीमा हातले नमस्कार गर्दै टाउको माथिबाट तलतिर छातीसम्म ल्याउन लगाउनुहोस् । पाठ्यपुस्तकमा देखाइएको चित्र नं. ५ मा जस्तै गराउनुहोस् ।

- अन्तमा फेरि सम अवस्थामै बस्न लगाउनुहोस् । पाठ्यपुस्तकको चित्र नं. ६ जस्तै गर्न लगाउनुहोस् ।
- सर्वप्रथम शिक्षक आफैले वा कुनै जान्ने विद्यार्थीको मद्दत लिई प्रदर्शन गरेर देखाउनुहोस् ।
- यसरी नै यो क्रिया विद्यार्थीहरूलाई पनि गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो नमस्कार नृत्य विद्यार्थीहरूलाई बारम्बार गर्न लगाउनुहोस् ।

### **क्रियाकलाप - २ नृत्यका विभिन्न मुद्राहरू**

- पुस्तकमा देखाइएका विभिन्न नृत्य मुद्राहरूका चित्रहरू अध्ययन गराउनुहोस् । यी मुद्राहरूबारे विद्यार्थीलाई राम्ररी बुझाइदिनुहोस् ।
- यस्ता नृत्य मुद्राहरूलाई हेराइ अभ्यास गर्नुहोस् वा चित्रमा देखाएजस्तै गर्ने प्रयास गर्नुहोस् ।
- ती मुद्राहरूलाई गीतको बोल तथा लयअनुसार मिल्ने गरी नृत्यमा प्रयोग गराउनुहोस् ।



#### ५. मूल्यांकन

- नमस्कार नृत्य गर्नु अगाडि सबै विद्यार्थीहरू सम अवस्थामा बसेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- हात फैलाउदा सीधा छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- हातले भुई छोइएको छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- हातलाई टाउको माथि राखी नमस्कार गर्दा अनुहार छेकेको छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको बसाई वा उभ्याई (Posture) मिलेको छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- नृत्यका विभिन्न मुद्राहरू अभ्यास गर्दा पुस्तकमा देखाएका चित्र जस्तै बसेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गरेका मुद्राहरू गीतको बोलअनुसार मिलेका छन् या छैनन्, तालमा नाचेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गरेको कार्यलाई हेरेर उचित प्रकारले सल्लाह तथा सुझाव दिनुहोस् ।

#### ६. थप सुझाव

- विद्यार्थीहरूलाई क्रियाशील बनाई शारीरिक स्फूर्ति कायम राख्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको बसाई (Posture) नमिलेमा मिलाइदिनुहोस् ।
- हातलाई छातीको सहत (Level) बाट अगाडि लगी दायाँ, बायाँ फैलाउँदा तल झार्नु वा माथि सम्म नलगी हात सीधा राख्नुपर्छ ।
- हात जहाँ जहाँ जान्छ आँखाले पनि त्यतैतिर हेर्नुपर्छ ।
- नृत्य गर्दा अनुहार हसिलो हुनुपर्छ ।
- गीतको भावअनुसार अनुहारको भाव (Facial Expression) हुनुपर्छ । जस्तै : कहिले हाँस्ने, कहिले जिस्काएको जस्तो, कहिले रिसाएको जस्तो, कहिले लजाएको जस्तो आदि हुनुपर्दछ ।

**१. सिकाइउपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य**

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- लय मिलाएर हात, गोडा कम्मर चलाउन ।
- लय मिलाएर एक स्थानबाट अर्को स्थानमा सर्न ।
- सामूहिक रूपमा मिलेर नृत्य गर्न ।
- गोडा चलाउँदै अर्धचन्द्राकार बनाई नृत्य गर्न ।

**२. पाठ परिचय**

नृत्य गर्दा अर्धगोलाकार वा आधाचन्द्रमाको आकार बनाई नृत्य गर्नुलाई अर्धचन्द्राकार नृत्य भनिन्छ । समूहमा नृत्य गर्दा एक स्थानमा मात्र बसेर नृत्य गर्दा नराम्रो देखिन्छ । नृत्यलाई राम्रो, आर्कषक बनाउन एक स्थानबाट अर्को स्थानमा सरी आकार परिवर्तन गरी अर्धचन्द्राकार, गोलाकार, ठाडो, छुट्टके लाइन आदि बनाई नृत्य प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । यस पाठमा विद्यार्थीहरूलाई हात, गोडा, कम्मर चलाई अर्धचन्द्राकार बनाउन सिकाइएको छ ।

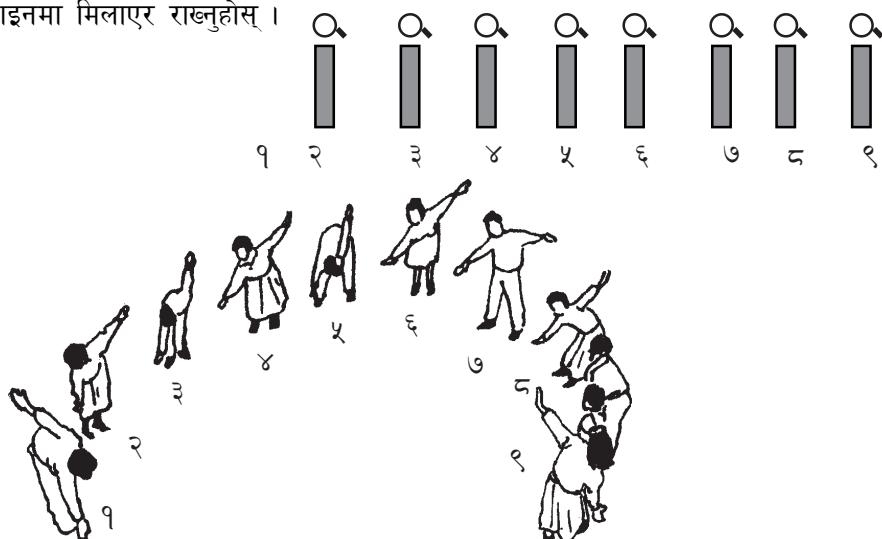
**३. शैक्षिक सामग्री**

मादल, खेजडी, चाँप, काठको सानो लट्ठी वा ताली वा गन्ती ।

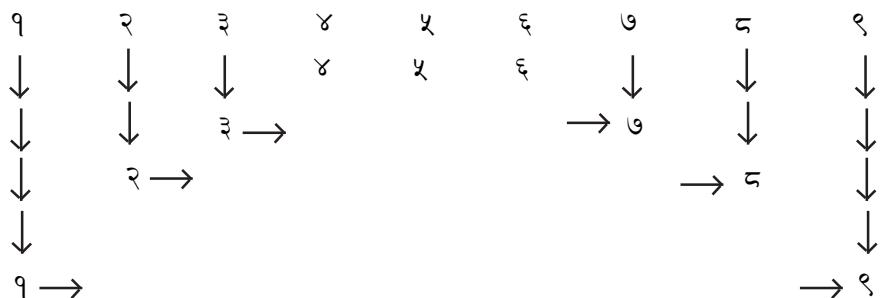
**४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप**

**क्रियाकलाप - १ गोडा चलाउँदै अर्धचन्द्राकार बनाई नृत्य गरौ**

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई बेजोर सड्ख्यामा ९/९ वा ११/११ जनाको सड्ख्यालाई तेस्रो लाइनमा मिलाएर राख्नुहोस् ।



- अब विद्यार्थीहरूलाई ४/४ वा ८/८ गन्तीमा दायाँ गोडाको पञ्जाले भुइँमा हान्न लगाउनुहोस् । यसो गर्दा केटी भए दुवै हातले जामा समात्न लगाउनुहोस् । केटा भए दुवै हात कम्मरमा राख्न लगाउनुहोस् वा केटाकेटी दुवैले पनि एक हात कम्मरमा अर्को हात ठाउकामा राखी गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलापलाई २/४ पल्ट अस्यास गराउन लगाउनुहोस् ।
- अब १, २, ३ नं. का विद्यार्थीहरूलाई दायाँ खुट्टाले भुइँमा हान्दै अगाडि बढन लगाउनुहोस् । जस्तै १ नं. को विद्यार्थीलाई अली ठूलो ठूलो पाइला गरे अगाडि बढन लगाउनुहोस् । यसरी नै २ नं. को विद्यार्थी १ नं. को विद्यार्थीभन्दा थोरै पछाडि बस्ने र ३ नं. को विद्यार्थी २ नं. को भन्दा थोरै पछाडि बस्न लगाउनुहोस् ।
- नं. ४, ५, ६ का विद्यार्थीहरूलाई आफ्नै स्थानमा बसेर दायाँ गोडाको पञ्जाले भुइँमा हान्न लगाउनुहोस् ।
- नं. ७, ८, ९ नं. का विद्यार्थीहरूलाई दायाँ गोडाको पञ्जाले हान्दै अगाडि बढन लगाउनुहोस् । यसरी अगाडि सर्दा ९ नं. का विद्यार्थीलाई अली ठूलो ठूलो पाइला चाल्दै अगाडि बढन लगाउनुहोस् । ८ नं. का विद्यार्थी ९ नं. को भन्दा थोरै पछाडि बस्न लगाउनुहोस् । ७ नं. को विद्यार्थी ८ नं. को भन्दा थोरै पछाडि बस्न लगाउनुहोस् । यसरी बस्दा १ नं. र ९ नं. का एकै लाइनमा, २ नं. र ३ नं. का एकै लाइनमा र ४ नं. र ५ नं. का अली सानो सानो पाइला चाली एकै लाइनमा बस्न लगाउनुहोस्, जस्तै :



- यसरी अर्धचन्द्राकार बनाउँदा ८/१६ गन्तीमा अर्धचन्द्राकार बनाउनुहोस् ।
- यसलाई बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्याङ्कन

- दायाँ गोडाको पञ्जाले भुइँमा हानेको छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- १ नं. को र ९ नं. का विद्यार्थीले लामोलामो पाइला चाली एउटै सीधा लाइनमा बसेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- त्यस्तै गरी अन्य विद्यार्थीहरूको पनि लाइन हेर्नुहोस् ।

- गोडा चाल्दै अगाडि बद्दा लाइन चन्द्राकार छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- केटीहरूले जामा समातेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- केटाहरूले पनि हात कम्मरमा वा शीरमा राखेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- एकै साथ पञ्जाले भुइँमा हानेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- चन्द्राकार बनाएको नमिलेमा शिक्षक आफैले मिलाइदिनुहोस् वा मूल्याङ्कन गरी उचित सल्लाह तथा सभाव दिनुहोस् ।

#### **६. थप सुभाव**

- विद्यार्थीहरूलाई क्रियाशील बनाई शारीरिक स्फूर्ति कायम राख्न लगाउनुहोस् ।
- शरीरको अडग सञ्चालन तथा लचकतामा ध्यान दिनुहोस् ।
- कुनै एक जना विद्यार्थी लाइनमा बसेको मिलेन भने अर्धचन्द्राकार बन्दैन त्यसैले विद्यार्थीहरूलाई एकआपसमा हेरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- जामा समात्दा मुजा फिजिने गरी समात्नुपर्दै ।
- हातहरूलाई कम्मरमा राखी, शीरमा राखी पनि गर्न सकिन्दै ।
- यो सामूहिक क्रियाकलाप भएकाले समूहमा मिलेर कार्य गर्नुहोस् ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- लय मिलाएर हात, गोडा, कम्मर चलाई गोलाकार बनाई नृत्य गर्न ।
- स्थान परिवर्तन गरी सामूहिक रूपमा नृत्य प्रस्तुत गर्न ।

### २. पाठ परिचय

नृत्य गर्दा गोलो आकारमा बसेर नृत्य गर्नेलाई गोलाकार नृत्य भनिन्छ । एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा सर्दै अर्धचन्द्राकार, गोलाकारमा नृत्य गर्दा आकर्षक देखिन्छ । यहाँ लयमा हात, गोडा आदि सञ्चालन गरी गोलाकारमा नृत्य गर्न सिकाइएको छ ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

#### क्रियाकलाप - १ गोडा चलाउँदै गोलाकार बनाई नृत्य गरौं

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई जोर सङ्घायामा जस्तै द देखि १६ जनासम्मका विद्यार्थीहरूलाई सम अवस्थामा लाइन उभ्याउनुहोस् ।
- अब ४ वा द गन्तीको बराबरी लयमा दायाँ गोडाको पञ्जाले भुइँमा ताल मिलाई हान्न लगाउनुहोस् ।
- यस क्रियाकलापमा शिक्षक आफैले दायाँ गोडाको पञ्जाले भुइँमा हानी गोलाकारमा सर्दै देखाउनुहोस् । त्यसपछि क्रमशः पछिपछि विद्यार्थीहरूलाई पछ्याउन लगाउनुहोस् ।
- त्यसपछि १ नं. का विद्यार्थीलाई दायाँ गोडाको चाल्दै गोलाकारमा अगाडि सार्न लगाउनुहोस् । उसको पछिपछि अरू २ देखि १६ नं. सम्मका विद्यार्थीहरूलाई पछ्याउन लगाउनुहोस् ।
- यसरी गोलाकारमा खुटटा चाल्दा १ नं.का विद्यार्थीलाई अली लामोलामो पाइला चाल्न लगाउनुहोस् । १६ नं. का विद्यार्थीलाई अली स-सानो पाइला चाल्न लगाउनुहोस् । बाँकी विद्यार्थीहरूलाई त्यही अनुसार पाइला चाल्न लगाउनुहोस् ।
- यस क्रियाकलापलाई बारम्बार गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप गर्दा केटीहरूलाई जामा समात्न लगाउनुहोस् वा केटाकेटी दुवैलाई कम्मरमा हात राख्न लगाउनुहोस् वा शीरमा हात राख्न लगाई पनि गर्न सकिन्छ ।

### ५. मूल्यांकन

- सबै विद्यार्थीहरूले समान लयमा गोडाको पञ्जाले भुइँमा हानेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- अगाडिको विद्यार्थीले लामोलामो पाइला चालेको र पछाडिको विद्यार्थीले स-सानो पाइला चालेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।

- गोलाकार विद्यार्थीअनुसार ठिकको गोलाकार बनाएका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- गोलाकारबाट भित्र या बाहिर गएका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले हात राखेको मिलेको छ या छैन हेर्नुहोस् ।
- पाइला चाल्दा समान गतीमा नचालेमा ठोकिन सक्छ त्यसैले विद्यार्थीहरूले गरेका कार्यलाई मूल्यांकन गरी उचित तवरले सल्लाह तथा सुझाव दिनुहोस् ।

#### **६. थप सुझाव**

- विद्यार्थीहरूलाई कियाशील बनाइराख्नुहोस् ।
- गोलाकार बनाउँदा शिक्षक आफै अगाडि बसी आफ्नो पछिपछि विद्यार्थीहरूलाई पछ्याउन लगाई अभ्यास गराउनुपर्दछ ।
- विद्यार्थीहरूलाई पनि मूल्यांकन गर्न लगाउनुपर्दछ ।
- हातलाई टाउको माथि फूलजस्तो बनाई पनि गर्न सकिन्छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षमा हुने छन् :

- ताल मिलाएर सामूहिक तथा एकल नृत्य गर्ने ।
- विभिन्न मुद्राहरू प्रयोग गरी नृत्य प्रस्तुत गर्ने ।
- तामाङ सेलोमा नृत्य प्रस्तुत गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

सेलो भन्नाले नेपालीमा भाका हो । यो नाच नेपालको पूर्वी भागमा बसोबास गर्ने तामाङ जातिहरूमा विशेष प्रचलित नृत्य हो । यसमा विशेष गरी बजाइने बाजा डम्फु हो । यो नाच एकल, युगल वा सामूहिक पनि नाच गर्न सकिन्छ । तामाङहरूमा आफ्नो पूजा, बिहे, ब्रतवन्ध आदि शुभकार्यहरूमा डम्फु बजाई नाच्ने तथा गाउने चलन छ । यसको ताल एकोहोरो द मात्रा हुन्छ । तामाङ सेलो सुरु गर्दा लामो भाका तानेर सुरु गरिन्छ र कमशः तालको लय बढ्दै जान्छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

डम्फु, गीतको बोल, स्थानीय वाद्यवादन आदि ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एक समूहमा छात्रा र अर्को समूहमा छात्रालाई मिलाएर राख्नुहोस् ।
- यसरी समूहमा विभाजन गरिसकेपछि उनीहरूलाई आमने सामने हुने गरी पद्धक्तिमा उभ्याउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई गीतको भावार्थ बुझाउनुहोस् ।
- त्यसपछि शिक्षक आफैले वा कुनै जान्ने विद्यार्थीको सहयोग लिई गीतको भावार्थअनुसार एक पटक नाचेर देखाउनुहोस् र छात्र छात्राहरूलाई पनि नाच्न लगाउनुहोस् ।
- यो नाचमा छात्राहरूलाई डम्फु बजाउदै र छात्राहरूलाई जामा समाउदै नाच्न लगाउनुहोस् ।
- छात्र र छात्रा दुवैले डम्फु समाउदै वा बजाउदै नाच्न लगाउनुहोस् ।
- छात्राहरूलाई डम्फु बजाउदै छात्राहरूको वरपर अगाडि पछाडि घुमीघुमी नाच्न लगाउनुहोस् ।
- छात्राहरूलाई पनि टाउकामा अर्को हातले जामा समाएर नाच्न लगाउनुहोस् ।

### ५. मूल्यांकन

- गीतको भावार्थअनुसार नाचेका छन् या छैनन् हेनुहोस् ।
- शरीरको लचकतामा र अनुहारको भावमा ध्यान दिनुहोस् ।

- यो नाच नाच्दा सबै विद्यार्थीहरूले सँगै तालमा हात तथा गोडा कम्मर चलाएका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको कार्य हेरी कमी कमजोरी भएमा मूल्याङ्कन गरी शिक्षकले उचित सल्लाह तथा सुभाव दिनुहोस् ।

#### **६. थप सुभाव**

- विद्यार्थीहरूलाई क्रियाशील बनाई शरीरको स्फूर्ति कायम राख्न लगाउनुहोस् ।
- हातका औलाहरूलाई कलात्मक ढड्गले फिजाउने गर्नुपर्दछ ।
- शारीरिक मुद्रा तथा हस्तमुद्राहरू स्पष्ट रूपमा देखिनुपर्दछ ।
- अनुहारको भाव गीतको भावअनुसार कहिले हसिलो, कहिले जिस्क्याएको जस्तो, कहिले रिसाएको जस्तो हुनुपर्दछ ।
- समूहमा नाच्दा विद्यार्थीहरूमा एकआपसमा तालमेल राम्रो मिलेको हुनुपर्दछ । नाच्दा शरीरलाई स्वतन्त्ररूपमा राखी नाच्नुपर्दछ ।

## १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- विभिन्न प्रकारले एक हात र दुवै हातहरूको प्रयोग गरी हस्त मुद्राहरूको अभ्यास गर्न ।
- हस्त मुद्राहरू प्रयोग गरी गीतमा नृत्य गर्न तथा अभिनय गर्न ।
- हत्केला तथा औँलाहरूलाई कलात्मक तरिकाले सञ्चालन गर्न ।
- हस्तमुद्राको सहायताले भावहरू व्यक्त गर्न ।
- विभिन्न जनावरहरूको नक्कल गर्न ।

## २. परिचय

हातका औँलाहरू मिलाएर विभिन्न प्रकारका आकृतिहरू बनाउने विधिलाई हस्त मुद्रा असंयुक्ता मुद्रा (एक हस्त मुद्रा) भनिन्छ । दुवै हातहरू प्रयोग गरी बनाउने मुद्रालाई संयुक्त हस्त मुद्रा (दुई हातहरूको मुद्रा) भनिन्छ । यस्ता हस्त मुद्राहरू प्रयोग गरी गीतको भावलाई व्यक्त गरी नृत्यकारले आफ्नो नृत्यलाई साकार गर्न सक्छ । हरेक मुद्राको आफैनै भाव तथा अर्थ हुन्छ ।

## ३. शैक्षिक सामग्री

पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न प्रकारका हस्त मुद्राहरूको चित्र ।

## ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । तल दिइएका हस्तमुद्राहरूको अध्ययन गराई ती मुद्राहरूका बारेमा व्याख्या पनि गरिदिनुहोस् ।



पताक



मुष्ठी



शिखर



सिंहमुख



अञ्जली



कपोत



मत्स्य



अलपदम

उत्सडग

- शिक्षक आफैले सर्वप्रथम पुस्तकमा रहेको हस्त मुद्राका चित्रहरू हेरी उस्तै हातको नक्कल गरेर देखाउनुहोस् ।
- अब विद्यार्थीहरूलाई पनि कमैसँग हस्तमुद्राहरूको अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले हस्त मुद्राहरू बनाउन जानेकी जानेनन् हेरी बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- यी संयुक्त हस्तमुद्रा र असंयुक्त हस्त मुद्राहरूको महत्व बताई नृत्य तथा अभिनयमा प्रयोग गराई नृत्य तथा अभिनय गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

#### **५. मूल्यांकन**

- औलाहरू सही तरिकाले राखेका छन् या छैनन् हेर्नुहोस् ।
- उनीहरूले बनाएका हस्तमुद्राहरूको मूल्यांकन गरी कसैले नजानेको वा नमिलेको खण्डमा सिकाइदिनुहोस् वा उचित किसिमको सल्लाह तथा सुझाव दिनुहोस् ।
- मुद्राहरूको भाव वा अर्थ के के हुन सक्छ विद्यार्थीहरूलाई सोधनुहोस् ।

#### **६. थप सुझाव**

- विभिन्न प्रकारका हस्तमुद्राहरू वा पुस्तकमा भएका चित्रहरू देखाएर पनि विभिन्न प्रकारका नक्कल वा अभिनय गर्न गराउन सकिन्छ ।
- मुद्राहरूको भावार्थ केके हुन सक्छ सोधन सकिन्छ ।

### १. सिकाइउपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस पाठको अन्त्यमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :

- पाठ्यपुस्तकमा रहेका तथा अन्य कथा, नाटक, लेख तथा संवाद आदिमा अभिनय गर्ने ।
- कुनै पनि विषयवस्तुको रचना गरी अभिनय गर्ने ।
- कुनै पनि कथाका पात्रहरूको नक्कल गर्ने ।

### २. पाठ परिचय

कुनै पनि कथा, घटना, संवाद, कुराकानी आदिलाई मुखको भाव, शारीरिक भावले प्रस्तुत गर्ने कलालाई अभिनय भनिन्छ । अभिनय धेरै प्रकारले गर्न सकिन्छ । जस्तै : अझगहरूको सञ्चालनबाट मात्र गर्ने अभिनयलाई आझगिक अभिनय भनिन्छ । संवाद बोलेर गरिने अभिनयलाई वाचित अभिनय भनिन्छ । गरगहना वेषभूषा लगाएर गरिने अभिनयलाई आहार्य अभिनय भनिन्छ । कथाको सारलाई भावबाट व्यक्त गरेर गरिने अभिनयलाई सात्विक अभिनय भनिन्छ ।

### ३. शैक्षिक सामग्री

पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न प्रकारका कथा, लेख, रचना, कविता वा आफ्नै रचनाहरू ।

### ४. शिक्षणसिकाइ क्रियाकलाप

- सर्वप्रथम आफ्नो कक्षाको नेपाली किताबबाट कुनै पनि कथालाई आधार मानी नाटकको रूप दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी नाटकका पात्रहरू छुट्याउदिनुहोस् ।
- नाटकका पात्रअनुसार विद्यार्थीहरूलाई कस्तो पात्र सुहाउँछ छुट्याइदिनुहोस् वा विद्यार्थी आफैलाई छान्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले बोल्ने संवाद उनीहरूलाई कण्ठ गर्न लगाउनुहोस् ।
- अभिनय गर्न र संवादको बोलका लागि शिक्षकले मद्दत गर्नुहोस् वा उचित सल्लाह तथा सुझाव दिई अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।
- त्यसपछि पुस्तकमा देखाएजस्तै पालैपालो अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- कथा, नाटक, संवाद आदि विद्यार्थीहरूबाट वा शिक्षक आफैले लेख्न सक्नुहन्छ, उनीहरूलाई प्रेरित गर्नुहोस् साथै उनीहरूले रचेका कथा, नाटकहरूमा अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीहरूलाई सहभागी बनाउनुहोस् ।

#### ५. मूल्यांकन

- विद्यार्थीहरूले कसरी अभिनय गरिरहेका छन्, हेर्नुहोस् ।
- उनीहरूको संवादलाई ध्यान दिएर सुन्नुहोस् र आवश्यकताअनुसार कमी कमजोरी भएमा सल्लाह तथा सुझाव दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले रचेका रचनाहरू हेरेर ।
- उनीहरूको अनुहारको भावलाई मूल्यांकन गरेर ।
- पात्रअनुसारको चरित्र देखिएका छन् वा छैनन् हेरेर ।

#### ६. थप सुझाव

- विभिन्न प्रकारका पात्रहरूको नक्कल गर्न लगाउनुहोस् ।
- अभिनयलाई प्रभावकारी बनाउन सङ्गीतको पनि प्रयोग गर्न सकिन्दै ।
- हस्त मुद्राहरू प्रयोग गर्न सकिन्दै ।
- पात्रको चरित्रलाई अझ भल्काउन वेषभूषा, शृङ्गारले पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका लेख्दै ।
- आफ्नो अभिनयलाई अझ राम्रो बनाउन आफ्नो वरपर भएका घटना, व्यक्तिहरूको बोलाइ, हसाइ, लबाइ, चाल, चलन, हिँडाइलाई अवलोकन गर्दा प्रभावकारी हुन्दै ।