

# अनुसूचीहरू

---



## अनुगमन फारम (नमूना)

फारम नं.१ (क)

प्रारम्भिक बालविकासको लागि अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सहभागीहरूको विवरण फारम (सहजकर्ताले प्रयोग गर्ने)

- क) प्रदेश ..... जिल्लाको नाम : ..... स्थानीय तहको नाम : ..... वडा नं. .... गाउँ टोल : .....
- ख) सहजकर्ताको नाम थर : ..... संस्थाको नाम : .....
- ग) प्रशिक्षकको नाम थर : .....
- घ) तालिम सत्र सुरु भएको मिति : साल ..... महिना ..... गते .....
- ङ ) तालिम सत्र अन्त भएको मिति : साल ..... महिना ..... गते .....

| क्र.सं. | सहभागीको नाम थर<br>(आमा बुबा, स्याहारकर्ता) | लिङ्ग |    | ठेगाना | उमेर | पेसा | शैक्षिक<br>योग्यता | बच्चाको<br>नाता | ८ वर्षमुनिको सङ्ख्या |        | ८ वर्षमुनिको अपाङ्गता<br>भएका सङ्ख्या |        | अन्य    |           |
|---------|---------------------------------------------|-------|----|--------|------|------|--------------------|-----------------|----------------------|--------|---------------------------------------|--------|---------|-----------|
|         |                                             | म     | पु |        |      |      |                    |                 | बालक                 | बालिका | बालक                                  | बालिका | गर्भवती | नवविवाहित |
| १       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ३       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ४       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ५       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ६       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ७       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ८       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ९       |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १०      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ११      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |

| क्र.सं. | सहभागीको नाम थर<br>(आमा बुबा, स्याहारकर्ता) | लिङ्ग |    | ठेगाना | उमेर | पेसा | शैक्षिक<br>योग्यता | बच्चाको<br>नाता | ८ वर्षमुनिको सङ्ख्या |        | ८ वर्षमुनिको अपाङ्गता<br>भएका सङ्ख्या |        | अन्य    |           |
|---------|---------------------------------------------|-------|----|--------|------|------|--------------------|-----------------|----------------------|--------|---------------------------------------|--------|---------|-----------|
|         |                                             | म     | पु |        |      |      |                    |                 | बालक                 | बालिका | बालक                                  | बालिका | गर्भवती | नवविवाहित |
| १२      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १३      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १४      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १५      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १६      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १७      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १८      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| १९      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २०      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २१      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २२      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २३      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २४      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २५      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २६      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २७      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २८      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| २९      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |
| ३०      |                                             |       |    |        |      |      |                    |                 |                      |        |                                       |        |         |           |

फारम भर्नेको नाम :

पद :

हस्ताक्षर :

# अभिभावकहरूद्वारा छनौट र प्राथमिकीकरण गरिनुसारको विषय वा शीर्षकहरू

(सहजकर्ताले अभिभावकसँग छलफलपछि भर्ने)

सहजकर्ताको नाम : ..... स्थानीय तहको नाम : ..... वडा नं. .... गाउँ टोल : .....  
 प्रदेश ..... जिल्लाको नाम : .....

| सत्र | भाग                                                        | शीर्षक                                  | छनौट सत्र | मुख्य र प्राथमिकताअनुसारको विषयवस्तु  | किताबको सत्र |
|------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------|---------------------------------------|--------------|
| १    | भाग एक<br>प्रारम्भिक बालविकास<br>तथा अभिभावकको<br>भूमिका   | अभिभावक शिक्षाको चिनारी र महत्त्व       | १         | अभिभावक शिक्षाको चिनारी र महत्त्व     |              |
| २    |                                                            | प्रारम्भिक बालविकासको परिचय र महत्त्व   | २         | प्रारम्भिक बालविकासको परिचय र महत्त्व |              |
| ३    |                                                            | अभिभावकीय शैली                          | ३         | अभिभावकीय शैली                        |              |
| ४    |                                                            | बालबालिकासँग कुराकानी र सञ्चार          | ४         | बालबालिकासँग कुराकानी र सञ्चार        |              |
| ५    |                                                            | बालव्यवहार र सकारात्मक अनुशासन          | ५         | बालव्यवहार र सकारात्मक अनुशासन        |              |
| ६    |                                                            | प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिका     | ६         | प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिका   |              |
| ७    | भाग दुई<br>बालबालिकाको<br>विकासात्मक चरण र<br>उचित स्याहार | गर्भावस्थामा आमा र शिशुको स्याहार       |           |                                       |              |
| ८    |                                                            | नवजात शिशु तथा सुत्केरीको हेरचाह        |           |                                       |              |
| ९    |                                                            | प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा उत्प्रेरणा     |           |                                       |              |
| १०   |                                                            | सुनौला १००० दिन                         |           |                                       |              |
| ११   |                                                            | प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका विकासात्मक चरण |           |                                       |              |
| १२   |                                                            | समयमै अपाङ्गताको पहिचान                 |           |                                       |              |

| सत्र | भाग                                      | शीर्षक                                               | छनौट सत्र | मुख्य र प्राथमिकताअनुसारको विषयवस्तु | किताबको सत्र |
|------|------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------|--------------|
| १३   | आठ तीन<br>बालस्वास्थ्य, पोषण<br>र सरसफाई | स्तनपानको महत्त्व र तरिका                            |           |                                      |              |
| १४   |                                          | ६ महिनादेखिका बालबालिकाका लागि पूरक वा थप खाना       |           |                                      |              |
| १५   |                                          | कुपोषणको कारण र रोकथाम                               |           |                                      |              |
| १६   |                                          | सुरक्षित पानीको महत्त्व                              |           |                                      |              |
| १७   |                                          | सरसफाई र बालबालिकाको स्वास्थ्य                       |           |                                      |              |
| १८   |                                          | बालस्वास्थ्य र स्याहार                               |           |                                      |              |
| १९   |                                          | बालघातक सरुवा रोगको रोकथाम                           |           |                                      |              |
| २०   | आठ चार<br>बालसंरक्षण तथा<br>स्याहार      | सबै बालबालिकाका आधारभूत अधिकार र प्रारम्भिक बालविकास |           |                                      |              |
| २१   |                                          | हिंसा र दुर्व्यवहारबाट बालबालिकाको सुरक्षा           |           |                                      |              |
| २२   |                                          | अभिभावक तथा बालबालिकाको मानसिक स्वास्थ्य             |           |                                      |              |
| २३   |                                          | दुर्घटनाहरूबाट बालबालिकाको सुरक्षा तथा संरक्षण       |           |                                      |              |
| २४   |                                          | विपद्को स्थितिमा बालसुरक्षा र सिकाइ                  |           |                                      |              |
| २५   |                                          | साना बालबालिकाको स्याहारमा स्क्रिनको प्रयोग र असर    |           |                                      |              |
| २६   |                                          | प्रारम्भिक बालसिकाइको महत्त्व                        |           |                                      |              |
| २७   | आठ पाँच<br>प्रारम्भिक<br>बालसिकाइ        | प्रारम्भिक बालविकासमा खेलको महत्त्व                  |           |                                      |              |
| २८   |                                          | स्थानीय सिकाइ सामग्रीको उपयोग                        |           |                                      |              |
| २९   |                                          | बालकेन्द्रित सिकाइ क्रियाकलाप                        |           |                                      |              |
| ३०   |                                          | प्रारम्भिक साक्षरता तथा गणितीय सिप                   |           |                                      |              |
| ३१   |                                          | प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा                       |           |                                      |              |
| ३२   |                                          | बालमैत्री विद्यालय र सिकाइ                           |           |                                      |              |

नोट : आधारभूत शीर्षकअन्तर्गत पाँच पाठ छनौट गर्ने । प्राथमिकीकरणका थप १५ पाठ गरी कुल २० पाठहरू अनिवार्य रूपमा सञ्चालन गर्नुपर्दछ । सहभागीहरूले सबै पाठका ज्ञानसिप सिक्नु अति आवश्यक छ ।

फाराम भर्नेको नाम :

पद :

हस्ताक्षर :

अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा छलफल भएका विषयअनुसारको उपस्थिति (सहजकर्ताले गर्ने)

(अभिभावक शिक्षा सहजकर्ताका लागि सन्दर्भ सामग्रीमा भएको सत्रअनुसार)

सहजकर्ताको नाम नाम : .....

प्रदेश..... जिल्लाको नाम : .....स्थानीय तहको नाम : .....वडा नं. .... गाउँ टोल : .....

अभिभावक शिक्षा सञ्चालन मिति : .....देखि समापन मिति : .....

| क्र. सं. | नाम थर | अभिभावक शिक्षा सहजकर्ताका लागि सन्दर्भ सामग्रीमा भएको सत्रअनुसार हाजिर गर्ने |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
|----------|--------|------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
|          |        | १                                                                            | २ | ३ | ४ | ५ | ६ | ७ | ८ | ९ | १० | ११ | १२ | १३ | १४ | १५ | १६ | १७ | १८ | १९ | २० | २१ | २२ | २३ | २४ | २५ | २६ | २७ | २८ | २९ | ३० | ३१ | ३२ |  |
| १        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ३        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ४        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ५        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ६        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ७        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ८        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ९        |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १०       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ११       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १२       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |

फाराम नं.३ (ख)

| क्र. सं. | नाम थर | अभिभावक शिक्षा सहजकर्ताका लागि सन्दर्भ सामग्रीमा भएको सत्रअनुसार हाजिर गर्ने |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
|----------|--------|------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
|          |        | १                                                                            | २ | ३ | ४ | ५ | ६ | ७ | ८ | ९ | १० | ११ | १२ | १३ | १४ | १५ | १६ | १७ | १८ | १९ | २० | २१ | २२ | २३ | २४ | २५ | २६ | २७ | २८ | २९ | ३० |  |
| १३       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १४       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १५       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १६       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १७       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १८       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| १९       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २०       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २१       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २२       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २३       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २४       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २५       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २६       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २७       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २८       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| २९       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| ३०       |        |                                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |

फाराम भर्नेको नाम :

पद :

हस्ताक्षर :

## पुनरावलोकन : प्रत्येक तालिम सत्र सक्रियपछि सहजकर्ताले भने

सहजकर्ताको नाम : ..... स्थानीय तहको नाम : ..... वडा नं. .... गाउँ टोल : .....  
 प्रदेश ..... जिल्लाको नाम : .....

### अभिभावक शिक्षामा छलफल भएका विषय वस्तुहरू

| क्र.सं. | छलफल भएको विषयवस्तु | महिना गते | सञ्चालन समय | कुल सहभागी सङ्ख्या |       | मुख्य सिकाइ | यस विषयमा आएको समस्या |
|---------|---------------------|-----------|-------------|--------------------|-------|-------------|-----------------------|
|         |                     |           |             | महिला              | पुरुष |             |                       |
| १       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| २       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ३       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ४       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ५       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ६       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ७       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ८       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| ९       |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १०      |                     |           |             |                    |       |             |                       |

| क्र.सं. | छलफल भएको विषयवस्तु | महिना गते | सञ्चालन समय | कुल सहभागी सङ्ख्या |       | मुख्य सिकाइ | यस विषयमा आएको समस्या |
|---------|---------------------|-----------|-------------|--------------------|-------|-------------|-----------------------|
|         |                     |           |             | महिला              | पुरुष |             |                       |
| ११      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १२      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १३      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १४      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १५      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १६      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १७      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १८      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| १९      |                     |           |             |                    |       |             |                       |
| २०      |                     |           |             |                    |       |             |                       |

आफूले गरेको नयाँ प्रयासहरू :

- 
- 
- 

प्रमाणित गर्नेको नाम थर :

सही :

मिति :

## कार्यक्रम संयोजक वा अन्य अनुगमनकर्ताले घरभेटबाट भर्ने

अभिभावकको प्रारम्भिक बालविकास ज्ञान, सिप र व्यवहार अवलोकन रजु सूची : (नमुना)

सहजकर्ताको नाम : .....  
 अभिभावकको नाम : ..... बालबालिकाको नाम : .....  
 प्रदेश ..... जिल्लाको नाम : ..... स्थानीय तहको नाम : ..... वडा नं. .... गाउँ टोल : .....

| सूचक<br>सङ्ख्या | सूचक                                                                                | (ज्ञान, सिप र व्यवहार) |            |                |             |                             |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------|----------------|-------------|-----------------------------|
|                 |                                                                                     | १<br>अति न्यून         | २<br>न्यून | ३<br>सन्तोषजनक | ४<br>राम्रो | ५<br>धेरै राम्रो/सबै<br>सकछ |
| १               | अभिभावक शिक्षाको महत्त्व बताउन सक्ने                                                |                        |            |                |             |                             |
| २               | बालबालिकाको कुनै चार अधिकार बताउन सक्ने                                             |                        |            |                |             |                             |
| ३               | सुनौलो हजार दिनको महत्त्व बताउन सक्ने                                               |                        |            |                |             |                             |
| ४               | प्रारम्भिक बालविकासका आधार (शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक, भाषा, सामाजिक) बताउन सक्ने |                        |            |                |             |                             |
| ५               | बुवाले बालबालिकाको हेरचाहमा मद्दत गरेको                                             |                        |            |                |             |                             |
| ६               | साना बालबालिकालाई स्क्रिनको प्रयोग कम भएको                                          |                        |            |                |             |                             |
| ७               | परिवारले गर्भावस्थाका महिलालाई सहयोग र स्याहार गरेको                                |                        |            |                |             |                             |
| ८               | बालबालिकाको उमेरअनुसार पोसिलो खाना खुवाईएको                                         |                        |            |                |             |                             |
| ९               | बालबालिकामा कुपोषणको कारण भन्न सकेको                                                |                        |            |                |             |                             |
| १०              | सफा पानीको प्रयोग भएका                                                              |                        |            |                |             |                             |
| ११              | बालबालिकाको व्यक्तिगत सरसफाइ भएको                                                   |                        |            |                |             |                             |

| सूचक<br>सङ्ख्या | सूचक                                                       | (ज्ञान, सिप र व्यवहार) |            |                |             |                               |
|-----------------|------------------------------------------------------------|------------------------|------------|----------------|-------------|-------------------------------|
|                 |                                                            | १<br>अति न्यून         | २<br>न्यून | ३<br>सन्तोषजनक | ४<br>राम्रो | ५<br>धेरै राम्रो/सबै<br>सक्छु |
| १२              | घरवरिपरि वा बालबालिका खेल्ने ठाउँको सरसफाइ भएको            |                        |            |                |             |                               |
| १३              | बालबालिकासँग स्थानीय खेलौना प्रयोग गरेर खेलेको वा खेलाइएको |                        |            |                |             |                               |
| १४              | बालबालिकासँग कुराकानी गर्ने गरेका                          |                        |            |                |             |                               |
| १५              | बालबालिकालाई उत्प्रेरित गरेको                              |                        |            |                |             |                               |
| १६              | बालबालिकालाई चित्र कथा पढेर सुनाउने गरेको                  |                        |            |                |             |                               |
| १७              | बालबालिकालाई बालकेंद्रित क्रियाकलाप गराउने गरेको           |                        |            |                |             |                               |
| १८              | बालबालिकालाई घरायसीकाममा सिकाइको अवसर दिएको                |                        |            |                |             |                               |
| १९              | बालबालिकालाई सजाय नदिएको                                   |                        |            |                |             |                               |
| २०              | बालबालिकालाई दुर्व्यवहार नगरेको                            |                        |            |                |             |                               |
| २१              | बालबालिकालाई भेदभाव नगरेको                                 |                        |            |                |             |                               |
| २२              | बालबालिकालाई एकै छोट्टो नगरेको                             |                        |            |                |             |                               |
| २३              | बालबालिकालाई पूर्ण खोप दिइएको                              |                        |            |                |             |                               |
| २४              | बालबालिकालाई लाग्ने साधारण रोगबारे बताउन सकेको             |                        |            |                |             |                               |
| २५              | विपदबारे बालबालिकाको लागि पूर्वतयारी गरेको                 |                        |            |                |             |                               |
| २६              | बालविकास केन्द्र/विद्यालय को क्रियाकलापमा संलग्न भएको      |                        |            |                |             |                               |

फाराम भर्नेको नाम :

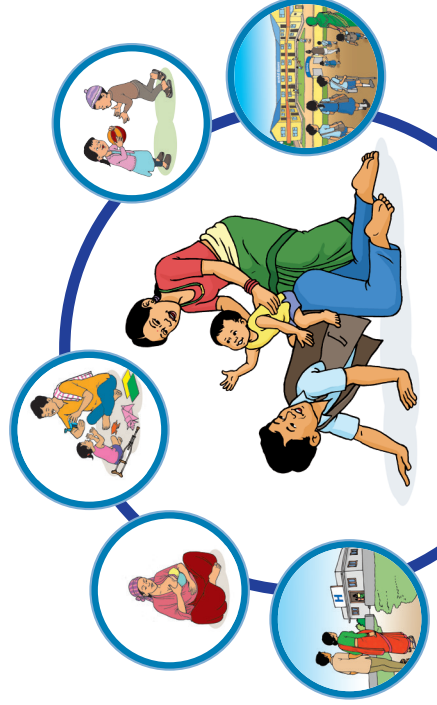
पद :

हस्ताक्षर :

# सचेत अभिभावक प्रमाणपत्र (नमूना)

श्री.....लाई  
नेपाल सरकार, शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालय, शिक्षा विभागबाट निर्मित  
अभिभावक शिक्षा प्याकेजका ६ आधारभूत विषयसहित कठ्तीमा २० विषयमा  
(मिति).....देखि (मिति).....

नियमित रूपमा सहभागी भई सचेत अभिभावक बन्नु भएका  
यस प्याकेजबाट सिक्नुभएका ज्ञान तथा सिप बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा प्रयोग गर्नुहुने छ भन्ने  
आशा र शुभकामनासहित यो प्रमाणपत्र प्रदान गरिएको छ ।



.....  
सहजकर्ता  
मिति :

.....  
आयोजक संस्थाबाट  
(पालिका, स्वास्थ्य संस्था, विद्यालय,  
गैरसरकारी संस्था आदि)  
मिति:

# सन्दर्भ सामग्री

- अगाथा थापा, (२०५०), बालविकास, सेतो गुँरास राष्ट्रिय बालविकास सेवा, ललितपुर
- उमा लामा श्रेष्ठ, (२०७४), प्रारम्भिक बाल उत्प्रेरणा, नेशनल इन्सटीच्यूट अफ साइकोलोजी, काठमाण्डौ
- एनसिई-नेपाल, (२०७३) बाल प्रतिभा, विद्यालयमा विपद् व्यवस्थापन सचेतनाका लागि प्रत्येक विद्यालय सुरक्षित विद्यालय, सुरक्षित भविष्य, सुरक्षित राष्ट्र, प्रकाशक शिक्षाका लागि राष्ट्रिय अभियान नेपाल (एनसिई-नेपाल) बबरमहल, काठमाण्डौ
- कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्रालय, (२०७४), आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तु (बिक्री वितरण) नियन्त्रण ऐन, २०४९, संसोधित
- केन्द्रिय बालकल्याण समिति, (२०७२), बालबालिकालाई दिइने सजाय र केही विकल्पहरू : सचेतना पुस्तिका
- कृषि विकास मन्त्रालय तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय, २०७३, नेपालीका लागि असल खानपानसम्बन्धी मार्गदर्शन
- नेपाल कानून आयोग, (२०७४), अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अधिकार सम्बन्धी ऐन <http://www.lawcommission.gov.np>
- नेपाल कानून आयोग, (२०७४), विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन सम्बन्धी कानूनलाई संसोधन र एकीकरण गर्न बनेको ऐन <http://drrportal.gov.np/uploads/document/1509.pdf>
- नेपाल कानून आयोग, (२०७४), स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन <http://www.moljpa.gov.np/wp-content/uploads/2018/>
- नेपाल कानून आयोग, (२०७५), अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा ऐन
- नेपाल कानून आयोग, (२०७५), बालबालिका सम्बन्धी ऐन <http://www.lawcommission.gov.np>
- पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, (२०७६) आधारभूत तह( कक्षा १ -३)को पाठ्यक्रम, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सानोठिमी, भक्तपुर
- पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, (२०७७) प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको पाठ्यक्रम, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सानोठिमी, भक्तपुर
- प्लान नेपाल, सेभ द चिल्ड्रेन, वर्ल्ड भिजन, २०१४, बालअनुकूल स्याहार र प्रारम्भिक उत्प्रेरणा : प्रारम्भिक बालविकास अभिभावक शिक्षा
- युनिसेफ, (२०७०), प्रारम्भिक बालविकासको लागि अभिभावक शिक्षा : सहजकर्ताका लागि सन्दर्भ सामग्री
- राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र र खानेपानी तथा ढल निकास विभाग, भाडा-पखालाबाट बच्न ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू
- राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र, विपद्पछि ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू
- राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र, (२०७३), सुनौला १००० दिन सञ्चार अभियान कार्यान्वयन निर्देशिका
- राष्ट्रिय योजना आयोग (२०७७), प्रारम्भिक बालविकास राष्ट्रिय रणनीति २०७७-२०८८, काठमाडौं
- शिक्षा विभाग, (२०६७), बालमैत्री विद्यालय राष्ट्रिय कार्यढाँचा, सानोठिमी, भक्तपुर
- शिक्षा विभाग, (२०६८), अभिभावक शिक्षाको परिचयात्मक तालिम पुस्तिका, सानोठिमी, भक्तपुर
- शिक्षा विभाग, (२०६९), ४८ देखि ६० महिनाका बालबालिकाको प्रारम्भिक सिकाइ तथा विकास मापदण्ड
- शिक्षा विभाग, (२०७३), अभिभावक शिक्षा : सहजकर्ताका लागि सन्दर्भ सामग्री तथा चित्रात्मक क्रियाकलाप कार्ड, सानोठिमी, भक्तपुर

- शिक्षा विभाग, (२०७५), राष्ट्रिय न्यूनतम मापदण्ड मार्गदर्शक पुस्तिका २०६७, प्रथम संशोधन, सानोठिमी, भक्तपुर
- शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र (२०७९) प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा कार्यक्रममा रहेका बालबालिकाका लागि प्रारम्भिक सिकाइ तथा विकास प्रगति विवरण (ELDS Report card) मा आधारित निर्माणात्मक मूल्याङ्कन स्रोत पुस्तिका, सानोठिमी, भक्तपुर
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, (२०७२), मातृ, शिशु तथा बाल्यकालीन पोषण : समुदाय स्तरीय तालिम निर्देशिका
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, (२०७३) आमा तथा नवजात शिशु सुरक्षा कार्यक्रम कार्यन्वयन पुस्तिका (२०६५), तेश्रो संशोधन, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, स्वास्थ्य सेवा विभाग, परिवार कल्याण महाशाखा टेकु, काठमाडौं
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, (२०७४), बृहत पोषण लक्षित कार्यक्रम : परामर्श पुस्तिका
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, (२०७४) निःशुल्क नवजात शिशु उपचार सेवा कार्यक्रम कार्यविधि निर्देशिका, स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य सेवा विभाग, बालस्वास्थ्य महाशाखा, टेकु, काठमाडौं
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, समुदायमा आधारित नवजात शिशु तथा बाल रोगको एकीकृत व्यवस्थापन : महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरूका लागि
- स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, (२०७७), राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति तथा कार्य योजना, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, टेकु, काठमाडौं <https://drive.google.com/file/d/13BHh05nqDMKfWRJm-kR1tGWUsRxU3z6Z/view>
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, समुदायमा आधारित कुपोषण व्यवस्थापन कार्यक्रम, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको तालिमको लागि प्रशिक्षण सहयोगी निर्देशिका, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, स्वास्थ्य सेवा विभाग, टेकु काठमाडौं, नेपाल
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, (२०७६) बृहत पोषण विशेष कार्यक्रमसम्बन्धी स्वास्थ्य कार्यकर्ताहरूको लागि आधारभूत क्षमता अभिवृद्धि पुस्तिका, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, स्वास्थ्य सेवा विभाग, परिवार कल्याण महाशाखा टेकु, काठमाडौं
- स्वास्थ्य सेवा विभाग, (२०७८) मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य सञ्चालन निर्देशिका, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, स्वास्थ्य सेवा विभाग, परिवार कल्याण महाशाखा, टेकु, काठमाडौं
- सेतो गुराँस राष्ट्रिय बालविकास सेवा तथा सेभ द चिल्ड्रेन, (२०७३), प्रारम्भिक साक्षरता एवं गणित अवधारण तथा सिप : बालविकास केन्द्रका सहजकर्ता तथा तालिमको लागि सहयोगी पुस्तिका
- सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय, (२०७५) स्थानीय तहमा एकीकृत प्रारम्भिक बालविकासका लागि योजना तर्जुमा कार्यशाला स्रोत सामग्री, सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय, काठमाडौं
- Alliance (2002) 100 ways to energise groups: Games to use in workshops, meetings and the community, International HIV/AIDS - Queensberry House, United Kingdom.
- B C Health Planning, (1996), Guiding children's behaviour : book for ECD facilitators / training manual children curriculum differences.
- Benes, F. M., Turtle, M., Khan, Y., & Farol, P. (1994). Myelination of a key relay zone in the hippocampus formation occurs in the human brain during childhood, adolescence, and adulthood. *Archives of General Psychiatry*, 51(6), 477–484. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1994.03950060041004>
- Berthelsen D., (2018), Smalltalk, Victorian Government Parenting Research Centre, [www.parentingrc.org.au](http://www.parentingrc.org.au).
- Bernard van Leer (2004), "Early Childhood Matters", Young Children's Participation, Rhetoric or growing Reality.
- Bhatta, S, Mytton, JA, and Deave, T. Assessment of home hazards for non-fatal childhood injuries in rural Nepal: a community survey. *Inj Prev.* (2021) 27:104–10. doi: 10.1136/injuryprev-2019-043482

- Bhatta, S, Mytton, J, and Deave, T. Home environmental change for child injury prevention in Nepal: a qualitative study. *J Child Health Care*. (2023) 27:323–35. doi: 10.1177/13674935211052156
- Bhatta S, Mytton J, Ghimire A, Manandhar L, Bray I, Zandian H and Joshi SK (2026) A qualitative study to inform a parental education intervention for unintentional child injury prevention in rural Nepal. *Front. Public Health* 14:1761753. doi: 10.3389/fpubh.2026.1761753 <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2026.1761753/full>. Centre for Public Health and Wellbeing, University of the West of England (UWE Bristol), United Kingdom.
- Bożena Muchacka, Play as a form of therapy for children (historical and pedagogical aspects of problem) <https://rep.up.krakow.pl/xmlui/bitstream/handle/11716/4334/1-01--Play-as-a-form-of-therapy>.
- CBS, UNICEF (2019) National Multiple Indicator cluster survey, Key indicators, Central Bureau of Statistics. <https://cbs.gov.np/wp-content/uploads/2020/07/Nepal-MICS-2019-Key-Indicators-.pdf>
- CDC, Positive Parenting Tips for Healthy Child Development- National Center on Birth Defects and Developmental Disabilities Division of Human Development and Disability. <http://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle.html>
- ChildSafeNet, Parenting in the digital age.
- <https://www.childsafenet.org/parents-managing-screen-time>
- Diana et al., (2009 ) Human Development- Diane E. Papalia, Sally Wendkos Olds, Ruth Duskin Feldman, Tata McGraw Hill Publishing Company Limited
- Dubow (2009) Long-term Effects of Parents' Education on Children's Educational and Occupational Success: Mediation by Family Interactions, Child Aggression, and Teenage Aspirations, Merrill Palmer Q, Wayne State Univ Press.
- Edgecombe et al., (2001) First-Time Parent Group Resource and Facilitation Guide for Maternal and Child Health Nurses- G. Edgecombe, S. White, G. Marsh, C. Jackson, B. Hanna, S. Newman, D. Scott Published by the Victorian Government Department of Human Services Melbourne, Victoria
- Eriksson et al. (1998) Neurogenesis in the adult human hippocampus. *Nature Medicine* 4, 1313-1317
- FAO, (2021), MINIMUM DIETARY DIVERSITY FOR WOMEN, An updated guide for measurement: from collection to action, Food and Agriculture Organization of the United Nations, Rome. <https://doi.org/10.4060/cb3434en>
- France E Aboud, (2007) Evaluation of an Early Childhood Parenting Programme in Rural Bangladesh, *J Health Popul Nutr*; 25(1): 3–13.
- French, G. (2013). Early literacy and numeracy matters. From *Journal of early childhood studies*, OMEP, Vol. 7 April 2013
- Finders J.K. (2016) . *The impact of parenting education on parent and child behaviors: Moderators by income and ethnicity*
- Gardener, H. (1983). Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. <https://doi.org/10.1177/001698628502900212>
- Gould et al (1999). *Neurogenesis in the neocortex of adult primates. Science*, 286 (5439): 548-52
- <https://www.science.org/doi/10.1126/science.286.5439.548>
- Hepper, P.(2015).Behavior During the Prenatal Period: Adaptive for Development and Survival . Queen's University Belfast. <https://doi.org/10.1111/cdep.12104>

- High/Scope(2005) The High/Scope Perry Preschool Study, Educational Research Foundation.
- Hurlock, E. B. (1978). "Child Growth and Development". New Delhi: Tata mcGraw-Hill publishing Company Limited
- Imai et al. (2008). Novel noun and verb learning in Chinese-, English-, and Japanese-speaking children. *National Library of Medicine*
- Johnson, T. G. (2007). The Dvelopment of the social brain in human infancy. *European Journal of Neuroscience*, Vol. 25, pp. 909–)
- Laura E. Berk ( 2018) Exploring lifespan development Fourth Edition, Illinois State University. Boston : Pearson Education, Inc.
- Lenroot K. R. and J. N Giedd (2006), Brain development in children and adolescents: insights from anatomical magnetic resonance imaging, *Neuroscience and Biobehavioral reviews*
- Maheshwari, (2013) Gagne's Hierarchy of Learning, Roorkee, India. <http://www.vkmareshwari.com>
- Mary E. Aguilera, (2007), Play Therapy: Overview and Implications for Counselors Dale-Elizabeth Pehrsson, M.A. American Counseling association 2007.
- Michael D. De Bellis, E. G. (2011). Neurodevelopment Biological Association with Children Sexual abuse . *National Center for Biotechnology NPMCID: PMC3769180* .
- Mills, A.J. (1992) `Organization, Gender and Culture.' In *Gendering Organizational Analysis*, edited by A.J. Mills & P. Tancred Sheriff, pp.93-111. Newbury Park, CA.
- Ministry of Health and Population, (2019) NEPAL SAFE MOTHERHOOD AND NEWBORN HEALTH ROAD MAP 2030- Family Welfare Division, Ministry of Health and Population
- Ministry Home Affairs, (2018) National Policy for Disaster Risk Reduction 2018, The Government of Nepal Ministry of Home Affairs, Kathmandu, Nepal.
- Monash University (2023) Quasi-experimental research: Home based parenting education program, cohort 2: comparison report, compiled by Gloria Quinones
- Moore, Persaud & Torchia . (2016).The Developing Human: Clinically Oriented Embryology with Student Consult Online Access, 9th Edition
- Muenssinger et al. (2013)Auditory habituation to simple tones: Reduced evidence for habituation in children compared to adult, *Frontiers in Human Neuroscience* 7:377
- NAEYC & Fred Rogers Center (2012) Technology and Interactive Media as Tools in Early Childhood Programs.
- Nepal law Commission, (2075) The Social Security Act, 2075 (2018), Act Number 19
- Plan International, (2021) Promoting Men's Engagement in Early Childhood Development A Programming and Influencing Package
- Punnett and Green, (2019) PSYCHOANALYTIC Play Therapy- AUDREY PUNNETT, PHD, RPT-S, CST-T/ISST & ERIC J. GREEN, PHD, LPC-S, RPT-S, SP- Play Therapy, 14(3), 46-48.
- Regmi, D. B. (2020). *Delineation of DRRM Roles and Responsibilities between Federal,Provincial and Local Level*. Coenmarket United kingdom
- Saffran, Werker S, and Werner, (2006). *Care*. BIOLOGY AND ENVIRONMENT. The *Prenatal* Environment and Health in Later Life

- Sarwar. S., (2016) Influence of Parenting Style on Children's Behaviour, Habib Public School, Journal of Education and Educational Development, Vol. 3 No. 2
- Seeds for Change,(2020) Facilitation tools for meetings and workshops- A compilation of tools and techniques for working in groups and facilitating meetings or workshops -Fourth edition published in 2020 Printed on recycled paper by Footprint Workers Co-operative
- Shrestha G.K. (2019) State of Children in Nepal,Government of Nepal, Gyanendra Kumar Shrestha, Government of Nepal
- Spencer-Hwang. R, ( 2021) *Raising Resilient Kids: 8 Principles for Bringing Up Healthy, Happy, Successful Children Who Can Overcome Obstacles and Thrive despite Adversity.*
- UNESCO, (2011), Facilitators' Handbook for Parenting education
- UNICEF, (2017), Standards for ECD parenting programmes, New York, United Nations Children's Fund
- UNICEF, (2017), Early childhood development Programme guidance, New York, United Nations Children's Fund
- UNICEF(2017), *Formative Study on Parental Education in Five Districts of Nepal. Kathmandu, Nepal*
- UNICEF( 2021), Indicators for assessing infant and young child feeding practices Definitions and measurement methods, World Health Organization and the United Nations Children's Fund (UNICEF),.
- UNICEF,(2021) UNICEF PROGRAMMING GUIDANCE Nutrition in Middle Childhood and Adolescence: United Nations Children's Fund (UNICEF). Programming Guidance: Nutrition in Middle Childhood and Adolescence. New York.
- USAID (2018), *Better Parenting Facilitator Manual, the United States President's Emergency Plan for AIDS Relief (PEPFAR), and the United States Agency for International Development (USAID)*
- Valentine-French, B. M. (2019). *LIFESPAN DEVELOPMENT*. California, 94105, USA: Creative Commons Attribution-Noncommercial-Share Alike 3.0 u.
- WHO, (2012), Care for child development package, Geneva: World Health Organization.
- WHO, (2018) Mental health: Strengthening Our Response <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- WHO (2019). [Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children Under 5.](#)
- WHO, UNICEF, and World Bank Group. (2018) Nurturing care for early childhood development: a framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential. Geneva: World Health Organization.
- Yao.N Wang. Q .(2020). Technostress from Smartphone Use and Its Impact on University Students' Sleep Quality and Academic Performance, REGULAR ARTICLE, Asia-Pacific Edu Res <https://doi.org/10.1007/s40299-022-00654-5>





नेपाल सरकार  
शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालय  
शिक्षा विभाग  
सानोठिमी, भक्तपुर