शिक्षक निर्देशिका

(हाम्रो सेरोफेरो)

कक्षा १

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक : नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

© सर्वाधिकार : पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

वि.सं. २०७७

मुद्रण :

ISBN :

पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतिबिना व्यापारिक प्रयोजनका लागि यसको पूरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधनमा उतार्न वा अन्य रेकर्ड गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन ।

हाम्रो भनाइ

विद्यालय शिक्षामा आारभूत तहको प्रारम्भिक चरण घरायसी वातावरणबाट विद्यालयको वातावरणमा समायोजन भई औपचारिक शिक्षाको थालनी गर्ने तह हो । आधारभूत शिक्षा (कक्षा १-३) को उद्देश्य बालबालिकालाई आधारभूत साक्षरता, गणितीय ज्ञान तथा सिप र जीवनोपयोगी सिपहरूका साथै व्यक्तिगत स्वास्थ्य तथा सरसफाइसम्बन्धी बानीको विकास गर्ने अवसर प्रदान गर्नु हो । आधारभूत शिक्षाका माध्यमबाट बालबालिकाहरूले आधारभूत भाषिक, गणितीय तथा सञ्चार सिपको विकास र प्रयोग गर्न सक्छन् । यस तहमा विद्यार्थीमा अनुशासन, सदाचार र स्वावलम्बन जस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुणको विकास गर्नु अपेक्षित हुन्छ । यस्तै विज्ञान, वातावरण, सूचना प्रविधिसम्बन्धी आधारभूत ज्ञानको विकास, शारीरिक तन्दुरुस्ती, स्वस्थकर बानी र जीवनोपयोगी सिपको विकास तथा कला तथा सौन्दर्यप्रति अभिरुचि र सिर्जनात्मकताको विकास पनि यस तहका बालबालिकाका सिकाइका अनिवार्य पक्ष हुन् । यस तहको सिकाइमा बालबालिकाहरूले आफ्नो परिवेशसँग परिचित भई विभिन्न जातजाति, भाषा, धर्म, संस्कृति, क्षेत्रप्रति सम्मान र समभावको विकास गर्न सक्छन् । यस पक्षलाई दृष्टिगत गरी राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ को मार्गदर्शनमा रही विकास गरिएको आधारभूत तहको एकीकृत पाठ्यक्रमका आधारमा विकसित कक्षा १ को हाम्रो सेरोफेरो विषयक्षेत्रको पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा समावेश भएका विषयवस्तुको सिकाइ सहजीकरण गर्न यो शिक्षक निर्देशिका विकास गरिएको छ । एकीकृत पाठ्यक्रमले विषयक्षेत्रगत आधारमा विषयवस्तुको छनोट गरेकाले पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा पनि विषयक्षेत्रगत आधारमै पाठहरू विकास गरिएको छ । यस निर्देशिकामा पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा रहेका १० ओटा विषयक्षेत्रअन्तर्गत रहेका पाठ तथा अभ्यासको सहजीकरणका सम्भावित क्रियाकलाप प्रस्तुत गरिएको छ । यसमा प्रस्तुत गरिएका सहजीकरण योजना, सिकाइ क्रियाकलापका आधार, शिक्षणका विधि तथा क्रियाकलाप र विद्यार्थीको सिकाइ उपलब्धि मूल्याङ्कनका उपाय शिक्षकका लागि नमुना रणनीति मात्र हुन् । विषय क्षेत्रअनुसारका पाठहरूको सहजीकरण गर्न शिक्षकले कक्षामा जानुपूर्व पाठ्यक्रम, पाठ्यक्रम कार्यान्वयन मार्गदर्शन र पाठ्य तथा कार्यपुस्तक अध्ययन गरेर, अरू जानकार शिक्षकसँग छलफल गरेर, शैक्षणिक सामग्री तयार गरेर र शिक्षण सिकाइ योजना तयार पारेर आफूलाई अद्यावधिक गर्नुपर्छ । शिक्षकले कक्षाकोठाको सङ्गठनलाई प्रभावकारी बनाएर बालबालिकालाई सिकाइप्रति उत्प्रेरित गराई गरेर सिक्ने अवसर प्रदान गर्न यो निर्देशिका सहयोगी हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

यस निर्देशिकाको लेखन कार्य सहप्राध्यापक साधुराम अर्याल, श्री ईश्वरकुमार घिमिरे, श्री हेमराज खतिवडा र श्री सुमन अधिकारी सिलवालको समूहबाट भएको हो । यसको थप परिमार्जन डा. बालचन्द्र लुइटेल, श्री मेदिनबहादुर लामिछाने, श्री माधवप्रसाद अधिकारी, श्री मन्जु कार्की, श्री प्रमिला बखती, श्री रेनुका पाण्डे भुसाल र श्री सरस्वती भट्टराईबाट भएको हो । यसको विषयवस्तु सम्पादन श्री खिलनारायण श्रेष्ठ र श्री युवराज अधिकारीबाट, भाषा सम्पादन श्री गणेशप्रसाद भट्टराई, श्री चिनाकुमारी निरौलाबाट र लेआउट डिजाइन श्री सन्तोषकुमार दाहालबाट भएको हो । उहाँहरूलगायत यस निर्देशिकाको विकास तथा परिमार्जन कार्यमा संलग्न सबैप्रति पाठ्यक्रम विकास केन्द्र धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

यस निर्देशिकालाई सकेसम्म कक्षा वातावरणमा प्रयोग हुने गरी व्यावहारिक बनाउने प्रयास गरिएको छ तापनि सहजीकरणका क्रममा अन्य क्रियाकलापहरू थप्न र स्थानीय तहमा सान्दर्भिक विषयवस्तु थप गरी स्थानीयकरण गर्न वा अनुकूलन गर्न पनि सकिन्छ । यसको प्रयोगलाई प्रभावकारी बनाई बालबालिकालाई गुणस्तरीय शिक्षाको अवसर सुनिश्चित गर्ने कार्यमा सम्बद्ध शिक्षक तथा सरोकारवालाबाट सक्रिय योगदानको अपेक्षा गरिएको छ । यसमा सुधार तथा परिमार्जन गर्दै अझ प्रभावकारी बनाउन पाठ्यक्रम प्रयोगकर्तालगायत सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावको अपेक्षा गरिएको छ ।

वि.सं. २०७७ | पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

विषयसूची

विषयक्षेत्र र पाठ		पृष्ठ सङ्ख्या
म र मेरो परिवार		**१**
१	हाम्रो परिचय	५
२	हाम्रो पहिरन	११
३	हाम्रो खानेकुरा	१५
४	हाम्रा खेलौना	२०
५	हाम्रो परिवार	२३
६	हाम्रो काम	२६
७	हाम्रो सामान	२९
मेरो दैनिक जीवन		**३६**
१	हाम्रो शरीर	३८
२	योग	४४
३	हाम्रो बानी	४६
४	विद्युत्	५१
५	आवाज	५५
६	उज्यालो	५९
७	शारीरिक क्रियाकलाप र खेल	६३
हाम्रो समुदाय		**६७**
१	मेलमिलाप	६९
२	नियमको पालना	७१
३	सन्चो बिसन्चो	७४
४	जनावर	७७
५	छपाइ	८२
६	खेल	८४
हाम्रो विद्यालय		**८८**
१	विद्यालयको चिनारी	९०
२	शारीरिक कसरत	९३
३	हाम्रो सुरक्षा	९५
४	प्रकोपबाट बचौँ	९८

५	बोटबिरुवाको हेरचाह	१०१
६	हाम्रो कक्षाकोठा	१०५
हाम्रा वरपरका जीवजन्तु		**१०९**
१	सजीव र निर्जीव	११०
२	बिरुवा	११५
३	बिरुवाका भाग	११७
हाम्रो वातावरण		**१२१**
१	सरसफाइ	१२३
२	हाम्रा वरपरका वस्तु	१२७
३	वस्तुका गुण	१३०
मेरो सिर्जना		**१३५**
१	रेखाचित्र	१३७
२	हाम्रो घर	१४०
३	माटाबाट सामान बनाऔँ	१४३
४	खेल खेलौँ	१४५
५	गाऔँ, बजाऔँ र नाचौँ	१४७
हाम्रो संस्कृति		**१५१**
१	हाम्रा चाडपर्व	१५३
२	हाम्रो संस्कार	१५७
सञ्चार प्रविधि र बजार		**१६१**
१	कुराकानी र जानकारी	१६३
२	यातायातका साधनहरू	१६९
३	बजार	१७३
हाम्रो वरपरको संसार		**१७६**
१	मौसम	१७८
२	मौसमअनुसारका पहिरन	१८३
३	जमिन	१८६
४	पानी	१८९
५	हावा	१९२

म र मेरो परिवार

परिचय

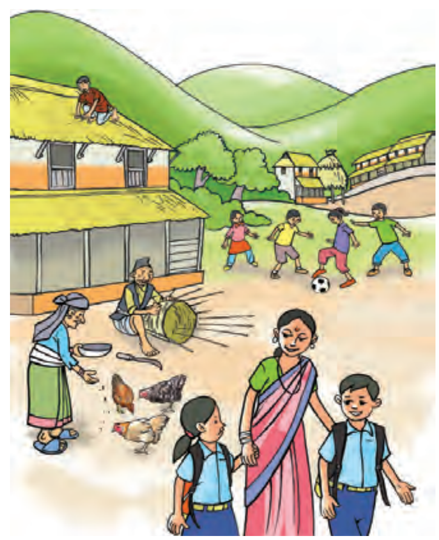
बालबालिकाहरूमा दैनिक जीवनका असल बानीहरूको विकास गर्नुका साथै सोसँग सम्बन्धित व्यवहार कुशल सिपको अभिवृद्धि गराउनु यस विषयक्षेत्रको मुख्य उद्देश्य हो । यस विषयक्षेत्रमा आफ्नो र परिवारको परिचय दिने, अभिवादन गर्ने, आफ्नो पहिरन, खानेकुरा, खेलौना, आफ्नो काम र आफ्नो सरसामान चिन्ने र जतन गर्ने जस्ता विषयवस्तुसँग सम्बन्धित धारणा विकासमा जोड दिइएको छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्यघण्टा (४०)
• विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैं गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै : चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि ।			४
हाम्रो परिचय	• आफ्नो नाम र ठेगाना बताउन • परिवारका सदस्यहरूलाई उपयुक्त अभिवादन गर्न • आफूभन्दा सानालाई माया गर्न	• वैयक्तिक जिम्मेवारी, सञ्चार, सक्रियतापूर्वक सुन्ने सिप	७
हाम्रो पहिरन	• आफ्नो पहिरन बताउन	• बहुसांस्कृतिक साक्षरता सिप	३
हाम्रो खानेकुरा	• आफूले खाने खानेकुराको नाम बताउन • स्थानीय स्तरमा पाइने सफा र ताजा खानेकुरा खाने बानी बसाल्न	• सिकाइ सिप, स्वव्यवस्थापन सिप	६
हाम्रो खेलौना	• खेलौना बताउन र घरमा भएका खेलौनाहरू प्रयोग गरी खेल्न • साथीसँग रमाइलो गर्दै स्थानीय खेल खेल्न • लाइनमा मिलेर हिँड्ने बानी विकास गर्न • शिक्षकको निर्देशनअनुसार विभिन्न कथामा आधारित खेलहरू खेल्न	• सहकार्य, सहयोग र सम्मान, सिर्जनात्मक सोचाइ सिप	७
हाम्रो परिवार	• परिवारका सदस्यहरूको नाम र नाता बताउन	• सञ्चार सिप	३

हाम्रो काम	• आफ्नो परिवारका सदस्यहरूले गर्ने मुख्य मुख्य काम बताउन	• सञ्चार सिप, सिकाइ सिप	३
हाम्रो सामान	• आफ्नो घरमा भएका सरसामानहरूको नाम बताउन र जतन गर्न • साधारण उपकरणको अवलोकन गर्न र आवश्यकताअनुसार मापनका लागि प्रयोग गर्न • पेन्सिल, चक, पेस्टल वा खरीको प्रयोग गरी मोटा, मसिना, सिधा, बाङ्गाटिङ्गा रेखा कोर्न	• स्वव्यवस्थापन, प्रयोग, सिर्जनात्मक सोचाइ सिप	७

विषयक्षेत्र पृष्ठ चित्र छलफल क्रियाकलाप (पेज १ सँग सम्बन्धित) :



- बालबालिकाहरूलाई चित्रमा देखिएका परिवारका सदस्यहरूको नाता अनुमान गर्न लगाउनुहोस् ।
- ककसले के काम गरिरहनुभएको छ, भन्न लगाउनुहोस् । सबैलाई पालैपालो आफ्नो बिचा अभिव्यक्तिको अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।
- चित्रमा परिवारका सदस्यबिच एकआपसमा स्नेह, माया, सहयोग र सहकार्यलगायत के के देखाइएको छ ? यसका बारेमा पनि अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।
- अब चित्रको सन्दर्भ जोडेर बालबालिकाहरूलाई पालैपालो परिवारमा को को हुनुहुन्छ ? कसले के के काम गर्नुहुन्छ ? तपाईँले के गर्नुहुन्छ ? आमा बुबा र ठुलाबढालाई कसरी आदर गर्नुहुन्छ ? आफूभन्दा सानाको कसरी हेरचाह गर्नुहुन्छ ? लगायत सान्दर्भिक अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाहरूलाई निर्धक्क भएर आफू र आफ्ना परिवारको नाता सम्बन्धमा बताउन उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशिका प्रयोग गर्दा ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने पक्ष

१. सिकाइ क्रियाकलाप योजना र सहजीकरणसँग सम्बन्धित पक्ष

- यस निर्देशिकामा विषयक्षेत्रगत सिकाइ सहजीकरण योजना प्रस्तुत गरिएका छन् । जसअन्तर्गत पाठगत रूपमा हासिल हुनुपर्ने सिकाइ उपलब्धि, अपेक्षित व्यवहारकुशल सिप र अनुमानित पाठ्यघण्टा उल्लेख गरिएका छन् । विषयक्षेत्र पृष्ठ क्रियाकलाप, विद्यार्थी मूल्याङ्कन र थप सहायताका लागि समेत समय निर्धारण गरिएको छ ।

- विषयक्षेत्रको सुरुआतमा समग्र विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित आधारभूत विषयहरूप्रति विद्यार्थीको बुझाइ व्यक्त गर्ने अवसर प्रदान गर्न छलफल, मस्तिष्क मन्थन तथा अनुभव बताउने क्रियाकलापहरू राखिएका छन् ।
- विद्यार्थी पुस्तकमा भएका प्रत्येक सिकाइ क्रियाकलापहरू सहजीकरण गर्न प्रस्तावित विधि तथा प्रक्रिया, आवश्यक सिकाइ सामग्री र मूल्याङ्कन रणनीतिहरू उल्लेख गरिएका छन् । उल्लिखित विधि तथा प्रक्रियाभन्दा बढी उपयुक्त र सान्दर्भिक विधि प्रक्रिया भए आवश्यक समायोजन वा अनुकूलन गर्न सकिने छ ।
- विद्यार्थीहरूको विविधतालाई ध्यानमा राखी एउटै विषयवस्तु सहजीकरण गर्न सिर्जनात्मक कला, गीत, कथा, चित्र वर्णन, परियोजना कार्य, मस्तिष्क मन्थनलगायत विविध विधिहरूको प्रस्ताव गरिएको छ ।
- अन्तरविषयक एकीकरण गर्ने उद्देश्यले पाठ्यक्रमले विभिन्न विषयका मिल्दा विषयवस्तुहरूलाई समान विषयक्षेत्रमा समेटेको छ । हाम्रो सेरोफेरो विषयका १० ओटा विषयक्षेत्रहरूसँग मिल्ने अन्य विषयका सोही विषयक्षेत्रका विषयवस्तुहरूको सहजीकरण गर्ने क्रममा एकीकृत योजना तयार गरी सिकाइ क्रियाकलाप गर्नुपर्ने हुन्छ । सहजीकरण प्रक्रियामा हाम्रो सेरोफेरो विषयलाई अन्य विषयसँग निम्नानुसार एकीकरण गर्नुपर्ने छ ।
  - यस विषयका विषयवस्तुको सहजीकरण गर्दा गीत, कविता, कथा, संवाद, निर्देशित निबन्ध लेखन, अनुच्छेद बाचन, शब्दजाललगायतका विधि तथा रणनीतिहरू अवलम्बन गरी निर्धारित सिकाइ उपलब्धि हासिल गराउनुका साथै भाषिक कार्य तथा सिपहरू विकासमा पनि ध्यान दिनुपर्छ ।
  - ज्यामितीय आकृति, साइज, ठुलो, सानो, भित्र, बाहिर, मुद्रा, किनमेल, आम्दानी, खर्च, उमेर, सङ्ख्या, समय, मापन, चित्र ग्राफलगायतका गणितीय धारणाहरूलाई मिल्दो पाठमा सँगसँगै सहजीकरण गर्नुपर्ने छ ।
- कनै पाठमा प्रस्तावित शारीरिक र सिर्जनात्मक कलासम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू मिल्दो अन्य पाठहरूमा पनि प्रयोग गर्न सकिने छ । यस्ता क्रियाकलापहरूलाई अनुकूलन गरी अन्य विषयवस्तु सहजीकरण गर्न सकिने छ ।
- बानी विकासका लागि प्रस्तावित क्रियाकलापहरू समय समयमा दोहोऱ्याइरहनुपर्ने छ ।
- विषयवस्तुको ज्ञान, सिप, अवधारणा विकासलाई थप व्यावहारिक बनाउन प्रस्ताव गरिएका परियोजना कार्यहरूलाई स्थानीय परिवेश सुहाउँदो तुल्याउन सकिने छ ।
- सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा प्रस्तावित व्यवहारकुशल सिपहरू विकासमा समेत जोड दिनुपर्ने हुन्छ । यद्यपि सिकाइ क्रियाकलापमा गरिने परिवर्तन तथा अनुकूलनअनुसार विकास हुने व्यवहारकुशल सिपमा पनि परिवर्तन हुन सक्छ ।

- प्रत्येक पाठका लागि विस्तारित क्रियाकलापहरू दिइएका छन् । सिकाइ सहजीकरणका लागि समय पर्याप्त भएमा वा विद्यार्थीलाई थप सिकाइ सहायता प्रदान गर्नु परेमा यस खण्डका क्रियाकलापहरू गराउन सकिन्छ ।

२. मूल्याङ्कन र अभिलेखीकरण

- प्रत्येक विषयक्षेत्रमा मूल्याङ्कनका नमुना साधनहरू र त्यसको प्रयोग विधि उल्लेख गरिएको छ । पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्न प्रस्तुत नमुनाका साधनका आधारमा मूल्याङ्कनका थप साधनहरू विकास गरी प्रयोग गर्नुपर्ने छ ।
- सिकाइ क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन क्रियाकलाप एकअर्काको परिपूरकका रूपमा सँगसँगै सञ्चालन गरी निर्धारित सिकाइ उपलब्धि हासिल भएको सुनिश्चित गर्नुपर्ने छ ।
- विद्यार्थी पुस्तकमा दिइएका खाली ठाउँ भर्ने, चित्र पहिचान गर्ने, चित्र कोर्ने, ठिक बेठिक छुट्याउने, जोडा मिलाउनेलगायतका अभ्यासहरू विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा गर्न लगाई सोको मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने छ ।
- मूल्याङ्कन कार्यमा मिल्ने सन्दर्भअनुसार अभिभावक तथा सहपाठीहरूको समेत सहभागिता सुनिश्चित गरिनुपर्छ । पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया विषयक्षेत्रको अन्त्यमा एकसाथ लिन पनि सकिन्छ ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै निर्धारित सिकाइ अभिलेख फारमको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुपर्छ ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा गरेको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुपर्छ ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन: मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गनुपर्छ ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख तयार गर्नुपर्छ । अभिलेखलाई पुष्टि गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै अभिलेख राखी विद्यार्थी पोर्टफोलियो तयार गर्नुपर्छ ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ ।

पाठ : १

हाम्रो परिचय

परिचय

बालबालिकाहरू सानैदेखि जिज्ञासु र खोजी गर्न मन पराउने प्रकृतिका हुन्छन् । उनीहरूलाई तल्लो कक्षादेखि नै आफ्ना साथीसङ्गीसँग घुलमिल हुने, उपयुक्त अभिवादन गर्ने, निर्धक्क भएर आफ्नो परिचय दिने बानी विकास गर्नुपर्छ । बालबालिकाहरूमा यस्तै बानी विकास गर्ने पक्षमा जोड दिई यस पाठका क्रियाकलापहरू विकास विकास गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, भकुन्डो वा बल, श्रव्यदृश्य सामग्री आदि ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- शिक्षकले कक्षामा प्रवेश गरेपछि विद्यार्थीहरूलाई दुई हात जोडेर नमस्कार गर्नुहोस् । एक दुईपटक दोहोऱ्याएर नमस्कार गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- शिक्षकले नमस्कार गर्दै विद्यार्थीहरू माझ आफ्नो परिचय दिनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २ मा चित्रमा देखाइएको रूपक र डोल्माबिचको जस्तै जोडी समूह बनाई एक आपसमा परिचय गर्न सिकाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई पालैपालो आआफ्नो नाम, ठेगाना, उमेर, हाल पढिरहेको कक्षा, विद्यालयको नाम, आफूलाई मन पर्ने खानेकुरा, मनपर्ने खेलौना आदिबारे प्रश्न सोधी परिचय बताउन लगाउनुहोस् । (विद्यार्थीहरूले दिएका उत्तरका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।)
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको चित्रमा जस्तै गीतमार्फत परिचय गराउने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- प्रत्येक कक्षाको सुरुमा अभिवादन गरी विद्यार्थीहरूलाई पनि यस कार्य गर्न प्रेरित गर्नहोस् ।

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थी पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३ क्रियाकलाप (ख) को निर्देशनअनुसार विद्यार्थीहरूलाई आआफ्नो घरमा आफूभन्दा ठुला र सानालाई अभिवादन गर्ने तरिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- स्थानीय भाषा तथा संस्कृतिअनुसारको अभिवादन कसरी गरिन्छ, छलफल र अभ्यास गराउनुहोस् जस्तै : नेवारी समुदाय भए ज्वजोलोपा, राई समुदाय भए सेवारो वा सेवा, तामाङ समुदाय भए ल्हास्सो फ्याफुल्ला, मैथिली, अवधी वा भोजपुरी समुदाय भए प्रणाम आदि ।
- एक जनाले अभिवादन गर्दा बाँकी विद्यार्थीले सोही अभिवादन दाहोऱ्याएर साथीलाई प्रतिक्रिया गर्न भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३ मा दिइएको चित्रमा जस्तै विद्यार्थीहरूलाई भकुन्डो वा बलमार्फत तातो आलु खेल खेलाउँदै पालैपालो आआफ्नो नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

खेल खेल्ने तरिका

- विद्यार्थीहरूलाई गोलो घेरामा राख्नुहोस् ।
- घेरामा क्रमशः बल पास गर्न लगाउनुहोस् । बल पास दिने विद्यार्थीले लिने विद्यार्थीतर्फ फर्किएर नमस्कार मेरो नाम ......हो, तपाईंको नि ? भन्दै बल दिन्छन् । यही तरिकाले बल घेराका सबै विद्याथीहरूलाई पास गरिन्छ ।
- आफ्नो घरमा अभिभावकलाई अभिवादन गर्ने तरिका विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो देखाउन लगाउनुहोस् । एक जनाले अभिवादन गर्दा राम्रो लागेमा बाँकी विद्यार्थीलाई साथीको प्रशंसा गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई बाटुलो घेरामा राख्नुहोस् । कुनै एक विद्यार्थीलाई घेराका बिचमा बोलाउनुहोस् । बिचमा गएका विद्यार्थीले कुनै एक जना साथीको नाम उच्चारण गरी उक्त साथीलाई पनि घेरामा बिचमा बोलाउने छन् । बिचमा आएको पहिलो विद्यार्थीले अर्कोलाई नमस्कार, तपाईंलाई स्वागत छ भनी भन्न लगाउनुहोस् । अब पहिलो साथी घेरामा जाने छन् र दोस्रो साथीले अर्को साथीको नाम उच्चारण गरी अघिकै प्रक्रियाअनुसार नमस्कार, तपाईंलाई स्वागत छ भन्ने छन् । यही प्रक्रियाले सबै विद्यार्थीलाई पालो दिनुहोस् ।
- यही प्रक्रियाले स्थानीय भाषा तथा संस्कृतिअनुसारको अभिवादन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४ क्रियाकलाप (घ) मा देखाइए जस्तै चित्र भित्तामा टाँस्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई चित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- आफू केटा भए केटाको चित्र भएतीर र केटी भए केटीको चित्र भएतीर लाइनमा उभिन लगाउनुहोस् । (शिक्षकले केटा र केटी पहिचान नगराउनुहोस् ।)
- तपाईं किन यो लाइनमा उभिनुभएको भनी सोध्नुहोस् । म केटा वा केटी हुँ भन्ने उत्तरको अपेक्षा गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक लाइनमा कति कति जना विद्यार्थी भए प्रत्येक विद्यार्थीलाई पालैपालो गन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४ को क्रियाकलाप (ङ) मा दिएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विद्यार्थीहरूलाई मौखिक अभिव्यक्ति दिने अवसर प्रदान गर्नुहोस् । यो कार्य जोडीमा गराउन पनि सकिन्छ । जोडीमा कार्य गर्दा दुई जनाबिच एकअर्काको नाम, थर, बस्ने ठेगाना आदि सम्बन्धमा प्रश्नहरू सोध्न सहजीकरण गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४ क्रियाकलाप (च) को परिचय खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेलाउने तरिका

- विद्यार्थीका टोल वा गाउँको नामहरू टिपोट गर्नुहोस् ।
- उनीहरूलाई खुला चउरमा लैजानुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीहरूलाई ठुलो घेरामा रेलगाडी छुक छुक छुक भन्दै रेल जस्तो बनेर हिँड्न लगाउनुहोस् ।
- शिक्षकले विद्यार्थीका टोल वा गाउँहरूमध्ये कुनै एक टोल वा गाउँको नाम उच्चारण गर्नुहोस्, जस्तै : चित्रमा रहेको शिक्षकले "चारघरे" भन्ने गाउँको नाम उच्चारण गरेको देखाइएको छ ।
- शिक्षकले उच्चारण गरेको टोल वा गाउँमा बस्ने विद्यार्थी रेलबाट छुट्टिएर बिचमा आउने छन् र विद्यार्थीले पालैपालो आफ्नो ठेगाना बताउने छन्, जस्तै : मेरो नाम .... हो । म चारघरेमा बस्छु यो .... पालिकाको वडा नं .... मा पर्छ ।
- यसै गरी सबै टोल वा गाउँका विद्यार्थीलाई बिचमा आउने आफ्नो नाम र गाउँको ठेगाना बताउने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५ "नमस्ते खेल खेलौँ" सँग सम्बन्धित चित्रमा देखाइएको जस्तै विद्यार्थीलाई गोलो घेरामा हात समातेर उभिन लगाउनुहोस् र नमस्ते खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेल्ने तरिका

- एक जना विद्यार्थीलाई घेराको बिचमा राखी सबै साथीहरूतीर घुमी घुमी नमस्कार गर्दै आफ्नो नाम र गाउँको ठेगाना बताउन लगाउनुहोस् ।

- अब उक्त विद्यार्थीले कुनै एक चिनेको साथीको नाम उच्चारण गरी नमस्कार अब …….. लाई आफ्नो परिचय भन्न अनुरोध गर्दछु भन्दै उसको ठाउँमा आफू बसी उसलाई बिचमा बोलाउनुपर्छ ।
- बिचमा बोलाइएको विद्यार्थी घेराको बिचमा गई अगिल्लो विद्यार्थीले जस्तै गरी सबैलाई नमस्कार गर्ने र आफ्नो परिचय दिने छन् । यसै गरी सबै विद्यार्थीलाई अवसर दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीको उमेर, क्षमता तथा सक्रियतालाई ध्यान दिई आवश्यकताअनुसार परिचयका विषयवस्तुहरूसँग सम्बन्धित क्रियाकलाप थप गर्न सकिने छ ।

क्रियाकलाप ८

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५ को गीत हाउभाउसहित प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
- शिक्षकलाई पछ्याउँदै विद्यार्थीलाई गीत गाउन लागाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई सामूहिक र एकल पनि गाउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई गोलो घेरामा उभिन लगाई वरिपरि गोलो घेरामा घुम्दै गाउन लगाउनुहोस् ।
- गीत गाउने अभ्यास गर्दा वाद्यवादनका सामग्रीकोसमेत प्रयोग गर्नुहोस् ।
- गीतमा प्रयुक्त शब्दहरूका आधारमा नमस्ते कसरी गर्ने ? कसलाई गर्ने ? अरू कुन कुन तरिकाले अभिवादन गर्नुहुन्छ ? लगायतका प्रश्नहरू गरी अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।
- मान्यजनलाई आदर र सानालाई माया गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आमाबुबा, दाजु, दिदी गुरु र मान्यजनलाई दुई हात जोडेर नमस्कार/नमस्ते वा अभिवादन गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आफूभन्दा साना भाइबहिनीलाई माया गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- चार पाँच जनाको समूह निर्माण गरी आफूहरूमध्ये कोही आमा कोही बुबा, कोही दाजु, दिदी र भाइबहिनी बनेर अभिवादन गर्ने अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९

सान्दर्भिक कथा सुनाउनुहोस् । आपसमा परिचय लिने दिने अभ्यास गरेको, आफ्ना नातागोताका व्यक्तिहरूलाई उचित आदर सत्कार गरेको, आफूभन्दा ठुलालाई आदर तथा सानालाई माया गरेको सन्दर्भ जोडेर काल्पनिक कथा तयार गरी सुनाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप १०

विद्यार्थीलाई हजुरबा, हजुरआमा, बुबा, आमा, काका काकी, मामा, माइजू दाइ, दिदी, भाइ, बहिनी आदिको भूमिका दिई एकअर्कालाई अभिवादन गरेको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १. मौखिक अभिव्यक्ति

(क) तपाईंको नाम के हो ?

(ख) तपाईंको घर कुन ठाउँमा पर्छ ?

(ग) आमा/बुबा/भाइ/मामा/हजुरआमा/साथी/.... लाई कसरी अभिवादन गर्नुहुन्छ ?

(घ) कसलाई आदर र सम्मान गर्नुपर्छ ?

(ङ) तपाईं ककसलाई माया गर्नुहुन्छ ?

(च) नमस्कार किन गरिन्छ ?

(छ) घरमा पाहुना आउँदा सुरुमा के गर्नुहुन्छ ?

(ज) हिमेश शनिबार मामा घर गएका थिए । मामाघर पुन्नासाथ उनले आँगनमा माइजूलाई देखे । उनले माइजूलाई सुरुमा के भने होलान् ?

साधन २. श्रेणी मापन

सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थीका सिकाइ व्यवहार तथा कार्य सम्पादनस्तरको निम्नानुसारका रेटिङ स्केलका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

सम्पादित कार्य वा प्रदर्शित सिकाइ व्यवहार	अपेक्षितभन्दा बढी	अपेक्षित	अपेक्षितभन्दा कम
आफ्नो परिचय दिएको			
घरमा र विद्यालयमा अभिवादन गरेको			
गुरु र अरू मान्यजनलाई उपयुक्त अभिवादन गरेको			
आफ्नो पालो कुरी निर्देशनानुसार काम गरेको			
जोडी वा समूहमा नेतृत्व क्षमता देखाएको			
आफूभन्दा सानालाई माया गरेको			
क्रियाकलापमा सहभागीताको स्तर			

साधन ३. अभिभावक तथा सहपाठी प्रतिक्रिया

अभिभावक भेटघाटका क्रममा उहाँहरूका बालबालिकाहरूले घरमा आउने पाहुना र घरका परिवारका सदस्यहरूलाई उचित अभिवादन गर्ने गरे नगरेको अभिभावकसँग प्रतिक्रिया लिनुहोस् ।

त्यसैगरी बालबालिकाहरूले कसैले सोधेको बेला आफ्नो परिचय दिन सके नसेकेको सम्बन्धमा उनीहरूका सहपाठीलाई सोधेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

आवश्यकताअनुसार यस्तै अन्य सान्दर्भिक साधानहरू निर्माण र प्रयोग गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप :

- विद्यालय वा अन्य ठाउँमा भेट्दा शिक्षक तथा मान्यजनहरूलाई नमस्कार गर्दै अभिवादन गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यालयमा साथीलाई भेट्दा अभिवादन गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आफ्नो घरमा आमाबुबालाई तथा मान्यजनहरूलाई अभिवादन गर्न आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- लय र तालमा गीतमार्फत परिचय गर्ने र नमस्ते गर्ने खेल खेलाउनुहोस् ।
- विभिन्न जातजातिहरूले अभिवादन गरेको फोटो इन्टरनेटबाट सङ्कलन गरी बालबालिकाहरूलाई देखाउनुहोस् ।
- दर्शन नमस्ते गीत बजाएर बालबालिकाहरूलाई नचाउनुहोस् ।

पाठ : २

हाम्रो पहिरन

परिचय

बालबालिकाहरू रङीबिरङी पहिरन लगाउँदा खुसी हुन्छन् । उनीहरूमा आफ्ना साथीसङ्गीबिच आआफ्नो लुगा कपडा तथा पहिरनको बयान गर्ने र साथीको पहिरनसँग आफ्नो पहिरनको तुलना गर्ने स्वभाव हुन्छ । आफूलाई मन पर्ने पहिरन छनोट गर्ने, आफ्नो पहिरन चिन्ने, परम्परागत पहिरन पहिचान गर्ने र परम्परागत पहिरनमा सजिएर गाउने तथा नाच्ने जस्ता क्रियाकलापहरू यो पाठमा समावेश छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न पहिरनका चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्इङ पेपर, बालबालिकाले लगाउने पहिरनका नमुनाहरू, परम्परागत पहिरनसम्बन्धी श्रव्यदृश्य सामग्री आदि ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

यो पाठ पढाइ हुने दिनहरूमा विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयको ड्रेस अनिवार्य नगरी उनीहरूको इच्छाअनुसारका पहिरन लगाउन दिनुहोस् । पहिरनमा विविधता भएमा सिकाइ क्रियाकलाप गर्न सहज हुनुका साथै विद्यार्थीहरूलाई पनि वास्तविक पहिरनसँग रमाउने अवसर प्राप्त हुन्छ । सम्भव भए यी दिनहरूमा परम्परागत पोसाक लगाइदिन अभिभावकसँग अनुरोध गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६ को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा आफूले चिनेका पहिरनको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रका पोसाकहरू ककसले लगाउँछन्, भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले नचिनेका पोसाकहरूका सम्बन्धमा सिकाउन जरुरी छैन । उनीहरूका परिवारमा लगाइने पोसाकहरू मात्र चिने पुग्छ ।
- विभिन्न पहिरनका नमुनाहरू तथा सम्बन्धित श्रव्यदृश्य सामग्री देखाइ पहिरनको परिचय गराउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाइएका पहिरनमध्ये कुन कुन पहिरन आफूले र कुन कुन पहिरन परिवारका अन्य सदस्यहरूले लगाउनुहुन्छ, पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । ती पहिरनहरू शरीरको कुन कुन अङ्गमा लगाइन्छ भनी छलफल गराउनुहोस् ।
- शिक्षक आफूले लगाएको पहिरन प्रदर्शन गर्दै त्यसै गरी विद्यार्थीहरूलाई पनि आफूले लगाइराखेको

पहिरनको नाम...., कहिले किनेको ? कसले किनिदिनु भएको ? जस्ता प्रश्नहरूको उत्तर बताउन लगाउनुहोस् ।

- पहिरन नलगाए के होला ? मानिसहरूले किन फरक फरक पहिरन लगाएका होलान् ?
- विद्यार्थीहरूलाई आफू र आफ्नो परिवारमा ककसले के के पहिरन लगाउनुहुन्छ, प्रश्नोत्तर गर्दै एकआपसमा पहिरनबारे अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७ क्रियाकलाप (क) मा दिइएको चित्रमा आफूले लगाउने पहिरन चिनेर ठिक चिह्न लगाउन लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो घरका अभिभावक, आफ्नो, आमा, बुबा, दिदी, दाइले लगाउने पोसाक वा पहिरन कुन कुन हुन्, दिइएको चित्र (क) का आधारमा विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका तीनओटै लहरका चित्रमा प्रत्येक समूहबाट नमिल्ने पहिरन छुट्याउन र नमिल्नुको कारण पनि भन्न लगाउनुहोस्, जस्तै : पहिलो समूहमा नमिल्ने पहिरन कुन हो ? दोस्रो समूहमा नमिल्ने पहिरन कुन हो ? तेस्रो समूहमा नमिल्ने पहिरन कुन हो ?

- नमिल्ने पहिरनका फरक फरक आधार हुन सक्छन् । तसर्थ निरपेक्ष रूपमा यही ठिक हो भन्नुभन्दा पनि विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न ढङ्गबाट तर्क गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् । उनीहरूले दिएका उत्तर सही वा गलत भनी मूल्याङ्कन गर्नुभन्दा तर्क गर्न सिकाउन एकपछि अर्को प्रश्न गर्दै विद्यार्थीहरूलाई चिन्तन गर्ने वातावरण बनाउनुहोस् ।
- यस्तै अन्य सान्दर्भिक क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज ८ (ग) मा पहिरनका दुईओटा रेखात्मक चित्रहरू के के हुन्, चिन्न लगाउनुहोस् ।
- तीमध्ये आफूले कुन पहिरन लगाउने गरेको हो, पहिचान गरी भन्न लगाउँदै एकआपसमा पनि अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।

- प्रत्येकलाई आफ्नो पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको रेखात्मक चित्रहरूमा मिल्दो रङ भर्न लगाई एकआपसमा तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू रेखात्मक चित्रहरू पनि बाँड्नुहोस् र रङ भर्न लगाई स्वमूल्याङ्कन गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न परम्परागत पोसाक लगाएर उनीहरूले नै सुनेका जानेका स्थानीय गीत गाउन र नाच्न लगाई अभ्यास गराउनुहोस् । स्थानीय स्तरमा उपलब्ध वाद्यवादनका साधनको समेत प्रयोग गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १. मौखिक अभिव्यक्ति

(क) पहिरन भनेको के हो ?

(ख) तपाईँले आज के पहिरन लगाउनुभएको छ ?

(ग) तपाईँको घरमा हजुरबुबाले कस्तो पहिरन लगाउनुहुन्छ ?

(घ) तपाईँ आफ्नो पहिरनको जतन कसरी गर्नुहुन्छ ?

(ङ) के हामीले घरमा र विद्यालयमा लगाउने पहिरन एउटै हुन्छ, किन ?

(च) हामीले लगाउने पहिरन केबाट बनेको छ ?

(छ) तपाईँलाई मन पर्ने पहिरन के हो ?

(ज) तपाईँको परम्परागत पहिरन के हो ?

(झ) तपाईँले र आमाले लगाउने पहिरनमा के के भिन्नता छन् ?

(ञ) खेल्न जाँदा विद्यालयको पोसाक लगाएर जानु कति उचित हो ?

साधन २. श्रेणी मापन

सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थीका सिकाइ व्यवहार तथा कार्य सम्पादनस्तरको निम्नानुसारका श्रेणी मापनका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

सम्पादित कार्य वा प्रदर्शित सिकाइ व्यवहार	अपेक्षितभन्दा बढी	अपेक्षित	अपेक्षितभन्दा कम
आफ्नो पहिरनको परिचय दिएको			
घरमा र विद्यालयमा लगाउने पहिरन छनोट गरेको			
आफ्नो पहिरनको जतन गरेको			
दिइएका पहिरनको समूहबाट नमिल्ने पहिरन छुट्याउने सिप			

आफ्नो र साथीको पहिरनमा भएको फरक बताउने सिप			
दिइएका पहिरनको समूहबाट आफ्नो चाडपर्वमा लगाउने पहिरन चिनेको			
सिकाइ क्रियाकलापमा सक्रिय रहेको			

साधन ३. अभिभावक प्रतिक्रिया

अभिभावक भेटमा उहाँहरूका बालबालिकाले पोसाक किन्दा रोज्ने गरे नगरेको, आफ्नो पोसाक चिने नचिनेको, जतन गर्ने गरे नगरेको सम्बन्धमा अभिभावकको प्रतिक्रिया लिनुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यालयबाट घर पुग्नेबित्तिकै हरेक दिन पहिरन वा पोसाक परिवर्तन गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यालयमा खेल्दा, कक्षामा रहँदा र घरमा आफ्नो पहिरनको जतन गर्ने तरिका सिकाउनुहोस् र सो काम दैनिक रूपमा गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- खेल खेल्ने समयमा कस्तो पहिरन लगाउने हो, पहिला सिकाउनुहोस् र उचित तरिकाले लगाउन भन्नुहोस् र आवश्यक सहजीकरण पनि गर्नुहोस् ।
- परम्परागत पहिरनमा सजिएका विद्यार्थीहरूको समूह बनाइदिनुहोस्, अनि लय र तालमा गीत गाउँदै नाच्ने अभ्यास गराउनुहोस् । यसका लागि विभिन्न चाडपर्व, पूजा, जात्रा आदि कार्यक्रममा सहभागी गराउनुहोस् ।
- पोसाकसम्बन्धी प्रचलित गीत सुनेर नृत्य गर्ने अभ्यास गराउनुहोस्, जस्तै चौबन्दी चोली ....
- विद्यालयबाट घर पुग्नेबित्तिकै हरेक दिन पोसाक परिवर्तन गरी सुरक्षित ढङ्गले राख्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विभिन्न काम गर्दा लगाउने पहिरनहरूको फोटो इन्टरनेटबाट सङ्कलन गरी बालबालिकाहरूलाई देखाउनुहोस् ।
- मलाई चौबन्दी चोलीले राम्री देखियो गीत

पाठ : ३

हाम्रो खानेकुरा

परिचय

बालबालिकाहरूलाई मिठो खानेकुरा निकै मन पर्छ, अझ चकलेट, मिठाईप्रति त हुरुक्कै हुन्छन् । तर यो पाठ बालबालिकाहरूमा बजारका प्याकेट खानाभन्दा आफ्नै घरमा तयार गर्न सकिने खानेकुरा खाने बानी विकास गर्न लक्षित छ । ताजा फलफूल, सागसब्जी र घरायसी परिकारमार्फत सन्तुलित र पोषणयुक्त खाना खाने बानी विकास गर्ने क्रियाकलापहरू यस पाठमा समेटिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न खानाका परिकारहरूका चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्रइङ पेपर, दैनिक खानुपर्ने परिकारका नमुनाहरू, पोषणयुक्त खानासम्बन्धी श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९ को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा के के देखिन्छ, भन्न लगाउनुहोस् ।
- विभिन्न खानाका नमुनाहरूबारे चित्र तथा सम्बन्धित श्रव्यदृश्य सामग्री देखाई खानेकुराको परिचय गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफूलाई मन पर्ने र आफ्नो घरमा पकाइने खानेकुराका परिकारबारे प्रश्नोत्तर गर्दै एकआपसमा अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

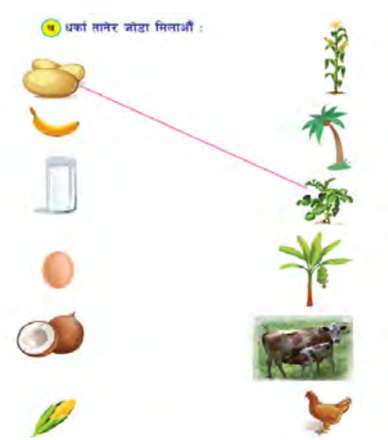
नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंका घरमा आज के के खाना पाकेका थिए ?
- खाना किन खानु परेको होला ?
- खाना नखाएमा के हुन्छ ?
- तपाईँलाई कुन कुन खाना मन पर्छ ?
- के बिहान खाने र बेलुका खाने खाना फरक हुन्छ ?
- सबैले एकै किसिमका खाना खाँदैनन्, किन होला ?
- तपाईँलाई खाना बनाउने जिम्मा दिइयो भने के के खाना तयार गर्नुहुन्छ ?

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १० को क्रियाकलाप (क) मा दिइएको गीत आफूसँगै लय र तालमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- गीतमा उल्लिखित चार समूहका खानेकुराहरूबारे प्रश्नोत्तर र छलफल गर्दै आफूलाई मन पर्ने र सधैँ घरमा खाने गरेका खानेकुराहरू विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधेर छलफल गर्नुहोस् ।
  - गहुँ, फापर र कोदोबाट के बन्छ ?
  - गहुँ, फापर र कोदाको पिठोबाट के बनाइन्छ ?
  - हामीले शरीर स्वस्थ राख्न दिनदिनै के के खानुपर्छ ?
  - स्वस्थ हुन के के खानुपर्छ ?
  - अम्बा, आँप र स्याउ तपाईँलाई कस्तो लाग्छ ?
  - के के फलफूलहरू पोसिला हुन्छन् ?
  - लौका, पर्सी, साग, गाजर, साग मुला खाए के हुन्छ ?
  - गीतमा नआएका तर तपाईँलाई मनपर्ने खानेकुरा के के छन् ?
  - के गहुँको पिठो र चामलको पिठो उस्तै हुन्छ ?
  - एकछिन सोचेर यस्तै दुई हरफ गीत भन्नुहोस् ।
- चित्रमा देखाइएका खानेकुराहरू विद्यार्थीहरूले कुन कुन खानुभएको छ, भन्न लगाउनुहोस् ।
- सधैँभरि एकै प्रकारका खानेकुरा खानु राम्रो हुन्छ कि हुँदैन भनी प्रश्न गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप 3



- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११ को क्रियकलाप (ख) मा दिइएका छओटै लहरका चित्रमा प्रत्येकमा मिल्ने खानेकुरासँग सम्बन्धित अर्को लहरको जोडा चित्र चिन्न र भन्न लगाउनुहोस् र सम्बन्धित प्रश्नहरू गर्नुहोस् ।
- चित्रमा दिइएका खानेकुराको मिल्ने जोडामा पेन्सिलले धर्का तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- पहिलो चित्रको जोडा कुन हो ? अन्डा केले दिन्छ ? दुध केले दिन्छ ? अन्तिम लहरमा मिल्ने कुन हो ? तपाईँलाई मन पर्ने खाना कुन कुन दिइएका छन् ? लगायतका प्रश्नहरू सोध्दै विद्यार्थीलाई उत्तर दिन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएका दशओटा समूहका चित्रहरू के के खानेकुराका हुन्, चिनेर भन्न लगाउनुहोस् । चित्रका फलफूल, सागपात जस्ता खानाको नाम क्रमश: एभोकाडो, ओखर, केरा, साग, भात, फर्सी, दुध, माछा, सेलरोटी र अन्डा हुन् ।
- प्रत्येक समूहमा आफूले कुन खाना खाएको हो वा होइन पहिचान गरी ठिक चिह्न (√) दिन भन्नुहोस् ।
- दिइएका खानाका समूहमध्येबाट आफूलाई मन पर्ने खानेकुराको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले हरियो सागपात, फलफूल, तरकारी, दालभात, दुध, दहीलगायत सबै किसिमका खानेकुरा खाने गरे नगरेको अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् । आफ्नो वरपर पाइने सफा र ताजा खानेकुरा खानुपर्छ भन्ने सिकाइमा जोड दिनुहोस् । बजारबाट किनेका प्याकेटका खानाभन्दा घरमै पकाइएका खानेकुरा पोषिला हुने कुरा बताउनुहोस् । बजारका अल्पपोषक खानेकुरा खानाले विभिन्न रोगहरू लाग्ने जानकारी गराउनुहोस् ।
- स्थानीय ताजा र सफा खानेकुरा खाने बानीसम्बन्धी कथा वा उदाहरणहरू प्रस्तुत गर्दै असल बानी विकासका लागि विभिन्न क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३ क्रियाकलाप (घ) मा दिइएको रेखाचित्र देखाएर यो कुन फलफूल हो ? यो कस्तो रङको हुन्छ ? तपाईंले खानुभएको छ ? मिठो लाग्छ कि लाग्दैन ? लगायतका प्रश्न गर्नुहोस् ।
- दायाँपट्टिको खाली ठाउँमा उस्तै चित्र कोर्न लगाउनुहोस् । उक्त चित्रमा रङ्गीन पेन्सिलको प्रयोग गरी मिल्दो रङ भर्न लगाउनुहोस् । आफूले बनाएको चित्र कक्षामा प्रदर्शन गराई आपसमा मूल्याङ्कन गराउनुहोस् ।
- खानेकुरासम्बन्धी यस्तै अरू रेखात्मक चित्रहरू पनि तयार गरी प्रत्येकलाई बाँड्नुहोस् र रङ्गीन पेन्सिलको मदतले उपयुक्त रङ भर्न लगाई कक्षामा प्रदर्शन गराउनुहोस् ।
- हरेकले गरेका क्रियालापहरूबारे छलफल गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३ को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएका खानेकुराका चित्रहरू पहिचान गराउनुहोस् । तपाईंको घरमा कसले खाना बनाउनुहुन्छ ? बिहान के के खानेकुरा खानुभयो ? दिउँसो खाजा के खानुभयो/खानुहुन्छ ? घरैमा बनाएको खानेकुरा खानुभयो कि बजारबाट किनेको ? प्राय: खाजा के के खानुहुन्छ ? बजारबाट ल्याएको र घरैमा बनाएका खानेकुरामध्ये कुन खानु राम्रो होला ? तपाईंले बजारबाट ल्याएका के के खानेकुार खाने गर्नु भएको छ ? लगायत विभिन्न प्रश्नहरू गरी घरैमा तयार भएका खानेकुरा खान जोड दिई छलफल गराउनुहोस् ।
- आफूलाई मन पर्ने खानाको चित्र बनाई रङ भर्न लगाउनुहोस् । चित्र ट्रेसिङ गरेर बनाउन लगाउन पनि सकिन्छ ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४ को क्रियाकलाप (च) मा दिइएका खानेकुराहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
- यी खानेकुरा खाएको अनुभवहरू बताउन लगाउनुहोस् । कसरी खानुभयो ? पकाएर खानुभयो कि नपकाई खानुभयो ? भनी सोध्नुहोस् ।
- रङ्गीन पेन्सिलको प्रयोग गरी काँचै खान मिल्नेमा हरियो र पकाएर खान मिल्नेमा रातो रङ चित्रसँगैका कोठामा भर्न लगाउनुहोस् ।
- खानेकुरासम्बन्धी यस्तै अरू चित्रहरू पनि तयार वा सङ्कलन गरी प्रत्येकलाई बाँड्नुहोस् र सो विधि दोहोर्‍याउनुहोस् ।
- आफ्नो घरमा भएका काँचै खान मिल्ने र पकाएर मात्र खान मिल्ने अरू खानेकुराहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- काँचै खान मिल्ने, पकाएर खान मिल्ने र काँचै र पकाएर दुवै तरिकाले खान मिल्ने खानाहरूका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- पकाएर खानुपर्ने खाना राम्ररी पकाएर मात्र खानुपर्ने, काँचै खान मिल्ने खानेकुरा राम्ररी धोएर मात्र खानुपर्ने कुरा सिकाउन स्थानीय परिवेशमा पाइने केही खानेकुरा सङ्कलन गरी तिनीहरूलाई सफासँग पखालेर सबैले बाँडेर खाने क्रियाकलाप गराउनुहोस् । यस क्रियाकलाप गर्न अगिल्लो दिन विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घरबारीमा फलेका काँचै खान मिल्ने खानेकुरा ल्याउन लगाउन पनि सकिन्छ ।

मूल्याङ्कन

साधन १. मौखिक अभिव्यक्ति

मिल्दो क्रियाकलापका क्रममा वा अन्त्यमा मौखिक रूपमा निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

(क) तपाईंलाई कुन कुन खाना मन पर्छ ?

(ख) तपाईंले आज बिहान के के खानुभएको थियो ?

(ग) तपाईंको घरमा खाना कसले पकाउनुहुन्छ ?

(घ) तपाईंले सधैँ एकै किसिमका खानेकुरा मात्र खानुहुन्न होला, किन ?

(ङ) हामीले किन पोसिलो खाना खानुपरेको हो ?

(च) खाना बनाउने काममा तपाईं के के सहयोग गर्नुहुन्छ ?

(छ) हामीले खाने खानेकुराबाट के के पाउँछौँ ?

(ज) सीमा सधैँ घरमै बनाएको खाजा ल्याउँछिन् । उनको बानी तपाईंलाई कस्तो लाग्यो ?

(झ) दुध केबाट पाइन्छ ?

(ञ) शरीर स्वस्थ राख्न के के खानुपर्छ ?

साधन २. अवलोकन

विद्यार्थीले खाने खाजामा घरैमा बनाएको सफा र ताजा खानेकुरा खाने गरे नगरेको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन ३. अभिभावक तथा सहपाठी प्रतिक्रिया

विद्यार्थीहरूको स्वस्थकर र ताजा खानेकुराको छनोट सम्बन्धमा सहपाठी तथा अभिभावकहरूबाट प्रतिक्रिया लिई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- पकाएका र सफा तथा ताजा खानेकुरामात्र खान र बजारमा पाइने तयारी खानेकुरा नखान प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यालयमा खाजा खाएपछि, घरमा खाना खाँदा गर्नुपर्ने होसियारी र सरसफाइ गर्ने तरिका सिकाउनुहोस् र सो काम दैनिक रूपमा गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- अल्पपोषक खाना खाँदा हुने बेफाइदा झल्कने काल्पनिक कथा सुनाएर त्यस्ता खानेकुरा नखान प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विभिन्न किसिमका फलफूल तथा तरकारीहरूका चित्र इन्टरनेटबाट खोजी गरी विद्यार्थीहरूलाई देखाउनुहोस्
- फलफूलसम्बन्धी तलको लिङ्कको गीत विद्यार्थीहरू सँगसँगै गाउनुहोस् ।

पाठ : ४

हाम्रा खेलौना

परिचय

खेलका माध्यमबाट बालबालिकाहरूको शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा संवेगात्मक विकास गराउने सकिन्छ । स्थानीय प्रचलित खेल तथा खेलौनाहरूमार्फत बालबालिकामा भएका प्रतिभाहरूको प्रस्फुटन गर्ने क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश गरिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न खेलौनाका चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्इङ पेपर, बालबालिकाले खेल्ने खेलौनाहरू (टिटी बल, भकुन्डो, गाडी, क्यामेमबोर्ड, खेलौना हवाईजहाज आदि) खेलसम्बन्धी श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५ को चित्र अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- विभिन्न खेलौनाका नमुनाहरू तथा सम्बन्धित श्रव्यदृश्य सामग्री देखाउँदै खेलको परिचय गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो आफूलाई मनपर्ने खेलका बारेमा भन्न लगाउँदै छलफल र प्रश्नोत्तरमार्फत अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईँलाई मनपर्ने खेल कुन हो ?
- तपाईँ घरमा के के खेल खेल्नुहुन्छ ?
- को कोसँग खेल खेल्नु हुन्छ ?
- कुन कुन बेला खेल्नु हुन्छ ?
- के लामो समय खेल खेल्नु राम्रो हो ?
- खेल खेल्दा साथीसँग कुरा मिलेन भने के गर्नुहुन्छ ?
- तपाईँले खेल्ने खेल र दाजु दिदीले खेल्ने खेलबिच के के भिन्नता छन् ?

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका चित्रमा आफूले खेल्ने गरेका खेलौनाहरू पहिचान गरी भन्न लगाउनुहोस् । चित्रमा पहिलो कोलममा माथिबाट

क्रमश: भकुन्डो, खेलौना कार, खेलौना जहाज, डन्डीबियो, पुतली र टेबल टेनिस देखाइएको छ ।

- चित्र (क) मा दिइएका खेलौनाहरूका जोडी समूह अवलोकन गरी प्रत्येकको मिल्दो जोडा धर्को तानेर मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाइएका खेलौनाहरू खेल्ने ठाउँका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस्, जस्तै : बल कहाँ खेलिन्छ ? घरभित्र बल खेले के होला ? खेल्दा लडिने डर हुन्छ कि हुँदैन ? तपाईं कुनै बेला खेल्दाखेल्दै लड्नुभएको छ ? लगायतका प्रश्नहरू सोध्दै विद्यार्थीका अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज नं. १७ को (ख) मा दिइएका तीनओटै फरक फरक रेखाहरू अवलोकन गराउनुहोस् ।
- रङ्गीन पेन्सिल र सादा कार्डबोर्ड वा ड्इङ पेपर प्रत्येकलाई उपलब्ध गराउनुहोस् र यस्तै आफूलाई मन परेका रेखाहरू खिच्न लगाउनुहोस् ।
- आफूले सिर्जना गरेका रेखाहरू कक्षामा साथीहरूलाई देखाउन लगाउनुहोस् । साथै उनीहरूको कार्यको प्रशंसा गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७ को क्रियाकलाप (ग) मा देखाइए जस्तै गरी विद्यार्थीहरूलाई खाली चउरमा लगेर लाइनमा बस्न लगाउनुहोस् ।
- पालैपालो भकुन्डोलाई निश्चित दिशामा फ्याँक्न लगाउनुहोस् ।
- अब विद्यार्थीहरूलाई आमने सामने हुने गरी दुई समूहमा राख्नुहोस् । पहिलो समूहबाट दोस्रो समूहतिर बल गुडाउने र दोस्रो समूहले समाउने त्यसै गरी दोस्रो समूहले बल गुडाउने र पहिलो समूहले समाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- बलबाट अरू के के खेल्न सकिन्छ, छलफल गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई मन पर्ने उनीहरूले नै जानेका खेलहरू खेल्न अभ्यास गराउनुहोस्, जस्तै : गट्टा, डोरी, चोर पुलिस, आदि ।

मूल्याङ्कन :

साधन १. मौखिक अभिव्यक्ति

मिल्दो क्रियाकलापका क्रममा वा अन्त्यमा मौखिक रूपमा निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

(क) खेल किन खेलिन्छ ?

(ख) तपाईँलाई कुन खेल खेल्न मन लाग्छ ?

(ग) तपाईँसँग के के खेलौनाहरू छन् ?

(घ) तपाईँ कोसँग खेल्नुहुन्छ ?

(ङ) तपाईँ घरमा र विद्यालयमा के के खेल खेल्नुहुन्छ ?

(च) खेल खेल्नाले के फाइदा हुन्छ ?

(ज) तपाईँ कुन कुन समयमा खेल्नुहुन्छ ?

(झ) साथीसँग खेल्दा र आफूभन्दा ठुलासँग खेल्दा के फरक पाउनुहुन्छ ?

साधन २. अवलोकन

खेल खेल्दा साथीहरूसँग मिलेर खेले नखेलेको, नियमको पालना गरे नगरेको, सहभागिताको स्तर, रमाएको नरमाएको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन ३. अभिभावक तथा सहपाठी प्रतिक्रिया

विद्यार्थीहरूले घरपरिवार र छिमेकमा खेल्ने खेलौना, साथीहरूसँग खेल्दा मिलेर खेले नखेलेको सम्बन्धमा सहपाठी तथा अभिभावकहरूबाट प्रतिक्रिया लिई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- कुन कुन समयमा खेल खेल्ने हो, सो सम्बन्धमा आवश्यक सुझाव, सहजीकरण र पृष्ठपोषण पनि गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाको चाहना र इच्छाअनुसारका विभिन्न मनोरञ्जनात्मक खेलहरू खेल्ने वातावरण मिलाउनुहोस् र उनीहरूका क्रियाकलापको मूल्याङ्कन गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।
- विद्यालयमा हुने खेल सप्ताहमा आफ्ना कक्षाका बालबालिकाहरूलाई पनि सहभागी हुन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- खेल प्रतियोगिता आयोजना गर्नुहोस् । यसरी खेल खेलाउँदा खेलका नियम अवलम्बन गर्ने, खेल खेल्ने तयारी गर्ने जस्ता सिपहरूको विकास गराउन जोड दिनुहोस् ।
- सानो सानो पुतली मेरो कति राम्रो छ, ... गीत गाउँदै नाच्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : ९ हाम्रो परिवार

परिचय

परिवार बालकको पहिलो पाठशाला हो । बालबालिका हुर्कने, बढ्ने, भाषा सिक्नेलगायत महत्त्वपूर्ण विकास परिवारसँगै हुन्छ । घर परिवारमा गरिने क्रियाकलापहरू, अभिभावक तथा आफन्तले बोलाउने नाम, परिवारका सदस्य सङ्ख्या बताउने, सदस्यहरूको तस्बिर चिन्ने र चिनाउने जस्ता क्रियाकलापहरू यो पाठले अपेक्षा गरेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

परिवारका सदस्यले गर्ने पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न क्रियाकलापका चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्रइङ पेपर, परिवारसम्बन्धी श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८ को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा के के देखिन्छ, भन्न लगाउनुहोस् ।
- परिवारका नमुना चित्रहरू तथा सम्बन्धित श्रव्यदृश्य सामग्री देखाई परिवारका सदस्यहरूको परिचय गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको परिवारमा को को हुनुहुन्छ, कसले के काम गर्नुहुन्छ भनी प्रश्नोत्तर गर्दै एकआपसमा आआफ्नो परिवारका सम्बन्धमा विभिन्न प्रश्नहरू सोधी अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंको घरमा को को हुनुहुन्छ ?
- तपाईंका आमाबुबाले के के काम गर्नुहन्छ ?
- घरमा तपाईं के के काम गर्नुहुन्छ ?
- के तपाईं आफ्नो काम आफैँ गनुहुन्छ ?
- घरबाहिर रहनु भएका परिवारका सदस्यसँग तपाईं कसरी कुरा गर्नुहुन्छ ?

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएको चित्रमा परिवारका को को सदस्यहरू देखाइएको छ, भन्न लगाउनुहोस् ।
- परिवारसम्बन्धी दिइएको गीत शिक्षकले स्थानीय लयमा गाउनुहोस् ।

- दोस्रो पटक शिक्षकलाई पछ्याउँदै विद्यार्थीले पनि गीत गाउनुहोस् ।
- अब शिक्षक विद्यार्थी सँगसँगै गीत गाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई सामूहिक र एकल रूपमा गीत गाउन लगाउनुहोस् ।
- परिवारको कामसम्बन्धी यस्तै अन्य सान्दर्भिक गीत रचना गरी गाउनुहोस् र गाउन लगाउनुहोस् ।

- गीतको भावअनुसार आफ्नो घरमा बुबा, आमा, दिदी, दाइ, काका, काकी, हजुरबुबा, हजुरआमा आदि नाता पहिचान गराउने र उहाँहरूले गर्ने काम सम्बन्धमा देहायका नमुना प्रश्न गरी विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो उत्तर भन्न लगाउनुहोस् :
  - बुबाको बुबालाई के भनिन्छ ? आमाको बुबालाई के भनिन्छ ?
  - कसलाई हजुरआमा भनिन्छ ? बुबाकी आमालाई के भनिन्छ नि ?
  - तपाईंको परिवारमा को को हुनुहुन्छ ?
  - तपाईंको परिवारका सदस्यहरूको नाम भन्नुहोस् ।
  - गीतमा जस्तै के तपाईंको हजुरबाले पनि दाम्लो बाट्नु हुन्छ ? दाम्लो देख्नुभएको छ ? दाम्लो केका लागि प्रयोग गरिन्छ ?
  - घरमा खाना कसले पकाउनु हुन्छ ? के तपाईंले पनि घरको काममा सहयोग गर्नुहुन्छ ?
  - तपाईंका भाइबहिनी छन् ? भाइबहिनीलाई कति माया गर्नुहुन्छ ?

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य कार्यपुस्तकको पेज न.२० का क्रियाकलाप (ग) को चित्रमा दिइए जस्तै सादा कार्डबोर्ड प्रत्येक विद्यार्थीहरूलाई बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येकलाई आफ्नो घरका सदस्यहरू बुबा, आमा, दिदी, दाइ, भाइ, बहिनी को को हुनुहुन्छ सबैका एक एकओटा फोटोहरू सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूले जम्मा गरेका फोटाहरू नाताअनुसार मिलाएर टाँस्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो आफ्ना परिवारका सदस्यहरू र नाम साथीहरूलाई चिनाउन लगाउनुहोस् ।
- क्रियाकलापको मूल्याङ्कन गरी अवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य कार्यपुस्तकको पेज न. २० को क्रियाकलाप (घ) मा दिइएको चित्र ध्यानपूर्वक हेरेर चित्रको केटा घर जाने बाटो पत्ता लगाई रङ भर्न लगाउनुहोस् ।

- यो क्रियाकलाप गर्दा विद्यार्थीहरूलाई बाटो पत्ता लगाउन पर्याप्त समय उपलब्ध गराउनुहोस् । शिक्षक आफूले बाटो देखाइदिने भन्दा पनि विद्यार्थी स्वयम्लाई पत्ता लगाउन प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई रमाइलो लाग्ने यस्तै किसिमका अन्य क्रियाकलापहरू तयार गरी अभ्यास गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन :

साधन १. मौखिक अभिव्यक्ति

क्रियाकलाप १ र २ मा सोधिएका प्रश्नहरूका सम्बन्धमा विद्यार्थीले दिएका उत्तरका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा दिइएका खाली ठाउँ भर्ने, चित्र पहिचान गर्ने, चित्र कोर्ने, ठिक बेठिक छुट्याउने, जोडा मिलाउनेलगायतका अभ्यासहरू विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा गर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन २. रुजु सूची

पाठको सिकाइ उपलब्धिका आधारमा देहायअनुसारका रुजु सूची तयार गरी प्रत्येक विद्यार्थीका सिकाइ व्यवहार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

क्रियाकलाप	सकेको	नसकेको
आफ्नो परिवारको परिचय दिन		
घरबाट विद्यालय पुग्दा लाग्ने ठिक समय अनुमान गर्न		
आफ्नो परिवारको सङ्ख्या बताउन		
आमा, बुबा, दाइ, दिदी आदिको नाम भन्न		
आमा, बुबा, हजुरबा, हजुरआमाले गर्ने गरेका काम बताउन		
नाताअनुसार परिवारका सदस्यहरूको फोटो टाँस्न		

साधन ३. अभिभावक प्रतिक्रिया

विद्यार्थीहरूले घरपरिवारमा परिवारका सदस्यहरूले गरेका कामप्रति चासो लिए नलिएको, आफूले सकेको काम गर्ने गरे नगरेको, नाता पहिचान गरे नगरेको सम्बन्धमा अभिभावकहरूबाट प्रतिक्रिया लिई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन ४ : अवलोकन

क्रियाकलाप ३ र ४ सिकाइका क्रममा विद्यार्थीहरूका कार्य अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- लय र तालमा पारिवारको गीत गाउन लगाउनुहोस् र लय मिलाई गाउन सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- सबै बालबालिकाका परिवारका सदस्यहरूको फोटो सङ्कलन गरी पारिवारिक वृक्ष (Family tree) तयार गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । सबैको काम सङ्कलन गरी “हाम्रो परिवार” किताब तयार गर्नुहोस् ।

पाठ : ६ हाम्रो काम

परिचय

बालबालिकाहरू परिवारका प्रत्येक सदस्यहरूले गर्ने कामसँग नजिकबाट परिचित हुन्छन् । घर परिवारमा परिवारका सदस्यहरूले गर्ने विभिन्न काम तथा क्रियाकलापहरूसँग सम्बन्धित क्रियाकलापमा बालबालिकाहरूको भूमिका महसुस गराउनु यस पाठको प्रमुख उद्देश्य हो ।

शैक्षणिक सामग्री

परिवारका सदस्यले गर्ने पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्इङ पेपर, बगैँचा, परिवारले गर्ने कामसम्बन्धी श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८ को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा के के देखिन्छ भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा देखिइएका मानिसहरू को को होलान् ?, ककसले के के काम गर्नुभएको छ ? गुन्द्री कसले बुन्नु भएको छ ? चुलामा के पकाएको होला ?
- विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको परिवारमा को को हुनुहुन्छ ? कसले के काम गर्नुहुन्छ ? भनी प्रशनोत्तर गर्दै एकआपसमा आआफ्नो परिवारबारे अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २२ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका चित्रमा देखाइएका क्रियाकलापहरूबारे विद्यार्थीहरूलाई अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् र निम्नानुसारका क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।
- पहिलो लहरका दुइओटा चित्रमा कसले के के काम गरिरहेका छन्, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- दोस्रो र तेस्रो लहरमा पनि सोही क्रिया दोहोऱ्याउनुहोस् र आफूलाई मन परेका क्रियाकलापमा ठिक(√)चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।
- चित्रका आधारमा निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

- घरमा तपाईँ आमालाई के काम सघाउनुहुन्छ ?
- घरमा कोही बिरामी भए के गर्नुपर्छ ?
- बोटबिरुवालाई कसरी स्याहार गर्नुपर्छ ?
- घरमा कोसँग पढाइबारे सोध्नुहुन्छ ?
- तपाईँ कोसँग विद्यालय जानुहुन्छ ?

क्रियाकलाप 3

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २३ को क्रियाकलाप (ख) मा देखाइए जस्तै गरी चार/पाँच जनाको समूहमा भाँडाकुटी खेल खेलाउनुहोस् । खेल खेल्दा बालबालिकाहरूले परिवारका विभिन्न सदस्यहरूले गर्ने कामको अभिनय गर्ने छन् । बालबालिकाहरूको अभिनय अवलोकन गरी परिवारका सदस्यहरूले गर्ने काम सम्बन्धमा प्रश्नहरू सोधेर अन्तरक्रिया गर्नुहोस्, जस्तै :
  - के काम गर्नुभएको हो ? यी सामानहरू के के हुन् ?
  - तपाईँहरूले के के खेल्नु भएको छ ?
  - खाना कसले पकाउँदै हुनुहुन्छ ? को को के के काम गर्दै हुनुहुन्छ ?
- यस्तै अन्य सान्दर्भिक प्रश्नहरू पनि सोध्नुहोस् र उत्तर दिन प्रेरित गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १. मौखिक प्रश्नोत्तर

क्रियाकलापका क्रममा वा अन्त्यमा मौखिक रूपमा निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

(क) तपाईँलाई के काम गर्न मन पर्छ ?

(ख) तपाईँको परिवारमा ककसले के के काम गर्नुहुन्छ ?

(ग) तपाईँ घरमा के काममा सघाउनुहुन्छ ?

(घ) बुबा घरमा नभएको बेला उहाँले गर्ने काम कसले गर्नुहुन्छ ?

(ङ) तपाईँले आमाबुबाले गर्ने के के काम गर्न सक्नुहुन्छ ?

(च) तपाईँको बुबाले गर्ने काम र छिमेकीले गर्ने कामबिच के फरक छ ?

साधन २. अभिभावक प्रतिक्रिया

विद्यार्थीहरूले घरपरिवारमा परिवारका सदस्यहरूले गरेका कामप्रति चासो लिए नलिएको, आफूले सकेको काम गर्ने गरे नगरेको, नाता पहिचान गरे नगरेको सम्बन्धमा अभिभावकहरूबाट प्रतिक्रिया लिई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन ३ : स्वमूल्याङ्कन

आफूले गर्न सक्ने कामको सूची तयार गरी स्वयम् विद्यार्थीलाई भर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- परिवारका प्रत्येक सदस्यले गर्ने कामहरू शुद्धसँग भन्न र लेख्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- बिहानदेखि बेलुकासम्म आफूले गर्ने कामहरूको सूची भन्न र लेख्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- पाठसँग सम्बन्धित गीत गाउने र नृत्य गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- गाँउमा गरिने कामसम्बन्धी सर्वेक्षण क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नुहोस् । सर्वेक्षणबाट आएका विभिन्न सूचनाहरू र कामहरू कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : ७ हाम्रो सामान

परिचय

बालबालिकाहरू सानो छँदादेखि नै विभिन्न सामानहरूप्रति जिज्ञासु हुने, ती सामानको उपयोगबारे चासो लिने, सामान खोल्ने, फुकाल्ने, सामानहरूसँगै खेल्ने र रमाउने गर्दछन् । घर परिवारमा गरिने विभिन्न क्रियाकलापहरू जस्तै : पढ्न र लेख्न, चित्र बनाउन, लुगा सिलाउन, खेतबारी खन्न, घर बनाउन, काठ काट्न, सरसफाइ गर्न, घाँस काट्न, धान कुट्न आदि काममा प्रयोग गरिने सामानहरू र तिनीहरूको प्रयोगसँग परिचित गराउने क्रियाकलापहरूप्रति यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न घरायसी काममा प्रयोग गरिने सामानहरू र तिनको प्रयोगसम्बन्धी चित्र, सामानको उपयोग गरी गरिने क्रियाकलापका चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्इङ पेपर, सम्बन्धित श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २४ को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा के के सामानहरू छन्, विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- उपलब्ध भएका केही औजार तथा उपकरणहरू प्रदर्शन गर्दै पहिचान गराउनुहोस् । के तपाईंको घरमा पनि यस्ता सामानहरू छन् ? ती सामानहरू कहाँ प्रयोग हुने गरेका छन् ?
- विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले प्रयोग गर्ने यस्ता सामानहरूबारे निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोधी छलफल गराउनुहोस् ।

  नमुना प्रश्नहरू

  - तपाईंले प्रयोग गर्ने सामानहरू के के छन् ?
  - ती सामानहरू कुन कुन समयमा प्रयोग गर्नुहुन्छ ?
  - सामान प्रयोग गरिसकेपछि कहाँ राख्नुहुन्छ ?
  - लेख्नका लागि के साधन चाहिन्छ ?
  - तपाईंलाई चित्र बनाउन के के सामान चाहिन्छ ?
  - समय कसरी थाहा पाउनुहुन्छ ?

- विद्यालयमा खाजा केमा लैजानुहुन्छ ? के तपाईं खाजा लैजाने भाँडाहरू नियमित सफा गर्नुहुन्छ ?
- काट्न र नाप्न प्रयोग हुने समान किन फरक फरक भएका होलान् ?
- कुनै सामान एकभन्दा बढी कामका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयको विज्ञान प्रयोगशालामा लैजानुहोस् । प्रयोगशालामा भएका विकर, मेजरिङ सिलिन्डर, टेस्टट्युब, तराजुलगायतका उपकरणहरू एक एक गरी चिनाउनुहोस् ।
- उपकरणहरू अवलोकन गरी रेखाचित्र कोर्न लगाउनुहोस् । आफूले कोरेका चित्र साथीहरूलाई देखाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २५ का क्रियाकलाप बालबालिकाहरूमा आफ्ना सामानको जतन गर्ने बानी विकास गर्ने उद्देश्यसँग केन्द्रित रहेको छ । प्रस्तुत नमुना प्रश्नहरूका आधारमा दिइएका दुईओटा चित्रहरूको तुलानात्मक छलफल गराउँदै सामानको जतन गर्नु राम्रो बानी भएको र सामान जथाभावी फाल्नु नराम्रो बानी भएको कुरा बताउनुहोस् ।

- सामान जतन गर्ने क्रियाकलापसम्बन्धी बालबालिकाका बानी उनीहरू आफैँले नै अभिव्यक्त गर्ने वातावरण बनाउन उनीहरूलाई पालैपालो देहायका नमुना प्रश्नहरूमा आधारित भई अन्तरक्रिया गर्नुहोस् :
  - तपाईं विद्यालय जाने वेलामा कापी किताब कसले मिलाइदिनुहुन्छ ? विद्यालयबाट फर्किएपछि कपडा खोलेर कहाँ राख्नुहुन्छ ?
  - धोएका कपडा कसले आइरन लगाउनु हुन्छ ?
  - तपाईंलाई कपडा पट्याएर राख्न आउँछ ?
- यी र यस्तै प्रश्नहरू गरी अन्तरक्रिया गरेर घर र विद्यालयमा सामानहरूको प्रयोग गर्दा जतन गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- अब विद्यार्थीहरूलाई दुई वा तीन जनाको समूह हुने गरी विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । केही सामग्रीहरूलाई कक्षाको अगाडि छरेर राखिदिनुहोस् । अब कुनै समूहलाई ती सामानहरू मिलाएर जतनका साथ राख्न लगाउनुहोस् । एउटा समूहले सामान मिलाई रहँदा अरू विद्यार्थीलाई अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । एक समूहले सामान मिलाइसकेपछि सामानलाई फेरि छरेर राखिदिनुहोस् र अर्को समूहलाई मिलाउन लगाउनुहोस् । यसरी सबै समूहको पालो नसकिएसम्म यो कार्य दोहोर्‍याउनुहोस् ।

सबैको पालो सकिएपछि घरमा पनि यस्तै सामग्री हुन्छन् । ती सामग्रीहरू यसरी नै मिलाएर जतनका साथ राख्नुपर्छ भनी सम्झाउनुहोस् ।

- अभिभावकहरूसँग प्रतिक्रिया लिई बालबालिकाहरूमा सामान जतन गर्ने बानी विकास भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । बालबालिकामा सामान जतन गर्ने बानी विकास कार्यमा सहयोग गर्न अभिभावकहरूलाई सचेत गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २६ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका सामानहरूका चित्र छलफलको उद्देश्य बालबालिकाहरूमा आफ्नो दैनिक प्रयोगका सामानहरू पहिचान गर्ने, सावधानीसाथ प्रयोग गर्ने तथा जतन गर्ने बानी विकास गर्नु हो ।

- यस पेजमा दिइएका चित्रहरू एक एक गरी पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
- निम्नलिखित प्रश्नहरू सोधी विद्यार्थीका दैनिक जीवनमा प्रयोग भएका सामानहरूका सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।
  - चित्रमा देखाइएका कुन कुन सामानहरू तपाईंको घरमा छन् ?
  - तपाईंको घरको भान्सामा भएका कुनै तीनओटा सामानको नाम भन्नुहोस् ।
  - फूलबारीमा पानी हाल्न कुन सामान प्रयोग गरिन्छ ?
  - चुलेँसी केका लागि प्रयोग गरिन्छ ?
  - चुलेसी जस्तै काट्ने अन्य औजारहरू के के छन् ?
  - तपाईंले हलो देख्नुभएको छ ? हलो केका लागि प्रयोग हुन्छ ?
  - चिम्टा ककसले देख्नुभएको छ ? यसको काम के होला ?
  - कुचोको काम के हो ?
  - काट्ने औजार जथाभावी चलाएमा के हुन्छ ?
  - यीमध्ये कुन कुन सामान तपाईंले प्रयोग गर्नुभएको छ ?
  - टेबुल र आँगन नाप्न कुन कुन उपकरण प्रयोग गर्न सकिन्छ होला ?
- शिक्षकले विद्यालयमा उपलब्ध भएसम्मका घरायसी सामानहरू सङ्कलन गर्नुहोस् । उपलब्ध नभएका सामग्रीको चित्र वा भिडियो सङ्कलन गर्नुहोस् । ती सामग्री वा चित्र वा भिडियो प्रदर्शन गर्दै यो के हो भनी सोध्नुहोस् । विद्यार्थीले नाम मिलाएमा अर्को वस्तु देखाएर सोध्नुहोस् । मिलाउन सकेनन् भने त्यस वस्तुको नाम आफैँले भनिदिनुहोस् । वस्तुको नाम भनिसकेपछि उक्त वस्तु के

कामका लागि प्रयोग गरिन्छ भनी सोध्नुहोस् । विद्यार्थीलाई भन्ने र अनुमान गर्ने पर्याप्त मौका दिनुहोस् । विद्यार्थीले भन्न नसके आफूले भनिदिनुहोस् । त्यसै गरी सो सामानको जतन कसरी गर्नुपर्छ भनी सोध्नुहोस् । सो सामानको जतन नगरे के हुन्छ भनी सोध्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् । सामानको जतन नगरेमा काँचको र सेरामिक्सका सामान फुट्न सक्ने, धारिलो औजारले चोट लाग्न सक्ने आदि उदाहरणहरू दिनुहोस् ।

- रुलर, घडी, कैँची, चिम्टा, सरौँतो, कुटो, कोदालो, हँसियालगायतका दैनिक प्रयोगमा आउने उपकरणहरू उपलब्ध हुन सक्नेजति सङ्कलन गरी वा गर्न लगाई तिनीहरूको अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । यस सम्बन्धमा विभिन्न प्रश्नहरू सोध्न अभिप्रेरित गर्नुहोस्, जस्तै : यस उपकरणको नाम के हो ? यसको बनोट कस्तो छ ? हँसिया किन बाँङ्गो र रुलर किन सिधा बनाइएको होला ? आदि)
- विद्याथीहरूलाई पनि शिक्षकसँग प्रश्न सोध्ने अवसर दिनुहोस् । उनीहरूलाई जे विषयमा प्रश्न सोध्न मन लाग्छ त्यही विषयमा सोध्न दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २७ का क्रियाकलापले विद्यार्थीहरूमा आफ्नो समुदायमा विभिन्न काममा प्रयोग हुने औजारहरूको पहिचान गर्ने उद्देश्यमा केन्द्रित रहेको छ ।
- दिइएका छओटा चित्रमा के के सामानहरू प्रयोग गरिएको छ ? सबैलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येकलाई आफ्नो घरमा अभिभावक, बुवा, आमा, दिदी, दाइले कुन कामका लागि के के सामान प्रयोग गर्नुहुन्छ, भन्न लगाउनुहोस् ।
- घरमा आफूलाई के काम गर्न कुन सामान चाहिने हो सोसम्बन्धी निम्न प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
  - घर बढार्न के सामान चाहिन्छ ?
  - खेत खन्न के के सामान प्रयोग गर्न सकिन्छ ?
  - गारो लगाउन के के चाहिन्छ ?
  - काठ काट्ने सामानलाई के भनिन्छ ?
  - कुटो र कोदालीको बनावट किन फरक फरक भएको होला ?

क्रियाकलाप ६

- यहाँ पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.२८ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएको चित्रपत्ती खेल औजारहरूको पहिचान र तिनीहरूको प्रयोग सिकाउने अपेक्षा रहेको छ ।

चित्रपत्ती खेल खेलाउने तरिका

- विद्यार्थीहरूलाई गोलो घेरामा राख्नुहोस् । उपकरणको नाम बताउँदै चित्रपत्ती एक जनाबाट सुरु गरी दाहिनेतिर पास गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक विद्यार्थीले सबै चित्रपत्ती पास गरेपछि अब फेरि देब्रेतिरबाट चित्रपत्ती पास गर्दै यसको प्रयोग भन्ने छन् ।
- अन्त्यमा आफूले देखेका अन्य सामानहरू र तिनको प्रयोग सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २८ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएको चित्र क्रियाकलाप बालबालिकाहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा चित्र कोर्ने अभ्यास गराउन लक्षित छ ।
- चित्रमा देखाइएका कामहरूका सम्बन्धमा सामान्य छलफल गर्दै यस्तै काम जनाउने चित्र कोर्न सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- आफ्नो परिवारका सदस्यहरूले गर्ने गरेका काम जनाउने गरी विद्यार्थीहरूलाई चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
- बालबालिकाहरूले कोरेका चित्रहरू राम्रो नराम्रो भनी मूल्याङ्कन गर्नुभन्दा पनि उनीहरूका परिवारका सदस्यहरूले गरेका कार्यहरूलाई अभिव्यक्त गर्ने माध्यमका रूपमा यसलाई उपयोग गर्नुहोस् ।
- उनीहरूले बनाएका चित्रहरूमा कसले के काम गरिरहेको देखाउन खोजिएको हो, सबैका सामु भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गरी सम्भव भएसम्म गाउँमा हुने कामको सर्वेक्षण गर्न लैजानुहोस् ।
- विद्यालय फर्केपछि कक्षाकोठामा भ्रमणको अनुभव साटासाट गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १. मौखिक प्रश्नोत्तर

क्रियाकलाप १, ४ र ५ मा सोधिएका प्रश्नहरूमा विद्यार्थीको प्रतिक्रियाका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन २. अभिभावक प्रतिक्रिया

विद्यार्थीहरूले घरपरिवारमा परिवारका सदस्यहरूले गरेका कामप्रति चासो लिए नलिएको, आफूले सकेका काम गर्ने गरे नगरेको, नाता पहिचान गरे नगरेको सम्बन्धमा अभिभावकहरूबाट प्रतिक्रिया लिई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन ३. अवलोकन

क्रियाकलाप ८ मा गाउँमा गरिने कामसम्बन्धी सर्वेक्षण कार्यमा सहभागिता तथा कार्य सम्पादनको स्तर अवलोकन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- आफ्नो सामानको जतन गर्ने तरिकासम्बन्धी कथा भन्नुहोस् र सामानको जतन गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

नमुना कथा : मनपर्ने रुमाल

कृतिकासँग एउटा गुलाबी रङको रुमाल थियो । यो रुमाल हजुरआमाले उनको जन्म दिनकामा उपहार दिनुभएको थियो । उक्त रुमाल उनलाई धेरै मनपर्थ्यो । एक दिन उनले आफ्नो रुमाल हराइन् । उनले हराएको रुमाल जताततै खोजिन् । भान्साकोठामा खोजिन् । घरको छानामा खोजिन् तर कतै पाउन सकिनन् । उनले आफ्नो हराएको रुमालका बारेमा आमालाई सोधिन् । आमा करेसाबारीमा काम गरिरहनुभएको थियो । आमाले उनलाई उनकै सुत्ने कोठामा खोज्न भन्नुभयो । उनको सुत्ने कोठा भद्रगोल थियो । खेल्ने कुरा, लत्ताकपडा र जुत्ताहरू जताततै फ्याँकिएका थिए । उनले यस्तो भद्रगोल कोठामा सानो रुमाल खोज्न ज्यादै मुस्किल रहेको बुझिन् र आमाको अगाडि गएर रुन कराउन थालिन् । आमाले कोठा सफा गर र सबै सरसामान ठिक ठिक स्थानमा राख तब मात्र रुमाल सजिलै खोज्न सक्छौ भनी सुझाव दिनुभयो । त्यसपछि उनले सबै लत्ताकपडा पट्याइन् । खेलौनाहरू सङ्कलन गरी एक ठाउँमा राखिन् । किताब कापीहरू सबै दराजमा राखिन् तर अझै पनि आफ्नो गुलाबी रुमाल पाउन सकिनन् । अन्त्यमा उनले आफ्नो रुमाल सिरानीमुनि फेला पारिन् ।

यस कथाको सिकाइ आफ्नो सामान जतन गरेर राख्नुपर्छ भन्ने बारे अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।

- रुलरको सहायताले नाप्ने तरिकाको प्रदर्शन गर्नुहोस् । अब विद्यार्थीहरूलाई समूहमा एक एकओटा रुलर उपलब्ध गराई आफ्नो कापी वा अन्य केही सरल वस्तुको लम्बाइ नाप्न लगाउनुहोस् । यसरी नाप्दा नाप ठिक (accuracy) हुनुपर्ने कुरामा जोड दिनुहोस् ।
- कक्षामा गरिने कामसम्बन्धी चार्ट (Job chart) तयार गरी आफ्नो पालोअनुसार नियमित काम गर्न विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- केही उपकरणहरू (रुलर, घडी, कैँची, चिम्टा, सरौँतो, कुटो, कोदालो, हँसिया) कक्षाकोठामा देखाउनुहोस् । देखाइएका मध्ये आफूलाई मन परेका एक एकओटा उपकरणको आउट लाइन चित्र कोर्न व्यक्तिगत रूपमा लगाउनुहोस् । आफ्नो र साथीको चित्र हेर्दै एउटै उपकरणको चित्र बनाउने विद्यार्थीहरूको समूह निर्माण गर्न भन्नुहोस् । एक अर्काका चित्रहरूको अवलोकन गरी उपकरण जस्तै देखियो देखिएन तुलना गर्न लगाउनुहोस् । उक्त उपकरणको प्रयोग सम्बन्धमा समूहमा छलफल गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । यी उपकरणहरूको प्रयोग गर्दा सुरक्षात्मक उपायहरू अवलम्बन गर्नुपर्ने कुरा सिकाउनुहोस् ।

विषयक्षेत्रगत विद्यार्थी मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज १३४ र १३५ मा उल्लिखित पाँचओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिएलगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डका सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएका पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङकन) सुनिश्चित भएपछि पुन: मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डका सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापका अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १३४ र १३५ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टि गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै अभिलेख तयार पार्नुहोस् ।
- विद्यार्थीका अभिभावकसँग सिकाइको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । साथै पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया विषयक्षेत्रको अन्त्यमा एकसाथ लिन पनि सकिन्छ ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

मेरो दैनिक जीवन

परिचय

विद्यार्थीहरूले आफ्नो दैनिक जीवनमा गर्नुपर्ने असल बानीहरूको विकास गर्नु र व्यवहारकुशल सिपको अभिवृद्धि गराउनु यस विषयक्षेत्रको मुख्य उद्देश्य हो । यस विषयक्षेत्रअन्तर्गत आधारभूत योग अभ्यास, शारीरिक क्रियाकलाप र खेल, विभिन्न रेखामा हिड्न, दौडन, शरीरका बाहिरी अङ्गहरूको पहिचान र सरसफाइ, हात धोएर खाने बानी एवम् चर्पीमा दिशापिसाब गर्ने बानी, सफा र सुरक्षित पानीको प्रयोगका साथै विद्युत् र इन्धनको प्रयोग तथा स्वतन्त्ररूपले चित्र निर्माण जस्ता विषयवस्तुसँग सम्बन्धित क्रियाकलाप रहेका छन् ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्यघण्टा (४५)
• विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँ गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै : चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			५
हाम्रो शरीर	• शरीरका बाहिरी अङ्गहरूको पहिचान र सरसफाइ गर्न • आफ्नो वरपर उपलब्ध सामग्रीहरूबाट बनाइएका रङहरू प्रयोग गरी औँला वा छेस्काले कागजमा स्वतन्त्र रूपले चित्र बनाउन • आफ्नो इच्छाअनुसार स्वतन्त्र रूपले चित्र कोर्न	• स्वव्यवस्थापन सिप, रचनात्मक सोच सिप	७
योग	• शिक्षकको निर्देशनमा आधारभूत योग अभ्यास गर्न (सुखासन, शिशु आसन र शवासन)	• स्वव्यवस्थापन सिप	३
हाम्रो बानी	• हात धोएर खाने बानी बसाल्न • चर्पीमा दिसापिसाब गर्ने बानी • सफा र सुरक्षित पानी पिउने बानी बसाल्न	• स्वअनुशासन सिप	६

विद्युत्	• दैनिक जीवनमा विद्युत्को उपयोग उल्लेख गर्न • घरमा खाना पकाउन प्रयोग गरिने इन्धनको नाम बताउन • आफ्नो इच्छाअनुसार स्वतन्त्र रूपले चित्र कोर्न ।	• सिकाइ, प्रयोग, रचनात्मक सोच सिप	५
आवाज	• विभिन्न प्रकारका ध्वनिहरू पहिचान गर्न र तिनीहरूका स्रोत बताउन	• सिकाइ सिप	४
उज्यालो	• वस्तु देख्न प्रकाश आवश्यक पर्ने तथ्य बताउन र प्रकाशका मुख्य स्रोत पहिचान गर्न • आफ्नो वरपर उपलब्ध सामग्रीहरूबाट बनाइएका रङहरू प्रयोग गरी औँला वा छेस्काले कागजमा स्वतन्त्र रूपले चित्र बनाउन ।	• सिकाइ, रचनात्मक सोच सिप	५
शारीरिक क्रियाकलाप र खेल	• शरीरलाई विभिन्न दिशामा तन्काउन र झुकाउन • भकुन्डो गुडाउने र समाउने अभ्यास गर्न • ठिक तरिकाले हिड्न, उभिन, बस्न र सुत्न • सिधा रेखामा दौडन • सिधा र बाङ्गोटिङ्गो दिशामा ताल मिलाएर हिड्न • विविध दिशामा ताल मिलाएर शरीर घुमाउन र बटार्न ।	• स्वव्यवस्थापन, सिकाइ, प्रयोग सिप	१०

विषयक्षेत्र पृष्ठ चित्र छलफल क्रियाकलाप

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २९ को चित्र देखाई प्रत्येक विद्यार्थीलाई चित्रमा के के कार्य भइरहेका छन्, सोच्न लगाउनुहोस् । आफूले सोचेका कुराहरू जोडी जोडी भएर एकआपसमा बताउन समय दिनुहोस् । उनीहरूलाई चित्र हेरेर केही जिज्ञासा भएमा शिक्षकलाई सोध्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूले आफूले दैनिक रूपमा यस्तै के के काम गर्ने गरेका छन्, पालैपालो सबैका सामु भन्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : १ हाम्रो शरीर

परिचय

विद्यार्थीहरू सानैदेखि जिज्ञासा राख्ने र खोजी गर्ने स्वभावका हुन्छन् । उनीहरूलाई प्रारम्भिक कक्षामा नै आफ्नो शरीरका बाहिरी अङ्गहरू आँखा, कान, नाक, टाउको, हात, खुट्टा आदि पहिचान गर्न लगाई ती अङ्गहरूको सरसफाइ गर्ने उपयुक्त तरिकाहरू अवलम्बन गर्ने बानी विकास गराउने क्रियाकलापहरूमा यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्रहरू, श्रव्यदृश्य सामग्री, सरसफाइका लागि प्रयोग हुने सामानहरू जस्तै : काँइयो, साबुन, ब्रस, ऐना तथा अन्य औजारहरू जस्तै : स्केल, कैँची, प्रयोगशालामा प्रयोग हुने सामान्य सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३० मा दिइएको गीत लय र तालमा गाउनुहोस् ।
- गीत गाउँदा सुरुमा शिक्षकले गाउनुहोस्, त्यसपछि शिक्षकसँगै विद्यार्थीलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् । अन्त्यमा समूहमा तथा एकल रूपमा विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई गोलो घेरामा राखी हाउभाउसहित गीत गाउन लगाउनुहोस् ।
- गीतमा प्रयुक्त शरीरका अङ्गहरू सरसफाइसम्बन्धी विद्यार्थीले दैनिक गर्ने गरेका कार्यहरू र गर्नुपर्ने कुराहरू छलफल गराउनुहोस् ।

छलफलका लागि नमुना प्रश्नहरू

- तपाईं कुन कुन समयमा हात धुनुहुन्छ ?
- कपाल सफा राख्न के गर्नुपर्छ ?
- दिनमा कतिपटक दाँत माझ्नु हुन्छ ?
- कानको काम के हो ?
- तपाईं हातगोडा कसरी सफाइ गर्नुहुन्छ ?
- आँखाले काम गर्न छोड्यो भने के हुन्छ ?
- नाक, कान, आँखामध्ये तपाईंलाई कुन अङ्ग सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण लाग्छ, किन ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३१ मा दिइएको चित्रका बारेमा सामान्य छलफल गराउँदै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो आआफ्नो शरीरका अङ्गहरू देखाउँदै नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई खुला ठाउँमा लगेर घेरामा उभिन लगाउनुहोस् । शिक्षक आफूले कुनै एक अङ्ग छोएर त्यसको नाम उच्चारण गर्नुहोस् (जस्तै : कान) । अब विद्याथीहरू शिक्षकले उच्चारण गरेको अङ्ग छुने छन् । केही समय यसरी नै विभिन्न अङ्गहरूका लागि अभ्यास गरिसकेपछि शिक्षकले नाक भन्दै कान छुनुहोस् । विद्यार्थी झुक्किन सक्ने छन् । सच्याउन लगाउनुहोस् र यही प्रक्रिया दोहोऱ्याएर अन्य अङ्गहरू छुँदै रमाइलो गर्दै खेल खेलाउनुहोस् ।
- शरीरका अङ्गहरू चिनाउँदा अङ्ग्रेजी र नेपाली दुवै भाषामा अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- शरीरका अङ्गसम्बन्धी तलको गीत वा अन्य कुनै गीत गाउँदै अङ्ग पहिचान गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् :

  Head, shoulders, (knees and toes)*2
  Head, shoulders, (knees and toes)*2
  Eyes and ears and mouth and nose
  Head, shoulders, knees and toes.
  Link : https://www.youtube.com/watch?v=h4eueDYPTIg

- यही क्रियाकलाप शरीरका अन्य अङ्गहरूका लागि पनि खेलाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

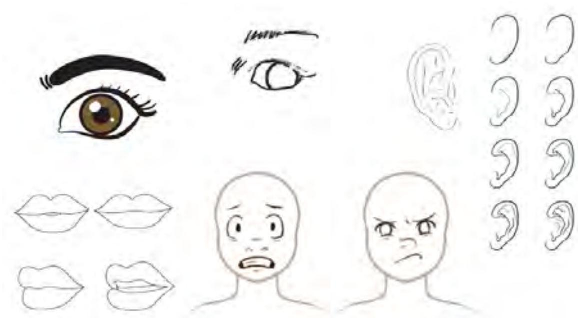
- दुईओटा चार्ट पेपर जोडेर सफा भुईंमा राखी एक जना विद्यार्थीलाई यसमाथि उत्तानो परेर सुत्न लगाउनुहोस् ।
- उसको शरीरको बाहिरी आकृति मार्करले कोर्नुहोस् वा विद्यार्थीलाई पनि कोर्न लगाउनुहोस् ।
- उक्त चित्रलाई भित्तामा टाँस्नुहोस् ।
- अब विद्यार्थीहरू प्रत्येकलाई माथिको गीतमा सिकेका अङ्गहरू (आँखा, नाक, कान, मुख, कपाल, हात, कुम, घुँडा, खुट्टाका औँला) मध्ये एक एकओटा चित्र बनाउन लगाउनुहोस् र भित्तामा टाँस गरेको मान्छेको आकृतिमा मिल्दो भागमा लगेर टाँस गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३२ को चित्र अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- कुन चित्रमा के के भइरहेको छ, अनुमान गर्न लगाउनुहोस् र पाठ्यपुस्तकमा दिइएका प्रश्नको उत्तर पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- शरीरका विभिन्न अङ्गहरूका कामका बारेमा बताउनुहोस् । सम्भव भए पाँचओटा ज्ञानेन्द्रियहरूका कामसँग सम्बन्धित अङ्ग्रेजी गीत युट्युबमा खोजी देखाउने र सुनाउने गर्नुहोस् वा आफैँले यस्ता गीतहरू तयार गरी गाउनुहोस् र शरीरका अङ्गहरूका कामका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

(पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज ३३ सँग सम्बन्धित)



- विद्यार्थीहरूलाई जोडीमा आमनेसामने राख्नुहोस् ।
- साथीको आँखा, मुख, नाक, टाउकोलगायतका अङ्गहरू हेर्दै त्यस्तै चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रहरू उत्कृष्ट हुनुपर्छ भन्ने मान्यता नलिनुहोस् । बालबालिकाहरूले जस्तो बनाएका भए पनि प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- उनीहरूले तयार गरेको चित्र कुन अङ्गको हो सबैका अगाडि पालैपलो भन्न लगाउनुहोस् ।

- पेज ३३ (ङ) मा भएका क्रियाकलापमा भएको कानको चित्रमा रङ भर्न लगाउनुहोस् ।
- अन्य अङ्गहरूको चित्रसमेत उपलब्ध गराई रङ गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४१ (घ) मा भएको खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेलाउने तरिका

- विद्यार्थीहरूलाई बाहिर चउरमा लैजानुहोस् ।
- चउरको ५ कुनामा ५ ओटा रेल स्टेसन बनाउनुहोस् ।

- प्रत्येक रेल स्टेसनको नाम दाँतपुर, कानपुर, केशपुर, पोसाकपुर र नङपुर बनाई एक एक जना स्टेसन प्रमुख बनाई सोही ठाउँमा राख्नुहोस् ।
- अन्य सबै विद्यार्थीहरूलाई एकै ठाउँमा जम्मा गर्ने र ... (स्थानीय ठाउँको नाम) को सानो रेल अघि बढ्न लाग्दै छ, सहयोगीले झन्डा देखायो । छुक .. छुक .. छुक.. भन्दै लामबद्ध भएर पहिलो स्टेस्नतर्फ लाग्छन् ।

- जब शिक्षकले सिटी बजाउनुहुन्छ विद्यार्थीहरूले ... (स्थानीय ठाउँको नाम) को सानो रेल ... (स्टेसनको नाम जस्तै दाँतपुर) मा रोकियो भनी अडिन्छन् ।
- उक्त स्टेसनमा पुगेपछि स्टेसन प्रमुखको नेतृत्वमा सबैको दाँत जाँच गरिन्छ । सफा दाँत र फोहोर दाँतका फाइदा बेफाइदाबारे छलफल गरिन्छ ।
- त्यसैगरी अरू स्टेसनमा पनि रेल रोक्दै अङ्गहरू जाँच गर्दै छलफल गरिन्छ ।
- खेलबाट सिकेका कुरा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । यही क्रममा मूल्याङ्कन पनि गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- सबै विद्यार्थीहरूलाई खुला ठाउँमा उभ्याउनुहोस् ।
- पालैपालो सबैको दाँत, नाक, आँखा, हात, नङ, कपाल, गर्दन, कपडा चेक गर्नुहोस् र रुजुसूचीमा भर्नुहोस् ।
- सफा भएमा ३, अलिअलि सफा भएमा २ र धेरै फोहोर भएमा १ अङ्क दिनुहोस् ।
- यो क्रियाकलापलाई आवश्यकताअनुसार पटक पटक दोहोऱ्याउन सकिन्छ ।

रुजुसूचीको नमुना

विद्यार्थीको नाम	हात	नङ	नाक	दाँत	आँखा	गर्दन	कपाल	लुगा	खुट्टा

- राम्रो सफाइ हुने र सफाइमा सुधार गर्नुपर्ने विद्यार्थीलाई स्याबासी दिनुहोस् र यसलाई निरन्तर गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् । सफाइमा सुधार नगर्नेहरूसँग कुराकानी गरी सुधार गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- केही अङ्गहरूको सरसफाइसम्बन्धी प्रयोगात्मक अभ्यास गराउनुहोस् ।
- रुजुसूचीको नतिजाका आधारमा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन :

साधन १. मौखिक प्रश्नोत्तर

माथिका मिल्दा क्रियाकलापका क्रममा वा क्रियाकलापको अन्त्यमा सोधिएका प्रश्नहरूका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । प्रश्नका थप नमुना निम्नानुसारका छन् :

(क) तपाईँको शरीरमा भएका बाहिरी अङ्गहरूको नाम भन्नुहोस् ।

(ख) हामीले कुन कुन समयमा दाँत माझ्नुपर्दछ ?

(ग) कानको काम के हो ?

(घ) वास्ना केले थाहा पाउँछ ?

(ङ) खुट्टाका काम के के हुन् ?

(च) आँखाको काम के हो ?

(छ) हाम्रो शरीरको कुन अङ्गले स्वाद थाहा पाउँछ ?

(ज) तातो र चिसो केबाट थाहा पाइन्छ ?

(झ) एउटा खुट्टा लामो र अर्को छोटो भयो भने के होला ?

(ञ) तपाईँलाई शरीरको कुन अङ्ग सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण लाग्छ, किन ?

साधन २. रुजुसूची

माथिका क्रियाकलाप ७ मा दिइएका रुजुसूचीका आधारमा विद्यार्थीका व्यक्तिगत सरसफाइको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन ३. अवलोकन

पाठमा सम्पादन गरिने गीत, खेल, छलफललगायतका क्रियाकलापहरूमा प्रत्येक विद्याथीहरूको सहभागिता तथा कार्य सम्पादनको स्तर अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यालय आउनु अघि हरेक दिन शरीरका अङ्गहरूको सरसफाइसम्बन्धी घरमा गरेका क्रियाकलापहरू प्रत्येक विद्यार्थीलाई सोध्नुहोस् र निर्धक्क भएर उत्तर दिन प्रेरित गर्नुहोस् । सरसफाइ नगरेमा के हुन्छ, चार चार जनाको समूहमा छलफल गराई प्रत्येक समूहको निष्कर्ष भन्न लगाउनुहोस् ।
- शिक्षकले निम्नानुसार काम गर्नुहोस् र विद्यार्थीलाई नक्कल गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै: (आँखा बन्द गर्ने र खोल्ने, छुने, केही खाएको जस्तो गर्ने, बल फालेको जस्तो गर्ने आदि)

  माथिका क्रियाकलापका आधारमा केही शरीरका अङ्गले गर्ने कामसम्बन्धी प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

  अब अङ्गहरूका कार्यसँग सम्बन्धित हाजिरी जवाफ प्रतियोगीता गराउनुहोस्, जस्तै : हेर्ने काम कुन अङ्गले गर्छ ? मुखले के काम गर्छ ?)

- एउटा सफासुग्घर मानिस र एउटा फोहोरी मानिसको चित्र सङ्कलन गर्नुहोस् । दुवै चित्र एकसाथ अवलोकन गर्न लगाई विद्यार्थीहरूलाई तिनीहरूबिच भिन्नता छुट्याउन लगाउनुहोस् । फोहोरी मानिसलाई सुग्घरी हुन के के सुझाव दिनुहुन्छ भनी विद्यार्थीहरूलाई सोध्नुहोस् । शरीर सफा राख्न के के सामग्री प्रयोग गरिन्छ भनी छलफल गर्नुहोस् र एक एकओटा त्यस्ता सामग्रीको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : २ योग

परिचय

योग शरीर र मनबिचको सन्तुलन हो । यसले शारीरिक लचकता, मानसिक शान्तिका पक्षहरूलाई सबल बनाउँछ । यो पाठमा विद्यार्थीहरूले शिक्षकको निर्देशनमा सुखासन, शिशु आसन र शवासन जस्ता योग अभ्यास गर्ने छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३४ मा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- शिक्षकले सुखासन प्रदर्शन गरेर देखाउनुहोस् र त्यसै गरी विद्यार्थीहरूलाई पनि अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसैगरी शिशु आसन र शवासनको पनि अभ्यास गराउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकमा उल्लेख गरिएका तीनओटा योग अभ्यासलाई प्रत्येक दिन एक एकओटा अभ्यास गर्ने गरी योजना गर्नुहोस् ।

- हरेक विद्यार्थीले गरेका क्रियाकलापहरू ठिक भए नभएको हेरी आवश्यक सुधारका लागि तत्कालै पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।
- यस्तो अभ्यास बिहान उठेपछि र बेलुका सुत्ने बेलामा घरमा पनि अभ्यास गर्न विद्यार्थीहरूलाई उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

योग अभ्यास गर्ने तरिका

सुखासन

- गुन्द्री वा चकटीमा पलेटी मारेर बस्ने
- ढाड, गर्धन, टाउको सिधा राख्ने
- हात खुला राखी आकासतिर फर्काएर घुँडामा राख्ने
- आँखा बन्द गर्ने र मन शान्त गरी पाँच मिनेट बस्ने ।

बालासन वा शिशु आसन

- गुन्द्री वा चकटीमा घुँडा मारेर बस्ने
- शरीरलाई अगाडि झुकाइ दुवै हात सिधा तन्काएर भुँइमा राख्ने
- हातहरूका बिचमा निधारले भुँइमा छुने
- तीन मिनेट यही आसनमा बस्ने ।

शवासन

- गुन्द्री वा चकटीमा उत्तानो फर्किएर सुत्ने
- हातलाई सिधा तन्काएर आकाशतिर फर्काउने
- शरीरलाई हलुका छोडेर आराम महसुस गर्ने
- आँखा बन्द गरी शान्त भएर पाँच मिनेट बस्ने

क्रियाकलाप २

- योगका सम्बन्धमा विद्यार्थीका अनुभव सुनाउने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।
- उक्त पेजमा भएका अनुच्छेद पढेर सुनाइ यस सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- योग अभ्यास नियमित रूपमा गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १. श्रेणी मापन

विद्यार्थीले विद्यालयमा गरेका योग अभ्यासलाई निम्नानुसारको श्रेणी मापन बनाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस :

मापनका आधार	अपेक्षितभन्दा बढी	अपेक्षित	अपेक्षितभन्दा कम
योग अभ्यासमा सहभागीता र सक्रियता			
आत्मविश्वास			
अनुशासन			

साधन २. अभिभावक तथा विद्यार्थी प्रतिक्रिया

विद्यार्थीले घरमा योग अभ्यास गर्ने गरे नगरेको सम्बन्धमा अभिभावक तथा विद्यार्थी स्वयम्को प्रतिक्रिया बुझी प्रत्येक विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- योग अभ्याससँग सम्बन्धित भिडियो सङ्कलन गरी कक्षामा प्रदर्शन गराउनुहोस् र सोअनुरूप योग अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई घरमा पनि योग अभ्यास गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

पाठ : ३

हाम्रो बानी

परिचय

हाम्रो दैनिक जीवनलाई स्वस्थ र सभ्य बनाउनका लागि विकास गर्नुपर्ने विभिन्न राम्रा बानीहरू सिक्न, शरीरका अङ्गहरूको सरसफाइ गर्न तथा घर आँगन वरपर सफा राख्ने बानी विकास गर्ने खालका क्रियाकलापहरू यस पाठमा रहेका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र, रेखात्मक चित्र, काइयो, ब्रस, ऐना, झाडु र साबुन तथा विभिन्न खेलौनाहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पेज न. ३५ को हाम्रो बानी पाठ हेरौँ र बुझौँ मा दिइएका चित्रहरू विषयवस्तुका रूपमा प्रस्तुत गरिएका छन् । चित्र हेरेर बालबालिकाहरूले विभिन्न जिज्ञासा राख्न अनुमान गर्न र राम्रा नराम्रा बानी पहिचान गर्न सकुन् भन्ने उद्देश्य यसमा राखिएको छ । यी उद्देश्य हासिल गराउने सम्बन्धमा निम्नानुसारका नमुना प्रश्न गर्दै छलफल गर्नुहोस् :

  (क) बालकले हातमा के लिइरहेका छन् ?

  (ख) बालक धारामा के गर्दैछन् ?

  (ग) बालिका कता जाँदैछिन् ?

  (घ) घर नजिकको धारामा बालिकाले के गरिरहेकी छिन् ?

  (ङ) यी कामहरू केसँग सम्बिन्धित छन् ?

  (च) तपाईँलाई कुन कुन काम मन पऱ्यो ?

- विद्यार्थीहरूको जवाफ सुनिसकेपछि त्यहाँ भएका गीतविधिहरूबाहेक उनीहरूले के के यस्तै काम गर्दछन्, छलफल गराउनुहोस ।

- सोही चित्रमा देखाइएका गीतविधिहरूका सम्बन्धमा शिक्षकले पुनः छलफल गर्दै प्रत्येक विद्यार्थीहरूले हरेक दिन बिहान उठेर (घरमा) के के गर्ने गर्दछन् ? उनीहरूका अनुभव सुनाउने मौका दिनुहोस् र सबैले गर्नुपर्ने कामहरू बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.३५ को पढौँ र बुझौँ भन्ने चार्टमा दिइएका कुराहरू पढ्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ दिन खोजिएका सन्देशका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् । साथै उक्त चार्टमा दिइएका सन्देशसँग सोही पृष्ठको हेरौं र बुझौं चित्रहरूको सम्बन्ध पनि बुझाउनुहोस् र तपाईंहरू स्वस्थ रहन के के गर्नुहुन्छ ? हरेकलाई प्रश्न सोध्दै जवाफ सुन्नुहोस् र नियमित गर्नुपर्ने कामहरूका बारेमा बुझाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३६, ३७ र ३८ को चित्रकथा हेर्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ के के देखिन्छ विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्ने अवसर दिनुहोस् । सबैका कुरा सुनिसकेपछि शिक्षकले कथा पढेर सुनाउनुहोस् र सोसम्बन्धी तल दिइएका प्रश्नहरू गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

चित्रकथा

यो चित्र गैरीगाउँको हो । यस गाउँका मानिसहरूले घरमा चर्पी बनाएका छैनन्, तसर्थ उनीहरू खुला ठाउँमा नै दिसापिसाब गर्ने गर्दछन् । साथै घर आँगनबाट निस्किएको फोहोर पनि जतातताै फाल्छन् । यस्तो गर्दै जाँदा वर्षायाममा त्यहाँ ठुलो पानी पऱ्यो । खुला ठाउँमा गरिएको दिसापिसाब र फोहोर सबै खानेपानीको मुहानमा मिसिएर पानी दूषित बनायो । गाउँलेहरूले सोही फोहोर मिसिएको पानी पिउन (खान) का लागि प्रयोग गरे जसले गर्दा गाउँमा झाडापखाला फैलिएर धेरै मानिसहरू बिरामी परे ।

(क) यो कुन गाउँको कथा हो ?

(ग) त्यहाँका मानिसहरूले फोहोर कहाँ फाल्थे ?

(घ) त्यहाँका मानिसहरूले किन खुला ठाउँमा दिसापिसाब गरेका होलान् ?

(ङ) वर्षायाम पानी परेर त्यहाँ के भयो ?

(च) वर्षाको पानीले दिसापिसाब र फोहोरलाई कहाँ मिसायो ?

(छ) गैरीगाउँमा किन झाडापखाला फैलिएको होला ?

(ज) किन त्यहाँका मानिसहरू बिरामी परे ?

(झ) तपाईँ गैरीगाउँको बासिन्दा भएको भए गाउँलेलाई कसरी सहयोग गर्नुहुन्थ्यो ?

क्रियाकलाप ४

- चित्रकथा सम्बन्धमा प्रश्नोत्तरपछि निम्नानुसारको निष्कर्ष बताइदिनुहोस :

निष्कर्ष

खुला ठाउँमा दिसापिसाब गर्न नहुने, फोहोर जताततै फाल्न नहुने, फोहोर पानी खान नहुने, शुद्ध गरेर मात्र खानुपर्ने र मान्छे बिरामी परेमा अस्पतालमा लगी उपचार गराउनुपर्ने आदि कुरा बताउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ३९ को (ख) मा दिइएका चित्रहरू राम्ररी अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ के के भइरहेको छ, सबैलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- उनीहरूले घर तथा विद्यालयमा कुन कुन बेला हात धुने गरेका छन्, सोध्नुहोस् र उत्तर भन्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- साबुन पानीले हात धुने बानी बसालौँ भन्ने सन्देश बुझाउनका लागि पाठ्यपुस्तकमा भएको पेज न.४० को गीतलाई लय हालेर पहिले आफूले गाउनुहोस् र सँगसँगै विद्यार्थीलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् ।
- यो अभ्यास पटक पटक दोहोऱ्याउनुहोस् ।
- गीतले दिने सन्देशका सम्बन्धमा बिचबिचमा छलफल र प्रश्नोत्तरसमेत गर्नुहोस् ।
- गीत गाउँदा विद्यार्थीको सहभागीता र प्रश्नप्रतिको प्रतिक्रियाका आधारमा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.४१ को (घ) खेल खेलौँ क्रियाकलापमा दिइएका विषयवस्तु बुझाउन सरसफाइसम्बन्धी निम्न तरिकाले रेल गाडी छुक छुक छुक खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेलाउने तरिका

- विद्यार्थीहरूलाई बाहिर चउरमा लैजानुहोस् ।
- चउरको पाँच कुनामा पाँच ओटा रेल स्टेसन बनाउनुहोस् ।
- प्रत्येक रेल स्टेसनको नाम दाँतपुर, कानपुर, केशपुर, पोसाकपुर र नङपुर बनाई एक एक जना स्टेसन प्रमुख बनाउनुहोस् र सोही ठाउँमा राख्नुहोस् ।
- अन्य सबै विद्यार्थीहलाई एकै ठाउँमा जम्मा गर्ने र ... (स्थानीय ठाउँको नाम) को सानो रेल अघि बढ्न लाग्दै छ, सहयोगीले झन्डा देखायो । छुक .. छुक .. छुक.. भन्दै लामबद्ध भएर पहिलो स्टेसनतर्फ लाग्छन् ।
- जब शिक्षकले सिटी बजाउनुहुन्छ विद्यार्थीहरूले ... (स्थानीय ठाउँको नाम) को सानो रेल ... (स्टेसनको नाम जस्तै : दाँतपुर) मा रोकियो भनी अडिन्छन् ।
- उक्त स्टेसनमा पुगेपछि स्टेसन प्रमुखको नेतृत्वमा सबैको दाँत जाँच गरिन्छ । सफा दाँतका फाइदा र फोहोर दाँतका बेफाइदाबारे छलफल गरिन्छ ।
- त्यसैगरी अरू स्टेसनमा पनि रेल रोक्दै अङ्गहरू जाँच गर्दै छलफल गरिन्छ ।
- खेलबाट सिकेका कुरा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४१ (ङ) हेरौँ र गरौँ क्रियाकलापका चित्रहरूमा के राखेको देखिन्छ सोध्नुहोस् ।

- सुरुमा आफूले हात धुने तरिका प्रदर्शन गर्नुहोस् र पालो पर्खंदै त्यसरी नै धारामा हात धुन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीका कार्यको अवलोकन गर्दै आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।
- अरू समयमा पनि पालो पर्खेर हात हुने कुरालाई नियमित रूपमा सम्झाउने गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

पाठ्यक्रमका अपेक्षित सिकाइ उपलब्धिहरू हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन सिकाइ क्रियाकलाप कै क्रममा वा क्रियाकलापको अन्त्यमा पाठ्यक्रममा प्रस्ताव गरिएका मूल्याङ्कन साधनहरू वा अन्य उपयुक्त साधनहरूको प्रयोग गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । केही नमुना यस प्रकार छन् :

साधन १. मौखिक प्रश्नोत्तर

क्रियाकलाप १, ३ र ६ मा गरिएको छलफलका क्रममा सोधिएका प्रश्नउपर विद्यार्थीले दिएको उत्तर तथा प्रतिक्रियाका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

साधन २. रुजुसूची

विद्यार्थीले विद्यालयमा गर्ने काम शिक्षक आफूले अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्न र घरमा गरिने कामका सम्बन्धमा अभिभावक तथा छिमेकी सहपाठीबाट प्रतिक्रिया प्राप्त गर्न निम्नानुसारको रुजुसूची बनाई प्रयोग गर्नुहोस् :

मापनका आधार	छ	छैन
नियमित कपाल कोर्ने गरेको		
नियमित दाँत माझ्ने गरेको		
सफा कपडा लगाएको		
नियमित नङ काट्ने गरेको		
खाना खानु अघि र पछि तथा दिसापिसाब गरेपछि साबुन पानीले हात धुने गरेको		
समयमा सुत्ने र उठ्ने गरेको		

साधन ३ : अवलोकन

क्रियाकलाप ६ र ७ गर्ने क्रममा विद्यार्थीको सहभागिता र कार्यसम्पादनको स्तर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- घर वरपर सफा राख्न, स्वच्छ पानी खान, स्वस्थ र खुसी भई बस्न, आफ्नो घर गाउँमा के कसरी काम भएको छ सोसम्बन्धी विद्यार्थीका अनुभव समूहमा सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै विषयवस्तुमा आधारित कथा, कविता, संवाद, गीत आदिका माध्यमबाट सिकाइलाई थप मजबुत पार्नुहोस् ।

पाठ : ४

विद्युत्

परिचय

यस पाठमा बालबालिकाहरूका घरमा विद्युत्को उपयोगिता र विद्युत्बाट चल्ने विभिन्न उपकरण पहिचान गर्न तथा खाना पकाउन प्रयोग हुने इन्धनसम्बन्धी क्रियाकलापहरू समावेश गरिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र, रेखात्मक चित्रहरू, विभिन्न विद्युत्ीय उपकरणहरू (हिटर, टिभी, पङ्खा, राइसकुकर, कम्प्युटर, विद्युतीय बल्ब आदि) ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४२ मा दिइएको चित्र अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- ती चित्रहरू के केका हुन् ? कहाँ देख्नुभएको छ ? के तपाईँका घरमा पनि यस्ता उपकरण छन् ? लगायतका प्रश्न गर्दै विद्यार्थीलाई उत्तर भन्ने अवसर दिनुहोस् ।
- यसरी उक्त पेजको अनुछेद खण्ड शिक्षकले सस्वरवाचन गरी त्यसबाट विद्यार्थीले बुझेको कुरा भन्न लगाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।

छलफलका लागि नमुना प्रश्नहरू

(क) के तपाईँको घरमा विद्युत् छ ?

(ख) मोबाइलफोन केबाट चार्ज हुन्छ ? टिभी तथा कम्प्युटर चल्न के चाहिन्छ ?

(ग) विद्युत्बाट अरू के के चलाउन सकिन्छ ?

(घ) विद्युत् भएन भने के हुन्छ होला ?

(ङ) नाङ्गो तार किन छुनु हुँदैन ?

(च) मैनबत्तीको उज्यालो र बिजुली बत्तीको उज्यालोमा के फरक हुन्छ ?

(छ) विद्युत्बाट चल्ने उपकरण प्रयोग गर्दा होसियार हुनुपर्छ, किन ?

क्रियाकलाप २

- विद्युत्को आवश्यकता र प्रयोग सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- विद्युत्को उपयोग गर्दा सावधानी अपनाउनुपर्नाका कारण पनि बताउनुहोस् ।
- विद्युत्को प्रयोग तथा सावधानीका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूका केही अनुभवहरू छन् कि, सोध्नुहोस् र अनुभव सुनाउन उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.४३ (ख) मा दिइएका अभ्यास व्यक्तिगत रूपमा गर्न लगाउनुहोस् । यस्तै धेरै उपकरणहरूको चित्र सङ्कलन गरी विद्युत्बाट चल्ने र नचल्ने उपकरणहरू चिन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४४ क्रियाकलाप (ग) मा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यहाँ के के भइरहेको छ, सोध्नुहोस् र पालैपालो उत्तर भन्न लगाउनुहोस् । खाना पकाइरहेको देखाइएको छ भन्ने उत्तर उपेक्षा गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक चित्रमा प्रयोग भएका इन्धन के के होलान् भनी विद्यार्थीलाई अनुमान गर्न दिनुहोस् । निम्नानुसार उत्तरको अपेक्षा गर्नुहोस् : स्टोभमा मटितेल, राइसकुकर र हिटरमा विद्युत्, ग्यासचुलोमा ग्यास, चुलामा दाउरा, गुइँठा, कोइला प्रयोग भएका छन् ।

क्रियाकलाप ५

- विद्यार्थीहरूलाई तीन चार जनाको समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
- यस पेजमा दिइएका विषयवस्तुहरू शिक्षकले पढेर सुनाउनुहोस् ।
- निम्नानुसारका प्रश्नहरूको उत्तर समूहमा खोज्न लगाउनुहोस्, जस्तै :
  (क) तपाईंको घरमा खाना पकाउन कुन कुन इन्धन प्रयोग गर्नुहुन्छ ?
  (ख) इन्धन नभए के हुन्छ ?
  (ग) कुन कुन इन्धन बाल्दा धुवाँ आउँछ ?

(घ) दाउरा बालेर खाना पकाउनु र ग्यास स्टोभमा पकाउनुमा के फरक छ ?

(ङ) तपाईंको घरमा ग्यास र विद्युत् दुवै इन्धन छ भने कुनबाट खाना पकाउनुहुन्छ, किन ?

- प्रत्येक समूहलाई पालैपालो उत्तर भन्ने अवसर दिनुहोस् ।
- सकेसम्म अन्य क्रियाकलापमा सहभागी नभएका विद्यार्थीलाई उत्तर भन्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणमा निम्नानुसारका विषयवस्तुहरू समेटिएको कुरा सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

  खाना पकाउन दाउरा, विद्युत्, ग्यास, गुँइठाको प्रयोग गरिन्छ । इन्धन नभएमा खाना पकाउन, मोबाइल चार्ज गर्न, टिभी हेर्न र बत्ती बाल्न सकिँदैन । दाउरा र गुँइठा बाल्दा धुवाँ आउँछ ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४५ (घ) मा दिइएका चित्रहरू विद्यार्थीलाई घर वरपर, विद्यालय, मेलापात तथा बाटोमा हिड्दा देखेका दृश्यहरूलाई चित्रका माध्यमबाट अभिव्यक्त गर्न सिकाउने सङ्केत हो ।
- विद्यार्थीहरूलाई चित्रमा देखाइए जस्तै अरू के कस्ता खालका दृश्यहरू देख्नुभएको छ, त्यसको सामान्य चित्र बनाउन भन्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले बनाएका चित्रहरू हेरी चित्र जस्तो भए पनि स्याबास भन्नुहोस् र अझै राम्रो बनाउन उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- चित्रमा प्रत्येक विद्यार्थीले देखाउन खोजेको कुरा के हो, सबैका अगाडि भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४५ (ङ) को क्रियाकलाप विद्यार्थीहरूलाई स्वतन्त्र क्रियाकलापमा रमाउन दिनेतर्फ लक्षित छ ।
- सबै विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लानुहोस् र हावा भरिएका विभिन्न रङका बेलुनहरूमा लामो धागो बाँधेर सबैको हातमा एक एकओटा दिनुहोस् ।
- सबैलाई क्रमश: बेलुन हावामा छोड्न भन्नुहोस् ।
- चउर, विद्यार्थी, बेलुनका अवस्थिति झल्कने चित्रहरू कोरी साथीहरूलाई देखाउन लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

माथिका क्रियाकलापका क्रममा सोधिएका प्रश्नहरू तथा अभ्यासहरू गर्दा विद्यार्थीले दिएको जवाफ वा प्रदर्शन गरेको सिकाइ व्यवहारका आधारमा पाठ्यक्रमको पेज न. १३६ मा उल्लिखित मुख्य सिकाइ उपलब्धि "दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने शक्तिका स्रोत पहिचान गर्न" अन्तर्गत सूचक १ र २ (१. दैनिक जीवनमा विद्युत्को उपयोग उल्लेख गर्न २. घरमा खाना पकाउन प्रयोग गरिने इन्धनको नाम बताउन) पूरा भए नभएको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घर वरपर, विद्यालय वरपर, बाटामा हिड्दा वा अन्य अवस्थामा समेत तपाईंहरूले देख्नुभएको विद्युत्सम्बन्धी विभिन्न चित्र/दृश्यहरू के के छन्, भनी सोध्नुहोस् । त्यसको चित्र बनाउन (कोर्न) भन्नुहोस् । त्यो केको चित्र हो, समूहमा भन्न लगाउनुहोस् । अवलोकन गरी थप उत्साह दिनुहोस् र राम्रो कार्यको प्रशंसा गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई पनि साथीका कामको प्रशंसा गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

पाठ : ९ आवाज

परिचय

बालबालिकाहरू कुनै चिज पाएमा एकअर्कामा ठोक्काउने, बजाउने र रमाउने गर्दछन् । हाम्रो वरपर पाइने विभिन्न वस्तुहरू जस्तै : मादल, बाजा, घण्ट, सिटी, रेडियो, डमरु, चराचुरुङ्गी, मोटर, हवाईजहाज, टेलिफोन आदिबाट निस्कने आवाज पहिचान गरी तिनीहरूका स्रोत बताउने सिकाइ क्षमता विकास गर्नमा यो पाठ लक्षित छ ।

शैक्षणिक सामग्री

आवाज दिने खालका विभिन्न वस्तुहरू बाजा, डमरु, मादल, सिटी, बाँसुरी, घन्टी, घण्ट तथा अन्य सान्दर्भिक सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.४६, हेरौँ र चिनौँ खण्डमा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् र ती चित्रहरू के केका हुन्, बताउने अवसर दिनुहोस् ।
- तिनीहरूलाई बजाउँदा के निस्कन्छ, सोध्नुहोस् र छलफल गर्दै यिनीलाई आवाज स्रोतका रूपमा चिनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई तपाईंहरूले यीमध्ये कुन कुन सामग्रीहरू देख्नुभएको छ भनी सोध्नुहोस् ।
- विद्यालयमा भएका यस्ता सामग्रीहरू पालैपालो बजाई आवाज सुनाउनुहोस् र कुन वस्तुबाट कस्तो आवाज आएको छ, पहिचान गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- सोही पेजमा दिएका अनुच्छेद शिक्षकले पढेर सुनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आवाजका विभिन्न उदारहण भन्न लगाउनुहोस् ।
- कुन कुन वस्तुको आवाज ठुलो/चर्को तथा मन नपर्ने हुन्छ । कुन कुन वस्तुको आवाज सानो/मसिनो/मन पर्ने हुन्छ भनी सोध्नुहोस् र उनीहरूको अनुभव भन्न दिनुहोस् ।
- यसमा आफूले उदाहरण दिने र सहजीकरण गर्ने काम गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

(पाठ्यपुस्तकको पेज न. ४७ (क) सँग सम्बन्धित)

- आवाजका सम्बन्धमा तलका प्रश्नहरू गर्दै आपसमा छलफल गर्नुहोस् :

  (क) के सबै चिजबाट आवाज आउँछ ?

  (ख) तपाईंको घरमा आवाज आउने के के वस्तुहरू छन् ?

  (ग) सबै वस्तुबाट निस्कने आवाज समान हुन्छ ?

  (घ) तपाईंलाई कुन आवाज मन पर्छ, किन ?

  (ङ) कस्तो आवाज तपाईंलाई मन पर्दैन, किन ?

  (च) के गर्दा आवाज निस्किन्छ होला ?

  (छ) के तपाईंले मन पर्ने साथीको स्वर चिन्नु हुन्छ ?

क्रियाकलाप ४

(पाठ्यपुस्तकको पेज न. ४७ (ख) सँग सम्बन्धित)

- विद्यार्थीलाई आँखा बन्द गरेर केहीबेरसम्म शान्त भई बस्न लगाउनुहोस् ।
- वरपरबाट आइरहेका विभिन्न आवाजहरू सुन्न लगाउनुहोस् ।
- केही समयपछि आफूले सुनेका आवाज के केबाट निस्केका हुन् वा के केका हुन्, पालैपालो भन्ने अवसर दिनुहोस् ।
- क्रियाकलापको सारांशका रूपमा आवाजका स्रोतहरू बताउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

(पाठ्यपुस्तकको पेज न. ४७ (ख) सँग सम्बन्धित)

- क्रियाकलाप ५ मा जस्तै विद्यार्थीहरूलाई एउटा कोठामा बस्न लगाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४६ मा दिइएका सबै वस्तुहरूको आवाज अर्को कोठाबाट निकाल्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- हरेक आवाज केबाट निस्केको हो पालैपालो सबैलाई भन्न लगाउनुहोस् ।
- छिन छिनमा एकै वस्तुको आवाज दोहोऱ्याएर निकाल्न लगाई पहिचान गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक ठाउँहरूमा सहजीकरण आफूले गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

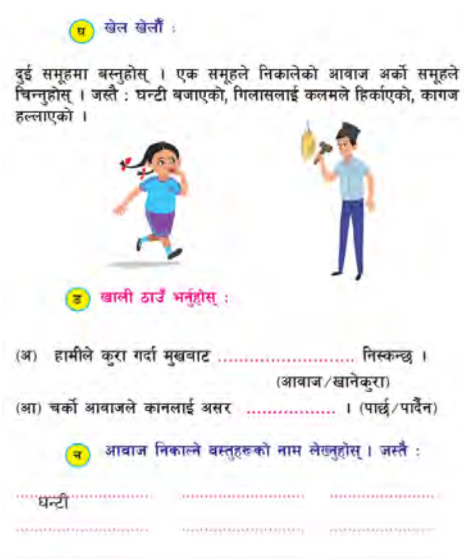
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४७ (ग) मा दिइएका अभ्यासहरू (आफ्नो हत्केलाले ताली बजाउने, डेस्कमा हातले बजाउने, दुई जना साथीहरूको हत्केला एकआपसमा ठोक्काउने जस्ता अभ्यास पहिले आफूले गरेर देखाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि गर्न लगाउनुहोस् ।

- यस अवसरमा आवाज निस्कने अन्य वस्तुहरू पनि ठोक्काएर देखाउनुहोस्, जस्तै : कलम/कलम, झोला/झोला, गिलास/गिलास आदि ।
- यसरी दुइटा वस्तु ठोक्किदा थर्कन्छ र आवाज निस्कन्छ भन्ने कुरा बताउनुहोस् । विद्यार्थीहरूसँग पनि यस्ता अनुभवहरू हुन सक्छन्, सुनाउने अवसर दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४८ को क्रियाकलाप आवाज कसरी निस्कन्छ, भन्ने कुरा प्रत्येक्ष अनुभव गराउन केन्द्रित छ ।
- सबै विद्यार्थीलाई आफूतिर हेर्न लगाई शिक्षकले कक्षाकोठाको अगाडि उभिएर आफ्नो आँखा बन्द गरी एक हातले घाँटीमा छोएर मुख बन्द गरी हुम् ..... हुम् ..... गरी ५/६ चोटी आवाज निकालेर देखाउनुहोस् ।
- आफूले आँखा खोल्नुहोस् र तपाईँले गरेको जस्तै क्रियाकलाप सबै विद्यार्थीलाई गर्न भन्नुहोस् ।
- यसो गर्दा घाँटी थर्किएको अनुभव भए नभएको सोध्नुहोस् ।
- घाँटी थर्किएको पहिचान गराउन यो अभ्यास पटक पटक गराउनुहोस् र अन्त्यमा क्रियाकलाप ७ र ८ को अभ्यासपछि वस्तु ठोक्किएर हुने थर्कनबाट निस्कने ध्वनि आवाज हो भनी बुझाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९



- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ४९ क्रियाकलाप (घ) विभिन्न आवाज पहिचानसँग सम्बन्धित छ ।
- विद्यार्थीहरूको एक समूहलाई विभिन्न जनावार वा वस्तुहरूबाट आउने आवाज निकाल्न लगाई अर्को समूहलाई पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप (ङ) र (च) को अभ्यास विद्यार्थी आफैँलाई गर्न लगाउनुहोस् र शिक्षकले आवश्यक सहजीकरण गरिदिनुहोस् ।
- क्रियाकलाप (च) मा विद्यार्थीहरूले लेखेका उत्तर एक अर्कालाई सुनाउन लगाउनुहोस् । साथीको राम्रो कामको प्रशंसा गर्न र सुधारका लागि पृष्ठपोषण दिन उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आवश्यकताअनुसार अन्य यस्तै प्रश्नहरू तयार गरी अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप १०

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५० क्रियाकलाप (छ) आवाज केबाट निस्कन्छ भन्ने विषयवस्तुमा आधारित गीत गाउन र नाचगान गर्नतर्फ केन्द्रित छ ।
- शिक्षकले लय र तालमा गीत गाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई सँगै गाउन लगाउनुहोस् ।
- गीत गाउँदै हाउभाउसहित नाचेर देखाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पनि नाच्न उत्प्ररित गर्नुहोस ।
- कुन कुन समयमा कस्तो कस्तो आवाज निस्कन्छ, छलफल गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

माथि उल्लिखित क्रियाकलाप तथा अभ्यास गर्ने क्रममा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूले वरपरको ध्वनि पहिचान गरे नगरेको र ध्वनिका स्रोतहरू बताउन सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

पाठ : ६

उज्यालो

परिचय

वस्तु देख्न प्रकाशको आवश्यकता पर्ने कुरा बताउन र प्रकाशका स्रोतहरू पहिचान गर्नका साथै स्थानीय रङहरूको प्रयोग गरी औँला वा छेस्काले स्वतन्त्र रूपमा कागजमा चित्र बनाउन सक्छन् भन्ने अपेक्षाका साथ यस पाठमा विषयवस्तुहरू र सोअनुरूपका क्रियाकलाप समावेश गरिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित सामग्रीहरू टर्च, बत्ती (दियो), बल्ब, मैनबत्ती, टुकी, लालटिन आदि, सूर्य र चन्द्रमाको चित्र

(ग) सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५१ मा रहेको चित्र अवलोकन गर्न लगाउनुहोस्, त्यहाँ के के देखिन्छ, पालैपालो भन्ने अवसर दिनुहोस् ।
- यसै सन्दर्भमा तलका प्रश्नहरू सोधी जवाफका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् :

  (क) अँध्यारामा कुनै वस्तु देखिँदैन किन ?

  (ख) कुनै वस्तु देख्न हामीलाई के चाहिन्छ ?

  (ग) हामीलाई उज्यालो केले दिन्छ ?

  (घ) उज्यालो (प्रकाश) दिने वस्तुलाई के भनिन्छ ?

  (ङ) सबैभन्दा धेरै प्रकाश केले दिन्छ ?
- माथिका प्रश्नहरू छलफल गर्दै उज्यालामा मात्रै कुनै वस्तु देख्न सकिन्छ, उज्यालो (प्रकाश) दिने वस्तुलाई प्रकाशका स्रोत भनिन्छ । सूर्य, विद्युत्, टर्च, आगो, बत्ती सबै प्रकाशका स्रोत हुन् र सूर्य प्रकाशको सबैभन्दा ठुलो स्रोत हो भन्ने कुरा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५२ को क्रियाकलाप (क) वस्तु देख्न प्रकाश अनिवार्य छ भन्ने कुराको सिकाइमा केन्द्रित छ ।
- चित्रको तल भएका प्रश्नका साथै देखाएका प्रश्नहरू गर्दै विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् :
  - दिइएका दुईओटा चित्रहरू कुन कुन समयका हुन् ?

- पहिलो चित्रमा कुनै वस्तुहरू स्पष्ट नदेखिनुको कारण के होला ?
- पहिलो र दोस्रो चित्रमा के के फरक देखिन्छ ?
- यी दुईओटामा फरक देख्नुको मुख्य कारण के होला ?
- पहिलो चित्रमा सबै वस्तु स्पष्ट देखिनका लागि के आवश्यक पर्छ ?

- विद्यार्थीहरूको जवाफ सुन्नुहोस्, उज्यालो र अँध्यारासँग सम्बन्धित अनुभवहरू छन् भने सुनाउने मौका दिनुहोस् ।
- स्पष्ट नभएका जवाफहरू उदाहरणसहित स्पष्ट बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठाको झ्याल, ढोका र पर्दा लगाउन लगाउनुहोस् ।
- पहिले र अहिले के फरक देखियो र किन यस्तो भयो, भन्न लगाउनुहोस् र तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई अँधेरो कोठाभित्र र बाहिर घाम लागेको ठाउँमा राखी के फरक पाइयो, भनी अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५३ को क्रियाकलाप (ख) र (ग) वस्तु देख्न प्रकाश चाहिन्छ भन्ने बुझाइसँग सम्बन्धित छ ।
- चित्रमा देखाइए जस्तै बाकस तयार गर्नुहोस् ।
- बाकसभित्र कुनै वस्तु राख्नुहोस् ।
- बाकसको ढोका बन्द गरेर विद्यार्थीहरूलाई पाइपबाट बाकसभित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- बाकसमा के देखिन्छ, भनी सोध्नुहोस् । बाकसभित्र केही देखिँदैन ।
- अब ढोका खोलेर पुन: हेर्न लगाउनुहोस् । अब वस्तु देखिन्छ ।
- पालैपालो सबैलाई यो क्रियाकलापमा सहभागी गराउनुहोस् ।
- ढोका खोल्दा वस्तु देखिने तर ढोका बन्द हुँदा वस्तु नदेखिने कारण सम्बन्धमा छलफल गरी वस्तु देख्न प्रकाश अनिवार्य छ भन्ने धारण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५४ का क्रियाकलापहरू प्रकाशका स्रोतहरू पहिचान गराउन र अगिल्ला क्रियाकलापको बुझाई मूल्याङ्कन गर्न केन्द्रित छन् ।

- दिइएका चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस् र ती के केका चित्रहरू हुन्, भन्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसको नाम लेख्न लगाउनुहोस् । ठिक भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- यस्ता प्रकाश दिने अन्य वस्तुहरू तपाईंको घर र घर वरिपरि कहीँ कतै देख्नुभएको छ ? वा यससम्बन्धी केही अनुभवहरू छन् ? छन भने सबैका अगाडि भन्न लगाउनुहोस्, जस्तै : लालटिन, दियालो, टुकी, मइन्टोल आदि ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५५ का क्रियाकलापहरू प्रकाशका स्रोतहरू पहिचान गराउन लक्षित छन् ।
- प्रकाश दिने वस्तुहरूका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूका अनुभवबाट सुरुआत गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।
- क्रियाकलाप (ङ) को निर्देशनअनुसार प्रकाश दिने वस्तुहरू विद्यार्थी आफैँलाई पहिचान गरी बाकसमा ठिक चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।
- प्रकाशका अन्य स्रोतहरूका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- क्रियाकलाप (च) को चित्र हेर्दै त्यस्तै चित्र बनाउन लगाउनुहोस् र रङ भर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले बनाएको चित्र र भरेको रङ शिक्षकले हेरी प्रशंसा गर्नुहोस् र यस्ता अरू चित्रहरू बनाउन र रङ भर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १. मौखिक प्रश्नोत्तर

(क) दिउँसो के कारणले उज्यालो हुन्छ ?

(ख) राती अँध्यारो हुनुको कारण के हो ?

(ग) उज्यालो के केबाट प्राप्त हुन्छ ?

(घ) कुनै वस्तु स्पष्ट देख्न के चाहिन्छ ?

(ङ) अँध्यारामा हामीले कुनै वस्तु नदेख्नुको कारण के हो ?

(च) सूर्य र चन्द्रमाबाट आउने प्रकाशमा के फरक छ ?

साधन २. अवलोकन

सिकाइ क्रियाकलाप गर्ने क्रममा विद्यार्थीहरूको सहभागिता, प्रकाशका स्रोतहरू पहिचान गरे नगरेको, वस्तु देख्न प्रकाश चाहिने धारणा बुझे नबुझेको आधारमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ व्यवहार अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीहरूलाई, प्रकाश दिन सक्ने विभिन्न वस्तुहरूको चित्र कोरी रङ भर्न लगाउनुहोस् र उसले गरेको कार्यको प्रशंसा गर्नुहोस्, सबैभन्दा राम्रा चित्र सङ्कलन गरी प्रदर्शन पनि गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको घर/गाउँ, टोलमा प्रकाशका कुन कुन स्रोतहरूको प्रयोग हुने गरेको छ नाम लेख्न लगाउनुहोस् र सूची प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : ७ शारीरिक क्रियाकलाप र खेल

परिचय

बालबालिकाको चौतर्फी विकासका लागि शारीरिक क्रियाकलाप र खेलसम्बन्धी अभ्यासहरू पनि प्रशस्त गर्नुपर्ने हुन्छ । यस पाठमा शरीरलाई विभिन्न दिशामा तन्काउन, झुकाउन, बटार्न, ठिक तरिकाले हिड्न, उभिन, सुत्न, सिधा रेखामा दौडन, ताल मिलाएर हिँड्न, शरीर घुमाउन तथा भकुन्डोलाई गुडाउन र समात्न सक्ने जस्ता अभ्यास कार्य समावेश गरिएको छ । यस्ता शारीरिक क्रियाकलापहरू अन्य सान्दर्भिक पाठहरूसँग जोडेर नियमित रूपमा गराउन पनि सकिन्छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न चित्रहरू, डोरी, चुना, भकुन्डो, सिटी तथा आवश्यक अन्य सामग्री र भिडियो ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५६ का क्रियाकलापहरू शारीरिक अभ्याससँग सम्बन्धित छन् । यी क्रियाकलापहरूलाई अन्य सान्दर्भिक पाठहरूमा पनि खेलाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पल्टने अभ्यास गराउनका लागि चउर वा गुन्द्री ओछ्याएको ठुलो हलमा लैजाउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकको पेज न. ५६ (क) का चित्रहरूमा देखाइए झैँ पहिले शिक्षक आफूले मुडा झैँ पल्टिने अभ्यास प्रदर्शन गर्नुहोस् र विद्याथीहरूलाई सो क्रियाकलाप गर्न लगाउनुहोस् ।

- उनीहरूले गरेका क्रियाकलाप अवलोकन गर्दै आवश्यक परेमा तुरुन्त पृष्ठपोषण दिनु उचित हुन्छ ।
- यो अभ्यास पटक पटक दोहोऱ्याउन लगाउनुहोस् ।
- यी अभ्यासहरू पटक पटक दोहोऱ्याएपछि विद्यार्थीहरूबिच प्रतिस्पर्धा पनि गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- क्रियाकलाप १ मा जस्तै सबैलाई चउरमा लैजानुहोस् । पाठ्यपुस्तकको पेज न. ५६ (ख) को चित्रमा देखाए जस्तै गरी क्रियाकलाप पहिले आफूले गर्नुहोस् ।
- सबैलाई पटक पटक पालो आउने गरी यो क्रियाकलाप गर्ने अवसर दिनुहोस् र अवलोकन गर्दै आवश्यक पृष्ठपोषण पनि दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- क्रियाकलाप १ र २ मा जस्तै सबै विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लैजानुहोस् र पाठ्यपुस्तकको पेज न. ५६ (ग) को चित्रमा देखाइए जस्तै गरी चउरमा दौडने ट्र्याक/सिधा रेखा कोर्नुहोस् ।
- सबैलाई दौड सुरु गर्ने रेखाभन्दा पछाडिपट्टि लाइनमा उभिन लगाउनुहोस् ।
- सुरुमा आफूले दौडेर देखाउनुहोस् । सबैलाई त्यसरी नै दौडने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- पटक पटक दौडन अभ्यास गराउनुहोस् । विद्यार्थीका क्रियाकलापहरू अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

(पेज न. ५७ का क्रियाकलापसँग सम्बन्धित)

- विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लैजानुहोस्, चउरमा डोरी वा चुनाको प्रयोग गरी सिधा, बाङ्गो वा गोलो रेखा बनाउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाए जस्तै आफूले अभ्यास गरेर देखाई विद्यार्थीहरूलाई पनि गर्न लगाउनुहोस् ।
- सिधा रेखा, बाङ्गो रेखा तथा गोलो घेरामा हिड्ने यो क्रियाकलाप आवश्यकताअनुसार पटक पटक गराउन सकिन्छ ।
- ताली वा मादलको ताल वा सङ्गीतको लयमा समेत हिड्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- अभ्यास गर्दै गर्दा अवलोकन र पृष्ठपोषण पनि दिँदै जानुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

(पेज न. ५८ को क्रियाकलाप (ङ) सँग सम्बन्धित)

- विद्यार्थीहरूलाई सधैँ झैँ चउरमा लैजानुहोस् ।
- एकपटकमा तीन/चार जनासम्म दौडन मिल्ने गरी सिधा रेखाका ट्र्याक बनाउनुहोस् ।
- आफ्नो ट्र्याकमा मात्र दौडन पाउने, सिटी बजाएपछि मात्र दौडिन सुरु गर्नेलगायतका नियमहरू बताउनुहोस् ।
- नमुना दौड देखाएर विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो दौडाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले रुचि देखाउन्जेल पटक पटक अभ्यास गराउनुहोस् र पृष्ठपोषण पनि दिँदै जानुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

(पेज न. ५८ को क्रियाकलाप (च) सँग सम्बन्धित)

- चित्रमा देखाए जस्ता गरी चउरमा बल गुडाउने ट्र्याक बनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लगी सबैभन्दा पहिले क्रियाकलाप (च) को पहिलो चित्रमा झैँ रेखाको दुवैतिर बराबर सङ्ख्यामा विद्यार्थी राख्नुहोस् ।
- एकातिरको अन्तिम रेखाबाट अर्कोतिरको अन्तिम रेखामा साथीलाई बल पास गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- एकातिरको साथीले गुडाएको बल अर्कोतिरको साथीले छेक्ने र समात्ने गर्नुपर्दछ । यो अभ्यास पटक पटक गर्न दिई अवलोकन र आवश्यक सुधारका लागि पृष्ठपोषण पनि दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- बल हान्ने अभ्यासकै लागि (च) को दोस्रो चित्रमा देखाए झैँ गरी विद्यार्थीहरूलाई दुईओटा पङ्क्तिमा उभिन लगाउनुहोस् ।
- अगाडि राखिएको चिह्नलाई घुमाउँदै बल फेरि फर्काएर आफूभन्दा पछाडिको साथीलाई दिन भन्नुहोस् ।
- यही तरिकाले लाइनमा भएका सबै विद्यार्थीहरूले बल गुडाएपछि खेल सकिन्छ ।

क्रियाकलाप ८

- क्रियाकलाप (च) को तेस्रो चित्रमा देखाइए झैँ गरी कुनै खम्बा बाङ्गोटिङ्गो हुने गरी ठड्याएर खम्बालाई छल्दै भकुन्डो गुडाउने अभ्यास पनि गराउनुहोस् । यी क्रियाकलाप सुरुमा आफूले नमुना अभ्यास देखाएरमात्र विद्यार्थीलाई गर्न लगाउने गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

विद्यार्थीहरूले गरेका शारीरिक अभ्यासका क्रममा उनीहरूको सक्रियता, नियमको पालना, अनुशासन, सिकाइ व्यवहार, सहयोग सहकार्यको प्रदर्शनलगायतका आधारमा विद्यार्थीका क्रियाकलाप अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विषयक्षेत्रगत विद्यार्थी मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज न. १३६ मा उल्लिखित चारओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।

- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीका कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई आफैँ मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुनः मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज न.१३६ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीका अभिभावकसँग सिकाइको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । साथै पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया विषयक्षेत्रको अन्त्यमा एकसाथ लिन पनि सकिन्छ ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

हाम्रो समुदाय

परिचय

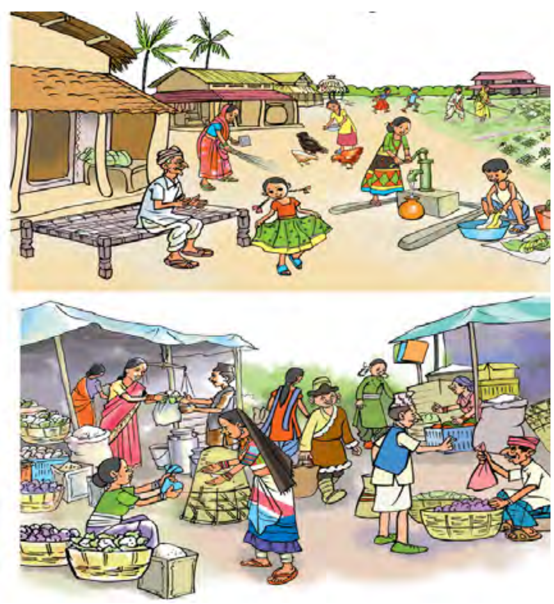
यस विषयक्षेत्रमा विद्यार्थीहरूलाई समुदायको परिचय दिने, आफ्नो समुदायमा भएका गीतविधिहरू बताउने, आफ्ना दौँतरीहरूसँग मिलेर बस्ने सिकाइ क्रियाकलापमा जोड दिइएको छ । मिलेर खेल्ने, घर परिवार र समुदायमा घरपालुवा जनावरलाई खाना खुवाउने, हेरविचार गर्ने, छपाइको परिचय दिने, समुदायमा भएका स्वास्थ्य संस्थाहरूको जानकारी लिने र तिनको सेवा सुविधा उपयोग गर्ने, पालो पर्खने, आपसमा सहयोग लिने दिने पक्षमा सिकाइ केन्द्रित छ । साथै हात र पैसाको ढ्याकबाट छपाइ गरी सिर्जनात्मक क्षमता देखाउने, विभिन्न पशुपन्छीको चाल र आवाजको अभिनय गर्ने जस्ता विषयवस्तुसँग सम्बन्धित धारणा विकास गर्न यो विषयक्षेत्रका क्रियाकलापहरू केन्द्रित छन् ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्य घण्टा ३८
• विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँ गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			३
मेलमिलाप	• आफ्नो दौँतरीसँग मिलीजुली बस्न र खेल्न • साथी र परिवारसँग आपसी सहयोग लिन र दिन तथा सहकार्य गर्न	• सहकार्य सिप	२
नियमको पालना	• धारा, शौचालय आदिको प्रयोग गर्ने क्रममा पालो पर्खिन	• सहनशीलता र खुलापन सिप	५
सन्चो बिसन्चो	• आफूलाई सन्चो नभएको कुरा परिवार, साथी र शिक्षकलाई बताउन • बिरामी पर्दा उपचार गर्न जाने स्वास्थ्य संस्थाहरूको नाम बताउन • आफू बिरामी पर्दा परिवार, साथी र शिक्षकबाट सहयोग लिन • सर्ने रोगहरूको नाम बताउन	• सहयोग र सहकार्य सिप	५

जनावर	• वरपरका जनावरहरूको पहिचान गर्न • जनावरका खाना चिन्न र नाम बताउन • जनावरका बच्चा चिन्न र तिनीहरूको नाम बताउन • जनावरहरूको हेरचाहमा सक्दो सहयोग गर्न	• सिकाइ सिप • सहयोग सिप	१०
छपाइ	• पात, रुखका बोक्रा, सिक्का, कपडा आदिलाई घोटेर विभिन्न टेक्सचर छपाइ गर्न र प्रदर्शन गर्न	• सिर्जनात्मक सोचाइ सिप	५
खेल	• साथीसँग रमाइलो गर्दै (घेरामा खेलिने खेल, समूहमा खेलिने खेल) खेल्न • विविध दिशामा मुढा झैँ पल्टिने अभ्यास गर्न	• आत्मबल विकास सिप	४
अभिनय गरौँ	• आफ्नो वरिपरि रहेका पशुपन्छीहरूको क्रियाकलापको अवलोकन गरी तिनको अभिनय गर्ने	• सिर्जनात्मक सोचाइ सिप	४

विषयक्षेत्र पृष्ठ चित्र छलफल क्रियाकलाप



- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ५९ को चित्र देखाउँदै चित्रमा के के गरिरहेको देखाइएको छ सोचेर भन्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो समुदायमा हुने यस्ता क्रियाकलापहरूका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूबिच छलफल गर्न लगाउनुहोस् र यससम्बन्धी केही प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंको समुदायमा कसले के के काम गर्दछन् ?
- तरकारी तथा फलफूल किन्न कहाँ जानुपर्छ ?
- तपाईंको समुदायमा यस्तै के के क्रियाकलापहरू हुन्छन् ?

पाठ : १ मेलमिलाप

परिचय

बालबालिकाहरू सानैदेखि साथी बनाउने, आफ्नो दौँतरी साथीसङ्गीसँग मिलेर बस्ने र खेल्ने, खेल्दा खेल्दै आफ्नो मनोभावना साटासाट गर्ने, साथी र परिवारमा आपसी सहयोग लिने र दिने एवम् सहकार्य गर्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्न उत्सुक रहन्छन् । उनीहरूमा मेलमिलाप, सहयोग, सहकार्य जस्ता क्रियाकलाप गराउन एवम् त्यस्ता किसिमका क्रियाकलापमा अभिप्रेरित गर्न यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित समुदायको चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, भकुन्डो वा बल, श्रव्यदृश्य सामग्री

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६० मा दिइएका क्रियाकलाप बालबालिकाहरूमा साथीसँग मिलेर खेल्ने, मिलेर बस्ने, मिलेर काम गर्ने बानी विकास गर्नेतर्फ लक्षित छ ।
- यस पेजको गीत लयसहित गाउनुहोस् । विद्यार्थीलाई पनि सँगै गाउन लगाउनुहोस् ।
- साथीसँग लय र तालमा गीत गाउँदै नाच्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- मेलमिलाप सम्बन्धमा गीतमा भनिए जस्तै बालबालिकाहरूका अन्य अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- साथीसँग मिलेर खेल्ने, मिलेर बस्ने, मिलेर काम गर्ने बानी भएकाहरूलाई प्रशंसा गर्नुहोस् ।
- यस सम्बन्धमा यदि कसैको बानी सुधार गर्नुपर्ने खालको छ भने सुधारका लागि अभिप्रेरित गर्नुहोस ।
- मेलमिलापका फाइदाहरूका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- आफ्नो छरछिमेकमा मिलेर गर्न सकिने कामहरू विद्यार्थीहरूलाई भन्न लगाउनुहोस् ।
- खाजा खाएको स्थान सबै मिलेर सफा गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- घरपरिवारमा कसलाई के सहयोग गर्नुहुन्छ, भनी सबैलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- घरपरिवार साथीहरूलाई गरेको सहयोगसम्बन्धी विद्यार्थीहरूका अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- सहयोगको महत्त्व सम्बन्धमा समूह समूहमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १ : अवलोकन

- विद्यार्थीहरू समूहमा खेल्दा, काम गर्दा, पढ्दा एकआपसमा मेलमिलाप गरे नगरेको अवलोकन गर्नुहोस् ।

साधन २ मौखिक अभिव्यक्ति

- विद्यालय तथा घरपरिवारमा मेलमिलाप गर्ने बानी तथा सकेको सहयोग गर्ने गरे नगरेको मूल्याङ्कन गर्न उनीहरूले अनुभव सुनाउने क्रममा देहायका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

  (क) तपाईंले परिवारमा के के काममा सहयोग गर्नुहुन्छ ?

  (ख) यदि तपाईं विद्यालयमा भएको बेला सन्चो भएन भने कसको सहयोग लिनुहुन्छ ?

  (ग) छिमेकमा कसरी काम गर्नुपर्छ ?

  (घ) छिमेकमा मिलेर काम गर्दा के फाइदा हुन्छ ?

  (ङ) तपाईं समुदायका साथीसँग मिलेर के के काम गर्नुहुन्छ ?

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यालयमा हरेक दिन साथीसँग मिलेर बस्न र खेल्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यालयमा साथीसँग मिलेर फूलबारीमा पानी हाल्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- यससँग सम्बन्धित युट्युबमार्फत श्रव्यदृश्य सामग्री देखाउँदै सोहीअनुसार खेल्न, नाच्न र गाउन लगाउनुहोस् ।

नियमको पालना

परिचय

बालबालिकाहरूमा शारीरिक र मानसिक विकास तीव्र गीतमा भइरहने हुँदा उनीहरू जिज्ञासु र स्वतन्त्र कार्यशैलीका हुन्छन् । आफूलाई मन लागेका काम गर्न खोज्ने, खेल्न मनपारउने र रमाउने हुँदा उनीहरू कडा अनुशासन मन पराउँदैनन् र नीति नियमबारे पनि अनविज्ञ हुन्छन् । घरपरिवार तथा विद्यालयमा पालना गर्नुपर्ने नियम र शिष्टता सम्बन्धमा बताउने, सिकाउने र नियमको पालना गर्न उत्प्रेरित गर्ने जस्ता क्रियाकलापहरूप्रति यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित नीति नियमको पालनासम्बन्धी चित्र, सम्बन्धित श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६१ (क) को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा कुन कुन क्रियाकलापहरू गरिएका छन्, विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- कक्षामा शिक्षकसँग बोल्न वा सोध्नुपरेमा होहल्ला नगरी हात उठाएर वा बसेको ठाउँबाट उठेर सोध्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- चित्रमा झैँ कक्षाकोठा बढारेर सफा गरेपछि फोहोर दानीमा हाली उचित विसर्जन गर्न सिकाउनुहोस् ।
- प्रार्थना गर्दा र कक्षामा जाँदा एकआपसमा नछुने गरी लाइनमा उभिन र हिँड्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- खेल खेल्दा साथीसँग झगडा नगरी मिलेर खेल्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- नियमको पालना गर्ने बानी सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूसँग विविध प्रश्न गरी छलफल गर्नुहोस्, जस्तै :

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईं कक्षामा प्रश्न गर्न के गर्नुहुन्छ ?
- प्रार्थनामा गर्दा कसरी उभिनुपर्छ ?
- प्रार्थनापछि पछि कक्षामा कसरी जानुपर्छ ?

- कक्षाकोठा बढारेर सफा गरेपछि फोहोर के गर्नुपर्छ ?
- तपाईंसँग के के सामानहरू छन् ?

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६२ (ख) मा दिइएका चित्रमा के के देखाइएको छ पहिचान गरी भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रका आधारमा के के गर्नुहुन्छ र के गर्नु हुँदैन, धर्का तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् र यसका आधारमा निम्नलिखित प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

नमुना प्रश्नहरू

- कक्षाकोठाभित्र जाँदा वा बाहिर निस्किदा कसरी हिँड्नुहुन्छ ?
- के साथीसँग झगडा गर्नुहुन्छ होला ?
- साथीसँग झगडा गर्दा के हानी हुन्छ ?
- साथीलाई उछिनेर हिड्न किन हुँदैन ?
- कक्षामा कसरी बस्नुपर्छ ?

क्रियाकलाप 3

- विद्यार्थीहरूको सहभागीतामा विद्यालय तथा कक्षाकोठामा रहँदा पालना गर्नुपर्ने निम्नानुसारका नियमहरू बनाई सबैले देख्ने गरी राख्नुहोस् र उक्त नियमको पालना गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

  जस्तैः साथीसँग मिलेर खेल्ने

  - भित्र आउँदा सोधेर मात्र आउने
  - फोहोर पोहोरदानीमा हाल्ने
  - साथीसँग मिलेर पढ्ने
  - बोल्दा हात उठाएर मात्र बोल्ने
  - अरू बोलेको समयमा ध्यान दिएर सुन्ने
  - बाहिर जाँदा सोधेर जाने

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६३ को क्रियाकलाप (क) का तीनओटा चित्रहरू राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा के के क्रियाकलापहरू गरिएका छन्, विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

- दिइएको गीत तालीको तालमा शिक्षकले गाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि गाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- मादलको तालमा गीत गाउँदै नाच्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि नचाउनुहोस् ।
- कक्षाकोठामा नियम तथा अनुशासन पालना गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।
- गीतमा भन्न खोजिएका कुराहरूका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् । कक्षामा यस्ता नियमहरू आफूहरूबाट के कति पालना गरिएका छन्, स्वमूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् ।
- पालना नभएका नियमहरू र पालना नहुनुका कारण पहिचान गरी पालना गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १ : रुजुसूची

निम्नानुसारको रुजुसूची तयार गरी विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा स्वमूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् :

नियम	पालना गरेको छु	पालना गरेको छैन
उठेर वा हात उठाएर प्रश्न गर्ने		
राष्ट्रिय गान गाउँदा नचली उभिने र स्पष्ट गाउने		
कक्षामा झैझगडा नगर्ने		
कक्षाकोठाभित्र जाँदा वा बाहिर निस्कँदा लाइनमा हिँड्ने		
फोहोरदानीमा फोहोर हाली उचित बिसर्जन गर्ने		
पालैपालो कक्षाकोठा सफा गर्ने		
साथीसँग मिलेर पढ्ने		

साधन २ सहपाठी प्रतिक्रिया

कक्षामा पालना गरिने नियमहरू तयार गरी सोको पालना गराउन कक्षा मनिटर निर्धारण गर्नुहोस् । दिनदिनै फरक फरक विद्यार्थीलाई कक्षा मनिटरको जिम्मा दिनुहोस् । कक्षा मनिटर वा कक्षाका अन्य साथीहरूको प्रतिक्रियाका आधारमा नियमको पालना गरे नगरेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

साथीहरूबिच मेलमिलापसम्बन्धी गीत तयार गरी शिक्षकले गाउँदै विद्यार्थीहरूलाई सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस्,

जस्तै : आउ साथी मिलेर सँगसँगै खेलौँ न ।
लुकामारी गरेर साथी सबै भेटौँ न ।।
पढ्न जाने बेलामा साथी कुरी बसेको ।
खाजा खाने बेलामा हाँसी खुसी भएको ।।

पाठ : ३ सन्चो बिसन्चो

परिचय

बालबालिकाहरू आफू र आफ्ना अभिभावक तथा साथीसङ्गीबिच सन्चो बिसन्चोका सम्बन्धमा सोधखोज गर्ने, बिरामी पर्दा अरूलाई भन्ने, आवश्यक सहयोग लिने र आफ्नो स्वास्थ्य समस्याहरू बताउन सक्ने भएका हुन्छन् । आफ्नो र अरूको स्वास्थ्य अवस्थाबारे जिज्ञासु हुने, सन्चो बिसन्चोबारे छलफल गर्ने, बिरामी पर्दा अपनाउनुपर्ने सावधानी तथा उपचार गर्ने र स्वास्थ्य केन्द्रको जानकारी लिने जस्ता क्रियाकलाप गराउन यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्रहरू, बिरामी पर्दा गरिने उपचार र गराएको पोस्टर तथा चित्र, फनेल र लेबल पाइप, श्रव्यदृश्य सामग्री

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- विद्यार्थी कार्यपुस्तकको पेज न. ६४ को चित्र देखाउँदै चित्रमा के के भइरहेको छ, पालैपालो अनुमान गर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्र सँगै भएका विषयवस्तु एक जनालाई पढ्न लगाई अरूलाई सुन्न लगाउनुहोस् । आफूले गरेको अनुमान मिले नमिलेको यकिन गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफूले बुझेका कुरा बताउन लगाउँदै अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।
- शिक्षकले चित्रमा जस्तै आफ्नो हालको स्वास्थ्य अवस्था सम्बन्धमा भन्नुहोस् र विद्यार्थीलाई पनि पालैपालो आफ्नो स्वास्थ्य अवस्थाबारे भन्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई सन्चो नहुँदा के के गर्नुहुन्छ भन्ने प्रश्नहरू सोधी प्रतिक्रिया लिनुहोस् ।
- चित्रकथामा देखाए जस्तै गरी विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी पालैपालो अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- बालिकाको ठाउँमा तपाईँ भएको भए के गर्नुहुन्थ्यो ? बालकका ठाउँमा तपाईँ भएको भए तपाईँ के गर्नुहुन्थ्यो ? तपाईँ शिक्षक हुनु भएको भए के गर्नुहुन्थ्यो ? लगायतका प्रश्नहरू छलफल गरी विद्यार्थीले आफू बिरामी परेका बेला को कोबाट सहायता लिने गरेका छन्, भन्न लगाउनुहोस् । यस्तो बेला साथी, शिक्षक वा घरपरिवारलाई बताउनु पर्ने र तुरुन्त उपचारका लागि स्वास्थ्य संस्था जानुपर्ने कुरा सम्झाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६५ (क) मा दिइएका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र पालैपालो उत्तर दिन लगाउनुहोस् ।
- आफू घर र विद्यालयमा बिरामी पर्दा र घरमा अरू बिरामी पर्दा आफूले गर्न सक्ने सहयोग सम्बन्धमा भन्न लगाउनुहोस् ।
- बिरामी पर्नाका कारणहरू र सरुवा रोगका नामहरू भन्न लगाउनुहोस् ।
- साथीसँग लय र तालमा गीत गाउँदै नाच्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६५(ख) मा दिइएका प्रत्येक चित्रमा के के देखाइएका छन्, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो छरछिमेकमा मानिसहरू बिरामी पर्दा के गर्छन्, उपचार गर्न कहाँ कहाँ जान्छन्, बताउन लगाउनुहोस्
- आफू र आफ्नो घरपरिवारमा बिरामी हुँदा स्वस्थ्य केन्द्रमा गरेको उपचार सम्बन्धमा साथीसँग अनुभव साटासाट गर्न लगाउनुहोस् ।

- स्वस्थ्य केन्द्र र अस्पतालमा डाक्टर र नर्सले बिरामीलाई दिने सेवा सम्बन्धमा कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६६(क) मा दिइएको चित्रमा के देखाइएको छ, विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- फनेल र लेबल पाइपको मदतले मुटुको धड्कन नाप्ने उपकरण स्थेटोस्कोप बनाएर मुटुको धडकन नापेर डाक्टरको अभिनय गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई पनि पालैपालो उक्त अभिनय गरी आफ्नो मुटुको धड्कनबारे जानकारी लिन लगाउनुहोस् ।
- बिरामी पर्दा स्वस्थ्य केन्द्रमा तथा अस्पतालमा पुगी डाक्टर र नर्सको सेवा लिन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आफ्नो वरपर भएका स्वास्थ्य संस्थाहरूका सम्बन्धमा बताउन लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

साधन १ : मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति

देहायका प्रश्नहरूका आधारमा विद्यार्थीका मौखिक तथा लिखित अभिव्यक्ति प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् :

(क) तपाईँ बिरामी हुँदा सर्वप्रथम कसलाई भन्नुहुन्छ ?

(ख) तपाईँको घरमा अरू बिरामी हुँदा तपाईँले के सहयोग गर्नु भयो ?

(ग) बिरामी हुँदा कहाँ जानुपर्छ ?

(घ) बिरामीलाई उपचार कसले गर्नुहुन्छ ?

साधन २ : अभिभावक प्रतिक्रिया

देहायका रुजुसूचीका आधारमा अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गरी बालबालिकाहरूको पाठसँग सम्बन्धित सिकाइ व्यवहार मूल्याङ्कन गर्न सकिने छ :

क्रियाकलाप	छ	छैन
सन्चो नहुँदा परिवारमा भन्ने गरेको		
बिरामी पर्दा स्वस्थ्य केन्द्र वा अस्पतालमा जानुपर्छ भन्ने गरेको		
बिरामी पर्दा स्वस्थ्य केन्द्र वा अस्पताल जान मानेको		
बिरामी हुँदा औषधी खान मानेको		
परिवारमा अरू बिरामी पर्दा सकेको सहयोग गरेको		
आफ्नो स्वास्थ्यप्रति सजग हुने गरेको		

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यालय नजिकैको अस्पताल वा स्वास्थ्य केन्द्रमा अवलोकन भ्रमणमा लानुहोस् र बिरामीको स्वास्थ्य जाँच गरेको औषधी दिएको र बिरामीलाई उचित परामर्श दिएको अवस्था अवलोकन गराउनुहोस् । डाक्टर वा नर्स वा स्वास्थ्यकर्मीसँग आवश्यक सोधपुछसमेत गर्न लगाउनुहोस । ती सबै अवस्थालाई कक्षामा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- अस्पताल तथा स्वास्थ्य केन्द्रमा चिकित्सकले बिरामी जाँच गरेको भिडियो क्लिप वा डकुमेन्ट्री देखाउनुहोस् र स्वास्थ्य उपचारसम्बन्धी सामान्य जानकारी प्रदान गर्नुहोस् ।

जनावर

परिचय

बालबालिकाहरू परिवारमा हुर्कने, बढ्ने, भाषा सिक्ने र वातावरणका जैविक र अजैविक तत्त्वहरूसँग परिचित हुने क्रममा उनीहरू विभिन्न जनावरहरूको नाम बताउन सक्ने, उनीहरूको आवाज सुन्ने र नक्कल गर्न सक्ने हुन्छन् । घर पालुवा र जङ्गली जनावरको नाम बताउने, उनीहरूको खाना र वासस्थान बताउने, जनावरका बच्चाको नाम भन्ने जस्ता क्रियाकलापहरूसम्बद्ध सिकाइमा यो पाठ केन्द्रित रहने छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न जनावरहरूका चित्रहरू, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, रङ्गीन पेन्सिल, सादा कार्डबोर्ड वा ड्रइङ पेपर, जनावर खाना, वासस्थान र आवाज सम्बन्धी श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६८ को चित्र राम्ररी अवलोकन गर्न लगाई चित्रमा के के देखिन्छ, भन्न लगाउनुहोस् ।
- दिइएका चित्रहरू कतिओटा घरपालुवा पन्छी र कतिओटा घरपालुवा जनावरहरू छन्, गनेर तिनको नामसमेत पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा कतिओटा जङ्गली जनावरहरू छन्, गनेर भन्न लगाउनुहोस् ।
- जङ्गली जनावरको नाम र वासस्थानबारे विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नोत्तर गर्दै एकआपसमा अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- कुनै पाँचओटा घरपालुवा जनावरहरूको नाम भन्नुहोस् ।
- कुनै पाँचओटा जङ्गली जनावरहरूको नाम भन्नुहोस् ।
- तपाईंको घरमा कुन कुन जनावरहरू पालिएका छन् ।

क्रियाकलाप २

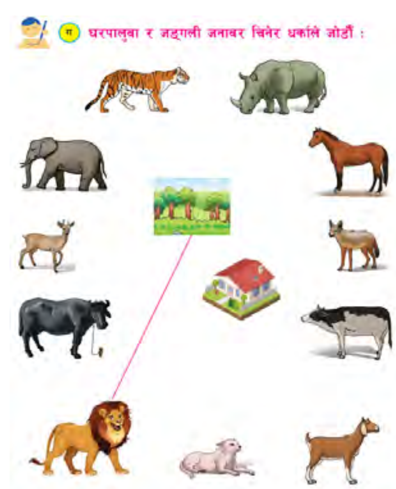
- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६९(क) मा दिइएका चारओटा प्रश्नहरूको उत्तर भन्न लगाउनुहोस् ।
- बिस्तारै प्रश्नको उत्तर लेख्न (शब्द मात्र) अभ्यास पनि गराउनुहोस् ।

- आआफ्नो घरका भएका घरपालुवा जनावरहरू के के छन् र तिनले के खान्छन्, विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ६९(ख) मा दिइएको कथाको उद्देश्य बालबालिकाहरूलाई जनावरका बच्चा चिनाउनु हो । यसका साथै कथाले परिवारमा आमाको माया, जनावरको हेरचाहप्रतिको सकारात्मक सोच विकास हुने सिकाइमा जोड दिन खोजेको छ ।
- कथा हाउभाउसहित पढेर सुनाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई हाउभाउसहित पढ्न लगाउनुहोस् । आमा र बच्चाको सम्बन्ध अनुभूति हुने गरी कथा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
- निम्नानुसारका प्रश्नहरू गरी छलफल गर्नुहोस् :
  - चराको माउले केबाट बच्चा कोरल्छ ?
  - चराको माउले बच्चालाई के खुवाउँछ ?
  - गाईका बच्चालाई के भनिन्छ ?
  - पाडा केको बच्चा हो ?
  - हात्तीको बच्चालाई के भनिन्छ ?
  - चराका माउले किन गुँड छोडेर गएको होला ?
  - चल्लालाई आमा भेट्टाउन कसले सहयोग गऱ्यो ?
- बाखाको बच्चा, गाईको बच्चा, भैँसीको बच्चा, हात्तीको बच्चालाई के के भनिन्छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- बच्चाको नामसम्बन्धी बालगीत युट्युबबाट डाउनलोड गरी गाउनुहोस् र गाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४



- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७१(ग) मा चित्रमा दिइएका चित्रहरूमा घरपालुवा र जङ्गली जनावर चिनेर धर्का तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- घरपालुवा र जङ्गली जनावर कति कतिओटा छन्, गनेर भन्न लगाउनुहोस् ।

- यीमध्ये आफ्नो गाउँघरमा कुन कुन घरपालुवा जनावरहरू पालिएका छन्, भन्न लगाउनुहोस् ।
- यीमध्ये आफूले कुन कुन जङ्गली जनावर देखेको हो, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस्
- यस्तै अन्य जनावरहरूका चित्र कार्ड तयार पारी विद्यार्थीहरूलाई समूह बनाई बाँड्नुहोस्, उक्त क्रियाकलाप दोहोऱ्याउन लगाउनुहोस् र मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७२(घ) मा दिइएका जनावरका बच्चाको नाम सिकाउने गीत शिक्षकले गाउँदै विद्यार्थीहरूलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७२ (ङ) मा दिइएका दुई समूहका चित्रमा जनावरका बच्चा र माउ चिनेर धर्का तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू जनावरका माउ बच्चाका अलग अलग चित्रहरू पनि बाँड्नुहोस् र माउसँग बच्चा जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७३ (च) मा दिइएको माउ र बच्चाको मिल्दो जोडा छानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अन्य जनावर र तिनका बच्चाका उदाहरणको नमिल्ने समूह पनि दिएर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको चित्र (छ) मा दिइए जस्तै जनावरका चित्र कार्डहरू तयार गरी जनावर चिन्ने र पास गर्ने खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेल्ने तरिका

- विद्यार्थीहरूलाई गोलो घेरामा राख्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले जनावर चित्र भएको कार्ड क्रमशः पास गर्दै यो जनावर .... हो । यसको बच्चा .... हो भन्ने छन् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७४ (ज) मा चित्रमा दिइएका जनावरको वासस्थानसम्बन्धी गीत लय र तालमा हाउभाउसहित गाउन लगाउनुहोस् ।

- गीतका आधारमा प्रत्येक विद्यार्थीलाई गाई, बाख्रा, घोडा, बाघ, मयूर, कुकुर, माछा, मुसो आदिको वासस्थान भन्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको सही पहिचान र अभिव्यक्तिको मूल्याङ्कन गरी आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७४ (झ) मा दिइएका दुई लहरको चित्र अध्ययन गरी कुन जनावरले के खान्छन्, भनी प्रश्न गर्दै भन्न लगाउनुहोस् ।

- यस्तै अरू जनावर र तिनको खानासम्बन्धी चित्रपत्ती तयार गरी जनावर चिन्ने र पास गर्ने खेल खेलाउनुहोस् ।
- यससम्बन्धी निम्न प्रश्नहरूमा आधारित प्रश्नोत्तर र छलफल गराउनुहोस् :
    - कुखुराले के खान्छ ?
    - बिरालाले के खान्छ ?
    - बाघले के खान्छ ?
    - गाईको खाना के हो ?
    - घोडाको खाना के हो ?

क्रियाकलाप ९

- विद्यार्थीहरूलाई पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७५ को क्रियाकलाप (ञ) मा दिइएको चित्रमा जनावरलाई के के गर्न हुने र के के गर्न नहुने देखाइएको छ, पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।

- चित्रमा हामीले गर्न मिल्ने क्रियाकलापका लागि ठिक(√) र हामीले गर्न नमिल्ने क्रियाकलापका लागि बेठिक (×) चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।
- जनावरलाई जिस्काउन नहुने, उनीहरूलाई पनि माया र हेरचाह गर्नुपर्ने सन्दर्भसमेत बताइदिनुहोस् । यस्तै माया र हेरचाह झल्कने भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- सिकाइ क्रियाकलापकै क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन पनि गर्नुहोस् ।
- पेज न. ७१ को घरपालुवा र जङ्गली जनावर चिन्नुपर्ने क्रियाकलापमा विद्यार्थीहरूले जनावर चिने नचिनेको अवलोकन गर्नुहोस् ।
- पेज न. ७२ र ७३ को जोडा मिलाउन सके नसकेको हेर्नुहोस् ।
- पेज न. ७३ को चित्रपत्ती पास गर्दा जनावरको नाम चिने नचिनेको हेर्नुहोस् ।
- पेज न. ७४ को क्रियाकलाप जस्तै जनावर र तिनीहरूको खाना चिने नचिनेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- पेज न. ७५ को क्रियाकलाप जस्तै विद्यार्थीहरूको जनावरप्रति गर्ने व्यवहार अवलोकन गर्नुहोस् ।
- जनावरको माया र हेरचाहसम्बन्धी भूमिका अभिनयमा उनीहरूको हाउभाउ, प्रस्तुति र नाटकीकरणलाई समेत आधार मानी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीहरूलाई चिडियाखाना घुमाउन लैजानुहोस् । जनावरको आकृति, तिनले खाने खाना र वासस्थानको अवलोकन गराई त्यहाँ कुन कुन जनावर देखेको हो, तिनको नाम, खाना र वासस्थानको नाम भन्न लगाउनुहोस् । यसबारे तालिकासमेत तयार गरी भर्न सिकाउनुहोस् ।
- पानी र जमिनमा पाइने विभिन्न जनावरका क्रियाकलापहरू नेट टिभी वा अन्य श्रव्यदृश्य सामग्रीमार्फत देखाउनुहोस् ।

छपाइ

परिचय

बालबालिकाहरूमा जिज्ञासा र सिर्जनशिलताको विकास हुँदै जाने क्रममा विभिन्न वस्तुहरूका आकृतिलाई कागजमा छापेर दुई आयामिक चित्रहरू बनाउने, टेक्सचर छाप्ने, छापेको चित्रमा रङ भर्ने आदि सिपहरूमा दक्षता विकास गर्नुपर्ने हुन्छ । यी सिपसँग सम्बन्धी क्रियाकलाप गराउनु यस पाठको मुख्य अभिप्राय हो ।

शैक्षणिक सामग्री

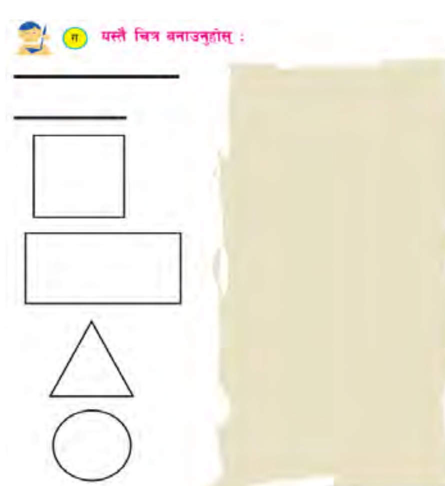
पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न छपाइसम्बन्धी चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, स्केल, इरेजर, कलर पेन्सिल, वाटर कलर, सिक्का, पातहरू, प्याज, सादा पेपर ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७६ (क) को चित्रमा के के आकृतिहरू देखाइएका छन्, पहिचान गरी भन्न लगाउनुहोस् ।
- यस्ता आकृतिहरू कसरी तयार गरिएका होलान्, सोचेर भन्ने अवसर दिनुहोस् ।
- पात, सिक्का, आधा काटिएको प्याज, चुरा आदिको प्रयोग गरी रङमा चोबेर आकृति छाप्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- आफूले बनाएका चित्रहरू कक्षाको भित्तामा वा सबैले देख्ने ठाउँमा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २



- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७७ मा दिइएका विभिन्न आकृतिहरू पहिचान गरी तिनको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- सादा कागजमा यी आकृतिहरू कोर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- यस्तै अरू आकृतिहरूका चित्र बनाउन र छाप्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- सिक्कामाथि कागज राख्नुहोस् र त्यसमाथि सिसाकलमले घोटेर सिक्काको आकृति बनाउन लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

१. रुजुसूची : विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत तथा सामूहिक कार्यमा संलग्नताको र विभिन्न सिप सिकाइको स्तरको आधारमा निम्नानुसारको रुजुसूची भर्नुहोस् :

क्रियाकलाप	राम्रो	मध्यम	सामान्य
सिक्का छापेर आकृति बनाउने तरिका			
हत्केलामा रङ लगाएर कागजमा छाप्ने तरिका			
बिरुवाका पातको आकृति पेन्सिलले खिच्ने र रङ भर्ने सिप			
चुरा, स्केल, सिक्का, सलाईको बट्टाको आकृति पेन्सिलले कोर्ने सिप			
सादा कागजमा गोलो, आयताकार, त्रिभुजाकार, वर्गाकार चित्र कोर्ने सिप			

विस्तारित क्रियाकलाप

- प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा प्राकृतिक र मानव निर्मित वस्तुहरू दिनुहोस् र पेन्सिल र पेपरको मदतले दुई आयामिक चित्र कोर्न प्रेरित गर्नुहोस् । आफूले बनाएको आकृतिमा मिल्ने रङ भर्न लगाई प्रदर्शन गराउनुहोस् ।
- प्रत्येक विद्यार्थीलाई आआफ्नो हत्केलामा रङ लगाएर कागजमा थिचेर छाप बनाउन लगाउनुहोस् र कक्षामा प्रदर्शन गराउनुहोस् ।
- प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा सादा पेपर दिएर विभिन्न ज्यामितिय आकृतिहरू जस्तै : गोलाकार, आयताकार, त्रिभुजाकार, वर्गाकार, अनियमित चित्र खिच्न लगाउनुहोस् र इच्छाअनुसार रङ भर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : ६

खेल

परिचय

बालबालिकाहरूले सानैदेखि साथी बनाउने, आफ्नो दौँतरी साथीसङ्गीसँग मिलेर खेल्ने, खेल्दै रमाउने र आपसी चिनजान गर्ने गर्दछन् । उनीहरू खेल्न पाएमा सबथोक बिर्सन्छन् र खेल नै जीवन ठान्दछन् । विभिन्न खेलहरूसँग परिचित हुने र विभिन्न बालसुलभ खेलहरू खेल्ने सिपहरूसम्बन्धी क्रियाकलाप गराउन यो पाठ केन्द्रित रहने छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित समुदायको चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, भकुन्डो वा बल, श्रव्यदृश्य सामग्री सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७८ (क) को चित्र देखाउँदै चित्रमा के के देखाइएको छ भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा जस्तै वा अन्य कुन कुन खेल खेल्न मन लाग्छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- एउटा बल वा भकुन्डो दिएर, विद्यार्थीहरूको समूह बनाई खेल खेलाउनुहोस् ।
- यसैको (ख) मा दिइएको जस्तै खेलसम्बन्धी केही प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईँलाई के के खेल खेल्न मन लाग्छ ?
- हामीले कुन समयमा खेल्नुपर्छ ?
- घरमा के के खेल्नुहुन्छ ?
- विद्यालयमा कोसँग खेल्नुहुन्छ ?

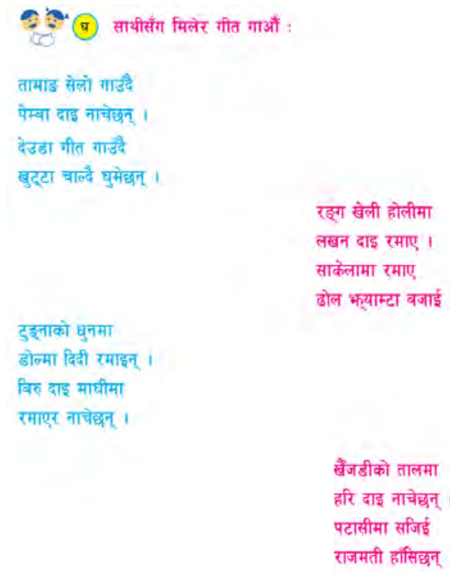
क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ७९ (ग) मा दिइएको चित्रमा के खेलिरहेको देखाइएको छ, विद्यार्थीहरूलाई भन्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो घर र विद्यालयमा साथीसँग यस्तै अरू के के खेल्ने गरेको छ, एकआपसमा छलफल गराउनुहोस् ।

- चित्रमा जस्तै खुला ठाउँमा लगी जोडी जोडीको खुट्टा बाँधेर तीन खुट्टे दौड खेलाउनुहोस् र विजेता टिमलाई पुरस्कृत गर्नुहोस् ।
- यो खेलमा लड्न सकिने हुँदा सावधानीका लागि सजग गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ८० को क्रियाकलाप (घ) मा दिइएका प्रथम चार हरफ गीतहरू शिक्षकले गाउन सिकाउनुहोस् र साथीसँग मिलेर लय र तालमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- दोस्रो तेस्रो र चौथो पङ्क्तिका हरफहरू पनि साथीसँग मिलेर लय र तालमा गाउन लगाउनुहोस् र गीतमा आधारित निम्नलिखित प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।



नमुना प्रश्नहरू

- पेम्बा दाइ कसरी नाचेछन् ?
- देउडा कसरी गाइन्छ ?
- होलीमा के खेलिन्छ ?
- साकेला नाचमा के बजाइन्छ ?
- डोल्मा दिदी केमा रमाइन् ?
- हरि दाइ केको तालमा नाचेछन् ?

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ८१ (ङ) मा दिइएको चित्रमा के गरिरहेको हो भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा को को नाचिरहेका होलान्, अनुमान गरी भन्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो घर र विद्यालयमा साथीसँग मिलेर के के गीत गाउँदै नाच्ने गरिएको छ, पालैपालो भन्न गराउनुहोस् ।
- साथीसँग लय र तालमा आफूले जानेको स्थानीय गीत गाउँदै नाच्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

यस पाठका खेल, गीत र नाचमा विद्यार्थीको सहभागितासम्बन्धी रुजुसूची तयार गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप	राम्रो	मध्यम	सामान्य
आफ्नो टिममा साथीसँग मिलेर खेलेको			
लय र ताल मिलाएर गीत गाएको			
नाचको स्तर र प्रस्तुति			
खेल खेल्दा सावधानी अपनाएको			
साथी समूहमा नेतृत्व गर्ने क्षमता			
साथीलाई सहयोग गरेको			

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यालयको खुला चउरमा लगेर बालबालिकाहरूले जानेका स्थानीय खेल खेलाउनुहोस्, जस्तै : तातो आलु, लुकामारी, तेलकासा आदि ।
- स्थानीय गीत सामूहिक रूपमा गाउने वा अडियो भिडियो सामग्रीमार्फत नाच्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।

विषयक्षेत्रगत मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज न. १३७ मा उल्लिखित तीनओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चित भएपछि पुनः मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतीशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।

- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १३७ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । सिकाइ नतिजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

हाम्रो विद्यालय

परिचय

विद्यालय सिकाइको औपचारिक थलो हो । यस पाठमा विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो विद्यालय र विद्यालयमा हुने क्रियाकालपसँग परिचित गराउने उद्देश्य रहेको छ । यसका साथै शारीरिक कसरत र अभ्यासहरू गर्न, विद्यालय र बाटोमा हुन सक्ने दुर्घटना तथा प्रकोपबाट सुरक्षित हुने उपायहरूका सम्बन्धमा सचेत हुन सिकाउने कुरालाई यस पाठले जोड दिइएको छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ घण्टा
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँ गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			५
विद्यालयको चिनारी	• आफ्नो विद्यालयको नाम र ठेगाना बताउन • आफ्ना साथीहरू र कक्षा शिक्षकको नाम बताउन	• सिकाइ सिप	२
शारीरिक कसरत	• शरीर तताउने सामान्य कसरत गर्न • पि.टी. तालिका न. १ देखि ३ सम्मका कसरतहरू ताल मिलाएर गर्न • शिक्षकको निर्देशनअनुसार उचाइ र लामो उफ्रन	• प्रयोग सिप • आत्मबल विकास सिप	७
हाम्रो सुरक्षा	• घर, विद्यालय, बाटोघाटो र समुदायमा घटेका दुर्घटनाबाट भएको चोटपटक व्यक्त गर्न • घर, विद्यालय र बाटोघाटोमा हुने दुर्घटना र अपरिचित बेवारिसे वस्तुप्रति सचेत रहन	• जिम्मेवारी एवम् प्रतिबद्धता • स्वव्यवस्थापन सिप	६
प्रकोपबाट बचौँ	• वरपर घट्न सक्ने प्रकोपप्रति सचेत रहन	• वातावरणप्रतिको सजगता र सम्मान सिप	६

बोटबिरुवाको हेरचाह	• प्राकृतिक वस्तुहरू टाँसेर सरल आकृतिको संयोजन गर्न • फूलबारी तथा बोटबिरुवाको हेरचाह गर्न	• वातावरणप्रतिको सजगता र सम्मान सिप • सिर्जनात्मक सोच सिप	९
हाम्रो कक्षाकोठा	• विद्यालयमा भएका सरसामानको नाम बताउन	• सिकाइ सिप	५

विषयक्षेत्रपेज चित्र छलफल

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ८४ को चित्र हेर्न लगाई त्यहाँ भएका गतिविधिहरूका सम्बन्धमा अनुमान गर्न लगाउनुहोस् । अनुमान गरेका कुराहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले गरेका ठिक अनुमानको प्रशंसा गर्दै थप छलफल गर्नुहोस् । छलफलका क्रममा विविध प्रश्नहरू सोध्दै आफ्नो विद्यालयको परिवेशसँग जोड्नुहोस् ।

छलफलका लागि नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंको विद्यालयमा भएका र चित्रमा देखाइएका कुन कुन कुरा मिल्दाजुल्दा छन् ?
- के तपाईंको विद्यालयमा खेल्ने चउर छ ?
- चउरमा खेल्दा के के कुरामा होसियारी हुनुपर्छ ?
- तपाईंको विद्यालयमा के के खेल्ने कुरा छन् ?
- विद्यालय वरपर को को मिलेर सरसफाइ गर्नुहुन्छ ?
- तपाईंको विद्यालयमा जम्मा कतिओटा कक्षाकोठाहरू छन् ?

पाठ : १ विद्यालयको चिनारी

परिचय

यस पाठबाट विद्यार्थीहरूले आफ्नो विद्यालयको नाम र ठेगाना, कक्षा शिक्षक र प्रधानाध्यापकको नाम भन्न तथा आफ्ना साथीहरूलाई नामद्वारा चिन्न र विद्यालयका शिक्षक, कर्मचारी र विद्यार्थीहरूको भूमिका बुझी सोअनुसार व्यवहार विकास हुन सक्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न दृश्य सामग्रीहरू, रेखात्मक चित्रहरू, घन्टी, बल तथा विभिन्न खेल सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लगेर घेरामा राख्नुहोस् र आफू पनि घेरामा बसी मेरो नाम .... हो, तपाईंको नाम के हो ? भनी आफ्नो दायाँतिरको विद्यार्थीलाई सोध्नुहोस् । विद्यार्थीलाई पनि मेरो नाम .... हो, तपाईंको नाम के हो भनी फेरि आफ्नो दायाँतर्फको साथीलाई सोध्न लगाउनुहोस् । यही क्रमले सबै विद्यार्थीलाई साथीको नाम सोध्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- एक चरण दायाँतर्फबाट सकिएपछि फेरि आफ्नो बायाँतिरका विद्यार्थीलाई मेरो नाम .... हो, तपाईंको नाम के हो, सोध्नुहोस् र सो विद्यार्थीलाई पनि यिनै कुरा भन्न लगाउनुहोस् र पटक पटक यो अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- शिक्षकले विद्यालय भवनतिर देखाउँदै विद्यार्थीलाई तपाईंको विद्यालयको नाम के हो भनी सोध्नुहोस्, विद्यार्थीले नाम भन्न सके स्याबासी दिनुहोस्, भन्न नसके आफूले बताइदिनुहोस् र पटक पटक दोहोऱ्याइदिनुहोस् ।
- तपाईंको विद्यालय कुन ठाउँमा पर्छ ? गाउँपालिका/नगरपालिका वा ठाउँको नाम सोध्नुहोस्, उनीहरूले भन्न नसके आफूले बताइदिनुहोस्, पटक पटक दोहोऱ्याउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

तपाईंको विद्यालयका प्रधानाध्यापकको नाम के हो ? तपाईंको कक्षा शिक्षकको नाम के हो भनी सबैलाई सोध्नुहोस् । नाम भन्न नसकेमा आफूले भनिदिनुहोस् र पटक पटक दोहोऱ्याउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ८५ को रेखाङ्कित चित्र हेर्न लगाउनुहोस् र उनीहरूलाई मन पर्ने विभिन्न रङहरू प्रयोग गरी उक्त चित्रमा रङ भर्न लगाउनुहोस् । सबै विद्यार्थीले भरेको हेर्नुहोस् सबैको सिर्जनालाई प्रशंसा गर्नुहोस् । अरू पनि यस्तो अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ८६ मा दिइएको कक्षा १ को कक्षागत गीत लयबद्ध रूपमा आफूले गाएर वा रेकर्ड सुनाउनुहोस् । त्यसरी नै सामूहिक रूपमा लयबद्ध ढङ्गले गीत गाउन विद्यार्थीलाई लगाउनुहोस् । अभ्यास पटक पटक गराउनुहोस् साथै हरेक दिनको पहिलो घन्टी यो र यस्तै गीतबाट सुरु गर्दा उपयुक्त हुन्छ ।

मेरा साना आँखाले, अक्षर चिन्न थालेपछि
मेरा साना औंलाले, अक्षर लेख्न थालेपछि
पैलो शब्द म पढ्ने छु, पैलो शब्द म लेख्ने छु
नबिराई भन्ने छु, मिलाई मिलाई लेख्ने छु

हो हो हो... नेपाल... मेरो नेपाल
नेपाल... प्यारो नेपाल...

मेरो सानो गलाले, (मिठो गाउन थालेपछि) २
मेरो सानो स्वरले, (सुर चिन्न थालेपछि) २
पैलो गीत म गाउने छु, पैलो गीत म लेख्ने छु
मिठो भाका झिक्ने छु, भाका फेरि गाउने छु

हो हो हो... नेपाल... मेरो नेपाल
नेपाल... प्यारो नेपाल...

मेरो सानो पाखुरीमा, (बल आउन थालेपछि) २
मेरो सानो छातीभित्र, (आँट बढ्न थालेपछि) २
अघिअघि सर्ने छु, देशको सेवा गर्ने छु
इन्द्रेणी रङ भर्ने छु, शिक्षाको ज्योति छर्ने छु

हो हो हो... नेपाल... मेरो नेपाल
नेपाल... प्यारो नेपाल...

क्रियाकलाप ६

विद्यायलमा कस कसले के के गर्नुहुन्छ ? शिक्षक कर्मचारी र विद्यार्थीले के के गर्नुपर्छ भन्ने सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूको बुझाइ र धारणा के छ जान्नका लागि तलका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र जवाफका लागि सहजीकरण गर्नुहोस् :

(क) पढाउने काम कसले गर्नुहुन्छ ?

(ख) घन्टी कसले बजाउनुहुन्छ ?

(ग) सरसफाइ कसले गर्नुहुन्छ ?

(घ) विद्यार्थीले के गर्दछन् ?

(ङ) विद्यालयमा के के खेल खेल्न पाइन्छ ?

(च) तपाईं कुन कुन समय खेल खेल्नु हुन्छ ?

धेरैभन्दा धेरै छलफल गर्न यस्ता अरू प्रश्नहरू पनि गर्न सक्नुहुने छ ।

क्रियाकलाप ७

रुमाल लुकाइ खेल खेलाउनुहोस् । यस्ता अन्य रमाइला रमाइला खेलहरू पाठसँग सम्बन्धित गरेर हरेक दिन गराउनुहोस् । खेलहरूका माध्ययबाट मनोरञ्जन, शारीरिक कसरत तथा साथीसँगको राम्रो सम्बन्ध स्थापित गर्न सहयोग पुग्ने छ ।

मूल्याङ्कन

- पेज न. ८५ मा खाली ठाउँ सही ढङ्गले भरे नभरेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । पात, बेसार, विभिन्न रङका फूलहरू आदिबाट तयार गरिएका स्थानीय रङको प्रयोग गरी पेज न. ८५ को चित्रमा रङ लगाउँदा रङ संयोजन र छनोटका आधारमा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- पेज न. ८७ का प्रश्नको विद्यार्थीले लेखेको उत्तर र खेलमा सहभागीता हेरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

हरेक नयाँ ठाउँमा जाँदा, नयाँ मान्छेलाई भेट्दा आपसमा परिचय (नाम/ठेगाना) दिने गर्नुहोस् भनी सिकाउनुका साथै विद्यालयमा शिक्षक र साथीसँगको भेटमा सो कुरा गरे नगरेको ख्याल गर्नुहोस् ।

पाठ : २ शारीरिक कसरत

परिचय

शारीरिक अङ्गहरू स्वस्थ्य राख्नका लागि शारीरिक कसरत र अभ्यास आवश्यक हुन्छ । यस पाठमा सामान्य खालका शरीर तताउने क्रियाकलापमा जोड दिनुका साथै केही पिटीहरू गराउने गरी विषयवस्तुहरू समावेश भएका छन् । यसले बालबालिकाको शारीरिक विकासमा मदत पुऱ्याउने विश्वास गरिएको छ ।

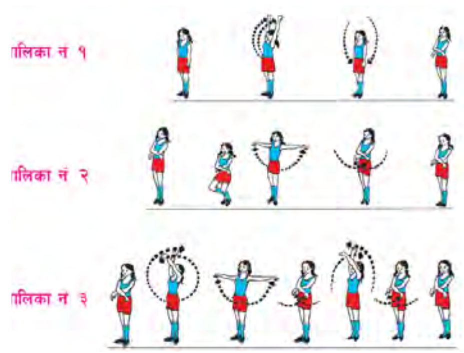
शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न शारीरिक अभ्यास गराइएका चित्रहरू र भिडियो

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- विद्यार्थीहरूलाई खुला चउरमा लैजानुहोस्, सबैलाई पङ्क्तिमा उभिन लगाई एक दुईपटक चउरको वरिपरि दौडन लगाउनुहोस् । आफू पनि सँगै दौडनुहोस् ।
- एक विद्यार्थी र अर्को विद्यार्थीबिच निश्चित दुरी कायम हुने गरी लाइनमा वा घेरामा उभिन लगाउनुहोस् । उनीहरूलाई उचित निर्देशन दिँदै टाउकोलाई अगाडि, पछाडि, दायाँ बायाँ झुकाउने, हात दायाँबायाँ, तलमाथि गर्ने, कम्मरको अभ्यास गर्ने, गोडा चाल, सतर्क गर्ने जस्ता क्रियाकलाप गराउनुहोस्, सँगै आफूले गरेर देखाउनुहोस् ।



क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ८८ को शारीरिक अभ्याससम्बन्धी तालिका न. १,२,३ को अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ देखाइएअनुसारका क्रियाकलाप आफूले गरेर देखाउनुहोस् । सोअनुसार अभ्यास गराउनुहोस् ।
- विद्यालयमा कवाज र पिटीको अभ्यास गराउँदा सङ्गीतको तालमा गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूका क्रियाकलाप अवलोकन गर्दै पृष्ठपोषण पनि दिँदै जानुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.८९ (ख) का चित्रहरूमा के के गरिरहेका छन् हेर्न भन्नुहोस् र त्यहाँ भएअनुसारका अभ्यासहरू आफूले गरेर देखाउनुहोस् र सोअनुसार पटक पटक अभ्यास गराउनुहोस् । अभ्यास गर्दागर्दै वा अभ्यासपछि आवश्यक पृष्ठपोषण पनि दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई आवश्यकताअनुसार हाइजम्प र लङजम्पसम्बन्धी विभिन्न क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् । उनीहरूका क्रियाकलापहरू अवलोकन गरी पृष्ठपोषण पनि दिनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

खेल तथा शारीरिक कसरतसम्बन्धी रुजुसूची तयार गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

नमुना रुजुसूची

क्रियाकलाप	राम्रो	मध्यम	सामान्य
शारीरिक अभ्यासमा भाग लिने सक्रियता			
शारीरिक अभ्यासका क्रममा प्रदर्शन गरेको खेलको सिप			
निर्देशन पालना			
नियमको पालना			

विस्तारित क्रियाकलाप

- हरेक दिन विभिन्न खालका शारीरिक कसरत गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यालयमा शारीरिक अभ्यास गर्दा हरेक दिन फरक फरक विद्यार्थीलाई कमान्ड गर्ने जिम्मेवारी प्रदान गरी सोको अवलोकन गर्नुहोस् ।

पाठ : ३

हाम्रो सुरक्षा

परिचय

विभिन्न जोखिम, दुर्घटना आदिमा होसियारी अवलम्बन गर्ने तरिका र स्थानका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूलाई सजग र सचेत गराउनुपर्दछ । यस विषयक्षेत्रमा जोखिम स्थान र अवस्था एवम् दुर्घटनामा कसरी होसियारी अपनाउनुपर्दछ ? भन्ने जस्ता पक्षहरू बोध हुने गरी दुर्घटनाबाट आफू बच्ने र अरूलाई पनि बचाउने कुरामा सचेत गराउने खालका क्रियाकलाप समावेश गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

दुर्घटनासम्बन्धी विभिन्न चित्र, भिडियो, चार्ट ,तालिका आदि ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९० मा दिइएका चित्रहरूमा के भइरहेको छ ? चित्र हेरेर जवाफ दिन लगाउनुहोस् र त्यसमा छलफल गर्नुहोस् ।

घर र विद्यालय आउँदा जाँदा बाटामा के कस्ता दुर्घटना हुन सक्छन् छलफल गर्नुहोस् र दुर्घटनासम्बन्धी विद्यार्थीहरूका केही अनुभवहरू भए प्रस्तुत गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

बेवारिसे र अपरिचित वस्तु चलाउँदा भएका र हुन सक्ने दुर्घटनाहरू समेटिने गरी हाउभाउसहितको एक कथा सुनाउनुहोस् । त्यस्ता वस्तुहरू नचलाउन र घटनाप्रति सचेत रहन सुझाउनुहोस्, जस्तै : "कुनै विद्यार्थी कतै घुम्न गएको, उसले बाटामा एउटा झोला भेटेको, त्यसमा के रहेछ भनी उठाउँदा झोलाले सर्प छोपिएर बसेको र त्यसले उसलाई टोकेको, त्यस्तै कुनै नचिनेको झार चलाउँदा त्यसले पोलेको र शरीर चिलाएको, बाटामा फ्याँकिएका प्लास्टिकका पोकाहरू चलाउँदा विस्फोट भई घाइते भएको, नचिनेको व्यक्तिले दिएको खानेकुरा खाँदा बेहोस भएको र अपहरणमा परेको, विभिन्न मेसिनरी सामान चलाउँदा चोटपटक लागि घाइते भएको, बाटामा होसियारी साथ नहिँड्दा ठेस लागि लडेको, हिलामा चिप्लिएको, काँडा बिजेको तथा अन्य विभिन्न घटनाहरू घटेको" ।

क्रियाकलाप ३

माथि कथामा भनिए जस्तै घटना भएको समाचार, चित्र, फोटो, भिडियो आदि सङ्कलन गर्नुहोस् वा गर्न लगाउनुहोस् । (यसबारे विद्यार्थीको प्रत्यक्ष अनुभव भए सुनाउने मौका दिनुहोस्) सङ्कलित चित्र, फोटो वा भिडियो प्रस्तुत गर्दै तपाईंहरू यस्तो अवस्थामा के गर्नुहुन्छ ? कसरी सुरक्षित हुनुहुन्छ, सोध्नुहोस् र जवाफका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस्, जस्तै :

- शङ्कास्पद वस्तुबाट पन्छिएर हिड्ने
- शङ्कास्पद वस्तुलाई नचलाउने/नछुने
- शङ्कास्पद वस्तु देखिएमा ठुला मान्छे/प्रहरीलाई खबर गर्ने
- नचिनेको व्यक्तिले दिएको खानेकुरा नखाने
- बाटोमा सधैँ होस पुऱ्याएर हिड्ने ।

क्रियाकलाप ४

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९१ मा दिइएको गीत लय र तालमा आफूले गाउँदै विद्यार्थीहरूलाई गाउन लगाउनुहोस् र त्यहाँ दिइएका सन्देशका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।

विद्यालय र घरमा सुरक्षित भएर
हिँड्नुपर्छ सबैले, होसियार भएर ।
चर्पी र धारामा चिप्लो हुन्छ हेर
घाउचोट लाग्न सक्छ त्यहीँ लडेर ।
सडकको पेटीबाट हामी हिँड्नुपर्छ
दायाँ बायाँ हेरेर बाटो काट्नुपर्छ ।
सडकको दायाँ किनार हिँड्ने बानी गरौँ
जेब्रा क्रसिङबाट मात्र, बाटो काट्ने गरौँ ।
झ्यालमा ठोक्किएर घाउचोट लाग्न सक्छ
खाली खुट्टा हिँड्नुहुन्न काँडा बिझ्न सक्छ ।
ढुङ्गालाई लात्ती हाने घाउचोट लाग्छ
धारिलो हतियारले हात काट्न सक्छ ।
जथाभावी नदौड है लड्न पनि सक्छौ
राम्रोसँग हिँड्ने गर सुरक्षित हुन्छौ ।

क्रियाकलाप ५

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९२ मा भएको चित्र हेर्न लगाउनुहोस् । त्यहाँ के भइरहेको छ ? उत्तर भन्न लगाउनुहोस् र आफूले यसका बारेमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् । पेजमा रहेको प्रश्नमा आधारित भई प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

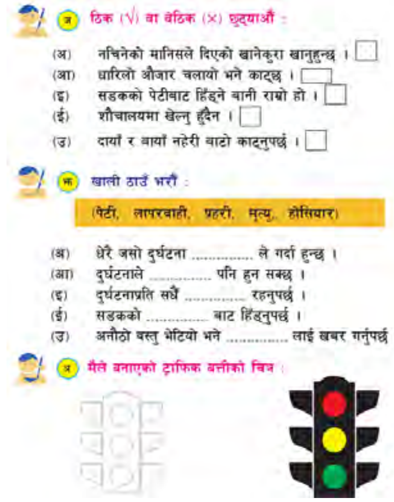
क्रियाकलाप ६

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९३ को चित्रमा के के भइरहेको छ ? त्यस्तो किन भएको होला ? यसबाट बच्न के गर्नुपर्ला ? आदि प्रश्नहरू सोध्दै उत्तर भन्न लगाई यसका सम्बन्धमा आफूले स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९४ मा दिइएका चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ चित्रमा देखाइए जस्ता कार्यहरू कुन कुन गर्नुहुन्छ ? कुन कुन गर्नु हुँदैन ? गर्न हुनेमा ठिक (√) र गर्न नहुनेमा बेठिक (×) चिह्न लगाउन भन्नुहोस् । चिह्न लगाएपछि सहपाठी मूल्याङ्कन गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन



ज ठिक (√) वा बेठिक (×) छुट्याऔं :

(अ) नचिनेको मानिसले दिएको खानेकुरा खानुहुन्छ । ☐
(आ) धारिलो औजार चलायो भने काट्छ । ☐
(इ) सडकको पेटीबाट हिँड्ने बानी राम्रो हो । ☐
(ई) शौचालयमा खेल्नु हुँदैन । ☐
(उ) दायाँ र बायाँ नहेरी बाटो काट्नुपर्छ । ☐

झ खाली ठाउँ भरौं :

(पेटी, लापरवाही, प्रहरी, मृत्यु, होसियार)

(अ) धेरै जसो दुर्घटना .... ले गर्दा हुन्छ ।
(आ) दुर्घटनाले .... पनि हुन सक्छ ।
(इ) दुर्घटनाप्रति सधैं .... रहनुपर्छ ।
(ई) सडकको .... बाट हिँड्नुपर्छ ।
(उ) अनौठो वस्तु भेटियो भने .... लाई खबर गर्नुपर्छ ।

ञ मैले बनाएको ट्राफिक बत्तीको चित्र :

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९५ मा दिइएका अभ्यासहरू विद्यार्थी मूल्याङ्कन र विषयवस्तु दुवै हुन् ।
- ठिक बेठिक छुट्याउने, खाली ठाउँ भर्ने र ट्राफिक बत्तीको चित्र बनाउने क्रियाकलाप विद्यार्थी आफैँलाई गर्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले विद्यार्थीका कार्य मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- ठिक तरिकाले अभ्यास पूरा गर्न नसक्ने विद्यार्थीहरूलाई थप सिकाइ सहायता प्रदान गर्नुहोस् ।

विस्तारिक क्रियाकलाप

- दुर्घटनाका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूका कुनै अनुभव भए सुनाउने अवसर दिनुहोस् ।
- दुर्घटनाबाट बच्न घर र विद्यालयमा विद्यार्थीहरूले गरेका प्रयासहरू सोध्नुहोस् । विद्यार्थीबाट आएका बुँदाहरू टिप्नुहोस् । सबैलाई त्यस्तै प्रयासहरू गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- पेज न. ९५ मा दिइएका चित्र जस्तै दुर्घटनासँग सम्बन्धित अन्य चित्रहरू बनाउन लगाउनुहोस् र रङ भर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

पाठ : ४

प्रकोपबाट बचौं

परिचय

प्रकोप अचानक हुन्छ । यसको कुनै सूचना हुँदैन । यसले हाम्रो जनधनको क्षति गर्छ । तसर्थ यसबाट वेलामा नै सजग रहन सकेमा प्रकोपको क्षतिबाट बच्न सकिन्छ भन्ने सन्देश यस पाठले दिन खोजेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र तथा अन्य श्रव्यदृश्य सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.९६ मा दिइएका चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस् र उक्त चित्रमा के के भइरहेको छ ? तपाईँले यस्तो भएको कतै देख्नुभएको छ ? यस्तो हुँदा तपाईँ के गर्नुहुन्छ ? सोच्न र छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक चित्रमा के भइरहेको छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । यस्ता घटनाका सम्बन्धमा भोगेका वा सुनेको कुराहरू बताउन विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- यस्ता घटनालाई के भनिन्छ विद्यार्थीहरूलाई सोध्नुहोस् र प्रकोपका रूपमा चिनाउनुहोस् ।
- प्रत्येक चित्रमा देखाइएका प्रकोपबाट कसरी जोगिने होला, छलफल गराउनुहोस् ।

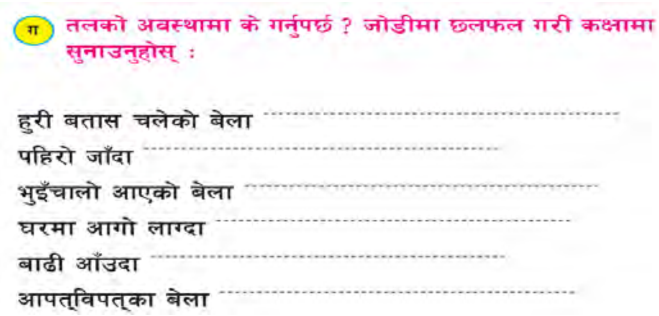
क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९७ देखि ९९ सम्मका चित्रकथा हाउभाउसहित पढेर सुनाउनुहोस् ।

- कथा सुनाउने क्रममा कथामा आएका विषयवस्तुका सन्दर्भमा अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।
- भुइँचालो सम्बन्धमा विद्यार्थीका अनुभवहरू पालैपालो सुनाउने अवसर दिनुहोस् ।
- भुइँचालो गएका बेला घरभित्र भएमा के गर्ने ? घरबहिर भए के गर्ने ? प्रश्न सोध्दै घरभित्र भए बलियो टेबुल वा खाटमुनि छिर्ने र रोकिएपछि बाहिर जाने तर बाहिर भए खुला चउरमा बस्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् ।
- विद्यालयको सन्दर्भमा कक्षाकोठाभित्र भएकै बेलामा भुइँचालो गयो भने कुन कुन ठाउँमा टाउको लुकाउन सकिन्छ, छलफल गराउनुहोस् ।
- भुइँचालो आउँदा सुरक्षित हुन अपनाउने तरिकाहरू छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ९९ (ग) मा दिइएका क्रियाकलाप विद्यार्थीहरूमा चिन्तन सिप विकास गर्न लक्षित रहेका छन् ।
- विद्यार्थीहरूलाई जोडीमा राख्नुहोस् ।
- क्रमश (अ) देखि (ऊ) सम्मका अवस्थामा तपाईँ के गर्नुहुन्छ भनी जोडीमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।


ग तलको अवस्थामा के गर्नुपर्छ ? जोडीमा छलफल गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् :

हुरी बतास चलेको बेला ....
पहिरो जाँदा ....
भुइँचालो आएको बेला ....
घरमा आगो लाग्दा ....
बाढी आउँदा ....
आपत्‌विपत्‌का बेला ....

- जोडीमा भएका छलफलका निचोड कक्षामा सुनाउने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।
- जोडीका विचारलाई लेखनपाटीमा टिप्दै जानुहोस् र आफ्नो बिचार पनि राख्दै छलफललाई निष्कर्षमा पुऱ्याउनुहोस् ।

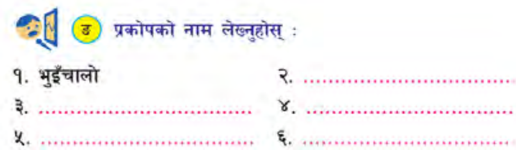
क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०० मा दिइएका चित्रहरूले विद्यार्थीहरूलाई भुइँचालोबाट जोगिने अभ्यास गराउन सङ्केत गरेको छ ।
- विद्यालय र घरमा बस्दा भुइँचालो आयो भने के गर्नुपर्दछ ? यसबाट जोगिने उपायहरू के के हुन् ? चित्र देखाउँदै छलफल गर्नुहोस् ।
- चित्रमा दिइएका जस्तै भूकम्पबाट बच्ने तरिकाको ड्रिल अभ्यास गराउनुहोस् ।

- यो अभ्यास आवश्यकताअनुसार समय समयमा गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०० को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएका लेखन अभ्यास गराउनुहोस् ।
- लेख्न नसक्ने विद्यार्थीलाई आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।


ङ प्रकोपको नाम लेख्नुहोस् :

१. भुइँचालो २. ....
३. .... ४. ....
५. .... ६. ....

मूल्याङ्कन

- पाठसँग सम्बन्धित सिकाइ उपलब्धि र व्यवहारकुशल सिप हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- पाठमा गरिने छलफलमा विद्यार्थीले गरेका तर्क, भुँइचालोबाट सुरक्षित हुन गरिने ड्रिल, अभ्यास कार्यको स्तर अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- आपतविपद्बाट जोगिन अपनाउनुपर्ने होसियारीका सम्बन्धमा आफ्ना घरका मानिसहरूलाई सचेत गराउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- आपतविपद्बाट जोगिन अपनाउनुपर्ने होसियारीका सम्बन्धमा श्रव्यदृश्य सामाग्री देखाएर सचेत गराउनुहोस् ।

पाठ : ९ बोटबिरुवाको हेरचाह

परिचय

हामीलाई खानका लागि आवश्यक अन्न, फलफूल, तरकारी, गाई भैँसीका लागि घाँसपात, घरायसी प्रयोजनका लागि काठ, दाउरा र औषधी तथा उपचारका लागि प्रयोग हुने विभिन्न जडीबुटीहरू बोटबिरुवाबाट प्राप्त हुन्छ । बोटबिरुवाको हेरचाह र गोडमेल तथा मलजल गर्ने कार्यमा सहभागी र उत्प्रेरित गराउने क्रियाकलाप यस पाठमा राखिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

बिरुवा गोडमेल र मलजल गरेको चित्र, पेन्सिल, विभिन्न रङ, गम, कैँची तथा अन्य सान्दर्भिक सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

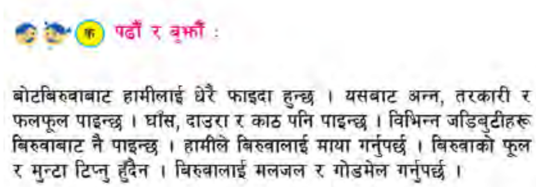
क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०१ का क्रियाकलापहरू बालबालिकाहरूलाई बोटबिरुवाको हेरचाह गर्ने बानीको विकास गर्न केन्द्रित रहेको छ ।
- यहाँ दिइएका विषयवस्तु कक्षाकोठामा शिक्षण गर्नेभन्दा पनि बालबालिकाहरूलाई समूहमा काम गरी विद्यालय परिसरमा रहेका खाली जमिनमा फूलबारी बनाउने र निरन्तर हेरचाह गर्न लगाउनमा लक्षित गरिएको छ ।

- केही दिनसम्म समूहमा गरेका कामको मौखिक प्रतिवेदन कक्षाकोठामा सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- समय समयमा बालबालिकाहरूका कामको अवलोकन गरी आवश्यक सुझाव दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पेज न. १०१ को क्रियाकलाप (क) का विषयवस्तु पढ्न लगाई सोमा आधारित निम्न प्रश्नहरू गर्नुहोस् ।
- हामीलाई बोटबिरुवा किन चाहिन्छ ? बोटबिरुवाबाट हामीले के के पाउन सक्छौँ । विद्यार्थीको धारणा सङ्कलन गर्नुहोस् ।



(क) पढौँ र बुझौँ :

बोटबिरुवाबाट हामीलाई धेरै फाइदा हुन्छ । यसबाट अन्न, तरकारी र फलफूल पाइन्छ । घाँस, दाउरा र काठ पनि पाइन्छ । विभिन्न जडिबुटीहरू बिरुवाबाट नै पाइन्छ । हामीले बिरुवालाई माया गर्नुपर्छ । बिरुवाको फूल र मुन्टा टिप्नु हुँदैन । बिरुवालाई मलजल र गोडमेल गर्नुपर्छ ।

- बोटबिरुवाबाट हामीले प्राप्त गर्न सकिने फाइदाहरूको सूची बनाउन लगाई छलफल गराउनुहोस् ।
- बोटबिरुवाको हेरचाह गर्ने तरिका प्रस्तुत गर्नुहोस् । हेरचाह गर्नुपर्ने कारण छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०२ मा दिइएका क्रियाकलापहरू बालबालिकाहरूमा बोटबिरुवाको हेरचाह गर्ने बानीका सम्बन्धमा मूल्याङ्कन गर्न निर्देशित रहेको छ ।
- (ख) र (ग) मा दिइएका क्रियाकलापहरूले मात्र विद्यार्थीहरूको बानीको मूल्याङ्कन गर्न पर्याप्त नहुने हुँदा यस्तै अन्य क्रियाकलापहरू पनि गराउनुपर्ने छ ।
- क्रियाकलाप २ मा विद्यार्थी सहभागीता र सिकाइ व्यवहारको अवलोकन गर्नुहोस् । यसका आधारमा बालबालिकाहरूले बोटबिरुवाको हेरचाह गर्ने बानीको मूल्याङ्कन गरी अभिलेखीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०३ को क्रियाकलाप (घ) ले प्राणी र बोटबिरुवाबिचको सम्बन्ध सिकाउने उद्देश्य राखेको छ ।
- विद्यार्थीहरूलाई दुई/दुई जनाको जोडी बनाउन लगाउनुहोस् र पेज न. १०३ को चित्रमा भएका जनावर र बोटबिरुवाका बिच के सम्बन्ध हुन्छ व्यक्तिगत रूपमा अनुमान गर्न भन्नुहोस् ।

- उनीहरूले अनुमान गर्न नसकेमा निम्नानुसारका निर्देशित प्रश्नहरू गर्नुहोस् :
  - गाइले के खान्छ ?
  - कुखुराले खाने चारो कहाँबाट आउँछ ?
  - पुतली के खाएर बाँच्छ ?
  - के यी सबै जीवहरूले घाँस खान्छन् ?
- उनीहरूले गरेको अनुमानका आधारमा समूहमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- छलफलबाट जनावरहरूले बिरुवाहरूबाट खाना पाउँछन् भन्ने निचोड निकालेको सुनिश्चित गर्नुहोस् । उनीहरूको निष्कर्ष सबै जनालाई सुनाउन भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

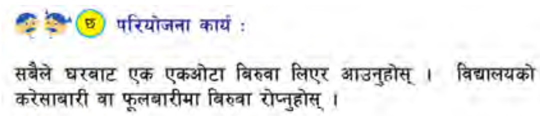
खाली ठाउँ भरौँ :

(स्वच्छ हावा, खाना, हाँगा, हेरचाह, करेसाबारी)

(अ) बोटबिरुवाले हामीलाई .... दिन्छ ।
(आ) बोटबिरुवालाई हामीले .... गर्नुपर्छ ।
(इ) बोटबिरुवाको .... भाँच्नु हुँदैन ।
(ई) म .... मा बोटबिरुवा रोप्छु ।
(उ) हाम्रो .... को स्रोत बोटबिरुवा हो ।

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०३ को क्रियाकलाप (ङ) को अभ्यास विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीका कार्यको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६


परियोजना कार्य :

सबैले घरबाट एक एकओटा बिरुवा लिएर आउनुहोस् । विद्यालयको करेसाबारी वा फूलबारीमा बिरुवा रोप्नुहोस् ।

- पेज न. १०४ को क्रियाकलाप (छ) यस माथिका क्रियाकलापहरूबाट बोटबिरुवाहरूको हेरचाहसम्बन्धी विद्यार्थीहरूले सिकेका बानीलाई व्यावहारिक र दिगो बनाउन केन्द्रित रहेको छ ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो विद्यालय र घरमा करेसाबारी तयार गर्ने कार्यमा सहयोग गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आआफ्नो नाम सङ्केतसमेत गरी विद्यालयको बगैँचा वा फूलबारीमा बिरुवा रोप्ने परियोजना कार्य गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पेज न. १०४ को क्रियाकलाप (ज) र (झ) कागजका टुक्राहरूबाट विभिन्न आकृति निर्माण गरी बालबालिकाहरूको सिर्जनशीलता प्रस्फुटन गर्न केन्द्रित रहेका छन् ।
- कापी, कलम, कैँची, गम, रङ, पेन्सिललगायत आवश्यक सामग्रीहरू उपलब्ध गराई बालबालिकाहरूलाई चित्रमा देखाइए जस्तै विभिन्न आकृति निर्माण गर्न स्वतन्त्र रूपमा काम गर्ने समय र अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाहरूले गरेका कार्यको अवलोकन गरी उनीहरूलाई काममा अझै प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाहरूले बनाएका आकृतिका सम्बन्धमा उनीहरूलाई बोल्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्न

१. सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थीहरूको सहभागिता अवलोकन गर्नुहोस् ।

२. निर्दिष्ट सिकाइ उपलब्धि केन्द्रित भएर विभिन्न प्रश्नहरू सोधी अन्तरक्रिया गर्नुहोस् र विद्यार्थीका प्रतिक्रियाका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
३. वरपरका बिरुवाहरूको सङ्कलन, अवलोकन तथा सम्बन्धित परियोजना कार्यका क्रममा विद्यार्थीका प्रस्तुतिहरू हेरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

घर र विद्यालयको फूलबारी/करेसाबारीमा विद्यार्थीहरूले आफूले रोपेका बिरुवाहरूमा मलजल र गोडमेल गर्न हप्ताको कुनै दिन/समय छुट्याउनुहोस् र सो बेला त्यहाँ लगेर यी कार्य गराउनुहोस्, त्यसको अवलोकन र रेकर्ड गर्नुहोस् ।

पाठ : ६ हाम्रो कक्षाकोठा

परिचय

विद्यालयको धेरै समय विद्यार्थीहरूले कक्षाकोठामा बिताउनुपर्ने हुन्छ, तसर्थ यस पाठमा कक्षाकोठाभित्र के कस्ता क्रियाकलापहरू हुन्छन् ? त्यहाँ के कस्ता सामानहरू हुन्छन् ? तिनीहरूको जतन किन गर्नुपर्छ ? भन्नेसम्बन्धी विषयवस्तुमा जोड दिइएको छ । कस्तो विद्यालय र कक्षाकोठा आफूलाई मन पर्छ भन्न सक्नुका साथै चिम्टाइलो माटोबाट आफूलाई मन पर्ने विभिन्न आकृतिहरू बनाउन सिक्ने/सक्ने तथा दिइएका आकृतिहरू हेरी त्यसमा फरक समेत यकिन गर्न सक्ने अपेक्षा यस पाठमा गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पुस्तक, पोस्टर, चार्ट, क्यालेन्डर, घडी, कुचो, दराज, फिल्टर, डस्टबिन, टेबुल, कुर्सी कम्प्युटर टिभी, भित्तेघडी तथा अन्य सान्दर्भिक सामग्रीहरू ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पेज न. १०५ चित्रको उद्देश्य विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो कक्षाकोठा र विद्यालयमा प्रयोग हुने सरसामनहरूसँग परिचित गराउनु हो ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना कक्षाकोठा र विद्यालयमा रहेका सरसामानहरू के के छन्, अवलोकन गराउनुहोस् ।
- कक्षाकोठामा के के सामानहरू छन् ? केका लागि प्रयोग भएका छन् ? छलफल गराउनुहोस् ।
- यी सामानहरूको जतन कसरी गर्ने भनी छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्यपुस्तकको पेज न. १०६ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर दिन बालबालिकाहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- पेज न. १०६ को क्रियाकलाप (ग) का चित्रहरू हेर्न लगाई उक्त सामानहरूमध्ये तपाईंहरूका कक्षाकोठामा कुन कुन सामग्रीहरू छन् भएकामा ठिक (√) चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।

- चित्रमा भएका सामानहरू र आफ्ना कक्षाकोठामा भएका सामानहरू बिचका समानता र भिन्नताहरू छुट्याउन लगाउनुहोस् ।
- ती सामग्रीहरूको जतन कसरी गर्नुपर्छ ? जवाफ सङ्कलन गर्नुहोस् ।
- पेज न. १०७ को अभ्यास विद्यार्थीलाई गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पेज न.१०८ को चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ती चित्रहरू कुन कुन ठाउँका हुन् ? त्यहाँ के के गरिन्छन् ? छलफल गराउनुहोस ।
- ती ठाउँहरूमा के कस्ता सामानहरू हुन्छन् होला ? अनुमान गर्न लगाउनुहोस्
- विद्यार्थीलाई अनुमानहरू सुनाउने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १०९ को क्रियाकलाप (च) को चित्र हेर्न लगाउनुहोस् र यी केका चित्रहरू हुन् ? भनी सोध्नुहोस् । यी दुई चित्रमा के फरक छ ? यी दुइमध्ये तपाईंहरूलाई कुन मन पर्छ, किन ? जवाफ सुन्नुहोस् र छलफल गराई थप सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- विद्यार्थीहरूलाई दुई वा सोभन्दा बढी समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र सबै समूहलाई विभिन्न कामको जिम्मा दिनुहोस् ।
- जस्तै कुनै समूहलाई कक्षाकोठामा छरिएका सामानहरू मिलाउने, पुस्तकालयका सामान र पुस्तकहरू मिलाउने, कक्षाकोठा र पुस्तकालयमा सरसफाइ गर्ने आदि ।
- विद्याथीबाट गरिएका यी कामहरूको अवलोकन गरी प्रशंसा गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- विद्यार्थीहरूलाई कालोमाटो वा चिम्ट्याइलो माटो कुटेर मुछी नरम बनाउन लगाउनुहोस् वा माटो घरबाट ल्याउन अह्राउनुहोस् ।
- उक्त माटोबाट विभिन्न जनावर, बोटबिरुवा, चराचुरुङ्गी, भाँडाकुँडा, खेलौना आदि आफ्नो रुचिअनुसार बनाउन लगाउनुहोस्
- उनीहरूले बनाएका सामग्रीहरूको अवलोकन गरी प्रशंसा गर्नुहोस् साथै सबैका अगाडि प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११० को क्रियाकलाप (झ) मा दिइएका दुई चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- यी दुई चित्रमा देखिएका पाँचओटा फरक पत्ता लगाउन सोच्ने समय प्रदान गर्नुहोस् ।
- केही समय सोच्ने समय प्रदान गरेपछि आफूले पत्ता लगाएको फरक खाली ठाउँमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सबै फरक पत्ता लगाउन नसकेका विद्यार्थीहरूलाई साथीको सहयोगमा पत्ता लगाउन प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- चित्रमा १.घडी लगाएको नलगाएको, २. हात मुट्ठी पारेको नपारेको, ३.झोलाको रङ ४.कपाल ५.सर्टमा भएको टाँकको सङ्ख्या यी फरकहरू सबै विद्यार्थीहरूले पत्ता लगाउन सके नसकेको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- कक्षाकोठामा हुने सामग्रीहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले बनाएका सूचीहरू हेरी प्रशंसा गर्नुहोस् । आवश्यक परे पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।
- पेज न. १०७ को चित्र हेर्न लगाई त्यहाँ भनिए जस्तै रेखा तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् र त्यसको मूल्याङ्कन र पृष्ठपोषण गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठा र कक्षाकोठासँग सम्बन्धित क्रियाकलापहरूमा संलग्न गराइसकेपछि उनीहरूले गरेका क्रियाकलापका आधारमा निम्नानुसारको रुजुसूची भर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप	राम्रो	मध्यम	सामान्य
फोहोरदानीमा फोहर फ्याँक्ने बानी			
कक्षाकोठामा सरसामानहरूको जतन गर्ने बानी			
अनुशासित भई कक्षामा बस्ने बानी			
कक्षा क्रियाकलापमा सक्रियता			
कक्षामा नियमित उपस्थिति			
शिक्षकप्रतिको आदरभाव			

- तलका प्रश्नहरूका आधारमा मौखिक तथा लिखित प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
  - तपाईंको कक्षाकोठामा के के सामानहरू छन् ?
  - शिक्षकले कक्षाकोठामा के के सामान प्रयोग गर्नु हुन्छ ?

- विद्यालयमा पुस्तकालय किन बनाइन्छ ?
- तपाईंको विद्यालयमा विज्ञान प्रयोगशाला (ल्याब) छ कि छैन ?
- चमेना गृहमा के के पाइन्छ ?
- के तपाईंको विद्यालयमा पनि चमेना गृह र पुस्तकालयको व्यवस्था छ ?

विषयक्षेत्र अवधिको मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज १३८ मा उल्लिखित दुईओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको “नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन” खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई आफैँ मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरूमार्फत सुधारात्मक सिकाइ सहजीकरण गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चित भएपछि पुन : मूल्याङ्कन गरी “थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन” खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्नुहोस ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज न. १३७ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतिजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा र विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

हाम्रा वरपरका जीवजन्तु

परिचय

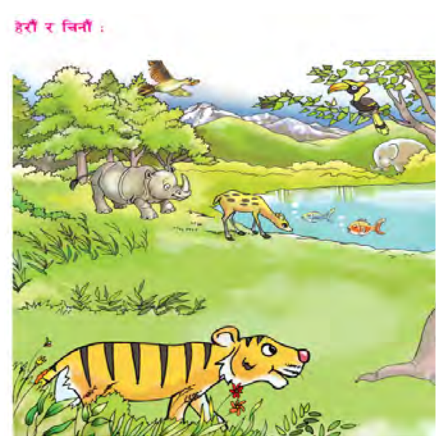
सजीव र निर्जीव पहिचान गर्ने, सजीवका मुख्य लक्षणहरू बताउने, बिरुवाहरूलाई झारपात, बुट्यान र रुख वर्गमा वर्गीकरण गर्ने विषयवस्तुसम्बद्ध क्रियाकलाप यस विषयक्षेत्रमा दिइएको छ । यसरी नै बिरुवाका विभिन्न भागहरू पहिचान गराउने क्रियाकलापहरूमार्फत सम्बन्धित विषयवस्तुको धारणा विद्यार्थीहरूमा दिने विषयवस्तुगत क्रियाकलाप यसमा राखिएको छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्य घण्टा १७
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँ गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै : चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			३
सजीव र निर्जीव	• सजीव र निर्जीव वस्तुहरू पहिचान गर्न • सजीव र निर्जीव वस्तुहरूको लक्षण बताउन	सिकाइ सिप	४
बिरुवा	• हाम्रा वरपरका बिरुवाहरू पहिचान गर्न • ठुला, मझौला र साना बिरुवाहरूलाई क्रमशः रुख, बुट्यान र झारपातमा वर्गीकरण गरी सामान्य वर्णन गर्न	सिकाइ सिप, रचनात्मक सोचाइ	६
बिरुवाका भाग	• बिरुवाका विभिन्न भागहरू (जरा, डाँठ, पात, फूल र फल) पहिचान गर्न	समालोचनात्मक सोचाइ सिप	४

विषयक्षेत्र पृष्ठ क्रियाकलाप

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १११ को चित्रमा के के देखाइएका छन्, भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा जस्तै हाम्रो वरपर कुन कुन जीवजन्तुहरू पाइन्छन्, पालैपालो विद्यार्थीहरूलाई भन्न लगाउनुहोस् र यससँग सम्बन्धित केही प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :



नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंको घर वरपर कस्ता जनावरहरू देख्नुभएको छ ?
- जङ्गलमा कुन कुन जनावरहरू बस्छन् ?
- पानीमा कुन कुन जीव बस्छन् ?
- रुखमा कुन कुन जनावर बस्छन् ?
- चित्रमा देखाइएका मध्ये घाँस खाने जनावरहरू कुन कुन हुन् ?

पाठ : १

सजीव र निर्जीव

परिचय

यस पाठले विद्यार्थीहरूलाई लक्षणहरूका आधारमा सजीव र निर्जीव छुट्याउन सक्षम बनाउने उद्देश्य लिएको छ । यसका साथै सजीवहरूका विशेषताहरू, खाना तथा वासस्थानसम्बन्धी क्रियाकलापहरू केन्द्रित रहेका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित सजीव र निर्जीवका नमुनाहरू, चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री, गोजी तालिका ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११२ मा कति कतिओटा सजीव र निर्जीव वस्तुहरू छन्, गनेर भन्न लगाउनुहोस् ।
- गाडी र हवाईजहाज सजीव हुन् कि होइनन् कारण भन्न लगाउनुहोस् ।
- के बोटबिरुवाहरू पनि सजीव हुन् ? छलफल गराउनुहोस् ।
- जनावर र बोटबिरुवाहरू दुवै सजीव हुनाका कारणहरू छलफल गराउनुहोस् ।
- सजीवका कुनै चारओटा विशेषताहरू भन्न लगाउनुहोस् ।
- के सबै सजीवले सास फेर्दछन्, छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११३ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर अगिल्लो पेजका चित्रहरूका आधारमा भन्न लगाउनुहोस् ।
- यी प्रश्नहरूका आधारमा छलफल गरी विद्यार्थीहरूलाई सजीव र निर्जीवका लक्षणहरू प्रस्ट्याउनुहोस् ।
- सोही पेजको (ख) मा खाना चाहिने र नचाहिने वस्तुहरू कुन कुन हुन्, चिनेर लेख्न लगाउनुहोस् ।

- भित्तामा गोजी तालिका झुन्ड्याई एकतिर सजीव र अर्कोतिर निर्जीव शीर्षक उल्लेख गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई सजीव र निर्जीव वस्तुहरूका चित्रपत्ती बाँड्नुहोस् । आफूसँग भएको चित्रपत्ती कुन खण्डअन्तर्गतको हो, सम्बन्धित पकेटमा राख्न लगाउनुहोस् ।
- माथिकै तरिकाले खाना चाहिने र नचाहिने, बच्चा पाउने र नपाउने गुणसँग सम्बन्धित गरेर क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११४ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएको खाली ठाउँमा चार चारओटा सजीव र निर्जीवको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका सजीव र निर्जीवका चित्रहरू चिनेर सजीव र निर्जीवमा धर्को तानेर जोड्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू चित्र कार्डहरू विद्यार्थीलाई बाँडेर सजीव र निर्जीव चिन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११४ को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएको जनावरसम्बन्धी गीत शिक्षकले गाउँदै विद्यार्थीलाई पनि लय र तालीको तालमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको चित्रमा के के जनावरहरू देखाइएका छन् पहिचान गरी तिनको नाम र वासस्थान भन्न लगाउनुहोस् । यसका आधारमा निम्न प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :
  - भमराले कस्तो आवाज निकाल्छ ?
  - पुतली कहाँ बस्छ ? यो फूलमा किन झुम्मिएको होला ?
  - भ्यागुतो कसरी कराउँछ ? यो कहाँ बस्छ ? यसले के खान्छ ?
  - के जनावर पनि हाम्रा साथी हुन सक्छन् ? तपाईँलाई मनपर्ने जनावरहरू कुन कुन हुन् ?
  - माछा कहाँ बस्छ ?
  - गीतमा सजीवका कुन कुन लक्षणहरू उल्लेख छन् ?

क्रियाकलाप ५

- सजीव र निर्जीव चिन्ने खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेल्ने तरिका

- केही सजीव र केही निर्जीव वस्तुहरूका चित्रपत्ती सङ्कलन गर्नुहोस् ।
- चित्रमा देखाइए जस्तै विद्यार्थीहरूलाई गोलो घेरामा राख्नुहोस् ।
- चित्रपत्तीहरू क्रमशः प्रस्तुत गर्दै उनीहरूलाई सजीव वा निर्जीव चिन्न लगाउनुहोस् ।
- सजीव वा निर्जीव भनिनुका कारणहरू छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११६ को क्रियाकलाप (छ) मा विद्यार्थीहरूलाई अभिनयबाट सजीवका लक्षण सिकाउन खोजिएको छ ।
- सजीवका लक्षणहरू लेखिएका कागजका टुक्राहरू तयार गरी जतिओटा टुक्रा छन् त्यतिनै सङ्ख्यामा विद्यार्थीहरूलाई थुत्न दिनुहोस् ।
- जसले टुक्रा लिएको छ, त्यसमा लेखिएका कुरा उसले मात्र थाहा पाउनुपर्छ ।
- त्यसका लागि टुक्रा पाउने जति विद्यार्थीहरूलाई छुट्टै बस्न लगाउनुहोस् ।
- अब टुक्रा पाउने विद्यार्थीहरूलाई एक एक गरी टुक्रामा लेखिएका लक्षण अनुकरण गर्न भन्नुहोस् ।
- बाँकी विद्यार्थीहरूलाई उसले कुन लक्षणको अनुकरण गरेको हो, सोको पहिचान गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै : सास फेरेको, खाना खाएको, पानी पिएको, हिँडेको आदि ।
- टुक्रा लिने सबै विद्यार्थीहरूलाई प्रस्तुतीकरणको पालो दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११७ क्रियाकलाप (ज) मा विद्यार्थीहरूलाई सजीव र निर्जीव वस्तुहरूका पोस्टर बनाउने परियोजना कार्य गराउन सङ्केत गरिएको छ ।
- विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गरी पुराना किताब, पत्रपत्रिका वा अन्य कुनै स्रोतहरूबाट सजीव र निर्जीव वस्तुहरूका चित्र सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रहरू काटेर चार्ट कार्डबोर्ड पेपरमा टाँसी सजीव र निर्जीवका छुट्टाछुट्टै पोस्टर तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

- सबै समूहले तयार गरेका पोस्टरहरू भित्तामा टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा कतिओटा सजीव र कतिओटा निर्जीव वस्तुहरू छन्, गनेर भन्न लगाउनुहोस् ।
- आफूले तयार गरेका पोस्टर प्रस्तुत गरी छलफल गर्न विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११८ को क्रियाकलाप (झ) मा दिइएका क देखि झ सम्म भएका चित्रमा सजीव र निर्जीव चिनेर सम्बन्धित कोठामा त्यसको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

- यीबाहेक अरू चार चारओटा उदाहरणहरू पनि थप गर्न लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (ञ) मा दिइएको चित्रमा किरालाई फलको बिउसम्म पुग्ने बाटो पत्ता लगाई कलम वा पेन्सिलले कोरेर देखाउन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू रेखात्मक चित्रहरू पनि तयार गरी प्रशस्त क्रियाकलाप गराउनुहोस् । यस्ता क्रियाकलापहरूले विद्यार्थीहरूमा चिन्तन सिप विकास गर्न मदत पुग्दछ ।

क्रियाकलाप ९

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. ११९ को क्रियाकलाप (ट) को चित्र विद्यार्थीहरूमा स्वतन्त्र रूपमा चिन्तन गर्ने वातावरण तयार गर्न केन्द्रित रहेको छ ।

- चित्रमा कतिओटा जनावरहरू देख्नुहुन्छ भनी विद्यार्थीलाई प्रश्न गर्नुहोस् ।
- केही समय सोच्ने र सूक्ष्म अवलोकन गर्ने समय प्रदान गर्नुहोस् ।
- जनावरको सही सङ्ख्या पत्ता लगाउनेभन्दा पनि विद्यार्थीको अवलोकन सिप विकासमा जोड गर्नुहोस् ।
- यसमा कुन कुन जनावरहरू देख्न सकिन्छ, नाम भन्न लगाउनुहोस् र अरू यस्तै अन्य चित्र सङ्कलन गरी थप अभ्यास गराउनुहोस् ।
- यससँग सम्बन्धित निम्न प्रश्नहरू पनि सोध्नुहोस् ।
  - चित्रमा सबैभन्दा ठुला र सबैभन्दा साना जनावरहरू कुन कुन छन् ?
  - चित्रमा दिइएकामध्ये घरमा पालिने जनावरहरू कुन कुन छन् ?
  - हामीले घरमा जनावर किन पालेको होला ?

मूल्याङ्कन

- विभिन्न वस्तुहरू (सजीव र निर्जीव) देखाउँदै विद्यार्थीहरूलाई सजीव र निर्जीव चिन्न लगाउनुहोस् ।
- मौखिक र लिखित अभिव्यक्तिमार्फत मूल्याङ्कन गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

(क) पाँच पाँचओटा सजीव र निर्जीवहरूको नाम भन्नुहोस् ।

(ख) चमेराले बच्चा जन्माउँछ । यो सजीव हो कि निर्जीव ?

(ग) तपाईँको वरपर पाइने कुनै पाँचओटा सजीवको नाम लेख्नुहोस् ?

(घ) बोटबिरुवालाई किन सजीव भनिएको हो ?

(च) पानीमा बस्ने जीवहरू कुन कुन हुन् ?

(छ) हात्ती र बाघ कहाँ बस्छन् ?

विस्तारित क्रियाकलाप

- वरपर पाइने सजीव वस्तुको रुजुसूची तयार गरी बाँड्नुहोस् । विद्यार्थीलाई विद्यालयबाहिर खुला चउरमा लैजानुहोस् । त्यहाँ के के सजीवहरू पाइन्छन्, अवलोकन गरी रुजुसूची भर्न लगाउनुहोस् ।
- वरपरका केही सजीवहरूको चित्र कोर्न लगाई कलर पेन्सिलले उपयुक्त रङ भर्न लगाउनुहोस् । तयार भएका चित्रहरू कक्षामा प्रदर्शन गराई उनीहरूको कार्यको प्रशंसा गर्नुहोस् ।

पाठ : २

बिरुवा

परिचय

बालबालिकाहरू आफ्नो वरपरका विभिन्न बोटबिरुवासँग सानो उमेरदेखि नै परिचित भएका हुन्छन् । बोटबिरुवाका प्रकारहरू जस्तै : रुख, बुट्यान, झारपात आदि चिन्ने, तिनका भागहरू पहिचान गर्ने, दिइएको रेखात्मक चित्रमा रङ भर्ने, बिरुवाका भागहरू कार्डबोर्डमा टाँसेर चित्र एल्बम तयार गर्ने आदि सिपहरूसम्बन्धी क्रियाकलाप गराउन यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित झरपात, बुट्यान र रुखका चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२० मा दिइएको चित्रमा देखाइएका बोटबिरुवाहरू अवलोकन गरी तिनका सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् । नमुना प्रश्नहरू
  - के सबै बिरुवाहरू उत्रै आकारका छन् ?
  - तपाईंको वरपर पनि यस्ता बिरुवाहरू पाइन्छन् ?
  - के सबै बिरुवाका फूल र पातहरू उस्तै हुन्छन् ?
  - बिरुवाका के के भागहरू हुन्छन् ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२१ (क) मा दिइएका चारओटा बिरुवाका चित्रहरू राम्रोसँग अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकमा दिइएका छओटा प्रश्नहरू सोधेर ती बिरुवाका बारेमा सामूहिक छलफल गराउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका झारपात, बुट्यान र रुखको चित्रसँगै सम्बन्धित तीन तीनओटा बोटबिरुवाको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
- झारपात, बुट्यान र रुखको चित्र बनाई मिल्दो रङ भर्न लगाउनुहोस् ।

- वरपरका बिरुवाहरूका डाँठ र आकार अवलोकन गराउनुहोस् ।
- अवलोकनका आधारमा झारपात, बुट्यान र रुखहरू चिनाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

यस पाठमा निम्नानुसार विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- पेज न. १२१ को प्रश्नको उत्तर भन्न लगाउनुहोस् । मिले नमिलेको मूल्याङ्कन गरी नमिलेमा सही उत्तरका लागि पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।
- पेज न. १२१ मा दिइए जस्तै वरपरका बिरुवाहरू देखाउँदै झारपात, बुट्यान र रुख चिन्न लगाउनुहोस् ।
- छलफलका क्रियाकलापहरूमा विद्यार्थीले देखाउने सक्रियता, सहभागिता र जिम्मेवारी बोधको समेत अवलोकन गर्नुहोस् ।
- यस पाठमा गरिने कोलाज कार्य, परियोजना कार्यको रुजुसूची बनाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस ।
- कोठेपद भर्ने कार्य सबैले पूरा गर्न सके नसकेको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यालय हाता भित्र विभिन्न थरीका बोटबिरुवाहरू रोप्ने कार्यक्रम बनाउनुहोस् । विद्यार्थीलाई पनि यस कार्यमा समावेश गर्नुहोस् । साथीसँग मिलेर बोटबिरुवाको स्याहार गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

पाठ : ३

बिरुवाका भाग

परिचय

हाम्रो वरपरका विभिन्न बोटबिरुवाका भागहरू पहिचान गर्न सक्षम बनाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य हो । उद्देश्य पूरा गर्नका लागि वरपरका बिरुवाका भागहरूको अवलोकन गर्ने, बिरुवाका भागहरूको एल्बम तयार गर्ने, बिरुवाका भागहरू देखिने कोलाज बनाउने आदि सिपहरूसम्बन्धी क्रियाकलाप यस पाठमा समावेश गरिएका छन् ।

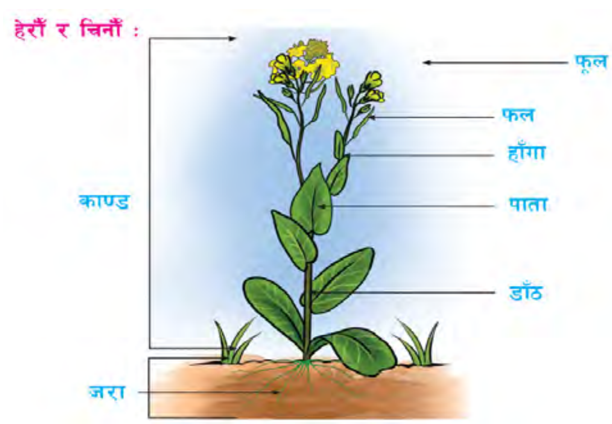
शैक्षणिक सामग्री

बिरुवाका भागहरू देखाइएको चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, जरा, डाँठ र पातसहितका बिरुवा, श्रव्यदृश्य सामग्री

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२२ को चित्र कुन बिरुवाको होला, अनुमान गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले गरेको ठिक अनुमानको प्रशंसा गर्दै बिरुवा चिनाउनुहोस् ।
- चित्र हेरेर यसका विभिन्न भागहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू बोटबिरुवाहरू देखाउँदै तीनका भागहरूसम्बन्धी प्रश्नोत्तर र छलफल गर्नुहोस् ।



नमुना प्रश्नहरू

- जमिनबाहिर बिरुवाका कुन कुन भागहरू छन् ?
- जमिनभित्र बिरुवाको कुन भाग हुन्छ ?
- बिरुवाको जराको काम के हो ?
- बिरुवाको कुन भागले खाना बनाउँछ ?
- बिरुवाले हामीलाई के दिन्छ ?
- बोटबिरुवा नभएमा के हुन्छ होला ?

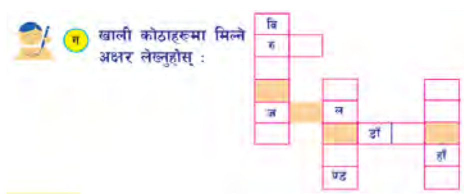
क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२३ (ख) मा दिइएको रुखको रेखात्मक चित्र कोर्न लगाउनुहोस् । मिल्दो रङ भरी विभिन्न भागहरूको नाम दिन लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू बोटबिरुवाहरूका रेखात्मक चित्रहरू विद्यार्थीको समूह बनाई बाँड्नुहोस् र कलर पेन्सिलले मिल्दो रङ भरी तीनका विभिन्न भागहरूको नाम दिन लगाउनुहोस् ।
- यसरी तयार गरिएका चित्रहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- राम्रा चित्र हुने विद्यार्थीलाई प्रशंसा गर्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि प्रशंसा गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२४ मा दिइएको जस्तै गरी रङ्गीन कागजका टुक्ताहरू जोडेर कार्डबोर्डमा कोलाज चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक सामग्रीहरू उपलब्ध गराई विद्यार्थीहरूलाई कोलाज कार्यमा सहभागी गराउनुहोस् ।
- यसरी तयार गरिएका कोलाज कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

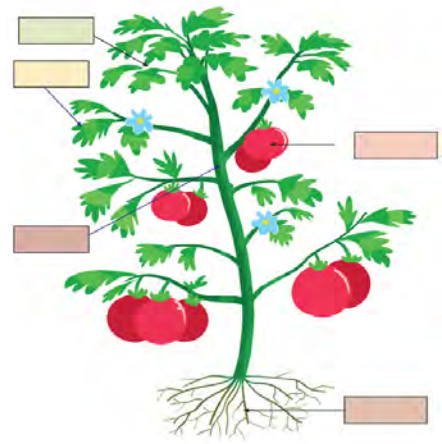


- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२४ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएको खाली कोठामा मिल्ने अक्षर लेखी कोठेपद पूरा गर्न लगाउनुहोस् ।
- यस्तै अरू कोठेपद तयार गरी शब्द भर्ने प्रतियोगीता गराई सबैभन्दा छिटो गर्नेलाई पुरस्कृत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२५ को क्रियाकलाप (घ) मा दिइएको चित्रमा जस्तै गरी कापीको पाना वा कर्डबोर्डमा बिरुवाका भागहरू टाँसेर कोलाज तयार गर्नुहोस् ।
- यसरी तयार गरिएका कोलाजहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- कोलाज तयार गर्ने क्रममा फरक फरक समूहलाई फरक फरक बिरुवा दिएर तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९



- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२६ को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएको चित्रमा बिरुवाका विभिन्न भागहरू विद्यार्थीले चिन्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्न केन्द्रित छ ।
- चित्रमा दिइएका खाली कोठामा बिरुवाका भागहरू लेख्न लगाउनुहोस् ।
- वरपरका बिरुवाहरू देखाएर जरा, डाँठ, पात, फल, फूल, हाँगा चिन्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले चिन्न नसकेमा थप सहायता प्रदान गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- बिरुवा देखाएर यसका विभिन्न भागहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
- बिरुवाका विभिन्न भागहरू जोडेर रुखको हर्बेरियम बनाउन लगाई त्यसको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई कक्षा बाहिर चउर वा बगैंचामा लगी फरक फरक जात र साइजका बोटबिरुवाहरू अवलोकन गराउनुहोस् । प्रत्येकको नाम पालैपालो भन्न प्रेरित गर्दै बोटबिरुवाको आकार र साइजका आधारमा रुख, बुट्यान र झरपात वर्गमा छुट्याउन लगाउनुहोस् । हरेकको उपयोगिता पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीलाई विद्यालय वरपरको खुला चउरमा लैजानुहोस् र बिरुवाका विभिन्न भागहरू सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् र कार्डबोर्डमा टाँसेर बिरुवाको पूरा चित्र तयार गर्न लगाउनुहोस् । यसरी तयार गरिएका चित्रहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् र चित्रहरूबिच प्रतियोगिता गराई पुरस्कृत गर्नुहोस् ।

विषयक्षेत्र अवधिभरको मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज १३९ मा उल्लिखित दुईओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धि अन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको “नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन” खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।

- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छन् ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन: मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १३८ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतीजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् र अभिलेखीकरण गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापको मूल्याङ्कन गर्दा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

हाम्रो वातावरण

परिचय

विद्यार्थीहरूमा स्वस्थ वातावरणप्रति सचेत भई वातावरणमैत्री व्यवहार गर्ने बानी विकास गर्नु तथा वरपरका वस्तुहरूसँग परिचित गराउनु यस विषयक्षेत्रको मुख्य उद्देश्य हो । यसका लागि सरसफाइ गर्ने, फोहोरको उचित व्यवस्थापन गर्ने, वरपरका वस्तु तथा घटनाको अवलोकन गर्ने र यसप्रति जिज्ञासा राख्ने क्रियाकलापहरू यस विषयक्षेत्रका पाठहरूमा समावेश गरिएका छन् ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्यघण्टा १८
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफै गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै : चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			३
सरसफाइ	• आफ्नो कोठा विद्यालयको कक्षाकोठा सरसफाइ गर्ने बानी बसाल्न • घर तथा विद्यालयमा उत्पन्न हुने फोहोरलाई तोकिएको स्थानमा राख्न • स्वच्छ वातावरणप्रति सचेत भई वरपरको वातावरण सफा राख्न सहयोग गर्न	• वैयक्तिक जिम्मेवारी सिप, • वातावरणप्रतिको सजगता र सम्मान सिप	४
हाम्रा वरपरका वस्तु	• वरपरका वस्तु तथा घटनासम्बन्धी खोजमूलक साधारण प्रशनहरू गर्न • वरपरको प्राकृतिक र मानव निर्मित वस्तुहरू पहिचान गर्न	• समालोचनात्मक सोचाइ सिप • सिकाइ सिप,	५
वस्तुका गुण	• आफ्ना वरपरका वस्तुलाई आकार, साइज, गन्ध, चिसो, तातो, कडा, नरमलगायतका गुणहरूका आधारमा चिन्न र छुट्याउन	• रचनात्मक सोच सिप • सिकाइ सिप	६

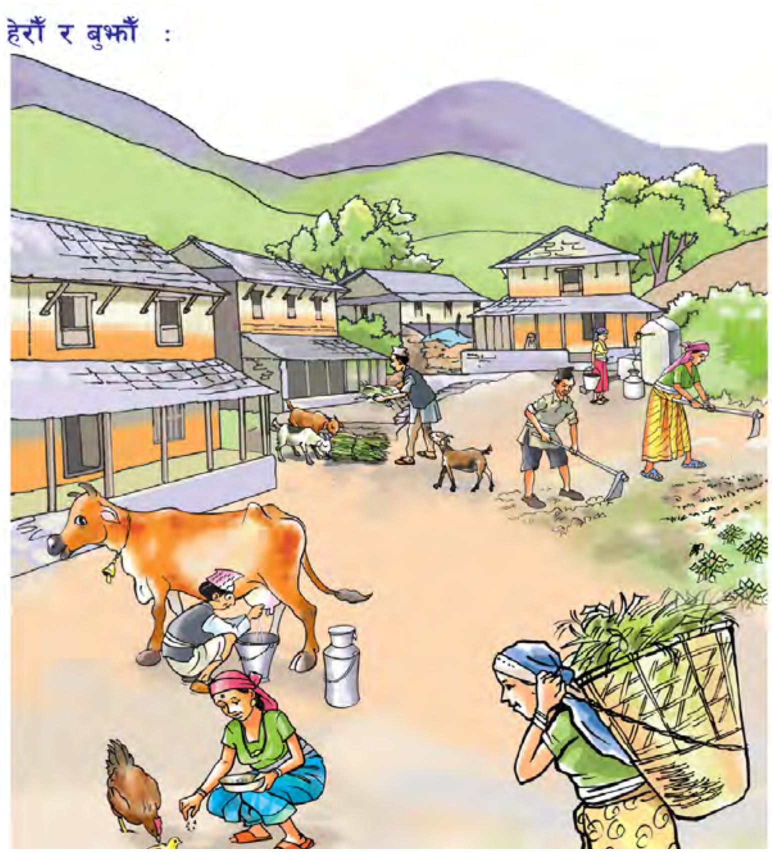
विषयक्षेत्रपेज क्रियाकलाप

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२७ को चित्र देखाई त्यहाँ भइराखेको गतिविधिहरूका बारेमा अन्तरक्रिया/छलफल गर्नुहोस् ।

छलफलका लागि प्रश्न

- महिलाले डोकोमा के बोकेकी होलिन् ?

- पुरुषले बाखालाई के दिदैं छन् ?
- कुखुराले के खाँदै छ ?
- गाईको खुट्टनेर बाल्टिन राखेर के गर्दै गरेको होला ?
- मानिसहरू कोदालो लिएर के गरिराखेका छन् ?
- चित्रमा मान्छेले बनाएको र प्राकृतिक वस्तुहरू के के देख्नुभयो ?



पाठ : १

सरसफाइ

परिचय

स्वस्थ जीवनका लागि सरसफाइ आवश्यक छ । बालबालिकाहरूमा सानैदेखि स्वस्थकर बानी व्यवहारको विकास गराउनु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ । यसका लागि आफ्नो कोठा, घर, आँगन र वरिपरि तथा विद्यालयको कक्षाकोठा, खेलमैदान, शौचालय, चमेनागृह, गाउँ, टोल आदि स्थानको सरसफाइ गर्ने, फोहोर निश्चित स्थानमा फाल्ने, करेसाबारी र फूलबारीको हेरचाह गर्ने क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र, रेखात्मक चित्र, कुँचो, डस्टबिन, पेन्सिल, कापी तथा विभिन्न रङ्गीन पेन्सिलहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२८ मा दिइएको चित्र हेर्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ के के गतिविधिहरू भइराखेका छन्, पालैपालो सबैलाई भन्न लगाउनुहोस् । यससँग सम्बन्धित निम्न प्रश्नमा आधारित भएर छलफल गर्नुहोस् :

- चित्रमा के के गरिरहेको देख्नुभयो ?
- तपाईंको घर ककसले सफा गर्नुहुन्छ ?
- घरबाट निस्केको फोहर कहाँ राख्नुपर्छ ?
- घर आँगन किन सफा राख्नुपर्छ ?
- नियमित रूपमा हात गोडा नधोएमा के हुन्छ ?
- परिवारसँग मिलेर घरको सरसफाइ गर्दा तपाईंलाई कस्तो अनुभव हुन्छ ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १२९ को चित्रमा भउको गतिविधिहरूका बारेमा निम्नानुसार छलफल गर्नुहोस् ।
  - के तपाईंको विद्यालय र कक्षाकोठामा पनि यस्ता गतिविधिहरू हुन्छन् ?
  - यस्ता कार्यमा तपाईं कत्तिको सहभागी हुनुहुन्छ ?

- विद्यालयबाट निस्केका फोहरहरू कहाँ राख्नु हुन्छ ?

- विद्यार्थीहरूलाई सरसफाइसम्बन्धी आफ्नो अनुभव सुनाउने अवसर दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३० का क्रियाकलापहरू विद्यार्थीहरूमा सरसफाइ गर्ने बानी विकास गर्नमा केन्द्रित छन् ।
- सरसफाइसम्बन्धी विद्यालय हाताको फिल्ड भ्रमण गराउनुहोस् र विभिन्न स्थानको सरसफाइको अवस्थाबारे अवलोकन गराउनुहोस् ।
- कक्षाबाहिर चउर, कम्पाउन्ड, धारा, शौचालय आदिको अवलोकन गराउनुहोस् ।

ठाउँ	सफा छ	फोहोर छ
कक्षाको भुइँ		
कक्षाको भित्ता		
डेस्क बेन्च		
लेख्ने पाटी		
कक्षामा आउने बाटो		
हात धुने ठाउँ		
विद्यालयको चउर		
चमेना गृह		
शौचालय		
फूलबारी		

- फोहोर कहाँ कहाँ छन् सानो समूहमा छलफल गराई भन्न लगाउनुहोस् ।
- फोहोर भएका स्थानहरू सफा बनाउन अब के गर्ने ? कसरी गर्ने ? कहिले गर्ने ? कसले गर्ने ? अन्तरक्रिया गरी योजना बनाउनुहोस् ।
- विद्यालय वरपर सफा सुग्घर राख्न विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- विद्यार्थीहरूको सहभागितामा कक्षाकोठामा पालना गर्नुपर्ने नियम तयार गरी यसको पालना भए नभएको नियमित अनुगमन गर्नुहोस् ।
- कक्षा नियम शैक्षिक सत्र सुरुमा नै तयार गर्नु उचित हुन्छ । तथापि नियमको पालना भए नभएको सम्बन्धमा पटक पटक अनुगमन गर्नुपर्छ ।
- विद्यालय वरपर सफा सुग्घर राख्न विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप (घ) मा यही कक्षा नियमको विद्यार्थी आफैँले स्वमूल्याङ्कन गर्न लक्षित छ ।

क्रियाकलाप ५

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३१ को चित्र अवलोकन गर्न भन्नुहोस्, पढ्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ के के भएको रहेछ, प्रश्न सोध्नुहोस् । यस्तै क्रियाकलाप आफ्नो घरमा पनि गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

प्रश्नहरू

- तपाईंको घरको सरसफाइ कसले गर्छ ?
- के तपाईंको घरमा पनि फूलबारी र करेसाबारी छ ?

- फूलबारी र करेसाबारीको हेरचाह कसरी गर्नुपर्छ ?
- हामीले घर कसरी सफा राख्नुपर्छ ?
- घर वरिपरिको वातावरण कस्तो हुनुपर्छ ?
- स्वच्छ वातावरण किन आवश्यक छ ?

क्रियाकलाप ६

- पाठ्यपुस्तकको पेज न. १३२ मा दिइएको शब्द खोज्ने क्रियाकलाप विद्यार्थीहरूलाई आफैँ गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- आफूले बनाएका शब्दहरू साथीलाई सुनाउन भन्नुहोस् ।
- क्रियाकलाप (क) मा दिइएका विभिन्न चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस्, यसरी नै आफ्नो वरिपरि देखिने विभिन्न वस्तुहरूको चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको साथै आफूले कोरेका सबै चित्रहरूमा मनपर्ने रङहरू भर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले बनाएर रङ भरेका चित्रहरूको अवलोकन गरी प्रशंसा गर्नुहोस् र अरू चित्र बनाउनका लागि प्रोत्साहित गर्नुहोस् । आफूले बनाएका चित्रहरू कक्षामा प्रदर्शन पनि गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

सिकाइ उपलब्धि प्राप्तिका लागि गरिएका क्रियाकलापका आधारमा निम्न तरिकाद्वारा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. साधन १ : प्रश्नोत्तर

- वातावरण केलाई भनिन्छ ?
- वातावरण सफा किन गर्नुपर्छ ?
- वातावरण सफा नगर्नाले के हुन्छ ?
- तपाईंको कक्षाकोठाको सरसफाइ कसले गर्छ ?

२. साधन २ : रुजुसूची मूल्याङ्कन

निम्नानुसार रुजुसूची बनाई पाठसँग सम्बन्धित विद्यार्थीका सिकाइ व्यवहार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

क्रियाकलाप	छ	छैन	कैफियत
कक्षाको भुइँमा रहेका कागजका टुक्राहरू टिप्ने गरेको			
फोहोरदानीमा फोहोर राख्ने बानी गरेको			
डेक्स र भित्तामा जथाभावी लेख्ने गरेको			

कक्षाकोठा वरपर रहेको फोहोर टिप्ने गरेको			
शौचालय सफा राख्ने काममा सहयोग गर्ने गरेको			
सरसफाइ कार्यमा सहभागी हुने गरेको			

➢ तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू तयार गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

तलका भनाइहरू ठिक भए ठिक (√) र बेठिक भए बेठिक (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।

- कक्षामा आउने/जाने बाटो सफा नभए पनि हुन्छ ।
- सफा गर्दा निस्किएको फोहोर फोहोरदानीमा राख्नुपर्छ ।
- पालो लगाएर दिनदिनै कक्षाकोठा सफा गर्नुपर्छ ।
- कक्षाकोठाको झ्यालका सिसा पुछ्नुपर्दैन ।
- लेख्ने पाटी सफा गरिरहनु पर्दैन ।
- कक्षाकोठाबाट निस्केको फोहोर झ्यालबाट फाल्नुपर्छ ।

➢ पेज न. १३२ को शब्द खोज्ने कार्य गर्न लगाएर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित कार्यकलाप

➢ विद्यार्थीहरूलाई क्षेत्र भ्रमणका रूपमा नजिकैको टोलमा लगेर त्यहाँको वातावरणीय सरसफाइको अवलोकन गराउँदै यस सम्बन्धमा मौखिक रिपोर्ट बताउन लगाउनुहोस् ।

➢ साप्ताहिक वा पाक्षिक रूपमा विद्यालय र वरिपरिको सरसफाइ कार्यक्रममा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउनुहोस् ।

पाठ : २

हाम्रा वरपरका वस्तु

परिचय

हाम्रो वरपर पाइने वस्तुहरूमा प्राकृतिक र मानिसले बनाएका वस्तुको नाम बताउने, ती वस्तुबारे परिचित हुने, विभिन्न वस्तु तथा घटनासँग सम्बन्धित खोजमूलक प्रश्नहरू सोध्ने, जिज्ञासा राख्ने जस्ता क्रियाकलापलाई यस पाठले प्राथमिकता दिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

घर, गाडी, खेलौना, पहाड, रुख, ढुङ्गा, माटो, पेन्सिल, चरा मुसा, फूल, टिभी, कुर्सी आदिका चित्र तथा विभिन्न रङ, गम साथै सान्दर्भिक सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३३ को चित्रको अवलोकन गरी वस्तुहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
- वस्तुहरू कुन कुन सजीव र कुन कुन निर्जीव हुन् ? कुन वस्तुको रङ कस्तो छ ? के तपाईंको वरपर पनि यस्ता वस्तुहरू छन् ? कुन कुन वस्तु प्राकृतिक र कुन कुन मानिसले बनाएका हुन् ? लगायतका प्रश्नहरू गरी छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३३ को क्रियाकलाप (क) पढौँ र बुझौँ सँग सम्बन्धित अनुच्छेद समूहमा पढ्न लगाउनुहोस् । चित्रमा भएका वस्तुहरूमध्ये मानिसले बनाएका वस्तुहरू र प्राकृतिक वस्तुहरूको छुट्टाछुट्टै सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
- दुईओटा समूहका सूचीहरूमा परेका वस्तुहरूको तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३४ को क्रियाकालप (ख) को अभ्यास विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत रूपमा गर्न लगाउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप (ग) मा दिइएको तालिकामा मानिसले बनाएका र प्राकृतिक वस्तुका नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पुस्तकको पेज न. १३५ को क्रियाकलाप (घ) को चित्रमा जस्तै म्युजिकल चेयर खेल खेलाउनुहोस् ।
- हरेक पटक खेलबाट बाहिरिने विद्यार्थीले एक एकओटा प्राकृतिक र मानव निर्मित वस्तुको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- एक पटक भनेको वस्तु दोहोऱ्याउन नपाउने नियम बताउनुहोस् ।

- क्रियाकलाप (ङ) ले विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो वरपरका वस्तु वा घटनाप्रति खोजमूलक प्रश्नहरू गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाहरूलाई वरपर अवलोकन गराई देखिएका विभिन्न वस्तु तथा घटनाहरूका सम्बन्धमा प्रश्नहरू सोध्ने तथा कारण र प्रभाव अनुमान गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गरेको तर्क सही नै हुनुपर्छ भन्ने नठान्नुहोस् । यी त उनीहरूलाई विज्ञानको प्रक्रियागत सिप सिकाउने क्रियाकलाप हुन् । उनीहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा सोच्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठाभन्दा बाहिर लानुहोस् । सबैलाई वरिपरि हेर्न लगाउदै त्यहाँ देखिएका विभिन्न गीतविधिहरूका सम्बन्धमा निम्नअनुसारका खोजमूलक प्रश्न सोधी छलफल गर्न लगाउनुहोस् । तलका प्रश्नहरू सही उत्तर खोजी गर्नेभन्दा पनि विद्यार्थीहरूलाई जिज्ञासु बनाउने र वरपरका वस्तु तथा घटनाका सम्बन्धमा विभिन्न तर्क वितर्क गर्ने सिप विकास गर्न लक्षित छन् ।
  - पानी कसरी पर्छ ?
  - चरा कसरी उडेको होला ?
  - घाम कसरी लागेको होला ?
  - हवाईजहाज कसरी उडेको होला ?
  - बादल कसरी बनेको होला ? यसले के गर्छ ?
- यस्ता खोजमूलक प्रश्नहरू सोध्न विद्यार्थीहरूलाई उत्प्रेरित गर्नुहोस् र सोधिएका प्रश्नको प्रशंसा गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- सकेसम्म धेरै मानव निर्मित वस्तु र प्राकृतिक वस्तुहरूको चित्रहरू सङ्कलन गर्नुहोस् ।
- कक्षामा भएका विद्यार्थीलाई दुई समूह बनाई एउटा समूहलाई मानव निर्मित वस्तु र अर्को समूहलाई

प्राकृतिक वस्तुहरू चिनेर पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३६ (छ) मा जस्तै पोस्टर बनाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूको काम कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाई मूल्याङ्कन तथा आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

(पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३७ (ज) सँग सम्बन्धित)

(ज) मानव निर्मित र प्राकृतिक वस्तुहरूका पाँच पाँचओटा नाम लेख्नुहोस् :

क्र.सं.	मानिसले बनाउन सक्ने	मानिसले बनाउन नसक्ने
१.		
२.		
३.		
४.		
५.		

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो वरिपरि आफूले देखेका जानेका विभिन्न वस्तुहरू सम्झेर ती वस्तुहरूमध्येबाट मानिसले बनाउन सक्ने पाँच र मानिसले बनाउन नसक्ने पाँचओटा वस्तुहरूको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
- ती नाम साथीहरूको समूहमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् सो कामको प्रशंसा गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठा बाहिर लैजानुहोस् र वरपर पाइने विभिन्न वस्तुहरू जस्तै : छेस्का, ढुङ्गाका टुक्रा, पात, प्लास्टिक, कागज आदि सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् । त्यस कार्यमा आफूले पनि सघाउनुहोस् ।
- त्यसरी सङ्कलन गरिएका वस्तुहरू जोडेर पेज न.१३७ को क्रियाकालप (झ) मा दिइए जस्तै विभिन्न आकृतिहरू बनाउन लगाउनुहोस र विद्यार्थीको कामको प्रशंसा तथा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- सिकाइ क्रियाकलाप गर्ने क्रममा प्राकृतिक र मानिसले बनाएका वस्तुहरू चिन्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- वरपरका विविध वस्तु तथा घटनाहरूसँग सम्बन्धित के ? किन ? कसरी ? लगायतका साधारण खोजमूलक प्रश्नहरू सोधी विद्यार्थीलाई तर्क गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीको प्रतिक्रियाका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीले तयार गरेका प्राकृतिक र मानिसले बनाएका वस्तुहरूको पोस्टर तथा विभिन्न आकृतिको स्तर मूल्याङ्कन गर्नहोस् ।

पाठ : ३ वस्तुका गुण

परिचय

विभिन्न गुणहरू जस्तै : आकार, साइज, गन्ध, स्वाद, चिसो तातो, कडा, नरम आदिका आधारमा विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना वरपरका वस्तुहरूलाई चिन्न र छुट्याउन सक्षम बनाउने अपेक्षा यस पाठमा गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

विभिन्न साइज, आकार गन्ध, कडा, नरम, चिसो, तातो, गुलियो, नुनिलो, अमिलो, पिरो गुण भएका वस्तुहरूको आवश्यक चित्र तथा वास्तविक वस्तुहरूका नमुना जस्तै : नुन, चिनी, खुर्सानी, ढुङ्गा काठ आदि ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३८ मा दिइएको चित्रहरू हेरेर वस्तुका गुणहरू छलफल गर्नुहोस् ।
  - कुन कुन वस्तुका आकार चारपाटे छन् ?
  - कुन कुन वस्तुहरू गोलाकार छन् ?
  - खुर्सानीको स्वाद कस्तो हुन्छ ?
- वस्तुका थप गुणहरू सिकाउन आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

(पेज न.१३८ को अनुच्छेदसँग सम्बन्धित)

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३८ को अनुच्छेद सबैलाई पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस् र अनुच्छेदका आधारमा निम्न प्रश्न गर्नुहोस् र उत्तरको अपेक्षा गर्नुहोस् ।

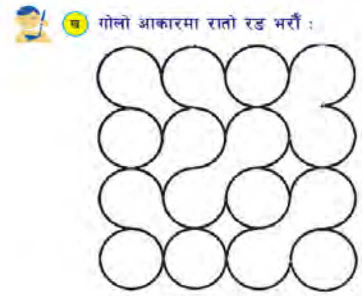
  - के सबैको घरको आकार उस्तै हुन्छ ?
  - के रुख र झारको साइज बराबर हुन्छ ?
  - कुन कुन वस्तु गोलो, चारपाटे, तीनकुने, लाम्चो र डल्लो हुन्छ ?
  - लामो र छोटो वस्तु देख्नुभएको छ ? उदाहरण दिन सक्नुहुन्छ ?
  - खानेकुरा कस्ता कस्ता स्वादका हुन्छन् ?
  - के सबै वस्तुहरूको गन्ध उस्तै हुन्छ ?
- माथि सोधिएका प्रश्नसँग सम्बन्धित कुनै थप अनुभव विद्यार्थीसँग भए सुनाउने अवसर दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३९ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएको चित्र हेर्न लगाई तिनीहरूको आकारका आधारमा खाली ठाउँमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १३९ को क्रियाकालप (ख) को चित्र हेरी त्यसभित्र भएका गोलो आकारलाई मात्र रङ भर्न लगाउनुहोस् र त्यसमा कतिओटा गोलाहरू छन् पत्ता लगाउन भन्नुहोस् ।



क्रियाकलाप ५

- विद्यार्थी पुस्तक पेज न. १४० को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएका वस्तुहरू चिनेर तिनीहरूको स्वाद कस्तो हुन्छ आपसमा धर्का तानेर जोडा मिलाउन भन्नुहोस् । अन्य खानेकुराहरूको स्वादका सम्बन्धमा समेत छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४० को क्रियाकलाप (घ) को थैलीले सङ्केत गरेका क्रियाकलाप निम्नानुसार गराउनुहोस् ।

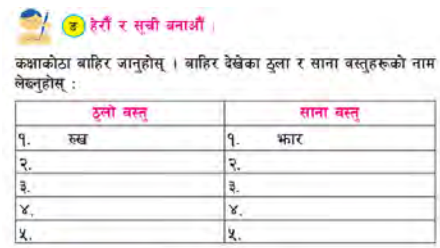
खेल विधि

- एउटा थैली वा अपारदर्शक झोलामा गोलो, चेप्टो, नरम, कडा, तीनकुने, लाम्चा, साना, ठुला विभिन्न वस्तुहरू राख्नुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीलाई पालैपालो उक्त झोला छाम्न लगाई कति कतिओटा गोला, चेप्टा, नरम कडा, तीनकुने आदि वस्तुहरू भेटिए अनुमान गर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसभित्र भएका वस्तुहरू एक एक गरी थैली वा झोलाबाट झिकेर देखाउँदै तिनका गुणहरू भन्न लगाउनुहोस्, जस्तै : लाम्चो, तिखो, डल्लो, नरम, कडा आदि ।
- कुन कुन गुणका वस्तुहरू रहेछन्, पाठ्यपुस्तकमा दिइए जस्तै रुजुसूची बनाई ठिक चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।
- बाहिरबाट छामेर गरिएको गुणको अनुमान र वास्तविक नतिजाको तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

(पेज १४१ (ङ) सँग सम्बन्धित)

- विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठाभन्दा बाहिर लैजानुहोस् र वरिपरि देखिएका साना ठुला वस्तुहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकमा दिइएको तालिकामा ठुला र साना वस्तुहरूको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।


ङ हेरौँ र सूची बनाऔँ ।

कक्षाकोठा बाहिर जानुहोस् । बाहिर देखेका ठुला र साना वस्तुहरूको नाम लेख्नुहोस् :

ठुलो वस्तु	साना वस्तु
१. रुख	१. झार
२.	२.
३.	३.
४.	४.
५.	५.

क्रियाकलाप ८

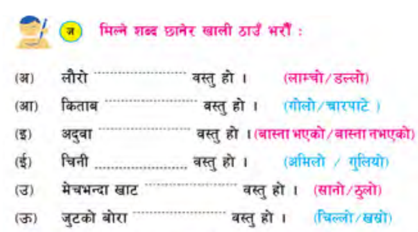
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४१ को क्रियाकलाप (च) को चित्र हेर्न लगाई त्यहाँ दिइएका वस्तुहरूमध्ये कुन नरम र कुन कडा हुन्, धर्को तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४२ को क्रियाकलाप (छ) को गीत लय र तालमा आफूले गाउनुहोस् ।
- त्यसरी नै विद्यार्थीहरूलाई सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।
- त्यहाँ भनिएअनुसारका वस्तुका गुणहरूका सम्बन्धका छोटा प्रश्नहरू गर्दै मूल्याङ्कन गर्नुहोस्, जस्तै : करेलाको स्वाद कस्तो हुन्छ ? तातो दुध पिउनुभएको छ ? तपाईंले अमिलो चिज के के खानुभएको छ ?

क्रियाकलाप १०

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४३ को क्रियाकलाप (ज) मा हेर्न लगाई दिइएका खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर लेख्न लगाउनुहोस् र सो कार्यको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।



क्रियाकलाप ११

- विद्यार्थीहरूलाई घरबाट खेर गएका कागज, कपडा, सिन्का, दाउरा, विभिन्न किसिमका अन्नका दाना बिरुवाका पात आदि लिएर आउन भन्नुहोस् ।
- तिनै चिजहरूलाई टाँसेर कोलाज बनाउन सिकाउनुहोस् । त्यसरी तयार भएको कोलाज प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीका कामको कुनै तीनओटा सकारात्मक कुरा भनिदिनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- विद्यार्थीहरूलाई विषयवस्तु र गरिएका क्रियाकलापका आधारमा छोटा, छोटा प्रश्नहरू सोधेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस्, यदि विद्यार्थीहरूले जवाफ दिन सकेनन् भने फेरि थप अभ्यास र क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा दिइएका अभ्यासहरू विद्यार्थीहरूले गर्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । आवश्यकताअनुसार थप सिकाइ क्रियाकालाप गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले आफ्ना वरपरका वस्तुहरूलाई आकार, साइज, गन्ध, चिसो, तातो, कडा, नरमलगायतका गुणका आधारमा चिन्न र छुट्याउन सके नसकेको कुरा सुनिश्चित गर्नुहोस् । यसका लागि समूह कार्य प्रश्नोत्तर, रुजुसूची, श्रेणी मापन जस्ता विधि अपनाइ मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तृत क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १२

- चिप्लो, नरम, कडा, खस्रो गुण भएका विभिन्न वस्तुहरू सङ्कलन गरी विद्यार्थीलाई पालैपालो छुन र छाम्न लगाउनुहोस् । छामेका आधारमा तलको तालिका भर्न लगाउनुहोस् :

चिप्ला वस्तुहरू	खस्रा वस्तुहरू	नरम वस्तुहरू	कडा वस्तुहरू

क्रियाकलाप १३

- कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई दुई समूहमा बाँड्नुहोस् र दुई समूहमध्ये एक समूहको आँखा बन्द गर्न लगाउनुहोस् ।
- सबैको हातमा एक एकओटा प्लेट दिई त्यसमा नुन, चिनी, अमिलो, तितो र पिरो वस्तु राखिदिनुहोस् ।
- त्यसपछि शिक्षकको सङ्केतपछि पालैपालो प्लेटको वस्तु चाख्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् र वस्तु चाखिसकेपछि नाम भन्न नपाइने तर सङ्केत निम्नानुसार गर्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस्, जस्तै :
  - पिरो भए : स्सु, स्सु .... गर्ने
  - अमिलो भए : मुख चाउरी पारी खुम्च्याउने
  - गुलियो भए : आहा भन्नुपर्ने
  - तितो भए : जिब्रो बाहिरी निकालेर मुख बिगार्नु पर्ने
  - नुनिलो भए : जिब्रो पड्काउनु पर्ने
  - कुनै स्वाद नभएको भए : चुप लागेर बस्नुपर्ने

- त्यसै कक्षाकमा अर्को समूहका साथीहरूले भने चाख्ने साथीहरूको सङ्केतका आधारमा उसले चाखेका वस्तुको स्वाद भन्नुपर्ने हुन्छ ।
- सङ्केत हेरेर गुण मिलाउन सकेमा चाख्ने र भन्नेलाई स्याबासी दिनुहोस् । यसरी नै केहीबेर यो खेल खेलिसकेपछि वस्तु देखाई त्यसको नाम र स्वादका बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
- यसरी नै गन्ध आउने र नआउने विभिन्न वस्तु जम्मा गरी सुग्न लगाएर तथा ठुला, लामा, छोटा साना वस्तु प्रदर्शन गरी तुलना गर्न लगाएर तथा छलफल गराएर वस्तुका गुणहरू बुझाउनुहोस् ।
- तातो, चिसो पानी तथा वस्तु छाम्न, छुन लगाएर आगो र घाममा राखेको वस्तु तातो हुने, छायामा राखेको धातुका भाँडा, बरफ चिसो हुने कुरा उदाहरणसहित बताउनुहोस्

विषयक्षेत्र अवधिभरको मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज १४० मा उल्लिखित दुईओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइ पछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन : मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १४० मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतिजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावकको प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

मेरो सिर्जना

परिचय

बालबालिकाहरूमा विभिन्न प्रतिभाहरू रहेका हुन्छन् । उनीहरूमा भएको सिर्जनात्मक प्रतिभाको प्रस्फुटन गराउनु यस विषयक्षेत्रको मुख्य उद्देश्य हो । गीत, सङ्गीत, कला, अभिनय, बाजागाजा आदि क्रियाकलापहरूमा विद्यार्थीहरूलाई संलग्न गराई खुला वातावरणमा सिकाइ क्रियाकलापहरू सञ्चालन गरिएमा उनीहरूमा भएको प्रतिभा प्रस्फुटन गर्न सकिन्छ । बालबालिकाहरूको सिर्जनात्मक क्रियाकलापालाई यस पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका विभिन्न विषयवस्तुसँग जोडेर सिकाइका एकीकृत क्रियाकलापहरू विकास गरी सञ्चालन गर्न सकिने छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ घण्टा (२०)
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैं गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील भएर गरिने कार्यहरू (जस्तै चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्ने लगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			३
रेखाचित्र	• आकृति विहीन छपाइ कार्य गर्न	• प्रयोग सिप	२
हाम्रो घर	• अन्य पाठमा एकीकरण गरिएको	• रचनात्मक सोच सिप	२
माटोबाट सामान बनाउने	• माटो, पिठो आदिमा विभिन्न आकृतिका वस्तुले थिचेर आकार प्रकार बनाउन	• प्रयोग सिप	५
खेल खेलौँ	• अन्य पाठहरूसँग एकीकरण गरिएको	• आत्मबल विकास सिप	२
गाऔ, बजाऔँ र नाचौँ	• सुनेका स्थानीय गीतहरू समूहमा र एक्लै गाउन • समूहमा राष्ट्रिय गान तथा राष्ट्रिय भावनाका गीत गाउन • एकल वा समूहमा ताली बजाउन • बालगीत तथा कक्षागत गीत ताली बजाउँदै गाउन • आफूले सिकेका गीतहरू लय, ताल र भाव मिलाई एकल र सामूहिक नृत्य गर्न • स्थानीय बाजाहरूको नाम बताउन	• आत्मबल विकास सिप • प्रयोग सिप • रचनात्मक सोचाइ सिप	६

विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल

पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४४ को चित्र अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् र यस सम्बन्धमा निम्नानुसार प्रश्नोत्तर र छलफल गराउनुहोस् ।

- चित्रमा के के देखिन्छ ?
- तपाईंहरूले पनि यस्ता चित्रहरू बनाउने गर्नुभएको छ ?
- तपाईं के के चित्र बनाउन सक्नुहुन्छ ?

पाठ : १

रेखाचित्र

परिचय

यस पाठमा विद्यार्थीहरूमा माटाको धुलो वा बालुवामा औँला, सिन्का, चक र मार्कर तथा पेन्सिलको प्रयोग गरेर विभिन्न रेखा कोर्ने तथा रेखाहरूबाट आकृति बनाउने सिप विकास गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

विभिन्न रेखा र रेखाचित्रहरू, माटो, धुलो, बालुवा सिन्का सिसाकलम स्केल कापी, चक, मार्कर, बोर्ड (पाटी) आदि ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.१४५ का चित्रहरू विद्यार्थीहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा विभिन्न प्रकारका रेखाहरू कोर्न सिकाउनेतर्फ लक्षित छन् ।
- सुरुमा यो पेजमा भएका रेखाचित्रहरू माथि नै कोर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई आफूखुसी माटो, धुलो वा बालुवामा हातका औँला वा सिन्काले विभिन्न रेखाहरू कोर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसपछि क्रमश: कापी वा शैक्षणिक पाटीमा पेन्सिल, चक, मार्करको प्रयोग गरी रेखाहरू कोर्न लगाउनुहोस् ।
- पटक पटक यस्तै अभ्यास गराउनुहोस् । रेखाहरूबाट घर, रुख वा अन्य मनपर्ने चित्र वा आकृति बनाउन लगाउनुहोस् । राम्रा आकृतिको प्रशंसा गर्नुहोस् ।
- चित्र कोर्न रुचि देखाउने विद्यार्थीहरूलाई विशेष सहायता र प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

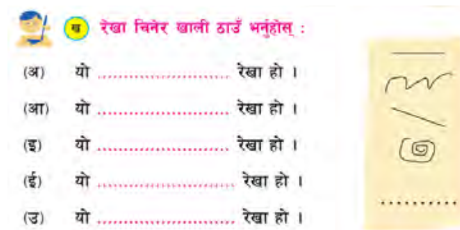
क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४६ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका जस्ता रेखाहरू कोर्ने अभ्यास गराउनुहोस् । कोरिएका रेखाहरूको नामसमेत सोध्दै उत्तरका लागि सहजीकरण गर्नुहोस् ।

- कापीमा फरक फरक आकृतिका तीन तीनओटा चित्र कोर्न लगाई कोरिएका आकृतिहरूको मूल्याङ्कनका साथै प्रशंसा गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४६ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएको चित्र हेर्न लगाई ती रेखा चिनेर त्यहाँ सोधिएअनुसारको खाली ठाउँ भर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।



क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४७ को क्रियाकलाप (ग) को चित्र अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् साथै विद्यार्थीहरूलाई कक्षाकोठा बाहिर लगी विद्यालय वरपर देखिएका विभिन्न वस्तुहरूको आकृति कापीमा कोर्न लगाउनुहोस् र अवलोकन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४७ को क्रियाकलाप (घ) का चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- ती मोडलहरू के केका हुन्, उत्तर भन्ने अवसर दिनुहोस् ।
- खेर गएका विभिन्न वस्तुहरू (ढुङ्गा, सिन्का, काठ, बट्टा, सिसी, प्लास्टिक आदि) जम्मा गर्न लगाई ती वस्तुहरू जोडेर चित्रमा देखाइए जस्तै के के मोडलहरू बनाउन सकिन्छ, त्यसको अभ्यास गराउनुहोस् ।

- बनाएका मोडलहरू कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- विभिन्न समयमा विद्यार्थीहरूले बनाएका मोडेलहरू सङ्कलन गरी प्रदर्शन गर्ने कार्यक्रमको आयोजना गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- विद्यार्थीहरूलाई पेन्सिल र स्केलको सहायताले यस्ता Δ, आकृतिहरू धेरै सङ्ख्यामा बनाउन लगाउनुहोस् ।
- तिनै आकृतिहरूको प्रयोग गरेर विभिन्न डिजाइनहरू (patterns) बनाउने अभ्यास गराउनुहोस् र मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- विद्यार्थीहरूलाई चिम्टाइलो (मुछेको) माटो उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- उक्त माटोबाट चारपाटे, गोलो, बेलनाकार, आयातकार, बाटुलो आकारका आकृति बनाउन लगाउनुहोस् ।
- यसरी बनाइएका आकृतिहरूलाई जोडी त्यसबाट पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४८ मा देखाएर जस्ता र अन्य आकृतिहरू निर्माण गर्न लगाउनुहोस् र प्रशंसा गर्नुहोस् ।

(घ) मूल्याङ्कन

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको अभ्यासहरू राम्रोसँग गर्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- आकृतिविहिन छपाइ कार्य गर्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

हाम्रो घर

परिचय

यस पाठमा घरलाई आधार मानेर विभिन्न आकारहरू सिकाउने तथा विभिन्न आकृतिहरू कोर्ने अभ्यास गराउने उद्देश्य रहेको छ । यसका साथै कक्षागत गीत गाउने तथा शिक्षकको निर्देशनमा एकल वा संयुक्त रूपमा नाच्ने अभ्यास गराउने क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश गरिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित दृश्यसामग्रीहरू, घरको चित्र, पेन्सिल, कटर, इलेजर, विभिन्न रङहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १४९ को चित्र हेर्न लगाउनुहोस् र उक्त पेजमा दिइएका प्रश्नहरूका आधारमा विद्यार्थीहरूको जवाफ सुन्नुहोस् । आवश्यक परे यस्ता अरू प्रश्न राख्न सकिने छ ।
- आफ्नो घरका छाना वा छतको आकार, रङ र घरका अन्य भागहरूका सम्बन्धमा अभिव्यक्ति दिन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५० को चित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा दिइए जस्तै आफूले पनि घरका आकृतिहरूको चित्र तथा आफूखुसी विभिन्न मान्छे, पशुपन्छी, जनावर, रुख, बिरुवा, मोटर आदिको चित्र बनाउन भन्नुहोस् ।
- बनाएका चित्रहरूको प्रशंसा गर्नुहोस् । आफूले बनाएका चित्रहरू साथीहरूलाई प्रदर्शन गर्दै चित्रमा के देखाउन खोजेको हो, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५१ को क्रियाकलाप (ख) को चित्र हेर्न लगाई दिइएको खाली ठाउँमा घरका भागहरूको नाम र ती भागहरूको आकार लेख्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीका कार्यको अवलोकन गरी त्यसको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५१ को क्रियाकलाप (ग) मा देखाइए जस्तै कागजका विभिन्न आकृतिहरू बनाई त्यसलाई कैँचीले काटेर निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- आकृति कापीमाथि राखेर रङ भर्न लगाउनुहोस् । अब कापीमाथिबाट आकृति निकाल्न लगाउनुहोस् । चित्र कस्तो बन्यो प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । (टेम्प्लेट विधि)
- यस्तै अन्य वस्तुहरूका नमुना लिई आकृति छपाइ गराउनुहोस् ।
- कापीमा मैनले आकृति बनाएर त्यसमाथि रङ दल्न भन्नुहोस् । कस्तो आकृति बन्यो, प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५२ का चित्रहरूको अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई मन पर्ने कुनै कथाका बारेमा पाठ्यपुस्तकमा दिइए जस्तै गरी चित्र कोरी त्यसमा रङ भर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले के सोचेर चित्रहरू कोरेका हुन्, सबैका सामु भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५३ को गीत हाउभाउसहित आफूले गाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पनि यो गीत सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।
- यो अभ्यासलाई पटक पटक दोहोऱ्याउनुहोस् ।
- समूहमा र एकल रूपमा गाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- युट्युबमा यो गीतको भिडियो विद्यार्थीहरूलाई देखाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई यो गीत स्थानीय लयमा गाउन प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

हामी धेरै साना छौं, हाम्रो मुटु सानो छ
यो सानो मुटुमा विशाल देश छ
यो देशलाई उठाउने हाम्रो सानो हात छ
यो सानो हातको पौरख ठुलो छ

हामी धेरै साना छौं, हाम्रो मुटु सानो छ
हाम्रो टाउको सानो छ, यो सानो टाउकोमा देश घुमिरहन्छ, देश घुमिरह
यो सानो टाउकोमा हाम्रो टाउको सानो छ
यो सानो टाउकोमा देश घुमिरहन्छ, देश घुमिरहन्छ
हाम्रो खुट्टा सानो छ
यो सानो खुट्टाले देश बोकिहिँड्छ, देश बोकी हिँड्छ
यो सानो खुट्टाले हाम्रो खुट्टा सानो छ
यो सानो खुट्टाले देश बोकी हिँड्छ, देश बोकी हिँड्छ

हामी धेरै साना छौं, हाम्रो मुटु सानो छ
हाम्रो आँखा सानो छ
यो सानो आँखामा सुन्दर देश छ, सुन्दर देश छ
यो सानो आँखामा हाम्रो आँखा सानो छ
हाम्रो बोली सानो छ, यो सानो बोलीमा देशको गीत छ, देशको गीत छ
यो सानो बोलीमा हाम्रो बोली छ
यो सानो बोलीमा देशको गीत छ, देशको गीत छ

हामी धेरै साना छौं, हाम्रो मुटु सानो छ

क्रियाकलाप ७

- कुनै गीतको साथमा मादल र ताली बजाउँदै आफू नाच्नुहोस् र विद्यार्थीलाई पाठ्यपुस्तकको पेज न. १५४ मा जस्तै गरी पालैपालो नाच्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- बालबालिकाहरूलाई सुरुमा समूहमा र रुचि देखाउनेहरूलाई एकल वा जोडीमा नाच्न लगाउनुहोस् ।
- नाच्न जान्ने र बढी रुचि देखाउने विद्यार्थीहरूलाई नाच्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थीले कोरेका चित्रहरू हेरेर, घरका भागहरू, आकार र रङका बारेमा गरेको वर्णन तथा अन्य क्रियाकलापहरूको स्तर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- हरेक दिन पहिलो घन्टीको सुरुमा कक्षागत गीत गाउन अभ्यास गराउनुहोस् ।
- बालबालिकालाई प्रत्येक दिन बाटामा हिँड्दा वरिपरि देखिने विभिन्न दृश्य, फोटाहरूको चित्र कोरेर देखाउन लगाउनुहोस् ।

पाठ : ३

माटाबाट सामान बनाऔँ

परिचय

यस पाठले माटोबाट विभिन्न सामान बनाउने काममार्फत बालबालिकाहरूमा निहित प्रतिभाहरू प्रस्फुटन गर्ने उद्देश्य लिएको छ । पाठका क्रियाकलापहरूमा माटोलाई मुछेर त्यसबाट लाम्चो, चारपाटे, बेलनाकार तथा चतुर्भुज आकारका वस्तुहरू बनाउने र त्यसबाट फेरि विभिन्न खेलौनाहरू बनाउने अभ्यासलाई जोड दिइएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

माटो वा क्लेबाट विभिन्न आकृतिका नमुना सामग्रीहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५५ को चित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- माटो मुछ्ने र त्यसबाट विभिन्न सामान बनाउने तरिका प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक विद्यार्थीलाई मुछेको माटो दिँदै मन लागेका विभिन्न आकृतिहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- माटाका सामान सुरक्षित स्थानमा सुकाउन भन्नुहोस् । सुकिसकेका सामानमा सुहाउँदो रङ लगाउन भन्नुहोस् ।
- विद्यार्थीले बनाएका सामानहरू कक्षामा सबैका सामु प्रस्तुत गर्ने अवसर दिनुहोस् । विद्यार्थीका कार्यको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५५ को क्रियाकलाप (क) को अनुच्छेद पढेर सुनाउनुहोस् र निम्न प्रश्नहरूका आधारमा छलफल गर्नुहोस् :
  - माटो कहाँ पाइन्छ ?
  - माटाबाट विभिन्न आकृतिहरू बनाउन माटालाई के गर्नुपर्छ ?
  - मुछिएको माटाबाट के के बनाउन सकिन्छ ?

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५६ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका चित्रहरू हेर्न लगाउनुहोस् ।
- मुछिएको माटो वा पिठोमा विभिन्न वस्तुहरू जस्तै : पात, चुरा, हात आदि राखेर थिची आकृति छाप्न सकिने सम्बन्धमा छलफल गर्दै नमुना प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- नमुनाअनुसार विद्यार्थीहरूलाई वस्तुहरूको आकृति बनाउन लगाउनुहोस् ।
- छापिएका आकृति सुरक्षित ठाउँमा सुकाउन भन्नुहोस् र सुकेपछि कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीका कार्यको सहपाठी मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५६ को क्रियाकलाप (ग) को चित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- मुछेको माटाबाट लामो बेलनाकार डोरी जस्तो आकार बनाउन भन्नुहोस् । त्यसलाई चित्रमा देखाइए जस्तै बेरेर विभिन्न आकारका सामग्री बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सुकेका सामग्री कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

विद्यार्थीले माटो, पिठो आदिमा बनाएका आकृतिहरू तथा मुछेको माटाबाट बनाएका सामग्रीहरूको स्तर हेरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

विद्यार्थीहरूलाई घरमा माटो/पिठो मुछी आफूखुसी विभिन्न चरा, जनावर, रुख, प्लेट आदि जस्ता सामग्रीहरू बनाउन र विद्यालयमा ल्याएर प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

खेल खेलौँ

परिचय

बालबालिकाहरूको शारीरिक तन्दुरुस्तीका लागि खेल खेल्ने तथा अभिनय गर्ने कार्य महत्त्वपूर्ण हुन्छ । खेल तथा अभिनयमा बालबालिकाहरूको धेरै अभिरुचि हुने गर्छ । यस पाठमा खेलका माध्यमद्वारा शारीरिक तन्दुरुस्तीका साथै विभिन्न जनावर, चराचुरुङ्गीको हिँडाइ, कराइ तथा आवाजहरूको अभिनय गरी मनोरञ्जनात्मक सिकाइमा जोड दिइएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न दृश्य सामग्रीहरू, अभिनय गरी खेल्न मिल्ने कथाहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५७ मा भएको खरायो र कछुवाको दौडसम्बन्धी कथाका घटनाहरू चित्र हेरी अनुमान गर्न लगउनुहोस् ।
- हाउभाउसहित कथा सुनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई खुला चउरमा लैजानुहोस् र उनीहरूलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
- एउटालाई खरायो र अर्कोलाई कछुवा समूह बनाउनुहोस् ।
- चउरमा दौड सुरु हुने (पहिलो), खरायो आराम गर्ने (दोस्रो) र दौड पूरा हुने (तेस्रो) लाइनहरू कोर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहबाट एक पटकमा एक जना विद्यार्थी छनोट गरी कथाको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यकताअनुसार तलको निर्देशन अवलम्बन गर्न भन्नुहोस् :
  - कछुवा हुने विद्यार्थी घुडामा हात राखी टुक्रुक्क बसी कछुवा जस्तै हिड्नुपर्ने छ ।
  - खरायो हुने विद्यार्थी हात खुट्टा टेकी हिड्नुपर्ने छ ।
  - सिटी बजेपछि मात्र दौड सुरु हुने छ ।
  - खरायो बन्ने विद्यार्थी दोस्रो धर्कामा पुगेपछि

रोकिएर जताबाट आएको हो त्यतैपट्टि फर्किएर घुँडामा टाउको राखी आँखा चिम्लेर निदाएको अभिनय गर्नुपर्ने छ । कछुवा बन्ने विद्यार्थी भने हिँडिरहनु पर्ने छ ।

- कछुवा बन्ने विद्यार्थी अन्तिम (तेस्रो) रेखामा पुग्न लागेपछि शिक्षकले दोस्रो सिटी बजाउनु हुने छ । तब खरायो बन्ने विद्यार्थी उठेर तेस्रो धर्कातर्फ दौडनुपर्ने छ जुन बेलामा कछुवा बन्ने विद्यार्थीले तेस्रो (अन्तिम) रेखा काटिसकेको हुने छ ।
- कछुवाले दौड जितेको घोषणा हुने छ ।

● यसै गरी अरू बालबालिकाहरूलाई पनि खेल्ने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन :

● खेल क्रियाकलापका आधारमा निम्न प्रश्न सोधी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :
  - दौड कसले जित्यो ?
  - खरायोले किन खेल हाऱ्यो ?
  - कसरी कछुवाले दौड जित्यो ?
  - के गरेको भए खरायोले दौड जित्ने थियो ?
  - खेल कतिको रमाइलो भयो ?
  - यस पाठको मुख्य सन्देश के हो ?

● खेलमा सहभागी विद्यार्थीहरूले गरेको अभिनयको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

● स्थानीय परिवेश सुहाउँदो कथामा आधारित विभिन्न खेलहरू सङ्कलन वा सिर्जना गर्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई उचित समयमा कथाअनुसारका पात्रहरूको छनोट गरी पालैपालो खेल (अभिनयात्मक) खेल्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।

● विभिन्न पशुपन्छी, जनावर र चराचुरुङ्गीहरूको हिँडाइ तथा आवाजहरूको पनि नक्कल गर्न लगाउन सकिने छ ।

गाऔं, बजाऔं र नाचौं

परिचय

बालबालिकाहरू गाउन, बजाउन र नाच्न मन पराउने हुन्छन् । यस्ता क्रियाकलाप गर्न पाउँदा रमाइलो मान्दछन् । यस पाठमा बालबालिकाहरूलाई समूहमा बालगीत गाउन, राष्ट्रिय भावना झल्किने गीतहरूमा नाचगान गर्न तथा लय र तालमा नाच्न सक्ने खालका अभ्यास गराउने कार्यमा जोड दिइएको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र, विभिन्न स्थानीय सामग्रीबाट निर्मित बाजाहरू, मादल, ढकनी, मुरली, डमरु, झ्याम्टा, तबला तथा नाचगान गरिएको चित्र तथा भिडियोहरू

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- विद्यार्थीहरूको समूह निर्माण गरी समुदायमा प्रचलित स्थानीय गीत प्रस्तुत गर्दै मनोरञ्जन गराउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १५९ मा दिइएका बालगीत गाउने अभ्यास पटक पटक गराउनुहोस् ।
- गाइएका बालगीतमा आधारित केही छोटा प्रश्न गर्दै मौखिक रूपमा मूल्याङ्कन पनि गर्नुहोस्, जस्तै :
  - घोडामाथि को छ ?
  - घोडा कसरी आयो ?
  - हात्ती कसरी आउँछ ?
  - फूलमा के बसेको छ ? आदि ।
- यस्ता अरू पनि बालगीतहरू गाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- स्थानीय सामग्रीहरू प्रयोग गरी पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६० मा दिइएका जस्ता विभिन्न स्थानीय बाजाहरू बनाउन लगाउनुहोस् । त्यसका लागि शिक्षकले आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीले बनाएका बाजा बजाएर सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- बाजा कुनै ठोकेर, कुनै फुकेर बजाइने कुरा उदाहरणसहित बताउनुहोस् ।

- बाजा बजाउँदा निस्कने आवाजमा ताल मिलाएर बजाउँदा आवाज मिठो हुने कुरासमेत बताउनुहोस् ।
- बजाउन जानेका विद्यार्थीहरूलाई बजाउने अवसर प्रदान गर्नुहोस् । अरूलाई पनि बाजा बजाउन सिक्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज १६१ को क्रियाकलाप (ग) मा भने जस्तै गरी शिक्षकले तालमा वाजा बजाउनुहोस्, सोहीअनुरूप बजाउन विद्यार्थीलाई लगाउनुहोस् ।
- बाजाको तालसँगै ताली बजाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- सबैलाई यो अवसर पटक पटक दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६१ को क्रियाकलाप (घ) का चित्रमा देखाइएका बाजाहरूको नाम सोध्दै छलफल गर्नुहोस् ।
- स्थानीय बाजाहरू बजाएर सुनाइ विद्यार्थीलाई पनि बजाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६२ को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएका बाजा र तिनका नामबिच जोडा मिलाउने अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले गरेका कार्य मिले नमिलेको मूल्याङ्कन गरी पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- विद्यार्थी पुस्तकको पेज न. १६२ को क्रियाकलाप (च) ले विद्यार्थीहरूलाई आफूले मनाएको चाडपर्व वा जात्रामा गरिने कार्यको कल्पना गरी चित्र कोर्न प्रेरित गर्ने विषयवस्तुमा जोड दिएको छ ।
- समुदायमा मनाइने कुनै पर्व (दसै, तिहार, हिलेजात्रा, रोपाईं जात्रा, देउसी भैलो वा अन्य कुनै) मनाइरहेको चित्र कल्पना गर्दै बनाउन लगाउनुहोस् र त्यसमा रङसमेत भर्न लगाउनुहोस् ।

- विद्यार्थीले कोरेका चित्र र त्यसले दिन खोजेको सन्देशका सम्बन्धमा बताउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६३ मा विद्यार्थीहरूलाई गीत गाउन र नाच्न अभिप्रेरित गरेको छ ।
- विभिन्न पाठ वा सन्दर्भअनुसार उक्त पेजमा दिइएका गीत वा अन्य गीतहरू भाका हालेर गाउन र नाच्न अभ्यास गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- विद्यार्थीहरूले गाउने, बजाउने र नाच्ने काममा देखाएको उत्सुकता, तत्परता, लगनशीलता, सक्रियतालगायतका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- माथिका आधारहरू समेटी रुब्रिक्स, श्रेणी मापन जस्ता साधन विकास गरी मूल्याङ्कन गर्न सकिने छ ।
  - विषयक्षेत्र अवधिभरको मूल्याङ्कन
  - यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज न. १४१ मा उल्लिखित दुईओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
  - निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
  - विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके`नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
  - कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
  - यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
  - थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन : मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।

- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १४१ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतिजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

हाम्रो संस्कृति

परिचय

यस विषयक्षेत्रको मुख्य उद्देश्य बालबालिकालाई आफ्नो चाडपर्व, रीतिरिवाज, मेला, जात्रालगायतका संस्कृतिहरूसँग परिचित गराउनु हो । खास गरी परिवारमा मनाउने चाडपर्वहरूमा गरिने संस्कार, खाइने खानेकुराहरू र लगाइने पोसाकहरूको परिचय गराउने क्रियाकलापहरू यस विषयक्षेत्रमा समावेश छन् । राष्ट्रिय चिह्नहरूलाई पहिचान गराउने उद्देश्यसमेत यस विषयक्षेत्रले समेटेको छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ, उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्यघन्टी (१२)
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँले गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			२
हाम्रा चाडपर्व	• परिवारमा मनाइने चाडपर्वहरूको नाम बताउन • परिवारमा मनाउने चाडपर्वमा खाइने खानेकुराहरूको सूची तयार पार्न	• सहभागितात्मक मूल्य	५
हाम्रो संस्कार	• घरमा विभिन्न समयमा गरिने संस्कार र क्रियाकलाप बताउन (जस्तै : जन्मदिन, कुलपूजा, विवाह, व्रतबन्ध आदि । आफ्ना समुदायका संस्कारहरू (दसै, तिहार, छट, इद, विभिन्न जात्रा आदि) को अवस्था झल्कने चित्रमा रङ भर्न । • राष्ट्रिय चिह्नको पहिचान गर्न	• अन्तर सांस्कृतिक सिप • अपनत्वको अनुभुति	५

विषयक्षेत्र पृष्ठ क्रियाकलाप

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६४ का चित्र देखाई, ती चित्रहरू केसँग सम्बन्धित छन् । त्यहाँ के भइरहेको छ ? के तपाईँको समुदायमा पनि त्यस्तै क्रियाकलापहरू हुन्छन्, छलफल गर्नुहोस् ।
- चित्रमा देखाइएका बाहेक समुदायमा अन्य कुन कुन चाडपर्व, जात्रा, मेला मनाइन्छन् छलफल र अन्तरक्रिया गर्नुहोस् ।

हेरौँ र समूहमा छलफल गरौँ :

पाठ : १ हाम्रा चाडपर्व

परिचय

परिवारमा मनाइने चाडपर्वको परिचय र चाडपर्वहरूमा खाइने खानेकुरा तथा गरिने मुख्य गतिविधिहरूका सम्बन्धमा जानकारीमूलक छलफलका क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश गरिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

चाडपर्व झल्किने दृश्य, चित्रहरू र विभिन्न चाडपर्वमा खाइने खानेकुराहरूका नामको सूची, माला, रङ, टिका, मादल आदि ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६५ को चित्रमा देखाए जस्तै गरी देउसी, भैलोसम्बन्धी गीत, लय र तालमा आफूले गाउनुहोस् ।
- भिडियोसमेत देखाउनुहोस् । आफूसँगै विद्यार्थीलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् र गीतमा भने झैँ नाच्ने अभ्यास पनि गराउनुहोस् ।
- यो कुन पर्वमा गाइने गीत हो ? सामूहिक रूपमा सोध्नुहोस् र उत्तरको अपेक्षा गर्नुहोस् ।
- आफूले मनाउने अन्य चाडपर्वमा गाइने यस्तै गीतहरू गाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

(पेज १६६ (ख) सँग सम्बन्धित)

- आफूभन्दा ठुलासँग पेज न. १६६ को क्रियाकलाप (ख) का प्रश्नहरू सोध्न भन्नुहोस् ।
- प्राप्त जवाफ कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६६ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएको खाली ठाउँ भर्ने अभ्यास गराउनुहोस् र त्यसको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विभिन्न चाडपर्वमा खाइने खानेकुरा, लगाउने कपडा, घरमा आउने पाहुना र गरिने कामका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- लालीगुराँसको चित्रमा उपयुक्त रङ भर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- विद्यार्थीहरूलाई खुला चउरमा लगेर एउटा घेरामा राख्नुहोस् ।
- छात्रा र छात्रलाई आमनेसामने बस्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसपछि इच्छा भएका छात्राहरूले छात्रहरूलाई सप्तरङ्गी टीका र माला लगाएर भाइटीकाको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- छात्रहरूले छात्राहरूलाई पनि टीका लगाइदिन भन्नुहोस् । (शिक्षकले माला र टीकाको व्यवस्था पहिल्यै गर्नुपर्दछ)
- यस्तो पर्व कहिले मनाइन्छ ? तिहारमा के के गरिन्छ ? सोध्दै तिहारका सम्बन्धमा थप छलफल गर्नुहोस् ।
- यसै गरी चित्रमा देखाइए जस्तै गरी विभिन्न सम्प्रदायले मनाउने चाडपर्वमा गरिने मुख्य कामहरूको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- कुन कुन चाडपर्वमा यस्तो क्रियाकलाप गरिन्छ छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६८ को क्रियाकलाप (च) मा दिइएको चाडपर्व सम्बन्धित अभ्यास गराउनुहोस् र उत्तर हेरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- आवश्यक परे अन्य यस्तै थप क्रियाकलापहरू पनि गर्नुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६८ को क्रियाकलाप (छ) मा दिइएको खाली ठाउँ भर्ने अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यकताअनुसार यस्तै अन्य थप अभ्यास गर्नुहोस् ।

(च) मिल्ने उत्तरमा ठिक (√) लगाउनुहोस् :

(अ)	जमरा र टीका लाउने	दसैँ	तिहार
(आ)	दर खाने	छठ	तीज
(इ)	नदीमा सूर्यको पूजा गर्ने	छठ	होली
(ई)	रङ खेल्ने	होली	दसैँ
(उ)	नमाज पढ्ने	इद	उँधौली
(ऊ)	साकेला नाच्ने	माघी	उँधौली

(छ) मिल्ने शब्द छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

मिठो रमाइलो बिदा पाहुना राम्रा

(अ) चाडपर्व .... हुन्छ ।

(आ) मुख्य चाडमा विद्यालय .... हुन्छ ।

(इ) चाडपर्वमा .... लुगा लाउँछौँ ।

(ई) चाडपर्वमा .... आउनुहुन्छ ।

(उ) हामी चाडपर्वमा .... खान्छौँ ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १६९ को चित्र हेर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यहाँ दिइएको गीत गाउनुहोस् र विद्यार्थीलाई सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले मान्ने विभिन्न चाडपर्व र ती चाडपर्वमा गरिने कार्यका सम्बन्धमा भन्न लगाउनुहोस् ।
- चाडपर्वमा के के गरेको मन पर्छ बताउन लगाउनुहोस् ।
- आफूले नमनाउने तर अरूले मनाउने चाडपर्वको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- अरूले मनाउने चाडपर्वको सम्मान गर्नुपर्ने बानीको विकास गराउने कुरा बताउनुहोस् ।

- छोटा छोटा प्रश्नहरू गर्दै कुन कुन पर्वमा के के गरिन्छ ? सोध्नुहोस् उत्तर सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- विभिन्न चाडपर्वमा लगाइने लुगाका चित्र, पुतली वा भिडियो प्रदर्शन गर्दै यी पोसाकहरूका सम्बन्धमा परिचय गराउनुहोस् ।
- चित्र देखाउँदै पर्व र पोसाक सम्बन्धमा प्रश्न गर्नुहोस् र उत्तर सुनिश्चित गर्नुहोस् ।
- सम्भव भएमा विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो परम्परागत पोसाक लगाएर आउन भन्नुहोस् र कक्षामा सबैका सामु प्रदर्शन गर्ने अवसर दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७० को क्रियाकलाप (ञ) मा दिइएको अभ्यास गराउनुहोस् र मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- विद्यार्थीहरूलाई विषयवस्तुसँग सम्बन्धित छोटा प्रश्नहरू सोधेर तत्काल मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । विद्यार्थीले जवाफ दिन नसकेमा थप अभ्यास र क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा उल्लिखित अभ्यासहरू गर्न सके नसकेको आधारमा मूल्याङ्कन गरी आवश्यक परे सिकाइ अभ्यास पुन: दोहोऱ्याउनुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो समुदायमा मनाउने चाडपर्व, चाडपर्व मनाउँदा प्रयोग हुने पोसाक, खानेकुरा तथा गर्ने कामका बारेमा एक/एक पेज लेख्न लगाउनुहोस् र गरेका कामको प्रशंसा गर्नुहोस् ।
- कुनै स्थानीय मुख्य चाडपर्वका बारेमा माथिका जस्तै प्रश्न गर्दै छलफल तथा अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई अगिल्लो दिन नै तपाईँका घरमा के के चाड पर्व मनाउने गर्नुभएको छ । अभिभावकसँग सोधेर टिपेर ल्याउन भन्नुहोस् । भोलिपल्टको कक्षामा विद्यार्थीहरूको परिवारमा मनाइने चाडपर्वका सम्बन्धमा प्रश्नोत्तर गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।
- चाड पर्वमा खाइने खानेकुराका सम्बन्धमा पनि छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : २ हाम्रो संस्कार

परिचय

बालबालिकालाई आफन्त, छिमेकी, शिक्षक र साथीभाइसँगको भेटघाटमा एकआपसमा अभिवादन गर्न, मान्यजनलाई सम्मान र आदर गर्न तथा सानालाई माया गर्न सिकाउने तथा आफ्नो घरपरिवार, आफन्त र छिमेकमा समयअनुसार हुने कार्यक्रम, उत्सव र पर्वमा शुभकामना आदान प्रदान गर्न सिकाउने क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश गरिएको छ ।

शैक्षणिक सामाग्री

पाठसँग सम्बन्धित चित्र तथा विभिन्न संस्कारका गतिविधिहरूको भिडियो ।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७१ को क्रियाकलाप (क) को चित्रमा देखाइए जस्तै गरी विद्यार्थीहरूलाई घेरामा राख्नुहोस् ।
- घेराका बिचमा दुईओटा चिह्न लगाई एक पटकमा दुई जना विद्यार्थीलाई बिचमा बोलाई उक्त चिह्नमा आमनेसामने हुने गरी उभिन लगाउनुहोस् ।
- एक अर्कालाई नमस्कार गर्न लगाई तपाईंलाई स्वागत छ भन्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी नै सबैको पालो पुगेपछि आआफ्नो स्थानीय भाषा र संस्कृतिअनुसार अभिवादन गर्न सिकाउनुहोस् ।
- यो क्रम पटक पटक दोहोऱ्याउनुहोस् । यसो गर्न अप्ठेरो मानेकाहरूलाई थप सहयोग गर्नुहोस् ।
- यस क्रियाकलापलाई दुईओटा लाइनमा आमने सामने हुने गरी गराउन पनि सक्नुहुने छ, जस्तै : शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई कसैलाई भेट्दा अभिवादन गर्ने, स्वागत, सम्मान र आदर तथा माया गर्ने हाम्रो संस्कार भएको कुरा सम्झाउनुहोस् र हरेक दिन यस्तो कार्य गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

- विद्यार्थी पुस्तकको पेज न. १७१ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएको नमस्ते गीत शिक्षकले ताल मिलाएर हाउभाउसहित गाउनुहोस र विद्यार्थीलाई पनि सामूहिक रूपमा अभिनयसहित गाउन लगाउनुहोस र राम्रो अभिनयको प्रशंसा गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

एक अर्कामा माया गरेको, सम्मान र आदर गरेको झल्काउने खालका कथा भन्दै हामीले पनि सबैलाई आदर, सम्मान र माया गर्नुपर्छ भनी सिकाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७२ र १७३ को चित्र देखाउनुहोस् । त्यहाँ भएका गतिविधिहरू के केका हुन्, अनुमान गर्न र सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- पेज न. १७२ र १७३ को मामा घरसम्बन्धी कथा तथा यस्तै अन्य कथा विद्यार्थीहरूलाई सुनाउनुहोस् र कथाको सन्देशहरूबारे छलफल गराई तलका प्रश्नहरू सोधी उत्तरको अपेक्षा गर्नुहोस् ।
  - घरमा मान्यजन आउँदा के गर्नुहुन्छ ?
  - आफूभन्दा ठुलालाई कसरी अभिभवादन गर्नुपर्छ ?
  - नयाँ साथी भेट्दा कसरी अभिवादन गर्नुहुन्छ ?
  - तपाईंको परिवार र छिमेकमा के के कार्यक्रम र उत्सवहरू हुन्छन् ?

क्रियाकलाप ५

- घरमा हुने गरेका संस्कारहरू (जस्तै : विवाह, व्रतबन्ध, कुलपूजा, श्राद्ध आदि) र अन्य विषयवस्तुमा आधारित कथा सुनाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरू त्यस्ता संस्कारमा संलग्न भएको अनुभव छ कि, सोध्नुहोस् । यदि छ भने कहिले संलग्न हुनुभयो ? त्यहाँ के के भए ? के गरिएको थियो ? के खानुभयो ? घरमा को को मानिसहरू आउनुभएको थियो ? जस्ता प्रश्नहरू गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७४ को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएको संवाद वा कुराकानीमा जस्तै विद्यार्थी पात्रहरूलाई त्यसरी नै अभिनयसहित कुराकानी गर्न सिकाउनुहोस ।
- कक्षामा सबै विद्यार्थीको जन्म दिन सोधेर एउटा तालिका बनाउनुहोस् र कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् । कुनै पनि विद्यार्थीको जन्मदिन परेको दिन उसको जन्मदिनमा साथीसाथीबिच शुभकामना आदानप्रदान गर्ने बानी सिकाउनुहोस ।

- जन्मदिन परेका विद्यार्थीहरूलाई कक्षाको अगाडि राखेर अन्य सबैलाई शुभकामना दिन सिकाउनुहोस् । सामूहिक रूपमा शुभकामना गीत पनि गाउन सिकाउनुहोस् । यो क्रम सबैको लागि गर्नुहोस् ।
- जन्म दिनको अवसर पारेर विद्यार्थीलाई बिरुवा रोप्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले रोपेका बिरुवा उनीहरूलाई हेरचाह गर्ने र हुर्काउने जिम्मेवारी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७५ का चित्रहरू हेर्न र सोच्न लगाउनुहोस् । ती के केका चित्र हुन् ? सोध्नुहोस् ।
- यी चिह्नहरू हाम्रो देशलाई चिनाउने राष्ट्रिय चिह्न हुन् भन्ने कुरा सिकाउनुहोस् ।
- हाम्रो देशलाई चिनाउने राष्ट्रिय चिह्नहरू सम्बन्धित भिडियो अडियो सामाग्रीहरू देखाउनुहोस् र थप छलफल गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- विषयवस्तुहरूसँग सम्बन्धित छोटा प्रश्नहरू गरेर, विभिन्न अनुभवहरू भन्ने मौका दिएर आवश्यकताअनुसार रुजुसूची र श्रेणी मापन जस्ता अवलोकनका विधिहरू अपनाएर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । (क्रियाकलाप १, २, ३, ४ र ७ सँग सम्बन्धित)
- विद्यार्थीहरू एकआपसमा भेट हुँदा शिक्षकहरूसँग भेट हुँदा अभिवादन गरे नगरेको याद गर्नुहोस् र कसैले गरेको छैन भने उसलाई तुरुन्त अभिवादन गर्ने कुरामा सचेत गराउनुहोस् । (क्रियाकलाप ४ सँग सम्बन्धित)
- छोटा उत्तर आउने निम्नानुसारका नमुना प्रश्नहरू सोधेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । (क्रियाकलाप ४ र ६ सँग सम्बन्धित)
  - साथीलाई भेट्दा कसरी अभिभादन गर्नुहुन्छ ?
  - सम्मान र आदर कसलाई गर्नुपर्छ ?
  - माया कसलाई गर्नुपर्दछ ?
- विभिन्न सांस्कृतिक क्रियाकलापहरूको चित्र वा भिडियो सामग्री देखाएर त्यसको पहिचान गर्न र परिचय बताउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीको प्रतिक्रियाका आधारमा सिकाइ उपलब्धिस्तरको अङ्कन गर्नुहोस् । (क्रियाकलाप ५ सँग सम्बन्धित)

विषयक्षेत्र अवधिभरको मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज न. १४२ मा उल्लिखित मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तरर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन : मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १४२ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरूसँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतीजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

सञ्चार प्रविधि र बजार

परिचय

विद्यार्थीहरूलाई सूचना आदान प्रदानका लागि सञ्चारका साधनहरूसँग परिचित हुने, यातायातका साधनहरू र स्थानीय बजारसँग परिचित भई मितव्ययी रूपमा खर्च गर्ने बानी विकाससँग सम्बन्धित क्रियाकलापहरू यस विषयक्षेत्रले समेटेको छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्य घण्टा १०
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँ गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			२
कुराकानी र जानकारी	• दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने सञ्चारका माध्यमहरूको नाम बताउन • आफ्नो परिवार र साथीहरूसँग मौखिक सञ्चार गर्न • सञ्चारका साधनहरू प्रयोग गर्दा अपनाउनुपर्ने सुरक्षाका उपायहरूप्रति सचेत रहन	• सञ्चार सिप • प्राविधिक साक्षरता सिप	४
यातायातका साधन	• यातायातका मुख्य साधनहरूको नाम बताउन	• सिकाइ सिप	२
बजार	• परिवारका सदस्यहरूले बजारमा किनबेच गर्ने सामग्रीहरू पहिचान गर्न	• सहयोग र सहकार्य सिप	२

विषयक्षेत्र पृष्ठ क्रियाकलाप

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७६ मा दिइएको चित्रमा के के देखाइएको छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- सूचना प्राप्त गर्ने र कुराकानी गर्न मिल्ने के के साधनका चित्रहरू देखाइएका छन्, भन्न लगाउनुहोस् ।

- के तपाईंको घरमा पनि यस्ता साधनहरू छन् ? तिनको काम के हो ? पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- बजारमा मानिसहरू के गर्दैछन् ? के तपाईं पनि बजार जानुभएको छ ? के किन्नका लागि जानुभएको थियो ? तपाईंको बजार घरबाट कति टाढा छ ? लगायतका प्रश्नोत्तर गरी छलफल गराउनुहोस् ।

हेरौँ र चिनौँ :

पाठ : १

कुराकानी र जानकारी

परिचय

विद्यार्थीमा आफ्नो कुरा अरूलाई बताउन सक्ने, अरूको कुरा सुन्ने, रेडियो, टिभी, पत्रपत्रिका, टेलिफोन, कम्प्युटर आदिबाट प्राप्त जानकारीको आदानप्रदान गर्नेसम्बन्धी क्रियाकलापहरू यो पाठमा समावेश गरिएका छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित सञ्चार प्रविधिका साधनहरू (रेडियो, टिभी, पत्रपत्रिका, टेलिफोन, कम्प्युटर) र चित्रहरू, कार्डबोर्ड, कलर पेन्सिल, ड्इङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज नं. १७७ मा दिइएका चारओटा चित्रहरूमा के के देखाइएको छ, अवलोकन गरी भन्न लगाउनुहोस् ।

- चित्रका आधारमा निम्न प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र सञ्चारका साधनहरू तथा तिनको महत्त्वबारे सामूहिक छलफल गराउनुहोस् ।
  - टेलिफोन केका लागि प्रयोग हुन्छ ?
  - तपाईंले फोनमा कुरा गर्नुभएको छ ? कोसँग कुरा गर्नु भएको छ ?
  - रेडियो सुनेर के थाहा पाउनुहुन्छ ?
  - तपाईं टिभीमा के के कार्यक्रम हेर्न मन पराउनुहुन्छ ?
  - के तपाईंले पत्रिका पढ्ने गर्नु भएको छ ?
  - के तपाईंलाई कम्प्युटर चलाउन आउँछ ?
  - पत्रिका र टिभीबाट पाइने जानकारी उस्तै हुन्छन् ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७८ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । टिभी र मोबाइलको प्रयोग तथा महत्त्वबारे छलफल गराउनुहोस् ।

- सोही पेजका क्रियाकलाप (ग) को बालबालिकाहरू खेलिरहेको चित्रले सञ्चारका लागि प्रयोग हुने साधन चिन्ने र प्रयोग बताउने खेलको सङ्केत गरेको छ ।
- यो क्रियाकलाप छलफल गराउन नभएर खेल खेलाउन राखिएको हो । निम्नानुसार खेल खेलाउनुहोस् ।

खेल खेल्ने तरिका

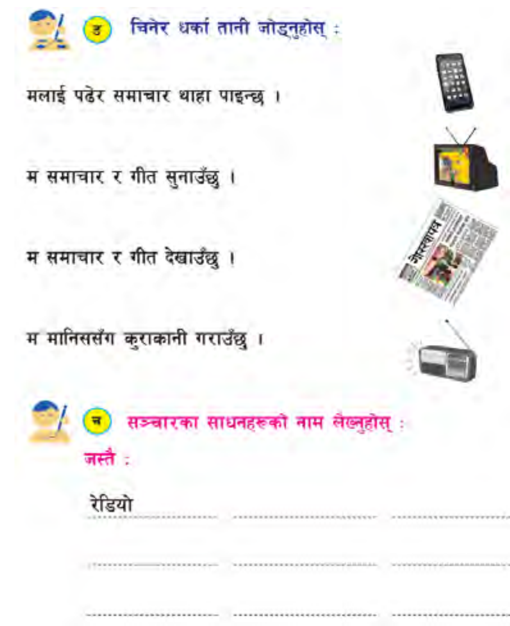
- विभिन्न सञ्चारका साधनहरू (टिभी, मोबाइल, कम्प्युटर, चिठी, पत्रपत्रिका) अङ्कित चित्रपत्ती तयार पार्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई गोलो घेरामा बस्न लगाई उक्त चित्रपत्तीहरूमा देखाइएको साधनको नाम उच्चारण गर्दै पास गर्न लगाउनुहोस् ।
- अब चित्रपत्तीहरू एक एक गरी देखाउँदै त्यसको काम बताउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई पुन: चित्रपत्तीहरू पास गर्दै नाम र काम उच्चारण गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १७९ को क्रियाकलाप (घ) ले विद्यार्थीहरूलाई सञ्चारका साधनका रूपमा अभिनय गराउन सङ्केत गरेको छ ।
- सञ्चारका विभिन्न साधनहरूको चित्र सङ्कलन गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई चित्र छात्तीमा टाँसेर अभिनय गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै : छात्तीमा रेडियो टाँस्नेलाई "म रेडियो हुँ । म समाचार भन्छु । म गीत पनि सुनाउँछु ।" भन्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसै गरी अन्य चित्र टाँस्नेलाई पनि भन्नुपर्ने कुरा सिकाइ अभिनय गर्न लागाउनुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो कम्तीमा एक एकओटा साधनको अनुकरण गर्ने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८० को क्रियाकलाप (ङ) को चित्रमा देखाइएका सञ्चारका साधनहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- उक्त साधनहरूका कामसम्बन्धी जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (च) मा दिइएको खाली स्थानमा सञ्चारका साधनहरूको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीका कामको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । काम पूरा गर्न नसक्ने विद्यार्थीहरूलाई आवश्यकताअनुसार पटक पटक थप सहायता प्रदान गर्नुहोस् ।



क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८२ को क्रियाकलाप (झ) मा दिइएका सञ्चारका साधनहरूका काम लेख्नेसम्बन्धी कार्य विद्यार्थीलाई गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो मूल्याङ्कनका लागि दिइएको क्रियाकलाप भएकाले सुरुमा विद्यार्थीलाई बिना सहायता गर्न दिनुहोस् ।
- विद्यार्थीले लेख्न नसकेमा मात्र थप छलफल तथा सिकाइ क्रियाकलाप गरेपछि फेरि लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (ज) ले बालबालिकाहरूले सञ्चारका साधन चलाउने सम्बन्धमा अनुभव भन्न लगाउने कुरा सङ्केत गरेको छ ।
- यो पेजमा दिइएका वा यसबाहेक पनि उनीहरूले के के साधन चलाएका छन् ? ती साधानहरू के के कामका लागि चलाउने गरेका छन् ? धेरै समय चलाउँदा के बेफाइदा हुन्छ ? छलफल गराउनुहोस् ।
- सञ्चारका साधनहरू चलाएको सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना अनुभव पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र दिइएको रुजुसूची भर्न लगाउनुहोस् ।

	छ	छैन
	√	

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८२ को क्रियाकलाप (झ) मा दिइएका सञ्चारका साधनहरू के के हुन् चिनेर नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- यसमा दिएका साधनहरूबाट कुरा गर्न मिल्ने वा नमिल्ने के हुन धर्का तानेर मिलाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- यससँग सम्बन्धित निम्न प्रश्नहरू पनि सोध्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- देख्न र सुन्न पनि सकिने साधनको नाम भन्नुहोस् ।
- पत्रपत्रिका पढ्दा के फाइदा हुन्छ ?
- कुराकानी गर्न मिल्ने साधनहरू कुन कुन हुन् ?
- चिठी कस्तो साधन हो ?
- रेडियो कस्तो साधन हो ? यसबाट के जानकारी पाइन्छ ?

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८३ को क्रियाकलाप (ञ) मा दिइएका सञ्चारका साधनहरूसम्बन्धी गीत शिक्षकले गाउनुहोस् र सँगसगै विद्यार्थीलाई पनि लय र तालमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- यसमा चित्रमा दिएका सञ्चारका साधनहरू केका लागि प्रयोग गरिएका छन्, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- गीतले दिएको सन्देश छलफल गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

(ञ) गीत गाऔं :

टाढै बसी हेर बाबु
टाढै बसी हेर
मोबाइल र टिभीदेखि
टाढै बसी हेर
नजिक बसी टिभी हेर्दा
आँखा कमजोर हुन्छ ।
बिजुलीको तार चलाए
करेन्ट लाग्न सक्छ ।
टाढै बसी हेर नानी
टाढै बसी हेर
मोबाइल र टिभीदेखि
टाढै बसी हेर
रेडियोको ठुलो स्वरले
रिसाउँछन् अरु
कम्प्युटर नि टाढै बसी
चलाउनू है बरु ।

नमुना प्रश्नहरू

- नजिक बसेर टिभी हेर्नु राम्रो हो ?
- नजिक बसेर टिभी हेर्दा के हुन्छ ?
- बिजुलीको तार किन चलाउनु हुँदैन ?
- ठुलो स्वरमा रेडियो किन बजाउनु हुँदैन ?
- निरन्तर लामो समय मोबाइल फोन चलाउँदा के हुन्छ ?

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८४ को क्रियाकलाप (ट) को चित्रमा देखाइएका सञ्चारका साधनहरू के के काममा प्रयोग भएको देखाइएको हो भन्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येकको जोडा चित्रमा गर्न हुने र गर्न नहुने चिनेर ठिक चिह्न लगाउन लगाउनुहोस् ।
- नजिकबाट टिभी हेर्न, ठुलो आवाजमा रेडियो टिभी बजाउन नहुने, मोबाइलमा खेल्न नहुने कुरामा सचेत गराउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तकमा नभएका यस पाठसँग सम्बन्धित अन्य सचेतना जगाउने खालका कथा, चित्र तथा भिडियो सामग्रीहरू प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (ठ) मा दिइएका छओटा खाली ठाउँमा आफ्नो घरमा प्रयोग हुने सञ्चारका साधनहरूको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
- यी क्रियाकलापहरू विद्यार्थी मूल्याङ्कनका लागि दिइएका हुन् । सञ्चारका साधनहरूको सावधानीपूर्वक प्रयोग गर्ने सम्बन्धमा उनीहरूका बानी थाहा पाई खराब बानी हटाउन आवश्यक प्रयास गर्नुहोस् ।
- सञ्चारका साधनहरूको नाम लेख्ने अभ्यास गर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८५ को क्रियाकलाप (ठ) को चित्रमा देखाइए जस्तै पुरानो कागज काटेर कार्डबोर्डमा टाँसी सञ्चारका साधनसम्बन्धी आफूलाई मनपर्ने कोलाज चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।
- आफूले तयार गरेका चित्रहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्ने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।

मूल्याङ्कन :

१. मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति : (क्रियाकलाप १, २ र ४ सँग सम्बन्धित)

(क) चारओटा सञ्चारका साधनहरूको नाम भन्नुहोस् ?

(ख) तपाईँको घरमा के के सञ्चारका साधनहरू छन् ?

(ग) तपाईँ घरमा टिभी हेर्दा टाढा बस्नुहुन्छ कि नजिक ?

(घ) रेडियो सुन्दा के फाइदा हुन्छ ?

(ङ) कम्प्युटर के केका लागि प्रयोग गरिन्छ ?

(च) सुन्न र देख्न सकिने साधनहरू के के हुन् ?

(छ) मोबाइल फोनमा के के गर्न मिल्छ ?

२. रुजुसूची : विद्यार्थीहरूलाई तल दिइएअनुसारको रुजुसूची तयार गरी बाँड्नुहोस् र सञ्चारका साधनहरूको उपयोगसम्बन्धी गर्न मिल्ने र गर्न नमिल्ने भनाइमा ठिक चिह्न (√) दिन लगाउनुहोस् : (क्रियाकलाप १, २, ३, ४, ५, ६, ७ सँग सम्बन्धित)

सञ्चारका साधनहरूको उपयोग	सहमत	असहमत
टिभी हेर्न टाढा बस्नुपर्छ ।		
करेन्ट बगेको बिजुलीको तार खेलाउन मिल्छ ।		
मोबाइलफोनमा कुराकानी गर्न सकिन्छ ।		
घरमा भएको रेडियोबाट कुराकानी गर्न सकिन्छ ।		
टिभी हेर्दै पढाइ लेखाइ गर्नुपर्छ ।		
पत्रपत्रिकामा समाचारहरू पढ्नुपर्छ ।		
टाढा रहेका आफन्तलाई चिठी पठाउन सकिन्छ ।		
हामीले कम्प्युटर चलाउन सिक्नुपर्छ ।		

३. विद्यार्थीले बनाएको कोलाजलाई निम्न आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस :

(क) आकर्षक देखिने (ख) स्थानीय वस्तुहरूको प्रयोग भएको

(ग) टुक्राहरूको उचित संयोजन गरिएको

विस्तारित क्रियाकलाप

- मोबाइल र टेलिभिजनको दुरूपयोग गर्दा हुने हानी र यस्तो बेलामा अपनाउनुपर्ने व्यक्तिगत सुरक्षाका उपायहरूसम्बन्धी कथा, गीत तयार गरी कक्षाकोठामा सुनाउनुहोस् । कथाको सारबारे छलफल गराउनुहोस् ।

यातायातका साधनहरू

परिचय

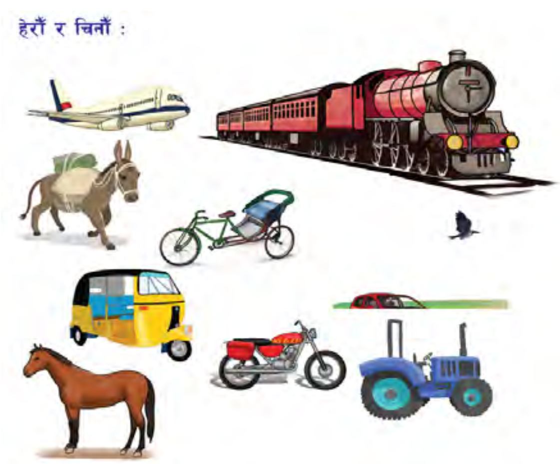
बालबालिकाहरूलाई हाम्रो दैनिक जीवनमा आवश्यक पर्ने विभिन्न यातायातका साधनहरू (साइकल, रिक्सा, बस, ट्रेन, हवाईजहाज, घोडा, खच्चड, मोटरसाइकल आदि) बारे परिचित हुने, यस्ता साधनको आवश्यकता र महत्त्व बताउने, सडकमा हिँड्दा र बाटो काट्दा अपनाउनुपर्ने सावधानी जस्ता धारणा विकास गर्न यो पाठ केन्द्रित रहने छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित विभिन्न यातायातका साधनहरूको चित्र तथा रेखात्मक चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १



- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८६ मा दिइएको चित्रमा के के यातायातका साधनहरू छन्, अवलोकन गरी तिनको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- यससम्बन्धी निम्नानुसारका प्रश्नमा आधारित प्रश्नोत्तर र छलफल गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंले के के यातायातका साधनहरूबाट यात्रा गर्नु भएको छ ?
- सडकमा गुड्ने यातायातका साधनहरू के के हुन् ?
- आकाशमा उड्ने यातायातका साधनहरू के के हुन् ?
- टाढा टाढा जानु परेमा कसरी जान सकिन्छ ?
- नदी र तालमा वारपार गर्न के प्रयोग गर्नुपर्छ ?
- तपाईंलाई कुन कुन यातायातका साधन मन पर्छ ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८७ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका चित्रमा के के यातायातका साधनहरू छन् अवलोकन गरी तिनको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

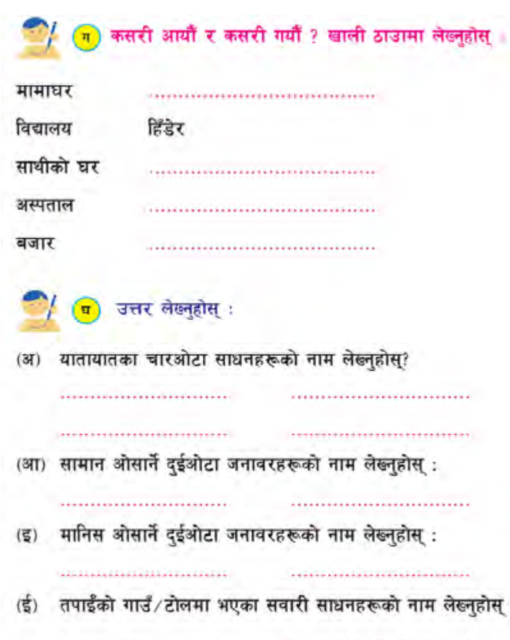
- प्रत्येक साधनको नाम दिइएको खाली ठाउँमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा दिइएका सातओटाबाहेकका अरू साधनहरू (बस, माइक्रोबस, हेलिकोप्टर, रिक्सा, गाडा) का चित्रपत्ती विद्यार्थीको समूहमा बाँड्नुहोस् र पहिचान गरी तिनको प्रयोगबारेमा सामूहिक छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८८ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका चित्रमा के के यातायातका साधनहरू छन् पहिचान गरी तिनको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- उक्त साधनहरू चढेको छु वा चढेको छैन भन्ने उल्लिखित कोठामा ठिक चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।
- व्यक्तिगत रूपमा विभिन्न प्रश्नहरू सोधी उनीहरूले चढेका, नचढेका तर देखेका वा कुरा सुनेका आधारमा अनुभव सुनाउने अवसर प्रदान गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- तपाईंले यातायातका कुन कुन साधनहरूबाट यात्रा गर्नु भएको छ ?
- कहाँ जाँदा चढ्नुभएको हो ?
- यातायतका साधन चढ्दा तपाईंलाई कस्तो लाग्यो ?
- तपाईंले नचढेका यातायत कहाँ देख्नु भएको थियो ?
- तपाईंको गाउँघरमा के के यातायातका साधनहरू चल्दछन् ?
- के तपाईंले टिभी र पत्रपत्रिकामा पनि यस्ता यातायतका साधन देख्नुभएको छ ?



क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १८९ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएको खाली स्थानमा केबाट आएको वा गएको हो, यातायातका साधनहरूको नाम भर्न लगाउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (घ) मा दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर खाली ठाउँमा भर्न लगाउनुहोस् ।

- यससँग सम्बन्धित निम्नानुसार प्रश्नहरू गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।

जस्तै :

  - घरबाट विद्यालय कसरी आउनु भयो ?
  - सामान ओसार्ने जनावर के के हुन् ?
  - मानिस बोक्ने जनावरहरू के के हुन् ?
  - बिरामी बोक्ने साधन कुन हो ?
  - उड्ने साधन र गुड्ने साधनमा चढ्नुमा के फरक छ ?

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९० को क्रियाकलाप (ङ) मा दिइएको चित्रले विद्यार्थीहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा सोच्ने अवसर प्रदान गरेको छ ।
- चित्र हेरेर मनमा लागेका कुरा भन्न विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- यस कार्यमा सहजीकरणका लागि थोरैभन्दा थोरै निर्देशक प्रश्नहरू गर्न सकिने छ, जस्तै :
  - ट्रकले के ओसार्छ ? आगो निभाउने यन्त्रलाई के भनिन्छ ?
  - समुद्रमा कुन यातायातको साधन चल्दछ ?
  - ट्राफिक लाइटमा कति रङका बत्तीहरू देखिन्छन् ?
  - रातो बत्ती बलेका बेलामा यातायातका साधनहरूलाई के गर्नुपर्दछ ?

- सोही पेजको क्रियाकलाप (च) मा दिइएको गीत अभिनयसहित गाउन लगाउनुहोस् । निम्नानुसार प्रश्न गर्दै छलफल गर्नुहोस् :
  - सडक पार गर्दा कहाँबाट हिँड्नुपर्छ ?
  - बाटोमा हिँड्दा किन होसियार हुनुपर्छ ?
  - जेब्राक्रस भनेको के हो ? यसबाट के गर्नुपर्छ ?
  - बस चढ्ने सुरक्षित तरिका के हो ?

मूल्याङ्कन

माथिका क्रियाकलाप गर्ने क्रममा सोधिएका प्रश्नहरू तथा गरिएका अभ्यासमा विद्यार्थीहरूबाट प्राप्त उत्तरका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूलतः विद्यार्थीहरूले यातायातका साधनहरूको नाम भन्न सके नसकेको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीलाई यातायातका साधनहरूको चित्र कोर्न, नाम लेख्न र उपयुक्त रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसरी बनाएका चित्रहरू सबैले देख्ने गरी प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र सहपाठी मूल्याङ्कन गराउनुहोस् ।

पाठ : ३ बजार

परिचय

बालबालिकाहरूलाई आफ्नो वरपरको बजार र बजारमा हुने गतिविधिहरूसँग परिचित गराउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य हो । यसका लागि बजारमा हुने किनबेचमा सहभागिता तथा अभिनय, बजारको महत्त्वका सम्बन्धमा छलफलसम्बन्धी क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

बजारको किनमेलसम्बन्धी, पसले र ग्राहकको चित्र, बजारमा पाइने सामानको नमुना वा चित्र सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९१ मा दिइएको बजारको चित्र अवलोकन गरी यसमा के के भइरहेको छ, विद्यार्थीलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- यससम्बन्धी निम्नानुसार प्रश्न गर्दै प्रश्नोत्तर र छलफल गर्नुहोस् :

नमुना प्रश्नहरू

- बजार भनेको के हो ? बजारमा के के हुन्छन् ?
- तपाईंको घर नजिकै कुन बजार छ ?
- बजारमा के के किन्न पाइन्छ ?
- बजारमा सामान बेच्नेलाई के भनिन्छ ?
- बजारमा सामान किन्ने मानिसलाई के भनिन्छ ?
- बजारमा तपाईंलाई के के सामान किन्न मन लाग्छ ?
- बजार नहुने हो भने के होला ?

क्रियाकलाप २

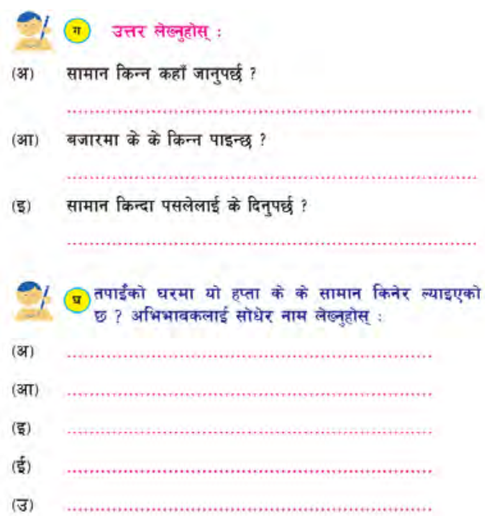
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९२ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका बजारसम्बन्धी विभिन्न प्रश्नहरू पालैपालो सोध्नुहोस् र अगिल्लो क्रियाकलापमा जस्तै छलफल गराउनुहोस् ।

- सोही पेजको क्रियाकलाप (ख) को चित्रमा देखाए जस्तै विद्यार्थीको समूह बनाई पसले र ग्राहकको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

- यसका लागि एउटा समूहलाई पसले बनाई बेच्नका लागि केही सामानहरू (कापी, कलम, चकलेट, मिठाई, केरा, स्याउ, सुन्तला आदि) राख्न लगाउनुहोस् ।
- अर्को विद्यार्थीको समूहलाई रुपियाँ पैसा तिरेर आफूलाई मन लागेका सामान किन्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।
- अपाङ्गता भएका साथीलाई बजार जान र किनमेल गर्न सहयोग गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९३ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख्न लगााउनुहोस् ।
- सोही पेजको क्रियाकलाप (घ) मा दिइएको प्रश्नका आधारमा यो हप्ता आफ्नो घरमा बजारबाट के के सामानहरू किनेर ल्याएको हो अभिभावकसँग सोधेर दिइएको खाली ठाउँमा भर्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले लेखेका उत्तरहरू पालैपालो भन्न लगाई तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।


ग उत्तर लेख्नुहोस् :

(अ) सामान किन्न कहाँ जानुपर्छ ?

....

(आ) बजारमा के के किन्न पाइन्छ ?

....

(इ) सामान किन्दा पसलेलाई के दिनुपर्छ ?

....

घ तपाईंको घरमा यो हप्ता के के सामान किनेर ल्याइएको छ ? अभिभावकलाई सोधेर नाम लेख्नुहोस् :

(अ) ....

(आ) ....

(इ) ....

(ई) ....

(उ) ....

मूल्याङ्कन

१. मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति : मौखिक र लिखित अभिव्यक्ति क्षमता जाँच गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । (१ र २ को क्रियाकलाप मूल्याङ्कन गर्न)

(क) तपाईंको घरबाट नजिक पर्ने बजारको नाम भन्नुहोस् ?

(ख) हामी बजार किन जानुपर्छ ? बजारमा के के किन्न पाइन्छ ?

(ग) तपाईं कोसँग कहिले बजार जानु भएको थियो ?

(घ) बजारबाट के फाइदा हुन्छ ? बजार नभएमा के हुन्छ ?

(ङ) हाट बजार र अन्य बजारमा के फरक हुन्छ होला ?

२. आआफ्नो घरमा एक हप्ताभित्रमा विभिन्न शीर्षकमा के के सामानहरू बजारबाट खरिद गरिएको छ दिइएको तालिका भर्न लगाउनुहोस् ।

क्र.स.	अवश्यक सामग्रीका क्षेत्रहरू	बजारबाट किनिएका सामग्रीहरू
१.	फलफूल	

२.	तरकारी	
३.	दाल र गेडागुडी	
४.	अन्न	
५.	लेख्ने र पढ्ने सामग्रीहरू	
६.	लुगा कपडाहरू	
७.	मिठाई	

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीलाई नजिकैको बजार अवलोकन गर्न लैजानुहोस् र बजारबाट फर्किएपछि देखेका विभिन्न वस्तुहरूको नाम लेख्न र चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।

विषयक्षेत्र अवधिभरको मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज १४३ मा उल्लिखित दुईओटा मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा भएको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन : मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्न प्रयोग गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १४३ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतिजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

हाम्रो वरपरको संसार

परिचय

विद्यार्थीहरूलाई मौसमको परिचय, मौसम फेरबदल, मौसमअनुसारको पहिरनका सम्बन्धमा ज्ञान सिप विकास गर्नु यस विषयक्षेत्रको उद्देश्य रहेको छ । यसका साथै वरपरको जमिनको बनावट, हावा र पानीको महत्त्व तथा प्रयोग जस्ता विषयवस्तुसँग सम्बन्धित धारणा विकाससम्बद्ध क्रियाकलापमा जोड दिइएको छ ।

विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित पाठ, सिकाइ उपलब्धि र समय योजना

पाठ शीर्षक	कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू	व्यवहारकुशल सिप	पाठ्यघण्टा १७
विषयक्षेत्र पृष्ठ छलफल, शिक्षकको सहयोग तथा आफैँ गर्ने स्वतन्त्र सिर्जनशील कार्यहरू (जस्तै : चित्र कोर्ने, गीत गाउने, नाच्ने, अभिनय गर्नेलगायत) तथा थप सहयोग (सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ) का लागि			३
मौसम	• विभिन्न किसिमका मौसमको पहिचान गर्न र सामान्य वर्णन गर्न • कागजलाई स्वतन्त्र रूपमा काटेर नयाँ आकृति बनाउन	• सिकाइ सिप • रचनात्मक सोचाइ	३
मौसमअनुसारका पहिरन	• मौसमअनुसारका लुगाको छनोट गर्न	• प्रयोग सिप	२
जमिन	• आफ्नो घर तथा विद्यालय वरिपरिको जमिनको स्वरूप पहिचान गर्न	• दृश्य साक्षरता सिप	३
पानी	• पानीका स्रोतहरू र दैनिक जीवनमा यसको उपयोगिता बताउन	वैयक्तिक जिम्मेवारी	३
हावा	• दैनिक जीवनमा हावाबाट हुने काम अवलोकन गरी सामान्य क्रियाकलाप गर्न	• प्रयोग सिप	३

विषयक्षेत्र पृष्ठ क्रियाकलाप

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९४ मा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गराई उनीहरूको धारणा व्यक्त गर्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाए झैँ हाम्रो वरपरको वातावरणमा रहेका जीवहरू, प्राकृतिक वस्तुहरू, मानिसले बनाएका वस्तुहरू तथा सरसफाइको अवस्था सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।

हेरौँ र छलफल गरौँ :

पाठ : १ मौसम

परिचय

विद्यार्थीहरूलाई वरपरको मौसमको अवस्थासँग परिचित गराउने, घाम लाग्दा तातो हुने, बादल लाग्दा शीतल हुने, पानी पर्ने, हावा चल्ने, मौसमको अवस्थाअनुसार हामीले गर्नुपर्ने तयारी तथा सावधानीसम्बन्धी धारणा विकास गर्ने विषयवस्तुसम्बद्ध क्रियाकलापमा यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

पाठसँग सम्बन्धित मौसम परिवर्तनसम्बन्धी चित्र, मौसमी चार्ट, चित्रपत्तीहरू, कार्डबोर्ड, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९५ मा दिइएका मौसमअनुसारका क्रियाकलापसम्बन्धी छओटा चित्रहरूमा के के देखाइएको छ, अवलोकन गरी भन्न लगाउनुहोस् ।

- चित्रका आधारमा निम्न प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र मौसम र यसको परिवर्तनबारे सामूहिक छलफल गराउनुहोस् :
  - पानी पर्दा के गर्नुपर्छ ?
  - चर्को घाममा हिड्नु पर्दा तपाईँ के गर्नुहुन्छ ?
  - के हुँदा रुखका पात हलिन्छन् ?
  - बादलको कस्तो अवस्थामा पानी पर्छ ?
  - बादलले घामलाई ढाकेमा के हुन्छ ?
  - कस्तो मौसममा आगो ताप्नुपर्छ ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९६ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका चित्रहरू राम्ररी अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् र प्रत्येकमा के के काम भइरहेको छ, छलफल गराउनुहोस् ।

- चित्र १, २ , ३, ४ अनुसार दिइएका प्रश्नहरूका आधारमा कुन कुन मौसमका झलकहरू देखिन्छन्, पहिचान गरी भन्न लगाउनुहोस् ।
- चित्रका आधारमा पानी पर्दा, जाडो हुँदा, गर्मी हुँदा, घाम बढी लाग्दा के के गर्नुपर्छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न.१९७ को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएका चार्टले विद्यार्थीहरूलाई दैनिक रूपमा मौसम हेरी मौसम चार्टमा सङ्केत गर्ने सिप विकासतर्फ लक्षित रहेको छ ।
- विद्यार्थीलाई मौसमको अवलोकन गर्न कक्षाबाहिर लानुहोस् ।
- अवलोकनका क्रममा आकाश खुला छ कि बादल लागेको छ ? रुखका पात हल्लिएका छन् कि छैनन् ? मानिसहरूले बाक्लो कि पातलो लुगा लगाएका छन ? आदि प्रश्नहरू गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।
- आजको मौसमअनुसार चार्ट मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप दैनिक रूपमा गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. १९८, १९९ र २०० को क्रियाकलाप (ग) सम्मको हावा र सूर्यको चित्रकथा शिक्षकले चाख लाग्दो तरिकाले विद्यार्थीलाई सुनाउनुहोस् ।
- उक्त चित्रकथा विद्यार्थीलाई पनि सुद्धसँग पढ्न लगाउनुहोस् र पालैपालो सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- उक्त चित्रकथाका आधारमा निम्न प्रश्नमा आधारित प्रश्नोत्तर र छलफल गर्नुहोस् :
  - सूर्यले हावाको घमन्ड तोड्न कस्तो बाजी राख्न भने ?
  - हावाले बटुवाको लुगा किन फुकाल्न सकेनन् ?
  - सूर्यले कसरी बटुवाको लुगा फुकाले ?
  - बटुवाले किन फेरि लुगा लगाए ?
  - हावा र सूर्य किन मिले ?
  - यो कथाले के सिकाउन खोजेको हो ?

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०१ को क्रियाकलाप (घ) मा दिइएका चित्र विद्यार्थीहरूलाई बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सङ्केतहरूले जनाउने मौसमबारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
- अब सबैलाई साना साना कागजका टुक्रामा आफूलाई मन पर्ने मौसमको सङ्केत बनाउन लगाउनुहोस् ।

- एउटा कार्डबोर्ड पेपरमा क्रियाकलाप (ङ) मा लेखे जस्तै गरी मौसमका नामहरू लेखेर भित्तामा टाँस्नुहोस् ।
- पालैपालो आफूले बनाएको सङ्केत चित्र सम्बन्धित लहरमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी तयार भएको चार्टलाई कक्षामा प्रदर्शन गराउनुहोस् ।
- जम्मा कति जनाले कुन मौसम मन पराए ? कुन मौसम सबैभन्दा धेरै जनाले मन पराए ? घाम लागेको मौसम मन पराउने साथीहरू पानी परेको मौसम मन पराउनेभन्दा कतिले कम वा बढी छन् ? लगायतका प्रश्नहरू गर्दै छलफल गराउनुहोस् ।
- एकीकृत गर्न सकिने अन्य विषयवस्तुहरू समेत समावेश गरी छलफल गर्नुहोस् ।
- दिएका चित्रमा जस्तै घाम लागेको, बादल लागेको, बिजुली चम्केको, पानी परेको, हुरी चलेको आदि मौसममा उनीहरूले गरेका काम सम्बन्धमा आआफ्नो अनुभव प्रत्येक विद्यार्थीलाई सुनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०२ को क्रियाकलाप (च) मा दिइएको मौसमसम्बन्धी गीत शिक्षकले गाउनुहोस् र सँगसगै विद्याथीलाई पनि लय र तालमा गाउन लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा दिएका तीन किसिमका मौसमहरूबाट के के असर परेको देखिन्छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- निम्न प्रश्नहरूमा आधारित भएर छलफल गराउनुहोस् :

नमुना प्रश्नहरू

- घाम लाग्दा के हुन्छ ?

- बतास चल्दा के हुन्छ ?
- पानी परेपछि बाटो कस्तो हुन्छ ?
- बादलले घाम छेकेमा के हुन्छ ?
- पानी परेर बाटो हिलो हुँदा असक्त साथीलाई कसरी सहयोग गर्नुहुन्छ ?
- तपाईँलाई मन पर्ने मौसम कुन हो र किन ?

क्रियाकलाप ७

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०३ को क्रियाकलाप (छ) को चित्रमा देखाइए जस्तै गरी कागजका टुक्राहरू टाँसेर आफूलाई मन पर्ने आकृतिको कोलाज बनाउन लगाउनुहोस् ।
- यसरी तयार गरिएको कोलाजलाई कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन :

१. मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति : मौखिक र लिखित अभिव्यक्ति क्षमता जाँच गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् : (१,२,४ र ६ क्रियाकलापका लागि)

(क) मौसम भनेको के हो ? कुनै चारओटा मौसमका नाम भन्नुहोस् ।

(ख) तपाईँको घरमा जाडो मौसममा के के गर्ने चलन छ ?

(ग) तपाईँ घाम लागेर गर्मी हुँदा कहाँ बस्नुहुन्छ ?

(घ) हुरी बतास आउँदा के हुन्छ ?

(ङ) कस्तो मौसममा छाता ओढ्नु पर्छ ?

(छ) कस्तो मौसममा बाक्लो लुगा लगाउनुपर्छ ?

२. रुजुसूची : विद्यार्थीहरूलाई तल दिइएअनुसारको रुजुसूची तयार गरी बाँड्नुहोस् विभिन्न मौसममा गर्न मिल्नेमा ठिक चिह्न (√) र गर्न नमिल्ने भनाइमा बेठिक चिह्न (X) दिन लगाउनुहोस् । (क्रियाकलाप १, ३, ४ र ६ को मूल्याङ्कन गर्न)

मौसमको प्रकृतिअनुसारको काम	गर्न मिल्ने	गर्न नमिल्ने
घाम लागेर गर्मी बढेमा सितलमा बस्नुपर्छ ।		
पानी परेको समयमा पानीमा भिज्दै खेल्नुपर्छ ।		
हुरी बतास चलेको समयमा घरभित्र बस्नुपर्छ ।		
बर्सात्को पानीमा छाता ओढेर हिँड्नुपर्छ ।		
हामीले सधैँ घाममा बसेर पढाइ लेखाइ गर्नुपर्छ ।		
हावा लागेको समयमा चङ्गा उडाउनुपर्छ ।		
बिजुली चम्केको बेला कम्प्युटर चलाउन हुन्छ ।		

३. क्रियाकलाप ३, ५ र ७ का लागि अवलोकन र स्वतन्त्र अभिव्यक्ति गर्ने क्रियाकलाप गरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीलाई चार चार जनाको समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई घाम लागेको, बादल लागेको, बिजुली चम्केको, पानी परेको, हुरी चलेको सङ्केतसहितका चित्रपत्तीहरू वितरण गर्नुहोस् । यसरी उक्त चित्र पहिचान गर्न लगाउनुहोस् र छलफल गर्दै निम्नानुसारको भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै : म बादल हुँ । मैले पानी पार्ने काम गर्छु । म घाम हुँ । मैले गर्मी गराउँछु ।
- आआफ्नो परिवारमा जाडो, गर्मी र सामान्य मौसममा लगाइने लुगा कपडाका प्रकार, खानाका परिकार र अन्य आवश्यक सामग्रीहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : २ मौसमअनुसारका पहिरन

परिचय

बालबालिकाहरूलाई जाडो र गर्मी मौसममा लगाइने लुगाको प्रकृति चिन्ने, मौसमअनुसार लगाइने लुगाको छनोट गर्ने र उपयुक्त ढङ्गले लुगा मिलाएर लगाउने जस्ता धारणा विकास गर्न यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

मौसमअनुसारका विभिन्न पहिरनको नमुना तथा चित्रहरू, विभिन्न पहिरनमा सजिएका बालबालिकाहरूका चित्रहरू, चित्रपत्तीहरू, कलर पेन्सिल, ड्इङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०४ मा दिइएका पहिरनहरू पहिचान गरी नाम भन्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीले जाडो मौसममा र गर्मी मौसममा लगाउने गरेका पहिरनहरू भन्न लगाउनुहोस् ।
- यससम्बन्धी निम्नानुसारका प्रश्नका आधारमा थप छलफल गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- हामी गर्मी मौसममा कस्ता लुगा लगाउँछौँ ?
- जाडोको मौसममा कस्ता लुगा लगाउनुपर्छ ?
- बाक्लो लुगा लगाउँदा के हुन्छ ?
- कस्तो मौसममा छाता र बर्सादी ओड्नुपर्छ ? यिनीहरूले के सहयोग गर्छन् ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०५ का क्रियाकलाप विभिन्न मौसममा गरिने गतिविधिहरू पहिचान गर्नेसँग सम्बन्धित छ ।

खेल खेल्ने तरिका

- घाम लागेको, पानी परेको, चिसो मौसमहरूको सङ्केत देखाउने फरक फरक बाकसहरू राख्नुहोस् ।

- अर्को बाकसमा विभिन्न मौसममा गरिने गतिविधि तथा लगाइने पहिरन जनाउने चित्रहरू (जस्तै : चस्मा, आइसक्रिम, ज्याकेट, स्विटर, कानेटोपी, गलबन्दी, पातलो टिसर्ट, छाता, रेनकोट, क्याप, बुट, पन्जा आदि) राख्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गरी खेलका नियम बनाउनुहोस् । (नियम : चित्र भएको बाकसबाट चित्र निकाली मिल्ने मौसम सङ्केत गरिएको बाकसमा राख्नुपर्ने, जुन समूहले छोटो समयमा सबै चित्रहरू मिल्ने बाकसमा राख्न सफल हुन्छ उक्त समूह विजेता हुन्छ ।)
- प्रत्येक समूहलाई पालैपालो खेल खेल्ने अवसर दिनुहोस् ।
- नियममा रही खेल जित्ने समूहलाई विजयी घोषण गरी पुरस्कृत गर्नुहोस् ।
- खेलबाट भएको सिकाइ सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०५ को क्रियाकलाप (ख) मा जाडो र गर्मी मौसममा लगाइने लुगाका चित्रहरू चिनेर दिइएको सही कोठामा ठिक चिह्न लगाउन भन्नुहोस् ।
- यीमध्ये आज आफूले कुन कुन लुगा लगाएको हो, पहिचान गरी भन्न लगाउँदै मौसमअनुसारका फरक फरक लुगा लगाइने सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०६ को क्रियाकलाप (ग) मा दिइएको खाली स्थानमा जाडो र गर्मीमा लगाउने लुगाका नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सही उत्तर लेख्न समस्या भएका विद्यार्थीलाई आवश्यक सहायता प्रदान गर्दै हौसला दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०७ को क्रियाकलाप (घ) मा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- दुई चित्रबिच रहेका भिन्नताहरू खोज्न पर्याप्त समय दिनुहोस् ।
- आफूले देखेका भिन्नता पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

- मुख बन्द गरेको र खोलेको, माला भएको र नभएको, सुरुवालको रङ, टोपीको रङ, जामाको रङमा भएको फरक विद्यार्थीहरूले पहिचान गरेको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।
- यस्तै अरू भिन्नता र समानता देखिने चित्रहरू वितरण गरी अवलोकन सिप विकाससम्बन्धी थप अभ्यास गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

१. मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति मौखिक र लिखित अभिव्यक्ति क्षमता जाँच गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् (क्रियाकलाप १ र ३ का लागि प्रयोग गर्ने) :

(क) जाडोमा कस्तो लुगा लगाउनुपर्छ ?

(ख) बाक्लो र न्यानो कपडा कुन मौसममा लगाउनुपर्छ ?

(ग) गर्मीमा लगाइने लुगाहरू के के हुन् ?

(घ) पानी परेको समयमा चाहिने पहिरनहरू के के हुन् ?

(ङ) मौसमअनुसार लगाइने कपडाहरू किन फरक फरक भएका होलान् ?

२. अवलोकन : क्रियाकलाप २ को मूल्याङ्कनका लागि अवलोकनका साधनहरू बनाई मूल्याङ्कन गर्न सकिने छ ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- कैंचीले विभिन्न रङका कागजलाई काटेर वा फोल्ड गरेर मौसमअनुसारका पहिरनको आकृति (जस्तै : सर्ट, पाइन्ट, कोट, ज्याकेट, टोपी, टिसर्ट, भेस्ट, स्विटर आदि) तयार गर्न लगाउनुहोस् । चार्टपेपरमा सूर्यको चित्र बनाई त्यसको मुनितिर गर्मीमा लगाउने लुगाको आकृति टाँस्न लगाउनुहोस् । अर्को चार्टपेपरमा जाडो मौसम झल्किने बादल लागेको, रुखमा पात झरेको र हिउँ परेको चित्र तयार पारी त्यसको मुनितिर जाडोमा लगाउने लुगाको आकृति टाँस्न लगाउनुहोस् । दुवै चार्टलाई सबैले देख्ने गरी प्रदर्शन गराउनुहोस् ।

पाठ : ३

जमिन

परिचय

बालबालिकाहरूमा आफ्नो वरिपरिको जमिनको बनावट र जमिनको महत्त्वसम्बन्धी धारणा विकास गर्न विविध क्रियाकलापहरूमा सहभागी गराउन यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

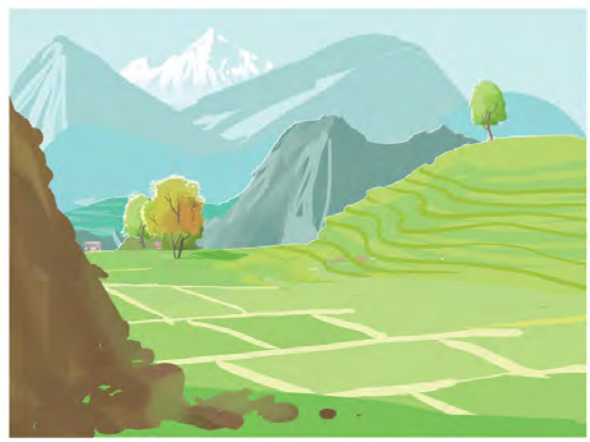
जमिनको बनावट देखिने (डाँडा, पाखा, खेतबारी, हिमाल, पहाड, खोला, वनजङ्गल आदि) चित्रहरू, ढुङ्गा र माटोका नमुना, चित्रपत्ती, सम्बन्धित रेखात्मक चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्रइङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०८ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएको जमिनको बनावटको चित्र अवलोकन गरी विद्यार्थीले पहिचान गरेका जमिनका स्वरूपहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- जमिनको परिचय सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाइएको जमिन र हाम्रो वरपरको जमिनबिच के के समानता र भिन्नता छन्, तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको अनुच्छेद पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस् र निम्नानुसार प्रश्न गर्दै छलफल गर्नुहोस् :

हेरौँ र चिनौँ :



नमुना प्रश्नहरू

- हामी उभिएको ठाउँलाई के भनिन्छ ?
- हामी केमा घर बनाउँछौँ ?
- तपाईंको घर कस्तो जमिनमा बनेको छ ?
- तपाईंलाई कस्तो जमिन मन पर्छ ?
- समथर जमिनलाई के भनिन्छ ?
- जमिनको गहिरो भागलाई के भनिन्छ ?
- हाम्रो वरपरको जमिन कस्तो प्रकारको छ ?

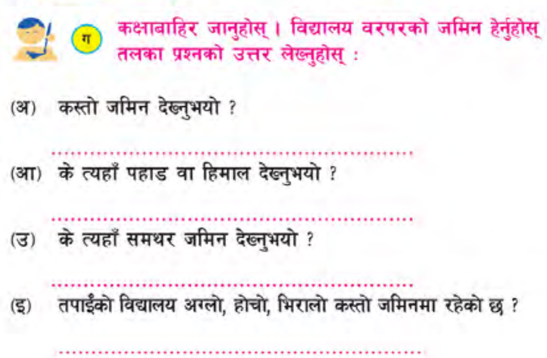
क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २०९ क्रियाकलाप (क) मा देखाइएको जमिनको वनावट अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- अवलोकनका आधारमा दिइएका प्रश्नहरू सोध्दै छलफल गराउनुहोस् ।
- विद्यालय वरपरको जमिन अवलोकन गराउनुहोस् । अग्लो ठाउँ, होचो ठाउँ, खोँच, मैदान, फाँट, हिमाल, पहाड आदि चिनाउनुहोस् ।

- जङ्गलले ढाकेको, पानी भएको, सुक्खा, घाँस भएको, रोड भएको, खेती गरेको, बाँझो जमिनहरू कहाँ कहाँ छन्, देखाउँदै छलफल गर्नुहोस् ।
- खेल मैदान, घर भएको जमिन, जनावर बस्ने ठाउँ, कलकारखाना भएको ठाउँ आदि चिनाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१० को क्रियाकलाप (ख) मा दिइएको जमिनको बनावटका चित्रहरू के के हुन्, चिनेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- यस अघिको क्रियाकलापमा विद्यार्थीलाई कक्षा बाहिर लगेर वरपरको जमिन अवलोकन गराउँदाको बखत पाठ्यपुस्तकको पेज न. २१० को क्रियाकलाप (ग) मा दिइए जस्तै प्रश्नहरू सोध्दै छलफल गर्नुहोस् ।
- कक्षाकोठामा आएपछि खाली ठाउँमा उत्तर लेख्न लगाउनुहोस् । यसमा आवश्यक सहजीकरण गर्दै पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।


(ग) कक्षाबाहिर जानुहोस् । विद्यालय वरपरको जमिन हेर्नुहोस् । तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

(अ) कस्तो जमिन देख्नुभयो ?

....

(आ) के त्यहाँ पहाड वा हिमाल देख्नुभयो ?

....

(उ) के त्यहाँ समथर जमिन देख्नुभयो ?

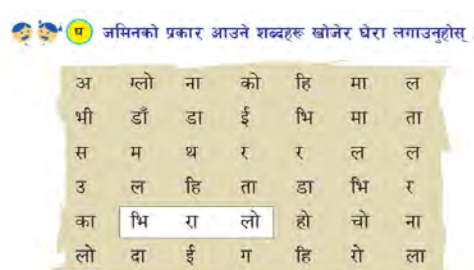
....

(इ) तपाईंको विद्यालय अग्लो, होचो, भिरालो कस्तो जमिनमा रहेको छ ?

....

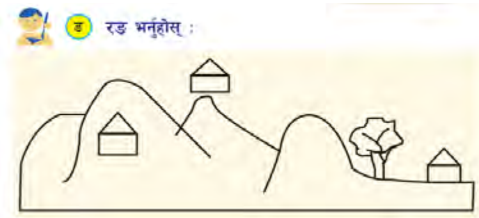
क्रियाकलाप ४

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २११ को क्रियाकलाप (घ) मा दिइएका शब्दजालबाट जमिनको प्रकार जनाउने शब्द खोजेर घेरा लगाउन लगाउनुहोस् ।
- जमिनको प्रकारसम्बन्धी के के शब्दहरू बनेका छन्, लेखेर भन्न लगाउनुहोस् ।


(घ) जमिनको प्रकार आउने शब्दहरू खोजेर घेरा लगाउनुहोस् :

अ	ग्लो	ना	को	हि	मा	ल
भी	डाँ	डा	ई	भि	मा	ता
स	म	थ	र	र	ल	ल
उ	ल	हि	ता	डा	भि	र
का	भि	रा	लो	हो	चो	ना
लो	दा	ई	ग	हि	रो	ला

- सोही पेजको क्रियाकलाप (ङ) को चित्रमा देखाइए जस्तै जमिनको बनावट जनाउने रेखात्मक चित्रमा मिल्दो रङ भर्ने अभ्यास् गराउनुहोस् ।
- यस्तै अरू जमिनको बनावट देखाउने चित्रहरू कोर्न र रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसरी तयार भएका चित्रहरू प्रदर्शन गरी प्रतियोगिता गराई पुरस्कृत गर्नुहोस् ।



मूल्याङ्कन

१. मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति

मौखिक र लिखित अभिव्यक्ति क्षमता जाँच गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । (क्रियाकलाप १ का लागि उपयुक्त हुने)

(क) तपाईँको घर अग्लो, होचो वा भिरालो कस्तो जमिनमा छ, भन्नुहोस् ।

(ख) जमिनमा के के पाइन्छ ?

(ग) तपाईँ कुनै बेला उकालो हिँड्नुभएको छ ? पहाडमा हिँड्न कत्तिको सजिलो छ ?

(घ) हिउँ पर्ने जमिनको भागलाई के भनिन्छ ?

(ङ) तपाईँ घर वरपर र विद्यालय वरपरको जमिन बिचका के समानता/भिन्नताहरू छन् ?

२. जमिनको फरक फरक बनावट देखिने चित्र देखाएर बनावट चिन्न सके नसकेको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- भिरालो, समतल, भिर, पाखा, डाँडा, खोल्सा देखाउने चित्र वा भिडियो प्रदर्शन गर्दै जमिनका प्रकारका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : ४

पानी

परिचय

पानीका स्रोतहरू र यसको उपयोग तथा खानेपानी शुद्ध गर्ने घरेलु उपायसम्बन्धी क्रियाकलापहरू यस पाठमा समावेश छन् ।

शैक्षणिक सामग्री

जमिनको सतहमा रहेका पानीका स्रोतहरूको चित्र, पानीको उपयोग र शुद्ध गर्ने घरेलु उपायसम्बन्धी चित्र, कलर पेन्सिल, ड्इङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१२ मा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गरी पानी कुन कुन ठाउँबाट आएको छ, पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- पानी आएको ठाउँलाई पानीका स्रोतहरूका रूपमा परिचित गराउनुहोस् ।
- चित्रका आधारमा पानीको उपयोगबारेमा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई आफ्नो घरमा पानी ल्याउने स्रोत पालैपालो बताउन लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो वरपर पानी के के काममा उपयोग भएको छ, भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई अवलोकन भ्रमणमा लैजाँदा पानीका स्रोतहरू र तिनीहरूको प्रयोग देखाउँदै छलफल गराउनुहोस् ।
- यससम्बन्धी निम्नानुसार प्रश्न गर्दै थप छलफल गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

- पौडी केमा खेलिन्छ ?
- पानीका स्रोतहरू के के छन् ?
- धेरै अग्लो ठाउँबाट झरिरहेको पानीलाई के भनिन्छ ?
- पानीका स्रोतहरूलाई किन सफा राख्नुपर्छ ?
- तपाईंको घरमा कुन स्रोतको पानी प्रयोग गरिन्छ ?
- हामीले कस्तो पानी पिउनुपर्छ ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१३ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका चित्रहरूमा पानीका विभिन्न कामहरू अवलोकन गर्न लगााउनुहोस् ।
- अवलोकनका आधारमा पानीको काम वा प्रयोगहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- घरमा पानी के के कामका लागि प्रयोग गरिन्छ, पालैपालो भन्न लगाउँदै आवश्यक छलफल पनि गराउनुहोस् ।
- यसमा आवश्यक सहजीकरण गर्दै पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप 3

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१४ को क्रियाकलाप (ख) मा पानी शुद्ध बनाउने तरिकासम्बन्धी दिइएका चित्रहरू राम्ररी अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् ।
- तपाईंको घरमा पानी शुद्ध गर्न चित्रमा देखाइएका मध्ये कुन कुन विधि अपनाएको छ, खाली कोठामा ठिक चिह्न दिन लगाउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाए जस्तै पानी शुद्ध गर्न के के विधि अपनाउन सकिन्छ पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- यसमध्ये आफूलाई कुन विधि राम्रो लाग्छ, उपयुक्त विधिबारे छलफल गराउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

१. मौखिक/लिखित अभिव्यक्ति

मौखिक र लिखित अभिव्यक्ति क्षमता जाँच गर्न निम्नानुसारका प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । (क्रियाकलाप १, २ र ३ का लागि)

(क) पानीका स्रोतहरू के के हुन् ?

(ख) पानी के के काममा प्रयोग गरिन्छ ?

(ग) नदी र तालको पानीमा के के गर्न मिल्छ ?

(घ) कस्तो पानी पिउन योग्य हुन्छ ?

(ङ) पानी शुद्ध बनाउन के के गर्नुपर्दछ ?

(च) पानी नभए के हुन्छ ?

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीलाई विद्यालय नजिक पर्ने पानीका स्रोत (खोला, ताल, पोखरी, कुवा, ढुङ्गे धारा आदि) अवलोकन गर्न लैजानुहोस् । ती स्रोतहरूको अवस्था कस्तो (सफा वा फोहोर) छ र यस्ता स्रोतहरूलाई कसरी र किन सफा राख्नुपर्छ, छलफल गराउनुहोस् ।
- बालबालिकाहरूलाई पानीका फरक फरक स्रोतहरू जस्तै : नदी, समुद्र, ताल, पोखरी, हिमाल, खोल्सा आदिको अवस्था देखाउने चित्र वा भिडियो प्रदर्शन गर्दै हरेकको महत्त्वका बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : ९

हावा

परिचय

हावाको परिचय, आवश्यकता र महत्त्व तथा उपयोगितासम्बन्धी क्रियाकलापहरू गराउन यो पाठ केन्द्रित रहेको छ ।

शैक्षणिक सामग्री

हावाको उपयोगमा आधारित सामग्रीहरू (जस्तै : बेलुन, पङ्खा, खेलौना हवाईजहाज, चङ्गा) तथा चित्रहरू, कलर पेन्सिल, ड्र‌इङ पेपर, श्रव्यदृश्य सामग्री ।

सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१५ मा दिइएका चित्रहरू अवलोकन गरी प्रत्येकमा के के क्रियाकलापहरू देख्न सकिन्छ, विद्यार्थीलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- हावाको सामान्य गुणका आधारमा परिचय दिने सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।
- चित्रका आधारमा हावाबाट गर्न सकिने कामहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।
- यससम्बन्धी निम्नानुसार प्रश्नहरू गर्दै थप छलफल गर्नुहोस् :

नमुना प्रश्नहरू

- हामीलाई सास फेर्न के चाहिन्छ ?
- रुखका पातहरू किन हल्लिएका होलान् ?
- के हावालाई देख्न सक्नुहुन्छ ?
- हावाबाट के के कामहरू गर्न सकिन्छ ?
- हावा लागेको कसरी थाहा पाउन सकिन्छ ?
- हाम्रो वरपर केही मिनेट हावा भएन भने के होला ?

क्रियाकलाप २

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१६ को क्रियाकलाप (क) मा दिइएका चित्रमा के के देखाइएको छ, अवलोकन गर्न र भन्न लगााउनुहोस् ।
- चित्रमा दिइएका कुन कुन वस्तुलाई हावाले उडाउँछ र कुनलाई हावाले उडाउँदैन धर्का तानेर जोडा मिलाउन लगाउनुहोस् ।
- आआफ्नो घरमा यस्ता अरू सामग्रीहरू के के छन्, पालैपालो भन्न लगाउँदै आवश्यक छलफल पनि गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकको पेज न. २१७ (ख) मा दिइएका चित्रहरूले विद्यार्थीहरूलाई हावासँग सम्बन्धित सामान्य क्रियाकलापहरू गराउन सङ्केत गरेको छ ।
- सम्भव भए सबैलाई एक एकओटा, नभए समूहमा एक एकओटा बेलुन र मिनरल वाटरको खाली बोतल दिनुहोस् ।
- चित्रमा देखाए जस्तै बेलुनलाई बोतलको मुखमा जडान गरी बोतललाई दुवै हातले बिस्तारै थिचेर बेलुन फुलाउने क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- यस क्रियाकलापमा बेलुन किन फुलेको हो कारण अनुमान गर्न लगाउनुहोस् र छलफल गराउनुहोस् ।
- पेज न.२१७ को क्रियाकलाप (ग) मा देखाए झैँ आफ्नो घरमा भएका भाँडाहरूको रेखात्मक चित्रहरू खिच्न लगाउनुहोस् र उपयुक्त रङ भर्न लगाई कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कन

- क्रियाकलाप १ र २ गर्ने क्रममा सोधिएका प्रश्नहरूका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । सही उत्तर दिन नसक्ने विद्यार्थीहरूलाई थप सिकाइ क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- पाठ्य तथा कार्यपुस्तकमा उल्लिखित अभ्यासहरू गर्न सके नसकेका आधारमा पनि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूलाई हावाबाट गरिने विभिन्न कामहरूमा सहभागी गराई उनीहरूका कामको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विस्तारित क्रियाकलाप

- विद्यार्थीलाई कक्षाकोठाबाट बाहिर लगी हावा चले नचलेको अनुभव गर्न लगाउनुहोस् । हावा चलेको कसरी थाहा पाइन्छ पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् जस्तैः हावा चल्दा रुखका पातहरू हल्लिन्छन्, सुकाएको कपडा हल्लिन्छ, रुखबाट पात खस्छ, धुलो उड्छ, हामीलाई चिसो र शीतल हुन्छ, हाम्रो कपाल हल्लिन्छ आदि अनुभवबारे छलफल गराउनुहोस् ।
- विद्यार्थीलाई खुला चउरमा हावा चलेको समयमा लानुहोस् र चङ्गा उडाउने प्रतियोगिता गराउनुहोस् ।

विषयक्षेत्र अवधिभरको मूल्याङ्कन

- यस विषयक्षेत्रसम्बद्ध सिकाइ क्रियाकलापहरू गर्ने क्रममा पाठ्यक्रमको पेज १४४ मा उल्लिखित मुख्य सिकाइ उपलब्धि हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गरी सोही पेजअनुसारको अभिलेख फाराम प्रत्येक विद्यार्थीका लागि भर्नुहोस् ।
- निर्धारित विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग गरी मुख्य सिकाइ उपलब्धि अन्तर्गतका सिकाइ उपलब्धि वा सूचकहरू पूरा भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्र अवधिको सिकाइ क्रियाकलाप सकिए लगत्तै फारामको "नियमित पढाइपछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् ।
- कुनै विद्यार्थीले कुनै मुख्य सिकाइ उपलब्धिअन्तर्गतका एक वा दुईओटा सिकाइ उपलब्धिमात्र पूरा गरेको पाइएमा अनिवार्य रूपमा सुधारात्मक तथा उपचारात्मक सिकाइ क्रियाकलाप योजना तयार गरी शिक्षण गर्नुहोस् ।
- यदि अङ्कन ३ वा ४ आएमा आवश्यकता हेरी सिकाइलाई अझै मजबुत बनाउन विस्तारित क्रियाकलापहरू गराउन सकिने छ ।
- थप सहायतापश्चात् विद्यार्थीका न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि (कम्तीमा ३ अङ्कन) सुनिश्चत भएपछि पुन : मूल्याङ्कन गरी "थप सहायतापछिको मूल्याङ्कन" खण्डमा सूचक हासिल गर्न सके नसकेको, मूल्याङ्कनको मिति र अङ्कन जनाउनुहोस् । यसरी प्राप्त अङ्कनका आधारमा विषयक्षेत्र अवधिको उपलब्धि प्रतिशत निकाल्नुहोस् ।
- विषयक्षेत्रगत क्रियाकलापको अन्त्यमा प्रत्येक विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कन अभिलेख (पाठ्यक्रमको पेज १४४ मा दिइएको ढाँचामा) तयार गर्नुहोस् । अभिलेखलाई पुष्टी गर्ने सिकाइ प्रमाणहरू सँगै फाइलिङ गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थी र अभिभावकलाई सिकाइ नतिजाको प्रबोधीकरण गर्नुहोस् । नतिजा प्रबोधीकरणको समयमा पाठगत रूपमा प्रस्ताव गरिएका अभिभावक प्रतिक्रिया प्राप्त गर्नुहोस् ।
- पाठगत सिकाइ क्रियाकलापका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा निर्धारित व्यवहारकुशल सिपसमेत हासिल भए नभएको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।