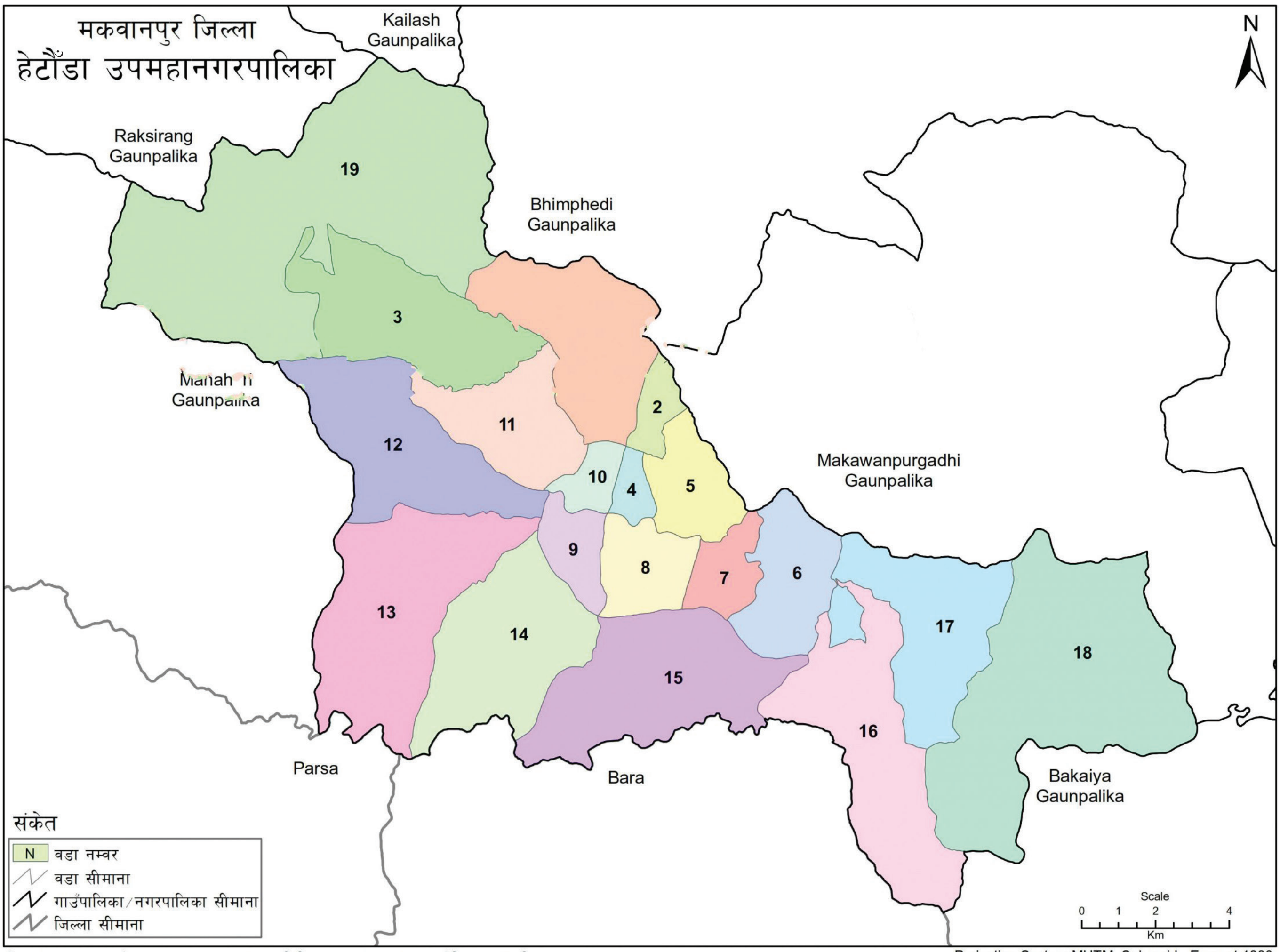
स्थानीय पाठ्यक्रम
हाम्रो हेटौँडा
(कक्षा ४-८)



स्रोत: स्थलरुप नक्सा (स्केल १:२५००० /१:५००००), नापी विभाग र जनगणना २०६८, केन्द्रिय तथ्यांक विभाग
तयार पार्ने: गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष, संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्रको संख्या तथा सीमाना निर्धारण आयोग

Projection Systen: MUTM, Spheroid - Everest 1830
LLRC, 2016

हेटौँडा उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
हेटौँडा, बागमती प्रदेश, नेपाल
२०८१

स्थानीय पाठ्यक्रम

हाम्रो हेटौँडा

कक्षा ४–८

हेटौँडा उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
हेटौँडा

२०८१

प्रमुख सल्लाहकार

श्री मीनाकुमारी लामा

सल्लाहकार

श्री राजेश बानियाँ
श्री रामबाबु पुरी

लेखन सहजीकरण समूह

श्री दीननाथ गौतम
श्री रामकृष्ण कोइराला
श्री सीताराम कोइराला
श्री हरिचन्द्र सापकोटा
श्री रमेश विडारी
श्री पुष्करराज विष्ट

लेखन तथा सम्पादन समूह

श्री रामसागर गुरागाईं
श्री केशवप्रसाद शर्मा सञ्जेल
श्री प्रमिला घिमिरे सिग्देल
श्री संझना अधिकारी
श्री किशोर पराजुली
श्री चिरञ्जीवी घिमिरे
श्री मालती उप्रेती
श्री विनोद सुवेदी
श्री श्यामकुमार बानियाँ
श्री भूपेन्द्र चौलागाईं

नगर प्रमुखको सन्देश

शिक्षा मानव र समाज विकासको प्रमुख आयाम हो भन्ने मान्यतासँग हामी विश्वस्त छौं। आधारभूत तहसम्मको शिक्षा निःशुल्क र अनिवार्य घोषणा गरिएको विद्यमान अवस्थामा प्राथमिक तहको शैक्षिक क्रियाकलाप बालमैत्री, समयसापेक्ष एवम् दैनिक जीवनको व्यवहारसँग जोड्न राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ ले मार्गदर्शन गरेबमोजिम स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित भएर स्थानीय स्रोत साधन र विज्ञतालाई उपयोग गर्दै हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरेको छ।

कक्षाकोठामा बालबालिकासँग प्रत्यक्ष रमाउने विषय शिक्षक, विशेषज्ञ तथा विज्ञको समेत सहभागितामा छलफल एवम् कार्यशालाका माध्यमवाट निर्माण गरिएको यस पाठ्यक्रम राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ ले निर्दिष्ट गरेका सिद्वान्त तथा मध्यस्थतामा आधारित भई विकास गरिएकाले बालबालिकामा व्यवहार कुशल सिपहरु स्थापित गर्न सक्षम हुन्छ भन्नेमा हामी विश्वस्त छौं। शैक्षिक सत्र २०७९ बाट कक्षा एकदेखि तीनसम्म कार्यान्वयनमा रहेकामा शैक्षिक सत्र २०८१ बाट कक्षा आठसम्म नै लागू हुने गरी कार्यपालिकाले निर्णय गरेको छ।

प्रस्तुत पाठ्यक्रम तयार गर्ने क्रममा महत्त्वपूर्ण सहयोग पुयाउनु हुने विज्ञ, विशेषज्ञ, विषय शिक्षक, प्रधानाध्यापक तथा सम्पादन समिति सल्लाहकार, मूल्याङ्कन समिति एवम् सम्बन्धित सरोकारवालाप्रति हेटौंडा उमपहानगरपालिका हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछ। साथै यस पाठ्यक्रम कार्यान्वयनमा प्रधानाध्यापक र विषय शिक्षकबाट सक्रियताका साथ सहयोगको अपेक्षा गर्दछु। पाठ्यक्रमलाई उद्देश्यपूर्ण बनाउन र सिकाइ सहजीकरण गर्न आवश्यक पर्ने स्रोत साधनको हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले प्रबन्ध गर्ने समेत विश्वास दिलाउन चाहन्छु।

अन्त्यमा यस पाठ्यक्रमको सफल कार्यान्वयनका लागि सवै विद्यालय, शिक्षक तथा अभिभावक र शिक्षाप्रेमीमा हार्दिक अनुरोध गर्दछु।

बैसाख, २०८१

मीनाकुमारी लामा
प्रमुख
हेटौंडा उपमहानगरपालिका

नगर उपप्रमुखको भनाई

तीन तहका सरकारको समग्र पहलमा मात्र गुणस्तरीय शिक्षाको संभव छ। संघीय पाठ्यक्रमले नसमेटेका विषयवस्तुलाई स्थानीय स्तरको आवश्यकताका आधारमा समेट्नका लागि राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ ले नै स्थानीय पाठ्यक्रमको अवधारणा ल्याएको हो। यसका लागि यस उपमहानगरपालिकाले शैक्षिक सत्र २०७९ सालबाट नै कक्षा एकदेखि तीनसम्मको स्थानीय पाठ्यक्रम कार्यान्वयनमा ल्याएकामा शैक्षिक सत्र २०८१ सालदेखि कक्षा आठसम्म नै लागू हुने गरी तयार गरिएको छ।

यो पाठ्यक्रम हाम्रो हेटौंडाले यस उपमहानगरपालिकाभित्रका स्थानीय आवश्यकतालाई समेट्ने प्रयास गरेको छ। स्थानीय स्तरका भाषा, संस्कृति, कला, सम्पदाको संरक्षण र सम्बर्धनमा यो पाठ्यक्रमको विशेष महत्व रहने छ भन्ने अपेक्षा गरेको छु।

अन्तमा यस पाठ्यक्रम विकासका क्रममा सहयोग गर्ने सम्पूर्ण समूहप्रति हार्दिक धन्यबाद ज्ञापन गर्दै यो पाठ्यक्रमको सफल कार्यान्वयन गर्न सवै सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालय र अभिभावक एवम शिक्षकमा अनुरोध गर्दछु।

बैसाख, २०८१

राजेश बानियाँ
उपप्रमुख
हेटौंडा उपमहानगरपालिका

सम्पादकीय

सर्वाङ्गीण बाल विकासको अवधारणालाई विचार गरी बालकेन्द्रित सिकाइ सिद्धान्तमा आधारित भई विकास यो पाठ्यक्रमले मूलतः राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ मा उल्लेख गरिएका सिद्धान्तलाई नै यस पाठ्यक्रम विकासको मार्गदर्शनको रुपमा लिइएको छ। हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रका अन्तरविषयक तथा बहुविषयक क्षेत्र तथा क्रम समेटेर जीवनोपयोगी तथा व्यवहार कुशल सिपलाई समेत एकीकृत गरिएको छ। यो पाठ्यक्रम विकास गर्दा हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्रभित्र रहेको सामाजिक, साँस्कृतिक प्राकृतिक, भौगोलिक तथा भाषिकलगायतका विविधतालाई सम्मान हुनेगरी समावेश गरिएको छ। पाठ्यक्रमलाई सक्षमतामा आधारित बनाउन कक्षा ४–८ का तहगत सक्षमताहरुलाई समेत समावेश गरिएको छ।

स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित यस पाठ्यक्रमको निर्माण प्रक्रियामा निरन्तर लाग्नु भएका सम्पादन समूह, पाठ्यक्रमको आधार तयार गर्न सक्रिय सहभागिता जनाउनु हुने विषय शिक्षकहरु, प्रधानाध्यापक, विषयविज्ञ सबैप्रति कृतज्ञता व्यक्त गर्दै सहयोगका लागि धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं। साथै यस पाठ्यक्रमको समग्र विषयवस्तुको भाषागत शुद्धतालाई पूर्णता प्रदान गर्नुहुने जनजागृति मावि रातमाटेका प्रधानाध्यापक श्री केशव सञ्जेल लगायत सम्पूर्ण लेखन तथा सम्पादन समूलाई हार्दिक धन्यबाद दिन चाहन्छौं। पाठ्यक्रमको प्रारुप तयार भएपछि आफ्नो अमूल्य ज्ञान र अनुभवसहित अहोरात्र खटिएर सहयोग गर्ने शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइका प्रमुख श्री दीनानाथ गौतमलगायत पाठ्यक्रम विकासका क्रममा सहयोग गर्ने सम्बद्ध सवै महानुभावहरुमा हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछौं।

सम्पादन समूह

हेटौंडा उपमहानगरपालिका

शिक्षा विकास महाशाखाको अनुरोध

शैक्षिक सत्र २०७९ बाट कक्षा १ देखि ३ सम्म स्थानीय पाठ्यक्रम “**हाम्रो हेटौंडा**” लागू गरिएकामा शैक्षिक सत्र २०८१ बाट सवै सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयमा कक्षा आठसम्म नै यो पाठ्यक्रम अनिवार्य रुपमा लागू भएको छ। यसका लागि सवै विद्यालयले अनिवार्य रुपमा पठनपाठन गर्नुपर्नेछ।यस पाठ्यक्रमको सिकाइ सहजीकरण खण्डमा कुनैकुनै पाठका लागि सक्षमता तथा विधि समेत उल्लेख गरिएको छ भने अन्य पाठका लागि विषयवस्तु र संभाव्य क्रियाकलाप राखिएको छ । यसलाई नमुना मानी सवै पाठमा कार्यान्वयन गर्न सकिनेछ ।

अध्यापनका क्रममा कुनै कठिनाइ सिर्जना भएमा हेटौंडा उपमहानगरपालिका, शिक्षा विकास महाशाखामा सम्पर्क गर्नुहुन समेत अनुरोध छ।

विषय सूची

१.	पाठ्यक्रम परिचय	१
२.	स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको सन्दर्भ तथा औचित्य	२
३.	विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय उद्देश्य	३
४.	विद्यालय शिक्षाको तहगत संरचना	४
५.	पाठ्यक्रममा व्यवहारकुशल सिप	६
६.	हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम,२०८१	९
	- आधारभूत तह (कक्षा ४-८) को तहगत सक्षमता	९
	- सिकाइ उपलब्धि (कक्षा ४-५)	१०—१२
७.	पाठ्यक्रम विस्तृतीकरण	१३-४३
८.	सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया	४४-७२

पाठ्यक्रम परिचय

शिक्षाको राष्ट्रिय नीति तथा राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुपले निर्दिष्ट गरेको शिक्षाको लक्ष्य तथा प्रक्रिया अनुरुप शिक्षा पद्वति सञ्चालनको मूल आधारका रुपमा पाठ्यक्रम रहेको हुन्छ , विद्यालय शिक्षाको निश्चित कक्षा वा तहको अध्ययन पूरा गरेपछि विद्यार्थीहरुले हासिल गर्ने सक्षमता र ती सक्षमता हासिल गर्नका लागि विषयगत रुपमा प्राप्त गर्नुपर्ने सिकाइ उपलब्धि पाठ्यक्रमले निर्धारण गर्दछ। यस पाठ्यक्रममा विद्यार्थीको उमेर, पूर्व सिकाइ अनुभव, बालबालिकाको परिवेश तथा पृष्ठभूमि, रुचि र क्षमतासहित हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रको स्थानियतालाई बढी प्राथमिकता दिइएको छ।

राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ लाई मुख्य आधार मानेर विकास गरिएको यो पाठ्यक्रम उपमहानगरपालिका क्षेत्र भित्रका सवै विद्यालयका सम्बन्धित कक्षामा शिक्षण गर्ने शिक्षण गर्ने शिक्षक, प्रधानाध्यापक, विषय विज्ञ एवम् पाठ्यक्रम मूल्याङ्कन समितिले दिएको उपयुक्त सल्लाह सुझावलाई अवलम्बन गरी आधारभूत तह कक्षा ४-८ को स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित यो पाठ्यक्रम तयार गरिएको छ।

प्रस्तुत पाठ्यक्रममा स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित पाठ्यक्रम निर्माण्को सन्दर्भ तथा औचित्य। विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय उद्वेशय, विद्यालय शिक्षाको तहगत संरचना, आधारभूत शिक्षा कक्षा १-३ का तहगत सक्षमता, विषयगत पाठ्यक्रम क्षेत्र तथा क्रमहरु एकीकृत पाठ्यक्रमका व्यवहारकुशल सिपहरु। विद्यार्थी मूल्याङ्कन प्रक्रिया, सिकाइ सहजीकरण ढाँचा तथा शिक्षणलाई सहज बनाउन विस्तृत क्रियाकलाप समेतलाई समेटिएको छ। जसले शिक्षकलाई पाठ्यक्रम कार्यान्वयनमा सहजता हुने अपेक्षा गरिएको छ। साथै पाठ्यक्रम कार्यान्वयमा आएपछि शिक्षकलाई अभिमुखीकरण, साधन स्रोतको प्रबन्ध, नियमित अनुगमन, परामर्श र सल्लाह सुझावको आधारमा निरन्तर परिमार्जन गरिदैं जाने प्रतिबद्वता जाहेर गरिन्छ ।

स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको सन्दर्भ तथा औचित्य

कुनै पनि पाठ्यक्रम निर्माण, विकास, परिमार्जन तथा अद्यावधिक गर्ने कार्य निरन्तर चलिरहने प्रक्रिया हो। अध्ययन अनुसन्धानका नतिजाहरु, विद्यार्थी, शिक्षक तथा अभिभावक, पेसासँग आवद्ध सङ्घसङ्गठन, विज्ञ समूहवाट प्राप्त भएका सकात्मक सुझावलाई अवलम्बन गर्दै राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ ले परिलक्षित गरेका साप्ताहिक पाठ्यघण्टा ४ र वार्षिक कार्यघण्टा १२८ लाई समेट्ने गरी हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्र भित्रका सबै सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयमा कक्षा चारदेखि कक्षा आठसम्म नै एकरुपता गर्न यो पाठ्यक्रम तयार गरी लागु गरिएको हो। यस पाठ्यक्रमभित्र हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रका सामान्य गतिविधिलाई समेटेर सिकाइ सक्षमता तथा सिकाइ उपलब्धिलाई सूचीकृत गरिएको छ। प्रस्तुत पाठ्यक्रम निर्माणको सन्दर्भ तथा औचित्यलाई निम्नानुसार पुष्टि गर्न सकिन्छः

१. स्थानीय विषयवस्तुको सिकाइलाई अन्तरसम्बन्धित गरी हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रका सवै विद्यालयमा एकरुपता कायम गर्न,
२. उपमहानगरपालिका क्षेत्रभित्रका प्राकृतिक सम्पदा, साँस्कृतिक गतिविधि, धार्मिक एवम् पर्यटकीय क्षेत्रहरुको उजागर गर्न,
३. विभिन्न विषयको सिकाइलाई अन्तरसम्बन्धित गरी सिकाइलाई बढी सान्दर्भिक र रुचिकर बनाउन,
४. सिकाइका नवीनतम सिद्वान्त, विधि था प्रक्रिया प्रयोग गरी सिकाइलाई बालकेन्द्रित बनाई बालबालिकाको रचनात्मक क्षमता विकास गर्न,
५. विद्यार्थी मूल्याङ्कनलाई सिकाइ सहजीकरण प्रक्रियाको अभिन्न अङ्ग मानी सैद्वान्तिक र प्रयोगात्मक दुवै विधिको सुनिश्चित गर्न,
६. पाठ्यक्रम निर्माण र कार्यान्वयन प्रक्रियालाई विकेन्द्रित गरी स्थानीयकरण एवम् स्वःजिम्मेवारीको आत्मवोध गर्न,
७. राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६, आधारभूत तह कक्षा ४-८ को पाठ्यक्रम संरचनाले तोकेको साप्ताहिक ४ र वार्षिक १२८ कार्यघण्टाको आवश्यकत्तालाई पूरा गर्न।

विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय उद्देश्य

राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप, २०७६ अनुसार विद्यालय शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्य देहायबमोजिम रहेका छन्ः

क. प्रत्येक व्यक्तिमा अन्तर्निहित प्रतिभा प्रस्फुटन गरी व्यक्तित्व विकास गर्ने,

ख. राष्ट्र र राष्ट्रियताप्रति निष्ठावान्, सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका मूल्य मान्यताप्रति प्रतिबद्ध, स्वाभिमानी, सामाजिक तथा सांस्कृतिक विविधतालाई सम्मान गर्ने, चरित्रवान्, नैतिकवान् एवम् जिम्मेवार नागरिक तयार गर्ने,

ग. श्रमप्रति सम्मान एवम् सकारात्मक सोच भएका, रोजगार तथा स्वरोजगारउन्मुख, उत्पादनमुखी, उद्यमशील र सिपयुक्त नागरिक तयार गर्ने,

घ. व्यक्तिको सामाजिकीकरणमा सहयोग गर्दै सामाजिक सद्भाव तथा सहिष्णुता र राष्ट्रिय एकता सुदृढ गर्न सहयोग पुऱ्याउने छ.

ङ. प्राकृतिक तथा राष्ट्रिय सम्पदा र पर्यावरणको संरक्षण, संवर्धन र सदुपयोग गर्दै दिगो विकासमा योगदान गर्ने सचेत नागरिक तयार गर्ने,

च. प्रत्येक व्यक्तिमा शान्ति, मानव अधिकार, समानता, समावेशिता र सामाजिक न्यायका मान्यताअनुरूपको आचरण विकास गरी समतामूलक, समावेशी, न्यायपूर्ण र समाजवादउन्मुख राष्ट्र निर्माणमा मदत गर्ने,

छ. राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा प्रतिस्पर्धी, आधुनिक सूचना तथा सञ्चार प्रविधि प्रयोग गर्न सक्ने विश्वपरिवेश सुहाउँदो दक्ष जनशक्ति तयार गर्ने,

ज. वैज्ञानिक अवधारणा, तथ्य, सिप, सिद्धान्त तथा प्रविधिको प्रयोग गर्न सक्ने वैज्ञानिक सुझबुझ भएका तथा अनुसन्धानमुखी जनशक्ति तयार गर्ने,

झ. रचनात्मक तथा समालोचनात्मक चिन्तन गर्ने, जीवनोपयोगी सिप भएका सहिष्णु र भाषिक सक्षमतामा निपुण नागरिक तयार गर्ने

ञ. नेपाली मौलिक कला, संस्कृति, सौन्दर्य, आदर्श तथा वैशिष्ट्यहरूको संरक्षण, संवर्धन र विस्तारतर्फ अभिप्रेरित भएका नेपालको इतिहास, भूगोलको ज्ञान भएका, नेपाली पहिचान र जीवनशैलीप्रति गौरव गर्ने नागरिक तयार गर्ने,

ट. जलवायु परिवर्तन तथा प्राकृतिक एवम् मानव सिर्जित प्रकोपप्रति सचेत रही सम्भावित जोखिम न्यूनीकरण तथा विपत् व्यवस्थापन गर्न सक्षम नागरिक तयार गर्ने,

ठ. सामाजिक न्यायमा आधारित समृद्ध राष्ट्र निर्माणका निम्ति आवश्यक मानव संसाधनको विकास गर्ने।

विद्यालय शिक्षाको तहगत संरचना

(क) विद्यालय तहको पाठ्यक्रम संरचना

विद्यालयको तह	कक्षा	उमेर समूह	सिकाइ क्षमतास्तर
प्रारम्भिक बाल विकास र शिक्षा	प्रारम्भिक बाल विकास र शिक्षा	४ वर्ष	विद्यालय जाने बानीको विकास गर्ने
आधारभूत तह	कक्षा १-३	५ वर्षदेखि ७ वर्षसम्म	तह १
	कक्षा ४-५	८ वर्षदेखि ९ वर्षसम्म	तह २
	कक्षा ६-८	१० वर्षदेखि १२ वर्षसम्म	तह ३
माध्यमिक तह	कक्षा ९-१०	१३ वर्षदेखि १५ वर्षसम्म	तह ४
	कक्षा ११-१२	१५ वर्षदेखि १६ वर्षसम्म	तह ५

(ख) आधारभूत शिक्षा (कक्षा १-३ को) पाठ्यक्रम संरचना

क्रसं	विषयसम्बन्धी क्रियाकलाप	साप्ताहिक पाठ्यघन्टी	वार्षिक पाठ्यघन्टी
१	भाषिक सिप विकाससम्बन्धी क्रियाकलाप (नेपाली)	५	१६०
२	भाषिक सिप विकाससम्बन्धी क्रियाकलाप (अङ्ग्रेजी)	४	१२८
३	गणितीय सिप विकाससम्बन्धी क्रियाकलाप	४	१२८
४	विज्ञान, स्वास्थ्य र शारीरिक शिक्षासम्बन्धी क्रियाकलाप	४	१२८
५	सामाजिक अध्ययन, चारित्रिक विकास तथा सिर्जनात्मक कलासम्बन्धी क्रियाकलाप	४	१२८
६	मातृभाषिक सिप र स्थानीय विषयवस्तुसम्बन्धी क्रियाकलाप	५	१६०
जम्मा		**३६**	**८३२**

(ग) आधारभूत शिक्षा (कक्षा ४–५ को) पाठ्यक्रम संरचना

क्रसं	विषयसम्बन्धी क्रियाकलाप	सासाहिक पाठ्यघन्टी	वार्षिक पाठ्यघन्टी
१	नेपाली	५	१६०
२	अङ्ग्रेजी	५	१६०
३	गणित	५	१६०
४	विज्ञान तथा प्रविधि	५	१६०
५	सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा	५	१६०
६	स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला	३	९६
७	मातृभाषा वा स्थानीय विषय	४	१२८
जम्मा		**३२**	**१०२४**

(घ) आधारभूत शिक्षा (कक्षा ६–८ को) पाठ्यक्रम संरचना

क्रसं	विषयसम्बन्धी क्रियाकलाप	सासाहिक पाठ्यघन्टी	वार्षिक पाठ्यघन्टी
१	नेपाली	५	१६०
२	अंग्रेजी	५	१६०
३	गणित	५	१६०
४	विज्ञान तथा प्रविधि	५	१६०
५	सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा	५	१६०
६	स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला	३	९६
७	मातृभाषा वा स्थानीय विषय वा संस्कृत भाषा	४	१२८
जम्मा		**३२**	**१०२४**

पाठ्यक्रममा व्यवहारकुशल सिप

विद्यालय शिक्षाको एउटा महत्वपूर्ण कार्य विद्यार्थीहरूमा व्यवहारकुशल सिप (soft skills) विकास गराउन सहयोग गर्नु हो। व्यवहारकुशल सिप सबैलाई आवश्यक हुनाका साथै कुनै निश्चित कार्य वा भूमिकामा मात्र सीमित नभई विभिन्न कार्य वा भूमिकाका लागि आवश्यक हुने गर्दछन्। यस्ता सिप विशेषतः विद्यार्थीका दैनिक जीवनका वास्तविक समस्या समाधानमा सहायक हुन्छन्। त्यसैले व्यवहारकुशल सिप कुनै निश्चित कार्य, पेसा, विषयक्षेत्र वा ज्ञानको क्षेत्रसँग मात्र सम्बन्धित नभई विभिन्न कार्य, पेसा, विषयक्षेत्र वा ज्ञानको क्षेत्रमा कार्यसम्पादनसँग सम्बन्धित हुन्छन्। व्यवहारकुशल सिपलाई विभिन्न फरक फरक नामले पहिचान गर्ने गरिन्छ जस्तैः यसलाई समतलीय, सामान्य, अन्तरसम्बन्धित, स्थानान्तरणीय, आधारभूत, व्यावहारिक, रोजगारीमूलक वा एक्काइसौं शताब्दीका सिपको नामले पनि चिनिन्छ।

व्यवहारकुशल सिपलाई विभिन्न नामले जनाइनुका साथै यसअन्तर्गत पर्ने सिप वा सक्षमताका सूचीलाई निश्चित सङ्ख्यामा सीमित गर्न कठिन भए तापनि सोचाइ सिप, वैयक्तिक सिप, अन्तरवैयक्तिक सिप, बहुसाक्षरता सिप, नागरिक सिपअन्तर्गत प्रायजसो सबै व्यवहारकुशल सिपलाई वर्गीकरण गरी समावेश गर्न सकिन्छ। सिकाइलाई दैनिक जीवनसँग आबद्ध गर्नका लागि विभिन्न विषय र तहका पाठ्यक्रमबिच अन्तरक्रिया हुनु आवश्यक छ। यस्तो अन्तरक्रियाबाट सिकाइलाई सामान्य विषयगत ज्ञान तथा सिपमा सीमित नगरी अधिसंज्ञानात्मक (metacognitive) सिकाइलाई सहज गराई जीवनका समस्या समाधानका लागि उपयोगी बनाउन सहयोग प्राप्त हुन्छ। व्यवहारकुशल सिप सिकाइलाई अधिसंज्ञानात्मक (metacognitive) तहमा पुऱ्याउन सहयोग गर्ने भएकाले एकीकृत पाठ्यक्रमको अवधारणाअन्तर्गत व्यवहारकुशल सिपलाई उपयुक्तताका आधारमा सबै विषय र तहमा एकीकृत गर्नु महत्वपूर्ण हुने दृष्टिकोणमा आधारित भई यस पाठ्यक्रममा पनि व्यवहारकुशल सिपलाई सबै विषय र कक्षामा उपयुक्तताका आधारमा एकीकृत गरिएको छ। यसका लागि व्यवहारकुशल सिपका मुख्य क्षेत्रहरू र तिनको विस्तृतीकरण गरिनु आवश्यक छ। व्यवहारकुशल सिपका उल्लिखित पाँच विस्तृत क्षेत्रअन्तर्गतका सिपको विस्तृतीकरण र तिनको संक्षिप्त व्याख्या निम्नअनुसार प्रस्तुत गरिएको छः

१. सोचाइ सिप (Thinking Skills): बालबालिकाले सूचना प्रशोधन गर्न, विभिन्न सूचनालाई संयोजन गर्न, निर्णय लिन र नयाँ विचार सिर्जना गर्न प्रयोग गर्ने संज्ञानात्मक क्रियाकलापहरू नै सोचाइ सिप हुन्। बालबालिकाहरूले आफ्ना अनुभवहरूको बोध गर्दा, समस्याहरू हल गर्दा, निर्णय लिँदा, प्रश्नहरू गर्दा, योजना बनाउँदा अथवा सूचनाहरू सङ्गठित गर्दा आफ्नो सोचाइ सिप प्रयोग गर्दछन्। संज्ञानात्मक सोचाइ सिपलाई दुई किसिममा विभाजन गर्न सकिन्छ। पहिलो, संवेदनाबारे सूचना सङ्कलन (हेर्ने, सुन्ने र छुने) र पुनः प्राप्त गर्ने (स्मरण सिप), आधारभूत बुझाइ (सङ्कलित सूचनाहरू सङ्गठित गर्ने, धारणा निर्माण गरी एक आपसमा जोड्ने) र उत्पादनशील/सिर्जनात्मक सिप (सूचना प्रयोग गर्ने, बुझ्ने, निर्णय गर्ने, विश्लेषण गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने र सिर्जना गर्ने) तथा दोस्रो, प्रतिबिम्बित सोचाइ सिपले आफ्नो चेतना एवम् बुझाइ जस्तै संज्ञानात्मक सिपको प्रयोगबारे योजना निर्माण, अनुगमन र मूल्याङ्कनलाई जनाउँछ।

२. सोचाइ सिपका क्षेत्र निम्नानुसार छन्:

प्रयोग सिप, सिकाइ सिप, रचनात्मक सोचाइ सिप, समालोचनात्मक सोचाइ सिप र निर्णय तथा समस्गा समाधान सिप।

३. **वैयक्तिक सिप** (Interpersonal Skills): वैयक्तिक सिप विभिन्न किसिमका हुन्छन्। यसअन्तर्गत जिम्मेवारी एवम् प्रतिबद्धता विकास गर्नु, स्वयम् व्यवस्थापन, आत्मबल⁄स्वाभिमानको विकास, इमानदारी⁄ स्वअनुशासन, समय व्यवस्थापन, स्वतन्त्र सिकाइ , लचकता र अनुकूलनता जस्ता सिप पर्दछन्। वैयक्तिक सिपलाई सामान्यतया व्यवहारकुशल सिप र व्यक्तिगत सिप पनि भनिन्छ। वैयक्तिक सिपको विकासका लागि पाठ्यक्रमले बालबालिकाको संज्ञानात्मक विकास, सामाजिक तथा संवेगात्मक विकास, वाचन तथा भाषा विकास र कुशल क्रियात्मक सिप विकासका लागि व्यवस्था गरेको हुनुपर्दछ। वैयक्तिक सिपले विद्यार्थीहरूलाई काम तथा क्रियाकलापहरूको जिम्मेवारी लिन, विभिन्न काम तथा क्रियाकलापहरूप्रति प्रतिबद्धता एवम् आत्मविश्वास प्रदर्शन गर्न, आफ्नो योग्यताको लेखाजोखा गर्न र आफ्नो जीवनको लक्ष्यबारे विचार व्यक्त गर्न सहयोग पुऱ्याउनुपर्दछ। आफ्नो हेरचाह गर्ने योग्यता, दैनिक जीवन व्यवस्थापन गर्ने योग्यता, कार्ययोजना विकास गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने कार्यसमेत समावेश गरी वैयक्तिक लक्ष्यहरू पहिचान गर्ने जस्ता स्वव्यवस्थापनसम्बन्धी सिप यसअन्तर्गत पर्दछन्। त्यसै गरी यसअन्तर्गत आत्मबल तथा स्वाभिमानको विकास इमानदारी⁄स्वअनुशासन व्यक्तिगत लक्ष्य निर्धारण र कार्यमा अग्रसरता स्वतन्त्र सिकाइ, लचकता र अनुकूलन, जिम्मेवारी एवम् प्रतिबद्धता जस्ता वैयक्तिक सिप पर्दछन्।

वैयक्तिक सिपका क्षेत्र निम्नानुसार छन्:

स्वव्यवस्थापन, आत्मबल, स्वाभिमानको विकास, इमानदारी—स्वअनुशासन समय व्यवस्थापन, व्यक्तिगत लक्ष्य निर्धारण र कार्यमा अग्रसरता, स्वतन्त्र सिकाइ, लचकता र अनुकुलनता।

४. **अन्तरवैयक्तिक सिप** (Interpersonal Skills): अन्तरवैयक्तिक सिपले एक व्यक्तिले अर्को व्यक्तिसँग प्रभावकारी रूपमा सञ्चार र समन्वय गर्नु, सहयोग तथा सद्भाव कायम गर्न सक्षम हुनु, असल सम्बन्ध कायम गर्नु भन्ने जस्ता योग्यतालाई जनाउँछ।। यसमा फरक फरक लक्ष्य र उद्देश्यका विविध सन्दर्भमा अरूसँग कार्य गर्ने, सामूहिक लक्ष्य पहिचान गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने र प्राप्त गर्ने, समूहमा जिम्मेवारी पहिचान गर्ने र भूमिका बाँडफाँड गर्ने, समूहमा राम्रो सम्बन्ध विकास गर्ने, समूहका प्रगतिको लेखाजोखा गर्ने, समूहको कार्यको समीक्षा गर्ने र व्यक्तिगत रूपमा आफ्नो योगदानको प्रतिविम्बन गर्ने जस्ता पक्षहरू समावेश हुन्छन्। अन्तरवैयक्तिक सिपमध्ये सञ्चार एउटा ज्यादै महत्वपूर्ण सिप हो। सुन्न र बोल्न सक्ने योग्यता आधारभूत सञ्चार सिप हुन्। यी सिप कक्षा १, २ र ३ का विद्यार्थीहरूमा विद्यालयमा रहँदा विकसित हुनुपर्दछ।

जबसम्म विद्यार्थीहरूले आध्नो स्थानीय वा राष्ट्रिय भाषामा सञ्चार गर्न सक्दैनन् तबसम्म उनीहरूले आध्ना जीवनका लक्ष्यहरू प्राप्त गर्न र आध्नो ज्ञान एवम् सामथ्र्य विकास गर्न तथा आफ्नो दैनिक जीवनमा काम गर्न समर्थ हुँदैनन्। सञ्चार सिपले बालबालिकालाई संवेगात्मक बौद्धिकता, स्थिरता, स्पष्टता, भिन्नता, आत्मविश्वास, सहानुभूति, आदर, सुन्ने, खुला सोच र राम्रो प्रश्न सोध्ने सिप विकास गर्दछ। असल सञ्चार भनेको समग्रमा प्रभावकारी सुनाइ हो। बालबालिकाहरूले विद्यालय अवधिभर खुला सोच विकास गर्नुपर्दछ। सुढृढ सञ्चारका लागि एउटा व्यक्ति खुला मस्तिष्कसहित अन्य व्यक्तिका दृष्टिकोण बुझ्नेतर्फ प्रतिबद्ध हुनुपर्दछ। व्यक्तिको जीवन तथा कार्यका प्रायः सबै पक्षहरूमा सहकार्य सिपको आवश्यकता पर्दछ। हिजोआज व्यापार उद्योगमा वा कुनै कार्यका लागि सँगसँगै मिलेर समूहमा काम गर्न केही संयुक्त प्रयास हुनुपर्दछ भन्ने कुराले प्रवेश पाएको छ। कामको संसारमा अधिकांश क्षेत्रमा सहयोग तथा सहकार्यलाई एउटा आवश्यक सिपका रूपमा हेरिन्छ। सहकार्य भनेको एउटा सिपले सिकाइ पद्धति जस्तै निगमन, आगमन र संयोजन सिकाइलाई क्रियाशील बनाउनुपर्दछ। विद्यार्थीहरूले परियोजना तथा खोजमूलक सिकाइमा व्यस्त राख्नुपर्दछ र सामाजिक परिवेशमा आध्ना ज्ञान एवम् समस्या समाधानका सिप प्रयोग गर्न सक्नुपर्दछ। सहकार्य सिपले विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको साझा लक्ष्यहरू

हासिल गर्न सँगै मिलेर सहयोगी रूपमा काम गर्न मदत गर्दछ। जब बालबालिकाहरू एकआपसमा मिलेर सिक्ने प्रक्रियामा रहन्छन् तब उनीहरू कुनै समस्या समाधान गर्न मिलेर काम गर्दछन्, कुनै काम पूरा गर्न वा कुनै उत्पादन गर्न सक्दछन्। सहयोगी सिकाइ वातावरणमा सिकारुका अलग अलग दृष्टिकोणले सुन्नुपर्ने हुँदा सिकारुले सामाजिक एवम् संवेगात्मक दुवै पक्षबाट चुनौतीहरूको सामना गर्नुपर्दछ र आध्ना विचारहरूलाई स्पष्ट पार्न र प्रतिरक्षा गर्न सक्नुपर्दछ। यसो गर्दा सिकारुले विज्ञ वा शिक्षकहरूले दिएको प्रारूप वा ढाँचामा भर नपरी आध्नै विशेष प्रकारका धारणागत प्रारूपहरू सिर्जना गर्न थाल्छन्। यसभन्दा बढी सहकार्य गर्दा साझा सिकाइले सिकारुलाई छलफलमा भाग लिने आवसरहरू दिने, आध्ना सिकाइको जिम्मेवारी लिने र यसअनुरूप गहन सोच गर्ने व्यक्तिका रूपमा विकसित गर्दछ। बालबालिकाहरूमा सञ्चार र सहकार्य सिपसँगसँगै सहयोग तथा सहानुभूति, सक्रियतापूर्वक सुन्ने र सांस्कृतिक तथा नैतिकता जस्ता अन्तरवैयक्तिक सिपको विकास पनि उत्तिकै आवश्यक छ।

अन्तरवैयक्तिक सिपका क्षेत्र निम्नानुसार छन्:

सञ्चार, सहकार्य, सहयोग तथा सहानुभुति, सक्रियतापूर्वक सन्ने, साँस्कृतिक सिप र नैतिकता

५. सूचना प्रविधि तथा बहुसाक्षरता सिप (Information communications and multi-literacy skills): एक्काइसौं शताब्दीमा सफलता पाउन विद्यार्थीहरूले विज्ञान, प्रविधिका साथै संस्कृतिमा कुशलता प्राप्त गर्नुपर्दछ। त्यस्तै विभिन्न रूपमा सूचनाहरूको राम्रो बुझाइ हुनुपर्दछ। त्यस्तै विद्यार्थीहरूले विविध वातावरणको व्यवस्थापन, संस्कृतिहरूको ज्ञान, एउटा विश्वव्यापी सोच, प्रभावकारी समाधान, सिक्नका लागि जिज्ञासु, सफलतापूर्वक बाह्य जगत्बाट चिन्तन गर्ने, दूर सञ्चार सिप र विश्लेषणलाई बुझ्नसक्ने जस्ता विभिन्न सिप विकसित गर्नुपर्दछ। बालबालिकाहरूले विद्यालयमा रहँदा नै डिजिटल साक्षरताको सामान्य सक्षमता हासिल गर्नुपर्छ।

सूचना प्रविधि तथा बहुसाक्षरता सिपका क्षेत्रहरु निम्नानुसार छन्:

आधारभूत साक्षरता, प्रविधिक साक्षरता, दृश्य साक्षरता, सूचना साक्षरता र बहुसाँस्कृतिक साक्षरता

६. नागरिक सिप (Citizenship Skills): शिक्षाको एउटा उद्देश्य बालबालिकामा नागरिक अधिकार र दायित्वप्रति सचेतता विकास गराई नागरिक अधिकार प्राप्ति र दायित्व कुशलतापूर्वक निर्वाह गर्ने नागरिकका रूपमा विकास गर्न सहयोग गर्नु हो। यसका लागि विद्यालय शिक्षाका प्रारम्भिक कक्षादेखि नै नागरिक शिक्षालाई विभिन्न विषयमा एकीकृत गर्नुपर्दछ। यसअन्तर्गत लोकतान्त्रिक मूल्य र मान्यता, सहभागिता, सहनशीलता र खुलापन, विविधताको बोध र सम्मान, राष्ट्रिय पहिचान, समाज, भाषा, संस्कृति र राष्ट्रप्रति प्रेम र अपनत्व, व्यक्तिगत, समाजिक तथा नागरिक दायित्व र जिम्मेवारी वहन गर्नेलगायत विश्वव्यापी चेतनाको विकास गराउनुपर्दछ। एउटा असल नागरिकको विकासका लागि विभिन्न विषयमा एकीकृत गरी नागरिक सिपसँग सम्बन्धित सिपमा विद्यार्थीमा सक्षमता हासिल गराउनुपर्दछ।

नागरिक सिपका क्षेत्रहरु निम्नानुसार छन्:

सहनशीलता र खुलापन, विविधताको सम्मान, अन्तरसाँस्कृतिक बुझाइ, लोकतान्त्रिक सहभागितात्मक र समामूलक मूल्य, वातावरणप्रतिको सजगता र सम्मान, राष्ट्रिय पहिचान र अपनत्वको अनुभूति, सामाजिक एवम् नागरिक जिम्मेवारी, वैयक्तिक जिम्मेवारी।

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम,२०८१

आधारभूत तह (कक्षा ४-८) को तहगत सक्षमता

१. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको भौगोलिक अवस्थिति र जनसाङ्ख्यिक अवस्थाको पहिचान,

२. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृतिको संरक्षण र सम्बर्द्धन

३. स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदाको महत्त्व बोध

४. स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा एवम् प्रविधिको उजागर र व्यवहार कुशल सीपको प्रयोग

५. प्रकोप र विपद्प्रतिको सजगता र सुरक्षाका उपायको अवलम्बन

६. स्थानीय कला, संस्कृति, मानवीय मूल्यमान्यता, संस्कार र आचरणसहितको सामाजिक व्यवहार

७. स्वस्थकर खाना र पोषण तथा व्यक्तिगत सरसफाइप्रतिको सजगता

क्षेत्र,क्रम साप्ताहिक तथा बार्षिक कार्यघण्टा (कक्षा ४-८)

क्र.स.	क्षेत्र	कक्षा ४-५ को सा. घ.	कक्षा ४-५ को वा.घ.	कक्षा ६-८ को सा.घ.	कक्षा ६-८ को वा.घ.
१	हेटौंडा उपमहानगरपालिकाः परिचय	३	१५	२	१०
२	जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृति	४	२०	३	१५
३	स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	३	१५	४	२०
४	स्थानीय ज्ञान,सीप,पेसा एवम् प्रविधि	६	३०	८	३३
५	प्रकोप र विपद् र सुरक्षा	३	१५	३	१५
६	स्थानीय कला, संस्कृति, मानवीय मूल्यमान्यता	५	२०	५	२०
७	स्वस्थकर खाना र पोषण	४	१३	३	१५
		२८	१२८	२८	१२८

नोट: सा.घ. = साप्ताहिक घण्टी वा.घ.= वार्षिक घण्टी

सिकाइ उपलब्धि (कक्षा ४-५)

क्षेत्र	कक्षा ४	कक्षा ५
१. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाः परिचय	१.हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नाम र वडा सङ्ख्या बताउन, २.आफ्नो वडाको जनसङ्ख्या बताउन ३.आफ्नो वडाको नक्सा कोर्न	१. आफ्नो वडाको सीमाना र क्षेत्रफल बताउन २. आफ्नो वडाको नक्सा कोरी तथ्य भर्न ३. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि बताउन
२. जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृति	१. आफ्नो वडाभित्रको जाति धर्म र भाषाहरूको सूची बनाउन २. आफ्नो वडाभित्रका विभिन्न जातजातिका मानिसहरूले मान्ने चाडपर्व,वेषभुषाको सूची तयार गर्न	१. आफ्नो वडाको जातिगत र भाषागत जनसङ्ख्याको तालिका बनाउन २. आफ्नो समुदायका चाडपर्व, परम्परा, मेला, जात्रा पहिचान गर्न ३. आफ्नो संस्कृतिमा सहभागी भई महत्त्व बताउन
३. स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	१.आफ्नो वडाभित्रका सम्पदाहरूको परिचयसहित सूची तयार गर्न २. आफ्नो विद्यालय र वडाभित्रका सम्पदाहरूको सरसफाइ र संरक्षणमा सहभागी हुन ३. वातावरणको सामान्य परिचय दिन	१.आफ्नो वडा भित्रका सम्पदाहरूको वर्गीकरण गर्न २.वातावरणको महत्त्व बताउन
३. स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा एवम् प्रविधि	१. स्थानीय ज्ञान, सीप र प्रविधिको परिचय दिन २. स्थानीय ज्ञान र सीपको खोजी गर्न ३. स्थानीय ज्ञान र सीपको सूची तयार गर्न	१. स्थानीय ज्ञान, सीप र प्रविधिको महत्त्व बताउन २. स्थानीय पेसा र व्यवसाय पहिचान गर्न ३. स्थानीय पेसा व्यवसायको सूची तयार गर्न ४. स्थानीय प्रविधिहरूको खोजी गर्न
४. प्रकोप र विपद् र सुरक्षा	१. प्रकोप र विपद्को परिचय दिन २. आफ्नो क्षेत्रमा हुने प्रकोप र विपद्को सूची तयार पार्न	१. प्रकोपको वर्गीकरण गर्न २. आफ्नो क्षेत्रमा हुने मानवसिर्जित र प्राकृतिक प्रकोपका असरहरू उल्लेख गर्न
७. स्थानीय कला, संस्कृति, मानवीय मूल्य, मान्यता	१. स्थानीय कला र संस्कृतिको परिचय दिन २. सामाजिक र मानवीय मूल्य, मान्यतासँग परिचित हुन	१. स्थानीय कला र संस्कृतिको सूची तयार गर्न २. आफ्नो समुदायमा भएको संस्कारहरूको परिचय दिन ३. आफ्नो समुदायको जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारहरूको सूची बनाउन ४. आफ्नो मान्यजनको सम्मान गरी अनुशासन र असल आचरण पालन गर्न
७. स्वस्थकर खाना र पोषण	१. स्वस्थकर खाना र पोषणको परिचय दिन २. पत्रु, अस्वस्थकर खानाको परिचय दिन ३. आफ्नो घरमा पाइने खानाको सूची तयार गर्न	१. पोषणको महत्त्व बताउन २. स्वस्थकर रैथाने/मौलिक खानाको सूची तयार गर्न ३. पत्रु, अस्वस्थकर खानाको सूची तयार गर्न ४. सन्तुलित भोजनसँग परिचित हुन

सिकाइ उपलब्धि (कक्षा ६-८)

क्षेत्र	कक्षा-६	कक्षा-७	कक्षा-८
	कक्षा ६	कक्षा ७	कक्षा ८
१. हेटौंडा उपमहानगरपालिका : परिचय	१. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको सीमाना, क्षेत्रफल बताउन २. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको जनसङ्ख्याको बनावट र वितरणको अवस्था बताउन ३. आफ्नो उपमहानगरपालिकाको नक्सा कोर्न	१. वडा र हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले दिने सेवा सुविधा र प्रमुख कार्यहरूबताउन ३. उपमहानगरपालिकाको नक्सा कोरी पर्यटकीय धार्मिक, ऐतिहासिक स्थलहरू भर्न ३. नगरभित्रका महिला र पुरुषको सङ्ख्यालाई स्तम्भ-चित्रमा देखाउन	१. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको शैक्षिक अवस्था बताउन २ हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको प्रमुख कार्य उल्लेख गर्न ३. विभिन्न विधिहरूको प्रयोग गरी नक्सा कोर्न र नक्सामा हेटौंडा उपमहानगर उपमहानगरपालिकाको वडाहरूसहित अन्य तथ्यहरू भर्न
२. जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृति	१. हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रको जातजातिगत र भाषागत जनसङ्ख्यालाई स्तम्भचित्रमा देखाउन २. धार्मिक र सामाजिक सहिष्णुताको भावनाको विकास गर्न ३. फरक धर्म र संस्कृतिका मानिसहरूको चाडपर्व र रीतिरिवाजमा सम्मान गर्दै सहभागी हुन	१. आफ्नो जातजाति,भाषाभाषी र संस्कृतिको पहिचान झल्कल्ने पहिरन प्रदर्शन गरी प्रस्तुति गर्न २. आफ्नो स्थानीय तहको सांस्कृतिक विविधताको पहिचान गर्न	१. आफ्नो स्थानीय तहमा प्रचलित लोकबाजाको प्रयोग र संरक्षण गर्न २. आफ्नो स्थानीय तहको सांस्कृतिक विविधताको पर्यटकीय महत्त्व बताउन
३. स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	१. वृक्षरोपण कार्यमा सहभागी हुन २. रोपिएका बिरुवाहरूको संरक्षण गर्न ३. आफ्नो स्थानीय तहभित्रका सम्पदाहको पहिचान सहित सूची तयार गर्न	१. आफ्नो विद्यालयवरिपरिको फोहर व्यवस्थापनको जिम्मेवारी लिन २. आफ्नो स्थानीय तहभित्रका सम्पदाहरूको पहिचानसहित सूची तयार गर्न ३. संरक्षणमा सहभागी हुन	१. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले फोहर व्यवस्थान गरेको स्थानको अवलोकन भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार गर्न २. आफ्नो स्थानीय तहभित्रका सम्पदाको अवलोकन भ्रमण गरी प्रस्तुतीकरण गर्न
३. स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा एवम् प्रविधि	१. स्थानीय प्रविधिहरूको प्रयोग गर्न २. स्थानीय प्रविधिहरूको संरक्षण गर्न	१. आफ्नो संस्कृतिले माग गरेअनुसारको पेसागत सीप विकास गर्न २. स्थानीय स्तरका पेसा	१. आफ्नो संस्कृति अनुसारको परिकार तयार गर्न २. स्थानीय स्तरका पेसा व्यवसायका चुनौतीको खोजी गरी समाधानको

क्षेत्र	कक्षा-६	कक्षा-७	कक्षा-८
	३. स्थानीय पेसा, व्यवसायको महत्व बताउन ४. स्थानीय पेसा र व्यवसायमा सहभागी भई सहयोग गर्न	व्यवसायीसँग स्थलगत भ्रमण गरी अन्तरक्रिया गर्न ३. स्थानीय स्तरका पेसा व्यवसायबाट प्राप्त हुने फाइदा र अवसर खोजी गर्न	उपाय सुझाउन ३. स्थानीय प्रविधिको दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्न
४. प्रकोप र विपद् र सुरक्षा	१. प्रकोप र विपद्को कारणहरू बताउन २. प्रकोप र विपद्ले पुर्‍याउने क्षति उल्लेख गर्न	१. प्रकोप र विपद्को न्यूनीकरणक उपायहरू उल्लेख गर्न २. प्रकोप न्यूनीकरण/व्यवस्थापनमा परिवार, समुदाय, विद्यालय र उपमहानगरपालिकाले गरेका कार्य उल्लेख गर्न	१. प्रकोप र विपदहरूबाट बच्ने उपायहरूको अवलम्बन गर्न
५. स्थानीय कला, संस्कृति, मानवीय मूल्य, मान्यता	१. स्थानीय लोकबाजा र लोकगीतको पहिचान गर्न २. आफ्नो समुदायको जन्मदेखि मृत्युसम्मका विभिन्न संस्कारहरूमा सहभागी हुन ३. अशक्त अपाङ्गता भएका र जेष्ठ नागरिकप्रति सम्मान र सहयोग गर्न ४. विद्यालयमा बाल समूह गठन गरी सक्रिय सहभागी हुन	१. स्थानीय नृत्यको पहिचान गर्न २. आफ्नो समुदायमा प्रचलित जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारहरूको टिपोट गर्न ३. अपाङ्गता भएका, अशक्त, जेष्ठ नागरिक आश्रयस्थल र बालगृहको भ्रमण गरी प्रस्तुतीकरण गर्न ४. विद्यालयमा रहेका विभिन्न बाल समूहमा सक्रिय सहभागी भई बालमैत्री आचरणको अनुसरण गर्न	१. आफ्नो उपमहानगरपालिका भित्रका विभिन्न समुदायमा प्रचलित जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारहरूको संवादसहित लघु नाटक प्रस्तु गर्न २. अपाङ्गता भएका अशक्त, जेष्ठ नागरिक आश्रयस्थल र बालगृहको भ्रमण गरी प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न ३. विभिन्न समुदायका संस्कारको सम्मान गर्न ४. बालमैत्री आचरण बुझी तदनुरूपको व्यवहार गर्न

स्थानीय विषयको पाठ्यक्रमको विस्तृतीकरण
सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तु, सम्भाव्य शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया, क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया
कक्षा ४

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
१	हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको परिचय	१. हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नाम र वडा सङ्ख्या बताउन २.आफ्नो वडाको जनसङ्ख्या बताउन ३. आफ्नो वडाको नक्सा कोर्न	हेटौंडा उपमहानगरपालिका	• हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नाम • वडा सङ्ख्या • उपमहानगरपालिकाको जनसङ्ख्या • नक्सा	• प्रश्नोत्तर विधिबाट आफू बस्ने उपमहानगरपालिकाको नाम, वडा सङ्ख्या र जम्मा जनसङ्ख्या सोध्ने • हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको वडा विभाजनसहितको नक्सा प्रस्तुत गर्ने • हेटौंडाको नक्सा प्रस्तुत गरी विद्यार्थीलाई आफ्नो वडा पहिचान गर्न लगाउने • ट्रेस नक्साको आधारमा आफ्नो वडाको नक्सा बनाउन लगाउने • वडागत जनसङ्ख्याको तालिका र उपमहानगरपालिकागत जम्मा जनसङ्ख्या प्रस्तुत गर्ने • उपमहानगरपालिकाको नक्सामा आफ्नो वडाको जनसङ्ख्या लेखेर परियोजना कार्य गराउने • यस्तै अन्य सान्दर्भिक क्रियाकलाप गराउने	• आफू बस्ने उपमहानगरपालिकाको नाम, वडा सङ्ख्या र जम्मा जनसङ्ख्या भन्नुहोस् • तपाईं कुन वडामा बस्नुहुन्छ ?	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
२	स्थानीय जाति र भाषा	१. आफ्नो वडाभित्रको जाति धर्म र भाषाको सूची बनाउन २. आफ्नो वडाभित्रको विभिन्न जातजातिका मानिसले मान्ने चाडपर्व,वेषभुषाको सूची तयार गर्न	• स्थानीय जात जाति र भाषा • स्थानीय चाडपर्व र संस्कृति	• वडाभित्रका जातजातिको विवरण सङ्कलन • वडाभित्रका भाषाको सङ्कलन • जाति र भाषाअनुसार मनाइने चाडपर्व र रीतिरिवाज	• कक्षाभित्रका विद्यार्थीबाट आ-आफ्नो थर (जात) उठेर भन्न लगाउने • वडाभित्र रहेका थर(जात) टिपोट गर्न लगाउने • आ-आफ्नो घरपरिवारमा बोलिने भाषा बोल्न/भन्न लगाउने • आफ्नो समुदायमा बोलिने भाषाको सूची तयार गर्न लगाउने • आ-आफ्नो घरपरिवारले मनाउने कुनै ५ वटा चाडपर्वको नाम लेख्न लगाउने • आफ्नो समुदायमा मनाउने कुनै ५ वटा रीतिरिवाजको नाम भन्न लगाउने • शिक्षकले विभिन्न जातजातिको फोटो चित्रसहित प्रस्तुत गर्ने • वा अन्य सान्दर्भिक क्रियाकलाप गराउने	• विद्यार्थीलाई पालै पालो थर/जात सोध्ने • आफ्नो वडा/समुदायमा रहेका जात थर भन्न लगाउने • कक्षाभित्रका समान थर/जातिको समूह बनाउन लगाउने • कक्षामा कति भाषा बोल्ने विद्यार्थी छन ? • तिम्रो परिवारले मनाउने चाडपर्व के के हुन ? • जन्मपछि कुन कुन कर्म गरिन्छ ?	४/२०
३	स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	१. आफ्नो वडाभित्रका सम्पदाको परिचयसहित सूची तयार गर्न २. आफ्नो विद्यालय र	• वातावरण र सम्पदा • सम्पदाको संरक्षण र सरसफाई	• विद्यालय र घर वरिपरिको वातावरणको पहिचान • सम्पदाको पहिचान	• स्थानीय वातावरणको परिचय गराउने • विद्यालयभित्र कक्षा कोठा र विद्यालय हाता/क्षेत्र सफा गर्न लगाउने	• वातावरण भनेको के हो ? • तिम्रो कक्षाकोठा कसरी सफा राख्छौ ? • तिमीले रोपेको बिरुवा	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		वडाभित्रका सम्पदाको सरसफाइ र संरक्षणमा सहभागी हुन ३. वातावरणको समान्य परिचय दिन		र संरक्षण	• 'मेरो बिरुवा मेरो जिम्मेवारी' को भावनासहित फूलबारी संरक्षण र सरसफाइ गर्न लगाउने • स्थानीय सम्पदाको बोध गराई नदीनाला, मठमन्दिर, खेलमैदान इत्यादि प्राकृतिक सम्पदाको उदाहरण दिने • स्थानीय सम्पदाको संरक्षणका उपाय प्रस्तुत गराउने	कसरी हुर्काउछौ ? • आफ्नो वडा र समुदायमा भएका सम्पदाको सूची तयार गर • हामीले आफ्नो वडा र समुदायमा भएका सम्पदाको संरक्षण गर्नु पर्छ वा पर्दैन, किन ?	
४	स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि	१. स्थानीय ज्ञान, सीप र प्रविधिको परिचय दिन २. स्थानीय ज्ञान र सीपको खोजी गर्न ३. स्थानीय ज्ञान र सीपको सूची तयार गर्न	• स्थानीय ज्ञान र सीप • पेसा, व्यवसाय • प्रविधिको प्रयोग	• स्थानीय ज्ञान र सीपको परिचय गराउने • पेसा र व्यवसायको परिचय गराउने • स्थानीय प्रविधिको खोजी गर्न लगाउने	• घर/समुदायमा भएको स्थानीय ज्ञान सीपसँग सम्बन्धित पेसा, व्यवसाय पहिचान गर्ने • स्थानीय ज्ञान सीपसँग सम्बन्धित विज्ञ र अग्रजसँग छलफल गराउने • स्थानीय घरेलु उत्पादन जस्तै गुन्द्रुक, सिन्की, तितौरा, मस्यौरा, दुना, टपरी, सुते बत्ती, अचार आदि सङ्कलन गरी प्रदर्शन गर्ने • घरपरिवारमा स्थानीय घरेलु उत्पादन जस्तै गुन्द्रुक, सिन्की, तितौरा, मस्यौरा, दुना, टपरी, सुते बत्ती, अचार आदि बनाउने विधि अवगत गराउने।	• तिम्रो परिवारले गर्ने कुनै २ पेसा के के हुन ? • पानीघट्टबाट कुन कुन अन्न पिस्न सकिन्छ ? • भान्सामा प्रयोग गरिने चक्कु चुलेसी कसले बनाउँछन् ? • गुन्द्रुक र तितौरा केबाट बन्छ ? • घरमा तयारी जुस /सर्बत बनाउन के प्रयोग गरिन्छ ?	६/३०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
५	प्रकोप र विपद तथा सुरक्षा	१. प्रकोप र विपदको परिचय दिन २. आफ्नो क्षेत्रमा हुने प्रकोप र विपदको सूची तयार पार्न	• प्रकोप र विपद • सजगता र सुरक्षा	• स्थानीय समुदायमा आइपर्ने प्रकोप विपद्को सूची तयार गर्न लगाउने • प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपद छुट्याउन • प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपदमा अपनाउने सुरक्षाका उपाय खोजी गर्न लगाउने	• स्थानीय क्षेत्रमा उत्पन्न हुने प्रकोप बाढी,पहिरो,भूक्षय, आगलागी, रोगव्यादि, प्रदूषण, डढेलो इत्यादिको सूची तयार गर्न लगाउने • प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपद्हरूलाई तालिकामा प्रस्तुत गर्न लगाउने • प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपदबाट बच्ने वा सुरक्षित हुने उपाय खोजी गर्न लगाउने	• तपाईंको समुदायमा के कस्ता विपद्का घटना घटेका छन ? • प्राकृतिक विपदको २ वटा उदाहरण लेख्नुहोस्। • मानवसिर्जित विपदको २ वटा उदाहरण दिनुहोस्। • मोबाइल चार्ज गर्दा हुने जोखिमबाट कसरी बच्न सकिन्छ ?	३/१५
६	स्थानीय कला संस्कृति र मूल्यमान्यता	१. स्थानीय कला र संस्कृतिको परिचय दिन २. सामाजिक र मानवीय मूल्यमान्यतासँग परिचित हुन	• स्थानीय कला र संस्कृति • मानवीय मूल्यमान्यता • संस्कार र आचरण	• स्थानीय कला र संस्कृतिको परिचय गराउने • मानवीय मूल्यमान्यता झल्कने गरी शिक्षक परिवारका अग्रजलाई सम्मान गर्न सिकाउने • संस्कार र आचरण झल्काउने आदर सूचक, अभिवादन सूचक वाक्यको	• स्थानीय कला र संस्कृति(चित्रकला, काष्ठकला, हस्तकला आदि)को जानकारी गराउने • स्थानीय कला र संस्कृति(चित्रकला, मुर्तीकला, काष्ठकला, हस्तकला आदि) को समाग्री सङ्कलन गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्न • मानवीय मूल्यमान्यता झल्कने विद्यालयमा प्रवेश गर्दा नमस्कार, ढोग, दर्शन गर्न सिकाउने साथै घर परिवारमा अग्रजसँग उपयुक्त अभिवादन शब्द प्रयोग गर्न सिकाउने	• चित्रकला के के बाट तयार गर्न सकिन्छ ? • तपाईंको विद्यालयमा कुन कुराको चित्र वा मुर्ती छन् ? • मामा/माइजूलाई के भनी अभिवादन गरिन्छ? • बिहान तपाईंको शिक्षकलाई भेट्दा तपाईं कस्तो सम्बोधन गर्नुहुन्छ ?	५/२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
				बोध गराउने	• संस्कार र आचरण झल्काउने आदर सूचक, अभिवादन सूचक वाक्य जस्तै नमस्कार, धन्यवाद, स्याबास्, Well done Excellent, Smart, It's my pleasure, Kudos आफू र साथीसँग प्रेमभाव गर्न सिकाउने		
७	स्वस्थकर खाना र पोषण	१. स्वस्थकर खाना र पोषणको परिचय दिन २. पत्रु/अस्वस्थकर खानाको परिचय दिन ३. आफ्नो घरमा पाइने खानाको सूची तयार गर्न	• स्वस्थकर खाना • पोषण	• स्वस्थकर खानाको परिचय दिन • पोषणयुक्त खानाको सूची तयार गर्न • अस्वस्थकर खानाको परिकार र बच्ने उपाय बोध गराउन	• शरिरलाई शक्ति दिने,वृद्धि गराउने र सुरक्षा दिने खाना जस्तै (अन्न,गेडागुडी, दाल, सागसब्जी, फलफूल) आदिलाई स्वस्थकर खाना भनिन्छ भनी सिकाउने • पोषणयुक्त खानाको सूची शिक्षक र विद्यार्थीबाट टिपोट गर्न लगाई शब्दपत्ती तयार गरी प्रदर्शन गर्न लगाउने • अस्वस्थकर खाना जस्तै बजारबाट किनिने चिप्स, चिजबल, चाउचाउ, मःमः पिज्जा, बर्गर (मैदा र अजिनोमोटोयुक्त) इत्यादि को प्रयोगले शरीरलाई अस्वस्थ बनाउँछ भनी सजगता अपनाउन सिकाउने	• कस्तो खानालाई स्वस्थकर भनिन्छ ? • हामीले कस्ता खाना खानु पर्दछ ? • शरीरलाई शक्ति कुन कुन खानाबाट प्राप्त हुन्छ ? • हाम्रो शरीर स्वस्थ राख्न खान नहुने खानाको सूची तयार गर्नुहोस्।	१३

सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तु, सम्भाव्य शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया, क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया

कक्षा ५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	साप्ताहिक/ वार्षिक कार्य घण्टा
१	हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको परिचय	१. आफ्नो वडाको सीमाना र क्षेत्रफल बताउन २. आफ्नो वडाको नक्सा कोरी तथ्य भर्न ३. हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि बताउन	उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको पृष्ठभूमि र आफ्नो वडा	• उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको आधार/पृष्ठभूमि • आफ्ना वडासँग सीमाना जोडिएका वडा • आफ्ना वडासँग सीमा जोडिएका वडा • आफ्ना वडाको क्षेत्रफल • आफ्ना वडाको नक्सा र तथ्य	• प्रश्नोत्तर विधिबाट आफू बस्ने उपमहानगरपालिकाको नाम र नामाकरणको आधार/पृष्ठभूमि सोध्ने • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको वडा विभाजनसहितको नक्सा प्रस्तुत गर्ने र आफ्ना वडासँग सीमाना जोडिएका वडाको नम्बर भन्न लगाउने • हेटौँडाको नक्सामा वडागत क्षेत्रफल तालिका प्रस्तुत गरी विद्यार्थीलाई आफ्नो वडाको क्षेत्रफल पहिचान गर्न लगाउने • ट्रेस नक्साको आधारमा आफ्नो वडाको नक्सा बनाउन लगाई वडाको क्षेत्रफल, जनसङ्ख्या	• आफू बस्ने उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि बताउनुहोस्। • आफ्ना वडासँग सीमाना जोडिएका वडाको नम्बर भन्नुहोस्। • आफ्नो वडाको जनसङ्ख्या भन्नुहोस्। • आफ्नो वडाको क्षेत्रफल भन्नुहोस्। • आफ्नो वडाको नक्सा कोरी जनसङ्ख्या र क्षेत्रफल लेखेर ल्याउने परियोजना कार्य गर्नुहोस्।	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	साप्ताहिक/ वार्षिक कार्य घण्टा
					आदि तथ्य भर्न लगाउने • उपमहानगरपालिकाको नक्सामा आफ्नो वडाको जनसङ्ख्या र क्षेत्रफल लेखेर ल्याउने परियोजना कार्य गराउने		
२	स्थानीय जाति र भाषा	१. आफ्नो वडाको जातिगत र भाषागत जनसङ्ख्याको तालिका बनाउन २. आफ्नो समुदायको चाडपर्व, परम्परा, मेला, जात्रा पहिचान गर्न ३. आफ्नो संस्कृतिमा सहभागी भई महत्त्व वताउन	• आफ्नो वडाको जाति भाषागत जनसङ्ख्या • चाडपर्व परम्परा मेला जात्रा संस्कृतिको महत्त्व	• वडाको जाति, भाषा, जनसङ्ख्या • वडाका समुदायको चाडपर्व मेला जात्रा पहिचान • आफ्नो संस्कृतिको महत्त्व	• वडाको जाति, भाषा र जनसङ्ख्याका बारेमा सोध्ने • वडाको जाति, भाषा र जनसङ्ख्याको तालिका प्रस्तुत गरी छलफल गर्न लगाउने। • समुदायमा मनाइने चाडपर्व जात्रा मेला र परम्परा के के छन् ? भनी प्रश्न सोध्ने र चाडपर्व जात्रा मेलाको सूची प्रस्तुत गरी पहिचान गराउने • आफनो संस्कृतिको महत्त्व बताउन लगाउने	• आफ्नो वडामा बोलिने भाषाको नाम भन्नुहोस्। • आफ्नो वडामा बस्ने जातजातिको नाम भन्नुहोस्। • आफ्नो समुदायमा मनाइने चाडपर्व, मेला र जात्राको नाम भन्नुहोस्। • आफ्नो समाजमा प्रचलित परम्परा र संस्कृतिको महत्त्वको सूची बनाउनुहोस्।	४/२०
३	स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	१. आफ्नो वडाभित्रका सम्पदाको वर्गीकरण	वडाको सम्पदा र वातावरण	• वडाको सम्पदा • वडाको वातावरण	• वडाका सम्पदाको सूचीमाथि छलफल	• आफ्ना वडाका सम्पदाको नाम भन्नुहोस्।	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	साप्ताहिक/वार्षिक कार्य घण्टा
		गर्न २. वातावरणको महत्त्व बताउन			गराई विभिन्नताका आधारमा वर्गीकरण गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने • आफ्नो वडाको वातावरणका बारेमा छलफल गराई महत्त्व बोध गराउने र सूची तयार गराउने	• विभिन्नताका आधारमा सम्पदा कति प्रकारका छन्? भन्नुहोस्। • आफ्ना वरपरको वातावरणका महत्त्वको सूची बनाएर देखाउनुहोस्।	
४	स्थानीय ज्ञान, सीप पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि	१. स्थानीय पेसा र व्यवसाय पहिचान गर्न २. स्थगानीय ज्ञान, सीप र प्रविधिको परिचय दिन ३. स्थानीय पेसा व्यवसायको सूची तयार गर्न ४. स्थानीय प्रविधिको खोजी गर्न	स्थानीय पेसा, व्यवसाय ज्ञान, सीप र प्रविधि	• स्थानीय पेसा व्यवसाय • स्थानीय ज्ञान सीप • स्थानीय प्रविधि	• स्थानीय पेसा र व्यवसायको पहिचान गरी सूची तयार गर्न लगाउने • स्थानीय पेसा व्यवसायमा स्थानीय ज्ञान सीपको प्रयोगको अवस्था र महत्त्व बताउने र छलफल गराउने • स्थानीय प्रविधिको खोजी गरी सूची तयार गर्न लगाउने	• आफ्नो वडाका मानिसले अपनाएका पेसा भन्नुहोस्। • आफ्नो वडाका मानिसले अपनाएका पेसा को सूची बनाउनुहोस्। • स्थानीय पेसा र व्यवसायमा स्थानीय ज्ञान र सीपको महत्त्व बताउनुहोस्। • स्थानीय प्रविधिको खोजी गरी सूची तयार गर्नुहोस्।	६/३०
५	प्रकोप र विपद तथा सुरक्षा	१. प्रकोपको वर्गीकरण गर्न २. आफ्नो क्षेत्रमा हुने मानवसिर्जित र दैवी	प्रकोप, विपद र सुरक्षा	• प्रकोप • विपद • सुरक्षा	• विविध आधारमा प्रकोपको वर्गीकरण गर्न लगाउने • आफ्नो क्षेत्रमा हुने	• तपाईंको वडामा हुने मुख्य मुख्य प्रकोप के के हुन् ? भन्नुहोस्। • मानवसिर्जित प्रकोप केके	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	साप्ताहिक/ वार्षिक कार्य घण्टा
		प्रकोपको असर उल्लेख गर्न ३. प्रकोप जन्य विपदबाट सुरक्षित हुने उपाय अपनाउन			मानवसिर्जित र प्राकृतिक प्रकोपका असर बारे समूह छलफल गराई सूची प्रस्तुत गर्न लगाउने • विभिन्न किसिमका प्रकोपजन्य विपदबाट सुरक्षित हुने उपाय बताई छलफल गराउने	हुन् ? भन्नुहोस्। • प्राकृतिक प्रकोप के के हुन् ? भन्नुहोस्। • मानवसिर्जित र प्राकृतिक प्रकोपबाट पर्ने असर के के हुन् ? बताउनुहोस्। • विभिन्न किसिमका प्रकोपजन्य विपदबाट सुरक्षित हुने उपायको सूची बनाउनुहोस्।	
६	स्थानीय कला संस्कृति र मानवीय मूल्य मान्यता	१. स्थानीय कला र संस्कृतिको सूची तयार गर्न २. आफ्नो समुदायमा भएका संस्कारको परिचय दिन ३. आफ्नो समुदायको जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको सूची बनाउन ४. आफ्नो मान्यजनको सम्मान गरी अनुशासन र असल आचरण पालन गर्न	स्थानीय कला संस्कृति र मानवीय मूल्य	• स्थानीय कला र संस्कृति • स्थानीय मानवीय मूल्यमान्यता	• स्थानीय कला र संस्कृतिको सूची प्रस्तुत गरी छलफल गराउने र आवश्यक पृष्ठपोषण दिने • आफ्नो समुदायका संस्कारका बारेमा भन्न लगाई आवश्यक सहजीकरण गर्ने • आफ्नो समुदायको जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको सूची बनाउन लगाउने • आफ्नो मान्यजनको सम्मान गरी अनुशासनको महत्त्व	• तपाईंको वडामा तपाईंले देख्नुभएका कला र संस्कृति के के छन् ? सूची प्रस्तुत गर्नुहोस्। • संस्कार भनेको के हो ? भन्नुहोस्। • तिम्रो परिवार र समुदायको जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको सूची बनाउनुहोस्। • आफ्ना मान्यजनको सम्मान तपाईं कसरी गर्नुहुन्छ ? • 'जीवनमा अनुशासनको महत्त्व' शीर्षकमा छोटो निबन्ध लेख्नुहोस्।	५/२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	साप्ताहिक/ वार्षिक कार्य घण्टा
					दर्शाई असल आचरण पालन गर्न अभिप्रेरित गर्ने		
७	स्वस्थकर खाना र पोषण	१. पोषणको महत्त्व बताउन २. स्वस्थकर रैथाने/मौलिक खानाको सूची तयार गर्न ३. पत्रु/अस्वस्थकर खानाको सूची तयार गर्न ४. सन्तुलित भोजनसँग परिचित हुन	स्वस्थकर खाना र पोषण	• स्वस्थकर खाना • पोषण	• स्वस्थकर र सन्तुलित खानाको महत्त्व बताई छलफल गराउने • हाम्रो जीवनमा पोषणको महत्त्व र स्रोत बताइदिने • आफ्नो परिवार र समुदायमा पाइने रैथाने र मौलिक खानाको सूची बनाउन शिक्षकले सहयोग गर्ने • पत्रु/अस्वस्थकर खानाको सूची बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउने	• स्वस्थकर खाना भनेको के हो ? • सन्तुलित भोजन भन्नाले कस्तो भोजन बुझिन्छ ? • स्वस्थकर र सन्तुलित भोजनको महत्त्व बताउनुहोस्। • हाम्रो जीवनमा पोषणको महत्त्व बताउनुहोस्। • पोषणका स्रोत केके हुन् ? सूची बनाउनुहोस्। • हाम्रो परिवार र समुदायमा पाइने मौलिक र रैथाने खानाको सूची बनाउनुहोस्। • पत्रु/अस्वस्थकर खाना के के हुन् ? सूची तयार गर्नुहोस्।	४/१३

सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तु, सम्भाव्य शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया, क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया

कक्षा ६

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
१	हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको परिचय	१. हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको सीमाना, क्षेत्रफल बताउन २. हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको जनसङ्ख्याको बनावट र वितरणको अवस्था बताउन ३. आफ्नो उपमहानगरपालिकाको नक्सा कोर्न	हेटौँडा उपमहानगरपालिका	• हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको चार सीमाना र क्षेत्रफल • लिङ्ग र उमेर अनुसारको जनसङ्ख्याको बनोट • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको सामान्य नक्सा	• शिक्षकले चार सीमाना झल्कने नक्सा प्रस्तुतीकरण गर्ने • उपमहानगरपालिकाको क्षेत्रफल सोधी शिक्षकले बताइदिने • उपमहानगरपालिकाको लिङ्ग र उमेरअनुसारको जनसङ्ख्या प्रस्तुत गर्ने • उपमहानगरपालिकाको नक्सा प्रदर्शन गर्ने • स्वतन्त्र विधिबाट उपमहानगरपालिकाको नक्सा कोर्ने अभ्यास गराउने	• उपमहानगरपालिकाको चार सीमानामा पर्ने स्थान भन्नुहोस्। • उपमहानगरपालिकाको क्षेत्रफल कति छ ? लेख्नुहोस्। • उपमहानगरपालिकाको लिङ्ग र उमेरअनुसारको जनसङ्ख्या तालिकामा देखाउनुहोस्। • आफ्नो उपमहानगरपालिकाको सफा नक्सा कोर्नुहोस्।	२/१०
२	स्थानीय जाति र भाषा	१. हेटौँडा उपमहानगरपालिका भित्रको जातजातिगत र भाषागत जनसङ्ख्यालाई स्तम्भ चित्रमा देखाउन २. धार्मिक र	हाम्रो धर्म संस्कृति, रीतिरिवाज र चाडपर्व	• उपमहानगरपालिका भित्रको जनसङ्ख्याको जातिगत विवरण • उपमहानगरपालिकाको भाषागत जनसङ्ख्या विवरण • हाम्रो धर्म, संस्कृति र परम्परा	• उपमहानगरपालिकाभित्रको जातिगत र भाषागत जनसख्या विवरण सङ्कलन गर्ने • परियोजना कार्यबाट जातजातिगत र भाषागत विवरण तयार गरी स्तम्भ चित्रमा प्रस्तुत गर्न लगाउने • आफ्नो समुदायमा मनाउदै	• तपाईंको उपमहानगरपालिकामा बसोबास गर्ने जातिको सूची बनाउनुहोस्। • उपमहानगरपालिकामा धेरै र थोरै बोलिने भाषा कुन रहेछ ? • धार्मिक सहिष्णुता भनेको के हो ?	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		सामाजिक सहिष्णुताको भावनाको विकास गर्न ३. फरक धर्म र संस्कृतिका मानिसको चाडपर्व र रीतिरिवाजमा सम्मान गर्दै सहभागी हुन		• धार्मिक र सामाजिक सहिष्णुता	आएका चाडपर्वको सूची बनाउन लगाउने • जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त गरिने संस्कारको सूची बनाउन लगाउने • जातिगत संस्कार छुट्याउन लगाउने • विभिन्न पर्व विशेषमा गरिने मुख्य काम, खाइने खाना, लगाउने पोशाकको फोटो प्रदर्शन र छलफल गराउने • जात्रा, मेला र पर्वको अवलोकन गराउने • एक अर्काको धर्म, संस्कृति र रीतिरिवाजको सम्मान गरेका समाचार सङ्कलन, प्रदर्शन, वाचन गराउने • 'धार्मिक सहिष्णुता' शीर्षकमा वक्तृत्वकला गराउने	• 'धार्मिक र सामाजिक सहिष्णुता' शीर्षकमा एक समाचार तयार पार्नुहोस् जस्ता प्रश्नका आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने।	
३	स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	१. वृक्षरोपण कार्यमा सहभागी हुन २. रोपिएका बिरुवाको संरक्षण गर्न ३. आफ्नो स्थानीय तह भित्रका सम्पदाको	• वृक्षरोपण • वातावरण • प्राकृतिक सम्पदा • प्राकृतिक र मानव निर्मित वातावरण • फोहोर मैला	• वृक्षरोपणको परिचय, महत्त्व र संरक्षण • वातावरणको परिचय र महत्त्व • सम्पदाको	• समूहकार्य मार्फत परिचय महत्त्व र संरक्षणका उपाय छलफल गराउने • वातावरणको परिचय र महत्त्वका स्लाइड, चार्टपेपर प्रस्तुत गर्दै महत्त्व प्रस्ट गर्ने	• वृक्षरोपण भनेको के हो? • वातावरणको महत्त्व लेख्नुहोस्। • स्थानीय सम्पदाको सूची बनाउनुहोस्। • कुहिने र नकुहिने ५/५	४/२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		पहिचानसहित सूची तयार गर्न	व्यवस्थापन	परिचय,सूची र वर्तमान अवस्था • प्राकृतिक सम्पदा संरक्षणका उपाय • प्राकृतिक र मानव निर्मित वातावरण • फोहोर मैला व्यवस्थापन	• विद्यालय नजिकका सम्पदाको अवलोकन गराउँदै वर्तमान अवस्था समेटी प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउने • प्राकृतिक सम्पदाको महत्त्व दर्शाउँदै संरक्षणका उपायको सूची बनाउन लगाउने • प्राकृतिक र मानव निर्मित वातावरणको अन्तरसम्बन्ध प्रस्ट पार्ने • विद्यालय हाताभित्रका फोहोरको अवलोकन गराई वर्गीकरण गराउँदै व्यवस्थापनका उपाय बताइदिने • वातावरण संरक्षण गर्न प्लेकार्डसहितको सचेतनामूलक र्‍याली गर्ने	वटा फोहोरको नाम लेख्नुहोस्।	
४	स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा , व्यवसाय एवम् प्रविधि	१. स्थानीय प्रविधिको प्रयोग गर्न २. स्थानीय प्रविधिको संरक्षण गर्न ३. स्थानीय पेसा व्यवसायको महत्त्व	स्थानीय ज्ञान, सीप पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि र व्यवहार कुशल सिपको प्रयोग	• स्थानीय प्रविधिको परिचय र प्रयोग, • स्थानीय प्रविधि अन्तर्गत पानीघट्ट, ढिकी,जाँतो, कुटो, कोदालो, हलो र	• स्थानीय प्रविधिको अवलोकन गराउदै परिचय प्रस्ट पार्ने • स्थानीय प्रविधि सञ्चालन भएको स्थानमा अवलोकन गराई विद्यालयमा कार्यशाला	• स्थानीय प्रविधि भनेको के हो ? • हाम्रो सामुदायमा प्रचलित स्थानीय प्रविधिको नाम लेख्नुहोस्।	८/३३

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		बताउन ४. स्थानीय पेसा र व्यवसायमा सहभागी भई सहयोग गर्न		कोलको निर्माण र प्रयोग • स्थानीय प्रविधिको संरक्षण र सम्बर्धनका उपाय • स्थानीय पेसा, व्यवसायको महत्त्व • स्थानीयस्तरमा सञ्चालित घरेलु उद्योगको महत्त्व, संरक्षण र सम्बर्धन • स्थानीय पेसा मा सहभागिता,	आयोजना गर्ने • स्थानीय प्रविधिको दैनिक जीवनमा प्रयोगको अवस्था र उपयोगिता स्लाइड मार्फत प्रस्ट पारी दिने • स्थानीय पेसा र व्यवसायले व्यक्तिको जीवनमा पारेका सकारात्मक प्रभाव समेटिएको फोटो तथा भिडियो देखाउने • घरेलु उद्योगको महत्त्व, संरक्षण र सम्बर्धनका विषयमा समूहकार्य गर्न लगाउने • विद्यालयमा बत्ती काल्ने टपरी गाँस्ने, धुप बनाउने कार्यशाला सञ्चालन गर्ने • शिक्षकले जानेका अभ्यास नमुनाका रूपमा प्रदर्शन गर्ने	• बत्ती काल्न आवश्यक सामग्री सूची बनाउनुहोस्। • स्थानीय प्रविधिमध्ये कुनै एकको सफा चित्र बनाउनुहोस्।	
५	प्रकोप र विपद तथा सुरक्षा	१. प्रकोप र विपदको कारण बताउन २. प्रकोप र विपद्ले पुर्याउने क्षति उल्लेख गर्न	प्रकोप तथा विपद पहिचान र बच्ने उपाय	• प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोप कारण • प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोपका असर • प्राकृतिक र	• प्रकोप र विपदको सामान्य अवधारणा दिने • प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोपको सूची बनाउन लगाई छलफल गराउने • प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोपबाट पीडित व्यक्तिको	• प्रकोप भनेको के हो ? • मानवीय कारणबाट हुन सक्ने विपदको सूची तयार पार्नुहोस्। • भूकम्पबाट जोगिन के गर्नुपर्छ ? • प्राकृतिक प्रकोप	१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
				मानवसिर्जित प्रकोपबाट हुने क्षति न्यूनीकरण तथा रोकथामका उपाय	अनुभव सुनाउन लगाउने • स्थानीय विज्ञसँग प्रकोप/विपदसम्बन्धी छलफल गरी असर न्यूनीकरणका लागि स्थानीय स्तरमा गर्न सकिने क्रियाकलापको सूची तयार गर्न लगाउने • नजिकैको प्रकोपजन्य क्षेत्रको अवलोकन भ्रमण गराई त्यहाँ देखिएका समस्या बारे छलफल गर्ने • प्रकोप/विपदबाट हुने क्षति न्यूनीकरणका लागि स्थानीय संघसंस्थाको सहकार्यमा सचेतना मूलक र्‍याली गर्ने	न्यूनीकरण गर्न विज्ञलाई सोध्न सकिने कुनै २ वटा प्रश्न बनाउनुहोस्।	
६	स्थानीय कला संस्कृति र मूल्यमान्यता	१. स्थानीय लोकबाजा र लोकगीतको पहिचान गर्न २. आफ्नो समुदायको जन्मदेखि मृत्युसम्मका विभिन्न संस्कारमा सहभागी हुन ३. अशक्त अपाङ्गता	• स्थानीय लोकबाजा • स्थानीय लोक गीत • मानव समुदायका विभिन्न संस्कार • असक्त र अपाङ्गता भएका, जेष्ठ नागरिक	• स्थानीय बाजाको परिचय, • स्थानीय बाजाको प्रयोग, संरक्षण र सम्बर्धन, • स्थानीयस्तरमा प्रचलित लोकगित र भजन • आफ्नो सामुदायमा प्रचलित विभिन्न	• उपलब्ध भएसम्म स्थानीय लोक बाजा बजाउने व्यक्तिलाई नै विद्यालयमा बोलाई बजाउन लगाई त्यसको परिचय समेत दिन लगाउने • स्थानीय बाजाको प्रयोग, संरक्षण र सम्बर्धनमा स्थानीय तहले गरेका प्रयास खोजी गरी बताई दिने,	• लोक गीतको परिचय भन्नुहोस्। • कुनै एक लोक बाजाको चित्र बनाउनुहोस्। • कनै एक स्थानीय लोक गीत गाएर सुनाउनुहोस्। • बाल समूहमा रहेर गरिने कार्य के के हुन ? सूची बनाउनुहोस्	२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		भएका र जेष्ठ नागरिक प्रति सम्मान र सहयोग गर्न ४. विद्यालयमा बाल समूह गठन गरी सक्रिय सहभागी हुन	• बाल समूह निर्माण	संस्कारमा सहभागिता • असक्त र अपाङ्गता भएका, जेष्ठ नागरिकको सम्मान र सहयोग • घर परिवार, विद्यालय र सामुदायमा असल आचरण प्रदर्शन • बाल समूह निर्माण गरी विभिन्न क्रियाकलापमा सक्रिय सहभागिता	• स्थानीय लोक गित र भजन सङ्कलन गरी बजाउने, सुन्ने र गाउने अभ्यास गर्ने • सामुदायमा प्रमुख विभिन्न संस्कार जस्तै न्वारन, विवाह, मृत्युपश्चातको संस्कारमा सहभागी हुदाँ हुने सिकाइ शिक्षकले प्रस्ट पारिदिने • जेष्ठ नागरिकलाई कक्षाकोठामा आमन्त्रित गरी उनीका अनुभव र भोगाई सुन्ने र बुझ्ने • घर परिवार, विद्यालय र सामुदायमा असल आचरण अवलम्बन गर्न सिकाउने, जस्तैः नमस्कार, आदरार्थी शब्दको प्रयोग, असक्तलाई सहयोग गर्ने • बाल समूह परिचालन गरी विद्यालय हातामा हुने विभिन्न अतिरिक्त क्रियाकलापमा सक्रीय सहभागिता गराउने		

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
७	स्वस्थकर खाना र पोषण	१. पोसिलो र स्वस्थकर रैथाने/मौलिक खाना चिनेर खान २. स्वस्थकर खानाको फाइदा र पत्रु/अस्वस्थकर खानाको बेफाइदाको तालिका बनाउन ३. सन्तुलित भोजनको महत्त्व बताउन	स्वस्थकर खाना र पोषण	• पोसिलो र स्वस्थकर रैथाने/मौलिक खाना • स्वस्थकर खानाको फाइदा र पत्रु,अस्वस्थकर खानाको बेफाइदा • सन्तुलित भोजनको महत्त्व	• स्वस्थकर खाना सूची बनाउन लगाई फाइदा विद्यार्थीलाई जानकारी गराउने • विद्यालयको चमेनागृहमा गई मौलिक खाना चिनेर खाने अभ्यास गराउने • पत्रु खानाको पहिचान र मानव स्वास्थ्यमा पर्ने हानी प्रस्तुतीकरण गर्ने • सन्तुलित भोजन र मानव स्वास्थ्यबीचमा संवाद गराउने	• स्वस्थकर खानाका कुनै ५ परिकार लेख्नुहोस्। • स्वस्थकर खानाका फाईदा लेख्नुहोस्। • पत्रु/अस्वस्थकर खानाका बेफाइदाको सूची बनाउनुहोस्। • सन्तुलित भोजन शीर्षकमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस्।	१५

सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तु सम्भाव्य शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया, क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया

कक्षा ७

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
१	हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको परिचय	१. वडा र हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले दिने सेवा सुविधा र प्रमुख कार्य बताउन २.उपमहानगरपालिकाको नक्सा कोरी पर्यटकीय धार्मिक, ऐतिहासिक स्थल भर्न ३. नगर भित्रको महिला र पुरुषको सङ्ख्यालाई स्तम्भ चित्रमा देखाउन	• हेटौंडा उपमहानगरपालिका • हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रका वडा • हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नक्सा धार्मिक, ऐतिहासिक स्थल • नगर भित्रको जनसङ्ख्या	• हेटौंडा उपमहानगरपालिकाबाट प्रदान गरिने सेवा तथा सुविधाको विवरण • हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका प्रमुख कार्यको बिबरण • उपमहानगरपालिकाको नक्सा • धार्मिक, ऐतिहासिक स्थल • नगरभित्रको महिला र पुरुषको जनसङ्ख्याको तथ्याङ्क	• विद्यार्थीको समूह विभाजन गरी उपमहानगरपालिकाबाट प्रदान गरिने सेवा तथा प्रमुख कार्यको बारेमा छलफल गरी समूहगत रुपमा परियोजना कार्य मार्फत कक्षामा प्रस्तुत गराउने • हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नक्सा बनाई पर्यटकीय धार्मिक, ऐतिहासिक स्थल देखाउने • आधिकारिक स्रोतबाट नगर भित्रको महिला र पुरुषको जनसङ्ख्या यकिन गरी स्तम्भ चित्रमा प्रस्तुत गर्ने	• उपमहानगरपालिकाले प्रदान गर्ने सेवा सुविधा के के हुन्? उल्लेख गर्नुहोस् • उपमहानगरपालिकाले प्रदान गर्ने प्रमुख कार्य के के हुन् ? • उपमहानगरपालिकाको नक्सा बनाई धार्मिक निम्न तथ्य भर्नुहोस् • भुटनदेवी मन्दिर. शक्तेस्वर मन्दिर, शहिद स्मारक, गुम्बाडाडा, त्रिबेणी धाम, हेटौंडा उपमहानगरपालिका कार्यालय, आफ्नो विद्यालय आदि स्थान • नगर भित्रको महिला र पुरुषको जनसङ्ख्या यकिन गरी स्थम्भ चित्रमा देखाउनुहोस्	२/१०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
२	स्थानीय जाति र भाषा	१.आफ्नो जातजाति,भाषा भाषि र संस्कृतिको पहिचान झल्कल्ने पहिरन प्रदर्शन गरी प्रस्तुति गर्न २. आफ्नो स्थानीय तहको साँस्कृतिक विविधताको पहिचान गर्न	• जाति ,भाषा • सांस्कृतिक विविधता • वेषभुषा	• संस्कृतिको पहिचान झल्कने पहिरनको प्रदर्शन • जातिगत. भाषागत र सांस्कृतिक विविधताको पहिचान	• आ-आफ्नो संस्कृतिको जातिगत. भाषागत विविधताको परिचय दिन लगाई शिक्षकले आवश्यक सहजीकरण गर्ने • आफ्नो संस्कृतिको पहिचान झल्कने पहिरन लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्ने • जातिगत, भाषागत र सांस्कृतिक विविधताको परियोजनामा आधारित भै पहिचानसहित खोजी गर्ने जस्तै : चाडपर्व, सस्कार, वेषभुषा, • जातिगत, भाषागत र सांस्कृतिक विविधता झल्कने चित्र सङ्कलन र बनाउन सहजीकरण गर्ने	• जातिगत, भाषागत विविधताको परिचय दिनुहोस् • तपाइँको समुदायमा बसोबास गर्ने जातजातिले लगाउने वेषभुषाको सूची तयार गर्नुहोस् • आफ्नो मातृभाषामा आफ्नो परिचय दिनुहोस् • जातिगत, भाषागत र सांस्कृतिक विविधताको पहिचानसहित खोजी गरी प्रस्तुत गर्नुहोस् • जातिगत, भाषागत र सांस्कृतिक विविधता झल्कने चित्र प्रस्तुत गर्नुहोस्	३/१५
३	स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदा	१.आफ्नो विद्यालय वरिपरिको फोहोर व्यवस्थापनको जिम्मेवारी लिन २. आफ्नो स्थानीय तह भित्रका सम्पदाको	• स्थानीय वातावरण • प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदा र संरक्षण • फोहोरमैला व्यवस्थापन	• स्थानीय क्षेत्रको वातावरणसम्बन्धी जानकारी जस्तैः हावापानी, मौसम • स्थानीय प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाको	• स्थानीय क्षेत्रको वातावरणसम्बन्धी अवधारणा दिने जस्तैः हावापानी, मौसम • स्थानीय क्षेत्रको वातावरण झल्कने चित्र बनाउन	• वातावरण भनेको के हो ? • हेटौंडा उपमहा नगरपालिकाभित्र कस्तो प्रकारको हावापानी पाइन्छ?	४/२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		पहिचानसहित सूची तयार गर्न संरक्षणमा सहभागी हुन		पहिचान र संरक्षण र सम्बर्द्धनका उपाय • फोहोरमैलाको बर्गीकरण र व्यवस्थापनका उपाय	लगाई प्रदर्शन गर्ने साथै आवश्यकताअनुसार शिक्षकले सहजीकरण गर्ने • स्थानीय प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाको परिचय दिँदै तिनको खोजी गरी सूची तयार गर्न सहजीकरण गर्ने • स्थलगत भ्रमणको सहायताले स्थानीयस्तरमा रहेको प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाको भ्रमण गरी संरक्षण र सम्बर्धनको लागि आवश्यक कार्य सञ्चालन गर्ने • समूह विभाजन गरी बिद्यालय तथा वरपर रहेका फोहोरमैलाको बर्गीकरण गर्ने • फोहोरमैला व्यबस्थापनको निमित्त 3R (Re-duce, Re-cycle, Re-use) को अवधारणा दिने • फोहोरमैला व्यबस्थापनको निमित्त कार्यशालाको आयोजना गर्ने	• आफ्नो वरपर रहेका सम्पदाको सुची बनाई संरक्षण गर्ने उपाय उल्लेख गर्नुहोस्। • फोहोरमैला व्यवस्थापनमा 3R भन्नाले के बुझ्नुहुन्छ? • आफ्नो विद्यालय तथा वरपर रहेका फोहोरमैला कसरी व्यवस्थापन गर्नुहुन्छ?	

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
४	स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि	१. आफ्नो संस्कृतिले माग गरेअनुसारको पेसा गत सीप विकास गर्न २. स्थलगत भ्रमण गरी स्थानीयस्तरका पेसा व्यवसायीसँग अन्तरक्रिया गर्न ३. स्थानीय स्तरका पेसा व्यवसायबाट प्राप्त हुने फाइदा र अवसर खोजी गर्न	• स्थानीय ज्ञान र सीप • स्थानीय पेसा, व्यवसाय तथा प्रविधि	• स्थानीय ज्ञान सीपको अवधारणा दिने • स्थानीय ज्ञान, सीपका स्रोत उल्लेख गर्ने • स्थानीय स्तरमा सञ्चालित पेसा र व्यवसायको विवरण तयार गर्ने • स्थानीय उद्योग र कलकारखाना र त्यससँग सम्बन्धित पेसा व्यवसाय • स्थानीय परम्परागत प्रविधि र प्रयोग	• स्थानीय ज्ञान सिपको अबधारणा दिने • स्थानीय ज्ञान सीपका स्रोत छलफल गरी प्रस्तुत गर्न लगाई शिक्षकले थप सहजीकरण गर्ने • कक्षाकोठा भित्रका बालबालिकाका अभिभावकले अपनाउनु भएका पेसा टिपोट गर्न लगाउने • स्थानीय स्तरमा सञ्चालित पेसा र व्यवसायको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न लगाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउने • स्थानीय स्तरका व्यवसायीसँग अन्तरक्रिया गरी अवसर र चुनौतीको बारेमा समाचार तयार गर्ने/गराउने • स्थानीय उद्योग र कलकारखाना को बारेमा जानकारी गराउँदै नजिकको एउटा कलकारखानाको स्थलगत भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार	• स्थानीय ज्ञान सीप भन्नाले के बुझिन्छ? • स्थानीय ज्ञान, सीपका स्रोत के के हुन् ? उल्लेख गर्नुहोस्। • तपाईंका अभिभावकले अपनाउनु भएका पेसा को टिपोट गर्नुहोस्। • स्थानीय स्तरमा सञ्चालित पेसा र व्यवसाय उल्लेख गर्नुहोस् • स्थानीय स्तरका व्यवसायीसँग अन्तरक्रिया गरी त्यसको अवसर र चुनौतीको बारेमा समाचार तयार गर्नुहोस् • स्थानीय उद्योग र कलकारखानाको स्थलगत भ्रमण गरी प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुहोस् • स्थानीय परम्परागत प्रविधि उल्लेख गर्दै	८/३३

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
					गराउने • स्थानीय परम्परागत प्रविधिको जानकारी गराउँदै त्यसको प्रयोग तथा प्रविधि बारे स्पष्ट पार्ने जस्तैः ढिकी, जातो, पानीघट्ट, सिलौटो, ठेकी, आरन, गलैंचा तान, हलो लगायत स्थानीय परम्परागत प्रविधिको नमुना तयार गर्न लगाउने	त्यसको प्रयोग तथा प्रविधि बारे स्पष्ट पार्ने पार्नुहोस् • समूहगत रूपमा स्थानीय परम्परागत प्रविधिको नमुना तयार गरी सामग्री प्रदर्शन गर्नुहोस् • स्थानीय परम्परागत प्रविधिको नमुना तयार गर्नुहोस्।	
५	प्रकोप र विपद तथा सुरक्षा	१. प्रकोप र विपदको न्यूनीकरणक उपाय उल्लेख गर्न २. प्रकोप न्यूनीकरण/ व्यवस्थापनमा परिवार, समुदाय, विद्यालय र उपमहानगरपालिकाले गरेका कार्य उल्लेख गर्न	• प्रकोप • विपद तथा सुरक्षा	• प्रकोप र विपदको परिचय र वर्गीकरण • प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापन • प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापनमा परिवार, समुदाय, विद्यालय तथा स्थानीय निकायको भूमिका • प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापनमा स्थानीय निकायले गरेका कार्य • प्रकोप तथा विपदबाट सिर्जित जोखिमबाट सुरक्षित रहने उपाय	• प्रकोप र विपदसम्बन्धी भिडियो सामग्री प्रस्तुत गर्ने • प्रकोप तथा विपदको वर्गीकरण गर्ने • प्रकोप तथा विपदको न्यूनीकरणका लागि नमुना अभ्यास गर्ने। जस्तैः भूकम्प चटयाङ, आगलागी, बाढी, पहिरो लगायत • प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापनमा परिवार, समुदाय, विद्यालय तथा स्थानीय निकायले गरेका कार्य छलफल गरी निष्कर्ष	• प्रकोप र विपद भन्नाले के बुझिन्छ ? • प्रकोप तथा विपदको बर्गीकरण कसरी गर्न सकिन्छ ? • प्रकोप तथा विपदको न्यूनीकरणका लागि नमुना अभ्यास गर्नुहोस् • प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापनमा परिवार, समुदाय, विद्यालय तथा स्थानीय निकायले गरेका कार्यको सूची तयार गर्नुहोस्। • प्रकोप तथा विपदबाट	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
					निकाल्ने • प्रकोप तथा विपदबाट सिर्जित जोखिमबाट सुरक्षित रहने उपाय उल्लेख गर्दै सचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने	सिर्जित जोखिमबाट सुरक्षित रहने उपाय उल्लेख गर्नुहोस्।	
६	स्थानीय कला संस्कृति र मूल्यमान्यता	१. स्थानीय लोक नृत्यको पहिचान गर्न २. आफ्नो समुदायमा प्रचलित जन्म देखि मृत्युसम्मका संस्कारको टिपोट गर्न ३. अपाङ्गता भएका अशक्त, जेष्ठ नागरिक आश्रयस्थल र बालगृहको भ्रमण गरी प्रस्तुतीकरण गर्न ४. विद्यालयमा रहेका विभिन्न बाल समूहमा सक्रिय सहभागी भई बालमैत्री आचरणको अनुसरण गर्न	• स्थानीय कला र संस्कृति • सांस्कृतिक मूल्य र मान्यता	• स्थानीय कला र संस्कृतिको पहिचान (लोकगीत, लोक बाजा) • लोकगीत, लोक बाजासँग सम्बन्धित नृत्य • जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कार	• स्थानीय कला र संस्कृतिसँग सम्बन्धित गीत, बाजा र नृत्यको पहिचान गर्ने • स्थानीय कला र संस्कृतिसँग सम्बन्धित गीत, बाजा र नृत्यको प्रदर्शन गर्ने • आ-आफ्नो धर्म संस्कृति अनुसार जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको सूची बनाउने • अपाङ्गता भएका अशक्त, जेष्ठ नागरिक आश्रयस्थल र बालगृहको स्थलगत भ्रमण गरी प्रस्तुत गर्ने/गराउने • विद्यालयमा रहेका विभिन्न बाल समूहमा सक्रिय सहभागी भई बालमैत्री	• स्थानीय कला र संस्कृतिसँग सम्बन्धित गीत, बाजा र नृत्यको सूची तयार गर्नुहोस्। • स्थानीय कला र संस्कृतिसँग सम्बन्धित गीत, बाजा र नृत्य प्रस्तुत गर्नुहोस्। • आ-आफ्नो धर्म संस्कृतिअनुसार जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको सूची तयार गर्नुहोस्। • अपाङ्गता भएका अशक्त, जेष्ठ नागरिक आश्रयस्थल र बालगृहको स्थलगत भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस्। • बालमैत्री आचरणको	५/२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
					आचरणको विकास गराउन स्रोत व्यक्तिबाट आवश्यक सहजीकरण गर्ने	विकास गराउन के के गर्नुपर्छ ?	
७	स्वस्थकर खाना र पोषण	१. पोसिलो/स्वस्थकर खानाको फाइदा र पत्रु खानाको बेफाइदाको बारेमा क्रियाकलाप तयार गरी समुदायमा सचेतना जगाउन २. रैथाने पोसिलो खाना बनाउने तरिका सिकेर अभ्यास गर्न ३. खानाको पौष्टिक तत्त्व जोगाउने उपाय अवलम्बन गर्न	• स्वस्थकर खाना र पोषण • पत्रु/अस्वस्थकर खाना • सन्तुलित भोजन	• पोसिलो/स्वस्थकर खानाको फाइदा • पत्रु/अस्वस्थकर खानाको बेफाइदा • रैथाने पोसिलो खाना बनाउने तरिका • खानाको पौष्टिक तत्त्व जोगाउने उपाय	• पोसिलो/स्वस्थकर खानाको फाइदाका बारेमा छलफल गरी टिपोट गर्ने • पत्रु/अस्वस्थकर खानाले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने असरलाई समूहगत रूपमा अन्तरक्रिया गरी उल्लेख गर्ने • पत्रु/अस्वस्थकर खानाको बेफाइदासम्बन्धी सचेतना मूलक कार्यक्रम आयोजना गर्ने • आफ्नो समुदायमा उपलब्ध हुने रैथाने खानाको सूची बनाउने जस्तै कोदो/फापर/मकैको रोटी, सेल, गुन्द्रुक, मस्यौरा आदि • खानाको पौष्टिक तत्त्व जोगाउने उपायको खोजी गर्न आवश्यक सहजीकरण गर्ने	• पोसिलो/स्वस्थकर खाना को फाइदा के के हुन् ? • पत्रु/अस्वस्थकर खानाका बेफाइदा उल्लेख गर्नुहोस्। • रैथाने पोसिलो खाना बनाउने कुनै एउटा तरिका उल्लेख गर्नुहोस्। • खानाको पौष्टिक तत्त्व जोगाउने उपाय उल्लेख गर्नुहोस्।	३/१५

सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तु सम्भाव्य शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया, क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रिया

कक्षाः ८

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
१	हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको परिचय	• हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको शैक्षिक अवस्था बताउन • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको प्रमुख कार्य उल्लेख गर्न • विभिन्न विधिको प्रयोग गरी नक्सा कोर्न र नक्सामा हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको वडासहित अन्य तथ्य भर्न	• शैक्षिक अवस्था • प्रमुख कार्य • नक्सा कोर्न र तथ्य भर्न	• हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको शैक्षिक अवस्था, विद्यालय शिक्षा, विश्वविद्यालय शिक्षा, प्राविधिक शिक्षाको अवस्था • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाले गर्ने गर्ने प्रमुख कार्य • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको नक्सा वडागत तथ्याङ्क	• हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयको तथ्याङ्क लिई स्तम्भचित्रमा प्रस्तुत गर्ने • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाभित्र रहेका कलेज र पढाइ हुने क्षेत्रको टिपोट गरी तालिकामा भर्न सिकाउने • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाभित्र रहेका प्राविधिक शिक्षालयको अवस्था पहिचान गर्न लगाउने • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाले गर्ने विकास निर्माण, शैक्षिक, न्यायिक, सामाजिक आदि कार्यलाई वर्गीकरण तालिकामा सूचीबद्ध गराउने।	• कस्ता विद्यालयलाई सामुदायिक विद्यालय भनिन्छ ? • कलेजमा के कस्ता विषय अध्यापन गरिएको हुन्छ ? • प्राविधिक शिक्षा अध्ययनले कसरी रोजगारी सिर्जना गर्छ ? • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाले विकासमा कुन कुन क्षेत्रको महत्त्व रहेको छ? • हेटौँडा उपमहानगर पालिकाको न्यायिक समितिले सम्पादन गर्ने कुनै ४ कार्य लेख्नुहोस्। • हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको नक्सा कोरी निम्नलिखित तथ्य भर्नुहोसः भुटनदेवी मन्दिर, सहिद स्मारक, चुरे सुरुङमार्ग, हेटौँडा अस्पताल	२/१०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
					• हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको स्पष्ट नक्सा कोरी १९ वडा विभाजन गरी ऐतिहासिक, धार्मिक, पर्यटकीय, औद्योगिक र प्राकृतिक स्थल भर्न सिकाउने।		
२	जातजाति,भाषाभाषी र संस्कृति	• आफ्नो स्थानीय तहमा प्रचलित लोकबाजाको प्रयोग र संरक्षण गर्न • आफ्नो स्थानीय तहको सांस्कृतिक विविधताको पर्यटकीय महत्त्व बताउन	• लोकबाजाको प्रयोग र संरक्षण • सांस्कृतिक विविधता र पर्यटकीय महत्त्व	• स्थानीय तहमा प्रचलित लोकबाजाको पहिचान • लोकबाजाको प्रयोग र संरक्षण • सांस्कृतिक विविधता र पर्यटन	• स्थानीय लोकबाजाको अवधारणा दिई, विभिन्न लोकबाजाको सूची तयार गर्न लगाउने • लोकबाजाको सङ्कलन गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउने • तामाङ, नेवार, गुरुङ, ब्राह्मण क्षेत्री राई, मगरका संस्कृति झल्कने पहिरन महिनाको कुनै एक बार विद्यालय हाताभित्र प्रदर्शन गर्ने • संस्कृतिको विविधताले पर्यटन आगमनलाई बढाउन सकिन्छ भन्ने धारणा विकास गराउने।	• स्थानीय लोकबाजा भन्नाले के बुझिन्छ ? • पन्चे बाजा, नौमती र धिमे बाजाको समूह तयार गर्नुहोस्। • सांस्कृतिक विविधतामा एकता प्रदर्शन गर्न कस्तो कार्यक्रम आयोजना गर्नुपर्छ? • सांस्कृतिक कार्यक्रमले पर्यटकलाई कसरी आकर्षण गर्छ ?	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
३	स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा	• हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले फोहोर व्यवस्थापन गरेको स्थानको अवलोकन भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार गर्न • आफ्नो स्थानीय तह भित्रका सम्पदाको अवलोकन भ्रमण गरी प्रस्तुतीकरण गर्न	• फोहोर व्यवस्थापन • प्रतिवेदन लेखन • सम्पदाको अवलोकन भ्रमण	• हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको फोहोर व्यवस्थापन स्थलगत अवलोकन र प्रतिवेदन तयारी • स्थानीय क्षेत्रभित्रको विविध सम्पदाको अवलोकन भ्रमण र समाचार तयारी	• विद्यार्थीलाई विषय शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले वडा नं. १० न्यूरेनीमा तयार गरेको फोहोर व्यवस्थापन प्लान्टको स्थलगत अवलोकन गराउने • अवलोकनपछि समूहमा छलफल गराई प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउने • आफ्नो वडाभित्रको सान्दर्भिक हुने सम्पदाको भ्रमण गराई शिक्षकको परामर्शमा स्थानीय पत्रिकामा प्रकाशित गर्न समाचारको नमुना तयार गराउने	• हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले फोहोर व्यवस्थापन कसरी गरेको रहेछ ? • विद्यालय र घरमा उत्पन्न हुने कुहिने र नकुहिने फोहोरको वर्गीकरण गर्नुहोस्। • तपाईंको वडाभित्र के कस्ता सम्पदा रहेका छन्?	४/२०
४	स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा एवम् प्रविधि	• आफ्नो संस्कृति अनुसारको परिकार तयार गर्न • स्थानीय स्तरका पेसा व्यवसायका चुनौतीको खोजी गरी समाधानका उपाय सुझाउन • स्थानीय प्रविधिको	• संस्कृति र परिकार • स्थानीय पेसा व्यवसाय • स्थानीय प्रविधि र प्रयोग	• संस्कृतिअनुसारको परिकार • पेसा तथा व्यवसायको समस्या, चुनौती र समाधान • शिक्षण सिकाइमा स्थानीय प्रविधिको प्रयोग • स्थानीय प्रविधिको	• कक्षा ८ का विद्यार्थीको संस्कृतिअनुसारको खाना महोत्सव आयोजना गर्न आवश्यक सामग्रीको सूची तयार गर्न लगाउने • तयारी सामग्रीबाट विधिअनुसार परस्परमा सहभोजको आयोजना गर्ने • स्थानीय पेसा तथा व्यवसाय अपनाउदा	• खाना महोत्सवमा आफ्नो संस्कृति झल्किने खानाको परिकार कसरी तयार गर्नु हुन्छ ? • साथीसँग सहभोजमा सहभागी हुँदा कस्तो अनुभूति भयो ? • तिम्रो परिवारको सदस्यले अपनाएको स्थानीय पेसा	८/३३

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
		दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्न		घरायसी प्रयोग	आइपरेको समस्या वा चुनौती समूहमा छलफल गराई टिपोट गरेर त्यसको समाधानका उपाय सूचीकरण गर्न लगाउने • खललाई आधुनिक प्रविधि ग्राइण्डिङ मेसिन प्रयोग गरी चामल कुट्न, पिठो बनाउन, फलफूलबाट जुस तयार गर्ने क्षमता अभिवृद्धि गराउने • बजारमा आएका प्लास्टिकजन्य प्लेट, गिलास, आदि विस्थापन गर्न दुना, टपरी, बोताको प्रयोग गर्न सिकाउने	मा आइपरेको समस्या टिपोट गर्नुहोस्। • ठेकी र मदानीको प्रयोग गरी मही कसरी पारिन्छ?	
५	प्रकोप र विपद् तथा सुरक्षा	• प्रकोप र विपद्बाट बच्ने उपायको अवलम्बन गर्न	• प्रकोप र विपद् • सुरक्षा र सजगता	• प्रकोप र विपदको अवधारणा • प्रकोप र विपद्बाट हुने जोखिम र बच्ने उपाय • प्रकोप पूर्व अवलम्बन गर्नुपर्ने सचेतना	• प्रकोप र विपदको अवधारणा छलफल विधिबाट विद्यार्थीको विच प्रष्ट्याउने • प्रकोप र विपद्सम्बन्धी विभिन्न नमुना अभ्यास समूहमा गराउने • प्रकोप र विपद्सम्बन्धी विभिन्न नमुना अभ्यासबाट आएको अनुभवलाई भविष्यमा सुरक्षित रहने उपाय अवलम्बन गराउने	• प्रकोप तथा विपद भनेको के हो ? • तिम्रो समुदायमा देखिने मुख्य प्रकोप तथा विपदको सूची तयार गर्नुहोस्। • प्रकोप तथा विपदको जोखिमबाट बच्न कस्ता सीपको आवश्यकता पर्छ?	३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
६	स्थानीय कला, संस्कृति, मानवीय मूल्यमान्यता	• आफ्नो उपमहानगरपालिका भित्रका विभिन्न समुदायमा प्रचलित जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको संवाद सहित लघु नाटक प्रस्तुत गर्न • अपाङ्गता भएका, अशक्त,जेष्ठ नागरिक अश्रय स्थल र बालगृहको भ्रमण गरी प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न • विभिन्न समुदायको संस्कारको सम्मान गर्न • बालमैत्री आचरण बुझी तदनुरूपको व्यवहार गर्न	• स्थानीय कला र संस्कृति • मानवीय मूल्य	• समुदायमा प्रचलित जन्म देखि मृत्यु संस्कारको नामाकरण • जन्मदेखि मृत्यु संस्कारको विधिलाई झल्कने गरी संवाद, लघुनाटक, जस्ता सामग्री • समाजका विशेष परिस्थितिका नागरिकको आश्रय स्थल • विभिन्न समुदायको सामाजिक संस्कारमा सहभागिता • विद्यालय र पारिवारिक वातावरणमा बालमैत्री आचरणमा अभ्यस्तता	• स्थानीय कला संस्कृतिको अवधारणा छलफल विधिबाट प्रस्तुत गर्ने • उपमहानगरपालिका भित्रका विभिन्न जातिअनुसारको जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको टिपोट गर्न लगाउने • जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको अवधारणा विकास गर्न संवाद तयार गर्न लगाउने • कक्षा शिक्षकले सामाजिक संस्कार झल्कने लघुनाटक विद्यार्थीलाई पात्र बनाई अभिनय गराउने • समाजमा स्थापना भएका अनाथ, अपाङ्गता भएका, अशक्त, ज्येष्ठ नागरिक आश्रयस्थलको प्रत्यक्ष अवलोकन भ्रमण गराई आवश्यक सामग्री सहयोग गर्न लगाई	• स्थानीय कला र संस्कृति भनेको के हो ? • संस्कारले व्यक्तिलाई सभ्य बनाउछ भनी पुष्टि गर्नुहोस्। • शिक्षक र विद्यार्थीविच सामाजिक संस्कार झल्कने संवाद तयार गर्नुहोस्। • तपाईंको विद्यालयलाई बालमैत्री विद्यालय घोषणा गर्न पूरा गर्नुपर्ने आवश्यक सूचक खोजी गरी प्रस्तुत गर्नुहोस्।	५/२०

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
					प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउने • बालमैत्री आचरण र व्यवहारको सूचक निर्माण गर्न लगाई विद्यालय तथा परिवारमा पालन गराउन अभ्यस्त गराउने		
७	स्वस्थकर खाना र पोषण	• पोसिलो र स्वस्थकर रैथाने/मौलिक खाना बनाउन • सन्तुलित भोजनको पिरामिड तयार गर्न • आफ्नो समुदायमा प्रचलित खानाको टिपोट गरी विश्लेषण गर्न • पत्रु/अस्वस्थकर खानाले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने असरको बारेमा उल्लेख गर्न	• स्वस्थकर खाना • पोषण	• पोसिलो/स्वस्थकर, रैथान वा मौलिक खानाको अवधारणा दिई केही नमुना सूची • कक्षाका विभिन्न समूह र वर्गका विद्यार्थीलाई रैथाने खाना बनाउन सिकाउने विधि • कक्षाकोठाभित्र खाद्य पिरामिड तयार गरी सन्तुलित भोजनको नमुना • समुदायमा प्रचलित स्वस्थकर खानाको उपयोगिता वा महत्त्व विश्लेषण गरिएको सामग्री • पत्रु खानाले मानव	• पोसिलो/स्वस्थकर खानाले शरीरमा पुर्‍याउने फाइदाको सूची तयार गर्न लगाउने। • अस्वस्थकर वा पत्रु खानाले शरीरलाई नोक्सान गर्छ भन्ने चेतना जगाउने नारा लेखी प्लेकार्डमा प्रदर्शन गराउने • सन्तुलित भोजन तयार गर्ने सामग्री तयार गरी खाद्य पिरामिड तयार गरेर कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउने • पत्रु खाना जस्तैः चुइगम,चाउचाउ, कुरकुरे आदिको नाम सङ्कलन गरी यसको प्रयोगले मानव स्वास्थ्यमा पुर्‍याउने	• पोसिलो खानाले मानव स्वास्थ्यमा पुर्‍याउने फाइदा के के हुन् ? • पत्रु/अस्वस्थकर खानाले मानव स्वास्थ्यमा पारेका प्रभाव समेट्दै दुईवटा प्लेकार्डका नमुना तयार पार्नुहोस्। • सन्तुलित भोजनको नमुनासहितको खाद्य पिरामिड तयार पार्नुहोस्। • 'पत्रु खानाको असर' शीर्षकमा सम्वाद तयार पार्नुहोस्। • "रैथाने खाना स्थानीय पहिचान" शीर्षकमा वक्तृत्वकलाको आयोजना गरी विद्यार्थीलाई सहभागी	३३/१५

एकाइ	सिकाइ क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	विषयवस्तु	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भाव्य क्रियाकलाप	मूल्याङ्कन प्रक्रिया	कार्य घण्टा
				स्वास्थ्यमा पार्ने असरको सूची	असरको विश्लेषण गर्न लगाउने • पोसिलो वा रैथाने खानाले शरिरलाई आवश्यक तत्त्व प्राप्त हुन्छ भने पत्रु/अस्वस्थकर खानाको प्रयोगले शरीरलाई हानी गर्छ भनी दुई बिचको तुलनात्मक अध्ययन गराउने	गराउनुहोस्।	

सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

कक्षा : ४

एकाइ–एक

हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको परिचय

विषयवस्तु

- नाम र वडा सङ्ख्या
- वडाको जनसङ्ख्या
- हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको नक्सा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको वडा विभाजनसहितको नक्सा, वडागत जनसङ्ख्याको तालिका र पालिकागत महिला र पुरुषको जम्मा जनसङ्ख्याको तालिका निर्माण गरी विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्ने ।
- सबै विद्यार्थीलाई आफ्नो वडा र सो वडाको जनसङ्ख्या तालिकामार्फत जानकारी गराउने ।
- विद्यार्थीलाई प्रश्नोत्तर विधिबाट उनीहरू बस्ने वडा, पालिकाको नाम र जनसङ्ख्या सोधी सहजीकरण गर्ने ।
- हेटौडाको नक्सा प्रस्तुत गरी विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो वडा चिन्न लगाउने ।
- शिक्षकले ट्रेस नक्सा कोरी विद्यार्थीलाई आफ्नो वडाको नक्सा बनाउन लगाउने ।
- पालिकाको नक्सा उपलब्ध गराई पालिकाको नाम, आफ्नो वडा नं. र सो वडाको जनसङ्ख्या लेख्ने परियोजना कार्य गराउने ।

<u>एकाइ–दुई</u>

स्थानीय जाति र भाषा

<u>विषयवस्तु</u>

- स्थानीय जातजाति र भाषा
- स्थानीय चाडपर्व र संस्कृति

<u>सम्भाव्य क्रियाकलाप</u>

- विभिन्न जातजाति र समुदायका मानिसहरूको बसोबास रहेको र ती जातजाति र समुदायका मानिसले मनाउने चाडपर्व, रीतिरिवाज, संस्कार, परम्परा, मूल्यमान्यता, संस्कृतिमा विविधता छन् भनी स्पष्ट धारणा दिने ।
- शिक्षकले विभिन्न जातजातिको फोटो चित्रसहित प्रस्तुत गरी हेटौँडा उपमहानगरपालिकाभित्र बसोबास गर्ने जातजाति र तिनले बोल्ने भाषा बारे तालिका निर्माण गरी जानकारी गराउने ।
- कक्षाभित्रका विद्यार्थीबाट आ-आफ्नो थर (जात) उठेर भन्न लगाउने र समान थर वा जातिका विद्यार्थीको समूह निर्माण गरी तिनले बोल्ने भाषा, चाडपर्व र रीतिरिवाजका बारेमा कापीमा टिपोट गर्न लगाउने ।
- कक्षाभन्दा बाहिर वडाभित्र रहेका अन्य थर (जात) हरू टिपोट गर्न लगाउने ।
- आ-आफ्नो घरपारिवारमा बोलिने भाषा बोल्न/भन्न लगाउने ।
- आफ्नो समुदायमा बोलिने भाषाहरुको सूची तयार गर्न सहजीकरण गर्ने ।
- आ-आफ्नो घरपारिवारले मनाउने कुनै ५ चाडपर्वको नाम लेख्न लगाउने ।
- आफ्नो समुदायमा मनाइने कुनै ५ रीतिरिवाजको नाम भन्न लगाउने ।
- कक्षामा रहेका विद्यार्थीहरूलाई आआफ्नो जाति र तिनले बोल्ने भाषासम्बन्धी अभ्यास दिई परियोजना कार्य गर्न लगाउने ।
- जाति विशेषले निश्चित समयमा मनाउने चाडपर्व निम्नानुसार परियोजना कार्य गर्न लगाई तालिका कक्षामा टाँस गर्न लगाउने । जस्तै :

चाडपर्वको नाम	मनाउने जाति
गाईजात्रा	
दशैं, तिहार	
ल्होसार	
भूमिपूजा	
छठ, होली	
ईद	
क्रिस्मस	
बुद्धजयन्ती	

कतिपय चाडपर्व धेरै जातिले मिलेर मनाउने गरेको, एकअर्काले मनाउने चाडपर्वमा सहभागी भएको, एकले अर्काको भाषा, धर्म र संस्कृतिको सम्मान र सहयोग गर्ने गरेको जानकारी गराई सबै मिलेर सहभागिता जनाई संस्कृतिको सम्मान र संरक्षण गर्नुपर्छ भनी उत्प्रेरणा दिने ।

एकाइ- तीन

स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा

विषयवस्तु

- वातावरण र सम्पदाहरू
- सम्पदाहरूको सरसफाइ

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले आफ्नो वडाभित्रका सम्पदाको परिचयसहित सूची तयार पार्ने र छलफल र अन्तरक्रिया गराई सहजीकरण गर्ने ।
- आफ्नो विद्यालय र वडाभित्रका सम्पदाहरुको अवलोकन गराई विद्यार्थीलाई ती सम्पदाको सरसफाइ र संरक्षणमा सहभागी हुन प्रेरित गर्ने ।
- आफ्नो घर तथा वरिपरिको वातावरणका बारेमा विद्यार्थीलाई जानकारी गराउने ।
- विद्यालय तथा घरवरिपरिको वातावरण संरक्षणका लागि विद्यार्थीलाई फूलबारी निर्माण, तिनको रेखदेख र संरक्षण गर्न लगाउने ।
- शिक्षकले छलफल विधि प्रयोग गरी आफ्नो वडाभित्र रहेका स्थानीय सम्पदाहरू जस्तै : नदीनाला, मठमन्दिर, खेलमैदान आदि प्राकृतिक सम्पदाको सूची निर्माण तयार पार्ने र तिनको संरक्षण गर्ने उपायका बारेमा सहजीकरण गर्ने ।
- आफ्नो वडा भित्र रहेका कुनै एक सम्पदाको बारेमा बुँदा टिपोट गराई प्रबन्ध लेख्ने परियोजना कार्य गर्न लगाउने ।
- पाठ्यक्रमले निर्देश गरेका प्रश्न अनुसार अभ्यास गराई मूल्याङ्कन गर्ने ।

एकाइ– चार

स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, व्यवसाय एवं प्रविधि

विषयवस्तु

- स्थानीय ज्ञान, सीप,
- पेसा र व्यवसाय एवं प्रविधि

सम्भाव्य क्रियाकलाप:

- समुदायले अनुभवका आधारमा आर्जन गरेको ज्ञान नै स्थानीय ज्ञान भएको जस्तै : बिहान हेरेर दिन कस्तो हुन्छ भन्ने पूर्वानुमान लगाउनु, हुरीबतासको पूर्वानुमान गर्नु आदि उदाहरण दिई विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्ने ।
- अनुभवी मानिसको ज्ञानलाई क्रियामा रुपान्तरण गर्नु सीप हुन् भन्ने जानकारी गराउने ।
- स्थानीय क्षेत्रमा सञ्चालित पछिल्ला पुस्तामा हस्तान्तरण हुँदै आएका विविध पेसा र व्यवसाय र सीपका बारेमा तालिका निर्माण गरी उदाहरणसहित शिक्षकले सहजीकरण गर्ने जस्तै : आरनमा भाँडा बनाउनु, जुत्ता सिलाउनु, माटाका भाँडा बनाउनु, डाला, नाङ्ला बन्नु लगायत ।
- घरेलु उत्पादन जस्तै गुन्द्रुक, सिन्की, तितौरा, मस्यौरा, दुना, टपरी, सुते बत्ती, अचार आदि सङ्कलन गरी प्रदर्शन गर्ने र तिनका नाम र प्रयोगका बारेमा जानकारी गराउने ।
- पाठ्यक्रमले निर्देश गरेका अभ्यासहरू गराई मूल्याङ्कन गर्ने ।

एकाइ–पाँच

प्रकोप र विपद् तथा सुरक्षा

विषयवस्तु

- प्रकोप र विपद्को परिचय
- सजगता र सुरक्षा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले स्थानीय समुदायमा आइपर्ने प्रकोप (जस्तैः बाढी, पहिरो, खडेरी, भूकम्प आदि) को सूची तयार त्यसबाट आइ पर्ने विपदका बारेमा पारी विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्ने ।
- प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपद्को बारेमा कक्षामा छलफल गरी बुँदा टिपोट गर्ने गराउने (मानवसिर्जित जस्तै : ग्यासलगायत इन्धनको प्रयोगमा सावधानी नअपनाउँदा हुने दुर्घटना आदि) ।
- प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपदमा अपनाउनु पर्ने सुरक्षाका उपायका बारेमा कक्षामा छलफल गरी सूची तयार पारी विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्ने ।
- प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपद्बाट बच्ने वा सुरक्षित हुने उपायहरू समूहमा छलफल गरी बुँदा टिपोट गर्न शिक्षकले सहजीकरण गर्ने ।
- परियोजना कार्य अन्तर्गत स्थानीय क्षेत्रमा उत्पन्न हुने प्रकोप बाढी, पहिरो, भूक्षय, आगलागी, रोगव्याधी, प्रदुषण, डढेलो इत्यादिको सूची तयार गर्न लगाउने ।

एकाइ – छ

स्थानीय कला, संस्कृति र मूल्यमान्यता

विषयवस्तु

- स्थानीय कला र संस्कृति
- मानवीय मूल्यमान्यता
- संस्कार र आचरण

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले स्थानीय कला र संस्कृतिसम्बन्धी सामग्री तयार पारी विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्ने ।
- शिक्षकले स्थानीय कला र संस्कृति (चित्रकला, मूर्तिकला, काष्ठकला, हस्तकला आदि) को सामग्री सङ्कलन गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुका साथै जानकारी गराउने ।
- मानवीय मूल्यमान्यता झल्कने गरी शिक्षकले परिवारका अग्रजलाई संस्कार र आचरण झल्काउने आदर सूचक र अभिवादन सूचक वाक्यको बोध गराउने ।
- मानवीय मूल्यमान्यता झल्कने विद्यालयमा प्रवेश गर्दा नमस्कार, ढोग, दर्शन गर्न सिकाउने साथै घर परिवारमा अग्रजहरूसँग उपयुक्त अभिवादन शब्द प्रयोग गर्न सिकाउने ।
- संस्कार र आचरण झल्काउने आदर सूचक, अभिवादन सूचक वाक्यहरू जस्तै नमस्कार, धन्यवाद स्याबास Welldone, Excellent, Smart, It's my pleasure, आदि शब्द प्रयोग गर्न सिकाउनुका साथै आफ्नो साथीसँग सद्भाव व्यक्त गर्न सिकाउने ।
- कुनै कला वा संस्कृतिका बारेमा बुँदा दिई निबन्ध लेख्ने परियोजना कार्य गर्न लगाउने ।

एकाइ- सात

स्वस्थकर खाना र पोषण

विषयवस्तु

- स्वस्थकर खाना
- पोषण

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शरीरलाई शक्ति दिने, वृद्धि गराउने र सुरक्षा दिने खाना (अन्न, गेडागुडी, दाल, सागसब्जी, फलफूल) को सूची तयार पारी विद्यार्थीलाई स्वस्थकर खाना सम्बन्धी ज्ञान प्रदान गर्न सहजीकरण गर्ने ।
- पोषणयुक्त खानासम्बन्धी जानकारी गराई विद्यार्थीलाई बुँदागत रूपमा टिपोट गर्न लगाई कक्षामा पालैपालो भन्न लगाउने साथै शब्दपत्ती निर्माण गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउने ।
- बजारमा पाइने अस्वस्थ खाना (मैदा र अजिनो मोटोयुक्त खानेकुरा–चिप्स, चिजबल, चाउचाउ, मःमः, पिज्जा, बर्गर आदिको प्रयोगले स्वास्थ्यमा पार्ने असरका बारेमा विद्यार्थीलाई जानकारी गराई सजगता अपनाउन सिकाउने)
- स्वस्थ र पोषणयुक्त खानासम्बन्धी अभ्यास दिई परियोजना कार्य गर्न लगाउने ।
- पाठ्यक्रमले निर्देश गरेका अभ्यास सहजीकरण गरी विद्यार्थीलाई गर्न लगाउने ।

सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

कक्षाः पाँच

<u>एकाइः एक</u>

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको परिचय

<u>सक्षमताः</u>

- हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि बताउन आफ्नो वडाको सीमाना र क्षेत्रफल बताउन र वडाको नक्सा कोरी तथ्य भर्न

विधिः छलफल प्रश्नोत्तर व्याख्यान र प्रदर्शन

सम्भाव्य क्रियाकलापः

- प्रश्नोत्तर विधिबाट आफू बस्ने उपमहानगरपालिकाको नाम भन्न लगाउने।
- हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नामाकरणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि सोध्ने।
- शिक्षकले नामाकरणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि व्याख्यान विधिबाट प्रस्ट पारिदिने।
- शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको वडा विभाजनसहितको नक्सा प्रदर्शन गर्ने।
- विद्यार्थीलाई आफ्नो वडासँग सीमाना जोडिएका वडाहरूको नम्बर भन्न लगाउने।
- शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नक्सामा वडागत क्षेत्रफल तालिका प्रस्तुत गर्ने।
- विद्यार्थीलाई आफ्नो वडाको नक्सामा क्षेत्रफल पहिचान गराउने।
- विद्यार्थीलाई ट्रेस नक्साको आधारमा आफ्नो वडाको नक्सा बनाउन लगाउने।
- विद्यार्थीलाई आफ्नो वडाको नक्सामा वडाको क्षेत्रफल जनसङ्ख्या र तथ्य भर्न लगाउने।
- शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नक्सा दिई आफ्नो वडाको क्षेत्रफल र जनसङ्ख्या भरेर ल्याउन परियोजना कार्य दिने।

<u>एकाइः दुई</u>

स्थानीय जातजाति र भाषा

<u>सक्षमता :</u>आफ्नो वडाको स्थानीय जातजाति, चाडपर्व, संस्कृति र भाषाको पहिचान गरी महत्त्व बताउन

<u>विधि</u>ः छलफल, प्रश्नोत्तर, व्याख्यान, समूह कार्य र प्रदर्शन

सम्भाव्य क्रियाकलापः

- शिक्षकले वडाको जाति, भाषा र जनसङ्ख्याको बारेमा सोध्ने।
- शिक्षकले वडाको जाति, भाषा र जनसङ्ख्याको तालिका प्रस्तुत गरी छलफल गराउने।
- स्थानीय समुदायमा मनाइने चाडपर्व, जात्रा, मेला र परम्परा के के छन् भनी प्रश्न सोध्ने।
- स्थानीय चाडपर्व, जात्रा, मेलाको सूची प्रस्तुत गरी विद्यार्थीलाई पहिचान गराउने।
- शिक्षकले व्याख्यान विधिबाट संस्कृतिको महत्त्व प्रस्ट पारिदिने।

<u>एकाइः तीन</u>

स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा

सक्षामताः आफ्नो वडाभित्रको स्थानीय सम्पदाको वर्गीकरण गरी वातावरणको महत्त्व बताउन

विधिः छलफल, प्रश्नोत्तर, व्याख्यान, समूह कार्य प्रदर्शन र अवलोकन

<u>सम्भाव्य क्रियाकलापः</u>

- शिक्षकले आफ्नो वडाभित्रका स्थानीय सम्पदाको सूची प्रस्तुत गरी छलफल गराउने।
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई चारओटा समूहमा विभाजन गर्ने।
- सम्पदाको विविधताको आधारहरू बारे विद्यार्थीका समूहमा छलफल गराई प्रस्तुत गर्न लगाउने।
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई वातावरण भनेको के हो भनी प्रश्न सोध्ने र आएका जवाफहरू टिप्दै जाने।
- विद्यार्थीलाई प्राकृतिक र मानवनिर्मित गरी वातावरण दुई किसिमका हुन्छन् भनी बताइदिने।
- विद्यार्थीलाई कक्षाकोठाबाट बाहिर लगी प्राकृतिक र मानवनिर्मित वातावरणको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई शिक्षकले फरक बताइदिने।
- विद्यार्थीलाई प्राकृतिक र मानवनिर्मित वातावरणका वस्तुको अलगअलग सूची तयार गरेर ल्याउने परियोजना कार्य दिने।

<u>एकाइः चार</u>

स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि

सक्षमता : आफ्नो वडाभित्रको स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, र व्यवसायको परिचयसहित सूची तयार पार्दै प्रविधिको पहिचान गर्न

विधिः छलफल, प्रश्नोत्तर, व्याख्यान, समूह कार्य प्रदर्शन र अवलोकन

<u>सम्भाव्य क्रियाकलापः</u>

- शिक्षकले स्थानीय पेसा, व्यवसाय र प्रविधि झल्किने तस्बीर वा सामग्रीहरू प्रस्तुत गरी चित्र छलफल गराउने।
- विद्यार्थीलाई कपीमा स्थानीय पेसा व्यवसाय र प्रविधिको पहिचान गरी सूची तयार गर्न लगाउने।
- विद्यार्थीलाई स्थानीय पेसा, व्यवसाय र प्रविधिको प्रयोग भएको स्थान (जाँतो, घट्ट, खल जस्ता प्रविधि र सिलाइ बुनाइ, आरन, पसलहरू खेतीपाती लगायतका व्यवसायहरू) को प्रत्यक्ष अवलोकन गराई प्रयोगको अवस्था देखाउने।
- बालबालिकालाई अवलोकनका क्रममा देखेका कुराहरूलाई आआफ्नो कपीमा टिपोट गर्न लगाउने।
- अवलोकनका क्रममा देखेर टिपेका कुराहरूलाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने।
- विद्यार्थीलाई स्थानीय पेसा, व्यवसाय र प्रविधिको प्रयोगको अवस्था र महत्त्व बारे समूहमा छलफल गराउने।
- विद्यार्थीलाई स्थानीय पेसा, व्यवसाय र प्रविधिको महत्त्व बारे लेखेर ल्याउने परियोजना कार्य दिने।

<u>एकाइ : पाँच</u>

प्रकोप र विपद तथा सुरक्षा

सक्षमता :प्रकोपको पहिचान र वर्गीकरण गरी मानवसिर्जित र प्राकृतिक प्रकोपको असर र सुरक्षाका उपायहरू अपनाउन

विधिः छलफल प्रश्नोत्तर, व्याख्यान, समूह कार्य, प्रदर्शन र अवलोकन

<u>सम्भाव्य क्रियाकलापः</u>

- शिक्षकले विद्यार्थीलाई प्रकोप भनेको के हो भनी प्रश्न सोध्ने र छलफल गराउने।
- शिक्षकले प्रकोपका नाम (भूकम्प, बाढी, पहिरो, आगलागी, लु, हावाहुरी, चट्याङ, महामारी जस्ता) प्रस्तुत गरी व्याख्यान विधिबाट परिचय दिने।
- शिक्षकले प्रकोप प्राकृतिक र मानवसिर्जित गरी दुई किसिमका हुन्छन् भनी वर्गीकरण गरी बताइदिने।
- प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोपका असरका बारेमा समूहमा छलफल गराई आफ्ना अनुभवका सूची प्रस्तुत गर्न लगाउने।
- शिक्षकले विपद भनेको के हो भनी विद्यार्थीलाई प्रश्न सोध्ने र छलफल गराउने।
- शिक्षकले प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोपका असरका कारण हुने मानवीय र भौतिक क्षति तथा त्यसबाट हुने दुःख र सङ्कटको अवस्था नै विपद हो भनी विद्यार्थीलाई बताउने।
- शिक्षकले प्रकोपजन्य विपदबाट सुरक्षित हुने उपाय बताई विद्यार्थीका अनुभवसहित छलफल गराउने।
- विद्यार्थीलाई प्रकोपहरूको नाम, पर्न जाने विपद र सुरक्षित हुने उपायहरूका बारेमा लेखेर ल्याउन परियोजना कार्य दिने।

<u>एकाई : छ</u>

स्थानीय कला, संस्कृति र मानवीय मूल्यमान्यता

सक्षमता : स्थानीय कला संस्कृति र संस्कार तथा मानवीय मूल्य मान्यता बुझी व्यवहारमा लागु गर्न

विधि : छलफल, प्रश्नोत्तर, व्याख्यान, समूह कार्य, प्रदर्शन र अवलोकन

<u>सम्भाव्य क्रियाकलाप</u>

- शिक्षकले स्थानीय कला र संस्कृति झल्किने खालका चित्रहरू देखाई छलफल गराउने।
- विद्यार्थीलाई चित्र छलफलका आधारमा स्थानीय कला र संस्कृतिहरूको सूची बनाउन लगाउने।
- शिक्षकले स्थानीय कला र संस्कृतिका बारेमा थप पृष्ठपोषण दिने।
- शिक्षकले संस्कार भनेको के हो भनी प्रश्न सोधेर समूह छलफल गराउने।
- शिक्षकले संस्कारबारे बुझाई विद्यार्थीका परिवार र समूदायमा जन्मदेखि मृत्युसम्म गरिने संस्कारहरू (जन्म, नामाकरण, अन्नप्राशन, ब्रतबन्ध, विवाह, मृत्यु जस्ता) बारे अनुभव सुनाउन लगाउने।
- शिक्षकले विद्यार्थीका परिवार र समूदायमा जन्मदेखि मृत्युसम्म गरिने संस्कारहरूको सूची तयार गरी ल्याउन परियोजना कार्य दिने।
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई मान्यजनहरूको सम्मान र आदर कसरी गर्नुपर्छ भनी प्रश्न सोध्ने।
- शिक्षकले अनुशासनको महत्त्व व्याख्यानबाट बुझाई असल आचरण पालना गर्न अभिप्रेरित गर्ने।
- विद्यार्थीहरूलाई जीवनमा "अनुशासनको महत्त्व" शीर्षकमा निबन्ध लेखेर ल्याउने गृहकार्य दिने।

<u>एकाइः सात</u>

स्वस्थकर खाना र पोषण

सक्षमताः स्वस्थकर सन्तुलित भोजन र पोषणको महत्त्व तथा स्रोत बताउने साथै रैथाने पत्रु/अस्वस्थकर खानाको परिचित हुँदै सूची तयार गर्न।

विधिः छलफल, प्रश्नोत्तर, व्याख्यान, समूह कार्य, प्रदर्शन र अवलोकन

<u>सम्भाव्य क्रियाकलाप</u>

- शिक्षकले पोषण भनेको के हो भनी प्रश्न सोध्ने र छलफल गराउने।
- शिक्षकले व्याख्यान विधिबाट पोषणको परिचय दिई महत्त्व बताउने।
- पोषणका स्रोतहरूको सूची बनाउन लगाउने।
- स्वस्थकर खाना भनेको कस्तो खाना हो भनी प्रश्न सोध्ने।
- शिक्षकले सन्तुलित भोजन तथा स्वस्थकर खानाका चित्रहरू देखाई छलफल गराउने।
- विद्यार्थीका घरमा खाइने खानाका बारेमा अनुभव भन्न लगाउने।
- विद्यार्थीका घरमा खाइने खाना स्वस्थकर र सन्तुलित छन् कि छैनन् शिक्षकले बुझाइदिने।
- शिक्षकले स्वस्थकर र सन्तुलित खानाका बारेमा बताइदिने।
- शिक्षकले विद्यार्थीका परिवार र समुदायमा पाइने रैथाने र मौलिक खानाको बारेमा समूह छलफल गराउने।
- विद्यार्थीलाई परिवार र समुदायमा पाइने रैथाने र मौलिक खानाको सूची तयार गर्न लगाई शिक्षकले थप पृष्ठपोषण दिने।
- पत्रु खाना (धेरै पहिले बनेका प्लास्टिक, टीन आदिमा बन्द गरी राखिएका चाउचाउ, चिजबल, चिप्स, कुरकुरे, बिस्कुट, जस्ता खाना)/अस्वस्थकर (बासी सडेगलेका कुहिएका डढेका) खाना बारे शिक्षकले परिचय दिने र छलफल गराउने।
- विद्यार्थीलाई पत्रु र अस्वस्थकर खानाको सूची तयार गर्न लगाउने।

सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

कक्षा-६

<u>एकाइ-एक</u>

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको परिचय

<u>सम्भाव्य क्रियाकलाप</u>

- शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको चार सीमाना, पूर्वमा बकैयाको श्रीपुर, पश्चिममा मनहरी गाउँपालिकाको रजैया र राक्सिराङ गाउँपालिका, उत्तरमा मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको मनकामना तथा भीमफेदी गाउँपालिकाको सामरी र कैलाश गाउँपालिका तथा दक्षिणमा मधेस प्रदेशका बारा र पर्सा जिल्लासँग सीमाना जोडिएको कुरा नक्सामार्फत् प्रस्तुत गर्ने
- शिक्षकले नक्सामार्फत् हेटौंडा उपनमहानगरपालिकाको क्षेत्रफल २६१.५८ वर्ग कि.मि. रहेको बारेमा बताउने
- राष्ट्रिय जनगणना, २०७८ अनुसार हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको जम्मा जनसङ्ख्या १,९३,५७६ रहेको कुरा जनगणनाको प्रतिवेदनको सहायताले प्रस्ट पार्ने
- शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको लिङ्ग र उमेरअनुसारको जनसङ्ख्या विवरण राष्ट्रिय तथ्याङ्क कार्यालयको वेबसाइट/प्रत्यक्ष उपस्थितिमा चार्ट तयार गरी विद्यार्थीलाई पालैपालो भन्न लगाउने र सोअनुसार तालिका बनाउन लगाउने
- उपमहानगरपालिकाको नक्सा प्रदर्शन गराई सबै विद्यार्थीलाई स्वतन्त्र विधिबाट नक्सा कोर्ने अभ्यास गराउने।

एकाइ-दुई

स्थानीय जाति र भाषा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको तथ्याङ्क कार्यालयबाट जातिगत र भाषागत विवरण सङ्कलन गर्ने/गराउने कक्षामा सोको तालिका बनाई कक्षामा प्रदर्शन गराउने
- उल्लिखित तथ्याङ्कलाई परियोजना कार्यमार्फत तयार गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने
- विद्यार्थीलाई आफ्नो समुदायमा मनाउँदै आइएको चाडपर्वको बारेमा सोधी सूची बनाउने र प्रस्तुत गर्न लगाउने
- हरेक जातजाति र धर्म समुदायको मानिसले आ-आफ्नो जातजातिअनुसार फरकफरक धर्म मान्ने जस्तैः हिन्दु, बौद्ध, मुस्लिम, इसाई आदि। त्यस्तै आ-आफ्नो भाषा बोल्ने नेपाली, नेवारी, तामाङ, राई, लिम्बु, चेपाङ, मुस्लिम आदि भाषागत तथ्याङ्क प्रदर्शन गरी सबै जाति र धर्मप्रति सम्मान गर्नुपर्ने कुरा प्रस्ट पारिदिने
- फरक-फरक जातिअनुसार जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त गरिने विभिन्न संस्कारहरू जस्तैः जन्मपूर्व गरिने दही चिउरा खुवाउने, जन्मपश्चात्ः न्वारन, चुडाकर्म, ब्रतबन्ध/छेवर, गुन्युचोली, गुफा राख्ने, बेल विवाह, विवाह, गासा (तामाङ जाति), विवाह वर्षगाँठ, जन्मदिवस, मृत्युपश्चात् गरिने मृत्यु संस्कारहरूः किरिया/घेवा, श्राद्ध आदिका बारेमा कक्षामा भएका विद्यार्थीलाई उनीहरूको जातिअनुसार गरिने संस्कारको बारेमा सोधी सूची बनाउने र प्रस्तुत गरिदिने
- जातिगत रूपमा मनाइने विभिन्न पर्व विशेषमा गरिने मुख्य काम जस्तैः क्षेत्री/ब्राह्मणः दशैं, तिहार मनाउने, कुल पूजा गर्ने, जनैपूर्णिमा, क्वाँटी खाने, रक्षाबन्धन, तामाङ/गुरूङ/राई-ल्होसार, नेवारः योमरी पुन्ही, योमरी खाने, जनैपूर्णिमा, गाईजात्रा, म्हपूजा, मुस्लिमः इद, रमजान, रोजा (दिनभर निराहार बसी चन्द्र उदायपश्चात् खाना खाने, दिनमा एकपटक मात्र खाने) आदिका बारेमा कक्षामा भएका अन्य जातजातिको पनि सोधी क्रमशःटिप्दै जाने, त्यस्तै जातिअनुसार लगाइने पोसाकको फोटो प्रदर्शन गराई छलफल गराउने
- सम्भव भएसम्म एकअर्काको धर्म, संस्कृति र रीतिरिवाजको सम्मान गरेका समाचार विभिन्न सञ्चार माध्यमबाट सङ्कलन गर्ने र गराउने र सोको प्रदर्शन गर्दै वाचन गर्न लगाउने
- विद्यार्थीलाई धार्मिक सहिष्णुता शीर्षकको बारेमा स्पष्ट जानकारी गराउँदै उक्त शीर्षकमा वक्तृत्वकला गराउने।

एकाइ-तीन

स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले विद्यार्थीलाई विभिन्न समूहमा वर्गीकरण गरी स्थानीय वातावरण (प्राकृतिक र मानवनिर्मित सम्पदा) को परिचय, महत्व र संरक्षणका उपायको बारेमा छलफल गराउने र आफूले तयार पारेर लगेको परिचय र महत्वको स्लाइड/चार्टपेपर प्रदर्शन गर्दै छलफल विधिबाट प्रस्ट पार्ने
- आफ्नो विद्यालय नजिकमा रहेका प्राकृतिक सम्पदाहरू जस्तैः खोला, नदी, ताल, वन जङ्गल, पहाड आदिको अवलोकन गराउने र सोको आधारमा प्रतिवेदन तयार गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने
- विद्यार्थीलाई प्राकृतिक सम्पदाको महत्त्व किन छ ? भनी सोध्ने र विद्यार्थीबाट आएका जवाफ क्रमशः टिप्दै जाने
- प्राकृतिक सम्पदाको संरक्षण गर्न के-के गर्न सकिन्छ ? सूची बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउने
- प्राकृतिक र मानवनिर्मित वातावरणबिचको अन्तरसम्बन्धको बारेमा छलफल विधिबाट शिक्षकले प्रस्ट पार्ने
- आफ्नो विद्यालयको फोहर व्यवस्थापनको लागि फरक-फरक डस्टबिनको व्यवस्था गरी कुहिने र नकुहिने फोहर वर्गीकरण गरी डस्टबिनमा हाल्न लगाउने
- कुहिने र नकुहिने फोहरलाई पनि बिक्री हुने र नहुने छुट्याउन लगाई बिक्री हुने फोहरबाट मोहर कमाउन सकिने कुरा पनि सिकाउने र सोअनुसार व्यवहारमा कार्यन्वयन गर्न लगाउने
- नकुहिने र बिक्री पनि नहुने फोहरलाई उचित व्यवस्थापन गर्ने बारेमा प्रस्ट पारिदिने
- वातावरण संरक्षण गर्न शिक्षक र विद्यार्थी मिलेर विभिन्न सचेतनामूलक नारा लेखिएका प्लेकार्ड तयार पारी विद्यालय रहेको समुदाय वरपर सचेतनामूलक र्‍याली गर्ने।

एकाइ-चार

स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- आफ्नो घर तथा समुदायमा प्रयोग हुँदै आएका विभिन्न प्रविधि जस्तैः जाँतो, आरन, घट्ट, कुटो, कोदालो, हलो, कोल, चर्खा जस्ता घरेलु उद्योगको अवलोकन गर्न लगाई उक्त सामग्री के काममा प्रयोग गरिन्छ ? छलफल गर्ने र शिक्षकले पनि जानकारी गराउने
- त्यसरी अवलोकन गराइएको स्थानीय प्रविधिको प्रयोग गरी खोलिएका साना तथा घरेलु उद्योगहरूको स्थलगत अवलोकन भ्रमण गराई विद्यालयमा कार्यशाला आयोजना गरी दैनिक जीवनमा त्यसको प्रयोगको अवस्था र उपयोगितालाई फोटो/भिडियो, स्लाइडमार्फत् प्रस्ट पारिदिने
- शिक्षकले आफूले अवलोकन गरेका वा पत्रपत्रिका र सञ्चार माध्यमबाट भिडियो देखाई स्थानीय पेसा र व्यवसायले हाम्रो जीवनमा पारेका सकारात्मक प्रभावका बारेमा जानकारी गराउने
- घरेलु उद्योगबाट हुने फाइदा, त्यसको महत्व, संरक्षण र सम्वर्द्धनको लागि गर्न सकिने कार्यलाई विद्यार्थीको समूहकार्य गर्न लगाई प्रस्तुतीकरण समेत गर्न लगाउने
- शिक्षकले जानेका सीप वा समुदायमा रहेका सिपालु अभिभावक वा अन्य व्यक्तिलाई स्रोतव्यक्तिको रूपमा आमन्त्रण गरी नमुना अभ्यास गराउन सबै विद्यार्थीलाई सहभागी गराई बत्ती कात्ने, टपरी गाँस्ने, धुप बनाउने, मस्यौरा बनाउने, गुन्द्रुक बनाउने लगायतका विभिन्न क्रियाकलाप सम्बोधन हुने कार्यशाला गर्ने

एकाइ-पाँच

प्रकोप र विपद् तथा सुरक्षा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- प्रकोप र विपद् भनेको के हो ? भन्ने प्रश्न विद्यार्थीलाई सोध्ने र प्रकोप र विपद् भनेको विभिन्न कारणले आपतकालीन अवस्था भई सामान्य जनजीवनमा प्रतिकूल असर पार्ने घटनालाई प्रकोप तथा विपद् भनिन्छ भनी शिक्षकले बताइदिने। जस्तैः बाढी, पहिरो, भूकम्प, ज्वालामुखी, आँधि, हुरी, चट्याङ आदि
- विद्यार्थीलाई २ समूहमा विभाजन गरी समूह (क) लाई प्राकृतिक र समूह (ख) लाई मानवसिर्जित प्रकोपहरू टिपोट गर्न लगाई छलफल गर्न लगाउने
- प्राकृतिक र मानवसिर्जित प्रकोपबाट पीडित भएका अभिभावक, शिक्षक, विद्यार्थीमध्ये कुनै एक व्यक्तिलाई आफ्नो अनुभव सुनाउन लगाउने
- स्थानीय विज्ञलाई विद्यालयमा बोलाई प्रकोप/विपद्सम्बन्धी असरहरू छलफल गराई स्थानीय स्तरमा गर्न सकिने क्रियाकलाप सूची बनाई प्रदर्शन गर्न लगाउने
- विद्यालय वरिपरि भएका प्रकोपजन्य क्षेत्रको अवलोकन भ्रमण गराई त्यहाँ देखिएका समस्या समेटी प्रतिवेदन तयारी गर्न शिक्षकले पनि सहयोग गर्ने
- स्थानीय संघसंस्थासँग समन्वय गरी प्रकोप/विपद् जोखिम न्यूनीकरण गर्न तथा त्यससँग सचेतना गराउनसमेत तयार गरी प्लेकार्ड बोकेर विद्यालय वरिपरि सचेतनामूलक कार्यक्रम गर्ने।

<u>एकाइ-छ</u>

स्थानीय कला, संस्कृति र मूल्यमान्यता

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- मौलिक संस्कार र स्थानीय सामग्रीको प्रयोग गरी बनाएका लोक समाजमा प्रचलित बाजालाई लोकबाजा भनिन्छ भनी बताउँदै स्थानीय स्तरमा लोकबाजा बजाउने व्यक्तिलाई विद्यालयमा बोलाइ बाजा बजाउन लगाउने र उसको अनुभवसहित बजाउने तरिकासमेत प्रदर्शन गरी विद्यार्थीलाई बाजा बजाउने अभ्यास गराउने
- स्थानीय स्तरमा बाजा बजाउने सम्बन्धमा सम्बन्धित वडाले गरेका कार्यहरू देखाउन लगाउने, गरेका कार्यहरूको फोटो भिडियोहरू प्रदर्शन गर्न लगाउने र स्थानीय तहले गरेका नीतिगत कार्य/निर्णयहरू गरेको भएमा खोजी गरी बताइदिने
- स्थानीय स्तरमा प्रचलित लोकगीत, गीत र भजन सङ्कलन तथा युट्युबमा भएका गीत, भजन सुनाउने र सोहीअनुसार गाउन र बजाउन समेत अभ्यास गराउने
- न्वारन, विवाह, पास्नी, ब्रतबन्ध र मृत्युपश्चात् गरिने कार्यहरूमा सहभागी भएका अनुभवहरू समेटी सुनाउँदै ती कार्यक्रमका फोटोसमेत प्रदर्शन गरी त्यसका बारेमा बताइदिने
- जेष्ठ नागरिकहरूलाई कक्षाकोठामा आमन्त्रण गरी उनीहरूको अनुभव र भोगाई सुन्ने र सुनाउन लगाउने
- घर, परिवार, विद्यालय, समुदाय आदिमा अवलम्बन गरिने असल आचरणहरू गरिरहेका फोटाहरू, भिडियोहरू देखाउँदै शिक्षकले कक्षाकोठामा विद्यार्थीलाईसमेत पालोपालो गर्न लगाई त्यसको भिडियो शिक्षकले मोबाइलमार्फत् खिच्ने र प्रधानाध्यापकलाई देखाउने
- विद्यालयमा गठन भएको बाल समूहको परिचालन गरी विद्यालयमा हुने अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागी गराउने र सक्रिय हुने विद्यार्थीलाई पुरस्कृत गर्ने।

<u>एकाइ—सात</u>

स्वस्थकर खाना र पोषण

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- स्वस्थकर खाना खाँदा मानव शरीरमा पुगेका फाइदाको Power Point देखाउँदै विद्यार्थीलाई वाचन गर्न लगाउने र अस्वस्थकर खानाका बेफाइदा समेत बताइदिने
- विद्यालयको चमेनागृहमा गएर मौलिक खाना पहिचान गर्न लगाउने र विद्यालयको आर्थिक सहयोगमा स्वस्थकर खाना खाने अभ्यासहरू समेत गराउने
- अस्वस्थकर/पत्रु खानाको कारणले मानव शरीरमा परेका असरहरूका फोटोहरू भए प्रदर्शन गरी 'पत्रु खाना मानव स्वास्थ्यको लागि हानिकारक छ।' शीर्षकमा एक अनुच्छेद लेख्न लगाई त्यसको अवलोकन शिक्षकले गर्ने।
- कुनै शीर्षकमा भएका नमुना संवादको भिडियो शिक्षकले देखाइ **'सन्तुलित भोजन र मानव स्वास्थ्य'** शीर्षकमा विद्यार्थीको बिचमा संवाद गर्न लगाउने र शिक्षकले आवश्यक सहजीकरण गर्ने।

सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया
कक्षा ७

एकाइ : एक
हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको परिचय

विषयवस्तुः

- हेटौंडा उपमहानगरपालिका र यसले प्रदान गर्ने सेवा र सुविधा
- हेटौंडा उपमहानगरको नक्सा र धार्मिक तथा ऐतिहासिक स्थल
- हेटौंडा उपमहानगरको लैङ्गिक तथा जातिगत जनसङ्ख्या

सम्भाव्य क्रियाकलाप :

- विद्यार्थीलाई प्रश्नोत्तर विधिको प्रयोग गरी हेटौंडा उपमहानगरपालिका भौगोलिक, जातिगत अवस्थाको बारेमा भन्न लगाउने ।
- शिक्षकले उपमहानगरको भौगोलिक तथा जातिगत विवरणको प्रस्तुतीकरण गर्ने ।
- विद्यार्थीलाई हेटौंडा उपमहानगरबाट नागरिकले प्राप्त गर्ने सेवा सुविधाको बारे मस्तिष्क मन्थन (Brain Storming) विधि प्रयोग गरी टिपोट गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीद्वारा टिपोट गरिएका बुदाहरुलाई समूहगत रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीबाट प्रस्तुत भएका बुँदामा शिक्षकले आवश्यक बुँदा थप गरी सिकाइ सहजीकरण गर्ने ।
- विद्यार्थीलाई उपमहानगरले प्रदान गर्ने सेवा तथा सुबिधाको बारेमा संवाद तयार गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीलाई हेटौँडा उपमहानगरको ट्रेस नक्सा दिई पूरा गर्न लगाउने ।
- नगरभित्र रहेका मुख्य पर्यटकिय धार्मिक, ऐतिहासिक स्थलको सूची बनाउन लगाउने ।
- नगरको नक्सा विद्यार्थी स्वयम्लाई कोर्न लगाई सूचीकृत गरिएका स्थल जस्तैः सहिद स्मारक, भुटनदेवी मन्दिर, पुष्पलाल पार्क, कुष्माण्ड धाम, चुरियामाई सुरुङमार्ग आदि भर्न लगाउने ।
- तथ्याङ्क कार्यालयको आधिकारिक भित्र स्रोत प्रयोग गरी नगरको महिला र पुरुषसहितको कुल जनङंख्या पत्ता लगाई कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्ने ।
- तथ्याङ्कबाट प्राप्त स्रोतको आधारमा नगरभित्रको महिला, पुरुष र कुल जनसङ्ख्यालाई स्तम्भ चित्रमा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई खोज विधिबाट नगरभित्र अन्य कुनै चारवटा वडाको महिला र पुरुषसहितको जनसङ्ख्या पत्ता लगाउने र स्तम्भ चित्रमा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।

एकाइः दुई

स्थानीय जातजाति र भाषा

विषयवस्तुः

- जातजाति र भाषा
- सांस्कृतिक विविधता र भेषभूषा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले प्रश्नोत्तर विधिको प्रयोग गरी विद्यार्थीलाई आफ्नो कक्षाकोठाभित्रका रहेका विभिन्न जातजातिको बारेमा सोध्ने ।
- विद्यार्थीलाई समूहगत छलफल गर्न लगाई नगरभित्र बसोबास गर्ने विभिन्न जातजातिको सूची तयार गर्न लगाउने
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई जातिगत फोटो चित्र प्रदर्शन गरी जाति पहिचान गर्न लगाउने ।
- शिक्षकले खोज विधिको प्रयोग गर्न लगाई विद्यार्थीलाई अभिभावकको सहयोगमा आफ्नो जातिगत संस्कृतिको बारेमा टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
- शिक्षकले कक्षाकोठामा विद्यार्थीलाई जाति र त्ययसँग सम्बन्धित चाडपर्व, भाषा, संस्कार र भेषभूषाको अन्तर्सम्बन्धको बारे छलफलसहित प्रस्तुत गर्ने ।
- विद्यार्थीलाई परियोजना कार्यको माध्यमबाट विभिन्न समूहमा विभाजन गरी जातिगत चाडपर्व, संस्कार (जन्म, विवाह, र मृत्यु) र भेषभूषाको बारेमा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीलाई विभिन्न जातजातिले मनाउने चाडपर्व र वेषभुषाको चित्र सङ्कलन गरी कक्षाकोठामा टाँस्न लगाउने ।
- विद्यार्थीलाई आफ्नो जाति अनुसारको भेषभूषा विद्यालयमा उपस्थित हुन अनुरोध गर्न र आआफ्नो भेषभूषाको प्रदर्शन तथा प्रस्तुति गर्न लगाउने ।

एकाइ : तीन
स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदा

विषयवस्तुः

- स्थानीय वातावरण
- प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदा र संरक्षण
- फोहोरमैला व्यवस्थापन

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले विद्यार्थीलाई आजको मौसम कस्तो छ भनी प्रश्न गरी उत्तर भन्न लगाउने ।
- त्यसैगरी विद्यार्थीलाई हावापानी र मौसमको जानकारीसहित तिनका भिन्नताबारे अवधारणा दिने ।
- शिक्षकले सर्वप्रथम वातावरण भनेको के हो ? नगरभित्र कस्तो प्रकारको हावापानी पाइन्छ ? भनी प्रश्न सोध्ने र विद्यार्थीलाई पालैपालो भन्न लगाउने ।
- भिडीयो, चित्र प्रदर्शन गरी नगरभित्रको समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ भनी जानकारी दिने ।
- विद्यार्थीलाई आफू बस्ने स्थान वरिपरिको मौसम झल्कने चित्र बनाउन लगाई कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउने ।
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई विभिन्न प्राकृतिक र सांस्कृतिक सम्पदाको चित्र प्रस्तुत गरी सांस्कृतिक सम्पदासँग सम्बन्धित चित्र छुट्याउन लगाउने र सांस्कृतिक सम्पदाको अवधारणा प्रस्ट पार्ने ।
- स्थानीय स्तरमा रहेका सांस्कृतिक सम्पदाको खोजी गरी तिनीहरुको सूची तयार गर्न लगाउने, जस्तैः पुण्य क्षेत्र, कुष्माण्ड सरोवर, भुटनदेवी, बौद्ध गुम्बा, मस्जिद लगायत ।
- विद्यार्थीलाई विद्यालय वरपर अवस्थित सांस्कृतिक सम्पदाको स्थलगत भ्रमण गराइने, सो क्षेत्रको संरक्षण कार्य संलग्न गराउने, जस्तैः सरसफाइ, रङरोगन आदि र उक्त कार्य गरी क्रियाकलापको फोटोसहितको समाचार लेख्न लगाउने
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई समूह विभाजन गरी कक्षाकोठाभित्र रहेका फोहोरलाई कुहिने र नकुहिने गरी विभाजन गर्न लगाई दुईवटा फरक फरक डस्टविनमा राख्न लगाउने र फोहोरमैला कुहिने र नकुहिने दुई प्रकारका हुन्छन् भनी अवधारणा प्रष्ट पार्ने ।
- शिक्षकले फोहोरमैला व्यवस्थापनको निम्ति 3R (Reduce, Recycle and Reuse) को अवधारण उदाहरणसहित प्रस्तुत गर्ने ।
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई विद्यालयमा फ्याँकिएका कुहिने वा नकुहिने फोहोरबाट विभिन्न सामग्रीको नमूना समूहगत रुपमा तयार गर्न लगाई प्रदर्शन गर्न लगाउने र अन्य कक्षाका विद्यार्थीलाई सो कार्य गर्न उत्प्रेरित गर्ने ।

एकाइः चार

स्थानीय ज्ञान, सीप, पेसा, व्यवसाय एवम् प्रविधि

विषयवस्तुः

- स्थानीय ज्ञान र सीप
- स्थानीय पेशा, व्यवसाय तथा प्रविधि

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले निम्नलिखित उदाहरण दिई विद्यार्थीलाई ज्ञानको अवधारणा दिने
- जस्तैः स्थानीयस्तरमा पाइने बिरुवा, झारपातलाई औषधीको रूपमा प्रयोग गर्ने
- पूर्वी बतासको कारण पश्चिम बहने बादलले ठूलो पानी पार्छ भनी अनुभवको आधारमा अनुमान गर्नु
- स्थानीय ज्ञान र सीप स्रोतहरु के के हुन सक्दछन् भनी विद्यार्थीको पूर्व ज्ञानको परीक्षण गर्ने र शिक्षकले अनुभव संस्कृति, परम्परा, पूर्वज, लेखोट, शिलालेख, लोककथा गीत, नृत्य आदि हुन्छन् भनी सहजीकरण गर्ने ।
- स्थानीय सीप भन्नाले के बुझिन्छ भनी विद्यार्थीलाई समूहगत रूपमा मस्तिष्क मन्थन गराउने । स्थानीय सीपको उदाहरण सङ्कलन गरी टिपोट गर्ने । जस्तैः दुना, टपरी बनाउने, गुन्द्रुक मस्यौरा, सिन्की, चकटी, सेल पकाउने सीप लगायत
- शिक्षकले कक्षाकोठामा भएका विद्यार्थीलाई विद्यार्थीका अभिभावकले अपनाउनु भएका पेसाको सूची बनाउन लगाउने ।
- विद्यार्थीलाई स्थानीयस्तरमा सञ्चालित पेसा र व्यवसायको तथ्याङ्क सङ्कलन गरी समूहगत रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीले स्थानीयस्तरका व्यवसायीसँग अन्तर्क्रिया गरी अवसर र चुनौतीको बारेमा समाचार तयार गर्न लगाउने ।
- स्थानीय उद्योग र कलकारखानाको सूची तयार गर्न लगाउने ।
- स्थानीयस्तरमा सञ्चालित कुनै एक कारखानाको स्थलगत भ्रमण गरी सोको फोटोसहित प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउने ।
- स्थानीय परम्परागत प्रविधिको जानकारी गराउने र त्यसको प्रयोग र प्रविधिको बारेमा स्पष्ट पार्ने, जस्तैः ढिकी, जाँतो, सिलौटो, हलो लगायगत ।
- स्थानीय स्तरमा प्रयोग हुने परम्परागत प्रविधिको नमुना तयार गरी प्रदर्शन गर्ने ।

एकाइः पाँच
प्रकोप र विपद् तथा सुरक्षा

विषयवस्तुः

- प्रकोप
- विपद् तथा सुरक्षा

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले प्रकोप र विपदसम्बन्धी भिडियो सामाग्री प्रस्तुत गरी प्रकोप र प्रकोपबाट आइपर्ने विपदको अवधारणा दिने ।
- शिक्षकले प्रकोप प्राकृतिक र मानवसिर्जीत गरी दुई प्रकारका हुन्छन भनी उदाहरणसहित स्पष्ट पार्ने ।
- प्राकृतिक र मानवसिर्जीत प्रकोपसँग सम्बन्धित चित्र देखाइ, उदाहरण दिई तिनीहरुलाई वर्गीकरण गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीलाई समूहगत रूपमा विभाजन गरी प्रकोप र त्यसका कारण र त्यसबाट हुने जोखिमका विषयमा छलफल गरी कक्षामा प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउने ।
- विद्यार्थीलाई विपद न्यूनीकरणको लागि नमूना अभ्यासमा सङ्कलन गराउने, जस्तैः भूकम्प, आगलागी, वाढी, पहिरो लगायत
- भूम्प, आगलागी बाढीपहिरो, चट्याङ लगायत स्थानीय स्तरमा हुने प्रकोप तथा विपद न्यूनीकरणका लागि अपनाउनुपर्ने सावधानीको बारेमा नाटकको तयारी गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने
- प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापनमा परिवार, सामुदाय तथा विद्यालयले खेल्नुपर्ने भूमिकाको विषयमा कक्षाका विद्यार्थीमाझ वक्तृत्वकला गराउने
- स्रोतशिक्षकको सहायताबाट कक्षाकोठामा प्रकोप तथा विपदबाट सिर्जित जोखिमबाट सुरक्षित रहने उपायको खोजी गर्ने ।

एकाइ : छ

स्थानीय कला, संस्कृति र मून्यमान्यता

विषयवस्तुः

- स्थानीय कला र संस्कृति
- सांस्कृतिक मूल्य र मान्यता

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- स्थानीय कला र संस्कृति भन्नाले के बुझिन्छ ? भनी प्रश्न गरी शिक्षकले थप सहजीकरण गरिदिने
- विद्यार्थीलाई कक्षाकोठामा स्थानीय बाजाको सूची निर्माण गर्न लगाउने र स्थानीय गीत, बाजा र नृत्यको महत्वको बारेमा छलफल गर्न लगाउने
- कक्षाकोठाभित्र स्थानीय बाजाको प्रयोग गरी स्थानीयस्तरमा प्रचलित गीत बजाउँदै विद्यार्थीलाई नृत्य गर्न लगाउने
- कक्षाकोठाभित्र भएका विद्यार्थीलाई आआफ्नो धर्म, संस्कृतिअनुसार जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारको सूची बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउने
- विद्यार्थीको क्रियाकलापलाई अवलोकन गरी शिक्षकले जातजातिअनुसारका फरक फरक संस्कृतिको बारेमा प्रष्ट पारिदिने
- विद्यार्थीलाई आ आफ्नो धर्म संस्कृतिको संरक्षणको लागि अपनाउनुपर्ने उपायको बारेमा उल्लेख गर्दै सम्पादकीयको नमूना तयार गर्न लगाउने
- विद्यालयमा भएका बाल समूहका सदस्यलाई कक्षाकोठामा आमन्त्रण गरी सो समूहले विद्यालयमा गरेका क्रियाकलापको बारेमा जानकारी गर्न लगाउने
- शिक्षकले विद्यार्थीलाई प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट बालमैत्री आचरणको सूची निर्माण गर्न थप सहजीकरण गर्ने
- अपाङ्गता, अशक्त, जेष्ठ नागरिक, आश्रयस्थल र बालगृहको स्थलगत भ्रमण गराई प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउने
- शिक्षकले कक्षाकोठामा अपाङ्गता, अशक्त, जेष्ठ नागरिक, आश्रयस्थल र बालगृहको संरक्षणमा विद्यार्थीको भूमिकासम्बन्धी संवाद आयोजना गराई थप सहजीकरण गरिदिने ।

<u>एकाइः सात</u>

स्वस्थकर खाना र पोषण

<u>विषयवस्तुः</u>

- स्वस्थकर खाना र पोषण
- पत्रु/अवस्थकर खाना

<u>सम्भाव्य क्रियाकलाप</u>

- पोसिलो र स्वस्थकर खानाले मानव स्वास्थ्यमा पुगेका फाइदा विद्यार्थीमाझ छलफल गराई त्यसबाट आएको निष्कर्षलाई टिपोट गर्न लगाउने ।
- अस्वस्थकर खानाले मानव स्वास्थ्यमा पारेको असर समूहगत रूपमा छलफल गरी त्यसबाट आएको निष्कर्षलाई शिक्षकले टिपोट गर्ने र थप सहजीकरण गर्ने ।
- विद्यालयमा अस्वस्थकर खानाले पारेको असर समेटिएका प्लेकार्ड तयारी गरी विद्यालय परिसरमा र्‍याली आयोजना गर्ने ।
- आफ्नो सामुदायमा उपलब्ध हुने रैथाने खानाको फोटो प्रदर्शन गरी त्यसको नाम लेख्न लगाउने र नमिलेमा शिक्षकले समेत उचित नाम बताइदिने ।
- खानाको पौष्टिक तत्त्व जोगिने गरी पकाएको वा तयार गरिरहेको भिडियो देखाउँदै त्यसलाई जोगाइ राख्ने उपाय समेत शिक्षकले बताइदिने र सम्भव भएसम्म विद्यालयमा चमेनागृहमा यसको अभ्यास गराउने ।
- विद्यालयमा विद्यार्थीको आयोजना र विद्यालयको व्यवस्थापनमा खाना महोत्सव आयोजना गरी त्यसको प्रचार प्रसार सामाजिक सञ्जाल मार्फत गर्ने (जस्तैः सेलरोटी, फापर, कोदोको रोटी, अचार, आलुचप) लगायत ।

सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

कक्षा : ८

एकाइः एक

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको परिचय

विषयवस्तु

- शैक्षिक अवस्था
- प्रमुख कार्य
- नक्सा कोर्न र तथ्य भर्न

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले छलफल विधिबाट हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्रको सामुदायिक विद्यालयको केही नमुना नाम टिपोट गरी सरकारी अनुदान प्राप्त विद्यालयलाई सामुदायिक विद्यालय साथै नीजी लगानीमा गुठी वा कम्पनीको रूपमा दर्ता गरी खोलिएको विद्यालयलाई संस्थागत विद्यालय भनिन्छ भनी उल्लेख गर्ने।
- विद्यार्थीबाट खोज विधिबाट ५ वटा सामुदायिक र ५ वटा संस्थागत विद्यालय सूचीकृत गरी समूहमा छलफल गराउने।
- शिक्षकले सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयको वडागत रूपमा र नगरपालिकाभित्र सञ्चालनमा रहेका दुवै प्रकृतिका विद्यालयलाई स्तम्भचित्रमा तयार गर्न सिकाउने।
- शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्रमा सञ्चालनमा रहेका उच्च शिक्षा अध्ययन गराउने कलेजहरुको नाम सेतोपाटीमा टिपोट गर्न लगाई विद्यार्थीलाई समूहकार्यबाट कलेजका नाम अभ्यास पुस्तिकामा सार्न लागाउने।
- शिक्षकले हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्रभित्र सञ्चालनमा रहेका सिपमूलक शिक्षा दिने प्राविधिक शिक्षालयहरू टिपोट गर्न लगाई सिप र प्रविधिसँग जोडी रोजगारी सिर्जना गर्न सक्ने प्राविधिक विद्यालय जस्तै जनप्रिय, जनजागृति, भुटनदेवी, निर्मल मावि हुन् भनी अवगत गराउने र यस्तै अन्य प्राविधिक विद्यालय भए टिपोट गर्न लगाउने।
- हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले गर्ने विकास निर्माण, शैक्षिक, न्यायिक तथा सामाजिक कार्यहरुलाई अलग अलग समूहमा विभाजन गरेर प्रत्येक समूहले कम्तिमा ५/५ वटा कार्य तयार गरी प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउने नपुगेका कार्य अन्य समूहबाट थप गर्न लगाउने
- शिक्षकले आफूले तयार गरी लगेको कार्यलाई अग्रभागमा टाँस गरी छलफल गर्न लगाउने।

विकास निर्माण कार्य

- सडक
- पुल
- विद्यालय
- अस्पताल
- प्रहरी चौकी
- कुलो, नहर
- .....

सामाजिक कार्य

- काजक्रिया खर्च
- औषधी उपचार सहायता
- विपन्न आर्थिक सहायता
- विपद् राहत सहयोग
- अपाङ्गमैत्री सामग्री वितरण
- ....

न्यायिक कार्य

- बाटोको सीमानासम्बन्धी विवाद
- घर, घडेरी, नक्सासम्बन्धी विवाद
- व्यक्तिगत लेनदेन, ऋण, सापटीसम्बन्धी विवाद
- घरभाडासम्बन्धी विवाद
- घरझगडा र सम्बन्ध विच्छेद
- ....

शैक्षिक कार्य

- विद्यालय स्थापना र सञ्चालन
- तालिम, गोष्ठी सञ्चालन
- अनुगमन नियमन
- कक्षा ८ को अन्तिम परीक्षा सञ्चालन
- विद्यालय दिवा खाजा व्यवस्थापन
- ....

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको उपलब्ध भएको नक्सा कक्षाको अग्र भागमा शिक्षकले प्रदर्शन विधिबाट टाँसगरी १९ वटा वडालाई विभिन्न रङबाट भर्न लगाई विद्यार्थीलाई आफ्नो अभ्यास कापीमा पटक पटक अभ्यास गर्न लगाई तयार भएको नक्सामा निम्नलिखित तथ्य भर्न परियोजना कार्य गराउनेट:

- पदमपोखरी,चुरिया मन्दिर, महादेव गुफा, भुटनदेवी मन्दिर, बनस्खण्डी, कुसमाण्ड, तपोवन गुम्बाडाँडा, जुरेथुम, सिमेन्ट उद्योग, कर्रा खोला, त्रिवेणी खोला, राप्ती खोला, सहिद स्मारक, बुद्धपार्क लगायत।

एकाइः दुई

जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृति

विषयवस्तु

- लोकबाजाको प्रयोग र संरक्षण
- सास्कृतिक विविधता
- पर्यटनको महत्व

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले छलफल विधिबाट स्थानीय टोल, समूह, व्यक्ति, घरपरिवारमा धर्म संस्कृति र चाडपर्व विशेषमा बजाउने मौलिक बाजालाई लोकबाजा भनिन्छ भनी परिचय वा धारणा दिने। साथै कक्षामा रहेका विशेष जातजातिका विद्यार्थीलाई उठाई तिम्रो घर परिवारमा खास चाडपर्वमा कुन कुन बाजा बजाउने गरेको छ भनी जिज्ञासा राख्ने।
- शिक्षकले विद्यार्थीबाट आएका विभिन्न स्थानीयबाजाको नाम सेतोपाटीमा टिपोट गर्दै जाने र केही नमुना बाजाहरू जस्तै घन्ट, शङ्ख, डमरु, खैजडी, मुरली, मादल, मुर्चुङ्गा, बाँसुरी, धिमेबाजा, डम्फु, ड्याङ्ग्रो लोकबाजा हुन भनी सूची तयार गर्न लगाउने।
- वडाअनुसार बसोबास गर्ने जातजतिले बजाउने अन्य स्थानीय बाजा भएमा त्यसको पनि सूची बनाउन लगाउने।
- शिक्षकले कक्षामा उपस्थित भएका विद्यार्थीमध्ये फरक जातजाति र धर्म मान्नेलाई अगाडि बोलाई उनीहरूले मनाउने चाडपर्व, संस्कार, रीति, परम्परा पालैपालो भन्न लगाउने, साथै यही नै हाम्रो समुदायको विविधता हो भनी अवधारणा बताउने।
- शिक्षकले विभिन्न उदाहरण जस्तै तामाङ जातिको चाडपर्व, क्षत्री /बाहुनको चाडपर्व, नेवार जातिको चाडपर्व, मगर जातिको चाडपर्वका केही सन्दर्भ स्पष्ट पार्ने।
- शिक्षकले समुदायमा रहेको तामाङ, नेवार, गुरुङ, राई वा वडामा अन्य जातिको संस्कृतिअनुसारको भेषभूषा लगाएर कुनै एउटा शुक्रवार विद्यालयमा उपस्थित गराई जातिअनुसारको पहिरन प्रदर्शन गर्न लगाउने।
- सांस्कृतिक विविधताले पर्यटन आगमनलाई टेवा पुग्छ र संस्कृतिको पनि प्रबर्धन हुन्छ भन्ने धारणा छलफल विधिबाट विद्यार्थीका बिच प्रष्ट बनाउने साथै आफ्नो समुदायको संस्कृति बाहिरबाट पर्यटक आउने गरेको प्रष्ट पारी प्रत्येक विद्यार्थीलाई १/१ वटा महत्त्व भन्न लगाउने र त्यसलाई शिक्षकले सेतोपाटीमा टिपोट गरी महत्त्वको सूची विद्यार्थीलाई अभ्यास कापीमा टिप्न लगाउने।

एकाइः तीन

स्थानीय वातावरण र प्राकृतिक सम्पदा

विषयबस्तु

- फोहर व्यवस्थापन
- प्रतिवेदन लेखन
- सम्पदाको अवलोकन भ्रमण

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले प्रधानाध्यापकसँग परामर्श गरी विद्यार्थी सङ्ख्याको आधारमा यातायातको साधनको व्यवस्थापन गरेर सम्भव भयसम्म शुक्रबार हेउनपा वडा नम्बर १० न्युरेनीमा रहेको फोहर व्यवस्थापन प्लान्टको स्थलगत अवलोकन भ्रमण गराउने साथै अवलोकन भ्रमण गर्दा तहाँ भएको चरणबद्ध प्रक्रिया सबै विद्यार्थीलाई कापीमा टिपोट गर्न लगाई प्रत्यक्ष अवलोकन गराउने।
- अवलोकनपछि शिक्षक र विद्यार्थी एउटै समूहमा आबद्ध भई भ्रमण गरेको मिति, भ्रमणको साधन, भ्रमणको उद्देश्य, अवलोकनमा पत्तालागेका कुरा र फोहर व्यवस्थापन प्रक्रिया उल्लेख हुने गरी संक्षिप्त प्रतिवेदन तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने।
- आफ्नो विद्यालय रहेको वडाभित्रको विभिन्न सम्पदा, मठ मन्दिर, गुम्वा, पार्क, बगैचा, स्मारक, नदी, ताल, बालउद्यान जस्ता स्थानीय सम्पदा भ्रमण गरी त्यसको वातावरणीय सुरक्षा गर्ने उपाय शिक्षकसँग परामर्श गरी समाचारको नमुना तयार गरेर विद्यालयको सूचनापाटीमा टाँस गर्न लगाउने।
- आफ्नो घर परिवारभित्र तथा विद्यालय हाताभित्र हरियो रङको डस्टविनमा नकुहिने र निलो रङको डस्टविनमा कुहिने फोहर जम्मा गर्न लगाउने र त्यसलाई उचित समय र स्थानमा व्यवस्थापन गर्न कार्यलाई बानीको रूपमा विकास गराउने।

एकाइः चार

स्थानीय ज्ञान, सिप, पेसा एवम् प्रविधि

विषयबस्तु

- संस्कृति र परिकार
- स्थानीय पेसा र व्यवसाय
- स्थानीय प्रविधि र प्रयोग

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले आफ्नो कक्षामा भएका विद्यार्थीलाई जाति र धर्मअनुसार समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहले मनाउने २ संस्कृति वा चाडपर्वको नाम लेख्न लगाई ती संस्कृति र पर्वमा खाइने मुख्य खानाका परिकारका नाम सूचीबद्ध गर्न लगाउने।
- विद्यार्थीले सूचीबद्ध गरिसकेपछि संस्कृति र चाडपर्वअनुसार प्रयोग हुने खानाको परिकारको सूची तयार गर्न लगाउने र ती सूचीअनुसारका खानाका परिकार बनाउन आवश्यक पर्ने सामग्रीको सूची तयार गराउने।
- स्थानीय चाडपर्व र अन्य अवसरमा कक्षाभित्रका जाति र धर्मअनुसार मनाउने चाडपर्वमा खाइने खानाको विद्यालयमा महोत्सव आयोजना गरी बनाउँदा अलगअलग तर खाँदा समूहमा सहभोज हुने गरी कार्यक्रमको आयोजना गर्ने।
- शिक्षकले सोधखोज विधि अपनाई विद्यार्थीको टोल समुदायमा भएका मौलिक वा विशिष्ट सिपको टिपोट गरी त्यसबाट विद्यार्थीलाई अभ्यास कापीमा सूचीकरण गर्न लगाउने।
- विद्यार्थीबाट आफ्नो स्थानीय टोल समुदायमा प्रयोग भएका ढिकी, जाँतो, ओखल, ठेकी, मदानी, कुट्टो, कोदालो, कोदाली जस्ता सामाग्री स्थानीय प्रविधि हुन्, जसलाई विभिन्न परिवेशमा प्रयोग गर्न जान्नुलाई स्थानीय सिप र प्रयोग भनिन्छ भनी अवधारणा दिने।
- कक्षा कोठाका विद्यार्थी विच सोधखोज विधिबाट तपाईंको घरपरिवारमा दुधबाट दही र दहीबाट मही बनाउने गरिएको छ भनी ठेकी र मदानीको प्रयोगबाट मही र नौनी घ्यू तयार गरेको हेर्न निर्देशन गर्ने।
- शिक्षकले स्थानीय परम्परागत प्रविधिलाई प्रयोग गरी खलमा चामल कुट्न, पिठो बनाउन, ग्राण्डरमा फलफूल राखी जुस तयार गर्न प्रविधिलाई घरपरिवारमा प्रयोग गर्न अभिप्रेरित गर्ने।
- शिक्षक र विद्यार्थी दुबैको सहभागितामा स्थानीय क्षेत्रमा सालको पातबाट दुना, टपरी, बोता तयार गर्न सिक्ने सिकाउने र यसको परिणामबाट बजारमा प्राप्त हुने प्लाष्टिक प्लेट वा गिलास प्रयोगलाई विस्थापन गर्न सकिन्छ भनी अभ्यस्त गराउने।

एकाइः पाँच

प्रकोप र विपद तथा सुरक्षा

विषयवस्तु

- प्रकोप र विपद्
- सुरक्षा र सजगता

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले छलफल विधिबाट प्रकोप र विपद्को अवधारणा विद्यार्थीका विच प्रष्ट पार्ने साथै आफ्नो समुदायवरपर उत्पन्न हुने गरेका प्रकोप वा विपद्का उपयुक्त उदाहरणहरु प्रष्ट पारिदिने।
- स्थानीय क्षेत्रभित्र हुने सरुवा रोग डेङ्गु, झाडापखाला, बाढीपहिरो, आगलागी, चट्याङ् लगायतका आपतकालीन महामारी उत्पन्न हुने प्रकोप हुन् भनी असाधारण परिवेश उत्पन्न भई भुकम्प, आगलागी, दुर्घटना, आत्महत्या जस्ता अवस्था उत्पन्न हुनु विपद् हो भनी विद्यार्थीलाई उदाहरणसहित प्रष्ट पार्ने।
- कक्षामा विद्यार्थीका बिच उनीहरूको घर परिवारमा उत्पन्न हुने सम्भावित प्रकोप तथा विपद्बाट बच्ने उपायको कक्षामा नमुना अभ्यास गराउन लगाउने।
- शिक्षकले प्रकोप तथा विपद्को अवधारणा दिई सकेपछि कक्षामा बच्ने उपायको नमुना अभ्यास गराए पछि प्रकोप र विपद्बाट सुरक्षित रहने उपाय विद्यार्थीबाट पालैपालो भन्न लगाई शिक्षकले सेतोपाटीमा टिपोट गरी तयार भएको सूची विद्याथीलाई अभ्यास कापीमा टिप्न लगाउने।

एकाइः छ

स्थानीय कला, संस्कृति र मानवीय मूल्यमान्यता

विषयवस्तु

- स्थानीय कला र संस्कृति
- मानवीय मूल्य र मान्यता

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले स्थानीय कला, संस्कृति झल्कने विभिन्न खालका उदाहरण प्रस्तुत गर्ने।
- शिक्षकले आफ्नो वडाभित्र वा हेटौंडा उपमहानगरपालिका भित्र चित्रकला, वास्तुकला, ग्रन्थकला वा बेतबाँस चोया, खोया, छवाली, सिन्का, जस्ता सामानबाट कलात्मक बस्तु तयार गरी प्रदर्शन गर्ने साथै विद्यार्थीलाई सामान्य वा रंगिन कागजबाट फूल, गुडिया, गमला, पङ्खा जस्ता सामाग्री तयार गर्न सिकाउने।
- शिक्षकले छलफल विधिबाट हाम्रो समुदायमा जाति, भाषा, धर्मअनुसार विभिन्न संस्कार मनाउने गरिन्छ, जस्मा जन्मदेखि विवाह कर्म हुँदै मृत्यु कर्मसम्म धेरै संस्कार मनाउने गरिन्छ भनी अवगत गराउने।
- शिक्षकले कक्षाका कम्तीमा ३ जाति र धर्मका विद्यार्थीको प्रतिनिधत्व हुने गरी जात र धर्मअनुसारको जन्मदेखि मृत्यसम्मको कर्म झल्कले गरी शिक्षक र विद्यार्थी विच संवाद शिक्षण गर्ने।
- संवाद शिक्षणमा शिक्षकले तामाङ्ग, नेवार, क्षेत्रीबाहुन वा कक्षाका अन्य जातजातिका विद्यार्थीबाट आआफ्नो संस्कारअनुसारको पर्वको टिपोट गर्न लगाई कक्षाको अग्रभागमा गई विद्यार्थीबाट नै आफूले तयार गरेको पर्व र संस्कारको बारेमा वाचन गरी कक्षामा सुनाउन लगाउने।
- कक्षामा शिक्षकले मानवीय मूल्य झल्कने गरी विद्यार्थी विचमा एकअर्कालै सहयोग गर्ने, आदर सत्कार सम्मान गर्ने विद्यार्थी-विद्यार्थी पात्र बनाई अभिनय गर्न लगाउने जस्ता क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने।
- शिक्षकले विद्यार्थीले गरेको राम्रो कामप्रति धन्यबाद, स्याबास, राम्रो, बधाई, सुन्दर, जस्ता शब्द प्रयोग गरी शिष्ट व्यवहार गर्न र विद्यार्थीले हुन्छ, हवस, जस्ता सम्मान सूचक शब्द प्रयोग गर्न सिकाइ मानवीय मूल्य मान्यताको अनुभूति गराउने।
- विद्यालय र समुदाय वरपर भएका सामाजिक संस्था, अनाथ अपाङ्गता संरक्षण केन्द्र अशक्त असाहाय केन्द्र, जेष्ठ नागरिक आश्रममा प्रत्यक्ष अध्ययन अवलोकन भ्रमण गराई उनीहरूलाई सहयोग गर्न, विद्यार्थीबाट सङ्कलन गरिएका सामाग्री हस्तान्तरण गर्न व्यावहारिक रूपमा अभ्यस्त गराउने।
- घरपारिवारभित्र तथा विद्यालय वातावरणभित्र शिक्षकले तथा ठुला कक्षाका विद्यार्थीले आफूभन्दा साना कक्षाका भाइबहिनीलाई बालमैत्री आचरणको रूपमा व्यवहार गर्न, माया प्रेम दर्शाउन अभ्यस्त गराउने।
- कक्षाभित्र रहेका बालबालिकाको घरमा हुनु भएका जेष्ठ नागरिक हजुरबुवा, हजुरआमा, बुबाआमाप्रति आदर, सत्कार सम्मान, सहयोग गर्न सिकाइ मानवीय मूल्य मान्यताको व्यवहार घर परिवारमा नै गर्न सिकाउने।

एकाइः सात

स्वस्थकर खाना र पोषण

विषयवस्तु

- स्वस्थकर खाना
- पोषण

सम्भाव्य क्रियाकलाप

- शिक्षकले पोसिलो खाना वा स्वस्थकर खानाको परिचय वा अवधारणा छलफल विधिबाट कक्षामा प्रस्तुत गर्ने साथै घरपारिवारमा करेसाबारीबाट उत्पादन भएका सागसब्जी पोषणयुक्त खाना हुन्छन् भने यसलाई आफ्नो भान्सामा तयार गरी स्वस्थ बानाएर प्रयोग गरिएको हुन्छ भनी बताउने।
- कक्षाका विद्यार्थीबाट पोसिलो वा स्वस्थकर खाना, रैथाने वा मौलिक खाना के के हुन सक्दछन भनी सूची तयार गर्न लगाउने र ती खानाका स्रोत के हुन् भनी विद्यार्थीलाई नै प्रश्नउत्तर विधिबाट छलफल गर्न लगाउने।
- शिक्षकको सहयोगले कक्षाका विद्यार्थीहरुलाई ४ वटा समुहमा विभाजन गरी पोसिलो वा स्वस्थकर खानाभित्र शरीर रक्षा गर्ने, वृद्धि गर्ने, सुरक्षा गर्ने खानाको अलग अलग सूची तयार गरी विद्यार्थीलाई प्रदर्शन गर्न लगाउने।
- विद्यार्थीले तयार गरेको पोसिलो वा रैथानै खानाका समुहबाट प्लाइउडको ३ खम्बे पिरामिड बनाइ सुरक्षित खाद्य पिरामिडको कक्षामा प्रदर्शन गराउने परियोजना कार्य गराउने।
- विद्यार्थीलाई परिवारमा आइतबारदेखि शनिबार १ हप्ताको खाने कुराको तालिका तयार गर्न लगाई उक्त तालिकामा पोसिलो, स्वस्थकर, सन्तुलित खाना समावेस भएकामा सङ्केत वा चिह्न लगाउन सिकाउने।
- घरपारिवार र आफ्नो भान्सामा तयार हुने स्वस्थ खाना बाहेक बजारबाट किनेर ल्याई प्रयोग हुने चुइगम, चाउचाउ, कुरकुरे, प्लाष्टिक प्याकेट खाना, क्यान भित्रको तरल पदार्थलाई पत्रुखाना वा अस्वस्थकर खानाभित्र पर्दछन भनी शिक्षकले कक्षामा प्रस्ट पार्ने।
- स्वस्थकर खाना वा रैथाने खाना र अस्वस्थकर/पत्रुखाना बिचको भिन्नता झल्कने गरी साथै यसले मानव शरीरमा गर्ने असर बुझिने गरी शिक्षक र विद्यार्थीका बिच संवाद शिक्षण गर्ने।
- स्वस्थकर खानाको महत्त्व र पत्रुखानाको असरलाई बाक्यपत्तीमा शिक्षकले बुँदा तयार गरी कक्षाको अग्रभागमा प्रदर्शन गर्ने र विद्यार्थीलाई उत्तर कापीमा टिपोट गर्न लगाउने।
- शिक्षकले उपयुक्त अवसर वा सन्दर्भ मिलाएर कक्षा कोठाभित्र विद्यार्थीसँग समन्वय गरी 'रैथाने खाना स्थानीय पहिचान हो' शीर्षकमा बक्तृत्वकलाको आयोजना गरी उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई पुरस्कृत गर्ने।
- शिक्षकले पोसिलो वा रैथाने खाने कुराले शरीरलाई आवश्यक पोषण प्राप्त गरी शारीरिक मानसिक, वृद्धि विकास गराउँछ भने पत्रु वा अस्वस्थकर खानाको प्रयोगले शरीरलाई हानी गरी विभिन्न रोग सङ्क्रमण हुन्छन् भनी तुलनात्मक अध्ययन गर्न सिकाउने।

राष्ट्रिय गान

सयौं थुँगा फूलका हामी, एउटै माला नेपाली
सार्वभौम भई फैलिएका, मेची–माहाकाली ।

प्रकृतिका कोटी–कोटी सम्पदाको आँचल
वीरहरूका रगतले, स्वतन्त्र र अटल ।

ज्ञानभूमि, शान्तिभूमि तराई, पहाड, हिमाल
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल ।

बहुल जाति, भाषा, धर्म, संस्कृति छन् विशाल
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो, जय जय नेपाल ।

गीतकार : प्रदीपकुमार राई 'व्याकुल माइला'
सङ्गीतकार : अम्बर गुरुङ

हेटौंडा उपमहानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
बागमती प्रदेश, नेपाल
फोन नं.:+५७–५२०३७७/५२४६८८/५२००४४
Email: info@hetaudamun.gov.np
Website: www.hetaudamun.gov.np