शिक्षक निर्देशिका

सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा

(कक्षा ७)

पृष्ठपोषणका लागि मसौदा प्रति

नेपाल सरकार

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

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

© पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

प्रथम संस्करण : वि.सं. २०७९

(यो शिक्षक निर्देशिका पाठ्यक्रमले तोकेका विषयगत सिकाइ उपलब्धि पूरा गर्न तथा पाठ्यपुस्तकका क्रियाकलापको सहजीकरणमा शिक्षकलाई मदत पुगोस् भन्ने हेतुले विकास गरिएको हो । यसलाई अझ राम्रो बनाउन प्रयोगकर्ताका सुझाव भए केन्द्रको समन्वय तथा सम्पादन शाखामा उपलब्ध गराउनुहुन अनुरोध छ ।)

प्राक्कथन

शिक्षण एउटा कला हो । पाठ्यक्रम शिक्षण सिकाइको मूल आधार हो । पाठ्यपुस्तक विद्यार्थीमा अपेक्षित दक्षता विकास गर्ने एक मुख्य साधन हो । यही पाठ्यपुस्तकको सफल र अर्थपूर्ण कार्यान्वयनका लागि शिक्षकलाई सहजीकरण गर्ने सामग्री शिक्षक निर्देशिका हो । यस पक्षलाई दृष्टिगत गर्दै पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले विद्यालय शिक्षालाई व्यावहारिक, समयसापेक्ष र गुणस्तरीय बनाउने उद्देश्यले पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकको विकास तथा परिमार्जन कार्यलाई निरन्तरता दिँदै आएको छ । आधारभूत शिक्षाले बालबालिकामा आधारभूत साक्षरता, गणितीय अवधारणा र सिप एवम् जीवनोपयोगी सिपको विकासका साथै व्यक्तिगत स्वास्थ्य तथा सरसफाइसम्बन्धी बानीको विकास गर्ने अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । आधारभूत शिक्षाका माध्यमबाट बालबालिकाहरूले प्राकृतिक तथा सामाजिक वातावरणप्रति सचेत भई अनुशासन, सदाचार र स्वाबलम्बन जस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुणको विकास गर्नुपर्छ । यसले विज्ञान, वातावरण र सूचना प्रविधिसम्बन्धी आधारभूत ज्ञानको विकास गराई कला तथा सौन्दर्यप्रति अभिरुचि जगाउनुपर्छ । शारीरिक तन्दुरुस्ती, स्वास्थ्यकर बानी एवम् सिर्जनात्मकताको विकास तथा जातजाति, धर्म, भाषा, संस्कृति, क्षेत्रप्रति सम्मान र समभावको विकास पनि आधारभूत शिक्षाका अपेक्षित पक्ष हुन् । दैनिक जीवनमा आइपर्ने व्यावहारिक समस्याहरूको पहिचान गरी समाधानका उपायको खोजी गर्नु पनि आधारभूत तहको शिक्षाका आवश्यक पक्ष हुन् । यी सबै पक्षको सहज प्राप्तिका लागि शिक्षण गर्न शिक्षकलाई उचित निर्देशन दिने कार्य शिक्षक निर्देशिकाले गर्ने भएकाल सोको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि यस निर्देशिकाको विकास गरिएको हो ।

यस शिक्षक निर्देशिकाको लेखन कार्य श्री.मनिता श्रेष्ठ, श्री चेतनाथ धमला, श्री दिनेश अर्याल, श्री हेमराज खतिवडा संलग्न कार्यदलबाट भएको हो । निर्देशिकालाई यस रूपमा ल्याउने कार्यमा केन्द्रका महानिर्देशक श्री वैकुण्ठप्रसाद अर्याल, श्री रेनुका पाण्डे भुसाल, प्रा.डा.रामकृष्ण तिवारी, डा. टीकाराम गौतम, श्री दीपिका शर्मा, श्री युवराज ढकाल र सरस्वती भट्टराईको योगदान रहेको छ । यस निर्देशिकाको भाषा सम्पादन श्री चिनाकुमारी निरौलाबाट भएको हो । यस निर्देशिकाको कला सम्पादन श्री श्रीहरि श्रेष्ठबाट भएको हो । यस निर्देशिकाको विकास तथा सम्पादन कार्यमा संलग्न सबैप्रति पाठ्यक्रम विकास केन्द्र धन्यवाद प्रकट गर्दछ । शिक्षक निर्देशिका शिक्षकलाई कार्यगत प्रशिक्षण दिने र सिकाइ सहजीकरण प्रक्रियामा नवीन प्रविधिसँग सधैँ सक्रिय राख्ने पूरक सामग्री हो । यसमा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकमा निर्देश गरिएका सिकाइ सक्षकता, सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तुको विश्लेषण तथा सिकाइ सहजीकरणका क्रममा शिक्षकले अपनाउनु पर्ने विधि र तरिका उल्लेख गरिएको छ । यसबाट सिकाइ बालकेन्द्रित, सिकाइकेन्द्रित, अनुभवकेन्द्रित, उद्देश्यमूलक, प्रयोगमुखी र क्रियाकलापमा आधारित हुने अपेक्षा गरिएको छ । यसमा दिइएका क्रियाकलापलाई शिक्षकले आधारका रूपमा उपयोग गरी उत्पादनमूलक क्रियाकलापका माध्यमबाट विद्यार्थीको ज्ञान, सिप र धारणको विकास गराई सिकेका विषयवस्तुलाई प्रयोगिक बनाउन सक्ने छन् भन्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

सिकाइ सहजीकरणका क्रममा शिक्षकलाई निरन्तर सहयोग पुऱ्याओस् भन्ने हेतुले यस निर्देशिकाको विकास गरिएको छ । कक्षामा सबै प्रकारका क्षमता भएका विद्यार्थीको सिकाइ उपलब्धिलाई वैयक्तिक रूपमै आकलन गर्न सहज होस् भन्ने ध्येय यस निर्देशिकाको रहेको छ । सिकाइ र विद्यार्थीको जीवन्त अनुभवबिच तादात्म्य कायम गर्दै यसको सहज प्रयोग गर्न शिक्षकले सहजकर्ता, उत्प्रेरक, प्रवर्धक र खोजकर्ताका रूपमा भूमिकाको अपेक्षा यस निर्देशिकाले गरेको छ । यस निर्देशिकालाई अझ परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत विशेष भूमिका रहने हुँदासम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

एकाइ- १ हामी र हाम्रो समाज

पाठ -१ समाजको उत्पत्ति र विकासक्रम अनुमानित घन्टी : २

१.पाठ्यक्रममा उल्लिखित वा पाठगत सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा उल्लिखित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
समाजको उत्पत्ति र विकासक्रम उल्लेख गर्न	– समाज विकासको अवधारणा दिन – समाज विकासका चरणहरूको विशेषता बताउन – समाज विकासका सकारात्मक पक्षहरू खोजी गर्न

२.पाठ परिचय

मानव विकासको प्रारम्भिक चरणमा मानव जाति जङ्गलमा बस्थे । उनीहरूका आवश्यकताहरू सीमित थिए । जङ्गलबाट प्राप्त विविध वस्तुहरूको उपयोगबाट आफ्ना आवश्यकता पूरा गर्दथे । जङ्गली जनावरको सिकार गरेर एवम् कन्दमूल सङ्कलन गरी गुजारा चलाएका थिए । प्रारम्भिक चरणका मानव जाति जङ्गली जनावरबाट बढी असुरक्षित थिए । आफ्ना आवश्यकता सहज रूपले पूरा गर्न र जङ्गली जनावरबाट सुरक्षित हुन मानव जङ्गलबाट नदीको किनारमा बस्न थाले । लामो समयसम्म नदी किनारमा बसोबास गर्ने क्रममा उनीहरूको विचमा भावनात्मक सम्बन्धको विकाससँगै एकअर्कामा सहयोग प्राप्त गर्ने क्रमम सुरु भएसँगै समाजको उत्पत्ति भयो । साझा लक्ष्य र उद्देश्य भएका सदस्यबिच एकता र अन्तरक्रिया हुने मानव समूह नै समाज हो । मानव समाज अहिलेको अवस्थासम्म आइपुग्न धेरै समय र विभिन्न कालखण्ड पूरा गर्नुपर्‍यो । समाज विकासक्रमबारे समाज शास्त्री तथा मानव शास्त्रीहरूले प्रारम्भिक चरण, मध्य चरण र आधुनिक चरण गरी मुख्य तीन चरणमा विभाजन गरेको पाइन्छ । यस पाठमा समाजको परिचय, समाज विकासका विभिन्न चरणका विशेषताहरू तथा समाज विकासका सकारात्मक पक्षहरूका सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्रीहरू

- समाज विकासका अवधारणा उल्लिखित चार्ट
- विभिन्न चरण र विशेषता लेखिएको चार्ट, पोस्टर तथा भिडियो क्लिपहरू

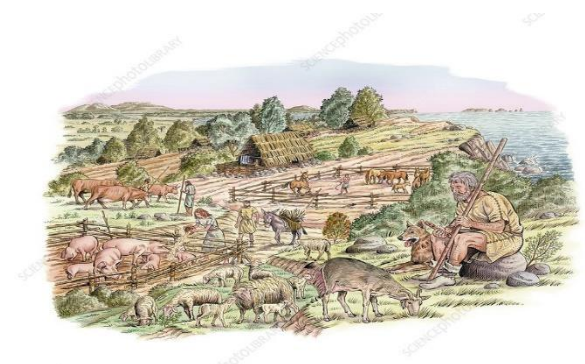
– समाज विकासका सकारात्मक पक्षहरू लेखिएको चार्ट आदि

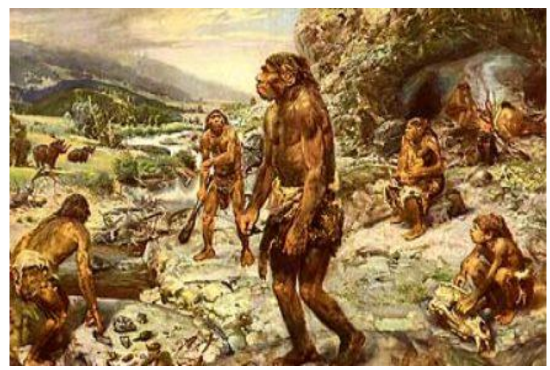
४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप न. १. सर्वप्रथम शिक्षकले विद्यार्थीलाई समाजको उत्पत्ति र विकास कसरी भएको होला भनी अनुमान गर्न लगाउने र उनीहरूको जवाफलाई टिपोट गर्दै जाने । कक्षालाई रोचक बनाउन समाज विकासको प्रारम्भिक अवस्था समेट्ने गरी विभिन्न सन्दर्भ वा कथा वा किंम्बदन्ती सुनाउने र अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

विकासको प्रारम्भिक चरणमा मानिसहरू जङ्गलमा बस्थे । जङ्गलमा पाइने फलफूल तथा कन्दमूल सङ्कलन गरी खाने गर्थे । यस समयलाई जङ्गली वा ढुङ्गे युग भनिन्थ्यो । यस समयमा मानवका सबैभन्दा ठुला सत्रु नै ठुला जङ्गली जनावरहरू थिए । जङ्गली जनावरको त्रासबाट बच्न र पानीको आवश्यकता पूरा गर्न मानिस नदी किनार तथा तालतलैया नजिक बस्न थाले । लामो अवधिसम्म एकै ठाउँमा बसेपछि भावनात्मक सम्बन्धको विकाससँगै समाजको उत्पत्ति भयो ।

क्रियाकलाप न. २. विद्यार्थीलाई मानव विकासक्रमको जीवनशैली झल्कने चित्र, पोस्टर तथा अनिमेटेड भिडिओ





httpsM//www.youtube.com/watch<vÖNxJ_De5Q9SY&tÖ325s) आदि देखाउँदै छलफल गर्नुहोस् । विद्यार्थी अस्पष्ट भएका तथ्यहरू शिक्षकले स्पस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ३. कक्षाका विधार्थीहरूलाई तीन समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । प्रारम्भिक चरण समूह, मध्य चरण समूह र आधुनिक चरण समूह भनी नामकरण गर्नुहोस् । नामअनुसार विषयवस्तुमा छलफल गर्नका लागि समाज विकासका चरणका विशेषता लेखिएको चार्ट तथा पाठ्यपुस्तक अध्ययन गरी छलफल गर्न लगाउनुहोस् । अब प्रत्येक समूहमा टोली प्रमुख छान्नुहोस् । हरेक समूहमा समूह प्रमुखमात्र रहने र अरू साथीहरू पालैपालो सबै समूहमा घडी घुम्ने दिशातर्फ जानुपर्ने कुरा बताइदिनुहोस । अरू साथीहरू हरेक समूहका नेताकहाँ जाने र समूह प्रमुखले आफूकहाँ आउने साथीहरूलाई पालैपालो उक्त समूहमा अगि छलफल गरेका कुरा बताउन लगाउनुहोस् । नबुझेका कुरामा प्रश्न सोध्न लगाउनुहोस् । हरेक समूहलाई छलफल गर्न निश्चित समय तोक्नुहोस् । विद्यार्थीहरू

घुमेर आफ्नो समूहमा आएपछि सबै मिलेर समूह प्रमुखलाई आफूले अन्य समूहबाट सिकेर आएका कुरा बताउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ४. समाज विकासका चरणहरूको विशेषतासम्बन्धी एक एकओटा बुँदा लेखिएको मेटाकार्ड तयार पार्नुहोस् । सबै मेटाकार्डलाई एकै ठाउँमा छ्यासमिस पारेर राख्नुहोस् । प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड लिन लगाउनुहोस् । शैक्षणिक पाटीमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीलाई आफूसँग भएको कार्ड कुनसँग मिल्छ त्यसमा लगेर टाँस्न लगाउनुहोस् ।

समाज विकासको प्रारम्भिक चरण जङ्गली वा ढुङ्गे युग)का विशेषता	मध्य चरण (बर्बर युग) का विशेषता	आधुनिक चरण (सभ्य युग) का विशेषता

क्रियाकलाप न. ५. शिक्षकले आफू बसेको समाजको परिचय र विशेषता बताउनुहोस् । प्रत्येक विद्यार्थीलाई पनि आफ्नो समाजमा भएका राम्रा कुराका सम्बन्धमा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र प्राप्त बुँदाहरू टिपोट गर्दै जानुहोस् । सबै विद्यार्थीले आफ्नो समाजका सकारात्मक पक्षहरूका सम्बन्धमा भनेका बुँदाहरूका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ६. विद्यार्थीलाई समाज विकासका सकारात्मक पक्षहरूका बारेमा छलफलमार्फत स्पष्ट पार्दै हरेक विद्यार्थीलाई एक एकओटा सकारात्मक पक्ष भन्नका लागि तातोआलु खेल खेलाउनुहोस्

तातोआलु खेल

तातोआलु खेल खेलाउनका लागि विद्यार्थीलाई गोलो घेरामा उभिन लगाउनुहोस् र विद्यार्थीमध्ये एक जना विद्यार्थीलाई भकुन्डो वा कागजको डल्लो दिनुहोस् । मादल वा गीतको धुन बजाउन लगाई त्यसलाई क्रमशः अर्को विद्यार्थीलाई पास गर्न लगाउनुहोस् । धुन रोकिँदा जसको हातमा बल वा कागजको डल्लो पुगेको हुन्छ, उसलाई समाज विकासका सकारात्मक पक्षको कुनै एउटा बुँदा भन्न लगाउनुहोस्..र प्राप्त बुँदाहरूलाई टिपोट गर्दै जानुहोस् । यो क्रमलाई सबैको पालो नपुगुन्जेल दोहोऱ्याउनुहोस् र प्राप्त बुँदाहरूमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

१. समूह कार्य गराउँदा श्रेणी मापन वा रुब्रिक्सका आधारमा मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । जसको नमुना तल दिइएको छ :

क्र. स.	नाम थर	छलफलमा सक्रियता/सहभागिता			प्रस्तुतीकरण		
		उत्कृष्ट	मध्यम	सामान्य	उत्कृष्ट	मध्यम	सामान्य

उत्कृष्ट (३) मध्यम (२) सामान्य (१)

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अवसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

पाठ -२ **सामाजिकीकरण** **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

१. पाठ्यक्रममा उल्लिखित वा पाठगत सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा उल्लिखित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
आफ्नो घर, परिवार र समुदायमा घुलमिल भई सामाजिकीरण प्रक्रियामा संलग्न हुन	– सामाजिकीरणको अवधारणा र महत्त्व बताउन – सामाजिकीकरणका माध्यमहरू उल्लेख गर्न – सामाजिकीकरण प्रक्रिमयामा संलग्न हुन

२.पाठ परिचय

समाजमा रहेका मूल्य मान्यता, चालचलन, नीति नियम बुझ्ने बुझाउने, सिक्ने सिकाउने र त्यसलाई व्यवहारमा अबलम्बन गर्ने प्रक्रियालाई सामाजिकीकरण भनिन्छ । व्यक्तिले अनुसरण, सल्लाह, सुझाव र भाषाका माध्यमबाट समाजका मूल्य मान्यता, व्यवहार, जीवनशैली, परम्परा, विचार तथा समाजमा हुने व्यवहार सिक्ने प्रक्रिमया नै सामाजिकीकरण हो । मानिस परिवारमा जन्मन्छ र हुर्कन्छ । व्यक्तिले घरपरिवारबाटै भाषा सिक्छ । अरूलाई मानसम्मान गर्न सिक्छ । सामाजिक नीति नियम पनि सिक्छ । एकअर्कामा सहयोग गर्न र सद्भाव राख्न सिक्छ । सामाजिकीकरण हुन व्यक्तिलाई सहयोग गर्ने विभिन्न माध्यमहरू रहेका छन् । जसलाई प्रथम र द्वितीय माध्यम भनिन्छ । घरपरिवार, साथीसमूह, छिमेकी, नातेदार आदिले सहयोग गर्छन् । जसलाई सामाजीकरणको प्रथम माध्यम भनिन्छ । विद्यालय, विभिन्न सङ्घ संस्था, राजनीतिक दल, बैङ्क, धार्मिक तथा सांस्कृतिक स्थलहरू आदि द्वितीय माध्यम हुन् । यस पाठमा सामजिकीकरणको अवधारणा, महत्त्व तथा सामाजिकीकरणका माध्ययमहरूका सम्बन्धमा छलफल गरिने छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्रीहरू

- सामाजिकीकरणको अवधारणा र महत्त्व झल्किने चित्र तथा पोस्टर
- चार्ट तथा भिडियो क्लिप

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप न. १. सर्वप्रथम तपाईं कतै नयाँ ठाउँमा जाँदा त्यहाँ भेटिने मानिसहरूबाट पाएको सहयोगका सम्बन्धमा कथा भने जस्तो गरी आफ्नो अनुभव सुनाउन् । त्यसपछि विद्यार्थीलाई पनि उनीहरूको अनुभव बताउन लगाउनुहोस् । तपाईंले आफ्नो घरमा आएका पाहुनालाई कस्तो व्यवहार गर्नुहुन्छ भनी सामाजिकीकरणका सम्बन्धमा विद्यार्थीको पूर्वज्ञानको अवस्थाको जानकारी लिए पछिमात्रै कक्षा सुरुआत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न. २. कक्षालाई दुई समूहमा विभाजन गरी समूह कार्य गर्न लगाउनुहोस् । एउटा समूह लाई सामाजीकिकरणको अवधारणा प्रस्ट पार्ने चार्ट वा चित्र र अर्को समूहलाई सामाजिकीकरणको

महत्त्व झल्किने चार्ट वा चित्र प्रस्तुत गर्नका लागि समय दिनुहोस् । समूहकार्य सकिएपछि पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र एक अर्काको समूहलाई आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक परेमा थप जानकारी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ३. विद्यार्थीहरूलाई सङ्ख्याका आधारमा समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र समूहको नामकरण गर्नुहोस् । कुन कुन माध्ययमहरूबाट कसरी व्यक्तिलाई सामाजिकीकरणमा मदत पुग्छ भनी समूहगत छलफल गर्न समय दिनुहोस् । बोर्डमा समूहको नाम लेख्नुहोस् चिट्ठाका आधारमा पालैपालो सामाजिकीकरणका एक एकओटा माध्यम प्रस्तुति गर्न लगाउनुहोस् । यो क्रम आवश्यकताअनुसार दोहऱ्याउन पनि सक्नुहुन्छ । अन्यमा जुन समूहले धेरैओटा सही बुँदा बताउन सक्छ सबले ताली बजाएर धन्यवाद दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ४ सामाजिकीकरणका प्रथम र द्वितीय माध्यमहरू लेखिएको चार्टलाई बोर्डमा वा भित्तामा टाँसेर यी माध्यमहरू घरपरिवार, हाटबजार, मेलापर्व, बैङ्क, विद्यालय आदिले कसरी व्यक्तिलाई सामाकीकरण हुन मदत गर्छन् भन्ने सम्बन्धमा भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले भूमिका अभिनयका लागि आवश्यक विषयवस्तु, सन्दर्भ र गर्नुपर्ने अभिनयका सम्बन्धमा सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ५. विद्यार्थीहरूलाई सामाजीकरणमा सहयोग पुऱ्याउने कुनै सामाजिक गतिविधिमा सहभागी भएको घटना स्मरण गर्न भन्नुहोस् । सोका आधारमा छोटो विवरण तयार गरि कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

टिपोट गरिएको विवरणको उदाहरण

शीर्षक : विवाह

मिति : २०७९ फागुन २०

स्थान : अनेकोट, काभ्रे

विवरण : गत फागुन २० गते मेरो दिदीको विवाह भएको थियो । मेरो दिदीको विवाहमा मेरा छिमेकीहरू, काठमाडौँमा रहनुभएका मेरा दाइ भाउजू, मामाघरका हजुरबुबा, हजुरआमालगायतका नातेदार आउनु भएको थियो । उहाँहरूसँग भेटघाट, अतिथि सम्मान, आदरसत्कार गर्न पाउँदा खुसी लाग्यो । सो समारोहमा मेरो विद्यालयका गुरुबा, गुरुआमा, मेरा साथीहरू पनि आउनुभएको थियो । सबै मान्यजनले संस्कारअनुसार दिदी भिनाजुलाई टीका लगाई आशीर्वाद दिनुभयो । विवाहमा आउनु भएका सबले काममा सहयोग गर्नु भएकाले विवाहमा खाना बनाउने, बाँड्नेलगायतका काममा सजिलो भयो । सबै जना मिलेर भोज खाँदा, नाचगान गर्दा र खुसी साटासाट गर्दा ज्यादै रमाइलो भयो ।

५.मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

(क) **विद्यार्थीहरूले गरेको समूहकार्य निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :**

क्र.स.	समूहको नाम	सक्रियता र सहभागिता	प्रस्तुतीकरण	जिम्मेवारी बोध
१.				
२.				
३.				

उत्कृष्ठ (३), मध्यम (२), सामान्य (१)

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार गरी उपचारात्मक शिक्षण क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

पाठ -३ विकासका पूर्वाधारः शिक्षा र स्वास्थ्य **अनुमानित घन्टी : ४**

पाठ - ४ विकासका पूर्वाधारः यातायात र सञ्चार

१.पाठ्यक्रममा उल्लिखित वा पाठगतसिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा उल्लिखित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
– विकासका पूर्वाधारका रूपमा शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात र सञ्चारको परिचय, महत्त्व र वर्तमान अवस्था उल्लेख गर्न – आफ्नो जिल्लामा भएका विकासका सम्भावनाहरू पहिचान गर्न	– विकासको अवधारणा बताउन – विकासका लागि आवश्यक श्रोत साधनहरू खोजी गर्न – विकासको पूर्वाधार शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात र सञ्चारको महत्त्व र वर्तमान अवस्था उल्लेख गर्न – जिल्लाभित्र भएका विकासका सम्भावनाका क्षेत्रहरू पहिचान गर्न – आफ्नो जिल्लामा हाल भएका विकास निर्माणका कार्यहरू खोजी गर्न

२.पाठ परिचय

विकास भन्नाले सामान्यतया सकारात्मक परिवर्तन भन्ने बुझिन्छ । जसले समाजका सबै पक्षको परिवर्तन वा सुधारको अपेक्षा राखेको हुन्छ । विकासले व्यक्ति, समाज र देशलाई अगि बढ्न मदत गर्दछ । विकासले आर्थिक मात्रै नभई सामाजिक, सांस्कृतिक परिवर्तनलाई पनि जनाउँछ । मुलुकको आर्थिक, सामाजिक विकास गर्नका लागि आवश्यक पर्ने सेवा सुविधाहरू विकासका पूर्वाधार हुन् । पूर्वाधारको कमी भयो भने विकास हुन सक्दैन । शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात, सञ्चार, विद्युत् आदि विकासका पूर्वाधारहरू हुन् । पूर्वाधारको विकास गरेर मात्र अन्य सामाजिक, आर्थिक क्षेत्रको विकास गर्न सकिन्छ । विकासका पूर्वाधारमध्ये शिक्षा एक हो । शिक्षाले ज्ञान र चेतनाको विकास गराउँछ । यसले मानिसलाई जीवनमा विभिन्न अबसर प्राप्तिमा मदत गर्छ । शिक्षाले विकासका अन्य पूर्वाधारहरूको विकासमा समेत सहयोग पुऱ्याउँछ ।

स्वास्थ्य विकासको अर्को महत्त्वपूर्ण पूर्वाधार हो । स्वस्थ्य जनशक्तिले मात्र देश विकासमा प्रभावकारी भूमिका खेल्न सक्छ । स्वस्थ जनशक्तिले पूर्वाधारका हरेक क्षेत्रमा सही तरिकाले काम गरी देश विकासमा सहयोग पुऱ्याउन सक्छ । यातायात पनि विकासका लागि नभई नहुने पूर्वाधारमध्ये एक हो । हामीलाई एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जान सरसामान ढुवानी गर्नलगायतका काममा यातायातको आवश्यकता पर्दछ । शिक्षा, स्वास्थ्यको सुविधाको सहज पँहुचका लागि यातायातको आवश्यकता पर्दछ । यसैगरी सूचनाको सहज र प्रभावकारी आदान प्रदान गर्न सञ्चारको विकास हुनु आवश्यक छ । सञ्चारका सुविधाले हामीलाई धेरै कुराको जानकारी हुन्छ । यस पाठमा पूर्वधारको अवधारणा, शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात, सञ्चारलगायतको अवस्था, विकासका सम्भावना तथा जिल्लाभित्र सञ्चालनमा रहेका विकासका निर्माणका कार्यहरूको सम्बन्धमा छलफल गरिने छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्रीहरू

– विकासका पूर्वाधारहरू शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात, सञ्चारको अवधारणा, महत्त्व र वर्तमान अवस्था झल्काउने चित्र, चार्ट, पोस्टर र भिडियो क्लिप

– विकास निर्माणका कार्यहरूको सूची लेखिएको पोस्टर, तथा विकास निर्माणका पूर्वाधार बनाउँदै गरेको फोटो तथा भिडिओ स्लाइड

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: सुरुमा विद्यार्थीलाई विकास केलाई भनिन्छ भनी ***सोच जोडी र आदानप्रदान क्रियाकलाप*** गराउनुहोस् । जसका लागि व्यक्तिगत रूपमा विकास के हो ? भनी सोच्न लगाउने, त्यसपछि जोडी बनाई जोडीको विचार पालैपालै भन्न लगाउने ,शिक्षकले बोर्डमा टिप्दै जाने र अन्त्यमा शिक्षकले विकासको अवधारणा र विकासका लागि स्रोतसाधनको आवश्यकता किन पर्छ भन्ने सम्बन्धमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २: विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो समुदायमा भएका विकासका गतिविधिका सम्बन्धमा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले भनेका कुरा शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जाने र शिक्षकले विद्यार्थीले भनेका विकासका कामलाई विकासका विभिन्न पूर्वाधारहरूसँग जोड्दै शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात, सञ्चारलाई विकासका पूर्वाधार भनिने सन्दर्भ उल्लेख गर्नुहोस् । यस सम्बन्धमा विद्यार्थीलाई थप छलफल आवश्यक हुने देखेमा सोको अबसर दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ :पाठ्यपुस्तकमा दिइएका पूर्वाधारहरू शिक्षा, स्वास्थ्य तथा यातायात तथा सञ्चारका आधारमा विद्यार्थीहरूलाई उनीहरू रहेको ठाउँको पूर्वाधारको अवस्था सम्बन्धमा टिपोट गरेर भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले टिपोट गर्न छुटाएका पूर्वाधारको अवस्थाका बुँदाहरूलाई थप गरेर पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : विद्यार्थीलाई चारओटा समूहमा विभाजन गरी शिक्षा, स्वास्थ्य,यातायात र सञ्चारमध्ये एक एकओटा पूर्वाधार र तिनको महत्त्व र वर्तमान अवस्थाका सम्बन्धमा समूहमा छलफल गराउनुहोस् । निष्कर्ष समूहगत रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले छुटाएका बुँदाहरू थपेर पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: पूर्वाधारहरूको महत्त्वका सम्बन्धमा तयार परिएका पोस्टर चित्र तथा भिडिओ देखाउँदै विद्यार्थीहरूको ठाउँमा भएका विकासका पूर्वाधारको महत्त्व सम्बन्धमा थप छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६ : विद्यार्थीहरूसँग विकासका पूर्वाधार, आफ्नो जिल्लामा भएका विकासका सम्भावनाहरू र जिल्लामा भएका विकास निर्माणका कार्यहरूसँग सम्बन्धित रही खेल खेलाउनुहोस् ।

विद्यार्थीहरूलाई खुल्ला ठाउँमा लगी गोलो घेरामा उभिन लगाउनुहोस् । शिक्षकले कुनै एउटा प्रश्न सोधी एउटा विद्यार्थीलाई प्लास्टिक वा कागजको बल फ्याँकी समाउन लगाउनुहोस्, जस्तैः तपाईंको जिल्लाको विकासको कुनै एक सम्भावना भन्नुहोस् । बल प्राप्त गर्ने विद्यार्थीले उत्तर दिएपछि उसलाई पनि प्रश्न सोध्न लगाउनुहोस् र अर्को साथीलाई बल फ्याँक्न भन्नुहोस्, जस्तैः शिक्षाको कुनै एक महत्त्व बताउनुहोस् । यो काम पालैपालो सबै विद्यार्थीलाई गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

(क) विद्यार्थीहरूले सिकाइ सहजीकणका क्रममा देखाएको सक्रियता, सहभागिता, जिम्मेवारी बोध, आत्माविस्वास, लगनशिलता आदि पक्षलाई समेटी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नै, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्नै, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्नै जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य : विकासका पूर्वाधारको वर्तमान अवस्थाका सम्बन्धमा अझ प्रस्ट पार्न आफ्नो जिल्लाको १५ वर्ष अगिको र वर्तमान अवस्थाको विकासका सम्बन्धमा अभिभावक तथा जानकार व्यक्ति वा सन्दर्भ सामग्री अध्ययन तथा सोधखोज गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

विद्यार्थीको आफ्नो जिल्लाको अवस्था

पूर्वाधारको १५ वर्ष अगिको..अवस्था	पूर्वाधारको हालको अवस्था

७. थप सिकाइ सामग्री

1. https://www.youtube.com/watch

2. https://www.cbs.gov.np//मा गई जिल्लाको प्रोफाइल डाउनलोड गरी त्यसका आधारमा जिल्लासँग सम्बन्धित विकासका गतिविधि खोज्न लगाउन सकिन्छ ।

पाठ -छ जिल्ला समन्वय समिति अनुमानित घन्टी : ३

१. सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा उल्लिखित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
जिल्ला समन्वय समितिको परिचय र भूमिका उल्लेख गर्न	– जिल्ला सभा तथा जिल्ला समन्वय समितिको परिचय / अवधारणा प्रस्तुत गर्न – जिल्ला समन्वय समितिको गठन प्रक्रिमया बताउन – जिल्ला समन्वय समितिका कार्यहरू खोजी गरी सूची तयार पार्न ।

२.पाठ परिचय

नेपाललाई ७ प्रदेश ७७ जिल्ला र ७५३ स्थानीय तहमा प्रशासनिक विभाजन गरिएको छ । नेपालको संविधानले स्थानीय तहमा गाउँपालिका, नगरपालिका एवम् जिल्ला सभा र जिल्ला समन्वय समितिको पनि व्यवस्था गरेको छ । त्यसैले गाउँपालिका, नगरपालिका जस्तै जिल्ला समन्वय समिति पनि स्थानीय तहको रूपमा रहेको हुन्छ ।

नेपालको संविधानअनुसार हरेक जिल्लाभित्र रहेका गाउँपालिका र नगरपालिकाबिच समन्वय गर्न एउटा जिल्ला सभा रहन्छ । जिल्ला सभामा जिल्लाभित्रका गाउँपालिका अध्यक्ष र उपाध्यक्ष तथा नगरपालिकाका प्रमुख र उपप्रमुख सदस्य रहन्छन् । गाउँसभा र नगरसभाको निर्वाचनको अन्तिम परिणाम प्राप्त भएको मितिले ३० दिनभित्र जिल्ला सभाको पहिलो बैठक बस्छ । जिल्ला समन्वय समितिमा प्रमुख, उपप्रमुखसहित बढीमा नौ जना सदस्य रहने व्यवस्था छ ।

जिल्ला समन्वय समितिले जिल्लाभित्रका स्थानीय तहको समन्वय गर्ने, विकास निर्माणसम्बन्धी कार्यको अनुगमन गर्ने काम गर्दछ । जिल्लामा रहने सङ्घीय र प्रदेश कार्यालय तथा स्थानीय सरकारबिच समन्वय गर्ने काम गर्दछ । जिल्लाभित्रको प्राकृतिक प्रकोप तथा विपत् व्यवस्थानसम्बन्धी कार्यमा समन्वय गर्ने काम पनि जिल्ला समन्वय समितिले गर्नेलगायत कार्यहरूका सम्बन्धमा यस पाठमा उल्लेख गरिएको छ । माथि उल्लेख गरिएका विषयवस्तुको शिक्षण सहजीकरणका लागि छलफल, प्रदर्शन, अभिनय, खोजलगायतका विधिहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्रीहरू

- जिल्ला सभा तथा जिल्ला समन्वय समितिको परिचय झल्किने पोस्टर तथा चित्र
- जिल्ला समन्वय समिति गठन प्रक्रियाको चार्ट तथा सदस्यहरूको स्केच गरियको फोटो तथा कम्प्युटर स्लाइड
- जिल्ला समन्वय समितिका कार्यहरू उल्लिखित चार्ट

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : सबैभन्दा पहिले तपाईंहरूमध्ये को कोले जिल्ला सभा तथा जिल्ला समन्वय समितिका बारेमा सुन्नु भएको छ ? भनी सोध्नुहोस् र सुनेका विद्यार्थीलाई हात उठाउन लगाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । सोका आधारमा जिल्ला सभा र जिल्ला समन्वय समितिको अवधारणा सम्बन्धमा छलफल गरी थप जानकारी दिंदै स्पस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : जिल्ला समन्वय समिति गठन प्रक्रिमया उल्लेख गरिएको चार्टपेपर प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो जिल्लामा कतिओटा गाउँपालिका र नगरपालिका छन् पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । सो सङ्ख्याको दोब्बर सङ्ख्यामा विद्यार्थीहरू छान्नुहोस् । छानिएका विद्यार्थीलाई गोलाप्रथाबाट गाउँपालिकाको अध्यक्ष, उपाध्यक्ष र नगरपालिकाको प्रमुख, उपप्रमुख छनोट गर्नुहोस् । छनोट गरिएको विद्यार्थीको समूह जिल्ला सभा हो र यसले जिल्ला सामन्वय समिति गठन गर्छ भनी प्रस्ट पार्नुहोस् । जिल्ला समन्वय समितिको निर्वाचनका लागि छनोट गरिएका विद्यार्थीहरूको मतदाता नामवली बनाउनुहोस् । बाँकी विद्यार्थीबाट समन्वय समितिका प्रमुख उपप्रमुखलगायत विभिन्न नौ पदमा उठ्ने उम्मेदवारहरूको नामावली विद्यार्थीहरूलाई तयार गर्न लगाउनुहोस् । एउटा पदमा एक वा एकभन्दा बढी हुन सक्छन् । मतदातामा नामवलीमा नाम उल्लिखित विद्यार्थीलाई नमुना मतदानमा आफूले चाहेको उम्मेदवारको नाम कागजमा लेखी बन्द कार्टुनमा खसाल्न लगाई निर्वाचन गराउनुहोस् । मतदान समाप्त भएपछि सम्पूर्ण विद्यार्थीका अगाडि शिक्षकले भोट गनेर बहुमत प्राप्त गर्ने उम्मेदारलाई विजयी घोषित गर्नुहोस् । विजयी उम्मेदवारहरूको नाम सुनाउनुहोस् र जिल्ला समन्वय समितिमा पनि यसैगरी सदस्यहरू छनोट हुन्छन भनी स्पस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: निर्वाचित पदाधिकारीलाई कामको बाँडफाँडमा समन्वय गरी आफ्नो कक्षालाई व्यवस्थित गर्न लगाउनुहोस् । तपाईंहरूले आफ्नो कक्षाका कामलाई व्यवस्थित गर्न साथीहरूबिच समन्वय गरे जस्तै जिल्ला समन्वय समितिले पनि विभिन्न स्थानीय तहले गरेका काममा समन्वय गर्छ भन्ने सन्दर्भ स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४: विद्यार्थीलाई जिल्ला समन्वय समितिका कार्यहरू लेखिएको चार्ट तथा एनिमेटेड भिडियो स्लाइडहरू देखाई छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: आफ्नो जिल्लाको जिल्ला समन्वय समितिका सदस्य वा जानकार व्यक्तिलाई विद्यालयमा स्रोत व्यक्तिको रूपमा आमन्त्रण गर्नुहोस् र जिल्ला समन्वय समितिको गठन र यसले गर्ने कार्यहरूको सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूसँग अन्तरक्रियात्मक छलफल गर्ने अबसर प्रदान गर्नुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

१. विद्यार्थीहरूले कक्षागत सहभागिता, प्रस्तुतीकरण र देखाएको सक्रियताका आधारमा निम्नानुसारको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

क्रम.सं.	नाम थर	कियाकलापमा	प्रस्तुतीकरण	छलफलमा

		सहभागिता		संलग्नता

धेरै राम्रो ३ , राम्रो २ , सुधार गर्नुपर्ने १

(क) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूलयाङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनको आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नै, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्न

(क) जिल्ला समन्वय समिति कुन तहको निकाय हो ?

(ख) जिल्ला समन्वय समितिमा बढीमा कति जना सदस्य हुन्छन् ?

(ग) गाउँपालिका र नगरपालिकाबिचमा समन्वय गराउने काम कसले गर्छ ?

६.थप अध्ययन सामग्री

भिडियो लिङ्क

https://www.youtube.com/watch

एकाइः २ हाम्रा मानव मूल्य मान्यता

पाठ : १ **मानव मूल्य** **अनुमानित घन्टी : ३**

१. सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
मानव मूल्य आत्मसात् गरी मानव सेवाको भावना जागृत गर्न	– मानव मूल्यको परिचय दिन र यसको महत्त्व बताउन – मानव मूल्यसम्बन्धी व्यावहारिक अभ्यास गर्न

२. पाठ परिचय

मानिसले आफ्ना सम्पूर्ण आवश्यकता आफैँले पूरा गर्न र एक्लै जीवन बिताउन सक्दैन । उसलाई अन्य मानिसको साथ र सहयोगको आवश्यकता पर्दछ । अरूको सहयोग प्राप्त गर्न सबैसँग मिलेर बस्नु पर्दछ । यसका लागि सबैको भलो सोचेर सहयोग र सद्भावपूर्ण व्यवहार गर्नुपर्दछ । मानिसको व्यवहारलाई दया, माया, सेवा, सहयोग, सहिष्णुता, इमानदारितालगायतका भावनाहरूले सहयोग र सद्भावपूर्ण बनाउँछन् । यसरी अरूको भलाइ, सहयोग र सद्भावका लागि गरिने व्यवहार मानव मूल्य हो । मानव मूल्यले मानिसहरूबिच मेलमिलाप, एकता र सहयोगको वातावरण सिर्जना गराउँछ । यसबाट सभ्य र सुसंस्कृत र शान्त समाजको निर्माणमा सहयोग पुग्छ । मानव मूल्यका कारण मानवको मात्र नभई सम्पूर्ण प्राणीहरूको कल्याण हुन्छ । मानव मूल्यअन्तर्गत व्यक्तिका सयौँ आदर्श भावहरू पर्दछन् । यस पाठमा आपसी सद्भाव, इमानदारी, भाइचारा, निष्पक्षता, सहिष्णुता, जिम्मेवारी, सेवा र एकतालगायतका मानव मूल्यको चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- आपसी सद्भाव, इमानदारी, भाइचारा, निष्पक्षता, सहिष्णुता, जिम्मेवारी, सेवा र एकता झल्किने घटना विवरण , चित्र तथा भिडियो वा डकुमेन्ट्री
- मानव मूल्यका विभिन्न पक्ष उल्लेख भएका मेटाकार्ड
- बिङ्गो बोर्ड
- घटना

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

आपसी सद्भाव, सेवा, भाइचारा, जिम्मेवारीलगायतका मानवमूल्य झल्किने चित्र तथा भिडियो क्लिप्स प्रदर्शन गरी त्यसमा प्रस्तुत भएको मानव मूल्यका सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २:

(क) तल दिएजस्तै अरूको भलो हुने, सहयोग र सद्भावपूर्ण व्यवहार झल्किने घटना सुनाउनुहोस् र अवस्थाको विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस् ।

बिन्ती सात कक्षामा पढ्छिन् । एक दिन विद्यालयबाट फर्कँदा उनले बाटामा एउटा ब्याग भेटिन् । ब्यागमा केही पैसा र एउटा परिचय पत्र पनि थियो । घरमा पुगेपछि उनले परिचय पत्रमा उल्लेख भएको व्यक्तिको फोन नम्बरमा फोन गरेर घरमा बोलाइन् र आफूले भेटेको ब्याग दिइन् । उनको इमानदारीका लागि ती व्यक्तिले धन्यवाद दिए । बिन्तीले कसैलाई पनि भेदभावपूर्ण व्यवहार गर्दिनन् ।साथीहरूबिच कुनै विवाद परेमा उनले कुनै पनि साथीको पक्ष नलिई गल्ति गर्ने साथीको गल्ती औँल्याइदिन्छिन् । उनले सबलाई आफ्नो परिवारको सदस्यलाई जस्तै व्यवहार गर्छिन् । उनी कसैसँग झगडा गर्दिनन् । बिन्तीले जेष्ठ नागरिक, असहाय र अशक्तहरूप्रति पनि माँया र दया देखाउनुको साथै सकेको सेवा र सहयोग गर्छिन् ।

(ख) घटनामा पात्रको व्यवहारमा के कस्ता सहयोगी व्यवहार पाइन्छ ? भन्ने प्रश्न सोधी विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

(ग) विद्यार्थीहरूबाट आएका जवाफलाई समेटी मानव मूल्य बुझाउने शब्द को अर्थ बुझाउँदै बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् र उदाहरणसहित मानव मूल्यको अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

(घ) पाठमा भएका मानव मूल्यहरूको अर्थ र महत्त्व बताइदिनुहोस् र विद्यार्थीहरूले आफ्नो व्यवहारमा पालना गरेका मानव मूल्यहरूको उदाहरणसहित पालै पालो भन्न लगाई मानव मूल्यको सूची तयार गर्न पनि लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

(क) विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी आपसी सद्भाव, सेवा, भाइचारा, जिम्मेवारीलगायतका मानवमूल्य कायम गर्ने उपायबारे छलफल गर्न लगाई छलफलको निष्कर्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

(क) विद्यार्थीहरूलाई कापीमा एउटा आयत वा वर्गाकार बनाएर त्यसलाई आठ भागमा विभाजन गर्न लगाई बिङ्गो बोर्ड तयार गर्न लगाउनुहोस् र बिङ्गो खेल खेलाउनुहोस् । यसका लागि प्रत्येक कोठामा पाठमा दिइएका आठओटा मानव मूल्यहरू (आपसी सद्भाव, इमानदारी, भाइचारा, निष्पक्षता, सहिष्णुता, जिम्मेवारी, सेवा र एकता) मध्ये एक एकओटा लेख्न लगाउनुहोस् ।

(ख) विद्यार्थीहरूलाई मैले मानव मूल्यहरूको उदाहरण र अर्थ भन्छु तपाइँहरूले मैले भनेको मानव मूल्य बिङ्गो बोर्डमा कुन चाहिँ कोठामा छ, त्यसमा घेरा लगाउनुहोस् भनी निर्देशन गर्नुहोस् । साथै

अरूको हेर्न नपाइने, एक पटक घेरा लगाएपछि फेरि अर्कोमा लगाउन नपाइने नियम सुनाउनुहोस् । खेललाई अझै रोचक बनाउन बिङ्गो बोर्डको तलपट्टि स्कोर बोर्ड बनाई प्रत्येक सही उत्तरका लागि १ नम्बर लेख्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।

(ग) अब तपाईंले बिङ्गो बोर्डमा भएको कुनै एक मानव मूल्यको उदाहरण भनी विद्यार्थीलाई घेरा लगाउन लगाउनुहोस्, जस्तै:

शिक्षकले भन्ने :	सबै व्यक्तिलाई आफ्नै परिवारको सदस्यका रूपमा हेर्ने भावना
विद्यार्थीले घेरा लगाउनु पर्ने :	भाइचारा लेखिएको कोठामा
शिक्षकले भन्ने :	रमिलाले हिन्दु धर्म मान्छिन् तर उनले सबै धर्मलाई सम्मान गर्छिन्
विद्यार्थीले घेरा लगाउनु पर्ने :	सहिष्णुता लेखिएको कोठा

जिम्मेवारी	**सेवा**	**बिङ्गो बोर्ड**	**सहिष्णुता**	**आपसी सद्भाव**
एकता	**निष्पक्षता**		**इमानदारी**	**भाइचारा**

स्कोर बोर्ड

१+१ +१+

(घ) विद्यार्थीले कुनचाहिँ मानव मूल्यमा घेरा लगाएका छन्, मिल्यो कि मिलेन भनी हेरेर उत्तर मिलाएका विद्यार्थीलाई स्कोर बोर्डमा १ नम्बर लेख्न लगाउनुहोस् । यसरी नै सबै शब्दको अर्थ र उदाहरण भन्दै बिङ्गो खेलाई सबैभन्दा पहिले सबै उत्तर मिलाउने तीन जनालाई पहिलो, दोस्रो र तेस्रो विजयी घोषणा गरिदिनुहोस् । अन्त्यमा सबै उत्तर मिलाएका विद्यार्थीको बोर्ड देखाउँदै अन्य विद्यार्थीहरूलाई पृष्ठपोषण प्रदान गरी मानव मूल्यसँग परिचित गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

मानव मूल्यहरू लेखिएको मेटाकार्डहरूलाई टेबुलमा घोप्टो पारेर राख्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई एक एकओटा मेटाकार्ड रोज्न लगाई त्यसमा लेखिएको मानव मूल्यको एक एकओटा उदाहरण भन्न लगाउनुहोस् । यो खेल चिट्ठा तान्ने खेल हो भनी जानकारी पनि गराउनुहोस् ।

जस्तै : कुनै विद्यार्थीले **सहयोग** भन्ने मानव मूल्यको मेटाकार्ड लियो । उसले यसरी उदाहरण दियो ।
रमिला एकजना दृष्टिविहीनलाई सडक पार गर्न **सहयोग** गरिन । यो **सहयोगको** उदाहरण हो ।

क्रियाकलाप ६

(क) पाठमा दिइएका मानव मूल्य, विभिन्न घटना वा अवस्था बताई विद्यार्थीहरूलाई त्यस्तो अवस्थामा मानव मूल्य प्रदर्शन हुने व्यवहार प्रस्तुत गर्ने भूमिका दिनुहोस् र भूमिका प्रदर्शनका लागि तयारी गरी प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस्, जस्तैः

अवस्था

टोलका मानिसहरू मिलेर एउटा पार्क निर्माण गरी त्यहाँ फूलका विरुवाहरू रोपेका छन् । त्यसको संरक्षण गर्ने जिम्मेवारी टोलवासी सबै जनाको हो । तपाइँ पनि त्यही टोलमा बसोवास गर्नुहुन्छ ।

अपेक्षित भूमिका

मैले पार्कमा घुम्न आउने मानिसहरूलाई फोहर नगर्न र फूलका बिरुवालाई हानी नपुऱ्याउन भन्छु ।

अवस्था

तपाइँका साथीको घरमा आगलागी भयो । आगलागीबाट साथीको कपडा, पुस्तकहरू, खानेकुरालगायत घरका सबै सामान जलेर नष्ट भए ।

अपेक्षित भूमिका

म र अन्य साथी मिलेर राहत सामग्री जम्मा गरी आगलागीमा परेका साथीलाई सहयोग गर्छौं ।

क्रियाकलाप ७

(क) तलको जस्तै नीति कथाहरूको माध्यमबाट सेवा, न्याय, परोपकार, कर्तव्य पालनालगायतका मानव मूल्य पालना गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।

भगवान शिवको न्याय

एक दिन देवराज इन्द्र पृथ्वी घुम्न आएछन् । हिँड्दा हिँड्दा उनलाई निकै गर्मी भएछ । उनले एक ठाउँमा एउटा पोखरी देखेछन् । निकै गर्मी भएकाले उनलाई पौडी खेल्न मन लागेछ । पौडी खेल्नका लागि उनले माछाको रूप धारण गरेर पोखरीमा पसेछन् । माछाको रूप धारण गरेर पोखरीमा पौडी खेलीरहेका इन्द्रको मुखमा बल्छी अड्किएछ । मुखमा तिखो बल्छीले घाउ बनाएपछि इन्द्रले माछाको रूपबाट आफ्नै रूपमा प्रकट भई हेर्दा एक जना माछा मार्ने मान्छेले पोखरीको डिलमा बल्छी तान्दै गरेको देखेछन् । आफ्नो मुखमा अड्किएको बल्छी तानिरहेको मान्छेलाई देखी रिसले चुर भएर उसलाई गाली गर्न थाले छन् । इन्द्रले गाली गरेको सुनी माछा मार्ने मान्छेले मैले माछा मार्न नपाउनू ? तपाइँलाई कसले पोखरीमा लुकेर बस्न भनेको थियो र ? यसमा मेरो कुनै गल्ति छैन, बरु तपाइँकै गल्ती छ , न्यायका लागि जहाँ जान पनि तयार छु भने छ । उसको कुरा सुनी इन्द्रले त्यसो भए लौ हिँड् भगवान् शिवसँग जाऔँ, कसले न्याय पाउँदो रहेछ भनी माछा मार्ने मान्छेलाई कैलाश लिएर गएछ

। शिवजीको अगाडि पुगी दुवैले आआफ्नो कुरा सुनाई न्याय आफूले पाउनुपर्ने कुरा सुनाएछन् । दुवैको कुरा सुनेपछि भगवान् शिवले माछा मार्ने मान्छेले माछालाई बल्छी हानेको हो, इन्द्र पोखरीमा छन् भन्ने थाहा पाएर इन्द्रलाई बल्छीले पक्रन्छु भनेर हानेको हैन । त्यसैले माछा मार्ने मान्छे निर्दोष छ । बरु ऊ सँग निहुँ खोज्ने इन्द्र नै यसमा दोषी छन् भनी माछा मार्ने मान्छेलाई न्याय दिएछन् ।

५. मल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. विद्यार्थीलाई तल दिइएजस्तै रुजुसूची बनाउन लगाई आफ्नो व्यवहारसँग मिल्ने कोठामा ठिक चिह्न लगाएर मानव मूल्यको पालना गरे नगरेको स्वमूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले विद्यालयमा देखाउने व्यवहारबाट साथै उनीहरूले गरेको स्वमूल्याङ्कनलाई परीक्षण गर्ने प्रश्न सोधी स्वमूल्याङ्कन सही तरिकाले गरे नगरेको पत्ता लगाई आवश्यक सुझाव दिनुहोस् ।

व्यवहार	मानव मूल्य पालना गरेको अवस्था	मानव मूल्य पालना नगरेको अवस्था
म आफ्नो काम इमानदारीका साथ पूरा	**गर्छु ।**	**गर्दिन ।**
मैले दीन दुःखीहरूको सेवा र सहयोग	**गर्छु ।**	**गर्दिन ।**
मैले परिवारका सदस्य र अन्य मानिससँग गर्ने व्यवहार	**उस्तै हुन्छ ।**	**फरक हुन्छ ।**
म सबैसँग मिलेर	**बस्छु ।**	**बस्दिन ।**
मैले साथीहरूबिच भेदभावको भावना	**राख्छु ।**	**राख्दिन ।**
मेरा व्यवहार	**निष्पक्ष छन् ।**	**निष्पक्ष छैनन् ।**
म असहायप्रति सहयोग र सम्मान	**गर्छु ।**	**गर्दिन ।**

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गरी आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार गरी उपचारात्मक शिक्षण क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

(क). मानव मूल्य भनेको के हो ?

(ख) मानवमा मानव मूल्य किन आवश्यक छ ?

(ग) मानव मूल्यहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(घ) इमानदारी र निष्पक्ष व्यवहारको एक एक उदाहरण लेख्नुहोस् ।

(ङ) किन सबै जनाले मानव मूल्यको अनुशरण गर्नुपर्छ ?

६. सामुदायिक कार्य

विद्यार्थीहरूलाई वृद्धाश्रम, सामुदायिक कार्य भइरहेका स्थानमा लगी त्यहाँ गरिएको सेवा, सहयोग, भाइचारा आदि मानव मूल्यका विभिन्न पक्षहरूको अवलोकन, अन्तरक्रिया र सहभागिताको अभ्यास हुने वातावरण तयार पारी भ्रमण गराउनुहोस् र सोका आधारमा प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

७. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=8v2wuhWw_8Y&t=1905s&ab_channel=NCEDVirtual

पाठ : २ **हाम्रा सामाजिक संस्कारहरू** **अनुमानित घन्टी : ३**

१. सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा निर्धारित कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
हाम्रो सामाजिक संस्कारहरूसँग परिचित भई सोअनुरूप व्यवहार गर्न	– सामाजिक संस्कारको अवधारणा बताउन – आफ्नो सामाजिक संस्कारको परिचय दिन र व्यावहारिक अभ्यास गर्न – अन्य जातजातिहरूका प्रचलित जन्म, विवाह र मृत्यु संस्कारहरूको सामान्य परिचय दिन र सम्मान गर्न

२. पाठ परिचय

व्यक्तिको जीवन असल, मर्यादित र अनुशासित बनाउन समाजमा परम्परादेखि चलिआएका विभिन्न जातजातिका मूल्य मान्यता र प्रचलनहरूलाई सामाजिक संस्कार भनिन्छ । नेपाली समाजमा शिशुको जन्मदेखि बाल्यकाल अबधिभित्र अनिवार्य रूपमा निश्चित संस्कार कर्महरू गर्नुपर्ने परम्परा छ । त्यसै गरी विवाह संस्कार र मृत्युपश्चात् गरिने मृत्यु संस्कार पनि नेपाली समाजका अनिवार्य सामाजिक संस्कार हुन् । यी संस्कारका विधि र स्वरूप भने जाति, धर्म र भौगोलिक क्षेत्रअनुसार फरक फरक रहेको पाइन्छ । यस पाठमा नेपालका केही प्रमुख जात जातीहरूको जातीय संस्कारको उदाहरण प्रस्तुत गरिएको छ । त्यसैका आधारमा विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो जातीय संस्कारसँग परिचित गराउनु र तिनीहरूको अबलम्बन गर्न र अरूको संस्कारसँग परिचित हुनसम्मान गर्न प्रेरित गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- विभिन्न जातीय समुदायको जन्म तथा बाल्यकालीन संस्कार, विवाह संस्कार र मृत्यु संस्कारहरूको तालिका
- जन्म, विवाह र मृत्यु संस्कार झल्किने फोटो , चित्र तथा भिडियो क्लिप्स
- हाजिरी जवाफका लागि प्रश्न

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : जन्म तथा बाल्यकालीन संस्कार, विवाह संस्कार र मृत्यु संस्कारसम्बन्धी चित्र तथा भिडियो क्लिप्स प्रदर्शन गरी विद्यार्थीहरूले समुदायमा देखेका वा आफ्नो परिवारमा स्वयम् संलग्न भएका संस्कारगत क्रियाकलाप पालैपालो भन्न लगाई बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् । बोर्डमा टिपिएका संस्कारहरूमध्ये शिशुको जन्मपश्चात् गरिने संस्कार, विवाह संस्कार र मृत्युपश्चात् गरिने संस्कार कुन कुन हुन् भनी छलफल गर्न लगाउनुहोस् । बोर्डमा टिपिएका संस्कारहरू जीवनको विभिन्न अवस्थामा

व्यक्तिको शरीर एवम् मनलाई शुद्ध र पवित्र राख्न साथै समाजलाई अनुशासित र व्यवस्थित राख्नका लागि गरिन्छन् भन्ने कुरा प्रस्ट पारिदिनुहोस् । तीनै परम्परागत कर्महरू सामाजिक संस्कार हुन् भन्ने अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

केही फरक सम्प्रदायका विद्यार्थीलाई उनीहरूका एक एकओटा संस्कार (जन्म, विवाह, मृत्यु) बताउन लगाउनुहोस् । उनीहरूबाट व्यक्त कुरालाई उदाहरण मानी जातीय, धार्मिक र भौगोलिक क्षेत्रका आधारमा पनि संस्कारको स्वरूप र विधि फरक फरक हुन सक्छन् भन्ने कुरा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

विभिन्न जात जातिमा जन्म संस्कार, व्रतवन्ध संस्कार, विवाह संस्कार र मृत्यु संस्कार कसरी गरिन्छन् भन्ने सम्बन्धमा कक्षाका फरक फरक जातीय समुदायका विद्यार्थीबिच आपसी अन्तरक्रिया गराउनुहोस् । आफूले मानी आएका संस्कारहरूको पनि जानकारी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

पाठमा दिइएका सामाजिक संस्कारसम्बन्धी तालिका चार्टपेपरमा ठुलो अक्षरमा उतारी कक्षामा टाँसेर छलफल गराउनुहोस् ।

नेपाली समाजका केही धार्मिक तथा सामाजिक संस्कारहरू

क्र.स.	जातजाति	जन्म संस्कार	विवाह संस्कार	मृत्यु संस्कार
१.	क्षेत्री ब्राह्मण	११ दिनमा न्वारान गर्ने, पाँच छ महिनामा पास्नी गर्ने, पुरोहितले कर्म गराउने	सगोत्री विवाह नगर्ने, मागी र प्रेम विवाह दुवै हुने	१३ दिन किरिया कर्म गर्ने, कपाल खौरने, सेतो कपडा लगाएर एक वर्ष आशौच बार्ने
२.	मगर	सातदेखि एघार दिनभित्र न्वारान गर्ने, पुरोहितले कर्म गराउने	प्रायः आफ्नै जातिभित्र बिहे गर्ने, मामा चेली र फुपू चेलाबिच विवाह गर्न मिल्ने, मागी र प्रेम विवाह	१० देखि १३ दिनमा किरिया कर्म गर्ने
३.	नेवार	चारदेखि एघार दिनभित्र न्वारान गर्ने, पुरोहितले कर्म गराउने	बेल, मागी र प्रेम विवाह	हिन्दु वा बौद्ध परम्पराअनुसार पुरोहितले कर्म गराउने
४.	तामाङ	तीनदेखि एघार दिनभित्र न्वारान गर्ने	मामा चेलो र फुपू चेलीबिच विवाह गर्न मिल्ने, मागी र प्रेम, जारी विवाह चल्ने	१० देखि १३ दिनमा किरिया कर्म गर्ने
५.	राई	तीनदेखि छ दिनभित्र न्वारन गर्ने	मागी र प्रेम विवाह चल्ने	३ दिन नुन तेल बार्ने, ९ वा १० दिनमा किरिया कर्म सक्ने
६.	लिम्बु	छोरीको तीन दिन र छोराको चार दिनमा न्वारन गर्ने	मागी र प्रेम विवाह	तोकिएको वा प्रचलित क्षेत्रमा शव गाड्ने
७.	थारु	छदेखि नौ दिनभित्र न्वारान गर्ने	मागी र प्रेम,जारी विवाह चल्ने	१३ दिनमा किरिया कर्म सक्ने ।
८.	शेर्पा	तीन दिनमा न्वारन गर्ने	मागी, जारी र प्रेम विवाह	बौद्ध संस्कारबमोजिम तीनदेखि एघार दिनभित्र समाधि गर्ने

क्रियाकलाप ५

विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी सामाजिक संस्कारसँग सम्बन्धित प्रश्नहरू तयार गरेर हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता सञ्चालन गर्नुहोस् । यो क्रियाकलाप गराउँदा शिक्षकले सहजीकरण मात्र गर्ने र सञ्चालन र सहभागिताको सम्पूर्ण जिम्मेवारी विद्यार्थीलाई दिने गरी गर्नुहोस् ।

हाजिरीजवाफका लागि प्रश्नको नमुना

- बेल विवाह कुन जातिमा प्रचलित विवाह संस्कार हो ?
- राई जातिको मृत्यु संस्कार गर्दा कति दिनसम्म नुन बार्ने प्रचलन छ ?
- ब्राम्हण, क्षत्री समुदायमा कति दिनमा न्वारन गरिन्छ ?
- कुन जातिमा छोरीको तीन दिन र छोराको ४ दिनमा न्वारन गरिन्छ ?

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. परियोजना कार्य

(क) आफ्नो समुदायका फरक फरक जात जातिको जातीय संस्कारबारे जानकारी सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्यको मूल्याङ्कन गर्ने आधार

शीर्षक राखेको	छ	छैन
उद्देश्य राखेको	छ	छैन
अध्ययन विधि उल्ले भएको	छ	छैन
पत्ता लगाइएका कुरा उल्लेख भएको	छ	छैन
तथ्यमा आधारित	छ	छैन
निष्कर्ष उल्लेख भएको	छ	छैन
समयमा बुझाएको	छ	छैन
प्रस्तुतीकरणमा आकर्षण	छ	छैन

७. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=BxVwOrlLEwM&ab_channel=MusicNepal

https://www.merolifestyle.com/archives/10625

पाठ : ३ हाम्रो धार्मिक संस्कारहरू **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

१. सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
हाम्रो धार्मिक संस्कारहरूसँग परिचित भई सोअनुरूप व्यवहार गर्न	– नेपालमा प्रचलित प्रमुख धर्म र तिनका मुख्य विशेषताहरू बताउन – धार्मिक सहिष्णुताको महत्त्व उल्लेख गर्दै यसको उदाहरण प्रस्तुत गर्न – विभिन्न धर्मसँग सम्बन्धित धार्मिक संस्कारहरूको परिचय दिन

२. पाठ परिचय

समाजमा विभिन्न धर्ममा आस्था राख्ने मानिसहरू हुन्छन् । उनीहरूले आआफ्नो धर्मअनुसार विभिन्न धार्मिक गतिविधि, पूजा, अनुष्ठानहरू गर्दछन् । यसरी धार्मिक आस्थाका आधारमा गरिने पूजा र अनुष्ठान जस्ता धार्मिक व्यवहारलाई धार्मिक संस्कार भनिन्छ । नेपाल बहुधार्मिक मुलुक हो । यहाँ १० ओटा भन्दा बढी धर्म प्रचलनमा रहेका छन् । तीनै धर्मसँग सम्बन्धित पूजा आराधना, प्रार्थना, हज, पाठ, भजन कीर्तन, तीर्थयात्रा, व्रत, सेवा, दानलगायतका गतिविधिहरू हाम्रो धार्मिक संस्कार हुन् । विभिन्न धार्मिक समुदायका फरक फरक धार्मिक संस्कार छन् । यस पाठमा नेपालका प्रमुख धार्मिक समुदायको धार्मिक संस्कारहरूको परिचय दिइएको छ । तिनै संस्कारहरूको महत्त्व बुझाउँदै विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना धार्मिक संस्कारअनुसार व्यवहार गर्न प्रेरित गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- विभिन्न धार्मिक समुदायसँग सम्बन्धित धार्मिक संस्कार झल्किने चित्र तथा भिडियो क्लिप
- धार्मिक संस्कारहरूको तालिका

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: विद्यार्थीहरूले देखेका र आफूँ संलग्न भएका धार्मिक गतिविधिहरू सुनाउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीका तिनै अनुभवहरूसँग जोड्दै धर्मको परिचय दिनुहोस् । त्यसपछि उनीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजित गर्नुहोस् । प्रत्येक समूहलाई नेपालको कुनै एक प्रमुख धर्म र त्यसका मुख्य विशेषताबारे छलफल गराई त्यसको निष्कर्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । यस क्रममा विद्यार्थीबाट प्रस्तुत निष्कर्षमा आवश्यक सुधार गर्दै नेपाली समाज बहुधार्मिक समाज हो भन्ने कुराको बोध गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : विभिन्न धार्मिक समुदायहरूले पूजा, प्रार्थना र ईश्वरप्रतिको आस्था एवम् विश्वास प्रकट गर्ने परम्परागत गतिविधिहरू बारे छलफल गराउनुहोस् । यसै सन्दर्भमा ईश्वरप्रतिको आस्था र भक्तिले गरिने कुनै पनि परम्परागत गतिविधि र व्यवहारहरू धार्मिक संस्कार हुन् भन्ने कुरा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ :नेपालमा प्रचलित मुख्य धार्मिक संस्कारसम्बन्धी पाठमा दिइएको चार्टलाई बोर्डमा उतारी तिनीहरूसँग सम्बन्धित चित्र र भिडियो क्लिपसमेत देखाउँदै प्रत्येकको अर्थ र फरक फरक समुदायमा गरिने विधिबारे अन्तरक्रिमया गराउनुहोस् । चार्टमा उल्लेख गरिएभन्दा बाहेक अहिंसा, सहिष्णुता, दया, परोपकार, सद्भाव, सत्यनिष्ठा जस्ता धर्मबाट प्रेरित व्यवहारहरू पनि धार्मिक संस्कार हुन् भन्ने कुरा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

व्रत
पूजा
चार्टमा उल्लेख गरिएभन्दा
प्रार्थना
आराधना
तीर्थ यात्रा
भजन कीर्तन र प्रवचन

नेपालका प्रमुख धार्मिक संस्कारहरु

क्रियाकलाप ४ : प्रश्नोत्तर विधिबाट विद्यार्थीहरू आफूँले गरेका र उनीहरूको परिवारमा गरिने धार्मिक संस्कारसम्बन्धी बढीभन्दा बढी अनुभव सुनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५ : यस्ता धार्मिक संस्कारहरूको पालनाको के महत्त्व छ भन्ने प्रश्न सोधी विद्यार्थीबाट आएका जवाफलाई बोर्डमा टिपोट गर्दै धार्मिक संस्कारहरूको महत्त्वका सम्बन्धमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६ : विद्यार्थीहरूलाई पाँच समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । त्यसपछि प्रत्येक समूहलाई छलफल गराई चार्टपेपरमा हिन्दु, बौद्ध, इस्लाम, क्रिश्चियन, किराँत धर्मसँग सम्बन्धित प्रमुख धार्मिक संस्कारसम्बन्धी चित्र, जानकारी र प्रमुख विशेषता लेख्न लगाउनुहोस् । यसरी तयार भएका चार्ट पेपरलाई पाँच स्थानमा टाँस्न लगाई ग्यालरी वाक विधिद्वारा अध्ययन गर्न र सुझाव प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । _

ग्यालरी वाक (Gallery Walk)

यस विधिमा सम्पूर्ण विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई छलफल विधिबाट फरक फरक प्रश्नको उत्तर तयार गर्न वा फरक फरक विषयको निष्कर्ष निकाल्न लगाइन्छ । यसरी विभिन्न समूहले तयार पारेको उत्तर वा निष्कर्षलाई चार्टपेपरमा लेख्न लगाई कक्षाभित्र वा बाहिर फरक फरक स्थानमा टाँस्न लगाइन्छ । त्यसपछि प्रत्येक समूहका विद्यार्थी सामूहिक रूपमै अन्य समूहले तयार पारेको विषयवस्तुको अध्ययन गर्न पठाइन्छ । यस क्रममा प्रत्येक

समूहले अन्य समूहले तयार पारेका विषयवस्तु माथि छलफल गर्दै आवश्यक सुझाव वा थप्नु पर्ने विषयवस्तु भएमा क्रमशः: थप्दै जाने निर्देशन दिइन्छ । त्यसपछि प्रत्येक समूहलाई आआफ्नो ग्यालरीमा गई अन्य समूहले थपेका विषयवस्तु र निर्देशनबारे पुनः छलफल गरी अन्तिम निष्कर्ष निकाल्न लगाइन्छ

क्रियाकलाप ७

उल्लिखित क्रियाकलापहरूको माध्यमबाट पाठको सहजीकरण गरिसकेपछि विद्यार्थीहरू समाजमा विभिन्न धर्म र तिनीहरूसँग सम्बन्धित फरक फरक धार्मिक संस्कारहरू प्रचलित छन् भन्ने कुरामा प्रस्ट भइसकेका हुन्छन् । अब उनीहरूलाई समाजमा धार्मिक विविधताबिच एकता र धार्मिक सहिष्णुताको आवश्यकता सम्बन्धमा विभिन्न सन्दर्भ घटना र उदाहरणका माध्यमबाट सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

विद्यार्थीहरूको समुदायमा रहेको धार्मिक विविधताबिचको एकता र धार्मिक सहिष्णुताका उदाहरणहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले भनेका बुँदाहरूलाई मिलाएर बोर्डमा उतार्दै त्यसैको माध्यमबाट नेपाली समुदायमा रहेको धार्मिक विविधताबिचको सहिष्णुता र एकता सम्बन्धमा छलफल गरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् । साथै पाठमा रहेका सन्दर्भ र उदाहरणलाई पनि जोड्दै विषयवस्तु प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ९

निम्न विषयवस्तु वा शीर्षकमा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता आयोजना गर्न र तलको जस्तै मूल्याङ्कन फारम बनाउन लगाई उनीहरूलाई नै मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् ।

वक्तृत्वकला प्रतियोगिताको शीर्षक : नेपाली समाजको विशेषताः धार्मिक विविधताबिच एकता

तल दिइएको जस्तै मूल्याङ्कन फारम र प्रतियोगिताको नियमसमेत बनाई वक्तृत्व कलाको मूल्याङ्कन गरी उत्कृष्ट वक्ताको नाम घोषणा गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

वक्ता विद्यार्थीको नाम	प्रस्तुतीकरण १०	विषयवस्तु २०	उदाहरण र सन्दर्भ १०	तार्किक क्षमता १०	जम्मा ५०

५. मल्याङ्कन/प्रतिविम्बन

पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नको आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकता अनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

पाठ : ४ हाम्रा चाडपर्वहरू अनुमानित घन्टी : २

१. सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
हाम्रो सांस्कृतिक रीतिरिवाजहरूको खोजी र संरक्षण गर्न	– चाडपर्वको परिचय र प्रकार उल्लेख गर्न – चाडपर्वको सामाजिक महत्त्व वर्णन गर्न – परिवार र समुदायमा मनाइने चाडपर्वमा सहभागी हुन

२. पाठ परिचय

चाडपर्व धार्मिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक तथा राष्ट्रिय महत्त्वका दिनहरूको स्मरणमा मनाइने उत्सबै हुन् । चाडपर्वहरू आफून्तहरूबिच भेटघाट र मनोरञ्जन गरेर उल्लासका साथ मनाइन्छ । धर्म र संस्कृतिका आधारमा मनाइने दसैँ, तिहार, चण्डीपूर्णिमा, इद जस्ता चाडपर्व निश्चित धार्मिक र सांस्कृतिक समुदायमा मनाइन्छ भने ऐतिहासिक र राष्ट्रिय महत्त्वका दिनहरूको स्मरणमा मनाइने पर्वहरू भने सबै समुदायमा राष्ट्रिय पर्वका रूपमा मनाइन्छ । लोकतन्त्र दिवस, संविधान दिवस, गणतन्त्र दिवस आदि हाम्रो राष्ट्रिय पर्व हुन् । कुनै पर्वहरू जातीय र क्षेत्रीय संस्कृतिमा आधारित हुन्छन् । त्यस्ता पर्वहरू निश्चित जाति र भौगोलिक क्षेत्रमा मात्र मनाइन्छ । माघी, गौरा, छठ जस्ता पर्व जातीय र क्षेत्रीय संस्कृतिअनुसार निश्चित क्षेत्रमा मनाइन्छ । यस पाठमा नेपालमा मनाइने विभिन्न चाडपर्व , ति चाडपर्वमा गरिने विभिन्न गतिविधि र महत्व सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

– विभिन्न चाडपर्व झल्किने चित्र तथा भिडियो क्लिप

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ :सुरुमा विद्यालय वरपरको समुदायमा हालै मनाईको चाड पर्वका बारेमा एक दुई जना विद्यार्थीलाई बताउन लगाउनु होस् । सोही क्रमलाई जोड्दै चाडपर्वको परिचय विशेषता र महत्त्वबारे कक्षामा छलफल गर्नुहोस् । त्यसपछि कक्षामा बेन्चको पहिलो लहरमा बस्ने तीन जना विद्यार्थीहरूलाई सँगै उभिन लगाउनुहोस् । पहिलो विद्यार्थीलाई कुनै एउटा पर्वको नाम, दोस्रोलाई पहिलो विद्यार्थीले भनेको पर्व मनाउने समय (महिना र गते अथवा ऋतु) र तेस्रोलाई त्यस पर्वको कुनै एउटा विशेषता भन्न लगाउनुहोस् । उभिएका विद्यार्थीहरूमध्ये कुनैले भन्न नसकेमा वा सही उत्तर नभनेमा उसलाई

सहयोग गर्नुहोस् । यसै गरी अर्का तीनजना विद्यार्थीलाई उठाएर उही प्रक्रिमया गराउँदै जानुहोस् । यस विधिमा कक्षामा विद्यार्थीको सङ्ख्याका आधारमा दुई जनालाई मात्र उठाई दुईओटा कुरा सोध्न वा चार जनालाई उठाएर अन्य फरक फरक कुरा जस्तैः कुन जाति, धर्म वा क्षेत्रमा मनाइन्छ भनी सोध्न पनि सकिन्छ ।

क्रियाकलाप २

विद्यार्थीलाई आफ्नो परिवारमा मनाउने र परिवारमा नमनाइने तर उनीहरूलाई जानकारी भएका चाडपर्वहरूको सूची बनाई पालैपालो कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

चाडपर्वको सामाजिक र सांस्कृतिक महत्त्वका बारेमा विभिन्न उदाहरणसहित सहजीकरण गर्नुहोस् । त्यसपछि रिले राइटिङ क्रियाकलापका लागि विद्यार्थीहरूलाई कक्षा बाहिर लैजानुहोस् । सबै जना चउरमा जम्मा भएपछि प्रत्येकमा बराबर सङ्ख्या हुने गरी पाँचछ जनाको समूह बनाउनुहोस् । चउरको एक छेउमा प्रत्येक समूहलाई क्रममैसँग लाईनमा उभिन लगाई अर्को छेउमा प्रत्येक समूहको सिधा पर्ने गरी एक एकओटा कापी राखेर सबैमा तल दिइएको प्रश्न लेखिदिनुहोस् । प्रत्येक समूहमा पहिले को दौडिन्छ, भनी सोधेर पहिले दौडिने विद्यार्थीलाई एक एकओटा कलम दिनुहोस् । सिटी बजेपछि कलम लिएको विद्यार्थी दौडिएर आफ्नो समूहको कापीमा एउटा बुँदा लेख्नु पर्ने र फर्केर आफ्नो समूहमा आई अर्को साथीलाई लेख्न पठाउनु पर्ने नियम सुनाउनुहोस् । यस क्रममा सबै जनाले लेखेर सक्ने पहिलो समूह विजयी हुने र सबै समूहका सबले लेखेपछि खेल अन्त्य हुने जानकारी गराउनुहोस् ।

रिले राइटिङका लागि प्रश्नः चाडपर्वको कुनै एक महत्त्व लेख्नुहोस् ।

(ख) खेल सकिएपछि सबै समूहले लेखेका बुँदाहरू एक एक जनालाई पढ्न लगाई आवश्यक सुधार गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

चाडपर्व मनाउने क्रममा देखिएका विकृतिहरूका सम्बन्धमा विद्यार्थीहरूलाई आआफ्नो अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले भनेका समस्याहरूलाई भाषा मिलाउँदै बोर्डमा बुँदागत रूपमा टिप्दै जानुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजित गरी ती समस्याको समाधानका सम्बन्धमा सामूहिक छलफल गर्न लगाई प्रत्येक समूहलाई आआफ्नो निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्

क्रियाकलाप ५

एक एकओटा चार्ट पेपरमा हिन्दु, बौद्ध, किराँत, इस्लाम र इसाई धर्मसँग सम्बन्धित प्रमुख चाडपर्व र तिनीहरूको विशेषता लेखी विद्यार्थीहरूलाई नदेखाई राख्नुहोस् । त्यसपछि कक्षामा ४/५ ओटा समूह निर्माण गर्नुहोस् र प्रत्येक समूहमा एक जनालाई टिपोट गर्ने भूमिका दिनुहोस् भने बाँकी विद्यार्थीहरूलाई रिपोर्टरको भूमिका दिनुहोस् । त्यसपछि आफूले लगेको चार्टपेपर मध्ये हिन्दु धर्मका चाड र तिनका विशेषता लेखिएको चार्टपेपरलाई बाहिर निश्चित स्थानमा लगेर टाँसी कक्षामा आएर प्रत्येक समूहका रिपोर्टरलाई आफूले सम्झिने जति पढेर आउँदै टिपोटकर्तालाई सुनाउन निर्देशन दिनुहोस् । टिपोटकर्तालाई सुनेका कुरा लेख्न निर्देशन दिनुहोस् । यस क्रममा जुन समूहले सबैभन्दा पहिले सबै जानकारी लेखिसक्छ, उसैलाई विजयी घोषित गर्नुहोस् ।

हिन्दु धर्मका प्रमुख चाडपर्व	
चाडपर्व	प्रमुख विशेषता
दसैँ	नौ दिनसम्म देवीको पूजा गरी दसौँ दनमा टीका जमरा लगाइने, असोज वा कात्तिक महिनामा मनाइने
तिहार	कात्तिक वा मङ्सिर महिनामा पाँच दिन मनाइने । काग, कुकुर, गाई र लक्ष्मीको पूजा गर्ने , देउसी भैलो खेलिने, पाँचौँ दिनमा दिदी बहिनीले दाजुभाइलाई टीका लगाइदिने
माघे सक्रैमान्ति/माघी	माघ महिनाको १ गते थारुहरूले माघी र मगर समुदायले माघे सङ्क्रान्तिका रूपमा मनाउने ।
फागु पूर्णिमा	फागुना शुक्ल पूर्णिमाको दिनमा मधेसी समुदायमा रङ खेलेर मनाइने
इन्द्र जात्रा	काठमाडौँ उपत्यकाका नेवार समुदायमा भदौ, असोज महिनाममा आठ दिनसम्म मनाइने, इन्द्रको पूजा गरी नाचगान गरिने, कुमारीको यात्रा गराइने
जनै पूर्णिमा	भाद्र शुक्ल पूर्णिमाका दिन तागाधारीहरूले नयाँ जनै पूजा गरी जनै फेर्ने, ब्राम्हणहरूबाट रक्षाबन्धन ग्रहण गर्ने
कुशे औँसी	कुश काटेर घरमा राख्ने, पितालाई मिष्ठान्न भोजन र उपहार अर्पण गरी मुख हेर्ने
शिवरात्री	फल्गुण कृण चतुर्दशीमा भगवान शिवको पूजा र भजन कीर्तन र व्रत गरी मनाइने
छठ	मधेसी समुदायले कार्तिक कृष्ण षष्ठीका दिन सूर्य देव र षष्ठी देवीको पूजा गरी मनाउने पर्व
गौरा पर्व	भाद्र कृष्ण षष्ठी देखी अष्टमीसम्म कर्णाली र सुदूर पश्चिम प्रदेशमा मनाइने शिव र गौरीको पूजा आराधना गरी मनाइने ।

नाग पूजा	श्रावण शुक्ल पञ्चमीमा नाग थान वा मन्दिरमा पूजा गरी मनाइने पर्व

क्रियाकलाप ६.

बौद्ध धर्म, किराँत, इस्लाम र इसाई धर्मका चाड पर्वहरू र तिनीहरूको विशेषताको सूची कक्षाको चारैतिर टाँसी विद्यार्थीलाई पालैपालो सबै पढ्न र मुख्य मुख्य विवरण टिप्न लगाउनुहोस् । टिपिसके पछि अन्त्यमा आफूले टिपेका कुनै एउटा वा दुइटा विवरण वा विशेषता भन्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

बौद्ध धर्मका प्रमुख चाडपर्व	
चाडपर्व	प्रमुख विशेषता
बुद्ध पूर्णिमा	बैशाख पूर्णिमाका वा भगवान बुद्धको जन्म जयन्तिका दिनमा बौद्ध गुम्बामा बुद्धको प्रार्थना गरी मनाइने पर्व
ल्होसार	तामाङ, शेर्पा र गुरुङ जातिले नयाँ वर्षका रूपमा विभिन्न तरिकाले मनोरञ्जन गरी मनाउने पर्व
मनिरिम्दु	कार्तिक वा मंसिर महिनामा गुम्बामा लामाहरूले पूजा पाठ गरी भक्तजनहरूलाई अभिषेक प्रदान गरी मनाइने शेर्पाहरूको पर्व
तिजी पर्व	माथिल्लो मुस्ताङका गुरुङ र विष्ट समुदायले वैशाख महिनामा मनोरञ्जन गरी मनाउने पर्व
यारतुङ पर्व	मनाङ जिल्लाको उत्तरी भेगमा वर्षायाममा बाली लगाएपछि घोडा दौड गरेर मनोरञ्जन गर्दै मनाइने
साकादावा	बौद्ध पूर्णिमामा हिमाली भेगमा गुम्बामा परिक्रममा, पाठ पूजा, मन्त्र जप गरी मनाइने पर्व

किराँत धर्मका प्रमुख चाडपर्व	
चाडपर्व	प्रमुख विशेषता
उँधौली पर्व	यो पर्व अन्न बाली पाकेपछि मङ्सिर पूर्णिमामा मनाइन्छ । यस पर्वमा पाकेका बाली इष्टदेव र पितृहरूलाई चढाई आफूले खाने अनुमति मागी धान नाच वा साकेला नाचका साथ हर्षोल्लासका साथ मनाइन्छ ।

उँभौली	उभौली वैशाख पूर्णिमामा खेतीपाती राम्रो होस् भनी भूमि पूजा गरेर ढोल नाच, चण्डीनाचका साथ मनोरञ्जन गरी मनाइन्छ ।

इस्लाम धर्मका प्रमुख चाडपर्व	
चाडपर्व	प्रमुख विशेषता
सोब्रात वा इद उल फित्र	यो पर्व प्राय वैशाख, जेठ महिनामा पर्दछ । यो पर्वभन्दा एक महिना पहिलेदेखि व्रत (रोजा वा रमजान) गरी यस दिनमा घाम अस्ताएपछि भोजन गरिन्छ । यो पर्वमा नमाज पाठ गर्ने, आफून्तलाई शुभकामना दिने र गरिबलाई दान दिने गरिन्छ ।
इदउल अजाह वा बकर इद	यो पर्व असार वा साउन महिनामा पर्दछ । यसमा बिहानमा स्नान गरी मस्जिदमा सामूहिक नमाज पाठ गरेर शुभकामना आदान प्रदान गर्ने र दान दिएर मनाइन्छ ।
मोहरम	यो पर्व असोज महिनामा मनाइन्छ । यसमा गरिबलाई खिचडी, फलफूल, अन्न दान गर्ने, लाठी नाच नाच्ने र बाजागाजाका साथ मनाउने गरिन्छ ।

इसाई धर्मका प्रमुख चाडपर्व	
चाडपर्व	प्रमुख विशेषता
क्रिसमस	यो पर्व हरेक वर्ष डिसेम्बर २५ मा मनाइन्छ । यस पर्वमा चर्चमा प्रार्थना गरी, घर तथा क्रिसमसको रुख सजाई नाचगान गरेर मनाइन्छ ।
इष्टर	यो पर्व जिसस क्रमाइस्टको पुनर्जन्म भएको खुशियालीमा चर्चमा प्रार्थना गरी आफून्तहरूलाई शुभकामना दिँदै नाचगान गरी मनाइन्छ । इस्टर मार्च वा अप्रिल महिनामा मनाइन्छ ।

क्रियाकलाप ७

विद्यार्थीलाई क्यालेन्डर हेरेर यो वर्षको कुन कुन चाड कुन महिनाको कति गते र कुन वार पर्छ खोजी गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मल्याङ्कन/प्रतिविम्बन

पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नै, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्नै, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्नै जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. थपसिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=YuBkZXif02c

पाठ : ५-६

हाम्रो सांस्कृतिक रीतिरिवाज

(गीत, बाजा, धुन, पहिरन, गहना र परिकार)

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित घन्टी : ४**

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
हाम्रो सांस्कृतिक रीतिरिवाजहरूको खोजी र संरक्षण गर्न	– लोकगीत, लोकबाजा, लोकधुन तथा लोक र शास्त्रीय नृत्यहरूको महत्व बताउन र तिनीहरूको संरक्षणमा सहयोग गर्न – हाम्रो गरगहना, पहिरन र परिकारको परिचय र महत्व बताई संरक्षण कार्यमा सहभागी हुन्

२. पाठ परिचय

धार्मिक र जातीय संस्कृतिअनुसार नाचगान गर्ने, पहिरन र गरगहना लगाउने तथा विभिन्न परिकार खाने फरक फरक चलन वा परम्परागत व्यवहारलाई सांस्कृतिक रीतिरिवाज भनिन्छ । नेपाली समाजमा विभिन्न जात जाति र भौगोलिक क्षेत्रका मानिसहरूको आआफ्नै जातीय, क्षेत्रीय र सांस्कृतिक पर्व तथा संस्कार एवम् परम्परा छन् । ती पर्व, संस्कारगत परम्परा र विशेष अबसरहरूमा गाइने परम्परागत गीत, बाजा, धुन, खाने परिकारका साथै लगाउने पहिरन र गहना फरक फरक हुन्छन् । तिनै परम्परागत गीत, बाजा, धुन, पहिरन र गरगहना नेपाली समाजका सांस्कृतिक रीतिरिवाज हुन् । रीतिरिवाजले हाम्रो सामाजिक र सांस्कृतिक विशेषता प्रस्तुत गर्दछन् । त्यसैले यी हाम्रो पहिचान हुन् । नेपाली समाजका विविध सांस्कृतिक रीतिरिवाजहरूमध्ये यस पाठमा लोकगीत, लोकबाजा, लोकधुन र लोक तथा शास्त्रीय नृत्य, गरगहना, पहिरन र परिकारको परिचय र महत्त्व प्रस्तुत गरिएको छ । विद्यार्थीहरूलाई सांस्कृतिक रीतिरिवाजको संरक्षणको आवश्यकता बोध गराउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- विभिन्न लोक गीतका अडियो वा भिडियो सामग्री
- स्थानीय लोक बाजाहरू वा सोसम्बन्धी अडियो भिडियो सामग्री र चित्रहरू

- लोक धुन तथा शास्त्रीय नृत्यसम्बन्धी अडियो भिडियो सामग्री
- परम्परागत पहिरन र गहनाका चित्र
- चाडपर्वमा खाईने विभिन्न परिकारका चित्र

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

तल दिइएको अथवा त्यस्तै कुनै एक लोकगीत बजाई दिइएका प्रश्नमा छलफल गराएर छलफलको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

हो हो रे हो हो हो, हो हो रे हो हो हो

हो हो, हातको बिउ म कल्लाई दिऊँ रोपाहर हराए - २

हली नि आए, बाउसे नि आए, आए नि बियाडे - २

हो हो, हातको बिउ म कल्लाई दिऊँ रोपाहर हराए - २

रोपाहर हराए, काफलु काँचो, ख्याल हैन साँचो रोपाहर हराए - २

हो हो रे हो हो …………

https://www.youtube.com/watch?v=UGUEsFTTyS4

छलफलका लागि प्रश्न

- यो कस्तो अबसरमा गाइने लोकगीत हो ?
- गीतमा कस्ता बाजा प्रयोग गरिएका छन् ?
- गीतमा काफलको सट्टा काफलु, कसलाईको सट्टा कल्लाई जस्ता शब्दको प्रयोग गरिएको छ । यी शब्द बोलीचालीमा मात्र प्रयोग हुने शब्द हुन् कि लेखाइमा पनि प्रयोग हुन्छन् ?
- यो गीतले गाउँघरको झल्को दिन्छ कि सहरिया जीवनको ?

क्रियाकलाप २

विद्यार्थीहरूले छलफल गरी प्रस्तुत गरेको निष्कर्षबाट लोक गीतका विशेषता निम्नानुसार प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

निष्कर्ष

- लोकगीत मौखिक परम्परामा आधारित हुन्छन् ।
- स्थान, संस्कृति र जातीय समुदायअनुसार फरक फरक हुन्छन् ।
- स्थानीय बोलीचालीको भाषा र शब्दको प्रयोग हुन्छ ।
- मेला पर्व उत्सबै र कृषि कर्म गर्दा गाइन्छ ।
- स्थानीय बाजाहरूको प्रयोग हुन्छ ।
- मनोरञ्जन, खुसी र बेदना जस्ता भाव व्यक्त गर्छन् ।
- लोकगीतले गाउँघरको झल्को दिन्छ ।

क्रियाकलाप ३

विद्यार्थीहरूलाई चार समूहमा विभाजन गरी .संस्कार गित, पर्व गीत, भजन र बाह्रमासे गीत का एक एक उदाहरण खोजी गरी सामूहिक रूपमा गाउन लगाउनुहोस् । उनीहरूको प्रयासको प्रशंसा गर्दै आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

नेपालमा प्रचलित लोकबाजाहरूको चित्र वा भिडियो देखाउनुहोस् । हरेक बाजाको चित्र देखाएपछि एकै लहरमा बस्ने चार जना विद्यार्थीमध्ये पहिलोलाई अगि चित्र वा भिडियोमा देखाइएको बाजासँग सम्बन्धित पर्व, दोस्रोलाई बाजासँग सम्बन्धित जातजाति, तेस्रोलाई बाजामा प्रयोग भएका सामग्री तथा चौथोलाई बाजा बजाउने तरिका एक एक गरी सोध्नुहोस् र आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

मालश्री, मङ्गगल, स्वस्ती शङ्ख, मुरली र सारङ्गीका धुनहरू सुनाई ती धुनहरू कुन कुन अबसरमा बजाइन्छन् र तिनीहरूमा कुन कुन वाद्य वादनको प्रयोग गरिन्छन्लगायतका प्रश्नहरू सोधी थप छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

समुदायमा प्रचलित विभिन्न प्रकारका गरगहनाको चित्र देखाई तिनीहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि विभिन्न गहगहनाका चित्र संकलन गर्न लगाई विग वुक तयार पार्न प्रोत्साहीत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

विद्यार्थीलाई पाँच समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । त्यसपछि समुदायमा प्रचलित कुनै पाँचओटा लोक गीत छनोट गरी(विविधता ख्याल गरी) उक्त गीत गाइने अबसर, प्रयोग हुने लोकबाजा, लोक धुन, परिकार, पहिरन र गहनामध्ये प्रत्येक समूहलाई चिट्ठा गरी जिम्मा दिनुहोस् । समूहमा छलफल गर्न लगाई उनीहरूको निष्कर्षलाई तलको जस्तै तालिकामा व्यवस्थित गरेर प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि तिनै उदाहरणका माध्यमबाट जातीय, धार्मिक र क्षेत्रीय परम्पराअनुसार विभिन्न पर्व, उत्सव, मेला, महोत्सव र विशेष अबसरमा गाइने गीत, बाजा, धुन, खानाको परिकार साथै पहिरन र गहनाहरूलाई सांस्कृतिक रीतिरिवाज भनिन्छ भनी प्रस्ट पारिदिनुहोस्, जस्तैः

लोकगीत, लोकबाजा, धुन

समूह क		समूह ख		समूह ग	
लोकगीत		**लोकबाजा**		**धून**	
रीतिरिवाज	अबसर	रीतिरिवाज	अबसर	रीतिरिवाज	अबसर
रत्यौली गाउने	विवाह	पञ्चेबाजा बजाउने	विवाह	मङ्गल धुन बजाउने	शुभ कार्य र विवाह
असारे गीत गाउने	रोपाइँ	शङ्ख बजाउने	पूजाआचा, मृत्यु	मालश्री धुन बजाउने	दसैँ
देउसी भैलो गाउने	तिहार	मादल बजाउने	कुनै पनि	स्वस्ति शङ्ख धून	पूजा
भजन गाउने	पूजा, धार्मिक उत्सव	नगरा बजाउने	विवाह, देवीको पूजा	बाँसुरी धुन बजाउने	धार्मिक अबसर
साकेला गाउने	उँधौली, उँभौली पर्व	हुड्को बाजा बजाउने	विवाह, व्रतबन्ध	सारङ्गी धुन	पर्व विशेष

परिकार, पहिरन र गरगहना

समूह घ		समूह ङ	
परिकार		**पहिरन र गरगहना**	
रीतिरिवाज	अबसर	रीतिरिवाज	अबसर
क्वाँटी खाने	जनैपूर्णिमा	बक्खु दोचा, आङ्डी, पाङ्देन	शेर्पा महिलाले ल्होसारलगायत पर्वहरूमा लगाउने
योमरी खाने	धान्य पूर्णिमा	हाकु पटासी	नेवार महिलाहरूले पर्व उत्सव, जात्रामा लगाउने
ढिकिरी खाने	माघी पर्व	दौरा सुरुवाल,	पहाडी खस जातिले लगाउने
खिचडी खाने	माघे सक्रैमान्ति	मुगा, ढुङ्ग्री, जन्तर, हारी	तामाङ महिलाले बाऱ्हैमास लगाउने गहना
सेल खाने	दसैँ,	पगरी, भोटो, जामा	धामी झाँक्रमीले झारफुक गर्दा लगाउने

	तिहार		
कसार खाने	विवाह	लुङ्गी, धोती, कछाड कमिज,	मधेसी पुरुषहरूले बाह्रैमास लगाउने
गोर्माली खाने	उँधौली, उँभौली	मँगिया, वीर, कनबज्हा, टर्की	थारु महिलाले माघी पर्व र विशेष दिनमा लगाउने गहना

क्रियाकलाप ८

खुला चउरमा एउटा टबुल राख्नुहोस् । एउटा चार्टपेपरमा परम्परागत पहिरन र गरगहना शीर्षक लेखी तीन कोलमसहितको तालिका बनाउनुहोस् । पहिलो कोलममा हिमाली क्षेत्रका पहिरन र गरगहना, दोस्रोमा पहाडी क्षेत्रका पहिरन र गरगहना र तेस्रोमा तराई क्षेत्रका पहिरन र गरगहना लेख्नुहोस् । त्यसलाई कक्षाको अगाडि टेबुलमा राखिदिनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई निम्न निर्देशन दिनुहोस् :

- सबै जना पालैपालो अगाडि गई प्रत्येक कोलममा एक एक उदाहरण लेख्नु पर्ने
- पहिले जाने साथीहरूले लेखेका उदाहरण पढ्नु पर्ने र आफूले नदोहोरिने उदाहरण लेख्नु पर्ने
- आफूलाई जानकारी भएका सबै उदाहरण लेखिसकिएका भए पढेर मात्र फर्कने

(ख) सबै विद्यार्थीको पालो सकिएपछि चार्टपेपरलाई भित्तामा टाँसेर नेपालको हिमाली पहाडी र तराइका परम्परागत पहिरन र गरगहना छुट्याई चित्रसमेत देखाउँदै लगाइने अङ्ग, निर्माण सामग्री, सम्बन्धित जातीय समुदाय आदिका सम्बन्धमा थप छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९

चार्टपेपरमा हाम्रो परम्परागत परिकारको नामसहित उल्लेख गरेर चित्र प्रदर्शन गर्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई जानकारी भएका परिकारका बारेमा पालैपालो निम्न कुराहरू बताउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीलाई जानकारी नभएका परिकारसम्बन्धमा आफूले सहजीकरण गर्नुहोस् ।

- परिकारको नाम
- परिकार बनाउने सामग्री
- परिकार प्रयोग गर्ने विशेष जाति वा समुदाय र क्षेत्र
- परिकार खाइने विशेष अबसर

क्रियाकलाप १०

नेपाली परम्परागत परिकारसम्बन्धी तल दिइएको गीत समूहमा गाउन लगाउनुहोस् र यस्तै उनीहरूको समुदायमा पाइने परिकारलाई पनि गित बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

माघी पर्व मनाउँदै खाने ढिकिरी
मंसिरको पूर्णिमामा चाकु योमरी
खिर खाने साउनमा, दही चिउरा असार
व्रतबन्ध, बिहेमा खाने मिठो कसार
रक्षाबन्धन चाडमा क्वाँटी खाने चलन
हलुवाको प्रसाद खाउँला नाच्दै बालन
अक्षतृतीयामा जौको सातु खाइन्छ
दसैँ मनाएर टीका लगाइन्छ
खुदो चिउरा, तरुल, सखरखण्ड, खिचडी
माघैभरि खाइन्छ यी रमाउँदै बेसरी
रोटी गहुँ, कोदाको ढिँडो खाने फापर
तरकारीमा गुन्द्रुक, तामा काटी अचार
मधेसको ठेकुवा मिठो, पहाडको फुरौला
हिमालको चम्बा खाई मख्ख परौँला
देउसी खेल्दै रमाउँदै तिहारमा सेलरोटी
फरक फरक परिकार फरक फरक संस्कृति

५. मल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. परियोजना कार्य : विद्यार्थीलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी कुनै समूहलाई लोकगित सङ्कलन र प्रस्तुति, कुने समूहलाई पहिरन प्रदर्शन, कुनै समूहलाई स्थानीय परिकार सङ्कलन आदि गर्न लगाई विद्यालयमा हुने कुनै विशेष दिन वा समारोहमा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

७. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=7_krfbXoUxo&ab_channel=MeroRautahat

https://www.youtube.com/watch?v=wpIXTxX3R7o&ab_channel=Luxonlinet.v.

पाठ : ७ राष्ट्रको सम्मान र राष्ट्रियताको जगेर्ना

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्यघण्टा : २**

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
राष्ट्रिय सरोकारका विषयप्रति सचेत रहन र राष्ट्रको सम्मान र राष्ट्रियताको जगेर्ना गर्न	– राष्ट्रियता, राष्ट्रिय अखण्डता, राष्ट्रिय स्वाभिमान, सार्वभौमिकता र सहअस्तित्वको अवधारणा बताउन – राष्ट्र र राष्ट्रियताको सम्मान गर्दै सो अनुसारको व्यवहार प्रदर्शन गर्न

२. पाठ परिचय

राष्ट्र भनेको कुनै पनि देश र त्यस देशको भाषा, संस्कृति, इतिहाससँग जोडिएका मानिसहरूको समूह हो । एउटा राष्ट्रको अस्तित्वका लागि यसको स्वाभिमान तथा आत्मसम्मान, राष्ट्रिय अखण्डता, सार्वभौमिकता र आपसी सद्भावको रक्षा गर्नुपर्दछ । यसका लागि जनतामा राष्ट्रियताको भावना प्रबल हुनुपर्दछ । आफ्नो राष्ट्रको भाषा, संस्कृति, इतिहास, चाडपर्व, संस्कार र संस्कृति, पहिरन, राष्ट्रिय झन्डा, राष्ट्रिय गानलगायतका कुराहरूप्रतिको गौरव र अपनत्वको भावना राष्ट्रियता हो । यी कुराहरूप्रति अपनत्व र गौरव गराउँदै विद्यार्थीहरूलाई राष्ट्रिय अस्तित्वका सबालहरूप्रति सजग गराउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहको छ ।

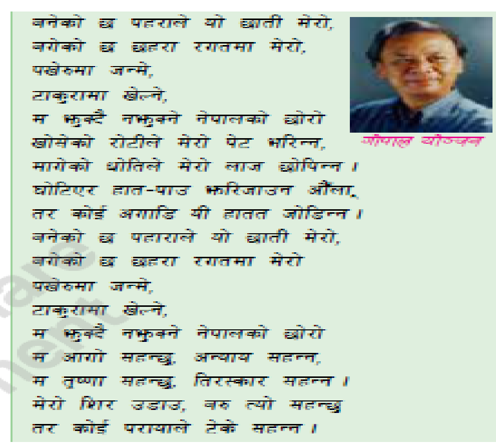
३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- **राष्ट्रियता, राष्ट्रिय एकता, स्वाभिमान झल्किने चित्र, गीत, भिडियो**

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १:

राष्ट्रियता, स्वाभिमान र आत्मसम्मानसम्बन्धी विषयवस्तु समेटिएको निम्न गीत वा यस्तै अरू गीत सुनाई विद्यार्थीहरूलाई सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।



गीतको बोल: बनेको छ पहराले यो छाती मेरो स्वर:गोपालयोञ्जन :https://www.youtube.com/watch?v=N7D8P-g3Uw4

क्रियाकलाप २

गीत गाइसकेपछि गीतको भावबारे विद्यार्थीहरूको धारणा सुन्नुहोस् । त्यसपछि गीतमा व्यक्त आत्म सम्मान साथै स्वाभिमानको व्याख्या गर्दै यी कुरालाई राष्ट्रको अस्तित्वसँग गाँसिएका कुरा हुन् भनी परिचित गराउनुहोस् । राष्ट्रिय अस्तित्वका अन्य सबालहरू जस्तैः राष्ट्रियता, सार्वभौमिकता, राष्ट्रिय अखण्डतालाई पनि यही प्रसङ्गमा जोडेर प्रत्येकको अर्थ र महत्त्वबारे व्याख्या गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ : विद्यार्थी सङ्ख्या भएमा पाँच पाँच जनाको पाँचओटा समूह बनाउनुहोस् । यी प्रत्येक समूहलाई कुनै नाम दिनुहोस् र ती मातृ समूह हुन् भनी चिनाउनुहोस् । मातृ समूह हामी सामूहिक रूपमा अरूभन्दा सबल छौँ, अब्बल छौँ भन्ने दर्शाउन सामूहिकको भाव व्यक्त गर्न लगाउनुहोस्, जस्तैः हुर्रे आदि । प्रत्येक मातृ समूहका पाँच जनालाई १, २, ३,४,५ सङ्ख्या रोज्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि पाँचओटै समूहका एउटै अङ्क रोज्नेहरूलाई एउटै समूह निर्माण गर्न लगाउनुहोस् जस्तैः (प्रत्येक मातृ समूहका १,१,१,१,१ मिलाएर एउटा समूह, २,२,२,२,२ मिलाएर अर्को समूह.............) यसरी बनेको समूहको नाम विज्ञ समूह चिनाउनुहोस् । अब प्रत्येक विज्ञ समूहलाई पाठका एक एकओटा राष्ट्रिय अस्तित्वका सबालहरू (राष्ट्रिय अखण्डता, आत्म सम्मान, स्वाभिमान, सार्वभौमिकता, सहअस्तित्व) को रक्षा र सम्मान कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा पाठमा रहेका विषयवस्तु वा शिक्षक तयार पारेको कार्यपत्र अध्ययन र छलफल गर्न लगाई आवश्यक सहजीकरण गर्नहोस् । आआफ्नो विषयमा प्रत्येक समूहका प्रत्येक सदस्यले विज्ञता हासिल गरिसकेपछि सबलाई आआफ्नो मातृ समूहमा जम्मा हुन भन्नुहोस् । त्यसपछि प्रत्येक मातृ समूहका प्रत्येक सदस्यलाई पालैपालो आफूले विज्ञता हासिल गरेको विषयमा बाँकी साथीहरूलाई राम्रोसँग बुझाउन लगाउनुहोस् । सोको अनुगमन गरी आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् । कसले के के सिकाए, त्यो पनि केही विद्यार्थीलाई सोध्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

नेपाल अङ्ग्रेज युद्धका वेला बलभद्र कुँवर, अमरसिंह थापा, भक्ति थापालगायतका नेपाली योद्धाहरूले देखाएको राष्ट्रप्रेम र वीरताको वर्णन गर्दै नागरिकको राष्ट्रप्रतिको दायित्व प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

हामीले राष्ट्रप्रति सम्मान र राष्ट्रियताको भावनाको रक्षाका लागि के कस्ता व्यवहार गर्नुपर्छ भन्ने विषयमा एकल रूपमा सोच्ने समय दिनुहोस् । त्यसपछि सामूहिक छलफल गराई आफूले निष्कर्ष प्रस्तुत प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

निष्कर्ष

देशभक्तिको भावना विकास

देश मै रही देशको सेवा गर्ने

देशलाई बाह्य आक्रमण र सीमा मिचिँदा डटेर सामाना गर्ने

देशलाई अहित हुने काम नगर्ने

देशको सार्वभौमिकतालाई स्वाधीनतालाई अक्षुण्ण राख्ने आदि बुँदाहरू समेटी निष्कर्य प्रस्तुत गर्ने

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकता अनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. थप सुझाव

राष्ट्र र राष्ट्रियतालाई प्रवर्धन गर्ने राष्ट्रिय गित रचना गर्न लगाई कक्षामा सुनाउनु लगाउनुहोस् र राम्रो गीत रचना गर्नेलाई विद्यालयका तर्फबाट प्रोत्साहनस्वरूप पुरस्कारको व्यवस्था पनि गर्न सक्नुहुने छ । यस्ता क्रियाकलापबाट विद्यार्थीहरूमा आफ्नो देश प्रती गौरव गर्ने बानीको विकासमा सहयोग पुऱ्याउन सकिन्छ ।

पाठ : ८ हाम्रा प्रेरणादायी राष्ट्रिय व्यक्तित्व

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित घन्टी : २

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
नेपालका प्रेरणादायक राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरूको खोजी गरी सम्मान गर्न र उनीहरूको कामबाट प्रेरणा लिन	– प्रेरणादायी राष्ट्रिय व्यक्तित्व योगमाया न्यौपाने, भानुभक्त आचार्य, कवि विद्यापति, योगी नरहरि नाथ, फाल्गुनन्द र शङ्खधर साख्वाको जीवनी र योगदान बताउन – प्रेरणादायी राष्ट्रिय व्यक्तित्वको योगदानबाट प्रेरणा लिन र सम्मान गर्न

२. पाठ परिचय

कतिपय मानिसहरूले आफ्नो जीवनमा राष्ट्रका लागि उल्लेखनीय योगदान गरेका हुन्छन् । यसरी राष्ट्रको गौरव बढाउने काम गर्ने व्यक्तिलाई राष्ट्रका हरेक नागरिकले सम्मान गर्छन् । ती व्यक्तिहरूको जीवनीबाट नागरिकहरूले राष्ट्रका लागि केही गर्ने प्रेरणा प्राप्त गर्दछन् । त्यसैले ती व्यक्तिहरूलाई प्रेरणादायी राष्ट्रिय व्यक्तित्व भनिन्छ । नेपालमा विभिन्न क्षेत्रमा योगदान पुर्‍याउने राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरूमध्ये यस पाठमा योगमाया न्यौपाने, भानुभक्त आचार्य, कवि विद्यापति, योगी नरहरिनाथ, फाल्गुनन्द लिङ्देन र शङ्खधर साख्वाको सङ्क्षिप्त जीवनी र योगदानको चर्चा गरिएको छ । राष्ट्रिय प्रेरणादायी व्यक्तित्वप्रति सम्मानको भाव जगाउनु र उनीहरूबाट प्रेरणा लिन प्रोत्साहित गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- योगमाया न्यौपाने, भानुभक्त आचार्य, कवि विद्यापति, योगी नरहरिनाथ, फाल्गुनन्द लिङ्देन र शङ्खधर साख्वाको फोटो वा भिडियो
- पाठमा उल्लिखित व्यक्तित्वहरूको योगदान लेखिएको चार्ट

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : योगमाया न्यौपाने, भानुभक्त आचार्य, कवि विद्यापति, योगी नरहरिनाथ, फाल्गुनन्द लिङ्देन र शङ्खधर साख्वाको चित्र देखाउँदै विद्यार्थीलाई ती चित्र कसका हुन् ? भनी पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीको प्रयासका लागि धन्यवाद दिँदै त्यसपछि उनीहरूको योगदान लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्दै प्रत्येकको जीवनी र योगदानबारे प्रकाश पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : कक्षालाई ६ ओटा समूहमा विभाजन गरी पाठमा दिइएका छ जना राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरू; योगमाया न्यौपाने, भानुभक्त आचार्य, कवि विद्यापति, योगी नरहरिनाथ, फाल्गुनन्द लिङ्देन र शङ्खधर साख्वाको बायोग्राफी तयार गर्न लगाई प्रत्येक समूहलाई पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । बायोग्राफी तयारीका लागि निम्न खाका दिनुहोस् :

नाम :
जन्ममिति :
जन्मस्थान :
माता, पिता :
बाल्यकाल :
शिक्षा :
मुख्य काम र योगदान :
मृत्यु :

क्रियाकलाप ३ : पाठमा दिइएका व्यक्तित्वहरूको सन्दर्भमा उनीहरूको जन्मस्थान, जन्म मिति, योगदानको क्षेत्र, मुख्य योगदान, उनीहरूबाट सिक्न सकिने कुरा, मृत्यु आदि विषयमा प्रश्न सोध्दै तातो आलु खेलका माध्यमबाट विद्यार्थीहरूलाई उत्तर बताउन लगाउनुहोस् । यस क्रममा गलत उत्तर आएमा त्यसलाई सच्याई सहयोग गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : आफ्नो समुदायमा रहेका प्रेरणादायी व्यक्तिहरू मध्ये कुनै दुईका सम्बन्धमा सोधखोज गरी उनीहरूको योगदानको विवरण तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५ : पात्र पहिचान खेल खेलाउनुहोस् । यसका लागि पाठमा पढाइएका कुनै एक जना पात्रको नाम कुनै विद्यार्थीको ढाडमा टाँस्न लगाउनुहोस् । उसलाई आफ्नो ढाडमा लेखिएको पात्रको नाम अनुमान हुने गरी प्रश्न भन्न लगाउनुहोस् । उसले भनेको अनुसार मिल्यो मिलेन बाँकी साथीहरूले हो वा होइन भन्नुपर्ने हुन्छ । जस्तै विद्यार्थीको ढाडमा कवि विद्यापति लेखिएको छ भने विद्यार्थीले थोरै विकल्पमा मिलाउने गरी अनुमान गर्दै प्रश्न सोध्नुपर्ने हुन्छ ।

के उनी साहित्यकार थिए ? के उनले मैथिली भाषा बोल्थे ? यसरी विभिन्न अनुमान गर्दै थोरै प्रश्नको आधारमा जसले पात्र पहिचान गर्न सक्यो ऊ नै विजयी हुने कुरा जानकारी गराउनुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

(क) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य : माथि दिएका राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरूको थप चित्र सङ्कलन गर्न लगाई उनीहरूको योगदानसमेत उल्लेख गरी चार्टपेपरमा विवरण तयार पारी कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र उत्कृष्ठ सिर्जनालाई सम्मान र प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

पाठ : ९ बाल क्लब

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित घन्टी : २**

पठ्यक्रममानिर्धारित कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
चरित्र निर्माणमा बालक्लबको भूमिका खोजी गर्न र सहभागी हुन ।	बाल क्लबको परिचय दिन र बाल विकासका लागि यसको महत्त्व उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

बालबालिकालाई शारीरिक, बौद्धिक र संवेगात्मक विकासका लागि उचित वातावरण र विभिन्न अबसरहरूको आवश्यकता पर्दछ । उनीहरू सङ्गठित हुनसके भने यस्ता अबसरहरू आफैँले सिर्जना गर्न सक्छन् । सङ्गठित भएमा उनीहरूले आफ्ना अधिकारका लागि सामूहिक रूपमा आवाज उठाउन सक्छन् । सामूहिक रूपमा खेलकुद, मनोरञ्जन र विभिन्न सिर्जनात्मक कार्यक्रममहरूको आयोजना गरी आफ्नो शारीरिक र बौद्धिक विकास गर्नुका साथै विभिन्न सिपहरू आर्जन गरी व्यक्तित्व विकास गर्न सक्छन् । यसै कुरालाई ध्यानमा राखी बाल बालिकालाई सङ्गठित गराउने उद्देश्यले बाल क्लब स्थापना गर्न थालिएको हो । बाल क्लबले बाल अधिकार हनन् र बाल हिंसाको विरोध गर्ने, बाल अधिकारको दावी गर्ने, जोखिममा परेका बालबालिकाको सहयोगका लागि पहल गर्ने, खेलकुद, मनोरञ्जन, साहित्यिक र सिर्जनात्मक कार्यक्रममहरूको आयोजना गर्ने, सामाजिक कार्यहरूमा सहभागिता जनाउने लगायतका कार्य गर्दछन् । यस्ता कार्यले अनुशासित र जिम्मेवार बनाई उनीहरूको व्यक्तित्व विकासमा सहयोग पुऱ्याउँछन् । विद्यार्थीहरूलाई बालक्लबका यिनै कार्यक्रममहरूसँग परिचित गराउँदै यसमा सहभागिताका लागि प्रेरित गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- बालक्लबका गतिविधि अङ्कित चित्र तथा भिडियो
- बालक्लबका गतिविधिसम्बन्धी समाचारको कटिङ्ग्स्

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

कियाकलाप १: तल दिइएको वा त्यस्तै घटना प्रस्तुत गरी सोधिएका प्रश्नहरूका सम्बन्धमा विभिन्न समूहमा छलफल गराई सङ्गठनको अवधारणा र आवश्यकता बोध गराउनुहोस् ।

घटना
साल्मीको विद्यालयमा खेलकुदका सामग्री छैनन् । विद्यालयमा खेलकुद नहुँदा विद्यार्थीहरू खुसी छैनन् । विद्यालयमा अरू पनि समस्याहरू छन् । शिक्षकहरूले विद्यार्थीलाई गाली गर्ने गर्नुहुन्छ । उनीहरूको गृहकार्य पनि राम्रोसँग मूल्याङ्कन हुँदैन । विद्यालयमा अतिरिक्त क्रियाकलापहरू गरिँदैन । कक्षाका कतिपय डेस्क र बेन्च भाँचिएका छन् । शौचालयमा पानी पनि छैन । साल्मी कक्षा ७ की मनिटर हुन् । एक दिन उनले विद्यालयका सबै समस्या प्रधानअध्यापकलाई सुनाइन् तर प्रधानअध्यापकले उनको कुरामा ध्यानै दिनु भएन ।

छलफलका लागि प्रश्न

(क) साल्मीको विद्यालयका समस्याहरू समाधान गर्न विद्यार्थीहरूले के गर्न सक्छन् ?

(ख) विद्यार्थीहरूले छलफलबाट प्रधान अध्यापकलाई अनुरोध आशयको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न सक्छन् । यदि त्यस्तो आशय नआएमा आफूँले सङ्केत गर्दै विद्यार्थीहरूलाई सामूहिक रूपमा अनुरोध गर्नुपर्छ भन्ने कुराको महसुस गराइदिनुहोस् र यसैमा आधारित भएर सङ्गठनको आवश्यकता र महत्त्वमाथि प्रकाश पारिदिनुहोस् ।

(ग) विद्यार्थीहरूलाई समुदायमा सञ्चालित युवाक्लब, आमासमूह, टोल विकास समितिलगायतका सङ्घसस्थाहरूका बारेमा जानकारी हुनसक्छ । यस विषयमा उनीहरूको अनुभव बताउन लगाउनुहोस् र बाल क्लब पनि ती संस्थाहरू जस्तै एउटा सङ्गठन हो भन्ने कुरा बुझाउँदै यसको परिचय यसले गर्न सक्ने कार्यहरू बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : बाल क्लबका गतिविधिसम्बन्धी समाचारको कटिङ कुनै विद्यार्थीलाई पढ्न लगाउनुहोस् । उक्त समाचारमा उल्लेख गरिएका मुख्य गतिविधि एक जना विद्यार्थीलाई बोर्डमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । तपाईंको विद्यालयमा बाल क्लब स्थापना भएको छ भने, कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई समाचारसमेतका आधारमा केही प्रश्न तयार गर्न लगाई बाल क्लबका अध्यक्ष वा सहजकर्ता शिक्षक लाई कक्षामै बोलाई अन्तरवार्ता लिन लगाउनुहोस् । अन्तरवार्ताबाट प्राप्त जानकारी सबै विद्यार्थीलाई बुँदागत रूपमा उतारेर अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ : बाल क्लबका गतिविधि झल्किने चित्र तथा भिडियो प्रदर्शन गरी क्लबले सञ्चालन गर्न सक्ने कार्यक्रमहरू सम्बन्धमा छलफल गराई विद्यार्थीहरूले प्रस्तुत गरेका निष्कर्षमा आवश्यक थपघट र परिमार्जन गर्दै बोर्डमा सूचीबद्ध गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ ३-४ जना विद्यार्थीको समूह बनाई कक्षामा बालबालिकाको “व्यक्तित्व विकास र

अधिकारको संरक्षणमा बाल क्लबको भूमिका” शीर्षकमा भाषण कला प्रतियोगिता Oratation Contest आयोजना गर्ने जिम्मेवारी दिनुहोस् ।

विद्यार्थीले गरेको भाषण कला प्रतियोगिताको मूल्याङ्कन पनि उनीहरूबाटै गर्ने व्यवस्था मिलाई निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस्

भाषण कला प्रतियोगिता (मूल्याङ्कन फाराम)						
क्रम. सं	प्रतियोगीको नाम	सम्बोधन (५)	भाषा र प्रस्तुतीकरण शैली (५)	हाउभाउ (५)	विषयवस्तु (२५)	जम्मा (४०)

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

(क) उनीहरूले गरेको भाषण कलामा उनीहरूको सक्रियता, सहभागिता, वाकपटुता, विषयवस्तुको सङ्गठन, प्रस्तुतीकरण र हाउभाउको मूल्याङ्कन गरी पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(ख) पाठ्यपुस्तकका अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नको आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. थप पाठ्यसामग्री

बाल क्लब बालबालिकालाई सङ्गठित गरी उनीहरूको शारीरिक वौद्धिक र संवेगात्मक विकासमा सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्यले बालबालिकाद्वारा स्थापना गरिने संस्था हुन् । टोल, वडा, विद्यालय र नगर वा गाउँपालिस्तरमा २५ जना बालबालिकाको सहभागितामा बाल क्लब स्थापना गर्न सकिने व्यवस्था छ । बाल क्लब सञ्चालनमा सहजीकरण गर्नका लागि एक जना शिक्षक वा वयस्क सहजकर्तासमेत रहने व्यवस्था छ । बालक्लबको नेतृत्त्व बालबालिकाहरूले नै गर्दछन् । क्लबमा ९ देखि आवश्यकताअनुसार १५ जनासम्म सदस्य रहने गरी कार्य समिति गठन गर्न सकिन्छ । बाल क्लबले बाल अधिकारको प्रचार प्रसार, अनुगमन, व्यक्तित्व विकासका कार्यक्रमम, जोखिममा परेका बाल बालिकाहरूको सहयोगका लागि पहल, सामुदायिक कार्यमा सहभागिता, बाल सरोकारका विषयमाथि छलफललगायतका कार्यक्रम आयोजना गर्दछन् ।

एकाइ- तीन   नागरिक चेतना, अधिकार र कर्तव्य

पाठ १ : राज्यका आधारभूत तत्त्वहरू

१. सिकाइ उपलब्धि   **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेका कक्षगता सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
राज्यका आधारभूत तत्त्वहरू पहिचान गर्न	– राज्यको अर्थ बताउन – राज्यको उत्पत्ति सम्बन्धमा बताउन – राज्यका आधारभूत तत्त्वहरू पहिचान गर्न

२. पाठ परिचय

व्यक्ति व्यक्ति मिलेर परिवार बन्छ । परिवार मिलेर समुदाय बन्छ भने समुदाय हुदै राज्यको स्वरूप निर्माण हुन्छ । राज्यलाई समुदायको पनि समुदाय पनि भनिन्छ । सामान्य तथा निश्चित भूभागमा फैलिएको राजनीतिक इकाइ नै राज्य हो । राज्य भित्र विभिन्न जात जाति, बर्ण, लिङ्ग र समुदायका मानिसहरूको बसोबास हुन्छ । इतिहासमा राज्यको सुरुवातको यकिन तिथिमिति नभए तापनि मानव समुदायको विकासक्रमसँगै राज्यको उत्पत्ति भएको मान्न सकिन्छ । राज्य निश्चित भौगोलिक सीमामा आबद्ध मानिसको आवश्यकता पूरा गर्ने राजनितिक स्वरूपको सङ्गठन हो । निश्चित भूगोल, त्यहाँ बसोबास गर्ने मानिस र सरकारको समस्टिगत स्वरूप नै राज्य हो । राज्यसँग सर्वोच्च शक्ति निहित रहेको हुन्छ । राज्यले आफ्नो राज्य संयन्त्रमार्फत शक्तिको प्रयोग गर्दछ । राष्ट्र भनेको एउटा क्षेत्र हो जहाँ सबै जनता एउटै सरकारको नेतृत्वमा हुन्छन् । राज्यका आधारभूत तत्त्वअन्तर्गत भूमि, जनसङ्ख्या, सरकार, सार्वभौमसत्ता, संविधान रहेका हुन्छन् ।

राज्य हुनका लागि आफ्नै भूमि आवश्यक पर्छ । राज्य निश्चित भौगोलिक क्षेत्रमा फैलिएको हुन्छ । यो राज्यको लागि अनिवार्य तत्त्व हो । जनसङ्ख्यालाई राज्यको प्राण भनिन्छ । भूमि छ तर जनसङख्या छैन भने भूमिको अर्थ हुदैन । जनसङ्ख्या र भूमि भएपछि मात्र राज्यले स्वरूप प्राप्त गर्दछ । राज्यको अर्को तत्त्व सरकार हो । सरकार शक्तिको परिचालन गर्ने संस्था हो । राज्यको इच्छालाई मूर्त रूप दिने काम सरकारले नै गर्दछ । राज्यसँग जमिन, जनता, र सरकार मात्र भएर हुँदैन । राज्यसँग आफ्नो सिमाना भित्रको हरेक कुरामा निर्णय गर्ने अधिकार र निर्णय गर्ने क्षमता प्राप्त हुनुपर्छ । संविधान देशको मूल कानुन हो । राज्य शक्तिको बाँडफाँड गर्ने काम संविधानमार्फत हुन्छ । राज्य हुन सार्वभौम सत्ता पनि आवश्यक तत्त्व मानिन्छ । यस पाठमा राज्यका यिनै स्वरूपहरूको चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- नेपालको नक्सा
- राज्यको अवधारणा लेखिएको चार्ट
- राज्यका आधारभूत तत्त्वहरू उल्लिखित चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड आदि

३. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप-१

सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई राज्य भनेको के हो ? राज्य के लाई भनिन्छ ? जस्ता प्रश्न सोध्नुहोस् । केही समय विद्यार्थीहरूलाई सोच्ने समय प्रदान गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूको जवाफलाई टिपोट गर्नुहोस् र उनीहरूको जवाफ समावेश गर्दै राज्यको अवधारणा लेखिएको चार्ट प्रस्तुत गर्दै छलफल गराउनुहोस् र अवधारणा प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-२

पाठ्यपुस्तकमा दिइएको जस्तै विभिन्न जातजातिका मानिसहरू भएको नेपालको नक्सा प्रस्तुत गर्नुहोस् र नक्साभित्र विभिन्न जातजातिका मानिसहरू किन समावेश गरिएको होला भनी प्रश्न गर्नुहोस् । विद्यार्थीबाट प्राप्त जवाफसहित राज्यको अवधारणा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप-३

नेपालको संविधानले उल्लेख गरेको रास्ट्रको परिभाषा लेखिएको चार्ट प्रस्तुत गर्दै छलफल गर्नुहोस् । परिभाषामा उल्लिखित विषयवस्तुलाई विभिन्न उदाहरण दिँदै स्पष्ट पार्नुहोस् ।

नेपाल स्वतन्त्र, अविभाज्य, सार्वभौमसत्तासम्पन्न, धर्मनिरपेक्ष, समावेशी, लोकतन्त्रात्मक, समाजवाद उन्मुख, सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक राज्य हो ।

क्रियाकलाप-४

विद्यार्थीको पाँच समूह बनाउनुहोस् । प्रत्यक समूहलाई राज्यका निम्नलिखित आधारभूत तत्त्वहरूका सम्बन्धमा पाठ्यपुस्तक तथा सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गरी बुँदा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । पालैपालो प्रत्येक समूहलाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

समूह क : भूमि

समूह ख : जनसङ्ख्या

समूह ग : सरकार

समूह घ : सार्वभौमसत्ता

समूह ङ : संविधान

क्रियाकलाप-५

राज्यका आधारभूत तत्त्वहरूका सम्बन्धमा तयार पारिएको चार्ट अथवा कम्प्युटर स्लाइड प्रस्तुत गरी छलफल गर्नुहोस् र स्लाइड बन्द गरेर सम्झिएका बुँदा टिपोट गर्न लगाई पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

स्लाइडको नमुना

- राज्य हुनका लागि भूमि सबैभन्दा पहिलो तत्त्व हो ।
- हरेक राज्यसँग भूमि अनिवार्य हुनुपर्छ ।
- भूमि राज्यको भौतिक आधार हो ।
- भूमिमा मानविय गतिविधिहरू सञ्चालन गरिन्छ ।
- भूमि राज्यको शरीर जस्तै हो ।
- पर्याप्त भूमि भएमा राज्यले जनसङ्ख्यालाई क्रिमयाशील बनाउन सक्छ ।

क्रियाकलाप-६

विद्यार्थीहरूलाई तल दिइएको तरिका अपनाई अब मेरो पालो (Pens in the middle) भन्ने क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरि समूहका सदस्यलाई आफ्नो बेन्च अगाडि आफ्नो कलम वा डटपेन वा सिसाकलम राख्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले म एउटा प्रश्न भन्छु, तपाईंहरूले पालैपालो त्यसको उत्तर दिनुपर्नेछ । उत्तर मिलाएमा आफ्नो कलम फिर्ता लान सक्नु हुने छ भनी निर्देशन दिनुहोस्, जस्तै राज्य भनेको के हो ? अब विद्यार्थीले पालैपालो राज्यको अवधारणा बताउनु पर्ने छ । सही उत्तर नभनेमा कलम फिर्ता लान पाइँदैन । अन्तिमसम्म पनि कलम फिर्ता लान नसक्नेलाई साथीहरूले सहयोग गरी फिर्ता लाने वातावरण तयार पर्नुपर्ने छ ।
- यो काम सबै समूहमा एकै चोटी गर्नुपर्ने छ ।
- फेरि विद्यार्थीलाई पहिले झैँ कलम वा डटपेन अगाडि राख्न लगाउनुहोस् र दोस्रो प्रश्न सोध्नुहोस् जस्तै राज्यका आधारभूत तत्त्वहरूमध्ये कुनै दुई तत्त्व बताउनुहोस । अगिको प्रक्रिया झैँ विद्यार्थीले क्रियाकलाप गर्नुपर्ने हुन्छ । शिक्षकले आवश्यकताअनुसार अरू प्रश्न यसै गरी सोध्न सकिने छ र विद्यार्थीले पनि माथिका तरिकाले झैँ क्रियाकलाप गर्नुपर्ने हुन्छ ।

५.मूल्याङ्कन /प्रतिबिम्बन

१.क्रियाकलाप सँग सँगै विद्यार्थीको मूल्याङ्कन पनि गर्दै जानुपर्छ । मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा विद्यार्थीले दिइएको कार्य गरे नगरेको समूहमा सङ्लग्न भए नभएको, उद्देश्यअनुसार सिके नसिकेको आदि शिक्षकले अवलोकन गर्नुपर्छ । यसका लागि समूह कार्य र प्रस्तुतीकरणको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्न निम्नअनुसारको तालिका प्रयोग गर्नुहोस् ।

क्र.स.	नाम, थर	समूह कार्यमा सहभागिता			सक्रियता			प्रस्तुतीकरण		
		धेरै राम्रो	राम्रो	सुधार गर्नुपर्ने	धेरै राम्रो	राम्रो	सुधार गर्नुपर्ने	धेरै राम्रो	राम्रो	सुधार गर्नुपर्ने

धेरै राम्रो (३) राम्रो (२) सुधार गर्नुपर्ने (१)

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार गरी उपचारात्मक शिक्षण क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. थप अध्ययन सामग्री

नेपालको वर्तमान संविधानको पुस्तक वा अन्य सन्दर्भ सामग्री

पाठ -२ लोकतान्त्रिक संस्कार

१ सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
लोकतान्त्रिक संस्कारको पालना गर्न	– लोकतान्त्रिक संस्कारको परिचय दिन – लोकतान्त्रिक संस्कारको उपयोग गर्न – लोकतान्त्रिक संस्कारको विकास गर्न अबलम्बन गर्नुपर्ने उपायहरू खोजी गर्न

२.पाठ परिचय

लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यता र पद्धितको असल अभ्यास र व्यवहारलाई नै लोकतान्त्रिक संस्कार भनिन्छ। व्यक्ति, समाज र राष्ट्रले अबलम्बन गर्ने असल व्यवहार वा असल अभ्यासले समाज र देशमा लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यताको विकास गर्न मदत गर्छ। हामीले सबैसँग असल बानी व्यवहार गर्नु र अरूको विचारको सम्मान गर्नु लोकतान्त्रिक संस्कार हो। हामीले विभिन्न जात जाति, धर्म, संस्कार, संस्कृतिको सम्मान गर्नुपर्छ। अरूको अधिकारको सम्मान गर्नु पनि लोकतान्त्रिक संस्कार हो। बहुमत विचारको अबलम्बन र अल्पमतको सम्मान गर्नु पनि लोकतान्त्रिक संस्कार हो। हामी सबले कानुनको पालना गरेमा समाजमा लोकतान्त्रिक संस्कार कायम हुन्छ।

लोकतन्त्र भनेको यस्तो शासन हो जहाँ जनताले आफ्नो शासन गर्ने व्यक्ति आफूँ चुन्छन्। हाम्रो देश नेपाल पनि एक लोकतान्त्रिक रास्ट्र हो जहाँ नेपालीहरूले निर्वाचनका माध्ययमबाट शासनसत्ता सञ्चालनको लागि आफ्ना प्रतिनिधि आफूँले चुन्ने गर्दछन। यो लोकतान्त्रिक आचरणको अभ्यास हो। यसरी निर्वाचित गरेको सरकार नागरिकको हकहित प्रति जिम्मेवार हुन्छ। लोकतान्त्रिक संस्कारले नै कुनै पनि देशका नागरिकहरूलाई हक अधिकार प्रदान गरी उनीहरूलाई जिम्मेवार नागरिक बनाउने गर्दछ। साथै लोकतान्त्रिक संस्कारले देशमा शान्ति, समृद्धि, एकता र मेलमिलापको भावना विकास गराउँछ। यस पाठमा लोकतान्त्रिक संस्कारको परिचय, उपयोग तथा लोकतान्त्रिक संस्कारको विकास र अबलम्बन गर्नुपर्ने उपायहरू खोजी गर्नु मुख्य उद्देश्य रहेको छ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- लोकतान्त्रिक संस्कारको परिचय झल्काउने चित्र वा चार्ट
- लोकतान्त्रिक संस्कार उल्लेख भएको चार्ट अथवा कम्प्युटर स्लाइड
- लोकतान्त्रिक संस्कार कायम गर्ने उपायहरू झल्किने चित्र वा पोस्टर

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप -१

सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई दैनिक रूपमा गर्दै आएका व्यवहारहरू बताउन लगाउनु होस् । उनीहरूले भनेका केही महत्त्वपूर्ण व्यवहारहरू बोर्डमा टिपोट गर्नुहोस् । ती व्यवहारका सम्बन्धमा छलफल गर्दै लोकतान्त्रिक संस्कारको अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप -२

लोकतान्त्रिक संस्कार झल्किने चार्ट प्रदर्शन गर्दै प्रत्येकको उदाहरणहरू दिएर पालैपालो छलफल गर्नुहोस्, जस्तै :

- सबै मानिसलाई समान व्यवहार गर्नुपर्छ ।
- आफ्नो अधिकार खोज्दा अर्काको अधिकार हनन गर्नु हुँदैन ।
- अर्काको इच्छा विपरीत कार्य गर्नु हुदैन ।
- सहअस्तित्व, शान्ति र मेलमिलाप कायम गर्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप ३ : विद्यार्थीलाई आवश्यकताअनुसार समूह बनाउनुहोस् । प्रत्येक समूहलाई लोकतान्त्रिक संस्कारअन्तर्गत पर्ने र नपर्ने पाँचपाँचओटा कुराहरू लेखिएको तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । पालैपालो कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाई छलफल गर्नुहोस् र शिक्षकले छलफललाई निष्कर्षमा पुऱ्याउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : तलका व्यवहारहरू लोकत्तान्त्रिक संस्कारअन्तर्गत पर्छन् कि पर्दैनन् ? छुट्याउनु लगाउनुहोस् । सो कार्यको अवलोकन गरी आवश्यक परेमा सहजीकरण गर्नुहोस् ।

अरूको विचारको कदर गर्ने, साथीहरूसँग झगडा गर्ने ,बोल्दा पालो पर्खने
आफ्नो कुरा साथीहरूले मानेनन् भनेर रिसाउने, कक्षा मनिटर छान्दा भोट हाल्ने, कक्षामा अनुशासन पालना नगर्ने ,सल्लाहमा समूह प्रमुख छान्ने, साथीहरूलाई गाली गर्ने अरूको राम्रो कुराको समर्थन गर्ने समूहमा काम नगर्ने ,सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गर्ने, समूहमा काम नगर्ने, देशको नियम कानुन मान्ने, अरूलाई विभिन्न आधारमा घृणा गर्ने

क्रियाकलाप -५

लोकतान्त्रिक संस्कारकाअन्तर्गत पर्ने र नपर्ने कुराहरू सम्बन्धी एक एकओटा बुँदा लेखिएको मेटाकार्ड तयार पार्नुहोस् । सबै मेटाकार्डलाई एकै ठाउँमा छ्यासमिस पारेर एउटा ठुलो बट्टामा राखी प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एक मेटा कार्ड लिन लगाउनुहोस् । पाटीमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीलाई आफूसँग भएको कार्ड लोकतान्त्रिक संस्कारअन्तर्गत पर्ने वा नपर्ने पहिचान गरी उपयुक्त स्थानमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।

लोकत्तान्त्रिक संस्कारअन्तर्गत पर्ने	लोकत्तान्त्रिक संस्कारअन्तर्गत नपर्ने
कक्षा मनिटर छान्दा भोट हाल्ने	समूहमा काम नगर्ने

क्रियाकलाप -६

विद्यार्थीलाई आफ्नो कक्षामा के के लोकतान्त्रिक संस्कारका अभ्यास हुने गरेको छ भनी सामूहिक प्रश्न सोध्नुहोस् । सबलाई यो प्रश्नको उत्तर सोच्नका लागि केही समय दिनुहोस् । इच्छुक विद्यार्थीलाई उत्तर भन्ने अबसर दिनुहोस् । त्यसपछि लोकतान्त्रिक संस्कार कायम गर्ने उपायहरू झल्किने चित्र, पोस्टर प्रस्तुत गरि छलफल गर्नुहोस् । चित्र तथा पोस्टरहरू जस्तै : पालैपालो बोलेको, सामूहिक छलफलबाट निर्णय गरेको आदि ।

क्रियाकलाप -७

लोकतान्त्रिक संस्कार कायम गर्ने उपायहरू झल्किने खालको गित, कविता, कथा, किंम्बदन्ती, सुनाउनुहोस र विद्यार्थीहरूलाई पनि लेख्न लगाएर कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्, जस्तै :

हे.... के लाई भन्ने (लोकतान्त्रिक संस्कार)[२]

मानव मूल्यसहितको व्यवहार

(लोकतन्त्रमा)[२] भेदभाव नगर्नु जात लिङ्गमा

हे व्यवहार राम्रो (मित्रवत हाम्रो)[२]

सेवामुखी शासन क्या राम्रो

(लोकतान्त्रिक संस्कार)[२] हनन नगरौँ अरूको अधिकार

हे कानुनी शासन (सबले मान्नु)[२]

भाषा, धर्म, क्षेत्रलाई ख्याल राख्नु

(सबैको कर्तव्य)[२] छलफलबाट नै गरौँ निर्णय

हे कति राम्रो (लोकतान्त्रिक संस्कार)[२]

नागरिकद्वारा निर्वाचित हाम्रो सरकार

(लोकतान्त्रिक सरकार)[२] सबले मान्ने हो कानुनी सरकार

५.मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

(क) तलको श्रेणीमापनका आधारमा कक्षा क्रियाकलापको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

क्रम.स	**नाम,थर**	**सक्रियता**			**जिम्मेवारी बोध**			**विषयवस्तुसँगको तादाम्यता**		
		धेरै राम्रो	राम्रो	ठिकै	धेरै राम्रो	राम्रो	ठिकै	धेरै राम्रो	राम्रो	ठिकै

धेरै राम्रो (३) राम्रो (२) ठिकै (१)

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार गरी उपचारात्मक शिक्षण क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

पाठ-३ **हाम्रो संविधान**

१.सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टाः २**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
संविधानको परिचय दिँदै नेपालको वर्तमान संविधानको विशेषता उल्लेख गर्न	– संविधानको परिचय र प्रकार बताउन – संविधानको सम्मान गरी पालना गर्न – नेपालको वर्तमान संविधानका विशेषताहरूको सूची तयार पार्न

२.पाठ परिचय

संविधान राष्ट्रको मूल कानुन हो जसले सरकारको स्वरूप निर्धारण एवम् राज्य शक्तिको सीमाङ्कन गरी राज्यको काम कारबाहीलाई वैधता प्रदान गर्दछ । राष्ट्रमा सञ्चालित गैरसरकारी निकायहरू देशको नियम कानुनअनुसार सञ्चालन भएका हुन्छन् । राज्य र नागरिकको आवश्यकतालाई ख्याल गरेर कानुनको निर्माण गरिन्छ । देशमा शासन सञ्चालन गर्नका लागि बनाइएका नियम कानुन बन्ने आधार नै संविधान हो । संविधानको मूल मर्म र भावनाअनुसार ऐन कानुनको निर्माण गरिन्छ । त्यसैले संविधानलाई देशको मूल कानुन भनिएको हो । विश्वमा संविधानलाई मूल कानुन मानिन्छ र संविधानले निर्दिष्ट गरेअनुसार ऐन कानुन बनाइन्छ ।

संविधानका माध्यमबाट शासन प्रणाली सञ्चालन गर्ने वैधानिकता शासक वर्गलाई जनताले प्रदान गरेका हुन्छन । संविधान जनभावनाअनुसार निर्माण गरिएको खण्डमा टिकाउ हुन्छ र देशको शासन व्यवस्था पनि राम्रो हुन्छ । संविधानमा विविध विषयवस्तुहरू समेटिएका हुन्छन । देशको मूल भावना, मर्म र राजनीतिक पृष्ठभूमिको याख्या गरिएको हुन्छ । जनताको मौलिक अधिकार र दायित्व, सार्वभौमसत्ता तथा राजकीयसत्ता, देशको शासन प्रणाली, सरकार गठन, काम र कर्तव्य आदि संविधानमा उल्लेख गर्ने विषयवस्तु हुन् । विश्वका प्राय सबै राष्ट्रहरूले संविधान निर्माण गरी लागु गरेका छन् । बनोट र स्वरूपका आधारमा संविधानलाई विभिन्न प्रकारमा विभाजन गरिएको हुन्छ । लिपिबद्ध गरी किताबका रूपमा प्रकाशन गरिएको संविधानलाई लिखित संविधान भनिन्छ । लिपिबद्ध किताबका रूपमा नभई परम्परागत नियम कानुनका रूपमा रहेको संविधान अलिखित संविधान हो । हाम्रो देशको संविधान लिखित संविधान हो । जसको निर्माण संविधान सभामार्फत भएको हो । वि.सं २०७२ असोज ३ गते “नेपालको संविधान” जारी गरिएको हो । यस संविधानले सबै वर्ग,जति, क्षेत्र, भाषा, धर्म, लिङ्गका आधारमा समाजमा विद्यमान विभेद र असमानतालाई अन्त्य गरी मुलुकलाई आर्थिक समानता,समृद्धि र सामाजिक न्याय सुनिश्चित गर्ने बाटोमा अगि बढाएको छ । यस पाठमा संविधानको परिचय, प्रकार, संविधान प्रति सम्मान गर्ने उपायहरूको खोजी र नेपालको वर्तमान संविधानका विशेषताहरूका सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- घर परिवार तथा समुदायले पालना गर्ने नियमहरू झल्किने चार्ट तथा पोस्टर
- नेपालको संविधान
- संविधानको परिचय झल्किने चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड
- विभिन्न सालमा नेपालमा जारी भएका संविधान झल्किने चित्र
- नेपालको हालको संविधानका विशेषता झल्किने चित्र, चार्ट तथा भिडिओ क्लिप

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप-१ सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई घरमा पालना गर्ने केही नियमहरू सोध्नुहोस् र उनीहरूले दिएको उत्तरलाई बोर्डमा टिपोट गर्दै जानुहोस् । अन्त्यमा परिवारका सदस्यले पालना गर्ने नियमहरू लेखिएको चार्ट, पोस्टर अथवा कम्प्युटर स्लाइड प्रदर्शन गर्नुहोस्, जस्तै :

- अभिभावकले भनेको मान्नुपर्ने
- आफूभन्दा ठुलालाई आदर र सानालाई माया गर्नुपर्ने
- परिवारका सदस्यहरू एकआपसमा मिलेर बस्नु
- सबले आआफ्नो जिम्मेवारिको काम गर्नु आदि

क्रियाकलाप-२ घरपरिवारमा पालना गर्नु पर्ने नियम जस्तै विद्यालयमा पालना गर्नुपर्ने नियमहरू के के हुन् ? सोध्नुहोस् र दुई मिनेटको समय दिएर टिपोट गर्न लगाई पालैपालो सबै विद्यार्थीहरूलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप-३ घरपरिवार र विद्यालय सञ्चालनका लागि चाहिने नियम जस्तै समुदायलाई व्यवस्थित गर्न पनि विभिन्न नियमहरूको आवश्यकता पर्दछ । समाजमा पालना गर्नुपर्ने नियमहरूका सम्बन्धमा पनि छलफल गर्नुहोस्, जस्तै :

- समाजका सबै सदस्यलाई सम्मान गर्नुपर्ने
- सामाजमा प्रचलित गलत संस्कार, चालचलन हटाउन सहयोग गर्ने
- सार्बजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गर्ने
- आफ्नो समुदाय/ समाजलाई सधैँ सफा र स्वच्छ राख्नुपर्ने
- एकता मेलमिलाप र भाइचारा कायम गर्ने

क्रियाकलाप-४

घरपरिवार चल्न घरपरिवारको नियम, विद्यालय चल्न विद्यालयको नियम र समाज सञ्चालन गर्न समुदाय/समाजको नियम चाहिए जस्तै देश सञ्चालन गर्न पनि नियमको आवश्यकता पर्दछ । देश सञ्चालन गर्ने सर्वोच्च कानुनलाई संविधान भनिन्छ भनी संविधानको परिचय झल्किने संविधानको

किताब, चार्ट, अथवा कम्प्युटर स्लाइड प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् । प्रस्तुत गरिएको चार्ट अथवा कम्प्युटर स्लाइड पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र निम्न बुँदामा केन्द्रित भई पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-५

विद्यार्थीहरूलाई समूह छलफल विधिअनुसार ८ समूहमा विभाजन गरी नामाकरण गर्नुहोस् । संविधानका प्रकार झल्किने चार्ट प्रस्तुत गरी छलफल गर्नुहोस् । त्यसपछि समूहलाई संविधानका प्रकारमध्ये एक एकओटाको विशेषता लेख्नका लागि समय दिनुहोस् सबै समूहले विशेषता टिपोट गरिसकेपछि टोली प्रमुखमार्फत प्रस्तुत गर्ने लगाउनुहोस् र पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

समूह क - निर्मित संविधान

समूह ख - विकसित संविधान

समूह ग - लिखित संविधान

समूह घ - अलिखित संविधान

समूह ङ - कठोर संविधान

समूह च - नरम संविधान

समूह छ - एकात्मक संविधान

समूह ज - सङ्घात्मक संविधान

क्रियाकलाप-६

नेपालको वर्तमान संविधानका विशेषता झल्किने चित्र, चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइडमार्फत विभिन्न उदाहरण प्रस्तुत गर्दै छलफल गर्नुहोस् । विद्यार्थीलाई अगि भनेका विशेषता स्मरण गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले भनेका बुँदा बोर्डमा टिपोट गर्नुहोस् र पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-७

जिग्स विधिका माध्यमबाट नेपालको वर्तमान संविधानका विशेषताका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूको पाँच पाँच जनाको एक समूह हुने गरी मातृ समूह बनाउनुहोस् । प्रत्येक समूहका विद्यार्थीहरूलाई क्रमाङ्क दिएर एक एकको समूह ‘क’, दुई दुईको समूह ‘ख’ गर्दै पाँचओटा विज्ञ समूह बनाउनुहोस् ।

विज्ञ समूहलाई निम्नानुसारको विषयवस्तुमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । हरेक समूहको छलफलको विषयवस्तु फरक फरक हुनेछ ।

समूह क संविधान सभाबाट निर्मित संविधान र सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक शासन प्रणाली

समूह ख तीन तहको सरकार, मानव अधिकार र मौलिक हकको प्रत्याभूति

समूह ग आवधिक निर्वाचन, समतामुलक समाज निर्माणमा जोड

समूह घ विविधताको सम्मान, सार्वभौमसत्ता जनतामा निहित

समूह ङ राष्ट्रिय पहिचानमा जोड, धर्म निरपेक्षता

सबै समूहको छलफल सकिएपछि मातृ समूहमा फर्केर आफूले सिकेका कुरा आफ्ना समूहका साथीहरूलाई पालैपालो सिकाउन लगाउनुहोस् । शिक्षकले प्रत्येक समूहमा पुगेर आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् । मातृ समूहमा छलफल सकिएपछि हरेक समूहलाई प्रस्तुतीकरण गर्न, प्रश्नोत्तर गर्न वा हाजिरीजवाफ आदि गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

विद्यार्थीलाई प्रश्न बल (Question ball) खेलका माध्यमबाट विषयवस्तुमा अभ्यास गराउनुहोस् । सुरुमा संविधानप्रति सम्मान जनाउन के गर्नुपर्छ ? कुनै दुई उपाय भन्नुहोस् भनी कुनै प्रश्न गर्नुहोस् र बल कुनै एक जना विद्यार्थीलाई पास गर्नुहोस् । ती विद्यार्थीले उत्तर दिइसकेपछि उनलाई अर्को प्रश्न भन्न लगाउनुहोस् । जस्तै नेपालमा कति तहको सरकार छ ? उनलाई पनि अर्को साथीलाई बल पास गर्न लगाउनुहोस् । पालैपालो भर्खर पढेको विषयवस्तुमा केन्द्रित भई प्रश्न सोध्न र उतर दिन लगाउनुहोस् । बल पास गर्न पनि लगाउनुहोस् । जसको हातमा पुग्छ उसैलाई उत्तर भन्न लगाई पालैपालो उत्तर भन्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् । सम्भव भए खेलमा सबैलाई पालो पुऱ्याउनुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

(क) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अबसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार गरी उपचारात्मक शिक्षण क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

(ख) समूहकार्य गराउँदा निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

क्र. सं.	**नाम थर**	**सकियता / सहभागिता**			**प्रस्तुतीकरण**			**प्रश्नोत्तरमा संलग्नता**		
		३	२	१	३	२	१	३	२	१

धेरै राम्रो -३, राम्रो-२ , सुधार गर्नुपर्ने-१

(ग) निम्नलिखित प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन सकिन्छ ।

(क) संविधान भनेको के हो ?

(ख) नेपालको वर्तमान संविधान कहिले जारी भयो ?

(ग) स्वरूपका आधारमा संविधान कति प्रकारका हुन्छन् र के के हुन् ?

(घ) हाम्रो संविधानका कुनै पाँचओटा विशेषता उल्लेख गर्नुहोस् ।

६. थप अध्ययन सामाग्रीहरू

संविधानका प्रकारहरू

स्रोतका आधारमा : निर्मित संविधान, विकसित संविधान

दस्तावेजका स्वरूपका आधारमा : लिखित संविधान, अलिखित संविधान

संसोधन प्रक्रियाका आधारमा : लचिलो संविधान र कठोर संविधान

शक्ति विभाजनका आधारमा : एकात्मक संविधान , सङ्घात्मक संविधान

संविधानमा रहने विषयवस्तुहरू

- ☞ देशको मूल भावना, मर्म र राजनीतिक पृष्ठभूमिको व्याख्या
- ☞ सरकार प्रमुख र राष्ट्र प्रमुखको नियुक्ति काम र कर्तव्य
- ☞ जनताको मौलिक अधिकार र दायित्व
- ☞ सार्वभौमसत्ता र राजकीयसत्ता जनतामा हुनुपर्ने
- ☞ धर्म संस्कृति रितिरिवाजबारे व्याख्या
- ☞ विभिन्न संविधानिक निकायमा गरिने नियुक्ति प्रक्रिया
- ☞ जनभावनाको कदर आदि

पाठ ४ : मानव अधिकार र मौलिक हक

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
मानव अधिकार र मौलिक हकको अर्थ र परिभाषा बताउन	– मानव अधिकार र मौलिक हकहरूको परिचय दिन – मानव अधिकार र मौलिक हकबिच भिन्नता छुट्याउन – मानव अधिकार र मौलिक हकको उपयोग गर्न

२.पाठ परिचय

मानव अधिकार मानवले प्राप्त गर्ने अधिकार मानव अधिकार हो । मानव अधिकार एस्तो अधिकार हो जुन सबै मान्छेले केवल मानव भएको नाताले पाउँछन् । मानव मात्रले पाउने विश्वव्यापी रूपमा लागु हुने वा मान्य हुने अधिकार मानव अधिकार हो । मानव अधिकार अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि सम्झौताबाट सिर्जना हुन्छ । मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र मानव अधिकारलाई स्थापित गर्ने र दरिलो पार्ने एक मात्र आधार हो । मानव अधिकारलाई मानिसको आधारभूत अधिकार पनि भनिन्छ । मान्छेको जात, धर्म, सम्प्रदाय, राष्ट्रियता, उमेर, लिङ्ग, राजनीतिक विचार आदि जेसुकै भए तापनि सबलाई समान मानव अधिकारको हकको अभ्यास गर्ने अधिकार हुन्छ । मानव अधिकारको प्रकृति विश्वव्यापी, अभिभाज्य र अहरणीय हुन्छ ।

संयुक्त राष्ट्र सङ्घको महासभाले सन् १९४८ डिसेम्बर १० मा मानव अधिकार सम्बन्धित घोषणा पत्र जारी गरि विश्वका सबै मानिसहरूलाई समान अधिकारको प्रत्याभूति गरेको छ । उक्त घोषणापत्र कार्यान्वयन गर्न नेपालमा पनि सोसम्बन्धी कानुन बनाइएको छ । सोहीबमोजिम राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोगलगायत अन्य मानव अधिकारवादी संस्थाहरू क्रियाशील रहेका छन् ।

मौलिक हक, राज्यले आम जनताका लागि संविधानद्वारा प्रत्याभूत गरिएका अधिकारहरू नै मौलिक हक हो । अर्को शब्दमा भन्नु पर्दा राज्यको मूल कानुन संविधानमा व्यवस्था भएको र उल्लङ्घन भएमा कानुनी उपचारसम्बन्धी व्यवस्था पनि संविधानमा नै स्पष्ट व्यवस्था हुने हक मौलिक हक हो । यो एक प्रकारको राज्यका विरुद्ध नागरिकलाई प्राप्त हुने हक हो । राज्यको चाहना र पूरा गर्न सक्ने क्षमताका आधारमा नागरिकलाई प्रदान गरिएको हुन्छ । जुन राज्यको उच्च न्यायिक निकायबाट संरक्षणको व्यवस्था गरिएको हुन्छ । यस पाठमा मानव अधिकार र मौलिक हकको अवधारणा, मानव अधिकार र मौलिक हकको उपयोग तथा मानव अधिकार र मौलिक हकबिचको भिन्नताका सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- मानव अधिकारको अर्थ र परिभाषा उल्लेख गरिएको चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड
- मानव अधिकार सम्बन्धी घोषणापत्रले समेटेका क्षेत्रहरू उल्लेख गरिएको चार्ट, मेटाकार्ड तथा कम्प्युटर स्लाइड
- मौलिक हकको अर्थ र परिभाषा उल्लेख गरिएको चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड
- मौलिक हक उल्लेख गरिएको चार्ट
- मानव अधिकारको संरक्षणक क्षेत्रमा कार्यरत सङ्घ संस्थाहरूको परिचय झल्किने चित्र तथा फोटोहरू
- मानव अधिकार तथा मौलिक हकबिचको भिन्नता झल्किने चार्ट

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले कुन कुन अधिकार प्राप्त गर्दै आएका छन् भनी प्रश्न सोध्ने र प्राप्त गर्दै आएका अधिकारलाई जोड्दै मानव अधिकारको अवधारणा तथा परिचय झल्किने चार्ट अथवा कम्प्युटर स्लाइड प्रस्तुत गरी छलफल गर्नुहोस् र मुख्य मुख्य कुराहरू टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई तीन समूह बनाउनुहोस् । पहिलो समूहलाई मानव अधिकारका १० आोटा अधिकारका कुरा, दोस्रो समूहलाई १० ओटा र तेस्रो समूहलाई पनि १० ओटा कुराहरूका बारेमा पाठ्य पुस्तक तथा अन्य सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गरी समूहमा छलफल गरी टिपोट गर्ने लगाउनुहोस् ।

- तीनैओटा समूहलाई पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लाउनुहोस ।
- एक समूहको प्रस्तुतिमा अरू दुई समूहलाई पृष्ठपोषण दिन लगाउनुहोस् ।
- अन्त्यमा सबै समूहलाई आवश्यक पृष्ठपोषणसहित मानव अधिकारका ३० ओटा धारका बारेमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप-३ संविधानले व्यवस्था गरेका धारा १६ देखि ४६ सम्मका मौलिक हकहरूको सूची प्रदर्शन गर्दै प्रत्येक हकका सम्बन्धमा पालैपालो चित्र, फोटो, भिडिओ प्रदर्शन गर्दै प्रस्ट परिदिनुहोस । यस्ता संविधानमा नै उल्लेख भएका हक अधिकारलाई मौलिक हक भनिन्छ भनी प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-४: हाम्रो संविधानमा व्यवस्था भएका मौलिक हकहरूमध्ये एउटा कार्डमा एउटा हक र त्यसको छोटो व्याख्या लेखिएको मेटा कार्ड तयार पार्नुहोस् । प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड दिने । विद्यार्थी सङ्ख्या धेरै भएमा एउटै हकको दुईओटा कार्ड बनाउने । थोरै विद्यार्थी भएमा एक जनालाई दुई वा तीनओटा कार्ड दिने ।

- आधा विद्यार्थीलाई एक लाईनमा उभिन लगाउनुहोस् र तिनको सामुन्ने अर्को आधा विद्यार्थीलाई उभिन लगाउनुहोस् ।

- एक लाइनका विद्यार्थीलाई स्थिर र अर्को लाइनका विद्यार्थीलाई चलाइमान भनी तोक्नुहोस । चलाइमान लाइनका विद्यार्थी घन्टी बजेपछि दायातर्फ स्टेप सर्नुपर्ने र सबैभन्दा पछाडिको व्यक्ति निस्केर लाइनको पहिलो व्यक्ति भएको खाली ठाउँमा गएर बस्न निर्देशन दिने ।
- प्रत्यक ३० सेकेन्डमा घन्टी बज्ने छ ।
- लाइनमा आफ्नो अगाडि जो हुन्छ उनलाई आफ्नो कार्डमा लेखिएको कुरा सुनाउनु र आफूले पनि सामुन्नेको साथीको कुरा सुन्ने ।
- ३० सेकेन्ड सकिएपछि घन्टी बज्ने छ । चलाइमान लाइनका विद्यार्थीहरू दायाँतर्फ सर्ने छन् । यो क्रम सो लाइनका सबैको पालो नसकिएसम्म चलिरहन्छ ।

क्रियाकलाप ५ :पहिले मानव अधिकार तथा मौलिक हकको प्रयोग गर्न नपाएर जीवन कष्टकर भएको वा समस्यामा परेको र पछि मानव अधिकार तथा मौलिक हकको उपयोग गरी व्यक्तित्व विकासमा सहजता भएको गित, कथा प्रस्तुत गर्दै मानव अधिकार तथा मौलिक हकको उपयोग र महत्त्व सम्बन्धमा प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: मानव अधिकार र मौलिक हकबिचका भिन्नताहरू झल्किने चार्ट, कम्प्युटर स्लाइड प्रस्तुत गर्दै छलफल गर्नुहोस् । मुख्य मुख्य बुँदा टिपोट गर्न पनि लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप-७: मानव अधिकार र मौलिक हकबिचका भिन्नतासम्बन्धी एक एक ओटा बुँदा लेखिएका मेटाकार्ड तयार पर्ने, सबै मेटाकार्डलाई एकै ठाउँमा छ्यासमिस पारेर राख्ने । प्रत्यक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड लिन लगाउनुहोस् । बोर्डमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीले आफूसँग भएको कार्ड कुनसँग मिल्छ त्यसमा लगेर टास्न लगाउनुहोस् ।

मानवअधिकार	मौलिक हक

५. मूल्याङ्कन /प्रतिबिम्बन

१. समूह कार्य गराउँदा निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

क्र. सं	**नाम थर**	**सकियता / सहभागिता**			**प्रस्तुतीकरण**			**प्रश्नोत्तरमा संलग्नता**		
		३	२	१	३	२	१	३	२	१

उत्कृष्ट ३, मध्यम २ र सुधार गर्नु पर्ने १

२. विद्यार्थीहरूलाई निम्नलिखित प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन गराउन सकिन्छ :

(क) मानव अधिकार भनेको के हो ?

(ख) संयुक्त राष्ट्र सङ्घले मानव अधिकारसम्बन्धी घोषणापत्र कहिले जारी गरेको थियो ?

(ग) मौलिक हक भनेको के हो ?

(घ) तपाईंले उपयोग गर्ने कुनै पाँचओटा मौलिक हक उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) मानव अधिकार र मौलिक हकका बिच कुनै चार भिन्नता लेख्नुहोस् ।

६. थप पाठ्य सामग्रीहरू

मानव अधिकारसम्बन्धी घोषणापत्रले समेटेका केही क्षेत्रहरू

- सबै व्यक्तिहरू जन्मजात स्वतन्त्र हुन्छन
- कसैलाई कुनै पनि आधारमा भेदभाव गर्न पाइँदैन
- गाँस, बाँस, शिक्षा, स्वास्थलगाएतका आधारभूत आवश्यकताहरू सबले पूरा गर्न पाउनु पर्दछ
- नागरिकता प्राप्त गर्ने र मतदान गर्न पाउने अधिकार
- अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताको अधिकार
- समान कामका लागि समान ज्यालाको अधिकार
- काम, मनोरञ्जन र आरामको व्यवस्था
- आफ्नो देश भित्र स्वतन्त्रता पूर्वक हिँडडुल गर्न पौने अधिकार
- अन्याय भएमा कानुनी सहायता लिने अधिकार
- कुनै पनि व्यक्तिलाई दास बनाई राख्न, यातना दिन र अमानवीय व्यवहार गर्न पाइँदैन ।
- प्रत्येक व्यक्तिलाई राष्ट्रियताको अधिकार हुने छ ।

पाठ ५ : महिला अधिकार

१. सिकाइ उपलब्धि   अनुमानित कार्यघण्टा : २

पाठ्यक्रमले तोकेको सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
महिला अधिकारको परिचय दिन र महत्त्व बताउन	- महिला अधिकारको परिचय दिन - महिला अधिकारको आवश्यकता र महत्त्व बताउन

२. पाठ परिचय

यस पाठको सहजीकरण गर्नु अगि यो पाठ पढ्नु किन सान्दर्भिक छ ? यस पाठले विद्यार्थीलाई दिन खोजेका कुरा के के हुन् ? प्रस्ट पर्नु जरुरी हुन्छ । हाम्रो समाजमा पुरुषको अवस्थाभन्दा महिलाको अवस्था केही कमजोर छ । सामाजिक तथा आर्थिक हिसाबले पुरुषभन्दा महिला पछाडि परेका छन् । त्यसैले महिलाको हरेक पक्षबाट सुधार गर्न महिला अधिकारको ख्याल गर्नुपर्छ । महिला अधिकार भन्नाले हरेक महिलाले समाजमा स्वतन्त्रतापूर्वक बच्न पाउने हकलाई महिला अधिकार भनिन्छ । विना भेदभाव महिलाले आफ्नो विकास र प्रगति गर्न पाउने हकलाई महिला हक भनिन्छ ।

हाम्रो समाजमा अहिले पनि पुरुषको भन्दा महिलाको अवस्था कमजोर छ भन्ने कुरा पाठबाट पनि अबगत हुन्छ । एउटै परिवारका सदस्यहरूमा पनि अबसर पाएका पुरुषले बढी प्रगति गरेको र महिलाले अबसर प्राप्त गर्न नसकेको कुरा पाठमा दिइएको वक्तृत्वमा उल्लेख गरिएको छ । महिलाको अवस्था सुधार गर्न महिलाको भेदभाब उन्मूलन गर्ने महासन्धि १९७९ मा नेपालले पनि हस्ताक्षर गरेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि, महासन्धिमा जनाएको प्रतिबद्धतालाई कार्यान्वयन गर्न संविधान र कानुनमा विविध व्यवस्था अबलम्बन गरिएका कुराहरू पनि पाठमा उल्लेख गरिएको छ । यस पाठमा महिला अधिकारको परिचय, आवश्यकता र महत्त्वका सम्बन्धमा छलफल गरिएको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामाग्रीहरू

- महिला अधिकारको परिचय र महत्त्व झल्किने चार्ट, चित्र, भिडिओ क्लिप
- महिला अधिकारअन्तर्गत पर्ने अधिकार झल्किने चार्ट तथा भिडिओ आदि
- महिला अधिकारको आवश्यकता झल्किने तथ्याङ्कसहितको चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप-१

महिलाले आफ्नो अधिकारको सदुपयोग गरी आफ्नो जीवनमा सफलता हासिल गरेको कुनै एक कथा प्रस्तुत गर्दै छलफल सुरु गर्नुहोस् । कथामा महिलाले के के अधिकार पाएका रहेछन त्यस्तो अधिकार कसरी सदुपयोग गरेछन, अधिकार पाएर उनीहरूमा के के सकारात्मक प्रभाव परेको रहेछ भन्ने जस्ता प्रश्न गर्दै छलफल गराउनुहोस् । त्यसपछि महिला अधिकारको अवधारणा झल्किने चित्र, पोस्टर तथा चार्ट प्रस्तुत गर्दै महिला अधिकारका बारेमा प्रस्ट पार्नुहोस् । कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई कथामा भनिए

जस्तै अधिकारहरू तपाइँ र तपाइँको परिवारका महिलाहरूले पाएका छन् कि छैनन् भनी छलफल गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-२

महिला अधिकार उपयोग गरिरहेको चित्र, फोटो, भिडिओ प्रदर्शन गर्दै छलफल गराउनुहोस्, जस्तैः छात्राहरू विद्यालयमा पढ्दै गरेको, अफिसमा महिलाहरू काम गर्दै गरेको, आफ्नो अधिकार प्राप्तिका लागि र्‍याली निकालेको आदि । साथै महिलाले आफ्नो अधिकार नपाएमा कानुनी रूपमा अघि बढ्नु पर्छ । आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्दा अरूको अधिकारको हनन हुनु हुदैन भन्ने कुरामा सधै सचेत रहनुपर्छ भन्ने कुरा प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-३

महिलाले अधिकार उपयोग गर्ने नपाएर दुःख पाएको वा समस्यामा परेको र पछि महिला अधिकारको उपयोग गरेर सुख पाएको वा सन्तुष्टि बढेको कथा प्रस्तुत गर्दै महिला अधिकारको आवश्यकता र महत्त्व सम्बन्धमा प्रस्ट पार्नुहोस्, जस्तै :

हरिमायाका श्रीमान २० वर्षको उमेरमा बित्नु भयो । लाउँला खाउँला भन्ने उमेरमा श्रीमान बितेको पिडा त हरिमयालाई थियो नै साना दुई छोरीहरू हुर्काउनु पर्ने बाध्यता पनि उहाँलाई थियो । हरिमायाको पढाइ लेखाइ पनि थिएन । गाउँमा एकल महिलालाई हेर्ने समाजको नजर पनि कठोर नै थियो । बनीबुतो गर्दै छोरीहरूको पालन पोषण गर्नुभयो । छोरीहरू आफू जस्तै निरक्षर बन्ने भए, पढाउने आर्थिक हैसियत छैन भनेर उहाँ पिरोलिनु हुन्थ्यो । एक दिन पल्लो गाउँको विद्यालयमा पढाउने सुनिता मिसमार्फत छोरीहरूलाई निःशुल्क पढ्न मिल्छ, कापी कलम किन्न पनि छात्रवृत्ति आउँछ भन्ने कुरा सुन्नु भयो र छोरीहरूलाई विद्यालयमा भर्ना गर्नुभयो । दुवै छोरीहरूले मिहिनेत गरेर पढे । दुवैले गाउँकै विद्यालयबाट एसइई पास गरे । केही वर्षपछि उहाँका दुवै छोरीहरूले गाउँकै विद्यालयमा शिक्षण पेसा सुरु गरे । त्यसको केही समयपछि जेठी छोरी नामिताले शिक्षण पेसाबाट राजिनामा दिएर गाउँपालिकाको चुनावमा उपाध्यक्षमा चुनिनुभयो । अहिले हरिमायालाई गाउँलेहरूले सम्मानको भावले हेर्छन् । छोरीहरूको नामबाट उहाँ चिनिनु हुन्छ । छोरीहरूको प्रगति देखेर उहाँ निकै खुसी हुनुहुन्छ । अहिले हरिमायाको जीवन सहजताका साथ बितिरहेको छ ।

क्रियाकलाप-४

पाठ्यपुस्तकमा जस्तै “महिला अधिकारको आवश्यकता र महत्त्व” शीर्षकमा वक्तृत्वकलाको आयोजना गर्नुहोस् र महिला अधिकारका विषयमा छुटेका कुराहरूमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-५

विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घरमा भएका महिला सदस्यले महिला अधिकारअन्तर्गत पर्ने कुन कुन अधिकार उपयोग गर्नुभएको छ र कुन कुन अधिकार उपयोग गर्न पाउनु भएको छैन छलफल गरी तलको जस्तै तालिका बनाई भर्न लगाउनुहोस् ।

क्र.सं.	उपभोग गर्न पाएका अधिकारहरू	उपभोग गर्न नपाएका अधिकारहरू
१.	शिक्षा पाउने अधिकार	प्रजनन अधिकार

५. मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

(क) तलको जस्तै वा अभ्यासमा सोधिएका प्रश्नहरू सोधी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

- महिला अधिकार भनेको के हो ?
- महिला अधिकारअन्तर्गत कस्ता कस्ता अधिकारहरू पर्दछन् ?
- महिला अधिकारको महत्त्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

६. थप अध्ययन सामग्री

नेपालमा महिला सशक्तीकरणका लागि भएका प्रयासहरू

- नेपालको संविधानमा मौलिक हकका रूपमा महिलाको हकको व्यवस्था गरिएको
- संविधानमा नै लिङ्गका आधारमा कसैले कसैलाई भेदभाव गर्न नपाइने कुरा उल्लेख गरिएको
- महिलामाथिका सबै खाले भेदभाव अन्त्यका लागि संविधानमा नै राष्ट्रिय महिला आयोगको व्यवस्था गरिएको छ ।
- महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक मन्त्रालयको व्यवस्था गरिएको
- नेपाल सरकारले महिला माथिको भेदभाव उन्मूलन गर्ने महासन्धि सन् १९७९ मा हस्ताक्षर गरेको
- महिलाहरूका लागि विभिन्न सिपमूलक तालिमको व्यवस्था गरेको

पाठ-६ **प्रदेश सरकारका कार्य**

१.सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टाः २**

पाठ्यक्रममा उल्लेख भएको सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
प्रादेशिक सरकारका कार्यहरू उल्लेख गर्न	- प्रदेश व्यवस्थापिका र प्रदेश कार्यपालिकाको गठन प्रक्रिया खोजी गर्न - प्रदेश व्यवस्थापिका र प्रदेश कार्यपालिकाको काम, कर्तव्य र अधिकारको सूची तयार पार्न

२.पाठ परिचय

वर्तमान संविधानले राज्यलाई तीन तहमा विभाजन गरी अधिकारको बाँडफाँड गरिएको छ । नयाँ प्रशासनिक संरचनामा जानुको मुख्य उद्देश्य भनेको देशमा उपलब्ध साधनको समुचित प्रयोग गरी देशको विकासलाई तीव्रता दिन खोजिएको हो । नयाँ संरचनाअनुसार देशमा केन्द्र, प्रदेश र स्थानीय तह रहेका छन् । तीनै तहको काम संविधानले नै स्पष्ट किटान गरेको छ । यस पाठमा मुख्य रूपमा प्रदेश सरकारका कार्यहरूअन्तर्गत प्रदेश व्यवस्थापिका र प्रदेश कार्यपालिकाको गठन, काम कर्तव्य, अधिकार उल्लेख गरिएको छ ।

विद्यार्थीलाई नयाँ प्रशासनिक संरचनाको धारणाको विकास गर्न सिकाइ सहजीकरण गर्दा छलफल, प्रश्नोत्तर तथा अभिनयलगायतका विधिहरूको अबलम्बन गरी सिकाइ सहजीकरण गर्न सकिन्छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सङ्घीय शासन प्रणाली झल्किने चार्ट
- ७ ओटा प्रदेश छुट्याएको नेपालको नक्सा
- प्रदेश व्यवस्थापिका तथा कार्यपालिकाको गठन प्रक्रिया झल्किने चार्ट तथा भिडिओ
- प्रदेश व्यवस्थापिका तथा कार्यपालिकाको काम कर्तव्य झल्किने चार्ट तथा भिडिओ

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: हालको सङ्घीय संरचनाका सम्बन्धमा विद्यार्थीको पूर्वज्ञान कस्तो छ ? विद्यार्थीहरूलाई भन्न लगाउनुहोस् साथै सङ्घीय शासन प्रणालीमा केन्द्र सरकार, प्रदेश सरकार र स्थानीय सरकार रहने कुरा चार्टमार्फत छलफल एवम् अन्तरक्रिया गर्नुहोस् । उक्त सन्दर्भमा उनीहरू रहेको प्रदेशको नाम तथा स्थानीय तहको नाम पनि बताउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ :सात प्रदेशमा विभाजन गरिएको नेपालको नक्सा प्रदर्शन गरी विद्यार्थीहरूलाई हरेक प्रदेशको नक्साको बनोट र नाम भन्न लगाउनुहोस् । प्रदेशको नक्सा र नाम प्रस्ट पार्दै सातै प्रदेशमा

रहने प्रदेश व्यवस्थापिका र प्रदेश कार्यपालिकाका सम्बन्धमा छलफल तथा अन्तरक्रियामार्फत स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-३ प्रदेश व्यवस्थापिका गठन प्रक्रिया लेखिएको चार्टपेपर अथवा भिडिओ क्लिप प्रदर्शन गरी प्रदेश व्यवस्थापिका गठनसम्बन्धी अवधारणा स्पष्ट पार्नुहोस् र पाठ्यपुस्तक अध्ययन गर्न लगाई थप छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : कक्षाकोठालाई एउटा प्रदेश मान्नुहोस् । प्रदेश व्यवस्थापिका गठनका लागि केही विद्यार्थीलाई लिएर कम्तीमा दुईओटा दल बनाउन लगाउनुहोस् र नमुना निर्वाचन गराउनुहोस्

निर्वाचनका लागि निम्नानुसार गर्नुहोस् :

- कम्तीमा ८ जना इच्छुक उम्मेद्वार खडा गर्नुहोस् ।
- मतपेटिकाका रूपमा दुईओटा खाली कार्टुनको बाकस तयार पार्नुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीलाई दुईओटा कागजका टुक्रमा आफूलाई मन परेको उम्मेरद्वार र अर्कोमा पार्टीको नाम लेखेर मतपेटिकामा हाल्न लगाउनुहोस् ।
- बाँकी विद्यार्थीको सहभागितामा मत गणना गरेर बढी भोट ल्याउने ६ जना उम्मेरद्वारलाई विजयी घोषणा गर्नुहोस् । त्यसै गरी राजनीतिक दलले प्राप्त गरेको भोटका आधारमा चार जनालाई समानुपातिकमा विजयी भएको घोषणा गर्नुहोस् ।
- यसरी छानेका १० जना प्रतिनिधि प्रदेश व्यवस्थापिकाका सद्स्य हुन् र यसमा धेरै भोट ल्याएर विजयी ६ जना प्रत्यक्ष निर्वाचनबाट निर्वाचित हुन् भने ४ जना पार्टीलाई भोट दिएर विजयी भएका समानुपातिक हुन् भनी प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- यसैगरी ७ ओटा प्रदेशमा निर्वाचनमार्फत प्रदेश व्यवस्थापिका गठन हुन्छ भनी पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-५

- प्रदेश कर्यपालिकाको गठन झल्किने चार्ट वा भिडिओ प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- अघि प्रदेश व्यवस्थापिकामा विजयी भएका विद्यार्थीलाई कक्षामा अगाडि बोलाउनुहोस् र यी १० जना निर्वाचित सदस्यमध्येबाट बहुमत ल्याउने पार्टीबाट २० % भन्दा बढी नहुने गरी मुख्य मन्त्री, मन्त्री, राज्यमन्त्री र सहायक मन्त्री चुन्न लगाउनुहोस् ।
- मुख्यमन्त्री नियुक्त गर्न प्रदेश प्रमुख पनि छान्नुहोस् । यसै गरी प्रदेश कार्यपालिका पनि गठन हुन्छ भनी स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: कक्षालाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एउटा समूहलाई प्रदेश व्यवस्थापिका र अर्को समूहलाई प्रदेश कार्यपालिकाको गठन प्रक्रिमयाको उल्लिखित चार्ट बनाउन लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७: प्रदेश व्यवस्थापिका र प्रदेश कार्यपालिकाका कामहरू झल्किने चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड प्रदर्शन गरी छलफल तथा अन्तरक्रिया गर्नुहोस् र मुख्य मुख्य कार्यहरू टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८: प्रदेश व्यवस्थापिका र प्रदेश कार्यपालिकाका कार्यहरूसम्बन्धी एक एकओटा बुँदा लेखिएको मेटाकार्ड तयार पारी सबै मेटाकार्डलाई एकै ठाउमा छ्यासमिस गरेर राख्नुहोस् । प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड लिन लगाउनुहोस् । बोर्डमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीसँग भएको कार्ड कुनसँग मिल्छ त्यसमा लगेर टेपले टाँस्न लगाउनुहोस् ।

प्रदेश व्यवस्थापिकाका कार्यहरू	प्रदेश कार्यपालिकाका कार्यहरू
प्रदेश सरकार गठन गर्ने	प्रदेश प्रशासन र शान्ति सुरक्षा

५.मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

(क) अभ्यासमा दिइएका र निम्नलिखित प्रश्नहरूमा आधारित भई विद्यार्थीहरूको सिकाइ मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

१. ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(क) प्रदेशमा प्रदेश सभा र प्रदेश सरकार रहन्छन् ।

(ख) प्रदेश कार्यपालिकाको गठन प्रतिनिधि सभाबाट हुन्छ ।

(ग) प्रदेश सभाले प्रदेशअन्तर्गतको कानुन निर्माण गर्छ ।

(घ) प्रदेशमा प्रत्यक्ष तर्फ ६०% र समानुपातिकतर्फबाट ४०% सदस्य चुनिन्छन् ।

२. प्रदेश व्यवस्थापिकाको परिचय दिनुहोस् ।

३. प्रदेश कार्यपालिकाका प्रमुखलाई के भनिन्छ ?

४. मुख्यमन्त्रीको नियुक्तिम कसले गर्दछ ?

५. प्रदेश ब्यबस्थापिकाका कुनै चारओटा कार्यहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

६. प्रदेश सभामा कुन कुन निर्वाचन प्रणालीबाट सदस्यहरू निर्वाचित हुन्छन् ?

६. थप अध्ययन सामग्री

प्रदेश सभा सञ्चालनको भिडिओ:https://www.youtube.com

पाठ-७ सुरक्षा निकाय

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमित कार्य घण्टाः २**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
सुरक्षा निकायको भूमिका बताउन	– हाम्रा सुरक्षा निकायहरूको परिचय दिन – नेपाली सेना, प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी र विशेष प्रहरीले शान्ति सुरक्षामा पुऱ्याएको योगदानको खोजी गर्न

२.पाठ परिचय

सुरक्षा बहुआयामिक विषय भएकोले यसले मुलुकको सार्वभौमसत्ता, राष्ट्रिय अखण्डता, मौलिक, सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक र मानवीय पक्षलाई समेट्छ । यी क्षेत्रहरूमा उत्पन्न हुने समस्या र जोखिमलाई न्यूनीकरण गर्दै राष्ट्रिय हितको रक्षा गर्नु सुरक्षा हो । यस पाठमा मानिसको जिउ र धनको रक्षा गर्ने, समाज र समुदायलाई बाह्य दबाबबाट मुक्त राख्ने र देश र जनताको रक्षा गर्ने सुरक्षा निकाय र यी निकायले सम्पादन गर्ने कार्यहरूको उल्लेख गरिएको छ । त्यसैले सुरक्षा निकायको परिचयसहित उनीहरूका कार्यहरू र सुरक्षा निकाय प्रति विद्यार्थीको सकारात्मक धारणाको विकास गर्न यो पाठले मदत गर्दछ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सुरक्षा निकायको परिचय उल्लिखित चार्ट
- सुरक्षा निकायले गरेका कार्यहरू झल्किने चार्ट तथा भिडिओ
- सुरक्षा निकायले पुऱ्याएको योगदानसँग सम्बन्धित समाचारका नमुना आदि

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: सर्वप्रथम कक्षामा चार्टमा तयार पारिएका प्रश्नहरू प्रदर्शन गरी विद्यार्थीलाई जवाफ खोज्न लगाई कक्षाको सुरुआत गर्नुहोस्, जस्तै :

- कोही व्यक्ति मेला, पर्व, जात्रामा हराए भने कसले खोजी दिन्छ ?
- बाटोबन्द भएमा खोल्ने काममा कसले सहयोग गर्दछ ?
- चोरी भएमा कसलाई उजुरी गर्नुपर्छ ?
- अरू देशले आक्रममण गरे भने देशको रक्षा कसले गर्छ ?

क्रियाकलाप:२ अब हाम्रो देशमा कार्यरत विभिन्न सुरक्षा निकायहरूको पहिचान झल्किने फोटो प्रदर्शन गरी विद्यार्थीलाई पहिचान गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस्, जस्तै : ट्राफिक प्रहरी, नेपाली सेना आदि ।

क्रियाकलाप ३: सुरक्षा निकायले गरेका कार्यहरू झल्किने विभिन्न खालका फोटो, चित्र तथा कम्प्युटर स्लाइडहरू प्रदर्शन गरी छलफल तथा अन्तरक्रिया गर्नुहोस् । सोसम्बन्धी मुख्य बुँदा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४:कक्षाका विद्यार्थीलाई समूह अनुसन्धान विधि (Group Investigation Method) को प्रयोगबाट पाठ्यपुस्तकमा दिइएका सुरक्षा निकायका बारेमा विषयवस्तु अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

- यसका लागि विद्यार्थीहरूलाई चारओटा समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एउटा समूहलाई नेपाली सेना, दोस्रोलाई नेपाल प्रहरी, तेस्रोलाई समूहलाई सशस्त्र प्रहरीसम्बन्धी विषयवस्तु र यिनीहरूले गर्ने कार्यहरू अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । चौथो समूहलाई राष्ट्रिय अनुसन्धान विभागका सम्बन्धमा सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् र कक्षामा हरेक समूहको टोली प्रमुखलाई पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।

पहिलो समूह : नेपाली सेना र यसका कार्यहरू

दोस्रो समूह : नेपाल प्रहरी र यसका कार्यहरू

तेस्रो समूह : सशस्त्र प्रहरी र यसका कार्यहरू

चौथो समूह : राष्ट्रिय अनुसन्धान विभाग विशेष प्रहरी र यसका कार्यहरू

- यी माथि दिइएका शीर्षकमा केन्द्रित रहेर समूहले गरेको टिपोट कक्षामा पालैपालो प्रस्तुतीकरण गरिसकेपछि एक समूहको प्रस्तुतिमा अन्य समूहलाई आवश्यक पृष्ठपोषण दिन लगाउनुहोस् ।
- अन्त्यमा शिक्षकले सबै समूहलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दै आवश्यक सल्लाह सुझाव र पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: पाठमा दिइए जस्तै विभिन्न सुरक्षा निकायले सम्पादन गरेका कार्यहरूका सम्बन्धमा समाचार सङ्कलन गरेर अथवा समाचारको नमुना तयार गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

निम्नलिखित प्रश्नहरूमा आधारित भई विद्यार्थीको सिकाइ उपलब्धिको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

१. सुरक्षा निकायको अभावमा हामी सुरक्षित हुन सक्दैनौँ ।

२. विशेष प्रहरीले अपराधीको खोजी गर्छ ।

३. नेपाल प्रहरीले विदेशी सेनासँग लडाइ गर्छ ।

४. सशस्त्र प्रहरीले सिमानाको सुरक्षा गर्छ ।

५. नेपाली सेनाले विश्वमा शान्ति स्थापनामा सहयोग गर्दै आएको छ ।

(ख) सुरक्षा निकाय केलाई भनिन्छ ?

(ग) नेपालका प्रमुख सुरक्षा निकायहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(घ) नेपाल प्रहरीका कार्यहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) नेपाली सेनाको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(च) तपाईंलाई बढी मन पर्ने सुरक्षा निकाय कुन हो ? किन ? आफ्नो विचार व्यक्त गर्नुहोस् ।

एकाइ ४ सामाजिक समस्या र समाधान

पाठ १: सभ्य समाज

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सामाजिक विकृति, समस्याका कारण र असरप्रति सचेत भई समाधानका.उपायहरू अबलम्बन गर्न	– सभ्य समाजको अवधारणा बताउन – सभ्य समाज निर्माणका बाधाहरू पहिचान गर्न – समस्या समाधानका उपायहरू अबलम्बन गर्न

२. पाठ परिचय

प्रगतिपथतिर लम्किँदै गरेको शिक्षित र मानवीय गुण तथा आचरण भएको समाज सभ्य समाज हो । यस्तो समाजमा सचेत र जिम्मेवार नागरिकहरू हुन्छन् । सभ्य समाजमा सामाजिक विकृतिहरू हुँदैनन् । सभ्य समाज निर्माण सजिलो र सहज कार्य होइन् । सभ्य समाज निर्माणमा धेरै चुनौती र बाधाहरू हुन्छन्, जस्तैः असमानता, निरक्षरता, सामाजिक विकृति, विभेद र शोषण आदि । सभ्य समाज निर्माणका लागि यी बाधाहरूले नै सामाजिक समस्याहरू सिर्जना गरेका हुन्छन् । यी बाधाहरूलाई पहिचान गरी समयमा नै निराकरण गर्नुपर्छ । सामाजिक समस्याका कारण पत्ता लगाई सभ्य समाजको निर्माणमा सहयोग गर्ने विद्यार्थी तयार गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- सभ्य समाजको परिचय र बाधाहरू लेखिएको चार्ट
- असमानता, निरक्षरता, सामाजिक विभेद र शोषणले समाजमा पारेको असर देखाउने चित्र ,तालिका, भिडियो आदि ।

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

आफ्नो समाजमा के के राम्रा पक्षहरू छन् भनी विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत रूपमा टिप्न लगाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीले दिएको जवाफलाई समेट्दै अनुशासित, अन्याय, शोषण र भेदभाव नहुने, सबैको जीवन सुरक्षित हुने, विश्वास, सहयोग र सहकार्य हुने तथा अन्धविश्वास र कुरीति विहीन समाज सभ्य समाज हो भनी विभिन्न उदाहरण दिँदै सभ्य समाजको अवधारणा प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

विद्यार्थीलाई विभिन्न समूह बनाई आफ्नो वरपर घटेका सामाजिक विभेद र शोषणका घटना सम्बन्धमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि त्यस्तै घटनासम्बन्धी अडियोभिडियो सामग्री प्रदर्शन गर्दै सामाजीक विभेद तया शोषणका कारण समाजमा के कस्तो असर पर्छ भनी केही विद्यार्थीलाई सोध्नुहोस् । उनीहरूबाट आएको जवाफसमेत समेट्दै व्यक्तिहरूले प्रगति गर्न नसक्ने र समाज अशान्त हुने कुरा विभिन्न समसामयीक उदाहरणबाट प्रस्ट गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

बोर्डमा विभिन्न असमानता झल्काउने शब्द लेख्नुहोस् जस्तै : लैङ्गिक विभेद, जातीय विभेद ,वर्गीय विभेद आदि । यी विभेदले समाजमा के कस्ता समस्या सिर्जना हुन सक्छन् भनी विद्यार्थीलाई आफ्ना धारण व्यक्त गर्न प्रेरित् गर्नुहोस् । उनीहरूबाट आएका जवाफसमेत समेट्दै असमानताले समाजमा बेमेल सिर्जना गरी झगडा अपराध, विकृति आदि बढाउने कुरा विभिन्न उदाहरण दिँदै समाजमा असमानता रहेसम्म सभ्य समाज बन्न नसक्ने कुरा स्पष्ट पारिदिनुहोस् । यस्ता असमानताहरू हटाउन समाजका सदस्यहरू क्रियाशील हुनुपर्ने सन्दर्भसमेत स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

विद्यार्थीलाई निरक्षरताले व्यक्ति र समाजमा पारेको असर झल्काउने कुनै कथा वा गीत वा घटना प्रस्तुत गरी वा गर्न लगाई छलफल गराउनुहोस् । छलफलका आधारमा निरक्षरताले मानिसको चेतना विकासमा पार्ने बाधाहरू टिपोट गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीबाट आएका कुरालाई समेट्दै निरक्षरताले अन्धविश्वास बढाउने र जसले सामाजिक विकृति फैलाउन भूमिका खेल्ने सन्दर्भ समेटी विभिन्न उदाहरणसहित निष्कर्ष बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

भ्रष्टाचार, लुटपाट, चोरी, अपहरण, बालश्रम शोषण, चेलीबेटी बेचखिन, लागु औषध दुर्व्यसन आदि सामाजिक समस्या र विकृतिका कारण समाज विकास हुन सक्दैन । यी सभ्य समाज निर्माणका बाधक तत्त्वहरू हुन् भनी विद्यार्थीलाई चित्र, भिडियो प्रदर्शनी एवम् अन्तरक्रिया गराउँदै प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

कक्षाका विद्यार्थीलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । अगिको छलफल तथा पाठयपुस्तक अध्ययन गर्न लगाई एउटा समूहलाई सभ्य समाजका विशेषताहरू र अर्को समूहलाई सभ्य समाज निर्माणका बाधाहरूको चार्ट बनाई कक्षामा टाँस्न लगाउनुहोस् । एउटाको समूहकार्यमा अर्को समूहको प्रतिक्रिया वा सुझाव दिन लगाउनुहोस् र थप सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

सभ्य समाज निर्माणमा हामीले गर्नुपर्ने कुनै पाँच कार्य प्रत्येक विद्यार्थीलाई लेख्न लगाउनुहोस् । कुनै पाँच जनालाई उनीहरूले लेखेको कुरा प्रस्तुत गर्न भन्नुहोस् । अन्य विद्यार्थीको साथीको भन्दा फरक कुरा भए बताउन भन्नुहोस् । अन्त्यमा शिक्षकले निष्कर्ष प्रस्तुत गनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

आफ्नो समाजमा विद्यमान सामाजिक समस्या समाधानका लागि आफूले अबलम्बन गरेका उपायहरू समेटी स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

अबलम्बन गरेका उपायहरू	गर्छु	गर्दिन
म धूमपान सेवन नगर्न साथीहरूलाई सम्झाउने		
म आवश्यक काममा मात्र पैसा खर्च		
म आफ्नो आर्थिक हैसियतअनुसार विभिन्न अबसरमा गरिने भोजभतेर गर्नु पर्ने कुरा सल्लाह दिने		
म बाल श्रमको विरोध		

५.मूल्याङ्कन /प्रतिबिम्बन

अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका प्रश्नहरूमा आधारित भई विद्यार्थीको सिकाइको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् :

(क) कस्तो समाजलाई सभ्य समाज भनिन्छ ?

(ख) सभ्य समाजका बाधाहरू के के हुन् ?

(ग) निरक्षरताले कसरी समाज विकासलाई असर पार्दछ ?

(घ) सामाजिक भेदभाव किन गर्नुहुँदैन ?

(ङ) नेपाली समाजमा कायम रहेका सामाजिक असमानताहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(छ) तपाईं बस्नु भएको समाज सभ्य समाज हो कि होइन ? कारणसहित भन्नुहोस् ।

पाठ २ सामाजिक विकृति र समस्या समाधान

पाठ ३ सामाजिक विकृति र समस्याबाट वच्ने उपाय

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : ४**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सामाजिक विकृति, समस्याका कारण र असरप्रति सचेत भई समाधानका उपायहरू अबलम्बन गर्न	– सामाजिक समस्या र विकृतिको अवधारणा बताउन – सामाजिक समस्याका रूपमा मानव वेचबिखन, लैङ्गिक विभेद र फजुल खर्चको कारण र असरप्रति सचेत भई समाधानका उपायहरू अबलम्बन गर्न – सामाजिक विकृति र समस्याबाट बच्ने उपायहरू बताउन

२. पाठ परिचय

समाजलाई अगि बढ्न बाधा पुऱ्याउने गतिविधिहरूलाई सामाजिक समस्या भनिन्छ, जस्तैः लैङ्गिक विभेद, मानव अङ्ग बेचबिखन, लागु पदार्थ दुर्व्यसन, भ्रष्टाचार, अपहरण, बलात्कार, फजुल खर्च, विद्युतीय अपराध, जुवातास, अन्धविश्वास आदि । सामाजिक समस्याका कारण संस्कारमा आउने खराबी कुसंस्कार वा अन्धविश्वास र परम्परागत सोचका कारण सिर्जना हुने समस्याहरूलाई सामाजिक विकृति भनिन्छ, जस्तैः बालविवाह, दाइजो प्रथा, जातीय भेदभाव, छुवाछुत, छाउपडी, घुम्टो प्रथा आदि । सामाजिक समस्या र विकृतिका रूपमा मानव बेचबिखन, लैङ्गिक हिंसा र फजुल खर्चको कारण र असर सम्बन्धमा सचेत भई यसको समाधानका उपायहरू अबलम्बन गर्न सक्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- सामाजिक समस्याका बारेमा प्रकाशन गरिएका समाचारहरू
- मानव बेचबिखन, लैङ्गिक हिंसा र फजुल खर्च बिरुद्धमा तयार पारिएका गीत, प्लेकार्ड, चित्र आदि
- मानव बेचविखन, लैङ्गिक हिंसा र फजुल खर्चका कारण र समाधानका उपायहरू लेखिएको चार्ट ।

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

मानव बेचविखन, लैङ्गिक हिंसा र फजुल खर्च झल्कने चित्र, चार्ट भिडियो आदि प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीहरूले यी सामग्रीको अवलोकनबाट वुझेका कुरा भन्न लगाउनुहोस् र यी सामाजिक समस्याका कारण र असर सम्बन्धमा छोटो छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

तपाइँहरूले आफ्नो अभिभावक वा आफन्तले दिएको पैसा के के मा खर्च गर्ने गर्नुभएको छ ? भनी प्रश्न गर्ने र उनीहरूले फजुल खर्च गर्ने गरेको सन्दर्भ आएमा सो सन्दर्भलाई जोड्दै मानिसले किन फजुल खर्च गर्छन् ? यसको असर परिवार र समाजमा के के पर्छ ? र फजुल खर्च किन गर्नुहुँदैन् ? आदि उदाहरणसहित स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

तपाइँको परिवार वा छरछिमेकमा छोरा छोरीमा कुनै विभेद गरिएको थाहापाउनु भएको छ भनी प्रश्न गर्नुहोस् । उनीहरूको अनुभवलाई जोड्दै लैङ्गिक विभेदको अवधारणा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

लैङ्गिक विभेद झल्कने चार्ट, चित्र, भिडियो आदि प्रदर्शन गरी ती सामग्रीमा केन्द्रित भई छलफल गराउनुहोस् । छलफलपछि विद्यार्थीलाई लैङ्गिक विभेदका कारण र असरहरू के के हुन सक्छन् भनी समूह कार्य गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न भन्नुहोस् । विद्यार्थीको प्रस्तुति सकिएपछि एकआपसमा पृष्ठपोषण आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् र आफूले पनि लगेको चार्टमार्फत थप प्रस्ट पार्नुहोस् ।

लैङ्गिक विभेदका कारण	लैङ्गिक विभेदका असर
– **महिलालाई दिने न्युन सामाजिक मर्यादा** – **पितृसत्तात्मक सोच** – **चेतनाको कमी** – **कानुनको प्रभावकारी कार्यन्वयनको अभाव** – **पुर्वाग्रही व्यवहार**	– विकास र प्रगतिमा अगाडि बढ्न बाधा सिर्जना हुने – उत्साहको कमी रहने – मनोबल कमजोर हुने – घरको काममा मात्र सीमित रहने – देश विकासको आधार कमजोर हुने

क्रियाकलाप ५

मानव बेचबिखन सम्बन्धमा पाठमा प्रस्तुत घटना अध्ययन गर्न लगाई घटनामा उल्लिखित समस्या, कारण र समाधानका उपायहरू सम्बन्धमा समूहगत रूपमा छलफल गरी तालिका निर्माण गरी कक्षाको

भित्तामा टाँस्न लगाउनुहोस् । टाँसिएका कुरा सबै विद्यार्थीलाई पालैपालो अध्ययन गर्न लगाई प्रस्तुत गरिएका राम्रा पक्ष र सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरू टिपोट गर्न लगाउनुहोस् र कक्षामा भन्न लगाउनुहोस्

१. तलको घटना अध्ययन गरौँ र छलफल गरौँ :

> गैरी गाउँमा कचहरी बसेको छ । गाउँबाट सोझासाझ चेलीलाई सहरका क्याबिन, रेस्टुरेन्टमा काम गर्न बाध्य पार्ने दलाललाई गाउँलेले पक्रेर प्रहरीलाई बुझाउन लागेका छन् । गत वर्ष पनि गाउँबाट पाँच जना चेली हराएका थिए । उनीहरूलाई सस्तो पारिश्रमिकमा विदेशमा काम गर्न पठाएको हल्ला चलेको थियो । उनीहरूले विदेशमा दुःख पाएको खबर समाचारमा आएपछि यी मानव तस्करलाई कारबाही गर्न गत वर्षदेखि नै गाउँलेहरू तातेका थिए । त्यस्तै केही बालबालिकालाई घरेलु कामदारका रूपमा सर्कस लगायत विभिन्न बालश्रममा लगाएको हल्ला पनि गाउँमा चलेको थियो । यस्ता गतिविधि सामाजिक अपराध हुन् । यस्ता गतिविधिमा संलग्न व्यक्तिहरूका विरुद्ध गाउँका सबै सचेत र चनाखो हुनुपर्ने आवाज कचहरीमा बताइन । गाउँमा कुनै नौलो मानिस देखेमा अभिभावकलाई खबर गर्ने गर्नुपर्छ । प्रहरीलाई खबर गर्नुपर्छ । जनप्रतिनिधिलाई खबर गर्नुपर्छ । महिला वडा सदस्यले कचहरीमा बताइन् । कसैले फकायो भने आफू सचेत हुने र अभिभावकलाई जानकारी दिने गर्नुपर्छ । उनले थपिन् । शरीरका अङ्ग बेचबिखन गर्ने कार्य पनि मानव बेचबिखन नै हो । वडाध्यक्षले समाजमा मिर्गौला बेच्ने कार्य मौलाएको पनि उल्लेख गर्नुभयो । यसलाई नियन्त्रण गर्न वडामा छिट्टै जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने कुरा उल्लेख गर्नुभयो । साथै उहाँले यसको मुख्य कारण गरिबी भएकाले वडामा आयआर्जनका कार्यक्रम सञ्चालन गर्न लागेको जानकारीसमेत दिनुभयो ।

क्रियाकलाप ६

सामाजिक समस्या झल्किने समाचार, चित्र, तस्बिर, गीत, कथा आदि खोज्न लगाउनुहोस् र खोजी गरिएका सामग्रीको कटिङ्ग्स कक्षाको बुलेटिन बोर्डमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

पाठ ३ मा दिइएको सामाजिक समस्यासँग सम्बन्धित गीत लय मिलाएर गाउनुहोस् वा राम्रो स्वर भएका विद्यार्थीलाई गाएर सुनाउन लगाउनुहोस् । त्यसपछि चार समूह बनाएर गीतका चार चार हरफको भाव तथा सम्बन्धमा छलफल गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न भन्नुहोस् । समूह प्रस्तुतिमा थप गर्न चाहने विद्यार्थीलाई अबसर दिनुहोस् । अन्त्यमा पाठको गीतले दिन खोजेको सन्देशको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

सामाजिक समस्या समाधानका उपाय सम्बन्धमा चेतनामूलक समाचार, नारा ,गीत , कविता , नाटक ,प्लेकार्ड आदि मध्ये कुनै एक तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । राम्रो गर्नेलाई स्याबासी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९

सामाजिक समस्या र विकृतिसम्बन्धी सचेतना फैलाउने नाटक तयार पार्न लगाउनुहोस् । विद्यालय वा समुदायमा कुनै विशेष समारोहमा नाटक प्रदर्शनको व्यवस्था मिलाउनु होस् । विद्यार्थीले नाटक तयार पार्न नसकेमा सोका लागि सहयोग गरी कार्यक्रम सफल पार्न मदत गर्नुहोस् । अवस्था हेरी अनुकूल भए विद्यार्थीलाई समुदायमा र्‍याली लगाउन लैजानुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

(क) अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका प्रश्नमा आधारित भई विद्यार्थीको सिकाइ क्षमताको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

- सामाजिक समस्या भनेको के हो ?
- सामाजिक विकृति केलाई भनिन्छ ? कुनै दुई उदाहरणसमेत लेख्नुहोस् ।
- मानव अङ्ग तस्करी नियन्त्रण गर्ने कुनै दुई उपाय लेख्नुहोस् ।
- सामाजिक समस्या र विकृतिका कारणहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।
- चेलीबेटी बेचविखनलाई किन सामाजिक समस्या भनिएको हो ?

(ख) माथि प्रस्तुत गरिएका समूह क्रियाकलापमा आधारित विभिन्न कार्यहरू निम्नानुसारका पक्षहरू समेटिने गरी रुजुसूची तयार पारी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- समूह क्रियाकलापमा सहभागिता
- समूह क्रियाकलापमा सक्रियता
- जिम्मेवारीको पालना
- सिर्जनशिलता
- विषयवस्तुसँगको तादाम्यता
- समूह प्रस्तुतीकरण

पाठ : ४ सामाजिक समस्या समाधानमा सङ्घ संस्थाको भूमिका

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रममानिर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सामाजिक समस्या समाधानमा विद्यालय र राष्ट्रिय सङ्घसंस्थाले खेल्न सक्ने भूमिका खोजी गर्न	– सामाजिक समस्या र विकृति समाधानमा सहयोग गर्ने सङ्घसंस्था पहिचान गर्न – ती सङ्घसंस्थाहरूले खेल्ने भूमिका उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

सामाजिक समस्या र विकृति समाधानका लागि राज्यले कानुनको निर्माण गर्छ । यसबाहेक नेपाल प्रहरी, अदालत, विद्यालय, स्थानीय तहलगायतका विभिन्न सरकारी निकायहरूले कानुनको कार्यान्वयन गर्नुका साथै र जनचेतना विस्तार गरी सामाजिक समस्या र विकृतिको समाधानका लागि पहल गर्दछन् । तर राज्यका निकायका यी प्रयासले मात्र सामाजिक समस्याहरूको समाधान हुन सक्दैन । यसका लागि नागरिक पनि सचेत र सक्रिमय बन्नुपर्दछ । सामाजिक समस्या समाधानमा नागरिकहरूद्वारा सञ्चालित विभिन्न सङ्घ संस्थाहरूको पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ । त्यस्ता सङ्घ संस्थाहरूले चेतना विस्तार गर्ने, विभेदको अन्त्य गर्ने, रोजगारी सिर्जना गर्ने, मूल्य मान्यता र सामाजिक नियमहरूको पालना गराउने जस्ता कार्य गरी सहयोग पुऱ्याउन सक्छन् । यसरी सामाजिक समस्या र विकृतिहरूको समाधानमा सहयोग पुऱ्याउन सक्ने सङ्घ संस्थाहरू र तिनीहरूले पुऱ्याउने योगदानको खोजी गर्नु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सामाजिक समस्या समाधानमा सक्रिमय सङ्घसंस्थाहरूको सूची
- नेपाल प्रहरी, अदालत, नेपाल रेडक्रमस, नेपाल स्काउट, लाइन्सक्लब, विद्यालयलगायत सङ्घ संस्थाहरूको लोगो र चित्र, डकुमेन्ट्री आदि

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ कक्षाका सबै विद्यार्थीलाई आफ्नो गाँउ टोल , समुदाय वरपर घटेको कुनै समस्या र सो घटनामा सहयोग पुऱ्याएका सामाजिक सङ्घसंस्थाको नाम सम्झिन लगाउनुहोस् । त्यसपछि उनीहरूको समूह निर्माण गरी एकआपसमा आफ्ना कुरा सुनाउन भन्नुहोस् । प्रत्येक समूहलाई पहिचान गरिएका समस्या र समाधानमा सहयोग गर्ने सङ्घसंस्थाको नामको सूची तयार गर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । प्रस्तुतिका लागि धन्यवाद दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ सामाजिक समस्या समाधानमा आफू अध्ययनरत विद्यालयले के के कार्यहरू गर्दै आएको छ भनी विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा आफूलाई जानकारी भएको कुनै एक क्रियाकलाप टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि कक्षाका विद्यार्थीलाई जोडी जोडीमा बस्न लगाई अगि व्यक्तिगत रूपमा लेखिएका कुराहरूलाई जोडीमा छलफल गरी दुवैको साझा विचार टिपोट गर्न लगाउनुहोस् र पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले भनेका कुरा शिक्षकले शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् । उनीहरूको प्रस्तुतिलाई जोड्दै शिक्षकले विद्यालयको भूमिका उल्लिखित चार्ट वा तालिका प्रदर्शन गर्दै सामाजिक समस्या समाधानमा विद्यालयको भूमिका स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

- सामाजिक समस्या र विकृतिको जानकारी र सचेतना प्रदान
- सामाजिक समस्याका कारण र असर सम्बन्धमा विभिन्न घटना, उदाहरणमार्फत जानकारी
- सामाजिक समस्यासँग सम्बन्धित रही सहकार्यकलाप र अतिरिक्त क्रियाकलाप सञ्चालन
- समुदायमा चेतनामूलक सडक नाटक, पोस्टर प्रदर्शनी
- स्थानीय सङ्घसंस्था र क्लबको सहकार्यमा र्‍याली र भेलाको आयोजना

क्रियाकलाप ३ : बोर्डमा रेडक्रस, नेपाल प्रहरी, स्थानीय निकाय वा अन्य कुनै सङ्घसंस्थाको नाम लेखी ती सङ्घसस्थाले गर्ने कामको टेबल बनाई सामाजिक विकृति र समस्या समाधानमा ती सङ्घसंस्थाहरूले खेल्ने भूमिकाका सम्बन्धमा प्रत्येकलाई एक एक बुँदा लेख्न लगाउनुहोस् । उनीहरूबाट आएको कुरामा थप जानकारी दिनका लागि ती सङ्घ संस्थाहरूको लोगो, चित्र, डकुमेन्ट्री आदि देखाई स्पस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ :स्थानीय तहमा रहेका सामाजिक समस्या र विकृति समाधानमा कार्यरत सङ्घसंस्थाहरूको अवलोकन गराई तिनीहरूले यस सम्बन्धमा तिनीहरूले गर्ने कामका बारेमा सूचना सङ्कलन गरी प्रतिवेदन लेख्न लगाउनुहोस् ।

६. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् :

(क) सामाजिक विकृति र समस्या समाधानमा विद्यालयले कसरी सहयोग पुऱ्याउन सक्छ ?

(ख) तपाईंको समुदायमा सामाजिक समस्या समाधानमा सक्रिमय सामाजिक सङ्घ संस्थाहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ग) सामाजिक समस्या समाधानमा रेडक्रस र स्काउटको भूमिका उल्लेख गर्नहोस् ।

(घ) गाउँ वा नगरपालिकाले सामाजिक समस्या समाधानका लागि के कस्ता काम गर्न सक्छन् ?

(ङ) नेपाल प्रहरी सामाजिक समस्या समाधानमा सबैभन्दा जिम्मेवार संस्था हो, कसरी ?

(च) सामाजिक समस्या र विकृति समाधानमा सहयोग पुऱ्याउने राज्यका निकाय र राष्ट्रिय स्तरका सङ्घसंस्थाहरूको छुट्टाछुट्टै सूची बनाउनुहोस् ।

७. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=-kkfc-ZJSJU&ab_channel=TechLakpa

पाठ ५: द्वन्द्व र यसको व्यवस्थापन

पाठ ६: शान्ति स्थापना

१. सिकाइ उपलब्धि / विशिष्ट उद्देश्य **अनुमानित कार्य घण्टा: २**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
द्वन्द्व व्यवस्थापनका उपायहरू पहिचान गर्न शान्तिको अवधारणासँग परिचित भइ सोहि अनुरूप व्यवहार प्रदर्शन गर्न	– द्वन्द्वको अवधारणा र यसका व्यवस्थापनका उपायहरू खोजी गर्न – शान्तिको अवधारणासँग परिचित हुन – शान्ति स्थापित हुने व्यवहार प्रदर्शन गर्न

२. पाठ परिचय

दुई व्यक्ति, समूह वा देशबिचको विवाद, झगडा, डर, त्रास, लडाइजन्य कार्यलाई द्वन्द्व भनिन्छ । द्वन्द्वको सकारात्मक र नकारात्मक दुवै असर पर्दछ । यस पाठमा द्वन्द्व र शान्तिका बारेमा उल्लेख गरिएको छ । त्रास र भयरहित अबश्थालाई शान्ति भनिन्छ । बिना अबरोध काम गर्न पाउनु तथा मेलमिलाप र एकताको अबश्थाले शान्तिको वातवरण सिर्जना हुन्छ । त्यसैले असहमति, विवाद, झगडा र युद्ध नभएको अवस्था सिर्जना गर्नु शान्ति स्थापना हो । समाजमा रहेका हरेक व्यक्तिको सकारात्मक व्यवहारले समाजमा शान्ति स्थापना गर्न मदत मिल्छ । विद्यार्थीहरूमा पनि सानैदेखि शान्ति र मेलमिलापको भावना विकास गर्नु जरुरी हुन्छ । व्यक्ति आफैँमा रमाउन सक्नु अरूलाई बाधा नपुऱ्याई आफ्नु काम स्वतान्त्रतापुर्बक गर्ने सबलाई माया र सम्मानको भावले हेर्ने, अन्याय नगर्ने सामाजिक न्यायमार्फत शान्ति स्थापित हुन्छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- द्वन्द शान्ति झल्किने चित्र, पोस्टर भिडिओ तथा स्लाइड
- शान्तिको अवधारणा झल्किने चार्ट
- शान्तिको महत्त्व झल्किने भिडिओ तथा चार्ट
- शान्ति स्थापना गर्नका लागि गरिने व्यवहारका बुँदा लेखिएको मेटा कार्ड
- विद्यालयलाई शान्ति क्षेत्र बनाउने उपायहरू उल्लेख भएको चार्ट

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप: १

सबैभन्दा पहिले विद्यार्थीलाई कक्षामा के कस्तो कुरामा द्वन्द्व हुने गर्छ र कसरी समाधान भई कक्षामा शान्ति हुन्छ भनेर बताउन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीबाट आएका कुरा बोर्डमा टिपोट गर्दै शान्तिको अवधारण प्रस्ट पार्नुहोस् । त्यसपछि द्वन्द्व र शान्तिसम्बन्धी तस्बिर तथा भिडिओ प्रदर्शन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई यी के केका तस्बिर तथा भिडिओ हुन् ? भनी पहिचान गर्न लगाउनुहोस् र चित्र वा भिडिओमा देखाइएका द्वन्द्व र शान्तिका सम्बन्धमा जानकारी दिनुहोस् । द्वन्द्व किन हुन्छ र यसको असर र द्वन्द्व व्यवस्थापन किन जरुरी छ भन्ने विषयमा छलफल गर्दै आजको पाठ शान्ति स्थापनासँग सम्बन्धित रहेको कुरा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २ द्वन्द्वसम्बन्धी कथा वा घटनामा आधारित भई छलफल गर्नुहोस् ।

घटना

रामहरि र शिवलाल छिमेकी हुन् । सल्लेरी खेतमा पालोमा पानी लगाउने निहुँमा उनीहरूबिच समय मयमा विवाद र झगडा हुने गरेको छ । गत हप्ता पनि रामहरीको पानी लगाउने पालोमा शिवलालले आफ्नो खेतमा पानी लगाएको निहुँमा उनीहरूबिच वाक युद्ध नै चल्यो । झन्डै हातहालाको स्थितिमा सम्म उनीहरू पुगे । त्यहि बाटोबाट वडाध्यक्ष छिमेकी गाउँ जाँदै थिए । नजिककै खेतमा हल्लाखल्ला सुनेर उनी त्यहाँ पुगे । उनले झगडाको कारण जान्न चाहे । रामहरिले मेरो पालोमा यस्तै पानी भाँचेर आफ्नो खेतमा पानी लगाएको र मैले किन लगाएको भन्दा झगडा गर्न तम्सेको कुरा बताए । त्यस्तै शिवलाल पनि यसले मेरो पालामा यसै गरी पालो मिचेर पानी लगाउने र दुःख दिने गरेकाले मैले पनि आज बदला लिन यसो गरेको बताए । उनीहरू दुवै जनाको कुरा सुनेर वडाध्यक्षले दुवैलाई सम्झाउँदै भने, यसरी नजिकका छिमेकी भएर पनि द्वन्द्व गर्नु राम्रो होइन् । आआफ्नो पालामा पानी लगाउने, अर्कोको खेतमा पानी लगाउँदा पानी ढाके नढाकेको बुझेर मात्र पानी आफ्नोमा लगाउने गर्दा विवादै हुँदैन् । ल अब आइन्दा यस्तो गल्ती दुवैमध्ये कसैले गऱ्यो भने पनि राम्रो हुने छैन् भन्ने वडाध्यक्षले उनीहरूलाई मिल्न आग्रह गरे । दुवैले हात मिलाएर अब गल्ती नगर्ने प्रतिबद्धता समेत जनाए । बोलचाल पनि कति दिनदेखि बन्द थियो । त्यसै दिनदेखि उनीहरूको बोलचाल पनि सुरु भयो । घरमा पनि आउजाउ सुरु भएको छ । अब असल छिमेकीका रूपमा प्रस्तुत हुन्छौं भन्दै उनीहरू खेततिर लागे । वडाध्यक्ष छिमेकी गाउँतिर लाग्नु भयो ।

प्रश्नहरू

(क) द्वन्द्वका कारण के थियो ?

(ख) द्वन्द्वले गर्दा के के असर परेको थियो ?

(ग) द्वन्द्व निवारणमा वडाध्यक्षले कस्तो भूमिका खेले ?

(घ) तपाइँको समुदायमा पनि यस्तो द्वन्द्व हुने गरेको छ ? छ भने ती द्वन्द्व कसरी समाधान भएका थिए, अभिभावसँग सोधखोज गरी लेख्नुहोस् ।

क्रियाकलापः३

शान्तिको अवधारणा स्पष्ट हुने चित्र भिडिओ तथा कम्प्युटर स्लाइड प्रदर्शन तथा छलफल विधिमार्फत मुख्य मुख्य बुँदा टिपोट गर्न लगाई विद्यार्थीहरूलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्, जस्तैः

शान्तिको अवस्था

- व्यक्ति वा समाजमा डर, भय वा त्रास नभएको अवस्था
- देशमै युद्ध वा लडाईं नभएको अवस्था
- हरेक मानिसले एकले अर्कोलाई आदर र सम्मान गरेको अवस्था
- मानिसले बिना अबरोध स्वतन्त्रतापूर्वक आफ्नो कार्य गर्ने अवस्था
- मानिसहरू खुसी देखिएको अथवा खुसी साथ जीवनयापन गरिरहेको अवस्था आदि ।

क्रियाकलाप ४ : शान्ति स्थापनाको महत्त्व झल्किने चार्ट वा कम्प्युटर स्लाइड प्रदर्शन वा भिडियो प्रदर्शन गर्नुहोस् । उक्त सामग्रीमा समेटिएका मुख्य मुख्य बुँदाहरू टिपोट गर्न भन्नुहोस् । पालैपालो विद्यार्थीलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यकताअनुसार थप जानकारी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: विद्यार्थीलाई शान्ति स्थापनाको अवस्था र शान्ति स्थापनाको महत्त्व सम्बन्धित एक एकओटा बुँदा लेखिएको मेटा कार्ड तयार पार्न लगाउनुहोस् । सबै मेटा कार्डलाई एकै ठाउँमा छ्यासमिस पारेर राख्नुहोस् । प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड लिन लगाउनुहोस् । बोर्डमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीसँग भएको कार्ड कुनसँग मिल्छ त्यसमा लगेर टाँस्न लगाउनुहोस् ।

विद्यार्थीले सही स्थानमा कार्ड राख्न नसकेमा आवश्यक सहजीकरण गर्दै बोर्डमा लेखिएका बुँदा कापीमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

शान्ति स्थापनाको अवस्था	शान्ति स्थापनाको महत्त्व
१. समाजमा डर, भय वा चिन्ता नभएको अवस्था	१. शिक्षा प्राप्त गर्न सहज

क्रियाकलाप ६: राउन्ड टेबुल छलफल (Round Table Discussion) विधिको प्रयोगबाट पाठ्यपुस्तक तथा सन्दर्भ सामग्रीमार्फत शान्ति स्थापना गर्नका लागि गरिने व्यवहार पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् ।

यसका लागि शिक्षकले विद्यार्थी सङ्ख्याका आधारमा समूह निर्माण गरिदिनुहोस् । प्रत्येक समूहमा एक जना विद्यार्थीलाई अभिलेख कर्ताको भूमिका दिनुहोस् । समूहका बाँकी सदस्यहरूलाई पालैपालो समूहमा आआफ्नो विचार राख्न लगाउनुहोस् ।

शिक्षकले शान्ति स्थापना गर्नका लागि गरिने व्यवहारका सम्बन्धमा प्रत्येक विद्यार्थीहरूले भन्नु पर्ने भनेर बताइदिनुहोस् । समूहका प्रत्यक सदस्यले घडीको सुई घुम्ने दिशाअनुसार आफ्नो विचार राख्दै जानुपर्ने कुरा पनि प्रस्ट पारिदिनुहोस । प्रत्येक सदस्यको विचारलाई अभिलेखकर्तालाई अभिलेख राख्न लगाउनुहोस् । सबै सदस्यहरूले आफ्नो विचार नराखेसम्म यो प्रक्रिया चलिरहन्छ भनी प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

अन्त्यमा अभिलेख कर्ताले आफ्नो अभिलेख प्रस्तुतीकरण गरिसकेपछि शिक्षकले आवश्यक पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७: शान्ति स्थापनासम्बन्धी चित्र वा गित वा वक्तृत्वकला वा कविता वा निबन्ध लेखन वा नाटक आदि क्रियाकलाप गराउनुहोस् र प्रस्तीकरणपछि कक्षाका अन्य विद्यार्थीलाई पृष्ठपोषण दिन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८: विद्यालयलाई शान्ति क्षेत्र बनाउने उपायहरू झल्किने भिडिओ तथा चार्टपेपर प्रदर्शन गरी छलफल गराउनुहोस् । विद्यालयमा शान्ति सिर्जना हुने कुनै एक अवस्था वा शान्ति स्थापित गर्न आफूले गरेको कुनै एक व्यवहार विद्यार्थीलाई पालैपालो भन्न लगाई (Pen in the middle) क्रियाकलाप गराउनुहोस् । शान्तिपूर्ण थप व्यवहारका लागि प्रेरित पनि गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ९: विद्यार्थीलाई आफ्नो विद्यालयलाई शान्ति क्षेत्र कायम गर्न विद्यालय परिवारबाट गरिएका कार्यहरू खोजी गरी कापीमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । केही विद्यार्थीलाई उनीहरूले टिपोट गरेका बुँदा कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूबाट सबै विवरण आउन नसकेमा आफूले विभिन्न क्ल्यु दिएर थप बुँदा मदत गर्नुहोस् । अन्त्यमा विद्यालयलाई शान्ति क्षेत्र बनाउने उपायहरू उल्लेख भएको चार्ट प्रस्तुत गर्दै उक्त चार्ट हेरी आफ्नो विद्यालयले अपनाउन बाँकी उपायहरू पत्ता लगाउन भन्नुहोस् । उक्त कार्यका लागि विद्यार्थी शिक्षक मिलेर आवश्यक पहल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप १०: पाठको अध्ययन तथा थप सामग्री अध्ययन गरी द्वन्द्व समाधान र शान्ति स्थापनासम्बन्धी संवाद तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।.

५. मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

अभ्यासमा दिइएका वा निम्नलिखित प्रस्नाहरूमा आधारित भई विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । आवश्यक पृष्ठपोषण पनि दिनुहोस् र कमजोर विद्यार्थीलाई थप सिकाइको वातावरण तयार पार्नुहोस् ।

१. शान्ति भनेको के हो ?

२. कस्तो अवस्थामा शान्ति कायम हुन्छ ?

३. कस्ता व्यवहारलाई शान्ति स्थापित हुने व्यवहार भनिन्छ ?

४. विद्यालयमा शान्ति स्थापना गर्न तपाईंको भूमिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

एकाइः ५ हाम्रो विगत

पाठ : १ मध्यकालीन नेपाल

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : ३**

पठ्यक्रममानिर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्थाको परिचय दिन	– नेपालको इतिहासको काल विभाजन गरी मध्य कालको परिचय दिन – काठमाडौँ उपत्यकाको मध्यकालीन राजनीतिक अवस्था वर्णन गर्न

२. पाठ परिचय

नेपालको इतिहासलाई प्राचीन काल, मध्य काल र आधुनिक काल गरी तीन चरणमा विभाजन गरी अध्ययन गरिएको पाइन्छ । यसअनुसार वि.सं ९३६ भन्दा पूर्व लिच्छवि, महिषपाल, किराँत र गोपाल वंशले शासन गरेको अबधिलाई प्राचीन काल भनिन्छ । नेपाल संवत्को सुरुआत भएदेखि पृथ्वी नारायण शाहले काठमाडौँ उपत्यका विजय गर्नु पूर्वको समय (वि.सं. ९३६-१८२५) को अबधि मध्यकाल हो भने त्यसपछिको नेपालको इतिहासलाई आधुनिक काल भनिन्छ । नेपालको इतिहासको काल विभाजन र त्यसका आधारहरूबारे जानकारी गराउँदै मध्यकालीन नेपालमा अस्तित्वमा रहेका राज्यहरूको नाम र काठमाडौँका उपत्यकाका मल्ल राज्यहरूको राजनीतिक अवस्थाको सामान्य परिचय दिनु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- नेपालको इतिहासको काल विभाजन गरिएको चार्ट
- काठमाडौँ उपत्यका, खस राज्य र डोय राज्यमा विभाजित मध्यकालीन नेपालको नक्सा वा आकृति
- कान्तिपुर, पाटन र भादगाउँका राजदरबार र मल्ल राजाहरूको चित्र
- कान्तिपुर, पाटन र भादगाउँ राज्यका राजाहरूको नाम उल्लिखित चार्ट आदि

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

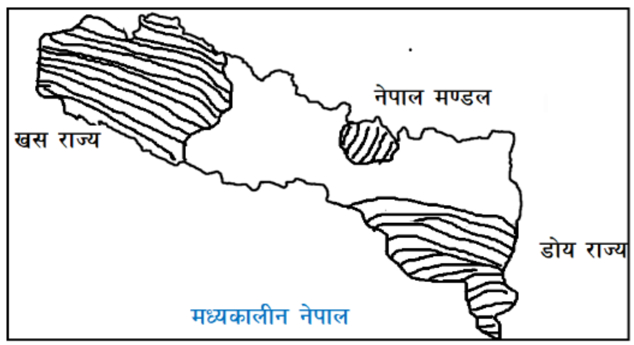
क्रियाकलाप १ :कथाकथन विधिबाट नेपालको इतिहासको काल विभाजन गर्ने घटना (नेपाल सम्वतको सुरुआत र पृथ्वीनारायण शाहद्वारा काठमाडौँ उपत्यकामाथि विजय गरेको घटना) बोर्डमा मितिसहित उल्लेख गरिएको चार्ट प्रदर्शन गर्दै नेपालको इतिहासको प्राचीन, मध्यकालीन र आधुनिक कालबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

नेपालको इतिहासको काल विभाजन

काल वा चरण	समय	काल विभाजन गर्ने मोड (ऐतिहासिक कारण वा घटना)
प्राचीन काल	वि.सं. ९३६ पूर्व	नेपाल संवत् सुरु नभएसम्मको समय
मध्यकाल	वि.सं. ९३७ देखि १८२५सम्म	नेपाल संवत सुरु भएपछि पृथ्वीनारायण शाहले उपत्यका विजय गर्नुपूर्वको समय
आधुनिक काल	वि.सं. १८२६ देखि हालसम्म	पृथ्वीनारायण शाहले काठमाडौँ उपत्यका विजय गरेपछिको समय

Wondershare PDFelement

क्रियाकलाप २ : कथा कथन विधिद्वारा नेपाल राज्यको स्थापना र गोपाल वंशदेखि महिषपाल, किराँत र लिच्छवि वंशको शासनबारे सामान्य जानकारी गराउँदै नेपालको इतिहासको प्राचीन कालको परिचय दिनुहोस् । ऐतिहासिक तथ्य वा स्रोतहरू नभेटिएकाले प्राचीनकालको इतिहासबारे धेरै जानकारी हुन नसकेको कुरा बोध गराइदिनुहोस् ।



मध्यकालीन नेपाल

क्रियाकलाप ३ : प्राचीन कालदेखि लिच्छविहरूले शासन गरेको काठमाडौँ उपत्यकाको लिच्छवि राज्यमा भारतको कुशिनगरबाट आएका मल्ल वंशका राजाहरूले आक्रममण गरी मल्ल वंशको शासन सुरु भएको घटना बताइदिनुहोस् । त्यसपछि मल्ल शासन कालमै नेपाल सम्वतको सुरुआत भएको घटना वर्णन गर्दै त्यसपछिको समयलाई नेपालको इतिहासमा मध्यकाल भनिन्छ भन्ने कुरा बुझाइदिनुहोस् । तत्कालीन समयमा नेपाल भूमिमा रहेका तीन राज्यहरू : काठमाडौँ उपत्यकाको नेपाल मण्डल, दक्षिणको डोय राज्य र पश्चिमको खस राज्य सङ्केत गरिएको काल्पनिक नक्सा देखाउँदै मध्य कालीन नेपालका तीनओटा राज्यहरूको सामान्य परिचय दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४: विद्यार्थीहरूले थाहा नपाउने गरी एउटा चार्टपेपर वा न्युजप्रिन्ट पेपरमा पुस्तकको पृष्ठ ८६ मा दिइएको मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक अवस्था लेखिएका बुँदाहरू ठुलो अक्षरमा उतारेर कक्षाभन्दा बाहिर कुनै ठाउँमा टाँसिदिनुहोस् । त्यसपछि कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई चार चार जनाको समूहमा विभाजन गरी समूहको एक जनालाई टिपोटकर्ता र बाँकीलाई विषयवस्तु पढेर टिपोटकर्तालाई भन्नु पर्ने भूमिका दिनुहोस् । त्यसपछि चार्टपेपर टाँसेको स्थान बताई प्रत्येक समूहका टिपोटकर्ताबाहेकले पालैपालो त्यस ठाउँमा गई त्यहाँ लेखिएका बुँदाहरू सम्झिनसके जति पढेर आई

टिपोटकर्तालाई बताउन लगाउनुहोस् । टिपोटकर्ताले साथीहरूले भनेको कुरा लेखिसकेपछि प्रत्येक समूहका प्रस्तोतालाई तयार गरिएको बुँदा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: कथा कथन विधिको प्रयोग गरी नेपालमण्डल कसरी कान्तिपुर, भादगाउँ र पाटन गरी तीन राज्यमा विभाजन हुन पुग्यो भन्ने कुरा बताईदिनुहोस् । प्रत्येक राज्यमा को को राजाहरूले राज्य गरे भन्ने कुरा बोर्डमा टिपोट गरी दिनुहोस् । सोका आधारमा तीनओटै राज्यका प्रथम र अन्तिम राजा को को थिए भन्ने कुरा विद्यार्थीहरूलाई पत्ता लगाउने जिम्मेवारी दिनुहोस् ।

५. मल्याङ्कन/प्रतिविम्बन

(क) कान्तिपुर, भादगाउँ र पाटनका तत्कालीन राजाहरूको एउटा एउटा नाम भनी कुन राज्यका राजा हुन ? भनी सबै विद्यार्थीलाई सामूहिक प्रश्न सोध्नुहोस् । जसले पहिले ही उत्तर दिन्छ उसलाई सबैले ताली बजाएर धन्यवाद दिनुहोस् । यसरी नै सबै राजाहरूको नाम र राज्य पत्ता लगाउन प्रेरित् गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र आवश्यक षृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) नेपालको इतिहासमा कुन कुन अबधिलाई प्राचीन, मध्यकाल र आधुनिक काल भनिन्छ ? मितिसहित उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ख) प्राचीन कालमा नेपालमा कुन कुन वंशका राजाहरूले शासन गरेका थिए ?

(ग) उपत्यकामा मल्ल राज्यको स्थापना कसले गरेका हुन् ? कान्तिपुर, भादगाउँ र पाटनका प्रथम र अन्तिम राजाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

(घ) डोय राज्य र खस राज्यको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ङ) नेपाल मण्डलमा तीनओटा राज्य विभाजित हुनुको कारण के थियो ?

(च) काठमाडौँको मध्यकालीन राजनीतिक अवस्था उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ : २ मध्यकालीन नेपालः बाइसी, चौबिसी र सेन राज्य

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्यघण्टा : ३

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
मध्यकालीन नेपालका बाइसी र चौबिसी राज्यहरूको परिचय दिन	●बाइसी, चौबिसी र सेन राज्यहरूको उदयका कारण बताई ती राज्यहरूको सङ्क्षिप्त परिचय प्रस्तुत गर्न

२. पाठ परिचय

मध्यकालीन नेपालको पूर्वार्धमा उपत्यकामा मल्ल राज्य, पश्चिममा खस राज्य र दक्षिणमा तिरहुत वा डोय राज्य थिए । पछि उपत्यकाको मल्ल राज्य टुक्रिएर तीनओटा राज्यमा विभाजित भयो भने पश्चिमको खस राज्य विभाजित भई कर्णाली क्षेत्र (राप्ती र कर्णाली नदीका बिचमा) बाइसे राज्यहरूको उदय भयो । यही समयमा गण्डकी क्षेत्रमा साना साना चौबिसओटा राज्यहरू अस्तित्वमा आए । तिनीहरूलाई चौबिसी राज्य भनिन्थ्यो । तिरहुत राज्य भने वि.सं. १३८१ मा दिल्लीका सुल्तान (मुस्लिम राजा) गयासुद्दिन तुगलकले आक्रममण गरेपछि अस्तित्वहीन भएको थियो । तिरहुत राज्य लोप भएपछि दक्षिणपूर्वी तराई र पूर्वको पहाडी क्षेत्रमा तीनओटा सेन राज्यहरू अस्तित्वमा आएका थिए । विद्यार्थीहरूलाई मध्यकालीन नेपालका यिनै राज्यहरूको उदयका कारण र मुख्य विशेषतासम्बन्धी जानकारी गराउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- बाइसी चौबिसी र सेन राज्यमा विभाजित मध्यकालीन नेपालको नक्सा वा आकृति
- बाइसी, चौबिसी र सेन राज्यहरूको नाम लेखिएको तालिका

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

शैक्षणिक पाटीमा नेपालको नक्सा कोरी राप्ती नदीभन्दा पश्चिमको भागलाई कर्णाली क्षेत्र, राप्ती नदीदेखि त्रिसुली नदीबिचको क्षेत्रलाई गण्डकी क्षेत्र, काठमाडौँदेखि पूर्वको भागलाई पूर्वी नेपाल भनी चिनाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

कथा कथन विधिद्वारा बाइसी, चौबिसी र सेन राज्यको उदयका कारण उल्लिखित चार्ट वा तालिका प्रदर्शन गरी समूहमा छलफल गराउनुहोस् । निष्कर्ष निकाल्न लगाउनुहोस् र नयाँ नयाँ तरिकाबाट समूह प्रस्तुती गर्न प्ररित गर्नुहोस् । समूह प्रस्तुतिपछि आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

कक्षालाई तीन समूहमा विभाजन गरी गोलाप्रथाद्वारा समूहको नाम बाइसी राज्य, चौबिसी राज्य र सेन राज्य रोज्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि प्रत्येक समूहलाई आआफ्नो राज्यका विशेषता तथा अन्य ऐतिहासिक जानकारीहरूलाई निम्नलिखित शीर्षकहरूमा केन्द्रित रही खोजी र छलफल गरी पालैपालो कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् :

- भौगोलिक क्षेत्र
- राज्यहरूको सङ्ख्या
- राज्यहरू निर्माण हुनु पूर्वको अवस्थाः
- संस्थापक राजा (पहिलो राजा)
- प्रमुख राज्यहरू
- अन्य जानकारी वा विशेषता

क्रियाकलाप ४

मध्यकालमा, नेपालमा रहेका बाइसी र चौबिसी राज्यहरूको सिमाना र ती राज्यहरूको सङ्ख्या घटबढ भइरहन्थ्यो किन होला ? भन्ने प्रश्न सोधी विद्यार्थीहरूलाई केहीबेर व्यक्तिगत रूपमा सोच्न र अनुमान गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि सँगै बस्ने दुई दुई जना विद्यार्थीलाई आफू आफूले सोचेका कुरा एक आपसमा सुनाउन लगाउनुहोस् र दुई जनाको निष्कर्ष निकाल्न लगाई दुईमध्ये एकलाई कक्षामा प्रस्तुत

गर्न लगाउनुहोस् । समूह प्रस्तुतिमा आवश्यकताअनुसार सुधार गर्ने र पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने काम गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

यो पाठमा सिकिएका मुख्य मूख्य कुरालाई सम्झन लगाई दुई वा तीन मिनेटको समय दिएर द्रुत लेखन गराउनुहोस् र केहीलाई आफूले लेखेको कुरा भन्न लगाउनुहोस् । थप कुरा बताउन चाहने विद्यार्थीलाई अबसर दिनुहोस् । अन्यमा आफूले पाठको सारांश बताइ दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१ पाठसँग सम्बन्धित हाजिरी जवाफका लागि.केही प्रश्न तयार गर्नुहोस् । दुई जना विद्यार्थीलाई अगाडि बोलाउनुहोस् । बाँकी विद्यार्थीलाई दुई समूह निर्माण गर्न लगाई हाजिरी जवाफको नियम बताइ दिनुहोस् । अगाडि आएका एक जनालाई प्रश्न सोध्न र अर्कोलाई प्राप्ताङ्क विवरण राख्न लगाउनुहोस् । अन्त्यमा कुन समूहले बढी अङ्क प्राप्त गऱ्यो उक्त समूहलाई सबैले सिटबाट उठेर ताली बजाएर धन्यवाद दिन लगाउनुहोस् ।

२. अभ्यासका प्रश्न र तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र सुधारका लागि षृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) बाइसी, चौबिसी र सेन राज्यको सङ्क्षिप्त परिचय दिनुहोस् ।

(ख) तीन तीनओटा बाइसी, चौबिसी र सेन राज्यहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

(ग) पाल्पा राज्य विभाजित हुनुको कारण लेख्नुहोस् ।

(घ) बाइसी राज्य कसरी निर्माण भएका थिए ?

(ङ) बाइसी र चौबिसी राज्यहरूको सिमाना र ती राज्यहरूको सङ्ख्या घटबढ भइरहनुको कारण प्रस्ट पार्नुहोस् ।

पाठ : ३ मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्था

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्यघण्टा : ३

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्था वर्णन गर्न	– मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्था सम्बन्धी स्रोतहरू खोजी गर्न – मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्था वर्णन गर्न

२. पाठ परिचय

यस पाठमा मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक विशेषताहरूलाई बुँदागत रूपमा दिइएको छ । तसर्थ सबैभन्दा पहिले राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक पक्षअन्तर्गत के कस्ता विषय समेटिन्छन् भन्ने कुरा जानकारी गराउनु पर्दछ । खासगरी शासन सञ्चालनको पद्धति प्रशासनिक संरचना, देश वा राज्यहरूबिचको सम्बन्धलगायतका कुराहरू राजनीतिक पक्ष हुन् भने जातजाति, सामाजिक सम्बन्ध, धर्म, संस्कार परम्परा, वेशभूषालगायतका पक्षहरू सामाजिक विशेषताअन्तर्गत समेटिन्छन् । त्यसैगरी आर्थिक विशेषताअन्तर्गत मानिसहरूले आयआर्जनका लागि गर्ने कृषि, व्यापार, उद्योग, पर्यटनलगायतका पेसा व्यवसाय र अन्य आर्थिक गतिविधिहरू पर्दछन् । मध्यकालीन नेपालका यी सबै पक्षहरूको सामान्य जानकारीका साथै मध्यकालीन र वर्तमान नेपालको तुलना गर्नु पनि सक्षम बनाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक विशेषता लेखिएका चार्टहरू
- मध्यकालीन नेपालको सामाजिक र आर्थिक अवस्था झल्किने चित्र तथा सम्बन्धित स्रोत सामग्री

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : अगिल्लो दिनको पाठ र सिकाइहरू स्मरण गराउन कुनै सान्दर्भिक क्रियाकलाप गराउनुहोस् । त्यसपछि आजको पाठको केही सन्दर्भ जोड्दै यस पाठको अध्ययन तयारीका लागि तपाईंले प्रयोग गर्नु भएका केही स्रोत सामग्रीका सम्बन्धित अंशहरू केही विद्यार्थीलाई सबले सुन्ने गरी वाचन गर्न लगाउनुहोस् । सो को आधारमा सामान्य प्रश्नहरू गर्नुहोस् । उनीहरूले उत्तरलाई सम्मान गर्दै र सन्दर्भ जोड्दै पुस्तकको पृष्ठ ९१ मा दिइएको मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक अवस्थासम्बन्धी बुँदाहरू अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि पुस्तक बन्द गरेर प्रत्येक विद्यार्थीलाई कुनै दुई राजनीतिक विशेषता लेख्न लगाउनुहोस् । अब उनीहरूलाई कुनै पनि साथीसँग आफूसँग भएको तर

साथीको भन्दा फरक कुनै एक बुँदा साथीलाई दिन (टिपाउन) र साथीले लेखेको फरक बुँदा आफूले लिन (टिप्न) लगाउनुहोस् । यसरी नै सबै बुँदा आफूले जम्मा नगरुन्जेल अर्को अर्को साथीसँग सम्पर्क गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : रनिङ डिक्टेसन विधिको प्रयोग गरी मध्यकालीन नेपालको सामाजिक र आर्थिक अवस्थाको सहजीकरण गर्नुहोस् । यो विधि गर्ने तरिका अगाडिका पाठमा दिइसकिएको छ ।

क्रियाकलाप ३ : विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लगी गोलो घेरा बनाई उभिन लगाउनुहोस् । कुनै एक जनाबाट सुरु गरी १,२,३,४ अङ्क भन्दै जान लगाउनुहोस् । सबले भनिसकेपछि बिजोर अङ्क पर्ने जतिलाई एक पाइलाभित्र जान लगाई जोर अङ्क पर्ने एक एक जनाको सम्मुख उभिन लगाई भित्रपट्टि पनि अर्को घेरा बनाउनुहोस् । (यदि कूल सङ्ख्या बिजोर भई एक जनालाई जोडी भएन भने उसलाई एकछिन बाहिर राखी केही समयपछि एक जना विद्यार्थीलाई बाहिर बोलाई पालो दिन सकिन्छ ।) कुनै सङ्केत गरी दुई घेरामा सम्मुख उभिएकामध्ये बाहिरी घेराका विद्यार्थीलाई घडीको सुइको दिशामा हिँडेर भित्रको घेरालाई घुम्न लगाउनुहोस् । एकछिन घुमेपछि कुनै सङ्केत गरी घुम्दै गरेका सबलाई रोकी आफ्नो नजिक पर्ने भित्रको साथीसँग अगिजस्तै गरी सम्मुख भएर उभिन लगाउनुहोस् । त्यसपछि घुमेर आउने विद्यार्थीलाई मध्यकालीन नेपालको सामाजिक अवस्था कस्तो थियो भित्रको साथीलाई बताइदिनुहोस् भनी निर्देशन दिनुहोस् । एकछिनपछि फेरि बाहिरकै विद्यार्थीहरूलाई घुम्न लगाउनुहोस् र रोकेर अगाडि पर्ने नयाँ साथीलाई मध्यकालीन नेपालको आर्थिक अवस्था सम्बन्धमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । बिच बिचमा के के छलफल भयो ? सोध्न लगाउनुहोस् । ४/५ ओटा विषयवस्तु वा प्रश्नमा छलफल गरेपछि अन्त्यमा खेल वा क्रियाकलाप कस्तो लाग्यो भनी सोध्नुहोस् र प्रतिक्रिया लिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् :

(क) मध्यकालीन समाजमा शासन व्यवस्था कस्तो थियो ?

(ख) मध्यकालीन राज्यहरूबिच कस्तो सम्बन्ध थियो ?

(ग) मध्यकालमा त्रिशक्ति भनेर कुन कुन देश चिनिन्थे ?

(घ) मध्यकालीन समाजमा प्रचलित चालचलन र परम्पराहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(ङ) मध्यकालीन नेपालमा प्रचलित परम्पराहरूमध्ये वर्तमान समाजमा विद्यमान कुनै पाँच परम्परा उल्लेख गर्नुहोस् ।

(च) मध्यकालीन नेपाल आर्थिक रूपले सम्पन्न थियो । यस भनाइलाई पुष्टि गर्नुहोस् ।

पाठ : ४ राष्ट्रिय विभूतिः गौतम बुद्ध

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्यघण्टा : ३

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
हाम्रो राष्ट्रिय विभूतिको खोजी र पहिचान गर्न	गौतम बुद्धका जीवनी र योगदान उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

राष्ट्रको गौरव बढाउने काम गरेका कारण राज्यबाट विभूतिको सम्मान पाएका व्यक्तित्वहरूलाई राष्ट्रिय विभूति भनिन्छ । नेपाल सरकारले हालसम्म अठार जना व्यक्तिलाई राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिइएको छ । गौतम बुद्ध तिनैमध्येका एक हुन् । उनले ठुलो तपस्या गरी मानव जीवनलाई दुःख कष्टबाट मुक्त गराउने ज्ञान प्राप्त गरेर आफूले प्राप्त गरेको ज्ञानलाई सम्पूर्ण मानव जगतको कल्याण गर्ने उद्देश्यले उपदेशका रूपमा बँड्न थाले । पछि गएर उनको उपदेशलाई बुद्ध धर्मका रूपमा विकसित गरियो । बुद्ध धर्म विश्वको करिब ७ प्रतिशत जनसङ्ख्याले मान्ने गरेको प्रमुख धर्महरू मध्येको एक हो । यो धर्म नेपाललगायत विभिन्न देशहरूमा मानिन्छ । बुद्ध धर्मले लोभ, मोह, हिंसा, असत्य त्यागेर सम्पूर्ण प्राणीप्रति दया गर्ने शिक्षा दिन्छ । यसले आचरण शुद्ध राख्न, सत्यको पक्ष लिन र सत्कर्म गर्न प्रेरित गर्छ । यसरी विश्वमा शान्ति र अहिंसाको सन्देश दिने गौतम बुद्धका कारण नेपाललाई बुद्धको जन्मभूमि भनेर संसारभर चिनिन्छ । आफ्नो ज्ञानले नेपाललाई विश्वभर चिनाएका यस्ता महापुरुषलाई सरकारले राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिएको छ । तिनै महान व्यक्तित्वको जीवनी र उपदेश साथै योगदानबारे जानकारी गराउनु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- राष्ट्रिय विभूतिहरूको चित्र
- लुम्बिनी र गौतम बुद्धको चित्र
- बुद्धका उपदेशसहित जीवनी समेटिएको वृत्तचित्र वा भिडियो
- बुद्धका उपदेश लेखिएको चार्ट
- चार्टपेपर वा न्युजप्रिन्ट

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ :विद्यार्थीलाई राष्ट्रिय विभूतिहरूको चित्र प्रदर्शन गरी उनीहरूलाई चिन्न ती व्यक्तिहरूका बारेमा उनीहरूले पढेका र सुनेका कुरा भन्न लगाउनुहोस् । यसै क्रममा राष्ट्रिय विभूतिको अर्थ बताउँदै

गौतम बुद्धले राष्ट्रका लागि गरेको योगदानको चर्चा गर्दै गौतम बुद्धलाई किन राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिइएको रहेछ भन्ने कुरा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ :गौतम बुद्धको जीवनीसम्बन्धी वृत्तचित्र वा भिडियो प्रस्तुत गरी उनको जन्म, माता पिता, बाल्यकाल, विवाह र सन्तान, पारिवारिक सुख सुविधा त्याग्नुका कारण, तपस्या स्थल, ज्ञान प्राप्ति, ज्ञानको प्रचारप्रसार, महानिर्वाणलगायतका विषयमा प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

जस्तै

(क) गौतम बुद्धको जन्म कहाँ भएको थियो ?

(ख) गौतमबुद्धको पिताको नाम लेख्नुहोस् ।

(ग) गौतम बुद्धले कुन ठाउँमा तपस्या गर्दा ज्ञान प्राप्त गरेका थिए ?

(घ) गौतम बुद्धले दिएका मुख्य सन्देशहरू के के हुन ?

क्रियाकलाप ३

बुद्धका चार आर्य सत्य (१. संसारमा दुख छ २. दुखको कारण छ ३. दुखको निरोध गर्न सकिन्छ ४. दुख निरोधका उपायहरू छन्) लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गरी यी चार सत्य बुद्धले प्राप्त गरेका ज्ञान हुन् भन्ने कुरा प्रस्ट पार्दै यी कुराहरूको पुष्टि गर्ने व्यावहारिक उदाहरणहरू दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

बुद्धका उपदेशहरू उल्लिखित चार्ट वा तालिका प्रदर्शन गरी (१.सधैँ सत्य बोल्नु २. लोभ नगर्नु, ३. अरूको वस्तु वा सम्पत्ति नचोर्नु ,४. सबै प्राणीलाई दया गर्नु, ५.शुद्ध आचरण राख्नु, ६. सानो भनेर कसैलाई हेला नगर्नु , ७. ठुलाको आज्ञा पालन गर्नु) बुद्धका उपदेशका रूपमा चिनाई ती उपदेशहरू प्रत्येक पालना गर्न किन आवश्यक छ भनी उनीहरको भावना बुझ्नु होस् र यी उपदेश ले दुख निवारणमा कसरी सहयोग पुऱ्याउँछन् भन्ने कुरा उदाहरणसहित् पुष्टि गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

कक्षालाई ३ समूहमा विभाजित गर्नुहोस् । गोला प्रथाद्वारा छलफल गर्ने तीन शीर्षकहरू बुद्धको जीवनी, बुद्धका आर्य सत्य र बुद्धका उपदेश छनोट गराउनुहोस् । त्यसपछि प्रत्येक समूहलाई आआफ्नो विषय वस्तुमा अध्ययन र छलफल गर्न लगाउनुहोस् । छलफलको निष्कर्षलाई बुँदा बनाई लेख्न र बुझ्न बुझाउन सहयोगी हुने चार्ट वा पोस्टरसमेत बनाउन लगाउनुहोस् । अब पालैपालो प्रत्येक समूहले तयार पारेका पोस्टरहरूलाई कक्षाको अगाडि टाँसी समूहका सदस्यहरूलाई आआफ्नो समूहको पोस्टरसँगै उभिन लगाई उल्लिखित बुँदाहरूलाई एक एक जनाले पालैपालो व्याख्या गर्न र अन्य

समूहका विद्यार्थीहरूलाई प्रश्न सोध्न प्रेरित गर्नुहोस् । यसरी सोधिएका प्रश्नको जवाफ सम्बन्धित समूहका जोसुकैले पनि दिन सक्ने नियम बनाइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१.विद्यार्थीले बुद्धले भनेका कुन कुन कुरा व्यवहारमा प्रयोग गर्ने गर्ने गरेका छन्, तलको जस्तै स्वमूल्याङ्कन फाराम भर्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

आफूले गर्ने व्यवहार	गर्छु	गर्दिन
सधैं सत्य बोल्ने......		
लोभ......		
अरूको वस्तु वा सम्पत्ति चोर्ने.....		
सबै प्राणीलाई दया गर्ने		
शुद्ध आचरण राख्ने..........		
अरूलाई हेला गर्ने......		
ठुलाको आज्ञापालन गर्ने........		

२. अभ्यासमा दिइएको वा तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् :

(क) राष्ट्रिय विभूति सम्मानयोग्य व्यक्ति हुन्, किन ?

(ख) गौतमबुद्धको बाल्यकालबारे छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस् ।

(ग) गौतम बुद्धले दरबारको सुख सुविधा त्याग गर्नुको कारण के थियो ?

(घ) चार आर्य सत्य के के हुन् ?

(ङ) बुद्धलाई किन एसियाको तारा भनिन्छ ।

(च) बुद्धका उपदेशहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

६. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=Vj0aJL1ncls

पाठ : ५ राष्ट्रिय विभूतिः अरनिको

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्यघण्टा : २**

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
हाम्रो राष्ट्रिय विभूतिको खोजी र पहिचान गर्न	अरनिकोको जीवनी र योगदान उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

अरनिको वास्तविक नाम बलबाहु थियो । उनी वास्तुकला र मूर्तिकलामा निपूर्ण कालीगढ थिए । त्यस समयका पाटनका राजा अभय मल्लले चीनका राजाको अनुरोधमा अरनिकोको नेतृत्वमा ८० जना कालिगढहरूलाई चीन पठाएका थिए । चीनमा गई अरनिकोले नेपाली शैलीमा प्रशस्तै मूर्ति, चैत्य र मन्दिरहरू हरू निर्माण गरे । उनले निर्माण गरेका कैयौँ मन्दिरहरू चीनमा अहिलेसम्म पनि जस्ताको त्यस्तै रहेका छन् । तीमध्ये बेइजिङ सहरको मियाङ मन्दिर निकै सुन्दर छ उनले चिनियाँ कालिगढहरूलाई पनि नेपाली शैलीको भवन र मूर्ति निर्माण गर्ने वास्तुकला र मूर्तिकला सिकाएका थिए । अरनिकोको कला देखेर तत्कालीन चीनियाँ राजा निकै प्रभावित भएका थिए । उनले अरनिकोलाई ठुलो दर्जा र सम्मान दिएका थिए । उनले सिकाएको वास्तुकला र मूर्तिकलाको प्रभाव चीनमात्र नभई मङ्गोलिया, तिब्बत, भुटान, म्यानमारलगायतका विभिन्न देशहरूमा समेत पर्न गयो । यसरी आफ्नो कलाको प्रभावले नेपाललाई चिनाउने र नेपालको गौरव बढाउने काम गरेकाले सरकारले उनलाई राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिएको हो ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- अरनिकोको तस्बिर
- चीनको बेइजिङमा अबस्थित मियाइङ मन्दिर Miyaoying Temple को चित्र
- प्लास्टिकका साना साना चारओटा बट्टा

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : सुरुमा विद्यार्थीलाई अरनिकोको चित्र वा भिडियो देखाउनुस् र उनको सम्बन्धमा आफूले बुझेका कुरा भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : विद्यार्थीहरूलाई पाठ पढ्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि सबै जनालाई बाहिर लगी प्रत्येक समूहमा ६ देखि ८ जना पर्ने गरी विभिन्न समूह बनाउन लगाउनुहोस् र प्रत्येक समूहलाई गोलाकार घेरा बनाई बस्न लगाउनुहोस् । प्रत्येक समूहका लागि चारओटा कागजको टुक्रामा निम्नलिखित कुरा लेखी पट्याएर चारओटा साना साना बट्टामा बन्द गरेर राख्नुहोस् ।

- अरनिकोको परिचय र उनलाई प्राप्त मूर्ति निर्माण गर्ने प्रेरणा
- अरनिकोको मूर्तिकला र वास्तुकलासम्बन्धी सिपको लोकप्रियता र उनको चीन यात्रा
- अरनिकोले चीनमा गरेका काम र प्राप्त गरेको ख्याति
- अरनिकोसँग सम्बन्धित रोचक घटनाहरू

अब प्रत्येक समूहलाई चारओटै कागजका टुक्रमा राखिएका एक एक ओटा बट्टा दिनुहोस् आफूले सबै समूहले सुन्ने गरी कुनै बाजा, गीत-सङ्गित वा ड्रम बजाई विद्यार्थीहरूलाई घडीको सुईको दिसामा घुम्ने गरी हातैहात बट्टा पास गर्न र बाजा वा गीत रोकिँदा जसको हातमा बट्टा हुन्छ उसैको हातमा रोक्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि हातमा बट्टा हुने विद्यार्थीलाई बट्टा हुने विद्यार्थीलाई बट्टा खोली कुनै एउटा कागजको टुक्रमा निकालेर त्यसमा जे लेखिएको छ, त्यही विषयमा प्रस्तुती दिन र अरूलाई ध्यान दिएर सुन्न लगाउनुहोस् । यस क्रममा आवश्यक पृष्ठपोषण दिँदै जानुहोस् र यो क्रममलाई चारओटै कागजमा लेखिएका विषयवस्तुको प्रस्तुती नसकुन्जेल निरन्तरता दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: नेपालको गौरब बढाउन अरनिकोले खेलेको भूमिका शीर्षकमा विद्यार्थीहरूकै आयोजनामा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता सञ्चालन गर्न र रुब्रिक्स समेत तयार गरी सो को आधारमा उनीहरूलाई नै वक्तृत्वकलाको मूल्याङ्कन गरेर उत्कृष्ट वक्रमा छनोट गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : समूहगतरूपमा अरनिकोले योगदान सम्बन्धी चार्ट तयार पार्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक सहजीकरण समेत गर्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. आन्तरिक मूल्याङ्कनका आधारहरूलाई ख्याल गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

२. अभ्यासमा दिइएको वा तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् :

(क) अरनिको को थिए ?

(ख) अरनिकोलाई चीनमा कसले र किन बोलाएको थियो ?

(ग) अरनिकोले चीनमा ख्याति प्राप्त गर्नुको कारण के थियो ?

(घ) अरनिकोलाई राष्ट्रिय विभूतिले सम्मान गर्नुको कारण के थियो ?

(ङ) नेपाल चीन सम्बन्धको विकासमा अरनिकोले पुऱ्याएको योगदानको चर्चा गर्नुहोस् ।

३. वक्तृत्व कला प्रतियोगितामा विद्यार्थीको सहभागिता, वाकपटुता, तार्किकता र विषयवस्तुको जानकारी आदि पक्षलाई समेटी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

पाठ : ६ **राष्ट्रिय विभूतिः पृथ्वीनारायण शाह**

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित घन्टी : ३

पाठ्यक्रममा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
हाम्रो राष्ट्रिय विभूतिको खोजी र पहिचान गर्न	– पृथ्वीनारायण शाहको जीवनी र योगदान उल्लेख गर्न – पृथ्वीनारायण शाहका दिव्योपदेशहरू वर्णन गर्न

२. पाठ परिचय

बाइसी, चौबिसी, सेन र मल्ल राज्यमा विभाजित नेपाललाई एकीकरण गरेर शक्तिशाली नेपाल निर्माण गर्ने कामको थालनी पृथ्वीनारायण शाहले गरेका थिए । उनले एकीकरण अभियान सुरु नगरेका भए टुक्रमे राज्यमा विभाजित नेपाललाई भारतमा शासन गरेका अङ्ग्रेजहरूले एक एक गरी आक्रममण गर्दै आफ्नो अधीनमा राख्न सक्थे । यसरी बाइसी चौबिसी राज्यमा विभाजित नेपाललाई एउटा सिङ्गो र शक्तिशाली राज्यका रूपमा एकीकरण गरी पराधीन हुनबाट जोगाएका पृथ्वीनारायण शाह नेपाल राष्ट्रको राष्ट्र निर्माता हुन् । पृथ्वीनारायण शाह एक दूरदर्शी, सफल कूटनीतिज्ञ, उदार एवम् प्रजातान्त्रिक सोच भएका राजा थिए । उनका व्यवहार र समय समयमा व्यक्त भएका वाणीबाट यो कुराको पुष्टि हुन्छ । पृथ्वीनारायण शाहले जीवनको अन्तिम समयमा भाइभारदारलाई दिएको उपदेश र व्यक्त गरेका महत्त्वपूर्ण भनाइहरूलाई दिव्योपदेशका रूपमा सङ्ग्रह गरिएको छ । दिव्योपदेशमा सङ्ग्रह गरिएका उनका महान् वाणीहरूले नेपालको राज्य सञ्चालनका क्षेत्रमा मार्गदर्शन गरिरहेका छन् । यसरी नेपालको सार्वभौमसत्ताको रक्षा गर्नुका साथै राज्य सञ्चालनका क्षेत्रमा महत्त्वपूर्ण मार्गदर्शन गरेकाले पृथ्वी नारायण शाहलाई राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिइएको हो ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- पृथ्वीनारायण शाहको तस्बिर
- पृथ्वीनारायण शाहका दिव्योपदेश लेखिएका चार्ट

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : सबलाई एक पटक पाठ सरसरती पढ्न लगाई पृथ्वीनारायण शाह को थिए, उनको जन्म, माता पिता, बाल्यकाल, राज्यारोहण र मृत्युसम्बन्धमा सँगै बस्ने दुई दुई जनाबिच जोडी बनाई छलफल गर्न लगाउनुहोस् । जोडी छलफलबाटै पृथ्वीनारायण शाहको मुख्य योगदान पहिचान गर्न लगाई उनको योगदानबाट राष्ट्रलाई कसरी फाइदा पुग्यो भन्ने कुराको निष्कर्ष निकाल्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि एक दुई जोडीलाई आफ्नो निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाई आवश्यक पृष्ठपोषणसहित पृथ्वीनारायण शाहलाई राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिनुको औचित्य पुष्टि गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : पृथ्वीनारायण शाहको जीवनी र एकीकरण अभियान समेटिएको वृत्तचित्र देखाउनुहोस् वृत्तचित्र देखाउन सम्भव नभए कथा कथन विधिमा एकीकरण अभियानका प्रमुख घटना सम्बन्धमा

सिलसिलेवार जानकारी दिनुहोस् । त्यसपछि सोसम्बन्धी विद्यार्थीलाई केही प्रश्न सोधी उनीहरूको बुझाइ अवस्थाको जानकारी लिई आवश्यक परेमा थप सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ : दिव्योपदेशको अर्थ बुझाई बोर्ड वा चार्टपेपरमा पृथ्वीनारायण शाहका दिव्योपदेशको सारहरू लेखिएको बिङ्गो बोर्डको नमुना बनाई विद्यार्थीहरूलाई कापीमा उतार्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि आफूले एक एक गरी दिव्योपदेशहरू भन्दै प्रत्येकको सार कुन हो चिनेर विद्यार्थीलाई ठिक चिह्न वा गोलो घेरा बनाउन लगाउनुहोस् । बिङ्गो बोर्डको तलपट्टि स्कोरबोर्डसमेत बनाउन लगाई प्रत्येक सही छनोटका लागि १ अङ्क लेख्न लगाउनुहोस् ।

नेपालका उत्पादन र जडीबुटी विदेशमा बिक्रमी गरी विदेशी मुद्रा आर्जन गर्नुपर्छ ।	**खनिज उत्खनन् लाई महत्त्व दिनुपर्छ ।**	**नेपाल विभिन्न जात जातिको देश हो ।**	**नेपाल दुई ठुला देश भारत र चीनबिच च्यापिएर रहेको छ ।**
आक्रमण गर्न नजानु, आक्रमण गर्न आउनेमाथि जाइलाग्नु ।	जनता शक्तिशाली भए देश बलियो रहन्छ ।	चीनका राजासँग राम्रो सम्बन्ध राख्नु । दक्षिणको वादशाहसँग पनि सम्बन्ध त राख्नु तर त्यो महाचतुर छ ।	भ्रष्टाचारीहरू देशका शत्रु हुन् ।
जनताको चाहना बुझेर शासन चलाउनु पर्छ ।	विदेशी कलासङ्गीत भित्र्यायो भने सम्पत्ति बाहिरिन्छ र संस्कृति हराउँदै जान्छ ।	जनतालाई सिप सिकाउनु पर्छ ।	विदेशी व्यारी नेपाल आएमा नेपाल गरिब हुनेछ ।

स्कोर बोर्ड

स्कोर बोर्डः १+

पृथ्वीनारायण शाहका दिव्योपदेश :

- यो राजे दुई ढुङ्गाको तरुल जस्तो रहेछ ।
- दुनियाँ जसदेखि राजी रहन्छन् उसैलाई कज्याइँ दिनु ।
- आफ्नो देशको जिनिस् जडीबुटी देश लैजानु र नगद खैंचनु
- प्रजा मोटा भया दरबार बलियो रहन्या छ ।

- घुस दिन्या र लिन्या दुवै राजाका महा सतुर हुन् ।
- मेरा साना दुःखले आर्ज्याको मुलुक होइन, सबै जातको फूलबारी हो ।
- जाइकटक नगर्नु झिकी कटक गर्नु
- देशका महाजनहरू हाम्रो देशमा आए भन्या दुनियाँ कङ्गाल बनाई छाड्न्या छन् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. पाठबाट सकिेका मुख्य कुरा दश मिनेटको समयमा लेख्न लगाई सोको परीक्षण गरी आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

२. अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् :

(क) पृथ्वीनारायण शाहको को थिए ? उनको जन्म कहाँ र कहिले भएको थियो ?

(ख) पृथ्वी नारायण किन शाहलाई राष्ट्र निर्माता भनिएको हो ?

(ग) नेपालको एकीकरण नभएको भए नेपालमाथि कस्तो खतरा थियो ?

(घ) राज्यको एकीकरण भनेको के हो ?

(ङ) पृथ्वीनारायण शाहलाई राष्ट्रिय विभूतिको सम्मान दिनुको कारण के हो ?

(च) पृथ्वी नारायण किन शाहलाई राष्ट्र निर्माता भनिएको हो ?

(छ) दिव्योपदेश भनेको के हो ?

(ज) पृथ्वीनारायण शाहका कुनै पाँच दिव्योपदेशले राज्य सञ्चालनका लागि के कस्ता मार्गदर्शन दिएका छन् ? कुनै पाँचओटा दिव्योपदेशका आधारमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

५. थप अध्ययन सामग्री https://www.youtube.com/watch?v=bQStO74SHvQ

पाठ : ७

हाम्रो सिँजाः हाम्रो सभ्यता

अनुमानित **कार्यघण्टा** : ३

१. सिकाइ उपलब्धि

पाठ्यक्रममानिर्धारित सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सिँजा उपत्यकाको सभ्यता र यसले जनजीवनमा पारेका प्रभाव बताउन	• सिँजा राज्यको उत्पत्ति र पतनका कारण बताउन • सिँजा सभ्यताका महत्त्वपूर्ण योगदानको सूची बनाई जनजीवनमा तिनिहरूको प्रभाव उल्लेख गर्न ।

२. पाठ परिचय

सभ्यता भनेको समाजका हरेक पक्षमा परिवर्तन र विकास भई मानव जीवन सहज, उन्नत र समृद्ध बन्दै जाने प्रक्रिमया हो । प्राचीन समयमा गुफामा बस्ने, ढुङ्गाका हतियार प्रयोग गर्ने र सिकार गरेर खाने मानिसहरूले खेतीपाती गर्न सुरु गरेका थिए । उनीहरूले धातुका भाँडाकुँडा, हतियार, औजार बनाउनुका साथै घर बनाएर जीवनलाई सहज र सुविधायुक्त बनाएका थिए । यसरी आदिम मानवले सुरु गरेको सभ्यता सबै प्राचीन सभ्यता थियो । मानव सभ्यताको विकास समयको निरन्तरतासँगै चलिरहने प्रक्रिया हो । आदि सभ्यतापछि प्राचीन समयमै ग्रिस, रोम, मेसोपोटामिया, इन्दु नदीको उपत्यका, नाइल नदीको उपत्यका आदि स्थानका मानिसहरूले व्यवस्थित वस्ती विकास गर्नुका साथै कला, संस्कृति, साहित्य, कृषि, उद्योग, प्रविधि, प्रशासन आदि कुराहरूको माध्यमबाट जीवनलाई अझै सुखी, सम्पन्न र सुविधायुक्त बनाएका थिए । यी स्थानहरूमा प्राचीन कालमा भएको विकासलाई प्राचीन सभ्यता भनिन्छ । प्राचीन सभ्यताको विकास विश्वका सबै ठाउँमा एकै पटक भएको होइन । नेपालको काठमाडौँ उपत्यकामा प्राचीन कालमै सभ्यताको सुरुआत भएको थियो भने अन्य स्थानमा सभ्यताको विकास क्रमशः हुँदै गएको थियो । यसै क्रममा मध्यकालीन नेपालमा हाल कर्णाली प्रदेशको जुम्ला जिल्लाअन्तर्गत रहेको सिँजा उपत्यका र आसपासको क्षेत्रमा वि.सं ११५० देखि १४५० सम्म भाषा, प्रशासनिक व्यवस्था साथै सामाजिक र सांस्कृतिक पक्षहरूमा भएको भएको विकासलाई सिँजा सभ्यता भनिन्छ । सिँजामा विकसित सभ्यताको प्रभाव सिङ्गो नेपाली जनजीवनमा नै पर्न गएको थियो । सिँजा सभ्यताको परिचयसहित तिनै प्रभावहरूका बारेमा यस पाठमा चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सिँजा उपत्यका सङ्केत गरिएको नेपालको नक्सा
- सिँजा सभ्यता झल्किने चित्रहरू
- सिँजा सभ्यतासम्बन्धी वृत्तचित्र

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : सिँजा उपत्यका सङ्केत गरिएको नेपालको नक्सा देखाई सिँजा क्षेत्रको भौगोलिक अबस्थितिबारे जानकारी गराइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : सिँजा उपत्यमा खस राज्यको स्थापनाबारे उल्लेख गर्दै पूर्वमा त्रिशूली, पश्चिममा लद्दाख, उत्तरमा तिब्बतको गुगे नदी र दक्षिणमा बोधगयासम्म फैलिएको खस राज्यको सिमाना देखाई तत्कालीन खस राज्यको परिचय दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ :पाठको विषयवस्तु सम्बन्धमा चर्चा गरिसकेपछि समूह विभाजन गरी निम्नलिखित विषयमा सामूहिक छलफल गराई पालैपालो समूहको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् :

(क) सिँजा राज्यको राजनीतिक अवस्था र यसको पतन

(ख) सिँजा राज्यको शासन व्यवस्था

(ग) सिँजा राज्यको आर्थिक अवस्था

(घ) सिँजा राज्यको ऐतिहासिकता पुष्टि गर्ने प्रमाणहरू

(ङ) सिँजा राज्यमा विकसित कला

क्रियाकलाप ४ : सिंजा सभ्यताका कुन कुन कुरा वर्तमान समाजमा प्रचलित छन् भन्ने प्रश्न सोधी पाँच मिनेटको समय दिई सबलाई आफूले सम्झिएको जति बुँदा लेख्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि पालैपालो भन्न लगाई विद्यार्थीले भनेका कुनै पनि बुँदा नदोहोरिने गरी बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् । सबले भनिसकेपछि तिनै बुँदालाई आधार बनाई सिँजा सभ्यताको योगदान वा प्रभावबारे थप प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. विद्यार्थीले समूहमा गरेका क्रियाकलापलाई निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(क) सहभागिता

(ख) सहयोग

(ग) जिम्मेवारी

(घ) प्रस्तुतीकरण

२. तल दिइएका जस्तै प्रश्नहरू सोधी विषयवस्तुको प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) सिंजा राज्यको राजनीतिक अवस्था र शासन व्यवस्थाबारे चर्चा गर्नुहोस् ।

(ख) नेपाली समाजमा सिंजा सभ्यताको कस्ते प्रभाव परेको छ ?

(ग) सिँजा सभ्यताका मुख्य विशेषताहरूको सूची बनाउनुहोस्

६. परियोजना कार्य

(क) विद्यार्थीलाई आफ्ना समुदायमा रहेको कुनै एक ऐतिहासिक सम्पदाको अवलोकन गरी निम्नलिखित शीर्षकमा केन्द्रित रही प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउनुहोस् :

- शीर्षक
- उद्देश्य
- अध्ययन विधि
- पत्ता लागेका कुरा
- निष्कर्ष

७. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=j|mdGxNACSUEI

एकाइ ६ : नेपालका आर्थिक क्रियाकलापहरू

पाठ १ : आर्थिक विकासको आधार : कृषि र उद्योग

१. सिकाइ उपलब्धि *अनुमानित* कार्यघण्टा : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेकासिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
नेपालका आर्थिक क्रियाकलापको वर्तमान अवस्था, समस्या र समाधानका उपाय बताउन	– कृषि र उद्योगको वर्तमान अवस्था पहिचान गर्न – कृषि र उद्योगसँग सम्बन्धित समस्या र समाधानका उपायहरू बताउन

२. पाठ परिचय

नेपालको आर्थिक क्रियाकलापको मेरुदण्डका रूपमा कृषि र उद्योगलाई लिने गरिन्छ । नेपालको आयस्रोतको मुख्यस्रोत कृषि भएकाले कृषिका विभिन्न क्षेत्रको स्थान महत्त्वपूर्ण छ । देश विकासमा पनि कृषि र उद्योगको कुल ग्राहस्थ उत्पादनमा महत्त्वपूर्ण योगदान रीहआएको छ । यस पाठमा कृषि र उद्योगको वर्तमान अवस्था, कृषि र उद्योगसँग सम्बन्धित समस्या र त्यसका समाधानका उपायहरू सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ । साथै इ विषयवस्तु सहजकिरणको उपाय र मूल्याङ्कन पद्धति सम्बन्धमा पनि चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- कृषिको विभिन्न अवस्था झल्कने चित्र वा फोटाहरू
- घरेलु उद्योग र ठुला उद्योगको अवस्था झल्कने चित्र, फोटो र भिडियो
- कृषि र उद्योगसँग सम्बन्धित समस्या उल्लेखित चार्ट
- कृषि र उद्योगसँग सम्बन्धित समस्या समाधान उल्लिखित उपायहरूको सूची

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलापः

क्रियाकलाप १ः विद्यार्थीलाई विभिन्न कृषि वा उद्योगको विभिन्न अवस्था झल्कने चित्र वा भिडियो प्रदर्शन गरी ती चित्र वा भिडियोबाट आफूले अनुभुत वा महसुस वा सिकाइ गरेका कुनै एक सन्दर्भ पालैपालो विद्यार्थीलाई भन्न लगाई र उनीहरूबाट आएका कुरा बोर्डमा टिप्दै जानुहोस्, जस्तै :

- चित्र वा भिडियोमा व्यावसायिक तरकारी खेती देखाइएको छ ।
- आधुनिक कृषि प्रणाली अबलम्बन गर्दा परम्परागत कृषि प्रणालीभन्दा वढी उत्पादन हुन्छ ।
- हामीले उपभोग गर्ने खाद्य वस्तु जस्तै चाउचाउ, विस्कुत, चामल र उपयोग गर्ने पहिरन, भाँडाकुँडा साबुन आदि उद्योगबाट उत्पादित हुन्छन् ।

क्रियाकलाप २ : कृषि र उद्योगको विभिन्न अवस्था झल्कने चित्र वा तथ्याङ्क चार्ट प्रदर्शन गरी तिनको हालको अवस्था सम्बन्धमा जानकारी गराउनुहोस् । सो सम्बन्धमा विद्यार्थीलाई प्रश्न वा तर्क गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: कक्षालाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी कृषि र उद्योगको विभिन्न अवस्था झल्कने कथा वा सन्दर्भ वा घटना अध्ययन गर्न लगाई ती घटनामा प्रस्तुत भएका कृषि र उद्योगको अवस्थासम्बन्धी जानकारी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् (पाठमा भएका र नभएका दुवै घटना वा कथालाई उपयोग गर्न सकिन्छ) र आवश्यक पृष्टपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४: दुई जनाको समूहमा कृषिमा किसानहरूले के कस्ता समस्याहरू भोग्नु परिरहेको छ ? सुनेको, देखेको, भागेको वा सामाजिक सञ्जालबाट थाहा पाएका आधारमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि उनीहरूले भनेको सन्दर्भ मिल्ने खालका किसानहरू रासायनिक मल लिन लाइनमा बसेको, दुध, तरकारी आदि बिक्री नभएर सडकमा फ्याँकेको, खेतहरूमा पानी नभएर धाँजा फाटेको आदि चित्र देखाई यी चित्रले के कुरालाई सङ्केत गरेको जस्तो लाग्छ भनी विद्यार्थीलाई भन्न लगाउने र शिक्षकले यी कृषिसँग सम्बन्धित समस्याका प्रतिनिधिमूलक चित्र हुन् भनी बताउनुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ५: विद्यार्थीलाई समूहगत रूपमा आफूले देखे भोगेका कृषिसँग सम्बन्धित समस्याको सूची चार्ट पेपरमा तयार पारी कक्षाको भित्तामा टाँस्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई ती समस्याहरू अध्ययन गर्न लगाई सबै समूहका सदस्यलाई टाँसिएका चार्ट पेपर अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । सबै विद्यार्थीले अध्ययन गरी सकेपछि उनीहरूले सिकेका, सुधार गर्नुपर्ने पक्ष सम्बन्धमा केही विद्यार्थीलाई आफ्नो विचार प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

अन्त्यमा कृषिसँग सम्बन्धित समस्यालाई शिक्षकले चित्र, चार्ट, भिडियो आदिको प्रस्तुतिमार्फत स्पष्ट पार्दै निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

यो विधि ग्यालरी वाक विधि हो ।

क्रियाकलाप न.६:राउन्ड टेबुल छलफल (Round table discussion) विधिको प्रयोगबाट उद्योग क्षेत्रमा सम्बन्धित समस्याहरू पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । यसका लागि शिक्षकले विद्यार्थीलाई आफूलाई लागेका एक एकओटा समस्या भन्न लगाई निष्कर्ष प्रस्तुत गरिदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. **जोडीमा छलफलआदान प्रदान** (think- pair- share) विधिबाट आआफ्नो समुदायमा सञ्चालनमा रहेका आम्दानीका स्रोतहरूको टिपोट गर्ने क्रममा सक्रिय सहभागिता र सहकार्य र मेलमिलापको अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्न सक्नुहुने छ ।

२. **समूह अनुसन्धान विधि Group investigation method**) : **यो** विधिको प्रयोगबाट सफलता पूर्वक सिकाइमा र छलफलमा भाग लिए नलिएको सम्बन्धमा निम्नअनुसार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	विद्यार्थीको नाम थर	समूहमा सक्रियता	आफ्नो विचारको प्रस्तुति	समूहको प्रस्तुति र विषयवस्तु	अन्य समूहलाई आवश्यक पृष्ठपोषण

धेरै राम्रो ३, राम्रो २ र सुधार गर्नुपर्ने १

३. राउन्ड टेबुल छलफल (Round table discussion) विधिको प्रयोगबाट सफलतापूर्वक सिकाइमा र छलफलमा भाग लिए नलिएको सम्बन्धमा निम्नअनुसार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

क्र.सं.	विद्यार्थीको नाम थर	समूहमा सक्रियता	आफ्नो विचारको प्रस्तुति	अभिलेखकर्ता भए अभिलेख लेखनमा सहभागिता

४. विद्यार्थीहरूलाई अभ्यासमा दिइएका वा निम्नलिखित प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । आवश्यक पृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) आर्थिक क्रियाकलाप भनेका कस्ता क्रियाकलाप हुन् ?

(ख) तपाईंको समुदायमा सञ्चालन गरिएका कुनै दुई आर्थिक क्रियाकलापहरू के के हुन् ?

(ग) आर्थिक क्रियाकलापले देशको अर्थतन्त्र विकासमा कसरी मदत गर्छ ?

(घ) आर्थिक क्रियाकलापले कसरी मानिसको जीवनस्तरमा परिवर्तन ल्याउँछ ?

६. थप अध्ययन सामग्री

समूह अनुसन्धान विधि Group investigation method)

समूह अनुसन्धान विधि उच्च तहको ज्ञान निर्माण गर्न र सिप सिक्नका लागि प्रयोग गरिने विधि हो । यसमा विद्यार्थीहरूलाई परियोजना कार्य दिइन्छ । विद्यार्थीले सानो सानो समूह बनाई उनीहरूलाई दिइएको परियोजना कार्यमा सहभागी भई सामूहिक रूपमा प्रस्तुत गर्छन् ।

राउन्ड टेबुल छलफल (Round table discussion)

राउन्ड टेबुल छलफल विधि ससाना समूहमा छलफल गर्न उपयोगी मानिन्छ । यो ४-६ जनासम्मको सानो समूह बनाएर प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसमा एक जना विद्यार्थीलाई अभिलेखकर्ताको भूमिका दिनुपर्छ । समूहका बाँकी सदस्यहरूले पालैपालो समूहमा आआफ्नो विचार राख्छन् । शिक्षकले विषय वा प्रश्न समूहमा राख्छन् र समूहका प्रत्येक सदस्यले घडीको सुईको चालअनुसार आआफ्नो विचार राख्छन् । प्रत्येक सदस्यको विचारलाई अभिलेखकर्ताले अभिलेख गर्छन् । सबै सदस्यहरूले आफ्नो विचार नराखेसम्म यो प्रक्रिया चलिरहन्छ ।

पाठ २ : हाम्रो जलसम्पदा

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्यघण्टा : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
नेपालका आर्थिक क्रियाकलापको वर्तमान अवस्था, समस्या र समाधानका उपाय बताउन	– जलसम्पदाको परिचय दिन – जलसम्पदाको महत्त्व उल्लेख गर्न – जलसम्पदाका सम्भावनाहरू खोजी गर्न

क्रियाकलाप १ शिक्षकले जलसम्पदा सम्बन्धमा मसितष्क मन्थन गराई जानकारी सङ्कलन गर्नुहोस् । विद्यार्थीबाट आएका विचारहरूलाई जोड्दै शिक्षकले जलसम्पदाको अवधारणा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई नेपालको जलसम्पदा सम्बन्धमा थाहा भएका कुराहरू K-W-L चार्टमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

विद्यार्थीलाई थाहा भएका कुराहरू सोध्दै चार्टमा भर्दै जाने छन् ।

जस्तै :

K-W-L चार्ट

थाहा भएका कुराहरू (Know)	सिक्न चाहेका कुराहरू (Want to Know)	सिकाइ भएका कुराहरू (Learn)
• नेपाल जलस्रोतमा धनी छ • नेपालमा वि.सं. १९६८ मा पहिलो चोटी बिजुली बलेको हो । • नेपालमा जलस्रोत आर्थिक विकास र समृद्धिको महत्त्वपूर्ण आधार हो । • जलसम्पदालाई घरायसी, सिँचाइ र जलविद्युत्मा उपयोग गर्न सकिन्छ ।		

विद्यार्थीलाई थाहा भएका कुरा K–W–L चार्टमा थाहा भएका विषय भरिसके पछि विद्यार्थीलाई आजको कक्षामा जलसम्पदाअन्तर्गत कुन कुन विषयवस्तु सिक्न चाहनुहुन्छ भनी प्रश्न गर्नहोस् । विद्यार्थीले सिक्न चाहेका विषयवस्तु दोस्रो कोलममा भर्दै जानुहोस् । यसमा शिक्षकले विद्यार्थीले सिक्न चाहेका कुरामा आफूले सिकाउनु चाहेको कुरा छुटेमा सो कुरा पनि थप गर्न सक्नुहुन्छ ।

जस्तै :

थाहा भएका कुराहरू (Know)	सिक्न चाहेका कुराहरू (Want toKnow)	सिकाइ भएका कुराहरू (Learn)
• नेपाल जलस्रोतमा धनी हो । • नेपालमा वि.सं. १९६८ मा पहिलो चोटी बिजुली बलेको हो । • जलस्रोत आर्थिक विकास र समृद्धिको महत्त्वपूर्ण साधन हो ।	• नेपालमा हाल जलविद्युत् उपयोग गर्ने जनसङ्ख्या • नेपालमा जलश्रोतको सम्भावना • नेपालमा जलविद्युत्को समस्या • जलविद्युत्सँग सम्बन्धित समस्या समाधानका उपायहरू	

विद्यार्थीले सिक्न चाहेका विषयवस्तुमा आधारित भई शिक्षकले सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप गर्ने

क्रियाकलाप न. ३: नेपालमा जलस्रोतको अवस्था झल्कने चार्ट प्रस्तुति र छलफल गराउनुहोस् ।

- जसमा हालसम्म विद्युतको पहुँच पुगेको जनसङ्ख्या
- हालसम्म नेपालमा उत्पादित बिजुलीको क्षमता
- जलविद्युत्को महत्त्व आदि ।

क्रियाकलाप न. ४ : नेपालमा जलस्रोतको सम्भावनाका क्षेत्रहरू सम्बन्धमा Running Dictation गराउनुहोस् । कक्षालाई आवश्यकताअनुसार दुई वा तीन वा चार समूहमा बाँड्नुहोस् । जसका लागि जलस्रोतको सम्भावना उल्लिखित चार्ट समूहअनुसारको सङ्ख्यामा कक्षाको कुनामा वा कक्षाबाहिर टाँस्नुहोस् । टाँस्ने काम विद्यार्थीले थाहा नपाउने गरी सुटुक्क गर्नुहोस् । कक्षालाई दुई वा तीन वा चार समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहमा एक जना टिपोटकर्ता छनोट गर्न लगाउनुहोस् । समूहका अन्य सदस्यलाई भितामा टाँसिएको विषयववस्तु सम्झेर आएर टिपोटकर्ता साथीलाई बताउन लगाउनुहोस् , उनीहरूले बताएका कुरा टिपोटकर्ता साथीले टिप्दै जानुपर्ने कुरा बताइदिनुहोस् । जुन समूहले पहिला भित्तामा टाँसिएका विषयवस्तु लेखेर सक्छ, सो समूहलाई विजयी घोषित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत रूपमा नेपालको जलविद्युत्सँग सम्बन्धित कुनै एक समस्या सोच्न लगाउने र कापीमा टिप्न लगाउनुहोस् । अब विद्यार्थीहरूलाई जोडी जोडीमा विभाजन गरी सुरुमा व्यक्तिगत रूपमा टिपेका समस्यामा छलफल गरी एउटै बनाउन लगाउनुहोस् । केही जोडीलाई आफूले छलफल गरी तयार गरेका एक एकओटा समस्या भन्न लगाउनुहोस् ।, शिक्षकले उनीहरूले भनेका समस्या शिक्षण पाटीमा टिपोट गरी छोटो छलफल पनि गराउनुहोस् । । उनीहरूले भनेका र टिपेका विषयवस्तुलाई समेत जोड्दै नेपालमा जलविद्युत्सँग सम्बन्धित समस्याको चार्ट प्रस्तुति गरी थप छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६ : विद्यार्थीहरूलाई खुला चउरमा लैजाने वा कक्षाकोठामा सम्भव भएमा गोलो घेरामा उभिन लगाउनुहोस् । एउटा सानो प्लास्टिकको बल लिएर शिक्षकले आजको पाठमा सिकाइएका विषयवस्तुमा आधारित भई शुरुमा कुनै एक प्रश्न सोध्ने र वल कुनै एक जना विद्यार्थीलाई पास

गर्नुहोस् । जसको हातमा बल पर्छ उसले शिक्षकले सोधेको प्रश्नको उत्तर दिनपर्ने हुन्छ । उत्तर दिइसकेपछि हातमा बल हुने विद्यार्थीलाई प्रश्न सोध्न लगाउने र बल अर्को कुनै विद्यार्थीलाई पास गर्न लगाउनुहोस् । वल प्राप्त गर्नेले पहिला प्रश्नको जवाफ दिनुपर्ने र अनि मात्र प्रश्न सोध्न सकिने नियम पहिले नै स्पष्ट बताउनुहोस् र सोअनुरूप गर्न लगाउनुहोस् । पालैपालो सबैलाई यसैगरी प्रश्न सोध्न र उत्तर भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७ पाठ पढाइ सकिएपछि आज के के सिकियो भनी विद्यार्थीसँग छलफल गर्दै **K-W-L चार्ट**को अन्तिमको कोलम भर्नुहोस् र विषयवस्तुको निष्कर्ष सुनाउनुहोस् ।

थाहा भएका कुराहरू (**Know**)	**सिक्न चाहेका कुराहरू (Want toKnow)**	**सिकाइ भएका कुराहरू (Learn)**
• नेपाल जलस्रोतमा धनी हो । • नेपालमा वि.सं. १९६८ मा पहिलो चोटी बिजुली बलेको हो । • जलस्रोत आर्थिक विकास र समृद्धिको महत्त्वपूर्ण साधन हो ।	• नेपालमा हाल जलविद्युत् उपयोग गर्ने जनसङ्ख्या • नेपालमा जलस्रोतको सम्भावना • नेपालमा जलविद्युत्का समस्या • जलविद्युत्सँग सम्बन्धित समस्या समाधानका उपायहरू	• नेपालमा जलस्रोतको अवस्था • नेपालमा जलस्रोतको सम्भावना • नेपालमा जलस्रोतको समस्या • नेपालमा जलस्रोतको समस्या समाधानका उपायहरू

५.मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

अभ्यासमा दिइए जस्तै वा तल दिइएका प्रश्नहरूमा आधारित भई मूल्यांङ्कन गर्नुहोस् र पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) जल सम्पदा भनेको के हो ?

(ख) जल सम्पदाको महत्त्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) नेपालमा जलविद्युत्को सम्भावना प्रचुर छ । यस भनाइलाई तर्कसहित पुष्टि गर्नुहोस् ।

६. परियोजना कार्य

नेपालमा जलविद्युत् उत्पादनसँग सम्बन्धित विभिन्न जलविद्युत् केन्द्रको विवरण सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ ३ : कृषि ,उद्योग र व्यापारको सम्बन्ध

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्यघण्टा : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
कृषि, उद्योग र व्यापारबिचको अन्तरसम्बन्ध उल्लेख गर्न	– कृषि उद्योग र व्यापारको अन्तर सम्बन्ध पहिचान गर्न – कृषि, उद्योग र व्यापारबिचको अन्तरसम्बन्ध उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

नेपालका आर्थिक क्रियाकलापको मेरुदण्डका रूपमा कृषिलाई लिने गरिन्छ । नेपालको आयस्रोतको मुख्य स्रोत कृषि भएकाले कृषिका विभिन्न गतिविधि र तिनको महत्त्व अर्थपूर्ण छ । यस पाठमा कृषि र उद्योगको वर्तमान अवस्था, कृषि र उद्योगसँग सम्बन्धित समस्या र त्यसका समाधानका उपायहरू सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ । साथै यी विषयवस्तु सहजीकरणका उपाय र मूल्याङ्कन पद्धति सम्बन्धमा पनि चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- कृषिको विभिन्न अवस्था झल्कने चित्र वा फोटाहरू
- कृषि, उद्योगर व्यापारको अन्तरसम्बन्ध झल्कने चित्र, फोटो र भिडियो

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: विद्यार्थीलाई आफ्नो स्थानीय स्तरमा सञ्चालित कुनै घरेलु वा साना ठुला उद्योग भए सो उद्योगले उत्पादन गर्ने वस्तु, प्रयोग हुने कच्चा पदार्थ, तिनको बेचबिखन तथा व्यापार कहाँ हुन्छ ? भनी सम्झन लगाउनुहोस् । केहीलाई जानकारी प्रस्तुत गर्न लगाउनु होस् । त्यसपछि तल दिइएको फ्लो चार्टमा उल्लिखित विषयवस्तुमा छलफल गर्नुहोस् ।

जस्तै : (क) गहुँ ➡ पिठो वा मैदा उद्योग ➡ पसलमा मैदा खरिद

(ख) फलफुल ➡ जुस उद्योगको चित्र ➡ डिमार्टमेन्टल स्टोरमा जुस विक्री

(ग) कृषि औजार र मल बिउ ➡ पसलमा बेच्न राखेको चित्र ➡ कृषकले खेतमा मल हाल्नु

माथिका चित्र वा चार्टले के कुराको सङ्केत गर्छ भनी छलफल गर्न लगाई यी चित्र वा चार्टले कृषि, उद्योग र व्यापारको अन्तरसम्बन्ध लाई बुझाउँछ भन्ने सन्दर्भ स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न. २ : कृषि, उद्योग र व्यापारको अन्तरसम्बन्ध झल्कने कथा वा घटना तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् । आफूँले कथा भन्दै गर्दा महत्त्वपुर्ण लागेका कुरा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । बिचबिचमा प्रश्न सोध्दै सम्भावित उत्तर अनुमान गर्न लगाउनुहोस् । तर्क र सिर्जनशीलतालाई स्थान

दिनुहोस् । विद्यार्थीले टिपोट गरेका बुँदा केहीलाई बताउन लगाई सो सम्बन्धमा उनीहरूको जानकारी लिनुहोस् । त्यसपछि केस वा कथामा आधारित भई थप छलफल गराउनुहोस् ।

रजनीको करेसाबारीमा प्रशस्त तरकारीहरू छन् । उनले काँक्रो, गाजर र कागतीबाट व्यावसायिक रूपमा अचार बनाउने उद्योग सुरु गरेकी छिन् । आफ्नै उत्पादनका वस्तु भएकाले उनले व्यवसायबाट राम्रो आम्दानी गरेकी छिन् । घरमा उनको अचार नै किन्न आउनेहरूको भिड नै लाग्छ । उनले नजिकैको बजारमा पनि अचार बिक्री पसल खोलिकी छिन् । उनले स्थानीय स्वादअनुसारको अचार खान पाएकाले स्थानीयहरू अरू पसलमा भन्दा उनको पसलमा जाने गर्छन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू

(क) कथा वा केस केसँग सम्बन्धित छ ?

(ख) कथा वा केसमा कृषि, उद्योग र व्यापारको सम्बन्धलाई कसरी देखाइएको छ ?

(ग) कथा वा केसमा जस्तै अवस्था तपाईंको समुदाय वा स्थानिय तहमा पनि छ ?

(घ) कथा वा केसमा कृषि र उद्योग, कृषि र व्यापार, उद्योग र व्यापारको अन्तरसम्बन्धको अवस्था के पाउनुभयो ।

क्रियाकलाप ३ पाठमा भएको सम्पादकिय समूह समूहमा अध्ययन गर्न लगाई मुख्य बुँदा वा सन्देश टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

मुख्य सन्देश

- **कृषि तथा पशुपालनको क्षेत्रमा नेपालले सुधार गर्दै लगेको छ ।**
- **नेपाल धुलो दुध, मासु, अन्डा जस्ता खाद्य पदार्थमा आत्मनिर्भर हुँदै गएको छ ।**
- **युवाहरू तरकारी खेती, फलफूल खेती, पशुपालनमा आकर्षित हुन थालेका छन् ।**
- **कृषिजन्य पदार्थमा भएको उत्पादन वृद्धिले उद्योग क्षेत्रमा पनि सकारात्मक प्रभाव देखा परेका छन् ।**
- **सहरी क्षेत्रमा माछा मासुको उपयोग बढेसँगै ती क्षेत्रसँग सम्बन्धित उद्योग र व्यापारमा वृद्धि भएको छ**
- **दुग्ध व्यवसायमा पनि नेपालको प्रगति उत्साहजनक छ ।**
- **कृषि क्षेत्रमा सुधारका लागि विभिन्न नीतिगत प्रावधानहरू छन् ।**
- **कृषि क्षेत्रमा मलबिउको समस्या, औषधीको सहज उपलब्धता, बजारको सहज पहुँच जस्ता समस्या विद्यमान छन् ।**

क्रियाकलाप ४: तपाईँको समुदायमा कृषि, उद्योग र व्यापारको अन्तरसम्बन्ध के रहेको छ ? जानकार व्यक्तिसँग सोधखोज गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: माथि छलफल गरेका विषयवस्तुमा आधारित रही क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

अभ्यासमा दिइए जस्तै वा दिइएका प्रश्नहरूमा आधारित भई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) नेपालमा कृषिसँग सम्बन्धित कुन कुन कार्यहरू गरिन्छन् ?

(ख) कृषि र उद्योग महत्त्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) नेपालमा कृषिको आधुनिकरण र व्यवसायिकरणले उद्योग र व्यापार विस्तारको सम्भावना बढाउँछ । यस भनाइलाई उदाहरणसहित पुष्टि गर्नुहोस् ।

पाठ ४: हामी उपभोक्ता, हाम्रो अधिकार

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्य घण्टा : ३

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
वस्तुको गुणस्तर पहिचानका आधार खोजी गरी उपभोक्ताका अधिकारप्रति सचेत रहन	– वस्तुमा गुणस्तर पहिचान र गुणस्तरीय वस्तुको आवश्यकता बताउन – उपभोक्ता अधिकार र यसको महत्त्व बताउन – उपभोक्ता अधिकारप्रति सचेत रहन

२. पाठ परिचय : हामीले धेरै प्रकारका वस्तुहरूको उपयोग गर्नुपर्दछ । हामीले उपयोग गर्ने वस्तुहरू गुणस्तरीय हुनुपर्दछ । वस्तुमा मिसावट भएमा, वस्तुहरूमा अखाद्यवस्तु मिसाएमा, वस्तुहरूमा वस्तुको परिमाण अपुग भएमा त्यसले उपभोक्ताको हितमा नराम्रो असर पार्छ । वस्तुको गुणस्तर सम्बन्धमा जानकारी प्राप्त गरेमा, वस्तु उपभोगसम्बन्धी सचेतना हासिल गरी जिम्मेवार उपभोक्ताका रूपमा उपभोक्ता अधिकार उपयोग गर्न सहयोग पुऱ्याउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- गुणस्तर प्रमाण चिह्न झल्कने वस्तु वा वस्तुको चित्र, फोटो र भिडियो
- लेभलिङ र प्याकेजिङको नमुना
- उपभोक्ता अधिकार झल्कने चित्र, ब्यानर, फोटो आदि

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : विभिन्न वास्तविक वस्तुहरूका उदाहरण देखाउँदै ती वस्तुहरू उपयोग गर्न उपयुक्त छन् छैनन् ? भनी समूहमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थी समूहबाट आएका विचारहरू प्रस्तुत गर्न लगाई छलफल गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि केही चित्रहरू समूहलाई बाड्नुहोस् र ती चित्रमा देखाइएका खानेकुरा उपयोग गर्न किन ठिक वा किन बेठिक र त्यसबाट हुने फाइदा वा बेफाइदा सम्बन्धमा समूहमा छलफल गरी कक्षामा प्रस्तुति गर्न भन्नुहोस् ।

जस्तै : कनिका, भुस, मसिना ढुङ्गा मिसिएको चामल

धोएर सफा गरिएको साग

ढुसी परेको पाउरोटी

झिँगा भन्किएको मिठाइ

विभिन्न रङ मिसाइएको मिठाइ

खिया लागेको रड आदि

क्रियाकलाप २ : उपभोक्ता, उपभोक्ता अधिकार, गुणस्तरीय वस्तु आदि सम्बन्धमा विद्यार्थीलाई power point slide प्रस्तुत गर्दै सान्दर्भिक उदाहरणसमेत दिएर जानकारी गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ विद्यार्थीलाई उपभोक्ता अधिकारसँग सम्बन्धित रही विभिन्न अवस्था सिर्जना गरी भूमिका अभिनय गर्न लगाउने, **जस्तै**

बाबुले बजारबाट पाउरोटी किनेर ल्याएको । सानी छोरीले पाउरोटीको प्याकेट हेर्दा म्याद समाप्त भएको देखेको परिवेशमा रही संवाद तयार गरी केही विद्यार्थीलाई भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

ठाउँ विशेषका अन्य यस्तै सन्दर्भहरूमा पनि भूमिका अभिनय गराउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप ३ : उपभोक्ता अधिकार सम्बन्धमा विद्यार्थीलाई विभिन्न रुचिअनुसारको समूहमा विभाजन गरी एउटा समूहलाई सचेतनामूलक पोस्टर तयार पार्न, अर्को समूहलाई गीत वा कविता तयार पार्न, तेस्रो समूहलाई वक्तृता तयार पार्न र चौथो समूहलाई नाटकीकरण गर्न लगाई पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् । सबै समूहलाई शिक्षकले आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् । हरेक समूहको प्रस्तुतिपछि बाँकी समूहलाई कस्तो लाग्यो, अझै राम्रो गर्न के के गर्न सकिन्थ्यो भनी छलफलसमेत गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : सचेत उपभोक्ता बन्न के के गर्नुपर्छ भन्ने सम्बन्धमा विद्यार्थीलाई समूहमा छलफल गर्न लगाई निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५ : स्पाइडर वेभ (माकुरी जालो) क्रियाकलापमार्फत विद्यार्थीहरूलाई उपभोक्ता अधिकारको लागि तपाईं के गर्नुहुन्छ भन्ने प्रश्न गरी यो क्रियाकलाप गराउन सकिन्छ ।

उदाहरणका लागि

सुरुमा शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई खुला ठाउँमा लगि गोलो घेरामा उभिन लगाउनुहोस् । शिक्षकले धागोको डल्लो लिने र आफूले सचेत उपभोक्ताका रूपमा निभाउनु पर्ने कुनै एक भूमिका भन्ने, जस्तै :म सामान किन्दा सामानको उत्पादन मिति र उपभोग गरिसक्नुपर्ने मिति हेरेर मात्र किन्छु भन्न सक्छन्

यति भनेपछि शिक्षकले धागोको एकछेउमा समाती धागोको डल्लो कुनै विद्यार्थीलाई फ्याँक्ने, धागोको डल्लो पाउने विद्यार्थीले पनि आफ्नो भूमिका भन्नुपर्ने छ भनी बताइदिनुहोस् । उसले पनि धागोको एक भाग समाती बाँकी डल्लो अन्यत्र पास गर्ने । अब पालैपालो सबैलाई धागो पास गर्न लगाई अन्तिमसम्म यो क्रियाकलाप गर्ने । सकेसम्म अगाडि भनिएका कुरा नदोहोऱ्याउन सल्लाह दिनुहोस् । अन्तिममा धागो

सबैलाई तन्काउन लगाउँदा माकुरो जालो जस्तै आकृति बन्ने छ । अन्तिममा एकैस्वरूमा सबैलाई म एउटा सचेत उपभोक्ताका रूपमा जिम्मवारी बहन गर्ने छु भनी प्रतिबद्धता व्यक्त गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: तलको जस्तै समाचार अध्ययन गरी छलफल गराउनुहोस् वा उपभोक्ता अधिकारसँग सम्बन्धित विभिन्न समाचारका कटिङ्स सङ्कलन गर्न लगाई बुलेटिन बोर्ड तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

आर्थिक अभियान सेप्टेम्बर ५, २०१८

जात्रा अवलोकनका लागि गाउँबाट सदरमुकाम आएका विनोद रानाले स्थानीय एक होटलमा खाना खाए । खाना खाएको केही समयमै उनलाई नराम्रोसँग पेट काट्यो । उनले झन्डै २ सय रुपियाँको औषधी खानुपरेको बताए । स्वास्थ्य उपचारका क्रममा खानामा गडबडी भएको पत्ता लाग्यो । राना त एक प्रतिनिधि पात्र मात्र हुन् । विनोद जस्ता दैनिक सयौं व्यक्ति यसरी अस्वस्थ खानाखाँदा बिरामी भएका पाइन्छन् ।

विभिन्न सरोकारवाला निकायले होटल तथा रेस्टुराँको अनुगमन गर्नुपर्ने भए पनि त्यसो हुन नसक्दा होटल व्यवसायीले आमउपभोक्ताको स्वास्थ्यमाथि खेलवाड गरेका पाइएको छ ।

ती होटलमा केही पसलमा बिक्रीका लागि राखिएका खाद्य पदार्थ १ दिनमा बिक्री नभए बाँकी रहेका खाद्यवस्तु फ्रिजमा राख्ने र अर्को दिन बिक्री गर्ने गरिँदोरहेछ । तर पटक पटक विद्युत् सेवा अबरुद्ध हुँदा फ्रिजमा राखिएका वस्तु सड्ने अवस्थामा पुग्छन् । सडेका वस्तु होटल व्यवसायीले फाल्नुको सट्टा यसरी अर्को दिन ग्राहकलाई बिक्री गर्ने गर्छन् । यसरी बिक्री गर्ने होटल तथा रेस्टुराँहरू ससाना मात्र होइन, ठुला लगानीमा सञ्चालित होटल तथा रेस्टुराँमा समेत बासी खाने कुरा बिक्री हुँदै आएको छ ।

यसअगि सञ्चार माध्यमहरूमा बजार अनुगमन नहुँदा उपभोक्ता मर्कामा शीर्षकका समाचार आएपछि केही दिनअगाडि जिल्ला प्रशासन कार्यालयको नेतृत्वमा केही पसलहरूको अनुगमन भएको थियो ।

नियमित रूपमा अनुगमन नभएकाले होटल तथा रेस्टुराँहरूमा मात्र नभई मासु पसलहरूमा व्यवसायीहरूले उपभोक्ताको स्वास्थ्यमाथि खेलवाड गरिरहेको स्थानीय बासिन्दाहरूको गुनासो छ । स्थानीय जनताको गुनासो र दबाबका कारण प्रमुख पर्वहरू नजिकिएको अवस्थामा मात्र बजार पसलहरूको अनुगमन हुने गरेको छ । तर बजार क्षेत्रमा होटल रेस्टुराँको अनुगमन भने कहिलेकाही मात्र हुने गरेको एक होटल व्यवसायीले स्वीकार गरे ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू

(क) होटलमा खानाहरू स्वस्थकर नहुनुका कारणहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ख) सम्बन्धित निकायको अनुगमनले उपभोक्ता अधिकार कतिको सुनिश्चित हुने ठान्नुहुन्छ र किन ?

५. मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

१. उपभोक्ता अधिकारप्रतिको सचेततासम्बन्धी स्वमूल्याङ्कन गर्न निम्नानुसारको सामग्री प्रयोग गर्नुहोस् :

सचेतनाका क्रियाकलाप	गर्छु	गर्दिन
सामान किन्दा वस्तु वा सामानको उत्पादन र उपभोग गर्ने म्याद समाप्ति मिति हेर्ने		
सामानको गुणस्तर जाँच		
प्याकिङमा अधिकतम खुद्रा मूल्य उल्लेख भए नभएको हेर्ने		
सामान किन्दा अनिवार्य प्यान वा भ्याट विल लिने		
सामानको उपयोगबाट हानी भएमा सम्बन्धित निकायमा उजुरी गर्ने		

२. अभ्यासमा दिइएका वा तलका जस्तै प्रश्न सोधी विद्यार्थीको सिकाइ उपलब्धिको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) उपभोक्ता भनेको के हो ?

(ख) उपभोक्ता अधिकारलाई परिभाषित गर्नुहोस् ।

(ग) तपाइँ जिम्मेवार उपभोक्ताको रूपमा आफूलाई कसरी स्थापित गर्न चाहनुहुन्छ ?

(३) विद्यार्थीले विभिन्न समूहकार्यमा उनीहरूको सहभागिता, जिम्मेवारी, सहकार्य, प्रस्तुति आदि सन्दर्भसँग सम्बन्धित रही मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

पाठ ५: सरकारी आय र व्यय

१. सिकाइ उपलब्धि *अनुमानित घन्टी : ३*

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
– सरकारी आयको परिचय दिन र स्रोतहरू बताउन – सरकारी खर्चको परिचय दिन र क्षेत्रहरू उल्लेख गर्न	– सरकारी आयको परिचय दिन – सरकारी आयका स्रोतहरू बताउन – सरकारी खर्चको परिचय दिन – सरकारी खर्चका क्षेत्रहरू उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय : सरकार भनेको राज्य सञ्चालन गर्ने कार्यकारी निकाय हो । सरकारले आफ्नो गतिविधिहरू सञ्चालन गर्न आर्थिक स्रोतको जरुरत पर्छ । यी आर्थिक स्रोतहरू जुटाउन राज्यले विभिन्न आयका स्रोतहरू परिचालन गर्नुपर्दछ । सरकारी आयस्रोतहरू विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । सरकारी आयस्रोतका रूपमा राजस्व, कर, शुल्क आदिलाई लिन सकिन्छ । यस्ता आयबाट सरकारले विकास निर्माणका कार्य, विभिन्न कल्याणकारी कार्य, प्रशासनिक कार्यहरू सम्पन्न गर्नुपर्ने हुन्छ ।

त्यस्तै यी विभिन्न कार्यहरू गर्न राज्यले गर्ने खर्चलाई सरकारी खर्च वा व्यर्य भनिन्छ । विकास निर्माण कार्य गर्न, कर्मचारीलाई तलब भत्ता उपलब्ध गराउन, सामाजिक कल्याणका काममा सरकारी खर्चको उपयोग हुन्छ । यस पाठमा सरकारी आय, सरकारी आयका स्रोत, सरकारी खर्चको परिचय र यसका क्षेत्रहरू सम्बन्धमा चर्चा गरिने छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- सरकारी आयको स्रोतहरूको सूची
- सरकारी खर्चका क्षेत्रहरूको सूची

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप:

क्रियाकलाप १ : विद्यार्थीलाई तपाइँहरूको घरको आम्दानी के के बाट हुन्छ भनी प्रश्न गर्नुहोस् । उनीहरूबाट प्राप्त जानकारीलाई शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् । विद्यार्थीलाई जसरी एउटा परिवार वा घरको आयका स्रोतहरू विभिन्न हुनसक्छन् । त्यसैगरी राष्ट्रको पनि आयका विभिन्न स्रोतहरू हुन्छन् । ती स्रोतहरूलाई सरकारी आय भनिन्छ भनी सरकार आयको अवधारणा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २: सरकारी आयका स्रोतहरू उल्लेख भएको चार्ट वा विवरण तयार पारी त्यसैमा आधारित भई विद्यार्थीलाई समूहमा रही Running dictation गराउनुहोस् । यस क्रियाकलापबाट सिकेका कुरा समूहमा पुनः छलफल गर्न लगाई आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: सरकारी आयका स्रोतहरू जति धेरै हुन्छन् उति नै देश विकसित र समृद्ध हुन्छ भन्ने विषयमा विद्यार्थीलाई आफ्नो मान्यता (Value line) प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

यसको निम्नानुसारको चरणहरू पूरा गर्नुपर्ने छ ।

- सुरुमा शिक्षकले **'सरकारी आयका स्रोतहरू जति धेरै हुन्छन् उति नै देश विकसित र समृद्ध हुन्छ'** भन्ने विषयमा को को सहमत हुनुहुन्छ भनी सोध्नुहोस् । सहमत हुनेलाई हात उठाउन लगाउनुहोस् । त्यस्तै असहमत हुनेलाई पनि हात उठाउन लगाउनुहोस् ।
- अब सहमत हुनेलाई कक्षाको सहमत लेखिएको साइड पट्टि गएर बस्न भन्नुहोस् । असहमत हुनेलाई असहमत लेखिएको साइडपट्टि गएर बस्न भन्नुहोस् । कोही तटस्थ बस्ने छन् भने उनीहरूलाई पनि छुट्टै ठाउँमा बस्न भन्नुहोस् ।
- अब सहमत, असहमत र तटस्थ रहेका सबैलाई आफ्नो पक्षमा तर्कहरू सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले सबै समूहमा पुगी आवश्यक सहयोग र पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् । तर्क सङ्कलन गर्न निश्चित समय दिनुहोस् ।
- समय सकिएपछि सहमत र असहमत दुवै समूहलाई आमनेसामने उभ्याउनुहोस् । सुरुमा सहमत हुने समूहका कुनै एक जनालाई आफ्नो सहमतिका बुँदाहरू प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । आफ्ना साथीले बोल्दै गर्दा अरूलाई साथीको पक्षमा ताली बजाउन, हुटिङ गर्न उत्साहित गर्नुहोस् । अर्को पक्षका साथीलाई आफ्नो पक्षमा आउन सङ्केत गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहमत जनाउने पक्षको अभिव्यक्ति सकिएपछि असहमत पक्षलाई आफ्नो पक्षमा अभिव्यक्ति दिन समय दिनुहोस् । अगि सहमत हुने पक्षले गरेकै जस्तै ताली बजाउन, आफ्नो पक्षमा आउन साथीलाई जिस्क्याउने जस्ता क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- तटस्थ रहेकाहरूलाई पनि आफ्नो विचार राख्ने मौका दिनुहोस् ।
- पालैपालो दुवैतर्फबाट एक एक गरी विचार राख्ने मौका दिनुहोस् ।
- दुवै समूहका केही विद्यार्थीले विचार राखिसकेपछि छोटो निष्कर्ष दिनुहोस् तर कुनै पनि पक्षमा लागेर आफ्नो निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न पाइँदैन भन्ने कुरामा सचेत रहनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

सरकारी खर्चसम्बन्धी अवधारणा दिनुभन्दा पहिला विद्यार्थीको परिवारमा कुन कुन क्षेत्रमा पैसा खर्च हुने गरेको छ भनी उनीहरूका विचारहरू संकलन गर्नुहोस् । त्यसपछि उनीहरूको विचारलाई जोड्दै परिवारमा खर्च हुने क्षेत्र धेरै भए जस्तै सरकारी खर्चका क्षेत्रहरू धेरै हुने कुरा बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: सरकारी खर्चका क्षेत्रहरूसम्बन्धी चार्ट वा तालिका प्रस्तुत गरी सरकारी खर्चका क्षेत्रहरू सम्बन्धमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: अब मेरो पालो (pens in the middle) क्रियाकलापमार्फत विद्यार्थीको सिकाइ अवस्थालाई अझै मजबुत बनाउन सकिन्छ । यसका लागि उनीहरूलाई निम्नानुसारका प्रश्न सोध्न सकिन्छ ।

- सरकारी आयका कुनै एक स्रोत बताउनुहोस् ।
- सरकारी खर्चका क्षेत्रहरूमध्ये कुनै दुईओटा क्षेत्रको नाम भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७ : द्रुत लेखन क्रियाकलापमार्फत विद्यार्थीले यो घन्टीमा सिकेका मुख्य मुख्य कुराहरू ३ मिनेटभित्र टिप्न भन्नुहोस् । यो क्रियाकलाप गर्दा कलम रोक्न नपाइने नियम बताउनुहोस् । वेला वेलामा समय कति बाँकी छ भनेर जनाउ पनि दिनुहोस् । टिपिएका कुरा पालैपालो केही विद्यार्थीलाई भन्न लगाउनुहोस् । सही कुरा बताउने विद्यार्थीलाई धन्यवाद पनि दिनुहोस् यो क्रियाकलाप गराउँदा गर्दा कलम रोक्न नपाइने नियम बताउनुहोस् । वेला वेलामा समय कति बाँकी छ भनेर जनाउ पनि दिनुहोस्

५. मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

(क) विद्यार्थीले अब मेरो पालो क्रियाकलाप गराउँदा पालो पर्खने, विषयवस्तुको जानकारी, साथीलाई सहयोग गरेको, सक्रियता आदि पक्षलाई ख्याल गरी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यासमा दिइएका वा तलदिइएका प्रश्नहरूमा आधारित भई मल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

- सरकारी आयका क्षेत्रहरू कुन कुन हुन् ?
- सरकारी व्यय भन्नाले केलाई बुझाउँछ ?
- सरकारी व्ययका कुनै पाँच क्षेत्रहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

एकाई ७ :हाम्रो पृथ्वी

पाठ १: हाम्रो पृथ्वी

१. सिकाइ उपलब्धि   अनुमानित कार्य घन्टा : २ घण्टा

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
पृथ्वीको दैनिक र वार्षिक गतिको परिचय दिन र महत्त्व बताउन	• पृथ्वीको दैनिक गति र वार्षिक गतिको परिचय दिन • परिक्रममण र परिभ्रमणबिच भिन्नता छुट्ट्याउन • पृथ्वीको दैनिक र वार्षिक गतिको महत्त्व र प्रभाव बताउन • दिन र रात एवम् ऋतु परिवर्तनका सम्बन्ध बताउन • नेपालका ऋतुहरू र यसका विशेषता प्रस्तुत गर्न

२.पाठ परिचय

हामी सबले सधैं सूर्य पूर्वबाट उदाएर पशिचममा अस्ताएको, दिनपछि रात र रातपछि दिन आएको देखेका छौँ । कहिले जाडो मौसम त कहिले गर्मी मौसम भोग्दै ऋतु परिवर्तनलाई अनुभव गरिरहेका छौँ । यी सबै परिवर्तनका घटना पृथ्वीको दैनिक गति र वार्षिक गतिको कारण भएको हो । पृथ्वी आफ्नो अक्षमा रही पशिचमबाट पूर्वतर्फ घुम्छ । पृथ्वीले अक्षमा रही फन्को लगाउने गतिलाई पृथ्वीको परिभ्रमण वा दैनिक गति भनिन्छ । पृथ्वीले आफ्नो अक्षमा रही एक फन्को मार्न लगभग २४ घण्टा लगाउँछ । पृथ्वीको परिभ्रमणको कारणले दिन र रात हुन्छ ।

त्यस्तै पृथ्वी आफू घुम्दै निश्चित अण्डाकार बाटो हुँदै सूर्यलाई पनि परिक्रममा गर्दछ । यसलाई परिक्रममण वा पृथ्वीको वार्षिक गति भनिन्छ । पृथ्वीले सूर्यलाई घुम्ने अण्डाकार बाटोलाई कक्ष भनिन्छ । पृथ्वीले सूर्यलाई एक पटक परिक्रममा गर्न लगभग ३६५ दिन ६ घण्टा लाग्छ । यस पाठमा पृथ्वीको दैनिक तथा वार्षिक गति र यसको महत्त्वसम्बन्धी विषयवस्तु समावेश गरिएको छ । पृथ्वीले सूर्यलाई परिक्रममा गर्ने क्रममा सूर्य पृथ्वीको कहिले नजीक कहिले टाढा पर्छ जसको कारण ऋतु परिवर्तन हुन्छ । दिन, रात र ऋतु परिवर्तनका मुख्य कारण पृथ्वीको परिभ्रमण र परिक्रमणका कारणले हो भनी विद्यार्थीलाई प्रस्ट पार्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्रीहरू

- ग्लोब
- नक्सा
- पृथ्वीको दैनिक तथा वार्षिक गति झल्काउने चित्र र भिडियो क्लिप
- मैनबत्ती सलाई वा लाइटर
- टर्च लाइट

- नेपालका ऋतु लेखिएका चार्ट
- क्यालेन्डर
- बल

४. सिकाइ सहजीकरणक्रियाकलाप

क्रियाकलाप १:सुरुमा विद्यार्थीलाई दिन र रात किन भएको हो ? प्रश्न गरी विद्यार्थीलाई एकआपसमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । छलफलपछि आएको निष्कर्ष पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीबाट आएको उत्तरलाई शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् र अन्त्यमा दिन र रात हुने सन्दर्भ स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २ :विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो बेब्लेट (घुर्रा) पश्चिमबाट पुर्वतर्फ घुमाउन लगाई घुर्रा जस्तै हामी बसेको पृथ्वी पनि त्यसरी नै घुमेर सुर्यको परिक्रममा गर्दछ भनी पृथ्वीको दैनिक गति वा वार्षिक परिभ्रमणसम्बन्धी अवधारणा प्रस्ट पार्नुहोस् । यस क्रममा बेब्लेटको किलालाई अक्षका रूपमा चिनाई पृथ्वीको काल्पनिक अक्षका बारेमा चित्रका माध्यमबाट प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न. ३: टेबलमा एउटा बल राखी त्यसलाई सूर्य मानेर एक जना विद्यार्थीलाई एक हातमा ग्लोब लिएर अर्को हातले ग्लोबलाई घुमाउँदै टेबलमा रहेको बलको परिक्रममा गर्न लगाउनुहोस् । यसरी परिक्रममा गर्ने बाटो अण्डाकार हुनुपर्दछ । यस क्रियाकलापबाट पृथ्वीको वार्षिक गति वा परिक्रममण साथै कक्षको समेत अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् । यसक्रममा पृथ्वीले आफ्नो अक्षमा एक फन्को मार्न लगभग २४ घण्टा वा एक दिन र सूर्यको एक चक्कर पूरा गर्न लगभग ३६५ दिन ६ घण्टा लाग्छ भन्ने कुरा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४:पृथ्वीको दैनिक र वार्षिक गति देखाउने चित्र र एनिमेटेड भिडियो क्लिप देखाउँदै र दैनिक र वार्षिक गतिसम्बन्धी छलफल गराउनुहोस् । छलफलपछि केही छोटा प्रश्नहरू पनि सोधी :पृथ्वीका दैनिक र वार्षिक गतिसम्बन्धी अवधारणालाई प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: ग्लोबलाई कक्षाको अगाडि टेबुलको एक छेउमा राख्नुहोस् । टेबलको अर्को छेउमा मोबाइलको बत्ती वा टर्च लाईट बाल्नुहोस् । कक्षाको झ्यालढोका बन्द गरेर अँध्यारो पार्नुहोस् । अब ग्लोब हेरी कहाँ कहाँ उज्यालो परेको छ सो भागमा दिन र अँध्यारो भागमा रात भएको मानी छलफल गर्नुहोस् । ग्लोबलाई एकै ठाउँमा राखी बिस्तारै घुमाउनुहोस् । यसो गर्दा फरक ठाउँमा उज्यालो देखिने कुरा विद्यार्थीलाई अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । ग्लोबका माध्यमबाट सूर्य पूर्वमा उदाएर पश्चिममा अस्ताउँछ । र सबै ठाउँमा फरक फरक समयमा दिन र रात हुन्छ भनी विभिन्न उदाहरणद्वारा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: सधैँ एउटै किसिमको मौसम किन नभएको होला ? कहिले गर्मी त कहिले जाडो मौसम किन भएको होला ?एक वर्षपछि पहिलेकै जस्तो ऋतु किनआउँछ ? जस्ता प्रश्नहरू सोध्दै पृथ्वीको वार्षिक गतिका सम्बन्धमा मस्तिष्क मन्थन गराउनुहोस् ।

पृथ्वीको वार्षिक गतिको कक्ष अण्डाकार भएको हुँदा पृथ्वी कहिले सूर्यको नजिक कहिले सूर्यको टाढा पर्ने कुरा ग्लोबका माध्यमबाट प्रयोग गर्दै देखाउनुहोस् । पृथ्वी ६६.५ डिग्रीको ढल्काइको कारण वार्षिक गतिमा सूर्यको किरण कहिले दक्षिणी गोलार्धको मकर रेखा माथि सिधा पर्छ त कहिले उत्तरी गोलार्द्धको कर्कट रेखा र भूमध्य रेखामाथि सिधा पर्छ जसको कारण विभिन्न ऋतु हुन्छ भनी ऋतुका प्रकारहरूको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७ : विद्यार्थीलाई ६ ओटा समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । प्रत्येक समूहको नाम ६ ऋतुबाट राखिदिनुहोस् । आफ्नो समूहको नाममा पर्ने ऋतु र महिना र त्यस समयमा प्रकृतिमा देखिने विशेषताहरू सम्बन्धमा आफूले देखेको र भोगेको ऋतुका आधारमा छलफल गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८ : ऋतुका नाम र विशेषता भएको चार्ट वा चित्र प्रदर्शन गर्नुहोस् । विश्वव्यापी रूपमा हिउँद, वसन्त, ग्रीष्म र शरद गरी ४ ऋतु हुने तर नेपालमा वसन्त, ग्रीष्म, वर्षा, शरद्, हेमन्त, र शिशिर गरी छओटा ऋतु हुन्छ भनी ती ऋतुमा पर्ने महिना र ऋतुका विशेषताहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

Season	Months
Summer	June, July, August
Autumn	September, October, November
Winter	December, January, February
Spring	March, April, May

ऋतु	महिना	विशेषता
वसन्त	चैत, बैशाख	हावा हुरी चल्ने, रुखमा पालुवा पलाउने, न जाडो न गर्मी हुने
गृष्म	जेठ, असार	बढी गर्मी हुने, बादल लाग्ने , बादल गर्जने , पानी पर्ने
वर्षा	साउन, भदौ	पानी पर्ने, बादल लाग्ने, हिलो हुने, बाढी पहिरो जाने
शरद	असोज, कात्तिक	सुरम्य वातावरण हुने, न्यानो हुने, आकास सफा रहने
हेमन्त	मङ्सिर, पुस	जाडो सुरु हुने , रुखका पात झर्ने, कुहिरो लाग्ने
शिशिर	माघ, फागुन	शित पर्ने, अति जाडो हुने, हुस्सु, तुषारो लाग्ने, हिउँ पर्ने

क्रियाकलाप ९: वार्षिक समय क्यालेन्डर विद्यार्थीलाई दिनुहोस् र जुन २१, सेप्टेम्बर २३, डिसेम्बर २२, मार्च २१ नेपालको कुन महिनाको कति गते पर्छ विद्यार्थीलाई पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् र त्यस समयमा दिन र रातको लम्बाइ कस्तो हुन्छ र त्यसको कारण के हो भनी प्रश्नोत्तर विधिबाट छलफल गर्नुहोस् । विद्यार्थीको उत्तर गलत आएमा सहजीकरण पनि गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप १० : विद्यार्थीहरूलाई पृथ्वीको वार्षिक गति र दैनिक गति देखाउने चित्र बनाई कक्षाकोठामा टाँस्न लगाउनुहोस् ।

५. प्रतिबिम्बन /मूल्याङ्कन

१. अभ्यासमा दिइएका वा तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् ।

(क) दिन र रात किन हुन्छ ?

(ख) कक्ष भनेको के हो ?

(ग) परिभ्रमण भनेको के हो ?

(घ) पृथ्वीले सूर्यलाई परिक्रममा गर्ने बाटोलाई के भनिन्छ ?

(ङ) पृथ्वीले सूर्यलाई एक फन्को लगाउन कति समय लाग्छ ?

(च) हामीले किन कहिले जाडो र कहिले गर्मी मौसम अनुभव गर्छौं ?

(छ) ऋतु परिवर्तन के कारणले गर्दा हुन्छ ?

(ज) नेपालमा मान्ने ऋतुहरूको नाम र विशेषताहरू लेख्नुहोस् ।

(झ) डिसेम्बर २२ का दिन उत्तरी गोलार्धमा सबैभन्दा छोटो दिन र जाडो हुनुका कारण के हो ?

२. समूह छलफल र प्रस्तुतीकरण गर्दा विद्यार्थीले देखाएको सक्रियता, सहभागिता र छलफलमा भाग लिए नलिएको सम्बन्धमा निम्नअनुसार मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्र. सं.	विद्यार्थीको नाम थर	समूह छलफलमा सहभागिता/सक्रियता	प्रस्तुतीकरण	चित्रकलामा सहभागिता
		धेरै राम्रो	राम्रो	सुधार गर्नुपर्ने

धेरै राम्रो ३, राम्रो २ र सुधार गर्नुपर्ने १

पाठ २ : पृथ्वीको धरातलीय स्वरूप

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २ घण्टा**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
धरातलीय स्वरूपको परिचय दिन	- पृथ्वीको धरातलीय स्वरूपको परिचय दिन - विभिन्न प्रकारका धरातलीय स्वरूपको निर्माण प्रक्रिमया र विशेषता वर्णन गर्न

२. पाठ परिचय

पृथ्वीको सतहको निर्माण जल र स्थलमण्डलबाट भएको छ । स्थलमण्डलको स्वरूप एकनास छैन । स्थलमण्डलमा मैदान, पहाड, पठार, खोँच, डाँडाकाँडा आदि छन् भने जलमण्डलमा पनि महासागर, ताल, नदी, पोखरी, खोला जस्ता पानीको भाग रहेका हुन्छन् । पृथ्वीको सतहमा देखिने जल र जमिनका यी विभिन्न स्वरूपहरूलाई धरातलीय स्वरूप भनिन्छ । पृथ्वीको सतहमा ७१ प्रतिशत भुभाग पानीले ओगटेको छ भने बाँकी २९ प्रतिशत भुभाग जमिनले ओगटेको छ । पृथ्वीको सतहका यिनै विभिन्न स्वरूपहरूको निर्माण प्रक्रिया र विशेषताबारे जानकारी गराउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- विश्वको भौतिक नक्सा
- ग्लोब
- भिडियो क्लिप

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : ग्लोब वा विश्वको भौतिक नक्सा प्रदर्शन गर्नुहोस् र विद्यार्थीलाई पानीले ओगटेको भूभाग देखाउन लगाउनुहोस् । पृथ्वीको धेरै भुभाग पानीले ओगटेको सन्दर्भ जोड्दै महासागरको अवधारणा स्पष्ट पार्न विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २ : विद्यार्थीलाई जानकारी भएका विभिन्न प्रकारका जमिनको सतह र ती सतह एकनास किन छैनन् अनुमान गर्न लगाई जोडी जोडीमा छलफल गराउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले निष्कर्षका रूपमा प्रस्तुत गरेका बुँदालाई बोर्डमा उतार्दै धरातलीय स्वरूपको अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ :

विभिन्न प्रकारका स्थलरूप झल्कने चित्र, फोटो भिडियो आदि प्रदर्शन गर्नुहोस् । यी चित्र फोटोमार्फत पृथ्वीको धरातलीय स्वरूप एकनासको छैन भन्ने कुरा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : पृथ्वीको निर्माण प्रक्रिमया तातो गोलाबाट बिस्तारै चिसिदै जाँदा पहाड, डाँडाकाँडा, खोल्साखोल्सी, मैदान आदि बनेको भन्ने सम्बन्धमा भिडियो वा डकुमेन्ट्री प्रदर्शन गर्नुहोस् । यस्तैगरी पृथ्वीको धरातलीय स्वरूपमुनि रहेका प्लेटहरू सर्दा भूकम्प जाने र धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन आइरहने कुरा पनि भिडियो मार्फत वा कथाशैलीमा प्रस्तुत गर्नुहोस् । प्रस्तुति र छलफल पनि केही विद्यार्थीलाई केही प्रस्नहरू सोधी उनीहरूको सकिाई अवस्थाको जानकारी लिई आवश्यक परे थप सहजीकरण गर्नुहोस् ।

यसै सिलसिलामा निर्माण प्रक्रियाका आधारमा पहाडको प्रकारहरूका बारेमा पनि प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: विद्यार्थीलाई पाँच समूहमा विभाजन गराई प्रत्येक समूहलाई एक एक धरातलीय स्वरूपका बारेमा छलफल गरी धरातलीय स्वरूपको परिचय र निर्माण प्रक्रिमया साथै धरातलीय स्वरूपको चित्र तयार पार्न लगाउनुहोस् । प्रत्येक समूहको समूह प्रमुख छान्न लगाउनुहोस् । अब समूह प्रमुख आफ्नो समूहमा बस्नुहोस् अन्य सदस्य सबै अर्को समूहमा जानुहोस् र अर्को समूहलाई परेको शीर्षकअन्तर्गत उक्त समूहका साथीहरूले छलफल गरेको विषयवस्तुका बारेमा बुझ्नुहोस् । यसरी पालैपालो सबै समूहमा पुगेर त्यो समूहले छलफल गरेको विषयबस्तु बुझेर फेरि आफ्नो समूहमा फर्कनुहोस् र समूहका प्रत्येक सदस्यले पालैपालो अन्य समूहमा सिकेका कुरा आफ्नो समूह प्रमुखलाई बताउनुहोस् । कियाकलापको अन्त्यमा समूहबाट तयार गरिएका चित्र तथा सामग्री कक्षाकोठामा टाँस्न लगाउनुहोस्

क्रियाकलाप न.. ६ः कक्षाका सबै विद्यार्थीलाई कक्षा बाहिर लैजानुहोस् । सुरक्षित तरिकाले माटो मुछेर नरम बनाउन लगाउनुहोस् । यदी विद्यालय वरिपरि माटो पाइने अवस्था नभए घरबाट मुछेको नरम माटो लिएर आउनका लागि अगिल्लो दिनमा नै जानकारी दिनुहोस् । विद्यार्थीलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गरी माटोबाट विभिन्न प्रकारको पहाड र मैदानको नमुना तयार पार्न लगाइ प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । ती नमुना सुकिसकेपछि उपयुक्त रङ लगाई प्रधानाध्यापकको कक्षमा सजाएर राख्ने व्यवस्था गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप न.. ७ : विद्यार्थीलाई आवश्यकता अनुसार समूहमा विभाजन गरी वरपरको धरातलीय स्वरूपको अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । उक्त धरातलीय स्वरूपको नाम पहिचान गरी त्यसको चित्र बनाउन लगाउन लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थी समूहबाट सबैभन्दा राम्रो चित्र

छनौट गर्न लगाउनुहोस् । आफूले समेत मूल्याङ्कन गरी बिजेता समूहलाई पुरस्कृत गर्नुहोस् । विद्यार्थीले गरेको मूल्याङ्कनभन्दा आफ्नो फरक भएमा सोको कारण पनि बताई दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. विद्यार्थीले तयार पारेको मोडललाई निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

- माटो मुछाइ
- माटोबाट बनाएको धरातलीय स्वरूपको मोडल
- रङको संयोजन
- प्रस्तुतीकरण

२. अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइए जस्तै प्रश्नहरू सोधेर पनि मूल्याङ्कन वा प्रतिबिम्बन गराउन सकिन्छ र सोका आधारमा आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुपर्दछ ।

(क) पृथ्वीमा जमिन र पानीको भाग कति छ ?

(ख) महाद्वीप र महासागरको परिचय दिनुहोस् ।

(ग) धरातल भनेको के हो ?

(घ) पृथ्वीको धरातलीय स्वरूप फरक फरक हुनुका कारण के हो ?

(ङ) पहाडका प्रकारहरू लेख्नुहोस् ।

(च) नेपालका पहाडहरू कस्ता प्रकारका पहाड हुन् ?

(छ) अवशिष्ट पहाड र मोडदार पहाडबिच के भिन्नता छ ? उदाहरणसहित बताउनुहोस् ।

(ज) तपाइँ कस्तो धरातलीय स्वरूपमा बसोबास गर्नुहुन्छ ?

(झ) धरातलीय स्वरूपका पाँचओटा विशेषता लेख्नुहोस् ।

पाठ ३: धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्व

१. सिकाइ उपलब्धि अनुमानित कार्य घण्टा : २

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्वहरू बताउन	– धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्वहरू बताउन । – धरातलीय स्वरूपमा आउने परिवर्तनका प्रक्रिमया उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

पृथ्वीको धरातलीय स्वरूप विभिन्न प्रकारका छन् । यस्ता स्वरूपमा विभिन्न कारणले परिवर्तन आइरहन्छ । पहिले भएको धरातलीय अवस्थामा परिवर्तन भई नयाँ प्रकारको धरातल देखिनु धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन हुनु हो । वर्षा, वायु, पृथ्वीको आन्तरिक हलचल, वनस्पति आदि तत्त्वहरूले धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउँछन् । यिनै तत्त्वहरूको पहिचान गर्नु र परिवर्तनका प्रक्रिया उल्लेख गर्नु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउने विभिन्न तत्त्वहरू लेखिएको चार्ट र चित्र
- भिडियो क्लिप
- चार्ट पेपर वा Newsprint paper
- भूकम्प, ज्वालामुखी, नदी, हिमनदी, वायु, वर्षा, जनावर र वनस्पति लेखेको कागजको टुक्रमा
- हजारी
- बालुवा

४. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिमया

क्रियाकलाप १ : विद्यार्थीहरूले खोला वा नदीले बाटो परिवर्तन गरेपछि र बाढी, पहिरो, भूकम्प आदि बाट जमिनमा आएको परिवर्तन देखेका हुन सक्छन् । यिनै कुरासम्बन्धी उनीहरूको अनुभव व्यक्त गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूको कुरालाई आधार बनाएर विभिन्न उदाहरण दिँदै जमिनको सतहमा आउने परिर्वतन नै धरातलीय स्वरूपको परिवर्तन हो भनी प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २ :धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन आउनुमा कुन कुन तत्त्वले प्रभाव पार्दछन् भन्ने विषयमा TPS गराउँदै उनीहरूको धारणालाई बोर्डमा लेख्दै जानुहोस् । बोर्डमा टिप्ने क्रममा विद्यार्थीले भनेका कुरालाई निम्नानुसार छुट्याई आन्तरिक र बाह्य तत्त्वसम्बन्धी जानकारी गराउनुहोस् ।

आन्तरिक तत्त्व	बाह्य तत्त्व
भूकम्प	नदी

क्रियाकलाप ३: विद्यार्थीलाई विभिन्न ७ समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । प्रत्येक समूहको समूह प्रमुख छान्ने र नेतालाई भूकम्प, ज्वालामुखी, नदी, हिमनदी, वायु, वर्षा, जनावर र वनस्पति लेखेको सानो चिट तान्न लगाउनुहोस् । आफूलाई परेको चिटका आधारमा समूहको नामकरण गर्न भन्नुहोस् । सम्बन्धित तत्त्वले धरातलीय स्वरूपमो कसरी परिवर्तन ल्याउन सक्छ भन्ने बारेमा छलफल गरी प्राप्त निष्कर्षलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४: धरातलीय स्वरूमा परिवर्तन ल्याउने आन्तरिक तथा बाह्य तत्त्वहरूलाई विभिन्न उदाहरण दिँदै चित्र, भिडियो आदि प्रदर्शन गरी थप स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: विद्यार्थीलाई चउरमा लगी माटो वा बालुकाको सानो ढिस्को बनाउन लगाउनुहोस् । टुप्पामा हजारीबाट बिस्तारै पानीको धारा बगाउन लगाउनुहोस् के हुन्छ अवलोकन गर्न भन्नुहोस् । यस सम्बन्धमा छलफल गर्दै पृथ्वीको धरातलीय स्वरूपलाई पानीले यसरी नै परिवर्तन गर्दछ भनी प्रसँग जोड्नुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१.समूह कार्य गर्ने क्रममा सगँसगै मल्याङ्कन पनि गर्दै जानुपर्छ । मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा दिइएको कार्य विद्यार्थीले गरे नगरेको, समूहमा संलग्न भए नभएको, उद्देश्यअनुसार सिके नसिकेको आदि हेरिनुपर्दछ । यसका लागि समूह कार्य र प्रस्तुतीकरणको अवलोकन गरी मल्याङ्कन गर्नुहोस् सोका लागि निम्नानुसारको तालिका प्रयोग गर्नुहोस् :

क्र.सं.	नाम थर	समूह कार्यमा सहभागिता	सक्रियता	जिम्मेवारी वहन	प्रस्तुतीकरण

धेरै राम्रो ३, राम्रो २ र सुधार गर्नुपर्ने १

२. विद्यार्थीहरूलाई अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइए जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) पृथ्वीको धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन आउनुको कारण के हो ?

(ख) पृथ्वीको सतहको भूस्वरूपमा नदीले कसरी परिवर्तन ल्याउँछ ?

(ग) भूकम्पले पृथ्वीको धरातलमा कस्तो परिवर्तन ल्याउन सक्छ ?

(घ) पृथ्वीको धरातलीय स्वरूपमा परिर्वतन ल्याउन क्रियाशील आन्तरिक र बाह्य तत्त्वहरू के के हुन् ?

(ङ) वायुले कसरी भूस्वरूपमा परिवर्तन ल्याउछ ?

(च) तपाईं बसेको स्थान कस्तो भूस्वरूपको छ ? यो कसरी त्यो स्वरूपको भएको होला ?

(छ) क्षयीकरणले धरातलीय स्वरूपमा कसरी परिवर्तन ल्याउँछ ?

पाठ ४ :   धरातलीय स्वरूप र मानवबिचको सम्बन्ध

पाठ ६ :   नेपालको धरातलीय स्वरूप, हावापानी, आर्थिक गतिविधि र सामाजिक रहनसहन

१. सिकाइ उपलब्धि/विशिष्ट उद्देश्य   अनुमानित कार्य घण्टा : ४

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
नेपालको धरातलीय स्वरूप, हावापानी, आर्थिक गतिविधि र सामाजिक रहनसहनबिचको सम्बन्ध उल्लेख गर्न	– नेपालको धरातलीय स्वरूप, हावापानी, आर्थिक गतिविधि र सामाजिक रहनसहन उल्लेख गर्न – जनजीवनमा धरातलीय स्वरूपले पार्ने प्रभाव वर्णन गर्न

२. पाठ परिचय

धरातलीय स्वरूप र हावापानीअनुसार प्राकृतिक स्रोतसाधनहरू उपलब्ध हुन्छन् । प्राकृतिक स्रोत र साधनअनुसार मानिसको जीवनशैली विकास हुँदै आएको हुन्छ । धरातलीय स्वरूप र हावापानीअनुसार मानिसले आफू बाँच्नलाई विभिन्न गतिविधिहरू सञ्चालन गर्छ । मानिसले आफूलाई प्रकृतिअनुसार अनुकूलन बनाउँदै लैजान्छ । सोहीअनुसार सांस्कृतिक गतिविधिको पनि विकास भएको हुन्छ । फरक फरक धरातलअनुसार हावापानी पनि फरक हुने भएकाले मानिसको वेषभूषा, खानपान, आर्थिक क्रियाकलाप र संस्कृति पनि फरक हुन्छ । यसरी धरातलीय स्वरूप र मानवीय व्यवहारबिचको सम्बन्धको जानकारी गराउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

– विभिन्न धरातलीय स्वरूपमा उपलब्ध हुने स्रोतसाधनहरूको चित्र वा भिडियो
– विभिन्न धरातलीय स्वरूपमा बसोबास गर्ने मानिसहरूको आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक क्रियाकलापको चित्र वा भिडियो ।
– हिमाल, पहाड र तराई क्षेत्र खुल्ने नक्सा

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: विद्यार्थीलाई उनीहरूले लगाउने पोसाकको सन्दर्भ जोड्दै आज किन यस्तो पोसाक लगाउनुभएको छ ? वर्षैभरि यस्तै पोसाक लगाउनुहुन्छ कि हुँदैन ? आदि प्रश्न गर्दै मष्तिष्क मन्थन गराउनुहोस् र विषयवस्तुमा प्रवेश गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप२: विद्यार्थी**हरू**लाई कक्षाकोठा बाहिर ल्याउनुहोस् र आफू बसेको धरातलीय स्वरूप र प्राकृतिक स्रोतसाधनहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले अवलोकन गरेका विषयवस्तु टिपोट गर्न लगाई

समूहमा छलफल गर्न भन्नुहोस् । छलफलमा उठेका प्रसङ्गलाई जोड्दै धरातलीय स्वरूपअनुसार प्राकृतिक स्रोत र साधनको उपलब्धता, हावापानी र सांस्कृतिक र आर्थिक गतिविधि फरक फरक हुने कुरा बुझाउनुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थीको बुझाइ अवस्था थाहा पाउन उनीहरू मध्ये केहीलाई धरातलीय स्वरूपअनुसार प्राकृतिक स्रोत र साधनको उपलब्धता, हावापानी र सांस्कृतिक र आर्थिक गतिविधि फरक फरक हुने कुराको उदाहरण बताउन प्ररित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप३ : फरक समुदाय भएका विद्यार्थी छनोट गरी अन्यलाई उनीहरूको समूहमा आबद्ध हुन लगाउनुहोस् । आवश्यक परेम आफूले समूह निर्माण गरिदिनुहोस् । सम्बन्धित समुदाय कामानिसहरूको वेशभूषा, खानपान, आर्थिक, सामाजिक गतिविधिका बारेमा समूहमा छलफल गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप४: आफ्नोभन्दा फरक हावापानी भएको ठाउँमा फरक गतिविधि हुने कुरा पनि बताइदिनुहोस् । जस्तैः तपाईं पहाडमा बसोबासगर्नु हुन्छ भने त्यहाँ गरिने केही मुख्य क्रियाकलाप बताउन बालबालिकालाई प्ररित गर्नुहोस् । जब उनीहरूले पहाडमा गर्ने क्रियाकलाप बताउँछन् त्यसमा आवश्यकताअनुसार थप गर्दै तपाईंले हिमाल र तराईमा हुने गतिविधि त्यहाँका संस्कार र क्रियाकलापका बारेमा बताइदिनुहोस् । आफू जुन धरातलीय स्वरूपमा बसोबास गर्ने हो, त्यहीको उदाहरण दिँदा राम्रो हुन्छ । ती सबै विविधता धरातलीय स्वरूप र हावापानीको कारण भएको हो भनी स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: फरक फरक धरातलअनुसार प्रचलित वेशभूषा, खानपान र आर्थिक गतिविधि देखाउने चित्र वा भिडियो देखाउनुहोस् र आफू बस्ने स्थानमा प्रचलित वेशभूषा, खानपान र आर्थिक गतिविधि सम्बन्धमा स्मरण गरी द्रुत लेखन गर्न र कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप :६ विद्यार्थीलाई समूहमा विभाजन गराई प्रत्येक समूहले आफ्नो नामअनुसारको हावापानीमा बस्ने मानिसहरूको जनजीवन, वासस्थान, वेशभूषा आर्थिक क्रियाकलापका बारेमा छलफल गरी तालिकामा भर्न विद्यार्थीलाई विभिन्न समूह जस्तै हिमाल समूह, पहाड समूह, तराई समूह, नदी किनार समूहमा विभाजन गरी तालिकामा भर्न लगाउनुहोस् ।

धरातलीय स्वरूप	आर्थिक क्रियाकलाप	आवास	वेशभूषा	रहनसहन
हिमाल				
पहाड				
तराई				

क्रियाकलाप ७ : विद्यार्थीलाई विभिन्न तरीकाबाट (जस्तै १ २ ३) भन्न लगाउने र ३ समूहमा विभाजन गराउनुहोस् । समूह १ लाई हिमाल समूह २ लाई पहाड र समूह ३ लाई तराई प्रदेशको बारेमा छलफल गराईप्राप्त निष्कर्ष तलको जस्तै तालिकामा भर्न लगाउनुहोस् र विद्यार्थीले तयार पारेको तालिकालाई कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

समूह १

हिमाली प्रदेश	
भौगोलिक अवस्था	
हावापानी	
वनस्पति	
आर्थिक गतिविधि	
रहनसहन	
वेशभूषा	
खेतीपाती	

समूह २

पहाडी प्रदेश	
भौगोलिक अवस्था	
हावापानी	
वनस्पति	
आर्थिक गतिविधि	
रहनसहन	
वेशभूषा	
खेतीपाती	

समूह ३

तराइ प्रदेश	
भौगोलिक अवस्था	
हावापानी	
वनस्पति	
आर्थिक गतिविधि	
रहनसहन	
वेशभूषा	
खेतीपाती	

५. मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

१. विद्यार्थीलाई खुला ठाउँमा लगी गोलाकार घेरामा उभिन लगाउनुहोस् । हातमा बल लिएर पास गर्न भन्नुहोस् । एक जनालाई आँखामा पट्टी बाधेर मादल भए मादल नभए गीत सङ्गीत जे उपलब्ध छ बजाउन लगाउनुहोस् । सङ्गीत बज्न बन्द हुँदा जुन विद्यार्थीका हातमा बल पर्छ उसले एक धरातलीय स्वरूपको नाम र मानिसको जीवनशैलीसम्बन्धी एक बुँदा भन्नु पर्ने छ । यसरी केहीबेर यो खेल खेलाएर धरातलीय स्वरूप र मानवबिचको सम्बन्धका बारेमा विद्यार्थीलाई के कति जानकारी भएछ भनी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

२. अभ्यासमा दिइएको वा तलको जस्तै छोटा प्रश्न सोधेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(क) समुद्री किनारमा बस्ने मानिसको मुख्य पेसा के हुन्छ ?
(ख) हिमाली प्रदेशका मानिसहरू किन बाक्लो लुगा लगाउँछन् ?
(ग) तराईमा कस्ता किसिमका घर हुन्छन् ?
(घ) शेर्पाहरू हिमाल चढ्नका लागि विश्व प्रसिद्ध हुनुको कारण के हो?
(ङ) मरुभूमिमा बस्ने मानिसले चन्द्रमालाई पूजा गर्नुको कारण के होला ?

पाठ ५: नेपालको हावापानी

१. सिकाइ उपलब्धि

अनुमानित कार्य घण्टा : २

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
नेपालको हावापानीको विशेषता वर्णन गर्न	– नेपालको हावापानीको क्षेत्र पहिचान गर्न – नेपालमापाइने ग्रीष्मकालीन र हिउँदकालीन हावापानीको कारण र विशेषताहरू प्रस्तुत गर्न – मनसुनी वर्षाको फाइदा र बेफाइदा उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचयः

नेपाल उष्ण मनसुनी हावापानीको क्षेत्रमा पर्छ । यसको मुख्य विशेषता ग्रीष्म र हिउँदमा फरक फरक हावापानी हुनु हो । यहाँ ग्रीष्ममा गर्मी हुन्छ र धेरै पानी पर्छ भने हिउँदमा जाडो हुन्छ र कम पानी पर्छ जसले गर्दा जमिन सुख्खा हुन्छ । समग्रमा नेपालको हावापानी उष्ण मनसुनी प्रकारको छ भने धरातलीय स्वरूपअनुसार नेपालमा हावापानीको स्वभाव पनि फरक छ भन्ने कुरा विद्यार्थीलाई बुझाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ । नेपालमा पाइने हिउँदे मनसुन र ग्रीष्मकालीन मनसुन सम्बन्धमा यस पाठमा चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

यो पाठ शिक्षण गर्नका लागि निम्नानुसारका सिकाइ सामाग्री आवश्यक पर्दछन् :

- शितकालीन वा ग्रीमकालीन मनसुन झल्काउने चित्र वा भिडियो ।
- नेपालको भौतिक नक्सा, नेपालको हावापानीको स्वरूप देखाउने नक्सा
- एटलस
- नेपालको विभिन्न हावापानीको क्षेत्रका विशेषता झल्कने चित्र, फोटो, भिडियो
- न्युजप्रिन्ट पेपर र साइनपेन

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: विद्यार्थीहरूलाई आफू बसेको क्षेत्रमा वर्षभरिमा पाइने हावापानीको प्रकार र स्थानअनुसार हावापानी फरक हुनुका कारणहरू अनुमान गर्न लगाई छलफल गर्दै विषय प्रवेश

गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: सूर्य कर्कट र मकर रेखामाथि सिधा परेको देखाउने चित्र वा एनिमेटेड भिडियो प्रदर्शन **गर्दै** ग्रीष्ममा सूर्यको किरण पुथ्वीको कर्कटरेखामा सिधा पर्ने हुँदा हिन्द महासागर र मध्य एसियामा एकै पटक सूर्यको किरण सिधा पर्दाखेरी पानीको भागभन्दा जमिन चाँडो तात्ने हुन्छ । जसका कारण जमिनमा हावाको चाप कम हुन गई समुद्रबाट जलवाष्पयुक्त वायु जमिनतर्फ बहन्छ जसका कारणले नेपालमा ग्रीष्म ऋतुमा नियमित वर्षा हुन्छ भन्ने कुरा जानकारी दिनुहोस् । यस सम्बन्धमा विद्यार्थीका कुनै जिज्ञासा भए प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४: शितकालीन मनसुनको चित्र वा एनिमेटेड भिडियो देखाउँदै पाठमा भएको कुरासँग मेल खाएको छ छैन भनी प्रश्न गर्नुहोस् र विद्यार्थीलाई पाठ पढ्ने समय दिनुहोस् । इच्छुक विद्यार्थीलाई प्रश्नको जवाफ दिन लगाई आफूले थप स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: मनसुनी वायुले पारेको सकारात्मक र नकारात्मक प्रभाव झल्काउने भिडियो क्लिप देखाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् । त्यसपछि कक्षालाई दुई समूहमा विभाजन गरी दुई एक एकओटा कार्डबोर्ड वा न्युज सिट र साइन पेन दिनुहोस् । अगि हेरेको भिडियो तथा पाठ्यपुस्तकसमेत अध्ययन गर्न लगाई समूह एकलाई मनसुनी वायुका सकारात्मक प्रभाव र अर्को समूहलाई नकारात्मक प्रभाव लेख्न लगाई कक्षामा प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

कक्षाका सबै विद्यार्थीलाई नेपालको नक्सा बनाउन लगाउनुहोस् र त्यसमा हिमाल, पहाड, तराई देखाई रङ भर्न पनि लगाउनुहोस् । विद्यार्थीको सिकाइ स्तर र अवस्था हेरी आवश्यक सहजीकरण गरिदिनुहोस् । सबै भन्दा राम्रो नक्सा बनाउनेलाई तालीद्वारा धन्यवाद दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

विद्यार्थीहरूलाई हिमाल, पहाड र तराई क्षेत्रका मानिसहरूको जनजीवन झल्काउने चित्र बनाउन लगाई प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

अभ्यासमा दिइएका वा तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

(क) नेपालमा कस्ता प्रकारका हावापानी पाइन्छ ?

(ख) मनसुनी वर्षा कसरी हुन्छ ?

(ग) मनसुनी वायु नेपालको शत्रु र मित्र दुवै हो कसरी ?

(घ) हिउदे वर्षा केका लागि बढी उपयोगी हुन्छ ?

(ङ) हिमालमा ठण्डा र तराइमा गर्मी हुनुको कारण के होला ?

(च). नेपालको हिमाल, पहाड र तराईले कति प्रतिशत क्षेत्रफल ओगटेका छन् ?

(छ). धरातलीय स्वरूपअनुसार जनजीवन फरक हुनुका कारण के के हुन् ?

(ज) हिमाली भेगका मानिसहरू पर्वतारोहण गर्न सिपालु हुनुका कारण के हो ?

(झ). पहाडका मानिसहरूले अपनाउने मुख्य पेसा के के हुन् ?

(ञ) . तराईलाई अन्न भण्डार किन भनिन्छ ?

पाठ ७ नेपालका सात प्रदेश

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
नेपालका सात प्रदेशहरूको परिचय दिन	– नेपालका सात प्रदेशको छोटो परिचय दिन – नेपालको नक्सा बनाई सात प्रदेश भर्न – प्रदेशअनुसारको भौगोलिक, सामाजिक र आर्थिक विशेषता बताउन । – आफू बस्ने प्रदेशको विशेषता खोजी गरी प्रस्तुत गर्न – प्रदेश प्रदेशबिच क्षेत्रफल र जनसङ्ख्याका आधारमा तुलना गर्न ।

२. पाठ परिचय

नेपाल सङ्घीयतामा प्रवेश गरेपछि पहिलेको विकास क्षेत्रलाई परिमार्जन गरी सातओटा प्रदेशमा विभाजन गरिएको छ । क्रमशः पूर्वदेखि पश्चिमतर्फ कोसी प्रदेश, मधेश प्रदेश, बाग्मती प्रदेश, गण्डकी प्रदेश, लुम्बिनी प्रदेश, कर्णाली प्रदेश र सुदूरपश्चिम प्रदेश गरी ७ ओटा प्रदेशमा विभाजन गरिएको छ । यी सातओटा प्रदेशको राजधानी, क्षेत्रफल, जनसङ्ख्या, यहाँ पर्ने जिल्लाहरू, मुख्य जातिको बसोबास, यहाँ बोलिने भाषा, आर्थिक क्रियाकलाप, मुख्य सहर, पर्यटन स्थल, तीर्थस्थल आदिका बारेमा जानकारी दिनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- सातओटा प्रदेश छुट्ट्याएको नेपालको नक्सा
- एटलस
- प्रत्येक प्रदेशका विशेषता देखाउने गरी तयार पारिएको नक्सा
- चार्ट पेपर
- नेपालको प्रदेश चिनाउने गरी तयार पारिएको भिडियो ।
- ल्यापटप र पावरप्वाइन्टमा तयार पारिएको प्रदेश चिनारीसम्बन्धी स्लाइडहरू

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

तपाईँ कुन प्रदेशमा बसोबास गर्नुहुन्छ ?अथवा तपाईँको जन्मस्थान कुन प्रदेशमा पर्दछ ? तपाईँको प्रदेशको भौगोलिक र सामाजिक विशेषताहरू के के छन् ?प्रश्न सोध्नुहोस् । विद्यार्थीले दिएका उत्तरलाई शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् ।

क्रियाकलाप २

विद्यार्थीलाई सातओटा प्रदेश छुट्ट्याएको नेपालको नक्सा प्रदर्शन गर्नुहोस् । आफ्नो प्रदेश र राजधानी पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । नेपालका सात प्रदेशमा भौगोलिक र जनसङ्ख्या र पहिचानसमेतका आधारमा छुट्ट्याएको कुरा छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

नेपालका प्रदेश र यसका विशेषताका बारेमा तयार पारिएको भिडियो सामाग्री प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् । त्यसपछि कक्षालाई गोलाप्रथाद्वारा प्रदेशगत नाममा सात समूहमा विभाजन गरी सम्बन्धित प्रदेशका विशेषता लेख्न र कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि एक फरक प्रदेशका विशेषतासँग आफ्नो प्रदेशका विशेषतामा भएका समानता र भिन्नता पत्ता लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

सात सात जनाको सातओटा समूह निर्माण गर्नुहोस् । ती प्रत्येक समूहलाई कुनै एक नाम दिनुहोस् वा मातृ समूह भनी चिनाउनुहोस् । प्रत्येक समूहबाट १११११११, २२२२२२२, ३३३३३३३, ४४४४४४४, ५५५५५५५, ६६६६६६६, ७७७७७७७ मिलाएर अर्को समूह बनाउनुहोस् यसलाई विज्ञ समूह भनी चिनाउनुहोस् । अब प्रत्येक विशेषज्ञ समूहलाई एक एक प्रदेशको नाम दिई उक्त प्रदेशका बारेमा पाठमा दिइएअनुसार अध्ययन र छलफल गर्न लगाई तल दिइए जस्तै तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । यसका लागि शिक्षकले आवश्यक सहजीकरण गर्नुहोस् । आआफ्नो विषयमा प्रत्येक समूहका प्रत्येक सदस्यले विज्ञता हासिल गरेपछि सबलाई मातृ समूहमा जम्मा हुन भन्नुहोस् । त्यसपछि मातृ समूहका प्रत्येक सदस्यलाई पालैपालो आफूले विज्ञता हासिल गरेको विषयमा बाँकी साथीहरूलाई राम्रोसँग बुझाउन लगाउनुहोस् ।

प्रदेशको नाम	राजधानी	क्षेत्रफल	जातजाति	आर्थिक क्रियाकलाप	मुख्य भाषा	मुख्य पर्यटन स्थल
कोसी						

क्रियाकलाप ५

क्रियाकलाप ४ मा पढेको विषयवस्तुमा आधारित भई हरेक समूहका विद्यार्थीलाई दुई/दुईओटा प्रश्न बनाउन लगाउनुहोस् र अब हरेक समूहमा टोली प्रमुख छान्न लगाउनुहोस् र तातो कुर्सी क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

यो क्रियाकलाप गराउने तरिका

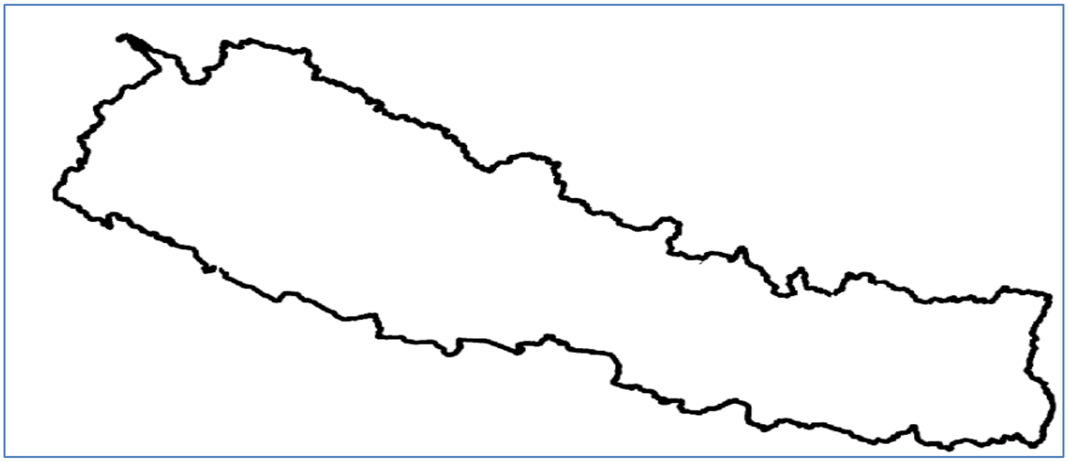
- हरेक समूहबाट विषयवस्तुमा राम्रो जानकारी भएको व्यक्ति टोली प्रमुख छान्नुहोस् ।
- एक जना विद्यार्थीलाई अङ्क लेखन र प्रश्न सोध्ने पालो सम्झाउन स्वयम् सेवकको रूपमा अगाडि बोलाउनुहोस् ।
- पहिलो समूहले छानेको टोली प्रमुखलाई अगाडिको कुर्सीमा बस्न भन्नुहोस् ।
- बाँकी समूहवाट पालैपालो निजलाई हाजिरी जवाफ खालको प्रश्न सोध्न भन्नुहोस्, प्रश्न अलिक कठिन हुनुपर्ने कुरा बताउनुहोस् ।
- कति राउन्ड प्रश्न सोध्ने हो पहिल्यै निर्धारण गर्नुहोस् ।
- तोकिएको राउन्ड सकिएपछि सो समूहले प्राप्त गरेको अङ्क स्वयम् सेवकलाई सुनाउन लगाउनुहोस् ।
- अरू समूहलाई त्यसैगरी प्रश्न सोध्न लगाउनुहोस्
- अन्तिममा जुन समूहले बढी अङ्क प्राप्त गर्छ सो समूहलाई विजेता घोषित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

विद्यार्थीलाई खेल्ने चउरमा लैजानुहोस् । त्यहा चुनले घेरा लगाई साधारण आकार आउने गरी नेपालको नक्सा कोरिदिनुहोस् । त्यसपछि प्रदेश नक्सा हेरी सोही आधारमा प्रदेशका भाग छुट्याउन विद्यार्थीलाई प्ररित गर्नुहोस् । यस कार्यको अवलोकन गरी आवश्यक सहजीकरण पनि गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७ : विद्यार्थीलाई जमिनमा कोरेको नक्साको वरपर घेरा लगाई बस्न लगाउनुहोस् । शिक्षकले कमाण्ड दिनुहोस् । सुदूरपश्चिम प्रदेश भनेपछि विद्यार्थीहरू सबै सुदूरपश्चिम पर्ने ठाउँमा बस्नुपर्नेछ । कोसी भनेपछि सबै कोसीमा आउनु पर्ने कुरा बताउनुहोस् । यसरी प्रदेशको भौगोलिक अवस्थितिको अवधारणा बुझाउनुहोस् । त्यही नक्साभित्र आफ्नो जन्मभूमि कुन प्रदेशमा पर्छ ? त्यही गएर उभिन लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई चउरमा बनाएको नक्सामा गई विभिन्न प्रसिद्ध ठाउँको नाम लिँदै त्यहाँ गएर उभिन भन्नुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई चउरमा बनाएको नक्सामा गई आफूलाई घुम्न जान मन लागेको ठाउँमा गएर बस्न लगाउनुहोस् । आदि क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८



नेपालको खालि नक्सा दिई विभिन्न प्रदेश र प्रदेशको राजधानी र आफ्नो स्थानीय तह देखाउन लगाउनुहोस् । आवश्यक परेमा सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ९: गुगल अर्थको सहायताले विभिन्न प्रदेश, त्यहाँको जनजीवनका बारेमा बुझ्नका लागि घुमाउन लैजानुहोस् ।

५. मल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१.समूह कार्य गर्ने क्रममा सगँसगै मल्याङक्न पनि गर्दै जानुपर्छ । मल्याङ्कन गर्ने क्रममा विद्यार्थीले दिइएको कार्य गरे नगरेको, समूहमा संलग्न भए नभएको, उद्देश्यअनुसार सिके नसिकेको आदि हेरिनुपर्दछ । यसका लागि समूह कार्य र प्रस्तुतीकरणको अवलोकन गरी मल्याङ्कन गर्नुहोस् र निम्नअनुसारको तालिका प्रयोग गर्नुहोस् :

क्र.सं.	नाम थर	समूह कार्यमा सहभागिता	सक्रियता	जिम्मेवारी वहन	प्रस्तुतीकरण

धेरै राम्रो ३, राम्रो २ र सुधार गर्नुपर्ने १

२. अभ्यासमा आधारित भई वा तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

(क) नेपाललाई कतिओटा प्रदेशमा विभाजन गरिएको छ ?

(ख) नेपालका सात प्रदेशको नाम के के हुन् ?

(ग) कोसी प्रदेश र बग्मती प्रदेशबिच सामाजिक र आर्थिक रूपले के भिन्नता रहेको छ ?

(घ) कर्णाली प्रदेश कम विकसित हुनुका कारण के के होला :?

(ङ) तपाईँ बस्ने प्रदेशका भौगोलिक र सामाजिक विशेषताहरू लेख्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य : बाक्लो कागजमा नेपालको नक्सा बनाई त्यसमा मसिना ढुङ्गा, गेडागुडी वा अन्य कुनै वस्तु टाँसी कोलाज नक्सा तयार पार्न लगाउनुहोस् र उत्कृष्ट केही नक्सालाई कक्षामा सजाएर राख्न लगाउनुहोस् ।

पाठ ८ जलवायु परिवर्तन

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
जलवायु परिवर्तनको परिचय दिई यसका कारणहरू उल्लेख गर्न र यसले जनजीवनमा पार्ने असर पहिचान गर्न	– जलवायु परिवर्तनको परिचय दिन र यसका कारणहरू उल्लेख गर्न – जलवायु परिवर्तनले जनजीवनमा पारेको असर पहिचान गर्न – जलवायु परिवर्तनले जनजीवनमा पारेको असर कम गर्ने उपाय अवलम्बन गर्न

२. पाठ परिचय

पृथ्वीको तापक्रममा आएको परिवर्तनका कारण वातावरणमा आउने अनपेक्षित परिवर्तनलाई जलवायु परिवर्तन भनिन्छ । वर्तमान विश्वको जल्दोबल्दो समस्याहरू मध्ये जलवायु परिवर्तन एक प्रमुख समस्या हो । सवारी साधन, कलकारखानाबाट निस्केको धुँवा, धुलो, जैविक इन्धन, वनविनास आदिका कारण पृथ्वीको तापक्रममा वृद्धि भई जल र वायु तथा वातावरणमा नकारात्मक परिवर्तन आउँछ । जलवायु परिवर्तनको मुख्य कारक मानवीय गतिविधि नै हो । वर्तमान अवस्थामा जलवायु परिवर्तनका असरहरू देखिन थालेका छन् । खडेरी पर्ने अतिवृष्टि अनावृष्टि हुने वनस्पति चक्र प्रभावित हुने आदि भएका छन् । पृथ्वीको तापक्रमम वृद्धि भई हिमालका हिउँ पग्लन गई समुद्र वरपरका बस्ती टापु देशहरू डुबानमा पर्ने सम्भावना बढेको छ । यसबाट बच्न हरितगृह ग्याँसको उत्सर्जन कम गर्ने, पुराना सवारी साधन विस्थापन गर्ने आदि कार्य गर्नुपर्छ । यसरी जलवायु परिवर्तनका असरहरूको जानकारी दिँदै यस्ता असरबाट आफू बची विश्वलाई बचाउन गर्नुपर्ने कार्य र निभाउनुपर्ने भूमिकाको सम्बन्धमा यस पाठमा चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- जलवायु परिवर्तनका कारणहरू, असरहरू र न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू लेखिएको चार्ट
- जलवायु परिवर्तन र यसले विश्वमा पारेको प्रभावका बारेमा तयार पारिएको लेख ,चित्र वा भिडियो
- हरितगृह ग्याँस उत्सर्जन हुन गरिएका क्रियाकलापहरू समेटिएको चित्र वा भिडियो
- जलवायु परिवर्तन र यसका असरलाई कम गर्न अपनाउन सकिने उपायहरू लेखी तयार पारिएको प्लेकार्ड

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: कक्षाकोठामा महामारी, डुबान, अतिवृष्टि, अनावृष्टि भएका तस्बिर प्रदर्शन गर्दै यो के हो र किन भएको होला भनी प्रश्न गरी मस्तिष्क मन्थन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २: हिमाली जिल्लामा तापक्रम बढ्नुका साथै लामखुट्टेको प्रकोपसमेत बढ्नु, वर्तमान अवस्थामा विश्वमा अनावृष्टि, अतिवृष्टि हुनु, समय चक्रअनुसार मौसम परिवर्तन नहुनु, महामारी फैलिनुका कारण के के होलान् भनी विद्यार्थीसँग अन्तरक्रिया गर्नुहोस् । पृथ्वीको तापक्रमम वृद्धि हुँदै गएकाले वातावरणमा नकारात्मक असर परेको सन्दर्भमा छलफल गर्दै जलवायु परिवर्तनको अवधारणा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: जलवायु परिवर्तनले विश्वमा पारेको मुख्य प्रभाव बारेमा तयार पारिएको श्रव्यदृश्य सामाग्री प्रदर्शन गरी समूह छलफल गराउनुहोस् । समूहलाई मुख्य बुँदा प्रस्तुत गर्न लगाउँदै आफूले थप जानकारी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४: हरितगृह ग्याँस उत्सर्जन हुन गरिएका क्रियाकलापहरू समेटिएको चित्र वा भिडियो देखाउनुहोस् र यसले पृथ्वीको तापक्रमम वृद्धि गर्न कसरी मदत गर्दछ भन्ने सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् । छलफलको मुख्य सार पुनः बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५ : अगि प्रदर्शन गरेका सामग्रीका आधारमा विद्यार्थीलाई आफूले दैनिक गर्ने क्रियाकलापले वातावरणमा कस्तो असर पारिरहेको होला भनी सोच्न लगाउने ती क्रियाकलापले जलवायु परिवर्तनमा के असर परिरहेको होला भनी आफ्नो कामप्रति सचेत गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: विद्यार्थीहरूले गर्ने दैनिक क्रियाकलाप भन्न लगाउनुहोस् यदि जलवायु परिवर्तनको पक्षमा ती क्रियाकलाप भएमा त्यसको समाधान के हुन्छ छलफल गरी समाधान निकाल्न लगाउनुहोस् र समाधानलाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

कियाकलाप ७: जलवायु परिवर्तन र यसले विश्वमा पारेको प्रभाव र समाधानका उपायसम्बन्धी तयार पारिएको लेख पढ्न लगाई लेखमा समेटिएका समाधानका उपायहरू टिपोट गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक छलफल गनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७: घर विद्यालयमा गरिने फाहोर व्यवस्थापन, बत्तीको अनावश्यक प्रयोग, प्लास्टिकको अनावश्यक प्रयोग आदि गतिविधिबाट कसरी वातावरण सफा राख्न सकिन्छ भन्ने सम्बन्धमा जोडी समूहमा छलफल गर्न लगाई उनीहरूबाट गरिने व्यवहार परिवर्तनको स्वेच्छिक बचनबद्धता आह्वान गर्दै व्यवहार परिवर्तनको मूल्याङ्कनमा पनि अगिको जोडी समूहका एकअर्काले गर्ने जिम्मा दिनुहोस् यसका लागि केही नियम पनि बनाउन सक्नु हुने छ ।

क्रियाकलाप ८. विद्यार्थीलाई ३ समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एक समूहलाई जलवायु परिवर्तनका कारणहरू, अर्को समूहलाई जलवायु परिवर्तनका असरहरू र अर्को समूहलाई जलवायु परिवर्तनका असरलाई न्यूनीकरण गर्ने उपायहरूका बारेमा छलफल गरी चार्टपेपर वा न्युज प्रिन्टमा तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

यदि स्थानको उपलब्धता भएमा समूहबाट एक एक जना समूह प्रमुख छान्नुहोस् । समूहमा अलि चलाख र अरूलाई बुझाउन सक्ने समूह प्रमुख छान्न लगाउनुहोस् । त्यो समूह प्रमुख त्यही आफ्नो समूहमा बस्ने । अब समूहका सदस्यहरू आफ्नो समूह छाडी अर्को समूहमा जाने । यसरी पालैपालो आफ्नोबाहेक दुई समूहमा गएर त्यहाँ बसिरहेको समूह प्रमुखसँग त्यो समूहलाई परेको विषयवस्तुका बारेमा जानकारी लिई फेरि आफ्नो समूहमा फर्कन लगाउनुहोस् । अब आफूले अन्य समूहमा विषयवस्तुका बारेमा सिकेर आएका कुराहरू समूह प्रमुखलाई पालैपालो बताउन भन्नुहोस् ।

यदि विद्यार्थीहरू घुम्नका लागि ठाउँ प्रयाप्त छैन भने समूहले तयार पारेको चार्ट पेपर वा न्युजप्रिन्टलाई अर्को समूहमा घुमाउन लगाउनुहोस् । यसमा विद्यार्थीको सट्टामा चार्ट पेपर घुमाइन्छ ।

क्रियाकलाप ९: विद्यार्थीहरूलाई जलवायु परिवर्तनका कारणहरू र यसका असरलाई कम गर्न अपनाउन सकिने उपायहरू सम्बन्धमा नारा र प्लेकार्ड तयार पार्न लगाई विद्यालय वरपर र्‍याली लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

(क) विद्यार्थीहरूलाई नै स्वमल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् :

क्रियाकलाप	गर्छु	गर्दिन
(क) प्लास्टिकको बढी प्रयोग		
(ख) फोहोर व्यवस्थापन गर्ने		
(ग) पुराना सवारी साधन चढ्ने		
(घ) कुहिने र नकुहिने फोहोर छुट्ट्याउने		
(ङ) प्लास्टिक जम्मा पारी जलाउने		
(च) अनावश्यक बिजुली बत्ती बाल्ने		
(छ) वनजङ्गल विनाश गर्ने काम		

२. समूह छलफल गर्दा विद्यार्थी देखाएको सक्रियता, सहभागिता र छलफलमा भाग लिए नलिएको सम्बन्धमा निम्नअनुसार मल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	नाम थर	समूह कार्यमा सहभागिता	सक्रियता	जिम्मेवारी वहन	अनुशासन

धेरै राम्रो ३, राम्रो २ र सुधार गर्नुपर्ने १

३. अभ्यासमा दिइएका वा तलका प्रश्नहरू सोधी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ :

(क) जलवायु परिवर्तन भनेको के हो ?

(ख) जलवायु परिवर्तन के कारणले हुने गर्दछ ?

(ग) जलवायु परिवर्तनका असरहरू बताउनुहोस् ।

(घ) जलवायु परिवर्तनका असरलाई न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) तपाईंले गर्नुभएका कुन कुन कामले वातावरणलाई नकारात्मक प्रभाव पारेको रहेछ ?

(च) जलवायु परिवर्तनलाई कम गर्न तपाईंले खेल्न सक्ने भूमिका के के होला ?

पाठ ९ विपत् व्यवस्थापन

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घन्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
नेपालमा घट्ने विभिन्न विपत्को परिचय दिई विपत् व्यवस्थापनका विभिन्न उपायहरू खोजी गर्न	– विपत्को परिचय दिन – नेपालमा घट्ने विपत्का घट्नाहरूका बारेमा बताउन – विपत्का कारण पहिचान गर्न – विपत्बाट हुने हानि नोक्सानीसम्बन्धी जानकारी पाउन – विपत्बाट बच्ने उपायहरू अवलम्बन गर्न – विपत् व्यवस्थापनका उपायहरू खोजी गर्न

२. पाठ परिचय

प्राकृतिक वा मानवीय कारणबाट आकस्मिक रूपमा घटना घटी धनजनको क्षति हुने अवस्था विपत् हो । जस्तै : बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, ज्वालामुखी, आगलागी, चट्याङ, महामारी, सडक दुर्घटना, असिना, हिमताल विस्फोटन, हिमपहिरो, हुरी बतास, अतिवृष्टि, खडेरी, सुनामी आदि ।

पृथ्वीको भित्री भागमा हुने हलचलबाट तरङ्ग उत्पन्न भई पृथ्वीको सतह हल्लाउने क्रियालाई भूकम्प भनिन्छ । कुनै पनि रोगको तीव्र र व्यापक फैलावटलाई महामारी भनिन्छ । नेपालमा गरिबी र शिक्षाको कमी र चेतनाको अभावले महामारीहरूले बढी असर गरिरहेको छ ।हुरीबतासको मौसम र वर्षायाममा विपरीत दिशाबाट वहने तीव्र गतिका वायु एकआपसमा ठोक्किदा चर्को आवाजसहित बढी भोल्टका विद्युतीय लहर उत्पन्न भई खास बाटो बनाएर जान्छ । यसलाई चट्याङ भनिन्छ ।

हिमाली क्षेत्रमा जमेर बसेको हिउँको थुप्रो वा पहाड आकस्मिक रूपमा एकै पटक तल्लो भागतिर झर्ने क्रियालाई हिम पहिरो भनिन्छ । माटाका ढिक्काहरू एकै पटक खसेर वा पानीमा घुलेर वा अन्य कुनै कारणबाट चिप्लेर बहने क्रियालाई भूक्षय भनिन्छ ।

नेपालमा घट्ने विपत्का घट्नाहरूको परिचय दिई विपत् व्यवस्थापनका उपायहरू बारेमा जानकारी दिदै विभिन्न सङ्घसंस्थाको भूमिकासमेत जानकारी गराउनु यस पाठको उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

– विपत्का घटना देखाउने चित्र र भिडियो
– विपत् आउनु अगि, विपतको समयमा र विपत् भइसकेपछि ध्यान दिनुपर्ने कुरा लेखिएको चार्ट ।
– विपत् व्यवस्थापनका उपाय समेटिएको श्रव्यदृश्य सामाग्री
– झटपट झोला

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलापः

क्रियाकलाप १: विपत्का घटनाहरू जस्तै भूकम्प, ज्वालामुखी, बाढी, पहिरो आदि को चित्र देखाउनुहोस् र प्रश्न गर्नुहोस् । यस्ता घटनाका छोटो भिडियो क्लिप पनि प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २: विद्यार्थीहरूले आफूले भोगेका र थाहा पाएका विपत्का घट्नाहरूको बारेमा बताउन लगाउने साथै ती विपत्का घटना घट्दा उनीहरूले गरेका अनुभव र आफ्नो अनुभव साटासाट गर्दै नेपालमा घटने विपत्का घटनाहरूको परिचय दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: कुनै खालको विपत् आउँदाका घटनालाई अभिनय विधिद्धारा प्रस्तुत गर्दै बालबालिकालाई उक्त विपदको पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले सहज पहिचान गर्न नसकेमा हाउभाउ वा विभिन्न विकल्पहरू दिनुहोस् । विद्यार्थीले विपद पत्ता लगाएपछि त्यस सम्बन्धमा उनीहरूको कुनै अनुभव भए बताउने अबसर दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४:विपत् आउनु अगि, विपतको समयमा र विपत् भइसकेपछि ध्यान दिनुपर्ने कुरा लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गरी त्यसका बारेमा छलफल गर्नुहोस् । यस सम्बन्धमा विद्यार्थी वा आफ्नो अनुभव छ भने त्यो सेयर गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ५: विद्यार्थीलाई झटपट झोला तयार गर्न लगाउनुहोस् । ड्रिल अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६: विभिन्न विपत्का घटनामध्ये कुनै एक घटना रोज्न लगोनुहोस् । उनीहरूले रोजेको घटना घट्दा गर्नुपर्ने सावधानीलाई देखाउने गरी अभिनय गर्न (SIMULATION) लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ७: विद्यार्थीलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । एक समूहलाई एउटा विपत्का घटना दिने र त्यसको परिचय, कारण, असर र न्यूनीकरणका उपाय समूहमा छलफल गरी प्रस्तुत विवरण कक्षाकोठामा पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ८ : विपत् व्यवस्थापनमा स्थानीय तह र सामाजिक सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका खोजी गर्न लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र उनीहरूको भूमिकामा थप सहयोग गर्न मदत गर्नुपर्ने कुरा पनि जोड्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ९ : समुदायका जानकार व्यक्ति वा अभिभावकलाई बोलाई उनीहरूको विपत् व्यवस्थापनसम्बन्धी ज्ञान र अनुभवहरू विद्यार्थीसँग साटासाट गर्न लगाउनुहोस् । उक्त छलफलबाट प्राप्त जानकारीहरू टिपोट गरी अर्को दिनको कक्षामा प्रस्तुत गर्न र विपत्का वेला अपनाउनु पर्ने सावधानीका उपायहरू बुलेटिन बोर्डमा वा सूचना पाटीमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन/प्रतिविम्बन

(क) समूह कार्य गर्दा विद्यार्थी देखाएको सक्रियता, सहभागिता र छलफलमा भाग लिए नलिएको सम्बन्धमा निम्नअनुसार मल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

क्र.सं	नाम थर	समूह कार्यमा सहभागिता	सक्रियता	जिम्मेवारी वहन	अनुशासन

धेरै राम्रो ३, राम्रो २ र सुधार गर्नुपर्ने १

(ख) अभ्यासमा दिइएका वा तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी मूल्याङ्कन गर्नुहोस् र पृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) विपत् भनेको के हो ?

(ख) विपत्का घटनाहरू के के होलान् ?

(ग) नेपालमा घट्ने विपत्का घट्नाहरू के के हुन् ?

(घ) विपत्का हुने असरहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ङ) भूकम्प आउदा अपनाउनुपर्ने सावधानीहरू के के छन् ?

(च) महामारी भन्नाले के बुझिन्छ ? यसबाट बच्ने उपायहरू बताउनुहोस् ।

(छ) विपत् व्यवस्थापन कसरी गर्न सकिन्छ ?

(ज) समुदायले महामारी विपत्पछिको अवस्थामा के के भूमिका खेल्न सक्छन् ?

(झ) दुर्घटनाबाट बच्ने उपायहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

पाठ १० नक्सा कार्य

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
नेपालको नक्सा कोर्न र भौगोलिक तथ्य भर्न	– नक्सा पढ्न – नेपालको नक्सा बनाउन – नक्सामा भौगोलिक तथ्य भर्न – दुरी, दिशा र सङ्केत प्रयोग गरी आफू बसेको प्रदेशको नक्सा निर्माण गर्न

२. पाठ परिचय

जमिनको कुनै सतहले ओगटेको क्षेत्रफललाई निश्चित नापोका आधारमा स्वरूप नविग्रने गरी सानो बनाएर कागज वा कपडामा उतार्ने कार्यलाई नक्सा कार्य भनिन्छ । कुनै निश्चित भूभागको चारै दिशाको सिमाना छुट्याउन कोरिएको आकृतिलाई नक्सा भनिन्छ । कुनै पनि सानो भूभागदेखि पृथ्वीको जुनसुकै भुभाग र पृथ्वीलाई पनि नक्सामा उतार्न सकिन्छ । नक्साबाट कुनै पनि भूभागको क्षेत्रफल, आकार, अवस्थिति आदि बारे जानकारी पाउन सकिन्छ ।

विद्यार्थीहरूलाई नक्सा कार्य सिकाउनुको मुख्य उद्देश्य उपलब्ध नक्साको अध्ययन गरी आफ्नो समस्या समाधान गर्ने, नक्साको व्यावहारिक उपयोग गर्नु र आफ्नो समुदाय वा स्थानीय तहमा रहेका बाटो, विशेष स्थान आदि देखाउने, नक्सा कोरी उपयोग गर्न र अरूलाई मदत गर्नु हो । राजनीतिक सीमाहरू, भूभागहरू, जल निकायहरू र सहरहरूको स्थितिहरू देखाउन नक्साले हामीलाई कुनै भवन वा चिजहरूको क्षेत्र, स्थलचिह्न, स्थान (अक्षांश र देशान्तर) को मार्गहरू जान्न पनि मदत गर्दछ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

नेपालको नक्सा, नक्सामा प्रयोग हुने सङ्केतहरू लेखिएको चार्ट, सिसाकलम, साइनपेन, कार्डबोर्ड, सम्बन्धित प्रदेशको नक्सा, नेपालको खाली नक्साहरू, सादा कागजका पाना

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ : विद्यार्थीहरूलाई हात बसाउनका निम्ति गाउँ, फूलबारी वा विद्यालय वा घर आदिको चित्र कोर्न लगाउनुहोस् । सबै जनाको चित्र एउटा डोरीमा झुनड्याएर प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २: विद्यार्थीलाई सात प्रदेश छुटाइएको नेपालको नक्सा प्रदर्शन गर्नुहोस् । प्रत्येकलाई आफ्नो प्रदेश कुन हो, सो पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ :विद्यार्थीहरूलाई केही नक्साहरू अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले नक्सामा के के देखे र ती तथ्यहरूलाई देखाउन नक्सामा कस्तो चिह्नको प्रयोग गरेको छ खोजी गरी कापीमा टिप्न लगाउनुहोस् ।

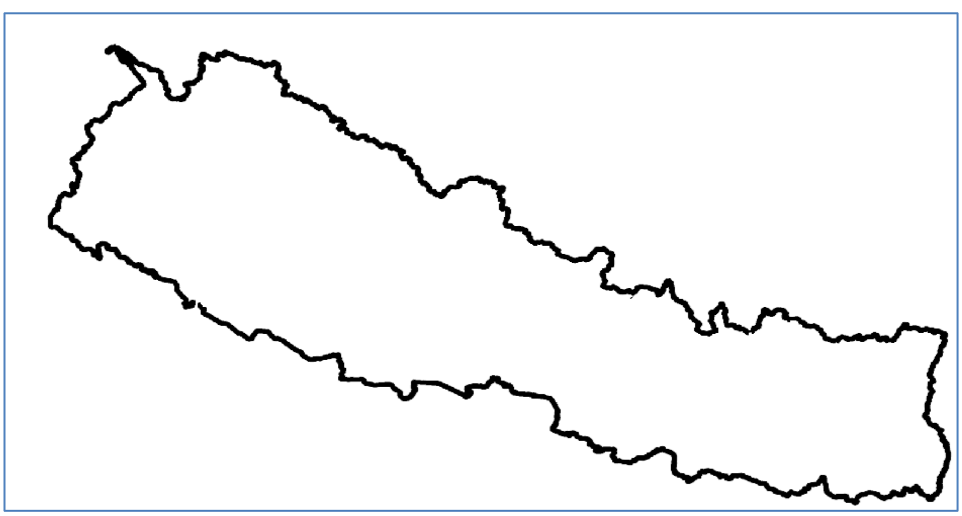
क्रियाकलाप ४ : नक्सामा प्रयोग गरिने सङ्केत लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । कस्तो सङ्केत चिह्न के देखाउन प्रयोग गरिन्छ भन्ने सम्बन्धमा उनीहरूलाई अनुमान गर्न लगाई आवश्यक छलफल गर्नुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई पनि विभिन्न नक्सामा प्रयोग भएका विभिन्न सङ्केत चिह्न बनाई नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ५

विद्यार्थीलाई स्वतन्त्र विधिबाट नेपालको नक्सा बनाएर देखाउन भन्नुहोस् । सबैको नक्सा अवलोकन गर्नुहोस् । सकारात्मक पृष्ठपोषण दिदै अब शिक्षकले शैक्षणिक पाटीमा ग्राफिक विधिबाट नेपालको नक्सा कोर्नुहोस् । साथै विद्यार्थीहरूलाई पनि सँगसँगै बनाउन लगाउनुहोस् । नक्सामा सात प्रदेश भर्न लगाई नाम र राजधानी भर्न सिकाउनुहोस् । यस्तै अभ्यासको क्रममा नक्सामा प्रयोग भएको दुरी, दिशा र सङ्केतको अवधारणा पनि स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ६

प्रत्येक विद्यार्थीलाई वा जोडीमा नेपालको खालि नक्सा दिई प्रमुख नदी, ताल, उत्पादन क्षेत्र, राष्ट्रिय निकुञ्ज आदि भर्न लगाउनुहोस् ।



क्रियाकलाप ७ :

विद्यार्थीलाई विभिन्न समूहमा विभाजन गराउनुहोस् । प्रत्येक समूहलाई समूहगत रूपमा नेपालको प्रमुख नदी, ताल, राष्ट्रिय निकुञ्ज, हिमाल, मन्दिर, कृषि उत्पादन क्षेत्र आदि छुट्याई एटलसको सहायताले भर्न लगाउनुहोस् कठिनाइ भएको ठाउँमा सहजीकरण गरिदिनुहोस् ।

५. प्रतिबिम्बन /मूल्याङ्कन

विद्यार्थीलाई नेपालको नक्सा बनाई आफ्नो प्रदेशअन्तर्गतका पर्ने कुनै नदी, ताल, राष्ट्रिय निकुञ्ज , हिमाल, मन्दिर, कृषि उत्पादन, राजमार्ग आदि भर्न लगाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

विद्यार्थीलाई प्रत्येक क्रियाकलाप सकिने बित्तिकै तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको

विषयवस्तुको बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् ।

(क) कार्टोग्राफी भनेको के हो ?

(ख) नक्साको महत्त्व बताउनुहोस् ।

(ग) आफ्नो प्रदेशको नक्सा कोर्नुहोस् ।

(घ) ग्राफको सहायताले आफ्नो प्रदेशको नक्सा बनाई दुरी, दिशा र सङ्केत देखाउनुहोस् ।

(ङ) प्रदेशको नक्सामा नदी, ताल र उत्पादन क्षेत्र देखाउन लगाउनुहोस् ।

(च) किन नक्सामा सङ्केत चिह्नको प्रयोग गरिन्छ, लेख्नुहोस् ।

(छ) किन मानिसमा नक्सा अध्ययन सिप हुनुपर्छ, कारण दिनुहोस् ।

(ज) नेपालको नक्सा कोरी निम्नलिखित तथ्य भर्नुहोस् ।

सगरमाथा हिमाल, रारा ताल, अपि हिमाल, मुक्तिनाथ मन्दिर, चिया उत्पादन क्षेत्र, चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज

एकाइ आठः जनसङ्ख्या र यसको व्यवस्थापन

पाठ १ जनसाङ्ख्यिक बनोट

पाठ २ नेपालको जनसङ्ख्याको बनोट

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : ४**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
नेपालको जनसाङ्ख्यिक बनोट उल्लेख गर्न	– जनसाङ्ख्यिक बनोटको परिचय दिन – उमेर, लिङ्ग, भाषा, धर्म र जातजातिअनुसारको नेपालको जनसाङ्ख्यिक बनोट प्रस्तुत गर्न – जनसाङ्ख्यिक बनोटले सामाजिक र आर्थिक जनजीवनमा पार्ने प्रभाव उल्लेख गर्न

२. पाठ परिचय

कुनै निश्चित स्थान र समयमा बसोबास गरेका सम्पूर्ण मानिसको सङ्ख्यालाई त्यस स्थानको जनसङ्ख्या भनिन्छ ।जनसङ्ख्याको आकार, बनोट वा संरचना, वितरण, परिवर्तन आदिसम्बन्धी तथ्याङ्कहरूको अध्ययनलाई जनसाङ्ख्यिकी भनिन्छ । जनसाङ्ख्यिकीलाई अङ्ग्रेजीमा (Demography) भनिन्छ । यो जनसङ्ख्याको वैज्ञानिक अध्ययन हो । जनसाङ्ख्यिक बनोटले देश, समाज र समुदायको जनसङ्ख्याको स्थिति देखाउँछ । यसले उमेर, लिङ्ग, जाति, धर्म, पेसा, भाषा आदिको आधारमा जनसङ्ख्याको अवस्था देखाउँछ । लिङ्ग र धर्मका आधारमा गरिने जनसङ्ख्याको वितरण जनसङ्ख्याको लैङ्गिक र धार्मिक बनोट हो भने जात र भाषाका आधारमा गरिने जनसङ्ख्याको वितरण जनसङ्ख्याको भाषिक र जातीय बनोट हो । यी पाठमा नेपालको जनसङ्ख्याको लैङ्गिक, धार्मिक, जातीय र भाषिक बनोटका बारेमा चर्चा गरिएको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- जनसाङ्ख्यिक बनोटको परिभाषा लेखिएको मेटाकार्ड
- उमेर, लिङ्ग, धर्म, पेसाअनुसार तयार पारिएको जनसाङ्ख्यिक चार्ट तालिका वा स्तम्भ चित्र, वा
  वृत्त चित्र

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १:

जनसाङ्ख्यिक बनोट भनेको के हो ? भनी विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत रूपमा लेख्न लगाउनुहोस् । उनीहरूले लेखिसकेपछि विद्यार्थीलाई जोडी जोडीमा विभाजन गरी दुवै जनाको साझा विचार तयार पार्न लगाउनुहोस् । अब पालैपालो केही जोडीमा विचारहरू भन्न लगाई शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् र उनीहरूको विचारलाई जोड्दै जनसाङ्ख्यिक बनोटको अर्थ लेखिएको मेटाकार्ड देखाई अर्थ स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

(क) विद्यार्थीहरूलाई लिङ्गका आधारमा कक्षाकोठामा कति जना छात्र र कति जना छात्रा वा अन्य हुनुहुन्छ भनी गणना गर्न लगाउनुहोस् । छात्र, छात्रा र अन्य विद्यार्थीहरूको जम्मा सङ्ख्याअनुसार तालिका निर्माण गरी उक्त तथ्याङ्कलाई स्तम्भ चित्र वा वृत्तचित्रमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक परेमा सहयोग गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

उमेर समूहका आधारमा तयार पारिएको नेपालको जनसङ्ख्याको बनोट लेखिएको चार्ट वा वृत्तचित्र प्रदर्शन गर्नुहोस् । १४ बर्षसम्मका बालबालिका र ६० वर्ष र सोभन्दा माथिका जनसङ्ख्या आश्रित जनसङ्ख्या, १५ देखि ५९ वर्षसम्मका सक्रिमय जनसङ्ख्या हुन् भनी यसको परिचय दिनुहोस् । त्यसपछि कक्षालाई तीन समूह बनाई चिट्ठाद्वारा तीन किसिमको जनसङ्ख्या समूहलाई समूहगत रूपमा सम्बन्धित जनसङ्ख्या समूहमा छलफल गरी महत्त्वका बारेमा बुँदा प्रस्तुत गर्न भन्नुहोस् । उनीहरूको प्रस्तुतिमा कमीकमजोरी भए सच्याउन सहयोग गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप४

कक्षाका विद्यार्थीलाई तपाईँहरू कुन कुन धर्म मान्नुहुन्छ भनी प्रश्न गर्नुहोस् । एउटा एउटा धर्मको नाम लिई विद्यार्थीलाई हात उठाउन लगाउनुहोस् अनि शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् । सबै विद्यार्थीहरू उत्तर दिने पालो सकिएपछि शैक्षणिक पाटीमा टिपिएको सङ्ख्यालाई छलफल गर्दै टेबल बनाई देखाउनुहोस्

जस्तै :

हिन्दु	बौद्ध	मुस्लिम	क्रिश्चियन	बोन	अन्य
१२	७	५	६	३	१

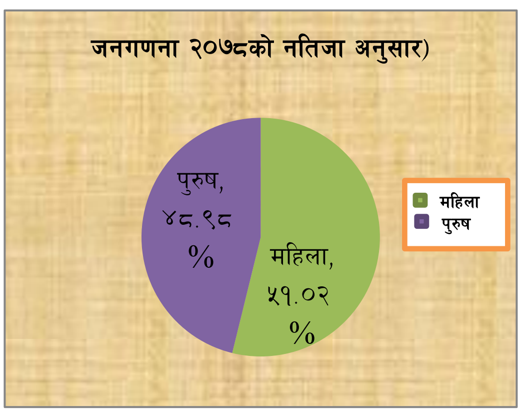
क्रियाकलाप ५

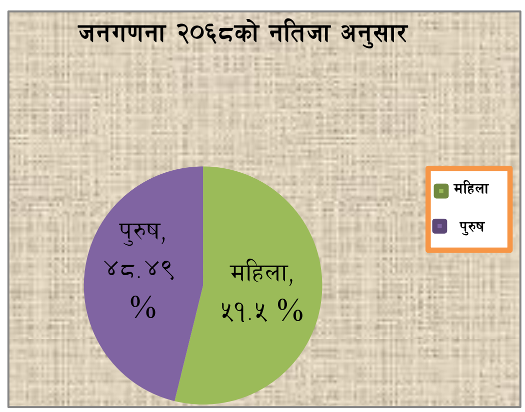
विद्यार्थीलाई आवश्यकताअनुसार समूहमा रहन भन्नुहोस् । वि.सं. २०६८ र २०७८ सालको जनगणनाअनुसार धर्मका आधारमा तयार पारिएको नेपालको जनसङ्ख्याको बनोट लेखिएको तालिका प्रदर्शन गर्नुहोस् । प्रत्येक समूहलाई सोको तुलनात्मक अध्ययन गरी प्रस्तुत गर्न भन्नुहोस् । सुधार गर्नुपर्ने भएमा आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।

धर्मको नाम	जनगणना २०६८	जनगणना २०७८
हिन्दु	८१.३४	८१.१९
बौद्ध	९.०४	८.२१
इस्लाम	४.३९	५.०९
किराँत	३.०५	३.१७
क्रिश्चियत	१.४१	१.७६
जैन	०.०१	०.०१
प्रकृति	०.४६	०.३५
बोन	०.०४	०.२३

क्रियाकलाप ६

वि.सं. २०६८ र २०७८ सालको जनगणनाअनुसार लिङ्गका आधारमा तयार पारिएको नेपालको जनसङ्ख्याको बनोट लेखिएको चार्ट वा स्तम्भ चित्र प्रदर्शन गर्नुहोस् र विद्यार्थीलाई पनि चार्ट वा चित्र बनाउने अभ्यास गराउनुहोस् ।





क्रियाकलाप ७

विद्यार्थीहरूलाई आफू र आफ्नो परिवारले बोल्ने मातृभाषा सोध्नुहोस् शैक्षणिक पाटीमा विवरण टिपोट गर्नुहोस् । सो को आधारमा कक्षामा कुन मात्रभाषा बोल्ने कति विद्यार्थीहरू रहेछन् भन्ने कुरा स्तम्भचित्रमा बनाउन लगाउनुहोस् र सो चित्र कक्षामा प्रस्तुत गर्न पनि लगाउनुहोस् । यसरी नै जनगणनाका आधारमा भाषागत जनसङ्ख्याको बनोट तयार गरिने कुरा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ८

वि.सं. २०७८ सालको जनगणनाअनुसारको भाषिक जनसङ्ख्याको बनोटको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । नेपालमा सबैभन्दा बढी बोलिने मातृभाषा र कम बोलिने भाषा कुन कुन रहेछन् छलफल गराउनुहोस् । छलफलपछि भाषिक जनसङ्ख्याको बनोटलाई स्तम्भ चित्रमा पनि प्रदर्शन गरी विद्यार्थीलाई पनि स्तम्भ चित्र बनाउने अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ९

वि.सं २०७८ सालको जनगणनाअनुसारको जातजातिअनुसार जनसङ्ख्याको बनोट लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको जातजाति र कम जनसङ्ख्या भएको जातजाति पत्ता लगाउन भन्नुहोस् । साथै आफ्नो जातिको जनसङ्ख्या कति कति रहेको छ सो पत्ता लगाउन लगाई अन्य जातिको सङ्ख्याका आधारमा तुलनामक छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप १०

विद्यार्थीहरूलाई आर्थिक आम्दानी हुने काम घरमा कसले गर्दछ ? समुदायमा जागिर, व्यापार, रोजगारीमा कुन उमेर समूहका व्यक्तिहरू संलग्न हुन्छन् ? भनी प्रश्न गर्दै छलफलको वातावरण तयार गर्नुहोस् । यससँगै सक्रिय जनसङ्ख्याको परिचय र महत्त्व पनि प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ११ : उमेर, लिङ्ग, धर्म, पेसा, जातजातिअनुसारको जनसङ्ख्याको बनोटले नीति निर्माण कार्यक्रमम तयार पार्न, सामाजिक आर्थिक अवस्था पत्ता लगाउन सहयोग गर्दछ एवम् जनसाङ्ख्यिक बनोटले कुनै पनि देशको सामाजिक र आर्थिक अवस्थामा प्रभाव पारिरहेको हुन्छ भन्ने कुरा छलफलबाट प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

५. प्रतिबिम्बन /मूल्याङ्कन

१. विद्यार्थी तयार पारेको चार्ट वा स्तम्भ रेखा चित्रजस्ता प्रयोगात्मक कार्यलाई आन्तरिक मल्याङ्कनका आधारहरू २०८०मा केन्द्रित भई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई अभ्यासमा दिइएका प्रश्न र प्रत्येक क्रियाकलाप सकिने वित्तिकै तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुको बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) जनसाङ्ख्यिक बनोट भनेको के हो ?

(ख) भाषिक बनोटका आधारमा नेपालको जनसाङ्ख्यिक अवस्था कस्तो रहेको छ ?

(ग) जनसङ्ख्याको बनोटले सामाजिक र आर्थिक जनजीवनमा कसरी प्रभाव पार्दछ ?

(घ) नेपालमा सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्याले मान्ने धर्म कुन हो ?

(ङ) सक्रिय र आश्रित जनसङ्ख्या भनेको के हो ?

(च) लैङ्गिक अनुपात भनेको के हो ?

(छ) उमेरअनुसार नेपालको जनसङ्ख्याको बनोट कस्तो छ ? वर्णन गर्नुहोस् ।

६.थप अध्ययन सामग्री

https://censusnepal.cbs.gov.np/results/downloads/national

पाठ ३ जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारण

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारण र परिणाम उल्लेख गर्न	– जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारक तत्त्वहरू पहिचान गर्न – जनसङ्ख्या परिवर्तनका परिणाम प्रस्तुत गर्न

२. पाठ परिचय

जनसङ्ख्या परिवर्तनशिल हुन्छ । हरेक समाज वा देशमा मानिस जन्मिने र मर्ने प्रक्रिमया चलिरहेको हुन्छ । त्यसै गरी बाहिरबाट कुनै ठाउँमा बसाइँ सरेर आउने र त्यो समाज वा देश छोडेर बाहिर गएर बस्ने प्रक्रिया पनि हुन्छ । मानिस जन्मदा जनसङ्ख्या बढ्छ भने मानिसको मृत्यु हुँदा जनसङ्ख्या घट्छ । मानिस बसाइँसराइ गरेर अन्यत्र जाँदा गएको स्थानमा जनसङ्ख्या वृद्धि हुन्छ भने जहाँबाट बसाइँ सरिन्छ त्यो ठाउँको जनसङ्ख्या घट्छ । जनसङ्ख्या परिवर्तन गर्ने मुख्य कारक तत्त्वहरू जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइ हुन् भन्ने धारणा स्पष्ट पार्नु र जनसङ्ख्या परिवर्तनका परिणामको चर्चा गर्नु यस पाठको प्रमुख उद्देश्य रहेको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- जन्म, मृत्यु बसाइँसराइ देखाउने चित्र / पोस्टर
- जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइले जनसङ्ख्यामा पर्ने प्रभाव लेखिएको चार्ट र चित्र
- जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारक तत्त्व लेखिएको शब्दपत्ती
- जनसङ्ख्या परिवर्तनका परिणाम लेखिएको चार्ट
- अत्यधिक जनसङ्ख्या र कम जनसङ्ख्या हुँदा पर्ने समस्या झल्काउने पोस्टर वा चित्र
- जनसङ्ख्याका कारक तत्त्वहरूले जनसङ्ख्यामा पारेको प्रभावसम्बन्धी तयार पारिएको भिडियो क्लिप

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

कक्षाका विद्यार्थीलाई तपाईंको परिवारमा कति जना सदस्य हुनुहुन्छ ? यदि तपाईंको समुदायको प्रत्येक परिवारमा एक एक जना सदस्य जन्मियो त्यो समुदायको जनसङ्ख्याको स्थिति के हुन्छ ? अनि

मानिसहरूको मृत्यु हुँदा जनसङ्ख्याको अवस्था कस्तो रहन्छ ? जस्ता प्रश्न सोध्दै छलफल गर्नुहोस् । सोही क्रममा व्यक्तिको जन्म हुँदा जनसङ्ख्या वृद्धि र मृत्यु हुँदा जनसङ्ख्या कम हुने कुरा स्पष्ट गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

तपाईँ हाल बस्नुभएको स्थानमा पहिलेदेखि बस्नुभएको हो कि अन्य ठाउँबाट बसाइँ सरी आउनु भएको हो ? पुर्ख्यौली घर कहाँ हो ?अहिले बसेको ठाउँमा कहिले र किन आउनु भएको हो ? तपाईंहरू यस ठाउँमा आएपछि आफू जन्मेको स्थानको जनसङ्ख्या बढ्यो कि घट्यो ? अनि यहाँ बसाइँ सरी आएको स्थानमा के भयो ? छलफल गराउनुहोस् । यसबाट बसाइँ सरी आएको ठाउँमा जनसङ्ख्या वृद्धि र जन्मेको ठाउँमा जनसङ्ख्या घटेको कुरा प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३ :आफ्नो समुदायमा एक वर्षभित्र कति बालबालिकाको जन्म भयो ? कति मानिसहरूको मृत्यु भयो र कति मानिसहरू अन्य ठाउँमा बसाइँसराइ गरी गए र कति मानिस अन्य ठाउँबाट बसाइँ सरी आए भन्ने सम्बन्धमा सोधपुछ गरी तथ्याङ्क सङ्कलन गर्नका लागि विद्यार्थीलाई वडा कार्यालयमा लैजानुहोस् । प्राप्त विवरण कपीमा टिपोट गर्न लगाई सो विवरणलाई तलको जस्तै तालिकामा प्रस्तुत गर्ने गृहकार्य दिनुहोस् । उनीहरूले गरेको कार्यको मूल्याङ्कन गरी आवश्यक पृष्टपोषण दिनुहोस् ।

जन्म	मृत्यु	बसाइँ सरी जानेको सङ्ख्या	बसाइँ सरी आउनेको सङ्ख्या

क्रियाकलाप ४

जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारक तत्त्व लेखिएको शब्दपत्ती पालैपालो देखाउनुहोस् । जस्तै जन्म लेखिएको शब्दपत्ती देखाउनुहोस् । अनि विद्यार्थीहरूलाई त्यसको बारेमा एक एक शब्द वा वाक्य भन्न लगाउनुहोस् । यसरी नै सबै तत्त्वका सम्बन्धमा उनीहरूले भनेका कुरालाई टिप्दै जानुहोस् । ती कारक तत्त्वहरूले जनसङ्ख्या कसरी परिवर्तन गराउँछ भन्ने सम्बन्धमा छलफल गराउँदै सारांश बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप५ :तलको घटना अध्ययन गर्न लगाई तल सोधिएका प्रश्नको उत्तर दिनु भन्नुहोस् ।

वि सं. २०६८ सालको जनगणनामा रम्घा गाउँमा १५० घरधुरी थिए भने जम्मा जनसङ्ख्या ७०० रहेको थियो । रोजगारीको खोजीमा त्यस गाउँका युवाहरू विदेसिए । कतिपय मानिसहरू सहर र तराईतिर बसाइँ सरेर गए । स्वास्थ्य सेवा सुविधा र शिक्षाको सुविधाका लागि मानिसहरू गाउँ छोड्दै गए । तर १० वर्षपछि हाल उक्त गाउँमा ७० घरधुरीमा जम्मा १९० जनसङ्ख्या रहेका छन् । जहाँ बृद्धबृद्धा, महिलाहरू र केही बालबालिकाहरू मात्र बाँकी रहेका छन् । गाउँको स्वास्थ्य केन्द्रमा डाक्टर र औषधीको अभाव छ । कोही बिरामी पर्दा पनि तुरुन्तै

बोकेर जिल्ला अस्पताल पुऱ्याउने जनशक्ति छैन । बाटो बनाउने काम पनि जनशक्तिको अभावमा पूरा हुन सकेको छैन । काठमाडौँ उपत्यकामा केही वर्षयता बसाइँ सरी आउनेको सङ्ख्या बढिरहेको छ । जसका कारण रोजगारी र आवास पानीको समस्या भीडभाड ट्राफिक जाम समस्या देखिएको छ । खेतीयोग्य जमिनमा घर निर्माण हुँदा खाद्यान्न उत्पादनमा ह्रास आएको छ ।

तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।

१. रम्घा गाउँका मानिसहरू बसाइँ सरी अन्यत्रै जानुको कारण के हो ?

२. कुनै पनि स्थानको जनसङ्ख्या कम हुँदा उक्त स्थानमा के असर पर्दछ ?

३. कुनै पनि स्थानमा जनसङ्ख्या वृद्धि हुँदा देखिने प्रभावहरू के के हुन् ?

४. बसाइँसराइले जनसङ्ख्यामा के प्रभाव पार्दछ ?

४. बसाइँसराइको समस्यालाई समाधान गर्न के गर्नुपर्छ ?

क्रियाकलाप ६

जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइ देखाउने चित्र र यसले जनसङ्ख्यामा पर्ने प्रभाव लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइले जनसङ्ख्यामा पार्ने प्रभावका बारेमा समूहमा छलफल गर्न लगाई प्रत्येक समूहका मुख्य बुँदा कक्षामा सुनाउन भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ७

अत्यधिक जनसङ्ख्या र कम जनसङ्ख्या हुँदा पर्ने समस्या झल्काउने पोस्टर वा चित्र प्रदर्शन गर्दै जनसङ्ख्या परिवर्तनका परिणामहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

सम्भावित परिणाम

- कुनै ठाउँमा जनसङ्ख्या बढ्छ भने कुनै ठाउँमा जनसङ्ख्या बढ्छ ।
- जनसङ्ख्या घटेको ठाउँमा विकासका गतिविधि सुस्त हुन्छन् भने बढेका ठाउँमा छिटो छिटो विकास गर्न दबाब बढ्छ ।
- घटेको ठाउँमा काम गर्ने जनशक्तिको अभाव हुन्छ भने बढेको ठाउँमा भिडभाड हुने र स्रोत सामग्री उपलब्धताको चुनौती थपिन्छ ।
- जनसङ्ख्या परिवर्तनले घटेको ठाउँका खेतबारीहरू बाँझिने सम्भावना अधिक हुन्छ भने बढेको ठाउँमा बेरोजगारीको समस्या बढ्न जान्छ ।

.क्रियाकलाप ८ : विद्यार्थीलाई जनसङ्ख्या परिवर्तनको परिणाम विषयवस्तुमा आधारित भई Running dictation गराउनुहोस् ।

५. प्रतिबिम्बन /मूल्याङ्कन

१. Running dictationगराउँदाको उनीहरूको सक्रियता, जिम्मेवारी बाँडफाँड, समूह गतिशिलता र प्रस्तुतीकरणलाई आधारमानी मल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई प्रत्येक क्रियाकलाप सकिने बित्तिकै तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको

विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् ।

(क) जन्मले जनसङ्ख्यालाई कसरी परिवर्तन गर्दछ ?

(ख) पेसामा लागेका दम्पतीले थोरै बच्चा जन्माउँछन्, किन ?

(ग) बसाइँसराइ भनेको के हो ?

(घ) बसाइँसराइलाई कम गर्ने उपायहरू के के होला ?

(ङ) जनसङ्ख्या परिवर्तन भनेको के हो ? यसका निर्धारक तत्त्व के के हुन् ?

(च) बसाइँसराइले जनसङ्ख्यामा कस्तो परिवर्तन ल्याउँछ ?

पाठ ४: जनसांङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवन

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
जनसाङ्ख्यिकअवस्था र गुणस्तरीय जीवनविचको सम्बन्ध बताउन	– जनसाङ्ख्यिकअवस्था र गुणस्तरीय जीवनको अवधारणा बताउन – गुणस्तरीय जीवनलाई प्रभावपार्ने तत्त्वहरू उल्लेख गर्न – जनसाङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवनबिचको सम्बन्ध बताउन

२. पाठ परिचय

कुनै पनि स्थानको स्रोतसाधन र जनसङ्ख्याबिचको सम्बन्धलाई जनसाङ्ख्यिक अवस्था भनिन्छ । मानिसले जीवन जिउनका लागि चाहिने आधारभूत वस्तु र सेवा सुविधाहरूको सजिलै उपलब्धता हुनु गुणस्तरीय जीवन हो । जनसाङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवनबिच सम्बन्ध रहेको हुन्छ । यदि कुनै पनि स्थानको स्रोत र साधनभन्दा जनसङ्ख्या बढी वा कम भयो भने जीवनको गुणस्तरमा असर पर्छ । कुनै पनि परिवारमा परिवारका सदस्य सङ्ख्या बढी र आम्दानी कम भयो भने त्यस परिवारले आफ्नो सदस्यका आवश्यकताहरू सजिलै पूरा गर्न सक्दैन त्यसैले त्यस परिवारले गुणस्तरीय जीवन जिउन पाउदैन । कुनै पनि समाज र देशमा जनसङ्ख्या बढी भयो भने जनताको जीवन गुणस्तरीय हुन सक्दैन । जनसङ्ख्या बढी भएमा जनताको आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्न गाह्रो हुन्छ । शिक्षा, स्वास्थ्य, मनोरञ्जनलगायतका कुराहरूमा पनि जनताको पहुँच पुग्दैन । गुणस्तरीय जीवनका लागि भौतिक आवश्यकतालगायत खुसी पनि हुनु जरुरी छ । यसरी जनसङ्ख्याको अवस्था र गुणस्तरीय जीवनको अवधारणा प्रस्ट पारी यी दुईबिचको सम्बन्धलाई बुझेर यहीअनुरूप व्यवहार गर्न सिकाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- गुणस्तरीय जीवन निर्धारण गर्ने तत्त्वहरू लेखिएको वृक्षचित्र वा चार्ट
- जनसाङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवनबिच सम्बन्ध देखाउने भिडियो

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १ :

विद्यार्थीलाई :तलका दुई परिवेश अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

परिवेश १

राम कक्षा ७ मा पढ्छन् । रामको घरमा बुबा, आमा, दुई जना भाइ र बहिनीसमेत गरी जम्मा ६ जनाका सदस्यहरू रहेका छन् । रामको बुबाको तरकारी पसल छ । बिहान ४ बजे राम र बुबा साइकलमा तरकारी लिन कालीमाटी जान्छन् । तरकारी पसलबाट आएको आम्दानीले खाना र कोठा भाडा तिर्न मुस्किलले पुग्छ । रामकी आमाले एक निजी मन्टेश्वरीमा सरसफाइको काम गर्नुहुन्छ । आमाको कमाइ राम र उनका भाइ बहिनीको शिक्षामा खर्च हुन्छ । स्वस्थकर खानेकुराको अभाव र हेरचाह गर्ने समय नपुग्दा रामको बहिनी प्राय बिरामी परिरहन्छे । जसले गर्दा उपचार गर्नका लागि ऋृण खोज्नुपर्ने स्थिति छ । कुनै पनि चाडपर्व मनाउन उनीहरूलाई मुस्किल पर्छ । उनीहरू आर्थिक अभावका कारण सामान्य आवश्यकता पनि पूरा गर्न सक्दैनन् । यसले गर्दा परिवारका सदस्यलाई चिन्तित बनाएको छ ।

परिवेश २

रोशनी पनि कक्षा ७ मा नै पढ्छिन् । उनको परिवारमा ४ जना सदस्यहरू छन् । उनको बुबा एउटा कम्पनीमा काम गर्नुहुन्छ । उहाँको कमाइ सामान्य नै छ । आमाले उनीहरूको रेखदेख र घरको काम एवम् गृहकार्य गर्नमा मदत गर्नुहुन्छ । बाँकी रहेको समयमा करेसाबारीमा तरकारी लगाउनुहुन्छ । घरको लागि खपत भएर बाँकी रहेको तरकारी बजारमा बेच्नुहुन्छ । रोशनीको भाइ कक्षा ४ मा पढ्छ । उनीहरू घरमै बनेका स्वस्थकर खानेकुरा खान्छन्, जसले गर्दा उनीहरू स्वस्थ छन् । घर खर्चबाट बाँकी रहेको केही रकम उनकी आमाले बैङ्कमा बचत गर्नुभएको छ । उनीहरूको जीवन सुखी र खुसी छ ।

परिवेश अध्ययन गरिसके पछि निम्नलिखित कार्य गर्नुहोस् :

(क) पहिलो परिवारमा गुणस्तरीय जीवन नहुनुका कारणहरू के के हुन् ? के भएको भए त्यो परिवारको पारिवारिक जीवन गुणस्तरीय हुने थियो ? कक्षामा छलफल गरी मुख्य बुँदा बोर्डमा टिपोट गर्नुहोस् ।

(ख) दोस्रा परिवार सुखी हुनका कारणहरू के के हुन् । जोडी जोडीमा छलफल गरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नु लगाउनुहोस् ।

(ग) माथिका परिवेश पढेर जनसङ्ख्या र गुणस्तरीय जीवनबिचको सम्बन्ध पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् । केही विद्यार्थीलाई उनीहरूका विचार व्यक्ति गर्न भन्नुहोस । उनीहरूबाट आएको विचार समेट्दै जनसङ्ख्या र गुणस्तरीय जीवनबिचको सम्बन्ध प्रस्ट पारी दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

गुणस्तरीय जीवन निर्धारण गर्ने तत्त्वहरू लेखिएको वृक्षचित्र वा चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । आफ्नो

घर र आफ्नो समुदायमा ती तत्त्वहरू भए नभएको सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् । गुणस्तरीय जीवनयापनका लागि आफ्नो समुदायमा भएका र नभएका तत्त्वहरू टिपोट गरी प्रस्तुत गर्न पनि भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

जनसाङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवनबिच सम्बन्ध देखाउने भिडियो क्लिप देखाउनुहोस् र

जनसङ्ख्याको आकारले गुणस्तरीय जीवनमा पार्ने प्रभाव छलफल गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

"सानो परिवार सुखी परिवार" शीर्षकमा कक्षामा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता वा पोस्टर निर्माण प्रतियोगिता वा लोकगीत प्रतियोगिता वा नाटक सञ्चालन गराउनुहोस् । प्रतियोगितामा राम्रो गर्नेलाई आवश्यक पुरस्कारको व्यवस्था पनि गर्दा विद्यार्थीलाई प्रेरणा मिल्ने छ ।

क्रियाकलाप ५

कक्षालाई सङ्ख्याका आधारमा केही समूहमा विभाजन गराउनुहोस् । प्रत्येक समूहलाई आफ्नो समूहमा पर्ने सबै साथीहरूको परिवारको आकार वा सङ्ख्या लेख्नु भन्नुहोस् । प्रत्येकको परिवारमा गुणस्तरीय जीवनका लागि आवश्यक तत्त्वहरू पर्याप्त भए नभएको पनि सोधेर लेख्नुहोस्, जस्तै :

नाम	परिवारको सदस्य सङ्ख्या	आम्दानी	स्वस्थकर आवास	सन्तुलित भोजन	रोजगारीको अवस्था	खानेपानीको व्यवस्था	मनोरञ्जन र खेलकुद

५. प्रतिबिम्बन /मूल्याङ्कन

दिइएको जस्तै रुब्रिक्स प्रयोग गरी विद्यार्थी गरेका समूह क्रियाकलापको मल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

आधार	उत्कृष्ठ	सामान्य	निम्न
वक्तृत्वकला			
पोस्टर निर्माण			
गतको प्रस्तुति			

नाटक			

उत्कृष्ठ (३), सामान्य(२), निम्न(१)

अभ्यासमा दिइएका वा तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् ।

(क) जनसाङ्ख्यिक अवस्था भनेको के हो ?

(ख) गुणस्तरीय जीवन केलाई भनिन्छ ?

(घ) गुणस्तरीय जीवनका निर्धारक तत्त्वहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) जनसङ्ख्या र गुणस्तरीय जीवनबिचको सम्बन्ध लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ **जनसङ्ख्या व्यवस्थापन**

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरू पहिचान गर्न	– जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको परिचय दिन – जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको महत्त्व उल्लेख गर्न – जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरू पहिचान गर्न

२. पाठ परिचय

कुनै पनि ठाउँमा उपलब्ध स्रोतसाधन अनुसार जनसङ्ख्या सन्तुलनमा राख्नुलाई जनसङ्ख्या व्यवस्थापन भनिन्छ । कुनै पनि ठाउँमा स्रोतर साधनको तुलनामा जनसङ्ख्या बढी भएमा नियन्त्रण र कम भएमा बढाउने उपाय अवलम्बन गरी जनसङ्ख्या व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ । जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरूको बारेमा जानकारी दिई आफ्नो जीवनमा पनि त्यही अनुरूप कार्य गर्दै जीवनलाई गुणस्तरीय र व्यवस्थित बनाउन सक्ने बनाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरू लेखिएको चार्ट

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १

(क) एउटा परिवारमा धेरै सदस्यहरू हुँदा आवास, शिक्षा, स्वास्थ्य, पौष्टिक आहार आदिको उपलब्धतामा कठिन भएको कुनै एउटा कथा वा घटना सुनाइ सोको सम्बन्धमा विद्यार्थीसँग छलफल गर्नुहोस् ।

(ख) कक्षालाई दुई वा तीन समूहमा विभाजन गरी कुनै ठाउँको जनसङ्ख्या तीव्र वृद्धि हुँदा त्यहाँ के कस्ता अवस्थाहरू सिर्जना हुन सक्छन् ? तिनको समाधान गर्न के के गर्नुपर्ला भन्ने सम्बन्धमा समूहमा छलफल गरी प्रस्तुत गर्न लाउनुहोस् । उनीहरूको प्रस्तुतिपछि स्रोत र साधनका आधारमा जनसङ्ख्या बढी भएमा नियन्त्रणका उपाय अवलम्बन गर्ने र जनसङ्ख्या कम भई स्रोतसाधन उपयोग हुन नसकेमा जनसङ्ख्या वृद्धि गर्ने उपाय अवलम्बन गर्नु जनसङ्ख्या व्यवस्थापन हो भनी विद्यार्थीलाई छलफल गराई जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको अवधारणा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

विद्यार्थीलाई जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरूका बारेमा जोडी जोडीमा छलफल गराई पालैपालो व्यक्त गर्न लगाउनुहोस् र शिक्षकले जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरू लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्दै प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

विद्यार्थीलाई पाठको स्वअध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि आवश्यकताअनुसार समूहमा विभाजन गराउनुहोस् । नेपालमा जनसङ्ख्या व्यवस्थापमा के कस्ता समस्याहरू देखिन्छन् ? समूहमा छलफल गरी निष्कर्षलाई कक्षामा प्रस्तुत गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् । समूह प्रस्तुतिपछि नेपालमा जनसङ्ख्या व्यवस्थापमा देखिएका सम्स्याहरूको उदाहरणसहित व्याख्या गरिदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४

तीव्र जनसङ्ख्या वृद्धिदरबाट अहिलेको अवस्थामा नेपालको जनसङ्ख्याको सामान्य वृद्धिदर हुनुले अबको जनसङ्ख्या व्यवस्थापन कस्तो हुनुपर्ला भनी कक्षामा छलफल गराई समूहगत रूपमा निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

४. मूल्याङ्कन /प्रतिबिम्बन

१. विद्यार्थीहरूलाई अभ्यासमा दिइएका वा तलका जस्तै प्रश्नहरू सोधी पाठको विषयवस्तुका बारेमा प्रतिबिम्बन गराउनुहोस् र पृष्ठपोषण समेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) जनसङ्ख्या व्यवस्थापन भनेको के हो ? यो किन आवश्यक पर्छ ?

(ख) जनसङ्ख्या अत्यधिक वृद्धि हुँदा देखिने समस्याहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(ग) महिला शिक्षित र रोजगार भए जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा सहयोग पुग्छ, कसरी ?

(घ) जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपायहरू के के हुन् ? सूची बनाउनुहोस् ।

(ङ) जनसङ्ख्या व्यवस्थापन र गुणस्तरीय जीवनबिचको सम्बन्ध बताउनुहोस् ।

पाठ ६

जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा विभिन्न निकायको भूमिका

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा प्रदेश सरकार र सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका उल्लेख गर्न	जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा प्रदेश सरकारको भूमिका बताउन जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा विभिन्न सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका खोजी गरी प्रस्तुत गर्न ।

२. पाठ परिचय

जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा विभिन्न सरकारी, गैरसरकारी सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहन्छ ।

शिक्षा विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, प्रदेश सरकार, रेडक्रस, परिवार नियोजन सङ्घ, स्वास्थ्य सङ्घसंस्थालगायत गैरसरकारी संस्थाहरूले जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा खेलेको भूमिका उल्लेख गर्न सक्ने बनाउनु यस पाठको मुख्य उद्देश्य रहेको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामाग्री

- जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा प्रदेश सरकारको भूमिका लेखिएको चार्ट ,
- शिक्षा विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय रस्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा गर्ने कार्यको सूची
- रेडक्रस, परिवार नियोजन सङ्घ, स्वास्थ्य सङ्घसंस्थाको कार्य देखाउने पोस्टर

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप १: जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा संलग्न कुनै निकायका बारेमा विद्यार्थीलाई कुनै जानकारी छ भने पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । उनीहरूको भनाइलाई समेत जोड्दै शिक्षकले विभिन्न निकायको जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा भूमिका खेलिरहेको सन्दर्भ उदाहरणसहित प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २: जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा प्रदेश सरकारको भूमिका लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् । विद्यार्थीलाई पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि आफ्नो स्थानीय सरकारबाट भए गरेका र आफूले बोध गरेका तथ्यहरू विद्यार्थीलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप ३: रेडक्रस, परिवार नियोजन सङ्घ, स्वास्थ्य सङ्घसंस्थाको कार्य देखाउने पोस्टर टाँस्नुहोस् र विद्यार्थीलाई अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । प्रश्नोत्तर विधिबाट ती संस्थाहरूले गर्ने कार्यबारे छलफल गर्नुहोस् । ती सङ्घसस्थाले गरेका कार्यसम्बन्धी जानकारी भए विद्यार्थीलाई बताउने अवसर पनि दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप ४ : पाठसँग सम्बन्धित केही प्रस्नहरू तयार गर्नुहोस् **।** प्रश्नोत्तर विधिबाट विद्यार्थीले यस पाठमा सिकेका विषयवस्तुमा आधारित भई प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । आवश्यक परेका विद्यार्थीलाई सहयोग गरिदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन /प्रतिबिम्बन

अभ्यासमा दिइएका वा तल दिइएका प्रश्नका आधारमा सिकाइ अवस्थाको मूल्याङ्कन गरी पृष्ठपोषणसमेत प्रदान गर्नुहोस् ।

(क) परिवार नियोजन भनेको के हो ?

(ख) जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा स्वास्थ्य चौकीको कुनै एक भूमिका लेख्नुहोस् ।

(ग) जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा स्वास्थ्य तथा जनङ्ख्या मन्त्रालयको मुख्य जिम्मेवारी के हो ?

(घ) शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले जनसङ्ख्या नियन्त्रणमा कस्तो भूमिका खेलेको छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) प्रदेश सरकारले जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा के के कार्य गर्दै आइरहेको छ ?

एकाई-९ **हाम्रो अन्तराष्ट्रिय सम्बन्ध र सहयोग**

पाठ-१ **भूपरिवेष्ठित राष्ट्र**

१.सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टाः २**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको सिकाइ उपलब्धि	**पाठगत सिकाइ उपलब्धि**
भूपरिवेष्ठित राष्ट्रको परिचय दिई भूपरिवेष्ठित राष्ट्रका रूपमा नेपालले भोग्नु परेका समस्या तथा सम्भावना र समाधानका उपायहरू बताउन	– भूपरिवेष्ठित राष्ट्रको परिचय दिन – एसियाका भूपरिवेष्ठित राष्ट्रहरूको अबस्थिति पहिचान गर्न – भूपरिवेष्ठित राष्ट्रको रूपमा नेपालले भोग्नुपरेका समस्या तथा सम्भावना र समाधानका उपायहरूको सूची तयार पार्न

२. पाठ परिचय

भूपरिवेष्ठित शब्द 'भू' र परिवेष्ठित दुईओटा शब्द मिलेर बनेको छ । भूको अर्थ जमिन र परिवेष्ठितको अर्थ वरिपरि घेरिएको भन्ने हुन्छ । त्यसैले भूपरिवेष्ठित शब्दको शाब्दिक अर्थ वरिपरि जमिनले घेरिएको भन्ने हुन्छ । भूपरिवेष्ठित देशहरूको सिमाना समुद्रसँग जोडिएको हुँदैन । सामुद्रिक इलाकासँग सिमाना नजोडिएको र जलमार्गको पहुँच नभएको देश भूपरिवेष्ठित देश हो । नेपाल उत्तरमा चिन पर्दछ भने पूर्व, पच्चिम र दक्षिणमा भारत पर्दछ । नेपालको सिमाना समुद्रसँग जोडिएको छैन । नेपाल पनि चारैतिर जमिनले घेरिएको भूपरिवेष्ठित मुलुक हो । नेपालबाट सबैभन्दा नजिकको समुद्र नेपालको पूर्वी सिमानाबाट ११२७ कि.मि टाढा रहेको छ । यस पाठमा माथि उल्लेख गरिएका विषयमा केन्द्रित रहेर छलफल गरिएको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- भूपरिवेष्ठित राष्ट्रको परिभाषा, समस्या, सम्भावना तथा समस्या समाधानका उपायहरू उल्लिखित चार्ट, मेटाकार्ड आदि
- ग्लोब, नक्सा तथा भिडिओ
- विभिन्न महादेशमा पर्ने भूपरिवेष्ठित देशहरूको सूची

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलाप-१

भूपरिवेष्ठित राष्ट्र कस्तो राष्ट्रलाई भनिन्छ भनी विद्यार्थीका धारणा व्यक्तिगत रूपमा लेख्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई जोडी जोडीमा विभाजन गरी भूपरिवेष्ठित राष्ट्रका सम्बन्धमा उनीहरूले तयार पारेको व्यक्तिगत विचारलाई जोडी जोडीमा छलफल गरी साझा विचार तयार पर्न लगाउनुहोस्

र केहि विचारहरू शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस् र शिक्षकले ती विचारलाई समेट्दै चार्टमार्फत भूपरिवेष्ठित रास्ट्रको अवधारणा स्पष्ट गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप-२

विश्वको नक्सा वा ग्लोब वा एटलस प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीहरूलाई एटलसमा भएको विश्वको नक्सा अवलोकन गर्न वा पाठ्यपुस्तकमा भएको भूपरिवेष्ठित रास्ट्रको सूची अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् र विद्यार्थीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र निम्नानुसारका महादेशअनुसार भूपरिवेष्ठित राष्ट्रहरूको सूची तयार पार्न लगाई पालैपालो प्रत्येक समूहलाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् साथै आवश्यक पृष्टपोषण दिनुहोस् ।

समूह क : एसिया

समूह ख : अफ्रिका

समूह ग : युरोप

समूह घ : दक्षिण अमेरिका

क्रियाकलाप-४

विश्वमा अवस्थित भूपरिवेष्ठित राष्ट्रहरूको नाम लेखिएको मेटा कार्ड तयार पारी प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड दिनुहोस् र शैक्षणिक पाटीमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूलाई आफूसँग भएको कार्ड कुनसँग मिल्छ त्यसमा लगेर टाँस्न लगाउनुहोस्

महादेश	भूपरिवेष्ठित राष्ट्र
एसिया	
अफ्रिका	
युरोप	
द. अमेरीका	

क्रियाकलाप-५

कक्षालाई तीन समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । पहिलो समूहलाई भूपरिवेष्ठित देशको रूपमा नेपालले भोग्नु परेका समस्याहरू, दोस्रो समूहलाई भूपरिवेष्ठित देशका रूपमा नेपालले भोग्नु परेका समस्याको समाधानका उपायहरू र तेस्रो समूहलाई भूपरिवेष्ठित राष्ट्रका फाइदा तथा सम्भावनाहरूका सम्बन्धमा पाठ्यपुस्तक तथा सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गर्न लगाई बुँदा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । अब हरेक समूहमा समूह प्रमुख छनोट गर्नुहोस् र समूहमा समूह प्रमुख मात्र बस्ने र अरू विद्यार्थीलाई अर्को समूहको समूह प्रमुखकहाँ गएर सो समूहले छलफल गरेका विषयवस्तुमा छलफल गर्नुहोस् । समूह प्रमुख अगाडि छलफल गरेको विषयवस्तु सिकाउनुहोस् । एउटा समूहमा सिकिसकेपछि फेरि अर्को

समूहमा जान भन्नुहोस् र अगि सिके जसरी नै सिक्न भन्नुहोस् । सबै समूहमा घडी घुम्ने दिशामा घुम्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् । सबै समूहमा पुगेपछि आफ्नै समूहमा गएर बस्न भन्नुहोस् । अब आफ्नो समूहबाहेकका समूहबाट सिकेर आएका कुरा समूह प्रमुखलाई सिकाउन भन्नुहोस् । यस विधिको नाम एक जना रहने, अरू छरिने विधि हो (One stays, others stray) हो ।

क्रियाकलाप-६

विद्यार्थीलाई प्रश्न बल (Question Ball) खेलको माध्यमबाट भूपरिवेष्ठित देशको नाम, भूपरिवेष्ठित देशहरूले भोग्नु परेका समस्या, समस्या कम गर्ने उपाय तथा भूपरिवेष्ठित राष्ट्रका सम्भावनाका सम्बन्धमा प्रश्न गर्न लगाई पालैपालो भन्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन / प्रतिबिम्बन

(क) समूह कार्य गराउने क्रममा विद्यार्थी क्रियाकलापको अवलोकन गरि मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

विद्यार्थीको नाम	समूहमा सक्रिय सहभागिता	विषयवस्तुमा स्पष्टता	सहकार्य

धेरै राम्रो क, राम्रो ख, मध्यम ग

(ख) पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नै, थप सिकाइ अवसर प्रदान गर्नै, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

६. थप सिकाइ सामग्री

https://www.youtube.com/watch?v=KK8Hbfag8oE

पाठ-२ **सार्कका गतिविधि**

१.सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टाः ३**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सार्कको परिचय दिई यसका उद्देश्य र गतिविधि बताउन	सार्कको परिचय तथा उद्देश्य बताउन सार्कका गतिविधिहरू पहिचान गर्न

२.पाठ परिचय

सार्क दक्षिण एसियाली राष्ट्रहरूको क्षेत्रीय सहयोग सङ्गठन हो । SAARC को पूरा रूप South Asian Association for Regional Co–Operation हो । सार्कको स्थापना ८ डिसेम्बर १९८५ मा भएको हो । नेपाल, भारत, पाकिस्थान, बङ्गलादेश, श्रीलङ्का, माल्दिभ्स र भुटान यसका संस्थापक राष्ट्र हुन् । तेरौँ शिखर सम्मेलनले अफगानिस्तानलाई पनि सदस्यता प्रदान गरेपछि हाल सार्कमा ८ ओटा देश रहेका छन् । सार्कको अवधारणा ल्याउने व्यक्ति बङ्गलादेशका तत्कालिन राष्ट्रपति जियाउर रहमान हुन् । सार्क सचिवालय नेपालको राजधानी काठमाडौँको ठमेलमा रहेको छ । यसको स्थापना सन् १९८७ जनवरी १६ (वि.सं. २०३४ माघ २) मा भएको हो । सचिवालयको प्रशासकीय प्रमुखमा महासचिव रहन्छन । महासचिवको कार्य अवधि तीन वर्षको हुन्छ । प्रत्येक सदस्य राष्ट्रबाट वर्णानुक्रमअनुसार महासचिवको चयन गरिन्छ । १८ औ शिखर सम्मेलन नेपालको राजधानी काठमाडौँमा २६ र २७ नोभेम्बर २०१४ मा सम्पन्न भएको थियो । दक्षिण एसियाका जनताको हित अभिवृद्धि गर्ने र यस क्षेत्रका जनताको जीवनस्तर सुधार गर्ने उद्देश्यसहित सार्क सङ्गठनको स्थापना गरिएको हो ।यस पाठमा सार्कको परिचय तथा उद्देश्य र सार्कका गतिविधिहरूका सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ ।

३. सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सार्क राष्ट्रको नक्सा तथा सार्कको लोगो, भिडियो क्लिप
- ग्लोब
- सार्क राष्ट्रहरूको नाम र झन्डा
- सार्कका उद्देश्यहरू झल्किने चार्ट
- सार्क सचिवालयको फोटो

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलापः १ सार्क राष्ट्रहरूका झन्डा तथा सार्कको लोगो पहिचान गर्न लगाई सार्कको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप:२ सार्कको लोगो तथा सार्क राष्ट्रहरूको झन्डा बनाउने अभ्यास गराउनुहोस्, सार्कको लोगो बनाउने व्यक्ति नेपालको शैलेन्द्र महर्जन हुन भनी बताइदिनुहोस् ।

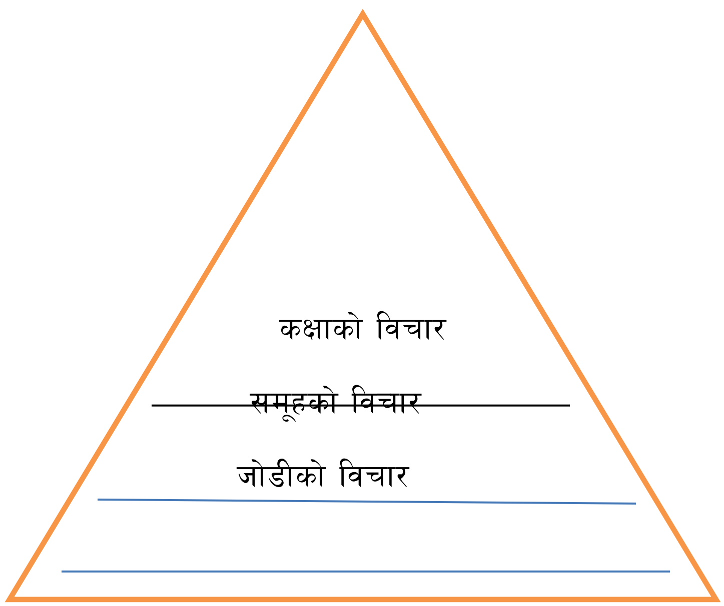
क्रियाकलाप :३ ग्लोब तथा विश्वको राजनीतिक नक्सा प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीलाई पालैपालो अगाडि बोलाएर सार्क राष्ट्रहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप : ४ विद्यार्थीलाई सार्क राष्ट्रहरूको परिचय झल्किने भिडिओ प्रदर्शन गर्नुहोस् र सार्क राष्ट्रको नाम वर्णानुक्रममको आधारमा र क्षेत्रफलका आधारमा ठुलोदेखि सानो क्रममा तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप: ५ सार्कका उद्देश्यहरू झल्किने चार्ट प्रदर्शन गरी छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप: ६ विद्यार्थी सङ्ख्याका आधारमा विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । सार्कका गतिविधि तथा सार्कका गतिविधिमा नेपालको भूमिकाका सम्बन्धमा पाठ्यपुस्तक, भिडिओ तथा अन्य सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् र चार्ट पेपरमा तालिका बनाउन लगाई टोलि नेतामार्फत प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप:७ पाठ्यपुस्तकको पेज न. १८१ मा दिइएको क्रियाकलाप १ सँग सम्बन्धित प्रश्न " विभिन्न राष्ट्रहरू मिलेर सार्क जस्ता अन्तर्राष्ट्रिय र क्षेत्रीय सङ्गठन किन स्थापना गर्नुपरेको होला ?" सँग मिल्ने गरी पिरामिड सिकाइ (Pyramid Learning) विधिमार्फत अन्तरक्रियात्मक छलफल गर्नुहोस् ।



पिरामिड विधिको प्रयोग

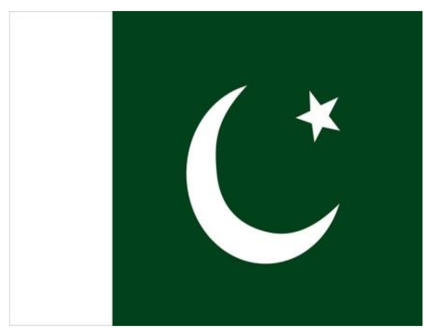
-
- विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा विचार, धारणा राख्न सक्ने गरी प्रश्न दिनुहोस् र सोच्न र लेख्न दुई मिनेटको समय प्रदान गर्नुहोस् ।

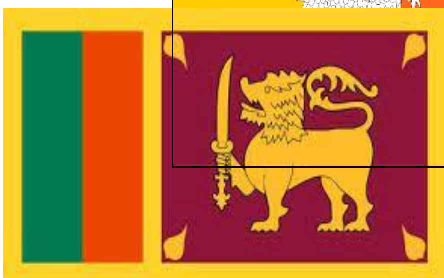
- जस्तैः विभिन्न राष्ट्रहरू मिलेर सार्क जस्ता अन्तर्राष्ट्रिय र क्षेत्रीय सङ्गठन किन स्थापना गर्नु परेको होला ?
- दिइएको समयभित्र विद्यार्थीलाई आफ्ना विचार वा धारणाहरू सोच्न र लेख्न लगाउनुहोस्
- व्यक्तिगत रूपमा तयार पारिएका विचारलाई जोडीमा आदान प्रदान गर्न लगाउनुहोस्
- ३/४ जोडीको समूह र समूहबाट आएको संश्लेषित विचार वा धारणा सिङ्गो कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।
- कक्षाको विचारलाई धारणाका रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्
  - यस्तो धारणा सङ्ख्यात्मक रूपमा घट्दै पिरामिडको आकारमा बदलिन्छ तर गुणात्मक रूपमा भने खँदिलो हुन्छ ।

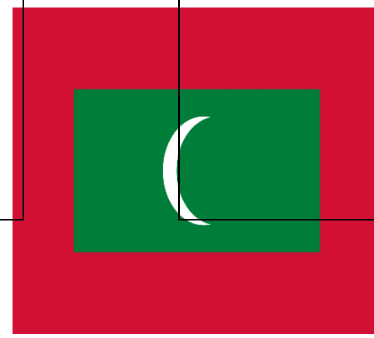
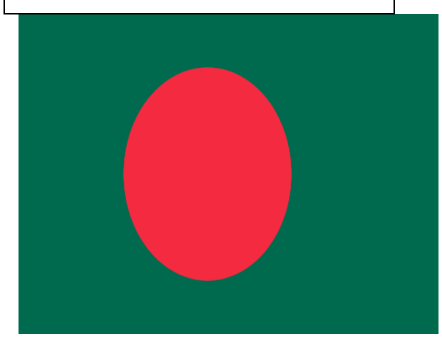
क्रियाकलाप ८ आज छलफल गरिएको पाठका आधारमा pens in the middle खेलको माध्यमबाट सार्कका उद्देश्यहरू मध्ये कुनै एक र कुनै एक सार्क देशको नाम तथा सार्कको कुनै एक गतिविधि पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । तीनओटा प्रश्नका लागि तीनचोटी नै क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

१. समूहकार्य गराउदा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्न श्रेणी मापनका आधारमा गर्नुहोस् ।
२. पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्नै, थप सिकाइ अवसर प्रदान गर्नै, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस्
३. तल दिइएको झन्डा कुन कुन सार्क राष्ट्रका हुन्, नाम लेख्नुहोस् :





पाठ-३ **सूचना प्रविधि**

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : ३**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोग गर्न र दुरूपयोगबाट हुने असर बताउन	– मल्टिमिडिया, अनलाइन सेवा, र सामाजिक सन्जालको परिचय दिन – सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोगका उपायहरू पहिल्याउन – सूचना प्रविधिको दुरुपयोगबाट हुने असरहरू बताउन

२. पाठ परिचय

सूचना भन्नाले सम्बन्धित सरोकारवालालाई जानकारी दिने काम भन्ने बुझिन्छ । प्रविधिको अर्थ काम गर्दा अपनाईने प्रक्रिमया वा तरिका हो । सूचना प्रविधि भन्नाले ध्वनी, तस्बिर, अक्षर तथा अङ्कको रूपमा रूपमा सूचनाहरूलाई विद्युतीय यन्त्रहरू कम्प्युटर र सञ्चार प्रविधिको प्रयोग गरी भण्डारण, सम्पादन, सम्प्रेषण र प्रवाह गर्ने कार्यलाई बुझिन्छ । सूचना प्रविधिले हाम्रो जीवनमा ठुलो भूमिका निर्वाह गरेको हुन्छ । विश्वव्यापी रूपमा सूचना प्रविधि संसारका धेरै राष्ट्रहरूको आर्थिक सामाजिकलगायतका क्षेत्रको विकासको महत्त्वपूर्ण पक्ष भएको छ । सूचना प्रविधिले मानव जीवनका सबै क्षेत्रमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ । सूचना प्रविधिको प्रयोग गरेर देश विदेशको खबर आदान प्रदान गर्न सजिलो भएको छ । कुनै ठाउँका बारेमा जानकारी लिन, वस्तु तथा सेवा अनलाइन मार्फत प्राप्त गर्न र समाजमा जनचेतनामूलक कार्यक्रमम सञ्चालन गर्न र त्यसको विस्तार गर्न सूचना प्रविधि अपरिहार्य हुन्छ । २१ औं शताब्दीलाई सूचना र प्रविधिको युग भनिन्छ । हामीले सूचना प्रविधिको माध्यमबाट नै संसारका विभिन्न ठाउँमा रहेका आफून्तसँग सजिलै कुरा गर्न र खबर आदानप्रदान गर्न सक्छौँ । यस्ता सूचना प्रविधिअन्तर्गत रेडियो, टेलिभिजन, भिडिओ, कम्प्युटर, मोबाइल, इन्टरनेट आदि पर्दछन । सूचना र प्रविधिको विकाससँगै यसको समुचित प्रयोग गर्न सकिएमा मात्र हामीलाई फाइदा हुन्छ । सूचना प्रविधिको सहि प्रयोग गर्न नसकिएमा दुरगामी असर पर्न सक्छ । यस पाठमा सूचना प्रविधिको परिचय, समुचित प्रयोग र यसका असरका सम्बन्धमा केन्द्रित रही छलफल गरिने छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सूचना प्रविधि झल्किने चित्र, चार्ट तथा भिडिओ
- सूचना प्रविधिको प्रयोगका उपाय झल्किने चार्ट तथा कम्प्युटर स्लाइड

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलापः१

विद्यार्थीहरूसँग उनीहरूले सूचना प्रविधि कम्प्युटर, मोबाइल, वा इन्टरनेट आदिको प्रयोग गरेको अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् । आफ्नो अनुभव पनि सुनाउनुहोस ।

क्रियाकलापः२

विद्याथीहरूलाई मल्टिमिडिया, अनलाईन सेवा तथा सामाजिक सञ्जालको परिचय झल्किने चित्र, चार्ट तथा भिडिओ प्रस्तुत गर्दै छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप ३

सूचना प्रविधिको समूचित प्रयोगका उपायहरू के के हुन् सक्लान भनी विद्यार्थीलाई सोच्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोगका उपायहरूसँग सम्बन्धित रही Running Dictation क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

क्रियाकलापः ४

कक्षाका विद्याथीहरूको चार समूह बनाउनुहोस् । एउटा समूहलाई मल्टिमिडिया, दोस्रो समूहलाई अनलाईन सेवा, तेस्रो समूहलाई सामाजिक सञ्जाल र चौथो समूहलाई सूचना प्रविधिका फाइदाको चार्ट तयार पर्न लगाउनुहोस् । चारओटै समूहलाई तयार पारेको चार्ट पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् । एक समूहको प्रस्तुतिमा अरू समूहलाई पनि पृष्टपोषण दिन लगाउनुहोस् । अन्त्यमा सबै समूहलाई आवश्यक पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन/ प्रतिबिम्बन

१. समूहकार्य गराउदा श्रेणी मापनका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस्/

२. पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अवसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

(क) सूचना प्रविधि भनेको के हो ?

(ख) सूचना प्रविधिका साधनहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(ग) मल्टिमिडिया, अनलाईन सेवा र सामाजिक सञ्जालका कुनै दुईओटा फाइदा बताउनुहोस् ।

(घ) अहिलेको युगलाई किन सूचना र प्रविधिको युग भनिएको हो ?

पाठ- ४ सामाजिक सञ्जालको उचित प्रयोग

१. सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको कक्षागत सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोग गर्न र दुरुपयोगबाट हुने असर बताउन	– सामाजिक सञ्जालको समुचित प्रयोग गर्न – सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबाट हुने असर बताउन

२. पाठ परिचय

सामाजिक सञ्जाल एक कम्प्युटरमा आधारित प्रविधि हो । यसले मानिसको सोच, विचार र सूचनाको आदानप्रदानको सुविधा दिन्छ । विश्वमा सबैभन्दा ठुलो सामाजिक सञ्जालका रूपमा फेसबुक, ट्विटर, युट्युब, इन्स्टाग्राम, टिकटक आदि पर्दछन ।

सूचना प्रविधिको विकास भएसँगै सामाजिक सञ्जालको पहुँच विस्तार भएको छ । यही सहज पहुँचका करण बडी भन्दा बडी मानिसहरूले सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गरिरहेका छन् । एक क्लिकका भरमा संसारभरको खबर पाउन सकिने भएको छ । हामीले सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्दा कसरी सुरक्षित रहने भनेर खयाल गर्नुपर्छ जसका लागि साइबर अपराधका बारेमा जानकार रहनुपर्छ । सूचना प्रविधिको उचित प्रयोग गर्न र सूचना प्रविधिको साधनको प्रयोगमा होसियारी अपनाउदा साइबर अपाराधका घटना घट्ने सम्भावना रहँदैन ।

यस पाठमा सामाजिक सञ्जालको समुचित प्रयोग तथा सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबाट हुने असरहरूका सम्बन्धमा छलफल गरिनेछ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- सामाजिक सञ्जाल झल्किने विभिन्न लोगो वा चित्र
- सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगका घटनाहरू सम्बन्धित समाचार तथा भिडिओ
- सामाजिक सञ्जालको समुचित प्रयोग झल्किने चार्ट आदि

४. सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलापः १

विद्यार्थीहरूलाई फेसबुक, ट्विटर, मेसेन्जर, भाइबर आदिको प्रयोग गर्नु भएको छ कि छैन ? के के कामका लागि सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्नुभएको छ ? भनी छलफल गर्नुहोस् । विद्यार्थीबाट प्राप्त जवाफ शैक्षणिक पाटीमा टिप्दै जानुहोस । विद्यार्थीका भनाइ र अनुभवलाई जोड्दै शिक्षकले विभिन्न चित्र, भिडिओमार्फत सामाजिक सञ्जालको अवधारणा तथा प्रयोगका सम्बन्धमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप :२

सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग तथा साइबर अपराधका सम्बन्धमा विद्यार्थीलाई आफ्ना विचार २ मिनेटमा कापीमा टिप्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थीलाई जोडी जोडीमा बस्न लगाई उनीहरूले लेखेका विचारहरूलाई संश्लेषण गरी एउटै बनाउन लगाउनुहोस् । अब पालैपालो हरेक जोडीलाई विचार भन्न लगाउनुहोस् । दुई जना विद्यार्थीलाई अगाडि बोलाएर शैक्षणिक पाटीमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् र थप गर्नुपर्ने कुरासहित पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापः३

सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग तथा साइबर अपराधसँग सम्बन्धित भिडिओ तथा समाचार प्रस्तुत गरी छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप :४

कक्षाका विद्यार्थीलाई ४ समूह बनाउनुहोस् । पहिलो र दोस्रो समूहलाई सामाजिक सञ्जालको उचित प्रयोगका सम्बन्धमा तथा तेस्रो र चौथो समूहलाई सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबाट हुने असरहरूका सम्बन्धमा चार्ट तयार गर्न लगाई चारै समूहको टोली प्रमुखमार्फत प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् साथै आवश्यक पृष्टपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप : ५

सामाजिक सञ्जालको उचित प्रयोग र सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबाट हुने असरसम्बन्धी एक एकओटा बुँदा लेखिएको मेटा कार्ड तयार पार्नुहोस् । सबै कार्डलाई एकै ठाउँमा छ्यासमिस पारेर राख्नुहोस् । प्रत्येक विद्यार्थीलाई एक एकओटा कार्ड लिन लगाउनुहोस् । शैक्षणिक पाटीमा निम्नानुसारको तालिका बनाउनुहोस् । विद्यार्थीहरुसँग भएको कार्ड कुनसँग मिल्छ, त्यसमा लगेर मास्किङ टेपले टाँस्न लगाउनुहोस् ।

सामाजिक सञ्जालको उचित प्रयोग	सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगबाट हुने असरहरू
१. व्यक्तिगत सूचना सेयर गर्नु हुँदैन	१. व्यक्ति एकोहोरो हुने

५.मूल्याङ्कन/प्रतिबिम्बन

(क) समूहकार्य गराउदा श्रेणी मापनका आधारमा मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ।

ख. पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने, थप सिकाइ अवसर प्रदान गर्ने, आवश्यकताअनुसार सुधारात्मक सिकाइ योजना तयार पार्ने जस्ता क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

नमुना प्रश्नहरू

१. सामाजिक सञ्जाल भनेको के हो ?

२. साइबर अपराध केलाई भनिन्छ ? साइबर अपराधअन्तर्गत के के कुराहरू पर्छन ?

३. सूचना प्रविधिका असरहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

५. सामाजिक सञ्जालको उचित प्रयोगबाट हुने कुनै चारओटा फाइदा लेख्नुहोस् ।

पाठ-५ विश्वका समसामयिक घटना

१. सिकाइ उपलब्धि **अनुमानित कार्य घण्टा : २**

पाठ्यक्रममले निर्धारण गरेको सिकाइ उपलब्धि	पाठगत सिकाइ उपलब्धि
समसामयिक गतिविधि र घटना बताई यसले समाजमा पार्ने प्रभाव बताउनुहोस	– समसामयिक गतिविधि र घटना पहिचान गर्न – समसामयिक गतिबिधि र घटनाले समाजमा पार्ने प्रभाव बताउन

२.पाठ परिचय

समसामयिक घटना भन्नाले हालसालै वा दैनिकजसो घट्ने विभिन्न घटना र अवस्थालाई जनाउँछ । समसामयिक रूपमा दैनिक घट्ने घटनाहरूले हाम्रो दैनिक जीवनमा प्रभाव पर्ने गर्छ । विश्वमा सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिकलगायतका क्षेत्रमा दैनिक जसो विभिन्न किसिमका घटना परिघटना घटिरहेका हुन्छन जसले मानव जीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको हुन्छ । कुनै घटनाले अल्पकालीन प्रभाव पर्छ भने कुनै घटना दुरगामी प्रभाव पर्ने खालका हुन्छन् । सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक लगायतका क्षेत्रमा घट्ने घटनाहरूले मानिसको जीवनशैली, सोच र धारणामा पनि परिवर्तन ल्याउछ । राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा घट्ने घटनाहरूको अध्ययनले विद्यार्थीमा नयाँ र परिवर्तित घटनाहरूका सम्बन्धमा अध्यावधिक हुन मदत पुग्छ । सामाजिक अध्ययन शिक्षण गर्ने शिक्षक पनि समसामयिक घटनाका सम्बन्धमा बढी उत्सुक र सचेत हुनु जरुरी हुन्छ । यस पाठमा समसामयिक घटनाको पहिचान, समसामयिक गतिविधि र घटनाहरूले समाजमा पर्ने प्रभावका सम्बन्धमा चर्चा गरिएको छ ।

३.सिकाइ सहजीकरण सामग्री

- समसामयिक गतिविधि झल्किने चित्र, फोटा, तथा भिडिओ
- पत्रपत्रिका, म्यागजिन
- बुलेटिन बोर्ड

४.सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप

क्रियाकलापः १

विद्यार्थीलाई आफ्नु समुदायमा हालसालै भएका कुनै एक समसामयिक घटना पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । उक्त घटनाले आफ्नो समुदायमा कस्तो खालको प्रभाव पार्यो ? आदि प्रश्न गर्दै छलफल तथा अन्तरक्रिमया गरी समसामयिक घटनाका सम्बन्धमा प्रस्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलापः२

विगतमा विश्वव्यापी रूपमा भएको कोरोना महामारीमा विद्यार्थीका अनुभवलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र यसले समाज र विश्वमा शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारीलगायतका क्षेत्रमा पारेको प्रभावका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापः३

विश्वव्यापी रूपमा घटेका समसामयिक घटनाहरूसँग सम्बन्धित भिडिओ प्रदर्शन गरी यसले पार्ने प्रभावका सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापः४

पत्रपत्रिका वा स्थानीय अखबारमा छापिएका समसामयिक घटनाहरू समूह समूहमा अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । उक्त घटना कुन सन्दर्भ वा घटनासँग सम्बन्धित छन्, कुन क्षेत्रलाई बढी प्रभाव परेको छ तालिका बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

जस्तै कोभिड १९ को प्रभाव

शिक्षा क्षेत्र	स्वास्थ्य क्षेत्र
विद्यालय बन्द	स्वास्थ्यमा गम्भिर समस्या
पठनपाठन अबरुद्ध	लाखौ मानिसको मृत्यु

क्रियाकलाप : ५

विद्यार्थीलाई पत्रपत्रिका, रेडियो, टेलिभिजन, अनलाइन समाचार आदि अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् र त्यहाँ प्रशारित र प्रकाशित मुख्य मुख्य समसामयिक समाचारहरू टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलापः६

विश्वमा घटेका समसामयिक घटनाहरूसँग सम्बन्धित रही पत्रपत्रिकामा प्रकाशित समाचार सम्पादकीय, लेख, चित्र आदि सङ्कलन गरी बुलेटिन बोर्ड तयार पारी सबले देख्ने स्थानमा राख्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलापः७

समसामयिक गतिविधिसँग सम्बन्धित रही विद्यार्थीलाई प्रश्न निर्माण गर्न लगाई हाजिरी जवाफ प्रतियोगिता सञ्चालन गर्न लगाउनुहोस् ।

५.मूल्याङ्कन/प्रतिबम्बन

१.विद्यार्थीले बुलेटिन बोर्ड तयार पर्दा समूह गतिविधिलाई अवलोकन गरी निम्नानुसारको रुजुसूचीमा आधारित भई मूल्याङ्कन गर्नुहोस्,

क्रियाकलाप	उच्च	मध्यम	निम्न
सहभागिताको अवस्था			
जिम्मेवारी बोध			
प्रस्तुतीकरण			
सहकार्य			

२.पाठ्यपुस्तकको अभ्यासमा दिइएका तथा विषयवस्तुसँग सम्बन्धित थप प्रश्नका आधारमा विषयवस्तुको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । मूल्याङ्कनका आधारमा पृष्ठपोषण प्रदान गरी थप सिकाइ अवसर प्रदान गनुहोस् ।

नमुना प्रश्न

(क) समसामयिक घटना भनेको के हो ? कुनै तीनओटा समसामयिक घटनाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ख) कोरोना भाइरसको सङ्क्रममणले विश्वव्यापी रूपमा पारेको प्रभावहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ग) हामीले किन समसामयिक घटनाहरूको अध्ययन तथा जानकारी लिनुपर्छ ? आफ्नो विचार प्रस्तुत गर्नुहोस् ।