खपको पहिचान

कक्षा ७

स्थानीय पाठ्यक्रम

भक्तपुर नगरपालिका

स्थानीय पाठ्यक्रम (परिमार्जित)

२०८२

पञ्चदान

सम्यक पञ्चदान

भक्तपुर नगरपालिका

स्थानीय पाठ्यक्रम (परिमार्जित)

२०८२

ख्वपको पहिचान

आधारभूत शिक्षा

कक्षा ७

प्रस्तुतकर्ता

स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण तथा परिमार्जन कार्यदल :

१. योगेन्द्रमान बिजुक्छें

२. सिद्धिरत्न शाक्य

३. उद्धव सुजखु

४. रोशनराज तुइतुईं

५. राजेन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ

प्रकाशक
भक्तपुर नगरपालिका
नगर कार्यपालिका
भक्तपुर

ले–आउट
दत्तात्रय डिजाइन एण्ड प्रि–प्रेस
भक्तपुर, ९८४९६८४८०१

मुद्रक
भक्तपुर नगरपालिका प्रेस

सर्वाधिकार © : प्रकाशकमा निहित
दोस्रो संस्करण : वि.सं. २०८२
प्रथम संस्करण : वि.सं. २०७६

मुद्रण
भक्तपुर अफसेट प्रिन्टर्स
ब्यासी, भक्तपुर
☎ ६६१३८८८

कभर फोटो : पञ्चदान

क्षेत्र	शीर्षक	पृष्ठ
क्षेत्र १	ख्वप दे (भक्तपुर नपाको) भौगोलिक अवस्थिति	१
क्षेत्र २	ख्वपको इतिहास	३
क्षेत्र ३	स्थानीय विभिन्न जातजाति, व्यक्तित्व र जनसङ्ख्या	५
	(क) ख्वपका स्थानीय जातजातिका जनसाङ्ख्यिक सूचक	५
	(ख) स्थानीय विशिष्ट व्यक्तित्वहरू	६
क्षेत्र ४	स्थानीय बोलीचाली र लिपि	७
	(क) स्थानीय भाषामा कुराकानी	७
	(ख) प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपि	९
	(ग) सामान्य तामाङ भाषामा कुराकानी	९
क्षेत्र ५	व्यावहारिक तथा जीवनोपयोगी शिक्षा	१२
क्षेत्र ६	स्थानीय विविध संस्कृति	१३
	(क) पञ्चदान	१३
	(ख) गुँला पर्व	१६
	(ग) सम्यक पञ्चदान पर्व	१८
क्षेत्र ७	प्रचलित स्थानीय संस्कार	२०
	(क) म्हः पूजा	२०
क्षेत्र ८	स्थानीय कला र सम्पदाहरू	२२
	(क) स्थानीय मन्दिरहरू	२२
	(ख) स्थानीय पोखरीहरू	२५
	(ग) स्थानीय ढुङ्गेधारा	२७
	(घ) स्थानीय चित्रकला	२७
	(ङ) स्थानीय मूर्तिकला	२८
क्षेत्र ९	स्थानीय व्यवसाय, सीप र प्रविधि	२९
	(क) पेशा	२९
	(ख) स्थानीय प्रविधिः माटोबाट बन्ने सामग्री	३३
	(ग) नेवारी खाद्य परिकार	३३
क्षेत्र १०	स्थानीय स्वास्थ्य प्रवर्द्धन विधि	३६
क्षेत्र ११	स्थानीय खेल	३७
क्षेत्र १२	स्थानीय पर्यटन	३८
निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन सम्बन्धी अभिलेख प्रक्रिया		३९
निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन अभिलेख फाराम		४२
विद्यार्थी प्रगति विवरण		४२

ख्वप नगरपालिका
भक्तपुर नगरपालिका
BHAKTAPUR MUNICIPALITY
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
OFFICE OF THE MUNICIPAL EXECUTIVE
ब्यासी, भक्तपुर
BYASI, BHAKTAPUR
बागमती प्रदेश, नेपाल

पत्र संख्या : ९६२
चलानी नं. : २५२

मितिः- २०८२।५।२

नगर प्रमुखको भनाइ

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ ले दिएको अधिकारअनुसार वि.सं २०७५ सालदेखि २०७८ सालसम्म प्रत्येक वर्ष दुई दुई वटा कक्षाहरूको पाठ्यक्रम तयार गरी चार वर्षमा कक्षा १ देखि ८ सम्म नगरका ९२ वटै विद्यालयहरूमा स्थानीय पाठ्यक्रम लागु गऱ्यौं । स्थानीय पाठ्यक्रममार्फत नयाँ पुस्ताका बालबालिकाहरूलाई भक्तपुरको विशेषता र पहिचानकाबारे अवगत गराउने हाम्रो उद्देश्य हो । भक्तपुर नगर प्राकृतिक रूपमा धनी नभए पनि आफ्नै मौलिक संस्कृति, सम्पदा, परम्परागत ज्ञान, सीप र सभ्यतामा अब्बल छ ।

पाठ्यक्रम लागु भएको विगतका केही वर्षमा प्रत्यक्ष अनुभव हुनेगरी विद्यालयमा पढ्ने बालबालिकाहरूमा आफ्ना संस्कृति, सम्पदा र परम्पराकाबारेमा चासो बढेको र यसलाई आत्मसात गर्न थालेको कुरा गत वर्ष मंसिर २८ गतेदेखि पुस २ गतेसम्म सम्पन्न पाँच दिने भक्तपुर महोत्सवले पनि पुष्टि गरिसकेको छ । जन्मदेखि मृत्यु पर्यन्त नेवारी संस्कारगत क्रियाकलापको प्रदर्शनीमा विद्यालयमा पढ्ने बालबालिकाको सहभागिताले यसलाई पुष्टि गर्‍यो । हाम्रो आफ्नै सम्पदा र जीवनशैलीका बारेमा उनीहरूमा थप कौतुहलता स्थानीय पाठ्यक्रमको पठनपाठनले जगाईदिएको छ । विभिन्न अन्य पालिकहरू पनि हाम्रो यस प्रयासका बारेमा चासो राख्दै स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गर्न उत्साहित भए । यसमा हामी सबै खुशी छौं ।

समय समयमा पाठ्यक्रमलाई परिमार्जन पनि गनुपर्ने मान्यताअनुसार विभिन्न सुझावहरू पनि हामीले प्राप्त गर्‍यौं । ती सुझावलाई केलाउँदै हामीले पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदलका साथीहरूसंग निरन्तर छलफल पनि गर्‍यौं र आवश्यक परिमार्जनका लागि सोही कार्यदललाई परिमार्जनका लागि पहल गर्न जिम्मेवारी दियौं । करिब ९ महिनाको निरन्तर प्रयासमा कार्यदलले हामीलाई परिमार्जित पाठ्यक्रमको मस्यौदा बुझायो र त्यसमा आवश्यक छलफल र पृष्ठपोषणसहित हामीले यसलाई अन्तिम चरणमा पुऱ्यायौं । परिमार्जन गर्ने कार्यदलका साथीहरु, स्थानीय पाठ्यक्रम अध्यापन गराउने शिक्षकहरू तथा लागु गर्न सहजीकरण गर्ने सबै प्रधानाध्यपकहरूमा भक्तपुर नगरपालिकाको तर्फबाट हार्दिक धन्यवाद र कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछौं । पहिलेका वर्षहरूमा जस्तै यसको पठन-पाठनलाई अझ व्यवस्थित रुपमा अगाडि लैजान सबै सरोकारवालाहरुले आआफ्नो स्थानमा रहेर सकारात्मक भूमिका खेल्नुहुनेछ भन्ने आशा गर्दछौं ।

२०८२।५।२

सुनिल प्रजापति

प्रमुख

प्रमुखः ६६१००९६, उपप्रमुखः ६६२०६७०, प्रशासन शाखाः ६६१३९५७, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतः ६६१००७६, लेखा शाखाः ६६१२७२१, योजना शाखाः ६६१४८१३
ईमेल :- info@bhaktapurmun.gov.np, bhaktapurmuni@gmail.com, वेभसाईट :- www.bhaktapurmun.gov.np

हाम्रो भनाइ

पाठ्यक्रम निर्माणको प्रक्रियामा पाँच वर्षमा परिमार्जन र दश वर्ष पश्चात् परिवर्तन गरिनुपर्ने मान्यता रहिआएको छ। भक्तपुर नगरपालिकाद्वारा निर्मित यस स्थानीय पाठ्यक्रम 'ख्वपको पहिचान' निर्माणको शुरुवातको वर्ष वि.सं. २०७५ थियो। सो वर्ष कक्षा १ र ६ को, दोस्रो वर्ष २०७६ मा कक्षा २ र ७, तेश्रो वर्ष २०७७ मा कक्षा ३ र ८ तथा चौँथो वर्ष २०७८ मा कक्षा ४ र ५ को पाठ्यक्रम तयार गरी सो चौँथो वर्षमा कक्षा १ देखि ८ सम्म पूर्ण लागुसमेत भएको सर्वविदितै छ। पाठ्यक्रम निर्माणको पहिलो वर्ष २०७५ सालबाट गणना गर्दा पाठ्यक्रम लागु भएको ७ वर्ष तथा चौँथो वर्ष २०७८ बाट गणना गर्दा ४ वर्ष पूरा भइसकेको देखिन्छ।

स्थानीय पाठ्यक्रम लागु भएको वर्षदेखि नै पाठ्यक्रमका विविध पक्षका बारेमा निर्माण कार्यदलले पनि निरन्तर अध्ययन गर्दै आयौँ। अपेक्षा अनुसार परिमार्जन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने विभिन्न विषय तथा सुझावहरु समेत निरन्तर प्राप्त गर्दै आयौँ। विशेषतः कक्षामा पढाउने शिक्षकहरुबाट पाठ्यक्रममा गरिनुपर्ने सुधारका बारेमा गहकिलो सुझावहरु प्राप्त भयो। देशभरिमा नै पालिकास्तरमा पहिलोपल्ट लागु भएको स्थानीय पाठ्यक्रको पठनपाठन कसरी भइरहेको छ भन्ने बारेमा नगरपालिका स्वयं पनि चनाखो रह्यो। पठनपाठन सहज होस् भन्ने उद्देश्यले नगरपालिकाले दुई विज्ञहरुलाई कक्षा अवलोकन र अनुगमनको व्यवस्था पनि गऱ्यो।

पाठ्यक्रम लागु भएको २/३ वर्षमै आफ्ना नानीहरुले स्थानीय सम्पदा र संस्कृति सम्बन्धी चासो राख्न थालेका कुराहरुलाई धेरै अभिभावक, जनप्रतिनिधि तथा शिक्षकहरुले सकारात्मक रुपमा लिएको बुझियो। यसका साथै नैतिक शिक्षा तथा व्यवहारजन्य सीप र ज्ञानका बारेमा पनि पाठ्यक्रममा समावेश गरिनुपर्ने सुझाव निरन्तर आइरह्यो। कुनै विषयवस्तुहरु तल्लो कक्षाबाट माथिल्लो कक्षामा राखिनुपर्ने र कुनै माथिल्लोबाट तल्लो कक्षामा लैजानुपर्नेदेखि लिएर पाठ्यपुस्तकको व्यवस्था गरिए पठन–पाठन सहज हुने सुझावहरु निरन्तर प्राप्त भइरह्यो। यी यावत् सल्लाह र सुझावहरुलाई कार्यदलले नगरपालिकको शिक्षा समितिमा जानकारी गरायो। शिक्षा समितिले यस विषयमा आवश्यक छलफल गरी पाठ्यक्रम परिमार्जनका लागि निर्माण कार्यदललाई नै जिम्मा लगायो।

पाठ्यक्रम परिमार्जनका प्रक्रियाहरुको मान्यतालाई अनुसरण गर्दै पाठ्यक्रमले लिएका उद्देश्य अनुरुप विद्यार्थीहरुले ख्वपका बारे हासिल गरेका आधारभूत ज्ञानको तह थाहा पाउन कार्यदलले विगत ५/६ वर्षदेखि स्थानीय पाठ्यक्रमको अध्ययन गरेका आठ कक्षाका विद्यार्थीहरुमध्ये करिब २५ प्रतिशतलाई उपलब्धि परीक्षण (Achievement Test) २०८१ पुस महिनामा सम्पन्न गरी प्राप्त तथ्यहरुको विश्लेषण गरियो। साथै, सो विश्लेषणलाई नगरपालिका शिक्षा समिति, पाठ्यक्रम अध्यापन गराउने शिक्षकहरु, जनप्रतिनिधिहरु तथा अन्य सरोकारवालाहरु माझ प्रस्तुत गरी छुट्टाछुट्टै छलफल तथा परामर्श बैठकहरु गरी सुझाव सङ्कलनसमेत गरियो। यी नै सुझावहरुका आधारमा फागुन/चैत्र देखि परिमार्जन कार्यलाई सघन रुपमा अगाडि बढाइयो र परिमार्जित पाठ्यक्रमको पहिलो मस्यौदा नगरपालिकालाई श्रावण महिनामा बुझाइयो। नगर कार्यपालिकाबाट परिमार्जित पाठ्यक्रम सुझावसहित श्रावण महिनामै अनुमोदन भयो।

परिमार्जित पाठ्यक्रमका विशेषताका बारेमा भन्नुपर्दा 'व्यावहारिक तथा शील स्वभावजन्य शिक्षा' नामक नयाँ एकाइ थप गरी १२ एकाइ पुऱ्याइएको छ। राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७८ अनुरुप कक्षा १ देखि ३ सम्म परिवर्तित निरन्तर मूल्याङ्कन (CAS) प्रणाली तथा कक्षा ४ देखि ८ सम्म ५० प्रतिशत सैद्धान्तिक र ५० प्रतिशत प्रयोगात्मकको व्यवस्था गरिएको छ।

वागमती प्रदेशले नेपालभाषा र तामाङ्ग भाषालाई सरकारी कामकाजी भाषाको मान्यतासमेत दिइसकेको तथा ख्वपका विद्यालय र कलेजहरुमा तामाङ्ग भाषाभाषी विद्यार्थीहरुको सङ्ख्या बढ्दै गएको तथ्यलाई मनन गरी स्थानीय केटाकेटीहरुले पनि तामाङ्ग भाषाका सामान्य बोलीचालीका शब्द र वाक्यहरु सिकून् भन्ने उद्देश्यले कक्षा ६ देखि ८ सम्म चौँथो एकाइमा स्थानीय नेपालभाषासँगै तामाङ्ग भाषालाई पनि समावेश गरिएको छ। कक्षा १ देखि ८ सम्मका पाठ्यभार तथा मूल्याङ्कन ढाँचा लेटर ग्रेडिङ पद्धति २०७८ अनुसार मिलाइएको छ। पाठ्यक्रमको आधारमा पठनपाठन गर्न सहज बनाउन परिमार्जित पाठ्यक्रममा सम्भावित शिक्षण सिकाइलाई केही विस्तृत बनाइएको छ भने नयाँ सन्दर्भ सामग्री भाग ४ र ५ को प्रकाशन तथा भक्तपुर नगरपालिकाको मासिक प्रकाशन भक्तपुर मासिकमा छापिएका विभिन्न आलेखहरुको सङ्ग्रहसमेत छुट्टै प्रकाशनले शिक्षकहरुलाई पर्याप्त सन्दर्भ सामाग्री उपलब्ध हुने विश्वास लिएका छौं।

अन्तमा, पाठ्यक्रम परिमार्जनको कार्यमा सहयोग गर्नुहुने शिक्षकहरु, जनप्रतिनिधिहरु लगायतका अन्य सरोकारवालाहरुलाई परिमार्जन कार्यदल हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछ। सन्दर्भ सामाग्रीका लागि पाठ्यक्रमसँग सम्बन्धित विविध विषयहरुमा आलेखहरु लेखी सहयोग गर्नुहुने सबै विद्वत वर्गहरु, तामाङ भाषाको लागि सहयोग गर्नुहुने शिक्षक राजु तामाङ र आलेख सङ्कलन र टाइपिङ्ग गरी यस कार्यमा सहयोग गर्नुहुने नगरपालिकाका कर्मचारीहरु, लेआउट डिजाइनमा सहयोग गर्नुहुने रश्मी खागी, कार्यदलको सचिवालयको लागि स्थान उपलब्ध गराई कम्प्युटर, प्रिन्टर, छपाइ तथा मसलन्द सामग्रीको व्यवस्था र अन्य आवश्यक सहयोग गर्नुभएकोमा विद्यार्थी निकेतन मा.वि. तथा शारदा मा.वि.लगायत सबैमा साधुवाद।

स्थानीय पाठ्यक्रम परिमार्जन कार्यदल
भक्तपुर नगरपालिका
श्रावण, २०८२

भूमिका
(पहिलो संस्करण २०७५)

नेपाल एक बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुजातीय र बहुधार्मिक तथा भौगोलिक विविधतायुक्त देश हो । विश्वका विभिन्न देश र स्थान विशेषका यस्ता विविधताहरू स्थानीय ज्ञान, सीप, भाषा, परम्परा र संस्कृतिसँग अन्योन्याश्रित सम्बन्ध हुन्छन् । यी रैथाने ज्ञान, सीप, परम्परा र संस्कृति एक दिनमा प्राप्त भएका अवश्य होइनन् । मानव सभ्यता विकासका हजारौं वर्षको क्रममा हासिल गरेका यी ज्ञान र सीप कुनै एक देश विशेषका मात्र नभई सम्पूर्ण मानव जातिकै सम्पत्ति मानिन्छन् । तर सोह्रौं सत्रौं शताब्दीदेखि पश्चिमा मुलुकहरूबाट ल्याटिन अमेरिकी, एशिया र अफ्रिकी देशहरूलाई उपनिवेश बनाउने क्रम थालिएसँगै स्थानीय ज्ञान, सीप र संस्कृति मास्ने काम पनि शुरू भयो । औद्योगिक क्रान्ति, उत्तर विश्वयुद्धकाल र बिसौं शताब्दीको उत्तरार्द्धसँगै शुरू भएको भूमण्डलीकरणको प्रभावमा बेपर्वाहसँग गरिएका आधुनिकीकरण र शहरीकरणले स्थानीय ज्ञान र सीप थप ओझेलमा पर्न गयो ।

तर आज विश्वका विभिन्न विश्वविद्यालयमा कार्यरत उत्तर औपनिवेशिक विद्वत वर्गले यस्ता स्थानीय ज्ञान र सीपको महत्वको बारेमा खोज अनुसन्धान गरी यसको संरक्षण र प्रवर्धनको बारेमा बहस चलाउन थालेका छन् । साथै संयुक्त राष्ट्रसङ्घ तथा युनेस्कोको तत्वावधानमा स्थानीय ज्ञान र सीपहरूको संरक्षण र विकासको लागि विभिन्न अभिसन्धि र महासन्धिहरूको निर्माण भएका छन् । आज यस्ता स्थानीय वा रैथाने ज्ञान, सीप, परम्परा र संस्कृतिलाई कुनै देश विशेषको भन्दा पनि विश्वकै सम्पदाको रूपमा अङ्गीकार गर्न थालिएको छ । हाम्रो देशको सन्दर्भमा पनि यस्ता रैथाने ज्ञान, सीप र परम्पराको संरक्षण र प्रवर्धन गरी नयाँ पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्नु स्थानीय, प्रान्तीय र सङ्घीय तीनै तहका राज्यको समेत दायित्व हुनआएको छ ।

यही पृष्ठभूमिमा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको सैद्धान्तिक आधार तयार भएको देखिन्छ । साथै, शैक्षिक विकेन्द्रिकरणको अवधारणा तथा विविधतायुक्त देशमा केन्द्रीय तहमा निर्माण गरिने पाठ्यक्रमले स्थानीय ज्ञान, सीप, विशेषता र आवश्यकतालाई समेत प्रतिनिधित्व र सम्बोधन गर्न नसकिने भएकोले स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण स्थानीय ज्ञान, सीप र स्रोतहरूको आधारमै निर्माण गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ । समाजको समुचित र सन्तुलित विकासको लागि स्थानीय आवश्यकता तथा रूचिको उचित सम्बोधन गर्न स्थानीय पाठ्यक्रमले सहयोग गर्न सक्दछ । स्थानीय आवश्यकता र चाहनालाई समेटेर स्थानीय सरोकारवालाहरूको प्रत्यक्ष संलग्नतामा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी कार्यान्वयनमा ल्याउने गरिन्छ । नेपालको विद्यालय शिक्षाको सुधार गर्न ल्याइएको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूपमा शैक्षिक क्षेत्रमा देखिएका स्थानीय मुद्दा र चुनौतीलाई समाधान गर्न स्थानीय आवश्यकतामा आधारित शिक्षालाई विशेष जोड दिइएको छ । जसको उद्देश्य पूरा गर्नको लागि स्थानीय सरोकारवालाहरू जस्तै बुद्धिजीवी, शिक्षक, शिक्षाविद्, समाजसेवी, अभिभावक आदिको प्रत्यक्ष संलग्नतामा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी पठनपाठन गरिन्छ ।

स्थानीय निकाय सञ्चालन ऐन २०७४ ले माध्यमिक शिक्षा व्यवस्थापनको जिम्मेवारी स्थानीय तहलाई दिएअनुसार यहाँको स्थानीय आवश्यकतालाई ध्यानमा राखेर सम्भवतः नेपालमा नै पहिलो पटक स्थानीय तहबाट स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण गरी कार्यान्वयनमा ल्याउन भक्तपुर नगरपालिकाले पहल गर्‍यो । यसको लागि भक्तपुर नगरपालिकाले २०७४ माघ २३ गते योगन्द्रमान बिजुक्छेको संयोजकत्वमा प्रा. सिद्धिरत्न शाक्य, उद्धव सुजखु, रोशनराज तुइतुई तथा राजेन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ सम्मिलित पाँच सदस्यीय स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदल गठन गरी सो कार्यदललाई कक्षा १ र ६ को लागि स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी बैशाख महिनाको पहिलो हप्ता भित्र बुझाउने गरी जिम्मेवारी सुम्पियो । कार्यदलद्वारा जिम्मेवारीलाई आत्मसात गरी पाठ्यक्रम निर्माण गर्दा अपनाउनुपर्ने कुराहरूप्रति सजग भई काम अगाडि बढाइयो । पाठ्यक्रम निर्माणको क्रममा भक्तपुर नगरका विभिन्न विद्यालयका प्रधानाध्यापकहरू, शिक्षकहरू तथा अभिभावकहरू र स्थानीय विज्ञहरूसँग छुट्टाछुट्टै कार्यशालाहरू तथा परामर्श बैठकहरूको आयोजना गरियो । साथै, लिखित सुझावको आह्वान गरी सुझावहरू पनि सङ्कलन गरी पाठ्यक्रममा समावेश गर्न सकिने विषयवस्तुहरू पहिचान गरियो । पछिल्लो चरणमा कार्यदलको चरणबद्ध र घनीभूत छलफल र कार्यशालाले पाठ्यक्रमको मस्यौदा तयार गरी पेश गरिएको छ ।

यस पाठ्यक्रमको कार्यान्वयन पक्ष अझ महत्वपूर्ण रहेको छ । यसको लागि सबै पक्षको सामुहिक प्रयास र प्रतिबद्धताको जति आवश्यक हुन्छ यसको अपनत्वको ग्रहण पनि उतिकै खाँचो हुन्छ । पर्याप्त समयाभावको कारणले यस मस्यौदालाई परिष्कृत गर्न सकिने ठाउँ अझै पनि बाँकी रहेको कार्यदलले महसुस गरेको छ । अर्को संस्करणको लागि सम्पूर्ण सरोकारवालाहरूबाट रचनात्मक सुझावको अपेक्षा पनि गरिएको छ ।

स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदल
भक्तपुर नगरपालिका
२०७५

भूमिका
(पहिलो संस्करण २०७६)

नेपाल एक बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुजातीय र बहुधार्मिक तथा भौगोलिक विविधतायुक्त देश हो । विश्वका विभिन्न देश र स्थान विशेषमा यस्ता विविधताहरू स्थानीय ज्ञान, सीप, भाषा, परम्परा र संस्कृतिसँग अन्योन्याश्रित सम्बन्ध हुन्छन् । यी रैथाने ज्ञान, सीप, परम्परा र संस्कृति एक दिनमा प्राप्त भएका अवश्य होइनन् । मानव सभ्यता विकासका हजारौं वर्षको क्रममा हासिल गरेका यी ज्ञान र सीप कुनै एक देश विशेषका मात्र नभई सम्पूर्ण मानव जातिकै सम्पत्ति मानिन्छन् । तर सोह्रौं सत्रौं शताब्दीदेखि पश्चिमा मुलुकहरूबाट ल्याटिन अमेरिकी, एशिया र अफ्रिकी देशहरूलाई उपनिवेश बनाउने क्रम थालिएसँगै स्थानीय ज्ञान, सीप र संस्कृति मास्ने काम पनि शुरू भयो । औद्योगिक क्रान्ति, उत्तर विश्वयुद्धकाल र बिसौं शताब्दीको उत्तरार्द्धसँगै शुरू भएको भूमण्डलीकरणको प्रभावमा बेपर्वाहिसँग गरिएका आधुनिकीकरण र शहरीकरणले स्थानीय ज्ञान र सीप थप ओझेलमा पर्न गयो ।

तर आज विश्वका विभिन्न विश्वविद्यालयमा कार्यरत उत्तर औपनिवेशिक विद्वत वर्गले यस्ता स्थानीय ज्ञान र सीपको महत्वको बारेमा खोज अनुसन्धान गरी यसको संरक्षण र प्रवर्धनको बारेमा बहस चलाउन थालेका छन् । साथै संयुक्त राष्ट्रसङ्घ तथा युनेस्कोको तत्वावधानमा स्थानीय ज्ञान र सीपहरूको संरक्षण र विकासको लागि विभिन्न अभिसन्धि र महासन्धिहरूको निर्माण भएका छन् । आज यस्ता स्थानीय वा रैथाने ज्ञान, सीप, परम्परा र संस्कृतिलाई कुनै देश विशेषको भन्दा पनि विश्वकै सम्पदाको रूपमा अङ्गीकार गर्न थालिएको छ । हाम्रो देशको सन्दर्भमा पनि यस्ता रैथाने ज्ञान, सीप र परम्पराको संरक्षण र प्रवर्धन गरी नयाँ पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्नु स्थानीय, प्रान्तीय र सङ्घीय तीनै तहका राज्यको समेत दायित्व हुनआएको छ ।

यही पृष्ठभूमिमा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको सैद्धान्तिक आधार तयार भएको देखिन्छ । साथै, शैक्षिक विकेन्द्रिकरणको अवधारणा तथा विविधतायुक्त देशमा केन्द्रीय तहमा निर्माण गरिने पाठ्यक्रमले स्थानीय ज्ञान, सीप, विशेषता र आवश्यकतालाई समेत प्रतिनिधित्व र सम्बोधन गर्न नसकिने भएकोले स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण स्थानीय ज्ञान, सीप र स्रोतहरूको आधारमै निर्माण गर्नुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ । समाजको समुचित र सन्तुलित विकासको लागि स्थानीय आवश्यकता तथा रूचिको उचित सम्बोधन गर्न स्थानीय पाठ्यक्रमले सहयोग गर्न सक्दछ । स्थानीय आवश्यकता र चाहनालाई समेटेर स्थानीय सरोकारवालाहरूको प्रत्यक्ष संलग्नतामा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी कार्यान्वयनमा ल्याउने गरिन्छ । नेपालको विद्यालय शिक्षाको सुधार गर्न ल्याइएको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूपमा शैक्षिक क्षेत्रमा देखिएका स्थानीय मुद्दा र चुनौतीलाई समाधान गर्न स्थानीय आवश्यकतामा आधारित शिक्षालाई विशेष जोड दिइएको छ । जसको उद्देश्य पूरा गर्नको लागि स्थानीय सरोकारवालाहरू जस्तै बुद्धिजीवी, शिक्षक, शिक्षाविद्, समाजसेवी, अभिभावक आदिको प्रत्यक्ष संलग्नतामा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी पठनपाठन गरिन्छ ।

स्थानीय निकाय सञ्चालन ऐन २०७४ ले माध्यमिक शिक्षा व्यवस्थापनको जिम्मेवारी स्थानीय तहलाई दिए अनुसार यहाँको स्थानीय आवश्यकतालाई ध्यानमा राखेर सम्भवतः नेपालमा नै पहिलो पटक स्थानीय तहबाट स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण गरी कार्यान्वयनमा ल्याउन भक्तपुर नगरपालिकाले पहल गऱ्यो । यसको लागि भक्तपुर नगरपालिकाले २०७४ माघ २३ गते योगन्द्रमान बिजुक्छेको संयोजकत्वमा प्रा. सिद्धिरत्न शाक्य, उद्धव सुजखु, रोशनराज तुइतुई तथा राजेन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ सम्मिलित पाँच सदस्यीय स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदल गठन गरी सो कार्यदललाई कक्षा १ र ६ को लागि स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी शैक्षिक सत्र २०७५मा भक्तपुर नगर भित्रका सम्पूर्या विद्यालयमा लागु गरिउको थियो । यसै निरन्तरता स्वरुप कार्यदलले पाठ्यक्रम वनर्माण गर्दा अपनाउनु पर्ने विषयलाई आत्मसात गरी कार्य अगाडी बढाइयो । भक्तपुर नगरपालिका र कार्यदलको आपसी छलफलबाट २०७६ सालमा कक्षा २ र ७ को स्थानीय पाठ्यक्रम तयारीको क्रममा सम्बन्धीत पक्षहरु, विज्ञ समूह तथा जनप्रतिनिधिहरुसँग कार्यहालाहरु सञ्चालन गरियो । जसबाट प्राप्त सुझावहरु र कार्यदलमा रहेका विषयवस्तुहरुलाई कक्षा २ र ७ लाई उपयुक्त आधारमा छनौट गरी पाठ्यक्रमको मस्यौदा तयार गरी पेश गरिएको छ ।

यस पाठ्यक्रमको कार्यान्वयन पक्ष अझ महत्वपूर्ण रहेको छ । यसको लागि सबै पक्षको सामुहिक प्रयास र प्रतिबद्धताको जति आवश्यक हुन्छ यसको अपनत्वको ग्रहण पनि उतिकै खाँचो हुन्छ । पर्याप्त समयाभावको कारणले यस मस्यौदालाई परिष्कृत गर्न सकिने ठाउँ अझै पनि बाँकी रहेको कार्यदलले महसुस गरेको छ । अर्को संस्करणको लागि सम्पूर्ण सरोकारवालाहरूबाट रचनात्मक सुझावको अपेक्षा पनि गरिएको छ ।

स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदल
भक्तपुर नगरपालिका
२०७६

स्थानीय पाठ्यक्रम

पाठ्यक्रम शीर्षक : ख्वपको पहिचान | पूर्णाङ्क : १००
पाठ्यक्रमको प्रकृति : सैद्धान्तिक र प्रयोगात्मक | उत्तीर्णाङ्क :
तह : आधारभूत शिक्षा तह | प्रतिहप्ता पाठघण्टी : ४ जम्मा पाठघण्टी : १२८

पाठ्यक्रम परिचय

स्थानीय सरोकारवालाको आवश्यकता, चाहना र स्थानीय महानुभावहरूको राय सुझाबअनुसार स्थानीय विषयवस्तुहरू समावेशगरी स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण गरिएको छ । यस पाठ्यक्रमबाट भक्तपुर नगरका कक्षा १ देखि ८ सम्मका विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो पुस्तौंदेखि बस्दै आएको स्थानको विभिन्न पक्षहरूको ज्ञान, सीप र धारणा दिने हिसाबले "ख्वपको पहिचान" नामकरण गरी तयार पारिएको छ । ख्वपको पहिचान पूर्ण रूपमा हुन सकोस भन्ने लक्ष्य लिई यस अन्तर्गत एकाइका विभिन्न क्षेत्रहरू: ख्वपको नामकरण र भू–बनौट, ख्वपको इतिहास, स्थानीय विभिन्न जातजाति, व्यक्तित्व र जनसङ्ख्या, तामाङ भाषा, व्यावहारिक र जीवनोपयोगी सीप, स्थानीय विविध संस्कृति, प्रचलित स्थानीय संस्कारहरू, स्थानीय बोलीचाली र लिपि, स्थानीय कला र सम्पदा, स्थानीय व्यवसाय, सीप र प्रविधि र पर्यटन समावेश गरी स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरिएको छ । प्रत्येक क्षेत्रमा समावेश गरीएका पाठ शीर्षकहरूलाई कक्षा १ बाट कक्षा ८ सम्म आठ शैक्षिक वर्षभित्र शिक्षण सिकाई गराई आफ्नो स्थानमा रहेको विविध पक्षहरूको राम्रो पहिचान गराउने प्रयास गरिएको छ । यसमा परम्परागत शिक्षण विधि भन्दा बालकेन्द्रित शिक्षण सिकाई क्रियाकलापमा जोड दिई सैद्धान्तिक पक्षमा भन्दा व्यावहारिक पक्षलाई बढी जोड दिने प्रयास गरिएको छ ।

साधारण उद्देश्य

यस पाठ्यक्रममा उल्लिखित सबै क्षेत्रहरूको शिक्षण सिकाइ पछि विद्यार्थीहरूमा निम्नलिखित कुराहरू (स्थानीय पक्षहरू) मा सक्षम हुनेछन् :

१) ख्वपको नामकरण र भू–बनौटबारे व्याख्या गर्न ।
२) ख्वपको इतिहासको वर्णन गर्न ।
३) स्थानीय विभिन्न जातजाति, व्यक्तित्व र जनसङ्ख्या प्रस्तुत गर्न ।
४) दैनिक जीवनमा व्यावहारिक तथा जीवनोपयोगी सीपहरू प्रयोग गर्न ।
५) स्थानीय प्रचलित विविध संस्कृतिको वर्णन गर्न ।
६) प्रचलित स्थानीय संस्कारहरूको महत्व बताउन ।
७) प्रचलित विभिन्न स्थानीय बोलीचाली प्रयोग गर्न र प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपि चिन्न र तामाङ भाषाबाट आफ्नो परिचय दिन ।
८) स्थानीय कला र सम्पदा पहिचान गर्न ।
९) स्थानीय व्यवसाय, सीप र प्रविधिको पहिचान गर्न ।
१०) स्थानीय परम्परागत उपचार विधि प्रयोगमा ल्याउन ।
११) परम्परागत स्थानीय खेलहरू खेल्न ।
१२) पर्यटन व्यवसायलाई विकास गर्न आवश्यक आधारहरू तयार गर्न ।

स्थानीय पाठ्यक्रम

शीर्षक : ख्वपको पहिचान पूर्णाङ्क : १००
पाठ्यक्रमको प्रकृति : सैद्धान्तिक र प्रयोगात्मक प्रतिहप्ता पाठघण्टी : ४
कक्षा : सात जम्मा पाठ घण्टी : १२८

परिचय

प्रस्तुत पाठ्यक्रम आधारभूत तह (कक्षा १ देखि कक्षा ८) मा कक्षा ७ को लागि तयार पारिएको स्थानीय पाठ्यक्रम हो । यस पाठ्यक्रमबाट विद्यार्थीहरूमा स्थानीय ज्ञान, सीप र धारणाको विकास गरी आफू बसोबास गर्दै आएको स्थानको माया मोह र स्थानीय विकासमा विद्यार्थीहरूको भूमिकाको जागरण गराउने प्रयास गरिएको छ ।

यस पाठ्यक्रममा ख्वपको उत्पत्ति, ख्वप नामकरणको कारण, नेवार जातिका विभिन्न थरहरू र केही विशिष्ट व्यक्तित्वहरू, साइबर अपराध, एक विद्यालय एक सम्पदा, स्थानीय संस्कृति, बोलीचाली र नेवारी लिपि, स्थानीय मन्दिर, विहार, पोखरी, ढुङ्गेधारा, चित्रकला, वास्तुकला, मूर्तिकला, कृषिजन्य र गैर कृषिजन्य पेशाहरू, लोकप्रिय दही बनाउने प्रविधिसमेतलाई समेटिएको छ । साथै स्थानीय जडीबुटी र उपचार विधिलगायत केही स्थानीय खेल र पर्यटन व्यवसाय विकास गर्न आवश्यक वातावरणसम्बन्धी जानकारी गराउने प्रयास गरिएको छ । यस पाठ्यांशमा परम्परागत शिक्षण विधिभन्दा सिकारू केन्द्रित विधिमा जोड दिइएको छ ।

यस पाठ्यांशको शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापपछि विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्यमा सक्षम हुनेछन् :

कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू

कक्षा सातको अध्ययन पूरा गरेपछि ख्वपको पहिचान विषयमा विद्यार्थीहरू निम्नलिखित कार्य गर्न सक्षम हुनेछन् :

१) ख्वप नगरको भूस्वरुप, खोलानाला र वरिपरि अवस्थित डाँडा, पहाड र जंगलको बारे वर्णन गर्न ।
२) ख्वप देको मध्यकालीन वा मल्लकालीन इतिहासको समयावधि अन्य शासनकालको समयावधिसँग तुलना गर्न ।
३) मध्यकालीन ख्वप देको आर्थिक, सामाजिक, साँस्कृतिक र राजनीतिक अवस्थाबारे व्याख्या गर्न ।
४) ख्वपका स्थानीय बसोबास जातजातिका जनसाङ्ख्यिक सूचक र त्यसमा आएको परिवर्तनको कारण बताउन ।
५) ख्वपका विशिष्ट व्यक्तिहरू बासुदेवप्रसाद जोशी, नगेन्द्र हाडा, विष्णुभक्त भुजु र आशाकाजी बासुकलाको विशिष्टको क्षेत्र सहित परिचय दिन ।
६) तामाङ भाषा कुनै स्थानमा जाने विषयमा प्रश्नोत्तर गर्न ।
७) सामाजिक सञ्जालको सकारात्मक र नकारात्मक प्रयोग बताउन ।
८) असल र खराब छुवाइ पत्ता लगाउन ।
९) एक विद्यालय– एक सम्पदा तथा प्राकृतिक प्रकोपबारे बताउन ।
१०) पञ्चदान र सम्यक पञ्चदानको सामाजिक र सांस्कृतिक महत्व बताउन ।
११) गुलाँ बाजं बजाउने तिथिमिति र कार्यक्रम, र बजाइने विभिन्न बोलहरूको नाम बताउन ।
१२) गुँला बाजंमा प्रयोगमा आउने विभिन्न बाजाहरू र हाल भक्तपुरमा गुलाँ बाजं निकाल्ने स्थानहरूको नाम बताउन ।
१३) स्थानीय भाषा प्रयोग गरी स्थानीयबासीसँग निश्चित ठाउँहरूमा जानको लागि कुराकानी गर्न ।
१४) प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिको स्वर वर्ण र संयुक्त अक्षरहरू लेख्न र पढ्न ।
१५) दशैंको बेला नवरात अन्तर्गत दर्शन गर्ने शक्तिपीठहरूको परिचय दिइ तिनका धार्मिक, सांस्कृतिक र सामाजिक पक्षहरूबारे वर्णन गर्न ।
१६) म्हः पूजा र बाह्रा तयेगुको अर्थ र प्रक्रिया बताउन ।
१७) तः पुखु, नः पुखु र बाहारे पुखुको धार्मिक, साँस्कृतिक तथा सामाजिक पक्षहरूबारे वर्णन गर्न ।
१८) ख्वपका ढुङ्गेधाराहरूको स्थान सहितको परिचय, वास्तविक हालको स्थिति तथा तिनीहरूको सांस्कृतिक पक्षबारे वर्णन गर्न ।

१९) गाइजात्रामा प्रयोग गरिने चित्र र नागपञ्चमीका दिन घरघरमा टाँस्ने नागको चित्र बनाउन, तिनीहरूको धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्वबारे व्याख्या गर्न ।

२०) दरवार क्षेत्र भित्र रहेका ढुङ्गाका मूर्ति, धातुका मूर्ति, काठका मूर्तिहरू पहिचान गरी कलापक्षको हिसाबले त्यसमा कुँदिएका बुट्टाहरू र हाल ती मूर्तिहरूको अवस्थाबारे वर्णन गर्न ।

२१) स्थानीय तरकारी, फलफूल, अन्न तथा तेलहन उब्जाउने पेशाको परिचय, ती पेशाहरूबाट हुने फाइदा र ती पेशाहरूमा आधुनिक प्रभावबारे बताउन ।

२२) कौसी खेतीको परिचय, यसबाट हुने फाइदा तथा कौसी खेती गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू बताउन ।

२३) प्राङ्गारिक मलको परिचय, मल बनाउने तरिका तथा प्राङ्गारिक मलबाट हुने फाइदाहरू बताउन ।

२४) फर्निचर निर्माण कार्य र किराना पसल कार्यबारे परिचय, महत्व तथा ती पेशामा देखापरेका समस्याहरूबारे बताउन ।

२५) सुर्के थैलीको परिचय, महत्व, प्रयोग बारे बताउन र निर्माण गर्न ।

२६) कपडाको पुतली बनाउने निर्माण प्रक्रिया प्रर्दशन विधि अपनाइ देखाउन ।

२७) माटोको गमला र साना साना माटोको मुकुन्डो बनाउने तरिका देखाउन ।

२८) योमरी, मुटुमरी र ल्होचामरी बनाउन ।

२९) पुस्तकारी बनाउन आवश्यक साम्रगीहरू सूचीबनाउन र पुस्तकारी बनाउन ।

३०) चौलानी पानी र राजवृक्षबाट निकोपार्न सक्ने रोगहरू सम्बन्धी बताउन र हात खुट्टा मर्कदा प्रयोग गर्ने पाः वास प्रयोग गर्ने तरिका बताउन ।

३१) ततामाको (डण्डीबियो) र पाँय् खेल नियमानुसार खेल खेल्न ।

३२) पर्यटकलाई आकर्षण गर्ने ऐतिहासिक क्षेत्रहरूको पहिचान गर्न र होमस्टेको परिचय दिन ।

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
१. ख्वप दे (भक्तपुर नपाको) भौगोलिक अवस्थिति	१. ख्वप देको सामान्य धरातलीय स्वरूपका बारे बताउन ।	(क) ख्वप देको वा नगरको भू-स्वरूप धेरै जटिल र विविध नभएको तर पूर्वी भाग दक्षिण, उत्तर र पश्चिम भागभन्दा अलि उचाइमा अवस्थित भएको	❑ ख्वप दे नेपालकै सबभन्दा सानो नगर भएको जानकारी गराउँदै उपलब्ध नक्साको माध्यमले तुलना गराउने । ❑ यहाँको धरातलीय स्वरूप पनि धेरै जटिल र विविध नभएको बताउने । ❑ सामान्यतया ख्वप देलाई बीचको नगरको पुरानो क्षेत्र र वरिपरिको गरी दुई भागमा विभाजन गरी देखाउने ।	– नेपालको सबै जिल्ला छुट्टिएको नक्सा – भनपाद्वारा निर्मित भित्री र सेरोफेरो छुट्ट्याइएको नक्सा – अनलाइन गुगल नक्सा – अन्य भौतिक नक्सा	१. ख्वप देको आउटलाईन नक्सामा नगरको पुरानो क्षेत्र र सेरोफेरो छुट्टिने गरी तथा अग्लो र होचो भाग देखिने गरी कोर्न लगाउने ।	२
	२. ख्वप देमा बग्ने खोला नालाका बारेमा बताउन ।	(क) ख्वप देको उत्तर र दक्षिण भएर बग्ने कासन खोला र हनुमन्ते खोलाको चर्चा र यसको महत्त्व	❑ मानव जीवनको लागि नदी र खोलाको महत्त्वको चर्चा गर्ने । ❑ ख्वप देमा बग्ने खोला (नदी) हरूको बारेमा के थाहा छ भनी अन्तरक्रिया गरी हनुमन्ते, मनहरा, कासन खोलाको बारेमा जानकारी गराउने । ❑ विश्वको हरेक मानव सभ्यताको विकास नदी किनारमा भएको प्रसङ्गको चर्चा गर्दै भक्तपुरको सभ्यतामा यी नदीहरूको देनको बारेमा पनि छलफल गर्ने । ❑ ख्वपको आउटलाइन नक्सा कोर्न लगाई यी नदीहरू त्यसमा इङ्गित गर्न लगाउने ।	– भनपाद्वारा निर्मित भित्री र सेरोफेरो छुट्ट्याइएको नक्सा – अनलाइन गूगल नक्सा – अन्य भौतिक नक्सा	२. ख्वप देमा बग्ने खोलाहरूको नाम लेख्न लगाउने । ३. आउटलाईन नक्सामा खोला इङ्गित गर्न लगाउने ।	३

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	३. ख्वप देको वरिपरि अवस्थित डाँडा, पहाड र जङ्गलको बारेमा बताउन ।	– ख्वप देको वरिपरि अवस्थित डाँडा र पहाडहरू जस्तै तेलकोट र नगरकोट (पूर्व), सूर्यविनायक, रानीकोट, रत्नागिरि (पूर्व), फूलचोकी (दक्षिण), चाँगु र त्रिशुल डाँडा (उत्तर) तथा यहाँका जङ्गल	❑ वरिपरिको डाँडा देखिने विद्यालयको अग्लो स्थानमा लगेर अवलोकन गराउने । ❑ उत्तर, दक्षिण, पूर्व, पश्चिम चारै दिशाका डाँडा र पहाडका नामहरू बताउन लगाउने । ❑ नक्सामा यी डाँडा र पहाडको अवस्थिति देखाउने र नक्सा कोर्न लगाई डाँडा र पहाडको सङ्केत कोर्न लगाउने । ❑ यी डाँडा, पहाड र जङ्गल ख्वप देको लागि पानीका स्रोत हुन् भनी बताउने । ❑ यसले मनोरम प्राकृतिक दृश्यसमेत प्रदान गर्ने हुँदा पर्यटन विकासको लागि पनि महत्त्व भएको बताउने । ❑ सहरभन्दा शान्त वातावरण हुने हुँदा वनभोजको लागि ती ठाउँहरूको ठूलो महत्त्व भएकोबारे छलफल गर्ने ।	– अनलाइन गुगल नक्सा – अन्य भौतिक नक्सा	१. यी जङ्गल, डाँडा र पहाडको महत्त्व भन्न र लेख्न लगाउने । २. यी जङ्गल, डाँडा र पहाडका फोटाहरू सङ्कलन गर्न लगाउने ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
२. ख्वपको इतिहास	१. ख्वप देको मध्यकालीन वा मल्लकालीन इतिहासको समयावधि अन्य कालहरूसँग तुलना गर्न ।	(क) नेपालको इतिहासका विभिन्न कालहरूमध्ये मध्यकालीन युगको समयावधिबारे चर्चा	❑ नेपालको समय रेखामा लिच्छवि (वि.स ४७५ – ९३६) काल, मध्यकाल (वि.स ९३६ –१८२५ वा नेपाल संवत्को थालनी), आधुनिक काल वा शाहकाल (वि.सं. १८२५–२०६२) र गणतन्त्रात्मक काल (वि.स २०६२ देखि) इङ्गित गरी त्यसको बारेमा सामान्य जानकारी दिने । ❑ नेपाल संवत्को थालनीसँगै मध्यकालीन युगको सुरुआत भएको बारे जानकारी दिने । ❑ मध्यकालको दुई मुख्यकाल पूर्वमध्यकाल (वि.स ९३६–१५३९) र उत्तरमध्यकालको (वि.स १५३९ – १८२६) बारेमा सामान्य जानकारी दिने ।	– सम्बन्धित समय रेखाको चार्ट – उपलब्ध लेखहरूको सङ्कलन – स्थानीय पाठ्यक्रमको लागि तयार गरिएको स्रोत सामग्री – अन्य विभिन्न इतिहासका पुस्तकहरू	१. यस मध्यकाल जम्मा कति वर्षको अवधि रहेको भनी हिसाब गराउने । २. अन्य विभिन्न कालहरूको समयावधिको हिसाब गराउने । ३. लिच्छविकालदेखि शाहकालसम्म समयावधिको हिसाबले क्रम मिलाएर लेखाउने ।	८
	२. मध्यकालीन ख्वप देको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अवस्थाबारे बताउन ।	मध्यकालीन ख्वप देमा जनताले गर्ने आर्थिक क्रियाकलापहरू, सामाजिक सम्बन्ध तथा सांस्कृतिक अवस्थाहरूको चर्चा	❑ आजभन्दा ८००/९०० वर्ष पहिले ख्वपका जनता जीविकोपार्जनको लागि के कस्ता कार्यहरू होला भनी छलफल गराउने । ❑ त्यसबेलाको अब्बल खेतीपाती र उब्जनीको बारेमा जानकारी गराउने । ❑ खेतीपातीबाहेक बन्द–व्यापारमा पनि यसबेला धेरै राम्रो रहेको चर्चा गर्ने । ❑ अब्बल खेतीपाती र प्रचुर उत्पादनले संस्कृति र सम्पदाको समेत विकास हुन गएको तथ्यबारे छलफल गर्ने । ❑ यस मध्यकाल भाषा, संस्कृति, सम्पदा, र साहित्यको दृष्टिले धेरै उच्च तहमा रहेको बारेमा चर्चा गर्ने ।		४. मध्यकालमा बनेका विभिन्न सम्पदाहरूको सूची तयार गर्न लगाई निर्माण गरिएको वर्ष पत्ता लगाउन लगाउने ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	३. मध्यकालीन ख्वप देको राजनैतिक अवस्थाबारे बताउन ।	त्यतिबेलाका प्रमुख मल्ल राजाहरू र उनका शासनका विशेषता सम्बन्धी	❑ पूर्वमध्यकालमा नेपाल 'नेपालमण्डल' नामले परिचित भएको र यस नेपालमण्डलको राजधानी नै ख्वप रहेको बारे छलफल गर्न दिने । ❑ स-साना एकाइहरूमा विभाजित काठमाडौं उपत्यकाका विभिन्न राज्यहरूलाई विभिन्न समयमा एकीकरण गर्न राजा जयस्थिति मल्ल र यक्ष मल्लको योगदानको बारेमा चर्चा गर्ने । ❑ समाजलाई विभिन्न थितिमा बाँध्न वर्णाश्रमको व्यवस्थादेखि अन्य सामाजिक नीति नियमसम्म ख्वपलाई बाह्य शत्रु र आक्रमणबाट सुरक्षित गर्न जलदूर्ग र किल्लाको निर्माण गरेको बारे चर्चा ।		१. राजा जयस्थिति मल्ल र यक्षमल्लको छोटो जीवनी लेख्न लगाउने । २. ख्वपलाई नेपालमण्डलको राजधानी बनाउन उनीहरूले गरेका योगदानका बारेमा बुँदा टिपाई वक्तृत्वकला कार्यक्रममा बोल्न लगाउने ।	

<table>
<tr><th>क्षेत्र</th><th>सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य</th><th>विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)</th><th>सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप</th><th>सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू</th><th>सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया</th><th>पाठ्यभार</th></tr>
<tr>
<td>३. स्थानीय विभिन्न जातजाति, व्यक्तित्व र जनसङ्ख्या
(क) ख्वपका स्थानीय जातजातिका जनसाङ्ख्यिक सूचक</td>
<td>१. ख्वपका स्थानीय जातजातिका जनसाङ्ख्यिक सूचक बताउन

२. जनसाङ्ख्यिक सूचकमा आएको परिवर्तन बताउन ।</td>
<td>(क) स्थानीय जातिको जनसङ्ख्याको विभिन्न आधार (भाषा, जात, धर्म, उमेर, लिङ्ग) को बनोट तथा संरचना

(ख) स्थानीय जातजातिको जनसङ्ख्यामा आएको परिवर्तन सम्बन्धी विवरण

(ग) सम्बन्धित जातजातिको जनसङ्ख्या सूचकको तथ्याङ्क ।

(क) स्थानीय जातिको जनसङ्ख्यामा आएको परिवर्तनले ल्याएको असर</td>
<td>❑ ख्वपमा रहेको जम्मा जनसङ्ख्यासहित त्यसमा रहेको लिङ्ग, भाषा, धर्म, जातजाति, उमेर आदिको छुट्टाछुट्टै तथ्याङ्क प्रस्तुत गरी छलफल गर्ने ।
❑ ख्वपको विगत केही दशकको जनसाङ्ख्यिक सूचकहरूको तथ्याङ्क प्रस्तुत गरी तिनीहरू बीचमा तुलना गर्न लगाउने ।
❑ तुलना गर्दा घटी वा बढी भएको तथ्याङ्कले देखाएमा त्यसका कारणहरूबारे छलफल गर्ने, किन घटी वा बढी भयो ?
❑ आ–आफ्नो टोल छर–छिमेकको कुनै ५ घरमा सर्वेक्षण गर्न लगाई तालिकामा दिएअनुसार जनसाङ्ख्यिक सूचकहरू प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
<u>सर्वेक्षण तालिका</u>
टोल :
<table>
<tr><th rowspan="2">क्र.सं.</th><th rowspan="2">घरमुलीको नाम</th><th rowspan="2">जातजाति</th><th colspan="2">जनसङ्ख्या</th><th>घटी वा बढी हुनाको कारण</th></tr>
<tr><th>२०६८</th><th>२०७८</th><th></th></tr>
<tr><td>१.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>२.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>३.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>४.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>५.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>
</td>
<td>❑ भक्तपुर नगरपालिकाबाट प्रकाशित भक्तपुर मासिक, तथ्याङ्क विभाग तथा वडा कार्यालयबाट प्राप्त तथ्याङ्कहरू

स्तम्भ चित्र, वृत्त चित्र आदि</td>
<td>❑ विद्यार्थीले गरेका कामको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन ।</td>
<td>५</td>
</tr>
</table>

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
३. (ख) स्थानीय विशिष्ट व्यक्तित्वहरू	विभिन्न क्षेत्रमा योगदान गर्ने ख्वपका चार विशिष्ट व्यक्तित्वहरूको बारे बताउन ।	१. बासुदेवप्रसाद जोशी २. नगेन्द्र हाडा ३. विष्णुभक्त भुजु ४. आशाकाजी बासुकला	❑ कक्षाकोठामा नाम चलेका व्यक्तिहरूको नाम र कामबारे सोध्ने र आएका उत्तरहरूलाई बोर्डमा सूचीबद्ध गर्ने । ❑ ती मानिसहरू किन चर्चामा आए ? कुन क्षेत्र वा योगदानबाट चर्चित भए ? प्रश्नोत्तर गर्ने । ❑ विषयवस्तुमा उल्लिखित व्यक्तित्त्वहरूका बारे जानकारी भए/ नभएको प्रश्नोत्तरबाट थाहा पाउने । ❑ शिक्षकले तस्वीरसहित सामान्य जानकारी दिने । ❑ थप जानकारीका लागि सम्बन्धित व्यक्तिको घर, परिवार सङ्घ–संस्था, दलको कार्यालयसँग बुझेर समूहगतरूपमा कक्षामा लिखित प्रस्तुति दिन लगाउने ।	उल्लिखित व्यक्तिहरूको तस्वीर, चिनारी, जीवनी, रेकर्ड गरिएका सामग्री	१. नगेन्द्र हाडाबाट प्राप्त गर्न सकिने प्रेरणाहरू के के हुन सक्छन् ? लेख्नुहोस् ।	८

सन्दर्भ सामग्री : ख्वपको पहिचान भाग १, पृष्ठ १५५, १६९, १७५, भाग ३, पृष्ठ १

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
४. स्थानीय बोलीचाली र लिपि (क) स्थानीय भाषामा कुराकानी	१. ख्वपमा आउने नयाँ मान्छेले स्थानीयवासीसँग यहाँको निश्चित ठाउँहरूमा कसरी पुग्ने भन्ने बारेमा स्थानीय नेवारी भाषाबाट कुराकानी गर्न ।	दुई जना मान्छे सूर्यविनायक चोकमा भेटघाट हुन्छ र स्थानीय नेवारी भाषामा कुराकानी गर्न थाल्छन् : – ज्वजलपा । – ज्वजलपा । छिला न्हुम्हा मनुथैं च्वं । – खः । आखः ब्वने धकः वयागु गना ब्वनेगु ? गना च्वनेगु ? ख्वप यागु थाय् बाय् छुं हे मसिल । – जिं छिता छुं ग्वाहालि याय् फै ला धायः दिसँ । – ख्वपय् ब्वने कुथि गना गना दः ? अले गुलि तापा थैं ? गनानं वांसा अपुकः थेंके फै ? – थ्व सूजविनायक चोक जुल । ङायो भ्भायूगु जुसा उत्तर पाखेयागु थ्व लाँ भ्भासँ । ख्वप दे दुहाँ वानेगु लाँ खः थ्व । ङागु–खुगु मिनेट ङाय् धुंकः हनुमन्ते खुसी यायूगु ताँ वई ।	१. भक्तपुर नगरपालिकाले प्रकाशित गरेको ठुलो आकारको नगरको नक्सा बोर्डमा झुन्ड्याउने । शिक्षकले आफू सूर्यविनायक चोकमा उभिरहेको भनी नक्सामा देखाउने । विषय विस्तृतीकरणमा दिइएका कुराकानीमा उल्लेख गरेका ठाउँहरू नक्सामा देखाउँदै रातो बोर्ड मार्करले ती ठाउँहरू सङ्केत गर्दै क्रमैसँग गन्तव्यस्थलसम्म पुऱ्याउने । २. स्थानीय नेवारी भाषाभाषीका एकजना विद्यार्थी बोलाई नक्साको अगाडि उभ्याउने । विद्यार्थीहरूलाई सम्भाउने पाराले विषय विस्तृतीकरणमा दिइएको कुराकानीलाई स्पष्ट उच्चारण गरी शिक्षकले पथप्रदर्शकको भूमिका खेल्ने । ३. स्थानीय नेवारी भाषाभाषीकै दुईजना विद्यार्थीहरूलाई अगाडि बोलाई त्यही कुराकानीको अभिनय (रोल प्ले) गराउने । ४. स्थानीय भाषा, शब्दको अर्थ र प्रयोगबारे कठिनाइ देखेमा शिक्षकले सहजीकरण गर्ने । ५. एक जना स्थानीय भाषाभाषीका र अर्को नयाँ गैर नेवार विद्यार्थीबीच सोही कुराकानीको लागि नक्सा प्रयोग गरी भूमिका अभिनय (रोल प्ले) गराउने । ६. गैर नेवारी भाषाभाषीका दुई जना विद्यार्थी अगाडि बोलाई सोही कुराकानीको रोल प्ले गराउने । ७. अन्य विद्यार्थीहरूले उक्त रोल प्लेको अवलोकन गरी पृष्ठ पोषण (Feedback) दिन लगाउने । ८. कुराकानीलाई visual बनाई Role Play मा सहभागी भएका विद्यार्थीहरूलाई देखाउने । कहाँ अप्ठेरो वा नमिलेको हो इङ्गित गरी पुनः रोल प्ले गराई सच्याउन लगाउने । ९. शिक्षकले पृष्ठपोषण र Reinforcement गर्ने ।	– मोबाइल, फ्लास कार्ड, संवाद चार्ट, रेकर्डर – भक्तपुर नगरपालिकाबाट प्रकाशित नगरको विभिन्न ठाउँ र बाटोघाटो देखाउने नक्सा	अवलोकन	६

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)
		ताँ पुलकिं हे जपा पाखे राममन्दिर द्योः लिक्क हे शान्ति निकेतन नां यागु ब्वने कुथि थ्येनी । – मेमेगु ब्वनेकुथि तः गना दः ? – राममन्दिर यागु तँ क्वँ हे देपा पाखे तँचा (काथंकिवा) धाइगु थासे तारा नां यागु ब्वनेकुथी दः । – ख्वपः दे दुने पाखे नं तःतः ऱ्हाँगु ब्वनेकुथी त दः ला ? – दः नि । छि सिधा उत्तर पाखे हे भ्गयाय्गु जुसा तःमाऱ्ही थ्यनी । तः जगु ङातापोल्हँ देगः या ल्युने उत्तर पाखे ख्वपया लाय्कु वानेगु लाँ ध्वतुइ । फसीदेग थिकः जपा पाखे फहिलेवं हे लोहँहिटी वइ । उकिया लिक्क विद्यार्थी निकेतन ब्वनेकुथि द्वँह वानेगु गेट द । लिक्कसं च्वंगु बालाखु गणेद्योया लिने नं सिधा भ्गासँ, निगु मिनेटं हे देपा पाखे शारदा ब्वने कुथि यागु ध्वाका नपालाई । उकिं भतिचा हने तँ क्वहँ भ्गाय्साथं जपा बायो वानेगु गल्लीं सिधा उत्तर पाखे न्यागु मिनेटं हे ब्यासी यागु ध्वाका पिचाई । नगरकोट वानेगु लाँ त्यालाँछिङ उत्तर पाखे भ्गासं । भ्गिगु मिनेट लिपा कासने खुसी वानेगु लाँय् देपा पाखे वासु ब्वनेकुथी यागु ध्वाका ध्वतुइ । थकिं लिपा ख्वपया पूर्व व पश्चिम पाखे मेमेगु नं ब्वनेकुथी त यक्व दः । – सुभाय् छिता । मेगु थाय् बाय् जिं थमंतुं हे नेने काने याय् । – कःसा न्हे ? बाँलाकः नेने काने यङ भ्गासँ । सुभाय् ।

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
8. (ख) प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपि	१. प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिको स्वर वर्ण र संयुक्त अक्षर लेख्न र पढ्न ।	– प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिका स्वर वर्णहरू – प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिका संयुक्त अक्षरहरू	❑ प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपि साथ –साथमा रहेको चार्ट फोटोकपी गरी विद्यार्थीहरूको समूह–समूहमा बाँड्ने । एकप्रति ठूलो चार्टबोर्डमा टाँस्ने । ❑ ती लिपिहरूको भिन्नताबारे छलफल गर्ने । ❑ चार्टमा रहेका दुवै लिपिका अक्षरहरू कसैले देखेको, पढेको छ ? भनी सोध्ने । ती अक्षरहरूको उच्चारण गर्ने र विद्यार्थीहरूलाई पनि भन्न लगाउने । ❑ प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिको श्रव्य दृश्य देखाई लेख्न प्रेरित गर्ने । ❑ प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिका जानकार गुरुहरूलाई बोलाई कक्षा लिन लगाउने । ❑ प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिका संयुक्त अक्षरहरू लेख्न अभ्यास गराउने ।	– प्रचलित लिपि र रञ्जना लिपिका स्वर वर्ण र संयुक्त अक्षरका चार्ट – श्रव्यदृश्य सामग्री	१. अवलोकन गरी मूल्याङ्कन गर्ने । २. दुवै लिपिका अक्षरहरू प्रयोग गरी आफ्नो परिचय दिई दुईटा अनुच्छेदहरू लेख्न लगाउने ।	४
(ग) सामान्य तामाङ भाषामा कुराकानी	तामाङ भाषामा कुनै ठाउँमा जाने सम्बन्धमा प्रश्नोत्तर गर्न ।	❑ ए हानङ निलाबा ! – (तिमी कहाँ जान लागेको ?) ❑ ङा लोप्खाङरी निलाबा । – (म विद्यालयमा जान लागेको ।) ❑ आन्हेम ह्राङ मि ? – (अनि तपाईं नि ?) ❑ (ङा अफिसरी निलाबा । – (म अफिस जान लागेको ।)	❑ विषयवस्तुमा रहेको कुराकानीको चार्ट देखाउँदै देब्रेतिरको कोलममा तामाङ भाषा र दाहिनेतिरको कोलममा त्यसअनुरूप नेपाली भाषामा उल्था गरिएको कोलमसँग दाँजेर तामाङ शब्दावलीहरूको अर्थ खुलाउने । ❑ एकातिर तामाङ भाषा र अर्कातिर तदनुरूपको नेपाली शब्द लेखिएका फ्लास कार्डहरू ओल्टाई–पल्टाई विद्यार्थीहरूलाई देखाउने र नेपालीमा अर्थ्याउन लगाउने । ❑ विद्यालय, कार्यालय, कक्षाकोठा, धारा, ट्वाइलेट (शौचालय) आदिको तामाङ भाषा उल्लेख गरेका चित्रात्मक कार्डहरू भित्ताको विभिन्न ठाउँमा टाँस्ने । तिनीहरूलाई औँला वा लठ्ठीले इङ्गित गर्दै विद्यार्थीहरूलाई तामाङ भाषाबाटै चित्र हेरी भन्न लगाउने । तिमी कहाँ जान लागेको ? भनी तामाङ भाषाबाट शिक्षकले सोध्दै विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत	❑ मोबाइल, फ्लासकार्ड, चार्ट	❑ अवलोकनबाट । ❑ तामाङ भाषाबाट तिम्रो नाम के हो ? भनेर सोध्नुहोस् र उत्तर पनि दुई हरफमा लेख्नुहोस् ।	५

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
		❑ ज्योज्यो हानङ सेगेलाबा ? – (दाजु कहाँ जाने ?) ❑ आन्हेम आले मि ? – (अनि भाइ नि ?) ❑ ङानि कक्षारि निलाबा । – (हामी कक्षामा जान लागेको ।) ❑ घिसिङ हानङ ओम ? – (घिसिङ कता नि ?) ❑ ङा धारारि निलाबा । – (म धारामा जान लागेको ।) ❑ ङा फिर्क्याप निलाबा ।) – (म बाहिर जान लागेको ।) ❑ ङा हाङ्रि निलाबा ।) – (म भित्र जान लागेको ।) ❑ ङा ट्वाइलेटरि निलाबा । – (म ट्वाइलेट जान लागेको ।)	रूपमा उठाउँदै ऊ जान चाहेको ठाउँ अङ्कित चित्रात्मक कार्डमा देखाएर तामाङ भाषाबाट हाउभाउ मिलाएर उत्तर दिन लगाउने । ❑ विस्तृतीकरणमा उल्लेख गरेका ठाउँहरूअनुसार तामाङ भाषाबाट प्रश्नोत्तर गरी कुराकानी गराउन तामाङ भाषाभाषी लगायतका ६–७ जना विद्यार्थीहरूलाई अगाडि बोलाउने र तिनीहरूमध्ये क–कसले कुन कुरा कसलाई सोध्ने छुट्याउने । हिँड्दै, प्रश्न–उत्तर गर्नलाई रोकिँदै गरेको अभिनय गर्ने । आफूलाई छुट्याइदिएको भूमिका अनुसार हाउभाउका साथ Role play गर्ने । ❑ कुराकानीलाई सरल र सहज बनाउन शिक्षकले सघाउने । ❑ थप अर्को २–३ वटा समूह बनाई त्यस्तै खालको अभ्यास गराउने । ❑ प्रत्येक समूहले गरेको भूमिका अभिनय को भिडियो बनाई कक्षामा देखाउने । आवश्यक पृष्ठपोषण (Feedback) को लागि छलफल गर्ने । ❑ तामाङ भाषाभाषीका शिक्षक भएसम्म क्रियाकलापका लागि भाषिक सहयोग लिने ।			

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
		❑ लु दरेम ब्राइ या ? – (ल अहिले जाऔँ है ?) ❑ लिच्छा दोसी ह्रुपताला या ? – (पछि भेटौँला ल ?) ❑ लु ठिकन मुला, ब्राइ दरेम । – (ल ठिक छ जाऔँ अब ।)				

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
५. व्यावहारिक तथा जीवनोपयोगी शिक्षा	१. सामाजिक सञ्जालको सकारात्मक र नकारात्मक बताउन ।	(क) सामाजिक सञ्जाल (साइबर अपराध)	– विद्यार्थीहरूसँग आफ्नो छुट्टै सामाजिक सञ्जालमा कुनै एप्स भएको नभएको जानकारी लिने र त्यसको उपयोगिता तथा त्यसको नकारात्मक पक्षमा विद्यार्थीहरू बीचमा छलफल गर्ने । – सामाजिक सञ्जालको प्रयोगबाट हुने फाइदा र बेफाइदाबारेमा विद्यार्थीहरूबीच वादविवाद प्रतियोगिता वा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता गर्ने ।	चित्रसहितका शब्दपत्तीहरू	१. सामाजिक सञ्जालको नकारात्मकता क के हो ?	२
	२. विभिन्न स्थानहरूमा सहकार्य गर्न ।	(ख) सहकार्य	– हामीले कुन कुन स्थानमा जस्तै : घर, बाटो, जात्रा, विद्यालय, मेलापात सभा समारोह, आदि समयमा एक आपसमा कसरी सहयोग गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा विद्यार्थीहरूको विचार सङ्कलन गरी छलफल गर्न लगाई सहकार्यको प्रक्रिया र त्यसको प्रकृतिबारेमा स्पष्ट बनाउने । – सहकार्यलाई सहकारी संस्थाको उदाहरणसहित सहकारी संस्थाबारेमा जानकारी गराउने ।		२. हामीले घरमा के के विषयमा सहकार्य गर्न सकिन्छ ?	२
	३. Good Touch Bad touch बारे बताउन ।	(ग) असल र खराब छुवाइ Good Touch Bad Touch	– विद्यार्थीहरूलाई साथीहरूले वा आफूभन्दा ठुलाले बुलिङ्ग भए नभएको शिक्षकले जानकारी लिन कोसिस गर्ने सकेसम्म यस्ता कार्य विद्यार्थीहरूलाई एक्लाएक्लै सँग बसेर लिनुपर्दछ । – त्यसप्रकारको कुनै बुलिङ्ग भएको भए त्यसलाई समाधान गरिदिने र विद्यार्थीहरूलाई Good Touch Bad Touch बारेमा youtube का भिडियो देखाई छलफल गर्ने ।	भिडियो क्लिप	३. कुनै पक्षबाट बुलिङ्ग भएमा कसलाई जानकारी गराउने ?	३
	४. एक विद्यालय एक सम्पदाबारेमा प्रस्तुति दिन ।	(घ) एक विद्यालय एक सम्पदा	– विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले कुन सम्पदा सरसफाइमा सहभागी भएको भए कुन कुन सम्पदामा सरसफाइ गरेको जानकारी लिने र एक विद्यालय एक सम्पदा बारेमा जानकारी गराई त्यसको महत्त्वबारेमा स्पष्ट पारिदिने ।	सम्पदाका चित्रहरू	एक विद्यालय एक सम्पदा भन्नाले के बुझिन्छ ?	२
	५. प्राकृतिक प्रकोपबारे बताउन ।	(ङ) प्राकृतिक प्रकोपहरू	– प्राकृतिक प्रकोपबारे शिक्षकले जानकारी गराई यसका प्रकार तथा यसको असरबारेमा कक्षामा छलफल गराउने । – सकेसम्म प्राकृतिक प्रकोपबारेमा भित्तेपत्रिका निकाल्न लगाई राख्न लगाउने ।	प्राकृतिक प्रकोपका चित्रहरू	प्राकृतिक प्रकोपबारेभित्तेपत्रिका बनाउनुहोस् ।	३

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
६. स्थानीय विविध संस्कृति : (क) पञ्चदान	१. पञ्चदानको शाब्दिक अर्थ र मनाउने तिथि मिति बताउन ।	(क) पञ्चदान शब्दको अर्थ विद्वानहरूको परिभाषा र मनाउने तिथि मिति ।	१. ख्वपको पहिचान भाग – १, पृष्ठ १४३ को तस्वीर देखाउनु भै यो देवताको नाम के हो ? कुन पर्वमा यी देवता सहभागी गराउँछन् ? – उत्तर सुनिसकेपछि पञ्चदानको शाब्दिक अर्थ, विद्वानहरूले दिनुभएको परिभाषा, भक्तपुर नगरमा पञ्चदान मनाउने तिथिमिति बोर्डमा लेख्नु भई सहयोगी पुस्तकको आधारमा बुझाइदिनुहुन ।	दीपङ्कर बुद्धको तस्वीर ।	१. विभिन्न बौद्धिक विद्वानहरूले दिनुभएको पञ्चदानको अर्थ लेख्नुहोस् ।	८
	२. नेपाल र अन्य बौद्ध देशहरूमा (पाटन बाहेक) पञ्चदान पर्व श्रावण शुक्ल त्रयोदशीको दिनमा मनाउन लिएको आधार सम्बन्धी व्याख्या गर्न ।	(क) काठमाडौँ, भक्तपुर, बनेपा, धुलिखेल, ठिमी, नगदेश, साँखु, तिब्बत लगायत बौद्ध देशहरूमा श्रावण शुक्ल त्रयोदशीको दिन मनाउने ।	१. यो आधार सम्बन्धी विद्यार्थीहरूलाई बुझ्नु गाह्रो हुने हुँदा शिक्षकले नै व्याख्या गरिदिनुहोस् । – दीपङ्कर बुद्धको जीविकोपार्जनको आधार भनेकै भिक्षाटन हो । पञ्चदानको सुरुआत दीपङ्कर बुद्धको भिक्षाटनबाट सुरु भएको बुझिन्छ । दीपङ्कर बुद्ध आफ्ना शिष्यहरूका साथ वाराणसीमा भिक्षाटन गर्नुभएको श्रावण शुक्ल त्रयोदशीको दिनको सम्मान र स्मरण गर्दै नेपाल लगायत बौद्ध देशहरूले सो दिनमा पञ्चदान मनाउने दिन रोजेको छ । – दीपङ्कर बुद्धबाट पञ्चदान सुरु भएको हुँदा पञ्चदान पर्वमा दीपङ्कर बुद्धको उपस्थिति अनिवार्य मानेको छ ।			
	३. हातको पोजिसनको आधारमा दीपङ्कर बुद्धको पहिचान गर्न ।	(क) शान्तिका अग्रदूत हुँदा अस्त्र बोकेको हुँदैन, हस्त मुद्रामा फरक ।	१. दीपङ्कर बुद्धको स्वरूप (आकृति) लाई ध्यान दिएर कसले कसले हेर्नुभएको छ ? उहाँको हात कुन पोजिसनमा देखिन्छ ? – विद्यार्थीहरूको अनुमानित कुरा सुनिसकेपछि यी व्याख्याद्वारा दीपङ्कर बुद्धको पहिचान गराउनुहोस् : "पञ्चदानको सुरुआत गर्ने दीपङ्कर बुद्धको पहिचान उहाँको हातको पोजिसनबाट हुन आउँछ । उहाँको दायाँ हात वरदान दिने मुद्रामा र बायाँ हात अलि तलतिर चीवर (वस्त्र) समेटेर रहेको मुद्रामा रहेको छ । जसलाई पालिभाषामा 'वरह' मुद्रा भन्ने गरेको छ । उहाँको हातमा भीमसेनले	दीपङ्कर बुद्धको तस्वीर	३. दीपङ्कर बुद्धको हस्त मुद्राको वर्णन गर्नुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			समात्ने गदा र अर्जुनले समात्ने धनुष समेटेको हुँदैन किनभने दीपङ्कर बुद्ध भनेको पाँच पाण्डव होइन ।			
	४. भक्तपुरमा पञ्चदान सम्बन्धी हुने दिनभरिको कार्यक्रमको वर्णन गर्न ।	(क) सूर्यमढी तौलाछेँबाट सुरु भई तौमढीमा सकिन्छ । (ख) जनमानस पूजा गर्न ९९ स्थानमा व्यवस्था ।	१. पञ्चदानको दिनमा पाँच दीपङ्कर बुद्धहरूको भक्तपुर नगरमा परिक्रमा गरेको कसले कसले देख्नुभएको छ ? देख्नेलाई सम्झेर भन्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूको भनाइ सुनिसकेपछि यी बुँदाहरू थपी बुझाई दिनुहोस् : (क) परिक्रमाको सुरुआत तौलाछेँ टोलबाट सुरु भई प्रत्येक टोल टोलमा विराजमान गराई जनमानसलाई पूजा गर्न ९९ वटा निश्चित विराजमान स्थान, परम्परादेखि व्यवस्था गरिराखेको छ । – दीपङ्कर बुद्धको परिक्रमाको क्रममा पञ्चदान लिने शाक्य र बज्राचार्यहरू पनि सँगसँगै पञ्चदान दिनेसँग लिँदै अगाडि बढेको हुन्छ ।	पञ्चदानको तस्वीर	४. प्रत्येक टोलमा विराजमान स्थल कसरी पत्ता लगाउने ?	
	५. परिक्रमाको अन्तिम विराजमान स्थल टौमढीमा हुने विशेष कार्यक्रमको वर्णन गर्न ।	(क) टौमढीमा पूजा गर्नेको घुइँचो, बत्ती बाल्नेको घुइँचो, दाफा भजनको घुइँचो, गुँला बाजाको घुइँचो, दर्शकको घुइँचो ।	१. पञ्चदानको साँझतिर टौमढीमा हुने विशेष कार्यक्रम सम्बन्धी परिवारसँग सोधेर लेखेर ल्याउने गृहकार्य दिनुहोस् । सो कुरा कक्षामा सुनाउन लगाई छलफल गर्नुहोस् । यी बुँदाहरू नछुटोस् : (क) अन्तिम विराजमान स्थल टौमढीको धारासँगैको डबलीमा पाँच दीपङ्कर बुद्धहरूको विराजमानपछि पूजा गर्नेहरू र बत्ती बाल्नेहरूको घुइँचो लाग्छ । (ख) विभिन्न विहारबाट आएका गुँजा बाजाहरूले आफ्नो आफ्नो बजाउने कला प्रदर्शन गर्छन् । (ग) विभिन्न दाफा भजनहरू र बौद्ध स्तोत्र पाठहरू भइरहेका हुन्छन् ।		५. दीपङ्कर बुद्ध नाच्नुको रहस्य के हो ? लेख्नुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			(घ) चतुर्ब्रह्म विहार परिवारबाट विदावारीपछि पाँचै दीपङ्कर बुद्धहरू शास्त्रीय पोङा बाजा र बौद्ध स्तोत्रको आधारमा भैरवनाथलाई शान्त रहनको लागि अभय वरदान दिने भावात्मक नाच्न थाल्छ । त्यसपछि दीपङ्कर बुद्धहरू गुँलाबाजा, दाफाभजन, बौद्धस्तोत्रसहित आ–आफ्नो विहारमा फिर्ता हुन्छन् ।			

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
६. (ख) गुँला पर्व	१. गुँला शब्दको शाब्दिक अर्थ र गुँला पर्व मनाउने तिथिमिति र अवधि बताउन ।	(क) शब्दको अर्थ, मनाउने तिथिमिति, जम्मा मनाउने दिन ।	१. गुँला नेवारी शब्दको शाब्दिक अर्थ बोर्डमा लेखेर सम्झाइदिनुहोस् । उदाहरणको लागि नेवारी शब्द 'गुँ'को अर्थ नवौँ नेवारी महिना हो भने 'ला' को अर्थ महिना हो । नेवारी नवौँ महिनामा पर्ने महिना श्रावणमा पर्न आउँछ । – यसैले गुँला पर्वको सुरु श्रावण शुक्ल प्रतिपदादेखि भाद्र शुक्ल प्रतिपदासम्म एक महिनासम्म मनाउने पर्व हो ।		१. गुँला शब्दको अर्थ लेख्नुहोस् ।	६
	२. गुँला पर्वमा बुद्धिस समुदायले गरिने धार्मिक कार्यक्रमहरूको वर्णन गर्न ।	(क) गुँला बाजा सँग विहार, बही, चोकहरू पूजा गर्न । – बिहानबेलुका बौद्ध स्तोत्रहरू घरघरमा पाठ ।	१. तपाईँहरूले मादल बाजा, धेमाबाजा चिन्नुभए जस्तै 'गुँला बाजा' बजाएर नगर परिक्रमा गर्न आएको देख्नुभएको छ ? – देख्नेको व्याख्या सुनिसकेपछि शिक्षकले गर्नुपर्ने व्याख्या : "गुँला बाजा बुद्ध धर्मसँग सम्बन्धित बाजा हो । श्रावण महिनामा बिहान बिहान एक महिनासम्म गुँला बाजा बजाएर पूजा गर्न रहर गर्ने पुरुष र महिलाहरू सबै नजिकको विहार, बही, चैत्य भएको चोकहरूमा पूजा गर्दै गएका हुन्छन् ।" – गुँला महिना बुद्धिसहरूको धर्मकर्म गर्ने अति पवित्र महिना मानिन्छ । – यसैले बिहान र बेलुका विहार, बही, गुम्बा चोकचोकमा आरती बालेर बौद्ध स्तोत्रहरू पाठ गर्ने चलन छ । – काठमाडौँ, पाटन, कीर्तिपुर, आदि स्थानहरूमा महर्जन लगायत सबै किसान वर्गले समेत घर घरमा नामसङ्गिती पाठ गर्ने चलन छ ।			

<table>
<tr><th>क्षेत्र</th><th>सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य</th><th>विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)</th><th>सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप</th><th>सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू</th><th>सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया</th><th>पाठ्यभार</th></tr>
<tr><td></td><td>३. गुँला महिनामा पर्न आउने महत्त्वपूर्ण धार्मिक तथा सांस्कृतिक पर्वहरूको नाम बताउन ।</td><td>(क) गुँलापर्वभित्र पर्न आउने नाग पञ्चमी, गाईजात्रा, पञ्चदान, तीज, बुबाको मुख हेर्ने पर्वहरू</td><td>१. यी संस्कार र संस्कृतिको सूची बोर्डमा सार्नुहोस् :
<table>
<tr><th>संस्कृति</th><th>संस्कार</th></tr>
<tr><td>१. श्रीपञ्चमी</td><td>१. चुडाकर्म</td></tr>
<tr><td>२. नागपञ्चमी</td><td>२. बेलविवाह</td></tr>
<tr><td>३. बुबाको मुख हेर्ने</td><td>३. तीज</td></tr>
<tr><td>४. पञ्चदान</td><td>४. माघे सङ्क्रान्ति</td></tr>
<tr><td>५. सापारु</td><td>५. गुफा राख्ने</td></tr>
<tr><td>(६) गुरु पूर्णिमा</td><td>(६) भीमरथारोहण</td></tr>
<tr><td>७. बुरांज्या</td><td></td></tr>
<tr><td>८. योमह्री पुन्ही</td><td></td></tr>
</table>
यी संस्कार र संस्कृतिमा श्रावण भदौ महिनामा कुन कुन मनाउँछन् ?
विद्यार्थीहरूको उत्तर सुनिसकेपछि यी व्याख्याद्वारा स्पष्ट पारिदिनुहोस् :
– नागपञ्चमी, गाईजात्रा, पञ्चदान, तीज, बुबाको मुख हेर्ने यी सांस्कृतिक र संस्कारजन्य पर्व यिनै श्रावण र भाद्र महिनामा वा गुँला महिनामा पर्न आउँछन् ।
– यही महिनामा ५ बुधबार पर्न आएमा पाँच बुद्धहरू पूजा गर्ने पर्व (न्याम्ह भगवान सिकेगु) को रूपमा पनि लिइन्छ । यी बुद्धहरूमा पर्ने ठाउँअनुसार :
१. नमोबुद्ध, काभ्रे, २. बज्रयोगिनी, साँखु, ३. करुणामय, ब्वङा, ४. स्वयम्भु, काठमाडौँ र ५. बौद्ध, खास्ति, काठमाडौँ पर्दछ ।</td><td></td><td>२. गुँला महिनामा पर्न आउने विभिन्न संस्कृतिमध्ये तपाईँलाई मनपर्ने संस्कृति कुन हो ? किन मनपर्छ ?</td><td></td></tr>
</table>

सन्दर्भ सामग्री : खपको पहिचान भाग ४, पृष्ठ ८७

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
६. (ग) सम्यक पञ्चदान पर्व	१. सम्यक पञ्चदानको शाब्दिक र भावार्थ बताउन ।	(क) सम्यकको अर्थ, पञ्चदानको अर्थ र सम्यक पञ्चदानको व्यावहारिक अर्थ	१. माघे सङ्क्रान्तिका दिन थथुबहिमा सम्यक पञ्चदान कार्यक्रम कसले कसले हेर्न जानुभएको छ ? त्यहाँ के के देख्नुभयो र के के गरेको पाउनुभयो ? ❑ उत्तर सुनिसकेपछि शिक्षकले व्याख्या गरीदिनुहोस् : – सम्यक शब्दको अर्थ राम्रो व्यवस्था गरिएको, पञ्चदान शब्दको अर्थ पाँच किसिमका अन्नहरूः धान, गहुँ, केराउ, नुन वा फलफूल दान गर्नुलाई पञ्चदान भनिन्छ । – सम्यक पञ्चदानको भक्तपुरमा प्रयोगमा आएको अनुसार व्याख्या गर्दा "दीपङ्कर बुद्ध, स्वयम्भु चैत्य, सम्यक बुद्ध लगायत पञ्चदान लिन रहर गरेका सबै शाक्य र बज्राचार्यहरूलाई गरिने भोजन दान, अन्न दानलाई सम्यक पञ्चदान भनिन्छ ।"	(क) सम्यक पञ्चदानको तस्वीर	१. सम्यक पञ्चदानको आयोजक को होला ?	६
	२. सम्यक पञ्चदान पर्व उपत्यकामा कहाँ कहाँ कहिले कहिले मनाउने कुरा वर्णन गर्न ।	(क) भक्तपुरको थथुबहीमा, काठमाडौँको भूलांख्यलमा, पाटनको नागबहालमा सम्यक पञ्चदान आयोजना हुँदै आएको छ ।	१. "सम्यक पञ्चदान पर्व दानप्रति आस्था हुने दाताहरूले आफ्नो मिल्दो समयमा आयोजना गर्न सकिन्छ । तर आयस्तासहित गुठी परिवारले निरन्तर रूपमा सञ्चालन गर्दै आएकोमा : (क) भक्तपुरको थथुबही (भुइख्य) मा प्रत्येक वर्षको माघ सङ्क्रान्तिका दिन सम्यक पञ्चदान निरन्तर सञ्चालन हुँदै आएको छ । (ख) काठमाडौँमा बाह्र वर्षको एकपटक स्वयम्भूको भुइखेलमा माघेसङ्क्रान्तिको दिनमा र पाटनमा प्रत्येक पाँच वर्षको एक पटक हिरण्य वर्ण महाविहार नागबहालमा फाल्गुण शुक्ल तृतीयाका दिन सम्यक पञ्चदान हुँदै आएको छ ।		२. सम्यक पञ्चदान सम्बन्धी परिवारलाई के कति थाहा छ सोधेर लेखेर ल्याएको कार्य कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	३. सम्यक पञ्चदान पर्व मनाउन आमन्त्रित बुद्धहरू र पञ्चदान लिन आउने सहभागीहरूको व्याख्या गर्न ।		१. सम्यक पञ्चदानको दिन थथुबहीमा के के नाम गरेका बुद्धहरू कति कति जना देख्नुभयो ? – उत्तर सुनिसकेपछि "त्यहाँ पाँचजना दीपङ्कर बुद्धहरू (तिनीहरू एकआपसमा पाँच पाण्डव जस्तै दाजुभाइ नभै एकै दीपङ्करका प्रतीक मात्र हुन्); त्यस्तै एक स्वयम्भु चैत्य र चार जना सम्यक बुद्धका मूर्तिहरू विराजमान गराइएका हुन्छन् ।"			
	४. सम्यक पञ्चदान दिने दानकार्य बताउन ।	दान दिने गरेको पुरी, लड्डु, पैसा, चामल, धान, चकलेट आदि ।	१. सम्यक पञ्चदानको दिन थथुबहीमा विराजमान बुद्धहरू र पञ्चदान लिन आएका शाक्य र बज्राचार्यहरूलाई कस कसले के के दान गरेको देख्नुभएको छ ? छलफल गरी ख्वपको पहिचानमा दिइएको लेखको आधारमा स्पष्ट व्याख्या गरिदिनुहुन ।		३. दीपङ्कर बुद्धको प्रतिमामा हातको पोजिसन हातहतियार समेटिएको छ छैन कस्तो पोजिसनमा छ ?	

सन्दर्भ सामग्री : ख्वपको पहिचान भाग ४

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
७. प्रचलित स्थानीय संस्कारहरू (क) म्हः पूजा	१. म्हःपूजाको शाब्दिक र भावात्मक अर्थ बताउन ।	(क) म्हःपूजा शरीर पूजा, स्वस्थ जीवनोपयोगी पूजा	१. यो प्रश्न बोर्डमा लेख्नुभई छलफल गर्नुहोस् । "तिहारमा गाईको पूजा गर्दा टीको लगाइदिने, फूल चढाउने र अक्षताले पूजा मात्र गर्ने हो कि अरू पनि के के गर्नुपर्दछ ?" छलफल पछि यी सार कुरा राखिदिनुहोस् : गाईलाई पूजा गर्नुको अर्थ गाईको गुणको सम्मान गर्नु हो । गाईको सम्मान गर्दा गाई र गोठलाई सफासुग्घर स्वस्थकर बनाई, पोषिलो खाना ख्वाई राम्रो हेरचाह गर्नुलाई नै सही अर्थमा गाईपूजा गरेको ठहर्छ । यही नै कुरा म्हः पूजामा पनि लागू हुन्छ । ❑ म्हःपूजाको शाब्दिक अर्थमा 'म्हः' शब्दको अर्थ शरीर हो भने पूजाको अर्थ मानिसको सुस्वास्थ्यको चेतना र गुणको सम्मान गर्नु हो । ❑ 'म्हःपूजा' गर्नु भनेको सङ्कुचित भावनाले सोचेअनुसार शरीरलाई अक्षता सिन्दुर र फूल चढाएर पूजा गर्ने हैन । बरु मानिसको प्रतीक (प्रतिनिधि) को रूपमा आफ्नो बसाइको अगाडि बनाउने मण्डलामा भावपूर्ण गरिने पूजा हो ।	म्हःपूजा गरिरहेको तस्वीर वा स्लाइड	१. के म्हःपूजा भनेको शरीरलाई अक्षताले गर्ने पूजा हो ? हैन भने के हो ?	१०
	२. मण्डप (मण्डला) के के सामग्री प्रयोग गरी कस्तो आकारको बनाउने भन्ने व्याख्या गर्न ।	(क) मण्डल बनाउने सामग्रीहरूको नाम ।	१. तपाईंहरूमध्ये कस–कसले मण्डल बनाएर म्हःपूजा गर्नुभएको छ ? मण्डल बनाउँदा के के सामग्री राखेर बनाउनुभएको थियो ? – उत्तरलाई बोर्डमा लेख्दै छलफल गर्नुहोस् । – छलफल पछि यी विचार राखिदिनुहोस् : 'म्हः' को प्रतीकको रूपमा बनाउने मण्डलको आकार बनाउनेको रूचि अनुसारको गोलो, चारपाटे, पञ्चकोण, षट्कोण कुनै पनि बनाउन सकिन्छ । – मण्डल (मण्डप बनाउँदा पानीको घेरा, तेलको गोलो, अबिर, पोताय् (चामलको पीठो), आख्ये (नयाँ धानको अक्षता), धान, लाबा (भुटेको धान), कालो भटमास, मास आदि राखेर हेर्दा हाल बनाउन दिने मोजायकभन्दा पनि राम्रो आकारको जसमा जजंका, फूलको माला, फलफूल राखेर तयार पारेको हुन्छ ।	मण्डलको तस्बिर	२. मण्डल बनाउने सामग्रीहरूको नाम लेख्नुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	३. म्हःपूजाको पूजा विधि बताउन ।	– म्हःपूजा गर्दा घरका जेठी महिलाबाट सघाउने ।	१. तपाईंको घरमा म्हःपूजा गर्दा पूजा र सगुन दिने व्यवस्था कसले गर्दछन् ? विद्यार्थीहरूको उत्तरपछि 'म्हःपूजा' गर्दा सामाजिक नियमानुसार पूजाविधिअन्तर्गत पर्ने बसाइ व्यवस्थामा पुरूषहरूको मर्यादाक्रमअनुसार बसाइपछि महिलाहरूको पनि मर्यादाक्रम अनुसार बसाइ व्यवस्था हुन्छ । त्यसपछि घरकी जेठी बज्यै वा आमा वा भाउजूबाट पूजासामग्रीसहित सुरुमा देवतालाई पूजा गरी म्हःपूजामा सहभागी सबैलाई आफ्नो आफ्नो अगाडिको मण्डपमा पूजा गर्न लगाई मण्डपमा बत्ती बाली सगुन दिएर म्हःपूजा गरिन्छ ।		३. म्हःपूजा गर्दा जो जहाँ बसे पनि किन नहुने ?	
	४. म्हःपूजाको महत्त्वको वर्णन गर्न ।	१. नेवारको मौलिक संस्कार जसले पहिचान गराउँछ ।	१. 'म्हःपूजा' किन गर्नुपर्ने ? यस प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् । १० मिनेट उत्तर (आफ्नो विचार) दिनुभई लेख्न लगाई कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस् त्यसपछि शिक्षकले यी कारणहरू दिनुहोस् : "म्हःपूजा गर्नुको धार्मिक उद्देश्यभन्दा पनि बढी जोड वैज्ञानिक उद्देश्यमा दिइएको पाइन्छ । म्हःपूजाले सुस्वास्थ्य बनाउन पनि प्रेरित गर्दछ । हाम्रो शरीर पञ्चतत्त्वले बनेको छ । यी पाँचै तत्त्वलाई बलियो बनाउन सकेमा हामी स्वस्थ, र बलियो बन्छौँ । म्हःपूजामा दिइने सगुनले यी पाँचै तत्त्वलाई सहयोग गर्ने खाद्यान्न जस्तो कि उमालिएको फुललाई आकाश तत्त्व मानिएको छ, मास वा मुगीको बारालाई वायु तत्त्व, मासुलाई पृथ्वी तत्त्व, माछालाई जल तत्त्व र रक्सीलाई तेज तत्त्व मानिएको छ । साथै म्हःपूजा गर्दा नुहाई नयाँ लुगा लगाई पौष्टिक तत्त्वको कारण सुस्वास्थ्य बनाउनमा सहयोग पुग्छ ।"		४. म्हःपूजा धर्मको लागि गर्ने नभई सुस्वास्थ्यको लागि गरिने पूजा हो – स्पष्ट पार्नुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
८. स्थानीय कला र सम्पदाहरू (क) स्थानीय मन्दिरहरू	१. स्थानीय मन्दिरहरू (दशैको नवरात अन्तर्गत दर्शन गर्ने मन्दिरहरू: (ब्रह्मायणी, माहेश्वरी, कुमारी, भद्रकाली, बाराही, इन्द्रायणी, महाकाली, महालक्ष्मी, त्रिपुरासुन्दरी) तथा मुनिविहारको परिचय दिई तिनका धार्मिक, सांस्कृतिक तथा सामाजिक पक्षहरूबारे वर्णन गर्न	दशैको नवरात अन्तर्गत जाने मन्दिर हरू: ब्रह्मायणी माहेश्वरी कुमारी भद्रकाली बाराही इन्द्रायणी महाकाली महालक्ष्मी त्रिपुरासुन्दरी तथा मुनिविहार	❑ दशैँमा कोही विद्यार्थी बुवा आमासँग नवरात जानु भएको छ ? भनी प्रश्न गर्ने । ❑ नवरातअन्तर्गत कुन कुन मन्दिरमा गइन्छ ? भनी प्रश्न गर्ने र आएको जवाफ सेतोपाटीमा टिप्दै जाने । ❑ ती मन्दिरहरूमा रहेका शिलालेखहरू टिपोट गर्न लगाई त्यसको ऐतिहासिक एवं सामाजिक महत्त्वबारे जानकारी दिने । ❑ दशैको नवरातअन्तर्गत जाने मन्दिरहरू: ब्रह्मायणी, माहेश्वरी, कुमारी, भद्रकाली, बाराही, इन्द्रायणी, महाकाली, महालक्ष्मी, त्रिपुरासुन्दरीमा अवलोकन भ्रमण गराई छलफल गर्ने । ❑ बौद्ध धर्मअन्तर्गतको मुनिविहारमा लगेर ती सम्पदाहरू कुन धर्मसँग सम्बन्धित छन् ? तिनीहरूको अवस्थाबारे प्रतिवेदन पेस गर्न लगाउने । ❑ मन्दिरहरूको परिचय तथा फोटो टाँसी फोटो एल्बम बनाउन दिने । **(क) ब्रह्मायणी :** दशैँको नवरातअन्तर्गत जाने अष्टमातृकामध्ये सबैभन्दा पूर्वमा रहेको भक्तपुरको रक्षर्थ स्थापना भएको प्रमुख पीठ ब्रह्मायणी पीठ हो । यसको स्थापना राजा आनन्ददेव मल्लको पालामा भएको हो । ने.सं. ७१७ र ने.सं. ८४२ को अभिलेखअनुसार ढुङ्गाको स्वरूपमै स्थापना गरिएको यो पीठ शिखर शैलीमा निर्माण गरिएको छ । दशैँको पहिलो दिन र अन्तिम दिन यहाँ ठूलो मेला लाग्दछ । **(ख) माहेश्वरी :** भक्तपुर नगरपालिका वडा नं. ८ को हनुमन्ते नदी किनार जेलाँ टोलमा रहको माहेश्वरी मन्दिरको शिलान्यास पाँचतले	१. मन्दिरको चित्र, शिलालेखको फोटो , मन्दिरको भित्रको देउताको फोटो २. किंवदन्तीहरू बारे लेखिएका टिपोटहरू	– छलफलमा स्पष्ट प्रस्तुति, – प्रश्नउत्तर – प्रतिवेदन प्रस्तुति	४

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			मन्दिरसँगै गरिएको भनाइ छ । माहेश्वरी मन्दिरमा राजा आनन्देव मल्लको पालाको शिलापत्र ने.सं. ८६६ अवस्थित छ । यो पीठ प्रवेश गर्न र बाहिर निस्कन छुट्टाछुट्टै कलात्मक ढोकाहरू छन् । दशैंको दोस्रो दिन यहाँ ठूलो मेला लाग्दछ । (ग) **कुमारी :** महानवमीको दिन जीवितदेवीका रूपमा पुजिने भक्तपुरको एकान्तकुमारीलाई पूजा गर्ने गरिन्छ । यसरी कुमारी जात्रा गर्दा गोल्मढी हुँदै चासुखेलमा रहेको एकान्तकुमारी घरमा राखेर पूजाआजा गर्ने गर्दछ । कुमारी हुने कन्या बज्राचार्य वा शाक्य वंशीय कन्यामात्र हुनुपर्ने परम्परा रहेको छ । कुमारी हुने कन्या कुनै दाग, घाउचोट नलागेको, अपाङ्ग नभएको र कुमारी बन्न इच्छुक कन्यालाई परिवारको स्वीकृतिमा कुमारीको लागि छनोट गरिने परम्परा छ । (घ) **महाकाली :** भक्तपुर नगरको उत्तर दिशामा भोलाछेँ टोल नजिक एउटा थुम्को माथि महाकाली देवीको मन्दिर रहेको छ । यसको द्यःछेँ भोलाछेँ टोलमा छ । महाकाली पीठसम्म जान सिँढीको व्यवस्था छ । थुम्को माथि सत्तल, भजनघर लगायत विभिन्न देवीदेवताहरू रहेका छन् । (ङ) **भद्रकाली :** भद्रकाली मन्दिर भक्तपुर नगरको योसिंद्यः उभ्याउने ठाउँमा अर्थात् खलाँमा अवस्थित छ । भद्रकालीलाई भक्तपुरमा खुसिं अजिमा भन्ने चलन छ । नवरातको चौथो दिन यहाँ मेला लाग्दछ । भद्रकालीलाई काशी विश्वनाथको अर्धाङ्गी पनि भनिन्छ । हाल विस्का जात्रामा भद्रकालीलाई सानो रथ अर्थात् नकिन्जु खचा भनी तान्ने चलन छ ।			

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			(च) महालक्ष्मी : भक्तपुर नगरको उत्तरपूर्वमा महालक्ष्मी देवीको पीठ रहेको छ । दुई तले मण्डप शैलीको मन्दिरमा देवीको अनाकृति मूर्ति र अन्य देवदेवी रहेका छन् । लिच्छवी राजा आनन्ददेवको समयमा नै स्थापना भएको यो मन्दिरमा दशैँ र विस्का जात्रामा मेला लाग्दछ । मन्दिर वरपर पाटी, सत्तल, ढुङ्गेधारा आदि सम्पदाहरू रहेका छन् । **(च) त्रिपुरासुन्दरी :** भक्तपुरको नगरपालिका वडा नं. ५ मा अवस्थित छ । सादा ढुङ्गामा पुजिने त्रिपुरासुन्दरीको पीठको तोरणमा सर्प खाइरहको कलात्मक छेफः देवस्थलले गरिमा बढाएको छ । त्रिपुरासुन्दरी क्षेत्र सुकुलढोकाबाट भक्तपुर दरबारक्षेत्रतर्फ लाग्दा बाटैमा पर्दछ । **(छ) इन्द्रायणी :** भक्तपुर खौमा टोलबाट उत्तर ब्यासी टोलमा जाने ओरालो बाटो लागेपछि पश्चिम छेउमा ठूलो रुखमुनि इन्द्रायणी देवीको पीठ छ । यो मन्दिर ढुङ्गा र ईँटाले छापेको परिसरबीच छेफः आकृतिमा इन्द्रायणी पीठ रहेको छ । ने.सं. ७९० को अभिलेख रहेको इन्द्रायणी पीठ वरिपरि भजनस्थल, फल्चा रहेका छन् । यहाँ प्रत्येक वर्ष विजया दशमीको छैटौँ दिन मेला लाग्दछ । ❑ **बाराही :** भक्तपुर नगरपालिका वडा नं. ४ मा अवस्थित बाराही पीठ भक्तपुरको रक्षार्थ स्थापित अष्टमातृकामध्ये एक पीठ रहेको छ । नेपाल संवत्को दोस्रो शताब्दीमा बाराही पीठ अर्थात् याकती अजिमा मन्दिर बनेको अनुमान गरिन्छ । पीठ वरिपरि धर्मशाला, धारा, कुवा, भजनघर आदि रहेका छन् । यो मन्दिरको क्षेत्रलाई न्हेसत्वः भन्ने प्रचलन छ ।			

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			❑ **मुनि विहार :** भक्तपुर नगरपालिका वडा नं. ७ इनाचोमा अवस्थित मुनिविहारको औपचारिक नाम धम्म उत्तम महाविहार हो। राजा जगतप्रकाश मल्लको पालामा ने.सं. ७७६ मा निर्मित विहार निर्माता मुनि बज्राचार्य नामबाट बोलीचालीमा मुनि विहार नामले प्रख्यात छ। यस विहारको पूर्वतिर पुरानो प्रमुख बुद्धको मूर्ति स्थापना गरिएको छ भने दक्षिणतिर धर्मशाला, पश्चिमतिर कुटी र उत्तरतिर ३ तले उपोसथागार मन्दिर रहेको छ।			
८. (ख) स्थानीय पोखरीहरू	तः पुखु, नः पुखु बाऱ्हे पुखुको धार्मिक, सांस्कृतिक तथा सामाजिक पक्षहरू बारे वर्णन गर्न	(क) तः पुखु, नः पुखु, बाऱ्हे पुखुको धार्मिक, सांस्कृतिक तथा सामाजिक पक्षहरू	❑ विद्यार्थीहरूलाई तः पुखु, नःपुखु र बाऱ्हे पुखुबारे के थाहा छ ? भनी प्रश्न गर्ने। ❑ तः पुखु, नः पुखु र बाऱ्हे पुखुको धार्मिक, सांस्कृतिक तथा सामाजिक पक्षहरूबारे वर्णन गर्न। ❑ ती पोखरीहरूको निर्माण तथा किंवदन्तीबारे आफ्ना अभिभावक, टोलका जानकार व्यक्तिहरूसँग भेटघाट र छलफल गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने। (क) **तः पुखु :** भक्तपुर नगरपालिका वडा नं. १ इनागःमा अवस्थित तः पुखु (सिद्ध पोखरी) भक्तपुरको सबैभन्दा ठूलो एवं मुख्य पोखरीको रूपमा प्रख्यात छ। यो पोखरीको निर्माण राजा इन्द्रदेवले ने.सं. २३९मा गरेको इतिहासमा उल्लेख छ। त्यसैले यस पोखरीलाई इन्द्रदह पनि भन्ने चलन छ। यहा इन्दजात्रा र दशैको छैटौँ दिन ठूलो मेला लाग्छ। ३७ रोपनी क्षेत्रफलमा फैलिएको तः पुखु ने.सं. १११७ मंसिर ३० गते पुनर्निर्माण गरिएको थियो। पोखरीको पूर्वमा बुद्ध चैत्य, लक्ष्मीनारायण, विष्णुगोपालका प्रतिमा तथा जगतज्योति मल्लले ने.सं. ७५० मा जितामित्र मल्ले ने.सं. ७९८ मा र ढोकाको पूर्वी भागमा	पोखरीका चित्रहरू	छलफलमा सहभागिता प्रश्नउत्तर र प्रतिवेदन प्रस्तुति	३

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			भीमसेन थापाद्वारा ने.सं. १००० मा जीर्णोद्धार गराइएको शिलापत्र छ । (ख) **नः पुखु :** भक्तपुर नगरमा रहेका पोखरीहरूमा आकारमा तः पुखुपछि अर्को ठूलो पोखरी नः पुखु हो । यो पोखरी इटाछेँ टोलमा रहेको छ । तः पुखुभन्दा ५० वर्षपछि अर्थात् ने.सं. २८९ मा स्थापना भएको यो पोखरी नवपोखरीबाट नःपुखु भएको हो । आधारातमा तान्त्रिक विधिबाट निर्माण भएको कारण यो पोखरीलाई गुह्य पोखरी पनि भनिन्छ । (ग) **बाऱ्हे पुखु :** भक्तपुर नगरपालिका वडा नं. १० अवस्थित मूलढोका नजिक यातुबाऱ्हे पुखुलाई कमलविनायक पोखरी पनि भनिन्छ । यो पोखरी भक्तपुरको तेस्रो ठूलो पोखरी हो । कमलको फूलको लागि निर्माण भएको यो पोखरी नगरको एक मुख्य आकर्षण पनि हो । यस यातुबाऱ्हे पोखरी परिसरमा यातु गणेश मन्दिर, प्रशस्त दिगु द्यः, चैत्य, पाटी, सत्तल पनि रहेका छन् । (विस्तृत विवरणको लागि भक्तपुर मासिक अङ्क २८० र २३६ तथा गोरखापत्र वि.सं. २०६१ जेठ १३ गते) ❏ ती पोखरीहरूको उपयोगिताको बारेमा समूह कार्य गर्न लगाउने पोखरी सुधार, संरक्षण तथा संवर्द्धनबारे छलफल गर्ने । ❏ तः पुखु, नःपुखु र बाऱ्हे पुखु अवलोकन भ्रमण गराई कुनै एकको प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउने ।			

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
८. (ग) स्थानीय ढुङ्गेधारा	– ख्वपको पूर्वतर्फ फर्कका नौ वटा ढुङ्गेधाराहरूको परिचय तथा सांस्कृतिक पक्ष बारे बताउन ।	ख्वपको पूर्वतर्फ फर्कका नौ वटा ढुङ्गेधाराहरूः १) बुलुबुलु हिटी, २) तचपाल भिसिद्यो हिटी, ३) भार्वाचो बजिगांचा हिटी, ४) नासमना दबु हिटी, ५) इनारे द्यः थिकच्वंगु हिटी ६) इनारे लुखाहिटी ७) टौमढी धौभडेल चोक हिटी ८) टिबुक्छें हिटी ९) भध्वाका हिटी	❑ ख्वपको पूर्वतर्फ फर्कका नौ वटा ढुङ्गेधाराहरू बारे ककसलाई केके थाहा छ ? भनी कक्षामा सोध्ने । ❑ ख्वपको पूर्वतर्फ फर्कका नौ वटा ढुङ्गेधाराहरू रहेको स्थान तथा त्यसको ऐतिहासिक महत्त्व बारे छलफल गर्ने । ❑ नौ वटै ढुङ्गेधाराहरू : १) बुलुबुलु हिटी, २) तचपाल भिसिद्यो हिटी, ३) भार्वाचो बजिगांचा हिटी, ४) नासमना दबु हिटी, ५) इनारे द्यः थिकच्वंगु हिटी ६) इनारे लुखाहिटी ७) टौमढी धौभडेल चोक हिटी ८) टिबुक्छें हिटी ९) भध्वाका हिटी अवलोकन गराई प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउने । ❑ ती ढुङ्गेधाराहरूको हालको स्थिति कस्तो छ वर्णन गर्न लगाउने	पूर्व तर्फ फर्केका नौ वटा ढुङ्गेधाराको चित्र	छलफलमा सहभागीता र प्रस्तुति	९
(घ) स्थानीय चित्रकला	१. गाईजात्राको सापाख्वको चित्र कोर्न २. नागपञ्चमीको नागको चित्र कोर्न	गाईजात्राको सापाख्वको चित्र तथा नागपञ्चमीको नागको चित्र ।	❑ सांस्कृतिक/ धार्मिक चित्रहरू कहाँ कहाँ कुन बेला आफूले देखेको हो समूह बनाई छलफल गर्न लगाउने । ❑ गाइजात्रा तथा नागपञ्चमीको चित्र देखाई यसको धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्त्वबारे छलफल गर्ने । ❑ सम्भव भए ती चित्रहरू बनाउँदै गरेको ठाउँमा अवलोकन गराई प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउने । ❑ ती चित्रहरू समूह समूह बनाई कोर्न लगाउने । ❑ विद्यार्थीहरूले बनाएका चित्रहरू प्रदर्शन पाटीमा टाँसी प्रोत्साहन गर्ने ।	चित्र	छलफल र अवलोकनमा सहभागिता, प्रतिवेदनको प्रस्तुतिबारे मूल्याङ्कन	२

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
८. (ङ) स्थानीय मूर्तिकला	१. दरबार क्षेत्रभित्र रहेका ढुङ्गाका मूर्ति, धातुका मूर्ति र काठका मूर्तिहरूको छोटो परिचय दिन	दरबारक्षेत्रभित्र रहेका ढुङ्गाका मूर्ति, धातुका मूर्ति र काठका मूर्तिहरूको परिचय तथा तिनीहरूको अवस्थिति	❑ दरबार क्षेत्रमा भ्रमण गरी त्यहाँ भएका ढुङ्गाका मूर्ति, धातुका मूर्ति र काठका मूर्तिहरू अवलोकन गर्न लगाउने र ती मूर्तिको परिचय तथा महत्त्व बताउने । ❑ ती मूर्तिका कला पक्ष (केको मूर्ति, मूर्तिमा रहेका बुट्टाहरू र अहिलेको अवस्था) बारे अवलोकन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने र त्यसमा रहेका भावभङ्गीहरू बुझ्न शिक्षक विद्यार्थीहरूबीच छलफल गर्ने । ❑ दरबारक्षेत्रभित्र रहेका ढुङ्गाका मूर्ति, धातुका मूर्ति र काठका मूर्तिहरू देखाई ती मूर्तिहरू केबाट बनेका, कुन देवताका तथा कहाँ अवस्थित छन् ? जस्ता कुराहरू समावेश गरी छोटो परिचय दिन लगाउने । ❑ तिनीहरू किन निर्माण गरिए भन्नेबारे चर्चा गर्न लगाउने । ❑ ढुङ्गाका मूर्ति, धातुका मूर्ति र काठका मूर्ति बनाउने स्थानहरूमा भ्रमण गरी मूर्ति बनाउने प्रक्रियाबारे सोधपुछ गर्न लगाउने ।	ढुङ्गा, काठ र धातुका मूर्तिहरू भएको ब्रसर, फोटो र Visual file	छलफल र अवलोकनमा सहभागिता प्रस्तुति	२

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
९. स्थानीय व्यवसाय सीप र प्रविधि (क) पेशा	१. कृषिजन्य पेशाअन्तर्गत तरकारी उब्जाउने पेशा, फलफूल उब्जाउने पेशा, अन्न उब्जाउने पेशा तथा तेलहन उब्जाउने पेशाको परिचय दिन । २. ती पेशाहरूको फाइदा तथा यसको आधुनिकताबारे बताउन ।	तरकारी उब्जाउने पेशा, फलफूल उब्जाउने पेशा, अन्न उब्जाउने पेशा तथा तेलहन उब्जाउने पेशाको परिचय यी पेशाको परिचय, फाइदा तथा यी पेशाहरूको आधुनिकता ।	❑ स्थानीय रूपमा उत्पादन हुने कृषिजन्य पेशाहरूमा अन्न उब्जाउने पेशा, तरकारी उब्जाउने पेशा, फलफूल उब्जाउने पेशा र तेलहन उब्जाउने पेशाको परिचय दिने । ❑ अन्न उब्जाउने पेशा, तरकारी उब्जाउने पेशा, फलफूल उब्जाउने पेशा र तेलहन उब्जाउने पेशाको महत्त्वबारे छलफल गर्ने ❑ अन्न उब्जाउने पेशा, तरकारी उब्जाउने पेशा, फलफूल उब्जाउने पेशा र तेलहन उब्जाउने पेशाको फाइदा तथा यस पेशाको आधुनिकताबारेमा शिक्षकले विस्तृत व्याख्या गर्ने ।	– अन्न, गेडागुडी, तोरी, सुकेकासागहरू राखेको प्लास्टिकका पाकेटहरू – फलफूलका चित्र – शब्द पत्ती र visual file	छलफल, अवलोकनमा सहभागिता, प्रतिवेदन र प्रश्नोत्तर	८
(अ) कौसी खेती	१. कौसी खेतीको परिचय, यसको फाइदा तथा कौसी खेती गर्न	कौसी खेतीको परिचय, कौसी खेतीमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू कौसी खेतीका फाइदाहरू	❑ कौसी खेती भनेको के हो ? भनी विद्यार्थीहरूसँग प्रश्न गर्ने । ❑ सामान्यतया कुनै पनि घर तथा भवनको छत, वरण्डा, उपयुक्त भाँडो, गमला, बोरा जस्ता सामग्रीमा बोटबिरुवा तथा तरकारी उमार्ने प्रविधिलाई कौसी खेती भनिन्छ भनी बताउने । ❑ विद्याथीहरूले आ–आफ्नो घरमा कौसी खेती गरे नगरेको बारे छलफल गर्ने । ❑ कौसी खेतीको फाइदा तथा कौसी खेती गर्ने विधिबारे बताउने । ❑ सम्भव भए विद्यालयको कुनै ठाउँमा कौसी खेती गर्ने ।	भिडियो क्लिप्स, फोटोहरू	कौसी खेती भनेको के हो ? यसका फाइदाहरू बताउनुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
९. (आ) पुष्प खेती	१. पुष्प खेतीको परिचय दिई यसका फाइदाहरू बताउन । २. मुस्वं र धनिचा स्वंको छोटो परिचय दिन ।	पुष्प खेतीको परिचय तथा फाइदाहरू	❑ पुष्प खेती भन्नाले फूलहरू उत्पादन गरी बिक्रीवितरण गर्नु भन्ने बुझिन्छ । फूलहरूको माग विवाह, भोज, होटेल, चाडबाडलगायतका कामकाजको लागि आवश्यकता हुन्छ । मौसमी र बेमौसमी दुबै तरिकाबाट पुष्प खेती गर्न सकिने र आम्दानी गर्ने राम्रो सम्भावता बोकेको यो व्यवसायप्रति मानिसहरूको आकर्षण बढ्दै छ आदि भनी पुष्प खेतीको छोटो परिचय दिने । ❑ यसका फाइदाहरूबारे छलफल गर्ने । ❑ मु:स्वं तथा धनिचा स्वंबारे विद्यार्थीहरूलाई थाहा भएको कुरा सोध्ने । ❑ घरमा थाहा भएका व्यक्तिसँग बुझेर आउन भन्ने । ❑ सम्भव भए मुस्वं र धनिचा स्वं खेती गरेको ठाउँमा लगी खेती गर्ने तरिकाबारे सोधखोज गर्न लगाउने ।	पुष्प खेती, मु:स्वं,तथा धनिचा स्वंको लेख तथा फोटोहरू	पुष्प खेतीको परिचय दिनुहोस् ।	
(इ) कम्पोस्ट मल	१. भान्छाबाट निस्कने फोहरलाई कुहिने र नकुहिनेमा छुट्याई कुहिने फोहरलाई कम्पोस्ट मल बनाउन ।	कम्पोस्ट मलको परिचय कम्पोस्ट मल बनाउने तरिका कम्पोस्ट मलका फाइदाहरू	❑ कम्पोस्ट मल भनेको के हो? भनी प्रश्न गर्ने । ❑ कम्पोस्ट मल क-कसको घरमा छ ? भनी प्रश्न गर्ने । ❑ आफ्नो घर, भान्छाबाट निस्केका जैविक फोहरलाई कम्पोस्ट विनमा राखि कम्पोस्ट मल बनाउन सकिने कुरा बताउने । ❑ कम्पोस्ट मल बनाउने विधिहरू तथा फाइदाहरू बारे बताउने । ❑ कम्पोस्ट मल विभिन्न तरिकाले बनाउन सकिन्छ, खाडलमा वा थुप्रोमा । सामान्यतया यसमा विभिन्न जैविक वस्तुहरूलाई तह तह मिलाएर राखेर पानीको उचित मात्रा मिलाइन्छ । नियमित रूपमा पल्टाउँदै गर्नाले कुहिने प्रक्रिया छिटो हुन्छ । तापक्रम ६० देखि ९० डिग्री सेल्सियससम्म पुग्नु राम्रो मानिन्छ । यसले हानिकारक जीवाणुर झारपातका बीउहरूलाई नष्ट गर्छ । करिब ३ देखि ६ महिनाभित्र कम्पोस्ट मल तयार हुन्छ । ❑ सम्भव भए विद्यालयको भान्छाबाट निस्केको जैविक फोहरबाट विद्यालयको कुनै ठाउँमा कम्पोस्ट मल बनाउने र विद्यार्थीहरूलाई अवलोकन गराउने ।	भिडियो क्लिप्स, फोटोहरू	कम्पोस्ट मल भनेको के हो ? यसका फाइदाहरू बताउनुहोस् ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
९. (ई) स्थानीय स्तरका गैरकृषिजन्य पेशाहरू	१. स्थानीय स्तरकागैरकृषिजन्य पेशाहरूको सूची बनाई कुनै तीन वटा गैरकृषिजन्य पेशाको परिचय महत्त्व, फाइदा तथा समस्याहरू बताउन ।	खेतीपातीबाहेकका पेशाहरू: बैंक, कार्यालय, शिक्षण, सहकारी फर्निचर वर्कसप स्थानीय व्यापार काष्ठकला, धातुकला कृषि औजार ढुङ्गाको कार्य, माटोको कार्य सिलाइ तथा बुनाइ कार्य आदि ।	❑ कृषिजन्य कामहरू वाहेक आर्थिक लाभका निम्ति आफ्ना परिवारका सदस्यहरू के केमा लागेका छन् छलफल गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने । ❑ विद्यार्थीबाट प्रस्तुत भएका गैरकृषिजन्य पेशाहरूको सामान्य जानकारी दिने । ❑ विद्यार्थीहरूलाई तीन क्षेत्रमा नघटाई वास्तविक कार्यक्षेत्रमा अवलोकन भ्रमण गराउने र व्यवसायीसँग छलफल गरेर टिपेको बुँदाहरूको आधारमा प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउने ।	– विभिन्न पेशाकर्मीहरू आफ्नो कर्मथलोमा रहेका फोटोहरू – औजारहरूका चित्रहरू, visual file	– छलफल प्रस्तुतिमा सहभागिता प्रश्नोत्तर – सोधखोजमा गरेको कार्य, प्रतिवेदन र प्रश्नोत्तर	
(उ) लोप हुन लागेको स्थानीय वेशभूषाहरू	१. लोप हुन लागेको स्थानीय वेशभूषाहरूमध्ये सुर्के थैलीको निर्माण प्रक्रिया बताउन ।	पुथु म्हिचा (परम्परागत सुर्के थैली)	❑ लोप हुन लागेको स्थानीय वेशभूषाहरूको सूची तयार गर्न लगाउने । ❑ सुर्के थैलीको परिचय, यसको महत्त्व, प्रयोग, मौलिकता आदि बारे कक्षामा छलफल गर्ने ❑ जस्तै : पुथुम्हिचा (सुर्के थैली) : पुथुम्हिचा (सुर्के थैली) हाम्रा हजुरआमा र आमाहरूले पैसा र अन्य साना सामान राख्न प्रयोग गर्ने एक परम्परागत थैली हो । उक्त थैलीको दुईपट्टीको चोसामा दुईदुई वटा तुना राखिएको हुन्छ । थैलीको बनावट प्राविधिक हुन्छ । दुवै चोसाका एकएक वटा तुना तान्दा थैलीको मुख खोल्न सकिन्छ र अरू दुईटा तुना	परम्परागत सुर्के थैली भिडियो क्लिप्स् ।	प्रस्तुति र प्रतिवेदनको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			तान्दा थैलीको मुख बन्द हुन्छ । यो प्रविधिबाट मुख खोलिने र बन्द हुने थैलीलाई सुर्के थैली भनिन्छ । हिजोआज यो पुथुम्हिचा (सुर्के थैली) पनि लोप हुने अवस्थामा पुगेको वस्तुहरूमध्ये एक भएको छ । ❑ सुर्के थैली निर्माण गर्ने ठाउँमा अथवा सुर्के थैली निर्माण गर्ने सूचीकारलाई कक्षामा बोलाई यसको निर्माण प्रक्रिया बताउन लगाउने र निर्माण प्रक्रियाको प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउने । ❑ विद्यार्थीलाई सुर्के थैली निर्माण गर्न लगाई उनीहरूले बनाएको थैली सबैले देखिने ठाउँमा प्रदर्शन गर्ने । ❑ सम्भव भए उत्कृष्ट थैलीलाई पुरस्कृत गर्ने ।			
(ऊ) कपडाको पुतली	१. कपडाको पुतली (कतामरी) बताउन	पुतली	❑ कपडाको पुतली बनाएर क-कसले खेल्नुभएको छ ? भनी कक्षामा सबैलाई प्रश्न गर्ने । ❑ कपडाको पुतली बनाउने प्रक्रिया बारे कक्षामा छलफल गर्ने । जस्तै ❑ घरमा भएका पुराना कपडा, स साना टुक्राहरू र केही सामग्रीहरू प्रयोग गरेर कपडाको पुतली बनाउन सकिन्छ । सबैभन्दा पहिला कस्तो पुतली बनाउने हो त्यसको बारेमा सोच्ने, सामान्यतया पुतलीको शरीरको ढाँचामा टाउको, शरीर, हात र खुट्टा एकै ठाउँमा जोडिएको हुन्छ ।। एउटा कागजमा पुतलीको ढाँचा बनाउने र त्यही ढाँचालाई कपडामा राखेर मार्कर वा पेन्सिलले रेखा कोर्ने । दुई वटा एकै आकारका टुक्रा काट्ने । काटेका दुई वटा कपडाका टुक्राहरूलाई उल्टो पारेर एकअर्कामा मिलाएर किनारामा सियो र धागोले सिलाउने । सिलाउँदा भर्नका लागि सानो ठाउँ खुला छोड्ने । पुतलीलाई सुल्टो पार्ने । कपास वा अन्य भर्ने सामग्री बिस्तारै पुतलीको भित्र भर्ने र खुला भाग बन्द गर्ने । पुतलीको टाउकोमा आँखा, नाक र मुख बनाउने ।	कपडाको पुतली तथा भिडियो क्लिप्स् ।	अवलोकन	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			❑ घरमा तथा छिमेकमा कसैलाई कपडाको पुतली बनाउन जान्ने भए सिकेर आउन प्रेरित गर्ने । ❑ कपडाको पुतली बनाउने स्थानमा लगेर वा पुतली बनाउन जान्ने व्यक्तिलाई कक्षामा बोलाएर पुतली निर्माण गर्ने प्रक्रिया बताउने । ❑ प्रत्येक विद्यार्थीलाई पुतली बनाउन लगाई उनीहरूले बनाएका पुतलीहरू प्रदर्शन गर्ने ।			
९. (ख) स्थानीय प्रविधिः माटोबाट बन्ने सामग्री	१. माटोबाट बन्ने गमला, निर्माण गर्ने प्रक्रिया बताउन तथा मुकुण्डो निर्माण गर्न ।	– मोटोको गमला निर्माण प्रक्रिया – मुकुण्डो निर्माण विधि	❑ गमला देखाउँदै यसको महत्त्व तथा निर्माण प्रक्रियाको बारे छलफल गर्ने । ❑ गमला बनाउने स्थानमा भ्रमण गराई यसको निर्माण प्रक्रियाबारे प्रस्तुत गर्न लगाउने । ❑ माटोको स–साना मुकुण्डो बनाउने तरिका बताउने र निर्माण गर्न प्ररित गर्ने ।(सर्वप्रथम केही माटो लिएर आफूले बनाउन चाहेको मुकुण्डोमा टाँस्ने । राम्ररी सबैतिर थिच्ने । माटोलाई बिस्तारै निकाल्ने । छापेको माटो सुक्न दिने । उक्त सुकेको माटोमा अर्को कालोमाटो टाँस्ने र बिस्तारै निकाल्ने । अब तपाईँको मुकुण्डो तयार भयो । अन्तमा आवश्यक फिनिसिङ गर्ने ।) ❑ विद्यार्थीले बनाएका मुकुण्डोमा रङ्ग भरी प्रदर्शन गर्ने ।	माटोको गमला र visual footageहरू	प्रस्तुतिकरण तथा निर्माण गरेको सामग्रीको आधारमा मूल्याङ्कन गर्ने	६
(ग) नेवारी खाद्य परिकार	१. योमरी, मुटुमरी र ल्होँचामरी बनाउन ।	योमरी, मुटुमरी ल्होँचामरी	❑ योमरी बनाउने तरिका : एउटा ठूलो भाँडोमा पीठो लिने । उमालेको तातोपानीलाई बिस्तारै पीठोमा खन्याउँदै एउटा चम्चा वा काठको डाडुले चलाउने । एकैचोटि धेरै पानी नहाल्ने । पीठो हल्का चिसो भएपछि हातले राम्ररी मुछ्ने । पीठो नरम, चिल्लो र लस्सादार हुनुपर्छ । मुछेको पीठोलाई नरम कपडाले छोपेर करिब आधा घण्टा राख्ने । आफ्नो हातमा हल्का घिउ वा तेल लगाएर मुछेको पीठोबाट कागतीको आकारको सानो डल्लो बनाउने । पीठोको		अवलोकन	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			डल्लोलाई औँलाले च्याप्टो पार्दै त्यसलाई शङ्ख आकारको बीचमा खोक्रो बनाउने र त्यसमा चाकु तील वा खुवाको मिश्रण भर्ने । भरेको माथिल्लो भागलाई पीठोले बिस्तारै बन्द गर्ने । स्टिमर (बाफमा पकाउने भाँडो) मा पानी हालेर करिब १५ मिनेटसम्म पकाउने । ❑ विद्यार्थीले बनाएको योमरी, मुटुमरी तथा ल्होचामरीको आकार-प्रकार, बनौट, चाकु तथा तील राखेको आदि अवलोकन गर्ने । ❑ नमिलेको ठाउँमा शिक्षकले सिकाउने । ❑ उक्त बनाएको योमरी, मुटुमरी तथा ल्होचामरीहरू बाफमा पकाउने । ❑ पाकिसकेको योमरी, मुटुमरी तथा ल्होचामरी बाँडेर खुवाउने ।	योमरी, मुटुमरी, ल्होचामरी बनाउनआवश्यक भाँडाकुँडा	योमरी, मुटुमरी ल्होचामरी बनाउने प्रयोगात्मक कक्षामा सहभागिता ।	
	२. पुष्टकारी बनाउन	पुष्टकारीका फाइदाहरू तथा पुष्टकारी बनाउन आवश्यक सामग्रीहरू	❑ पुष्टकारी देखाउँदै पुष्टकारी के हो ? यो कसरी बनाइन्छ ? यसको फाइदाहरू केके छन् ? चकलेटभन्दा पुष्टकारी किन फाइदाजनक छन् ? जस्ता प्रश्न गरी छलफल गर्ने । ❑ पुष्टकारी बनाउन आवश्यक सामग्रीहरू (चाकु, दुध, घिउ, भाँडाकुँडा, चुल्हो) जम्मा गरी बनाउने प्रक्रियाबारे जानकारी दिने । ❑ सबैलाई पुष्टकारी बनाउन दिने । ❑ पुष्टकारी एक परम्परागत नेपाली मिठाइ हो, जुन विशेष गरी जाडो महिनामा शरीरलाई न्यानो राख्न र ऊर्जा प्रदान गर्नका लागि खाइन्छ । यो पौष्टिक सामग्रीको मिश्रणबाट बन्छ । ❑ पुष्टकारी बनाउने विधि : एउटा बाक्लो पिँध भएको कराईमा घिउ हालेर तताउने । घिउ तातेपछि गहुँको आँटा हालेर सानो आगोमा लगातार चलाउँदै हल्का सुनौलो खैरो नहुँदासम्म भुट्ने । यसलाई अर्को भाँडोमा निकाल्ने । त्यही कराइमा फेरि	पुष्टकारी बनाउन चाहिने सामग्रीहरू तथा भिडियो क्लिप्स् ।	अवलोकन	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
			घिउ हाल्ने । खुदो वा चाकुलाई सानो सानो टुक्रा पारेर कराइमा हाल्ने । सानो आगोमा लगातार चलाउँदै राम्ररी पगाल्ने । राम्ररी पग्लिएपछि आगो बन्द गर्ने । यसमा भुटेको गहुँको आँटा, काटेका सबै सुकेका फलफूल (काजू, बदाम, ओखर, किसमिस, पिस्ता, खुर्पानी) नरिवलको धुलो, भूटेको धनियाँ, जीरा, सौँफको धूलो, अलैंचीको धूलो, भुटेको तील हाल्ने । सबै सामग्री चाकुसँग राम्ररी मिसाउने । तयार भएको मिश्रणलाइ ट्रेमा खन्याउने । मिश्रण तातो हुँदै गर्दा नै चक्कुले वा हातले आफूलाई मनपर्ने आकारमा पुष्टकारी बनाउने ।		पुष्टकारी बनाउने प्रयोगात्मक कक्षामा सहभागिता ।	

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
१०. स्थानीय स्वास्थ्य प्रवर्द्धन विधि	१. साधारण स्थानीय उपचार विधिको प्रयोग गर्न	– साधारण उपचार विधिहरू जस्तैः – चौलानीपानी र राजवृक्ष – हात खुट्टा मर्कँदा प्रयोग गर्ने पाःवास	❑ आ–आफ्नो घरमा साधारण बिरामी हुँदा घरमा नै उपचार गर्ने घरायसी तरिकाहरू विद्यार्थीहरूसँग सोध्ने र छलफल गर्ने । ❑ कुनै रोग वा चोटपटक लाग्दा घरैमा उपचार गर्न लगाएको कुनै जडीबुटीहरूको नाम वा उपचार विधि छ भने सोध्ने र सेतोपाटीमा लेख्ने । ❑ विद्यार्थीहरूबाट आएको नामहरूबारे छलफल गरी जडीबुटीको नाम र उपचार विधिको उपयोगिताको छलफलपछि घरायसी उपचार विधिहरूको छलफल गर्ने । ❑ विद्यार्थीहरूसँग थाहा भएको थप घरायसी उपचार विधि सोध्ने र त्यसलाई क्रमशः टिप्दै छलफल गर्ने । ❑ थप उपचार विधि बारे छलफल गर्ने जस्तैः चौलानी पानी र राजवृक्षको प्रयोग, बनाउने विधि तथा उपचार हुने रोगको जानकारी ❑ हात खुट्टा मर्कँदा प्रयोग गर्ने पाःवास बनाउने तरिका र प्रयोग विधि	चामल, राजवृक्ष लेप(पाःवास) को लागि आवश्यक सामग्रीहरू	१. चौलानीपानी र राजवृक्ष सामान्यतया कुन रोगको लागि प्रयोग गरिन्छ ? २. पाःवास कसरी तयार गरिन्छ ?	५

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
११. स्थानीय खेल	१. स्थानीय खेलहरू खेल्न २. उक्त खेलहरू खेल्ने विधि बताउन ।	(क) तातामाको (ख) पायुँ	❑ सर्वप्रथम विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय पुराना खेलहरू बारेमा छलफल गर्ने । ❑ चउरमा लगि विद्यार्थीहरूलाई समूहमा छुट्याई तातामाको र पायुँ खेलहरू खेलाउने। ❑ खेल खेलाउनु अघि खेल खेल्ने नियम राम्ररी बुझाउने । ❑ खेललाई बढी उद्देश्यमूलक र मनोरञ्जनात्मक बनाउन प्रयास गर्ने ❑ विद्यार्थीहरूले क–कसले राम्रो खेले नखेलेको रेकर्ड राख्ने । ❑ घरमा आफ्नो अभिभावकसँग पुराना खेल के के छन् र कसरी खेल्न सकिन्छ ? सोधेर आउन भन्ने ।	तातामाकोको बच्चा र माउ लठ्ठी पायुँहरू	खेल खेलाएर अवलोकन गर्ने	५

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि/ विशिष्ट उद्देश्य	विस्तृतीकरण (सिकाइ उपलब्धि र विषयवस्तु)	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित शैक्षिक सामग्रीहरू	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
१२. स्थानीय पर्यटन	१. पर्यटकीय महत्त्व बताउन	(क) पर्यटनको आवश्यकता र महत्त्व	❑ भिडियो क्लिप्स देखाई पर्यटक र पर्यटनको बारेमा छलफल गर्ने । ❑ पर्यटनको महत्त्व र आवश्यकतालाई समूहमा छलफल गराई समूह प्रस्तुतिकरण गर्न लगाउने त्यसमा नपुग भए शिक्षकले थपिदिने । ❑ ख्वपमा पर्यटक किन आउँछन् ? भनी प्रश्न गरी त्यसको कारणहरूको सूची तयार गरी छलफल गर्ने ।	– पर्यटकको फोटोहरू – चार्टहरू – भिडियो क्लिप्स	१. बालबाालिकाले पर्यटकको भूमिका निर्वाह गरिरहँदा अवलोकन गरी पृष्ठपोषण दिने ।	२
	२. पर्यटकलाई आकर्षण गर्ने क्षेत्रहरू पहिचान गर्न	(ख) पर्यटकलाई आकर्षण गर्ने क्षेत्रहरू	❑ आफू घुमेको ठाउँको बारेमा सूची बनाउन लगाउने र घुम्न जानुको कारण सोधी आफूलाई घुम्दा केले आकर्षण गरेको हो त्यसको बारेमा छलफल गर्ने । ❑ यसरी पर्यटकहरूलाई आकर्षण गर्ने तत्त्वहरू उल्लेख गर्ने । ❑ विद्यार्थीहरूलाई कुनै पर्यटकीय स्थलको भ्रमण गराउने र पर्यटक हुँदा अनुभूति गरेका कुराका आधारमा अन्य पर्यटकको आवश्यकता, चाहना, क्रियाकलाप, महत्त्व आदिको विश्लेषण गर्न लगाउने । ❑ भ्रमणपछि भ्रमणमा गरेको दिनको दैनिकी तयार गर्न लगाउने र आफ्नो अनुभव कक्षामा सुनाउन लगाउने ।	– पर्यटकलाई आकर्षण गर्ने क्षेत्रका फोटोहरू	२. भ्रमणपछि अनुभव सुनाउन लगाउने र प्रश्नोत्तर गरी मूल्याङ्कन गर्ने ।	३
	३. होमस्टेको परिचय बताउन	(ग) होमस्टे	❑ भिडियो क्लिप्स देखाउँदै छलफलबाट होमस्टे को परिचय दिने । ❑ सकिन्छ भने स्थानीय होमस्टेको अवलोकन गराई विद्यार्थीहरूलाई प्रतिवेदन तयार गराउने ।	– होम स्टेका फोटोहरू	३. होम स्टेबारे छोटो प्रश्न सोधि मूल्याङ्कन गर्ने ।	३

स्थानीय पाठ्यक्रम – २०८२

निरन्तर मूल्यांकन प्रणाली कक्षा – ७

विद्यार्थी सिकाइ उपलब्धि मूल्यांकन अभिलेख पुस्तिका

१. आन्तरिक मूल्यांकन प्रक्रियाको मुख्य उद्देश्य विद्यार्थीको सिकाइ स्तर सुधार गर्नु हो ।

२. प्रत्येक पाठको सिकाइ उपलब्धि प्राप्त गर्न विद्यार्थीहरूलाई पटक-पटक सिकाइ अवसर प्रदान गर्नुपर्दछ ।

३. सिकाइ उपलब्धि प्राप्तिको लागि कक्षाकार्य, परियोजना कार्य, प्रयोगात्मक, सामुदायिक कार्य, अतिरिक्त क्रियाकलाप, सिर्जनात्मक कार्य, गृहकार्य, परीक्षाहरू जस्ता मूल्यांकनका साधनहरूको प्रयोग गर्न सकिनेछ ।

४. आन्तरिक मूल्यांकनको प्रमाणिक मूल्यांकन गर्न अवलोकन, रुजुसूची र कार्यसञ्चयिकालाई समावेश गर्नुपर्नेछ ।

५. कक्षा ४ र ५ को लागि आन्तरिक मूल्यांकन ५० प्रतिशत भार तथा अन्तिम परीक्षाको नतिजाका आधारमा ५० प्रतिशत भार निर्धारण गरी अन्तिम मूल्यांकन गर्नुपर्ने छ ।

६. आन्तरिक मूल्यांकनको सामान्य आधार निम्नानुसार हुनेछः

क्र.सं.	मूल्यांकनका आधार	अंकभार
१.	कक्षा सहभागिता र सिकाइ सक्रियता	४
२.	मुख्य सिकाइ उपलब्धिमा विद्यार्थीको सिकाइ स्तर	२०
३.	प्रयोगात्मक कार्य, परियोजना कार्य वा अन्य क्रियाकलाप	१६
४.	एकाइ परीक्षा वा अन्य परीक्षा	१०
	जम्मा	५०

वार्षिक परीक्षा निम्नानुसार हुनेछ :

विशिष्टिकरण तालिका

कक्षा : ७ पूर्णांक : ५०

विषय : स्थानीय पाठ्यक्रम समय : २ घण्टा

<table>
<tr><th rowspan="2">इकाइ</th><th rowspan="2">पाठ्यभार</th><th colspan="2">अति छोटो</th><th colspan="2">छोटो</th><th>लामो</th><th rowspan="2">जम्मा प्रश्न संख्या (Total Q)</th><th rowspan="2">जम्मा अंक भार (Weightage)</th></tr>
<tr><th>ज्ञान (K)</th><th>बोध (U)</th><th>बोध (U)</th><th>सीप (S)</th><th>उच्च दक्षता (HA)</th></tr>
<tr><td>१</td><td>५</td><td>१(१)</td><td></td><td rowspan="2">१(१)</td><td></td><td rowspan="2">१(५)</td><td rowspan="2">४</td><td rowspan="2">१०</td></tr>
<tr><td>२</td><td>८</td><td></td><td>१(३)</td><td></td></tr>
<tr><td>३</td><td>१३</td><td></td><td>१(१)</td><td></td><td></td><td>१(५)</td><td>२</td><td>६</td></tr>
<tr><td>४</td><td>१५</td><td>१(१)</td><td></td><td></td><td>१(३)</td><td></td><td>२</td><td>४</td></tr>
<tr><td>५</td><td>१२</td><td></td><td></td><td>१(३)</td><td></td><td></td><td>१</td><td>३</td></tr>
<tr><td>६</td><td>२०</td><td>१(१)</td><td></td><td></td><td rowspan="2">१(३)</td><td rowspan="2">१(५)</td><td rowspan="2">४</td><td rowspan="2">१२</td></tr>
<tr><td>७</td><td>१०</td><td></td><td>१(३)</td><td></td></tr>
<tr><td>८</td><td>१३</td><td>१(१)</td><td></td><td></td><td rowspan="2">१(३)</td><td rowspan="2">१(५)</td><td rowspan="2">४</td><td rowspan="2">१०</td></tr>
<tr><td>९</td><td>१४</td><td>१(१)</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>१०</td><td>५</td><td rowspan="3">१(१)</td><td></td><td rowspan="3">१(१)</td><td rowspan="3">१(३)</td><td></td><td rowspan="3">३</td><td rowspan="3">५</td></tr>
<tr><td>११</td><td>५</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>१२</td><td>८</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>जम्मा</td><td>१२८</td><td>६</td><td>७</td><td>५</td><td>१२</td><td>२०</td><td>२०</td><td>५०</td></tr>
</table>

प्रश्नको किसिम	प्रश्न संख्या	अंक
लामो उत्तर आउने प्रश्न	४	४ x ५ = २०
छोटो उत्तर आउने प्रश्न	७	७ x ३ = २१
अति छोटो उत्तर आउने प्रश्न	९	९ x १ = ९
जम्मा	२०	५०

गुँला बाजा बजाइँदै

गुँला बाजा बजाइँदै

दीपंकर बुद्ध परिक्रमा

पञ्चदान