

स्थानीय पाठ्यक्रम, २०७५

कक्षा १-८



बुटवल उपमहानगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

बुटवल

"सबल आर्थिक केन्द्र, समुन्नत बुटवल"



स्थानीय पाठ्यक्रम २०७६

पृष्ठभूमि

शिक्षा प्रणाली सामाजिक व्यवस्थाको एउटा उप-प्रणाली हो। यसले समाजलाई प्रत्यक्ष प्रभाव पार्दछ र आफू पनि प्रत्यक्ष प्रभावित हुन्छ। यही कारण समाज अनुकूल शिक्षा प्रणालीमा उपयुक्त शिक्षा प्रणालीले समाजको परिवर्तन र विकासमा समेत महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउँछ। शिक्षा प्रणाली समय सन्दर्भ र राष्ट्रिय परिवेशको आधारमा आवश्यक जनशक्ति उत्पादन गर्न राष्ट्रले अँगालेको शैक्षिक गतिविधि हो। राष्ट्रिय उद्देश्य अनुरूप शैक्षिक गतिविधिलाई अगाडि बढाउन पाठ्यक्रमको आवश्यकता पर्दछ। पाठ्यक्रम भनेको विद्यालयद्वारा शैक्षिक उद्देश्य प्राप्तिका लागि सञ्चालन गरिने योजना तथा कार्यक्रम हो। यसरी हेर्दा विद्यालयभित्र वा बाहिर निश्चित लक्ष्य र उद्देश्य प्राप्तिका लागि विशिष्ट उद्देश्य, सम्भावित शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया र मूल्याङ्कन समेटिएको कार्यक्रम नै पाठ्यक्रम हो।

शिक्षा गतिशील हुन्छ यसले समाजको आवश्यकता राज्यले अङ्गीकार गरेको विशिष्ट राजनैतिक सोचको प्रतिविम्ब पाठ्यक्रममा मुखरित भएको हुन्छ। नेपालमा शिक्षा विकासको सन्दर्भ कोट्याउँदा रा.शि.प.यो २०२८ ले विधिवत विकासक्रमको गोरेटो पहिल्याएको यथार्थ हाम्रा अगाडि प्रष्ट छ। समय समयमा शिक्षा सुधारका निम्ति २०३८, २०४९, २०५५ मा गठन भएका आयोगका प्रतिवेदनका आधारमा समसामयिक सुधार हुँदै आइरहेको सन्दर्भ उल्लेखनीय हुन आउँछ। मुलुकमा आएको राजनैतिक परिवर्तन अनुसार राज्यले निक्यौल गरेको नागरिक उत्पादन गर्न शिक्षाका समग्र उद्देश्यमा आवश्यकता अनुसार परिमार्जन भै समय सापेक्ष सुधारका गोरेटाहरू कोरिने क्रम जारी छ। हाल लोकतान्त्रिक गणतान्त्रात्मक नेपालको स्थानीय सरकारले व्यवस्थापन गरिरहेको सन्दर्भमा नेपालको संविधानद्वारा प्रदत्त अधिकारको आधारमा शिक्षाले स्थानीय सरोकारवालाहरूसँग सहकार्य गर्दै उनीहरूकै चाहाना र सहभागितामा स्थानीय पुरातात्विक, ऐतिहासिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, पर्यटकीय स्थलहरू तथा सेरोफेरोमा महत्त्वपूर्ण स्थल एवं वस्तुहरूको जानकारी बिना शिक्षा अधुरो रहने यथार्थलाई आत्मसात गरेर बुटवल उपमहानगरपालिकाले आधारभूत तहको स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको निम्ति एउटा कार्यदल गठन गरी मिति २०७५/०९/०२ मा कार्यदललाई जिम्मेवारी सुम्पिएको हो। यो कार्यदलले आधारभूत तहको स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गर्ने सन्दर्भमा निम्नानुसारका विशेषताहरू अवलम्बन गरी कार्य सम्पादन गर्ने प्रयास गरेको छ।

- केन्द्रीय पाठ्यक्रमले समेट्न नसकेका र स्थानीय आवश्यकताको आधारमा वर्तमान अवस्थामा प्रयोगमा ल्याइएका आधारभूत तहका सामाजिक र नेपाली विषयका पाठ्यक्रमहरूको सत्यापन verification गरी आवश्यकता अनुसार विषयवस्तु छनौट गरी तहगत उद्देश्य निर्धारण गरिएको छ।
- धार्मिक सांस्कृतिक विविधता भित्रको एकता बुटवल उपमहानगरपालिका भित्रको सौन्दर्यलाई प्राथमिकताका साथ पाठ्यक्रममा उठाइएको छ।
- बुटवल र आसपासका क्षेत्रहरू पर्यटकीय आकर्षक केन्द्रको रूपमा रहे तापनि उचित प्रसार प्रसारको अभावमा ओभेलमा परेको हुँदा जितगढी किल्ला, नुवाकोट किल्ला, हिलपार्क, पिसपार्क, मणिमुकुन्द उद्यान लगायतका सुन्दर पर्यटकीय स्थानहरूलाई पाठ्यक्रममा महत्त्वपूर्ण स्थान दिइएको छ।
- हाम्रो संस्कृति र सभ्यता तथा जनताका आस्थाको रूपमा रहेका विभिन्न धार्मिक धामहरूलाई पाठ्यक्रमको स्तम्भको रूपमा ग्रहण गरिएको छ।
- बुटवल नगर र सेरोफेरोका मठ मन्दिर ताल तलैया गुम्बा मस्जिद गुरुद्वारा चर्च आदिका आदर्शनलाई पाठ्यक्रमले अङ्गीकार गरेको छ।



- योग र प्राकृतिक चिकित्सा मानव स्वास्थ्यको निम्ति अनिवार्य आवश्यकता बन्न पुगेको आजको सन्दर्भमा पाठ्यक्रममा यिनीहरूलाई आत्मसात गरिएको छ ।
- रामापिथेकस मानवावशेष क्षेत्रको प्रगति ऐहासिक तथ्यलाई पाठ्यक्रममा उचित स्थान दिइएको छ ।
- नैतिक शिक्षा हाम्रो परम्परागत मूल्य र मान्यताहरूलाई पाठ्यक्रममा समावेश गरिएको छ ।
- समाष्टिगत रूपमा बुटवल उपमहानगरपालिका अन्तर्गतका विद्यालयहरूबाट आधारभूत तह उत्तीर्ण विद्यार्थीले आन्तरिक वा बाह्य पर्यटकहरूलाई मार्गदर्शन गर्न सक्ने गरी पाठ्यक्रमको व्यवस्थापन गर्ने जमर्को गरिएको छ ।

केन्द्रीय पाठ्यक्रमले स्थानीय आवश्यकता र विषयवस्तु समेट्न नसकिरहेको वास्तविकताका आधारमा स्थानीय पाठ्यक्रम व्यवस्था गरिएको हो । पाठ्यक्रम निर्माण कार्य प्राज्ञिक मात्र नभएर प्राविधिक पनि हो । त्यसैले यो पाठ्यक्रम निर्माण गर्दा निम्न प्रक्रिया अपनाइएको छ :-

- बुटवल र यस अन्तर्गतका विषयवस्तुको आवश्यकता पहिचान तथा प्राथमिकीकरणको निम्ति प्रश्नावली तयार गरी जनप्रतिनिधि, समाजसेवी, प्राध्यापक शिक्षक, विद्यार्थी, धार्मिक सांस्कृतिक संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरूसँग प्रश्नावली भराई अध्ययन गरी विषयवस्तुको प्राथमिकीकरण गरिएको छ ।
- विभिन्न ठाँउको अध्ययन भ्रमण अन्तर्क्रिया भेटघाट छलफलबाट प्राप्त जानकारीलाई भरपुर उपयोग गरिएको छ ।
- पाठ्यक्रम बालमनोविज्ञानमा आधारित हुन्छ भन्ने मान्यताका आधारमा तयार गर्ने प्रयास गरिएको छ ।
- बालबालिकाको उमेर कक्षा र तहगत रूपमा सिकाइस्तर फरक हुने हुँदा सो कुराको ख्याल गरी यसलाई तयार गर्ने प्रयास गरिएको छ ।
- छलफल, प्रश्नावली र अन्तर्क्रियाको आधारमा पाठ्यक्रमले निम्न लिखित क्षेत्रलाई मुख्य विषयवस्तु बनाएको छ :-

- १ बुटवलको सेरोफेरो
- २ पर्यटकीय स्थलहरू
- ३ हाम्रो संस्कृति
- ४ हाम्रो आस्था
- ५ संघसंस्थाहरू
- ६ योग
- ७ प्राकृतिक चिकित्सा तथा जडीबुटी ।

पाठ्यक्रममा सुधार निरन्तर रूपमा चलिरहने प्रक्रिया हो । समय सन्दर्भ अनुसार यसलाई अझ बढी प्रभावकारी बनाउँदै लैजान शिक्षासँग सम्बद्ध विद्वान सरोकारवाला जनसमुदायहरूको रचनात्मक सुझावको अपेक्षा गर्दै स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको निम्ति यो कार्यदललाई जिम्मेबारी सुम्पनु भएकोमा नगर प्रमुख एवं बुटवल उपमहानगरपालिकालाई हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौ ।

स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदल
बुटवल उपमहानगरपालिका



शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्य :

पाठ्यक्रममा व्यवस्था भए अनुसार शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्

- १- प्रत्येक व्यक्तिमा अन्तर्निहित प्रतिभा र व्यक्तित्व विकासका सम्भावनाहरूलाई प्रस्फुटित गर्न सहयोग गर्ने ।
 - २- प्रत्येक व्यक्तिमा निहित सार्वभौम मानवीय मूल्यका साथै राष्ट्रिय संस्कृति र अस्मिता सामाजिक मान्यता र आस्थाहरूको सम्बर्धन गरी जीवन्त अनुभवहरू समेट्दै स्वस्थ, सामाजिक तथा सामूहिक जीवन पद्धतिको विकास गर्न चरित्रवान एवं नैतिकवान नागरिक तयार गर्ने ।
 - ३- स्थानीय र राष्ट्रियस्तरका पेसा व्यवसाय एवं रोजगारीका साथै आवश्यकता अनुसार अन्तर्राष्ट्रिय रोजगारतर्फ उन्मुख उत्पादनमुखी र सीपयुक्त नागरिक तयार गर्न सहयोग गर्ने ।
 - ४- व्यक्तिको सामाजिकीकरणमा सहयोग गर्दै सामाजिक एकतालाई सुदृढ बनाउने ।
 - ५- समाजको आधुनिकीकरणमा सहयोग गरी देश निर्माणको निमित्त मानव संसाधनको विकास गर्ने ।
 - ६- प्राकृतिक वातावरण र राष्ट्रिय सम्पदाको संरक्षण सदुपयोग गर्न सहयोग गर्दै पर्यटक प्रवर्धनमा सहयोग गर्ने नागरिक तयार गर्ने ।
 - ७- सामाजिक समानता र न्यायबारे चिन्तन गर्दै तदनुसारको आचरण विकास गर्ने र समावेशी समाज निर्माणमा मद्दत गर्ने ।
 - ८- स्थानीय राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय परिवेश अनुसार शान्ति, मैत्री, सद्भाव सहिष्णुता र विश्व बन्धुत्वको भावनाको विकास गरी तदनुरूपको आचरण गर्ने गराउने र हरेक प्रकारका द्वन्द्व व्यवस्थापनको लागि सक्षम नागरिक तयार गर्ने ।
 - ९- आधुनिक सूचना प्रविधिसँग परिचित भई त्यसको प्रयोग गर्न सक्ने विश्व परिवेश सुहाउँदा दक्ष जनशक्ति तयार गर्ने ।
 - १०- राष्ट्र, राष्ट्रियता, लोकतन्त्र, मानव अधिकार प्रति सम्मान गर्ने समालोचनात्मक तथा रचनात्मक सोच भएका मितव्ययी, स्वाभिमानी तथा अरूलाई सम्मान गर्ने र आफू नेपाली भएकोमा गौरव गर्ने नागरिक तयार गर्ने ।
 - ११- नेपाली कला सौन्दर्य आदर्श तथा वैशिष्ट्यहरूको संरक्षण, संवर्धन र विस्तारतर्फ अभिप्रेरित नागरिक तयार गर्न मद्दत गर्ने ।
 - १२- प्राकृतिक एवं दैवी प्रकोपप्रति सचेत रही सम्भावित जोखिम न्यूनीकरण गर्न सक्षम नागरिक तयार गर्ने ।
 - १३- चार वर्ष उमेर पूरा नभएका बालबालिकाहरूलाई बाल विकास केन्द्रबाट शारीरिक मानसिक वा बौद्धिक संवेगात्मक र सामाजिक विकाससम्बन्धी शिक्षा दिन सकिने छ भने चारवर्ष पूरा भइसकेका बालबालिकालाई एक वर्षको पूर्व प्राथमिक शिक्षा प्रदान गरिने छ । विद्यालय शिक्षा प्रारम्भिक बाल विकासदेखि १२ कक्षासम्म हुनेछ । यस प्रकारको शिक्षालाई निम्नानुसार व्यवस्थित गरिने छ ।
- (क) आधारभूत तह (प्रारम्भिक बाल शिक्षादेखि कक्षा ८ सम्म)
- (ख) माध्यमिक तह (कक्षा ९ देखि १२ कक्षासम्म) ।



स्थानीय पाठ्यक्रम आधारभूत तह कक्षा (१-८) को तहगत सक्षमता

- बुटवल र आसपासका पर्यटकीय स्थलहरू जितगढी नुवाकोट किल्ला, मणिमुकुन्दसेन उद्यान, रामापिथेकस मानवावशेष क्षेत्र, नरैनापुर मन्दिर मेला, विश्व शान्तिको पर्यायबाची क्षेत्र लुम्बिनी, पिस पार्क, मिलन पार्क, हिल पार्क तथा जगदीशपुर तालको परिचय, महत्त्व र जानकारी ।
- स्थानीय जात-जाति तथा संस्कृति सम्बन्धी जानकारी ।
- विभिन्न धार्मिक धामहरू : सिद्धबाबा धाम, मुक्तिनाथ धाम, नीलकण्ठ धाम, बोलबम धामको परिचय, महत्त्व र जानकारी ।
- बुटवलस्थित मुख्य मुख्य सामाजिक संघ संस्थाहरू बुटवल उद्योग वाणिज्य संघ, रुपन्देही व्यापार संघ, लायन्स क्लब, रोटरी क्लब, लियो क्लब आदिको जानकारी ।
- वर्तमान सन्दर्भमा लोकप्रिय हुँदै गएको प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिको जानकारी ।
- स्थानीय जडीबुटीको परिचय र यसको महत्त्व ।
- बुटवलको नामकरण इतिहास, भूगोल र व्यापारिक केन्द्रको रूपमा बुटवलको परिचय र महत्त्व ।
- योगको परिचय, महत्त्व र योगक्रियाको अभ्यास ।

स्थानीय पाठ्यक्रमसँग सम्बन्धित अङ्कहरू

- १- परिचय तथा प्रारूप
- २- सिकाइ उपलब्धी/ विशिष्ट उद्देश्य
- ३- विषयवस्तुको क्षेत्र तथा क्रम
- ४- विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
- ५- सम्भावित शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया
- ६- सम्भावित विद्यार्थी मूल्याङ्कन प्रक्रिया



क्षेत्र तथा उम्र तालिका

क्षेत्र	कक्षा १	कक्षा २	कक्षा ३	कक्षा ४	कक्षा ५	कक्षा ६	कक्षा ७	कक्षा ८
बुटवलको सेरोफेरो	अग्लो ठाँउ होचो ठाँउ समतल ठाँउ	हिमाल, पहाड, तराई	बैठहवा, गैडहवा र गजेडी ताल	तिलौराकोट शुद्धोवनको दरवार बुद्धमावली भवानीपुर देवदह	बुटवल एक व्यापारिक केन्द्र बढ्दो शहरीकरण	तिनाउको सभ्यताको महत्व	बुटवलको हावा पानी र जनजीवन	बुटवलको अवस्थिति, चुरे पहाड यसको महत्व र संरक्षण
हाम्रा पर्यटन स्थलहरू	सफा ठाँउ र फोहर ठाँउ, हाम्रा देशका मानिसहरू, अन्य देशका मानिसहरू	मेलामा जाने हेर ठाउँको नाम भन्ने	को हुन पर्यटकहरू मिलन पार्क	पर्यटन आम्दानीको स्रोत नौनापुर शिवरात्री मेला जितगाढी किल्ला	पर्यटन हाम्रो गौरव लुम्बिनी	जगदीशपुर ताल हिल पार्क	रामापथेक्स मानवावशेष क्षेत्र, जुवाकोट किल्ला मणिमुकुन्द सेन उद्यान	
हाम्रो धर्म र संस्कृति	नयाँ ठाउँमा जाने, नाच्ने गाँउने, मिठो खाने,	संख्यामा होऊ खेलमुसो बिरालो खेल	हाम्रा रमाइला दिनहरू तीज ईद	संस्कृति गाइजात्रा ल्होसार,	सांस्कृतिक समावेशी बडकी आइतबार होली	हाम्रो सांस्कृतिक विशेषता रक्षाबन्धन ५७	हाम्रो सभ्यता	मणिमुकुन्द सेन उद्यान, माघी, म्हेरुजा
हाम्रो आस्था	आफ्नो र साथीको नाम घर, छिमेकको नाम भन्ने	परिवारका सदस्यको नाम, परिवारका सदस्यको काम पारिवारिक सहयोग	गर्नुहुने र गर्नुहुने (Does and donts)	हिन्दू धर्मका १६ संस्कार	बौद्धधर्म	इस्लाम धर्म	क्रिश्चियन धर्म	लोकायत दर्शन
संघ संस्थाहरू	मेरो घरका परिवारहरू साथीको घरपरिवार	बाबाले काम गर्ने ठाउँ, ज्यामी काम गर्ने मानिसहरू	नेपाल रेडक्रस, स्काउट	आमा सपूह, परिवार नियोजन संघ, नेपाल पत्रकार महासंघ	बुटवल ट्रेकिङकल इन्स्टिच्यूट, नेपाल कोरिया प्रशिक्षण केन्द्र, प्राविधिक अस्पताल	रोटरी क्लब, लायन्स क्लब, जेसिस रुपन्देही, लियो क्लब	बुटवलका विशेष विद्यालयहरू	धार्मिक संघसंस्था नीलकण्ठ धाम, मुक्तिनाथ धाम, सिद्धबाबा धाम, बोलबम धाम
योग	हास्ने बस्ने उठ्ने खेल्ने	कवाज व्यायाम	योगका फाइदाहरू	योगका सामान्य नियमहरू, प्राणायाम	योगको प्रकार योगको समय	केही योगासनको परिचय महत्व र अभ्यास	केही योगासनको परिचय महत्व र अभ्यास	केही योगासनको परिचय महत्व र अभ्यास
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति एवम् जाडिबुटी	प्राकृतिक जाडिबुटीको पहिचान गरी नाम भन्ने	प्राकृतिक जाडिबुटीको पहिचान गरी नाम भन्ने	प्राकृतिक जाडिबुटीको पहिचान गरी नाम भन्ने	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिको परिभाषा र विशेषता जाडिबुटी	खानपिन र उपवास जाडिबुटी	माटोद्वारा उपचार, जलद्वारा उपचार, जाडिबुटी	वायुद्वारा उपचार, चुम्बकद्वारा उपचार जाडिबुटी	एक्युपच्युर, एक्युप्रेसर



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण

कक्षा १

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
बुटवलको सरोफेरो	ठाउँ हेरेर अग्लो, होचो र समतल भूमि छुट्याउन	अग्लो ठाउँको पहिचान, होचो ठाउँको पहिचान, समतल भूमिको पहिचान	शिक्षकले बालबालिकाहरूलाई नजिकको अग्लो ठाँउमा लैजाने र अग्लो ठाँउमा आएको कुरा बताउने । अग्लो ठाँउमा आउँदा कस्तो लाग्यो प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा छलफल गरी बालबालिकाहरूलाई स्पष्ट पारिदिने । तिनै बालबालिकाहरूलाई समतल भूमिमा लैजाने र कस्तो लाग्यो भन्न लगाउने । छलफलमा सबै बालबालिकाहरूलाई सरिक गराउने प्रयास गर्ने, भन्न उत्प्रेरित गर्ने, हौसला दिने, समतलभूमिको जानकारी गराउने । एवम् रीतले होचो ठाँउमा बालबालिकाहरूलाई लैजाने होचो ठाँउमा आउँदा कस्तो लाग्यो ? बालबालिकाहरूसँग छलफल कुराकानीका साथ स्पष्ट गरिदिने ।	अग्लो ठाँउलाई के भनिन्छ ? समतल भूमिलाई के भनिन्छ ? होचो ठाँउ भनेको कस्तो ठाँउ हो ?	८
हाम्रा पर्वत स्थलहरू	कक्षाभित्र र बाहिरका सफा ठाउँ र मैला ठाँउ छुट्याउन	सफा र मैलाको अवधारणा, सफा ठाउँ र फोहर ठाउँ, सफा कक्षा, फोहर कक्षा, कक्षा बाहिरको सफा र फोहर ठाउँ ।	सफा बालबालिका र मैला बालबालिकाको तस्वीर प्रस्तुत गर्ने । कुन राम्रो लाग्छ ? प्रश्न गर्ने । कक्षा सफा रहे नरहेको प्रश्न गर्ने । कक्षा बाहिर अवलोकन गर्न लगी उनीहरूलाई नै सफा र मैला छुट्याउन लगाउने ।	कुन चित्र सफा छ ? कुन चित्र मैला छ ? कक्षा बाहिर कुन ठाउँ सफा छ ? कक्षा बाहिर कुन ठाउँ मैला छ ?	८
हाम्रो मानिस चित्र हेरी भन्न	हाम्रो देशको मानिस चित्र हेरी भन्न	नेपाली पहिरनका मानिसका पहिचान ।	नेपाली पहिरनका मानिसहरूको तस्वीर टाँस्ने र को हुन् ? सोध्ने । उपयुक्त शब्दोच्चारण गर्ने गराउने । चित्र देखाई पुरुष, महिला को हुन् सोध्ने र लिङ्गसमेतको जानकारी दिने ।	तस्वीरमा देखाइएका मानिसहरू को हुन् ? को पुरुष र को महिला हो ? उनीहरूले लगाउने कुनै एक दुई लुगाको नाम के हो ? सोध्ने ।	८
अर्को देशका मानिस चित्र हेरी भन्न	अर्को देशका मानिस चित्र हेरी भन्न	शरिथरिका विदेशी नागरिकहरूका चित्रको आधारमा पहिचान ।	शरिथरिका मानिसहरूका चित्र प्रस्तुत गर्ने । चित्रका कुराहरू भन्न लगाउने । चित्रको विषयमा छलफल गर्ने वातावरण तयार गर्ने । आपसमा चित्रको विषयमा छलफल गर्न अभिप्रेरित गर्ने । विदेशी शब्दोच्चारण गर्ने लगाउने ।	चित्रमा के देखाइएको छ ? यी मानिसहरू देशी विदेशी को होला ? विदेशी कस्ता मानिसलाई भन्दछन् ? “विदेशी” शब्द भन ।	८
हाम्रो संस्कृति	आफू घरेलू बाहिर कहाँ गएको हो भन्न	नजिक र टाढाको ठाउँ । घरेलू परको ठाँउको पहिचान । घरबाट पर जाँदाको रमाइलो अनुभव ।	नजिक र टाढाको दृश्य भएको चित्र देखाउने । नजिक टाढा रहेका बस्तुहरू बताउने । घरेलू पर गए नगएको भन्न लगाउने । परजाँदा हुने रमाइलोको अनुभव भन्न लगाउने ।	चित्रमा कुन टाढा छ ? चित्रमा कुन नजिक छ ? घरेलू पर को को गएका छौ ? घरबाहिर अलि पर जाँदा रमाइलो हुन्छ कि नरमाइलो ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	शिक्षकले दिएको सजिलो बाल गीत गाउन र बाल नृत्यमा रमाउन ।	सजिला सजिला बाल गीत र नाच ।	शिक्षकले बाल गीत गाउने । कसले गाउँछ भनी बालबालिकालाई सोधी इच्छुकलाई गाउन लगाउने । दुइजनालाई सँगै गाउन लगाउने । सामूहिक रूपमा गाउन लगाउने । शिक्षक स्वयम् नाच्ने र नाच चाहनेलाई नचाउने नाच लगाउने ।	गीत गाउन जान्दछौ ? एउटा आफूले जानेको गीत सुनाऊ । हुबै जनाले सँगै गाऊ है । तिमी नाच जान्दछौ ? साथीसँगै नाच ल । नाच गान हेरेर शिक्षकले मूल्याङ्कन गर्ने ।	??
	मिठो चोखो खाने उरसवको नाम भन्ने ।	मिठो र नमिठो खाने कुरा, मिठो खान पाइने मेला पर्वहरू	शिक्षकले मिठो र नमिठो खाद्यवस्तुका तस्बिर प्रस्तुत गर्ने । कुन कुन मिठो हुन्छ छुट्याउन लगाउने । जन्मोत्सवको दिन कस्तो खाना खाने गरिन्छ ? बताउने । अरु कुन कुन दिनमा खानामा मिठो परिकारहरू बनाएर खाने कोशिस गर्दछौ बताउने ।	तीन वटा मिठो खाने कुराको नाम भन जन्मोत्सवमा के के खाने गरेका छौ ? अरु कुन कुन दिनमा राम्रो मिठो खान पाइन्छ ?	७
हाम्रो आस्था	आफ्नो नाम बताउन	आफ्नो पूरा नाम र छोटकरी नाम	शिक्षकले कुनै विद्यार्थीको नाम भन्ने र उठ्न लगाउने । आआफ्नो नाम भन्न लगाउने । पुरा नाम भन्न प्रोत्साहित गर्ने : विश्वास वि. क. गीता चौधरी । द्रष्टव्यः नाम समावेशीताको आधारमा सोध्नु पर्ने छ ।	तिम्रो नाम के हो ? तिम्रो पूरा नाम केहो ?	७
	आफ्नो गाँउको नाम भन्ने	आ-आफ्नो गाँउको नामको जानकारी ।	शिक्षकले गाँउको चित्र प्रदर्शन गर्ने । चित्रमा के के देखिन्छ बालबालिकालाई सोध्ने । शिक्षकले गाँउको नाम बताईदिन बालबालिकालाई ३/४ पटक उच्चारण गर्न लगाउने । अलग अलग बिद्यार्थीलाई आ-आफ्नो गाँउको नाम भन्न उत्प्रेरित गर्ने ।	चित्रमा के के देखिएको छ ? यो चित्र कुन गाँउको हो ? आफ्नो गाँउको नाम भन । तिम्रो साथी श्यामको गाँउको नाम भन ।	७
संघ संस्थाहरू	आफ्नो घरमा भएका पारिवारिक नाता बताउन ।	आफ्नो घरमा पारिवारिक एक अर्काबिचको पारिवारिक नाता	शिक्षकले आफ्नो परिवारमा भएका सबै सदस्यहरू बालबालिकाले बुझ्ने गरी बताईदिने । शिक्षकले कुनै जानेका बालबालिकाको परिवारका सदस्यहरू बताईदिने बालबालिकाहरूलाई उनको परिवारमा को को छन् भनी सोध्ने ? एक अर्का बिचको नाता सम्बन्ध बताईदिने : बाबु छोरी, दिदी भाइ, काका, काकी आदि ।	तिम्रो घरमा को को हुनुहुन्छ भन । तिम्रो दाजुले आमालाई के भन्नु हुन्छ ?	७
	साथीको घरमा भएका पारिवारिक सदस्य बताउन	साथीको बाबा आमाको परिचय, साथीको एक दुईवटा पारिवारिक नाता	शिक्षकले एकजना विद्यार्थीलाई लक्षित गरी तिम्रो घरमा ठूलो मान्छे आमा, बाबा हुनुहुन्छ भनी सोध्ने ? आमा र बाबालाई पटक पटक उच्चारण गर्न लगाउने । बालबालिकालाई साथीको घरमा को को हुनुहुन्छ भनी सोध्न लगाउने । साथीका नाताहरू भन्न लगाउने ।	साथीको घरमा को को हुनुहुन्छ ? साथीले आफ्ना घरका सदस्यहरूलाई के के भनी बोलाउछन् ?	८



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/ विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
योग	अभिनयमा हौंसो अभ्यास गर्न	योग अभिनयको जानकारी, अभिनयमा बालबालिकाको अभिनयात्मक प्रतिक्रिया हौंसो	शिक्षकबाट एक बालहास्य अभिनय छोटो प्रस्तुत गर्ने। बालबालिकालाई अभिनय गर्न अभिप्रेरित गर्ने। अभिनय गर्न चाहाने बालबालिकालाई अनुकूल वातावरण बनाइदिने। शिक्षकले अभिनयको आधारमा हौंसो प्रस्तुत गर्ने। विद्यार्थीको हौंसोलाई अभिप्रेरित गर्ने।	शिक्षकले अवलोकनको आधारमा विद्यार्थीको हौंसोको मूल्याङ्कन गर्ने।	८
	उद्बस क्रिया सहजै गर्न	निर्देशानुसार उठ्ने र बस्ने, छिटो छिटो उठ्ने र बस्ने, क्रमिक रूपमा उद्बसको बारम्बारता वृद्धि।	शिक्षक स्वयंले कक्षा अगाडि उठ्ने बस्ने गरेर देखाउने। बालबालिकालाई उद्बस गर्न लगाई अभ्यास गर्न लगाउने। छिटो छिटो उद्बस गर्न लगाउने। उद्बसको बारम्बारतामा वृद्धि गराउने।	प्रत्येक बालबालिकाले उद्बस गरेको अवलोकन गरेर मूल्याङ्कन गर्ने। छिटो छिटो उद्बस गर्न सके नसकेको अवलोकन विधिबाट मूल्याङ्कन गर्ने।	८
	सरल बाल खेलमा भाग लिन	रमाल लुकाउने खेल। अन्य बालोचित सरल खेल।	शिक्षकले सबै बालबालिकाहरूलाई कक्षा बाहिर चउरमा गोलाकार रूपमा बस्न सहजीकरण गर्ने। खेलको सामान्य नियम बताइदिने। रमाल लुकाउने खेल खेलाउने। अन्य समय सन्दर्भ र स्थानीय तहमा प्रचलित बालोचित खेल खेलाउने।	अवलोकन विधिबाट बालबालिकाले खेल खेल्न सके नसकेको हेरी मूल्याङ्कन गर्ने।	८
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडिबुटी	प्राकृतिक जडिबुटीहरू पहिचान गरी तिनको नाम उच्चारण गर्ने।	नजिकका स्थानीय तहमा उपलब्ध हुने जडिबुटीको पहिचान।	शिक्षकले स्थानीय तहमा उपलब्ध हुने जडिबुटीहरू : घोडापत्रे, अपामार्ग, बोभो, घ्यूकुमारी आदि हुने स्थानमा बालबालिकालाई चिनाउने र नाम भन्न लगाउने। अभ्यास स्वरूप अलग अलग बालबालिकालाई निश्चित जडिबुटी देखाई नाम भन्न लगाउने र अभ्यास समेत गराउने।	घ्यूकुमारी कस्तो आकारको हुन्छ? तिमिले जानेका कुनै ३ वटा जडिबुटीको नाम भन।	११

जम्मा १२८



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण

कक्षा २

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
बुटवलको सेरोफेरो	नक्सा हेरेर हिमाल पहाड र तराई क्षेत्र छुट्याउन	हिमालको परिचय, पहाडको परिचय, तराईको परिचय।	नेपालको प्राकृतिक नक्सा प्रदर्शन गरी हिमरेखाभन्दा माथिको हिउँले ढाकेको भागलाई हिमाल भनिन्छ भनी जानकारी दिने। वालबालिकाहरूलाई प्राकृतिक नक्सामै आधारमा पहाड कहाँ छ छलफल गर्ने। कस्तो ठाँउलाई पहाड भनिन्छ प्रश्नोत्तर विधिबाट स्पष्ट पार्ने। हामी अहिले बसिरहेको ठाँउ कस्तो ठाँउ हो? समतल भूभाग हामी बसेकै ठाँउ तराई हो भनी बताउँदै प्राकृतिक नक्सामा संकेत गर्ने।	हिउँले ढाकेको ठाँउलाई के भनिन्छ ? नक्सामा पहाड कहाँ छ ? देखाउन सक्छौ ?	८
हाम्रा पर्यटन स्थलहरू	मेलामा जाँदा सामान्य सतर्कताका कुरा बताउन।	नजिकको मेलामा जाँदा अपनाइने होशियारी।	शिक्षकले हाटबजार या प्रदर्शनीमा मेलामा जाँदा अपनाउनु पर्ने कुराहरू प्रश्नोत्तर विधिबाट बालबालिकालाई स्पष्ट पार्ने। अलग अलग बालबालिकाहरूलाई मेलामा जाँदा अपनाउनु पर्ने होशियारीका कुरा भन्न लगाउने। नजिकको बजार या प्रदर्शनीमा लैजाने। बजार या प्रदर्शनीमा भएका कुराहरूबारे छलफल गराउने।	बजार या मेलामा जाँदा अपनाउन पर्ने सतर्कताका कुराहरूमध्ये कुनै ३ वटा बताउ। बजारमा आमा बाबु साथीभाईहरूको वास्ता नगरीकन हिँड्दा के हुन सक्छ ? बजारमा सबैभन्दा राम्रो बस्तु कुन लाय्यो ?	९
	प्राकृतिक नक्सा हेरेर अल्तो, होचो र समथर ठाउँ बताउन।	प्राकृतिक नक्सामा अल्तो, होचो र समथर ठाउँको पहिचान।	शिक्षकले बालबालिकाहरूलाई प्राकृतिक चूला नक्सा देखाउने र के देखिन्छ सोध्ने ? अल्तो हिमाल पहाड र समथर भूमिको राम्ररी परिचय दिने। नक्सामा समथर ठाउँ, हिमाल जंगल कहाँ कहाँ छन् ? बालबालिकाहरूलाई प्रश्न गरी उत्तर खोज्ने प्रयास गर्ने।	नक्सामा के के देखियो ? कस्तो ठाँउ बढी स्माइलो लाग्छ ? हिमाल कुन हो बताउ ? पहाड कुन हो बताउ ?	९
	पहिरनको आधारमा हिमाली, पहाडी र मधेशी मानिसहरू बताउन।	नक्सामा देखाइएको भौगोलिक फरक पहिरनको आधारमा हिमाली, पहाडी र मधेशी पहिचान। बाक्ला लुगा निरन्तर लगाउने मानिसहरूको पहिचान।	हिमाली पहाडी र मधेशी पहिरन भएको भौगोलिक नक्सा प्रदर्शन गर्ने। सबैभन्दा अल्तो ठाउँमा बस्ने मानिसलाई के भनिन्छ ? बालबालिकालाई सोध्ने। बिचको भागमा बस्ने मानिसलाई के भनिन्छ ? सोध्ने जाने प्राप्त उत्तरबोर्डमा टिप्पै जाने समथर ठाउँमा बस्ने मानिसहरूको होलाम् प्राप्त उत्तर बोर्डमा टिप्पै गर्ने छलफल गराई निष्कर्षमा पुग्ने।	हिमालमा बस्ने मानिसहरूको पहिरन कस्तो हुन्छ ? पहाडमा बस्ने मानिसलाई के भनिन्छ ?	९



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
हाम्रो संस्कृति	संख्यामा होऊ खेल खेल्न	समूहमा जम्मा भए पछि शिक्षकको निर्देशन अनुसार संख्यामा आबद्ध हुने । खेलका नियमहरूको पालना ।	शिक्षकले सबै बालबालिकाहरूलाई खुला चउमा जम्मा गर्नु अघि कक्षामा संख्यामा होऊ भन्ने खेलसम्बन्धी जानकारी दिने । चउमा बालबालिकालाई लगिसकेपछि शिक्षक आफू समेत संलग्न भई एउटा अस्थायी खेल खेल्ने खेलाउने । सबै बालबालिकाहरूलाई नयाँ खेलको लागि तयार रहन उत्प्रेरित गर्ने । शिक्षकले सबै बालबालिकाले थाहा पाउने गरी निर्देशन दिने ३ ४ ५ । यी संख्यामा आबद्ध हुन नसके बालबालिकाहरू निस्काशन गर्ने, एवम् रीतले खेल सम्पन्न गर्ने ।	संख्यामा होऊ भन्दा तिमिले के गर्नु पर्दछ ? कोहि कोही साथीहरु खेलबाट पहिले किन बाहिरिन्छन् ? यो खेल कस्तो लाग्यो ?	१
हाम्रो आस्था	परिवारका सबै सदस्यहरूको नाम लेख्न ।	आ आफूना परिवारका भएका सबै सदस्यहरूको नामको प्रस्तुति ।	शिक्षकले उदाहरणका रूपमा आफ्ना घरपरिवारमा भएका सदस्यहरूको नाता बताउने : बुबा आमा छोरा छोरी । शिक्षकले अलग अलग बालबालिकाहरूलाई आआफूना घरमा भएका नाता बताउन भन्ने । बताएका नामहरु शिक्षकले बोर्डमा टिप्पै जाने छोरा राम चौधरी, छोरी संगीता परियार, भाइ चेतन कार्की आदि । सबै बालबालिकाहरूलाई लेख्न लगाउने र शिक्षकले लेखाइमा सहजीकरण गर्ने ।	आफूना घरमा भएका कुनै २ सदस्यहरूको नाम लेख । लेख्न सके नसकेको मूल्याङ्कन शिक्षकले अवलोकन विधिबाट गर्ने ।	१
	परिवारका सबै सदस्यहरूले अलग अलग काम गर्दछन् भन्ने कुरा बताउन ।	आ आफूना घर परिवारका सबै सदस्यहरूको अलग अलग प्रकारको कर्मको जानकारी । क्षमता अनुसारको काम,	शिक्षकले अलग अलग बालबालिकाहरूलाई बाबा, आमा, दाजु, दिदीहरूले के के काम गर्नु हुन्छ भनी सोध्ने ? विभिन्न सदस्यहरूले विविध काम गर्ने ब्यहोराको जानकारी बालबालिकालाई दिने ? सबै बालबालिकाहरूलाई आ-आफूना घरमा सबै सदस्यहरूले के के काम गर्नु हुन्छ ? लेख्न लगाउने, शिक्षकले सहजीकरण गर्ने ।	तिम्रो बाबाले के काम गर्नु हुन्छ ? तिम्रो आमाले के काम गर्नु हुन्छ ? तिम्रो दाजुले के काम गर्नु हुन्छ ?	१



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	घर परिवारमा सबैले एकअर्कलाई सघाउने मायाँ गर्ने गर्छन् भन्ने कुरा बताउन ।	घर परिवारमा हुने सहयोग र मायाँको प्रस्तुति ।	शिक्षकले कुनै विद्यार्थीलाई सोध्ने । आमाले तिमीलाई कुन कुन काममा सघाउनु हुन्छ ? तिमीले आमालाई कसरी सघाउँछौ ? बालबालिकालाई कुरा गर्न अनुकुल सहज वातावरण सिर्जना गर्ने । छलफलकै आधारमा एक आपसमा परिवारका सदस्यहरूबीच सहयोग हुने कुराको जानकारी बालबालिकालाई दिने । ससाना बालबालिकाहरूलाई मायाँ गर्नु पर्दछ भन्ने कुरा स्वयम् शिक्षकको व्यवहार बाबु, तपाईं जस्ता बोलीचालीको प्रयोग गरी अभ्यस्त बनाउने । प्रश्न सोध्दा कुराकानी गर्दा मायाँ भलिकने शब्द र मुस्कानको प्रयोग गर्ने ।	तिमीले आमालाई कुन कुन कुरामा सघाउँछौ ? आमाले तिमीलाई के कुरामा सघाउनु हुन्छ ? तिमीलाई बाबाले के भनी बोलाउनु हुन्छ ?	९
संघ संस्थाहरू	बाबाले गर्ने काम बताउन	आ-आफ्ना बाबा आमाले गर्ने कामको चिनारी, काम गरिने सरकारी निकाय र संघ संस्थाको सामान्य परिचय ।	शिक्षकले बालबालिकाका आमा बाबाहरूले कहाँ कहाँ काम गर्नु हुन्छ भनी विद्यार्थी लाई बताउन भन्ने । बालबालिकाबाट प्राप्त विभिन्न उत्तरलाई समेट्दै संघसंस्थाको अबधारणा सामान्य भाषामा दिने । मानिसहरूले काम गर्ने विभिन्न संघ संस्थाहरू हुन्छन् भन्ने कुरा उच्चारण सहित बोर्डमा लेखिदिने तथा पालैपालो पढ्न लगाउने ।	तिम्रो बाबाले कहाँ काम गर्नु हुन्छ ? तिम्रो आमाले कहाँ काम गर्नु हुन्छ ? कुनै २ वटा संस्थाको नाम बताऊ ।	८
	ज्यामी काम गर्ने मानिसको काम बताउन ।	विभिन्न ज्यामीहरूले गर्ने काम ।	विभिन्न मानिसहरूले थरी थरीका काम गर्दछन् भन्ने कुरा उदाहरण सहित बालबालिकाका अगाडि प्रस्तुत गर्ने । काम गरेबापत महिनाबारी तलब, दैनिक ज्याला स्वरुप रकम पाइने कुरा जानकारी दिने । ज्यामीहरू धेरै थरी हुन्छन् भन्ने कुरा जानकारी दिने ।	सिकमीले के के काम गर्दछन् ? डकमीले के के काम गर्दछन् ? खेतमा धान रोप्ने खेतालाई के भनिन्छ ?	१०
योग	कवाजका आधारभूत विधिहरू अभ्यास गर्न ।	समूहमा बालबालिकाहरूले कवाजका आधारभूत तरिकाहरूको अभ्यास ।	शिक्षकहरूले कवाजका प्रारम्भिक अभ्यासहरू डूमको तालमा गरेर देखाउने । शिक्षकसँगै बालबालिकाहरूलाई अभ्यास गर्न लगाउने । सानो समूहमा अभ्यास गराउने । ठूलो समूहमा अभ्यास गराउने । अभ्यासलाई निरन्तरता दिँदै बालबालिकालाई सुदृढ बनाउँदै लैजाने ।	कवाज खेलमा के के गरिन्छ ? कवाजमा के कुराको ख्याल गर्नु पर्दछ ? कवाजको दौरानमा अबलोकन विधिबाट मूल्याङ्कन गर्ने ।	१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्यभार
	पि.टि.का आधारभूत क्रियाहरूको अभ्यास गर्ने ।	बालबालिकाहरूले बालोचित पि.टि.को आधारभूत अभ्यास ।	शिक्षकले बालबालिकालाई जोकिङ्ग गरी देखाउने र सोही अनुसार गर्न लगाउने । शिक्षकले बालबालिकालाई २५, ३० मिटरको दूरीमा दौडन लगाउने । २, २ बालबालिकाको समूहमा पालैपालो उपयुक्त आकारका बलहरू फ्याक्न र समात्न लगाउने ।	जोकिङ्ग गरेर देखाऊ । विद्यालयको चउरको छेउमा राखिएको बल लिएर आऊ । बल फ्याक्ने समाल्ने कुराहरू अवलोकन विधिबाट मूल्याङ्कन गर्ने ।	१०
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडिबुटी	प्राकृतिक जडिबुटीहरू पहिचान गरी तिनको नाम भन्ने ।	नजिकका स्थानीय तहमा उपलब्ध हुने जडिबुटीको चिनारी, आ-आफ्नो घर वरिपरि भएका गुणकारी जडिबुटीहरू ।	शिक्षकले स्थानीय तहमा उपलब्ध हुने जडिबुटीहरू : दालचिनी, अदुवा, कुरिलो, चिनी लहरो, पुनर्नवा आदि बालबालिकालाई चिनाउने र नाम भन्न लगाउने । स्थानीय तहको जडिबुटी उपलब्ध हुने नजिकको ठाउँमा अवलोकन भ्रमण गराउने । आफ्नो घर वरिपरि भएका गुणकारी जडिबुटीहरू पहिचान गर्न लगाई बालबालिकाहरूबीच छलफल गर्न लगाउने ।	तिमीले जानेका कुनै ५ वटा जडिबुटीको नाम भन । तिम्रो घर वरिपरि कुनै गुणकारी जडिबुटीहरू देखेका छौ ? तिनको नाम भन ।	१०



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण कक्षा ३

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
बुटवलको सेरोफेरो	बैठहवा, गैडहवा र गजेडी तालको अवस्थिति र महत्त्व बताउन	गैडहवा र गजेडी तालको परिचय अवस्थिति र महत्त्व।	बैठहवा, गैडहवा र गजेडी तालको अवस्थितिको बारेमा बालबालिकाहरूसँग प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट सोधपुछ र छलफल गर्ने। छलफलकै क्रममा ताल रहेका स्थानहरू, बुटवल नगरसँगको तालको दूरी, तालको क्षेत्रफल, तालको कारणले देखिएको प्राकृतिक सुन्दरता समेटेर स्पन्देहीको मानचित्रको आधारमा परिचय गराउने। सबै तालको लागि भ्रमणको अलग अलग योजना बनाउने। भ्रमण गर्दा ख्याल गुनै गुनै कुराहरूको आवश्यक निर्देशन दिने। तालमा लैजाने। तालको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउने, ताल र आसपासका विषयवस्तु डुङ्गा, चराचुरुङ्गी, सख लता, फूल तालको पानीले बनाएको सुन्दरताको विषयमा बताइदिने। यो रमाइलो ठाँउमा देशभित्र र बाहिरबाट धेरै मानिसहरू घुमिफिर गर्न आउने कुरा समेतको जानकारी बालबालिकाहरूलाई गराउने।	गजेडी ताल कहाँ पर्दछ ? गैडहवा ताल कहाँ पर्दछ ? गैडहवा तालको क्षेत्रफल कति छ ? गजेडी तालमा पाइने चराहरू के के हुन् ? तालमा घुम्न आउने मानिसलाई के भनिन्छ ?	९
हाम्रा पर्यटन स्थलहरू	कस्ता मानिसहरू पर्यटक हुन्छन् भन्ने कुरा बताउन	पर्यटकहरूको व्यवहार अध्ययनबाट आन्तरिक र बाह्य पर्यटकको पहिचान।	शिक्षकले पर्यटकको अर्थ प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा छलफल गरी बालबालिकाहरूलाई बताइदिने। नजिकको पर्यटकीय स्थलमा बालबालिकाहरूलाई लगी त्यहाँ उपलब्ध पर्यटकहरूसँग साक्षात्कार गराई पर्यटक शब्दको परिचय गराउने। दर्शनीय र महत्त्वपूर्ण स्थानहरू हेर्ने वा मन बहलाउन देश विदेशमा भ्रमण गर्ने मानिसलाई पर्यटक भनिन्छ भन्ने कुरा बोर्डमा लेख्दै बताउने। पर्यटक चिनिने चित्र प्रदर्शन गरी बालबालिकाहरूलाई छलफल गराउने।	कस्ता मानिसलाई आन्तरिक पर्यटक भनिन्छ ? कस्ता मानिसलाई बाह्य पर्यटक भनिन्छ ? पर्यटकको अर्थ भन।	१०
	मिलनपार्कमा देखिने प्रमुख कुराहरू बताउन।	मिलनपार्क स्थित महत्त्वपूर्ण वस्तुहरू र मिलनपार्कको महत्त्व।	शिक्षकले बालबालिकाहरूलाई पार्क भनेको के हो भनी प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा छलफल गरी अर्थ बताइदिने। पार्क पनि विभिन्न प्रकारका र विभिन्न उद्देश्यले बनेका हुन्छन् भन्ने कुरा स्पष्ट गर्ने। मिलनपार्कको भ्रमण योजना बनाई बालबालिकाहरूलाई मिलन पार्कमा लैजाने र मिलन पार्कको परिचय गराउने। सम्पूर्ण बालबालिकाहरूलाई आफूलाई राम्रो लागेको कुरा सम्भन्न टिपोट गर्न लगाउने। अवलोकनको क्रममा बालबालिकाका जिज्ञासा स्पष्ट पारिदिने।	पार्क भनेको के हो ? मिलन पार्कमा तिमीलाई राम्रो लागेका कुनै ५ वटा चिजको नाम लेख।	१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
हाम्रो संस्कृति	बालबालिकाहरूले हाम्रा रमाइला दिनहरू बताउन सक्ने छन् ।	वर्षभरिका महत्वपूर्ण रमाइला दिनहरू ।	विद्यालयको वार्षिकोत्सवमा हुने रमाइला क्रियाकलापहरू विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नोत्तरको माध्यमबाट स्पष्ट गर्ने । अन्य कहिले कहिले रमाइलो गरिन्छ भनी २, २ जनाको समूहमा छलफल गर्न लगाउने । आ-आफ्नो जन्मदिनमा कसरी रमाइलो गरियो ? अलग अलग बालबालिकाबाट उत्तर लिने । दशैं तिहार लगायत अरु कुन कुन दिनहरूमा रमाइलो हुन्छ भनी सोध्ने ल्होसार, इद, बडकी आइतबार आदि उनीहरूबाट आएका उत्तरहरूलाई बोर्डमा लेखी एक सूची तयार गर्ने ।	विद्यालयको वार्षिकोत्सवमा के के गरिन्छ ? रमाइला दिनहरू कुन कुन हुन् ? तिहारमा कसरी रमाइलो गरिन्छ ?	९
	तीजमा गित्ने मुख्य मुख्य क्रियाकलाप बताउन सक्ने छन् ।	तीजमा गरिने रमाइला क्रियाकलाप र तीजको महत्त्व बताउन ।	हिन्दूनारीहरूले सौभाग्य र समृद्धिका निमित्त धार्मिक परम्परा अनुसार शिव पार्वतीको उपासना र पूजा गर्ने भाद्र शुक्ल तृतीयाको दिनलाई तीज वा हरितालिका भनिन्छ भनी तीजको परिचय दिने । तीजको (कहाँमा जान्छ्यौ रानी चरी बगाल) जस्ता गीत विद्युतीय उपकरण मार्फत बालबालिकालाई सुनाउने । अन्य प्रचलित गीतहरूको बारेमा बालबालिकाहरूबीच छलफल गराउने । तीजका दिन महिलाहरूले उपवास बस्ने र ऋषिपञ्चमीका दिन अरुथती सहित सप्तर्षिहरूको पूजा गरी प्रसाद ग्रहण गर्ने परम्परा रहेको कुरा बालबालिकाहरूलाई बताउने । भाद्र शुक्ल तृतीयाको दिन परम्परागत रूपमा भेला भै नाच गान गर्ने स्थानमा लागी अवलोकन गराउने ।	तीज कहिले मनाइन्छ ? ऋषिपञ्चमीमा कस्को पूजा गरिन्छ ? कुनै एक तीज गीत गाऊ ।	९
	गर्न हुने र गर्न नहुने कुराहरू अभिव्यक्त गर्न Does and Dots	Does and Dots गर्न हुने र नहुने कार्यको पहिचान ।	कस्ता कुरा गर्न हुन्छ र कस्ता कुरा गर्न हुन्न ? भन्ने कुराको छलफल गर्न ४ ४ जनाको समूह निर्माण गरी छलफल गर्न लगाउने । प्रत्येक समूहबाट १, १ जनालाई समूहका कुरा प्रस्तुत गर्न लगाउने । कार्डबोर्डमा गर्न हुने र गर्न नहुने कुरा Does and Dots हरु लेखेर प्रस्तुत गर्ने । यस्ता कुराहरूले नैतिक शिक्षा आचरणलाई प्रवर्धन गर्ने कुरा बताउने ।	४ वटा गर्न हुने कार्यहरू के के हुन् ? ४ वटा गर्न नहुने कार्यहरू के के हुन् ?	१०
द्रष्टव्य १ हिन्दीमा पाइने ढेले और कत्तेकी कहानीलाई नेटमा सर्च गरी भेटाउने र नेपाली भाषामा अनुवाद गरी कथा सुनाउने । २ अंग्रेजीमा पाइने Does and Dots नेटबाट खोज गरी नेपाली सन्दर्भमा अनुवाद गरी प्रस्तुत गर्ने (पाठ निर्माण गर्ने) ।					
संघ-संस्थाहरू	नेपाल रेडक्रसको परिचय दिन र यसको महत्त्व बताउन ।	नेपाल रेडक्रसले पुर्‍याएका सेवाहरू र सोको आधारमा यसको परिचय सहित महत्त्व ।	शिक्षकले प्रश्नोत्तर विधि प्रयोग गरी रेडक्रसको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि बताउने । बुटवलमा यसले पुर्‍याएको योगदान कार्डबोर्ड पेपरमा तयार गरी प्रस्तुत गर्ने । प्रस्तुत भएका विषयबस्तुमा बालबालिकाहरूलाई छलफल गराउने । रेडक्रसले गर्दै आएका मुख्य क्रियाकलापलाई शिक्षकले सहजकर्ताको भूमिका पूरा गरी सहयोग गर्ने ।	रेडक्रसका जन्मदाता को हुन् ? रेडक्रसका मुख्य मुख्य ३ वटा कामहरू बताऊ ।	१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	स्काउटको परिचय बताउन	स्काउटले गर्ने गरेका कार्यको आधारमा स्काउटको परिचय र महत्त्व ।	स्काउट भनेको के हो ? भन्ने प्रश्नमाथि प्रश्नोत्तर विधिबाट छलफल गर्ने गराउने । वर्तमान अवस्थामा स्काउटको विद्यालयमा रहेको सांगठनिक संरचना कार्डबोर्ड पेपरमा लेखेर प्रस्तुत गर्ने गराउने । बुटवलमा स्काउटले पुर्‍याएको योगदानको विषयमा छलफल चलाउने ।	स्काउट भनेको के हो ? स्काउटले बुटवलमा के के कार्य गरेको छ ? स्काउटमा कोको पदाधिकारी रहन्छन् ?	१०
योग	योग के हो भन्ने कुरा बताउन	योगको परिचय ।	योग भनेको स्वस्थ, निरोगी, दीर्घजीवी कसरी हुने भन्ने सबभन्दा सरल प्राकृतिक उपाय हो भन्ने कुरा छलफल गराई बालबालिकाहरूलाई जानकारी गराउने । योगको अर्थ शिक्षकले बोर्डमा बोल्दै लेख्दै गर्ने । पटक पटक बालबालिकाहरूलाई उच्चारण गर्न लगाउने ।	योग भनेको केहो ?	१०
	योगका फाइदाहरू बताउन ।	योगका फाइदाहरू	शिक्षकले बालबालिकाहरूलाई घरका सदस्यहरूमा भएका शारीरिक, समस्याहरू के के रहेछन् ? छलफल गराउने । छलफलका क्रममा बालबालिकाले बताएका समस्याहरू : बि.पि. बढ्नु, टाउको दुख्नु, तौल धेरै हुनु, तनाव हुनु मुखमा चमकता नआउनु आदि देखिएका समस्याहरू योगले समाधान गर्न सहयोग गर्दछ भन्ने कुरा बालबालिकाहरूलाई बताउने । रोग अनुसार योग पनि फरक फरक हुन्छ भन्ने कुरा प्रश्नोत्तरकै माध्यमबाट बालबालिकाहरूलाई बताउने । केही योगका फाइदाहरू बोर्डमा लेखी बारम्बार उच्चारण गर्न लगाउने : तनाव कम गर्न, बि.पि.लाई टिक ठाउँमा राख्न, पाचनक्रियालाई सन्तुलित राख्न, तौल कम गर्न आदि ।	योगबाट हुने फाइदाहरू के के हुन सक्छन् ?	१२
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	स्थानीय जडीबुटीहरूको नाम बताउन ।	स्थानीय जडीबुटीहरूको पहिचान ।	शिक्षकले बालबालिकाहरूलाई उनीहरूले जानेका गुणकारी जडीबुटीहरूको नाम भन्न लगाउने । आएका नामहरूलाई उच्चारण गर्दै बोर्डमा टिप्पे जाने । सबैलाई नामहरू भन्न लगाउने । नाम भन्न सक्ने बालबालिकालाई प्रोत्साहित गर्ने स्याबासी दिने । यसका साथ साथै प्रश्नोत्तर विधिकै आधारमा थप जडीबुटीहरू बिलाजोर, बादलपाते, पथ्यरचट्टा, पथ्यरचूर्ण, मुशिलो आदिको नाम बोर्डमा लेखी पटक पटक बोल्न लगाउने । यी कस्ता ठाँउमा पाइन्छन् ? छलफल गराउने । बालबालिकाको घर आँगनको आसपासमा पाइने १, २ जडी बुटीको सामान्य काम समेत बालबालिकालाई बताउने ।	कुनै ५ गुणकारी जडीबुटीको नाम । भन तिम्रो घरको आसपासमा पाइने तिमीले जानेका कुनै २ वटा जडीबुटीको नाम भन ।	१०



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण कक्षा ४

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
बुटवलको सेरोफेरो	शुद्धोधनको दरवार रहेको तिलौराकोट र बुद्धमावली भवानीपुर देवदहको वर्णन गर्ने	शुद्धोधनको दरवार तिलौराकोटको र बुद्धमावली भवानीपुर देवदहको वर्णन गर्ने।	बालबालिकाहरूलाई तिलौराकोट र भवानीपुर देवदहको सामान्य जानकारी दिई उत्सुकता बढाउने र तत्पश्चात् ठाउँहरूमा अध्ययन भ्रमणका लागि शिक्षक विद्यार्थी दुबैको योजना बनाउने। बालबालिकाहरूलाई तिलौराकोट लैजाने त्यहाँको वस्तुस्थितिको प्रत्यक्ष अध्ययन गराई प्रश्नोत्तर विधि र छलफलको माध्यमबाट समग्र जानकारी उपलब्ध गराउने। एवं रीतले भवानीपुर देवदहको अध्ययन भ्रमण गराई प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट बालबालिकाहरूलाई स्पष्ट गरीदिने। अध्ययन भ्रमणको क्रममा पाइएका नविन जानकारीहरू स्वयम् विद्यार्थी वा शिक्षकको सहायताले टिपोट गर्न लगाई आगामी दिनका कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउने। कक्षामा बालबालिकाहरूलाई बोल्ल प्रोत्साहित गर्ने।	तिलौराकोटमा पाइएका कुनै ४ वटा कुराहरू भन। भवानीपुर देवदह हामीहरू किन भ्रमण गर्न गएका हो ? तिलौराकोट कुन जिल्लामा पर्दछ ?	९
	पीसपार्कको भ्रमण अवलोकन गरी त्यसको विशेषता बताउन	पीसपार्कको भ्रमण अवलोकन र मुख्य मुख्य विशेषताहरूको टिपोट।	तिमीहरूले के कस्ता पार्क देखेका छौ भनी बालबालिकासँग छलफल गरी पार्कको अवस्थिति बताइदिने। पार्कका नमुना सजावटको बारेमा एक दुई नमुना बताइदिने। बालबालिकाहरूलाई भ्रमण पूर्व पीसपार्कमा गर्नुपर्ने कामको विवरण स्पष्ट पार्ने : प्रशिक्षण, सजावट प्रवचन आदिको बारेमा टिपोट गर्न लगाउने। अवलोकन भ्रमण पश्चात बालबालिकाहरूसँग अनुभव आदान प्रदानको लागि ब्यवस्था मिलाउने।	पीसपार्कका उल्लेखनीय कुराहरूमध्ये कुनै ४ वटाको नाम लेख। यहाँ कस्ता कस्ता विषयमा प्रशिक्षण तथा प्रवचन हुने गर्दछ ?	१०
हाम्रो संस्कृति	परिवार एवम् समुदायमा हुने विभिन्न क्रियाकलापको समीप नै संस्कृति हो भन्ने कुरा बताउन।	परिवार एवम् समुदायमा हुने विभिन्न क्रियाकलाप : पूजा धर्म उत्सव एवम् वैयक्तिक संस्कारको समीप संस्कृति।	संस्कृतिका प्रमुख दुई पक्ष भौतिक र अर्भौतिक पक्षको अलग अलग उदाहरण पेश गर्ने। यस्ता विषयवस्तुहरूलाई समूहगत छलफल चलाउने। अलग अलग बालबालिकालाई उनीहरूको घरमा हुने वा मनाउने रीतिरिवाज चाल चलन संस्कार पूजा आदिको बारेमा प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा जानकारी लिने र मुख्य मुख्य कुराहरू टिप्पणी र तुलनात्मक विवेचना गर्ने। यसो गर्दा विविध भाषा भाषी जातजाती बिच एकता एवम् सामन्जस्य बढाउने कुरामा शिक्षकले विशेष ध्यान दिने।	हाम्रो घरमा चलन चलिमा रहेका केही सांस्कृतिक ब्यवहारहरू बताउ। संस्कृतिका प्रमुख २ पक्षहरू के के हुन् ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	गाईजात्राको अर्थ र महत्त्व बताउनु ।	गाईजात्राको धार्मिक सांस्कृतिक महत्त्व र यसमा गरिने प्रमुख क्रियाकलाप ।	गाईजात्राको विषयमा बालबालिकाहरूसँग प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा छलफल चलाउने र यो पर्व नेवार संस्कृतिबाट प्रारम्भ भएकोले प्रायः नेवार बस्ती भएका ठाउँमा मनाउने कुरा विद्यार्थीलाई बताउने नेवार समुदायमा वर्ष दिनभित्र मृत्यु भएका मानिसको सम्मान तथा मुक्तिको लागि मनाइने परम्परा रहेको कुरा प्रस्ट पार्ने । प्रताप मल्लले पुत्रको शोकमा डुबेकी आफ्नी श्रीमतीलाई सान्त्वना दिन गाईजात्राको चलन चलाएको कुरा जानकारी गराउने । गाईजात्राका केही तस्वीर र विद्युतीय साधनको माध्यमबाट बालबालिकालाई देखाउने ।	गाईजात्रा कस्तो पर्व हो ? गाईजात्रामा के के गरिन्छ ? गाईजात्रा किन गरिन्छ ?	७
	ल्होसार प्रकार र यसमा गरिने प्रमुख क्रियाकलापहरू बताउनु ।	ल्होसार प्रकार र यसमा गरिने प्रमुख क्रियाकलापहरू ।	ल्होसारको प्रारम्भ कसरी भयो भन्ने कुरा शिक्षकले सामान्य शब्दमा स्पष्ट पारिदिने । तमुल्होसार र सोनाम ल्होसारको फरक उपलब्ध साधन स्रोतको आधारमा देखाउने ।	ल्होसार पर्वको सुरुवात कसरी भयो ? ल्होसार कति प्रकारका हुन्छन् ? ल्होसारका मुख्य मुख्य क्रियाकलाप के के हुन् ?	७
हाम्रो आस्था	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये गर्भाधान, पुशवन, सिमन्तोत्थान र जातकर्मको अर्थ समय र महत्त्व बताउनु ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये गर्भाधान, पुशवन, समन्तोत्थान र जातकर्मको अर्थ समय, विशेषक्रिया र महत्त्व ।	बालबालिकाहरूलाई धर्मको सामान्य परिचय प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट दिने । हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये शुरुका ४ संस्कारको अर्थ समय विशेष क्रिया र महत्त्वलाई छुट्टै सेतो कागजमा (अग्रिम रुपमा) तयार पारी प्रदर्शन गर्ने र विद्यार्थीलाई क्रमशः पढ्न लगाउने । कक्षालाई ४ समूहमा विभाजन गरी ४ संस्कारका ४ पक्ष अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्व छुट्टै समूहलाई दिने र छलफल गर्न लगाउने । पुनः बालबालिकाको कक्षालाई २ भागमा विभाजन गरी आपसमा प्रश्नोत्तर गर्न लगाउने ।	धर्म भनेको के हो ? हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये शुरुका ४ संस्कारहरू के के हुन् । जातकर्म संस्कार भन्नाले के बुझिन्छ ?	८
	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये नामकरण, निष्क्रमण, अन्नप्राशन र चूडाकर्मको अर्थ समय र महत्त्व बताउनु ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये नामकरण, निष्क्रमण, अन्नप्राशन र चूडाकर्मको अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्व ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये विस्तृतीकरणमा उल्लेखित ४ संस्कारको अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्वलाई छुट्टै सेतो कागजमा (अग्रिम रुपमा) तयार पारी प्रदर्शन गर्ने र विद्यार्थीलाई क्रमशः पढ्न लगाउने । कक्षालाई ४ समूहमा विभाजन गरी ४ संस्कारका ४ पक्ष अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्व छुट्टै समूहलाई दिने र छलफल गर्न लगाउने । पुनः बालबालिकाको कक्षालाई २ भागमा विभाजन गरी आपसमा प्रश्नोत्तर गर्न लगाउने ।		८



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
संघ-सस्थाहरु	हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये कर्णबिधि, यज्ञोपवित, वेदारम्भ र केशान्त (क्षौर) कर्मको अर्थ समय र महत्त्व बताउन	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये कर्णबिधि, यज्ञोपवित, वेदारम्भ र केशान्त (क्षौर) कर्मको अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्व ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये विस्तृतीकरणमा उल्लेखित ४ संस्कारको अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्वलाई छुट्टै सेतो कागजमा (अग्रिम रुपमा) तयार पारी प्रदर्शन गर्ने र विद्यार्थीलाई क्रमशः पढ्न लगाउने । कक्षालाई ४ समूहमा विभाजन गरी ४ संस्कारका ४ पक्ष अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्व छुट्टै छुट्टै समूहलाई दिने र छलफल गर्न लगाउने । पुनः बालबालिकाको कक्षालाई २ भागमा विभाजन गरी आपसमा प्रश्नोत्तर गर्न लगाई छलफल गराउने ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये कुनै कुनै संस्कारहरूको नाम लेख । केशान्त (क्षौर) संस्कार भन्नाले के बुझिन्छ ?	८
	हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये समावर्तन, विवाह, आबसस्याधाम (सन्यास) र श्रोताधाम (अन्त्येष्टि) को अर्थ समय र महत्त्व बताउन	हिन्दूधर्मका १६ संस्कार मध्ये समावर्तन, विवाह, आबसस्याधाम (सन्यास) र श्रोताधाम (अन्त्येष्टि) कर्मको अर्थ समय विशेष क्रिया र महत्त्व ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये विस्तृतीकरणमा उल्लेखित ४ संस्कारको अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्वलाई छुट्टै सेतो कागजमा (अग्रिम रुपमा) तयार पारी प्रदर्शन गर्ने र विद्यार्थीलाई क्रमशः पढ्न लगाउने । कक्षालाई ४ समूहमा विभाजन गरी ४ संस्कारका ४ पक्ष अर्थ समय विशेषक्रिया र महत्त्व छुट्टै छुट्टै समूहलाई दिने र छलफल गर्न लगाउने । पुनः बालबालिकाको कक्षालाई २ भागमा विभाजन गरी आपसमा प्रश्नोत्तर गर्न लगाई छलफल गराउने ।	हिन्दूधर्मका १६ संस्कारमध्ये कुनै कुनै संस्कारहरूको नाम लेख । विवाह संस्कार भन्नाले के बुझिन्छ ?	८
	आमा समूहको जानकारी दिन ।	आमा समूहको परिचय, कार्यक्षेत्र गठन प्रक्रिया र महत्त्व ।	शिक्षकले आमा समूहको बारेमा कुनै विद्यार्थीलाई जानकारी भए बताउन उत्प्रेरित गर्ने । आमा समूहको परिचय लेखिएको न्यूज प्रिन्ट बोर्डमा टाँस्ने र अर्थ्याउने । त्यसै गरी आमा समूहको कार्य कार्यक्षेत्रको बारेमा छलफल चलाई मुख्य मुख्य कुरा बोर्डमा टिप्पै जाने । आमा समूहको सांगठनिक संरचना गठन प्रक्रियाको चार्ट प्रस्तुत गरी छलफल गराउने । आमा समूहले समाजमा गर्ने गरेका कार्यको आधारमा महत्त्व स्पष्ट पार्ने ।	आमा समूह कस्तो समूह हो ? आमा समूहले के के काम गर्दछ ? आमा समूहको गठन कसरी हुन्छ ?	६
	परिवार नियोजन संघ के हो बताउन ।	परिवार नियोजन संघको परिचय, कार्यक्षेत्र गठन प्रक्रिया र महत्त्व ।	परिवार नियोजन संघको सामान्य अर्थ परिवार संख्या व्यवस्थापन गर्नु नै हो भनी स्पष्ट पार्ने । (ठूलो परिवार ठूलो समस्या, सानो परिवार सानो समस्या) परिवार नियोजन संघको परिचय, कार्य र सांगठनिक संरचना लेखिएको न्यूज प्रिन्ट बोर्डमा टाँस्ने र छलफल विधिबाट स्पष्ट पारिदिने । यसको महत्त्वको बारेमा समूह छलफल चलाउने र शिक्षकले सहजीकरण गर्ने ।	परिवार नियोजन भनेको के हो ? ठूलो परिवार ठूलो समस्या, सानो परिवार सानो समस्या भन्नाले के बुझिन्छ ? परिवार नियोजन संघका मुख्य मुख्य कामहरू के के हुन् ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	नेपाल पत्रकार महासंघको विषयमा जानकारी प्रस्तुत गर्ने ।	नेपाल पत्रकार महासंघको परिचय, कार्यक्षेत्र सांगठनिक संरचना र महत्त्व ।	गलत समाचारबाट पर्न गएको नकारात्मक असर सम्बन्धी एक सामाजिक घटना प्रस्तुत गर्दै कक्षालाई उत्प्रेरित गर्ने । नेपाल पत्रकार महासंघको परिचय लेखिएको न्यूज प्रिन्ट बोर्डमा टाँसेर छलफल गर्ने गराउने । बुटवलमा भएको यसको शाखाको बारेमा जानकारी प्रस्तुत गर्ने । यसले जनतामा पुऱ्याएको सूचना सहयोगबारे छलफल चलाउने । सांगठनिक संरचनाको नमुना प्रस्तुत गर्ने तथा छलफल चलाउने । यसको महत्त्वको बारेमा प्रश्नोत्तर विधिबाट स्पष्ट पार्ने ।	पत्रकार भन्नाले के बुझिन्छ ? पत्रकार महासंघका कामहरू के के हुन् ?	७
योग	योगका सामान्य नियमहरू बताउन	योगका सामान्य नियमहरू : योगाभ्यास भन्दा पहिले हल्का व्यायाम गरेर शरीरलाई तताउने, व्यायाम सूर्योदयभन्दा पहिले वा बेलुका खाना नखाँदै गर्ने, सफा र सजिलो लुगा लगाउने तथा सफा शान्त र उपयुक्त ठाउँमा योगा गर्न सकिने कुरा सबैले सुन्ने गरी बोल्दै बोर्डमा टिप्पणी गर्ने । छलफल प्रश्नोत्तर संवाद जस्ता विधिहरू प्रयोग गरेर प्रष्ट्याउने । यसै गरी अन्य सम्पूर्ण नियमहरू समेतको जानकारी गराउने ।	शिक्षकले योगका कुनै ४ वटा नियमहरू : योगाभ्यासभन्दा पहिले हल्का व्यायाम गरेर शरीरलाई तताउने, व्यायाम सूर्योदयभन्दा पहिले वा बेलुका खाना नखाँदै गर्ने, सफा र सजिलो लुगा लगाउने तथा सफा शान्त र उपयुक्त ठाउँमा योगा गर्न सकिने कुरा सबैले सुन्ने गरी बोल्दै बोर्डमा टिप्पणी गर्ने । छलफल प्रश्नोत्तर संवाद जस्ता विधिहरू प्रयोग गरेर प्रष्ट्याउने । यसै गरी अन्य सम्पूर्ण नियमहरू समेतको जानकारी गराउने ।	योगका कुनै ४ वटा नियमहरूको नाम के होला ? कस्तो ठाउँमा योगाभ्यास गर्न उपयुक्त हुन्छ ? योगाभ्यास कतिबेला गर्न राम्रो हुन्छ ?	६
	प्राणायामको सामान्य अर्थ बताउन ।	प्राणायामको सामान्य अर्थ ।	प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा बालबालिकाहरूसँग छलफल गर्ने । प्राणायामको नमुना अभ्यास गरेर देखाइदिने । सोही अनुसार बालबालिकालाई अभ्यास गर्न लगाउने ।	प्राणायाम भनेको के हो ?	७
	प्राणायामका प्रकारहरू बताउन ।	प्राणायामका प्रकारहरू र अभ्यास ।	प्राणायामका प्रकारहरूका बारेमा देखे सुनेका कुराहरू उठान गरी बालबालिकाहरूसँग छलफल गर्ने । प्राणायामहरू पूरक, कुम्भक र रेचक गरी ३ प्रकारको हुने कुरा बताउनुका साथै अभ्यास समेत गरी देखाई प्रष्ट पारिदिने ।	प्राणायाम कति प्रकारका हुन्छन् ?	७
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिको परिभाषा र विशेषता बताउन ।	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिको अर्थ, परिभाषा र विशेषता ।	प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिको अर्थ स्पष्ट पार्ने । प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिको परिभाषा पढ्न लगाई भन्न लगाउने । प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिका विशेषताहरू छलफल विधिबाट प्रष्ट पार्ने । प्रत्येक विद्यार्थीलाई एउटा एउटा विशेषता बोर्डमा लेख्न लगाउने ।	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति भनेको के हो ? प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिका कुनै ४ विशेषता बताउ ।	७
	विद्यार्थीहरू हर्षो, बर्रो, अमला, कुरिलो, तितेपाती जस्ता जडीबुटीहरू चिन्नु ।	हर्षो, बर्रो, अमला, कुरिलो, तितेपाती जस्ता जडीबुटीहरूको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई सोच्ने । उल्लेखित जडीबुटीहरूलाई जडीबुटी हुन, छान्न दिई पहिचान गराउने । देखे नदेखेका सबै विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी हुन, छान्न दिई पहिचान गराउने । प्रश्नोत्तर विधिबाट माध्यमबाट उल्लेखित जडीबुटीहरूको उपादेयता बताउने ।	शिक्षकले नमुनाको लागि हर्षो, बर्रो, अमला, कुरिलो, तितेपाती जस्ता जडीबुटीहरू कक्षाामा लैजाने । उल्लेखित जडीबुटीहरूको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई सोच्ने । देखे नदेखेका सबै विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी हुन, छान्न दिई पहिचान गराउने । प्रश्नोत्तर विधिबाट माध्यमबाट उल्लेखित जडीबुटीहरूको उपादेयता बताउने ।	हर्षो बर्रो कया पाइन्छ ? अमलामा अधिक मात्रामा पाइने तत्व के हो ? कुरिलोको प्रयोग कस्तो अवस्थामा गरिन्छ ?	८



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण कक्षा ५

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
बुटवलको सेरोफेरो	बुटवललाई व्यापारिक केन्द्रको रूपमा चित्रण गर्न र शहरीकरणको कारण बताउन	बुटवल नजिकका जिल्लाहरूको एक व्यापारिक केन्द्र रहेको ऐतिहासिक जानकारी, बढ्दो व्यापारिक विविधता बढ्दो जनसांख्यिक चाप ।	प्रश्नोत्तर विधिको प्रयोग गर्दै बुटवलको सामान्य परिचय खुलाउने ऐतिहासिक व्यापारिक दृष्टान्तहरू औजार, सामान, लिखित दस्तावेज आदि शैक्षिक सामग्रीको रूपमा प्रयोग गर्दै विस्तृत छलाफलका साथ ऐतिहासिक रूपमा नै बुटवल व्यापारिक केन्द्र रहेको कुरा पुष्टि गर्ने विद्यार्थीबाट पृथक जानकारी प्राप्त भएर समावेश गर्ने । नेपालको राजनैतिक नक्सा प्रस्तुत गर्दै प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट निजिकका जिल्लाहरूको लागि आवश्यक वस्तुहरूको पैठारीका लागि बुटवल नै केन्द्र रहेको कुरा स्पष्ट गर्ने । छिमेकी जिल्लाहरूबाट बुटवलमा आउने जनसांख्यिकीय वहाव बुटवलतिर नै हुने गरेको ब्यहोरा छलाफल विधिबाट स्पष्ट गर्ने । बढ्दो शहरीकरणका फाइदा र बेफाइदाबारे विद्यार्थीबीच समूह विभाजन गरी छलफल चलाउने । प्रस्तुत गर्न लगाउने शिक्षकले सहजीकरण गर्ने ।	सयौं वर्ष पहिलेदेखि बुटवल व्यापारिक केन्द्र हुनुका कुनै २ कारण बताउनुहोस् । प्रायः कुन कुन जिल्लाबाट बुटवलमा बसाइ सराइ गरी आउने गर्दछन् ? शहरीकरणका कुनै २ फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् । शहरीकरणका कुनै २ बेफाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।	
हाम्रा पर्यटन स्थलहरू	पर्यटन आम्दानीको स्रोत हो भन्ने कुरा व्याख्या गर्न ।	पर्यटन समृद्धि, घरेलु कलाकृति, स्थानीय ब्यापार तथा होटेल व्यवसाय आदि राष्ट्रिय स्रोत अभिवृद्धि आदि कारणको पहिचान ।	बालबालिकाहरूलाई विषयबस्तुको परिचय गराइसकेपछि ४/५ समूहमा विभाजन गर्ने र पर्यटकहरूबाट कसरी फाइदा हुन्छ भन्ने कुरामा छलफल गराउने । समूहकार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने । शिक्षकले समूहकार्यको राम्रो मूल्याङ्कन गर्ने र आवश्यकता अनुसार थपघट गर्दै जाने । पर्यटकहरूबाट हुनसक्ने फाइदाहरू बालबालिकाहरूलाई बताउने तथा टिपोट गरी लेखाउने ।	पर्यटकबाट हुन सक्ने कुनै ४ फाइदाहरू भन् । घरेलु कलाकृतिका समान कसरी विदेश पुग्न सक्दछ ?	७
	नैनापुर शिवरात्री मेलाको महत्त्व बताउन ।	अवस्थिति, ऐतिहासिक पृष्ठभूमि र विशेषताका आधारमा नैनापुर शिवरात्री मेलाको वर्णन ।	शिक्षकले नैनापुर शिवरात्रीको मेला अवलोकन भ्रमणको योजना बनाउने । त्यस क्रममा बालबालिकाको भूमिका वा जिम्मेवारी प्रष्ट गर्ने । शिवरात्रीको अवसर पारी कक्षा ५ का बालबालिकाहरूलाई नैनापुर लैजाने । प्रश्न सोध्न उत्प्रेरित गर्ने । आवश्यक कुराको टिपोटका लागि बालबालिकालाई सघाउने । त्यसपछि हुने कक्षामा अन्तर्क्रियात्मक सत्र सञ्चालन गर्ने ।	नैनापुर शिवरात्रीको मेलाका कुनै ४ वटा विशेषता लेख । यो कुन ठाउँमा अवस्थित छ ? यस क्षेत्रलाई अफ्नै व्यवस्थित बनाउन के गर्नु पर्ला ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
हाम्रो संस्कृति	जितगढी किल्लाको ऐतिहासिक महत्त्व बताउन ।	अंग्रेज गोरखा युद्धमा उजीरसिंहको नेतृत्वको फौजले अंग्रेजलाई हराएको ऐतिहासिक घटना ।	शिक्षकले जितगढी किल्ला अबलोकन अध्ययनको योजना तयार पारी विद्यार्थीलाई उनीहरूले पुरा गर्नु पर्ने जिम्मेवारी समेत बताउने । अध्ययन अवलोकनको निम्ति बालबालिकाहरूलाई सम्बन्धित ठाउँमा लैजाउने । किल्लामा टिपोट गरिएका बुँदाहरूको आधारमा कक्षामा छलफल चलाउने । त्यस्तै जितगढी किल्लाको पाठ एक एक प्याराग्राफ पर्ने गरी बालबालिकाको छुट्टा छुट्टै समूह तयार गरी समूह समूहमा अध्ययन गर्न लगाउने र क्रमिक रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने । यसमा शिक्षकले Jigsaw Technique अपनाउने । सांस्कृतिक समावेशीताको अर्थ उदाहरण सहित स्पष्ट पार्ने । सांस्कृतिक बहिष्करणको विषयमा देखे जानेका उदाहरण दिई स्पष्ट पारिदिने । विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्ने र समूहात आधारमा निम्नानुसारका प्रश्न वितरण गरी छलफलद्वारा उत्तर लेखन लगाउने । १-जातीय समावेशी कसरी हुन सक्दछ ? २-चाडपर्वमा समावेशी कसरी हुन सक्दछ ? ३-उत्सवहरूमा समावेशी कसरी हुन सक्दछ ? ४-सामाजिक समावेशी कसरी हुन सक्दछ ? ५-धार्मिक समावेशी कसरी हुन सक्दछ ? ६-आर्थिक आयआर्जनमा समावेशी कसरी हुन सक्दछ ? पालेपालो समूहकार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने शिक्षकले आवश्यकता अनुसार सहजीकरण गर्ने ।	जितगढी किल्ला कहाँ अवस्थित छ ? कुन दुई पक्षको बिचमा युद्ध भएको थियो ? गोर्खाली सेनाले कसरी विजय प्राप्त गरे ?	७
	सांस्कृतिक समावेशीलाई आत्मसात गरी ब्यबहारमा उतार्ने ।	सांस्कृतिक समावेशी, जातीय चाड पर्व, उत्सवहरू, सामाजिक धार्मिक आर्थिक कार्यक्रम आदि सबै प्रकारको व्यवहारमा मानवीय संलग्न ।	कक्षामा उपलब्ध सम्बन्धित विद्यार्थीलाई उक्त चाड कहिले कसरी मनाउने गरेको छ ? भन्न लगाउने । यदि सम्बन्धित विद्यार्थी नभए शिक्षक स्वयंले उक्त चाडको विषयमा जानकारी प्रस्तुत गर्ने । विद्यार्थीहरूलाई दिइएको पाठ १० मिनेट मौन वाचन गर्न लगाउने । मुख्य मुख्य बुँदाहरू भन्न लगाउने । शिक्षकले बुँदाहरू बोर्डमा लेख्ने र सार प्रस्तुत गर्ने ।	सांस्कृतिक समावेशी भनेको के हो ? जातीय समावेशीताका उपायहरू के के होलान् ? चाड पर्वमा समावेशी सम्भव छ ?	७
	शाहरुले बड्की आइतबार कहिले र कसरी मनाउँछन् बताउन ।	शाहरुले बड्की आइतबार मनाउने तरिका र यसको महत्त्व ।		बड्की आइतबार कहिले मनाइन्छ ? यो पर्व कसरी मनाइन्छ ? यो पर्व कुन जात विशेषले मनाउने गर्दछन् ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
हाम्रो आस्था	होलीको परिचयका साथै होलीमा गरिने क्रियाकलाप र यसको महत्त्व बताउन । गौतमबुद्धको जन्म, बुद्धत्व र निर्वाण, सम्बन्धी जानकारी प्रस्तुत गर्न ।	होलीको परिचयका साथै होलीमा गरिने क्रियाकलाप र यसको महत्त्व । गौतमबुद्धको पारिवारिक जीवन बुद्धत्व प्राप्ति र महानिर्वाण सम्बन्धी मुख्य मुख्य कुराको जानकारी दिन	शिक्षकले होली पर्वको विषयमा बालबालिकाहरूलाई होली पर्वको शुरुवात कसरी भयो ? ऐतिहासिक जानकारी प्रस्तुत गर्ने । होलीमा के के गरिन्छ ? यस पर्वमा के कस्ता विकृतिहरू देखिन थालेका छन् ? कसरी यस्ता विकृतिहरू हटाउन सकिन्छ ? बालबालिकालाई सोध्दै जाने र बोर्डमा लेख्दै जाने । प्राप्त उत्तरलाई समायोजन गर्दै शिक्षकले समाधानका उपायहरू बताउने । होलीको महत्त्व पढ्न लगाउने र आफ्नो शब्दमा व्यक्त गर्न लगाउने । शिक्षकले प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा गौतमबुद्धको जन्म उनले गरेको कर्मको बारेमा छलफल गराई प्राप्त उत्तरहरू बोर्डमा टिप्पै जाने र सबै बालबालिकालाई गौतमबुद्धको यथार्थ स्थितिसंग परिचित गराउने । दिशको बुद्धको पाठलाई ४ भागमा विभाजन गर्ने र बालबालिकाहरूलाई समेत सोही अनुसार समूह बनाई स्वाध्ययन गर्न लगाई समूहगत रूपमै मुख्य मुख्य कुराहरू प्रस्तुत गर्न लगाउने । समूहमा सबै बालबालिकाको सहभागिता भए नभएको विषयमा शिक्षक सधै चनाखो भएको हुनु पर्ने छ ।	होली कहिले मनाइन्छ ? होलीमा के के गरिन्छ ? होलीमा के कस्ता विकृतिहरू देखापर्न थालेका छन् ? विकृति हटाउन के गर्न सकिन्छ ? बुद्धको जन्म कहिले भएको थियो ? गौतमबुद्धको विषयमा मुख्य मुख्य ४ कुराहरू लेख ।	६
	बुद्धका प्रमुख उपदेशहरूको व्याख्या गर्न ।	बुद्धका प्रमुख ५ उपदेशहरू हिंसा, चोरी, व्यभिचार, असत्य बोल्ने काम र मादक पदार्थ सेवन गर्न नहुने कुराहरू ।	बुद्धका प्रमुख ५ उपदेशहरूलाई छुट्टै छुट्टै कागजको टुक्रामा लेखी विद्यार्थीहरूलाई नहेरीकिन चिट्ठा थुन्न लगाउने र चिट्ठामा परेको विषयबस्तुको बारेमा आफूले जानेको जानकारी प्रस्तुत गर्न लगाउने । एवम् रितले सबैले आफूलाई परेको चिट्ठाको विषयलाई प्रस्तुत गर्न लगाउने। शिक्षकले आवश्यकता अनुसार विद्यार्थीहरूलाई सहजीकरण गर्दै जाने ।	बुद्धका प्रमुख ५ उपदेशहरू के के हुन्? व्यभिचार भनाले के बुझिन्छ ?	७
	बुद्धका ४ आर्यसत्त्वहरू बताउन ।	बुद्धका ४ आर्यसत्त्वहरू : दुःख छ । दुखका कारण छन् । दुःख निवारण गर्न सकिन्छ । दुःख निवारणका उपाय छन् जस्ता कुराहरूको सार्थकता	कक्षालाई ४ समूहमा वितरण गर्ने र प्रत्येक समूहलाई ४ आर्यसत्त्वमध्ये एक एक वटा वितरण गर्ने र समूहमा छलफल गर्न लगाउने । छलफलको क्रममा महत्त्वपूर्ण बुँदाहरू टिप्न लगाउने । समूहकार्यको प्रस्तुतिकरणको लागि शिक्षकले सहजीकरण गरिदिने । अन्त्यमा सारको रूपमा शिक्षकले प्रमुख कुराहरू नछुट्टे गरी मुख्य बुँदाहरू प्रस्तुत गरिदिने ।	दुःख भनेको के हो ? दुःखका कारण के के होलान् ? दुःख निवारण गर्न सकिने कुरा हो ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	दुख निवारणका आठ मार्गहरू बताउन ।	दुःख निवारणका आठ मार्गहरू सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक जीबिका, सम्यक प्रयास, सम्यक स्मृति, सम्यक समाधि आदिको जानकारी ।	विद्यार्थीहरूलाई दुःख निवारणका आठ मार्गको पाठ १० मिनेटसम्म मनमनै पढ्न लगाउने । सम्पूर्ण विद्यार्थीहरूलाई २ समूहमा विभाजन गर्ने र Fish bowl Technique प्रयोग गरी छलाफल सञ्चालन गर्ने । केही समय छलाफल चलिासकेपछि समूहको जिम्मेवारी फेरबदल गर्ने तथा विषय समेत परिवर्तन गर्ने र छलाफल प्रारम्भ गर्ने । अन्त्यमा शिक्षकले सार संक्षेप प्रस्तुत गर्ने ।	दुःख निवारणका कुनै ५ उपायहरू के के हुन् ? सम्यक वचन भन्नाले के बुझिन्छ ?	७
संघ सस्थाहरू	बुटवल टेक्निकल इन्स्टिच्युटको परिचय मुख्य कार्य र हालको अवस्था बताउन ।	बुटवल टेक्निकल इन्स्टिच्युटको अर्बिस्थिति परिचय मुख्य कार्य र हालको अवस्था ।	बि.टि.आइ.को बारेमा विद्यार्थीले देखे जानेको भए सोधपुछ गरी जानेका कुरा भन्न लगाउने । शिक्षकले बुटवल टेक्निकल इन्स्टिच्युटको भ्रमण अवलोकन अध्ययनको योजना बनाउने र विद्यार्थीहरूबाट अवलोकनको क्रममा गर्नु पर्ने जिम्मेवारी स्पष्ट पार्ने । अवलोकन स्थलमा पाइएका तथ्यहरूलाई टिपोट गर्न लगाउने । विद्यार्थीहरूलाई प्रतिवेदन दिन लगाउने । शिक्षकले विद्यार्थीलाई पृष्ठपोषण दिनुका साथै बुटवल टेक्निकल इन्स्टिच्युटको मुख्य कार्य हालको अवस्थाको बारेमा छलाफलबाट स्पष्ट पारिदिने ।	बुटवल टेक्निकल इन्स्टिच्युटको मुख्य मुख्य उत्पादन के के हुन् ? बुटवल टेक्निकल इन्स्टिच्युटको हालको अवस्था छोटकरीमा बताऊ ।	८
	कोरिया नेपाल इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी KMIT को परिचय मुख्य कार्य र हालको अवस्था बताउन	कोरिया नेपाल इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी KMIT को बारेमा विद्यार्थीले देखे जानेको भए सोधपुछ गरी जानेका कुरा भन्न लगाउने । शिक्षकले कोरिया नेपाल इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी KMIT भ्रमण अवलोकन अध्ययनको योजना बनाउने र विद्यार्थीहरूबाट अवलोकनको क्रममा गर्नु पर्ने जिम्मेवारी स्पष्ट पार्ने । अवलोकन स्थलमा पाइएका तथ्यहरूलाई टिपोट गर्न लगाउने । विद्यार्थीहरूलाई प्रतिवेदन दिन लगाउने । शिक्षकले विद्यार्थीलाई पृष्ठपोषण दिनुका साथै कोरिया नेपाल इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी KMIT को मुख्य कार्य र हालको अवस्थाको बारेमा छलाफलबाट स्पष्ट पारिदिने ।	KNIT को मुख्य मुख्य काम के के हुन् ? KNIT को हालको अवस्था छोटकरीमा बताऊ ।	८	



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतिकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	प्रादेशिक अस्पतालको परिचय मुख्य कार्य र हालको अवस्था बताउन ।	प्रादेशिक अस्पतालको परिचय मुख्य कार्य र हालको अवस्था ।	प्रादेशिक अस्पतालको बारेमा विद्यार्थीले देखे जानेको भए सोध्नुछ गरी जानेका कुरा भन्न लगाउने । शिक्षकले प्रादेशिक अस्पतालको बारेमा भ्रमण अवलोकन अध्ययनको योजना बनाउने र विद्यार्थीहरूबाट अवलोकनको क्रममा गर्नुपर्ने जिम्मेवारी स्पष्ट पार्ने । अवलोकन स्थलमा पाइएका तथ्यहरू भौतिक अवस्था डा.लगायतका प्राविधिक जनशक्ति अस्पतालले पुर्याएको सेवाको स्तर, सरसफाइ आदि टिपोट गर्न लगाउने । विद्यार्थीहरूलाई प्रतिवेदन दिन लगाउने । शिक्षकले विद्यार्थीलाई पृष्ठपोषण दिनुका साथै प्रादेशिक अस्पतालले जनसाधारणलाई पुर्याएको सेवा हालमा विस्तार भएका ICU लगायतका हालको अवस्थाको बारेमा छलफलबाटै स्पष्ट पारिदिने ।	प्रादेशिक अस्पताल भन्नाले के बुझिन्छ ? प्रादेशिक अस्पतालमा के के सेवा उपलब्ध छ ? के यहाँको सेवा बाट तिमी सन्तुष्ट छौ ?	१०
योग	योगासनका ६ वटा प्रकारहरू: बज्रासन, धनुरासन, सलभासन, पश्चिमोत्तानासन, उत्तानपादासन, आनन्दमन्दिरासनको परिचय बताउन ।	योगासनका ६ वटा प्रकारहरूको अभ्यास बज्रासन, धनुरासन, सलभासन, पश्चिमोत्तानासन, उत्तानपादासन, आनन्दमन्दिरासनको परिचय ।	शिक्षकले ६ प्रकारका योगासनमध्ये बज्रासन विद्यार्थीहरूका आगाडि गरेर देखाउने, विद्यार्थीहरूलाई चउरमा लागी अन्य आसनहरू समेत शिक्षक स्वयंले प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीहरूलाई समेत अभ्यास गराउने अभ्यासको क्रममा विद्यार्थीहरूबाट प्रयोगमा देखिएको असहजतालाई शिक्षकले सहजीकरण गर्दै जाने विद्यार्थीलाई छलफल र अभ्यास गराउने ।	बज्रासन कस्तो आसन हो ? योगको कुनै ३ वटा आसनहरूको नाम भन्नुहोस् ।	६
	योगासनका फाईदाहरू बताउन	प्रस्तुत छ प्रकारका योगहरूका मुख्य फाईदाको जानकारी ।	बज्रासनका मुख्य फाईदाहरूलाई शिक्षकले सम्पूर्ण कक्षामा प्रश्न-उत्तर विधिको आधारमा छलफल गराउने कसैको घरमा दाजु, दिदी, आमा बुबाहरूले बज्रासन गरे, नगरेको सोध्ने यसले पाचन प्रणालीलाई दुरुस्त राख्ने कुरा जानकारी दिने र अन्य योगहरूको बारेमा बालबालिकालाई पाठ मौन पठन गर्न लगाई समूहमा विभाजन गरी फाईदाहरू समूहमै लेख्न लगाउने र प्रस्तुत गर्न लगाउने शिक्षकले आवश्यक सहयोग गर्ने ।	बज्रासनबाट के फाइदा हुन सक्छ ? बज्रासन कति बेला गर्नु उपयुक्त हुन्छ ?	६



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	योगाशनका ६ वटै प्रकारहरूलाई अभ्यास गरेर देखाउन	योगाशनका ६ वटै प्रकारहरूलाई अभ्यासहरूको अभ्यास ।	कक्षाका सबै विद्यार्थीहरूलाई सफा चउरमा लगेर बसाली शिक्षकले नमुना अभ्यास गरेर देखाउदै क्रमश उनीहरूलाई पनि गर्न लगाउने अभ्यास गराउदै जाँदा केही विद्यार्थीहरूले छिटो सिक्दै जाने हुँदा अभ्यास भाएका विद्यार्थीहरूलाई टोली नेताको रुपमा प्रयोग गरी योगाभ्यासको नेतृत्व गर्न लगाउने आवश्यकता अनुसार शिक्षकले सुधारात्मक सिकाई गर्दै सबै विद्यार्थीहरूलाई ६ वटै आसनमा अभ्यास गराउने	उत्तानपाद आशन भनेको कस्तो आशन हो ? आनन्द मन्दिर आशन कसरी गर्न सकिन्छ ?	६
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिमा खानपिन र उपवासको महत्त्व बताउन ।	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिमा खानपिन र उपवासको महत्त्व ।	विद्यार्थीहरूलाई कस्तो खाना शरीरको लागि उपयुक्त हुन्छ भनी सोध्ने, प्राप्त उत्तरलाई कालोपाटीमा टिप्पै जाने । सन्तुलित भोजन औषधीको रुपमा लिइन्छ भनी सन्तुलित भोजन र स्वस्थ मानिसको चित्र प्रदर्शन गरी स्पष्ट पारिदिने । उपवास भनाले के बुझिन्छ ? प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट विद्यार्थीहरूबाट प्राप्त उत्तरलाई समायोजन गर्दै सहजीकरण गरिदिने । स्वास्थ्य संरक्षणको लागि उपवासलाई किन महत्त्वपूर्ण साधन मानिन्छ ? यस बिषयमा समूह विभाजन गरी बालबालिकालाई उत्तर खोज्न लगाउने । प्रस्तुत गर्न लगाउने । छुट भएका कुराहरू शिक्षकले स्पष्ट पारिदिने ।	सन्तुलित भोजन भनाले के बुझिन्छ ? उपवासलाई किन प्राकृतिक चिकित्साको रुपमा लिइन्छ ?	६
	विद्यार्थीहरू दालचिनी, अदुवा, घ्यूकुमारी, नीम, बोभो, पुदिना जस्ता जडीबुटीहरू चिन्न र तिनको उपयोग बताउन सक्ने छन् ।	विद्यार्थीहरू दालचिनी, अदुवा, घ्यूकुमारी, नीम, बोभो, पुदिना जस्ता जडीबुटीहरूको पहिचान र तिनको उपयोग	शिक्षकले नमुनाको लागि दालचिनी, अदुवा, घ्यूकुमारी, नीम, बोभो, पुदिना जस्ता जडीबुटीहरू कक्षामा लैजाेने । उल्लेखित जडीबुटीहरूको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई सोध्ने । देखे नदेखेका सबै विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी छुन, छान्न दिई पहिचान गराउने । प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट उल्लेखित जडीबुटीहरूको उपादेयता बताउने ।	दालचिनी कहाँ पाइन्छ ? नीमको प्रयोग प्राय के का लागि गरिन्छ ? पुदिनाको बढी प्रयोग कस्तो अवस्थामा गरिन्छ ?	६



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण कक्षा ६

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
बुटवलको सेरोफेरो	तिनाउ सभ्यता अर्न्तगत शिक्षा, कलाकृति, साहित्य, संगीत, संस्कार, व्यापार व्यवसाय तथा अन्य विकाससम्बन्धी जानकारी।	तिनाउ सभ्यता अर्न्तगत शिक्षा, कलाकृति, साहित्य, संगीत, संस्कार, व्यापार व्यवसाय तथा अन्य विकाससम्बन्धी जानकारी।	सभ्यताको सन्दर्भमा विद्यार्थीहरूसँग प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा छलफल चलाई सभ्यताको परिभाषा स्पष्ट पार्ने र लेखाउने । तिनाउको आदिकालको सभ्यता, मध्यकालको सभ्यता आधुनिक सभ्यता सम्बन्धी jigsaw technique प्रयोग गरी स्पष्ट गर्ने । विद्यार्थीहरूलाई ६ समूहमा विभाजन गरी कलाकृति, साहित्य, संगीत, संस्कार, शिक्षा र व्यापारको चिट वितरण गर्ने । सबै समूहलाई आपसमा छलफल गर्न लगाई सम्बन्धित विषयमा बुटवलमा भएको विकास टिपोट गरी लिपिवद्ध गरी प्रस्तुत गर्न लगाउने । शिक्षकले सहजीकरणको भूमिका निर्वाह गर्ने । सबै समूहलाई पालो छोटो जानकारी प्रस्तुत गर्न लगाउने । सबै समूह सबै विषयमा स्पष्ट भए नभएको मूल्याङ्कन गर्ने । अपेक्षित उपलब्धी प्राप्त हुन नसके पुनः पुनः छलफल चलाई निष्कर्षमा पुग्ने ।	सभ्यता भनेको के हो ? तिनाउको आदिकालको सभ्यताको कुनै २ वटा विशेषता उल्लेख गर्नुहोस् । बुटवल व्यापारिक केन्द्र हुनुका कुनै २ वटा कारणहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।	१०
हाम्रा पर्यटन स्थलहरू	लुम्बिनीको अबस्थिति : प्रदेश, जिल्ला, लुम्बिनीले ओगटेको क्षेत्रफल, वरिपरिका गाँउपालिका तथा नगरपालिका र ऐतिहासिक सभ्यता ।	लुम्बिनीको अबस्थिति : प्रदेश, जिल्ला, लुम्बिनीले ओगटेको क्षेत्रफल, वरिपरिका गाँउपालिका तथा नगरपालिका र ऐतिहासिक सभ्यता ।	लुम्बिनी रहेको प्रदेश, जिल्ला गाँउपालिका/नगरपालिकाको नाम प्रश्नोत्तर विधिबाट लिई बोर्डमा टिप्ने र विद्यार्थीलाई पनि टिप्न लगाउने । लुम्बिनीले ओगटेको कुल क्षेत्रफल वरिपरि जोडिएका गाँउपालिका/नगरपालिकाको नाम के होला भनी विद्यार्थीसँग छलफल प्रश्नोत्तर गर्ने । प्राप्त उत्तरहरू बोर्डमा टिप्दै जाने र उपयुक्त उत्तरहरू सहजीकरणका साथ विद्यार्थीहरूलाई सार्ने र पढ्न लगाउने । लुम्बिनीको ऐतिहासिक सभ्यताको जानकारीका लागि jigsaw technique को प्रयोग गर्ने ।	लुम्बिनीसँग जोडिएका गाँउपालिका र नगरपालिकाको नाम लेख्नुहोस् । लुम्बिनीले जम्मा कति क्षेत्रफल ओगटेको छ ? लुम्बिनीको ऐतिहासिक सभ्यताको सामान्य जानकारी दिनुहोस् ।	१२



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	लुम्बिनी आस्थाको केन्द्र भएको कुरा पुष्टि गर्न	लुम्बिनी बौद्धमार्गीहरूको आस्थाको केन्द्र हुनुका कारणहरू।	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई बुद्ध दर्शनका तीन सम्प्रदाय हिनयान, महायान र वज्रयानको परिचय दिने। सबैखाले सम्प्रदायमा आस्था राख्ने विश्वकै प्रमुख केन्द्रकै रूपमा लुम्बिनी रहेको कुरा विभिन्न माध्यमबाट स्पष्ट गर्ने। लुम्बिनीलाई आर्थिक भौतिक सहयोग गर्ने राष्ट्रहरूको सूची विद्यार्थीहरूकै सहयोगमा तयार गर्ने। शिक्षकले आवश्यकता अनुसार सहजीकरण गरिरहने। विश्व सम्पदा सूचीको शन्दर्भमा सम्बन्धित अनुच्छेद पढ्न लगाई प्रश्नोत्तर विधि अनुसार छलफल गराउने र स्पष्ट पारिदिने। लुम्बिनी अन्तर्राष्ट्रिय सम्पदाको रूपमा परिचित भैसकेको हुँदा अवलोकन भ्रमणको योजना बनाई भ्रमणमा लै जाने र महत्त्वपूर्ण टिपोटहरू टिप्न लगाउने।	बुद्ध दर्शनका तीन सम्प्रदाय के के हुन् ? लुम्बिनीमा सहयोग गर्ने कुनै १२ ५ राष्ट्रको नाम लेख्नुहोस्। लुम्बिनी विश्व सम्पदा सूचीमा कहिलेदेखि आबद्ध भयो ? लेख्नुहोस्।	
हाम्रो संस्कृति	हामी नेपालीहरूको सांस्कृतिक विशेषता बताउने।	हामी नेपालीको सांस्कृतिक विशेषताहरू : प्राचीनता, निरन्तरता, परिवर्तनशीलता, सहिष्णुता, ग्रहणशीलता, आध्यात्मिकता तथा भौतिकता, समन्वय तथा अनेकतामा एकताको पहिचान।	शिक्षकले सिक्रो कक्षालाई ४ समूहमा विभाजन गर्ने र प्रत्येक समूहलाई २, २ वटा विशेषता आपसमा छलफल गर्न नोट बनाउन लगाउने। पाठमा उल्लेखित विशेषताहरूबाट हो होइनमा आधारित प्रश्नहरू तयार गर्ने र कक्षालाई २ भागमा विभाजन गरी सही उत्तरको लागि १ अङ्क दिने गरी खेलमा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउने। धेरै उत्तर दिने समूहलाई विजेता घोषणा गरी प्रोत्साहित प्रत्येक समूहले आ-आफ्नो भागमा पेका विशेषताहरूको टिपोट अगाडि आई अन्य साथीहरूलाई सुनाउने। आवश्यकता अनुसार शिक्षकले सहजीकरण गर्ने।	हाम्रो सांस्कृतिक विशेषतामा उल्लेखित निरन्तरता भन्नेले के बुझ्नु हुन्छ। हाम्रो सांस्कृतिक विशेषता मध्ये कुनै ४ वटाको नाम लेख्नुहोस्। अनेकतामा एकता भनेको के हो ?	१२
	छठपर्वको वर्णन गर्ने।	छठपर्वको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि मनाउने प्रक्रिया र मुख्य मुख्य विशेषता।	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई छठपर्वको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि समेटिएको पाठ मौन वाचन गर्न लगाउने। विद्यार्थीहरूले पढिसकेपछि प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट मुख्य मुख्य कुराहरू बोर्डमा टिप्दै जाने र विद्यार्थीहरूलाई पनि लेखन गर्न लगाउने। छठपर्व मनाउने सन्दर्भमा विद्यार्थीको घर घरमा मनाइने तरिका विद्यार्थीहरू बिचमै छलफल गराउने। विशेषताहरू छलफलबाटै संकलन गर्ने र पाठसंग मिलान गर्ने। यसपर्वका मुख्य विशेषता र सन्देश विद्यार्थीहरूलाई नै बनाउन लगाउने आवश्यकता अनुसार परिमार्जन सहित बोर्डमा लेखिदिने र विद्यार्थीलाई लेखन लगाउने।	छठपर्वको प्रारम्भ कसरी भयो ? छठपर्व मनाउने तरिका के के हुन् ? छठपर्वले समाजमा कस्तो शिक्षा प्रदान गरेको छ ?	१२



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
हाम्रो आस्था	इस्लाम धर्मको उत्थान कसरी भयो बताउन ।	हजारत मुहम्मदको जन्म पारिवारिक स्थिति र इस्लाम धर्मको प्रवर्तन	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गर्ने र आवश्यकता अनुसार किताब समेतको अध्ययन गर्ने गरी हजारत मुहम्मदको जन्म, पारिवारिक स्थिति इस्लाम धर्मको शुरुवातका मुख्य मुख्य घटना टिपोट गर्न लगाउने । समूहमा छलफल गर्न लगाई समाधिगत रुपमा समूहको तर्फबाट एउटा प्रतिवेदन स्वरूप विवरण प्रस्तुत गर्न लगाउने । अन्य समूहले धैर्य साथ सुन्ने र टिप्पणी गर्ने । शिक्षकले परिमार्जन सहित स्पष्ट पारिदिने ।	हजारत मुहम्मद को हुन ? इस्लाम धर्म कहिलेदेखि प्रारम्भ भयो ?	९
	इस्लाम आचरणका मुख्य मुख्य कुराहरूको व्याख्या गर्न	इस्लाम धर्माबलम्बीहरूले अपनाउने आचार सहिता	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गर्ने र आवश्यकता अनुसार किताब समेतको अध्ययन गर्ने गरी इस्लाम धर्माबलम्बीहरूको आचरणको मुख्य मुख्य इमान लगायतका आचरणहरू टिपोट गर्न लगाउने । समूहमा छलफल गर्न लगाई समाधिगत रुपमा समूहको तर्फबाट एउटा प्रतिवेदन स्वरूप विवरण प्रस्तुत गर्न लगाउने । अन्य समूहले धैर्यसाथ सुन्ने र टिप्पणी गर्ने । शिक्षकले परिमार्जन सहित स्पष्ट पारिदिने ।	इस्लाम धर्मका ५ आचार सहिताहरू के के हुन् उल्लेख गर्नुहोस् ।	९
	इस्लाम धर्मको व्यापकता तथा यसको सन्देश बताउन ।	इस्लाम धर्मको व्यापकता तथा यसको सन्देश	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गर्ने र आवश्यकता अनुसार किताब समेतको अध्ययन गर्ने गरी इस्लाम धर्माबलम्बीहरूको दोस्रो ठूलो धर्मको रुपमा व्यापकता हुन गएको कुरा टिपोट गर्न लगाउने । यसका साथै प्रत्येक क्षेत्रबाट आर्जित कमाइको केही प्रतिशत दानको रुपमा पर सार्ने सन्देश समेत समूहमा छलफल गर्न लगाई समाधिगत रुपमा समूहको तर्फबाट एउटा प्रतिवेदन स्वरूप विवरण प्रस्तुत गर्न लगाउने । अन्य समूहले धैर्यसाथ सुन्ने र टिप्पणी गर्ने । शिक्षकले परिमार्जन सहित स्पष्ट पारिदिने ।	इस्लाम धर्म किन दोस्रो ठूलो धर्मको रुपमा देखिन आएको छ ? इस्लाम धर्मले दिन खोजेको सन्देश के होला ?	९
संघ संस्थाहरू	रोटरी क्लबको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव	रोटरी क्लबको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट रोटरी क्लब बुटवलको अवस्थिति, स्थापना, यसका मुख्य मुख्य उद्देश्यहरू, रोटरीको महत्त्व, बुटवलमा यसको प्रभावका साथै यसको गठन प्रक्रिया, यसको अन्य देश र विभिन्न संस्थासंगको सम्बन्धको बारेमा छलफल गर्ने । मुख्य मुख्य कुराहरू शिक्षकले छलफलकै क्रममा बोर्डमा टिप्पै जाने । विद्यार्थीहरूलाई नोटको रुपमा टिप्पण लगाउने । विद्यार्थीहरूलाई संख्या अनुसार समूहमा विभाजन गर्न लगाउने । समूहले छलफल गरी उत्तर लेखन लगाउने । समूह नेतालाई क्रमिक रुपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने । सन्दर्भ र विषयवस्तु अनुसार शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई पृष्ठपोषण दिई सहयोग गर्ने ।	रोटरी क्लबको स्थापना कहिले भयो ? बुटवलमा यसको प्रभाव कस्तो रहेको छ ? यसको गठन प्रक्रिया के हो ? यसले कस्ता कस्ता कार्यक्रम सन्चालन गर्दछ ?	७



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	लायन्स क्लबको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव बताउन।	लायन्स क्लबको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट लायन्स क्लब बुटवलको अवस्थिति, स्थापना, यसका मुख्य उद्देश्यहरू, लायन्सको महत्त्व बुटवलमा यसको प्रभावका साथै यसको गठन प्रक्रिया, यसको अन्य देश र विभिन्न संस्थासंगको सम्बन्धको बारेमा छलफल गर्ने। मुख्य मुख्य कुराहरू शिक्षकले छलफलकै क्रममा बोर्डमा टिप्पै जाने। विद्यार्थीहरूलाई नोटको रूपमा टिप्पै लगाउने। विद्यार्थीहरूलाई संख्या अनुसार समूहमा विभाजन गर्न लगाउने। समूहमै छलफल गरी उत्तर लेखन लगाउने। समूह नेतालाई क्रमिक रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने सन्दर्भ र विषयवस्तु अनुसार शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई पृष्ठपोषण दिई सहयोग गर्ने।	लायन्स क्लबको स्थापना कहिले भयो ? बुटवलमा यसको प्रभाव कस्तो रहेको छ ? यसको गठन प्रक्रिया के हो ? यसले कस्ता कस्ता कार्यक्रम सन्चालन गर्दछ ?	७
	जेसिस रुपन्देहीको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव बताउन	जेसिस रुपन्देहीको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट जेसिस रुपन्देहीको अवस्थिति, स्थापना, यसका मुख्य उद्देश्यहरू, जेसिसको महत्त्व, बुटवलमा यसको प्रभावका साथै यसको गठन प्रक्रिया, यसको अन्य देश र विभिन्न संस्थासंगको सम्बन्धको बारेमा छलफल गर्ने। मुख्य मुख्य कुराहरू शिक्षकले छलफलकै क्रममा बोर्डमा टिप्पै जाने। विद्यार्थीहरूलाई नोटको रूपमा टिप्पै लगाउने। विद्यार्थीहरूलाई संख्या अनुसार समूहमा विभाजन गर्न लगाउने। समूहमै छलफल गरी उत्तर लेखन लगाउने। समूह नेतालाई क्रमिक रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने। सन्दर्भ र विषयवस्तु अनुसार शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई पृष्ठपोषण दिई सहयोग गर्ने।	जेसिस रुपन्देहीको स्थापना कहिले भयो ? बुटवलमा यसको प्रभाव कस्तो रहेको छ ? यसको गठन प्रक्रिया के हो ? यसले कस्ता कस्ता कार्यक्रम सन्चालन गर्दछ ?	७
	लियो क्लबको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव बताउन	लियो क्लबको स्थापना, उद्देश्य, महत्त्व र बुटवलमा यसको प्रभाव।	शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट लियो क्लब अवस्थिति, स्थापना, यसका मुख्य उद्देश्यहरू, लियोको महत्त्व, बुटवलमा यसको प्रभावका साथै यसको गठन प्रक्रिया, यसको अन्य विभिन्न संस्थासंगको सम्बन्धको बारेमा छलफल गर्ने। मुख्य मुख्य कुराहरू शिक्षकले छलफलकै क्रममा बोर्डमा टिप्पै जाने। विद्यार्थीहरूलाई नोटको रूपमा टिप्पै लगाउने। विद्यार्थीहरूलाई संख्या अनुसार समूहमा विभाजन गर्न लगाउने। समूहमै छलफल गरी उत्तर लेखन लगाउने। समूह नेतालाई क्रमिक रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउने। सन्दर्भ र विषयवस्तु अनुसार शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई पृष्ठपोषण दिई सहयोग गर्ने।	लियो क्लबको स्थापना कहिले भयो ? बुटवलमा यसको प्रभाव कस्तो रहेको छ ? यसको गठन प्रक्रिया के हो ? यसले कस्ता कस्ता कार्यक्रम सन्चालन गर्दछ ?	६



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
योग	योगासनका निम्न ६ आसनका बारेमा परिचय दिन १. पवन मुक्तासन २. मत्स्यासन ३. हलासन ४. सुतबज्रासन ५. भुजङ्गासन ६. सर्वाङ्गासन	योगासनका निम्न ६ आसनका बारेमा परिचय दिन १. पवन मुक्तासन २. मत्स्यासन ३. हलासन ४. सप्तबज्रासन ५. भुजङ्गासन ६. सर्वाङ्गासनलाई सिक्ने वा संकेत चिन्ह सहित परिचय।	शिक्षकले प्रस्तुत योगासनका ६ प्रकार मध्ये पवनमुक्तासनलाई विद्यार्थीहरूले सुन्ने गरी बताउँदै बोर्डमा लेखिदिने। सिक्ने वा संकेत चिन्हको आधारमा योगको चित्र बनाई स्पष्ट पारिदिने क्रमशः अन्य उल्लेखित पाँच आसनहरू समेत अभ्यास गराउँदै सिकाउने।	उल्लेखित योगासनका ६ प्रकार मध्ये कुनै तीनको नाम भन्नुहोस्। पवनमुक्तासनलाई संकेत चित्रको आधारमा उल्लेख गर्नुहोस्।	९
	योगासनका उल्लेखित ६ वटा प्रकारका मुख्य फाइदा बताउन।	योगासनका उल्लेखित ६ वटा प्रकारका मुख्य फाइदाहरू।	प्रस्तुत योगासनको विषयमा प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा विद्यार्थीसंग छलफल गर्ने, छलफलमा आएका कुराहरूलाई बोर्डमा टिप्पणी गर्ने र विद्यार्थीलाई पनि टिप्पणी लगाउने समूह बनाई छलफल गर्न लगाउने र अभ्यास समेत गर्न लगाउने शिक्षकले आवश्यकता सहजीकरण गर्दै जाने क्रमिक रूपमा अन्य आसनहरूको समेत विद्यार्थीहरूलाई जानकारी दिने।	पवनमुक्तासनको मुख्य फाइदा के हुन सक्छ? कुनै दुई ओटा उल्लेख गर्नुहोस्। भुजङ्गासन कसरी गरीन्छ?	९
	योगासनका ६ वटै प्रकारको अभ्यास गरेर देखाउन।	योगासनका प्रस्तुत ६ वटा प्रकारहरूलाई विद्यार्थीहरू स्वयंले क्रमिक रूपमा अभ्यास तथा प्रदर्शन।	सफा चौरमा लगेर या सम्भव भए गुन्द्री, दरी या म्याट ल्याउन लगाएर कक्षाका सबै स्वस्थ विद्यार्थीहरूलाई उचित आसनमा फिँजारेर देखाउने। क्रमशः विद्यार्थीहरूलाई अनुकरण गर्दै अभ्यास गर्न लगाउने। अभ्यास गराउँदै जाँदा केही विद्यार्थीले छिटो सिके हुनाले तिनलाई अगुवा बनाएर गर्न र अरुलाई तिनका पछाडि बसाली अनुकरणत्मक अभ्यास गर्न सघाउने। शिक्षकले निरीक्षण गर्ने बिराएका विद्यार्थीहरूलाई सुधारामक सिकाइ अभ्यास गराउँदै सम्पूर्णलाई क्रमशः अभ्यस्त बनाउने।	मत्स्यासन कस्तो आसन हो? कसरी गरीन्छ?	९
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिमा माटोद्वारा उपचार हुने कुरा बताउन।	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिमा माटोद्वारा उपचार	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिमा माटोको प्रयोग गरी उपचार भएको कुरा विद्यार्थीले थाहा पाए नपाएको विषयमा छलफल गर्ने। माटोको गुण तथा आकार बदल्न सकिने कुरा प्रयोग गरी देखाउन विद्यार्थीलाई नै क्रियाशील गराउने। माटोबाट हुन सक्ने उपचारामक फाइदाको निमित्त १ दिने शैक्षिक भ्रमण योजना बनाई सैनौमैना १ वनकट्टामा लागी प्रत्यक्ष अवलोकन गराई माटोको उपचार पद्धतिबारे जानकारी दिने। अवलोकनबाट प्राप्त तथ्यलाई अर्को कक्षामा छलफल, टिपोट र समीक्षा गर्ने।	माटोको प्रयोगबाट के के रोगहरू निको पार्न सकिन्छ? प्राकृतिक चिकित्सा प्रयोग गरिने माटो कति फिट गहिरोबाट निकाल्नु पर्दछ?	८



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	प्राकृतिक चिकित्सा जलोपचारको बारेमा बताउन।	प्राकृतिक चिकित्सा पद्धतिमा जलको माध्यमबाट हुन सक्ने उपचार।	शिक्षकले वातजन्य रोगको निम्ति लाभदायक जलद्वारा गरिने चिकित्सा जस्तै वाष्प स्नान, कटी स्नान, टप स्नान आदि अन्य नुहाइबाट हुने चिकित्साको बारेमा उदाहरण सहित स्पष्ट गरिदिने। जलबाट हुने चिकित्साको विषयमा कक्षामै प्रतियोगिता सन्चालन गरी विद्यार्थीलाई अध्ययनमा सक्रिय बनाउने।	जलोपचार पद्धतिले प्राय कुन रोगलाई उपचार गर्न मद्दत गर्दछ ?	८
	विद्यार्थीहरू तुलसी, टोप्रेभार (ब्राह्मी) पुनर्नवा, असुरो, हलेदो, बकाइनो जस्ता जडीबुटीहरू चिन्न र तिनको उपयोग बताउन सक्ने छन्।	तुलसी, टोप्रेभार (ब्राह्मी) पुनर्नवा, हलेदो, असुरो, बकाइनो जस्ता जडीबुटीहरूको को पहिचान र उपयोग।	शिक्षकले नमुनाको लागि तुलसी, टोप्रेभार (ब्राह्मी) पुनर्नवा, हलेदो, असुरो, बकाइनो जस्ता जडीबुटीहरू कक्षामा लैजाने। उल्लेखित जडीबुटीहरूको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई सोध्ने। देखे नदेखेका सबै विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी छुन, छाम्न दिई पहिचान गराउने। प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट उल्लेखित जडीबुटीहरूको उपादेयता बताउने।	टोप्रेभार (ब्राह्मी) कहाँ पाइन्छ ? तुलसीको प्रयोग प्राय के का लागि गरिन्छ ? प्रायः भान्साभा प्रयोग हुने जडीबुटीको नाम के हो ?	८



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण

कक्षा ७

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
बुटवलको सेरोफेरो	बुटवलको हावापानी र जनजीवनको बारेमा ।	बुटवलको वर्षाको किसिम हावा (मनसुनी र पश्चिमी) तापमान जनजीवन, कृषि, व्यापार, शिक्षा आदिको जानकारी ।	प्राकृतिक नक्सा तथा छलफल विधिको प्रयोग गरी बुटवलको हावा पानीको विषयमा स्पष्ट गर्ने । वाफिलो र शुष्क हावाको उदाहरण मौसम अनुसार छलफल र उदाहरणबाट प्रष्ट गर्ने । तापमानको लागि ब्यारोमिटर समेतका उपकरण प्रयोग गर्दै जानकारी दिने । जनजीवनको जानकारीको लागि विद्यार्थीहरूबीच नै प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट छलफल गराउने । विभिन्न विद्यार्थीहरूबाट प्राप्त जानकारीहरू समष्टिगत रूपमा एकिकृत गरी यहाँको व्यापार, उद्योग, उद्योगहरूबाट सिर्जित विभिन्न रोजना, वस्तुहरूको निकासी, बुटवल औद्योगिक क्षेत्रबाट उत्पादित विभिन्न वस्तुहरू, कुट्टर उद्योगबाट निर्मित वस्तुहरू : ढाका, ढकिया, गुन्द्री, नाइला, मान्द्रा मुडा आदिको जानकारी दिने । आवश्यकता अनुसार अध्ययन भ्रमणको योजना बनाई विद्यार्थीलाई स्थलगत अध्ययन गराउने । शिक्षाको मोफसलको राजधानी बुटवल हो भन्ने कुरा प्रमाण सहित जानकारी गराउने ।	वाफिलो हावा बने समय कुन हो ? बुटवलको सरदर तापमान कति हुन्छ ? बुटवलमा कुट्टर उद्योगबाट निर्मित कुनै ५ वटा वस्तुहरूको नाम लेख ।	१२
	हिलपार्क अविस्थिति क्षेत्रफल र महत्त्व	हिलपार्कको अविस्थिति क्षेत्रफल र महत्त्व ।	शिक्षकले हिलपार्कको समग्र जानकारी दिलाउन शैक्षिक भ्रमणको योजना बनाई विद्यार्थीलाई हिलपार्क लैजाने । विद्यार्थीहरूलाई त्यहाँ भएका सूचना, जानकारी तथ्याङ्क तथा उल्लेखनीय वस्तुको टिपोट गर्न लगाउने । अर्को दिनको कक्षाया विद्यार्थीहरूको ४/४ जनाको समूह बनाई placemat method प्रयोग गरी हिलपार्कमा देखेका अनुभव गरेका, सुनेका, टिपोट गरेका उल्लेखनीय कुराहरू छलफल गरी लेख्न लगाउने । लिपिबद्ध समूह कार्यको प्रस्तुतिका लागि शिक्षकले सहजीकरण गर्ने । हिलपार्कको शिक्षक विद्यार्थीले समग्र समीक्षा गर्ने र आ आफ्नो तर्फबाट भए गरेका कमी कमजोरीहरू अन्त्य गर्न प्रयास गर्दै जाने ।	हिलपार्क कहाँ अविस्थित छ ? यसको क्षेत्रफल कति छ ? यहाँ किन विहानमा मानिसहरूको ओइरो लाग्ने गर्दछ ?	१३



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/ विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
हाम्रो संस्कृति	नेपालको सभ्यताको बारेमा बताउनु	नेपाली सभ्यताको परिचय इतिहास, यसका सबलपक्षहरू, सभ्यताको निरन्तरता तथा गतिशीलता तथा बुटवलमा प्राप्त पुरातात्विक तथ्यहरू	सामान्यतः सभ्यता भनेको के हो भनी प्रश्नोत्तर विधिको माध्यमबाट विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्ने । विद्यार्थीले भनेका महत्वपूर्ण कुराहरू बोर्डमा टिप्पे जाने । सबै विद्यार्थीहरूलाई सक्रिय रूपमा सहभागी हुन प्रोत्साहित गर्ने । सभ्यता र इतिहासलाई जोड्दै जाने । सभ्यता र इतिहासको बारेमा विद्यार्थीबीच बस्तुत्व कला सञ्चालन गरी पठनशील बनाउने । सभ्यताको विकासक्रममा देखाएका सबल पक्षहरू के के हुन सक्छन् भन्ने कुरालाई (fish bowl) शिक्षण सिकाइको तरिका अपनाई विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो मौका दिई सहभागी गराउने शिक्षकले सहजीकरण गर्ने । समय बित्दै जाँदा सभ्यताले निरन्तरता पाएको कुरा र देशले राम्रो बाटोमा हिँड्दै गएको कुरा (सभ्यताको निरन्तरता हिजो आज र भोलि) जस्ता विषयमा निबन्ध लेखनमा प्रतियोगिताको रूपमा अभ्यास गराउने । विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहित गर्दै जाने । बुटवल सिद्धबाबा धामको आसपासमा पाइएको पुरातात्विक मानवावशेष प्राप्त भएको स्थानको बारेमा भ्रमण योजना बनाई विद्यार्थीलाई सम्बन्धित स्थानमा लगी त्यसको वास्तविक यथार्थता बताइदिने ।	नेपालको इतिहासका सबल पक्षहरू के के हुन् ? बुटवल क्षेत्रमा प्राप्त पुरातात्विक मानवावशेषको बारेमा तपाइलाई जानकारी भएका कुराहरू लेख्नु होस् ।	२१
हाम्रो आस्था	क्रिश्चियन धर्मको परिचय र सम्प्रदायहरू बताउनु	क्रिश्चियन धर्मको परिचय आदर्श एवं सम्प्रदायहरूको यथार्थता ।	क्रिश्चियन धर्मको विषयमा विद्यार्थीहरूलाई जानकारी दिन विद्यार्थीको घर परिवारमा अपनाउदै आएको धर्मको विषयमा जानकारी लिने र बोर्डमा टिप्पे जाने । क्रिश्चियन धर्म पनि अन्य धर्महरू जस्तै एक धर्म हो भन्ने कुराको सहजीकरण गरिदिने । इसासिसहरूको पारिवारिक पृष्ठभूमि सहित विद्यार्थीलाई क्रिश्चियन धर्मको सामान्य परिचय दिने । जानकारी दिँदा प्रायः प्रश्नोत्तर र छलफल विधि नै प्रयोग गर्दा उपयुक्त होला । शिक्षकले सबै खाले धर्महरू लोकोहित र कल्याणका लागि हुने कुराको सहजीकरण गर्दै क्रिश्चियन धर्मका आदर्श कुराहरू, इसासिसहरू ईश्वरकृत दीव्य पुरुषको प्रधानता आदिको विषयमा विद्यार्थीलाई शिक्षण सिकाइका उपयुक्त माध्यम प्रयोग गरी स्पष्ट पारिदिने । विभिन्न धर्मका विभिन्न सम्प्रदाय हुन्छन् भन्ने कुरा उदाहरणको रूपमा प्रस्तुत गर्ने र विद्यार्थीलाई क्रिश्चियन धर्मका सम्प्रदायहरू विशेष गरी रोमन क्याथोलिक र प्रोटेस्टेन्ट गरी २ प्रकारका भएको कुरा बताउने, टिप्पे लगाउने, छलफल गर्ने, गराउने । इसासिसहरू ईश्वरकृत दीव्य पुरुषको जन्मदिनलाई क्रिसमस डे को रूपमा मनाउने प्रचलन रही आएको तथ्य विद्यार्थीहरूलाई जानकारी दिने । क्रिसमस डेमा क्रिसमस ट्रीले रमणीयता प्रदर्शन गर्ने तथा गुड फ्राइडे मनाउने परम्परा उपलब्ध साधनको माध्यमबाट विद्यार्थीलाई जानकारी गराउने ।	क्रिश्चियन धर्मका प्रवर्तक को हुन् ? क्रिश्चियन धर्मको पवित्र ग्रन्थलाई के भनिन्छ ? क्रिश्चियन धर्मका मुख्य सम्प्रदाय के के हुन् ? क्रिसमस ट्री भन्नाले के बुझ्नु हुन्छ ?	१३



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/ विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
संघ संस्थाहरू	बुटवल स्थित विशेष विद्यालय एवं महावीर पुस्तकालयको परिचय र महत्त्व	रुपन्देही स्थित भिन्न भिन्न प्रकृतिका विद्यालयहरू : साधना महिला विद्यालय, ज्ञानोदय रात्री माध्यमिक, कान्ति खुला विद्यालय, कालिका मानवज्ञान कम्प्यूटर, नवीन सिभिल तथा नवतन कृषि प्राविधिक तथा गुरुकुल एवम् मदरसाको परिचय तथा विशेषता बताउन महावीर पुस्तकालयको परिचय एवं महत्त्व।	सम्पूर्ण कक्षालाई विद्यार्थी संख्याको आधारमा ४/५ समूहमा विभाजन गर्ने र विभिन्न विद्यालयका पाठ्य सामग्री समेत सोही अनुसार विभाजन गरी समूहलाई वितरण गर्ने। सिकाइ विधिको निम्नित्त jigsaw Technique को प्रयोग गर्ने। सबै समूहका विद्यार्थीहरूलाई पुनः A B C D नामकरण गर्ने। नयाँ समूहमा आआफूले पढेका कुरा स्पष्ट पार्न भन्ने। केही विद्यार्थीलाई मूल्याङ्कन समूहमा राखी सो समूह माफत नै अध्ययन गर्न दिइएको विद्यालयहरूको विषयमा होजिरी जवाफ प्रतियोगिता गराउने। धेरै अङ्क ल्याउने समूहलाई विजयी घोषित गर्ने। अन्त्यमा शिक्षकले सार संक्षेप प्रस्तुत गर्ने। प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा रुपन्देहीको सबभन्दा प्राचीन पुस्तकालय महावीर पुस्तकालय सम्बन्धी जानकारीको लागि विद्यार्थीसंग छलफल गर्ने। विद्यार्थीहरूलाई आवश्यक समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई न्युजप्रिन्ट वितरण गरी placemate method द्वारा आ-आफ्नो जानकारी लेख्न लगाउने र समूहको प्रतिनिधिलाई प्रस्तुत गर्न लगाउने। अन्त्यमा शिक्षकले आवश्यकता अनुसार सुधार गरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्ने।	साधना विद्यालय कस्तो विद्यालय हो ? खुला विद्यालयका कुनै ३ फाइदाहरू लेख्नु होस्। बुटवलमा हाल कति प्रकारका प्राविधिक विद्यालयहरू सञ्चालित छन् ?	१५
	गुरुकुल एवं मदरसाको परिचय तथा विशेषता	गुरुकुल एवं मदरसाको परिचय तथा विशेषता।	सम्पूर्ण कक्षालाई विद्यार्थी संख्याको आधारमा ४/५ समूहमा विभाजन गर्ने र ५, ५ मिनेट सबैलाई पाठ अध्ययन गर्न लगाउने। प्रत्येक समूहलाई न्युज प्रिन्ट र उपयुक्त मार्कर वितरण गर्ने र place mate method अनुसार प्रत्येक विद्यार्थीले आ आफ्नो जानकारी न्युज प्रिन्टमा लेख्न लगाउने। सबै समूहहरूलाई न्युजप्रिन्टमा प्राप्त हुन आएका विषयबस्तुहरूलाई एक आपसमा मन्थन गरी सार संक्षेप लेख्न लगाउने। सबै समूहलाई पालो पालो प्रस्तुत गर्न लगाउने। अन्त्यमा शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहनका साथ समीक्षात्मक निष्कर्ष दिने।		१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/ विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
योग	योगासनका ६ प्रकारका आसनहरू १. गोमुखासन २. महावीरासन ३. उष्ट्रासन ४. तुलासन ५. मकरासन ६. कन्धरासनबारे परिचय दिन	योगासनका ६ वटा प्रकारहरू : १. गोमुखासन २. महावीरासन ३. उष्ट्रासन ४. तुलासन ५. मकरासन ६. कन्धरासन आदिको चित्रसहित परिचय ।	शिक्षकले प्रस्तुत योगासनका प्रकारहरूको बारेमा कक्षलाई ६ समुहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई एक/एक आसन दिई उक्त आसनको बारेमा जानकारी लेख्न लगाउने पुनः समूहलाई प्रत्येक समूहको एक/एक जना गर्ने गरी अर्को समूह निर्माण गर्ने र सबैले आ-आफ्ना कुरा समावेश गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने यो विधि अनुसार शिक्षण सिकाइको निमित्त विद्यार्थीहरूलाई प्रयोग गर्ने शिक्षकले आवश्यकता अनुसार प्रतिवेदनमा हेरफेर सुझाव वा सहजीकरण गर्ने ।	गोमुखासन भनाले कस्तो आसनलाई जनाउँछ ?	१२
	प्रस्तुत ६ प्रकारका योगासनका फाइदाहरू बताउन	प्रस्तुत ६ प्रकारका योगासनका फाइदाहरू ।	प्रस्तुत योगासनका फाइदाहरू प्रश्नोत्तर विधिकै आधारमा विद्यार्थीहरूसँग प्राप्त भएका उत्तरहरूलाई छलफल गरी बोर्डमा टिप्ने र विद्यार्थीहरूलाई पनि टिप्न लगाउने विद्यार्थीबाट प्राप्त नभएका फाइदाहरूको शिक्षकले सहजीकरण गरी प्रस्ट गरिदिने	गोमुखासनका मुख्य फाइदाहरू के-के हुन् ? मकरासनबाट हुने फाइदा के-के हुन् ?	१२
	योगासनका प्रस्तुत ६ वटा आसनहरूको अभ्यास गरेर देखाउन	योगासनका प्रस्तुत ६ वटा आसनहरूको अभ्यास ।	विद्यार्थीहरूलाई सफा चौरमा लगेर या सम्भव भए गुन्डी, दरी या म्याट ल्याउन लगाएर कक्षाका सबै स्वस्थ विद्यार्थीहरूलाई उचित आसनमा फिँजोर देखाउने । क्रमशः विद्यार्थीहरूलाई अनुकरण गर्दै अभ्यास गर्न लगाउने । अभ्यास गराउँदै जाँदा केही विद्यार्थीले छिटो सिके हुनाले तिनलाई अगुवा बनाएर गर्न र अरूलाई तिनका पछाडि बसाली अनुकरणात्मक अभ्यास गर्न सघाउने । शिक्षकले निरीक्षण गर्ने बिराएका विद्यार्थीहरूलाई सुधारात्मक सिकाइ अभ्यास गराउँदै सम्पूर्णलाई क्रमशः अभ्यस्त बनाउने ।	उष्ट्रासन भनाले कस्तो आसन भन्ने बुझिन्छ ? यो कसरी गरिन्छ ?	१६



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/ विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	विद्यार्थीहरूले वायु र चुम्बकद्वारा गरिने उपचार तथा उपचार प्रक्रिया बताउन सक्ने छन् ।	वायु र चुम्बकद्वारा गरिने उपचार तथा उपचार प्रक्रिया ।	वायुद्वारा रोगको उपचार कसरी सम्भव छ भनी brain storming को लागि केही प्रश्न दिने र उत्तर खोज्न लगाउने । वायुद्वारा रोगको उपचार व्याख्यान तथा छलफल विधिको आधारमा स्पष्ट गर्ने । यो विधि प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूको बारेमा सामान्य चर्चा गर्ने । चुम्बकद्वारा कस्तो रोगको उपचार सम्भव छ ? छलफल गरी स्पष्ट गर्ने । चुम्बक विधिको उपचारको सिलसिलामा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू छलफल विधिबाट स्पष्ट गर्ने ।	वायुद्वारा कुन कुन रोगको उपचार सम्भव छ ? वायुद्वारा उपचार गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुनै ३ कुराहरू लेख्नु होस् । चुम्बकद्वारा कस्तो रोग निको पार्न सकिन्छ ? यो विधि प्रयोग गर्दा अपनाउनु पर्ने सतर्कता के के हुन् ?	१३
	विद्यार्थीहरूले पारिजात,बेल, आँक, सिमली, दुबो र सर्पगन्धा चिन्न र यिनको उपयोग बताउन ।	पारिजात,बेल, आँक, सिमली, दुबो र सर्पगन्धाको पहिचान र यिनको उपयोग ।	शिक्षकले नमुनाको लागि पारिजात,बेल, आँक, सिमली, दुबो र सर्पगन्धा जस्ता जडीबुटीहरू कक्षामा लैजाेने । उल्लेखित जडीबुटीहरूको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई सोच्ने । देखे नदेखेका सबै विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी छुन, छाम्न दिई पहिचान गराउने । प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट उल्लेखित जडीबुटीहरूको उपादेयता बताउने ।	घर वरपर पाइने कुनै ४ गुणकारी जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस् ? सर्पगन्धाको प्रयोग प्राय के का लागि गरिन्छ ? आँक कस्तो जडीबुटी हो ?	१३



विषयवस्तुको विस्तृतीकरण

कक्षा ८

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
बुटवलको सेरोफेरो	बुटवल अवस्थिति चुरेपहाड, यसको महत्त्व र यसको संरक्षणको बारेमा बताउन	बुटवल अवस्थिति चुरेपहाड यसले समेटेको क्षेत्रफल, चुरेसंग जोडिएका घाँस, दाउरा, पानी, ढुङ्गा बालुबा, गिट्टी, फलफूल, जीवजन्तु, यसको महत्त्व र संरक्षणको आवश्यकता ।	नेपालको राजनैतिक चित्र अगाडि राखी बुटवल पत्ता लगाउन लगाउने । अक्षांश, देशान्तर, समुद्र सतह देखिको उचाइ, नजिकका पालिकाहरु, वडागत भौगोलिक विभाजन, तिनाउ नदीको बारेमा प्रश्नोत्तर छलफल विद्यार्थीलाई जानकारी दिने । मानचित्रको प्रयोग गर्न सिकाउने । चुरे पहाडको चिनारी : उचाइ, पहाडमा पाइने विशेष वनस्पति, फलफूल तथा जडीबुटी, स्थानीय जनसमुदायले लिइरहेको फाइदा : ढुङ्गा बालुवा, गिट्टी, दाउरा, घाँसपात, जडीबुटी, काठ, हावापानी, जीवजन्तु आदिको बारेमा प्रश्नोत्तर विधि अनुसार छलफल गराउने । पूर्वबाट पश्चिमसम्म अर्ध वृत्त आकारमा रहेको चुरे पहाडको महत्त्वको बारेमा कक्षामै वादविवाद प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने । चुरे पहाडको महत्त्व लेख्न लगाउने चुरे पहाडको संरक्षणको विषयमा कक्षामा छलफल चलाउने । सामुदायिक वन नीतिको जानकारी विद्यार्थीलाई दिने । कक्षामा भएका विद्यार्थीको संख्या अनुसार ५/ ६ जनाको १/१ समूह तयार गरी सबै समूहका प्रत्येक व्यक्तिलाई आआफ्नो कपिमा चुरे संरक्षणका उपायहरु बुँदागत रूपमा टिप्पण लगाउने । व्यक्तिले टिपेका बुँदाहरुलाई समष्टिगत समूहको रूपमा टिपोट मिलान गर्ने । सबै समूहलाई पालै पालो प्रस्तुत गर्न लगाउने । शिक्षकले सहजीकरणको भूमिका निर्वाह गर्ने, आवश्यकता अनुसार थपघट सुधार र निष्कर्ष दिने ।	आक्षांश र देशान्तरको हिसाबले बुटवलको अवस्थिति उल्लेख गर्नुहोस् । बुटवललाई केन्द्रबिन्दु मान्दा चुरेपहाड कहाँदेखि कहाँसम्म फैलिएको छ ? चुरे पहाडबाट बुटवलबामिले के के फाइदा पाइहेका छन् ?	१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
हाम्रा पर्यटन स्थलहरू।	मानव विकासको मानव विकासको प्रारम्भिक चरण देखि हालसम्मको विकासक्रमको सक्षिप्त विवरण। तिर्ना किनारामा पाइएको रामापथेकसको विशेष जानकारी।	मानव विकासको चार्ट प्रस्तुत गर्ने। प्रश्नोत्तर विधिको प्रयोग गरी प्रत्येक विकास क्रमका मानवको नाम र काल अवधिबारे चर्चा गर्ने। प्रत्येक विशिष्ट चरणको विशेषताबारे छलफल गर्ने। विद्यार्थीलाई २ समूहमा विभाजन गरी यसैसँग सम्बन्धित प्रश्नोत्तर विद्यार्थीबिच नै सन्चालन गर्ने। fish bowl technique प्रयोग गरी छलफल गर्ने। यस क्रियाकलापमा पालै पालो सबैलाई सहभागी बनाउने। तिनैउ किनारामा पाइएको मानवावशेष बङ्गराको चित्र सहित छलफल गर्ने।	मानव विकासको शुरुको चरणलाई के भनिन्छ? मानव विकासको मुख्य मुख्य चरण मध्ये कुनै ५ चरणको नाम भन्नुहोस। रामापथेकसको मानवावशेष बङ्गरा कति वर्ष पुरानो मानिएको छ?	१५	
नुवाकोट किल्लाको महत्त्व	नुवाकोट किल्लाको अवस्थिति, नेपाल अग्रेज युद्ध, पर्यटकीय महत्त्व, नुवाकोट गुर्योजनाका साथै ऐतिहासिक विविध संरक्षणीय क्षेत्रको बारेमा जानकारी।	सम्पूर्ण विद्यार्थीलाई प्रत्येक समूहमा ४ जना हुने गरी समूहहरू बनाउने। सबै समूहलाई न्यूजीप्रिन्ट वितरण गर्ने। ५, ७ मिनेट सबै विद्यार्थीलाई पाठ पढ्न लगाउने। न्यूजीप्रिन्टलाई ५ भागमा रेखाङ्कित गरी place mate method अनुसार आ-आफूना विचार लेख्न एउटा एउटा प्रश्न सबै समूहलाई दिने। समूह कार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने। शिक्षकले सहजीकरण गर्ने र समीक्षा गर्ने।	नुवाकोट किल्ला कहाँ अवस्थित छ? अग्रेजहरू नेपाली फौजसँग किन हारे? नुवाकोटका आकर्षक योजनाहरू के के छन्?	१५	
हाम्रो संस्कृति	मणिमुकुन्दसेन उद्यानको अवस्थिति, विशेषता पर्यटकीय महत्त्वको सम्भावना	सम्पूर्ण कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई मणिमुकुन्दसेन उद्यानको बारेमा ५, ७ मिनेट मौन वाचन गर्न लगाउने। शिक्षकले १२, १५ वटा हो होइन उल्लेख वस्तुगत प्रश्नहरू तयार गर्ने। विद्यार्थीहरूलाई बराबर २ समूहमा विभाजन गर्ने। बोर्डमा A B गरी २ समूहको खण्ड बनाउने। शिक्षकले २ थरी विद्यार्थीहरूलाई आफ्नै सामने गरी उभ्याउने। दुबै समूहको साइडमा हो होइन कार्ड टाँस्ने। शिक्षकले समूहमा प्रश्न सोच्ने र हो या होइन उत्तर अनुसार बस्न लगाउने। धेरै अङ्क ल्याउने समूहलाई विजयी घोषणा गर्ने।	मणिमुकुन्द सेन उद्यान कहाँ पर्दछ? यसका ३ वटा विशेषता के के हुन्? यो किन पर्यटकीय सम्भावना बोकेको उद्यान हो?	१०	



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	माघी पर्वको परिचय तथा यसमा गरिने क्रियाकलापको बारेमा बर्णन गर्ने।	थारु जातीले मनाउने माघी पर्वको परिचय तथा क्रियाकलाप र माघी पर्वमा गरिने भोजन आदिको परिचय।	प्रथमतः थारु समुदायका विद्यार्थीहरूसँग प्रश्नोत्तर विधिको आधारमा छलफल गरी परिचय लिने प्रयास गर्ने। यो पर्व नया आर्थिक वर्षको रुपमा मनाउने गरेको तथा यस पर्वमा वेलीबेटीहरु बोलाउने अनि भाइबन्धुहरुको बिचमा शुभकामना आदान प्रदान गरी हाँसी खुसी प्रफुल्ल मन मस्तिष्कका साथ मनाउने गरेको कुरा शिक्षकले सहजीकरण गर्ने। यसमा गरिने क्रियाकलाप स्नान, दान आदिका कुराहरु विद्यार्थीबिच छलफल गराउने तथा अभिनयको रुपमा समेत प्रस्तुत गर्न लगाउने। माघी पर्वमा गरिने भोजन खिचडी ढिक्की लगायतका अन्य परिकारको बारेमा छलफल गर्ने र जानकारी दिने। (पहेलो भात खाइल थारु बौराइल) भन्ने उखानको व्याख्या गर्नुका साथै माघीमा नाच्ने भुमडा नाच प्रदर्शन गरी देखाउने। अन्य दर्शनहरु जस्तै लोकायत पनि एउटा धर्म दर्शन हो। अनिश्चरवादी चार्वाक दर्शनको रुपमा प्रतिपादित यसको प्रतिपादन कसबाट भएको हो? विद्यार्थी बिच छलफल गराउने। आवश्यकता अनुसार शिक्षकले विद्यार्थीलाई सहजीकरण गर्ने र निष्कर्ष दिने। चार्वाकको अर्थ चारु मिठो वाक् बोली भएकोले लोकको सुन्दरतामा निहित दर्शन हो भन्ने कुरा प्रष्ट पार्ने। छलफलपछि विद्यार्थीहरुलाई समूहमा विभाजन गर्ने र यसका विशेषताहरु समूमा छलफल गरी टिपोट गर्न लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउने। शिक्षकले आवश्यकता अनुसार सहजीकरण गर्ने। यसले दिन खोजेको सन्देश के हो? व्यापक छलफल गरी जीवनकालमै स्वर्गीय आनन्द लिन सकिने कुरा सन्देशको रुपमा ग्रहण गर्न विद्यार्थीलाई प्रेरित गर्ने।	माघी पर्व कस्तो पर्व हो, माघीमा के कस्ता क्रियाकलाप गरिन्छन्? थारु समुदायले माघीमा के कस्तो भोजन गर्ने परम्परा रहेको छ? माघीमा गरिने विशेष नाचको नाम के हो?	१०
हाम्रो आस्था	विद्यार्थीहरुले लोकायत दर्शनको परिचय, विशेषता र यसले विशेषता बताउन।	विद्यार्थीहरुले लोकायत दर्शनको परिचय, विशेषता र यसले समाजलाई दिने सन्देश।	लोकायत दर्शन भनेको के हो? चार्वाक दर्शनका व्याख्याता को हुन्? चार्वाक दर्शनका कुनै २ वटा विशेषता उल्लेख गर्नु होस्। यो दर्शनले समाजलाई कस्तो सन्देश दिएको छ?	१०	



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
संघसंस्थाहरू	नीलकण्ठ धाम महत्त्व बताउने ।	नीलकण्ठ धाम अवस्थिति, मुख्य आकर्षण, विशेषता र सांस्कृतिक सन्देश ।	विद्यार्थीहरूलाई ४, ४ जनाको समूह हुने गरी समूहमा विभाजन गर्ने र नीलकण्ठधाम अवस्थिति, आकर्षण, विशेषता र सन्देशहरू समेटिएको पाठ मौन वाचन गर्न लगाउने । सबै समूहलाई place mate method को डिजाइन तयार गरी न्यूजिप्रिन्ट वितरण गर्ने आ आफ्नो जानकारी लेख्न लगाउने । सबैलाई सारसंक्षेप तयार गर्न लगाउने । पालैपालो समूह कार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने । आवश्यकता अनुसार प्रस्तोतालाई शिक्षकले पृष्ठपोषण दिने । योजना बनाई विद्यार्थीहरूलाई नीलकण्ठधामको अध्ययन भ्रमणमा लैजाने ।	नीलकण्ठ धाम कहाँ अवस्थित छ ? नीलकण्ठ धामको मुख्य ३ आकर्षण के के हुन् ? नीलकण्ठधामका कुनै ३ सांस्कृतिक सन्देश बताउनु होस् ।	१०
	मुक्तिनाथ धामको महत्त्व बताउने ।	मुक्तिनाथ धाम अवस्थिति मुख्य आकर्षण विशेषता र सांस्कृतिक सन्देश ।	विद्यार्थीहरूलाई ४, ४ जनाको समूह हुने गरी समूहमा विभाजन गर्ने र मुक्तिनाथधाम अवस्थिति आकर्षण विशेषता र सन्देशहरू समेटिएको पाठ मौन वाचन गर्न लगाउने । सबै समूहलाई place mate methodको डिजाइन तयार गरी न्यूजिप्रिन्ट वितरण गर्ने आ-आफ्नो जानकारी लेख्न लगाउने । सबैलाई सारसंक्षेप तयार गर्न लगाउने । पालैपालो समूहकार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने । आवश्यकताअनुसार प्रस्तोतालाई शिक्षकले पृष्ठपोषण दिने । योजना बनाई विद्यार्थीहरूलाई मुक्तिनाथधामको अध्ययन भ्रमणमा लैजाने ।	मुक्तिनाथ धाम कहाँ अवस्थित छ ? मुक्तिनाथ धामको मुख्य ३ आकर्षण के के हुन् ? मुक्तिनाथ धामका कुनै ३ सांस्कृतिक सन्देश बताउनु होस् ।	१०
	सिद्धबाबा धामको महत्त्व बताउने ।	सिद्धबाबा धाम अवस्थिति मुख्य, आकर्षण, विशेषता र सांस्कृतिक सन्देश ।।	विद्यार्थीहरूलाई ४, ४ जनाको समूह हुने गरी समूहमा विभाजन गर्ने र सिद्धबाबा धाम अवस्थिति, आकर्षण, विशेषता र सन्देशहरू समेटिएको पाठ मौन वाचन गर्न लगाउने । सबै समूहलाई place mate method को डिजाइन तयार गरी न्यूजिप्रिन्ट वितरण गर्ने आ आफ्नो जानकारी लेख्न लगाउने । सबैलाई सारसंक्षेप तयार गर्न लगाउने । पालैपालो समूह कार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने । आवश्यकता अनुसार प्रस्तोतालाई शिक्षकले पृष्ठपोषण दिने । योजना बनाई सिद्धबाबाको अवलोकन भ्रमण योजना बनाई विद्यार्थीहरूलाई सिद्धबाबाधामको अध्ययन भ्रमणमा लैजाने ।	सिद्धबाबा धाममा तपस्या गर्ने तपस्वी को थिए ? सिद्धबाबा धाम कहाँ अवस्थित छ ? सिद्धबाबा धामका मुख्य ३ आकर्षण के के हुन् ? सिद्धबाबा धामका कुनै ३ सांस्कृतिक सन्देश बताउनु होस् ।	१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य परोहा परमेश्वर बोलबमधामको महत्त्व बताउन।	परोहा परमेश्वर बोलबम धाम अवस्थिति, मुख्य आकर्षण, विशेषता र सांस्कृतिक सन्देश।	विद्यार्थीहरूलाई ४, ४ जनाको समूह हुनेगरी समूहमा विभाजन गर्ने परोहा परमेश्वर बोलबमधामको अवस्थिति, आकर्षण, विशेषता र सन्देशहरू समेटिएको पाठ मौन वाचन गर्न लगाउने। सबै समूहलाई place mate method को डिजाइन तयार गरी ज्यूजिप्रिन्ट वितरण गर्ने आ आफ्नो जानकारी लेख्न लगाउने। सबैलाई सारसंक्षेप तयार गर्न लगाउने। पालैपालो समूह कार्य प्रस्तुत गर्न लगाउने। आवश्यकता अनुसार प्रस्तोतालाई शिक्षकले पृष्ठपोषण दिने। परोहा परमेश्वर बोलबमधामको अवलोकन भ्रमण योजना बनाई विद्यार्थीहरूलाई बोलबमधामको अध्ययन भ्रमणमा लैजाने।	परोहा परमेश्वर बोलबमधाम कहाँ अवस्थित छ ? परोहा परमेश्वर बोलबमधामका मुख्य ३ आकर्षण के के हुन् ? परोहा परमेश्वर बोलबमधामका कुनै ३ सांस्कृतिक सन्देश बताउनु होस्।	१०
योग	उल्लेखित ७ प्रकारका योगहरूको परिचय दिन १. जानुशीरासन २. पादहस्तासन ३. पादचालनासन ४. त्रिकोणासन ५. मयूरासन ६. ताडासन र ७. शीर्षासन	उल्लेखित ७ प्रकारका योगहरूको परिचय दिन १. जानुशीरासन २. पादहस्तासन ३. पादचालनासन ४. त्रिकोणासन ५. मयूरासन ६. ताडासन र ७. शीर्षासनको चित्रसहित परिचय।	शिक्षकले योगासनका ७ प्रकारहरूमध्ये जानुशीरासन लाई कक्षाका सबै विद्यार्थीहरूले सुन्न सक्ने गरी उच्चारण गर्दै बोर्डमा चित्रसहित लेखिदिने र यसको चिनारी प्रष्ट पार्ने विद्यार्थीहरूलाई यसरी प्रस्तुत अन्य छ योगासनहरूको क्रमिक रूपमा मौखिक, लिखित र चित्रात्मक परिचय र अभ्यास गराउने।	प्रस्तुत ७ योगासनमध्ये कुनै ४ को नाम लेख्नुहोस्। जानुशीरासनलाई सचित्र स्पष्ट पार्नुहोस्।	१०
	उल्लेखित ७ योगासनको फाइदा र महत्त्व बताउन।	प्रस्तुत योगका फाइदा र महत्त्व।	जानुशीरासनका मुख्य फाइदा शिक्षकले सबै विद्यार्थीहरूले स्पष्टसँग सुन्न सक्ने गरी कक्षाको पाटीमा लेखिदिने र विद्यार्थीहरूलाई सार्न लगाउने। मौखिक र लिखित अभ्यास गराउने। प्रस्तुत अन्य योगासनहरूको फाइदा र महत्त्वलाई क्रमिक रूपमा अभ्यास गराई स्पष्ट पार्ने	जानुशीरासनका मुख्य फाइदाहरू बताउनुहोस्। जानुशीरासनको महत्त्व स्पष्ट पार्नुहोस्। यसलाई आफ्नो गृहकार्य पुस्तकामा चित्रसहित लेखेर ल्याउनुहोस्।	१०



क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धी/विशिष्ट उद्देश्य	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण	सम्भावित शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	सम्भावित मूल्याङ्कन प्रक्रिया	पाठ्य भार
	योगासनका ७ वटै प्रकारहरूको अभ्यास गरेर प्रदर्शन गर्न ।	योगासनका सातवटै प्रकारहरूको योगाभ्यास ।	विद्यार्थीहरूलाई सफा चौरमा लगेर वा घरबाट म्याट या दरी ल्याउन लगाएर शिक्षकले उचित तरिकाले आसनमा बस्न लगाई पहिला आफुले नमुना अभ्यास गर्ने र क्रमशः उनीहरूलाई अनुकरणात्मक अभ्यास गर्न लगाउने । अभ्यास गराउँदै जाँदा केही विद्यार्थीले छिटो सिक्ने हुनाले तिनलाई अगुवा बनाई गर्न र अरुलाई तिनका पछाडि हेरेर अनुकरणात्मक अभ्यास गर्न लगाउने । शिक्षकले निरीक्षण गर्ने । विराएका विद्यार्थीलाई क्रमशः सुधारणात्मक सिकाइ अभ्यास गराउँदै अभ्यस्त बनाउने ।	योगाभ्यासका ७ वटा प्रकारहरूलाई क्रमसित अभ्यास गरेर देखाउनुहोस् ।	१०
प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति र जडीबुटी	एक्युपञ्चर र एक्युप्रेसर उपचार पद्धतिको व्याख्या गर्न ।	एक्युपञ्चर र एक्युप्रेसर उपचार पद्धतिको प्रक्रिया सतर्कता र सन्धो हुन सक्ने रोगहरूको जानकारी ।	शिक्षकले एक्युपञ्चरको तस्वीर प्रदर्शन गरी एक्युपञ्चरको जानकारी दिने । एक्युपञ्चरको प्रयोग विधि छलफल विधिद्वारा प्रष्ट पार्ने । एक्युपञ्चर प्रयोगमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूको विषयमा छलफल गर्ने एवम् रीतले एक्युप्रेसरको तस्वीर प्रदर्शन गर्दै आवश्यक जानकारी प्रस्तुत गर्ने प्रयोग विधि स्पष्ट गर्ने । अपनाउनु पर्ने सतर्कताको बारे चर्चा गर्ने ।	एक्युपञ्चर कसरी प्रयोग गरिन्छ ? यसको प्रयोग बाट कुन कुन रोग निको पार्न सकिन्छ ? एक्युप्रेसर कस्तो पद्धति हो ? एक्युप्रेसरबाट सन्धो हुन सक्ने कुनै ३ रोगको नाम भन्नु होस्	१०
	अपामार्ग, सिस्नो, मरहट्टी, निगुण्डी, अश्वगन्धा, पिपला, चिनीलहरो आदिको पहिचान र उपयोग ।	अपामार्ग, सिस्नो, मरहट्टी, निगुण्डी, अश्वगन्धा, पिपला, चिनीलहरो आदिको पहिचान र उपयोग ।	शिक्षकले नमुनाको लागि अपामार्ग, सिस्नो, मरहट्टी, निगुण्डी, अश्वगन्धा, पिपला, चिनीलहरो जस्ता जडीबुटीहरू कक्षामा लैजाने । उल्लेखित जडीबुटीहरूको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई सोध्ने । देखे नदेखेका सबै विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी छुन, छान्न दिई पहिचान गराउने । प्रश्नोत्तर विधिकै माध्यमबाट उल्लेखित जडीबुटीहरूको उपादेयता बताउने । आआफ्नो घर पाखा वीपरी पाइने गुणकारी अन्य जडीबुटीको बारेमा कक्षामा छलफल चलाउने । नयाँ गुणकारी जडीबुटी पत्ता लगाउने विद्यार्थीलाई प्रोत्साहन गर्ने तथा अन्यलाई उत्प्रेरित गर्ने ।	घर वरपर पाइने कुनै ४ गुणकारी जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस् । ? मरहट्टी प्रयोग प्राय केका लागि गरिन्छ ? पिपला कुन कुन रोगको उपचारको लागि प्रयोग गरिन्छ ?	१०



पाठ्यक्रमको ढाँचा

(क) प्राथमिक तह पाठ्यक्रम ढाँचा कक्षा १-३

क्र.सं	विषय	पाठ्यभार	पूर्णाङ्क
१	नेपाली	८	१००
२	अङ्ग्रेजी	५	१००
३	गणित	६	१००
४	सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला	६	१००
५	विज्ञान स्वास्थ्य र शारीरिक कला	५	१००
६	स्थानीय विषय "हाम्रो बुटवल"	४	१००
	जम्मा	३४	६००

(ख) प्राथमिक तह पाठ्यक्रम ढाँचा कक्षा ४-५

क्र.सं	विषय	पाठ्यभार	पूर्णाङ्क
१	नेपाली	८	१००
२	अङ्ग्रेजी	५	१००
३	गणित	६	१००
४	सामाजिक अध्ययन	५	७५
५	सिर्जनात्मक कला	३	२५
६	विज्ञान तथा वातावरण	४	५०
७	स्वास्थ्य तथा शारीरिक शिक्षा	४	५०
८	स्थानीय विषय "हाम्रो बुटवल"	४	१००
	जम्मा	३९	६००

(ग) पाठ्यक्रम ढाँचा साधारण शिक्षा (कक्षा ६-८)

क्र.सं	विषय	पाठ्यभार	पूर्णाङ्क
१	नेपाली	५	१००
२	अङ्ग्रेजी	५	१००
३	गणित	५	१००
४	सामाजिक अध्ययन र जनसंख्या शिक्षा	५	१००
५	विज्ञान तथा वातावरण	५	१००
६	स्वास्थ्य तथा शारीरिक शिक्षा	३	५०
७	नैतिक शिक्षा	२	५०
८	पेसा व्यवसाय र प्रविधि शिक्षा	५	१००
९	स्थानीय विषय "हाम्रो बुटवल"	५	१००
	जम्मा	४०	८००



(घ) शिक्षाको माध्यम

विद्यालयमा शिक्षाको माध्यम भाषा विषयमा बाहेक नेपाली वा अंग्रेजी दुबै भाषा हुन सक्ने कुरा प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रमले व्यवस्था गरेको छ। सो अनुसार स्थानीय विषय “हाम्रो बुटवल” को पठनपाठन नेपाली, अंग्रेजी वा दुबै भाषामा हुन सक्ने छ।

(ङ) पठन पाठनको समय

एक शैक्षिक सत्रमा कम्तीमा २२० दिन विद्यालय खुल्ने र १९२ दिन पठन पाठन सन्चालन हुनेछ। यस हिसावले स्थानीय विषय “हाम्रो बुटवल” को कक्षा १-५ मा कुल पाठ्यभार १२८ हुनेछ र ६-८ मा कुल पाठ्यभार १६० हुनेछ। यसरी ४५ मिनेटको समयलाई एक घण्टी मानी स्थानीय विषय “हाम्रो बुटवल” विषयको कक्षा सन्चालन पाठ्यभारमा उल्लेखित समय अनुसार गर्नुपर्ने हुन्छ।

(च) शिक्षण विधि/प्रक्रिया

आधारभूत तहमा विद्यार्थी केन्द्रित शिक्षण क्रियाकलापमा विशेष जोड दिई सिकाइलाई अगाडि बढाइने छ। विद्यार्थीलाई बढी भन्दा बढी क्रियाशील बनाई शिक्षकले सहजकर्ताको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ। प्रश्नोत्तर, छलफल, अवलोकन, jigsaw, fishbowl, placemate हो होइन खेल विधि, क्षेत्र भ्रमण अवलोकन विधि, परियोजना कार्य लगायतका शिक्षण विधिको प्रयोगबाट शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापले शिक्षामा व्यावहारिकपन तथा जीवनोपयोगी सीप आर्जन गर्न मदत पुनुका साथै बालबालिकाको प्रतिभा प्रस्फुटनमा सहयोग पुदछ। शिक्षण सिकाइलाई दिगो र प्रभावकारी बनाउन शैक्षिक सामग्रीको प्रयोग निरन्तर भैरहुनु पर्ने कुरामा शिक्षक सजग हुनु पर्ने छ।

(छ) विद्यार्थी मूल्याङ्कन

- १- सुधारात्मक मूल्याङ्कन पद्धतिको आधारमा सिकाइ उपलब्धी प्राप्त गर्न बालबालिकाहरूलाई पटक पटक सिकाइ अवसर प्रदान गरिने छ।
- २- कक्षा १-३ मा निरन्तर मूल्याङ्कन पद्धतिको आधारमा कक्षोन्नति गरिने छ।
- ३-कक्षा ४-५ मा ५० प्रतिशत निरन्तर मूल्याङ्कन पद्धतिको आधारमा र ५० प्रतिशत वार्षिक परीक्षा प्रणालीको आधारमा जाँच लिने व्यवस्था मिलाइने छ।
- ४-विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकाको लागि उपयुक्त हुने मूल्याङ्कन पद्धतिको छनौट गरी मूल्याङ्कन प्रक्रिया अपनाउनु पर्ने छ।
- ५-आधारभूत तह कक्षा ६ र ७ मा ६० प्रतिशत भारको आवधिक मूल्याङ्कन र ४० प्रतिशत भारको निरन्तर मूल्याङ्कनका माध्यमबाट विद्यार्थीको लेखाजोखा गर्नुपर्ने छ। निरन्तर मूल्याङ्कन अन्तर्गत प्रयोगात्मक कार्य, कक्षामा विद्यार्थीको सहभागिता, सिकाइ व्यवहारमा आएको परिवर्तन तथा सिर्जनात्मक कार्यहरूलाई आधार बनाइनु पर्दछ।



स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण कार्यदल

संयोजक	श्री बुद्धिसागर भट्टराई
सदस्य	श्री रुद्रलाल उपाध्याय
”	श्री मतिराज पौडेल
”	श्री राजेन्द्रकुमार आचार्य
”	श्री टीकाराम शर्मा न्यौपाने
”	श्री धनिश्वर गौतम
	सदस्य सचिव श्री मित्रमणि खनाल