

अनौपचारिक तथा वैकल्पिक शिक्षातर्फको

संश्लेषित पाठ्यक्रम

तह ३ (कक्षा ६-८, दुई वर्ष)

२०८०



नेपाल सरकार

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय

शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

अनौपचारिक तथा वैकल्पिक शिक्षातर्फको

संश्लेषित पाठ्यक्रम

तह ३ (कक्षा ६-८, दुई वर्ष)

२०८०



नेपाल सरकार

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय

शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक :

नेपाल सरकार



शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय

शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

© सर्वाधिकार : शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र

संस्करण : प्रथम

वि.सं. : २०८०

दुई शब्द

शिक्षा प्राप्त गर्नु व्यक्तिको आधारभूत तथा मौलिक अधिकार हो । नेपालको संविधानले आधारभूत तहको शिक्षा अनिवार्य र निःशुल्क गरेको छ भने माध्यमिक तहसम्मको शिक्षा निःशुल्क गरेको छ । त्यसै गरी अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षासम्बन्धी ऐन २०७५ ले शिक्षाका सबै विधि र मार्गहरू खुला गर्दै व्यक्तिले औपचारिक, अनौपचारिक एवम् अरीतिक जुनसुकै माध्यमबाट पनि शिक्षा प्राप्त गर्न सक्ने अवसरको सुनिश्चितता प्रदान गरेको छ ।

विविधतायुक्त हाम्रो मुलुकमा आधारभूत तथा माध्यमिक तहमा भर्ना भई भौगोलिक विकटता, गरिबी, अशिक्षा, जनचेतनाको कमी, बाल विवाह आदि जस्ता कारणले विद्यालय शिक्षाको तह पार गर्न नसकेका बालबालिकाको सङ्ख्या ठुलै छ । अर्कोतर्फ बिचैमा पढाइ छाडेका युवायुवती तथा प्रौढको सङ्ख्या पनि उल्लेख्य नै छ । पढ्ने चाहना र रहर हुँदाहुँदै विद्यालय छाड्नुपरेका बालबालिका, युवायुवती तथा प्रौढलाई शिक्षाको पहुँच पुऱ्याउन छिटो र लचिलो माध्यमबाट अनौपचारिक तथा वैकल्पिक शिक्षाको व्यवस्थाका लागि नेपाल सरकारले पाठ्यक्रम तथा सिकाइ सामग्रीका विषयवस्तुलाई सङ्कुचन गरी वैकल्पिक शिक्षाका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ ।

हाल विद्यालय तहको पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक परिमार्जन भई कार्यान्वयनमा आएको सन्दर्भमा विगतमा निर्माण गरिएको आधारभूत तथा माध्यमिक तहको संश्लेषित पाठ्यक्रम तथा सिकाइ सामग्रीलाई परिमार्जन तथा अद्यावधिक गर्दै जानु जरुरी भएको छ । यसै सन्दर्भमा तह ३ (कक्षा ६-८) को औपचारिक शिक्षाको पाठ्यक्रमका सक्षमता, सिकाइ उपलब्धि, पाठ्यवस्तु, सिकाइ प्रक्रिया र मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई दुई वर्षमा पूरा हुने गरी मूल पाठ्यवस्तु (Core content) र परिधीय पाठ्यवस्तु (Sub-core content) का रूपमा विभाजन गर्दै पाठ्यक्रमको सङ्कुचन गरिएको छ । पाठ्यक्रमको सङ्कुचन गर्दा सिकारुको न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि सुनिश्चित हुने गरी गरिएको छ । यो तह तिनको पाठ्यक्रम र यसमा राखिएका सिकाइ समक्षमतालाई दुई वर्षमा पूरा हुने गरी सिकाइ सामग्रीसमेत विकास गरिएका छन् ।

प्रस्तुत पाठ्यक्रम तयार गर्ने क्रममा सहयोग पुऱ्याउनुहुने केएर नेपाल, समुन्नत नेपाल, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, शिक्षा तथा मानवस्रोत विकास केन्द्र परिवारप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्छु । साथै यस पाठ्यक्रमलाई अझै परिसकृत बनाउँदै लैजानका लागि प्रयोगकर्ता एवम् विशेषज्ञ महानुभावबाट रचनात्मक सुझावको अपेक्षा गर्छु ।

चूडामणि पौडेल
महानिर्देशक

विषयसूची

खण्ड - क	१
पृष्ठभूमि	१
१. परिचय	१
२. पाठ्यक्रम संश्लेषणका आधार	१
३. पाठ्यक्रम संश्लेषण गर्दा अपनाइएका पक्ष	२
४. पाठ्यक्रम संश्लेषणको संरचना	३
५. तहगत सक्षमता	४
खण्ड - ख	५
विषयगत पाठ्यक्रम	५
नेपाली	५
१. परिचय	५
२. तहगत सक्षमता	५
३. सिकाइ उपलब्धि (पहिलो वर्ष)	६
सिकाइ उपलब्धि (दोस्रो वर्ष)	९
४. (क) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (पहिलो वर्ष)	१२
(ख) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (दोस्रो वर्ष)	२२
५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया	३३
(क) भाषिक सिप	३३
(ख) भाषिक संरचना र शब्दभण्डार	३३
६. सिकारु मूल्याङ्कन	३४
English	३८
1. Introduction	38
2. Competencies	38
3. Learning Outcomes	39
4. Language Functions	41
5. (a) Elaboration of Contents (First year)	41
(b) Elaboration of Contents (Level 3: Second year)	46
6. Learning Facilitation Process	49
6.1. Principles of Learning Facilitation	50
6.2. Methods and Techniques	51
7. Learners' Assessment	51

गणित

१. परिचय ५७
२. तहगत सक्षमता ५७
३. तहगत सिकाइ उपलब्धि ५८
४. (क) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (पहिलो वर्ष) ६२
(ख) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (दोस्रो वर्ष) ६५
५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया ६८
६. प्रयोगात्मक/परियोजना कार्यका लागि सम्भावित क्रियाकलाप ७२
७. सिकारु मूल्याङ्कन ७३

विज्ञान तथा प्रतिधि

१. परिचय ७५
२. तहगत सक्षमता ७५
३. तहगत सिकाइ उपलब्धि ७६
४. विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण ७९
५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया ८१
६. प्रयोगात्मक/परियोजना कार्यका लागि सम्भावित क्रियाकलाप ८३
७. सिकारु मूल्याङ्कन ८९

सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा

१. परिचय ९१
२. तहगत सक्षमता ९२
३. कक्षागत सिकाइ उपलब्धि ९३
४. विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण ९७
५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया १०४
६. प्रयोगात्मक/परियोजना कार्यका लागि सम्भावित क्रियाकलाप १०५
७. सिकारु मूल्याङ्कन १०९

स्वास्थ्य, शारीरिक र सिर्जनात्मक कला

१. परिचय १११
२. तहगत सक्षमता १११
३. विषयवस्तु र सिकाइ उपलब्धि ११२
४. विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण ११९
५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया १२४
६. सम्भाव्य परियोजना/प्रयोगात्मक कार्यका उदाहरण १२५
७. सिकारु मूल्याङ्कन १२८

१. परिचय

राष्ट्रको शिक्षा नीति तथा राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूपले मार्गनिर्देश गरेको शिक्षाको लक्ष्यलाई पाठ्यक्रमका माध्यमले शैक्षिक उपलब्धिमा रूपान्तरण गरिन्छ। पाठ्यक्रमले निश्चित तहको अध्ययन पूरा गरेपछि सिकारूले हासिल गर्ने सक्षमता र ती सक्षमता हासिल गर्नका लागि प्राप्त गर्नुपर्ने सिकाइ उपलब्धि निर्धारण गर्छ। यसले सिकाइ उपलब्धि प्राप्तिको सुनिश्चितताका लागि सिकाइ विधि तथा प्रक्रियासहित सिकाइ गर्छ। यसका लागि पाठ्यक्रममा निर्धारित सक्षमता तथा सिकाइ उपलब्धि प्राप्तिका लागि विषयवस्तु, सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया र सिकाइको मूल्याङ्कनका लागि आवश्यक तत्त्व समावेश गरिएको छ। अनौपचारिक शिक्षातर्फ प्रत्यक्ष साक्षात्कार कक्षा तथा अनुभव र अभ्यासमा आधारित सिकाइ हुने भएकाले यसमा सिकारूका सिकाइ अनुभव, परिवेश तथा पृष्ठभूमि, रुचि, क्षमता र आवश्यकता आकलन गरी अभिवृत्ति, सिप, ज्ञान, मूल्य र तत्परतासहितका सक्षमता समेटिएको छ।

राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ अनुसार कक्षा ६ देखि ८ का लागि तयार पारिएको औपचारिक पाठ्यक्रमका मूल सक्षमता र न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न राष्ट्रिय योग्यता प्रारूप र अनौपचारिक शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०८० को मर्मअनुसार ज्ञानको विस्तार तथा सिर्जना, प्रविधिमा आएको परिवर्तन, सामाजिक तथा आर्थिक क्षेत्रमा आएको परिवर्तन, सिकारूमा विकसित हुनुपर्ने सिपलगायत आजको प्रतिस्पर्धात्मक विश्वको आवश्यकतालाई विचार गरेर औपचारिक शिक्षाकै पाठ्यक्रमलाई संश्लेषण गरी यो तेस्रो तहको दुई वर्षे पाठ्यक्रम विकास गरिएको हो। यसमा औपचारिक पाठ्यक्रमका सक्षमता, सिकाइ उपलब्धि, पाठ्यवस्तु, सिकाइ प्रक्रिया र मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई मूल पाठ्यवस्तु (Core content) र परिधीय पाठ्यवस्तु (Sub core content) का रूपमा विभाजन गरी पाठ्यक्रमको सङ्कुचनसमेत गरिएको छ।

पाठ्यक्रम संश्लेषण गर्दा सिकारूको न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि सुनिश्चित हुने गरी सिकाइलाई निरन्तरता दिनुपर्छ। पाठ्यक्रमका पाठ्यवस्तु सङ्कुचन हुँदा सिकाइ सहजीकरण विधि र सिकाइ उपलब्धिको मूल्याङ्कनका उपाय समेतमा परिवर्तन हुने हुँदा यसमा पाठ्यवस्तुमा आधारित र अनुभवमा आधारित सिकाइ प्रक्रिया र मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई अवलम्बन गर्नसमेत सुझाइएको छ।

२. पाठ्यक्रम संश्लेषणका आधार

पाठ्यक्रम संश्लेषण तथा सङ्कुचन गर्दा सिकारूको न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि हासिल हुने पक्षलाई प्राथमिकतामा राख्नुपर्छ। औपचारिक शिक्षाको मौजुदा पाठ्यक्रमले कक्षा ६-८ का लागि वार्षिक १०२४ कार्यघण्टा सिकाइ अवधि निर्धारण गरेको छ। अनौपचारिक शिक्षामा कार्यघण्टा पूरा गर्न प्रत्यक्ष साक्षात्कार सिकाइबाहेकको वैकल्पिक सिकाइलाई निरन्तरता दिँदै शिक्षक र समाजका स्रोत व्यक्तिको सहजीकरणमा सिकाइ गर्नु आवश्यक

छ । यसका लागि शिक्षकको सहयोग आवश्यक पर्ने मूल सिकाइ उपलब्धि र मुख्य पाठ्यवस्तु तथा शिक्षकको निर्देशनमा र सिकारुको आफ्नै प्रयासमा सिकाइ हुन सक्ने परिधीय पाठ्यवस्तु निर्धारण गरी पाठ्यक्रमका पाठ्यवस्तुलाई निम्नानुसारका आधारमा संश्लेषण तथा सङ्कुचन गर्न सकिन्छ :

- (क) **एकीकरण (Integration)** : यसमा पाठ्यक्रमका मिल्दाजुल्दा पाठ्यवस्तु एवम् सिकाइ उपलब्धिलाई एकै पटक सिकाउने गरी पाठ्यक्रमका पाठ्यवस्तु सङ्कुचन गरिन्छ । साथै विभिन्न पाठका पाठ्यवस्तु वा सम्भव भए विभिन्न विषयका पाठ्यवस्तु एकैसाथ शिक्षण गरी सिकाइ उपलब्धि पूरा गरिन्छ ।
- (ख) **समूहीकरण (Clustering)** : यसमा सिकाइ उपलब्धि तथा पाठ्यवस्तुलाई समूहमा विभाजन गरिन्छ र एउटा समूहका सबै पाठ्यवस्तुलाई एकैसाथ शिक्षण गरिन्छ ।
- (ग) **प्राथमिकीकरण (Prioritizing)** : यसमा सिकाइका लागि शिक्षकको प्रत्यक्ष सहजीकरण आवश्यक पर्ने र शिक्षकको निर्देशनमा सिकारु आफैँले गर्न सक्ने गरी सिकाइ उपलब्धि तथा पाठ्यवस्तुको प्राथमिकीकरण गरिन्छ ।
- (घ) **न्यूनीकरण (Minimization)** : यसमा सिकाइका लागि निर्धारण गरिएका पाठ्यवस्तु सिकारुको उमेर र अनुभवका आधारमा घटाई पाठ्यक्रम सङ्कुचन गरिन्छ ।

३. पाठ्यक्रम संश्लेषण गर्दा अपनाइएका पक्ष

- (क) **सिकाइको योजना** : प्रत्यक्ष कक्षा र अन्य (परियोजना, गृहकार्य, कामका आधारित सिकाइ आदि) सिकाइ प्रक्रियालाई ध्यान दिई सक्षमता विकास गर्न सक्ने अवसर सिकारुले प्राप्त गर्न सक्ने गरी सिकाइ योजना बनाउनुपर्छ ।
- (ख) **सिकाइ विधि** : अनौपचारिक शिक्षामा प्रत्यक्ष (सहजकर्ताको सहजीकरणमा सम्पन्न हुने), अप्रत्यक्ष (कार्य, परिवेश र अनुभवमा सम्पन्न हुने) गरी दुई प्रकारका सिकाइ विधिको उपयोग गर्नुपर्छ ।
- (ग) **उपलब्धि आकलन** : यसमा सिकारुको न्यूनतम सिकाइ उपलब्धि र सिकाइको आकलन गरिन्छ । अधिकतम सिकाइ उपलब्धिको अपेक्षा सिकारुको स्वसिकाइमा अपेक्षित हुन्छ ।
- (घ) **जान्ने पर्ने विषयवस्तु** : यसमा सिकाइ वा बोधका लागि आवश्यक सिकाइ उपलब्धि निर्धारण गरी त्यसका लागि द्रुत सिकाइ तथा पुनस्मरणका विधि अपनाइन्छ ।
- (ङ) **जान्नु आवश्यक विषयवस्तु** : अहिले अलिअलि सिकेर पछि जान्दा हुने विषयवस्तु खुट्ट्याएर ती विषयवस्तुको सतही जानकारी मात्र गराइन्छ र थप सिकाइको लागि उत्प्रेरित गरिन्छ ।
- (च) **जाने राम्रो हुने विषयवस्तु** : अहिले नजान्दा पनि हानि नहुने तर जानिराखे पछि राम्रो हुने विषयवस्तुलाई सिकारुको स्वअध्ययन र आत्मउत्प्रेरित कार्यकलापका रूपमा सम्पन्न गर्ने योजना बनाइन्छ ।

४. पाठ्यक्रम संश्लेषणको संरचना

पाठ्यक्रम संश्लेषण गर्दा सिकारुलाई सबै पक्ष प्रत्यक्ष कक्षामा मात्र सिकाउने उद्देश्य नराखी सिकारुका अनुभव र व्यावहारिक सिकाइलाई समेत सिकाइको अङ्गका रूपमा लिइन्छ। सिकारुले घरमा, कार्यस्थलमा, व्यावहारिक कार्य सम्पादनमा, समस्या समाधानमा र उमेरगत परिपक्वतामा सिकेका अनेकौँ कुरा अनौपचारिक शिक्षामा सिकाइका मुख्य अङ्ग मानिन्छन्। यसर्थ पाठ्यक्रम संश्लेषण गर्दा औपचारिक शिक्षामा जस्तो सबै पक्षको सिकाइ प्रत्यक्ष कक्षामा अपेक्षित हुँदैन। सामान्यतया औपचारिक शिक्षाको पाठ्यक्रम संश्लेषण गरी समतहको अनौपचारिक शिक्षाका कक्षा सञ्चालन गर्दा प्रत्यक्ष कक्षाको पाठ्यघण्टाको दशदेखि पच्चिस प्रतिशत भारलाई प्रत्यक्ष कक्षामा समेटेी बाँकी अप्रत्यक्ष सिकाइका आधारमा सिकाइ उपलब्धि पूरा गर्ने र तथ्यका आधारमा मूल्याङ्कन गरी सिकारुको क्षमता आकलन गरेर समकक्ष तह निर्धारण गर्ने प्रचलन रहेको छ। यही आधारमा तह ३ को पाठ्यक्रममा पनि औपचारिक पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेको १०२४ कार्यघण्टाको २५ प्रतिशत अर्थात् २५६ घण्टा प्रत्यक्ष साक्षत्कार कक्षा र ७६८ घण्टा स्वनिर्देशित कार्यघण्टा सिकाइ हुने गरी समकक्ष कार्यघण्टाको सैद्धान्तिक आधारमा पाठ्यक्रम संश्लेषण गरिएको छ।

पाठ्यक्रम संश्लेषण गर्दा पहिलो र दोस्रो वर्षका लागि विषयगत रूपमा निम्नानुसार कार्यघण्टा र पाठ्यघण्टा विभाजन गरिएको छ :

क्र.सं.	विषय	पाठ्यघण्टा	वार्षिक कार्यघण्टा	पहिलो वर्षको कार्यघण्टा		दोस्रो वर्षको कार्यघण्टा	
				प्रत्यक्ष	स्वनिर्देशित	प्रत्यक्ष	स्वनिर्देशित
१.	नेपाली	५	१६०	४०	१२०	४०	१२०
२.	अङ्ग्रेजी	५	१६०	४०	१२०	४०	१२०
३.	गणित	५	१६०	४०	१२०	४०	१२०
४.	विज्ञान तथा प्रविधि	५	१६०	४०	१२०	४०	१२०
५.	सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा	५	१६०	४०	१२०	४०	१२०
६.	स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला	३	९६	२४	७२	२४	७२
७.	मातृभाषा वा स्थानीय विषय वा संस्कृत भाषा	४	१२८	३२	९६	३२	९६
जम्मा		३२	१०२४	२५६	७६८	२५६	७६८

५. तहगत सक्षमता

तह ३ का सक्षमता देहायबमोजिम रहेका छन् :

१. देशप्रेम एवम् राष्ट्रिय एकताको भावनाको विकास
२. लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यता र संस्कारको विकास र विविधताप्रति सम्मान
३. भाषिक तथा सञ्चार सिपको विकास र व्यावहारिक, सिर्जनात्मक एवम् सान्दर्भिक प्रयोग
४. सूचना र विचारहरूको आदानप्रदान, विश्लेषण तथा सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोग
५. तार्किक तथा व्यावहारिक गणितीय ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिको विकास र प्रयोग
६. वैज्ञानिक अवधारणा, तथ्य, सिद्धान्त र नियमप्रतिको जिज्ञासा एवम् बोध र व्यावहारिक जीवनमा प्रयोग
७. नैतिकता, अनुशासन, सदाचार, स्वावलम्बन जस्ता सामाजिक र मानवमूल्य, मान्यता एवम् चारित्रिक र नागरिक गुणको विकास
८. जनसङ्ख्या, वातावरण संरक्षण र दिगो विकासबिचको अन्तरसम्बन्धको बोध एवम् व्यवस्थापनम सहयोग
९. शारीरिक तन्दुरुस्ती, स्वास्थ्यकर जीवनशैली र जीवनोपयोगी सिप (Life skills) विकास
१०. स्थानीय र आधुनिक पेसा, व्यवसाय र प्रविधि र श्रमप्रति सम्मान तथा व्यवहारकुशल सिप (Soft skills)
११. नेपाली कला, साहित्य र संस्कृतिको संरक्षण तथा संवर्धन एवम् सिर्जनशीलताको प्रयोग
१२. राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय सामाजिक तथा भौगोलिक परिवेशसँग परिचित भई विविधता, सद्भाव र सहअस्तित्व बोध तथा स्वीकार
१३. दैनिक जीवनमा आइपर्ने व्यावहारिक समस्याको पहिचान, विश्लेषण तथा समाधान

नेपाली

१. परिचय

औपचारिक विद्यालयीय शिक्षामा नेपाली भाषा अनिवार्य विषयका रूपमा पठनपाठन भइआएको छ। औपचारिक शिक्षातर्फ आधारभूत शिक्षा (कक्षा ६-८) पाठ्यक्रममा आधारित भई भाषिक सिप, प्रकार्य र अभिव्यक्तिको सिकाइका लागि विकास गरिएको यस संश्लेषित पाठ्यक्रममा सिकारुलाई सिकाइप्रति उत्प्रेरित गराउन आवश्यक पर्ने ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिगत सक्षमता, सिकाइ उपलब्धि, सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप र मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई विस्तारित रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ।

यस पाठ्यक्रममा भाषिक सिप एवम् सक्षमता विकासका लागि मौखिक अन्तरक्रिया, धारणा निर्माण र प्रस्तुति, सुनाइ र अभिव्यक्ति, सुनाइको तथ्य, प्रतिक्रिया, सञ्चार, संस्कृति, अनुभूति, घटना, कल्पनासँगको सम्बन्ध एवम् दृष्टिकोण निर्माणमा जोड दिइएको छ। यसका साथै पठन र बोध, लेखन अभ्यास, शब्दभण्डारको ज्ञान तथा प्रयोग र कार्यमूलक व्याकरणको पहिचान र प्रयोगलाई समेत भाषा सिकाइका अङ्गका रूपमा समावेश गरिएको छ। सिकाइ उपलब्धिलाई सुनाइ, बोलाइ, पढाइ र लेखाइ सिपका आधारमा विस्तृतीकरण गरी सहजकर्ताको प्रत्यक्ष आवश्यकता पर्ने र सहजकर्ताको परामर्शमा सिकारुबाट स्वसिकाइ हुने विषयक्षेत्र पहिचान गरी पाठ्यवस्तु समायोजन गरिएको छ।

सिकारुको भाषिक सिप र सिर्जनात्मक क्षमताको विकास गर्नका लागि मौखिक अन्तरक्रिया, धारणा निर्माण र प्रस्तुति, सुनाइ र अभिव्यक्ति, सुनाइको तथ्य, प्रतिक्रिया, सञ्चार, पठन र बोध, लेखन अभ्यास, शब्दभण्डारको ज्ञान तथा प्रयोग र कार्यमूलक व्याकरणको पहिचान र प्रयोगलाई समेत भाषा सिकाइका अङ्गका रूपमा समावेश गरिएको छ। यस पाठ्यक्रममा ५० प्रतिशत भाषिक सिपगत निर्माणात्मक सिकाइ र ५० प्रतिशत भाषिक सिपगत निर्णयात्मक सिकाइ हुने गरी विषयवस्तुलाई व्यवस्थित गरिएको छ। यसबाट सिकारुमा सञ्चार र अभिव्यक्तिका क्रममा भाषाको शुद्ध प्रयोग गर्ने सिप, बोध एवम् सिर्जनात्मक क्षमताको विकास हुने अपेक्षा गरिएको छ।

२. तहगत सक्षमता

आधारभूत तह ३ को दुई वर्ष अध्ययनपश्चात् सिकारुमा नेपाली भाषाका निम्नलिखित सक्षमता हासिल हुने छन् :

१. शब्दको अक्षर संरचना पहिचान र शुद्ध उच्चारण
२. सांस्कृतिक तथा सामाजिक विशेषताअनुरूप शिष्ट भाषाको प्रयोग र अभिव्यक्ति
३. सूचनामूलक सामग्री तथा विषयवस्तुका आधारमा स्वाभाविक प्रतिक्रिया

४. सञ्चार सिप र भाषिक सिकाइका लागि विविध ढाँचा र शैलीको प्रयोग
५. भाषिक अभिव्यक्तिका क्रममा विश्लेषणात्मक प्रतिक्रियासहितको विचार प्रस्तुति
६. खोज र सिकाइबिचको सम्बन्ध स्थापना गरी विषयवस्तु विश्लेषण र मूल्याङ्कन
७. रचनात्मक सिकाइ तथा प्रत्यक्ष सम्पर्कबाट विचार निर्माण र भाषिक समस्या समाधान
८. उद्देश्य र आशय बोधका लागि सामग्री पठन र प्रकार्यगत भाषाको प्रयोग
९. भाषिक कार्य सम्पादनमा सिर्जनात्मक र समालोचनात्मक चिन्तन सिपको उपयोग
१०. प्रयोजन र परिवेशअनुसारको भाषिक प्रयोग

३. सिकाइ उपलब्धि (पहिलो वर्ष)

सुनाइ र बोलाइ

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
१. सन्दर्भ र परिवेशअनुरूप मौखिक सञ्चार गर्न	१.१ सन्दर्भ र परिवेशअनुरूप मौखिक अभिव्यक्ति दिन १.२ अरूले व्यक्त गरेका विषयवस्तु ध्यानपूर्वक सुनी प्रतिक्रिया दिन १.३ सन्दर्भ, परिवेशअनुरूप शिष्टाचारका शब्द प्रयोग गरी दोहोरो सञ्चार गर्न १.४ विषयवस्तुका आधारमा धारणा निर्माण गरी प्रश्नोत्तर गर्न
२. पाठगत सन्दर्भमा आधारित छलफल र अन्तरक्रिया गर्न	२.१ विषयवस्तु वा घटनाको पूर्वानुमान र पश्चानुमान गर्न २.२ पाठगत सन्दर्भमा आधारित भई प्रश्नोत्तर गर्न २.३ पाठगत विषयवस्तुमा आधारित भई छलफल र अन्तरक्रिया गर्न
३. सञ्चारका विभिन्न माध्यमबाट व्यक्त विषयवस्तु सुनी प्रतिक्रिया जनाउन	३.१ रेडियो, टेलिभिजन तथा अन्य सञ्चार माध्यममा प्रस्तुत विषयवस्तु सुनी प्रतिक्रिया दिन ३.२ विभिन्न सञ्चार माध्यममा आफ्ना विचार प्रस्तुत गर्न सक्ने गरी बोल्न
४. विभिन्न प्रकारका अभिव्यक्तिको संरचना तथा शैली अनुकरण गर्न	४.१ अभिव्यक्तिको संरचना र शैली पहिचान गर्न ४.२ विषयवस्तुको शैली अनुकरण गरी विचार प्रस्तुत गर्न

५. विभिन्न विषयमा गरिने संवाद तथा वादविवादमा सहभागी भई तार्किक प्रस्तुति दिन	५.१ संवाद तथा वादविवादको शैली र संरचना अनुकरण गरी तर्क प्रस्तुत गर्न
६. सामाजिक, सांस्कृतिक परिवेशअनुसार सान्दर्भिक प्रतिक्रिया जनाउन	६.१ सामाजिक सांस्कृतिक परिवेशअनुसार भाषिक प्रतिक्रिया दिन ६.२ भाषिक भिन्नताको बोध गरी उपयुक्त भाषाको प्रयोग गर्न

पढाइ

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
१. लिखित सामग्रीलाई गति, यति र लय मिलाई वाचन गर्न	१.१ पद्य पाठलाई गति, यति, लय मिलाई वाचन गर्न १.२ गद्य पाठलाई गति, यति र हाउभाउसहित वाचन गर्न र गति वृद्धि गर्ने गरी पाठको सस्वर पठन गर्न
२. पाठ पढी प्रश्नोत्तर गर्न	२.१ पाठ पढी पाठको संरचना, विषयवस्तु र भाव बोध गर्न २.२ पाठमा रहेका पात्र वा घटनाको पहिचान गर्न २.३ पाठमा निहित सन्देश ग्रहण गर्न २.४ प्रश्नोत्तर गर्न सक्ने गरी निर्धारित पाठ पढ्न २.५ पाठ पढी प्रश्न निर्माण गर्न २.६ मुद्रित तथा विद्युतीय सामग्री बोध गर्ने गरी पढ्न
३. पाठ पढी शब्दभण्डार वृद्धि गर्न	३.१ पाठका प्रयुक्त नयाँ शब्द पहिचान गर्न ३.२ पाठमा प्रयुक्त शब्दको शुद्ध उच्चारण गर्न ३.३ पाठका प्रयुक्त नयाँ शब्दको अर्थबोध गरी वाक्यमा प्रयोग गर्न ३.४ विभिन्न पाठ्यसामग्री पढी शब्दभण्डार वृद्धि गर्न
४. विषयवस्तुको व्याख्या र विश्लेषण गर्ने गरी पढ्न	४.१ पाठ्यसामग्रीको गहन अध्ययन गरी विषयवस्तुको सार खिचन ४.२ विभिन्न प्रकारका पाठ पढी सन्देश बोध गर्न ४.३ पाठ्यसामग्री पढी विषयवस्तुको व्याख्या र विश्लेषण गर्न

लेखाइ

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
१. निर्दिष्ट पाठ वा अनुच्छेदको अनुलेखन र श्रुतिलेखन गर्न	१.१ निर्दिष्ट पाठ वा अनुच्छेदको अनुलेखन गर्न १.२ शब्द, वाक्य र अनुच्छेदको श्रुतिलेखन गर्न
२. पाठमा प्रयुक्त नयाँ शब्दको अर्थ लेखन, शब्दको बनोट पहिचान गर्न र वाक्यमा प्रयोग गर्न	२.१ पाठमा प्रयुक्त नयाँ शब्दको अर्थ लेखन २.२ पाठमा प्रयुक्त शब्दको बनोट पहिचान गर्न २.३ शब्दलाई अर्थ खुल्ने गरी वाक्यमा प्रयोग गर्न २.४ पर्यायवाची, विपरीतार्थी, अनेकार्थी, श्रुतिसमभिन्यार्थी, अनुकरणात्मक, समावेशक, समावेश्य, लघुतावाची, समूहवाचक, प्राविधिक/पारिभाषिक शब्द तथा उखान र टुक्काको समुचित प्रयोग गर्न
३. सुनेका, देखेका र अनुभव गरेका घटना, परिवेश र विषयवस्तुको लिखित वर्णन गर्न	३.१ सुनेका, देखेका र अनुभव गरेका घटना, परिवेश र विषयवस्तुको टिपोट गरी वर्णन गर्न
४. विभिन्न पद्य पाठ वा रचनालाई गद्यमा रूपान्तर गर्न	४.१ निर्दिष्ट पद्य विधाका पाठ वा श्लोकलाई गद्यमा रूपान्तर गर्न ४.२ पद्य विधाका पाठ पढी गद्य ढाँचामा परिवर्तन गरी लेखन
५. पाठको विधागत स्वरूप पहिचान गरी प्रश्नोत्तर गर्न	५.१ पाठमा आधारित प्रश्नको उत्तर लेखन ५.२ सम्बन्धित पाठको सार लेखन ५.३ पाठ पढी पाठको समीक्षा गरी लेखन
६. वर्णविन्यास, निर्धारित लेख्य चिह्न र सङ्गति मिलाई वाक्य रचना गर्न	६.१ पूर्णविराम, प्रश्नवाचक, अल्पविराम, उद्गार, योजक र कोष्ठक चिह्नको पहिचान गरी वाक्य वा अनुच्छेदमा प्रयोग गर्न ६.२ लिङ्ग, वचन, पुरुष र आदर सङ्गति मिलाई वाक्य वा अनुच्छेद रचना गर्न ६.३ निर्धारित वर्णविन्यासको उपयुक्त प्रयोग गर्न
७. भाषिक संरचनाको बोध गरी लेखन	७.१ पाठमा प्रयुक्त शब्दवर्गको पहिचान गर्न ७.२ अनुच्छेदमा प्रयोग गरिएका काल, भाव, करण अकरण, वाक्य र वाच्यको पहिचान गर्न ७.३ काल, पक्ष, भावका आधारमा निर्दिष्ट विषयको वर्णन गर्न ७.४ सङ्केतका आधारमा वाक्यान्तरण गर्न

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
८. विषयवस्तुको भाव विस्तार तथा विश्लेषण गर्न	८.१ पाठका निर्दिष्ट उद्धरणको भाव विस्तार गर्न
९. व्यावहारिक लेखन गर्न	९.१ व्यावहारिक लेखनअन्तर्गतका चिठी, निवेदन, शुभकामना, निमन्त्रणा तयार गर्न ९.२ इमेल म्यासेजको प्रयोग गरी सन्देश प्रवाह गर्न
१०. विषयवस्तुमा आधारित भई निर्देशित तथा स्वतन्त्र लेखन गर्न	१०.१ विषयवस्तुमा आधारित भई निर्देशित लेखन गर्न १०.२ विषयवस्तुमा आधारित भई स्वतन्त्र रचना गर्न

३. सिकाइ उपलब्धि (दोस्रो वर्ष)

सुनाइ र बोलाइ

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
१. विभिन्न विषयको वर्णन सुनी छलफल तथा अन्तरक्रिया गर्न	१.१ देखेका, सुनेका र अनुभव गरेका विषयवस्तुमा सिलसिलाबद्ध रूपमा विचार प्रस्तुत गर्न १.२ विषयको श्रुतिवर्णन र श्रुतिविवेचना गर्न १.३ विषयवस्तुका आधारमा धारणा निर्माण गरी प्रश्नोत्तर गर्न
२. सन्दर्भ र परिवेशअनुरूप मौखिक सञ्चार गर्न	२.१ सन्दर्भ र परिवेशअनुरूप मौखिक अभिव्यक्ति दिन २.२ अरूले व्यक्त गरेका विषयवस्तु ध्यानपूर्वक सुनी प्रतिक्रिया दिन २.३ सन्दर्भ, परिवेशअनुरूप शिष्टाचारका शब्द प्रयोग गरी दोहोरो सञ्चार गर्न
३. पाठगत सन्दर्भमा आधारित छलफल, प्रश्नोत्तर र अन्तरक्रिया गर्न	३.१ पाठगत विषयवस्तुमा आधारित भई छलफल र अन्तरक्रिया गर्न ३.२ पाठगत सन्दर्भमा आधारित भई प्रश्नोत्तर गर्न
४. सामाजिक, सांस्कृतिक परिवेशअनुसार प्रतिक्रिया जनाउन	४.१ कुराकानीका सन्दर्भमा सामाजिक सांस्कृतिक परिवेश पहिचान गरी प्रतिक्रिया जनाउन ४.२ भाषिक विशेषता बोध गरी उपयुक्त भाषाको प्रयोग गर्न

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
५. सञ्चारका विभिन्न माध्यमबाट व्यक्त विषयवस्तु सुनी प्रतिक्रिया जनाउन	५.१ रेडियो, टेलिभिजन तथा अन्य सञ्चार माध्यममा प्रस्तुत विषयवस्तु ध्यानपूर्वक सुनी प्रतिक्रिया जनाउन ५.२ विभिन्न सञ्चार साधनको प्रयोग गरी आफ्ना विचार प्रस्तुत गर्न
६. विभिन्न विषयमा गरिने संवाद, वादविवादमा सहभागी भई तार्किक प्रस्तुति दिन	६.१ संवाद तथा वादविवादको संरचना र शैली पहिचान गर्न ६.२ संवाद तथा वादविवादको शैली अनुकरण गरी विचार प्रस्तुत गर्न
८. परिचित विषयवस्तुको स्वतन्त्र वर्णन गर्न	८.१ कुनै विषय वा घटना सुनेर सन्दर्भ वा विषयवस्तु सिलसिला मिलाई वर्णन गर्न ८.२ आफ्नो दैनिकीलाई मौखिक रूपमा वर्णन गर्न

पढाइ

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
१. निर्दिष्ट पाठ वा अनुच्छेदको अनुलखेन र श्रुतिलेखन गर्न	१.१ निर्दिष्ट पाठ वा अनुच्छेदको अनुलेखन गर्न १.२ शब्द, वाक्य र अनुच्छेदको श्रुतिलेखन गर्न
२. पाठमा प्रयुक्त नयाँ शब्दको अर्थ लेख्न, शब्दको बनोट पहिचान गर्न र वाक्यमा प्रयोग गर्न	२.१ पाठमा प्रयुक्त नयाँ शब्दको अर्थ लेख्न २.२ पाठमा प्रयुक्त शब्दको बनोट पहिचान गर्न २.३ नयाँ शब्दलाई अर्थ खुल्ने गरी वाक्यमा प्रयोग गर्न २.४ पर्यायवाची, विपरीतार्थी, अनेकार्थी, श्रुतिसमभिन्नार्थी, अनुकरणात्मक, समूहवाची, समावेशक, समावेश्य लघुतावाची, सङ्क्षिप्त, सिङ्गो शब्द र पारिभाषिक शब्द तथा उखान र टुक्काको समुचित प्रयोग गर्न
३. विभिन्न पद्य पाठ वा रचनालाई गद्यमा रूपान्तरण गर्न	३.१ निर्दिष्ट पद्य विधाका पाठ वा श्लोकलाई गद्यमा रूपान्तरण गरी लेख्न ३.२ सन्दर्भ सामग्रीबाट पद्य विधाका पाठ सङ्कलन गरी गद्य ढाँचामा परिवर्तन गर्न

सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धिको विस्तृतीकरण
४. पाठमा आधारित प्रश्नोत्तर लेखन	४.१ पाठमा आधारित प्रश्नको उत्तर लेखन ४.२ सम्बन्धित पाठका घटनालाई सिलसिला मिलाई लेखन ४.३ पाठमा प्रयुक्त पात्रको चरित्र वर्णन गर्न ४.४ सम्बन्धित पाठको सार लेखन ४.५ सम्बन्धित पाठमा व्यक्त विषयवस्तुको विवेचना गर्न
५. वर्णविन्यास, निर्धारित लेख्य चिह्न र सङ्गति मिलाई वाक्य रचना गर्न	५.१ लेख्य चिह्न (पूर्णविराम, प्रश्नवाचक, अल्पविराम, अर्धविराम, उद्गार, योजक, उद्धरण, निर्देश र कोष्ठक) को पहिचान गरी वाक्य वा अनुच्छेदमा प्रयोग गर्न ५.२ लिङ्ग, वचन, पुरुष र आदरबिचको सङ्गति मिलाई अनुच्छेद रचना गर्न ५.३ पदयोग र पदवियोगको उपयुक्त प्रयोग गर्न ५.४ शिरबिन्दु र चन्द्रबिन्दुको उपयुक्त प्रयोग गर्न ५.६ ह्रस्वदीर्घ र पञ्चम वर्णको उपयुक्त प्रयोग गर्न
६. भाषिक संरचना पक्षको बोध गर्न	६.१ पाठमा प्रयुक्त शब्दवर्गको पहिचान र प्रयोग गर्न ६.२ अनुच्छेदमा प्रयोग गरिएका काल, पक्ष, भाव, करण अकरण, वाक्य र वाच्यको पहिचान र प्रयोग गर्न ६.३ काल, पक्ष, भावका आधारमा निर्दिष्ट विषयको वर्णन गर्न ६.४ कारक र विभक्तिको पहिचान गरी प्रयोग गर्न ६.५ सङ्केतका आधारमा वाक्यान्तरण गर्न
७. विषयवस्तुको भाव विस्तार तथा विश्लेषण गर्न	७.१ पाठको सन्देश वा भावलाई बुँदामा प्रस्तुत गर्न ७.२ पाठका निर्दिष्ट उद्धरणको भाव विस्तार गर्न ७.३ पाठमा निहित विषयवस्तुको विश्लेषण गर्न
८. सन्देशमूलक व्यावहारिक लेखन तयार गर्न	८.१ व्यावहारिक रचनाअन्तर्गतका चिठी, निवेदन, शुभकामना, निमन्त्रणा जस्ता व्यावहारिक रचना तयार गर्न ८.२ इमेल म्यासेजको प्रयोग गरी सन्देश प्रवाह गर्न ८.३ सञ्चारका माध्यम प्रयोग गरी सन्देश आदानप्रदान गर्न
९. विषयवस्तुका आधारमा निर्देशित तथा स्वतन्त्र लेखन गर्न	९.१ निर्धारित बुँदाका आधारमा विषयवस्तुको विस्तार गर्न ९.३ विषयवस्तुमा आधारित भई स्वतन्त्र लेखन गर्न

४. (क) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (पहिलो वर्ष)

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप					भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य			
१.	गीति कविता देशभक्ति/ नीतिपरक)	१.१ विषयवस्तुको सुनाइ, छलफल र अन्तरक्रिया १.२ प्रश्नोत्तर १.३ विषयवस्तुको अनुमान (पूर्वानुमान, पश्चानुमान) तथा कल्पना १.४ विषयवस्तुको विस्तार वा सिर्जना १.५ विषयवस्तुमा आधारित प्रश्न निर्माण, उत्तर पहिचान र प्रस्तुति १.६ विषयवस्तुको मौखिक सङ्कथन	१.१ लयबद्ध पठन १.२ संरचना पहिचान १.३ सन्दर्भ बोध १.४ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर	१.१ श्रुति लेखन १.२ गद्यमा रूपान्तरण १.३ प्रश्नोत्तर र भावविस्तार १.४ सन्देश लेखन १.५ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना १.६ संरचनाको अनुकरण	१.१ पर्यायवाची शब्दको पहिचान र प्रयोग १.२ समूहवाचक शब्दको पहिचान र प्रयोग	१.१ नाम र सर्वनाम पदको पुनरावृत्ति १.२ नाम र सर्वनामबिचको सङ्गति १.३ नाम र सर्वनामको क्रियापदसँगको सङ्गति १.४ क्रियायोगीको पहिचान र प्रयोग (समयवाचक, स्थानवाचक, रीतिवाचक) १.५ नामयोगीको पहिचान र प्रयोग १.६ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (श,ष,स) १.७ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग ह्रस्व इकार (शब्दको सुरु, बिच र अन्त्यमा)	विनम्रता र ध्यानार्कषण	१९ (५+१४)		

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
२.	कथा (लोक) २.१ सुनाइ र विषय तथा सन्दर्भ पहिचान २.२ धारणा निर्माण र प्रस्तुति २.३ विषयवस्तुका बारेमा छलाफल र निष्कर्ष २.४ कथाकथन र घटना वर्णन २.५ विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र विचार प्रस्तुति २.६ विषयवस्तु र घटनामा आधारित अनुमान र निष्कर्ष २.७ पात्र वर्णन र तुलना	२.१ समयबद्ध सस्वर पठन २.२ मौन पठन र छलाफल २.३ संरचना, परिवेश, पात्र र घटना पहिचान २.४ पाठको विषयवस्तु बोध	२.१ पात्र पहिचान र तुलना २.२ घटनाक्रम मिलान २.३ सार लेखन २.४ प्रश्नोत्तर, व्याख्या २.५ शब्दभरण वा अनुकरणात्मक कथा लेखन २.६ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	२.२ विपरीतार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग	२.१ विशेषण पदको पुनरावृत्ति २.२ विशेषण र विशेष्याविच सङ्गति २.३ सामान्य धातु र प्रेरणार्थक धातुको पहिचान र क्रियापदमा यसको प्रयोग २.४ असमापक क्रियाको पहिचान र प्रयोग २.५ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग दीर्घ इकार (शब्दको सुरु, विच र अन्त्यमा)	शुभेच्छा	१९ (५-११४)		

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
३.	संवाद	३.१ सुनाइ र अनुमान ३.२ सुनाइ र प्रश्न निर्माण ३.३ संवेगात्मक सचेततासहित विषयवस्तुको सार प्रस्तुति ३.४ छलफल र प्रश्नोत्तर ३.५ विषयवस्तुको मौखिक वा सिर्जनात्मक अभिव्यक्ति	३.१ आशय, न्दर्भ र वषयवस्तुका आधारमा भिनेयात्मक पठन ३.२ संरचना पहिचान ३.३ घटनाक्रम पहिचान ३.४ तर्क र समर्थन	३.१ घटनाक्रम मिलान ३.२ सार लेखन ३.३ श्रुतिलेखन तथा अनुलेखन ३.४ प्रश्नोत्तर ३.५ अनुकरणात्मक संवाद लेखन र समीक्षा ३.६ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	३.१ प्राविधिक/ पारिभाषिक शब्दको पहिचान र प्रयोग	३.१ संयोजकको पहिचान र प्रयोग ३.२ विस्मयादिबोध कक्रो पहिचान र प्रयोग ३.३ निपातको पहिचान र प्रयोग ३.४ पूर्णविराम, अल्पविराम, प्रश्न चिह्न, उद्गार चिह्न, योजक चिह्न, कोष्ठक चिह्नको पहिचान र प्रयोग ३.५ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग ह्रस्व उकार (शब्दको सुरु, बिच र अन्त्यमा)	अनुभूति र निष्कर्ष पहिचान	११ (३+८)	

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
४.	जीवनी (राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय)	४.१ सुनाइ र संरचना पहिचान ४.२ शैली पहिचान ४.३ घटनाक्रम पहिचान, धारणा निर्माण र प्रस्तुति ४.४ व्यक्तिवृत्त वर्णन ४.५ छलफल, प्रश्नोत्तर तथा अनुमान ४.६ स्मरण, कल्पना र मौखिक सिर्जना	४.१ समयबद्ध सस्वर पठन ४.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर ४.३ घटना टिपोट र सार ४.४ संरचना पहिचान ४.५ घटनाक्रम पहिचान ४.६ सन्देश ग्रहण र लक्ष्य निर्धारण	४.१ घटनाक्रम मिलान ४.२ सार लेखन ४.३ प्रश्नोत्तर ४.४ व्यक्तिवृत्त मूल्याङ्कन ४.५ निर्देशित जीवनी लेखन ४.६ व्यक्तिवृत्त लेखन ४.७ संरचना र शैली पहिचान ४.८ व्यक्तिवृत्त लेखन ४.९ अनुकरणात्मक जीवनी लेखन	४.१ श्रुतिसमाभिनन्तार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग ४.२ विपरीतार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग	४.१ पद सङ्गति (क) लिङ्ग सङ्गति (ख) वचन सङ्गति (ग) आदर सङ्गति (घ) पुरुष सङ्गति ४.२ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग दीर्घ ऊकार (शब्दको सुरु, बिच र न्त्यमा) ४.३ वाक्य परिवर्तन पहिचान र प्रयोग (क) पुरुषका आधारमा वाक्य परिवर्तन (ख) आदरका आधारमा वाक्य परिवर्तन ४.४ उपसर्गद्वारा शब्द निर्माण (प्र, अप, अनु, वि, आ, प्रति, सु, बे, बद्, अ) ४.५ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (चन्द्रबिन्दु)	प्रशंसा र प्रेरणा	१९ (४+१५)	

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
५.	प्रबन्ध (योग र स्वास्थ्य)	<p>५.१ सुनाइ र मुख्य विषयवस्तुगत तथ्य स्मरण</p> <p>५.२ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति</p> <p>५.३ छलफल र प्रश्नोत्तर</p> <p>५.४ घटना र सार वर्णन</p> <p>५.५ अनुभव र अनुभूतिको वर्णन</p> <p>५.६ कुनै विषयमा आधारित स्वतन्त्र अभिव्यक्ति, कल्पना वा सिर्जना</p>	<p>५.१ समयबद्ध सस्वर पठन</p> <p>५.२ मौन पठन र छलफल</p> <p>५.३ संरचना पहिचान</p> <p>५.४ पाठको विषयवस्तु पहिचान र बोध</p> <p>५.५ सन्देश ग्रहण</p>	<p>५.१ श्रुतिलेखन</p> <p>५.२ घटनाक्रम मिलान र सार लेखन</p> <p>५.३ प्रश्नोत्तर र निर्धारित पङ्क्तिको विस्तार</p> <p>५.४ सान्दर्भिक विषय शीर्षकमा वर्णनात्मक लेखन</p> <p>५.५ बुँदा टिपोट</p> <p>५.६ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना</p> <p>५.७ अनुच्छेद पूर्ण तथा अनुच्छेद लेखन</p> <p>५.८ अनुकरणात्मक निबन्ध लेखन</p>	<p>५.१ समावेशक-समावेश्य शब्दको पहिचान र प्रयोग</p> <p>५.२ लघुतावाची शब्दको पहिचान र प्रयोग</p>	<p>५.१ वर्तमान, भूत र भविष्यत् कालका पहिचान र प्रयोग</p> <p>५.२ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (ब/व)</p> <p>५.३ कारकको पहिचान र प्रयोग (कर्ता, कर्म, करण, अपादान)</p> <p>५.४ विभक्तिको पहिचान र प्रयोग (ले, लाई, द्वारा, देखि, बाट, को/का/की, रो/रा/री, नो/ना/नी, मा)</p>	<p>विशिष्टीकरण तथा सामान्यीकरण अपेक्षा र विश्वास</p>	१६ (४+१२)	

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप					भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य			
६.	व्यावहारिक लेखन (घरायसी चिठी)	६.१ सुनाइ र संरचना पहिचान ६.२ शैली अनुकरण ६.३ छलाफल र प्रश्नोत्तर ६.४ विभिन्न माध्यमबाट मौखिक रूपमा सन्देश प्रवाह	६.१ मौन पठन र छलाफल ६.२ संरचना पहिचान ६.३ पाठको विषयवस्तु बोध ६.४ सन्देश ग्रहण ६.५ प्रश्नोत्तर	६.१ प्रश्नोत्तर ६.२ प्रश्न निर्माण ६.३ लेखन ढाँचा र शैली अनुकरण ६.४ प्रत्युत्तर लेखन ६.५ सन्देशमूलक पाठको अनुकरणात्मक रचना ६.५ सन्देशमूलक स्वतन्त्र पाठ रचना	६.१ शिष्टाचार र सम्बोधनजन्य शब्दको पहिचान र प्रयोग ६.२ अनुकरणात्मक शब्दको पहिचान र प्रयोग	६.१ अपूर्ण पक्षको पहिचान र प्रयोग ६.२ द्वित्व भएका शब्द पहिचान र प्रयोग ६.३ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (य/ए) ६.४ भाव वा अर्थको पहिचान र प्रयोग (क) सामान्यार्थ (ख) आज्ञार्थ (ग) सम्भावनाार्थ (घ) इच्छार्थ (ङ) सङ्केतार्थ ६.५ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (पदवियोग)	जिज्ञासा र सावधानी	१४ (३+११)		

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
७.	कथा (सामाजिक)	७.१ सुनाइ र अन्तरक्रिया ७.२ धारणा निर्माण र प्रस्तुति ७.३ छलफल र प्रश्नोत्तर ७.४ कथाकथन र घटना वर्णन ७.५ अनुमान र कल्पनामा आधारित बोध र प्रस्तुति	७.१ समयबद्ध सस्वर पठन ७.२ मौन पठन र छलफल ७.३ संरचना, पात्र र घटना पहिचान ७.४ पाठको विषयवस्तु बोध	७.१ पात्र पहिचान र तुलना ७.२ प्रश्नोत्तर र व्याख्या ७.३ घटनाक्रम मिलान ७.४ सार लेखन ७.५ तार्किक र समीक्षात्मक लेखन ७.६ अमुलेखन, श्रुतिलेखन र अनुच्छेद रचना ७.७ अनुकरणात्मक, निर्देशित तथा स्वतन्त्र कथा लेखन	७.१ अनेकार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग ७.२ उखान र टुक्काको पहिचान र प्रयोग ७.३ पद तथा पदावलीको पहिचान र प्रयोग	७.१ पूर्ण पक्षको पहिचान र प्रयोग ७.२ वाच्य परिवर्तनको पहिचान र प्रयोग (क) कर्तृवाच्य (ख) कर्मवाच्य (ग) भाववाच्य वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (ऋ/रि)	तुलना र समालोचनात्मक सौच	१४ (४१०)	

क्र. स.	क्षेत्र	भाषिक सिप					भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य			
८	गद्य कविता (प्रकृतिपरक)	८.१ सुनाइ र विषयवस्तु बोध ८.२ छलफल र प्रश्नोत्तर ८.३ विषयवस्तुको सार निर्माण र कथन ८.४ मुख्य विषयवस्तु टिपोट र प्रस्तुति ८.५ विषयक्षेत्रमा आधारित अनुभवको वर्णन ८.६ विषयवस्तुको भाव व्याख्या ८.७ स्थानीय अथवा लोक गीत श्रवण र प्रस्तुति	८.१ लयबद्ध पठन ८.२ संरचना पहिचान ८.३ सन्दर्भ र भावबोध ८.४ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर	८.१ श्रुतिलेखन ८.२ प्रश्नोत्तर र भाव वर्णन ८.३ सार लेखन ८.४ सन्देश लेखन ८.५ संरचनाको अनुकरण ८.६ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	८. लयात्मक शब्दको पहिचान र प्रयोग	८.१ वाक्य संश्लेषण र विश्लेषणको पहिचान र प्रयोग ८.२ समस्त शब्दको पहिचान र प्रयोग ८.३ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (पदयोग)	परिकल्पना	१४ (४+१०)		
९.	वक्तृता	९.१ सुनाइ र प्रतिक्रिया ९.२ संवेगात्मक सचेततासहित तर्कको प्रस्तुति ९.३ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति ९.४ छलफल र प्रश्नोत्तर ९.५ अन्तरक्रिया र समस्या पहिचान ९.६ समस्या समाधानपरक निष्कर्ष निर्माण र कथन	९.१ विषयवस्तुका आधारमा अभिनयात्मक पठन ९.२ संरचना पहिचान ९.३ घटनाक्रम पहिचान ९.४ पाठको विषयवस्तु बोध	९.१ घटनाक्रम मिलान ९.२ सार लेखन ९.३ अनुलेखन ९.४ प्रश्नोत्तर एवम् तार्किक लेखन ९.५ बुँदा टिपोट ९.६ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	९. सिङ्गो शब्दको पहिचान र प्रयोग	९.१ कृष्ण र अकरणको पहिचान र प्रयोग ९.२ प्रत्ययद्वारा शब्द निर्माण (ए, आलु, आहा, आटे, पन, ली, आडी, ईय, इक) ९.३ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (शिरबिन्दु)	सम्प्रेषण	१० (२८)		

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
१०	नियात्रा	१०.१ सुनाइ र प्रतिक्रिया १०.२ पाठका आधारमा सन्देश वर्णन १०.३ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति १०.४ छलफल र प्रश्नोत्तर १०.५ अनुभवका आधारमा आफ्नो संस्कृति वर्णन १०.६ अनुमान तथा कल्पनामा आधारित परिवेशपरक वर्णन	१०.१ विषयवस्तुको सस्वर पठन १०.२ विषयवस्तुको आधारमा परिवेशपहिचान १०.३ संरचना पहिचान १०.४ घटनाक्रम पहिचान, टिपोट र मिलान १०.५ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर १०.६ पाठको विषयवस्तु बोध र सन्देश ग्रहण	१०.१ भ्रमणका विषयवस्तुको सिलसिलाबद्ध लिखित प्रस्तुति १०.२ शीर्षकका आधारमा विषयवस्तुको वर्णन १०.३ स्वअनुभव मिलान गरी स्वतन्त्र सिर्जना १०.४ प्रश्नोत्तर	१०.१ मौलिक र आगतुक शब्दको पहिचान र प्रयोग	१०.१ शब्दवर्ग, काल र पक्ष, कोटिको पहिचान र प्रयोग १०.२ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (पञ्चम वर्ण)	अवस्था वर्णन	१० (२+८)	

क्र. स.	क्षेत्र विधा तथा विषयवस्तु	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुपादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
११	कथा (बालमनोविज्ञान)	११.१ सुनाइ र विषयवस्तुको बोध ११.२ मौखिक अन्तरक्रिया र विषयवस्तुको प्रस्तुति ११.३ पात्र पहिचान, परिवेश, सन्दर्भ, चरित्र चित्रण, घटना वर्णन र घटना मिलान ११.४ छलफल तथा प्रश्नोत्तर ११.५ श्रुतिबोध र विचारको सङ्कथन	११.१ समयबद्ध सस्वर पठन ११.२ मौन पठन र छलफल ११.३ सन्दर्भ, परिवेश, संरचना, पात्र र घटना पहिचान ११.४ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर	११.१ पात्र पहिचान र तुलना ११.२ घटनाक्रम मिलान ११.३ सार लेखन ११.४ प्रश्नोत्तर ११.५ तार्किक लेखन ११.६ श्रुतिलेखन तथा अनुच्छेद रचना ११.७ बुँदाका आधारमा कथा लेखन ११.८ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	११.१ पर्यायवाची शब्दको पहिचान र प्रयोग	११.१ वाक्य परिवर्तन पहिचान र प्रयोग (क) लिङ्गका आधारमा वाक्य परिवर्तन (ख) वचनका आधारमा वाक्य परिवर्तन ११.२ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (हलन्त, अजन्त)	उत्सुकता	१४ (४+१०)	

(ख) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (दोस्रो वर्ष)

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	शब्दिक संरचना र वर्णवित्यास	भाषिक प्रकार्य		
१.	गीति कविता देशभक्ति/श्रम र सामाजिक)	१.१ सुनाइ र विषयवस्तुका बारेमा धारणा निर्माण र अन्तरक्रिया १.२ छलफल र प्रश्नोत्तर १.३ विषयवस्तुमा आधारित छलफल, प्रश्न निर्माण र उत्तर प्रस्तुति १.४ विषयवस्तुको मौखिक पुनर्कथन	१.१ लयबद्ध पठन १.२ संरचना पहिचान १.३ सन्दर्भ बोध १.४ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर	१.१ श्रुतिलेखन १.२ गद्यमा रूपान्तरण १.३ प्रश्नोत्तर र भाव वर्णन १.४ संरचनाको अनुकरण १.५ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना ८.४ सार लेखन ८.५ निर्धारित पङ्क्तिको भाव व्याख्या	१.१ लयात्मक शब्दको पहिचान र प्रयोग १.२ लघुतावाची शब्दको पहिचान र प्रयोग	१.१ नाम शब्दको पहिचान र प्रयोग १.२ सर्वनाम शब्दको पहिचान र प्रयोग १.३ नाम र सर्वनामबिचको सङ्गति १.४ नाम र सर्वनामको क्रियापदसंगको सङ्गति १.५ वर्णवित्यासको पहिचान र प्रयोग ह्रस्व इकार (शब्दको सुरु, विच र अन्त्यमा) छ/क्ष को प्रयोग १.६ कारकको पहिचान र प्रयोग (कर्ता, कर्म, करण, सम्प्रदान, अपादान, अधिकरण) १.७ विभक्तिको पहिचान र प्रयोग (ले, लाई, द्वारा, देखि, बाट, को/का/की, रो/रा/री, नो/ना/नी, मा)	सामर्थ्य र सम्मान	१४ (४+१०)	

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
२	कथा तथा विषयवस्तु (ऐतिहासिक)	२.१ सुनाइ तथा परिवेश र सिलसिला पहिचान २.२ विषयवस्तुको सिलसिलाबद्ध प्रस्तुति २.३ विचार निर्माण, छलफल र प्रश्नोत्तर २.४ कथाकथन वा घटनावर्णन २.५ कल्पनामा आधारित अनुमान	२.१ समयबद्ध सस्वर पठन २.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर २.३ संरचना, पात्र र घटना पहिचान २.४ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर	२.१ चरित्र वर्णन र तुलना २.२ घटनाक्रम टिपोट र मिलान २.३ सार लेखन २.४ प्रश्नोत्तर, व्याख्या २.५ समीक्षा लेखन २.६ श्रुतिलेखन तथा अनुच्छेद रचना २.७ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	२.१ पर्यायवाची शब्दको पहिचान र प्रयोग २.१ विशेषण शब्दको पहिचान र प्रयोग २.२ भेदक र भेदबिच सङ्गति २.३ विशेषण र विशेष्यबिच सङ्गति २.४ सामान्य, प्रेरणार्थक र नाम धातुको पहिचान र प्रयोग २.५ समापक र असमापक क्रियाको पहिचान र प्रयोग २.६ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग २.७ दीर्घ इकार (शब्दको सुरु, बिच र अन्त्यमा)	सम्भावना	१४ (४+१०)		

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुस्त्यादान			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णवित्यास	भाषिक प्रकायं		
३	जीवनी (राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय)	३.१ सुनाइ र मुख्य विषयवस्तु पहिचान ३.२ संरचना र भाषाशैली पहिचान ३.३ घटनाक्रम पहिचान, धारणा निर्माण र प्रस्तुति ३.४ व्यक्तित्व वर्णन ३.५ छलफल, प्रश्नोत्तर तथा अनुमान	३.१ समयबद्ध सस्वर पठन ३.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर ३.४ संरचना पहिचान ३.५ घटनाक्रम पहिचान ३.६ लक्ष्य निर्धारण र प्रस्तुति	३.१ घटनाक्रम मिलान ३.२ व्यक्तिवृत्त लेखन ३.३ सार लेखन ३.४ प्रश्नोत्तर ३.५ व्यक्तिवृत्त लेखन ३.६ अनुकरणात्मक जीवनी लेखन ३.७ बुँदा टिपोट र सारांश लेखन ३.८ सम्बन्धित विधा वा वषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	३.१ विपरीतार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग ३.२ प्राविधिक /पारिभाषिक शब्दको पहिचान र प्रयोग	३.१ पूर्णविराम, अल्पविराम, अर्धविराम, प्रश्न चिह्न, उद्गार चिह्न, योजक चिह्न, कोष्ठक चिह्न, निर्देश चिह्न ३.२ वर्णवित्यासको पहिचान र प्रयोग ह्रस्व उकार (शब्दको सुरु, बिच र अन्त्यमा) ३.३ पुरुषका आधारमा वाक्य परिवर्तन ३.४ आदरका आधारमा वाक्य परिवर्तन ३.४ उपसर्ग (अ, अन, अनु, अभि, उप, प्र, अव, उत्, बे, वि, बि, सह, गैर) ३.५ वर्णवित्यासको पहिचान र प्रयोग चन्द्रबिन्दु)	मूल्याङ्कन र इच्छा	१५ (३+१२)	

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
४	व्यावहारिक लेखन (व्यावसायिक चिठी)	<p>४.१ सुनाइ र संरचना एवम् शैली पहिचान</p> <p>४.२ सुनाइ र विषयवस्तुमा आधारित प्रश्न निर्माण</p> <p>४.३ छलफल र प्रश्नोत्तर</p> <p>४.४ देखेका, सुनेका र अनुभवमा आधारित विषयवस्तुमा मौखिक वर्णन</p>	<p>४.१ समयबद्ध सस्वर पठन</p> <p>४.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर</p> <p>४.३ ढाँचा र संरचना</p> <p>पहिचान</p> <p>४.४ पाठको विषयवस्तु बोध तथा प्रश्नोत्तर</p> <p>४.५ सन्देश ग्रहण र प्रतिक्रिया</p>	<p>४.१ विषयको बुँदा टिपोट र सार प्रस्तुत</p> <p>४.२ सन्दर्भ, परिवेश, आवश्यकता र औचित्यका आधारमा सन्देशमूलक पाठ रचना</p> <p>४.३ प्रश्नोत्तर</p> <p>४.४ प्रत्युत्तर लेखन</p> <p>४.५ प्रश्न निर्माण</p> <p>४.६ लेखन ढाँचा र शैली अनुकरण</p> <p>४.७ निर्देशनका आधारमा वाक्य परिवर्तन</p>	<p>४.१ समूहवाची र श्रुतिसमाभिन्नार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग</p> <p>४.२ अनुकरणात्मक शब्दको पहिचान र प्रयोग</p>	<p>४.१ लिङ्ग, वचन, आदर र पुरुषका आधारमा कर्ता र क्रियापदको सङ्गीत</p> <p>४.२ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग दीर्घ ऊकार (शब्दको सुरु, बिच र अन्त्यमा) पदवियोग</p> <p>४.३ सामान्यार्थ</p> <p>४.४ आज्ञार्थ</p> <p>४.५ सम्भावनार्थ</p> <p>४.६ इच्छार्थ</p> <p>४.७ सङ्केतार्थ</p>	आश्चर्य र निर्देशन	१५ (३+१२)	

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप			भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविव्यास	भाषिक प्रकार्य	
५	निबन्ध (निजात्मक)	<p>५.१ सुनाइ र संरचना पहिचान</p> <p>५.२ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति</p> <p>५.३ छलफल र प्रश्नोत्तर</p> <p>५.४ विषयवस्तु टिपोट र मौलिक प्रस्तुति</p> <p>५.५ पाठसंग सम्बन्धित ज्ञान, स्मरण, अनुभव र अनुभूतिको वर्णन</p> <p>५.६ कुनै पनि विषयमा निजात्मक अभिव्यक्ति, कल्पना वा सिर्जना</p>	<p>५.१ समयबद्ध सस्वर पठन</p> <p>५.२ प्रश्नोत्तर</p> <p>५.३ संरचना पहिचान</p> <p>५.४ घटनाक्रम पहिचान</p> <p>५.५ पाठको विषयवस्तु बोध</p> <p>५.६ भाव ग्रहण</p>	<p>५.१ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति</p> <p>५.२ प्रश्नोत्तर र व्याख्या</p> <p>५.३ प्रश्न निर्माण र उत्तर लेखन</p> <p>५.४ अनुच्छेद लेखन</p> <p>५.५ सान्दर्भिक विषयवस्तुमा काल्पनिक लेखन</p> <p>५.६ बुँदा टिपोट र सारांश लेखन</p> <p>५.७ अनुच्छेदपूर्ण</p> <p>५.८ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना</p>	<p>५.१ समावेशक-समावेश्य शब्दको पहिचान र प्रयोग</p>	<p>५.१ वर्तमान, भूत र भविष्यत कालका पहिचान र प्रयोग</p> <p>५.२ वर्णविव्यासको पहिचान र प्रयोग (ब/व/ओ)</p>	<p>कारण र प्रभाव</p>	११ (३+८)

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
६	कथा तथा विषयवस्तु (सामाजिक)	<p>६.१ सुनाइ र सूचना तथा विषयवस्तु बोध</p> <p>६.२ विषयवस्तुको मौखिक वर्णन र अन्तरक्रिया</p> <p>६.३ छलफल तथा प्रश्नोत्तर</p> <p>६.४ सन्दर्भ र परिवेश अमुकूल हुने गरी विचार निर्माण र अभिव्यक्ति</p> <p>६.५ श्रुतिबोध र विचारको सङ्कथन</p>	<p>६.१ समयबद्ध सस्वर पठन</p> <p>६.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर</p> <p>६.३ संरचना, परिवेश, पात्र र घटना पहिचान तथा चरित्र चित्रण</p> <p>६.४ पाठको विषयवस्तु बोध</p> <p>६.५ प्रश्न निर्माण र उत्तर पहिचान</p>	<p>६.१ पात्र पहिचान र चरित्र तुलना</p> <p>६.२ घटनाक्रम मिलान</p> <p>६.३ सार लेखन</p> <p>६.४ प्रश्नोत्तर र निर्दिष्ट पङ्क्तिको व्याख्या</p> <p>६.५ तार्किक र समीक्षा लेखन</p> <p>६.६ श्रुतिलेखन, अमुच्छेद रचना</p> <p>६.७ अनुकरणात्मक कथा लेखन</p> <p>६.८. सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना</p> <p>६.९ पात्र पहिचान र तुलना</p>	<p>६.१ अनुकरणात्मक शब्दको पहिचान र प्रयोग</p> <p>६.२ सङ्क्षिप्त शब्दको पहिचान र प्रयोग</p>	<p>६.१ अपूर्ण पक्षको पहिचान र प्रयोग</p> <p>६.२ द्वित्व शब्द पहिचान र प्रयोग</p> <p>६.३ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (य/ए)</p> <p>६.४ वाच्य परिवर्तन (क) कर्तृवाच्य (ख) कर्मवाच्य (ग) भाववाच्य</p> <p>६.५ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (र का विभिन्न रूपको प्रयोग)</p>	<p>पश्चाताप र अनिच्छा</p>	१६ (४+१२)	

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविव्यास	भाषिक प्रकार्य		
७	संवाद विधा तथा विषयवस्तु	७.१ सुनाइ र अन्तरक्रिया ७.२ विचार निर्माण र प्रस्तुति ७.३ छलफल र प्रश्नोत्तर ७.४ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति ७.५ विषयवस्तुमा आधारित प्रश्न निर्माण र उत्तर पहिचान	७.१ समयबद्ध सस्वर पठन ७.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर ७.३ संरचना, पात्र र घटना पहिचान ७.४ पाठको विषयवस्तु बोध	७.१ पात्र पहिचान ७.२ परिवेश वर्णन ७.३ सार लेखन ७.४ श्रुतिलेखन ७.५ प्रश्नोत्तर, तार्किक लेखन र विषयवस्तुका आधारितमा व्याख्या ७.६ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	७.१ अनेकार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग	७.१ पूर्ण पक्षको पहिचान र प्रयोग ७.२ अज्ञात र अभ्यस्त पक्षको पहिचान र प्रयोग ७.३ वर्णविव्यासको पहिचान र प्रयोग (ऋ/रि)	उदाहरण सहितको पुस्त्याई	११ (३+८)	

क्रम	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
८.	प्रबन्ध (वाणिज्य)	<p>८.१. सुनाइ र विषयवस्तुका बारेमा मौखिक प्रतिक्रिया</p> <p>८.२. छलफल र प्रश्नोत्तर</p> <p>८.३. पाठगत सन्देश अनुमान</p> <p>८.४. कल्पनामा आधारित भई थप सन्दर्भ र विषय विस्तार</p> <p>८.५. निर्धारित विषय वा सन्दर्भमा आधारित वर्णन</p>	<p>८.१. समयबद्ध सस्वर पठन</p> <p>८.२. संरचना पहिचान</p> <p>८.३. सन्दर्भ बोध</p> <p>८.४. पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर</p>	<p>८.१. विषयवस्तुको सार लेखन</p> <p>८.२. प्रश्नोत्तर</p> <p>८.३. प्रश्न निर्माण र उत्तर लेखन</p> <p>८.४. श्रुति लेखन तथा अनुच्छेद लेखन</p> <p>८.५. सान्दर्भिक विषयक्षेत्रमा आधारित विश्लेषणात्मक लेखन</p> <p>८.६. बुँदा टिपोट र सारांश लेखन</p> <p>८.७. सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना</p>	<p>८.१. प्राविधिक/ पारिभाषिक शब्दको पहिचान र प्रयोग</p>	<p>८.१. शब्दवर्ग को पहिचान र प्रयोग</p> <p>(क) क्रियायोगी (समयवाचक, स्थानवाचक, रीतिवाचक, परिमाणवाचक)</p> <p>(ख) नामयोगी (समय, स्थान, रीति, दिशा, सहभाव)</p> <p>८.२. वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (श, ष, स)</p>	सुभावा	१४ (४+१०)	

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप			भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविव्यास	भाषिक प्रकार्य	
९.	मनोवाद विधा तथा विषयवस्तु	९.१ सुनाइ र सन्दर्भ पहिचान ९.२ विषयवस्तुका आधारमा विचार निर्माण र संवेगात्मक सचेततासहितको प्रस्तुति ९.३ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति ९.४ छलफल र प्रश्नोत्तर ९.५ मनोवादको विषयवस्तु चयन र प्रस्तुति	९.१ समयबद्ध सस्वर पठन ९.२ ढाँचा र संरचना पहिचान ९.३ सार पहिचान ९.४ पाठको विषयवस्तु बोध ९.५ शैली अनुसरण	९.१ मुख्य मुख्य विषयवस्तुको ढुँदा टिपोट ९.२ पाठको सार लेखन ९.३ श्रुतिलेखन ९.४ प्रश्नोत्तर ९.५ निर्धारित शीर्षकमा मनोवाद लेखन	९.१ पर्यायवाची र विपरीतार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग	९.१ संयोजक (सापेक्ष र निरपेक्ष) को पहिचान र प्रयोग ९.२ विस्मयादिबोधक (आश्चर्य, प्रशंसा, तिरस्कार, शाक) को पहिचान र प्रयोग ९.३ निपातको पहिचान र प्रयोग ९.४ वर्णविव्यासको पहिचान र प्रयोग (ग्यँ/ञ)	समस्याको प्रस्तुति	१० (२+८)

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
१०.	कथा तथा विषयवस्तु मनोविज्ञान)	<ul style="list-style-type: none"> १०.१ सुनाइ र संरचना पहिचान १०.२ शैली अनुकरण १०.३ संवेगात्मक प्रस्तुतिसहित मौखिक अन्तरक्रिया १०.४ सञ्चार तथा अभिव्यक्तिका क्रममा स्वाभाविक भाषाशैलीको उपयोग १०.५ छलफल र प्रश्नोत्तर १०.६ पात्र पहिचान चरित्र वर्णन 	<ul style="list-style-type: none"> १०.१ समयबद्ध सस्वर पठन १०.२ मौन पठन र प्रश्नोत्तर १०.३ संरचना पहिचान ६.४ पाठको विषयवस्तु बोध १०.५ सन्देश ग्रहण १०.६ प्रश्नोत्तर 	<ul style="list-style-type: none"> १०.१ पात्र पहिचान र तुलना १०.२ परिवेश वर्णन १०.३ सार लेखन १०.४ प्रश्नोत्तर र निर्धारित पङ्क्तिको व्याख्या १०.५ तार्किक र समीक्षात्मक लेखन १०.६ श्रुतिलेखन, अनुच्छेद रचना १०.७ कथापूरण १०.८ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना 	<ul style="list-style-type: none"> १०.१ अनेकार्थी शब्दको पहिचान र प्रयोग 	<ul style="list-style-type: none"> १०.१ वाक्य परिवर्तन (क) लिङ्गका आधारमा वाक्य परिवर्तन (ख) वचनका आधारमा वाक्य परिवर्तन १०.२ समस्त शब्दको पहिचान र प्रयोग १०.३ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (हलन्त, अजन्त) 	<ul style="list-style-type: none"> सोधपुछ 	१४ (४+१०)	

क्रसं	क्षेत्र	भाषिक सिप				भाषिक पुनरुत्पादन			कार्य घण्टा
		सुनाइ तथा बोलाइ	पढाइ	लेखाइ	शब्दभण्डार	भाषिक संरचना र वर्णविन्यास	भाषिक प्रकार्य		
११.	कविता तथा विषयवस्तु (प्रकृतिपरक)	११.१ सुनाइ र प्रतिक्रिया ११.२ लयबोध र ढाँचा पहिचान ११.३ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति ११.४ छलफल र प्रश्नोत्तर ११.५ विषयवस्तुमा आधारित अन्तरक्रिया ११.६ सम्बन्धित विषयवस्तुको विस्तार	११.१ लय र संरचना पहिचान ११.२ भाव पहिचान र प्रश्नोत्तर ११.३ पाठको विषयवस्तु बोध ११.४ सन्देश पहिचान र टिपोट	११.१ गद्य कविता सङ्कलन र लेखन ११.२ विषयवस्तु विस्तार ११.३ प्रश्नोत्तर र भाव विस्तार ११.४ स्वअनुभवका आधारमा धारणा निर्माण र लेखन ११.५ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना	११.१ सिङ्गो शब्दको पहिचान र प्रयोग	११.१ करण र अकरण ११.२ प्रेरणार्थक र अप्रेरणार्थक क्रियापदको पहिचान र प्रेरणार्थक क्रियापदमा परिवर्तन ११.३ प्रत्यय (अक्कड, अत, अक, आलु, ईय, इलो, इक, औना, आवट, एली, ता, आहा) ११.४ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (शिरबिन्दु)	विनयशीलता	१४ (४+१०)	
१२.	दैनिकी र यात्रा वर्णन	१२.१ सुनाइ र प्रतिक्रिया १२.२ विषयवस्तुको सार प्रस्तुति १२.३ छलफल र प्रश्नोत्तर १२.४ स्वअनुभवका आधारमा आफ्नो संस्कृतिको पहिचान र प्रस्तुति १२.५ मूल्यमान्यताको पहिचान र तार्किक प्रस्तुति	१२.१ आशय, सन्दर्भ र विषयवस्तुका आधारमा सस्वर पठन १२.२ संरचना पहिचान १२.३ घटनाक्रम पहिचान १२.४ पाठको विषयवस्तु बोध र प्रश्नोत्तर १२.५ घटना तथा सिलसिलाबद्ध प्रस्तुति	१२.१ घटनाक्रम मिलाउन १२.२ सार लेखन १२.३ श्रुतिलेखन १२.४ प्रश्नोत्तर १२.५ सम्बन्धित विधा वा विषयवस्तुमा आधारित स्वतन्त्र रचना १२.५ आफूले गरेको भ्रमणको सिलसिलाबद्ध लेखन १२.६ निर्दिष्ट शीर्षकका आधारमा विषयवस्तुको वर्णन	१२.१ मौलिक र आगन्तुक शब्दको पहिचान र प्रयोग १२.२ पद तथा दावलीको पहिचान र प्रयोग	१२.१ शब्दवर्ग, काल र पक्ष, लिङ्ग, वचन, पुरुष, आदर्श, करण/अकरण पुनरावृत्ति १२.२ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (पञ्चम वर्ण) १२.३ सरल, संयुक्त, मिश्र वाक्य पहिचान र प्रयोग १२.४ वाक्य संश्लेषण र विश्लेषण १२.५ वर्णविन्यासको पहिचान र प्रयोग (पदयोग)	दैनिकी वर्णन र विषय विस्तार	१२ (२+१०)	

५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

निर्धारित सक्षमता र कक्षागत सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्नका लागि सहजकर्ता र सिकारूले विषयवस्तुमा आधारित भई गराउनु गर्नुपर्ने क्रियाकलाप सिकाइ सहजीकरण हो । भाषा शिक्षणअन्तर्गत भाषिक सिप, शब्दभण्डार र अभिव्यक्तिको सिकाइ हुन्छ । अनौपचारिक तथा वैकल्पिकमा सहजकर्ताले सिकारूलाई प्रयाप्त सिकाइ अवसर उपलब्ध गराई आवश्यकताअनुसार पृष्ठपोषण प्रदान गरी सिकाइमा सहजीकरण गर्नुपर्छ ।

सहजकर्ताले सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया छनोट गर्दा सक्षमता तथा सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तुको स्वरूप, मनोविज्ञान, स्रोत साधनको उपलब्धता, सिकारूको सिक्ने वातावरण र सिकाइ सहजीकरण परिस्थिति, समय र सिकारू सङ्ख्या, क्षमता र रुचि जस्ता पक्षमा ध्यान दिनुपर्छ । यसका लागि देहायबमोजिमका सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया अवलम्बन गर्नु उपयुक्त हुन्छ :

(क) भाषिक सिप

(अ) सुनाइ र बोलाइ सिप : वर्ण र वाक्य विभेदीकरण, लयबोध, श्रुतिरचना, श्रुतिबोध, सन्दर्भबोध, प्रश्ननिर्माण, अनुमान, वस्तु वा घटना वर्णन, श्रुतिकथन, चित्रकथा वर्णन, विषयवस्तुको सार प्रस्तुति, सूचना ग्रहण र सन्देश प्रवाह, विचारको सङ्कथन, वक्तृता, दैनिकी, घटना तथा क्रियाकलाप वर्णन, वादविवाद, नाटकीकरण

(आ) पढाइ सिप : सस्वर र मौन पठन, पठन गतिको मापन, शब्दार्थ बोध तथा पठन बोध, प्रश्नोत्तर, अनुमान, संरचना वर्णन, प्रश्नहरूको उत्पादन, घटना वर्णन र मिलान, सन्देश ग्रहण

(इ) लेखाइ सिप : अनुलेखन, श्रुतिलेखन, श्रुतिवर्णन, श्रुतिरचना, वस्तु तथा घटनाको वर्णन, यात्रा वर्णन, अनुभव वर्णन, बुँदा टिपोट, सारांश लेखन, पाठगत प्रश्नोत्तर लेखन, भावविस्तार, अनुच्छेद लेखन, निबन्ध/प्रबन्ध रचना, अनुकरणात्मक लेखन, तार्किक अभिव्यक्ति, वादविवाद, दैनिकी, वक्तृता, सिर्जनात्मक तथा स्वतन्त्र लेखन

(ख) भाषिक संरचना र शब्दभण्डार

शब्द तथा भाषिक संरचना पहिचान, शब्द उच्चारण, अर्थबोध र प्रयोग, पर्यायवाची र विपरीतार्थी शब्दबोध र प्रयोग, करण तथा अकरण शब्द निर्माण तथा प्रयोग, शब्द निर्माण तथा प्रयोग, चिह्न, काल र विभक्तिको पहिचान र प्रयोग

यसअन्तर्गत सहजकर्ताले निम्नानुसारका सहजीकरण प्रक्रिया अपनाउन सक्छन् :

(अ) उदाहरण र प्रयोग : पाठका विषयवस्तुबाट उदाहरण, प्रयोग र अभ्यासमा जोड दिने

(आ) भाषिक सम्प्रेषण र प्रकार्यको उपयोग : भाषिक सम्प्रेषण र प्रकार्यमा ध्यान दिई घरपरिवार, भ्रमण, खेलकुद, यातायात, चालचलन, अपरिचित परिवेश आदिमा भाषा प्रयोगको क्षमता विकास गर्न वातावरण सिर्जना गरी उत्प्रेरित गर्ने

(इ) सोधपुछ तथा प्रश्नोत्तर : शीर्षक तथा सन्दर्भका आधारमा पूर्वानुमान, कथ्य भाषाको उपयोग, श्रव्यदृश्य सामग्रीको प्रयोग, कुराकानी, छलफल र निष्कर्ष, नमुना प्रदर्शन र सहअभ्यास, तथ्य, तथ्याङ्क, पात्र, घटना, सन्दर्भ, परिवेश, अनुमान, प्रश्न र उत्तर निर्माण तथा प्रयोग, व्यक्तिगत तथा सामूहिक धारणा वा निष्कर्ष निर्माणको अवसर दिने

(ई) स्वाध्याय र छलफल : सामग्री छनोट, अध्ययन, धारणा वा विचार निर्माण, स्वपठन, युगल पठनप्रति उत्प्रेरित गर्ने

(उ) खोज, परियोजना तथा समस्या समाधान : भाषिक तथा सञ्चारगत समस्या वा प्रश्नको प्रस्तुति, खोजकार्य वा तरिकाबारे छलफल, निर्देशित वा स्वतन्त्र रूपमा सिकारुद्वारा खोज, स्थलगत अवलोकन र प्रस्तुति, छलफल र पृष्ठपोषणको उपयोग गर्ने

६. सिकारु मूल्याङ्कन

सिकाइका क्रममा प्राप्त गरेका ज्ञान, सिप र अभिवृद्धिको लेखाजोखा गर्ने नियमित र निरन्तर प्रक्रिया नै सिकारु मूल्याङ्कन हो। सिकारुको मूल्याङ्कन निर्माणात्मक र निर्णयात्मक दुवै उद्देश्यले गरिन्छ। सिकारुको भाषिक क्षमतास्तर आकलन र भाषा सिकाइको प्रभावकारिता पहिल्याउन प्रयोग गरिने मुख्य साधन मूल्याङ्कन हो। शिक्षण सिकाइमा सुधार ल्याउने र तहोन्नति गर्ने उद्देश्यले निर्माणात्मक र निर्णयात्मक मूल्याङ्कन गरिन्छ। निर्माणात्मक मूल्याङ्कन सुधारात्मक वा रचनात्मक हुन्छ। यसको मुख्य उद्देश्य सिकारुका कमीकमजोरी समयमै पत्ता लगाई सिकाइमा सुधार ल्याउनु हो। अनौपचारिक शिक्षाको तेस्रो तहअन्तर्गत पहिलो खण्डमा निर्माणात्मक मूल्याङ्कनमा बढी जोड दिनुपर्छ भने दोस्रो खण्डमा दुवै प्रकारका मूल्याङ्कनमा जोड दिनुपर्छ।

निर्माणात्मक मूल्याङ्कनमा प्रत्यक्ष कक्षाकार्य, गृहकार्य, परियोजना कार्य, प्रयोगात्मक कार्य, सिर्जनात्मक कार्य, सिकाइमा सहभागिता र सक्रियता, लिखित तथा मौखिक प्रश्नोत्तर, आत्ममूल्याङ्कन, हाजिरीजवाफ, उपलब्धि परीक्षा, सहपाठी मूल्याङ्कन, अभिभावक सम्पर्क, पोर्टफोलियो, अध्ययन भ्रमण, विद्युतीय सञ्चार माध्यममा प्राप्त सान्दर्भिक सामग्रीको खोजी र प्रस्तुति जस्ता साधनको प्रयोग गर्न सकिन्छ। मूल्याङ्कनका क्रममा उद्देश्यमा उल्लिखित सुनाइ, बोलाइ, पढाइ, लेखाइ जस्ता सिप तथा भाषिक सरंचना, शब्दभण्डार र अभिव्यक्ति पक्षको परीक्षण गर्नुपर्छ। निर्माणात्मक मूल्याङ्कनमा प्रयोग गरिने साधनबाट प्राप्त सूचनालाई अभिलेखीकरण गर्नुपर्छ। यस तहमा आन्तरिक मूल्याङ्कनको भार ५० प्रतिशत कायम गरी बाँकी ५० प्रतिशत भारको परीक्षा सञ्चालन गरिने छ। परीक्षामा सोधिने प्रश्नहरूले सबै विषयक्षेत्रको प्रतिनिधित्व हुने गरी सिकाइ उपलब्धिका आधारमा विभिन्न तहका सिकाइ क्षमता परीक्षण गर्न सक्नुपर्छ। प्रयोगात्मक पक्षको मूल्याङ्कन निर्माणात्मक तरिकाले सञ्चालन गरी आन्तरिक मूल्याङ्कनको अङ्गका रूपमा समावेश गर्नुपर्छ। मूल्याङ्कन प्रक्रियाको विस्तृत ढाँचा निम्नानुसार रहने छ :

(क) आन्तरिक मूल्याङ्कन : आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई अभिलेखीकरण गरी प्रत्येक सिकारुको कार्यसञ्चयिका व्यवस्थित गरी राख्नुपर्छ । यस्तो अभिलेखका आधारमा निम्नलिखित पक्षमा तोकिएअनुसारको भारको अङ्क आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा समावेश गरिने छ ।

क्र.सं.	मूल्याङ्कनका क्षेत्र	भार
१.	सहभागिता	४
२.	सुनाइ तथा बोलाइ	१६
३.	पढाइ र लेखाइ	२०
४.	तोकिएका आवधिक परीक्षा	१०

उल्लिखित तालिकाका नं. १ देखि ३ सम्मका क्षेत्रगत क्रियाकलाप नियमित सिकाइ सहजीकरणकै क्रममा गराउनुपर्छ । तह ३ का सिकारुले कम्तीमा दुइटा आवधिक परीक्षा दिएपछि मात्र सिकारुको अन्तिम मूल्याङ्कन गरिने छ ।

उल्लिखित कार्य गर्दा सहजकर्ताले निम्नानुसारका कार्य र तिनको विस्तृतीकरणलाई उपयोग गर्न सक्नुहुने छ :

१. सुनाइ, बोलाइ र लेखाइ			
(क)	सुनाइ र लेखाइ	श्रुतिबोध/लेखन	(क) ह्रस्व, दीर्घ, श/ष/स, ब/व, ए/य, ऋ/रि, छ/क्ष प्रयोग भएका पाठ्यपुस्तक भित्रका २४ ओटा शब्दका आधारमा श्रुतिबोध/लेखन
			(ख) ८० शब्दसम्मको कुनै एक अनुच्छेद (दृष्टांश) का आधारमा श्रुतिबोध/लेखन
(ख)	बोलाइ	मौखिक प्रतिक्रिया तथा वर्णन	कुनै सान्दर्भिक विषयवस्तु वा चित्र दिई मौखिक प्रतिक्रिया तथा वर्णन
२. पढाइ			
(क)	पठन अभ्यास	शब्दोच्चारण	पाठमा प्रयुक्त नयाँ २४ ओटा शब्दको उच्चारण
		सस्वरवाचन	पाठभित्रका ६० शब्दसम्मका गद्यांश वा लयबद्ध पाठका दुई श्लोक गति, यति मिलाई भावअनुसार सस्वर पठन
		प्रवाह	तोकिएको समयमा गति, यति र हाउभाउसहित पाठ पठन

(ख)	पठनबोध	अनुमान	कुनै सान्दर्भिक विषयवस्तु वा चित्र दिई पूर्व, अनुमान र पश्च अनुमान
		सूचना प्रयोग	तथ्य, तथ्याङ्क, मिति, पात्रलगायतका विषयवस्तुको उपयोग
			विषयवस्तुको बोध तथा अभिव्यक्तिका लागि प्रयोग
		वर्णन	निर्धारित विषयवस्तुका आधारमा अभिव्यक्ति
		सार निर्माण	विषयवस्तुको संश्लेषण
		तुलना र परीक्षण	विषयवस्तुलाई स्वअनुभव तथा सिकाइका आधारमा मिले नमिलेको दाँज्ज
		विषय विस्तार	विषयवस्तुको विश्लेषण
३.	लेखाइ		
(क)	लेखन अभ्यास	अनुलेखन	मुद्रित तथा लिखित विषयवस्तु बान्की र हिज्जे मिलाई विषयवस्तुको पुनः लेखन
		श्रुतिलेखन	विभिन्न माध्यमबाट विषयवस्तु सुनी बान्की र हिज्जे मिलाई विषयवस्तुको लेखन
		निर्देशित लेखन	प्रश्न, बुँदा र निर्देशनमा आधारित क्रियाकलाप
		स्वतन्त्र लेखन	स्वतन्त्र अभ्यास वा रचना

द्रष्टव्य : शब्दभण्डार र कार्यमूलक व्याकरणलाई चारैओटा भाषिक सिपसम्बद्ध क्रियाकलापसँग अन्तसम्बन्धित गराउनुपर्ने छ ।

(ख) आवधिक मूल्याङ्कन

निर्णयात्मक मूल्याङ्कनमा अन्तिम परीक्षाको भार ५० प्रतिशत हुने छ । प्रत्येक परीक्षामा प्रश्न सोध्दा शैक्षिक सत्रको सुरुदेखि पढाइ भएका सबै पाठबाट समेटिएको हुनुपर्ने छ । यस विषयको परीक्षामा विशेष गरेर ज्ञान र बोध, प्रयोग र उच्च दक्षतामा आधारित हुने छन् । पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्यअनुरूप सिकारुले ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति प्राप्त गरे नगरेको मूल्याङ्कन गरी त्यसको आधारमा प्रमाणीकरण गरिन्छ । अन्तिम परीक्षाको प्रश्नपत्र पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तयार गरेको विशिष्टीकरण तालिकालाई आधार मानी निर्माण गरिनुपर्छ ।

(अ) भाषिक सिप मूल्याङ्कन (पढाइ र लेखाइ)

क्र.स.	क्षेत्र (पढाइ र लेखाइ)	परीक्षण गर्ने पक्ष	अङ्कभार
१.	शब्दभण्डार	शब्दार्थ र शब्द पहिचान	४
		वाक्यमा प्रयोग	२
२.	वर्णविन्यास	शुद्धीकरण	३
३.	भाषिक संरचना	शब्दवर्ग पहिचान	२
		काल र भाव	२
		वाक्य परिवर्तन	३
४.	बोध (दृष्टांश)	भाषिक संरचना पहिचान	३
		विभिन्न विधाका गद्य सामग्री	४
५.	निर्देशित रचना	कथा/जीवनी, चिठी/संवाद/ वादविवाद/दैनिकी	३
६.	बुँदा टिपोट र सारांश लेखन (दृष्टांश)	गद्य विधा	४
७.	भावविस्तार	लयबद्ध, आख्यानात्मक, प्रबन्धात्मक/निबन्धात्मक, जीवनीपरक पाठका विशिष्ट पङ्क्ति	३
८.	पाठगत बोध	सन्दर्भमा आधारित सङ्क्षिप्त उत्तरात्मक	४
		तार्किक शिल्प/समस्या समाधान	३
		सन्दर्भमा आधारित लामो उत्तरात्मक	५
९.	स्वतन्त्र लेखन	निबन्ध	५
जम्मा			५०

लेखाइ, पढाइ, रचना, समस्या समाधान जस्ता विषयमा सबै विद्यार्थीका लागि एकै प्रकारका मूल्याङ्कन साधन र विधिको प्रयोग गर्न सकिँदैन। दृष्टिविहीन, बहिरा, बौद्धिक अपाङ्गता भएका र विशेष क्षमता भएका सिकारुका लागि संश्लेषित पाठ्यक्रमको सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्नमा प्रतिकूल असर नपर्ने गरी सहजकर्ताले पाठ्यवस्तु र सन्दर्भमा आधारित मूल्याङ्कन साधन विकास गरी सिकाइ उपलब्धि परीक्षण गर्न सक्छन्। सहजकर्ताले यस्तो मूल्याङ्कनको तथ्यपरक अभिलेख राख्नुपर्छ। अनौपचारिक तथा वैकल्पिक सिकाइतर्फ तह तीनमा पठनपाठन हुने सबै विषयमा यसैअनुसार मूल्याङ्कन गरी अभिलेखन गर्न सकिने छ।

English

1. Introduction

English is the language of international communication. It is widely used in education, mass media, information and communication technology (ICT), business, tourism, science and medicine. English is also a popular language in Nepal, particularly in the field of education, science and technology, media, travel and tourism and so on. It is taught as a compulsory subject right from grade one.

This curriculum has been developed to cater to the essential linguistic needs of the learners learning English at the level three of nonformal education. It has incorporated recent trends and contemporary developments in language learning. The main aim of teaching English at this level is to enable the learners to communicate with confidence.

This curriculum aims to enable the students to exchange their ideas with people who speak or write English. It also aims to expose the students to the vast treasure of knowledge and pleasure available in both written and spoken English. The major focus of this curriculum is on language skills viz. listening, speaking, reading and writing and, thus, it aims to develop communicative competence on the part of learners. The learners learning English at this level will develop their linguistic base in English for their further studies.

2. Competencies

By the end of this level, the learners should be able to achieve the following competencies:

1. listen in order to understand and respond appropriately in a variety of situations for a variety of purposes;
2. speak appropriately to communicate with different audiences for a variety of purposes in a variety of personal, social and academic contexts;
3. read and understand a variety of literary, informational, and graphic texts, using a range of strategies or cognitive processes to construct meaning;
4. write for an intended purpose and audience by generating, gathering, and organizing ideas and information; and
5. demonstrate good control of vocabulary and syntax to express basic communicative needs.

3. Learning Outcomes

Listening

By the end of Level 3 the students can:

Level 3: First year	Level 3: Second year
<ol style="list-style-type: none">1. understand and extract specific information from short and clearly articulated spoken English on everyday matters.2. understand and pick out the main points from short audio materials.3. show an understanding of conversations on predictable matters.4. follow short and simple instructions.5. understand information from electronic media e.g. radio and television.	<ol style="list-style-type: none">1. understand and extract specific information from short and clearly articulated spoken English on familiar matters.2. understand and pick out the main points and supporting details from audio materials or oral presentation.3. show an understanding of conversations on familiar matters.4. respond to multi-step directions/ instructions and announcements correctly.5. understand information from electronic media e.g. radio and television.

Speaking

Level 3: First year	Level 3: Second year
<ol style="list-style-type: none">1. initiate and respond to simple statements in the areas of immediate need.2. express feelings in simple language and exchange information on familiar matters.3. act short dialogues.4. describe pictures charts, tables and diagrams.5. retell short stories using simple sentences.6. describe oneself including the aspects of their background clearly in simple terms.7. speak with correct stress and intonation.8. describe people, places and things in simple terms.	<ol style="list-style-type: none">1. exchange ideas and information on familiar topics in predictable everyday situations.2. interact with reasonable ease in structured situations and short conversations.3. participate in short conversations in routine contexts on topics of interest.4. engage in group discussions to reach a conclusion.5. describe pictures, cartoons, maps, and posters with a wide range of vocabulary.6. describe charts, tables and diagrams.7. narrate stories and events using a wide range of vocabulary.8. describe the aspects of their background and immediate environment in areas of immediate need in simple terms.9. speak with correct stress and intonation.10. describe people, places and things with a wide range of vocabulary.

Reading

Level 3: First year	Level 3: Second year
<ol style="list-style-type: none"> 1. understand short simple personal letters and very simple formal letters and emails. 2. understand and extract specific information from simple everyday materials. 3. understand simple brief rules and regulations. 4. understand texts describing people, places, everyday life and culture. 5. understand and retrieve required information from graphic texts (charts, tables, graphs and maps). 6. understand simple brief recipes and instructions. 7. find the meaning of unfamiliar words from context. 8. find out the main ideas and supporting details from short texts. 9. understand a short simple biography of a national figure. 10. read short poems and stories for pleasure and understanding. 11. consult a dictionary (including e-dictionary) to learn the different aspects of words. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. understand the description of events, feelings and wishes. 2. understand and extract relevant information from everyday materials. 3. Understand rules and regulations. 4. understand texts describing people, places, everyday life and culture. 5. understand and retrieve required information from graphic texts (charts, tables, graphs and maps). 6. understand recipe and instructions. 7. find the meaning of unfamiliar words from context. 8. find out the main ideas and supporting details from a text. 9. understand a short biography of a national/international figure. 10. read short poems and stories for pleasure and understanding. 11. consult a dictionary (including e-dictionary) to learn the different aspects of words

Writing

Level 3: First year	Level 3: Second year
<ol style="list-style-type: none"> 1. write personal letters and simple official (school-related) letters, e.g., a leave application, or a complaint letter to the head teacher. 2. write simple, brief instructions. 3. interpret charts, tables and diagrams. 4. write impressions and opinions about topics of personal interest (e.g. lifestyles and culture, stories), using basic everyday vocabulary and expressions. 5. write short, simple biographies. 6. write a series of simple sentences about their family, living conditions, and educational background. 7. write simple stories based on the given picture or text or both. 8. write very short, basic descriptions of events, past activities and personal experiences. 9. write short simple essays on topics of interest. 10. use punctuation correctly. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. write personal letters and simple official letters. 2. write recipes and instructions. 3. interpret charts, tables and diagrams. 4. write impressions and opinions about topics of personal interest (e.g. lifestyles and culture, stories), using basic everyday vocabulary and expressions. 5. write short, simple biographies. 6. write a series of simple sentences about their family, living conditions, and educational background. 7. write simple stories based on the given picture or text or both. 8. write short, basic descriptions of events, past activities and personal experiences. 9. write short simple essays on topics of interest. 10. use punctuation correctly.

4. Language Functions

SN	Level 3: First year	Level 3: Second year
1	introducing others	asking for information and repetition of information
2	expressing wants and needs	asking for, giving and denying permission
3	requesting and responding	requesting and responding
4	expressing good wishes	talking about personal experiences
5	making suggestions	persuading
6	expressing intention with reasons	getting things done
7	predicting	expressing predictions
8	describing past habit	talking about the past
9	comparing	making comparison and contrast
10	expressing obligations and prohibitions	making an invitation and responding
11	describing appearance	describing people, places and objects
12	apologizing	expressing likes, dislikes and preferences
13	expressing ability with reasons	interpreting charts, graphs and tables
14	stating units and quantities	expressing conditions
15	expressing degrees of probability	giving explanation
16	narrating a sequence of events	narrating a sequence of events
17	expressing surprise and dismay	making and accepting offers
18	asking for information and reason	asking for and giving opinion
19	seeking confirmation	reporting

5. (a) Elaboration of Contents (First year)

S.N.	Language functions ¹ and example structures/exponents		Grammar	Reading and Writing ²	Working hours
1	Introducing others	He is Mr. Shrestha. He is my classmate. Hello, Mr. Pun, she is Miss Smith. She is a social worker.	Present simple: be verb	Reading: A biography Writing: A short biography Punctuation	6 (2+4)

S.N.	Language functions ¹ and example structures/exponents	Grammar	Reading and Writing ²	Working hours	
2	Asking for, giving and denying permission	May I use your calculator, please? Of course. You may use it. May I come in? Yes. Can I have a look at the newspaper? Ok. Is it all right if I stay here for a while?	Yes/no question	Reading: A poem Writing: A personal letter	9 (2+7)
3	Expressing wants and needs	I want to leave soon. Do you want to speak to the Director? I need a better job. If you say, I can help you.	Present simple Type 1 conditional	Reading: A poem Writing: A paragraph, A story	8 (2+6)
4	Requesting and responding	Will you pass me the book, please? Please, give me your pen. Can I have your attention, please? Could you explain it to me? Sure. Of course. I'm sorry. I am using it.	Modal verbs: will, would, can, could	Reading: An application for sick leave Writing: An application for sick leave	9 (2+7)
5	Expressing good wishes	Have a nice journey! Have a good time out there! Happy Lhosar! Best of luck/ All the best/ Good luck for your upcoming exam!	Imperative	Reading: A text on celebration of a festival Writing: A paragraph	8 (2+6)

S.N.	Language functions ¹ and example structures/exponents		Grammar	Reading and Writing ²	Working hours
6	Making suggestions	You should stay quiet in a library. Why don't you tell it to your parents? If I were you, I would go to hospital.	Type 2 conditional	Reading: A story Writing: Completing a skeleton story	9 (2+7)
7	Expressing intention with reasons	I won't come to school tomorrow because I have to go to hospital. I am not going to watch a movie because my exam is at hand.	Connectives: reason	Reading: A text on games and sports Writing: An essay	8 (2+6)
8	Predicting	The sky is overcast. It is going to rain. I think Sumnima will do better in the next exam.	Simple future Going to future	Reading: Weather forecast Writing: A paragraph	9 (2+7)
9	Describing past habit	I used to walk to school. Mina used to help her mother. Mohammad used to do business. I did not use to ride a bicycle.	Used to Past simple	Reading: A narrative Writing: An account of past habits of oneself	9 (2+7)
10	Comparing	This house is bigger than mine. His father is fatter than my father. I am taller than my elder sister.	Comparative and superlative	Reading: A factual text about Nepal (mountain, river, highway, lake, forest) Writing: A few paragraphs on comparing two things/places	9 (2+7)
11	Expressing obligations and prohibitions	This is a silent zone. You should keep quiet here. You are allowed to read but you are not allowed to talk.	Should, be allowed to, must, have to	Reading: Rules and regulations Writing: Rules and regulations Giving instructions	9(2+7)

S.N.	Language functions ¹ and example structures/exponents	Grammar	Reading and Writing ²	Working hours	
12	Describing appearances	Dawa looks happy. Keith looks like an actress. How does Juli look? She looks pretty.	Present simple look look like	Reading: A description of a celebrity Writing: Description of a person	8 (2+6)
13	Apologizing	Excuse me, this is no speaking zone. Will you keep quiet? Sorry, I didn't see the sign. It won't happen again, sir. I'm very sorry.....	Negation	Reading: A personal letter Writing: A letter/email of apology	8 (2+6)
14	Expressing ability with reasons	I can speak English because I enjoy learning English. He couldn't pass the exam because he had missed many classes. Subina was able to complete her task because she got up early in the morning.	Connectives: because, since, as, because of	Reading: A poem, News on sports Writing: A paragraph on an event	8 (2+6)
15	Stating units and quantities	Do you have a scrap of/a sheet of/a piece of paper? I want to note down some tips on it. I have bought two kilos of rice and a bottle of milk.	Common noun Countable and uncountable nouns	Reading: An advertisement Writing: A descriptive paragraph	9 (2+7)
16	Expressing degrees of probability	She is likely to be a social worker. He's in a new look. Perhaps/Maybe he's going out now. The principal may declare a holiday tomorrow.	Modal verbs: may, might, must Simple future	Reading: A Story Writing: A paragraph that requires prediction punctuation	9 (2+7)



S.N.	Language functions ¹ and example structures/exponents		Grammar	Reading and Writing ²	Working hours
17	Narrating a sequence of events	The players entered the football ground. They took the positions and began to run after a ball. They were dancing when I saw them.	Past simple Past continuous Past perfect	Reading: A special ceremony Read and comprehend sequential instruction. Writing: A story Write paragraphs using sequential transitional words (first, next, then, lastly etc.)	9 (2+7)
18	Expressing surprise and dismay	Oh, dear! Did you hear me? Here comes a man from Japan. Have you ever heard such a good news before? Oh, no! It can't be.	Past simple Past continuous Past perfect	Reading: A conversation Writing: Composing a dialogue	8 (2+6)
19	Asking for information and reason	Which is the highest mountain? What does WHO stand for? Why did you join the library club?	Wh question (Who, What, When, Where, Why, Which)	Reading: Conversation with wh questions, Charts, tables, diagrams Writing: Dialogues with wh questions, Interpretation of charts, tables, diagrams	8 (2+6)
20	Seeking confirmation	He is your uncle, isn't he? Rajaram works at an office, doesn't he? One should obey the rules, shouldn't one?	Question tag	Reading: A menu/timetable /conversation Writing: A hotel menu / writing dialogue	8 (2+6)
Total working hours					160

5. (b) Elaboration of Contents (Second year)

SN	Language functions ³ and example structures/exponents		Grammar	Reading and writing ⁴	Hours
1	Asking for information and repetition of information	I wonder if you could tell me where the nearest bank is. Can you tell me whether the bus for Banepa is arriving? Could you repeat it for me?	Preposition	Reading: Timetable/schedule An official letter Writing: Interpreting timetable and schedule	9 (2+7)
2	Asking for, giving and denying permission	Would you mind if I use your telephone? Is it all right if I switch on the fan? May I get your mobile number? Do you mind if I read it loudly? No, no. I don't mind at all.	Yes/no question	Reading: A story, A poem Writing: Completing a skeleton story	9 (2+7)
3	Requesting and responding	Could you turn down the radio a bit? Would you mind helping with my homework? Ok. Sure.... Of course, I'll. I'm sorry, it has broken down.	Reported speech:	Reading: Announcement Instruction Writing: Writing dialogue with characters are requesting information and responding	9 (2+7)
4	Talking about personal experiences	Have you ever eaten pizza? I've visited Mustang once before. Have you ever been bitten by a snake?	Present perfect and past simple	Reading: A memoir, A diary entry Writing: An account of a memorable event	9 (2+7)
5	Persuading	Go ahead, Bikash, help your mother in the kitchen. Your mother will be so happy. Do help me to prepare an omelet. You will also get it.	Imperatives	Reading: A story, A poem Writing: Completing a skeleton story, Punctuation	8 (2+6)

SN	Language functions ³ and example structures/exponents		Grammar	Reading and writing ⁴	Hours
6	Getting things done	Will you get this document photocopied? The teacher made me sing a song. I can have my teeth filled.	Subject verb agreement	Reading: A description of a ceremony Scientific Invention Writing: A description of a ceremony Composition: narrating sequential events, and using transition words	9 (2+7)
7	Expressing predictions	That will probably cost you at least a hundred rupees. Perhaps/maybe it will rain. She is unlikely to arrive soon. It's probable/possible that Nepal will win in the test match.	Simple future Going to future Future perfect	Reading: Weather forecast, A text on migration Writing: Punctuation Writing weather forecast Short story with prediction	8 (2+6)
8	Talking about the past	I used to drink milk in my breakfast, but now I drink tea. When the telephone rang, I was having dinner. After he had sold the cow, he bought some goats.	Past simple Past continuous Past perfect Used to	Reading: A story, A historical event Writing: A narrative essay A historical event	8 (2+6)
9	Making comparison and contrast	Your essay is longer than mine. Sujan's speech is better than Kamal's. Nepal is the most beautiful country in the world. Wood is not as heavy as metal.	Comparatives	Reading: Change in lifestyle, Electronic Gadgets Writing: A paragraph on comparing things, places, etc.	9 (2+7)
10	Making an invitation and responding	I wonder if you are free on Saturday. How about going to the cinema this evening? We would be delighted if you could..... Of course, I'd love to but..... I won't say no. I wish I could but.....	Question tag	Reading: Invitation cards/e-mail, An advertisement Writing: Invitation messages/notes	6 (2+4)

SN	Language functions ³ and example structures/exponents		Grammar	Reading and writing ⁴	Hours
11	Describing places, people and objects	The woman who is wearing a red sari will give you some food. The book which I bought last week was stolen. I went to Pokhara where my aunt lives.	Articles	Reading: A famous place, person A factual text (mountain, river, highway, forest) Writing: A descriptive essay	7 (2+5)
12	Expressing likes, dislikes and preferences	Do you like ice-cream? Which do you prefer classical or modern music? I like/love ... very much. I would rather have Chinese food. I can't stand it when people insult me like that.	Wh question	Reading: A text on hobbies, interests, A poem Writing: An essay on hobbies and interests	8 (2+6)
13	Interpreting charts, graphs and tables	According to the chart, ... The table shows that.....	Active and Passive voice	Reading: Charts, graphs and tables Writing: Interpretation of charts, graphs and tables	8 (2+6)
14	Expressing conditions	If Nepal wins the football match, there will be a big party. If I were a monitor, I would tell the class teacher. Had you informed me earlier, I would have come to meet you.	Type 1, type 2 and type 3 conditional	Reading: A story, A news report, A poem Writing: A news story	8 (2+6)
15	Giving explanation	Bicycles are popular these days because they are inexpensive and ecofriendly. I went to the bank in order to /to cash a check. He saved money so that he would buy a piece of land.	Connectives: reason, purpose, contrast	Reading: Argumentative text, An official notice Writing: An argumentative essay	8 (2+6)

SN	Language functions ³ and example structures/exponents		Grammar	Reading and writing ⁴	Hours
16	Narrating a sequence of events	When Sumnima woke up early in the morning, she heard a strange noise outside. Then she peeped through the windowpane from her bedroom. She noticed some people shouting at each other.....	Past simple Past continuous Past perfect	Reading: An anecdote, A historical event Writing: A historical event	9 (2+7)
17	Making and accepting offers	Would you like lemonade? I'll ring the bell if you like. Shall I carry your bag? Thank you. That would be great. I'd love to. Yes, please. That would be very nice.	Relative Clauses	Reading: A story, A poem Writing: An e-mail	8 (2+6)
18	Asking for and giving opinion	What are your thoughts on that? Do you go along with that, don't you? That's a good point. I see your point. I don't think so. I agree with you to an extent, however..... It's too hot today. What do you think?	Negation	Reading: A short newspaper article, A poem, conversation Writing: An essay Compose dialogue	10 (3+7)
19	Reporting	He told me to get ready by 9 o'clock. The teacher said that Kapilvastu is in Nepal. She asked me why I was excited.	Reported speech	Reading: A story, A news report Writing:	10 (3+7)
Total working hours					160

6. Learning Facilitation Process

Learning facilitation process is an integral part of the curriculum. This ensures learning on the part of the learner. While facilitating, the facilitator should use a variety of teaching-learning methods and participatory approach. A combination of various learner centered methods and techniques is encouraged for effective teaching and facilitation. Above all, English is to be taught in English. This will give ample exposure to the students. It is advised to use simple English as far as possible. Translation can be used only when it is necessary. The facilitators can use Nepali/mother tongue when they are giving instructions to set up a task or to explain complicated rules. Similarly, when

expressing themselves in English, students can also substitute a word in Nepali/their mother tongue if they do not know the word in English.

6.1 Principles of Learning Facilitation

The learning facilitation process in English should follow the following principles:

a. Fun and engagement: A great way to make students learn a language easily is to get them engaged in the learning process. When facilitators use activities that make learners engaged with fun, learners are more willing to participate and take risks.

b. Communicative activities: Learning English is primarily for communication so an English class should have lots of real-life communicative tasks and activities. Oral language activities where learners apply the vocabulary, grammar, and syntax they learn can improve their ability to express themselves accurately and fluently in a variety of situations.

c. Exposure: Language learning depends on the amount of exposure the learners get. It is in English class where learners should get the chance to listen to English. Facilitators need to use simple English and avoid the use of translation into learners' language until when it's necessary. Facilitators can use a variety of learning aids such as pictures, objects, charts, and actions to aid comprehension.

d. Personalization: Personalization takes place when activities allow learners to use language to express their ideas, feelings, opinions and to build on knowledge and skills that they already have. Personalization ensures true communication as learners communicate real information about themselves.

e. Content and language integrated learning: Meaningful contents relating to real world situations help learners comprehend not only the content but also the accompanying language. Integrating content and language is a clear departure from mere communication towards more meaningful cognition.

f. Diversity as a resource: In diverse learning situations with learners from multilingual and multi-cultural backgrounds, celebrating diversity as a resource helps not only in the teaching-learning process but also in creating social cohesion. Building contents from diverse contexts establish the pluralistic concept first in class and later in the real world.

g. Learning through Information and Communication Technology (ICT): With the advent of ICT, language learning has been more accessible to the learners. The mobile phone and media technologies allow learners to access learning materials from anywhere and anytime. The use of ICT tools in pedagogy gives learners more autonomy in different ways.

h. Learners' autonomy: Students learn better when they have autonomy. The strategies that promote learners' autonomy like; self-correction, peer correction, self-learning, etc. should be encouraged.

6.2 Methods and Techniques

Based on the above-mentioned pedagogical principles, the following methods and techniques have been suggested in order to deliver this curriculum:

• Question-answer	• Use of ICT tools	• Think, pair, share
• Demonstration	• Reading aloud	• Individual work
• Games	• Silent reading	• Use of audios/videos
• Use of pictures/flashcards	• Dictation	• Sentence starters
• Use of chants and rhymes	• Brainstorming	• Use of worksheets
• Pair work and group work	• Mind-mapping	• Modeling
• Acting/role play/simulation	• Controlled writing	• Freewriting
• Drill	• Guided writing	• Project work
• Storytelling	• Jigsaw reading	• Cued dialogue
• Dictionary use	• Assembling strip story	• Discovery

The facilitators can make use of other appropriate methods and techniques as per the need of contents and context.

7. Learners' Assessment

Assessment should be an integral part of teaching-learning process. Both formative and summative assessment should be carried out to assess learning. The main purpose of formative assessment is to improve learning. Formal as well as informal assessment strategies that continuously check students' understanding of content, track student learning progress, and identify specific learning gaps will be used in formative assessment. Some tools for formative assessment can be classroom activities and classroom tasks, observation of learners' work and performance, homework, project work, oral and written test, unit and trimester examinations, self and peer assessment and so on.

Summative assessment will be carried out to determine the learning level of the learners. Both internal (50%) and external (50%) assessment will take the form of summative assessment.

A. Internal Assessment

Internal assessment consists of several components. A portfolio of each learner should be maintained by the facilitator. The portfolio consists of the details on learners' performance in different assessment areas given in the table below. The record of learner's project work, test papers or other proof of the learners' performance should be kept in his/her portfolio. However reading and writing have more weightage, it can be adopted and applied for the learners with impairment. Inclusive methods and tools can be adopted with consultation with local government.

SN	Assessment area	Weightage
a	Participation (attendance: 2 and learners' performance in teaching-learning activities: 2)	4
b	Reading and writing (Each skill carries 50% weightage)	16
c	Listening and speaking (Each skill carries 50% weightage)	20
d	Terminal test	10

Assessment in each area from *a* to *c* above should be done regularly; however, to keep a record, the assessment is to be done every four units. Some of these assessment findings should also be used as formative actions to investigate further, and make adjustments to teaching and learning activities so that facilitator could apply alternative remedial actions.

B. Rating Scale

The assessment of participation, reading and writing; and listening and speaking should be done according to the five point scale given below.

Level	Rating	Description		
		Participation	Reading and writing	Listening and speaking
Below Basic	1	a. Below 75% of attendance. b. Very little participation in the tasks.	Able to do very few tasks.	Able to do very few tasks.
Basic	2	a. 75% to 80% of attendance. b. Little participation in the tasks.	Able to do 30% to 50% of the given tasks correctly.	Able to do 30% to 50% of the given tasks correctly.
Above basic	3	a. 80% to 85% of attendance. b. Participation in classroom activities is satisfactory.	Able to do 50% to 70% of the given tasks correctly.	Able to do 50% to 70% of the given tasks correctly.
Proficient	4	a. 85% to 90% of attendance. b. Participation in classroom activities is appreciable.	Able to do more than 70% to 90% of the given tasks correctly.	Able to do more than 70% to 90% of the given tasks correctly.

Advanced	5	a. 90% and above attendance. b. Participation in classroom activities is outstanding.	Able to do more than 90% of the given tasks correctly.	Able to do more than 90% of the given tasks correctly.
----------	---	------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------

C. Suggested Tasks for Reading and Writing

The tasks should cover the learning outcomes of the assessment period. The following are the samples only. The facilitator should design the appropriate tasks themselves. For the assessment purpose, different methods like observation, scoring the task, etc. should be used. The suggested tasks for assessing reading and writing are as follows:

Reading tasks	Writing tasks
<ol style="list-style-type: none"> 1. A reading comprehension test with different types of reading texts: story, timetable, menus, charts, calendar, notice, letter, news stories, brochure, biography and short essay. Use a different type of text at each assessment. The question types can be: True/False, Fill in the gaps, Multiple choice, Matching, Ordering, Short answer questions) 2. Assessments can also include asking students to put sentences together to create a logical and sequential story; read and follow a set of written instructions; and read and act out a dialogue or drama. 3. The questions should cover literal comprehension, reorganization, inference and evaluation skills. 4. Ask the learners to read a short story in English (get the book from the library or somebody else) and ask reading comprehension questions orally 	<ol style="list-style-type: none"> 1. A writing task that covers the mechanics of writing: punctuation, spelling, capitalization, etc., as well as proper use of vocabulary and grammar. 2. Writing tasks like: <ol style="list-style-type: none"> a. A short paragraph. b. A short story. c. A news story. d. A short dialogue. e. A personal letter. f. A leave application. g. A description of table/charts/diagrams h. A short essay. i. A dialogue <p>(Note: The tasks chosen for the assessment of learners' learning should reflect the tasks they have practiced in the assessment period.)</p>

D. Suggested Tasks for Listening and Speaking

Testing of listening and speaking skills is integrated into the internal assessment. Facilitators need to prepare listening and speaking tasks themselves. The tasks should cover the learning outcomes of the assessment period and should include content that students have already been exposed to during English class. The suggested tasks for testing listening and speaking skills are as follows:

- a. Ask the learners to listen to a piece of radio/television news and write a couple of sentences summarizing what they hear.

- b. Interview your learners about their personal information.
- c. Ask the learners to talk to each other about the tasks they have completed in the assessment period.
- d. Use a test-like task as suggested in the table below:

Listening tasks	Speaking tasks
<ul style="list-style-type: none"> • Listen and act /follow • Listen and draw • Listen and answer • Listen and tick • Dictation <p>(The facilitator can use recorded audio or his/her voice for testing learners' listening skills. The test items for 'listen and answer' can be true/false, multiple-choice, fill in the blanks or matching.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Question-answer • Describing picture • Describing people/place/object • Reading aloud • Talking about oneself • Speaking on a simple topic • Retelling stories <p>(Facilitators need to assess accuracy, range of vocabulary, structure and fluency)</p>

Note: For the learners with impairment, alternative tests like reading comprehension or paragraph writing should be given instead of listening and speaking according to their types of impairment. Students should be given the opportunity to demonstrate their English content knowledge in a way they are comfortable with.

E. Internal Assessment Record Form

S. N.	Learner's Name	Assessment 1			Assessment 2			Assessment 3			Assessment 4			Assessment 5			Average			Total		
		PAR	RW	LS	PAR	RW	LS	PAR	RW	LS	PAR	RW	LS	PAR	RW	LS	PAR	RW	LS	PAR Avg X0.8	RW Avg X 3.2	LS Avg X 4

(PAR: Participation, RW: Reading and writing test, LS: Listening and Speaking.)

- Score 1 to 5 in each column from assessment 1 to 5 for each learner according to the rating scale.
- Calculating average = Sum of scores attained by in each aspect/Number of assessments (5)
- Calculating total: PAR= average X 0.8, RW = average X 3.2, LS = average X 4

F. Score Obtained in Internal Assessment

The learners' scores in two trimester examinations should be converted to the weightage (5 marks). The formula for converting the score is score/full marks X weightage (5) and should be recorded in a form. The record of internal assessment in all the aspects should be recorded in a form like this:

S. N.	Students' name	Participation (4)	Reading and writing (16)	Listening and speaking (20)	Trimester examinations			Grand Total
					First (5)	Second (5)	Total (10)	

G. External Assessment

The final examination is based on the written test which covers reading and writing skills. Grammar is incorporated in writing section. However the overall assessment seems Reading and writing, this can be different for the learners with different impairments. But facilitator should adopt and apply assessment for learners with different need (appreciating the diverse range of skills and abilities in a classroom) based on their impairment.

Reading (25 marks)	Writing (25 marks)
<p>The assessment of reading skill follows the following structure:</p> <ol style="list-style-type: none"> Reading 1: One short reading text from the textbook with one type of comprehension question (5 marks) Reading 2: One short reading text from the textbook with one type of comprehension question (5 marks) Reading 3: One short reading text not given in the textbook with one type of comprehension question (5 marks) Reading 4: One short reading text not given in the textbook with two types of comprehension questions (10 marks) 	<p>The assessment of writing skill follows the following structure:</p> <ol style="list-style-type: none"> Punctuation: A short and simple paragraph containing ten punctuation errors. (5 marks) Guided writing: One task: paragraph/news story/story/description of tables/charts and diagrams with some guidelines (5 marks) Freewriting: One task: personal or official letter, or a short essay (10 marks) <p>Grammar: 5 marks</p> <p>The grammar questions should cover the following contents:</p>

Note:

- Text types for reading 3 and 4: Story, dialogue, timetable, menus, charts, calendar, notice, letter, news stories, brochure, biography and short essay).
- The length of the text of reading 3 and 4 should not exceed 250 and 300 words respectively. * Question types:
 1. True/False
 2. Fill in the gaps
 3. Multiple choice
 4. Matching
 5. Ordering
 6. Short Answer Questions
- Text type should be different for reading 1 and 2. For example, the letter in Reading 1 and story in Reading 2.
- Type of texts in Reading 1 and 2 should not be repeated in Reading 3 and 4 too. * Reading 4 should at least contain three questions for testing of vocabulary.

The distribution of comprehension questions should be based on the following table:

First Year	Second Year
1. Article	1. Article
2. Prepositions	2. Preposition
3. Tense	3. Tense
4. Connectives	4. Connectives
5. Comparative and superlative	5. Question tag
6. Subject Verb agreement	6. Reported speech
7. Negation and questions	7. Voice
8. Reported speech (statements)	8. Conditional Sentences
9. Conditional sentences	9. Subject-verb agreement
10. Modal verbs	10. Question and negation

Types of questions:

There will be 10 multiple choice questions (one question from each content) for the first year. But, the type of questions for the second year will be as given below:

1. Reproduction: It should cover tense, question tag, reported speech, voice, question and negation) (5X0.5=2.5 marks)
2. Multiple choice (individual sentences or a contextual passage): It should contain article, preposition, connectives, conditional sentence and subject-verb agreement) (5X0.5=2.5)

Note:

- * The writing task type should not be similar to that of reading texts given in the reading section.
- * In case of writing tasks, give the tasks that are included in the course of the respective grades.

Type of comprehension	
Literal comprehension	
Reorganization	
Inference	
Evaluation and reflection	

- 1 The language functions should be introduced in suitable listening and speaking tasks too.
- 2 The suggested tasks for reading are not the titles. Some of them are just like the themes. The reading section should include varieties of texts.
- 3 The language functions should be introduced in suitable listening and speaking tasks too.
- 4 The suggested tasks for reading are not the titles. Some of them are just like the themes. The reading section should include varieties of texts.

गणित

१. परिचय

गणितीय ज्ञान र सिपले मानिसको दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने हिसाबलाई सही रूपमा प्रयोगमा ल्याउन सहयोग गर्छ । यसले वैज्ञानिक अन्वेषण, अनुसन्धान, सूचना तथा प्रविधिको प्रयोगका सम्बन्धमा समालोचनात्मक सोचको विकास गर्न र तार्किक निर्णय दिने क्षमता विकास गर्नमा पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्छ । त्यसै गरी ज्ञान, विज्ञान र प्रविधिमा भएको विकास र नवप्रवर्तनलाई आफ्नो सन्दर्भसापेक्ष प्रयोग गर्ने सक्षमता हासिल गरी प्रविधिमैत्री समाज विकासमा गणितको भूमिका अझ महत्त्वपूर्ण छ । विद्यालय तहमा गणित विषयको पाठ्यक्रमको मुख्य उद्देश्य गणितीय ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति तथा सक्षमता विकास गरी दैनिक जीवनका व्यावहारिक समस्या समाधान गर्न सक्षम बनाउनु हो ।

अनौपचारिक शिक्षातर्फको तह ३ को यस पाठ्यक्रमलाई औपचारिक शिक्षाको उद्देश्यअनुसार नै समान स्तरको बनाउन महत्त्वपूर्ण पक्ष नछुट्ने गरी संश्लेषण गरिएको छ । यस तहका सिकारुको क्षमता, उमेर तथा स्तरअनुकूल हुने गरी दैनिक जीवनका व्यावहारिक समस्या समाधान गर्न, समालोचनात्मक तथा तार्किक क्षमताको विकास गर्न सहयोग पुग्ने र माथिल्लो तहको सिकाइको तयारीका लागि आवश्यक पर्ने विषयवस्तु राखिएका छन् । जसअन्तर्गत समूह, अङ्कगणित, क्षेत्रमिति, बीजगणित, ज्यामिति र तथ्याङ्कशास्त्र रहेका छन् । उल्लिखित विषयवस्तु सहजीकरण गर्न वार्षिक १६० कार्यघण्टा रहेको छ । जसमध्ये ४० कार्यघण्टा प्रत्यक्ष र १२० कार्यघण्टा स्वनिर्देशित साक्षत्कारका लागि छुट्याइएको छ । गणित विषयको सिकाइलाई सिकारुको दैनिक जीवनसँग सम्बन्धित 'गरेर सिक्ने' सिद्धान्तमा आधारित भई व्यावहारिक र प्रयोगात्मक क्रियाकलाप गरेर सिक्ने पक्षमा यस पाठ्यक्रमले जोड दिएको छ । सिकारु मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई पनि बढी वस्तुगत र व्यावहारिक बनाउने प्रयास गरिएको छ । यसले सिकारुमा गणित विषयमा अझ बढी रुचि वृद्धि गराइ पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्य हासिल हुन सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

२. तहगत सक्षमता

आधारभूत तह ३ को दुई वर्ष अध्ययनपश्चात् सिकारुमा गणित विषयमा निम्नलिखित सक्षमता हासिल हुने छन् :

१. समूहसम्बन्धी व्यावहारिक समस्याको समाधान
२. वास्तविक सङ्ख्या पद्धतिसँग सम्बन्धित व्यावहारिक समस्याको समाधान
३. परिमिति, क्षेत्रफल तथा आयतनसम्बन्धी व्यावहारिक समस्याको समाधान
४. बीजीय अभिव्यञ्जक तथा समीकरणसम्बन्धी समस्या समाधान
५. समतलीय तथा ठोस आकृतिको रचना र गुण तथा तथ्यको परीक्षण
६. निर्देशाङ्क, पाइथागोरस साध्य र स्थानान्तरणसम्बन्धी धारणाको प्रयोगसहित समस्या समाधान
७. तथ्याङ्कको वर्गीकरण, प्रस्तुति र व्याख्या
८. गणितीय ज्ञान, सिप र धारणाको विषयक क्षेत्र तथा अन्य विषयका सिकाइ क्षेत्रसँग सम्बन्ध स्थापित गर्ने क्षमताको विकास

३. तहगत सिकाइ उपलब्धि

क्र.सं.	विषयवर्ग/क्षेत्र	एकाइ	सिकाइ उपलब्धि (पहिलो वर्ष)	कार्यघण्टा		कार्यघण्टा		
				प्रत्यक्ष	रहित			
१	समूह	समूह	<ul style="list-style-type: none"> समूह निर्माण (व्यावहारिक अभ्यासबाट) गरी सङ्केतमा लेख्न र समूहका सदस्यको सूची बनाउन समूहका प्रकार को परिचय दिन (खाली समूह, समतुल्य, बराबर, सीमित र असीमित समूह) 	३	७	<p>सिकाइ उपलब्धि (दोस्रो वर्ष)</p> <ul style="list-style-type: none"> सर्वव्यापक समूह र उपसमूह, अलगाएका र खीटएका समूहको अवधारणा बताउन । विद्इएको समूहको उपयुक्त र अनुपयुक्त उपसमूह निर्माण गर्न 	३	७
२	एकै नतिजा	पूर्ण सङ्ख्या र पूर्णाङ्क	<ul style="list-style-type: none"> पूर्ण सङ्ख्या र पूर्णाङ्कको परिचय दिन चार आधारभूत क्रिया र कोष्टकहरू समावेश भएका सरलीकरण गर्न भाज्यताको परीक्षण गर्न १०० भित्रका सङ्ख्यालाई वर्ग, वर्गमूल तथा घनमूल पत्ता लगाउन गुणनखण्ड, अपवर्त्यहरू र रूढ खण्डीकरण पत्ता लगाउन तीनओटा सम्म सङ्ख्याको महत्तम समापवर्तक र लघुतम समापवर्त्य पत्ता लगाउन 	५	१३	<ul style="list-style-type: none"> द्विआधार सङ्ख्या पद्धति र पञ्चआधार सङ्ख्या पद्धतिको परिचय दिन दशमलव सङ्ख्या पद्धतिबाट द्विआधार सङ्ख्या पद्धति र पञ्चआधार सङ्ख्या पद्धतिमा रूपान्तरण गर्न द्विआधार सङ्ख्या पद्धति र पञ्चआधार सङ्ख्या पद्धतिबाट दशमलव सङ्ख्या पद्धतिमा रूपान्तरण गर्न 	१	४
		आनुपातिक र अनानुपातिक सङ्ख्या	-			<ul style="list-style-type: none"> आनुपातिक र अनानुपातिक सङ्ख्याको परिचय दिन र छुट्याउन सङ्ख्यालाई वैज्ञानिक सङ्केतमा र वैज्ञानिक सङ्केतमा भएका सङ्ख्यालाई दशमलव सङ्ख्यामा लेख्न 	२	१०
		भिन्न, दशमलव र प्रतिशत	<ul style="list-style-type: none"> समतुल्य भिन्न, भिन्नको तुलना, भिन्नका आधारभूत क्रिया: जोड, घटाउ, गुणन र भाग दशमलवको सून्यान्त, जोड, घटाउ, गुणन र भाग प्रतिशतसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न 	५	१४			

क्र.सं.	विषयवस्तुको क्षेत्र	एकाइ	सिकाइ उपलब्धि (पहिलो वर्ष)	कार्यघण्टा		सिकाइ उपलब्धि (दोस्रो वर्ष)	कार्यघण्टा	
				प्रश्न	रतिनिश्चिन		प्रश्न	रतिनिश्चिन
३		अनुपात र समानुपात				<ul style="list-style-type: none"> अनुपात र समानुपातको परिचय दिन अनुपात र समानुपातसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न 	२	४
		नाफा, नोक्सान	<ul style="list-style-type: none"> नाफा, नोक्सानको अवधारणा र प्रतिशत समेत समावेश भएका नाफा र नोक्सान सम्बन्धी समस्या समाधान गर्न 	४	४	<ul style="list-style-type: none"> छुट प्रतिशत समावेश भएका नाफा र नोक्सानसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न 	२	४
		ऐकिक नियम	<ul style="list-style-type: none"> ऐकिक नियम प्रयोग गरी सामान्य समस्या हल गर्न 	२	४	<ul style="list-style-type: none"> प्रत्यक्ष विचरण र अप्रत्यक्ष विचरणको प्रयोग गरी तीनओटा सम्म चल समावेश भएका समस्या समाधान गर्न 	२	६
		साधारण व्याज	-			<ul style="list-style-type: none"> साधारण व्याजसम्बन्धी अवधारणा विकास गर्न 	२	६
		दुरी, परिमिति, क्षेत्रफल र आयतन	<ul style="list-style-type: none"> दुरीका एकाइहरू (इन्च, फुट, सेन्टिमिटर र मिटर) को आपसी सम्बन्ध स्थापित गर्न षड्मुख र घनको सतहको क्षेत्रफल र आयतनसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न वृत्तको परिधि र व्यासको सम्बन्ध स्थापित गरी प्रयोग गर्न 	५	१५	<ul style="list-style-type: none"> त्रिभुज र चतुर्भुजको क्षेत्रफल पता लगाउन वृत्तको क्षेत्रफल पता लगाउने सूत्र स्थापित गरी प्रयोग गर्न 	४	११
४		घाताङ्क	<ul style="list-style-type: none"> घाताङ्कको अवधारणा विकास गर्न घाताङ्कको सामान्य समस्या सरल गर्न 	१	४	<ul style="list-style-type: none"> घाताङ्कका नियम प्रयोग गरी सरलीकरण गर्न 	१	४
		बीजीय अभिव्यञ्जक	<ul style="list-style-type: none"> बीजीय अभिव्यञ्जकको जोड र घटाउ गर्न बीजीय अभिव्यञ्जकको गुणन र भाग गर्न चलराशीका दिइएको मानका आधारमा बीजीय अभिव्यञ्जकको मान पता लगाउन 	३	७	<ul style="list-style-type: none"> $(a \pm b)^2$ को सूत्र स्थापित गरी प्रयोग गर्न बीजीय अभिव्यञ्जकको खण्डीकरण गर्न बीजीय अभिव्यञ्जकको महत्तम समापवर्तक (Highest Common Factor) र लघुतम समापवर्तक (Lowest Common Multiple) पता लगाउन बीजीय भिन्नको परिचय दिन बीजीय भिन्नहरूको सरलीकरण गर्न 	४	११
		समीकरण, असमानता र ग्राफ	<ul style="list-style-type: none"> एक चल्युक्त रेखीय समीकरणको हल गर्न ट्रिकोटोमी नियमका चिह्न प्रयोग गर्न असमानता हल गरी सङ्ख्यारेखामा देखाउन 	२	११	<ul style="list-style-type: none"> दुई चल्युक्त रेखीय समीकरणको लेखाचित्र खिचन दुई चल्युक्त युगपतरेखीय समीकरण हल गर्न वर्ग समीकरण हल गर्न 	२	८

क्र.सं.	विषयवस्तुको क्षेत्र	एकाइ	सिकाइ उपलब्धि (पहिलो वर्ष)		सिकाइ उपलब्धि (दोस्रो वर्ष)		कार्यधन्दा	
			कार्यधन्दा	प्रश्न	कार्यधन्दा	प्रश्न		
५	यामिति	रेखा र कोण	<ul style="list-style-type: none"> जोडी रेखा प्रतिच्छेदित, समानान्तर र लम्ब रेखा पहिचान गर्न समानान्तर रेखा र लम्ब रेखा रचना गर्न कोणको वर्गीकरण गर्न कोणको अर्धक र रेखाखण्डको लम्बाईको रचना गर्न जुनसुकै कोणको रचना गर्न (प्रोटक्टर) स्तरीय कोण (30°, 45°, 60°, 75°, 90°, 120°) को रचना 	२	१०	<ul style="list-style-type: none"> जोडा कोणको पहिचान गर्न जोडा कोणसम्बन्धी ज्यामितीय तथ्यहरू परीक्षण गर्न दुईओटा सिधा रेखाहरूलाई एउटा छेदकले काट्दा बने कोणको पहिचान गर्न दुईओटा समानान्तर रेखालाई एउटा छेदकले काट्दा बने कोणको सम्बन्धको परीक्षण गर्न 	२	४
		समतलीय आकृति	<ul style="list-style-type: none"> भुजा र कोणका आधारमा त्रिभुजको वर्गीकरण गर्न पाइथागोरस साध्यअनुसार समकोण त्रिभुजका आधार, लम्ब र कर्णको सम्बन्ध स्थापित गर्न 	२	८	<ul style="list-style-type: none"> त्रिभुजका गुणको खोजी गरी प्रयोगबाट परीक्षण गर्न चतुर्भुज (आयत, वर्ग, समानान्तर चतुर्भुज, समबाहु चतुर्भुज, समलम्ब चतुर्भुज र चङ्गा) का गुणको खोजी र परीक्षण गर्न दिइएको अवस्थामा आयत, वर्ग र समानान्तर चतुर्भुजको रचना गर्न बहुभुजको पहिचान गर्न र नियमित बहुभुजको भित्री तथा बाहिरी कोणको नाप पत्ता लगाई तिनीहरूको बिचको सम्बन्ध स्थापित गर्न 	३	११
		समरूपता तथा अनुरूपता	<ul style="list-style-type: none"> अनुरूप र समरूप आकृति चिन्न र खोजी गर्न 	१	२	<ul style="list-style-type: none"> त्रिभुजहरू अनुरूप हुने अवस्थाको परीक्षण गर्न अनुरूप त्रिभुजसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न समरूप आकृति चिन्न र खोजी गर्न 	२	३

क्र.सं.	विषयवस्तुको क्षेत्र	एकाइ	सिकाइ उपलब्धि (पहिलो वर्ष)		कार्यघण्टा		कार्यघण्टा	
			प्रश्न	रतिनिश्चय	प्रश्न	रतिनिश्चय		
		ठोस वस्तु	<ul style="list-style-type: none"> षड्मुख र घनका सतह, किनारा र कुनाको सम्बन्ध स्थापित गर्ने 	१	३	<ul style="list-style-type: none"> त्रिभुजाकार प्रिज्म र पिरामिडलाई सम्बन्धसहित चिनारी गराउन सोली, गोला र बेलनाको परिचय दिन घन, षड्मुख, टेट्राहेड्रन, सोली र बेलनाका जाली निर्माण गर्ने 	१	४
		निर्देशाङ्क	<ul style="list-style-type: none"> लेखाचित्रमा दिइएको बिन्दुको निर्देशाङ्क पत्ता लगाउन तथा बिन्दुहरूलाई अङ्कन गर्ने 	३	५	<ul style="list-style-type: none"> अक्षहरूसँग समानान्तर हुने रेखामा पर्ने दुई बिन्दुबिचको दुरी पत्ता लगाउन दुई बिन्दुबिचको दुरी निकाल्न 	२	६
		स्थानान्तरण	<ul style="list-style-type: none"> स्थानान्तरणको परिचय दिन 	२	४	<ul style="list-style-type: none"> लेखाचित्रमा X- अक्ष र Y- अक्षमा बिन्दु र त्रिभुजको परावर्तन गर्ने निर्देशाङ्कका आधारमा बिन्दु, रेखा र त्रिभुजलाई दायँ र माथि विस्थापन गर्ने उदगम बिन्दुको आधारमा बिन्दु, रेखा र त्रिभुजलाई 90° को कोणमा परिक्रमण गर्ने 	२	४
		दिशा स्थिति र स्केल ड्रइङ	<ul style="list-style-type: none"> दिशा स्थितिको परिचय दिन नक्सामा दिशा पढ्न 	१	४	<ul style="list-style-type: none"> स्केल ड्रइङको प्रयोग गर्ने 	१	३
		तथ्याङ्कशास्त्र	<ul style="list-style-type: none"> तथ्याङ्कलाई मिलान चिह्न प्रयोग गरी बारम्बारता तालिकामा प्रस्तुत गर्ने ग्राफमा साधारण स्तम्भीचित्र र बहुस्तम्भ चित्रबाट सूचना लिन र दिन रेखाचित्र (line graph) बाट जानकारी लिन, दिन र तथ्याङ्कबाट निर्माण गर्ने 	३	७	<ul style="list-style-type: none"> वृत्तचित्रबाट जानकारी लिन, दिन र तथ्याङ्कबाट वृत्तचित्र निर्माण गर्ने वैयक्तिक श्रेणीको मध्यक, मध्यिका र रित पत्ता लगाउन 	३	७

४. (क) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (पहिलो वर्ष)

क्र.स.	विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
१	समूह	<p>१.१. समूह</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ समूह निर्माण र सङ्केतीकरण ▪ समूहलाई जनाउने तरिका ▪ समूहको सदस्यता ▪ समूहका प्रकार (खाली समूह, समतुल्य समूह, बराबर समूह, सीमित र असीमित समूह)
२.	अङ्कगणित	<p>२.१. वास्तविक सङ्ख्या</p> <p>(क) पूर्ण सङ्ख्या</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ पूर्ण सङ्ख्याको परिचय ▪ भाज्यताको परीक्षण (2, 3, 5, 7 र 11) ▪ गुणनखण्ड र अपवर्त्यहरू ▪ १०० सम्मका सङ्ख्यामा वर्गसङ्ख्या र वर्गमूल ▪ तीन अङ्कसम्मका सङ्ख्याको रूढ गुणनखण्ड ▪ सङ्ख्याको महत्तम समापवर्तक (म.स.) र लघुत्तम समापवर्त्य (ल.स.) (दुईओटा सङ्ख्यामात्र) <p>(ख) पूर्णाङ्क</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ पूर्णाङ्कको अवधारणा <p>२.२. भिन्न, दशमलव र प्रतिशत</p> <p>(क) भिन्न</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ समतुल्य भिन्न ▪ असमान हर भएका भिन्नहरूको तुलना ▪ असमान हर भएका भिन्नहरूको जोड र घटाउ ▪ भिन्नको गुणन र भाग <p>(ख) दशमलव</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ दशमलवको शून्यान्त (तीन स्थानसम्म) <p>(ग) प्रतिशत</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ प्रतिशतसम्बन्धी समस्या (जम्मा सङ्ख्या, प्रतिशत र प्रतिशतको सङ्ख्यामध्ये कुनै दुईओटा दिइएमा) <p>२.४. नाफा र नोक्सान</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ नाफा नोक्सानको परिचय ▪ प्रतिशत सहितका नाफा र नोक्सानका समस्या <p>२.५. ऐकिक नियम</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ एकाइ वस्तुको मानका आधारमा धेरै वस्तुको मान र धेरै वस्तुको मानको आधारमा एकाइ वस्तुको मान

क्र.स.	विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
३.	क्षेत्रमिति	३.१. दुरी <ul style="list-style-type: none"> इन्च र सेन्टिमिटर, फुट र सेन्टिमिटर, इन्च र मिटर, फुट र मिटर, इन्च र फुट बिचको सम्बन्ध
		३.२. परिमिति, क्षेत्रफल र आयतन <ul style="list-style-type: none"> वर्गाकार र आयताकार सतहको परिमिति आयत र वर्गको क्षेत्रफल षड्मुख र घनको आयतन
४	बीजगणित	४.१. घाताङ्क <ul style="list-style-type: none"> घाताङ्कको अवधारणा घाताङ्कको सरलीकरण
		४.२. अभिव्यञ्जक <ul style="list-style-type: none"> तीन पदीय सम्मका दुईओटा बीजीय अभिव्यञ्जकको जोड र घटाउ दुईपदीय सम्मको अभिव्यञ्जकलाई एकपदीय बीजीय अभिव्यञ्जकले गुणन र भाग बीजीय अभिव्यञ्जकको मान
		४.३. समीकरण, असमानता र ग्राफ <ul style="list-style-type: none"> एक चलयुक्त रेखीय समीकरण ट्रिकोटोमी नियमका चिह्न ($<$, $>$, $=$)

क्र.स.	विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
५	ज्यामिति	५.१. रेखा र कोण <ul style="list-style-type: none"> ■ प्रतिच्छेदित र समानान्तर रेखा ■ लम्ब रेखा ■ समानान्तर र लम्बरेखाहरूको रचना ■ कोणको वर्गीकरण (न्यूनकोण, अधिक कोण, समकोण, सरल कोण र बृहत् कोण) ■ कम्पासको प्रयोगबाट कोणको अर्धक र रेखाखण्डका लम्बार्धकको रचना ■ कोणको रचना र नाप (कम्पासको प्रयोगद्वारा 30°, 45°, 60°, 90° र 120° का कोण)
		५.२. समतलीय आकृति <ul style="list-style-type: none"> ■ भुजा र कोणका आधारमा त्रिभुजको वर्गीकरण ■ पाइथागोरस साध्यअनुसार समकोण त्रिभुजका आधार, लम्ब र कर्णको सम्बन्ध स्थापित गर्न
		५.३. समरूपता तथा अनुरूपताअनुरूप र समरूप आकृति चिन्न र खोजी गर्न
		५.४. ठोस वस्तु <ul style="list-style-type: none"> ■ षड्मुख र घनका सतह, किनारा र कुनाको सम्बन्ध
		५.५. निर्देशाङ्क <ul style="list-style-type: none"> ■ अक्ष र निर्देशाङ्कको परिचय ■ चतुर्थांशमा बिन्दुहरू अङ्कन
		५.६. स्थानान्तरण <ul style="list-style-type: none"> ■ स्थानान्तरणको परिचय
		५.७. दिशा स्थिति <ul style="list-style-type: none"> ■ दिशा स्थितिको परिचय ■ नक्सामा दिशा पढ्न
६	तथ्याङ्कशास्त्र	६.१. तथ्याङ्कशास्त्र <ul style="list-style-type: none"> ■ बारम्बारता तालिका ■ ग्राफमा साधारण स्तम्भचित्र निर्माण ■ बहुस्तम्भ चित्रबाट सूचना लिन र दिन ■ रेखाचित्र (line graph) बाट जानकारी लिन र दिन

६. (ख) विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण (दोस्रो वर्ष)

क्र.स	विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
१	समूह	१.१. समूह <ul style="list-style-type: none"> ▪ सर्वव्यापक समूह र उपसमूह ▪ अलम्बिका र खण्डिका समूह ▪ उपयुक्त र अनुपयुक्त उपसमूह
२.	अङ्कगणित	२.१. वास्तविक सङ्ख्या (क) सङ्ख्या पद्धति <ul style="list-style-type: none"> ▪ दशमलव सङ्ख्या पद्धति, द्विआधार सङ्ख्या पद्धति र पञ्चआधार सङ्ख्या पद्धतिको एक आपसमा रूपान्तरण (ख) आनुपातिक र अनानुपातिक सङ्ख्या <ul style="list-style-type: none"> ▪ आनुपातिक र अनानुपातिक सङ्ख्याको परिचय ▪ आनुपातिक र अनानुपातिक सङ्ख्या छुट्याउन ▪ सङ्ख्याको वैज्ञानिक सङ्केत २.३. अनुपात र समानुपात <ul style="list-style-type: none"> ▪ अनुपात र समानुपातका समस्या २.४. नाफा र नोक्सान <ul style="list-style-type: none"> ▪ छुट प्रतिशत समावेश भएका नाफा र नोक्सानसम्बन्धी समस्या २.५. ऐकिक नियम <ul style="list-style-type: none"> ▪ प्रत्यक्ष विचरण र अप्रत्यक्ष विचरण (तीनओटासम्म चर समावेश भएका) २.६. साधारण व्याज <ul style="list-style-type: none"> ▪ साधारण व्याज
३	क्षेत्रमिति	३.१. क्षेत्रफल <ul style="list-style-type: none"> ▪ त्रिभुजको क्षेत्रफल (समकोणी, समद्विबाहु र समबाहु त्रिभुज समेतको क्षेत्रफल) ▪ समानान्तर, समलम्ब र समबाहु चतुर्भुजको क्षेत्रफल (सूत्र स्थापित र प्रयोग) ▪ वृत्तको क्षेत्रफल (सूत्र स्थापित र प्रयोग)

क्र.स	विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
४	बीजगणित	<p>४.१. घाताङ्क</p> <ul style="list-style-type: none"> घाताङ्कका नियम ($a^m \times a^n = a^{m+n}$, $a^m \div a^n = a^{m-n}$, $a^0 = 1$, $(ab)^m = a^m b^m$, $\left(\frac{a}{b}\right)^m = \frac{a^m}{b^m}$, $a^{-m} = \frac{1}{a^m}$) प्रयोग गरी सरलीकरण
		<p>४.२. अभिव्यञ्जक</p> <ul style="list-style-type: none"> खण्डीकरण <ul style="list-style-type: none"> साभा गुणनखण्ड लिएर पद एकत्रित गरेर $a^2 - b^2$ स्वरूपको पूर्ण वर्ग हुने $ax^2 + bx + c$ स्वरूपको खण्डीकरण बिधिबाट दुईओटा अभिव्यञ्जकसम्मको महत्तम समापवर्तक (Highest Common Factor) / लघुत्तम समापवत्यु (Lowest Common Multiple) बीजीय भिन्नको परिचय दुईओटा सम्म बीजीय भिन्नको सरलीकरण
		<p>४.३. समीकरण र ग्राफ</p> <ul style="list-style-type: none"> लेखाचित्र विधिबाट दुई चल्युक्त युगपतरेखीय समीकरणको हल खण्डीकरण विधिबाट वर्ग समीकरणको हल
५	ज्यामिति	<p>५.१. रेखा र कोण</p> <ul style="list-style-type: none"> दुईओटा सरल रेखाहरूलाई एउटा छेदकले काट्दा बन्ने कोण (एकान्तर कोण, सङ्गत कोण र क्रमागत भित्रीकोण) दुईओटा समानान्तर रेखालाई एउटा छेदकले काट्दा बन्ने कोण सम्बन्धको खोजी <ul style="list-style-type: none"> एकान्तर कोण क्रमागत भित्री कोण सङ्गत कोण

क्र.स	विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तुको विस्तृतीकरण
		<p>५.२ समतलीय आकृति</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ त्रिभुजका गुणको खोजी गरी परीक्षण - त्रिभुजका कोणको योगफल 180° हुन्छ । - समबाहु त्रिभुजका सबै कोण बराबर हुन्छन् । - समद्विबाहु त्रिभुजका आधारका कोण बराबर हुन्छन् । - समकोणी समद्विबाहु त्रिभुजका प्रत्येक आधार कोण 45° हुन्छन् । ▪ समबाहु चतुर्भुज, समलम्ब चतुर्भुज र चङ्गाका गुणको खोजी र परीक्षण ▪ दिइएको अवस्थामा वर्ग, आयत र समानान्तर चतुर्भुजको रचना गर्न (कम्पासको प्रयोगबाट) - आयत (आसन्न भुजा दिइएमा) - वर्ग (एउटा भुजा दिइएमा) - समानान्तर चतुर्भुज (आसन्न भुजा र तिनीहरू बिचको कोणको नाप दिइएमा, आसन्न भुजा र एउटा विकर्णको नाप दिइएमा, एउटा भुजा र एउटा विकर्णको नाप र तिनीहरू बिचको कोणको नाप दिइएमा) ▪ बहुभुजको परिचय र नियमित बहुभुजको भित्री तथा बाहिरी कोणको नाप र तिनीहरूको सम्बन्ध स्थापित
		<p>५.३ अनुरूपता र समरूपता</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ त्रिभुजहरू अनुरूप हुने अवस्थाको परीक्षण ▪ अनुरूप त्रिभुजसम्बन्धी समस्या ▪ समरूप आकृतिको चिनारी
		<p>५.४ ठोस वस्तु</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ त्रिभुजाकार प्रिज्म र पिरामिडबिचको सम्बन्ध (आधार, शीर्षबिन्दु, सतह आदिको आधारमा) सहित चिनारी ▪ घन, षड्मुखा, टेट्राहेड्रन, सोली र बेलनाका जाली
		<p>५.५. निर्देशाङ्क</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ पाइथागोरस साध्यको प्रयोग गरी दुई बिन्दु बिचको दुरी
		<p>५.७. स्थानान्तरण</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ लेखाचित्रमा X- अक्ष र Y- अक्षमा परावर्तन (त्रिभुज) ▪ X-axis (+) वा Y-axis (+) मा दायँ र माथि विस्थापन (बिन्दु र रेखा) ▪ उदगम बिन्दुको आधारमा धनात्मक र ऋणात्मक 90° मा परिक्रमण (बिन्दु, रेखा र त्रिभुज)
		<p>५.८. दिशा स्थिति र स्केल ड्रइङ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ दिशा स्थिति र स्केल ड्रइङको प्रयोग
६	तथ्याङ्कशास्त्र	<p>६.१. तथ्याङ्कशास्त्र</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ वृत्तचित्रको अध्ययन र तथ्याङ्कबाट वृत्तचित्र निर्माण मध्यक, मध्यिका र रित (वैयक्तिक श्रेणी)

५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

गणित दैनिक जीवनमा धेरै प्रयोग हुने विषय हो भने अन्य विषयको अध्ययनका लागि आधारभूत ज्ञान र सिप प्रदान गर्ने विधा पनि हो । त्यसैले गणित विषयको सिकाइ सहजीकरण गर्दा दैनिक व्यावहारिक प्रयोगसँग जोडेर गर्नुपर्छ । गणित विषयको सिकाइलाई किताबमा दिइएको समस्या समाधान वा हल गर्न सक्ने बनाएर मात्र पुग्दैन । सामान्यतया सिकाइ सहजीकरण गर्दा सिकारुलाई नै सिकाइमा सक्रिय राख्ने र उनीहरूलाई नै छलफल (discourse) मा सहभागी गराउनुपर्छ । सिकाइ सहजीकरण गर्दा सर्वप्रथम सिकारुलाई नै सम्बन्धित विषयमा सोच्न, तर्क गर्न, आफैँ समस्याको समाधान गर्न लगाउनुपर्छ । यसो गर्दा सिकारुको मस्तिष्क सक्रिय हुन्छ । गणितीय समस्याका कारण मस्तिष्कमा तनाव सिर्जना हुन्छ र सोही तनावका कारणले सहजकर्ताले गरेको व्याख्या, विश्लेषण र प्रस्तुतिलाई ग्रहण गर्न उत्प्रेरणा प्राप्त हुन्छ । सहजकर्ता मात्र सक्रिय भएर सिकाइ गराउँदा संज्ञानात्मक तहमा पनि सम्भना गर्ने पक्ष मात्र बलियो हुन्छ । सिकारुले उच्च तहका सिप विकास गर्ने अवसर पाइरहेको हुँदैन । सिकारुले सोच्ने, तर्क गर्ने, कारण दिने, विश्लेषण गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने, दैनिक जीवनमा आइपर्ने समस्या समाधान गर्ने, जस्ता सिप विकास हुने गरी सहजकर्ताले प्रश्नहरू सोध्ने, छलफल गराउने गर्नुपर्छ ।

तह ३ को गणित सिकाइका लागि ठोस, अर्धठोस र साङ्केतिक गरी तीन चरणको अवलम्बन गर्नुपर्छ । **ठोस चरण** : यस चरणमा सहजकर्ताले सिकारुलाई आफ्नो वरपरको वातावरणमा उपलब्ध वास्तविक वस्तुको अवलोकन र ती वस्तुमा गणितीय अवधारणालाई खोजी गर्ने कार्य गराउनुपर्छ । त्यसैले सहजीकरण गर्दा घर वा वरिपरिका वातावरणमा पाइने वास्तविक वस्तुको अवलोकन र प्रयोग गरेर सिकाइ सुरुवात गराउनु राम्रो हुन्छ । **अर्धठोस चरण** : यस चरणमा ठोस चरणमा अवलोकन र अनुभव गरिएका वस्तु, उदाहरण र अवधारणालाई चित्रको माध्यमबाट प्रस्तुति, छलफल र तुलना गर्ने गराउनुपर्छ । सहजकर्ताले चित्रहरूको माध्यमबाट विषयवस्तुलाई थप प्रस्ट पार्न उदाहरण र अभ्यासको नमुना प्रस्तुत गर्नुपर्छ । **साङ्केतिक चरण** : यस चरणमा अर्धठोस र ठोस चरणमा अवलोकन र अनुभव गरिएका क्रियाकलापका आधारमा छलफल गराई परिभाषा वा निष्कर्ष दिने, सूत्र पत्ता लगाउने, सूत्र प्रयोग गरी हिसाब गर्ने तरिका सिकाउनुपर्छ । तह ३ मा सहजकर्ताले प्रत्यक्ष कक्षामा सहजीकरण गर्दा विषयक्षेत्रअनुसार निम्नानुसारका क्रियाकलाप गराउन सकिन्छ :

५.१. समूह सिकाइ

समूह शिक्षण गर्दा व्यावहारिक उदाहरणबाट नै समूह निर्माण गर्न लगाउनुपर्छ । त्यसरी निर्मित समूहका सदस्यको गुणको आधारमा समूहको पहिचान, नामाकरण तथा समूहका कार्यसम्बन्धी अभ्यास गराउनुपर्छ ।

५.२. अङ्कगणित सिकाइ

गुणनबाट वर्ग र वर्गमूल तथा घन र घनमूलको धारणा दिने, गणितका आधारभूत क्रियाको माध्यमबाट प्राकृतिक सङ्ख्या, शून्य, पूर्णसङ्ख्या, पूर्णाङ्क, आनुपातिक र अनानुपातिक सङ्ख्याको धारणा विकास गराउनुपर्छ । अनानुपातिक सङ्ख्यालाई ज्यामितीय स्वरूपबाट समेत प्रस्तुति गराई स्पष्ट धारणा विकास गराउनुपर्छ । भिन्न, दशमलव र प्रतिशतको एक अर्कासँगको सम्बन्ध, रूपान्तरण र शुन्यान्त गराएर तीसम्बन्धी व्यावहारिक समस्याको समाधान सँगसँगै गराउनुपर्छ । दैनिक जीवनका व्यावहारिक उदाहरणहरूबाट नै नाफा, नोक्सान र साधारण व्याजका समस्या सामधान गर्न अभ्यास गराउनुपर्छ ।

५.३. ज्यामिति विषयक्षेत्रको सिकाइ

ज्यामिति सिकाइ गर्दा घर वरपर वा विद्यालय वातावरणमा भएका विभिन्न वस्तुको अवलोकनबाट, रुवात गर्नुपर्छ। जस्तै: कुना, किनारा, कोण, भुजा, क्षेत्रफल, आयतनको सिकाइका लागि ठोस, अर्धठोस र साङ्केतिक चरणबाट विषयवस्तुलाई निष्कर्षमा पुऱ्याउनुपर्छ। त्यसै गरी अनुरूप र समरूपका धारणालाई एकीकृत गरेर सिकाइ गर्नुपर्छ। ज्यामितीय आकृतिका रचना गर्दा प्रामाणिक नापजाँचका लागि ज्यामिति बाकसका साधनको प्रयोग गर्नुपर्छ। समग्रमा ज्यामिति सिकाइ गर्दा परियोजना कार्य गर्न लगाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउने, सूची बनाउन लगाउने जस्ता विधि अपनाउनुपर्छ। सामान्यतया, ज्यामिति सिकाइमा कागज काट्ने, पट्याउने, ठोस नमुनाहरूका माध्यमबाट विषयवस्तुको धारणा दिनुपर्छ।

५.४. क्षेत्रमिति सिकाइ

क्षेत्रमितिको सिकाइ गर्दा व्यावहारिक उदाहरणको उठानबाट कोठा वा घर वरपर पाइने वस्तुको नापको तुलना गराई unstandardized comparison गराउने र त्यसको पछि standardized comparison गराउनुपर्छ। क्षेत्रफल, आयतन, दुरी, परिमिति समय आदि शिक्षण गर्दा विषयवस्तुलाई वास्तविक जीवनसँग जोडेर सहजीकरण गर्नुपर्ने हुन्छ।

५.५. तथ्याङ्कशास्त्र सिकाइ

तथ्याङ्कशास्त्र सिकाइ गर्दा धरायसी कारोवार, दैनिक रूपमा किराना पसलमा गरिने बिक्री र किनमेल आदिको सूचनालाई तालिकीकरण गरी सिकारुलाई चार्ट, ग्राफ, मध्यक, मध्यकासम्बन्धी ज्ञान र सिप विकास गराउन सकिन्छ। बारग्राफ र तालिका निर्माणका लागि व्यावहारिक क्रियाकलापलाई परियोजना कार्य, समूह कार्य, व्यक्तिगत कार्य गराई प्रयोगात्मक रूपमा सिकाइ सहजीकरण गर्नुपर्छ।

५.६. बीजगणित सिकाइ

बीजगणित अङ्कगणितको सामान्यीकरण हो। त्यसैले बीजगणितको सिकाइ सहजीकरण गर्दा अङ्कगणितका उदाहरणलाई साङ्केतीकरण गरी बीजगणितका धारणामा स्थानान्तरण गरेर सिकाइ गराउनुपर्छ। यसका लागि कागजका पत्ती, ग्राफ पेपर, तराजुआदिको प्रयोग गरेर प्रयोगात्मक सिकाइ गर्ने वातावरण प्रदान गर्नुपर्छ। साथै वर्गस्वरूपमा अभिव्यञ्जकका नमुना अवलोकन र प्रयोग गराई खण्डीकरण र वर्गस्वरूपका सूत्रहरूको अवधारणा र समस्यासमाधानका कार्य गराउनुपर्छ।

यस पाठ्यक्रमले सिकारुमा गणितीय विषयवस्तुको धारणा विकास गरी गणितीय सिपका साथै व्यवहारकुशल सिप विकासका लागि सहयोगात्मक, रचनात्मक, अन्वेषणात्मकलगायतका विधिहरूको माध्यमद्वारा सरलबाट जटिल तथा मूर्तबाट अमूर्तको क्रममा प्रस्तुत गर्दै क्रियाकलापमुखी सिकाइ सञ्चालनमा जोड दिन्छ। तह ३ मा क्रियाकलापमुखी सिकाइ क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि प्रयोग गर्न सकिने केही विधि र प्रक्रिया उदाहरणका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। सहजकर्ताले यी र अन्य क्रियाकलापमुखी र सिकारुकेन्द्रित सिकाइ विधि तथा

प्रक्रिया छनोट गरी सिकाइ गराउनुपर्छ । साथै व्यावहारिक दैनिक जीवनका समस्या र गणितको प्रत्यक्ष प्रयोग भएका/गरिएका अवस्थाबाट सूत्र स्थापित गरेर सिकाइ गराउन आवश्यक हुन्छ । यहाँ केही विशिष्ट सहजीकरण विधि तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ :

क्र. सं.	विधि	विधि प्रक्रिया	गणितमा प्रयोग हुने सम्भावित विषयवस्तु
१.	आगमन विधि	<ul style="list-style-type: none"> सूचनाहरूको सङ्कलन, अवलोकन र निष्कर्ष अनुमान, विश्लेषण, पुष्टि र निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> बीजगणित अन्तर्गतका पाठ सिकाइ गर्न क्षेत्रफल, परिमिति र आयतनसम्बन्धी सूत्र पत्ता लगाउन मध्यक, मध्यिकाका सूत्र पत्ता लगाउन
२.	निगमन विधि	<ul style="list-style-type: none"> समस्याको प्रस्तुति आवश्यक सूत्रको पहिचान र प्रयोग व्याख्या, विश्लेषण र निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> बीजगणित अन्तर्गतका पाठ सिकाइ गर्न क्षेत्रमिति अन्तर्गत क्षेत्रफल, परिमिति र आयतनसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न अङ्कगणित अन्तर्गतका समस्या समाधान गर्न
३.	समस्या समाधान विधि	<ul style="list-style-type: none"> समस्यालाई बुझ्ने योजना निर्माण योजना कार्यान्वयन अधिल्ला कार्यको पुनरवलोकन गर्ने र परिणामलाई जाँच्ने 	<ul style="list-style-type: none"> दैनिक जीवनका सामान्य समस्या पहिचान गरेर गणितीय ज्ञान र सिपको प्रयोग गरी समाधान गर्न अङ्कगणितीय समस्या समाधान, तथ्याङ्कशास्त्र सिकाइ गर्न
४.	अन्वेषण तथा खोज	<ul style="list-style-type: none"> समस्या वा प्रश्नको प्रस्तुति खोज कार्यको लागि आवश्यक साधन तथा तरिकाका बारेमा छलफल सिकारुद्वारा खोज कार्य सञ्चालन निष्कर्ष र प्रस्तुति पृष्ठपोषण 	<ul style="list-style-type: none"> कुनै पनि गणितीय विषयवस्तुलाई खोजी गर्नुपर्ने खालका प्रश्न दिएर सिकारुलाई खोजी गर्न लगाई आवश्यक ज्ञान निर्माण । जस्तै : ठोस वस्तुका समतलीय सतह, त्रिभुजका तथा चतुर्भुजका गुणको खोजी गर्न
५.	परियोजना विधि	<ul style="list-style-type: none"> समस्याको प्रस्तुति योजना निर्माण योजनाको कार्यान्वयन रेकर्ड राख्ने कार्य विश्लेषण र निष्कर्ष प्रस्तुति 	<ul style="list-style-type: none"> गणितका सबै सिकाइ क्षेत्रमा यसको प्रयोग गर्न सकिने
६.	प्रयोगात्मक विधि	<ul style="list-style-type: none"> समस्याको प्रस्तुति समाधानको तयारी सामग्री सङ्कलन र प्रयोग व्याख्या, विश्लेषण, पुष्टि 	<ul style="list-style-type: none"> कुनै पनि गणितीय धारणा विकास गराउन । जस्तै : ज्यामितीय तथ्यहरूको परीक्षण गर्न

क्र. सं.	विधि	विधि प्रक्रिया	गणितमा प्रयोग हुने सम्भावित विषयवस्तु
७.	नमुना चित्रण विधि (Model drawing method)	<ul style="list-style-type: none"> समस्यालाई बुझ्ने समस्यालाई चित्रात्मक रूपमा प्रस्तुत चित्रको माध्यमबाट समस्या समाधान 	<ul style="list-style-type: none"> अङ्कगणित तथा बीजगणितका शाब्दिक समस्या समाधान गर्न
८.	प्रयोगशाला विधि	<ul style="list-style-type: none"> समस्याको पहिचान प्रयोगशालामा सहजकर्ताको सहयोगमा वा सिकारु आँफैले सामग्रीको प्रयोग गरी समस्याको समाधान 	<ul style="list-style-type: none"> क्षेत्रमिति अन्तर्गतका क्षेत्रफल र आयतनसम्बन्धी सूत्र स्थापित गरी समस्या समाधान गर्न ज्यामितीय तथ्यहरू प्रयोगात्मक तरिकाले पुष्टि गर्न
९.	संरचित समस्या समाधान विधि (Structured problem solving method)	<ul style="list-style-type: none"> समस्याको प्रस्तुति व्यक्तिगत, जोडी र समूहमा समाधान प्रस्तुतीकरण र छलफल सारांश र निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> सबै पाठ सिकाइ गर्न
१०.	खेल विधि	<ul style="list-style-type: none"> विषयवस्तुलाई खेलका माध्यमबाट प्रस्तुत गरी अभ्यास 	<ul style="list-style-type: none"> विभिन्न खेलको माध्यमबाट गणितीय धारणासँग परिचित गराउन। जस्तै : बीजगणितमा मान पत्ता लगाउने बिङ्गो आदि
११.	भूमिका निर्वाह विधि	<ul style="list-style-type: none"> समस्याको प्रस्तुति समस्याअनुसार सिकारुलाई विभिन्न भूमिका प्रदान सिकारुलाई अभिनय गर्न लगाउने निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> समूह, अङ्कगणितअन्तर्गतका पाठ सिकाइ गर्न
१२.	रचनात्मक सिकाइ विधि (constructive learning method)	<ul style="list-style-type: none"> मष्तिस्क मन्थन (Brain storming) पाठसम्बन्धी पूर्वज्ञानको पहिचान अन्तरक्रियात्मक कार्य (वैयक्तिक चिन्तन, समूह कार्य, प्रश्नोत्तर) आवश्यकताअनुसार सहयोग प्रदान विचार आदान प्रदान निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> त्रिभुज तथा चतुर्भुजका गुणको खोजी तथा प्रमाणित गर्न ठोस वस्तुका विशेषता तथा सम्बन्धको शिक्षण गर्न बीजीय धारणा विकास गर्न प्रत्येक पाठको पुनरवलोकन गर्न क्षेत्रफल तथा आयतनसम्बन्धी धारणा निर्माण गर्न अङ्कगणितका विषयवस्तु सिकाइ गर्न आदि
१३.	सहयोगात्मक सिकाइका विधि	<ul style="list-style-type: none"> समूह निर्माण समस्याको प्रस्तुति समूहमा छलफल, विश्लेषण र निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> गणितका सबै सिकाइ क्षेत्रमा यसको प्रयोग गर्न सकिने

क्र. सं.	विधि	विधि प्रक्रिया	गणितमा प्रयोग हुने सम्भावित विषयवस्तु
१४.	क्षेत्र भ्रमण	<ul style="list-style-type: none"> सम्बन्धित स्थलमा गई तथ्यहरूको सङ्कलन, विश्लेषण र निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> साधारण व्याज, नाफा र नोक्सान आदिको धारणा सिकाइ गर्न
१५.	प्रदर्शन विधि	<ul style="list-style-type: none"> सामग्री सङ्कलन वा निर्माण चरणबद्ध रूपमा सामग्री प्रदर्शन अनुमान, छलफल, विश्लेषण र निष्कर्ष 	<ul style="list-style-type: none"> ज्यामितीय तथ्यहरू प्रमाणित गर्न रचना शिक्षण गर्न अङ्कगणित, बीजगणितका अवधारणा सिकाइ गर्न आदि
१६.	प्रश्नोत्तर विधि	<ul style="list-style-type: none"> सहजकर्ता-सिकारु, सिकारु-सहजकर्ता, सिकारु-सिकारु बिचमा प्रश्न र उत्तर गर्न सकिन्छ। जस्तै: “यदि यस्तो भए ...” जस्ता अवस्थाजन्य प्रश्न गर्न सकिन्छ। APPLE Technique अपनाउन सकिन्छ : A: Ask question in whole class P: Pause for a while P: Pick a student L: Listen answer carefully E: Evaluate 	<ul style="list-style-type: none"> सिकारुमा कुनै पनि गणितीय धारणाको विकास गर्नका लागि पूर्वज्ञान पहिचान तथा सिकाइको मूल्याङ्कन गर्न

६. प्रयोगात्मक/परियोजना कार्यका लागि सम्भावित क्रियाकलाप

पहिलो वर्ष

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक/परियोजना कार्य
१.	समूह	१. तपाईंको घरमा भएका सामानको सूची बनाउनुहोस्। समान गुणको आधारमा तिनीहरूको समूह निर्माण गरी प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।
२.	अङ्कगणित	<p>१. नजिकैको एउटा पसलमा जानुहोस् र पसलेसँग केहि सामानको नाम, त्यसको क्रय मूल्य, विक्रय मूल्य टिपोट गर्नुहोस्। ती सामान बेच्दा हुने नाफा रकम, नोक्सान रकम पत्ता लगाई प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।</p> <p>२. नजिकैको एउटा पसलमा जानुहोस् र पसलेसँग सोधेर फरक फरक पाँचओटा वस्तुको एकाइ मूल्यको टिपोट गर्नुहोस्। ती मूल्यको आधारमा आठ आठओटा वस्तुको मूल्य कति पर्ला पत्ता लगाई प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।</p> <p>३. तपाईंको समुदायमा भएका दस परिवारका सदस्यको नाम, उमेर र लिङ्ग टिपोट गरी तलका प्रश्नको उत्तर खोजी गर्नुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :</p> <p>(क) पुरुष कति प्रतिशत रहेछन् ? (ख) महिला कति प्रतिशत रहेछन् ? (ग) जेष्ठ नागरिक कति प्रतिशत रहेछन् ?</p>

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक/परियोजना कार्य												
३.	क्षेत्रमिति	१. तपाईंको घरमा भएको कुनै एउटा कोठाको लम्बाइ, चौडाइ र उचाइ मेजरिङ टेपले नाप्नुहोस् र कापीमा टिपोट गर्नुहोस् । त्यसपछि सो कोठाको परिमिति, क्षेत्रफल र आयतन पत्ता लगाइ प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।												
		<table border="1"> <thead> <tr> <th>लम्बाइ</th> <th>चौडाइ</th> <th>उचाइ</th> <th>परिमिति</th> <th>क्षेत्रफल</th> <th>आयतन</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	लम्बाइ	चौडाइ	उचाइ	परिमिति	क्षेत्रफल	आयतन						
लम्बाइ	चौडाइ	उचाइ	परिमिति	क्षेत्रफल	आयतन									
४.	तथ्याङ्कशास्त्र	१. तपाईंका समुदायमा भएका १० ओटा परिवारका सदस्यको उमेर सोधी मिलान चिह्नको प्रयोगबाट टिपोट गर्नुहोस् । यसलाई बारम्बारता तालिकामा प्रस्तुत गर्नुहोस् । स्तम्भचित्र बनाई प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।												

दोस्रो वर्ष

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक/परियोजना कार्य
१.	समूह	१. आफू र साथीलाई मन पर्ने फलफूलको नाम टिपोट गर्नुहोस् । त्यसको आधारमा दुई फरक समूह बनाउनुहोस् । त्यसलाई कार्डबोर्ड पेपरमा भेनचित्र बनाई अलगिएका वा खटिएका कस्तो समूह बन्यो प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
२.	अङ्कगणित	१. आफ्नो नजिकैको वित्तीय संस्था वा बैंकमा जानुहोस् वा इन्टरनेटबाट खोजी गरी फरक फरक खाताको व्याजदरको जानकारी लिनुहोस् । कुन खातामा रकम जम्मा गर्दा वार्षिक रूपमा बढी व्याज पाइदो रहेछ ? पत्ता लगाउनुहोस् र प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
३.	क्षेत्रमिति	१. तपाईंको सिकाइ केन्द्र वरपर भएका त्रिभुजाकार र चतुर्भुजाकार आधार भएका वस्तुको सतहको आधार, उचाइ नापी त्यसको क्षेत्रफल निकाल्नुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
४.	तथ्याङ्कशास्त्र	१. तपाईंको घरमा मासिक रूपमा खाना, लत्ताकपडा, शिक्षा, स्वास्थ्य र विविध शीर्षकमा कति कति खर्च हुन्छ ? अभिभावकसँग सोधी वृत्तचित्रमा देखाउनुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

७. सिकारु मूल्याङ्कन

गणित विषयमा पनि अरू विषयको सिकारुको मूल्याङ्कन प्रक्रिया अवलम्बन गर्नुपर्छ । मूल्याङ्कनका साधन पनि प्रत्यक्ष कक्षाकार्य, गृहकार्य, परियोजना कार्य, प्रयोगात्मक कार्य, सिर्जनात्मक कार्य, सिकाइमा सहभागिता र सक्रियता, लिखित तथा मौखिक प्रश्नोत्तर, आत्ममूल्याङ्कन, हाजिरीजवाफ, उपलब्धि परीक्षा, सहपाठी मूल्याङ्कन, अभिभावक सम्पर्क, पोर्टफोलियो, अध्ययन भ्रमण, विद्युतीय सञ्चार माध्यममा प्राप्त सान्दर्भिक सामग्रीको खोजी र प्रस्तुति आदि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका लागि पहिलो वर्षमा निर्माणात्मक मूल्याङ्कनमा बढी जोड दिनुपर्छ भने दोस्रो वर्षमा दुवै प्रकारका मूल्याङ्कनमा जोड दिनुपर्छ । निर्माणात्मक मूल्याङ्कनमा प्रयोग गरिने साधनबाट प्राप्त सूचनालाई अभिलेखीकरण गर्नुपर्छ । यस तहमा आन्तरिक र बाह्य मूल्याङ्कनको भार ५०-५० प्रतिशत रहेको छ ।

(क) आन्तरिक मूल्याङ्कन : आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई अभिलेखीकरण गरी प्रत्येक सिकारुको कार्यसञ्चयिका व्यवस्थित गरी राख्नुपर्छ । यस्तो अभिलेखका आधारमा निम्नलिखित पक्षमा तोकिएअनुसारको भारको अङ्क आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा समावेश गरिने छ ।

क्र.सं.	मूल्याङ्कनका क्षेत्र	भार
१.	सहभागिता: सम्पर्क कक्षमा उपस्थित र कक्षा कार्यमा सहभागिता	४
२.	परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य	१६
३.	मुख्य सिकाइ उपलब्धिमा सिकारुको सिकाइ स्तर	२०
४.	तोकिएका आवधिक रत्रैमासिक परीक्षा	१०

उल्लिखित तालिकाका नं. १ देखि ३ सम्मका क्षेत्रगत क्रियाकलाप नियमित सिकाइ सहजीकरणकै क्रममा गराउनुपर्छ । तह ३ का सिकारुले कम्तीमा दुइटा आवधिक परीक्षा दिएपछि मात्र सिकारुको अन्तिम मूल्याङ्कन गरिने छ । उल्लिखित आन्तरिक मूल्याङ्कनमा सिकारुलाई अङ्क प्रदान गर्ने आधार निम्नानुसार छन् :

स्तर	आधार	अङ्क
अतिउत्तम	सम्बन्धित पक्ष/क्षेत्रमा सक्षमता हाँसिल भएको वा सोभन्दा पनि राम्रो गरेमा	४
राम्रो	सम्बन्धित पक्ष/क्षेत्रमा अपेक्षित सक्षमता प्रदर्शन गरेमा	३
सामान्य	सम्बन्धित पक्षमा क्षेत्रमा सुधारको आवश्यक केही मात्रामा भएमा	२
कमजोर	सम्बन्धित पक्षमा क्षेत्रमा धेरै सुधार आवश्यक भएमा	१

यसरी प्राप्त अङ्कलाई जोडेर पूर्णाङ्कमा परिवर्तन गरी सिकारुलाई अङ्क प्रदान गर्न सकिनेछ ।

(ख) आवधिक मूल्याङ्कन

निर्णयात्मक मूल्याङ्कनमा अन्तिम परीक्षाको भार ५० प्रतिशत हुने छ । प्रत्येक परीक्षामा प्रश्न सोध्दा शैक्षिक सत्रको सुरुदेखि पढाइ भएका सबै पाठबाट समेटिएको हुनुपर्ने छ । यस विषयको परीक्षामा विशेष गरेर ज्ञान र बोध, प्रयोग र उच्च दक्षतामा आधारित हुने छन् । पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्यअनुरूप सिकारुले ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति प्राप्त गरे नगरेको मूल्याङ्कन गरी त्यसको आधारमा प्रमाणीकरण गरिन्छ । अन्तिम परीक्षाको प्रश्नपत्र पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तय गरेको विशिष्टीकरण तालिकालाई आधार मानी निर्माण गरिनुपर्छ ।

विज्ञान तथा प्रविधि

१. परिचय

विज्ञानले प्रकृति र ब्रह्माण्डका बारेमा व्यवस्थित अध्ययन र खोजी गर्नुका साथै प्रविधियुक्त विकासलाई अघि बढाउन मदत गर्छ। हाम्रो जीवनका हरेक क्रियाकलापलाई विज्ञानले निर्देशित गरेको हुन्छ। विज्ञान र आविष्कारका माध्यमबाट मानव जीवनलाई सहज बनाउने नवीनतम वस्तु तथा सेवाको उत्पादनमा प्रयोग गरिने विधि र प्रक्रियाको सङ्कलन प्रविधि हो। संसारमा भइरहेको अकल्पनीय विकास विज्ञान र प्रविधिको कारणबाट सम्भव भएको हो। परिवर्तित संसारमा आफूलाई अनुकूल बनाउन, प्राप्त स्रोत र साधनको सही रूपमा उपयोग गर्न, विज्ञान र प्रविधिको विकासले सिर्जना गरेका अवसरलाई आत्मसात् गर्न र वातावरण परिवर्तनप्रति सचेत हुन वैज्ञानिक सुझावको जरूरत पर्छ। वैज्ञानिक आचरणको विकास गर्नका लागि बालबालिकाको वैज्ञानिक विधिबाट समस्या समाधान गर्ने सिप र प्रक्रियागत सिप विकास गर्न आवश्यक हुन्छ।

आधारभूत तहको पाठ्यक्रम (कक्षा ६ देखि ८ सम्म) सूचना र प्रविधिसम्बन्धी साक्षरता विकास, प्राकृतिक वातावरणको संरक्षण र सदुपयोग गर्ने उपाय खोजी गर्ने बानीको विकास तथा जीवन र वातावरणबिचको अन्तरसम्बन्ध बोध गराउने उद्देश्यले यस विषयमा वैज्ञानिक सिकाइ, सूचना तथा सञ्चार प्रविधि, जीवहरू र तिनीहरूको बनोट, जैविक विविधता र वातावरण, जीवहरूको जीवन प्रक्रिया, बल र चाल, दैनिक जीवनमा शक्ति, विद्युत् र चुम्बक, पदार्थ, दैनिक प्रयोगका पदार्थ र पृथ्वी तथा अन्तरिक्ष गरी ११ ओटा विषयक्षेत्र समावेश गरिएका छन्। यिनै विषयक्षेत्रलाई संश्लेषण तथा सङ्कुचन गर्ने मूल मर्मलाई आत्मसाथ गर्दै तैम्नो तहको यो पाठ्यक्रम तयार गरिएको हो।

यस पाठ्यक्रमले प्रयोगात्मक तथा परियोजनामा आधारित सिकाइका माध्यमबाट बालबालिकामा प्रत्यक्ष सिकाइ अनुभव गराउने क्रियाकलापमा जोड दिएको छ। सिकारुकेन्द्रित सिकाइ क्रियाकलापका माध्यमबाट अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि हासिल गराउने र ती उपलब्धि हासिल भए नभएको सुनिश्चित गर्न निर्माणात्मक र निर्णयात्मक मूल्याङ्कनका साधनको प्रभावकारी प्रयोग गर्ने पक्षमा समेत यस पाठ्यक्रमले जोड दिएको छ। यसका साथै विज्ञान र प्रविधिबिच एकआपसमा अन्योन्याश्रित सम्बन्ध भएकाले सूचना तथा सञ्चार प्रविधिलाई माध्यम र विषयवस्तुका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ।

२. तहगत सक्षमता

आधारभूत तह ३ को दुई वर्ष अध्ययनपश्चात् सिकारुमा विज्ञान तथा प्रविधि विषयमा निम्नलिखित सक्षमता हासिल हुने छन् :

१. वैज्ञानिक सिकाइ प्रक्रियाको बोध तथा विज्ञानका प्रक्रियागत सिपको प्रयोग
२. सूचना र विचारको आदानप्रदान, विश्लेषण तथा सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोग
३. जैविक विविधता र वातावरणबिचको अन्तरसम्बन्धको बुझाइ प्रदर्शन तथा संरक्षणको प्रयास

४. जीवहरू र जीवन प्रक्रियाको जानकारी तथा महत्त्व बोध
५. दैनिक जीवनमा बल र उपकरणको प्रयोगसम्बन्धी आधारभूत पक्षको पहिचान र प्रयोग
६. दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने शक्तिका विभिन्न रूपका विशेषताको आधारभूत ज्ञान, तिनीहरूको उचित प्रयोग र संरक्षणप्रति तत्परता
७. पदार्थका गुणका सम्बन्धमा जानकार भई दैनिक जीवनमा उपयोग
८. दैनिक जीवनमा प्रयोग गरिने पदार्थको पहिचान र समुचित प्रयोग
९. पृथ्वी र अन्तरिक्षसम्बन्धी आधारभूत जानकारी र बुझाइको प्रदर्शन

३. तहगत सिकाइ उपलब्धि

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	कार्यघण्टा
१	वैज्ञानिक सिकाइ	<ul style="list-style-type: none"> ● वैज्ञानिक सिकाइ प्रक्रियाको परिचय दिन ● एसआई एकाइको प्रयोग र महत्त्व बताउन ● नापका ठुला तथा साना एकाइ (गलप्तक बलम कगद गलप्तक) बताउन तथा प्रयोग गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> ● निश्चित विधि प्रयोग गरी प्रयोगशाला भित्र वा बाहिर सरल अनुसन्धान/सर्वेक्षण र प्रयोगात्मक क्रियाकलाप गर्न र सोको प्रतिवेदन तयार गर्न ● विज्ञानका प्रयोगात्मक कार्य गर्दा अपनाउनुपर्ने सावधानी अवलम्बन गर्न 	१० (३+७)
२	सूचना तथा सञ्चार प्रविधि	<ul style="list-style-type: none"> ● सूचना तथा सञ्चार प्रविधिका साधनको परिचय र उदाहरण दिन ● मोवाइल, कम्प्युटर, इन्टरनेट, इमेल र ब्राउजरको परिचय र सामान्य प्रयोग वर्ड प्रोसेसर, स्प्रेड सिट र प्रिजेन्टेसन सफ्टवेयरको सामान्य प्रयोग गर्न ● कम्प्युटर भाइरस र सुरक्षाका उपाय बताउन 	<ul style="list-style-type: none"> ● आइसिीका साधन, सर्चइन्जिन, वेबसाइट, सोसल नेटवर्क साइट र आइपिएसको परिचय र प्रयोग ● साइबर अपराध, कम्प्युटर आचार संहिता, साइबर कानून, इन्टरनेटको सुरक्षा, रोबोटिक्स, भर्चुअल वास्तविकता, आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स र क्लाउड कम्प्युटिङको परिचय र सामान्य प्रयोग 	३० (८+२२)

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	कार्यघण्टा
३	जीवहरू र तिनीहरूको बनोट	<ul style="list-style-type: none"> खानाको आधारमा जनावरहरूको वर्गीकरण गर्न ढाड भएका र नभएका जनावरको वर्गीकरण गरी हरेक समूहको सामान्य लक्षण बताउन बिरुवाका विभिन्न भागको पहिचान, बनोट र कार्यहरू बताउन जनावर र बिरुवाका विशेष अनुकूलताका लक्षण तथा अनुकूलनका अङ्ग पहिचान र वर्णन गर्न फूल फूलने र फूल नफूलने बिरुवाबिच समानता र भिन्नता छुट्टयाउन 	<ul style="list-style-type: none"> जनावर कोष र बिरुवाकोषको अवयवका कार्य वर्णन गर्न जनावर र वनस्पतिकोषको तुलना गर्न मानव शरीरमा कोष, तन्तु र अङ्गको अन्तर सम्बन्ध व्याख्या गर्न 	१५ (४+११)
४	जैविक विविधता र वातावरण	<ul style="list-style-type: none"> वातावरण, वातावरण मैत्री व्यवहार, पारिस्थितिक प्रणालीको वर्णन गर्न प्राकृतिक स्रोतको परिचय, महत्त्व, विनासका कारण र असर बताउन जलस्रोत, जलाधार र सिमसारको परिचय र महत्त्व बताउन ठोस फोहोरमैलाका व्यवस्थापन गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> जैविक विविधताको परिचय वर्तमान स्थिति, महत्त्व, जैविक विविधता ह्रास हुनका कारण र संरक्षणका उपाय बताउन दिगो विकासको अवधारणा, महत्त्व तथा दिगो विकासका सन्दर्भमा नेपालका प्रयास बताउन 	१५ (४+११)
५	जीवन प्रक्रिया	<ul style="list-style-type: none"> जीवहरूको पोषण प्रक्रिया र मानव शरीरमा पाचन र प्रकास संश्लेषण प्रक्रिया व्याख्या गर्न, बिरुवा र जनावरमा हुने परिवहन, निष्कासन र श्वास प्रश्वासको साधारण व्याख्या गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> मैथुनिक र अमैथुनिक प्रजननक, अमैथुनिक प्रजननका प्रकार उदाहरणसहित वर्णन गर्न बिउका भाग, बिउका प्रकार, प्रसार र अङ्कुरण प्रक्रिया व्याख्या गर्न 	१० (३+७)
६	बल र चाल	<ul style="list-style-type: none"> सिधारेखीय र बक्ररेखीय चाल, दुरी, स्थानान्तरण, वेग र गतिको परिचय दिन बल र गुरुत्वबलको परिचय, मापन, असर, बल स्थानान्तरणका तरिका बताउन र पिण्डअनुसार तौल हिसाब गर्न घर्षणको परिचय, महत्त्व, घर्षणका बेफाइदा, घर्षण घटाउने तरिका बताउन सरल यन्त्रको परिचय, प्रकार र दैनिक जीवनमा प्रयोग उदाहरणसहित बताउन 	<ul style="list-style-type: none"> सापेक्षिक गति, औसत गति र प्रवेगको परिचय दिइ यो सँग सम्बन्धित गणितीय समस्या समाधान गर्न उत्तोलकको परिचय, कार्य सिद्धान्त, यान्त्रिक फाइदा, गतिअनुपात र सम्बन्धित गणितीय समस्या समाधान गर्न चाप, वायुमण्डलीय चाप र तरल पदार्थको चापको परिचय दिन र गणितीय समस्या समाधान गर्न 	१० (३+७)

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	कार्यघण्टा
७	दैनिक जीवनमा शक्ति	<ul style="list-style-type: none"> कार्य, शक्ति र सामर्थ्यको परिचय र यो सँग सम्बन्धित गणितीय समस्या समाधान गर्न शक्ति, शक्तिका प्रकार, शक्तिको रूपान्तरणको व्याख्या गर्न ऊर्जाका स्रोतको वर्गीकरण र संरक्षणका उपाय बताउन ताप र तापक्रमको परिचय दिन र तापक्रमका एकाइको रूपान्तरण गर्न तापको शोषणमा प्रभाव पार्ने तत्वहरू र दैनिक जीवनमा उपयोग बताउन थर्मोमिटरको परिचय, प्रकार, तापक्रम बढ्ने र घट्ने अवस्था बताउन तरङ्गका प्रकार, तरङ्ग लम्बाइ, एम्लिच्युड, आवृत्ति र वेगको सामान्य परिचय दिन छायाको अवधारणा बताउन र सनडायलको निर्माण गर्न प्रकाश परावर्तनको परिभाषा र परावर्तनका नियम लेख्न ध्वनिशक्तिको परिभाषा र विभिन्न माध्यममा ध्वनिको प्रसारण बताउन 	<ul style="list-style-type: none"> तापको प्रसारणका विधिहरू सञ्चालन, संवाहन र विकरणको परिचय र उपयोगिता बताउन थर्मसको बनावट र कार्यको व्याख्या गर्न हरित गृहको परिचय र उपयोगिता बताउन गोलाकार ऐनाको परिचय दिन कन्भेक्स र कन्केभ ऐनाबाट हुने परावर्तनको रेखा चित्र बनाउन ध्वनिको तरङ्ग लम्बाइ, आवृत्ति र वेगको सम्बन्ध प्रयोग गरी सरल गणितीय समस्या हल गर्न सुन्न सकिने र नसकिने ध्वनिको परिचय, ध्वनिको तीव्रता, ध्वनि प्रदूषणका कारण, असर र न्यूनीकरणका उपाय बताउन 	२० (५+१५)
८	विद्युत् र चुम्बक	-	<ul style="list-style-type: none"> धारा, विद्युत्, स्थिर विद्युत्, विद्युत् परिपथ, विद्युत्का स्रोत, फ्युज र एमसिबिको सामान्य परिचय दिन सेलको समूहीकरणका प्रकार र समूहीकरणको उपयोगिता बताउन 	१५ (४+११)
९	पदार्थ	<ul style="list-style-type: none"> घोल र मिश्रणको परिचय र मिश्रण छुट्टयाउने तरिका व्याख्या गर्न तत्त्व, यौगिक, परमाणु, उपपारमाणविक कण, अणु परिचय दिन पारमाणविक सङ्ख्या २० सम्मका तत्त्वका परमाणुको नाम, सङ्केत र उपपारमाणविक कणहरूको सङ्ख्या वर्णन गर्न भौतिक र रासायनिक परिवर्तनको उदाहरणसहित परिभाषा बताउन 	<ul style="list-style-type: none"> पारमाणविक सङ्ख्या २० सम्मका तत्त्वको पारमाणविक संरचना कोर्न, संयुज्यता र पेरियोडिक तालिकामा स्थान बताउन आधुनिक पेरियोडिक नियम र आधुनिक पेरियोडिक तालिकाको विशेषता बताउन सामान्य अणुहरूको आणविक सूत्र लेख्न र तत्त्वको आणविक र भारको हिसाब निकाल्न 	१५ (४+११)

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	कार्यघण्टा
१०	दैनिक प्रयोगका पदार्थ	<ul style="list-style-type: none"> धातु र अधातुको परिचय, एलुमिनियम, जस्ता, चाँदी, फ्लाम, तामा, सुनका, सल्फर र आयोडिनका भौतिक गुण र उपयोगिता उल्लेख गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> अम्ल, क्षार र लवणको गुण र उपयोगिता बताउन नरम र कडापानीको परिचय, कडापनका कारण, पानीको कडापनका फाइदा र बेफाइदा तथा कडा पन हटाउने तरिका वर्णन गर्न मिश्रित धातुको परिचय दिई स्टिल, पित्तल र काँसका अवयव तथा उपयोगिता उल्लेख गर्न 	१० (३+७)
११	पृथ्वी र अन्तरिक्ष	<ul style="list-style-type: none"> माटाको र माटोको प्रोफाइलको परिचय दिई माटो बन्ने प्रक्रिया र संरक्षणका उपाय वर्णन गर्न माटो प्रदूषणका कारण, असर र रोकथामका उपाय बताउन पृथ्वीको भित्री बनोटको वर्णन गर्न चट्टानको परिभाषा, प्रकार र उपोगिता उदाहरणसहित बताउन सौर्यमण्डल, ग्रह र उपग्रहको परिचय दिन पृथ्वीको परिभ्रमण र परिक्रमणको वर्णन गर्न ग्रहणको परिभाषा, प्रकार र कारण चित्रसहित वर्णन गर्न चन्द्रमाको कलाको व्याख्या गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> खनिजको परिचय दिन र यसका प्रकार उल्लेख गर्न खनिजका गुण र उपयोगिता वर्णन गर्न नेपालमा पाइने धातुका खनिज र पाइने ठाउँ उल्लेख गर्न ब्रह्माण्ड, शिशुग्रह र पुच्छेतराको परिचय दिन तारापुञ्ज, तारामण्डल, उल्का र उल्कापिण्डको परिचय दिई तिनीहरूबिच समानता र भिन्नता छुट्याउन 	१० (३+७)

४. विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्षको विस्तृतीकरण	दोस्रो वर्षको विस्तृतीकरण
१	वैज्ञानिक सिकाइ	<ul style="list-style-type: none"> वैज्ञानिक सिकाइ प्रक्रिया नाप नापको प्रयोग र महत्त्व स्थानीय एकाइ एसआई एकाइ नापका ठुला तथा साना एकाइ 	<ul style="list-style-type: none"> निश्चित विधि प्रयोग गरी प्रयोगशालाभित्र वा बाहिर सरल अनुसन्धान/सर्वेक्षण र प्रयोगात्मक क्रियाकलाप गर्न र सोको प्रतिवेदन तयार गर्न विज्ञानका प्रयोगात्मक कार्य गर्दा अपनाउनुपर्ने सावधानी अवलम्बन गर्न
२	सूचना तथा सञ्चार प्रविधि	<ul style="list-style-type: none"> सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको परिचय र उदाहरण सूचना तथा सञ्चार प्रविधिका उपकरणको प्रयोग र सुरक्षा वर्ड, प्रोसेसर, स्प्रेडसिट, प्रिन्टेनको प्रयोग 	<ul style="list-style-type: none"> आईसिटीका साधन, सर्चईन्जिन, वेबसाइट, सोसल नेटवर्क साइट र आईपिएसको परिचय र प्रयोग साइबर अपराध, कम्प्युटर आचार संहिता, साइबर कानून, इन्टरनेटको सुरक्षा, रोबोटिक्स, भर्चुअल वास्तविकता, आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स र क्लाउड कम्प्युटिङको परिचय सामान्य प्रयोग

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्षको विस्तृतीकरण	दोस्रो वर्षको विस्तृतीकरण
३	जीवहरू र तिनीहरूको बनावट	<ul style="list-style-type: none"> खानाको आधारमा जनावरको वर्गीकरण ढाड भएका र नभएका जनावरको वर्गीकरण बिरुवाको विभिन्न भागको पहिचान र कार्य जनावर र बिरुवाको अनुकूलता फूल फूलने र नफूलने 	<ul style="list-style-type: none"> जनावर कोष र बिरुवाकोषको अवयवका कार्य वर्णन गर्न जनावर र वनस्पतिकोषको तुलना गर्न मानव शरीरमा कोष, तन्तु र अङ्गको अन्तरसम्बन्ध व्याख्या गर्न
४	जैविक विविधता र वातावरण	<ul style="list-style-type: none"> वातावरण र पारिस्थितिक प्रणाली प्राकृतिक स्रोतको महत्त्व, विनाशका कारण र असर ठोस फोहोरमैला व्यवस्थापन 	<ul style="list-style-type: none"> जैविक विविधताको परिचय वर्तमान स्थिति, महत्त्व, जैविक विविधता ह्रास हुनका कारण र संरक्षणका उपाय बताउन दिगो विकासको अवधारणा, महत्त्व तथा दिगो विकासका सन्दर्भमा नेपालका प्रयास बताउन
५	जीवन प्रक्रिया	<ul style="list-style-type: none"> जीवहरूको पोषण, पाचन प्रक्रिया प्रकाश संश्लेषण परिवहन, निश्कासन र श्वास प्रश्वास प्रक्रिया 	<ul style="list-style-type: none"> मैथुनिक र अमैथुनिक प्रजननक, अमैथुनिक प्रजननका प्रकार उदाहरणसहित वर्णन गर्न बिउका भाग, बिउका प्रकार, प्रसार र अङ्कुरण प्रक्रिया व्याख्या गर्न
६	बल र चाल	<ul style="list-style-type: none"> सिधा रेखीय र वक्र रेखीय गतिको परिचय बल र गुरुत्व बल, पिण्ड र तौल घर्षण सरल यन्त्र 	<ul style="list-style-type: none"> सापेक्षिक गति, औसत गति र प्रवेगको परिचय दिई योसँग सम्बन्धित गणितीय समस्या समाधान गर्न उत्तोलकको परिचय, कार्य सिद्धान्त, यान्त्रिक फाइदा, गतिअनुपात र सम्बन्धित गणितीय समस्या समाधान गर्न चाप, वायुमण्डलीय चाप र तरल पदार्थको चापको परिचय दिन र गणितीय समस्या समाधान गर्न
७	दैनिक जीवनमा शक्ति	<ul style="list-style-type: none"> कार्य शक्ति र सामर्थ्य शक्ति ऊर्जा ताप र तापक्रम, थर्मोमिटर तरङ्ग छायाको अवधारणा र सनडायलको निर्माण प्रकाशको परावर्तन ध्वनि 	<ul style="list-style-type: none"> तापको प्रसारणका विधि सञ्चालन, संवाहन र विकिरणको परिचय र उपयोगिता बताउन थर्मसको बनावट र कार्यको व्याख्या गर्न हरित गृहको परिचय र उपयोगिता बताउन गोलाकार ऐनाको परिचय दिन, कन्भेक्स र कन्केभ ऐनाबाट हुने परावर्तनको रेखा चित्र बनाउन ध्वनिको तरङ्ग लम्बाइ, आवृत्ति र वेगको सम्बन्ध प्रयोग गरी सरल गणितीय समस्या हल गर्न

क्र.स.	एकाइ	पहिलो वर्षको विस्तृतीकरण	दोस्रो वर्षको विस्तृतीकरण
८	विद्युत् र चुम्बक	<ul style="list-style-type: none"> विद्युतीय स्रोतको उपयोग विद्युत्को किसिम सेलको प्रकार र उपयोग 	<ul style="list-style-type: none"> प्राकृतिक चुम्बक कृत्रिम चुम्बक र भुचुम्बकको परिचय, चुम्बकको आणविक सिद्धान्त, चुम्बकीय शक्ति ह्रास हुनाका कारण र संरक्षणका उपाय व्याख्या गर्न ग्राहस्थ विद्युतीकरण परिचय दिन र लाइभ, लाइभ/फेज, न्युट्रल र अर्थ तारको काम बताउन विद्युत् मिटर पढी सामान्य विद्युत् महसुलको हिसाब गर्न
९	पदार्थ	<ul style="list-style-type: none"> घोल र मिश्रण तत्त्व, यौगिक र परिमाण भौतिक र रासायनिक परिवर्तन 	<ul style="list-style-type: none"> पारमाणविक सङ्ख्या २० सम्मका तत्त्वको पारमाणविक संरचना कोर्न, संयुज्यता र पेरियोडिक तालिकामा स्थान बताउन आधुनिक पेरियोडिक नियम र आधुनिक पेरियोडिक तालिकाको विशेषता बताउन सामान्य अणुहरूको आणविक सूत्र लेख्न तत्त्वको आणविक र भारको हिसाब निकाल्न
१०	दैनिक प्रयोगका पदार्थ	<ul style="list-style-type: none"> धातु र अधातुको परिचय र उपयोग 	<ul style="list-style-type: none"> अम्ल, क्षार र लवणको गुण र उपयोगिता बताउन अम्ल, क्षार र लवणको गुण र उपयोगिता बताउन नरम र कडापानीको परिचय, कडापनका कारण, पानीको कडापनका फाइदा र बेफाइदा तथा कडापन हटाउने तरिका वर्णन गर्न मिश्रित धातुको परिचय दिई स्टिल, पित्तल र काँसका अवयवहरू तथा उपयोगिता उल्लेख गर्न
११	पृथ्वी र अन्तरिक्ष	<ul style="list-style-type: none"> माटोको परिचय र संरक्षण माटो प्रदूषणको कारण र रोकथाम पृथ्वीको बनोट चट्टानको प्रकार र उपयोग सौर्यमण्डलको परिचय पृथ्वीको परिभ्रमण र परिफ्रमण ग्रहण 	<ul style="list-style-type: none"> खनिजको परिचय दिन र यसका प्रकार उल्लेख गर्न खनिजका गुण र उपयोगिता वर्णन गर्न नेपालमा पाइने धातुका खनिज र पाइने ठाउँ उल्लेख गर्न ब्रह्माण्ड, शिशुग्रह र पुच्छेताराको परिचय दिन तारापुञ्ज, तारामण्डल, उल्का र उल्कापिण्डको परिचय दिई तिनीहरू बिच समानता र भिन्नता छुट्याउन पृथ्वीमा जीव विकासको परिचय दिन

५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

सिकाइलाई प्रभावकारी र दिगो बनाउन शिक्षण सहजीकरण क्रियाकलापका महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । शिक्षण सहजीकरणले सिकारुमा समझदारी, क्रियात्मक सोचाइ तथा प्रयोगात्मक सिप र अभिवृत्तिको विकास गर्छ । सामान्यतया शिक्षण विधिहरूको चयन गर्दा विभिन्न माध्यमबाट सूचना प्राप्त गरी ज्ञान निर्माण गर्ने पक्षलाई ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । यसका लागि रूपान्तरिक सिकाइ विधि (Transformative learning pedagogy),

प्रतिविम्बात्मक शिक्षण विधि (Reflective pedagogy) र समालोचनात्मक शिक्षण विधि (Critical pedagogy) प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसैले विषयवस्तुको प्रकृति, अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि, सामग्रीको उपलब्धता, सिकारुको स्तर र उमेर हेरेर सहजीकरणका लागि खास शिक्षण सिकाइ सहजीकरण विधि र तरिकाको छनोट गर्नुपर्ने हुन्छ ।

५.१. विषयवस्तुको ज्ञान

विज्ञान तथा प्रविधिका कुनै पनि विषयक्षेत्र जस्तै जीवहरूको अध्ययन, शक्ति, वातावरण, पदार्थ, पृथ्वी र अन्तरिक्ष, सूचना तथा सञ्चार प्रविधि शिक्षण गर्दा सर्वप्रथम उक्त विषयवस्तुको आधारभूत सिद्धान्त, अवधारणा (conceptual clarity) को बारेमा सिकारु स्पष्ट नभएसम्म उनीहरूमा दिगो र अर्थपूर्ण सिकाइ हुन नसक्ने र प्रयोगात्मक क्रियाकलाप कुशलताका साथ सम्पन्न गर्न नसक्ने हुन्छ । तसर्थ विषयवस्तुको व्याख्या, छलफल, प्रश्नोत्तर, तर्क, जिज्ञासा, स्वअध्ययन आदिका माध्यमबाट विषयवस्तुप्रतिको स्पष्ट आधारणाको विकास हुन सकेमा मात्र अर्थपूर्ण ज्ञान हासिल गर्न सकिन्छ । तसर्थ शिक्षकले सिकारुलाई आवश्यक पर्ने सूचनाहरू उनीहरूले बुझ्ने भाषामा प्रयाप्त मात्रामा दिनुपर्छ भने थप जानकारी प्राप्त गर्ने वातावरण सिर्जना गरिदिनुपर्छ ।

५.२. सिप

विज्ञान विषयमा अवधारणागत स्पष्टताको आवश्यकता जति छ, उति नै मात्रामा विज्ञानसँग सम्बन्धित विभिन्न प्रयोगात्मक तथा प्रक्रियागत सिपको विकास हुनु पनि उतिकै आवश्यक छ । स्थलगत अध्ययन/भ्रमण/सर्वे/खोज, अवलोकन, प्रयोगात्मक कार्य, नमुना सामग्रीको विकास तथा परियोजना कार्यका माध्यमबाट विभिन्न सिप हासिल गराउन सकिन्छ । यस्ता कार्यबाट सिकारुले प्रत्यक्ष रूपमा विषयवस्तुको अध्ययन गर्ने अवसर प्राप्त गर्नुको साथै आफैले गरेर सिक्ने मौका पाउँछन् । सिप विकासअन्तर्गत विभिन्न चित्रहरू कोर्ने, नमुना सामग्री विकास गरी आफूले सिकेका ज्ञान तथा सिद्धान्तको प्रयोग कहाँ र कसरी भन्ने जानकारी हासिल गर्ने, खोज तथा अनुसन्धान गरी तथ्य पत्ता लगाउने, निर्णय लिने, समस्या समाधान गर्ने, प्रतिवेदन तयार पार्ने र प्रस्तुत गर्ने जस्ता आधारभूत सिपको अभ्यास गराउनुपर्छ ।

५.३. अभिवृत्ति तथा व्यवहार

विज्ञान तथा प्रविधि विषय पाठ्यपुस्तकमा दिइएका पाठलाई कण्ठ गरी परीक्षा उत्तीर्ण हुने प्रयोजनमा मात्र सीमित रहेको अवस्थाबाट बाहिर निस्कन जरूरी छ । आधारभूत तहको तल्ला कक्षादेखि नै सिकारु जिज्ञासु, वैज्ञानिक सुश्रुद्ध, विज्ञान तथा प्रविधिको आधारभूत साक्षरता, विज्ञान विषय अध्ययनप्रति रुचि, सिकेका ज्ञान, सिप तथा अभिवृत्तिको दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्न सक्ने खालका क्रियाकलाप गराउनुपर्छ ।

विज्ञान तथा प्रविधि विषय सहजीकरणका विधि यस विषयसँग सम्बन्धित सिकाइ उपलब्धि पूरा गराउनका लागि विषयवस्तुको प्रकृति, सामग्रीको उपलब्धता, विद्यालयको भौतिक अवस्था, उद्देश्यको अवस्थाअनुसार अनेकन प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

विज्ञान तथा प्रविधि विषयमा सिकाइका प्रक्रियागत सप र विज्ञानका विषयक्षेत्र हरेक व्यक्तिको दैनिकीसँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्छ ।

६. प्रयोगात्मक/परियोजना कार्यका लागि सम्भावित क्रियाकलाप

पाठ्यक्रममा उल्लिखित सिकाइ उपलब्धिसँग सम्बन्धित केही प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यको नमुना तल दिइएका छन् । यी बाहेक पाठ्यक्रमका सिकाइ उपलब्धि पूरा गर्नको लागि अन्य प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यहरू शिक्षकले आवश्यकताअनुसार गराउनुपर्ने छ । परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य नियमित सिकाइ सहजीकरणकै क्रममा गराउनुपर्ने छ ।

पहिलो वर्षका लागि

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यहरू												
१	वैज्ञानिक सिकाइ	<p>१. घर नजिकैको दुग्ध डेरी, किराना पसल आदिमा गई तरल पदार्थको परिमाण नाप्न प्रयोग गरिने लिटर र मिलिलिटरका भाँडा र तिनीहरूको माध्यमबाट उक्त तरल पदार्थहरू नापेको अवलोकन गर्ने । ती परिमाणहरूमध्ये कुनै दुई ओटा (तेल, दुग्ध) तरल पदार्थलाई मेजरिड सिलिण्डरको सहायताबाट आयतन पत्ता लगाउने । नापमा भएको एकरूपता वा फरकपनाको तुलना गर्ने</p> <p>२. विज्ञान प्रयोगशालामा भएका उपकरणहरूको सूची बनाई चित्र बनाउने र कस्तो नापका लागि कस्तो उपकरण प्रयोग हुन्छ तालिकामा देखाउने । जस्तै:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>उपकरणको चित्र</th> <th>उपकरणको नाम</th> <th>नापको प्रयोजन</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>कमानी तराजु</td> <td>वस्तुको तौल नाप्न</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>३. आसवन क्रियाद्वारा मिश्रणका अवयवहरू छुट्याउने क्रियाकलाप गर्ने । यस सम्बन्धमा निर्धारित ढाँचा (शीर्षक, उद्देश्य, अनुमान, आवश्यक सामग्री, विधि र निष्कर्ष) मा प्रतिवेदन तयार गर्ने</p>	उपकरणको चित्र	उपकरणको नाम	नापको प्रयोजन		कमानी तराजु	वस्तुको तौल नाप्न						
उपकरणको चित्र	उपकरणको नाम	नापको प्रयोजन												
	कमानी तराजु	वस्तुको तौल नाप्न												
२	सूचना तथा सञ्चार प्रविधि	<p>१. कम्प्युटरका भागको सफा चित्र बनाई प्रत्येकको कामको विवरण तयार पार्ने</p> <p>२. कम्प्युटरमा कुनै एउटा स्प्रेड सिट फाइल तयार पारी प्रस्तुत गर्ने</p> <p>३. मोबाइलको वा क्यामेरा प्रयोग गरी तपाईंले कक्षामा पढेको कुनै विषयवस्तुसँग सम्बन्धित भिडियो तयार गरी प्रस्तुत गर्ने</p> <p>४. एउटा मोबाइल वा डिजिटल क्यामेराको सहायताले फोटो खिच्ने । उक्त फोटोलाई कम्प्युटरमा सारेर सफ्टवेयरको सहायताले काट्ने, इडिट गर्ने, उज्यालोपन मिलाउने, सानो ठुलो बनाई टेक्स्टसहित राखेर प्रदर्शन गर्ने</p>												

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यहरू																				
३	जीवहरू र तिनीहरूको बनोट	<p>१. आफ्नो वरिपरि पाइने बिरुवा र जनावरहरू अवलोकन गरी सूची तयार पार्ने र तिनीहरूको अनुकूलताका लक्षणको चार्ट तयार गर्ने</p> <p>२. आफ्नो वरपर पाइने जनावरहरूको अवलोकन गरी तिनीहरूलाई शाकाहारी, मांसाहारी र सर्वहारी समूहमा छुट्याउने</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>शाकाहारी जीव</th> <th>मांसाहारी जीव</th> <th>सर्वहारी जीव</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>कमानी तराजु</td> <td>वस्तुको तौल नाप्न</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>३. आफ्नो वरिपरि पाइने १० ओटा हाड नभएका जनावरहरूको नाम लेखी तिनीहरूको चित्रसहित लक्षणहरूको सूची प्रयोगात्मक कपीमा तयार पार्ने</p> <p>४. आफ्नो विद्यालयको विज्ञान प्रयोगशाला वा नजिकैको विज्ञान म्युजियममा गई जीवको स्पेसिमेन अवलोकन गर्ने (साइकन, जेलिफिस, स्टारफिस आदि) र चित्र बनाई विशेषताहरू तयार पार्ने</p> <p>५. आफ्नो बगैँचा वा करेसाबारीमा गई २० ओटा बिरुवाहरूको अवलोकन गरी तिनीहरूलाई फूल फुल्ने/नफुल्ने र एकदलीय/दुई दलीयमा छुट्याउने</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>फूल फुल्ने बिरुवा</th> <th>फूल नफुल्ने बिरुवा</th> <th>एकदलीय बिरुवा</th> <th>दुई दलीय बिरुवा</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	शाकाहारी जीव	मांसाहारी जीव	सर्वहारी जीव		कमानी तराजु	वस्तुको तौल नाप्न							फूल फुल्ने बिरुवा	फूल नफुल्ने बिरुवा	एकदलीय बिरुवा	दुई दलीय बिरुवा				
शाकाहारी जीव	मांसाहारी जीव	सर्वहारी जीव																				
	कमानी तराजु	वस्तुको तौल नाप्न																				
फूल फुल्ने बिरुवा	फूल नफुल्ने बिरुवा	एकदलीय बिरुवा	दुई दलीय बिरुवा																			
४	जैविक विविधता र वातावरण	<p>१. आफू बस्ने स्थान वरपर भएको कवाडी सामग्री जम्मा गर्ने ठाउँको अवलोकन गरी कस्ता सामग्री पुनः प्रयोग, कस्ता सामग्री न्यूनीकरण र पुनः चक्रण गर्न सकिन्छ ? सूची तयार पार्ने</p> <p>२. आफ्नो घर वरिपरिको चौरमा गई त्यहाँ भएका अजैविक र जैविक अवयवहरू (बिरुवा जनावर र सूक्ष्म जीवहरू) को पहिचान गरी तिनीहरूको अन्तरसम्बन्धलाई चार्टद्वारा देखाउने</p> <p>३. तपाईंको वरपर (घर वा विद्यालय) को पानीका स्रोतको अवलोकन गर्ने । पानीका स्रोतमा प्रदूषण गराउने कारण के के छन् ? प्रदूषित पानीको सेवनले के कस्ता असर देखिएका छन् ? उक्त प्रदूषण हटाउन तपाईं के गर्न सक्नुहुन्छ । तलको तालिकामा विवरण तयार पार्ने</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>क्रसं</th> <th>पानी प्रदूषणका कारण</th> <th>पानी प्रदूषणका असर</th> <th>पानी प्रदूषण रोकथामका उपाय</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	क्रसं	पानी प्रदूषणका कारण	पानी प्रदूषणका असर	पानी प्रदूषण रोकथामका उपाय																
क्रसं	पानी प्रदूषणका कारण	पानी प्रदूषणका असर	पानी प्रदूषण रोकथामका उपाय																			
५	जीवन प्रक्रिया	<p>१. शिक्षक वा अग्रजको सहयोग लिई मानव पाचन प्रणालीको नमुना तयार गरी प्रस्तुत गर्ने</p> <p>२. तीनओटा फरक आकारका बेलुन लिने । एउटा Y आकारको नली र एउटा प्लास्टिकको बट्टा लिइ जनावरमा हुने श्वासप्रश्वास प्रक्रियाको नमुना तयार पार्ने, प्रदर्शन गर्ने र यसको सफा चित्र तयार पार्ने</p>																				

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यहरू																														
६	बल र चाल	<p>१. बल लगाएर कार्य गरिने कुनै पाँचओटा उपकरण सङ्कलन गर्ने । बल कहाँ लगाइन्छ र त्यसको प्रभाव कहाँ पर्छ ? प्रदर्शन गर्दै चित्रबाट देखाउने</p> <p>२. दैनिक जीवनमा प्रयोग भएका कुनै दशओटा सरलयन्त्र अवलोकन गरी चित्र खिच्ने । ती यन्त्रहरूलाई के के काममा प्रयोग गरिन्छ र तिनीहरूले कसरी कामलाई सजिलो बनाउँछन्, पत्ता लगाई तालिकामा प्रस्तुत गर्ने</p> <p>३. एउटा कागजको बट्टालाई हातमा राखेर अर्को हातले थिचेर हेर्ने यस्तै नरम माटाको डल्लोलाई जमिनमा राखेर खुट्टाले कुल्चेर हेर्नुहोस्, के भयो ? किन यस्तो भएको होला ? परिवर्तनलाई कारणसहित लेख्ने</p>																														
७	दैनिक जीवनमा शक्ति	<p>१. तपाईंको घरमा प्रयोग भएका विभिन्न प्रकारका शक्तिको सूची बनाउने र तिनीहरूको प्रयोग र रूपान्तरणको प्रक्रियालाई चार्टमा तयार गर्ने ।</p> <p>२. कालो, रातो, निलो र सेतो रङका चारओटा कागज वा कपडाको थैली बनाउने । अब चारओटा थर्मोमिटर लिएर प्रत्येक थैलीमा एउटा/एउटा थर्मोमिटरको बल्बभित्र पर्ने गरी घुसाउने । उक्त चारओटा थैलीलाई घाममा राख्ने । प्रत्येक पाँचपाँच मिनेटमा चारओटै थैलीमा चढेको तापक्रम नोट गरी तलको तालिका भर्ने ।</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th>थैली</th> <th>पहिलो ५ मिनेटको तापक्रम</th> <th>१० मिनेट पछिको तापक्रम</th> <th>१५ मिनेटको पछिको तापक्रम</th> <th>२० मिनेट पछिको तापक्रम</th> <th>२५ मिनेट पछिको तापक्रम</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>कालो</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>निलो</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>रातो</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>सेतो</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>कुन रङको थैलीको तापक्रम छिटो बढ्यो ? अवलोकन गरी निष्कर्ष निकाल्ने</p> <p>३. एउटा सिधा पोलिथिनको पाइप, अर्को बाङ्गो पोलिथिनको पाइप र एउटा मैनबत्ती लिने । मैनबत्तीलाई बालेर त्यसको प्रकाश सिधा पाइप र बाङ्गो पाइपबाट अवलोकन गरी चित्रसहित निष्कर्ष तयार गर्ने</p> <p>४. कागजको टुङ्गो, ट्रेसिङ पेपर, पिन आदिको प्रयोग गरी शिक्षकको सहायता लिएर पिन होल क्यामरा बनाउने र प्रदर्शन गर्ने</p> <p>५. घन्टी, मादल गितार आदि मध्ये कुनै एक स्रोतबाट ध्वनि निकालेर अवलोकन गर्ने र तिनीहरूको तीव्रताको तुलना गर्ने</p> <p>६. तपाईंको घर, विद्यालय वा अन्य क्षेत्रमा ध्वनि प्रदूषणका स्रोत, त्यसका असर तथा रोकथामका उपायसम्बन्धी अध्ययन अवलोकन तथा अनुसन्धान गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने</p> <p>७. दुईओटा बट्टा, धागो, सिन्का आदि प्रयोग गरी खेलौना टेलिफोन बनाउने । ठोसबाट हुने ध्वनिको प्रसारणलाई प्रदर्शन गर्ने</p> <p>८. एउटा बाटा वा जमेको पोखरी वा तलाउमा टुङ्गा फाली त्यसमा उत्पन्न हुने तरङ्गको अवलोकन गर्ने । उत्पन्न तरङ्गको प्रकृतिलाई चित्रद्वारा देखाउने । शक्ति प्रसारणको दिशा प्रदर्शन गर्ने</p> <p>९. एउटा साधारण थर्मोमिटर र एउटा क्लिनिकल थर्मोमिटर लिने । तिनीहरूको बनावटको राम्रोसँग अवलोकन गर्ने । सफा नामाङ्कित चित्र बनाई कार्यप्रक्रियाको बारेमा छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्ने</p>	थैली	पहिलो ५ मिनेटको तापक्रम	१० मिनेट पछिको तापक्रम	१५ मिनेटको पछिको तापक्रम	२० मिनेट पछिको तापक्रम	२५ मिनेट पछिको तापक्रम	कालो						निलो						रातो						सेतो					
थैली	पहिलो ५ मिनेटको तापक्रम	१० मिनेट पछिको तापक्रम	१५ मिनेटको पछिको तापक्रम	२० मिनेट पछिको तापक्रम	२५ मिनेट पछिको तापक्रम																											
कालो																																
निलो																																
रातो																																
सेतो																																

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यहरू																																				
८	विद्युत् र चुम्बक	<ol style="list-style-type: none"> तीनओटा सेल, सुचालक तार, एउटा बल्ब, स्विच लिने । परिपथमा पहिला एउटा सेल जोड्ने । बत्तीको उज्यालोपना अवलोकन गर्ने । त्यसपछि परिपथमा दुईओटा सेल श्रेणीक्रममा जोड्ने र अन्त्यमा तीनओटा सेल श्रेणीक्रममा जडान गरी उज्यालोपनाको मात्राको अवलोकन गर्ने । समूहमा छलफल गरी निष्कर्षको प्रतिवेदन तयार गर्ने एउटा छड चुम्बक फलामको धुलामा लट्पट्याउने र चुम्बकलाई माथी उचाली अवलोकन गर्ने र निष्कर्ष निकाल्ने फलामको किलामा इन्सुलेटेड तामाको तार बेर्ने र उक्त तारको दुई छेउ ड्राइसेलमा जोड्ने । अब उक्त किलाको वरिपरि चुम्बकीय वस्तु वा चुम्बकीय कम्पास लगी अवलोकन गर्ने र निष्कर्षलाई चित्रद्वारा प्रस्ट पार्ने दुईओटा सेल, इन्सुलेटेड तामाको तार, एउटा फलामको किला लिएर पहिले एउटा सेलको प्रयोग गरी विद्युत् चुम्बक बनाएर साना पिनहरू आकर्षण भएको प्रदर्शन गर्ने । अब, दुईओटा सेल प्रयोग गर्दा र तारको फन्काको सङ्ख्या बढाउँदा विद्युत् चुम्बकको आकर्षण शक्तिमा के परिवर्तन आउँछ, अवलोकन गरी कारण पत्ता लगाउने शिक्षकको वा अग्रजको सहायता लिई अमिलो पदार्थ, तामाको पाता, जस्ताको पाता र तार जडान गरी साधारण सेल तयार गर्ने । यसको कार्य प्रक्रियालाई चित्रद्वारा देखाउने वरपर पाइने वस्तु सङ्कलन गर्ने र विद्युत् परिपथको माध्यमबाट सुचालक र अचालक छुट्याउने 																																				
९	पदार्थ	<ol style="list-style-type: none"> घरमा प्रयोग गरिने पानीको अवस्था परिवर्तन (बरफ, तरल पानी, वाष्पीकरण, द्रवीकरण) को अवलोकन गरी उक्त कार्य प्रक्रियालाई चित्रसहित तयार पार्ने नुन, चिनी, पानी, अल्कोहल, कपुर जस्ता शुद्ध पदार्थ मिसाएर मिश्रण तयार पारी अवलोकन गर्ने र निष्कर्ष प्रस्तुत गर्ने आफ्नो घरमा भएका मिश्रण छुट्याउने विधि उल्लेख गर्ने । दहीलाई मथेर नौनी छुट्याइएको प्रयोगको अवलोकन गरी निष्कर्ष निकाल्ने र दहीलाई मथेर नौनी बनाउने उपकरणहरूको चित्र बनाउने पारमाणिक सङ्ख्या १ देखि २० सम्मका तत्वहरूको नाम र सङ्केत, इलेक्ट्रोन, प्रोटोन र न्युट्रोनको सङ्ख्यासहितको चार्ट तयार गर्ने एउटा कागज बालेर र अर्को कागज च्यातेर तिनीहरूमा भइरहेको परिवर्तन अवलोकन गरी ती दुई परिवर्तनबिच भिन्नता छलफल गर्ने । त्यसै गरी नुनको ढिका टुक्रिएको, बरफ पग्लिएको, फलाममा खिया लागेको, दुधबाट दही बनेको अवलोकन गरी कुन भौतिक र कुन रासायनिक परिवर्तन हुन भनी छुट्याउने वरपर रहेका विभिन्न वस्तु जम्मा गर्ने । ती वस्तुको सूत्र प्रयोग गरी घनत्व पत्ता लगाउने र वस्तुको घनत्व पानीको घनत्वसँग तुलना गरी उक्त वस्तु पानीमा डुब्छ वा तैरन्छ ? निष्कर्ष लेख्ने <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>क्र.सं</th> <th>वस्तु</th> <th>पिण्ड</th> <th>आयतन</th> <th>घनत्व</th> <th>पानीमा डुब्छ वा उत्रिन्छ ?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>१</td> <td>काठको टुक्रा</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>२</td> <td>इँटाको टुक्रा</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>३</td> <td>काँचको टुक्रा</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <ol style="list-style-type: none"> तपाईंको घरमा प्रयोग हुने भाँडाकुँडा, औजार, गर गहनाको नाम लेखी त्यो कनुप्रकारको धातुअन्तर्गत पर्छ छुट्याउने <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>क्रसं</th> <th>भाँडाकुँडा/औजार/गहना</th> <th>धातु</th> <th>अधातु</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>१</td> <td>रड</td> <td>फलाम</td> <td></td> </tr> <tr> <td>२</td> <td>औँठी</td> <td>सुन</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	क्र.सं	वस्तु	पिण्ड	आयतन	घनत्व	पानीमा डुब्छ वा उत्रिन्छ ?	१	काठको टुक्रा					२	इँटाको टुक्रा					३	काँचको टुक्रा					क्रसं	भाँडाकुँडा/औजार/गहना	धातु	अधातु	१	रड	फलाम		२	औँठी	सुन	
क्र.सं	वस्तु	पिण्ड	आयतन	घनत्व	पानीमा डुब्छ वा उत्रिन्छ ?																																	
१	काठको टुक्रा																																					
२	इँटाको टुक्रा																																					
३	काँचको टुक्रा																																					
क्रसं	भाँडाकुँडा/औजार/गहना	धातु	अधातु																																			
१	रड	फलाम																																				
२	औँठी	सुन																																				

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यहरू									
१०	दैनिक प्रयोगका पदार्थ	१. तपाईंको घरमा प्रयोग हुने विभिन्न रासायनिक पदार्थको नाम र उपयोग खोज गरी तलको तालिका पूरा गर्ने <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>क्रसं</th> <th>रासायनिक पदार्थ</th> <th>उपयोग</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>१</td> <td>साबुन</td> <td>सरसफाई गर्न</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	क्रसं	रासायनिक पदार्थ	उपयोग	१	साबुन	सरसफाई गर्न			
क्रसं	रासायनिक पदार्थ	उपयोग									
१	साबुन	सरसफाई गर्न									
११	पृथ्वी र अन्तरिक्ष	१. माटाको प्रयोग गरी पृथ्वीको भित्री भागको मोडेल तयार गर्ने २. क्ले वा थर्मोकोल वा कागज वा अन्य सामग्री लिनुहोस् । सूर्य र आठओटा ग्रहको साइजअनुसार फरक आकारका डल्ला बनाई सौर्यमण्डलको नमुना बनाउने ३. टेबलटेनिस बल, भलिबल र टर्चलाइटको प्रयोग गरी सूर्यग्रहण र चन्द्र ग्रहणको नमुना तयार पार्ने									

दोस्रो वर्षका लागि

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्य
१	वैज्ञानिक सिकाइ	<ul style="list-style-type: none"> बिरुवाको विकास तथा अङ्कुरणका लागि आवश्यक पर्ने पक्षमा ध्यान दिई बिउबाट बिरुवाको अङ्कुरण भई बिरुवाका विभिन्न भागको विकास भएको कुरालाई नियमित रूपमा अवलोकन गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने
२	सूचना तथा सञ्चार प्रविधि	<ul style="list-style-type: none"> आफ्नो विद्यालय वा नजिकका कार्यालय/सङ्घसस्थाहरूको भ्रमण गरी त्यहाँ फोटोकपी, स्क्यानर, प्रिन्टर, राउटर, वाई फाई डिभाइस, टि.भी. सेटअप बक्सलगायत के के आईसिटीका साधन प्रयोग भएका छन् तथ्याङ्क सङ्कलन गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने
३	जीवहरू र तिनीहरूको वनोट	<ul style="list-style-type: none"> प्याज कोषको अस्थायी स्लाइड निर्माण गरी माइक्रोस्कोपको सहायताले अवलोकन गरी चित्र कोर्ने (आवश्यक सामग्री : Forceps, camel brush, safranin, slide, watch glass, Glycerin, Coverslip microscope.) जनावर र बिरुवा कोषको दिइएको चित्रको आधारमा विभिन्न वस्तु प्रयोग गरी (जस्तै : क्ले) मोडेल तयार गर्ने । कोषका अवयवको नामङ्करण गर्ने र कक्षाकोठामा प्रदर्शन गर्ने कार्डबोर्ड रङ्गीन धागो तथा सिलिका वा अन्य वस्तु प्रयोग गरी जनावर कोष तथा बिरुवा कोषको मोडेल तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्ने
४	जैविक विविधता र वातावरण	<ul style="list-style-type: none"> (क) स्थान (ख) उद्देश्य (ग) प्रदूषणको कारण र असर (घ) रोकथामको उपाय (ङ) निष्कर्ष विद्यालय परिसरमा ठोस फोहरमैला व्यवस्थापन र शीर्षकमा निम्नलिखित उपशीर्षकको आधारमा एउटा प्रतिवेदन तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्ने (क) अध्ययनको पृष्ठभूमि (ख) उद्देश्य (ग) तथ्याङ्क सङ्कलन विधि (घ) तथ्याङ्क विश्लेषण (ङ) निष्कर्ष तीनओटा पाउरोटीको टुक्राहरूमध्ये पहिलो टुक्रालाई अँध्यारो ठाउँमा, दोस्रो टुक्रालाई घाम लाग्ने ठाउँमा र तेस्रो टुक्रालाई उज्यालो ठाउँमा राख्ने र प्रत्येक दिन अवलोकन गर्ने । केही दिनपछि त्यसमा दुसी उम्रे नउम्रेको पहिचान गरी कक्षामा प्रदर्शन गरी छलफल गर्ने ब्याक्टेरियोफेज भाइरसको मोडेल कक्षामा प्रस्तुत गर्ने (आवश्यक सामग्री : प्लाइउडका टुक्रा, फेबिकोल, काठको टुक्रा, काठको धुलो आदि) इन्टरनेटमा खोजेर वा विज्ञ व्यक्तिको सहयोग लिएर कुनै दुईओटा सूक्ष्म जीवको सकारात्मक र नकारात्मक असरको सूची तयार पार्ने

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्य
५	जीवन प्रक्रिया	<ul style="list-style-type: none"> विद्यालय नजिक रहेको बगैँचा वा जङ्गलमा समूहगत रूपमा जाने र त्यहाँ रहेका बिरुवामा हुन सक्ने अमैथुनिक र मैथुनिक प्रजननका प्रकार समूहगत रूपमा छलफल गरी टिपोट गर्ने र शिक्षकसँगको सहकार्यमामा निष्कर्ष तयार गरी कक्षामा छलफल गर्ने आलु, प्याज, लसुनमध्ये कुनै एउटाको भेजिटेटिभ प्रोपोगेसन गरी सोको चित्र तयार गर्ने र कक्षा प्रस्तुत गर्ने कुनै दुईओटा बिउ लिने र उपयुक्त वातावरण तयार गरी बिउ उमारी तिनीहरूको सफा चित्र बनाई विभिन्न भागको नामकरण गर्ने
६	बल र चाल	<ul style="list-style-type: none"> दुईओटा काठका ब्लक, पेन्सिल, कमानी तराजु, खम्बो सतह, चिप्लो सतह, किला आदि प्रयोग गरी घर्षण सम्बन्धि निम्नलिखित तथ्यहरू परीक्षण गर्ने : (क) तौल बढ्दा घर्षण बढ्छ । (ख) वस्तुलाई घिसार्दा भन्दा गुडाउँदा घर्षण कम हुन्छ । (ग) खम्बो सतहमा भन्दा चिप्लो सतहमा घर्षण कम हुन्छ । दैनिक जीवनमा आफूले गरिने वा देखेका क्रियाकलाप (जस्तै: बलमा हावा भर्दा, कलममा मसी भर्दा) अवलोकन गरी वायुमण्डलीय चापको प्रयोग देखाउने रेखाचित्रसहितको प्रतिवेदन तयार गर्ने तरल पदार्थले चाप दिन्छ र यो गहिराइअनुसार फरक पर्छ भन्ने कुरा प्रस्ट पार्नको निम्ति निम्नलिखित सामग्रीको शिक्षकसँग उचित परामर्श लिई विभिन्न सामग्रीको प्रयोग गरी निष्कर्ष निकाल्ने (क) प्लास्टिकको बिकोसहितको बोतल (ख) पानी (ग) किला पानी, ग्लास र कार्डबोर्डको टुक्राको मद्दतले हावाले चाप दिन्छ भन्ने प्रयोग शिक्षकको सहायतामा कक्षामा प्रस्तुत गर्ने र यस क्रियाकलापलाई चित्रकोरी निष्कर्ष निकाल्ने आधा मिटरको रुलर, धागो, स्ट्यान्डर्ड पिण्डको प्रयोगले तौल \times तौल दुरी = बल \times बल दुरी प्रमाणित गर्दै उत्तोलकको कार्य सिद्धान्त प्रमाणित गर्ने एउटा काठाको आयताकार ब्लकलाई दुई भिन्न तरिकाले समतल सतहमा राख्दा यसले समतल सतहमा उत्पन्न गर्ने चापमा भिन्नता आउँछ भन्ने कुरा प्रयोगद्वारा प्रमाणित गर्ने र भिन्नता आउनुको कारण छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्ने
७	दैनिक जीवनमा शक्ति	<ul style="list-style-type: none"> दुईओटा विकर लिएर एउटामा आधा तातोपानी र अर्कोमा आधा चिसो पानी लिने । दुवैको तापक्रम नाप्ने । अब दुवैलाई मिसाएर फेरी तापक्रम नाप्ने । तातो पानी, चिसोपानी र मिसाएपछिको पानीको तापक्रममा के भिन्नता देखियो ? छलफल गरी कारणसहित निष्कर्ष निकाल्ने एउटा काठ वा कुटको बट्टाको माथिल्लो भागमा दुई किनारातर्फ एक एकओटा लगभग ६/८ अंजति व्यासको प्वाल पारेर त्यसमाथि एक एक ओटा चिमनी जोड्ने । लम्बाइतिरको बट्टाको भाग खुल्ने बन्द गर्ने किसिमको बनाउने । बट्टाभित्र एउटा चिमनीको ठिक मुनी एउटा मैनबत्ती बालेर राख्ने र अर्को चिमनीको ठिक मुनि बिकरमा बरफका टुक्राहरू राखेर त्यही चिमनीको मुखमा धुवा आउने गरी बलेको धुप वा कागज राख्दा के हुन्छ प्रदर्शन गर्ने र यसको कारण के भन्नेबारेमा छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्ने काठको बोर्ड, समतल ऐना, पिन वा लेजर लाइटको प्रयोग गरी प्रकाश परावर्तनका नियमको सिद्ध गर्ने दुईओटा समतल ऐना, चाउचाउ वा विस्कुटको कार्टुन वा काठको टुक्राबाट पेरिस्कोपको नमुना तयार गरी प्रदर्शन गर्ने

क्र.स.	क्षेत्र	सम्भावित प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्य
८	विद्युत् र चुम्बक	<ul style="list-style-type: none"> दुई दुईओटा सेल, बल्ब र स्विच लिएर एउटा कुट वा काठको बोर्डमा ग्राहस्थ विद्युतीकरणमा जस्तै चिमहरूलाई समानान्तर क्रममा जोडेर चिम बाल्ने र यसको फाइदा छलफल गरी लेख्ने एउटा चुम्बकीय कम्पासलाई छड चुम्बकको ल ध्रुवमा राखी क्रमश कम्पासको ल ध्रुवले देखाएको दिशा पछ्याउँदै दक्षिण ध्रुवसम्म पुग्ने । यसरी बनेको वक्र रेखा सम्बन्धी छलफल गर्ने तीनओटा सेल, सुचालक तार, एउटा बल्ब, स्विच लिने । परिपथमा पहिला एउटा सेल जोड्ने । बत्तीको उज्यालोपना अवलोकन गर्ने । त्यसपछि परिपथमा दुईओटा सेल समानान्तर क्रममा जोड्ने र अन्त्यमा तीनओटा सेल समानान्तर क्रममा जडान गरी उज्यालेपनाको मात्राको अवलोकन गर्ने र समूहमा छलफल गरी निष्कर्षको प्रतिवेदन तयार गर्ने
९	पदार्थ	<ul style="list-style-type: none"> एउटा फिल्टर कागजको बीचमा प्वाल पार्ने, अर्को फिल्टर कागजलाई रोल बनाई पहिलो कागजको प्वालमा छिराई पानीमा अड्याउने । रातो मसीको केही थोपा पहिलो कागजको बिचमा राखी अवलोकन गर्ने र यस क्रियाकलापबाट प्राप्त निष्कर्षलाई प्रस्तुत गर्ने कार्डवोर्ड, विभिन्न रङको साइनपेनको प्रयोग गरी शिक्षकको सहायतामा आधुनिक पेरियोडिक तालिकाको समूहगत नमुना बनाई कक्षामा टाँस्ने
१०	दैनिक प्रयोगका सामग्री	<ul style="list-style-type: none"> आफ्नो घरमा प्रयोग गरिने उत्तोलकहरूको सूची तयार गरी चित्र तयार पारी तिनीहरूको प्रकार छुट्याउने र कक्षामा प्रस्तुत गरी छलफल गर्ने धारा, इनार, खोला, बोरिड आदि फरक फरक स्रोतबाट पानीको नमुना सङ्कलन गरी साबुनको बाक्लो भोलको प्रयोग गरेर कडा वा नरम पानी छुट्याउने र त्यसको कारण छलफल गर्ने रातो रङको फूलमा बालुवा मिसाइ पिस्ने, त्यसलाई छानेर फिल्ट्रेट निकाल्ने, उक्त फिल्ट्रेटमा एफोर साइजको कागजका टुक्रा बनाई दुईतीन घण्टा राखी त्यसलाई सुकाएर रातो लिटमस कागज तयार गर्ने । यसरी नै निलो रङको फूल लिएर निलो लिटमस कागज तयार गर्ने । यी लिटमस पेपर प्रयोग गरी कागतीको रस, तिते करेलाको रस, पानी, निमको पातको रस आदि मध्ये कुन अम्ल र कुन क्षार हुन् छुट्याउने
११	पृथ्वी र अन्तरिक्ष	<ul style="list-style-type: none"> कालीमाटी, बालुवा, ससाना ढुङ्गाको टुक्रा तथा सामान्य माटो प्रयोग गरी समूहगत रूपमा माटोको प्रोफाइल तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत तथा छलफल गर्ने उपयुक्त सामग्रीको छनोट गरी सप्तऋषि र कश्यप तारामण्डलको नमुना बनाउने अग्रजहरूसँग सोधखोज गरी तिथिमितिका परम्परागत महत्वसम्बन्धी जानकारी सङ्कलन गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने

७. सिकारु मूल्याङ्कन

पाठ्यक्रमले अपेक्षा गरेका सक्षमता र सिकाइ उपलब्धि हासिल भएनभएको सुनिश्चित आन्तरिक र वाह्य मूल्याङ्कन गरिने छ । आन्तरिक मूल्याङ्कनको मुख्य उद्देश्य निरन्तर मूल्याङ्कन र पृष्ठपोषणका माध्यमबाट सिकारुको सिकाइमा सुधार गर्नु हो । सिकाइका लागि गरिने यस्तो आन्तरिक मूल्याङ्कन सिकाइ प्रक्रियाको अभिन्न अङ्गका रूपमा रहनुपर्छ । आन्तरिक मूल्याङ्कनमा सिकारुको मूल्याङ्कनका लागि विभिन्न औपचारिक तथा अनौपचारिक तरिका प्रयोग गर्नुपर्छ । आन्तरिक मूल्याङ्कनमा प्रत्यक्ष सत्रका क्रियाकलाप तथा कक्षा, सिकारुका कार्य तथा कार्यसम्पादनको अवलोकन, सामाजिक व्यवहार अवलोकन, गृहकार्य, परियोजना कार्य,

मौखिक तथा लिखित कार्य तथा परीक्षा, एकाइ तथा त्रैमासिक परीक्षाहरू, स्व तथा सहपाठी मूल्याङ्कनलगायतका साधन प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

आन्तरिक र अन्तिम मूल्याङ्कनको भार अन्य विषयमा जस्तै हुने छ ।

(क) आन्तरिक मूल्याङ्कन : आन्तरिक मूल्याङ्कनको अङ्कको निश्चित भार आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा समावेश गरिने छ । यसका लागि आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई अभिलेखीकरण गरी प्रत्येक सिकारुको कार्यसञ्चयिका व्यवस्थित गरी राख्नुपर्छ । यस्तो अभिलेखका आधारमा निम्नलिखित पक्षमा तोकिएअनुसारको भारको अङ्क आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा समावेश गरिने छ :

क्र.सं.	मूल्याङ्कनका पक्ष	भार
१	सहभागिता र सक्रियता : उपस्थिति र नियमित मूल्याङ्कनबाट कक्षा सिकाइ कार्यमा सिकारुको कार्यसम्पादन र सहभागिता	४
२	प्रयोगात्मक/परियोजना	३६
३	त्रैमासिक परीक्षा	१०
जम्मा		५०

प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्य मूल्याङ्कनका आधार

क्र.सं.	क्रियाकलाप	अङ्कभार
१	प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्य सञ्चालन	२०
२	प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्य अभिलेखीकरण	१०
३	चित्राङ्कन/नामाङ्कन/लक्षण वर्णन/स्पोटिङ र मौखिक परीक्षा	६
जम्मा		३६

(ख) आवधिक मूल्याङ्कन : यो मूल्याङ्कनमा अन्तिम परीक्षाको भार ५० प्रतिशत हुने छ । प्रत्येक परीक्षामा प्रश्न सोध्दा शैक्षिक सत्रको सुस्देखि पढाइ भएका सबै पाठबाट समेटिएको हुनुपर्ने छ । यस विषयको परीक्षामा विशेष गरेर ज्ञान, बोध, प्रयोग र उच्च दक्षतामा आधारित हुने छन् । पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्यअनुरूप सिकारुले ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति प्राप्त गरे नगरेको मूल्याङ्कन गरी त्यसको आधारमा प्रमाणीकरण गरिन्छ । अन्तिम परीक्षाको प्रश्नपत्र पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तयार गरेको विशिष्टीकरण तालिकालाई आधार मानी निर्माण गरिनुपर्छ ।

सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा

१. परिचय

सामाजिक अध्ययन तथा मानवमूल्य शिक्षा विषयले व्यक्तिलाई सामाजिकीकरणमा सहयोग गर्दै मानवीय सम्बन्धका विभिन्न पक्षलाई सबल बनाउन मदत गर्छ। यस विषयमा विभिन्न सामाजिक विज्ञानका विषयवस्तु समावेश गरी समाजका लागि योग्य, अनुशासित र प्रजातान्त्रिक आदर्श र मान्यतालाई आत्मसात् गर्ने व्यक्ति तयार पार्ने, बदलिँदो विश्व परिवेश, राष्ट्रिय सन्दर्भसँग परिचित हुने एवम् स्थानीय आवश्यकता र समसामयिक विषयवस्तुसमेत सम्बोधन गर्ने गरी यो संश्लेषित पाठ्यक्रम तयार पारिएको छ। यस विषयको अध्ययनबाट सिकारुलाई असल नागरिक भई सफल जीवनयापन गर्न मदत पुग्ने छ। यस पाठ्यक्रमले मानवमूल्य शिक्षामार्फत् असल आचरण निर्माण, अनुशासन, जिम्मेवारी, सहयोग, सहकार्य, शान्ति, प्रेम, समानुभूति, विश्वास, भाइचारा र विश्वबन्धुत्व जस्ता मानवीय मूल्यको जानकारी गराई ती मूल्यको व्यावहारिक अभ्यास गराउँदै जाने उद्देश्य राखेको छ। त्यसै गरी यस विषयले विविधताको सम्मान, समताको आत्मसात्, समावेशिता अभ्यास र लोकतान्त्रिक आचरणको परिपालना गर्ने जस्ता मूल्य र व्यवहारको विकास गराउने लक्ष्य पनि राखेको छ।

राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ (दोस्रो संसोधन) ले मार्गदर्शन गरेअनुरूप एकीकृत रूपमा सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा विषयको पाठ्यक्रमलाई अनौपचारिक शिक्षातर्फको तेस्रो तह (पहिलो र दोस्रो वर्ष) मा उपयोगी हुने गरी संश्लेषण गरिएको छ। यस संश्लेषित पाठ्यक्रममा समावेश गरिएका मुख्य विषयवस्तुमा हामी र हाम्रो समाज, हाम्रा मानव मूल्यमान्यता, सामाजिक समस्या तथा समाधान, नागरिक चेतना, हाम्रो पृथ्वी, हाम्रो विगत, हाम्रा आर्थिक क्रियाकलाप, जनसङ्ख्या र यसको व्यवस्थापन र अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध, समसामयिक घटना र सूचना प्रविधि गरी नौओटा क्षेत्र राखिएका छन्। यस पाठ्यक्रमबाट सिकारुमा समाजमा समायोजन हुन, आफ्नो प्रदेशको जानकारी प्राप्त गर्न, मानव मूल्य मान्यताको अवलम्बन गर्न, भौगोलिक अवस्थितिको जानकारी र जीवनसँग त्यसको अन्तरसम्बन्ध खोजी गर्न मदत पुग्ने अपेक्षा राखिएको छ। साथै विगतका ऐतिहासिक घटनाक्रमबाट पाठसिकी वर्तमान अवस्थामा आफूलाई परिवर्तन गर्न र जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा व्यावहारिक सिप प्राप्त गर्नसमेत मदत पुऱ्याउने गरी विषयवस्तु समावेश गरिएको छ। त्यसै गरी आर्थिक क्रियाकलापसँग परिचित भई श्रमप्रति सम्मान, अन्तर्राष्ट्रिय समझदारी बढाउन विश्व परिस्थितिका नयाँ परिवर्तनको जानकारी राख्दै स्वतन्त्र, समानता र विश्वबन्धुत्वको भावनाअनुरूप आफूलाई समायोजन हुनु एवम् विश्वमा विकसित सूचना र प्रविधिबाट मानव समाजमा परेका प्रभावलाई आत्मसात् गरी मुलुकको विकासमा टेवा मिलोस् भन्ने उद्देश्य यस संश्लेषित पाठ्यक्रमले राखेको छ।

यस सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षासम्बन्धी संश्लेषित पाठ्यक्रममा तेस्रो तहको सक्षमता, पहिलो र दोस्रो वर्षका लागि संश्लेषित सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण राखिएको छ। यसै गरी सिकारु मूल्याङ्कनका विधि, प्रक्रिया तथा साधनहरू राखिएको छ। पहिलो र दोस्रो वर्षको वार्षिक १६० कार्यघण्टाको समयमध्ये २५ प्रतिशत प्रत्यक्ष कार्यघण्टा र ७५ प्रतिशत स्वनिर्देशित कार्यघण्टा निर्धारण गरिएको छ। यस विषयको सिकारुको सिकाइ उपलब्धि मूल्याङ्कनका लागि ५० प्रतिशत आन्तरिक र ५० प्रतिशत बाह्य मूल्याङ्कन निर्धारण गरिएको छ।

२. तहगत सक्षमता

आधारभूत तह ३ को दुई वर्ष अध्ययनपश्चात् सिकारुमा सामाजिक तथा मानवमूल्य शिक्षा विषयमा निम्नलिखित सक्षमता हासिल हुने छन् :

१. हामी र हाम्रो समाजका विविध पक्षको पहिचान, सम्मान, संरक्षण र संवर्धन
२. स्थानीय तहमा सञ्चालित विकासका कार्यहरूको जानकारी र सहभागिता
३. हाम्रा सामाजिक र मानवीय मूल्यमान्यताहरूको पहिचान, बोध र संरक्षण एवम् संवर्धन
४. राष्ट्रको सम्मान, राष्ट्रियताको जगेर्ना र राष्ट्रिय सम्पदाहरूको संरक्षण
५. नागरिक अधिकार र कर्तव्यको बोध, प्रस्तुति, संरक्षण र संवर्धन
६. सामाजिक समस्या पहिचान र समाधानका उपायको खोजी
७. ऐतिहासिक तथ्यको पहिचान र खोज प्रस्तुति
८. नेपालका विभिन्न आर्थिक क्रियाकलापको बोध तथा प्रस्तुति
९. पृथ्वीको बनोट, नेपालको भौगोलिक अवस्था र तथ्यको पहिचान एवम् नक्सा निर्माण सिपको प्रदर्शन
१०. जलवायु परिवर्तन र विपत् व्यवस्थापनको तयारी र प्रयोग
११. सूचना र प्रविधि एवम् व्यवहारकुशल सिपमा आधारित सिकाइको प्रयोग र प्रवर्धन
१२. जनसाङ्ख्यिकी र जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको बोध र प्रस्तुति
१३. अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध र सहयोगका पक्षको पहिचान र नेपालको हितमा यिनको योगदानको खोजी
१४. समसामयिक घटना र त्यसको प्रभाव पहिचान

३. कक्षागत सिकाइ उपलब्धि

क्रसं	विषयक्षेत्र	तह ३ : पहिलो वर्ष	तह ३ : दोस्रो वर्ष	
		सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धि	कार्यघण्टा
१	हामी र हाम्रो समाज	<ul style="list-style-type: none"> समाज र समुदायको अवधारणा तथा समाज निर्माणका आधार उल्लेख गर्न समाजको उत्पत्ति र विकासक्रम उल्लेख गर्न आफ्नो घर, परिवार र समुदायमा घुलमिल भई सामाजिकीकरण प्रक्रियामा संलग्न हुन गाउँपालिका/नगरपालिका र जिल्ला समन्वय समितिको परिचय दिई यसका संरचना र सेवा वर्णन गर्न आफ्नो गाउँपालिका/नगरपालिकाभित्र भएका विकासका कार्यको सूची तयार पार्न विकासका पूर्वाधार : शिक्षा, स्वास्थ्य, सञ्चार र यातायातको परिचय, महत्त्व एवम् वर्तमान अवस्था उल्लेख गर्न आफ्नो जिल्लामा भएका विकासका सम्भावना पहिचान गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> विकासको अवधारणा र नेपालमा विकासको सम्भावना उल्लेख गर्न विकासको पूर्वाधारका रूपमा खानेपानी, ऊर्जा र जनशक्तिको परिचय, महत्त्व एवम् वर्तमान अवस्था वर्णन गर्न नेपालको सङ्घीय राज्यको स्वरूप पहिचान गर्न आफू बसेको प्रदेशको परिचय, संरचना र त्यहाँको भौगोलिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अवस्था बताउन आफ्नो प्रदेशका प्रमुख विकास कार्यक्रम/आयोजनाको पहिचान गरी तिनको विशेषता र प्रभाव बताउन 	१६ (४+१२)

क्रसं	विषयक्षेत्र	तह ३ : पहिलो वर्ष	तह ३ : दोस्रो वर्ष	
		सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धि	कार्यघण्टा
२	हाम्रो मानव मूल्यमान्यता	<ul style="list-style-type: none"> आत्मअनुशासन र सामाजिक व्यवहारको पालना गर्न मानवमूल्य आत्मसात् गरी मानव सेवाको भावना जागृत गर्न विभिन्न प्रकारका चाडपर्वहरू र धार्मिक संस्कारहरूको महत्त्व बोध गर्न र सम्मान गर्न हाम्रा सांस्कृतिक रीतिरिवाजहरूको खोजी र संरक्षण गर्न विभिन्न सांस्कृतिक तथा धार्मिक सम्पदा स्थलको पहिचान गरी यसको महत्त्व र संरक्षणका उपाय बताउन राष्ट्रिय गौरवका आधारको पहिचान गरी सोअनुरूप आचरण गर्न चरित्र निर्माणमा बालकलबको भूमिका खोजी गर्न र सहभागी हुन 	<ul style="list-style-type: none"> न्याय, शान्ति र अहिंसाको परिपालना गर्न नेपालको सामाजिक तथा धार्मिक परम्परा, प्रचलन तथा संस्कारको खोजी गरी संरक्षण कार्यमा सहभागी हुन विविधतामा एकताका रूपमा नेपालको परिचय दिई सामाजिक सद्भाव र सहिष्णुता कायम राख्न नेपालको राष्ट्रिय सम्पदाहरूको पहिचान गरी संरक्षण र संवर्धन कार्यमा सहभागी हुन राष्ट्रिय सरोकारका विषयप्रति सचेत रहि राष्ट्रियताको जगेर्ना गर्न विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रेरणादायक व्यक्तित्वको खोजी गरी सम्मान गर्न र उनीहरूको कामबाट प्रेरणा लिन सिर्जनशीलता र चरित्र निर्माणमा स्काउटको भूमिकाको खोजी तथा अभ्यास गर्न 	२० (५+१५)
३	नागरिक चेतना	<ul style="list-style-type: none"> नागरिकको परिचय दिई नागरिक कर्तव्य पालन गर्न र अधिकारप्रति सचेत रहन लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यताको अनुसरण गर्न सामाजिक नियमको पालना गर्न बाल अधिकार र कर्तव्य पहिचान गरी बाल अधिकारको उपयोगप्रति सचेत रहन मानव अधिकार र मौलिकहकहरूको परिचय दिन महिला अधिकारको परिचय दिन आफ्नो व्यक्तिगत तथा पारिवारिक सुरक्षा सम्बन्धमा सजग रहन ट्राफिक नियमको परिचय र फाइदा बताउन एवम् यसको पालना गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> राज्यका आधारभूत तत्व पहिचान गर्न संविधानको परिचय दिई नेपालको वर्तमान संविधानको विशेषता उल्लेख गर्न संविधान र कानून निर्माण प्रक्रियाको परिचय दिन सङ्घीय र प्रदेश सरकारको गठन प्रक्रिया र यसका कार्यहरू उल्लेख गर्न नेपालका न्यायपालिकाको परिचय दिई यसका कार्यहरू वर्णन गर्न समावेशीकरणको अवधारणा एवम् महत्त्व बताउन लोकतान्त्रिक गणतन्त्रमा नागरिकको भूमिका उल्लेख गर्न सेवा प्रवाह र सुशासनमा राष्ट्रसेवकको भूमिका प्रस्ट पार्न 	२० (५+१५)

क्रसं	विषयक्षेत्र	तह ३ : पहिलो वर्ष	तह ३ : दोस्रो वर्ष	
		सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धि	कार्यघण्टा
४	सामाजिक समस्या र समाधान	<ul style="list-style-type: none"> सामाजिक विकृति र समस्याका कारणको पहिचान गरी समाधानका उपाय अवलम्बन गर्न सामाजिक समस्या समाधानमा व्यक्ति, परिवार र स्थानीय सङ्घसंस्थाको भूमिका खोजी गर्न परिवार, कक्षाकोठा र विद्यालयमा हुनसक्ने विवादको पहिचान गरी त्यसको समाधानमा आफ्नो भूमिका प्रस्तुत गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> विभिन्न सामाजिक विकृति र समस्याको पहिचान गर्न र सामाजिक समस्या समाधानका उपाय पत्ता लगाउन सामाजिक समस्या समाधानमा विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय सङ्घसंस्थाहरूको भूमिका उल्लेख गर्न छरछिमेक र समाजमा हुने द्वन्द्वका कारण पत्ता लगाई यसको व्यवस्थापनका उपाय खोजी गरी त्यसको व्यावहारिक अभ्यास गर्न 	२० (५+१५)
५	हाम्रो विगत	<ul style="list-style-type: none"> नेपाल एकीकरणमा नेपाली जनताको सहभागिता उल्लेख गर्न नेपाल अङ्ग्रेज युद्ध र सुगौली सन्धिको परिचय दिन र सुगौली सन्धिका परिणाम बताउन राणाकालीन राजनीतिक अवस्था र सामाजिक तथा आर्थिक सुधारको बोध प्रस्तुत गर्न वि.सं. २००७ देखि हाल सम्मको प्रमुख राजनीतिक घटनाक्रम र सामाजिक तथा आर्थिक उपलब्धि बताउन मिथिला र सिन्जा सभ्यता र यसले जनजीवनमा पारेको प्रभाव बताउन 	<ul style="list-style-type: none"> प्राचीन र मध्यकालिन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक अवस्थाको वर्णन गर्न नेपालमा लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको प्राप्तपछिका आर्थिक र सामाजिक सुधारका पक्ष खोजी गर्न हाम्रा राष्ट्रिय विभूति र वीर सहिदको परिचय र योगदान बताउन युनानी (ग्रेस र रोम) को सभ्यता र पुनर्जागरणको छोटो परिचय दिन तथा यसले मानव जीवनमा पारेको प्रभाव बताउन 	२० (५+१५)
६	हाम्रा आर्थिक क्रियाकलाप	<ul style="list-style-type: none"> नेपालका आर्थिक क्रियाकलापको परिचय, महत्त्व, वर्तमान अवस्था, समस्या र समाधानका उपाय उल्लेख गर्न वस्तुको गुणस्तर र उपभोक्ता अधिकार पहिचान गरी सचेत रहन सरकारी खर्च र आयस्रोत उल्लेख गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> मौद्रिक कारोवारको अवधारणालाई व्यावहारिक प्रयोग नेपालका वित्तीय संस्थाबाट प्राप्त गर्न सकिने सेवाहरू उल्लेख गर्न नेपालको पर्यटन व्यवसाय/उद्योग महत्त्व र रोजगार प्रवर्धनका उपाय उल्लेख गर्न नेपालको वैदेशिक व्यापारको महत्त्व र वर्तमान अवस्था उल्लेख गर्न वैदेशिक रोजगारीको चुनौती र अवसर पहिचान गर्न 	२० (५+१५)

क्रसं	विषयक्षेत्र	तह ३ : पहिलो वर्ष	तह ३ : दोस्रो वर्ष	
		सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धि	कार्यघण्टा
७	हाम्रो पृथ्वी	<ul style="list-style-type: none"> पृथ्वीको दैनिक र वार्षिक गति वर्णन र प्रभाव विश्लेषण गर्न धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्व उल्लेख गर्न भौगोलिक स्वरूपअनुसार नेपालका हावापानी, नदीनाला र वनस्पति र मानव जीवनबिचको सम्बन्ध उल्लेख गर्न आफ्नो गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको नक्सामा विभिन्न तथ्यहरू राखी निर्माण गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> मौसम र हावापानी हावापानीबिच फरक छुट्याई हावापानीमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्वहरू उल्लेख गर्न जलवायु परिवर्तनका कारण र असर उल्लेख गर्न नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय सिमाना, छिमेकी देशहरू पहिचान गरी सम्बन्ध उल्लेख गर्न विपत्का कारण पहिचान गरी विपत् व्यवस्थापन उपाय उल्लेख गर्न विपत् व्यवस्थापनमा रेडक्रस प्रदेश सरकार र सङ्घसंस्थाको भूमिका वर्णन गर्न नेपालको नक्सामा विभिन्न तथ्य राखी तथा निर्माणमा प्रयोगात्मक कार्य गर्न 	२० (५+१५)
८	जनसंख्या र यसको व्यवस्थापन	<ul style="list-style-type: none"> जनसङ्ख्या र जनसाङ्ख्यिकीको परिचय दिई जनसाङ्ख्यिक तत्त्व उल्लेख गर्न साथै जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोत वर्णन गर्न नेपालको जनसाङ्ख्यिक अवस्था उल्लेख गर्न जनसाङ्ख्यिक बनोटले सामाजिक जनजीवनमा पार्ने प्रभाव उल्लेख गर्न राष्ट्रिय जनगणनाको महत्त्वसहित गणना प्रक्रिया उल्लेख गर्न । जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारण र परिणाम पहिल्याउन जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको महत्त्व, व्यवस्थापनका उपाय र व्यवस्थापनमा स्थानीय सरकार र सङ्घसंस्थाको भूमिका उल्लेख गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> जनसाङ्ख्यिक परिवर्तनका निर्धारक तत्त्व र मापनका तरिका उल्लेख गर्न नेपालको ग्रामीण र सहरी जनसङ्ख्या बनोट वर्णन गरी जनसङ्ख्या बनोटले सामाजिक र आर्थिक जनजीवनमा पार्ने प्रभाव उल्लेख गर्न नेपालको भौगोलिक र प्रादेशिक जनसङ्ख्याको वितरण र जनघत्वको विश्लेषण गर्न जनसाङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवनबिचको सम्बन्ध बताउन नेपालमा बसाइँसराइ कारण र प्रभाव उल्लेख गर्न 	१२ (३+१२)
९	अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध, समसामयिक घटना र सूचना प्रविधि	<ul style="list-style-type: none"> नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध र सहयोग पहिचान गर्न सूचना प्रविधिको समुचित प्रयोग दुरुपयोगका असर उल्लेख गर्न एसियाका भूपरिवेष्ठित राष्ट्रहरू पहिचान गरी सम्भावना र समस्या एवम् समाधानका उपाय वर्णन गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> विभिन्न कुटनीतिक नियोग र यसका कार्य वर्णन गर्न सार्क र संयुक्त राष्ट्रसङ्घको परिचय र सम्बन्ध उल्लेख गर्न बिमस्टेक परिचय र नेपालले प्राप्त गरेका उपलब्धि उल्लेख गर्न 	१२ (३+१२)

४. विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
१. हामी र हाम्रो समाज	<p>१.१ समुदाय र समाज</p> <ul style="list-style-type: none"> - समाज र समुदायको अवधारणा - समाज र समुदायको समानता र भिन्नता - समाज निर्माणका आधार <p>१.२ समाजको उत्पत्ति र विकासक्रम</p> <ul style="list-style-type: none"> - प्रारम्भिक चरण : जङ्गली वा ढुङ्गे युग - मध्य चरण : बर्बर युग - आधुनिक चरण : सभ्य युग <p>१.३ सामाजिकीकरण</p> <ul style="list-style-type: none"> - परिचय - महत्त्व - माध्यम <p>१.४ गाउँपालिका, नगरपालिका र जिल्ला समन्वय समिति</p> <ul style="list-style-type: none"> - परिचय - संरचना र गठन प्रक्रिया - प्रदान गर्ने सेवा र सुविधा <p>१.५ गाउँपालिका र नगरपालिकाभित्र भएका विकासका कार्य र आफ्नो जिल्लाका विकासका सम्भावना</p> <ul style="list-style-type: none"> - पूर्वाधारको विकास (शिक्षा, स्वास्थ्य, सञ्चार र यातायात आदि) - व्यवस्थित बसोबास - वातावरण संरक्षण - विपत् व्यवस्थापन - जिल्लाभित्र भएका विकासका सम्भावनाका क्षेत्र र आफ्नो जिल्लामा हाल भएका विकासका कार्य/आयोजना (जस्तै : सिँचाई, पर्यटन, जडीबुटी, खानेपानी, सडक विस्तार कार्यक्रम) <p>१.६ विकासको पूर्वाधार</p> <ul style="list-style-type: none"> - परिचय - महत्त्व - पूर्वाधारको पहिचान (साक्षरता, सडक, सिँचाई, खानेपानी) 	<p>१.१ विकासको अवधारणा</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय, आवश्यकता र महत्त्व ● विकासको अवस्था (विकसित, विकासोन्मुख र अल्पविकसित) ● नेपालमा विकासका सम्भावना (जस्तै : प्राकृतिक स्रोत साधन, मानवीय स्रोत आदि) <p>१.२ विकासको पूर्वाधार (परिचय, महत्त्व, वर्तमान अवस्था)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● खानेपानी ● ऊर्जा ● जनशक्ति <p>१.३ सङ्घीय राज्यको अवधारणा</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● आवश्यकता र महत्त्व (सामाजिक विविधताको सम्मान, सन्तुलित र समानुपातिक विकास, सामाजिक न्याय, अवसरको न्यायोचित वितरण) <p>१.४ आफू बसेको प्रदेश</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● संरचना र कार्य ● आफू बसेको प्रदेशको भौगोलिक अवस्थिति, सामाजिक/सांस्कृतिक रहनसहन र आर्थिक अवस्था । <p>१.५ आफ्नो प्रदेशमा रहेका प्रमुख विकास कार्यक्रम/आयोजना</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नाम र परिचय ● महत्त्व ● विशेषता र त्यसले पार्ने प्रभाव

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
२. हाम्रो सामाजिक मूल्य मान्यता	<p>२.१ हाम्रा मूल्य मान्यता</p> <ul style="list-style-type: none"> • आत्म अनुशासन - मर्यादित व्यवहार : अनुशासन, नियमका पालना - सत्य निष्ठा : सोच विचार गरेर बोल्न, सत्य वचन बोल्ने - सत्कार्य : सहयोग, सहकार्य, सेवा, समभाव - संयमित र सभ्य आचरण : धैर्य, सहनशील, शान्ति र संयमता • सामाजिक व्यवहार - घुलमिल र मेलमिलाप - भेटघाट - अनुभव आदान प्रदान - सामूहिक सोच र भावना - सामाजिक कार्यमा संलग्नता <p>२.२ हाम्रा मानव मूल्यमान्यता</p> <ul style="list-style-type: none"> • मानव मूल्य र सेवा (आपसी सद्भाव, इमानदारी, भाइचारा, निष्पक्षता, सहिष्णुता, जिम्मेवारी, सेवा र एकता) <p>२.३ हाम्रा चाडपर्वहरू र धार्मिक संस्कार</p> <ul style="list-style-type: none"> • विभिन्न सांस्कृतिक चाडपर्व (दसैं, तिहार, छठ, इद, ल्होसार र क्रिसमस आदि) - परिचय - महत्त्व - सहभागिता र सम्मान (धार्मिक सहिष्णुता) • धार्मिक संस्कार - धार्मिक गतिविधि (आराधना/ भक्ति/ प्रार्थना, पूजा, व्रत, दान, दीनदुःखी असहायप्रतिको सेवा, अहिंसा) <p>२.४ सांस्कृतिक रीतिरिवाज</p> <ul style="list-style-type: none"> • लोकगीत, लोकबाजा, लोकधुन, लोकनृत्य, गरगहना, पर्व र संस्कारअनुसारका पहिरन • मौलिक परिकार (सेलरोटी, खिर, खिचडी, बारा फुलौरा, कसार, ढिँडो, योमोरी, ढिकिरी, भक्का, ठेकुवा, भुसुवा, गुन्दुक, मस्यौरा आदि) <p>२.५ हाम्रो पहिचान, हाम्रो गौरव</p> <ul style="list-style-type: none"> • सामाजिक / सांस्कृतिक विविधता, प्राकृतिक सौन्दर्य, ऐतिहासिक सम्पदा र व्यक्तित्व, शान्ति र सहिष्णु संस्कार • विश्व सम्पदा सूचीमा रहेका सम्पदाहरू <p>२.६ राष्ट्रिय व्यक्तित्व पहिचान र सम्मान</p> <ul style="list-style-type: none"> • जयपृथ्वीबहादुर सिंह • खगेन्द्र बस्नेत (संस्थापक खगेन्द्र नवजीवन केन्द्र) • योगमाया न्यौपाने • भानुभक्त आचार्य • विद्यापति <p>२.८ बालक्लब</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • महत्त्व र सहभागिता 	<p>२.१ न्याय, शान्ति र अहिंसाको पालना</p> <ul style="list-style-type: none"> • न्यायिक व्यवहार र यसको पालना • मानसिक शान्तिको अभ्यास • शान्त र संयमित व्यवहार • वचन र कर्मबाट परपीडनको निवारण • प्राणीलाई कष्टबाट मुक्ति • अरूको ईर्ष्या नगर्नु र अहित नसोच्नु <p>२.२ नेपालमा प्रचलित सामाजिक परम्परा, प्रचलन र सामाजिक संस्कार</p> <ul style="list-style-type: none"> • गुठी, भेजा, पर्मा, पैँचो, ढिकुर, बडघर, माइजन, रोधी <p>२.३ नेपालमा प्रचलित सामाजिक तथा धार्मिक क्रियाकलाप</p> <ul style="list-style-type: none"> • जातिगत परम्परा र संस्कार (जन्म संस्कार, विवाह संस्कार, मृत्यु संस्कार आदि) • धार्मिक एवम् सांस्कृतिक क्रियाकलाप <p>२.४ नेपालमा विविधताको सम्मान, एकता, सामाजिक सद्भाव र सहिष्णुता (भौगोलिक धार्मिक, भाषिक, सांस्कृतिक, जातीय, वर्गीय, क्षेत्रीय, लिङ्ग, अपाङ्गता, पेसा व्यवसाय, खानपान, अभिरुचि)</p> <p>२.५ नेपालको राष्ट्रिय सम्पदा</p> <ul style="list-style-type: none"> • राष्ट्रिय सम्पदाहरूको पहिचान • राष्ट्रिय सम्पदाहरूको संरक्षण र संवर्धन <p>२.६ राष्ट्रको सम्मान र राष्ट्रियताको जगेर्ना</p> <ul style="list-style-type: none"> • राष्ट्रिय अखण्डता • आत्मसम्मान • स्वाभिमान • सार्वभौमिकता • सहअस्तित्व <p>२.७ राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय व्यक्तित्व</p> <ul style="list-style-type: none"> • योगी नरहरिनाथ • फाल्गुनन्द लिङ्देन • शङ्खधर साख्वा • हेनरी ड्युना • मदर टेरेसा <p>२.८ स्काउट</p> <ul style="list-style-type: none"> • स्काउटको परिचय, भूमिका • चरित्र निर्माण • अभ्यास

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
३. नागरिक चेतना	<p>३.१ नागरिकको परिचय र नागरिक कर्तव्य एवम् अधिकार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नागरिकको परिचय ● कर्तव्य र अधिकार (बाल अधिकार र कर्तव्य) ● अधिकारको उपयोग र अरूको अधिकारप्रति सम्मान ● कर्तव्यको पालना <p>३.२ लोकतान्त्रिक संस्कार र मूल्यमान्यता</p> <ul style="list-style-type: none"> ● लोकतान्त्रिक संस्कारको परिचय र विकास गर्न अवलम्बन गर्नुपर्ने उपाय ● लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यताको परिचय, महत्त्व <p>३.३ हाम्रा सामाजिक नियम</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● यसको पालनाबाट हुने फाइदा ● सामाजिक नियम र कानुनबिच भिन्नता <p>३.४ मानव अधिकार र मौलिक हक</p> <ul style="list-style-type: none"> ● मानव अधिकारको अर्थ र उपयोग ● मौलिक हकको अर्थ र उपयोग ● मानव अधिकार र मौलिक हकबिच भिन्नता <p>३.५ महिला अधिकार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● महत्त्व <p>३.६ व्यक्तिगत तथा पारिवारिक सुरक्षा</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● सुरक्षित रहने उपाय ● सुरक्षाका लागि काम गर्ने निकाय (नेपाली सेना, प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी र विशेष प्रहरी) ले शान्ति सुरक्षामा पुऱ्याएको योगदान) <p>३.६ ट्राफिक नियम</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● ट्राफिक सङ्केत ● ट्राफिक नियमको पालना ● ट्राफिक नियमको पालनाबाट हुने फाइदा 	<p>३.१ राज्यका आधारभूत तत्त्व</p> <ul style="list-style-type: none"> ● राज्यको अर्थ ● राज्यका आधारभूत तत्त्व <ul style="list-style-type: none"> - भूमि - जनसङ्ख्या - सरकार - सार्वभौमसत्ता - संविधान <p>३.२ संविधान र सङ्घीय संसद् (सङ्घीय व्यवस्थापिका)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● संविधानको परिचय/नेपालको संविधानको विशेषता ● सङ्घीय संसद्को भूमिका एवम् कार्यहरू ● सङ्घीय संसद्का दुवै सदनको गठन प्रक्रिया ● प्रदेश व्यवस्थापिका <p>३.३ सङ्घीय सरकार (कार्यपालिका) र प्रदेश सरकार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● सङ्घीय र प्रदेश सरकारको परिचय ● सङ्घीय र प्रदेश सरकारको गठन प्रक्रिया ● सङ्घीय र प्रदेश सरकारका कार्य <p>३.४ न्यायपालिका</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय, गठन प्रक्रिया र कार्य <p>३.५ समावेशीकरण</p> <ul style="list-style-type: none"> ● समावेशीकरणको अवधारणा तथा समावेशीकरणको आवश्यकता <p>३.६ लोकतान्त्रिक गणतन्त्र</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● लोकतान्त्रिक गणतन्त्रमा नागरिकको भूमिका <p>३.६ सेवा प्रवाह र सुशासन</p> <ul style="list-style-type: none"> ● सेवा प्रवाहको अवधारणा ● सुशासनको अवधारणा ● सुशासन र सेवा प्रवाहमा राष्ट्रसेवकको भूमिका

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
४. सामाजिक समस्या र समाधान	<p>४.१ सामाजिक विकृति, असर र समाधानका उपाय</p> <ul style="list-style-type: none"> अन्धविश्वास (बोक्सी, धामीभाँक्री आदि) छुवाछुत घरेलु हिंसा (वृद्धवृद्धाप्रति हुने दुर्व्यवहार) बालश्रम <p>४.३ सामाजिक समस्या समाधानमा व्यक्ति, परिवार र स्थानीय सङ्घसंस्थाको भूमिका</p> <p>४.४ विवाद/द्वन्द्व र यसको समाधान</p> <ul style="list-style-type: none"> परिवार, कक्षाकोठा र विद्यालयमा हुने विवाद/द्वन्द्वका कारण, असर र व्यवस्थापनमा सहयोग विवाद समाधान (सञ्चारको भूमिका, समभाव र सकारात्मक सोच) 	<p>४.१ सामाजिक समस्या र विकृति</p> <ul style="list-style-type: none"> देखासिखी र फजुल खर्च बौद्धिक पलायन दाइजो प्रथा लागुपदार्थ दुर्व्यसन भ्रष्टाचार (आर्थिक र नैतिक) <p>४.२ सामाजिक समस्या र विकृति हटाउने उपाय</p> <ul style="list-style-type: none"> आत्म अनुशासनको पालना व्यावहारिक शिक्षामा जोड असल संगत सदाचार कानूनको परिपालना देखासिखी गर्ने प्रवृत्तिको निरुत्साहन <p>४.३ सामाजिक समस्या र विकृति समाधानमा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय सङ्घसंस्थाको भूमिका</p> <p>४.४ द्वन्द्व र व्यवस्थापन</p> <ul style="list-style-type: none"> समाजमा द्वन्द्व (कारण, असर र समाधान) द्वन्द्व समाधानमा सञ्चारको भूमिका (दोहोरो सञ्चार, वार्ता, मध्यस्थता, सम्झौता)
५. हाम्रो विगत	<ul style="list-style-type: none"> सुगौली सन्धिपछिको राजनीतिक अवस्था <p>५.३ राणाकालीन समाज</p> <ul style="list-style-type: none"> राजनीतिक अवस्था सामाजिक अवस्था आर्थिक अवस्था <p>५.४ वि.सं. २००७ देखि हालसम्मका प्रमुख राजनीतिक घटनाक्रम र उपलब्धि</p> <ul style="list-style-type: none"> प्रमुख राजनीतिक घटनाक्रम सामाजिक तथा आर्थिक उपलब्धि <p>५.५ मानव सभ्यता</p> <ul style="list-style-type: none"> सिँजा उपत्याका र मिथिलाको सभ्यता मानव जीवनमा परेको प्रभाव 	<p>५.१ नेपाल शब्दको उत्पत्ति</p> <ul style="list-style-type: none"> नेपाल शब्दको अर्थ र उत्पत्तिसम्बन्धी किंवदन्ती <p>५.२ नेपालको प्राचीन कालका सामाजिक र आर्थिक गतिविधि (गोपाल, महिषपाल र किरात)</p> <p>५.३ काठमाडौँ उपत्यकाको प्राचिन विगत र सभ्यता</p> <p>५.४ मध्यकालीन नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्था तथा कला संस्कृति</p> <ul style="list-style-type: none"> काठमाडौँ उपत्यका सेन राज्य : पाल्पा, मकवानपुर, चौदण्डी र विजयपुर बाइसी र चौबिसी राज्यहरू <p>५.५ हाम्रा राष्ट्रिय विभूति</p> <p>५.६ हाम्रा वीर सहिदको परिचय र योगदान</p> <ul style="list-style-type: none"> लखन थापा • गङ्गालाल श्रेष्ठ दशरथ चन्द • शुक्रराज शास्त्री धर्मभक्त माथेमा <p>५.७ मानव सभ्यता</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय युनानी (ग्रिस र रोम) सभ्यताको परिचय र प्रभाव सिन्धु घाँटीको सभ्यताको परिचय र प्रभाव <p>५.८ पुनर्जागरण</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय • उपलब्धि

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
६. हाम्रा आर्थिक क्रियाकलाप	<p>६.१ नेपालका आर्थिक क्रियाकलापको सम्बन्ध (परिचय र महत्त्व, वर्तमान समस्या र समाधानका उपाय)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कृषि ● उद्योग ● सेवा ● व्यापार ● पर्यटन <p>६.२ वस्तुको गुणस्तर र उपभोक्ता अधिकार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● वस्तुको गुणस्तर पहिचानका आधार ● उपभोक्ता अधिकार ● कानुनी, व्यवस्था र सचेतना <p>६.३ सरकारी आय र व्यय</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● आयका स्रोत (कर र गैरकर आय) ● सरकारी व्ययका क्षेत्र 	<p>६.१ मौद्रिक कारोवार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● अवधारणा ● व्यावहारिक प्रयोग <p>६.२ नेपालका वित्तीय संस्था</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● यिनीहरूबाट प्राप्त गर्न सकिने सेवा <p>६.३ नेपालको पर्यटन व्यवसाय/उद्योग</p> <ul style="list-style-type: none"> ● वर्तमान अवस्था ● महत्त्व ● पर्यटन व्यवसाय र रोजगार प्रवर्धन <p>६.४ नेपालको वैदेशिक व्यापार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● वर्तमान अवस्था ● महत्त्व ● प्रवर्धनका उपाय <p>६.५ वैदेशिक रोजगारी</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● चुनौती र अवसर

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
७. हाम्रो पृथ्वी	<p>७.१ पृथ्वीको परिचय</p> <ul style="list-style-type: none"> उत्पत्ति, आकार, संरचना (आन्तरिक र बाह्य) र गति गोलार्ध, अक्षांश र देशान्तर धरातलीय स्वरूप र मानवबिचको सम्बन्ध <p>७.२ पृथ्वीको दैनिक र वार्षिक गति र प्रभाव</p> <ul style="list-style-type: none"> दिन र रात ऋतु परिवर्तन <p>७.३ धरातलीय स्वरूपमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्व</p> <ul style="list-style-type: none"> आन्तरिक बाह्य <p>७.४ नेपालका हावापानी, नदीनाला र वनस्पति</p> <ul style="list-style-type: none"> हावापानी : उष्ण मनसुनी, न्यानो समशीतोष्ण, ठन्डा समशीतोष्ण, लेकाली र हिमाली नदी प्रवाह क्षेत्र : कोसी, गण्डकी र कर्णाली (हिमनदी र तालसमेत) वनस्पति : उष्ण प्रदेशीय सदावहार, समशीतोष्ण पतभ्रर, समशीतोष्ण कोणधारी, लेकाली र हिमाली वा टुन्ड्रा हावापानी, नदीनाला, वनस्पति र मानव जीवनको सम्बन्ध आर्थिक गतिविधि र सामाजिक रहनसहनबिचको सम्बन्ध <p>७.५ नेपालको हिमाल, पहाड र तराईको भौगोलिक विवरण र विशेषता</p> <p>७.६ आफ्नो गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको नक्सामा विभिन्न तथ्य</p> <ul style="list-style-type: none"> घर तथा बस्ती वितरण सांस्कृतिक स्थान बाटो तथा सडक विद्यालय, स्वास्थ्य संस्था, पुल, खेल मैदान, खाली चउर वनजङ्गल, खेती क्षेत्र आदि 	<p>७.१ मौसम र हावापानी</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय मौसम र हावापानीमा फरक हावापानीमा परिवर्तन ल्याउने तत्त्व <ul style="list-style-type: none"> अक्षांश उचाइ सामुद्रिक दूरता जमिनको ढाल सामुद्रिक धार वनजङ्गल माटो स्थानीय तत्त्व <p>७.२ जलवायु परिवर्तन</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय कारण मानव जीवनमा पार्ने असर अनुकूलन नेपालमा सिर्जित समस्या र न्यूनीकरणका उपाय <p>७.३ नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय सिमाना, छिमेकी देश</p> <ul style="list-style-type: none"> भारत चीन सार्क राष्ट्रका अन्य मुलुक छिमेकी राष्ट्रसँग नेपालको सम्बन्ध <p>७.४ विपत् व्यवस्थापन</p> <ul style="list-style-type: none"> नेपालमा घट्ने विपत्का घटना र जोखिमको न्यूनीकरणका उपाय विपत् व्यवस्थापन र रेडक्रस विपत् व्यवस्थापनमा प्रदेश सरकार र सङ्घसंस्थाको भूमिका <p>७.५ नक्सा तथा प्रयोगात्मक कार्य</p> <ul style="list-style-type: none"> विभिन्न प्रकारका सङ्केत नेपालको नक्सा निर्माण भौगोलिक तथ्य भर्ने तथ्यलाई विभिन्न चार्ट, ग्राफमा प्रस्तुति दुरी, दिशा र सङ्केत प्रयोग गरी नक्सा निर्माण

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
द. जनसंख्या र यसको व्यवस्थापन	<p>द.१ जनसङ्ख्या र नेपालको जनसाङ्ख्यिकी अवस्था</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● जनसाङ्ख्यिक तत्त्वहरू (जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइ) ● जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोत - जनगणना - पञ्जीकरण - अभिलेख ● जनसाङ्ख्यिक बनोट (उमेर, लिङ्ग, जाति भाषा, धर्म) ● जनसाङ्ख्यिक बनोटले सामाजिक र आर्थिक जनजीवनमा पार्ने प्रभाव <p>द.२ राष्ट्रिय जनगणना र जनसाङ्ख्यिक परिवर्तन</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय र ऐतिहासिकता ● महत्त्व ● जनगणना प्रक्रिया ● जनसङ्ख्या परिवर्तनका कारण र परिणाम <p>द.३ नेपालको जनसाङ्ख्यिक अवस्था</p> <ul style="list-style-type: none"> ● आकार ● वृद्धिदर ● जनघनत्व <p>द.४ जनसङ्ख्या व्यवस्थापन</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● जनसङ्ख्या व्यवस्थापन परिचय र महत्त्व ● जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका उपाय ● जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा स्थानीय सरकार र सङ्घसंस्थाको भूमिका 	<p>द.१ जनसाङ्ख्यिक परिवर्तनका निर्धारक तत्त्व</p> <ul style="list-style-type: none"> ● जन्म ● मृत्यु ● बसाइँसराइ ● जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइको मापन ● जनसङ्ख्या दोब्बर हुन लाग्ने समय <p>द.२ नेपालको जनसङ्ख्या</p> <ul style="list-style-type: none"> ● जनसङ्ख्याको बनोट ● (लैङ्गिक, साक्षरता, पेसा, ग्रामीण तथा सहरी जनसङ्ख्या) ● जनसङ्ख्याको बनोटले सामाजिक र आर्थिक जनजीवनमा पार्ने प्रभाव <p>द.३ नेपालको जनसङ्ख्याको वितरण र जनघत्व</p> <ul style="list-style-type: none"> ● भौगोलिक प्रदेश : हिमाल, पहाड, उपत्यका, भित्री मधेश र तराई ● प्रादेशिक तह : सात प्रदेश ● जनसाङ्ख्यिक अवस्था र गुणस्तरीय जीवन <p>द.४ नेपालमा बसाइँसराइ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कारण ● प्रभाव

विषयवस्तुको क्षेत्र	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : पहिलो वर्ष	विषयवस्तु र तिनको विस्तृतीकरण : दोस्रो वर्ष
९. अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध, समसामयिक घटना र सूचना प्रविधि	<p>९.१ नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध, सहयोग र भूपरिवेष्टित राष्ट्र</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● महत्त्व ● छिमेकी देशहरूसँग आपसी सहयोग र सम्बन्ध ● एसियाका भूपरिवेष्टित राष्ट्रहरू सम्भावना र समस्या एवम् समाधानका उपाय <p>९.२ सूचना प्रविधि (इन्टरनेट, गुगल, इमेल, स्काइप, फेसबुक, म्यासेन्जर) को परिचय र समुचित प्रयोग दुरुपयोगका असर</p> <p>९.३ समसामयिक गतिविधि र घटना</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पहिचान ● सङ्कलन ● समाजमा पार्ने प्रभाव 	<p>९.१ विभिन्न कूटनीतिक नियोग र यसका कार्य</p> <ul style="list-style-type: none"> ● राजदूतावास ● महावाणिज्य दुतावास ● संयुक्त राष्ट्रसङ्घ स्थायी नियोग ● कार्नासलर कार्यालय <p>९.३ बिमस्टेक (Bay of Bengal Initiative for Multi-Sectoral Technical and Economic Cooperation /BIMSTEC)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नेपालले प्राप्त गरेका उपलब्धि <p>९.४ सार्क र संयुक्त राष्ट्रसङ्घ (United nations organization/UNO)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● सार्क र संयुक्त राष्ट्रसङ्घ र नेपालबिचको सम्बन्ध र सहयोग <p>९.५ साइबर अपराध</p> <ul style="list-style-type: none"> ● साइबर अपराधको परिचय ● नेपालमा साइबर अपराध ● साइबर अपराध विरुद्धको सचेतना र कानुनी व्यवस्था

५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

निर्धारित सक्षमता र कक्षागत सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्नका लागि सहजकर्ता र सिकारुले विषयवस्तुमा आधारित भई गराउनु र गर्नुपर्ने क्रियाकलाप सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप हुन् । सामाजिक अध्ययन र मानवमूल्य शिक्षाको पाठ्यक्रम विभिन्न सामाजिक विज्ञानका क्षेत्रलाई समेटेर एकीकृत रूपमा तयार गरिएको छ । यसमा उल्लेख गरिएका विषयवस्तुको सिकाइ सहजीकरणमा सबै क्षेत्रलाई समान महत्त्व दिनुपर्ने हुन्छ । सम्बन्धित विषयवस्तुको एकीकृत रूपमा अध्ययन गराई सिकारुमा विषयवस्तुको ज्ञान, सिप र धारणाको विकास गराउनुपर्छ । यस विषयले व्यावहारिक सिकाइलाई विशेष जोड दिने हुँदा सिकारुलाई आआफ्नो गाउँ, टोल, समुदायसँग सम्बन्ध राखी व्यावहारिक ज्ञान हासिल गराउने क्रियाकलाप गराउनुपर्छ । यसका लागि कक्षाभित्र र बाहिरसमेत परिवार, टोल, समुदाय, स्थानीय सङ्घसंस्था र स्थानीय सरकारसँग पनि सम्बन्ध स्थापना गर्दै सिकाइलाई विशेष जोड दिइनुपर्छ ।

सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षाका विषयवस्तुलाई जस्ताको तस्तै कण्ठ गराउने शिक्षण पद्धतिलाई निरुत्साहित गरी सिकारुलाई आफ्ना समुदायमा खोज गरी आफैँ गरेर सिकने किसिमका क्रियाकलापमा जोड दिइनुपर्छ । यसबाट सिकारुमा सिकेका कुरालाई सिर्जनात्मक क्षमता र विश्लेषण गर्ने प्रतिभाको विकास गर्न मदत पुग्छ । सामाजिक अध्ययनले सिकारुका विभिन्न सिर्जना (जस्तै : कथा, कविता, नाटक, समाचार, चिठी,

सम्पादकीय, गीत, प्रतिवेदन, रेखाचित्र, वृत्तचित्र, स्तम्भचित्र, तालिका, तस्बिर, नक्सा, फोटो) मार्फत भाव अभिव्यक्त गर्नु भन्ने लक्ष्य राखेको छ । यी विभिन्न सिप मध्य सिकारुलाई आफ्ना रुचिअनुसारका सिपको विकास गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्छ । बहुबौद्धिकताको सिद्धान्तअनुरूप सिकारुको रुचि र क्षमताअनुसारका ज्ञान, सिप एवम् मूल्यहरूको विकास गर्नका लागि सँगसँगै क्रियाकलापमा पनि विविधता ल्याउनुपर्छ । यसका निमित्त सहजकर्ताद्वारा निर्मित सिकाइ योजनाको ठुलो भूमिका रहन्छ । सिकारुलाई क्रियाकलापमा आधारित गरी गरेर सिकने वातावरण र अवसर प्रदान गर्नुपर्छ भन्ने सोच र चिन्तनको अभिवृद्धि गराउनु नै यसको मूल लक्ष्य हो ।

यो विषय अध्यापन गर्दा प्रयोग गर्न सकिने सम्भावित केही शिक्षण विधि रहेका छन् । जस्तै : प्रश्नोत्तर, प्रदर्शन, समस्या समाधान, छलफल, अवलोकन, सोधखोज, अभिनय, परियोजना, प्रयोग, स्थलगत भ्रमण, घटना अध्ययन, समालोचनात्मक चिन्तन, सामुदायिक कार्य इत्यादि । समालोचनात्मक चिन्तन सिप विधि पछिल्लो समयमा विकास गरिएको विधिका रूपमा लिइन्छ । यसअर्न्तगत मष्तिष्क मन्थन (brain storming), सङ्गठित सिंहावलोकन (structure overview), जिग्सा (jig-saw), शब्दार्थ चित्र (semantic map), जोडीमा पढाइ र जोडीमा सारांश (paired reading-paired summarizing), द्रुत लेखन (quick write), मान्यता (value line) जस्ता तरिका आवश्यकतानुसार प्रयोग गर्न सकिन्छ । यी शिक्षण विधि नमुना मात्र भएकाले सहजकर्ताले परिस्थितिअनुकूल विधिहरू छनोट गरी सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नुपर्छ । जुनसुकै क्रियाकलाप गराउँदा पनि सिकारुकेन्द्रित हुनु आवश्यक हुन्छ । अध्यापन गर्दा सिकारुको सहभागितालाई विशेष प्रोत्साहित गर्नुपर्छ । सिकारु आफैँलाई कुनै कुनै समस्या समाधान गर्न गाह्रो तथा अप्ठ्यारो पर्न सक्छ त्यस्तो अवस्थामा मात्र कमीकमजोरीलाई राम्ररी केलाई सहजकर्ताद्वारा सहयोग पुऱ्याई समाधान गरिदिनु उचित हुन्छ ।

६. प्रयोगात्मक/परियोजना कार्यका लागि सम्भावित क्रियाकलाप

(क) पहिलो वर्षका लागि

१. तपाईंको गाउँपालिका/नगरपालिकामा गई जनप्रतिनिधिहरूसँग सोधपुछ गरी तल दिइएका बुँदामा आधारित भएर टिपोट गर्नुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

- गाउँपालिका/नगरपालिकाको परिचय :
- जनप्रतिनिधिको नाम :
- वडा सङ्ख्या :
- गाउँपालिका/नगरपालिकाको संरचना :
- विकासका कार्य :

२. तल दिइएका प्रश्नावलीका आधारमा सिकारुलाई आत्म मूल्याङ्कन गर्न लगाई प्राप्त निष्कर्ष समावेश गरी एक अनुच्छेद लेख्न लगाउनुहोस् :

क्रियाकलाप	सिकारको व्यवहार	
१. म सधैं अनुशासनमा बस्ने	(क) गर्छु	(ख) गर्दिनँ
२. म आमा बाबु र मान्यजनका असल बानी व्यवहारको अनुसरण	(क) गर्छु	(ख) गर्दिनँ
३. म घरमा आएका पाहुनालाई सम्मान, स्वागत र सत्कार	(क) गर्छु	(ख) गर्दिनँ
४. म नियमित रूपमा विद्यालय	(क) जान्छु	(ख) जाँदिन
५. म नियमित रूपमा गृहकार्य/कक्षाकार्य	(क) गर्छु	(ख) गर्दिन
६. आफूले जानेका कुरा साथीलाई	(क) सिकाउँछु	(ख) सिकाउँदिन
७. विद्यालयमा सञ्चालन हुने अतिरिक्त क्रियाकलापमा भाग	(क) लिन्छु	(ख) लिन्न
८. आफूले नजानेका कुरा शिक्षकसँग नडराईकन	(क) सोध्छु	(ख) सोधिदैन

३. स्थानीय समुदायमा गई त्यहाँ संलग्न व्यक्तिहरूको आर्थिक क्रियाकलाप सङ्कलन गरी तलको तालिका भर्नुहोस् ।

घर सङ्ख्या	आर्थिक क्रियाकलाप				
	कृषि	पशुपालन	व्यापार	उद्योग	सेवा (नोकरी)

४. विभिन्न पत्रपत्रिकाको अध्ययन गरेर, रेडियो तथा टेलिभिजनका समाचार सुनेर वा समाजका जानकार व्यक्तिहरूसँग सोधखोज गरेर समसामयिक घटनाको सङ्कलन गरी सिकाइ केन्द्रमा भित्तेपत्रिकामा टाँस्नुहोस् ।

५. प्रत्यक्ष साक्षात्कार कक्षामा सहजकर्ताको सहयोगमा गर्न सकिने प्रयोगात्मक कार्य :

कोठालाई अँध्यारो बनाउनुहोस् । टेबुलमा ग्लोब राख्नुहोस् । अर्कोतर्फ टर्चलाइट वा बत्ती बाल्नुहोस् र सो ग्लोबलाई बायाँबाट दायाँतर्फ घुमाउनुहोस् । तपाईंले कस्तो अनुभव गर्नुभयो पालैपालो भनेर छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्नुहोस् ।

६. तपाईंको समुदायमा नजिकै रहेको प्राकृतिक सम्पदा र आर्थिक क्रियाकलापसँग सम्बन्धित क्षेत्रको भ्रमण गरी तल दिइएका शीर्षकहरूमा केन्द्रित रही प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

- (क) शीर्षक र परिचय
- (ख) अध्ययनको उद्देश्य
- (ग) अध्ययनको विधि
- (घ) पत्ता लगाइएका कुरा
- (ङ) निष्कर्ष तथा सुझाव

(ख) दोस्रो वर्षका लागि

१. विभिन्न स्रोत सामग्रीको अध्ययन गरी वा समुदायमा जानकार व्यक्तिहरूसँग सोधखोज गरी तल तालिकामा दिइएको शीर्षकमा आधारित भई बाल अधिकार सम्बन्धमा विवरण सङ्कलन गर्नुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षाको समयमा सहजकर्ता र साथीको माझमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

बाल अधिकारको परिचय र महत्त्व	समाजमा हुने गरेका बालश्रमको सूची र यिनले पारेका असर	बाल अधिकार संरक्षणमा सिकास्ले गर्न सक्ने कार्य

२. आफ्नो समुदायमा भएका सामाजिक समस्या तथा विकृति सङ्कलन गरी तिनीहरूको सूची तयार पारी समुदायमा भएका बुद्धिजीवीसँग वा स्थानीय सङ्घसंस्थाका प्रतिनिधिसँग उक्त समस्या तथा विकृतिका बारेमा छलफल गर्नुहोस् । छलफलपश्चात् तल दिइएका बुँदाका आधारमा प्रतिवेदन तयार पारी प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

- स्थानीय बुद्धिजीवीसँग सोधिने प्रश्नावलीको नमुना :
- सामाजिक समस्या तथा विकृतिको परिचय :
- सामाजिक समस्या तथा विकृतिको सूची :
- सामाजिक समस्या तथा विकृतिको समाधानका उपाय :

३. स्थानीय समुदायका मानिसहरूको एक वर्षको जनसाङ्ख्यिक अवस्था सङ्कलन गरी तल दिइए जस्तै तालिकामा प्रस्तुत गर्नुहोस् र सहजकर्ताको सहयोगमा उक्त तालिकालाई बारग्राफमा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

घर सङ्ख्या	जम्मा मानिसको सङ्ख्या	जीवित शिशुको सङ्ख्या	मृत्यु हुनेका मानिसको सङ्ख्या	बसाइँ सरी आउनेको सङ्ख्या	बसाइँ सरेर जानेको सङ्ख्या

४. तपाईंको समुदायमा बसोबास गर्ने कुनै पाँचओटा परिवारमा भ्रमण गरी लोकतान्त्रिक गणतन्त्रमा नागरिकको भूमिका सम्बन्धमा तल दिइएको तालिकामा आधारित भई जानकारी लिनुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

घर सङ्ख्या :

घरमुलीको नाम :

क्र.सं.	दायित्व	दायित्व निर्वाह गरेको अवस्था		
		सधैं गर्ने गरेको	कहिलेकाहिँ गर्ने गरेको	कहिल्यै नगरेको
१.	कानूनको पालना गर्नु			
२.	मतदान गर्नु			
३.	कर तिर्नु			
४.	विकास निर्माणमा सहभागी			
५.	सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण			

५. नेपालको संविधान (अनुसूची ८) अध्ययन गरी स्थानीय निकायमा कुन कुन प्रकारका कर लगाइन्छन् खोजी गरी लेख्नुहोस् । साथै आफ्नो गाउँपालिका वा नगरपालिकामा गएर त्यहाँ सङ्कलन गरिने कर सम्बन्धमा विवरण तयार पार्नुहोस् ।

६. जलवायु परिवर्तन सम्बन्धमा स्थानीय समुदायमा अवलोकन तथा स्थानीय बुद्धिजीवीसँग सोधखोज गरी तल दिइएको तालिका भर्नुहोस् र प्रत्यक्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

जलवायु परिवर्तनका कारण	नेपालमा यसले पारेको प्रभाव	रोक्ने उपाय

७. तपाईंको समुदायमा भएका पाँचओटा घरमा गई विगत दुई वर्षको जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्नुहोस् र त्यसबाट जनसङ्ख्यामा आएको परिवर्तन सम्बन्ध विवरण तयार पार्नुहोस् :

साल	२०.....	२०.....
जन्म		
मृत्यु		
बसाइँसराइ		

८. तपाईंको समुदायमा नजिकै रहेको ऐतिहासिक, धार्मिक वा सांस्कृतिक सम्पदाको भ्रमण गरी तल दिइएका शीर्षकहरूमा केन्द्रित रही प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

(क) शीर्षक र परिचय

(ख) अध्ययनको उद्देश्य

(ग) अध्ययनको विधि

(घ) पत्ता लगाइएका कुरा

(ङ) निष्कर्ष तथा सुझाव

७. सिकारू मूल्याङ्कन

यस विषयमा पनि अरू विषयको जस्तै मूल्याङ्कन प्रक्रिया अवलम्बन गरिने छ । यसका लागि आन्तरिक मूल्याङ्कनमा प्रत्यक्ष सिकाइ क्रियाकलाप, सिकारूका कार्य तथा कार्यसम्पादनको अवलोकन, गृहकार्य, परियोजना कार्य, मौखिक तथा लिखित कार्य, आवधिक परीक्षा, स्व तथा सहपाठी मूल्याङ्कनलगायतका साधन प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

सिकारू मूल्याङ्कन गर्दा मुख्य सिकाइ उपलब्धि सिकारूले हासिल गरेको सिकाइ स्तरको मूल्याङ्कनका लागि सिकारूका कार्य तथा समस्या समाधानको अवलोकन, मौखिक तथा लिखित प्रश्नोत्तर, आवधिक परीक्षा, व्यवहार अवलोकनलगायतका तरिका प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका लागि रुजूसूची श्रेणी मापनलगायतका व्यवहार अवलोकन फाराम, विभिन्न तहका सिकाइ क्षमता मापन गर्ने प्रश्नहरू, व्यावहारिक समस्यालगायत प्रत्यक्ष सिकाइ सहभागिता, गृहकार्य, परियोजना कार्य, प्रयोगात्मक कार्य आदिमा सिकारूको सहभागिता र उपलब्धिका विषयमा सहजकर्ताले निर्माण गरेको सञ्चित अभिलेख वा नोट आदि मुख्य सिकाइ उपलब्धिमा सिकारूको सिकाइ स्तर मूल्याङ्कन गर्न प्रयोग हुनसक्ने साधन हुन् । यस्तो मूल्याङ्कन विषयवस्तुको प्रत्येक क्षेत्र वा एकाइको सिकाइपश्चात् गरी सो क्षेत्र वा एकाइअन्तर्गतका मुख्य सिकाइ उपलब्धिमा सिकारूको सिकाइ स्तर परीक्षण गरी विभिन्न साधनहरूको प्रयोगबाट गर्नुपर्छ । यसरी सिकाइ उपलब्धि परीक्षण गर्दा सिकारूले न्यूनतम सिकाइ स्तर हासिल गरेको नपाइएमा सुधारात्मक सिकाइको अवसर प्रदान गरी पुनः परीक्षण गरी न्यूनतम सिकाइस्तर सुनिश्चित गरी थप वा माथिल्लो स्तरको सिकाइको अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । पटकपटकको सुधारात्मक सिकाइपश्चात् पनि न्यूनतम स्तरको सिकाइ स्तर हासिल गर्न नसक्ने सिकारूका लागि उपचारात्मक सिकाइको योजना निर्माण गरी त्यस्ता सिकारूलाई सहयोग गर्नुपर्छ ।

(क) आन्तरिक मूल्याङ्कन

यस मूल्याङ्कनलाई अभिलेखीकरण गरी प्रत्येक सिकारुको कार्यसञ्चयिका व्यवस्थित गरी राख्नुपर्छ । यस्तो अभिलेखका आधारमा निम्नलिखित पक्षमा तोकिएअनुसारको भारको अङ्क आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा समावेश गरिने छ ।

क्र.सं.	मूल्याङ्कनका क्षेत्र	भार
१.	सहभागिता	४
२	परियोजना र प्रयोगात्मक कार्य	३६
३	आन्तरिक परीक्षा	१०

(ख) अन्तिम मूल्याङ्कन

निर्णयात्मक मूल्याङ्कनमा अन्तिम परीक्षाको भार ५० प्रतिशत हुने छ । प्रत्येक परीक्षामा प्रश्न सोध्दा शैक्षिक सत्रको सुरुदेखि पढाइ भएका सबै पाठबाट समेटिएको हुनुपर्ने छ । यस विषयको परीक्षामा विशेष गरेर ज्ञान र बोध, प्रयोग र उच्च दक्षतामा आधारित हुने छन् । पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्यअनुरूप सिकारुले ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति प्राप्त गरे नगरेको मूल्याङ्कन गरी त्यसको आधारमा सिकाइ स्तरको प्रमाणीकरण गरिन्छ । अन्तिम परीक्षाको प्रश्नपत्र पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तय गरेको विशिष्टीकरण तालिकालाई आधार मानी निर्माण गरिनुपर्छ ।

स्वास्थ्य, शारीरिक र सिर्जनात्मक कला

१. परिचय

स्वस्थ जीवनयापन गर्न पाउने सबै नागरिकको नैसर्गिक अधिकारलाई नेपालको संविधानले मौलिक हकको रूपमा स्थापित गरेको छ । स्वास्थ्यसम्बन्धी ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिको विकास गराइ व्यक्तिको स्वास्थ्यकर बानी व्यवहारमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन स्वास्थ्य शिक्षाको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । त्यस्तैगरी, शारीरिक शिक्षाले शारीरिक क्रियाकलाप तथा खेलकुदको माध्यमबाट स्वस्थ तथा तन्दुरुस्त शरीर बनाउन मदत गर्छ । यसले बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, सवेगात्मक र नैतिक पक्षको विकास गर्छ । शारीरिक शिक्षा व्यावहारिक र प्रयोगात्मक विषय भएकाले बालबालिकालाई शारीरिक क्रियाकलाप तथा व्यायाम र कसरतको माध्यमबाट व्यक्तिको चौतर्फी विकास गरी स्वस्थ, तन्दुरुस्त र सक्रिय रहन यसले मदत गर्छ । दृश्यकला र सङ्गीतको संयुक्त रूप सिर्जनात्मक कला हो । जसले बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक, सवेगात्मक, सिर्जनात्मक तथा भावनात्मक पक्षको विकासमा सकारात्मक प्रभाव पार्छ । राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप २०७६ (दोस्रो संशोधन) ले मार्गदर्शन गरेअनुरूप स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कलाका विविध क्षेत्रलाई समेटेई एकीकृत विषयका रूपमा यो संश्लेषित पाठ्यक्रम तयार गरिएको छ ।

अनौपचारिक शिक्षातर्फ तेस्रो तहका बालबालिकामा स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कलासम्बन्धी ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिको विकास गराउने उद्देश्यले यो पाठ्यक्रम विकास गरिएको हो । स्वास्थ्य अन्तर्गत मानव शरीर, सामुदायिक स्वास्थ्य र मानसिक स्वास्थ्य, पोषण र खाद्य सुरक्षा, रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचार, यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य जस्ता क्षेत्र समाविष्ट छन् । शारीरिकअन्तर्गत शारीरिक कसरत र कवाज, एथलेटिक्स र साहसिक क्रियाकलाप, विविध खेलका आधारभूत सिप एवम् योग जस्ता विषयगत क्षेत्र समावेश गरिएको छ । यसै गरी सिर्जनात्मक कलाअन्तर्गत कलाको परिचय, रेखाचित्र र रङ, छपाइ, माटोको काम, कोलाज र निर्माण, गायन र वादन, नृत्य र अभिनयसम्बन्धी विषयवस्तु राखिएको छ ।

स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला जीवनोपयोगी एवम् प्रयोगात्मक विषय भएकाले यस विषयमा समावेश गरिएका सिकाइ उपलब्धि सहजरूपमा पूरा गर्न अधिक रूपमा प्रयोगात्मक तथा परियोजनामा आधारित क्रियाकलापलाई यस पाठ्यक्रमले जोड दिएको छ । सक्षमतामा आधारित यस पाठ्यक्रममा तेस्रो तहअन्तर्गत दुई वर्षका सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तुको विस्तृतीकरण, सिकाइ सहजीकरण क्रियाकलाप तथा मूल्याङ्कनसम्बन्धी विधि तथा प्रक्रियासमेत समावेश गरिएको छ । प्रत्यक्ष २४ र स्वनिर्देशित ७२ कार्यघण्टा निर्धारण गरिएको छ ।

२. तहगत सक्षमता

आधारभूत तह ३ को दुई वर्ष अध्ययनपश्चात् सिकारुमा स्वास्थ्य, शारीरिक र सिर्जनात्मक कला विषयमा निम्नलिखित सक्षमता हासिल हुने छन् :

१. मानव शरीरका अङ्ग र प्रणालीहरूको कार्यर अन्तरसम्बन्धको बोध तथा अभिव्यक्ति
२. सामुदायिक तथा मानसिक स्वास्थ्यका अवधारणाको बोधर स्वस्थता कायम राख्ने उपाय अवलम्बन

३. स्वास्थ्यकर र सन्तुलितखानाको उपयोग र कुपोषणजन्य रोगहरूबाट बच्ने उपायको अवलम्बन
४. सर्ने र नसर्ने रोगहरूप्रति सजगता र रोकथामका उपाय अवलम्बन
५. जोखिमप्रति सचेतता र सावधानी अपनाई दुर्घटना तथा विपत् व्यवस्थापनको तयारी
६. किशोरावस्थाका परिवर्तनर समस्याको बोध र उचित व्यवस्थापन
७. स्वस्थ र अनुशासित जीवनशैलीका लागि कसरत, व्यायाम, कवाजको अभ्यास
८. शारीरिक क्रियाकलापका आधारभूत तत्त्वको बोध र आधारभूत सिपको प्रदर्शन
९. साधारण तथा साहसिक क्रियाकलाप र योगासनको अभ्यास र प्रदर्शन
१०. रेखाको आधारभूत सिपको प्रयोग गरी उपयुक्त रङको संयोजनबाट चित्रकलाको प्रदर्शन
११. हस्तकलाको आधारभूत सिपको प्रयोगबाट छपाइ कार्य, कोलाज र माटाबाट वस्तुको निर्माण
१२. लय, ताल, स्वर, हाउभाउ, मुद्रा मिलाई एकल, युगल र समूहमा गाउने र बजाउने सिपको विकास र प्रदर्शन
१३. गीत र बाजाको तालमा एकल, युगल तथा समूहमा नृत्य र अभिनय प्रदर्शन

३. विषयवस्तु र सिकाइ उपलब्धि

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
१	मावन शरीर	<ul style="list-style-type: none"> ● ज्ञानेन्द्रियको परिचय दिन र कार्य उल्लेख गर्न ● अस्थिपञ्जर प्रणालीको परिचय उल्लेख गर्न ● मांसपेशी प्रणालीको परिचय दिई अस्थिपञ्जर प्रणालीसँगको अन्तरसम्बन्ध उल्लेख गर्न ● पाचन प्रणालीको परिचय दिन ● श्वासप्रश्वास प्रणालीको परिचय दिन 	<ul style="list-style-type: none"> ● रक्तसञ्चार प्रणालीको परिचय दिन ● मूत्र प्रणालीको परिचय दिन ● स्नायु प्रणालीको परिचय दिन ● ग्रन्थी प्रणालीको परिचय दिन र तिनबाट निष्कासन हुने ग्रन्थी रसहरू उल्लेख गर्न ● स्त्री तथा पुरुष प्रजनन प्रणालीको परिचय दिन र कार्य उल्लेख गर्न 	५ (१+४)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
२	सामुदायिक स्वास्थ्य र मानसिक स्वास्थ्य	<ul style="list-style-type: none"> सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाको परिचय दिई त्यसबाट दिने सेवाको पहिचान गर्न सामुदायिक स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्ने तत्त्व तथा सामुदायिक स्वास्थ्यका पक्षको परिचय दिन स्वास्थ्य सन्देश तथा विज्ञापनले मानव व्यवहारमा पार्ने प्रभाव खोज गर्न वातावरण प्रदूषणले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव खोज गर्न मानसिक स्वास्थ्यको परिचय दिन मानसिक स्वस्थताको पहिचान र मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्धनका उपाय अपनाउन शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यबिचको अन्तरसम्बन्ध बताउन तथा व्यक्तिको आत्मसम्मान, व्यवहार र सम्बन्धमा पार्ने प्रभावको खोजी गर्न साथीहरूसँग स्वास्थ्यकर तथा मित्रवत् व्यवहार कायम गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता र महिला स्वास्थ्य स्वयम्सेविकाका काम बताउन सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या पहिचान गर्न र परम्परागत तथा वैकल्पिक स्वास्थ्य सेवाको परिचय दिन लागु पदार्थको परिचय दिन, यसले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव बताउन र यसबाट बच्ने र बचाउने उपायको खोजी गर्न पूर्ण सरसफाइको परिचय दिन तथा वाटरसिल र इकोसान चर्पीको बनावट तथा प्रयोग गर्ने तरिका उल्लेख गर्न विद्यालय स्वास्थ्य छनोट परीक्षण (स्क्रिनिङ्ग टेस्ट) कार्यक्रमको महत्व उल्लेख गर्न तनाव (Stress), चिन्ता (Anxiety) र मानसिक कुण्ठा (Depression) को कारण र असर पहिचान गरी व्यवस्थापनका उपाय अपनाउन कन्भर्सन डिस्अर्डरको परिचय दिई लक्षणका आधारमा उचित व्यवस्थापनका उपाय अपनाउन लागुपदार्थ दुर्व्यसनसम्बन्धी नीति नियम र कानूनप्रति सचेत हुन र गराउन 	८ (२+६)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
३	पोषण र खाद्य सुरक्षा	<ul style="list-style-type: none"> सन्तुलित भोजन र पोषक तत्वको परिचय दिन र महत्व बताउन कार्यको आधारमा खानेकुराको वर्गीकरण गर्न र यसका स्रोत र कार्य बताउन स्थानीय तहमा उत्पादन हुने खाद्यान्न पहिचान र तिनको प्रयोग गरी सन्तुलित भोजन तयार गर्न अल्पपोषक खानेकुराको पहिचान र यस्ता खाद्यपदार्थको असरप्रति सचेत रही स्वास्थ्यकर विद्यालय खाजाको छनोट र उपयोग गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> खाद्य मिसावटप्रति सचेत हुन र यसको असरबाट बच्ने तरिका अवलम्बन गर्न कुपोषणको परिचय दिन र कुपोषणका कारण बताउन कुपोषणजन्य रोगहरूको वर्गीकरण गर्न, रोगका कारण, लक्षण र रोकथामका उपाय अपनाउन खाद्य सुरक्षाको परिचय दिन र तत्वहरू बताउन उपभोक्ता स्वस्थ संरक्षणमा ध्यान दिनुपर्ने कुरा बताउन 	५ (१+४)
४	रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचार	<ul style="list-style-type: none"> सरुवा रोगको प्रकृया, चक्र र चरण बताउन सङ्क्रमित सुई/रगतबाट सर्ने रोगको परिचय र रोकथामका उपाय बताउन टिन्सिल र फ्यारेन्जाइटिस रोगको कारण र रोकथामका उपाय अपनाउन दूषित खाना, हावा र पानीको माध्यमबाट सर्ने रोगहरूको परिचय दिन र रोकथामका उपाय अवलम्बन गर्न सुरक्षा शिक्षा र प्राथमिक उपचारको महत्व बताउन घर तथा विद्यालयमा हुन सक्ने दुर्घटनाका कारण पहिचान गरी सुरक्षित हुन र प्राथमिक उपचारको अभ्यास गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> यौन रोगको परिचय र रोकथामका उपाय उल्लेख गर्न मुटु रोग मधुमेह दम र क्यान्सर रोगका कारण र रोकथामका उपाय बताउन सडक दुर्घटनाबाट सुरक्षित हुने उपाय अपनाउन प्राथमिक उपचारको बाकसको निर्माण र प्रयोग गर्न र दुर्घटना तथा चोटपटकको समयमा प्राथमिक उपचारको अभ्यास गर्न प्राथमिक उपचारका प्रमुख विधि बताउन र अवलम्बन गर्न विद्यालयको जोखिम र सुरक्षित स्थानको पहिचान गर्न र नक्साङ्कन गरी खेल मैदान समेत सुरक्षित गर्न विपत्को अवस्थामा सुरक्षित रहने तरिका अपनाउन दुर्घटना तथा चोटपटक हुँदा प्राथमिक उपचार गर्न 	८ (२+६)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
५	यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य	<ul style="list-style-type: none"> किशोरावस्थाको परिचय दिन र यस अवस्थामा देखापर्ने परिवर्तन बताउन किशोरावस्थामा देखा पर्ने समस्याको पहिचान गर्न र व्यवस्थापनका उपाय उल्लेख गर्न लैङ्गिक पहिचान र यौनिक अभिमुखीकरणको परिचय दिन महिनावारीलाई जैविक प्रक्रियाको रूपमा स्वीकार गर्न र महिनावारी स्वच्छताप्रति सचेत रही स्वास्थ्यकर व्यवहार अपनाउन महिनावारीसम्बन्धी भ्रम र अन्धविश्वासले प्रजनन स्वास्थ्यमा पार्ने असर बताउन 	<ul style="list-style-type: none"> किशोरावस्थाका यौन जिज्ञासाप्रति परिचित हुन र सोप्रति संयमता अपनाउन यौन दुर्व्यवहारको पहिचान र सुरक्षाका उपाय अपनाउन गर्भधारण (इच्छित र अनिच्छित) र सुरक्षित गर्भपतनको परिचय दिन गर्भनिरोधका साधनहरूको परिचय दिन र वर्गीकरण गर्न रजस्वला चक्रको वर्णन गर्न र महिनावारी सरसफाइ व्यवस्थापनका लागि पुनः प्रयोग हुने घरेलु प्याडको निर्माण गरी प्रयोग गर्न 	६ (२+४)
६	शारीरिक कसरत र कवाज	<ul style="list-style-type: none"> शारीरिक कसरतको परिचय दिन गर्धन, कुम, पाखुरा, हात, छाती, ढाड, पेट, कम्मर, तिघ्रा, घुँडा, गोलिगाँठा, गोडा र पैतालाको कसरत गर्न कवाजको परिचय दिन कवाजको आदेशबमोजिम ड्रमको तालमा अभ्यास गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> शरीरका प्रत्येक अङ्गको कसरत गर्न कवाजको ध्यान दिने, निर्देशन दिने र कार्य गर्ने जस्ता सिद्धान्तका आधारमा सम्पूर्ण आदेशलाई ड्रमको तालमा अभ्यास गर्न 	६ (२+४)
७	एथ्लेटिक्स र साहसिक क्रियाकलाप	<ul style="list-style-type: none"> एथ्लेटिक्सको परिचय दिन छोटो दुरीका दौडको अभ्यास गर्न लडजम्प र हाइजम्प खेलका क्रियाकलाप चरणबद्धरूपमा प्रदर्शन गर्न साधारण तरिका (T-Style) ले सट-पट खेलको अभ्यास गर्न साधारण रिले दौडको अभ्यास गर्न शाहसिक खेलको परिचय दिन 	<ul style="list-style-type: none"> लडजम्प र हाइजम्प गर्दा अपनाइने उन्नत स्तरका विभिन्न विधि/तरिकाको प्रयोग गरी अभ्यास गर्न छोटो र लामा दुरीका दौडको अभ्यास गर्न व्याटन सहित रिले दौडको अभ्यास गर्न हावा, पानी, डोरी, जङ्गल, पहाड तथा हिँउमा गरिने साहसिक खेलको अवलोकन गरी अभ्यास गर्न 	६ (२+४)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
८	खेल	<ul style="list-style-type: none"> ● भलिबल खेलको परिचय, विशेषता, तथा नियम भन्न र कोर्ट निर्माण गर्न ● भलिबल खेलका आधारभूत सिप (जस्तै: फिङ्गरिड, पासिड, डिगिड, सेटिड, रिर्सिभिड र सर्भिसहरूको अभ्यास गर्दै खेल खेल्न ● फुटबल खेलको परिचय र नियम भन्न र कोर्ट निर्माण गर्न ● फुटबल वा फाइव म्यान फुटबल खेलका आधारभूत सिप जस्तै, लडपास, सट पास, रोलिड पास, ड्रिब्लिड, ट्र्यापिडको अभ्यास गर्ने ● बास्केट बल खेलका साधरण नियम तथा आधारभूत सिप ड्रिबलिड, पासिड प्रयोग गर्दै खेल खेल्न ● क्रिकेट खेलको साधरण नियम र आधार भूत सिप बलिड, ब्याटिड र फिल्डिङको अभ्यास गर्न ● कबड्डी खेलका साधरण नियम भन्न ● कबड्डी खेलका आधारभूत सिप रेडिड र ट्र्यापिडको अभ्यास गरी खेल खेल्न ● खो-खो खेलका साधरण नियम र आधार भूत सिप वर्गमा बस्ने, खो दिने, लखेट्ने र भाग्ने अभ्यास गर्न (उपर्युक्त छ खेलमध्ये कुनै चारओटा खेल मात्र खेलाउन सकिने छ) 	<ul style="list-style-type: none"> ● भलिबल खेलका आधारभूत सिप र उच्चस्तरका सिप जस्तै, ब्लकिड, स्पाइकिड, डाइभिड, रोलिड, जम्प सर्भिसहरूको अभ्यास गर्दै समूहमा खेल खेल्न ● फुटबल खेलका आधारभूत सिपका साथै थ्रो-इन, हेडिड, सुटिड, गोल किपिड जस्ता सिपको अभ्यास गर्दै सामूहिक रूपमा खेल खेल्न ● बास्केट बल खेलका आधारभूत सिप तथा पिभोटिड र सुटिडको अभ्यास गर्दै खेल खेल्न ● क्रिकेट खेलको नियम र आधार भूत सिप बलिड, ब्याटिड र फिल्डिङको अभ्यास गर्दै खेल खेल्न ● कबड्डी खेलका आधारभूत सिपको प्रयोग गरी समूहमा खेल खेल्न ● खो-खो खेलका साधरण नियम र आधारभूत सिपको प्रयोग गरी खेल खेल्न (उपर्युक्त छ खेलमध्ये कुनै चारओटा खेल मात्र खेलाउन सकिने छ) 	१२ (३+११)
९	योग	<ul style="list-style-type: none"> ● योगका नियम (यम र नियम, आहार र प्रत्यहार) को परिचय दिन ● सूक्ष्म क्रियाको अभ्यास गर्न ● अनुलोम विलोम प्राणायामको अभ्यास गर्न ● भुजङ्गासन, धनुरासन, मण्डुकासन र कपालभातिको अभ्यास गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> ● योगका नियम ध्यान र धारणको परिचय दिन ● सूक्ष्म क्रियाको अभ्यास गर्न ● मत्स्यासन, पवनमुक्तासन, उष्ट्रासन, भ्रामरी र भस्त्रिका प्राणायामहरूको अभ्यास गर्न ● सेतुबन्दासन, मकरासन र हलासनको अभ्यास गर्न 	६ (२+४)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
१०	कलाको परिचय र रेखाचित्र र रङ	<ul style="list-style-type: none"> ● कला र आयामको परिचय दिन र विभिन्न आयामका वस्तुको चित्र कोर्न ● कलाका आधारभूत नियम (shape, form and space) को परिचय दिन र प्रयोग गर्न ● वस्तुको छाया (light, mid and dark) प्रयोग गर्न र स्थिर अवस्थामा रहेका वस्तुको रेखाचित्र र मानव आकृतिको चित्र कोर्न ● रङको परिचय दिन र प्रयोग गर्न ● रङको तापक्रम (colour temperature) को परिचय दिन र कलाका आधारभूत नियम (Pattern, Harmony and Contrast) को परिचय दिन ● छाया तथा प्रकाशलाई क्रस ह्याचिङ विधिबाट चित्र कोर्न 	<ul style="list-style-type: none"> ● पेन्सिल रङ, क्रेयन पोस्टर र पेस्टल रङको परिचय दिन ● नेपाली कलाको परिचय र कलाका आधारभूत नियम (Balance, Composition and proportion) दिन र प्रयोग गर्न ● कपडा सहितको एक वा एकभन्दा बढी वस्तुको संयोजन गरी चित्र निर्माण गर्न र मानव आकृतिका स्वरूपहरू (Humans Forms) चित्र कोर्न ● मानवीय संवेगलाई अभिव्यक्त गर्ने चित्र तयार गरी उपयुक्त रङ भर्न 	१० (३+७)
११	छपाइ, माटोको काम र निर्माण	<ul style="list-style-type: none"> ● छपाइको परिचय दिन र रिलिफ विधिबाट छपाइ गर्न ● माटाबाट वस्तुको नमुना निर्माण गर्न ● कोलाजको परिचय लिन र तयार गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> ● क्वाचाबअभ एबप्लत बाट विभिन्न बुझाहरू छपाइ गर्न ● कार्भिङ विधिबाट विभिन्न आकृति निर्माण गर्न ● माटाबाट साधारण मूर्तिको निर्माण गर्न ● उपलब्ध सामग्रीको प्रयोग गरी वस्तुको निर्माण गर्न 	६ (२+४)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
१२	गायन बादन	<ul style="list-style-type: none"> ● सङ्गीत लय र तालको परिचय दिन ● सङ्गीतका पारिभाषिक शब्दावलीहरूको सामान्य परिचय दिन (ध्वनि नाद श्रुति स्वर मात्रा विभाग सम ताली खाली) ● कक्षागत गीतलाई लय ताल स्वर हाउभाउ मिलाइ गाउन ● कुनै दुई स्थानीय गीत र एउटा स्वदेश गान लय ताल स्वर हाउभाउ मिलाइ गाउन ● नेपालमा प्रचलित कुनै एक लोकगीत गाउन ● हार्मोनियम/ किबोर्ड वा कुनै एक सुर बाजामा कुनै एक स्थानीय गीत र कुनै एक स्वदेश गान बजाउन र गाउने अभ्यास गर्न ● विभिन्न स्वर समूहका सरगम अलङ्कारको अभ्यास गर्न ● झ्याउरे र ख्याली ताल तथा नेपालमा प्रचलित स्थानीय लोक बाजामध्ये कुनै एक ताल बाजा बजाउने अभ्यास गर्न ● आफूले सिकेको गीतमा बच्ने तालको परिचय दिन र अभ्यास गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> ● मानव जीवनमा सङ्गीतको महत्व र सङ्गीतका पारिभाषिक शब्दावलीहरूको परिचय दिन (सप्तक थाट स्केल राग स्थायी अन्तरा शास्त्रीय लोक तथा आधुनिक गीत) ● कक्षागत गीतलाई उपयुक्त लयमा हाउभाउसहित गाउन ● सिकेका गीतहरूलाई हार्मोनियम /किबोर्ड वा कुनै सुर बाध्यको Major-minor scale बजाउँदै गाउने अभ्यास गर्न ● दादरा र कहरवासहित रूपक वा भ्रूपतालका गीत र धुनहरूमा ताल बाद्य बजाउन र आफूले सिकेका सरगमको अभ्यास गर्न ● झ्याउरे ख्याली समला सेलो ताल र स्थानीय लोक बाजा (कुनै एक सुर बाजा र दुईओटा ताल बाजा) बजाउने अभ्यास गर्न ● कुनै दुईओटा स्थानीय बाजाको परिचय दिन र बजाउने अभ्यास गर्न 	१० (३+७)

क्र सं	विषयवस्तुको क्षेत्र एकाइ	सिकाइ उपलब्धि		कार्यघण्टा
		पहिलो वर्ष	दोस्रो वर्ष	
१३	नृत्य र अभिनय	<ul style="list-style-type: none"> ● नृत्यको परिचय दिन र चलनचल्तीका प्रकार बताउन ● नृत्यको पारिभाषिक शब्दावलीहरू (अङ्ग प्रत्यङ्ग, उपाङ्ग) को अर्थ बताउन ● आफूले सिकेका लोकगीतहरूको परिचय दिन र ती गीतमा हाउभाउ र मुद्रासहित नृत्य गर्न ● चार मात्रा र छ मात्रालाई हात र खुट्टाले ताल मिलाई नृत्य गर्न ● अभिनयको सामान्य परिचय दिन ● आफ्नो कक्षाको कुनै पनि पाठ्यपुस्तकका कथावस्तुमध्ये कुनै एकलाई एकल तथा समूहमा अभिनय गर्न 	<ul style="list-style-type: none"> ● स्थानीय नृत्यको परिचय दिन ● शृङ्गार वेशभूषायुक्त नृत्य/अभिनयको परिचय दिन र कुनै एउटा चरित्रलाञ्ज लिएर अभ्यास गर्न ● शास्त्रीय तथा परम्परागत नृत्य लोक नृत्य र आधुनिक नृत्यको परिचय र महत्त्व बताउन ● हस्त मुद्राहरूको प्रयोग गर्दै हाउभाउसहित नृत्य गर्न ● कुनै एक विशेष लोक नृत्य गर्न (झ्याउरे, सोरठी, सेलो, ख्याली) ● अभिनयको प्कारको परिचय दिन र कुनै चरित्रलाई लिएर नमुना अभ्यास गर्न (स्थानीय वेशभूषा) 	६ (२+४)

४. विषयवस्तुको क्षेत्र, क्रम र विस्तृतीकरण

विषयवस्तु	पहिलो वर्षको विषयवस्तु	दोस्रो वर्षको विषयवस्तु
१ मावन शरीर	<ul style="list-style-type: none"> ● ज्ञानेन्द्रियको परिचय दिन र कार्य ● अस्थिपञ्जर प्रणालीको परिचय ● मांसपेशी प्रणालीको अस्थिपञ्जर प्रणालीसँगको अन्तरसम्बन्ध ● पाचन प्रणालीको परिचय ● श्वासप्रश्वास प्रणालीको परिचय 	<ul style="list-style-type: none"> ● रक्तसञ्चार प्रणालीको परिचय ● मूत्र प्रणालीको परिचय ● स्नायु प्रणालीको परिचय ● ग्रन्थी प्रणालीको परिचय दिन र तिनबाट निष्कासन हुने ग्रन्थी रसहरू ● स्त्री तथा पुरुष प्रजनन प्रणालीको परिचय दिन र कार्य

विषयवस्तु	पहिलो वर्षको विषयवस्तु	दोस्रो वर्षको विषयवस्तु
२ सामुदायिक स्वास्थ्य र मानसिक स्वास्थ्य	<ul style="list-style-type: none"> सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाको परिचय दिई त्यसबाट दिने सेवाको पहिचान सामुदायिक स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्ने तत्व तथा सामुदायिक स्वास्थ्यका पक्षको परिचय स्वास्थ्य सन्देश तथा विज्ञापनले मानव व्यवहारमा पार्ने प्रभाव वातावरण प्रदूषणले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव मानसिक स्वास्थ्यको परिचय मानसिक स्वस्थताको पहिचान र मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्धनका उपाय शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यबिचको अन्तरसम्बन्ध बताउन तथा व्यक्तिको आत्मसम्मान, व्यवहार र सम्बन्धमा पार्ने प्रभावको साथीहरूसँग स्वास्थ्यकर तथा मित्रवत् व्यवहार 	<ul style="list-style-type: none"> सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता र महिला स्वास्थ्य स्वयम्सेविकाका काम सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या पहिचान गर्न र परम्परागत तथा वैकल्पिक स्वास्थ्य सेवाको परिचय लागु पदार्थको परिचय दिन, यसले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव बताउन र यसबाट बच्ने र बचाउने उपाय पूर्ण सरसफाइको परिचय दिन तथा वाटरसिल र इकोसान चर्पीको बनावट तथा प्रयोग गर्ने तरिका विद्यालय स्वास्थ्य छनोट परीक्षण (स्क्रिनिङ टेस्ट) कार्यक्रमको महत्व तनाव (Stress), चिन्ता (Anxiety) र मानसिक कुण्ठा (Depression) को कारण र असर पहिचान गरी व्यवस्थापनका उपाय कन्भर्सन डिस्अर्डरको परिचय र लक्षणका आधारमा उचित व्यवस्थापनका उपाय लागुपदार्थ दुर्व्यसनसम्बन्धी नीति नियम र कानूनप्रति सचेत
३ पोषण र खाद्य सुरक्षा	<ul style="list-style-type: none"> सन्तुलित भोजन र पोषक तत्वको परिचय र महत्व कार्यको आधारमा खानेकुराको वर्गीकरण गर्न र यसका स्रोत र कार्य स्थानीय तहमा उत्पादन हुने खाद्यान्न पहिचान र तिनको प्रयोग गरी सन्तुलित भोजन अल्पपोषक खानेकुराको पहिचान र यस्ता खाद्यपदार्थको असरप्रति सचेत रही स्वास्थ्यकर विद्यालय खाजाको छनोट र उपयोग 	<ul style="list-style-type: none"> खाद्य मिसावटप्रति सचेत हुन र यसको असरबाट बच्ने तरिका अवलम्बन गर्न कुपोषणको परिचय दिन र कुपोषणका कारण कुपोषणजन्य रोगहरूको वर्गीकरण गर्न, रोगका कारण, लक्षण र रोकथामका उपाय अपनाउन खाद्य सुरक्षाको परिचय दिन र तत्वहरू उपभोक्ता स्वस्थ संरक्षणमा ध्यान दिनुपर्ने कुरा

विषयवस्तु	पहिलो वर्षको विषयवस्तु	दोस्रो वर्षको विषयवस्तु
४ रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचार	<ul style="list-style-type: none"> ● सरुवा रोगको प्रक्रिया, चक्र र चरणहरू ● सङ्क्रमित सुई/रगतबाट सर्ने रोगको परिचय र रोकथामका उपाय ● टन्सिल र फ्यारेन्जाइटिस रोगको कारण र रोकथामका उपाय ● दूषित खाना, हावा र पानीको माध्यमबाट सर्ने रोगहरूको परिचय र रोकथामका उपाय ● सुरक्षा शिक्षा र प्राथमिक उपचारको महत्त्व ● घर तथा विद्यालयमा हुन सक्ने दुर्घटनाका कारण पहिचान र प्राथमिक उपचार 	<ul style="list-style-type: none"> ● यौन रोगको परिचय र रोकथामका उपाय ● मुटु रोग मधुमेह दम र क्यान्सर रोगका कारण र रोकथामका उपाय ● सडक दुर्घटनाबाट सुरक्षित हुने उपाय ● प्राथमिक उपचारको बाकसको निर्माण, प्रयोग गर्न र दुर्घटना तथा चोटपटकको प्राथमिक उपचार ● विद्यालयको जोखिम र सुरक्षित स्थानको पहिचान र नक्सामा चिह्न ● विपत्को अवस्था र सुरक्षित रहने तरिका
५ यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य	<ul style="list-style-type: none"> ● किशोरावस्थाको परिचय र यस अवस्थामा देखा पर्ने परिवर्तन ● किशोरावस्थामा देखा पर्ने समस्याको पहिचान र व्यवस्थापनका उपाय ● लैङ्गिक पहिचान र यौनिक अभिमुखीकरण ● महिनावारीलाई जैविक प्रक्रियाको रूपमा स्वीकार र महिनावारी स्वच्छताप्रति सचेत रही स्वास्थ्यकर व्यवहार ● महिनावारीसम्बन्धी प्रेम र अन्धविश्वासले प्रजनन स्वास्थ्यमा पार्ने असर 	<ul style="list-style-type: none"> ● किशोरावस्थाका यौन जिज्ञासाप्रति परिचित हुन र सो प्रति संयमता अपनाउन ● यौन दुर्व्यवहारको पहिचान र सुरक्षाका उपाय अपनाउन ● गर्भधारण (इच्छित र अनिच्छित) र सुरक्षित गर्भपतनको परिचय दिन ● गर्भ नरोधका साधनहरूको परिचय दिन र वर्गीकरण गर्न ● रजस्वला चक्रको वर्णन गर्न र महिनावारी सरसफाइ व्यवस्थापनको लागि पुनः प्रयोग हुने घरेलु प्याडको निर्माण गरी प्रयोग गर्न
६ शारीरिक कसरत र कवाज	<ul style="list-style-type: none"> ● शारीरिक कसरतको परिचय ● गर्धन, कुम, पाखुरा, हात, छाती, ढाड, पेट, कम्मर, तिघ्रा, घुँडा, गोलिगाँठा, गोडा र पैतालाको कसरत ● कवाजको परिचय दिन ● कवाजको आदेशबमोजिम ड्रमको तालमा अभ्यास 	<ul style="list-style-type: none"> ● शरीरका प्रत्येक अङ्गको कसरत ● कवाजको ध्यान दिने, निर्देशन दिने र कार्य गर्ने जस्ता सिद्धान्तका आधारमा सम्पूर्ण आदेशलाई ड्रमको तालमा अभ्यास
८ एथ्लेटिक्स र साहसिक क्रियाकलाप	<ul style="list-style-type: none"> ● एथ्लेटिक्सको परिचय ● छोटो दुरीका दौड ● लडजम्प र हाइजम्प खेलका क्रियाकलाप चरणबद्धरूपमा प्रदर्शन ● साधरण तरिका (T-Style) ले सट-पट खेलको ● साधरण रिले दौडको ● साहसिक खेलको परिचय 	<ul style="list-style-type: none"> ● लडजम्प र हाइजम्प गर्दा अपनाइने उन्नत स्तरका विभिन्न विधि/तरिकाको प्रयोग गरी ● छोटो र लामा दुरीका दौडहरूको ● व्याटनसहित रिले दौडको ● हावा, पानी, डोरी, जङ्गल, पहाड तथा हिँउमा गरिने साहसिक खेलको अवलोकन

विषयवस्तु	पहिलो वर्षको विषयवस्तु	दोस्रो वर्षको विषयवस्तु
९ खेल	<ul style="list-style-type: none"> ● भलिबल खेलको परिचय, विशेषता, तथा नियम भन्न र कोर्ट निर्माण ● भलिबल खेलका आधारभूत सिप जस्तै, फिङ्गारिड, पासिड, डिगिड, सेटिड, रिसिभिड र सर्भिसहरूको अभ्यास गर्दै खेल खेल्न ● फुटबल खेलको परिचय र नियम र कोर्ट निर्माण ● फुटबल वा फाइव म्यान फुटबल खेलका आधारभूत सिप (जस्तै: लडपास, सट पास, रोलिड पास, ड्रिब्लिड, ट्र्यापिड) को अभ्यास ● बास्केट बल खेलका साधरण नियम तथा आधारभूत सिप ड्रिबलिड, पासिड प्रयोग खेल ● क्रिकेट खेलको साधरण नियम र आधारभूत सिप बलिड, ब्याटिड र फिल्डिड ● कबड्डी खेलका साधरण नियम भन्न ● कबड्डी खेलका आधारभूत सिप रेडिड र ट्र्यापिडहरू ● खो-खो खेलका साधरण नियम र आधारभूत सिप वर्गमा बस्ने, खो दिने, लखेट्ने र भग्ने अभ्यास (उपर्युक्त छ खेलमध्ये कुनै चारओटा खेल मात्र खेलाउन सकिने छ) 	<ul style="list-style-type: none"> ● भलिबल खेलका आधारभूत सिप र उच्चस्तरका सिप (जस्तै: ब्लकिड, स्पाइकिड, डाइभिड, रोलिड, जम्प सर्भिस) को अभ्यास गर्दै समूह खेल ● फुटबल खेलका आधारभूत सिपका साथै थ्रो-इन, हेडिड, सुटिड, गोल किपिड जस्ता सिपको अभ्यास ● बास्केट बल खेलका आधारभूत सिप तथा पिभोटिड र सुटिडको अभ्यास ● क्रिकेट खेलको नियम र आधारभूत सिप बलिड, ब्याटिड र फिल्डिडको अभ्यास ● कबड्डी खेलका आधारभूत सिपको प्रयोग र समूहमा खेल ● खो-खो खेलका साधरण नियम र आधारभूत सिपको प्रयोग र खेल (उपर्युक्त छ खेलमध्ये कुनै चारओटा खेल मात्र खेलाउन सकिने छ ।)
१० योग	<ul style="list-style-type: none"> ● योगका नियम (यम र नियम, आहार र प्रत्यहार) को परिचय ● सूक्ष्म क्रिया ● अनुलोम विलोम प्राणायामको अभ्यास ● भुजङ्गासन, धनुरासन, मण्डुकासन र कपालभातिको अभ्यास 	<ul style="list-style-type: none"> ● योगका नियम ध्यान र धारणको परिचय दिन ● सूक्ष्म क्रियाको अभ्यास ● मत्स्यासन, पवनमुक्तासन, उष्ट्रासन, भ्रामरी र भस्त्रिका प्राणायामहरूको अभ्यास ● सेतुबन्दासन, मकरासन र हलासनको अभ्यास

विषयवस्तु	पहिलो वर्षको विषयवस्तु	दोस्रो वर्षको विषयवस्तु
११ कलाको परिचय र रेखाचित्र र रङ	<ul style="list-style-type: none"> कला र आयामको परिचय दिन र विभिन्न आयामका वस्तु कलाका आधारभूत नियम (shape, form and space) को परिचय र प्रयोग वस्तुको छाया (light, mid and dark) प्रयोग गर्न र स्थिर अवस्थामा रहेका वस्तुको रेखाचित्र र मानव आकृति रङको परिचय र प्रयोग रङको तापक्रम (colour temperature) को परिचय र कलाका आधारभूत नियम (Pattern, Harmony and Contrast) छाया तथा प्रकाशलाई क्रम ह्याचिङ्ग विधि र प्रयोग 	<ul style="list-style-type: none"> पेन्सिल रङ, क्रेयन पोस्टर र पेस्टल रङको परिचय नेपाली कलाको परिचय र कलाका आधारभूत नियम (Balance, Composition and proportion) र प्रयोग कपडासहितको एक वा एकभन्दा बढी वस्तुको संयोजन, चित्र निर्माण र मानव आकृतिका स्वरूपहरू (Humans Forms) मानवीय संवेगलाई अभिव्यक्त गर्ने चित्र
१२ छपाइ, माटोको काम र निर्माण	<ul style="list-style-type: none"> छपाइको परिचय दिन र रिलिफ विधिबाट छपाइ माटाबाट वस्तुको नमुना निर्माण कोलाजको परिचय र तयार 	<ul style="list-style-type: none"> कगचाबअभ एबप्लत बाट विभिन्न बुझाहरू छपाइ कार्भिड विधिबाट विभिन्न आकृति माटाबाट साधारणमूर्तिको निर्माण उपलब्ध सामग्रीको प्रयोग गरी वस्तुको निर्माण
गायन बादन	<ul style="list-style-type: none"> सङ्गीत लय र तालको परिचय सङ्गीतका पारिभाषिक शब्दावलीहरूको सामान्य परिचय दिन (ध्वनि नाद श्रुति स्वर मात्रा विभाग सम ताली खाली) कक्षागत गीतलाई लय ताल स्वर हाउभाउ कुनै दुई स्थानीय गीत र एउटा स्वदेश गान लय ताल स्वर हाउभाउ नेपालमा प्रचलित कुनै एक लोकगीत गाउन हार्मोनियम/ किबोर्ड वा कुनै एक सुर बाजामा कुनै एक स्थानीय गीत र कुनै एक स्वदेश गान बजाउन र गाउने अभ्यास विभिन्न स्वर समूहका सरगम अलङ्कारको अभ्यास झ्याउरे र ख्याली ताल तथा नेपालमा प्रचलित स्थानीय लोक बाजामध्ये कुनै एक ताल बाजा बजाउने अभ्यास आफूलले सिकेको गीतमा बज्ने तालको परिचय दिन र अभ्यास 	<ul style="list-style-type: none"> मानव जीवनमा सङ्गीतको महत्व र सङ्गीतका पारिभाषिक शब्दावलीहरूको परिचय दिन (सप्तक थाट स्केल राग स्थायी अन्तरा शास्त्रीय लोक तथा आधुनिक गीत) कक्षागत गीतलाई उपयुक्त लयमा हाउभाउ सिकेका गीतहरूलाई हार्मोनियम/किबोर्ड वा कुनै सुर बाध्यको :बवयच(प्लयच कअबभि अभ्यास र प्रस्तुति दादरा र कहरवा सहित रूपक वा भ्रपतालका गीत र धुनहरूमा ताल बाद्य बजाउन र आफूले सिकेका सरगमको अभ्यास झ्याउरे ख्याली समला सेलो ताल र स्थानीय लोक बाजा (कुनै एक सुर बाजा र दुईओटा ताल बाजा) बजाउने अभ्यास कुनै दुईओटा स्थानीय बाजाको परिचय दिन र बजाउने अभ्यास

विषयवस्तु	पहिलो वर्षको विषयवस्तु	दोस्रो वर्षको विषयवस्तु
१३ नृत्य र अभिनय	<ul style="list-style-type: none"> ● नृत्यको परिचय दिन र चलनचल्तीका प्रकार ● नृत्यको पारिभाषिक शब्दावलीहरू (अङ्ग प्रत्यङ्ग, उपाङ्ग) को अर्थ ● आफूले सिकेका लोकगीतहरूको परिचय दिन र ती गीतमा हाउभाउ र मुद्रासहित नृत्य ● चार मात्रा र छ मात्रालाई हात र खुट्टाले ताल मिलाइ नृत्य ● अभिनयको सामान्य परिचय ● आफ्नो कक्षाको कुनै पनि पाठ्यपुस्तकका कथावस्तुमध्ये कुनै एकलाई एकल तथा समूहमा अभिनय 	<ul style="list-style-type: none"> ● स्थानीय नृत्यको परिचय ● श्रृङ्गार वेशभूषायुक्त नृत्य/अभिनयको परिचय दिन र कुनै एउटा चरित्रलाई लिएर अभ्यास ● शास्त्रीय तथा परम्परागत नृत्य लोक नृत्य र आधुनिक नृत्यको परिचय र महत्त्व बताउन ● हस्त मुद्राहरूको प्रयोग गर्दै हाउभाउसहित नृत्य ● कुनै एक विशेष लोक नृत्य (झ्याउरे, सोरठी, सेलो, ख्याली) ● अभिनयको प्कारको परिचय दिन र कुनै चरित्रलाई लिएर नमुना अभ्यास गर्न (स्थानीय वेशभूषा)

५. सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया

स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला जीवनोपयोगी तथा व्यावहारिक विषय भएकाले यस विषयको सहजीकरण गर्दा बालबालिकाहरूको अन्तर्निहित प्रतिभा र सिर्जना प्रस्फुटन हुने गरी सहयोगात्मक तथा सहकार्यात्मक विधिको अवलम्बन गर्नुपर्छ। बहुबौद्धिकताको सिद्धान्तअनुसार दृश्यात्मक, साङ्गीतिक, शारीरिक गतिशीलता, प्राकृतिक, अन्तरवैयक्तिक जस्ता पक्षको विकास हुने गरी क्रियाकलापको चयन गरी सहजीकरण गर्नुपर्ने हुन्छ। सिकाइ सहजीकरण गर्दा सामग्रीको रूपमा वास्तविक ठोस वस्तु र श्रव्यदृश्य सामग्रीको साथै नवीनतम प्रविधिको समेत प्रयोग गरी सिकारुकेन्द्रित विधि र तरिका अपनाउनुपर्ने हुन्छ।

यस पाठ्यक्रममा संलग्न सिकाइ उपलब्धिलाई सहज रूपमा सिकारुमा हासिल गराउनका लागि स्वतन्त्र, निर्देशित र सामूहिक क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने गरी सहजीकरण गर्न पथप्रदर्शक, निर्देशक, प्रेरणादायी र सहजकर्ताको रूपमा भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ। स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला सिकाइमा सिकारुलाई सक्रिय बनाएर 'गरेर सिकने' अवसरहरू प्रदान गर्नुपर्छ। विषयवस्तुको अवधारणा विकास गर्दा वा विषयवस्तु सुरु गर्दा कुनै वस्तुको चित्र, उदाहरण, सिकारुका अनुभव, घटना इत्यादिबाट सुरु गर्नुपर्ने हुन्छ। यसमा बालबालिकाको पूर्वअनुभवलाई पनि विचार गरी अधिकतम सिकाइका लागि विषयवस्तु सुरु गर्दा सिकारुलाई व्यक्त गर्ने, छलफल गर्ने, सोच्ने, अभ्यास गर्ने, सञ्चार गर्ने, आफ्नो परिवेश तथा अनुभवसँग तुलना गर्ने जस्ता अवसर प्रदान गर्ने वातावरण सिर्जना गर्नुपर्छ।

सिकारु सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी हुँदा विषयगत ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति तथा सक्षमताका साथै विभिन्न किसिमका व्यवहारकुशल तथा जीवनोपयोगी सिप सिकने अवसर प्राप्त हुनुपर्छ। सिकारुले यस्तो व्यवहार कुशल सिप तथा जीवनोपयोगी सिप प्राप्त गर्न सक्ने गरी सिकाइ क्रियाकलापको संयोजन गर्नुपर्छ। यसका लागि विषयवस्तुभन्दा अलग्गै शिक्षण नगरी सम्बन्धित विषयवस्तुको सिकाइसँगै एकीकृत गर्नुपर्छ। सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी भई विषयवस्तु सहजीकरणको क्रममा यस्ता व्यवहारकुशल सिप प्राप्त हुँदै जाने गरी सिकाइ विधि, प्रक्रिया र क्रियाकलाप छनोट तथा संयोजन गर्नुपर्छ।

सिकारुको परीक्षण तथा मूल्याङ्कनलाई सिकाइ क्रियाकलापको अभिन्न अङ्गका रूपमा समावेश गरी सिकाइ सुधार र विकासका लागि निरन्तर पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने माध्यमका रूपमा विकास गर्नुपर्छ । प्रत्येक सिकारुलाई उच्चस्तरको सिकाइ सक्षमता प्राप्त गरी क्रमशः माथिल्लो स्तरमा जान सक्ने बनाउन सहयोग गर्नुपर्छ । कुनै पाठ तथा एकाइ शिक्षणपश्चात् प्राप्त गर्नुपर्ने उपलब्धिमा आधारित भई सिकारुको परीक्षण गर्ने र परीक्षणको नजिताका आधारमा सिकाइमा कमजोर देखिएका सिकारुलाई सुधारात्मक सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी गराई उनीहरूकै गतिमा सिकाइ गर्ने र सुधार गर्ने अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला सहजीकरण गर्न तपसिलका विधि, रणनीति, तरिका अवलम्बन गर्न सकिने छ । छनोट गरिएका विधि, रणनीति, तरिका, प्रक्रिया तथा क्रियाकलापमा सबै सिकारुलाई सक्रिय बनाउने, सहभागी बनाउने, गरेर तथा छोएर वा चलाएर सिकने र सिर्जनात्मकताको अभिवृद्धि हुने अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला शिक्षण गर्दा निम्न लिखित विधि तथा तरिका अपनाउन सकिन्छ : (क) प्रयोगात्मक विधि (ख) छलफल विधि (ग) प्रदर्शन विधि (घ) प्रश्नोत्तर विधि (ङ) समस्या समाधान विधि (च) क्षेत्रभ्रमण विधि (छ) परियोजना विधि (ज) भूमिका निर्वाह तथा अभिनय विधि (झ) कथाकथन विधि (ञ) मष्तिष्क मन्थन (ट) जिम्स (ठ) ग्यालरी

६.सम्भाव्य परियोजना / प्रयोगात्मक कार्यका उदाहरण

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित क्रियाकलाप
१	मानव शरीर	<ol style="list-style-type: none"> १ ज्ञानेन्द्रियहरूको चित्र कोरेर वा चित्र सङ्कलन गरी एल्बम तयार गर्ने २ धागो, कपास, रङ, कुट कागज आदि लगायतका स्थानीय सामग्री प्रयोग गरी अस्थिपञ्जर प्रणाली र मांसपेशी प्रणालीको नमुना बनाउने ३ पाचन प्रणालीको चित्र वा नमुना (उपलब्ध वस्तु जस्तै : माटो वा पिठो वा प्लास्टिक वा अन्य उपयुक्त वस्तु) बनाई प्रदर्शन गर्ने ४ धागो, रङ, कुट कागज, प्लास्टिकको पाइप, रबर, बेलुन आदि लगायतका स्थानीय सामग्री प्रयोग गरी श्वासप्रश्वास प्रणालीको नमुना बनाई प्रस्तुत गर्ने ५ रङ, कागज, गम, काँची वा माउन्ट कटर, पिठो वा माटो वा क्ले प्रयोग गरी मूत्र प्रणालीको नमुना तयार प्रदर्शन गर्ने ६ ड्रइङ पेपरमा स्त्री तथा पुरुष प्रजनन प्रणालीको चित्र कोरी प्रदर्शन गर्ने

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित क्रियाकलाप
२	सामुदायिक स्वास्थ्य र मानसिक स्वास्थ्य	<ol style="list-style-type: none"> १ समुदायमा स्वास्थ्य सेवा दिने संस्था वा स्वास्थ्य सेवा दिने संस्थाहरूको सङ्केत जनाउने चित्र वा उपलब्ध सामग्री सङ्कलन गर्ने वा चित्र कोर्ने वा एल्बम तयार पार्ने २ शिक्षक वा अभिभावकको सहयोगमा आआफ्नो समुदायको वातावरण प्रदूषणले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने असरको अवलोकन तथा सोधखोजी गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने ३ स्वस्थ व्यक्तिका विशेषताहरूको चार्ट तयार गरी प्रस्तुत गर्ने ४ सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता र स्वयम्सेविकासँग भेटघाट गरी उनीहरूले गरेका काम र सेवाहरूको बारेमा सोधखोज गरी प्रतिवेदन तयार गर्ने ५ लागु पदार्थले स्वास्थ्यमा पार्ने असरसम्बन्धी सामूहिक रूपमा कक्षाकोठामा नाटक प्रदर्शन वा अभिनय गर्ने र त्यसको अभिलेख तयार गर्ने ६ लागुपदार्थ विरुद्ध जनचेतना जगाउने प्लेकार्ड सामूहिक रूपमा तयार गरी नारा प्रदर्शन गर्ने र अभिलेख राख्ने ७ परम्परागत र वैकल्पिक स्वास्थ्य सेवा दिने व्यक्ति र संस्थाको चिनारी तयार पार्ने ८ परम्परागत र वैकल्पिक स्वास्थ्य सेवाको महत्त्व शीर्षकमा प्रवचन दिने ९ लागु पदार्थको दुर्व्यसनबाट टाढा रहने उपाय शीर्षकमा निबन्ध वा संवाद लेखेर प्रस्तुत गर्ने
३	पोषण र खाद्य सुरक्षा	<ol style="list-style-type: none"> १ आफ्नो घर तथा समुदायका उपलब्ध खानेकुरालाई शक्ति दिने, शरीर वृद्धि गर्ने तथा शरीर रक्षा गर्ने आधारमा वर्गीकरण तालिका तथा नमुना तयार गरी प्रदर्शन गर्ने २ सामूहिक रूपमा जड्क फूडले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने बेफाइदा शीर्षकमा कथा वा घटना वा गीत तयार पारी अभिनय गरेर देखाउने वा अल्पपोषक खानेकुरा नखानका लागि प्रतिबद्धता पत्र लेखेर प्रस्तुत गर्ने ३ कुपोषणजन्य रोग र खाद्य मिसावटको असर शीर्षकमा सामूहिक रूपमा छलफल गरी सामूहिक प्रतिवेदन तयार गरी प्रस्तुत गर्ने
४	रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचार	<ol style="list-style-type: none"> १ दूषित खाना र पानीको माध्यमबाट सर्ने रोगहरूको रोकथाममा समुदायले अवलम्बन गरेका उपाय सम्बन्धमा अवलोकन तथा सोधखोज गरी कक्षामा सामूहिक छलफल गरी निर्घर्षलाई प्रतिवेदन मार्फत प्रस्तुत गर्ने २ रक्तम्राव, घाउचोटपकको प्राथमिक उपचारका उपाय जोडीमा पालैपालो अभिनय र प्रदर्शन गर्ने ३ दूषित हावा र सङ्क्रमित लुगाफाटाको माध्यमबाट सर्ने रोगको रोकथामका उपाय छलफल गरी प्रतिवेदन तयार गरी प्रस्तुत गर्ने ४ प्राथमिक उपचार बाकसको नमुना निर्माण गरी प्रदर्शन गर्ने ५ सिकाइ केन्द्रको जोखिम र सुरक्षित स्थानको पहिचान गरी नक्साङ्कन गर्ने
५	यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य	<ol style="list-style-type: none"> १ किशोरावस्थाका परिवर्तन र तिनको व्यवस्थापनका उपाय शीर्षकमा प्रजनन स्वास्थ्य व्यक्ति वा विज्ञसँग अन्तर्क्रिया गरी लेख तयार गर्ने २ महिला स्वयम्सेविकालाई सामूहिक रूपमा भेटेर गर्भ निरोधका साधनको सूची तयार गरी तिनीहरूको कार्य तालिका तयार गरी प्रस्तुत गर्ने ३ शिक्षक, स्वास्थ्य कार्यकर्ता वा अन्य स्रोत व्यक्तिको सहयोगमा महिनावारी सरसफाइ व्यवस्थापनका लागि पुनःप्रयोग हुने घरेलु प्याडको नमुना निर्माण गरी प्रदर्शन गर्ने
६	शारीरिक कसरत र कवाज	<ol style="list-style-type: none"> १ शारीरिक विषयको कक्षामा नियमानुसार शारीरिक व्यायाम र कवाजको क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने २ सिकाइ केन्द्रमा गरिएका शारीरिक कसरत र कवाजको क्रियाकलापका तस्बिर सङ्कलन र प्रदर्शन गर्ने

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित क्रियाकलाप
७	एथलेटिक्स र साहसिक क्रियाकलाप	<ol style="list-style-type: none"> १ छोटो, मध्यम र लामो दुरीको दौड प्रतियोगिता आयोजना गर्ने र दौडमा सहभागी गराई अभिलेखीकरण गर्ने २ लडजम्प र हाइजम्पका आधारभूत नियमको अनुसरण गरी कार्य प्रदर्शन गर्ने ३ नजिकैको खोला, नदी, उकालो ओरालोमा आदि स्थानमा गर्न सकिने साहसिक क्रियाकलापमा सहभागी हुने र अनुभूतिलाई प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने ४ सहजकर्ताको निगरानीमा नजिकैको खोला, नदि पोखरी, ताल, वा स्विमिङ पुल आदि जस्ता पानीमा गर्न सकिने साहसिक क्रियाकलापमा सहभागी भई प्रदर्शन गर्ने र अनुभूतिलाई समेटेी प्रतिवेदन तयार गर्ने ५. लडजम्प, सटपुट र हाइजम्पका सिप र नियमको प्रयोग गरी प्रदर्शन गर्ने र प्रगतिको अभिलेखीकरण गर्ने
८	खेल	<ol style="list-style-type: none"> १ भलिबलका आधारभूत सिपको प्रयोग गरी भलिबल खेल प्रदर्शन गर्ने २ फुटबल खेलका आधारभूत सिप (किकिड, ड्रिब्लिङ, र ट्यापिङ) को प्रयोग गरी फुटबल खेल प्रदर्शन गर्ने ३ बास्केटबल खेलका लागि आवश्यक नियमको प्रयोग गरी बास्केट बल खेल प्रदर्शन गर्ने ४ कबड्डी वा खो खो प्रतियोगिता आयोजना गरी प्रदर्शन गर्ने ५ भलिबल वा फुटबल वा बास्केटबल वा क्रिकेट खेलमध्ये कुनै दुईको प्रतियोगितामा सहभागी भई नियमको अनुसरण गर्ने ६ आफ्नो सिकाइ केन्द्र वा समुदायका साथीबिचमा कबड्डी वा खो खो खेल खेल्ने प्रतियोगिताको आयोजना गरी खेल खेल्ने र प्रतिवेदन तयार गर्ने ७ भलिबल वा फुटबल खेल खेल्ने नियम अवलम्बन गरी फुटबल खेल खेल्ने र समूहगत प्रगतिको अभिलेखीकरण गरी प्रस्तुत गर्ने ८ बास्केटबल, क्रिकेट, कबड्डी र खो खो खेलमध्ये कुनै तीनओटा खेल प्रदर्शन गरी समूहगत प्रगतिको अभिलेखीकरण गर्ने
९	योग	<ol style="list-style-type: none"> १ अनुलोम विलोम, सूक्ष्म योग, भुजङ्गासन, धनुरासन र मण्डुकासनको प्रदर्शन गर्ने र अनुभूतिलाई प्रतिवेदन मार्फत प्रस्तुत गर्ने २ अनुलोम विलोम, सूक्ष्म योग, भुजङ्गासन, धनुरासन र मण्डुकासनको नियमअनुसार कार्यसम्पादन गर्ने, परिवारका सदस्यलाई अभ्यास गराउने र आफ्नो तथा परिवारका सदस्यको अनुभवको प्रतिवेदन तयार गर्ने ३ भ्रामरी, भस्त्रिका प्राणायाम, सेतुबन्दासन, मकरासन र हलासनको योगाभ्यास गर्ने र अनुभूतिलाई समेटेी प्रतिवेदन तयार गर्ने
१०	कलाको परिचय, रेखाचित्र र रङ	<ol style="list-style-type: none"> १ बाकस, बल, फलफूल, गाग्री, किताब वा अन्य उपलब्ध वस्तुको अवलोकन गरी वस्तुको छायालाई क्रस ह्याचिङ विधिबाट चित्र कोर्ने २ मानिस, जनावर र चराको एक एकओटा चित्र कोर्ने र रङको तापक्रम मिलाई चित्र प्रदर्शन गर्ने ३ उपलब्ध विभिन्न स्थिर वस्तुको साथमा कपडाका टुक्राका साथै गिलास, माटाको भाडा, फलफूल, कप जस्ता विभिन्न किसिमले राखी अवलोकन गर्ने र ती वस्तुको चित्र कोर्ने ४ मानवीय संवेगको अभिव्यक्ति (हर्ष विस्मात, खुसी, आनन्द, शोक) लाई चित्रमा कोरेर प्रदर्शन गर्ने

क्र.स.	विषय क्षेत्र	सम्भावित क्रियाकलाप
११	छपाइ, माटोका काम, कोलाज र निर्माण	<ol style="list-style-type: none"> १ आलु वा मुला वा अन्य यस्तै उपलब्ध वस्तुलाई काटेर काटिएको भागको सतहमाथि चक्कु वा अन्य उपकरणको प्रयोग गरी बुट्टा वा आकृति बनाएर रिलिफ विधिबाट छपाइ गर्ने २ गिर्खा नभएको, लचिलो कालीमाटीबाट आफूलाई मन पर्ने कुनै एउटा वस्तुको नमुना निर्माण गरी प्रदर्शन गर्ने ३ आफूलाई मन पर्ने वस्तुको चित्र कोर्ने र उक्त चित्रमा गम वा फेबिकोलले उपयुक्त वस्तु (कपास, काठ, सिन्का, अन्न, दाल, ढुङ्गा, कागज, चुरा वा उपलब्ध अन्य वस्तु) टाँसेर कोलाज बनाएर प्रदर्शन गर्ने ४ काठ वा ढुङ्गा वा माटामा कार्भिड विधि (कुँदेर वा खोस्रेर) बाट विभिन्न आकृति निर्माण गरी प्रदर्शन गर्ने ५ गिर्खा नभएको, लचिलो कालीमाटी वा क्लेबाट आफूलाई मन पर्ने कुनै एउटा साधारण मूर्तिको निर्माण गर्ने
१२	गायन र वादन	<ol style="list-style-type: none"> १ स्थानीय गीतलाई उपयुक्त लय, ताल र हाउभाउसहित गाउने २ सिकेका कुनै एउटा गीतलाई हार्मोनियम/किबोर्डमा वा कुनै सुर वाद्यमा बजाउने ३ झ्याउरे/समला/सेलो/दादरा/कहरवा/रूपक/भूपताल बोलहरूको ताल वाद्यमा बजाउने ४ स्थानीय लोकबाजामध्ये कुनै एक सुर बाजा र एक ताल बाजा बजाउने ५ राष्ट्रिय तथा लोकगीतलाई लय, ताल र हाउभाउसहित गाउने ६ हार्मोनियम/किबोर्डमा वा स्थानीय स्तरमा उपलब्ध कुनै एउटा सुरबाजामा आफूले सिकेको कुनै एउटा गीत बजाउने ७ झ्याउरे (धिक् ति नाधिना) र ख्याली (धिं फत् ताड तक् धिं धिं ताड) तालको बोल प्रयोग गरी मादलबाट बजाउने ८ स्थानीय लोकबाजामध्ये आफूले जानेको कुनै एउटा ताल वाद्य बजाउने
१३	नृत्य र अभिनय	<ol style="list-style-type: none"> १ गायन र वादनसम्बन्धी कक्षामा सिकेका लोक गीतहरूमा हाउभाउ र उपयुक्त मुद्रासहित (पताक, शिखर, सूची, अलपदम, कपोत, उत्सडमध्ये मिल्दो मुद्रा) नृत्य अभ्यास गर्ने २ पाठ्यपुस्तकमा रहेका विभिन्न विषयवस्तुमध्ये कुनै घटनालाई लिएर एकल तथा समूहमा अभिनय (आकस्मिक दुर्घटना भई प्राथमिक उपचार गरेको वा विभिन्न वेशभूषामा सजिएर नृत्य गरेको) गर्ने ३ आफूलाई मनपर्ने कुनै एक विशेष लोक नृत्य (झ्याउरे, सोरठी, सेलो, ख्याली वा अन्य कुनै एक) गर्ने ४ वाचिक (बोलेर), आङ्गिक (अङ्ग, प्रत्यङ्ग वा उपाङ्ग चलाएर), आहार्य (श्रृङ्गार पटार भएर) र सात्विक (हाँसो, आसु, पसिना निकालेर) मध्ये कुनै एक अभिनयको प्रदर्शन गर्ने

७. सिकारू मूल्याङ्कन

स्वास्थ्य, शारीरिक र सिर्जनात्मक कला विषयमा पनि अरू विषयको जस्तै आन्तरिक मूल्याङ्कन प्रत्यक्ष कक्षा क्रियाकलाप, सिकारूका कार्य तथा कार्यसम्पादनको अवलोकन, गृहकार्य, परियोजना कार्य, मौखिक तथा लिखित कार्य, एकाइ तथा त्रैमासिक परीक्षाहरू, स्व तथा सहपाठी मूल्याङ्कनलगायतका साधन प्रयोग गर्न सकिन्छ। समस्या समाधानको अवलोकन, कार्य सम्पादनमा सहभागिता र सक्रियता, मौखिक तथा लिखित प्रश्नोत्तर, व्यवहार अवलोकनलगायतका तरिका प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसका लागि रुजुसूची, श्रेणी मापन, रुब्रिक्सलगायतका व्यावहारिक अवलोकन फाराम, विभिन्न तहका सिकाइ क्षमता मापन गर्ने प्रश्नहरू, व्यावहारिक समस्यालगायत प्रयोगात्मक कार्य आदिमा सिकारूको सहभागिता र हासिल गरेको सिकाइ उपलब्धिका आधारमा मापन गर्न सकिन्छ। यस्तो मूल्याङ्कन विषयवस्तुको प्रत्येक क्षेत्र वा एकाइको सिकाइपश्चात् गरी सो क्षेत्र वा एकाइअन्तर्गतका मुख्य सिकाइ

उपलब्धिमा सिकारुको सिकाइ स्तर परीक्षण विभिन्न साधनहरूको प्रयोगबाट गर्नुपर्छ । यसरी सिकाइ उपलब्धि परीक्षण गर्दा सिकारुले न्यूनतम सिकाइ स्तर हासिल गरेको नपाइएमा सुधारात्मक सिकाइको अवसर प्रदान गरी पुनः परीक्षण गरी न्यूनतम सिकाइस्तर सुनिश्चित गरी थप वा माथिल्लो स्तरको सिकाइको अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । पटकपटकको सुधारात्मक सिकाइपश्चात् पनि न्यूनतम स्तरको सिकाइ स्तर हासिल गर्न नसक्ने सिकारुका लागि उपचारात्मक सिकाइको योजना निर्माण गरी त्यस्ता सिकारुलाई सहयोग गर्नुपर्छ ।

(क) आन्तरिक मूल्याङ्कन

आन्तरिक मूल्याङ्कनको अङ्कको निश्चित भार आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा अभिलेखित गर्नुपर्छ । यसका लागि आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई अभिलेखित गरी प्रत्येक सिकारुको कार्यसञ्चयिका व्यवस्थित गरी राख्नुपर्छ । यस्तो अभिलेखका आधारमा निम्नलिखित पक्षमा तोकिएअनुसारको भारको अङ्क आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा समावेश गरिने छ ।

क्र.स.	मूल्याङ्कन पक्ष	भार
१	सहभागिता तथा सक्रियता : कक्षामा उपस्थिति, कक्षा कार्य, गृहकार्य, परियोजना कार्य तथा प्रयोगात्मक कार्यमा सहभागिता र सक्रियता	४
२	प्रयोगात्मक/परियोजना कार्य	३६
३	त्रैमासिक परीक्षा	१०
जम्मा		५०

प्रयोगात्मक तथा परियोजना कार्यको मूल्याङ्कनका आधार

क्र.स.	क्षेत्र	कार्य विवरण	अङ्कभार
१	स्वास्थ्य	परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य सञ्चालन तथा कार्य सम्पादन	४
		परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य सम्पादनको अभिलेखीकरण	४
२	शारीरिक	परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य सञ्चालन तथा काय सम्पादन	१०
		परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य सम्पादनको अभिलेखीकरण	४
३	सिर्जनात्मक कला	परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य सञ्चालन तथा कार्य सम्पादन	१०
		परियोजना तथा प्रयोगात्मक कार्य सम्पादनको अभिलेखीकरण	४
जम्मा			३६

(ख) आवधिक मूल्याङ्कन

निर्णयात्मक मूल्याङ्कनमा अन्तिम परीक्षाको भार ५० प्रतिशत हुनेछ । प्रत्येक परीक्षामा प्रश्न सोध्दा शैक्षिक सत्रको सुरुदेखि पढाइ भएका सबै पाठबाट समेटिएको हुनुपर्ने छ । यस विषयको परीक्षामा विशेष गरेर ज्ञान र बोध, प्रयोग र उच्च दक्षतामा आधारित हुनेछन् । पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका उद्देश्यअनुरूप सिकारुले ज्ञान, सिप, अभिवृत्ति प्राप्त गरे नगरेको मूल्याङ्कन गरी त्यसको आधारमा प्रमाणीकरण गरिन्छ । अन्तिम परीक्षाको प्रश्नपत्र पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तयार गरेको विशिष्टीकरण तालिकालाई आधार मानी निर्माण गरिनुपर्छ ।



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