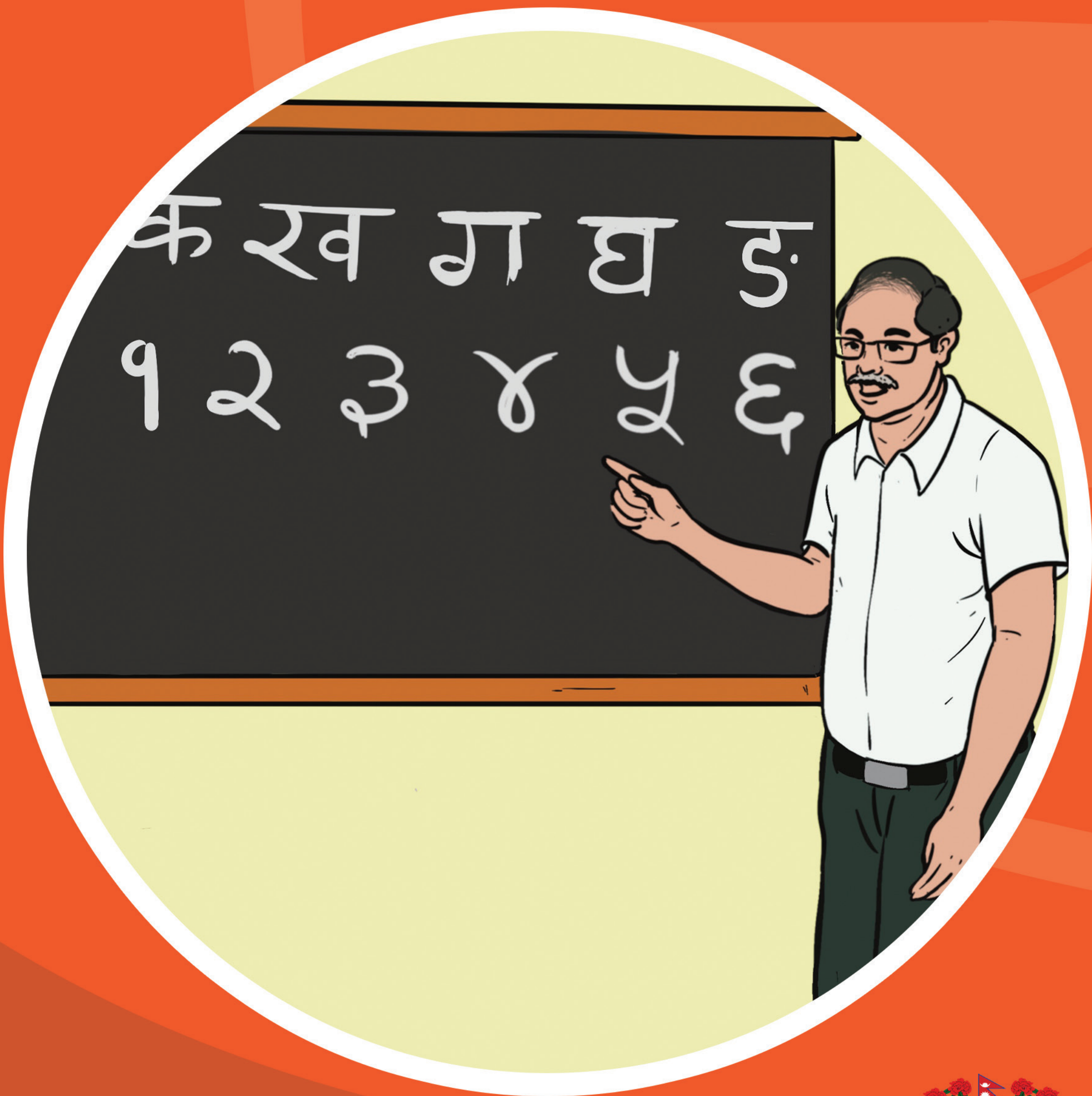
सिकाइ क्षेत्रः
भाषा र सञ्चार

पठन, लेखन, प्रश्नोत्तर र प्रतिक्रिया



तह १

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
शिक्षा तथा मानवश्रोत विकास केन्द्र

हाम्रो भनाइ

सिकाइ मानव जीवनको अभिन्न अङ्ग हो । औपचारिक शिक्षा प्रणालीको संरचनाभन्दा बाहिर रहेर पनि व्यक्तिले जीवनका लागि आवश्यक ज्ञान र सिप हासिल गरिरहेको हुन्छ । यसरी जीवनपर्यन्त चलिरहने सिकाइलाई अनौपचारिक शिक्षा भनिन्छ । जीवनपर्यन्त अर्थात् आजीवन सिकाइ तो किएको निश्चित ढाँचा वा पद्धतिमा मात्र सीमित हुँदैन । मानव जीवनमा व्यक्तिले औपचारिक, अनौपचारिक तथा आफू संलग्न रहेको पेसा व्यवसाय वा कार्य अनुभवले विभिन्न किसिमका ज्ञान, सिप र क्षमता आर्जन गरिरहेको हुन्छ । अनौपचारिक माध्यमबाट सिकेका ज्ञान, सिप र क्षमतालाई उपयुक्त प्रणालीमार्फत व्यवस्थित गर्दै लैजानु जरुरी छ ।

विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ ले गरेको व्यवस्थाबमोजिम अनौपचारिक रूपबाट शिक्षा हासिल गरेका तर प्रमाणीकरण हुन नसकेका वा विभिन्न पेसा व्यवसाय गर्दै स्वअध्ययनको माध्यमबाट सिकाइ प्रमाणीकरण गर्न तथा आफ्नो योग्यता बढाउन चाहने व्यक्तिको आवश्यकतालाई दृष्टिगत गर्दै यो सामग्री तयार गरिएको हो ।

यस सामग्रीले भाषा तथा सञ्चार, व्यवहारिक समस्या समाधान तथा हाम्रो परिवेश तथा नागरिक चेतना गरी तीनओटा विषयक्षेत्र समेटेको छ ।

यो सामग्री १५ वर्षमाथिका औपचारिक शिक्षा प्राप्त गर्न वा पूरा गर्न नसकेका अनुभवी सिकारुलाई दृष्टिगत गरी विकास गरिएको छ । यो सामग्री हाललाई परीक्षणका लागि तयार गरिएको हो । आगामी दिनमा सरोकारवालाबाट प्राप्त सल्लाहसुझाव समावेश गर्दै यसलाई अझ परिष्कृत एवम् अद्यावधिक गरिने छ ।

यो सामग्री तयार गर्ने क्रममा सहयोग पुऱ्याउने साझेदार संस्था युनिसफ तथा विश्व शिक्षा, सामग्री लेखन र भाषा सम्पादनमा सहयोग गर्नुहुने विज्ञहरू, चित्र तथा साजसज्जा कार्यमा संलग्न सबैप्रति यो केन्द्र हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

परिचय

भाषाको सिकाइ आमाबाबुले बोल्ने भाषाबाट सुरु हुन्छ । घरमा घरका परिवारबाट सिकेर बोलेको भाषा माभृभाषा हो । मातृभाषामा सञ्चार गर्न सुरु गरेपछि क्रमशः सिकारुले आवश्यकतानुसार अन्य भाषा सिकेर सञ्चार गर्न सक्छन् । हाम्रो सन्दर्भमा सिकारुले मातृभाषा, सरकारी कामकाजको नेपाली भाषा र अङ्ग्रेजी भाषा सिकिरहेका हुन्छन् । भाषा सिक्दा भाषाका वर्ण र साधारण शब्दको पहिचान, अर्थबोध र प्रयोगमा जोड दिनुपर्छ । यस तहमा सिकारुले नेपाली भाषाका सबै अक्षर, अङ्क र दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने साधारण शब्दहरू पढ्न, लेख्न र अर्थ बताउन सक्नुपर्छ। भाषा सिकाइमा हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनि, शारीरिक अङ्गको चलाइ आदिको भुमिका रहने हुँदा सिकारुले भाषाका हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनि, शारीरिक अङ्गको चलाइ आदिको सङ्केतमा प्रतिक्रिया दिन समेत सक्नपर्छ । यस पक्षलाई दृष्टिगत गरी यस सिकाइ सामग्रीमा भाषाका वर्ण र साधारण शब्दको पहि(चान, अर्थबोध र प्रयोगसम्बन्धी सिकाइ सामग्री समावेश गरिएको छ ।

यस सिकाइ सामग्रीमा निम्नलिखित विषयवस्तु समावेश गरिएको छ :

- वर्ण तथा शब्द चिनारी
- साधारण शब्दको अर्थ र प्रयोग
- अङ्क, अक्षर र शब्द पठन तथा लेखन
- प्रश्नोत्तर र प्रतिक्रिया

सक्षमता

- भाषाका वर्ण र साधारण शब्दको पहिचान, अर्थबोध र प्रयोग

सिकाइ उपलब्धि

(क) साधारण शब्द पढी तिनको अर्थ बताउन र प्रयोग गर्न

(ख) भाषाका सबै अक्षर, अङ्क र दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने साधारण शब्दहरू पढ्न, लेख्न र अर्थ बताउन

(ग) भाषाका हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनि, शारीरिक अङ्गको चलाइ आदिको सङ्केतमा प्रतिक्रिया दिन

पाठहरू

यस सिकाइ सामग्रीमा निम्नलिखित पाठ रहेका छन् :

पाठ १ : वर्ण तथा शब्द चिनारी
पाठ २ : साधारण शब्दको अर्थ र प्रयोग
पाठ ३ : अङ्क, अक्षर र शब्द पठन तथा लेखन
पाठ ४ : प्रश्नोत्तर र प्रतिक्रिया

पूर्व सिकाई परिक्षण

तलको चित्र हेरेर भन्नुहोस् :

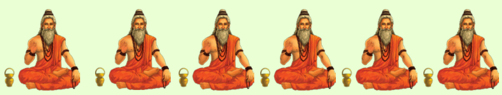
अमला

आँप

इमली

ईश्वर

उखु



ऋृषि

एकतारे

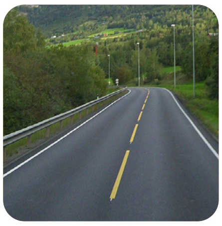
ऐसेलु

ओखर

औजार

(क) यहाँ के केका चित्र छन् ?
(ख) सबैभन्दा बढी केका चित्र छन् ?
(ग) सबैभन्दा कम केका चित्र छन् ?
(घ) तपाईंको समुदायमा यिनलाई के के नामले चिनिन्छ ?
(ङ) यीमध्ये कुनै एकको चित्र बनाउन सक्नुहुन्छ ? सक्नुहुन्छ भने चित्र बनाउनुहोस् ।

कुन केसँग मिल्छ ?



तलका चित्र हेरी बुझेको कुरा बताउनुहोस् :

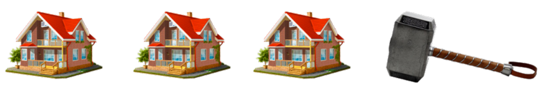
यी मानिसले किन यसो गरेका होलान् ?

समूहमा कुन मिल्दैन, भन्नुहोस् :

क.

ख.

ग.

घ. 

अरुलाई पढ्न लगाएर सुन्नुहोस् अनि बुझेका कुरा भन्नुहोस् :

आमाकी बहिनी सानिमा आमाका दाजु मामा
फुपूको प्यारो भदा म दिदीका छोरा भान्जा
आमाकी आमा हजुरमा बाबाका बाबा हजुरबा
को होला भन सोल्टनी, को होला हाम्रो बाहुनबा ?

बाबा त हाम्रो सिकर्मी काकाको पेसा डकर्मी
आमा र म त खेतीमा न हुन्छ जाडो न गर्मी
पसिना फुट्यो घामले पढाइ छुट्यो कामले
ज्ञानको काम ठुलो छ, के गर्न सक्ला दामले ?

माथिको कविता पढेर त्यहाँ प्रयोग भएका निम्नानुसारका शब्द लेख्नुहोस् :

(क) नाता बुझाउने शब्द :

(ख) पेसा बुझाउने शब्द :

माथिको कविता पढेर तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :

(क) तपाईँकी कान्छी फुपूले तपाईँलाई के भन्नुहुन्छ ?

(ख) काकाका हजुरबालाई तपाईँले के भन्नुपर्छ ?

(ग) माथि काका, बा, आमा र म पात्रले के के काम गर्छन् भनिएको छ ?

(घ) ज्ञानको काम केले गर्न सक्दैन ?

(ङ) मानिसले किन पढ्नुपर्छ होला ?

तपाईँले रेडियोमा सुनेको एउटा कार्यक्रम सम्झनुहोस् र तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :

(क) तपाईँले के कार्यक्रम सुन्नुभयो ?

(ख) उक्त कार्यक्रमबाट तपाईँले के के सिक्नुभयो ?

तल जम्मा कतिओटा कलम छन् :

	एक (१)
	दुई (२)
	तीन (३)
	चार (४)
	पाँच (५)
	छ (६)
	सात (७)
	आठ (८)
	नौ (९)
	दश (१०)

पाठ १

वर्ण तथा शब्द चिनारी

परिवारका जान्नेसँग सिकाइमागेर तलको अक्षर गीत गाउनुहोस् :

अक्षर गीत १

टिभी हेरी गीत गाउनुस् देवर बाबु नानी
स्वर वर्ण पढ्ने आज रमाइलो मानी
अनारको अ भन आकारको आ
इनारको इ भन ईश्वरको ई
उखुको उ हेर ऊर्जामा नि ऊ
हेर हेर माइली भाउजू उमा कता गै
एकतारे ए भन ऐना हेरेझैँ
ओखलको ओ भन औषधीको औ
अंशुमाला प्रायः रोप्छिन् करेसामा जौ

अक्षर गीत २

क ख ग घ ङ भन मेरो प्यारो भाइ
च छ ज झ ञ भन्दै गोमा कता गई
ट ठ ड ढ ण पढ्ने कति ज्ञानी नानी
त थ द ध न गाउने राम्रो तिम्रो बानी
प फ ब भ म भनी सानी नानी आई
य र ल व श खोज मेरो भाइ
ष स क्ष त्र ज्ञ आए पढ्नै गारो है

सिकाइ क्रियाकलाप

माथिका कविता सुनेर वा पढेर उत्तर दिनुहोस् :

(क) कसलाई गीत गाउनु भनिएको छ ?
(ख) उमा कता गै भनेर कसलाई सोधिएको छ ?
(ग) करेसामा जौ रोप्ने को हुन् ?
(घ) तिम्रो के बानी राम्रो छ ?
(ङ) के पढ्न गारो छ ?

तल के केका चित्र दिइएका छन् ?

तलका स्वर वर्ण पढ्नुहोस् र लेख्नुहोस् :

अ	आ	इ	ई	उ	ऊ
....	....	....	....	....	....
ऋ	ए	ऐ	ओ	औ	अं
....	....	....	....	....	....
अः					
....					

तलका व्यञ्जन वर्ण पढ्नुहोस् र लेख्नुहोस् :

क	ख	ग	घ	ङ
....	....	....	....	....
च	छ	ज	झ	ञ
....	....	....	....	....

ट	ठ	ड	ढ	ण
....	....	....	....	....
त	थ	द	ध	न
....	....	....	....	....
प	फ	ब	भ	म
....	....	....	....	....
य	र	ल	ब	श
....	....	....	....	....
ष	स	ह	क्ष	त्र
....	....	....	....	....
ज्ञ				
....				

पढ्नुहोस् र लेख्नुहोस् :

कर	गर ....
घर	डर ....
तह	दह ....
पल	बल ....
कप	खप ....
चल	छल ....
टप	ठप ....

तलका शब्द सार्नुहोस् :

अमला	आलु ....
इनार	उखु ....
ईश्वर	ऋषि ....
एक्का	ऐना ....
ओखर	औँला ....
कमिला	खरायो ....
गघा	घडी ....
नङ	चमेरा ....

छहरा	जरायो ....
झन्डा	टपरी ....
टडेउरा	डालो ....
ढक	गणेश ....
तराजु	थपडी ....
दमाहा	धरान ....
नरिवल	परेवा ....
फर्सी	बस ....
भकारी	मयूर ....
यज्ञ	रहर(दाल) ....
लौरो	वकिल ....
शङ्ख	षट्कोण ....
सखरखण्ड	हलो ....
क्षत्रिय	त्रिशूल ....

तलका खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) टिभी हेरी गीत गाउनुस् .... बाबु नानी

(ख) अनारको ...... भन आकारको आ

(ग) उखुको उ हेर ऊर्जामा नि ....

(घ) एकतारे ए भन .... हेरेभैँ

(ङ) .... खोज मेरो भाइ

अन्तरक्रियात्मक क्रियाकलाप

आफूलाई थाहा भए आफैँले र थाहा नभए साथी वा परिवारका सदस्यलाई सोधेर तलका वर्ण प्रयोग भएका एक एक शब्द खोजेर भन्नुहोस् अनि लेख्ने प्रयास पनि गर्नुहोस् :

वर्ण	**शब्द**
अ	....
आ	....
इ	....
ई	....
उ	....
ऊ	....
ऋ	....
ए	....
ऐ	....
ओ	....
औ	....
अं	....

खोज क्रियाकलाप

दिइएको अनुच्छेद पढेर वा कसैको सहयोगमा तलका अभ्यास गर्नुहोस् :

अक्षता तह १ मा पढ्छे । उमा पनि तह १ मा पढ्छे । उसका मिल्ने साथी निमेष र ज्ञानी हुन् । दुवै त्रिशूली गाउँमा बस्छन् । उनीहरू एउटै सिकाइ केन्द्रमा आएर सिक्छन् । एक दिन उमाले तिमीलाई मन पर्ने पर्व कुन हो भनेर सोधी । उसले जवाफ दियो, "तिहार ।" उमाले सोधी, "किन ? कारण भन न ।" उसले भन्यो, "किनभने तिहारमा सबैका घरमा झिलिमिली हुन्छ । पिङ खेल्न पाइन्छ । धनकी देवी लक्ष्मी र गाईको पूजा हुन्छ । ऋण काढेर भए पनि सबैले मिठा परिकार पकाउँछन् । आमा ओदानमा ताई राखेर, सेल पकाउनुहुन्छ । दिदी र मामा आउनुहुन्छ । बहिनी सयपत्री र मखमलीको माला उन्छे ।" उमाकी बहिनी चञ्चलाले थपी, "तिहार त औधी रमाइलो हुन्छ नि । म त ऐना हरेर कपाल मिलाउँछु ।" तिहारमा कपाल मिलाउने कुरा सुनेर उमा गलल्ल हाँसी ।

तलका वर्ण कुन कुन शब्दमा प्रयोग भएका छन् ?

अ	....	ऋ	....
आ	....	ए	....
इ	....	ऐ	....
ई	....	ओ	....
उ	....	औ	....
ऊ	....		

तलका शब्दको सुरुमा कुन वर्ण प्रयोग भएका छन्, लेख्नुहोस् :

ज्ञानी	:	सयपत्री	: ....
पर्व	:	रमाइलो	: ....
धन	:	कपाल	: ....
ताई	:		

यस पाठमा तपाईंले सुनेका वा जानेका कुन कुन शब्द प्रयोग भएका छन् ?

अभ्यास क्रियाकलाप

माथि खोज क्रियाकलापमा दिइएको अनुच्छेदबाट क देखि ज्ञ सम्म प्रयोग भएका एक एक शब्द खोजेर साथीलाई सुनाउनुहोस् र सक्नुभयो भने लेख्नुहोस् ।

माथि अक्षर गीत १ मा कुन कुन स्वर वर्ण प्रयोग भएका छन्, नदोहोऱ्याई लेख्नुहोस् :

बुझ्नुहोस् र लेख्नुहोस् :

क+ ा = का
क+ ि = कि
क+ ी = की
क+ ु = कु
क+ ू = कू
क+ ृ = कृ
क+ े = के
क+ ै = कै
क+ ो = को
क+ ौ = कौ
क+ ं = कं
क+ : = क:

माथि पढेका पाठबाट निम्नानुसारका एक एकओटा शब्द टिप्नुहोस् :

(क) साउँ अक्षर मात्र लागेको : ....

(ख) आकारको मात्रा (ा) लागेको : ....

(ग) इकारको मात्रा (ि) लागेको : ....

(घ) ईकारको मात्रा (ी) लागेको : ....

(ङ) उकारको मात्रा (ु) लागेको : ....

(च) ऊकारको मात्रा (ू) लागेको : ....

(छ) एकारको मात्रा (े) लागेको : ....

(ज) ऐकारको मात्रा (ै) लागेको : ....

(झ) ओकारको मात्रा (ो) लागेको : ....

(ञ) औकारको मात्रा (ौ) लागेको : ....

शब्द चिन्नुहोस् र छुट्याएर लेख्नुहोस् :

क) आमालेमलाईकथासुनाउनुभयो ।

....

(ख) दिदीलेमिठामिठागीतगाउनुहुन्छ ।

....

(ग) दाजुलेभाखानगर्नभाइलाईबोलाउनुभयो ।

....

(घ) आजहाम्रोघरमामामारमाइजूआउनुहुन्छ ।

....

उदाहरणमा दिइए जस्तै वर्ण परिवर्तन गरेर नयाँ शब्द बनाउनुहोस् :

उदाहरण :	खुसुक्क	भुसुक्क (ख को सट्टा भ)
	कटकट	चटचट (क को सट्टा च)

(क) जुरुक्क .... (ज को सट्टा ह)

(ख) झुलुक्क .... (झ को सट्टा भु)

(ग) लुरुक्क .... (ल को सट्टा ज)

(घ) पुलुक्क .... (प को सट्टा झ)

(ङ) कुटुकुटु .... (क को सट्टा घ)

(च) टुलटुलु .... (ट को सट्टा क)

(छ) ढुकढुक .... (ढ को सट्टा ट)

(ज) गुनगुन .... (ग को सट्टा भ)

अनुभवमा आधारित क्रियाकलाप

तपाईं आफ्नो घरपरिवार वा समुदायमा देखेसुनेका र अनुभव गरेका वस्तु ठाउँ आदि सम्झेर एक एक शब्द भन्नुहोस्/लेख्नुहोस् :

अबाट सुरु हुने :	आबाट सुरु हुने :
कबाट सुरु हुने :	गबाट सुरु हुने :
उबाट सुरु हुने :	छबाट सुरु हुने :
थबाट सुरु हुने :	नबाट सुरु हुने :
अबाट सुरु हुने :	एबाट सुरु हुने :
फबाट सुरु हुने :	रबाट सुरु हुने :
यबाट सुरु हुने :	लबाट सुरु हुने :
सबाट सुरु हुने :	क्षबाट सुरु हुने :
त्रबाट सुरु हुने :	ज्ञबाट सुरु हुने :

सोचेर वा कसैलाई सोधेर लेख्नुहोस् :

(क) कबाट सुरु भएका दुई शब्द : ....

(ख) चबाट सुरु भएका दुई शब्द : ....

(ग) टबाट सुरु भएका दुई शब्द : ....

(घ) तबाट सुरु भएका दुई शब्द : ....

(ङ) चबाट सुरु भएका दुई शब्द : ....

स्वप्रेरित क्रियाकलाप

तपाईँसँग नेट जोडिएको स्मार्ट फोन वा कम्प्युटरको सुविधा छ भने तलको वेबसाइटमा जानुहोस् र नेपाली वर्णमालाका बारेमा थप अध्ययन गर्नुहोस् :

https://ne.wikibooks.org/wiki

पाठ २

साधारण शब्दको अर्थ र प्रयोग

तलको पाठ सुन्नुहोस् र सोधिएका प्रश्नको जवाफ दिनुहोस् :

बुद्धशान्ति - ६, झापा
वि.सं. २०८० भदौ ११ गते

प्रिय साथी सोनालिका
सप्रेम सम्झना !

तिमीसँग भेट नभएको धेरै भयो । सन्चोबिसन्चो पनि थाहा भएन । त्यसैले म आज यो चिठी लेख्दै छु । तिमी धान रोप्ने काम सकिनेबित्तिकै फर्कन्छु भन्थ्यौ । धान रोपिसकिएन र ? हाम्रातिर त मैझारो भइसक्यो । तिमी किन नआएको ? हामीलाई माया मारेको त हैन ?

हामी त अहिले रमाइलो गर्दै छौँ । अब टिमाई खोलामा बाढी आउन पनि छाड्यो । तिमी आएपछि दुवाली छेक्न जाने विचार छ । पोहोर म, तिमी, बलमान र सुस्मिताले दुवाली छेकेर माछा मारेको बिर्स्यौ ? यही सम्झेर यो पत्र हातमा पर्नासाथ आऊ है साथी । आज यति नै लेखेँ । बाआमालाई ढोग सुनाइदिनू । बाँकी कुरा तिमी आएपछि गरौँला ।

तिम्रो गाउँले साथी
असलमान

पठाउने	पाउने
असलमान लिम्बू	श्री सोनालिका राजवंशी
बुद्धशान्ति ६, गडीगाउँ	कचनकवल गाउँपालिका १,
प्रदेश नं १, झापा	नरिवलगाछी, प्रदेश नं १, झापा

सिकाइ क्रियाकलाप

पत्र पढेर उत्तर भन्नुहोस् :

(क) यो चिठी कसले कसलाई लेखेको हो ?
(ख) यो चिठी कहाँबाट कहिले लेखिएको हो ?
(ग) सोनालिकाले कहिले फर्कने कुरा गरेको रहेछ ?

(घ) चिठीमा कति जना मानिसको नाम उल्लेख भएको छ ?
(ङ) सबै जना मिलेर के गर्ने सल्लाह भएको छ ?
(च) चिठी पठाउनेको ठेगाना के हो ?
(छ) चिठी पाउनेको ठेगाना के हो ?
(ज) चिठीमा टिकट कहाँ टाँसिन्छ ?

माथिको चिठीमा प्रयोग भएका तलका शब्दका सट्टामा तलको बाकसबाट शब्द छानेर खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् :

बाहु, पत्र, सानो नदी, प्यार, बाबु, वर्ष

क) चिठी	:	(घ) हात	: ....
(ख) माया	:	(ङ) साल	: ....
(ग) खोलो	:	(च) बा	: ....

चिठी पढेर लेख्नुहोस् :

(क) यो चिठी कसले लेखेको हो ?
(अ) सोनालिका
(आ) असलमान
(इ) बलमान
(ई) सुस्मिता

(ख) चिठीमा कुन खेती र खोलाको कुरा गरिएको छ ?
(अ) मकै र झिमरुक
(आ) गहुँ र बबई
(इ) धान र टिमाई
(ई) तोरी र राप्ती

(ग) रोप्ने वा खेती गर्ने काम सक्नुलाई के भनिन्छ ?
(अ) मझेरी
(आ) मैझारो
(इ) मैतालु
(ई) चटारो

(घ) असलमानले लेखेको चिठीमा म वर्ण कति पटक प्रयोग भएको छ ?
(अ) चौबिस
(आ पच्चिस
(इ) छब्बिस
(ई) सत्ताइस

तलका शब्द सुन्नुहोस् र तिनको अर्थ के हुन सक्छ, भन्नुहोस् :

(क) बिसन्चो
(ख) मैभ्फारो
(ग) माया मार्नु
(घ) दुवाली छेक्नु
(ङ) बाढी
(च) ढोग

खोलो बढेको अवस्था, अस्वस्थ, बिर्सिनु, कामको समाप्ति, नमस्कार, खोलामा माछा मार्न पासो थाप्नु,

खाली ठाउँमा आफैँले शब्द राखेर चिठी पूरा गर्नुहोस् :

.... - ....., ...
.... २०..   .... गते

प्रिय साथी ....
सप्रेम सम्फना !

तिमीसँग .... भयो । सन्चोबिसन्चो .... । त्यसैले .... लेख्दै छु । तिमी तरकारी रोप्ने काम .... भन्थ्यौ । .... रोपिसकिएन र ? हाम्रातिर त यो महिनाको सुरुमै .... रापिसकियो । तिमी किन नआएको ?

हामी त अहिले .... गर्दै छौँ । अब .... मेला लाग्ने बेला भयो । तिमी आएपछि ...., ..., ... र म भएर मेला जानुपर्छ है ।

आज .... लेखेँ । ....लाई .... भनिदिनू । बाँकी कुरा ....।

तिम्रो साथी
....

पठाउने	पाउने
....	श्री ....
....	....
.	....

मिल्ने अर्थसँग जोडा मिलाउनुहोस् :

भर	तिजको अगिल्लो दिन खाने परिकार
हार	ढिपी गर्ने काम
दर	भर्ने काम
कर	माला

अन्तरक्रियात्मक क्रियाकलाप

१. माथिको चिठी हेरेर तपाईंको साथीलाई पञ्चमी मेला भर्न आउनू भनी लेखिने चिठी तयार पार्नुहोस् । खामको नमुना पनि बनाउनुहोस् ।

२. मानिसले चिठी किन लेख्छन् ? परिवारका सदस्यलाई सोधेर लेख्नुहोस् ।

३. परिवारका सदस्यलाई सोधेर, पुस्तक पत्रपत्रिका पढेर वा सामाजिक सञ्जालको उपयोग गरेर लेख्नुहोस् :

क) खेतीमा प्रयोग गरिने शब्द :

(अ) ....ब्याड.............

(आ) ....

(इ) ....

(ई) ....

(उ) ....

(ख) व्यापारमा प्रयोग गरिने शब्द :

(अ) ....किनमेल..............

(आ) ....

(इ) ....

(ई) ....

(उ) ....

(ग) खानपानमा प्रयोग गरिने शब्द :

(अ) ....भतेर...............

(आ) ....

(इ) ....

(ई) ....

(उ) ....

(घ) लेखपढमा प्रयोग गरिने शब्द :

(अ) ....किताब..................

(आ) ....

(इ) ....

(ई) ....

(उ) ....

खोज क्रियाकलाप

पत्रपत्रिका, सामाजिक सञ्जाल वा पुस्तकालयमा गई कसैले लेखेको चिठी खोजेर पढ्नुहोस् र चिठीमा प्रयोग भएका कुनै पाँच शब्द लेख्नुहोस् :

माथिको पाठबाट आधा अक्षर लागेका शब्द टिप्नुहोस् :

(क) .... (ख) ....

(ग) .... (घ) ....

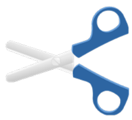
(ङ) .... (च) ....

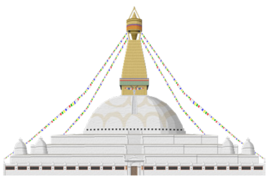
माथिको पाठमा चन्द्रबिन्दु (ँ) लागेका शब्द टिप्नुहोस् :

(क) .... (ख) ....

(ग) ....

तलका चित्रका नाम लेख्नुहोस् :





सोचेर र छलफल गरेर लेख्नुहोस् :

मान्छेका नाम	फलका नाम	नदीका नाम	जनावरका नाम	चराका नाम

अभ्यास क्रियाकलाप

तलका उस्तै सुनिने शब्दजोडी पढ्नुहोस् र अन्य छ जोडी उस्तै सुनिने शब्द भन्नुहोस् :

साथी पाथी	कर खर
टाटो तातो	फुल फूल

तलका शब्द सुन्नुहोस् र उस्तै अर्थ दिने शब्दमा गोलो घेरा लगाउनुहोस् :

(क) साथी : हात्ती मित्र शत्रु

(ख) पाङ्ग्रो : चक्का ओखर पाटो

(ग) भय : खुसी माया डर

(घ) यात्रा : जात्रा बाटो भ्रमण

(ङ) हात : बाहु बहु बाहुलो

(च) पीडा : दुःख हाँसो माया

(छ) नजिक : टाढा टाढा पर

(ज) चन्द्रमा : जून तारा सूर्य

अनुभवमा आधारित क्रियाकलाप

तलको अनुच्छेद पढ्नुहोस् र शब्दको अर्थ बुझ्नुहोस् :

म भान्छामा काम गर्छु । आमा गाईवस्तुलाई खोले दिनुहुन्छ । बा दाम्ला नाम्ला बाट्नुहुन्छ । बारीको डिलमा डाले घाँस रोपिएको छ । हामी गाईलाई घाँस र कुसाउरो दिन्छौँ । गाईको गोबरबाट प्राङ्गारिक मल बन्छ । मलले अनाज सप्रन्छ । यसबाट उब्जनी बढ्छ ।

माथि प्रयोग भएका निम्नलिखित शब्दलाई वाक्यमा प्रयोग गर्नुहोस् :

जस्तै :

भान्छा : भान्छामा भात पकाइन्छ ।

खोले : ....

नाम्ला : ....

डिल : ....

कुसाउरो : ....

गोबर : ....

अनाज : ....

उब्जनी : ....

कुन चाहिँ शब्द ठिक लेखिएको छ ? शुद्ध शब्दमा रेजा लगाउनुहोस् :

उनि	उनी	ऊनि
संसार	संशार	शंसार
बालुवा	वालुवा	बालुबा
ढुंगा	ढुँगा	ढुङ्गा
शिशु	शिषु	षिशु
कहीले	कहिले	कैहिले

पाठ
३

अङ्क, अक्षर र शब्द पठन तथा लेखन

तलको गीत गाउनुहोस् :

अङ्क लेख साथी हो अक्षर चिनेर
मैले पढ्न सिक्नु छ शब्द लेखेर

मेरो एउटा नाक छ आँखा दुई छन्
त्रिशूलका तीन शूल तिखा कति झन्

हामी चार दाजुभाइ पाँच बहिनी
छ छ घण्टा सुतेछन् सात सँगिनी

आठओटा गाई छन् नौतले छ घर
दश रुपियाँ दिउँला झट्ट तल झर ।

सिकाइ क्रियाकलाप

१. माथिको गीतमा १ देखि १० सम्मका अङ्कको प्रयोग गरिएको छ । केका लागि कुन अङ्क प्रयोग गरिएको छ, लेख्नुहोस् :

१ = नाक
२ =
३ =
४ =
५ =
६ =
७ =
८ =
९ =
१० =

तलको गीत पूरा गर्नुहोस् :

अङ्क लेख साथी हो अक्षर चिनेर

....

मेरो एउटा नाक छ आँखा दुई छन्

....

....

छ छ घण्टा सुतेछन् सात सँगिनी

आठओटा गाई छन् नौतले छ घर

....

अन्तरक्रियात्मक क्रियाकलाप

साथीसँग सल्लाह गरेर कुन बारका लागि कुन अङ्क प्रयोग गरिन्छ, लेख्नुहोस् :

आइतबार ☐

बिहीबार ☐

शनिबार ☐

मङ्गलबार ☐

शुक्रबार ☐

बुधबार ☐

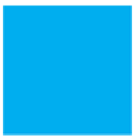
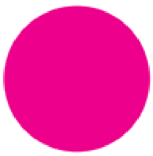
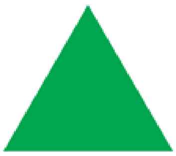
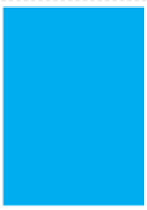
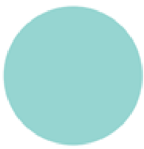
सोमबार ☐

बाह्र महिनाका नाम लेखेर परिवारका सदस्यलाई देखाउनुहोस् :

क्र.स.	महिनाका नाम	कुन महिना
१		
	साउन	
		बाह्रौँ

खोज क्रियाकलाप

तलका चित्र हेरेर तिनका आकार पत्ता लगाउनुहोस्। त्यसपछि छेउमा दिइएका शब्द पढ्नुहोस् र कोठामा चिनो लगाउनुहोस् :

	☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज		☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज
	☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज		☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज
	☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज		☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज
	☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज		☐ वृत्त ☐ त्रिभुज ☐ चतुर्भुज

तपाईंले चिनो लगाएका शब्द तलका खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् :

अभ्यास क्रियाकलाप

तलका अङ्क र अक्षर लेख्ने अभ्यास गर्नुहोस् :

अङ्क		अक्षर	
१	एक	एक	एक
२	दुई		
३	तीन		
४	चार		
५	पाँच		
६	छ		
७	सात		
८	आठ		
९	नौ		
१०	दश		
११	एघार		
१२	बाह्र		
१३	तेह्र		
१४	चौध		
१५	पन्ध्र		
१६	सोह्र		
१७	सत्र		
१८	अठार		
१९	उन्नाइस		
२०	बिस		
२१	एक्काइस		
२२	बाइस		
२३	तेइस		
२४	चाबिस		
२५	पच्चिस		
२६	छब्बिस		

२७	सत्ताइस		
२८	अट्ठाइस		
२९	उनन्तिस		
३०	तिस		
३१	एकतिस		
३२	बत्तिस		
३३	तेत्तिस		
३४	चौँतिस		
३५	पैँतिस		
३६	छत्तिस		
३७	सैँतिस		
३८	अठ्तिस		
३९	उनन्चालिस		
४०	चालिस		
४१	एकचालिस		
४२	बयालिस		
४३	त्रिचालिस		
४४	चवालिस		
४५	पैँतालिस		
४६	छयालिस		
४७	सतचालिस		
४८	अठ्चालिस		
४९	उनन्चास		
५०	पचास		
५१	एकाउन्न		
५२	बाउन्न		
५३	त्रिपन्न		
५४	चौवन्न		
५५	पचपन्न		
५६	छपन्न		
५७	सन्ताउन्न		
५८	अन्ठाउन्न		
५९	उनन्साठी		
६०	साठी		
६१	एकसट्ठी		
६२	बयसट्ठी		
६३	त्रिसट्ठी		
६४	चौसट्ठी		
६५	पैँसट्ठी		
६६	छैँसट्ठी		

६७	सतसट्ठी		
६८	अठसट्ठी		
६९	उनन्सत्तरी		
७०	सत्तरी		
७१	एकहत्तर		
७२	बहत्तर		
७३	त्रिहत्तर		
७४	चौहत्तर		
७५	पचहत्तर		
७६	छयहत्तर		
७७	सतहत्तर		
७८	अठहत्तर		
७९	उनासी		
८०	असी		
८१	एकासी		
८२	बयासी		
८३	त्रियासी		
८४	चौरासी		
८५	पचासी		
८६	छयासी		
८७	सतासी		
८८	अठासी		
८९	उनानब्बे		
९०	नब्बे		
९१	एकानब्बे		
९२	बयानब्बे		
९३	त्रियानब्बे		
९४	चौरानब्बे		
९५	पन्चानब्बे		
९६	छयानब्बे		
९७	सन्तानब्बे		
९८	अन्ठानब्बे		
९९	उनान्सय		
१००	सय		

अनुभवमा आधारित क्रियाकलाप

आफैँले सोचेर तलका खाली कोठामा अङ्क भर्नुहोस् :

१			४			७			१०
११		१३	१४			१७		१९	
	२२		२४		२६		२८		३०
३१	३२	३३			३६	३७		३९	४०
४१			४४	४५			४८		५०
	५२			५५	५६		५८	५९	
६१		६३	६४		६६	६७			७०
	७२			७५		७७	७८	७९	
८१			८४			८७			९०
९१	९२	९३		९५	९६			९९	१००

तल लेखिएका कुरा पढेर उत्तर दिनुहोस् :

हरेरामलाई केही खानेकुरा, केही कपडा र केही पुस्तक किन्नु थियो । उनी बिहान छ बजे निस्की घरबाट एक किलोमिटर हिँडेर बस चढ्ने ठाउँमा पुगे । त्यसपछि दुई किलो मिटर बाटो बस चढेर गए । त्यहाँ पुगेर उनले निम्नानुसारका सामान किने :

चिउरा, बिस्कुट र चिनी	: रु २२५/-
स्विटर र गलबन्दी	: रु ८००/-
पुस्तक	: रु १७५/-

उनी दिउँसो तीन बजेर १० मिनेटमा घर पुगे ।

(क) हरेरामको घर र बजारको दुरी कति छ ?

....

(ख) हरेरामले कति रुपियाँको सामान किनें ?

....

(ग) हरेरामा लाई घरबाट बजेर पुगेर फर्कन कति ाििलोमिटर बाटो हिँड्नुपर्ने रहेछ ?

....

(घ) हरेराम कति समयमा बजार गएर घर फर्के ?

....

स्वप्रेरित क्रियाकलाप

शब्दकोश हेर्नुहोस् वा कुनै उपाय अपनाएर तलका टुक्का (दुई शब्द) को अर्थ बुझ्नुहोस् । त्यसपछि दुईओटा शब्द प्रयोग गरेर वाक्य लेख्नुहोस् :

जस्तै : जुरुक्क उठ्नु: म जुरुक्क उठेँ ।

बुरुक्क उफ्रनु : ....

टुसुक्क बस्नु : ....

भुसुक्क बिर्सनु : ....

पुर्लुक्क पल्टनु : ....

पाठ ४

प्रश्नोत्तर र प्रतिक्रिया

नदी भट्टराईको तलको बालगीत गाएर साना नानीलाई सुनाउनुहोस् :

कोपिला हुँ उमेरले कर्म मगमगाउँछु
भविष्यको पानाभरि स्वर्णाक्षर ल्याउँछु
वात्सल्यको लोरी सुनी कर्तव्यमा जाग्छु
कखराको बगैँचामा सम्भावना माग्छु
साधनामा श्रम फुल्छु बोधिचित्त बन्न
प्रगतिको हार उन्छु असल व्यक्ति बन्न
चेतनाको बलैँसीमा दिव्यताले खुल्छु
कोपिला हुँ उमेरले कर्म मगमगाउँछु
भविष्यको पानाभरि स्वर्णाक्षर ल्याउँछु

हृदयको आकाशमा निलो रङ हुँ म
सिन्कौली र टोपी लुकाइभित्र पनि छु म
बनाएमा जे जे बन्छु काँचो माटो सम्झ
फूल हुँ म सौन्दर्यले चाँदी हिउँ सम्झ
मलजल सही भए वसन्त भई आउँछु
कोपिला हुँ उमेरले कर्म मगमगाउँछु
भविष्यको पानाभरि स्वर्णाक्षर ल्याउँछु

सिकाइ क्रियाकलाप

माथिको गीत पढेर उत्तर दिनुहोस् :

(क) कोपिलालाई भविष्यको पानामा के ल्याउने विचार छ ?

....

(ख) कर्तव्यमा जाग्न के गर्ने भनिएको छ ?

....

(ग) असल व्यक्ति बन्न के गर्नुपर्छ ?

....

(घ) कोपिलाले के के हुँ भनेको छ ?

....

(ङ) के भएमा कोपिला वसन्त भएर आउँछ ?

....

अन्तरक्रियात्मक क्रियाकलाप

तपाईंका छिमेकीमा बाबु र छोरीका बिचमा भएका कुराकानी सुन्नुहोस् र तपाईं पनि आफ्ना परिवारमा छलफल गर्नुहोस् :

छोरी : बा मानिसहरुका अगाडि हाच्छ्युँ गर्नु हुँदैन रे हो ?

बा : होइन नि । नाक समाएर हाच्छ्युँ गर्दा मस्तिष्कमा दबाब पर्छ । यसबाट टाउको दुख्ने र सुन्ने क्षमता कमजोर हुने हुन सक्छ ।

छोरी : अनि ओछ्यानबाट जुरुक्कै उठ्नु पनि हुँदैन रे हो ?

बा : यो चाहिँ हो । बिहान ओछ्यानबाट जुरुक्कै उठ्दो रक्तसञ्चार बढेर मांसपेशीमा दबाब पर्छ । त्यसैले ओछ्यानबाट उठ्नुभन्दा अगाडि शरीरलाई राम्ररी तन्काएर मात्र उठ्नुपर्छ ।

छोरी : दिसापिसाब गर्दा बल गर्नु पनि हुँदैन रे हो ?

बा : हो । दिसापिसाब गर्न बल गर्नँ हुँदैन । दिसा गर्न बल प्रयोग गर्दा गर्दा मांसपेशी कमजोर हुन्छ ।

छोरी : कान चिलाउँदा किन सिन्काले कान कोट्याउनु हुँदैन ?

बा : कान संवेदनशील अङ्ग भएकाले कान कोट्याउँदा जाली फाट्न सक्छ । त्यसैले कान चिलाउँदा सिन्काले कोट्याउनु हुँदैन भनेको नि ।

छोरी : कुप्रिएर भारी उठाउँदा के हुन्छ बा ?

बा : कुप्रिएर भारी उठाउँदा मांसपेशीमा दबाब पर्न सक्छ । यसरी बढी तौल उठाउँदा खुट्टा, कम्मर, पेट, मुटु र कलेजामा असर पर्न सक्छ ।

छोरी : एकै ठाउँमा लामो समय बस्नु हुँदैन रे नि । हो बा ?

बा : हो । एकै ठाउँमा लामो समय बस्दा ढाड दुख्ने समस्या हुन्छ । एकै ठाउँमा लामो समय बस्नु स्वास्थ्यका लागि हानिकारक हुन्छ ।

के तपाईंमा पनि माथि बाबुछोरीले गफ गरेका विषयसँग सम्बन्धित समस्या छन् ? कुन कुन समस्या छन् र अब के गर्नुहुन्छ ?

मसँग यी समस्या छन्	अब म यसो गर्छु :
म मानिसका अगाडि हाच्छ्युँ आए रोक्छु ।	अब कहिल्यै हाच्छ्युँ रोक्दिनँ ।

खोज क्रियाकलाप

माथि बाबुछोरीको कुराकानी पढेर खाली ठाउँमा मिल्ने (आफूले सोचेर राखे पनि हुने) राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) नाक समाएर हाच्छ्युँ गर्दा ....मा दबाब पर्छ ।

ख) ओछ्यानबाट .... उठ्नु पनि हुँदैन रे हो ?

(ग) दिसापिसाब गर्न .... गर्नँ हुँदैन ।

(घ) कान कोट्याउँदा ....फाट्न सक्छ ।

(ङ) एकै ठाउँमा लामो समय बस्नु स्वास्थ्यका लागि .... हुन्छ ।

बाबुछोरीको संवादबाट तलका शब्द प्रयोग भएका वाक्य सार्नुहोस् :

क्षमता : यसबाट टाउको दुख्ने र सुन्ने क्षमता कमजोर हुने हुन सक्छ ।

रक्तसञ्चार : ....

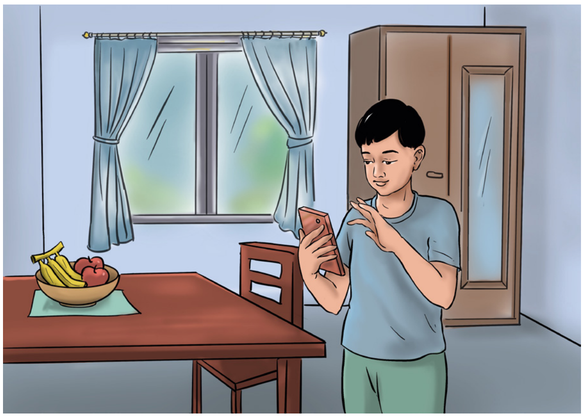
प्रयोग :..

कोट्याउनु :..

मुटु :..

ढाड :..

चित्रमा मानिसले मोबाइलमा केही हेरिरहेको देखाइएको छ । मानिसहरु मोबाइलमा नराम्रा कुरा हेरेर केटाकेटी बिग्रन्छन् भन्छन् ? तपाईंको विचारमा मोबाइल प्रयोग गर्दा के गर्नु हुन्छ र के गर्नु हुँदैन ?



मोबाइल प्रयोग गर्दा गर्नु हुने ।	मोबाइल प्रयोग गर्दा गर्नु नहुने

अभ्यास क्रियाकलाप

तलको चित्र हेर्नुहोस् र तलका प्रश्नका आधारमा सोचेर एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् :

(क) गुलाफ के हो ?

(ख) गुलाफ किन फुल्छ ?

(ग) गुलाफ कसरी फुल्छ ?

....

....

....

....

....

....

उदाहरणमा दिइए जस्तै वाक्य परिवर्तन गर्नुहोस् र कापीमा लेख्नुहोस् :

म अचार खान्छु । मैले अचार खाएँ ।

(क) म जुत्ता ढोकाबाहिर राख्छु ।

....

(ख) भाइ नजानेको कुरा मलाई सोध्छ ।

....

(ग) अनुपमा अर्घाखाँचीबाट कफी ल्याउँछिन् ।

....

(घ) हामी वनभोज जान्छौँ ।

....

(ङ) निर्मला गाउँ जान्छिन् ।

....

तलको विवरण पढ्नुहोस् । यसबारेमा परिवारका सदस्यसँग छलफल गर्नुहोस् । तपाईँलाई यी कुरा ठिक लागे कि लागेनन् ? आफ्नो प्रतिक्रिया लेख्नुहोस् ?

शरीरमा आयोडिनको मात्रा पुगेन भने स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्छ । नुन शरीरलाई नभई नहुने पोषक तत्व हो । स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयका अनुसार आयोडिनयुक्त नुनबारे जान्नै पर्ने कुराहरू निम्नानुसार छन् :

(क) खुला रूपमा बिक्री वितरण गरिने नुनमा मानिसको शरीरलाई दैनिक रूपमा आवश्यक पर्ने आयोडिन मात्रा नहुन सक्छ ।
(ख) दुई बालबालिका चिह्न भएको प्याकेटको नुनमा सही मात्रामा आयोडिन मिसाइएको हुन्छ ।
(ग) वयस्कहरूले दैनिक रूपमा पाँच ग्रामभन्दा कम नुनको प्रयोग गर्नपर्दछ ।
(घ) बालबालिका १२ महिना पूरा भएपछि बढीमा दुई ग्राम नुन दिनभरिको खानामा प्रयोग गर्नपर्छ ।
(ङ) आयोडिनयुक्त नुनलाई हावा नछिर्ने भाँडामा राख्नुपर्छ ।
(च) पर्याप्त मात्रामा आयोडिन नखाँदा गलगाँड आउने, गर्भ तुहिने वा मृत शिशु जन्मने हुन सक्छ ।
(छ) यसबाट मानसिक र बौद्धिक क्षमतामा कमी आउँछ ।
(ज) काम गर्न सक्ने क्षमतामा कमी आउँछ र आलस्य बढ्छ ।

मेरो प्रतिक्रिया

....

....

....

....

....

अनुभवमा आधारित क्रियाकलाप

तपाईं के गर्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् :

(क) तपाईंको मन मिल्ने साथी रिसायो भने :

....

(ख) घरमा विषालु सर्प पस्यो भने :

....

(ग) घरनजिकैको वनमा डढेलो लाग्यो भने :

....

(घ) बाटामा पाँच हजार रुपियाँ भेट्नुभयो भने :

....

(ङ) नसोचेको पुरस्कार पाउनुभयो भने :

....

स्वप्रेरित क्रियाकलाप

शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्रको वेबसाइट www.ncerd .gov.np मा गएर learning portle tyf NCED/Virtual हेर्नुहोस् र आफूलाई आवश्यक पर्नेकुरा खोजी गर्नुहोस् ।

स्वमूल्याङ्कन

यो सामग्री पढेर मैले निम्नलिखित कुरा सिकेँ :

(क) ....

(ख) ....

(ग) ....

(घ) ....

(ङ) ....

साथीलाई सुनाउनुहोस् :

आज शुक्रबार हो । आज अष्टलक्ष्मीको बेल विवाह हुँदै छ । अष्टलक्ष्मीले हामी सबै साथीलाई बोलाएकी छन् । त्यसैले अहिले नै हामीले आफ्नो काम सकेका छौँ । हामी राती अष्टलक्ष्मीकै घरमा बस्छौँ । सबै साथीका परिवारसँग भेटघाट गर्छौँ । परालमाथि गुन्द्री ओछ्याउँछौँ । गीत गाउँछौँ, नाच्छौँ र रमाइलो गर्छौँ । म ल्होसारका दिन सबैलाई बोलाउँछु । अनिताले छठमा बोलाउँछिन् । साउने सङ्क्रान्तिमा भीमकण्ठले बोलाउँछन् । आहा ! हाम्रा चालचलन कति रमाइला चालचलन है ।

तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) कुन कुन वर्ण गाउने बानी राम्रो छ ?

(ख) तिहार किन रमाइलो हुन्छ ?

(ग) दुवाली थुनेर माछा मार्ने को को हुन् ?

(घ) सात सँगिनी कति घण्टा सुतेछन् ?

(ङ) कसरी भविष्यको पानामा स्वर्णाक्षर ल्याउन सकिन्छ ?

तपाईंको साथीको बिहेमा तपाईं कसरी सहयोग गर्नुहुन्छ ? पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् :

(क) ....

(ख) ....

(ग)..

(घ) ....

(ङ) ....

तलको चित्र हेरी पाँच वाक्यमा त्यसको वर्णन गर्नुहोस् :

माथिका पाठ पढेर हो वा होइन, छुट्याउनुहोस् :

भनाइ	हो	होइन
आमाकी बहिनी सानिमा आमाका दाजु मामा हुन् ।		
ट ठ ड ढ ण पछि प फ ब भ म आउँछ ।		
ओछ्यानबाट उठ्नुभन्दा अगाडि शरीरलाई राम्ररी तन्काएर मात्र उठ्नुपर्छ ।		
बहिनी सयपत्री र मखमलीको माला उन्छे ।		
बारीको डिलमा अम्रिसो रोपिएको छ ।		
सतचालिस, अठचालिस र उनन्चालिसमा उनन्चालिस ठुलो हो ।		
म सिन्कौली र टोपी लुकाइभित्र पनि छु ।		

सिद्धिचरण श्रेष्ठको तलको कविता हाउभाउ मिलाएर पढ्नुहोस् :

किताब तिम्रो गुणको बखान
के गर्न सक्थेँ म छु है अजान
सधैँ नमानीकन कत्ति झर्को
दिन्छौ बताईकन ज्ञान अर्को ।

कथा कहानी इतिहास नाना
विज्ञान औ ज्ञान नयाँ पुराना
एकेक छर्लङ्ग गरी मलाई
सम्पूर्ण दिन्छौ तिमी नै बताई ।

साँच्चै तिमीभित्र सबै जनाको
तिम्रो छ दरबार सधैँ खुला त्यो
राखेर सत्ज्ञान ठुलो भकारी
बाँड्ने तिमी नै उपकार भारी ।

मनुष्यको जीवन मार्ग खास
देखाइदिन्छौ नबनी हतास
पढेर राम्रा बढिया किताब
म गर्छु अज्ञान सबै सखाप ।

मुल्याङ्कन योजना

सक्षमता	सिकाइ उपलब्धि	मूल्याङ्कन सूचक	स्तर
भाषाका वर्ण र साधारण	साधारण शब्द पढी तिनको अर्थ बताउन र प्रयोग गर्न	- घरमा प्रयोग हुने भाषाका कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढेमा - घरायसी वातावरणमा प्रयोग हुने भाषाका कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढी तिनको अर्थ बताएमा - जुनसुकै परिवेशमा प्रयोग हुने भाषाका कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढेमा - जुनसुकै परिवेशमा प्रयोग हुने अङ्ग्रेजी भाषाका कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढी तिनको अर्थ बताएमा - भाषाका सबै अक्षर र अङ्क पढेर लेखेमा भाषाका दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द लेखेर पढेमा - भाषाका दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढेर अर्थ बताएमा - भाषाका दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढेर अर्थ लेखेमा	१ २ ३ ४
शब्दको पहिचान, अर्थबोध र प्रयोग	भाषाका सबै अक्षर, अङ्क र दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने साधारण शब्दहरू पढ्न, लेख्न र अर्थ बताउन	- भाषाका सबै अक्षर र अङ्क पढेर लेखेमा - भाषाका दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द लेखेर पढेमा - भाषाका दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढेर अर्थ बताएमा - भाषाका दैनिक व्यवहारमा प्रयोग हुने कम्तीमा १० ओटा साधारण शब्द पढेर अर्थ लेखेमा	१ २ ३ ४
	भाषाका हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनि, शारीरिक अङ्गको चलाइ आदिको सङ्केतमा प्रतिक्रिया दिन	- हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनिमा आफ्ना विचारको सङ्केत गरेमा - हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनिसहित शारीरिक अङ्ग चलाएर आफ्ना विचारको सङ्केत गरेमा - हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनिसहित सङ्केतमा प्रतिक्रिया दिएमा - हाउभाउ, शब्दरहित इसारा वा ध्वनिसहित शारीरिक अङ्गको चलाएर सङ्केतमा प्रतिक्रिया दिएमा	१ २ ३ ४

तह

१

- भाषा र सञ्चार
- व्यावहारिक समस्या र समाधान
- हाम्रो परिवेश र नागरिक चेतना

जीवन शिक्षा : शिक्षाको वैकल्पिक बाटो

अनौपचारिक तथा वैकल्पिक शिक्षा समकक्षताको लागि
तयार गरिएको नमुना सिकाई सामग्री