२०८२

एक महिने प्रमाणीकरण तालिम पाठ्यक्रम

स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

आधारभूत तह (कक्षा ६-८)

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

विषयसूची

क्र.स.	विषयवस्तु	पृष्ठ सङ्ख्या
१.	परिचय	१
२.	तालिमको सक्षमता	२
३.	तालिमको संरचना	३
४.	तालिमको विषयवस्तु	३
५.	तालिम कार्यान्वयन कार्यविधि	१२
६.	मूल्याङ्कन	१४
७.	परियोजना कार्य	१७

१. परिचय

बालबालिकामा स्वास्थ्यसम्बन्धी ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिको विकास गराई स्वस्थकर बानी व्यवहारमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउनु स्वास्थ्य शिक्षाको ध्येय हो । यसैगरी शारीरिक क्रियाकलाप तथा खेलकुदका माध्यमबाट स्वस्थ तथा तन्दुरुस्त बनाउनु स्वास्थ्य शिक्षाको प्रयोजन रहेको छ । सिर्जनात्मक कलाका माध्यमबाट बालबालिकाहरूमा सिर्जनात्मक तथा भावनात्मक पक्षको विकासमा सकारात्मक प्रभाव पार्नु सिर्जनात्मक कला विषयको मुख्य उद्देश्य रहेको छ । आधारभूत तह कक्षा ६-८ को स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषयको पाठ्यक्रमसम्बद्ध सैद्धान्तिक तथा व्यावहारिक विषयवस्तुको प्रभावकारी शिक्षणका लागि यस तहमा अध्यापनरत शिक्षकको पेसागत दक्षता विकासमा टेवा पुऱ्याउन शिक्षकको पेसागत विकास प्रारूप, २०८० को मर्मअनुसार यो तालिम पाठ्यक्रम विकास गरिएको हो ।

यस पाठ्यक्रमले स्वास्थ्य शिक्षाअन्तर्गत मानव शरीर, सामुदायिक तथा मानसिक स्वास्थ्य, पोषण र खाद्य सुरक्षा, यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य र रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचार जस्ता विषयवस्तुहरू समावेश गरिएका छन् । शारीरिक शिक्षाअन्तर्गत शारीरिक कसरत र योग, एथलेटिक्स र खेलसँग सम्बन्धित विषयवस्तुहरू समाविष्ट छन् । सिर्जनात्मक कलाअन्तर्गत चित्रकला, छपाइ र माटाको काम, गायन र वादन तथा नृत्य र अभिनयसँग सम्बन्धित विषयवस्तुहरू समाविष्ट छन् । यस पाठ्यक्रमले स्वास्थ्य तथा शारीरिक शिक्षाका विषयवस्तु सहजीकरण गर्दा कला र सङ्गीतको प्रयोग गर्ने सिपको विकास गर्ने पक्षमा समेत जोड दिइएको छ । स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषयको पाठ्यक्रम विषयक्षेत्रगत विविधतामा निर्माण गरिएको हुनाले विषयवस्तुहरूलाई एकल विधागत रूपमा भन्दा पनि एकीकृत ढङ्गले शिक्षण गर्नु सान्दर्भिक हुन्छ । यस पाठ्यक्रमले शिक्षकहरूलाई पाठ्यवस्तुहरूको सहजीकरणका लागि नवीनतम विधि र सिपसँग परिचित हुनुका साथै बालबालिकाको अन्तरर्निहित क्षमता उजागर गर्न सिकाइमा सूचना प्रविधिको प्रयोग, परियोजना कार्य,

कार्यमूलक अनुसन्धानको अभ्यास तथा शिक्षण सुधार योजनाको निर्माण तथा कार्यन्वयन गर्नका लागि सहयोग पुऱ्याउने अपेक्षा गरिएको छ ।

२. तालिमका सक्षमता

स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषयको तालिमपश्चात् शिक्षकहरूमा निम्नअनुसारका सक्षमता विकास हुने छन्:

(क) पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक, शिक्षक निर्देशिका तथा सन्दर्भ सामग्रीको पहिचान र शिक्षण सिकाइमा प्रयोग

(ख) शैक्षणिक योजनाहरूको निर्माण र प्रयोग

(ग) सिकाइ सहजीकरणका लागि कक्षाकोठाको व्यवस्थापन

(घ) शिक्षक पेसागत विकासका विधिको उपयोगिता बोध र प्रयोग

(ङ) स्वास्थ्य शिक्षाका नवीनतम विषयवस्तुहरूको बोध तथा पाठयोजनासहितको नमुना शिक्षण अभ्यास

(च) शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कलासँग सम्बन्धित प्रयोगात्मक क्रियाकलापहरूको अभ्यास तथा प्रर्दशन

(छ) समालोचनात्मक चिन्तनको प्रवर्धनका लागि शैक्षणिक विधिहरूको पहिचान र प्रयोग

(ज) सिकाइ सहजीकरणका लागि शैक्षणिक सामग्रीको सङ्कलन, निर्माण, प्रयोग र संरक्षण

(झ) शिक्षण सिकाइमा सूचना प्रविधिको महत्त्व बोध र प्रयोग

(ञ) विद्यार्थी मूल्याङ्कनका साधन र तरिकाको जानकारी र प्रयोग

(ट) परियोजना कार्य र कार्यमूलक अनुसन्धानको अवधारणा तथा प्रक्रिया बोध र व्यावहारिक अभ्यास

३. तालिम संरचना

(क) यो प्रमाणीकरण तालिम ३० कार्य दिनको हुने छ । ३० कार्यदिनलाई १५/१५ कार्यदिन हुने गरी दुई खण्डमा विभाजन गरिने छ । यसको पहिलो खण्डको १५ कार्य दिने तालिम आमनेसामने (Face to face),, अनलाइन (Online) तथा मिश्रित (Blended) पद्धतिमा आधारित भई सिनक्रोनस (Synchronous) र असिनक्रोनस (Asynchronous) विधिहरूको प्रयोग गरि तालिका 'क' मा दिइएका विषयवस्तुमा आधारित भई तालिम सम्पन्न गर्नुपर्ने छ ।

(ख) दोस्रो खण्डको १५ कार्य दिने विद्यालयमा आधारित तालिमको क्रियाकलापहरू पहिलो खण्डको तालिम समाप्त भएको मितिले ६० दिनभित्र तल तालिका ख मा दिइएका कार्यहरू सम्पन्न गर्नुपर्ने छ । सम्पादन गरेका कार्यहरूको विस्तृत प्रतिवेदन तयार गरी शिक्षा तालिम केन्द्रले तोकेको मितिमा अनिवार्य रूपमा प्रस्तुतीकरण गर्नुपर्ने छ ।

४. तालिमका विषयवस्तु

(क) कार्यशालामा आधारित विषयवस्तुहरू

क.स.	मुख्य विषयवस्तु	विस्तृतीकरणा	सत्र
१.	पाठ्यक्रम, पाठ्यसामग्रीको पहिचान र प्रयोग	• पाठ्यक्रमका सिकाइ सक्षमता, सिकाइ उपलब्धि, विषयवस्तुको क्षेत्र र क्रम, सिकाइ सहजीकरण प्रक्रिया र मूल्याङ्कनको अन्तरसम्बन्ध पहिचान • सिकाइ चौतारी (Learning portal) बाट पाठ्यक्रम र पाठ्यसामग्री सङ्कलन र प्रयोग	१
२.	कक्षाकोठा व्यवस्थापन र	• कक्षाकोठा व्यवस्थापनको अवधारणा, विद्यमान अवस्था र समाधान	२

	शैक्षणिक योजना	• शैक्षणिक योजनाको परिचय र प्रकार (विद्यालय कार्यपात्रो, वार्षिक कार्ययोजना, एकाइ योजना, पाठ योजना, साप्ताहिक कार्य तालिका) • शिक्षण सुधार योजना (Teaching Improvement Plan: TIP)	
३.	शिक्षक पेसागत विकासका विधि	• शिक्षकको पेसागत विकासको अवधारणा, पेसागत विकासका विधि • वृत्ति विकास र पेसागत विकासबिच अन्तरसम्बन्ध	१
४.	मानव शरीर	• मानव शरीर प्रणालीसँग सम्बन्धित क्षेत्रहरू: ज्ञानेन्द्रिय, अस्थिपञ्जर, मांसपेशी, पाचन, श्वासप्रश्वास, रक्तसञ्चार, मूत्र, स्नायु, ग्रन्थी र प्रजनन प्रणालीको पुनरवलोकन • विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित शैक्षिणक सामग्रीहरूको सङ्कलन, निर्माण र प्रयोग • विषयक्षेत्रसँग सान्दर्भिक शिक्षण सिकाइ विधिको पहिचान र प्रयोग • नमुना पाठ शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापको प्रस्तुतीकरण र अभ्यास (पाठयोजनासहितको नमुना शिक्षण अभ्यास)	३
५.	सामुदायिक तथा मानसिक स्वास्थ्य	• सामुदायिक स्वास्थ्य र मानसिक स्वास्थ्यका क्षेत्रहरू: सामुदायिक	३

		स्वास्थ्यका पक्ष, सामुदायिक स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू, समुदायिक स्वास्थ्य समस्याहरू, स्वास्थ्य सन्देश तथा विज्ञापन, वातावरण प्रदूषण, पूर्ण सरसफाइ, वाटरसिल र इकोसान चर्पी, सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता र महिला स्वास्थ्य स्वयम्सेवक, परम्परागत तथा वैकल्पिक स्वास्थ्य सेवा, मानसिक स्वास्थ्यका विविध पक्षहरू, लागुपदार्थको परिचय, असर, बच्ने उपाय र लागुपदार्थ दुर्व्यसनसम्बन्धी नीति नियम र कानुनको पुनरवलोकन • विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित शैक्षणिक सामग्रीहरूको सङ्कलन, निर्माण र प्रयोग • विषयक्षेत्रसँग सान्दर्भिक शिक्षण सिकाइ विधिहरूको पहिचान र प्रयोग • नमुना पाठ शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापको प्रस्तुतीकरण र अभ्यास (पाठयोजनासहितको नमुना शिक्षण अभ्यास)	
६.	पोषण र खाद्य सुरक्षा	• पोषण र खाद्य सुरक्षाका क्षेत्रहरू: खानेकुराको वर्गीकरण, पोषक तत्त्व, सन्तुलित भोजन, रैथाने भोजन, जङ्क फुड, स्वस्थकर विद्यालय खाजा, खाद्य मिसावट तथा विषाक्तता, कुपोषण तथा	३

		कुपोषणजन्य रोगहरू, खाद्य सुरक्षा तथा उपभोक्ता स्वास्थ्य संरक्षणको पुनरवलोकन • विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित शिक्षण सामग्रीहरूको सङ्कलन, निर्माण र प्रयोग • विषयक्षेत्रसँग सान्दर्भिक शिक्षण सिकाइ विधिहरूको पहिचान र प्रयोग • नमुना पाठ शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापको प्रस्तुतीकरण र अभ्यास पाठयोजनासहितको नमुना शिक्षण अभ्यास	
७.	रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचार	• रोग, सुरक्षा र प्राथमिक उपचारका क्षेत्रहरू: सरुवा रोगको प्रक्रिया, चक्र र चरणहरू, दूषित खाना र पानीको माध्यमबाट सर्ने रोगहरू, दूषित हावाको माध्यमबाट सर्ने रोगहरू, सङ्क्रमित सुई/रगतबाट सर्ने रोगहरू, टन्सिल र फ्यारेन्जाइटिस रोग, यौन रोगहरू, नसर्ने रोगहरू, सुरक्षा शिक्षा र प्राथमिक उपचार, प्राथमिक उपचार बाकस, विद्यालयको जोखिम र सुरक्षित स्थानहरूको पहिचान, दुर्घटना तथा चोटपटकको समयमा प्राथमिक उपचार, विपत्को अवस्थामा सुरिक्षत रहने तरिकाहरूको पुनरवलोकन	३

		• विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित शिक्षण सामग्रीहरूको सङ्कलन, निर्माण र प्रयोग • विषयक्षेत्रसँग सान्दर्भिक शिक्षण सिकाइ विधिहरूको पहिचान • नमुना पाठ शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापको प्रस्तुतीकरण र अभ्यास (पाठयोजनासहितको नमुना शिक्षण अभ्यास)	
८.	यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य	• यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यका क्षेत्रहरूः किशोरावस्थाको परिचय र यस अवस्थामा देखा पर्ने परिवर्तनहरू, किशोरावस्थामा देखा पर्ने समस्या र व्यवस्थापन, महिनावारी स्वच्छता र व्यवस्थापन (घरेलु प्याड निर्माण), किशोरावस्थाका समस्याहरूको पहिचान र व्यवस्थापन, लैङ्गिक पहिचान र यौनिक अभिमुखीकरण, यौनिक दुर्व्यवहार र सुरक्षित यौनिक व्यवहार, किशोरावस्थाका यौन जिज्ञासा, गर्भधारण, गर्भनिरोधका साधनहरू र सुरक्षित गर्भपतन) को पुनरवलोकन • विषयक्षेत्रसँग सम्बन्धित शिक्षण सामग्रीहरूको सङ्कलन, निर्माण र प्रयोग • विषयक्षेत्रसँग सान्दर्भिक शिक्षण सिकाइ	३

		विधिहरूको पहिचान र प्रयोग • नमुना पाठ शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापको प्रस्तुतीकरण र अभ्यास (पाठयोजनासहितको नमुना शिक्षण अभ्यास)	
९.	शारीरिक कसरत र कवाज	• कवाज र शारीरिक कसरतको छोटो परिचय • जिउ तताउने कसरतको प्रदर्शन र अभ्यास • कवाज प्रदर्शन र अभ्यास • सङ्गीतको तालमा कवाज र शारीरिक कसरत (PT) को अभ्यास	२
१०.	एथलेटिक्स, साहसिक क्रियाकलाप र खेलहरू	• रिले दौड, मध्यम र लामो दुरीको दौड, लङजम्प, हाइजम्प र सटपटको अभ्यास • कबड्डी, बास्केटबल, फुटबल र क्रिकेट खेलका नियमहरूको जानकारी र अभ्यास प्रदर्शन • साहसिक क्रियाकलापहरुको भिडियो प्रदर्शनी र छलफल	२
११.	योग	• योगासन, प्राणायम र ध्यानको परिचय र महत्त्व • सूक्ष्म योग क्रिया, आसन, प्राणायम र ध्यानको अभ्यास प्रदर्शन	२

१२.	चित्रकला	• विभिन्न आयामका वस्तुको चित्र निर्माण • कलाका आधारभूत नियमहरू (Shape, form and space) को प्रयोग • वस्तुको छाया (light, mid and dark) को प्रयोग, छाया तथा प्रकाशलाई क्रस ह्याचिङ विधिबाट चित्र निर्माण • कपडासहितको एक वा एकभन्दा बढी वस्तुहरूको संयोजन गरी चित्र निर्माण • पेन्सिल रङ, क्रेयन, पोस्टर र पेस्टल रङको परिचय तथा प्रयोग • प्राथमिक रङ, द्वितीय र तृतीय रङको निर्माण, स्थानीय वस्तुबाट रङ निर्माण तथा चित्रमा प्रयोग, कलर टेम्प्रेचरको परिचय • जनावर र चराको चित्र निर्माण • मानव आकृतिका स्वरूपहरूको चित्र निर्माण • मानवीय संवेगलाई अभिव्यक्त गर्ने चित्र निर्माण	२
१३.	छपाइ, माटोका काम, कोलाज र निर्माण	• विभिन्न किसिमका आकृतिको छपाइ, काठमा भएका विभिन्न रेसाहरूको छपाइ, रिलिफ, स्टेन्सिल, सरफर प्रिन्ट (surface Print) को अभ्यास • कार्भिङ (काठ, आलु, फर्सी, मुला आदि	२

		बाट छपाइ) आदि विधिबाट विभिन्न बुट्टाहरूको छपाइ अभ्यास • थप्ने, रिलिफ, क्वायल, स्ल्याब, थिच्ने विधिबाट विभिन्न आकारमा माटाका नमुनाहरू तयार गर्ने र रङको प्रयोग • माटाबाट नमुना निर्माण (स्याउ, सुन्तला, केरा आदि) • माटाबाट साधारण मूर्तिको निर्माण • मिक्स मेडिया तथा स्थानीय वस्तुको प्रयोग गरी कोलाज निर्माण	
१४.	गायन र वादन	• राष्ट्रिय गान र कक्षागत (कक्षा ६-८) गीतलाई लय र ताल मिलाई समूहमा गाउने अभ्यास • राष्ट्रिय गीत, मातृभाषा, स्थानीय, लोकगीत तथा बालगीत गाउने अभ्यास (व्यक्तिगत र समूहमा लय मिलाई गाउने अभ्यास) • मादल/तबला/ढोलकमा विभिन्न तालहरू बजाउने अभ्यास (झ्याउरे, ख्याली/कहरवा, समला, सेलो, चरित्र, दादरा) • हार्मोनियम/किबोर्डबाट निस्कने स्वरको अभ्यास (स्वर, सप्तक, स्केल) • स्थानीय बाजाहरू बजाउने अभ्यास	३
१५.	नृत्य र अभिनय	• नृत्यको पारिभाषिक शब्दावलीको (अङ्ग,	

		प्रत्यङ्ग र उपाङ्ग) जानकारी र अभ्यास • लोक, शास्त्रीय, आधुनिक तथा परम्परागत नृत्यका परिचय र वर्गीकरणसम्बन्धी सिकाइ सहजीकरण अभ्यास • झ्याउरे, सोरठी, सेलो र ख्याली नृत्य अभ्यास • स्थानीय लोकगीतमा हाउभाउसहित नृत्य अभ्यास • हस्त मुद्राको परिचयसहित सयुंक्त र असंयुक्त मुद्राहरूको प्रयोग र प्रयोजनसम्बन्धी सिकाइ सहजीकरण अभ्यास • एकल तथा समूहमा अभिनय प्रदर्शन	२
१६.	अन्तरविषयक एकीकृत शिक्षण	• स्वास्थ्य, शारीरिक र सिर्जनात्मक कला विषयको एकीकृत शिक्षणमा आधारित नमुना पाठ शिक्षण अभ्यास	१
१७.	विद्यार्थी मूल्याङ्कनका साधन र तरिका	• आन्तरिक मूल्याङ्कन गर्ने विधि र तरिका (प्रयोगात्मक र परियोजना कार्य) • बाह्य मूल्याङ्कनका लागि विशिष्टीकरण तालिकाअनुसार प्रश्न निर्माण र सिकाइमा प्रयोग	२
१८.	पाठ अध्ययन, अवधारणा र अभ्यास	• अवधारणा र अभ्यास	३

१९.	कार्यमूलक अनुसन्धान	• कार्यमूलक अनुसन्धानको अवधारणा, प्रकार, प्रक्रिया र प्रयोग	३
२०.	परीक्षा र परियोजना कार्य	• सहभागीको परीक्षा • परियोजना कार्यको अभिमुखीकरण	१
२१.	कार्ययोजना निर्माण तथा मूल्याङ्कन	• कार्ययोजना निर्माण • तालिम मूल्याङ्कन	१
		जम्मा	**४५**

नोट : प्रत्येक सत्र १ घण्टा ३० मिनेटको हुने छ ।

५. तालिम कार्यान्वयन कार्यविधि

- यस तालिमको लक्षित समूह अधारभूत तहमा अध्यापनरत शिक्षकहरू हुने छन् । सहभागी छनोट गर्दा देहायका प्राथमिकताका आधार अवलम्बन गरिने छ :
  - (अ) प्रमाणीकरण तालिम नलिएका स्थायी शिक्षक
  - (आ) प्रमाणीकरण तालिम नलिएका अन्य शिक्षक
- प्रदेशस्थित शिक्षा तालिम केन्द्रमार्फत सञ्चालन हुने यस प्रमाणीकरण तालिमका सहभागीहरू स्थानीय तहबाट छनोट भएका हुने छन् ।
- शिक्षक पेसागत विकासका लागि प्रमाणीकरण तालिम शैक्षिक जनशक्ति विकास परिषद्बाट स्वीकृत पाठ्यक्रम र सोका आधारमा शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र वा शिक्षा तालिम केन्द्रबाट विकास गरिएका प्रशिक्षक निर्देशिका, प्रशिक्षार्थी स्रोत सामग्री र अन्य आवश्यक सामग्रीका आधारमा सञ्चालन गरिने छ।
- शिक्षा तालिम केन्द्रले प्रमाणीकरण शिक्षक तालिम सञ्चालन गर्दा स्थानीय आवश्यकतालाई समेट्ने गरी स्वीकृत तालिम पाठ्यक्रममा २०% सम्म विषयवस्तु अनुकूलन गरी सञ्चालन गर्न सक्ने छन् ।

- यस तालिमसम्बन्धी प्रशिक्षक प्रशिक्षणमा सहभागी भएका प्रदेश शिक्षा तालिम केन्द्रका प्रशिक्षक वा रोस्टर प्रशिक्षकबाट तालिम सत्र सहजीकरण गरिने छ ।
- तालिमका सत्र सहजीकरण गर्दा सकेसम्म सूचना तथा सञ्चार प्रविधिलाई अधिकतम उपयोग गर्नुपर्ने छ ।
- तालिमका लागि आवश्यक सामग्रीहरू तालिम सञ्चालन अगावै व्यवस्था गर्नुपर्ने छ ।
- सामान्यतया सहभागी शिक्षकका माग र आवश्यकतालाई ध्यान दिँदै आवश्यकताअनुसार देहायबमोजिमका विधि उपयोग गर्न सकिने छ ।
    - साझा तथा खुला मञ्चहरूको प्रयोग
    - समकालिक (Synchronous) र असमकालिक (Asynchronous) विधिहरू
    - स्वाध्याय विधि
    - अनुसन्धानात्मक विधि
    - प्रतिबिम्बात्मक विधि
    - परियोजना विधि
    - दूर सिकाइ विधि
    - अन्तरक्रिया तथा छलफल विधि
    - प्रदर्शन तथा नमुना अभ्यास शिक्षण विधि
    - जोडी कार्य तथा समूह कार्य विधि
    - समस्या समाधान

- एक महिने प्रमाणीकरण तालिमको दोस्रो खण्डका लागि तोकिएको परियोजना कार्य सम्पादन गर्न सन्दर्भ सामग्री अध्ययन, विज्ञसँगको परामर्श तथा प्रतिवेदन लेखन गर्नु मूलत: प्रत्येक प्रशिक्षार्थीको दायित्व हुने छ । यस कार्यका लागि प्रशिक्षार्थीलाई आवश्यक परेमा इमेल वा फोनमार्फत वा प्रत्यक्ष भेट गरी सम्बन्धित प्रशिक्षकबाट मार्गदर्शन प्राप्त गर्ने सुविधा उपलब्ध हुने छ ।

- तालिमको अन्त्यमा शिक्षक पेसागत विकास प्रारुप (परिमार्जन संस्करण), २०८० अनुसार मूल्याङ्कन र शैक्षिक जनशक्ति विकास परिषद्को निर्णयबमोजिम प्रमाणीकरण गरिने छ । तालिमको प्रमाणीकरणपश्चात् सम्बन्धित शिक्षा तालिम केन्द्रबाट प्रमाणपत्र प्रदान गरिने छ ।

६. मूल्याङ्कन

(क) तालिममा सहभागी शिक्षकको मूल्याङ्कनको कुल भार १०० अङ्कको हुने छ।

(ख) मूल्याङ्कनका आधार र अङ्क विभाजन तलको तालिकामा उल्लेख भएअनुसार हुने छ।

क्र.स.	**मूल्याङ्कनका आधार**	**अङ्क**
पहिलो खण्ड आमनेसामने :, अनलाइन तथा मिश्रित (Blende) **पद्धतिमा** आधारित		
१.	**सहभागिता**	**१५**
१.१	उपस्थिति	३
१.२	छलफल तथा प्रस्तुतीकरणमा सक्रियता	६
१.३	आचारसंहिताको पालना	३
१.४	तालिमप्रतिको प्रतिबद्धता	३
२.	लिखित परीक्षा	३०
३.	विद्यालयमा आधारित तालिमका क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि कार्ययोजना निर्माण	५
	जम्मा	**५०**

दोस्रो खण्ड :विद्यालयमा आधारित तालिमका क्रियाकलापहरू		
१.	कार्यसम्पादन	२१
२.	प्रतिवेदन	२१
३.	प्रस्तुतीकरण	८
	जम्मा	**५०**
दुवै खण्डको कुल जम्मा		**१००**

(ग) तालिममा अनुपस्थित रहँदा प्रति सत्र ०.५ अङ्क घटाइने छ र तीन सत्र वा सोभन्दा बढी अनुपस्थित हुने सहभागीको तालिम पूरा नभएको मानिने छ।

(घ) तिस अङ्कको लिखित परीक्षाका लागि १० ओटा बहुवैकल्पिक प्रश्नमा ५ अङ्क, ५ ओटा सङ्क्षिप्त उत्तरात्मक प्रश्नमा १५ अङ्क र २ ओटा लामो उत्तरको प्रश्नमा १० अङ्क छुट्याइने छ । परीक्षणको वैधताका लागि तालिम पाठ्यक्रम समेट्ने गरी विशिष्टीकरण तालिका निर्माण गरी प्रश्न पत्र निर्माण गरिने छ ।

(ङ) शिक्षकले तोकिएका कार्यहरू विद्यालयका प्रधानाध्यापकसँगको समन्वय, सहकार्य, सहयोग र सहजीकरणमा सम्पादन गर्नुपर्ने छ ।

(च) शिक्षकले सम्पादन गरेका कार्यहरूको प्रतिवेदन सम्बन्धित विद्यालयका प्रधानाध्यापकबाट र प्रधानाध्यापकले सम्पादन गरेका कार्यहरूको प्रतिवेदन स्थानीय तहको शिक्षा शाखा वा शाखाले तोकेको विज्ञबाट प्रमाणित गरेको हुनुपर्ने छ।

(छ) विद्यालयमा आधारित तालिम क्रियाकलापको मूल्याङ्कनका आधारहरू निम्नबमोजिम हुने छः

क्र.स.	क्षेत्र	मूल्याङ्कनका आधार	अङ्क
१.	कार्यसम्पादन	१. कम्तीमा १० ओटा पाठयोजनासहित	७ × ३

		अभ्यास शिक्षण २. शिक्षण सुधार योजना (Teaching Improvement Plan-TIP) ३. कार्यमूलक अनुसन्धान ४. पाठ अध्ययन अभ्यास (Lesson Study Practice) ५. सिकाइमा नवप्रवर्तनका लागि सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको उपयोग ६. सम्बन्धित विषय शिक्षणमा पूरक सामग्रीको उपयोग ७. १५ दिनको आमनेसामने वा अनलाइन वा मिश्रित विधिमा तालिम पाठ्यक्रमअनुसार निर्धारण गरिएका विषयवस्तुमा आधारित भई क्रम सङ्ख्या छसम्मका विषयवस्तुसँग नदोहोरिने गरी अन्य परियोजना कार्य	= २१
२.	प्रतिवेदन	प्रतिवेदनको गुणस्तरीयता १. ढाँचा २. विषयवस्तुको प्रस्तुति ३. विश्वासनीय प्रमाणहरू	७ ओटा प्रतिवेदन × ३ = २१
३.	प्रस्तुतीकरण	१. आत्मविश्वास २. प्रस्तुतीकरण शैली ३. तर्कपूर्ण अभिव्यक्ति ४. प्रतिबिम्बन	८

(ज) सहभागीले प्राप्त गरेको अङ्कलाई निम्नअनुसार श्रेणी विभाजन गरिने छः

क्र.स.	श्रेणी	अङ्क
१.	विशिष्टतासहितको प्रथम श्रेणी	९० र सोभन्दा माथि
२.	प्रथम श्रेणी	८० देखि ९० अङ्कभन्दा कम
३.	द्वितीय श्रेणी	६५ देखि ८० अङ्कभन्दा कम
४.	तृतीय श्रेणी	५० देखि ६५ अङ्कभन्दा कम
५.	अनुत्तीर्ण	५० भन्दा कम अङ्क

(झ) तालिममा सफल हुन दुवै खण्डमा कम्तीमा ५०/५० प्रतिशत अङ्क प्राप्त गर्नुपर्ने छ।

७. परियोजना कार्य

दोस्रो खण्डका लागि विद्यालयमा आधारित परियोजना कार्यहरू निर्धारण गरिएका छन् । प्रत्येक परियोजनाको परिणामका (Output) रूपमा प्रत्येक प्रशिक्षार्थीले अलग अलग प्रतिवेदन शिक्षा तालिम केन्द्रसमक्ष अनिवार्य रूपमा प्रस्तुतीकरण गरी पेस गर्नुपर्ने छ :

परियोजना कार्य १ : पाठयोजनामा आधारित शिक्षण अभ्यास

- कम्तीमा फरक फरक १० ओटा पाठयोजना तयारी गर्ने
- प्रत्येक पाठयोजनाका आधारमा शैक्षणिक सामग्री विकास गर्ने
- प्रधानाध्यापकबाट सबै पाठयोजना प्रमाणित गर्ने
- पाठयोजनाका आधारमा कार्यतालिकाबद्ध शिक्षण अभ्यास गर्ने

- विद्यार्थीको सिकाइको अवस्था तथा आफ्नो सिकाइ सहजीकरण अनुभव समेटी प्रतिवेदन तयार गर्ने ।

नोट : यस कार्यअन्तर्गत अन्य परियोजना कार्यले नसमेटेका विषयवस्तु शिक्षणका लागि मात्र पाठयोजना तयार गर्ने

परियोजना कार्य २ : शिक्षण सुधार योजना (Teaching Improvement Plan-TIP)

- शिक्षकले आफ्नो शिक्षण सुधारका लागि आधारभूत तह कक्षा ६-८ का लागि दिइएको ढाँचामा शिक्षण सुधार योजना (Teaching Improvement Plan-TIP) र सोको कार्यान्वयनको उपलब्धि प्रतिवेदन तयार पार्ने

शिक्षण सुधार योजना (TIP)

शिक्षकको नाम : ....

विद्यालयको नाम : ....

योजना अवधि : २०८ .... महिनादेखि २०८ .... महिनासम्म

क्र.स.	**सूचक**	**मौजुदा स्थिति** (Baseline)	**अपेक्षित लक्ष्य**	**लक्ष्य पूरा गर्न सम्पादन गरिने मुख्य कार्यहरू**
१.	विद्यार्थीको औसत उपलब्धि/प्राप्ताङ्क			
(क)	कक्षा .... विषय			
(ख)	कक्षा .... विषय			
२.	स्वमूल्याङ्कनका आधारमा शिक्षणमा शैक्षणिक सामग्री प्रयोगका स्थिति (न्यूनबाट उच्च तहको दरमा १, २,			

क्र.स.	सूचक	मौजुदा स्थिति (Baseline)	अपेक्षित लक्ष्य	लक्ष्य पूरा गर्न सम्पादन गरिने मुख्य कार्यहरू
	३, ४ मा मापन गर्ने)			
३.	प्रतिदिन क्रियाकलाप विवरण तयारीसहितको शिक्षण गरेको पाठ सङ्ख्या			
४.	स्वमूल्याङ्कनका आधारमा प्रभावकारी शिक्षणका निमित्त विद्यालय प्रअबाट प्राप्त सहयोगको स्थिति (न्यूनबाट उच्च तहको दरमा १, २, ३, ४ मा मापन गर्ने)			
५.	प्रशिक्षक/रोस्टर प्रशिक्षक/शिक्षा अधिकृत/प्रधानाध्यापकबाट शिक्षकलाई अनुगमन सहायता एवम् शैक्षणिक परामर्श सम्पन्न हुने पटक (तालिम अवधिभर)			

....

मिति शिक्षकको दस्तखत विद्यालयको छाप प्रअको दस्तखत

शिक्षण सुधार योजना (TIP) उपलब्धि प्रतिवेदन

शिक्षकको नाम : ....

विद्यालयको नाम : ....

योजना अवधि : २०८ .... महिनादेखि २०८ ....महिनासम्म

क्र.स.	सूचक	मौजुदा स्थिति (Baseline)	अपेक्षित लक्ष्य	लक्ष्य पूरा गर्न सम्पादन गरिएका मुख्य कार्यहरू	प्रगति	कार्यसम्पादनको अनुभव
१.	विद्यार्थीको औसत उपलब्धि/प्राप्ताङ्क					
(क)	कक्षा .... विषय					
(ख)	कक्षा .... विषय					
२.	स्वमूल्याङ्कनका आधारमा शिक्षणमा शैक्षणिक सामग्री प्रयोगका स्थिति (न्यूनबाट उच्च तहको दरमा १, २, ३, ४ मा मापन गर्ने)					
३.	प्रतिदिन क्रियाकलाप					

क्र.स.	सूचक	मौजुदा स्थिति (Baseline)	अपेक्षित लक्ष्य	लक्ष्य पूरा गर्न सम्पादन गरिएका मुख्य कार्यहरू	प्रगति	कार्यसम्पादनको अनुभव
	विवरण तयारीसहितको शिक्षण गरेको पाठ सङ्ख्या					
४.	स्वमूल्याङ्कनका आधारमा प्रभावकारी शिक्षणका निमित्त विद्यालय प्रअबाट प्राप्त सहयोगको स्थिति (न्यूनबाट उच्च तहको दरमा १, २, ३, ४ मा मापन गर्ने)					
५.	प्रशिक्षक/रोस्टर प्रशिक्षक/शिक्षा अधिकृत/प्रधानाध्यापकबाट शिक्षकलाई अनुगमन सहायता एवम् शैक्षणिक परामर्श सम्पन्न हुने					

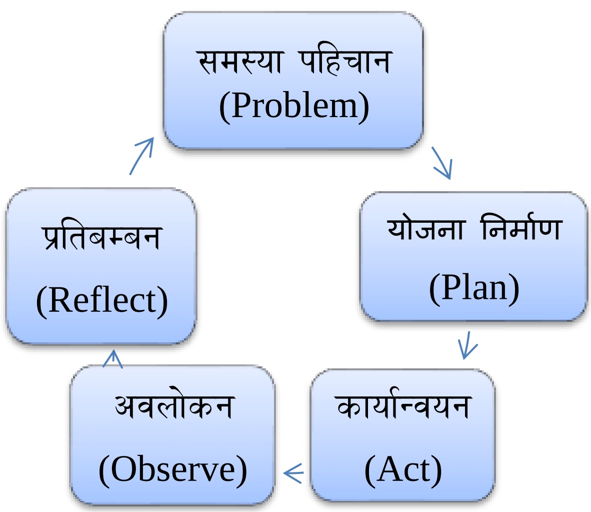
क्र.सं.	सूचक	मौजुदा स्थिति (Baseline)	अपेक्षित लक्ष्य	लक्ष्य पूरा गर्न सम्पादन गरिएका मुख्य कार्यहरू	प्रगति	कार्यसम्पादनको अनुभव
	पटक (तालिम अवधिभर)					

....

मिति शिक्षकको दस्तखत विद्यालयको छाप प्रअको दस्तखत

परियोजना कार्य ३ : कार्यमूलक अनुसन्धान

- शिक्षकले आफ्नो कार्यसम्पादन सुधारका लागि कुनै एउटा विषय क्षेत्रमा निम्नलिखित चक्रअनुसार कार्यमूलक अनुसन्धान गरी सोको प्रतिवेदन तयार पार्ने



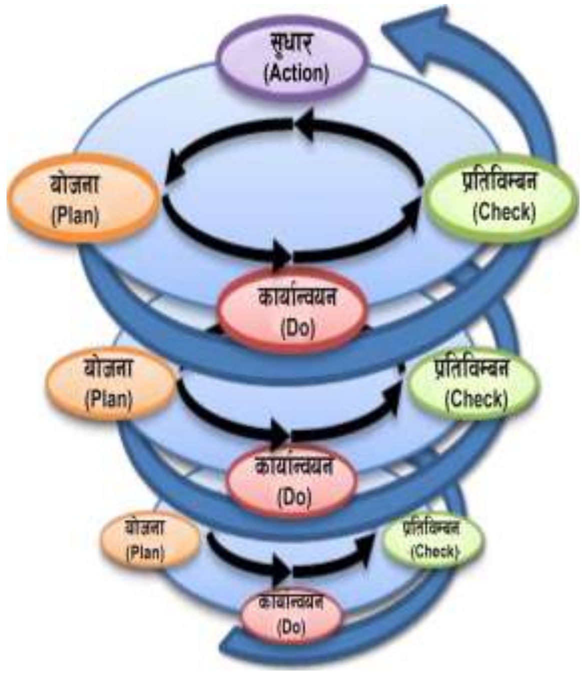
कायमूलक अनुसन्धानका लागि सम्भावित क्षेत्रहरू

- शिक्षकलाई सिकाइ सहजीकरण गर्न तथा विद्यार्थीलाई सिक्न समस्या भएको विषयवस्तु शिक्षण

- फरक फरक सिकाइ स्तरका विद्यार्थीलाई उनीहरूको सिकाइ स्तरअनुसार शिक्षण
- विद्यार्थीका सिकाइ शैलीका आधारमा शिक्षण
- विद्यार्थीमा नेतृत्व क्षमता विकास
- विद्यार्थीको सिकाइमा सक्रिय सहभागिता
- कक्षामा शिक्षक र विद्यार्थीबिच अन्तर्क्रिया
- विद्यार्थीमा समालोचनात्मक चिन्तन विकास
- विद्यार्थी मूल्याङ्कन
- विद्यार्थी उपस्थिति
- विद्यार्थीमा सकारात्मक अनुशासन
- विद्यार्थीमा सहयोगी भावनाको विकास
- सिकाइमा विद्यार्थी उत्प्रेरणा
- विद्यार्थीमा स्वनिर्देशित सिकाइको बानी बसाउन
- विद्यार्थीमा सकारात्मक सोच विकास
- विद्यार्थीलाई उनीहरूको सिकाइप्रति जम्मेवार बनाउने
- विद्यार्थीमा सिकाइ संस्कृतिको विकास
- कक्षा व्यवस्थापन

परियोजना कार्य ४ : पाठ अध्ययन (Lesson Study)

- शिक्षण तथा विद्यार्थीहरूको सिकाइमा केन्द्रित भई शिक्षकले आफ्नो शिक्षणमा सुधार ल्याउन समूहमा कुनै एउटा पाठ शिक्षणका लागि तल दिइएको चक्रअनुसार पाठ अध्ययन गरी सोको प्रतिवेदनसमेत तयार गर्ने



परियोजना कार्य ५ : सिकाइमा नवप्रवर्तनका लागि सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको उपयोग

- स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषयको कुनै पाठ शिक्षणका लागि उपयुक्त वेवबेस सामग्रीको खोजी तथा सङ्कलन वा डिजिटल सामग्रीको खोजी, निर्माण तथा सम्पादन वा सफ्टवेयरहरूको पहिचान गर्ने
- खोजी, सङ्कलन, निर्माण तथा सम्पादन गरिएका ती सूचना तथा सञ्चार प्रविधिका सामग्री प्रयोग गरी पाठ शिक्षण गर्ने
- ती सामग्रीको प्रयोग गरी शिक्षण गर्दा विद्यार्थीको सिकाइमा परेको प्रभाव तथा शिक्षण अनुभवसहितको प्रतिवेदन तयार गर्ने

परियोजना कार्य ६ : स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषय शिक्षणमा पूरक सामग्रीको उपयोग

- स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषयको कुनै पाठ शिक्षणका लागि उपयुक्त पुरक सामग्री (सन्दर्भ सामग्री जस्तै : स्रोत सामग्री, थप पाठ्यसामग्री, पत्रपत्रिका, लेख, अनुसन्धान प्रतिवेदन आदि) को खोजी गर्ने
- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कलाका विषयवस्तु शिक्षणमा ती पूरक सामग्री प्रयोग गर्ने
- प्रयोग गरिएका पूरक सामग्री (सन्दर्भ सामग्री) को नाम, प्रयोग गरिएको तरिका र शिक्षण अनुभव र सिकाइमा आएको परिवर्तनसहितको प्रतिवेदन तयार गर्ने

परियोजना कार्य ७ : स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला विषय शिक्षणका विधि, सामग्री तथा विद्यार्थी मूल्याङ्कन आदि सम्बन्धी परियोजना कार्य

- तालिममा सहभागी शिक्षकले नेपाली भाषा शिक्षणका विधि, सामग्री तथा विद्यार्थी मूल्याङ्कन आदि सम्बन्धी दिइएका परियोजना कार्यमध्ये कुनै एउटा परियोजना कार्य सम्पादन गर्नुपर्ने छ :

परियोजना कार्य १. उचाइ तथा तौलको मापनद्वारा पोषण अवस्थाको पहिचान

- विद्यार्थीको वास्तविक तौल र उचाइ लिने
- यसका लागि तौल नाप्ने मेसिन र उचाइ नाप्ने फिताको प्रयोग गर्ने
- विद्यार्थीको तौल र उचाइका आधारमा BMI गणना गर्ने (दिइएको तरिका अवलम्बन गर्ने)
- BMI का आधारमा पोषण अवस्थाको विश्लेषण गर्न लगाउने
- आवश्यक सुझाव प्रदान गर्ने
- सबै विद्याथीहरूको BMI को वर्गीकरणका आधारमा तालिका वा ग्राफचित्रमा प्रस्तत गर्ने
- अनुभव समेटी प्रतिवेदन लेखन गर्ने ।

परियोजना कार्य २ : एथलेटिक्स र खेलहरू

- एथलेटिक्स र खेलहरूमध्ये कुनै एक खेलको प्रतियोगिता आयोजना गर्ने

- परिस्थितिअनुसार विद्यालयस्तरीय वा अन्तर विद्यालय प्रतियोगिताका लागि सरोकार निकायसँग छलफल चलाउने
- खेल प्रतियोगिताको समीक्षात्मक रिपोर्टिङ तयार गर्ने
- प्रेसमिटको आयोजना गरी भिडियो सामग्री र सूचना विभिन्न माध्यमबाट सार्वजनिकीकरण गराउने
- समग्र सबै पक्ष समेटेर प्रतिवेदन तयार गर्ने ।

परियोजना कार्य ३ : योगासन

- योग शिविरको आयोजना गर्ने
- सरोकार विज्ञहरूलाई निमन्त्रणा गरी आतिथ्यसहित प्रदर्शन गर्न लगाउने
- विद्यार्थी, शिक्षक र अभिभावकसहितको सहभागितामा हुने उक्त शिविरमा समुदायलाई समेत निमन्त्रणा गराउने
- शिविर कार्यक्रम सम्पन्नपछि सहभागीहरूको अनुभव प्रतिक्रिया समेटेर छलफल कार्यक्रम गराउने
- शिविर कार्यक्रमको तस्बिर सङ्कलन गरी एल्बम पेस गर्न लगाउने ।

परियोजना कार्य ४ : कलाका स्थानीय सामग्री प्रयोग गरी चित्र, छपाइ तथा निर्माण

- कलाका स्थानीय सामग्री प्रयोग गरी नागपञ्चमी, लक्ष्मीपूजा, गाइजात्रा वा अन्य जात्रामा प्रयोग गरिने चित्र, छपाइ तथा निर्माण गर्ने तरिका प्रदर्शन गर्ने
- विद्यार्थीलाई समेत उक्त कार्य समूहगत वा व्यक्तिगत रूपमा गराउने
- विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत वा समूहगत रूपमा जात्राको चित्र, छपाइ वा निर्माण कार्यको प्रदर्शन गर्न लगाउने
- आफ्नो अनुभव, विद्यार्थीले तयार गरेका कार्य तथा उत्पादित वस्तु तथा अनुभवलाई समेटी प्रतिवेदन तयार गर्ने ।

परियोजना कार्य ५ : माटाबाट वस्तुको निर्माण

- कलाका स्थानीय स्तरमा पाइने माटाबाट वस्तु (चरा, जनावर, मानव आकृति वा अन्य वस्तु) को निर्माण तथा रङ लगाउने तरिका प्रदर्शन गर्ने

- विद्यार्थीलाई समूहगत वा व्यक्तिगत रूपमा माटाबाट वस्तुको नमुना निर्माण गरी उपयुक्त रङ लगाउने अभ्यास गराउने
- उक्त कार्य सम्पन्न गर्दा गरिएका कार्यहरू र विकास भएका सिपहरूलाई समेटी प्रतिवेदन तयार गर्ने
- प्रतिवेदनमा विद्यार्थीले तयार गरेका नमुनाको फोटो खिचेर अनुसूचीमा राख्ने ।

परियोजना कार्य ६ : वाद्ययन्त्र अभ्यास

- तबला, गितार, बाँसुरी, डम्फु र मादलमध्ये विद्यालयमा उपलब्ध बाजाबाट निस्कने बोलहरूको परिचयसहित हात राख्ने र बजाउने तरिका प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीलाई अभ्यास गराउने
- यसका साथै रूपक तथा झपतालको परिचयसहित हातले ताली दिँदै मुखले बोल्ने अथवा ताल वाद्यमा बजाउने अभ्यास गराउने
- अङ्ग, प्रत्यङ्ग र उपाङ्गको नमुना प्रदर्शन गर्ने
- कुनै लोक, शास्त्रीय, आधुनिक तथा परम्परागत नृत्यमा नृत्यका उल्लिखित भागहरू र हस्तमुद्रासहित नृत्य अभ्यास गराउने
- यस कार्यबाट विद्यार्थीमा हासिल भएको सिपहरू र अनुभवलाई समेट्दै प्रतिवेदन तयार गर्ने ।

परियोजना कार्य ७ : सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या तथा समाधानका उपायहरू

- सामुदायिक स्वास्थ्य समस्याहरूको पहिचान तथा ती समस्या समाधानका लागि घरपरिवार र समुदायको भूमिका विषयक परियोजना कार्य गर्नका लागि कक्षा आठमा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई सहभागी गराउँदै तलको कार्य पूरा गराउने
- सामुदायिक स्वास्थ्य समस्याहरूको पहिचान तथा समस्या समाधानका लागी विद्यार्थीलाई सहभागी गराउँदै प्रश्नावली बनाउने
- प्रश्नावली भर्नको लागि विद्यालय नजिकै रहेका घरमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराई सर्भेक्षण गराउने
- प्रश्नावलीबाट प्राप्त हुन आएको प्रतिक्रिमा आधारित रही प्रतिवेदन तयार पार्ने ।

नोट : सामग्री निर्माण र प्रयोगसम्बन्धी परियोजना कार्यको हकमा शिक्षा तालिम केन्द्रमा प्रतिवेदन पेस गर्दा सामग्रीसमेत पेस गर्नुपर्ने छ ।

ΩΩΩ