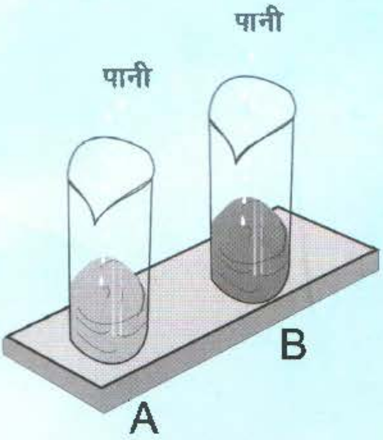
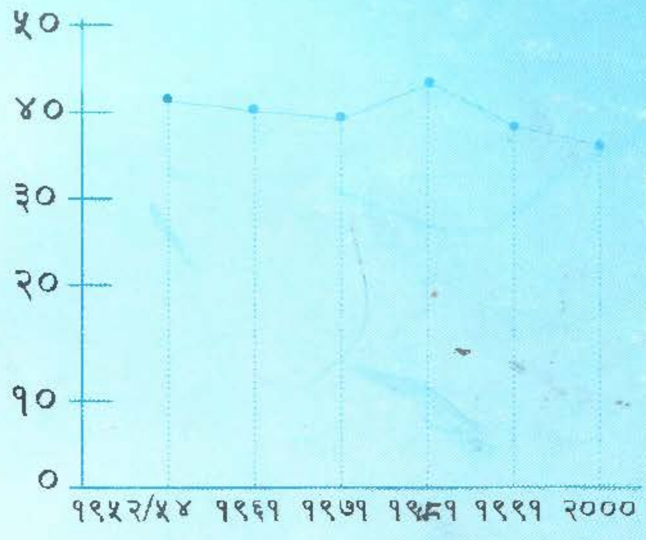
स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण

सक्षमतामा आधारित माध्यमिक शिक्षक तालिम
(एकमहिने - प्रथम मोड्युल)

प्रशिक्षक निर्देशिका





जन्मदर (प्रतिहजार जनसङ्ख्यामा)

नेपाल सरकार
शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालय
शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

२०६३

परीक्षणका लागि

स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण

सक्षमतामा आधारित माध्यमिक शिक्षक तालिम

(एकमहिने - प्रथम मोडुल)

प्रशिक्षक निर्देशिका

नेपाल सरकार

शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालय

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

२०६३

प्रकाशक

नेपाल सरकार

शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालय

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

© प्रकाशकमा

G1587

प्रथम संस्करण - २०६१

द्वितीय संस्करण - २०६२

तृतीय संस्करण - २०६३

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र
२०५०
पुस्तकालय

मुद्रक

काभ्रे अफसेट प्रेस

सुविधानगर तिनकुने,काठमाडौं ।

फोन ४४८८०००,४४७४६९०

टेलिफोन : ६-६३१२७६, ६-६३०१८०, ६-६३०७६६

फ्याक्स : ६-६३०१९३, ६-६३१४८६

पोस्टबक्स नं.: २१४५, ३६५२

E-mail : nced@wlink.com.np

सुझाव एवम् सल्लाह

अर्जुनबहादुर भण्डारी
वैकुण्ठप्रसाद काफ्ले

बुनु श्रेष्ठ
इन्द्रबहादुर श्रेष्ठ

लेखनसमूह

हेमसिंह क्षेत्री
गौरीशंकर पाण्डे

श्यामकृष्ण महर्जन
चेतनाथ गौतम

विषयवस्तु सम्पादन

डा. चिदानन्द पण्डित

गौरीशंकर पाण्डे

भाषा सम्पादन
शुकदेव सापकोटा

आवरण डिजाइन
सुमन बज्राचार्य

कम्प्युटर लेआउट
मोहन तण्डुकार

भूमिका

शिक्षाको गुणस्तर र प्रभावकारी शिक्षणका लागि शिक्षक तालिम अनिवार्य शर्त मानिन्छ । तालिम प्राप्त शिक्षकहरूको अभावमा शिक्षण सिकाइमा प्रभावकारिता ल्याउन सकिदैंन र सिकाइ प्रभावकारी नभए शिक्षाको गुणस्तरको कल्पना गर्न पनि सकिँदैन । त्यसैले निम्नमाध्यमिक तथा माध्यमिक तहको शिक्षाको गुणस्तरमा सुधार ल्याउने उद्देश्यले माध्यमिक शिक्षा सहयोग कार्यक्रम (SESP) हालै कार्यान्वयनमा आएको छ । यस कार्यक्रमको एउटा महत्वपूर्ण पाटो "शिक्षक शिक्षा र विकास" हो । यसमा शिक्षकहरूको पेसागत दक्षता अभिवृद्धि गरी कक्षाकोठाको सिकाइ वातावरणमा उल्लेखनीय सुधार ल्याउनका लागि शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्रले निम्नमाध्यमिक तहका पाँचओटा र माध्यमिक तहका छ ओटा मुख्य विषयहरूलाई समेटेर सक्षमतामा आधारित दसमहिने प्रमाणीकरण शिक्षक तालिम पाठ्यक्रम तयार गरेको छ । पाठ्यक्रम अनुसार उक्त शिक्षक तालिमलाई तीन मोडुलमा बाँडिएको छ । यी तीन मोडुलहरूमध्ये प्रथम मोडुलको "तालिम केन्द्रमा आधारित एकमहिने" स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षक तालिमका लागि प्रस्तुत "प्रशिक्षक निर्देशिका" तयार पारिएको हो ।

प्रस्तुत निर्देशिका, शिक्षक तालिम पाठ्यक्रमलाई आधार मानी माध्यमिक तहका स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयका प्रशिक्षकहरूका लागि तयार गरिएको छ । यसमा समावेश भएका विषयवस्तुहरूलाई सान्दर्भिक र उपयोगी बनाउने प्रयास गरिएको छ । साथै यसमा माध्यमिक तहको स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षक तालिमका सहभागी शिक्षकहरूलाई आवश्यक ज्ञान गराउँदै सक्षमतामा आधारित दसमहिने प्रमाणीकरण शिक्षक तालिम पाठ्यक्रमले निर्दिष्ट गरेका विषयवस्तुका बारेमा प्रशिक्षक तथा सहभागीहरूका लागि आवश्यक सूचनाहरूलाई सङ्क्षिप्त रूपमा समावेश गरिएको छ ।

अन्त्यमा प्रस्तुत निर्देशिका तयार पार्नका लागि विभिन्न क्षेत्रबाट आवश्यक सहयोग पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण महानुभावहरूप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दै यसमा देखिएका त्रुटि वा कमी कमजोरी औँल्याई सहयोग पुऱ्याउन हुन समेत सम्बद्ध सबैसँग अनुरोध छ ।

२०६३

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

विषयसूची

शीर्षक	पृष्ठ
तालिम अभिमुखीकरण	१
१. एकाइ एकः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षण विधि	३
२. एकाइ दुईः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा प्रयोग हुने शैक्षिक सामग्रीहरू	३८
३. एकाइ तीनः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाको पाठ्यक्रम	८०
४. एकाइ चारः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या वातावरण शिक्षामा विद्यार्थीहरूको लेखाजोखा तथा मूल्याङ्कन	९२
५. एकाइ पाँचः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या वातावरण शिक्षामा प्रयोगात्मक ज्ञान तथा सीप	११०
६. कार्यक्रम मूल्याङ्कन	१३६

निर्देशिका प्रयोग गर्दा प्रशिक्षकले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

- यो निर्देशिका सक्षमतामा आधारित १० महिने प्रमाणीकरण स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयको तालिम पाठ्यक्रममा आधारित छ । तालिम पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका तीनओटा मोडुलहरूमध्ये पहिलो मोडुलको एकमहिने तालिम केन्द्रमा आधारित शिक्षक तालिमका लागि तयार पारिएकोछ ।
- शिक्षकहरूका लागि तालिम सञ्चालन गर्दा मा.वि. तहको पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकका क्रियाकलाप, उदाहरण, विषयवस्तु, विशिष्टीकरण तालिका र उत्तरकुञ्जिकामा आधारित भएर सत्रका क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नुपर्नेछ ।
- सक्षमतामा आधारित पाठ्यक्रमको मूल भावना र मर्मअनुसार प्रभावकारी तालिम सञ्चालन गर्नका लागि प्रशिक्षकहरूले सत्रका क्रियाकलापहरूमा थप गरी सञ्चालन गर्न सकिनेछ ।
- सहभागी शिक्षकहरू प्रशिक्षक समानस्तरका भएका हुँदा सहभागीहरूको भावना, विचारलाई ख्याल गरी प्रशिक्षण सञ्चालन गर्नुपर्नेछ ।
- तालिमको सुरुको दिन सहभागीहरूको अपेक्षा लिखितरूपमा लिनुपर्नेछ र ती अपेक्षाहरूलाई ध्यान दिई तालिम सञ्चालन गर्नुपर्नेछ ।
- एक महिनासम्मको तालिमलाई मर्यादित, सहभागितामूलक, उत्तरदायी बनाउन तालिम नियम (House Rule) तयार गर्नुपर्ने छ । यो House Rule तालिम सञ्चालनको पहिलो दिन सहभागीहरूबाट नै बनाउन लगाउनुपर्नेछ ।
- प्रत्येक दिन प्रशिक्षकहरू र तालिमकेन्द्रका संयोजकले तालिम समाप्तिपछि सत्रको प्रभावकारिता एवम् भोलिपल्टको सत्र सञ्चालनको लागि तयारीका बारेमा अन्तर्क्रिया एवम् विचार आदानप्रदान गर्नुपर्नेछ ।
- प्रशिक्षक निर्देशिका तथा प्रशिक्षार्थी स्रोतसामग्री दुवै अध्ययन गरी तालिम सञ्चालन गर्नुपर्नेछ ।

पाठ शीर्षक: तालिम अभिमुखीकरण

सत्र: एक **समय:** १ घण्टा ३० मिनेट

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) शैक्षिक तालिम केन्द्रको भौतिक सुविधाबारे जानकारी हासिल गर्न र तालिममा पालना गर्नुपर्ने नियम तथा पाइने सुविधाहरूबारे जानकारी लिन ।

ख) मा.वि. शिक्षकहरूका लागि दिइने सक्षमतामा आधारित दस महिने प्रमाणीकरण तालिमको महत्व र आवश्यकता बताउन ।

ग) यस तालिम प्याकेजको विशेषता बताउन ।

२. **सामग्री:**

तालिम पुस्तिकाहरू, सक्षमतामा आधारित तालिम पाठ्यक्रम

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) शैक्षिक तालिम केन्द्रको बारेमा जानकारी,

ख) तालिमको महत्व र आवश्यकता,

ग) तालिम पुस्तिकाका विशेषताहरू ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **शैक्षिक तालिम केन्द्रको बारेमा जानकारी** (३० मिनेट)

शैक्षिक तालिम केन्द्रको भौतिक तथा अन्य सुविधाहरू र नियमहरू बताइदिनुहोस् । तालिमलाई प्रभावकारी एवम् मर्यादित बनाउन अन्तर्क्रिया गरी र सुझाव लिनुहोस् ।

ख) **तालिमको महत्व र आवश्यकता** (२५ मिनेट)

सक्षमतामा आधारित सेवाकालीन तालिमको महत्व र आवश्यकताका बारेमा स्पष्टसँग बताइदिनुहोस् । तालिम अवधिभर प्रशिक्षार्थीहरूले गर्नुपर्ने कार्यहरूको जानकारी गराउनुहोस् ।

ग) **तालिम सामग्रीका विशेषता** (२५ मिनेट)

तालिम कार्यक्रम सञ्चालनार्थ तयार पारिएका प्रशिक्षक निर्देशिका र प्रशिक्षार्थी निर्देशिकाको विशेषता, विकास प्रक्रिया र यसमा भएका लचकताहरू स्पष्टसँग बताइदिनुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सार बताइदिनुहोस् ।

५ मूल्याङ्कन:

सहभागीहरूको मूल्याङ्कन अन्तर्क्रिया र विचार आदानप्रदानको समयमा नै गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

एक महिने तालिम कार्यक्रम सुरुवात गर्ने दिन केके कुरामा तयारी भए सहभागीहरूलाई निर्देशन दिन र जिज्ञासा समाधान गर्न सकिन्छ भन्ने सम्बन्धमा सत्र सञ्चालनका समयमा पृष्ठपोषण लिनुहोस् ।

(नोट: यो सत्र कार्यक्रम संयोजक वा तालिम संयोजकले लिनुपर्ने छ ।)

एकाई एक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षण विधि

सक्षमता: Teacher updates their knowledge and promotes skill on selection and use of appropriate teaching strategies based on classroom situation, plan lessons, practice strategies, manage classroom for fieldwork, and design role play, dramatization, case study etc. using modern technology such as Radio, TV, Projectors etc.

सत्र सङ्ख्या:२० **समय: ३० घण्टा**

पाठ शीर्षक: सहयोगात्मक सिकाइ र समूहकार्य

सत्र: पहिलो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) सहयोगात्मक सिकाइको परिचय दिन ।

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा सहयोगात्मक सिकाइको महत्व बताउन ।

ग) विभिन्न किसिमका सहयोगी समूह निमार्ण र पचािलन गर्न ।

घ) समूहकार्यका तरिका र फाइदाहरू बताउन ।

२. **सामग्री:**

समूहकार्यसम्बन्धि guideline लेखेको चार्ट

चार्टपेपर, मेटाकार्ड, न्युजप्रिन्ट, कैँची, मार्कर

समूहकार्यका विभिन्न तरिकाहरूको चार्ट

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) सहयोगात्मक सिकाइ, परिचय र महत्व

ग) विभिन्न किसिमका समूह सञ्चालन विधि

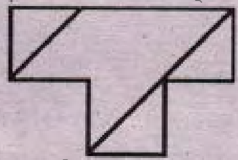
घ) समूहकार्यका फाइदाहरूको बारेमा छलफल

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१० मिनेट)

- सहभागिहरूमध्ये चारजनालाई २,२ जनाको pair मा र अरुलाई चार जनाको समूहमा राख्नुहोस् ।

- दिएको किटबाट अङ्ग्रेजी अक्षर T बनाउन लगाउनुहोस् ।



(एउटा किटमा एउटा आकार बन्ने टुक्राहरू राख्नुहोस्)

- सानो समूहमा काम गर्नेले छिटो बनाउँछन कि ! ठूलो हेर्ने र पहिले बनाउनेलाई अरूहरूलाई सहयोग गर्न लगाउनुहोस् ।
- सामुहिक सहयोगको परिचय दिदै सहयोगात्मक सिकाइ (Cooperative Learning) विषयवस्तुमा प्रवेश गराउनुहोस् ।

ख) सहयोगात्मक सिकाइ परिचय र महत्व (२५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारचार जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र प्रश्न दिनुहोस् ।
- प्रश्न: सहयोगात्मक सिकाइ भनेको के हो ?
- यो प्रश्नको उत्तर प्रत्येक सहभागीलाई आफ्नो कपीमा लेख्न लगाउनुहोस् । यसपछि २,२ जनाको समूहमा आफ्ना विचारहरू लेख्न लगाउनुहोस् र निष्कर्षमा पुग्न प्रेरीत गर्दै अन्त्यमा चारजनाको समूहमा छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्न लगाउनुहोस् ।
- सहयोगात्मक सिकाइको परिभाषा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहयोगात्मक सिकाइका परिभाषा र उदारहणको चार्ट OHP वा न्युजप्रिन्टको माध्यमले प्रदर्शन गरेर निष्कर्ष दिनुहोस् ।
- सहयोगान्मक सिकाइको महत्वको बारेमा राउन्ड टेबल छलफल चलाउनुहोस् । सहभागीमध्येको एकजनालाई छलफलको नेतृत्व गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीमध्येकै अर्को एकजनालाई आएका बुँदाहरू टिप्न र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहयोगात्मक सिकाइ (Co-operative learning) फाइदाको चार्ट प्रस्तुत गर्नुहोस् र सहभागीबाट आएका बुँदाहरूमा सहमत हुनुहोस् ।
- कुनै एउटा विषयवस्तु (जस्तै असल शिक्षकका गुणहरू ...) को बारेमा केही सहभागीहरूलाई एक्ला-एक्लै आफूले जानेका कुरा लेख्न लगाउनुहोस् र अन्यलाई ४-४ जनाको समूहमा छलफल गराई लेख्न लगाउनुहोस् । व्यक्तिगतरूपमा लेखिएका बुंदाहरू र सामूहिक रूपमा लेखिएका बुँदाहरूबीच तुलना गरी समूहकार्यको महत्व स्पष्ट पार्नुहोस् ।

ग) विभिन्न किसिमका समूहहरू कार्य सञ्चालन (२५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई थाहापाएका शिक्षण सिकाइमा प्रयोग हुनसक्ने विभिन्न समूहको टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई उनीहरूले ल्याएका समूहका नामलाई नै शीर्षक दिएर त्यसको कार्यविधि, समूहनिर्माण प्रक्रिया र प्रयोगबारेमा तीनतीनजनाको समूहमा छलफल गरी निष्कर्षमा पुग्न सहयोग गर्नुहोस् ।

- प्रतिवेदन प्रस्तुत भइसकेपछि आवश्यक बुँदाहरू चार्ट वा OHP को मद्दतले प्रस्तुत गर्दै निष्कर्षमा पुग्न सघाउनुहोस् । बाँकी समूहकार्यहरू अरू सत्रहरूमा आइरहने कुरा बताउनुहोस् ।

घ) समूहकार्यका फइदाहरू वा महत्व (१५ मिनेट)

- प्रशिक्षार्थी स्रोतसामाग्रीको सहयोगात्मक सिकाइ र समूहकार्यहरू भन्ने पाठमा भएको विद्यार्थी विनोदले शिक्षक शिवलाई लेखेको चिठीलाई OHP वा न्युजप्रिन्टको सहायताले प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र एकएकओटा न्युजप्रिन्ट बाँड्नुहोस् ।
- हालसम्म गरेका समूहकार्य, प्रस्तुत चिठ्ठी र आफ्नो अनुभवको आधारमा समूहमा बसेर समूहकार्यका महत्व तथा फाइदाहरू टिप्न लगाउनुहोस् (यसमा Round Robin विधि अपनाउनुहोस् ।)
- Round Robin चलाउने विधि प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।
- Round Robin समूहकार्यबाट आएका निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- निष्कर्ष बताइदिनुहोस् ।

ङ). सारांश (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कनः

समूहकार्यमा भएको सहभागिता र कार्यसम्पादन साथै उत्सुकताको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये एकजनालाई सत्रको समीक्षा गर्नलगाई पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: समूहकार्यका प्रकार

सत्र: दोस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

(क) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण सिकाइमा Study Team को निर्माण तथा कार्यविधि बताउन ,

(ख) Buzz Group र यसको कार्यविधि, र महत्व बताउन ,

(ग) Jigsaw विधिको प्रयोग विधि प्रदर्शन गर्न ।

२. सामग्री:

न्युजप्रिन्ट, ट्रान्स्पारेन्सीपेपर, मार्करहरू, मेटाकार्डहरू

३. मुख्य क्रियाकलाप:

(क) मस्तिष्क मन्थन

(ख) Study Team

(ग) Buzz Group

(घ) Jigsaw

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

(क) मस्तिष्क मन्थन (१० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- सबैलाई एकएकओटा मेटाकार्ड दिई मनपर्ने पुस्तकको नाम र मनपर्नाको कारण लेख्न लगाउनुहोस् ।
- मेटाकार्डहरू साथीहरूबीचमा साटासाट गररे अर्को साथीलाई मनपर्ने पुस्तकको बारेमा र यसको कारण बताउन लगाउनुहोस् ।
- आज हामी समूहकार्यका ३ ओटा महत्वपूर्ण विषयमा छलफल गर्न गइरहेको बताउदै विषयमा प्रवेश गराउनुहोस् ।

ख) Study Team (२० मिनेट)

- सामग्रीहरूलाई TRM को सम्बन्धित पाठमा भएको Study Team सदस्यहरूबीचमा भएको छलफल OHP, वा न्युजप्रिन्टको सहायताले प्रदर्शन गरी यसलाई राम्ररी बुझ्न अनुरोध गर्नुहोस् ।
- सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई तीनओटा समूहमा बाँड्नुहोस्, जस्तै-स्वास्थ्यसमूह, जनसङ्ख्यासमूह र वातावरणसमूहमा बाँड्न सकिन्छ ।
- समूहमा छलफल गरी निम्न लिखितप्रश्नहरूको उत्तर टिप्न लगाउनुहोस् ।

(१) माथिको छलफलमा देखाइएको समूहले के काम गर्दछ ?
(२) यो समूह कहिलेसम्म कार्यरत रहने छ ?
(३) यस्तो कामबाट शिक्षणसिकाइमा के फाइदा पुग्छ ?
(४) यो समूहले के समस्या बेहोर्नुपर्छ ?

- समूहले तयार पारेका उत्तरहरूको प्रस्तुति गर्न लगाइसकेपछि Study Team को परिभाषाको चार्ट प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- अध्ययन समूहको कार्य विधि के हुन सक्ला भनी छलफललाई सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- एउटा समूहले स्वास्थ्यको, अर्कोले जनसङ्ख्याको र तेस्रोले वातावरणको तालिम अवधि भरी गर्ने अध्ययनको शीर्षक प्रस्तुति गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक परेमा शीर्षकलाई परिमार्जन गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- अध्ययन समूहका विशेषता तथा महत्वको चार्ट प्रदर्शन गरी अझ स्पष्ट पारी दिनुहोस् ।

ग) Buzz Group (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई अध्ययन समूहका समूहबाट फरक पारी पुनः चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- एउटा Reporter, एउटा Recorder तथा एउटा Leader र एक Facilitator छान्न लगाउनुहोस् ।
- यहाँ प्रत्येकको Role के हुन्छ भनी प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

Leader	:	समूह छलफलमा विवाद आएमा र लामो समयसम्म अगाडी बढ्न नसकेमा Guide गर्ने । सक्रिय भएर सदस्यको रूपमा छलफलमा भाग लिने र बिचार राख्ने,
Recorder	:	छलफलमा उठेका महत्वपूर्ण बुँदाहरू टिपोट गर्ने । सक्रिय भएर छलफलमा भाग लिने र बिचार राख्ने ।
Facilitator	:	समूह छलफलबाट आएको निष्कर्षलाई सत्रमा राख्ने । सक्रिय भएर छलफलमा भाग लिने र आफ्ना विचारहरू राख्ने । सबैलाई विषयवस्तुमाथिको छलफलमा सक्रिय भाग लिन प्रेरित गर्ने ।

- "स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयं शिक्षण गर्दा हामीले भोगेका समस्याहरू" भन्ने विषयमा समूहमा छलफल चलाउन सहयोग गर्नुहोस् र प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- अहिले गरेको काम नै Buzz Group Work हो भन्ने तथ्य र महत्व प्रस्ट पारी दिनुहोस् ।

(घ) Jigsaw (३० मीनेट)

- सहभागीहरूलाई चारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहले सदस्यहरूलाई एक, दुई, तीन, चार नम्बर दिनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहको एक नम्बरलाई लागू पदार्थको परिचय, दुई नम्बरलाई सेवन गर्नाका कारणहरू तीनलाई यसका विविध प्रभावहरू र चार नम्बरलाई बच्ने उपाय भन्ने शी िकहरू दिनुहोस् ।
- प्र येक सदस्यहरूलाई उनीहरूको विषयमा गहन अध्ययन गर्न समय दिनुहोस् साथै Keference सामग्रीहरू पनि उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- विभिन्न समूहका उही नम्वर भएका सदस्यहरूलाई एउटा समूहमा ल्याएर दिइएको विषयमा छलफल गराई उनीहरूलाई आफू Expert भएको कुरा महसुस गराउनुहोस् ।
- सुरुमा निर्माण गरेको समूहमा जान भन्नुहोस् । अव यस समूहमा चारै जना सदस्यहरू Topic को आफ्नो भागको Expert छन् । प्रत्येकले आफूले हासिल गरेको ज्ञान वा सीप अरू सदस्यहरूसँग आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् र Expert लाई बाँकी सहभागी साथीहरूलाई पढाउन लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहको प्रत्येक सदस्यले आफ्ना कुराहरू बुझाइसकेपछि काम सकिएको कुरा बताउनुहोस् र समूहका एक प्रतिनिधिबाट सन्तुष्टी, असन्तुष्टी वा बुझेको नबुझेको विषयमा केही कुरा भन्न लगाई मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागीहरूको प्रतिक्रिया र कार्यसम्पादनको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये एकजनालाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा छलफल

सत्र: तेस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

(क) छलफललाई स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणको महत्वपूर्ण विधिको रूपमा पहिचान गर्न ।

(ख) छलफलका विभिन्न तरिकाहरू पहिचान गरी प्रयोग गर्न ।

(ग) छलफलको माध्यमले अनुभव आदानप्रदान गर्न ।

२. **सामग्री:**

छलफलका विषयहरू लेखिएको मेटाकार्ड

दैनिक प्रयोगका तालिम सामग्रीहरू, जस्तै- मार्कर न्युजप्रिन्ट

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

(क) मस्तिष्क मन्थन

(ख) विभिन्न किसिमका छलफल विधिहरू

(ग) गोलमेच सम्मेलन (Round Table Conference)

(घ) शिक्षण सिकाइमा छलफल विधिका फाइदाहरू ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१० मिनेट)

- मस्तिष्क मन्थन भनेको के हो ? यो कसरी गरिन्छ र किन आवश्यक छ ? यो प्रश्न सहभागीलाई दिनुहोस् । प्रत्येक सहभागीलाई बोल्न प्रेरित गरी उनीहरूले राखेका विचारहरूलाई टिप्न दुईजनाको समूह बनाइदिनुहोस् ।
- १० मिनेटको छलफल चलेपछि त्यो दुईजनाको समूहले ल्याएका विचारहरू प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

ख) छलफल विधिहरू (१० मिनेट)

- कक्षामा चलाउन सकिने विभिन्न किसिमका छलफल विधिहरू केके हुन् ? भन्ने प्रश्न सहभागी समूहमा राख्नुहोस् र उनीहरूबाट आएका उत्तरहरूलाई Board मा टिप्नुहोस् । आवश्यकताअनुसार स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।
- कक्षामा चलाउन सकिने विभिन्न किसिमका छलफल विधिका नामहरू भएको चार्ट प्रदर्शन गरेर अझ प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

- समूह छलफल (Group Discussion)
- सानो समूह छलफल (Buzz Group)
- गोलमेच सम्मेलन (Round table Conference)
- मस्तिष्क मन्थन (Brain storming)
- प्यानल छलफल (Pannel Discussion)
- वादविवाद (Debate)
- कार्यशाला workshop
- लक्षितसमूहमा छलफल (Focus Group Discussion)

ग) **गोलमेच सम्मेलन (Round Table Conference)** (४० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई गोलाकार रूपमा राख्नुहोस् ।
  एउटा समूहमा १० देखि १५ जनासम्म सहभागी भएमा राम्रो हुन्छ ।)
- सम्मेलनको विषय अघिल्लो दिनमै दिएको हुनुपर्छ । यसका लागि पहिलो दिन नै विशेष जानकारी दिनुहोस् । पहिलेनै तोकिएको विषय स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षकका समस्याहरू विषयमा यो Conference चल्ने कुरामा प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- सम्मेलनमा सहभागीले पालन गर्नुपर्ने नियम र कार्यसम्पादन विधि स्पष्ट गरी दिनुहोस् ।

  - प्रस्ट भएर आफ्ना कुरा राख्ने .
  - एउटा सभापति र एउटा Recorder छान्ने
  - बहसका विषयहरू सभापतिले एकएक गरेर टिप्ने ।
  - एउटाविषयका कुराहरू सहभागीहरूबाट आइसकेपछि सभापतिले सारांश भन्ने र अर्कोमा जाने ।
  - अत्यमा छलफलको निचोड मौखिक वा लिखितरूपमा सहभागीलाई दिने ।

  माथिका Guideline हरू दिइसकेपछि सभापतिले सम्मेलन सुरु गर्न लगाउनुहोस् ।

  Agendas
  - पाठ्यसामग्री र विषय वस्तुसँग सम्बन्धि समस्या
  - शिक्षा कार्यालयसँग सम्बन्धित समस्या
  - विद्यार्थीसँग सम्बन्धित समस्याहरू
  - आफैसँग सम्बन्धित समस्याहरू
  - शैक्षिक सामग्रीसम्बन्धी समस्या

  माथि उल्लेखित प्रत्येक Agenda माथिको छलफल सकिएपछि Recorder लाई सारांश र निष्कर्ष दिन लगाउनुहोस् ।
- Pannel Discussion र अरू Discussion method को बारेमा पनि बताइदिनुहोस् र TRM का केही कुराहरू प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

घ) शिक्षण सिकाइमा छलफल विधिका फाइदाहरू: (१५ मिनेट)

- सबै सहभागीहरूलाई एकएकओटा मेटाकार्ड वितरण गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक सहभागीलाई छलफल विधिबाट हुने एउटा फाइदा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- आएका बुँदाहरूलाई बोर्डमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई नै छलफल गराएर एकै प्रकारका विचारहरू राख्ने सबैलाई एकिकृत गरी अन्तिम सूची तयार पार्न लगाउनुहोस् ।
- शिक्षण सिकाइमा छलफल विधिबाट हुने फाइदाहरूको सूची प्रस्तुत गरेर सहभागीबाट आएका प्रश्नहरूको समाधान गरी दिनुहोस् ।

- शिक्षकका लागि सजिलो हुन्छ ।
- विचारको आदानप्रदान बढी हुन्छ ।
- बिद्यार्थी बढी सक्रिय हुन्छन् ।
- बिद्यार्थीमा नेतृत्वको विकास गराउँछ ।
- सिकाइ दिगो रहन्छ, आदि ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन (५ मिनेट)

क) छलफल विधिको मुख्य विशेषता के हो ?

ख) यो विधिबाट शिक्षण गर्दा केके फाइदा हुन्छ ?

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

पृष्ठपोषणका लागि तलको फारमको प्रयोग गर्नुहोस् ।

१.	तपाईं आजको सत्रमा कतिको सन्तुष्टि पाउनु भयो ?	ज्यादै राम्रो	राम्रो	ठीकै	कम
२.	प्रयोग गरिएका विधिहरू कस्ता छन् ?				
३.	प्रशिक्षकको भूमीको कस्तो छ ?				
४.	सामग्रीको प्रयोग र उपयुक्तता कस्तो छ ?				
५.	प्रशिक्षार्थी क्रियाकलाप कस्तो रह्यो ?				
६.	सुधार्नुपर्ने भए केही वाक्यमा लेख्नुहोस् ।				

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणविधिको रूपमा वादविवाद

सत्र: चौथो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) वादविवाद विधिलाई स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणको महत्वपूर्ण विधिको रूपमा परिभाषित गर्न,

ख) वादविवाद विधिबाट शिक्षण गर्दा आइपर्ने विभिन्न समस्याहरू पत्तालगाउन,

ग) वादविवाद विधिका फाइदाहरू पहिचान गर्न,

घ) वादविवाद विधि प्रयोग गरी कक्षा सञ्चालन गर्न ।

२. सामग्री:

घण्टी, न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर आदि ।

३. मुख्य क्रियाकलाप

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) वादविवाद के हो ?

ग) वादविवाद कसरी ?

घ) वादविवाद सञ्चालन

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन (१० मिनेट)

- सबै सहभागीहरूलाई उनीहरूले विद्यालयमा पढ्दाको घटना आँखा चिम्लिएर सम्झन लगाउनुहोस् ।
- सबैलाई आफू विद्यालयमा पढ्दा सञ्चालन भएको वादविवादको विषय लेख्न लगाउनुहोस् र ती विषयहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । यदि सम्झनयोग्य कुनै घटना भएमा त्यसको बारेमा प्रतिक्रिया लिँदै र विषय प्रवेश गराउनुहोस् ।

ख) वादविवाद के हो ? (१५ मिनेट)

"स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण सिकाइमा वाददविवादले महत्वपूर्ण स्थान ओगटेको छ ।"

- माथिको वाक्यांश बोर्डमा लेख्नुहोस् र यस भनाइसँग सहमत हुने र नहुने सहभागीका विचार सुन्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- वादविवाद के हो ? भन्ने प्रश्न बोर्डमा राख्नुहोस् र यसको परिभाषा समूहबाट प्राप्त गर्न प्रयास गर्नुहोस् ।

➢ वादविवादको धारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

ग) वादविवाद कसरी (२० मिनेट)

➢ सहभागी समूहहरूलाई वादविवाद चलाउने विधि निर्माण गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

➢ यसक्रममा नियम बनाउन र सञ्चालन प्रक्रिया तोक्ने सहयोग गर्नुहोस् ।

➢ स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाबाट वादविवाद गराउन मिल्ने Topic वा विषय छान्न लगाई सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

➢ प्रत्येक समूहबाट एकजना वा चार ओटा भन्दा कम समूह छन् भने प्रति समूह दुई जनाका दरले सहभागी छान्न लगाउनुहोस् ।

➢ समूहबाट आएका विषयमध्यको कुनै चाखलाग्दो विषयलाई वादविवादको विषयको रूपमा प्रस्तुत गराउनुहोस् र यसमा समूहमा छलफल गरी तयार हुन समय दिनुहोस् ।

घ) वादविवाद सञ्चालन (३५ मिनेट)

➢ सहभागीमध्येका एकजनालाई वादविवाद सञ्चालक नियुक्त गर्नुहोस् । (निर्णायक र सहयोगी पनि राख्न सकिन्छ ।)

➢ नियमहरूको ब्रिफिङ्ग सञ्चालकले दिएपछि प्रत्येक व्यक्तिलाई बढीमा पाँच मिनेट समय दिएर बोल्न दिनुहोस् ।

वादविवादका लागि नियमहरू
१. पाँच मिनेटमा आफ्ना कुरा राखौं ।
२. चिठ्ठाबाट पालो र विषय रोजौं ।
३. तथ्यपरक कुरा गरौं ।
४. समयको ख्याल राखौं ।

➢ पक्षमा दुई र विपक्षमा दुईजनालाई बोल्न लगाई वादविवादको निचोड दिनुहोस् ।

➢ वादविवाद सञ्चालन गर्ने विधिको बारेमा सारांशमा बताइदिनुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

समूहकार्यमा भएको सहभागिता, कार्यसम्पादन र उत्सुकताको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये एकजनालाई सत्रको समीक्षा गर्नलगाई पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: जीवनोपयोगी सीप (समालोचनात्मक सोचाइ)

सत्र: पाँचौ र छैठौँ **समय: ३ घण्टा**

१. **उद्देश्य:**
यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:
(क) जीवनोपयोगी सीपको अवधारणा बताउन ।
(ख) जीवनोपयोगी सीपको पहिचान गरी सूची तयार पार्न ।
(ग) जीवनोपयोगी सीपहरू प्रयोग गर्दा विचार गर्नुपर्ने तत्वहरू सूचीकृत गर्न ।
(घ) लागूपदार्थको दुर्व्यसनबाट बच्न आवश्यक पर्ने जीवनोपयोगी सीपहरू बताउन ।

२. **सामग्री:**
पोष्टर, मेटाकार्ड, मार्कर, कार्डसिट, मास्किङ टेप, चित्र तथा तस्विरहरू ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**
(क) मस्तिष्क मन्थन,
(ख) जीवनोपयोगी सीपहरूको परिचय,
(ग) जीवनोपयोगी सीपको प्रयोग गर्दा विचार पुऱ्याउनुपर्ने तत्वहरू,
(घ) लागूपदार्थको दुर्व्यसनबाट बच्न आवश्यक पर्ने जीवनोपयोगी सीपहरूसम्बन्धी रोचक घटना विवरणको प्रस्तुति र छलफल ।

४. **विस्तृत क्रियाकलापहरू:**

(क) मस्तिष्क मन्थन: (१५ मिनेट)
- जीवनोपयोगी सीपहरूका बारेमा सहभागीहरू प्रत्येकलाई कापीमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूले तयार पारेको टिपोटमा छलफल गर्दै जीवनोपयोगी सीपहरूका बारेमा बताइदिनुहोस् ।

(ख) जीवनोपयोगी सीपहरूको परिचय: (३० मिनेट)
- जीवनोपयोगी सीपहरू लेखिएको चित्र/तस्विर/पोस्टर देखाई जीवनोपयोगी सीपहरू प्रत्येकको छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई समूहसमूहमा विभाजन गरी जीवनोपयोगी सीपहरूको महत्व टिपोट गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- दुवै समूहले प्रस्तुत गरी सकेपछि जीवनोपयोगी सीपहरूको महत्व सम्बन्धमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

(ग) **जीवनोपयोगी सीपको प्रयोग गर्दा विचार पुऱ्याउनुपर्ने तत्वहरू:** (५० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई पाँचसमूहमा विभाजन गर्नुहोस् र प्रत्येक समूहलाई जीवनोपयोगी सीपको प्रयोग गर्दा विचार पुऱ्याउनुपर्ने तत्वहरूको सूची तयार गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणपछि तपाईंले तयार पारेको निम्नानुसारको सूची प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् र स्पष्ट पार्नुहोस् ।

जीवनोपयोगी सीपहरूको प्रयोग गर्दा विचार पुऱ्याउनुपर्ने तत्वहरू:

- Knowing oneself, understanding and valueing oneself
- Knowing how to know, think rationally and creatively
- Knowing how to make wise decisions and solve problems
- Knowing how to see and use data and knowledge
- Communicating and building relationships with others
- Managing emotional conditions and stresses
- Adapating to changes and initiating new things
- Laying down targets, planning and implementing one's plan
- Sympathizing with others, exhibiting social relationships and appreciating good things around oneself

(घ) **लागूपदार्थको दुर्व्यशनसम्बन्धी रोचक घटनाको प्रस्तुति र छलफल:** (१ घण्टा १० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई छ समूहमा विभाजन गरी घटना विवरण 'विचरा रामे' अध्ययन गर्न लगाउनुहोस्
- घटना विवरण अध्ययनपछि दिइएका प्रश्नहरूको सम्भावित उत्तरहरूको टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।
- समूह नेतालाई आफ्नो समूहको निचोड प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- छोटो छलफल गर्दै घटनामा दिन खोजेको मुख्य सन्देशको चर्चा गर्नुहोस् ।

ङ) **सारांश:** (१० मिनेट)

सत्रमा भएका सम्पूर्ण क्रियाकलापहरूको सारांश बताइदिनुहोस् । सारांश बताउँदा समालोचनात्मक सोचाइको बारेमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन:** (१० मिनेट)

(क) जीवनोपयोगी सीपहरूको छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।

(ख) जीवनोपयोगी सीपहरू प्रयोग गर्दा विचार पुऱ्याउनुपर्ने तत्वहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ग) लागूपदार्थको दुर्व्यसनबाट बच्न के–कस्ता जीवनोपयोगी सीपहरूको प्रयोग गर्न सकिन्छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

आजको सत्र सञ्चालनको सम्बन्धमा एकजना सहभागीलाई बोल्न लगाई पृष्ठपोषण लिनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: शोधखोज विधि

सत्र: सातौँ र आठौँ **समय: ३ घण्टा**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

(क) शोधखोज विधिको अर्थ र महत्व बताउन ।

(ख) शोधखोज विधिको चरणहरू बताउन ।

(ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषय शिक्षणमा शोधखोज विधि अपनाउन सकिने पाठहरू पहिचान गर्न ।

(घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषय शिक्षणमा शोधखोज विधि प्रयोग गरी सूक्ष्म शिक्षण (Micro teaching) गर्न ।

(ङ) शोधखोज विधिद्वारा जनसङ्ख्याको वर्तमान स्थिति र जनसङ्ख्या वृद्धि र यसका दुष्परिणामहरू र रोकथाम र नियन्त्रणका उपायहरू पहिल्याउन ।

२. **सामग्री:**

पोस्टर, मेटाकार्ड, रङ्गीन पेनहरू, कार्डसिट, ग्लुस्टिक, जनसङ्ख्या र जनसङ्ख्या वृद्धिको प्रवृत्ति झल्काउने तालिकाहरूको ट्रान्सपरेन्सी सिटहरू, ओभरहेड प्रोजेक्टर ।

३. **मुख्य क्रियाकलापहरू:**

(क) मस्तिष्क मन्थन,

(ख) शोधखोज विधिको अर्थ र महत्व,

(ग) शोधखोज विधिको चरणहरू,

(घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा शोधखोज विधि अपनाउन सकिने पाठहरू,

(ङ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयमा शोधखोज विधिमा सूक्ष्मशिक्षण (Micro teaching),

(च) जनसङ्ख्या वृद्धिका नकारात्मक असरहरू र रोकथाम र नियन्त्रणका उपायहरूसम्बन्धी शोधखोज र अभ्यास ।

४. **विस्तृत क्रियाकलापहरू:**

(क) मस्तिष्क मन्थन: (१० मिनेट)

➢ तपाईंले स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातारण शिक्षा शिक्षण गर्दा अन्य शिक्षण विधिहरू र शोधखोज विधिमा के–कस्तो फरक देख्नुहुन्छ ? सबै सहभागीहरूलाई प्रश्न सोधी उत्तरहरू भन्न लगाउनुहोस् ।

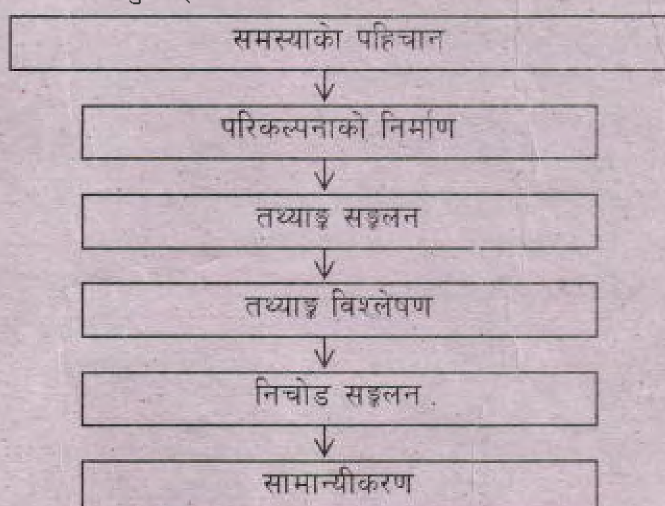
- सहभागीहरूले दिएको उत्तरको बारेमा छलफल गर्दै शोधखोज विधिको अवधारणा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

(ख) शोधखोज विधिको अर्थ र महत्वः (१५ मिनेट)

- शोधखोज विधिको बारेमा तपाईंहरूले के बुझ्नुभएको छ भनी सहभागीहरूलाई प्रश्न गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूबाट आएका उत्तरहरूलाई बोर्डमा लेख्दै जानुहोस् र यिनै उत्तरहरूमध्ये सही उत्तरहरूलाई महत्व दिँदै शोधखोज विधिको अर्थ स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।
- शोधखोज विधिको महत्व लेखिएको चार्ट देखाउँदै व्याख्या गरी दिनुहोस् ।

(ग) शोधखोज विधिको चरणहरूः (२० मिनेट)

- स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाका पाठहरूमा शोधखोज विधि प्रयोग गरी शिक्षण गर्दा अपनाउनुपर्ने चरणहरूको सम्बन्धमा सहभागीहरूलाई दुई समूहमा बाँडी यसका चरणहरू कापीमा टिप्न लगाउनुहोस् र समूहगतरूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- समूहगत प्रस्तुतीकरणपछि तपाईंले तयार पारेको निम्नानुसारको सूची प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् र शोधखोज विधिका चरणहरू स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।



(घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषय शिक्षणमा शोधखोज विधि अपनाउन सकिने पाठहरूः (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारसमूहमा बाँडी समूह नेताको चयन गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई HPE विषय शिक्षणमा शोधखोज विधि अपनाउन सकिने पाठहरूको सूची तयार पारी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणपछि समूहगत रूपमा तयार भएको सूचीमा सामान्य छलफल गराउनुहोस् ।

ङ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयमा शोधखोज विधिमा सूक्ष्म शिक्षण (Micro teaching): (४० मिनेट)

- सहभागीहरूमध्ये दुईजनालाई Randomly छनोट गरी स्वास्थ्य जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाका कुनै पाठमा शोधखोज विधि प्रयोग गरी सूक्ष्मशिक्षण (Micro teaching) गर्न लगाउनुहोस् ।
- सूक्ष्मशिक्षण (Micro teaching) को दौरानमा कुनै दुईजना सहभागीहरूलाई पालैपालो गरी सूक्ष्मशिक्षण गर्ने सहभागीको सबल पक्ष र दुर्बल पक्षहरूको सूची बनाई मूल्याङ्कन गर्न भन्नुहोस् ।
- मूल्याङ्कनपश्चात् प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् र अस्पष्टतालाई स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

(च) जनसङ्ख्या वृद्धिका नकारात्मक असरहरू, रोकथाम र नियन्त्रणका उपायहरूसम्बन्धी शोधखोज र अभ्यास: (४५ मिनेट)

- जनसङ्ख्या वृद्धि आफैंमा समस्या होइन तर पनि जनसङ्ख्या वृद्धिको अनुपातमा स्रोत तथा साधनहरूको समुचित व्यवस्था नभएमा यसले विभिन्न नकारात्मक स्थिति ल्याउने प्रायः निश्चित छ । "जनसङ्ख्या वृद्धिबाट उत्पन्न हुने समस्याहरू र रोकथाम र नियन्त्रणका उपायहरू" सम्बन्धमा सहभागीहरूलाई एकसमूहमा पाँचजनाको दरले छओटा समूहहरू निर्माण गरी समूहनेताको चयन गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहमा शोधखोज र छलफल गर्न लगाउनुहोस् र प्रत्येक समूहका समूह नेतालाई छलफलको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणपछि आएका समूहका निष्कर्षहरूमा समूहमा सामान्य छलफल गराउनुहोस् ।
- अभ्यासका लागि सहभागीहरूको समूहलाई निम्नानुसारको कार्य गर्न लगाई प्रस्तुत गर्न समेत लगाउनुहोस्:-
  - समूह 'क' – जनसङ्ख्या वृद्धिको शिक्षामा परेको असर
  - समूह 'ख' – जनसङ्ख्या वृद्धिको स्वास्थ्यमा परेको असर
  - समूह 'ग' – जनसङ्ख्या वृद्धिको खाद्यान्नमा परेको असर
  - समूह 'घ' – जनसङ्ख्या वृद्धिको वातावरणमा परेको असर
  - समूह 'ङ' – जनसङ्ख्या वृद्धिको शहरीकरण/आवासमा परेको असर
  - समूह 'च' – जनसङ्ख्या वृद्धिको यातायातमा परेको असर
- समूहगत प्रस्तुतिपछि मुख्य–मुख्य बुँदामा छोटो चर्चा गर्नुहोस् ।

छ) सारांश (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन:** (५ मिनेट)

(क) शोधखोज विधिको अवधारणा स्पष्ट पार्दै यसका चरणहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषय शिक्षणमा शोधखोज विधि अपनाउन सकिने पाठहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

एकजना सहभागीलाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाउनुहोस् ।

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र
२०५०
पुस्तकालय

G1587

पाठशीर्षक: समस्यासमाधान विधि

सत्र: नवौँ र दसौँ **समय: ३ घण्टा**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

(क) समस्यासमाधान विधिको अवधारणा र महत्व बताउन ।

(ख) समस्यासमाधान विधिमा अपनाइने छ ओटा चरणहरूको परिचय दिन ।

(ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयशिक्षणमा समस्यासमाधान विधि अपनाउन सकिने पाठहरू पहिचान गर्न ।

(घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषय शिक्षणमा समस्या समाधान विधि प्रयोग गरी सूक्ष्मशिक्षण (Micro teaching) गर्न ।

(ङ) समस्या समाधान विधिद्वारा सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको समाधान पहिल्याउन ।

२. सामग्री:

पोस्टर, फि्लप चार्ट, मेटाकार्ड, मार्कर, कार्डसिट, ग्लुस्टिक, सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको सूची उल्लिखित ट्रान्सपरेन्सी सिटहरू, ओभरहेड प्रोजेक्टर ।

३. मुख्य क्रियाकलापहरू:

(क) मस्तिष्क मन्थन,

(ख) समस्या समाधान विधिको अवधारणा र महत्व,

(ग) समस्या समाधान विधिका चरणहरू,

(घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा समस्या समाधान विधि अपनाउन सकिने पाठहरू,

(ङ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयमा समस्या समाधान विधिमा सूक्ष्म शिक्षण (Micro teaching) ,

(च) सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको समाधानसम्वन्धी छलफल,

(छ) यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्यसम्बन्धी घटना विवरणको प्रस्तुतीकरण र छलफल,

४. विस्तृत क्रियाकलापहरू:

(क) मस्तिष्क मन्थन: (१० मिनेट)

➢ स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयशिक्षणमा समस्या समाधान विधिको प्रयोगको महत्व कस्तो देख्नुहुन्छ ? सहभागीहरूलाई सोधी उत्तर पालैपालो भन्न लगानुहोस् ।

(ख) समस्या समाधान विधिको अवधारणा र महत्व: (१५ मिनेट)

- पोस्टरको प्रयोग गरी समस्या समाधान विधिको अवधारणा र महत्व सम्बन्धमा छोटो चर्चा गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई दुई समूहमा बाँडी समस्यासमाधान विधिको महत्वहरू लेख्न लगाउनुहोस् ।
- दुवै समूहले प्रस्तुत गरिसकेपछि समस्यासमाधान विधिको महत्व स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

(ग) समस्या समाधान विधिका चरणहरू: (१५ मिनेट)

- स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरणसम्बन्धी विभिन्न समस्याहरू समाधानमा विभिन्न चरणहरू अपनाउनुपर्दछ भनी सहभागीहरूलाई चारसमूहमा बाँडी यसका चरणहरू कापीमा टिप्न लगाउनुहोस् र समूहगत रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणपछि तपाईंले तयार पारेको निम्नानुसारको सूची प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् र समस्यासमाधान विधिका चरणहरू स्पष्ट पार्नुहोस् ।

समस्या पहिचान तथा स्पष्टीकरण

↓

परिकल्पनाको निर्माण

↓

तथ्याङ्क सङ्कलन

↓

तथ्याङ्कको प्रस्तुतीकरण

↓

परिकल्पनाको परीक्षण

↓

सारांश तथा यसको प्रयोग

(घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयशिक्षणमा समस्यासमाधान विधि अपनाउन सकिने पाठहरू: (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारसमूहमा बाँडी समूह नेताको चयन गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयशिक्षणमा समस्या समाधान विधि अपनाउन सकिने पाठहरूको सूची तयार पारी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणपछि समूहगतरूपमा तयार भएको सूचीमा सामन्य छलफल गराउनुहोस्

ङ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयमा समस्यासमाधान विधिमा सूक्ष्म शिक्षण (Micro Teaching): (४५ मिनेट)

- सहभागीहरूमध्ये दुई जनालाई Randomly छनोट गरी स्वास्थ्य जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाका कुनै पाठमा समस्यासमाधान विधि प्रयोग गरी सूक्ष्मशिक्षण (Micro teaching) गर्न लगाउनुहोस् ।
- सूक्ष्मशिक्षण (Micro Teaching) को दौरानमा कुनै दुईजना सहभागीहरूलाई पालैपालो गरी सूक्ष्मशिक्षण गर्ने सहभागीको सबल पक्ष र दुर्बल पक्षहरूको सूची बनाई मूल्यांङ्कन गर्न भन्नुहोस् ।
- मूल्याङ्कनपश्चात् प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् र केही अस्पष्टतालाई स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

(च) सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको समाधानसम्बन्धी छलफल र अभ्यासः (२०मिनेट)

- सहभागीहरूलाई एकसमूहमा पाँचजना पर्ने गरी छसमूहमा विभाजन गर्ने र समूह नेताको चयन गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहमा सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको समाधान सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहको नेतालाई छलफलको निचोड प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- समूहगत प्रस्तुतिपछि मुख्यमुख्य बुँदाहरू बोर्डमा लेखी स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

(छ) यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्यसम्बन्धी घटना विवरणको प्रस्तुतीकरण र छलफलः (४० मिनेट)

- प्रत्येक सहभागीहरूलाई घटना विवरण चाखपूर्वक पढ्न भन्नुहोस् ।
- घटना विवरण अध्ययनपछि दिइएका प्रश्नहरूको सम्भावित उत्तरहरूको टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।
- केही सहभागीहरूलाई उत्तरको टिपोट भन्न लगाउनुहोस् ।
- घटना विवरणमा दिन खोजेको मुख्य सन्देशहरूको छोटो चर्चा गर्नुहोस् ।

ज) सारांशः (५ मिनेट)

सत्रमा भएका विभिन्न क्रियाकलापहरूको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कनः (५ मिनेट)

(क) समस्यासमाधान विधिको कुनै चारओटा महत्वहरू लेख्नुहोस् ।

(ख) समस्यासमाधान विधिमा अपनाइने चरणहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषय शिक्षणमा समस्या समाधान विधि अपनाउन सकिने पाठहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा समस्यासमाधान विधि प्रयोग गरी सूक्ष्म शिक्षण गर्न उउटा नमुना पाठयोजना बनाउनुहोस् ।

ङ) सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

च) सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन् स्वास्थ्य समस्याहरूको समाधानका उपायहरूको छोटो चर्चा गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण:**

आजको सत्रको सञ्चालनको सम्बन्धमा एकजना सहभागीलाई समीक्षा गर्न लगाई पृष्ठपोषण लिनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: घटनाअध्ययनको परिचय

सत्र: एघारौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

(क) घटनाअध्ययनको समस्या वा एकाइ छनोट गर्न ।

(ख) घटनाअध्ययनको परिकल्पना निर्माण गर्न ।

(ग) अध्ययन साधन निर्माण गर्न ।

२. **सामग्री:**

वोर्ड मार्कर मार्कर, कार्डबोर्ड, मेटाकार्ड

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क. घटनाअध्ययनको अवधारणा र महत्वको छलफल

ख. घटनाअध्ययन एकाइको छनोट

ग. परिकल्पनाको निर्माण

घ. अध्ययन साधनको निर्माण

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क. **घटनाअध्ययनको अवधारणा र महत्वको छलफल** (२० मिनेट)

- घटनाअध्ययन भनेको के हो र घटनाअध्ययन गर्न किन आवश्यक छ ? वा यसको महत्वपूर्ण पक्ष्यहरू केके छन् ? भनी प्रश्न सोधी सहभागीहरूलाई पालैपालो बोल्न लगाउनुहोस् । सहभागीहरूलाई बुँदागत रूपमा मेटाकार्डमा लेखी पालैपालो छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यकताअनुसार घटनाअध्ययनको अवधारणा र यसका आवश्यकताबारे स्पष्ट पार्नुहोस् ।

ख. **घटनाअध्ययन एकाइको छनोट** (४० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई पाँच ओटा समूह बनाई "क" समूहलाई प्रजनन स्वास्थ्य "ख" समूहलाई वातावरण प्रदूषण र "ग" समूहलाई लागुपदार्थ दुर्व्यसनीबारे तीनतीन ओटा घटनाअध्ययनको एकाइ बनाउन लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई आफुले तयार पारिएका घटनाअध्ययनको एकाइबारे प्रस्तुत गर्न लगाई र सबैको छलफलबाट प्रत्येक समूहको एकएक ओटा एकाइलाई अन्तिम रूप दिनुहोस् ।
- घटनाअध्ययनका स्रोतहरूबारे सहभागीहरूलाई TRM अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

ग. परिकल्पनाको निर्माण (१५ मिनेट)

- प्रत्येक समूहलाई आ-आफ्नो एकाइमा परिकल्पनाहरू लेख्न लगाई छलफल गराउने र आवश्यकतानुसार स्पष्ट पारी परिकल्पनालाई अन्तिम रूप दिनुहोस् ।

घ. अध्ययन साधनको निर्माण (३० मिनेट)

- प्रत्येक समूहलाई छनोट अध्ययनका लागि तथ्याङ्क तथा सूचना सङ्कलन गर्नका निमित्त नमुना अध्ययन साधन बनाउन लगाउनुहोस् ।
- छलफलको माध्यमबाट नमुना अध्ययन साधनलाई अन्तिम रूप दिनुहोस् ।

ङ) **सारांश:** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

क. घटनाअध्ययनबाट विद्यार्थीहरूले केके कुरा सिक्छन् ?

ख. घटनाअध्ययनको निमित्त कुनै पाँच ओटा एकाइ शीर्षक बनाउनुहोस् ।

ग. प्रजनन स्वास्थ्य, सुरक्षित मातृत्व, परिवार नियोजन, वातावरण प्रदूषण, मठमन्दिरको सरसफाइको व्यवस्थाजस्ता विषयमा कसरी घटनाअध्ययन कसरी गर्न सकिन्छ ?

घ. उपरोक्त विषयमा घटनाअध्ययन गर्नका निमित्त परिकल्पनाहरू बनाउनुहोस् ।

ङ. कुनै गर्भपतन गराएकी महिलाबारे घटनाअध्ययन गर्नुपर्दा कस्ता खालका अध्ययन साधन बनाउनुपर्ला ? निजसित अन्तरवार्ता गर्ने हो भने केके प्रश्न सोध्न सकिन्छ प्रश्नका नमुना तयार पार्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

आजको सत्र तपाईंहरूलाई कस्तो लाग्यो छोटकरीमा भन्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: तथ्याङ्क सङ्कलन

सत्र: बाह्रौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. नमुनाको रूपमा तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न ।

क. नमुना तथ्याङ्क सङ्कलन

ग. परिकल्पना परीक्षण गरी परिणाम निकाल्न ।

२. **तालिम सामग्री:**

मार्कर, व ड्बार्ड, मेटाकार्ड, पाठ्यपुस्तक ।

३. **मुख्य त्रि.याकलाप:**

क. नमुना तथ्याङ्क सङ्कलन

ख. तथ्याङ्कको व्यवस्थापन

ग. परिकल्पनाको परीक्षण गर्ने र परिणाम निकाल्ने

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क. **नमुना तथ्याङ्क सङ्कलन** (१५ मिनेट)

- प्रत्येक समूहलाई आ-आफ्नो समस्याबमोजिम कक्षाकोठाभित्रै उदाहरणका लागि नमुनाका रूपमा तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् । कुनै एकजना सहभागीलाई लागुपदार्थ दुर्व्यसनीको रूपमा नाटक गर्न लगाई तथ्याङ्क सङ्कलन गराउन सकिन्छ । वा कुनै समूहलाई दलितवर्गको अभिनय गर्न लगाई तथ्यसङ्कलन गर्न सकिन्छ । त्यसै गरी कुनै समूहलाई वनजङ्गल विनासबारे नमुनाको रूपमा तथ्याङ्क सङ्कलन गराउन सकिन्छ ।

ख. **तथ्याङ्कको व्यवस्थापन** (३० मिनेट)

- प्रत्येक समूहलाई तथ्याङ्क सङ्कलनपछि तथ्याङ्कलाई व्यवस्थित रूपमा राख्नका लागि मद्दत पुऱ्याउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई तथ्याङ्कलाई विश्लेषण गरी परिणाम निकाल्न लगाउनुहोस् ।

ग. **परिकल्पनाको परीक्षण गर्ने र परिणाम निकाल्ने**

- प्रत्येक समूहलाई आ-आफैले तयार गरेका परिकल्पनाहरूको परीक्षण गर्न लगाउनुहोस् ।

घ) सारांश: (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

क. तथ्याङ्क सङ्कलन गर्दा के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

ख. अन्तरवार्ता लिँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू केके हुन ?

ग. अन्तरवार्ता सम्पन्न भएपछि के गर्नुपर्छ ?

घ. तथ्याङ्कलाई व्यवस्थित रूपमा केके गर्नुपर्छ ?

ङ. परिकल्पना परीक्षण गर्न किन आवश्यक छ ?

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

आजको सत्रबारेमा एकजना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: तथ्याङ्कको विश्लेषण

सत्र: तेह्रौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. घटनाअध्ययनमा तथ्याङ्कको ब्याख्या तथा विश्लेषण गर्न ।

ख. नतिजा निकाल्न ।

ग. अध्ययनको साराश लेख्न ।

२. **सामग्री:**

बोर्डमार्कर, मार्कर, कार्डबोर्ड, मेटाकार्ड

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क. तथ्याङ्को व्याख्या तथा विश्लेषण

ख. नतिजा निकाल्ने

ग. अध्ययन साराश खिच्ने र सुझाव पेश गर्ने

घ. अध्ययनको परिणाम तथा सारांशको प्रस्तुतीकरण तथा छलफल

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क. **तथ्याङ्कको ब्याख्या तथा विश्लेषण** (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई ३ समूहमा बाँडी प्रत्येक समूहमा आ-आफ्नैले निकालेका सङ्कलन गरिएका तथ्याङ्कको तालिका तथा चित्रसहित व्याख्या तथा विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस् र सबै समूहको पालैपालो निरीक्षण गरी आवश्यक सल्लाह प्रदान गर्नुहोस् ।

ख. **नतिजा निकाल्ने** (१५ मिनेट)

- सबै समूहलाई अध्ययनका मुख्यमुख्य परिणाम बनाउन लगाउनुहोस् ।

ग. **अध्ययन सारांश खिच्ने र सुझाब पेश गर्ने** (१० मिनेट)

- सबै समूहलाई निष्कर्ष तथा सुझाबहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

घ. **अध्ययनको परिणाम तथा सारांशको प्रस्तुतीकरण तथा छलफल** (२० मिनेट)

- प्रत्येक समूहका समूह नेतालाई आ-आफ्नो अध्ययनका परिणाम, निश्कर्ष तथा सुझाव प्रस्तुतीकरण र छलफल गराउने ।

ङ. **सारांश** (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५ **मूल्याङ्कन:** (५ मिनेट)

क. तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण गर्दा केके कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

ख. अध्ययनको सारंश वा निश्कर्ष किन आवश्यक छ ?

ग. सुझावमा केके कुरा लेखिएको हुन्छ ?

६. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

आजको सत्र कस्तो लाग्यो ? छोटकरीमा टिप्पणी गर्नुहोला ।

पाठ शीर्षक: सामुदायिक सर्वेक्षणको परिचय र पद्धति

सत्र: चौधौं **समय:** १ घण्टा ३० मिनेट

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. सामुदायिक सर्वेक्षणको महत्व बताउन ।

ख. सामुदायिक सर्वेक्षणको क्षेत्र पहिचान गर्न ।

ग. अध्ययनको उद्देश्य निर्माण गर्न ।

घ. प्रतिनिधि नमुना छनोट गर्न ।

ङ. अध्ययन साधन निर्माण गर्न ।

२ **सामग्री:**

बोर्डमार्कर, मार्कर, कार्डबोर्ड, मेटाकार्ड ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क. सामुदायिक सर्वेक्षणको महत्वबारे छलफल

ख. अध्ययन क्षेत्रको पहिचान

ग. उद्देश्य निर्माण

घ. प्रतिनिधि नमुना छनोट

ङ. अध्ययनको साधनको निर्माण

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क. **सामुदायिक सर्वेक्षणको महत्वबारे छलफल** (१० मिनेट)

- केही सहभागीहरूलाई सामुदायिक सर्वेक्षणको महत्वबारे बोल्न लगाउनुहोस् ।

ख. **अध्ययन क्षेत्रको पहिचान** (१० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई तीन समूहमा विभाजन गरी एकएक ओटा अध्ययन विषय छान्न लगाउनुहोस् ।

ग. **उद्देश्य निर्माण** (१० मिनेट)

- सबै समूहलाई आ-आफ्नो विषयमा आवश्यक उद्देश्यहरू निर्माण गर्न लगाई छलफल गराउनुहोस् ।

घ. **प्रतिनिधि नमुना छनोट** (१० मिनेट)

- सबै समूहलाई आफ्नो अध्ययनका लागि प्रतिनिधि नमुना छनोट गर्न लगाई यसका लागि सबै सहभागीहरूलाई TRM अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

ङ. **अध्ययनको साधनको निर्माण** (३० मिनेट)

> TRM अध्ययनकै आधारमा सबै समूहलाई नमुना अध्ययन सामग्री (साधन) निर्माण गर्न लगाई छलफल गराउनुहोस् ।

च. **सारांश** (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन:** (५ मिनेट)

क. सामुदाय सर्वेक्षणको महत्व वा आवश्यकताबारे पुष्टि गर्नुहोस् ।

ख. सामुदायिक सर्वेक्षणका चरणहरू भन्नुहोस् ।

ग. सामुदायिक सर्वेक्षण गर्दा कुन अवस्थामा प्रतिनिधि नमुना छनोट गर्नुपर्छ ?

घ. सर्वेक्षण निमित्त केके साधनहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

ङ. अध्ययन साधनलाई पूर्वपरीक्षण गर्न किन आवश्यक छ ?

६. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

आजको सत्रबारे एकजना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: सामुदायिक सर्वेक्षण (तथ्याङ्क सङ्कलन)

सत्र: पन्ध्रौं | समय: १ घण्टा ३० मिनेट

१. **उद्देश्य:**
यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:
क. अध्ययन सामग्री प्रयोग गरी तथ्याङ्कसङ्कलन गर्न ।
ख. तथ्याङ्कलाई व्यवस्थित रूपमा मिलाउन ।

२. **सामग्री:**
मार्कर, कार्डबोर्ड, TRM

३. **मुख्य क्रियाकलाप**
क. नमुनाको रूपमा तथ्याङ्क सङ्कलन
ख. तथ्याङ्कको व्यावस्थापन

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**
क. **नमुनाको रूपमा तथ्याङ्क सङ्कलन** (५० मिनेट)
- तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने तरिका बारे TRM पढ्न लगाउनुहोस् ।
- सबै समुहलाई सर्वेक्षण उद्देश्य बमोजिम विभिन्न सम्बन्धित क्षेत्रहरूजस्तो नजिकको मठमन्दिर, समुदाय, विद्यालय आदि ठाउँमा पढाइ आवश्यक नमुना तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।

ख. **तथ्याङ्कको व्यवस्थापन** (२५ मिनेट)
- सङ्कलित तथ्य तथा सूचनालाई तालिकीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।
- मुख्यमुख्य क्षेत्र वा शीर्षकबमोजिम तालिका वा ग्राफ कोर्न लगाउनुहोस् ।

ग. **सारांश** (५ मिनेट)
आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन:** (५ मिनेट)
क. तथ्याङ्कसङ्कलन गर्दा केके कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?
ख. तथ्याङ्कलाई कसरी तालिकीकरण गरिन्छ ?
ग. तालिका र ग्राफ बनाउँदा केके कुरालाई विचार गर्नुपर्छ ?
घ. तालिका र ग्राफका फाइदाहरू केके हुन् ?
ङ. कुनकुन ग्राफद्वारा तथ्याङ्कलाई प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ?

६. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)
सत्रबारे एकजना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: सामुदायिक सर्वेक्षण (तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण)

सत्र: सोह्रौं समय: १ घण्टा ३० मिनेट

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण गर्न ।

ख. नतिजा निकाल्न ।

ग. अध्ययनको सारांश तथा सुझाव बनाउन ।

२. सामग्री:

TRM, बोर्डमार्कर, कार्डबोर्ड, मार्कर

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क. तथ्याङ्कको ब्याख्या तथा विश्लेषण

ख. नतिजा निकाल्न

ग. अध्ययनको सारांश र सुझाव

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क. तथ्याङ्कको ब्याख्या तथा विश्लेषण (५० मिनेट)

➢ सहभागीहरूलाई तीनसमूहमा बाँडी प्रत्येक समूहलाई आ-आफ्नो समूहले बनाइएको तथ्यलाई तालिका तथा चित्र सहित ब्याख्या तथा विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस् ।

ख. नतिजा निकाल्ने (१० मिनेट)

➢ सबै समूहलाई अध्ययनका प्रमुख परिणामहरूको सुची बनाउन लगाउनुहोस् ।

ग. अध्ययनको सारांश र सुझाव (१५ मिनेट)

➢ सबै समूहलाई अध्ययनको निष्कर्ष तथा सुझावहरू बनाउन लगाई प्रस्तुतीकरण गर्न लगाई र छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।

घ. सारांश (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

क. तथ्याङ्कको ब्याख्या तथा विश्लेषणले के कुरा स्पष्ट पार्छ ?

ख. ब्याख्या तथा विश्लेषणपछि केके कार्य गरिन्छ ?

ग. अध्ययनको निश्कर्षमा के कुरा लेखिन्छ ?

घ. अध्ययनको सुझाव किन दिनुपर्छ ?

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

आजको सत्र सबल र सुधार गर्नुपर्ने कुराहरूबारे एक जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: शैक्षिक सामग्रीको परिचय र महत्व

सत्र: सत्रौं र अठारौं **समय: ३ घण्टा**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा प्रयोग हुने शैक्षिक सामग्रीको महत्व बताउन ।

ख. शैक्षिक सामग्री छनोट गर्दा ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरूको सूची बनाउन ।

ग. शैक्षिक सामग्री प्रयोग गर्दा अपनाउनुपर्ने चरणहरू बताउन ।

घ. शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरू पहिचान गर्न ।

२. सामग्री

कार्डबोर्ड, मार्कर, OHP, शैक्षिक सामग्रीका महत्वसम्वन्धी चार्ट, शैक्षिक सामग्री छनोट गर्दा ध्यानदिनुपर्ने कुराहरू, सामग्री प्रयोगका चरणहरूको सूची, नमुना सामग्री, पोष्टर, चार्ट, फ्लिपचार्ट, ग्राफ आदि ।

३. मुख्य क्रियाकलाप

क. शैक्षिक सामग्रीको महत्वबारे छलफल

ख. शैक्षिक सामग्रीको छनोट

ग. शैक्षिक सामग्री प्रयोगका चरणहरू

घ. शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरूको पहिचान

४. विस्तृत क्रियाकलाप

क. शैक्षिक सामग्रीको महत्वबारे छलफल (५५ मिनेट)

- शैक्षिक सामग्री भनेको के हो ? यसको प्रयोग गर्न किन आवश्यक छ ? यसका फाइदाहरू केके छन् आदि प्रश्नहरू सोधी छलफल गराउनुहोस् ।
- शैक्षिक सामग्रीहको एकएक ओटा महत्व बताउन लगाउनुहोस् ।
- TRM मा लेखिएका शैक्षिक सामग्रीको महत्व अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

ख. शैक्षिक सामग्रीको छनोट (३५ मिनेट)

- शैक्षिक सामग्री, छनोट गर्दा कुनकुन कुरामा ध्यान दिनु पर्छ भनी प्रश्न सोधी पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् । यसको छनोट गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरूबारे बताइदिनुहोस् ।

ग. शैक्षिक सामग्री प्रयोगका चरणहरू (३० मिनेट)

➢ शैक्षिक सामग्री प्रयोग गर्दा अपनाउनुपर्ने चरणहरू उल्लेखित ट्रान्स्पेरेन्सी OHP मा राखी सहभागीलाई व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् ।

घ. शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरूको पहिचान (३५ मिनेट)

➢ शैक्षिक सामग्री पाइने निकायहरूको सूची बताइदिनुहोस् जस्तै-

- नेपाल सरकार, स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य सेवा विभाग, राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा सूचना तथा सञ्चार केन्द्र, टेकु ।
- नेपाल परिवार नियोजन सङ्घ
- केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग
- नेपाल सरकार शिक्षा तथा खेलकुद मन्त्रालय, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
- आई.यू.सी.एन्
- जनसङ्ख्या तथा वातावरण मन्त्रालय

ङ. सारांश (१० मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कनः (१० मिनेट)

क. शैक्षिक सामग्रीको प्रयोगले अमूर्त कुरालाई पनि मूर्त बनाई शिक्षण गर्न सकिन्छ, कसरी ?

ख. शैक्षिक सामग्रीको प्रयोगले विद्यार्थीलाई सिकाइमा कसरी सक्रिय पार्न सकिन्छ ?

ग. शैक्षिक सामग्रीका फाइदाहरू बताउनुहोस् ।

घ. शैक्षिक सामग्री प्रयोग गर्दा कुनकुन कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

ङ. शैक्षिक सामग्रीको वर्गीकरण गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषणः (१० मिनेट)

आजको सत्र सबल र सुधार गर्नुपर्ने कुराहरूबारे एक जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षकः शैक्षिक सामग्री (वर्गीकरण, निर्माण र प्रयोग)

सत्रः उन्नाइसौँ र बिसौँ — **समयः ३ घण्टा**

१. उद्देश्यः

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. विभिन्न प्रकारका शैक्षिक सामग्री निर्माण गर्न ।

ख. पाठ बमोजिम शैक्षिक सामग्री निर्माण गरी प्रयोग गर्न ।

२. सामग्रीः

कैंचि, मार्कर, OHP, नमुना शैक्षिक सामग्रीहरू, पुराना अखवार, पत्रिका

३. मुख्य क्रियाकलापः

क. विभिन्न खालका शैक्षिक सामग्रीको निर्माण

ख. प्रयोग गर्ने तरिका

४. विस्तृत क्रियाकलापः

क. विभिन्न खालका शैक्षिक सामग्रीको निर्माण (१ घण्टा ३० मिनेट)

- शैक्षिक सामग्रीको प्रकारबारे TRM अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई तीन ओटा समूहमा विभाजन गरी "क" समूहलाई पत्रिकाबाट कोल्याज, "ख" समूहलाई सुरक्षित मातृत्वबारे पोष्टर र "ग" समूहलाई वातावरण प्रदूषणसम्बन्धी चित्र तयार पार्न लगाउनुहोस् । (स्थान र उपलब्ध सामग्री अनुसार अरु सामग्रीहरू पनि बनाउन दिन सकिन्छ ।)

ख. प्रयोग गर्ने तरिका (१ घण्टा)

- सबै समूहको नेताहरूलाई सो सामग्री पाठअनुसार प्रयोग गर्ने तरिकाको प्रदर्शनसहित ब्याख्या गर्न लगाउनुहोस् ।

ग. सारांश (१० मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कनः (१० मिनेट)

क. जनसङ्ख्या शिक्षामा ग्राफको प्रयोग किन आवश्यक छ ?

ख. फ्लिपचार्ट बनाउने तरिकाबारे ब्याख्या गर्नुस् ।

ग. फलाटिनबोर्डको उपयोगिताबारे ब्याख्या गर्नुस् ।

घ. गर्भनिरोधक सामग्री पाठको निमित्त के के शैक्षिक सामग्री प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

ङ. वातावरण प्रदुषण पाठ अध्यापनको निमित्त केके शैक्षिक सामग्री प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

६. पृष्ठपोषणः (१० मिनेट)

आजको सत्र सवल र सुधार गर्नुपर्ने कुराहरूबारे एक जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

सन्दर्भ सामग्री

- दाहाल, पेशल र सोम प्र. खतिवडा (२०५८), *अनुसन्धान पद्धति*, काठमाडौं, एम्.के. पब्लिशर्स एन्ड डिस्ट्रिब्युटर्स ।
- महर्जन, रामकृष्ण, "घटनाअध्ययन" *स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा Forum* (A Bi-annual professional journal) Vol., No. 1, April-Sept 2002.
- Best J.W. and James V. Kahn (2000). *Research in Education*, New Delhi: Prentice Hall of India Pvt. Ltd.
- Wagle, M.P. (1995). *Research Methods in Education and Social Science*, Kathmandu: Ganesh Himal Educational.
- Shrivastava HS(2002).:Manual for Schools (A Guide for School Administraton. S.Chand, India.
- Wool Folk Anita (2004).Educafional Psychology, Ninth Edition. Pearson Education.
- Burnard Philip(2004). Interpersonal Skill Training. Viva Books Pvt. Ltd. New Delhi.
- Joyce Bruce and Weil Marsha(1997). Models of Teaching , Fifth Edition. Prentice -Hall of India.
- जनसङ्ख्या शिक्षा स्रोतपुस्तक (२०५३). कीर्तिपुर, शिक्षाशास्त्र सङ्काय
- ढकाल, सोमनाथ, जनसङ्ख्या शिक्षण विधि (२०५८). काठमाडौं: रत्नपुस्तक भण्डार
- Aggrawal, J.C. (1999). Principles andMethod of Techniques of Teaching, New Delhi: Vikas Publishing House Pvt. Ltd.

एकाइ दुई: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा प्रयोग हुने शैक्षिक सामग्रीहरू

सक्षमता: Teachers identify various resources of instructional materials for teaching HPE, collect and /or construct teaching aids(e.g. poster, stamps, photographs,models etc.) use them and analyse the impact on teaching / learning activities. Demonstrates / dislay, identifying human resources and organize talks and encourages students to collect useful learning materials.

सत्र सङ्ख्या: २४ **समय: ३६ घण्टा**

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा प्रयोग हुने सामग्रीहरू

सत्र: पहिलो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा प्रयोग हुने शैक्षिक सामग्रीको परिचय दिन ।

ख) शिक्षणसिकाइ प्रक्रियामा शैक्षिक सामग्रीको महत्व बताउन ।

ग) शैक्षिक सामग्री वा साधनको विशेषताहरू बताउन ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर, शैक्षिक सामग्रीको महत्व तथा विशेषता लेखिएका चार्टहरू, विषयवस्तुसँग सम्वन्धित केही शैक्षिक सामग्री, जस्तै- कण्डम, पिल्स, दुर्लभ विरुवा, प्राथमिक उपचार किट आदि ।

३. **मुख्य क्रियाकलापहरू:**

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) शैक्षिक सामग्रीको परिचय

ग) शिक्षणमा शैक्षिक सामग्रीको महत्व

घ) शैक्षिक सामग्रीका विशेषताहरू

४. **विस्तृत क्रियाकलापहरू:**

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

- सहभागीहरू सबैलाई आफ्नो ठाउँबाट उठ्न आग्रह गर्नुहोस् ,।
- विगतवर्षहरूको शिक्षणमा तपाईंका कुनै पाँच जना साथीहरूले धेरै प्रयोग गर्नुभएका शैक्षिक सामग्रीको बारेमा **Survey** गर्नुहोस् भन्ने अनुरोध गर्नुहोस् र सहभागीहरूलाई कुनै साथीहरूसम्म पुगेर सामग्रीहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

- सूचीमा आएका कुराहरूलाई एकएक गर्दै बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् ।
- कुनै नौलो वस्तु वा प्रक्रिया आएमा त्यसमा छलफल चलाउनुहोस् ।

ख) शैक्षिक सामग्रीको परिचय (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई एकएक ओटा मेटाकार्ड दिएर शैक्षिक सामग्रीको परिभाषा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई दुईदुईजनाको समूहमा बाँडनुहोस् ।
- शैक्षिक सामग्रीको परिभाषा एकअर्कोमा साटासाट गरेर अझ परिस्कृत पार्न लगाउनुहोस् ।
- छलफलपछि अब दुई ओटा समूहहरू मिसाएर चारजनाको समूह बनाउनुहोस् र सामुहिक परिभाषाहरू हेरेर एउटै परिभाषा बनाउन सहयोग गर्नुहोस् र निचोड निकाल्नुहोस् ।

ग) शैक्षिक सामग्रीको महत्व (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई पहिलेकै चारचार जनाको समूहमा बस्न भन्नुहोस् ।
- न्युजप्रिन्ट र मार्कर वितरण गर्नुहोस् ।
- शैक्षिक सामग्रीको महत्वका बुँदाहरू छलफलद्वारा सूचीकृत गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीको प्रतिनिधिबाट महत्वका बुँदाहरू प्रदर्शन तथा व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् ।
- न्युजप्रिन्टको सहायताले महत्वका बुँदाहरू प्रदर्शन गर्दै सहभागीहरूबाट आएका बुँदाहरूसँग सामिप्यता स्थापित गर्नुहोस् ।

घ) शैक्षिक सामग्रीका विशेषताहरू (२० मिनेट)

- सहभागीहरू सबैलाई शैक्षिक सामग्रीका विशेषता भन्ने **TRM** को **Caption** पढ्न लगाउनुहोस्
- उठेका प्रश्नहरूमा छलफल चलाउनुहोस् ।

ङ). सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागीहरूको कियाकलाप र प्रस्तुतिलाई अवलोकन गरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण **(५ मिनेट)**

सहभागीमध्येका एकजनालाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

सत्र: दोस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) शैक्षिक सामग्रीको वर्गीकरणका आधारहरू बताउन,
ख) दिईएका शैक्षिक सामग्रीहरूलाई वर्गीकरण गर्न,
ग) शैक्षिक सामग्रीको प्रयोगको आवश्यकता पहिचान गर्न,
घ) शैक्षिक सामग्रीको विशेषता पत्ता लगाउन ।

२. **सामग्री:**

स्थानीय सामग्रीहरू जस्तै- पानी, माटो, ढुङ्गा, काठ आदि; मुद्रित सामग्रीहरू, जस्तै- पाठ्यपुस्तक, पत्रिका आदि; **Audio, Audio-Visual** र **Visual** सामग्री जस्तै- रेडियो, टि. भी., चित्र, पोस्टर, चार्ट आदि र मोडेल र वास्तविक वस्तुहरू (सामग्रीहरू)

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन
ख) शैक्षिक सामग्रीको परिचय र वर्गीकरण
ग) शिक्षणमा शैक्षिक सामग्रीको महत्व
घ) शैक्षिक सामग्रीका विशेषताहरू

४. **विस्तृत क्रियाकलापहरू:**

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई नोटकापी र कलम लिन भन्नुहोस् तर ती सामग्रीहरू अगाडि नराखी उनीहरूको पछाडीपट्टि वा टेबलमा राख्न लगाउनुहोस् ।
- सबैलाई ध्यानदिएर सुन्न आग्रह गर्नुहोस् ।
- १ देखि १५ सम्मका शैक्षिक सामग्रीका नामहरू बताउनुहोस् ।
- सम्झेर २ मिनेटभित्र कतिओटा टिप्न सक्छन टिप्न लगाउनुहोस् ।
- अब लेख्न रोक्नुहोस् र गन्नलगाई बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् ।
- अब केही सामग्री देखाउनुहोस् र माथिको जस्तै प्रकिया अपनाएर सम्झिएका कुराहरू टिप्नुहोस् ।
- त्यसैगरी केही सामग्रीहरू चलाउन वा एकले अर्कोलाई दिन लगाउनुहोस् र फेरी माथिको प्रक्रिया दोहोऱ्याउनुहोस् ।
- उक्त क्रियाकलापले बताउँछ कि सुनेकोभन्दा देखेको र देखेकोभन्दा छोएको वा काम गरेको कुरा बढी सम्झन सकिन्छ भन्ने कुरामा सहभागीहरूलाई सहमत गराउनुहोस् ।

ख) शैक्षिक सामग्रीको परिचय (३० मिनेट)

केही शैक्षिक सामग्रीको सूची बोर्डमा टाँसीदिनुहोस् र सहभागीहरूलाई पाँच पाँच जनाको समूह बनाई ती सामग्रीहरूलाई वर्गीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।

स्थानीय	बाह्य	पैसा नपर्ने वा सस्ता	महँगा	मुद्रित	श्रव्य	दृष्य	श्रव्य दृश्य

वर्गीकरण चार्टको नमुना प्रदर्शन गर्नुहोस् र सहभागीहरूसँग सहमत हुनुहोस् ।

ग) वर्गीकृत सामग्रीको प्रयोग (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई सामग्रीहरूको प्रयोग झल्काउने खालको एउटा योजना तयार पार्न लगाउनुहोस् ।
- यो योजनाअनुरूप कक्षा कसरी सञ्चालन गरिनेछ भन्ने विषयमा योजनाको प्रदर्शनसँगै प्रस्ट पार्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक सुधारका बुँदाहरूमा छलफल गराउनुहोस् ।

घ) शैक्षिक सामग्रीको महत्व (१० मिनेट)

- शैक्षिक सामग्रीको प्रयोग गरी शिक्षण गर्दा हुने फाइदाहरूका बारेमा समूहगत छलफल र टिप्पणी गराइदिनुहोस् । अन्त्यमा निष्कर्षका बुँदाहरू निकाल्नुहोस् ।

- प्रशिक्षार्थीको ध्यान आकर्षण गराउन
- सिक्ने उत्सुकता पैदा गराउन
- कार्यसम्पादन गराउन
- सिक्ने इच्छा उत्पन्न गराउन ।
- सन्तोष पैदा गराउन ।
- धारणामा प्रभाव पार्न ।
- ज्ञान र सीपमा अभिवृद्धि गराउन ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

कार्य सम्पादन र सहभागिताको अवलोकन गरेर मुल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६ पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये दुई वा तीन जनालाई निम्न लिखितप्रश्नहरू राखेर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

क) तपाईँलाई सबैभन्दा मन परेको क्रियाकलाप के हो ?

ख) राम्रा पक्षहरू केके हुन् ?

ग) कुनकुन पक्षमा कसरी सुधार गर्नुपर्ला ?

पाठ शीर्षक: शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरू

सत्र: तेस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा प्रयोग हुने विभिन्न शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरू पहिचान गर्ने ।

ख) स्रोतअनुसार प्राप्त हुन सक्ने शैक्षिक सामग्रीको सूची बनाउन ।

ग) सामग्री प्राप्त गर्ने प्रकियां वताउन ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट मेटाकार्ड, मार्कर, माध्यमिक पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक

३. **मुख्य क्रियाकलापहरू:**

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) शैक्षिक सामग्रीका स्रोत

ग) सामग्री प्राप्त गर्ने विधि ।

४. **विस्तृत कृयाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

➢ **तलको समस्या बोर्डमा लेख्नुहोस् वा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।**

तपाईंको विद्यालयमा नक्साहरू छैनन् । तपाईंलाई नेपालको जनसङ्ख्याको वितरण पढाउन यसको अति खाँचो छ । विद्यालयसँग पैसा पनि छैन । तपाईं कसरी नक्सा जुटाउनुहुन्छ ? यो विषयवस्तु कसरी शिक्षण गर्नुहुन्छ ?

➢ **सहभागीहरूलाई पाँचमिनेट सोच्ने र बुँदा टिप्ने समय दिनुहोस्**

➢ **पालैपालो सबै सहभागीलाई आफ्ना विचारहरू राख्न दिनुहोस् ।**

➢ **अन्त्यमा सही समाधान (बैकल्पिक उपाय) निकाली निष्कर्ष बताउनुहोस् ।**

ख) शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरू (२५ मिनेट)

➢ **सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र प्रत्येक समूहलाई तलको नमुना फाराम र न्युजप्रिन्ट तथा मार्कर उपलब्ध गराउनुहोस् ।**

➢ **सबै समूहलाई कम्तिमा १० ओटा सामग्रीको बारेमा लेख्न लगाउनुहोस् ।**

शैक्षिक सामग्रीहरू	स्रोत	प्रयोग गर्ने विषयवस्तु	कैफियत

- **सबै सहभागीले सूची बनाएपछि प्रदर्शन गर्न लगाई छलफल चलाउनुहोस् ।**

ग) सामग्री प्राप्त गर्ने विधि (३० मिनेट)

- **माथि उल्लेखित स्रोतहरूबाट यी सामग्री कसरी प्राप्त गर्न सकिन्छ ? भन्ने विषयमा छलफल चलाउनुहोस् ।**
- **आएका निचोडहरू तलको सूचीअनुसार न्युजप्रिन्टमा लेख्न लगाउनुहोस् ।**
- **समूहकार्यको उचित अवलोकन र व्यवस्थापन गर्नुहोस् ।**

सामग्रीको नाम	स्रोत	सामग्री प्राप्त गर्ने विधिहरू	कैफियत

- सूची तयार भएपछि प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यकताअनुसार प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन (५ मिनेट)

क) शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरू भन्नाले केलाई जनाउँछ ?

ख) शैक्षिक सामग्रीका स्रोतहरू केके हुन् ?

ग) उल्लेखित स्रोतबाट कसरी सामग्री प्राप्त गर्न वा उत्पादन गर्न सकिन्छ ?

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये एकजनालाई सत्रको राम्रा र सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरूमा बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या वातावरण शिक्षणसिकाइमा स्थानीय सामग्रीहरू

सत्र: चौथो र पाँचौं **समय: ३ घण्टा**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्थानियरूपमा प्राप्त हुने तथा निर्माण गर्न सकिने सामग्रीहरू पहिचान गर्न,

ख) स्थानीय सामग्रीको प्रयोग गरी शिक्षण गर्न,

ग) स्थानीय सामग्रीको प्रयोगको महत्व बताउन ।

२. **सामग्री:**

स्थानीय सामग्रीहरू, जस्तै- ढुङ्गा, माटो, काठ, पानी, पोलिथिन, बट्टा, मेटाकार्ड, न्युजप्रिन्ट, मार्कर ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) स्थानीय सामग्रीको निर्माण तथा प्रयोग

ग) स्थानीय सामग्रीको महत्व

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या र वातावरण शिक्षा विषयमा तपाइँले सबैभन्दा धेरैचोटि प्रयोग गर्नु भएको उदाहरण के हो ? यो प्रश्नको उत्तर सबै सहभागीहरूलाई मेटाकार्डमा लेख्न लगाई प्रदर्शन गर्नुहोस् वा कापीमा लेख्न लगाई भन्न लगाउनुहोस् ।

ख) स्थानीय सामग्रीको निर्माण र प्रयोग (२ घण्टा)

स्थानीयरूपमा निर्माण गर्न सकिने वा प्राप्त गर्न सकिने सामग्रीको सूची बनाउनुहोस् र ती सामग्री कुन विषयवस्तु पढाउन सहयोगी छन्, लेख्न लगाउनुहोस् ।

सामग्री	प्रयोग गरेर शिक्षण गर्नुपर्ने विषयवस्तु

- **उपर्युक्त सामग्रीमध्ये तत्काल प्रयोग गरेर शिक्षण गर्न सकिने एउटा योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।**
- **सहभागीहरूलाई चार वा छजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।**
- **योजनाअनुरूप शिक्षण गर्न लगाई आश्यक Feed Back दिनुहोस् ।**

ग. स्थानीय सामग्रीको महत्व (२५ मिनेट)

- समूहमा एकएकओटा न्युजप्रिन्ट र मार्करहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- **Round Robin** को प्रयोग गरेर स्थानीय सामग्रीको महत्व लेख्न लगाउनुहोस् । सबैजना सहमत भएका बुँदाहरू गोलो भागमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- यो **Work Sheet** को प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक बुँदाहरू न्युजप्रिन्ट वा **OHP** को प्रयोग गरेर स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

घ. सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागीहरूको क्रियाकलापको अवलोकन गरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (१० मिनेट)

एकजना सहभागीलाई समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा मुद्रित सामग्रीहरू

सत्र: छैटौं **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**
यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:
क) पाठ्यपुस्तक, सहायक सामग्री र वर्कबुकको शिक्षणसिकाइमा हुने प्रयोग विधि बताउन,
ख) पाठ्यपुस्तक सहायक सामग्री तथा वर्कबुकको महत्व वर्णन गर्न,
ग) पाठ्यपुस्तक सहायक सामग्री र Work Book को प्रयोग गरी प्रभावकारी शिक्षण गर्न ।

२. **सामग्री:**
न्युज प्रिन्ट, मार्कर, मेटाकार्ड, टेप, पाठ्यपुस्तक,सहायक सामग्री, Work Book तथा शिक्षक निर्देशिका, OHP, Transparencies, मुद्रित सामग्रीको महत्व लेखिएको चार्ट ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**
क) मस्तिस्क मन्थन
ख) मुद्रित शिक्षण सामग्रीहरूको प्रयोग
ग) मुद्रित सामग्रीको महत्व ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **मस्तिष्क मन्थन** (२० मिनेट)
- **सबै सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।**
- **प्रत्येकसमूहमा एउटालाई Text book अर्कोलाई सहायक सामग्री, अर्कोलाई वर्कबुक र चौथोलाई शिक्षक निर्देशिका नामाकरण गर्नुहोस् ।**
- **समूहलाई उनीहरूको नामअनुसारका सामग्रीको नमुना उपलब्ध गराउनुहोस् ।**
- **यी वस्तुहरूमा छलफल गरी सकेपछि समूहको प्रतिनिधिबाट ती सामग्रीका विषेशताहरू भन्न लगाउनुहोस् । विशेषताहरू Board मा टिप्दै जानुहोस् ।**

ख) **मुद्रित शैक्षिक सामग्रीहरू र प्रयोग** (३० मिनेट)
- **विभाजित समूहलाई तलको तालिका वितरण गर्नुहोस् ।**

मुद्रित सामग्री के हो ?	किन आवश्यक छ ?	नभएमा के हुन्छ ?	उदाहरण

- यी विषयमा **Buzz discussion** चलाउनुहोस् र **Worksheet** मा प्रस्तुत छलफलबाट आएका निष्कर्ष टिप्न लगाउनुहोस् ।

- यी सामग्रीको प्रभावकारी प्रयोग कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने प्रश्न सहभागीमा राख्नुहोस् (पाठ्यपुस्तक, शिक्षक निर्देशिका) ।
- आएका उत्तरहरूलाई समेट्दै निष्कर्षमा पुग्न सहयोग गर्नुहोस् र बुँदागतरूपमा प्रयोग हुने प्रभावकारी विधिमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) मुद्रित सामग्रीको महत्व (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई **TRM** को **Text book,** सहायक सामग्री तथा सम्बन्धित पाठ समूहमा पढ्न र छलफल गर्न दिनुहोस् ।
- सबै समूहले छलफल र टिपोट गरेपछि पाँचओटै समूहका कम्तिमा एक एकजना सहभागीलाई भेला गराएर नयाँ समूहनिर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।
- अब पुन छलफलद्वारा मुद्रित सामग्रीको शिक्षणसिकाइमा रहेका महत्वका बुँदाहरू न्युज प्रिन्टमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक परेमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।
- आएका महत्वका बुँदाहरूलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र एक अर्को समूहमा प्रश्न गर्न, उत्तर दिन र बचावट गर्न समय दिनुहोस् ।

घ). सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइ दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

समूहकार्यमा भएको सहभागिता र कार्यसम्पादन साथै उत्सुकताको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

रुजुसूचीको प्रयोग गरेर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।
तपाईंलाई ठीकलागेको कोठामा ठीक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

	अति उत्तम	उत्तम	मध्यम	ठीकै	नराम्रो
यस सत्रमा प्रयोग गरिएका सामग्री					
यस सत्रमा प्रयोग भएको विधि					
यस सत्रले राखेका उद्देश्यको प्राप्ति					
यस सत्रले शिक्षण सिकाइमा पुऱ्याउने सहयोग					
यस सत्रको समग्र स्थान					

एक वा दुई वाक्यमा सत्रको बारेमा भन्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा पम्प्लेट, पत्रिका र समाचारपत्र

सत्र: सातौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) पत्रपत्रिका समाचारपत्र र पर्चाजस्ता मुद्रित सामग्रीकोशिक्षण सिकाइमा हुने प्रयोग वर्णन गर्न,

ख) यी सामग्रीहरूबाट प्राप्त हुने सूचना तथा विभिन्न किसिमका सामग्रीहरू चिन्न,

ग) पत्रपत्रिका, समाचार पत्र र पर्चाजस्ता सामग्रीको प्रयोग गरी प्रभावकारी शिक्षण गर्न ।

२. **सामग्री:**

पुराना पत्रपत्रिका, पर्चा तथा समाचार पत्रहरू कैची, टेप, गम, मार्कर, न्युजप्रिन्ट आदि ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन ।

ख) पत्रपत्रिका तथा पर्चामा स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण ।

ग) सामग्री सङ्कलन र प्रयोग ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१० मिनेट)

- खाली ठाउँमा आवश्यक नम्बर लेख्नुहोस् ।

२/४	५/८	९/१३	१४/१९	?/?	किन ?	२०/२६

- **कुनै पनि कुरा बुझ्न यसलाई राम्ररी हेर्नुपर्छ भन्दै विषय प्रवेस गर्नुहोस्**

ख) पत्रपत्रिका तथा पर्चामा स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण (३० मिनेट)

- सबै सहभागीलाई **TRM** को सम्बन्धित पाठमा भएको पर्चाको नमुना पढ्न दिनुहोस् ।
- पढिसकेपछि दुई जनाको समूह बनाएर यसको मुख्य सन्देश पत्ता लगाउन लगाउनुहोस् ।
- पत्रपत्रिका तथा पर्चा आदिमा स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरणसम्बन्धी धेरै किसिमका सामग्रीहरू हुन्छन् भन्ने कुरा छलफल गराउनुहोस् ।

ग) सामग्री निर्माण र प्रयोग (४० मिनेट)

- पुराना पत्रपत्रिका तथा पर्चाहरू समूहमा बाँड्नुहोस् ।

- यी सामग्रीलाई केन्द्रमा राखेर एउटा १० मिनेटको पाठयोजना बनाउन लगाउनुहोस् र समूहको एउटा प्रतिनिधिलाई कक्षा सञ्चालन गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- सबै समूहले आफ्नो प्रस्तुतीकरण सकेपछि प्रत्येक समूहको प्रस्तुतिको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागिता र सामूहिक प्रस्तुतीकरणको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये एकजनालाई सत्रका बारेमा बोल्न लगाई पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा चार्टहरू

सत्र: आठौं **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) विभिन्न किसिमका चार्टहरू पहिचान गर्न र महत्व बताउन,

ख) स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा प्रयोग हुने विभिन्न किसिमका चार्टहरू निर्माण गर्न,

ग) विभिन्न किसिमका चार्टहरूको प्रयोग गरी प्रभावकारी शिक्षण गर्न ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, साइनपेन, मेटाकार्ड, रङ्गहरू आदि ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिस्क मन्थन,

ख) विभिन्न किसिमका चार्टहरू,

ग) चार्टहरूको निर्माण,

घ) चार्टहरूको प्रयोग र प्रदर्शन,

ङ) चार्टका फाइदाहरू ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (५ मिनेट)

तलको चार्ट देखाउनुहोस् र यसबाट एउटा वातावरणसँग सम्बन्धित नारा बनाउन लगाउनुहोस् ।

रु	व	गा	पौं
ण	ख	रो	वा
र्	जो	ता	औं

➢ **सबैभन्दा छिटो पत्तालगाउनेलाई यो नाराको बारेमा केही भन्न अनुरोध गर्नुहोस् ।**

ख) चार्टका किसिमहरू (२० मिनेट)

➢ सहभागीहरूलाई चारजनाको समूहमा बाँड्ने र विभिन्न किसमका चार्टहरूको नाम र उदाहरण न्युजप्रिन्टमा लेखेर प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

➢ आएका **Chart** का किसिमलाई समेट्दै स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण सिकाइमा प्रयोग हुने चार्टका किसिम र उदाहरण **OHP** वा न्युजप्रिन्टको सहायताले प्रस्तुत गर्नुहोस् र कुनकुन पाठ पढाउँदा प्रभावकारी हुन्छ भन्ने प्रश्नमा छलफल चलाउनुहोस् ।

ग) **चार्टहरूको निर्माण र प्रयोग** (४० मिनेट)

- एउटा समूहलाई एक किसिमको चार्ट बनाउन र त्यो चार्टको प्रयोग गरेर कक्षा नौ वा दसको कुनै धारणा बुझाउन तयारी गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसरी चार्ट निर्माण र प्रयोगमा सबैको सहभागितालाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई पाँचपाँच मिनेटको प्रस्तुतीकरण समय दिने र प्रस्तुति गर्न लगाउनुहोस् ।

घ) **चार्टको महत्व:** (१५ मिनेट)

- चार्टको महत्वको बारेमा समूहमा छलफल गरी न्युजप्रिन्टमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई प्रस्तुति गर्न लगाउनुहोस् ।
- निष्कर्षका बुँदाहरूमा सहमति जुटाउनुहोस् ।

ङ) सारांश **(५ मिनेट)**

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन**

सहभागीको प्रस्तुति र सहभागिता अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** **(५ मिनेट)**

सहभागीमध्येको एकजनालाई बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा ग्राफहरू

सत्र: नवौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) विभिन्न किसिमका ग्राफहरू चिन्न,

ख) विषयवस्तुसँग आधारित भई ग्राफहरू निर्माण र प्रयोग गर्न,

ग) ग्राफको महत्व बताउन ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मेटाकार्ड, साइनपेन, स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वतावरण पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक निर्देशिका, ग्राफको महत्व लेखिएको चार्ट विभिन्न तथ्याङ्कको ग्राफहरू

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन,

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा प्रयोग हुने ग्राफहरू,

ग) ग्राफहरूको निर्माण र प्रयोग,

घ) शिक्षण सिकाइमा ग्राफको महत्व ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **मस्तिष्क मन्थन** (१५ मिनेट)

- तलको समस्या बोर्डमा लेख्नुहोस् :-

  समस्या : म रमेश भन्दा होचो छु

  रमेश दिपेश भन्दा अग्लो छ ।

  यसकारण दिपेश मभन्दा अग्लो छ ।

- प्रश्न गर्नुहोस्, के माथिका तेस्रो वाक्यले सही सूचना दिन्छ ?
- उत्तर आउन दिनुहोस् र हाम्रो मस्तिष्कको असिमित कार्यक्षमता हुन्छ भन्ने सन्देशका साथ विषय प्रवेश गराउनुहोस् ।

ख) **स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा प्रयोग हुने ग्राफहरू** (३० मिनेट)

- सहभागीलाई चारचार जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहमा एकएक ओटा पाठ्यपुस्तक र निर्देशिका वितरण गर्नुहोस् ।
- पाठ्पुस्तक र शिक्षक निर्देशिकाको सहयोगले ग्राफ प्रयोग गर्नुपर्ने विषयवस्तु छान्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- समूहको काम व्यवस्थित गर्न निम्नानुसारको चार्टमा विषयवस्तु र प्रयोग गर्न सकिने ग्राफको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

कक्षा	विषयवस्तु	प्रयोग गर्न सकिने Graph	कैफियत

- छानिएका ग्राफमा प्रयोग गर्न सकिने विषयवस्तुहरू प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- तीन किसिमका (रेखाग्राफ, स्तम्भग्राफ र वृत्तग्राफ) प्रयोग गर्न सकिने निष्कर्षमा पुग्नुहोस् ।

ग) ग्राफहरूको निर्माण र प्रयोग (२५ मिनेट)

- समूहले प्रस्तुत गरेको विषयवस्तु र किसिमलाई आधार मानेर ग्राफ बनाउन र प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसको प्रभावकारिता र अझ प्रस्ट पार्न गर्नुपर्ने कार्यमा छलफल चलाउनुहोस् ।

घ) ग्राफको महत्व (१० मिनेट)

- ग्राफको स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा हुने महत्वको बारेमा २/२ जनाका बीचमा छलफल चलाउनुहोस् ।
- प्रत्येक जोडीलाई फाइदा वा महत्वका कुनै चार बुँदाहरू टिप्न लगाउनुहोस् ।
- महत्वका बुँदाहरू प्रदर्शन गर्नुहोस् र उनीहरूले छानेका बुँदाहरूसँग मेल खाए नखाएको छलफल गर्नुहोस् ।

> - ग्राफ सङ्ख्यात्मक तथ्याङ्कलाई प्रस्तुत गर्ने महत्वपूर्ण साधन हो जसद्वारा विद्यार्थीहरू मूलभूत तथ्याङ्क तथा तिनीहरूबीचको विशेष सम्बन्ध बुझ्न सक्षम हुन्छन् ।
> - जनसङ्ख्या शिक्षाका भावात्मक पक्षका कुराहरूलाई ठोसरूपमा प्रस्तुत गर्न मद्दत पुऱ्याउछ ।
> - तथ्याङ्कको तुलना गर्न र वृद्धिदर तथा परिवर्तनहरू पत्ता लगाउन सजिलो हुन्छ ।
> - कक्षाशिक्षण रोचक तथा प्रभावकारी हुन्छ ।
> - विद्यार्थीहरूमा सृजनात्मक प्रवृत्तिको विकासमा मद्दत पुग्छ ।
> - ग्राफद्वारा प्रस्तुत तथ्याङ्कहरू विद्यार्थीका लागि विश्वसनीय हुन्छ ।
> - कुनैकुनै ग्राफहरू पुनः प्रयोगमा ल्याउन पाइन्छ आदि ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन**

सहभागीको प्रस्तुति र सहभागितालाई अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** (५ मिनेट)

क) यो सत्रमा तपाईंलाई मन परेको विषय के हो ?

ख) कमजोरीहरू केके हुन् ?

ग) आगामी सत्रमा के गर्नुपर्ला ?

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा पोस्टर र बुलेटिनहरू

सत्र: दशौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) पोस्टर र बुलेटिनबोर्डको शिक्षणमा हुने उपयोगिता बताउन,

ख) पोस्टर तथा बुलेटिन निर्माण गरी प्रदर्शन गर्न ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, पेन्सिल, कैंची, गम, रङ्ग, विभिन्न किसिमका पोस्टरहरू, OHP

३. **मुख्य क्रियाकलाप**

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) पोस्टर र यसको महत्व

ग) बुलेटिन र यसको महत्व

घ) पोस्टर तथा बुलेटिनको निर्माण र प्रयोग

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

सबै सहभागीलाई TRM को सम्बन्धित पाठमा भएको पोस्टर देखाउनुहोस् ।

➢ **देखाइएको पोस्टरको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्न लगाउनुहोस् ।**

लेखनका बुँदाहरू
पोस्टरमा के देख्नु हुन्छ ?
यसको मुख्य सन्देश के हो ?
यसलाई कहाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

➢ **लेखेका कुराहरू भन्न लगाउने र पोस्टर आफै बोल्छ भन्ने धारणा दिँदै विषयप्रवेश गर्नुहोस् ।**

ख) **पोस्टर र यसको महत्व** (१५ मिनेट)

➢ **उपलब्ध भएका पोस्टरका नमुनाहरू सहभागीलाई दिनुहोस् । ती पोस्टरहरूको स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण सिकाइमा महत्वमा छलफल चलाउनुहोस् ।**

➢ **महत्वका बुँदाहरूलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । यसरी प्रस्तुत गर्दा साथीहरूबाट आएका प्रश्नहरूको पनि सामना गर्नुपर्ने वातावरण सृजना गरी दिनुहोस् ।**

➢ **न्युजप्रिन्ट वा OHP को सहायताले पोस्टरको परिचय र महत्व प्रस्ट पार्नुहोस् ।**

ग) **बुलेटिन बोर्ड र महत्व** (२० मिनेट)

- बुलेटिनबोर्ड के हो र कहाँ प्रयोग हुन्छ ? भन्ने विषयमा दुईजनाको समूह बनाई छलफल चलाउनुहोस् ।
- बुलेटिनबोर्डको महत्वका बुँदाहरू दुई जनाको समूहमा लेखिसकेपछि चारचार जनाको समूहमा छलफल गर्न लगाई आवश्यक परेमा थपघट गर्न लगाउनुहोस् ।
- आएका बुँदाहरू समूहको प्रतिनिधिबाट प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

घ) **पोस्टर तथा बुलेटिनबोर्डको निर्माण र प्रयोग** (३० मिनेट)

- बुलेटिनबोर्ड बनाउन चाहने र पोस्टरबनाउन चाहने दुईसमूहहरू बनाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहहरूलाई पुनः चारचारजनाको उपसमूहमा बाँड्नुहोस् ।
- एउटा समूहलाई एउटा पोस्टर वा बुलेटिन बनाउन लगाउनुहोस् । साथसाथै यसको प्रयोग कहाँ किन र कसरी गरी न्छ प्रस्ट हुन छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- निर्मित पोस्टर र बुलेटिनबोर्डको प्रस्तुति गर्न लगाउनुहोस् । यसरी प्रस्तुत गर्दा आएका प्रश्नहरूमा छलफल चलाउनुहोस् ।
- क्रियाकलापमा एउटा राम्रो अवलोकनकर्ता र सहजकर्ताको भूमिका निर्वाह गर्नुहोस् ।

ङ) **सारांश** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन**

बनेको सामग्री र प्रस्तुतिको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** (५ मिनेट)

सहभागीहरूलाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा नक्सा र ग्लोब

सत्र: एघारौँ **समय:१ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) नक्सा र ग्लोबको परिचय दिन,

ख) शैक्षिक सामग्रीको रूपमा नक्सा र ग्लोबको महत्व बताउन,

ग) स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा प्रयोग गरी ने विभिन्न नक्साहरू निर्माण गर्न,

घ) ग्लोब र नक्साको प्रयोग गरी शिक्षण गर्न ।

२. **सामग्री:**

नेपाल र विश्वको नक्सा तथा ग्लोब, न्युजप्रिन्ट, पेपर, मेटा कार्डहरू तथा मार्करहरू ।

कैची, गम, टेप, आदि ।

नक्सा र ग्लोबको महत्व लेखिएको चार्ट ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) शैक्षिक सामग्रीको रूपमा नक्सा र ग्लोब

ग) नक्साको निर्माण

घ) शिक्षण

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई एकएकओटा मेटाकार्ड र साइनपेन दिने १० मिनेट समय दिएर नेपालको नक्सा बनाई विराटनगर, काठमाडौँ, नेपालगञ्ज, मुस्ताङ्ग, दार्चुला देखाउन लगाउनुहोस् ।
- बनेका सबै नक्साहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो सत्र नक्सा र ग्लोबको प्रयोगमा केन्द्रित रहने कुरा बताउँदै विषय प्रवेश गराउनुहोस् ।

ख) नक्सा र ग्लोबको महत्व (१५ मिनेट)

- सहभागीमध्ये नक्सा र ग्लोबलाई शैक्षिक सामग्रीको रूपमा प्रयोग गरी रहेका शिक्षकहरूलाई आफ्ना अनुभव राख्न आग्रह गर्नुहोस् ।
- उनीहरूबाट आएका कुराहरूबाट नक्सा र ग्लोबको परिचय र महत्व झल्कने कुरा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

- नक्सा र ग्लोबको महत्व के छ ? भन्ने प्रश्नबोर्डमा लेख्नुहोस् र प्रत्येक सहभागीलाई एकएकओटा मेटाकार्ड बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक सहभागीलाई कम्तिमा एउटा महत्व मेटाकार्डमा टिप्न लगाउनुहोस् ।
- मेटाकार्डमा टिपिएका महत्वहरूलाई मिलाएर शैक्षिक सामग्रीको रूपमा नक्सा र ग्लोबको महत्व प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- नक्सा र ग्लोबको महत्व लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्दै महत्वहरूको बारेमा अझ प्रस्ट पार्नुहोस् ।

नक्सा र ग्लोवको महत्व

- नक्सा र ग्लोब लामो समयसम्म पुन: प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- यसबाट स्थाननिर्धारण गर्न सजिलो हुन्छ ।
- स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा तुलनात्मक अध्ययन गर्न उपयोगी हुन्छ ।
- प्रत्येक क्षेत्रको स्पष्ट धारणा विकास गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- पाठकहरूलाई पुनरावलोकन गर्न सजिलो हुन्छ ।
- विद्यार्थीहरूलाई पूर्ण ज्ञान (Perfect knowledge) प्रदान गर्छ ।

ग) नक्साको निर्माण (१५ मिनेट)

- सम्पूर्ण सहभागीलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- बाँडिएका समूहलाई एकएकओटा न्युजप्रिन्ट दिनुहोस् र न्युजप्रिन्ट भरिको नक्सा कोरी त्यसमा निम्नमध्ये कुनै एक देखाउन लगाउनुहोस् ।
  १. नेपालको भौगोलिक विभाजन
  २. नेपालको जनघनत्व
  ३. नेपालको धार्मिक तथा साँस्कृतिक महत्वका ठाउँहरू
  ४. नेपालका प्रमुख सहरहरू
  ५. नेपालका जातजातिहरू
- प्रत्येक समूहले नक्सा निर्माण गरेपश्चात् यी नक्साहरूको प्रदर्शन गरी व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् ।

घ) लघुशिक्षण (Micro Teaching) (३० मि)

- नक्सा निर्माण र प्रदर्शन सकिएपछि सम्बन्धित विषयमा शिक्षण गर्न चारओटा समूहलाई तयार पार्नुहोस् ।
- १० मिनेटसम्म योजना बनाउन र विचार आदानप्रदान गर्न समय दिनुहोस् ।
- चिट्ठाबाट कुनै दुईसमूहलाई १०/१० मिनेटको कक्षा लिन लगाउनुहोस् । यसो गर्दा ती दुईसमूहबाट पनि एकएकजना छानी शिक्षण गर्न लगाउनुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन**

सहभागिताको र क्रियाकलापको गुणात्मकताको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** (१० मिनेट)

सहभागीलाई सत्रका राम्रा र सुधार गर्नुपर्ने पक्षमा बोल्न लगाई पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: कक्षाकोठामा प्रयोग हुने विभिन्न प्रकारका बोर्डहरू

सत्र: बाह्रौं **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) चकबोर्ड र फ्लानेलबोर्डको शिक्षणसिकाइमा हुने महत्व बताउन,

ख) चकबोर्ड र फ्लानेलबोर्डको प्रभावकारी प्रयोग गरी शिक्षण गर्न,

ग) फ्लानेलबोर्ड निर्माण गर्न ।

२. **सामग्री:**

चकबोर्ड, फ्लानेलबोर्ड, मेटाकार्ड, न्युजप्रिन्ट, मार्कर, फ्लानेलबोर्ड निर्माण गर्न चाहिने कपडा, कैंची, कार्डबोर्ड, चकबोर्ड र फ्लानेलबोर्ड प्रयोगको महत्व लेखिएको चार्ट ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) चकबोर्डको प्रयोग

ग) फ्लानेलबोर्ड निर्माण र प्रयोग

घ) चकबोर्ड तथा फ्लानेलबोर्डको महत्व

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

➤ **दिइएको विद्यार्थी र शिक्षकबीचको कुराकानी प्रदर्शन गर्नुहोस् ।**

शिक्षक :	ल यो कुरा बुझ्यौ हैन त । (बोर्डमा लेखिएको कुरा मेट्छन्)
विद्यार्थी :	सर मैले लेखेर सके कै थिइनँ, सरले मेटी हाल्नुभयो ।
शिक्षक :	के गरेर बसिरहेका थियौ त ?
विद्यार्थी :	सरले सबै बोर्ड नै छेकिदिनुभएको थियो, कसरी लेख्ने नि ।
शिक्षक :	अझै मलाई दोस देखाउँदैछौं । तिमीहरू सबै हल्ला गरिरहेका थियौं । मैले १० मिनेटसम्म बोर्डमा लेखिरहँदा एकजनाले पनि काम गरेन ।
विद्यार्थी:	त्यत्रो सबै कुरा बोर्डमा लेखेपछि के लेख्ने, के नलेख्ने ।
शिक्षक :	धेरै कुरा नगर, मलाई थाहा छ, तिमीहरूलाई पढ्ने जागर नभएको कुरा ।
विद्यार्थी :	हामी पढ्नै आएको हो, नबुझेको कुरा कसरी लेख्ने । लेखेर मात्र के हुन्छ ?

अ) यो कुराकानीले केकुरा देखाएको छ ?

आ) यो कुराकानीमा शिक्षक र विद्यार्थीको बीचमा के कुरामा विवाद भएको छ ?

इ) तपाइँ कसलाई दोषी देख्नुहुन्छ ? किन ?

ई) यस्तो समस्या कक्षामा नआओस् भन्नका लागि केके गर्नुपर्छ ?

- माथिका प्रश्नहरूको उत्तर सोच्न र टिप्न प्रत्येक सहभागीलाई समय दिनुहोस् ।
- सहभागी मध्ये ४/५ जनाका विचारहरू आदान प्रदान गराउनुहोस् र समस्याको जड तथा समाधानको उपायको बारेमा निष्कर्ष निकाल्न सहयोग गर्नुहोस् ।

ख) चकबोर्डको प्रभावकारी प्रयोग (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई दुइओटा समूहमा बाँडिन लगाउनुहोस् र चकबोर्डको प्रभावकारी प्रयोग कसरी ? भन्ने विषयमा १० मिनेटको गोलमेच छलफल चलाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहको एकजना प्रतिनिधिलाई स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाको कुनै एउटा सहभागीले छानेको विषयमा कक्षा चलाउन भन्नुहोस् । यसमा भएको चकबोर्डको प्रयोगलाई लिएर पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।
- चकबोर्डको प्रभावकारी ढङ्गले प्रयोग गर्ने उपायहरूको निचोड दिनुहोस् ।

ग) फ्लानेल वोर्ड निर्माण र प्रयोग (३० मिनेट)

- फ्लानेलबोर्ड निर्माण विधि बताउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई पाँच समूहमा बाँडेर प्रत्येक समूहलाई फ्लानेलबोर्ड निर्माणका लागि चाहिने सामग्रीहरू दिने र **Flannel board** बनाउन सहयोग गर्नुहोस् ।
- फ्लानेलबोर्डमा प्रयोग हुने मेटाकार्ड र प्रयोग विधिमा छलफल र अभ्यास चलाउनुहोस् ।

घ) चकबोर्ड र फ्लानेलबोर्डको महत्व (१५ मिनेट).

- सहभागीहरूलाई न्युजप्रिन्ट वितरण गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक सहभागीलाई आफ्नो समूहमा प्राप्त न्युजप्रिन्टमा दुई ओटा महत्व लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सबै सहभागीबाट महत्वका बुँदा आइसकेपछि समूहको छलफलबाट निष्कर्ष निकाली सहमतिका बुँदाहरू लेख्न र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- आएका बुँदाहरूलाई अझ प्रस्ट गराउनुहोस् ।
- चिट्ठाबाट कुनै दुई समूहलाई दुईदुई मिनेटको शिक्षण गर्न लगाउनुहोस् । यसो गर्दा चकवोर्ड र फ्लानेलबोर्डका प्रयोग अनिवार्य गर्नुहोस् ।

ङ). सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागिता र छलफलको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

क) आजको सत्रमा देखिएका राम्रा पक्ष केके हुन् ?

ख) केके कुरामा सुधार गर्नुपर्ला ?

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा वास्तविक वस्तुहरू तथा प्रतिरूपहरू

सत्र: तेह्रौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा प्रयोग हुने विभिन्न वास्तविक वस्तु तथा प्रतिरूपहरू पहिचान गर्न,

ख) शिक्षणमा वास्तविक वस्तु तथा प्रतिरूपको प्रयोग गर्दा हुने फाइदाहरू बताउन,

ग) प्रतिरूप वा वास्तविक वस्तु प्रयोग गरेर प्रभावकारी शिक्षण गर्न ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर, प्रदुषित पानीको नमुना र बनाउन प्रयोग भएका सामान, जस्तै–: नुन, तेल, औषधि, विरुवा

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) वास्तविक वस्तुहरू/प्रतिरूप त्यसको प्रयोग

ग) प्रतिरूप तथा वास्तविक वस्तुको प्रयोगका फाइदाहरू तथा अप्ठ्याराहरू

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

- "हाम्रा विद्यालयहरूमा शैक्षिक सामग्री प्रयोगका लागि राम्रो वातावरण छ ।" वाक्यांश बोर्डमा लेख्ने र यसमा सहमत, असहमत र आंशिक रूपमा सहमत हुने हरूलाई छुट्याइएका ३ ओटा छुट्टाछुट्टै ठाउँहरूमा गएर उभिन लगाउनुहोस् ।
- सहमत हुनेबाट सहमत हुनाका कारणहरू भन्न लगाउनुहोस् र असहमत र आंशिक रूपमा सहमत हुने आफ्नो समूहमा आउन अनुरोध गर्न लगाउनुहोस् ।
- त्यसैगरी, असहमत र आंशिकरूपमा सहमत हुने समूहलाई पनि आफ्नो बिचार राख्न लगाउनुहोस् ।
- कसैलाई यस छलफलमा समूह परिवर्तन गर्न मन लागेमा परिवर्तन गर्न सक्नुहुनेछ भन्नुहोस् ।
- छलफलको अन्त्यमा आफ्ना विचारहरू राख्नुहोस् ।

ख) वास्तविक वस्तुहरू र तिनको प्रयोग (२० मिनेट)

- एउटा विरुवालाई सम्पूर्ण सहभागीहरूले देख्ने गरी प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चारचार जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।

- प्रत्येक समूहलाई यो विरुवालाई सामग्रीको रूपमा प्रयोग गरेर पढाउन सकिने विषयवस्तुहरू र कारण छान्न लगाउनुहोस् ।

वास्तविक वस्तु/प्रतिरूप (के प्रयोग गर्ने)	विषयवस्तु (के पढाउने)	उपयुक्तता (किन र कसरी)
विरुवा		

- यसैगरी पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक निर्देशिकासमेतको सहयोगले विभिन्न वास्तविक वस्तु/प्रतिरूप तथा ती वस्तु प्रयोग गर्न मिल्ने पाठ्यवस्तुहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् । (कम्तिमा ५ ओटा)
- बनाइएको सूची प्रदर्शन गर्न लगाई प्रस्ट पार्न सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) **वास्तविक वस्तु तथा प्रतिरूप प्रयोगका फाइदा/बेफाइदा** (४० मिनेट)

- प्रदुषित पानीको नमुना बनाउन प्रयोग गर्न सकिने सामग्रीको प्रदर्शन गर्दै यी सामग्रीहरू प्रयोग गरी १० मिनेटको शिक्षण गर्ने पढाउनको योजना बनाउन सबै सहभागीलाई अनुरोध गर्नुहोस् ।
- योजना बनेपछि सहभागीहरूलाई पुनः चारचारजनाको समूहमा बनेका योजनाहरू **Share** गराउनुहोस् ।
- सहभागीमध्येका एक वा दुई जनालाई योजनाअनुसार शिक्षण गर्ने समय दिनुहोस् ।
- शिक्षणको समाप्तिपछि तलको **Format** वितरण गरेर वास्तविक वस्तु तथा प्रतिरूप प्रयोगको फाइदा तथा बेफाइदाहरू सामूहिक छलफलबाट नै सूचीकृत गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक ठाउँमा धारणा प्रस्ट पार्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- सामूहिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

वास्तविक वस्तु तथा प्रतिरूपको प्रयोग		
क.सं.	फाइदा	बेफाइदा
१		
२		
३		
४		

घ) **सारांश** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन**

सहभागीको प्रतिवेदन तथा कार्यसम्पादनको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** (५ मिनेट)

सहभागीमध्येका एकजनालाई सत्रका राम्रा र सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरूबारे भन्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा श्रव्यसाधन

सत्र: चौधौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) रेडियो तथा टेप रेकर्डरलाई महत्वपूर्ण श्रव्यसाधनका रूपमा पहिचान गर्न,

ख) श्रव्य साधनहरूको शिक्षणसिकाइमा हुने महत्व बताउन,

ग) श्रव्य साधनहरूको प्रयोग गरेर कक्षा सञ्चालन गर्न ।

२. **सामग्रीहरू:**

मेटाकार्ड, न्युजप्रिन्ट, मार्कर, साइनपेन, क्यासेट प्लेयर र क्यासेट चक्का ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) श्रव्यसाधनहरूको परिचय र महत्व

ग) श्रव्यसामग्री उत्पादन र प्रयोग

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **मस्तिष्क मन्थन:** (१० मिनेट)

- सहभागीहरू सबैलाई एकएक ओटा मेटाकार्ड वितरण गर्नुहोस् र मनपर्ने एउटा रेडियो कार्यक्रम र एउटा गीत वा गायकको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सबैले लेखेका कार्डहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र आएका कार्यक्रम वा गीत वा गायकका छोटो अंश प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

ख) **श्रव्यसाधनहरूको परिचय र महत्व** (२५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारचार जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरणसँग सम्बन्धित रेडियो कार्यक्रम वा गीत वा नाटकहरूको सूची बनाउन (उनीहरूको अनुभवको आधारमा) आग्रह गर्नुहोस् ।

क.सं.	गीत/नाटक/कार्यक्रम	सम्बन्धित पाठ वा विषयवस्तु
१.		
२.		
३.		
४.		

- आएका विचारहरूलाई प्रदर्शन गर्न सहयोग गर्नुहोस् र आवश्यक ठाउँमा अझ प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- यी साधनहरूको प्रयोगद्वारा के फाइदा हुन्छ भन्ने प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
- सबैसमूहलाई न्युजप्रिन्ट दिनुहोस् र श्रव्यसामग्रीको फाइदा वा महत्वका बुँदाहरू लेख्न लगाई प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- आएका विचारहरूसँग तपाईंले ल्याएका बुँदाहरू प्रदर्शन गरी तुलना गर्नुहोस् र अन्तिम निचोड निकाल्नुहोस् ।

ग) **श्रव्यसामग्री उत्पादन र प्रयोग:** (४० मिनेट)

- सहभागीहरू सबैलाई समुहमा बसेर वा छुट्टै श्रव्यसामग्रीका रूपमा रेकर्ड गरेर प्रयोग गर्न मिल्ने गीत, कविता, नाटक वा त्यस्तै सामग्री लेख्न १५ मिनेट समय दिनुहोस् ।
- सहभागीमध्येका केहीलाई (जसले यसमा धेरै रुची देखाउँछन्) उनीहरूको सामग्री रेकर्ड गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक सामग्री उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- रेकर्ड गरिएको सामग्री प्रयोग गरेर कुनै एक सहभागीलाई नमुना कक्षा सञ्चालन गर्न लगाउनुहोस् ।

घ) **सारांश** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन:**

उत्पादित सामग्री, सहभागीको उत्सुकता र कार्य तथा प्रस्तुतीकरणको अवलोकनद्वारा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

क) तपाईंलाई यो सत्रमा सबैभन्दा राम्रो लागेको कुरा के हो ?

ख) यस सत्रलाई अझ राम्रो पार्न के गर्न सकिन्छ ?

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा फोटो तथा चित्रहरू

सत्र: पन्ध्रौ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**
यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:
क) स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा प्रयोग हुने चित्र तथा फोटाहरू पहिचान गर्न,
ख) शिक्षणमा फोटो तथा चित्रको महत्व वर्णन गर्न,
ग) विभिन्न स्रोतबाट फोटा तथा चित्रहरू सङ्लन गर्न,
घ) सङ्कलित फोटा तथा चित्रहरूको प्रयोग विधि प्रदर्शन गर्न ।

२. **सामग्री:**
फोटो तथा चित्रहरू, पुराना पत्रपत्रिका तथा पुस्तकहरू

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**
क) मस्तिष्क मन्थन
ख) फोटो तथा चित्रहरू
ग) फोटो तथा चित्र प्रयोग,
घ) चित्र तथा फोटो प्रयोगका फाइदा ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप**

क) मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

- **सबै सहभागीहरूलाई एकएकओटा मेटाकार्ड बाँड्नुहोस् । त्यसमा स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण गर्दा सहयोगी हुने कुनै चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।**
- **सहभागीहरूले चित्र बनाइरहँदा आउने समस्याको बारेमा छलफललाई पनि साथसाथै अगाडि बढाउनुहोस् ।**
- **सहभागीहरूलाई आफ्ना चित्रहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।**

ख) फोटो तथा चित्रहरू (२० मिनेट)

- स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा कस्ता फोटो तथा चित्रहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ ?
- यी चित्रहरू वा फोटा कुनकुन स्रोतबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ ?

(बोर्डमा प्रश्नहरू लेखेपछि दुईदुईजनाको समूहमा पाँच मिनेट छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।)

- अब चारचारजनाको सहभागी समूह निर्माण गराउनुहोस् पाठ्यपुस्तक वा पाठ्यक्रम वितरण गर्नुहोस् र तलको नमुनामा देखिएजस्तै गरी सामग्रीको नाम, प्रयोग हुने पाठ र प्राप्त गर्न सकिने स्रोतको सूची बनाउन लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । यसमा आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।

फोटो वा चित्र (के को ?)	विषयवस्तु (कुन पाठका लागि ?)	स्रोत कसरी प्राप्त हुन्छ ?

ग) फोटो तथा चित्रको प्रयोग (३० मिनेट)

- सहभागीहरूको समूहमा पत्रपत्रिका तथा उपलब्ध चित्र भएका सामग्रीहरू वितरण गर्नुहोस् ।
- उपलब्ध स्रोतबाट कुनै एक चित्र वा चित्रहरू छान्न र ती चित्रको प्रयोग गरी सम्बन्धित पाठको शिक्षण योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सामुहिक योजनापछि चित्रद्वारा कुनै एकसमूहको एक जनाबाट नमुना कक्षा सञ्चालन गर्न लगाउनुहोस् ।
- नमुना कक्षा सञ्चालनपछि यसको उपयुक्तता र सुधारका विषयमा छलफल चलाउन सहयोग गर्नुहोस् र पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।

घ) चित्र तथा फोटो प्रयोगका फाइदाहरू (१५ मिनेट)

- प्रत्येक समूहलाई एकएकओटा न्युजप्रिन्ट प्रदान गर्नुहोस् ।
- आवश्यक छलफल चित्र तथा फोटोको प्रयोगका फाइदाहरूको सूची बनाइन र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- तयार पारेको चित्र र फोटोको फाइदाको सूची प्रदर्शन गरी सहभागीबाट आएका बुँदाहरूमा सहमत हुनुहोस् । अन्त्यमा निष्कर्षका बुँदाहरू बताइदिनुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन:

सहभागिता तथा कार्यदक्षताको अवलोकन गरी त्यसैको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागी दईमध्येका एकजनालाई सत्रका राम्रा र कमजोर पक्षको बारेमा बोल्न लगाई पृष्ठ पोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा ओ.एच.पी.को प्रयोग

सत्र: सोह्रौं **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा OHP लाई महत्वपूर्ण शैक्षिक सामग्रीहरूको रूपमा पहिचान गर्न,

ख) स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथ OHP प्रयोग विधि बताउन,

ग) स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा OHP प्रयोगका फाइदाहरूको सूची वनाउन ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, OHP, स्लाइट, फिल्मस्ट्रिप, टर्च, ट्रान्सपारेन्सी र ट्रान्सपारेन्सी मार्कर

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन

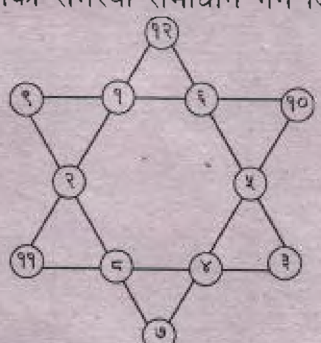
ख) स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा OHP प्रयोग विधि

ग) स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा OHP प्रयोगका फाइदा

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन (१० मिनेट)

➢ सहभागीहरूलाई तलको समस्या समाधान गर्न दिनुहोस् ।



➢ प्रत्येक हरफको योगफल २६ र १ देखि १२ सम्मका अङ्कहरू नदोहोर्‍याइकन लेख्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् ।

- केही समयसम्म काम भएपछि पहिले काम सिध्याउने दुई जनालाई कसरी उत्तरसम्म पुगियो बताउन लगाउनुहोस् ।

ख) स्लाइड, फिल्म स्ट्रप तथा OHP प्रयोग विधि (३० मिनेट)

- सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई तीनओटा समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- एउटा समूहलाई स्लाइड, अर्को समूहलाई फिल्मस्ट्रीप तथा तेस्रो समूहलाई OHP को प्रयोग विधिको बारेमा अनुभवको छलफलद्वारा आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई TRM मा दिइएको सम्बन्धित पाठको सामूहिक अध्ययन तथा विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो समूहको छलफलपछि प्रत्येक समूहको एकजना प्रतिनिधिबाट सम्पूर्ण सहभागीलाई प्रयोग विधि प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक ठाउँमा सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा OHP प्रयोगका फाइदाहरू (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई एकएकओटा मेटाकार्ड र साइनपेन उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- सबैलाई कम्तिमा एकएकओटा स्लाइड, फिल्मस्ट्रिप तथा OHP प्रयोगका फाइदाहरू लेख्न लगाउनुहोस् ।
- लेखिसकेपछि पुन चार देखि छ जनासम्मको समूह बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सबैका फाइदाका बुँदाहरूलाई Compile गर्न लगाउनुहोस् ।
- Compile भइसकेपछि Team को सम्बन्धित बुँदाहरूसँग तुलना गर्न र आफ्नो समूहलाई आफैँ नम्बर दिन अनुरोध गर्नुहोस् ।
- अन्त्यमा प्रशिक्षकले लेखेर ल्याएको बुँदाहरू प्रस्तुत गरी तुलना गर्न लगाउनुहोस् कुनै बुँदामा अस्पष्टता भए हटाउन सहयोग गर्नुहोस् र प्रस्ट्याइदिनुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कनः (१० मिनेट)

क) फिल्मस्ट्रिप, स्लाइड र OHP लाई किन महत्वपूर्ण शैक्षिक सामग्री भनिन्छ ?
ख) स्लाइडका फाइदा र बेफाइदाहरू केके हुन् ?
ग) OHP का फाइदा र बेफाइदाहरू केके हुन् ?
घ) अन्य शैक्षिक सामग्रीभन्दा यी सामग्रीहरू के कुरामा फरक होलान् ?

६. पृष्ठपोषणः (५ मिनेट)

सहभागीहरूमध्ये एकजनालाई तालिम सत्रका राम्रा र सुधार गर्नुपर्ने पक्षमा समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा श्रव्यदृश्य सामग्रीहरूको प्रयोग

सत्र: सत्रौं **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) चलचित्र, टेलिभिजन तथा भिडियोलाई महत्वपूर्ण श्रव्यदृश्य सामग्रीको रूपमा पहिचान गर्न,

ख) शिक्षणमा श्रव्यदृश्य सामग्रीको महत्व बताउन,

ग) श्रव्यदृष्य सामग्रीको शिक्षणमा सिकाइमा प्रयोग गर्ने विधि बताउन ।

२. सामग्री:

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड मार्कर, श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू र यसका अन्य आवश्यक चिजहरू

३. मुख्य क्रियाकलापहरू:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) विभिन्न श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू

ग) श्रव्यदृष्य सामग्रीको महत्व र प्रयोग

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई आफूले हेरेका र शिक्षाप्रद लागेका टिभी कार्यक्रम वा चलचित्रको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्न लगाउनुहोस् । यसरी लेख्न लगाउँदा यसको मुख्य विषयवस्तु र मनपर्नुका कारण पनि लेख्न अनुरोध गर्नुहोस् ।
- सबैले लेखिसकेपछि साथीहरूसँग अनुभवहरू आदानप्रदान गराउनुहोस् । (सबैले वा केहीले आफूले लेखेका कुराहरू पढेर सुनाउँछन् । कसैले प्रश्न राखेमा ती प्रश्नहरूको उत्तर पनि दिनेछन् ।)

ख) विभिन्न श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू (१० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई श्रव्यदृष्य सामग्रीको उदाहरणसहित परिभाषा मेटाकार्डमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- लेखेका परिभाषाहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र यसवाट श्रव्यदृश्य सामग्रीको बारेमा परिचित रहन र स्पष्ट हुन लगाउनुहोस् ।

ग) श्रव्यदृष्य सामग्रीको महत्व र प्रयोग (४० मिनेट).

- सबै सहभागीहरूलाई TRM को सम्बन्धित पाठ पढ्ने समय दिनुहोस् ।
- १५-२० मिनेटको पढाइपछि शिक्षणसिकाइमा श्रव्यदृष्य सामग्रीको महत्वमा च्यानल छलफलमा भाग लिन चाहाने कम्तिमा छ सात जनाको छनोट गर्नुहोस् ।
- उपयुक्त बसाइव्यवस्था गरी सकेपछि छलफललाई बुँदागतरूपमा अगाडि बढाउनुहोस् ।

● श्रव्यदृश्य सामग्री भनेको के हो ?
● शिक्षणमा यी साधन वा सामग्रीको कसरी प्रयोग भइरहेको छ र किन ?
● यी साधनहरूले कुनकुन पाठको शिक्षण मा बढी महत्व राख्छन् ? यी साधनको प्रयोग गर्दा हुने फाइदाहरू केके हुन् ? केके समस्याहरू छन् ?
● यी सामग्रीहरूलाई सर्वसुलभ बनाउन के गर्नुपर्ला आदि ।

- दर्शक बनेर बसेका सहभागीहरूलाई पनि प्रश्न राख्ने वातावरण बनाइदिनुहोस् ।
- छलफलको समाप्तिपछि सहभागीहरूलाई चारचांरजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र महत्वका बुँदाहरू सूचीकृत गर्न लगाइ प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक परेको ठाउँमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।
- तीनै किसिमका श्रव्यदृष्य साधन प्रयोग गर्दा हुने फाइदा र समस्याहरूको सूची बनाउन सहभागीहरूलाई सहयोग गर्नुहोस् ।
- बनाइएको सूची प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक परेको ठाउँमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन (१५ मिनेट)

क) श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू केके हुन ?
ख) शिक्षणमा यी सामग्रीहरू किन विशेष महत्व राख्दछन् ?
ग) श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू केके हुन् ?
घ) यी सामग्रीले प्रयोगका जटिलता तथा अप्ठ्याराहरू केके हुन् ?
ङ) कुनकुन पाठ्यवस्तु पढाउँदा श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू बढी उपयोगी होला ?
च) यी सामग्रीहरूलाई सर्वसुलभ बनाउन के गर्नुपर्ला ?

६.. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीहरूमध्ये एकजनालाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षकः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा कम्प्युटर

सत्रः अठारौँ **समयः १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्यः

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्.

क) कम्प्युटरलाई शिक्षणसिकाइमा प्रयोग हुने सबैभन्दा आधुनिक र महत्वपूर्ण साधनको रूपमा पहिचान गर्न,

ख) शिक्षणमा कम्प्युटर प्रयोग गर्दा हुने फाइदाहरू बताउन,

ग) नेपालको परिप्रेक्ष्यमा शिक्षणमा कम्प्युटर प्रयोगका समस्याहरू पहिचान गर्न ।

२. सामग्रीः

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड मार्कर, कम्प्युटर

३. मुख्य क्रियाकलापः

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) कम्प्युटर र शिक्षणमा यसको प्रयोग

ग) कम्प्युटर प्रयोगका फाइदा तथा नेपालमा यसको प्रयोगका कठिनाइहरू

४. विस्तृत क्रियाकलापः

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

- कम्प्युटर भनेको के हो ? यो किन आवश्यक छ ? यसको स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणमा के महत्व छ ? यो प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् । सहभागीहरू सबैलाई यी प्रश्नको उत्तर खोज्न, सोच्न र लेख्न १० देखि १५ मिनेटको समय दिनुहोस् ।
- यी प्रश्नको उत्तरहरू खोज्न सहभागीहरू एकआपसमा सोध्न तथा सहयोग लिन र छलफल गर्न पाउने कुरा बताइदिनुहोस् ।
- सहभागीहरूले प्रश्नको उत्तर तयार पारेपछि केही उत्तरहरू आदानप्रदान गराउनुहोस् ।

ख) शिक्षणमा कम्प्युटरको प्रयोग (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बस्न लगाउनुहोस् समूह निर्माणमा सम्भव भएसम्म Heterogenous बनाउन सहयोग गर्नुहोस् ।
- TRM को सम्बन्धित Chapter मा भएको Caption सहभागीहरूलाई पढ्न लगाउनुहोस् ।
- छलफलको समाप्तिपछि Caption को तलतिर दिएका प्रश्नहरूमा आधारित रही शिक्षणमा हुने Computer को प्रयोगको बारेमा न्युजप्रिन्टमा छोटो टिपोट लेख्न लगाउनुहोस् ।

- लेखिएका टिंपोटहरू समूहको प्रतिनिधिबाट प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो Activity को सट्टा यदि Computer चलाउन सम्भव भएको तालिम केन्द्र भए Caption मा लेखिएअनुसारकै Activity गरेमा अझ राम्रो हुनेछ ।

ग) शिक्षणमा कम्प्युटरको प्रयोगको फाइदा तथा समस्याहरू (२५ मिनेट)

- शिक्षणमा कम्प्युटर प्रयोग गर्दा हुने फाइदा तथा समस्याहरूको सम्बन्धमा पहिलो कम्प्युटर चलाइसक्नुभएका सहभागीलाई अनुभव बताउन लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई दुई ठूला समूहमा बाँड्नुहोस् र एकसमूहका सहभागीहरूलाई कम्प्यूटरको फाइदा र अर्को समूहका सहभागीहरूलाई दुई ठूला समूहमा बाँड्नुहोस् र एकसमूहका सहभागीहरूलाई कम्प्युटरको फाइदा र अर्को समूहका सहभागीहरूलाई नेपामा कम्प्युटर प्रयोगका समस्याहरू बारेमा एकएक बुँदा मेटाकर्डमा लेख्न लगाउनुहोस् । नेपालमा कम्प्युटर प्रयोगका समस्याहरू बारेमा एकएक बुँदा मेटाकार्डमा लेख्न लगाउनुहोस् र प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- आएका बुँदाहरूलाई फाइदा तथा समस्याको चार्ट छुट्टाछुटै प्रस्तुत गरेर प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन (५ मिनेट)

क) कम्प्युटरलाई शिक्षणसिकाइमा किन प्रयोग गरिन्छ ?

ख) नेपालजस्तो देशमा कम्प्युटरलाई शिक्षणमा प्रयोग गर्दा आइपर्ने समस्याहरू केके हुन ?

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

कुनै एक सहभागीलाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा कठपुतली र फ्ल्यास कार्ड

सत्र: उन्नाइसौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) साधारण Puppet तथा Flash Card निर्माण गर्न,

ख) निर्मित Puppet तथा Flash Card को प्रयोग गरी कक्षा सञ्चालन गर्न,

ग) कठपुतली तथा फ्ल्यासकार्ड प्रयोगको फाइदाहरू बताउन ।

२. सामग्री:

चार्टपेपर, न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर, कठपुतली निर्माण गर्न चाहिने सामग्रीहरू जस्तै, कपडा, रङ, सियो, धागो, पुराना पत्रपत्रिका ।

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) कठपुतली वा Flash कार्डको निर्माण र प्रयोग

ग) कठपुतली वा फ्ल्यासकार्ड प्रयोगका फाइदाहरू

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

- तलको कथाको टुक्रा समाउनुहोस् र यस विषयमा छलफल चलाउनुहोस् ।
- एकजना व्यक्ति तालिमको सिलसिलामा विदेश जान्छ । विदेशमा बस्दा एकदिन त्यहा नचिनेकी महिलासँग उसको शारीरिक सम्पर्क हुन्छ उ तुरुन्तै घर फर्कन्छ । उसलाई आफूप्रति शङ्का लागेकोले HIV जाँच गराउन जान्छ । परिणाम आउँदा ऊ ढक्क भएर घर आउँछ । करिब तीनमहिनापछि उसको तौल अति नै घट्छ, ज्वरो आउँछ र लामो समयसम्म पनि खोकी लागिरहन्छ ऊ पुनः अस्पताल जान्छ । यसचोटीको रगत परीक्षणमा HIV+ पाइन्छ । श्रीमतीले पनि रगत परीक्षण गराउँछिन । उनी पनि HIV+ देखिन्छ ।
- तलको प्रश्नको एक वाक्यमा उत्तर लेख्नुहोस् ।
- पहिलो चोटीको परीक्षणमा किन श्रीमान्‌को रगतमा HIV+ देखिँदैन ?
- सबै सहभागीले यो प्रश्नको उत्तर भनिसकेपछि दुई ओटा कुराहरू बताइदिनुहोस् एउटा श्रीमान्‌को रगतमा पहिलो चोटी HIV+ नदेखिएको कारण window Period मा परीक्षण भएकाले हो भन्ने कुरा बताइदिनुहोस् ।

ख) **पपेट तथा फल्यास कार्डको निर्मण र प्रयोग** (४० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारचार जनाको समूहमा बाड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई फल्यासकार्ड Series वा Puppet बनाउने सामान दिनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई विषयवस्तु छान्न तथा Flash Card वा Puppet बनाउन लगाउनुहोस् ।
- निर्मित Flash Card तथा Puppet प्रयोग गरेर कक्षा सञ्चालन गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक सुधारका लागि सञ्चालन सकिएपछि सल्लाह दिनुहोस् साथै राम्रा पक्षहरूको तारिफ गर्नुहोस् ।

ग) Puppet **तथा** Flash Card **का फाइदाहरू** (२० मिनेट)

- प्रत्येक समूहमा एकएक ओटा न्युजप्रिन्ट उपलब्ध गराउनुहोस् र Puppet तथा Flash कार्डका फाइदाहरूको सूची बनाउन सहयोग गर्नुहोस् ।
- समूहको प्रनिनिधिबाट प्रदर्शन गराउनुहोस् र आवश्यक ठाउँमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् र निष्कर्षमा केही बुँदाहरू बताइदिनुहोस् ।

घ) **सारांश** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सामग्री निर्माण र प्रयोग गरेको तरिकाको अवलोकनको सहायताले मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (१० मिनेट)

तलको तालीका भर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

Activity	अति उत्तम	उत्तम	मध्यम	ठीकै	कमजोर
प्रशिक्षकको तयारी					
प्रशिक्षकको प्रस्तुतीकरण					
सहभागिता					
उपयोगिता					
सान्दर्भिकता					
सामग्रीको पर्याप्तता					
उद्देश्यको प्राप्ति					

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा शिक्षणमा सामुदायिक स्रोतहरूको प्रयोग

सत्र: बीसौँ र एक्काइसौँ **समय: ३ घण्टा**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) सामुदायिक स्रोतको परिचय दिन,

ख) विभिन्न सामुदायिक स्रोतहरू पहिचाहन गर्न,

ग) सामुदायिक स्रोतका उपयोग विधिहरू पहिचान गरी प्रयोग गर्न,

घ) सामुदायिक स्रोत परिचालन योजना तयार पारी कार्यान्वयन गर्न ।

२. सामग्री:

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, समुदायका प्रतिनिधि (उपलब्धताअनुसार)

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) सामुदायिक स्रोत र किसिम

ग) सामुदायिक स्रोत परिचालन विधिहरू

घ) सामुदायिक स्रोत परिचालन योजना

ङ) सामुदायिक स्रोत परिचालन अभ्यास

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

म कक्षा ९/१० मा पढ्दा...

- माथिको वाक्यांश बोर्डमा लेख्नुहोस् र सहभागीहरूलाई कम्तिमा पनि पाँच वाक्यको एक अनुच्छेद लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सबैलाई आफूले लेखेका कुराहरू पढ्न लगाउनुहोस् र सहभागीमध्ये अभिनय गर्न सक्ने नाम टिप्नुहोस् ।

ख) सामुदायिक स्रोत र किसिम (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई सामुदायिक स्रोत भन्नाले केके पर्दछन्, सामुदायिक स्रोतलाई कसरी परिभाषित गर्न सकिन्छ भन्ने प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् । (चारचार जनाको समूहमा)
- छलफलका निचोडलाई न्युजप्रिन्टमा लेखेर प्रदर्शन र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- सामुदायिक स्रोतको परिभाषा तथा किसिम लेखिएको चार्ट प्रदर्शन गर्दै धारणा प्रस्ट पार्न सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) सामुदायिक स्रोत परिचालन विधि (५० मिनेट)

- सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई दुई भागमा बाँड्नुहोस् ।
- ती ठूला समूहलाई पनि उपसमूहमा बाँडेर TRM को सामुदायिक स्रोत उपयोग विधिको गहिरो अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सामुहिक अध्ययन सकिएपछि दुवै समूहका एकएक प्रतिनिधिले सामुदायिक स्रोत परिचालन विधिको Concept बुझाउन १०/१० मिनेटको सत्र चलाउन लगाउनुहोस् । (आवश्यक ठाउँमा सहयोग गर्नुहोस्)

घ) सामुदायिक स्रोत परिचालन योजना (४० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई TRM को सम्बन्धित पाठमा भएको Caption अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रश्नहरूको उत्तरमा नजिकैको साथीसँग छलफल गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँडेर कक्षा ९ र १० बाट सामुदायिक स्रोत उपयोग गर्न सकिने विषयवस्तुहरू छान्न लगाउनुहोस् ।

सामुदायिक स्रोत	विषयवस्तु	कैफियत

- सामुदायिक स्रोत र विषयवस्तु छानिसकेपछि छानिएका स्रोत र पाठहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई भिन्नाभिन्नै किसिमका सामुदायिक स्रोत दिएर स्रोत परिचालनको योजना निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।

पढाउनुपर्ने विषयवस्तु	सामुदायिक स्रोत	आवश्यकता वा महत्व (सम्बन्धित स्रोतका)	कहिले परिचालन गर्ने	कसरी परिचालन गर्ने	कैफियत

- निर्मित योजनाको प्रदर्शन तथा व्याख्या गर्न लगाउनुहोस् ।

ङ) सामुदायिक स्रोत परिचालन अभ्यास (४० मिनेट)

- निर्मित योजनामध्ये कुनै एउटालाई आधार मानेर स्रोत परिचालनको अभ्यास तालिम कक्षाभित्र नै गराउनुहोस् । आवश्यक देखिएमा बाहिर लैजान पनि सकिन्छ ।
- स्रोतपरिचालन प्रक्रियालाई सकेसम्म सरल, कम खर्चिलो तथा उपलब्धिमूलक बनाउने विधिमा छलफल चलाउनुहोस् ।

च) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागिता तथा कार्यसम्पादन अवलोकनद्वारा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागी वा पर्यवेक्षकलाई बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: शैक्षिक सामग्रीको प्रदर्शनी

सत्र: बाइसौँ, तेइसौँ र चौबीसौँ **समय: ४ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) शैक्षिक सामग्रीको प्रदर्शनीको आयोजना तथा सञ्चालन गर्न ।

२. सामग्री:

अगाडिका सत्रहरूमा निर्मित र सङ्कलित सम्पूर्ण सामग्रीहरू, विभिन्न स्रोतबाट उपलब्ध अन्य सामग्रीहरू

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) योजना

ख) सञ्चालन

ग) मूल्याङ्कन

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) योजना (१ घण्टा)

- सहभागीहरूलाई समूहमा रहेर शैक्षिक सामग्री प्रदर्शनीको योजना तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

ख) सञ्चालन (३ घण्टा)

- सहभागीद्वारा निर्मित योजनाअनुसार प्रदर्शनी सञ्चालन गर्न लगाउनुहोस् र यसका लागि आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) मूल्याङ्कन

- तालिम केन्द्रका विशेषज्ञहरू तथा वरिपरिका शिक्षकहरूलाई आमन्त्रण गरी प्रदर्शनीको मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् ।

घ) सारांश (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागिता तथा कार्यसम्पादन अवलोकनद्वारा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (२० मिनेट)

सहभागी वा पर्यवेक्षकलाई बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

सन्दर्भसामग्री:

- Serchan Lokendra (2060) Method of Teaching Health and Physical Education. Ratana Pustaka Bhandar, Kathmandu.
- Dhakal Somnath(2058). Method of teaching population Education. Ratana Pustaka Bhandar, Kathmandu.
- प्रधानाङ्ग, डा. योगेन्द्र र श्रेष्ठ, डा. देवी बहादुर (२०५१) समुदाय स्वास्थ्य शिक्षाको, रूपरेखा, Educational Publishers in Health.
- Byers Andy & Childs(2003).The hand book science teachers, Madhuban India.
- Shrivastava HS(2002).:Manual for Schools (A Guide for School Administraton. S.Chand, India.
- Joyce Bruce and Weil Marsha(1997). Models of Teaching , Fifth Edition. Prentice -Hall of India.
- पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण, शिक्षक निर्देशिका कक्षा नौ र दस। स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा प्रयोगात्मक कार्यनिर्देशिका, सानोठिमी ।
- www. moe.gov.np

एकाइ तीनः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाको पाठ्यक्रम

सक्षमताः Teacher develops advance knowledge of HPE related curriculum, traces its continuity starting from secondary level to higher curricula, integrates curriculum contents of health and population with environment areas and relates curriculum materials with available references and resources.

सत्र सङ्ख्याः ७ **समयः १० घण्टा ३० मिनेट**

पाठ शीर्षकः पाठ्यक्रमको परिचय

सत्रः पहिलो **१ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्यः**
यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:
क) पाठ्यक्रमलाई परिभाषित गर्न,
ख) पाठ्यक्रमका विभिन्न तत्व र तिनीहरूबीचको सम्बन्ध बताउन,
ग) पाठ्यक्रमको महत्व वर्णन गर्न ।

२. **सामग्रीः**
माध्यमिकदेखि उच्च तह सम्मका पाठ्यक्रमहरू, न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर आदि

३. **मुख्य क्रियाकलापः**
क) मस्तिष्क मन्थन
ख) पाठ्यक्रमको अर्थ र परिभाषा
ग) पाठ्यक्रमका तत्वहरू
घ) पाठ्यक्रमको महत्व

४. **विस्तृत क्रियाकलापः**

क) मस्तिष्क मन्थन (१० मिनेट)

- तलको शब्दजाल हेरेर शिक्षासँग सम्बन्धित कुनै दसओटा शब्दहरू छान्न लगाउनुहोस् ।
- सबैभन्दा पहिले दस ओटा शब्द छान्न लगाउनुहोस् । सहभागीले छानेका शब्दहरू बोर्डमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

पा	रा	ह	म	के	लो	आ	जी	स	सि
त्र	ठ्य	ऊ	स	मु	दा	य	को	कौ	का
ज	दे	क्र	त	म	रा	ना	छ	रे	रु
श्य	क	ओ	म	उ	वि	द्या	ल	य	ख
वै	क्ष	त्री	लै	न	दै	ल	विं	रा	म
ध	शि	क्ष	ङ्क	ति	दै	शि	का	क	प
ता	व	ल्या	पा	ठ	यो	ज	ना	मा	रो
रा	मू	त्र	ठ	प	री	क्षा	प	प	क्ष
य	ज्ञ	पा	ह्य	पु	स्त	क	र	न	ण
य	ह	र	ग्री	मा	सा	क	क्षि	शै	वि

ख) . पाठ्यक्रमको अर्थ र परिभाषा (२० मिनेट)

साहभागीहरूलाई एकएक ओटा मेटाकार्ड दिने र त्यसमा Curriculum को परिभाषा लेख्न लगाउनुहोस् र प्रदर्शन गराउनुहोस् । आएका परिभाषाहरूमा छलफल चलाएर Curriculum को अर्थ परिभाषा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

ग) पाठ्यक्रमका तत्वहरू (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चार/चारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् । प्रत्येक समूहलाई एकएकओटा विद्यालय पाठ्यक्रम न्युजप्रिन्ट उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- समूहमा छलफलद्धारा पाठ्यक्रमका तत्वहरू पहिचान गर्न र तिनीहरूको छोटो परिचय लेख्न लगाउनुहोस् ।
- लेखिएका तत्वहरू र ती तत्वहरू आधारित रहेर छलफलमा चलाउनुहोस् ।
- तत्वहरू र तत्वहरूको परिचय भएको चार्ट प्रदर्शन गरेर अझ प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

घ) पाठ्यक्रमको महत्व (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई TRM को सम्बन्धित पाठमा भएको Caption पढ्न भन्नुहोस् ।
- दिइएका प्रश्नहरू अध्ययन सकेपछि दुई जनाको समूह बनाएर पाठ्यक्रमका महत्वका बुँदाहरू टिप्न र छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- चारचार जनाको समूह निर्माण गर्नुहोस् र दुईजनाको समूहवाट ल्याइएका महत्वका बुँदाहरूमा छलफल चलाई लेख्न लगाउनुहोस् ।
- लेखिएका बुँदाहरू समूहको एक सदस्यवाट प्रदर्शन गराउनुहोस् र आवश्यक परेको ठाउँमा सहयोग गर्नुहोस् ।
- चार्ट प्रदर्शन गरेर महत्वका बुँदाहरूलाई प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५.. मूल्याङ्कन

सहभागिता तथा प्रस्तुतिको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्येका केहीलाई राम्रा र सुधार्नुपर्ने पक्ष भन्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: **राष्ट्रिय पाठ्यक्रम र स्थानीय मुद्दाहरू**

सत्र: दोस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्यहरू बताउन,

ख) माध्यमिक तहको पाठ्यक्रमको ढाँचा पहिचान गर्न,

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमको परिचय दिन,

घ) राष्ट्रिय पाठ्यक्रममा स्थानीय मुद्दाहरूको स्थान पत्ता लगाउन ।

२. सामग्री:

माध्यमिक स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयको पाठ्यक्रम, TRM, मार्कर, साइनपेन, न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड आदि ।

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्यहरू र माध्यमिक तह पाठ्यक्रम

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रममा स्थानीय मुद्दाहरू ।

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन (१० मिनेट)

- सबै सहभागीलाई, स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरणसम्बन्धी Quiz प्रश्न सोच्न, लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई पाँचपाँच जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र समूहभित्र प्रत्येकले प्रश्न सोध्ने र जान्नेले हात उठाएर उत्तर दिने प्रबन्ध गर्नुहोस् ।
- Quiz को समाप्तिसँगै यसको रमाइलो पक्ष र फाइदाका बारेमा दुई मिनेटको छलफल चलाउनुहोस् ।

ख) माध्यमिक तह पाठ्यक्रम र शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्यहरू (२५ मिनेट)

- सहभागी समूहहरूलाई न्युजप्रिन्ट उपलब्ध गराउनुहोस् र शिक्षाका राष्ट्रिय उद्देश्यहरू लेख्न लगाउनुहोस् ।
- राष्ट्रिय उद्देश्यहरू TRM को सम्बन्धित पाठमा हेरेर तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।
- अस्पष्ट ठाउँमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।
- माध्यमिक तहको पाठ्यक्रमको ढाँचाको बारेमा समूहमा छलफल गराउनुहोस् । यसका मुख्यमुख्य बुँदाको परिचय दिन र प्रत्येक समूहको एक प्रतिनिधिलाई समय दिनुहोस् ।

ग) **माध्यमिक तहको स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रम र स्थानीय मुद्दाहरू** (४० मिनेट)

- स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रम समूहमा वितरण गर्नुहोस् । यसका विविध पक्षको अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- यसका मुख्य विशेषताहरू न्युजप्रिन्टमा टिप्न लगाउनुहोस् र प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- आपश्यक छलफल गरी उक्त पाठ्यक्रमको विशेषताहरू पहिल्याउनुहोस् ।
- प्रत्येक सहभागीहरूलाई पाठ्यक्रमले समेटन असफल रहेको विषयसँग सम्वन्धित मुद्दा मेटाकार्डमा टिप्न लगाउनुहोस् ।
- यी भेटाकार्डहरूको प्रदर्शनसँगै स्थानीय मुद्दाहरूलाई शिक्षणमा कसरी समावेश गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल चलाउनुहोस् ।
- आवश्यकताअनुसार विचारहरू सङ्गठित र ठोसरूपमा प्रस्तुत गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।

घ) **सारांश** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागिता तथा कार्यसम्पादनको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६.. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीहरूलाई दुई ओटा मेटाकार्ड दिनुहोस् र एउटामा राम्रो र अर्कामा सुधार्नु पर्ने पक्ष लेख्न लगाउनुहोस् । यी कार्डहरूको अध्ययनद्वारा पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाको पाठ्यक्रम

सत्र: तेस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमको विभिन्न पक्षहरू पहिचान गर्न,

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमका साधारण तथा विशिष्ठ उद्देश्यहरू वर्णन गर्न,

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाको क्षेत्र र क्रम बताउन,

घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमलाई शिक्षणमा प्रभावकारी उपयोग गर्न ।

२. सामग्री:

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर, स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्क्रम

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमका विभिन्न पक्षहरू

ग) पाठ्यक्रमको प्रयोग

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन (१० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई तलको चित्र राम्ररी हेर्न भन्नुहोस् । (बूढी र भरखरकी केटी दुवै एउटैमा देखिने चित्र)

- चित्रमा केके देख्नु हुन्छ ? भन्ने प्रश्न राख्नुहोस् र कुनै पनि कुरालाई अझ राम्ररी बुझ्न गहिरिएर विचार गर्नुपर्ने तथा अवलोकन गर्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् ।

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमका विभिन्न पक्षहरू (३० मिनेट)

- सबै सहभागीलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई एउटा पाठ्यक्रम र एउटा न्युजप्रिन्ट पेपर तथा आवश्यक साइनपेन वा मार्कर उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- सामूहिक छलफलद्वारा पाठ्यक्रममा पाइएका प्रमुख कुराहरू टिप्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्यक्रमका विभिन्न पक्षहरू टिपिएका न्युजप्रिन्टहरू प्रदर्शन गर्न लगाई पाठ्यक्रमका विविध पक्षहरूमा छलफल गराउनुहोस् ।

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमको प्रयोग (४० मिनेट)

- प्रत्येक सहभागीलाई पाठ्यक्रमको आधारमा रहेर कुनै एउटा पाठयोजना निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।
- बनाइएका योजनामध्येको कुनै एक वा दुईओटामा आधारित भएर इच्छुक शिक्षकद्वारा Micro teaching गराउनुहोस् ।
- पाठ्यक्रम प्रयोगका विविध पक्षमा छलफल चलाउनुहोस् र निष्कर्ष निकाल्नुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५.. मूल्याङ्कन

अवलोकन तथा सहभागिताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

मेटाकार्डमा सत्रको राम्रा र सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरू लेख्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: एकीकृत पाठ्यक्रम

सत्र: चौथो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) Integrated Curriculum लाई परिभाषित गर्न,

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रमलाई Integrated पाठ्यक्रमको रूपमा पहिचान गर्न,

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रममा भएका एकिकृत विषयवस्तुहरू पहिचान गर्न,

घ) Integrated पाठ्यक्रमको महत्व बताउन ।

२. सामग्री:

पाठ्यक्रमहरू (कक्षा ९ र १०), वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यपुस्तक (कक्षा ९ र १०), मेटाकार्ड,. न्युजप्रिन्ट, मार्कर आदि ।

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) Integrated पाठ्यक्रम

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रममा Integrated विषयवस्तुहरू

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा Integration को महत्व

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) Integrated पाठयक्रम (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई पाँचपाँचजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई TRM मा भएको सम्बन्धित पाठको अध्ययन गरी छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- परिभाषाहरू प्रस्तुत गर्न लगाई आवश्यक ठाउँमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पाठ्यक्रममा एकीकृत विषयवस्तुहरू (३० मिनेट)

- समूहमा पाठ्यपुस्तक तथा प.ठ्यक्रम वितरण गर्नुहोस् ।
- पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकको आधारमा एकिकृत पाठ्यवस्तु र छुटै राखिएका पाठ्यवस्तु छुट्याउन लगाउनुहोस्·।
- प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाई एकीकृत रूपमा राख्नका कारणमा छलफल गराउनुहोस् ।
- आवश्यक ठाउँमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) Integration को महत्व (२० मिनेट)

- पाठ्यक्रम Integration को के महत्व छ भन्ने प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
- बुदाहरू प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् र प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

घ) सारांश (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५.. मूल्याङ्कन

सहभागिता तथा अवलोकनको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (१० मिनेट)

मेटाकार्डमा सत्रको राम्रा र सुधांर गर्नुपर्ने पक्षहरू लेख्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरणसँग सम्बन्धित पाठ्यक्रमहरू

सत्र: पाचौँ **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्वास्थ्य, जनङ्ख्या तथा वातावरणसँग सम्बन्धित विषयहरूको मा.वि. देखि उच्चतह सम्मको निरन्तरता पहिचान गर्न,

ख) माध्यमिक तहका उद्देश्य, विषयवस्तु, विधि र उच्चतहमा समावेस गरिएका उद्देश्य, विषयवस्तु र विधिको बीचमा तुलना गर्न ।

२. सामग्री:

उच्चमाध्य मक पाठ्यक्रमहरू, उच्च शिक्षाका पाठ्यक्रमहरू (उपलब्ध भएसम्म)

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा माध्यमिक तहदेखि उच्च शिक्षासम्म ।

ग) पाठ्यक्रम, तुलना ।

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई आमनेसामने हुनेगरी गोलाकाररूपमा बस्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीलाई "मलाई यो तालिम किन ?" भन्ने प्रश्नमा बोल्न लगाउनुहोस् ।
- तालिमका महत्वका बुँदाहरू बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् ।

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा माध्यमिक तहदेखि उच्च शिक्षासम्म (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई Curriculum उपलब्ध गराउनु ।
- TRM को विषयसूची भएको Page सबैलाई अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र विषयवस्तु र विषय के र कसरी सङ्गठित गरिएको छ भन्ने कुरामा छलफल चलाई टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।
- सबै समूहको प्रतिवेदनको प्रस्तुतिबाट विषयवस्तुहरूको सङ्गठन र विस्तारमा स्प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) पाठ्यक्रम, तुलना (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई समूहमा एकएकओटा न्युजप्रिन्ट र मार्कर उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- पाठ्यक्रमका नमुना तथा TRM मा उपलब्ध पाठ्यसामग्रीको अध्ययन र छलफल चलाउनुहोस् ।

➢ तलका सूचीअनुसारको प्रतिवेदन तयार पार्न सहयोग गर्नुहोस् ।

स्वास्थ्य,जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाका कक्षा ९/१० का उद्देश्य	स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरणसँग सम्बन्धित विषयहरूको उच्च शिक्षासम्मका उद्देश्य	माध्यमिक तहको विषयवस्तु	उच्च शिक्षा तहको विषयवस्तु

विधिहरू		सामग्रीहरू		मूल्याङ्कन	
माध्यमिक	उच्च	माध्यमिक	उच्च	माध्यमिक	उच्च

माथिको चार्टमा आधारित रहेर अध्ययन गराउँदा मुख्य बुँदाहरूमात्र टिप्न लगाउनुहोस् । प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाई छलफल चलाउनुहोस् ।

घ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५.. मूल्याङ्कन (५ मिनेट)

क) माध्यमिक र उच्च शिक्षाको पाठ्यक्रमबीचमा केके कुराले निरन्तरता देखाएका छन् ?

ख) के उच्च शिक्षाको पाठ्यक्रमले माध्यमिक पाठ्यक्रमका सबै क्षेत्र ओगटेको छ ? कसरी ?

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

सहभागीमध्ये एकजनालाई सत्रका सबल र सुधार गर्नुपर्ने पक्षका व्याख्या गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षकः पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक निर्देशिकाको सम्बन्ध

सत्रः छैटौँ र सातौँ

समयः ३ घण्टा

१. उद्देश्यः

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तथा अन्य सहयोगी सन्दर्भ सामग्रीको सम्बन्ध पहिचान गर्न,
ख) पाठ्यक्रमअनुसार पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक अन्य सामग्रीको उपयुक्तता पत्ता लगाउन,
ग) पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोगविधि बताउन ।

२. सामग्रीः

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर, माध्यमिक पाठ्यक्रमहरू, शिक्षक निर्देशिका, पाठ्यपुस्तक पाठ्यक्रम तथा अन्य उपयोगी, सामग्रीहरू ।

३. मुख्य क्रियाकलापः

क) मस्तिष्क मन्थन
ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण पाठ्यपुस्तक र शिक्षक निर्देशिका ।
ग) पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोग ।

४. विस्तृत क्रियाकलापः

क) मस्तिस्क मन्थन (३० मिनेट)

- सहभागीहरू सबैलाई उठाएर तालिम कक्षाको एउटा कुनामा उभिन लगाउनुहोस् ।
- पाठ्यपुस्तक भएपछि अन्य कुराहरू नभएमा पनि शिक्षण प्रभावकारी हुन्छ' लेखिएको वाक्य सबैलाई देखाउनुहोस् र प्रस्टसँग बताइदिनुहोस् ।
- लिखित वाक्यसँग सहमत, असहमत तथा केही सहमत र केही असहमत छु भन्नेहरूलाई तीन ओटा छुट्टाछुट्टै ठाउँमा गएर उभिन लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई पालैपालो, सहमत, असहमत तथा बीचमा हुनुका कारणहरू बताउन लगाउनुहोस् ।
- करीब पन्ध्र मिनेटको छलफलपछि सहभागीहरूलाई आ-आफ्नो ठाउँमा बस्न लगाउनुहोस् ।

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण पाठ्यपुस्तक र शिक्षक निर्देशिका (१ घण्टा)

- सहभागीहरूलाई चारओटा समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक चारओटा समूहमध्ये दुई ओटालाई पाठ्यक्रम र पाठ्युस्तक र अरु दुई ओटालाई पाठ्यक्रम र शिक्षक निर्देशिका उपलब्ध गराउनुहोस् ।

- तलको तालिकाअनुसार पाठ्यपुस्तक तथा शिक्षक निर्देशिकाको अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
  - अ. पाठ्यक्रमअनुसार क्षेत्र र क्रम
  - आ. पाठ्यक्रमका उद्देश्य पूरा गराउन सहायक ।
  - इ. उपयुक्त भाषा ।
  - ई. उदाहरण, चित्र तथा अभ्यासहरू ।
  - उ. प्रयोगका लागि सल्लाह र सुझाव
- अध्ययन सकिएपछि प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र आवश्यक परेको ठाउँमा सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक र शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोग (१ घण्टा १० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई तीन ओटा समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई एकएकओटा न्युजप्रिन्ट र मार्कर उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- एउटा समूहलाई पाठ्यक्रमको प्रयोग विधि र यसको उपयोगिताका बारेमा छलफल गरी बुँदाटिपोट गर्न लगाउनुहोस् । दोस्रोलाई पाठ्यपुस्तक र तेस्रोलाई शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोग विधि र उपयोगिता लेख्न लगाउनुहोस् ।
- प्रयोग विधिका बुँदाहरू प्रदर्शन गराउनुहोस् ।

घ) साराश (१० मिनेट)

सत्रको साराश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागी अवलोकनको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (१० मिनेट)

एकजना सहभागीलाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाउनुहोस् ।

सन्दर्भ सामग्रीः

- पाठ्यक्रम विकास केन्द्र (२०५७), माध्यमिक शिक्षा पाठ्यक्रम ।
- माध्यमिक पाठ्यक्रम परिचयात्मक तालिम पुस्तिका, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।
- उच्च माध्यमिक तहका पाठ्यक्रमहरू, उच्चमाध्यमिक शिक्षा परिषद् ।
- वाग्ले, मनप्रसाद र पौडेल, लेखनाथ (२०६१), पाठ्यक्रम र मूल्याङ्कन, विद्यार्थी पुस्तक भन्डार ।
- Serchan Lokendra (2060) Method of Teaching Health and Physical Education. Kathmandu: Ratana Pustaka Bhandar
- Dhakal Somnath(2058). Method of teaching population Education. Kathmandu; Ratana Pustaka Bhandar

सक्षमता: Teacher develops advance skills on continuous assessment (home work, class work, field work, written and oral tests, observation and demonstration), develops own assessment criteria and tools, prepares domain based grid and synthesize test papers and marking scheme from the items developed and developed plans for assessing students' work and provide feedback.

सत्र सङ्ख्या: १६ — **समय: २४ घण्टा**

पाठ शीर्षक: मूल्याङ्कनका प्रकार र तरिकाहरू

सत्र: पहिलो, दोस्रो र तेस्रो — **समय: ४ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) मूल्याङ्कनको परिचय दिन ।
ख) मूल्याङ्कनको प्रकारहरू वताउन ।
ग) निरन्तर विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कन गर्ने साधनहरू निर्माण गर्न ।

२. सामग्री:

मेटाकार्ड, साइनपेन, मार्कर, कार्डसिटहरू, ग्लुस्टिक,मूल्याङ्कनका साधनहरूको नमुना ।

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन
ख) मूल्याङ्कनको परिचय
ग) मूल्याङ्कनको प्रकार
घ) मूल्याङ्कनका तरीका (साधनहरू)
ङ) निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन: (१५ मिनेट)

- "वीनाले स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयको अन्तिम परीक्षामा ७५ पूर्णाङ्कमा ६५ अङ्क ल्याइन्" उनले प्राप्त गरेको अङ्कले कुनकुन कुरालाई निर्धारण गर्दछ"
- यो प्रश्न सबै सहभागीहरूलाई सोध्नुहोस् र उत्तरहरू टिप्दै जानुहोस् ।

➢ सहभागीहरूबाट आएको उत्तरहरूलाई समेट्दै प्राप्त अङ्कले परिणामलाई मात्र देखाउँछ भन्ने बताउनुहोस् ।

ख) मूल्याङ्कनको परिचयसम्बन्धी छलफल (१५ मिनेट)

➢ मूल्याङ्कन भनेको के हो ? हरेक सहभागीहरूलाई आफ्नो कपीमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

➢ नजिकको साथीसँग जोडी बन्न लगाई आफूले लेखेको कुराहरू छलफल गर्न लगाउनुहोस् (दुईदुई जनाको समूहमा) ।

➢ २ जनाको समूहमा एउटा मेटाकार्ड वितरण गरी मूल्याङ्कन भनेको के हो ? भन्ने सम्बन्धमा एक वाक्य लेख्न लगाउनुहोस् ।

➢ मेटाकार्डहरू सङ्कलन गरी टाँस्दै जानुहोस् ।

➢ मूल्याङ्कनको सम्बन्धमा सहभागीहरूले लेखेको कुरालाई समेट्दै निष्कर्ष बताइदिनुहोस् ।

मूल्याङ्कन शिक्षणको अभिन्न अङ्ग हो । विद्यार्थीहरूले कुनै विषयमा हासिल गर्नुपर्ने ज्ञान, सीप र अभिवृत्ति कति प्राप्त गरे र सोको आधारमा विद्यार्थीको स्तर के हुने र अब उसले के गर्नुपर्छ भन्ने कुराको विश्लेषण मूल्याङ्कनबाट हुन्छ ।

ग) मूल्याङ्कनको प्रकार (२५ मिनेट)

➢ मूल्याङ्कनका प्रकारहरू सम्बन्धमा छलफल गराउनुहोस् । छलफलको क्रममा निम्न प्रश्नहरू सहभागीहरूको माझमा राख्नुहोस् ।

- पढाइमा ध्यान नदिने विद्यार्थीलाई के गर्नुहुन्छ ?
- गृहकार्य राम्ररी नगर्ने विद्यार्थीलाई के गर्नुहुन्छ ?
- कक्षामा विद्यार्थीलाई किन परीक्षा लिनुहुन्छ ?
- अन्तिम परीक्षाले के सूचना दिन्छ ?
- Unit परीक्षा, गृहकार्य, कक्षाकार्य, वार्षिक परीक्षामा के फरक छ ?
- गृहकार्य र कक्षाकार्यबाट तपाईं विद्यार्थीको के कुरा पत्ता लगाउन चाहनुहुन्छ ? पत्ता लगाएपछि के गर्नुहुन्छ ?
- विद्यार्थीले सिक्नुपर्ने जति नसिक्दा तपाईं उनीहरूलाई के भन्नु वा गर्नु हुन्छ ?

➢ प्रश्नहरूको मौखिक उत्तरहरू टिप्दै जानुहोस् र निर्माणात्मक मूल्याङ्कन र निर्णयात्मक मूल्याङ्कनको बारेमा स्पष्टसँग बताइदिनुहोस् ।

शिक्षणसिकाइ क्रियाकलापमा मुख्य निर्णयात्मक र निर्माणात्मक मूल्याङ्कन प्रयोग गरिने भए तापनि कतै स्तरनिर्धारण र निदानात्मक मूल्याङ्कनको पनि छुट्टाछुट्टै प्रयोग भएको पाइन्छ ।

- निर्माणात्मक मूल्याङ्कन – निर्माणात्मक मूल्याङ्कन विद्यार्थीको पठनपाठनमा सुधार ल्याउन गरिने मूल्याङ्कन हो । यो निरन्तर चलिरहन्छ । त्यसैले यसलाई निरन्तर मूल्याङ्कन पनि भनिन्छ ।
- निर्णयात्मक मूल्याङ्कन – निर्णयात्मक मूल्याङ्कन विद्यार्थीको स्तरनिर्धारण, सफलता र असफलताको निर्णय दिने मूल्याङ्कन हो ।

घ) **मूल्याङ्कनका तरिकाहरू (साधनहरू) सम्बन्धी छलफल र निर्माण** (१ घण्टा ५० मिनेट)

➢ सहभागीहरूलाई, विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कनका लागि प्रयोग गरिँदै आएको साधनहरू के के हुन् ? आ–आफ्नो कापीमा सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

➢ प्रत्येक सहभागीले बनाएको सूची मौखिक रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाई मूल्याङ्कनका लागि प्रयोग गर्न सकिने साधनहरूको सूची प्रस्तुत गर्नुहोस् र तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।

मूल्याङ्कनका साधनहरू:
- परीक्षा (लिखित र मौखिक)
- कक्षाकार्य
- गृहकार्य
- अवलोकन (रुजूसूची, श्रेणीमापन)
- अभिलेख (सञ्चित र घटनावृत्त)
- परियोजना कार्य, आदि ।

➢ मूल्याङ्कनका साधनहरू निर्माण गर्ने तरिकाहरूको बारेमा छलफल गरी साधनहरूको नमुना तयार पार्न लगाउनुहोस् । निम्नअनुसारको समूहमा सहभागीहरूलाई विभाजन गरी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । समूह क - श्रेणीमापन, समूह ख - रुजुसूची, समूह ग - सञ्चित अभिलेख र समूह घ - घटनावृत्त अभिलेख । यी साधनहरू १.५ महिने विद्यालयमा आधारित तालिममा प्रयोग गर्नुपर्ने तथा दैनिक विद्यार्थी शिक्षणसिकाइ क्रियाकलापमा परिमार्जनसहित प्रयोग गर्नुपर्ने कुरा बताउनुहोस् ।

ङ) **निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन** (१ घण्टा ३० मिनेट)

सहभागीहरूलाई निम्न प्रश्न सोध्नुहोस् र व्यक्तिगतरूपमा उत्तर लेख्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीको निरन्तर मूल्याङ्कन गर्न किन आवश्यक छ ? स्वास्थ्य जनसङ्ख्या र वातावरण शिक्षामा निरन्तर मूल्याङ्कनको महत्व बढी छ । कसरी ?

➢ सहभागीहरूको उत्तरलाई समेट्दै निरन्तर मूल्याङ्कनको विद्यार्थीउपलब्धि मूल्याङ्कनमा रहेको महत्वलाई स्पष्ट पार्नुहोस् ।

- निरन्तर मूल्याङ्कनको क्रममा दैनिकरूपमा विद्यार्थीको उपलब्धिलाई कसरी हेरिन्छ र तिनीहरूको रेकर्ड कसरी राख्न सकिन्छ ? छलफल गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले गरेका विभिन्न कार्यहरू, जस्तै- गृहकार्य, कक्षाकार्य, आदिलाई विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कनका लागि प्रयोग गर्नुपर्ने कारणहरू छलफल गर्नुहोस् ।
- यस्ता प्रकारका साधनहरू (गृहकार्य, कक्षाकार्य) लाई प्रभावकारी बनाउने र हरेक शिक्षकले अपनाउन सकिने गरी कसरी कार्यान्वयन गर्न सकिन्छ ? छलफल गर्नुहोस् र निष्कर्षमा पुग्नुहोस् ।
- शिक्षिका उषा कक्षा ९ का विद्यार्थीहरूले तयार पारेको प्रतिवेदन अध्ययन गर्दै हरेक विद्यार्थीहरूका लागि अङ्क प्रदान गर्ने आधार तयार पार्दैछिन, उनले ती विद्यार्थीहरूका लागि यस्तो फारम बनाएर राखिन् ।
- समूह "क":- हरि, श्याम, कुमार, सीता, रमा, सम्झना

समूह	प्रतिवेदनको ढाँचा			प्रस्तुतीकरण (लेखन शैली)			प्राप्ति (पत्ता लगाएका कुराहरू)			सुझाव			कैफियत
	राम्रो	ठीकै	निम्न	राम्रो	ठीकै	निम्न	राम्रो	ठीकै	निम्न	राम्रो	ठीकै	निम्न	
क											-		राम्रो-३ ठीकै-२ निम्न-१
ख													राम्रो-३ ठीकै-२ निम्न-१

- हरेकलाई यो चार्ट अध्ययन गर्न लगाउँदै ४ समूहमा बाँड्नुहोस् र हरेक समूहलाई निम्नानुसारको कार्य गरेवापत विद्यार्थी मूल्याङ्कन आधार कसरी तय गर्न सकिन्छ ? र कसरी अभिलेख राख्न सकिन्छ ? तयार पारी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- समूह "क" क्षेत्र भ्रमण
- समूह "ख" परियोजना कार्य
- समूह "ग" सामग्री सङ्कलन र निर्माण
- समूह "घ" प्रतिवेदन लेखन

प्रस्तुतिपछि आवश्यक सुधारसहित निरन्तर मूल्याङ्कनको औचित्य बताइदिनुहोस् ।

सारांश: (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

क) मूल्याङ्कन भनेको के हो ?

ख) मूल्याङ्कनका प्रकारहरू बताउनुहोस् ।

ग) मूल्याङ्कनका साधनहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण: **(५ मिनेट)**

सहभागीहरूमध्ये १ जनालाई आजको सत्रको उपलब्धि र सुधार गर्नुपर्ने कुराहरू बताउन लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: प्रश्नपत्र निर्माण, प्रश्नको विश्वसनियता र वैधता

सत्र: चौँथो, पाँचौँ र छैटौँ **समय: ४ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) शिक्षकनिर्मित परीक्षण र स्तरीकृत परीक्षणको फरक बताउन ।

ख) परीक्षाका किसिम बताउन ।

ग) प्रश्नको विश्वसनीयता र वैधता निकाल्ने तरिका बताउन ।

२. **सामग्री:**

मेटाकार्ड, साइनपेन, मार्कर, कार्डसिट, ग्लुस्टिक/मास्किङ टेप, परीक्षण गर्ने तरिकाहरूको सूची ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) शिक्षकनिर्मित परीक्षा र स्तरीकृत परीक्षणको फरक

ग) परीक्षणका किसिमहरूसम्बन्धी छलफल

घ) परीक्षण (test) को विश्वसनीयता, वैधता निकाल्ने तरिकासम्बन्धी छलफल र अभ्यास

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

(२५ मिनेट)

क) **मस्तिष्क मन्थन:**

- तपाईंले विद्यालयमा अर्धवार्षिक परीक्षा लिनका लागि तयार पारेको प्रश्नपत्र र प्रवेशिका परीक्षाका लागि तयार पारेको प्रश्नपत्रमा के भिन्नता देख्नुहुन्छ ? यदि भिन्नता भए तिनीहरूको सूची बनाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूले तयार पारेको सूचीको बारेमा छलफल गर्दै विद्यालयमा शिक्षक एक्लै र SLC को प्रश्नपत्र बनाउँदा शिक्षक लगायत अन्य विशेषज्ञहरू हुने कुरा बताइदिनुहोस् ।

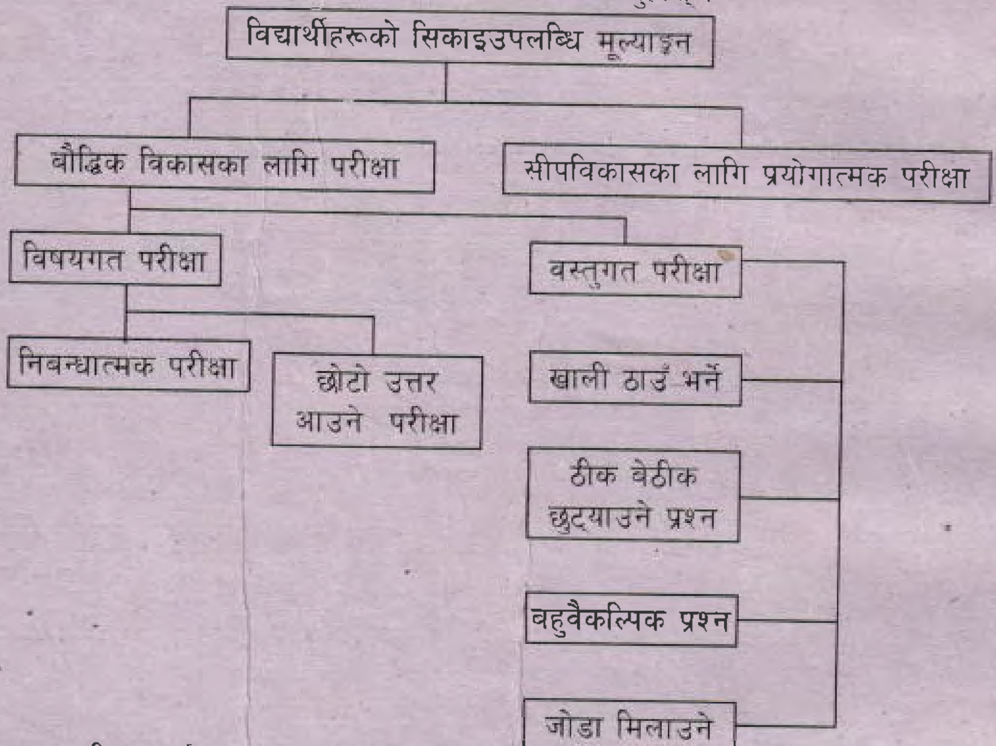
ख) **शिक्षकनिर्मित र स्तरीकृत परीक्षणबीचको फरकसम्बन्धी छलफल** (४० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई दुईसमूहमा बाँडी शिक्षकनिर्मित र स्तरीकृत परीक्षाको फरक लेख्न लगाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- दुवै समूहले प्रस्तुत गरिसकेपछि दुई परीक्षाबीचको फरक स्पष्टसँग बताइदिनुहोस् ।

ग) परीक्षणका तरिकाहरूसम्बन्धी छलफल

(२ घण्टा)

- विद्यार्थीहरूको सिकाइउपलब्धि मूल्याङ्कनका लागि खासगरी बैद्धिक विकासको परीक्षण र सीपविकासको प्रयोगात्मक परीक्षण गरिन्छ भने बौद्धिक विकासको परीक्षणका किसिमहरू केके हुन्, प्रत्येक सहभागीलाई आआफ्नो कपीमा लेख्न लगाउनुहोस् र सहभागीहरूलाई चारसमूहमा बाँडी आफूले व्यक्तिगत रूपमा लेखेका परीक्षाका किसिमहरूमा छलफल गरी समूहगत रूपमा तयार पर्न लगाउनुहोस् र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरणपछि तपाईंले तयार पारेको निम्नानुसारको चार्ट प्रस्तुत गरी छलफल गराउनुहोस् र परीक्षाको किसिमहरूसम्बन्धी स्पष्ट पार्नुहोस् ।



- सहभागीहरूलाई छ समूहमा बाँड्नुहोस् ।

प्रत्येक समूहलाई निम्नानुसारको कार्य गर्न लगाई र प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्:

- समूह A - निवन्धात्मक परीक्षाको परिचय, फाइदा र बेफाइदाहरू
- समूह B - छोटो उत्तर आउने परीक्षाको परिचय, फाइदा र बेफाइदाहरू
- समूह C - खाली ठाउँ भर्ने परीक्षाको परिचय, फाइदा र बेफाइदाहरू
- समूह D - ठीक बेठीक छुटाउने परीक्षाको परिचय, फाइदा र बेफाइदाहरू
- समूह E - बहुबैकल्पिक प्रश्नको परिचय, फाइदा र बेफाइदाहरू
- समूह F - जोडा मिलाउने प्रश्नको परिचय, फाइदा र बेफाइदाहरू

- समूहगत प्रस्तुतिपछि उपलब्धि मूल्याङ्कनका लागि ज्ञान, सीप र अभिवृत्तिका क्षेत्रहरू समेट्ने गरी प्रश्नहरू तयार पार्न सकिने कुरा बताइदिनुहोस् ।

घ) **परीक्षणका (Test) को विश्वसनीयता र वैधतासम्बन्धी छलफल र अभ्यास** (५५ मिनेट)

- परीक्षा सोधिने प्रश्नहरू स्तरीय छन् कि छैनन्, ती प्रश्नहरू विद्यार्थीको उपलब्धि मूल्याङ्कनका लागि योग्य छन् कि छैनन् ? कसरी पत्ता लगाउने भनी सहभागीहरू प्रत्येकलाई सोध्नुहोस् र उत्तर टिप्दै जानुहोस् ।
- सहभागीहरूको उत्तरलाई समेट्दै परीक्षणमा भएको विश्वसनीयता र वैधता नै स्तरीय वा योग्य परीक्षणका लागि नभई नहुने गुण हो भनी बताइदिनुहोस् ।
- विश्वसनीयता र वैधता भनेको के हो ? बताइदिनुहोस् ।
- विश्वसनीयतालाई प्रभाव पार्ने कुराहरूसम्बन्धी छलफल गरी स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।
- परीक्षणको वैधतालाई प्रभाव पार्ने तत्वहरूको सम्बन्धमा छलफल गरी स्पष्ट पार्नुहोस् ।

ङ) **सारांश:** (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन: (१० मिनेट)

क) शिक्षकनिर्मित र स्तरीकृत परीक्षण भएका तीनओटा बताउनुहोस् ।

ख) परीक्षाको विश्वसनीयतामा प्रभाव पार्ने तत्वहरू केके हुन् ?

ग) परीक्षाको वैधतामा प्रभाव पर्ने तत्वहरू बताउनुहोस् ।

६ पृष्ठपोषण: (१० मिनेट)

आजको सत्रले तपाईँलाई विद्यार्थीको सिकाइउपलब्धि मूल्याङ्कन गर्न कसरी सहयोग गर्छ भन्ने ठान्नुहुन्छ ? अझ शिक्षकहरूको सहयोगी बन्न सत्रका कुनकुन पक्षमा सुधार गर्नुपर्ला ? जस्ता प्रश्न सोधी पृष्ठपोषण लिनुहोस् । आगामी सत्रमा सुझावहरूलाई मध्यनजर राखी सत्र सञ्चालन गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: विशिष्टीकरण तालिकाको परिचय, निर्माण र प्रयोग

सत्र: सातौं, आठौं र नवौं **समय: ४ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) विशिष्टीकरण तालिकाको परिचय र महत्व बताउन ।

ख) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयको विशिष्टीकरण तालिका निर्माण गर्न ।

ग) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा विषयको विशिष्टीकरण तालिकाको प्रयोग गर्न ।

२. **सामग्री:**

विशिष्टीकरण तालिका, कार्डसीट, साइनपेन, Transparency Paper, Overhead Projector आदि ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) विशिष्टीकरण तालिकाको परिचय, महत्व र छलफल

ख) विशिष्टीकरण तालिकाको निर्माण

ग) विशिष्टीकरण तालिकाको प्रयोग

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **विशिष्टीकरण तालिकाको परिचय, महत्व र छलफल** (२५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई पालैपालो निम्नतालिकामा उल्लिखित प्रश्न सोधी उत्तर भन्न लगाउनुहोस् र कार्डसीटमा तालिका बनाई टिप्दै जानुहोस् ।

क.सं	विशिष्टीकरण तालिका भनेको के हो ?	यसको प्रयोग किन गरिन्छ ?
१.		
२.		
३.		
४.		
५.		

- सहभागीहरूले दिएको उत्तरलाई समेट्दै विशिष्टीकरण तालिकाको परिचय र यसको महत्व बताइदिनुहोस् ।

ख) **विशिष्टीकरण तालिकाको निर्माण** (२ घण्टा १० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई तीनसमूहमा बाँड्नुहोस् र पहिलो समूहलाई स्वास्थ्य, दोस्रो समूहलाई जनसङ्ख्या र तेस्रो समूहलाई वातावरण विषयको विशिष्टीकरण तालिका निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।
- पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकअनुसार विशिष्टीकरण तालिका तयर पारिसकेपछि परीक्षा नियन्त्रण कार्यालय सानोठिमी, भक्तपुरले तयार गरेको स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयको विशिष्टीकरण तालिका वितरण गरी तुलना गर्न लगाउनुहोस् ।

ग) **विशिष्टीकरण तालिकाको प्रयोग** (१ घण्टा ४० मिनेट)

- विशिष्टीकरण तालिकाको प्रयोग गरी क्रियाकलाप "ख" कै समूहलाई प्रश्नपत्र तयार पार्न लगाउनुहोस् ।
- हरेक समूहले तयार गरको प्रश्नपत्र समूहमा प्रस्तुतीकरण गराई विशिष्टीकरण तालिकाअनुसार भए नभएको छलफल गराउनुहोस् ।
- प्रश्न तयार गर्दा विभिन्न तह र क्षेत्रका क्षेत्रअनुसार भए नभएको छलफल गराउनुहोस् ।
- प्रश्नपत्र तयार पार्दा विशिष्टीकरण तालिकाले तोकेको क्षेत्र प्रश्नको तह र किसिम अनुसार भएनभएको छलफल गराउनुहोस् ।
- प्रश्नप्रत्रको प्रस्तुतीकरणमा हरेक सहभागीको विचार लिनुहोस् र पृष्ठपोषण आदानप्रदान गराउनुहोस् ।

सारांश: (५ मिनेट)

सत्रको साराश छोटकरीमा बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

क) विशिष्टीकरण तालिकाको महत्व बताउनुहोस् ।

ख) ज्ञान, बोध र उच्च दक्षता मापन गर्ने दुईदुईओटा प्रश्न तयार पार्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

यस सत्रको कमजोरी पक्ष र राम्रा पक्षहरूको बुँदागत टिपोट गरी आगामी कार्यक्रममा सुधारका लागि उपयोग गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: प्रश्नविश्लेषण र उत्तरकुञ्जिका निर्माण

सत्र: दशौँ, एघारौँ र बाह्रौँ **समय: ४ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) प्रश्नविश्लेषणको परिचय बताउन ।

ख) प्रश्नविश्लेषण गर्ने तरिका बताई विश्लेषण गर्न ।

ग) उत्तरकुञ्जिकाको महत्व बताउन ।

घ) उत्तरकुञ्जिका तयार पार्न ।

२. सामग्री:

मेटाकार्ड, कार्डसिट, साइनपेन, मार्कर, ग्लुस्टिक/मास्किङ टेप, पाठ्यपुस्तकहरू, पाठ्यक्रम, विशिष्टीकरण तालिकाअनुसारका प्रश्नपत्रहरू, नमुना प्रश्नोत्तर पुस्तिका, नमुना उत्तरकुञ्जिकाहरू ।

३. पूर्व तयारी:

क) विशिष्टीकरण तालिकाअनुसार एक सेट प्रश्नपत्रका नमुनाहरू प्रत्येक सहभागीलाई पुग्ने गरी तयार पार्नुहोस् ।

ख) एउटै विद्यार्थीको परीक्षण भइसकेको उत्तरपुस्तिकामा मार्किङ गरेकोलाई टिपेक्स लगाएर सहभागीअनुसार प्रत्येकलाई पुग्ने गरी फोटोकपी गरी तयार पार्नुहोस् ।

४. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) प्रश्नविश्लेषणको परिचय परिचयसम्बन्धी छलफल

ग) प्रश्नविश्लेषण गर्ने तरिकाहरूसम्बन्धी छलफल

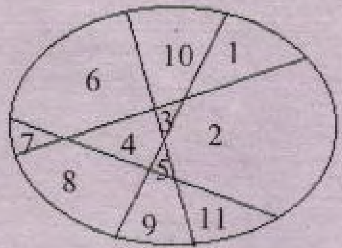
घ) उत्तरकुञ्जिकाको महत्वसम्बन्धी छलफल

ङ) उत्तरकुञ्जिका निर्माण

५. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) **मस्तिष्क मन्थन** (२० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई आ-आफ्नो कपीमा एउटा वृत्त (Circle) बनाउन लगाउनुहोस् ।
- चारओटा सरल रेखाको सहायताले उक्त वृत्तलाई बढीभन्दा बढी भागमा बाँड्न लगाउनुहोस् । चारओटा सरलरेखाहरू एकअर्कोमा काटिन सक्ने कुरा पनि बताइदिनुहोस् ।



- सहभागीहरूले दस मिनेटभित्र बढीभन्दा बढी भागमा वृत्तलाई विभाजन गर्नुपर्नेछ साथै जसले तोकिएको समयमा कार्य सम्पन्न गरेको हुनेछ । उसलाई अगाडि बोर्डमा बनाउन लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूबीच निम्नलिखित प्रश्नमा छलफल गराउनुहोस्:
  - किन सबै सहभागीहरूले तोकिएको समयमा बढी भागमा चारओटा सरलरेखाले वृत्तलाई विभाजन गर्न सकेनन् ?
  - यस्तो कृयाकलापबाट चलाख र साधारण सहभागी छुट्याउन सकिन्छ कि सकिँदैन ?
  - माथिका प्रश्नहरू छलफल गरिसकेपछि प्रश्नको स्तर सोध्ने तरिकाबाट उत्तर दिनेको स्तर पत्ता लगाउन सकिने कुरा बताइदिनुहोस् ।

ख) प्रश्नविश्लेषणको परिचयसम्बन्धी छलफल (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई निम्न प्रश्नको उत्तर भन्न लगाउनुहोस् ।
  - प्रश्नविश्लेषण भनेको के हो ?
  - प्रश्नविश्लेषण किन गर्नुपर्छ ?
- सहभागीहरूले दिएको उत्तरलाई समेट्दै, निम्न कुरा बताइदिनुहोस्:
  - परीक्षामा सोधिएको प्रश्नहरूले विद्यार्थीहरूको ज्ञान, सीप र उच्च दक्षता नाप्न सक्यो कि सकेन, विद्यार्थीहरूको स्तरमापन गर्न सक्यो कि सकेन ? प्रश्नहरूको स्तर कस्तो थियो ? जस्ता कुरा पत्ता लगाउन गरिने क्रियाकलाप नै प्रश्नविश्लेषण हो । प्रश्नलाई प्रश्न प्रयोग गर्नुभन्दा अगाडि वा प्रश्नलाई अन्तिम रूप दिनुभन्दा अगाडि परीक्षणसमेत गर्नुपर्छ जसलाई पूर्वपरीक्षण (pretest) भनिन्छ । Pretest ले प्रश्नहरूलाई पुनर्विचार गरी कमजोरी हटाउन सहयोग गर्छ ।

ग) प्रश्नविश्लेषण गर्ने तरिकासम्बन्धी छलफल (१ घण्टा १० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई निम्नलिखित प्रश्न सोधी छलफल गर्नुहोस् ।
  - प्रश्नको कठिनाइस्तर र विभेदशक्ति भनेको के हो ?
  - प्रश्नको कठिनाइस्तर र विभेदशक्ति कसरी निकाल्न सकिन्छ ?
- सहभागीहरूको विचारको कदर गर्दै कुनै कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई दिइएको दस ओटा प्रश्नहरूको परीक्षाको परीक्षाफल विश्लेषणको एउटा नमुना प्रदर्शन गरी प्रश्नको

कठिनाइस्तर र विभेदशक्ति निकाल्ने तरिकाको बारेमा छलफल र अभ्यास गराउनुहोस् ।

प्र. सङ्ख्या.	माथिल्लो समूह २७% को रोल नं.					तल्लो समूह २७% को रोल नं.					C	P	D
	१	२	३	४	५	१४	१५	१६	१७	१८			
१.	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	10	100	0
२	√	√	√	√	√	o	o	o	o	o	5		
३	√	√	o	o	√	o	o	√	√	o	5		
४.	√	√	√	√	o	o	√	√	√	o	7		
५	o	√	o	√	o	o	o	√	o	o	3		
६	o	o	√	√	√	√	√	o	o	o	5	50	1
७.	o	o	o	o	o	√	√	√	√	√	5		
८	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	0		
९	√	√	√	o	√	√	√	o	o	o	6		
१०	√	√	o	√	√	o	o	√	√	√	4		

- तालिकाको सङ्केत √ ले ठीक उत्तर दिएको जनाउँछ ।
- तालिकाको सङ्केत o ले बेठीक उत्तर दिएको जनाउँछ ।
- C= दुवै समूहमा गरी ठीक उत्तर दिने सङ्ख्या

  सही उत्तर माथिल्लो समूहको सङ्ख्या + सही उत्तर दिने तल्लो समूहको स्ख्या
- कठिनाइस्तर P= ---x 100

  जम्मा माथिल्लो र तल्लो समूहको विद्यार्थी सङ्ख्या

  सही उत्तर दिने माथिल्लो समूहको सङ्ख्या - सही उत्तर दिने तल्लो समूहको सङ्ख्या
- विभेद शक्तिD= ---x 100

  माथिल्लो वा तल्लो समूहको विद्यार्थी सङ्ख्या

परीक्षा लिइसकेपछि उत्तरपुस्तिकाहरू परीक्षण गरेर उच्चतम्देखि न्यूनतम्सम्म क्रम मिलाएर राख्नुपर्छ । प्राप्ताङ्कको आधारमा माथिल्लो र तल्लोसमूह छुट्याउनुपर्छ । माथिल्लो र तल्ला समूहबाट प्राप्ताङ्कको आधारमा क्रमश: २७%, २७% विद्यार्थी छुट्याउंनुपर्छ । जस्तो १८ जनामा २७% भन्नाले ४.८६ अर्थात् ५ जना हुन आउँछ ।

हरेक प्रश्नको कठिनाइस्तर र विभेदशक्ति निकाल्नलाई दिइएको सूत्र प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

P को मान ० वा १०० आएमा विद्यार्थीहरू कस्ता छन् (असल वा कमसल) छुट्याउन सक्दैन । यस्ता प्रश्न मूल्यहीन हुन्छन् ।

P को मान ० देखि १०० सम्म हुन्छ । P को मान १० भन्दा बढी र ९० भन्दा घटी हुनुपर्छ ।

➢ D को मान १ देखि -१ सम्म हुन्छ । D को मान ०.३० भन्दा कम भएमा राम्रो मानिदैन र यस्ता प्रश्नलाई सुधार गर्नुपर्छ ।
TRM को सहायताले बहुवैकल्पिक प्रश्नका विकल्पहरूको प्रभावकारिता विश्लेषणसम्बन्धी छलफल गर्नुहोस् ।

घ) उत्तरकुञ्जिकाको महत्वसम्बन्धी छलफल (३० मिनेट)

➢ सहभागीहरू प्रत्येकलाई निम्नलिखित प्रश्न सोधी उत्तर भन्न लगाउनुहोस्:
- उत्तरकुञ्जिका भनेको के हो ?
- उत्तरकुञ्जिकाको महत्व बताउनुहोस् ।

➢ सहभागीहरूले दिएको उत्तरलाई समेट्दै उत्तरकुञ्जिकाको महत्व सम्बन्धमा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

ङ) उत्तरकुञ्जिका निर्माणसम्बन्धी अभ्यास (१ घण्टा ४० मिनेट)

➢ प्रत्येक सहभागीहरूलाई एउटै विद्यार्थीको उत्तरपुस्तिका वितरण गर्नुहोस् र परीक्षण गर्न दिनुहोस् ।
➢ परीक्षणपछि सबै दिएको अङ्कको सूची बनाउनुहोस् ।
➢ एउटै विद्यार्थीको उत्तरकपी परीक्षण गर्दा किन फरकफरक अङ्क भयो, छलफल गर्नुहोस् र परीक्षणको क्रममा परीक्षकको व्यक्तिगत स्वभाव अङ्क प्रदान गर्दा प्रतिविम्बित नहोस् भन्नाका लागि र विश्वासिलो र भरपर्दो परीक्षण होस् भन्नका लागि उत्तरकुञ्जिका बनाउनुपर्ने कुरा बताइदिनुहोस् ।
➢ सहभागीहरूले अघिल्लो सत्रमा विशिष्टीकरण तालिकाअनुसार तयार पारेको प्रश्नको उत्तरकुञ्जिका तयार पार्न लगाउनुहोस् र समूहगत रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् अनि पृष्ठपोषण आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् ।

च) सारांश: (१० मिनेट)

सत्रको सारांश छोटकरीमा बताइदिनुहोस् ।

६. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

सत्रमा सहभागीहरूको सहभागिताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

७. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

सत्रका राम्रा पक्ष र सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरूको बारेमा एकजना सहभागीलाई भन्न लगाउनुहोस् र टिप्नुहोस् साथै आगामी सत्र सञ्चालनमा उक्त भनाइलाई प्रयोग गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: **परीक्षणका लागि विषयक्षेत्रको छनोट**

सत्र: तेह्रो र चौधौँ | समय: ३ घण्टा

१. **उद्देश्य:**
यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:
क) विद्यार्थीहरूमा अपेक्षा गरिएका व्यावहारिक परिवर्तनहरूका क्षेत्र पत्ता लगाउन ।
ख) संज्ञानात्मक क्षेत्रका तहहरू भन्न र यस तहका प्रश्नपत्र तयार पार्न ।
ग) भावनात्मक क्षेत्रका तहहरू वताउन र यस तहका प्रश्नपत्र तयार पार्न ।
घ) मनोक्रियात्मक क्षेत्रका तहहरू वताउन र यस तहका प्रश्नपत्र तयार पार्न

२. **सामग्री:**
मेटाकार्ड, माइनपेन, पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकहरू, न्युजप्रिन्ट, मास्किङ टेप, आदि

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**
क) मष्तिष्क मन्थन
ख) संज्ञानात्मक, भावनात्मक र मनोक्रियात्मक क्षेत्र र तहहरूसम्वन्धी छलफल र अभ्यास

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**
क) **मस्तिष्क मन्थन** (१५ मिनेट)
- सहभागीहरूलाई तलका प्रश्न सोधी आ-आफ्नो कापीमा उत्तर लेख्न लगाउनुहोस् ।
  - पाठ्यक्रमले तोकेको विषय क्षेत्रबाट कुनकुन व्यावहारिक परिवर्तन वा तह वा क्षेत्र समेट्ने प्रश्नहरू तयार पार्नुपर्छ ?
- सहभागीहरूले आफ्नो कापीमा लेखेका उत्तरलाई पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र निम्नअनुसारको निष्कर्षमा पुऱ्याउनुहोस् ।

> पाठ्यक्रमले खासगरी हरेक एकाइका विषयवस्तुका, संज्ञानात्मक क्षेत्र, भावनात्मक क्षेत्र र मनोक्रियात्मक क्षेत्रका विभिन्न तहमा विद्यार्थीहरूको व्यावहारिक परिवर्तनको अपेक्षा गरिएको हुने हुँदा त्यसमा ध्यान दिई प्रश्ननिर्माण गर्नुपर्छ ।

ख) **संज्ञानात्मक, भावनात्मक र मनोक्रियात्मक क्षेत्रको परिचय र अभ्याससम्बन्धी छलफल** (२ घण्टा २५ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई तीन समूहमा बाँड्नुहोस् र निम्न अभ्यास कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।
  - समूह "क" संज्ञानात्मक क्षेत्र

संज्ञानात्मक क्षेत्रको परिचय	तहहरू	तहगत प्रश्नको नमुना	कैफियत

- समूह "ख" भावनात्मक क्षेत्र

भावनात्मक क्षेत्रको परिचय	तहहरू	तहगत प्रश्नको नमुना	कैफियत

- समूह "ग" मनोक्रियात्मक क्षेत्र

मनोक्रियात्मक क्षेत्रको परिचय	तहहरू	तहगत प्रश्नको नमुना	कैफियत

- समूहगतरूपमा तयार पारेका क्षेत्रगत परिचय, तह, तहगत प्रश्नहरूको नमुना, पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्, आवश्यक पृष्ठपोषण लिनदिन लगाउनुहोस् ।
- लिखित परीक्षामा संज्ञान, भावनात्मक र मनोक्रियात्मक तहका प्रश्नहरू सोधिने भए तापनि भावनात्मक र मनोक्रियात्मक क्षेत्रका व्यवहारिक परिवर्तन अवलोकनबाट मापन गर्न वा मूल्याङ्कन गर्नपर्ने कुरा बताइदिनुहोस् ।

सारांश:

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् । (१० मिनेट)

५. मूल्याङ्कन: (५ मिनेट)

क) संज्ञानात्मक क्षेत्रका तहहरू भन्नुहोस् ।

ख) भावनात्मक क्षेत्रमा कस्ता व्यावहारिक परिवर्तनको अपेक्षा गरिन्छ ?

ग) मनोक्रियात्मक क्षेत्रका दुई ओटा प्रश्नहरू तयार पार्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण: (५ मिनेट)

दुईजना सहभागीलाई आजको सत्रको समीक्षा गर्न लगाउनुहोस् । उनीहरूको समीक्षाको आधारमा अन्य सत्रहरू सञ्चालनका लागि पृष्ठपोषण लिनुहोस् ।

पाठ शीर्षकः परीक्षाका लागि योजना र सञ्चालन

सत्रः पन्ध्रौं र सोह्रौं **समयः ३ घण्टा**

१. **उद्देश्यः**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) परीक्षाका लागि योजना तयार पार्ने चरणहरू बताउन ।

ख) परीक्षा सञ्चालनका लागि ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू बताउन ।

२. **सामग्रीः**

मेटाकार्ड, कार्डसिट, साइनपेन/मार्कर, ग्लुस्टिक/मास्किङ टेप, परीक्षा कार्यक्रम योजनाका चरणहरू र परीक्षा सञ्चालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूको चार्ट ।

३. **मुख्य क्रियाकलापः**

क) परीक्षाका लागि योजनासम्बन्धी छलफल ।

ख) परीक्षा सञ्चालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूसम्बन्धी छलफल ।

४. **विस्तृत क्रियाकलापः**

क) परीक्षासम्बन्धी योजना (१ घण्टा ३० मिनेट)

- परीक्षा कार्यक्रमको योजनाका चरणहरू केके हुनसक्छन् ? प्रत्येक सहभागीहरूलाई आफ्नो कपीमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- आफ्नो आफ्नो कापीमा लेखिसकेपछि चार समूहमा बाँडिएर बस्न लगाउनुहोस् र दस/दस ओटा मेटाकार्ड प्रत्येक समूहमा बाँड्नुहोस् र चरणबद्धरूपमा मेटाकार्डमा लेख्न लगाउनुहोस् । मेटाकार्डमा लेख्दा एउटा मेटाकार्डमा एउटा चरण मात्र लेख्न पर्ने कुरा बताउनुहोस् र समूहगत रूपमा तयार पारिएका चरणहरू ग्लुस्टिकको सहायताले भित्तामा टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- तपाईंले तयार पारेको परीक्षण कार्यक्रमको चरणहरू भित्तामा टाँसी दिनुहोस् र सहभागीहरूले तयार पारेको समूहगत चरणहरूसँग तुलना गर्न लगाई स्पष्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

परीक्षण कार्यक्रम योजनाका चरणहरूः

- उद्देश्य निर्धारण (Determination of Objectives)
- परीक्षण कार्यक्रमको निर्माण (Development of Testing Programs)
- परीक्षण पुस्तकालयको व्यवस्थापन (Organisation Test Library)
- दक्ष जनशक्तिको छनोट Selection of Competent Personnel)
- परीक्षणको सञ्चालन (Test Administration)
- परीक्षण नतिजाहरूको प्रतिवेदन तयार (Reporting the Test Resuslt)
- सुधारात्मक उपायको व्यवस्था (Organisation Remedial Measures)

- परीक्षण कार्यक्रमको योजनाका चरणहरूको बारेमा बुँदागत रूपमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

ख) परीक्षा सञ्चालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूसम्बन्धी छलफल (१ घण्टा ३० मिनेट)

- प्रत्येक सहभागीलाई दुई/दुई ओटा मेटाकार्ड वितरण गर्नुहोस् र एउटामा परीक्षा सञ्चालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने भौतिक वातावरण र अर्कोमा मनोवैज्ञानिक वातावरण भित्र पर्ने कुराहरूमध्ये एउटाएउटा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- व्यक्तिगतरूपमा लेखिसकेपछि दुई/दुई जनाको जोडी बनाई छलफल गर्न लगाई ध्यान दिनुपर्ने उपयुक्त कुराहरू लेखिएको मेटाकार्ड अगाडि टाँस्न लगाउनुहोस् । हरेक समूहलाई ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू कारणसहित भन्न लगाउनुहोस् ।
- सबै समूहले प्रस्तुत गरिसकेपछि निम्नानुसारको चार्ट प्रस्तुत गरी परीक्षा सञ्चालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूमा स्पष्ट पार्नुहोस् ।

भौतिक वातावरण:

- परीक्षा भवन स्वस्थ र राम्रो हुनुपर्दछ ।
- परीक्षा भवनमा प्रकाश, फराकिलो, हावादार हुनुपर्दछ ।
- उपयुक्त seat plan को व्यवस्था हुनुपर्दछ ।
- प्रश्नपत्र, कपी, मसी आदिको व्यवस्था हुनुपर्दछ ।
- बस्ने सिट आरामदायी र व्यवस्थित हुनुपर्दछ ।
- पानी, थप कपी, चर्पी, आदिको व्यवस्था हुनुपर्दछ ।

मनोवैज्ञानिक वातावरण:

- परीक्षा दिने स्थान शान्त, होहल्लारहित हुनुपर्दछ ।
- विद्यार्थीविद्यार्थीबीच सुमधुर सम्बन्ध हुनुपर्दछ ।
- शिक्षक विद्यार्थीबीच सुमधुर सम्बन्ध हुनुपर्दछ ।
- त्रास, डरको वातावरण हुनुहुँदैन ।
- परीक्षा मर्यादित र नियमपूर्वक सञ्चालन हुनुपर्दछ ।
- समान व्यवहार र निष्पक्ष व्यवहार शिक्षकहरूबाट हुनुपर्दछ ।

ग) **सारांश:** (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन:** (५ मिनेट)

क) परीक्षा कार्यक्रमको योजना बनाउँदा कुनकुन चरणलाई महत्व दिनुपर्छ ?

ख) परीक्षा सञ्चालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू केके हुन् ?

६. **पृष्ठपोषण:** (१० मिनेट)

एकजना सहभागीलाई आजको सत्रको समीक्षा गर्न लगाउनुहोस् ।

सन्दर्भ समाग्री:

- सकाइका सिद्धान्त र मूल्याङ्कन - उपेन्द्रकुमार कार्की
- शिक्षामा मापन तथा मूल्याङ्कन सहायक - टिकाराम पोखरेल, विनोद खण्ड तिमल्सिना
- शिक्षामा मापन तथा मूल्याङ्कन - स्वयम प्रकाश ज.ब.रा., चन्द्रबहादुर श्रेष्ठ, किरणराम रन्जितकार
- विशिष्टीकरण तालिका - परीक्षा नियन्त्रण कार्यालय

एकाइ पाँचः स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या वातावरण शिक्षामा प्रयोगात्मक ज्ञान तथा सीप

सक्षमता: Teacher prepares activity list suitable for practical work and identifies burning issues at local and national level. She/he classifies titles for individual and group work, develops worksheets and practical guidelines, preventive and safety measures, manages materials for practical and project works and mini-research work involving student, parents, community and local people and develops criteria for assessing the practical and / or project works.

सत्र सङ्ख्या: २१ — **समय:** ३१ घण्टा ३० मिनेट

पाठ शीर्षक: ऐतिहासिक सर्वेक्षण

सत्र: पहिलो — **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. ऐतिहासिक अनुसन्धानका लागि समस्या छनोट गर्न ।

ख. समस्याको छनोटको आधारमा अध्ययन प्रस्ताव निर्माण गर्न ।

२. **सामग्री:**

बोर्डमार्कर, मार्कर, कार्डबोर्ड, मेटाकार्ड आदि ।

३. **पूर्व तयारी:**

तालिम हलको निरीक्षण गरी सिट र शैक्षिक सामग्रीहरूको व्यवस्था गर्नुहोस् ।

४. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क. ऐतिहासिक अनुसन्धानको अवधारणा र महत्वबारे मस्तिष्क मन्थन

ख. समस्याको छनोट

ग. प्रस्ताव निर्माण

५. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क. **ऐतिहासिक अनुसन्धानको अवधारणा र महत्वबारे मस्तिष्क मन्थन** १५ मिनेट

- सहभागीहरूलाई ऐतिहासिक अनुसन्धान भनेको के हो ? यो कसरी गर्न सकिन्छ ? यसका महत्व के छ ? भनी प्रश्नगरी सहभागीहरूलाई बोल्न लगाउनुहोस् ।
- ऐतिहासिक अनुसन्धानको अवधारणा र महत्वबारे आवश्यकबमोजिम चार्ट OHP, आदि प्रयोग गरी स्पष्ट पार्नुहोस् ।

ख. समस्याको छनोट १५ मिनेट

- कुनकुन विषयमा वा क्षेत्रमा ऐतिहासिक अनुसन्धान गर्न सकिन्छ भनी प्रश्न सोधी सहभागीहरूलाई विषय वा समस्या भन्न लगाई बोर्डमा समस्याहरूको सूची बनाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई तीन समूह बनाउनुहोस् र प्रत्येक समूहलाई एक/एक ओटा समस्या दिनुहोस् जस्तो समूह "क" लाई नजिकको मठमन्दिर, विहार, धर्मशाला, परम्परागत भवन, गुम्बा, चैत्य, पाटी, धर्मशाला, ढुङ्गेधारा आदिमध्ये कुनै समस्या, समूह "ख" लाई नेपालमा २००७ सालदेखि हालसम्मको जनस्वास्थ्य सेवाको विकास र "ग" समुहलाई नजिकैको कुनै नयाावस्तीको बसाइसराइ समस्या दिनुहोस् ।

ग. प्रस्ताव निर्माण ५० मिनेट

तीनैओटा समूहलाई छनोट समस्याबारे निम्न शीर्षक सम्मिलित गरी प्रस्ताव निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।

१. परिचय
- समस्याको परिचय
- समस्याको कथन र औचित्य
- परिकल्पना/प्रश्न
- समस्याको क्षेत्र

२. अध्ययन प्रविधि
- तथ्याङ्कको स्रोत
- अध्ययन साधन
- तथ्याङ्क सङ्कलन प्रविधि

३. तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण

४. सारांश, नतिजा/निष्कर्ष
- सबै समूहमा पालैपालो निरीक्षण गरी आवश्यक परामर्श दिँदै जानुहोस् ।

घ. सारांश (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

६. मूल्याङ्कनः

सहभागीहरूको छलफल र सामूहिक कार्यहरू अवलोकन गरी प्रत्येकको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

७. पृष्ठपोषणः (५ मिनेट)

आजको सत्रको बारेमा एक जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: ऐतिहासिक सर्वेक्षण (अध्ययन साधनको निर्माण)

सत्र: दोस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. ऐतिहासिक अनुसन्धानको साधन निर्माण गर्न ।

२. सामग्री:

मार्कर, कार्डबोर्ड, मेटाकार्ड, स्केल, अनुसन्धानका साधनका प्रकारबारे लेखिएको चार्ट, वा OHP, ट्रान्स्परेन्सी

३. पूर्व तयारी:

तालिम हलको व्यवस्थापन र तालिम सामग्रीहरू ठीक छैन निरीक्षण गरी आवश्यक व्यवस्थापन गर्नुहोस् ।

४. मुख्य क्रियाकलाप:

क. अध्ययन साधन निर्माणसम्बन्धी छलफल

ख. अध्ययन सामग्रीको निर्माण

ग. अध्यन साधनबारे छलफल गरी त्यसलाई अन्तिम रूप दिने

५. विस्तृत क्रियाकलापहरू

क. अध्ययन साधनको निर्माणसम्बन्धी छलफल (१० मिनेट)

- अध्ययन साधन भनेको के हो ? अध्ययन साधनका प्रकारहरू केके छन् ? यो कसरी बनाइन्छ ? आदि जस्ता प्रश्नहरू गर्नुहोस् र सहभागीहरूलाई मस्तिष्क मन्थन गराउनुहोस् ।
- अध्ययन साधनबारे अगाडिका एकाइ पढ्न दिन सकिन्छ ।
- आवश्यकतानुसार अध्ययन साधनको प्रकार र निर्माण गर्ने आधारबारे शैक्षिक सामग्री प्रयोग गरी छलफल गर्नुहोस् ।

ख. अध्ययन साधनको निर्माण (४० मिनेट)

- सबै समूहलाई अध्ययन साधनहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।

ग. अधयन साधनबारे छलफल (३० मिनेट)

- अध्ययन साधन बनाउने कार्य सकेपछि सबै समूहलाई पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लगाई छलफल गराउनुहोस् ।
- अध्ययन साधनको वैधताबारे आफू पनि छलफलमा सहभागी हुनुहोस् ।

➢ सबैको छलफलको आधारबाट अध्ययन साधनलाई अन्तिम रूप दिनुहोस् ।

घ. **सारांश** (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

६. **मूल्याङ्कन:**

सहभागीहरूको छलफल, साधन निर्माण र प्रस्तुतीकरणको आधारमा मुल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

७. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

आजको सत्र कस्तो भयो भनी प्रश्न सोधी एक जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

शीर्षक: ऐतिहासिक सर्वेक्षण (तथ्याङ्क सङ्कलन)

सत्र: तेस्रो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि आवश्यक व्यवस्था गर्न ।

ख. अध्ययन छनोट क्षेत्रमा गई आवश्यक तथ्याङ्क वा सूचना सङ्कलन गर्न ।

२. **सामग्री:**

अध्ययन साधन, नोटपुस्तिका

३. **पूर्व तयारी:**

आवश्यक अध्ययन साधन, कागज, नोट पुस्तिका आदि आवश्यक सङ्ख्यामा तयार छैन हेरी आवश्यक बमोजिमको व्यवस्था गर्नुहोस् ।

४. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क. तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि आवश्यक योजना गर्ने

ख. तथ्याङ्क सङ्कलन

५. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क. **तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि आवश्यक योजना गर्ने** (१० मिनेट)

- आवश्यक साधन तथा सामग्रीको व्यवस्था भयो वा भएन अवलोकन गर्नुहोस् ।
- कुन कुन समूह कहाँकहाँ जाने योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
- प्रश्न सोध्दा वा तथ्याङ्क सङ्कलन गर्दा केके कुरामा ध्यान दिनुपर्छ र कुनकुन कुरामा सावधानी हुनुपर्छ सोको जानकारी गराउनुहोस् ।

ख. **तथ्याङ्क सङ्कलन** (१ घण्टा)

- कसले के गर्ने भनी जिम्मेवारी दिनुहोस् ।
- सबै समुहलाई छनोट क्षेत्रमा पठाई आवश्यक तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न दिनुहोस् ।
- सहभागीहरूका क्रियाकलाप अवलोकन गर्नुहोस् ।

ग. **सारांश**

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

६. **मुल्याङ्कन:** (१० मिनेट)

समूहको क्रियाकलापको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

७. **पृष्ठपोषण:** (१० मिनेट)

आजको सत्रको बारेमा एकजना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: ऐतिहासिक सर्वेक्षण–प्रतिवेदन लेखन

सत्र: चौँथो **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. तथ्याङ्कलाई तालिकीकरण गर्न ।

ख. तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण गर्न ।

ग. अध्ययनको सारांश, नतिजा/निष्कर्ष खिच्न ।

घ. प्रतिवेदन तयार पार्न ।

२. सामग्री:

मार्कर, कार्डबोर्ड

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क. तथ्याङ्कको तालिकीकरण

ख. तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण

ग. प्रतिवेदनको तयारी

४. पूर्व तयारी:

समूहमा कार्य गराउनका लागि आवश्यक सीटको व्यवस्था गर्नुहोस् ।

५. विस्तृत क्रियाकलाप:

क. तथ्याङ्कलाई तालिकीकरण गर्ने (२५ मिनेट)

- परिकल्पना लेखिएको भए त्यसको सत्यताको जाँच गर्न लगाउनुहोस् ।
- सबै समूहलाई सङ्कलन गरी एको तथ्याङ्कलाई तालिकीकरण, गराई तथ्याङ्कलाई तालिका वा ग्राफमा उतार्न लगाउनुहोस् ।

ख. तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण (४० मिनेट)

- तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषणबारे आवश्यक राय वा विचार व्यक्त गर्नुहोस् ।
- सबै समूहलाई तथ्याङ्कको व्याख्या तथा विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस् ।
- सबै समूहको कार्य अवलोकन गरी आवश्यक सुझाव दिनुहोस् ।

ग. प्रतिवेदन तयार पार्ने (१५ मिनेट)

- सबै समूहलाई अध्ययनको शीर्षक र परिचयदेखि सारांशसम्म मिलाउन लगाई एउटा प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

घ. **सारांश** (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

६. **मुल्याङ्कनः**

सहभागीहरूको क्रियाकलापको अवलोकन गरी सबै समूहको मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

७ **पृष्ठपोषणः** (५ मिनेट)

आजको सत्रबारे एक जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

नोटः निर्धारित समय नपुग भएमा आवश्यकताबमोजिम समय थप्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: ऐतिहासिक सर्वेक्षण (प्रतिवेदन प्रस्तुतीकरण)

सत्र: पाँचौं **समय: १ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क. प्रस्तुतीकरणका लागि गोष्ठीको व्यवस्थापन गर्न ।
ख. अध्ययन प्रतिवेदनको प्रस्तुतीकरण गर्न ।
ग. अध्ययन टिप्पणी गर्न ।

२ सामग्री:

OHP, स्क्रीन, ग्राफ, टेबल, प्रतिवेदन

३ पूर्व तयारी:

अध्ययन प्रतिवेदनको प्रस्तुतीकरण गोष्ठी सञ्चालन गर्न तालिम हलमा आवश्यक सीट तथा अन्य सामग्रीको जोरजाम गर्नुहोस् ।

४. मुख्य क्रियाकलाप:

क. गोष्ठीको व्यवस्थापन
ख. प्रतिवेदन प्रस्तुतीकरण र छलफल वा टिप्पणी

५ विस्तृत क्रियाकलाप

क. गोष्ठीको व्यवस्थापन (१० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई तालिम हलमा बस्ने स्थान, टेबिल, कार्यक्रम आदिको व्यवस्था गर्न लगाउनुहोस् ।
- एउटा सानो औपचारिक कार्यक्रमको रूपमा आसन ग्रहण गर्न लगाउनुहोस् ।

ख. प्रतिवेदन प्रस्तुतीकरण (७० मिनेट)

- सबै समूहका नेताहरूलाई आ-आफ्नो प्रतिवेदन छोटकरीमा प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रस्तुतीकरण पछि छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- सभापतिलाई मन्तव्य दिन लगाउनुका साथै आफ्नो पनि मन्तव्य राख्नुहोस् ।
- छलफल र मन्तव्यको आधारमा प्रतिवेदनलाई आवश्यकता बमोजिम परिष्कृत गरी अन्तिमरूप दिनका लागि सहयोग गर्नुहोस् ।

ग. सारांश (५ मिनेट)

आजको सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

६ **मूल्याङ्कन:**

सहभागीहरूको क्रियाकलापको अवलोकन र प्रतिवेदनको आधारमा तल दिइएका विभिन्न क्षेत्रहरूको पछाडि दिइएको कोठाहरूमा रेजा (✓) चिन्ह लगाउनुहोस् ।

सहभागीको नाम:

सि.नं.	विवरण	उत्कृष्ट	असल	ठीकै	नराम्रो	ज्यादै नराम्रो
१	अध्ययन समस्याको छनोट					
२	अध्ययन प्रस्ताव तयारी					
३	अध्ययन साधनको तयारी					
४	तथ्याङ्क सङ्कलन					
५	प्रतिवेदन लेखन					
६	प्रस्तुतीकरण					
७	छलफलमा सहभागिता					

७. **पृष्ठपोषण:** (५ मिनेट)

आजको सत्रका बारेमा १ जना सहभागीलाई टिप्पणी गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा प्रयोगात्मक कार्यमा अनुसन्धान

सत्र: छैठौं र सातौं

समय: ३ घण्टा

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) अनुसन्धान विधिलाई (Investigative Approach)परिभाषित गर्न,

ख) अनुसन्धान विधिका चरणहरू बताउन,

ग) अनुसन्धानमा गरिने विभिन्न क्रियाकलापहरू वर्णन गर्न ।

२. सामग्री:

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) अनुसन्धान विधि (Investigative Approach) को परिचय

ग) अनुसन्धान विधिका चरणहरू र क्रियाकलापहरू

घ) Investigative approach प्रयोग गर्न सकिने प्रयोगात्मक कार्यहरू

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन (१० मिनेट)

- अनुसन्धान भनेको के हो भन्ने प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
- सहभागीहरूबाट आएका विचारहरूलाई बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् ।
- Investigative Approach आजको विषयमा भएको कुरा बताउँदै विषयप्रवेश गराउनुहोस् ।

ख) Investigative Approach को परिचय (५० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई आफ्नो तालिम कक्षमा स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षणका लागि प्रभावकारी बनाउन गर्नुपर्ने परिवर्तनहरू के हुन् सक्छन् भन्ने प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- छलफलपछि तत्काल गर्न सकिने परिवर्तनको सूची बताउन र प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरू प्रत्येकलाई Investigative Approach को परिभाषा लेख्न प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । (मेटाकार्ड र मार्कर उपलब्ध गराउनुपर्छ)
- आएका परिभाषाहरूलाई तपाईंले तयार पानुभएको परिभाषको प्रदर्शनद्वारा अझ प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

ग) Investingation का चरणहरू (४० मिनेट)

- सबै सहभागीलाई TRM को सम्बन्धित पाठ पढ्न दिनुहोस् ।
- सहभागीमध्ये एकजनालाई यसका चरणहरू उदाहरणसहित प्रस्ट पार्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक ठाउँमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

घ) Investigative Approach प्रयोग गर्न सकिने प्रयोगात्मक कार्यहरू (३० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँडी छलफलद्वारा Investigative Approach प्रयोग गरेर सम्पादन गर्न सकिने प्रयोगात्मक कार्यको सूची बनाउन र प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।

ङ) सारांश (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन (१५ मिनेट)

क) Investigative Approach को परिचय दिनुहोस् ।

ख) Investigative Approach का चरणहरू केके हुन् ?

६. पृष्ठपोषण (१५ मिनेट)

सहभागीहरूमध्येका इच्छुकहरूलाई सत्र कस्तो रह्यो र केके सुधार गर्नुपर्छ भन्ने प्रश्नमा केन्द्रित भई बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा अनुसन्धान कार्य (Investigation Work) को योजना र अभ्यास

सत्र: आठौँ, नवौँ र दशौँ

समय: ४ घण्टा ३० मिनेट

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) Investigation को योजना बनाउन ।

ख) Investigation गर्न ।

ग) Investigation को प्रतिवेदन तयार गरी प्रस्तुत गर्न ।

२. सामग्री:

न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिस्क मन्थन

ख) योजना निर्माण

ग) कार्यसञ्चालन

घ) प्रतिवेदन प्रस्तुति

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

- "तालिम केन्द्र वरिपरिका वातावरणीय समस्याहरू" भन्ने शीर्षक बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
- प्रत्येक सहभागीलाई यहाँ देखिएका वातावरणीय समस्याको बारेमा बोल्न लगाउनुहोस् र विचारहरू टिप्दै जानुहोस् ।

ख) योजना निर्माण परिचय (१ घण्टा १० मिनेट)

- सहभागीले ल्याएका समस्यामध्ये फोहोर मैला व्यवस्थापनसँग सम्बन्धित समस्यामा केन्द्रित भई कुनै ठाउँ छानेर सरसफाई कार्यक्रम सञ्चालन गरिने कुरा बताउनुहोस् र यो क्रियाकलाप Investigation को एउटा क्रियाकलाप भएको कुरा प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- सबै सहभागीहरूलाई TRM मा दिइएको Investigation सम्बन्धित उदाहरण अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बसेर Investigation को योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक ठाउँमा प्रस्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।
- बनाइएका योजनाहरू प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

ग) कार्य सञ्चालन (१ घण्टा)

- सबै सहभागीलाई Investigation Area मा लैजानुहोस् र ठाउँको अवलोकन तथा सम्बन्धित व्यक्तिहरूसँगको प्रश्नोत्तरद्वारा कार्यक्षेत्रसँग सम्बन्धित सूचना सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सरसफाई कार्य सञ्चालन गर्नुहोस्, यसमा तपाईं पनि सरिक हुनुपर्दछ ।
- कार्यसम्पादन भईसकेपछि पुन: सबै क्षेत्रको अवलोकन गराउनुहोस् र आवश्यक सूचनाहरू पनि टिप्न लगाउनुहोस् ।

घ) प्रतिवेदन लेखन तथा प्रस्तुति (१ घण्टा ३० मिनेट)

- प्रत्येक समूहलाई क्रियाकलापमा आधारित भएर Investigation report (अनुसन्धान प्रतिवेदन) लेख्न र प्रस्तुत गर्न समय दिनुहोस् ।

ङ) सार श (१५ मिनेट)

सत्र को सारांश बताई दिनुहोस् ।

५ मूल्याङ्कन

सहभागी अवलोकनद्वारा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६ पृष्ठपोषण (१५ मिनेट)

सहभागीमध्ये इच्छुक केहीलाई राम्रा र सुधार गर्नुपर्ने पक्षमा बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षण प्रयोगात्मक कार्यमा घटनाअध्ययन

सत्र: एघारौँ

समय: १ घण्टा ३० मिनेट

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) घटनाअध्ययन विधिको अवधारणा बताउन,

ख) घटनाअध्ययन गर्दा ध्यान, दिनुपर्ने कुराहरूको सूची बनाउन,

ग) प्रयोगात्मक कार्यका लागि घटनाअध्ययनको महत्व वताउन ।

२. **सामग्री:**

न्युजप्रिन्टपेपर, मेटाकार्ड, मार्कर, साइनपेन

कक्षा ९ र १० का स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयका पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तकहरू

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिस्क मन्थन,

ख) घटनाअध्ययनको अवधारणा,

ग) घटनाअध्ययनको महत्व,

घ) घटनाअध्ययन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **मस्तिस्क मन्थन** (१५ मिनेट)

- सबै सहभागीलाई एकएकओटा मेटाकार्ड र साइनपेन उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- प्रत्येकलाई उनीहरूले भोगेका, सुनेका वा देखेका स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरणसँग सम्बन्धित घटनाहरू लेख्न प्रत्येकलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

ख) **घटनाअध्ययनको अवधारणा** (२० मिनेट)

तलको घटना बोर्डमा लेख्नुहोस् ।

गोबिन्द प्रत्येक दिन रक्सी पिएर घर आउँछन् । हिजो घर आउने बित्तिकै उनीले श्रीमतिसँग झगडा गर्न थाले । यसले पूरै गाउँभरि हल्लाखल्ला भयो ।

- सबै सहभागीलाई यो घटनाका विविध पक्षहरूमा चिन्तन गर्न भन्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चारचारजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् र छलफलद्वारा घटनाअध्ययनको परिभाषा तथा यसमा गरिनुपर्ने कामहरूको सूची बनाउन र प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् ।
- आवश्यक सुझाव दिनुहोस् । अस्पष्ट भएका बुँदाहरू प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

ग) घटनाअध्ययनको महत्व (२० मिनेट)

- TRM को घटनाअध्ययनको महत्व लेखिएको अंश अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।
- व्यक्तिगत अध्ययन सकेपछि घटनाअध्ययनको महत्वका बुँदाहरू पालैपालो भन्न लगाउनुहोस् र बोर्डमा टिप्नुहोस् ।
- चार्टको प्रदर्शन गरेर बुँदाहरूमा छलफल चलाउनुहोस् ।

घ) घटनाअध्ययन गर्दा ध्यानदिनुपर्ने कुराहरू (३० मिनेट)

- घटनाअध्ययन गर्दा के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ भन्ने प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
- प्रत्येक सहभागीलाई एकएकओटा मेटाकार्डमा विचार लेख्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीले ल्याएका विचार प्रदर्शन गर्नुहोस् र उस्तै विचारहरूलाई एउटा बुँदामा समेट्दै महत्वपूर्ण बुँदाहरू पहिचान गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- चार्टको प्रदर्शन गरेर बुँदाहरू अझ प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

ङ) सारांश (५ मिनेट)

सत्रको सारांश बताई दिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागीहरूको अवलोकन तथा कार्यसम्पादन हेरेर मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (५ मिनेट)

एकजना सहभागीलाई सत्रका राम्रा र कमजोर पक्षका बारेमा बोल्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: घटनाअध्ययन प्रक्रिया

सत्र: बाह्रौ, तेह्रौँ र चौधौँ **समय: ४ घण्टा ३० मिनेट**

१. **उद्देश्य:**

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) घटनाअध्ययनका चरणहरू बताउन,
ख) घटनाअध्ययनको योजना निर्माण गर्न,
ग) अध्ययनका लागि उपयुक्त घटनाहरू छान्न,
घ) घटनाअध्ययनका साधनहरू पहिचान र निर्माण गर्न,
ङ) उपयुक्त विधि छनोट गरी घटनाको अध्ययन गर्न,
च) घटनाअध्ययनको प्रतिवेदन तयार पार्न,
छ) प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न ।

२. **सामग्री:**

घटनाअध्ययन नमुना, न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर आदि ।

३. **मुख्य क्रियाकलाप:**

क) मस्तिष्क मन्थन,
ख) घटनाअध्ययनका चरणहरू तथा विषयहरू,
ग) घटनाअध्ययनको योजना निर्माण,
घ) घटनाअध्ययन,
ङ) प्रतिवेदन लेखन,
च) प्रतिवेदनहरूको प्रस्तुति ।

४. **विस्तृत क्रियाकलाप:**

क) **मस्तिष्क मन्थन** (१५ मिनेट)

- सबै सहभागीहरूलाई अघिल्लो सत्रमा दिइएको गोविन्दसँग सम्बन्धित घटनाको वर्णन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूले छुट्टाछुट्टै वर्णन गरिसकेपछि पाँच/पाँच जनाको समूह निर्माण गर्न लगाउनुहोस् र समूहका प्रत्येक सदस्यलाई साथीहरूको वर्णन पढ्न लगाउनुहोस् ।
- एउटा समूहबाट वर्णन सत्रमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

ख) **घटनाअध्ययनका चरणहरू तथा विषयहरू** (३० मिनेट)

- सबै सहभागीहरूलाई पाँचपाँच जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई एकएक ओटा कक्षा नौ र दसको पाठ्यक्रम वितरण गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई सूची प्रस्तुत गर्न लगाई छलफलद्वारा निचोड निकाल्नुहोस् ।

- पाठ्यपुस्तक र पाठ्यक्रमको अध्ययन गरी घटनाअध्ययनका विषयहरू लेखी प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक सुधार गरी निष्कर्ष निकाल्नुहोस् ।

ग) **घटनाअध्ययन योजना निर्माण** (१५ मिनेट)
- समूहमा नै छलफल गरेर कुनै एउटा घटनाअध्ययनका लागि योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
- एउटा नमुना योजना (TRM मा दिइएको) प्रस्तुत गर्नुहोस् र आवश्यक ठाउँमा प्रस्ट पारिदिनुहोस् ।

घ) **घटनाअध्ययन** (१ घण्टा)
- सहभागीहरूलाई विकास गरिएका साधनहरू प्रयोग गरेर घटनाअध्ययन गर्न लगाउनुहोस् । आवश्यक ठाउँमा सहयोग गर्नुहोस् ।

ङ) **प्रतिवेदन लेखन** (१ घण्टा)
- एउटा प्रतिवेदनको नमुना प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई व्यक्तिगतरूपमा प्रतिवेदन लेख्न लगाउनुहोस् ।

च) **प्रतिवेदन प्रस्तुतीकरण** (१ घण्टा)
- प्रत्येक समूहले छानेको एउटा प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रतिवेदन प्रस्तुतिमा उठेका प्रश्नहरूको उत्तर प्रस्तोताबाट नै दिन लगाउनुहोस् । आवश्यक परेका ठाउँमा प्रस्ट पार्न सहयोग गर्नुहोस् ।

छ) **सारांश** (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन**

सहभागीले ल्याएका प्रतिवेदनहरू र कार्यसम्पादन प्रक्रियाको अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** (२० मिनेट)

तलको फाराम भर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	विवरण	अति उत्तम	उत्तम	मध्यम	कमजोर
१.	विषयवस्तुको प्रभावकारीता				
२.	प्रयोगभएका सामग्री				
३.	तालिम सञ्चालन प्रक्रिया				
४.	प्रशिक्षकको तयारी				
५.	प्रशिक्षार्थी क्रियाकलाप				
अन्य केही भए लेख्नुहोस्					

पाठ शीर्षक: घटनाअध्ययनको मूल्याङ्कन र पृष्ठपोषण

सत्र: पन्ध्रौं र सोह्रौ **समय: ३ घण्टा**

१. उद्देश्य:

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) घटनाअध्ययनमा Follow Up क्रियाकलापको आवश्यकता पहिचान गर्न,
ख) घटनाअध्ययन मूल्याङ्कन प्रक्रिया बताउन,
ग) घटनाअध्ययनको पृष्ठपोषण दिन ।

२. सामग्री:

घटनाअध्ययन, प्रतिवेदनहरू, न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड, मार्कर आदि ।

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन,
ख) घटनाअध्ययन मूल्याङ्कन,
घ) घटनाअध्ययनका पृष्ठपोषण ।

४. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन (३० मिनेट)

- Case study मा शिक्षकले के गर्नुपर्छ ? र के गर्नुहुँदैन ? भन्ने प्रश्न बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
- सहभागीहरू प्रत्येकलाई प्रश्नको उत्तर भन्न लगाउनुहोस् ।
- आएका उत्तरहरू बोर्डमा टिप्दै जानुहोस् ।

ख) घटनाअध्ययनको मूल्याङ्कन (१ घण्टा १० मिनेट)

- सहभागीहरूलाई दुईदुईजनाको समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- घटनाअध्ययनको मूल्याङ्कन गर्ने प्रक्रियामा छलफल चलाएर आफ्ना विचारहरू टिप्न लगाउनुहोस् ।
- आएका विचारहरू प्रस्तुत गर्न लगाएर मूल्याङ्कनका बुँदाहरू प्रदर्शन गरेर प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- मूल्याङ्कनका साधनहरू निर्माण गर्न र स्पष्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ।

ग) घटनाअध्ययन पृष्ठपोषण (१ घण्टा)

- सहभागीहरूलाई पृष्ठपोषण (Self Feed back) का लागि तयार गराउनुहोस् । (अघिल्लो सत्रमा प्रस्तुत गरिएका प्रतिवेदनमा आधारित भएर)
- Self Feedback आइसकेपछि साथीहरूबाट Feedback दिन लगाउनुहोस् ।
- साथीहरूको Feed back पश्चात् तपाईंले feed back दिनुहोस् ।
- Feed back दिँदा Positive हुनुहोस् । राम्रा कुराहरूबाट सुरु गर्नुहोस् र नरम भाषाको प्रयोग गर्नुहोस् ।
- Feed back दिइसकेपछि Feed back दिँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूको सूची प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

घ). सारांश (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन

सहभागिता र कार्यसम्पादन अवलोकनबाट मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

६. पृष्ठपोषण (१० मिनेट)

कुनै एकजना सहभागीलाई सत्रको समीक्षा गर्न लगाएर पृष्ठपोषण प्राप्त गर्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: अवलोकनको धारणा, महत्व र ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

सत्र: सत्रौँ र अठारौँ

समय: ३ घण्टा

१. उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) अवलोकनको अवधारणा बताउन ।

ख) अवलोकनको महत्व बताउन ।

ग) अवलोकन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू बताउन ।

घ) स्वास्थ्य जनसङ्ख्या र वातावरण शिक्षामा अवलोकन गर्न सकिने पाठ पहिचान गर्न ।

२. सामग्री:

मेटाकार्ड, साइपेन, मार्कर, पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकहरू

३. मुख्य क्रियाकलाप:

क) मष्तिष्क मन्थन

ख) अवलोकनको महत्व

ग) अवलोकन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षाका अवलोकन गर्न सकिने पाठका क्रियाकलाप पहिचानसम्बन्धी अभ्यास

३. विस्तृत क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन — १५ मिनेट

- हरेक सहभागीहरूलाई एकएक ओटा मेटाकार्ड वितरण गर्नुहोस् र अवलोकन भनेको के हो लेख्न लगाई बोर्डमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।
- अवलोकनको परिचयको सम्बन्धमा सहभागीहरूबाट गरिएको प्रस्तुतीकरणपश्चात् निम्नानुसारको चार्ट प्रस्तुत गरी अवलोकनको बारेमा स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।

> सामान्य अर्थमा अवलोकन भनेको नयाँ कुरा प्राप्त गर्न कुनै वस्तु वा घटनालाई पटकपटक हेर्नु भन्ने बुझिन्छ । अनुसन्धानको क्रममा गरिने अवलोकनले परिकल्पना परीक्षण गर्न आवश्यक पर्ने तथ्याङ्क प्राप्त हुन्छ । व्यावहारिक विज्ञानको अध्ययन गर्ने अति सामान्य विधि अवलोकन हो । अनुसन्धानका लागि गरिने अवलोकनलाई पि.भि. योङले "व्यवस्थित हेराइ" भनेकी छिन् । (Observation may be defined as systematic viewing coupled with consideration of seen phenomenon) व्यवस्थित हेराइ उद्देश्यपूर्ण र खोजमूलक हुनुपर्छ ।

ख) अवलोकनको महत्व २० मिनेट

➢ तलका अवस्थाहरू अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ।

अ) शिक्षिका रमा भू-क्षय पढाउँदै छिन् । उनको विद्यालय घट्टेखोलाको नजिकै छ । कसरी हाम्रा वरपरका जमिनहरू खोलानालाले बगाउँदै नाश गरिरहेका छन् ? कसरी त्यस्ता जमिनलाई बचाउन सकिन्छ ? के हाम्रा क्रियाकलापले नै भू-क्षय भइरहेको हुन्छ ? आदि प्रश्नको उत्तर विद्यार्थीहरू खोजिरहेका छन् तर पठनपाठन कक्षाकोठामा मात्र सीमित भएकाले स्पष्ट हुन सकिरहेको छैन ।

आ) शिक्षिका गोमा पञ्चकन्या विद्यालयमा पढाउँछिन् । भू-क्षय पाठ पढाउन आफ्नो वरिपरि खोलानालाले जमिन बगाएको छ कि भनेर हेर्छिन तर त्यस्तो अवस्था नभएकोले उनले दुईओटा ट्रेमध्ये एउटामा माटो र अर्कोमा दुबो सहितको चपरी राखी दुवै ट्रेलाई केही ठाडो बनाएर अड्याउदै हरेक ट्रेको मुनि एउटाएउटा पानी थाप्ने भाँडो राखी पालैपालोसँग पानी ट्रेमा खन्याउँदै, तल जम्मा भएको पानी कुन बढी धमिलो छ, विद्यार्थीहरूलाई हेर्न लगाएर, भू-क्षय भनेको के हो ? यो कसरी हुन्छ ? भू-क्षय हुन नदिन के उपाय गर्न सकिन्छ ? जस्ता प्रश्नको उत्तर खोज्न लगाउँदै छिन् । जुन विद्यार्थीहरू ध्यानपूर्वक हेर्दै उत्तर खोज्न तल्लीन छन् ।

➢ अवस्था अध्ययनपछि निम्न प्रश्नको उत्तर लेख्न प्रत्येक सहभागीहरूलाई लगाउनुहोस् ।

- अवस्था (अ) मा रमाले कसरी पाठपाठन गरिरहेकी छिन् ?
- पठनपाठन गराउने वैकल्पिक विधि के हुन सक्छ ?
- के हरेक विषयवस्तु कक्षाकोठामा मौखिक रूपमा वा स्तरीय प्रयोगशालामा मात्र पठानपाठन गर्न जरुरी छ ? छैन भने विकल्प केके हुन सक्छन् ?
- अवस्था (आ) मा गोमाले भू-क्षय अध्ययन गराउन कुन विधि रोजेकी छन् ?
- विद्यार्थीले अवलोकन गर्दा केके कुरा पत्ता लगाउनुपर्छ ?
- अवलोकनका लागि कुनै फाराम वा टिपोटपुस्तिका चाहिन्छ ? चाहिन्छ भने फारामको नमुना कस्तो हुनुपर्छ ?

➢ माथिका प्रश्नहरूको उत्तर हरेक सहभागीबाट आइसकेपछि अवलोकनको महत्व बताइदिनुहोस् ।

ग) अवलोकन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ५० मिनेट

➢ सहभागीहरूलाई अवलोकन गर्दा ध्यानदिनुपर्ने कुराहरू केके हुन सक्छन् आ-आफ्नो कापीमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

➢ हरेकले लेखिसकेपछि नजिकको एकजनासँग जोडी बन्न लगाई (दुईजनाको समूह) आफूले लेखेको कुरा आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् र दुवैजनाको सहमतिमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूको सूची बनाई सबैलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

अवलोकन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू:
योजना, अवलोकनको उद्देश्य, समय, स्थान, साधन, सहभागी सङ्ख्या, पूर्व तयारी, आवश्यक फारामहरू, प्रतिवेदन लेखनको ढाँचा प्रस्तुतीकरण एवम् पृष्ठपोषणजस्ता कुराहरू अवलोकन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूमा समेटिएको हुनुपर्छ ।

घ) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा अवलोकन गर्न सकिने क्रियाकलापहरूको पहिचान १ घण्टा ५ मिनेट

- सहभागीहरूलाई तीनसमूहमा बाँड्नुहोस् र निम्नानुसार कक्षागत (कक्षा ९ र १०) रूपमा अवलोकन गर्न सकिने पाठको वार्षिकयोजना बनाउन लगाउनुहोस् । पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक पनि उपलब्ध गराउनुहोस् ।
- समूह "क" स्वास्थ्य शिक्षा

क.सं.	क्रियाकलापको नाम	एकाइ	कक्षा	अवलोकनका लागि लगिने स्थान	महिना	कैफियत

- समूह "ख" जनसङ्ख्या शिक्षा

क.सं.	क्रियाकलापको नाम	एकाइ	कक्षा	अवलोकनका लागि लगिने स्थान	महिना	कैफियत

➢ समूह "ग" वातावरण शिक्षा

क.सं.	क्रियाकलापको नाम	एकाइ	कक्षा	अवलोकनका लागि लगिने स्थान	महिना	कैफियत

➢ समूहगत रूपमा प्रस्तुत गर्न लगाई आगामी दिन उक्त योजना कार्यान्वयन गर्न प्रत्प्रेरित गर्नुहोस् र आवश्यकताअनुसार पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

ङ) **सारांश** १० मिनेट

सत्रको सारांश बताइदिनुहोस् ।

५. **मूल्याङ्कन** १० मिनेट

क) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षामा प्रयोगात्मक क्रियाकलापअन्तर्गत अवलोकन कार्यको महत्व बताउनुहोस् ।

६. **पृष्ठपोषण** १० मिनेट

सहभागीहरूसँग सत्रलाई सधार गर्न आवश्यक पृष्ठपोषण माग्नुहोस् ।

पाठ शीर्षक: अवलोकनका लागि योजना तथा अभ्यास

सत्र: उन्नाइसौं, बीसौं र एक्काइसौं **समय:४ घण्टा ३० मिनेट**

१. उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

क) स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षासँग सम्बन्धित विषयवस्तु छानी अवलोकनको योजनासहित अवलोकन गरी प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न ।

२. सामग्री:

अवलोकन फाराम, मेटाकार्ड, साइनपेन, मास्किङ टेप, अत्य आवश्यक सामग्रीहरू

३. मुख्यक क्रियाकलाप:

क) मस्तिष्क मन्थन

ख) अवलोकन योजना तयारी

ग) अवलोकन कार्य सञ्चालन

घ) अवलोकन प्रतिवेदन तयारी प्रस्तुतीकरण तथा पृष्ठपोषण

३. विस्तृत क्रियाकलाप:

मुख्य क्रियाकलापको आधारमा निम्नलिखित विस्तृत क्रियाकलाप गर्न सकिन्छ :-

क) मस्तिष्क मन्थन (२० मिनेट)

- प्रत्येक सहभागीहरूलाई १/१ ओटा मेटाकार्ड वितरण गर्नुहोस् र तालिम केन्द्र नजिक स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षासँग सम्बन्धित अवलोकन गर्न सकिने क्रियाकलाप लेख्न लगाउनुहोस् ।
- हरेकले लेखिसकेपछि मेटाकार्ड टाँस्न लगाउनुहोस् र उक्त शीर्षक छान्नुको कारण पनि बताउन लगाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूले छानेका शीर्षकहरू उल्लेखित मेटाकार्डलाई सङ्कलन गरी बराबर सङ्ख्यामा पर्नेगरी चार मुठा (समूह) बनाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई चार समूहमा बाँड्नुहोस् र प्रत्येक समूहलाई सङ्कलन गरेको मेटाकार्डको चार ओटा समूहबाट एकएक ओटा समूह वितरण गर्नुहोस् ।
- समूहमा प्रत्येक मेटाकार्डको शीर्षक अध्ययन गर्न लगाई उपयुक्त एउटा शीर्षक छान्न लगाउनुहोस् ।

ख) अवलोकनका लागि योजना (५० मिनेट)

- हरेक समूहले छानेको शीर्षकमा अवलोकन गर्न छोटो योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।

योजना बनाउँदा:

- उद्देश्य निर्धारण गर्ने ।
- समूहमा नेता छनोट गर्ने ।
- अवलोकनमा जाँदा अपनाउनुपर्ने सावधानीहरूको बारेमा छलफल गरी तयार पर्ने ।
- अवलोकनका लागि फाराम बनाउने ।
- कति समय अवलोकन गर्ने किटान गर्ने ।
- प्रतिवेदन प्रस्तुतीकरण गर्ने ।

ग) **अवलोकन कार्य सञ्चालन** (१ घण्टा ४० मिनेट)

> योजना अनुसार अवलोकन गर्न लैजानुहोस् । अवलोकनमा सबै सहभागीहको बराबर सहभागिता हुन उत्प्रेरित गर्ने र अभिलेख पनि राख्नुहोस् ।

घ) **प्रतिवेदन तयारी, प्रस्तुतीकरण र पृष्ठपोषण** (१ घण्टा १० मिनेट)

> सहभागीहरूले अवलोकनसम्पन्न गरेपछि छोटो प्रतिवेदन समूहगतरूपमा लेख्न लगाउनुहोस् । प्रतिवेदनको सामान्य ढाँचा यस्तो हुन सक्ने कुरा बताउनुहोस् ।

शीर्षक:
१. उद्देश्य:
२. तथ्याङ्क सङ्कलन विधि/अध्ययन विधि:
३. विश्लेषण:
४. पत्ता लगाएको कुरा:
५. सुझाव:
६. निष्कर्ष:

> पालैपालो प्रतिवेदन सबै समूहलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र अझ प्रभावकारी अवलोकनका लागि शीर्षक छनोट, योजना र कार्यान्वयनजस्ता कुरामा पृष्ठपोषण आदानप्रदान गराउनुहोस् ।

ङ) **सारांश:** (१० मिनेट)

सत्रको सारांश बताउनुहोस् ।

५. मूल्याङ्कन (१० मिनेट)

क) अवलोकन भनेको के हो ?
ख) अवलोकन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू केके हुन् ?

६. पृष्ठपोषण (१० मिनेट)

अवलोकनलाई प्रभावकारी रूपमा गर्न यो सत्रलाई सुधार गर्ने उपायहरू सहभागीहरूबाट पालै पालो भन्न लगाउनुहोस् ।

सन्दर्भ सामग्री:

1. पाठ्यक्रम विकास केन्द्र (२०५७), माध्यमिक शिक्षा पाठ्यक्रम ।
2. पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण, शिक्षक निर्देशिका कक्षा नौ र दस ।
3. स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा प्रयोगात्मक कार्यनिर्देशिका, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
4. Byers Andy, Hand Book of Science Teacher, "Madhubon Education Books Delhi"
5. Joyce Bruce and Weil Marsha(1997). Models of Teaching , 5th Edition. Prentice - Hall of India.
6. Best, J.W. & James, V. Kahn (2000). *Research in Education*, New Delhi: Prentice Hall of India Pvt. Ltd.
7. Wagle, M.P. (1995). *Research Methods in Education and Social Science*, Kathmandu: Ganesh Himal Educational.
8. Harry Dahand (2005) . *Teaching Human Rights.* Authors Press India

पाठ शीर्षक: **कार्यक्रम मूल्याङ्कन**

सत्र: एक **समय:** १ घण्टा ३० मिनेट

कार्यक्रमको अन्तिमदिन प्रशिक्षकले निम्नानुसारको प्रश्नावली भरी एकप्रति शैक्षिक तालिम केन्द्रमा र एकप्रति शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्रमा पठाउनुपर्नेछ ।

(प्रशिक्षकका लागि प्रश्नावली)

१) तपाईंले लिनुभएको सत्र कुनकुन हुन्? उल्लेख गर्नुहोस् ।

२) ती सत्रहरू तालिम पाठ्यक्रमअनुसार थिए ? यदि थिएनन् भने कुनकुन सत्रहरू थिएनन् ?

३) तालिम पाठ्यक्रमका कुनकुन क्षेत्र तालिम सामग्रीहरूले समेट्न सकेनन् ? सूची बनाउनुहोस् ।

४) तालिम सामग्रीलाई अझ राम्रो बनाउन केके गर्न आवश्यकठान्नु हुन्छ ?

५) अन्य केही भए ....

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र
२०५०
पुस्तकालय