शिक्षकको पेशागत सीप विकासमा उपाय: घुम्ति बैठक

सिकाइ समुदायको निर्माण (Creating Learning Communities)

सिकाइ समुदाय शिक्षकहरुको साझा मञ्च हो। विश्वका विभिन्न मुलुकमा शिक्षकका पेशागत सीप विकास गर्न तथा विद्यार्थीका सफल सिकाइका लागि गरिएका अभ्यास, शिक्षक तथा शिक्षाविद्हरुको अनुभवको आधारमा यसको विकास भएको हो। शिक्षक स्वयम्ले आफ्नो पेशागत सीप विकास गर्दै पठन पाठनका क्रममा भोगेका समस्याहरुका समाधानका उपाय खोजिन्छ। बैठकमा छलफल, अनुभवका आधारमा सिकाइको साझा अवधारणा निर्माण गरिन्छ।

घुम्ति बैठक (Mobile Meeting)

घुम्ति बैठक चारदेखि पाँच वटा विद्यालय बीचको जमघट थलो बनाइ ती विद्यालयका शिक्षकहरुले पठन पाठनका क्रममा सामना गर्नु परेका समस्या समाधानका उपाय खोज्ने सङ्गठित प्रयास हो। एउटै विद्यालयमा मात्र सीमित नभएर क्लस्टर विद्यालयहरुमा कम्तिमा महिनाको एक पटक दुई घन्टा लामा बैठक सञ्चालन हुनेछन्। उक्त बैठकमा सम्बन्धित विद्यालयका विद्यालय व्यवस्थापन समिति र शिक्षक अभिभावक संघका अध्यक्षलाई पनि समावेश गरिने गरिन्छ।

क्रियाकलाप कार्ड (Activity card)

घुम्ति बैठक सञ्चालनको लागि छलफलको विषय चयन गर्न र उक्त विषयवस्तुको आधारमा बैठक अगाडि बढाउन तयार गरिएका कार्ड नै क्रियाकलाप कार्ड (Activity card) हुन्। शिक्षकले पठन पाठन तथा पेशागत विकासको क्रममा भोग्दै आएका समस्या छनौट गरी समाधानका लागि ज्ञान, सीप र अनुभव आदान प्रदान गर्न क्रियाकलाप कार्ड प्रयोगमा ल्याउँछन्। समस्या समाधानका उपाय निकाल्न गरिने बैठकको सहजीकरणका लागि सुझावहरु यस कार्डमा उल्लेख गरिएको हुन्छ। प्राथमिकताको आधारमा शीर्षक छनौट गरी कार्डमा दिइएको निर्देशन अनुसार बैठक अगाडि बढाइन्छ।

घुम्ति बैठक सञ्चालनको सहजीकरण (Facilitation of the mobile meeting)

घुम्ति बैठक सञ्चालनका लागि प्रत्येक विद्यालयका शिक्षकहरु मध्येबाट अगुवा शिक्षक (Lead teacher) छनौट गरिएको हुन्छ। उक्त अगुवा शिक्षक र प्रधानाध्यापकले आ–आफ्नो विद्यालयमा बैठक सञ्चालनमा सहजीकरण गर्ने गरिनेछ। आवश्यकता अनुसार सम्बन्धित स्रोत व्यक्तिले पनि सहजीकरण तथा पृष्ठपोषण दिने गरिन्छ।

शिक्षक फोल्डर (Teacher Folder)

प्रत्येक घुम्ति बैठक पछि शिक्षकले सिकेका कुराहरु कार्यन्वयन गर्न व्यक्तिगत रुपमा योजना बनाउँछन्। योजना अनुसार गरेका काममा आएका सकारात्मक परिवर्तनहरु जस्तैः कक्षा अवलोकनको पृष्ठपोषण फारम, स्वःमूल्याङ्कन फारम, सृजनात्मक लेख रचनाहरु, बैठकका छलफलका नोटहरु, सफल घटनाहरु, सम्बन्ध बिस्तार, निर्माण गरिएका नमुना शैक्षिक सामग्रीहरु यस व्यक्तिगत फोल्डरमा रेकर्डका लागि राखिन्छ। यहि रेकर्डको आधारमा थप पृष्ठपोषण दिने र शिक्षकको मूल्याङ्कन गरिने गरिन्छ। जसबाट स्वयम् शिक्षकले आफ्नो कमजोरीलाई सुधार्ने अवसर पाउनेछ।

गुणस्तरिय शिक्षकहरूको सञ्जाल (Quality Teachers Network)

गुणस्तरिय शिक्षकहरुको सञ्जालको लक्ष्य पेशागत सीप विकासका लागि शिक्षकहरुको सञ्जाल तयार गरि एक आपसमा ज्ञान, सीप र अनुभव आदानप्रदान गराउनु हो। सर्वप्रथम सञ्जाल निर्माणका लागि नजिकै पायक पर्ने ४/५ वटा विद्यालय र शिक्षकहरु बीच सम्बन्ध कायम गरिन्छ। घुम्ति बैठकमा सबैको समान सहभागिता, विचार आदान प्रदान हुने भएकाले स्वच्छ प्रतिस्पर्धा गरि शिक्षकहरुमा आफ्नो पेशाप्रति आस्था बढाउन मद्दत गर्दछ।

क्रियाकलाप कार्डका शीर्षकहरु

Quality Teachers Network

- कक्षाकोठामा खेल (Games in the Classroom)
- कक्षाकोठा भित्र सिकाइ मूल्याङ्कन (Classroom based Assessment)
- कक्षामा योगा र ध्यानको सामान्य अभ्यास (Practice of Yoga and Meditation in the classroom)
- कमजोर विद्यार्थीका लागि सहयोगी कक्षा (Remedial Class for weak Students)
- काममा आधारित विधि मार्फत भाषा शिक्षण (Teaching Language through Task based approach)
- कार्यमूलक अनुसन्धान (Action Research)
- खेर गएका वस्तुको पुनः प्रयोग विधि (Reuse, Reduce and Recycle of the waste)
- परियोजना कार्य (Project Work)
- पाठयोजना निर्माण (Developing Lesson Plan)
- पाठ्यक्रम निर्देशित योजना (Curriculum based Planning)
- पाठ्यक्रमको ढाँचा (Curriculum Structure)
- प्रश्नपत्रको निर्माण (Developing the best question Sheet)
- प्राथमिक उपचार (First Aid)
- बालबलिकामा नेतृत्व विकास (Leadership Development in Children)
- मनोसामाजिक परामर्श (Psychological Counseling)
- लैङ्गीकमैत्री कक्षाकोठा (Gender Friendly Classroom)
- विद्यार्थी नियमितता बढाउने उपायहरु (Techniques to increase students Regularity)
- विद्यार्थीहरुले सिक्ने विविध तरिकाहरु (Different ways of Learning)
- विद्यार्थीको क्षमता पहिचान सहितको शिक्षण सिकाइ (Know your Students)
- विपद व्यवस्थापन (Disaster Risk Reduction)
- वैयक्तिक शिक्षण (Individualized Teaching)
- शिक्षकको पेशागत सीप विकास (Teacher's Professional Development)
- शिक्षक अभिभावक सम्बन्ध (Relationship between Teachers and Parents)
- शिक्षकमा सकरात्मक सोचको विकास (Positive Change in Teacher)
- समालोचनात्मक सोचाइको विकास (Developing Critical Thinking)
- समस्याग्रस्त विद्यार्थीलाई सम्हाल्ने तरिका (Handling Difficult students in classroom and school)
- समूह शिक्षण (Group Teaching)
- सुन्दर हस्तलेखनको विकास (Developing Beautiful Handwriting)
- सम्पूर्ण कक्षा शिक्षणमा प्रश्न गराइको तरिका (Questioning Techniques)
- स्वःअनुसन्धान मार्फत आत्ममूल्याङ्कन (Self Evaluation through Self Assessment)
- स्थानीय पाठ्यक्रम परिचय (Introduction of the Local Curriculum)
- स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण (Construction of the Local Curriculum)

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : विद्यार्थी नियमितता गराउने उपायहरू
(Techniques to Increase Students Regularity)

प्रयोजन :
१. विद्यार्थी नियमितताको महत्व बुझ्न ।
२. विद्यार्थी नियमितता बढाउने उपायका विकल्प खोज्न ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

निम्न प्रश्नमा छलफल गरि सहभागीका अनुभव लिनुहोस्।
१. नियमित विद्यार्थीहरु विद्यालयमा किन आउनु पर्छ?
२. विद्यार्थीलाई नियमित ल्याउन के कस्ता प्रयास गर्नु भएको छ ?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।
१. नियमित विद्यालयमा विद्यार्थी नआउनाका कारणहरु के के होलान् ?
२. उक्त कारणका समाधान गर्ने उपायहरु खोज्नुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. नियमितता प्रतिशत प्रति महिना निकाल्न के गर्नुपर्छ?
२. हाम्रा र अन्य विद्यालयहरुले नियमितता बढाउन गरेका राम्रा प्रयास (Best Practices) हरुको सूची निर्माण गर्नुहोस्।
३. आफ्नो विद्यालयमा विद्यार्थीहरु नियमितता गराउन गर्न सकिने उपाय उल्लेख गरी योजना निर्माण गर्नुहोस्।
४. नियमितता बढाउन अभिभावक, विद्यालय व्यवस्थापन समिति तथा शिक्षक अभिभावक संघसँगको समन्वयमा कस्तो विधि हुनुपर्छ?

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : कक्षागत सालाखाला विद्यार्थी उपस्थिति रेकर्ड पुस्तिका।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

दिन-दिनै विद्यालयमा सिकाउने कुरा फरक फरक हुन्छ ? अघिल्लो दिनमा अनुपस्थित हुने विद्यार्थीहरुलाई त्यो दिनको विषयवस्तु सिक्न अप्ठेरो हुन्छ भने शिक्षकलाई सिकाउन पनि गाह्रो हुन्छ। त्यसैले विद्यार्थीलाई नियमित गराउन अभिभावकलाई जानकारी दिने, साथी मार्फत बोलाउन लगाउने, अभिभावक सचेतना कार्यक्रम संचालन गर्ने, बढि उपस्थित हुनेलाई प्रशंसित गर्ने आदि उपाय अपनाउन सकिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

विद्यार्थी नियमित विद्यालय नआउनका कारण पढाइमा कमजोर हुनु, शिक्षकले गर्ने व्यवहार, घरायसी कामकाज, कमजोर आर्थिक अवस्था, साथी संगत आदि हुनपर्छ। समाधानका लागि कक्षा रमाइलो बनाउन सकिन्छ, बालमैत्री व्यवहार, कक्षा शिक्षक र अभिभावकलाई आफ्नो जिम्मेवारी बारे प्रतिवद्ध गराउन सकिन्छ। शिक्षक अभिभावक संघ, विद्यालय व्यवस्थापन समिति तथा शिक्षक बैठकमा छलफल गरी उपाय र जिम्मेवारी बाँडफाँड आदि गर्न सकिन्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. औसत उपस्थिति निकाल्न

$$\text{औसत उपस्थिति} = \frac{\text{सबै विद्यार्थीहरुको उपस्थितिको योग}}{\text{जम्मा विद्यार्थी संख्या X पढाइ भएको दिन}} \times १००$$

२. शिक्षकले विद्यार्थीको नियमितता बढाउन मासिक भेटघाट, प्रार्थना समयमा हाजिरी, भर्ना समयमा स्वागत गरी दिने, जानकारी दिने, शिक्षक बैठकमा छलफल गर्ने, नआउने दिनमा निवेदन पठाउने, दण्डरहित शिक्षण गर्ने, नआएमा पत्राचार गर्ने, बढी उपस्थिति हुनेलाई प्रशंसित गर्न सकिन्छ। त्यस्तै अभिभावकले खाजाको व्यवस्था गर्ने बेलाबेलामा विद्यालयमा उपस्थित हुने, आ-आफ्नो टोल टोलमा बालबालिका जम्मा गरी पठाउने गर्न सकिन्छ भने बाल क्लब तथा ठूला कक्षाका विद्यार्थीहरुले सँगै लाने ल्याउने गर्न सक्छन्।

सारांश :

वर्ष दिनमा १९२ दिन पढाइ हुन्छ भने विद्यार्थी उपस्थिति पनि सधै नै सबैको हुनुपर्छ सोका लागि आफ्नो विद्यालयको विद्यार्थी औषत उपस्थिति हेरी बढाउँदै लैजानु पर्ने हुन्छ।

फलोअप निर्देशन :

औषत विद्यार्थी उपस्थितिको जाँच गर्न कक्षा शिक्षकलाई जिम्मेवारी दिने र उपस्थिति वढ्दै गए/नगएको अनुगमन गर्ने।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : काममा आधारित विधिमार्फत भाषा शिक्षण
(Teaching Language through Task based approach)

प्रयोजन : १. विद्यार्थीलाई कामसँग जोडेर प्रभावकारी रुपमा भाषा सिकाउने विधिहरुको खोजी गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. काममा आधारित विधि (Tasked based Approach) भनेको के हो ?

२. काममा आधारित विधि प्रभावकारी रुपमा भाषा सिकाउन किन महत्वपूर्ण छ ?

३. Communicative Approach/ Audio lingual Approach भनेको कस्तो विधि हो? यि विधिबाट कसरी पढाउन सकिन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

निम्न प्रश्नमा समुहगत छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. अब काममा आधारित भाषा शिक्षण विधिका सिद्धान्तहरु के के हुन सक्लान ?

२. यो विधिलाई कक्षाकोठा वा विद्यालय परिसरमा कसरी प्रयोग गर्न सकिएला?(सहयोगको लागि सहजकर्ता निर्देशिका हेर्न सक्नुहुन्छ)।

३. यस विधि मार्फत भाषा शिक्षण सँगसँगै अरु के के विषयको शिक्षणमा कसरी सहयोग गर्न सकिन्छ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक समुहमा एकजनाले काममा आधारित भाषा शिक्षणको नमूना अभ्यास गराउनुहोस्। अन्य केही सहभागीलाई अबलोकनकर्ताको भूमिका दिनुहोस्। एउटा समुहको प्रस्तुतीपछि सबैबाट सुझाव लिई आफूले पनि सुझावसहित निष्कर्ष निकाल्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : ५-१० वटा कलम, कापी, फलफुल आदि

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

काममा आधारित भाषा शिक्षण विधिले कामद्वारा भाषागत सीपहरु विकासमा सहयोग गर्दछ। यो विधि पेशागत सीपको विकासका लागि पनि उत्तिकै सहयोगी हुन्छ। यो विधि मातृभाषा अथवा अरु कुनै(दोस्रो)भाषाको सिकाइमा एकदमै सहयोगी हुन्छ। व्यवहारसँग जोडेर भाषा सिकिएन भने त्यो सिकाइ त्यति जिवन्त हुँदैन। वास्तविक अनुभव, ज्ञान प्राप्त गर्न पनि सकिदैन।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

कतिपय अभ्यास निश्चित र नियन्त्रित अवस्थामा मात्रै गराउनुहोस्। जस्तो:

कक्षामा पौडी खेल्न सिकाएर मात्र विद्यार्थी खोलामा पौडिन सक्दैनन् डुबेर मर्छन। त्यसैले Communicative Approach र Audio Language Approach विधिहरु व्यवहारमा जाँदा असफल हुने हुनाले काममा आधारित विधि अपनाउनु परेको हो।

काममा आधारित भाषा शिक्षणका लागि निम्न कुरा ख्याल गर्नुपर्छ।

- ❖ आवश्यकताको पहिचान गर्ने।
- ❖ बास्तविक काममा प्रयोग गर्ने।
- ❖ विद्यार्थीले के गर्ने के पाउने वृहत छलफल गर्ने।
- ❖ वास्तविक कामलाई भाषा विना छुट्टै प्रयोग नगर्ने।
- ❖ सिकारु विद्यार्थीलाई सल्लाह दिने।
- ❖ सहयोगात्मक सिकाइलाई वढावा दिने।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

विद्यार्थी सक्रिय सहभागिता, स्वतःस्फुर्त उत्प्रेरणा, तार्किक छलफल, बास्तविक कुराकानी, गफ गराई, वस्तुगत कार्य आदि मार्फत भाषा सिक्छन्। काम मार्फत भाषा सिकाउदा निम्नानुसार गर्नुहोस्।

क) सहभागीलाई संख्या हेरी उनीहरुलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

ख) सबै समुहलाई एउटा कलम, कापी दिई छलफलको विषयवस्तु दिनुहोस्।

ग) उनीहरुलाई पुरा निर्देशन गर्ने जस्तै : कतिमा ? कुन भाषा प्रयोग गरेर ? कति समय भित्र ? कस्तो व्यक्तिलाई बेच्न लगाउने। बेच्ने क्रममा छलफल वादविवाद, कुराकानी, सर सल्लाह आदि गर्दै जसरी पनि सामान बेच्न उत्प्रेरित गर्नुहोस्।

सारांश :

काममा आधारित भाषा शिक्षणले विद्यार्थीमा वास्तविक काममा बास्तविक भाषाको प्रयोगमार्फत भाषा सिक्न सहयोग गर्दछ। यो विधि वस्तुगत हुने हुँदा कति उद्देश्य प्राप्ति भयो, कसरी भयो र अव के गर्ने भनेर नयाँ योजना बनाउन शिक्षकलाई पनि सहयोग गर्दछ। त्यसैगरी यो विधि काममा आधारित भएको हुनाले पढेको हो भन्ने थाहै नपाई विद्यार्थीले भाषा सिकिरहेका हुन्छन्।

फलोअप निर्देशन :

काममा आधारित भाषा शिक्षणका क्रममा विद्यार्थीले भाषाको प्रयोग कति र कसरी गर्छन भनेर अवलोकन गरिरहनुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : शिक्षकको पेशागत सीप विकास
(Teachers' Professional Development)

प्रयोजन : १. शिक्षण पेशा प्रतिको दृष्टिकोण निर्माण गर्ने ।
२. शिक्षकका पेशागत सीप तथा दक्षता विकास गर्ने उपायको खोजी गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सबै सहभागीलाई पालैपालो आफ्नो पेशाबारे छलफल गराउनुहोस्।
२. आफ्नो पेशाबाट कतिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ? सबै सहभागीको विचार टिपोट गर्नुहोस्।
३. तपाई आफ्नो कामलाई उत्कृष्ट बनाउन के के गर्दै आउनु भएको छ ?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गराई निम्न प्रश्न राख्नुहोस् र मुख्य बुँदा टिपोट गर्नुहोस्।

१. आफूले शिक्षणका क्रममा गरेका र गर्नसकिने विशेष कामहरु के के हुनसक्छन्?
२. शिक्षण पेशालाई मर्यादित र गौरवपूर्ण बनाउन के के गर्नु पर्ला?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी निचोड निकाल्नुहोस्।

१. कस्तो व्यक्तिगत तथा पेशागत गुण भएको शिक्षकलाई सबैले मन पराउछन्?
२. शिक्षक र विद्यार्थीको आत्मसम्मान बढाउन के के गर्नुपर्ला?
३. आफ्नो पेशालाई सम्मानित बनाउन प्रधानाध्यापक, विद्यालय व्यवस्थापन समिति र शिक्षकले गर्नुपर्ने मुख्य कामको सुची बनाउनुहोस्।
४. आफ्नो पेशालाई सम्मानित बनाउन शिक्षक स्वयम्ले के के गर्नुपर्ला? गर्नुपर्ने कामको सूची बनाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी, कलम, न्यूजप्रिन्ट, मार्कर, साइनपेन आदि।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

सहभागीलाई आफ्ना अनुभवहरु पालैपालो एक आपसमा आदान प्रदान गर्ने अवसर दिनुहोस्।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

१. सहभागीका अनुभवका आधारमा गरेका कार्यको सुची निर्माण गर्न र छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
२. शिक्षकले विषयवस्तुको अध्ययन र योजना निर्माण गर्ने, बालकेन्द्रित शिक्षण सिकाइलाई ध्यान दिने, सबै विद्यार्थीहरुलाई समान दृष्टिले हेर्ने, विद्यार्थीहरुको आत्मसम्मान बढाउन प्रोत्साहित गर्ने, सहपाठीसँग नजानेको कुरा जिज्ञासा राख्ने, अनुभवहरु आदान प्रदान गर्ने, उनीहरुका सकारात्मक कुराहरु मात्र गर्ने, आदर, सत्कार गर्ने गर्दा आफ्नो र पेशाकै मर्यादा बढ्छ।
३. आफुले गरेको कामबाट सन्तुष्टि लिन सकारात्मक सोच बोकेर अघि बढ्ने, आफ्ना कमी कम्जोरी सुधार्ने, आफ्नो जिम्मेवारी इमान्दारीपूर्वक गर्ने, विषयवस्तुमा गहिरो अध्ययन गर्ने,सबै विद्यार्थीको पठन पाठन सुधार गर्न मिहिनेत गर्ने आदि कामबाट शिक्षकले पेशागत सन्तुष्टि लिन सक्छन्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. आफुमा व्यक्तिगत तथा पेशागत सीप भएको, विद्यार्थीको बौद्धिक, शारीरिक, संवेगात्मक जस्ता विकासमा मद्दत पुऱ्याउने शिक्षक सबैको प्रिय हुन्छन्।
२. विद्यार्थीको आत्मसम्मान बढाउने उपाय खोज्न खण्ड २ को सुझाव हेर्नुहोस् । यस विषयमा सहभागीबाट आएको थप बुँदा समावेश गरि निष्कर्ष दिनुहोस्।
३. आफ्नो पेशालाई सम्मानित गर्न र सो को आधारमा अगाडि बढ्न सकारात्मक सोच, सकारात्मक प्रश्न, सकारात्मक उत्तर, पेशाप्रतिको सकारात्मक दिगोपना आदि चाहिन्छ।

सारांश :

आफूले गरेको कार्यबाट आत्मसन्तुष्टि लिन सबैले चाहन्छन्। यो चाहना पूरा गर्न सकारात्मक सोचका साथ आफ्नो जिम्मेवारी प्रभावकारी रुपमा पूरा गर्नुपर्छ। साथै अरुको आत्मसम्मान गर्न सदा लाग्नुपर्ने हुन्छ।

फलोअप निर्देशन :

आफ्नो पेशागत सीप विकास गर्न समय समयमा आत्ममूल्याङ्कन गरी सकारात्मक कामलाई निरन्तरता दिने र सुधार गर्नुपर्ने कार्यलाई सुधार गर्दै लैजानुपर्ने हुन्छ।

unicef Global Action Nepal

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : स्वःअनुसन्धानमार्फत आत्ममुल्याङ्कन
(Self Evaluation through Self Assessment)

प्रयोजन :
१ शिक्षकहरुमा आत्ममुल्याङ्कन वा स्वमुल्याङ्कनको पद्धति विकास गर्नु ।
२ शिक्षकहरुको आत्ममुल्याङ्कन वा स्वमुल्याङ्कनको पद्धतिमार्फत शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापमा परिवर्तन ल्याउनु ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

शिक्षक सहभागीहरुलाई चार समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

१. कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्नका लागि शिक्षकहरुलाई समुहमा शीर्षक उपलब्ध गराइ पाठयोजना तयार पार्न लगाउनुहोस् ।
२. उक्त पाठयोजना भित्र उद्देश्य, प्रयोग गरिने सामाग्री, प्रस्तुतिकरणको क्रमबद्धता आदि उल्लेख गर्न निर्देशन दिनुहोस् ।

खण्ड २ अनुभव

शिक्षक सहभागीहरुलाई चार समुहमा पुनः विभाजन गर्नुहोस्।

१. समुहमा पाठयोजना निर्माणका लागि निश्चित समय उपलब्ध गराउनुहोस् र शिक्षक सहभागीहरुलाई दिईएको शीर्षकमा तयार पारेको पाठयोजना अनुसार प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्।
२. प्रस्तुतीकरणको समयमा वीचवीचमा बोलेर असहज नवनाउनुहोस वा बाधा नपुऱ्याउनुहोस्।
३. यदि सम्भव हुन्छ भने बरु भिडियो रेकर्डिङ गर्ने व्यवस्था गरिदिनुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

प्रस्तुतिकरण पश्चात प्रस्तुतकर्तालाई अन्य सहभागी शिक्षक मार्फत पृष्ठपोषण लिन उत्साहित गराउनुहोस्। यो लिखित वा मौखिक रुपमा गर्नसकिन्छ । यदि प्रस्तुतकर्ताले चाहेको खण्डमा आफुले प्रस्तुत गरेको भिडियो हेरेर पनि स्वमुल्याङकन गर्न सक्नुहुन्छ ।

- ❖ सहभागीहरुलाई आफ्नो प्रस्तुतीको बारेमा प्रश्न गरेर स्वमूल्याक्तन गर्न सकिन्छ
- ❖ सहभागीहरुबाट एक एक गरेर वा समुहमा पृष्ठपोषण लिन सकिन्छ।
- ❖ आफुले प्रस्तुत गर्न सकिने अन्य वैकल्पिक उपायहरुको खोजी गर्नुहोस्।
- ❖ अर्को प्रस्तुतीकरणमा अन्य नयाँ वैकल्पिक उपायहरु प्रयोग गरि शिक्षण गर्नुहोस्।

प्रस्तुतकर्ताको प्रस्तुतिकरणको बारेमा सकारात्मक र सुधार गर्नुपर्ने नकारात्मक पक्षहरु उल्लेख गर्दै आफ्ना विचारहरु खुल्ला रुपमा प्रस्तुत गर्नका लागि प्रत्येक सहभागीहरुलाई एक एकवटा कागजका पानाहरु उपलब्ध गराउनुहोस् । उनीहरुलाई त्यही शीर्षक अन्य वैकल्पिक तरिकाले कसरी पढाउन सकिन्छ भन्ने बारेमा पनि आफ्ना विचार लेख्न लगाउनुहोस्।

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : विभिन्न शीर्षकहरु लेखिएका स्लिपहरु

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. सम्पूर्ण सहभागीहरुलाई शीर्षक लेखिएका एक एकवटा स्लिपहरु उपलब्ध गराउनुहोस्।
२. त्यो स्लिपहरु हेरेर दिइएको शीर्षकमा प्रभावकारी ढंगले प्रस्तुत गर्नका लागि सबैलाई सोच्न, योजना बनाउन र तयार हुन सल्लाह दिनुहोस्।
३. यदि आवश्यक पर्‍यो भने, साथीहरुसँग छलफल गरेर पनि तयार पार्न लगाउनुहोस् । यदि सबैलाई आ–आफ्नो पाठयोजना प्रस्तुत गर्ने समय अपुग भएमा समुह तयार पारेर वा बीचबीच बाट एक एक जना छानेर प्रस्तुत गर्न लगाउन सकिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

१. प्रस्तुतकर्तालाई आफ्नो पाठयोजना प्रस्तुत गर्न समय र स्टेज उपलब्ध गराउनुहोस्।
२. दिइएको समय भित्र पाठयोजनामा संलग्न सम्पूर्ण उद्देश्य, प्रस्तुती, मूल्याङ्कन र गृहकार्य सक्नु पर्दछ भनि प्रस्तुतकर्तालाई जानकारी दिनुहोस्।
३. यदि सहभागीहरुले आफ्नो पाठयोजना समुहमा प्रस्तुत गर्न चाहेमा र सहजकर्तालाई राम्रै लागेमा त्यो व्यवस्था पनि गर्न सकिन्छ। यो पाठयोजना, यसका उद्देश्य, प्रस्तुतीकरण र सामग्रीहरुमा भर पर्दछ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

यदि सहभागी शिक्षकहरुले आफ्ना साथीहरुको बारेमा खुलेर मौखिक रुपमा पृष्ठपोषण दिन अप्ठ्यारो महसुस गरेमा उनीहरुलाई मुल्याङ्कन तालिका प्रदान गर्न सकिन्छ जहाँ उनीहरुको नाम नलेखिएको होस् । यस्तो भएमा सहभागीहरुले खुलेर प्रशंसा र कमी कमजोरीहरु लेख्न सक्दछन । यसबाट शिक्षक वा प्रस्तुतकर्ताले आफू र आफ्नो शिक्षणमा परिवर्तन गर्दै अघि बढ्न सक्दछन।

सारांश :

बेला बेलामा आफ्ना बारेमा राम्रा नराम्रा कुराहरु (विद्यार्थीलाई लागेका) निर्धक्कसँग लेख्न लगाउनुहोस् र त्यसलाई मनन गर्दै जानुहोस्।

फलोअप निर्देशन :

हामी शिक्षण त गर्दछौं तर हाम्रो शिक्षण कस्तो छ, विद्यार्थीले बुझे बुझेनन्, बुझ्न लायक थियो थिएन भनेर त्यसको कहिल्यै हेक्का राखेको हुँदैनौ त्यसैले सर्वप्रथम आफुबाट आफ्नै मुल्याङ्कन हुनु जरुरी छ। आफूले आफ्नो प्रस्तुतीकरण हेरेर आफैमा परिवर्तन गर्दै गरेको शिक्षण नै उत्कृष्ट शिक्षण हो।

unicef Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

शीर्षक : कमजोर विद्यार्थीका लागि सहयोगी कक्षा

(Remedial Class for Weak Students)

प्रयोजन : १. कमजोर विद्यार्थीका लागि सहयोगी कक्षाको महत्व प्रष्ट गर्ने ।

२. त्यस्ता कक्षालाई प्रभावकारी रुपमा सञ्चालन गर्ने उपायहरुको खोजी गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. कस्ता विद्यार्थीलाई कमजोर भन्ने ?
२. छलफलको सार प्रस्तुत गर्नुहोस्।

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

समुह कार्यका लागि निम्न प्रश्न दिनुहोस् :

१. खण्ड १ मा गरिएको छलफलले तयार गरेको सूचकका आधारमा आफ्ना विद्यालयका कमजोर विद्यार्थीको सूची बनाउनुहोस्।
२. ती विद्यार्थी सिकाइमा कमजोर बन्नुका कारण खोतल्नुहोस्।
३. ती विद्यार्थीको सिकाइ सुधारका लागि तपाईंले आफ्नो विद्यालयमा के गर्दै आउनु भएको छ? आफ्ना अनुभव उजागर गर्नुहास्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

समुह कार्यका लागि निम्न प्रश्न दिनुहोस्:

१. आफ्ना विद्यालयका कमजोर विद्यार्थीहरुका लागि सहयोगी कक्षाबाहेक अन्य सम्भावित सहयोग कार्यक्रमको खाका बनाउनुहोस्।
२. ती प्रस्तावित कार्यक्रम कार्यान्वयनको योजना बनाउनु होस्।
३. प्रस्तावित कार्यक्रमको योजनालाई समुहगत प्रस्तुती गर्नुहोस् । सहभागीबाट आवश्यक सुझाव लिई योजनालाई अन्तिम रुप दिनुहोस् । उक्त योजना कार्यान्वयनको समयसीमा पनि तोक्नुहोस ।

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी र कलम।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

कक्षाकोठा भित्र सिकाइका सन्दर्भमा कमजोर विद्यार्थी भन्नाले औषत विद्यार्थीभन्दा कम सिकाइ उपलब्धि हासिल गरिरहेका, सिकाइ प्रति पटक्कै ध्यान नदिने वा कम ध्यान दिने, प्रयास गर्दागर्दै पनि अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न नसकेका, शिक्षकबाट पर्याप्त सहयोग नपाएका, कक्षाकोठाको शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापको किनारामा परेका विद्यार्थीहरु हुन् । यसबाहेक विभिन्न व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक सांस्कृतिक, भाषिक पृष्ठभूमिका कारण कक्षाकोठा भित्रको सिकाइमा प्रभावित विद्यार्थीहरु पनि कमजोर विद्यार्थी नै मान्नु पर्छ। तर त्यस्ता विद्यार्थीहरु कमजोर हुन् कि फरक क्षमताका हुन् भन्ने चाहिँ ख्याल गर्नुपर्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

विद्यार्थीहरु विविध कारणले सिकाइमा पछि पर्छन्। कक्षाकोठाको शिक्षण सिकाइ प्रभावकारी हुन नसक्दा, सबै विद्यार्थीलाई सिकाइमा सक्रिय सहभागी बनाउन नसक्दा, विद्यार्थीको वैयक्तिक भिन्नता अथवा विशेष क्षमता बुझी सोही अनुसार सिकाइको वातावरण हुन नसक्दा,विद्यार्थीको घरको परिवेश र विद्यालयको परिवेश फरक हुँदा आदि कारणहरुले विद्यार्थीले अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न सकिरहेका हुँदैनन्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

कमजोर विद्यार्थीलाई सहयोगी कक्षाको व्यवस्थाको अतिरिक्त उनीहरुमा विभिन्न अतिरिक्त क्रियाकलापमार्फत सकारात्मक सोच, उदार मनोवलको विकास गरी अप्रत्यक्ष रुपमा क्रमशः सिकाइमा सुधार ल्याउन सकिन्छ। कक्षाकोठा भित्रको शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापमा पनि शिक्षकले विशेष ख्याल गर्ने, उनीहरुलाई बढी भन्दा बढी सक्रिय बनाउने आदि नयाँ–नयाँ तरीकाहरु अपनाएर त्यस्ता कमजोर विद्यार्थीको सिकाइमा सुधार ल्याउन सकिन्छ।

सारांश :

कक्षामा गतिला शिक्षकको उपस्थिति हुँदै जाँदा कमजोर विद्यार्थीको संख्या घट्दै जान्छ। कमजोर मानिएका विद्यार्थीलाई अब्बल बनाउनु प्रत्येक शिक्षक र विद्यालयको मूल ध्येय हुनुपर्छ । यसका लागि शिक्षकले निरन्तर विद्यार्थीको सिकाइ सुधार्न रचनात्मक उपायहरुको खोजी गर्नुपर्छ । विद्यालय र समुदायले पनि उपयुक्त वातावरण निर्माण गर्दै जानुपर्छ।

फलोअप निर्देशन :

शिक्षकले कमजोर विद्यार्थीको पहिचान गर्ने र उनीहरुलाई पछ्याई सुधारका लागि विभिन्न उपायहरु निरन्तर अपनाउन प्रेरित गर्नुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : शिक्षक अभिभावक सम्बन्ध
(Relationship between Teachers Parents)

प्रयोजन :
१. शिक्षक अभिभावक सम्बन्धका बहुआयामिक पाटाहरु केलाउने ।
२. शिक्षक अभिभावक सम्बन्ध सुधारका उपाय खोज्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।
२. निम्न प्रश्नमा समुहगत छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
- क) बालबालिकाको पढाइमा सुधार ल्याउन शिक्षक र अभिभावक दुवैको सहयोग किन चाहिन्छ।
- ख) अभिभावकसँग विद्यार्थीको पढाइ बारे छलफल गर्नु भएको छ ?
- ग) भेटघाटका क्रममा शिक्षक र अभिभावक दुवैले विद्यार्थीको सिकाइ प्रगतिको बारेमा एक आपसमा छलफल गर्नुहुन्छ ?
- घ) शिक्षक र अभिभावकबीच सम्बन्ध सुधार गर्ने उपाय के के हुन सक्छन्?

खण्ड २ अनुभव
सहभागीलाई चार समुहमा विभाजन गरी छलफलका मुख्य बुँदा टिपोट गर्नुहोस्।
१. समुहमा रहेका सबैलाई पालैपालो शिक्षक अभिभावक सम्बन्ध सुमधुर बनाउन आफूले गरेका पहलबारे अनुभव आदान प्रदान गर्न लगाउनुहोस्।
२. सम्बन्ध सुधारका लागि देखा परेका चुनौती के के हुन्?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने
१. सबै समुहलाई सम्बन्ध सुधार गर्न गरेका र गर्न सकिने कार्य टिपोट गर्न लगाउनुहोस्।
२. टिपोट गरिएका बुँदाहरु सबै समुहलाई पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाई साझा उपाय तय गर्न लगाउनुहोस्।
३. शिक्षक र अभिभावकबीचको सम्बन्ध सुधारबाट हुने फाइदा बारे छलफल गराउनुहोस्।
४. शिक्षक र अभिभावकबीचको सम्बन्ध सुधारका लागि आ-आफ्नो विद्यालयमा लागू गर्न योजना बनाउन लगाउनुहोस्।
५. बनाएको योजना अनुसार एक समुह शिक्षक र अर्को समुह अभिभावक बन्न लगाई कार्यान्वयनको पूर्व अभ्यास गराउनुहोस्। सबैबाट सुझाव लिई सारांश प्रस्तुत गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी, कलम, न्यूज प्रिन्ट, मार्कर पेन, साइनपेन।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :
१. सहभागीलाई आफ्ना अनुभव पालैपालो राख्ने अवसर दिनुहोस्।
२. शिक्षकले अभिभावकसाग भेटघाट हुँदा उहाँहरुका छोराछोरीका कमि कमजोरी मात्र नऔल्याएर उनीहरुले गरेका सिकाइ प्रगतिका बारेमा पनि बताउनुपर्छ। अभिभावकका पनि गुनासा सुन्नु पर्छ अनि शिक्षक र अभिभावक दुबैले आगामी दिनमा गर्नुपर्ने कामको साझा दायित्व पनि लिनुपर्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:
शिक्षक र अभिभावकबीच भेटघाट कम हुने, आपसी सञ्चार पनि नहुँदा सृजित हुने एकले अर्कालाई दोष लगाउने प्रवृत्ति नै शिक्षक अभिभावक सम्बन्धको प्रमुख चुनौती हो। शिक्षक र अभिभावकबीचको सम्बन्ध सुधार्न समय-समयमा भेटघाटको व्यवस्था गर्ने, एक अर्काका गुनासा सुन्ने ,सल्लाह सुझाव दिने र विद्यार्थीको पढाइ सुधारका उपाय खोज्ने गर्नुपर्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :
शिक्षक अभिभावकबीचको सम्बन्ध सुधार हुँदा विद्यार्थीको शिक्षण सिकाइमा सकारात्मक प्रभाव पार्छ। यसले विद्यार्थीका कमी कमजोरीहरु पत्ता लाग्छन्। शिक्षकलाई कमजोर विद्यार्थीको सिकाइ सुधारका लागि पढाउने शैली, गर्ने व्यवहार, उनीहरुका साथी संगत आदि थाहा पाएर व्यक्तिगत सहयोग गर्न मद्दत गर्छ। अभिभावकले आफ्नो बच्चाको वास्तविक अवस्था थाहा पाई घरमा सहयोग गर्न सक्छन्। साथै विद्यार्थीले पनि आफ्नो बारेमा थाहा पाई सुधारिन सहयोग पाउछन्।

सारांश :
विद्यार्थीको अधिकतम सिकाइ उपलब्धिका लागि शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थीबीच सुमधुर सम्बन्ध हुनुपर्छ। यि तीन पक्षको सम्बन्ध सुधारका लागि आपसी भेटघाट, छलफल र विद्यार्थीका सिकाइ सुधारका उपायहरुबारे चिन्तनशील हुन जरुरी छ।

फलोअप निर्देशन :
विद्यार्थीको प्रगतिका लागि शिक्षक तथा अभिभावक दुवैले आफ्नो जिम्मेवारी समयमै पुरा गर्नुपर्छ। शिक्षकले अभिभावकसँग सम्बन्ध सुधारका लागि पहल गरे नगरेको ख्याल गर्नुहोस्।

Quality Teachers Network
unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : सम्पूर्ण कक्षा शिक्षणमा प्रश्न गराइको तरिका
(Questioning Techniques)

प्रयोजन :
१ सम्पूर्ण कक्षाको शिक्षणमा प्रश्न गराइको महत्वबारे समीक्षा गर्ने ।
२ विद्यार्थीको सिकाइलाई सघाउने प्रश्न गर्ने शैली उजागर गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।
२. निम्न प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
   क) शिक्षणको क्रममा किन प्रश्न सोध्छौं ?
   ख) शिक्षणको क्रममा कस्ता प्रकारका प्रश्न सोध्ने गर्छौं ?
   ग) विद्यार्थीको सिकाइलाई ज्यादा प्रभावकारी बनाउन कस्ता प्रकारमा प्रश्नहरु सोध्नु पर्छ ?

खण्ड २ अनुभव

१. प्रत्येक समूहलाई एक एकवटा चित्र दिनुहोस्।
२. उनीहरुले पाएका चित्रहरुमा आधारित भएर निम्न / उच्च/ उच्चतम तहका प्रश्न बनाउन लगाउनुहोस्।
३. निम्न प्रश्नमार्फत समुहले तयार गरेका नमूना प्रश्नका सम्बन्धमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
   क) निम्न तहका प्रश्न बनाउँदा के के कुरा हेर्नुपर्छ ?
   ख) उच्च /उच्चतम तहका प्रश्न बनाउँदा के के कुरा हेर्नुपर्छ?
   ग) कुन तहका प्रश्नले विद्यार्थीको सिकाइ राम्रो बनाउने काम गर्छन् र किन ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक सहभागीलाई उनीहरुले छानेका पाठ्यपुस्तकको एउटा पाठबाट निम्न, उच्च र उच्चतम तहका एक एकवटा प्रश्न बनाउन लगाउनुहोस्।
२. उनीहरुले तयार गरेका प्रश्नहरु समूहमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्।
३. प्रस्तुतीकरण पछि प्रस्तोताले राखेका तह अनुसारका प्रश्न भए कि भएनन् ? छलफल गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : फरक फरक काम गरिरहेका मानिसहरु भएका ४/५ वटा चित्रहरु, प्राथमिक तहका केही पाठ्य पुस्तकहरु।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

क सम्पूर्ण कक्षालाई प्रश्न गर्दै शिक्षण गर्नुको प्रमुख उद्देश्य विद्यार्थीलाई पढाइमा संलग्न गराइराख्नु, बीचबीचमा विद्यार्थीको सिकाइको लेखाजोखा गर्नु, पाठलाई गति दिई निर्धारित समयमै कोर्ष पूरा गर्नु, विद्यार्थीको व्यवहारलाई अनुशासित बनाइ आवश्यकता अनुसार पृष्ठपोषण दिनु हो।

ख सम्पूर्ण कक्षालाई प्रश्नमार्फत शिक्षण गर्दा सामान्यतः नाम भन्ने, परिभाषा दिने, व्यक्त गर्ने, सूची बनाउने चिन्ने, जोडा मिलाउने, छान्ने,वर्णन गर्ने, इंकित गर्ने आदि प्रश्नहरु बनाउन सकिन्छ।

ग उच्च /उच्चतम तहका प्रश्नमार्फत विद्यार्थीमा व्याख्या गर्न, चित्र कोर्न, सारांश निकाल्न, परिवर्तन गर्न, अनुमान गर्न, फरक देखाउन, प्रतिवाद गर्न, समाधान गर्न, प्रयोग गर्न, हिसाब गर्न, तयार गर्न, व्यवस्था गर्न, संशोधन गर्न, स्थानान्तरण गर्न, प्रदर्शन गर्न, प्राप्त गर्न, विश्लेषण गर्न, निष्कर्ष निकाल्न, सामन्यीकरण गर्न, क्षमताको विकास गर्न सकिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

२. केही सीमित उत्तर/प्रतिउत्तर, निश्चित उत्तर, तथ्यात्मक जानकारी, ठीकबेठीक, कण्ठस्थ घोक्ने–स्मरण गर्ने आदि विधिलाई जोड दिन सकिन्छ।

३. धेरै उत्तरहरु, व्यापक प्रतिउत्तर, निश्चित उत्तर (ठीक/बेठीक) आउने प्रश्नहरु पनि हुनसक्छन्। यस्ता प्रश्नहरुबाट विद्यार्थीहरुको व्यापक र गहिरो सोचाइको विकास, उनीहरुको बुझाइलाई परिपक्व बनाउने, विद्यार्थीको ज्ञानलाई पूर्ण प्रयोग गरी क्षमताको विकास गर्ने, सृजनात्मक र समालोचनात्मक सोचाइ विकास गर्ने, अनुसन्धान तर्फ आकर्षित गराउने, परिकल्पना गर्ने, विश्लेषण गर्ने, निष्कर्ष निकाल्ने, सीप वृद्धि गर्न पनि यस्ता प्रश्नहरुको भूमिका हुन्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

खण्ड १ र २ हेर्नुहोस्।

सारांश :

सम्पूर्ण कक्षामा प्रश्नमार्फत गरिने शिक्षणले विद्यार्थीलाई सिकाइमा सक्रिय बनाउँछ। विषयवस्तुमा संलग्न गराइराख्छ। यस विधिमार्फत पाठलाई समयमै सम्पन्न गर्न सकिन्छ। आवश्यकता अनुसार प्रश्न सोधेर विद्यार्थीको सिकाइ मुल्याङ्कन गर्न सकिन्छ। निम्न तहका संज्ञानात्मक प्रश्नहरुले स्मरण गर्न र कण्ठस्थ गर्न प्रोत्साहन गर्छ भने उच्च /उच्चतम तहका प्रश्नहरुले विषयवस्तुमा विद्यार्थीको सोचाइ र बुझाइलाई व्यापक र गहिरो पार्दै उनीहरुको सिकाइलाई रचनात्मक बनाउछ।

फलोअप निर्देशन :

शिक्षकले राम्रा प्रश्नहरु गरेर विद्यार्थीको बुझाइ र अन्तरक्रियालाई विकसित गरिरहेका छन्कि छैनन् हेर्नुहोस्।

unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : मनोसामाजिक परामर्श
(Psychosocial Counselling)

प्रयोजन :

१. मनोसामाजिक परामर्शको अर्थ प्रष्ट गर्ने ।

२. कक्षाकोठा भित्र आवश्यकता अनुसार विद्यार्थीसँग मनोसामाजिक परामर्श गर्न सक्ने ज्ञान तथा सीपको विकास गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. मनोसामाजिक परामर्श भनेको के हो ?

खण्ड २ अनुभव

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. तपाईंले आफ्ना समस्याग्रस्त विद्यार्थीहरुलाई मनोसामाजिक परामर्श दिने गर्नु भएको छ ?

२. छ भने कस्ता समस्या भएका विद्यार्थीलाई दिने गर्नुभएको छ ?

३. त्यस्ता विद्यार्थीलाई कसरी मनोसामाजिक परामर्श गर्नेगर्नु भएको छ?

यि प्रश्नमा भएका छलफलको सारलाई संश्लेषण गर्दै मनोसामाजिक परामर्श र त्यसका विधि तथा प्रक्रियाबारे निचोड निकाल्नुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

सहभागीलाई समुहमा पुन: विभाजन गरी समुहकार्यका लागि निम्न प्रश्न गर्नुहोस्।

१. प्रत्येक समुहबाट एक जनालाई समस्याग्रस्त विद्यार्थी अर्का एकजनालाई मनोसामाजिक परामर्शकर्ताको भूमिका र बाँकी सहभागीलाई अबलोकनकर्ताको भूमिका दिनुहोस्।

२. ५ मिनेटसम्म मनोसामाजिक परामर्शको अभ्यास गराउनुहोस्।

३. प्रत्येक प्रस्तुती पछि अवलोकनकर्ताबाट समीक्षा गर्न लगाईआफूले पनि सुझाव दिनुहोस्।

४. सबै प्रस्तुती सकिएपछि कक्षाकोठा भित्र मनोसामाजिक परामर्श गर्ने साझा विधि र प्रक्रिया बनाई एक अर्कामा आदानप्रदान गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी र कलम।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

विद्यालयमा शिक्षण सिकाइका सन्दर्भमा गरिने मनोसामाजिक परामर्श विद्यार्थीका समस्यालाई उनीहरुकै बोलीबाट उजागर गरी समस्या समाधानका उपाय पनि उनीहरुबाटै खोजीगरी समस्याबाट सृजित उनीहरुको मनोविज्ञानलाई सकारात्मक दिशामा बदल्नु मनोसामाजिक विमर्श हो।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

नेपाली समाजका विद्यालयले बहुसांस्कृतिक पहिचान बोकेका हुन्छन्। विभिन्न सामाजिक सांस्कृति, आर्थिक, शैक्षिक पृष्ठभूमिका विद्यार्थीको विद्यालयको वातावरण र सिकाइका क्रममा विविध मनोवैज्ञानिक जटिलताहरु हुनसक्छन्। यसबाहेक विद्यार्थीका भिन्न व्यक्तिगत परिवेशले समेत सिकाइमा प्रभाव पार्छन्। यस्ता विद्यार्थीहरुलाई विद्यालयले मनोसामाजिक परामर्शमार्फत सकारात्मक उर्जाका साथ सही बाटोमा डोऱ्याउनु पर्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

मनोसामाजिक परामर्श गर्दा विद्यार्थीको आमनेसामने बस्ने, शुरुमा विद्यार्थीसँग परिचय गर्ने, हालखबर सोध्ने, सम्बन्धलाई विश्वसनीय बनाउने, बिस्तारै समस्यातिर प्रवेश गर्ने, उसका कुरालाई ध्यानपूर्वक सुन्दै, बीचबीचमा आत्मविश्वास जगाउँदै उसका समस्यालाई उजागर गर्दै, ती समस्या समाधानका उपाय पनि उसैबाट निकाल्दै अन्त्यमा साझा समझदारी बनाउनु पर्छ।

सारांश :

विभिन्न सामाजिक पृष्ठभूमिका विद्यार्थीहरुलाई उनीहरु बसेको परिवेशमा संघर्ष गर्ने क्रममा विद्यालयले मनोवैज्ञानिक रुपमा सहयोग गर्नुपर्छ। मनोवैज्ञानिक रुपमा आश्वस्त विद्यार्थीले नै रचनात्मक र प्रभावकारी रुपमा सिक्छ सक्छन्।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीले मनोसामाजिक परामर्श गर्ने क्रममा यसका आधारभूत मान्यताहरु अंगिकार गरे नगरेको ख्याल गर्नुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

शीर्षक : परियोजना कार्य
(Project Work)

प्रयोजन : १. परियोजना कार्यको अर्थ र महत्व प्रष्ट पार्ने ।
२. परियोजना कार्यलाई प्रभावकारी बनाउन शिक्षकको भूमिका उजागर गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. परियोजना कार्य के हो ? मस्तिष्क मन्थन गराउने ।
२. विद्यार्थीहरुलाई परियोजना कार्यमा संलग्न गराउनु भएको छ ? यदि छ भने के कस्ता कार्य कसरी र कति अवधिको लागि दिनु भएको थियो ?
३. तपाईको अनुभवमा परियोजना कार्यबाट विद्यार्थीमा प्रभावकारी सिकाइ हुन्छ भन्ने आधारहरु के के होला ?

खण्ड २ अनुभव

१ सहभागीलाई चार समुहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
२. परियोजना कार्य सफलतापूर्वक कार्यान्वयन गराउन शिक्षकले गर्नुपर्ने मुख्य कुरा समुहमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
३. समुह प्रस्तुती गराई छलफलको निष्कर्ष सुनाउनुहोस् ।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. चार समुहलाई भिन्न भिन्न विषय समुह बनाउनुहोस् ।
२. आ–आफ्नो विषयको एउटा पाठको सिकाइ उपलब्धि छान्न लगाउनुहोस् ।
३. परियोजना कार्यको लागि उपयुक्त विषयवस्तु छान्न लगाउनुहोस् ।
४. परियोजना कार्य सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्न विद्यार्थीलाई दिनुपर्ने मुख्यमुख्य निर्देशन तयार पार्नुहोस् ।
५. उक्त निर्देशनको रुपरेखालाई ठूलो समुहमा प्रस्तुत गर्न लगाई पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी, कलम ।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. परियोजना विधि आधुनिक र प्रभावकारी शिक्षण विधि हो । यो विधिले विद्यार्थीको भावना र विचारहरुलाई प्राथमिकता दिँदै ⁄ गर्दै सिक्ने (learning by doing) सिद्धान्तलाई अंगिकार गर्दछ ।
२. परियोजना विधिमार्फत शिक्षण गर्नेक्रममा विद्यार्थीलाई आ–आफ्नो अनुभव आदान–प्रदान गर्न लगाउनुहोस् । कुनै पनि कथा र विषयमा परियोजना कार्य गराउन सकिन्छ । विद्यार्थीको स्तर र विषयवस्तुको स्वभाव अनुसार परियोजना कार्यको अवधि महिना, हप्ता वा दिनसम्मको समय हुनसक्छ ।
३. यस विधि मार्फत विद्यार्थीहरुमा सिकाइ हुन्छ भन्ने आधारहरु :
   - क) यस विधिमा विद्यार्थीको सिकाइमा प्रत्यक्ष संलग्नता हुन्छ ।
   - ख) यस विधिमा विद्यार्थीका लागि गरेर सिक्ने अवसर हुन्छ ।
   - ग) यस विधि मार्फत शिक्षण सिकाइलाई अघि बढाउदा विद्यार्थीमा अध्ययन गर्ने बानी बस्छ ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

परियोजना कार्य विधि विद्यार्थीमा अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि हासिल गराउने विभिन्न तरिकाहरु मध्ये एक महत्वपूर्ण विधि हो । परियोजना कार्य सफलतापूर्वक कार्यान्वयन गराउन शिक्षकले निम्न कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ।

१. परियोजना कार्यको व्यवस्थित तयारीका लागि निर्देशन दिनुहोस् । यसका लागि:
   - क) परियोजना कार्य सुहाउँदो सिकाइ उपलब्धिको छनोट गर्न लगाउनुहोस् ।
   - ख) परियोजना कार्यको वातावरण, अनुकुलता अध्ययन र तयारीका लागि सिकाइ उपलब्धिमा आधारित समस्या वा काम निर्धारण गर्नुहोस् ।
   - ग) समस्या वा कार्य सम्पादन गर्न योजना निमार्ण गर्न के गर्ने, कहाँ गर्ने, कसरी गर्ने, कति समयको लागि गर्ने आदि विषय उल्लेखित योजना तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
   - घ) परियोजना कार्यका क्रममा आउन सक्ने खतराबाट सचेत बनाउनुहोस् ।

२. परियोजना कार्य सम्पन्न गर्ने क्रममा आइपर्ने समस्या समाधानका लागि समन्वय र सहजिकरण गर्नुहोस् ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

खण्ड १ र २ हेर्नुहोस् ।

सारांश :

परियोजना कार्य नेपालका विद्यालयमा परम्परागत रुपमा अपनाउदै आएका व्याख्यान विधि, केही घण्टाको कलमकापी परीक्षा र यान्त्रिक रुपमा विषयवस्तु कण्ठ गर्ने शिक्षण सिकाइ विधिको प्रभावकारी विकल्प हो । विद्यार्थीहरुलाई योजनाबद्ध खोज्ने र त्यसको बौद्धिक प्रस्तुती गरी दस्तावेजीकरण गर्ने सीप सिकाउने यो प्रभावकारी विकल्प हो । यो विधिमार्फत शिक्षण गर्दा विद्यार्थीमा रचनात्मक क्षमताको विकास हुन्छ र परीक्षामा “ओपन बुक पद्धति” अपनाउन सकिन्छ जहाँ परीक्षामा विद्यार्थीले चिटिङ गर्लान भन्ने चिन्ता पनि हुदैन ।

फलोअप निर्देशन :

विद्यार्थीलाई परियोजना कार्य दिंदा प्रक्रियाका बारेमा ख्याल गरेका छन्कि छैनन् हेर्नुहोस् ।

unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

शीर्षक : कक्षामा योगा र ध्यानको सामान्य अभ्यास
(Practice of Yoga and Meditation in the Classroom)

प्रयोजन : १. योगा र ध्यानको सामान्य अभ्यास विधिबारे जानकार हुने ।
२. कक्षाकोठा/विद्यालयमा विद्यार्थीलाई योगा तथा ध्यानको सामान्य अभ्यास गराउन सक्ने ज्ञान तथा सीप हासिल गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।
निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।
१. योगा तथा ध्यान भनेको के हो ?
२. योगा तथा ध्यानको अध्यास कसले गर्छन्?
३. योगा तथा ध्यानको अध्यासबाट के फाइदा हुन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।
निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।
१. कक्षाकोठा/विद्यालयमा योगा तथा ध्यानको अभ्यास विद्यार्थीहरुलाई गराउनु हुन्छ ?
२. छ भने कहिले कसरी गराउनु हुन्छ ?
३. छैन भने किन?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. सहभागीलाई भस्त्रीका, कपालभाती, अनुलोमविलोम र भ्रामरी प्राणायामको सामान्य विधि बताइ क्रमैसँग ५ मिनेट अभ्यास गर्न लगाउनुहोस्। आवश्यक निर्देशन दिनुहोस्।
२. सहभागीलाई आनापाना ध्यानको विधि बताइ ५ मिनेट अभ्यास गर्न लगाउनुहोस्। आवश्यक निर्देशन दिनुहोस्।
३. सहभागीलाई अनुभव आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस्। सबैका अनुभवलाई संश्लेषण गरी निचोड प्रस्तुत गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी र कलम।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

योग र ध्यान भनेको शरीर, मन र प्रकृतिबीचको संयोजन हो। योग अभ्यासले शरीरका हरेक अंगहरुलाई सक्रिय बनाइ प्राण वायुमा रहेको ताजा अक्सिजनमार्फत शरीरलाई उर्जावान बनाउने गर्दछ। ध्यानले मानिसको मनलाई होसपूर्ण एकाग्र बनाइ मस्तिष्कको क्षमताको पूर्ण विकासतिर डोहोऱ्याउँछ। मानिसको मस्तिष्कको पूर्ण विकासले मानिसमा असीमित शक्ति सृजना गर्दछ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

योगा तथा ध्यानको सामान्य अभ्यास कक्षाकोठा भित्र पनि गर्न सकिन्छ। यसका लागि डेक्सबेन्चलाई सामान्य व्यवस्थापन गर्नुपर्ने हुन्छ। आफू बसेकै बेन्चमा सजिलोसँग बस्न लगाइ शुरुवाती कक्षामा ५ मिनेट अभ्यास गर्न सकिन्छ। दिन-दिनैको अभ्यासले विद्यार्थीमा योगा र ध्यानको प्रभाव देखिदै जान्छ। उनीहरुको व्यवहार, पढाइको स्तर आदिमा परिवर्तन देखा पर्दै जान्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

भस्त्रीका प्रणायमका लागि आरन जस्तो श्वास पूरा तान्दै र फ्याँक्दै गर्न लगाउनुहोस्। कपालभातीका लागि स्वास फ्याँक्न मात्र लगाउनुहोस्। अनुलोमविलोमका लागि नाकको एउटा प्वाल थुनेर अर्कोबाट श्वास तान्नुहोस र श्वास तानेकोलाई थुनेर अर्को प्वालबाट श्वास फ्याँक्नुहोस्। भ्रामरी प्राणायामका लागि आँखा र कान दुवै हातले थुनेर ॐ (कुनै एक अक्षर लामो सासमा) उच्चारण / भन्न लगाउनुहोस्।

आनापाना ध्यानका लागि आँखा चिम्लेर श्वास प्रश्वास क्रियाको नाकबाट श्वास आएको र गएको लाई ध्यान दिन लगाउनुहोस्। चार वटा प्राणायाम र आनापाना ध्यानका लागि एक एक मिनेट समय दिन सकिन्छ।

सारांश :

योगा र ध्यानले शरीर र मनलाई स्वस्थ बनाउछ। स्वस्थ शरीर र मन भएका विद्यार्थीले नै सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्छन्। पूर्खाले विकास गरेका योग र ध्यानका विधिलाई विद्यालय तहदेखि उपयोग गरेर नै नयाँ पुस्तालाई गतिशील र सृजनशील बनाउन सकिन्छ।

फलोअप निर्देशन :

कक्षाकोठा भित्र प्रणायाम अभ्यास गर्दा बिस्तारै बिस्तारै गराउनुहोस्। विशेषगरी कपालभातीको अभ्यास गराउँदा विद्यार्थीको विद्यमान स्वास्थ्यलाई पनि ख्याल गर्नुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : शिक्षकमा सकारात्मक सोचको विकास
(Positive Change in Teacher)

प्रयोजन : १. शिक्षकमा आफ्नो पेशा प्रति सकारात्मक सोचको विकास गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. शिक्षण पेशाको बारेमा खुल्ला छलफल वहस गर्न लगाउनुहोस्।
२. सहभागीलाई निम्न प्रश्न गरि छलफल अघि बढाउनुहोस्।
  क) शिक्षण भनेको के हो ?
  ख) शिक्षक भनेका को हुन ?
  ग) समाजका सवै मानवीय श्रोतहरु जस्तै कृषक, डाक्टर, इन्जिनियर, शिक्षक, वकिल, बैंकरहरु आदि कसले तयार पारेका हुन?

खण्ड २ अनुभव

छलफलका क्रममा समाज परिवर्तनका लागि महत्वपूर्ण भुमिका निभाएका ईतिहासका शिक्षकहरु बारे छलफल गर्नुहोस्।

❖ गौतमवुद्ध ❖ वालागुरु षडानन्द ❖ जय पृथ्वी बहादुर सिाह
❖ मदर टेरेसा ❖ ए पि जे अब्दुलकलाम ❖ विल क्लिन्टन

अब यी प्रश्नहरु सोध्नुहोस्:
❖ तपाईहरुसँग पनि केही यस्ता उदारणीय व्यक्तिहरु छन कि ?
❖ समाजका लागि उनीहरुले के त्यस्ता योगदानहरु दिए वा पुऱ्याए ?
❖ समाजमा हामी उनीहरुलाई कसरी सम्झन्छौं वा चिन्छौं ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

सहभागीहरुसँग खुला छलफलका लागि निम्न प्रश्न गर्नुहोस :
१) तपाई हामी को हौं ?
२) कुन अर्थमा हामी बुद्ध, कलाम, सिंह र क्लिन्टन जस्ता छौं ?
३) हामी अझै कस्ता हुनु जरुरी छ ?
४) हामी हाम्रो समाजमा र विद्यालयमा कसरी चिनिन चाहान्छौं ?

अन्त्यमा आफु कसरी सफल र महान शिक्षक वा व्यक्तित्व बन्न चाहनुहुन्छ ? भन्ने बारेमा कम्तिमा पनि २०० देखि २५० शब्दमा सहभागीहरुलाई बोल्ने वा लेख्ने अवसर दिनुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : बुद्ध, कलाम, षडानन्द, जयपृथ्वी बहादुर सिंह आदिका तस्बिरहरु

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

शिक्षण भनेको विचारको प्रसारण गर्नु हो, पुस्तक पढ्नु वा पढिदिनु र विद्यार्थीहरुलाई पुस्तक पढ्न सक्षम बनाउनु हो, अनि एउटा कला हो।

शिक्षक भनेका सहयोगी, परिवर्तनका बाहक, सामाजिक परिचालक, चिन्तक, खोजकर्ता, दार्शनिक हुन्

सवै मानव श्रोतहरु शिक्षकले तयार पार्दछन ?

चौथो प्रश्नको बारेमा खुल्ला वहस गर्नुहोस्

❖ राम्रा शिक्षकहरु जन्मजात हुन्छन : Max Malikow, Amy Southon, Douglas Dunance etc.
❖ शिक्षण भनेको कला हो त्यसैले राम्रा शिक्षकहरु तालिम र पेशाबाट तयार हुन्छन : Dr. Sean Ruday, Laura Starita etc.

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

Sadananda: (1906-1977) Established Education from Bhojpur, Dingila	**Jaya Prithivi Bahadur Singh (1877-1940) Bajhag. First book** "अक्षराङ्क" "तत्व प्रशंशा"	Kalam He was a teacher before and after becoming a president. He was teaching before 2 hours of hislast breathe.	Bill Clinton He was a primary teacher before and after handling the president post.

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

गौतम बुद्ध, वालागुरु षडानन्द, जय पृथ्वी बहादुर सिंह, मदर टेरेसा, ए पि जे अब्दुलकलाम, विल क्लिन्टन यी सबै शिक्षक थिए र हामी पनि शिक्षक नै हौं।

हामीले अध्ययन गर्ने बानीको विकास गर्नुपर्दछ। सामाजिक परिवर्तनका लागि सकारात्मक तरिकाले सोच्नु पर्दछ। शिक्षण पेशालाई राम्रो र इज्जतदार पेशाको रुपमा लिनु पर्दछ र शिक्षण पेशाप्रति हीनताभाव होईन गर्व र इज्जत महसुस गर्न सक्नुपर्दछ। समाज परिवर्तन हाम्रो दायित्व हो भन्ने भावनाको विकास हुनु पर्दछ।

सारांश :

बेलाबेलामा माथि दिइएका व्यक्तित्वहरु र त्यस्तै अन्य व्यक्तित्वहरुको बारेमा विद्यार्थी र समाजका व्यक्तिहरुसंग पनि छलफल गराउँदै जानु पर्दछ। समाजका शिक्षण पेशाप्रति मानिसहरुको लगाव त्यति धेरै देखिंदैन। अन्य सबै विकल्पहरु बन्द भएपछि रोजीने पेशाको रुपमा यसलाई लिइएको पाइन्छ। त्यसैगरी शिक्षकहरुमा पनि आफुले आफैलाई परिचय गराउदा "म शिक्षक" भनेर गर्वका साथ भन्न नसकिरहेको अवस्थामा यस्तो छलफल र चिन्तनले शिक्षकहरुले आफुलाई आफुले हेर्ने दृष्टिकोणमा सकरात्मक परिवर्तन आउन सक्ने देखिन्छ।

फलोअप निर्देशन :

स्थानीय तहमा तयार गरि लागु गरिएको पाठ्यक्रमको विषय सुहाउदो उद्देश्य पूरा भए नभएको हेरि पृष्ठपोषण दिनुहोस्।

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

शीर्षक : बालबालिकामा नेतृत्व विकास
(Leadership Development in Children)

प्रयोजन :
१ विद्यार्थीमा नेतृत्व विकासको बहुआयामिक अर्थ प्रष्ट गर्ने ।
२. विद्यार्थीका अन्तरनीहित सम्भावना उजागर गर्दै नेतृत्व विकास गर्ने उपायहरुको खोजी गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस् ।

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. विद्यार्थीमा नेतृत्व विकास भन्नाले के बुझिन्छ ?
२. विद्यार्थीको नेतृत्व क्षमता विकासका मुख्य पक्षहरु के के हुन् ?
३. विद्यार्थीको नेतृत्व विकासका सूचक के के हुन सक्छन् ?

खण्ड २ अनुभव

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१. विद्यार्थीको नेतृत्व क्षमता विकासका लागि आफ्नो विद्यालयमा गरेका पहलहरु उल्लेख गर्नुहोस्।
२. विद्यार्थीको नेतृत्व क्षमता विकासका लागि के के चुनौती भोगिरहनु भएको छ ?
३. ती चुनौती सामना गर्ने उपाय के के हुन सक्छन् ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

सहभागीलाई समुहकार्यका लागि निम्न प्रश्न दिनुहोस्।

१. विद्यार्थीमा नेतृत्व क्षमताको विकासका लागि आफ्नो विद्यालयमा के के गर्न सकिन्छ ? बार्षिक योजना बनाउनुहोस्।
२. समुहमा तयार गरिएको योजनालाई प्रस्तुत गरी सबैबाट सुझाव लिएर उक्त योजनालाई अन्तिम रुप दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी र कलम।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

नेतृत्व विकास भन्नाले विद्यार्थीको हरेक क्षेत्रमा अग्रसर हुने (take a lead) बहुआयामिक व्यक्तित्वको विकास हो। नेतृत्व विकासका लागि विषयवस्तुको ज्ञान, गतिशील बुझाइ, सामाजिक प्रवृत्ति, सम्प्रेषणीय सञ्चार सीप आदि पक्षको विकास हुनुपर्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

नेपालका अधिकांश सार्वजनिक विद्यालयमा विद्यार्थीका लागि उनीहरुमा भएका अन्तरनिहित नेतृत्व क्षमताको विकास गराउनु विद्यालयको सीमित स्रोत साधन, निर्धारित बार्षिक पाठ्यसामग्री पढाइ सक्नुपर्ने बाध्यता आदि कारणले चुनौतीपूर्ण भए पनि शिक्षकको स-साना प्रयासले पनि विद्यार्थीको नजानिदो ढंगबाट नेतृत्व क्षमताको विकास गर्न सकिन्छ । विद्यालयको नियममा विद्यार्थीलाई अभ्यस्त बनाउने, अनुशासित बनाउने, अतिरिक्त क्रियाकलापहरु समय-समयमा आयोजना गरी विद्यार्थीलाई सरीक बनाउने, कक्षाकोठाको शिक्षण सिकाइका क्रममा पनि विद्यार्थीको प्रस्तुती, सक्रियता, रचनात्मकता जस्ता पक्षको विकास गर्न शिक्षकले आफ्नै पहलमा पनि योगदान पुर्‍याउन सक्छन्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

विद्यालयका प्रारम्भिक बर्षहरुदेखि नै विद्यार्थीको नेतृत्व क्षमता विकासमा विद्यालयले ध्यान पुर्‍याउनु पर्छ। यसका लागि विद्यार्थीमा नेतृत्व विकासको बार्षिक योजना बनाउन आवश्यक हुन्छ। विशेषत: विद्यालयले आयोजना गर्ने अतिरिक्त क्रियाकलापहरु जस्तो खेलकूद कार्यक्रम, वादविवाद, वक्तृत्वकला, निवन्ध लेखन, सरसफाइ कार्यक्रम, जनचेतना र्‍यालीहरु जस्ता कार्यक्रमहरुको वार्षिक कार्यक्रम निर्धारण गर्न सकिन्छ। यस्ता कार्यक्रममार्फत विद्यालयले कम लगानी मै विद्यार्थीमा नेतृत्व विकास गर्न सक्छ।

सारांश :

बालबालिकामा सानैदेखि नेतृत्व लिने स्वभावको विकास गराउनु पर्छ । यसका लागि पढाइ, लेखाइ, अतिरिक्त क्रियाकलाप, सरसफाइ, कक्षाकोठा व्यवस्थापन, समाज सेवा जस्ता क्षेत्रमा स-साना क्रियाकलापमा सरिक गराई बिस्तारै हरेक कुरामा नेतृत्व लिन अग्रसर बनाउनु पर्छ।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीले तयार गर्ने नेतृत्व विकासको वार्षिक योजनालाई वस्तुपरक र प्राप्य बनाउन बीचबीचमा सुझाव दिनुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

शीर्षक : विद्यार्थीको क्षमता पहिचानसहितको शिक्षण सिकाइ
(Know your Students)

प्रयोजन : १. विद्यार्थीको क्षमता र सिकाइ बीचको अन्तर सम्बन्ध बुझ्ने।
२. विद्यार्थीको क्षमता अनुसारको शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप समायोजन गर्न ज्ञान तथा सीप हासिल गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई सामुहिक रुपमा निम्न प्रश्न गरी मुख्य बुँदा टिपोट गर्नुहोस् ।

१ कुनै खास कक्षाका विद्यार्थीहरु सबै एउटै पृष्टभूमीबाट आएका छन्?
२ विद्यार्थीका सिकाइलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरु के के होलान् ?
३ शिक्षण सिकाइको लागि विद्यार्थीको पृष्टभूमी र क्षमतालाई किन ध्यान दिन आवश्यक छ ?
४ विद्यार्थीको विविधतालाई सिकाइमा किन र कसरी सम्बोधन गर्नुहुन्छ ? समूहको प्रतिक्रिया सबैमा राख्न दिनुहोस् ।

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई निर्देशन दिइ अन्ताक्षरी खेल खेलाउने

१. यस क्रियाकलापद्वारा प्राथमिक तहको नेपाली पाठ्यक्रमको कुन चाहिं सिकाइ उपलब्धि हासिल गराउन सकिन्छ ? पत्ता लगाउनुहोस्।
२. यस क्रियाकलापले विद्यार्थीको विविधता मध्ये कुन पक्षलाई कसरी सम्बोधन गरेको पाउनुभयो ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. सहभागीलाई विषयगत रुपमा छुट्टाछुट्टै बसाउनुहोस्।
२. विषयगत पाठ्यक्रमबाट खास पाठको सिकाइ उपलब्धि छान्न दिनुहोस्।
३. प्रायः सबै विद्यार्थीलाई उक्त सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न सक्षम बनाउन के कस्ता सिकाइ क्रियाकलाप योजना कसरी बनाउनुपर्ला ? नमूना तयार गर्नुहोस्।
४. ती क्रियाकलापबारे सबै समूहबाट समीक्षा गर्न लगाउनुहोस्।
५. ती क्रियाकलापले विद्यार्थीको सिकाइका कुन कुन पक्षलाई सम्बोधन गर्न सक्छन्? समूहमा छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : मार्कर पेन।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. विद्यार्थीहरु सिकाइ प्रतिको उत्प्रेरणा, सिक्ने भिन्न तरिका, सिक्ने प्रक्रिया, सिकाइ प्रवृत्ति, उनीहरुको साँस्कृतिक पृष्ठभूमी, सामाजिक र आर्थिक अवस्था, विगतका सिकाइ अनुभव आदिको आधारमा फरक फरक हुन सक्छन्।
२. प्रभावकारी शिक्षण सिकाइका लागि विद्यार्थीलाई चिन्नु र बुझ्नु अत्यन्त आवश्यक छ। सिकाइ तब हुन्छ जब उनीहरु आफै सिकाइ प्रक्रियामा संलग्न हुन्छ। विद्यार्थीलाई कसरी पढाउने भनेर योजना बनाउन, शिक्षणको विषयलाई रोचक किसिमबाट विद्यार्थीमा प्रस्तुत गर्न, विद्यार्थीलाई उत्साहित गर्न, प्रेरणा दिन, उनीहरुको पृष्ठभूमी बुझ्न र विद्यार्थीको रुची थाहा पाउन आवश्यक छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

१. सहभागीहरुलाई विद्यार्थी सङ्ख्याको आधारमा २ वा सोभन्दा बढी समूहमा विभाजन गर्नुहोस्। कुनै एक समूहलाई एक शब्द word spelling सहित भन्न लगाउने, अर्को समूहलाई त्यही word को अन्तिम letter बाट आउने शब्द spelling सहित भन्न लगाउने। समूह धेरै भएमा क्रमसः पालो दिने। सबै समूहले शुद्धसँग भनेको आधारमा number दिने र आएका शब्दहरु बोर्डमा टिप्दै जाने। खेल पछि उक्त शब्द प्रयोग गरेर Grammar पढाएको पाठअनुसार (preposition, adjective, verb) आदि राखि वाक्य निर्माण गर्न लगाउने।
२. प्राथमिक तहको गणित पाठ्यक्रम हेर्न लगाउनुहोस्।
३. विद्यार्थीको क्षमताको तहलाई सम्बोधन गर्नुहोस्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

आवश्यक परेमा सहयोग गर्नुहोस्।

सारांश :

प्रत्येक विद्यार्थी फरक र भिन्न हुन्छन्। उनीहरुको आफ्नै सिकाइ गति हुन्छ। शिक्षकले शिक्षण सिकाइका क्रममा यि तथ्यलाई ध्यान दिनुपर्छ।

फलोआप निर्देशन :

आफ्ना विद्यालयमा विद्यार्थीको क्षमता पहिचान गरी शिक्षण अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् र त्यसको समीक्षा गरी evidence file मा राख्न लगाउनुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक: स्थानीय पाठ्यक्रम परिचय
(Introduction of the local curriculum)

प्रयोजन :
१. स्थानीय पाठ्यक्रमका बारेमा परिचित हुने।
२ स्थानीय पाठ्यक्रमको आवश्यकता र महत्व वोध गर्ने।
३ प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रममा स्थानीय पाठ्यक्रमलाई दिइएको स्थान (पाठ्यभार) पहिचान गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

केन्द्र तहबाट विद्यालयलाई पाठ्यक्रम पाठ्यसामग्री नपठाएर सञ्चालन खर्च मात्र पठाउने गरेको भए पठन पाठन कसरी चलाइन्थ्यो होला ? यसका राम्रा पक्ष के हुन्थे होलान् र नराम्रा पक्ष के हुन्थे होलान् ? समूहमा छलफल गरेर प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

खण्ड २ अनुभव

१. स्थानीय पाठ्यक्रम भनेको के हो ? समूहमा छलफल गरेर प्रस्तुत गर्नुहोस ।
२. विद्यायालयका लागि स्थानीय पाठ्यक्रम किन चाहिन्छ? समूहमा छलफल गरेर प्रस्तुत गर्नुहोस ।
३. तपाईंहरूको विद्यायालयमा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण र कार्यान्वयन कसरी हुने गरेको छ, आ-आफ्ना अनुभव प्रस्तुत गर्नुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रममा स्थानीय विषय र विभिन्न विषयमा स्थानीय पाठ्यक्रमको कति प्रतिशत समावेश गर्न सकिने कस्तो प्रावधान छ, त्यसले वार्षिक कति पाठ्यभार ओगट्छ ? समूहमा प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम अध्ययन गरी स्थानीय पाठ्यक्रमको वार्षिक पाठ्यभार हिसाब गरी प्रस्तुत गर्नुहोस।

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : विषयगत पाठ्यक्रम

खण्ड १ का लागि निर्देशन :
केन्द्र तहबाट विद्यालयलाई पाठ्यक्रम पाठ्यसामग्री नपठाएर विद्यालय सञ्चालन खर्च मात्र पठाउने गरेको भए पठनपाठन कसरी चलाइन्थ्यो होला ? यसका राम्रा पक्ष के हुन्थे होलान र नराम्रा पक्ष के हुन्थे होलान ? भन्ने बारेमा सहभागीहरूलाई दुई/तीन समूहमा छलफल गराएर समूहको प्रस्तुति गर्न लगाउने र निम्न अनुसारको आफ्नो राय दिनुहोस्।

१. बालबालिकालाई के पढाउने भन्ने बारेमा स्थानीय तहमा छलफल हुन्थ्यो होला।
२. पढाउने कुराको निक्यौंल गर्न विद्यायालय तहमा समिति बन्थ्यो होला।
३. यस बारेमा अभिभावकसाग सुझाब मागिन्थ्यो होला।
४. यसको राम्रो पक्ष विद्यायालय तथा अभिभावक आफ्ना विद्यार्थीर बालबालिकालाईके पढाउने हो भन्ने कुरामा चासो लिने र स्थानीय तहमा आफ्ना आवश्यकता अनुसारको विद्यायालय शिक्षाको पाठ्यक्रम निर्माणमा सक्रिय हुन्थे होलान्।
५. यसका नराम्रा पक्ष विद्यालयमा के पढाउने भन्ने कुराको अलमल भइरहन्थ्यो होला । तर यो समस्या विद्यालयका बिचमा अनुभव साटासाट गरेर विस्तारैहल हुदै जान्थ्यो होला।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:
अनुभव आदान प्रदानका क्रियाकलापमा दिइएका प्रश्नमा सहभागीहरूलाई दुई/ तीन समूहमा छलफल गराएर समूहको प्रस्तुति गर्नलगाउने र निम्न अनुसारको आफ्नो राय दिने :

१. स्थानीय तहले आफ्ना आवश्यकता पहिचान गरेर त्यही अनुसार स्थानीय तहबाटै निर्माण र कार्यान्वयन गरिने पाठ्यक्रम स्थानीय पाठ्यक्रम हो।
२. केन्द्र निर्मित पाठ्यक्रमले स्थानीय आवश्यकता समेट्न नसक्ने भएकाले स्थानीय आवश्यकताका विषयमा स्थानीय तहबाटै पाठ्यक्रम निर्माण गर्नअवसर दिइनु पर्दछ। उदाहरणका लागि सिन्धुली जिल्लाका विद्यायार्थीलाई जुनार खेति र जुनारको जुस बनाउने सीप सम्बन्धी शिक्षाको पाठ्यक्रम आवश्यक हुन्छ।
३. तेस्रो प्रश्न सहभागीले आ-आफ्ना अनुभव प्रस्तुत गर्ने बारेमा छ। सहभागीले विद्यालयमा गरेका कुराले स्थानीय पाठ्यक्रमको मर्म समेटेको छ छैन आफ्नो निस्कर्ष दिनुहोस्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :
सहभागीको प्रस्तुति पछि विद्यालय शिक्षा पाठ्यक्रममा स्थानीय पाठ्यक्रमा लागि निम्नअनुसारको स्थान रहेको बताइदिनुहोस्:

१. प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रममा स्थानीय विषयलाई साप्ताहिक चार पाठ्यभार छुट्याइएको छ। यसअनुसार यस विषयको वार्षिक पाठ्यभार १२८ पिरिएड वा ९६ घन्टा हुन्छ (वार्षिक ३२ हप्ता पठन पाठन हुनुपर्ने प्रावधान अनुसार)।
२ प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रममा सामाजिक अध्ययन, सिर्जनात्मक कला र शारीरिक शिक्षाका लागि जे जति पाठ्यभार छुट्याइएको छ त्यसमा २० प्रतिसत स्थानीय पाठ्यक्रमका लागि हुने भनिएको छ। यस प्रावधानअनुसार सामाजिक अध्ययनका लागि कक्षा १-३ मा साप्ताहिक ३ पिरिएड र कक्षा ४-५ का लागि साप्ताहिक ६ पिरिएड पाठ्यभार छुट्याइए अनुसार यस विषयमा स्थानीय पाठ्यक्रमका लागि कक्षा १-३ का लागि वार्षिक लगभग १८ पिरिएड र कक्षा ४-५ का लागि लगभग ३६ पिरिएड पर्न आउँछ।
३ सिर्जनात्मक कलाका लागि कक्षा १-३ का लागि ३ पिरिएड र कक्षा ४-५ का लागि २ पिरिएड पाठ्यभार छुट्याइए अनुसार यस विषयमा स्थानीय पाठ्यक्रमका लागि कक्षा १-३ का लागि वार्षिक लगभग १८ पिरिएड र कक्षा ४-५ का लागि लगभग १२ पिरिएड पर्न आउँछ।
४ शारीरिक शिक्षाका लागि प्राथमिक तहमा साप्ताहिक २ पिरिएड पाठ्यभार छुट्याइए अनुसार यस विषयमा स्थानीय पाठ्यक्रमका लागि कक्षागत रुपमा वार्षिक १२ पिरिएड पाठ्यभार पर्न आउँछ।

सारांश :
पाठ्यक्रमले स्थानिय आवश्यकता पुरा गराउन मद्दत पुग्नुपर्छ। त्यसैले विद्यार्थीको तह, क्षमता, रुची अनुसार स्थानिय विषयवस्तु समेटी स्थानिय तहमा तयार गरि लागु गरेमा बढी व्यवहारिक हुन्छ।

फलोअप निर्देशन :
स्थानिय पाठ्यक्रमलाई तोकिएको पाठ्यभार तथा घण्टीको आधारमा समय तालिकामा घण्टी राखि पठन पाठन गरे नगरेको हेरी पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : वैयक्तिक शिक्षण
(Individualized Teaching)

प्रयोजन : १ शिक्षण सिकाइको क्रममा कक्षाकोठा भित्र हुने सिकाइस्तरको विविधता बारे जानकार हुने ।

२ वैयक्तिक शिक्षणको अवधारणा बुझी कक्षा शिक्षणमा उपयोग गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।

२. निम्न प्रश्नमा समुहगत छलफल गर्न लगाउनुहोस्।

क) तपाई विद्यार्थी हुँदा कक्षाका साथीहरु सिकाइमा के कति कारणले भिन्न हुनुहुन्थ्यो ?

ख) त्यस्ता सिकाइमा भिन्नता भएका विद्यार्थीलाई शिक्षकले कसरी सहयोग गर्न सक्छन्?

खण्ड २ अनुभव

१. सहभागीलाई चार समूहमा बस्न लगाई प्रत्येक समूहलाई कुनै पत्रिकाबाट ५ मिनेटसम्म पढ्नका लागि कुनै लेख/खबर छान्न लगाउनुहोस्।

२. "क" र "ख" दुई समूहमा वैयक्तिक रुपमा पढ्न लगाउनुहोस्। समूह "क" मा आ-आफै, समूह "ख" मा सहजकर्ताको निर्देशनमा, समूह "ग"लाई जोडीमा र समूह "घ" मा समूहका सबै जनालाई सँगै पढ्न र छलफल गर्न दिनुहोस्।

३. सामुहिक छलफलपछि निचोड निकाल्नुहोस्।

क) कुन समूहले सबैभन्दा राम्ररी सिके ?

ख) किन?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक समूहलाई फरक फरक पाठ्यपुस्तकबाट एउटा पाठ छान्न लगाउनुहोस्।

२. प्रत्येक समूहलाई वैयक्तिक शिक्षणका लागि छानिएको उक्त पाठको पाठयोजना तर्जुमा गर्न लगाउनुहोस्।

३. तयार गरिएको पाठयोजनालाई फरक समूहमा समीक्षा गर्न दिनुहोस् र आवश्यक सुधार गर्नुहोस्।

४. अभ्यास शिक्षणपछि प्रत्येक समूहको नमूना शिक्षणमा कुन हदसम्म वैयक्तिक शिक्षण हुन सकेको थियो भन्ने बारे छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्नुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : केही ४/५ वटा पत्रिका, भिन्नभिन्न कक्षाका पाठ्यपुस्तकहरु

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. हामी सबै प्रगति गर्ने दरमा, दर्जा, पठन विधि, बुझाइ, तत्परता, बानी, व्यवहार, चाहना, मनोवल, धारणा, खुबी, क्षमता आदीमा फरक फरक छौं।

२. हाम्रो कक्षाकोठामा गरिने व्यवहारलाई परिवर्तन गरेर सुनेर, विद्यार्थीको अझ धेरै अवलोकन गरेर, उनीहरुको चाखलाई समेटेर, विद्यार्थीको वैयक्तिकृत फरकलाई शिक्षणका क्रममा ख्याल गरेर वैयक्तिक शिक्षण गर्न सक्छौं।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

क) समूह "ख"

ख) यो समूहमा सहजकर्ताले वैयक्तिक ध्यान दिएर निर्देशन गरेको थिए।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. वैयक्तिक शिक्षण विधिले विद्यार्थीसँग विषयवस्तुमा प्रभावकारी छलफल हुन्छ। शिक्षणका क्रममा आइपरेका चुनौतीपूर्ण प्रश्न सहज ढंगले समाधान गर्न सकिन्छ । व्यक्तिगत रुपमा विद्यार्थीलाई सहजिकरण गर्न सकिन्छ। साथसाथै विद्यार्थीको कामको अनुगमन तथा मूल्याङ्कन गरी प्रभावकारी शिक्षण गर्न सकिन्छ।

२. कक्षाकोठा भित्र यस्तो शिक्षण विधि प्रयोग गर्दा प्रत्येक विद्यार्थी व्यस्त हुने, कक्षाकोठामा निर्धक्कका साथ सिक्ने, छलफल र डिँडडुल गर्न सक्ने गरी कक्षाकोठाको व्यवस्थापन गर्नुपर्छ।

सारांश :

प्रत्येक विद्यार्थीमा व्यक्तिगत भिन्नता हुन्छन्। सबैसँग आफ्नै भिन्न स्वभाव, क्षमता र शक्ति हुन्छ। यो तथ्यलाई शिक्षकले शिक्षणका क्रममा विशेष ख्याल गर्नुपर्छ। व्यक्तिपिच्छे सिकाइका फरक फरक तरिका हुन्छन् त्यसैले शिक्षकले सिकाउने विधि पनि विद्यार्थी पिच्छे फरक फरक हुनुपर्छ।

कक्षाकोठाको व्यवस्थापन र सिकाइ वातावरण पनि परम्परागत शैली जस्तोः बेन्च, कुर्सी, टेबुल, चक, डस्टर, किताब, कापीभन्दा फरक छलफल र अन्तरक्रियामुलक हुनुपर्छ।

फलोआप निर्देशन :

शिक्षकले व्यक्तिगत शिक्षण विधि अपनाएको वा नअपनाएको अवलोकन गरी बीचबीचमा आवश्यक सल्लाह सुझाव दिनुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : विद्यार्थीहरूले सिक्ने विविध तरिकाहरू
(Different ways of learning)

प्रयोजन : १ विद्यार्थीले सिक्ने तरिका र सिकाइ स्तर बारे जानकार गराउने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१ विद्यार्थीले कसरी शिक्षण गर्दा प्रभावकारी रुपमा सिक्छन ? आफ्नो अनुभव सुनाउनुहोस् ।

२ कक्षाकोठाका सबै विद्यार्थीले राम्रोसँग सिकिरहेका छन् भन्ने आधारहरु के के हुन् ?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई समुह कार्यका लागि निम्न प्रश्न दिनुहोस्:

१. तपाईले प्रयोग गर्दै आउनु भएका कुनै ४ वटा शिक्षण विधिहरुको नाम र अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि लेख्नुहोस्।

क्र.स.	विधिको नाम	अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि
१.		
२.		
३.		
४.		
५.		

२. विद्यार्थीहरुको सिकाइ दर ७० प्रतिशत देखि ९० प्रतिशतसम्म पुऱ्याउन कुन कुन शिक्षण सिकाइ विधि अपनाउनु पर्ला? समुहमा छलफल गरी लेख्नुहोस्।

३. समुह प्रस्तुती पछि साझा निचोड निकाल्नुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. सहभागीलाई विषयगत समुहमा वस्न लगाई प्रत्येक समुहलाई आ-आफ्नो विषयको एक एकवटा सिकाइ उपलब्धि छनोट गर्न लगाउनुस्।

२. विद्यार्थीले ७० देखि ९० प्रतिशत सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्नसक्ने बनाउन के कस्ता विधि वा क्रियाकलाप गराउन उपयुक्त हुन्छ ? नमुना तयार गर्न लगाउनुहोस्।

३. समुहमा प्रस्तुत गराई उत्कृष्ट शिक्षण विधि र प्रक्रियालाई अन्तिम रुप दिनुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : मार्कर, कलम, चार्टपेपर।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. विद्यार्थीले सुनेर, हेरेर, गरेर, ... आदि माध्यमबाट सिक्छन् ।

२ सहभागीबाट आएका कुराहरु टिपोट गर्नुहोस् ।

३. शिक्षण सिकाइको क्रममा विद्यार्थीको सहभागिता, क्रियाकलाप, संलग्नता, अनुहारको हाउभाउ, आत्मविश्वासको भाव प्रस्तुतिकरण आदिले विद्याथीले सिकिरहेका छन् भन्ने आधार दिन्छन्।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

१. चार्टपेपरमा लेखेका कुराहरु सबैले पढ्छन् ।
विद्यार्थीको सिकाइ सम्बन्धी एउटा यस्तो भनाइ छ :

क) १०% पढेको बाट सिक्छन् । ख) २०% सुनेकोबाट सिक्छन् ।

ग) ३०% देखेको वा हेरेकोबाट सिक्छन् । घ) ५०% देखे सुनेकोबाट सिक्छन् ।

ङ) ७०% भन्ने र गरेकोबाट सिक्छन् ।

च) ९०% सुन्ने, भन्ने र गर्ने गरेकोबाट सिक्छन् ।

(क) देखि (घ) सम्मको Passive Learning (निस्कृय सिकाइ)

(ङ) देखि (च) को Active Learning (सक्रिय सिकाइ)

२. विधि र सिकाइ दर :

विधि	सिकाइ दर
व्याख्या	२०%
प्रदर्शन	५०%
प्रदर्शन	७०%
अभिनय	दर्शकले ५०% अभिनयकर्ताले ९०%

३. ७० देखि ९० प्रतिशत सिकाइ गराउन निम्न विधि तथा तरिका अपनाउन उपयुक्त हुन्छः
अभिनय विधि, खोज विधि, समुह कार्य, परियोजना, अवलोकन तथा भ्रमण र प्रयोगात्मक विधि

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. सहभागीलाई विषयगत समुह राखी आ-आफ्नो विषयको एक एकओटा सिकाइ उपलब्धि छनोट गर्न लगाउनुहोस्।

२. ७० देखि ९० प्रतिशत सिकाइ गराउन के कस्ता क्रियाकलापहरु उपयुक्त होला समुहमा छलफल गरी नमुना तयार गर्न लगाउनुहोस्।

३. क्रियाकलापको नमुना ठुलो समुहमा प्रस्तुत गरी वास्तविक कक्षामा प्रयोग योग्य छ वा छैन सुझाव संकलन गर्न लगाउनुहोस्।

सारांश :

सिकाइका क्रममा विद्यार्थीका जति बढी ज्ञानेन्द्रियहरु प्रयोग गरिन्छ त्यति नै मात्रामा सिकाइ अर्थपूर्ण र दिगो हुन्छ। तसर्थ विद्यार्थीलाई कक्षामा आफै सहभागी भै गरेर सिक्ने मौका दिनुपर्छ। यसले सिकाइलाई स्थायी र प्रभावकारी बनाउछ।

फलोअप निर्देशन :

विद्यार्थीलाई सिकाइ प्रति उत्प्रेरित गरी शिक्षण सिकाइ त्रियाकलाप सञ्चालन गरे नगरेको ख्याल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : समस्याग्रस्त विद्यार्थीलाई सम्हाल्ने तरिका
(Handling difficult Students)

प्रयोजन :
१ समस्याग्रस्त विद्यार्थीहरुको पहिचान गर्ने ।
२ समस्याको कारण खोज्ने ।
३ समस्याको उपचार गर्दै शिक्षण सिकाइ प्रभावकारी बनाउने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

शिक्षक सहभागीहरुलाई चार समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

१. प्रत्येक समुहलाई "समस्याग्रस्त विद्यार्थी" पहिचानका लागि सूचक तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
२. समुहले तयार गरेका सूचकका आधारमा आफूले पढाउने विद्यालयको कुनै एक कक्षाकोठाका विद्यार्थी मध्ये "समस्याग्रस्त विद्यार्थी" हरुको सूची प्रत्येक सहभागीलाई तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
३. त्यस्ता विद्यार्थीका समस्याको सम्भावित कारण खोतल्न लगाउनुहोस्।

खण्ड २ अनुभव

शिक्षक सहभागीहरुलाई चार समुहमा पुन:विभाजन गर्नुहोस्।

१. प्रत्येक सहभागीले तयार गरेको आफ्ना विद्यालय/कक्षाका "समस्याग्रस्त विद्यार्थी"हरुको सूची, तिनका समस्या र सम्भावित कारणहरुबारे समुहमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
२. समस्या व्यवस्थापन गरी शिक्षण सिकाइलाई प्रभावकारी बनाउने उपायबारे समुहको साझा दृष्टिकोण निर्माण गर्न लगाउनुहोस्।
३. अनि पालैपालो समुह प्रस्तुती गराउनुहोस्। प्रस्तुत विषयवस्तुको टिपोट गर्नुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

तालिम कक्षमा कक्षाकोठाको जस्तो माहोल श्रृजना गर्नुहोस् । सहभागी शिक्षकहरु मध्ये दुईजनालाई समस्याग्रस्त विद्यार्थीको अभिनय गर्न लगाउनुस् । अरु दुईलाई शिक्षकको भूमिकाका लागि तयार पार्नुस् । बाँकी सहभागीलाई अवलोकनकर्ताको जिम्मेवारी तोक्नुस्। अब दुई जना शिक्षकलाई पालैपालो नमूना कक्षा शिक्षणका लागि आग्रह गर्नुस्। उनीहरुले समुह कार्यमार्फत तयार गरिएको सूचकका आधारमा "समस्याग्रस्त विद्यार्थी"कसरी पहिचान गरे र तिनीहरुलाई सम्हाल्न प्रयास गरे गम्भीरतापूर्वक आफू पनि हेर्नुस् र अवलोकनकर्तालाई पनि हेर्नभन्नुस्। भूमिका अभिनयमा रहेका शिक्षकलाई पहिचान गरिएका "समस्याग्रस्त विद्यार्थी" सँग मनोविमर्श गर्न लगाउनुस्। कुराकानीका क्रममा भूमिका अभिनयमा रहेका समस्याग्रस्त विद्यार्थीसँग विश्वासको सम्बन्ध बनाउने, उनका कुरा सुन्ने, उनलाई नै आफ्ना समस्याका बारेमा भन्न लगाउने, कारण खोज्न लगाउने र सम्भावित समाधानका उपायहरु खोज्न पनि उनीहरुलाई नै उत्प्रेरित गर्न सुझाव दिनुस्। अन्त्यमा भूमिका अभिनयमा रहेका सहभागी शिक्षकलाई समस्याग्रस्त विद्यार्थीको नाम, समस्या, तिनका कारण, समाधानका उपाय र समस्या सुधार्ने समयसीमा पनि समेटिएको छोटो अभिलेख तयार गर्न लगाउनुस्।

पालैपालो दुई जना शिक्षक र समस्याग्रस्त विद्यार्थीले भूमिका अभिनय गरिसकेपछि अवलोकनकर्ता समालोचनात्मक समीक्षा गर्न लगाउनुस् । आफूले पनि सुझाव दिनुस् । प्राप्त सुझावका आधारमा पुन:भूमिका अभिनय गर्न लगाउनुस् । दोस्रो, तेस्रो पटकका अभिनयमा सहभागी र दिईने भूमिका पनि बदल्न कोशिश गर्नुस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : सामान्य कापी र कलम।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

शिक्षण सिकाइको सन्दर्भमा समस्याग्रस्त विद्यार्थी भन्नाले विद्यालय/कक्षाकोठा/शिक्षण सिकाइको नियम जबरजस्ती उलङ्घन गर्न खोज्ने, कक्षाकोठा भित्र अनियन्त्रित रुपमा होहल्ला, लडाइँझगडा गर्न अघि सर्ने, अनुशासनहीन तथा विद्यमान समाजले ठानेका गम्भीर प्रकृतिका नैतिकहीन कार्यमा लागेका अथवा लाग्न उत्तेजित मनोविज्ञान बोकेका विद्यार्थीलाई बुझ्नुपर्छ। त्यस्तै हीनभावनाले ग्रस्त भएर आत्मविश्वासको ज्यादै कमी भएको, गम्भीर मानसिक तथा शारीरिक समस्या लगायतका जटिलताहरु बोकी कक्षाकोठा अथवा विद्यालयमा आफ्नो र अरुको समेत समग्र शिक्षण सिकाइ वातावरण विथोल्न उद्दत विद्यार्थी पनि समस्याग्रस्त हुन्।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

विद्यार्थीहरुमा यस्ता समस्याहरु उनीहरु हुर्कदाका अन्तरसम्बन्धहरु, जन्मजात बोकेका शारीरिक तथा मानसिक समस्याहरु, घर, समाज तथा विद्यालयमा हुने सामाजिकीकरणको प्रक्रियामा उसमा विकास भएका मनोविज्ञानका कारण देखिन सक्छ। त्यस्तै व्यक्तिगत जीवन घटना र त्यसले दीर्घकालीन रुपमा उसको मनोविज्ञानमा पारेको ईगो, कुण्ठा, द्वैषभावको सत्ताका साथै शिक्षा प्रतिको विकर्षण आदिका कारण पनि उत्पन्न हुन्छन्।

त्यस्ता समस्याग्रस्त विद्यार्थीसँग शिक्षकले शान्त, विवेकी र सकारात्मक भई मनोसामाजिक विमर्श गर्न जरुरी छ । उनीहरुलाई आफ्नो व्यवहारलाई आफै असल–खराब पहिचान गरी आत्ममूल्याङ्कन गर्न सक्ने बनाउनुपर्छ। शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापमा उनीहरुलाई अगुवा बनाइ, कक्षाकोठाको व्यवस्थापन, विद्यालयका अतिरिक्त क्रियाकलाप तथा अन्य सामाजिक कार्यक्रमहरुमा समेत संलग्न गराइ उनीहरु भित्र सकारात्मक मनोवल विकास गर्नुपर्छ । क्रमश: उनीहरुको व्यवहार रुपान्तरण गर्दै शिक्षण सिकाइतर्फ प्रेरित गर्न खोज्नुपर्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

मनोसामाजिक परामर्श विधि र प्रक्रियामार्फत "समस्याग्रस्त विद्यार्थी" मा सकारात्मक रुपान्तरण ल्याउने अभ्यास गर्न सकिन्छ। यसबाहेक सामान्य ध्यान तथा योग विधी पनि उपयोगी हुन्छ। अनि समस्याग्रस्त विद्यार्थीको नाम, समस्या, तिनका कारण, समाधानका उपाय र समस्या सुधार्ने समय सीमा पनि समेटिएको छोटो अभिलेख तयार गरी लामो निगरानी र पृष्ठपोषण मार्फत विद्यालयमा हुने समयाग्रस्त विद्यार्थीमा सिकाइ प्रति जागरण ल्याउन सकिन्छ।

सारांश :

समस्याग्रस्त विद्यार्थीलाई उसको हुर्काइको वातावरण, उसले बाचेको परिवेश, उमेरगत मनोविज्ञानका साथै भिन्न वैयक्तिक विशेषताको सन्दर्भमा सकारात्मक दृष्टिले हेर्नुपर्छ। त्यस्ता विद्यार्थीलाई उत्प्रेरणा मार्फत सकारात्मक उर्जा र जागरण पैदा गर्दै स्व:अन्तरदृष्टिको विकास गर्न प्रयत्न गर्नुपर्छ। उसमा विकास भएको त्यस्तो अन्तर्दृष्टिले मात्र उसलाई रुपान्तरण गर्दछ।

फलोअप निर्देशन :

"समस्याग्रस्त विद्यार्थी" पहिचान, समस्याका कारण र व्यवस्थापनका उपाय खोज्दा सहभागी शिक्षकहरुले अपनाउने प्रक्रियालाई हेर्नुस्। सहभागी शिक्षक सहयोगी मात्रै बनेर सम्बन्धित विद्यार्थीबाटै समस्या र समाधानका उपाय उजागर गरे नगरेको ख्याल गर्नुहोस्।

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : समूह शिक्षण
(Group Teaching)

प्रयोजन : १. समूह शिक्षण सम्बन्धी बुझाइ प्रष्ट पार्ने ।
२. प्रभावकारी समूह शिक्षणको उचित विधि र प्रक्रियाको खोजी गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।

२. समूहमा निम्न प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्:

क) हामी किन समूह शिक्षण अपनाउँछौं ?

ख) हामी समूह शिक्षणका क्रममा कक्षाकोठालाई कसरी संगठित गर्छौं ?

ग) समूह शिक्षणलाई कसरी प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

एक जना शिक्षकले बिरुवाका भागहरु जरा, डाँठ, हाँगा, पात, कोपिला, फूल, फल, मूल जरा, बोक्रा, नशा, दल, परागकोष, पराग र बीउ समावेश गरी शिक्षण गर्नुपरेमा :

१. समूह शिक्षणको कुन रणनीति अपनाउनु बढी उपयुक्त हुन्छ ?

२. किन ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक समूहलाई कुनै तहको एउटा विषयबाट एउटा पाठ छान्न लगाउनुहोस्।

२. प्रत्येक समूहलाई समूह शिक्षणका लागि योजना बनाउन लगाउनुहोस्।

३. तयार भएको योजना समूहमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्।

४. प्रस्तुत योजनाको प्रभावकारिताबारे खुला छलफल गर्नुहोस् र प्रभावकारी समुह शिक्षणका विधि र प्रक्रियाबारे साझा निचोड प्रस्तुत गर्नुहोस्।

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम र २ र ३ कक्षाका पाठ्यपुस्तकहरु

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. समुह शिक्षण विधि व्यक्तिगत भिन्नताको अधिकतम उपयोग गरी विद्यार्थीलाई सिकाइमा केन्द्रित गराइराख्न, वार्षिक शैक्षिक पात्रो अनुसार चल्न, विद्यालयको श्रोत साधनको अधिकतम उपयोग गर्नका साथै कक्षाकोठामा सुशासन कायम गर्न पनि उपयोगी हुन्छ।

२. विद्यार्थीलाई पंक्तिमा बोर्ड तर्फ फर्काएर राख्ने र शिक्षक विद्यार्थी तर्फ फर्किने परम्परागत कक्षाकोठा भन्दा फरक शिक्षक र विद्यार्थीलाई निर्धक्कसँग हिंडडुल गर्न प्रशस्त खाली ठाउँ पुग्ने गरी कक्षाकोठाको व्यवस्थापन गर्नुपर्छ। साथै पाठको प्रकृति अनुसार विद्यार्थीलाई आमने सामने हुने गरी डेस्क बेन्च मिलाएर राख्न पनि सकिन्छ।

३. कुनै क्रम बिना (randomly) समूह बनाउन दिन सकिन्छ। कुनै उद्देश्यका लागि समूह निर्माण गर्न सकिन्छ। उमेरगत परिपक्कताको आधारमा साना ठूला विद्यार्थीको समुह, लिङ्गका आधारमा छात्र-छात्रा, क्षमताका आधारमा उच्च, मध्यम, समान, निम्न र सबै खाले समुह साथसाथै विद्यार्थीहरु आफैले निर्माण गर्ने समूह आदि हुन सक्छन्।

४. विषयमा आधारित समुह शिक्षण (क) सबै समूहमा समान विषय एकै पटकमा शिक्षण गर्न (ख) फरक समूहमा फरक तहका समस्याका साथ सबै समूहमा समान विषयको शिक्षण गर्न (ग) फरक समूहमा फरक विषय शिक्षण गर्न (घ) ढिला गरी सिक्ने समूहलाईएक विषय र छिटो सिक्ने समूहलाई आफै सिक्न दिन गर्न सकिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

खण्ड १ दिइएको निर्देशन हेर्नुहोस्।

फरक क्षमता भएकालाई मिसाएर समूहहरुमा नराखे धेरै समूहहरु बन्नेछन् भने मिश्रित क्षमताको समूहमा राख्दा सहकर्मी साथीले टेवा दिन सक्छन्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

छानिएको शीर्षकको सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न कक्षाकोठा व्यवस्थापन गर्ने, समूहको स्वरुप निर्धारण गर्ने र शिक्षण गर्ने रणनीति अपनाउनु पर्छ।

सारांश :

शिक्षकले समूह शिक्षण विधिमार्फत पनि कक्षाका सम्पूर्ण विद्यार्थीको व्यक्तिगत भिन्नतालाई समेत उजागर गर्दै विद्यार्थीको सिकाइ स्तर वृद्दि गर्न सक्छन् । कुशल योजनाका साथ गरिने समूह शिक्षण विधिको प्रयोगले विद्यालयको श्रोतसाधनको कुशल रुपमा प्रयोग गरी शिक्षण सिकाइलाई प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीले समूह शिक्षण विधि अपनाउने प्रयास गरेको वा नगरेको हेर्नुहोस्।

unicef Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : लैङ्गीकमैत्री कक्षाकोठा
(Gender Friendly Classroom)

प्रयोजन :
१. लैङ्गीकमैत्री कक्षाकोठाको अर्थ बुझ्ने।
२. कक्षाकोठामा हुने लैङ्गीक विभेदका व्यवहारहरु पहिचान गर्ने।
३. कक्षाकोठामा हुने लैङ्गीक विभेदले पार्ने असरहरु बारे बुझ्ने।
४. कक्षाकोठामा हुने लैङ्गीक विभेदलाई हटाउने उपायहरुबारे खोज्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
२. समूहमा निम्न प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्:
   क) लैङ्गीक विभेदका संभावित व्यवहारहरु के के हुन्?
   ख) लैङ्गीक विभेदी व्यवहारले कक्षाकोठामा कस्तो असर पार्छन्?
३ लैङ्गीक विभेदका व्यवहारहरुलाई कक्षाकोठाबाट कसरी हटाउन सकिन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
२. कुनै एक जना शिक्षकलाई आफूले शिक्षण गर्दाको गतिविधिबारे विस्तृत विवरण बताउन लगाउनुहोस्।
३. समूहका अरु शिक्षकलाई उहाँको वर्णनबाट लैङ्गीक विभेद भएका कुराहरु टिपोट गर्नको लागि भन्नुहोस्।
४. प्रत्येक समूहलाई उनीहरुका वर्णनबाट लैङ्गीक विभेदका घटनाहरुको एउटा संयुक्त सूची बनाउन लगाउनुहोस्।
५. समूहगत रुपमा तयार भएको सूचीलाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र लैङ्गीक विभेदको सूचकको आधारमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१ प्रत्येक समूहलाई खण्ड २ मा तयार गरेको अन्तिम सूची लिन लगाउनुहोस्।
२. प्रत्येक समूहलाई आफ्ना कक्षाहरुबाट लैङ्गीक विभेद हटाउन आफूले अभ्यास गर्न सक्ने कार्यहरु छलफल गर्दै सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
३. प्रत्येक समूहले तयार गरेको सूची समूहमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्।
४. समूहमा छलफल गरी सबैले अनुशरण गर्ने गरी प्रतिबद्धताहरुको एउटा अन्तिम सूची बनाउनुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु :

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. सिकाइमा असर गर्ने छात्र र छात्राको छुट्टै बसाइ, शिक्षणका क्रममा छात्रलाई ज्यादा महत्व दिने, धेरै प्रश्न गर्ने, कुनै क्रियाकलाप गर्दा छात्रलाई बढी कक्षाको अगाडि बोलाउने, शिक्षकसँग बढी अन्तरक्रिया गर्न प्रोत्साहन गर्ने, बढी अनुशासनमा राख्ने, छात्रालाई उत्तरका लागि कम समय दिने, उनीहरुको सफाइको बढी प्रशंसा गर्ने, सिकाइमा बढी पृष्ठपोषण दिने, छात्रसँग छात्राहरुको बारेमा नकारात्मक कुराहरु बोल्न दिने, छात्राहरु निम्न स्तरका छन् भन्ने खालका उदाहरणहरु दिने आदि विद्यालय भित्र हुने लैङ्गीक विभेदका उदाहरण हुन्।
२. यस्ता विभेदी व्यवहारबाट छात्राहरुले आफुमा कुनै प्रतिभा, बौद्विकता नभएको विश्वास गर्न सुरु गर्ने, शिक्षकले निम्न स्तरको शैक्षिक उपलब्धि अपेक्षा गर्न थाल्ने, आफ्नो सिकाइ क्षमता सुधार गर्नका लागि आवश्यक सहयोग नपाउने, शिक्षकबाट कम ध्यानपाउने, सजिलो प्रश्नहरु पाउने, कक्षाकोठाका क्रियाकलापहरुमा अति कम अवसर पाउने आदि नकारात्मक प्रभाव पर्न सक्छन्।
३. कक्षाकोठा भित्र लैङ्गीकसमता कायम गर्न समावेशी भाषाको प्रयोग गर्ने, छात्र र छात्राबाट समान अपेक्षा राख्ने, लैङ्गीक रुपमा सन्तुलित उदाहरणहरु दिने, रुढीवादी सोच त्याग्ने, कक्षाकोठाको वातावरण छात्र र छात्रा दुवैका लागि प्रेरणामुखी बनाउने, लिङ्गकै आधारमा समूह नबनाउने, कक्षाकोठाका नियमहरु छात्र र छात्रा दुवैका लागि समान रुपमा लागू गर्ने आदि कुराहरुमा ख्याल गर्नुपर्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:
खण्ड १ हेर्नुहोस्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :
खण्ड १ हेर्नुहोस्।

सारांश :
कक्षाकोठामा हुने लैङ्गीक विभेद बुझ्न कक्षाकोठा भित्रका समग्र गतिविधिहरुलाई सुक्ष्म रुपमा हेर्नुपर्छ । कक्षाकोठामा छात्र वा छात्रालाई मात्र ग्राहियता दिने, कुनै एकलाई आघात पर्ने, अपमान हुने, हीनताबोध जगाउने व्यवहार, भाषाशैलीको प्रयोगले लैङ्गीक विभेद सृजना गरिरहेको हुन्छ। कक्षाकोठामा विभिन्न स्वरुपमा भइरहेका र हुनसक्ने यस्ता विभेदी व्यवहारले विद्यार्थीको सिकाइमा असर गर्नसक्छ। तसर्थ कक्षाकोठाको व्यवस्थापनमा, विद्यार्थीसँगको अन्तक्रियामा,जिम्मेवारी बाँडफाँडमा, अनुशासन पालना गर्ने क्रममा,भाषाको प्रयोग आदिमा समावेशी भएर कक्षाकोठामा लैङ्गीक विभेद हटाउन सकिन्छ।

फलोअप निर्देशन :
शिक्षकहरुले लैङ्गीक विभेद हटाउने उहाँको सूची आफ्ना कक्षाहरुमा कसरी पालना गरिरहेका छन् हेर्नुहोस् ।

unicef Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : कक्षाकोठामा खेल
(Games in the classroom)

प्रयोजन : १. कक्षाकोठाभित्र खेलिने खेलको महत्व बुझ्ने ।
२ कक्षाकोठामा सिकाइमा विशेष योगदान पुऱ्याउने स्थानिय/राष्ट्रिय खेलहरुको सूची तयार गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
२. समूहमा निम्न प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्:
   क) खेल (play) वा खेलकुद (game) मा के फरक छ?
   ख) शिक्षण सिकाइमा खेल (game) को भुमिका के हुन्छ ?
   ग) खेल (games) लाई शिक्षण सिकाइ प्रभावकारी बनाउन कसरी उपयोग गर्न सकिन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

१. सहभागीहरुलाई समूह समूहमा राखि बिङ्गो खेल खेल्ने तरिकाबारे बताउनुहोस्
२. सहभागीहरुलाई कुनै एक पाठ लिई बिङ्गो खेल खेल्न लगाउनुहोस् ।
३. खेल सकिएपछि सोसँग सम्बन्धित गरेर अन्य के के क्रियाकलाप गर्न सकिन्छ , छलफल गराउनुहोस् ।
४. उक्त खेल र क्रियाकलापबाट विद्यार्थीले के के सिक्न सक्छन्, खेलको समिक्षा गर्न लगाउनुहोस् ।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक समूहलाई कक्षाकोठा भित्र सिकाइ साधनका रुपमा प्रयोग गर्न सकिने स्थानिय /राष्ट्रिय खेलहरु बारे छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
२. उनीहरुले तयार गरेका खेलका सूची बनाइ प्रयोजन सम्बन्धमा छलफल गरी अन्तिम सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
३. ती खेल (game)हरुका एक एक प्रति सबै शिक्षकहरुलाई राख्न लगाउनुहोस् र उनीहरुले छलफल गरे अनुसार आ–आफ्नो विद्यालयमा प्रयोग गर्ने प्रतिबद्दता गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : प्राथमिक तहका पाठ्य पुस्तकहरु ।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. खेलहरु (plays) मुख्यतया मनोरञ्जन र सिकाइको अभिप्रायले खेलिन्छन् । यसको कुनै प्रतिस्पर्धात्मक लक्ष्य हुदैन । यसले परिणाम भन्दा प्रक्रियालाई बढी ध्यान दिन्छ । तर खेल (games) ज्यादा सङ्गठित क्रियाकलाप हुन् । यसको खास नियम हुन्छ, सुरु र अन्त्य हुन्छ ।
२. खेल एउटा प्रभावकारी माध्यम हो जसले विद्यार्थीको घरको र विद्यालयको वातावरण बीचमा हुने अन्तराललाई कम गर्न पुलको काम गर्छ । विद्यार्थीलाई विद्यालयको नयाँ वातावरणमा घुलमिल बनाउन खेलले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । खेलको यस्तो भूमिकाले विद्यालय छोड्ने र कक्षा दोहोऱ्याउने दरका साथै विद्यार्थीको कमजोर सिकाइ उपलब्धिलाई सुधार्न ठूलो योगदान पुग्छ ।
३. खेलमा मनोरञ्जन र सिकाइको समिश्रण हुँदा यसलाई प्रभावकारी शिक्षण सामग्रीको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । कल्पनाशीलता बढाउन, बौद्दिक क्षमता बढाउन, निर्णय क्षमताको विकास गर्न, दृष्टिगत अभिमुखीकरण सीपको विकास, तार्किक क्षमता तथा समस्या समाधान गर्ने सीप, तर्कपूर्ण र विवेकशील अवलोकन आदि क्षमताको विकास गर्न पनि खेलले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

खेल खेल्ने तरिका : सबै सहभागीलाई पालैपालो एक एक वटा फलफूलको नाम भन्न लगाउनुहोस् र त्यसको सूची बोर्डमा लेख्न लगाउनुहोस् । बोर्डमा भएका सूची मध्ये कुनै १० वटा आफ्नो कापीमा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । सहजकर्ताले बोर्डमा लेखिएका फलफूलका सूचीबाट नाम भन्दै जाने र जसले आफ्नो कापीमा लेखेको पर्छ, गोलो घेरा लगाउनुहोस् । जसको पहिला सकिन्छ त्यसलाई बिङ्गो (Bingo) भन्न लगाइ प्रथम घोषणा गर्नुहोस् । उक्त फलफूलको शब्द राखी वाक्य निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।

खेलको माध्यमबाट शब्दभण्डार वृद्धि गर्न, वाक्य निर्माण गर्न, Grammar सिकाउन, सजिव / निर्जिव वस्तु छुट्याउन, नदीहरुको नाम चिन्न, गणितिय संख्या/आधारभुत अभ्यास गराउन जस्ता क्रियाकलाप प्रत्येक विषयको अधिकांस पाठबाट विद्यार्थीको स्तरअनुसार गराउन सकिन्छ ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

चेस, लुकामारी, आँखा छोपी, लुडो, डोमिनो, शब्द पत्ती, शब्दको अन्ताक्षरी, hanging man, एक खुट्टे खेल, आदि ।

सारांश :

खेलहरु नियममा सङ्गठित रुपमा खेलिन्छन् । यसको शुरु र अन्त्य हुन्छ र एक्लै, दुई वा दुई भन्दा बढी समुहमा विभाजित भई खेलिन्छ । खेल विद्यालयको शैक्षिक स्तरलाई सुधार्न प्रभावकारी माध्यम हुनसक्छन् । खेलले विद्यार्थीलाई विद्यालयको वातावरणमा सहज घुलमिल बनाउन र नियमित विद्यालय आउने बनाउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छन् । अझ खेललाई विधिपूर्ण रुपमा प्रयोग गरेमा कक्षाकोठा भित्रको शिक्षण सिकाइका लागि प्रभावकारी साधन पनि हुन सक्छन् ।

फलोअप निर्देशन :

शिक्षकले सूचीकृत गरेका खेलहरुलाई कसरी प्रयोग गरिरहेका छन्, हेर्नुहोस् ।

unicef Global Action Nepal

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : प्राथमिक उपचार
(First Aid)

प्रयोजन : १ प्राथमिक उपचार बारेको बुझाइ प्रष्ट गर्ने।
२ प्राथमिक उपचारको बारेमा शिक्षकले थाहा पाउनु पर्ने कुराहरु बुझ्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
२. समुहमा निम्न प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
   क) प्राथमिक उपचार भनेको के हो? यो किन गर्नुपर्दछ ?
   ख) प्राथमिक उपचारमा के कस्ता सेवाहरु उपलब्ध हुन्छन् ? छलफल गर्नुहोस् ।
   ग) प्राथमिक उपचारका लागि विद्यालयमा हुनुपर्ने अत्यावश्यक उपकरणहरु के-के हुन्?

खण्ड २ अनुभव

निम्न प्रश्नमार्फत सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस् ।

१ प्रत्येक समुहलाई प्राथमिक उपचारको आवश्यकता झल्कने चित्र अथवा पोष्टर दिनुहोस् ।
२ उनीहरुले पाएका चित्र वा पोष्टरमा के के प्राथमिक उपचार आवश्यक पर्छ र यो कसरी गर्न सकिन्छ ?
३ समुहको एक जना प्रतिनिधिलाई उक्त समुहको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१ प्रत्येक समुहलाई शिक्षकले प्राथमिक उपचार बारेमा थाहा पाउन पर्ने कुराहरु के के हुन छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
२ छलफल पश्चात प्रत्येक समुहको प्रतिनिधिलाई समुहको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्।
३ कुनै एक शिक्षकलाई सबै समुहका साझा धारणालाई टिपोट गर्न लगाउनुहोस्।

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : प्राथमिक उपचार आवश्यक पर्ने स्वास्थ्य घटनाका ४/५ वटा चित्र वा पोष्टरहरु र कक्षा ४/५ का केही पाठ्यपुस्तकहरु।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१. सुरक्षाका उपायहरु अपनाउँदा अपनाउदै पनि भएका घटनाहरुलाई जटिल हुन नदिन उपचार गरिन्छ, त्यसैलाई प्राथमिक उपचार भनिन्छ। सामान्य घाउचोट र विसन्चोभएको अबस्थामा एवम् गम्भीर समस्याको लागि आकस्मीक पहल गर्न नै प्राथमिक उपचार गरिन्छ।

२. प्राथमिक उपचारका क्रममा शान्त भई उपलव्ध श्रोत तथा साधनहरुको प्रयोग गरी क्षतिको न्यूनिकरण गर्न ध्यान दिनुपर्छ।

३. प्राथमिक उपचार वाकस, सावुन, डिटल (Dettol) एन्टिसेप्टिक (Antiseptic), क्रिम, पानी फिल्टर, वस्ने चकटी आदि।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

आफूसँग प्राप्त चित्र वा पोष्टर अनुसार कुन घटनालाई कुन प्राथमिक उपचार आवश्यक पर्दछ र कुन घटनाको लागि प्राथमिक उपचार कसरी गर्ने भन्ने व्यहोरा समेटिएको (Chart Paper) मा पूर्वतयारी स्वरुप तयार पार्नुहोस्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

शिक्षकले थाहा पाउन पर्ने आधारभुत कुराहरु भित्र प्राथमिक उपचार, यसको नीति, विद्यालयमा अनिवार्य रुपमा आवश्यक पर्ने उपकरणहरु तथा तिनको प्रयोग, प्राथमिक उपचार आवश्यकता पर्ने घटनाहरु र त्यस्ता घटनालाई आवश्यकता पर्ने प्राथमिक उपचार विधिहरु पर्दछन्।

सारांश :

हाम्रो जस्तो न्युन स्वास्थ्य पूर्वाधार, शिक्षाको कमी, कमजोर आर्थिक अवस्था भएको मुलुकमा सामान्य दुर्घटनाबाट पनि जटिल अवस्था सिर्जना भई अन्त्यमा गम्भीर घटना भएका अनेकौं उदाहरणहरु छन् । त्यसैले प्राथमिक उपचारको महत्वलाई आत्मसाथ गरी यस सम्बन्धी अनुभवहरु विद्यार्थीलाई दिई उनीहरुको व्यवहारमा परिवर्तन गर्नुपर्दछ। यस सम्बन्धी ज्ञान र सीपलाई प्रयोग गरी स्वास्थ्य सम्वन्धी जीवनोपयोगी सीपको रुपमा शिक्षण गर्नुपर्दछ।

फलोअप निर्देशन :

शिक्षकले प्राथमिक उपचार क्रियाकलापमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराएको वा नगराएको ख्याल गर्नुहोस्।

unicef Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : विपद् व्यवस्थापन
(Disaster Risk Reduction)

प्रयोजन : १. विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी बुझाइ प्रष्ट गर्ने।
२. वाल केन्द्रित विपद् व्यवस्थापनका लागि शिक्षकको भूमिका उजागर गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागी शिक्षकलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस् ।

१. समुहमा निम्न लिखित प्रश्नहरुको वारेमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
२. विपद् व्यवस्थापन भनेको के हो ?
३. विपद् व्यवस्थापन सम्वन्धी सिकाइ अभ्यासमा शिक्षकको भूमिका के रहन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

प्रत्येक समुहलाई विपद् तथा प्रकोप प्रष्ठरुपमा देखाउने चित्र अथवा पोष्टर दिनुहोस् ।
प्रत्येक समुहलाई निम्नप्रश्नहरु सोधेर छलफल गर्न लगाउनुहोस्।

१. तपाईहरुका समुहका चित्र/पोष्टरमा देखिएको प्रकोप तथा विपद्लाई कसरी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ?
२. आफ्नो समुहको चित्र/पोष्टरमा देखिएको प्रकोप तथा विपद् व्यवस्थापनलाई विद्यार्थीलाई कसरी शिक्षण गर्न सकिन्छ ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. शिक्षण गर्न प्रत्येक समुहलाई कुनै एक विपद् वा प्रकोप छान्न लगाउनुहोस्।
२. प्रत्येक समुहलाई आफ्नो समुहले छानेको विपद् वा प्रकोप व्यवस्थापन शिक्षण गर्न पाठ योजना बनाउन लगाउनु होस्।
३ प्रत्येक समुहलाई प्रस्तुती गर्नलगाइ उक्त पाठयोजना बारे सहभागीहरुबाट सुझाव लिनुहोस्।
४ विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी विषयवस्तुको सिकाइलाई बालकेन्द्रित बनाउन शिक्षकले के कस्ता क्रियाकलापहरु अवलम्वन गर्न सक्दछन् ? छलफल गर्न लगाउहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : प्रकोप तथा विपद् झल्कने ४/५ वटा चित्र, पोष्टरहरु वा कक्षा, प्राथमिक तहका सामाजिक पुस्तकहरु।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

विपद् व्यवस्थापन भनेको विपद्को सामना गर्नको लागि गरिने प्रयास तथा विपद्को प्रभावलाई न्यून गर्नको लागि योजनावद्ध ढङ्गले समन्वय तथा सहकार्यका साथ गरिने कार्यहरु हुन। यस्ता कार्यले विपद न्यूनिकरण, पूर्वतयारी, विपद प्रतिरोध र पुनर्लाभ जस्ता कार्यहरुलाई व्यवस्थित गराउदछ।

विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी विषयवस्तुलाई बालकेन्द्रित बनाउन विद्यार्थीहरुको वास्तविक जीवनसँग मेलखाने विभिन्न क्रियाकलापहरु खोजी तथा संकलन गरी उनीहरुलाई नै उक्त क्रियाकलापहरुमा सहभागी गराई विपद् व्यवस्थापनका चरणहरु र त्यसमा उनीहरुको भुमिका प्रति सचेत गराउनु पर्दछ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

विपद्को प्रभावलाई यथासम्भव नियन्त्रण गरि धनजनको क्षति घटाउन आपतकालिन राहत तथा उद्धार र विपद् पछि पुननिर्माण तथा पुन स्थापना गर्न सकिन्छ। विपदको प्रकृतिअनुसार विपद्को व्यवस्थापन गर्नुपर्छ। यसका लागि विभिन्न क्रियाकलापहरुको उपयोग गर्न सकिन्छ जस्तै,चित्र छलफल, चित्र एल्वम् बनाउने, हाजिरीजवाफ, सिर्जनात्मक लेखन, कथा बनाउने, विपद योजना, मेमोरी खेल, अभिनय, प्रयोगात्मक अभ्यास, नाम खेल, सूची निर्माण, छिटो पत्ता लगाऊ,तालिका निर्माण,नक्सामा स्टार,बिङ्गो खेल आदि।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

४. विपद् व्यवस्थापन सम्वन्धी विषयवस्तुलाई बाल केन्द्रित बनाउन खण्ड ३ का क्रियाकलापहरु आवश्यकता अनुसार अवलम्वन गर्न सकिन्छ।

सारांश :

विपद् वा प्रकोपसँग सम्वन्धित विषयवस्तुलाई बालकेन्द्रित वनाउन विभिन्न क्रियाकलापहरु अभ्यास गर्नु पर्दछ। त्यस्ता अभ्यासले विद्यार्थीहरुमा गरेर सिक्ने, पूर्वज्ञान तथा अनुभवलाई मन्थन हुने र सहभागीमूलक सिकाइ गर्ने वातावरण तयार गर्दछ। तर त्यस्ता क्रियाकलापका लागि आवश्यक सामाग्रीहरुको पूर्वतयारी गर्नुपर्छ।

फलोअप निर्देशन :

विपद् वा प्रकोपसँग सम्वन्धित बिषयवस्तुको सिकाइ अभ्यासमा बालकेन्द्रित क्रियाकलापहरुको प्रयोग भएको वा नभएको हेर्नुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : प्रश्नपत्रको निर्माण
(Developing the Best Question Sheet)

प्रयोजन : १ राम्रा प्रश्नपत्रका किसिम र तिनका विशेषता बुझ्ने ।
२ राम्रा प्रश्नपत्र विकास गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।
२. समूहमा निम्न प्रश्नमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
क) हामीहरुले लामो समयदेखि प्रश्नपत्र बनाउँदै आइरहेका छौं, केले प्रश्नपत्रलाई राम्रो बनाउँछ ?
ख) हामीलाई थाहा छ प्रश्नहरु दुई प्रकारका हुन्छन् वस्तुगत र विषयगत । तिनीहरु पनि कति किसिमका हुन्छन्?

खण्ड २ अनुभव

१. प्रत्येक समूहलाई फरक फरक कक्षाका कुनै एक विषयको प्रश्नपत्र छान्न लगाउनुहोस्।
२. राम्रा प्रश्नपत्रका विशेषताहरुका आधारमा ती प्रश्न पत्रमा भएका प्रश्नहरु राम्रा छन् वा छैनन् प्रत्येक समूहलाई विश्लेषण गर्न लगाई समुहमा प्रस्तुती गर्न लगाउनुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. समूहका प्रत्येक सहभागीलाई कुनै एउटा कक्षाको आफूलाई मन पर्ने कुनै एक विषय छान्न लगाउनुहोस्।
२. विभिन्न किसिमका प्रश्नहरु समावेश गरेर नमूना प्रश्नपत्र तयार गर्न लगाउनुहोस् । ती प्रश्नहरु पाठ्यक्रमले निर्धारण गरेका सिकाइ उपलब्धिहरु पुरा गर्ने छन् कि छैनन् जाँच गर्न लगाउनुहोस्।
३. आफुले तयार पारेका प्रश्नहरु समूहमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस्।
४. प्रश्नहरु राम्रा छन् कि छैनन् र प्रश्नपत्रमा विविधता छ कि छैन छलफल गर्नुहोस् । ती प्रश्नहरु पाठ्यक्रमद्वारा निर्धारित सिकाइ उपलब्धिसँग मेल भएको नभएको पनि हेर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : फरक फरक कक्षाका विभिन्न विषयका प्रयोग भइसकेका प्रश्नपत्रहरु, प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम र कक्षा १ देखि ५ सम्मका पाठ्यपुस्तकहरु।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

एउटा राम्रो प्रश्नमा यि तीन प्रकारका विशेषताहरु हुनुपर्छ :
क) मापन गर्न सकिने। जस्तै विद्यार्थीहरु ५ वटा जनावरको नामहरु भन्न सक्षम हुनेछन्।
ख) शर्त (समय, स्थान, वस्तु) । जस्तैः विद्यार्थीले प्रोट्याक्टरको प्रयोगले दिइएका कोणहरु नाप्न सक्नेछन्।
ग) मापदण्ड (वस्तुहरुको सङ्ख्या, शुद्धता, विस्तृत विवरण) । जस्तैः विद्यार्थीले दिइएको घरको कमसेकम ३ भागहरु पहिचान गर्न सक्नेछन्।

सिकाइ मूल्याङ्कन मापन गर्ने मुख्य विधिहरु
वस्तुगत : (क) बहु छनौट सबैभन्दा मिल्ने उत्तर, सही उत्तर, बहु उत्तर, अपूर्ण उत्तर, निषेधक प्रकार संयोजित उत्तर
(ख) खाली ठाउँ पूरा गर्ने, ठीक/बेठीक, हो/होइन, सही/गलत सच्याउने, जोडा मिलाउने आदि
विषयगत : (क) लामो उत्तर छलफल गर्ने, तुलना गर्ने, व्याख्या गर्ने, सरांश दिने,
(ख) छोटो उत्तर सूची बनाउने, परिभाषा दिने, कारण दिने आदि।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

खण्ड १ को निर्देशन हेर्नुहोस्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

खण्ड १ को निर्देशन हेर्नुहोस्। पाठ्यक्रम अनुसार छलफल गर्नुहोस्।

सारांश :

विविध किसिमका राम्रा प्रश्नहरु समावेश गरेर निर्माण गरिएका प्रश्नपत्रले शिक्षकलाई विद्यार्थीको सही मुल्याङ्कन गर्न सहयोग गर्छ । त्यस्ता प्रश्नले शिक्षकलाई विद्यार्थीको सिकाइ र बुझाइ तहको जानकारी दिन्छ । शिक्षकले पनि आफ्ना शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप प्रभावकारी ढङ्गले संचालन गर्न आवश्यक पृष्ठपोषण पाउँछन्।

फलोअप निर्देशन :

शिक्षकले राम्रा प्रश्न बनाउने क्रममा आफ्ना बुझाइ कसरी उपयोग गरिरहेका छन् हेर्नुहोस्।

unicef Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

शीर्षक : समालोचनात्मक सोचाइको विकास
(Developing Critical Thinking)

प्रयोजन : १ समालोचनात्मक सोचाइको अर्थ र महत्व बुझ्न ।
२ शिक्षण सिकाइका क्रममा समालोचनात्मक दृष्टि उपयोग गर्न ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गरी निम्न प्रश्न गर्नुहोस्:

१. समालोचनात्मक सोच भनेको के हो ?
२. शिक्षण सिकाइका क्रममा त्यस्तो शैलीको उपयोग गर्नु भएको छ ?
३. विद्यार्थीमा त्यस्तो सोचको विकास कसरी गर्ने?

खण्ड २ अनुभव

१. सबै सहभागीलाई एउटा ठूलो र अर्को सानो मैनबत्ती दिई सानोलाई बाल्न लगाउनुहोस् । त्यसलाई बाल्दा कस्तो देख्नुहुन्छ भनेर सोध्नुहोस्।
२. अब दुबै मैनबत्ती बाल्न लगाई ध्यान दिएर हेर्नभन्नुहोस्।
३. अब खुला छलफलका लागि निम्न प्रश्न सोध्नुहोस्।
क) मैनबत्ती कसरी बलिरहेका छन् ?
ख) मैनबत्ती बलेको बाहेक अरु के के देखिरहनुभएका छ ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।
२. नमूना शिक्षण गर्न प्रत्येक समूहलाई कुनै एउटा विषयवस्तु छान्न लगाउनुहोस्।
३. प्रत्येक समूहलाई विद्यार्थीको समालोचनात्मक सोचाइ विकास गर्ने प्रक्रियालाई समेट्ने गरी एउटा पाठयोजना तर्जुमा गरी पालैपालो नमूना शिक्षण गर्न लगाउनुहोस्।
४. एउटा समुहले गरेको नमूना शिक्षण बारे अर्को समूहलाई समालोचनात्मक टिप्पणी गर्न दिनुहोस्।
५. सबै समूहको टिप्पणीलाई गम्भीरतापूर्वक अध्ययन गरी विद्यार्थीमा समालोचनात्मक सोचाइ विकास गर्न ख्याल गर्नुपर्ने कुराहरुको साझा बुँदा निर्माण गर्न सहजिकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

Quality Teachers Network

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामाग्रीहरु : सबै शिक्षक समूहका लागि एक एकवटा सानो र ठूलो मैनबत्ती, सलाई, लाइटर, कक्षा ४/५ का विज्ञानका पाठ्यपुस्तक।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

परम्परागत घोकन्ते शिक्षण प्रथाले विद्यार्थीमा केबल कण्ठस्थ पार्ने बानी बस्छ। यस्तो सिकाइले विद्यार्थीमा रहेका अन्तरनिहित प्रतिभाको उजागर हुनसक्दैन। रचनात्मक विकासको सट्टा यान्त्रिक विकास मात्र हुन्छ त्यसको विद्यार्थीको जीवनमा खासै अर्थ हुन्न। कुनै पनि कुराका नकारात्मक र सकारात्मक दुबै पक्ष हुन्छन्। शिक्षकले विद्यार्थीमा कुनै पनि विषयलाई एकपाखे ढंगलेमात्र नहेरी बहुआयामिक रुपमा हेर्ने ढंगको विकास गराउन प्रयत्न गर्नुपर्छ । यस्तो क्षमताको विकासबाट मात्र विद्यार्थीमा समालोचनात्मक सोचको विकास हुनसक्छ। यस्तो सोच भित्रै सृजनशिलता हुन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

मैनबत्ति बलेको हामी साधै देख्ने गर्छौं । तर त्यही एउटा घटनालाई विभिन्न कोणबाट हेर्न सिकाउन सकिन्छ। जस्तो दुइटा मैनवत्ति बलेको घटनालाई अवलोकन गर्ने (दृष्टि, गन्ध, सुनाइ, स्पर्शको प्रयोग), तुलना गर्ने, वर्गीकरण गर्ने, निष्कर्ष निकाल्ने, अनुमान गर्ने, कल्पना गर्ने, विश्लेषण गर्ने, भविष्यबाणी गर्ने, सामान्यीकरण गर्ने, बल्ने प्रक्रियालाई गहिरिएर हेर्ने, बुझ्ने र तर्क गर्ने आदि गराई विद्यार्थीमा समालोचनात्मक चेतको विकास गर्न सकिन्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

विद्यार्थीको सोचाइ र बुझाइलाई प्रोत्साहित र विकास गरी कसरी सूचना प्राप्त गर्ने, त्यसलाई कसरी व्यवस्थापन गर्ने र अर्थ पूर्ण तरिकाले प्रयोग गर्ने भन्ने कुरालाई महत्व दिएर शिक्षण गर्नुपर्छ। यसका लागि विद्यार्थीमा समालोचनात्मक सोचाइ विकास गर्नमा मद्दत गर्ने केही क्रियाकलापहरु पर्छन्,जस्तो तर्क गर्ने, विवेक लगाउने र निर्णय गर्ने, समस्या सामाधान गर्ने, अनुसन्धान गर्ने,समालोचनात्मक व्याख्या सीप विकास गर्ने जस्ता प्रक्रियामार्फत विद्यार्थीलाई अभ्यस्त गराउनु पर्छ। साथै विद्यार्थीलाई बढी छलफलतिर प्रोत्साहित गर्ने,चुनौतीपूर्ण प्रश्न गर्ने र अलग अलग विद्यार्थीसँग काम गर्ने विधि पनि समेट्न सकिन्छ ।

सारांश :

विद्यार्थीलाई उनीहरुले आधारभूत रुपमा बुझेको विषयवस्तुमा थप सोचाइ र बुझाइको विकास गर्न प्रोत्साहन गर्ने, सूक्ष्म रुपमा विचार गर्ने र सूचनाको प्रशोधन विश्लेषण संश्लेषण प्रक्रियामार्फत सघाई उनीहरुमा समालोचनात्मक सीपको विकास गर्न सकिन्छ।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीले समालोचनात्मक सोचाइ विकास गराउने ढंगले शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया व्यवस्थापन गरे नगरेको हेर्नुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : सुन्दर हस्तलेखनको विकास
(Developing Beautiful Handwriting)

प्रयोजन :
१. सुन्दर अक्षरका विशेषता बुझ्ने ।
२. विद्यार्थीको हस्तलेखनमा सुधार र विकास गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गरी निम्न प्रश्न गर्नुहोस्।

१. कसरी लेख्दा अक्षर राम्रो देखिन्छ ?
२. विद्यार्थीको कुन बानीले गर्दा अक्षर नराम्रो हुन्छ ?
३. विद्यार्थीको अक्षर लेखन राम्रो बनाउन हामीले के गर्न सक्छौं ?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।

१. उनीहरु प्रत्येकलाई चार लाइनको सामान्य र सादा पानाहरु दिई अङ्ग्रेजी साना-ठूला अक्षर र नेपाली वर्णमाला लेख्न दिनुहोस्।
२. कुन कापीमा लेखेका अक्षरहरु राम्रो लाग्यो ? प्रश्न सोध्नुस्।
३. समूहमा उनीहरुले लेखेका पानाहरु एक अर्कामा साट्न लगाउनुहोस्।
४. माथि छलफल भएका सुन्दर अक्षरका सूचक अनुसार अक्षर कति राम्रा छन् जाँच गर्न दिनुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक समूहका सहभागीलाई चार लाइन, सादा र सामान्य २ धर्का ढाँचा भएका पानाहरु लिन लगाउनुहोस्।
२. उनीहरुलाई सादा पानामा वर्गकार नमूनाको ढाँचा बनाउन लगाउनुहोस्।
३. ती सबै चार लाइन, सामान्य २ धर्का र वर्गकार ढाँचाका पानाहरुमा ठिक्क हुने गरी नेपाली वर्णमाला लेख्न लगाउनुहोस्।
४. समूहमा उनीहरुले लेखेका पानाहरु एक अर्कामा साट्न लगाउनुहोस् र अक्षरहरु कुन कति राम्रा देखिन्छन् जाँच्न दिनुहोस् । पालैपालो समूहलाई प्रस्तुती गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : चार लाइनको लेख्ने कापी, साधारण लाइनको लेख्ने कापी, केही सादा पाना, कलम, सिसाकलम र स्केलहरु।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

आँखाले आकर्षक देखिने सुन्दर अक्षर र सहज रुपमा पढ्न मिल्ने स्पष्ट अक्षर फरक फरक हुन्। यी दुवैको मिश्रणमा राम्रा अक्षर बन्छन्। अक्षर आकार र प्रकारमा सन्तुलित भएमा, बान्की मिलेमा, अनुपातमा सफा र केरमेट नभएमा राम्रो देखिन्छ। अर्कातिर कलम पक्रँदा कलमको टुप्पाबाट धेरै टाढा र धेरै नजिक औंला राखेमा, औंला बाङ्गाएमा, कडा गरेर समाएमा वा लेखेमा, कलमको टुप्पा आफुतर्फ फर्काएमा, पछाडिपट्टी हात झुकाएमा, कापीलाई आफ्नो शरीरसँग समानान्तर वा सीधा पारेमा, कापी धेरै टाढा र धेरै नजिक राखेमा, कलम समाउने हातको कुहिनो शरीरभन्दा निकै नजिक र टाढा भएमा आदि कारणले अक्षर फोहर र नराम्रो देखिन्छ।

अक्षरको अभ्यास सुरुमै गर्नु भन्दा उनीहरुलाई धेरै पटक पूर्व लेखन अभ्यास गराउन सकिन्छ, जस्तैः ।।। (तल र माथि), ===, +++, ///,XXX, MMM, WWW, CCC, OOO (दायाँ र बायाँ), 333, SSS (उल्टो सुल्टो पनि) 888 आदि। नेपाली र अङ्ग्रेजी दुवै थरीका वर्ण एउटै थरीका ४ लाइन कापीमा अभ्यास गराउनु राम्रो हुँदैन। अङ्ग्रेजी अक्षर साना र ठूला वर्णगरी दुई किसिमका हुन्छन्। सामान्य रुपमा अङ्ग्रेजीका साना अक्षरहरु (lower case) को आकार ४ लाइनमा बीचका दुई माथि र तलका घुमाउने आकार र अंशले लम्बाएको हुन्छ। त्यसैले ४ लाइनको कापी उपयुक्त मानिन्छ तर ठूला अक्षरहरु (upper case) कुनै वर्गकार र कुनै आयतकार हुन्छन्। यसका लागि ४ लाइन कापी प्रयोग गर्न मिलेता पनि वर्गकार लाइनको कापीमा अभ्यास गर्दा उचित हुन्छ। प्राय जसो नेपाली वर्ण वर्गकार छन्। त्यसैले ४ लाइनको कापीमा नेपाली अभ्यास गराउनु भन्दा ५ लाइन वा वर्गाकार लाइनमा गराउँदा अक्षर अनुपातिक र सन्तुलित बनाउन सकिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

लेखाइ सफा र केरमेट नभएमा, अक्षरको आकार र प्रकारमा सन्तुलित भएमा हस्तलेखन राम्रो देखिन्छ। नेपाली अक्षरहरु सन्तुलित, एकै आकार प्रकार र ४ लाइनका अनुपातका छैनन् तर अङ्ग्रेजी अक्षर ४ लाइनका धर्कामा राम्ररी अटाउँछन्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

नेपाली वर्णहरु ४ लाइन वा वर्गकार रेखाको कापीमा लेख्दा आकार प्रकारमा अनुपातिक र सन्तुलित देखिनाले राम्रो हुन्छ। अग्रेंजी अक्षरको अभ्यास सबैलाई गराउनुहोस्।

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm
Nn Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz

सारांश :

विद्यार्थीको लेखाइ शिक्षकको लेखाइबाट धेरै प्रभावित हुन्छ किनभने धेरै जसो विद्यार्थीले आफ्ना शिक्षकलाई “नमूना”मानेका हुन्छन् र उनीहरुले आफ्नो शिक्षकको जस्तै नक्कल गर्दै लेख्न अभ्यास गर्छन्। त्यसैले शिक्षकले पनि विद्यार्थीले लेखाइ सुधार गरे झैं आफ्नो लेखाइ सुधार गर्दै लानुपर्छ।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीले आफ्नो लेखाइ कसरी सुधार गर्ने प्रयास गर्छन् हेर्नुहोस् ।

unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : पाठयोजना निर्माण
(Developing Lesson Plan)

प्रयोजन :
१ पाठयोजनाको अर्थ र महत्व स्पष्ट गर्ने ।
२ पाठयोजना बनाउने सीप विकास गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीसँग निम्न प्रश्नमार्फत छलफल चलाई मुख्य बुँदा टिपोट गर्नुहोस्:

१. तपाईंहरुले विद्यालयमा कस्ता कस्ता योजना बनाउने गर्नुहुन्छ ? कापीमा नोट गर्नुहोस् ।
२. यी योजनाहरु कसले बनाउँछन्?
३. ती योजनाहरुलाई शैक्षणिक र अन्य शीर्षकमा विभाजित गर्नुहोस्।

खण्ड २ अनुभव

सहभागीसँग निम्न प्रश्नमार्फत छलफल चलाई मुख्य बुँदा टिपोट गर्नुहोस्:

१. तपाईंहरु मध्ये कति जनाले पाठ योजना बनाएर शिक्षण गर्नुहुन्छ ?
२. शिक्षकहरुलाई पाठयोजनाको नमूना दिनुहोस् र आफुले बनाएका योजनासँग उद्देश्य र सिकाइ उपलब्धि दाँजेर फरक भन्न लगाउनुहोस्।
३. सिकाइका उपलब्धि र उद्देश्यमा के फरक छ ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. विषयगत रुपमा समूह बनाउनुहोस्। (नेपाली, हिसाब, सामाजिक, ... आदि)
२. शिक्षकहरुलाई पाठयोजनाको नमूना, विषयगत पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तिका दिनुहोस्।
३. शिक्षकहरुलाई पाठ्यक्रमबाट कुनै एउटा सिकाइ उपलब्धि छान्न लगाउनुहोस्।
४. उक्त सिकाइ उपलब्धि पुरा हुने गरी पाठ योजना तयार गर्न दिनुहोस्।
५. उक्त पाठ योजना शिक्षणमा प्रयोग गर्न सकिन्छ वा सकिँदैन भनेर समूहमा छलफल गर्न लगाउनुहोस्।
६. तयार भएको योजनालाई समय मिलाएर समूहमा नमूना अभ्यास शिक्षण दिनुहोस् । एक अर्को समूहबाट सुझाव माग्नुस् अनि आफूले पनि सुझाव दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : पाठ योजनाको नमूना, प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

विद्यालयमा शिक्षण सिकाइलाई व्यवस्थित बनाउन वार्षिक योजना, एकाई/साप्ताहिक योजना, दैनिक पाठ योजना, विद्यालय पात्रो, साप्ताहिक समय तालिका, विद्यालय सुधार योजना आदि बनाउने गरिन्छ । ती योजना मध्ये वार्षिक, एकाई/साप्तहिक र दैनिक पाठ योजना शैक्षणिक योजना हुन् भने विद्यालय पात्रो, विद्यालय सुधार योजना, साप्ताहिक समय तालिका शैक्षिक योजना हुन् । शैक्षणिक योजना विषयगत शिक्षकले निर्माण गर्छन् भने शैक्षिक योजना प्रधानाध्यापकले आफ्नो सहकर्मीको सहयोगमा निर्माण गर्ने गरिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस् । पाठयोजना पाठ्यक्रम अनुसारको सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न निश्चित ढाँचामा व्यवस्थित गरी निर्माण गरिन्छ। पाठयोजनाका उद्देश्यहरु भने शिक्षक आफैले पाठको आवश्यकता अनुसार निर्माण गर्दछन्। सिकाइ उपलब्धिहरु विद्यार्थीले सिकाइपछि प्राप्त गरेका ज्ञान, सीप तथा धारणासँग सम्बन्धित हुन्छ। सिकाइका उद्देश्यहरु पाठले माग गरे अनुसार बनाइएको हुन्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. सहभागीलाई समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।
२. प्रत्येक समूहलाई नमूना पाठयोजना, पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक उपलब्ध गराउनुहोस्।
३. प्रत्येक समूहलाई कुनै एउटा पाठबाट सिकाइ उपलब्धि छान्न दिनुहोस्।
४. सिकाइ उपलब्धि, क्रियाकलाप र मुल्याङ्कन बीचमा सम्बन्ध देखिने गरी पाठयोजना निर्माण गर्न दिनुहोस्।
५. सुक्ष्म शिक्षणको अभ्यास गर्न लगाई आवश्यकता अनुसार पृष्ठपोषण दिनुहोस्।

सारांश :

पाठयोजना व्यवस्थित र प्रभावकारी शिक्षणको मार्ग चित्र हो। सिकाइका उपलब्धि र सिकाइका उद्देश्य फरक कुरा हुन्। सिकाइ उपलब्धिले शिक्षकको सम्पूर्ण उद्देश्यमा भन्दा विद्यार्थीको सिकाइ उपलब्धिसँग सम्बन्ध राख्छ। यसलाई प्राप्त गर्न शिक्षकले योजनाबद्ध र प्रभावकारी क्रियाकलापहरु अंगिकार गर्नुपर्ने हुन्छ।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीले आफ्ना सहकर्मीबाट प्राप्त गरेका पृष्ठपोषण, विद्यार्थीको सिकाइको रेकर्ड र सुक्ष्म शिक्षणका क्रममा प्रयोग गरिएका सन्दर्भ श्रोतहरु संलग्न गरी रेकर्ड फाइलमा राख्न निर्देशन दिनुहोस्।

unicef Global Action Nepal

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : पाठ्यक्रम निर्देशित योजना
(Curriculum based Planning)

प्रयोजन : १. पाठ्यक्रम निर्देशित योजनाको अर्थ र महत्व बारे प्रष्ट पार्ने ।
२. पाठ्यक्रम निर्देशित योजना निर्माणका लागि आवश्यक ज्ञान र सीप विकास गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

निम्न प्रश्न मार्फत सहभागीसँग छलफल अघि बढाउनुहोस्।

१. पाठ्यक्रममा उल्लेखित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्ने सन्दर्भमा के कस्ता चुनौतीहरु सामना गर्नुपरेको छ ?
२. ती चुनौतीहरुमध्ये कुन कुन चुनौतिहरु पाठ्यक्रमले निर्देश गरे बमोजिम दैनिक अथवा आवधिक योजना निर्माणबाट सम्बोधन गर्न सकिन्छ ?
३. पाठ्यक्रम निर्देशित योजना निर्माणका लागि आवश्यक ज्ञान र सीप के के हुन?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीहरुलाई आ–आफ्नो विद्यालयको अभ्यास एक अर्का बीच आदान–प्रदान गरी अनुभव उजागर गर्न निम्न प्रश्न गर्नुहोस् :(एउटा विद्यालयको अनुभव एक जना सहभागीले भने पछि सोही विद्यालयको अर्को सहभागीले भनि रहनु पर्दैन)

१. तपाईंको विद्यालयमा गत शैक्षिक सत्र भित्र कक्षा भित्र गरिने शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप बाहेक अरु के कस्ता अतिरिक्त क्रियाकलापहरु सञ्चालन भएका थिए ? नामहरु उल्लेख गर्नुहोस्।
२. त्यस्ता क्रियाकलाप गर्दा कति दिन लागेको थियो ?

विद्यालय खुल्ने दिन २२० दिन – अतिरिक्त क्रियाकलापमा खर्चिएको दिन = शैक्षणिक क्रियाकलाप गरिएको दिन सुत्र प्रयोग गरी विद्यालयमा पढाइ हुने जम्मा दिन पत्ता लगाउनुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. २२० दिन मध्ये तपाईंको विद्यालयमा यस शैक्षिक सत्रको लागि हुने शैक्षणिक दिन निश्चित गर्नुहोस्।
२. प्रत्येक समूहले आ–आफ्नो विषयको पाठ्यक्रम लिनुहोस्।
३. प्राथमिक तहको कुनै एक विषयमा कतिवटा सिकाइ उपलब्धिहरु छन् र ती सिकाइ उपलब्धिहरु हासिल गराउन मोटामोटी कति समय लाग्ला आंकलन गरी दिइएको फारम भर्नुहोस्
४. समुहगत प्रस्तुती गर्न लगाई एकले अर्कालाई सुझाव दिन लगाउनुस् र सबै समुहका सुझावलाई समेटेर निचोड सुनाउनुहोस् ।

Quality Teachers Network

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

पाठ्यक्रममा उल्लेखित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्ने सन्दर्भमा समयको अपर्याप्तता, तोकिएकै समयमा सबै शिक्षण सिकाइका परिणामहरु प्राप्त गर्न नसक्नु, सबै शिक्षण सिकाइ क्षेत्र र विषयवस्तुलाई पाठ्यपुस्तकले समेट्न नसक्नु, शैक्षिक सामग्री नहुनु आदि चुनौतीहरु हुनसक्छन्।

पाठ्यक्रम योजना अनुसार शिक्षण सिकाइ योजनाको निर्माण र कार्यान्वयन गर्न सक्दा यस्ता चुनौतीहरु सामना गर्न सकिन्छ। पाठ्यक्रम निर्देशित योजना निर्माण गर्न पाठ्यक्रम ढाँचाको राम्रो ज्ञान र सो अनुरुप योजना बनाउने आवश्यक ज्ञान, अनुभव र दूरदृष्टि चाहिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

१. सहभागीहरुबाट विद्यालय पिच्छे गत शैक्षिक सत्रभित्र सञ्चालन भएका अतिरिक्त क्रियाकलापहरुको विवरण प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । उदाहरणको लागि भर्ना अभियान, अभिभावक दिवस, प्रथम, दोश्रो र तेश्रो परीक्षा, परीक्षाको नतिजा प्रकाशन, गुरु पुर्णिमा, बाल दिवस, हाजिर जवाफ, सरसफाई, वृक्षारोपण, योजना निर्माण आदि अतिरिक्र क्रियाकलाप हुनसक्छन्।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. शिक्षण समयको व्यवस्थापन गर्न सहजिकरण गर्नुहोस्।
२. सहभागीलाई विषयगत समूहमा बस्न लगाई प्राथमिक तहको कनै एक विषय छान्न लगाउनुहोस्।
३. सहभागीलाई निर्देशित तालिकामा काम गर्न दिनुहोस्।

विषयः.................. कक्षा :..................... शिक्षण समय : १५० दिन

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	शिक्षण समय	कैफियत

सारांश :

पाठ्यक्रमले निर्देशन गरे अनुरुप योजना तयार गर्दा निश्चित समय, विधि र प्रक्रिया अनुरुप अपेक्षित उपलब्धि हासिल हुन्छन्। निर्देशित योजना अनुसार निश्चित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न आवश्यक समय, विधि र प्रक्रिया अनुरुप शिक्षण सिकाइको योजना गर्दा पाठ्यक्रमले अपेक्षा गरेका उद्देश्यहरु पूरा हुन्छन्। यसले शिक्षक तथा विद्यालयको समय, श्रोत साधन र उर्जाको पनि प्रभावकारी रुपमा सदुपयोग गर्न मद्धत गर्दछ।

फलोअप निर्देशन :

शिक्षकको फोल्डरमा शिक्षकलाई मिति सहितको योजना तालिका राख्न आग्रह गर्नुहोस् । शिक्षणपछि अनुभवका आधारमा लागेको समय तालिकाको कैफियतमा उल्लेख गर्न बताउनुहोस् ।

unicef Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : पाठ्यक्रम ढाँचा
(Curriculum Structure)

प्रयोजन : १. पाठ्यक्रमको अर्थर महत्व प्रष्ट गर्ने।
२. पाठ्यक्रम ढाचाबारे जानकार गराउने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१ तपाईंहरु मध्येमा कति जनाले पाठ्यक्रम अध्ययन गर्नु भएको छ ?
२ शिक्षकले शिक्षणका क्रममा पाठ्यक्रम अध्ययन गर्नु कत्तिको आवश्यक छ ? छलफल गराउनुहोस्।

खण्ड २ अनुभव

१ सहभागीलाईचार समूहमा बस्न लगाई मेटाकार्ड बाँढ्नुहोस्।
२ कक्षा २ को सामाजिक अध्ययन/शिक्षा विषयको पाठ ३ "सामान जतन गर्ने बानी" विद्यार्थीलाई किन पढाउने ? आ–आफ्नो समूहमा छलफल गरी दिइएको मेटाकार्डमा लेख्न लगाउनुहोस्।
३ सबैबाट उद्देश्यहरु लेखिएका कार्डहरु सङ्कलन गरी ती उद्देश्यहरु किन समान वा फरक भए छलफल गराउनुहोस्।
४ सबैलाई निम्न प्रश्न सोध्नुहोस्।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१ चार वटै समुहलाई प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम अध्ययनको लागि दिनुहोस्।
२ पाठ्यक्रममा उल्लेखित विभिन्न तत्वहरु मध्ये शिक्षकले अध्ययन नगरी नहुने तत्वहरु कुन कुन हुन र ती तत्वहरु केका लागि हुन्? समूहमा छलफल गरी टिपोट गर्न लगाउनुहोस्।

पाठ्यक्रमका तत्वहरु	के का लागि

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम, कक्षा २ को सबै पाठ्य पुस्तकहरु

खण्ड १ का लागि निर्देशन :
सहभागीलाई खण्ड १ मा रहेका प्रश्नमा सामुहिक छलफल गराई अनुभवहरु संकलन गरी पाठ्यक्रम सम्बन्धी उहाँहरुको विद्यमान बुझाइलाई सतहमा ल्याउनुहोस्। अनुभव बाँड्न लगाउनुहोस्।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:
सहभागीलाई समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई कक्षा ३ को सामाजिक अध्ययनको पाठ्यपुस्तकको पाठ ५ अध्ययन गर्न दिनुहोस्।
समूह समूहका बीच निम्न विषयमा कति समान कति भिन्न छन् ? छलफल गर्नुहोस्।
क) उद्देश्य
ख) सिकाइ उपलब्धी
ग) विधिहरु
घ) लेखाजोखा
सम्बन्धित तहको शिक्षाको उद्देश्य, शिक्षण विधि, सिकाइ उपलब्धी, र मुल्याङ्कनको आधारभूत खाका नै पाठ्यक्रम हो।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

पाठ्यक्रमका तत्वहरु	केका लागि
तहगत उद्देश्यहरु	विद्यालय शिक्षाको उद्देश्य थाहा पाउन
पाठ्यक्रम ढाँचा	दैनिक शिक्षण योजना निर्माण र सिकाइ मुल्याङ्कन गर्न।
कक्षा र विषयगत सिकाइका उपलब्धी	शैक्षणिक योजना बनाउन
विधिहरु	कक्षा शिक्षण गर्न
मुल्याङ्कन	विद्यार्थीको सिकाइ लेखाजोखा गर्न

सारांश :
पाठ्यक्रमले तपाईलाई के सिकाउने र कसरी सिकाउने र विद्यार्थीलाई कसरी सहयोग गर्नेभन्ने कुराको मार्ग निर्देशन प्रदान गर्दछ।

फलोअप निर्देशन :
शिक्षकहरुले उपयुक्त शिक्षण विधि अपनाएको वा नअपनाएको हेरी आवश्यक परेको खण्डमा सहयोग गर्नुहोस्।

unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक: स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण

(Construction of Local Curriculum)

प्रयोजन : १. स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणका लागि स्थानीय आवश्यकता पहिचान गर्ने।
२. स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

केन्द्र निर्मित पाठ्यक्रम पाठ्य सामग्रीमा दिइएका कुरा बाहेक तपाईंका विद्यार्थीले स्थानीय स्तरमा सिक्नुपर्ने केही कुरा छन् कि, केही बेर सोच्नुहोस। स्थानीय स्तरमा विद्यार्थीले सिक्न आवश्यक भएर पनि विद्यालय पाठ्यक्रममा नभएका कुरा के के हुन्, समूहमा छलफल गरेर प्रस्तुत गर्नुहोस्।

खण्ड २ अनुभव

१. तपाईंको विद्यालय वरिपरिको स्थानीय आवश्यकता के हो ? समूहमा छलफल गरेर प्रस्तुत गर्नुहोस।
२ स्थानीय आवश्यकता पहिचान भएपछि त्यसलाई पाठ्यक्रममा ढाल्न के के कुरा उल्लेख गर्नु पर्ला समूहमा पाठ्यक्रम अध्ययन गरेर प्रस्तुत गर्नुहोस।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

समूहले स्थानीय आवश्यकता भनेर पहिचान गरेको कुनै एउटा विषय वस्तुमा सिकाइ उद्देश्य, सिकाइका क्रियाकलाप र सिकाइ क्रियाकलाप गर्नलाग्ने समय (पाठ्यभार) राखेर स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी प्रस्तुत गर्नुहोस।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : विषयगत पाठ्यक्रम।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

सहभागीहरुको प्रस्तुतिपछि सहजकर्ताले स्थानीय तहमा विभिन्न समस्या, जस्तो प्राकृतिक स्रोत सम्बन्धी समस्याः वन जङ्गल विनास, पानीका स्रोतको विनास, भूक्षय आदि, बिभिन्न सम्भावना स्रोतको पहिचान, प्रशोधन, उपयोगका कुरा आदि हुन्छन्। शिक्षकले आफ्ना विद्यार्थीमा यस बारेमा आवश्यक ज्ञान सीप छ छैन जानकारी राख्नु पर्ने र नभए स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी कार्यान्वयन गनुपर्ने हुन्छ भनेर जानकारी गराउनुहोस्।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

अनुभव आदान प्रदानका क्रियाकलापमा दिइएका प्रश्नमा सहभागीहरूलाई दुई/तीन समूहमा छलफल गराएर समूहको प्रस्तुति गर्न लगाइ निम्न अनुसारको आफ्नो राय दिने :

१ स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणका लागि स्थानीय आवश्यकता पहिचान गर्न आफूले स्थानीय आवश्यकता हुन् भनेर ठानेका विषय वस्तुको सूची बनाएर शिक्षक अभिभावक संघ वा सरोकारवालाहरूको समूह बनाएर छलफल गर्न आवश्यक हुन्छ। यसबाट स्थानीय आवश्यकता पहिचान हुन्छन्।

२ पाठ्यक्रममा मुख्यतः सिकाइ उद्देश्य/सिकाइ उपलब्धि, ती सिकाइ उद्देश्य प्राप्तिका लागि गरिने सिकाइका क्रियाकलाप र यसका लागि लाग्ने समय वा यसका लागि छुट्याइएको पाठ्यभार हुन्छ। पहिचान भएका विषयमा व्यवहारिक रुपमा यी कुरा खोल्न सकियो भने पाठ्यक्रम बन्न सक्दछ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

सहभागीको प्रस्तुती पछि उनीहरूले निर्माण गरेको पाठ्यक्रमलाई तल दिइएको नमूनाअनुसार मूल्याङ्कन गरेर सुझाव तथा प्रतिक्रिया दिनुहोस् प्राकृतिक स्रोत संरक्षण

कक्षा	सिकाइ उद्देश्य/ सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ तथा मूल्याङ्कनका क्रियाकलाप	पाठ्यभार	कैफियत
३	आफ्नो वरिपरिका प्राकृतिक स्रोत पहिचान गर्ने	विद्यालयको सेरोफेरो भ्रमण गरेर प्राकृतिक स्रोतको सूची बनाएर प्रस्तुत गर्ने	२ पिरिएड वा १:३० घन्टा	विद्यालयको रुटिन मिलाए एकै पटकमा गराउने
४	आफ्नो वरिपरिका प्राकृतिक स्रोत संरक्षणका उपाय बताउने	प्राकृतिक स्रोत संरक्षणका उपायका बारेमा वक्तृत्व कला वा छलफल गराउने	एक पिरिएड वा ४५ मिनेट	
५	वृक्षारोपण गरेर प्राकृतिक स्रोत संरक्षणलाईसघाउन	वर्षाको समयमा विद्यालयको नजिकको उपयुक्त स्थानमा वृक्षारोपण गराउन	४ पिरिएड वा ३ घन्टा	विद्यालयको रुटिन मिलाएर एकै पटकमा गराउने

सारांश :

पाठ्यक्रम निर्माणमा मुख्यतः के सिकाउने भन्ने बारेमा सिकाइ उद्देश्य र सिकाउने कुरा कुन प्रक्रियाबाट सिकाउने भन्ने बारेमा सिकाइका क्रियाकलाप प्रष्ट हुनु पर्दछ।

फलोअप निर्देशन :

स्थानीय तहमा तयार गरि लागु गरिएको पाठ्यक्रमको विषय सुहाउँदो उद्देश्य पुरा भए नभएको हेरि पृष्ठपोषण दिनुहोस्।

unicef

Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : कक्षाकोठा भित्र सिकाइ मूल्याङ्कन
(Classroom based Assessment)

प्रयोजन : १ कक्षाकोठामा गरिने निर्माणात्मक मूल्याङ्कन बारे बुझाई प्रष्ट पार्ने ।
२ कक्षाकोठामा गरिने त्यस्तो मूल्याङ्कनलाई प्रभावकारी बनाउने उपायहरु खोज्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

१. सहभागीहरुलाई चार समूहमा विभाजन गर्नुहोस् ।
२. समूहमा निम्न प्रश्नमा छलफल गराउनुहोस् ।
   क) तपाईंहरु कक्षाकोठा भित्र बिद्यार्थीहरुको कसरी मूल्याङ्कन गर्नु हुन्छ ?
   ख) शिक्षणका क्रममा विद्यार्थीको मूल्याङ्कन किन गर्छौं ?
   ग) त्यस्तो निर्माणात्मक मूल्याङ्कनबाट के उपलब्धि हुन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

१. समूहका प्रत्येक सहभागीलाई आफूले कक्षाकोठाभित्र विद्यार्थीको मूल्याङ्कन गर्दा अपनाउने कुनै एउटा विधि अर्का सहभागीले भनिसकेकोलाई नदोहोऱ्याईं भन्न लगाउनुहोस् ।
२. प्रत्येक समुहलाई सहभागीले भनेका मध्येबाट एक एकवटा विधि छान्न लगाइ समुहमा निम्न प्रश्न गरी मुख्यमुख्य बुँदा टिपोट गर्नुहोस् ।
   क) तपाई उक्त विधिबाट बिद्यार्थीहरुको कसरी मूल्याङ्कन गर्नुहुन्छ ?
   ख) त्यो विधि मार्फत मूल्याङ्कन गर्दा शिक्षक र विद्यार्थीलाई के फाइदा हुन्छ ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. प्रत्येक समूहलाई कुनै एउटा तहको पाठ्यक्रमबाट कुनै एक बिषयको कुनै एक एकाइमा उल्लेखित एउटा सिकाइ उपलब्धि छान्न लगाउनुहोस् ।
२. पाठ्यपुस्तकमा उक्त "सिकाइ उपलब्धि" समेट्ने पाठहरु रुजु गर्न लगाउनुहोस् ।
३. प्रत्येक समूहलाई उक्त सिकाइ उपलब्धिसँग सम्बन्धित पाठको शिक्षणका लागि एउटा योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
४. पाठ्यक्रमले निर्देशित गरे बमोजिम प्रत्येक विद्यार्थीको मूल्याङ्कन अभिलेखिकरण योजना बनाउन लगाउनुहोस् ।
५. तयार गरिएको योजना समूहमा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
६. यस अघिका खण्डमा कक्षाकोठाभित्र विद्यार्थीहरुको मूल्याङ्कन गर्नुको कारण र उपलब्धिबारे भएका छलफलका साझा निष्कर्ष बमोजिम प्रस्तुती छ कि छैन एक अर्को समुहबीच छलफल गर्न लगाउनुहोस् । यस्तो छलफल समुह नेता छनोट गरी अथवा एउटा साझा नियम बनाइ सञ्चालन गर्न सक्नुहुन्छ ।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरू : न्यूजप्रिन्ट, साईनपेन, प्राथमिक तहको पाठ्यक्रम र कक्षा ४ र ५ को पाठ्यपुस्तक ।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

कक्षाकोठा भित्रको मूल्याङ्कन निर्माणात्मक मूल्याङ्कन हो । यो मूल्याङ्कनले विद्यार्थीको बुझाइको विद्यमान स्तर थाहा पाउन, सिकाइका क्रममा उनीहरुले भोगेका समस्या, दोधारमा परेका, अफ्ठेराहरु पत्ता लगाई सोही अनुसार उनीहरुको सिकाइमा मद्दत गर्ने गरिन्छ । कक्षाकोठा भित्रको यस्तो मूल्याङ्कन शिक्षण सिकाइका क्रममा वा शिक्षण सिकाइपछि हुनसक्छ । तर यो शिक्षकको क्षमता र रचनात्मक शैलीमा पनि भरपर्छ । यस बाहेक शिक्षण सिकाइलाई प्रभावकारी बनाउन, विद्यार्थीको सिकाइ आवश्यकता अनुसार नयाँ शिक्षण योजना बनाउन, विद्यार्थीका लागि सिकाइ श्रोत सामग्री छनौट गर्न, विद्यार्थीलाई स्वमूल्याङ्कन गरी सिक्ने अवसर प्रदान गर्न र सिकाइका लागि विद्यार्थीको मनोबल बढाउन पनि गर्ने गरिन्छ ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

शिक्षकले कक्षाकोठा भित्र विद्यार्थीको सिकाइ मूल्याङ्कनका विभिन्न रचनात्मक विधि प्रयोग गर्न सक्छन् । तर पनि सामान्यतया अवलोकन, मौखिक प्रश्नउत्तर, वार्तालाप, हाजिरीजवाफ, कागज सिसाकलममार्फत परीक्षण, कक्षाकार्य र गृहकार्य आदिमार्फत कक्षाकोठा भित्र सिकाइ मूल्याङ्कन गरी विद्यार्थीको सिकाइ सुधार्न सकिन्छ ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

पाठ्यक्रम अनुसार कक्षाकोठा भित्र गरिने विद्यार्थीको व्यक्तिगत सिकाइ मूल्याङ्कन पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तयार गरेका फारम अथवा अन्य कुनै रचनात्मक माध्यममार्फत शिक्षकले सिकाइ मूल्याङ्कन गर्न सक्छन् ।

सारांश :

कक्षाकोठामा आधारित सिकाइ मूल्याङ्कन शिक्षण सिकाइका क्रममा विद्यार्थीको सिकाइलाई थप उन्नत बनाउन गरिने मूल्याङ्कन हो । कक्षाकोठा भित्र विद्यार्थीले सिकेका कुरालाई मापन गर्न शिक्षकले यस विधिको प्रयोग गर्छन् । यस्तो मूल्याङ्कन मार्फत विद्यार्थीमा "परीक्षा"को हाउँगुजी कम गर्न सकिन्छ । तर यसलाई केवल कर्मकाण्ड पुऱ्याउनका लागि मात्र नभई यसको मर्म अनुसार शिक्षकले कक्षाकोठा भित्र प्रयोग गर्नुपर्छ ।

फलोअप निर्देशन :

सहभागीलाई अभ्यासको लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले तयार गरेको निरन्तर मूल्याङ्कन फारममार्फत विद्यार्थी मूल्याङ्कन अभ्यास गराउन सकिन्छ । सो फारमको आधारमा अनुगमन गरि निरन्तर विाद्यार्थीको पढाइको सुधार गर्नमा सहयोग पुऱ्याउनु पर्छ ।

Quality Teachers Network
unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : कार्यमूलक अनुसन्धान
(Action Research)

प्रयोजन :
१. कार्यमूलक अनुसन्धानको परिचय र महत्व प्रष्ट्याउने।
२. कार्यमूलक अनुसन्धानका लागि आधारभूत ज्ञान तथा सीप हासिल गर्ने।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

सहभागीहरुलाई समुहमा विभाजन गरी निम्न प्रश्नमा छलफल चलाउनुहोस्।

१. कार्यमूलक अनुसन्धान भनेको के हो ?
२. कार्यमूलक अनुसन्धान केका लागि गरिन्छ ?
३. कार्यमूलक अनुसन्धानको आधारभूत ढाँचा भित्र के के अंगहरु पर्छन् ?

खण्ड २ अनुभव

१. प्रत्येक समुहलाई विद्यालयको कुनै एउटा कक्षा कोठामा पाइएको एउटा समस्या प्रस्तुत गर्न लगाइ त्यो समस्याका बारेमा छलफल, वादविवाद, तर्क वितर्क गर्न लगाउनुहोस्।
२. सहभागीले छलफलका क्रममा दिएका मुख्यमुख्य बुँदाहरुलाई बोर्डमा टिप्नुहोस।

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. समुहमा सहभागीले छानेका समस्याका बारे सहभागीहरुलाई प्रश्न गर्दै कार्य मूलक अनुसन्धानको आधारभूत ढाँचा भित्र रहेर उनीहरुबाटै समाधानका उपायहरु खोज्नुहोस।
२. सहभागीले दिएका सबै विकल्प र मुख्य बुँदाहरु कार्यमूलक अनुसन्धानको आधारभूत ढाँचा भित्र रहेर बोर्डमा लेख्नुहोस। अन्त्यमा निम्न प्रश्नमा पुनः छलफल गर्नुहोस्।
   क). कार्यमूलक अनुसन्धान भनेको कस्तो अनुसन्धान रहेछ ?
   ख) यस्तो अनुसन्धानले शिक्षक र विद्यार्थीलाई के फाइदा पुग्छ ?

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामाग्रीहरु : कार्यमूलक अनुसन्धानको ढाँचाको नमुना।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :
सर्वप्रथम शिक्षक सहभागीहरुलाई निम्न प्रश्न गर्नुहोस्।
१. तपाईंले शिक्षणका क्रममा भोगिरहनु भएका समस्याहरुको टिपोट गर्ने।
२. ति समस्या समाधान गर्न उहाँहरुले गरेका प्रयासको छलफल गराउने।
३. समस्या सामाधानका लागि निम्न चरणहरु अपनाउन लगाउने

समस्याको पहिचान
- ❖ समस्याको विशिष्टिकरण
- ❖ कहिले, कहाँ, कसरी भयो जानकारी लिने
- ❖ समस्या केले बनाएको छ सोच्ने, सहपाठी शिक्षकहरुसँग छलफल गर्ने, पुस्तकहरु पढ्ने
- ❖ समाधान के हुन सक्छ र त्यसलाई कसरी लागु गर्न सकिन्छ सोच्ने
- ❖ कार्यमूलक अनुसन्धान सफल भयो वा भएन भनेर के के प्रमाणहरु जम्मा गर्ने योजना बनाउने

प्रमाण कसरी जम्मा गर्ने?
- शिक्षण गर्ने / परामर्श गर्ने / कार्य गर्ने
- निरीक्षण गर्ने प्रमाणहरु संकलन गर्ने र मुल्याङ्कन गर्ने
- यदि समस्या समाधान ठिकै छ नत्र अब के गर्ने ? नयाँ योजनाको बारेमा सोच्ने

खण्ड २ का लागि निर्देशन:
क) सहभागीका विचार उजागर गर्न सहयोग गर्दै आफ्ना विचारहरु पनि राख्नुहोस।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :
क) समुहमा कुनै एउटा समस्या पहिचान गरी कार्यमूलक अनुसन्धानको प्रस्ताव तयार गर्न लगाउनुहोस्।
ख) समुहमा छलफल गर्दै सबैका सुझाव समेटी निचोट प्रस्तुत गर्नुहोस्।

सारांश :
आफुले अध्यापन गर्ने कुनै पनि कक्षामा समस्या आयो भने त्यसको समाधान पनि छ। समाधानका विभिन्न उपायहरु छन्। यी मध्ये कार्यमूलक अनुसन्धान आफैले आफ्ना लागि र विद्यार्थीका लागि गरिने सकरात्मक परिवर्तनको सहि आयाम हो। यसले शिक्षकहरुको चिन्तन शक्तिका साथसाथै पेशागत दक्षतामा पनि परिवर्तन ल्याउँदछ। एउटा कार्यमूलक अनुसन्धान हजारौं शिक्षकहरुका लागि नौलो पृष्ठपोषण बन्न सक्दछ।

फलोअप निर्देशन :
कक्षामा समस्या आयो भने समस्या समाधानका नयाँ उपायहरु खोज्दै चिन्तन गर्नुहोस्।

unicef
Global Action Nepal

क्रियाकलाप कार्ड

शीर्षक : खेर गएका वस्तुको पुन: प्रयोग विधि
(Reuse Reduce & Recycle the waste)

प्रयोजन : १. कक्षाकोठा र विद्यालय हाताभित्र उपयोग गरी फ्याँकेका र पुन:प्रयोग हुने बस्तुको उपयोगिता बुझ्ने ।
२. उपयोगपछि खेर गएका वस्तुको व्यवस्थापन सीप हासिल गर्ने ।

खण्ड १ पूर्व अनुभव /धारणा स्पष्टता/साझा बुझाइको निर्माण

निम्न प्रश्नमा छलफल गरी सहभागीका अनुभव उजागर गर्नुहोस्।

१ तपाईंको विद्यालय भित्र उपयोग गरी फ्याँकेका तर पुन:प्रयोग हुनसक्ने वस्तुहरु के के होलान्?
२ आफ्नो विद्यालयमा उपयोग गरी फ्याँकेका तर पुन:प्रयोग हुनसक्ने वस्तुहरुको कसरी व्यवस्थापन गर्दैआउनु भएको छ ?
३ त्यस्तो व्यवस्थापनमा को को सहभागी हुन्छन् ?
४ विद्यालय तथा कक्षाकोठामा उत्पादन हुने फोहर कम गराउन के के गर्न सकिन्छ ?

खण्ड २ अनुभव

सहभागीलाई समुहमा विभाजन गर्नुहोस्।

१. तपाईंको विद्यालयमा फोहर के कति कारणले उत्पन्न हुन्छ ?
२. फोहरको कुहिने र नकुहिने आधारमा उचित व्यवस्थापन गर्ने उपाय के हुन सक्छन् ?

खण्ड ३ गरेर सिक्ने

१. कागजका टुक्रा पुन:प्रयोग गरि (चराचुरुङ्गी, फलफुल, तरकारी) आदि बनाउन लगाउनुहोस्।
२. चकलेट, विस्कुट, चाउचाउ आदिको खोलको पुन:प्रयोग गरी सामग्री बनाउने सीपको अभ्यास गराउनुहोस्।
३. सिसाकलम तिखारेको धुलोबाट सिर्जनात्मक सीपका सामग्री निर्माण गर्न लगाउनुहोस्।
४. आ-आफ्नो विद्यालयमा कार्यक्रम सचांलनका लागि योजना निर्माण गर्नुहोस्।

क्रियाकलाप कार्ड

सहजकर्ता निर्देशिका

आवश्यक सामग्रीहरु : कागजका टुक्रा, चकलेटको खोल, सिसाकलमको धुलो, कैंची, गम, फोटोकपि पेपर, मैदा (पिठो) ।

खण्ड १ का लागि निर्देशन :

१ पुन:प्रयोग हुनसक्ने वस्तुहरुमा कागजका टुक्रा, चकलेटको खोल, सिसाकलम तिखारेको धुलो, चाउचाउ विस्कुटको खोल आदिलाई पुन:प्रयोग तथा पुन:निर्माण गरी अन्य सामाग्री बनाउन सकिन्छ।
२. पुन:प्रयोग गर्ने वस्तुको व्यवस्थापनका लागि विद्यालयको एक छेउमा खाडल वा फोहर फाल्ने बाकसमा कुहिने र नकुहिने फोहर गरी छुट्टछुट्टै राख्नुपर्छ।
३. फोहर व्यवस्थापनमा कक्षागत विद्यार्थीहरुको समुह र शिक्षकको संयुक्र संलग्नतामा गरिन्छ साथै उचित व्यवस्थापन भए नभएको अनुगमन शिक्षकबाट हुनुपर्छ।
४. शिक्षकको नेतृत्वमा विद्यार्थीहरुले फोहर सहि ठाउँमा जम्मा गरी वा पुन: प्रयोग गरी Plastic Free Zone तोकिएर पनि फोहरको उत्पादनमा कम गर्न सकिन्छ।

खण्ड २ का लागि निर्देशन:

१. फोहर हुनाका प्रमुख कारणहरुमा विद्यार्थीहरुले प्रयोग गरेका कागज, सिसाकलम तिखारेको धुलो तथा खाजा खाइ फालेका विस्कुट, चाउचाउ तथा चकलेटको खोल जथाभावी छोड्नाले फोहर हुन्छ।
२. कुहिने र नकुहिने वस्तुहरुबारे विद्यार्थी शिक्षक छलफल गरी पहिचान गर्न सकिन्छ। कुहिने र नकुहिने वस्तुलाई छुट्टाछुट्टै राख्ने व्यवस्था गर्नुपर्छ। कुहिने वस्तुलाई कम्पोष्ट मलको रुपमा फूलवारीमा प्रयोग गर्ने र नकुहिनेलाई नष्ट गर्नुपर्छ।

खण्ड ३ का लागि निर्देशन :

१. कागजका टुक्राबाट पुन:निर्माण गरी विभिन्न सामाग्री बनाउन निम्नानुसार गर्नुहोस्।
कक्षा भित्र र कम्पाउण्डमा भएका कागजका टुक्रा संकलन गर्ने, उक्त कागजमा भएका धुलो, फोहर तथा पिन भए सो हटाउने, कागजलाई २४ घण्टा पानीमा भिजाउने, भिजाएको कागजलाई सानो सानो टुक्रा बनाइ, मैदा पिठो हालेर सफा फलेकमा सफा ढुङ्गाले पिस्ने, लस्सादार भएपछि आफ्नो इच्छा अनुसार चरा, फलफुल, तरकारी आदिको नमुना बनाउने, कक्षाकोठा वा अन्यत्र भुण्ड्याउन सजिलो बनाउन उक्त नमुनामा धागोको टुक्रा टाँस्ने, ३-४ दिनसम्म मुसा तथा चराबाट सामाग्री जोगाई हावामा सुकाउने, सुकिसकेपछि वस्तु सुहाउदो रङ्ग लगाउनुहोस्।
२. चक्लेट, विस्कुट, चाउचाउको खोलबाट सामाग्री निर्माण तरिका : खोलमा भएको फोहर सफा गर्ने, A4 size कागजमा आफ्नो इच्छा अनुसारको चित्र वनाउने, वनाएको चित्रमाथि उक्त चक्लेटको खोललाई कैंचीको सहयोगले काट्दै गम लगाउने र टाँस्दै जाने।
३. सिसाकलमको धुलो : सोही तरिकाले तिखारेर आएको सिसाकमलको फोहर पनि पुन:प्रयोग गर्न सकिन्छ।
४. आ-आफ्ना विद्यालयमा खेर गएका सामग्रीको उचित व्यवस्थापन र कार्यान्वयन योजना बनाउन लगाउनुहोस्।

सारांश :

कक्षाकोठा र विद्यालय वरपरको वातावरण जानेर वा नजानेर फोहर हुन्छ। उक्त सामग्रीहरु पुन:प्रयोग, कम गर्न अथवा पुन:निर्माण गर्न सकेमा विद्यालयको सरसफाइ हुनुका साथै ती सामग्रीहरु शिक्षण सिकाइमा शैक्षिक सामग्रीको रुपमा र सजावट सामाग्रीको रुपमा पनि प्रयोग हुनसक्छन् । साथसाथै खेर गएका त्यस्ता सामाग्रीको पुन:प्रयोगको अभ्यासले विद्यार्थीमा भएको प्रतिभालाई प्रस्फुरण गराउन समेत मद्धत गर्दछ।

फलोअप निर्देशन :

संसारमा खेर जाने वस्तुहरु केही पनि छैनन्। ती वस्तुलाई पुन प्रयोग, पुन निर्माण गर्न सकिन्छ। त्यसैले विद्यालयमा पुन प्रयोग भए नभएको निरन्तर अनुगमन गर्नुपर्छ।

unicef

Global Action Nepal