“घरमै बनाऔँ खेलौना”

घरकै स्रोत र साधन प्रयोग गरि खेलौना बनाऔँ

खण्ड २

सामग्री तालिका

कार्टून बाकस

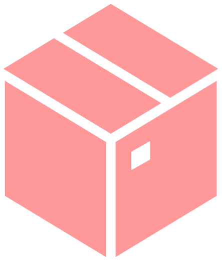
- चकडी (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ६
- उक्लिने खरायो (उमेर : १ देखि ३)---पेज. ७
- फट्याङ्ग्रो (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ८
- बलको पजल (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ९
- पजल (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. १०
- बल छिराउने बाकस (उमेर : १ देखि ३)---पेज. ११
- आकार पजल (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. १२
- कुस्ती (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. १३

कपडा

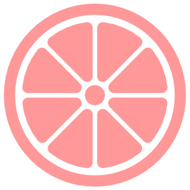
- हाते पुतली - कुकुर (उमेर : १ देखि ५)---पेज. १५
- रिङ्ग (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. १६
- बल (उमेर : १ देखि ५)---पेज. १७

अण्डाको कार्टून

- रङ मिलाउने पजल (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. १९



जुसको बट्टा



- चक्र (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २१
- पानी जहाज (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २२
- पानी घट्ट (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २३

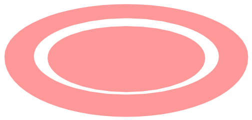
कागज

- कागजको माला (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २५

कागजको गिलास

- कपमा बल (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २७
- उडन तस्तरी (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २८
- हिड्ने कुकुर (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. २९
- माछा र बल्छी (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ३०

कागजको प्लेट



- भ्यागुता (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ३२

प्लाष्टिकको बोतल

- सिलिन्डर जस्तो प्लेन (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ३४
- बोतलको बाजा (उमेर : ० देखि ३)---पेज. ३५

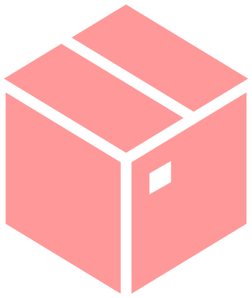
किचन स्पन्ज

- स्पन्ज बल (उमेर : २ देखि ४)---पेज. ३७

ट्वाईलेट पेपरको रिल

- टावर (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ३९
- बलको बाटो (उमेर : १ देखि ३)---पेज. ४०
- बलिङ्ग (उमेर : ३ देखि ५)---पेज. ४१

कार्टून बाकस

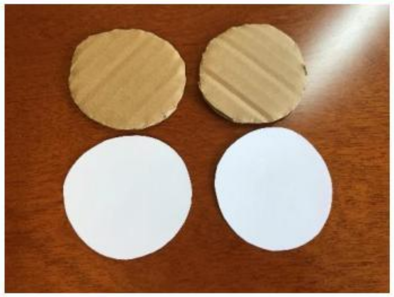


"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : चकडी

उमेर :
३ देखि ५
वर्ष

सामाग्री : कार्टून बाकस, कैँची, गम, धागो, रङ र कागज

१. कार्टून बाकस र कागजलाई दुई दुई ओटा गोलाकारमा काट्नुहोस् ।	२. कागजलाई कार्टून बाकसमा टाँस्नुहोस् र रङ भर्नुहोस् (बालबालिका आफैलाई भर्न लगाए भन्ने राम्रो) । बीचमा दुई ओटा प्वाल पार्नुहोस् । यी गोलाकारलाई गमले टाँस्नुहोस् ।	३. प्वालमा धागो छिराउनुहोस् र दुई ओटा हातको बुढी औंला प्रयोग गरेर घुमाउन लगाउनुहोस् ।
		

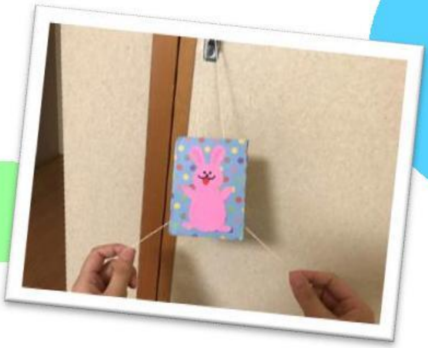
विकासात्मक चरणहरू : बालबालिकाले आँखा, हातको समन्वय सिप सिक्नेछन् ।

unicef

“घरमै बनाऔं खेलौना”

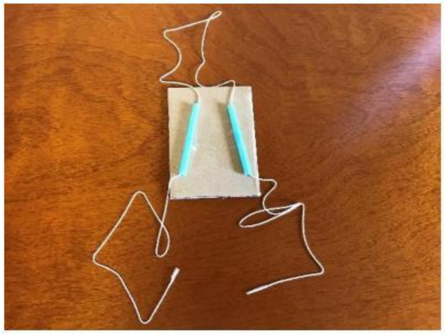
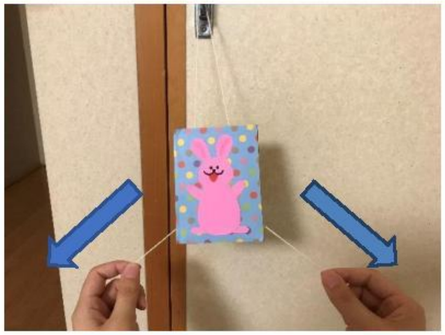
खेलौनाको नाम : उक्लिने खरायो

उमेर:
१ देखि ३ वर्ष



सामाग्री : कार्टूनको टुक्रा, रङ्गीन कागज, साइनपेन, ग्लु, डोरी, कैंची, स्ट्रअ, टेप

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. चित्रमा झैं कार्टूनको टुक्रा (११ से.मी.x ८ से.मी.)मा रङ्गीन कागजले खरायोको चित्र बनाएर सजाउनुहोस् ।	२. स्ट्रअलाई चित्रमा झैं दुई टुक्रा गरेर कार्टूनको टुक्रामा टेपले टाँस्नुहोस् । स्ट्रअमा लामो धागो छिराएर नखस्ने गरी छेउमा गाँठो बाँध्नुहोस् ।	३. खरायोको चित्रको माथिल्लो भागको धागोलाई कहीं अड्काउनुहोस् । चित्रमा झैं दुई छेउबाट धागो तान्दा खरायो माथि उक्लिन्छ ।
		

कसरी खेल्ने : साना बालबालिकालाई अभिभावकले गरेर देखाउने र उनीहरुलाई पनि गर्न लगाएर खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : सूक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ । आँखा तथा हातको समन्वय गर्न सक्छन् ।

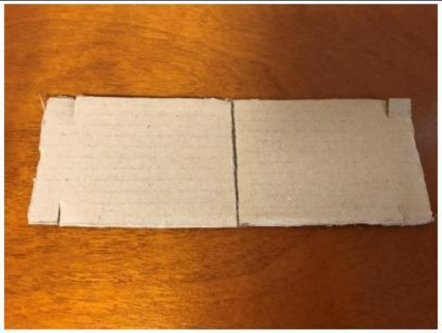
“घरमै बनाऔं खेलौना ”

खेलौनाको नाम : फट्याङ्ग्रो

उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : खेर गएका बट्टा वा कार्टून, कैंची, रबरबैण्ड, टेप र साइनपेन

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कार्टूनबाट १० से.मी. उचाइ र ७ से.मी. चौडाइका दुई टुक्रा बनाउनुहोस् । दुवै टुक्राको छेउमा चित्रमा भै हल्का काट्नुहोस् ।	२. दुईवटा टुक्रालाई टेपले टाँस्नुहोस् र दोबार्नुहोस् । कुनै एक भागमा फट्याङ्ग्राको चित्र बनाउनुहोस् । काटेका चारवटा भागमा रबर छिराउनुहोस् ।	३.फट्याङ्ग्राको चित्र भित्र पर्ने गरी दोबार्नुहोस् र औंलाले एक छेउमा दबाउनुहोस् । औंला छोड्नुभयोभने फट्याङ्ग्रो उफ्रिन्छ र पल्टा मार्छ ।
		

कसरी खेल्ने : दुईवटा बनाएर सँगै उफार्दा कुन बढी उफ्रन सक्छ भनेर पनि खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : उफ्रिने वस्तुहरुप्रति आकर्षण र जिज्ञासा बढाउन सकिन्छ । फट्याङ्ग्रा चिन्न सक्छन् । त्यस्तै गति वा चाल बारे सिक्छन् ।

unicef

"घरमै बनाऔं खेलौना"

खेलौनाको नाम: बलको पजल

उमेर: ३ देखि ५ वर्ष

सामग्रीहरु: कार्टुनको बाकस, कैंची, कागजबाट बनेको सानो बल, साइनपेन र गम

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कार्टुनको बाकस २ से. मी. उचाइ राखेर काट्नुहोस् । पजलको शुरु (START) र लक्ष्य(GOAL) तय गर्नुहोस् ।	२. कार्टून बाकसको अन्य भागलाई विभिन्न आकारमा काट्नुहोस् र त्यसलाई चित्रमा झैं टाँस्नुहोस् । यसरी टाँस्दा कागजको सानो बल गुड्ने बाटो छोडेर टाँस्नुहोस् ।	३. ती आकारहरुलाई विभिन्न रङ्गद्धारा रङ्गाउनुहोस् । गम र रङ्ग सुकिसकेपछि बालबालिकालाई पजलको शुरु (START) बाट लक्ष्य(GOAL)सम्म गुडाएर खेलाउन लगाउनुहोस् ।

विकासात्मक चरणहरु : स्थूल र सूक्ष्म अङ्गको प्रयोग गर्न सक्षम हुनेछन् । आँखा र हातको समन्वय गर्न सक्नेछन् ।

“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : पजल

उमेर :
३ देखि ५

समाग्रिहरु : बाकसको टुक्राहरु, कैंचि, साईन पेन

कसरी बनाउने : विधिहरु

१) बाकसको टुक्रा तयार गर्नुहोस् र तपाई संग भएको साईनपेनले बाकसमा राम्रो चित्रहरुले सजाउनुहोस् ।	२) चित्र बनाईएको बाकसलाई टुक्रा टुक्रा गरेर काटी पजल बनाउनुहोस् ।	३) त्यस पजललाई बालबालीकाले मिलाएर पहिले जस्तो थियो त्यस्तै बनाएर खेलन सक्छन् ।

विकासात्मक चरणहरु : बालबालीकाहरु एकाग्रता र लगनशिलता प्रर्दशन गर्न सक्षम हुन्छन् ।

"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : बल छिराउने बाकस

उमेर:
१ देखि ३ वर्ष

सामाग्री : टेप, रङ्गीन कागज, बल र कार्टून बाकस

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. खेर गएका कार्टून बाकस तयार पार्नुहोस् ।	२. बल छिराउन सकिने गरी एउटा प्वाल पार्नुहोस् र बाकसलाई रङ्गीन कागजले सजाउनुहोस् ।	३. बललाई प्वालमा फालेर छिराउन लगाइ खेलाउनुहोस् ।

कसरी खेल्ने : बालबालिकालाई हात वा खुट्टाको प्रयोग गरेर, बललाई प्वालमा छिराउन लगाइ खेलाउनुहोस् । बल छिराउँदा बालबालिकालाई स्यावासी दिएर प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

विकासात्मक चरणहरु : आँखा र औंलाको समन्वय हुन्छ । स्थूल तथा सूक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ ।

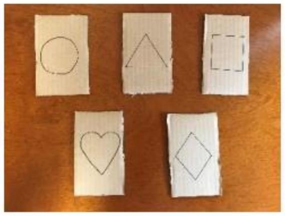
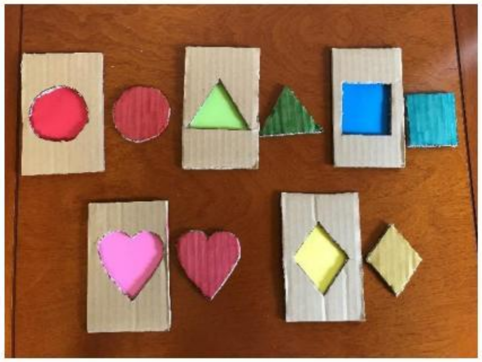
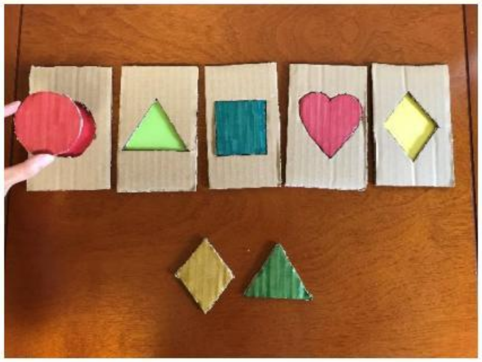
“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : आकार पजल

उमेर: ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : कार्टुन बाकस, कैंची, कटर, गम, रङ्गीन कागज, साइनपेन

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कार्टुन बाकस वा कडा कागजलाई आयताकारमा काट्नुहोस् । त्यसमाथि साइनपेनले विभिन्न आकारहरु कोर्नुहोस् । चित्रमा देखाए झैं कडा कागजमा कोरिएको आकारहरुलाई कटरको सहायताले काट्नुहोस् ।	२. चित्रमा देखाए झैं विभिन्न आकारमा काटेर बाँकीरहेको कडा कागजको पछाडि रङ्गीन कागज टाँस्नुहोस् । विभिन्न आकारको टुक्रालाई साइन पेनले रंगाउनुहोस् ।	३. बालबालिकाले यी आकारका टुक्राहरु मिलाएर खेल्न सक्दछन् ।
		

विकासात्मक चरणहरु : विभिन्न आकारहरु चिन्न सक्दछन् । एकाग्र हुन सक्षम हुनेछन् ।

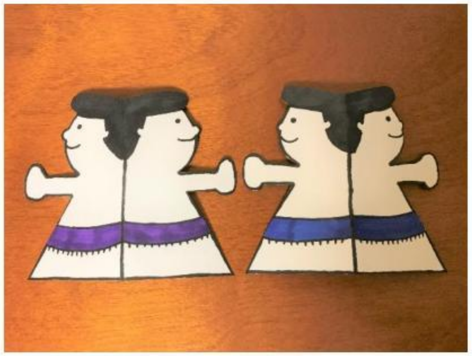
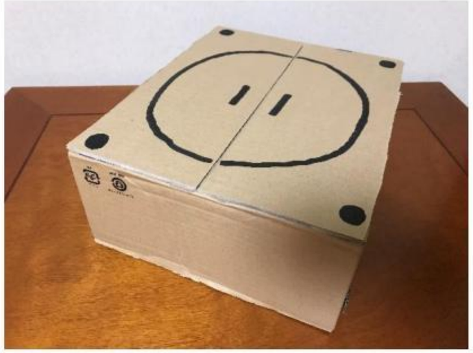
"घरमै बनाऔं खेलौना"

खेलौनाको नाम : कुस्ती

उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : कार्टून बाकस, कैंची, कडा कागज, विभिन्न रङको साइनपेन

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कडा कागज चित्र झैं काट्नुहोस् र विभिन्न रङको साइनपेनले दुइओटा कुस्ती खेल्ने खेलाडीहरु बनाउनुहोस् । चित्र बनाउँदा दुवै खेलाडीलाई एकअर्काको सामुन्ने उभ्याउन मिल्ने गरि बनाउनुहोस् ।	२.चित्रमा देखाए झैं, कार्टूनको बाकसमा कुस्ती खेल्ने रिङ बनाउनुहोस् ।	३. दुवै खेलाडीलाई कार्टूनको बाकसमा बनाएको रिङ भित्र उभ्याउनुहोस् । यो खेलमा बाकसमा भएको कालो थोप्लालाई औंलाले थोक्दै अर्को खेलाडीलाई ढाल्ने प्रयास गर्नु पर्छ ।
		

विकासात्मक चरणहरु : सूक्ष्म अङ्को विकास हुन्छ । रणनीतिक रुपमा सोच्न सक्षम हुन्छन् ।

unicef

कपडा

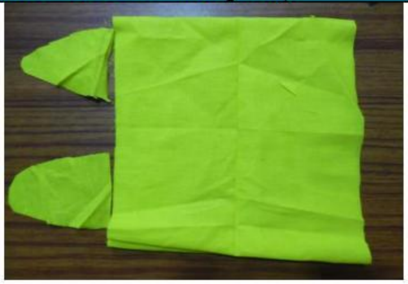
"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : हाते पुतली-कुकुर

उमेर : १ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : कपडा, सियो धागो, मार्कर

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. आफ्ना बालबालिकालाई मनपर्ने रङको कपडाबाट एउटा रोजेर आफ्नो हातको साइजमा दुई पाटा काट्नुहोस् ।	२. चित्रमा झैं तीनकुने गरी आफ्नो औंला कानको भागमा छिराउन मिल्ने गरी काट्नुहोस् । काटेका पाटाहरुलाई सिलाउनुहोस् ।	३. त्यसपछि चित्रमा जस्तै आँखा, नाक, मुख, कान बनाउनुहोस् । यसरी विभिन्न थरीका अरु हाते पुतलीहरु पनि बनाउन सकिन्छ ।
		

कसरी खेल्ने : बालबालिकालाई कथा तथा गीतहरु सुनाउन हाते पुतलीको प्रयोग गर्न सकिन्छ । विशेषगरी कुकुर सम्बन्धी कथा तथा गीत सुनाउँदा यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालबालिका आफैलाई पनि प्रयोग गर्न दिई कथा तथा गीत सुनाउन लगाउनुपर्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : अभिनय सीपको विकास हुन्छ । भावनात्मक तथा भाषिक सीपको विकास हुन्छ ।

unicef

“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : रिङ्ग

उमेर: ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : मकैको खोसेलो, कपडाका टुक्रा र सियो धागो

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. मकैका खोसेलो, कपडाका टुक्राहरु र सियो धागो तयार गर्नुहोस् ।	२. खोसेलोलाई भित्र पारेर कपडाले चित्रमा झैं गोलो गरी बेर्नुहोस् र सियो धागोले सिउनुहोस् ।	३. विभिन्न रङ्गीन कपडाका टुक्राहरुले मोडेर रङ्गीन रिङ्गहरु तयार पार्नुहोस् ।

कसरी खेल्ने : रिङ्गलाई फाल्न र समाउने गरी खेलाउन सकिन्छ । निश्चित दूरीबाट विभिन्न वस्तुमा निशाना लगाई खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : आँखा र औंलाको समन्वय हुन्छ । स्थूल अङ्ग र सूक्ष्म अङ्ग दुवै विकास हुन्छ ।

"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : बल

उमेर : १ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : सियो धागो, रङ्गीन कपडा, कैँची र रुवा

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. विभिन्न रङका ४ वटा कपडाका टुक्रा, सके रातो, हरियो, पहेंलो र नीलो कपडाहरु तयार पार्नुहोस् ।	२. चित्रमा झैं कागजको एउटा ड्राफ्ट तयार गर्नुहोस्, र त्यसरी नै कपडाको पनि टुक्रा बनाउनुहोस् । (आवश्यकता अनुसार ठूलो सानो बनाउनुहोस् ।)	३.चित्रमा झैं कपडाका टुक्रालाई सियो धागोले सिउदै जानुहोस् । सबै भाग सिइसकेपछि भित्र रुवा भर्नुहोस् र बन्द गर्नुहोस् ।

कसरी खेल्ने : बालबालिकाको उमेर अनुसार बालबालिकासँग बल फाल्ने, समात्ने, गुडाउने, सामान ढाल्ने गरी खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : आँखा र औंलाको समन्वय गरी समाउने सीपको विकास हुन्छ । स्थूल तथा सुक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ । रङहरु छुट्याउन सक्छन् ।

अण्डाको कार्टून

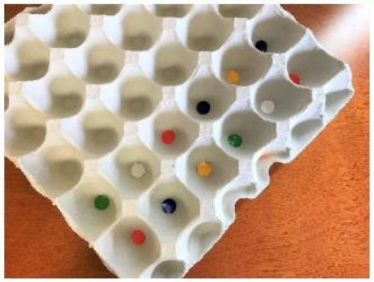
"घरमै बनाऔं खेलौना"

खेलौनाको नाम : रङ मिलाउने पजल

उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

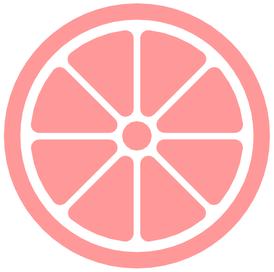
सामाग्री : अण्डाको क्यारेट, प्लाष्टिक बोतलको बिर्को, साइनपेन र सेतो कागजहरू

कसरी बनाउने : विधिहरू

१. अण्डा क्यारेटमा खोपिल्टोमा थरीथरीका रङहरू लगाउनुहोस् ।	२. प्लाष्टिक बोतलका बिर्कोहरूमा त्यस्तै थरीथरीका रङ लगाउनुहोस् ।	३. बालबालिकालाई रङको जोडा मिलाएर बोतलका बिर्कोहरू खोपिल्टोमा राख्न लगाउनुहोस् ।
		

विकासात्मक चरणहरू: बालबालिकाको आँखा र हातको समन्वय हुन्छ । सूक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ ।

जुसको बट्टा



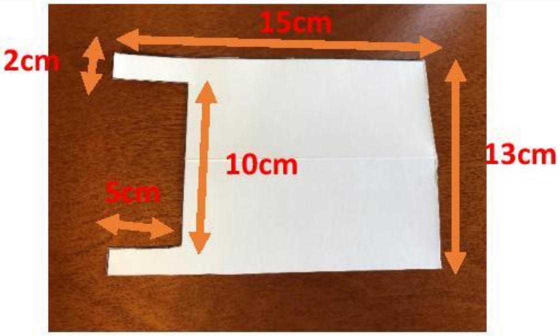
“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : चक्र

उमेर :
३ देखि ५ वर्ष

चाहिने सामाग्रीहरु : जूसको खोल, कैंची, टेप, रुलर, रङ्गीचङ्गी साइनपेनहरु

कसरी बनाउने : विधिहरु

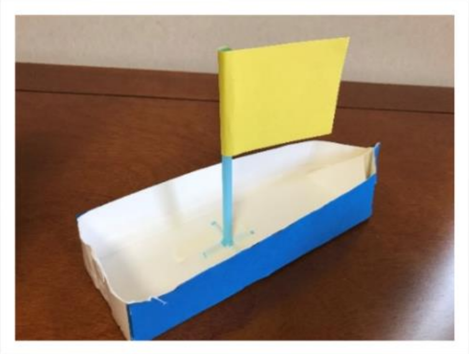
१.जूस खाइसकेपछिको खोललाई राम्रोसँग धोएर सुकाउनुहोस् । चित्रमा झैं त्यसलाई काट्नुहोस् ।	२.चित्रमा झैं बीचको भागमा १ से.मी. चौडाइ बनाई धर्का कोर्नुहोस् र बालबालिकालाई त्यसमा रङ भर्न लगाउनुहोस् । धर्का कोरिएको भागलाई मात्र कैंचीले काट्नुहोस् र छेउको सेतो भागलाई त्यसै छोड्नुहोस् ।	३. चित्रमा जस्तै आधा पट्याउनुहोस् र सेतो भागलाई गोलाकार हुने गरि टेपले बाँधिदिनुहोस् । बीचका रङ्गीन भागलाई चित्रमा झैं फैलाउनु भयो भने चक्र बन्छ । यसलाई बालबालिकासँग फालेर खेल्न सकिन्छ ।
		

विकासात्मक चरण: बालबालिकाले विभिन्न किसिमका उपकरणहरुको नियन्त्रण र निर्माणका सामाग्रीहरु चलाउन सिक्छन् ।

“घरमै बनाऔं खेलौना”

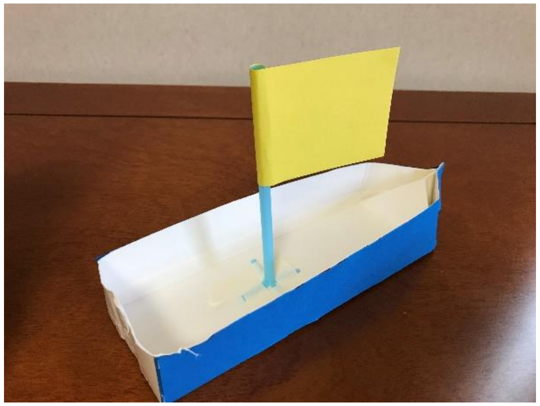
खेलौनाको नाम : पानी जहाज

उमेर :
३ देखि ५



समाग्रीहरु : जुसको बट्टा, कैँचि, टेप, पाईप, रंगिन कागज

कसरी बनाउने : विधिहरु

१) जुसको बट्टालाई आधा बनाएर काट्नुहोस् ।	२) जुसको माथी खाली भागलाई टेपले टास्नुहोस्	३) स्ट्रको माथीबाट रंगिन कागज टासेर एउटा झण्डा बनाउनुहोस् । स्ट्रलाई चित्रमा जस्तै जहाजमो बिचमा टास्ने र पानीमा लगेर खेल्ने ।
		

विकासात्मक चरणहरु : बच्चाहरु अब पानीको आधारभुत गुणहरु जान्न र प्रयोग गर्न सक्षम हुन्छन् ।

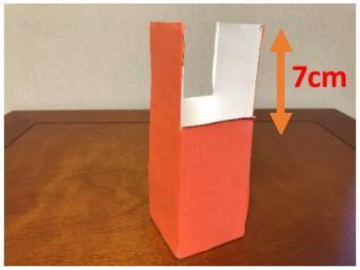
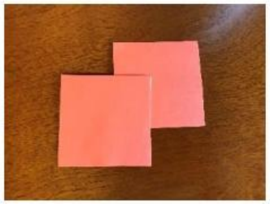
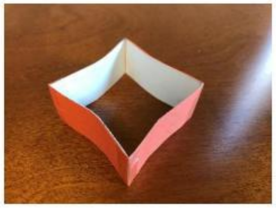
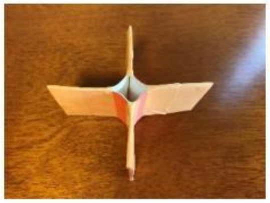
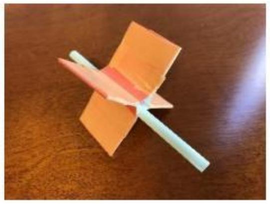
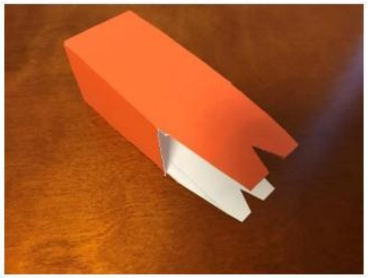
"घरमै बनाऔं खेलौना"

खेलौनाको नाम : पानी घट्ट

उमेर:
३ देखि ५
वर्ष

सामग्रीहरु : कागजको आगाताकार बट्टा या जूसको खोल, कैंची, गम वा टेप, स्केल र स्ट्रअ

कसरी बनाउने विधिहरू:

१. कागजको बट्टा वा जूसको खोललाई चित्रमा झैं दुइतिर यसरी ७ से.मी. तल काट्नुहोस् ।	२. काटेका दुवै टुक्रालाइ फेरी दुइ टुक्रा गरी चार भागमा काट्नुहोस् ।	३. ती दुवै टुक्रालाई यसरी जोड्नुहोस् र चारकुने बनाउनुहोस् ।
		
४. चारकुनेलाई यसरी भित्र खिच्नुहोस् र गमले जोड्नुहोस्, बीचमा सानो प्वाल राख्नुहोस् अनि स्ट्रअ वा काठको टुक्रा छिराउनुहोस् ।	५. चित्रमा झैं बट्टाको माथिल्लो भागमा दुइतिर साना साना भाग काट्नुहोस् जहाँ स्ट्रअ अड्कियोस् ।	६. अब चित्रमा झैं (४)मा काटेको भागमा राखेपछि पानी घट्ट तयार भयो । बीचको भागमा फुकेर वा पानी खन्याउँदै यो खेलौना खेल्न सकिन्छ ।
 		

विकासात्मक चरण :– बालबालिकाले पानी अथवा हावाबाट चल्ने इन्जिनको बारेमा जानकारी पाउँछन् र जिज्ञासु बन्न सिक्छन् ।

कागज

“घरमै बनाऔँ खेलौना”

खेलौनाको नाम : कागजको माला

उमेर: ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : कागज वा खबरपत्रिका, गम, कैंची, सिसाकलम वा सिन्का र धागो

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कागज वा खबरपत्रिकालाई यसरी तीनकुने तरीकाले लाम्चो आकारमा काट्नुहोस् ।	२. यसलाई चित्रमा झैं सिसाकलम वा सिन्कामा फनफनी बेर्नुहोस् र गमले टाँस्नुहोस् । (सकिन्छ भने बालबालिका आफैलाई नै गर्न लगाउनुहोस्)	३. यसरी एक एक गरी बनाइएका कागजका टुक्रालाई बालबालिकालाई धागोमा उन्न दिएर खेलाउनुहोस् ।

विकासात्मक चरणहरु :सूक्ष्म र स्थूल अङ्ग दुवैको विकास हुन्छ । बालबालिकाहरु एकाग्र भइ सिक्ने सीपको विकास हुन्छ ।

कागजको गिलास

“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : कपमा बल

उमेर :
३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : २ वटा पेपर कपहरू वा बाँसका ढुंग्रा, धागो, टेप र रङ्गीन कागजहरू

कसरी बनाउने : विधिहरू

१. दुई वटा कपहरूमध्ये एउटाको फेदमा चित्रमा झैं प्वाल पार्नुहोस् । कपलाई रङ्गीन कागजहरूले सजाउनुहोस् ।	२. सो प्वालबाट चित्रमा झैं धागो छिराउनुहोस् र बलियो गरी टेपले टाँस्नुहोस् । धागाको अर्को छेउमा सानो कागजको बल बनाएर बाँध्नुहोस् ।	३. दुई वटा कपको फेदलाई टेपले जोड्नुहोस् । बललाई नछोइकन दुवै कपमा फाल्दै निकाल्दै बालबालिकालाई खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरू: बालबालिकाले सामग्रीको प्रयोग, दूरी मापन र नियन्त्रणको सीप सिक्नेछन् ।

unicef

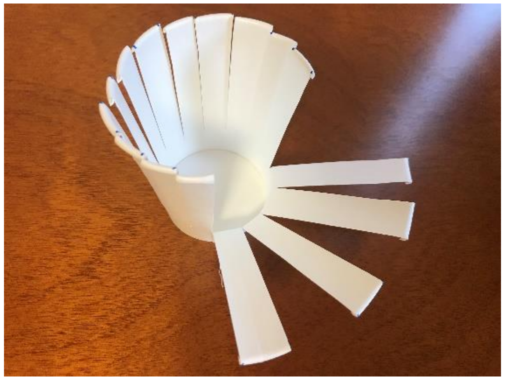
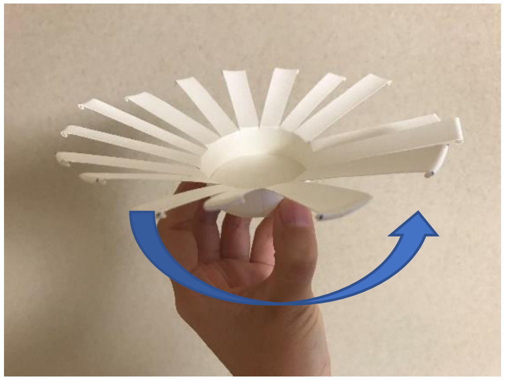
उमेर :
३ देखि ५

“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : उडन तस्तरी

समाग्रीहरु : कागजमो कप, कैंचि, साईनपेन

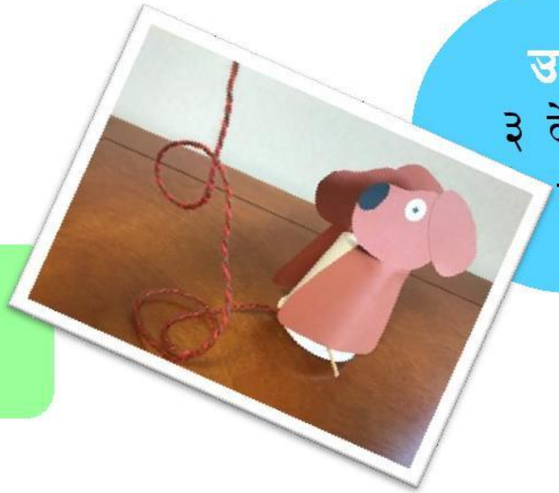
कसरी बनाउने : विधिहरु

१) कागजको गिलासको मुनिको फेद देखि माथी २ से मि को घेरा लगाउने । चित्रमा जस्तै गिलासको माथी किनारामा १६ वटा साना डट बनाउने ।	२) चित्रमा जस्तै किनाराको थोप्लाबाट मुनिको धर्का सम्म काट्ने र काटिएमो भागलाई पट्याएर तलतिर पार्ने ।	३) बच्चाहरुले तयसलाई मनलागेको गरी सजाउन सक्छन् । हातले बंङ्गाएर हावामा उडाउदै रमाउदै खेलन सक्छन् ।
		

विकासात्मक चरणहरु : नियन्त्रणकासाथ बच्चाहरुले उपकरण अन्य वस्तुहरु प्रयोगमा नआउने समानहरुबाट निमार्ण गर्न सक्छन् ।

“घरमै बनाऔं खेलौना”

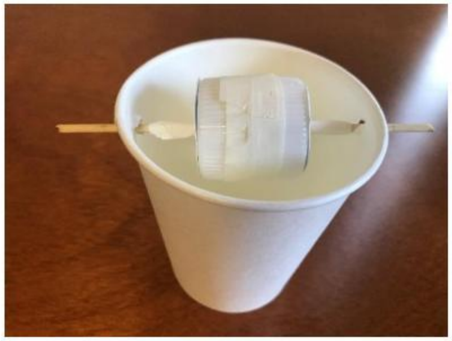
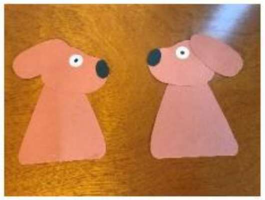
खेलौनाको नाम : हिड्ने कुकुर



उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : पेपर कप, प्लाष्टिक बोतलको बिर्को २ ओटा, सिन्का, रङ्गीन कागज, टेप, गम र धागो

कसरी बनाउने: विधिहरू

१. बिर्को २ ओटाको बीचमा प्वाल पार्नुहोस् । त्यसैगरी पेपर कपको माथिल्लो भागमा चित्रमा झै २ ओटा प्वाल पार्नुहोस् ।	२. बिर्कोहरूलाई चित्रमा झै टेपले जोड्नुहोस् । सिन्कामार्फत बिर्को र कप जोड्नुहोस् ।	३. चित्रमा झै रङ्गीन कागजबाट कुकुरको चित्रलाई कपमा टाँस्नुहोस् । सिन्कामा धागोले बाँधेर यसलाई हिडाँउन सकिन्छ ।
		

विकासात्मक चरणहरू : बालबालिका गुडाउने खेलप्रति आकर्षित हुन्छन् । सूक्ष्म अङ्गको विकास हुनेछ ।

unicef

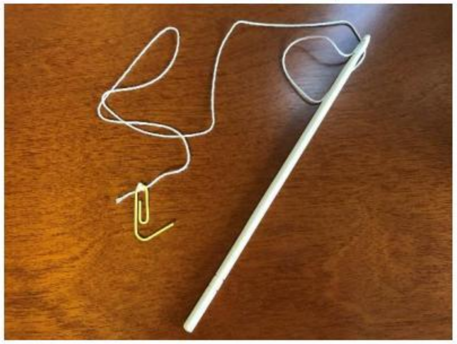
"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : माछा र बल्छी

उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

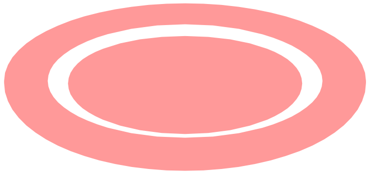
सामाग्री : कागजका कपहरू, छडी, टेप, रङ्गीन कागज, साइन पेन, गम, कैँची, धागो र पेपर क्लिपहरू

कसरी बनाउने : विधिहरू

१. कपहरू तथा रङ्गीन कागजबाट चित्रमा झैँ मनपर्ने माछाहरू वा जीवजन्तु बनाउनुहोस् ।	२. ती माछा तथा जीवजन्तुको माथिल्लो भागमा पेपर क्लिपहरूलाई चित्रमा झैँ मोडेर टाँस्नुहोस् ।	३. छडीमा धागो बाध्नुहोस् र टुप्पोमा चित्रमा झैँ पेपर क्लिपलाई मोडेर राख्नुहोस् । यो बल्छीले बालबालिकालाई अघि बनाका माछाहरु तान्न लगाउनुहोस् ।
		

विकासात्मक चरणहरू : यसबाट बालबालिकाले निशाना लगाउन र दूरी सन्तुलन गर्ने सिप सिक्नेछन् ।

कागजको प्लेट



“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : भ्यागुता

उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : साइनपेन, बोतलका बिर्कोहरु, रङ, कागजको प्लेट र गम

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कागजको प्लेटलाई ठीक आधा हुने गरी मोड्नुहोस् । माथिल्लो भागमा हरियो रङ लगाउनुहोस् । भित्रको बीच भागमा जिब्रो जस्तो देखिने गरि रातो रङ लगाउनुहोस् ।	२. प्लेटको माथिल्लो र तल्लो भागमा एक अर्कासँग ठोकिने गरि बोतलका बिर्कोहरु टाँस्नुहोस् । चित्रमा जस्तै कागजबाट आँखा बनाउनुहोस् ।	३. आँखालाई प्लेटमा टाँस्नुभयो भने भ्यागुता तयार भयो । बालबालिकालाई बिर्कोहरुबाट भ्यागुताको आवाज निकाल्न लगाइ खेलाउन सकिन्छ ।

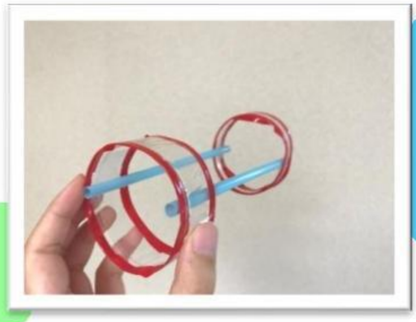
विकासात्मक चरणहरु : भ्यागुताको बारे सिक्छन् । सूक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ ।

unicef

प्लाष्टिकको बोतल

“घरमै बनाऔं खेलौना”

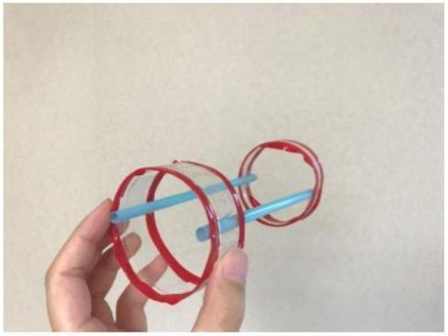
खेलौनाको नाम : सिलिण्डर जस्तो प्लेन



उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : प्लास्टिकको बोतल, स्केल, टेप, स्ट्रअ, कटर

कसरी बनाउने : विधिहरु

१.चित्रमा झैं प्लास्टिकको बोतललाई ३ से.मी.र १.५ से.मी. चौडा पारेर काट्नुहोस्। काटिएको भागलाई टेप लगाएर छोप्नुहोस् जस्ले गर्दा बालबालिकालाई चोट लाग्नबाट बचाउँछ।	२.स्ट्रअको मोडिने भागहरु काटेर फाल्नुहोस् । बाँकी रहेका भागहरु बराबर हुनुपर्छ। त्यसपछि काटिएको दुवै साइजको बोतल र स्ट्रअलाई टेप लगाएर चित्रमा देखाए जस्तै गरेर जोड्नुहोस्	३. बालबालिकाले यसलाई उडाएर खेल्न सक्छन्।
		

विकासात्मक चरणहरु : बालबालिकाको सूक्ष्म अङका विकास हुन्छ। आँखा र हातको समन्वय गर्न सक्षम हुन्छन्।

"घरमै बनाऔं खेलौना"

खेलौनाको नाम : बोतलको बाजा

उमेर:
जन्मदेखि
३ वर्ष सम्म

सामाग्री : प्लाष्टिकको बोतल, टेप, गेडागुडी वा मसिना ढुङ्गाहरु

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. गेडागुडी वा मसिना ढुङ्गाहरु र प्लाष्टिकको सफा बोतल तयार पार्नुहोस् ।	२. चित्रमा जस्तै गेडागुडी वा मसिना ढुङ्गाहरु बोतलमा राख्नुहोस् ।	३. बोतलको बिर्कोलाई बालाबलिकाले आफैं खोल्न नसकिने गरी लगाउनुहोस् । बालबालिकालाई मन पर्ने गरी रङ्गीचङ्गी कागज टाँस्नु भए झनै राम्रो ।

कसरी खेल्ने : बाजा जस्तै बोतल हल्लाउन दिएर वा अभिभावकले देखाएर खेलाउन सकिन्छ ।

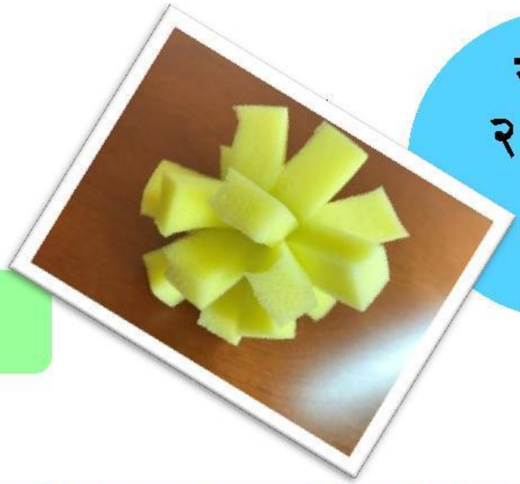
विकासात्मक चरणहरु : सुनाइ सीपको विकास हुन्छ । सूक्ष्म तथा स्थूल अङ्गको विकास हुन्छ ।

unicef

किचन स्पन्ज

“घरमै बनाऔँ खेलौना”

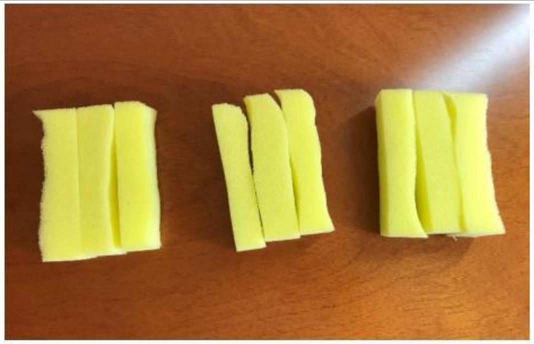
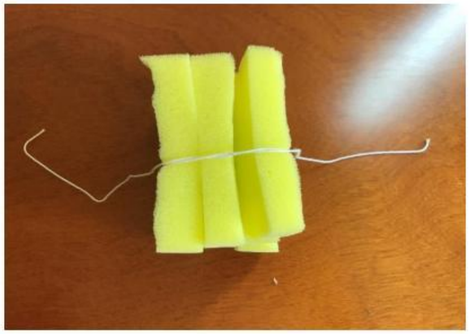
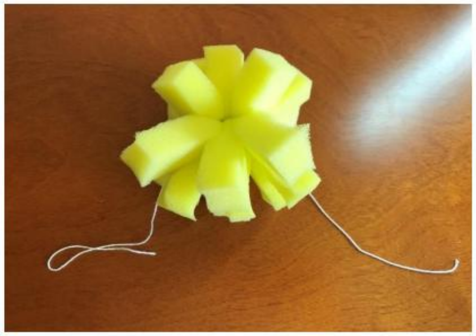
खेलौनाको नाम : स्पन्ज बल



उमेर: २ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : स्पन्ज, कैँची, लामो धागो

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. स्पन्जलाई बराबर तीन टुक्रामा काट्नुहोस् ।	२. काटेको तीन टुक्रालाई बाँध्न केही मोटो र लामो धागो तयार गर्नुहोस् ।	३. त्यसपछि धागोले कसिलो गरी बीचमा बाँध्नुहोस् र चित्रमा झैं फूल जस्तो आकार बनाउनुहोस् ।
		

कसरी खेल्ने : यसलाई बालबालिकाले फाल्ने, समात्ने र गन्ने गरी खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : स्पर्श चेतनाको विकास हुन्छ । स्थूल र सूक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ । आँखा र औंलाको समन्वय गर्ने क्षमताको विकास हुन्छ ।

unicef

ट्वाईलेट पेपरको रिल

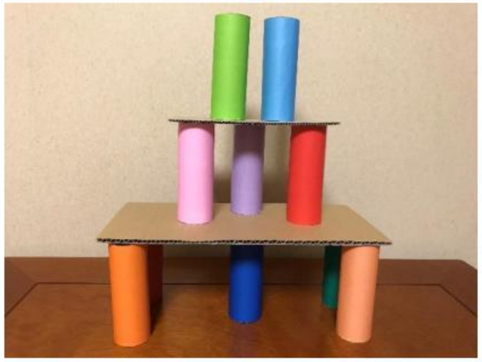
"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : टावर

उमेर : ३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : टोइलेट पेपरको बीचको भाग वा बाँसका ढुंग्राहरू, कार्टून बाकस, कैँची, गम र रङ वा रङ्गीन कागजहरू

कसरी बनाउने : विधिहरू

१. टोइलेट पेपरको बीचको भाग वा बाँसका ढुंग्राहरू तयार पार्नुहोस् ।	२. ढुंग्राहरूलाई रङ्गीन कागजहरूले बेर्नुहोस् वा बालबालिकालाई रङ लगाउन दिनुहोस् ।	३. यी ढुंग्राहरू र कार्टून बाकसको प्रयोग गरी चित्रमा झैं टावर बनाउन लगाउनुहोस् ।
		

विकासात्मक चरणहरू : बालबालिकाको सूक्ष्म अङ्गको विकास हुन्छ । कल्पना शक्तिको विकास हुन्छ ।

unicef

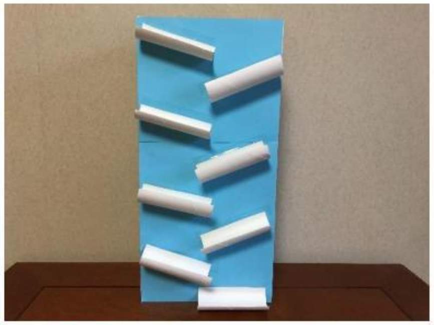
"घरमै बनाऔँ खेलौना"

खेलौनाको नाम : बलको बाटो

उमेर : १ देखि ३ वर्ष

सामाग्री : कार्टूनको बाकस, रङ्गीन कागज, कागजको बल, गम र टोइलेट पेपरको बीचको भाग

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. कार्टूनको बाकस ल्याउनुहोस् । त्यसमाथि रङ्गीन कागज टाँसेर आकर्षक रुपमा सजाउनुहोस् ।	२. टोइलेट पेपरको बीचको भागलाई आधा पार्नुहोस् वा कडा कागजबाट यस्ता आकार बनाउनुहोस् । कागजको बल पनि तयार पार्नुहोस् ।	३. आधा पारेका ती टुक्राहरुलाई चित्रमा झैं एक अर्कासँग छड्के पर्ने गरी सजाएको कार्टूनको बाकसमा टाँस्नुहोस् ।
		

कसरी खेल्ने : बालबालिकालाई कागजको बल माथिबाट तल गुडाउन लगाई खेलाउन सकिन्छ ।

विकासात्मक चरणहरु : गुरुत्वाकर्षणको विषयमा आकर्षित गराउन सकिन्छ । आँखा र हातको समन्वय हुन्छ । सूक्ष्म र स्थूल अङ्ग दुवैको प्रयोग हुन्छ ।

“घरमै बनाऔं खेलौना”

खेलौनाको नाम : बलिङ्ग

उमेर:
३ देखि ५ वर्ष

सामाग्री : टोइलेट पेपरको बीचको भाग वा खाली बोतलहरु, रङ्गीन कागज र कागजको बल

कसरी बनाउने : विधिहरु

१. टोइलेट पेपरको बीचको भाग वा खाली बोतलहरु तयार गर्नुहोस् र रङ्गीन कागजले आकर्षक रुपमा सजाउनुहोस् ।	२. खेर गएका कागजबाट बल बनाउनुहोस् ।	३.चित्रमा झैं लाइन लगाउनुहोस् र बलले सकेसम्म धेरै लडाउन दिनुहोस् ।

कसरी खेल्ने : बालबालिकाले बलले लडाएर खेल्न सक्छन् । सँगसगै कति ओटा ढल्यो, गन्ती पनि सिकाउनुहोस् ।

विकासात्मक चरणहरु : स्थूल अङ्गको विकास गर्न सकछन् । गणितीय ज्ञान दिन सकिन्छ ।

United Nations Children's Fund (UNICEF)
UN House, Pulchowk
Kathmandu, Nepal
Tel: 977-1-5523200
Fax: 977-1-5527280
Email: kathmandu@unicef.org
© United Nations Children’s Fund (UNICEF) 2020