नेपाली

यी क्रियाकलापहरू भौतिक रूपमा कक्षाकोठामा उपस्थित भएर शिक्षणसिकाइको कार्य गर्न नसकिने अवस्थामा साधारण टेलिफोन वा मोबाइल फोनको प्रयोग गरी गर्न सकिन्छ। यसको लागि विद्यालयको संयोजनमा, दैनिक पाठयोजनाअनुसार शिक्षकले अभिभावकलाई टेलिफोन वा सन्देश (एसएमएस) मार्फत सिकाइ क्रियाकलाप प्रदान गर्नुपर्दछ। सो क्रियाकलाप अभिभावकले बालबालिकालाई गराउनुपर्ने हुन्छ भने आवश्यक रूपमा शिक्षकले थप सहयोग प्रदान गर्न सकिने वातावरण निर्माण गर्नुपर्दछ। विस्तृतमा 'टेलिफोनमा आधारित शिक्षणसिकाइ' कार्यढाँचा हेर्नुहोस्।

क्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ क्रियाकलाप
सुनाइ र बोलाइ	अरूले भनेका, देखेसुनेका वा अनुभव गरेका विषयमा कुराकानी, छलफल र प्रश्नोत्तर गर्न	तपाईंले दिनभरि गर्नुभएको कामको विवरण सुनाउनुहोस् र सुनेको आधारमा ती कामको विवरण भन्न लगाउनुहोस्।
		सम्पत्ति ठुलो कि शिक्षा ठुलो हो ? भनी प्रश्न गर्नुहोस् र प्राप्त जवाफअनुसार किन ठुलो हो प्रतिक्रिया दिन लगाउनुहोस्।
	सन्दर्भ र परिवेशअनुरूप मौखिक सञ्चार गर्न	शिष्टाचारको शब्द प्रयोग गरी गुरुले कक्षामा सिकाउने शैली, विद्यार्थीलाई गर्ने व्यवहारको वर्णन गर्न लगाउनुहोस्।
		गुरुको महत्व दर्शने गरी दोहोरो छलफल गर्नुहोस्।
	पाठगत संदर्भमा आधारित छलफल र अर्न्तक्रिया गर्न	आफूले जानेको वा पाठमा भएको साने र ठुलेको कथा सुनाउनुहोस् र सो कथा पुनः भन्न लगाउनुहोस्।
		सो कथामा भएका पात्रहरूको चरित्र वर्णन गर्न लगाउनुहोस्।
	सामाजिक सांस्कृतिक परिवेशको जानकारी लिनेदिने र सान्दर्भिक प्रतिक्रिया जनाउन	तपाईंको गाउँटोलमा कुन कुन जातिका मानिस बसोबास गर्छन् ? कुन कुन धर्म मान्छन् ? कस्ता कस्ता पहिरन लगाउँछन् ? कुन कुन भाषा बोल्छन् ? एकआपसमा कसरी मिलेर बसेका छन् ? एकआपसमा के कसरी सहयोग आदानप्रदान हुन्छ ? सभ्य मानिसको पहिचान राख्न समाजमा कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ ? छलफल गर्नुहोस् र यिनै विषयमा मौखिक वर्णन गराउनुहोस्।
		आफ्नो समुदायमा सामाजिक सद्भावका अभ्यासहरू के के भएका छन् मौखिक वर्णन गर्न लगाउनुहोस्।

	सञ्चारका विभिन्न माध्यमबाट विषयवस्तु सुनी प्रतिक्रिया जनाउन	रेडियो तथा टेलिभिजनमा कुनै कार्यक्रम हेर्न वा सुन्न लगाउनुहोस् र सुनेका वा हेरेका आधारमा राम्रा पक्ष र सुधार गर्नुपर्ने पक्षसहित प्रतिक्रिया दिन लगाउनुहोस् ।
		रेडियो टेलिभिजनको कार्यक्रम हेरेको सुनेको आधारमा कार्यक्रम सम्बन्धी आफ्नो विचार प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
	विषयवस्तु सुनी त्यसको शैली, सन्देश र सार बताउन	तपाईंको जीवनमा घटेको सन्देशमूलक छोटो घटना सुनाउनुहोस् र सुनेको आधारमा सोही शैलीमा पुन त्यही घटना भन्न लगाउनुहोस् ।
		उक्त घटनाले के सन्देश दिन्छ ? भन्न लगाउनुहोस् ।
	कल्पना वा यथार्थमा आधारित भई व्यक्ति वा विषयवस्तुको वर्णन गर्न	साहित्यकार भवानी भिक्षुबाट कस्तो प्रेरण पाउन सकिन्छ ? छोटकरीमा वर्णन गर्न लगाउनुहोस् ।
		तपाईंको गाउँटोलमा भएका वा तपाईंसँग परिचित सामाजिक, शैक्षिक वा साहित्यिक व्यक्तिको परिचय वा योगदान सुनाउनुहोस् र सुनेको आधारमा भन्न लगाउनुहोस् ।
पढाइ सिप	**लिखित सामग्रीलाई गति, यति र लय मिलाई वाचन गर्न**	पाठ्यपुस्तकको पाठ १ गुरु कविता वा कुनै पुस्तकबाट कुनै कविता यति, गति र लय मिलाई गाउन लगाउनुहोस् ।
		मानिस नै देवता हुन् कथा वा कुनै पत्रिका पुस्तकबाट कुनै कथालाई हाउभाउसहित पढ्न लगाउनुहोस् ।
	सस्वर पठन र मौनपठन गरी भावबोध गर्न	सामाजिक सद्भाव प्रवन्ध वा कुनै पत्रिका पुस्तकबाट कुनै लेख सस्वर पढ्न लगाउनुहोस् ।
		युधिष्ठिरको परीक्षा कथा वा कुनै पत्रिका, पुस्तकबाट कुनै लेख मौन वाचन गराउनुहोस् र सोही कथा वा लेखबाट पाँचओटा प्रश्न बनाई सोध्नुहोस् ।
	लिखित सामग्रीको पठनबोध गरी मौखिक प्रश्नोत्तर गर्न,	ठुले र साने कथा वा कुनै कथा पढ्नलगाउनुहोस् र पाठमा सोधिएका प्रश्न बाहेक पाँचओटा प्रश्न निर्माण गर्न लगाई उत्तर भन्न र लेख्न लगाउनुहोस् ।
		वातावरणको रक्षा प्रवन्ध वा कुनै पत्रिकाबाट लेख मौन पढ्न लगाउनुहोस् र त्यस पाठबाट पाँच ओटा प्रश्न निर्माण गरी सोध्नुहोस् ।
	व्यवहारिक रचनाको विषयवस्तु र ढाँचा बोध गर्न	तपाईंको परिवारमा आफ्ना आफन्तले पठाएको चिठी वा पाठ्यपुस्तकको दाजुलाई बहिनीको चिठी पढ्न लगाउनुहोस् र चिठीको ढाँचा र भाव प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र
SMC Federation of Nepal
cnt
Nepal Education Cluster
नेपाल शिक्षा समूह
unicef

		कुनै सङ्घसंस्था वा प्रधानाध्यापकलाई लेखिएको निवेदनको नमुना पढ्न लगाउनुहोस् र निवेदनको ढाँचा र भाव छलफल र प्रश्नोत्तर गर्न लगाउनुहोस् ।
	मुद्रित एवम् बिद्युतीय सूचनामूलक सामग्री पढी विषयवस्तु बोध गर्न	कुनै पत्रपत्रिकामा भएको सूचना पढ्न लगाउनुहोस् र सूचनाको मिति, विषय, सूचना कसले लेखिएको हो र किन लेखिएको हो छलफल प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
		कुनै पत्रपत्रिकामा भएको विज्ञापन पढ्न लगाउनुहोस् र विज्ञापनका सामग्रीको गुणस्तर, आवश्यकता, मूल्य जस्ता कुराको छलफल प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
	विभिन्न प्रकारका लेख्य पाठहरूको संरचना र सन्देश बोध गर्न	पत्रपत्रिका वा कुनै पुस्तकको कथा वा नेपाली पाठ्यपुस्तकको युमादेवीको अवतरण कथा पढ्न लगाउनुहोस् र कथाको संरचना, कथाले दिने सन्देश छलफल प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।
		खोला कविता वा कुनै पुस्तकबाट एउटा कविता लिनुहोस् र लयवद्ध गरी गाउन लगाउनुहोस् । कविताको संरचना र भाव के कस्तो छ छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।
लेखाइ सिप	**निर्दिष्ट पाठ वा अनुच्छेदको अनुलेखन र श्रुतिलेखन गर्न**	स्वाभिमानी मुख कविता जस्ताको त्यस्तै लेख्न लगाउनुहोस् र वणविन्यासका हिसावले लेखाइ ठिक छ वा छैन परीक्षण गर्नुहोस् ।
		लुइपाश्चरको जीवनीबाट वा कुनै पत्र पत्रिकाको लेखबाट एक अनुच्छेद लिनुहोस् सुनाउनुहोस् । सुनेको आधारमा लेख्न लगाउनुहोस् । वर्णविन्यास शुद्ध र बाँन्की परेका अक्षर छ छैन परीक्षण गर्नुहोस् ।
	पाठमा प्रयुक्त नयाँ शब्दको अर्थ लेख्न र वाक्यमा प्रयोग गर्न	कृषिमलको प्रयोग प्रबन्ध पढ्न लगाउनुहोस् । त्यस पाठमा भएका अप्ठ्यारा शब्द कापीमा लेख्न लगाउनुहोस् । अप्ठ्यारा शब्दको अर्थ छलफल गर्नुहोस् ।
		छलफल गरिएका अप्ठ्यारा शब्दको अर्थ खुल्ने गरी वाक्यमा प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् ।
	आफूले सुनेका, देखेका, र अनुभव गरेका घटना वा वस्तुको लिखित वर्णन गर्न	तपाईंले सुनेको वा जानेको एउटा छोटो कथा सुनाउनुहोस् र सुनेको आधार उक्त कथा लेख्न लगाउनुहोस् ।
		तिम्रो भविष्यको योजना के छ भनी सोध्नुहोस् र अनुभवसहित भविष्यको योजनाको वर्णन गरी एक अनुच्छेद लेख्न लगाउनुहोस् ।
	सम्बन्धित पाठमा आधारित प्रश्नको उत्तर लेख्न	युधिष्टिरको परीक्षा वा कुनै कथाको पाँचओटा घटना वाक्य छ्यासमिस गरेर दिनुहोस् र के पछि के आउँछ क्रम मिलाएर लेख्न लगाउनुहोस् ।
		वातावरणको रक्षा पाठको सारंश लेख्न लगाउनुहोस् ।

	निर्धारित लेख्य चिह्न वर्णविन्यासको समुचित प्रयोग गर्न	दिएको अनुच्छेदमा उपयुक्त चिह्नको प्रयोग गर्न लगाउनुहोस् । अनुच्छेद अनुप सृष्टि दिलिप र सुजन बजार घुम्न र सामान किन्न गएका थिए उनीहरू स्टेस्नरी पसलमा गए साहुजी त्यो कलमको मूल्य कति हो दिलिपले सोधे यो राम्रो कलम हो यसको मूल्य पचपन्न रुपैयाँ हो साहुजीले भने दिलिपले कलम किने उनीहरू त्यहाँबाट कपडा पसलतिर गए आहा कति राम्रो मानिस सृष्टिले देखाउँदै भनिन् त्यो मानिस हैन त्यो त डमी हो अनुपले भने
		दिएका शब्दहरूमा चन्द्रबिन्दु वा सिरबिन्दु के हुन्छ, लेख्न लगाउनुहोस् । आखा, दाया, गाउ, ससार, अश, आसु, आउछ, अध्यारो, पधेरो
	काल र पक्षको समुचित प्रयोगसहित सङ्गति मिलाई वाक्य रचना गर्न	लिङ्ग, वचन, पुरुष र आदर सङ्गति मिलाएर पाँचओटा उचित वाक्य लेख्न लगाउनुहोस् ।
		दिएका वाक्यमा मुनि लाइन तानेका शब्द पदवर्गअन्तर्गत नाम, सर्वनाम, विशेषण, क्रियायोगी, नामयोगी, निपात, संयोजक र विस्मयाबोध मध्ये कुन हो लेख्न दिनुहोस् । उदाहरण पाकेको आँप गुलियो हुन्छ ।..विशेषण क. उनीहरू घर गए ।........... ख. पिँजडामा सुगा छ । .... ग. छानामाथि चरा छ । .... घ. विद्यालय घरभन्दा ठुलो छ ।........... ङ. आहा ! कति राम्रो फूल ! .... च. म घर पुगेँ अनि पानी पऱ्यो ।......... छ. तिमीलाई बजारमा देखेको हो ब्यारे ।......
	विभिन्न विषयमा आधारित भई स्वतन्त्र तथा निर्देशित रचना तयार गर्न	मन परेको विषय शीर्षकमा एउटा कविता लेख्न लगाउनुहोस् । पानीको महत्त्व वर्णन गर्दै एक अनुच्छेद लेख्न दिनुहोस् ।
	सूत्रात्मक रूपमा विषयवस्तुको भाव प्रस्तुत गर्न	कृषिमलको प्रयोग पाठको बुँदा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । कलाको महत्व पाठको सारशं लेख्न लगाउनुहोस् ।
	व्यवहारिक रचनाहरू लेखन गर्न	बन्दाबन्दीको अनुभव दर्साउँदै साथीलाई चिठी लेख्न लगाउनुहोस् ।

गणित

**यी क्रियाकलापहरू भौतिक रूपमा कक्षाकोठामा उपस्थित भएर शिक्षणसिकाइको कार्य गर्न नसकिने अवस्थामा साधारण टेलिफोन वा मोबाइल फोनको प्रयोग गरी गर्न सकिन्छ। यसको लागि विद्यालयको संयोजनमा, दैनिक पाठयोजनाअनुसार शिक्षकले अभिभावकलाई टेलिफोन वा सन्देश (एसएमएस) मार्फत सिकाइ क्रियाकलाप प्रदान गर्नुपर्दछ। सो क्रियाकलाप अभिभावकले बालबालिकालाई गराउनुपर्ने हुन्छ भने आवश्यक रूपमा शिक्षकले थप सहयोग प्रदान गर्न सकिने वातावरण निर्माण गर्नुपर्दछ।
विस्तृतमा 'टेलिफोनमा आधारित शिक्षणसिकाइ' कार्यढाँचा हेर्नुहोस्।**

विषयक्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	किंयाकलाप
ज्यामिति	▪ प्रतिच्छेदित र समानान्तर रेखाहरू छुट्याउन तथा सेटस्क्वायरको प्रयोगद्वारा समानान्तर रेखाहरूको रचना गर्न ▪ लम्ब, रेखाखण्डको अर्धक, लम्बार्धक तथा सेटस्क्वायरको प्रयोगद्वारा लम्ब रेखाहरूको रचना गर्न ▪ कोणहरूको वर्गीकरण गर्न तथा सेटस्क्वायरको प्रयोगद्वारा 30^o, 45^o, 60^o र 90^o का कोणहरू रचना गर्न ▪ त्रिभुजको वर्गीकरण गर्न ▪ कम्पास तथा रूलरको प्रयोगद्वारा वर्ग र समबाहु त्रिभुजको रचना गर्न	▪ बाँस, निगालाको वा अन्य कुनै सिन्काहरू प्रयोग गरेर प्रतिच्छेदित र समानान्तर रेखाहरू निर्माण गर्न लगाउनुहोस्। ▪ सिसाकलम र सेटस्क्वायरको प्रयोग गरी कापीमा प्रतिच्छेदित र समानान्तर रेखाहरू रचना गर्न लगाउनुहोस्। ▪ बाँस, निगालोको वा अन्य कुनै सिन्काहरू प्रयोग गरी लम्ब, रेखाहरूको अर्धक र लम्बार्धक निर्माण गर्न लगाउनुहोस्। ▪ सिसाकलम र सेटस्क्वायरको प्रयोग गरी कापीमा लम्ब, रेखाखण्डको अर्धक र लम्बार्धक रचना गर्न लगाउनुहोस्। ▪ तपाईंको कोठा र घरमा कुन कुन ठाउँमा प्रतिच्छेदित र समानान्तर रेखाहरू देख्नुहुन्छ ? अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस्। ▪ तपाईंको घर र वरपर कुन कुन ठाँमा लम्ब र लम्बार्धक देख्नुहुन्छ ? अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस्। ▪ दुईओटा सिन्काहरू प्रयोग गरी फरक-फरक नापका कोणहरू बनाउन दिनुहोस्। ▪ सिन्काहरूको प्रयोग गरी एकओटा न्यूनकोण, एकओटा समकोण, र एकओटा अधिककोण निर्माण गर्न लगाउनुहोस्।

	▪ **बहुभुजको परिचय दिन** ▪ **ठोसको परिचय दिन, नियमित ठोस वस्तुका सतह, किनारा, कुना पहिचान गर्न तथा घन र षड्मुखाका खोका नमुना तयार गर्न**	▪ तपाईंसँग भएको ज्यामिति बक्समा रहेको Set-Square हरूलाई सिसाकलमको सहायताले कापीमा ट्रेस गर्न लगाउनुहोस् । ▪ तपाईंसँग भएको ज्यामिति बक्समा रहेका Set-Square मा कति-कति डिग्रीका कोणहरू वनेका छन् ? अवलोकन गरी कापीमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ ज्यामिति बक्समा रहेका Set-square को मद्दतले 90^o र 45^o का कोणहरू निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । ▪ ज्यामिति बक्समा रहेका Set-square को मद्दतले 45^o र 30^o का कोणहरू निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । ▪ काठका सिन्काहरू प्रयोग गरी फरक-फरक देखिने तीनओटा त्रिभुजहरूको निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । ▪ बराबर नापका तीनओटा काठका सिन्काहरू (वा सलाइका काँटीहरू) को प्रयोग गरी एउटा त्रिभुन बनाउनुहोस् । यस्तो त्रिभुजको नाम के होला ? किताबमा खोजी पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ तीनओटा काठका सिन्काहरू मध्ये दुईओटा बराबर नापको लिनुहोस् र एउटा त्रिभुज बनाउनुहोस् । उक्त त्रिभुजको नाम के होला ? कितावमा खोजी पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ फरक-फरक नापका तीनओटा काठका सिन्काहरू लिनुहोस् र एउटा त्रिभुज बनाउनुहोस् । उक्त त्रिभुजको नाम के होला ? कितावमा खोजी पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ कागजबाट एक एकओटा समबाहु, समद्विबाहु र विषमबाहु त्रिभुज बनाएर काट्न दिनुहोस् । ▪ काठका सिन्काहरू प्रयोग गरी एक एकओटा न्यूनकोण, समकोण र अधिककोण निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । ▪ कम्पास तथा रुलरको प्रयोग गरी एउटा वर्गको निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । उक्त वर्गमा प्रत्येक कोणहरूको नाप कति डिग्री हुन्छ ? लेख्न दिनुहोस् । ▪ फरक फरक नापका पाँचओटा काठका सिन्काहरू प्रयोग गरी एउटा बन्द आकृति बनाउन दिनुहोस् ।

		▪ एउटै नापका सातओटा काठका सिन्काहरू प्रयोग गरी एउटा बन्द आकृति बनाउन दिनुहोस् । ▪ तपाईंको कोठा, घर र आँगनमा केही ठाउँ ओगटेर रहेका वस्तुहरू अवलोकन गर्नुहोस् र कुनै पाँचओटा वस्तुहरूको नाम लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा सलाइको बट्टा, डाइस वा इँटा लिनुहोस् । उक्त ठोस वस्तुमा कतिओटा सतहहरू (faces), कुनाहरू (Vertex), र किनाराहरू (edges) छन् ? गणना गरी लेख्न दिनुहोस् । ▪ कागजका टुक्राहरू वर्गाकार रूपमा काटी एउटा घनाकार बाकसको खोक्रो नमुना (Net) तयार पार्न दिनुहोस् ।
निर्देशाङ्क ज्यामिति	▪ **अक्ष र निर्देशाङ्कको परिचय दिई पहिलो चतुर्थांशमा विन्दहुरू अङ्कन गर्न**	▪ एउटा ग्राफ पेपर लिई ठाडोबाट र तेर्सोबाट आधा हुनेगरी पट्याउनुहोस् । तेर्सो रेखालाई x-अक्ष र ठाडोलाई y-अक्ष भनी नामकरण गर्दै सङ्ख्यारेखाको जस्तै अङ्कहरू लेख्न दिनुहोस् । ▪ x-अक्ष र y-अक्ष नामकरण गरिएको ग्राफ पेपरको पहिलो चतुर्थांशमा एउटा त्रिभुज खिच्नुहोस् र उक्त त्रिभुजको शीर्षविन्दुका निर्देशांकहरू पत्ता लगाई लेख्न दिनुहोस् ।
क्षेत्रमिति	▪ **त्रिभुजको परिमिति निकाल्न** ▪ **वर्ग गन्ती गरेर नियमित समतल आकृतिको क्षेत्रफल आकलन गर्न, आयत र वर्गको क्षेत्रफल तथा षड्मुखा र घनको आयतनसम्बन्धी सरल समस्या समाधान गर्न**	▪ तीनओटा काठका सिन्काहरू प्रयोग गरी एउटा त्रिभुज बनाउनुहोस् । ती काठका सिन्काहरूको लम्बाइको नाप लिई तिनीहरूको योगफल पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ आफ्नो घरमा वा छरछिमेकमा भएको कुनै एउटा त्रिभुजाकार वस्तुको भुजाहरूको नाप लिई त्यसको परिमिति पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ ज्यामिति बक्समा भएको कुनै एउटा त्रिभुजाकार Set-Square को परिमिति पत्ता लगाउन दिनुहोस । ▪ १० से.मि. लम्बाइ र ५ से.मि. चौडाइ भएको एउटा कागजको टुक्रा लिनुहोस् । त्यस टुक्रामा १ से.मि. वर्गाकार कोठाहरू बनाउनुहोस् । जम्मा कतिओटा वर्गाकार कोठाहरू बने, गनेर लेख्न दिनुहोस् । ▪ आफ्नो हत्केला एउटा कापीको पानामा राखी सिसाकलमको सहायताले हत्केलाको आकार कापीमा खिच्नुहोस् । त्यो आकारमा १ से.मि. का वर्गाकार कोठाहरू बनाई त्यो आकारको क्षेत्रफल निकाल्न दिनुहोस् ।

		▪ आफू बस्ने कोठाको लम्बाइ र चौडाइ नापी क्षेत्रफल पत्ता लगाउनुहोस् । ▪ एउटा आयतकार टेबलको माथिल्लो सतहको क्षेत्रफल ७५०० वर्ग से.मि. र त्यसको चौडाइ ५० से.मि. भए लम्बाइ कति हुन्छ ? ▪ एउटा सलाईको बट्टा र डाइसमा के के समानता र के के भिन्नता छन् ? अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस् । ▪ कागजको टुक्राहरू प्रयोग गरी एउटा षड्मुखाकार ठोस वस्तु बनाउनुहोस् र त्यसको लम्बाइ, चौडाइ र उचाइ नापी लेख्न दिनुहोस् । ▪ घरमा भएका कुनै एउटा षड्मुखाकार ठोस वस्तु (जस्तैः सलाइको बट्टा) को लम्बाइ, चौडाइ, र उचाइ नापी आयतन पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ घरमा भएका कुनै एउटा घनाकार वस्तु (जस्तैः डाइस) को लम्बाइ, चौडाइ, र उचाइ नापी त्यसको आयतन पत्ता लगाउनुहोस् । ▪ एउटा घनाकार वस्तुको आयतन ३४३ घन से.मि. छ भने यसको एउटा भुजाको लम्बाइ कति होला ?
स्थानान्तरण	▪ **स्थानान्तरणको परिचय दिन** ▪ **सममिति चित्रहरू चिन्न तथा बहुभुजबाट ढांचा तयार पार्न**	▪ बालबालिकालाई घरमा एउटा ऐना अगाडी उभिन दिनुहोस् । ऐनादेखि बालबालिकाको खुट्टा सम्मको दुरी नाप्न दिनुहोस् । ऐनाभित्र देखिएको आकृतिको खुट्टासम्मको दुरी कति होला ? छलफल गर्न लगाउनुहोस् । ▪ घर नजिकै कुनै समथल स्थानमा एउटा सानो काठको किला ठोक्नुहोस् । त्यस किलामा २/३ मिटर लामो डोरीको एक छेउ बाँधी अर्को छेउ तन्काएर आफू अलि पर उभिन दिनुहोस् । अब, आफू दायाँ (अनि फेरी बायाँ) करिव 90^o को कोण बनाई नयाँ स्थानमा जान दिनुहोस् । ▪ साइकलको पाङ्ग्रा घुमाउँदा साइकलको आकार र स्थानमध्ये कुन चाहिँ परिवर्तन हुन्छ र किन ? लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा वर्गाकार कागजको टुक्रा दिनुहोस । उक्त टुक्रालाई कति किसिमले दुई बराबर भागमा पट्याउन सकिन्छ ? पट्याएर हेर्न दिनुहोस् । ▪ अङ्ग्रेजी अक्षर H लाई एक किसिमले कुनै दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ । त्यसैले H को दुईओटा सममिति अक्षरहरू हुन्छन् । त्यसैगरि अरु कुन कुन अक्षारहरूको दुईओटा सममिति अक्षरहरू होलान् ? कापीमा लेखी काटेर देखाउन दिनुहोस् ।

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

SMC Federation of Nepal

Nepal Education Cluster
नेपाल शिक्षा समूह

unicef

		▪ घर वा छरछिमेकमा भएका कुनै चारओटा सममितीय वस्तुहरूको नाम लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा वर्गाकार कागजको टुक्रा दिनुहोस् । उक्त कागजको टुक्राको प्रत्येक भुजाको (किनारा) मध्यविन्दु जोड्दै पट्याएर अर्को वर्ग बनाउन दिनुहोस् । यसै गरी पट्याउँदै जाँदा कतिओटा सम्म पट्याउन सकिन्छ र कस्तो आकृति देखियो ? अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस् ।
समूह	▪ **समूहलाई जनाउने तरिकाहरू बताउन, समूहका सदस्यको गणनात्मकता पत्ता लगाउन तथा समतुल्य, बराबर, सीमित र असीमित समूहको परिचय दिन**	▪ 'अग्ला केटाहरू' र 'अघिल्लो एकाइ परीक्षामा ५० अङ्कभन्दा माथि ल्याउने केटीहरू' मध्ये कुनचाहिँ ठिक परिभाषित सङ्कलन हो र कुन चाहिँ होइन ? कारणसहित लेख्न दिनुहोस् । ▪ पहिला पाँचओटा विजोर सङ्ख्याहरूको समूहलाई व्याख्या विधि, सूचीकरण विधि, र समूह निर्माण विधिमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ सीमित समूह र असिमित समूहका दुई दुईओटा उदाहरणहरू सोध्नुहोस् । ▪ अङ्ग्रेजी वर्णमालाको समूहको गणनात्मकता कति हुन्छ ? गणनात्मकता शून्य हुने कुनै दुईओटा समूहहरू लेख्न दिनुहोस् । ▪ समतुल्य र बराबर समूहहरूबिचको समानता र फरक लेख्न दिनुहोस् ।
अङ्क गणित	▪ **पूर्ण सङ्ख्याको परिचय दिन, भाज्यताको परीक्षण गर्न तथा कोष्ठसहित सरलीकरण गर्न** ▪ **रूढ र संयुक्त सङ्ख्या छुट्याउन तथा गुणनखण्ड र अपवर्त्यहरू निकाल्न** ▪ **(०-१००) सम्मको वर्ग सङ्ख्या पहिचान गर्न** ▪ **रूढ खण्डीकरणबाट म.स.र ल.स. निकाल्न**	▪ प्राकृतिक सङ्ख्यालाई सङ्ख्या रेखामा प्रस्तुत गरी यसको सुरु र अन्त्य कहाँ रहेछ, अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस् । ▪ पूर्ण सङ्ख्यालाई सङ्ख्या रेखामा प्रस्तुत गरी यसको सुरु र अन्त्य कहाँ रहेछ, अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस् । ▪ प्राकृतिक सङ्ख्याको समूह र पूर्ण सङ्ख्याको समूहबिच के कस्ता समानता र फरकहरू छन् ? लेख्न दिनुहोस् । ▪ १५ लाई ३ ले भाग गरी २ ले गुणन गर्दा आउने गुणनफलबाट ५ कम गर्दा कति हुन्छ ? गणितीय वाक्य बनाई हल गर्न लगाउनुहोस् । ▪ कस्तो सङ्ख्यालाई २ र ३ ले नि:शेष भाग जान्छ ? के २ र ३ ले नि:शेष भाग जाने सङ्ख्यालाई ७ ले पनि नि:शेष भाग जान्छ ? कारणसहित लेख्न दिनुहोस् ।

	▪ **पूर्णाङ्क तथा अनुपातिक सङ्ख्याको परिचय दिन** ▪ **भिन्नको सरलीकरण गर्न** ▪ **दशमलबको शून्यान्त गर्न, दशमलव सङ्ख्याको गुणन गर्न, दशमलब सङ्ख्यालाई पूर्णाङ्कले भाग गर्न तथा दशमलव र भिन्न एक अर्कामा रूपान्तर गर्न** ▪ **प्रतिशत र अनुपातको सम्बन्ध बताउन तथा अनपुात र समानुपातको परिचय दिन** ▪ **नाफा तथा नोक्सानका समस्या हल गर्न** ▪ **प्रत्यक्ष विचरणमा आधारित ऐकिक नियमका समस्या समाधान गर्न** ▪ **साधारण व्याजको परिचय दिन र ऐकिक नियमद्वारा साधारण व्याज निकाल्न**	▪ कापीको एक पानामा १ देखि १०० सम्मका सङ्ख्याहरू लेख्न दिनुहोस् । रुढ सङ्ख्याहरूलाई काट्नुहोस् र संयुक्त सङ्ख्याहरूलाई गोलो लगाउन दिनुहोस् । ▪ ३० भन्दा साना ३ का अपवर्त्यहरू (Multiples) लख्नुहोस् । ५० का गुणनखण्डहरू (Factors) पनि लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा कक्षामा जति जना विद्यार्थीहरू थिए त्यत्तिकै सङ्ख्यामा प्रत्येकलाई कापी दिदै जाँदा जम्मा २२५ ओटा कापीहरू बाँडिएछन् भने उक्त कक्षामा कति जना विद्यार्थीहरू रहेछन् र प्रत्येकलाई कतिओटा कापी बाँडिएको रहेछ ? सोध्नुहोस् । ▪ ल.स. र म.स. को अर्थ के हो ? उदाहरणसहित लेख्न दिनुहोस् । ▪ दुईओटा घन्टीहरू क्रमशः २० मिनेट र ३० मिनेटको अन्तरमा बज्छन् । यदि दुबै घण्टीहरू बिहान ८ बजे एकैसाथ बजेका थिए भने त्यसपछि कति बजे फेरि एकैसाथ बज्लान् ? सोध्नुहोस् । ▪ एउटै सङ्ख्यारेखामा प्राकृतिक सङ्ख्याहरू (Natural Numbers), पूर्ण सङ्ख्याहरू (Whole Numbers) र पूर्णाङ्कहरू (Integers) देखाउन दिनुहोस् । ती सङ्ख्याहरूबिचको सम्बन्ध लेख्न दिनुहोस् । ▪ कुनै तीनओटा आनुपातिक सङ्ख्याहरू (Rational Numbers) लेख्न दिनुहोस् । के सबै आनुपातिक सङ्ख्याहरू पूर्णाङ्क हुन्छन् ? कारणसहित लेख्न दिनुहोस् । ▪ उत्रै दुईओटा आयतकार कागजका टुक्राहरू पहिलोमा २/३ र दोस्रोमा १०/१५ जनाउने गरी छाया पार्न दिनुहोस् । दुवै भिन्नले जनाउने भाग बराबर छन ? अवलोकन गरी लेख्न दिनुहोस् । ▪ नोर्बुसँग रु १०० थियो । बुवाले उसँग भएको पैसाको १/२ भाग थपिदिनुभयो । नोर्बुले अब आफूसँग भएको जम्मा पैसाको १/५ भाग आफ्नो बहिनीलाई दिएर बाँकीको पैसामा २/३ भागको केही सामान किन्यो भने अब नोर्बुसँग कति पैसा बाँकी छ ? सोध्नुहोस् । ▪ एउटा कागजको टुक्रालाई १०० बराबर भाग हुने गरी पट्याउनुहोस् र चारओटा भागहरूमा छाँया पार्नुहोस् । छाँया पारेको भागलाई भिन्न र दशमलवमा के भनिन्छ ? लेख्न दिनुहोस् ।

		▪ ठोस वस्तु (जस्तैः कागजको टुक्रा) को प्रयोग गरी २.५ × ३ को गुणन गर्न लगाउनुहोस् । ▪ एउटा विद्यालयमा ९० जना केटा र १३५ जना केटीहरू छन् भने केटी र केटाको अनुपात कति रहेछ ? जम्मा विद्यार्थीहरू र केटाहरूको अनुपात कति रहेछ ? सोध्नुहोस् । ▪ कस्तो अवस्थामा नाफा हुन्छ ? कस्तो अवस्थामा नोक्सान हुन्छ ? प्रत्येकको उदाहरण सहित लेख्न दिनुहोस् । ▪ यदि ६० पाइला हिँड्दा १०० मिटर (लगभग) हुन्छ भने १५० पाइला हिँड्दा लगभग कति मिटर होला ? सोध्नुहोस् । ▪ घर नजिकै कुनै सहकारी, बैङ्क वा समुदायमा आधारित बैङ्किङ कारोबार गर्ने समूहमा गई त्यहाँ बचत गर्ने र ऋण दिने कार्यको जानकारी लिई सावाँ, व्याजदर र व्याज भनेको के रहेछ ? लेख्न दिनुहोस् । ▪ समुदायमा रहेको बाल बचत समूहमा रु. २५०० प्रतिवर्ष १०% व्याज पाउने गरी ३ वर्षलाई राख्नुभयो भने ३ वर्षपछि जम्मा कति रकम फिर्ता पाउनुहुन्छ ? सोध्नुहोस् ।
तथ्याङ्कशास्त्र	▪ **आँकडा सङ्कलन गरी बारम्बारता तालिका तथा साधारण स्तम्भ चित्रको निर्माण गर्न**	▪ तपाईंको घरका परिवारका सदस्य र छिमेकी घरको सदस्यहरूलाई चिया, कफि र दुध के के मन पराउँदा रहेछन्, सवैलाई सोध्नुहोस् र उक्त जानकारीलाई बारम्बारता तालिकामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । ▪ घर नजिकैको स्टेसनरी पसलमा गएको हप्ताभरि बिक्री भएको कापीको सङ्ख्या सोध्नुहोस् र प्रत्येक बार (आइतबारदेखि शनिबार सम्म) बिक्री भएका कापीको सङ्ख्यालाई स्तम्भचित्रमा देखाउन लगाउनुहोस् ।
बीजगणित	▪ **बीजीय अभिव्यञ्जकको परिचय तथा तत्सम्बन्धी समस्या हल गर्न, बीजीय अभिव्यञ्जकहरूका चार क्रियाहरू गर्न** ▪ **एक चलयुक्त रेखीय समीकरणको हल गर्न, असमानता र ट्रिकोटोमी नियमको परिचय दिन**	▪ चल (Variable) र अचल (Constant) को दुई-दुईओटा उदाहरणहरू कारण सहित लेख्न दिनुहोस् । ▪ x मा ५ जोड्दा ७ हुन्छ भने x चल वा अचल के हो ? किन ? सोध्नुहोस् । ▪ y लाई ५ ले भाग गरि २ जोड्दा कति हुन्छ ? बीजीय अभिव्यञ्जकमा लेख्न दिनुहोस् ।

		▪ एउटाको रु. १० पर्ने a ओटा कलम र एउटाको रु. २० पर्ने b ओटा कापीहरू किन्दा जम्मा कति रुपियाँ पर्दछ ? बीजीय अभिव्यञ्जकमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ x^2 र x जनाउने एक एकओटा कागजका टुक्राहरू निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । ▪ सजातीय र विजातीय पदहरू भनेका के हुन् ? उदाहरणहरूसहित लेख्न दिनुहोस् । ▪ लम्बाइ 3x मि. र चौडाइ 2y मि. भएको एउटा आयतकार सतहको क्षेत्रफल कति हुन्छ ? सोध्नुहोस् । ▪ एउटा आयतकार सतहको क्षेत्रफल $(3x^2y + 9xy)$ वर्ग एकाइ र लम्बाइ 3xy एकाइ भए चौडाइ कति होला ? पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ असमानताका चिन्हहरू $<$, $>$, $\leq$ र $\geq$ प्रयोग गरी एक-एकओटा गणितीय वाक्यहरू निर्माण गर्नुहोस् र ती वाक्यहरू साँचो वा झुटो के हो ? लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा टोकरीमा ८० ओटा राम्रा स्याउहरू छन् र x ओटा कुहिएका स्याउहरू छन् । जम्मा १३० ओटा स्याउहरू छन् भने कुहिएका स्याउहरू कति छन् ? सोध्नुहोस् । ▪ पाठ्यपुस्तकमा दिइएको ट्रिकोटोमीका नियमहरू अध्ययन गरी प्रत्येकको एक एकओटा उदाहरण लेख्न दिनुहोस् ।

सामाजिक

यी क्रियाकलापहरू भौतिक रूपमा कक्षाकोठामा उपस्थित भएर शिक्षणसिकाइको कार्य गर्न नसकिने अवस्थामा साधारण टेलिफोन वा मोबाइल फोनको प्रयोग गरी गर्न सकिन्छ। यसको लागि विद्यालयको संयोजनमा, दैनिक पाठयोजनाअनुसार शिक्षकले अभिभावकलाई टेलिफोन वा सन्देश (एसएमएस) मार्फत सिकाइ क्रियाकलाप प्रदान गर्नुपर्दछ। सो क्रियाकलाप अभिभावकले बालबालिकालाई गराउनुपर्ने हुन्छ भने आवश्यक रूपमा शिक्षकले थप सहयोग प्रदान गर्न सकिने वातावरण निर्माण गर्नुपर्दछ। विस्तृतमा ‘टेलिफोनमा आधारित शिक्षणसिकाइ’ कार्यढाँचा हेर्नुहोस्।

<table>
<tr><th>विषय क्षेत्र</th><th>सिकाइ उपलब्धि</th><th>सिकाइ क्रियाकलाप</th></tr>
<tr><td rowspan="4">हामी र हाम्रो समाज</td><td>समाज र समुदायको अवधारण र समाज निर्माणका आधार उल्लेख गर्न</td><td>समाज र समुदायको समानता र भिन्नता छलफल गरी चार्टमा भर्न लगाउनुहोस् र समाज निर्माणका आधार र समाजको भूमिका बुँदागत लेख्न लगाउनुहोस्।
<table>
<tr><th colspan="2">समानता</th><th colspan="2">भिन्नता</th></tr>
<tr><td>समाज</td><td>समुदाय</td><td>समाज</td><td>समुदाय</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>गाउँपालिका र नगरपालिकाको परिचय दिई यसका संरचना र सेवाहरू उल्लेख गर्न</td><td>गाउँपालिका र नगरपालिकाको परिचय छलफल गर्नुहोस् र संरचनाको चार्ट निर्माण गर्न लगाउनुहोस्।</td></tr>
<tr><td>आफ्नो गाउँपालिका नगरपालिकाभित्र भएका विकासका कार्यहरूको सूची तयार गर्न</td><td>आफ्नो गाउँपालिका वा नगरपालिकाले गरेका विकास निर्माणका कार्यहरू के के रहेछन् वडा प्रतिनिधिलाई भेट गराई सोध्न लगाउनुहोस् र सोहीअनुसार सूची तयार गर्न लगाउनुहोस्।</td></tr>
<tr><td>विकासको पूर्वाधारको परिचय र महत्त्व उल्लेख गरी मुख्य मुख्य विकासका पूर्वाधारहरू पहिचना गर्न</td><td>विकास पूर्वाधारको परिचय बताउनुहोस् र आफ्नो गाउँमा शिक्षा, स्वास्थ्य र बाटोघाटोको विकास कसरी भइरहेको छ, छलफल गर्नुहोस् र सोही आधारमा बुँदागत रूपमा लेख्न लगाउनुहोस्।</td></tr>
<tr><td>हाम्रो सामाजिक मूल्यमान्यता</td><td>आत्मानुशासन र सामाजिक व्यवहारको पालना गर्न</td><td>मर्यादित व्यवहार, अनुशासन, नियम पालना, सत्यता, सहकार्य, संयमित, समाजमा घुलमिल, सामाजिक कार्यमा संलग्नता जस्ता विषयमा छलफल गरी आत्मानुशासनको परिचय दिनुहोस् र आफूले कसरी आत्मानुशासन कायम राख्न सकिन्छ बुँदागत रूपमा भन्न र लेख्न लगाउनुहोस्।</td></tr>
</table>

	विभिन्न प्रकारका चाडपर्वहरूको महत्व बोध गरी सम्मान गर्न	आफूले मान्ने चाडपर्वको सूची निर्माण गर्न लगाउनुहोस् र ती चाडपर्वको धार्मिक महत्त्व र सांस्कृतिक लेख्न लगाउनुहोस् ।
	राष्ट्रिय गौरवका आधारहरूको पहिचान गरी सोअनुरूप आचरण गर्न	हाम्रा गौरवका आधारहरू सामाजिक सांस्कृतिक विविधता, प्राकृतिक सौन्दर्यता, ऐतिहाँसिक सम्पदा र व्यक्तित्व, हाम्रा संस्कार र विस्व सम्पदा सूचीमा परेका सम्पदाहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् र नेपालको गौरव बढाउन तिनीहरूको महत्त्व वर्णन गर्न लगाउनुहोस् ।
	विभिन्न सांस्कृतिक तथा धार्मिक सम्पदा स्थलहरूको पहिचान गरी यसको महत्त्व र संरक्षणका उपायहरू बताउन	नेपालका मुख्य मुख्य धार्मिक र सांस्कृतिक सम्पदाहरूको चित्र पोस्टर देखाई राष्ट्रिय गौरवका वस्तु परिचित गराउनुहोस् र तिनीहरूको महत्त्व र संरक्षणका उपायहरू बुँदागत रूपमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
	नेपालका प्रेरणदायक राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरूको खोजी गरी सम्मान गर्न र उनीहरूको कामबाट प्रेरणा लिन	विभिन्न राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरूको फोटो देखाउनुहोस् र परिचय गराउँदै उनीहरुको योगदान बारे उल्लेख गर्न लगाउनुहोस् ।
	चरित्र निर्माणमा बाल क्लव स्काउटको भूमिका पहिचान तथा अभ्यास गर्न	विद्यालयमा वा समुदायमा बाल क्लवले गर्ने कार्य सूची बनाउन लगाउनुहोस् । साथै बाल क्लव संलग्न भई कार्य गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
नगरिक चेतना, कर्तव्य र अधिकार	**नागरिकको परिचय दिई नागरिक कर्त्वव्य र अधिकारप्रति सचेत रहन**	नागरिकको परिचय भन्न लगाई व्यक्तिगत, पारिवारिक र सामाजिक कर्तव्यहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
	लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यताको अवलम्बन गर्न	लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यताको उदाहरणसहित परिचय बताउनुहोस् र बुँदागत रूपमा महत्व लेख्न लगाउनुहोस् ।
	सामाजिक नियमको पालना गर्न	सामाजिक नियमबाट हुने फाइदाहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
	बालअधिकार र कर्तव्य पहिचान गरी बालअधिकारको उपयोगप्रति सचेत रहन	बालअधिकारभित्र पर्ने अधिकारहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् र कर्तव्य पालनाको महत्व बुँदागत रूपमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
	आफ्नो व्यक्तिगत तथा पारिवारिक सुरक्षा सम्बन्धमा सचेत रहन	व्यक्तिगत र पारिवारिक सुरक्षाका उपायहरू सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
	ट्राफिक नियमको जानकारी लिई पालना गर्न र अरूलाई सहयोग गर्न	ट्राफिक नियमका संङ्केत झल्कने चार्ट देखाई छलफलसहित नियम पालना गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् र ट्राफिक नियमका सङ्केत बनाउन लगाउनुहोस् ।

सामाजिक समस्या र समाधान	**सामाजिक विकृति र समस्याहरूको पहिचना र समाधानका उपायहरूको खोजी गर्न**	आफ्नो गाउँघरमा हुने गरेका सामाजिक विकृतिको उदाहरण प्रस्तुत गर्नुहोस् र सामाजिक विकृतिका प्रभाव र समाधानका उपायहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।
	सामाजिक समस्या समाधानमा व्यक्ति, परिवार र स्थानीय सङ्घसस्थाको भूमिका खोजी गर्न	सामाजिक विकृति र समस्या विरुद्ध सचेतना जगाउन सहयोग पुग्ने पाँचओटा नारा लेख्न लगाउनुहोस् ।
	परिवार र कक्षाकोठामा हुने द्वन्दको पहिचान गरी त्यसको उचित व्यवस्थापनमा सहभागि हुन	कक्षाकोठा वा घरपरिवारमा हुन सक्ने द्वन्द्व के के हुन सक्छन् छलफल गर्नुहोस् र द्वन्द समाधानका उपायहरू के के हुन सक्छन् बुदागत रूपमा भन्न र लेख्न लगाउनुहोस् ।
हाम्रो विगत	**नेपाल एकीकरणमा भएका प्रयासहरू उल्लेख गर्न**	नेपाल एकीकरणमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्ने व्यक्तिहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् र नेपाल एकीकरण उनीहरूको योगदान वर्णन गर्न लगाउनुहोस् ।
	नेपाल अङ्ग्रेज युद्ध र नेपाली सन्धिको विश्लेशण गर्न	सुगौली सन्धीको परिमाणहरू सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
	राणाकालिन राजनीतिक अवस्था तथा सामाजिक तथा आर्थिक अवस्थाको व्याख्या गर्न	राणाकालमा नेपालको राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक अवस्था कस्तो थियो तालिकामा देखाउन लगाउनुहोस् । राजनीतिक | सामाजिक | आर्थिक (रिक्त तालिका)
	वि.सं २००७ देखि जनआन्दोलन २०६३ सम्मको प्रमुख राजनीतिक घटना क्रम र सामाजिक तथा आर्थिक उपलब्धि बताउन	वि.स.२००७ साल देखि हालसम्मको मुख्य मुख्य राजनीतिक घटना बारे छलफल गर्दै सो समयमा सामाजिक र आर्थिक उपलब्धि के के भए सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
	सिन्धु उपत्यका र ह्वाङ्हो नदीको सभ्यताको वर्णन गर्न र त्यसले मानवजीवनमा पारेको प्रभाव उल्लेख गर्न	सिन्धु सभ्यता सम्बन्धि विवरण सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् र उक्त कुरा समेटी साथीलाई चिठी लेख्न लगाउनुहोस् ।
हाम्रा आर्थिक क्रियाकलाप	**आर्थिक क्रियाकलापको परिचय दिई महत्त्व बताउन**	नेपालको आर्थिक स्रोत तथा क्रियाकलापहरूको सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
	नेपालको आर्थिक स्रोत साधनहरूको परिचय र महत्त्व बताई यिनीहरूको सदुपयोग गर्न	नेपालमा कृषि क्षेत्रको महत्त्व वर्णन गर्न लगाउनुहोस् र कृषि क्षेत्रको वर्तमान अवस्था कस्तो छ बताउन लगाउनुहोस् ।

<table>
<tr><td rowspan="6">हाम्रो पृथ्वी</td><td>पृथ्वीको परिचय दिई आकार र संरचनालाई सचित्र देखाउन</td><td>आक्षाशं र देशान्तरबिच फरक छुट्याउन लगाउनुहोस् ।</td></tr>
<tr><td>पृथ्वीको बनोट वर्णन गर्न</td><td>उसिनेको अण्डा प्रयोग गरी पृथ्वीको आन्तरिक बनोट स्पष्ट पार्नुहोस् ।</td></tr>
<tr><td>नेपाललाई हावापानी, नदीनाला र वनस्पतिका आधारमा विभाजन गरी यिनीहरूको मानव जीवनसँगको सम्बन्ध उल्लेख गर्न</td><td>नेपाललाई हावापानी, नदीनाला र वनस्पतिका हिसावले वर्गीकरण गरी तालिकामा देखाउन लगाउनुहोस् :<table><tr><td>हावापानी</td><td>नदीनाला</td><td>वनस्पति</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table></td></tr>
<tr><td>प्राकृतिक स्रोतको वितरण र स्थानीयस्तरको सामाजिक आर्थिक जनजीवनबिचका सम्बन्ध पहिचान गर्न</td><td>जाडो र गर्मी स्थानमा उत्पादन हुने कृषिबालीहरूको सूची निर्माण गर्न लगाउनुहोस् ।</td></tr>
<tr><td>आफ्नो गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको नक्सामा विभिन्न तथ्यहरू प्रस्तुत गर्न</td><td>आफ्नो वडाको नक्सा बनाउन लगाउनुहोस् र नक्सामा वन, खोला, गाउँबस्ती, खेतीयोग्य जमिन, बाटो, खोलाको संङ्केत उपयुक्त ठाउँमा भर्न लगाउनुहोस् ।</td></tr>
<tr><td>विपतको परिचय दिई यसबाट बच्ने उपयहरू अवलम्बन गर्न</td><td>विपतका कारणहरू के के हुन सक्छन्, छलफल गर्नुहोस् र विपत व्यवस्थापनका उपायहरू के के हुन सक्छन् बुँदागत रूपमा लेख्न लगाउनुहोस् ।</td></tr>
<tr><td rowspan="3">हाम्रो जनसाङ्ख्यिक अवस्था</td><td>जनसाङ्ख्यिकीको परिचय दिई जनसङ्ख्याकाका तत्व र तथ्याङ्कका स्रोत वर्णन गर्न</td><td>जनसाङ्ख्यिकीको तत्त्वहरू के के हुन् र ती तत्त्वहरूले सामाजिक जीवनमा के के प्रभाव पार्दछ उल्लेख गर्न लगाउनुहोस् ।</td></tr>
<tr><td>नेपालको जनसाङ्ख्यिक अवस्थालाई तालिका, चार्ट वा रेखाचित्रमा प्रस्तुत गर्न</td><td>विद्यार्थीलाई तपाईंको टोल छिमेकीको ७ घरमा पठाउनुहोस् र जनसङ्ख्या टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । टिपोट गरिएको जनसङ्ख्यालाई तालिकामा देखाउन लगाउनुहोस् ।<table><tr><td rowspan="2">घर सं</td><td colspan="3">जनसङ्ख्या</td></tr><tr><td>महिला</td><td>पुरुष</td><td>जम्मा</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table></td></tr>
<tr><td>जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको परिचय र महत्व बताई व्यवस्थापनका उपायहरू उल्लेख गर्न</td><td>विद्यार्थीलाई आफ्नो वडा कार्यलयमा पठाउनुहोस् र वडा कार्यलयले जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका खेलेका भूमिका सोधखोज गरी लेखेर ल्याउन लगाउनुहोस् ।</td></tr>
</table>

अन्तर्राट्रिय सम्बन्ध, समसामयिक घटना र सूचना प्रविधि	**नेपालको अन्तर्राट्रिय सम्बन्ध र सहयोगको अवस्था उल्लेख गर्न**	अन्तराष्ट्रिय सम्बन्ध र सहयोगबाट तपाईंको गाउँमा भएका विकास छलफल गर्नुहोस् र अन्तराष्ट्रिय सम्बन्ध र सहयोगबाट गाउँलाई भएको पाँच फाइदा लेख्न लगाउनुहोस् ।
	सूचना प्रविधिको परिचय दिन र उचित प्रयोग गर्न	सूचना र प्रविधिका साधनहरूको सूची निर्माण गर्न लगाउनुहोस् र आफूले प्रयोग गरेका सूचना प्रविधिबाट भएको पाँच फाइदाहरू लेख्न लगाउनुहोस्
	समसामयिक गतिविधि र घटनाहरूको सङ्कलन गरी त्यसको प्रभाव बताउन	नियमित एकहप्तासम्म टिभी वा रेडियोमा समाचार सुन्न लगाउनुहोस् र एकहप्ताभित्र के के समसामयिक राजनीतिक, सामाजिक र आर्थिक घटना घट्छ टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

विज्ञान तथा वातावरण

यी क्रियाकलापहरू भौतिक रूपमा कक्षाकोठामा उपस्थित भएर शिक्षणसिकाइको कार्य गर्न नसकिने अवस्थामा साधारण टेलिफोन वा मोबाइल फोनको प्रयोग गरी गर्न सकिन्छ। यसको लागि विद्यालयको संयोजनमा, दैनिक पाठयोजनाअनुसार शिक्षकले अभिभावकलाई टेलिफोन वा सन्देश (एसएमएस) मार्फत सिकाइ क्रियाकलाप प्रदान गर्नुपर्दछ। सो क्रियाकलाप अभिभावकले बालबालिकालाई गराउनुपर्ने हुन्छ भने आवश्यक रूपमा शिक्षकले थप सहयोग प्रदान गर्न सकिने वातावरण निर्माण गर्नुपर्दछ। विस्तृतमा 'टेलिफोनमा आधारित शिक्षणसिकाइ' कार्यढाँचा हेर्नुहोस्।

विषयक्षेत्र	सिकाइ उपलब्धि	क्रिंयाकलाप
नाप	▪ **दैनिक जीवनमा नापको आवश्यकता बताउन नाप र एकाइको प्रयाग गर्न** ▪ **लम्बाइ, पिण्ड र समयको ठुला र साना एकाइहरू प्रयोग गर्न** ▪ **मापनका साधारण प्रकारहरू चिन्न र प्रयोग गर्न**	▪ बालबालिकाको कोठाको टेबुल र तन्नालाई अभिभावकको, हातले नाप्नुहोस् र बालबालिकाको हातले नाप्न लगाउनुहोस्। उक्त नापको छलफल गरि निष्कर्ष निकाल्न लगाउनुहोस्। ▪ कोठाको टेबुल र तन्नालाई स्केल वा इन्चि टेपले नाप्न दिनुहोस् र तपाईंले पनि नापेर देखाउनुहोस् र नापमा एकरूपता आयो कि आएन, छलफल गरि निष्कर्ष निकाल्न लगाउनुहोस्। ▪ बालबालिकाको किताबको लम्बाइ र चौडाइ सेन्टिमिटरमा नाप्न दिनुहोस् र उक्त सेन्टिमिटरलाई मिटरमा परिवर्तन गर्न दिनुहोस्।
बल र गति	▪ **बलको परिचय दिई यसका नाप र एकाइ व्यक्त गर्न** ▪ **बलका विभिन्न असरहरू वर्णन गर्न** ▪ **बलको प्रयोगबाट वस्तुलाई विश्राम र चाल अवस्थामा ल्याउने परिवतर्न प्रदर्शन गर्न**	▪ बेलुनमा पानी भर्न दिनुहोस् र बलको प्रयोग गर्दा वस्तुको अवस्थामा के.के परिवर्तन भयो ? अवलोकन गर्न दिनुहोस् र देखिएको परिवर्तन आफ्नो कापी टिपोट गनुहोस्। ▪ खुट्टाले फुटबल हान्दा फुटबलमा बलको प्रयोगले के परिवर्तन भयो ? लेख्न दिनुहोस्। ▪ वरिपरि रहेका वस्तुहरू जस्तै घर, रुख, टेवुल आदि अवलोकन गर्न दिनुहोस् र विश्राम अवस्था वा चाल कुन अवस्थामा रहेका छन् भनि छलफल गर्नुहोस्। कुनै पाँचओटा कापीमा टिपोट गराउनुहोस्।

		▪ वरिपरि रहेका वस्तुहरू विश्राम वा चाल कुन अवस्थामा छन् पत्ता लगाउन दिनुहोस् र त्यसलाई तालिकामा राख्न दिनुहोस् ।
सरल यन्त्र	▪ **दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने सरल यन्त्रहरू (उपकरण) को नाम बताउन** ▪ **सरल यन्त्रहरूको उपयोगिता बताउन**	▪ घरमा प्रयोग हुने कुनै पाँचओटा उपकरणहरू लेख्न दिनुहोस् । ▪ घरमा भएका ती उपकरणहरूको प्रयोग कुन काममा प्रयोग गरिन्छ लेख्न दिनुहोस् । बालबालिकालाई थाहा नभएका उपकरण बारे सिकाइ दिनुहोस् । ▪ घरमा प्रयोग हुने कुनै दुई उपकरणको चित्र बनाएर उक्त उपकरणको काम लेख्न दिनुहोस् । ▪ कुनै एक सरल यन्त्रको चित्र कापीमा बनाउन दिनुहोस् । चित्रमा आलम्ब, तौल र बल देखाउन दिनुहोस् । ▪ घरमा काठको मुढो काट्नलाई कुन सरल यन्त्र प्रयोग गर्न सकिन्छ सोध्नुहोस् । ▪ दैनिक प्रयोग गर्ने सरल यन्त्र प्रयोगको फाइदाहरूको बारेमा छलफल गरी कापीमा लेखाउनुहोस् ।
ताप	▪ **तापका विभिन्न स्रोत हरू बताउन र वर्णन गर्न** ▪ **दैनिक जीवनमा तापका असरहरू (आयतन र अवस्थामा परिवर्तन) प्रदर्शन गर्न** ▪ **ताप शक्तिको उपयोगिता वर्णन गर्न**	▪ एउटा मैनबत्ती वा दियो ल्याउनुहोस् । त्यसलाई बाल्नुहोस् सो अवश्थामा कस्तो परिवर्तन आयो, टिपोट गराउनुहोस् । ▪ तापको कुनै पाँच स्रोतहरूको चर्चा गराउनुहोस् र उक्त स्रोतहरूको उपयोगिताको छलफल गरी लेख्न दिनुहोस् । ▪ पानीलाई चियादानीमा राखेर त्यस चियादानीलाई तताउँदा पानीको आयतनमा कस्तो परिवर्तन आउँछ कापीमा लेखाउनुहोस् । ▪ सूर्यको तापको उपयोगिता घरमा कुन कुन कार्यमा भएको छ लेख्न दिनुहोस् । ▪ जाडो समयमा कालो कपडा लगाउनुको कारण छलफल गर्नुहोस् र त्यसको कारण लेख्न दिनुहोस् । ▪ जाडो समयमा कोठाको तापक्रम घट्न नदिन के के गर्नुपर्ला छलफल गर्नुहोस् र उक्त उपायहरू टिपोट गर्न दिनुहोस् ।

प्रकाश	▪ प्रकाशका विभिन्न स्रोतहरू बताउन ▪ दिप्त र अदिप्त वस्तुको परिभाषा दिन र त्यस्ता वस्तुहरू चिन्न ▪ पारदर्शक, अपारदर्शक र अर्ध पारदर्शक वस्तुका गुणहरू र उपयोगिता बताउन र प्रदर्शन गर्न ▪ प्रकाश र सरल रेखामा जाने क्रिया प्रयोग गरी देखाउन र व्याख्या गर्न	▪ वरिपरिका वस्तुहरू जस्तै ऐनाको टुक्रा, काँचको टुक्रा, बुट्टा भएको काँच ट्रेसिङ पेपरको टुक्रा, तेल दलेको कागजको टुक्रा आदि सङ्कलन गरी तिनीहरूमा घाम छिर्छ कि छिर्दैन, अवलोकन गर्न दिनुहोस् । प्रयोग गर्दा कस्तो परिणाम प्राप्त हुन्छ तालिका बनाउन दिनुहोस् । ▪ प्रकाशको स्रोतहरू के के हुन् ? ती स्रोतहरूको बारेमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ वरिपरि भएका वस्तुहरूको अवलोकन गरी ती वस्तुले प्रकाश उत्पन्न गर्नसक्छन् वा सक्दैनन् वर्गीकरण गर्न दिनुहोस् ।
ध्वनि	▪ ध्वनिको परिचय दिई यसका स्रोतहरू बताउन ▪ वस्तु र ठोकाइ अनुसार त्यसबाट निस्कने ध्वनिमा भिन्नता प्रदर्शन गर्न	▪ बालबालिकाले देखेका कुनै चारओटा ध्वनिको स्रोतहरू लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा स्टिलको गिलास टेबुलमा राख्नुहोस् । गिलासको किनारमा सिसाकलमले ठोक्नुहोस् । ध्वनि निस्कन्छ । ध्वनि आइरहेको गिलास हातले बालबालिकालाई समाउन दिनुहोस् । के महसुस भयो ? हातले समाउने बित्तिकै ध्वनि निस्कन पनि बन्द हुन्छ कि ? छलफल गर्नुहोस् । ▪ स्टिल र प्लास्टिकको गिलास खस्दा आउने ध्वनिमा कुनको तीक्ष्णता बढी छ ? कस्तो कस्तो वस्तुबाट निस्कने ध्वनि बढी तीक्ष्ण हुन्छ भनी परीक्षण गरी निष्कर्ष लेख्न दिनुहोस् । ▪ टेबलको एक छेउमा बालबालिकाको कान थाप्न दिनुहोस् अर्को टेबलको छेउमा सिसाकलमले हल्का किसिमले ठोक्नुहोस् । पहिलो पल्ट टेबलमा कान थापेर र अर्को पल्ट कान नथापीकन ध्वनि सुन्न दिनुहोस् । कुन अवस्थामा कानबाट बढी ध्वनि सुन्यो छलफल गरी निष्कर्ष लेख्न दिनुहोस् ।
चुम्बक	▪ चुम्बकको परिचय दिई त्यसका गुणहरू बताउन र प्रदर्शन गर्न ▪ चुम्बकीय र अचुम्बकीय वस्तुहरू छुट्याउन	▪ वरिपरि भएका केही वस्तुहरू सङ्कलन गर्न दिनुहोस् । ती वस्तुहरू चुम्बकको सहायताले चुम्बकीय र अचुम्बकीय वस्तु छुटाई तालिका बनाउन दिनुहोस् । ▪ चुम्बकको प्रयोग हुने कुनै चारओटा उपकरणहरूको नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

	▪ **चुम्बकमा चुम्बकीय धुवहरू चिन्ने बिधि वर्णन र प्रदर्शन गर्न** ▪ **चुम्बकीय क्षेत्र व्याख्या गर्न र पत्ता गर्न**	▪ पाठ्यपुस्तकको सहयोगमा चुम्बकीय गुणहरू लेख्न लगाउनुहोस् ।
विद्युत्	▪ **विद्युत्को परिचय दिन र स्रोत पहिचान गर्न** ▪ **साधारण विद्युत् परिपथ तयार पार्न र व्याख्या गर्न** ▪ **सुचालक, अचालक र अर्धचालक वस्तहरू छुट्याउन**	▪ घरमा विद्युत् शक्ति कुनकुन कार्यमा प्रयोग भएको छ तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । ▪ बालबालिकाले वरिपरि कुन कुन विद्युत् स्रोतहरू देखेको छ र त्यसले कुन शक्तिको रूपान्तरणबाट विद्युत् शक्तिमा परिणत हुन्छ छलफल गरी कापीमा लेख्न लगाउनुहोस् । ▪ एउटा ड्राइसेल बल्ब र तार जोडेर एउटा विद्युत् परिपथ तयार पार्न दिनुहोस् र त्यसमा काठ, खर, प्लास्टिक, ढुङ्गा, सिक्का, पिन, किला, इरेजर आदि वस्तु सङ्कलन गरी सङ्कलन गरिएका वस्तु सुचालक, अचालक र अर्धचालक वस्तु हुन् भनेर छुट्याउन दिनुहोस् । ▪ एउटा सेल तार, बत्ती र स्विच जोडेको परिपथको चित्र बनाउन दिनुहोस् ।
जीवहरू	▪ **जनावर र बिरुवालाई अनुकूलताका आभारमा सरल वर्गीकरण गर्न** ▪ **विभिन्न वासस्थानमा पाइने जीवहरूको अवलोकन गरी वणर्न गर्न** ▪ **ढाड नभएका जनावरहरूको बर्गीकरण गर्न**	▪ वरिपरि रहेका जीवहरूको चाल, लक्षण र गुणको आधारमा जनावर र बिरुवा गरी दुई भागमा विभाजन गर्न दिनुहोस् । ▪ वरिपरि पाइने कुनै एकओटा बिरुवा र एकओटा जनावरको अवलोकन गर्न दिनुहोस् । तिनीहरूमा देखिएको भिन्नताहरू लेख्न र चित्र कोर्न दिनुहोस् । ▪ पानीमा बस्ने माछाको अवलोकन गराउनुहोस् र तिनका गुणहरूको बारेमो कापीमा टिपोट गराउनुहोस् । ▪ तपाईंको क्षेत्रमा पाइने जनावरहरू र तिनको गुणहरूको बारेमा छलफल गरी कापीमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ हावामा उड्ने, दुलोभित्र बस्ने र रुखमा बस्ने जनावरहरूको अवलोकन गरी तिनीहरूका दुई दुईओटा गुणहरू र तिनीहरूको उदाहरणसहित कापीमा लेखाउनुहोस् । ▪ तपाईंको क्षेत्रमा पाइने बिरुवाहरू मध्ये कुनै पाँचओटा बिरुवाको नाम र गुणहरू लेखाउनुहोस् ।

		▪ तपाईंको वरिपरि रहेको तरकारी बारी तथा नजिकको खेत, पाखामा देखिने बिरुवाहरूको अवलोकन गरी तिनीहरू एक दलीय र दुई दलीय बिरुवाहरू छुट्याउन दिनुहोस् । ▪ एक दलीय र दुई दलीय बिरुवाहरूको जरा, पात र बिउको बारेमा छलफल गरी त्यसको टिपोट तयार गराउनुहोस् । ▪ तपाईंको घरवरिपरि रहेको विभिन्न प्रकारको जनावरहरूको अवलोकन गरी ढाड नभएका जीवहरूको नाम र तिनीहरूका लक्षणको बारेमो कापीमा लेखाउनुहोस् । ▪ तपाईंको वरिपरि पाइने बिरुवाहरूको आयुको आधारमा वर्गीकरण गर्नको लागि सहयोग गरिदिनुहोस् र त्यसको तालिका बनाउन दिनुहोस् ।
कोष र तन्तु	▪ **जनावर कोष र बिरुवा कोषका अध्ययन गरी भिन्नता छुट्याउन** ▪ **कोषका कार्यहरू वर्णन गर्न**	▪ पाठ्यपुस्तकको प्रयोग गरी बिरुवा र जनावर कोषको चित्र बनाई कोषको भागहरूको नाम लेखाउनुहोस् । ▪ विभिन्न रङ्का धागो, फोम, स-साना रङ्गीन दानाहरू तथा विभिन्न फलका बिउहरूको सङ्कलन गराउनुहोस् । आवश्यकता अनुसारको साइजको प्लाइ काठको टुक्रा लिन लगाउनुहोस् । उक्त सामग्री प्रयोग गरी कोषका विभिन्न भागहरू बन्ने गरी टाँस्न दिनुहोस् र तिनीहरूको नामकरण गराउनुहोस् ।
जीवन प्रक्रिया	▪ **बिरुवाको जरा, काण्ड र पातको सामान्य कार्यहरू व्यक्त गर्न** ▪ **बिरुवामा हुने शोषण, परिवहन र उत्स्वेदन क्रियाको व्याख्या र प्रदर्शन गर्न**	▪ जरासहितको एउटा बिरुवा लिनुहोस् । उक्त बिरुवाको विभिन्न भागको अवलोकन गराउनुहोस् । जमिनमुनि र जमिन माथिको भागको बनोट तथा रङ्मा के फरक छ । छलफल गराउनुहोस् । ▪ बिरुवाको पातहरू झर्ने समयमा कस्तो रङ्को देखिन्छ अवलोकन गराउनुहोस् र कारण पत्ता लगाउन दिनुहोस् । ▪ बिरुवाले सञ्चालन गर्ने विभिन्न प्रक्रियाको बारेमा छलफल गर्नुहोस् । बिरुवाको जीवन प्रक्रियाको बारेमा लेखाउनुहोस् ।
पदार्थ	▪ **पदार्थको परिचय दिन र पदार्थका भौतिक गुणहरू (आयातन र पिण्ड) व्यक्त गर्न**	▪ घरभित्र र वरिपरि पाउने ठोस, तरल र ग्याँस पदार्थको नाम तालिका बनाई लेखाउनुहोस् ।

	▪ पदार्थ विभिन्न अवस्था (ठोस, तरल र ग्याँस) र तिनीहरूबिचको अन्तर सम्बन्ध प्रयोग गरी देखाउन ▪ तत्व र योगिकको उदाहरणसहित परिभाषा दिई सामान्य वर्गीकरण गर्न	
मिश्रण	▪ मिश्रणको परिचय दिई समान र असमान मिश्रणको उदाहरणसहित व्याख्या गर्न ▪ असमान मिश्रणमा भएका अवयवहरू छुट्याउने केही सरल विधिहरू (थिग्याउने, चुम्बकीय विधि) प्रयोगद्वारा देखाउन	▪ एउटा बोटलमा पानी र बालुवा मिसाउन दिनुहोस् । उक्त मिश्रणलाई कसरी छुट्याउने भनेर छलफल गर्नुहोस् र उक्त विधिको बारेमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ गाँउ घरमा दुधबाट फ्याट (चिल्लो पदार्थ) छुट्याउने विधिको अवलोकन गराउनुहोस् र सो बारे कापीमा टिपोट गराउनुहोस् । ▪ गाँउमा भएको धमिलो पानीलाई सफा पानी बनाई पिउन योग्य बनाउन के गर्नुपर्ला छलफल गर्नुहोस् र धमिलो पानीलाई पिउन योग्य बनाई देखाउन लगाउनुहोस् । ▪ कुनै चारओटा मिश्रण तयार गरी समान र असमान मिश्रण छुट्याउन सहयोग गर्नुहोस् । ▪ धान र भुसको मिश्रण कसरी छुट्याउनु हुन्छ? छलफल गरी उक्त विधि बारे लेख्न दिनुहोस् ।
हावा	▪ हावालाई मिश्रणका रूपमा परिचय दिई यसको बनोट वर्णन गर्न ▪ हावाका गुणहरू व्यक्त गर्न	▪ एउटा गिलास लिनुहोस् । त्यमा चुनपानी राख्नुहोस् । अब एउटा मसिनो नली चुनपानी भएको गिलासमा राखी मुखले फुक्न दिनुहोस् अनि केही बेर अवलोकन गरी त्यसमा भएको परिवर्तन र कारण लेख्न दिनुहोस् । ▪ हावामा भएका प्रमुख ग्यासहरू जस्तै नाईट्रोजन, अक्सिजनको उपयोगिता लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा स्टिलको गिलासमा आधापानी र त्यसमा दुई चार ओटा बरफका टुक्रा राख्न दिनुहोस् । केही छिनपछि हेर्दा के देखिन्छ ? त्यसको कारण लेख्न दिनुहोस् ।
धतु र अधातु	▪ धातु र अधातुको परिचय दिन	▪ वरिपरि भएका पाँच पाँचओटा धातु र अधातु सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।

	▪ **दैनिक जीवनमा धातु र अधातुको उपयोगिता व्यक्त गर्न**	▪ सङ्कलन गरिएका पाँचओटा धातुलाई अवलोकन गरी तिनीहरूको पाँचओटा गुणहरू लेख्न दिनुहोस् । ▪ सङ्कलन गरिएका पाँच पाँचओटा धातु र अधातुहरू हामीले दैनिक जीवनमा कहाँ उपयोग गरेका छौ ? त्यसको उपयोगिता लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा फलामको छड र उही आकारको काठको टुक्रा लिनुहोस् । दुवैको छेउ समात्न दिनुहोस् र अर्को छेउ एउटा बलिरहेको मैनबत्तीको ज्वाला नजिक राख्नुहोस् । एकछिनपछि दुवैमा के फरक आँउछ हेर्न दिनुहोस् ।
केही उपयोगी रसायनहरू	▪ **'दैनिक जीवनमा उपयोगी केही रसायनहरू (खानेसोडा, घिउ, चुक अमिलो, चिनी, खानेनुन) को परिचय र उपयोगीता व्यक्त गर्न**	▪ दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने विभिन्न प्रकारका रसायनहरूबाट बनेको वस्तुहरूबारे छलफल गर्नुहोस् र टिपोट गर्न दिनुहोस् । ▪ घरमा भेटिएका रसायनहरूको उपयोगिताको बारेमा कापीमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
पृथ्वीको बनावट	▪ **पृथ्वीको बाहिरी र आन्तरिक बनावटको वर्णन गर्न**	▪ कुखुराको एउटा अण्डा लिनुहोस् । त्यसलाई तातो पानीमा उमाली बोक्रा सहित चक्कुले दुई भाग हुने गरी काट्नुहोस् र बालबालिकालाई देखाउनुहोस् । अब यसको भित्री बनोटलाई पृथ्वीको बनोटसँग तुलना गर्न दिनुहोस् । ▪ वरिपरि देखिने नदी, डाँडा, पहाड, खोला आदिको दृश्य कापीमा चित्र कार्न दिनुहोस् ।
मौसम	▪ **मौसमको परिचय दिन र यसका प्रकार वर्णन गर्न** ▪ **प्रकृतिमा हुने जलचक्रको वर्णन गर्न र प्रदर्शन गरी देखाउन ।**	▪ मौसमको अनुमान गर्ने सरल उपायहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् र उक्त छलफलको निष्कर्ष कापीमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ एउटा कित्लीमा आधा जति पानी तताउनुहोस् । पानी उमलेर त्यसको टुटीबाट बाफ निस्कन थालेपछि टुटीमाथि चिसो प्लेट राख्न दिनुहोस् । प्लेटको तलपट्टि पानीका थोपाहरू जम्मा हुँदै गएको र केही छिनमा थोपाथोपा भई तल झरेको देखिन्छ । यस्तो किन भएको छलफल गरेर लेख्न दिनुहोस् । ▪ पृथ्वीमा चल्ने जल चक्रको एउटा सफा चित्र बनाई रङ भर्न दिनुहोस् ।

सौर्यमण्डल	▪ सूर्य, पृथ्वी र चन्द्रमाको आकार र आपसी दुरीको तुलना गर्न ▪ सौर्यमण्डलको जानकारी, सूर्य ग्रहण, चन्द्र ग्रहण कसरी लाग्छ जानकारी गर्न	▪ पृथ्वीमा जीवन सम्भव हुनुको कारण छलफल गरी त्यसको निष्कर्ष कापीमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ सूर्य ग्रहणको चित्र कोर्न दिनुहोस् र यो कसरी लाग्छ छलफल गर्नुहोस् । सूर्य ग्रहणको बारेमा हाम्रो समाजका धारणाको बारेमा पनि छलफल गर्नुहोस् र लेख्न दिनुहोस् । ▪ विज्ञान किताबबाट ग्रहहरूको बारेमा रोचक तथ्यहरू सङ्कलन गरेर लेख्न दिनुहोस् । ▪ सौर्यमण्डलको सफा चित्र बनाउन दिनुहोस् ।
वतावरण र यसको सन्तुलन	▪ वातावरणको परिचय दिई महत्त्व व्यक्त गर्न ▪ अजैविक र जैविक अवयवको परिचय दिन र यिनीहरूबिचका अन्तर सम्बन्ध पहिल्याई वर्णन गर्न ▪ वातावरण सन्तुलनको परिचय, महत्त्व र आवश्यकता बुझी वातावरण सन्तुलनका योगदान गर्न ▪ प्राकृतिक स्रोतको परिचय र महत्व बताउन	▪ घर नजिकको कुनै स्थानको अवलोकन गरी त्यहाँ देखिने वस्तुहरूको सूची तयार पार्न दिनुहोस् । ▪ घर नजिकको कुनै स्थानमा गई कुनै पाँच पाँचओटा जैविक र अजैविक वस्तुहरू संकलन गरी तिनीहरूको नाम लेख्न दिनुहोस् । ▪ जैविक अवयवहरू उत्पादक, उपभोक्ता र विच्छेदकको आपसी सम्बन्धको बारेमा वरिपरि अवलोकन गरी उदाहरणसहित कापीमा लेख्न दिनुहोस् । ▪ तपाइँ बसोबास गर्नुभएको स्थानमा पानीको के कस्तो स्रोतहरू छन् । ती पानीको स्रोतहरूको के काममा प्रयोग गरिन्छ ? त्यसबारे अवलोकन गरी ती स्रोतहरूको संरक्षण गरिएका प्रयासहरूको बारे छलफल गरी लेख्न दिनुहोस् ।
वातावरण ह्रास तथा यसको संरक्षण	▪ वातावरण ह्रासको अर्थ बताई वातावरण ह्रास हुनुका कारणहरू (प्राकृतिक र मानवीय) को वर्णन गर्न ▪ प्राकृतिक प्रकोप (बाढी, पहिरो र आगलागी) हुने कारणहरू र यसबाट बच्ने उपायहरू व्यक्त गर्न ▪ वातावरण संरक्षणको आवश्यकता महसुस गरी यसको संरक्षणमा तत्परता देखाउन	▪ वरिपरिको वन जङ्गलको अवलोकन गर्न दिनुहोस् । त्यो जङ्गलको अवस्था र त्यस वन जङ्गललाई राम्रो गर्न के-के गर्नुपर्ला छलफल गरी छोटो विवरण लेख्न दिनुहोस् । ▪ तपाईंको क्षेत्रमा कुन प्रकृतिक प्रकोपको जोखिम बढी छ छलफल गर्नुहोस् । यी प्राकृतिक प्रकोपको कारण, असर र रोकथामको उपायहरू लेख्न दिनुहोस् । ▪ घर वरिपरिको सरसफाइको अवस्था कस्तो छ अवलोकन गर्न दिनुहोस् र सरसफाई सम्बन्धमा छलफल गरी त्यसको उपायहरू लेख्न दिनुहोस् ।

		▪ स्थानीय स्तरमा वातावरण संरक्षाण केकस्ता प्रयासहरू भएका छन् छलफल गर्नुहोस् र त्यस बारे लेख्न दिनुहोस् ।
वातावरण र दिगो विकास	▪ **दिगो विकासको परिचय र महत्त्व बताउन** ▪ **जनसंख्या, वातावरण र विकासबिचको अन्तर सम्बन्ध व्याख्या गर्न**	▪ तपाईंको क्षेत्रमा केकस्ता दिगो विकासका कार्यहरू भएका छन् तिनको सूची तयार गर्न दिनुहोस् र कुनै दुईको छोटो वर्णन गर्न दिनुहोस् । ▪ दिगो विकास किन आवश्यक हुन्छ ? कुनै चारओटा बुँदा लेख्न दिनुहोस् । ▪ स्थानीय वातावरण संरक्षणसम्बन्धी भइरहेको गतिविधिको सूची तयार पार्न दिनुहोस् । ती गतिविधिबाट दिगो विकासमा पुग्न सक्ने योगदानको बारेमा प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउनुहोस् । ▪ तपाईंको क्षेत्रका मानिसले वन जङ्गलबाट के के फाइदा पाइरहेका छन् ? वनजङ्गल जोगाउन स्थानीय जनसमुदायको पहल कस्तो पाउनुभएको छ ? यी प्रश्नहरूको छोटो विवरण लेख्न दिनुहोस् ।