थप जानकारीको लागि

अनौपचारिक शिक्षा राष्ट्रिय स्रोत केन्द्र, नेपाल
फोन नं : ५५३४४१६, फ्याक्स : ५५४१६८९
पो.ब.नं. : २७० पाटन, ललितपुर
इमेल : nrc-nfe@acculrc.wlink.com.np
वेब साइट : www.nrc-nfe.org.np

अनौपचारिक शिक्षा केन्द्र, सानोठिमी, भक्तपुर
फोन नं : ६६३१२८८, फ्याक्स : ६६३१२८०
पो.ब.नं. : २१०४५, काठमाडौं
इमेल : nfec@mos.com.np
वेब साइट : http://www.nfec.gov.np

साक्षरोत्तर शिक्षा कार्यक्रम

मेरो साक्षरोत्तर पुस्तक शिक्षण अध्ययन सामग्री

अनौपचारिक शिक्षा राष्ट्रिय स्रोत केन्द्र, नेपाल, २०७१

अनौपचारिक शिक्षा राष्ट्रिय स्रोत केन्द्र, नेपाल
पाटन, ललितपुर
२०७१

National Federation of
UNESCO
Associations in Japan

नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
अनौपचारिक शिक्षा केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

अध्ययन सामग्री

परिचय

साक्षरता नेपाल अभियानबाट साक्षर भएका नवसाक्षरहरुको लागि निरन्तर सिकाइ अवसर प्रदान गरी उनीहरुको साक्षरता सीप अभिवृद्धि र थप कार्यमूलक ज्ञान, सीप, सूचना दिन ३ महिने साक्षरोत्तर शिक्षा कार्यक्रम संचालन भई आएको छ । साक्षर नेपाल अभियानको सिकाइ उपलब्धिको आधारमा सिकाइ स्तर मिल्ने गरी साक्षरोत्तर शिक्षा कार्यक्रमका लागि अनौपचारिक शिक्षा राष्ट्रिय स्रोत केन्द्र, नेपालले **"मेरो साक्षरोत्तर पुस्तक २०७१"** निर्माण गरिएको छ । सो पुस्तक प्रयोग गरी साक्षरोत्तर शिक्षा कार्यक्रम प्रभावकारी रुपले संचालन गर्न सहयोगी कार्यकर्ताहरुलाई सहयोग पुगोस् भन्ने उद्देश्यले यो अध्ययन सामग्री निर्माण गरिएको छ । यसमा शिक्षण सिकाइका विभिन्न पक्षहरुलाई समेटी निम्न विषयवस्तुहरु समावेश गरिएका छन् ।

१. साक्षर नेपाल अभियान तथा अनौपचारिक शिक्षा कार्यक्रमहरु
२. जीवनपर्यन्त/आजीवन शिक्षा
३. औपचारिक शिक्षा र अनौपचारिक शिक्षाका केही भिन्नताहरु
४. अनौपचारिक शिक्षाका सिद्धान्तहरु
५. साक्षरोत्तर कार्यक्रमका सिकाइ उपलब्धिहरू
६. प्रौढ सहभागीहरुको मनोविज्ञान
७. शिक्षणका चरणहरु
८. शिक्षण क्रियाकलाप/पाइलाहरू
९. कार्यमूलक विषयवस्तु सिकाउने शिक्षण विधिहरू
१०. सहभागी केन्द्रित विधिहरु
११. विभिन्न सामाग्रीहरु
१२. पाठयोजना
१३. सुक्ष्म शिक्षण - पाठको विस्तृतीकरण
१४. कक्षाको समय व्यवस्थापन
१५. पाठको स्थानीयकरण
१६. सिकाइ उपलब्धी मूल्याङ्कन
१७. कक्षालाई रोचक बनाउने तरिका
१८. कक्षा व्यवस्थापन
१९. समुदाय परिचालन
२०. स.का.को भूमिका
२१. पुस्तक विश्लेषण

१. अनौपचारिक शिक्षा कार्यक्रमहरु

विभिन्न कारणले विद्यालयी शिक्षाबाट वन्चित केटाकेटी, युवा युवती तथा प्रौढहरुलाई दिइने शिक्षालाई अनौपचारिक शिक्षा भनिन्छ । नेपालमा संचालित अनौपचारिक शिक्षाका कार्यक्रमहरु निम्न प्रकारका छन् :

- साक्षर नेपाल अभियान
- आधारभूत प्रौढ कक्षा
- साक्षरोत्तर शिक्षा
- महिला शिक्षा
- वैकल्पिक विद्यालय कार्यक्रम
- अनौपचारिक प्रौढ विद्यालय
- आयआर्जन कार्यक्रम
- खुला नि.मा.वि.कार्यक्रम
- सामुदायिक अध्ययन केन्द्र

१.१ साक्षर नेपाल अभियान

सबै निरक्षर व्यक्तिहरुमा साक्षरताका न्यूनतम मापदण्ड पुरा गर्न सक्ने सीप विकास गर्न सामाजिक महोत्सव वा अभियानका रुपमा राज्यका सबै संयन्त्र परिचालित गरी सन् २०१५ सम्ममा नेपालबाट निरक्षरता उन्मूलन गर्ने नेपाल सरकारको घोषित नीति नै **“साक्षर नेपाल अभियान”** हो । साक्षर नेपाल अभियानलाई अंग्रेजीमा **Literate Nepal Mission** र छोटकरीमा **LINEM** भनिन्छ ।

१.२. आधारभूत प्रौढ शिक्षा कार्यक्रम

कुनै पनि कारणले पढाइ लेखाइको अवसरबाट वन्चित भएका १५-६० वर्ष उमेर समूहका निरक्षर महिला तथा पुरुष प्रौढहरुलाई लक्षित गरी न्यूनतम १५० दिनमा ३०० घण्टा सञ्चालन हुन्छ ।

१.३. साक्षरोत्तर शिक्षा कार्यक्रम

साक्षरता कक्षा पूरा गरेका नव-साक्षरहरु नै यो कार्यक्रमको लक्षित वर्ग हुन् । साक्षरता कक्षामा पूर्णतः निरक्षर सहभागीहरु हुन्छन् भने यस कार्यक्रममा नव-साक्षरहरु सहभागी हुन्छन् । साक्षरता सीपलाई वृद्धि गर्नु र कार्यमूलक ज्ञान, सीप र सूचना दिनु यस कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य हो । यो कार्यक्रम ३ महिना अवधिको हुने, हप्ताको ६ दिन, दैनिक २ घण्टाका दरले कार्यक्रम अवधिभर १५० घण्टा पठन पाठन हुन्छ ।

२. जीवनपर्यन्त/आजीवन शिक्षा

अनौपचारिक शिक्षा, औपचारिक शिक्षा वा अरित्तिक शिक्षाको माध्यमबाट समुदायका बालबालिका, युवायुवती तथा प्रौढहरुले जीवनभर आवश्यक ज्ञान, सीप तथा सूचना निरन्तर रुपमा हासिल गर्दै जानु नै जीवनपर्यन्त शिक्षा हो । मानिसहरु आफ्नो जीवनको विभिन्न चरण तथा अवस्थाहरुमा आफ्नो चाहना र आवश्यकता अनुसारको ज्ञान/सीपहरु आफैं स्वतन्त्र रुपले निरन्तर सिक्दै जान्छन् । तर प्रभावकारी सिकाइको लागि भने उचित वातावरण र अवसरहरु हुनु पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ ।

जीवनपर्यन्त शिक्षा अन्तरगत मानिसहरुले साक्षरता/साक्षरोत्तर, अनौपचारिक शिक्षा, समस्तरीय शिक्षा, आयआर्जन सीप, जीवनस्तर सुधार शिक्षा र स्व-इच्छा विकास कार्यक्रम आदि जस्ता विभिन्न कार्यक्रमहरुबाट निरन्तर शिक्षा प्राप्त गर्ने अवसर पाउँछन् । यस्ता कार्यक्रमहरुमा विशेष गरी विद्यालय शिक्षाबाट वन्चित हुन परेका, विद्यालय बाहिरका बालबालिका, विद्यालय गएर बीचैमा छाडेका, युवा तथा प्रौढहरु लगायत समुदायका जोसुकैले निरन्तर रुपमा जीवनभर अध्ययन गर्ने मौका पाउँछन् । विभिन्न लक्षित समूहको सिकाइ आवश्यकता अनुसार यस्ता विभिन्न कार्यक्रमहरु संचालन गरी जीवन पर्यन्त सिकाइको अवसर दिने कार्य सामुदायिक अध्ययन केन्द्रले गर्न सक्छ ।

३. औपचारिक शिक्षा र अनौपचारिक शिक्षाका केही भिन्नताहरु

औपचारिक शिक्षा	अनौपचारिक शिक्षा
जीवनमा पछि काम लाग्ने ज्ञान सीप हासिल गर्ने	तत्कालै काम लाग्ने ज्ञान सीप हासिल गर्ने
लामो अवधिसम्म शिक्षण संस्थामा बिताउनु पर्ने	छोटो अवधिको र सुविधा अनुसारको समयमा शिक्षा दिइने
संस्थागत तर शिक्षकले विद्यार्थीहरुलाई निर्देशन दिने खालको	लचिलो, सहभागी सुहाउँदो, स्वाध्यायनमा जोड दिइने
प्राज्ञिक प्रकारको	सहभागीहरुको आवश्यकता सुहाउँदो र कार्यमूलक
माथिबाट तल निर्देशित	आत्म निर्देशित र समय सुहाउँदो लचिलो

४. अनौपचारिक शिक्षाका सिद्धान्तहरु

१. सबैमा खास खास क्षमता हुन्छ ।

प्रौढहरु अनुभवले खारिएको हुन्छ । जीवनमा धेरै कुरा भोगी आएका हुन्छन् । जीवनका भोगाइ र अनुभवले उनीहरुमा खास खास क्षमताको विकास भैसकेको हुन्छ । जस्तो : खेतीपाती गर्ने, विभिन्न काम गर्ने, राम्रो लेख्न सक्ने, भाषण गर्न सक्ने, राम्रो गीत गाउन सक्ने, ध्यान गर्न, प्रवचन दिन, राम्रो नाच्न सक्ने आदि । प्राय सबै सहभागीमा केही न केही क्षमता भएको र सो क्षमतालाई सहयोगी कार्यकर्ताले बुझ्न सक्नु पर्छ । र ती क्षमतालाई कक्षामा उपयोग गरी कक्षालाई प्रभावकारी ढंगले संचालन गर्न सकिन्छ ।

२. बराबरीको सम्बन्ध

सहयोगी कार्यकर्ताले सहभागीहरुसँग राम्रो व्यवहार गर्नुको साथै सहभागीहरुमा पढ्न र लेख्न बाहेक अरु ज्ञान सीप भएको बुझी बराबरीको सम्बन्ध कायम गर्न सकिन्छ ।

३. सिकारु केन्द्रितता

के सिकाउने, कसरी सिकाउने भन्ने कुरा सहभागीहरुको इच्छामा भर पर्छ ।

४. स्थानीय स्रोत साधनमा निर्भर

तराईमा पहिरो, स्याउ खेती पाठको कुनै औचित्य हुँदैन । त्यस्तै हिमाल र पहाडमा आँप खेतीको कुनै महत्व हुँदैन । त्यसैले सिकाउने पाठलाई स्थानीयकरण गरी सिकाउनु पर्दछ ।

५. सहभागीको चाहना र क्षमताको पाठ्यक्रम/सिक्ने विषयवस्तु (Cefeteriya Curriculum)
सहभागीहरुको चाहना अनुसार उनीहरुलाई आवश्यकता भएको विषयवस्तुमा पाठ योजना बनाइ सिकाउनु पर्दछ ।

६. तत्कालै उपयोगी हुने (Imdiately use)
सहभागीहरुको दैनिक जीवनमा तुरुन्तै प्रयोग हुने विषयलाई पाठ योजना बनाइ कक्षा संचालन गर्नु पर्दछ । जस्तो गाउँघरमा फोहोरमैलाले रोग लागिरहेको अवस्था छ भने फोहोरमैला बारेमा कक्षा लिनु सान्दर्भिक हुन्छ ।

५. साक्षरोत्तर कार्यक्रमका सिकाइ उपलब्धिहरू

१. देवनागरी लिपिका संयुक्त (जोडेमोडेका) अक्षरहरू प्रयोग भएका शब्दहरू, वाक्यांश, सरल वाक्यहरू सहितका अनुच्छेद, कुराकानी, कथा, गीत, कविता, चित्र कथा पढाइ,
२. नेपालीमा आवश्यकता अनुसारका नागरिकता, जन्मदर्ता, विवाह दर्ता, पासपोर्ट आदि सम्बन्धी फारामहरू र भराइहरू,
३. दैनिक जीवनसँग सम्बन्धित साधारण पोष्टर, पम्पलेट, सानोतिनो पुस्तिका अध्ययन,
४. अङ्ग्रेजीमा दैनिक जीवनमा बोलचालका साधारण शब्दहरु बोलाइ, पढाइ, लेखाइ,
५. देवनागरी लिपिमा घरायसी चिठी, साधारण निवेदन लेखाइ, आफूलाई मनमा लागेका कुराहरूको लेखाइ,
६. १०१ देखि १००० सम्मको गणना,
७. साधारण तथा भाषागत जोड, घटाउ र सरल गुणन र भाग,
८. मौद्रिक प्रणाली अनुसार दूरी, आयतन र तौल सम्बन्धी जोड र घटाउ,
९. मोबाइल वा क्यालकुलेटरको प्रयोग गरी चार स्थान सम्मको जोड, घटाउ, गुणन र भाग,
१०. सामुदायिक कार्यक्रममा सक्रिय सहभागिता,
११. सुरक्षित पिउने पानी र त्यसको प्रयोग,
१२. सर्ने र नसर्ने रोगहरुबाट सुरक्षित हुने उपायहरू,
१३. महिला तथा बाल स्वास्थ्य सम्बन्धी सचेतना,
१४. स्थानीय सङ्घ/संस्थाहरूबाट उपलब्ध हुने सेवा सुविधा र सेवा प्राप्त गर्ने तरिका,
१५. आम्दानीका उपायहरू खोजी,
१६. आम्दानी तथा बचतका उपायहरू,
१७. भूक्षय र वन विनास रोक्ने उपायहरूको जानकारी,
१८. स्थानीय स्तरमा पाइने पोसिलो खानेकुरा र कुपोषणबाट हुने रोगहरू (सुन्निने, सुकेनास, रतअन्धो, गलगाँड),
१९. मानव अधिकार र महिला अधिकार सम्बन्धी जानकारी,
२०. कुलत र कुलतको असर र बच्ने उपायको जानकारी,
२१. वातावरणीय सरसफाइ ।

६. प्रौढ सहभागीहरुको मनोविज्ञान

साक्षरता कार्यक्रम प्रौढहरुका लागि भएकाले प्रौढ सहभागीहरुको मनोविज्ञान अथवा प्रौढहरु कसरी सिक्छन् भन्ने कुरामा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । ध्यान दिनुपर्ने केही कुरा यसप्रकार छन् :-

१. आफूप्रतिको धारणा

मनोवैज्ञानिक रुपले प्रौढहरु आत्म-निर्देशित हुन्छन् । अर्थात् आफ्नो लागि चाहिने काम आफै गर्न सक्ने हुन्छन् । उनीहरुको परिपक्व आत्मसम्मानमा ठेस पुग्ने गरी केटाकेटी जस्तै कुरा गर्ने या व्यवहार गर्ने हो भने उनीहरु रिसाउने हुन्छन् ।

२. अनुभव

प्रौढहरुको अनुभवलाई सिकाइको मूल्यवान स्रोतका रुपमा लिन सकिन्छ । त्यसैले प्रौढ कक्षामा प्रयोगात्मक, दोहोरो तथा बहु-निर्देशात्मक तरिकाहरु प्रयोग गरिन्छ । जस्तै समूह छलफल, अभिनय, भूमिका प्रदर्शन, समूह बनाउने ढाँचा, समूह छलफल सीपको प्रयोगात्मक अभ्यास आदि । यस प्रकार सबै सहभागी प्रौढहरुको अनुभव प्रयोग गरेमा सिकाइका स्रोतहरुमा बृद्धि तथा सुधार हुन्छ ।

३. सिकाइका विषयवस्तु छनौट

प्रौढ सहभागीहरुले आफ्नो सामाजिक र आर्थिक अवस्थाको आधारमा के कुरा सिक्नु पर्ने आवश्यक ठानेका छन् भन्ने कुरा आफै निधो गर्न सक्छन् ।

४. समय र सिकाइ प्रक्रियाको परिचय

प्रौढ सिकाइ भनेको समस्याको पहिचान र समस्याको समाधान गर्न हामी कहाँ छौं र कहाँ जान चाहन्छौं भन्ने कुराको खोजी गर्ने एउटा प्रक्रिया हो । त्यसैले प्रौढ कक्षामा विषय केन्द्रित सिकाइ नभई समस्या केन्द्रित सिकाइ हुनुपर्छ ।

प्रौढहरु निम्न अवस्थामा राम्ररी सिक्न सक्छन् :-

- आत्म-निर्देशित भई सिक्ने अवसर पाएमा
- उचित आदर सम्मान दिइ सिकाएमा
- आफ्नो अनुभवको कदर भएमा
- सिक्ने विषयवस्तु काम लाग्ने छ भनी महसूस गरेमा
- सिक्ने वातावरण उपयुक्त भएमा
- आफ्नो चेतनाको प्रयोग गर्ने मौका पाएमा
- विचारको आदान प्रदान गर्ने अवसर भएमा आदि ।

७. शिक्षणका चरणहरु

शिक्षणका चरणहरु निम्नानुसार छन् :

१. छलफल (कुनै विषय वा चित्र)

☞ स-साना समूहमा विभाजन गरी विषय/चित्रमाथि छलफल गर्न लगाउने
☞ समूहको नेता छनौट र नेताबाट बयान गराउने
☞ प्रश्नहरु सोधी छलफल गरी सन्देशहरु स्पष्ट पार्ने ।

२. पढाइ

☞ पढेर सुनाउने

☞ एक दुइजनालाई पढ्न लगाउन
☞ समूहमा पढ्न लगाउने
☞ समूह नेताबाट पढ्न लगाई अरुलाई पनि सँगसँगै पढ्न लगाउने
☞ शब्द, अनुच्छेद, सम्बाद, कथा आदि पाठ्यांश आफूले पढेर सुनाई अर्थ स्पष्ट पारि दिने ।

३. लेखाइ
☞ बोर्डमा लेखेर देखाउने
☞ कापीमा लेख्न लगाउने
☞ पुस्तकमा पनि लेख्न लगाउने
☞ लेखेको नमिलेमा सच्याइ दिने ।

४. अभ्यास
☞ जोडीमा छलफल गर्न लगाउने
☞ कापीमा व्यक्तिगत लेख्न लगाउने
☞ पुस्तकमा पनि लेख्न लगाउने
☞ पढेर सुनाउन दिने
☞ बेठीक भए सच्याइ दिने ।

५. गणित
☞ बोर्डमा गरेर देखाउने
☞ समूहमा हिसाब गर्न लगाउने
☞ गरेको हिसाबको उत्तर सुनाउन लगाउने
☞ अन्य उस्तै हिसाबहरु अभ्यास गराउने
☞ हिसाब गरेको उत्तर जाँची बेठीक भए सच्याउन मद्दत गर्ने ।

६. स्थलगत भ्रमण/अवलोकन
☞ भ्रमणको योजना बनाउने र सोही अनुरुप तयारी गर्ने
☞ भ्रमणको उद्देश्य, ठाउँ, समय आदिको जानकारी गराउने
☞ समूहमा विभाजन गरी भ्रमण गर्ने स्थलमा जम्मा गराई अवलोकन गर्न लगाउने
☞ प्रश्नहरु सोधी अध्ययन गर्न लगाउने
☞ भ्रमणबाट फर्केपछि पूरै कक्षामा छलफल गर्न लगाउने
☞ छलफल पछि सिकेका कुराहरुको निष्कर्ष स्पष्ट पारि दिने ।

यी चरणहरुको आ-आफ्नै उद्देश्यहरु छन् । ती प्रत्येक चरणमा अपनाउनु पर्ने शिक्षण विधिहरु पनि फरक-फरक नै छन् । यसैले सहयोगी कार्यकर्ता यस कुरामा सँधै संवेदनशील रहनुपर्दछ । यी पाठका चरणहरु अनुसार क्रमबद्ध रुपमा शिक्षण गर्दा पाठको उद्देश्य अनुरुपको शिक्षण कार्य गर्न सघाउ पुग्दछ ।

८. शिक्षण क्रियाकलाप/पाइलाहरू

१) पाठ शीर्षक चिनारी

क) कालोपाटीमा लेखेर, पुस्तकमै पढ्न लगाएर

ख) शीर्षकको आशय बताउने/बताउन लगाउने

ग) नयाँ अक्षर/चिन्ह प्रयोग भएको भए सो को चिनारी ।

२) चित्र छलफल (कार्यमूलक विषय सिकाउन र शीर्षकलाई स्पष्ट गर्न)

क) समूह बनाउने

ख) बयान गर्ने

ग) सोध्ने ।

३) जोडेका अक्षर चिनाउने

क) बोर्ड या झलकपत्तीमा लेखेर जस्तैः **र् + गा = र्गा, दुर्गा** भनी चिनाउँदा आधा र मा ग जोड्दा र्ग यस्तो हुन्छ । यो जोडेको अक्षरले जस्तैः स्वर्ग, दुर्गा भन्ने र सहभागीहरुलाई पनि सँगसँगै दोहोऱ्याउन लगाउने

ख) बोर्डमा तलका जस्ता जोडेको अक्षर लेखेर यी संयुक्त अक्षरहरू कसरी बनेका छन् ? यिनीहरूबाट बन्ने शब्दहरू के के होलान् भनी सोध्ने जस्तैः स्स, त्य, र्प

४) शब्द बाकस पढेर अर्थ लगाउने

क) व्यक्तिगत रूपमा पढ्न र समूहमा अर्थ खोज्न लगाउने ।

५) अनुच्छेद/कुराकानी/कथा/गीत आदि पढ्ने

क) स.का.द्वारा नमुना पढाइ (गीत, कविता, अंग्रेजी)

ख) समूहमा पढ्ने

ग) व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने ।

६) प्रश्नमा छलफल गर्ने (समूहमा)

७) शब्द तथा वाक्यहरु सार्ने

क) व्यक्तिगत रुपमा पहिला कापीमा र त्यसपछि पुस्तकका खाली कोठामा सार्न लगाउने

८) बोध प्रश्नको उत्तर लेख्ने

क) लेख्न सिकाउने

ख) समूहमा लेख्न सिकाउने

ग) व्यक्तिगत रुपमा लेख्न लगाउने ।

९) मनमा लागेको कुरा लेख्न सिकाउने

१०) हिसाव चिनाउने

क) स.का. ले गरेर देखाउने

ख) सिकाएको जाँच्ने

ग) जोडी या समूहमा हिसाव हल गर्न लगाउने
घ) व्यक्तिगत अभ्यास गराउने ।

११) अङ्ग्रेजी पढ्ने र लेख्ने :
क) नमुना पढाइ र लेखाइ
ख) समूहमा पढ्ने र लेख्ने
ग) व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने र लेख्ने ।

१२) अन्य क्रियाकलाप ।

९. कार्यमूलक विषयवस्तु सिकाउने शिक्षण विधिहरू

दैनिक जीवनका लागि आवश्यक पर्ने कार्यमूलक विषय शिक्षण गर्ने विधिहरू	आयआर्जन सम्बन्धी ज्ञान र सीप सिकाउने शिक्षण विधिहरू
- समूह छलफल	- व्याख्यान/प्रवचन
- अभिनय	- प्रदर्शन
- समस्या समाधान	- सहभागितात्मक कार्य विधि
- स्थलगत भ्रमण	- अभ्यास
- खेल	- व्यावहारिक कार्य
- अभियान	- गोष्ठी
- व्याख्यान/प्रवचन	- परियोजना निर्माण
- प्रदर्शन	- स्थलगत भ्रमण

यी विभिन्न विधिहरू अपनाउने तरिका

१. समूह छलफल
- ☞ समूह गठन
- ☞ छलफल
- ☞ समूहको प्रस्तुति
- ☞ निष्कर्ष

२. भूमिका निर्वाह/अभिनय
- ☞ शीर्षक छनोट
- ☞ भूमिका वितरण
- ☞ भूमिका प्रदर्शन
- ☞ छलफल तथा प्रश्न उत्तर

३. समस्या समाधान
- ☞ समस्याको पहिचान
- ☞ समस्याको व्याख्यान
- ☞ सूचना तथा तथ्य संकलन

५. अभियान
- ☞ योजना निर्माण
- ☞ तयारी
- ☞ अभियान
- ☞ मूल्याङ्कन

६. स्थलगत भ्रमण
- ☞ योजना निर्माण
- ☞ तयारी
- ☞ भ्रमण, छलफल
- ☞ प्रतिवेदन र छलफल

७. प्रदर्शनी
- ☞ तयारी
- ☞ प्रदर्शनी
- ☞ मूल्याङ्कन

- ☞ तथ्य विश्लेषण
- ☞ निष्कर्ष
- ☞ निष्कर्ष परीक्षण
- ☞ मिल्दो निष्कर्षको छनोट
- ☞ समस्या समाधान

४. खेलहरु
- ☞ तयारी
- ☞ समूह निर्माण
- ☞ नीति नियम बताउने
- ☞ खेल खेलाउने
- ☞ हार जीतको घोषणा
- ☞ पुरस्कार वितरण

८. अभ्यास
- ☞ निदेशन, वर्णन
- ☞ व्याख्यान
- ☞ अभ्यास गर्ने मौका
- ☞ अनुगमन

९. परियोजना कार्य
- ☞ शीर्षक छनोट
- ☞ समूह छलफल
- ☞ गृहकार्य
- ☞ समूहबाट योजना निर्माण
- ☞ योजना कार्यान्वयन
- ☞ प्रतिवेदन तयारी र प्रस्तुतिकरण

१०. सहभागी केन्द्रित विधिहरु

१. प्रदर्शन विधि (Demonstration)

केही सामाग्री देखाएर व्याख्या गर्ने । प्रदर्शन गरिसकेपछि प्रश्नोत्तर, छलफल, अभ्यास गर्न लगाउने । चित्र छलफल गर्ने तरिका पनि यहि प्रदर्शन विधि भित्र पर्छ ।

२. अभिनय विधि

सहभागीहरु छनौट गरी उनीहरुको मनपर्ने भूमिका दिएर आ-आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्न लगाउने, अभिनयपछि छलफल गराउने ।

३. कथावाचन (Story Telling Method)

विषयवस्तुसँग मिल्दो कथा भनेर वा कथा भित्र विषयवस्तु सँग मिल्दो कथा भनेर वा कथा भित्र विषय वस्तु समावेश गरेर प्रस्तुत गराउने । कथा भनेपछि छलफल गराउने ।

४.खेल विधि

विषयवस्तु मिल्दो खेल खेलाएर रमाइलो वातावरणमा खेलको माध्यमबाट विषयवस्तु प्रस्तुत गरेर खेल खेलेपछि छलफल चलाइन्छ ।

५. मस्तिष्क मन्थन विधि (Brain Stroming Method)

विचार/अनुभव फटाफट भन्न लगाएर बढी भन्दा बढी उपायहरु/सम्भाव्यताहरु संकलन गर्न लगाउने। निर्णय गर्नुपर्ने भए सबैको सहमति/बहुमतले निर्णय गराउने।

६. समूह कार्य विधि

४/५ जनाको समूहमा फरक फरक काम दिएर नेताबाट समूहले काम प्रस्तुत गर्छन् । प्रस्तुति पछि प्रश्न सोध्ने, सुझाव दिने गरिन्छ ।

७. अन्य विधिहरु

मुख अभिनय : मुखले नबोली इशारा र हाउभाउ गरी अभिनय गर्ने । अभिनय सकेपछि छलफल गर्ने ।

छाँया अभिनय : पर्दा भित्रबाट पर्दामा छायाँ पर्ने गरी अभिनय गर्ने ।

पुतली नचाउने : पर्दा पछाडि मानिस लुकेर पुतली मात्र देखाइ अभिनय गराउने र भित्रबाट मानिस बोल्ने ।

नाटक : कुनै विषयमा छोटो नाटक प्रदर्शन गराउने र त्यसपछि छलफल गरिन्छ ।

गीत/कविता : गीत/कविता सुनाएर (के हाम्रो गाउँ घरमा पनि गीत/कविता गाउँछौं) भनि प्रश्न छलफल गराउने ।

प्रमुख सहभागितात्मक शिक्षण विधि - छलफल

जुनसुकै विधिबाट प्रशिक्षण गरेपनि आखिरमा अनिवार्य रुपमा छलफल गरिन्छ । प्रौढहरुलाई प्रशिक्षण गर्ने उपयुक्त विधि छलफल विधि नै हो । यसै छलफल विधिलाई (Psycho Social approach/Participatory appraoch सहभागिता विधि पनि भनिन्छ ।

कुराकानी, बातचीत, विचार विमर्स मानिसको समूहमा आ-आफ्नै किसिमको छलफल भइ नै रहन्छ । छलफल शिक्षण सिकाइको संचारको समस्याको समाधानको लागि अति प्रभावकारी विधि हो ।

मानिस चेतनशील भएकोले जन्मेदेखि मरुन्जेलसम्म उसको चेतनास्तर क्रमशः बढिरहेकै हुन्छ । दैनिक जीवनमा अनगिन्ती घटनाहरुबाट मानिसहरु धेरै सिक्ने, अनुभव गर्ने तथा आफ्नै किसिमको विचार तथा अवधारणा बनाउने प्रक्रियाबाट गुज्रिरहेका हुन्छन् । एउटै घटनाले विभिन्न मानिसहरुमा भिन्न भिन्न विचार उत्पन्न गराउँछ । कसैको विचारहरु मिल्दा जुल्दा देखिन्छन् । आपसमा छलफल गर्दा सबै प्रकारका विचार र अनुभवहरु आदानप्रदान हुनुको साथै आ-आफ्नो विचार परिमार्जन गर्ने अवसर हुन्छ । यसै प्रक्रियाबाट सिकाइ निरन्तर हुन्छ । छलफल हुनको लागि तीन तत्वको आवश्यक छ ।

ती हुन् : सहभागी, विषयवस्तु र सहयोगी । यी तीन तत्वमध्ये एक मात्र कमजोर भएमा पनि छलफल प्रभावकारी र फलदायी हुँदैन ।

छलफल गर्ने ६ वटा पाइलाहरु

१. सहभागीहरुलाई समस्या देखाइएको चित्र/अभिनय देखाउने ।
२. तपाईहरुले के के देख्नु भयो सोध्ने ।
३. तपाईहरु कहाँ पनि यो समस्या छ ? कसलाई, कहिले, कहाँ भनेर सोध्ने ।
४. यो समस्यापछि के के थप समस्याहरु आउला । पछि आइपर्ने थुप्रै समस्याहरु भन्न लगाउने ।
५. यो समस्या पर्नुका मूल कारण के हो ? आदि

छलफल गराउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- सुमधुर सम्बन्ध, हालखबर सोध्ने, सम्मान गर्ने ।
- गोलाकार भएर बस्न लगाउने ।
- स.का. नम्र, नझर्किने ।
- सहभागीलाई उत्साह दिने, उत्प्रेरित पनि गर्ने ।
- सबैलाई बोल्ने अवसर दिने ।
- एकपटकमा एकजनालाई मात्र प्रश्न सोध्ने ।
- व्यक्तिगत कुरा काट्ने, भनाभन, आफ्नै कुरा मात्र ठीक भन्ने राम्रो नहुने कुरा बताउने ।
- छलफलबाट निस्केको कुरा कालोपाटी, न्यूजप्रिन्ट र कतै लेखेर दिन सक्ने बनाउने ।
- धेरै सहभागीहरु भएमा स-साना समूहमा बाँडी छलफल गर्न लगाउने ।

११. विभिन्न शिक्षण सामग्रीहरु

शिक्षण सामाग्रीले साक्षरता शिक्षालाई सूचनामूलक, रुचिकर र जीवनपयोगी बनाउन मद्दत गर्दछ । पाठ्यपुस्तकले मात्र सँधै जीवनपयोगी र रुचिकर कुराहरु सिकाउन सक्दैन । त्यसैले पाठ्यपुस्तकहरुमा पनि थप सामग्रीहरु बनाई प्रयोग गर्नुपर्छ । यस्ता सामग्रीहरु हामीले स्थानीय परिस्थिति अनुसार बनाउन सकेमा रुचिकर र जीवनोपयोगी हुन सक्छ । सामग्रीहरु सहभागीहरुलाई नै संलग्न गरी बनाउन सकेमा झन् रोचक बनाउन सकिन्छ ।

आकर्षक र जीवनोपयोगी सामग्रीहरुले निम्न कुराहरु गर्न सक्दछन् ।

- निरन्तर पढ्न प्रोत्साहन दिन्छ
- पढ्ने काममा बढी लगनशील हुन्छन्
- जीवन उपयोगी ज्ञान, सीप र सूचना दिन्छ
- साक्षरता सीपलाई दिगो बनाउँछ ।

थप सामग्रीहरु

१. पत्रपत्रिका	२. पोष्टरहरु, Flip Chart	३. तस्बीरहरु
४. लोक कथाहरु	५. नाटक, गीत	६.सृजतात्मक कागजहरु
७. भित्ते पत्रिका	८. खेल पुस्तिका	९.प्रचलित लोक कथा
१०. रेडियो, भिडियो, टेलिभिजन	११. हरिया पातहरु	१२. ढुङ्गा
१३. गेडागुडी	१४. कृषि सामाग्रीहरु आदि	

सिकाइ उद्देश्यको लागि सन्दर्भ सामग्रीहरु

प्रकार	ढाँचा
उत्प्रेरक सामग्रीहरु	उत्प्रेरणा दिने गीत पोष्टर, नाटक, भिडियो
सहभागितामूलक सामग्री	प्रत्येक भाग लिन लगाउने खेल, संवाद, अभिनय
अध्यापन सामग्री	ज्ञान र सूचना दिन पर्चा, चार्ट, भिडियो
अनुशरण सामग्री	साक्षरता सीप र ज्ञान बढाउने पुनः सिकाइ, पर्चाहरु

१२. पाठयोजना

मिति :
समय :
सहभागी संख्या :

१) उद्देश्य : यस पाठको अन्तमा सहभागीहरु निम्न कुराहरुमा सक्षम हुनेछन् ।

-
-

२) शिक्षण सामग्री :

३) शिक्षण विधि/क्रियाकलाप :

४) मूल्याङ्कन :

१३. सूक्ष्म शिक्षण - पाठको विस्तृतीकरण

तालिमका सहभागीहरुलाई निरक्षर प्रौढ जस्तै महसूस गरी पाठ्यपुस्तक पढाउने तरिका प्रयोग गराई अभ्यास गराउने ।

सूक्ष्म शिक्षण गराइसकेपछि पाठ अभ्यास गर्नुपर्ने विभिन्न क्रियाकलापहरु सहभागीलाई स्मरण गराउन र पाठ योजना अनुसार भए नभएको मूल्याङ्कन पनि गर्नुपर्ने हुन्छ ।

पाठका विभिन्न क्रियाकलापहरु	पढाउने तरिकाहरु
१. पाठ शीर्षक चिनारी	- बोर्डमा लेखेर, झलक पत्तीमा लेखेर, पुस्तकमै पढ्न लगाएर - शीर्षकको आशय बताउने/बताउन लगाउने - नयाँ अक्षर/चिन्ह प्रयोग भएको भए सो को चिनारी
२. शब्दहरु पढाइ/अर्थ लगाउने	- ब्यक्तिगत रूपमा पढ्न र समूहमा अर्थ खोज्न लगाउने
३. अनुच्छेद पढाइ	- स.का.द्वारा नमुना पढाइ (गीत, कविता,अंग्रेजी)

	- समूहमा पढ्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने
४. वाक्य लेखाइ	- व्यक्तिगत रुपमा कापीमा लेख्न लगाउने - पुस्तकमा सार्न लगाउने
५. प्रश्नहरुमा छलफल	- समूहमा छलफल - उत्तर भन्ने/भन्न लगाउने
६. चित्र छलफल	- समूह बनाउने - समूहमा छलफल गराउने - बयान गर्ने - सोध्ने
७. अभ्यासहरु गराउने	- जोडी बनाउने - जोडीमा अभ्यास गराउने, गराएको हेर्ने - ठीक, बेठीक भनी दिने
८. गणित सिकाउने	- स.का.ले गरेर देखाउने - सिकाएको जाँच्ने
९. गणित अभ्यास	- जोडी या समूहमा हिसाव हल गर्न लगाउने - व्यक्तिगत अभ्यास गराउने
१०. जोडेको अक्षर चिनाउने	- बोर्डमा झलक पत्ती लेखेर उदाहरण दिइ.....यस्तो हुन्छ भन्ने - जोडेको अक्षर देखाइ सहभागीहरुलाई पनि सँगसँगै दोहोऱ्याउन लगाउने
११. कुराकानी	- स.का.द्धारा नमूना पढ्ने - समूहमा पढ्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने
१२. चिठी पढाइ	- स.का.द्धारा नमूना पढ्ने - समूहमा पढ्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने
१३. सोचेर लेख्ने	- सोचेको कुरा भन्न लगाएपछि लेख्न लगाउने
१४. छलफल गरेर लेख्ने	- छलफल गर्ने - छलफल गरेका कुरा समूहमा लेख्ने - व्यक्तिगत रुपमा लेख्ने
१५. अँग्रेजी पढ्ने लेख्ने	- नमूना पढाइ र लेखाइ - समूहमा पढ्ने र लेख्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने लेख्ने
१६. कविता पढाइ	- स.का.द्धारा कविता पढ्ने

	- समूहमा पढ्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने
१७. गीत गाउने	- स.का.द्वारा गीत पढ्ने - समूहमा पढ्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने
१८. कथा भन्ने	- स.का.द्वारा कथा पढ्ने - समूहमा पढ्ने - व्यक्तिगत रुपमा पढ्ने
१९. मोबाइल र क्यालकुलेटरको प्रयोग गराउने	- मोबाइल र क्यालकुलेटर बारे भन्ने - स.का.ले गरेर देखाउने - समूहमा गराउने - व्यक्तिगत रुपमा गराउने
२०. घटनाहरु भन्न लगाउने	- घटनाहरु भन्न लगाउने - घटना बारे प्रश्नहरु सोध्ने - समूहमा समूहमा प्रश्नहरु छलफल गर्ने - निष्कर्ष भन्ने
२१. पात्रो पढाइ	- पात्रो देखाउने - समूहमा पात्रो हेर्न लगाउने - छलफल गराउने - व्यक्तिगत रुपमा पात्रो हेर्ने
२२. चित्र हेरेर लेखाइ	- चित्र हेर्न लगाउने - समूहमा छलफल - समूहमा छलफल भएको कुरा लेख्न लगाउने

सूक्ष्म शिक्षणको लागि सहभागीहरुलाई पूर्व तयारी गर्न लगाइ सहयोगी पुस्तकको पाठ योजना अनुसार शिक्षण गर्न लगाउने ।

जस्तै :

१) पाठ शिक्षण चिनारी २) चित्र छलफल ३) जोडेको अक्षर चिनाउने

१४. कक्षाको समय व्यवस्थापन

मेरो साक्षरोत्तर पुस्तकका सबै पाठहरू शिक्षण गर्न जम्मा ३ महिनाको समय तोकिएको छ । हप्ताको ६ दिन दैनिक २ घन्टाको दरले ३ महिनाभित्र जम्मा १५० घण्टा पठनपाठन गर्नु पर्नेछ । सिक्ने र सिकाउने बीचको सहमति र अनुकूलतामा तीन महिनाभन्दा बढी अवधिसम्म पनि कक्षा सञ्चालन गर्ने व्यवस्था गर्न सकिने छ । समयमै साक्षरता कक्षा सम्पन्न गर्न दैनिक २ घन्टाको समय निम्नानुसार विभाजन गरी शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापहरू गराउनु उपयुक्त हुन्छ ।

दैनिक २ घन्टाको मोटामोटी पाठ्यभार:

१.	भलाकुसारी र हाजिर	५ मिनेट
२.	पुनरावलोकन, कक्षा व्यवस्थापन र बसाईंको व्यवस्था	१० मिनेट
३.	सहयोगी कार्यकर्ताको प्रस्तुति	२५ मिनेट
४.	सहभागीहरूको क्रियाकलाप	६० मिनेट
५.	जाँच्ने क्रियाकलाप र निष्कर्ष	२० मिनेट
		जम्मा १२० मिनेट (२ घण्टा)

उल्लिखित समयमा आवश्यकतानुसार हेरफेर गर्न सकिन्छ ।

१५. पाठको स्थानीयकरण

शिक्षण सामग्री थप सन्दर्भ सामग्रीहरु संकलन र छनौट

साक्षरता, अनौपचारिक शिक्षा कक्षा संचालन गर्दा सामग्रीहरुको अभाव हुन सक्छ । पाठ्यपुस्तकमा मात्र भर नपरी स्थानीय स्रोत र साधनबाट स्थानीय रुपमा सामग्रीहरु संकलन, छनौट र निर्माण गर्न सकिन्छ ।

विभिन्न शिक्षण सामग्रीको लागि धेरैजसो जिल्ला स्तरीय सरकारी कार्यक्रमहरु जस्तै: कृषि सेवा, स्वास्थ्य सेवा तथा वन संरक्षण संस्था, गैरसरकारी संस्थाहरुले विभिन्न पोष्टर, पर्चा पुस्तिकाहरु वितरण गरेका हुन्छन् । यस्ता सामग्रीहरु संकलन, छनौट गरी कक्षामा सन्दर्भ सामग्रीका रुपमा र पाठको स्थानीयकरण गर्न पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

१६. सिकाइ उपलब्धी मूल्याङ्कन

सहभागीहरुको सिकाइ उपलब्धी मूल्याङ्कन निरन्तर गरिनु पर्छ । सिकाइ उपलब्धीहरु तोकिए अनुसार सिकाइ भयो वा भएन भनेर मापन गर्नुपर्ने हुन्छ । सहभागीहरुको क्षमता, चाहना, समस्या र अन्य विविधताहरुको स्तर फरक फरक हुन्छ । सहभागीहरुको सिकाइ क्षमता र स्तर अनुसार शिक्षण सिकाइ प्रक्रिया अघि बढाउन र अपेक्षित उपलब्धि हासिल गर्न गराउन सिकाइ उपलब्धी मूल्याङ्कनको ठूलो महत्व हुन्छ ।

सिकाइ मूल्याङ्कन गर्दा ज्ञान, अभिव्यक्ति र सीपहरुमा विशेष ध्यान दिई परीक्षण वा विभिन्न तरिकाबाट गर्न सकिन्छ । स.का.ले आफ्नो शिक्षण सिकाइको दौरानमा के कस्तो क्रियाकलाप र विधिहरु अपनाई शिक्षणलाई अगाडी बढाइएको थियो । त्यही अनुसार पनि मूल्याङ्कन कार्य तरिका अपनाउन सकिन्छ । सहभागीहरुलाई भूमिका प्रदर्शन गर्न लगाएर, प्रदर्शन गर्न दिएर, समूहमा छलफल गराई घटना अध्ययनबारे लेख्न लगाएर, प्रश्नहरु सोधेर र अन्य कार्यहरु हेरेर मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । लिखित परीक्षा, अन्तरवार्ता आदिबाट सिकाइको विभिन्न समयमा पनि सिकाई उपलब्धी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । शुरुमै पनि गर्नुपर्ने हुन्छ । पछि सहभागीहरुले कति र कसरी प्रगति गर्दै छन् भन्ने कुरा बुझ्न सजिलो हुन्छ ।

१७.. कक्षालाई रोचक बनाउने तरिका

स.का.ले कक्षालाई रोचक बनाउन धेरै तरिकाहरु अपनाउनु पर्छ । कक्षा व्यवस्थापनदेखि कक्षामा मनोरञ्जनात्मक क्रियाकलाप गराई सहभागीहरुलाई नै सक्रिय रुपमा सहभागी गराई उनीहरुको जीवनसँग सम्बन्धित कुराहरुबाट सिकाइ अगाडि बढाउन सकेका सिकाइ प्रभावकारी हुनुको साथै रोचक बन्न सक्छ । सहभागीहरुलाई आवश्यकताका आधारमा अवलोकन भ्रमण तथा विभिन्न खेल तथा अनुभव आदान प्रदान र अन्य क्रियाकलापमा सहभागीहरुको सक्रिय सहभागीता भएमा कक्षालाई रोचक बनाउन सकिन्छ ।

१८. कक्षा व्यवस्थापन

साक्षरता, अनौपचारिक शिक्षामा सिक्न र सिकाउने प्रक्रियालाई सहज बनाउन कक्षा व्यवस्थापनले ठूलो भूमिका खेलेको हुन्छ । व्यवस्थित कक्षा कोठाको व्यवस्था भएमा स.का. कक्षामा निरन्तर आउने र सक्रिय सहभागी भई सिक्ने अवसर पाउँछ । त्यसैले उनीहरु सिक्ने केन्द्रमा सहभागीहरुलाई बस्ने ठाँउको व्यवस्था, कोठा न्यानो वा चिसो, खानेपानीको व्यवस्था, कोठाको भित्तामा चित्र वा चार्टहरुले सजिएको, बाहिरी हल्ला वाधा, चर्पीको व्यवस्था, आँखा कमजोर छ भने अगाडी राख्ने व्यवस्था आदि बारे ध्यान दिनु पर्छ ।

१९. समुदाय परिचालन

प्रौढ, साक्षरता शिक्षा कार्यक्रममा समाजका विभिन्न व्यक्तिको संलग्नता रहेको हुन्छ । कक्षा समुदायको एक अंगको रुपमा संचालित हुन्छ । समुदायमा मानिसहरुलाई कक्षा र कक्षाका प्रगतिबारे जानकारी भएमा समुदायबाट विभिन्न सहयोग माग्न र प्राप्त गर्न सजिलो हुन्छ । त्यसको लागि समुदायसँग राम्रो सम्बन्ध राख्नु पर्छ ।

२०. स.का.को भूमिका

सहभागीहरुको सिकाइलाई अर्थपूर्ण दिगो राख्न स.का.को मुख्य दायित्व हुन्छ । साक्षरता कार्यक्रम सफल र प्रभावबारी बनाउन स.का.को उत्तरदायित्वपूर्ण व्यवहारमा निर्भर हुन्छ । त्यसैले स.का.ले निम्न भूमिका निर्वाह गर्नु पर्ने हुन्छ ।

१) नियमति कक्षा संचालन गर्ने
२) प्रौढ सिकाइ सिद्धान्त अनुसार शिक्षण गर्ने
३) कक्षालाई सहभागी केन्द्रीत कक्षा व्यवस्थापन गर्ने
४) पाठयोजना बनाई कक्षा संचालन गर्ने
५) सहभागीहरुको सिकाइ उपलब्धी रिकर्ड राख्ने
६) समुदायसँग समन्वय गरी प्रगतिबारे जानकारी गराउन र सहयोग लिन
७) उपलब्धी बौद्धिक सामग्रीको व्यवस्थापन गर्न

माथि उल्लेखित बुदाँ बाहेक स.का.ले आफूलाई बृहत भूमिका भएको महशुस हुनुपर्छ ।

१) संगठनकर्ताको रुपमा
२) मूल्यांकनकर्ताको रुपमा
३) सहयोगको रुपमा
४) चेतना जागरणकर्ताको रुपमा आदि सोची स.का.को भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ।

स.का.हरुले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- सहभागीहरुले साक्षरता अभियानमा सिकेका कुराहरु र सिक्न चाहेका कुराहरु टिपोट गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरुको अनुभव, उनीहरुले गर्न सकेको जानेका, उनीहरुको समस्यामा आधारित भई सहभागी केन्द्रित क्रियाकलापमा जोड दिनुहोस् ।
- पढाइ, लेखाइ, गणित सीप सिकाउन स.का. निर्देशन अनुसार क्रियाकलाप गर्नुहोस् । कार्यमूलक विषयवस्तुको लागि छलफल, प्रश्नोत्तर र भूमिका प्रदर्शन, घटना अध्ययन विधिहरुमा जोड दिनुहोस् ।
- कक्षा संचालन गर्दा अतिरिक्त क्रियाकलाप, मनोरञ्जन खेलहरु, भ्रमणहरु आदि गराउनुहोस् ।
- आफूले पढाउनुपर्ने विषयवस्तु अनुसारको सन्दर्भ सामग्रीहरु/स्थानीय सामाग्रीहरु पहिले नै संकलन गर्नुहोस् । आवश्यकता अनुसार प्रयोग गर्नुहोस् ।
- पाठसँग सम्बन्धित हुने सामाग्रीहरु जस्तै : चित्रहरु, चार्ट, पोष्टर, पत्रपत्रिका, पुस्तिका, नमूना क्यालेण्डर, श्रव्यदृष्य सामाग्रीहरुको पनि प्रयोग गर्नुहोस् ।
- संचालन गर्ने कक्षा कोठामा व्यवस्थापन र समुदायको सहयोग लिनुहोस् ।
- पाठयोजना (दैनिक दुई घण्टाको लागि) शिक्षण/सिकाइ क्रियाकलापको योजना बनाइ मात्र भित्र पस्नुहोस् ।
- सिकाइ उपलब्धि मूल्याङ्कन निरन्तर गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरुलाई सिकाएको कार्यमूलक ज्ञान, सीप र सूचना व्यवहारमा प्रयोग भए नभएको बुझी व्यवहारमा प्रयोग गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- आफ्नो कक्षा निरीक्षण गराउनुहोस् र निरीक्षकको सुझावलाई ग्रहण गरी आफ्नो पढाउने कार्यमा सुधार गर्नुहोस् ।
- दैनिक पाठ र पाठसँग सम्बन्धित दैनिक क्रियाकलापहरुको प्राप्त फर्मको प्रयोग गरी टिपोट गर्नुहोस् ।

२१. पुस्तक विश्लेषण

स.का.ले पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकको बारेमा जानकारी राख्नुपर्छ । पाठ्यक्रम सिकाइ उपलब्धिले शिक्षणलाई प्रभावकारी बनाउन मार्ग चित्र बनाउन मद्दत गर्दछ । पाठ्यक्रम सिकाइ उपलब्धिमा भएका कुराहरुको महत्व र यसलाई मिल्ने गरी प्रयोग गर्नको साथै पाठ्यपुस्तकका पाठहरुसंगको सम्बन्ध बारे जानकारी भएमा स.का.लाई पाठको योजना बनाई शिक्षण सिकाइ गर्न सजिलो हुन्छ । पाठ्यक्रम, सिकाइ उपलब्धि र पाठ्यपुस्तकको अन्तर सम्बन्धबारे जानकारी पाउन अति आवश्यक छ । तलका तालिका अनुसार पाठ्यपुस्तकको विश्लेषण गर्न सकिन्छ ।

मेरो साक्षरोत्तर पुस्तक - पाठ्यपुस्तक विश्लेषण

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
१	सबैलाई कक्षामा स्वागत	- सहभागीबीच एक आपसमा परिचय - कक्षाबाट सिकेका र सिक्नु पर्ने कुराहरु - कक्षा सम्बन्धी नीति नियम	- व्यक्तिगत परिचय - अनुभव आदानप्रदान - कार्यक्रमको परिचय - नीति नियम	छलफल व्याख्यान	पुस्तक, कापी, कलम, कालो पाटी, न्यूजप्रिन्ट साइनपेन	२	१	१
२	समस्यामाथि छलफल	- समस्याको पहिचान	- समस्याहरुमाथि समूहमा छलफल	समूह छलफल प्रश्नोत्तर	चित्र	२	१	२
३	समस्या समाधानको उपायहरु	- समस्या समाधानका उपायहरु खोजी	- मुख्य समस्याको पहिचान - समस्याका कारणहरु - समाधानका उपायहरु माथि छलफल	छलफल प्रश्नोत्तर		२	१	३
४	अक्षर र बाह्रखरी पढौं लेखौं	- स्वर वर्ण, व्यञ्जन वर्ण र बाह्रखरी - मात्रा र चिन्हको प्रयोग	- क-ज्ञ सम्म, अ............अः सम्म र बाह्रखरी पढाइ लेखाइ - चिन्ह र मात्रा लागेका वाक्य पढाइ - चिन्हको प्रयोग अभ्यास	सामूहिक तथा व्यक्तिगत पढाइ लेखाइ अभ्यास	अक्षर चार्ट अक्षर पत्ती	२	१	४
५	अङ्क र हिसाब	- १-५०० सम्मको अंक - जोड हिसाब गर्ने	- अंक चिनेर भन्ने खेल - १०१-५०० अंक पढाइ - जोड हिसाब गर्ने - खाली कोठामा अंक भर्ने अभ्यास	खेल खेलाउने, अभ्यास	अंक चार्ट	२	१	५

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
६	आफ्नो बारेमा लेखौं	- व्यक्तिगत विवरण भर्ने	- व्यक्तिगत विवरणका बुँदा पढाइ - विवरण फाराम भर्ने अभ्यास	अभ्यास	व्यक्तिगत विवरण फाराम	२	१	६
७	मेलमिलाप	- परिवारमा आपसमा सहयोग र मेलमिलापको आवश्यकता - मेलमिलाप र सहयोगले हुने फाइदा	- चित्र छलफल - शब्द, अनुच्छेद पढाइ - शब्द पत्ता लगाई वाक्यमा प्रयोग गर्ने अभ्यास - लेखाइ अभ्यास	छलफल प्रश्नोत्तर अभ्यास		४	२	८
८	व्यवसाय	- महिलाले गर्न सकिने व्यवसाय - जोडेको अक्षर - घरेलुबाट पाउन सकिने विभिन्न सीप तालिमहरु - ५०१-१००० सम्मको अंक - स्थानमान तालिका	- चित्र छलफल - शव्द पढाइ - जोडेको अक्षर चिनारी - संवाद पढाइ - वाक्य लेखाइ अभ्यास - ५०१-१००० सम्मको अंक पढाइ, लेखाइ अभयास - स्थानमान तालिकामा लेख्ने अभ्यास	छलफल प्रश्नोत्तर अभिनय खेल अभ्यास	अंक चार्ट	६	३	११
९	सफा पानी	- सफा र सुरक्षित पिउने पानीको महत्व - पानी सुरक्षित राख्ने उपायहरु - ३ अंक सम्मको जोड	- चित्र छलफल - शव्द, वाक्य, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्न उत्तर, वाक्य बनाउने अभ्यास - हिसाब	छलफल प्रश्नोत्तर अभ्यास	सोडिस प्रविधिको प्रदर्शनी सामग्री	४	२	१३
१०	साक्षरता कक्षा	- आफ्नो व्यक्तिगत पहिचान प्रस्तुत गर्न - साक्षरता कक्षाबाट सिकिने	- चित्र छलफल - शव्द, वाक्य, अनुच्छेद पढाइ - लेखाइ अभ्यास	छलफल प्रश्नोत्तर अभ्यास	चिठी नमूना अंग्रेजी अक्षर चार्ट	४	२	१५

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
		कुराहरु - चिठी लेखाइ - अंग्रेजी अक्षर A-Z, र a-z - तेर्सो र ठाडो जोड	- चिठी पढाइ लेखाइ - अंग्रेजी अक्षर पढाइ लेखाइ अभ्यास - जोड हिसाब अभ्यास					
११	महिला स्वास्थ्य	- महिलाहरुको विभिन्न स्वास्थ्य समस्या - नियमित स्वास्थ्य परीक्षणको आवश्यकता - थप जोडेको अक्षरहरु - समस्यामूलक हिसाब	- चित्र छलफल - शव्द पढाइ, जोडेको अक्षर पढाइ, - संवाद पढाइ - प्रश्नहरुमाथि समूहमा छलफल - लेखाइ अभ्यास - सोचेर लेख्ने अभ्यास - समस्यामूलक हिसाब	छलफल अभिनय प्रश्नउत्तर अभ्यास	स्थानीय वस्तु	६	३	१८
१२	मेरो जिल्ला	- गाउँ समुदायमा भएका संघ संस्था/ कार्यालयहरु र त्यहाँबाट पाइने सुविधाहरु - थप जोडेको अक्षर - २ अंकको संख्याको घटाउ - नेपाली र अंग्रेजीमा नाम	- चित्र छलफल - जोडेको अक्षर, शब्द, अनुच्छेद पढाइ - खाली ठाउँ भर्ने, चिनो लगाउने अभ्यास - घटाउ हिसाब - नेपाली र अंग्रेजीमा नाम लेखाइ	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	हिसाबका लागि स्थानीय वस्तु	६	३	२१
१३	फलफूलको सर्वत	- फलफूलको सर्वत एक आयमूलक व्यवसाय - थप जोडेको अक्षर - साधारण र समस्यामूलक घटाउ	- चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल - घटाउ हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास		४	२	२३

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
१४	सरसफाइ	- सरसफाइ र फोहोर व्यवस्थापन गर्ने तरिका - समस्यामूलक घटाउ	- पाठ शीर्षक चिनारी - चित्र छलफल - शब्द, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल - लेखाइ अभ्यास - घटाउ हिसाब	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	पोस्टर	४	२	२५
१५	नागरिक चेतना	- नेपाली नागरिकको हक, अधिकार र कर्तव्य - थप जोडेको अक्षर - समस्यामूलक घटाउ हिसाव गर्न	- चित्र छलफल - पाठ शिर्षकको आशय - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - लेखाइ अभ्यास - कविता पढाइ - घटाउ हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	नागरिकता प्रमाण पत्रको नमूना, मतदाता परिचय पत्रको नमूना	६	३	२८
१६	स्वास्थ्य सेवा	- स्वास्थ्य संस्थाबाट दिइने सेवा सुविधा र यसको प्रयोग - विभिन्न रोग विरुद्ध दिइने खोपहरु - खोप तालिका - थप जोडेको अक्षर - घटाउ हिसाब	- चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - लेखाइ अभ्यास - घटना, तालिका पढाइ - खालि ठाउँ भर्ने अभ्यास - हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर घटना अध्ययन अभ्यास	खोप तालिका	६	३	३१
१७	जन्म अन्तर	- जन्मअन्तर र यसका फाइदाहरु - परिवारको योजना - थप जोडेको अक्षर - गुणन - २ देखि ९ सम्मको	- चित्र छलफल - पाठ शीर्षक चिनारी - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	गुणन तालिका	४	२	३३

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
		गुणन तालिका	- लेखाइ अभ्यास - गुणन तालिका पढाइ - गुणन अभ्यास					
१८	तरकारी खेती	- तरकारीका प्रकार, तरकारी खेती र यसबाट हुने फाइदा - थप जोडेको अक्षर - गुणन - २ अंकको संख्याको गुणन	- चित्र छलफल - पाठ शीर्षक चिनारी - प्रश्न उत्तर लेखाइ अभ्यास - गुणन हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अनुभव आदानप्रदान अभ्यास	पोस्टर	६	३	३६
१९	बोटविरुवा र मानिस	- वन जंगलको महत्व, वनबाट हुने फाइदा - थप जोडेको अक्षर - २ अंकको संख्याको गुणन हिसाव - अँग्रेजी शब्दहरु	- पाठ शीर्षक चिनारी - चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्न उत्तर, अन्य लेखाइ अभ्यास - हिसाब अभ्यास - अँग्रेजी शब्द पढाइ, लेखाइ	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	पोस्टर	६	३	३९
२०	चर्पी	- चर्पीको प्रयोग र सरसफाइबाट हुने फाइदा - थप जोडेको अक्षर - भाग हिसाव - अँग्रेजीमा जनावर, तरकारी र फलफूलका नामहरु	- चित्र छलफल - जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - लेखाइ अभ्यास - कविता पढाइ र छलफल - प्रश्न उत्तर लेखाइ अभ्यास - भाग हिसाब अभ्यास गर्ने - अँग्रेजी शब्द पढाइ लेखाइ	छलफल प्रश्नउत्तर गीत गायन अभ्यास	जनावर, तरकारी तथा फलफूल सम्बन्धी सचित्र पोस्टर	६	३	४२

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
२१	हामी सबै नेपाली	- बहु जाती, बहु भाषी, बहु धर्मका सबै नेपाली एक - क्यालकुलेटरको प्रयोग	- पाठ शीर्षक चिनारी - चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - लेखाइ अभ्यास - प्रश्नमाथि छलफल - क्याल्कुलेटरको प्रयोग अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर गीत गायन अभ्यास	क्याल्कुलेटर	६	३	४५
२२	बजार	- व्यवसाय गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु - उत्पादन र बजार व्यवस्थापन	- चित्र छलफल - शब्द, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल - लेखाइ अभ्यास - बुँदा पढाइ	छलफल प्रश्नउत्तर	व्यवसाय र बजार व्यवस्थापन सम्बन्धी चित्रहरु	४	२	४७
२३	सुधारिएको चुलो	- सुधारिएको चुलो र यसको फाइदा - गोबरग्याँस र यसको प्रयोग - क्यालकुलेटरको प्रयोग	- पाठ शिर्षक चिनारी - चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल - लेखाइ अभ्यास - क्याल्कुलेटरबाट हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	सफलताको कथा, सुधारिएको चुल्हो, गोबर ग्यासको अवलोकन	६	३	५०
२४	साझा सम्पत्ति	- हाम्रो साझा सम्पत्ति, यसको महत्व र संरक्षण - नाप, तौल, समयका एकाइहरु - मिटर सेन्टिमिटरको हिसाब	- पाठ शिर्षक चिनारी - चित्र छलफल - शब्द, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल - लेखाइ अभ्यास - गीत गायन	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	कपडा नाप्ने टेप, स्केल	६	३	५३

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
			- मिटर सेन्टिमिटरको जोड हिसाब अभ्यास					
२५	पोसिला खानेकुरा	- खानाका प्रकार र यसमा हुने पोषण तत्वहरु - थप जोडेको अक्षर - मिटर सेन्टिमिटरको हिसाब	- चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर पढाइ - गीत गायन - अनुच्छेद पढाइ - सामूहिक लेखाइ अभ्यास - मिटर सेन्टिमिटरको घटाउ हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर गीत गायन अभ्यास	पोसिलो खाना सम्बन्धी पाइ चार्ट/ पोस्टर	६	३	५६
२६	समूह वचत तथा ऋण	- वचतबाट हुने फाइदा - वचत तथा ऋण समूह र यसबाट पाइने सुविधा - तौल सम्बन्धी के.जी. र ग्रामको जोड घटाउ हिसाब	- चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर पढाइ - गीत गायन - लेखाइ अभ्यास - प्रश्नमाथि छलफल - के.जी., ग्रामको जोड घटाउ हिसाब	छलफल प्रश्नउत्तर गीत गायन अभ्यास	तौल सम्बन्धी ढकहरु	६	३	५९
२७	श्रम र समयको वचत	- श्रम र समयको वचत र यसका उपायहरु - आयतन - लिटर मिलिलिटर सम्बन्धी जोड र घटाउ	- शीर्षक चिनारी - चित्र छलफल - अनुच्छेद पढाइ - आयतन सम्बन्धी हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	१, २, आधा लिटरका भाँडाहरु/ बोतलहरु	६	३	६२
२८	सामाजिक न्याय	- परिवार र छरछिमेकमा आपसी समझदारी तथा सद्व्यवहार र सामाजिक न्याय	- शीर्षक चिनारी - जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्न र बुँदाहरु माथि छलफल - लेखाइ अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	घडी, क्यालेन्डर	८	४	६६

पाठ संख्या	पाठ शीर्षक	पाठले सिकाउन खोजेको कुरा	शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप	शिक्षण विधि	प्रयोग गर्न सकिने सन्दर्भ सामग्री	अनुमानित समय		
						घण्टा	दिन	दिनाङ्क
		- थप जोडेका अक्षरहरु - घडी र समयको ज्ञान - घण्टा, मिनेट, सेकेण्डको हिसाब - नेपाली र अङ्ग्रेजीमा सात बारको नाम	- घडी र समयको हिसाब अभ्यास					
२९	सरुवा रोग	- सरुवा रोगहरु र रोग सर्ने माध्यमहरु - सरुवा रोगबाट बच्ने बचाउने उपायहरु - एच.आइ.भी. एड्स र यसबाट बच्ने उपाय - पात्रो र तिथि मिति - अङ्ग्रेजीमा १२ महिनाको नामहरु	- शीर्षक चिनारी - चित्र छलफल - शब्द, जोडेको अक्षर, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्नमाथि छलफल - लेखाइ अभ्यास - संवाद पढाइ - प्रश्नउत्तर र छलफल - पात्रो अध्ययन र अभ्यास - अंग्रेजीका १२ महिना पढाइ	छलफल प्रश्नउत्तर अभिनय	पात्रो/ क्यालेन्डर	१०	५	७१
३०	कुलत	- कुलत र यसबाट जीवनमा पर्ने नकारात्मक असर - कुलतबाट बच्ने उपायहरु - भाग सम्बन्धी हिसाब	- चित्र छलफल - शब्द, अनुच्छेद पढाइ - प्रश्न र बुँदामाथि छलफल - भाग सम्बन्धी हिसाब अभ्यास	छलफल प्रश्नउत्तर अभ्यास	घटनाहरु	८	४	७५