अभिभावकको सहयोगमा बालबालिकालाई घरमा नै गराउन सकिने सिकाइ क्रियाकलापहरू

कक्षा १

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

Nepal Education Cluster
नेपाल शिक्षा समूह

प्रकाशक :	नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

प्रकाशनः पहिलो संस्करण, वि.सं.२०७६, चैत

सम्पादन : रमा अर्याल पन्थी (शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र)
अनिल शर्मा मिश्र (पाठ्यक्रम विकास केन्द्र)
डा. दिपु शाक्य (युनिसेफ)
धनसूदन चौलागाई (शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र)

लेखन सहयोग : पवन कुमार अधिकारी (यूनाईटेड मिसन टु नेपाल)
उद्धव भट्टराई (सेभ द चिल्ड्रेन)
श्रीकृष्ण वेन्जु (ग्लोबल एक्सन नेपाल)
सुलभ गिरी (समुन्नत नेपाल)
बिक्की श्रेष्ठ (सार्थक शिक्षा)

भाषा सम्पादन : गेहनाथ गौतम (शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र)

डिजाइन : राजु शाक्य

पुस्तिकाको उपयोग सम्बन्धमा :

यो पुस्तिका लेखपढ गर्न नसक्ने साना बालबालिकाकालागि घरमा नै सिकाइ सुनिश्चित गर्न बनाइएको हो । तसर्थ यसमा भएका क्रियाकलाप गर्न अभिभावकले बालबालिकालाई सहयोग गरिदिनुहोस् । बालबालिकालाई क्रियाकलापहरू गराउँदा माया गर्दै स्यावासी दिनुहोस् ।

यसमा भएका विभिन्न क्रियाकलापहरूले पाठ्यक्रम (२०७६)मा आधारित रही बालबालिकालाई साधारण लेखपढ तथा गणित सिकाउनुका साथै अन्य सिकाइका अवसरहरू पनि प्रदान गर्दछ । ।

यसमा ४५ दिनका लागि क्रियाकलापहरू राखिएका छन् । हरेक दिनमा ३ ओटा सम्म क्रियाकलापहरू गराउन सहयोग गर्नुहोस् । ३ ओटा क्रियाकलाप गरिसकेपछि पाइने तारा (☆)मा रङ लगाउन दिनुहोस् ।

मिति..

१.१. मेरो दैनिकी

अभिभावकलाई सुझाव : तल दिइएको तालिकामा समय भएको कोठामा रङ भर्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् । कामअनुसार एकभन्दा बढी सम्बन्धित समयको कोठामा रङ भर्न लगाउनुहोस् । तालिका बमोजिम काम गर्न सहमत गराउनुहोस् ।

मुख्य काम	समय (विहान, दिउसो र साँझ)					
	६-८ बजे	८-१० बजे	१०-१ बजे	१-४ बजे	४-७ बजे	७-९ बजे

मिति...

१.२. म

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई आफ्नो चित्र लेख्न वा आफ्नो फोटो टाँसी तल दिइएका जानकारीहरू भर्न लगाउनुहोस् ।

म

मेरो नाम : ....

मेरो ठेगाना : ....

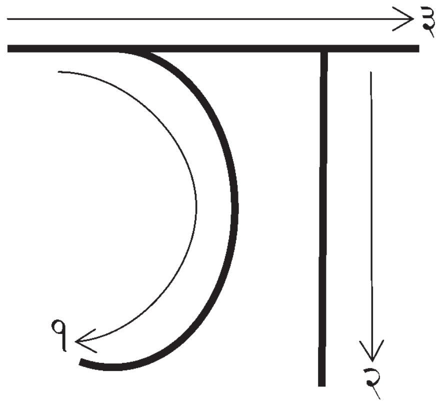
विद्यालयको नाम : ....

मिति..

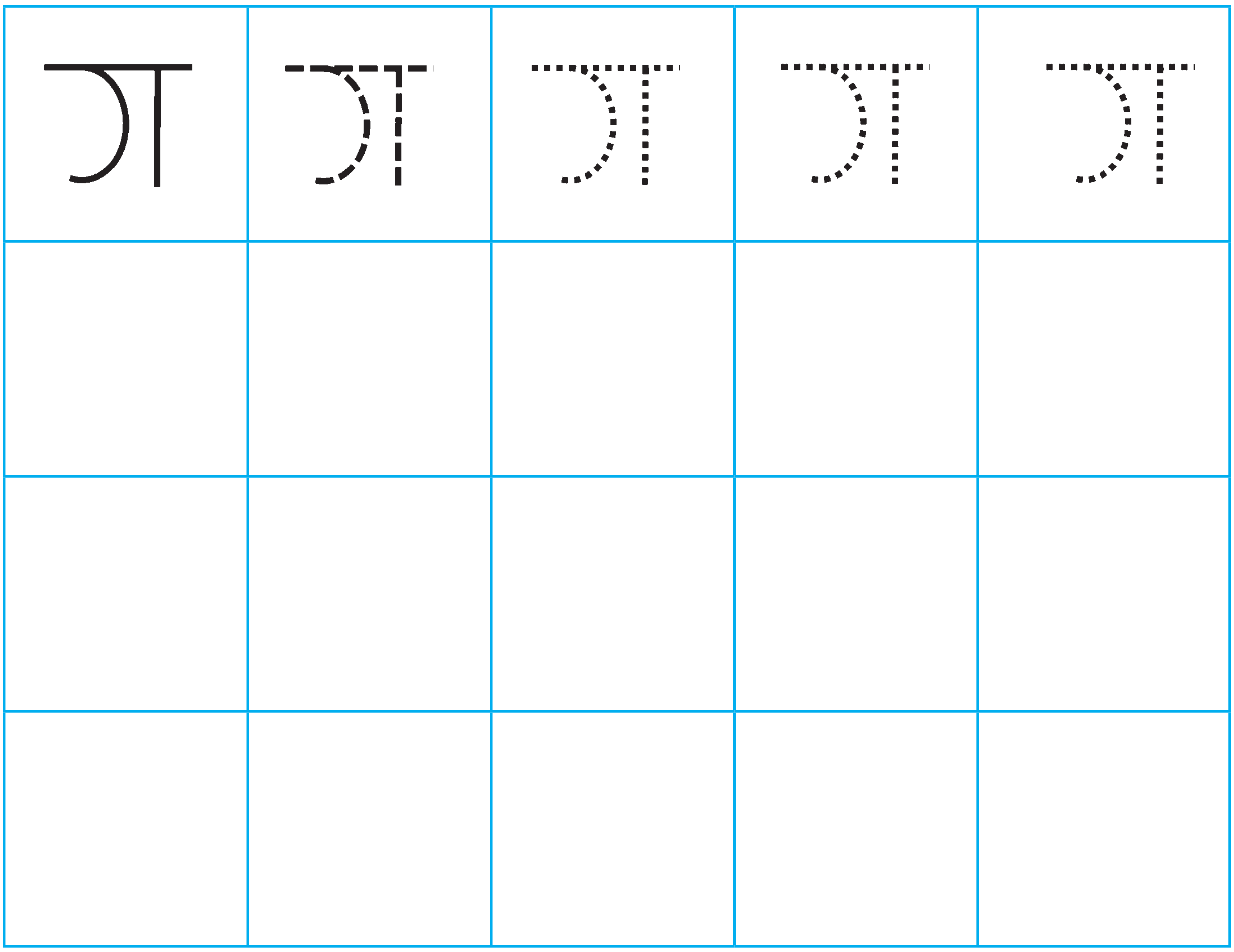
१.३. ग अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ग



गमला



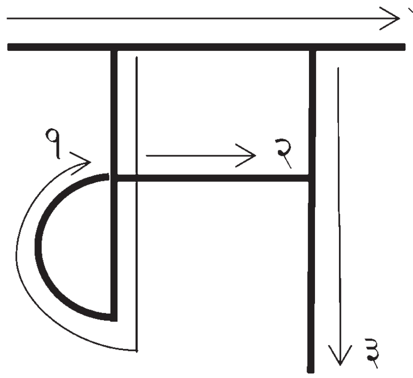
मिति...

२.१. म अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

दोस्रो दिन
२

म



मकै

म	म	म	म	म

मिति..

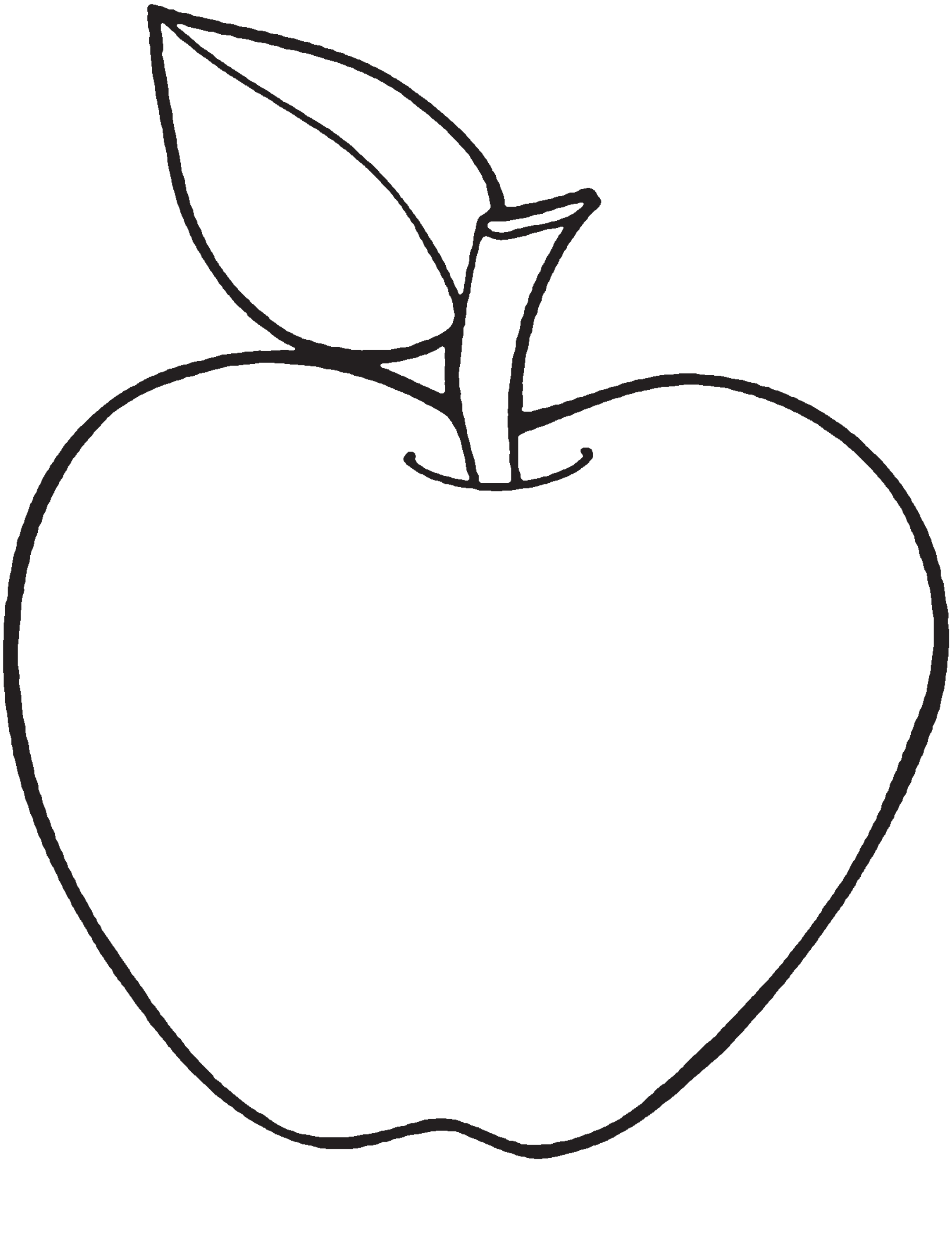
२.२. व्यायाम र प्राणायम

अभिभावकलाई सुझाव : पलेटी मारेर, घुँडाले टेकेर बस्न सिकाउनुहोस् । शवासनमा (उत्तानो परेर) सुत्न, पल्टन सिकाउनुहोस् । आफ्नो सासको चालमा ध्यान केन्द्रित गर्न सिकाउनुहोस् । तपाईंलाई थाहा छ भने बालबालिकालाई अनुलोमविलोम, भ्रामरी, कपालभाती, ॐ कार प्राणायम गर्न सिकाउनुहोस् । गोडा चाल्ने, गोडा फार्ने, हात तल, सिधा, माथि गर्न सिकाउनुहोस् । ताली बजाएर त्यसको तालमा हिंड्न लगाउनुहोस् । यस्तो व्यायाम र प्राणायम दैनिक रूपमा विहानै गर्न सिकाउनुहोस् । व्यायाम र प्राणायाम तपाईंका लागि पनि उपयोगी हुन्छ ।

मिति..

२.३. रङ लगाऔं

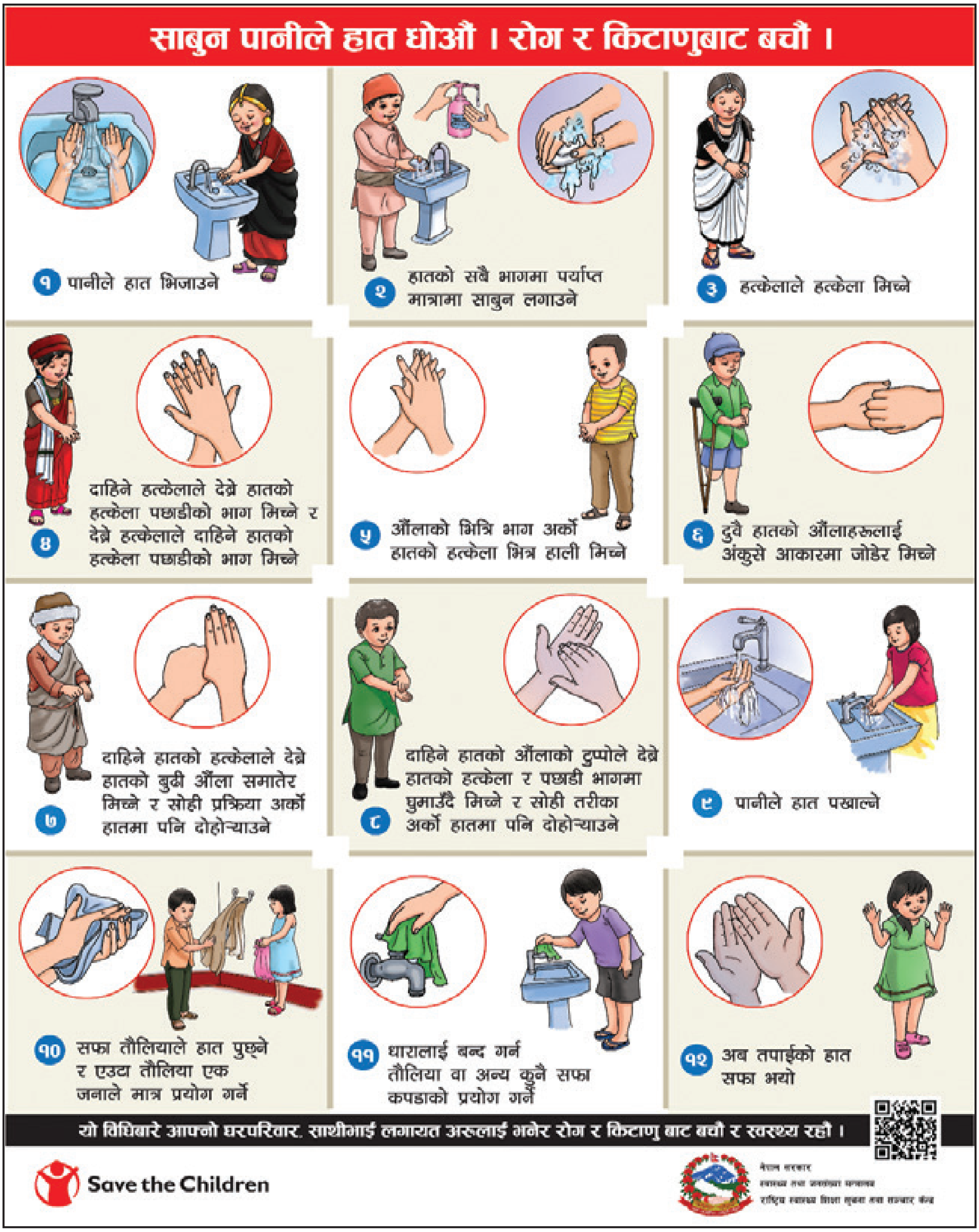
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई तलको चित्रमा मिल्ने रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसकालागि मैनकलर वा सिसाकलमकलर दिनुहोस् । रङ जस्तोसुकै भरे पनि स्यावासी दिनुहोस् । अझै राम्रो गर्न हौसला दिनुहोस् ।



मिति..

३.१. हात धुने कसरी ?

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई तलको चित्रहरूमा के के गरेको हो भन्न लगाउनुहोस् । हात कुन कुन बेला धुनुपर्छ सोध्नुहोस् । उनीहरूलाई आफूसँगै साबुनपानीले हात धुन सिकाउनुहोस् । यसरी दिनमा पटक पटक साबुन पानीले मिचिमिचि हात धुन सिकाउनुहोस् ।

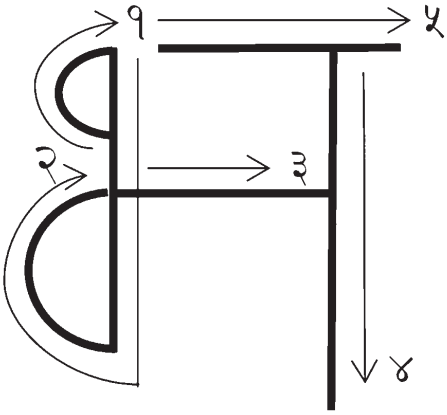


मिति...

३.२. भ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

भ



भकुन्डो

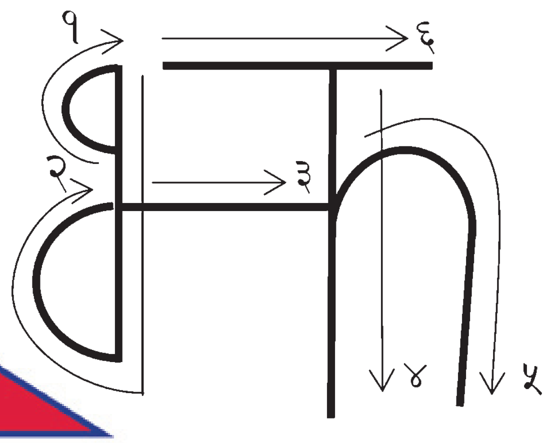
भ	भ	भ	भ	भ

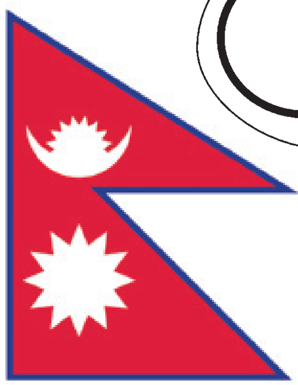
मिति...

३.३. झ अक्षर लेखौं

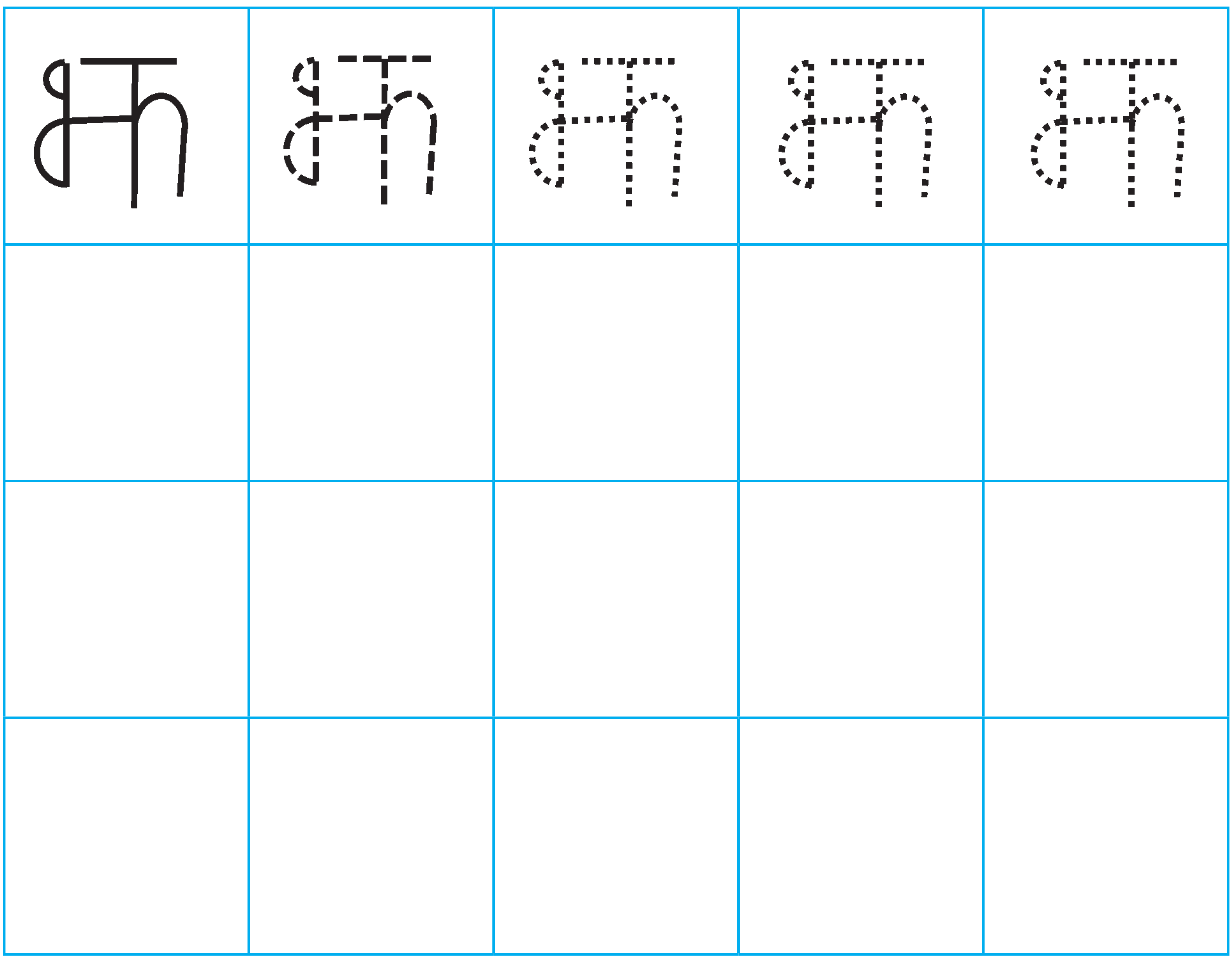
अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

झ





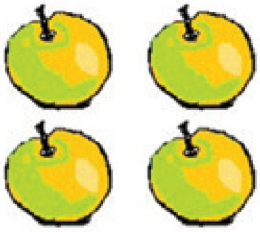
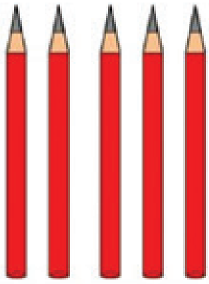
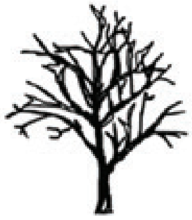
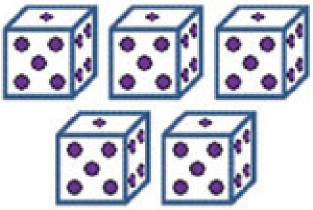
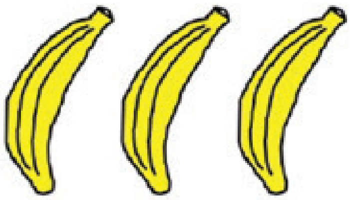
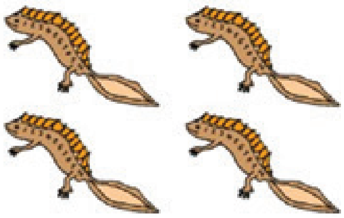
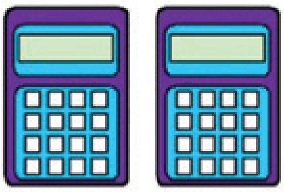
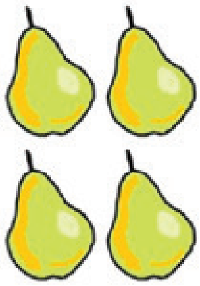
झण्डा



मिति...

४.१. गनौं र भनौं

अभिभावकलाई सुझाव : तल दिइएका चित्रहरू बालबालिकालाई देखाउँदै गन्ती गर्न लगाउनुहोस् । तपाईंले चित्र हेरेर सङ्ख्या भन्नुहोस् । त्यो सङ्ख्या भएको चित्रलाई हातले छोप भन्नुहोस् । यसरी केही समय खेलाउनुहोस् ।

 ______	 ______	 ______
 ______	 ______	 ______
 ______	______	 ______

मिति...

४.२. हावामा लेखौं

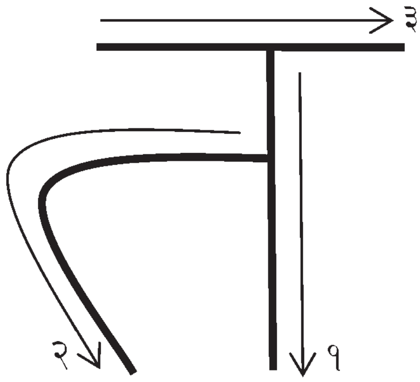
अभिभावकलाई सुझाव : आफ्नो बालबालिकासँगै उभिनुहोस् । दाहिने हातको चोर औंलाले देखाएर हावामा **क** लेख्न सिकाउनुहोस् । टाउकोले लेख्न सिकाउनुहोस् । कम्मरले लेख्न सिकाउनुहोस् । गोडाले लेख्न सिकाउनुहोस् । यसरी नै अरु दुई तीन ओटा अक्षर हावामा लेख्न सिकाउनुहोस् । यसपछि कति रमाइलो भयो भनेर सोध्नुहोस् ।

मिति...

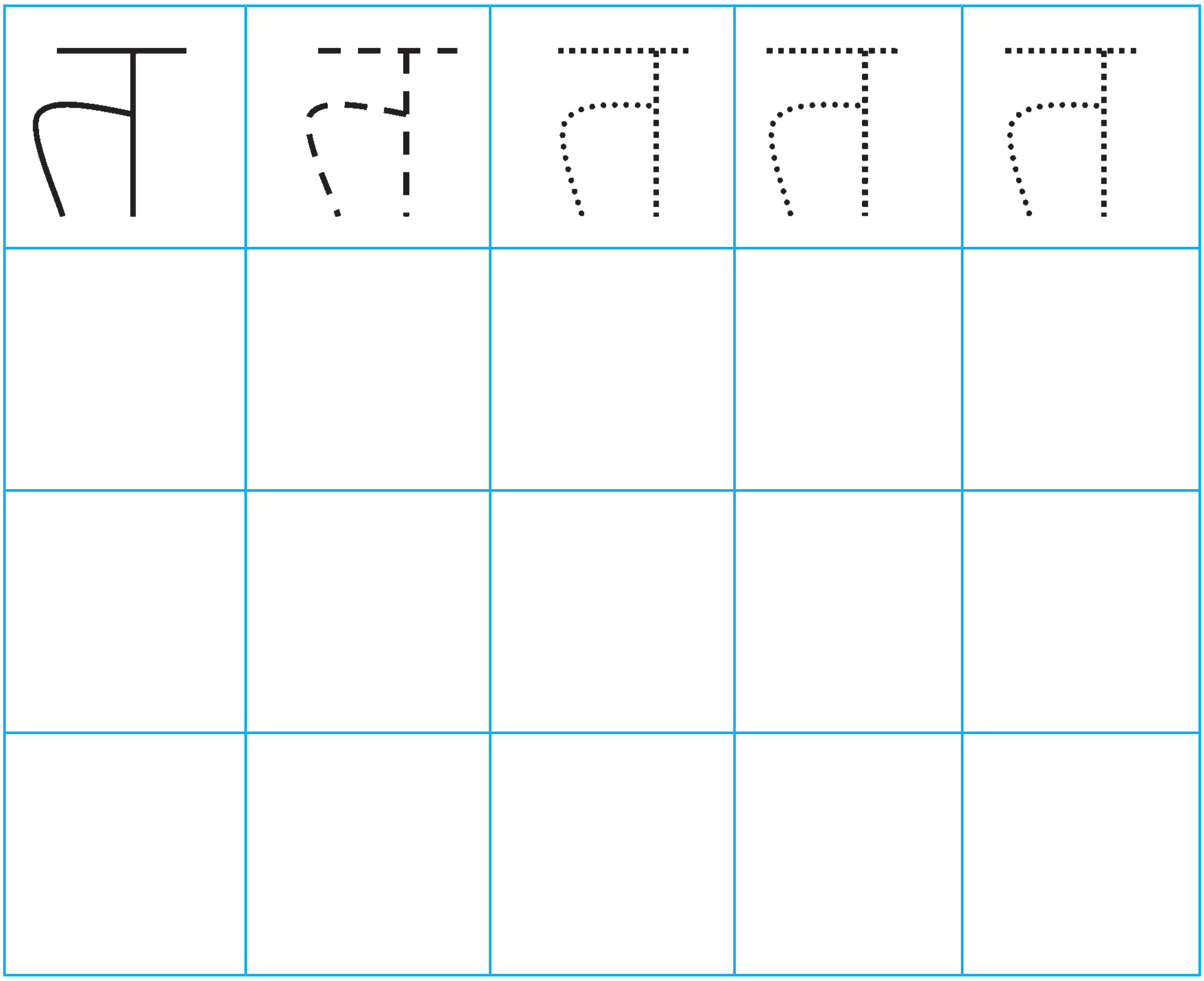
४.३. त अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

त



तराजु



मिति...

५.१. पैसा छाप

अभिभावकलाई सुझाव : एउटा सिक्का यो पाना मुनि राखिदिनुहोस् । त्यसमाथि विस्तारै सिसाकलमले घोट्न सिकाउनुहोस् । त्यो सिक्कालाई अर्कोपट्टि फर्काएर त्यसै गर्न लगाउनुहोस् । यसरी नै यो पानाभरि फरक फरक सिक्काहरू दिएर कोर्न लगाउनुहोस् । कतिको सिक्का हो भनेर पनि सोध्नुहोस् ।

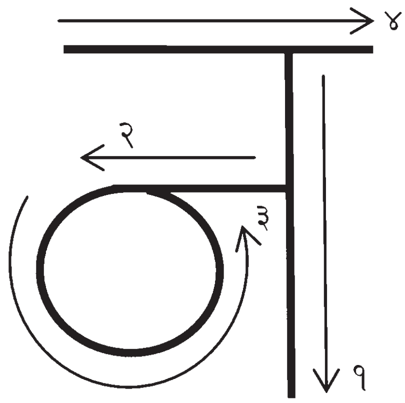
मिति..

५.१. न अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

पाँचौं दिन ५

न



नरिवल

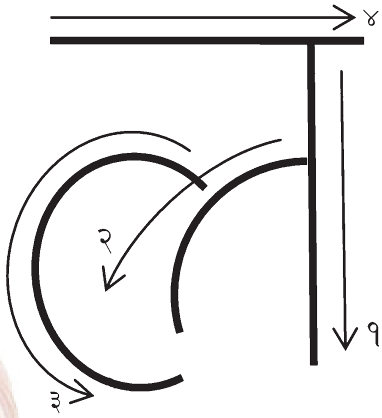
न	न	न	न	न

मिति..

५.३. ल अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ल



लसुन

ल	ल	ल	ल	ल

मिति...

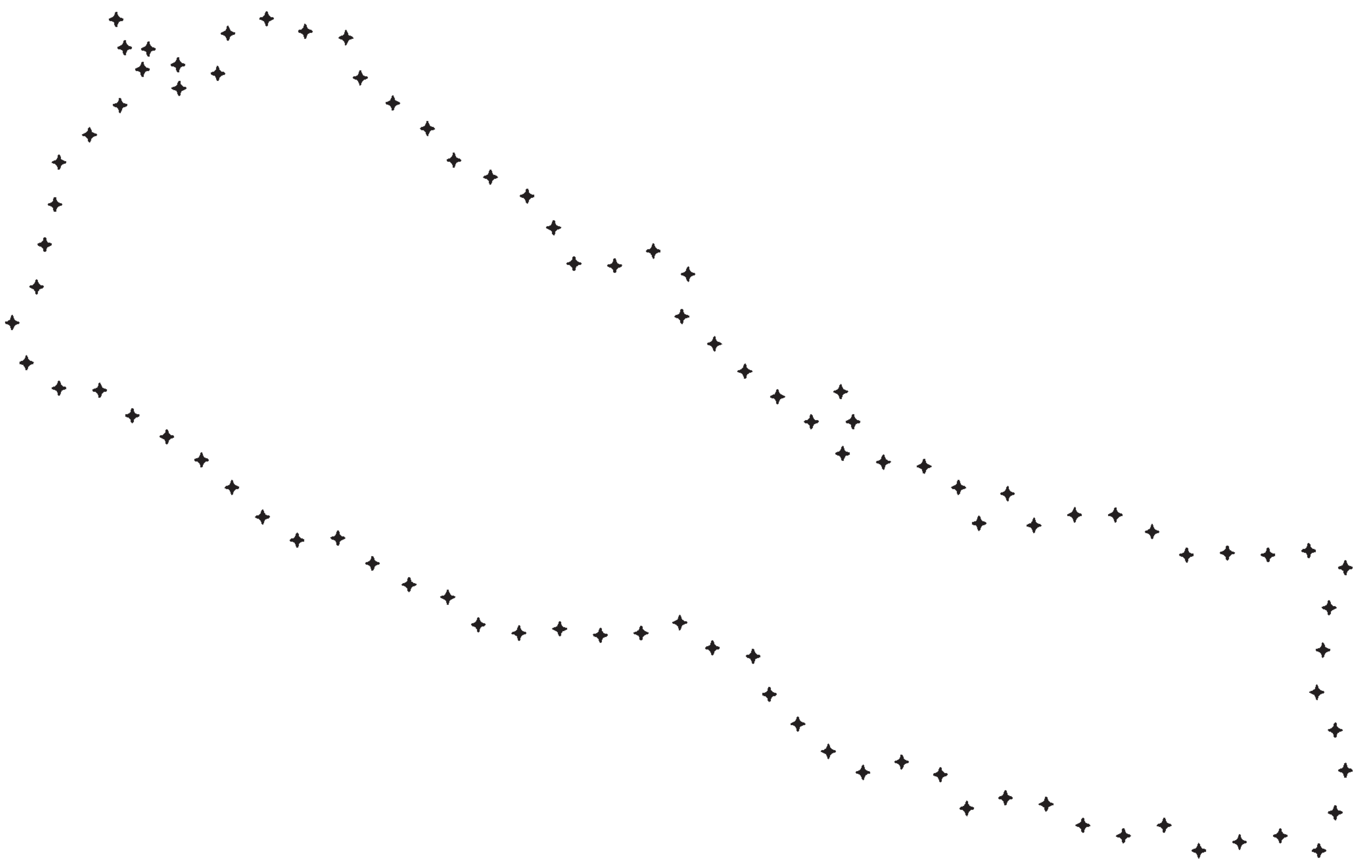
६.१. भित्र बाहिर खेल

अभिभावकलाई सुझाव : भुइँमा डोरीलाई तेर्सो धर्का जस्तै सिधा राखेर सिमाना बनाउनुहोस् । बालबालिकालाई डोरीलाई नछोइकन उभिन लगाउनुहोस् । तपाईंले भित्र भन्दा उफ्रेर डोरी नाघ्दै भित्र हुन लगाउनुहोस् । बाहिर भन्दा, डोरी बाहिर हुन पर्छ भन्नुहोस् । तपाईंले बेला बेलामा झुक्याउँदै भित्र वा बाहिर भएको बेला पनि भित्र वा बाहिर भन्नुहोस् । खेल खेलेपछि खेल कस्तो लाग्यो भनेर छलफल गर्नुहोस् । समय समयमा यो खेल खेलाउनुहोस् ।

मिति..

६.२. थोप्ला जोड

अभिभावकलाई सुझाव : सिसाकलमले एक एक गर्दै तलदिइएका थोप्ला विस्तारै जोड्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि त्यो चित्रमा रङ भर्न लगाउनुहोस् । चित्र के को हो भनेर सोध्नुहोस् । नेपालको नक्सा हो भन्नसकेमा स्यावासी दिनुहोस् । नसकेमा वताइदिनुहोस् ।



मिति...

६.३. व अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

छैटौं दिन
६

व

वकिल

व	व	व	व	व

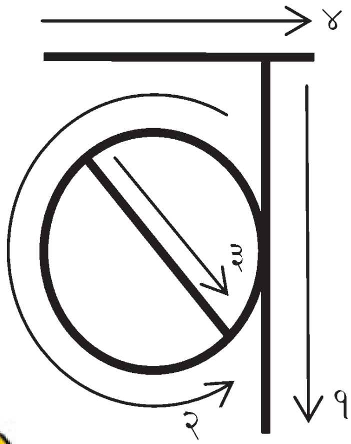
मिति..

७.१. ब अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :

तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ब



बस

ब	ब	ब	ब	ब

मिति...

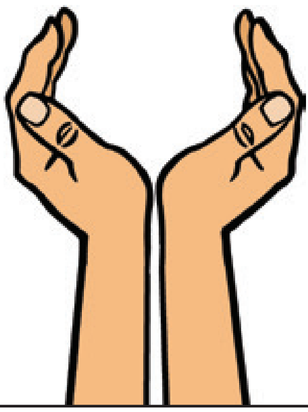
७.२. गएर गनौं

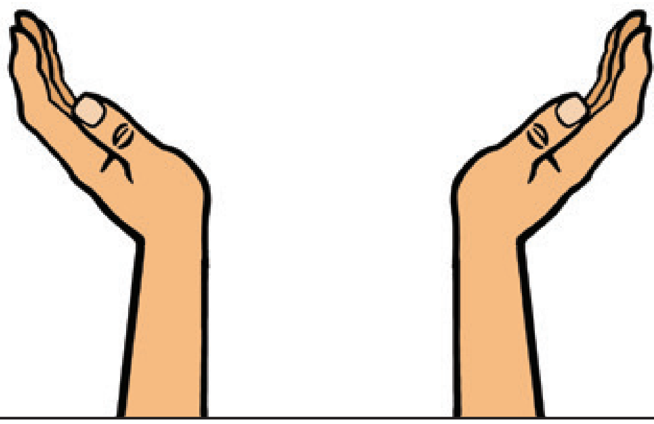
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई भान्सा कोठामा लैजानुहोस् । तलको चित्र अनुसारका सामान कहाँ छन् ? खोज्न लगाउनुहोस् । कति ओटा छन् गन्ती गर्न लगाउनुहोस् ।

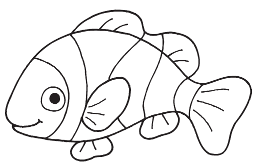
मिति...

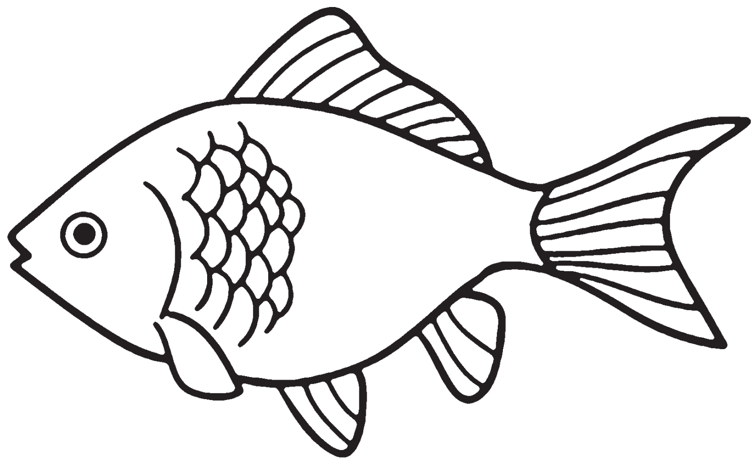
७.३. ठूलो माछा र सानो माछा

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई उभिन लगाउनुहोस् । मैलेभनेअनुसार गर्नुपर्छ तर मिलेको मात्र गर्नुपर्छ भन्नुहोस् । त्यसपछि ठूलो माछा भन्दै दुवै हात पर लानुहोस् । उनीहरूलाई पनि त्यसै गर्न लगाउनुहोस् । सानो माछा भन्दै दुवै हात जोड्नुहोस् । त्यसै गर्न लगाउनुहोस् । कुनै बेला झुक्याएर भन्नलाई ठूलो माछा भन्नुहोस् । तर दुवै हात जोडेर सानो देखाउनुहोस् । सानो देखाए आउट भन्नुहोस् । यसरी नै केही समय खेलाउनुहोस् । खेली सकेपछि माछाको चित्रमा रङ गर्न लगाउनुहोस् ।









मिति..

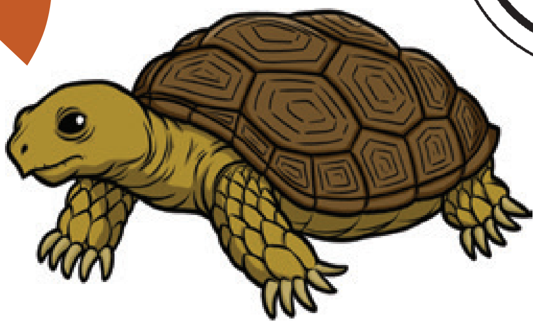
८.१. क अक्षर लेखौं

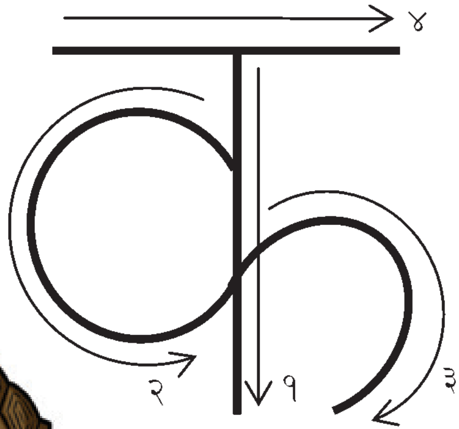
आठौं दिन ८

अभिभावकलाई सुझाव :

तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

क





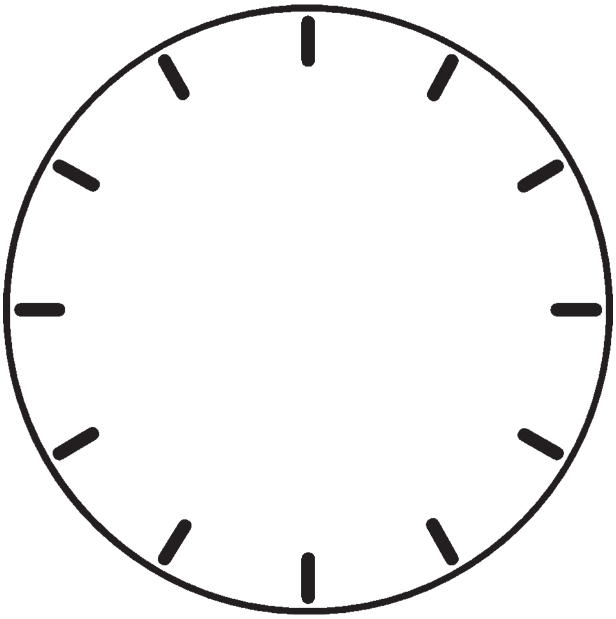
कछुवा

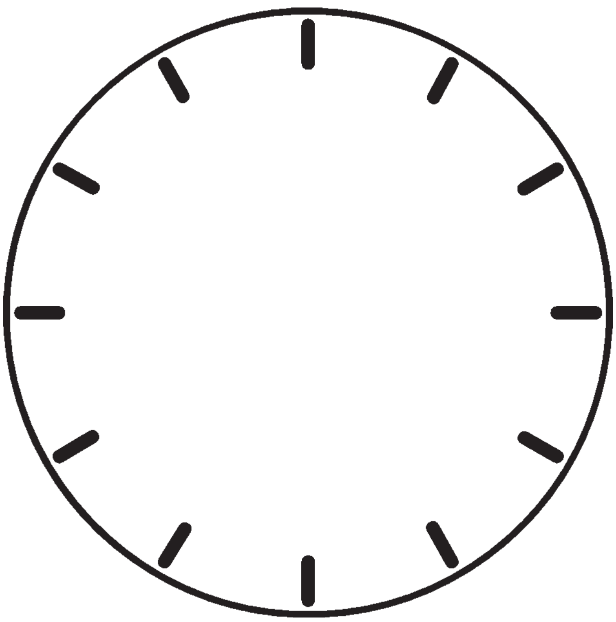
क	क	क	क	क

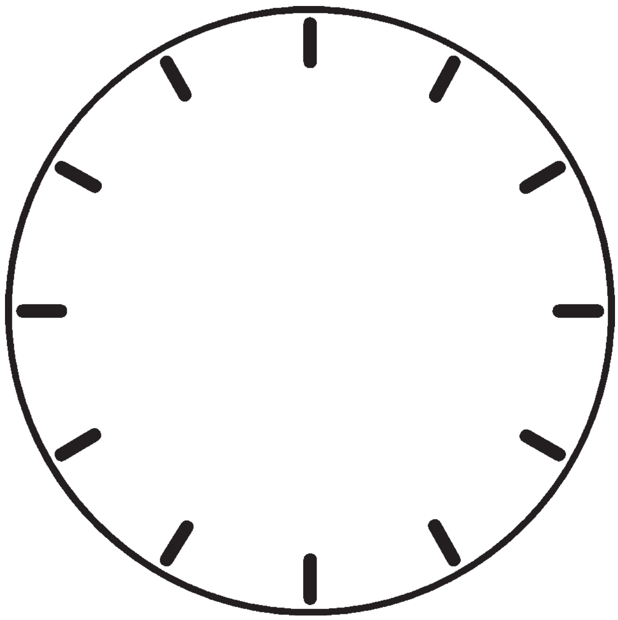
मिति...

८.२. घडीमा सुई हालौँ

अभिभावकलाई सुझाव : तलको अङ्क र सुई भएको घडी देखाउँदै समय हेर्न सिकाउनुहोस् । अङ्क राख्ने तरिका र समय हेर्ने तरिका बताउनुहोस् । एउटा खाली घडीमा अङ्क राख्ने तरिका सिकाउनुहोस् । त्यसमा अहिलेको समय हेरेर तीन ओटै सुई राख्ने तरिका सिकाउनुहोस् । यसरी नै अर्को खाली घडीमा भर्न लगाउनुहोस् । यसपछि रङ भर्न लागउनुहोस् । अरु दिनहरूमा पनि घडी हेरी समय बताउन र घडी बनाउन लगाउनुहोस् ।



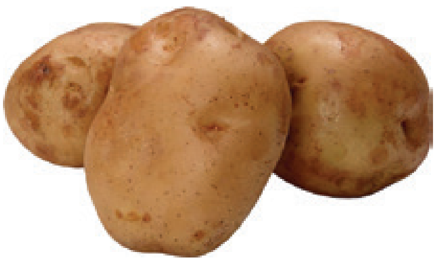


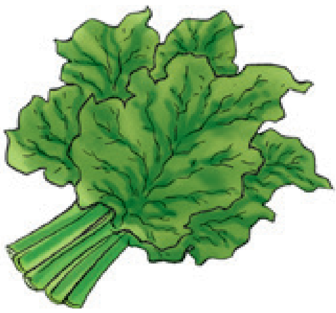


मिति..

८.३. पकाएको हेरौं

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई तपाईंसँगै भान्सामा लिएर जानुहोस् । चामल केलाएको, तरकारी काटेको हेर्न लगाउनुहोस् । तरकारी पकाउने बेलामा पनि बोलाउनुहोस् । त्यहाँ तेल, मसला, नुन, तरकारी ओइरिएको, चलाएको, छोपेको सबै काम गर्दै बताउनुहोस् । खाने बेलामा तरकारीको स्वाद सोध्नुहोस् । तरकारी पकाउँदा तलको के के चाहिन्छ ? नाम भन्न लगाउनुहोस् । नपुगेका सामग्रीको नाम थप गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।

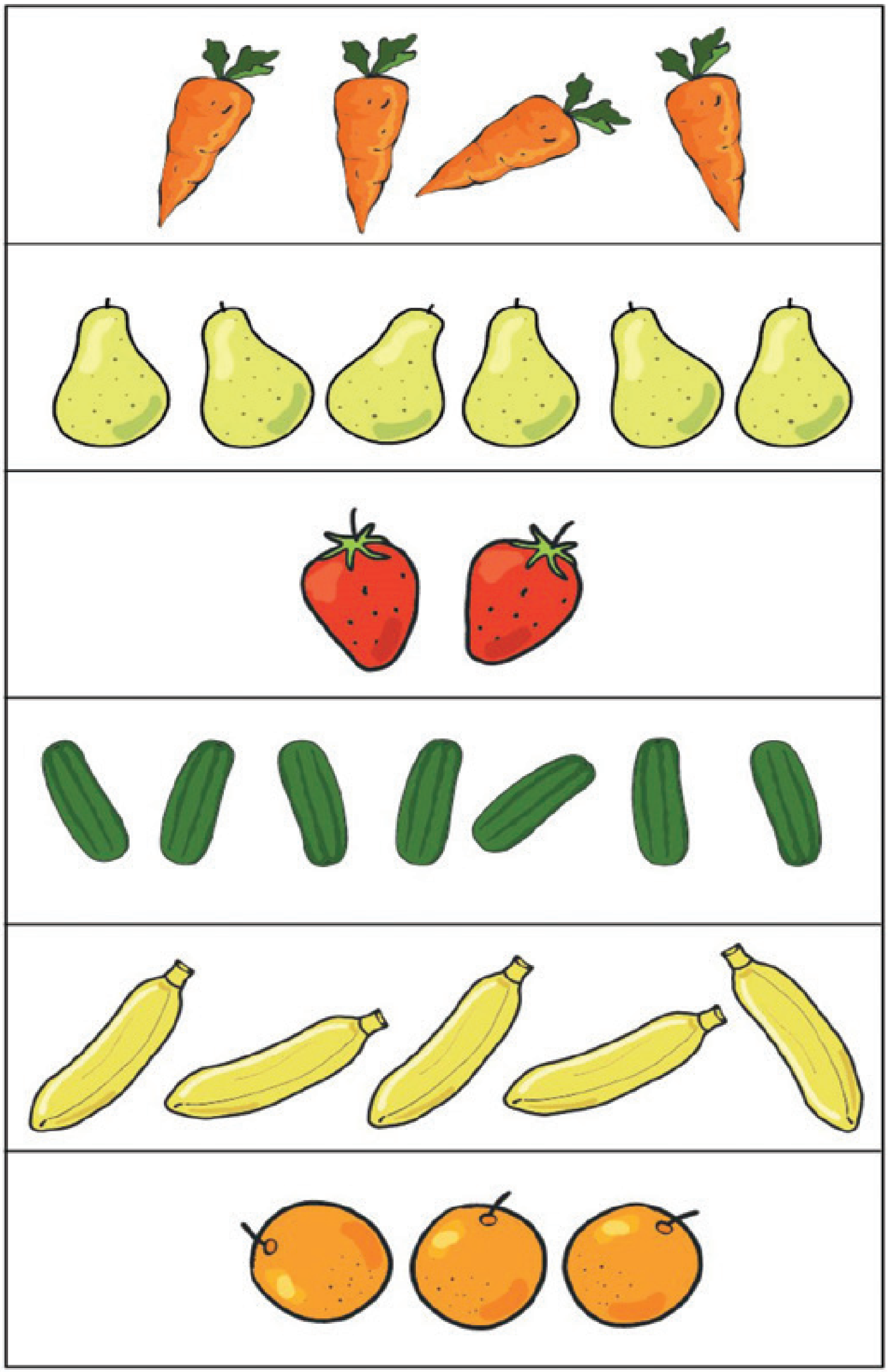




मिति..

९.१. चित्र माथि अङ्क राखौं

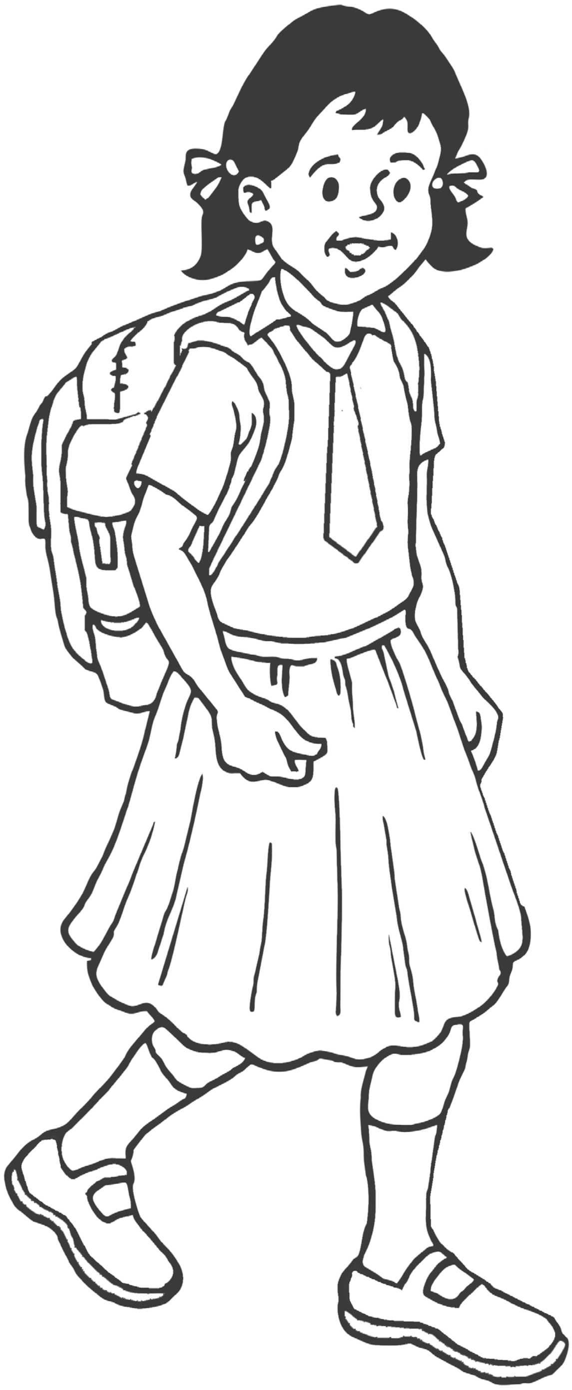
अभिभावकलाई सुझाव : ससाना टुक्रा कागजहरूमा ० देखि ९ अङ्कसम्म लेख्नुहोस् । तलको बाकसमा भएका चित्रहरू गन्दै त्यसमाथि मिल्दो अङ्क लेखिएका टुक्रा राख्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि अङ्क पढेर सुनाउन पनि लगाउनुहोस् । राखेको नमिलेमा सच्याइ दिनुहोस् ।



मिति..

९.२. हेरौं र रङ भरौं

अभिभावकलाई सुझाव : तलको रङ्गिन चित्र हेरी अर्को चित्रमा त्यस्तै रङ भर्न लगाउनुहोस् । कुनकुन लुगा लगाएको छ र के के लगाएको छ ? नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

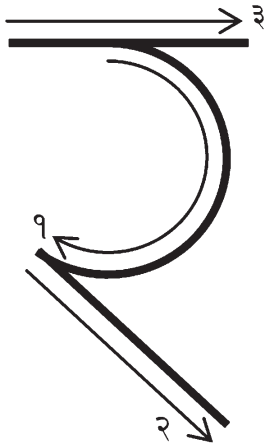


मिति..

९.३. र अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

र



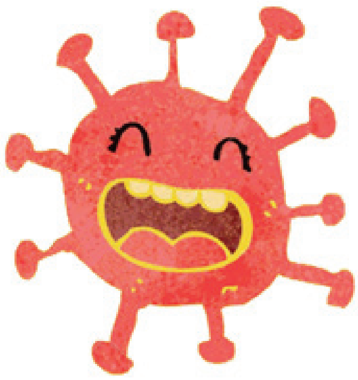
रङ

र	र	र	र	र

मिति..

१०.१. कथा : कोभिड बुक

अभिभावकलाई सुझाव : कथा पढेर बालबालिकालाई सुनाइदिनुहोस् । यसपछि कथामा मन परेका कुराहरूको चित्र तलको बाकसमा बनाउन लगाउनुहोस् ।

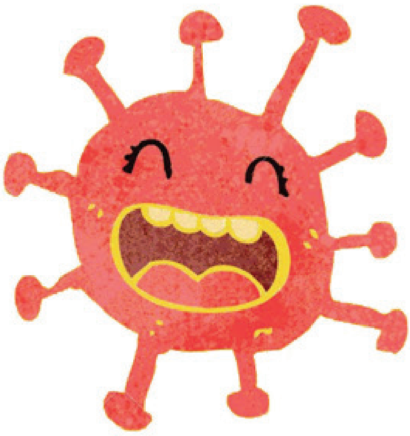


कोभिड बुक

Manuela Molina

Let's Read

The Asia Foundation

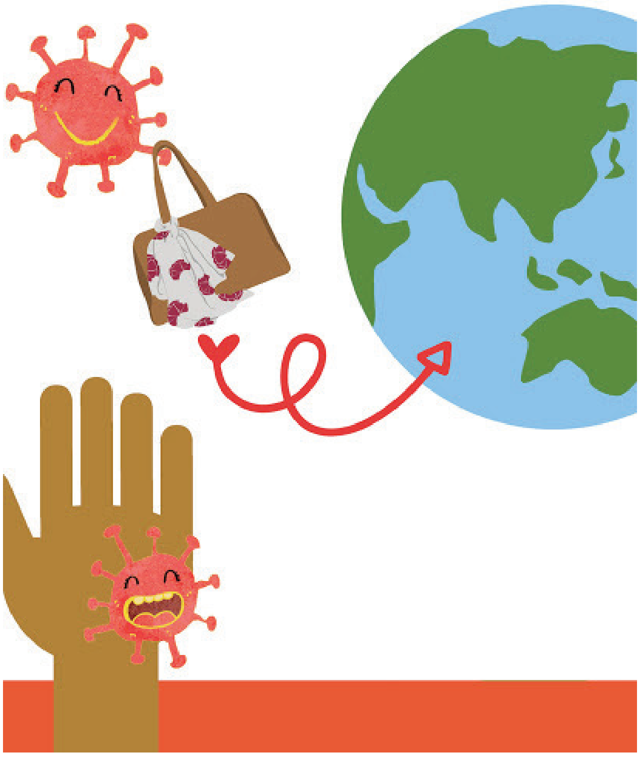


नमस्ते !

म हूँ भाईरस, रुघा खोकी र ज्वरोको नातेदार ।

मेरो नाम हो कोरोना भाईरस !

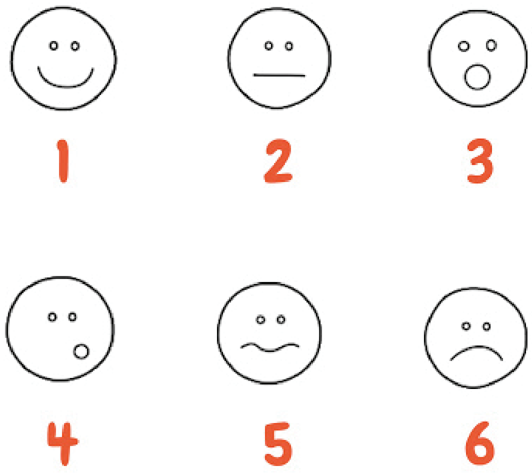
1



मलाई संसार भ्रमण गर्न मन पर्छ ...

अनि एउटा हातबाट अर्को हातमा हाम फाल्न !

2



के तपाईंले मेरो बारेमा सुन्नु भएको छ ?

छ ? छैन ?

जब मेरो नाम सुन्नुहुन्छ, तपाईं कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ ?

१) आनन्दित ?

२) भ्रमित ?

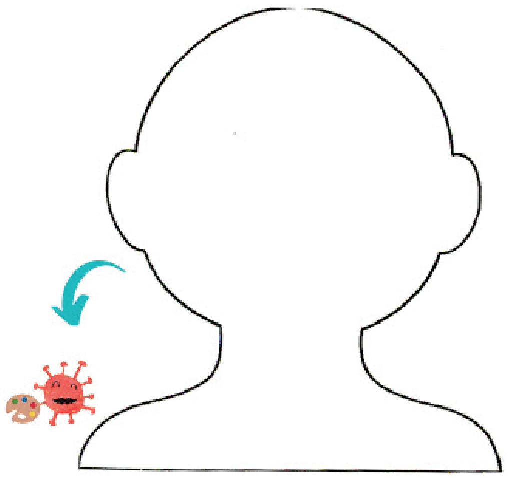
३) चिन्तित ?

४) जिज्ञासु ?

५) आशंकित ?

६) दुःखी ?

3

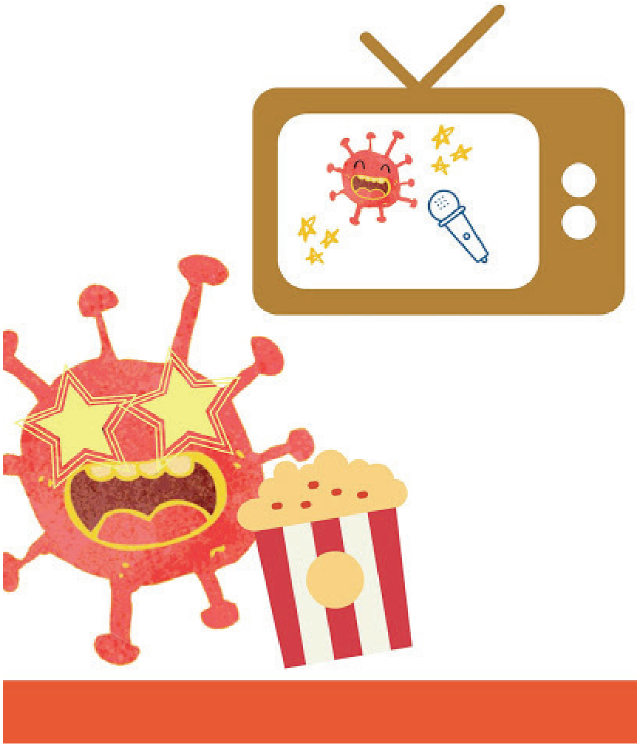


जब मेरो नाम सुन्नुहुन्छ, तपाईं कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ ?

तपाईंले त्यस्तो महसुस गर्नु भएको म बुझ्न सक्छु । मैले पनि त्यस्तै महसुस गर्थें हुँला ।

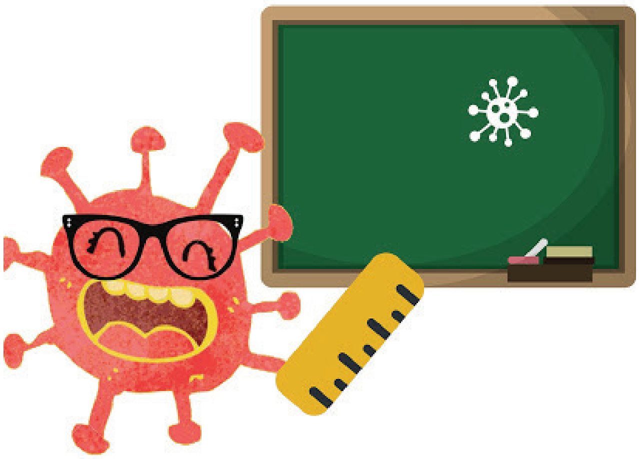
(यदि तपाईंसँग कागज छ भने, तपाईं मेरो बारेमा कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ भनेर देखाउन कागजमा एउटा अनुहारको चित्र कोर्नुहोस्।)

4



जब परिवारमा ठुला सदस्यहरुले मेरो बारे समाचार पढ्छन् वा टिभीमा मलाई देख्छन्, उहाँहरु कहिलेकाँही चिन्तित हुनुहुन्छ ।

5

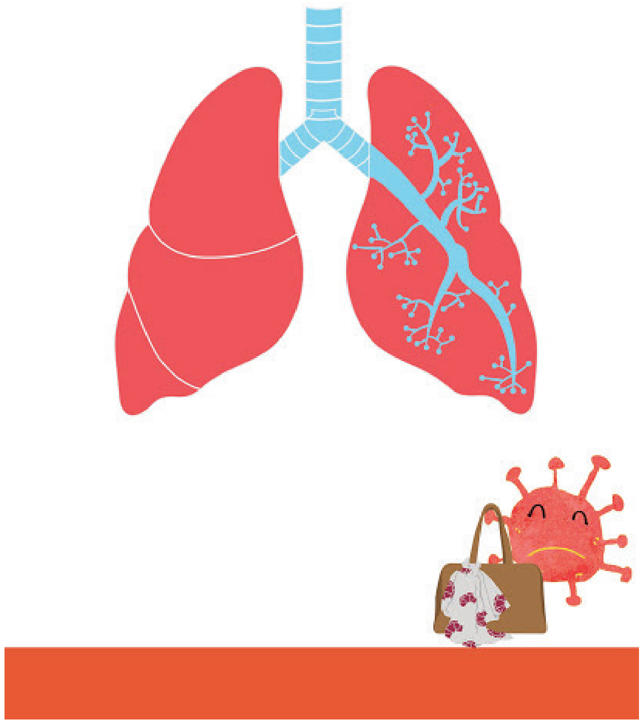


तर म आफैलाई व्याख्या गर्न जाँदैछु तसर्थ तपाईं बुझ्न सक्नुहुन्छ ।

6

जब म भ्रमण गर्न आउँछु, मैले:

सास फेर्न गाह्रो पार्छु, ज्वरो र खोकी ल्याउँछु ।



तर म लामो समय सम्म मानिससँग बस्दिन, र प्रायः सबैजना ठीक हुँदै जान्छन्, तपाईंको घुँडामा चोट लागेर निको भए जस्तै ।

बाई बाई !

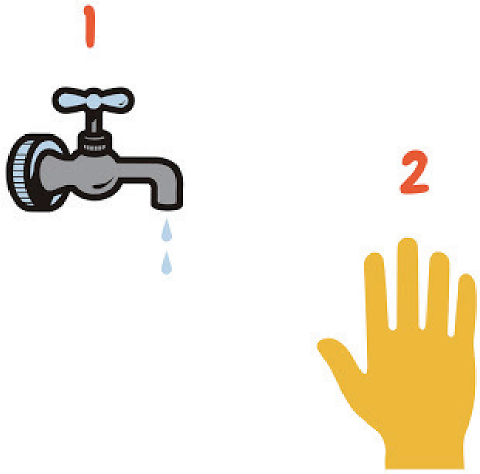
8

चिन्ता नलिनुहोस् !

(तपाईंको हेरचाह गर्ने मान्छेहरूको नाम लिनुहोस् ।)

उहाँहरुले तपाईंलाई सुरक्षित राख्नुहुनेछ ।

9



र तपाईंले पनि मद्दत गर्न सक्नुहुन्छ:

१. साबुन पानीले हात धुँदा गीत गाउँदै धुनु भए हुन्छ । तपाईंले आफ्नो मनपर्ने गीत, जन्मदिनको गीत, वा वर्णमाला गीत गाउन सक्नुहुन्छ ।

२. सेनिटाइजर हातहरूमा सुक्खा हुन्जेल राख्न सक्नु हुन्छ । सेनिटाइजरलाई हातमा राख्नुहोस् र १० सम्म गणना गर्नुहोस्: १,२,३,४,५,६,७,८,९,१० तपाईंका हातहरू सुक्खा भएपछि तपाईंहरु फेरि खेल्न जान सक्नु हुन्छ !!

10

MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS
WWW.MINDHEART.CO
CC BY-NC-SA 4.0 INTERNATIONAL PUBLIC LICENSE

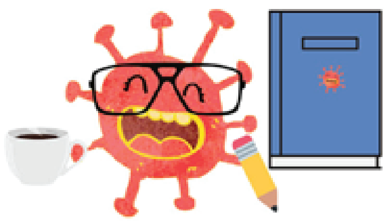
यदि तपाईं यो सबै गर्नुहुन्छ भने, जब सम्म डाक्टरहरूले खोप फे ला परेर तपाईंलाई बिरामी नबनाइकन भेट्ने मलाई अनुमति दिनुहुन्न, तब सम्म म भेट्न आउने छैन ।

Brought to you by

The Asia Foundation

Let's Read! is an initiative of The Asia Foundation's Books for Asia program that fosters young readers in Asia. booksforasia.org

To read more books like this and get further information about this book, visit letsreadasia.org



www.mindheart.co/descargables

Manuela Molina Cruz
Instagram: @mindheart.kids
manuela_825@hotmail.com

Original Story
COVIBOOK, author: Manuela Molina . Published by MindHeart, https://www.mindheart.co/descargables © MindHeart. Released under CC BY-NC-SA 4.0.

This work is a modified version of the original story. © The Asia Foundation, 2020. Some rights reserved. Released under CC BY-NC-SA 4.0.

For full terms of use and attribution, http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Contributing translators: Ritica Lacoul

मिति...

१०.२. एक खुट्टाले हिड्ने खेल

अभिभावकलाई सुझाव : दुवै हात पछाडि लगेर एउटा खुट्टा उठाउन लगाउनुहोस् । एक खुट्टाले उफ्रदै हिंड्न लगाउनुहोस् । पाइला गन्न पनि लगाउनुहोस् । कति पाइला हिंड्न सक्यो सङ्ख्या भन्न लगाउनुहोस् । यसरी नै दुई खुट्टाले पनि उफ्रदै हिंड्न र गन्ती गर्न लगाउनुहोस् । दूरी तोकेर सुरक्षित रुपमा प्रतिस्पर्धा पनि गराउन सक्नु हुन्छ ।

मिति..

११.१. सुरुदेखि अहिलेसम्म

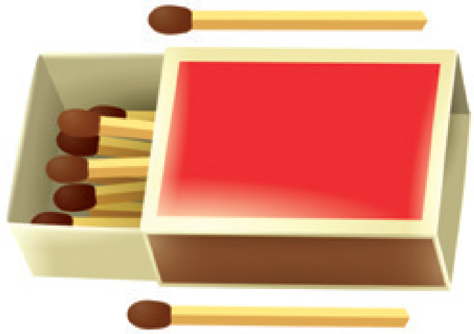
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई सुरुदेखि अहिलेसम्म के के गऱ्यौ र के के सिक्यौ भनेर सोध्नुहोस् । उनीहरूसँगै बसेर पहिलो पानादेखि हेर्दै भन्न लगाउनुहोस् । एक पटकमा बढीमा १०/१५ मिनेट सम्म मात्र दोहोऱ्याउने क्रियाकलाप गराउनुहोस् । यसलाई तीन चार दिनको फरकमा गर्न सकिन्छ । अहिलेसम्म सिकेको मध्ये मनपरेका कुराहरूको चित्र तलको बाकसमा बनाउन लगाउनुहोस् ।

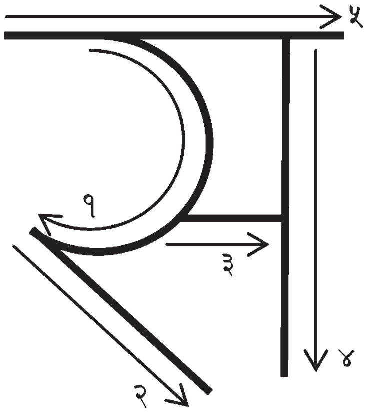
मिति...

११.२. स अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

स





सलाई

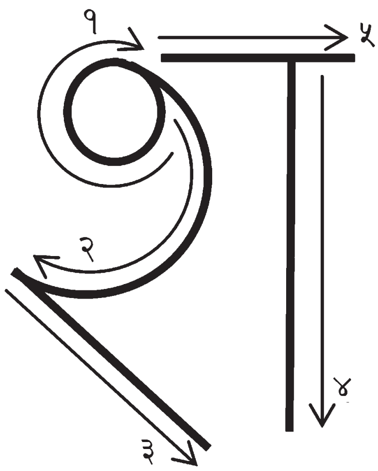
स	स	स	स	स

मिति...

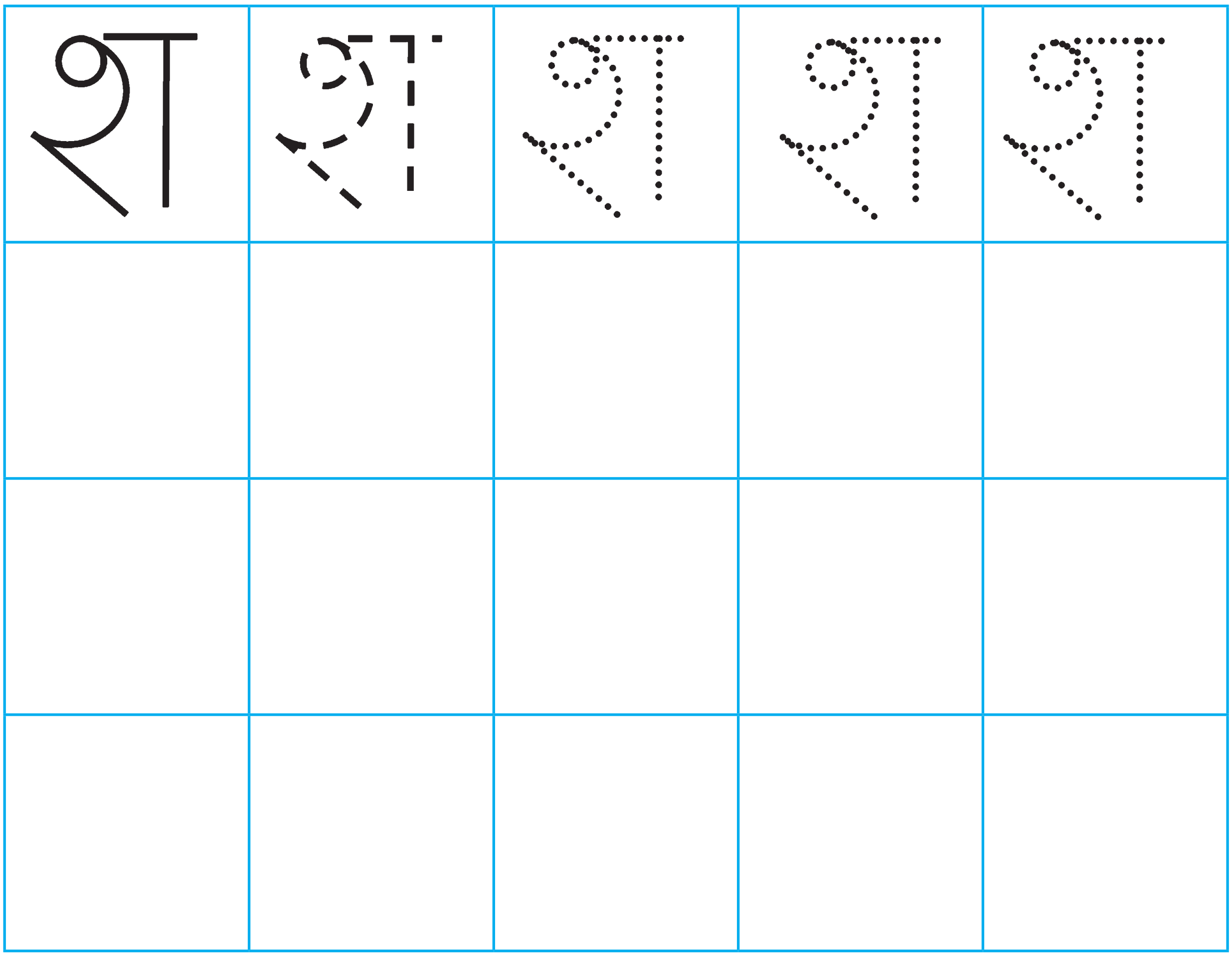
११.३. श अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

श



शरीर



एघारौं दिन
११

मिति...

१२.१. गीत गाऔं

अभिभावकलाई सुझाव : तलको एउटा गीत लय हालेर हाउभाउ गर्दै गाउन बालबालिकालाई सिकाउनुहोस् । उनीहरूलाई आफूसँगै गाउन लगाउनुहोस् । यसरी नै समय समयमा गीत गाउन लगाउनुहोस् । यसै गरी अर्को गीत पनि गाउन सिकाउनुहोस् । तपाइँ र उनीहरूले जानेका अरु गीत पनि गाउन सकिन्छ । गीतले दिएका सन्देशका बारेमा पनि छलफल गर्नुहोस् ।

रङको गीत

रातो रङ छ, गुराँसको
हरियो पातको
निलो रङ छ, आकासको
कालो रातको
पहेलो रङ छ, तोरी फूलको
सेतो हिमालको
हामी सबै नेपाली हौं
एकै जातको, एकै जातको ।

परेवाको गीत

हामी दुई परेवा
साथी साथी
दिनभरि उड्छौं हामी
माथि माथि
किन होला हामीलाई ?
ढुङ्गा हानेको ?
हामले त छैन कसैको
केही विगारेको

मिति..

१२.२. गीत गाउँदै नाँच्दै

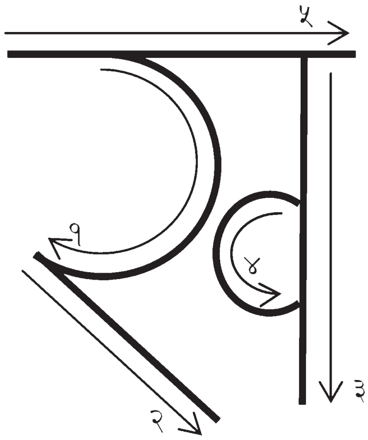
अभिभावकलाई सुझाव : तपाईंले कुनै गीत गाइदिनुहोस् । अथवा गीत सुनाउने साधन भए त्यसबाट सुनाइ दिनुहोस् । गीतसँगै बालबालिकालाई नाँच्न लगाउनुहोस् । तपाईंले पनि साथ दिनुहोस् । समय समयमा गाउन र नाँच्नका लागि अवसरहरू दिने गर्नुहोस् ।

मिति..

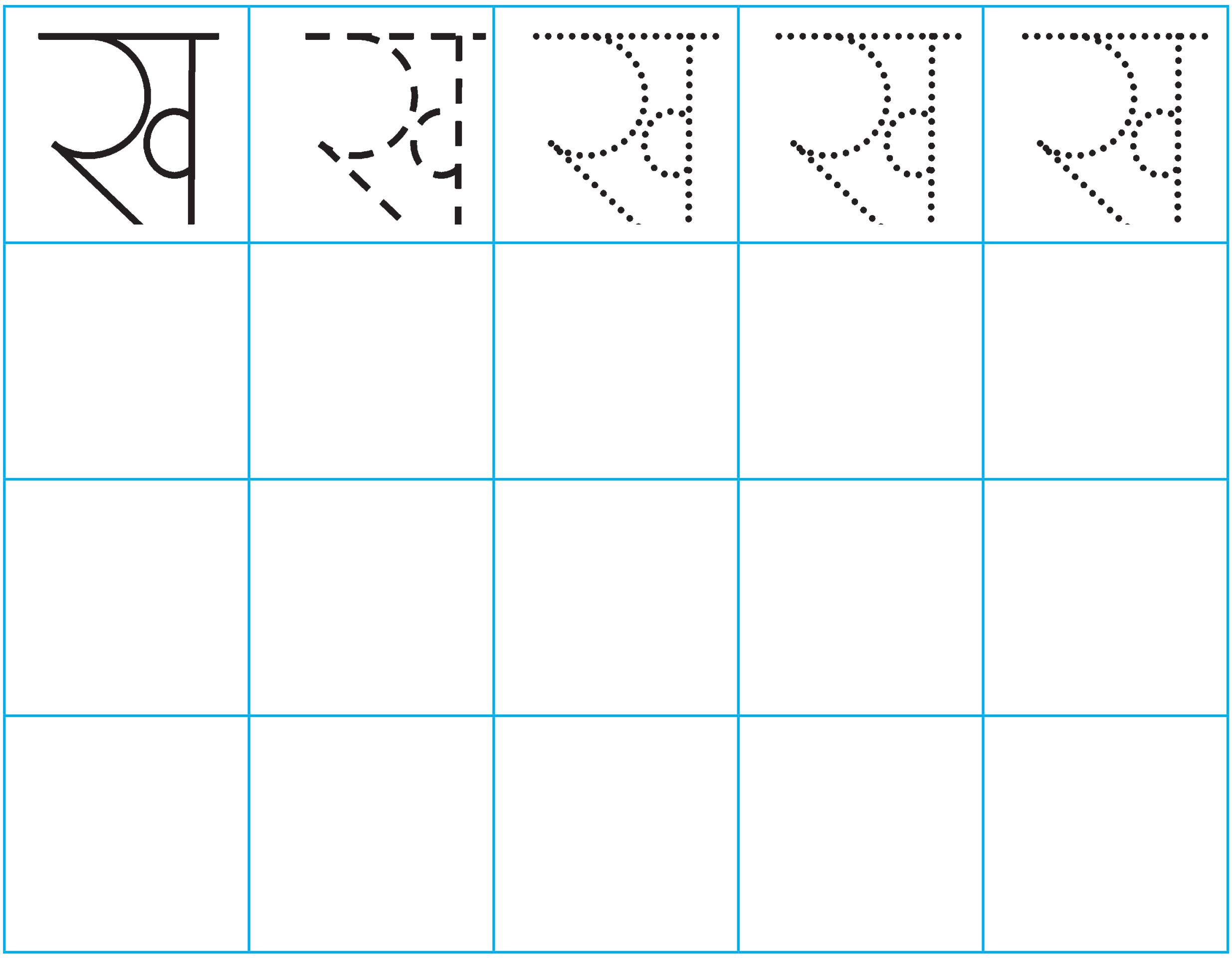
१२.३. ख अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ख



खरायो

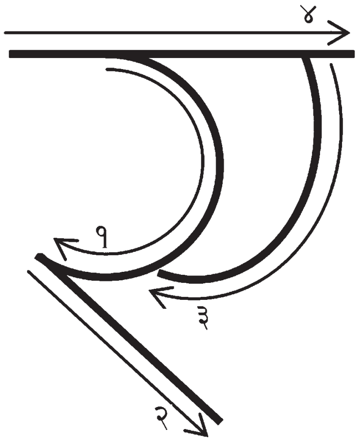


मिति..

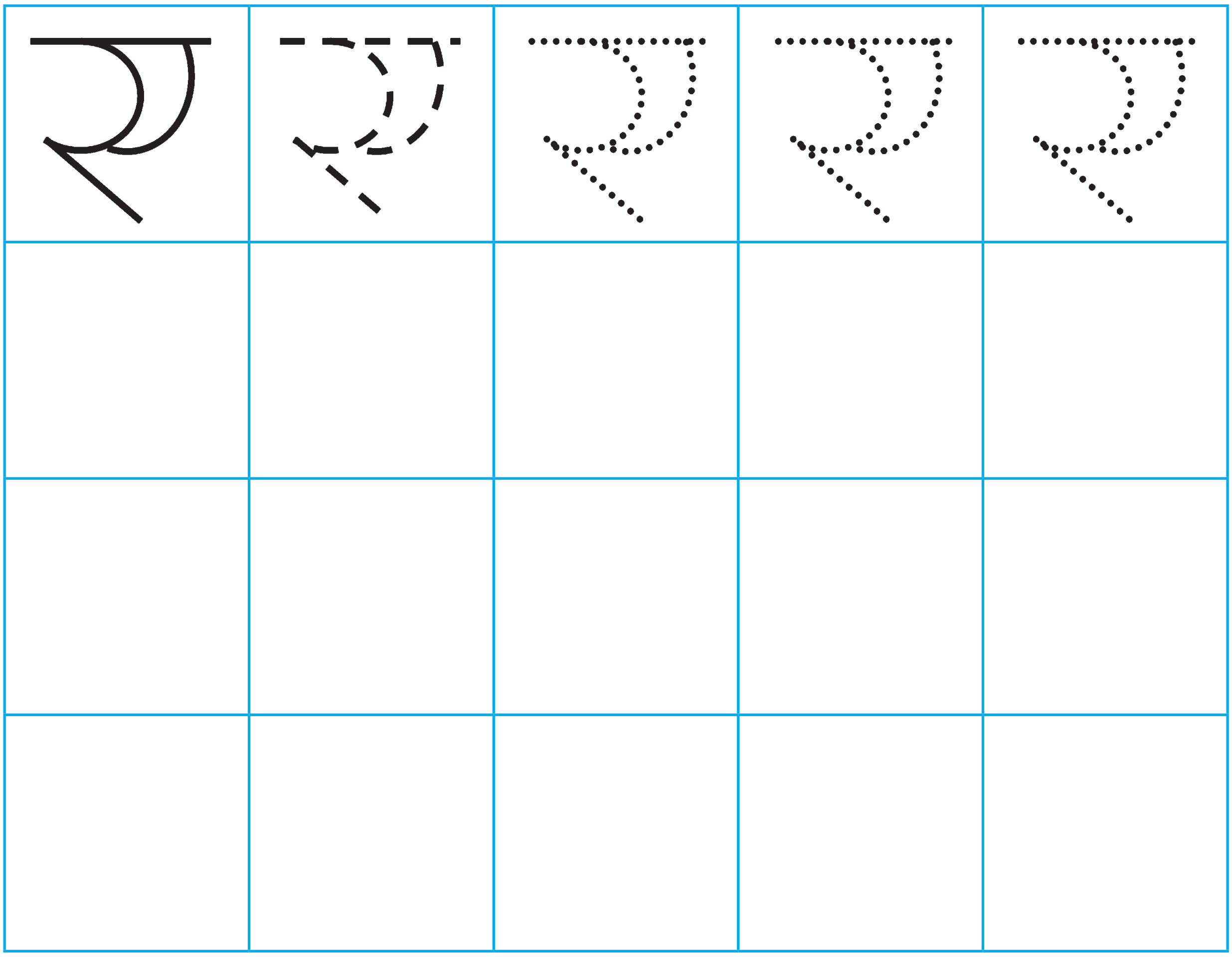
१३.१. ए अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ए १



एक



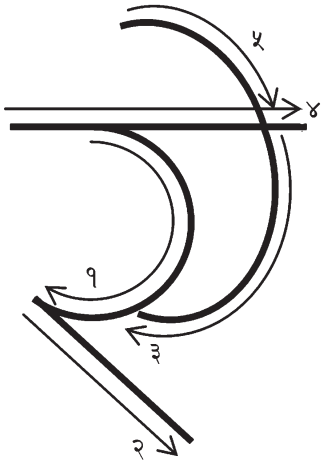
मिति...

१३.२. ऐ अक्षर लेखौं

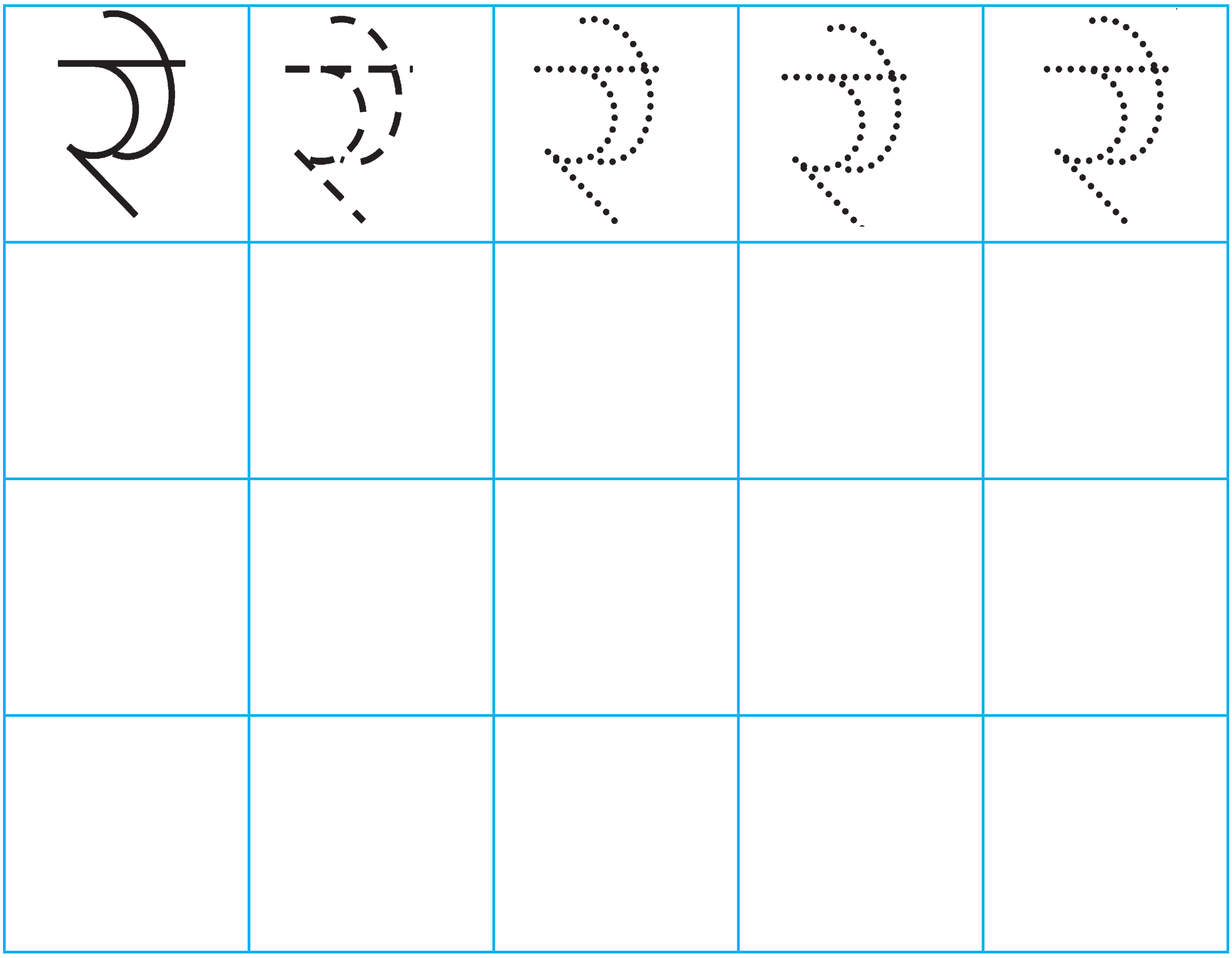
अभिभावकलाई सुझाव :

तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ऐ



ऐना



मिति..

☆

१३.३. रङ छुने खेल

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई उभिन लगाउनुहोस् । तपाईंले एक पटकमा एउटा (रातो, कालो, हरियो, पहेंलो, नीलो...) रङको नाम भन्नुहोस् । उनीहरूलाई कुदेर त्यो रङको वस्तु छुन लगाउनुहोस् । यसरी नै केही समय खेलाउनुहोस् ।

तलको कोठामा सम्बन्धित रङ भर्न लगाउनुहोस् । तपाईंले रङको नाम भन्दै छोप्न लगाउनुहोस् ।

इन्द्रेणी रङ

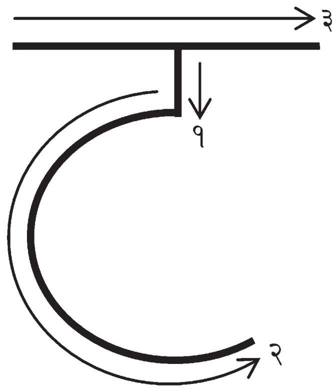
रातो	सुन्तले	पहेलो	हरियो	हल्का निलो	गाढा निलो	प्याजी

मिति..

१४.१. ट अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ट



टमाटर

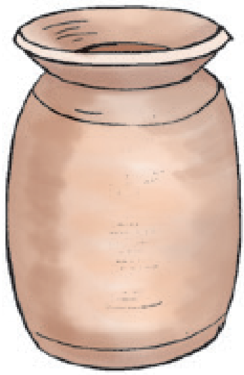
ट	ट	ट	ट	ट

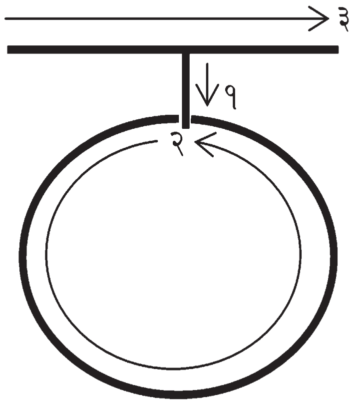
मिति..

१४.२. ठ अक्षर लेखौं

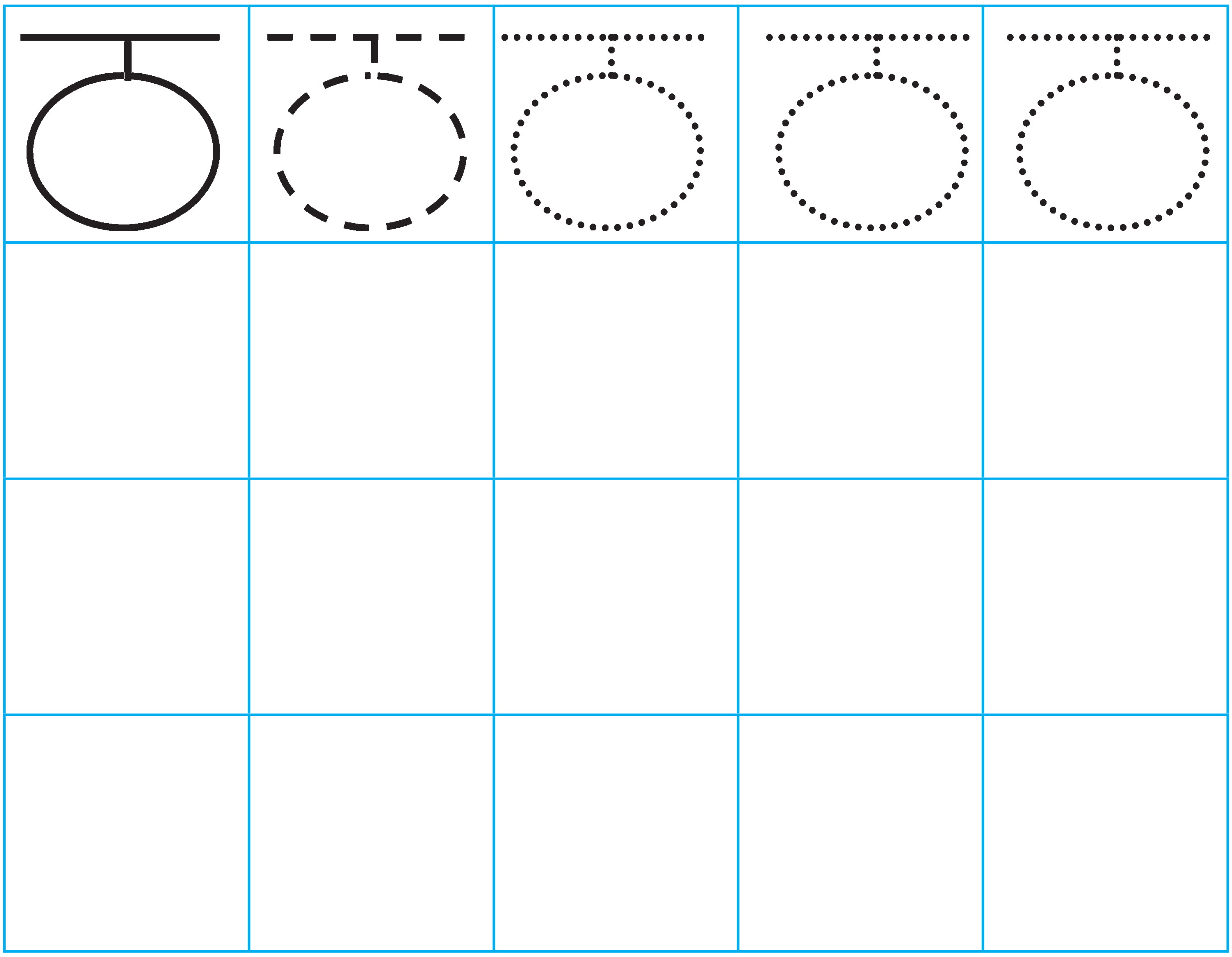
अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ठ





ठेकी



मिति..

१४.३. उठेदेखि सुत्दासम्म

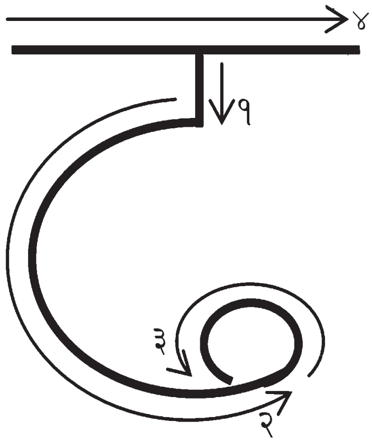
अभिभावकलाई सुझाव : तलको चित्र हेर्न लगाउनुहोस् । के के गरेको रहेछ भनेर सोध्नुहोस् । बिहानदेखि बेलुका सुत्ने बेलासम्म आफूले के के गर्छौं भनेर सोध्नुहोस् । चित्रमा अरु के गरेको थप्न मन लाग्यो भनेर सोध्नुहोस् । थप्न मन लागेको त्यसको तलको गोलो बाकसमा चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

मिति...

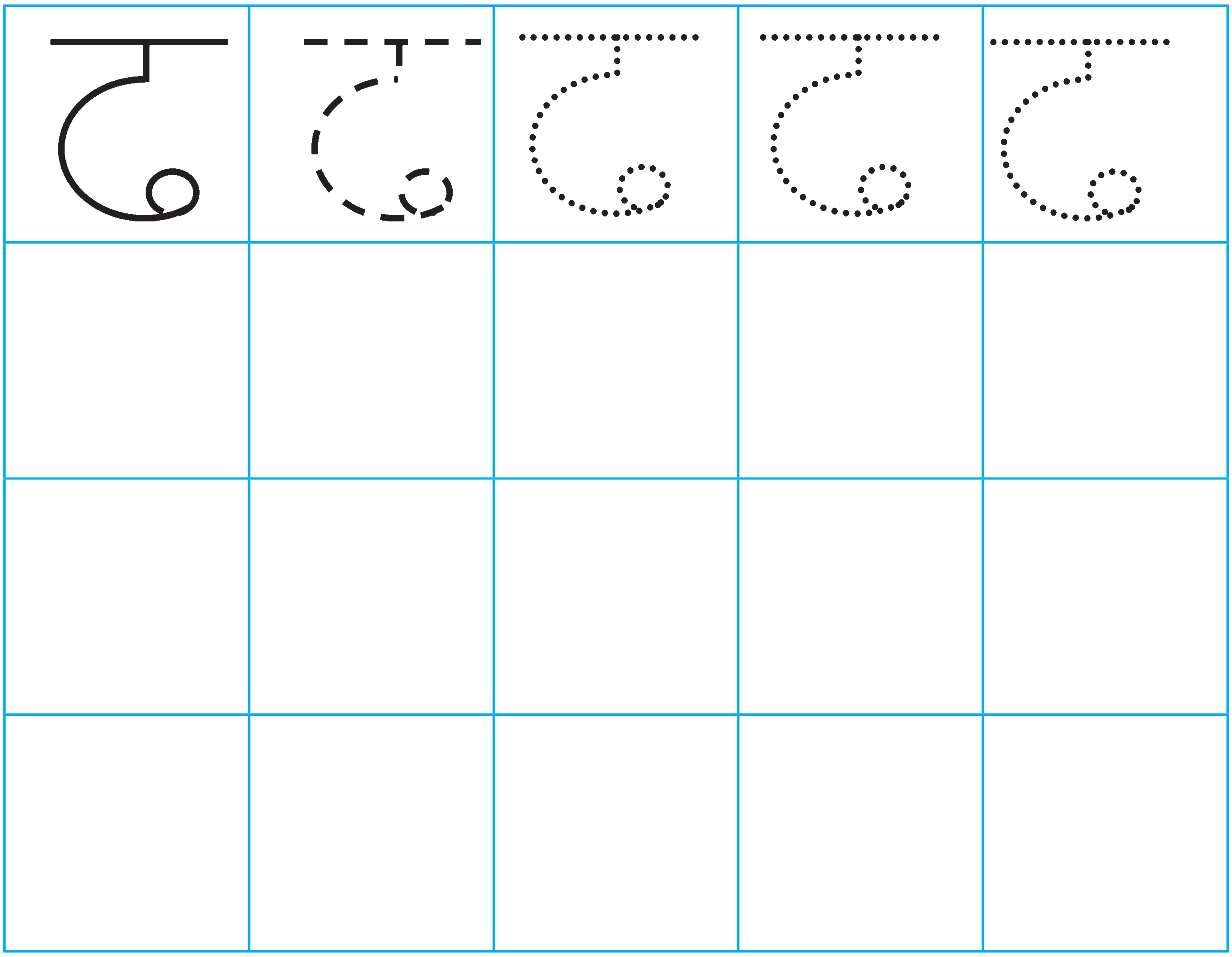
१५.१. ढ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ढ



ढक

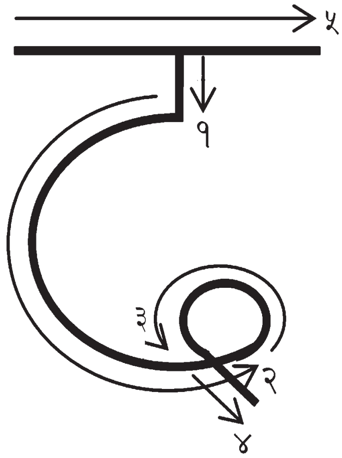


मिति...

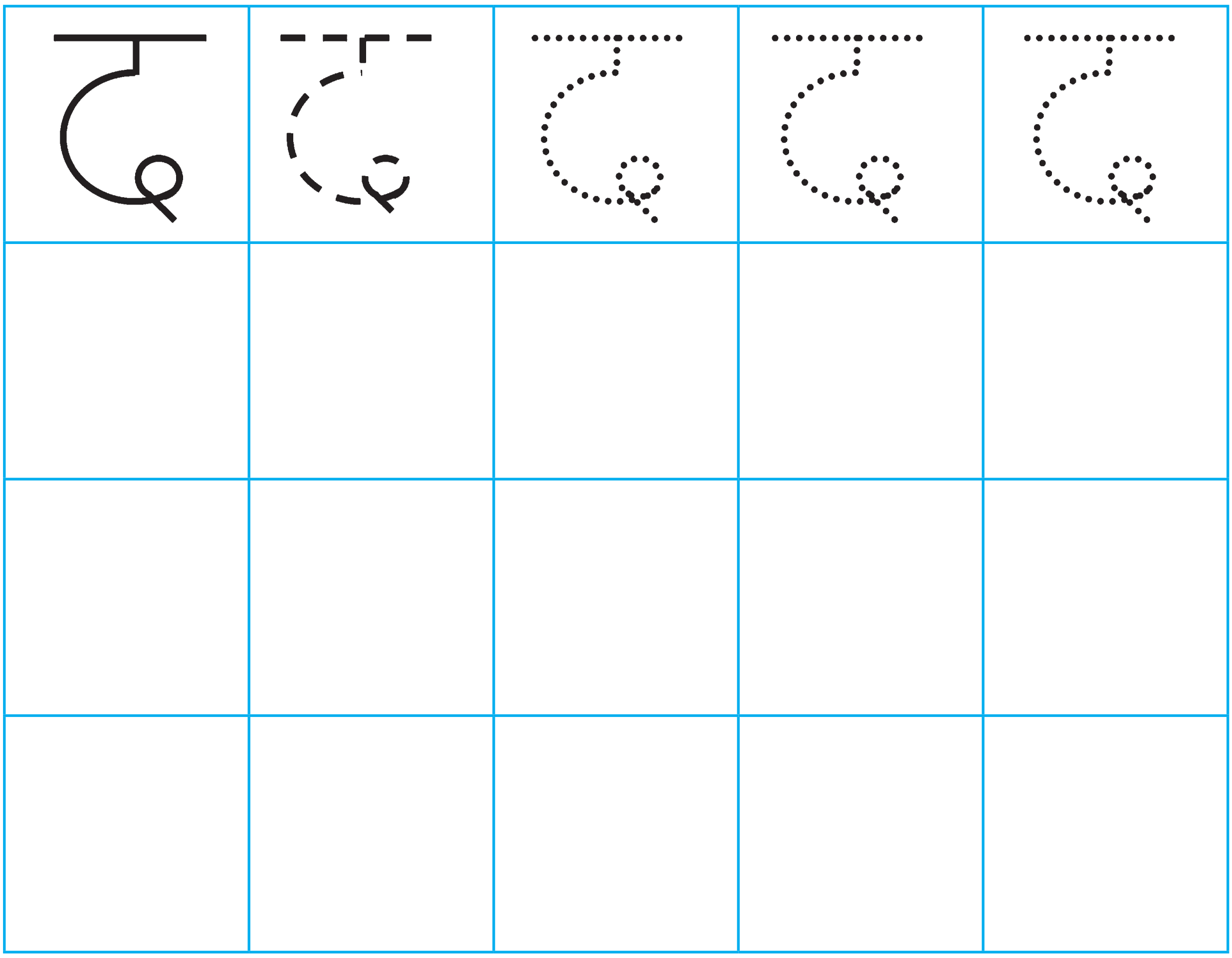
१५.२. द अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

द



दरवार



मिति...

१५.३. आदर र माया

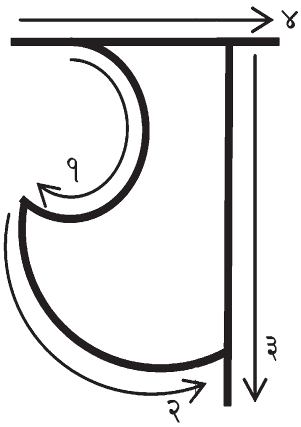
अभिभावकलाई सुझाव : तलको चित्रमा रङ भर्न लगाउनुहोस् । कुनै एउटा चित्रमा छुन लगाउनुहोस् । त्यो व्यवहार बालबालिकासँग गरेर देखाउनुहोस् । मुठी भनेको विस्तारै दुई जनाको मुठी जोड्ने भनेको हो । माया र आदर गर्ने अरु पनि तरिका अभ्यास गराउनुहोस् । दिनमा कुनै एउटा तरिका अभ्यास गराउनुहोस् । कोरोना भाइरस जस्ता सरुवा रोगबाट बच्ने नमस्कार नै सर्वोत्तम तरिका भएको कुरा पनि बताउनुहोस् ।

मिति...

१६.१. य अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

य



योग

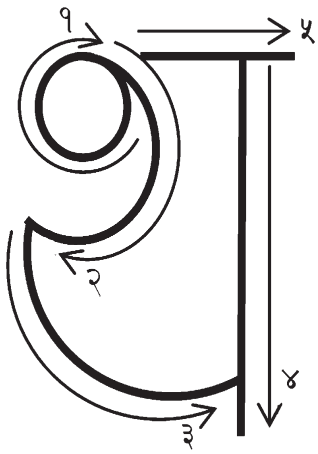
य	य	य	य	य

मिति...

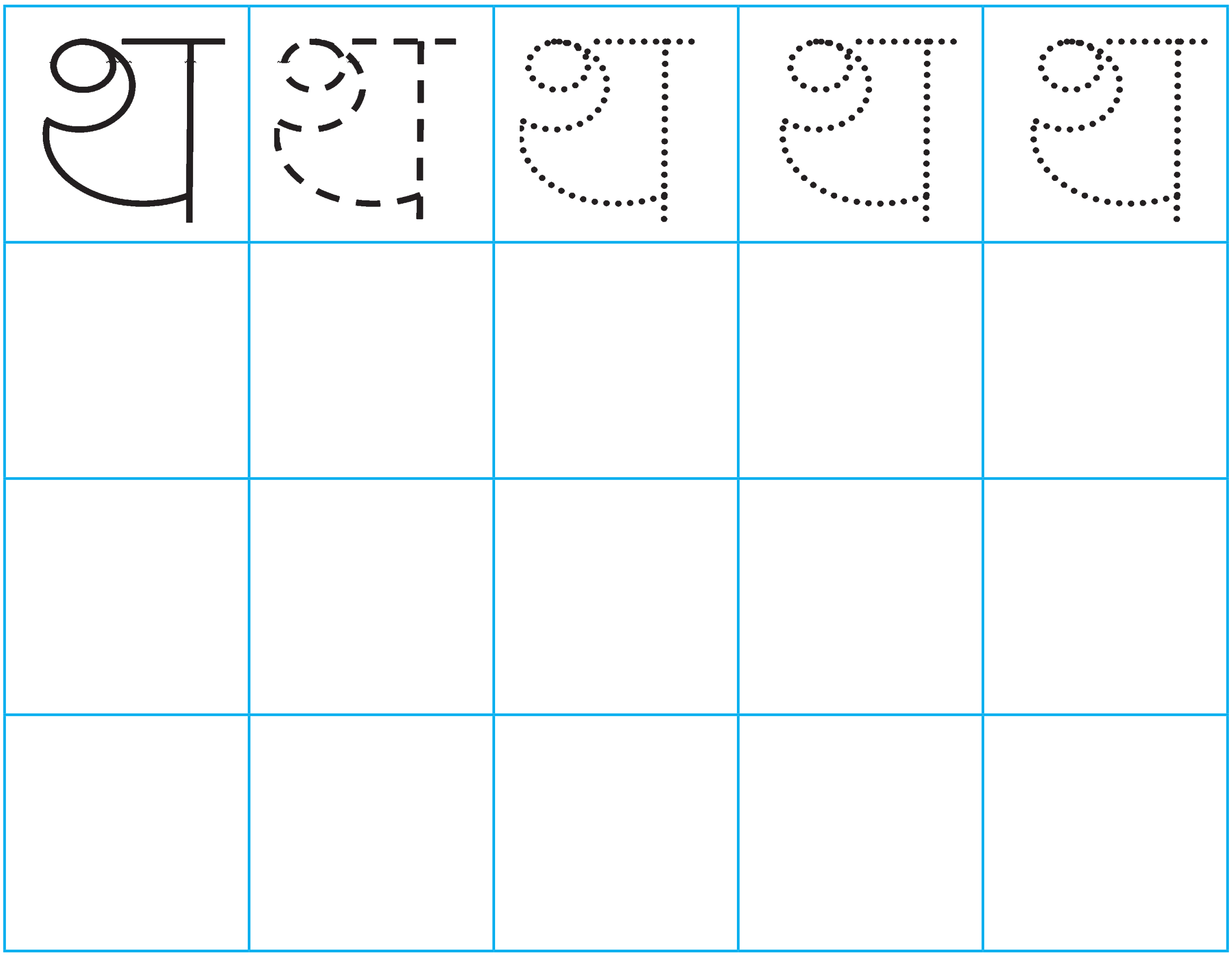
१६.२. थ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

थ



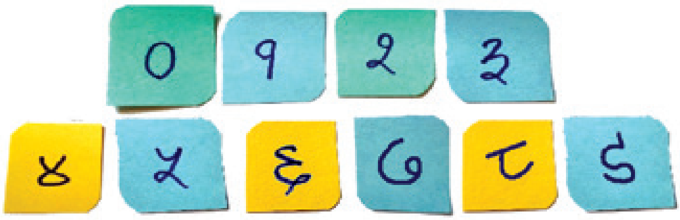
थर्मस



मिति...

१६.३. बिङ्गो खेल

अभिभावकलाई सुझाव : ससाना कार्ड पत्तिहरूमा ० देखि ९ सम्मका अङ्कहरू लेख्नुहोस् । बालबालिकालाई तलका कोठामा ० देखि ९ सम्मका अङ्कहरू लेख्न लगाउनुहोस् । तपाइँले अङ्कका कार्डहरूलाई फिटेर एउटा कार्ड देखाइ दिनुहोस् । त्यो अङ्क पढ्न लगाइ कोठामा गोलो गर्न लगाउनुहोस् । यसरी देखाउँदै जानुहोस् । तीन ओटा तेर्सो वा ठाडो वा छड्के क्रममा मिलेमा धर्काले काट्न लगाइ बिङ्गो भन्न लगाउनुहोस् । यो खेल अरु समयमा पनि खेल्न सकिन्छ ।



मिति..

१७.१. फूलबारीको काम

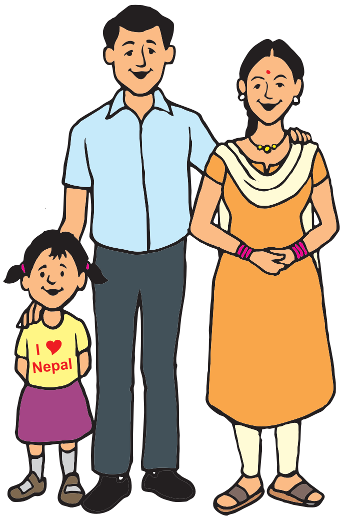
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई लिएर फूलबारीमा जानुहोस् । उनीहरूलाई फूलहरूको नाम सहित चिनाउनुहोस् । क्रमशः गोड्न, मल हाल्न, पानी लगाउन सिकाउनुहोस् । तलको चित्र हेरेर के गरेको हो ? भन्न लगाउनुहोस् ।

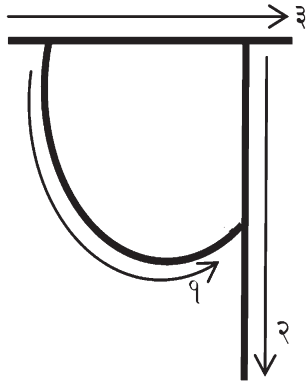
मिति...

१७.२. प अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

प





परिवार

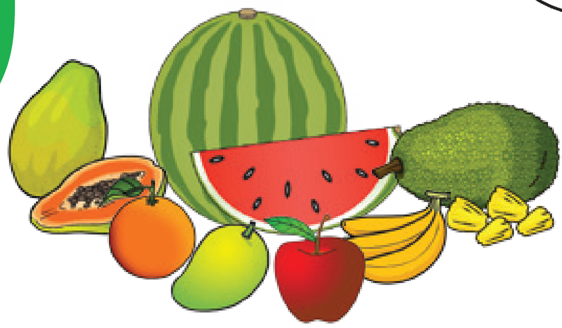
प	प	प	प	प

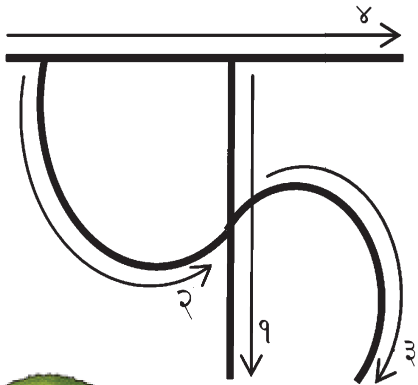
मिति...

१७.३. फ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

फ





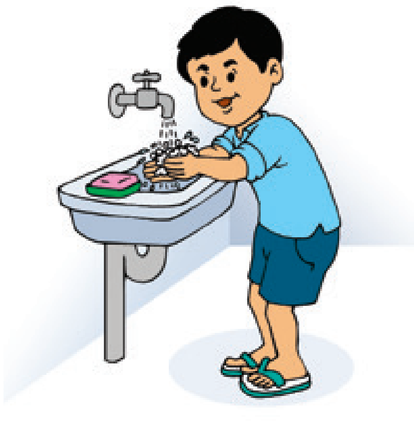
फल

फ	फ	फ	फ	फ

मिति...

१८.१. सफा गरौं

अभिभावकलाई सुझाव : तलको चित्रमा छलफल गराउनुहोस् । बालबालिकालाई पनि आफूसँगै बालबालिकालाई पनि सहभागी गराइ कोठाका सामानहरू मिलाउन सिकाउनुहोस् । फोहोर टिप्न, कुचो लगाउन, पुछ्न तथा सफा गर्न सिकाउनुहोस् । के के गरेको हो त्यो पनि उनीहरूलाई सुनाउदै जानुहोस् । सरसफाइ गर्न चाहिने साधनहरूको नाम पनि भन्न लगाउनुहोस् । घर वरिपरिको सरसफाइमा पनि सहभागी गराउनुहोस् । सरसफाइ सकेपछि साबुन पानीले हात धुन सहयोग गर्नुहोस् ।

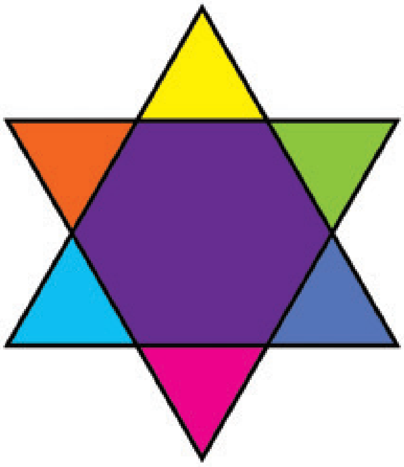


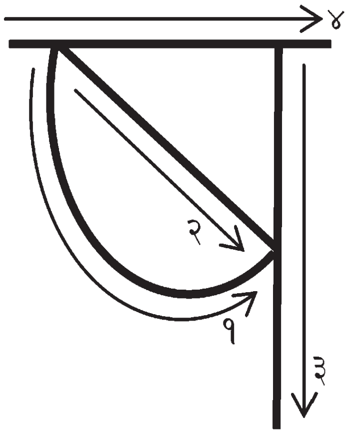
मिति...

१८.२. ष अक्षर लेखौं

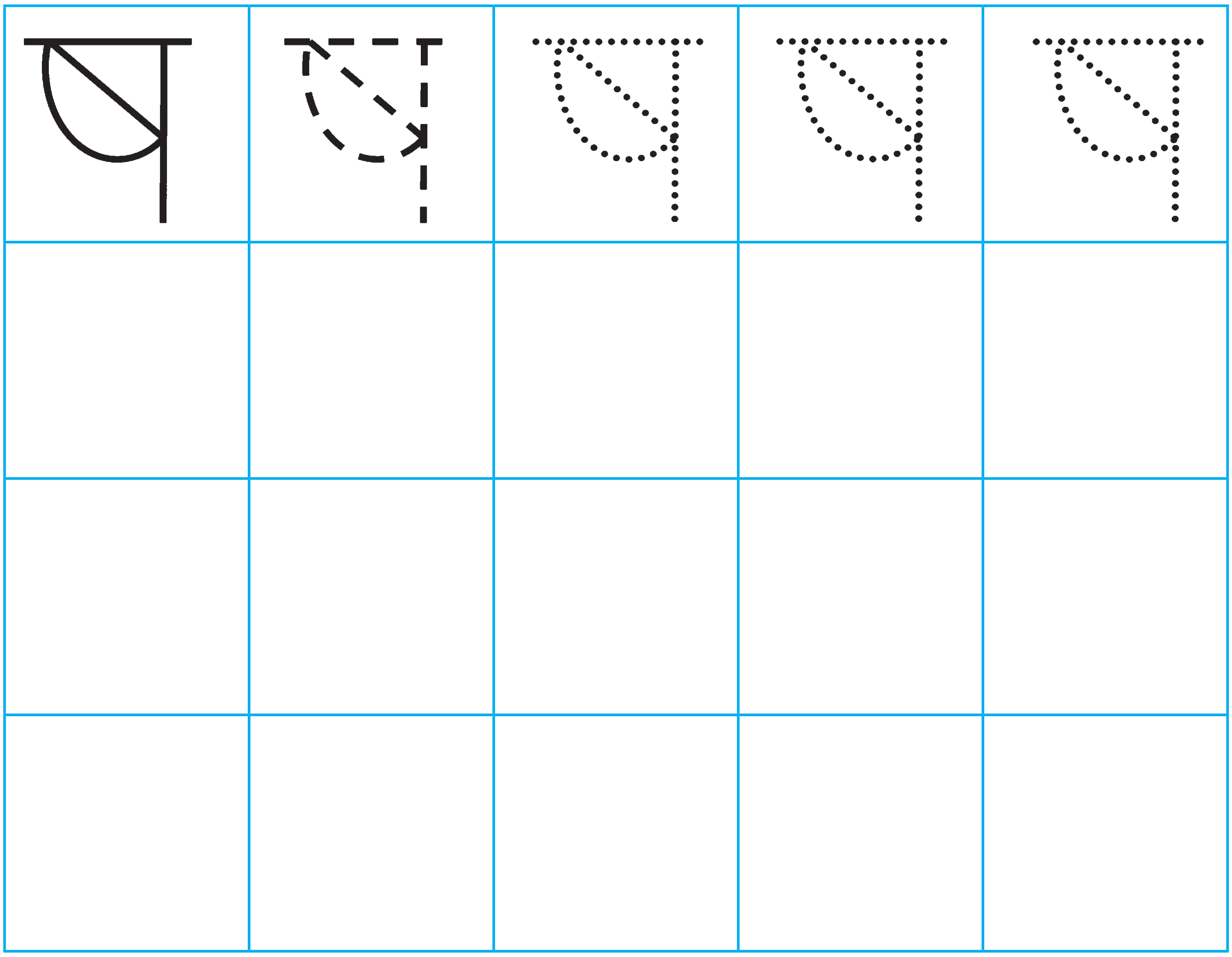
अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ष





षट्कोण

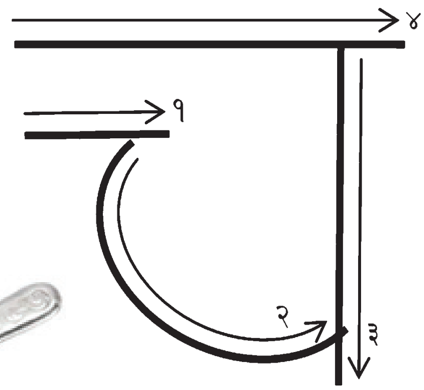


मिति...

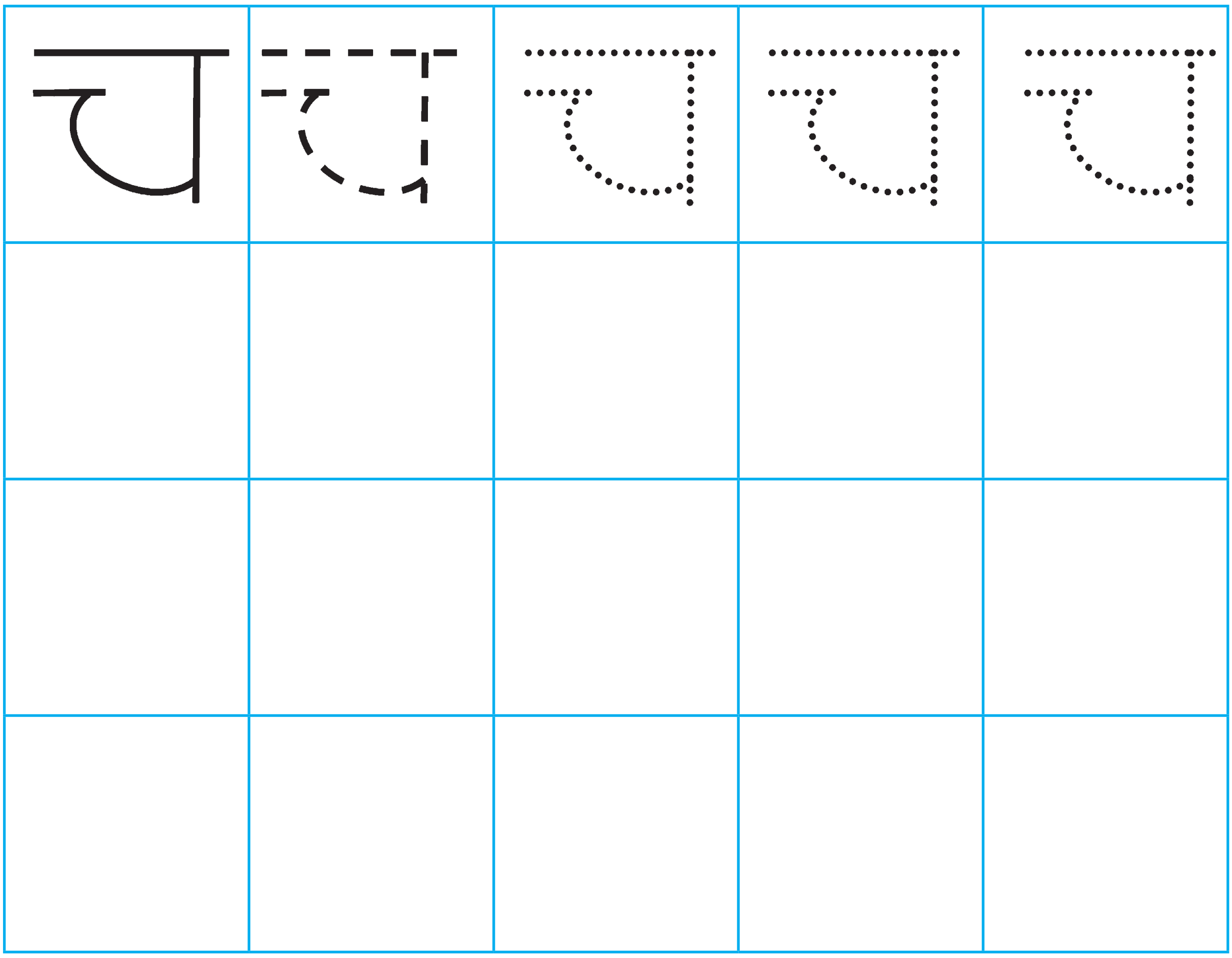
१८.३. च अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

च



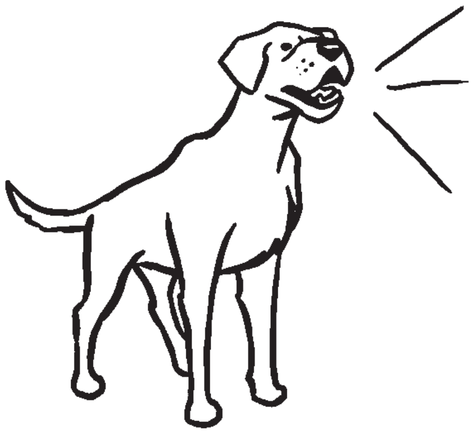
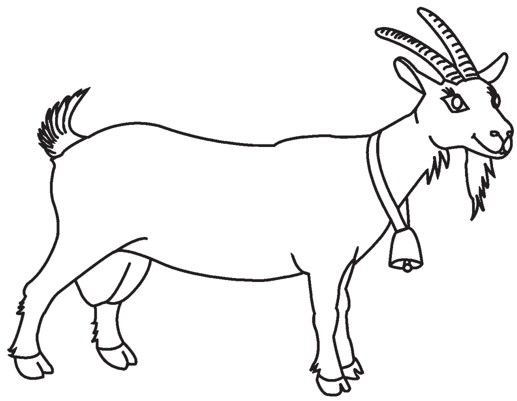
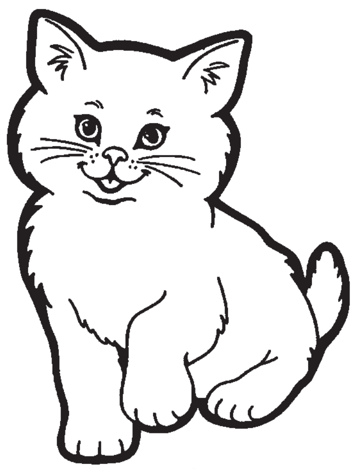
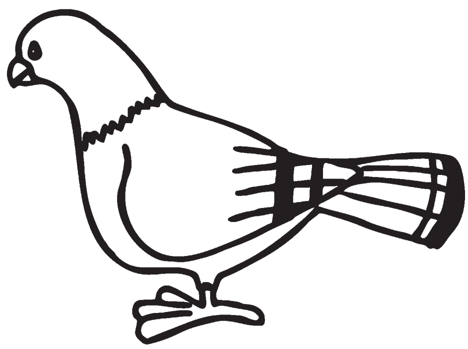
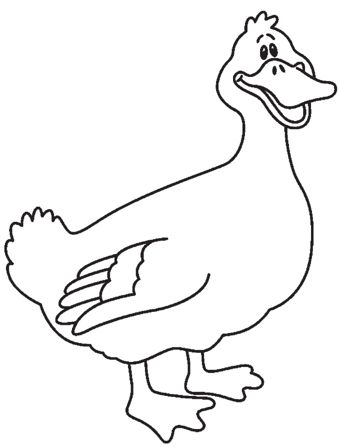
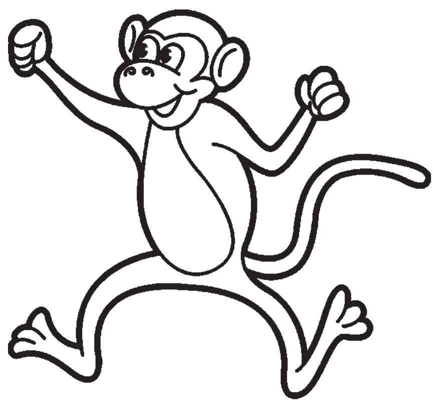
चम्चा



मिति..

१९.१. नक्कल गरौँ

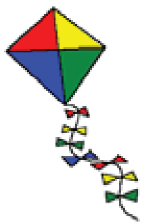
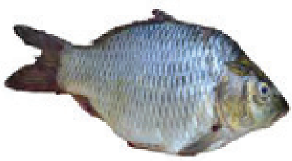
अभिभावकलाई सुझाव : यी जनावर के के हुन् बालबालिकालाई सोध्नुहोस् । कुकुरले कसरी कराउँछ नक्कल गर्न लगाउनुहोस् । यसरी नै अरु जनावरले कराउने, हिँड्ने, खाने तरिकाको नक्कल गर्न लगाउनुहोस् । घरमा पालिने र जंगलमा बस्ने जनावर छुट्याउन लगाउनुहोस् । चित्रमा रङ पनि भर्न लगाउनुहोस् ।

मिति...

१९.२. अङ्ग्रेजी अक्षर

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई तलको चित्र हेर्न लगाउनुहोस् । तपाइँले यी अङ्ग्रेजी अक्षर भन्नुहोस् र बालबालिकालाई हातले त्यो अक्षर छोप्न लगाउनुहोस् । चित्रलाई अङ्ग्रेजीमा के भनिन्छ भन्न मात्र सिकाउनुहोस् ।

	A a	G g	
	B b	H h	
	C c	I i	
	D d	J j	
	E e	K k	
	F f	L l	

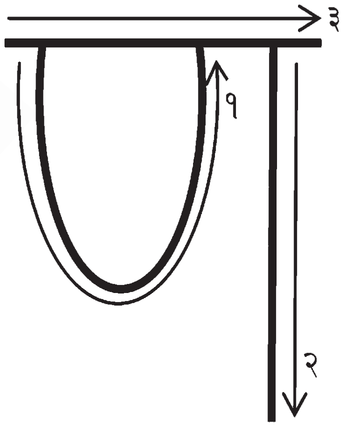
मिति..

१९.३. ण अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :

तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ण



वाण

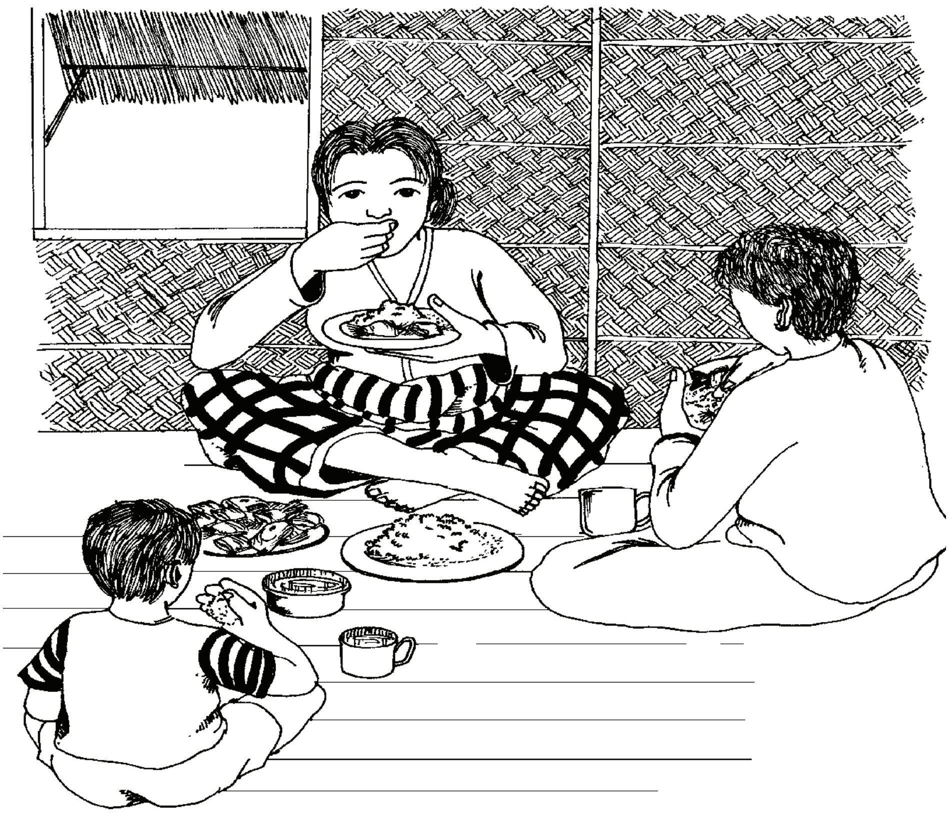
ण	ण	ण	ण	ण

मिति..

२०.१. सँग सँगै पढौं

अभिभावकलाई सुझाव : तलको चित्रकथा सँगै पढ्नुहोस् । पढिसकेपछि चित्रहरूमा रङ पनि भर्न लगाउनुहोस् ।

आऊ र खाऊ



लेखकः इन्द्र प्रसाद पाण्डे

यस पुस्तकको बारेमाः नेपाली भाषामा तयार गरिएको यो पुस्तक कक्षा १ मा अध्ययनरत भाइबहिनीहरूका लागि हो। देवनागरी लिपिका वर्ण र मात्रा सिक्ने क्रममा भाइबहिनीहरूले कक्षामा सिकिसकेका वर्ण तथा मात्राहरूको प्रयोगबाट बनेका शब्दहरू यस पुस्तकमा समेटिएको छ। यो पुस्तकले नेपाली भाषामा पढाइ सीप विकास गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ। यस पुस्तकलाई स्वतन्त्र पठन र समग्र कक्षा शिक्षणका लागि प्रयोग गर्न सकिनेछ।

यस चरणको पुस्तकमा प्रयोग भएका अक्षर, मात्रा र बारम्बार प्रयोगमा आउने शब्दहरू निम्न छन् :

पहिलेनै सिकिसकेका अक्षरहरू: अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ए, ऐ, ओ, औ, अं, अः, क, ख, ग र घ

मात्राहरू: सबै मात्राहरू

बारम्बार प्रयोगमा आउने शब्दहरू: र, हो, र यो

यस चरणको पुस्तकमा **ङ, च, छ र ज अक्षरलाई** प्राथमिकता दिइएको छ र यी अक्षर लागेर बनेका नयाँ शब्दलाई समावेश गरिएको छ।

ALL CHILDREN READING: A GRAND CHALLENGE FOR DEVELOPMENT · USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE · World Vision · Australian Aid · GLOBAL READING NETWORK

आऊ र खाऊ

Images on pages Front Cover, १, २, २, ३, ४, ५, ६ by International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.

Image on page २ by Yoshiko Yamaguchi, International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.

Images on pages Front Cover, १, २, २, ३, ४, ५, ६ by International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.

Image on page २ by Yoshiko Yamaguchi, International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.

डिकोडेवल, चरण २

This book has been developed under the **Enabling Writers Project** with the support of the **Curriculum Development Centre-Ministry of Education, Science and Technology Nepal, Language Commission-Government of Nepal, Samunnat Nepal** and **World Education.**

नेपाली
Nepal

Copyright © 2019, Enabling Writers Project - World Education-Nepal

http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
तपाईंले यस रचनालाई व्यापारिक प्रयोजनका लागि प्रयोग गर्न पाउनुहुन्छ। तपाईंले यस रचनालाई समायोज गर्न वा यसमा आफ्नो तर्फबाट थपथाप गर्न पाउनुहुन्छ। तपाईंले लेखक, चित्रकार, इत्यादिको प्रतिलिपि अधिकार सूचना र नाम राख्नुपर्छ।

आऊ आऊ।

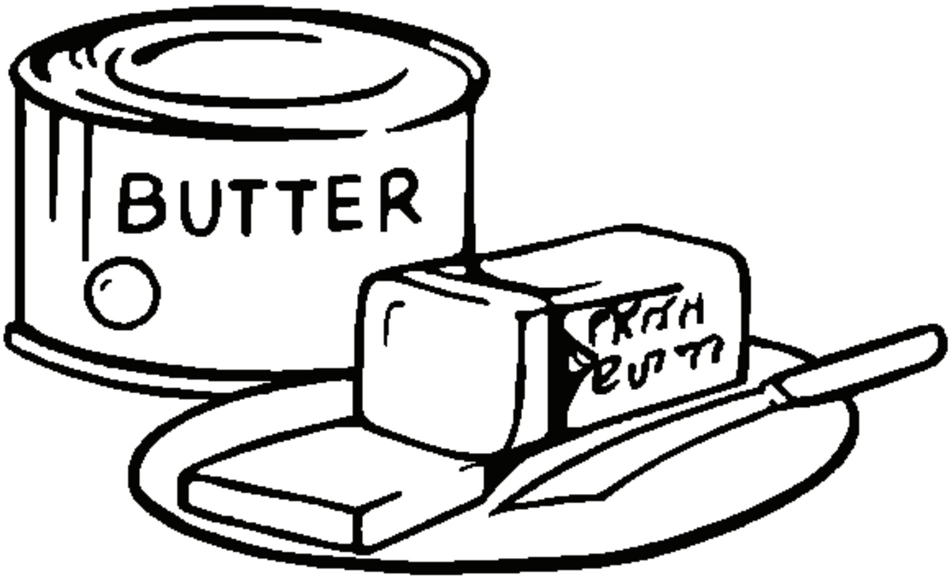
१

उखु खाऊ।

२

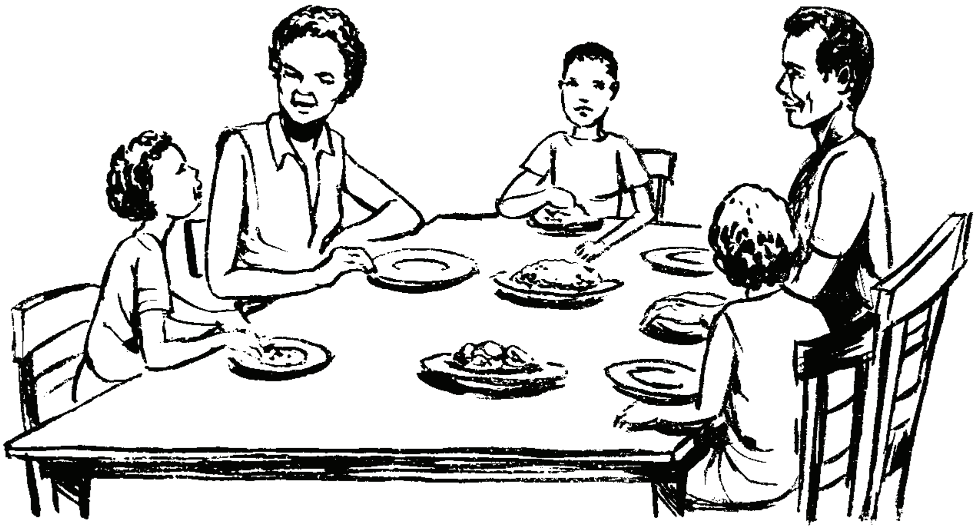
काजु खाऊ।

३



घिउ खाऊ।

४



खाजा खाऊ।

५

खाजा खाई अघाऊ।

६

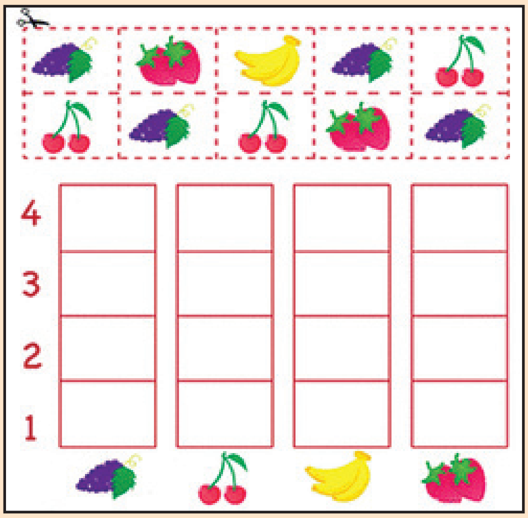
मिति..

२०.२. के कति ओटा ?

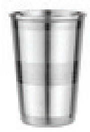
बिसौँ दिन

२०

अभिभावकलाई सुझाव : दायाँ चित्रको पुछारमा राखेको फलफूलका नाम सोध्नुहोस् । पहिलो फलफूल माथिको वक्सामा कति ओटा छन् ? सोध्नुहोस् । जति ओटा छन्, तलबाट त्यति ओटै कोठामा रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसरी नै गन्दै फलफूलको कोठामाथि रङ भर्न लगाउनुहोस् । तलको चित्रमा भए अनुसार भान्सामा गएर थाल, कचौरा, चम्चा र गिलास गन्न सहयोग गर्नुहोस् । थाल जति छन् , तलको कोठामा रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसरी नै कचौरा, चम्चा र गिलासको सङ्ख्या अनुसार रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसमा अटेन भने कापीमा गर्न लगाउनुहोस् ।



७				
६				
५				
४				
३				
२				
१				

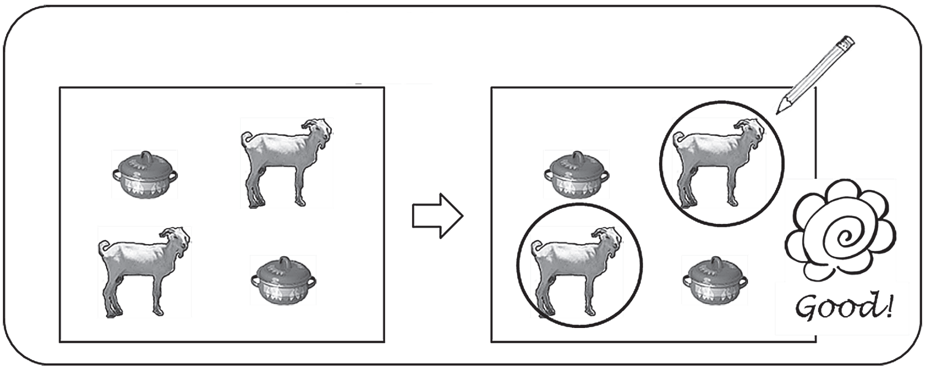


मिति...

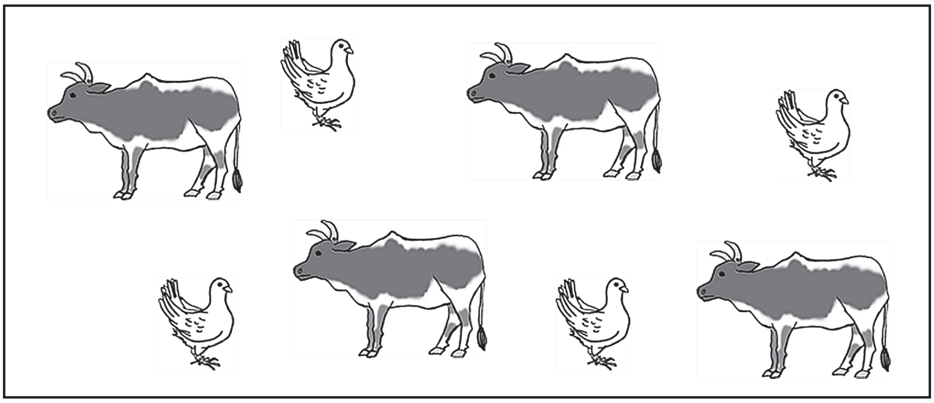
२१.१. गोलो लगाऔं

अभिभावकलाई सुझाव :
तलका निर्देशन अनुसार मिल्दो चित्रमा गोलो लगाउन दिनुहोस् ।

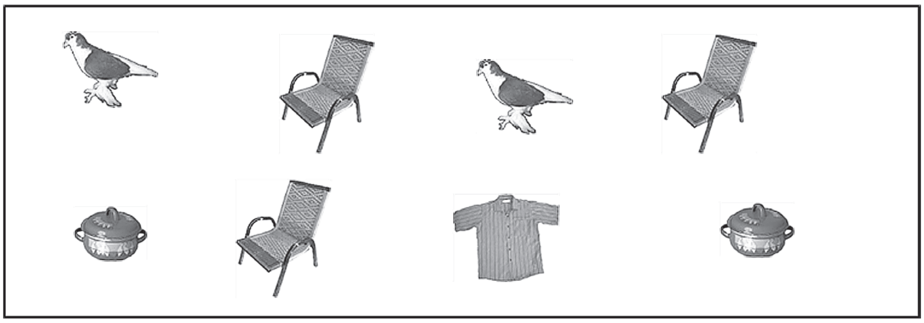
उदाहरण : मा गोलो लगाऊ ।



१) मा गोलो लगाऊ ।

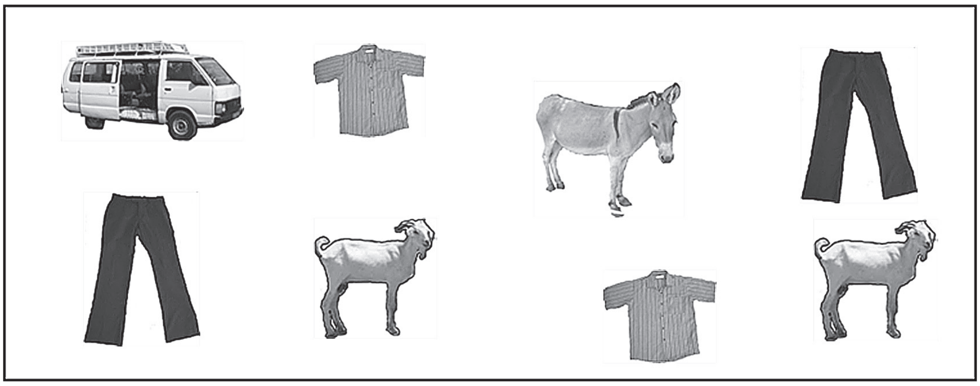


२) मा गोलो लगाऊ ।

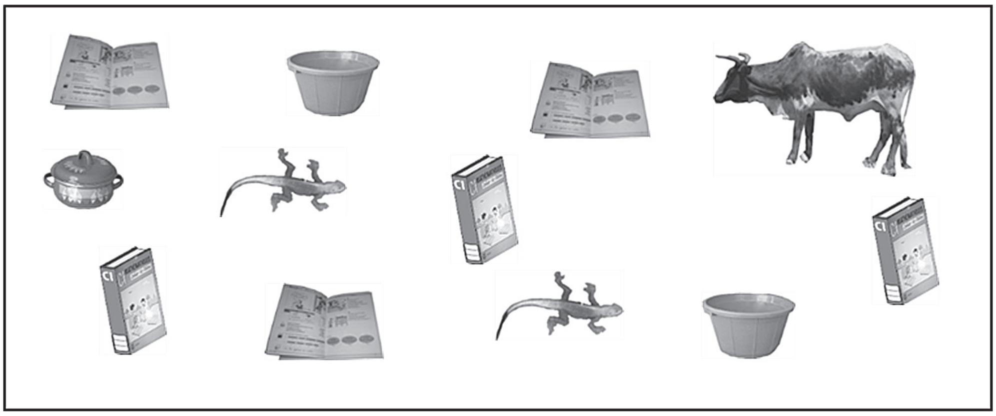


Project for Improving Mathematics Education in Nepal (IMEN) JICA

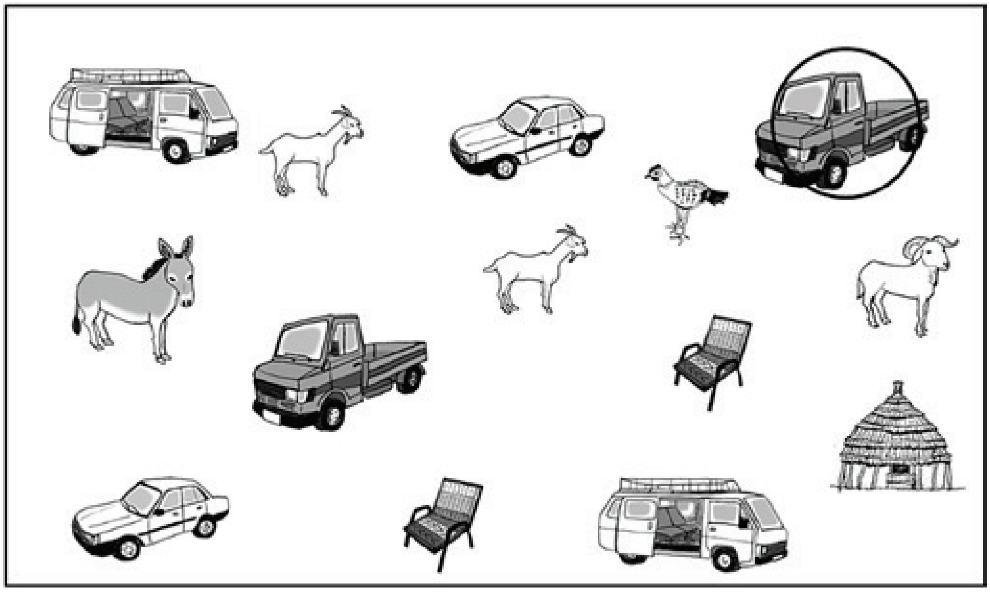
३) जनावरमा गोलो लगाऊ ।



४) पुस्तकमा गोलो लगाऊ ।



५) गाडीमा गोलो लगाऊ ।



Project for Improving Mathematics Education in Nepal (IMEN) JICA

मिति...

२१.२. बोतल घुमाउने खेल

अभिभावकलाई सुझाव : घरका सबै जना गोलो घेरामा बस्नुहोस् । सबैको बिचमा एउटा खाली बोतल राख्नुहोस् । तपाईंले त्यो बोतल घुमाउनुहोस् । बोतलको मुख जोतिर फर्केको छ हुन्छ, उसलाई एउटा गीत, चुट्किला, नाँच वा जे आउँछ त्यो गर्न लगाउनुहोस् ।

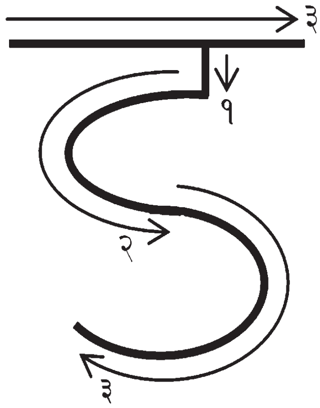
मिति..

२१.३. ड अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

एक्काइसौँ दिन
२१

ड



डमरु

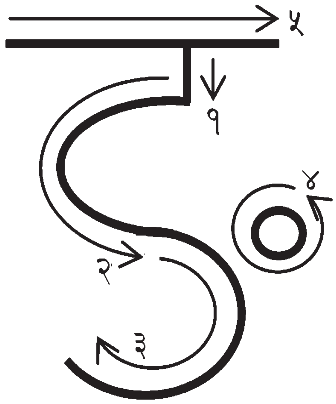
ड	ड	ड	ड	ड

मिति..

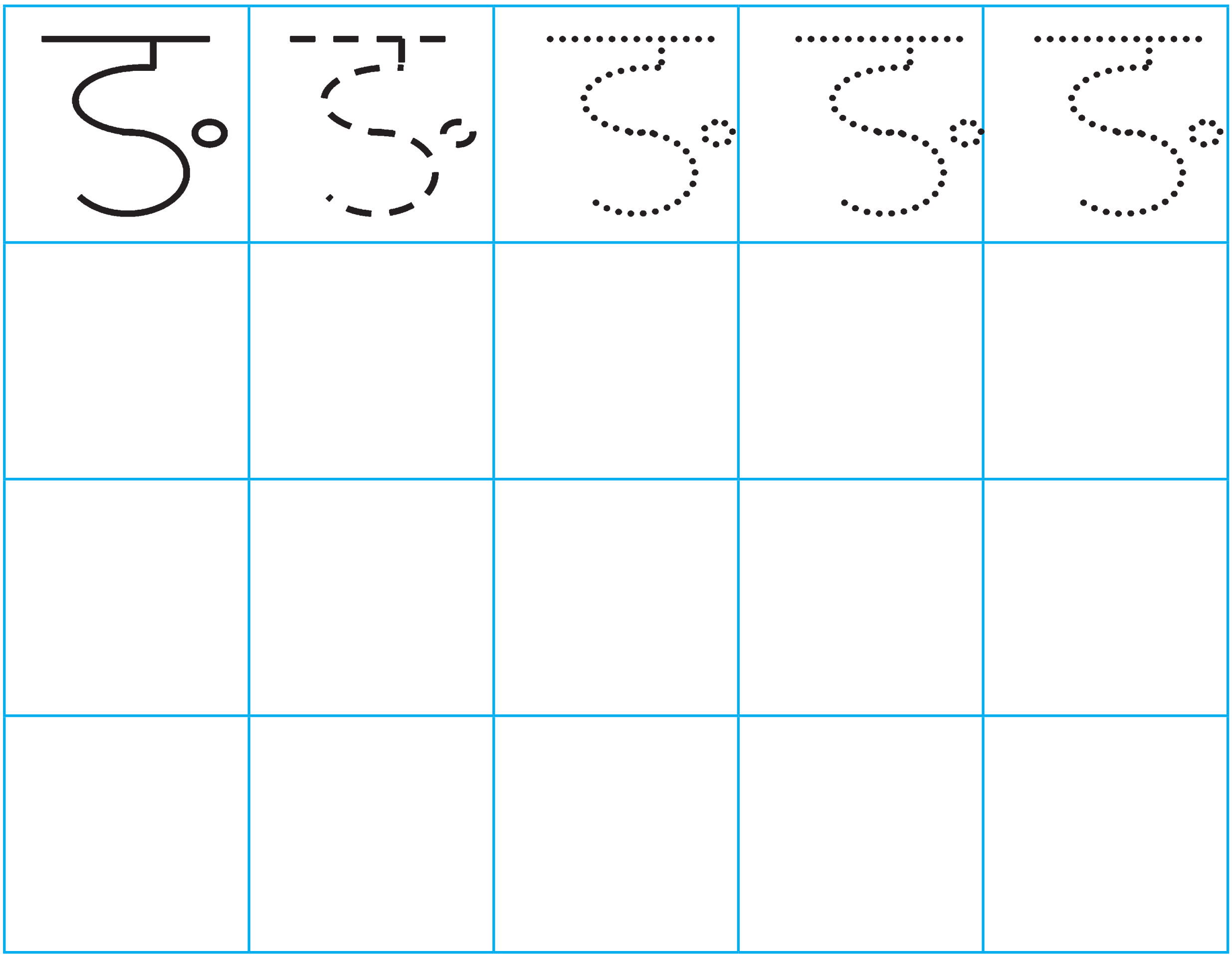
२२.१. ङ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ङ



नङ

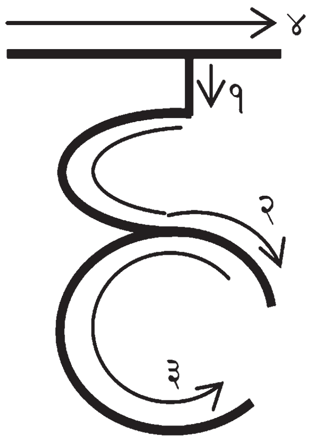


मिति...

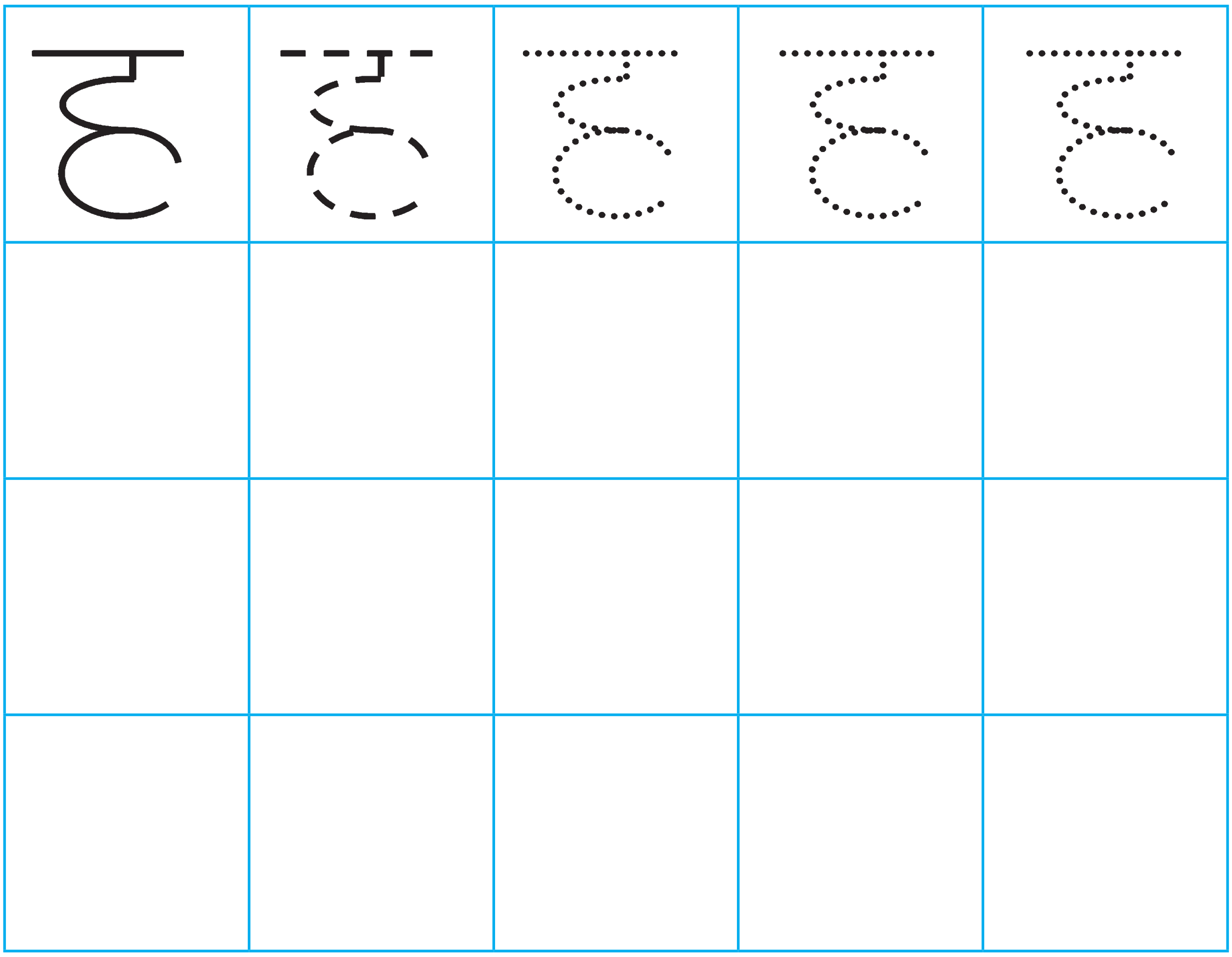
२२.२. ह अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ह



हरिण



मिति..

२२.३. अनुमान खेल

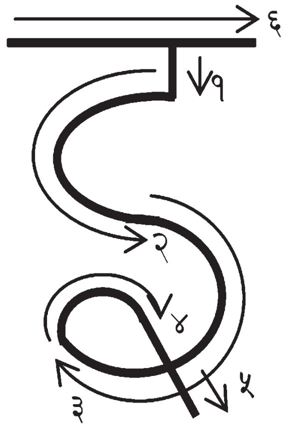
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई एउटा कोठामा लैजानुहोस् । कोठामा भएका सामग्रीहरूको सामान्य परिचय गराउनुहोस् । कोठामा भएको कुनै एक सामग्रीको नाम नलिइकन त्यसको बारेमा व्याख्या गर्नुहोस् । सामग्रीको नाम चिनेर भन्न लगाउनुहोस् । यसरी नै केही समय खेलाउनुहोस् ।

मिति..

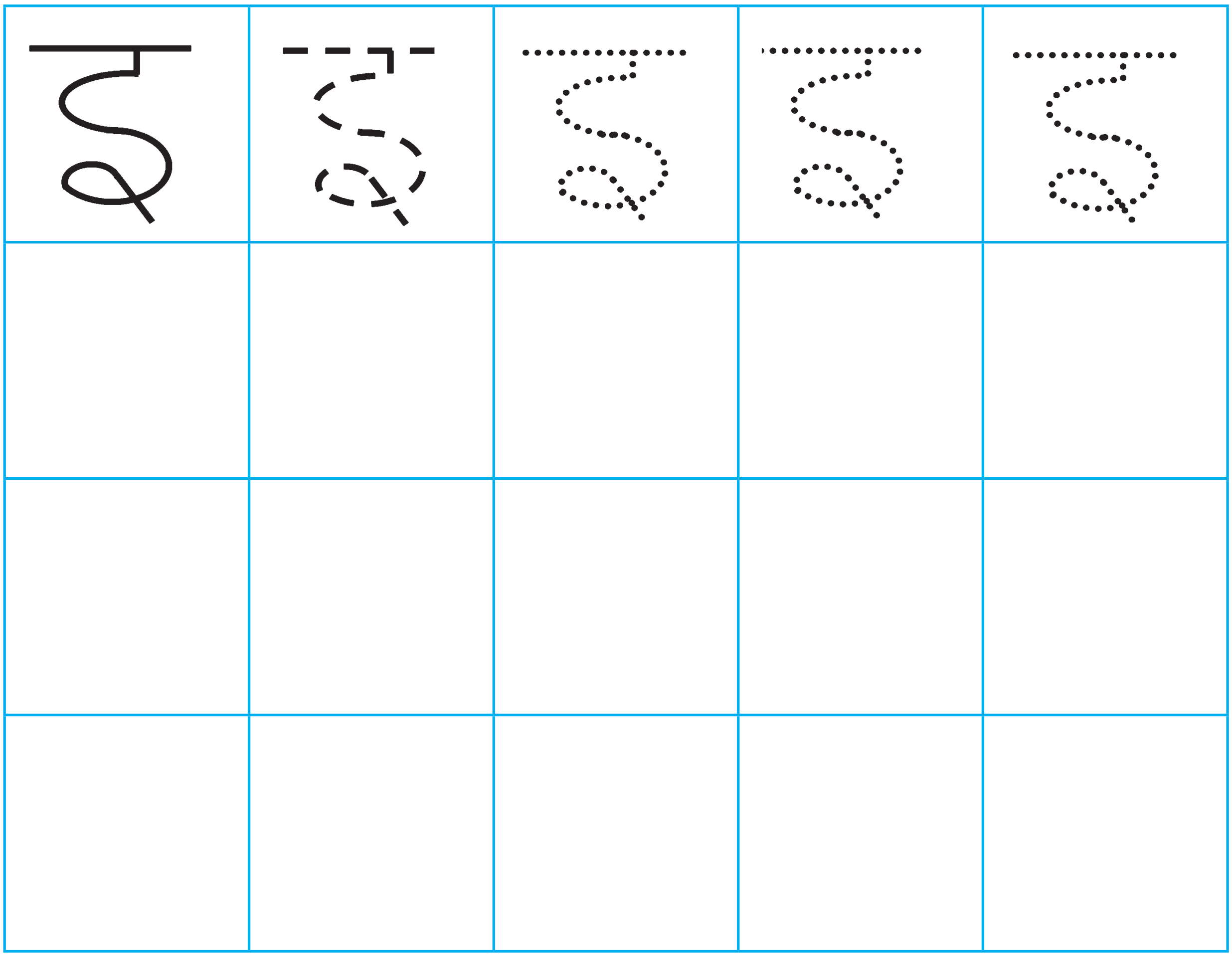
२३.१. इ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

इ



इनार

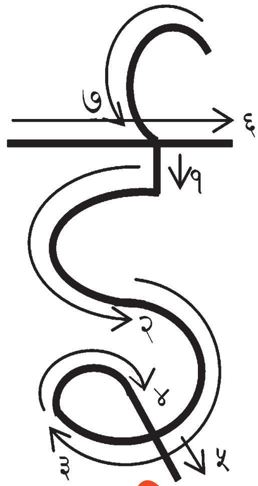


मिति...

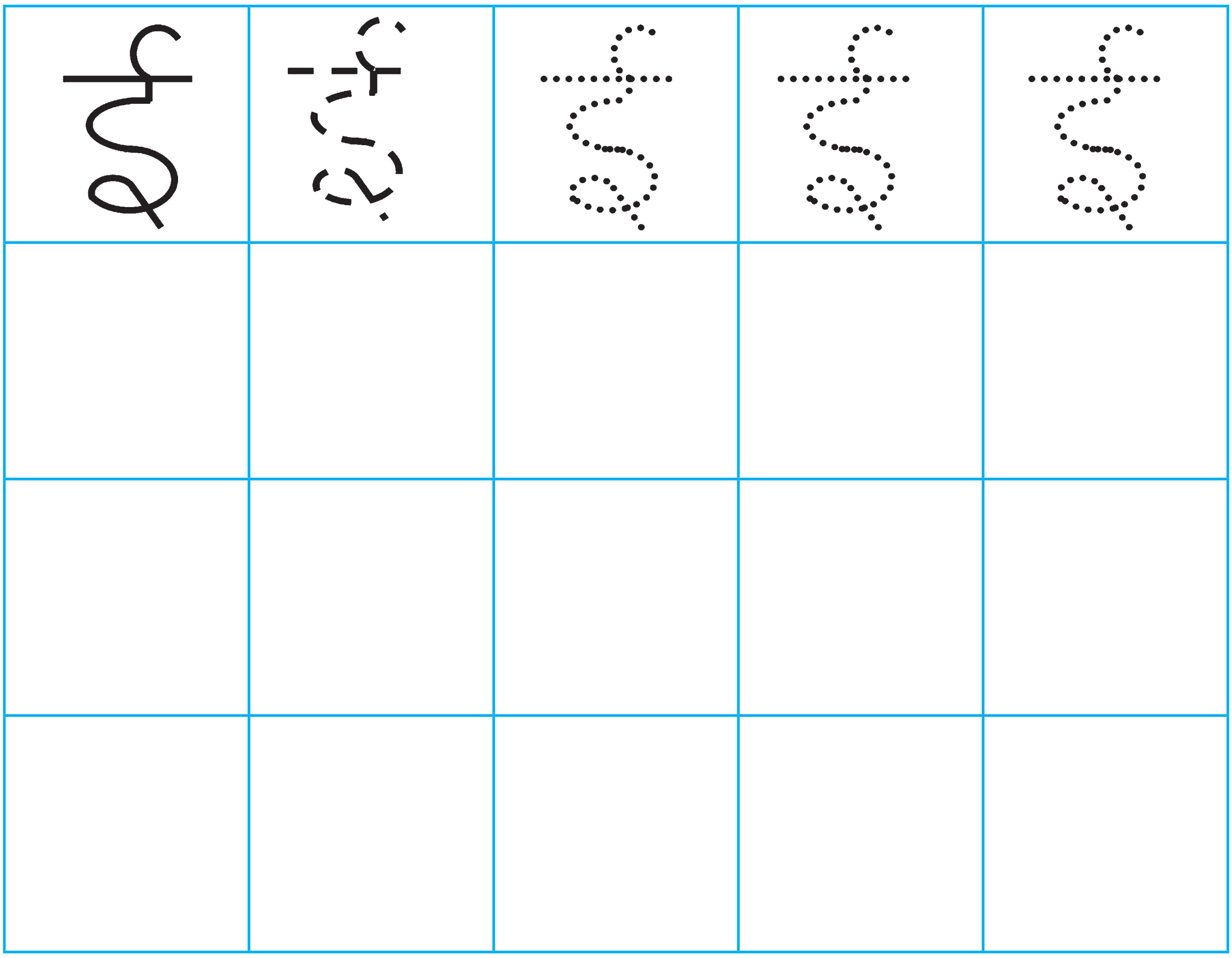
२३.२. ई अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ई



ईटा

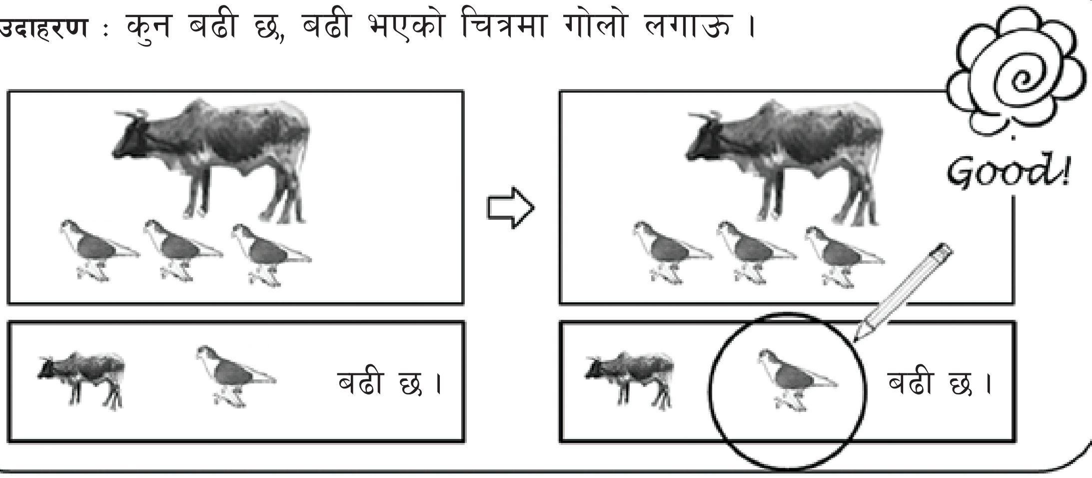


मिति..

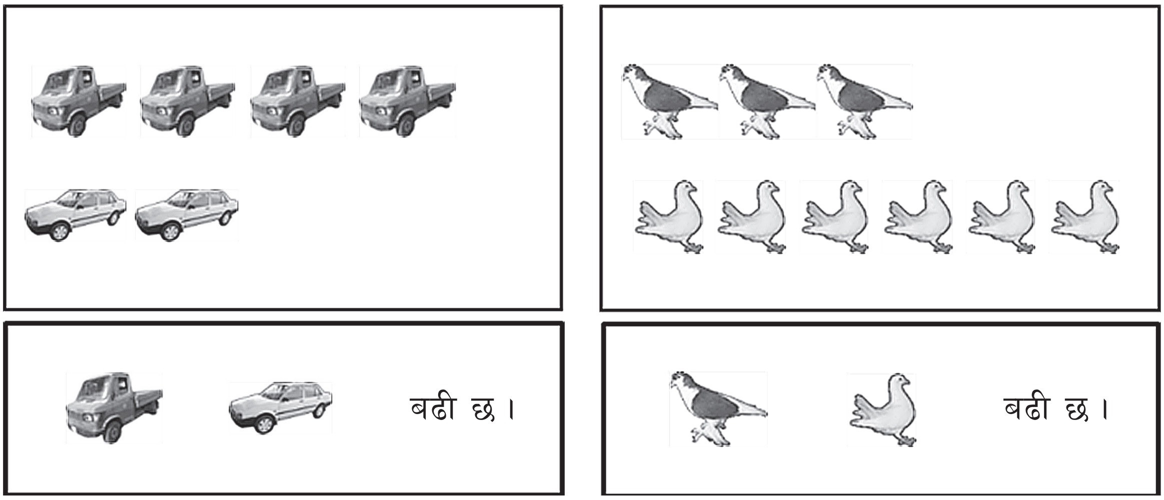
२३.३. कुन बढी ?

अभिभावकलाई सुझाव : तल उदाहरणमा दिए अनुसार दुईमध्ये बढी भएको वस्तुलाई गोलो लगाउन दिनुहोस् ।

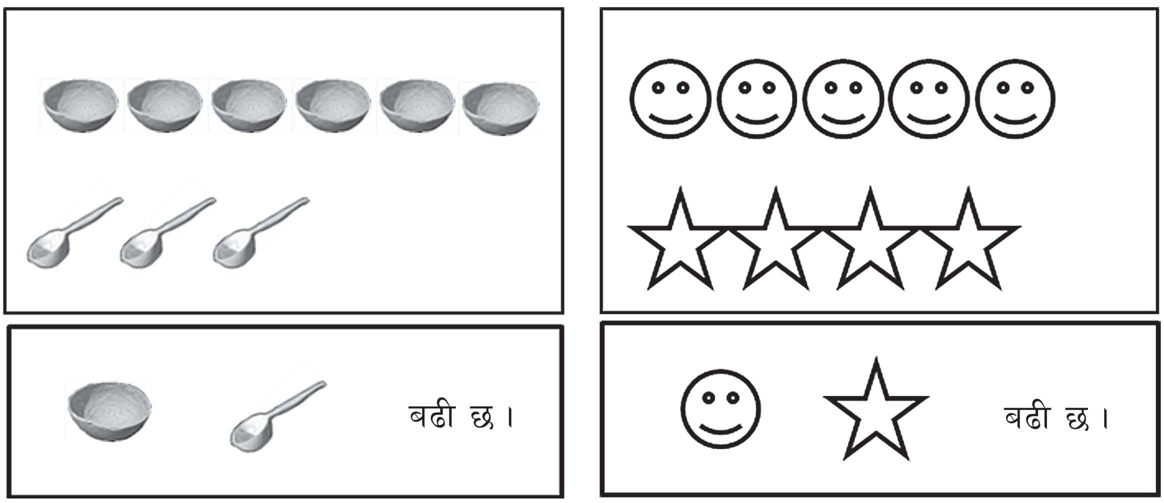
उदाहरण : कुन बढी छ, बढी भएको चित्रमा गोलो लगाऊ ।



①

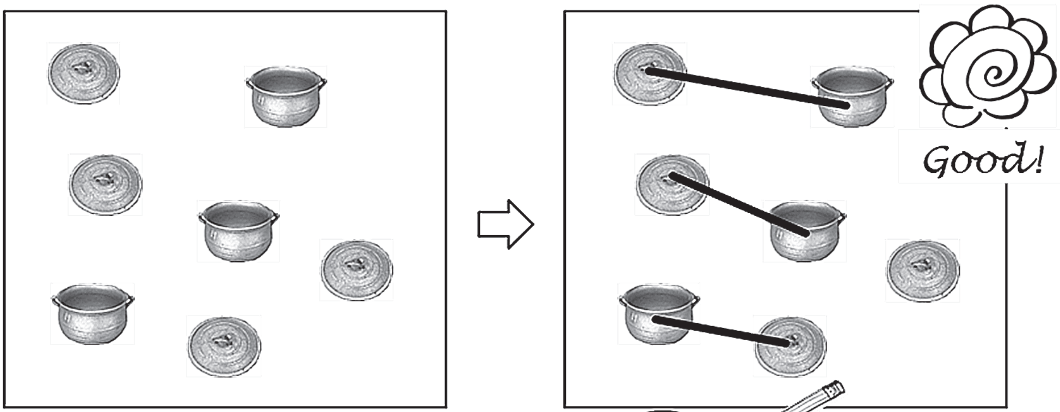


②

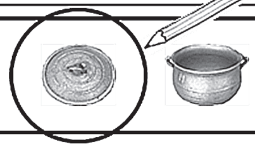


Project for Improving Mathematics Education in Nepal (IMEN) JICA

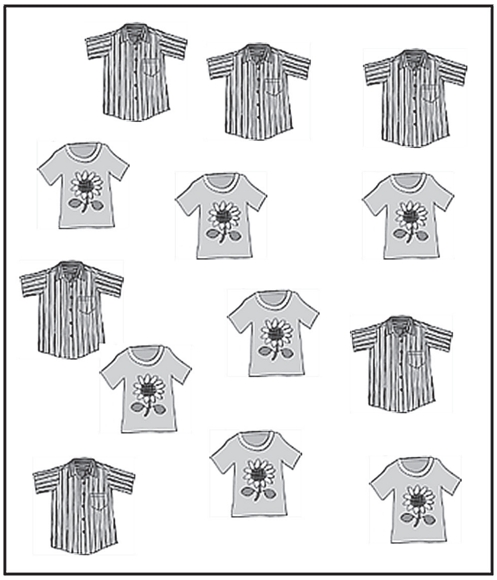
उदाहरण : कुन बढी छ, बढी भएको चित्रमा गोलो लगाऊ । जोडी बनाएर पनि कुन बढी छ पत्ता लगाउन सकिन्छ ।

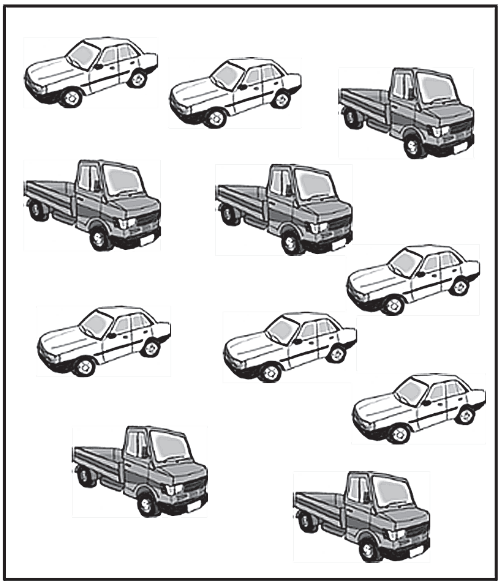


बढी छ ।

 बढी छ ।

३

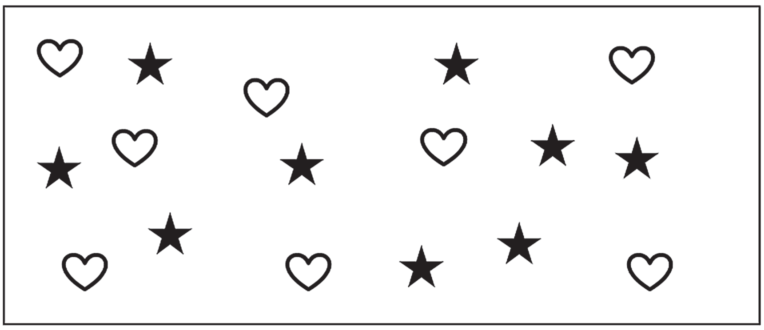




बढी छ ।

बढी छ ।

४

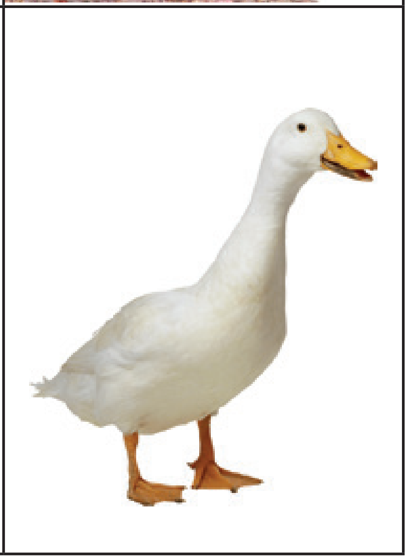


बढी छ ।

मिति...

२४.१. चरा उडाउने खेल

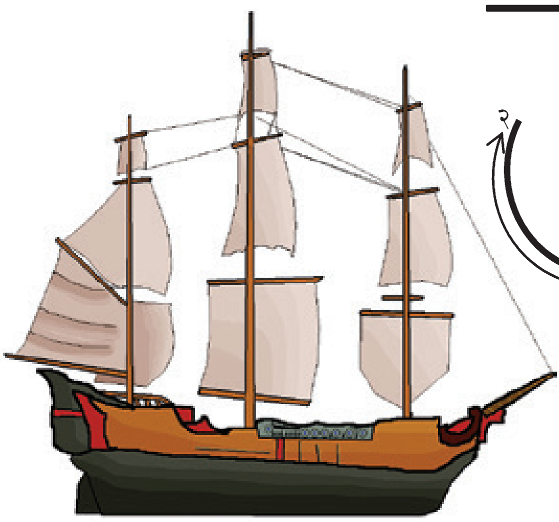
अभिभावकलाई सुझाव : तलका पंक्षीहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि बालबालिकालाई उभिन लगाउनहोस् । म चराको नाम भन्दै जान्छु, दुवै हात उठाएर भुर्र भुर्र भन्दै हात झार्न्नु पर्छ भन्नुहोस् । तपाइँले चराको नाम भन्दै जानुहोस् । बेला बेला चराको नामको सट्टा कुकुर, हात्ती, आदि पनि भन्नुहोस् । त्यसो भन्दा भुर्र भन्ने चाहिँ खेलबाट बाहिर भएको भन्नुहोस् ।

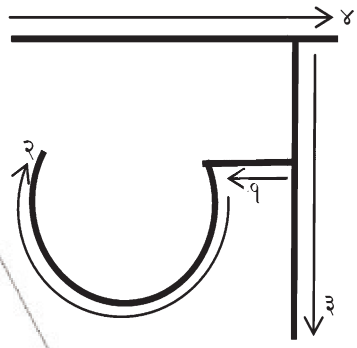


२४.२. ज अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ज





जहाज

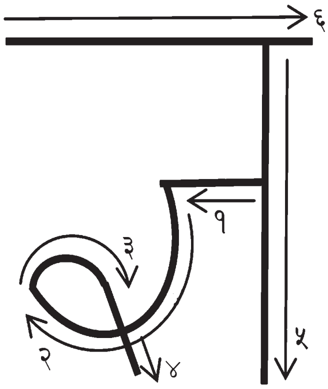
ज	ज	ज	ज	ज

मिति..

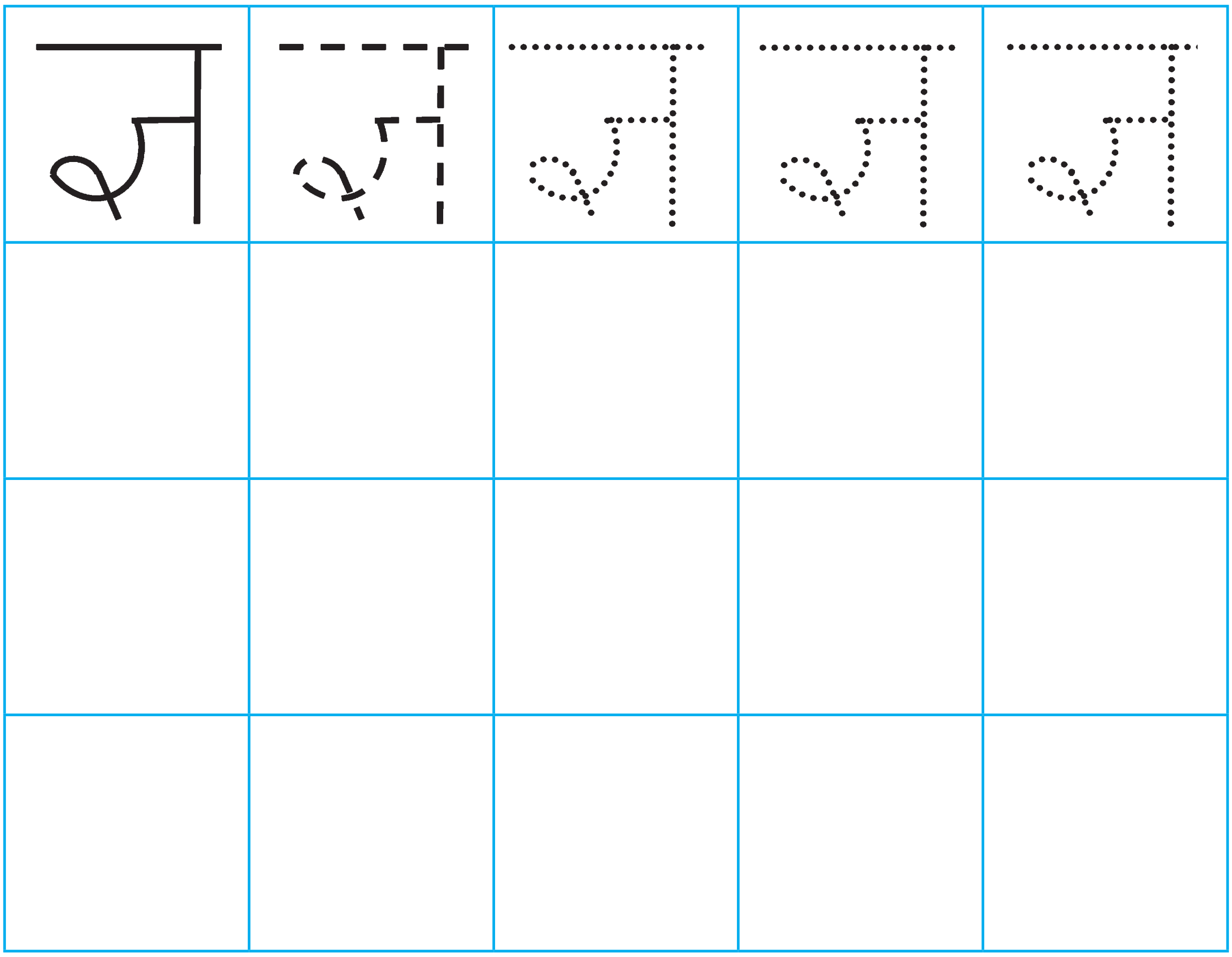
२४.३. ज्ञ अक्षर लेखौँ

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ज्ञ



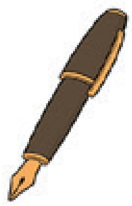
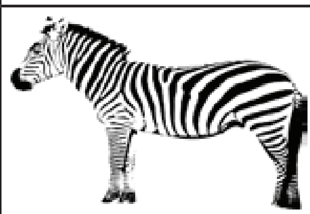
ज्ञानी



मिति..

२५.१. पढौँ र छोपौँ

अभिभावकलाई सुझाव : तलको चित्र हेर्न लगाउनुहोस् । अक्षर पढ्दै सानो कागजको टुक्राले छोप्न लगाउनुहोस् । अनि तपाईंले **M** अक्षर देखाउ भन्दै छोपेको निकाल्न लगाउनुहोस् । यसरी नै अरु पनि अक्षर भन्नुहोस् ।

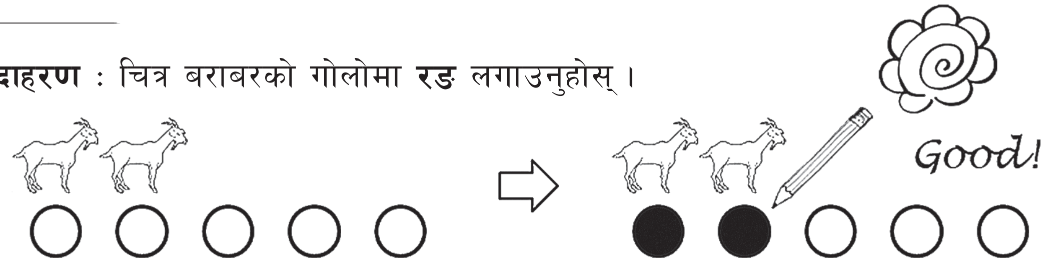
	Mm	T t	
	N n	U u	
	O o	V v	
	P p	Ww	
	Q q	X x	
	R r	Y y	
	S s	Z z	

मिति..

२५.२. चित्र बराबरको रङ

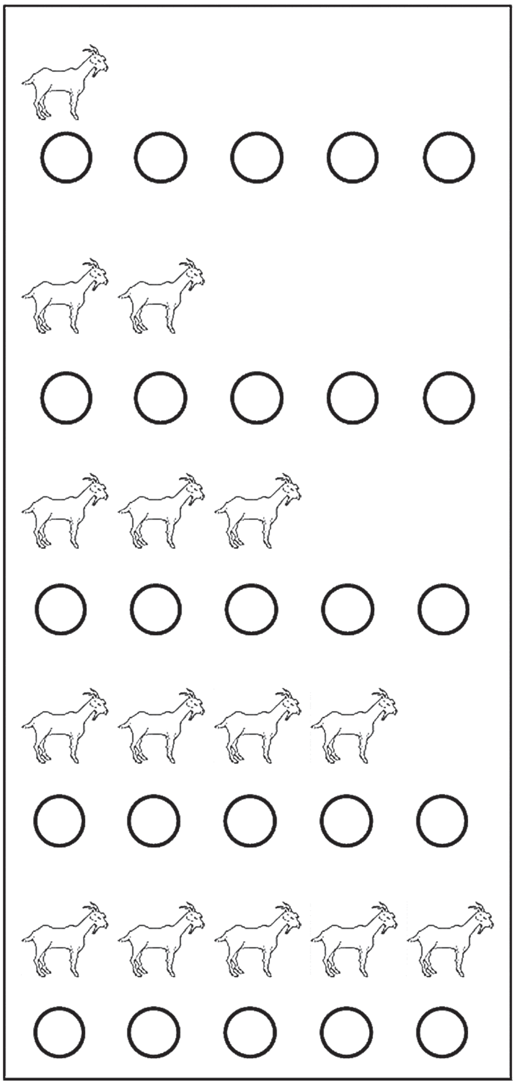
अभिभावकलाई सुझाव :
चित्र बराबरको गोलोमा **रङ** लगाउन दिनुहोस् ।

उदाहरण : चित्र बराबरको गोलोमा **रङ** लगाउनुहोस् ।

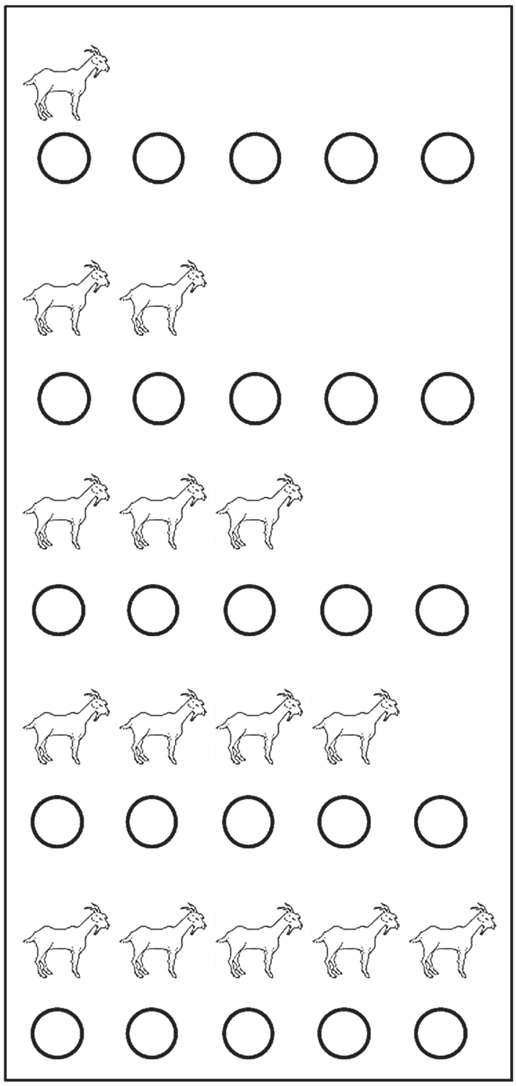


चित्र बराबरको गोलोमा **रङ** लगाउनुहोस् ।

①

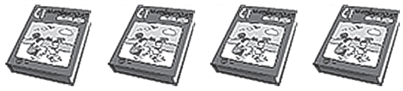


②



चित्र बराबरको गोलोमा **रङ** लगाउनुहोस् ।

③

④ 

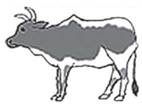
⑤

⑥

⑦

⑧

⑨

⑩ 

⑪

⑫

⑬

⑭

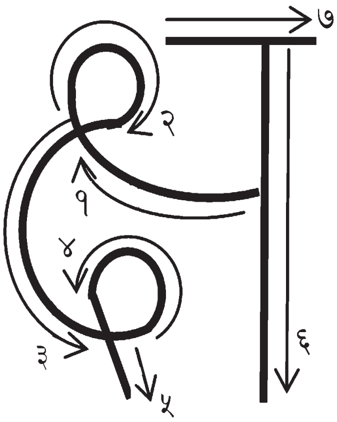
मिति...

☆

२५.३. क्ष अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

क्ष



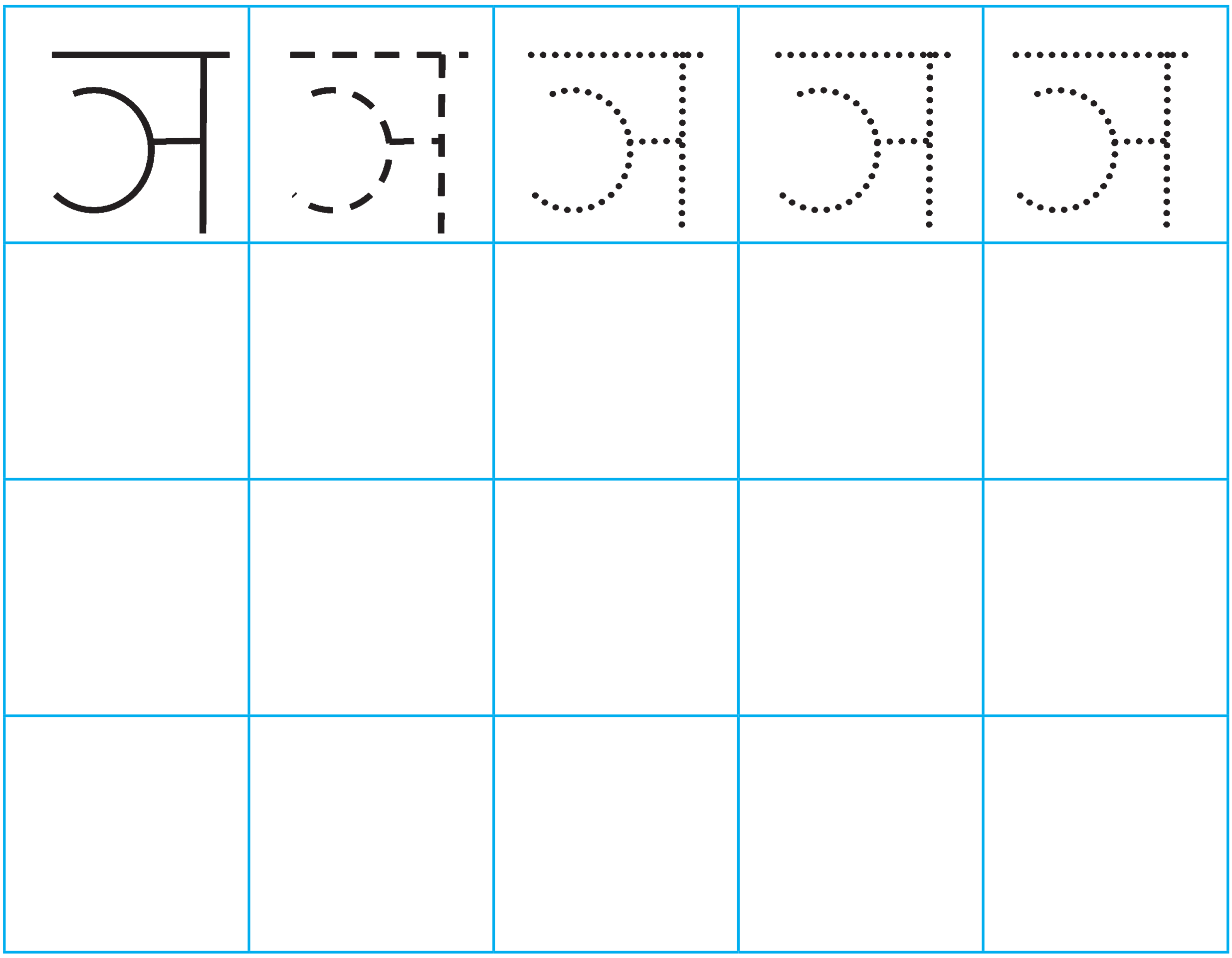
क्षत्री

क्ष	क्ष	क्ष	क्ष	क्ष

मिति...

२६.१. ञ अक्षर लेखौं

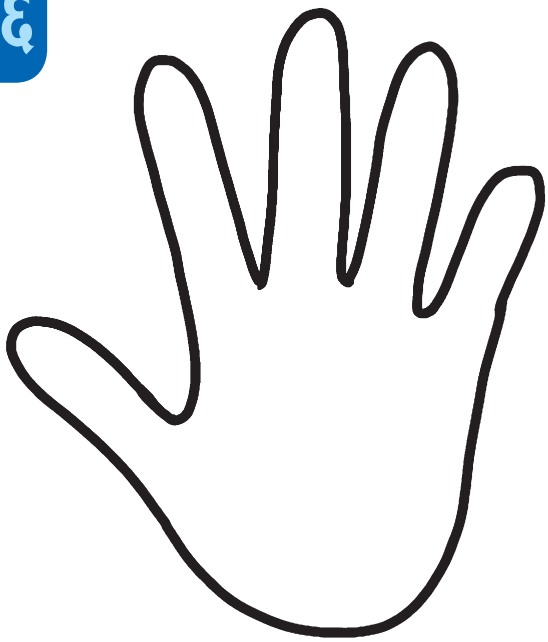
अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।



मिति...

२६.२. हात बनाऔं र लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव : तलको हातको छेउमा हात राख्न लगाउनुहोस् । सिसाकलमले हातको वरिपरि कोरेर यस्तै हात बनाउन लगाउनुहोस् । यसरी बनाएको एउटा हातभित्र मनपर्ने एउटा अङ्ग्रेजीको ठूला अक्षर र अर्कोमा साना अक्षरहरू लेखौं भन्नुहोस् । त्यसलाई पढेर सुनाउन लगाउनुहोस् । त्यसपछि हातमा रङ भर्न लगाउनुहोस् ।



मिति..

२६.३. हिंड्दै पढ्दै

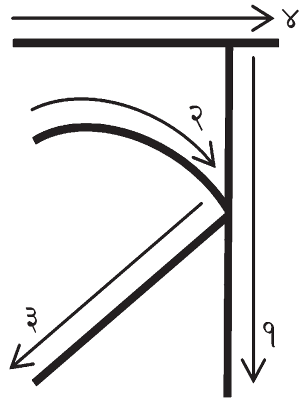
अभिभावकलाई सुझाव : तपाईंसँगै बालबालिकालाई तपाईंसँगै घरभित्र हिंड्न भन्नुहोस् । घरको भित्र भएका सामानहरू छुँदै नाम भन्न लगाउनुहोस् । त्यसरी नै घर बाहिर निस्किएर त्यहाँ भएका सामानहरू पनि छुँदै भन्न लगाउनुहोस् । फर्केर कोठामा जानुहोस् । अघि छोएका सामानहरू एक एक गर्दै भन्न लगाउनुहोस् । तलको बाकसमा आफूलाई मन परेको कुनै एउटा सामानको चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

मिति...

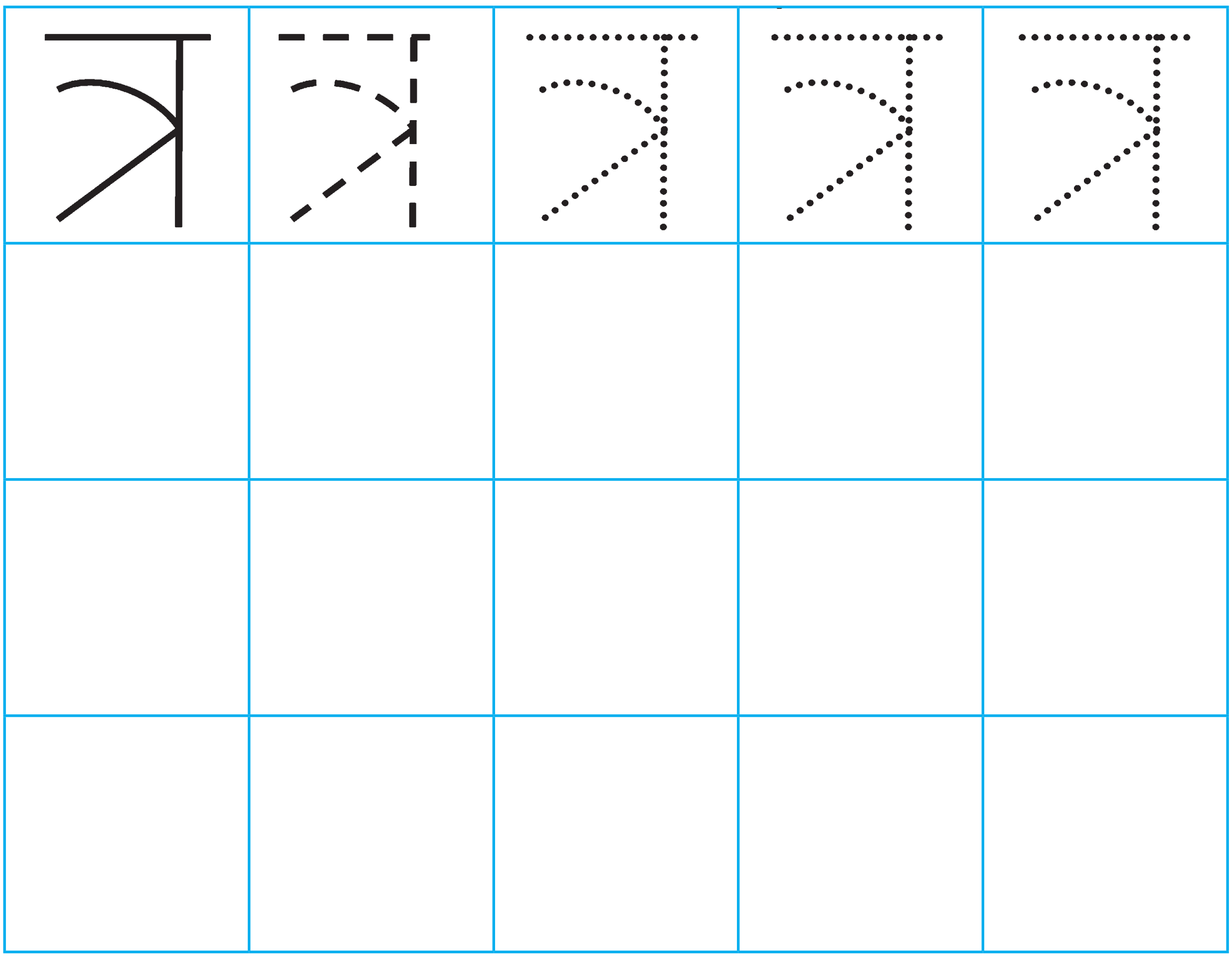
२७.१. त्र अक्षर लेखौँ

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

त्र



त्रिशुल

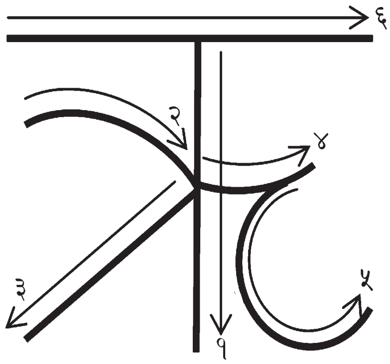


मिति...

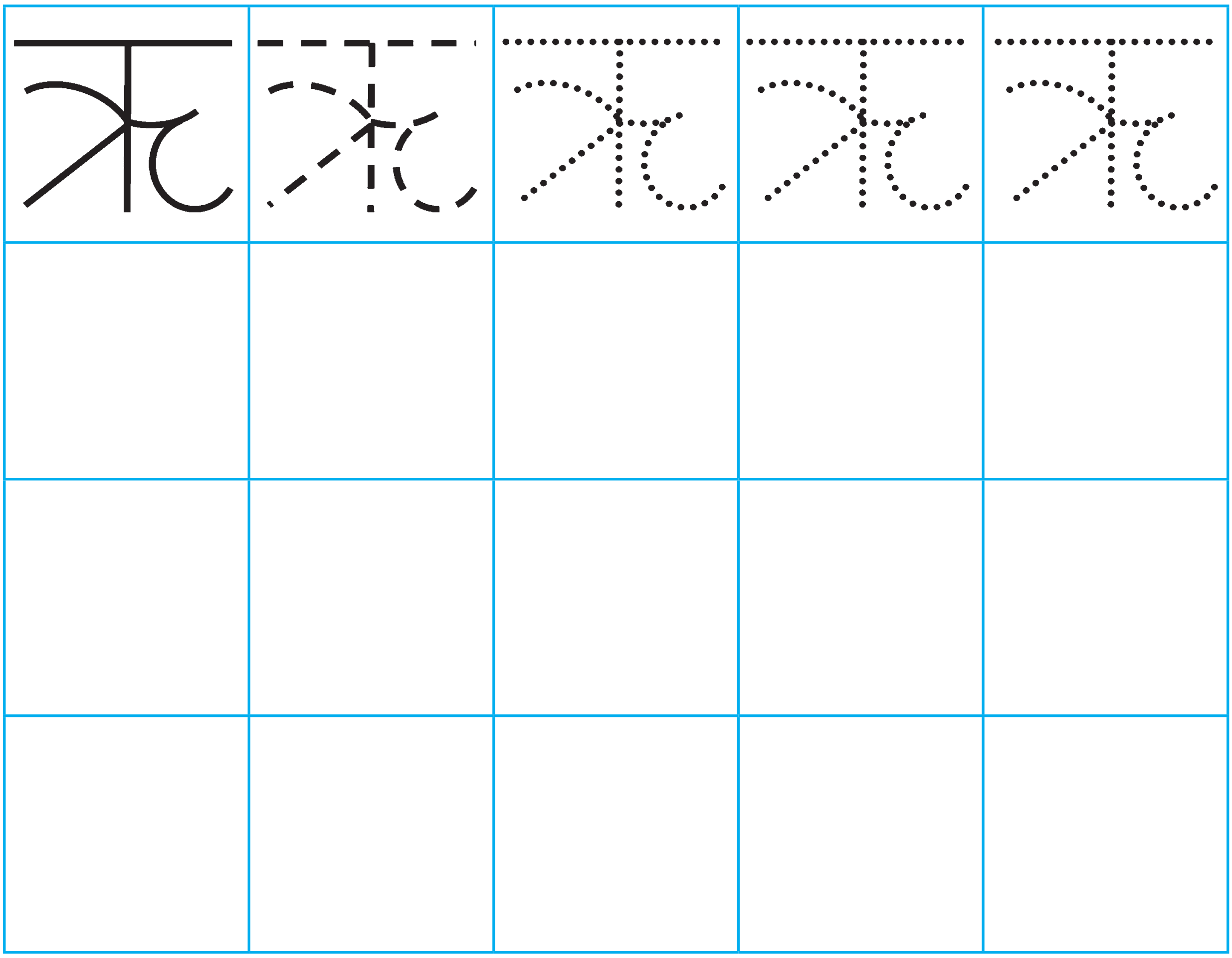
२७.२. ऋ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ऋ



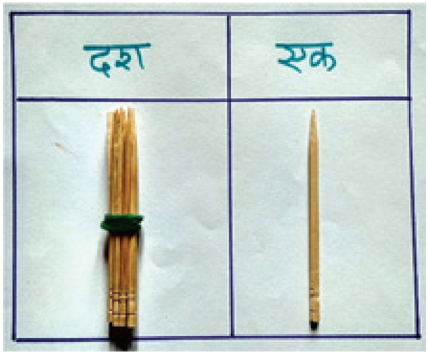
ऋषि



मिति...

२७.३. तालिकामा राखौं र पढ्औं

अभिभावकलाई सुझाव : सिसाकलम आकारका ५० ओटा बाँसका सिन्काहरू बनाइ दिनुहोस् । बालबालिकालाई आफूसँगै राख्नुहोस् । तलको एक दश तालिका देखाउनुहोस् । तपाईंले १, २, ३, ४ .... भन्दै जानुहोस् । उनीहरूलाई एकको स्थानमा सिन्का राख्दै भन्न पनि लगाउनुहोस् । सिक्का दश ओटा पुगेपछि रबर वा धागोले बान्नुहोस् । त्यो मुठालाई दशको स्थानमा राखेर एक दश भन्नुहोस् । एकको स्थानमा एउटा सिक्का राख्न लगाउँदै एक दश एक एघार, अर्को थप्न लगाउँदै एक दश दुई बाह्र भन्दै २० सम्म सिकाउनुहोस् । अरु दिनहरूमा दोहोऱ्याउँदै यसरी नै सिन्का राखेर ५० सम्म सिकाउनुहोस् ।



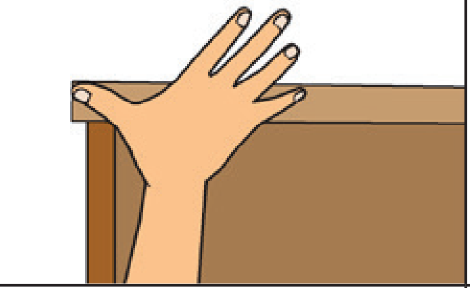
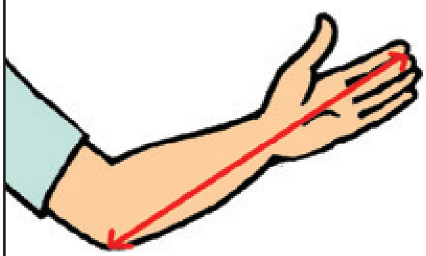
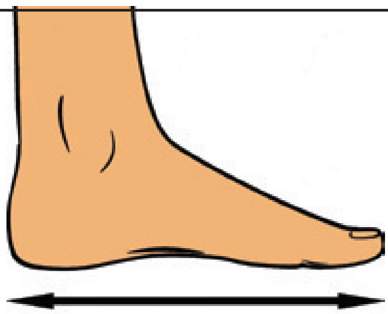
दश	एक

सत्ताइसौँ दिन
२७

मिति..

२८.१. अनुमान गरौं र नापौं

अभिभावकलाई सुझाव : वित्ता, दुई हात, एक हात, पैतालाले नाप्ने तरिका सिकाउनुहोस् । कोठा कति हातको लामो र छोटो भाग छ अनुमान गर्न लगाउनुहोस् । अनुमान भन्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि नाप्न सहयोग गर्नुहोस् । यसमा चित्र बनाएर लेख्न लगाउनुहोस् । यसरी नै अरु वस्तुको पनि अनुमान गरी नाप्न लगाउनुहोस् ।

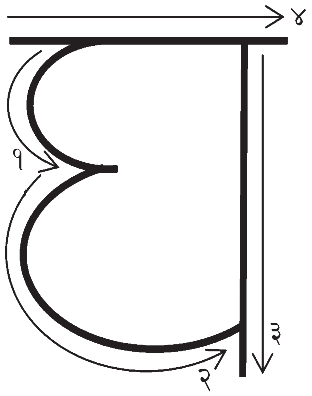
के ले नाप्ने ?	सामानको चित्र	अनुमान	नापेपछि
			
			
			

मिति...

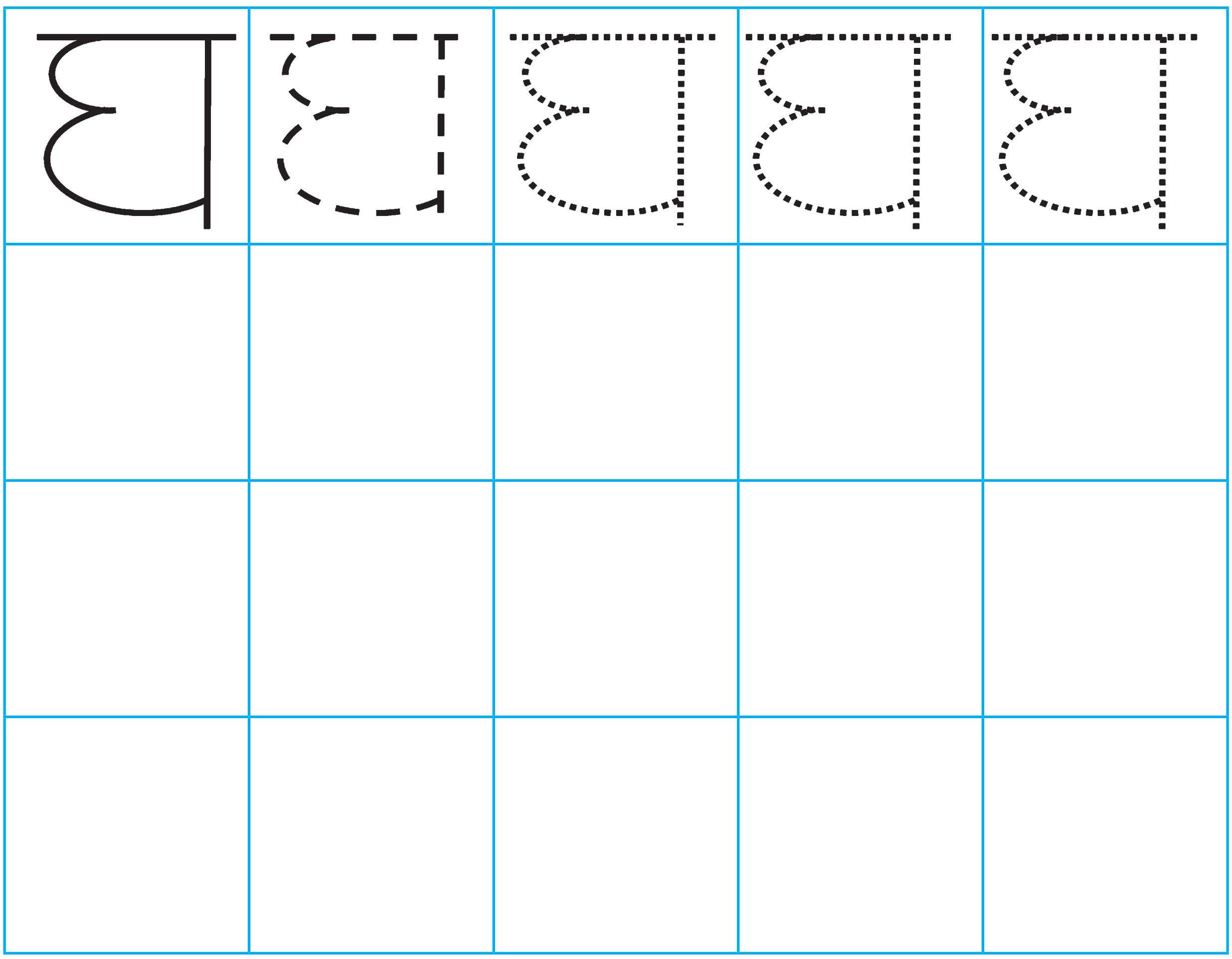
२८.२. घ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

घ



घर

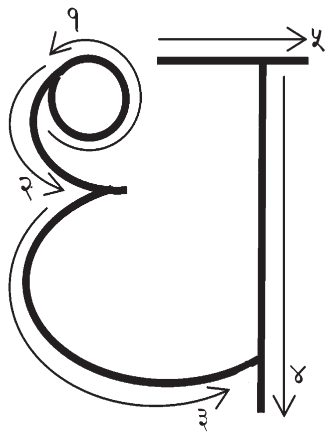


मिति..

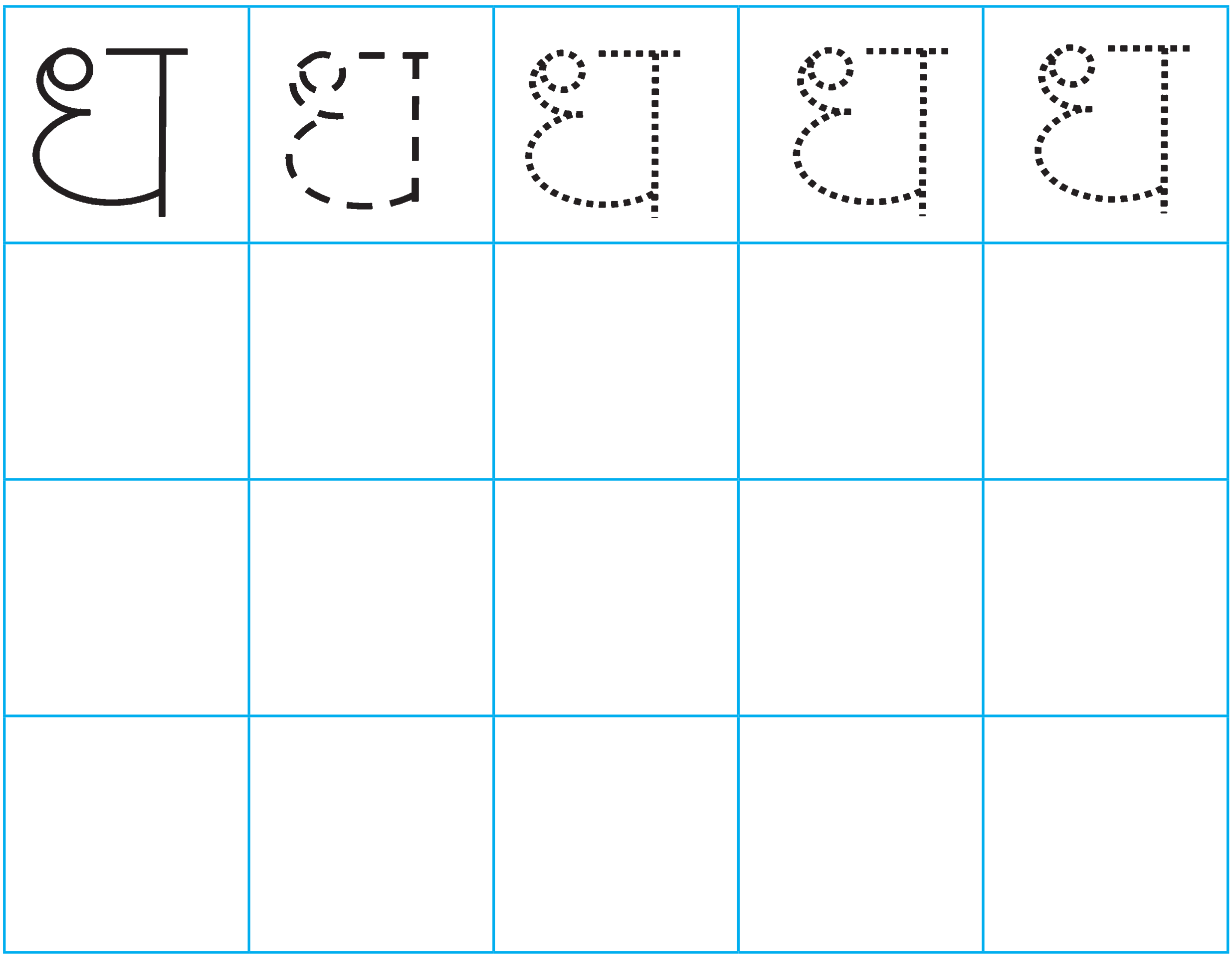
२८.३. ध अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ध



धनु



मिति...

२९.१. बोराभित्र उफ्रदै दौडौं

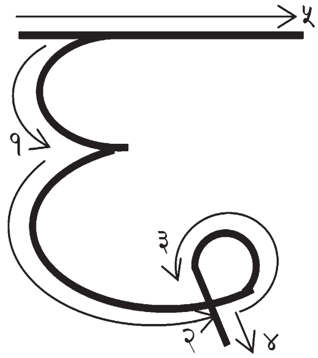
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकाको हातसम्म उचाइ भएको बोरा ठीक पार्नुहोस् । बोराभित्र छिरेर एउटा लाइनमा उभिन लगाउनुहोस् । तपाईंले सुरु भनेपछि बोरा सहित उफ्रदै तोकेको ठाउँसम्म पुग्न लगाउनुहोस् । यो खेलमा लड्न सक्ने भएकाले मसिनो घाँस भएको चउर वा सुरक्षित र फराकिलो कोठा हुनपर्छ ।

मिति...

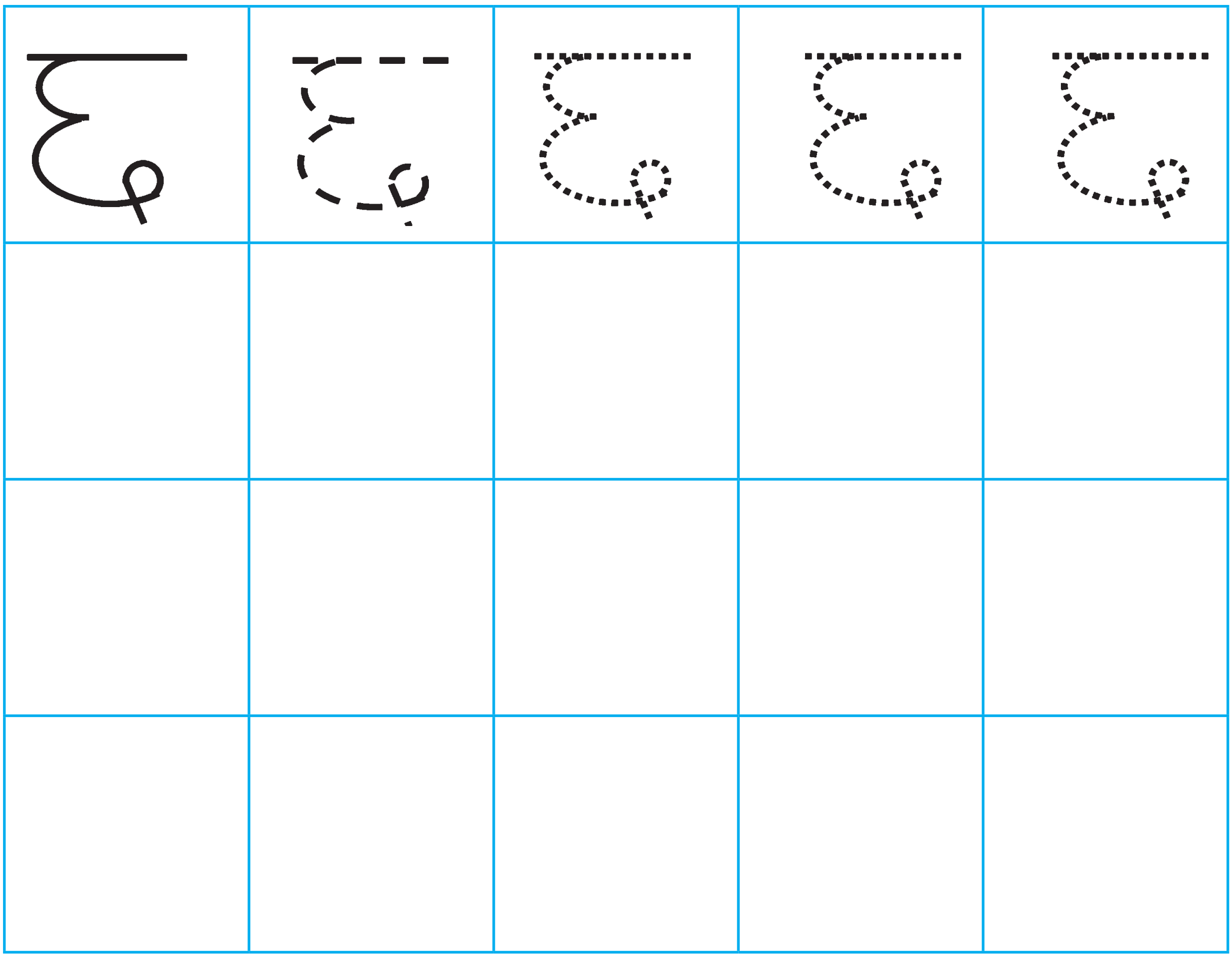
२९.२. छ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

छ



छाता

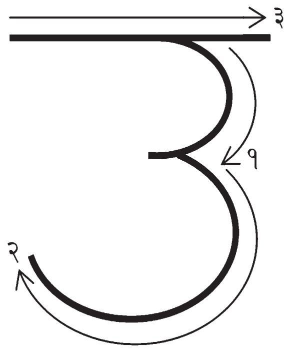


मिति...

२९.३. उ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

उ



उखु

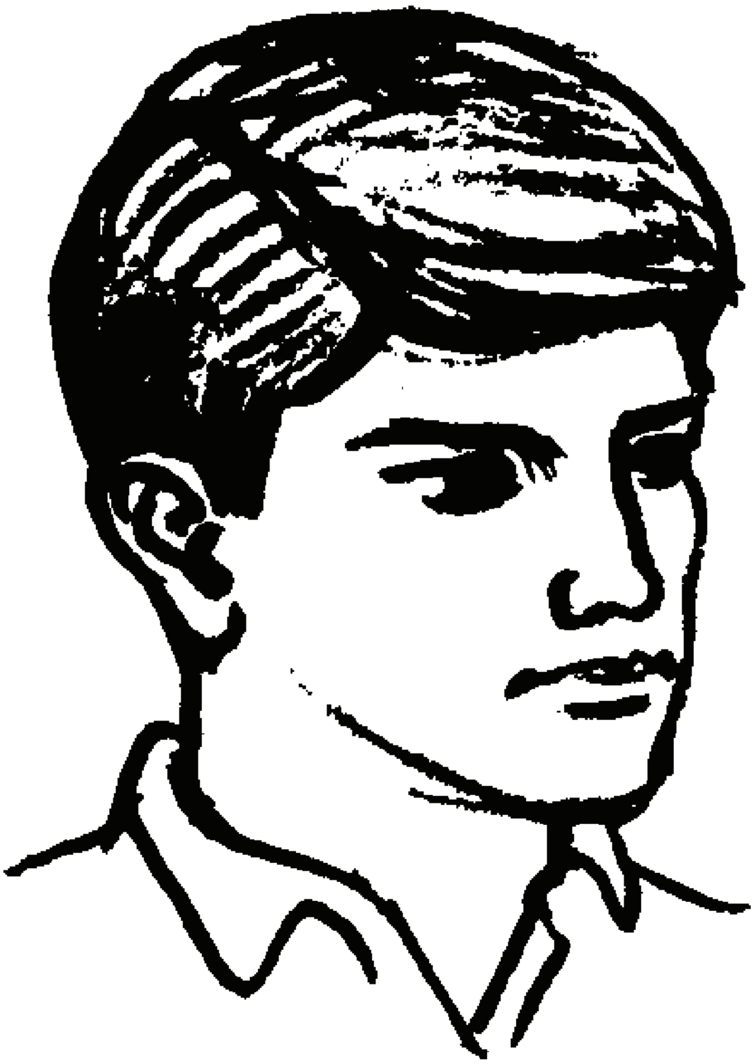
उ	उ	उ	उ	उ

मिति...

३०.१ कथा पढौं

अभिभावकलाई सुझाव : तलको चित्रकथा पढ्न लगाउनुहोस् । पढ्न नसकेको ठाँउमा सहयोग गर्नुहोस् । पढिसकेपछि ती चित्रहरूमा रङ पनि भर्न लगाउनुहोस् ।

काका



लेखक: छबि चौँलागाई

यस पुस्तकको बारेमाः नेपाली भाषामा तयार गरिएको यो पुस्तक कक्षा १ मा अध्ययनरत भाइबहिनीहरूका लागि हो। देवनागरी लिपिका वर्ण र मात्रा सिक्ने क्रममा भाइबहिनीहरूले कक्षामा सिकिसकेका वर्ण तथा मात्राहरूको प्रयोगबाट बनेका शब्दहरू यस पुस्तकमा समेटिएको छ। यो पुस्तकले नेपाली भाषामा पढाइ सीप विकास गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ। यस पुस्तकलाई स्वतन्त्र पठन र समग्र कक्षा शिक्षणका लागि प्रयोग गर्न सकिनेछ।

यस चरणको पुस्तकमा प्रयोग भएका अक्षर, मात्रा र बारम्बार प्रयोगमा आउने शब्दहरू निम्न छन् :

पहिलेनै सिकिसकेका अक्षरहरूः अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ए, ऐ, ओ, औ, अं, अः, क, ख, ग, घ, ङ, च, छ र ज

मात्राहरूः सबै मात्राहरू

बारम्बार प्रयोगमा आउने शब्दहरूः र, हो, यो, मेरो र हाम्रो

यस चरणको पुस्तकमा **झ, ञ, ट र ठ अक्षरलाई** प्राथमिकता दिइएको छ र यी अक्षर लागेर बनेका नयाँ शब्दलाई समावेश गरिएको छ।

काका

Images on pages Front Cover, १, २, ३, ४, ६ by International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.
Image on page ५ by Paul Kitum Kaino, International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.

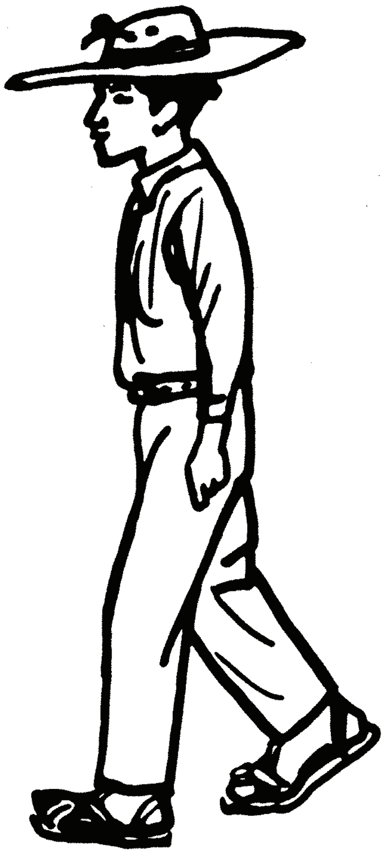
डिकोडेबल, चरण ३

This book has been developed under the **Enabling Writers Project** with the support of the **Curriculum Development Centre-Ministry of Education, Science and Technology Nepal, Language Commission-Government of Nepal, Samunnat Nepal** and **World Education.**

नेपाली
Nepal

Copyright © 2019, Enabling Writers Project - World Education-Nepal

http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
तपाईंले यस रचनालाई व्यापारिक प्रयोजनका लागि प्रयोग गर्न पाउनुहुन्छ। तपाईंले यस रचनालाई समायोजन गर्न वा यसमा आफ्नो तर्फबाट थपथाप गर्न पाउनुहुन्छ। तपाईंले लेखक, चित्रकार, इत्यादिको प्रतिलिपि अधिकार सूचना र नाम राख्नुपर्छ।

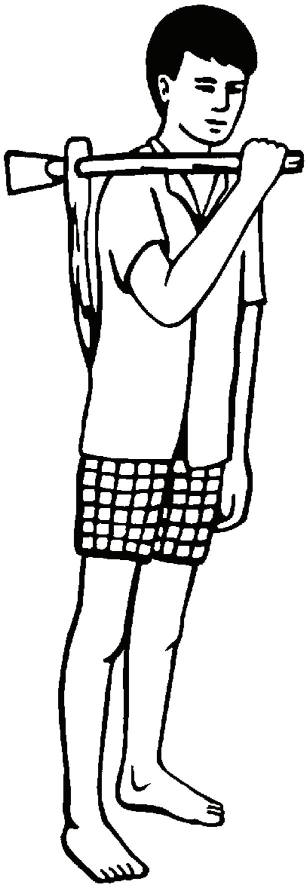


काका आए।

१

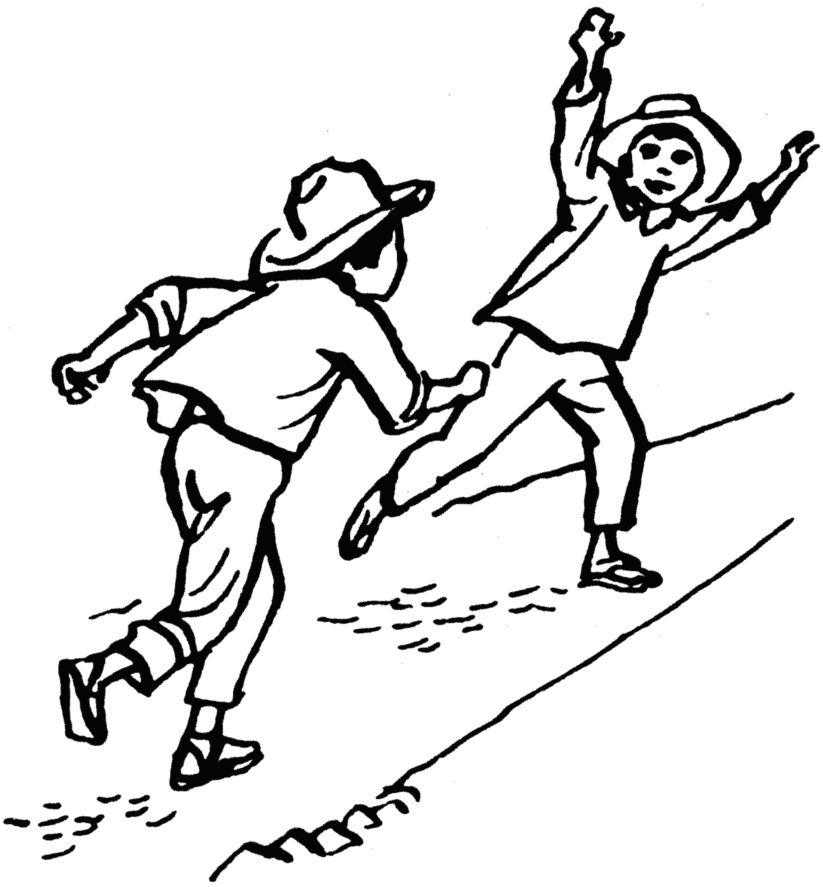
उखु खाए।

२



काका गाउँ गए।

३

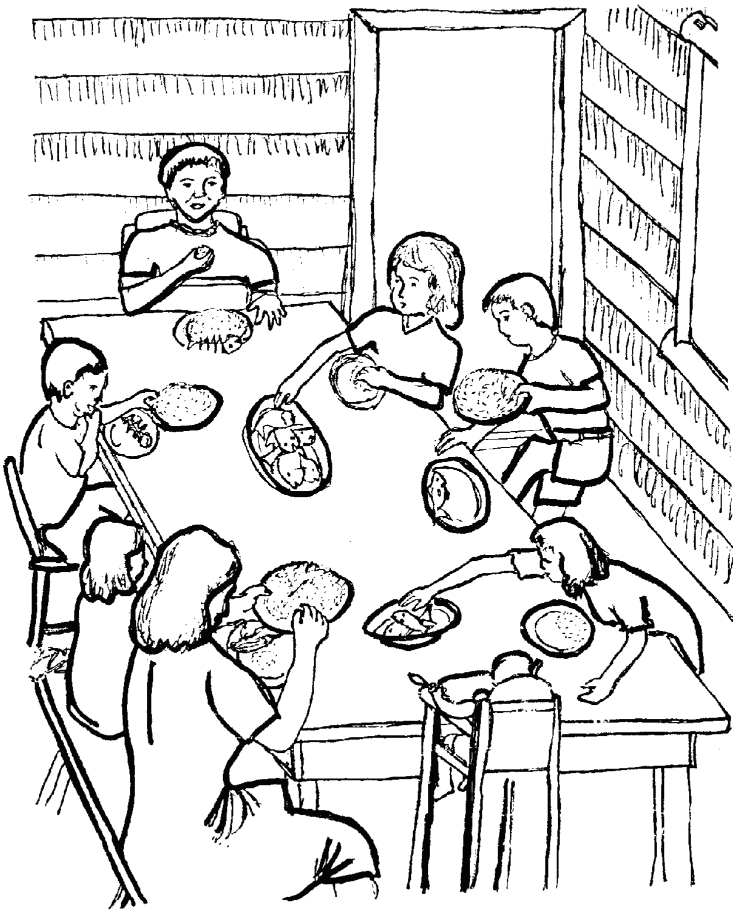


केटाकेटी आए।

४

ठकठक काठ ठटाए।

५



चिची खाए अघाए।

६

मिति..

३०.२. मोबाइल नम्बर

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई घरका परिवारमध्ये को कोसँग मोबाइल फोन रहेछ ? सोध्न लगाउनुहोस् । जो जोसँग मोबाइल छ, उहाँको नाम र नम्बर तलको मोबाइलमा लेख्न लगाउनुहोस् । सबै जना भेला भएको समयमा लेखेको नाम र नम्बर सुनाउन लगाउनुहोस् । खाली मोबाइल चित्रमा मोबाइल अनुसार अङ्क भर्न लगाउनुहोस् ।

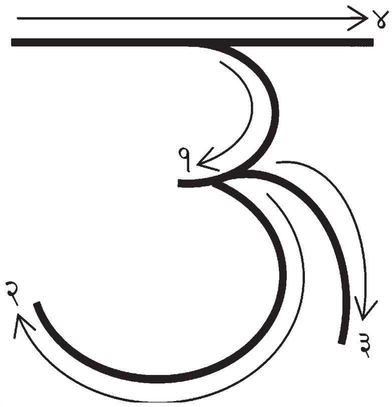
मिति..

३१.१. ऊ अक्षर लेखौं

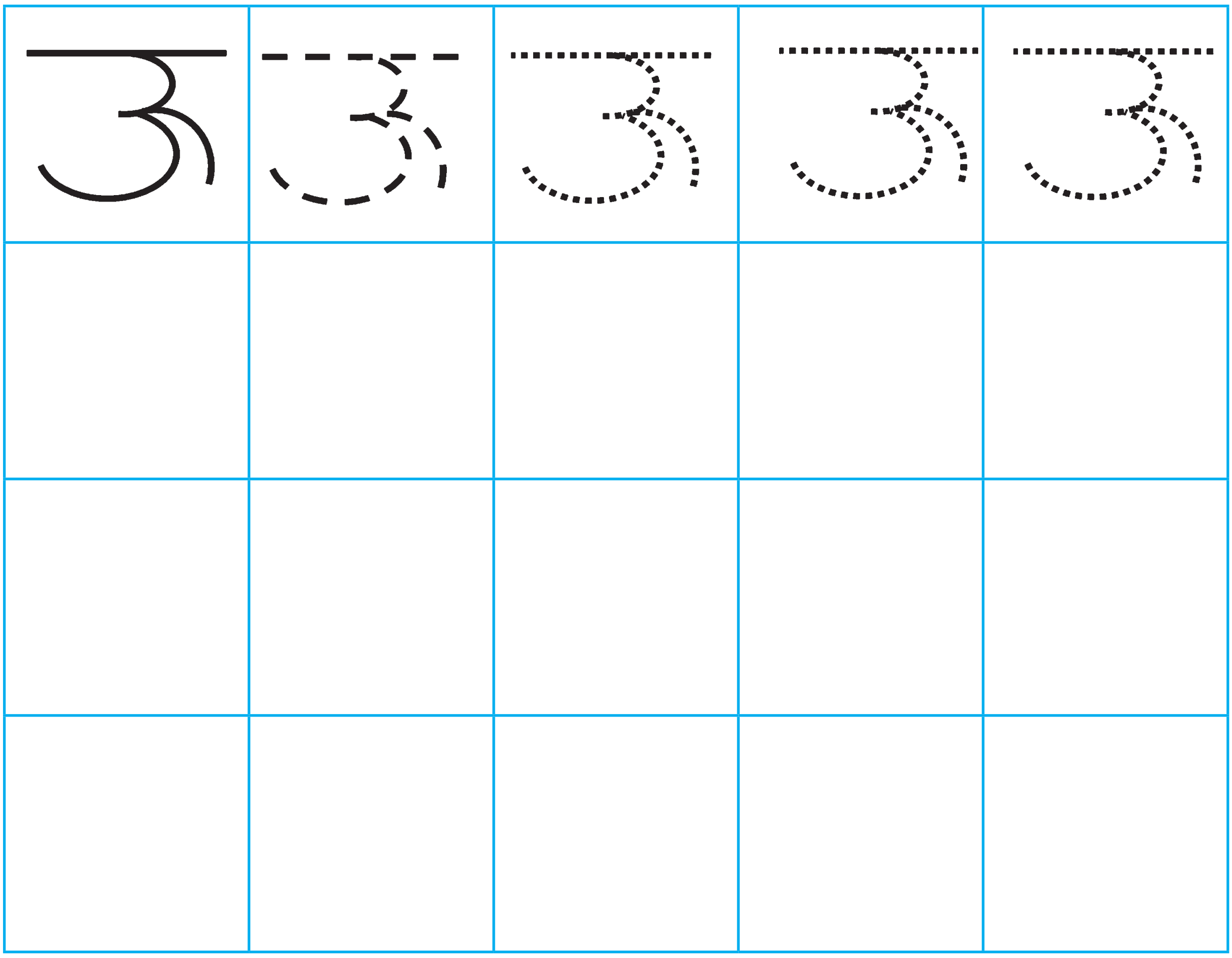
अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

एकतिसौं दिन
३१

ऊ



ऊन

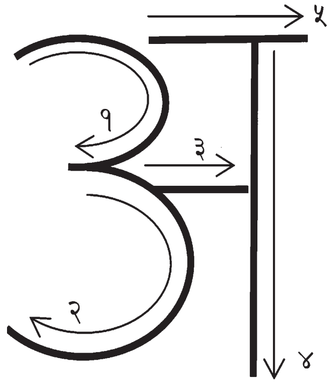


मिति...

३१.२. अ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

अ



अण्डा

अ	अ	अ	अ	अ

मिति..

३१.३. गुडाऔं, फालौं र समातौं

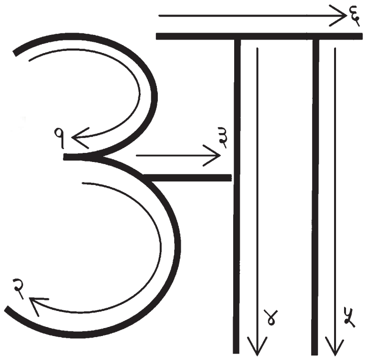
अभिभावकलाई सुझाव : ठाउँ भए कोठा बाहिर लानुहोस् । बल गुडाउने, फाल्ने, समात्ने, खुट्टाले हान्ने अभ्यास गराउनुहोस् । बललाई टाङ मुनिबाट र टाउको माथिबाट फाल्न पनि सिकाउनुहोस् । ठूलो बल भए गोल हान्ने अभ्यास पनि गराउनुहोस् । खेलिसकेपछि खुट्टाले कति पटक बल हान्यौ भनेर सोध्नुहोस् ।

मिति...

३२.१. आ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

आ



आमा

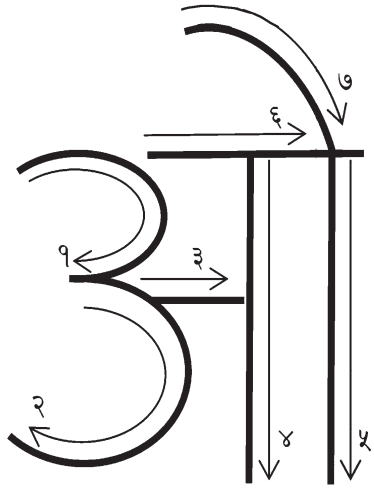
आ	आ	आ	आ	आ

मिति..

३२.२. ओ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

ओ



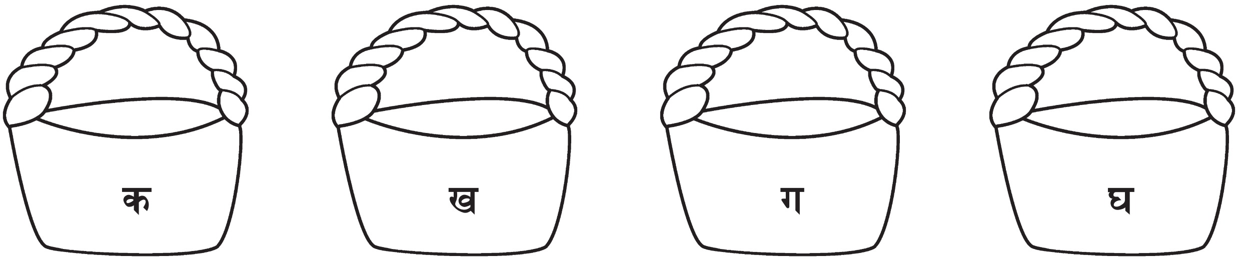
ओखर

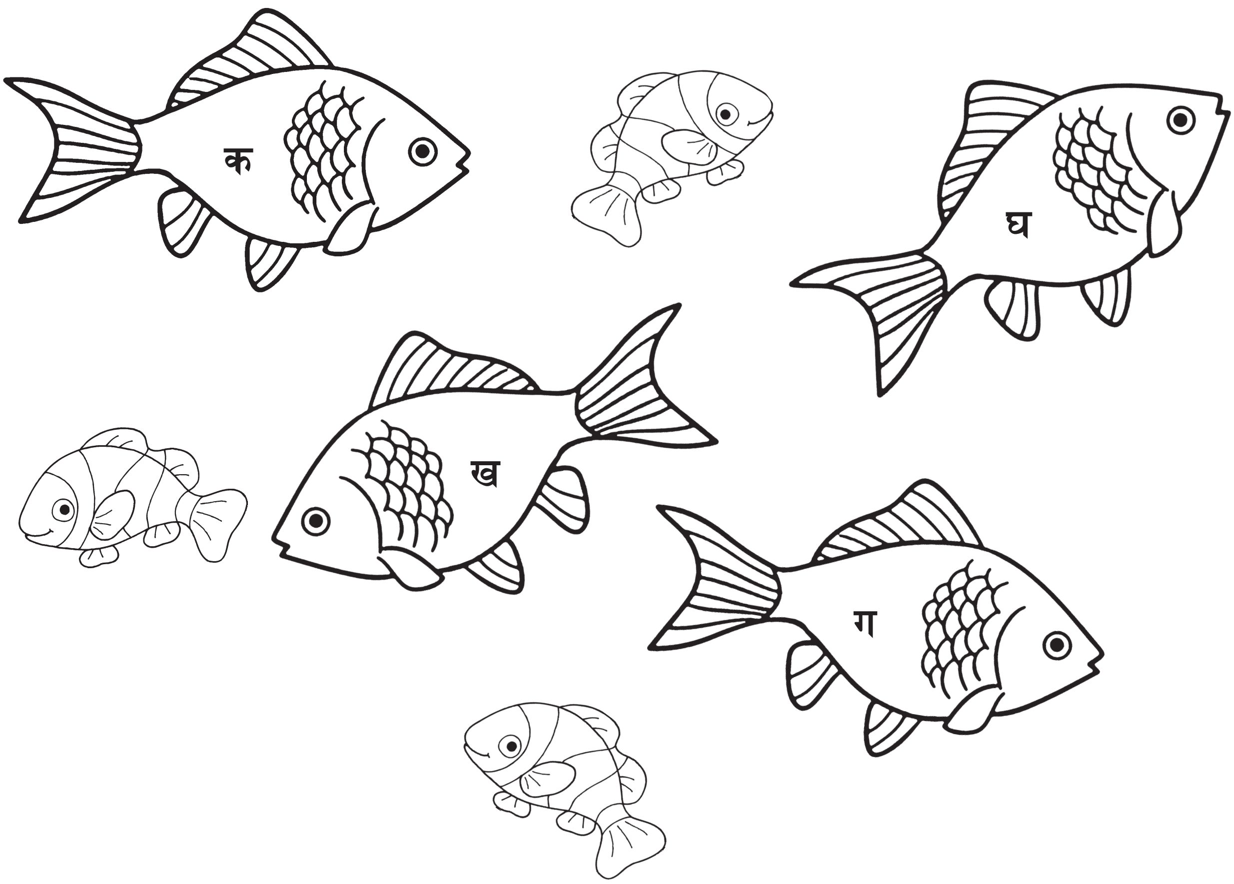
ओ	ओ	ओ	ओ	ओ

मिति...

३२.३. माछाका अक्षर खेल

अभिभावकलाई सुझाव : कुनै एउटा सादा पानामा माछाको चित्रहरू बनाउनुहोस् । माछामा अक्षरहरू लेख्नुहोस् । चार ओटा कचौरामा क, ख, ग, घ लेख्नुहोस् । कचौरा तपाईं नजिकै राख्नुहोस् । माछामा लेखेका अक्षर केही पर राख्नुहोस् । तपाईंले कुनै एउटा अक्षर पढ्नुहोस् । दौडेर गएर टिप्न लगाइ कचौरामा राख्न लगाउनुहोस् । खेलिसकेपछि यो चित्रका अक्षर सम्बन्धित भाँडोमा लाइनले जोड्न लगाउनुहोस् । माछामा रङ पनि भर्न लगाउनुहोस् ।





मिति..

३३.१. लुगा चिनौँ

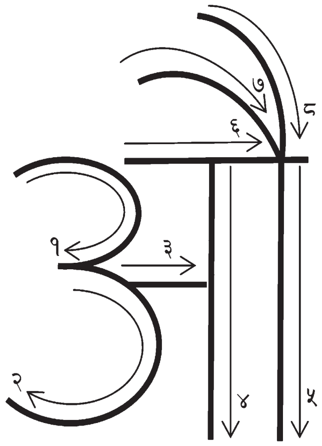
अभिभावकलाई सुझाव : घरमा भएको लुगा देखाउँदै त्यसको नाम भन्न लगाउनुहोस् । केटा र केटीले लगाउने लुगाहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् । अरु कुन कुन लुगा हुन्छन् ? नाम भन्न लगाउनुहोस् । जाडो र गर्मीमा लगाउने लुगा छुट्याउन लगाउनुहोस् । लुगा जतन गर्ने तरिका पनि भन्न लगाउनुहोस् । तलको पानामा आफूलाई मन पर्ने एउटा लुगाको चित्र बनाएर रङ भर्न लगाउनुहोस् ।

मिति..

३३.२. औ अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

औ



औषधि

औ	औ	औ	औ	औ

मिति..

३३.३. मैले आज के के खाएँ ?

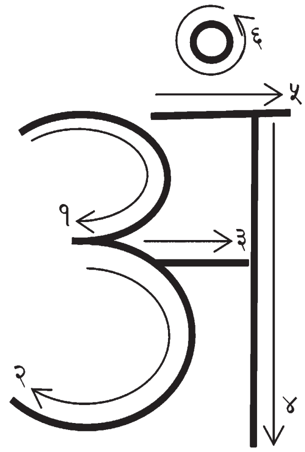
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई तिमीले आज के के खायौ ? भनेर सोध्नुहोस् । खाएको कुरा औंला भाँच्दै गन्न लगाउनुहोस् । खानेकुराहरू के के हुन्छन् ? नाम भन्न लगाउनुहोस् । धेरै खानुपर्ने र थोरै खानुपर्ने कुराहरू भन्न लगाउनुहोस् । खान नहुने कुरा पनि भन्न लगाउनुहोस् । समय बाँकि रहेमा खाली कोठामा चित्र थप्न लगाउनुहोस् ।

मिति...

३४.१. अं अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

अं



अंगालो

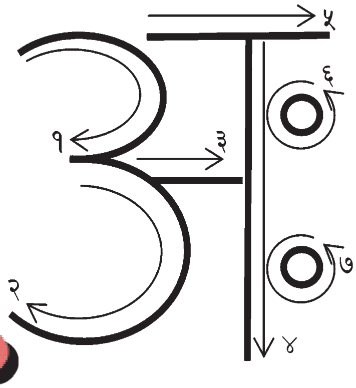
अं	अं	अं	अं	अं

मिति...

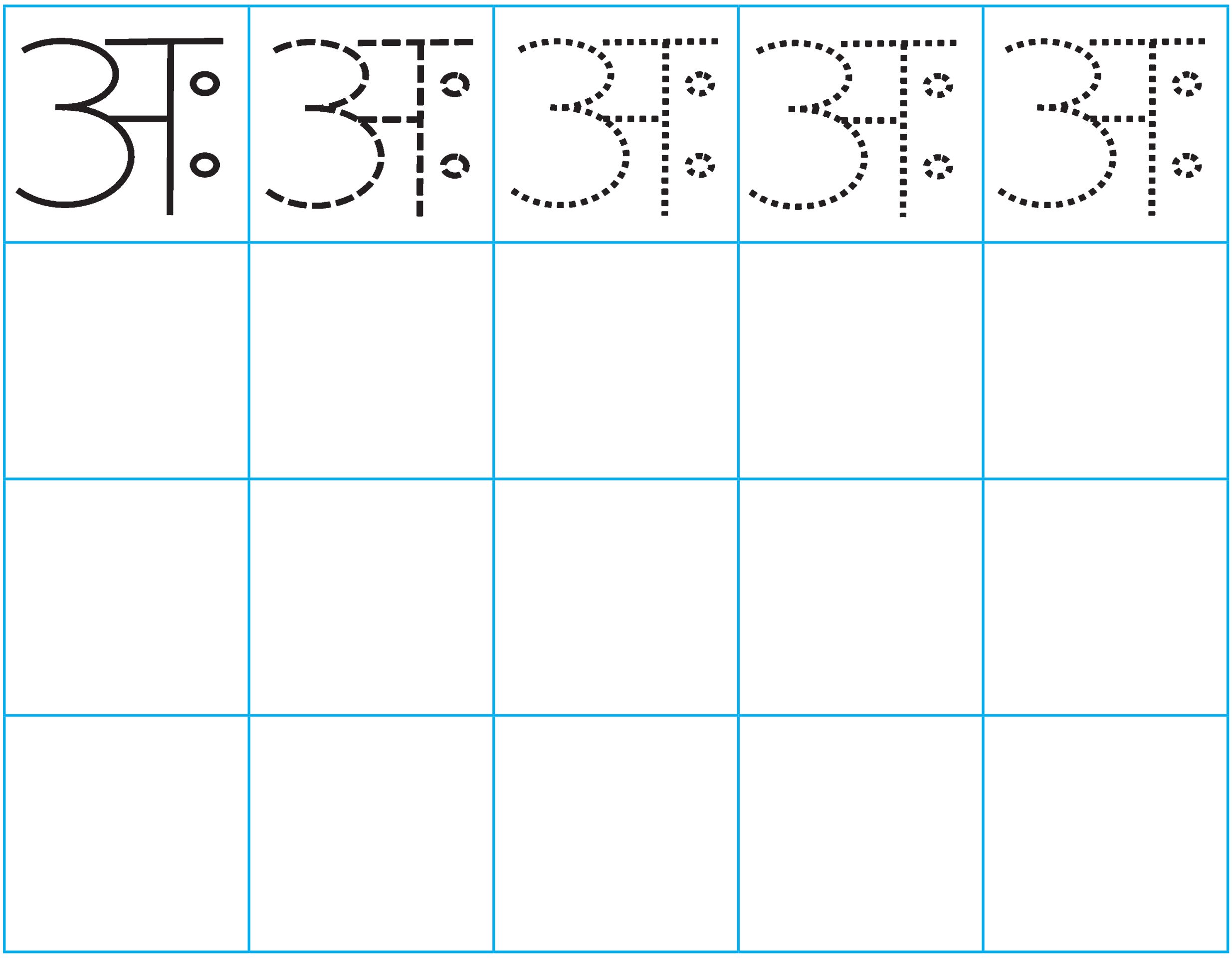
३४.२. अः अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव :
तल दिइएको अक्षर पढ्न र लेख्न बालबालिकालाई सहयोग गर्नुहोस् ।

अः



अः



मिति...

३४.३. कुदेर देखाऔं

अभिभावकलाई सुझाव : कुनै एउटा ठूलो कागजमा क देखि ज्ञ सम्म लेख्नुहोस् । त्यसलाई बालबालिकाले छुन भ्याउने गरी भित्तामा टाँस्नुहोस् । तपाइँ र बालबालिका केही पर बस्नुहोस् । कागजमा भएको कुनै एउटा अक्षर भन्नुहोस् । कुदेर गएर त्यो अक्षर देखाउन लगाउनुहोस् । यसरी नै केही समय खेलाउनुहोस् ।

मिति..

३५.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

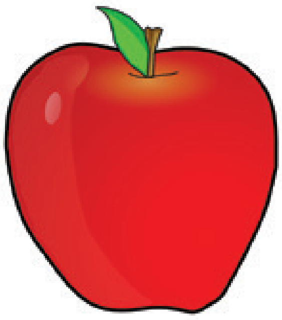
क

क → ल → श → कलश

कन	कफ	कर	कम
कलम	करङ	कसरत	कटहर

Learn 'Aa'

Aa



apple
ant
aeroplane
axe
arrow

लेख

क	____	____	____	____	____
Aa	____	____	____	____	____

मिति..

३५.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पैंतिसौं दिन
३५

पढ

ख

ख रा यो → खरायो

खट	खन	खर	खल
खतम	खपत	खलबल	खटपट

Learn 'Bb'

Bb

ball
bag
boat
book
banana

लेख

ख					
Bb					

मिति..

३५.३. बिरुवा उमारौँ

अभिभावकलाई सुझाव : सिसाको सानो गिलास वा प्लाष्टिकको सानो थैलामा माटो राख्ने तरिका सिकाउनुहोस् । त्यसमा मकै, चना, भटमास, केराउ गहुँ वा कुनै बीउका दाना देखाएर त्यसलाई माटोमा रोप्ने तरिका सिकाउनुहोस् । त्यसमा पानी लगाउने तरिका, मात्रा र कहाँ राख्ने समेत सिकाउनुहोस् । तलको तालिकामा बीउ रोपेको दिनदेखि फरक फरक दिनको चित्र बनाउन लगाउनुहोस् । तपाईंको मौसम अनुसार गर्नु हुने खेती भए त्यसको बारेमा पनि देखाउँदै सिकाउनुहोस् ।

लगाएको दिन	३ दिनपछि	६ दिनमा	९ दिनमा	१५ दिनमा

मिति...

३६.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

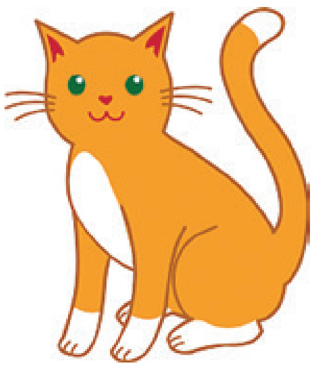
ग

ग + म + ला → गमला

गज	गन	गफ	गर
गरम	गयल	गडबड	गजमज

Learn 'Cc'

Cc



cat
car
cow
cap
cock

लेख

ग					
Gg					

मिति..

३६.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

घ

घ + डी → घडी

घन	घर	घस	घटबढ
घचमच	घडघड	घरघर	घरजम

Learn 'Dd'

Dd

dog
door
doll
dear
donkey

लेख

घ					
Dd					

मिति...

३६.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

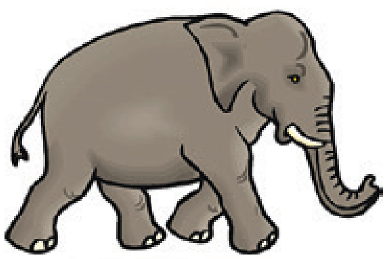
च

च + मे + रो → चमेरो

चक	चप	चर	चल
चपल	चउर	चटक	चटपट

Learn 'Ee'

Ee



elephant
eye
egg
eagle
eleven

लेख

च					
Ee					

मिति..

३७.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

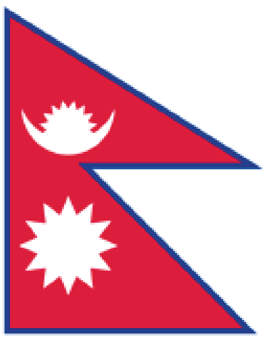
छ

छा + ता → छाता

छठ	छत	छर	छल
छलफल	छमछम	छटपट	छनछन

Learn 'Ff'

Ff



flag
fan
fish
fox
flower

लेख

छ					
Ff					

मिति..

३७.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ज

ज + रा + यो → जरायो

जग	जब	जल	जय
जलप	जतन	जगमग	जमघट

Learn 'Gg'

Gg

girl
glass
glove
goat
grapes

लेख

ज	____	____	____	____	____
Gg	____	____	____	____	____

मिति...

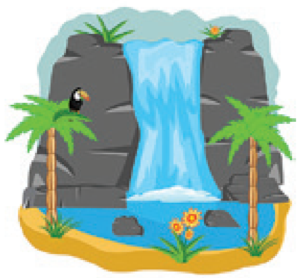
☆

३७.३ अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

झ



झ + र + ना → झरना

झर	झमझम	झलमल	झरझर
झरल	झमक	झडप	झटपट

Learn 'Hh'

Hh

house
horse
hen
hat
hand

लेख

झ					
Hh					

मिति..

३८.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

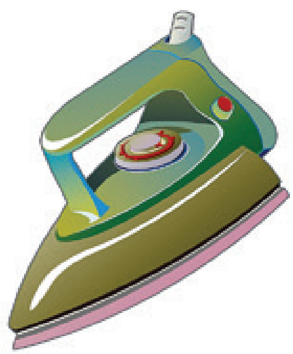
ट

ट + प + री → टपरी

टप	टर	टलटल	टसमस
टलक	टनटन	टमटम	टहटह

Learn 'Ii'

Ii



iron
ice
ink
insect
icecream

लेख

ट					
Ii					

मिति..

३८.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ठ

ठ डे उ रो → ठडेउरो

ठग	ठमाइ	ठमठम	ठसठस
ठटाइ	ठटाउ	ठहर	ठहराइ

Learn 'Jj'

Jj

jug
jar
joker
jungle
jump

लेख

ठ					
Jj					

मिति...

३८.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ड

ड + म + रु → डमरु

डर	डस	डबल	डगर
डकार	डगमग	डमडम	डगडग

Learn 'Kk'

Kk

kite
king
key
kettle
knife

लेख

ड					
Kk					

मिति..

३९.१. पात खोजौं र टाँसौं

अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई आफूसँगै लिएर घर वरपरका झारपात, बुट्यान र रुख चिनाउनुहोस् । हरेकको तीन तीन ओटा पात टिप्न सहयोग गर्नुहोस् । ती पातहरूलाई यो पानामा टाँस्न लगाउनुहोस् । विरुवाको नाम लेख्न सघाउनुहोस् । यस्तै पुरानो किताबमा विभिन्न विरुवाहरूको पात टाँसेर नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

बोट विरुवा	नाम	पात टाँस
	झारपात	
	बुट्यान	
	रुख	

मिति...

३९.२ अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ढ

ढ + क → ढक

ढक	ढल	ढलान	ढकढक
ढलपल	ढलमल	ढडिया	ढलीमली

Learn'Ll'

Ll

Lion
Leaf
Leg
Lamp
lips

लेख

ढ					
Ll					

मिति...

३९.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

त

त + रा + जु → तराजु

तन	तप	तर	तल
तलब	तरल	तपतप	तलतल

Learn 'Mm'

Mm

monkey
milk
mat
moon
mango

लेख

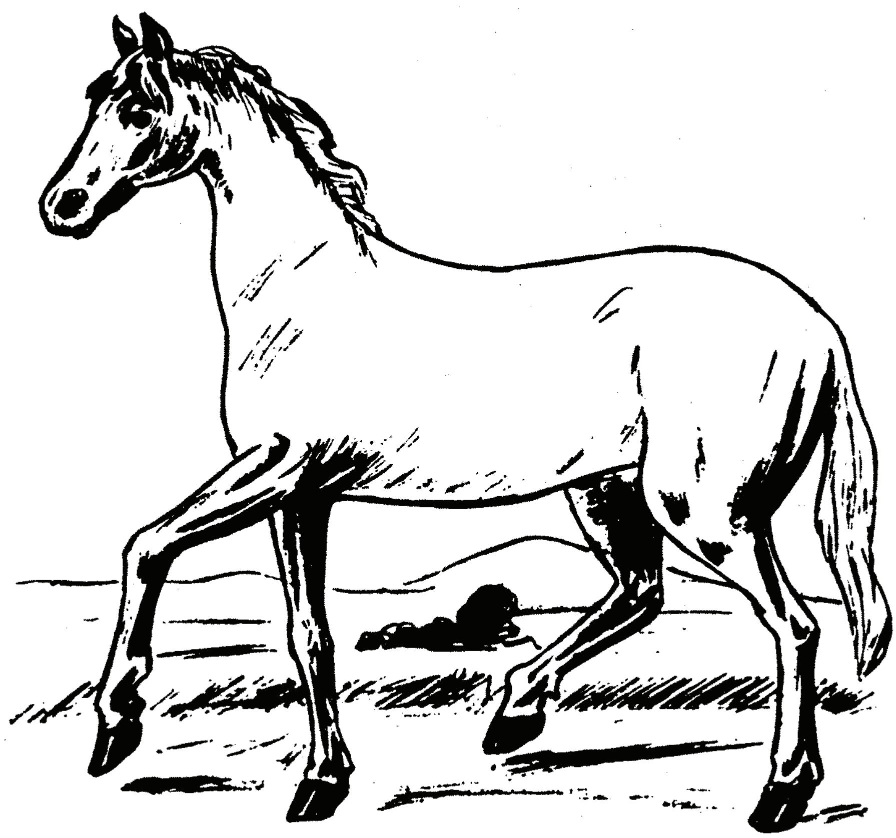
त					
Mm					

मिति..

४०.१ सँगै कथा पढौं : घोडा

अभिभावकलाई सुझाव : तलको कथा बालबालिका सँगै पढ्नुहोस् । यो कथाको आधारमा आफ्नै कथा बनाई चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

घोडा



लेखकः उद्धव प्रसाद प्याकुरेल

यस पुस्तकको बारेमाः नेपाली भाषामा तयार गरिएको यो पुस्तक कक्षा १ मा अध्ययनरत भाइबहिनीहरूका लागि हो। देवनागरी लिपिका वर्ण र मात्रा सिक्ने क्रममा भाइबहिनीहरूले कक्षामा सिकिसकेका वर्ण तथा मात्राहरूको प्रयोगबाट बनेका शब्दहरू यस पुस्तकमा समेटिएको छ। यो पुस्तकले नेपाली भाषामा पढाइ सीप विकास गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ। यस पुस्तकलाई स्वतन्त्र पठन र समग्र कक्षा शिक्षणका लागि प्रयोग गर्न सकिनेछ।

यस चरणको पुस्तकमा प्रयोग भएका अक्षर, मात्रा र बारम्बार प्रयोगमा आउने शब्दहरू निम्न छन् :

पहिलेनै सिकिसकेका अक्षरहरू: अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ए, ऐ, ओ, औ, अं, अः, क, ख, ग, घ, ङ, च, छ, ज, झ, ञ, ट र ठ

मात्राहरू: सबै मात्राहरू

बारम्बार प्रयोगमा आउने शब्दहरू: र, हो, यो, मेरो, हाम्रो र तिम्रो

यस चरणको पुस्तकमा **ड, ढ, ण र त अक्षरलाई** प्राथमिकता दिइएको छ र यी अक्षर लागेर बनेका नयाँ शब्दलाई समावेश गरिएको छ।

ALL CHILDREN READING: A GRAND CHALLENGE FOR DEVELOPMENT
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE
World Vision
Australian Aid
GLOBAL READING NETWORK

घोडा

Images on pages Front Cover, ३, ४ by International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.
Image on page १ by Cathy Marlett, International Illustrations: The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.
Images on pages २, ५, ६ by © 2019 The Art Of Reading 3.0, © 2009 SIL International. CC-BY-ND 3.0.

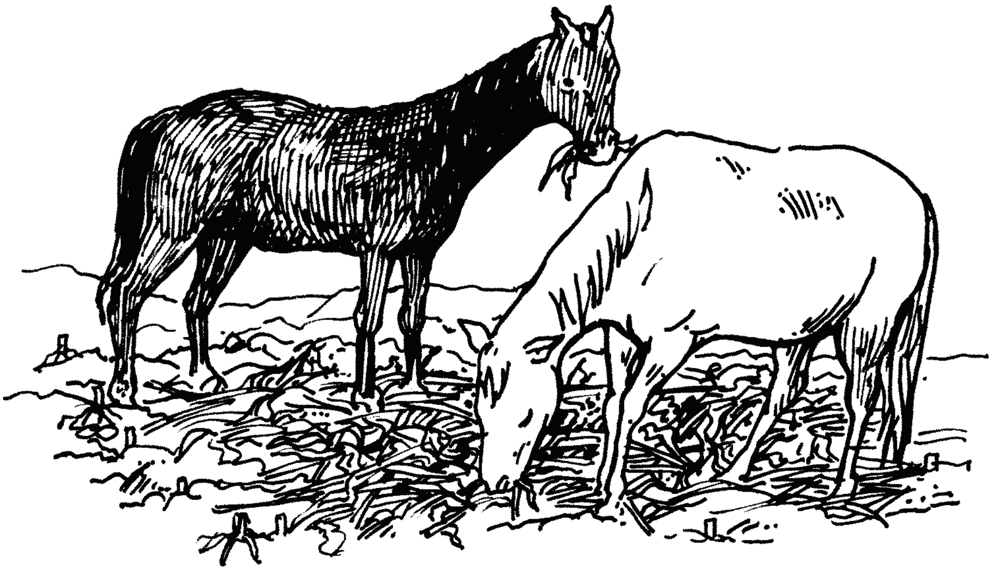
डिकोडेवल, चरण ४

This book has been developed under the **Enabling Writers Project** with the support of the **Curriculum Development Centre-Ministry of Education, Science and Technology Nepal, Language Commission-Government of Nepal, Samunnat Nepal** and **World Education.**

नेपाली
Nepal

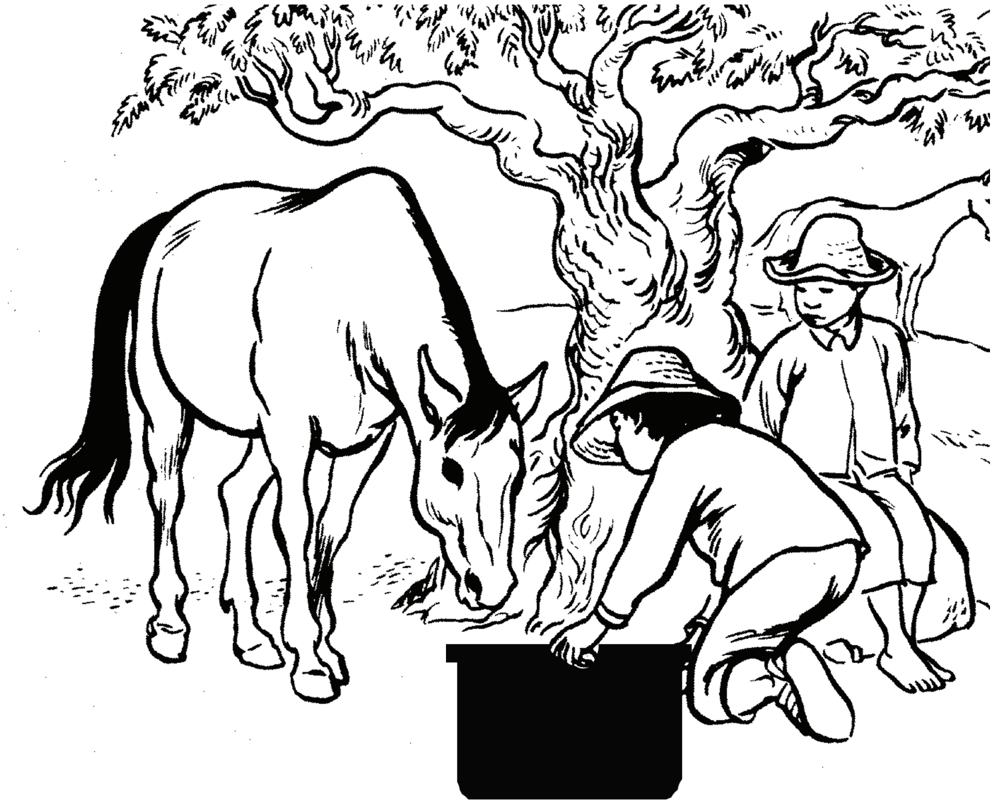
Copyright © 2019, Enabling Writers Project - World Education-Nepal

http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
तपाईंले यस रचनालाई व्यापारिक प्रयोजनका लागि प्रयोग गर्न पाउनुहुन्छ। तपाईंले यस रचनालाई समायोजन गर्न वा यसमा आफ्नो तर्फबाट थपथाप गर्न पाउनुहुन्छ। तपाईंले लेखक, चित्रकार, इत्यादिको प्रतिलिपि अधिकार सूचना र नाम राख्नुपर्छ।



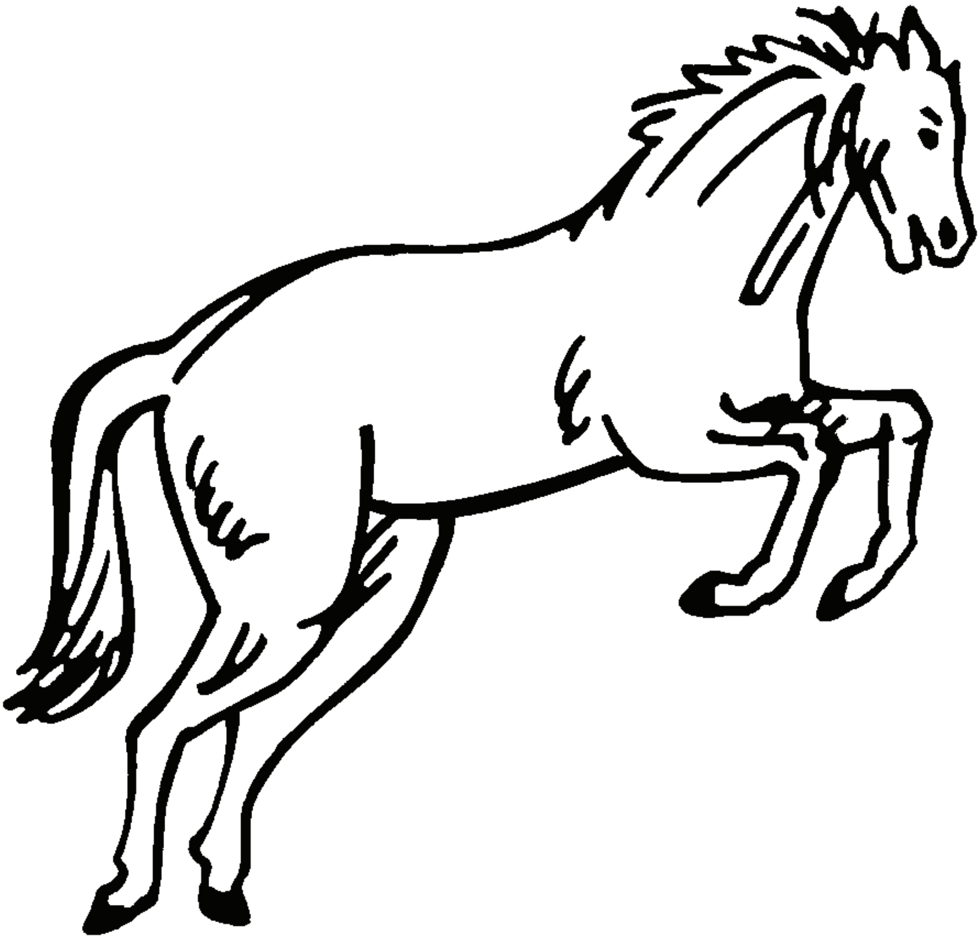
जोडी घोडा आए।

१



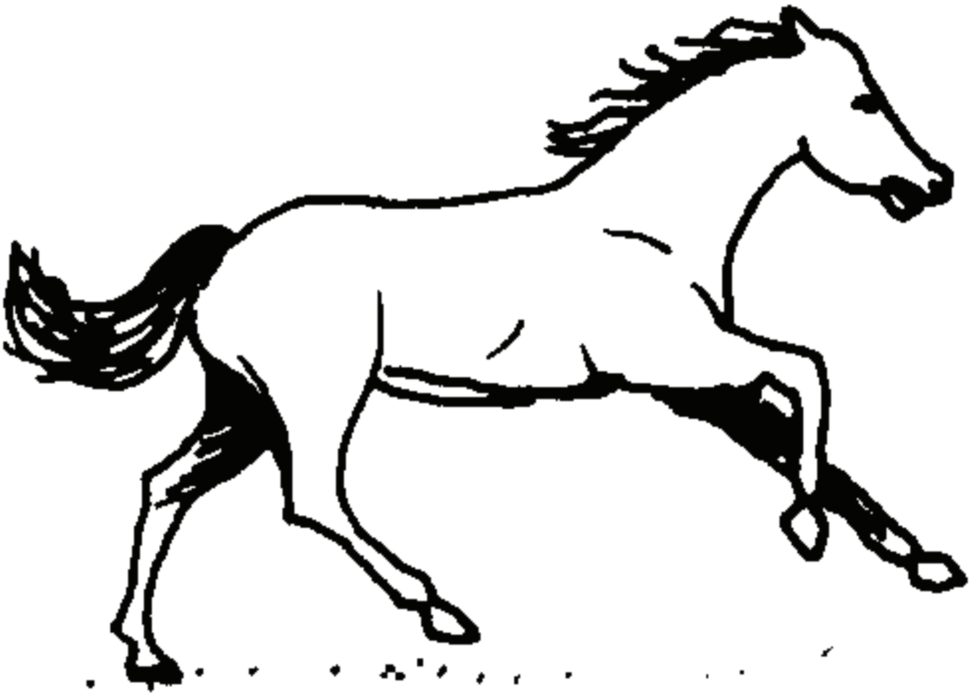
तातो कुँडो खाए।

२



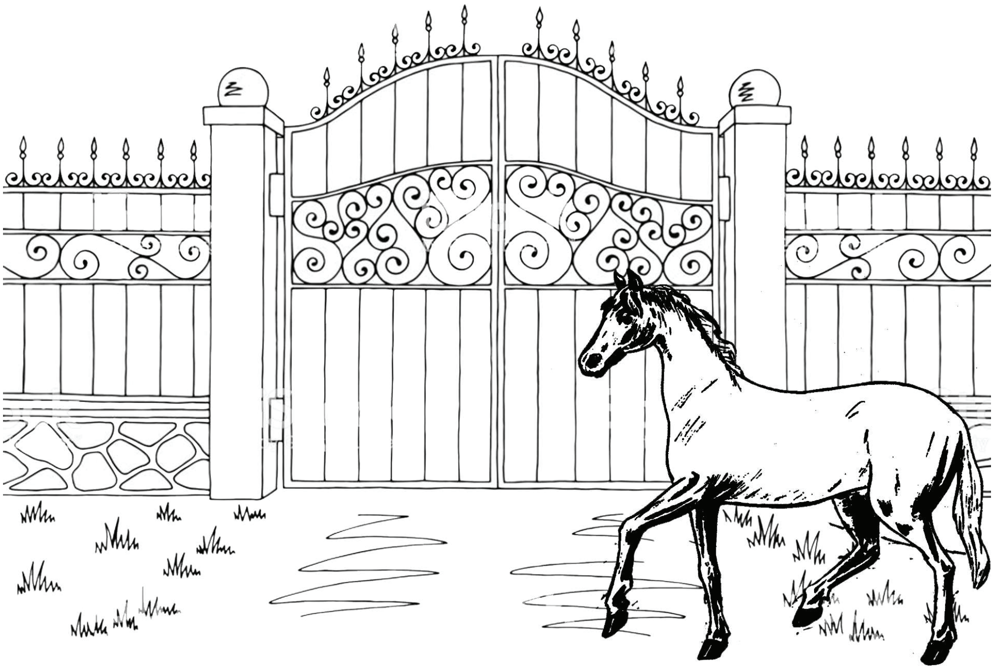
गोडा जती कडा।

३



घोडा उती तगडा।

४



गए घोडा ढोकाछेऊ।

५

ढोका ढक ढकाए।

६

मिति...

४०.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

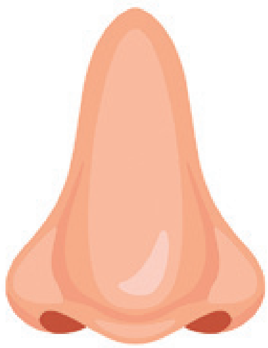
थ

थ + प + डी → थपडी

थप	थर	थल	थपथप
थपघट	थपथप	थलथल	थरथर

Learn 'Nn'

Nn



nose
nine
net
nest
nail

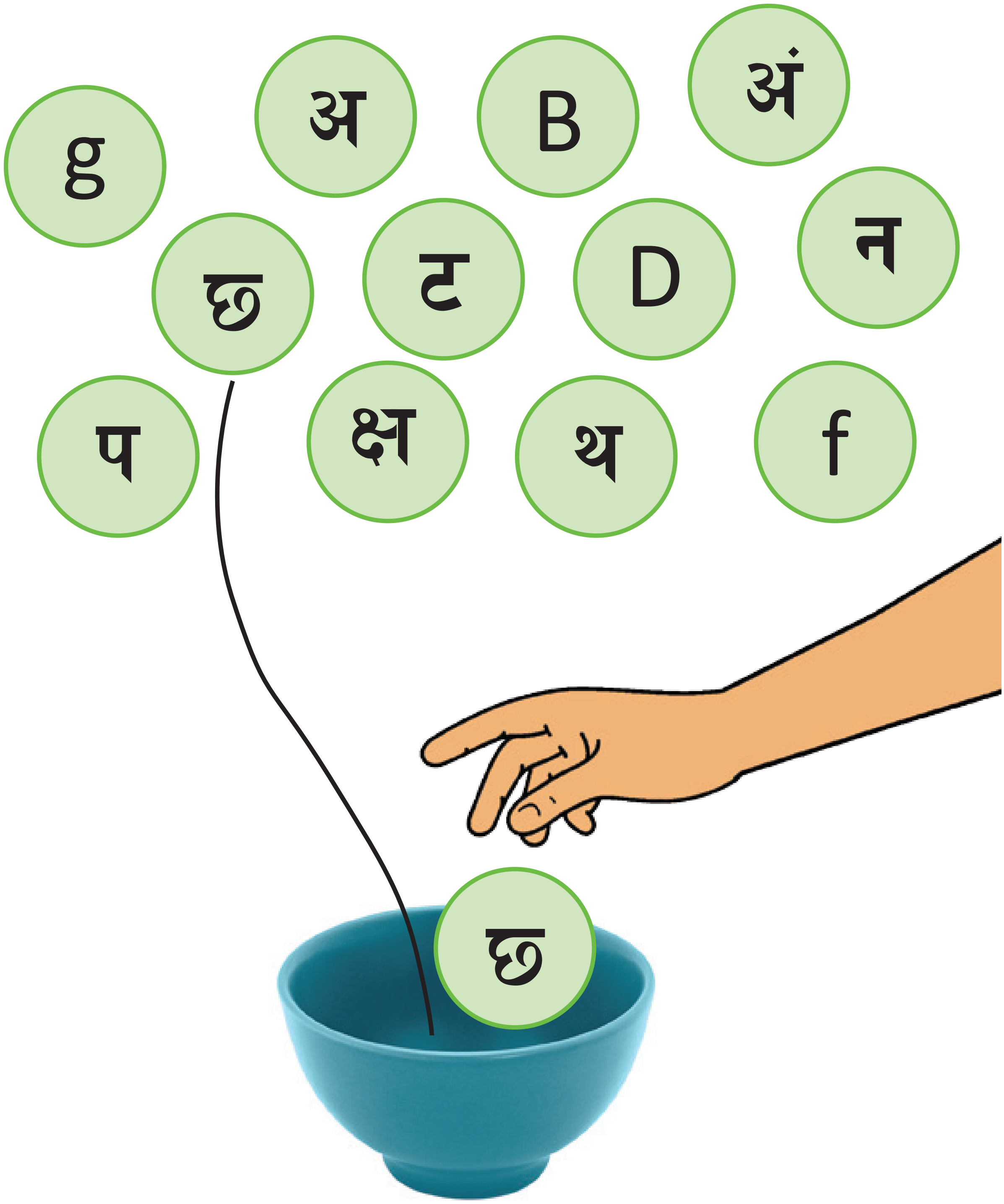
लेख

थ					
Nn					

मिति...

४१.१. अक्षर दौड

अभिभावकलाई सुझाव : तलका अक्षर पढ्न लगाउनुहोस् । यी अक्षरहरू लेखेका ससाना कार्डहरू बनाउनुहोस् । ती कार्डहरूलाई ५ फिट जति पर फिजाएर राख्नुहोस् । तपाईँसँग एउटा कचौरा राख्नुहोस् । तपाईँले त्यहाँ फिजाएको जस्तै **ट** अक्षर भन्नुहोस् । दौडेर गएर **ट** अक्षर ल्याउन भन्नुहोस् । त्यो अक्षरलाई कचौरामा राख्न लगाउनुहोस् । छ अक्षरको जस्तै धर्को कोर्न लगाउनुहोस् । खेलिसकेपछि रङ गर्न लगाउनुहोस् ।।



मिति..

४१.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

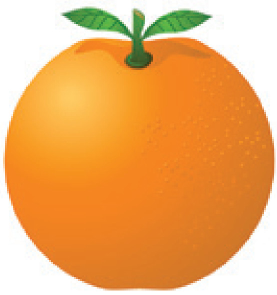
द

द | रा | ज → दराज

दम	दर	दस	दलदल
दनक	दमक	दमकल	दरदर

Learn 'Oo'

Oo



orange
onion
owl
ostrich
oval

लेख

द					
Oo					

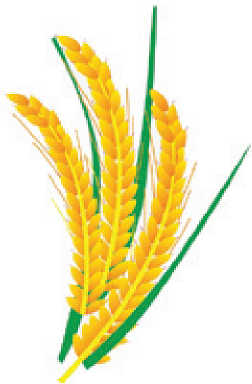
मिति...

४१.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ध



धा + न → धान

धन	धर	धड	धस
धरधर	धमन	धपधप	धकधक

Learn 'Pp'

Pp

pumpkin
pen
pig
potato
pet

लेख

ध					
Pp					

मिति...

४२.१. अक्षर लेखौं

अभिभावकलाई सुझाव : तल दिएका क, का, कि, ... जस्तै अरु अक्षरको पनि लेख्न सिकाउनुहोस् । यसमा तलबाट माथि लेख्दै आउने गरी तालिका बनाइएको छ तपाईंले सोध्दै देखाउन लगाउनुहोस् । अरु दिनहरूमा बाँकी अक्षरहरूलाई पनि यस्तै लेख्ने र पढ्न सिकाउनुहोस् ।

कः					
कं					
कौ					
को					
कै					
के					
कू					
कु					
की					
कि					
का					
क	ख	ग	घ	ङ	च

मिति...

४२.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

न

नो   ट
→ नोट

नर	नल	नङ	नहर
नगद	नजर	नयन	नरक

Learn 'Qq'

Qq

quill
queue
quilt
queen
question

लेख

न	______	______	______	______	______
Qq	______	______	______	______	______

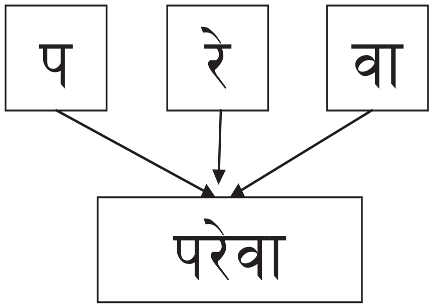
मिति...

४२.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

प



पर	पल	पख	पढ
पत्र	पलङ	पहाड	परेवा

Learn 'Rr'

Rr

rabbit
rat
rose
ring
rice

लेख

प					
Rr					

मिति..

४३.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

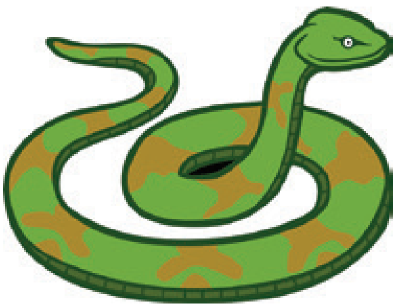
फ

फ + र्सी → फर्सी

फल	फटफट	फनफन	फसल
फरक	फजुल	फलाम	फसाद

Learn 'Ss'

Ss



snake
snow
star
six
sun

लेख

फ					
Ss					

मिति..

४३.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ब

बि → रा → लो → बिरालो

बन	बर	बल	बस
बगर	बचत	बहर	बयर

Learn 'Tt'

Tt

tree
tiger
table
tap
ten

लेख

ब					
Tt					

मिति..

४३.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

भ

भ + म + रा → भमरा

भन	भर	भल	भय
भवन	भजन	भतभत	भटमास

Learn 'Uu'

Uu

umbrella
uniform
unicorn
uncle
ugly

लेख

भ					
Uu					

मिति...

४४.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

म

म + कै → मकै

मग	मल	मठ	मह
मकल	मखन	मयल	मगमग

Learn 'Vv'

Vv

van
vase
vulture
vest
visit

लेख

म					
Vv					

मिति...

४४.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

य

य + ती → यती

यज्ञ	यत्र	यम	यश
यस	यमक	यवन	यत्रतत्र

Learn 'Ww'

Ww

watch
wheel
web
window
wax

लेख

य	____	____	____	____	____
Ww	____	____	____	____	____

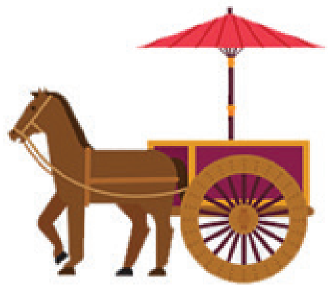
मिति..

४४.३. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

र



र + थ → रथ

रन	रस	रङ	रथ
रकम	रबर	रगत	रमझम

Learn 'Xx'

Xx

x-ray
axe
fox
six
ox

लेख

र					
Xx					

मिति...

४५.१. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

ल

ल स् न → लसुन

लत	लक्ष	लठ	लग
लहर	लगन	लचक	लतपत

Learn 'Yy'

Yy

yak
yam
yetch
yellow
yoyo

लेख

ल	____	____	____	____	____
Yy	____	____	____	____	____

मिति...

४५.२. अक्षर र शब्द

अभिभावकलाई सुझाव :
बालबालिकालाई शब्द पढ्न र लेख्न सहयोग गर्नुहोस् ।

पढ

स

सा + बु + न → साबुन

सल	सत्र	सय	सर
सहर	सडक	समय	समथर

Learn 'Zz'

Zz

zebra
zoo
zero
zipper
zoo

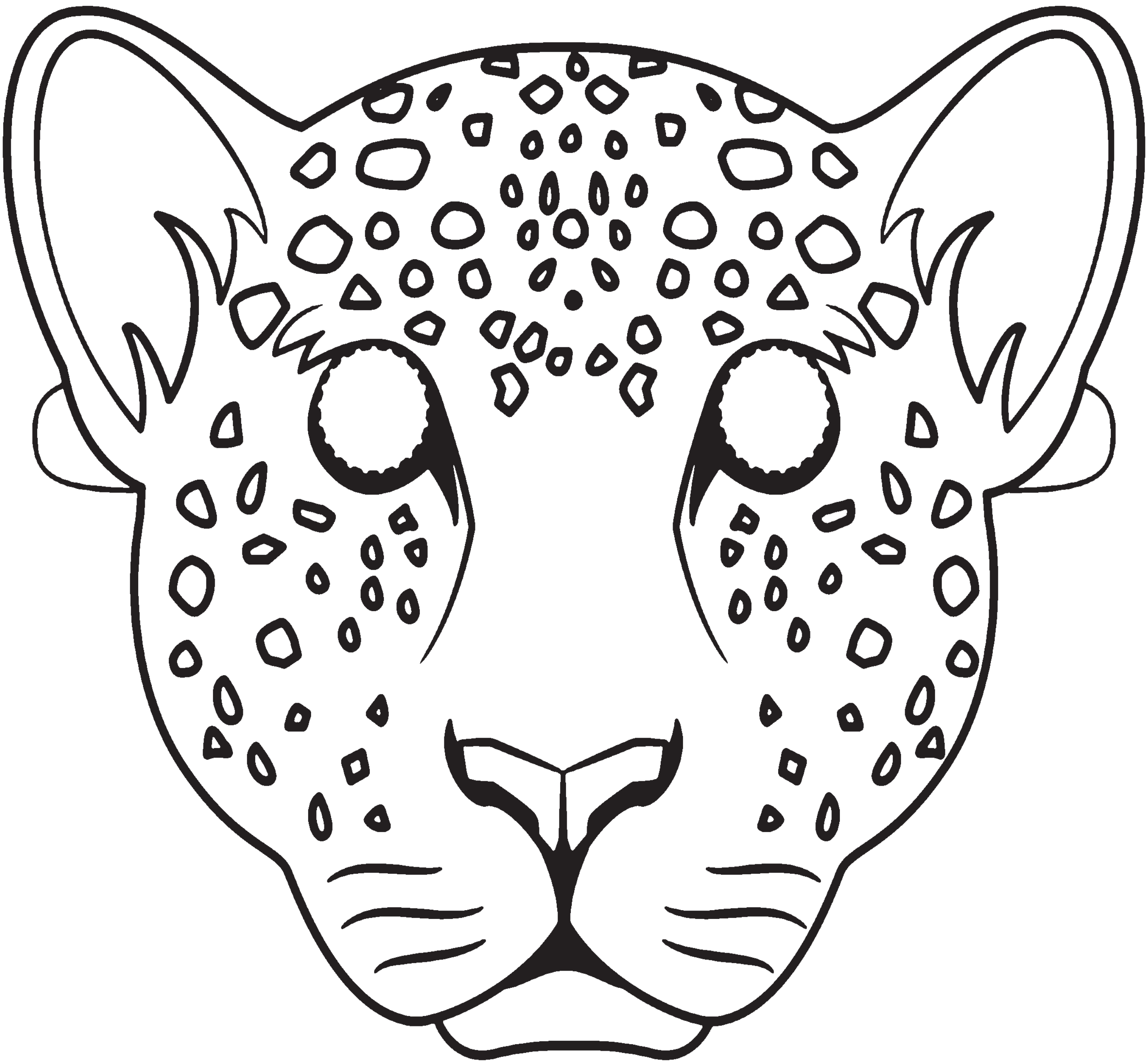
लेख

स	____	____	____	____	____
Zz	____	____	____	____	____

मिति...

४५.३. मुकुन्डो बनाऔं

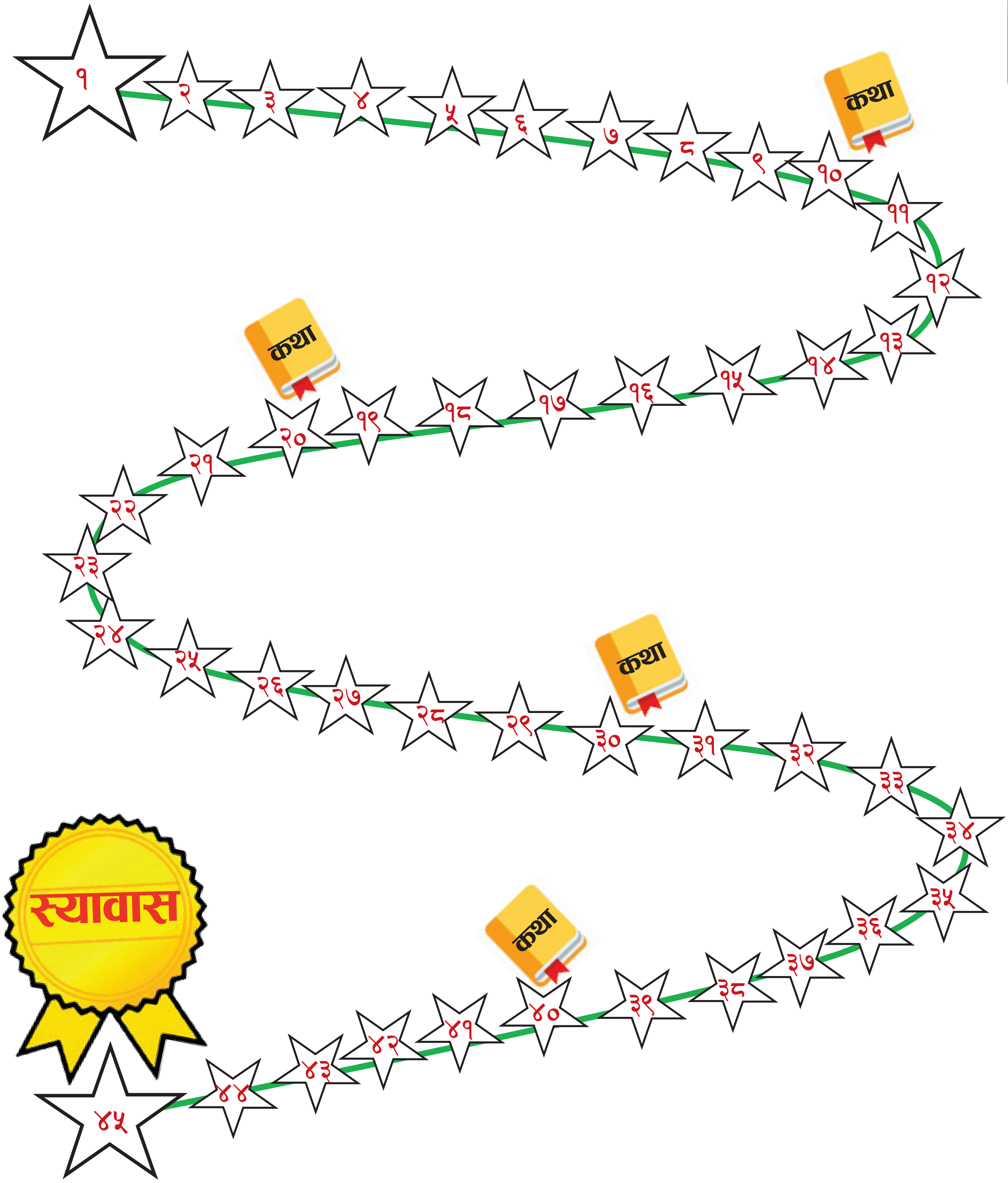
अभिभावकलाई सुझाव : बालबालिकालाई तलको चित्र चिन्न लगाउनुहोस् । यो पानाको छाप गरेर अर्को पाना बनाउन सिकाउनुहोस् । त्यसमा रङ भर्न लगाउनुहोस् । यसलाई मिलाएर काट्न र अनुहारमा लगाउन मिल्ने गरी धागो लगाई मुकुन्डो बनाउन सघाउनुहोस् । यो लगाएर अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । यो पानामा पनि रङ भर्न लगाउनुहोस् ।



मिति..

अन्तिम क्रियाकलाप

अभिभावकलाई सुझाव : हरेक दिन अनुसार पाएको तारामा रङ लगाउदै जान बालबालिकालाई प्रोत्साहन गर्नुहोस् । अहिलेसम्ममा कति ओटा तारा पाएको हो बराबर सोध्नुहोस् । के कति कुराहरू सिकेको छ सोध्नुहोस् । सबै सकिएपछि स्यावासी दिनुहोस् ।



Nepal
Education Cluster
नेपाल शिक्षा समूह

Education Cluster Lead Agency:

Center for Education and Human Resource Development/
Ministry of Education, Science and Technology

AASAMAN Nepal	PABSON
Action Aid Nepal	People in Need
ADRA Nepal	Plan International
AIDE ET ACTIONS	Planete Enfants & Development
CAIRN UK	Rato Bangla Foundation
CARE International	Restless Development
CMC-Nepal	Samunnat Nepal
Community School Management Committee, Federation of Nepal	Sarthak Shiksha
Educational Pages	Save the Children
Finn Church Aid	Seto Gurans National Child Development Services
German Nepalese Help Association – GNHA	Street Child of Nepal
Global Action Nepal	Sunrise Education
Good Neighbours International	TPO Nepal
Innovation Forum for Community Development (IFCD)	UN WOMEN
Lutheran World Federation (LWF)	UNESCO
Mercy Corps	UNICEF
National Campaign for Education	United Mission to Nepal
National Society for Earthquake Technology (NSET)	Voluntary Service Overseas
Nepal Red Cross Society (NRCS)	World Education
Confederation of Nepalese Teachers	World Vision
Oxfam	

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

Nepal Education Cluster
नेपाल शिक्षा समूह