प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा अपाङ्गता समावेशीकरणसम्बन्धी बालविकास शिक्षकहरूको क्षमता विकास तालिम

सहजीकरण मार्गदर्शन

परीक्षणका लागि

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

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

सहकार्यः

©: प्रकाशकमा

संस्करणः वि.स. २०८०

मुद्रणः

यस मार्गदर्शन पुस्तिकाको सर्वाधिकार नेपाल सरकार, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्रमा निहित रहने छ। यो मार्गदर्शन युनिसेफ नेपाल, ह्याण्डिक्याप इन्टरनेशनल र सेतो गुराँस राष्ट्रिय बालविकास सेवाको सहकार्यमा विकास गरेर प्रकाशन गरिएको छ।

भूमिका

प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाले बालबालिकाहरूलाई विद्यालयमा प्रवेशका लागि तयारी गराउनुको साथै उनीहरूको सर्वाङ्गीण विकासमा टेवा पुर्याउँछ। यसका लागि बालविकास केन्द्रमा भर्ना भएका सबै बालबालिकाको शारीरिक, सामाजिक, संवेगात्मक र मानसिक तथा बौद्धिक विकासमा टेवा पुऱ्याउने गरी विभिन्न सिकाइ क्षेत्रसहितको उपयुक्त कक्षाकोठा व्यवस्थापन गर्न, बालकेन्द्रित सिकाइ क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्न, मनोरञ्जनपूर्ण खेलहरूमा बालबालिकालाई सहभागी गराउन आवश्यक हुन्छ। यसैगरी कार्यगत सीमितता तथा अपाङ्गता भएका सबै बालबालिकाहरूको बालविकास केन्द्रमा हुने हरेक विकास तथा सिकाइ गतिविधिहरूमा समतामूलक पहुँच र सहभागिता सुनिश्चित गर्दै र उनीहरूको विविधताको सम्मान गर्दै सिकाइ आवश्यकताको सम्बोधन हुन पनि जरूरी छ। बालविकास केन्द्रलाई भय, विभेद र दुर्व्यवहारमुक्त बनाई बालमैत्री तथा अपाङ्गतामैत्री वातावरण विकास गर्न पनि त्यत्तिकै आवश्यक छ। यसरी अपाङ्गता समावेशी बालविकास तथा शिक्षा सुनिश्चित गर्न बालविकास शिक्षकहरूको क्षमता विकास गराउने ध्येयले ७ दिने बालविकास शिक्षक तालिम सञ्चालन गर्न सहयोगी हुने गरी यो सहजीकरण मार्गदर्शन विकास गरिएको छ।

यस सहजीकरण मार्गदर्शनमा समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवधारणा, समावेशी शिक्षा, विशेष शिक्षा र एकिकृत शिक्षाको परिचय, अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइका आवश्यकता पहिचान, सिकाइ सहजीकरणका विभिन्न विधि तथा तरिकाहरू र तिनको प्रयोग, समावेशी मूल्याङ्कनका तरिकाहरू, वैयक्तिक सिकाइ योजना, समावेशी अभ्यास तथा घरदैलो र सामुदायिक बालविकास शिक्षा आदि विषयवस्तुहरू समावेश गरिएका छन्। यिनै विषयवस्तुहरूलाई समेटी सहभागीकेन्द्रित तालिमका विधि र तरिकाहरूको प्रयोग गरी अभ्यासमा आधारित तालिम सञ्चालन गर्न यो मार्गदर्शनले सहयोग गर्ने अपेक्षा गरिएको छ। यसबाट बालविकास शिक्षकहरूमा अपाङ्गता समावेशी सिकाइ सहजीकरण गर्ने तथा अपाङ्गतामैत्री सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्ने ज्ञान तथा सिपको विकासमा टेवा पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ।

प्रस्तुत मार्गदर्शनको विकासमा प्राविधिक सहयोग गर्ने Handicap International र यसको विकासमा संलग्न विज्ञ महानुभावहरू धन्यवादका पात्र हुनुहुन्छ। साथै यसको प्रयोगकर्ताहरूबाट रचनात्मक सुझावको केन्द्र सदैव अपेक्षा गर्दछ।

महानिर्देशक
शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र

तालिमका सम्बन्धमा

उद्देश्यहरू

यस तालिमबाट सहभागी बालविकास शिक्षकहरू देहायका ज्ञान तथा सिपहरू हासिल गर्न सक्षम हुने छन्:

- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा र समावेशिताका बारेमा व्याख्या गर्न
- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा र समावेशीकरणको आवश्यकता पहिल्याउन
- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षालाई समावेशी बनाउनका लागि आवश्यक विविध तत्वहरूमा परिचित हुन
- अपाङ्गताको परिभाषा, प्रकार, परिचय पत्र, प्रारम्भिक पहिचानबारे बोध गर्न
- समावेशी शिक्षाको अवधारणा, प्रचलित कार्यक्रम, अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि शिक्षामा अवरोध तथा सहजीकरणका उपायका बारेमा परिचित हुन
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा समावेशी सिकाइका विभिन्न तरिकाहरू प्रयोग गर्न
- समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापनका बारेमा व्याख्या गर्न र यसका विविध पक्षहरूको प्रयोग गर्न
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई दैनिक क्रियाकलापबारे सिकाउने तरिकाको उपयोग गर्न
- दैनिक डायरी व्यवस्थापन तथा विद्यार्थी प्रोफाइल बनाउन
- सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको वैयक्तिक शिक्षा योजना बनाउन
- बालबालिकाहरूलाई आधारभूत ब्रेल (छामेर थाहा पाउने) सिप सिकाउने उपायहरूमा परिचित हुन
- आधारभूत सङ्केतसम्बन्धी ज्ञान र सिप हासिल गर्न
- आधारभूत गमनशीलताबारे बुझ्न र आफ्ना विद्यार्थीलाई सिकाउने तरिका पहिल्याउन
- आधारभूत थेरापी तथा परामर्श सिपहरूमा परिचित भई ती सिपहरू प्रयोगमा ल्याउन
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई खेल्न प्रेरित गर्ने तरिका तथा विविध समावेशी खेलहरूमा परिचित भई प्रयोगमा ल्याउन
- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षालाई समावेशी बनाउनका लागि विविध शैक्षिक सामग्रीहरू, जस्तै- तस्बिर, छोएर खेल्न मिल्ने पुतली, माथि उठेका (Embossed) वर्णमालाहरूको प्रयोग गर्न
- सञ्चार बोर्ड (Communication Board) को अवधारणा र प्रयोगबारे व्याख्या गर्न
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको समावेशी बालशिक्षाका लागि विभिन्न सरोकारवालहरूको भूमिका पहिचान गर्न र उनीहरूसँग सहकार्य गर्ने योजना बनाउन
- पैरवीको आवश्यकता र महत्व बुझ्न र शिक्षकमा हुनुपर्ने नेतृत्वदायी सिपमा परिचित हुन
- तनाव व्यवस्थापनका विभिन्न तरिकाहरू पहिल्याउन र तनाव व्यवस्थापन गर्न।

तालिम सुरुआत गर्नुपूर्व ध्यान दिनुपर्ने पक्षहरू

- तालिम सञ्चालनका लागि आवश्यक सामग्रीहरू तयारी अवस्थामा रहेको सुनिश्चित गर्ने
- तालिम सञ्चालन गर्दा सकेसम्म विविध पृष्ठभूमिका सहभागीहरूलाई समावेश गराउने
- परिचयात्मक क्रियाकलापलाई रमाइलो बनाउने विभिन्न प्रकारका खेल खेलाउने
- एउटा सत्र सकिएर अर्को सुरु हुनुभन्दा अगाडि सहभागीहरूलाई एकछिन छोटो विश्राम गर्न समय दिने र सहभागीहरूलाई एकै ठाउँ बस्नुभन्दा यताउता हिँड्ने र ठाउँ साटेर बस्न प्रोत्साहन गर्ने
- तालिम अवधिभर नै कुनै सहभागीलाई कुनै थप सहयोग वा अनुकूलताको आवश्यकता परेको छ कि भनेर जानकारी लिने र सकेसम्म उपलब्ध गराउने
- कार्यक्रमका आयोजकले सहभागीहरूलाई स्वागत तथा तालिमका उद्देश्यको बारेमा जानकारी गराउने
- तालिमलाई सहभागितामूलक बनाउन विविध जिम्मेवारीहरू, जस्तै- हरेक दिनको संयोजन गर्ने, मनोरञ्जन गराउने, प्रतिवेदन लेख्ने, रोचक ढङ्गमा अघिल्लो दिनको समीक्षा गर्ने सहभागीहरूलाई फरक फरक जिम्मेवारी दिने
- सहभागीहरूको सिकाइ अपेक्षा वा विचार सङ्कलन गरी सहजकर्ताले विभिन्न सत्रका क्रममा ती अपेक्षा पूरा भए नभएको सोधी स्पष्ट पार्ने
- तालिमको सुरुमा र अन्त्यमा सहभागीहरूको सिकाइको परीक्षण गर्ने प्रश्नावलीहरू तयारी अवस्थामा राख्ने
- तालिमको अन्तिम सत्रपछि सङ्क्षिप्त समीक्षासहित अन्त्यमा आयोजकका तर्फबाट सहभागीहरूलाई धन्यवाद व्यक्त गर्दै सिकेको ज्ञानको प्रयोग गर्न प्रोत्साहित गर्ने।

विषय सूची

सहभागी परिचय, पूर्वज्ञान परीक्षण र अपेक्षा सङ्कलन	१
प्रारम्भिक बालविकासमा विविधता र समावेशिताको अवधारणा	८
समावेशी प्रारम्भिक बालविकास र शिक्षाका विविध तत्वहरू	१४
अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू	२०
कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचान	३०
समावेशी शिक्षा	३६
अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइको आवश्यकता पहिचान	४४
समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापन	५२
सिकाइ सहजीकरण: दैनिक क्रियाकलाप	६२
सिकाइ सहजीकरण : कार्य विश्लेषण र बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन	७३
सिकाइ सहजीकरणः प्रिब्रेल, आधारभूत सङ्केत तथा आधारभूत परामर्श	७९
सिकाइ सहजीकरणः सिर्जनात्मक चाल र आधारभूत थेरापी	८५
सिकाइ सहजीकरण : दृश्यात्मक तथा ट्याक्टाइल सामग्री र सञ्चार बोर्ड	९०
निरन्तर मूल्याङ्कन	९७
वैयक्तिक सिकाइ योजना	१०३
समावेशी खेल	११२
पाठ्यक्रम विविधीकरण	११८
एकीकृत परिवार सेवा योजना	१२४
बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कारको प्रवर्धन	१३५
सरोकारवालाको पहिचान, सहकार्यका क्षेत्र र तनाव व्यवस्थापन	१४०
कार्ययोजना निर्माण, तालिमपश्चातको ज्ञान परीक्षण र समापन	१४७

सहभागी परिचय, पूर्वज्ञान परीक्षण र अपेक्षा सङ्कलन

दिनः पहिलो | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

तालिमका सहभागीहरु एकआपसमा परिचित हुन आवश्यक छ । यसले सहभागीहरूलाई तालिम अवधिमा एक अर्काबाट सिक्न तथा अनुभव आदानप्रदान गर्न सहज बनाउँछ । तालिमको अवधिभर सक्रिय सहभागी भई सिक्नमा यसले मद्दत पुर्याउँछ । साथै तालिममा सहभागीहरुका अपेक्षाहरुको सम्बोधनका लागि सहभागितामूलक तरिकाले आचारसंहिता निर्माण गरी त्यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन पनि उत्तिकै आवश्यक छ। यसले तालिमलाई व्यवस्थित बनाउन सघाउँछ।

हरेक तालिमले निश्चित उद्देश्यहरू बोकेका हुन्छन् र ती उदेश्यहरू पूरा भए कि भएनन् भनेर मापन गर्नुपर्छ। तालिम कति उपलब्धिमूलक रह्यो भनी मापन गर्ने एउटा उपाय भनेको सहभागीहरूको ज्ञान र सिपको परीक्षण हो । यसकारण तालिम सुरू हुनुभन्दा पहिला र तालिमको अन्त्यमा सहभागीहरूको ज्ञान र सिपको परीक्षण गर्ने गरिन्छ। हरेक सहभागीले तालिममा आउँदा केही चाहना र अपेक्षाहरू लिएर आएका हुन्छन्। सहभागीहरूका त्यस्ता चाहना र अपेक्षाहरू सहजकर्ताले थाहा पाउन सके विभिन्न सत्रहरूमा तिनको क्रमश: सम्बोधन गर्न सकिने हुन्छ। तसर्थ यो सत्र सहभागीहरू एकआपसमा परिचित हुने, पूर्वपरीक्षण गर्ने, सहभागीहरुका अपेक्षाहरू सङ्कलन गर्ने, तालिमको उद्देश्यमा परिचित हुने र तालिमको आचारसंहिता निर्माण गर्नेजस्ता कार्यमा केन्द्रित हुने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- एकअर्कासँग परिचित हुन
- तालिमका लागि आफूले राखेको अपेक्षा प्रस्तुत गर्न
- पूर्वपरीक्षणमा सहभागी हुन
- तालिमको उदेश्य र विषयवस्तुमा परिचित हुन
- तालिमको आचारसंहिता निर्माण गरी सोको पालना गर्न।

विषयवस्तु

- सहभागीको परिचय
- अपेक्षा सङ्कलन
- पूर्वपरीक्षण
- तालिमको उद्देश्य र विषयवस्तु
- तालिमको आचारसंहिता

तालिम सामग्रीहरू

सादा कागज, मेटाकार्ड, कैँची, टेप, मार्कर, चार्ट पेपर।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**तालिम प्रारम्भ, स्वागत मन्तव्य** • निर्धारित समयमा कार्यक्रम सुरू गर्ने । कार्यक्रमको स्वरूपअनुसार यदि औपचारिक रूपमा कार्यक्रमको उद्घाटन हुने भए आमन्त्रित पाहुनाहरूलाई आसन ग्रहण गराउने। सबैभन्दा उच्च तहका अधिकारीबाट कार्यक्रमको उद्घाटन गराउने र केही मुख्य सरोकारवालाहरूबाट मन्तव्य व्यक्त गर्न अनुरोध गर्ने। • यदि अनौपचारिक कार्यक्रम भए आयोजकले सहभागीहरूलाई स्वागत गर्ने, सबैले ताली बजाएर कार्यक्रम सुरू गराउने वा स्थानीय परिवेशअनुसार यस्ता कार्यक्रममा के कसो गर्ने चलन छ, सोअनुसार गर्ने।	१५ मिनेट

२	**सहभागीहरूको परिचय**
	• रमाइलो खेलमार्फत सहभागीहरूलाई एकआपसमा परिचित हुने लगाउने। सबै सहभागीहरूलाई एक एकओटा कागजका साना टुक्रा उपलब्ध गराउने।
	• ती कागजका टुक्रामा सहभागीहरूलाई आआफ्नो नाम लेखेर त्यसलाई पट्याउन लगाउने।
	• सबै सहभागीहरूबाट ती कागजका टुक्राहरू सङ्कलन गर्ने र एउटा डालीमा राखेर छ्यासमिस बनाउने।
	• अब सबै सहभागीहरूलाई डालीबाट एउटा एउटा कागजको टुक्रा लिन लगाउने। आफ्नो टुक्रामा लेखिएको नाम भएको सहभागीलाई खोज्न लगाउने । उक्त सहभागीसँग जोडा बन्न भन्ने। जोडीमा छलफल गरी आपसमा निम्न कुरा पत्ता लगाउन भन्ने :
	  ◦ पूरा नाम र ठेगाना
	  ◦ कार्यरत बालविकास केन्द्रसम्बन्धी जानकारी
	  ◦ अनुभव (वर्ष वा महिना)
	  ◦ प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा काम गर्दाको एउटा रोचक कुरा
	• अब पालैपालो जोडी सहभागीहरूले एकले अर्कालाई सबै सहभागीहरूका अगाडि चिनाउन समय दिने।
	• प्रत्येक जोडी सहभागीको परिचय थाहा भएपछि अन्य सबै सहभागीले सामूहिक रूपमा ती जोडी सहभागीको नाम उच्चारण गरी "नमस्ते (नाम) जी!" भन्न लगाउने।
	• अन्त्यमा यस्तो क्रियाकलापलाई अझ सरल बनाउँदै कक्षाकोठामा पनि खेलाउन सकिने जानकारी गराउँदै सहभागी परिचयको यो क्रियाकलाप अन्त्य गर्ने।
		२० मिनेट

३	**अपेक्षा सङ्कलन** • सबै सहभागीहरूलाई एउटा एउटा मेटाकार्ड दिएर यस तालिमबाट आफूले के सिक्ने वा जान्ने अपेक्षा लिएको हो सो अपेक्षा उक्त मेटाकार्डमा लेख्न लगाउने।	१५ मिनेट

	एउटा मेटाकार्डमा एउटा मात्र वाक्य वा वाक्यांश लेख्न लगाउने। कसैको एकभन्दा बढी अपेक्षा भए छुट्टाछुट्टै मेटाकार्डमा लेख्न लगाउने। • अब सहभागीहरूबाट सबै मेटाकार्डहरू सङ्कलन गर्ने। सबै मेटाकार्डहरूलाई चार्ट पेपरमा टाँसेर भित्तामा झुन्ड्याउन लगाउने। • सहजकर्ताले केही अपेक्षाहरू पढेर सुनाउने र यदि कुनै तालिमको विषयवस्तु बाहिरको कुरा भए सोको बारेमा सहभागीहरूलाई जानकारी गराई तालिमको सीमितता स्पष्ट पार्ने। • सहभागीका अपेक्षाहरू सम्बोधन भएका छन् कि छैनन् भनेर तालिमका बिच बिचमा सहजकर्ता र सहभागी दुबैले चार्टमा हेरेर समीक्षा गर्दै जाने कुराको जानकारी गराउने।	
४	**पूर्वपरीक्षण** • तालिमपूर्वको ज्ञान तथा सिप परीक्षणका लागि सहभागीहरूलाई प्रश्नपत्र बाँड्नुहोस् (तालिम सामग्रीको अनुसूचीबाट)। • सबै सहभागीहरूलाई यसमा अहिलेसम्मको आफ्नो ज्ञान र अनुभवबाट जानेको उत्तरमा चिन्ह लगाउन अनुरोध गर्नुहोस्। • यो परीक्षा केवल सहभागीहरूमा तालिम अगाडि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा सम्बन्धमा के कति ज्ञान छ भनेर बुझ्नका लागि मात्र गरिएको हो भन्ने जानकारी गराउनुहोस्। यसको नतिजाअनुसार जान्ने र नजान्ने भनेर कुनै भेदभाव गरिने छैन भनेर विश्वस्त गराउनुहोस्। • उत्तर लेख्नको लागि २० मिनेटको समय दिनुहोस्। • सबै सहभागीबाट उत्तरपुस्तिका सङ्कलन गर्नुहोस्।	२० मिनेट
५	**तालिमको परिचय र उद्देश्य** • तालिम आयोजक उपस्थित भए आयोजकले नभए सहजकर्ताले यस तालिमको परिचय दिनेः • बालविकास शिक्षकहरूलाई अपाङ्गता समावेशीकरणको अवधारणामा परिचित गराउने, अपाङ्गता समावेशीकरणसम्बन्धी ज्ञान तथा सिपको विकास गराउने तथा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा सहभागी गराउन उपयुक्त भूमिका निर्वाह गर्न सक्षम बनाउने ध्येयले यो तालिमको आयोजना गरिएको हो। • त्यसपछि सहजकर्ताले यस मार्गदर्शनको सुरूमा रहेका तालिमका उदेश्यहरू स्पष्ट पार्ने।	५ मिनेट
६	**आचारसंहिता निर्माण** • यस तालिमको उद्देश्य प्राप्तिका लागि तालिम अवधिभर सहभागीहरू र सहजकर्ताले पालना गर्नुपर्ने आचारसंहिता बनाउन सबै सहभागीहरूलाई आआफ्नो कापीमा केही आचारसंहिता लेख्न लगाउने।	१० मिनेट

	• पालैपालो नदोहोर्याई भन्न लगाउने। छलफल गराउँदै सहमति भएका आचारसंहिताका बुँदाहरू न्युजप्रिन्ट पेपरमा टिप्न लगाउने। थप गर्न बाँकी भए अझै थप गर्न लगाउने। • आचारसंहिता लेखिएको चार्ट पेपर सबैले देख्ने गरी भित्तामा टाँस्न लगाउने। पढेर सुनाउन लगाउने। यो आचारसंहिता हामी सबैले हाम्रा लागि बनाइएको हुँदा यसमा लेखिएका सबै बुँदाहरू अक्षरश: पालना गर्न हामी सबै प्रतिबद्ध छौँ भन्ने सहभागीहरूबाट प्रतिबद्धतासमेत लिने।	

प्रतिबिम्बन: ५ मिनेट

- तालिमबाट तपाईँले जुन अपेक्षा राख्नुभएको छ त्यो प्राप्तिका लागि तालिम अवधिमा तपाईँको भूमिका कस्तो हुनुपर्ला ?
- यो तालिमको उद्देश्यमा स्पष्ट हुनुभयो त ? तालिमको मुख्य उद्देश्य के रहेछ छ ?

स्रोत सामग्री

सत्र १

प्रारम्भ

तालिमपूर्वको ज्ञान परीक्षण

१. समावेशी बालविकास शिक्षाले ककसलाई समेट्छ?
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू
- सीमान्तकृत बालबालिकाहरू
- गरिब बालबालिकाहरू
- सबै किसिमका बालबालिकाहरू

२. तलकामध्ये कुन समावेशी बालविकास शिक्षाको मान्यताभित्र पर्दैन?
- सबै बालबालिकाको आफ्नै समुदायमा शिक्षा पाउने अधिकारको स्वीकृति
- सबै बालबालिकाले सिक्न सक्दछन् भन्ने धारणा र विश्वास
- सामुदाय/स्थानीय संलग्नता र स्वामित्व
- सिकाइ क्षमताको आधारमा फरक फरक पाठ्यक्रम विकास

३. वैयक्तिक सिकाइ योजना कस्ता खालका बालबालिकाहरूको सिकाइ गुणस्तर कायम गर्न प्रयोग गरिन्छ?
- सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिका
- आर्थिक स्थिति कमजोर भएका बालबालिका
- जनजाति बालबालिका
- विद्यालयबाहिर रहेका बालबालिका

४. नेपालको विद्यमान कानुनअनुसार शारीरिक अवस्थाका आधारमा अपाङ्गतालाई कति ओटा प्रकारमा विभाजन गरिएको छ ?
- ७
- १०
- १२
- १४

५. अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको पहिचानका लागि कुन साधनको प्रयोग गरिन्छ?
- वासिङ्टन ग्रुप प्रश्नावली
- कम्प्युटरमा आधारित प्रश्नावली
- IEP
- कुनै साधन छैन

६. नेपालको संविधानको कुन धारामा शिक्षासम्बन्धी हक उल्लेख छ?
- धारा २९
- धारा ३९
- धारा ३५
- धारा ३१

७. तलकामध्ये कुन भनाइ सही छ ?

- समावेशी बालविकास शिक्षा निकै खर्चिलो हुन्छ
- समावेशी बालविकास शिक्षा केवल अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि मात्र हो
- नेपाल सरकारले समावेशी बालविकास शिक्षामा हालसम्म खासै कदमहरू चालेको छैन
- समावेशी बालविकास शिक्षाले सबै किसिमका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्दछ

८. समावेशी बालविकास शिक्षाका लागि सबैभन्दा बढी जिम्मेवार को हुन्छ?

- नेपाल सरकार
- अभिभावक
- विद्यालय
- माथिका सबै

९. अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अपाङ्गताको गम्भीरताका आधारमा दिईने परिचय पत्र कतिवटा रङ्गका हुन्छन् ?

- ५
- ६
- ३
- ४

१०. ब्रेल लिपि कस्ता अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले प्रयोग गर्दछन्?

- सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता
- दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता
- बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता
- बौद्धिक अपाङ्गता

११. समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापनभित्र तलकामध्ये कुन कुरा पर्दैन?

- प्रशस्त प्रकाश
- खाली र फराकिलो कोठा
- विभिन्न चित्रात्मक तथा स्पर्श गर्न मिल्ने वस्तुहरूको सही व्यवस्थापन
- लचिलो बसाइ वातावरण

१२. तलकामध्ये कुन भनाइ सही छ?

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अन्य बालबालिकासँग राखेर पढाउन हाम्रो परिवेशमा सम्भव छैन
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि छुट्टै शिक्षक र अध्ययन सामग्री चाहिन्छ
- हामीले हाम्रो व्यवहार र विधिमा थोरै परिमार्जन गरे मात्र पनि समावेशी बालविकास शिक्षामा ठुलो सहयोग पुग्दछ
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ प्रक्रिया निकै ढिलो हुन्छ

१३. समावेशी खेलकुद भनेको के हो?

- सबै किसिमका बालबालिकाहरूलाई सँगै खेलाउनु
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले खेल्ने खेलमा अन्य बालबालिकाहरूलाई पनि समेट्नु
- खेलमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई विशेष प्राथमिकता दिनु
- हामीले खेलाउने खेलहरूमा आवश्यक परिमार्जन गरेर या नगरीकन सबै किसिमका बालबालिकाहरूलाई सम्मानजनक किसिमले समेट्नु

१४. वैयक्तिक पारिवारिक सेवा योजना निर्माणमा तलकामध्ये को सहभागी हुँदैनन्?

- परिवार
- बालविकास शिक्षक
- जनप्रतिनिधि
- थेरापिस्ट

१५. पाठ्यक्रम विविधीकरण किन गरिन्छ?

- वार्षिक क्यालेन्डर मिलाउन
- बालविकास शिक्षकको क्षमता अभिवृद्धि गर्न
- स्थानीय पाठ्यक्रम समायोजन गर्न
- बालबालिकाको सिकाइ उपलब्धि सुनिश्चित गर्न

१६. समावेशी सिकाइ मूल्याङ्कनभित्र कुन कुरा पर्दैन?

- विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाको सिकाइ मूल्याङ्कन नगर्नु
- मौखिक परीक्षाको व्यवस्था
- निर्माणात्मक मूल्याङ्कन विधि
- बहु मूल्याङ्कन विधि

१७. बालविकास शिक्षकले अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सवालको सम्बन्धमा तलकामध्ये कोसँग समन्वय गर्नु आवश्यक नहुन सक्छ?

- सांसद
- अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने संस्था
- परिवार
- स्थानीय सरकार

१८. तनाव व्यवस्थापनको उपाय कुन हो?

- सकारात्मक सोच र ऊर्जा
- नियमित व्यायाम र स्वास्थ्यकर खानपान
- नजिकका व्यक्तिहरूसँग भावना आदानप्रदान
- माथिका सबै

१९. अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ सहजीकरणमा तलकामध्ये कुन भनाइ सही छैन?

- सिकाइ प्रक्रियामा बहुबैकल्पिक विधि अपनाउने
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि छुट्टै पाठ्यक्रम बनाएर सिकाउने
- चित्रात्मक र स्पर्शात्मक सामग्रीहरूको प्रयोग गर्ने
- दौँतरी सहयोगलाई प्रवर्द्धन गर्ने

२०. तलकामध्ये कुन अभ्यास सही छ?

- सबै विद्यार्थीहरूलाई सम्मानजनक व्यवहार र मर्यादित भाषाको प्रयोग
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई विशेष खेलहरू खेलाउने
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अधिक माया र संरक्षण दिने
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सहजताका लागि छुट्टै कक्षाकोठा निर्माण गर्ने

प्रारम्भिक बालविकासमा विविधता र समावेशिताको अवधारणा

दिनः पहिलो | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

नेपालमा चार वर्षको उमेर पूरा भएका बालबालिकाहरूलाई एक वर्षको प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवसर प्रदान गरिने नीतिगत, कानुनी तथा कार्यक्रमगत व्यवस्था गरेको छ।

हाम्रो समाज विविधतापूर्ण छ । विविधतापूर्ण समाजको प्रतिबिम्ब प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा पनि पाउन सकिन्छ। कुनै पनि समुदायमा रहेका बालविकास केन्द्रहरूमा सबै विशेषता भएका बालबालिकाहरू भर्ना हुन आउन सक्छन् र आउने वातावरण पनि सिर्जना गरिनुपर्छ । तर विविध समुदायका र विशेषता भएका बालबालिकाहरूलाई केन्द्रमा ल्याएर मात्र हुँदैन, उनीहरूका विशेष आवश्यकताहरूको सम्बोधन गर्दै उनीहरूलाई शिक्षा तथा खेलकुदका क्रियाकलापमा सहभागी गराइनुपर्छ।

प्रारम्भिक बालविकास तथा सिकाइमा बालबालिकाको समतामूलक पहुँच सुनिश्चित गर्ने, विविधताको सम्मान गर्ने, सिकाइ तथा विकासमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउने र समावेशीकरणलाई बढवा दिने कार्यमा बालविकास शिक्षकहरूको क्षमता अभिवृद्धि हुन आवश्यक छ। तसर्थ यस सत्रमा प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा विविधताको व्यवस्थापन र समावेशीकरणको अवधारणाको बारेमा छलफल केन्द्रित गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा विविधता र समावेशीकरणको अवधारणाको बारेमा बताउन
- आफ्नो समाज रहेका विविध विशेषता भएका समुदायहरूको बारेमा बताउन र उनीहरूको समावेशीकरणका लागि सहजीकरण गर्न।

विषयवस्तु

- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा विविधता र समावेशीकरणको अवधारणा
- शिक्षाबाट वञ्चित हुनसक्ने विशेष आवश्यकता भएका समुदायको पहिचान

तालिम सामग्रीहरू

मार्कर पेन, न्युजप्रिन्ट पेपर, कैँची, विभिन्न रङ, मास्किङ टेप, विभिन्न रङका मेटाकार्ड।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**विषय परिचय** • सहभागीहरूलाई प्रश्न सोध्ने : बालविकासलाई कसरी बुझ्नुभएको छ ? • सहभागीहरूले बोलेर हैन चित्र बनाएर जवाफ दिनुपर्ने छ भन्ने । सहभागीहरूलाई चार्ट पेपर दिएर आफूलाई मन परेको एउटा चित्र बनाउन लगाउने। त्यसपछि ४-५ जना सहभागीहरूलाई आफूले बनाएको चित्र प्रस्तुत गर्न लगाउने । उनीहरूले किन त्यस्तो तस्बिर बनाए भनेर बताउन लगाउने। अन्त्यमा सबै सहभागीहरूलाई आफूले बनाएका तस्बिरहरू कोठाका सबैतिर टाँस्न लगाउने । • सहभागीहरूबाट आएको कुरालाई समेटेर सहजकर्ताले बालविकास शिक्षाको बारेमा निम्न कुरा बताउनेः ◦ बालविकास शिक्षाले बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा योगदान पुर्याउँछ, जस्तै– शारिरिक, सामाजिक, भावानात्मक र संज्ञानात्मक । ◦ बालविकास शिक्षा घरबाट सुरु हुन्छ। यसका साथै बालविकास केन्द्र, हेरचाह केन्द्र अथवा अन्य बालबालिका केन्द्रित सामुदायिक कार्यक्रमहरूमा समेत लागू हुन्छ । ◦ बालविकास शिक्षामा धेरै किसिमका क्रियाकलापहरूको प्रयोग हुन्छ, जस्तै– खेल, कला, गीत सङ्गीत वा विभिन्न किसिमका रमाइलो सामग्री । ◦ यसले बालबालिकाको बृहत्तर हितमा दूरगामी प्रभाव पार्छ । त्यसकारण गुणस्तरीय बालविकास शिक्षामा लगानी गर्नाले यसबाट भविष्यमा गुणस्तरीय समाज निर्माणका लागि महत्वपूर्ण आधार दिन्छ ।	१५ मिनेट
२	**क्रियाकलापः विविधता फूल** • सहभागीहरूलाई प्रश्न सोध्ने : के समाजमा एकै किसिमका मानिसहरू बस्ने गर्छन् ? तपाईँहरूको समाजमा कस्ता कस्ता समुदायका मानिसहरू बस्ने गर्छन् ? • सहभागीका उत्तरहरूलाई ह्वाइटबोर्डमा टिप्दै पनि जाने । • अब सहभागीहरूलाई सहभागीको सङ्ख्याअनुसार ४ देखि ६ जनाका दरले समूहमा बाँड्ने र उनीहरूलाई न्युजप्रिन्ट र मार्कर दिने । अब उनीहरू सबैलाई हामी फूलको तस्बिर बनाउँदै छौँ भन्ने । सबै समूहले एउटा ठुलो गोलो बनाउने । त्यो फूलको मध्य भाग हुनेछ । त्यसपछि त्यस भागबाट समूहमा रहेका सहभागीहरूको सङ्ख्या जतिकै पातहरू बनाउने । अब सुरुमा सबै सहभागीहरू मिलेर बिचको गोलो भागमा समूहका सदस्यहरूबिचको समान विशेषताहरू लेख्ने । त्यसपछि हरेक सहभागीले एउटा एउटा पत्तामा अरूभन्दा	२० मिनेट

	फरक आफ्ना विशेषताहरू लेख्ने। यसरी आफ्नो भागको पत्तालाई जसरी पनि तयार गर्न सकिन्छ। • अन्त्यमा सबैले बनाएको फूलहरू प्रदर्शन गर्ने र सबै सहभागीहरूलाई एक अर्काका फूल हेर्न लगाउने। यी फूलहरू विविधताका फूल (Diversity flower) हुन् भनेर पनि बताउने। • सहजकर्ताले तालिमका सहभागीहरूमा समेत यसरी विविधता हुन्छ भने समाजमा पनि सोहीअनुसारको विविधता हुने र हामीले एकअर्काको विविधताको सम्मान गर्नुपर्छ भनेर यो क्रियाकलापको अन्त्य गर्ने।	

३	**समूह छलफलः समावेशिता**
	• सहभागीहरूलाई ५-६ जनाका दरले भिन्न समूहमा विभाजन गर्ने । अब सहभागीहरूलाई न्युजप्रिन्ट र मार्कर दिने र ३ ओटा कोलम भएको तालिका बनाउन लगाउने । पहिलो कोलममा उनीहरूको समुदायमा रहेका तर बालविकास शिक्षामा समावेश हुन अरूभन्दा अलि अप्ठ्यारोमा परेका समुदायहरूको सूची लेख्न लगाउने। दोस्रो कोलममा किन त्यो समुदायलाई समावेश हुन अप्ठ्यारो परेको छ भनेर लेख्न लगाउने। तेस्रो कोलमलाई अहिले खाली राख्ने।
	• सहभागीले १५ मिनेटमा छलफल गरेर तालिका तयार गर्ने। त्यसपछि क्रमैसँग सबै समूहले आफूले तयार गरेको तालिका प्रस्तुति गर्ने।
	• अब एउटा समूहले बनाएको तालिका अर्को समूहलाई दिने (साटफेर गराउने)। अबको १० मिनेटमा सो समूहले छलफल गरेर तेस्रो कोलम अर्थात निश्चित समुदायलाई कसरी बालविकास शिक्षामा सहभागी गराउन सकिन्छ भनेर लेख्न लगाउने र फेरी छोटकरीमा सबै समूहलाई प्रस्तुति गर्न लगाउने।
	  ◦ अन्त्यमा सहजकर्ताले निम्न कुराहरू बताउँदै क्रियाकलापको अन्त्य गर्नेः
	  ◦ समाजमा विविध आवश्यकता भएका बालबालिकाहरू हुन्छन् र उनीहरू सबैले बालविकास शिक्षामा समान अवसर र पहुँच पाऊन् भन्नका लागि समावेशीकरण जरूरी हुन्छ।
	  ◦ हरेक बालबालिकाको आवश्यकता फरक हुनसक्ने कुरालाई स्वीकार गर्दै बाल शिक्षाका क्रियाकलापहरूलाई पनि बालमैत्री बनाउनु महत्वपूर्ण हुन्छ।
	  ◦ यो तालिममा हामी विशेष गरी अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि कसरी बालविकास शिक्षालाई समावेशी बनाउन सक्छौँ भनेर छलफल तथा अन्तर्क्रिया गर्नेछौँ।
		५० मिनेट

प्रतिबिम्बनः ५ मिनेट

- बालविकास शिक्षा भनेको के हो ?
- विविधता र समावेशिता भनेको के रहेछ ?

प्रारम्भिक बालविकासमा विविधता र समावेशिताको अवधारणा

प्रारम्भिक बालविकास

विकासवादी मनोविज्ञान र अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यासअनुसार प्रारम्भिक बालविकास गर्भावस्थादेखि आठ वर्षसम्म मानिन्छ । हालै नेपाल सरकारको राष्ट्रिय योजना आयोगले प्रारम्भिक बालविकासको लागि राष्ट्रिय रणनीति पारित गरेको छ जसमा गर्भावस्थाको अवधिदेखि आठ वर्षसम्म समावेश गर्न उमेरको दायरा विस्तार गरिएको छ । प्रारम्भिक बालविकासले बालबालिकाको शारीरिक, सामाजिक, मानसिक, भावनात्मक र भाषिक पक्षहरूको समग्र वृद्धि र विकासलाई समेट्छ । प्रारम्भिक बालविकासको मुख्य उद्देश्यले गर्भावस्थादेखि नै बालबालिकाको समग्र वृद्धि तथा विकासलाई समेटेको हुन्छ, जस्तै- शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, भावनात्मक, भाषिक र सांस्कृतिक विकास गर्नु।

नेपाल सरकारले विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ जारी गरेको छ । नेपालमा चार वर्षको उमेर पूरा भएका बालबालिकाहरूलाई एक वर्षको प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवसर प्रदान गरिने नीतिगत, कानुनी तथा कार्यक्रमगत व्यवस्था गरेको छ।

हाम्रो समाज विविधतापूर्ण छ । विविधतापूर्ण समाजको प्रतिबिम्ब प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा पनि पाउन सकिन्छ। कुनै पनि समुदायमा रहेका बालविकास केन्द्रहरूमा सबै विशेषता भएका बालबालिकाहरू भर्ना हुन आउन सक्छन् र आउने वातावरण पनि सिर्जना गरिनुपर्छ । तर विविध समुदायका र विशेषता भएका बालबालिकाहरूलाई बालविकास केन्द्रमा ल्याउनुको साथै उनीहरूका

विशेष आवश्यकताहरूको सम्बोधन गर्दै उनीहरूलाई शिक्षा तथा खेलकुदका क्रियाकलापमा सहभागी गराइनुपर्छ।

प्रारम्भिक बालविकास तथा सिकाइमा बालबालिकाको समतामूलक पहुँच सुनिश्चित गर्न, विविधताको सम्मान गर्न, सिकाइ तथा विकासमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउने र समावेशीकरणलाई बढवा दिने कार्यमा बालविकास शिक्षकहरूको क्षमता अभिवृद्धि हुन आवश्यक छ।

बालविकासको मार्गदर्शक सिद्धान्तहरू

- बालबालिकाका मानसिक, सामाजिक र भावनात्मक पक्षहरू एकैसाथ विकास हुन्छन्।
- प्रत्येक बालबालिका अद्वितीय छन् र सबैमा सिक्ने क्षमता हुन्छ।
- बालबालिकाको विकास एक क्रमिक र निरन्तर प्रक्रिया हो।
- प्रारम्भिक बाल्यकालमा बालबालिकाले तीव्र वृद्धि र विकासको अनुभव गर्छन्।
- आनुवंशिक र वातावरण दुबैले बालबालिकाको सिकाइ र विकासलाई असर गर्छ।
- बालबालिकाहरूले विभिन्न तरिकाले सिक्छन् र त्यसका लागि उनीहरूलाई सुरक्षित वातावरण उपलब्ध गराउन आवश्यक छ।
- प्रारम्भिक बाल्यकालमा सिक्नका लागि एक महत्त्वपूर्ण उपकरण खेल हो।
- सुरक्षित र राम्रो पालनपोषण गर्ने वातावरणमा बालबालिकाको राम्रो विकास हुन्छ।
- प्रेरणा र प्रोत्साहनले बालबालिकाको सिकाइलाई सहज बनाउँछ र तिनीहरूलाई विकास गर्न सजिलो बनाउँछ।

बाल अधिकार

बाल अधिकारको अवधारणा सन् १९२३ मा बेलायती नागरिक एग्लान्टाइन जेबद्वारा सुरु भएको थियो। उनले बाल संरक्षण सङ्गठन स्थापना गरिन् र बाल अधिकारसँग सम्बन्धित देहायका सात सन्देश समेत तयार पारिन्।

- बालबालिकालाई जात वा धर्म जेसुकै भए पनि संरक्षण गरिनुपर्छ।
- परिवारभित्रका बालबालिकालाई परिवारको उचित सम्मान गरेर संरक्षण गर्नुपर्छ।
- बालबालिकालाई नैतिक, आध्यात्मिक, शारीरिक, मानसिक र भौतिक रूपमा उचित विकासका लागि सबै सुविधाहरू प्रदान गर्नुपर्छ।
- बालबालिकाले आफ्नो जीविकोपार्जनका लागि सामाजिक सेवाहरूबाट पूर्ण लाभ लिनुपर्दछ। सही समयमा उचित तालिम प्राप्त गर्नुपर्दछ र सबै प्रकारका शोषणबाट सुरक्षित रहनुपर्छ।
- बालबालिकालाई आफ्नो प्रतिभा मानव सेवामा समर्पित हुनुपर्छ भन्ने बुझाइका साथ हुर्काउनुपर्छ।
- भोकाएका बालबालिकालाई खुवाउनुपर्छ, बिरामीको हेरचाह गर्नुपर्छ, शारीरिक रूपमा अशक्त र अशक्त बालबालिकालाई उचित तालिम र शिक्षा दिनुपर्छ।
- सङ्कट र विपद्को समयमा उद्धार हुने पहिलो व्यक्ति बालबालिका हुनुपर्छ।

समावेशीकरण र विविधता

प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) मा समावेशीकरण र विविधता महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनभने यसले सबै बालबालिकालाई उनीहरूको पृष्ठभूमि र परिस्थिति जस्तोसुकै भए पनि गुणस्तरीय शिक्षामा पहुँच र सिक्ने तथा हुर्कने अवसरहरू समान रूपमा प्राप्त गर्नुपर्ने कुराको सुनिश्चिततामा मद्दत गर्दछ।

समावेशीकरणले सबै बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको अद्वितीय गुण तथा क्षमता विकासका लागि सम्मानित वातावरण प्रदान गर्दछ । यसमा उनीहरूलाई सफल हुन आवश्यक सबै खाले सहयोग र आवश्यक स्रोतहरू प्रदान गरिन्छ । यसको अर्थ प्रत्येक बालबालिकालाई बिना कुनै भेदभाव क्रियाकलापहरूमा समावेश गराउनु र उनीहरूले आफ्ना अन्य साथीहरू र शिक्षकहरूद्वारा सम्मानित व्यवहार महसुस गर्ने कुराको सुनिश्चितता हो। यसको अर्थ शिक्षकले बिना कुनै भेदभाव सबै बालबालिकालाई शिक्षण सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने र विभिन्न सिकाइ रणनीतिहरूको प्रयोग गरी उनीहरूका विविध सिकाइ आवश्यकताहरू पूरा गर्नु हो।

अर्कोतर्फ विविधताले व्यक्तिहरूबिचको भिन्नताहरू पहिचानलाई बुझाउँछ । यसको अर्थ बालबालिका र परिवारको विभिन्न सांस्कृतिक पृष्ठभूमि, भाषा र अनुभवहरूलाई स्वीकार गर्नु र मनाउनु हो । प्रारम्भिक बालविकासका शिक्षकहरूले विविधताको पहिचान गरी बालबालिकाहरूलाई आफूभन्दा फरक व्यक्तिहरूप्रति पनि सकारात्मक मनोवृत्ति विकास गर्न मद्दत गर्न सक्छन्। यसले गर्दा बालबालिकामा सामाजिक सद्भाव बढाउन, सामाजिक र सहयोगी भावनाको विकास गर्न र भेदभावलाई कम गर्न मद्दत गर्दछ।

बालबालिकाको शैक्षिक र सामाजिक विकासलाई सकारात्मक सहयोग र समर्थन गर्ने भएकाले र समावेशी सिकाइ वातावरणलाई प्रवर्द्धन गर्न मद्दत गर्ने भएका कारण बालविकासमा समावेशीकरण र विविधता आवश्यक छ । बालबालिकामा भएको विभिन्नताहरूको मूल्याङ्कन र सम्मान गर्दै शिक्षकहरूले बालबालिकालाई आफ्नो सिकाइ वातावरणमा समावेश भएको महसुस गर्न, संलग्नता र प्रेरणालाई बढवा दिन मद्दत गर्न सक्दछन् । शिक्षकहरूले बालबालिकालाई मानिस तथा समाजमा हुने विविधताको बारेमा सिकाएर उनीहरूलाई सामाजिक सीपहरू र अरूप्रति सम्मान गर्ने भावना तथा बानीको विकास गर्न मद्दत गर्न सक्दछन् यसले गर्दा समावेशी वातावरण निर्माण गर्न सकिन्छ।

समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाका विविध तत्वहरू

दिनः पहिलो | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

जबसम्म समाजमा सबैको समान सहभागिता रहदैन तबसम्म कुनै पनि समाज समावेशी बन्न सक्दैन। समावेशिता भनेको सबैले समान अवसर पाउने र सबैको सक्रिय सहभागिता रहने स्थिति सिर्जना गरिनु हो । समावेशीकरणले गर्दा मात्रै सामाजिक न्यायको परिपालन हुन्छ। यसो भएमा कोही पनि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाबाट अलग रहनुपर्ने अवस्था आउँदैन । यस सत्रमा समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवधारणा, चुनौतीहरू र समावेशी बनाउने उपायहरूका बारेमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवधारणा र यसको महत्व बताउन
- समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाका चुनौतीहरू र समाधानका उपायहरू पहिल्याउन
- बालविकास शिक्षालाई समावेशी बनाउन आवश्यक पर्ने तत्वहरू पहिचान गर्न।

विषयवस्तु

- समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवधारणा र यसको महत्व
- समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाका चुनौतीहरू र समाधान
- समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाका विभिन्न तत्वहरू

तालिम सामग्रीहरू

मार्कर पेन, न्युजप्रिन्ट पेपर, कैँची, विभिन्न रङ, मास्किङ टेप, विभिन्न रङका मेटाकार्ड।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**वार्मअप** • सबै सहभागीलाई सँगै मिलेर नेपालको राष्ट्रिय गान गाउन लगाउने । सबैले मिलेर गीत गाइसकेपछि सहजकर्ताले एकजना सहभागीलाई राष्ट्रिय गानको पहिलो वाक्य के रहेछ भन्नुस् त भनेर भन्न लगाउने। **"सयौँ थुङ्गा फूलका हामी एउटै माला नेपाली"** • अब यसको अर्थ के हुन्छ होला भनेर सहभागीहरूसँग प्रतिक्रिया लिने र अन्त्यमा सहजकर्ताले प्रस्ट पार्नेः जसरी थरी थरीका फूलहरुले बगैँचालाई रङ्गीन बनाउँछ त्यसैगरी हामीले सबै तह, तप्का, वर्ग, लिङ्ग, जात, जाति, धर्म, क्षेत्र, भेग, अपाङ्गता भएका नभएका सबैलाई समेटेर अगाडि बढ्न सकेमा नै एउटा सभ्य र सुन्दर समाज निर्माण गर्न सक्छौँ । यसरी राज्य संयन्त्रमा, विकास गतिविधिमा, संविधानले प्रत्याभूत गरेको मौलिक हक तथा मानव अधिकारको उपयोगमा, निर्णय निर्माण प्रक्रियामा तथा विकासका प्रतिफलको वितरणमा सबै तह, तप्का, वर्ग, लिङ्ग, जात, जाति, धर्म, क्षेत्र, भेग, अपाङ्गता भएका नभएका सबैको समतामूलक पहुँच, पूर्ण सहभागिता र विविधताको सम्मान भएको अवस्था नै समावेशिता हो भनेर प्रस्ट पार्ने । • प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा सबै जातजाति, वर्ग, क्षेत्र, लिङ्ग, भाषा, धर्मका साथै अपाङ्गता भएका र नभएका सबै बालबालिकाहरूको समतामूलक पहुँच, सहभागिता र विविधताको सम्मान सुनिश्चित भएको अवस्था नै समावेशिता हो भनी प्रस्ट पार्ने। यसमा शिक्षकको महत्वपूर्ण भूमिका हुने कुरामा छलफलसमेत गराउने ।	१५ मिनेट
२	**छलफल** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई बालविकास केन्द्रमा भर्ना हुन कस्ता कस्ता समुदायका बालबालिकाहरू आउने गर्छन् भनेर सोध्ने र हात उठाउन लगाएर केही प्रतिक्रिया लिने । • त्यसपछि सहजकर्ताले विकास र सिकाइमा भिन्न तरिकाबाट सम्बोधन गर्नुपर्ने खालका बालबालिका कसैको केन्द्रमा आएका छन् कि भनेर सोध्ने र सोबारे जानकारी लिने । ती बालबालिकालाई कसरी सम्बोधन गरिरहनुभएको छ भनेर सोध्ने ? • तपाईँको बालविकास केन्द्रमा नेपाली बोल्न नजान्ने, देख्न नसक्ने, सुन्न वा बोल्न नसक्ने, हिँड्न नसक्ने, सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिका छन् भने दैनिक क्रियाकलापमा के कठिनाइ हुन सक्छ ? क्रियाकलापहरू कसरी परिमार्जन गर्न सकिन्छ भनेर खुला छलफल चलाउने । • अन्त्यमा सहजकर्ताले सहभागीहरूबाट आएका कुराहरूलाई समेट्दै समावेशी बालविकास शिक्षाका लागि हामीले हाल गरिहेका क्रियाकलापहरूमा परिमार्जन	२० मिनेट

	गर्न आवश्यक छ । बालबालिकाको आवश्यकतालाई बुझ्ने प्रयास गर्यौं भने समावेशिता सम्भव छ भनेर बुझाउने। यसैगरी अपाङ्गता एक्लै आफैँमा अवरोध हुँदैन र अन्य विविध पक्षमा रहेका समस्या र अवरोधहरूले गर्दा मात्र अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई शिक्षा प्राप्त गर्न कठिनाइ भएको हो भनेर पनि सहजकर्ताले प्रस्ट पार्ने।	
३	**द ट्याग गेम** • विभिन्न सहभागीहरूलाई विभिन्न रङका मेटाकार्डहरू दिने र उनीहरूलाई आफ्नो मेटाकार्डबाट आफूलाई मनपर्ने आकारको ट्याग (टुक्रा) बनाउन लगाउने। र सो टुक्रालाई टेपको मद्दतले आफ्नो हातमा टाँस्न लगाउने। अब एक अर्कासँग कुरा नगरी (नबोली) ४-४ जनाको समूह बनाउन लगाउने। समूह कसरी बनाउने भनेर अन्य कुनै पनि नियम वा जानकारी नदिने। • अब समूह बनिसकेपछि फेरी त्यो समूहलाई छुटाउनुहोस् र फेरि नबोली अर्को समूह बनाउन लगाउने। यसरी ३ पटकसम्म समूह बनाउन लगाउने। • अन्त्यमा सबैजना सहभागीलाई आ-आफ्नो स्थानमा बस्न लगाउने र केही सहभागीहरूलाई केको आधारमा तपाईंले समूह बनाउनुभयो भनेर सोध्ने? यसरी सोध्दा धेरैजसोले मेरो जस्तै ट्याग भएको वा म जस्तै रङको आदि भन्ने गरेको पाइन्छ। सहभागीहरूले प्राय: ट्यागभन्दा पर नहेरेको र विरलै विभिन्न रङ, आकार आदि मिलेर विविधताले भरिपूर्ण समूह बनाउँछन्। • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई यसरी नजानेरै नै हाम्रो स्वभावमा समूहगत पूर्वाग्रह आएको हुनसक्छ र यो समावेशीको सबभन्दा ठुलो बाधक हो भनेर बुझाउनुपर्छ। आफ्नो बालविकास केन्द्रमा आउने कुनै पनि बालबालिका तथा सदुदायप्रति पूर्वाग्रही हुन नहुने स्पष्ट पार्ने। • अन्त्यमा कसरी यस्ता पूर्वाग्रहहरूलाई हटाएर समावेशितालाई अपनाउन सकिन्छ भनेर समूहसित खुला छलफल गर्दै यो क्रियाकलापको समापन गर्ने।	२० मिनेट
४	**समावेशी बनाऔँ** • सहभागीहरूलाई ४-५ जनाको दरले विभिन्न समूहमा बाँड्ने। हरेक समूहले आफूले कक्षामा बालबालिकालाई गराउनेमध्ये एउटा कुनै खेल वा क्रियाकलाप छान्न लगाउने। अब सहजकर्ताले हरेक समूहलाई देहायका विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूलाई कसरी विकास र सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी गराउन सक्नुहुन्छ भनी सोध्ने : ◦ अप्ठ्यारो गरी हिँड्ने बालिका ◦ सिकाइ र सञ्चारमा समस्या भएकी बालिका ◦ देख्न नसक्ने बालक ◦ कम सुन्ने बालिका • अब हरेक समूहले आफूले छानेको खेल/क्रियाकलापलाई कसरी यी अपाङ्गता भएका बालबालिका (एउटा समूहले एउटा मात्रै) लाई पनि समावेश बनाउन	३० मिनेट

	सकिन्छ? के के अनुकूलन गर्नुपर्छ? र सो गर्न के चुनौती हुन सक्छन? आदि विषयमा छलफल गर्ने। त्यसपछि हरेक समूहले आफूले छानेको खेल कस्तो हो र त्यसलाई कसरी कसका लागि अनुकूलन गरियो भनेर जानकारी दिने र यो क्रियाकलापले कस्तो अनुभव भयो भनेर पनि सोध्ने र छलफल गराउने। • सहजकर्ताले बालविकास केन्द्रमा विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकालाई समेटेर उनीहरूको विकास तथा सिकाइमा सहजीकरण गर्ने विधि तथा तौरतरिकाहरू र क्रियाकलापका बारेमा छलफल गराउँदै स्पष्ट पार्ने।	

प्रतिबिम्बन: ५ मिनेट

- समावेशिता भनेको के रहेछ?
- बालविकास शिक्षालाई समावेशी बनाउन चुनौती दिने के के कुराहरू हुनसक्ने रहेछन्?
- बालविकास शिक्षालाई कसरी समावेशी बनाउन सकिँदो रहेछ?

समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाका विविध तत्त्वहरू

समावेशी बालविकासले अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाहरूका विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई सम्मान र सम्बोधन गर्ने वातावरणको सिर्जना गर्दछ । समावेशी बालविकासले साना बालबालिकाहरूमा भएको विविधताको बुझाइ र फरक क्षमतालाई स्वीकार तथा सम्मान गर्न सिकाउँछ । समावेशी बालविकासका तत्त्वहरूलाई निम्नानुसार उल्लेख गरिन्छ।

पहुँचयोग्य वातावरण

सबै बालबालिकाको शारीरिक आवश्यकताको मध्यनजर गरी सबैलाई पहुँचयोग्य सिकाइ वातावरण निर्माणमा सहयोग गर्दछ । समावेशी बालविकासले बालबालिकाहरूलाई सहज वातावरणमा सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी बन्न सकून् भनी उपलब्ध भौतिक वातावरणमा परिमार्जनहरूलाई समावेश गर्न सक्छ, जस्तै- र्‍याम्प र पहुँचयोग्य खेल मैदान र सामग्रीहरू साथै विभिन्न सिकाउने शैलीहरू र क्षमताहरूलाई उजागर गर्न सहयोग गर्ने शिक्षण सामग्री र क्रियाकलापहरूमा परिमार्जन तथा पहुँचयुक्त बनाउने कार्य गर्ने।

समावेशी पाठ्यक्रम

समावेशी बालविकासको पाठ्यक्रमले विविधताको स्वीकार र बुझाइलाई बढाउँदै सबै बालबालिकाको सफलता र कल्याणलाई बढवा दिन्छ । विभिन्न संस्कृति, भाषाहरू र बालबालिकाको विविध सिकाइ आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्न शिक्षण सामग्री र क्रियाकलापहरूमा समायोजन र सिकाइ रणनीतिमा परिवर्तन गर्ने कार्य आदि गर्नुपर्दछ।

सम्बन्ध विकास र विस्तार

समावेशी बालविकासले बालबालिका, शिक्षक र हेरचाहकर्ताहरूबिच सहयोगी सम्बन्धलाई जोड दिन्छ । यसमा बालबालिकाहरूका बिचमा सकारात्मक अन्तर्क्रिया र सामाजिक-भावनात्मक विकासलाई प्रोत्साहन गर्ने रणनीतिहरू समावेश गरिनुपर्छ । यसका साथै बालबालिकाका विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई सम्बोधन गर्न शिक्षक र हेरचाहकर्ताहरूबिचमा नियमित बैठक तथा तालिम हुनुपर्दछ।

सरोकारवालाहरूसँगको सहकार्य

समावेशी बालविकासका लागि अभिभावक, हेरचाहकर्ता र अन्य सरोकारवालाहरूसँगको सहकार्य हुनु निकै आवश्यक छ। बालबालिकाको समग्र विकासका लागि अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता र सरोकारवालाहरूको बिचमा सहकार्य हुनु निकै आवश्यक छ यसले सफलता र समावेशीकरणलाई बढवा दिन सहयोग समेत गर्दछ।

व्यावसायिकता विकास

व्यावसायिक विकास समावेशी बालविकासको अर्को एक महत्त्वपूर्ण तत्त्व हो । यसले शिक्षक, अभिभावक र हेरचाहकर्ताहरूलाई बालबालिकाका विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई बुझ्नमा आवश्यक ज्ञान र सीपहरू प्रदान गर्दछ। समावेशी बालविकासले अपाङ्गता भएकासहित सबै साना बालबालिकाहरूका विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई बुझ्ने र आवश्यकता अनुरूपकै वातावरण सिर्जना गरेर प्रत्येकलाई सफलता हासिल गर्ने सहज वातावरण प्रदान गर्दछ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू

दिनः दोस्रो | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

नेपालमा आधारभूत तहको शिक्षा अनिवार्य र नि:शुल्क हुने व्यवस्था छ । त्यसैले बालविकास केन्द्रमा आउने सबै बालबालिकाहरूलाई पनि शिक्षा अनिवार्य रूपमा दिनुपर्दछ । समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाले समेट्ने विभिन्न वर्ग र समुदायका बालबालिकाहरूमध्ये अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू पनि एक महत्वपूर्ण समुदाय हो। बालविकास शिक्षकले सबै प्रकारका अपाङ्गताका बारेमा जानकारी राखी तदनुरूपको शैक्षिक वातावरणको सिर्जना गर्नुपर्दछ।

अपाङ्गता समावेशी प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको बारेमा विस्तृतमा छलफल गर्नुअघि अपाङ्गताको बारेमा समबुझाइ कायम गर्नु महत्वपूर्ण हुने भएकोले यस सत्रमा अपाङ्गताको बारेमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- अपाङ्गताको परिभाषा बताउन र यससम्बन्धी बुझाइ स्पष्ट गर्न
- विद्यमान नेपालको कानुनअनुसार अपाङ्गताको वर्गीकरणको बारेमा बताउन
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई जनाउने मर्यादित र अमर्यादित शब्दावलीहरूको पहिचान गरी मर्यादित शब्दावलीहरूको प्रयोग गर्न
- अपाङ्गता परिचय पत्रका बारेमा बताउन।

विषयवस्तु

- अपाङ्गताको परिभाषा
- अपाङ्गताको वर्गीकरण
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि मर्यादित शब्दावलीहरूको प्रयोग
- अपाङ्गता परिचयपत्र

तालिम सामग्रीहरू

मार्कर पेन, न्युजप्रिन्ट पेपर, कैँची, विभिन्न रङ, मास्किङ टेप, विभिन्न रङका मेटाकार्ड।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**वार्मअप** • सहभागीहरूलाई अपाङ्गता भन्ने शब्द सुन्दा तपाईँको दिमागमा के कुरा आउँछ भनेर सोध्ने? र उनीहरूले भनेको कुरा क्रमशः सेतोपाटीमा टिप्दै जाने। • त्यसपछि पुनः सहभागीहरूबाटै सेतोपाटीमा भएका कुन कुन बुझाइ ठिक छन् र कुन कुन बुझाइलाई परिवर्तन गर्न आवश्यक छ भनेर छलफल गर्ने। • अन्त्यमा सहजकर्ताले "कुनै पनि कार्य गर्नका लागि व्यक्तिमा भएको कार्यगत सीमितता र सामाजिक, अवधारणागत, सञ्चारजन्य र वातावरणीय अवरोधले अपाङ्गता सिर्जना गर्दछ" भनेर सरल रुपमा बुझाउने। • यसैगरी सहजकर्ताले "अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू पनि अरू सरह सिक्न सक्छन् । उनीहरूमा क्षमता हुन्छ । उनीहरूले सिक्न सकेनन् भने शिक्षकको रूपमा हाम्रो र शिक्षा प्रणालीको कमजोरी हो। विभिन्न अवरोधहरू हटाएर शिक्षालाई समावेशी बनाई अपाङ्गता भएका बालबालिकाको विकास र सिकाइ सुनिश्चित गर्न सकिन्छ।" भनेर पनि स्पष्ट पार्ने।	१५ मिनेट
२	**खेलः अपाङ्गताको प्रकार र कार्यगत सीमितता** • सहजकर्ताले हरेक सहभागीलाई विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता झल्किने तस्बिर र सो अपाङ्गताको प्रकार लेखेका भिन्दाभिन्दै कार्डहरू छ्यासमिस पारेर बाँड्ने। १० ओटा चित्र र १० ओटा शब्द भएको जम्मा २० ओटा कार्ड हुनेछन् र सहभागीको सङ्ख्या पनि २० भए सबभन्दा राम्रो हुनेछ। • अब सहभागीहरूलाई आफूसँग भएको शब्द/चित्रसँग मिल्दोजुल्दो चित्र/शब्द भएको साथी पत्ता लगाउन भन्ने । मिल्दोजुल्दो शब्द र चित्रको जोडी बनाइसकेपछि उक्त चित्रसँग सम्बन्धित अपाङ्गताको बारेमा के थाहा छ भनेर जोडीमा छलफल गर्न लगाउने। • अब सहजकर्ताले तलको सूचीबाट छ्यासमिस गरेर कार्यगत सीमितता पढ्ने र सो कुन अपाङ्गताको प्रकारसँग मिल्छ सो सहभागीको जोडीलाई उठेर आफ्नो शब्द र चित्रको जोडी प्रदर्शन गर्न लगाउने। • अन्त्यमा सहजकर्ताले नेपाल सरकारले दिएको परिभाषाअनुसार अपाङ्गतालाई १० प्रकारमा बाँडिएको छ भनेर स्पष्ट पार्ने। **अपाङ्गता र कार्यगत सीमितता :**	२५ मिनेट

अपाङ्गता	कार्यगत सीमितता
१. शारीरिक अपाङ्गता	उठबस गर्न, हिँड्डुल गर्न, हात चलाउन, हातले काम गर्नमा हुने कठिनाइ
२. दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता	देख्न, हेर्न, पढ्न, सिक्न, हिँड्डुल गर्नमा हुने कठिनाइ

अपाङ्गता	कार्यगत सीमितता
३. सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता	सुनेर, बोलेर सञ्चार गर्नमा हुने कठिनाइ
४. श्रवण दृष्टिविहीनसम्बन्धी अपाङ्गता	हेरेर, सुनेर, बोलेर सञ्चार गर्न तथा हिँड्डुल गर्नमा हुने कठिनाइ
५. स्वर र बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता	बोलेर सञ्चार गर्नमा हुने कठिनाइ
६. मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता	मनस्थितिमा आउने कठिनाइ वा डर, त्रास, चिन्ता, दिक्दारीपन, बिना कारण रुने, कराउने, हाँस्ने वा असामान्य व्यवहार देखाउने
७. बौद्धिक अपाङ्गता	सिक्न, सम्झन, बुझ्नमा हुने कठिनाइ
८. आनुवंशीय रक्तश्राव (हेमोफेलिया) सम्बन्धी अपाङ्गता	आन्तरिक वा बाह्य रक्तश्राव रोक्न कठिनाइ हुने तथा दुख्ने
९. अटिजम अपाङ्गता	एकोहोरो हुने, सञ्चार गर्न, घुलमिल हुन र सिक्नमा हुने कठिनाइ
१०. बहुअपाङ्गता	माथि उल्लिखित दुई वा दुईभन्दा बढी अपाङ्गताअन्तर्गत हुने कठिनाइ भएको अवस्था

- अब सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई कुन कुन अपाङ्गतालाई तस्बिर हेरेर चिन्न अप्ठ्यारो पर्यो र किन त्यसो भयो होला भनेर सोध्ने । त्यसपछि सहजकर्ताले सरल भाषामा निम्न कुरा बुझाउने:
  "सबै अपाङ्गताका प्रकार देखिने किसिमका मात्र हुँदैनन् । कुनै अपाङ्गता वा कठिनाइहरू नदेखिने किसिमका पनि हुन्छन्, जस्तै– सिकाइमा समस्या, सामान्य खालका बौद्धिक अपाङ्गता, अटिजम, मनोसामाजिक वा मानसिक अपाङ्गता आदि । त्यसकारण कहिले पनि हामीले कुनै बालबालिकामा केही कठिनाइ छ कि छैन भनेर हेरेर नै थाहा पाइहालिन्छ नि भनेर सोच्नु हुँदैन।"

३ **मर्यादित शब्दावलीको प्रयोग** २० मिनेट

- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई लक्षित गरेर अन्य बालबालिका वा अरू कसैले जानेर वा नजानेर अमर्यादित शब्दहरू प्रयोग गरिरहेको हुन सक्छ, जसले गर्दा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई नराम्रो आघात पर्न सक्छ । त्यसैले बालविकास शिक्षकहरूलाई मर्यादित शब्दावलीको बारेमा ज्ञान हुन अति नै आवश्यक रहेको छ भनी छलफलसमेत गराउने।
- सहजकर्ताले सेतोपटीमा दुई कोलम भएको तालिका बनाउने । सहजकर्तासँग मर्यादित र अमर्यादित शब्दावलीको सूची हुने छ । अब सहजकर्ताले अपाङ्गता

	भएका मानिसहरूलाई गाँउघरमा प्रयोग गरिने विभिन्न शब्दहरू भन्न लगाउने र आएका शब्दहरूलाई ठिक भए एउटा कोलममा र बेठिक भए अर्को कोलममा लेख्दै जाने । सहभागीहरूले भनेका बाहेक पनि केही मर्यादित र अमर्यादित शब्दावलीहरू निश्चित कोलममा लेख्दै जाने । अन्त्यमा कोलमहरूको हेडिङ्ग (मर्यादित ✓ र अमर्यादित ✗) लेख्ने। • सहजकर्ताले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सम्बोधन गर्दा प्रयोग गर्नुपर्ने मर्यादित र सही शब्दावली भएको सूची प्रदर्शन गर्दै छलफल गराउने। • अब सबै सहभागीहरूलाई अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई लक्षित अमर्यादित शब्दावलीको प्रयोग नगरी सँधै मर्यादित शब्दावलीको प्रयोग गर्न र आफ्नो विद्यालयका बालबालिकाहरूलाई पनि आचारसंहिताको निर्माण गर्न लगाई मर्यादित शब्दावलीको मात्र प्रयोग गर्न लगाउनुपर्ने जानकारी गराउने।	
४	**परिचयपत्र र सेवा सुविधा** • सहजकर्ताले देहायका कुराहरू प्रस्तुत गर्दै छलफल गराउने : ◦ अपाङ्गतालाई शारीरिक वा मानसिक कठिनाइ वा विचलनको आधारमा १० प्रकारमा बाँडिएको भएपनि कुनै पनि अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अपाङ्गताले कत्तिको कार्यगत सीमितता ल्याएको छ अथवा कत्तिको गम्भीर छ, त्यसको आधारमा ४ ओटा प्रकारमा बाँडिएको छ : **क वर्ग – पूर्ण अशक्तः** अरूको साहारामा समेत आफ्नो दैनिक क्रियाकलाप आफैँ गर्न नसक्ने। **ख वर्ग – अति अशक्तः** अरूको साहारा लिएर आफ्नो दैनिक क्रियाकलाप आफैँ गर्न सक्ने।	२५ मिनेट
	ग वर्ग – मध्यम अपाङ्गताः अरुको सहयोग लिई वा नलिई नियमित रुपमा आफ्नो दिनचर्या आफैँ गर्न सक्ने **घ वर्ग – सामान्य अपाङ्गताः** सामाजिक तथा वातावरणीय अवरोध नभएमा नियमित रुपमा आफ्नो दिनचर्या र सामाजिक क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्ने ◦ यसरी अपाङ्गताको गाम्भीर्यताको आधारमा सरकारले परिचय पत्र प्रदान गर्छ र ती परिचय पत्र फरक फरक रङका हुन्छन्। ◦ समाजमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको लागि सरकारले उपलब्ध गराएका विभिन्न सेवा सुविधा रातो परिचयपत्र भएकाले मात्र पाउछन् भन्ने गलत बुझाइ रहेको छ । त्यो भत्तासँग मात्र सम्बन्धित कुरा हो । तर अन्य सुविधा, शैक्षिक छात्रवृति वा अरू पनि सरकारी सेवा सुविधा जुनसुकै परिचय पत्र भएका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले पाउँछन्।	

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- अपाङ्गता भनेको के हो ?
- अपाङ्गता कति प्रकारका छन ?
- कार्यगत सीमितता भनेको के हो?
- अपाङ्गता परिचयपत्र कति प्रकारका छन् ?
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले के कस्तो सेवा सविधा पाउने गरेका छन् ?

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू

परिभाषा- अपाङ्गता भएका व्यक्ति

"अपाङ्गता भएका व्यक्ति" भन्नाले शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक वा इन्द्रियसम्बन्धी दीर्घकालीन अशक्तता, कार्यगत सीमितता वा विद्यमान अवरोधको कारण अन्य व्यक्तिसरह समान आधारमा पूर्ण र प्रभावकारी ढङ्गले सामाजिक जीवनमा सहभागी हुन बाधा भएका व्यक्ति सम्झनुपर्छ।

विभिन्न कारणले शरीरमा समस्या हुनु, क्षति हुनु, अपाङ्गताकै कारण अवसरहरूबाट वञ्चित हुनु नै अपाङ्गता हो। यो सबै व्यक्ति तथा निकायहरूसँग सम्बन्धित छ। अपाङ्गता असक्षमता अर्थात् केही पनि गर्न नसक्ने कमजोरीपना होइन । यो एक अवस्था मात्रै हो । यसलाई व्यक्तिको अनुकूल वातावरण अर्थात् पहुँचयुक्त र मानवमैत्री वातावरण सिर्जना गरिनुपर्दछ। अपाङ्गता समस्या नभएर मानव अधिकार र विकासको सवाल हो।

"पहुँचयुक्त" भन्नाले अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई स्वनिर्भर भएर जीवनयापन गर्न तथा जीवनका हरेक पक्षमा पूर्ण रूपले सहभागी हुन सक्ने गरी सक्षम बनाउन मानव निर्मित भौतिक संरचना, यातायातका साधन, सूचना र सञ्चारका उपकरण तथा प्रविधि सर्वसाधारणलाई खुल्ला गरिएका सेवा तथा सुविधा विना अवरोध समान रूपमा उपयोग गर्न सक्ने अवस्था सम्झनुपर्छ।

अपाङ्गताको अवधारणा

हाम्रो समाजमा अपाङ्गतालाई कमजोरको रूपमा हेर्ने र धार्मिक विश्वाससँग जोडेको पनि पाइयो । जसले गर्दा अपाङ्गतालाई दया, माया र बिचरा भन्दै कमजोर सोच्दै उनीहरूलाई समस्याका रूपमा हेरेको देखिन्छ । यति मात्रै नभई अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई अन्य नागरिकहरूसँगसँगै राख्न नहुने र उनीहरूको समूहलाई छुट्टै राख्नुपर्ने भन्ने धारण व्याप्त रहेको छ ।

यस्ता कारणहरूले गर्दा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूमा एक्लोपन हुने, घर परिवारका अन्य सदस्यहरू तथा समाजमा घुलमिल हुन नसक्ने, उत्पादनशील हुन कठिन हुने, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार लगायतका कार्यहरूमा अवरोध सिर्जना हुने गरेको देखिन्छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सामाजिक अवधारणाले सिर्जना हुने अवरोध तथा बाधाहरूलाई हटाएमा उनीहरू पनि अन्य नागरिकसरह जीवन यापन गर्न सक्छन् भन्ने कुरा बालविकास शिक्षकको रूपमा हामीले बुझ्न र बुझाउन सक्नुपर्छ ।

अपाङ्गताको वर्गीकरण

अपाङ्गतालाई शरीरको कुनै अङ्ग वा प्रणालीमा सीमितता वा कठिनाइको आधारमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ । यी वर्गीकरणहरू निम्नानुसार उल्लेख छन् :

(क) शारीरिक अङ्ग वा प्रणालीमा भएको समस्या तथा कठिनाइको आधारमा अपाङ्गता भएका व्यक्ति:

१. **शारीरिक अपाङ्गता:** स्नायु, मांसपेशी र जोर्नी तथा हड्डीको बनावट एवम् सञ्चालनमा समस्या भएको कारणबाट कुनै व्यक्तिको अङ्गको सञ्चालन, प्रयोग र हिँडडुलमा समस्या, जस्तै- बाल पक्षघात (पोलियो), शारीरिक अङ्गविहीन, कुष्ठ प्रभाव, मांसपेशी विचलन (मस्कुलर डिस्ट्रोफि), जोर्नी र मेरूदण्डसम्बन्धी स्थायी समस्या, पैताला फर्केको, रिकेट्स (हड्डीसम्बन्धी समस्याका कारण उत्पन्न अशक्तता) तथा सोह्र वर्ष उमेर पुगेको व्यक्तिमा उमेरबमोजिम हुनुपर्ने औसत उचाइभन्दा ज्यादै कम उचाइ भएको व्यक्ति ।

२. **दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता:** दृष्टिसम्बन्धी देहायको समस्याबाट कुनै व्यक्तिमा कुनै पनि वस्तुको आकृति, आकार, रूप र रङ्गको ज्ञान नहुने, जस्तै-

- दृष्टिविहीनता: औषधी, शल्य चिकित्सा, चस्मा वा लेन्सको प्रयोगबाट पनि दुबै आँखाले हातको औँला दश फिटको दूरीबाट छुटाउन नसक्ने वा स्नेलेन चार्टको पहिलो लाइनको अक्षर (३/६०) मा पढ्न नसक्ने व्यक्ति ।
- न्यून दृष्टियुक्त: औषधी, शल्य चिकित्सा, चस्मा वा लेन्सको प्रयोगबाट पनि बिस फिटको दूरीबाट हातको औँला छुटाउन नसक्ने वा स्नेलेन चार्टको चौथो लाइनको अक्षर (६/१८) मा पढ्न नसक्ने ।
- पूर्ण दृष्टिविहीन: पूर्ण रूपमा उज्यालो वा अँध्यारो छुटाउन नसक्ने व्यक्ति ।

३. **सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता:** सुनाइका अङ्गको बनावट एवम् स्वरको पहिचान, स्थान, उतारचढाव तथा स्वरको मात्रा र गुण छुटाउन नसक्ने, जस्तै-

- बहिरा: ८० डेसिबलभन्दा माथिको ध्वनि सुन्न नसक्ने वा सञ्चारका लागि साङ्केतिक भाषा प्रयोग गर्नुपर्ने व्यक्ति ।
- सुस्तश्रवण: सुन्नलाई श्रवण यन्त्र राख्नुपर्ने वा ६५ देखि ८० डेसिबलसम्मको ध्वनि सुन्न सक्ने व्यक्ति ।

४. **श्रवण दृष्टिविहीन अपाङ्गता:** सुनाइसम्बन्धी र दृष्टिसम्बन्धी दुबै अपाङ्गता भएको वा दुई ओटा इन्द्रियसम्बन्धी अपाङ्गताको संयुक्त

अन्तर्क्रिया रहेको व्यक्ति।

५. **स्वर र बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता:** स्वर र बोलाइसम्बन्धी अङ्गमा उत्पन्न कार्यगत सीमितताका कारण तथा बोल्दा स्वरको उतार चढावमा कठिनाइ, बोली स्पष्ट नहुने, बोल्दा शब्द वा अक्षर दोहोराउने व्यक्ति।

६. **मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता:** मस्तिष्क र मानसिक अङ्गमा आएको समस्या तथा सचेतना, अभिमुखीकरण, स्वस्फूर्त स्मरण शक्ति, भाषा, गणनाजस्ता बौद्धिक कार्य सम्पादनका सन्दर्भमा आउने समस्याको कारणले उमेर र परिस्थितिअनुसार व्यवहार गर्न समस्या हुने अवस्थाको व्यक्ति।

७. **बौद्धिक अपाङ्गता:** उमेरको वृद्धिसँगै बौद्धिक सचेतनाको विकास हुन नसकी बौद्धिक विकास नभएका कारणले उमेर वा वातावरणमा सापेक्ष क्रियाकलाप गर्न समस्या हुने अवस्थाको व्यक्ति, जस्तै- डाउन्स सिनड्रोम।

८. **आनुवंशीय रक्तस्राव (हेमोफिलिया) सम्बन्धी अपाङ्गता:** आनुवंशीय असरका कारण रगतमा हुने फ्याक्टरमा विचलन आई रगत जम्ने कार्यमा समस्या उत्पन्न हुने शारीरिक अवस्थाको व्यक्ति।

९. **अटिजमसम्बन्धी अपाङ्गता:** जन्मजात नशा वा तन्तुको विकास र सोको कार्यमा आएको समस्या भएको व्यक्ति (जस्तो: सञ्चार गर्न, सामान्य सामाजिक नियम बुझ्न र प्रयोग गर्न कठिनाइ हुने तथा उमेरको विकाससँगै सामान्य व्यवहार नदेखाउनु, अस्वाभाविक प्रतिक्रिया देखाउनु, एउटै क्रिया लगातार दोहोराइ रहनु, अरूसँग घुलमिल नहुनु वा तीव्र प्रतिक्रिया गर्ने व्यक्ति।

१०. **बहुअपाङ्गता:** एउटै व्यक्तिमा माथि उल्लिखित दुई वा दुईभन्दा बढी प्रकारका अपाङ्गताको समस्या भएको व्यक्ति (जस्तै: मस्तिष्क पक्षघात आदि)

(ख) अशक्तताको गम्भीरताको आधारमा अपाङ्गताहरूलाई निम्नानुसार वर्गीकरण गर्न सकिन्छ:

(१) **पूर्ण अशक्त अपाङ्गता:** आफ्नो दैनिक क्रियाकलाप सम्पादन गर्न निरन्तर रूपमा अरूको सहयोग लिँदा पनि कठिनाइ हुने अवस्थाको व्यक्ति।

(२) **अति अशक्त अपाङ्गता:** वैयक्तिक क्रियाकलाप सम्पादन गर्न तथा सामाजिक क्रियाकलापमा संलग्न हुन निरन्तर रूपमा अरूको सहयोग लिनुपर्ने अवस्थाको व्यक्ति।

(३) **मध्यम अपाङ्गता:** भौतिक सुविधा, वातावरणीय अवरोधको अन्त्य, शिक्षा वा तालिम भएमा अरूको सहयोग लिई वा नलिई नियमित रूपमा आफ्नो दिनचर्या र सामाजिक क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्ने अवस्थाको व्यक्ति।

(४) **सामान्य अपाङ्गता:** सामाजिक तथा वातावरणीय अवरोध नभएमा नियमित रूपमा आफ्नो दिनचर्या र सामाजिक क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्ने अवस्थाको व्यक्ति।

अपाङ्गता परिचय पत्र र वितरण प्रक्रिया

अपाङ्गता परिचय पत्र प्राप्त गर्नका लागि स्थानीय निकायले तोकेको ढाँचाअनुसार निवेदन पेस गर्नुपर्छ । निवेदनका साथमा नागरिकताको प्रतिलिपि, पासपोर्ट साइज वा अटो साइजको ३ प्रति फोटो, अपाङ्गता देखिने १ प्रति फोटो वडा कार्यालयले दिएको सिफारिस पत्र पेस गर्नुपर्छ । नाबालक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हकमा अपाङ्गता परिचय पत्र लिनका लागि निजको जन्म दर्ता वा अभिभावकको नागरिकताको प्रतिलिपि चाहिन्छ । नदेखिने अपाङ्गताको हकमा भने सम्बन्धित स्वास्थ्यकर्मीले जाँच गरी दिएको पत्र समावेश गर्न सकिन्छ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले अपाङ्गता परिचय पत्र लिनका लागि अस्थायी बसोबास भएको ठाउँबाट लिन मिल्ने व्यवस्था रहेको छ । यसका लागि स्थायी ठेगाना भएको स्थानीय निकायबाट अपाङ्गता परिचय पत्र नलिएको भनी सिफारिस ल्याउनुपर्ने वा बसाइँसराइको प्रमाण पत्र, जग्गाधनी प्रमाण पत्र, शैक्षिक योग्यताका प्रमाण पत्र तथा मतदान परिचय पत्र पनि पेस गर्न सकिने व्यवस्था रहेको जानकारी भयो । यसका साथै जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा दर्ता भएका अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने सङ्घ संस्थाहरूले गरेको सिफारिसका आधारमा पनि अपाङ्गता परिचय पत्र लिन सकिने व्यवस्था रहेको छ।

अपाङ्गता परिचय पत्र लिनको लागि यस सत्रमा उल्लेख गरिएका कागजातहरू पूरा गरी वडा कार्यालयहरुबाट सिफारिस लिएर आफ्नो गाउँपालिका, नगरपालिका, उपमहानगरपालिका, महानगरपालिकाको महिला बालबालिका शाखामा कागजातहरू पेस गरेपछि समन्वय समितिको बैठक बसेर अपाङ्गता परिचय पत्र उपलब्ध गराउँदछ।

अपाङ्गता परिचय पत्र लिनका लागि अपाङ्गता भएका व्यक्ति स्वयम् वा संरक्षकले निवेदन दिनुपर्छ। संरक्षक वा अभिभावक नभएको खण्डमा वडा अध्यक्ष तथा जनप्रतिनिधहरुले पनि निवेदन दिन सक्ने व्यवस्था रहेको छ।

मर्यादित शब्दावली

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको सवालमा मर्यादित शब्दावली प्रयोग गर्नुपर्छ । हामी कसैले पनि अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई कमजोर, कामै नलाग्ने, बिग्रेको वा भत्केको बस्तुहरूसँग तुलना गर्ने, होच्याएर, जिस्काएर बोल्नुहुँदैन भन्ने कुरा राम्ररी बुझ्न आवश्यक छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई उनीहरूको पहिचान बिगारेर, उपनाम दिएर बोल्नुहुँदैन। यस्तो गरेमा उनीहरूको आत्मसम्मानमा चोट पुग्दछ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई असहाय, विशेष क्षमता, फरक क्षमता भन्न हुँदैन र अपमानजनक शब्दले संशोधन गर्न हुँदैन। यस्ता शब्दहरू प्रयोग गरियो भने उनीहरूलाई हेपिएको ठहरिन्छ। त्यसैले सबैले सभ्य भाषामा अपाङ्गता भएका व्यक्ति भनेर संशोधन गर्नुपर्ने हुन्छ। होच्याउने शब्दहरू प्रयोग गर्न नपाइने कानुनी व्यवस्था पनि छ। यदि यस्ता अपमानजनक शब्दहरू प्रयोग गरेमा उजुरी लाग्छ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको सवालमा कुरा गर्दा विशेष गरी असभ्य भाषा वा गलत शब्दहरू प्रयोग गर्ने, हास्यव्यङ्ग्यात्मक रूपमा कार्यक्रम गर्ने, मनोरञ्जनको लागि पनि अपमानजनक शब्दहरू प्रयोग गर्ने गरेको पनि पाइन्छ जुन गलत कार्य हो। यस्ता कार्य दण्डनीय हुन्छन्।

सम्मानजनक शब्दावलीहरूमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू, अपाङ्गता नभएका व्यक्तिहरू, शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति, दृष्टिविहीन, दृश्यविहीन, दृष्टिविहीनता जस्ता शब्दहरू सही र सम्मानजनक हुन्छन्।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई संशोधन गर्दा सभ्य भाषा, सही शब्द प्रयोग गरेर संशोधन गर्नका लागि नेपाल सरकारले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि सही शब्दावलीहरू पनि चयन गरी निर्देशिका ल्याएको छ । अरू सही शब्दावलीहरूमा बहिरा वा सुस्त श्रवण, बौद्धिक, स्वर बोलाइ तथा भकभके बोली भएका व्यक्ति, आँखा पनि नदेख्ने कान पनि नसुन्नेलाई श्रवण दृष्टिविहीन र मानसिक समस्या भएकालाई मनोसामाजिक अपाङ्गता भनिनुपर्ने भनेर निर्देशिकामा उल्लेख छ। यस्ता सही र सम्मानित शब्दहरू अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि मात्रै नभएर सबै मानिसहरूलाई प्रयोग गर्न सकेमा बालबालिकाहरूको सिकाइ क्षमता राम्रो हुने र आत्मसम्मान बढ्ने कुरा यसबाट प्रस्ट रूपमा बुझ्न सकिन्छ र अरूलाई पनि बुझाउन सकिन्छ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई कसरी सम्बोधन गर्ने ?

सम्बोधन गर्नुपर्ने शब्द	क्रियात्मकता सीमितता (Functional Limitations)
दृष्टिविहीन	चस्मा प्रयोग गर्दा पनि वस्तुको रङ्, रूप, आकार, आकृति वा प्रकार छुट्याउन नसक्ने। दुवै आँखाले पूरै देख्न नसक्ने। हिँडडुल गर्न मानव पथ-प्रदर्शक वा सेतो छडीको प्रयोग गर्ने।
न्यून दृष्टियुक्त व्यक्ति	चस्मा प्रयोग गरेर वा नगरे पनि नजिकबाट ठुलो वस्तुको आकार र रङ्ग छुट्याउन सक्ने, सानो वस्तु देख्न वा साना अक्षरहरू पढ्न अवरोध हुने। ठुला वस्तु वा अक्षर आँखाको नजिक लगेर पढ्न सक्ने, सेतो छडी नलिईकन पनि सामान्य हिँडडुल गर्न सक्ने, २० फिटभन्दा कमको दूरीबाट हातको औँला छुट्याउन सक्ने।
शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति	हात, खुट्टा, ढाड, हाड, जोर्नी, मांसपेशी, नसालगायत अन्य अङ्ग वा प्रणालीमा आंशिक वा पूर्ण रूपमा क्षति पुगी अङ्गहरू चलाउन, हिँडडुल गर्ने, हात-खुट्टा चलाउन समस्या वा कठिनाइ हुने। उमेर पुगिसकेका तर ४ फिटभन्दा साना (होचा पुड्का) व्यक्ति।
सुस्त श्रवण	कान कम सुन्ने वा नजिकबाट आएको ठुलो आवाज सुन्न सक्ने, स्पष्ट बोल्न सक्ने तर सानो वा सामान्य स्वरमा बोलेको सुन्न नसक्ने, श्रवण-यन्त्र लगाएर सुन्न सक्ने व्यक्ति।
स्वर-बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्ति	सुन्न सक्ने तर स्वर र बोलीमा मात्र समस्या भएको, बोल्न वा शब्द उच्चारण गर्नमा कठिनाइ हुने वा अक्षर वा शब्द दोहोराएर वा भकभकाएर बोल्ने, ओठ वा तालु फाटेर बोल्न अवरोध हुने, विभिन्न कारणले कृत्रिम स्वर – यन्त्र प्रयोग गर्नु पर्ने।
बौद्धिक वा सिकाइसम्बन्धी	उमेर अनुसार सिक्नु पर्ने कुराहरू सिक्न वा गर्नु पर्ने क्रियाकलापहरू गर्न नसक्ने, उमेर बढ्दै गए पनि व्यवहार सानै बच्चाको जस्तो रहने, सिक्न सके पनि सिकाइमा ढिलाइ हुने र एउटा निश्चित समयपछि सिकाइ अघि बढ्न नसक्ने व्यक्ति।
अटिजम	सामान्य सञ्चारमा कठिनाइ हुने, सामाजिक व्यवहार गर्न कठिनाइ हुने, एउटै क्रियाकलाप दोहोर्याइरहने, दृश्य र तस्बिरहरूका माध्यमबाट सिक्न सक्ने वा सञ्चार गर्ने, एक्लै बस्न मन पराउने।
मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति	विभिन्न कारणले मानसिक अवस्थामा विचलन आई दैनिक जीवनका क्रियाकलाप र जीवनका विभिन्न पक्षमा सहभागी हुन अवरोधहरूको सामना गर्नु पर्ने।
श्रवण दृष्टिविहीन	आँखा नदेख्ने, बोल्न नसक्ने र कान सुन्नसमेत नसक्ने व्यक्ति।
अपाङ्गता नभएका व्यक्ति	माथि उल्लेख गरिएका व्यक्तिहरूलाई समग्रमा सम्बोधन गर्दा प्रयोग हुने शब्द (साझा शब्द) हो- अपाङ्गता भएका व्यक्ति।
अपाङ्गता नभएका व्यक्ति	माथि उल्लेख गरिएका विविध प्रकृतिका अपाङ्गताको अवस्थामा नरहेका व्यक्तिलाई सम्बोधन गर्न प्रयोग गरिने शब्द हो- अपाङ्गता नभएका व्यक्ति।

कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचान

दिनः दोस्रो | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

बालबालिकाहरूको कार्यगत सीमितता तथा अपाङ्गता पहिचान समयमा नै गर्नु आवश्यक छ। कार्यगत सीमितता तथा अपाङ्गता पहिचान समयमै भएको खण्डमा आवश्यकताअनुसार स्वास्थ्य, शिक्षालगायत अन्य क्षेत्रहरूमा सहयोग पुर्याउन सकिन्छ। बालविकास शिक्षकहरूले यसमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्दछन् । अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचान गर्नका लागि ज्ञान, सिपलगायत विभिन्न साधनहरूको आवश्यकता पर्दछ। तसर्थ यस सत्रमा बालबालिकाहरूको अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितताको पहिचान एवम् पहिचानका प्रक्रियाका सम्बन्धमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचानको परिचय एवम् महत्त्वबारे बताउन
- बालबालिकाहरूमा भएका कार्यगत सीमितता या अपाङ्गताको प्रारम्भिक पहिचान गर्दा प्रयोग हुने साधनको बारेमा सामान्य जानकारी दिन
- सहायक सामग्री र सहायक प्रविधिको अवधारणा र यिनको उपयोगिता पहिल्याउन।

विषयवस्तु

- कार्यगत सीमितता या अपाङ्गताको प्रारम्भिक पहिचानको परिचय र महत्त्व
- प्रारम्भिक पहिचानका साधन
- सहायक सामग्री र सहायक प्रविधि

तालिम सामग्रीहरू

बोर्ड, मार्कर, मेटाकार्ड, न्युजप्रिन्ट पेपर, घटना, व्हिलचेयर, सेतो छडी, मेग्निफायिङ्ग ग्लास, हियरिङ एड, बोल्ने प्रविधि भएको मोबाइल वा ल्यापटप।

सहजीकरण क्रियाकलाप

<table>
<tr><th>क्र.सं.</th><th>क्रियाकलाप विस्तृतीकरण</th><th>समय</th></tr>
<tr><td>१</td><td>विषय परिचय
• सहभागीहरूलाई देहायको प्रश्न सोध्ने :
◦ हालसम्म तपाईँहरूले कुनै बालबालिकामा कुनै किसिमको कार्यगत सीमितता या अपाङ्गता भए नभएको पहिचान गर्नुभएको छ ?
◦ पहिचान गर्ने गर्नुहुन्छ भने कसरी गर्नुहुन्छ ?
◦ यदि पहिचान गर्ने काम गर्नुभएको छैन भने कसरी गर्नुपर्ला भन्ने लाग्छ?
• सहभागीहरूबाट आआफ्ना अनुभव तथा विचार प्रस्तुत भएपछि सहजकर्ताले फेरि एकपल्ट कार्यगत सीमितताको बारेमा बताउने र त्यसको पहिचान गर्ने विश्वव्यापी प्रक्रिया नै रहेको छ भनेर जानकारी गराउने।
• सिकाइमा समस्या छ कि छैन, अन्य बालबालिकाभन्दा सक्रिय छ कि छैन, सुनाइ गुम्दै गएको छ कि आदि जस्ता धेरै कार्यगत सीमितताहरू देखिदैन र यसको पहिचान नै गर्नुपर्छ भनेर बताउने।
• कार्यगत सीमितताको पहिचान हुने बित्तिकै उसलाई अपाङ्गता भएको बालक वा बालिका भन्न चाहिँ नमिल्ने र त्यसका लागि चिकित्सिकसँगको सल्लाह र रिफरल सेवा लिनुपर्ने पनि जानकारी गराउने।
• अब यो सत्रमा हामी यिनै विषयमा छलफल तथा अभ्यास गर्छौं भनेर सहभागीहरूलाई बताउने।</td><td>१० मिनेट</td></tr>
<tr><td>२</td><td>प्रारम्भिक पहिचानको परिचय, महत्व र साधन
• कार्यगत सीमितता या अपाङ्गताको प्रारम्भिक पहिचान र महत्वको बारेमा सहभागीहरूलाई आआफ्नो बुझाइ एक/एक बुँदामा लेखेर पालैपालो भन्न लगाउने।
• सहभागीहरूका प्रतिक्रियाहरूलाई समेट्दै प्रारम्भिक पहिचानको परिचय र महत्त्वका बारेमा सहजकर्ताले प्रस्ट पार्ने :
◦ प्रारम्भिक पहिचान भनेको कुनै पनि बालबालिकाको निश्चित कार्य वा गतिविधि गर्न सक्ने क्षमतामा प्रभाव पार्ने केही चुनौती वा विचलन (कठिनाइ) छ कि भनेर गरिने प्रक्रिया हो।
◦ यस्ता विचलन (Impairment) वा कठिनाइहरू शारीरिक, इन्द्रियसँग सम्बन्धित वा बौद्धिक प्रकृतिका हुन सक्छन् र यिनीहरूले बालबालिकाको हिँडडुल वा हलचल गर्ने, सञ्चार गर्ने, सिक्ने, सुन्ने, देख्ने वा दैनिक क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्ने क्षमतामा प्रभाव पार्न सक्छन्।
◦ यस्ता कठिनाइहरू विविध कारणले हुन सक्छन्, जस्तै– शरीरको कुनै भागमा भएको विचलन, सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता वा अन्य स्वास्थ्य अवस्था आदि।
◦ प्रारम्भिक पहिचान एकदमै महत्वपूर्ण हुन्छ किनभने यसले यदि कोही</td><td>३० मिनेट</td></tr>
</table>

	◦ बालबालिकालाई सिकाइ वा अन्य गतिविधिमा कुनै सहयोग वा अनुकूलन चाहिन्छ भने सो कुराको सुनिश्चितता गर्छ, जस्तै– कसैलाई सुनाइ एड चाहिन सक्छ, कसैलाई पावरवाला चस्मा चाहिन सक्छ, कसैलाई थेरापी चाहिन सक्छ, कसैलाई सिकाइका अलग अलग तरिकाहरू चाहिन सक्छ आदि। ◦ कठिनाइहरूलाई सुरुमा नै पहिचान र सम्बोधन गर्न सकियो भने पछि गएर सम्बोधन गर्न गाह्रो हुने समस्याहरू पहिले नै रोक्न वा न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ। • अब सबै सहभागीहरूलाई प्रारम्भिक पहिचानका लागि वासिङ्टन ग्रुप प्रश्नावली भन्ने साधनको प्रयोग गरिन्छ भनेर बताउने। सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई त्यो प्रश्नावलीमा हुने प्रश्नहरूको साधारण जानकारी दिने। तर यसरी पहिचान गर्न र यो प्रश्नावलीको प्रयोग गर्न विशेष तालिम नै लिनुपर्ने र तालिम नपाएका जोसुकैले अपाङ्गता पहिचान गर्न नहुने जानकारी गराउने।	
३	**सहायक सामग्री र प्रविधि** • सर्वप्रथम सहभागीहरूलाई अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका सन्दर्भमा सहायक सामग्री भनेको के होला भनेर सोध्ने? सहभागीहरूका विचारलाई समेटेर सहजकर्ताले सहायक सामग्रीका बारेमा देहायबमोजिम प्रस्ट पार्ने: अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई दैनिक जीवनयापनका क्रियाकलाप गर्न सघाउने सामग्रीहरूलाई सहायक सामग्री भन्छन्, जस्तै– ◦ शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिले प्रयोग गर्ने व्हिलचेयर वैशाखी, कृत्रिम खुट्टा आदि। ◦ दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिले प्रयोग गर्ने सेतो छडी, मेग्निफायिङ्ग ग्लास, ठुला अक्षरमा लेखिएका किताबहरू आदि। ◦ बहिरा वा सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिले प्रयोग गर्ने साङ्केतिक भाषा, हियरिङ एड आदि। • अब सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई सहायक प्रविधि भनेको चाहिँ के होला भनेर सोध्ने र सहभागीहरूलाई आआफ्ना विचार प्रस्तुत गर्न लगाउने। • सहभागीहरूका विचार तथा अनुभवलाई समेटेर अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका सन्दर्भमा सहायक प्रविधिका बारेमा सहजकर्ताले देहायबमोजिम प्रस्ट पार्ने: ◦ अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू तथा बालबालिकाहरूको दैनिक जीवनयापनका क्रियाकलापमा सहयोग गर्ने प्रविधिहरू सहायक प्रविधि हुन्, जस्तै– बोल्ने मोबाइल, बोल्ने घडी, ठूलो पारेर चलाउने कम्प्युटर, हात चलाउन अफ्ट्यारो हुने व्यक्तिहरूका लागि जोयस्टिक कम्प्युटरको स्क्रिनमा देखिएका कुरालाई ब्रेल लिपिमा देखाउने मेसिन आदि। • यस सत्रलाई अझ रोचक तथा उपलब्धिमूलक बनाउनका लागि	४० मिनेट

आयोजक/सहजकर्ताले अपाङ्गता भएका स्थानीय व्यक्ति जसले सहायक सामग्री वा सहायक प्रविधि प्रयोग गर्नुहुन्छ वहाँलाई आमन्त्रण गर्ने र सहभागीहरूलाई त्यस्ता प्रविधि नजिकबाट अवलोकन गर्न दिने साथै ती सामग्री वा प्रविधिको प्रयोगका सम्बन्धमा छलफल गर्न लगाउने।

- अब सहभागीहरूलाई कोठामा रहेका व्हिलचेयर हेर्न, धकेल्न, चलाउन, बसेर गुडाउन तथा साथीहरूलाई सहयोग गर्न प्रेरित गर्ने। यसैगरी आँखामा पट्टी बाँधेर सेतो छडी टेकेर हिँड्न वा अर्को साथीको हात समातेर बाटो देखाइदिने आदि जस्ता अभ्यासहरू गरेर वा कोही आमन्त्रित भए वहाँसँग भएका सहायक सामग्री वा सहायक प्रविधिका सामग्रीहरूलाई नजिकबाट हेर्न र चलाउन सिक्न प्रेरित गर्ने।
- अन्त्यमा सहजकर्ताले देहायको निष्कर्ष दिने :

  अपाङ्गता भएका बालबालिकाले आफ्नो अवस्थाअनुसार विविध सहायक सामग्री वा प्रविधि प्रयोग गरिरहेका हुन सक्छन् । उदाहरणका लागि कोही बालबालिका व्हिचलचियर चढ्ने वा सानो बैसाखी टेक्ने, कसैले पावरवाला सिसाले किताबहरू हेर्ने वा हियरिङ एड लगाउने आदि। बालबालिकाका यस्ता सामग्रीहरूको प्रयोगलाई ससम्मान स्वीकार गर्ने र अपाङ्गता नभएका अन्य बालबालिकालाई पनि यी कुरा बुझाएर यस्ता सामग्रीको प्रयोगलाई सम्मान गर्न सिकाउने दायित्व शिक्षकको हुन्छ।

  यसका साथै यस्ता सामग्री वा प्रविधिको बारेमा केही थाहा नपाएका अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस्ता सामग्रीले सहयोग गर्छ भनेर पनि शिक्षकले सल्लाह दिनुपर्छ । यसका लागि स्थानीय अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका संस्थासँग पनि समन्वय गर्न सकिन्छ।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- प्रारम्भिक पहिचान के हो र किन महत्त्वपूर्ण छ ?
- प्रारम्भिक पहिचान कसले र कसरी गर्ने हो ?
- सहायक सामग्री र सहायक प्रविधि भनेको के हो ?

कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचान

बालबालिकाहरूको कार्यगत सीमितता तथा अपाङ्गता पहिचान समयमा नै गर्नु आवश्यक छ । कार्यगत सीमितता तथा अपाङ्गता पहिचान समयमै भएको खण्डमा आवश्यकताअनुसार स्वास्थ्य, शिक्षालगायत अन्य क्षेत्रहरूमा सहयोग पुर्याउन सकिन्छ। बालविकास शिक्षकहरूले यसमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्दछन्। अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचान गर्नका लागि ज्ञान, सिपलगायत विभिन्न साधनहरूको आवश्यकता पर्दछ।

अपाङ्गता चिन्न र जान्न बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक अवस्थाअनुसार अपाङ्गतासम्बन्धी ज्ञान भएका विज्ञहरुले परीक्षण गरेर अपाङ्गताको पहिचान गर्न सक्छन् । यसबाट विद्यालयमा सिकाउने क्रममा बालबालिकाहरूको मानसिक तथा शारीरिक अवस्था कस्तो छ, सिकाइ क्षमतामा कुनै कठिनाइ छ कि छैन भनेर थाहा पाउन सकिन्छ। बालबालिकाको अवस्था थाहा पाउनका लागि सिकाइमा कुनै कठिनाइ छ, धेरै छ, छँदै छैन जस्ता ४ प्रकारका अवस्था रहेका छन् । बालबालिकाहरूलाई हेर्नमा वा देख्नमा कुनै समस्या छ वा छैन, सुन्न सक्छन् कि सक्दैनन्, कति मात्रमा सुन्न सक्छन्, भनेको वा सुनेको कुरा राम्ररी बुझ्न सक्छन् वा सक्दैनन् भन्ने कुराहरू राम्ररी थाहा पाउनुपर्दछ।

विद्यालयमा बालबालिकाहरू आफ्ना दैनिक रूपमा गरिने सामान्य कामहरू आफैँ गर्न सक्छन् वा सक्दैनन्, आफैँ खाना खान, शौचालय जान, दिसा पिसाब लागेको भन्न, आफ्नो कापी किताब तथा झोलाको सुरक्षा गर्न सक्छन् वा सक्दैनन् भन्ने कुराहरूको विषयमा पनि बालविकास शिक्षकले राम्ररी अवलोकन गर्नुपर्दछ । यति मात्रै नभएर यी बालबालिकाहरू आफ्ना साथीहरूसँग घुलमिल हुन, खेल्न, बोल्न सक्छन् वा सक्दैनन् भन्ने कुराहरू पनि थाहा पाउनुपर्दछ ।

बालबालिकाहरूले दोहोरो कुरा गर्न, घुलमिल हुन सक्ने वा नसक्ने अवस्थाहरू पनि बालविकास शिक्षकले थाहा पाउनुपर्दछ । बालबालिकाको यस्ता गतिविधिहरूको बारेमा जानकारी लिन सकियो भने सजिलै गरी अपाङ्गताको पहिचान हुन मद्दत पुग्छ र सोहीअनुसारको शिक्षा विधि अपनाएर बालबालिकाहरूलाई सिकाउनुपर्छ।

बालबालिकामा शारीरिक, मानसिक अवस्थाअनुसार बोल्न, खेल्न, साथीहरूसँग वा शिक्षकहरूसँग घुलमिल हुन, सञ्चार गर्न सक्ने अवस्था देखिएमा वा उनीहरूको अवस्था चिन्ह नसकेमा स्वास्थ्य चौकी वा अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने सङ्घ संस्थाहरू, गाउँपालिका, नगरपालिकामा हुने बालबालिका शाखामा जानकारी गराउनुपर्ने हुन्छ । अपाङ्गता पहिचान भई सकेका बालबालिकाहरूलाई थप स्वास्थ्य सेवा, परामर्श आवश्यक भयो भने उपलब्ध गराउनुपर्ने र बालबालिकाको शिक्षालाई अगाडि बढाउनुपर्ने हुन्छ।

कार्यगत सीमितताको प्रारम्भिक पहिचानको प्रक्रिया:

१. **पहिचान:**
यस प्रक्रियामा कार्यगत सीमितताका कारण बालबालिकाको विकास तथा प्रगतिको मूल्याङ्कन गर्ने र उनीहरूले भोगिरहेको कठिनाइ वा ढिलाइ हुनाको कारण र सुधारका क्षेत्रहरू पहिचान गर्ने कार्य गरिन्छ।

२. **मूल्याङ्कन:**
मूल्याङ्कनमा बालबालिकाको आवश्यकता र क्षमताहरूको थप मूल्याङ्कन समावेश हुन्छ । यस्तो मूल्याङ्कनमा व्यावसायिक रूपमा दक्ष चिकित्सकहरू तथा स्पिच थेरापिष्टहरूद्वारा स्तरीकृत मानकका आधारमा बालबालिकाको आवश्यकता र क्षमता परीक्षण, अवलोकन र मूल्याङ्कन गरिन्छन्।

३. **योजना र क्रियाकलाप:**
कार्यगत सीमितताहरू पहिचान गरिसकेपछि बालबालिकाको सफलता र समावेशीकरणलाई बढवा दिन व्यक्तिगत योजना र क्रियाकलाप तय गर्नुपर्दछ । शिक्षकले सिकाइ वातावरणमा समयानुकूल परिमार्जन, शिक्षण अभ्यासहरूमा समायोजन, थप सहयोग तथा परामर्श समावेश गर्न सक्दछन्।

बालविकास शिक्षकहरूले कार्यगत सीमितताहरूको प्रारम्भिक पहिचानलाई प्राथमिकता दिएर, अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूसहित सबै बालबालिकाहरूको विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई प्रस्फुटन गर्न सक्छन् । बालविकास शिक्षकले बालबालिकाको लागि व्यक्तिगत योजना र क्रियाकलाप छनौट, मूल्याङ्कन र विकास गर्ने, प्रारम्भिक पहिचान सरोकारवालाहरूसँगको सहकार्य, आदिलाई जोड दिन सक्दछन् जसले गर्दा अपाङ्गता भएका र अन्य सबैलाई समावेशी वातावरण सिर्जना गर्न सकिन्छ।

समावेशी शिक्षा

दिनः दोस्रो | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

बालविकास शिक्षालाई अपाङ्गता भएका लगायत अन्य बालबालिकाहरूको लागि समावेशी बनाउनका लागि नेपालमा समावेशी शिक्षाको स्थिति कस्तो छ भनेर थाहा पाउन जरूरी हुन्छ। समावेशी शिक्षा, एकीकृत शिक्षा र विशेष शिक्षा जस्ता अवधारणहरूको बारेमा बुझ्न सकियो भने हाम्रो यात्रा कुन प्रणालीतर्फ अगाडि बढ्नुपर्ने हो भन्ने पानि यकिन गर्न सकिन्छ । यस सत्रमा समावेशी शिक्षाका विविध पक्षहरूका बारेमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- समावेशी शिक्षा, एकीकृत शिक्षा र विशेष शिक्षाको अवधारणामा परिचित हुन एवम् तिनीहरूबिचको भिन्नता छुट्याउन
- समावेशी शिक्षा तथा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू सम्बद्ध ऐन, नीति, नियम तथा सेवा सुविधाहरूबारे बताउन
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले भोग्नुपरेका अवधारणागत, वातावरणीय, संस्थागत अवरोधहरू पत्ता लगाउन र ती अवरोधहरू न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू पहिल्याउन।

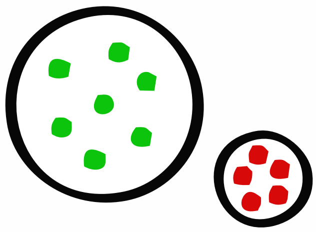
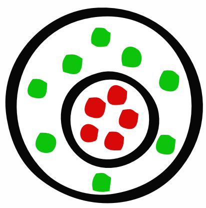
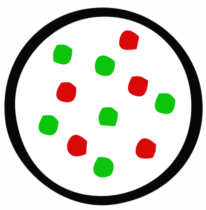
विषयवस्तु

- समावेशी शिक्षा, एकीकृत शिक्षा र विशेष शिक्षाको अवधारणा
- समावेशी र बहिष्करणबिचको भिन्नता
- ऐन, कानुन, नीति, नियम तथा सेवा सुविधा
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले भोग्नुपरेका कठिनाइ तथा न्यूनीकरणका उपाय

तालिम सामग्रीहरू

बोर्ड, मार्कर, मेटाकार्ड, पाठपत्र, न्युजप्रिन्ट पेपर आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**विशेष शिक्षा, एकीकृत शिक्षा र समावेशी शिक्षाको अवधारणा** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई ३ समूहमा बाँड्ने र हरेक समूहलाई न्युजप्रिन्ट पेपर र कालो, रातो र हरियो कलरको मार्कर दिने । अब सहभागीहरूलाई निम्नानुसार समूहगत रूपमा चित्र बनाउन लगाउने । **पहिलो समूहः** कालो रङको मार्करले एउटा ठुलो र अलि पर अर्को सानो गोलो बनाउने । ठुलो गोलोमा हरियो रङका ससाना ८-१० ओटा थोप्ला (dots) बनाउने। सानो गोलोमा रातो रङका ५ ओटा जति थोप्ला बनाउने ।  **दोस्रो समूहः** कालो रङको मार्करले एउटा ठुलो गोलो बनाउने । त्यही गोलोभित्र एउटा कुनै ठाउँमा अर्को सानो गोलो पनि बनाउने । ठुलो गोलोमा हरियो रङका थोप्ला बनाउने । तर ती थोप्ला सानो गोलोमा नछुवाउने । सानो गोलोभित्र फेरि ५ ओटा रातो रङ थोप्ला बनाउने ।  **तेस्रो समूहः** एउटा मात्र ठुलो गोलो बनाउने र त्यहाँभित्र हरियो थोप्ला र रातो थोप्लाहरू छ्यासमिस पारेर राख्ने ।  • अब तीनओटै तस्बिरहरू प्रदर्शन गर्न लगाउने र सहभागीहरूलाई सोध्ने : यो हामीले के गरेको होला ? सहभागीहरूबाट विभिन्न प्रतिक्रिया लिएपछि सहजकर्ताले देहायका बुँदाहरू प्रस्तुत गरी प्रस्ट पार्नेः ◦ यहाँ हरियो थोप्लाहरूले अपाङ्गता नभएका बालबालिकालाई जनाएको छ	१० मिनेट

	भने रातो थोप्लाहरूले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई जनाएको छ। ◦ पहिलो तस्बिरमा अपाङ्गता भएका र नभएका बालबालिकाहरू छुट्टाछुट्टै विद्यालयहरूमा पढ्ने अवस्था छ । यस्ता छुटटै विद्यालयहरूलाई विशेष विद्यालय भनिन्छ । हाल पनि दृष्टिविहीन, बहिरा बालबालिकाहरू र बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि यस्ता विशेष विद्यालयहरू रहेका छन्। ◦ दोस्रो तस्बिरमा अपाङ्गता भएका र नभएका बालबालिकाहरु एउटै विद्यालय हाताभित्र रहेका भएपनि अझ पनि छुट्टाछुट्टै कक्षाहरूमा पढिरहेका छन् । यस्ता प्रणालीलाई एकीकृत शिक्षा भनिन्छ । हाल नेपालभर रहेका स्रोत कक्षाहरू यसका उदाहरण हुन्। ◦ स्रोत कक्षा भनेको अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अरू सरहको सामान्य कक्षाकोठामा पढ्नका लागि चाहिने सिप प्रदान गर्ने कक्षा हो, जस्तै- ब्रेल लिपि, साङ्केतिक भाषा आदि। ◦ तेस्रो तस्बिरमा अपाङ्गता भएका र नभएका बालबालिकाहरू एउटै कक्षामा बसेर पढिरहेका छन् । यस्तो शिक्षालाई समावेशी शिक्षा भनिन्छ। • अब सहभागीहरूलाई हरेक शैक्षिक प्रणालीका राम्रा र नराम्रा पक्षहरूबारे छलफल गराउने र अन्त्यमा सहभागीहरूलाई हामी सबै समावेशी शिक्षाको लक्ष्यमा हिँडिरहेका छौँ र त्यहाँ नपुगन्जेल अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू शिक्षाको अधिकारबाट वञ्चित नहोउन् भनेर अन्य प्रणालीहरूले पनि सहयोग गरिरहेका छन् भनेर स्पष्ट पार्ने। समावेशी शिक्षा एउटा लामो यात्रा हो, हाम्रो शिक्षा प्रणाली त्यो यात्रामा हिँडिरहेको छ भनेर प्रस्ट पार्ने।	
२	**समावेशी शिक्षासम्बन्धी नीति तथा कार्यक्रमहरू** • समावेशी शिक्षा नीति, नियम तथा सेवा सुविधाबारे खेल विधिबाट स्पष्ट पार्ने। • ठिक बेठिक खेल खेलाउनका लागि सहजकर्ताले तल दिइएका समावेशी शिक्षा, ऐन, नीति नियम, सेवा सुविधासम्बन्धी ठिक वा बेठिक कथनहरू (उत्तरसहित) पाठपत्रको रूपमा राख्ने। सबै सहभागीहरूलाई तालिम कक्षमा उभिन भन्ने र उक्त हरेक कथन पालैपालो पढेर सुनाउने । प्रत्येक कथन पढिसकेपछि 'ठिक' लाग्ने सहभागीहरूलाई बस्न र 'बेठिक' लाग्ने सहभागीहरू उठिराख्न भन्ने । सहभागीलाई कारण वा तर्कसहित ठिक बेठिक छुट्याउन लगाउने। आवश्यकताअनुसार सहजकर्ताले सही उत्तर स्पष्ट पार्ने। **समावेशी शिक्षासम्बन्धी नमुना कथनहरू** • शारीरिक कठिनाइ वा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले मूलधारका विद्यालयहरूमा सफलता प्राप्त गर्न सक्छन्। ***उत्तर:*** *ठिक, यदि सही टेवा दिने व्यवस्था गरिएको छ भने शारीरिक अपाङ्गताले विद्यालयमा सफल हुन रोक्दैन ।* • अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू सुरक्षित हुनका लागि स्कुल नगई घरैमा	४० मिनेट

बस्नुपर्छ।

उत्तर: *बेठिक, यदि प्रधानाध्यापक, शिक्षक तथा अन्य कर्मचारीहरूले उनीहरूको सुरक्षामा विचार पुर्‍याउँछन् भने अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू विद्यालयमा सुरक्षित हुन्छन्।*

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई आवश्यकताअनुसार शिक्षकहरूबाट अतिरिक्त सहयोग चाहिने हुन्छ।

  उत्तर: *ठिक, अपाङ्गता भएका वा कार्यगत सीमितता भएका बालबालिकाहरूलाई अतिरिक्त सहयोग चाहिन्छ जस्तो कि बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई दोहोर्‍याई दोहोर्‍याई सिकाउनुपर्ने हुन्छ।*

- अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितता भएका बालबालिकाहरू अपाङ्गता वा कठिनाइ नभएका बालबालिकाहरूसँगै बसेर पढ्ने कक्षा नै स्रोत कक्षा हो।

  उत्तर: *बेठिक (सही एकीकृत विद्यालय)*

- एकै प्रकारका अपाङ्गता वा कार्यगत सीमितता भएका बालबालिकाहरू मात्र पढ्ने विद्यालय "विशेष विद्यालय" हो।

  उत्तर: *ठिक*

- विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता वा कार्यगत सीमितता भएका र नभएका बालबालिकाहरू एउटै विद्यालयमा सँगसँगै पढ्ने विद्यालय समावेशी विद्यालय हो।

  उत्तर: *ठिक*

- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारसम्बन्धी ऐन २०७४ देखि लागू भएको हो।

  उत्तर: *ठिक*

- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि समावेशी शिक्षा नीति २०७५ हो।

  उत्तर: *बेठिक, समावेशी शिक्षासम्बन्धी नीति राष्ट्रिय शिक्षा नीति, २०७६ मा नै समावेश गरिएको छ।*

- पूर्ण अशक्त अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई निलो कार्ड र मासिक रू २००० भत्ताको प्रावधान छ।

  उत्तर: *बेठिक, रातो कार्ड भएकालाई मासिक रू ३९९०*

- अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अधिकारसम्बन्धी ऐन २०७४ अनुसार अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हक हित संरक्षणसम्बन्धी काम गर्नका लागि प्रत्येक गाउँपालिका वा नगरपालिकामा उपाध्यक्ष वा उपप्रमुखको अध्यक्षतामा स्थानीय समन्वय समिति गठन हुने प्रावधान रहेको छ।

  उत्तर: *ठिक*

- हाल नेपाल ३६० स्रोत कक्षाहरू सञ्चालनमा छन्।

  उत्तर: *बेठिक, ३८० स्रोत कक्षाहरू छन्।*

- स्रोत कक्षाहरूको व्यवस्थापनका लागि प्रति कक्षा वार्षिक रु १,००,००० उपलब्ध गराइन्छ ?

  उत्तर: *बेठिक, वार्षिक रू २००,०००/– उपलब्ध गराइन्छ।*

- व्यक्तिगत क्रियाकलाप सम्पादन गर्न तथा सामाजिक क्रियाकलापमा संलग्न हुन निरन्तर अरूको सहयोग लिनुपर्ने अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई "ग" वर्गको पहेँलो अपाङ्गता परिचयपत्र र सामाजिक सुरक्षा भत्ताबापत मासिक रु १००० उपलब्ध गराउने प्रावधान रहेको छ।

  उत्तर: *बेठिक, "ख" वर्गको निलो परिचयपत्र भएकालाई रु १६०० मासिक उपलब्ध गराइन्छ।*
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई परीक्षामा १ घण्टा ३० मिनेटसम्म थप गर्न सकिने प्रावधान छ।

  उत्तर: *ठिक*

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- तपाईँले आफ्नो वरपर विशेष, समावेशी र एकीकृत विद्यालयहरू देख्नुभएको छ?
- समावेशी शिक्षा, विशेष शिक्षा र एकीकृत शिक्षा भन्नाले के बुझिन्छ र तिनको बिचमा के के भिन्नता छन्?
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि तपाईँको विद्यालयले हालको राष्ट्रिय ढाँचाको प्रावधानलाई सम्बोधन गर्ने खालको शिक्षाको अभ्यास भइरहेको छ?

समावेशी शिक्षा

समावेशी शिक्षाको परिचय

नेपालको संविधान २०७२ ले शिक्षालाई मौलिक अधिकारभित्र समावेश गरेको छ र समावेशी शिक्षा पनि यसैअन्तर्गत पर्दछ। सबै बालबालिकाहरूलाई सँगसँगै राखेर उनीहरूको आवश्यकताका आधारमा दिइने शिक्षा नै समावेशी शिक्षा हो।

सबै वर्ग, समुदायका बालबालिकाहरू सँगसँगै बसेर, विना भेदभाव वातावरणमा सिक्ने र सिकाइने शिक्षा समावेशी शिक्षा रहेछ। नेपालको शिक्षा ऐन २०२८ को ९ औं संशोधनकाअनुसार दृष्टिविहीन, न्यून दृष्टियुक्त, बहिरा, सुस्त श्रवण, अटिजम लगायतका सबै प्रकारका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई सँगै राखेर नियमित शिक्षा पद्धतिको नियमअनुसार दिइने शिक्षा नै समावेशी शिक्षा भन्ने बुझ्न सकिन्छ। त्यसै गरी सामाजिक, आर्थिक वा भौतिक कारणले पछाडि पारिएका बालबालिकाहरूलाई भेदभाव नगरिकन दिइने शिक्षा पनि समावेशी शिक्षा हो।

समावेशी शिक्षा लिनका लागि बालबालिकाको भिन्नताको सम्मान, अनुकूल वातावरण, नियमित शैक्षिक पद्धतिअनुसार शिक्षा दिइने र आफ्नो समुदायमा शिक्षा लिन पाउने अधिकार हुन्छ। समावेशी शिक्षा सबैका लागि अनुकूल हुने शैक्षिक पद्धति हो। यसमा कुनै पनि बालबालिकाहरूलाई छुट्टै राखेर सिकाइँदैन। समावेशी शिक्षामा सबैलाई समान व्यवहार, वातावरणमा शिक्षा दिइन्छ।

समावेशी शिक्षाका लागि विद्यालयमा आउने बाटो, खेल मैदान, खानेपानी, कक्षाकोठा लगायत आवश्यक सबै सामग्रीहरू उनीहरू अनुकूलको हुनुपर्छ। भौतिक संरचना र शैक्षिक कार्यक्रमहरू पहुँचयुक्त बनाउनुपर्छ। समावेशी शिक्षाले बालबालिकाको फरकपनलाई स्वीकार्ने गर्छ। बालबालिकाले सिक्न सक्छन् त्यसैले उनीहरूको सिकाइ क्षमता, विधि, पद्धति फरक फरक हुन सक्छन् भन्ने कुरालाई समेत यसले जोड दिन्छ।

समावेशी शिक्षाका सम्बन्धमा नीतिगत व्यवस्था

समावेशी शिक्षाको प्रवर्धन गर्नका लागि शिक्षाको मूल प्रवाहीकरण गर्न कानुनी व्यवस्थाहरू गरिएका छन् । समावेशी शिक्षासम्बन्धी नीतिगत व्यवस्थाहरूमा नेपालको संविधान, शिक्षा ऐन तथा नियमावली, शिक्षक सेवा आयोग नियमावली, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारसम्बन्धी ऐन २०७४, शिक्षा ऐन २०७५ लगायतका ऐन कानुन र नीति नियमहरू छन्।

नेपालको संविधानको धारा ३१ मा शिक्षासम्बन्धी हक रहेको छ। यसको १ मा प्रत्येक नागरिकलाई आधारभूत शिक्षामा पहुँच हुनुपर्ने, अपाङ्गता भएका र आर्थिक रूपले विपन्न नागरिकहरूलाई कानुनबमोजिम निःशुल्क रूपमा उच्च शिक्षा प्रदान गर्नुपर्ने व्यवस्था छ।

समावेशी शिक्षाको नीतिगत व्यवस्थाहरूमा दृष्टिविहीन अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई ब्रेल लिपि, बहिरा र स्वर वा बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएकालाई साङ्केतिक भाषाको माध्यमबाट निःशुल्क शिक्षा दिने व्यवस्था छ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारसम्बन्धी ऐन २०७४ को दफा २१ मा निःशुल्क शिक्षा उपलब्ध गराउने, दफा २२ मा छात्रवृत्ति तथा आर्थिक सुविधा उपलब्ध गराउने व्यवस्था छ । त्यसै गरी दफा २३ मा अपाङ्गता भएका विद्यार्थीहरूको गुणस्तरीय शिक्षामा पहुँच अभिवृद्धि गर्ने व्यवस्था पनि छ। समावेशी शिक्षामा अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा ऐन २०७५ पनि रहेको छ। यसमा पनि समतामूलक पहुँच र विभेदरहित वातावरणमा शिक्षा दिनुपर्ने कुरा उल्लेख गरिएको छ।

राष्ट्रिय शिक्षा नीति २०७६ मा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको शिक्षाको व्यवस्थाहरू उल्लेख गरिएको छ । यस नीतिमा समावेशी शिक्षाको अवसर प्रदान गर्नुपर्ने, छात्रवृत्ति उपलब्ध गराउनुपर्ने, आवश्यक सहायक सामग्री उपलब्ध गराउनुपर्ने व्यवस्था रहेको छ।

समावेशी शिक्षाका कार्यक्रम र सेवा सुविधाहरू

विशेष आवश्यकता भएका कुनै पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि छुट्टै समूहमा राखेर निश्चित माध्यमबाट दिइने शिक्षालाई विशेष शिक्षा भनिन्छ। समावेशी शिक्षाका कार्यक्रमहरूमा विशेष शिक्षा र स्रोत कक्षा पनि हुन्।

विशेष शिक्षा लिने अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूमा दृष्टिविहीन, बहिरा, सुस्त श्रवण, अटिजम र अति अशक्त शारीरिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू पर्दछन्। एकै प्रकारका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई एउटा निश्चित ठाउँमा वा कोठामा मात्रै राखेर सिकाइका लागि लिइने तयारी कक्षा नै स्रोत कक्षा हो भन्ने बुझ्न सकिन्छ। यसमा विशेष शैक्षिक पद्धति र सामग्रीको प्रयोग गरिन्छ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि एकीकृत विद्यालयको व्यवस्था गरिने जहाँ बहिरा, दृष्टिविहीन, शारीरिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई शिक्षा दिइन्छ । विशेष विद्यालय, स्रोत कक्षा सञ्चालनमा छन् । विशेष विद्यालय बहिरा, बौद्धिक र दृष्टिविहीन विद्यार्थीहरूका लागि सञ्चालित छन्। देशभरी स्रोत कक्षा ८० ओटा छन्। सेवा सुविधाअन्तर्गत अन्य कार्यक्रमहरू पनि रहेका छन्, जस्तै- छात्रवृत्ति उपलब्ध, अपाङ्गता पहिचान तथा अभिलेखको व्यवस्था, शैक्षिक सामग्रीको निःशुल्क व्यवस्था आदि । अपाङ्गता अनुकूलको मूल्याङ्कन, परीक्षामा समय थप र छात्रावासको व्यवस्था पनि रहेका छन्।

समावेशी शिक्षाका थप सेवा सुविधाका कार्यक्रमअन्तर्गत स्रोत कक्षा सञ्चालन, दृष्टिविहीन अपाङ्गता भएका विद्यार्थीहरूका लागि स्लेट, सटाइस्, रेडियो, पेन ड्राइभ र अटिजम तथा बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि चित्र पुस्तक जस्ता अनुकूल सिकाइ

सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने, श्रव्य दृश्य पाठ्यसामग्री विकास र प्रसारण, अपाङ्गतामैत्री भौतिक संरचना निर्माण आदि रहेका छन् । साथै अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको अवस्था हेरेर अपाङ्गता परिचय पत्रका आधारमा छात्रवृत्ति पनि उपलब्ध गराउने व्यवस्था छ।

समावेशी शिक्षाका अवरोधहरू र सहयोग (अपाङ्गताकेन्द्रित)

समावेशी शिक्षा लिने क्रममा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई विद्यालयमा स्वागत गर्न सक्ने वातावरण हुनुपर्ने, स्वीकार्न सक्नुपर्ने र आवश्यक सहयोग उपलब्ध गराउन सक्नुपर्दछ । समावेशी शिक्षाका बाधा तथा अवरोधहरू छन्, तिनलाई यसप्रकार प्रस्तुत गर्न सकिन्छ :

धारणागत बाधा - यसमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई घृणा गर्ने, नकारात्मक सोच राख्ने आदि पर्दछन्।

वातावरणीय तथा भौतिक बाधाहरू - यसअन्तर्गत अपाङ्गतामैत्री यातायातको सुविधा नहुनु, अपाङ्गतामैत्री भवन नहुनु आदि पर्दछन्।

संस्थागत बाधा अवरोध - यसमा नीतिगत व्यवस्था, शिक्षकलाई पर्याप्त तालिम नहुनु, अपाङ्गतामैत्री विद्यालय नहुनु, दक्ष जनशक्तिको कमी आदि पर्दछन्।

सञ्चार - सुनेर, बोलेर, देखेर वा छोएर सञ्चार गर्न निकै कठिनाइ हुने हुन्छ । यस्ता अवरोधहरूले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई समावेशी शिक्षा लिनमा कठिनाइ हुन्छ। त्यसैले यस्ता बाधा तथा अवरोधहरू हटाउनका लागि अनुकूल सञ्चारको व्यवस्था गर्नुपर्ने हुन्छ।

विशेष गरी अटिजम, बौद्धिक, बहिरा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सञ्चारमा कठिन हुन्छ । दृष्टिविहीन अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई छोएर वा सुनेर सञ्चार गर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले समावेशी शिक्षा दिँदा उनीहरू अनुकूलको सञ्चारको व्यवस्था गर्न पनि अति नै जरुरी हुन्छ।

समावेशी शिक्षाका अवरोधहरू हटाउनका लागि जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने, अभिभावकलाई शिक्षा दिनुपर्ने, नीतिगत सुधारमा पैरवी गर्ने, लेखाजोखा प्रणालीको क्षमता विकास गर्ने लगायतका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नुपर्ने हुन्छ । यति मात्रै नभएर यस्ता समस्याहरू न्यूनीकरणका लागि सार्वजनिक स्थलहरू तथा भौतिक संरचनाहरू अपाङ्गतामैत्री बनाइनुपर्ने, शिक्षक तालिमहरू सञ्चालन गरिनुपर्ने, सिकाइ सामग्रीहरू अनुकूलन र पहुँचयुक्त बनाइनुपर्ने, अपाङ्गताप्रतिको नकारात्मक सोचको अन्त्य गर्नुपर्ने लगायतका उपायहरू पनि अवलम्बन गर्नुपर्ने हुन्छ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइको आवश्यकता पहिचान

दिनः तेस्रो | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई शिक्षामा समावेशी वातावरणको सिर्जना गर्नका लागि सबभन्दा पहिला उनीहरूको सिकाइको आवश्यकता पहिचान गर्न जरूरी हुन्छ । कस्तो खालको कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूले कसरी सिक्न सक्छन् र के गरेमा उनीहरूको सिकाइलाई सहजीकरण हुन्छ भनेर बालविकास शिक्षकहरूले बुझ्न जरूरी हुन्छ । यदि हरेक बालबालिकाको सिकाइका आवश्यकता पहिचान भयो भने शिक्षकले पनि विभिन्न विधि तथा तौरतरिकाबाट सिकाउन तथा खेलाउन सक्छन्। यस सत्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको विकास तथा सिकाइका अवरोधहरू, तिनलाई न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू र सिकाइ आवश्यकताहरूका बारेमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले विकास तथा सिकाइमा भोग्नुपरेका विविध अवरोधहरू पत्ता लगाउन र न्यूनीकरण गर्ने उपायबारे बताउन
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइका विविध आवश्यकताहरू पहिचान गर्न
- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षालाई समावेशी बनाउने अवसरहरूबारे बताउन।

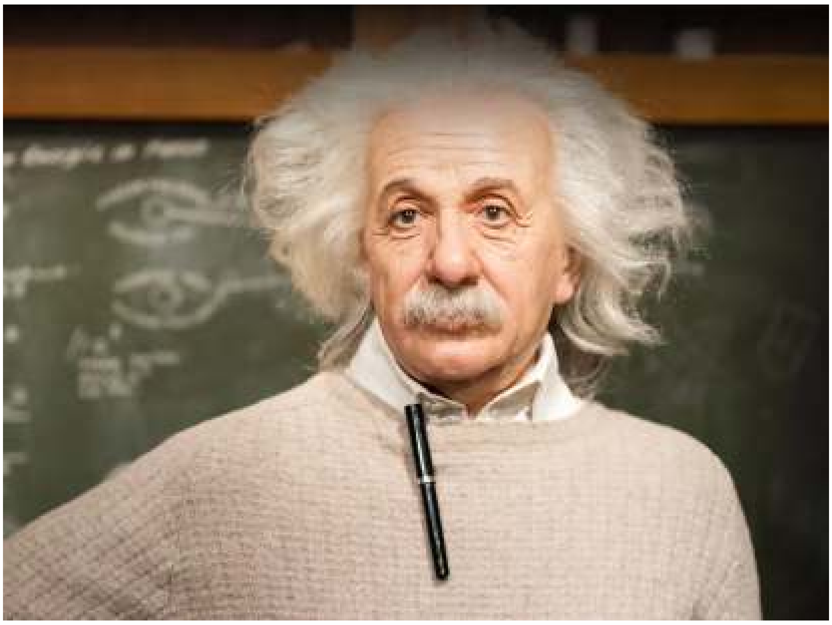
विषयवस्तु

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले शिक्षामा भोग्नुपरेका विविध अवरोधहरू र न्यूनीकरण
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइका आवश्यकता पहिचान गर्न
- प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षालाई समावेशी बनाउने अवसर

तालिम सामग्रीहरू

बोर्ड, मार्कर, मेटाकार्ड, पाठपत्र, न्युजप्रिन्ट पेपर आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**मस्तिष्क मन्थन** • सहभागीहरूलाई निम्न तस्बिर देखाउने।  • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई वहाँलाई चिन्नुहुन्छ भनेर सोध्ने। सहभागीका उत्तरलाई समेटेर वहाँ प्रसिद्ध वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्स्टाइन हुनुहुन्छ भनेर चिनाउने। त्यसपछि एउटा न्युजप्रिन्ट पेपरमा आइन्स्टाइनको एउटा भनाइलाई ठुलो अक्षरमा लेखेको (पहिला नै तयारी) देखाउने। *"सबैजना आ-आफ्ना ठाउँमा बुद्धिमान हुन्छन् तर यदि तिमी माछालाई रूख चढ्न लगाएर उसको सिप जाँच्छौ भने माछाले त जीवनभर आफू त बुद्धिहीन रहेछु भन्ने सोचेर बाच्ने छ।"* • एकजना सहभागीलाई उठाएर ठुलो ठुलो स्वरमा यो भनाइ पढ्न लगाउने। त्यसपछि खुला रूपमा यो भनाइको अर्थ के हो भनेर छलफल गर्ने। • अन्त्यमा समावेशी शिक्षा भनेको हरेक बालबालिकाको आवश्यकता बुझेर उसलाई अनुकूल हुने माध्यमबाट विकास र सिकाइको अवसर प्रदान गर्ने र उसले आफूलाई व्यक्त गर्ने माध्यमबाट उसको मूल्याङ्कन गर्ने पद्धति हो भनेर प्रस्ट पार्ने।	१० मिनेट
२	**अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि अवरोध** • सहभागीहरूलाई अवरोध भन्नाले के बुझ्नुहुन्छ भनेर सोध्ने? अनि तपाईँको लागि केही काम गर्न के के अवरोधहरू छन् भनेर सोध्ने ? • यो विषयमा खुल्ला छलफल चलाउने। त्यसपछि सहजकर्ताहरूले अपाङ्गता भएका बालबालिकाले पनि आफ्नो दैनिक जीवनमा र विशेषगरी शिक्षा प्राप्तिका लागि धेरै किसिमका अवरोधहरूको सामना गर्नुपरेको हुन्छ र यस्ता अवरोधहरू	३० मिनेट

	अपाङ्गताको प्रकारअनुसार फरक फरक पनि हुन सक्छन् भनेर बताउने। • अब सबै सहभागीहरूलाई केही मेटाकार्ड दिने र आफूले देखेको, भोगेको, सुनेको र यो तालिममार्फत बुझेअनुसार अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले भोग्नुपरेका विविध अवरोधहरू लेख्न लगाउने। एउटा मेटाकार्डमा एउटा मात्रै अवरोध लेख्न लगाउने र थप लेख्नुपरेमा अर्को मेटाकार्डको प्रयोग गर्न लगाउने। • यसरी केही समय अवरोध लेखिसकेपछि अब कोठाका फरक फरक ठाउँमा चारओटा न्युजप्रिन्ट टाँस्ने र तिनीहरूमा क्रमशः भौतिक/वातावरणीय अवरोध, सञ्चारको अवरोध, व्यवहारजन्य अवरोध, संस्थागत अवरोध, प्रणालीगत तथा प्रक्रियागत अवरोध लेख्ने। • अब सबै सहभागीहरूलाई आफूले लेखेको अवरोधहरू कुन समूहमा मिल्छ त्यहाँ लगेर टाँस्न लगाउने। आफ्नो बाहेक अरूले लेखेको अवरोधहरू पनि पढ्न लगाउने। कुनै मुख्य अवरोध छुटेको भए सहजकर्ताले पनि लेखेर मिल्ने समूहमा टाँस्ने। • त्यसपछि सहभागीहरूलाई एकै ठाउँमा ल्याएर अवरोधहरू मूलतः चार प्रकारका हुने गर्छन् भनेर प्रस्ट पार्ने। • अब सामूहिक रूपमा अवरोधहरूलाई न्यूनीकरण गर्ने उपाय खोज्ने। त्यसका लागि हरेक समूहबाट एकजना सहभागीले नदोहोरिने गरी मुख्य मुख्य अवरोधहरू पढ्ने र सहभागीलाई यसलाई के गरी कम गर्न सकिएका भनेर सोध्ने। सहभागीबाट आएका सही उत्तरहरूलाई अवरोधको तलपट्टी समाधान भनेर लेख्दै जाने। कुनै अवरोधको न्यूनीकरणको उपाय सहभागीबाट नआए सहजकर्ताले नै प्रस्ट पार्ने र त्यो पनि लेख्ने। • हामीले आफ्नो तर्फबाट अवरोधहरूलाई न्यूनीकरण गर्ने भूमिका खेल्न सक्छौँ र शिक्षालाई समावेशी बनाउन सक्छौँ भनेर सहभागीहरूलाई उत्प्रेरित गर्ने।	
२	**अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकता पहिचान** • बालविकास शिक्षकहरुले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइका विविध आवश्यकताको बारेमा पनि जान्न जरुरी हुन्छ। यसरी फरक-फरक कार्यगत सीमितता र कठिनाइ भएका बालबालिकाहरुले कसरी सिक्न सक्छन् भन्ने थाहा पाइसकेपछि बल्ल शिक्षकहरूले सबै अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरुलाई पनि आफ्नो कक्षामा समावेश गर्न सक्छन् भनी सिकाइ आवश्यकताका बारेमा छलफल गराउने र सहजकर्ताले छोटो व्याख्यासमेत गर्ने। **कथा अध्ययन र समूह छलफल** • सहभागीहरुलाई चारओटा समूहमा बाँड्ने र हरेक समूहलाई बालबालिकाहरूको छोटो कथा लेखिएको एउटा एउटा कागज उपलब्ध गराउने। **समूह १ – राजुको कथा** राजु बालविकास केन्द्रमा आउन थालेको ५ महिना भयो। उनलाई चित्र बनाउन,	४० मिनेट

गीत गाउन र अन्य खेल खेल्न असाध्यै मनपर्छ। राजुलाई नाच्छ पनि मन लाग्छ तर राजुका खुट्टाहरू कमजोर छन् र उनी कुनै सहारा लिएर मात्र हिँड्न सक्छन्। अरू बालबालिका कुनै नयाँ क्रियाकलाप, जस्तै- पिठो मुस्ने र त्यसबाट पुतली बनाउने आदि गर्न डर मान्छन् तर राजु सबभन्दा अगाडि आउँछन्। राजुलाई हात चलाएर सावधानीपूर्वक गर्नुपर्ने कार्यहरू गर्न चाहिँ गार्हो हुन्छ- जस्तो उनी पेन्सिल समात्न अप्ठ्यारो मान्छन् वा खेलौना कैँची पनि चलाउन सक्दैनन्।

समूह २ – सरिताको कथा

सरिता बालविकास केन्द्र आउन थालेको ४ महिना भयो। उनलाई बोलिरहन र प्रश्न सोधिरहन मनपर्छ। उनी आँखा देख्दिनन् तर देख्न सक्ने बालिका जतिकै कुद्ने अनि उफ्रिने गर्न चाहन्छिन्। उनकी आमाले बिहान उनलाई स्कुल पुर्याउन आउँदा उनी आमाको हात छोडेर दौडन खोज्छिन्। कुनै बेला लड्छिन तर गाली खान्छु कि भनेर मलाई केही भाको छैन भन्दै उठ्छिन्। सरिताको स्वर असाध्यै मिठो छ र उनी नयाँ नयाँ फिल्मका गित पनि गाउन जान्दछिन्।

समूह ३ – श्यामको कथा

श्याम बालविकास केन्द्रमा आउन थालेको ६ महिना भयो। उनी थोरै मात्र सुन्न सक्छन्। उनी आफूसँगै एउटा सानो गाडी लिएर आउँछन् र त्यससँग खेलिरहन्छन्। स्कुलमा भएका सामानहरू जोडेर उनी अरू थुप्रै चिजहरू पनि बनाउँछन्। खेलेको बेला उनी खुसी हुन्छन् र अरू साथी पनि उनले बनाएका चिजहरू हेरेर दङ्ग पर्छन्। श्याम आफैँ लुगा लगाउने र धाराबाट पानी आफैँ थापेर खान्छन्। तर श्याम धेरै हल्ला भयो भने हराउँछन् र त्यो बेला उनी दु:खी हुन्छन्। कसैले बोलेर केही भन्यो भने पनि उनले बुझ्न सक्दैनन् र उनी रुन्छन्।

समूह ४ – मोहिनीको कथा

मोहिनी बालविकास केन्द्रमा आउन थालेको झन्डै ८ महिना भइसकेको छ। उनका बाबाले सधैँ उनलाई बालविकास केन्द्रमा ल्याउनुहुन्छ। उनी साथीहरूसँग राम्ररी कुरा गर्न र मिलेर खेल्न सक्छिन्। उनी यसरी खेलौँ न भनेर नयाँ नयाँ तरिका पनि ल्याउँछिन्। तर उनलाई पढ्न, लेख्न र हिज्जे गार्हो हुन्छ। उनी छोटो समय मात्र कुनै कुरामा ध्यान दिन सक्छिन्। त्यसैगरी उनको सम्झना शक्ति अलिकति कमजोर छ त्यसकारण उनी छिट्टै कुराहरू बिर्सने वा झुक्किने गर्छिन्।

- अब चारओटै समूहलाई कथाहरू पढ्न लगाउने र न्युजप्रिन्टमा चार कोलम बनाउन लगाउने र निम्न कुरा भर्न लगाउने:
    - **पहिलो कोलममा:** ती बालबालिकाले बालविकास केन्द्रमा हाल हुने के के गतिविधि सजिलै (कुनै अनुकूलन नगरी) गर्न सक्छन्?
    - **दोस्रो कोलममा:** कुन कुन गतिविधिहरू थोरै मात्र अनुकूलन गरेर

	उनीहरूले गर्न सक्छन्? ◦ **तेस्रो कोलममा**: कुन गतिविधिहरू उनीहरूको लागि सहज हुँदैन र त्यसको सट्टा के गर्दा ठिक हुन्छ? ◦ **चौथो कोलममा**: शिक्षकले यी बालबालिकाहरूलाई विकास र सिकाइमा समावेश गर्न के के तरिका प्रयोग गर्नुपर्ला? • सबै समूहलाई छलफल गरेर न्युजप्रिन्ट तयार गर्न लगाउने र समूहगत रूपमा पालैपालो अगाडि प्रस्तुत गर्न लगाउने । अन्य समूहका सहभागीहरू र सहजकर्ताले रचनात्मक पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने। • अन्त्यमा सहजकर्ताले सबै बालबालिकाले पढ्न, खेल्न सक्छन्। उनीहरूभित्र पनि केही चाहना र सिप हुन्छ। उनीहरू पनि अरू जस्तै केही कुरा आफैँ गर्न सक्छन्, भने केही कुरा केही सहयोग लिएर गर्न सक्छन्। शिक्षकले उनीहरूको आवश्यकता बुझेर आफूले सधैँ प्रयोग गर्ने सिकाइको तरिकाभन्दा थप र भिन्न केही रणनीति प्रयोग गर्नुपर्छ भनेर प्रस्ट पार्ने।	

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि कस्ता कस्ता अवरोधहरू हुँदा रहेछन्?
- फरक फरक प्रकारका अपाङ्गता र कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको कस्ता कस्ता आवश्यकता हुँदा रहेछन्?
- शिक्षकले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई के कस्ता फरक तरिकाले सिकाउन सक्दा रहेछन्?

सत्र ७

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइको आवश्यकता पहिचान

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई शिक्षामा समावेशी वातावरणको सिर्जना गर्नका लागि सबैभन्दा पहिला उनीहरूको सिकाइको आवश्यकता पहिचान गर्न जरुरी हुन्छ । कस्तो खालको कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूले कसरी सिक्न सक्छन् र के गरेमा उनीहरूको सिकाइलाई सहजीकरण हुन्छ भनेर बालविकास शिक्षकहरूले बुझ्न जरुरी हुन्छ । यदि हरेक बालबालिकाको सिकाइका आवश्यकता पहिचान भयो भने शिक्षकले पनि विभिन्न विधि तथा तौरतरिकाबाट सिकाउन तथा खेलाउन सक्छन्।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको विशेष सिकाइ आवश्यकताहरू हुन्छन् जसलाई प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) शिक्षकहरूले विशेष ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ । विभिन्न किसिमका अपाङ्गताहरू, जस्तै- शारीरिक, संज्ञानात्मक, संवेगात्मक, भावनात्मक आदिमा बालबालिकाहरूको कार्यगत सीमितता हुन सक्छन् । यस्ता सीमितताले बालबालिकाको कक्षाकोठाभित्र गरिने हरेक क्रियाकलापहरूमा भाग लिन र सिक्न सक्ने क्षमतामा महत्त्वपूर्ण प्रभाव पार्दछ । त्यसैले बालविकास केन्द्रमा शिक्षकहरूले समावेशी सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्नुपर्छ जसले अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाका विभिन्न आवश्यकताहरू पूरा गर्न मद्दत गर्दछ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकताहरू पहिचान गर्नु भनेको समावेशी कक्षाकोठाको वातावरण सिर्जना गर्नका लागि महत्त्वपूर्ण पहिलो चरण हो । बालविकास शिक्षकहरूले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकता पहिचान गर्न यी केही रणनीतिहरू प्रयोग गर्न सक्दछन् जुन यसप्रकार उल्लेख छन्:

अवलोकन र मूल्याङ्कन

सिकाइ आवश्यकताहरू पहिचान गर्ने पहिलो चरण भनेको कक्षाकोठामा बालबालिकाको व्यवहार र कार्यसम्पादनको अवलोकन र मूल्याङ्कन गर्नु हो। शिक्षकहरूले बालबालिकाले कक्षाकोठामा अरू बालबालिकासँग कसरी अन्तर्क्रिया गर्छन्, सञ्चार गर्छन् र विभिन्न प्रकारका निर्देशन र गतिविधिहरूमा कसरी प्रतिक्रिया दिन्छन् भन्ने कुरामा ध्यान दिनुपर्छ।

आमाबाबु र हेरचाहकर्ताहरूसँग कुराकानी

आमाबाबु र हेरचाहकर्ताहरूले बालबालिकाको सिकाइ आवश्यकताहरूमा बहुमूल्य अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्न सक्छन् किनकि उनीहरूले पहिले नै घरमा केही व्यवहार वा चुनौतीहरू देखेका हुन सक्छन् । त्यसैले बालविकास शिक्षकहरूले आमाबाबु र हेरचाहकर्ताहरूसँग नियमित रूपमा संवाद गर्नुपर्छ र बालबालिकाको सिकाइलाई कसरी राम्रोसँग सहयोग गर्ने भन्नेबारे उनीहरूको सल्लाह र सुझाव खोज्नुपर्छ।

विशेषज्ञहरूसँग परामर्श

बालबालिकाको अपाङ्गताको प्रकारलाई ख्याल गर्दै उनीहरूको विशिष्ट सिकाइ आवश्यकताहरूलाई राम्रोसँग बुझ्नको लागि पेसागत चिकित्सक वा मनोवैज्ञानिकहरू र अन्य विशेषज्ञहरूसँग परामर्श गर्नु उपयोगी हुन्छ।

मूल्याङ्कनका साधनहरूको प्रयोग

बालविकास शिक्षकलाई अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकताहरू पहिचान गर्न मद्दत गर्ने विभिन्न मूल्याङ्कनका साधनहरू उपलब्ध छन् । यी साधनहरूमा स्तरीकृत परीक्षणहरू, चेक लिस्टहरू र अवलोकन आदि समावेश हुन सक्छन्।

प्रगति अनुगमन

एक पटक बालबालिकाको सिकाइ आवश्यकताहरू पहिचान गरिसकेपछि समयसँगै तिनीहरूको प्रगतिको अनुगमन गर्न र आवश्यकताअनुसार समायोजन गरिरहनु आवश्यक पर्छ । बालविकास शिक्षकहरूले कक्षाकोठामा बालबालिकाको कार्यसम्पादन, व्यवहार र उनीहरूको कक्षा कार्यमा संलग्नता आदिलाई निरन्तर मापन गर्नुपर्छ र आवश्यकताअनुसार थप सहयोग पनि गर्नुपर्छ। यी रणनीतिहरू प्रयोग गरेर बालविकास शिक्षकले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकताहरू अझ राम्ररी बुझ्न सक्छन् र सबै विद्यार्थीहरूको आवश्यकताहरू पूरा गर्ने गरी समावेशी कक्षाकोठाको वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्।

सिकाइ आवश्यकताको सम्बोधन

यहाँ एउटा तालिका छ जसले केही सामान्य प्रकारका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकताहरू र शिक्षकहरूले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको ती आवश्यकताहरू पूरा गर्न प्रयोग गर्न सक्ने शिक्षण रणनीतिहरू बारेमा जानकारी प्रदान गर्दछ:

अपाङ्गताको प्रकार	सिकाइ आवश्यकताहरू	शिक्षण रणनीतिहरू
शारीरिक अपाङ्गता	सीमित गतिशीलता	ह्वीलचेयर, र्याम्पहरू र कम उचाइका सहज डेस्कहरू, शारीरिक गतिविधिहरू र खेलहरू अनुकूलन गर्ने, सिकाइलाई सहयोग गर्न दृश्य सामग्री उपलब्ध गराउने आदि जस्ता भौतिक सुविधा प्रदान गर्ने।
संज्ञानात्मक अपाङ्गता	समस्या समाधान, बुझाइ तथा लामो समयसम्म सम्झन कठिनाइ	बहुइन्द्रिय परिचालन रणनीति अवलम्बन गर्ने र कार्यहरूलाई साना चरणहरूमा विभाजन गर्ने। क्रियाकलाप र मूल्याङ्कनका लागि अतिरिक्त समय प्रदान गर्ने।
संवेदनासम्बन्धी अपाङ्गता	श्रवण, दृष्टि, वा स्पर्शमा कठिनाइ	श्रवण सहायक वा ब्रेल सामग्रीहरू वा अन्य सहयोगी प्रविधिहरू प्रयोग गर्ने, दृश्य सामग्री वा साङ्केतिक भाषामा व्याख्या गर्ने र कम-विचलित बनाउने र सिक्ने वातावरण सिर्जना गर्ने।
भावनात्मक अपाङ्गता	भावनाहरू, सम्बन्ध स्थापित गर्न र व्यवहारलाई नियमन गर्न कठिनाइ	सकारात्मक र सहयोगी भावना विकास भएको कक्षाकोठा सिर्जना गर्ने। सकारात्मक व्यवहारको समर्थन गर्ने रणनीतिहरू प्रयोग गर्ने। सामाजिक र भावनात्मक शिक्षाको लागि यथेष्ट अवसरहरू प्रदान गर्ने र आवश्यकताअनुसार विशेषज्ञहरूबाट सहयोग लिने।

समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापन

दिनः तेस्रो | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

कक्षाकोठा व्यवस्थापनले कक्षाको भौतिक पक्ष, शैक्षणिक सामग्री, उपयुक्त सिकाइ वातावरण र बालबालिकाको स्वस्थ मनोसामाजिक विकासको पक्षलाई समेट्छ । कक्षाकोठामा विविधताको व्यवस्थापन गर्न, आपसी सहयोग र सहकार्य बढाउन, विद्यार्थीकेन्द्रित सिकाइ क्रियाकलाप सुनिश्चित गर्न तथा उपयुक्त विकास तथा सिकाइको वातावरण निर्माण गर्नका लागि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा कक्षाकोठा व्यवस्थापन महत्वपूर्ण मानिन्छ।

समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापन भन्नाले सबैथरि बालबालिकाहरूको अवस्था र रुचि पहिचान गरी सोहीअनुसार व्यवस्थापन भन्ने बुझिन्छ । कुन बालबालिकामा कुनै किसिमको कार्यगत सीमितता छ या छैन अथवा कुन बालबालिकामा अपाङ्गता छ या छैन भन्ने कुरा पहिचान गर्नमा बालविकास शिक्षकहरूको महत्वपूर्ण भूमिका रहन्छ। समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापनले अपाङ्गता भएका र अपाङ्गता नभएका सबैथरि बालबालिकाहरूलाई विकास तथा सिकाइका लागि समावेश गर्ने भन्ने बुझिन्छ। फेरि अपाङ्ताभित्र पनि विविधता छ। कुनै अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई थोरै सहयोगले पुग्ने हुन्छ भने कुनैलाई धेरै नै सहयोग र स्पेसको जरुरत पर्छ । परम्परागत मूल्य मान्यताबाट बाहिर निस्केर Flexible (लचिलो) कक्षाकोठाको व्यवस्थापन गरेर मात्रै समावेशी कक्षाकोठा बनाउन सक्छौं।

कक्षाकोठा व्यवस्थापन गर्दा कसलाई कुन ठाउँ र कसरी उपयुक्त हुन्छ भन्ने निर्धारण गर्नुपर्दछ। यस सत्रमा सहभागीहरूलाई प्रारम्भिक बाल विकास शिक्षामा समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापनको अवधारणाका बारेमा सिकाइ केन्द्रित गराइने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- इन्द्रियमैत्री कक्षाकोठाबारेमा जानकारी दिन
- जसरी पनि बस्न पाउने नियम (Flexible seating) को बारेमा भन्न
- साना समूह क्रियाकलाप (Small groups activity) मा परिचित हुन।

विषयवस्तु

- इन्द्रियमैत्री कक्षाकोठा
- जसरी पनि बस्न पाउने नियम (Flexible seating)
- साना समूह क्रियाकलाप

तालिम सामग्रीहरू

हेडफोन, स्ट्रेस रिलिज बल, सिरानी, कार्टुनका बक्सा, कुर्सी, ओछ्याउने गुन्द्री वा म्याट, आँखा छोप्ने पट्टी, विभिन्न छुन मिल्ने खेलौनाहरू।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**सर्कल टाइम (घेरा समय)** • सहभागीहरूलाई एउटा गोलो घेरामा उभिन लगाउने । त्यसपछि सहजकर्ताले समावेशी बालविकास शिक्षासँग सम्बन्धित एउटा छोटो वाक्यांश भन्ने, जस्तै- सबैले उचित वातावरण पाए पढ्न सक्छन्। • अब छेउको सहभागीले यसैसँग सम्बन्धित अर्को शब्द, वाक्य वा वाक्यांश भन्ने। सबैले अहिलेको सत्रसम्म आइपुग्दा बुझेको आधारमा सकारात्मक बुँदाहरू थप्दै जाने। कसैलाई बिचमा अप्ठ्यारो परे सहजकर्ताले सहयोग गर्ने। • सबैको पालो सकिएपछि सहजकर्ताले हामीले यसरी सकारात्मक ढङ्गले सोचेर अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई विकास र सिकाइमा समावेश सक्छौँ भन्ने निष्कर्ष दिने।	१० मिनेट
२	**इन्द्रियमैत्री वातावरण (Sensory Friendly) तथा लचिलो बसाइ (Flexible Seating)** **खेलः सिकारूमैत्री कक्षाकोठा बनाऊँ** • सहभागीहरुलाई चारओटा समूहमा बाँड्ने । उनीहरूलाई तालिममा उपलब्ध सामानहरू वा कार्यक्रम स्थलमा अन्य सामान भए सो पनि छान्न लगाउने। अब उनीहरूले आफूसँग भएका सामग्रीहरू प्रयोग गरेर आफ्नो समूहका सदस्यहरूसँग सल्लाह गरेर कुनै किसिमको कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूलाई अनुकूल हुने, सिकाउने ठाउँ बनाउने । सामग्रीहरू भनेअनुसारको पाइएन भने, तस्बिर बनाउने। तर सबै सक्रिय रूपमा सहभागी हुने अवस्था सिर्जना गर्ने। **पहिलो समूहः** कम देख्ने बालबालिका **दोस्रो समूहः** हिँड्न नसक्ने बालबालिका **तेस्रो समूहः** बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिका **चौथो समूहः** सुन्न नसक्ने बालबालिका • अन्त्यमा आफूले किन त्यस्तो स्थान बनाएको र यसबाट कसलाई कस्तो सहजता महसुस हुन्छ भनेर अरू सहभागीहरूलाई बताउन लगाउने। **विषय छलफल** • सहजकर्ताले सहभागीहरूले इन्द्रियमैत्री कक्षाकोठा (Sensory Friendly) भनेको सुन्नुभएको छ कि भनेर सोध्ने? त्यसपछि लचिलो गरी बस्न मिल्ने कक्षाकोठा (Flexible Seating) भनेको सुन्नुभएको छ भनेर सोध्ने। • सहभागीहरूको विचार सुनेपछि सहजकर्ताले प्रस्ट पार्नेः **इन्द्रियमैत्री कक्षाकोठा तथा सामग्रीहरूः** यो संवेग र विभिन्न इन्द्रियबाट आएका कुराहरूलाई प्रशोधन गर्न अप्ठ्यारो हुने बालबालिकाहरूलाई सहयोग पुर्याउने सामग्री वा तरिका हो, जस्तै- कुनै विशेष दृश्य, आवाज, स्वाद, स्पर्श,	४० मिनेट

	गन्धलाई प्रशोधन गर्न नसक्ने । यसले गर्दा कति बालबालिकालाई परम्परागत कक्षाकोठामा ध्यान दिन, पढ्न र खेल्न अप्ठ्यारो हुन्छ। यसलाई सहयोग गर्नः ◦ चहकिलो प्रकाश वा ठुलो आवाजलाई कम गर्ने र एकदम संवेदनशील बालबालिकाहरूलाई हेडफोन वा प्रकाशलाई कम गर्न चश्मा वा पट्टी दिने ◦ आफ्नो कक्षामा भएका बालबालिकाको आवश्यकताअनुसार प्रकाश, ध्वनि आदिलाई ठुलो, सानो बनाउने। ◦ बिच बिचमा सेन्सरी ब्रेक दिने जसमा बालबालिकाहरूलाई यताउता हिँड्न, नाच्न, जिउ तन्काउन वा तनाव कम गर्ने खेलौना चलाउन दिने ◦ समय तालिका, विभिन्न नक्सा, विभिन्न ठाउँ देखाउने दृश्य सङ्केतहरू, ट्याकटाइल (स्पर्श विधि), ठुला अक्षरमा चित्र बनाएर टाँस्न दिने। ◦ सेन्सरी खेलौनाहरूको प्रयोग, जस्तै- बालुवा वा माटो राखेको किस्ती, पिठो वा स्लाइम र पजल खेलहरू जसलाई बालबालिकाहरूले छुन सक्छन्। **मन लागेको ठाउँमा बस्ने दिनेः** • Flexible Seating भनेको जसलाई जसरी सजिलो हुन्छ, त्यसरी बस्ने वा उभिने दिने तरिका हो । आफ्नो सिकाइ आवश्यकताअनुसार बालबालिकाहरू मन लागेर जसरी पनि बस्न पाए भने उनीहरूले बढी ध्यान दिन्छन् र बढी सिक्न सक्छन्। लचिलो बसाइका केही उदाहरणः ◦ उभिएर भेटिने डेस्क ◦ बिन ब्याग ◦ भुईँमा म्याट ओछ्याएर ◦ सिरानीमा अढेस लागेर ◦ कोठाको कुनामा शान्त भएर • तर कोही बालबालिकाहरू (जस्तै- अटिजम प्रभावितहरू) अन्य बालबालिकाहरू सरह बस्न मानेनन् (जस्तै- गोलो घेरा मा वा समूहमा) भने उनीहरूको लागि एउटा कुनामा शान्त ठाउँ बनाउन सकिन्छ जसलाई शान्त कुना (Quiet Corner) भन्न सकिन्छ । यस्तो कुना अन्य अपाङ्गता नभएका बालबालिकाले पनि प्रयोग गर्न सक्छन्।	
३	**साना समूह सहायता क्रियाकलाप** • सहभागीहरूलाई साना समूह सहायता भनेको के होला भनेर प्रश्न गर्ने। कहिल्यै कक्षामा बालबालिकाहरूलाई सानो सानो समूह बनाइदिएर एकअर्कालाई सहयोग गर्न सिकाएको उदाहरण वा यस्तै अन्य कुनै रमाइला घटना छन् कि भनेर सहभागीहरूलाई सोध्ने। अनुभव बताउन दिने। **खेल** • सहभागीहरू मध्य राम्रो अभिनय गर्न सक्ने ५ जनालाई स्वयंसेवकका रूपमा छान्ने र उनीहरूलाई अगाडि बोलाएर उनीहरूले विभिन्न भावहरूको अभिनय	३० मिनेट

गर्नुपर्ने कुराको जानकारी गराउने, जस्तै- उदास, खुसी, रिसाएको, आश्चर्य मानेको, माफी मागेको वा लजाएको। एकजनाले एउटा मात्र अभिनय गर्ने।

- त्यसपछि, पालैपालो ती अभिनयकर्तालाई अगाडि बोलाउने र उनको समूहको रूपमा अन्य दुई सहभागीहरूलाई छान्ने । अब अभियनय गर्न लगाउने र समूहका सदस्यहरूले एकआपसमा सल्लाह नगरी एकैपल्ट अगाडि गएर अभिनयअनुसारको साथीले गर्ने व्यवहार गर्ने।
- अनि अभिनयकर्ताले मिल्यो कि मिलेन भनेर भन्ने । यसरी सबैको पालो सकिएपछि सहजकर्ताले साना समूह सहायताको बारेमा निम्न कुरा प्रस्ट पार्दै क्रियाकलाप सक्ने:
    - बालबालिकाहरूलाई जोडीमा वा समूहमा काम गर्न र एकअर्कालाई सहयोग गर्न सिक्छन्। सामाजिक सिप विकास हुन्छ।
    - एकआपसमा अपनत्व, स्वीकार्यता र समावेशी भावना जागृत हुन्छ।
    - सामाजिक क्रियाकलाप, खेलकुद वा नाचगानमा पनि थप सक्रिय गराउन सकिन्छ।
    - अपाङ्गता भएका र नभएका बालबालिका एकअर्काबाट धेरै कुरा सिक्न सक्छन्।
    - तर व्यवहारजन्य कठिनाइ भएका बालबालिकाहरू यसरी समूहमा मिलेर क्रियाकलाप गर्न वा सिक्न नचाहन सक्छन् । त्यसो भएमा सो परिस्थितिलाई स्वीकार गर्दै केही समय उनीहरूलाई एक्लै वा उनीहरू आफैँले छानेको साथीसँग मिलेर सिक्न दिने।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- सेन्सरी फ्रेन्डी (इन्द्रियमैत्री) कक्षाकोठा भनेको के रहेछ?
- Flexible Seating (लचिलो बसाइ) भनेको के हो?
- यी दुवैले कसरी समावेशी बालविकास शिक्षामा सहयोग पुग्छ?
- साना समूह सहायता भनेको के रहेछ?

समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापन

प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा सिकारु अथवा बालबालिकामैत्री कक्षाकोठा सिर्जना गर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनभने यसले सकारात्मक र सहयोगी सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्न मद्दत गर्नुका साथै बालबालिकाहरूको सक्रिय र अर्थपूर्ण संलग्नतालाई प्रोत्साहित गर्दछ । सिकारुमैत्री कक्षाकोठा व्यवस्थापनले अपाङ्गता भएका र विशेष आवश्यकता भएकाहरूसहित सबै बालबालिकाहरूको उच्च गुणस्तरको शिक्षामा समान पहुँच छ भनी सुनिश्चित गर्न मद्दत गर्छ।

कक्षाकोठा व्यवस्थापनले कक्षाको भौतिक पक्ष, शैक्षणिक सामग्री, उपयुक्त सिकाइ वातावरण र बालबालिकाको स्वस्थ मनोसामाजिक विकासको पक्षलाई समेट्छ । कक्षाकोठामा विविधताको व्यवस्थापन गर्न, आपसी सहयोग र सहकार्य बढाउन, विद्यार्थीकेन्द्रित सिकाइ क्रियाकलाप सुनिश्चित गर्न तथा उपयुक्त विकास तथा सिकाइको वातावरण निर्माण गर्नका लागि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा कक्षाकोठा व्यवस्थापन महत्त्वपूर्ण मानिन्छ।

समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापन भन्नाले सबै बालबालिकाहरूको अवस्था र रुचि पहिचान गरी सोहीअनुसार व्यवस्थापन भन्ने बुझिन्छ । कुन बालबालिकामा कुनै किसिमको कार्यगत सीमितता छ या छैन अथवा कुन बालबालिकामा अपाङ्गता छ या छैन भन्ने कुरा पहिचान गर्नमा बालविकास शिक्षकहरूको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहन्छ। समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापनले अपाङ्गता भएका र अपाङ्गता नभएका सबैथरि बालबालिकाहरूलाई विकास तथा सिकाइका लागि समावेश गर्ने भन्ने बुझिन्छ। फेरि अपाङ्गताभित्र पनि विविधता छ। कुनै अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई थोरै सहयोगले पुग्ने हुन्छ भने कुनैलाई धेरै नै सहयोग र स्पेसको जरुरत पर्छ । परम्परागत मूल्य मान्यताबाट बाहिर निस्केर Flexible (लचिलो) कक्षाकोठाको व्यवस्थापन गरेर मात्रै समावेशी कक्षाकोठा बनाउन सक्छौँ।

अपाङ्गता भएका र नभएका सबै बालबालिकाहरूको सर्वाङ्गीण विकासका लागि समावेशी कक्षाकोठा व्यवस्थापन अत्यावश्यक छ।

यसले विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई सकारात्मक तथा सहयोगी सिकाइ वातावरण तयार गर्दछ । यहाँ समावेशी व्यवस्थापनका लागि दुई ओटा रणनीतिहरू, जस्तै- अनुभूतिमूलक वातावरण र लचिलो बसाइ व्यवस्थापनबारे छलफल गरिएको छ । यी रणनीतिहरूको कार्यान्वयनबाट बालविकास शिक्षकले कक्षाकोठाको वातावरणलाई समावेशी, पहुँचयोग्य तथा सबै बालबालिकाका लागि योग्य हुने खालको बनाउन सक्नुहुन्छ।

सिकाइमैत्री वातावरण

सिकाइमैत्री वातावरण भनेको सुरक्षित, स्वागतयोग्य र सहयोगी ठाउँ हो जुन विद्यार्थीहरूको विविध आवश्यकताहरू पूरा गर्न तयार गरिएको हुन्छ। यो एक यस्तो वातावरण हो जसले सक्रिय सिकाइलाई महत्त्व दिन्छ र विद्यार्थीहरू र शिक्षकहरूबिचको सकारात्मक सम्बन्धलाई प्रोत्साहन गर्छ। कक्षाकोठा सबै बालबालिकाको लागि स्वागतयोग्य, सफा र सुरक्षित हुनुपर्छ। कक्षाकोठाका फर्निचर तथा उपकरणहरूलाई सबै बालबालिकाको सहज आवागमनमा कठिनाइ नहुने गरी व्यवस्थापन गरिनुपर्छ तथा सिकाइका सामग्रीहरूमा बालबालिकाहरूको सहज पहुँच हुनुपर्छ।

सिकाइका सामाग्री

कक्षाकोठा व्यवस्थापनको एउटा प्रमुख पक्ष सामग्रीहरूको व्यवस्थापन पनि हो । सिकाइका सामग्रीहरू उमेर-उपयुक्त र आकर्षक हुनुपर्छ। यी सामग्रीहरूले बहुइन्द्रिय सिकाइलाई प्रवर्द्धन गर्नुपर्छ, जस्तै- दृश्यात्मक, स्पर्शनीय, सिर्जनात्मक चाल आदि । यी सामग्रीहरू अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूसहित सबैका लागि पहुँचयुक्त हुनुपर्छ।

अनुभुतिकेन्द्रित व्यवस्थापन

अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनको फाइदाहरू यसप्रकार छन्

- समावेशी प्राथमिकता: अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनले अपाङ्गता भएका लगायत सबै बालबालिकालाई उत्तिकै महत्त्व र स्वागतको भान गराउँछ।
- चिन्ता हटाउछः अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनले संवेगात्मक समस्या भएका बालबालिकालाई तनाव तथा चिन्ता हटाई सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी गराउन सहयोग गर्छ।
- सिकाइ अभिवृद्धि: अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनले संवेगात्मक बाधाहरू घटाएर बालबालिकाको सिकाइ तथा विकासमा ध्यानाकर्षण गरी प्रभावकारी शैक्षिणिक उपलब्धिमा सहयोग गर्छ।
- आत्मा नियमनमा सहयोग: अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनले बालबालिकालाई स्व-व्यवस्थापन गर्ने सिपहरूको विकास गरी समायोजनका रणनीति अवलम्बन गरी संवेगात्मक चुनौतीहरूको सामना गर्न सिकाउँछ।
- स्वावलम्बन सिप अभिवृद्धि: अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनले बालबालिकाका लागि सुरक्षित तथा सहयोगी वातावरण तयार गर्दछ। जसले उनीहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा सिक्दै स्वावलम्बी बन्न सहयोग गर्दछ।

अनुभूति इन्द्रियमैत्री कक्षा व्यवस्थापनका ज्वलन्त उदाहरणहरू

अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनका लागि बालविकास शिक्षकले निम्न व्यवहारमुखी रणनीतिका उदाहरणहरू अवलम्बन गर्न सक्नुहुन्छ :

- शान्त क्षेत्र तयार गर्ने: अनुभूतिकेन्द्रित कक्षा व्यवस्थापनका लागि बालविकास शिक्षकले केन्द्रको कुनै स्थानलाई शान्त क्षेत्र बनाउनुपर्दछ। सो क्षेत्रमा तनाव महसुस गर्ने, धेरै झगडा गर्ने बालबालिकालाई आराम गर्न र शान्त रहन सहयोग गर्छ।
- संवेगात्मक साधनको प्रयोग: संवेगात्मक अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई आवश्यकताअनुसार संवेगात्मक उपकरणको प्रयोग गर्न सकिन्छ । थिचेर, छामेर खेल्ने स्पर्शनीय बलहरू, बिन ब्यागहरू आवाज आउने बलहरू, तथा गह्रौँ सिरक वा ब्ल्याङ्केटहरु यसका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । जसले बालबालिकाहरूको संवेगात्मक आवश्यकता र ध्यानकेन्द्रित बनाउन सहयोग गर्दछ।
- उज्यालोपनाको समायोजन: बालबालिकालाई अति चम्किलो रङ्गीचङ्गी उज्यालो हटाएर सम्भव भएसम्म प्रकृति उज्यालो वा मन्द, शान्त अनुभव हुने उज्यालोको व्यवस्था गर्नुपर्छ।
- शान्त वातावरण निर्माण: बालबालिकालाई अनावश्यक हल्लाखल्ला नहुने शान्त वातावरणमा बस्ने वा क्रियाकलाप गर्ने व्यवस्था गर्नुपर्छ। कक्षाकोठामा अनावश्यक आवाजहरूलाई नियन्त्रण गर्न खस्रो खालको कार्पेट वा सुकुल, चकटी वा ध्वनि नियन्त्रण बोर्डहरू राखिनुपर्छ।
- क्रियाकलापमा समायोजन: बालविकास तथा शिक्षा केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापअनुसार बालबालिकालाई एउटा क्रियाकलाप गरेपछि अर्को खालको क्रियाकलाप गर्नुपूर्व पटक पटक विश्राम गर्न दिनुपर्छ। बालबालिकाले विषयवस्तुको छलफल बसेर गरेपछि बाल गीत वा बाल कविता गराउनुपर्छ जसले गर्दा बसेर सहभागी भएका बालबालिकाले उठेर शारीरिक सञ्चालनसहित मनोरञ्जन गर्ने अवसर पाउँछन्।
- दृश्य सामग्रीको प्रयोग: बालबालिका तथा शिक्षा केन्द्रमा बालबालिकाले देख्ने र बुझ्ने गरी सूचनामूलक सामग्रीहरू राखिनुपर्छ । दैनिक कार्य तालिकालाई चित्रबाट बुझिने गरी र सजिलै हेर्न सक्ने गरी राख्ने जसले गर्दा बालबालिकाले दैनिक तालिका र अपेक्षा सजिलै बुझ्न सक्दछन्।
- छनौटको व्यवस्था: बालबालिका तथा शिक्षा केन्द्रमा बालबालिकाले आफ्नो इच्छा र शारीरिक आवश्यकताअनुसार बसाइ र सामग्री तथा क्रियाकलापको छनौट गर्न सक्ने गरी छनौटको प्रबन्ध मिलाइदिनुपर्छ।

समग्रमा अनुभूतिकेन्द्रित कक्षाकोठाको वातावरण विविध क्षमता र आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकता पूरा गर्ने खालको हुन्छ । अनुभूतिकेन्द्रित कक्षाकोठा व्यवस्थापनले संवेगात्मक अपाङ्गता वा इन्द्रियसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाकाले आफ्नो पूर्ण क्षमताको प्रयोगले बालविकास केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापमा पूर्ण सहभागी हुने अवसर प्राप्त गर्दछन्।

लचिलो बसाइ व्यवस्थापन

बालविकास केन्द्रको बसाइ व्यवस्थापन यदि विविध शारीरिक तथा सिकाइ शैली र आवश्यकता भएका बालबालिका लगायत सबै बालबालिकालाई उपयुक्त हुने गरी बनाइएको छ भने त्यसलाई लचिलो बसाइ व्यवस्थापन भनिन्छ । केन्द्रमा परम्परागत बेन्च र डेस्क र आधुनिक कार्पेट र चकटी मात्र नभई दुबै वा थप अन्य व्यवस्थापन गरी लचिलो बसाइ व्यवस्थापन भएमा बालबालिकाहरू सहज बसाइका साथ उत्तम तवरबाट सिक्न सक्छन्। विशेष गरेर शारीरिक तथा संवेगात्मक (इन्द्रियसम्बन्धी) अपाङ्गता भएका बालबालिका तथा फरक शारीरिक आवश्यकता भएका बालबालिकाका लागि विविध खालको अनुभव सँगाल्न यसप्रकारको व्यवस्थापन लाभदायक हुन्छ।

लचिलो बसाइ व्यवस्थापनका फाइदाहरू:

- सक्रिय सिकाइमा अभिवृद्धि: लचिलो बसाइ व्यवस्थापनले बालबालिकालाई दिनभरि सक्रिय बनाउँछ। विविध बसाइको अवसरले गर्दा बालबालिकाहरू आवश्यकता अनुरूप आरामदायी बसाइ रोज्न, सिकाइमा सक्रिय हुन र सहभागितामा सहयोग गर्दछ।
- विविध सिकाइ शैलीलाई सहयोग: बालबालिका तथा शिक्षा केन्द्रमा लचिलो बसाइ व्यवस्थापनले बालबालिकालाई आफ्नो व्यक्तिगत आवश्यकता अनुरूप बसाइको छनौट गरी गरी सक्रियतापूर्वक बालविकास केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापमा सक्रिय सहभागी हुन सक्छन्।
- आरामपना अभिवृद्धि: लचिलो बसाइ व्यवस्थापनले विविध शारीरिक आवश्यकता भएका बालबालिकालाई आफ्नो आवश्यकता अनुकूल आरामदायी बसाइ छनौट गर्न सकिन्छ। आरामदायी बसाइले उनीहरूको ध्यान सिकाइमा केन्द्रित हुन्छ। बसाइ असजिलो भएमा सिकाइमा भन्दा पनि शरीरको असजिलोपनामा ध्यानकेन्द्रित हुन्छ। त्यसैले यसप्रकारको बसाइ व्यवस्थापनले बालबालिकाले मेचमा अप्ठेरो भए सुकुल वा अन्य ठाउँमा आवश्यकताअनुसार ठाउँ साटेर बस्न सक्नेछन्।
- समावेशिता अभिवृद्धि: लचिलो बसाइ व्यवस्थापनले बालविकास केन्द्रमा समावेशितालाई अभिवृद्धि गर्दछ। विशेष गरी अपाङ्ता भएका बालबालिकाले आफ्नो शारीरिक तथा संवेगात्मक आवश्यकता अनुरूप आरामदायी र सजिलो बसाइको अवसर पाउँदछन्।
- सहकार्यको भावना विकास: लचिलो बसाइ व्यवस्थापनले बालबालिकालाई ठुलो तथा सानो समूह तथा साथी साथीको जोडीमा सहकार्य गर्न सजिलो वातावरण तयार गर्दछ।

लचिलो बसाइ व्यवस्थापनका केही उदाहरणहरू यसप्रकार छन्:

- कार्पेट र चकटी: बालबालिकाको बसाइका लागि भुईँमा कार्पेट र नरम चकटीको व्यवस्था गर्न सकिन्छ। तर कार्पेटको तलतिर चिसो नआउने गरी बाक्लो चकटीहरू राखिनुपर्दछ ।
- बिन ब्याग कुर्सी: यसप्रकारको कुर्सीमा ससाना बालबालिकालाई हाल्ने तोरीको तकिया जस्तै मेचमा पनि विभिन्न खालका दानाहरू हालिएको हुन्छ । जसले गर्दा बालबालिका बसाइको तरिकाअनुसार यी दानाहरूले वरिपरिबाट आड दिन्छ।
- व्यायाम बल: व्यायाम बल हावा भरेर बनाइएको लचिलो र केही ठुलो बल हो यसलाई बालबालिका बस्ने कुर्सीमा राखेर बसाइको मुद्रा अनुरूप बनाउन गरिन्छ । यसको माध्यमले बालबालिकाको बसाइको स्थिति मिलाउन सकिन्छ।
- उभिने डेस्क: यो एक प्रकारको अग्लो डेस्क

हो जसको प्रयोगले बालबालिकाको रक्त सञ्चार तथा बसाइको मुद्रा मिलाउन सहयोग गर्दछ।

- थर्कने स्टुल: यो गोलाकार खालको थर्कने स्टुल हो, यसमाथि बसेर बालबालिकाले अलि कम्पन पैदा गर्दै, झुलेर, हल्लेर, रमाइलो तरिकाले खेल्न सक्छन् । यसबाट विशेषतः शारीरिक तथा संवेगात्मक (इन्द्रियसम्बन्धी) अपाङ्गता भएका बालबालिकाले मेरुदण्डको व्यायाम तथा थेरापीको अवसर पनि पाउँछन् र यसले वास्तविक बसाइको मुद्रामा शरीरको बसाइ व्यवस्थापन गर्न पनि सहयोग हुन्छ।
- होचो टेबुल: यो व्यक्तिगत रूपमा प्रयोग गरिने सहजै यताउता चलाउन मिल्ने होचो टेबल हो । यसमा बालबालिकाले आफ्नो सामान राखेर क्रियाकलाप गर्न सक्दछन् ।यसको प्रयोगले बालबालिकाले आफ्नो मुद्रालाई शरीरको आवश्यकता अनुरूप व्यवस्थापन गर्दै क्रियाकलाप गर्दछन्।
- योगा गुन्द्री: यो एक प्रकारको नरम खालको बिछ्यौना हो। यो योगा व्यायाम वा थेरापी गर्ने क्रममा भुईँमा बिछ्याइन्छ र यसले शरीरलाई आराम दिने तथा थकाई मेट्ने काममा सहयोग गर्छ।

लचिलो बसाइ व्यवस्थापनका रणनीतिक योजनाहरूः

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रको न्यूनतम मापदण्डले सुझाएको बसाइ व्यवस्थापनमा केही थपघट गरी लचिलो बसाइ व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ। बालविकास शिक्षकले कक्षाकोठामा लचिलो बसाइ व्यवस्थापनको लागि निम्नानुसारका केही रणनीति अपनाउन सकिन्छ।

- बसाइका तरिकाहरूको सूची तयार पार्ने: बालबालिकालाई केन्द्रमा आउनासाथ बसाइ छनोटको बारेमा बताउनुपर्छ र उनीहरूको आवश्यकता अनुरूप विभिन्न क्रियाकलापको लागि बसाइको छनौट गर्न सक्ने स्पष्ट नियम बालबालिकालाई बताइदिनुपर्छ।
- स्पष्ट नियम: बालबालिकालाई क्रियाकलाप गर्ने समयमा बसाइ व्यवस्थापन तथा परिवर्तन गर्नेसम्बन्धी पालना गर्नुपर्ने नियमका बारेमा पहिल्यै जानकारी गर्नुपर्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकाको आवश्यकताअनुसारको बसाइमा प्राथमिकता दिने, जस्तै- पालो पर्खने, अन्य साथीलाई सकेको सहयोग गर्ने।
- सुरक्षित बसाइ अभ्यासका बारेमा नमुना देखाउने: बालबालिकाको बसाइ व्यवस्थापन छनौट गर्दा बालबालिकाले कसरी गर्ने भन्नेबारेमा नमुना प्रदर्शन गर्ने र सोहीअनुसार गर्न प्रेरित गर्ने । काम सकिएपछि आफूले प्रयोग गरेका सामान सही स्थानमा राख्ने बारेमा समेत जानकारी गर्नुपर्छ।
- बसाइ अभ्यास गर्ने: सबै बालबालिकालाई विभिन्न बसाइ व्यवस्थापनमा बसेर सहज रूपमा सिकाइ क्रियाकलापमा भाग लिन सक्ने गरी अभ्यास गराउनुपर्छ । यसले गर्दा उनीहरूको बिचमा झगडा हुन पाउँदैन।
- कोठामा प्रशस्त स्थान: बालविकास केन्द्रको कोठा खुल्ला, ठुलो र क्रियाकलाप गर्न प्रशस्त पुग्ने हुनुपर्छ । यसले गर्दा विभिन्न बसाइ व्यवस्थापन लागू गर्न सकिन्छ र बालबालिकालाई सजिलै, सुरक्षित र चलायमान तरिकाले क्रियाकलाप गर्न लगाउन सकिन्छ।
- चलायमान बनाउने : दैनिक कार्य तालिका अनुरूप क्रियाकलाप गर्दा उठेर, बसेर, शान्त रहेर, बोलेर जस्ता क्रियाकलापहरू क्रमबद्ध रूपमा गर्न सक्छन् । यसले गर्दा उनीहरूको शरीर चलायमान हुनुका साथै सिकाइ प्रभावकारी हुन्छ।
- अनुगमन र सहयोग: बालविकास शिक्षकले आफूले गरेको योजना अनुरूप बालबालिकाले बसाइ र क्रियाकलापको अवसर पाए नपाएको अवलोकन गर्नुपर्दछ र

कुनै बालबालिकाले अवसर नपाएमा उनीहरूको रुचि अनुरूपको बसाइका लागि सहयोग गर्नुपर्दछ।

थप महत्त्वपूर्ण पक्ष

अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकामैत्री कक्षाकोठा निर्माणका लागि थप केही महत्त्वपूर्ण पक्षहरू:

- कक्षाकोठा सुरक्षित र पहुँचयोग्य छ भनी सुनिश्चित गर्ने
- उज्यालो र आकर्षक रङहरू प्रयोग गर्ने
- विभिन्न गतिविधिहरूको लागि निश्चित ठाउँ तोक्ने
- उमेर उपयुक्त तथा बालविकासका लागि उपयुक्त सामग्रीहरू प्रयोग गर्ने
- स्पष्ट र सरल भाषा प्रयोग गर्ने
- सञ्चारलाई सहज बनाउन दृश्यात्मक माध्यमको प्रयोग गर्ने
- खेलमा आधारित सिकाइका क्रियाकलाप तयार गर्ने
- आवश्यकताअनुसार विभिन्न प्रकारका मूल्याङ्कन विधिहरू प्रयोग गर्ने
- मूल्याङ्कनहरू प्रक्रियालाई समावेशी बनाउने

सिकाइ सहजीकरण: दैनिक क्रियाकलाप

दिनः तेस्रो | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

बालविकास केन्द्र बालबालिकाहरूको चौतर्फी विकासमा केन्द्रित हुने गर्दछ। बालविकास शिक्षकहरूले तोकिएको कार्यतालिका अनुशरण गर्दै विभिन्न क्रियाकलापहरू र अभ्यासहरूको माध्यमबाट बालबालिकाहरूको सर्वाङ्गीण विकासमा योगदान पुर्‍याइरहेका हुन्छन् । यदि अपाङ्गता भएका बालबालिका बालविकास केन्द्रमा छन् भने कार्यतालिकाअनुसारको क्रियाकलापहरू गराउन केही अनुकूलनहरू गर्नुपर्ने हुन सक्दछ। अपाङ्गता या कार्यगत सीमितताको प्रकृतिअनुसार बालविकास शिक्षकहरूले प्रत्यक्ष निर्देशन (Direct instruction), दोहोर्‍याई तेहर्‍याई निर्देशन (Repetitive instruction), चित्र या सङ्केतको प्रयोग, स्पर्श विधि आदि तरिकाहरूको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन सक्दछ। यस सत्रमा बालविकास केन्द्रमा गरिने दैनिक क्रियाकलापहरूको सिकाइ सहजीकरणको विषयमा केन्द्रित भई छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- बालविकास केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापको सिकाइ सहजीकरण गर्ने तरिकाको बारेमा बताउन
- बालविकास केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापलाई सबै किसिमका बालबालिकाहरूलाई अनुकूल हुने गरी सञ्चालन गर्न।

विषयवस्तु

- बालविकास केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापको सिकाइ सहजीकरण गर्ने तरिका
- बालविकास केन्द्रको दैनिक क्रियाकलापको आवश्यकताअनुसार अनुकूल

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, ह्वाइट बोर्ड।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**घेरा समय** • सहभागीहरूलाई घुम्ने चालसहित सरसफाइको गीत गाउन लगाउने। • सहभागीहरूलाई आफू कार्यरत बालविकास केन्द्रमा शारीरिक अपाङ्गता, दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता, सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता र सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकासमेत रहेको कुरा कल्पना गर्न लगाउँदै सोही गीतलाई सबैका लागि अनुकूल हुने गरी कसरी अभ्यास गराउन सकिएला भनेर सोध्ने र खुल्ला छलफलद्वारा समावेशी तरिकाले अभ्यास गर्न लगाउने।	१५ मिनेट
२	**दैनिक क्रियाकलाप सिकाइ सहजीकरण** • सहभागीहरूलाई बालविकास केन्द्रको दैनिक कार्यतालिका ह्वाइट बोर्डमा लेख्न लगाउने • कार्यतालिका देखाउँदै ती क्रियाकलापहरू सहभागीहरूले कसरी गरिरहेका छन् भनेर सोध्ने र केही प्रतिक्रियाहरू लिने। • यदि कुनै बालविकास केन्द्रमा कुनै पनि किसिमका अपाङ्गता भएका बालबालिका छन् र कसैले उनीहरूलाई पनि सहजीकरण गरिरहेका छन् भने सो अनुभवसमेत आदानप्रदान गर्न लगाउने। • सहभागीहरूलाई बालविकास केन्द्रमा विभिन्न किसिमका अपाङ्गता या कार्य सीमितता भएका बालबालिकाहरू, जस्तै- शारीरिक अपाङ्गता, सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता, दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता, सिकाइ र व्यवहारसँग सम्बन्धित कार्य सीमितता भएका बालबालिकाहरू छन् भने कसरी कार्यतालिकाअनुसारका गतिविधिहरू गराउन सकिएला भनेर सोध्ने । सहभागीहरूलाई आआफ्ना विचार तथा अनुभवहरू भन्न लगाउने। • अब सहभागीहरूलाई चार समूहमा बाँड्ने। कार्यतालिकामा उल्लेख भएकामध्ये कुनै एक गतिविधि छान्न लगाउने र समूहमा छलफल गरेर सबै सबै किसिमका अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितता भएका बालबालिकाहरूलाई समेटेर उक्त गतिविधि कसरी गराउन सकिएला भनेर छलफल गर्न र अभिनय (Role play) को माध्यमबाट अभ्यास गरेर देखाउन भन्ने। • छलफलका लागि २० मिनेटको समय र भूमिका अभिनयका लागि प्रत्येक समूहलाई सात मिनेट (दुई मिनेट सुझावसहित) को समय दिने। • सबै समूहलाई पालैपालो प्रस्तुतीकरण गर्न लगाई आपसमा पृष्ठपोषण आदानप्रदान गर्न लगाउने। प्रस्तुतीकरणका आधारमा सहजकर्ताले देहायका विषयवस्तुहरू प्रस्तुत गरी प्रस्ट पार्ने : **प्रत्यक्ष निर्देशन (Direct Instruction)** प्रत्यक्ष निर्देशन एक शिक्षण विधि हो जुन प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) मा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइमा समावेशीकरणका	६५ मिनेट

लागि प्रयोग गरिन्छ। यस विधिमा शिक्षकको बढी भूमिका रहने गर्दछ। शिक्षकले नै बालबालिकालाई व्यवस्थित तरिकाले आवश्यक निर्देशनहरूद्वारा सिकाइ कार्य अगाडि बढाउने गरिन्छ। यस विधिमा शिक्षकले दृश्यात्मक सामग्रीहरू, खेलौनाहरू आदि देखाएर पालैपालो स्पष्टसँग निर्देशनहरू दिने गर्दछन् । यस विधिको मुख्य उद्देश्य भनेको नै सिकाइमा सीमितता भएका बालबालिकाहरूलाई व्यवस्थित र कुशलतापूर्वक आवश्यक ज्ञान र सिप विकास गराउनु हो।

खासगरी सिक्नमा कठिनाइ हुने बालबालिकाहरू, जस्तै- विकासात्मक अपाङ्गता भएका बालबालिका, व्यवहारजन्य कठिनाइ भएका बालबालिका तथा सिकाइमा सीमितता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइमा सहजीकरण गर्नका लागि यो विधि बढी उपयोगी हुन्छ।

यस विधिमा बालबालिकाहरूलाई सङ्गठित (Structured) रूपमा निर्देशनहरू दिइन्छ। निर्देशनहरू सरल, छरितो र स्पष्ट हुने गर्दछ। बालबालिकाहरूलाई तुरुन्त पृष्ठपोषण दिइने गरिन्छ। मौखिक निर्देशनको साथ विभिन्न सामग्रीहरूको पनि प्रयोग हुने हुनाले बहुइन्द्रिय अनुभव प्रक्रिया अवलम्बन गर्ने गरिन्छ। यसले सिकाइ र विकासात्मक कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ स्तर सुधार्नमा सहयोग पुर्‍याउने हुँदा उनीहरूको स्वावलम्बनको स्तर वृद्धि हुँदै जान्छ।

दोहोरिने निर्देशन (Repetitive Instruction)

दोहोरिने निर्देशन अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू विशेष गरी विकासात्मक वा सिकाइसम्बन्धी सीमितता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइमा सहजीकरण गर्नका लागि प्रयोग गरिने शिक्षण विधि हो। यसमा बालबालिकाले जानकारी बुझ्न र राख्न सक्षम नभएसम्म विभिन्न मोडालिटीहरू प्रयोग गरी एउटै जानकारी वा कार्यलाई धेरै पटक दोहोर्‍याउने गरिन्छ। यो विधि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) मा प्रयोग गरिन्छ किनभने यसले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई आत्मविश्वास निर्माण गर्न, स्मरण क्षमताहरू विकास गर्न र जानकारी राख्ने र पुनः प्राप्त गर्ने क्षमतामा सुधार गर्न मद्दत गर्दछ। यस विधिले विकासात्मक तथा सिकाइमा सीमितता भएका बालबालिकाहरूको स्मरण शक्ति सुधार गर्न सहयोग गर्दछ। यस विधिले बालबालिकाहरूले आफूलाई सिकाइएको विषयलाई राम्रोसँग बुझ्न सहयोग गर्दछ। बालबालिकाहरूको आत्मविश्वास बढाउन पनि यसले मद्दत गर्दछ। बालबालिकाहरूको विभिन्न किसिमका सिप विकासमा समेत यसले थप सहजीकरण गर्दछ।

व्यवहारजन्य सहयोग (Behavioral Support)

व्यवहारजन्य सहयोग प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) मा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका चुनौतीपूर्ण व्यवहारलाई सम्बोधन गर्न प्रयोग गरिने शिक्षण विधि हो। यसको लक्ष्य भनेको अपाङ्गता भएका

बालबालिकाहरूलाई उपयुक्त व्यवहार र सामाजिक सिपहरू विकास गर्न र समस्याजन्य व्यवहारहरूको आवृत्ति र गम्भीरतालाई कम गराउन मद्दत गर्नु हो। यसमा सामान्यतया बालबालिकालाई उपयुक्त र वाञ्छनीय हुने नयाँ व्यवहारहरू सिकाएर र सकारात्मक सोचाइको विकासमार्फत ती व्यवहारहरूलाई सुदृढ पार्ने गरिन्छ।

व्यवहारजन्य सहयोग विधिमा सामान्यतया एक वैयक्तिक व्यवहारिक सहयोग योजना विकास समावेश हुन्छ जसमा विशेष लक्ष्यहरू, रणनीतिहरू र हस्तक्षेपहरू समेटिएका हुन्छन् जुन बालबालिकाको व्यावहारिक आवश्यकताहरू सम्बोधन गर्न प्रयोग गरिन्छ। योजनामा सकारात्मक सुदृढीकरण, समस्याजन्य व्यवहारको नतिजा, सामाजिक सिप प्रशिक्षण र अभिभावक वा शिक्षक प्रशिक्षण जस्ता रणनीतिहरू पनि समावेश हुन सक्छन्। योजनाको सफलतालाई निरन्तर तथ्याङ्क सङ्कलन र विश्लेषणमार्फत अनुगमन गरिन्छ र योजनाको प्रभावकारिता सुनिश्चित गर्न आवश्यकताअनुसार परिमार्जन पनि गर्ने गरिन्छ।

खासगरी विकासात्मक, सिकाइसम्बन्धी सीमितता, अटिजम र अन्य व्यवहार र भावनासँग सम्बन्धित सीमितता भएका बालबालिकाहरूका लागि यो शिक्षण विधि निकै उपयोगी हुन्छ। यस विधिले ती बालबालिकाहरूको व्यवहार सुधार्न, स्वावलम्बी बन्न, सकारात्मक व्यवहारलाई निरन्तरता दिन, सम्बन्ध सुधार्न र सकारात्मक सिकाइ वातावरण प्रवर्धन गर्नमा सहयोग गर्दछ।

दृश्य सञ्चार (Visual Communication)

दृश्य सञ्चार (Visual Communication) भनेको विभिन्न चित्र, रङ या सङ्केतहरू प्रयोग गरी गरिने सञ्चार विधि हो। बहिरा, अटिजम, बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि यस किसिमका सामग्रीहरूद्वारा शिक्षण गराउँदा सिकाइको प्रभावकारिता बढ्दछ। यस बारेमा पछिल्ला सत्रहरूमा विस्तृत रूपमा छलफल गरिने छ।

स्पर्श सामग्री (Tactile Materials)

टेकटाइल अर्थात् स्पर्श सामग्रीहरू भनेका छामेर महसुस गर्न सक्ने सामग्रीहरू हुन्। खासगरी दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि यस किसिमका सामग्रीहरू निकै महत्त्वपूर्ण र प्रभावकारी हुने गर्दछन्। यस बारेमा विस्तृतमा पछिल्लो सत्रमा छलफल गरिने छ।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- Direct Instruction र Repetitive Instruction भनेको के हो र यो कस्ता बालबालिकाहरूका लागि आवश्यक हुन्छ?
- Behavioral Support System भनेको के हो र यो कसका लागि आवश्यक हुन्छ?
- दैनिक क्रियाकलापलाई कसरी सबै बालबालिकाहरूका निमित्त अनुकूलन गराउन सकिन्छ?

सिकाइ सहजीकरण: दैनिक क्रियाकलाप अनुकूलन, समावेशी निर्देशन तथा व्यवहारजन्य सहायता

दैनिक क्रियाकलापलाई समावेशी बनाउने

नेपाल सरकार, पाठ्यक्रम विकास केन्द्रबाट वि.स.२०७७ मा लागू गरिएको प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा पाठ्यक्रमले सुझाएको दैनिक कार्य तालिकाअनुसारको क्रियाकलापलाई समावेशी गराउनुपर्दछ र समावेशी बनाउँदा विविध क्रियाकलाप थप गर्न वा हटाउन सकिन्छ।

शुभ वन्दना

बालविकास केन्द्रको सुरुवाती क्रियाकलाप शुभ वन्दना हो । बालविकास केन्द्रको दैनिक कार्य तालिकामा शुभ वन्दनालाई बाहिरी खेल तथा अन्य क्रियाकलापसँग रमाइलो तरिकाले जोड्नुपर्छ । शुभ वन्दनालाई अझ बढी समावेशी बनाउन यी निम्न रणनीतिहरू अपनाउन सकिन्छ।

- शुभ वन्दना गराउँदा हाउभाउसहित गर्न उत्प्रेरित गर्ने र सुरुमा पर्खँदै, रोकिँदै गर्ने जस्ता बहुइन्द्रिय परिचालनका क्रियाकलाप गरेर बालबालिकालाई सहभागी गराउने।
- विषयवस्तुको छलफल समयमा अवधारणा सहजै बुझाउन चित्र, सम्भव भएसम्म भिडियो र वास्तविक वस्तु आदिको प्रयोग गर्नुपर्छ।
- यसै गरी शारीरिक, इन्द्रिय तथा बौद्धिक

आवश्यकता भएका बालबालिकालाई आवश्यकताको आधारमा क्रियाकलापलाई रणनीतिक रूपमा परिमार्जन गर्नुपर्छ। उभिन तथा हिँडडुल गर्न कठिन भएकाहरूलाई गुड्ने मेच वा साथीको सहयोगमा खेलाउने।

- बालबालिकालाई विभिन्न सिकाइ सामग्री तथा क्रियाकलापलाई आवश्यकताअनुसार परिमार्जन वा अनुकूलन गरेर शारीरिक तथा इन्द्रियात्मक आवश्यकता भएका बालबालिकालाई अवसर दिनुपर्छ।

इन्द्रिय खेल

बालविकास केन्द्रको दैनिक कार्य तालिकामा सानो समूहको क्रियाकलापको योजना रहेको हुन्छ। यो क्रियाकलाप गर्दा इन्द्रिय चलायमान बनाउने तथा विकास गर्ने खालका खेल खेलाउनुपर्दछ। यस्ता खेलका लागि प्रशस्त इन्द्रिय आवश्यकताको सम्बोधन गर्ने खालका खेल सामग्रीहरू पर्दछन् । यसका लागि देहायका रणनीतिहरू लागू गर्न सकिन्छ।

- बालविकास केन्द्रको सिकाइ क्षेत्रमा राष्ट्रिय न्यूनतम मापदण्डले तोकेको न्यूनतम छ ओटा सिकाइ क्षेत्र हुनुपर्छ । यसमा विज्ञान क्षेत्रमा खस्रो, मसिनो, बाक्लो, चिप्लो, बिन ब्याग राखिएको हुन्छ । स्वादका वस्तुहरू, जस्तै- नुन, चिनी, अमिलो र अन्य खान मिल्ने वस्तु राखिएका हुन्छन्। बास्ना सुँघ्ने वस्तुहरू, जस्तै- अदुवा, लसुन, फलफूल, प्याज आदि राखिएका हुन्छन् । आवाज आउने वस्तुहरू, जस्तै- बाजा, घण्टी, छिनछिन बाजा, मादल आदि पनि राखिएका हुन्छन् । । यी माथि उल्लेख गरिएका सामग्रीहरू इन्द्रिय खेलको लागि पनि बहुउपयोगी तथा सजिलै उपलब्ध हुने सामग्रीहरू हुन्।
- यसै गरी राष्ट्रिय न्यूनतम मापदण्डको सुझाव अनुरूपका सिकाइ क्षेत्रअनुसारको सिकाइ सामग्रीसहित अनुकूलित सामग्रीहरू थप गरी सो क्षेत्रहरूमा बालबालिकाले सजिलै राख्न र झिक्न सक्ने गरी राखिएको हुनुपर्छ।
- क्रियाकलापको उद्देश्यमा प्रस्ट पार्न र सहज बुझाइका लागि दृश्यसम्बन्धी समाग्रीहरु, जस्तै- ठुला चित्रहरू भएको समाग्रीहरु राख्नुपर्छ।

सिकाइ क्रियाकलाप

- बालविकास केन्द्रमा सिकाइ क्रियाकलाप बालबालिकाको बौद्धिक सिप अभिवृद्धिको लागि र शैक्षणिक सिप वृद्धिका लागि महत्त्वपूर्ण हुन्छ। निर्देशनात्मक सिकाइभन्दा बालबालिकाको सिकाइ शैली र आवश्यकताअनुरूप प्रभावकारी सिकाइ अवसर प्रदान गरिनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। सिकाइ क्रियाकलापलाई समावेशी बनाउने रणनीतिहरू देहायबमोजिम छन्:
- सम्भव भएसम्म वास्तविक बस्तुको प्रयोगलाई प्राथमिकता दिने, सुनाइ उपकरण प्रयोग गर्ने, हातले छोएर वास्तविक वस्तुको प्रयोग गर्ने, सुँघ्ने, चाख्ने, अनुभव गर्ने जस्ता बहुइन्द्रिय उपयोगी सामग्रीको प्रयोग गरी विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई सहभागी गराउने।
- बालबालिकालाई विविध सिकाइ आवश्यकताअनुसार क्रियाकलाप परिमार्जन गर्दै सिकाइ अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । सूक्ष्म अङ्गका क्रियाकलापहरू गराउन समूह तथा जोडीमा सहकार्य गराउने जसले गर्दा पूर्व लेखाइको सिपसमेत अभिवृद्धि हुन्छ।

खेल

खेल बालबालिकाको सिकाइको परिपूरक हो । खेलको माध्यमबाट उनीहरूको सामाजिक सिपको अतिरिक्त समस्या समाधान, सहयोगको आदान प्रदान, नेतृत्व लिनेदिने तथा सर्वाङ्गीण विकासको अवसर प्राप्त हुन्छ। तर सबै बालबालिकाले अवसर पाउनका लागि खेललाई परिमार्जित र खेल सामग्रीलाई अनुकूलन गरेर शारीरिक, इन्द्रियात्मक तथा बौद्धिक आवश्यकता भएका

बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ । खेललाई समावेशी बनाउने केही रणनीतिहरू यसप्रकार छन्:

- साथीसँग मिलेर इन्द्रिय अङ्गहरूमा छुने खेल जस्तै नाक खोइ? नाक छोएर मेरो एउटा नाक, आँखा खोइ? आँखाहरू देखाएर मेरो दुई ओटा आँखा भनेर खेल्ने, 'माछा माछा भ्यागुतो' जस्ता सानो समूह तथा जोडीमा खेलिने खेलहरूमा सहभागी गराउने।
- सूक्ष्म अङ्ग सञ्चालनका खेल खेल्न कठिनाइ हुने बालबालिकालाई स्थूल अङ्ग सञ्चालनका खेलहरू खेलाउने र समूह कार्य गराउनुपर्दछ।

बालविकास शिक्षकले बालबालिकाको शारीरिक तथा बौद्धिक आवश्यकताअनुसार कक्षाका गरिने हरेक क्रियाकलापलाई परिमार्जन गरी समायोजन र अनुकूलन गर्नुपर्छ जसले गर्दा सिकाइ समावेशी हुनुका साथै बालबालिकाको समग्र पक्षको विकासमा सहयोग पुग्छ।

बालबालिकालाई दिने निर्देशनलाई समावेशी बनाउने

बालविकास केन्द्र बालबालिकाहरूको चौतर्फी विकासमा केन्द्रित हुने गर्दछ। बालविकास शिक्षकहरूले तोकिएको कार्यतालिका अनुसरण गर्दै विभिन्न क्रियाकलापहरू र अभ्यासहरूको माध्यमबाट बालबालिकाहरूको सर्वाङ्गीण विकासमा योगदान पुर्याइरहेका हुन्छन् । यदि अपाङ्गता भएका बालबालिका बालविकास केन्द्रमा छन् भने कार्यतालिकाअनुसारको क्रियाकलापहरू गराउन केही अनुकूलनहरू गर्नुपर्ने हुन सक्दछ। अपाङ्गता या कार्यगत सीमितताको प्रकृतिअनुसार बालविकास शिक्षकहरूले प्रत्यक्ष निर्देशन (Direct Instruction), दोहोर्याई तेहराई निर्देशन (Repetitive instruction), चित्र या सङ्केतको प्रयोग, स्पर्श विधि आदि तरिकाहरूको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन सक्दछ।

प्रत्यक्ष निर्देशन (Direct Instruction)

प्रत्यक्ष निर्देशन एक शिक्षण विधि हो जुन प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) मा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइमा समावेशीकरणका लागि प्रयोग गरिन्छ। यस विधिमा शिक्षकको बढी भूमिका रहने गर्दछ। शिक्षकले नै बालबालिकालाई व्यवस्थित तरिकाले आवश्यक निर्देशनद्वारा सिकाइ कार्य अगाडि बढाउने गरिन्छ। यस विधिमा शिक्षकले दृश्यात्मक सामग्रीहरू, खेलौनाहरू आदि देखाएर पालैपालो स्पष्टसँग निर्देशनहरू दिने गर्दछन् । यस विधिको मुख्य उद्देश्य भनेको नै सिकाइमा सीमितता भएका बालबालिकाहरूलाई व्यवस्थित र कुशलतापूर्वक आवश्यक ज्ञान र सिप विकास गराउनु हो।

खास गरी सिक्नमा कठिनाइ हुने बालबालिकाहरू, जस्तै- विकासात्मक अपाङ्गता भएका बालबालिका, व्यवहारजन्य कठिनाइ भएका बालबालिका तथा सिकाइमा सीमितता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइमा सहजीकरण गर्नका लागि यो विधि बढी उपयोगी हुन्छ।

यस विधिमा बालबालिकाहरूलाई सङ्गठित (Structured) रूपमा निर्देशनहरू दिइन्छ। निर्देशनहरू सरल, छरितो र स्पष्ट हुने गर्दछ। बालबालिकाहरूलाई तुरुन्त पृष्ठपोषण दिइने गरिन्छ। मौखिक निर्देशनको साथ विभिन्न सामग्रीहरूको पनि प्रयोग हुने हुनाले बहुइन्द्रिय अनुभव प्रक्रिया अवलम्बन गर्ने गरिन्छ। यसले सिकाइ र विकासात्मक कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ स्तर सुधार्नमा सहयोग पुर्याउने हुँदा उनीहरूको स्वावलम्बनको स्तर वृद्धि हुँदै जान्छ।

प्रत्यक्ष निर्देशनलाई समावेशी बनाउने केही रणनीतिहरू :

१. बहुस्पर्शीय इन्द्रिय सामग्री

प्रत्यक्ष निर्देशनात्मक शिक्षण तरिकामा बहुइन्द्रिय, सिकाइ सामग्रीले अर्थपूर्ण सिकाइका लागि सहयोग गर्दछ, जस्तै- एउटै विषयलाई हेरेर, छोएर, चाखेर, सुनेर विभिन्न तरिकाबाट प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसरी वास्तविक बस्तु हेरेर वा छोएर, प्रयोग गरेर वा भिडियो आदिको प्रयोगले भएको सिकाइ दिगो र प्रभावकारी हुन्छ।

२. बृहत् अवधारणा बुझाउने

बालबालिकालाई सिक्ने बृहत् अवधारणा भएमा यसलाई टुक्राएर ससाना सिकाइ उपलब्धि निर्धारण गर्नुपर्छ । जसले गर्दा उनीहरूले सजिलै बुझ्न सक्छन् । निर्देशनहरू स्पष्ट हुनुपर्छ । दोहोर्याएर बुझाउने, पुनर्बल प्रदान गर्ने गर्नाले बालबालिकाले सजिलै बुझ्दछन् र आफ्नो क्षमता तथा आत्मबल अभिवृद्धि गर्दछन्।

३. विशेष व्यवस्थापन

बालबालिकाको सिकाइमा थप समय, सामग्री र उपकरण जस्ता सुविधाले अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइ प्रभावकारी बनाउन सहयोग गर्छ । यसरी सिकाइमा सहयोग गर्न प्रत्येक बालबालिकासम्म पुग्ने तथा थप समय र सामग्री उपलब्ध गराउँदा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको पहुँच र सहभागितामा सहयोग गर्दछ। यसले प्रत्येक बालबालिकाको विशेष आवश्यकता समेत पूरा गर्न सहयोग गर्दछ।

४. सक्रिय सहभागितालाई प्रोत्साहन

छलफल, अन्तर्क्रिया, सामूहिक क्रियाकलापले बालबालिकालाई सक्रिय सहभागिताको अवसर बनाउँछ। यसै गरी उनीहरूलाई प्रश्न सोध्ने, अनुभव बताउने, विचार राख्ने, सहकार्य गर्ने आदि अवसरले गर्दा बालबालिकाहरूलाई समावेशी तथा सिकाइका लागि व्यस्त बनाइराख्ने वातावरण निर्माण हुन्छ।

पुनर्बलीय निर्देशन:

पुनर्बलीय निर्देशन सिकाइ विधिले सकारात्मक पृष्ठपोषण तथा निर्धारित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न उत्प्रेरणा दिन्छ र बालबालिकालाई सकारात्मक क्रियाकलापलाई निरन्तरता दिनका लागि उत्प्रेरणा प्रदान गर्दछ । तत्काल पृष्ठपोषण र सहयोग दिई सिकाइ र विकासमा सहयोग गर्ने भएका कारण विविध अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि पनि निकै सहयोगी हुन्छ। यस सिकाइ रणनीतिलाई समावेशी बनाउनका लागि केही व्यावहारिक उदाहरणहरू यसप्रकार छन्:

१. सकारात्मक पुर्नबलको प्रयोग

सकारात्मक पुर्नबल, जस्तै- प्रशंसा, पुरस्कार आदिले बालबालिकामा उत्प्रेरणा जगाउन र सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न सहयोग गर्छ। यस्तो पुर्नबल उनीहरूले गरेको सकारात्मक व्यवहारपछि तुरुन्तै प्रदान गर्नुपर्छ।

२. छनौटको अवसर

छनौटको अवसरले बालबालिकालाई स्वनियन्त्रण, अपनत्व, सहभागिता र उत्प्रेरणा जगाउँदछ। उनीहरूलाई छनौटको अवसर र छनौटलाई महत्त्व दिँदा सिकाइमा पूर्ण सहभागी हुन उत्प्रेरित गर्दछ।

३. प्रगति मूल्याङ्कन

बालबालिकालाई उनीहरूले गरेका राम्रा र सुधारका क्षेत्रमा तत्काल पृष्ठपोषण दिँदा उनीहरूले तत्कालै प्रतिक्रिया देखाउँदछ । तसर्थ उत्प्रेरणा र सहयोग जस्ता पुनर्बलीय निर्देशनले प्रगतिको लागि सहयोग हुन्छ । निरन्तर पृष्ठपोषण र स्वःमूल्याङ्कनको अवसरले उनीहरूको सिकाइप्रति जिम्मेवारी र स्वतन्त्रताको महसुस हुन्छ।

यसरी पुनर्बलीय निर्देशनको प्रयोगबाट

बालविकास शिक्षकले समावेशी सिकाइ वातावरण सिर्जना तथा अभिवृद्धि गर्दै विविध सिकाइ आवश्यकता भएका सबै बालबालिकाहरूलाई समावेशी सिकाइ वातावरण तयार गर्न सक्छन्।

दोहोरो तथा लगातारको निर्देशन

दोहोरिने निर्देशन अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू विशेष गरी विकासात्मक वा सिकाइसम्बन्धी सीमितता भएका बालबालिकाहरूको सिकाइमा सहजीकरण गर्नका लागि प्रयोग गरिने शिक्षण विधि हो। यसमा बालबालिकाले जानकारी बुझ्न र राख्न सक्षम नभएसम्म विभिन्न मोडालिटीहरू प्रयोग गरी एउटै जानकारी वा कार्यलाई धेरै पटक दोहोर्याउने गरिन्छ। यो विधि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (ECED) मा प्रयोग गरिन्छ किनभने यसले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई आत्मविश्वास निर्माण गर्न, स्मरण क्षमताहरू विकास गर्न र जानकारी राख्ने र पुनः प्राप्त गर्ने क्षमतामा सुधार गर्न मद्दत गर्दछ। यस विधिले विकासात्मक तथा सिकाइमा सीमितता भएका बालबालिकाहरूको स्मरण शक्ति सुधार गर्न सहयोग गर्दछ। यस विधिले बालबालिकाहरूले आफूलाई सिकाइएको विषयलाई राम्रोसँग बुझ्न सहयोग गर्दछ। बालबालिकाहरूको आत्मविश्वास बढाउन पनि यसले मद्दत गर्दछ। बालबालिकाहरूको विभिन्न किसिमका सिप विकासमा समेत यसले थप सहजीकरण गर्दछ।

दोहोरो वा लगातारको निर्देशनले बालबालिकालाई शिक्षकले दिएको निर्देशन स्पष्ट बुझ्न र मनन गर्न सहयोग गर्छ । स्पष्ट र दोहोर्याएर दिइने निर्देशन अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाका लागि प्रभावकारी हुन्छ। यसलाई समावेशी बनाउने केही तरिकाहरू निम्नानुसार छन्:

१. **सिपहरूलाई टुक्र्याउने**

बालबालिकाले गर्ने सिपमूलक कार्यहरूलाई छोटो छोटो क्रियाकलापमा टुक्र्याएर गराउने जसले गर्दा बालबालिका स्पष्टसँग बुझेर अभ्यास गर्न सक्नेछन्। दोहोरो निर्देशनलाई, दोहोराएर बुझाउने, दोहोराएर अभ्यास गर्न लगाउनाले उनीहरूको काम गराइमा निखरता आउनुका साथै कार्य सिपमा अभिवृद्धि भई आत्मविश्वास समेत बढ्छ।

२. **बहुइन्द्रिय उपयोगी सामग्रीको प्रयोग**

बहुइन्द्रिय सामग्रीहरू, जस्तै- हेर्न, छुन, सुँघ्न र अनुभव गर्न सकिने र प्रविधिको प्रयोगले विषयवस्तुको अवधारणा स्पष्ट भई सिकाइ अर्थपूर्ण र प्रभावकारी हुन्छ। विविध निर्देशनात्मक विधिले विभिन्न सिकाइ शैली भएका बालबालिकालाई सहभागी गराउन मद्दत गर्दछ।

३. **सकारात्मक पृष्ठपोषण**

सकारात्मक पृष्ठपोषण तथा पुनर्बलले बालबालिकालाई सिप सिक्नका लागि अझ बढी सक्रियता प्रदान गर्दछ । यसले बालबालिकालाई उत्प्रेरित भई क्रियाकलापमा सहभागी बन्न र अभ्यास गर्न समेत प्रोत्साहित गर्दछ । बालविकास शिक्षकले प्रशंसा गर्ने, स्याबासी दिने जस्ता व्यवहार प्रदर्शन गर्नु अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हुन्छ जसले बालबालिकामा सकारात्मक कार्य गर्नका लागि निरन्तर प्रेरणा प्रदान गर्दछ । सिकाइ क्रियाकलापलाई बहु इन्द्रियात्मक सामग्रीको प्रयोग गरेर स-साना कार्यहरूमा टुक्र्याएर सिकाउँदा बालबालिकाले सकारात्मक पृष्ठपोषणको वातावरण पाउँछन् । यसले विविध सिकाइ आवश्यकता भएका तथा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई समेत समावेशी सिकाइ वातावरण तयार गर्न सहयोग हुन्छ।

व्यवहारजन्य सहयोग (Behavioral Support)

व्यवहारजन्य सहयोग प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा (E C E D) मा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका चुनौतीपूर्ण व्यवहारलाई सम्बोधन गर्न प्रयोग गरिने शिक्षण विधि हो। यसको लक्ष्य भनेको अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई उपयुक्त व्यवहार र सामाजिक सिपहरू विकास गर्न र समस्याजन्य व्यवहारहरूको आवृत्ति र गम्भीरतालाई कम गराउन मद्दत गर्नु हो। यसमा सामान्यतया बालबालिकालाई उपयुक्त र वाञ्छनीय हुने नयाँ व्यवहारहरू सिकाएर र सकारात्मक सोचाइको विकासमार्फत ती व्यवहारहरूलाई सुदृढ पार्ने गरिन्छ।

व्यवहारजन्य सहयोग विधिमा सामान्यतया एक वैयक्तिक व्यावहारिक सहयोग योजना विकास समावेश हुन्छ जसमा विशेष लक्ष्यहरू, रणनीतिहरू र हस्तक्षेपहरू समेटिएका हुन्छन् जुन बालबालिकाको व्यावहारिक आवश्यकताहरू सम्बोधन गर्न प्रयोग गरिन्छ। योजनामा सकारात्मक सुदृढीकरण, समस्याजन्य व्यवहारको नतिजा, सामाजिक सिप प्रशिक्षण र अभिभावक वा शिक्षक प्रशिक्षण जस्ता रणनीतिहरू पनि समावेश हुन सक्छन्। योजनाको सफलतालाई निरन्तर तथ्याङ्क सङ्कलन र विश्लेषणमार्फत अनुगमन गरिन्छ र योजनाको प्रभावकारिता सुनिश्चित गर्न आवश्यकताअनुसार परिमार्जन पनि गर्ने गरिन्छ।

खास गरी विकासात्मक, सिकाइसम्बन्धी सीमितता, अटिजम र अन्य व्यवहार र भावनासँग सम्बन्धित सीमितता भएका बालबालिकाहरूका लागि यो शिक्षण विधि निकै उपयोगी हुन्छ। यस विधिले ती बालबालिकाहरूको व्यवहार सुधार्न, स्वावलम्बी बन्न, सकारात्मक व्यवहारलाई निरन्तरता दिन, सम्बन्ध सुधार्न र सकारात्मक सिकाइ वातावरण प्रवर्धन गर्नमा सहयोग गर्दछ।

बालबालिकाको व्यावहारिक परिवर्तन र सकारात्मक उपलब्धि हासिल गर्नका लागि उनीहरूमा प्रयोग गरिने विधि नै व्यावहारिक सहयोग विधि हो। यो विधि विशेषतः अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको अपेक्षा थाहा पाउने र त्यस अपेक्षाअनुसार सहयोग गरिन्छ त्यस कारण यो समावेशी कक्षा व्यवस्थापनका लागि प्रभावकारी हुन्छ। यहाँ व्यावहारिक सहयोग प्रदान गर्ने केही तरिकाहरू प्रस्तुत गरिएको छ।

१. **सकारात्मक व्यवहारलाई तुरुन्तै सहयोग गर्ने**

तुरुन्तै सकारात्मक व्यावहारिक सहयोग व्यवहार व्यवस्थापनको स्वतःस्फूर्त विधि हो । यसले स्पष्ट व्यवहारको अपेक्षा र सकारात्मक व्यवहारको अभिवृद्धि गर्दछ । यो विधि पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइ तथा विकासको लागि विशेष महत्त्व राख्दछ।

२. **स्पष्ट व्यवहारको अपेक्षा**

बालबालिकालाई आफूले उनीहरूबाट गरेको व्यावहारिक अपेक्षा बुझेमा उनीहरूले सोअनुसार व्यवहार बदल्न र सकारात्मक व्यवहार विकास गर्न कोसिस गर्छन्। यसका लागि उनीहरूलाई प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रको नियम बुझाउने र सोअनुसार पालन गर्न अभिप्रेरित गर्ने साथै भिडियो, चित्र वा पोस्टरबाट पनि आफूले अपेक्षा गरेको व्यवहार झल्काउन र बुझाउन सकिन्छ।

३. **पुनर्बल प्रयोग**

बालबालिकालाई सकारात्मक व्यवहारका लागि उत्प्रेरणा गर्न सकारात्मक पुनर्बल दिन सकिन्छ । कुनै पनि सकारात्मक व्यवहार गर्नासाथ स्याबासी दिने, प्रशंसा गर्ने जस्ता सकारात्मक व्यवहार प्रदर्शनीले पुर्नबल प्रदान गर्छ।

४. **व्यक्तिगत योजना तयारी**

विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाको लागि उनीहरूको सिकाइ आवश्यकताअनुसार व्यक्तिगत योजना

तयार गर्नुपर्छ । व्यक्तिगत योजना कुनै पनि बालबालिकाको अभिभावक तथा परिवारसँग सहकार्य गर्दै तयार गरिन्छ । यसले प्रत्येक बालबालिकाको विशेष आवश्यकता पत्ता लगाई उपयुक्त लक्ष्य निर्धारण गर्न र सोअनुसार उपलब्धिहरू हासिल गर्न सहकार्य गर्न सकिन्छ।

बालविकास शिक्षकले सिकाइ क्रियाकलापमा व्यावहारिक सहयोग विधि अपनाएर सकारात्मक र सहयोगी सिकाइ वातावरण तयार गरी विविध सिकाइ आवश्यकता भएका सबै र अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई अवसर दिन सक्छन् । यसै गरी स्पष्ट अपेक्षा, पुर्नबल, व्यक्तिगत सिकाइ योजना जस्ता सिकाइ रणनीतिले बालबालिकाको जीवनमा नै सकारात्मक व्यवहार र सिपको अभिवृद्धि गर्न सकिन्छ।

सिकाइ सहजीकरण : कार्य विश्लेषण र बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन

दिनः चौथो | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

अपाङ्गता भएका तथा विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाले मौखिक रूपमा सिकाइएका कुराहरू नबुझ्न सक्छन् । हुन त सबै बालबालिकाहरूलाई नै अन्तरक्रियात्मक तथा खेल खेलाउँदै र रमाइलो गर्दै सिकाउनु नै बालविकास शिक्षाको मुख्य उद्देश्य रहेको छ । त्यसमा पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई थप केही विधिहरूको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । यस सत्रमा कार्य विश्लेषण र बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशनका विषयमा छलफल गर्ने छौँ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई कुनै कुरा बुझाउन Task analysis (कार्य विश्लेषण) रणनीतिको बारेमा बताउन
- बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन (Multi-sensory instruction) को बारेमा बताउन तथा यसलाई कक्षामा लागू गर्ने तरिका वर्णन गर्न।

विषयवस्तु

- Task Analysis (कुनै पनि कार्यलाई सानो सानो भागमा बाँडेर सिकाउने)
- Multi-Sensory Instruction (एउटै विषयवस्तुलाई विभिन्न इन्द्रिय प्रयोग गरेर ग्रहण गर्न सक्ने गरी प्रस्तुत गर्ने)

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची आदि ।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**वार्मअप** • सहभागीहरूमध्ये कसैलाई उनीहरूले कक्षामा बालबालिकाहरूलाई सुनाउने वा गाउन लगाउने एउटा बालगीत गाउन लगाउने।	१० मिनेट
२	**मस्तिष्कमन्थन** • सहभागीहरूलाई बालबालिकाहरूलाई सिकाउने के के तरिका प्रयोग गर्नुहुन्छ भनेर सोध्ने। विशेष गरी कसैले कुनै नयाँ तरिका वा रणनीतिको बारेमा सुनाएमा त्यसको बारेमा अझ धेरै बताउन लगाउने वा गरेर देखाउन लगाउने। • कोही अपाङ्गता भएका (विविध प्रकारका) बालबालिकाहरू भए उनीहरूलाई सिकाइ तथा विकासमा सहजीकरण गर्ने के कस्ता तरिका उपयुक्त हुन सक्छ भनेर एकैछिन छलफल गराउने। सबै सहभागीहरूलाई सक्रिय रूपमा सहभागी गराउने।	१० मिनेट

३	**Task Analysis (कार्य विश्लेषण)**
	• सहभागीहरूलाई ५ ओटा साना साना समूहमा बाँड्नुहोस्। हरेक समूहलाई प्रारम्भिक बालविकास पाठ्यक्रमले बालबालिकालाई सिकाउनुपर्ने भनेका ५ ओटा मुख्य विषयवस्तु दिनुहोस्।
	    ○ शारीरिक विकास
	    ○ सामाजिक र संवेगात्मक विकास
	    ○ बौद्धिक विकास
	    ○ भाषिक विकास
	    ○ सांस्कृतिक विकास
	• अब हरेक समूहले आफ्नो विषयवस्तुभित्रबाट बालबालिकालाई सिकाउनुपर्ने एउटा एउटा कार्य छान्न लगाउने । त्यसपछि समूहमा छलफल गरेर सो कार्यलाई एकदमै साधारण चरण (Steps) हरूमा बाँड्ने र यसो गर्दा हरेक समूहले निम्न सूचीअनुसार आफ्नो समूहलाई प्रदान गरिएको अपाङ्गता भएका बालबालिकाकाको आवश्यकतामा ध्यान दिन लगाउने । यसरी बाँडिएका चरणहरू सकेसम्म सरल वाक्यमा लेख्ने र सँगसँगै सकेसम्म अन्य दृश्यात्मक माध्यम पनि सँगै राख्न सकिन्छ।
	पहिलो समूहः देख्न नसक्ने
	दोस्रो समूहः सुन्न नसक्ने
	तेस्रो समूहः अटिजम प्रभावित
	चौथो समूहः ढिलो गरी बुझ्ने (बौद्धिक अपाङ्गता)
	पाँचौँ समूहः व्यवहारजन्य कठिनाइ भएका बालबालिका
		३० मिनेट

	• सहजकर्ताले तलको एउटा उदाहरण दिने। कपडा लगाउने कार्यलाई विभिन्न चरणहरूमा बाँड्दाः १. सबै कपडाहरू भेला गरेर बेडमा राख्ने २. सबैभन्दा पहिला भित्री कपडा (गन्जी र कट्टु) लगाउने ३. अब सर्ट लगाउने ४. सर्टको बटन एक एक गर्दै बिस्तारै लगाउने। ५. त्यसपछि पाइन्ट लगाउने ६. अब मोजा र जुत्ता लगाउने ७. जुत्ताको तुना बाँध्ने ८. सबै लुगा मिल्यो वा मिलेन वा अगाडिको पछाडि परेको छ कि भनेर हेर्ने। • अब ५ ओटै समूहबाट अन्त्यमा प्रस्तुत गर्न लगाउने। • अन्त्यमा यसरी कुनै जटिल कार्यलाई विश्लेषण गरेर सरल चरणहरूमा बाँड्दा सबै बालबालिकालाई सहज हुने र अझ बढी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई झन् सहज हुने कुरा प्रस्ट पार्ने।	

४	**बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन (Multisensory Instruction):**
	• सहभागीहरूलाई Multisensory Instruction को बारेमा केही सुन्नुभएको छ कि भनेर सोध्ने? यदि यो सुन्नुभएको छैन भने Sensory खेलौनाहरूको बारेमा सुन्नुभएको छ कि भनेर पनि सोध्नुहोस्। थाहा भएका कुराहरू भन्ने अवसर दिनुहोस्।
	• अब सहजकर्ताहरूले सहभागीहरूलाई बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन (Multisensory instruction) बारेमा निम्नानुसार प्रस्ट पार्नेः
	• Multi-sensory भनेको विविध इन्द्रिय वा संवेगहरूको प्रयोग गरेर कुनै पनि कुरा बुझाउनु हो भनेर प्रस्ट पार्ने, जस्तै- गाडीको बारेमा पढाउँदा सानो खेलौना गाडी ल्याएर त्यसलाई समाउन, चलाउन वा गुडाउन दिँदा बालबालिकाहरूले झन् राम्रोसँग ध्यान दिन्छन् र सिक्छन्। साथै अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू, जस्तै- दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका र सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई पनि त्यसरी आफूले पढेको कुरा स्पर्श गरेर पढ्न पाउँदा उनीहरूले प्रभावकारी ढङ्गले सिक्छन्।
	• Multi-Sensory विधिमा सिकाइका चार प्रकार हुन्छन्:
	  ○ दृश्यात्मक (Visual)
	  ○ आवाज (Auditory)
	  ○ स्पर्श गर्ने (Tactile)
	  ○ यताउता हिड्ने, चलायमान हुने (Kinesthetic)
	• अब सहभागीहरूलाई चारओटा समूहमा बाँड्नुहोस। गोलाप्रथाद्वारा चारओटै समूहलाई बहुइन्द्रिय निर्देशन विधिका १-१ ओटा प्रकार विषयवस्तुका रूपमा प्रदान गर्नुहोस्।
	• अब सबै समूहले आफूले प्राप्त गरेका बहुइन्द्रिय निर्देशन विधिबाट
		३० मिनेट

बालबालिकाहरूलाई विभिन्न जनावर चिनाउनुपर्ने जानकारी गराउने । साथै हरेक समूहले सो विधिबाट जनावर चिनाउँदा शारीरिक कठिनाइ, दृष्टिसम्बन्धी कठिनाइ, सुनाइसम्बन्धी कठिनाइ र सिकाइसम्बन्धी कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको आवश्यकता पनि सम्बोधन गर्नुपर्ने जानकारी गराउने।

- प्रत्येक समूहले समूहगत रूपमा तयारी गर्नका लागि आवश्यक सरसामग्री सङ्कलन गर्न पनि लगाउने। तयारी पूरा भएपछि सबै समूहहरूलाई पालैपालो प्रस्तुति गरेर देखाउन लगाउने। आपसमा पृष्ठपोषण आदानप्रदान गर्न लगाउने।
- अन्त्यमा सहजकर्ताले हरेक बालबालिकाको कुनै न कुनै इन्द्रिय सक्रिय रहन्छ तथा यसरी कुनै पनि विषयवस्तुलाई सिकारूले बुझ्ने र प्रयोग गर्ने सक्रिय इन्द्रियको माध्यमबाट बुझाउन सकियो भने शिक्षा समावेशी हुन्छ भनेर बुझाउने।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई के कस्ता विधिबाट सिकाउने सकिने रहेछ?
- Task analysis भनेको के रहेछ? यो केमा प्रयोग गर्न सकिन्छ?
- Multi-sensory instructions भनेको के रहेछ?

सत्र १०

सिकाइ सहजीकरण : कार्य विश्लेषण र बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन

अपाङ्गता भएका तथा विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाले मौखिक रूपमा सिकाइएका कुराहरू नबुझ्न सक्छन् । हुन त सबै बालबालिकाहरूलाई नै अन्तर्क्रियात्मक तथा खेल खेलाउँदै र रमाइलो गर्दै सिकाउनु नै बालविकास शिक्षाको मुख्य उद्देश्य रहेको छ । त्यसमा पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई थप केही विधिहरूको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । यहाँ कार्य विश्लेषण र बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशनका विषयमा प्रस्तुत गरिएको छ।

कार्य विश्लेषण

बालबालिकाको उमेर र क्षमताअनुसार बृहत् क्रियाकलापलाई टुक्र्याएर ससाना क्रियाकलापमा परिणत गरी उनीहरूलाई सहजता प्रदान गर्ने कार्य नै कार्य विश्लेषण हो । यो विधि विशेष गरी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई योजनाबद्ध सहभागीमूलक सिकाइ वातावरण निर्माण गर्ने सरल विधि हो। यहाँ यसका केही उदाहरणहरू प्रस्तुत गरिएको छ।

१. **कार्य पहिचान**

   कार्य पहिचान कार्य विश्लेषणको पहिलो चरण हो । यसका लागि बालविकास शिक्षकले कार्यको स्पष्ट बुझाइ हासिल गरेर विशेष सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई उपयुक्त हुने गरी कार्यहरू टुक्राएर छनौट गर्नुपर्छ।

२. **तहगत रूपमा टुक्राएर**

   कक्षाकोठामा गरिने क्रियाकलापहरूलाई ससाना बालबालिकालाई उमेर र सिकाइको तह सुहाउँदो गरी टुक्राएर गराउँदा उनीहरूलाई प्रक्रिया र बुझाइ प्रभावकारी हुन्छ । यसका लागि प्रत्येक तहमा दृष्टिसम्बन्धी उपकरणहरू, चित्र, पोस्टर आदिले बुझाइ स्पष्ट पार्न सहयोग गर्छ।

३. **तहगत अभ्यास**

टुक्राइएका कार्यहरू बालबालिकालाई अभ्यास गर्न लगाउनु आवश्यक हुन्छ जसले उनीहरूको सिप र आत्मविश्वास अभिवृद्धि गर्दछ । यसरी अभ्यास गर्दा उनीहरूलाई दोहोराएर कार्य गर्न दिने, पुर्नबल दिने र सकारात्मक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुपर्छ।

४. **प्रगति अनुगमन**

बालबालिकालाई उत्प्रेरित र व्यस्त बनाउनका लागि प्रगति अनुगमन तथा पृष्ठपोषणले कार्य विश्लेषण प्रक्रियालाई सहयोग गर्छ । यसरी निरन्तर पृष्ठपोषण र स्वमूल्याङ्कनको अवसर प्रदान गर्दा बालबालिकामा स्वतन्त्रता र दायित्वको विकास गर्दछ।

सिकाइमा कार्य विश्लेषणको अभ्यासद्वारा बालविकास शिक्षकले सकारात्मक, सहयोगी, सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्दै विविध आवश्यकता भएका बालबालिकालाई र अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई समावेशी वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्। बालविकास शिक्षकले कक्षाकोठामा बृहत् कार्यलाई टुक्राउने, अभ्यासको अवसर दिने, निरन्तर प्रगति अनुगमन गर्ने र पुर्नबल प्रदान गर्नाले बालबालिकामा सिप र आत्मविश्वास अभिवृद्धि गर्न सहयोग गर्दछ।

बहुइन्द्रिय उपयोगी निर्देशन

बहुइन्द्रिय निर्देशन सिकाइ विधिले सिकाइका क्रममा एकै पटक धेरै इन्द्रियको प्रयोग भई प्रभावकारी सिकाइ सम्भव हुन्छ। एउटै वस्तुलाई हेरेर, छामेर, चाखेर, सुँघेर सिक्ने विधिबाट अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि बहुआयामिक सिकाइ अनुभव प्राप्त हुनुका साथै विविध सिकाइ शैली भएका बालबालिकालाई समेत समेटिन्छ। यहाँ यसका केही उदाहरणहरू प्रस्तुत गरिएको छ :

दृष्टिसम्बन्धी उपकरणको प्रयोग

शिक्षकले कक्षाकोठामा चित्र, भिडियो, पोस्टर आदिको प्रयोग गरी सिकाइ क्रियाकलाप गराउँदा बालबालिकाले अवधारणा स्पष्ट बुझेर अर्थपूर्ण तरिकाले सिक्न सक्छन्। यो विधि विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकाको प्रभावकारी संलग्नता अभिवृद्धि गर्न उपयोगी हुन्छ।

१. **स्पर्शद्वारा सिकाइ**

यो विधिमा बालबालिकाहरूले सामग्रीहरू छोएर आफ्नो बुझाइअनुसार विभिन्न तरिकाले प्रयोग गरेर, सिर्जना गरेर, फेरबदल गरेर सिक्न सक्छन् । यसमा स्पर्शनीय सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकाले उपलब्धिमूलक सिकाइ प्राप्त गर्दछन्।

२. **श्रव्यसम्बन्धी सहयोग**

बालबालिकालाई सिकाइमा श्रव्यसम्बन्धी अवसरहरू प्रदान गर्नुपर्छ। गीत, सङ्गीत वा अन्य ध्वनिको प्रसारणले विषयवस्तुसम्बन्धी स्पष्ट बुझाइ गर्न सहयोग गर्दछ । यस्तो अवसरले विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई सिकाइ अनुकूलित गर्न सहयोग गर्दछ।

३. **शरीर सञ्चालनको अवसर**

प्रभावकारी सिकाइका लागि शारीरिक सञ्चालन विधिहरू मनोरञ्जनात्मक तरिकाले अपनाउन सकिन्छ। उदाहरणका लागि नृत्य, योगा, खेल, आदिको अवसरले स्पर्शनीय सिकाइ क्षमता भएका बालबालिका र अपाङ्गतासहित विविध क्षमता भएका बालबालिकाका लागि सिकाइ अनुकूलित हुन्छ । यसरी बहुइन्द्रिय नियन्त्रणको उपयोगी अवसरले बहुइन्द्रिय विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकासहित सबै बालबालिकालाई सिकाइका विविध अवसर प्रदान गर्दछ । त्यसैले बालबालिकालाई श्रव्य, दृश्य, स्पर्श जस्ता विविध सिकाइको वातावरण सिर्जना गर्नुपर्दछ।

सिकाइ सहजीकरण: प्रिब्रेल, आधारभूत सङ्केत तथा आधारभूत परामर्श

दिनः चौथो | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाले विद्यालय शिक्षामा ब्रेललिपि सिक्नुपर्ने हुनसक्छ । ब्रेललिपि भनेको स्पर्श माध्यमबाट पढ्न सकिने लिपि हो। बालविकास शिक्षाका बालबालिकाहरूलाई पनि प्रि-ब्रेल (ब्रेललिपि सिक्नुभन्दा अगाडिको स्पर्शसम्बन्धी क्रियाकलापहरू सिकाउन जरुरी हुन्छ । त्यसैगरी भविष्यमा गएर साङ्केतिक भाषामार्फत अध्ययन गर्नुपर्ने बालबालिकाहरूलाई तयारी हुनका लागि तथा अन्य बालबालिकाहरूका लागि पनि साङ्केतिक भाषाको आधारभूत सङ्केतहरूका बारेमा जानकारी राख्नु महत्वपूर्ण हुन्छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- प्रि-ब्रेल र आधारभूत सङ्केतजस्ता सिपहरूको बारेमा बताउन
- आधारभूत परामर्श गर्ने सिपका बारेमा प्रस्ट पार्न।

विषयवस्तु

- प्रि-ब्रेल (ब्रेललिपि सिक्नुभन्दा अगाडिका सिप)
- आधारभूत सङ्केत (साङ्केतिक भाषाभन्दा अगाडिका सिप)
- आधारभूत परामर्श

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची, हेडफोन, आँखामा बाध्ने पट्टी, सेन्सरी खेलौना, खस्रो र चिल्लो कपडाका टुक्राहरू, रबरका र प्लास्टिकका साना र ठुला बल, विभिन्न फलफूलहरू, उठेका अक्षर (स्पर्श गर्न मिल्ने) हरू, काठ घोट्ने खाक्सी, ग्लिटर पेपर आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**प्रि-ब्रेल लिपि (ब्रेललिपिको लागि तयारी)** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई ब्रेल लिपिका बारेमा ककसलाई थाहा छ भनेर सोध्ने? प्रतिक्रियाहरू लिने। • त्यसपछि सहजकर्ताले निम्न कुरा प्रस्ट पार्नेः • ब्रेल लिपि, कागजमा खोपेर लेखिन्छ र अर्को पट्टी फर्काएर उठेको सतह छामेर त्यसलाई पढिन्छ। यो धेरैजसो दृष्टिविहीन तथा श्रवण दृष्टिविहीन व्यक्तिहरूले प्रयोग गर्छन्। बालविकास केन्द्रमा आउने बालबालिकाहरू मध्ये कसैलाई भविष्यमा गएर ब्रेल लिपि चाहिन्छ भने बालविकास केन्द्रमा उनीहरूलाई त्यसको अभ्यास गराउन सकिन्छ। यो छोएर महसुस गरेर अभ्यास गरिने भएकाले अन्य बालबालिकाहरूलाई पनि यसले फाइदा गर्छ। प्रि-ब्रेल भन्नाले ब्रेल लिपि सिक्नुअगाडि बालबालिकालाई स्पर्श विधिको जानकारी दिने विधि हो। खस्रो, नरम, आकार, सानो, ठुलो आदिको अभ्यास गराउनका लागि प्रि- ब्रेलको विधि प्रयोग गर्न सकिन्छ। **अब खेल खेलौँ** • सहजकर्ताले तीनओटा डालामा विभिन्न आकार र सतहका वस्तुहरु राख्ने। प्रत्येक डालामा उस्तै उस्तै किसिमका सामग्रीहरू हुनुपर्ने छ। • अब सहभागीहरूलाई ३ समूहमा बाँड्ने। हरेक समूहमा ३-३ जना मात्र राख्ने र बाँकी सहभागीहरूलाई समय हेर्ने, अवलोकन गर्ने, आफ्नो समूहलाई चियर गर्ने र नियम हेर्ने आदि भूमिकामा राख्ने। नियमः सबै सहभागीहरूले आँखामा पट्टी बाँध्ने र हरेक सामान निकाल्दै तीनजनाले नै हातमा राखेर महसुस गर्ने र तिनीहरूको सतहका आधारमा नरम, खस्रो वा अन्य भनेर छुट्याउदै जाने। जसले पहिला यो गरिसक्छ, उसले नै यो खेल जित्ने छ। • समय बाँकी भयो भने अर्को एक सहभागीको टोलीलाई पनि यो खेल खेलाउन सकिने छ।	२५ मिनेट
२	**आधारभूत सङ्केत** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई साङ्केतिक भाषाको बारेमा के सुन्नुभएको छ भनेर सोध्ने। सहभागीहरूलाई आफ्ना विचार प्रस्तुत गर्न मौका प्रदान गर्ने। सहभागीहरूका विचारहरूलाई समेटेर निम्न कुरा प्रस्ट पार्नेः साङ्केतिक भाषा बहिरा व्यक्तिहरूले सञ्चार गर्नका प्रयोग गर्ने भाषा हो। यो नेपाली, अङ्ग्रेजी जस्तै अर्को एउटा भाषा हो। बोल्नमा र सुन्नमा कठिनाइ हुने बालबालिकाहरूले साङ्केतिक भाषा सिक्नुपर्छ। त्यसका लागि बालबालिकाहरूलाई साधारण दैनिक क्रियाकलापहरू सङ्केतमा भन्न सिकाउने अभ्यास गराउन जरुरी हुन्छ। कक्षाकोठामा रमाइलो वातावरण	२५ मिनेट

	सिर्जना गर्नका लागि शुक्रबार बिहान १ घण्टा सबैले सङ्केतमा मात्र कुरा गरौँ भन्ने जस्ता नियम पनि राख्न सकिन्छ, जसले गर्दा सबै बालबालिकाहरूले साङ्केतिक भाषाका बारेमा बुझून् र यसलाई सम्मान गरून्। **गीत चिन्ने खेल** • अघिल्लो क्रियाकलापमा भएका तिनओटा समूहलाई नै यो क्रियाकलापमा पनि प्रयोग गर्ने। यसअघि खेल्ने मौका पाएका बाहेक अन्यलाई यसपालि मौका दिने। हरेक समूहबाट १ जनाले कुनै बाल गीतलाई हातको सङ्केतले देखाउने। अरू हाउभाउ प्रयोग गर्न सकिन्छ तर ओठ नचलाउने। • अब सो समूहका अन्य सहभागीहरूले त्यो कुन गीत हो भन्ने चिन्नुपर्छ। हरेक समूहलाई एउटा एउटा गीत चिन्ने मौका दिने। **आधारभूत सङ्केत कार्ड** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई पालैपालो विभिन्न साङ्केतिक भाषाका आधारभूत सङ्केतका कार्डहरू देखाउने र सहभागीहरूलाई त्यो के हो भनेर भन्न लगाउने साथै सो सङ्केतको अभ्यास गराउने। सहजकर्ताले अभ्यासको अनुगमन गरी पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने।	
३	**परामर्श तथा सहयोग प्रणाली** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई निम्न प्रश्न सोध्ने : कक्षाका बालबालिकाहरू रोएको बेला तपाईँ के गर्नुहुन्छ ? दु:खी भएर बसेको बेला कसरी कुरा गर्नुहुन्छ ? उनीहरूले कस्तो महसुस गरिरहेका छन् भनेर कसरी थाहा पाउनुहुन्छ ? • सहभागीहरूका विचारहरूलाई समेटेर सहजकर्ताले निम्न कुराहरू स्पष्ट पार्ने: बालशिक्षकहरू बालबालिकासँग अभिभावकपछिको सबैभन्दा नजिक हुने व्यक्तिहरू भएकाले बालबालिकाको शारीरिक एवम् मानसिक सुस्वास्थ्यको विचार गर्ने कर्तव्य पनि शिक्षकहरूकै हो। उनीहरूको कुरा सुन्ने, सकारात्मक उर्जा दिने र उनीहरूलाई केही छैन सबै ठिक हुन्छ भनेर शिक्षकले भन्ने गर्नुपर्छ। तर सबैभन्दा कठिन कुरा भनेको बालबालिकाहरूको विश्वास जितेर उनीहरूलाई आफ्नो कुरा भन्ने वातावरण सिर्जना गर्नु रहन्छ। यसका लागि हामी एउटा रमाइलो कार्य गरौँ। यहाँ हामी बालबालिकाहरूलाई आफ्नो कुरा राख्न प्रेरित गर्ने ३ ओटा तरिका सिक्ने छौँ। • सहभागीहरूलाई ३ समूहमा बाँड्ने र विभिन्न समूहले विभिन्न काम गर्ने: **समूह १:** भावनात्मक कार्डहरू बनाउने- विभिन्न भावनाहरू खुशी, दु:खी, डर, आत्तिएको, रिसाएको, एक्लो, आनन्द, थकित, उत्साह आदि झल्काउने इमोजी वा तस्बिरहरू मेटाकार्डको एकापट्टी बनाउने। यसरी कार्ड बनाइसकेपछि अर्को समूहका साथीहरूलाई कार्ड तान्न लगाउने। त्यस्तो कार्डमा आएको भावनाको बारेमा केही भन्न लगाउने, जस्तै- कुन बेला त्यस्तो भावना आउँछ ? अनि के गर्नुहुन्छ ? अहिले त्यस्तो भएको छ कि छैन ? वा यस्तै कुराहरू।	३० मिनेट

समूह २: कार्डबोर्डका टुक्रा, चार्ट पेपर, टेप आदि प्रयोग गरेर एउटा डाइस बनाउने (६ ओटा साइड भएको वर्ग- लुडोको हल्लाउने गोटी जस्तो)। अब ती डाइसका ६ ओटा कुनामा ६ ओटा मुख्य भावनाहरूको इमोजी बनाउने र नाम लेख्ने। यसरी तयार गरेपछि अर्को समूहका साथीहरूलाई त्यो डाइस हल्लाएर फ्याँक्न लगाउने र देखापर्ने भावनाका बारेमा कुरा गर्ने।

समूह ३: एउटा चार्ट पेपरमा सर्प र सिँढीको बोर्ड जस्तो १० ओटा कोलम र १० ओटा रो भएको बोर्ड बनाउनुहोस् र तलबाट माथिसम्म १, २, ३.... १०० सम्म लेख्नुहोस्। अब विविध नम्बरमा विविध खाले भावनाको इमोजीहरू बनाउँदै जानुहोस्। खेलअनुसार अगाडि बढाउन कार्टुनलाई गोलो पारेर काटेर एउटा गोटी पनि बनाउनुहोस्। अब सहजकर्तासँग मागेर लुँडोको हल्लाउने गोटी मागेर ल्याउनुहोस्।

- त्यसपछि सर्प र सिँढी खेलेजस्तै अर्को समूहका विभिन्न साथीहरूलाई गोटी हल्लाएर फ्याँक्न लगाउने र उनीहरूले प्राप्त गरेको अङ्कअनुसार खेल अगाडि बढाउने र उनीहरूको गोटी पुगेको ठाउँमा भएको भावनाअनुसारको कुराहरू राख्दै जाने।
- समय सकिएपछि सहजकर्ताले निम्न कुरा प्रस्ट पार्ने:

बालविकास शिक्षकहरूले यस्ता विविध खेलहरूका माध्यमबाट बालबालिकाहरूसँग कुरा गर्ने र उनीहरूलाई प्रोत्साहन गर्ने र परामर्श दिने गर्नुपर्छ। यसैगरी सेतो गुराँस संस्था र HI ले मिलेर बनाएर भावनात्मक कार्डहरूलाई पनि सन्दर्भ सामग्रीको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- प्रि ब्रेल भनेको के हो?
- आधारभूत सङ्केतहरु भनेको के हो?
- बालबालिकाहरूलाई भावनात्मक साथ दिन के गर्नुपर्छ ?

सत्र ११

सिकाइ सहजीकरण: प्रि-ब्रेल, आधारभूत सङ्केत तथा आधारभूत परामर्श

प्रि-ब्रेल अभ्यास

दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाले विद्यालय शिक्षामा ब्रेल लिपि सिक्नुपर्ने हुनसक्छ। ब्रेल लिपि भनेको स्पर्श माध्यमबाट पढ्न सकिने लिपि हो । बालविकास शिक्षाका बालबालिकाहरूलाई पनि प्रि-ब्रेल (ब्रेल लिपि सिक्नुभन्दा अगाडिको स्पर्शसम्बन्धी क्रियाकलापहरू सिकाउन जरुरी हुन्छ। त्यसै गरी भविष्यमा गएर साङ्केतिक भाषामार्फत अध्ययन गर्नुपर्ने बालबालिकाहरूलाई तयारी हुनका लागि तथा अन्य बालबालिकाहरूका लागि पनि साङ्केतिक भाषाको आधारभूत सङ्केतहरूका बारेमा जानकारी राख्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

प्रि-ब्रेल यस्तो क्रियाकलापको सेट हो जसमा स्पर्श सीपद्वारा ब्रेल सिकाइका लागि तयार गरिन्छ । विशेष गरी ब्रेल दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई दिने अवसर हो जसलाई स्पर्शको अनुभव, स्पर्शबाट सतह तथा आकार छुट्टाएर इन्द्रिय अनुगमन विकास गर्दै ब्रेल साक्षरताको लागि अवसर प्रदान गर्छ । प्रि-ब्रेल सिकाइका रणनीतिका केही उदाहरण यसप्रकारका छन्।

स्पर्शनीय अनुभव

प्रि-ब्रेलको तयारीको लागि बालबालिकालाई विभिन्न बनावट र आकारहरू छुने र महसुस गर्ने अवसरहरू प्रदान गर्नाले स्पर्शमय अनुभवद्वारा इन्द्रिय अनुभवसहितको अवसर प्राप्त हुन्छ । खाक्सी, विभिन्न खालका स्पर्शमय कपडा आदिले बहुइन्द्रिय सिकाइ अनुभव प्रदान गर्नुपर्छ । यसले बालबालिकामा स्पर्शनीय र दृष्टिसम्बन्धी चेतनाको विकास गर्दछ।

अनुकूलित पुस्तक

अनुकूलित पुस्तकको प्रयोगले बालबालिकालाई स्पर्शनीय अनुभव दिन सहयोग गर्छ। छोएर चित्रको कल्पना गर्न, स्पर्शबाट पुस्तक पहिचान गर्न सक्षम हुनाले यसबाट प्रि-ब्रेल अभ्यासको लागि सहयोग प्राप्त हुन्छ । यसरी विभिन्न खालका अनुकूलित पुस्तकले विविध सिकाइ शैलीका बालबालिकाको सहभागिता अभिवृद्धि गर्छ।

प्रि-ब्रेल निर्देशन

दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि प्रि-ब्रेल क्रियाकलापले साक्षरता सिप विकास

गर्न सहयोग गर्छ। यस क्रममा उनीहरूलाई निरन्तर पृष्ठपोषण र सहयोगको आवश्यकता पर्छ।

यसरी बालविकास शिक्षकले आफ्नो शिक्षण अभ्यासहरूमा पूर्व-ब्रेल गतिविधिहरू समावेश गरेर समावेशितालाई बढवा दिन र दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएकासहित सबै विद्यार्थीहरूको विविध आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्ने सकारात्मक र आकर्षक सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्। स्पर्श अनुभवहरू प्रदान गरेर, समाग्रीहरु हेरफेर गरेर, अनुकूलित पुस्तकहरू प्रयोग गरेर र ब्रेल निर्देशनहरू प्रदान गरेर, शिक्षकहरूले पूर्व-ब्रेल र साक्षरता सीपहरूको विकासमा जोड दिन सक्छन्। यसले सबै बालबालिकाहरूले राम्रो सिकाइ नतिजा ल्याउन सक्छन्।

आधारभूत संकेतहरू

आधारभूत सङ्केतहरू नेपाली भाषामा प्रयोग हुने गर्दछ जुन नेपाली साङ्केतिक भाषासँग मिल्दाजुल्दा हुन्छन्। बोलीबाट सञ्चार गर्न कठिन भएका बालबालिकालाई सञ्चारको एक प्रभावकारी माध्यम हो। आधारभूत साङ्केतिक भाषा सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका भाषा विकासमा ढिलाइ हुन गएका बालबालिकालाई प्रभावकारी रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

यहाँ आधारभूत सङ्केत कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने बारेमा केही उपयोगी उदाहरणहरू प्रस्तुत गरिएको छ।

१. **सरल सङ्केतहरूबाट सुरु गर्नुहोस्:** बालबालिकाहरूलाई “थप”, “कृपया”, वा “धन्यवाद” जस्ता साधारण सङ्केतहरूबाट सुरु गर्दा उनीहरूको सुरुवाती शब्दावली निर्माण गर्न र प्रभावकारी सञ्चार प्रवर्द्धन गर्न मद्दत गर्न सक्छ। शिक्षकले पुनरावृत्ति र सुदृढीकरणको लागि अवसरहरू प्रदान गर्नु र आवश्यकताअनुसार प्रतिक्रिया र समर्थन प्रदान गर्नु उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

२. **दृश्य सामग्रीको प्रयोग गर्नुहोस्:** कक्षाकोठामा दृश्य समाग्रीहरु, जस्तै- चित्र वा चिन्हहरूको भिडियोहरू प्रयोग गरेर बालबालिकाहरूलाई नयाँ सङ्केतहरू अझ प्रभावकारी रूपमा बुझ्न र सिक्न मद्दत गर्न सक्छ। शिक्षकले कक्षाकोठामा स्पष्ट र छोटा दृश्य सामग्री प्रयोग गर्न र बालबालिकालाई अभ्यासको अवसरहरू प्रदान गर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

३. **दैनिक कार्य तालिकामा समावेश गर्नुहोस्:** बालविकास केन्द्रको दैनिक कार्य तालिकामा सङ्केतहरू समावेश गर्नाले बालबालिकाहरूलाई अझ प्रभावकारी रूपमा सङ्केतहरू सिक्न र सम्झन मद्दत गर्दछ, जस्तै- खानाको समय वा कथा समयमा बालबालिकाहरूलाई निरन्तर अभ्यास गर्ने अवसरहरू प्रदान गर्ने गर्नुपर्छ।

४. **तालिम प्रदान गर्नुहोस्:** आधारभूत सङ्केतहरू प्रयोग गर्नेबारे बालबालिकाहरूलाई तालिम दिनुपर्छ। यसले उनीहरुमा सङ्केतहरूको प्रभावकारी प्रयोगलाई गर्ने सिपको विकास हुन्छ। बालबालिकाहरूलाई निरन्तर अभ्यास र आवश्यकताअनुसार प्रतिक्रिया र समर्थनको लागि अवसरहरू प्रदान गर्न महत्त्वपूर्ण पर्दछ।

आफ्नो शिक्षण अभ्यासहरूमा आधारभूत सङ्केतहरू समावेश गरेर बालविकास शिक्षकहरूले सकारात्मक र समावेशी सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्। यसले प्रभावकारी सञ्चारलाई बढवा दिन्छ र सुस्त श्रवण वा भाषा सिकाइमा ढिलाइ भएकासहित सबै बालबालिकाहरूको विविध आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्दछ। साधारण सङ्केतहरूबाट सुरु गरेर, दृश्य सामग्री प्रयोग गरेर, दैनिक कार्य तालिकामा सङ्केतहरू समावेश गरेर र तालिम प्रदान गरेर शिक्षकहरूले सङ्केत गर्ने सीपहरू विकास गर्न सक्छन्।

सिकाइ सहजीकरण: सिर्जनात्मक चाल र आधारभूत थेरापी

दिनः चौथो | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

बालबालिकाहरूको सगम्र विकासलाई सिर्जनात्मक चाल तथा खेलले थप सहयोग पुग्छ। बालविकास शिक्षकहरूले सिर्जनात्मक चालले गर्दा बालबालिकाहरूको शारीरिक, संवेगनात्मक, सामाजिक तथा भावनात्मक विकासमा सहयोग पुग्छ भनेर बुझ्न जरूरी छ। त्यसैगरी बालविकास शिक्षकहरू विविध थेरापी, जस्तैः खेल थेरापी, सङ्गीत थेरापी, कला थेरापी तथा गमनशीलता थेरापीका माध्यम बाट बालविकासमा सहयोग पुर्याउन सक्छन्। यो सत्रमा हामी सिर्जनात्मक चाल र आधारभूत थेरापी विधिहरूबारे छलफल गर्ने छौँ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- सिर्जनात्मक चालको अवधारणा र महत्व बताउन
- आधारभूत थेरापी, जस्तै- खेलबाट हुने थेरापी र सेन्सरी थेरापीको महत्व बताउन।

विषयवस्तु

- सिर्जनात्मक चाल तथा यसको महत्व
- आधारभूत थेरापीहरूः खेल, सेन्सरी, कला वा सङ्गीत थेरापी

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची, हेडफोन, आँखामा बाध्ने पट्टी, सेन्सरी खेलौना, खस्रो र चिल्लो कपडाका टुक्राहरू, रबरका र प्लास्टिकका साना र ठुला बल, विभिन्न फलफूलहरू, उठेका अक्षर (स्पर्श गर्न मिल्ने) हरू, सेन्ड पेपर, ग्लिटर पेपर आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**बालबालिकाको समग्र विकासमा सिर्जनात्मक चालको महत्व** • सबैभन्दा सुरूमा सहभागीहरूलाई प्रश्न सोध्ने : सिर्जनात्मक चाल कति महत्वपूर्ण छ ? अहिले तपाईँ आफ्नो कक्षामा बालबालिकाहरूलाई कसरी सिर्जनात्मक चालका गतिविधि गराउनुहुन्छ ? अनि विविध प्रकारका आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूलाई यी खेल कसरी खेलाउनुहुन्छ? वा के के परिमार्जन गर्नुहुन्छ ? • सहभागीहरूलाई आआफ्ना अनुभव तथा विचार प्रस्तुत गर्ने अवसर दिने । सहभागीहरूका अनुभव तथा विचारलाई समेटेर सहजकर्ताले बालबालिकाको समग्र विकासमा सिर्जनात्मक चालको अवधारणा र महत्व स्पष्ट पार्ने।	१० मिनेट
२	**Let's Move** • बालबालिकालाई सिर्जनात्मक चालको अभ्यास गराउन मिल्ने केही खेल खेलौँ भनी सहभागीहरूलाई उत्प्रेरित गर्ने। • सहभागीहरूलाई विभिन्न समूहमा बाँडेर यी खेलहरू खेल्न लगाउने । हरेक समूहलाई अपाङ्गताको एउटा प्रकार पनि दिएर यी खेलहरूलाई अनुकूलन पनि गर्न लगाउने। **रेड लाइट, ग्रिन लाइट** • यसमा एकजना लिडरले पछाडि फर्केर "घरी रेड लाइट, घरी ग्रिन लाइट" भन्छन् र उनको कुराअनुसार अन्य सहभागीहरू ग्रिन लाइटमा हिँड्ने र रेड लाइटमा रोकिने गर्छन् । यसरी हिँड्दाहिँड्दै रोकिने र फेरि हिँड्ने गर्दा बालबालिकाले सन्तुलन पनि सिक्छन्। **बाटो पत्ता लगाऊ** • उपलब्ध भएका विभिन्न वस्तुहरू, जस्तै- कार्टुन बक्स, सिरानी, टुल, चार्ट पेपर आदि राखेर बाटोमा विविध अवरोधहरू बनाइदिने । बालबालिकाहरू ती अवरोधहरूलाई छोडेर बाटो बनाएर एक ठाउँबाट अर्को ठाउँ पुग्नुपर्छ। **छमछमी नाचौँ** • विभिन्न गीतमा हरेक दिन समय तालिका मिलाएर नाच्ने। उठ्न नसक्नेले बसेर पनि नाच्न मिल्छ । जसले जति सक्छ उसले त्यति नै गर्न मिल्ने । तर यसले गमनशीलतामा धेरै प्रभाव पार्छ। **जनावरको साथी** • यसमा सहभागीहरूले आफूलाई मनपर्ने जनावर जस्तो गरेर हिँड्न सक्छन्। यसले पनि बालबालिकाहरूलाई मुभमेन्ट गराउँछ र जसले जस्तो सक्छ त्यस्तै गर्न मिल्छ। • अन्त्यमा सहजकर्ताले बालविकास शिक्षकको रूपमा हामीले बालबालिकाको शारीरक तथा इन्द्रियजन्य विकासमा पनि भूमिका खेल्नुपर्छ र त्यसका लागि गमनशीलताको सिप अत्यन्त जरूरी हुन्छ । विशेषगरी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई त झन् यो सिप धेरै जरूरी हुन्छ भनेर सहभागीहरूलाई बुझाउने।	३० मिनेट

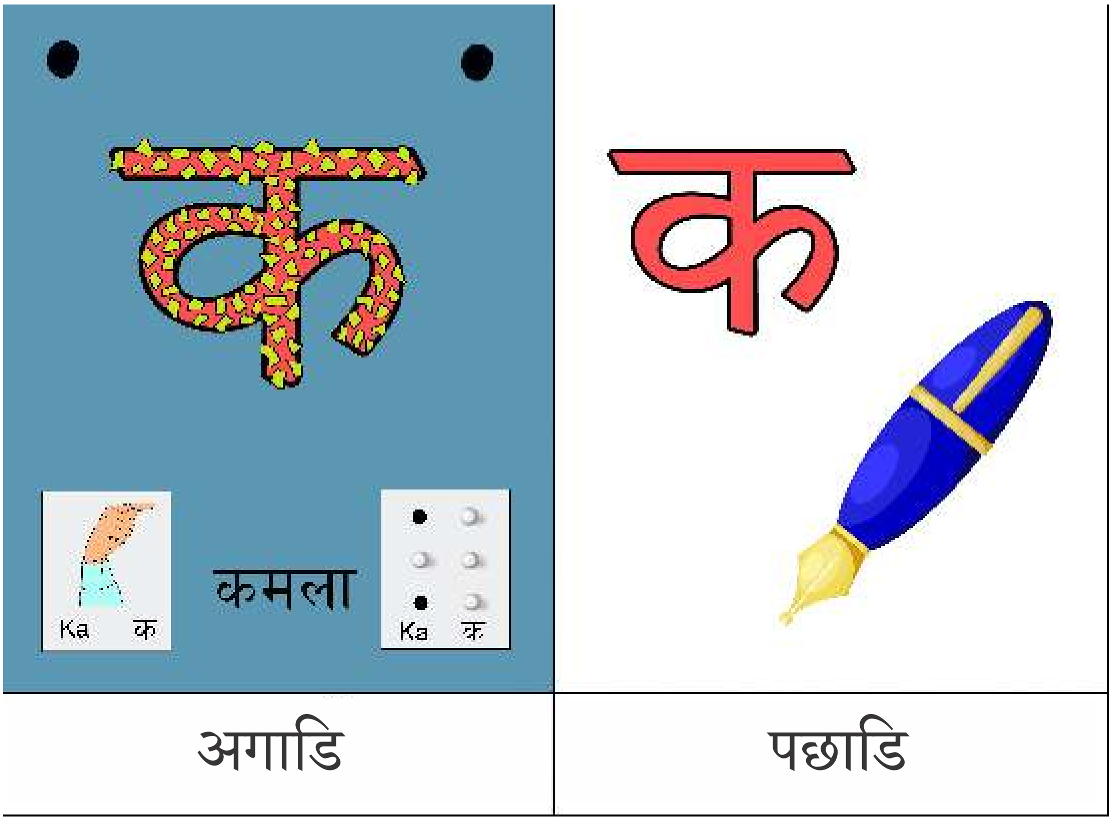
३	**आधारभूत थेरापी** • सबैभन्दा सुरूमा सहभागीहरूलाई तपाईँ आफू कुनै थेरापीमा जानु भएको छ भनेर सोध्नुहोस् । वा थेरापीको बारेमा केही सुन्नुभएको छ भनेर पनि सोध्न सकिन्छ। सहभागीहरूलाई आआफ्ना विचार प्रस्तुत गर्न लगाउने। • सहभागीहरूका विचारलाई समेटेर सहजकर्ताले निम्न कुराहरू प्रस्ट पार्नेः ◦ थेरापी भनेको विविध क्रियाकलाप हो जसले विविध आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूको शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, संवेग, इन्द्रिय जस्ता विविध विकासमा सहयोग गर्छ। ◦ शारीरिक थेरापी (Physio Therapy) भनेको हामीले सुनिरहेको एक थेरापीको प्रकार हो जसमा शरीरका विभिन्न भागहरू चलाएर थेरापी गरिन्छ। ◦ अन्य त्यस्ता धेरै प्रकारका थेरापी हुन्छन्, जस्तै- स्पिच थेरापी, सङ्गीत थेरापी, सेन्सरी थेरापी, कला थेरापी, खेल थेरापी आदि। ◦ थेरापी गराउनका लागि व्यावसायिक थेरापिस्ट नै हुन्छन् तर बालविकास केन्द्रका शिक्षकका भूमिकामा सहभागीहरूले पनि केही आधारभूत थेरापीहरू गराउन सक्नुहुन्छ जसले बालबालिकालाई फाइदा होस् । हाल तपाईँहरूले गरेको विभिन्न क्रियाकलापहरू पनि थेरापीकै गतिविधिहरू हुन्।	१० मिनेट
४	**थेरापीका क्रियाकलाप गरौँ** • बालबालिकाहरूलाई अभ्यास गराउन सकिने केही थेरापीका क्रियाकलापहरूमा सहभागीहरूलाई अभ्यास गराउने । सहभागीहरूलाई दुई समूहमा विभाजन गर्ने र एक समूहलाई सङ्गीत र कलाको क्रियाकलाप गराउने र अर्को समूहलाई माटो मुछ्ने क्रियाकलाप गराउने। • अब दुबै समूहले आफ्नो समूहमा शारीरिक, दृष्टिसम्बन्धी, सुनाइसम्बन्धी वा सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका सदस्य भएमा कसरी सो क्रियाकलाप अनुकूलन गर्न सकिन्छ भनेर पनि छलफल गराउने। • अन्त्यमा सहजकर्ताले बालविकास केन्द्रमा प्रयोग हुने यस्ता धेरै क्रियाकलापहरू पनि थेरापी नै हुन् र यस्ता क्रियाकलापहरूलाई पनि अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकालाई सहज हुने किसिमले अनुकूलन गर्न सकिन्छ।	३० मिनेट

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- बालबालिकाको विकासमा सिर्जनात्मक चालको के भूमिका रहन्छ?
- बालबालिकालाई गतिशील हुन कसरी प्रेरित गर्ने?
- थेरापी भनेको के हो?

सत्र १२

सिकाइ सहजीकरण: सिर्जनात्मक चाल



बालबालिकाहरूको समग्र विकासलाई सिर्जनात्मक चाल तथा खेलले थप सहयोग पुग्छ। बालविकास शिक्षकहरूले सिर्जनात्मक चालले गर्दा बालबालिकाहरूको शारीरिक, संवेगात्मक, सामाजिक तथा भावनात्मक विकासमा सहयोग पुग्छ भनेर बुझ्न जरुरी छ। त्यसै गरी बालविकास शिक्षकहरू विविध थेरापी, जस्तै- खेल थेरापी, सङ्गीत थेरापी, कला थेरापी तथा गमनशीलता थेरापीका माध्यमबाट बालविकासमा सहयोग पुर्याउन सक्छन्।

बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको शरीरको अङ्गको प्रयोग गरी हिँडडुल गराउनु नै सिर्जनात्मक चाल हो। यसमा शरीरका भित्री वा बाहिरी अङ्गहरू, जस्तै- हात, खुट्टा, आँखा, नाक, दिमाग आदिको प्रयोग गरेर हिँडडुल गराइन्छ।

बालबालिकाले आफूभित्र रहेको विभिन्न क्षमतालाई कक्षाकोठामा वा घरमा पनि देखाउन सक्ने छन्। बालबालिकाहरूका लागि समावेशी शिक्षामा सिर्जनात्मक चालको महत्त्व छ। यस चालले बालबालिकाहरूको शारीरिक, सामाजिक विकास गर्नुको साथै आफैँ गर्न सक्ने क्षमता, सक्रिय क्षमतामा धेरै ठुलो भूमिका खेल्छ।

बालबालिकाहरूले कक्षामा वा अन्य ठाउँमा खेल्दै गर्दा तथा विभिन्न क्रियाकलापहरू गर्दा ती गतिविधिले उनीहरूको सामाजिक विकासमा पनि सहयोग पुर्याउँछ। बालबालिकाहरू साथीहरूसँग मिलेर खेल्न, साथीहरूलाई सहयोग गर्न पनि सिर्जनात्मक चालको गतिविधि महत्वपूर्ण छ। यसले उनीहरूको सामाजिक विकासमा सहयोग गर्ने र बालबालिकामा आत्मनिर्भरता बढाउँछ।

दृष्टिविहीन बालबालिकाहरूले साथीको सहयोगबाट नाच्न, लेख्न वा पढ्न, हिँड्न सक्दा उनीहरू आफू आत्मनिर्भर भएको महसुस गर्छन् र आफू पनि यस्ता क्रियाकलाप गर्न सक्छु भन्ने

उनीहरूमा आत्मविश्वासको विकास हुन्छ। श्रवण क्षमता कम भएका अर्थात् कम सुनाइ भएका, बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई आवश्यकताअनुसार हात समाएर, हाउभाउ गरेर वा चित्रहरू प्रयोग गरेर उनीहरूलाई गतिशील बनाउन सकिन्छ । यस्ता क्रियाकलापहरूले सिर्जनात्मक चालमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई पनि समावेश गर्न सकिन्छ।

सिकाइ सहजीकरण : दृश्यात्मक तथा ट्याक्टाइल सामग्री र सञ्चार बोर्ड

दिनः पाँचौँ | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

बालबालिकाहरूका विविध सिकाइ आवश्यकताहरू हुन्छन् । त्यसैलाई उनीहरूलाई एकै प्रकारले सिकाउन असम्भव जस्तै हुन्छ। बालबालिकाहरूलाई कुनै कुरा सिकाउनमा प्रयोग गरिने सिकाइका सामग्रीहरूको पनि महत्व हुन्छ। कुनै कुरा पढेर वा शिक्षकले भनेको भन्दा पनि बालबालिकाले आफैँ हेरेर, चलाएर, स्पर्श गरेर सिके भने त्यो कुरा निकै पछिसम्म याद राख्छन् भन्ने गरिन्छ । यो सत्रमा हामी यस्ता विविध सामग्री तथा विधिहरूका बारेमा छलफल गर्ने छौँ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- बालविकास शिक्षामा दृश्यात्मक सिकाइ सामग्रीको महत्व र प्रयोगबारे बताउन
- स्पर्श गर्न र महसुस गर्न मिल्ने सामग्रीहरूको प्रयोग गर्न
- सञ्चार बोर्ड, यसको महत्व र प्रयोगबारे बताउन।

विषयवस्तु

- बालविकास शिक्षामा दृश्यात्मक सिकाइ सामग्रीको महत्व तथा प्रयोग
- स्पर्श गर्न र महसुस गर्न मिल्ने सामग्रीहरूको प्रयोग
- सञ्चार बोर्ड, यसको महत्व र प्रयोग

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय

१	**विषय छलफल**
	• सहभागीहरूलाई प्रश्न सोध्ने :
	तपाईँले बालबालिकाहरूलाई पढाउनको लागि कस्ता कस्ता सामग्रीहरूको प्रयोग गर्नुहुन्छ ? ती सामग्रीहरू प्रयोग गर्दा के के फाइदा हुने गरेको छ ?
	• बालविकास शिक्षक भएकाले कामको अनुभवका आधारमा धेरैजसो उत्तर सहभागीबाट नै आउने छ । तर तस्बिरहरू वा दृश्यात्मक सामग्री प्रयोग गर्दा कोही नदेख्ने वा कम देख्ने बालबालिका छन् भने के गर्नुहुन्छ भनेर पनि सोध्ने र छलफल गराउने ।
	• सहभागीहरूका विचार तथा अनुभवहरूलाई समेटेर सहजकर्ताले पहुँचयुक्तताबारे प्रस्ट गर्नेः
	  ◦ चित्र बनाउँदा कुनै कुनै चित्रहरू स्पर्श गर्न मिल्ने वा सतहबाट उठेको जस्तो बनाउन सकिन्छ ।
	  ◦ चित्रलाई व्याख्या गरेर नदेख्ने बालबालिकालाई त्यो व्याख्या सुनाउँदै छुन लगाउने ।
	  ◦ कम देख्ने बालबालिका भए अलि ठुलो ठुलो चित्रहरू बनाउने वा म्याग्निफाइङ ग्लास जस्ता सहायक सामग्रीको प्रयोग गर्ने आदि ।
	• यसैगरी सहभागीहरूलाई ट्याक्टाइल भनेको के हो ? यसका बारेमा केही थाहा छ कि भनेर सोध्ने ।
	• सहभागीबाट केही उत्तर आएपछि सहजकर्ताले यसबारे प्रस्ट पार्नेः
	ट्याक्टाइल भनेको सतहभन्दा माथि उठेको, स्पर्श गर्न वा महसुस गर्न मिल्ने सामग्री हो ।
	• यस्ता सामग्रीहरू कक्षाकोठामा चलाउनुभएको छ कि छैन भनेर सोध्ने। यस्ता सामग्रीहरूको प्रयोगले के फाइदा हुन्छ होला भनेर पनि सोध्न सकिन्छ र छलफल गराउन सकिन्छ । यसका फाइदाका बारेमा सहजकर्ताले थप स्पष्ट पार्ने ।
		१० मिनेट

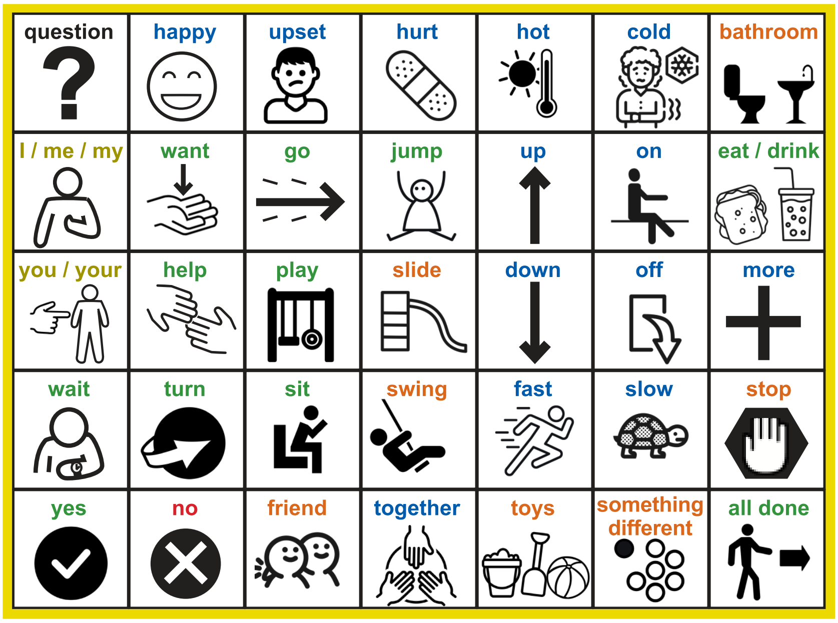
२	**सामग्री बनाऔँ** • सहभागीहरूलाई ३ समूहमा बाँड्ने । उनीहरूलाई “आकार”, “अङ्क” र “अक्षर” भन्ने विषय दिने । • अब हरेक समूहले आफ्नो विषयका ५ वटा वस्तुहरू ट्याक्टाइलमा बनाउने। ट्याक्टाइल भएपछि छुँदा महसुस हुनुपर्छ। तर यसबाहेक नछोई हेरेर मात्र पढ्ने बालबालिकाहरूका लागि पनि यो पहुँचयुक्त हुनुपर्छ । ट्याक्टाइल बनाउनका लागि कार्टुन बक्स, टेप वा अन्य उपलब्ध वस्तुहरू प्रयोग गर्ने। सहजकर्ताले हरेक समूहलाई कार्यसम्पादनमा आवश्यकताअनुसार सहजीकरण गर्ने । • सबैले समूहले क्रियाकलाप सकेपछि अन्य सहभागीहरूलाई प्रदर्शन गर्ने । र एकअर्काले बनाएका ट्याक्टाइल सामग्रीहरूलाई हेरेर तथा छोएर कस्तो लाग्यो भन्ने र पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने ।	३५ मिनेट

३

सञ्चार बोर्ड

- सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई देहायका प्रश्नहरू सोध्ने:
  - के तपाईँको कक्षामा सबै बालबालिकाहरूले आफ्नो कुरा प्रस्ट राख्न सक्छन्?
  - कुनै बालबालिका बोल्न सक्दैनन् वा अप्ठ्यारो वा डर मानेर बस्ने खालका छन् भने उनीहरूले कसरी आफ्नो कुरा राख्छन्?
  - ती विद्यार्थीको लागि सञ्चारको अरू के के उपाय हुन सक्ला?
- सहभागीहरूलाई सञ्चार बोर्ड (Communication Board) भनेको सुन्नुभएको छ? भनेर सोध्ने।
- सहभागीहरूका विचार तथा अनुभवलाई समेटेर सञ्चार बोर्डका सम्बन्धमा सहजकर्ताले निम्नलिखित कुराहरू प्रस्ट पार्ने:

  सञ्चार बोर्ड भनेको बोल्नमा कठिनाइ हुने, धेरै बोल्न नचाहने र आफूलाई प्रस्तुत (Express) गर्न मुस्किल हुने बालबालिकाहरूको लागि आवश्यक पर्छ। यस बोर्डमा विभिन्न तस्बिर, इमोजी वा अक्षरहरू तालिकामा राखिएको हुन्छ।



TECH OWL TECHNOLOGY FOR OUR WHOLE LIVES   PHILADELPHIA PARKS & RECREATION   Temple University College of Education and Human Development | Institute on Disabilities

- यस्तो बोर्डमा भएका विभिन्न तस्बिरहरू देखाएर बालबालिकाहरूले आफ्नो कुरा अभिव्यक्त गर्न सक्छन्। यो बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि पनि प्रभावकारी हुन्छ। यस्तो सञ्चार बोर्ड विभिन्न अवस्थाको लागि तयार गर्न सकिन्छ:
- साधारण कुराकानीको उत्तर दिन
- खेल खेल्ने ठाउँमा प्रयोग गर्न
- बालबालिका आफैँले केही कुरा भन्न आदि।
- अब अभ्यास गरौँ

३५ मिनेट

	• अब सहभागीहरूलाई साधारण सञ्चार बोर्ड बनाउने अभ्यास गराउने। पहिलो पल्ट भएकाले जस्तो भएपनि ठिकै हुन्छ भनेर उनीहरूलाई बताउने। अघिल्लो क्रियाकलापमा बनाएको ३ वटा समूहलाई नै यहाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ। • समूह १ ले बालबालिका आफैँले विद्यालयमा शिक्षकलाई केही कुरा बताउन प्रयोग गर्ने सञ्चार बोर्ड बनाउने। • समूह २ ले शिक्षकले सोधेका साधारण प्रश्नको उत्तर दिन मिल्ने बोर्ड बनाउने • समूह ३ ले खेल्ने चौरमा बालबालिकाहरू यो गर्ने यो नगर्ने भनेर सिकाउने बोर्ड बनाउने। • अन्त्यमा सबै समूहले आफूले बनाएको बोर्ड प्रदर्शन गर्ने र त्यसमा के के गर्न सकिन्छ भनेर केही उदाहरण दिने। सहजकर्ताले सबै समूहलाई धन्यवाद दिँदै यस्ता बोर्डहरू कक्षामा पनि बनाउन प्रेरित गर्ने।	

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- बालबालिकाहरूलाई सिकाउन दृश्यात्मक सामग्री किन चाहिन्छ?
- ट्याक्टाइल सामग्री भनेको कस्तो हो? कसरी बनाउन सकिन्छ?
- सञ्चार बोर्ड भनेको के हो? कसरी बनाउने?

सिकाइ सहजीकरण : दृश्यात्मक तथा ट्याक्टाइल सामग्री र सञ्चार बोर्ड

वैकल्पिक सञ्चार

वैकल्पिक सञ्चार स्वर तथा बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई वैकल्पिक तरिकाले सञ्चार गर्ने सिप अभिवृद्धि गर्नका लागि प्रयोग गरिने विधि हो। यस विधिले बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई कक्षाकोठामा पूर्ण सहभागिता र प्रभावकारी सिकाइ वातावरण निर्माणमा सहयोग हुन्छ।

यस विधिमा चित्रहरू आदान प्रदान, सञ्चार बोर्ड, साङ्केतिक भाषा तथा शब्द निर्माण यन्त्र जस्ता विधिहरू अपनाइन्छ। वैकल्पिक सञ्चार विधिको मुख्य उद्देश्य बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई आफ्नो इच्छा, आवश्यकताअनुसार प्रभावकारी तरिकाले विचार व्यक्त गर्न सहयोग गर्नु हो। यो विधि बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता भएकै कारणले सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागी हुन नसक्ने बालबालिकालाई प्रभावकारी सहभागिताको वातावरण निर्माणका लागि सहयोगी हुन्छ।

यस विधिले गर्दा बालबालिकाले राम्रो सिकाइ उपलब्धिका लागि सक्रिय सहभागिता, प्रभावकारी सञ्चारसहित सामाजिक तथा संवेगात्मक विकास लगायत बौद्धिक सिप हासिल गर्दछन्। यसका साथै साथीहरू तथा हेरचाहकर्तासँग असल सम्बन्ध स्थापना गर्न पनि यस बिधिले सहयोग गर्छ । बालविकास केन्द्रमा सबै बालबालिकाहरूलाई सक्रिय सहभागिता गराउन यो विधि निकै प्रभावकारी हुन्छ । अब यस खण्डमा वैकल्पिक सञ्चार विधिका केही व्यावहारिक उदाहरणहरूका बारेमा चर्चा गरिन्छ।

दृश्य तथा साङ्गीतिक सामग्री

दृश्य तथा स्पर्शनीय सामग्री सिकाइ तथा सञ्चारमा कठिनाइ भएका व्यक्तिहरूलाई सहयोगीको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । यसप्रकारको सामग्रीहरू विविध सिकाइ शैली भएका बालबालिकालाई प्राथमिकता राखेर निर्माण गरिएका हुन्छन् र बहुइन्द्रिय सिकाइ अनुभव

हासिल गर्नसमेत भूमिका खेल्छन् । यस खण्डमा यसका केही रणनीतिहरू प्रस्तुत गरिएको छ।

१. दृश्य सामग्रीको प्रयोग
दृश्य सामग्रीहरू चित्र, भिडियो, पोस्टर आदिको प्रयोगले बालबालिकाले कुनै पनि वस्तुको अवधारणा स्पष्ट बुझ्न सहयोग गर्छ। त्यसैले बालविकास केन्द्रमा दृश्य तथा स्पर्शनीय सामग्रीहरूको प्रयोगले विविध सिकाइ आवश्यकता भएका साथै अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागितामा अभिवृद्धिमा सहयोग गर्दछ।

२. फेरबदल गर्ने अवसर
कक्षाकोठामा सामग्रीहरु फेरबदल गर्न, मिलाउन, बिगार्न, उपयुक्तताअनुसार छनौट गर्न आदि अवसर प्रदान गर्नका लागि बालबालिकालाई पजल, ब्लक, गन्तीका सामग्रीहरू आदि प्रयोग गर्न दिनुपर्छ। यसले गर्दा स्पर्शनीय क्षमता बढाई अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकालाई सक्रिय सहभागिताको अवसर प्राप्त हुन्छ । बालविकास केन्द्रमा न्यूनतम मापदण्डअनुसार पूर्व गणितीय सिकाइ क्षेत्रमा यी सामग्री राख्नुपर्छ।

३. स्पर्शनीय सामग्रीको प्रयोग
प्रभावकारी सिकाइको लागि बहुस्पर्श वा इन्द्रिय उपयोगी सामग्री आवश्यक हुन्छ । खाक्सी, कपडाका फित्ताहरू, माटोको क्रियाकलाप आदिले बालबालिकाहरूले दृश्य र स्पर्शमय अवसरहरु प्राप्त गर्दछन् । यसले पनि अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाहरूको उपयुक्त सिकाइको अवसर प्रदान गर्न प्रभावकारी भूमिका निर्वाह गर्दछ।

४. अन्तर्क्रियात्मक सेतोपाटी
दृष्टि र आवाजसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सिकाइ सहज गराउन अन्तर्क्रियात्मक सेतोपाटीले बहुआयामिक तरिकाले सिकाइ अनुभव प्रदान गर्न महत्त्वपूर्ण साधनको रूपमा काम गर्दछ। साथै अन्य सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई पनि यसले प्रभावकारी उपलब्धि हासिल गर्न सहयोग गर्दछ।

बालविकास शिक्षकले आफ्नो शिक्षण अभ्यासहरूमा दृश्य र स्पर्शजन्य सामग्रीहरू समावेश गरेर समावेशितालाई बढवा दिने र फरक क्षमता भएका बालबालिकाहरूसहित सबै विद्यार्थीहरूको विविध आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्ने सकारात्मक र आकर्षक सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्।

सञ्चार बोर्ड

सञ्चार बोर्ड बोलेर आफ्नो विचार व्यक्त गर्न नसक्ने बालबालिकाको लागि लेखेर व्यक्त गर्ने सहयोगी साधन हो। यो साधारण र जटिल यन्त्रहरू पनि जडित गरी विभिन्न खालका हुन्छन्। यो विशेषतः अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि हो जसले उनीहरूलाई बालविकास केन्द्रमा अन्य बालबालिकासरह सक्रिय सहभागी गराई अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न सहयोग गर्छ। यसका केही रणनीतिक निर्देशनहरू यसप्रकार छन्:

१. अनुकूलित बोर्ड
विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाका लागि सञ्चार बोर्डलाई सिकाइ उपलब्धि सहजै हासिल गर्न सक्ने गरी बालबालिकाको आवश्यकता अनुरूप अनुकूल गर्नुपर्छ । यसप्रकारको अनुकूलनको लागि अभिभावक तथा विज्ञसँग सहकार्य गरेर बालबालिकाको आवश्यकताअनुसार अनुकूलित गर्न सकिन्छ।

२. तालिमको व्यवस्था
यसरी अनुकूलन गरिएको सञ्चार बोर्ड प्रयोगका लागि अभिभावक तथा हेरचाहकर्ता साथै प्रारम्भिक बालविकास शिक्षकहरूलाई

तालिम उपलब्ध गराउनुपर्छ। सिकाइ अवसर र अभ्यास, पुर्नबल र सकारात्मक पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने तरिका तालिमबाट सिकाउनुपर्छ।

३. **सर्वसुलभ प्रयोग**
यस किसिमको सञ्चार बोर्ड घर, कक्षाकोठा, समुदायमा आवश्यकताका आधारमा प्रयोग गर्न सकेमा बालबालिकाको सञ्चारमा निरन्तर सहयोग प्राप्त हुन्छ । यस बोर्डको प्रयोगले बालबालिकाले खेल्दै सिक्दै गर्ने साधनको रूपमा प्रयोग गर्न सक्छन् तर यसलाई सबै बालबालिकाको सहज पहुँच हुने गरी राख्नु आवश्यक छ।

४. **शाब्दिक सञ्चारसँग एकीकृत समायोजन**
सञ्चार बोर्डलाई शाब्दिक सञ्चारसँग एकीकृत गर्नाले बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको भाषा र सञ्चार विकासका लागि प्रभावकारी हुन्छ । यसबाट बोलीमा जटिलता भएकालाई सामाजिक तथा संवेगात्मक विकासको अवसरसहित बालविकास केन्द्रको क्रियाकलापमा सक्रिय सहभागी गराउँछ।

यसरी सञ्चार बोर्डलाई सिकाइ अभ्यासमा प्रयोग गर्न सकेमा बालविकास शिक्षकले बालविकास केन्द्रमा सकारात्मक समावेशी सिकाइ वातावरण सिर्जना गरी अपाङ्गता भएका लगायत विविध सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सम्भव हुन्छ। यसै गरी बोर्डलाई अनुकूलन गरेर तालिम दिएर सबैलाई सर्वसुलभ तरिकाले प्रयोग गरेर शाब्दिक तथा साङ्केतिक समायोजन गरेर शिक्षकले बालबालिकाको सञ्चार तथा भाषा विकासमा सहयोग गर्न सफल हुन्छन्।

निरन्तर मूल्याङ्कन

दिनः पाँचौँ | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

मूल्याङ्कन बिनाको सिकाइ, अँध्यारोमा बत्ती नबाली गाडी कुदाउनुजस्तै हो। आफूले सिकाएको बालबालिकाहरूले कत्तिको सिक्न सकेका छन् र उनीहरूलाई अझ के कुरामा थप सहायताको आवश्यकता छ भनेर थाहा पाउनका लागि मूल्याङ्कन गरिँदै आएको छ। तर हाम्रो चलनमा चलेको प्रश्नपत्र दिएर, निश्चित समयमा उत्तर लेख्न लगाएर गरिएको मूल्याङ्कन "माछालाई रूख चढ्न लगाउने परीक्षा" जस्तो हुन्छ। यस सत्रमा हामी निरन्तर मूल्याङ्कन कस्तो हुनुपर्छ र यस्तो मूल्याङ्कनले समावेशी शिक्षामा कस्तो सहयोग पुग्छ भनेर छलफल गर्ने छौँ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- निरन्तर मूल्याङ्कनको अवधारणा र आवश्यकता बताउन
- निरन्तर मूल्याङ्कनका तरिकाहरू पहिल्याउन

विषयवस्तु

- निरन्तर मूल्याङ्कनको अवधारणा र आवश्यकता
- समावेशी मूल्याङ्कनको तरिका

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

<table>
<tr><th>क्र.सं.</th><th>क्रियाकलाप विस्तृतीकरण</th><th>समय</th></tr>
<tr><td>१</td><td>विषय छलफल
• सहभागीहरूलाई हाल तपाईँ आफ्ना विद्यार्थीहरूको मूल्याङ्कन कसरी गर्नुहुन्छ भनेर सोध्ने? सहभागीहरूका विचारमा आधारित भई देहायका प्रश्नहरू सोधी छलफल गराउने :
◦ के यो मूल्याङ्कन सबै बालबालिकाका लागि न्यायोचित हुन्छ?
◦ अहिलेसम्म तपाईँले मूल्याङ्कनलाई कुनै बालबालिकाको लागि अनुकूलन गर्नुभएको छ?
◦ मूल्याङ्कन प्रक्रियालाई अनुकूलन गर्न के के चुनौतीहरू हुन सक्छन्?
◦ प्रारम्भिक विकास तथा सिकाइ प्रगति विवरण (ELDS Report Card) का आधारमा गरिन्छ।</td><td>१५ मिनेट</td></tr>
<tr><td>२</td><td>निरन्तर मूल्याङ्कन
• सहजकर्ताले चार्टपेपरमा निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन सम्बन्धमा देहायका कुराहरू प्रस्ट पार्ने:
• निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन भनेको वर्षैभरि गरिने प्रक्रिया हो, जसमा बालबालिकाको विकास, सिकाइ, स्वास्थ्य, व्यवहार, शैक्षिक सुधार, उपलब्धिसम्बन्धी तथ्यहरू निरन्तर सङ्कलन तथा अभिलेखीकरण गरिन्छ र त्यसता तथ्यमा आधारित भएर कसरी बालबालिकाहरूको समग्र विकासमा सघाउन सकिन्छ भनेर निर्णय गरिन्छ।
• निरन्तर मूल्याङ्कनलाई बुँदागत रूपमा यसप्रकार पनि बुझ्न सकिन्छ भनी स्पष्ट पार्ने :
◦ यो वर्षभरि चल्छ।
◦ हरेक बालबालिकाको वैयक्तिक आवश्यकतालाई ध्यानमा राख्छ।
◦ बालबालिकाले जे सिक्दैछन् वा गर्दैछन्, त्यसमा मात्रै आधारित हुन्छ।
◦ बालबालिका, अभिभावक र शिक्षकबिचको सहकार्यसहितको प्रक्रिया हो।
◦ दैनिक सिकाइ गतिविधि तथा कक्षा क्रियाकलापकै एक पाटो हो।
◦ कुनै एउटा सिपभन्दा पनि बालबालिकाको समग्र अवस्था (Child As a whole) कै मूल्याङ्कन गरिन्छ।
• निरन्तर मूल्याङ्कनमा शिक्षकले निम्न विधि प्रयोग गर्ने जानकारी गराउँदै छलफल गराउने :
◦ विद्यार्थी र उसका क्रियाकलाप तथा व्यवहारको अवलोकन
◦ कुनै विशेष समयमा विद्यार्थीको निश्चित व्यवहार (खाना खाने बेलाको व्यवहार, साथीसँगको व्यवहार) को अवलोकन
◦ बालबालिकाले गरेका क्रियाकलापको लेखाजोखा</td><td>२० मिनेट</td></tr>
</table>

	◦ अभिभावकसँगको छलफलको अभिलेख ◦ प्रारम्भिक विकास तथा सिकाइ प्रगति विवरण (ELDS Report Card) का आधारमा गरिन्छ।	
३	**गतिविधि** • सहभागीहरूलाई ४ वटा समूहमा छुट्याउने र हरेक समूहलाई विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका विषयमा छलफल गराउने: ◦ समूह १- शारीरिक अपाङ्गता भएका बालबालिका ◦ समूह २- दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिका ◦ समूह ३ – सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिका ◦ समूह ४ – सिकाइसम्बन्धी (बौद्धिक) अपाङ्गता भएका बालबालिका • सहभागीहरूले आफ्नो समूहमा छलफल गरी बालबालिकाहरूका लागि हालको निरन्तर मूल्याङ्कनलाई कसरी अनुकूलन गर्न सकिन्छ भनेर निम्नअनुसारको तालिका तयार गर्ने। तालिकामा उदाहरणका रूपमा व्यवहारजन्य कठिनाइ भएका बालबालिकाको लागि मूल्याङ्कन क्रियाकलापको अनुकूलन प्रस्तुत गरिएको छ।	४० मिनेट

क्र.स.	क्रियाकलाप	हालको प्रक्रिया	अनुकूलन
१	क्रियाकलापमा सक्रियता	बालबालिकाहरू विभिन्न क्रियाकलापमा कत्तिको सक्रिय सहभागिता देखाउँछन्	एक विद्यार्थी व्यवहारजन्य कठिनाइ भएको र समूहमा गरिने क्रियाकलापमा कहिल्यै सहभागी हुँदैन। तर उसले एकल वा उसलाई मनपर्ने साथीसँग मिलेर गर्ने क्रियाकलापमा सक्रिय सहभागी हुन्छ। यस्ता क्रियाकलापहरू नै उसको मूल्याङ्कनको आधार बनाउनुपर्छ।

- छलफल समाप्त भएर सबै समूहले तालिका तयार गरिसकेपछि प्रस्तुतीकरण गर्ने। सहभागीहरूले प्रस्तुतीकरण गरिसकेपछि अन्य समूहले प्रतिक्रिया र सुझाव दिने।
- अन्त्यमा सहजकर्ताले सबै प्रस्तुतीकरणबाट आएका कुराहरू समेटेर सहभागीहरूलाई सारांशमा निरन्तर मूल्याङ्कन प्रक्रिया र यसलाई सहभागी बनाउने विधिका बारेमा प्रस्ट पार्ने।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- निरन्तर मूल्याङ्कन भनेको के हो? यस्तो मूल्याङ्कन कसरी गरिन्छ।
- निरन्तर मूल्याङ्कनलाई के कस्ता अनुकूलन गरेर समावेशी बनाउन सकिन्छ?

सत्र १४

निर्माणात्मक मूल्याङ्कन

निर्माणात्मक मूल्याङ्कनको परिचय

बालबालिकाहरूलाई सिकाउँदा सिकाउँदै मूल्याङ्कन गर्न पनि शिक्षक सक्षम हुनुपर्छ । बालबालिकाको सिकाइमा शिक्षकले आवश्यकताअनुसार सहयोग गर्नुपर्दछ । निर्माणात्मक मूल्याङ्कनले बालबालिकाको अवस्था पत्ता लगाउनुको साथै उनीहरू के गर्न सक्दछन् वा सक्दैनन् भन्ने क्षमता पनि पत्ता लगाउन सकिन्छ । निर्माणात्मक मूल्याङ्कन प्रक्रिया महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनकि बालबालिकाले पहिला के सिके भन्ने कुरा पनि जानकारी हुन्छ।

निर्माणात्मक मूल्याङ्कनमा बालबालिकाले कसरी सिक्दछन् भन्ने कुरा शिक्षकले थाहा पाउनुपर्छ। त्यसैले निर्माणात्मक मूल्याङ्कनलाई निरन्तर सहयोगी क्रियाकलाप पनि भनिन्छ। ४ वर्षदेखि ५ वर्षका अर्थात् ४८ महिनादेखि ६० महिना पूरा भएका बालबालिकाहरूले कति कुरा सिके र सिकाइमा कति विकास भयो भनेर थाहा पाउन उनीहरूलाई सिकाइ तथा मापदण्ड पनि लागू गरिएको छ।

बालबालिकाको सिकाइमा प्रारम्भिक विकासका क्षेत्रहरूमा शारीरिक, बौद्धिक, सामाजिक, भाषिक, सांस्कृतिक विकासहरू पर्छन् । यसबाट बालबालिकाहरूले के कति सिक्न सके वा सकेनन् भनेर मूल्याङ्कन गर्नका लागि त्यसका चरणहरू हुन्छन् । बालबालिकाहरूले सिकाइका क्रियाकलापअनुसार कुरा गर्न सके वा सकेनन् भनेर गरिने कुराहरू मूल्याङ्कन हुन्। उनीहरूको बहुपक्षीय क्षमतालाई हेरेर उनीहरूको प्रगति वृद्धि गर्न ELDS Report Card पनि तयार गरिन्छ र यस रिपोर्ट कार्डमा प्राथमिक सिकाइ तथा मापदण्डका ५ ओटा क्षेत्र, त्यस क्षेत्रभित्र पनि ११ ओटा उपक्षेत्र र १९ ओटा विशिष्ट पक्षहरूका सक्षमताहरूलाई मूल्याङ्कन क्रियाकलापको आधारहरू बनाइएको छ।

निर्माणात्मक मूल्याङ्कन प्रक्रिया तथा उदाहरणहरू

बालबालिकाहरू व्यक्ति व्यक्तिपिच्छे फरक हुने र उनीहरूको सिक्ने क्षमता पनि फरक हुने हुन्छ। सिकाइ उपलब्धिको मूल्याङ्कन गर्दा बालबालिकाको भिन्नता र क्षमताको पहिचानमा ध्यान दिन जरुरी हुन्छ । सिकाइका क्रममा बालबालिकाहरूले राम्ररी बुझेका छन् वा छैनन् भनेर शिक्षकले थाहा पाउनका लागि उनीहरूको सिकाइ क्षमताको पहिचान गर्नुपर्ने हुन्छ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूमा अपाङ्गताअनुसार मूल्याङ्कन गर्ने तरिका फरक फरक हुनु पर्दछ र अपाङ्गताअनुसारको सिकाइ क्षमताको पहिचान गर्नुपर्ने हुन्छ। अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अपाङ्गताको प्रकारअनुसार सिकाइका विधि पनि फरक अपनाउनुपर्ने, शिक्षकले बालबालिकाको सिकाइ प्रक्रियामा उनीहरूको क्षमता र सिकाइ क्षमतामा ध्यान दिनुपर्दछ । उमेको मूल्याङ्कन गर्दा बालबालिकाको विविधताअनुसार क्षमता र अवस्थालाई शिक्षकले ध्यान दिएर सही मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने हुन्छ।

बालबालिकाको सिकाइ प्रक्रियामा विकास भएको छ वा छैन, उनीहरूको विकासको अवस्था कहाँनिर छ भन्ने कुरा मूल्याङ्कनले सुनिश्चित गर्छ । विकासमा पछाडि परेका बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको उमेरअनुसार, विकासको अवस्थाअनुसार मूल्याङ्कनको विधि र तरिका प्रयोग गर्नुपर्छ। शिक्षकले बालबालिकालाई दिएका क्रियाकलापहरू शिक्षकसँग नै बसेर गर्न सकेका छन् वा छैनन् भन्ने कुरा शिक्षकले सचेत भएर हेर्नुपर्छ।

शिक्षकले कुनै पनि क्रियाकलाप गराइरहँदा वा सिकाइ रहँदा बालबालिकाहरूले सुन्छन् वा सुन्दैनन् वा कम सुन्छन् कि भन्ने कुरामा ध्यान दिनुपर्दछ र सुनेका छैनन् भने कसरी सुन्न सक्छन् र क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्छन् भन्ने तरिका अपनाएर त्यही आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ।

मूल्याङ्कन सञ्चालनमा अवलोकन, अन्तर्क्रियाका साथै सिकाइ तथा विकास प्रगति विवरण फारम पनि भर्नुपर्छ । यसमा शिक्षकले बालबालिकाले कसरी सिकेका छन् ? समूहमा सिकेका छन् वा छैनन् ? खेल सामग्री प्रयोग गरेका छन् वा छैनन् ? आदि पक्षमा शिक्षकले विचार गर्न जरुरी छ । सुनाइ र बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको अवस्थामा उनीहरूले आफ्नो कुरा चित्रबाट, हाउभाउबाट, सङ्केतबाट व्यक्त गर्न सक्छन्। शिक्षकले बालबालिकाले बुझ्न सक्ने तरिकाले अन्तर्क्रिया गरी जानेका वा सिकेका छन् वा छैनन् भन्ने कुरा मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ। कामको नमुना सङ्कलन गरेर पनि मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ । चित्र बनाउन, रङ्ग लगाउन, पजल मिलाउन दिने र ती काम गर्न सके वा सकेनन् भन्ने कुरा शिक्षकले हेरेर गर्न नसकेको अवस्थामा किन सकेनन्, कहाँ गारो भयो भनी पत्ता लगाएर सिकाउनुपर्छ।

बालबालिकाको सिकाइ तथा विकास प्रगति विवरणमा उनीहरूको सिकाइ विवरण तथा अभिलेख राख्न सकिन्छ। यस फारममा वर्षको ३ पटक प्रत्येक ४ महिनामा बालविकास शिक्षकहरूले भर्नुपर्ने हुन्छ। यस फारममा भएको सूचकको आधारमा बालबालिकाले के गर्न सके वा सकेनन् भनी प्रगति मापन गर्न सकिन्छ। साथै यस रिपोर्टको आधारमा उनीहरूको व्यक्तिगत विवरण पनि व्यक्तिगत फाइलमा राख्न सकिन्छ । अपाङ्गताको प्रकृतिअनुसार सबै प्रकारका बालबालिकाको लागि सबै सूचकले काम गर्न सक्ने बनाउन उनीहरूले गर्न सकेका छैनन् भने सजिलो उपायहरू अपनाएर अभिभावकहरूसँग सल्लाह गरेर सिकाउनुपर्ने हुन्छ।

बालबालिकाहरूलाई सिकाउँदा प्रारम्भिक सिकाइ तथा विकास प्रगति विवरण ELDS Report Card पनि भर्नुपर्ने हुन्छ। ३/३ महिना गरी वर्षको ४ पटक भरेर रिपोर्ट कार्डमा राख्नुपर्ने हुन्छ । बालबालिकाहरू सुरुमा कक्षामा आउँदा र वर्षको अन्तिम पटकको प्रगति विवरण राख्नुपर्ने हुन्छ ।

बालबालिकाको सिकाइ प्रगतिलाई अभिभावक तथा स्याहारकर्तासँग पनि उनीहरूको सिकाइका अवस्थाको विषयमा जानकारी गराउन पनि उत्तिकै जरुरी छ । उनीहरूको सिकाइका मूल्याङ्कन गर्दै कक्षा १ मा जाने तयारीमा शिक्षकले कस्ता रणनीति प्रयोग गर्ने, अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि थप के गर्न सकियो भन्ने कुराहरू पनि प्रस्ट हुन्छ।

बालबालिकाहरूको सिकाइका अवस्था जाँच गर्न उनीहरूले सिक्न नसकेको कुरालाई दोहोर्याएर पनि जानकारी लिन सकिने, कक्षा १ मा भर्ना गर्न कम्तीमा पनि ५ ओटा सिकाइ क्रियाकलापहरूलाई क्रमबद्ध रूपमा राखेर व्याख्या गर्न लगाउनुपर्छ । यसो गर्दा एउटा पनि क्रियाकलाप गर्न सकेनन् भने सिकाइका सुरुवातमा छन् भन्ने जानकारी हुन्छ । सिकाएको क्रियाकलाप बालबालिकाले गर्न सकेनन् भने रणनीति परिवर्तन गरेर सिकाउनुपर्छ।

वैयक्तिक सिकाइ योजना

दिनः पाँचौँ | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

हरेक बालबालिकाको सिक्ने क्षमता हुन्छ तर त्यो क्षमता फरक फरक हुन सक्छ। निर्धारित पाठ्यक्रम कार्यान्वयन गर्नका निमित्त बनाइएका सामान्य योजनाले सबै किसिमका बालबालिकाहरूको आवश्यकतालाई सम्बोधन नगर्न पनि सक्दछ। खासगरी अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूका निमित्त निर्धारित सामान्य योजनाले पाठ्यक्रममा उल्लेखित उद्देश्य र उपलब्ध हासिल गर्न कठिनाइ हुने गर्दछ। फलतः अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको आवश्यकता सम्बोधन हुने गरी छुट्टै प्रारम्भिक योजना बनाउनुपर्दछ जसलाई वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना (Individualized Early Learning Plan) भनिन्छ। यस सत्रमा यसै विषयमा केन्द्रित भई छलफल तथा अभ्यास गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको बारेमा बताउन
- प्रारम्भिक सिकाइ योजना निर्माणको चरण, विषयवस्तु र ढाँचामा परिचित हुन।

विषयवस्तु

- वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको परिचय र उद्देश्य
- वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाका चरणहरू, विषयवस्तु र ढाँचा

तालिम सामग्रीहरू

मेटाकार्ड, वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाका चरणहरू लेखिएको चार्ट, वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको चार प्रति नमुना ढाँचा आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय

१	**वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको परिचय र उद्देश्य**
	• सहभागीहरूलाई तलका प्रश्न सोध्ने :
	  ◦ वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना भनेको के हो ?
	  ◦ वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको उद्देश्य के हो ?
	• प्रत्येक सहभागीलाई फरक फरक रङका दुई दुई ओटा मेटाकार्ड दिने । माथिका प्रश्नको उत्तर छुट्टाछुट्टै मेटाकार्डमा लेख्न भन्ने । प्रश्नको उत्तर एक वाक्यमा लेख्न लगाउने। लेख्नका लागि तीन मिनेटको समय दिने। उत्तर लेखिएका मेटाकार्डहरूलाई भित्तामा मिलाएर टाँस्न लगाउने । एकजना सहभागीलाई केही मेटाकार्डमा लेखिएका उत्तरहरू पढ्न लगाउने।
	• अब सहजकर्ताले देहायका बुँदाहरू प्रस्तुत गर्दै वैयक्तिक सिकाइ योजनाको अवधारणा स्पष्ट पार्ने :
	  ◦ अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका प्रारम्भिक बाल शिक्षा तथा विकास उमेर समूहका बालबालिकाको सिकाइमा सहजीकरण गर्न तयार गरिने योजनालाई वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना भनिन्छ ।
	  ◦ सामान्य खालको पाठ योजनाले अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाको सिकाइको आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्न नसक्ने भएकाले वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना विकास गर्नु परेको हो ।
	  ◦ वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाअनुसार सिकाइ सहजीकरण गर्दा अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाको विकास र सिकाइमा सहयोग पुग्ने मात्र नभई उनीहरूका कार्यगत सीमिततालाई सम्बोधन गर्नुका साथै अपाङ्गताको असर कम गर्न पनि सहयोग गर्दछ।
	  ◦ यस योजनाले विशेष गरी अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ बालबालिकाको पाठ्यक्रममा पहुँच पुर्याउँदछ ।
	उद्देश्य
	• वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको उद्देश्यका बारेमा सहभागीहरूबिच छलफल तथा अन्तर्क्रिया गराउने । अन्त्यमा सहजकर्ताले तलका बुँदाहरू प्रस्तुत गरी उद्देश्यहरू स्पष्ट पार्ने :
	  ◦ अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका प्रारम्भिक बालविकास उमेरका बालबालिकाहरूलाई गुणस्तरीय प्रारम्भिक बाल शिक्षा तथा विकासको अवसर प्रदान गर्ने ।
	  ◦ अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाका लागि विद्यालय शिक्षाको आधारशीला तयार गर्ने ।
	  ◦ अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि प्रारम्भिक सहयोग वा हस्तक्षेप प्रदान गर्ने ।
		१० मिनेट

	◦ अपाङ्गतालाई थप जटिल हुनबाट रोक्ने। ◦ अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाकाको विकास र सिकाइमा सुधार गर्दै सिकाइलाई गुणस्तरीय बनाउने।	
२	**वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको चरण र योजना निर्माण गर्दा ध्यान दिनुपर्ने पक्षहरू** • सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको चरण लेखिएको कार्ड बाँड्ने। • सबैले एक एक ओटा कार्डहरू प्राप्त गरेपछि उही कुरा लेखिएको कार्ड भएका सहभागीहरूले आफ्नो जोडी बनाउन भन्ने। • त्यसपछि सहभागीहरूलाई एकअर्कोसँग छलफल गर्दै वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको चरणको पहिलोदेखि नवौँ कुन स्थानमा पर्छ होला भनेर पहिल्याउन भन्ने र आआफ्नो स्थानअनुसार तालिम हलको खाली ठाउँमा गएर उभिन लगाउने। • सहभागीहरूले उभिएर बनाएका वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको चरण मिल्यो कि मिलेन भनेर सहजकर्ताले जाँच गर्ने र प्रत्येक चरणको बारेमा सङ्क्षिप्तमा बताउने। • अब सहभागीहरूलाई वैयक्तिक प्रारम्भिक योजना निर्माण गर्दा विभिन्न किसिमका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको के कस्ता पक्षहरूमा ध्यान दिनु आवश्यक छ भनेर खुल्ला छलफल गराउने । सहभागीहरूका विचारहरूलाई समेत समेटेर सहजकर्ताले देहायका निष्कर्ष प्रस्तुत गर्ने : ◦ वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना तयार गर्दा सामान्य र मध्यम अपाङ्गता भएका बालबलिकाहरू तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकारूको सिकाइ आवश्यकता सम्बोधन हुने गरी क्रियाकलाप तथा मूल्याङ्कनका तरिकाहरू अनुकूलन गर्दै सिकाइ सहजीकरण गर्दा विशेष गरी दृष्टिविहीन, न्यून दृष्टियुक्त, बहिरा, सुस्त श्रवण, सिकाइ अपाङ्गता, बौद्धिक अपाङ्गता, स्नायु विकाससम्बन्धी अपाङ्गता तथा मानसिक मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले सिक्न सक्ने र सहभागी हुन सक्ने गरी क्रियाकलाप अनुकूलन गर्नुपर्दछ । उदहारणका लागि बौद्धिक अपाङ्गता र स्नायु विकाससम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाले प्रत्यक्ष सिकाइ तथा दृश्य र चित्रबाट सिक्न सक्ने भएकाले यथार्थ वस्तु तथा चित्रात्मक प्रस्तुतिको प्रयोग बढी गर्नुपर्दछ। ◦ यस समूहका बालबालिकालाई क्रियाकलाप टुक्र्याएर गराउनुपर्ने, पटक पटक दोहोर्याउनुपर्ने र अभ्यासका लागि बढी समय दिनुपर्ने हुन्छ । दृष्टिविहीनहरूका लागि पूर्व ब्रेल र इम्बोस्ट चित्र, न्यून दृष्टियुक्तलाई ठूला छापा, बहिराहरूलाई आधारभूत सङ्केत तथा सुस्त श्रवणयुक्त बालबालिकालाई चित्रात्मक प्रस्तुतिका साथै क्याप्सनिङको प्रयोग गर्नुपर्दछ।	३० मिनेट

- सिकाइमा सबै बालबालिकाको पहुँच पुर्याउनका लागि उपलब्धताका आधारमा उच्च, मध्यम तथा न्यून खालको अनलाइन तथा अफलाइन प्रविधिको प्रयोग पनि गर्नुपर्दछ।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना भनेको के हो?
- यो योजना किन बनाइन्छ?
- वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाका चरणहरू के के हुन्?
- वैयक्तिक प्रारम्भिक योजना निर्माण गर्दा के के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ?

वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना (IELP)

परिचय

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा सिक्न आउने अपाङ्गता भएका वा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाका सिकाइसम्बन्धी आवश्यकताहरू फरक हुन सक्छन्। त्यसैले अन्य बालबालिकाका लागि तयार गरिएको सामान्य सिकाइ विधिले उनीहरूका सबै सिकाइ आवश्यकताहरू पूरा गर्न नसकिने पनि हुन सक्छ। यस्तै गरी अपाङ्गताको प्रकारअनुसार पनि सिकाइ आवश्यकताहरू फरक हुन सक्छन्। कतिपय बालबालिकाले चित्र, श्रव्य दृश्य वा व्यावहारिक विधिबाट राम्रोसँग सिक्न सक्छन् भने कसैलाई साङ्केतिक भाषा चाहिन सक्छ। त्यसैले बालबालिकाको सिकाइ आवश्यकताअनुसारको सिकाइ योजना तयार गर्नुपर्छ। यस्ता योजनाहरू विद्यार्थीअनुसार फरक फरक हुन सक्छन्। यस्ता योजनालाई वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना भनिन्छ। वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाअनुसार बालबालिकालाई सिकाउँदा अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाको विकास र सिकाइमा त सहयोग पुग्छ नै साथसाथै उनीहरूका कार्यगत सीमिततालाई सम्बोधन गर्न मद्दत हुन्छ। वैयक्तिक योजना बनाउँदा शिक्षकले बालबालिकाले सिक्न सक्छ वा सक्दैन भन्ने सोच राखेरभन्दा पनि मैले उसलाई सिक्नमा कसरी सहयोग गर्न सक्छु भन्ने सोच राखेर काम गर्नुपर्छ।

उद्देश्य

- अपाङ्गता भएका तथा विभिन्न कार्यगत सीमितता (कतिपय अवस्थामा यसलाई Functional Limitations भन्दा पनि सजिलो हुन्छ) भएका वा सिकाइमा कठिनाइ हुने बालबालिकालाई सिक्न मद्दत गर्ने वा सिकाइमा सहजीकरण गर्ने
- बालबालिकाको व्यक्तिगत अवस्था, सीमितता वा कठिनाइहरूको विश्लेषण गरी उनीहरूको आवश्यकताअनुसारको र पहुँचयुक्त अनि सहज हुने खालको पाठ्यक्रम, पाठ्य सामग्री र सिकाइ योजना तयार गरी

सोमार्फत गुणस्तरीय प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाको अवसर सिर्जना गर्ने

- अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाका लागि विद्यालय शिक्षाको आधारशिला तयार गर्ने । यसको अर्थ जुनसुकै प्रकारको सिकाइ आवश्यकता भएका बालबालिकालाई पनि विना भेदभाव सिक्न पाउने वातावरण तयार गर्ने । यसका लागि चाहिने ज्ञान र सिपको दृष्टिकोणबाट विद्यालयलाई सम्पन्न बनाउने
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाका सिकाइ आवश्यकता, सिकाइसम्बन्धी कठिनाइहरू र अवरोधहरू सुरुमै पहिचान गरी त्यसलाई सम्बोधन गर्न सहयोग वा हस्तक्षेप गर्ने
- अपाङ्गताको अवस्थालाई थप जटिल हुनबाट रोक्ने
- अपाङ्गता भएका बालबालिका वा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाको विकास र सिकाइमा सुधार गर्दै सिकाइलाई गुणस्तरीय बनाउने ।

योजना निर्माणका चरणहरू

वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाका देहायका ९ ओटा चरणहरू छन् ।

पहिलो चरण

यस चरणमा हामी अपाङ्गता भएका बालबालिका शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक वा इन्द्रियसम्बन्धी अवस्थाको जाँच तथा पहिचान गर्छौँ। यस चरणमा प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रको सेवा क्षेत्रमा भएका बालबालिकामा कुनै प्रकारको अपाङ्गता वा शारीरिक, बौद्धिक वा इन्द्रियसम्बन्धी कुनै सीमितता भएको शङ्का लागेमा चिकित्सक, बाल विशेषज्ञ, अपाङ्गता भएका बालबालिकासम्बन्धी विज्ञ, अपाङ्गतासम्बन्धी विज्ञहरूमार्फत जाँच र लेखाजोखा गराइन्छ । सोही क्रममा अपाङ्गताको प्रकार र गम्भीरता पनि मापन गरिन्छ । वैयक्तिक सिकाइ योजना तयार गर्दा अपाङ्गताको प्रकार र गम्भीरताको बारेमा उल्लेख गर्नुपर्छ र सोही आधारमा नै वैयक्तिक सिकाइ योजनाहरू तयार गर्नुपर्छ । बच्चा पूर्ण दृष्टिविहीन छ भनी पहिचान भयो भने बिस्तारै सेतो छडीको प्रयोग गरेर हिँड्ने, सुनेर सिक्ने, ब्रेल लिपि सिक्ने जस्ता कुराहरू योजनामा समेट्नुपर्छ।

दोस्रो चरण

अपाङ्गताको प्रकार र गम्भीरताको पहिचान भइसकेपछि अपाङ्गता परिचय पत्र महत्त्वपूर्ण आवश्यकता हो । तसर्थ उक्त परिचय पत्र दिलाउने र उसलाई विशेष सहयोग जरुरी पर्छ भन्ने कुरा योजनामा उल्लेख गर्नुपर्छ । यसरी उल्लेख गर्दा के कस्ता सहयोगहरू गर्न जरुरी छ भन्ने कुरा पनि स्पष्ट रूपमा उल्लेख गर्नुपर्छ।

तेस्रो चरण

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको शारीरिक तथा मानसिक विकासका लागि विभिन्न प्रकारका थेरापी सेवाहरूको जरुरी पर्न सक्छ, जस्तै- फिजियो थेरापी, अकुपेशनल थेरापी, स्पिच थेरापी इत्यादि । यसै गरी दैनिक जीवनलाई सहज बनाउन चाहिने सहायक सामग्रीमा कसरी अभ्यस्त हुने भन्ने विषयमा पनि बालबालिकालाई सिकाउनुपर्छ । यसका लागि सेवा दिने सेवा प्रदायक र विज्ञहरू फरक फरक हुन्छन् । त्यसैले यस्ता सेवाहरू प्राप्त गर्नका लागि विभिन्न सम्बन्धित सेवा प्रदायकहरूसँग छलफल तथा समन्वय बैठकहरू आयोजना गर्नुपर्छ । योजना तयारी बैठकमा सेवा प्रदायकहरू, जस्तै- स्थानीय तहका शिक्षा अधिकृत, सम्बन्धित क्षेत्रका चिकित्सक, शिक्षक, नर्स, अपाङ्गता विज्ञ, परामर्शदाता तथा अभिभावक र सामाजिक कार्यकर्तालाई आमन्त्रण गर्नुपर्दछ । योजना निर्माण गर्दा बहुविधाका विज्ञको सहयोग आवश्यक पर्ने र नेपालको सन्दर्भमा योजना निर्माणमा आवश्यक हुने सबै विज्ञ उपलब्ध

हुन सक्ने अवस्था सबै स्थान र सन्दर्भमा नहुने भएकाले पहिले योजनाको तयारी बैठक बस्नु परेको हो । यस चरणमा कुन बालबालिकालाई कस्तो प्रकारको सेवा जरुरत छ भन्ने विषयमा छलफल गरिन्छ।

चौथो चरण

यस चरणमा तेस्रो चरणमा सेवा प्रदायक र सरोकारवालासँग बैठक बसेर छलफल गरेबमोजिम बालविकास केन्द्रको सेवा क्षेत्रभित्र पहिचान भएका अपाङ्गता बालबालिकाको कार्यगत सीमितता, सबल पक्ष र उनीहरूलाई दिनुपर्ने सेवा र सहयोगहरूको विषयमा निर्क्योल गरिन्छ र उक्त कुराहरूलाई योजनामा उल्लेख गरिन्छ।

पाँचौँ चरण

यस चरणमा वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना तर्जुमा समूहले बालबालिकाको अपाङ्गता, यसको गम्भीरता र उसलाई चाहिने विशेष सहयोगहरू र शारीरिक तथा मानसिक विकासका लागि सुरुआती अवस्थामा गर्नुपर्ने हस्तक्षेपहरूलाई लिपिबद्ध गरी प्रारम्भिक सिकाइ योजना तर्जुमा गरिन्छ। यस योजनामा अभिभावक, परिवारका सदस्यहरू, शिक्षक, विद्यालय व्यवस्थापन, स्वास्थ्यकर्मीहरू, थेरापिष्टहरू, बाल विशेषज्ञहरू, अपाङ्गता विज्ञहरू लगायत सबैको भूमिकाहरू स्पष्ट रूपमा उल्लेख गर्नुपर्छ।

छैटौँ चरण

यो कार्यान्वयनको चरण हो। यसमा बालबालिका सहयोग र उनीहरूको विकासको लागि चाहिने कामहरू गरिन्छ । योजनाको एक प्रति अभिभावकलाई पनि दिनुपर्दछ । तेस्रो चरणमा छलफल गरिएका सबै सेवा प्रदायक र सरोकारवालाहरूको पनि उक्त योजनामा पहुँच हुनुपर्छ। यसो भएमा उनीहरूले आफ्नो भागमा पर्ने सेवाहरूलाई तालिकाबद्ध गरी उपलब्ध गराउने छन्।

सातौँ चरण

योजना कार्यान्वयन गरिसकेपछि पक्कै पनि बालबालिकाको शारीरिक वा मानसिक विकासमा र सिकाइमा बिस्तारै सकारात्मक परिवर्तनहरू देखिन थाल्छन् । त्यसैले यस चरणमा बालबालिकाको प्रगति मापन गर्ने गरिन्छ र उक्त प्रगतिको बारेमा अभिभावकलाई जानकारी गराउने गरिन्छ । प्रगति मापन गर्ने विभिन्न विधि र उपकरणहरूको उपयोग गरिन्छ । यस्तो प्रगति मापन निश्चित समय तालिकामा निरन्तर गरिनुपर्छ। बालबालिकाको विकास र सिकाइसम्बन्धी प्रगति मापन र प्रतिवेदन हरेक तीन महिनामा प्रस्तुत गर्नुपर्ने हुन्छ।

आठौँ चरण

यस चरणमा वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजनाको पुनरावलोकन गरिन्छ । योजनाले प्रभावकारी रूपमा काम गर्न सकिरहेको छ या छैन, रणनीतिमा कुनै प्रकारको फेरबदल गर्नुपर्ने आवश्यकता छ कि भन्ने कुरा थाहा पाउन यस्ता पुनरावलोकनहरू गरिन्छ। यसै गरी कतिपय क्रियाकलापहरू एउटा निश्चित समयावधिभित्र मात्र गर्न सकिने पनि हुनुपर्छ । यस्तो पुनरावलोकन खास गरी प्रत्येक तीन महिनामा र कम्तीमा वर्षको एक पल्ट गर्नुपर्दछ । अभिभावक वा प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रले आवश्यक ठानेमा त्यो भन्दा अगाडि नै पनि पुनरावलोकन गर्न सकिन्छ । पुनरावलोकनमा अभिभावक तथा सम्पूर्ण सेवा प्रदायकलाई सहभागी गराउनुपर्दछ।

नवौँ चरण

यो चरणमा कार्यगत सीमितता वा अपाङ्गताको पुन: परीक्षण गरिन्छ । अपाङ्गता भएका तथा कार्यगत सीमितता भएका बालबालिकाको अपाङ्गता परीक्षण कम्तीमा तीन वर्षको एक पटक गर्नुपर्दछ । यस परीक्षणको मुख्य उद्देश्य बालबालिकामा भएको अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितताको स्तर र यसको असर कस्तो छ भनी

जानकारी लिनु हो। अवस्था जस्ताको तस्तै छ वा गम्भीरता बढेको छ वा घटेको छ भन्ने विषयमा समय समयमा बुझ्नका लागि यो परीक्षण गर्नुपर्छ। यस्तो परीक्षण वा जाँच हरेक तीन तीन वर्षमा कम्तिमा एक पटक गर्नुपर्छ । तथापि बालबालिकाको अवस्था थप गम्भीर हुँदै गएमा गएमा पटक पटक परीक्षण र पुनरावलोकन गर्नुपर्दछ।

योजनाका विषयवस्तु तथा सक्षमता

प्रारम्भिक वैयक्तिक सिकाइ योजनाका विषयवस्तु, अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हासिल गराउनुपर्ने सिप र सक्षमताहरू र अन्य ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूका सम्बन्धमा यहाँ चर्चा गरिएको छ :

- **सामाजिक/ व्यावहारिक सिप:** नाता सम्बन्ध बुझ्ने र सोअनुसार व्यवहार गर्ने सिप, एक अर्कासँग कुराकानी गर्ने, अभिवादन गर्ने, मिलेर काम गर्ने, पालो पर्खने, एक अर्कालाई सहयोग गर्ने जस्ता सिपहरू।
- **सञ्चार, भाषा, साक्षरता र गणितीय सिप:** एक अर्कामा सञ्चार गर्ने विधि र सिप, भाषा सिक्ने कुराहरू, साङ्केतिक भाषा र यस भाषामा कुराकानी गर्ने सिप, सामान्य गणना गर्ने ज्ञान, अक्षरहरू चिन्ने विषयहरू
- **स्वसहयोग र अङ्ग सञ्चालन सिप:** आफूले आफ्नो हेरचाह गर्ने सिप, विभिन्न दैनिक कामहरू गर्दा वा स्वयम हेरचाह गर्दा अङ्गहरूको सञ्चालन गर्ने सिपहरू
- **संवेगात्मक र स्वनियमन सिप:** संवेगात्मक अभिव्यक्तिहरू दिने, तीव्र संवेगलाई नियन्त्रण गर्ने, स्वनियममा रहने अर्थात् अनुशासनमा रहने सिप र ज्ञान
- **संज्ञानात्मक विकास:** बालबालिकाले निरन्तर रूपमा सिकेका, देखेका भोगेका कुराहरूलाई मानसिक रूपमा सोच्ने, मस्तिष्कमा सङ्ग्रह गर्ने, विचार गर्ने, सम्झने, बुझ्ने, प्रशोधन गर्ने र अभिव्यक्त गर्ने लगायतका सिपहरू

अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई दैनिक सिकाइ प्रक्रियामा समावेश गराउन र अन्य दैनिक क्रियाकलाप र सामाजिक व्यवहारहरूमा सक्षम बनाउनका लागि र अन्य बालबालिकासरह सक्रिय बनाउनका लागि विभिन्न सिपहरू सिकाइन्छ । यसमध्ये केही महत्त्वपूर्ण सक्षमता विकासका क्षेत्रहरूका बारेमा यहाँ चर्चा गरिएको छ।

- **अभिव्यक्ति तथा सञ्चारका लागि भाषाको उपयोग:** समुदाय वा समाजमा आफ्ना कुराहरू अभिव्यक्त गर्न कस्तो कुन भाषा प्रयोग गर्ने र कस्तो विधि र माध्यमबाट प्रयोग गर्ने भन्ने विषयमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सक्षम बनाइन्छ।
- **पोषणयुक्त खाद्य परिकारको पहिचान र दैनिक रूपमा उपयोग:** स्वास्थ्य तथा पोषण शारीरिक तथा मानसिक दुबै विकासको लागि महत्त्वपूर्ण हुन्छ । त्यसैले पोषणयुक्त खानेकुराको पहिचान, जानकारी र दैनिक रूपमा यसको कसरी उपयोग गर्ने भन्ने विषयमा बालबालिकालाई सक्षम बनाइन्छ । के खाने, के नखाने, खाना खाने दैनिक तालिका के हो लगायतका विषयहरू पनि यसअन्तर्गत पर्छन्।
- **स्वस्थकर बानी तथा असल सामाजिक व्यवहारको अनुसरण र आवश्यकताअनुसार नमुना प्रदर्शन:** यसअन्तर्गत दैनिक सरसफाइका सिपहरू, शरीरलाई स्वस्थ राख्ने सिपहरू र असल सामाजिक व्यवहारहरू, जस्तै- अभिवादन गर्ने, मिलेर काम गर्ने, पालो पर्खने, अरूलाई सहयोग गर्ने, खेल्ने, एकअर्कालाई सम्मान गर्ने, साथी बनाउने सिप आदि।
- **वैयक्तिक सुरक्षाका उपाय अवलम्बन:** यसअन्तर्गत के कुराले आफूलाई हानि गर्छ, कहाँ कस्तो प्रकारको खतरा हुन सक्छ भन्ने

कुराहरूको जानकारी र त्यस्ता खतरा र हानिकारक चिजहरूबाट कसरी बच्ने भन्ने विषयमा जानकारीहरू गराइन्छ।

- **दैनिक व्यवहारका कार्य सम्पादनका क्रममा विषयगत सिकाइ र सिर्जनात्मक सोचको प्रयोग:** यसअन्तर्गत बालबालिकामा रहेका सिर्जनात्मक क्षमताहरूलाई पहिचान गरी त्यसलाई प्रस्तुत गराउन मद्दत गर्ने कुराहरू पर्छन्, जस्तै- कथा कविता लेख्ने वा भन्ने, चित्र बनाउने, गाउने वा नाच्ने, खेल्ने, जोक भन्ने, राम्रा अक्षर लेख्ने, बोल्ने आदि।
- **सर्वाङ्गीण विकासका क्रियाकलापमा संलग्नता र तिनमा आधारभूत सिपको प्रयोग:** व्यक्तिको सर्वाङ्गीण विकास अर्थात् शारीरिक, मानसिक, शैक्षिक, सामाजिक लगायत सबै विकासका लागि गरिने क्रियाकलापमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता गराउनुपर्ने कुरा र यसका लागि चाहिने सिपहरू सिकाउने कुरा यसअन्तर्गत पर्छन्।

योजना निर्माण गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

वैयक्तिक प्रारम्भिक सिकाइ योजना तयार गर्दा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको सिकाइ आवश्यकता सम्बोधन हुने गरी क्रियाकलाप तथा मूल्याङ्कनका तरिकाहरू तय गर्नुपर्छ। विशेष गरी दृष्टिविहीन, न्यून दृष्टियुक्त, बहिरा, सुस्त श्रवण, सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता, बौद्धिक अपाङ्गता, स्नायु विकाससम्बन्धी अपाङ्गता तथा मानसिक मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि सिक्नमा अवरोध नहुने र उनीहरू सहभागी हुन सक्ने गरी क्रियाकलापलाई अनुकूलन गर्नुपर्दछ। बौद्धिक अपाङ्गता र स्नायु विकाससम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाले प्रत्यक्ष अनुभव, दृश्य र चित्रबाट सिक्न सक्ने भएकाले वास्तविक वस्तु तथा चित्रात्मक प्रस्तुति, दृश्य सामग्रीको प्रयोग बढी गर्नुपर्दछ। यस समूहका बालबालिकालाई क्रियाकलाप टुक्र्याएर गराउनुपर्ने, पटक पटक दोहोराउनुपर्ने र अभ्यासका लागि बढी समय दिनुपर्ने हुन्छ।

यसै गरी दृष्टिविहीनहरूका लागि पूर्व ब्रेल र इम्बोस्ड चित्र, न्यून दृष्टियुक्तहरूका लागि ठुला छापा अक्षरसहितको सामग्री, बहिराहरूलाई आधारभूत सङ्केत तथा सुस्त श्रवणयुक्त बालबालिकालाई चित्रात्मक प्रस्तुतिका साथै क्याप्सनिङको प्रयोग गर्नुपर्दछ। सिकाइमा सबै बालबालिकाको पहुँच पुर्याउनका लागि उपलब्धताका आधारमा सूचना प्रविधिको उपयोग गरी उच्च, मध्यम तथा न्यून खालको अनलाइन तथा अफलाइन प्रविधिको प्रयोग पनि गर्नुपर्दछ।

समावेशी खेल

दिनः छैटौँ | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

बालविकास शिक्षामा सिक्ने र सिकाउने सशक्त माध्यम खेल हो । बालबालिकाहरूले खेल्दा उनीहरूको सामाजिक, शारीरिक, संवेज्ञानात्मक तथा बौद्धिक सिपहरूको विकास हुन्छ। यसकारण सबै बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको अवस्था अनुसार खेलमा समावेश गराउनु महत्वपूर्ण हुन्छ। अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई बालविकास केन्द्रमा सञ्चालन हुने सबै गतिविधि तथा खेलमा समावेश गराउनुपर्छ। यसका लागि कुनै खेलहरूलाई अनुकूलन समेत गर्नुपर्ने हुन सक्छ। यस सत्रमा यिनै विषयमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई विभिन्न खेलमा समावेश गराउने तरिकाहरूमा अभ्यास गर्न
- कुनै पनि खेललाई समावेशी बनाउनका लागि आवश्यक अनुकूलन गर्न।

विषयवस्तु

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई विभिन्न खेलमा समावेश गराउने तरिका
- कुनै पनि खेललाई समावेशी बनाउनको लागि आवश्यक अनुकूलन

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची, टेड्डी बियर आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**विषय छलफल** • तपाईँको बालशिक्षा केन्द्रमा बालबालिकाहरूलाई के कस्ता खेल खेलाउनुहुन्छ? ती खेल खेल्न विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि अप्ठ्यारो हुन सक्छ? ती खेलहरूलाई कसरी सबै बालबालिकाहरूको लागि उपयुक्त बनाउने ? आदि विषयमा सहभागीहरूबिच छलफल गराउने।	१० मिनेट
२	**खेलः खुसी पास गरौँ** • सबै सहभागीहरूलाई गोलो घेरामा उभिन लगाउने । सहजकर्ता पनि उभिने। सहजकर्ताले हातमा टेड्डी बियर वा बल दाहिनेतिरको साथीलाई पास गर्ने। पास गर्दा साथीको बारेमा एउटा राम्रो लागेको वा शुभकामनाको विचार भन्ने, जस्तै- तपाईँको स्वर कस्तो राम्रो वा तपाईँको दिन शुभ होस् वा अरू केही। यसरी टेड्डी बियर वा बल पास गर्दा आफ्नो साथीलाई खुशी पास गरेको सम्झिने। यस्तो खेल कक्षामा खेलाउँदा बालबालिकाहरूले एकअर्कालाई प्रशंसा गर्नुका साथै विविधताको सम्मान गर्न सिक्छन्। यसका साथै कक्षामा अन्य क्रियाकलापहरू पनि गराउन सकिन्छ, जस्तै- कथा बुन्ने। यसमा बालबालिकाहरू गोलो घेरामा उभिएर एकजनाले कथा सुरू गर्ने र सबैले पालैपालो कथालाई अगाडि बढाउँदै लैजाने क्रियाकलाप गराउन सकिन्छ। कक्षाकोठामा सबैको महत्व महसुस गराउन यस्ता क्रियाकलाप आवश्यक पर्छन्। • सहजकर्ताले यो खेल कक्षाकोठामा पनि सबै बालबालिकाहरूलाई राखेर खेलाउन सकिन्छ भनेर सहभागीहरूलाई बताउने, छलफल गराउने।	२० मिनेट
३	**समावेशी खेल** • सहजकर्ताले समावेशी खेल भनेको के हो? खेलहरूलाई कसरी समावेशी बनाउन सकिएला भनेर सहभागीहरूलाई सोध्ने। • सहभागीहरूका अनुभव तथा विचारहरूलाई समेटेर सहजकर्ताले समावेशी खेलका बारेमा चार्टपेपर वा सेतोपाटीमा देखाएर प्रस्ट पार्ने। • खेललाई समावेशी बनाउनको लागि STEP model प्रयोग गर्न सकिन्छ भनी प्रस्ट पार्ने, जस्तै- ◦ S – Space (ठाउँ): खेल्ने तथा खेलाउने ठाउँ बालबालिकाको आवश्यकता अनुसार पहुँचयुक्त बनाउने। ◦ T – Time (समय): कुनै बालबालिकाको थप आवश्यकतालाई ध्यान दिँदै खेलको समय वा उसको पालो बढाउने। ◦ E – Equipment (खेल सामग्रीहरू): खेलमा प्रयोग गरिने सामग्रीहरूलाई पनि बालबालिकाअनुसार परिमार्जन गर्ने। ◦ P – People: खेलमा आवश्यकताअनुसार खेलाडी वा सहायताकर्मीहरू थपघट गर्ने।	५० मिनेट

- अब एउटा खेललाई समावेशी बनाउन प्रयास गरौँ भनेर ६ जना सहभागीहरूलाई गोलो घेरामा उभिन लगाउने। अरू सहभागीहरूलाई पर बसेर हेर्न लगाउने। खेलको नियम बताउने :
- घेरामा रहेर तातो आलु खेल खेल्नुपर्ने । यसरी खेल खेल्दा आफ्नो हातमा आएको बललाई तातो आलु सम्झेर अर्को साथीलाई पास गर्नुपर्ने । बाहिरका साथीहरूले ताली बजाएर गीत गाउनुपर्ने। गीत रोकिदा जसको हातमा बल हुन्छ त्यो सहभागी बाहिरिन्छ। अन्तिमसम्म जो बाँकी रहन्छ उसले खेल जित्छ।
- अब यो खेल खेलाउने। खेल सकिएपछि यो खेललाई स्टेप मोडलमा कसरी गर्न सकिन्छ भनेर छलफल गराउने। सहजकर्ताले प्रस्ट गर्नेः
    - S – सबै बालबालिकालाई गोलो घेरामा बसाएर यो खेल खेल्न सकिन्छ? वा व्हिलचियरमा कोही भए अरुलाई कुर्सीमा राख्न सकिन्छ? कसैलाई हात फैलाउन ठुलो ठाउँ चाहिन्छ भने उसलाई दुईजना बराबरको ठाउँ दिन सकिन्छ।
    - T- कुनै बालबालिकालाई छिटो छिटो आलु पास गर्न गाह्रो भए गीतलाई अलिकति ढिलो गाउन सकिन्छ। हात चलाउन एकदमै गाह्रो हुनेहरूलाई २-३ पटक मौका दिन सकिन्छ।
    - E- बलको साटो कपडाको डल्लो, नरम वस्तु आदि प्रयोग गर्न सकिन्छ।
    - P – कुनै हात चलाउन अलि धेरै गाह्रो हुने बालबालिकाका लागि शिक्षकले सहयोगीको भूमिका खेलेर हातलाई समातेर अर्कोलाई पास गरिदिन पनि सकिन्छ। यसरी खेललाई समावेशी बनाउँदा सबैले खेल्न सक्छन् र सहभागी हुन सक्छन्।
- अब सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई उनीहरूले कक्षामा खेलाउने खेललाई STEP Model मा कसरी गर्न सकिन्छ भनेर छलफल गर्ने । समय भएमा समूहमा छुट्याएर समूह कार्य नै गराएर प्रस्तुतीकरण गराउने। अन्यथा छलफल मात्रै भएपनि २-३ ओटा खेलको उदाहरण हेर्ने।

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- बालबालिकाहरूलाई एक अर्काको विविधता स्वीकार गर्न कसरी सिकाउने ?
- समावेशी खेलकुद भनेको के हो ? खेललाई कसरी समावेशी बनाउने ।

सत्र १६

समावेशी खेल

बालविकास शिक्षामा सिक्ने र सिकाउने सशक्त माध्यम खेल हो । बालबालिकाहरूले खेल्दा उनीहरूको सामाजिक, शारीरिक, संज्ञानात्मक तथा बौद्धिक सिपहरूको विकास हुन्छ। यस कारण सबै बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको अवस्थाअनुसार खेलमा समावेश गराउनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई बालविकास केन्द्रमा सञ्चालन हुने सबै गतिविधि तथा खेलमा समावेश गराउनुपर्छ। यसका लागि कुनै खेलहरूलाई अनुकूलन समेत गर्नुपर्ने हुन सक्छ।

अपाङ्गता भएका र नभएका सबै बालबालिकाहरूमा सामाजिक, भावनात्मक र संज्ञानात्मक विकासलाई बढवा दिनका लागि समावेशी खेल र अन्य खेलहरू महत्त्वपूर्ण हुन्छन्। प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालबालिकाको विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई समायोजन गर्ने सकारात्मक र समावेशी खेल वातावरण सिर्जना गर्न महत्त्वपूर्ण हुन्छ । समावेशी खेलमा आबद्ध सरोकारवालाहरू अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता, विज्ञहरू र विविध सिकाइ आवश्यक भएका बालबालिका आदि हुन्।

समावेशी खेलको महत्त्व

१. **सामाजिक र भावनात्मक विकासलाई बढवा**
समावेशी खेलले बालबालिकालाई एक अर्कासँग अन्तर्क्रिया गर्ने, मित्रता बढाउने, सहयोग र सहानुभूति जनाउने जस्ता महत्त्वपूर्ण सामाजिक सिपहरू सिक्ने अवसरहरू प्रदान गरी सामाजिक र भावनात्मक विकासलाई बढवा दिन्छ।

२. **संज्ञानात्मक विकासलाई प्रोत्साहन**
समावेशी खेलले बालबालिकालाई समस्या समाधान गर्ने सिपहरू, कल्पना गर्ने र

कल्पनालाई साकार गर्न खोज्ने खेलमा संलग्न हुने, सिर्जनात्मकता विकास गर्ने **आदि** अवसरहरू प्रदान गरेर संज्ञानात्मक विकासलाई प्रोत्साहन गर्छ।

३. **समावेशीकरण समर्थन**

समावेशी खेलले अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई खेलमा पूर्ण रूपमा सहभागी हुने अवसरहरू प्रदान गरेर समावेशीकरणलाई समर्थन गर्दछ।

स्टेप मोडेल (STEP)

स्टेप मोडेल कुनै पनि खेल वा क्रियाकलापलाई विविध आवश्यकता र क्षमता भएका बालबालिकाहरूका लागि समावेशी बनाउनका लागि उपयोगी ढाँचा हो। यो ढाँचामा चार भागहरू हुन्छन्: ठाउँ, समय र कार्य, उपकरण र मानिसहरू। यी प्रत्येकलाई सम्बोधन गरेर, बालविकास शिक्षकहरूले सबै बालबालिकालाई पूर्ण सहभागी हुन सक्ने गरी खेल वा क्रियाकलापहरू परिमार्जन गर्न सक्छन्। प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा केन्द्रमा स्टेप मोडेलको महत्त्वका बारेमा यहाँ केही बुँदाहरू प्रस्तुत छन्।

१. **ठाउँ (S- Space)**

यस मोडेलको पहिलो स्टेपले खेल वा क्रियाकलापको लागि भौतिक वातावरणलाई जनाउँछ। बालविकास शिक्षकले अपाङ्गता भएकाहरू लगायत सबै बालबालिकाहरूका लागि थप पहुँचयोग्य र मिल्ने ठाउँ बनाउन स्थानलाई परिमार्जन गर्न सक्छन्। यसमा स्थानको लेआउट समायोजन, अतिरिक्त उपकरण वा सहयोग प्रदान गर्ने, वा वातावरणमा परिमार्जन गर्ने आदि कुराहरू समावेश हुन्छन्।

२. **समय र कार्य (T- Time and Task)**

यस मोडेलको समय र कार्यले खेल वा क्रियाकलापको अवधि र जटिलतालाई जनाउँछ। शिक्षकहरूले समय र कार्यलाई अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाका लागि थप पहुँचयोग्य र आकर्षक बनाउन समय र क्रियाकलाप परिमार्जन गर्न सक्छन्। यसमा नियमहरूलाई सरल बनाउने वा परिमार्जन गर्ने, थप निर्देशन वा समर्थन प्रदान गर्ने वा खेल क्रियाकलापको गति समायोजन गर्ने जस्ता विधिहरू समावेश हुन्छन्।

३. **उपकरण (E- Equipment)**

यस मोडेलमा उपकरण भन्नाले खेल वा क्रियाकलापमा प्रयोग हुने उपकरण तथा खेल सामग्रीहरूलाई जनाउँछ । बालविकास शिक्षकहरूले खेलका लागि खेल सामग्रीहरू परिमार्जन गर्न सक्छन् जसले गर्दा अपाङ्गता भएका बालबालिकासहित सबै बालबालिकाहरूका लागि थप पहुँचयोग्य बनाउन सकिन्छ । यसमा वैकल्पिक उपकरणहरू पनि समावेश हुन सक्छ, जस्तै- अनुकूलित खेल सामग्रीहरू वा सहायक प्रविधि वा प्रयोग गर्न सजिलो बनाउन कुनै पनि खालको उपकरणहरू परिमार्जन गर्न सकिन्छ।

४. **मानिसहरू (P- People)**

यस मोडेलले खेलमा बालबालिका लगायत कुनै पनि व्यक्ति, शिक्षक र हेरचाह गर्नेहरूसहित खेल वा क्रियाकलापमा संलग्न व्यक्तिहरूलाई जनाउँछ। शिक्षकहरूले सबै बालबालिकाहरूलाई भाग लिन लगाउन र पूर्ण रूपमा क्रियाकलापमा संलग्न गराउनका लागि र सबैलाई समावेश गराउन समूह बनाउने तथा थपघट गर्ने जस्ता कुराहरूमा परिमार्जन गर्न सक्छन्। यसमा बालविकास शिक्षक वा सहयोगी वा सहयोग प्रदान गर्ने जो कोहीलाई पनि समावेश गरी समावेशिता अभिवृद्धि गर्न सकिन्छ।

समावेशी खेलका उदाहरणहरू

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा राष्ट्रिय न्यूनतम मापदण्डले तोकेअनुसारका सिकाइ क्षेत्र र बाहिरी क्रियाकलापमा समावेशी बनाउने थप समावेशी खेलका केही उदाहरणहरू निम्नानुसार छन् :

१. इन्द्रिय परिचालनका खेल गतिविधिहरू, जस्तै- पानी खेल वा बालुवा खेल अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि पहुँचयोग्य र आकर्षक हुन्छन्।

२. सामूहिक खेलहरू, जस्तै- समूहमा खेलिने निर्माणात्मक क्रियाकलाप, टोली कार्य आदिले सामाजिक सिप अभिवृद्धि गर्छ।

३. अनुकूलित शारीरिक सञ्चालनका खेलहरू, जस्तै- ह्वीलचेयर, बास्केटबल वा अनुकूलित क्रियाकलापले अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि लागि पहुँचयोग्य बनाउनुपर्छ।

४. कल्पनाशील खेल क्रियाकलापहरू, जस्तै- पहिरन प्रदर्शन, भूमिका निर्वाह खेलहरू जसले रचनात्मकता र सामाजिक अन्तर्क्रियालाई अभिवृद्धि गर्छ।

शिक्षकहरूले यस मोडेलको प्रयोग गरेर आफ्नो शिक्षण अभ्यासहरूमा समावेशी खेल समावेश गरी प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाहरूको लागि सामाजिक, भावनात्मक र संज्ञानात्मक विकासलाई अभिवृद्धि गर्न सक्ने सकारात्मक र समावेशी सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्। यसका लागि शिक्षकको भूमिका सरलीकरण गर्ने, सहजीकरण गर्ने, सिकाउने, खेलमा संलग्न गराउने र खेल्दा सबै बालबालिकाहरूलाई उत्तिकै महत्त्व दिने र विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूलाई विशेष ध्यान दिने रहन्छ।

पाठ्यक्रम विविधीकरण

दिनः छैटौँ | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

पाठ्यक्रम विविधीकरण समावेशी बाल विकास शिक्षाको एक महत्वपूर्ण पक्ष हो। यस सत्रमा सहभागीहरूलाई पाठ्यक्रम विविधीकरणको बारेमा आधारभूत ज्ञान र सिप प्रदान गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- पाठ्यक्रम विविधीकरणको परिचय र महत्व बताउन
- प्रारम्भिक बाल विकास शिक्षामा आवश्यक पाठ्यक्रम विविधीकरण गर्न।

विषयवस्तु

- पाठ्यक्रम विविधीकरणको परिचय र महत्व
- पाठ्यक्रम विविधीकरणको अभ्यास

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, पाठ्यक्रम विविधीकरणको चार फरक नमुना क्रियाकलापको ढाँचा।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**पाठ्यक्रम विविधीकरणको परिचय र महत्व** • सहभागीहरूलाई समूहमा कुनै एउटा बालगीत गाउन लगाउने। • त्यसपछि उक्त गीतलाई कसरी साङ्केतिक भाषामा (साधारण सङ्केत) गाउन सकिन्छ होला भनेर सोध्ने र साङ्केतिक भाषामा गाउनका लागि अभ्यास गराउने। • यही कुरालाई सन्दर्भको रूपमा उल्लेख गर्दै पाठ्यक्रम विविधीकरणको अवधारणाको बारेमा देहायका बुँदाहरू प्रस्तुत गरी स्पस्ट पार्ने : ◦ समावेशीकरणलाई सबैका लागि शिक्षाको मौलिक मानव अधिकार मानिन्छ जुन मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणा १९४८ मा समावेश गरिएको थियो। ◦ अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारसम्बन्धी संयुक्त राष्ट्र सङ्घको महासन्धिको धारा २४ ले हरेक राज्यलाई शिक्षा प्रणालीमा सुधार गर्न र	२० मिनेट

	अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई गुणस्तरीय समावेशी शिक्षामा पहुँच सुनिश्चित गर्न कदमहरू चाल्न आग्रह गरेर समावेशीकरणतर्फ विश्वव्यापी परिवर्तनलाई बलियो बनायो। ◦ शैक्षिक उपलब्धिमा विश्वव्यापी प्रगतिको बाबजुद अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू सबैभन्दा बढी सहयोग गर्नुपर्ने समूहहरूमध्ये एक हुन्। अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको पहुँच र अवसरलाई विश्लेषण गर्दा तिनीहरूले शिक्षामा भाग लिन र पूरा गर्ने सम्भावना कम हुन्छ। ◦ यस सन्दर्भमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको शिक्षाको अधिकारको बाधाहरू हटाउनका लागि निरन्तर र सक्रिय प्रतिबद्धताको प्रक्रियाका रूपमा पाठ्यक्रम विविधीकरणलाई लिइन्छ। ◦ यो नियमित विद्यालय संस्कृति, नीति र अभ्यासमा सबै विद्यार्थीहरूलाई समायोजन र प्रभावकारी रूपमा समावेश गर्नका लागि गरिने परिवर्तनहरूको प्रतिबिम्बन पनि हो। ◦ यसर्थ पाठ्यक्रम विविधिकरण कक्षाकोठामा विद्यार्थीहरूको विभिन्न क्षमता वा स्तरअनुसार पाठ्यक्रम परिमार्जन वा अनुकूलन गर्ने प्रक्रिया हो । यसलाई एक रणनीतिका रूपमा पनि लिइन्छ जसमा शिक्षकहरूले सबै शिक्षार्थीहरूका लागि अर्थपूर्ण सिकाइ अनुभवहरू उपलब्ध गराउनका लागि प्रयोग गर्न सक्छन्। **महत्व** • सहभागीहरूलाई पाठ्यक्रम विविधीकरणको महत्वबारे छलफल तथा अन्तर्क्रिया गर्न लगाउने। • छलफल तथा अन्तर्क्रियामा उठेका विचारहरूलाई समेटेर सहजकर्ताले देहायका बुँदाहरू प्रस्तुत गरी पाठ्यक्रम विविधीकरणको महत्व स्पष्ट पार्ने: ◦ विशेष आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूको आवश्यकताहरू पूर्ति गर्न ◦ समावेशितालाई प्रवर्धन गर्न ◦ सबै बालबालिकाहरूको सिकाइमा सहभागिता सुनिश्चित गर्न ◦ बालबालिकाहरूको सामाजिक तथा संवेगात्मक पक्षमा सहयोग गर्न ◦ शैक्षिक उपलब्धि सुधार गर्न ◦ बालबालिकाहरूबिचको सकारात्मक सम्बन्ध प्रवर्धन गर्न	
२	**पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनको अभ्यास** • सहभागीहरूलाई चार समूहमा विभाजित हुन लगाउने र प्रत्येक समूहलाई एक एक ओटा अपाङ्गताको क्षेत्र तोक्ने। • समूहले आफूले पाएको अपाङ्गताको क्षेत्रअनुसार नमुना क्रियाकलापको ढाँचा उपलब्ध गराउने र सरसर्ती अध्ययन गर्न लगाउने। • सरसर्ती अध्ययन गरेर पाठ्यक्रम विविधीकरणको सम्बन्धमा के बुझाइ भयो भनेर छोटोमा सबै समूहबाट प्रतिक्रिया लिने।	६० मिनेट

	• अब सहजकर्ताले उक्त नमुना क्रियाकलापलाई चार्ट पेपरमार्फत देखाउँदै विभिन्न किसिमका अपाङ्गता तथा सिकाइसम्बन्धी कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूका निमित्त कसरी पाठ्यक्रम विविधीकरण गर्न सकिन्छ भनेर प्रस्ट पार्ने। • अब हरेक समूहलाई बालविकास पाठ्यक्रममा उल्लेख भएकामध्ये कुनै एक सिप रोज्न र उक्त सिप सिकाउनका लागि सम्बन्धित अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका निमित्त कसरी पाठ्यक्रम विविधीकरण गर्न सकिन्छ भनेर समूहमा छलफल गरेर अभ्यास गर्न लगाउने। प्रत्येक समूहलाई २/२ मिनेट प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउने र आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्ने। • समूह कार्यबाट आएका कुराहरूलाई समेट्दै पाठ्यक्रम विविधीकरणले अपाङ्गता भएका तथा सिकाइमा कठिनाइ भएका बालबालिकाहरूको प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा पहुँच सुनिश्चित गराउँछ भन्ने कुरा पुनः स्मरण गराउने।	

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- पाठ्यक्रम विविधीकरण भनेको के हो?
- यो किन आवश्यक छ र कसको लागि आवश्यक छ?
- पाठ्यक्रम विविधीकरण गर्दा के के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ?

सत्र १७

पाठ्यक्रम विविधीकरण

अपाङ्गता भएका र अन्य सबै बालबालिकाको विविध आवश्यकताहरू पूरा गर्न पाठ्यक्रममा विविधीकरण र अनुकूलन गरी सामग्री र क्रियाकलापहरूको परिमार्जन तथा समायोजन गर्नुले सबै बालबालिकाहरूको फरक फरक आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्दछ । प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा पाठ्यक्रम विविधीकरण अनुकूलन समावेशी अभ्यासहरूलाई बढवा दिन र सबै बालबालिकाको विकासात्मक प्रगतिलाई हासिल गर्न सहयोग गर्न बनाइएको लिखित मार्गदर्शन हो।

पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनको महत्त्व

१. **विभिन्न शिक्षा आवश्यकताहरू समायोजन गर्दछ**

पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनले सबै बालबालिकाका विविध सिकाइ आवश्यकता र सक्षमताहरूलाई समायोजन गर्न सक्छ । यसले उनीहरूको सिकाइ उपलब्धि र सफलता, सिकाइमा संलग्नता र बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासलाई प्राथमिकता दिन्छ।

२. **समावेशीकरणलाई प्राथमिकता दिन्छ**

पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनले अपाङ्गता भएकाहरूसहित सबै बालबालिकाहरूको विविध आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्ने सामग्री र क्रियाकलाप प्रदान गरेर समावेशी अभ्यासहरूलाई बढवा दिन सक्छ। यसले सबै बालबालिकाको सफलतालाई महत्त्व दिने व्यक्तिगत योजना निर्माण र व्यवस्थापन गर्न सहयोग गर्छ।

३. **विकासात्मक प्रगतिलाई समर्थन गर्दछ**

पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनले सबै विद्यार्थीहरूको उमेर, सिप, स्तर र

विकासात्मक चरणका लागि उपयुक्त सामग्री र क्रियाकलाप प्रदान गरेर उनीहरूको विकास प्रक्रियालाई उचित वातावरण दिन्छ । यसले उनीहरूको संलग्नता र सिकाइमा प्राथमिकता दिन्छ।

पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनको प्रक्रिया

पाठ्यक्रम विविधीकरण र अनुकूलनको प्रक्रियामा सामान्यतया निम्न चरणहरू समावेश हुन्छन् :

१. **मूल्याङ्कन**
बालबालिकाको क्षमता र आवश्यकताहरूको मूल्याङ्कन गर्नु पाठ्यक्रम अनुकूलनको पहिलो चरण हो । यसमा औपचारिक वा अनौपचारिक मूल्याङ्कन साथै आमाबाबु र विज्ञहरूको सल्लाह सुझाव समेत समावेश हुन्छ।

२. **विश्लेषण**
पाठ्यक्रम अनुकूलनको अर्को चरणअन्तर्गत बालबालिकाको सबल पक्ष र थप सहयोगका क्षेत्रहरू पहिचान गर्न मूल्याङ्कन तथ्याङ्क विश्लेषण गर्नु हो । यसले समयसँगै विद्यार्थीको प्रगति ट्र्याकिङ गर्ने र यसलाई मापदण्डसँग तुलना गर्ने कुराहरू समावेश गर्दछ।

३. **परिमार्जन र योजना**
तथ्याङ्कमा आधारित मूल्याङ्कनको निर्देशनमा शिक्षण सामग्री, सिकाइ उपलब्धि परिमार्जन गर्नु र भविष्यका लागि योजना गर्नु पाठ्यक्रम अनुकूलनको अर्को चरण हो । यसमा व्यक्तिगत योजना र व्यवस्थापनका साथै सबै बालबालिकाका विविध आवश्यकताहरू पूरा गर्न निर्देशनात्मक रणनीतिहरू समेत समायोजन गर्न सकिन्छ।

४. **कार्यान्वयन र अनुगमन**
अनुकूलित पाठ्यक्रमको कार्यान्वयन र निर्धारित सिकाइ उपलब्धिको अनुगमन प्रक्रिया अन्तिम चरण हो । यसमा बालबालिका र उनीहरूका अभिभावकसँग नियमित सम्पर्क साथै पाठ्यक्रमको निरन्तर मूल्याङ्कन र आवश्यकताअनुसार परिमार्जन समावेश हुन्छन्।

व्यावहारिक उदाहरणहरू

१. अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइ सहयोगका लागि वैकल्पिक सामग्री वा क्रियाकलापहरू परिमार्जन गर्ने जसमा विशेष आवश्यकताहरू, जस्तै- श्रव्य-दृश्य सामग्री वा परिमार्जित क्रियाकलापहरू व्यवस्थापन गर्ने।
२. एक वा धेरै बालबालिकाको आवश्यकताहरू पूरा गर्न निर्देशन गर्ने र विभिन्न स्तरमा क्रियाकलापहरू समायोजन गर्दै जाने।
३. क्रियाकलाप र कार्यान्वयन, परीक्षणहरू, यथेष्ट समय आदिको समयानुकूल व्यवस्थापन गर्दै जाने। बालबालिकाहरूको विविध सिक्ने शैलीहरूलाई प्राथमिकता दिँदै विभिन्न निर्देशनात्मक रणनीतिहरू, जस्तै- बहुइन्द्रिय क्रियाकलापमा सहभागी गराउन सकिन्छ।
४. बालविकास शिक्षकहरूले आफ्नो शिक्षण अभ्यासहरूमा पाठ्यक्रम अनुकूलन र प्रयोग गरेर अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाको लागि शैक्षिक सफलता र सर्वाङ्गीण विकासलाई उपयुक्त, सकारात्मक र समावेशी सिकाइ वातावरण सिर्जना गर्नुपर्दछ । विभिन्न तरिकाले

निरन्तर मूल्याङ्कन गर्ने, तथ्याङ्क विश्लेषण गर्ने, निर्देशनहरू परिमार्जन गर्ने, प्रगतिको नियमित अनुगमन गर्ने र शिक्षकहरूले सबै बालबालिकाको विविध आवश्यकताहरूअनुसार सिकाइ क्रियाकलाप परिमार्जन गर्नुपर्दछ।

एकीकृत परिवार सेवा योजना

दिनः छैटौँ | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

अपाङ्गता भएका तथा कार्यगत सीमितता भएका प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकास गर्न आवश्यक सेवा र सहयोग जुटाउनका लागि तर्जुमा गरिने योजनालाई एकीकृत परिवार सेवा योजना भनिन्छ । यसका लागि परिवार, अभिभावक तथा सम्बन्धित क्षेत्रमा कार्यरत विज्ञहरूको सेवा तथा सहयोग आवश्यक पर्दछ । एकीकृत पारिवारिक सेवा योजना तर्जुमा गर्नमा बालविकास शिक्षकहरूको महत्वपूर्ण रहने हुँदा यस सत्रमा सहभागीहरूलाई यस योजनाको बारेमा प्रारम्भिक अभिमुखीकरण प्रदान गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको परिचय र उद्देश्यको बारेमा बताउन
- एकीकृत पारिवारिक योजना तर्जुमा गर्न सहयोग गर्न।

विषयवस्तु

- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको परिचय र उद्देश्य
- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाले समेट्ने क्षेत्रहरू र योजनाका चरणहरू
- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको नमुना ढाँचा

तालिम सामग्रीहरू

फरक फरक रङको मेटाकार्ड, एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाका चरणहरूको पठन सामग्री, एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाका विषयवस्तु लेखिएको कार्ड, एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको नमुना ढाँचा।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको परिचय र उद्देश्य** • प्रत्येक सहभागीलाई दुई भिन्न रङको मेटाकार्ड दिने । पहिलो कार्डमा एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाका बारेमा एक वाक्य र दोस्रो कार्डमा यसका उद्देश्यहरू लेख्न लगाउने । • सहभागीहरूबाट मेटाकार्ड सङ्कलन गरेर सहजकर्ताले केही मेटाकार्डमा लेखिएका कुराहरू पढेर सहभागीहरूलाई सुनाउने। • सहजकर्ताले तलका बुँदाहरूको आधारमा एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको अवधारणाको बारेमा प्रस्ट पार्ने। ◦ अपाङ्गता भएका तथा कार्यगत सीमितता भएका प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासका लागि आवश्यक सेवा र सहयोग जुटाउन तर्जुमा गरिने योजनालाई एकीकृत परिवार सेवा योजना भनिन्छ । यसका लागि परिवार, अभिभावक तथा बालबालिकाको अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितताको असर कम गर्ने क्षेत्रमा कार्यरत विज्ञहरूको सेवा तथा सहयोग आवश्यक पर्दछ । ◦ नेपालको संविधान, राष्ट्रिय शिक्षा नीति र शिक्षासम्बन्धी ऐन कानुनहरूले बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासको हकलाई सुनिश्चित गरेकाले यस योजनाले उक्त अधिकारको सुनिश्चितताको लागि सहयोग गर्दछ। ◦ यस योजनाले बालबालिकाको अपाङ्गता पहिचान तथा त्यसका असर कम गर्ने मात्र नभई परिवारको सबल पक्ष, आवश्यकता, समस्या तथा समाधानका उपायहरू खोजी गर्ने र यसका लागि विभिन्न प्रकारका सेवा प्रदायकसँग समन्वय गरी सेवा र सहयोग गर्ने भएकाले यस योजनालाई एकीकृत परिवार सेवा योजना भनिएको हो । यसले बालबालिकामा भएको अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितता पहिचान गरी प्रारम्भिक सहयोगको माध्यमबाट अपाङ्गताको असर कम गर्नुका साथै उनीहरूको विकास तथा सिकाइमा सहजीकरण गर्न सम्बन्धित सबै सेवा प्रदायकलाई परिचालन गर्ने अभिष्ट राखेको हुन्छ । **उद्देश्यहरू** • एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाका उद्देश्यहरूलाई निम्नानुसार प्रस्तुत गरी स्पष्ट पार्ने : ◦ प्रारम्भिक बाल्यवस्थाका बालबालिकामा हुन सक्ने अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितता पहिचान गरी अपाङ्गताको असर कम गर्नका लागि आवश्यकताअनुसार हेरचाह, थेरापीहरू, औषधी, परामर्श, पैरवी तथा संरक्षणका सेवा उपलब्ध गराउन सम्बन्धित निकायसँग सहकार्य गर्नु ◦ अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासका लागि आवश्यक सहयोग गर्नु	२० मिनेट

	◦ बालबालिकामा हुन सक्ने अपाङ्गता, जस्तै- संज्ञानात्मक, शारीरिक, सञ्चार र सामाजिकीकरणसम्बन्धी, दृष्टिसम्बन्धी, सुनाइसम्बन्धी तथा अन्य सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गताका लागि प्रारम्भिक सहयोग (Early intervention) का कार्य गर्नु ◦ परिवारका आर्थिक-सामाजिक लगायत विभिन्न परिस्थितिजन्य कारणबाट बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा बाधा पुगेको भए उक्त बाधा हटाउने उपायहरू खोजी गरी परिवारलाई सहयोग गर्नु ◦ बालबालिकाको सिकाइमा सहजीकरण गर्नु ◦ बालबालिकाको सबल पक्ष, सक्षमता, अवरोध तथा रुचि पहिचान गरी सोही बमोजिमका विकास तथा सिकाइका क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नु ◦ अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई उपलब्ध गराउने सेवा र सहयोग पहुँचका लागि अभिभावक तथा स्याहारकर्तालाई सहजीकरण गर्नु। **एकीकृत परिवार सेवामा उपलब्ध गराइने सेवा तथा सहयोगहरू** • एकीकृत परिवार सेवामा उपलब्ध गराइने सेवा तथा सहयोगहरू निम्नलिखित हुन्छन भनी उल्लेख गर्ने र ती सेवा उपलब्ध गराउने पेशाविद् वा संस्था खोजी गर्नुपर्ने विषय पनि उल्लेख गर्ने : ◦ सहयोगी प्रविधि (Assistance Technology) ◦ ध्वनि विज्ञान सेवा (Audiology Services) ◦ गृह भेटघाट, अभिभावकलाई तालिम परामर्श ◦ पोषण सेवा ◦ दैनिक कार्य तथा अन्य कार्यसम्बन्धी थेरापी (Occupational Therapy) ◦ मनोवैज्ञानिक परामर्श ◦ विभिन्न प्रकारका सेवा समन्वयसम्बन्धी सेवा ◦ स्वर बोलाइ तथा भाषा रोग विज्ञानसम्बन्धी सेवा (Speech pathology and Language disorder Services) ◦ यातायात सेवा र यातायात खर्च उपलब्ध गराउने सेवा ◦ दृष्टिसम्बन्धी सेवा (Vision related Services support)	
२	**एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाका चरणहरू** • सहभागीहरूलाई छ ओटा समूहमा विभाजन गर्ने। • समूहअनुसार प्रत्येक समूहलाई पठन सामग्री दिने र अध्ययन गरेर महत्वपूर्ण कुराहरू टिपोट गर्न लगाउने। • अब प्रत्येक समूहलाई पालैपालो टिपोट गरेका कुराहरू आदानप्रदान गर्न लगाउने। • समूहकार्यबाट आएका कुराहरूलाई समेट्दै सहजकर्ताले एकीकृत पारिवारिक योजना निर्माणका चरणहरूको बारेमा थप प्रस्ट पार्ने। • अब सहजकर्ताले तलका बुँदाहरूको आधारमा योजना निर्माण गर्दा ध्यान	२० मिनेट

	दिनुपर्ने पक्षहरूको बारेमा सङ्क्षेपमा जानकारी गराउने। • एकीकृत परिवार सेवा योजना तयार गर्दा निम्नलिखित विषयमा ध्यान दिनु पर्दछ भनी स्पष्ट पार्ने : ◦ बाल अधिकार तथा बालबालिकाको संरक्षण र सुरक्षा ◦ तथ्यगत विवरण तथा रेकर्ड व्यवस्थापन, गोपनीयताको सुनिश्चितता ◦ बालबालिकाको उच्चतम हित ◦ अभिभावक तथा परिवारका सदस्य र हेरचाह गर्ने व्यक्तिको सहभागिता सुनिश्चितता ◦ बालबालिकाको आवश्यकता पूर्तिका लागि स्रोतको खोजी र सुनिश्चिता ◦ कानुनी बाधा अड्चन भएमा सोको समाधानका उपायको खोजी ◦ अभिभावक सेवा प्रदायककहाँ गए नगएको विषयमा सूचना तथा जानकारी लिने र नगएको भएमा जानका लागि सहजीकरण गर्ने ◦ कार्य सम्पादनको क्रममा देखिन सक्ने जोखिमको विषयमा छलफल, बालबालिकाको विकासको लक्ष्य हासिल भए नभएको जानकारी आदि।	
३	**एकीकृत परिवार सेवा योजनाको मुख्य विषयवस्तु** • प्रत्येक सहभागीलाई विषयवस्तु लेखिएको कार्ड दिने र कार्डमा लेखिएको नम्बरअनुसार लाइनमा उभिन लगाउने। • अनुक्रमअनुसार सहभागीलाई पालैपालो आफ्नो चिटमा भएको कुरा पढ्न लगाउने र सबैले पढिसकेपछि के के कुराहरू थाहा भयो भनेर सहभागीहरूलाई सोध्ने। • सहजकर्ताले सहभागीहरूले बताएका कुराहरूलाई समेट्दै यसमा समेटिने मुख्य विषयवस्तुको बारेमा थप प्रकाश पार्ने।	२० मिनेट
४	**एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको नमुना ढाँचा** • सहजकर्ताले एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाको नमुना ढाँचा चार्ट पेपरमार्फत देखाउँदै कुन विवरणहरू कसरी भरिएका छन् भनेर सामान्य छलफल गराउने।	२० मिनेट

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजना भनेको के हो?
- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनाका उद्देश्यहरू के के हुन्?
- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजनामा समेटिने मुख्य विषयवस्तुहरू के के हुन्?
- एकीकृत पारिवारिक सेवा योजना निर्माण गर्दा के के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ?

एकीकृत परिवार सेवा योजना (IFSP)

प्रारम्भिक बाल्यावस्था मानव विकासको जग हो । त्यसैले हरेक बालबालिकाले बाल्यावस्थादेखि नै आफ्नो सबै पक्षको विकासको अवसर पाउनुपर्छ । नेपालको संविधानले प्रत्येक बालबालिकालाई बालविकासको पूर्ण हक सुनिश्चित गरेको छ । यसै गरी अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा ऐन, २०७५ ले चार वर्ष उमेर पूरा गरेका बालबालिकालाई एक वर्षे प्रारम्भिक बालविकास र सिकाइ अनिवार्य हुनुपर्ने व्यवस्था गरेको छ।

तर नेपालमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई प्रारम्भिक बालविकास कार्यक्रममा समावेश गर्ने कार्य चुनौतीपूर्ण छ । अपाङ्गताको पहिचान समयमा नहुनु, शिक्षकलाई अपाङ्गता भएका बालबालिकाको विकास र सिकाइमा सहजीकरण गर्ने ज्ञान र सीपको कमी हुनु, अभिभावकलाई आफ्ना अपाङ्गता भएका छोराछोरीको विकास र सिकाइमा सहभागी गराउन नसकेको कारणले यस अवसरबाट अपाङ्गता भएका बालबालिका वञ्चित हुन पुगेका छन्।

यसै गरी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको विभिन्न पक्षको विकासका लागि विभिन्न विज्ञ, सेवा प्रदायक र सरोकारवालाहरूलाई पनि पर्याप्त रूपमा संलग्न गराउन नसकेको कारणले पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता न्यून देखिएको छ । त्यसैले अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई प्रारम्भिक बालविकास कार्यक्रममा समेट्नका लागि परिवार, विज्ञहरू लगायत सरोकारवालाहरूको संलग्नता बढाउने र क्षमता विकास गर्ने उद्देश्यले एकीकृत परिवार सेवा योजनाका मार्गदर्शन तयार गरिएको हो।

योजनाको आवश्यकता र औचित्य

यस योजनाले बालबालिकामा रहेको अपाङ्गता पहिचान गर्ने र त्यसका असर कम गर्न मद्दत गर्ने मात्र नभई बालबालिका तथा परिवारको सबल पक्ष, आवश्यकता, समस्या तथा समाधानका उपायहरू खोजी गर्छ । यसका लागि विभिन्न प्रकारका विज्ञ, सरोकारवाला र सेवा प्रदायकसँग समन्वय गरी सेवा र सहयोग गर्ने भएकाले यस योजनालाई एकीकृत परिवार सेवा योजना भनिएको हो।

योजनाको उद्देश्य

एकीकृत परिवार सेवा योजनाका निम्न उद्देश्यहरू छन्:

क) प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका बालबालिकामा हुन सक्ने अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितता पहिचान गरी अपाङ्गताको असर कम गर्नका लागि आवश्यकताअनुसार हेरचाह, थेरापीहरू, औषधी परामर्श, पैरवी तथा संरक्षणका सेवा उपलब्ध गराउन सम्बन्धित निकायसँग सहकार्य गर्ने

ख) अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सबै पक्षको विकासका लागि अथवा उनीहरूको सर्वाङ्गीण विकासको लागि आवश्यक पर्ने सहयोगहरू गर्ने

ग) बालबालिकामा हुन सक्ने बौद्धिक, शारीरिक, सञ्चार र सामाजिकीकरणसम्बन्धी कठिनाइहरू, सिकाइसम्बन्धी, दृष्टि र सुनाइसम्बन्धी लगायतका सीमितता र कार्यगत सीमितता भएका बालबालिकालाई प्रारम्भिक समयमा चाहिने सहयोग र हस्तक्षेपका कामहरू गर्ने।

घ) परिवारका आर्थिक-सामाजिक लगायत विभिन्न परिस्थितिजन्य कारणबाट बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा बाधा पुगेको भए उक्त बाधा हटाउने उपायहरू खोजी गरी परिवारलाई सहयोग गर्ने।

ङ) बालबालिकाको सिकाइमा उनीहरूको सिकाइ आवश्यकताअनुसारको सिकाइ योजना तयार गरी सिकाइमा सहजीकरण गर्ने। बालबालिकाको सबल पक्ष, सक्षमता, अवरोध तथा रुचि पहिचान गरी सोहीबमोजिमका विकास तथा सिकाइका क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने

च) यसै गरी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई उनीहरूका अभिभावक र स्याहारकर्ताबाट विभिन्न प्रकारका सेवाको जरुरत पर्छ। यस्ता सेवाहरू पहिचान गरी तिनमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको पहुँच पुर्‍याउन सहजीकरण गर्नु पनि यस योजनाको एउटा उद्देश्य हो।

विषयवस्तुहरू

विषयवस्तु भन्नाले यस योजनाभित्र कस्ता कस्ता विषयहरूलाई समेट्ने भन्ने हो जुन देहायबमोजिम छन्:

- अभिभावकहरूलाई अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि अभिभावकत्व कसरी निभाउने भन्ने विषयको ज्ञान र सिप
- कुनै प्रकारको आर्थिक समस्या भएमा त्यसको लागि समाधानको उपायहरू
- परिवारका सदस्य, बालबालिका तथा अभिभावकलाई कुनै प्रकारको मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या भएमा उक्त समस्या समाधान गर्ने तरिकाहरू
- बालबालिकामा भएको अपाङ्गताको कारणले परिवारका सदस्यहरूबिचमा वा पारिवारिक सम्बन्धमा कुनै समस्या आएको छ भने त्यसको समाधानको उपाय।
- कुनै परिवारमा अपाङ्गता भएका बालबालिका भएको कारणले उक्त परिवारले समाज वा समुदायबाट कुनै प्रकारको विभेद वा समस्या भएको पाइएमा वा अलग्याएको भएमा उक्त समस्यालाई समाधान गर्ने तरिका।
- बालबालिकाको विकासको वर्तमान अवस्था : परिवारसम्बन्धी विस्तृत सूचना र जानकारी, जस्तै- परिवारको आर्थिक अवस्था, समुदाय तथा घर वरिपरिको सामाजिक इतिहास इत्यादि। तर यस्ता सूचनाहरू संवेदनशील हुने भएकोले यस्तो सूचना लिँदा परिवारको अनुमति लिनुपर्छ।
- एकीकृत परिवार सेवा प्रारम्भ गर्ने मिति, परिवार तथा बालबालिकाको विशेष

आवश्यकता सम्बोधन गर्न आवश्यक पर्ने सेवाहरू र योजना कार्यान्वयनबाट हासिल गर्नुपर्ने उपलब्धिहरू

- प्रत्येक सत्र वा बैठक वा भेटघाटको अवधि, सत्र वा बैठकबाट भेटघाटको तालिका, जस्तै- दैनिक, साप्ताहिक, हप्तामा दुई पटक, हप्तामा तीन पटक, पाक्षिक वा मासिक
- भेटघाटको प्रकारहरू, जस्तै वैयक्तिक वा सामूहिक
- सेवा प्रवाहको विधि, जस्तै- प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष, सल्लाह वा परामर्श इत्यादि
- सेवा प्रदान गर्ने स्थान । प्राकृतिक वातावरणमा प्रदान गरिने सेवालाई उत्कृष्ट मानिन्छ, जस्तै- घर वा समुदाय
- सेवा प्रवाहको अवधि : कुल अवधि एक वर्षलाई उपयुक्त मानिन्छ
- सेवाको आर्थिक स्रोत व्यहोर्ने निकाय । सेवा शुल्क दिनपर्ने भएमा सोको तरिका र उक्त शुल्क बुझाउनुपर्ने निकाय
- सेवा समन्वयकर्ता वा संयोजकको नाम तथा भूमिका
- सङ्क्रमणकालीन योजनासम्बन्धी क्रियाकलाप
- एकीकृत परिवार सेवा योजनाले लिएका उद्देश्य पूरा भए नभएको सूचना तथा जानकारी यस्ता सूचनाहरू लिनका लागि अनुगमन गर्ने विधि, उपकरण र प्रक्रियाहरू
- विभिन्न सूचनाहरू लिने लगायत बालबालिकाका लागि अन्य कामहरू गर्ने अभिभावक वा आधिकारिक व्यक्ति वा संस्थाको सहमति/हस्ताक्षर
- नयाँ योजना निर्माण गर्ने ।

विज्ञ तथा सरोकारवाला

अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई उनीहरूको सर्वपक्षीय विकासका लागि र सिकाइमा सहजीकरण गर्न विभिन्न प्रकारका परामर्श, सिप, थेरापी, औषधी उपचार, सामाजिक व्यवहारहरू सिक्ने सिपहरू जरुरी हुन्छ । यसको लागि परिवारका सदस्य र शिक्षक लगायत अरू विभिन्न सरोकारवाला निकाय विज्ञहरूको जरुरत हुन्छ । हामीले चित्रमा पनि देख्न सक्छौँ, परिवारका सदस्य र अभिभावकहरू, बाल संरक्षणका सरोकारवाला, चिकित्सक, सहयोगी चिकित्सक, विभिन्न प्रकारका थेरापीहरू दिने थेरापिष्टहरू, मनोविद्, शिक्षक, सामाजिक परिचालक, पैरवीकर्ता इत्यादि।

तर नेपालमा यहाँ भनिए जस्तै गरी सबै स्थानहरूमा विज्ञ तथा पेशविद उपलब्ध हुन सक्छन् भन्ने छैन। यस्तो अवस्थामा स्थानीय तहमा स्वास्थ्य केन्द्रका स्वास्थ्यकर्मी, शिक्षा अधिकृत, समुदायका स्वास्थ्य स्वयमसेविका तथा विद्यालय नर्सहरूलाई उपलब्धता हेरी संलग्न गराउन सकिन्छ।

सहयोग तथा सेवाहरू

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सर्वपक्षीय विकास र सिकाइलाई सहजीकरण गर्न यसभन्दा पहिले चर्चा गरिएका विभिन्न शिक्षक, परिवारका सदस्य, अभिभावक लगायत अन्य विभिन्न सरोकारवालाहरूमार्फत विभिन्न प्रकारका सेवा र सहयोग उपलब्ध गराइन्छ जुन यसप्रकार छन् :

- सहयोगी प्रविधि र सहायक सामग्री: हिँडडुलमा सजिलो बनाउने सेतो छडी, ह्विलचियर लगायतका सहायक सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने
- थेरापी सेवाहरू: फिजियो थेरापी, अकुपेशनल थेरापी, स्पिच थेरापी इत्यादि
- ध्वनि विज्ञान सेवा: सुस्त श्रवण व्यक्तिलाई आवाज सुन्न सहयोग गर्ने श्रवण यन्त्र
- गृह भेट र अभिभावकहरूलाई तालिम र परामर्श

- पोषण सेवा: पोसिलो खानेकुराहरूको बारेमा जानकारी, खुवाउने विधि र तरिकाहरू
- मनोवैज्ञानिक परामर्श
- विभिन्न प्रकारका सेवा समन्वयसम्बन्धी सेवा: बालबालिकालाई समुदायमा उपलब्ध विभिन्न सेवाहरूसँग जोडिदिने कामहरू
- यातायात सेवा वा यातायात खर्च उपलब्ध गराउने सेवा
- दृष्टिसम्बन्धी सेवाहरू

योजना निर्माणका लागि आवश्यक क्षेत्रहरू

प्रारम्भिक बालविकास र सिकाइका लागि एकीकृत परिवार सेवा योजना निर्माण गर्दा आवश्यक पर्ने विभिन्न विषयगत क्षेत्रहरूको बारेमा चर्चा गरौँ। यसअन्तर्गत जम्मा ९ ओटा क्षेत्रलाई समेटिएको छ जसको बारेमा हामी क्रमैसँग चर्चा गर्नेछौँ।

क्षेत्र १: बालबालिकासम्बन्धी सामान्य सूचना तथा जानकारी

यसअन्तर्गत बालबालिकाको जनसाङ्ख्यिक सूचना र सामान्य स्वस्थयसम्बन्धी सूचना लिनुपर्छ। जस्तै बालबालिकाको नाम थर, ठेगाना, उमेर, बालबालिकाको जन्मसम्बन्धी विवरण लिइन्छ। यसैगरि बालबालिकाको मातृभाषा तथा अन्य जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्क भएमा सोको पनि जानकारी लिनुपर्दछ।

क्षेत्र २ परिवारको चासो र चिन्तासम्बन्धी विवरण

यस खण्डमा परिवारसम्बन्धी विवरणहरू लिइन्छ। अपाङ्गता पहिचान भएको वा नभएको, थेरापिसम्बन्धी जानकारी, कुनै सेवा लिएको वा नलिएको, लगायत सेवाको सम्बन्धमा परिवारको समग्र चासो, चिन्ता, अपेक्षा र गुनासोहरू लिइन्छ।

क्षेत्र ३ : अपाङ्गता पहिचान र लेखाजोखा

यसअन्तर्गत बालबालिकामा के कस्तो प्रकारको अपाङ्गता छ, जाँच भएको छ कि छैन, भएको भए त्यसको विवरण, अपाङ्गताको गम्भिरता कस्तो छ भन्ने लगायतका सूचना समावेश गरिन्छ।

क्षेत्र ४ : स्वास्थ्य सेवा तथा व्यवहारसम्बन्धी जानकारी

यसअन्तर्गत बालबालिकाको पोषण तथा स्वस्थ्यसम्बन्धी सूचना र जनकारी लिइन्छ। जस्तै बाबालिकाको जन्मदाको तौल, जन्म पश्चातका प्रवृत्तिहरू, हालको स्वास्थ्य अवस्था, कुनै औषधी प्रयोग गर्ने गरेको भए सो को सूचना । यसैगरि बालबालिकामा कुनै प्रकारको दुखाइ भए नभएको, बालबालिकाका तौल र उचाइमा समस्या भए नभएको, बालबालिकाले कस्तो खाना मन पराउँछन् ? विशेष खालको खाना खुवाउने गरे नगरेको? बालबालिकालाई प्रयाप्त पौष्टिक खाना उपलब्ध भए नभएको? दाँतसम्बन्धी समस्या भए नभएको? पर्याप्त निन्द्रा लाग्ने वा नलाग्ने ? लगायतका सूचनहरू लिनुपर्छ।

यसैगरि बालबालिकाको व्यवहारसम्बन्धी जानकारी पनि यसै खण्डमा लिनुपर्दछ । जस्तै बालबालिका खुशी हुँदा के गर्छन्? रिसाउदा के गर्छन्? रिसाएका बेला रिस शान्त गर्न कति समय लाग्छ? बालबालिका अभिभावकसँग कसरी मिलेर बस्छन् कि बस्दैनन्, अन्य सदस्यसँग कसरी मिलेर बस्दछन्? बालबालिका खेलौनासँग कसरी खेल्छन् ? प्रतिक्रियाहरू कसरी जनाउँदछन्? लगायतका सूचना लिनुपर्छ।

क्षेत्र ५ : बालबालिकाको अपाङ्गता तथा कार्यगत सीमितताको लेखाजोखा

यस खण्डमा खास गरेर अपाङ्गताको अवस्थाअनुसारको सेवा सुविधा सिफारिस गर्नुपर्दछ । त्यसैले क्षेत्र ३अनुसार अपाङ्गताको

परीक्षण नभएको भए वा परीक्षणबाट अपाङ्गता पहिचान भए नभएको उल्लेख गरी पहिलो परिक्षण वा थप परीक्षण आवश्यक पर्ने भएमा लेखाजोखा गरी आवश्यक सेवा तथा सहयोग सिफारिस गर्नुपर्दछ।

क्षेत्र ६ : परिवारको सबल पक्ष तथा परिवारमा उपलब्ध स्रोतको आँकलन

यस खण्डमा परिवारमा भएको सवल पक्ष तथा स्रोत साधनको विषयमा सूचना तथा जानकारी लिनुपर्दछ। जस्तै परिवारको आर्थिक तथा शैक्षिक अवस्था, बालबालिकाको सबल पक्षका सम्बन्धमा परिवारले बुझे नबुझेको वा जानकारी भए नभएको? परिवारलाई बालबालिकाको शिक्षा र स्वास्थ्यको अधिकारको विषयमा जानकारी भए नभएको? इत्यादि।

यसैगरि परिवारले बालबालिकाको सहयोगी सेवामा पहुँच पाए नपाएको? समुदायमा बालबालिकासम्बन्धी सेवा सुविधा उपलब्ध भए नभएको तथा परिवारले उक्त सेवा सुविधा पाएको नपाएको सम्बन्धमा पनि सूचना लिनुपर्छ।

यस बाहेक परिवारका अन्य विषय जस्तै परिवारमा को को छन्? परिवार, नातागोता र समुदायबाट अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई कुनै सहयोग प्राप्त भए नभएको? परिवारमा कुनै राम्रा नराम्रो घटना घटदा कसलाई वा परिवारको कुन सदस्लाई भेटने? लगायतका सूचना पनि सङ्कलन गर्नुपर्छ।

क्षेत्र ७ : कार्यगत क्षमता, सबल पक्ष र आवश्यकता

यस खण्डमा बालबालिका के गर्न सक्छन् भन्ने विषयसँग सम्बन्धित विवरण सङ्कलन गर्नुपर्छ र प्रश्नहरू पनि सोहीअनुसार तयार गर्नुपर्छ। जस्तै परिवारका कुन सदस्य पहिले उठ्छन, बालबालिकालाई कस्ले उठाउँछन, कसले बालबालिकालाई मुख धुने, ब्रस गर्ने क्रममा सघाउँछन् । अथवा बालबालिकाले आफैँ गर्न सक्छन कि सक्दैनन्।

यसैगरि खाना खाँदा बालबालिकाले स्वयम खान सक्छन् कि सक्दैन? नुहाउन सक्छन कि सक्दैनन? सप्ताह अन्तमा र छुट्टीमा परिवारले बालबालिकाका लागि के कस्ता क्रियाकलाप गर्छन् ? बालबालिकालाई त्यसमा कसरी सहभागी गराईन्छ कि गराइँदैन ? लगायतका विवरणहरू यस चरणमा उल्लेख गर्नुपर्छ।

क्षेत्र ८ : परिवारको चासो र प्राथमिकता

यस खण्डमा परिवारको हालको अवस्था, परिवारले लिने चासो, चिन्ता, अपेक्षा तथा उपलब्ध स्रोत साधन, परिवारको प्राथमिकताको विश्लेषण गरिन्छ । परिवारको हालको सामजिक तथा आर्थिक अवस्था कस्तो छ? परिवारले आफना बालबालिका कस्तो भएको हेर्न चाहन्छन्? र परिवारको प्राथमिकता के हो? भन्ने प्रश्नमा रहेर विवरण लिइन्छ।

क्षेत्र ९ : बालबालिका र परिवारको उपलब्धि

एकीकृत परिवार सेवा योजनाको बालबालिका तथा परिवारसम्बन्धी उपलब्धि परिवारको चासो, प्राथमिकता, स्रोत साधको आधारमा तयार गर्नुपर्दछ । यस्तो उपलब्धि परिवारको विभिन्न समस्या समाधान गर्ने वा बालबालिकामा रहेको अपाङ्गताको असर कम गर्ने वा दुबैमा हुन सक्दछन्।

एकिकृत परिवार सेवा योजना निर्माणका चरणहरू

चरण १- गृह भेट तथा सम्बन्ध विस्तार

यस चरणमा बालबालिका र उनीहरूका परिवार, अभिभावक तथा स्याहारकर्तासँग भेटघाट गरिन्छ र सम्बन्ध विस्तार गरिन्छ । यस भेटमा बालबालिकाको समस्या तथा परिवारमा परेको पिर मर्काका विषयमा सामान्य जानकारी गरिन्छ र ती समस्या र पिर मर्काहरूको सक्दो समाधान खोज्ने प्रयास गर्ने प्रतिबद्धता पनि व्यक्त गरिन्छ। यसो गर्दा

अभिभावक तथा परिवारका सदस्यहरूमा बालबालिकामा देखिएको अपाङ्गताको कारणले भएको चिन्ता तथा पिर कम गर्न सहयोग पुग्दछ। गृह भेटघाट कार्यक्रम गर्दा अभिभावकको स्वीकृति र सहमति लिनुपर्छ।

चरण २: बालबालिका तथा परिवारको अवस्था विश्लेषण

यस चरणमा बालबालिकाको अपाङ्गताको प्रकार, अवस्था, उनीहरूका दैनिक गतिविधि तथा व्यवहारहरू र तिनका प्रवृत्तिहरूको विश्लेषण गरिन्छ । यसै गरी आवश्यकताअनुसार परिवार, अभिभावक, परिवारका अन्य सदस्य, स्याहारकर्ताको अवस्थाको पनि विश्लेषण गरिन्छ।
उक्त कामहरू गर्नलाई आवश्यकताअनुसार प्रारम्भिक बालविकासका शिक्षक, विभिन्न थेरापिष्ट जस्तै स्पीच थेरापिष्ट, फिजीयो थेरापिषेट, अकुपेशनल थेरापिष्ट, स्वास्थ्यकर्मीहरू, परामर्शदाता, मनोविद्, सामाजिक कार्यकर्ता, पैरवीकर्ता तथा बाल संरक्षणमा सम्बद्ध निकायको संलग्नता चाहिन्छ । यसरी कामहरू गर्ने क्रममा बालबालिकाको व्यवहार विश्लेषण तथा अभिभावकसँग छलफल दुइटै कार्य गर्नुपर्छ । छलफलका क्रममा बालबालिकाको अपाङ्गता तथा उनीहरूको आवश्यकतालाई मुख्य विषयवस्तु बनाउने भएता पनि परिवारको इतिहास, आर्थिक तथा सामाजिक पृष्ठभूमि सबैको जानकारी लिनुपर्छ।

चरण ३: योजना सम्बन्धमा छलफल

बालबालिकाको अपाङ्गता, सबल पक्ष, अवरोध, पारिवारिक वातावरण र पृष्ठभूमि जस्ता विषयमा सूचनाको विश्लेषण गरिसकेपछि एकीकृत परिवार सेवा योजना निर्माण समूहले बालबालिकाको विकास तथा सिकाइको लागि योजना तयार गर्नुपर्दछ।
योजनामा बालबालिकाको सामाजिक र सांस्कृतिक पृष्ठभूमि, अपाङ्गतासम्बन्धी सूचना, सबल पक्ष र अवरोध तथा कार्यगत सीमितता उल्लेख गर्नुपर्दछ । त्यसपछि बालबालिकाको विकास तथा सिकाइको लक्ष्य निर्धारण गर्नुपर्छ।
लक्ष निर्धारण गरिसकेपछि उक्त लक्ष हासिल गर्न गरिने क्रियाकलापको खाका तयार गर्नुपर्दछ । क्रियाकलापका खाकामा घरमा गरिने र प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा गरिने क्रियाकलापहरू उल्लेख गर्नुपर्दछ । अशक्त तथा अति अशक्त अपाङ्गता भएका बालबालिकाको हकमा प्रारम्भिक सहयोगका कार्यमा अभिभावकले समेत सहभागी हुनुपर्ने भएकाले योजना निर्माणको प्रारम्भिक चरणबाट नै अभिभावकको सहभागिता सुनिश्चित गर्नुपर्दछ।

चरण ४: योजना निर्माण

यो सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण चरण हो। योजना निर्धारण गर्दा कुन समय अवधिसम्म अपाङ्गता भएका बालबालिकाले हासिल गर्नुपर्ने विकासका माइल स्टोन के के हुन् र ती माइल स्टोन हासिल गर्न के कस्ता क्रियाकलाप गर्ने भनी निर्क्योल गर्नुपर्दछ । विकासका माइल स्टोन तयार गर्दा स्वास्थ्य, औषधी, थेरापी, परामर्श, संरक्षण लगायतसँग पनि सम्बन्धित भएर तयार गर्नुपर्छ। यससँग सम्बन्धित सेवाहरू दिने संस्था वा निकायको विषयमा उल्लेख गर्नुपर्छ र यस बारेमा अभिभावकलाई बताउनुपर्दछ । यसै गरी योजना कार्यान्वयनका क्रममा आइपर्न सक्ने जोखिम र समाधानका उपाय पनि उल्लेख गर्नुपर्छ।

चरण ५: योजना कार्यान्वयन तथा अनुगमन

यो कार्यान्वयनको चरण हो । कार्यान्वयनमा विभिन्न प्रकारका सेवा प्रदायक र सरोकारवालाहरू संलग्न हुने भएकोले यसमा सबैले आफ्नो तर्फबाट उपलब्ध गराउने सेवा प्रति प्रतिबद्ध हुनुपर्दछ। योजना कार्यान्वयन अभिभावकको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुने भएकोले अभिभावक शिक्षा तथा सचेतनाको कार्यक्रम पनिसँगसँगै लैजानुपर्ने हुन्छ।

चरण ६ : समीक्षा तथा योजना अद्यावधिक
यस चरणमा एकीकृत परिवार सेवा योजनाले लिएको उद्देश्य तथा लक्ष्य हासिल भए नभएको विषयमा समीक्षा गरिन्छ । यदि लक्ष प्राप्तिमा कुनै समस्या देखा परेको भएमा त्यसको कारण खोजी गरी योजनामा समाधानको उपाय उल्लेख गर्नुपर्छ। सिकाइमा भएको प्रगति मापन गर्दा अपेक्षित प्रगति नभएको देखिएमा रणनीतिहरू परिवर्तन गर्दै जानुपर्ने हुन्छ।

यसरी हामी योजना निर्माणका ६ ओटा चरणहरू पूरा गर्छौं।

एकीकृत परिवार सेवा योजना तयार गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू

एकीकृत परिवार सेवा योजना तयार गर्दा निम्न लिखित विषयमा ध्यान दिनुपर्छ।

- बाल अधिकार तथा बालबालिकाको संरक्षण र सुरक्षामा ध्यान दिने
- तथ्यगत विवरण तथा रेकर्ड व्यवस्थापन र गोपनीयताको सुनिश्चितता गर्ने
- बालबालिकाको उच्चतम हितमा ध्यान दिने
- अभिभावक तथा परिवारका सदस्य र हेरचाह गर्ने व्यक्तिको सहभागिताको सुनिश्चितता गर्ने।
- बालबालिकाको आवश्यकता पूर्तिका लागि स्रोतको खोजी गर्ने
- कानुनी वाधा अड्चन भएमा सोको समाधानका उपायको खोजी गर्ने
- अभिभावक सेवा प्रदायक कहाँ गए नगएको विषयमा सूचना जनकारी लिने र नगएको भएमा जानको लागि सहजीकरण गर्ने,
- कार्य सम्पादनको क्रममा देखिन सक्ने जोखिमको विषयमा छलफल गर्ने।

बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कारको प्रवर्द्धन

दिनः सातौँ | सत्रः पहिलो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

सानो उमेरदेखि नै बालबालिकाहरूले समावेशी संस्कार तथा अभ्यासहरूसँग अभ्यस्त भए भने उनीहरूको हालको विकास मात्र पूर्ण हुँदैन भविष्यमा उनीहरूले निर्माण गर्ने समाज पनि सबैका लागि समावेशी बन्छ । यस सत्रमा बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कार तथा अभ्यासहरूको प्रवर्धनका बारेमा छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कार तथा अभ्यासको प्रवर्धनको आवश्यकता बताउन
- बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कार विकास गराउने उपायहरू खोजी गर्न।

विषयवस्तु

- बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कार तथा अभ्यासको प्रवर्धनको आवश्यकता
- बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कार विकास गराउने उपायहरू

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**विषय छलफल** • सहभागीहरूलाई देहायका प्रश्न सोधी आआफ्ना अनुभव तथा विचार प्रस्तुत गर्न लगाउने : समावेशी व्यवहार र संस्कार भन्नाले के बुझ्नुहुन्छ? विद्यालयमा हुने समावेशी संस्कारका केही उदाहरण दिन सक्नुहुन्छ कि ? • सहभागीहरूका अनुभवलाई समेटेर बालविकास केन्द्रमा समावेशी व्यवहार र संस्कारको अवधारणाका विषयमा उदाहरणसमेत दिई थप स्पष्ट पार्ने।	१० मिनेट
२	**क्रियाकलाप** • अब सहभागीहरूलाई आफ्नो ठाउँबाट उठेर तालिम हलको खाली ठाउँमा जान	४० मिनेट

भन्नुहोस्। सहजकर्ताले तीनओटा ठुला न्युजप्रिन्टमा लेख्ने।

- सम्भव छ
- अलि गाह्रो छ
- असम्भव

- तीन न्युजप्रिन्ट पेपरलाई नजिक नजिकै ३ ठाउँमा भुइँमा ओछ्याउनुहोस।
- अब सहजकर्ताले समावेशी अभ्यासका केही भनाइहरू पढ्ने र सहभागीहरूले आफ्नो विद्यालयको हालको अवस्थालाई मनन गर्दै **सम्भव छ, अलि गाह्रो छ** या **असम्भव जस्तै छ** भनेर छुट्याउन र त्यसैअनुसार तोकिएको ठाउँमा गएर उभिन भन्ने।

समावेशी अभ्यासका भनाइ

- सबै किसिमका बालबालिकाहरूका लागि समान किसिमको स्वागतयोग्य वातावरण छ।
- हरेक अवस्थामा बालबालिकाहरूले एकअर्कालाई सहयोग गर्दछन्।
- शिक्षकहरू पनि समावेशिताको मामिलामा निरन्तर एकअर्कासँग छलफल र अनुभव आदानप्रदान गरिरहन्छन्।
- शिक्षक र विद्यार्थीहरूले एकअर्कालाई सम्मानजनक व्यवहार गर्दछन्।
- शिक्षक र अभिभावकबिच राम्रो सम्बन्ध र निरन्तर सञ्चार कायम भएको छ।
- विद्यालयमा सबै विद्यार्थीहरूलाई उत्तिकै महत्व दिइन्छ।
- विद्यालयमा सबैले मर्यादित र शिष्ट भाषाको प्रयोग गर्दछन्।
- विद्यालयले लचिलो कार्य र समयतालिकालाई अवलम्बन गर्दै कार्यान्वयन गरिरहेको छ।
- विद्यालयमा हुने सबै किसिमका गतिविधि तथा कार्यक्रमहरूमा सबै किसिमका बालबालिकाहरूलाई समेट्नका लागि उपयुक्त र समावेशी वातावरण तयार छ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाका सम्बन्धमा अन्य बालबालिका र शिक्षकहरूलाई समय समयमा अभिमुखीकरण गराउने गरिएको छ।

- पालैपालो भनाइहरू पढ्दै जाने । प्रत्येक भनाइमा सहभागीहरूले आफ्नो विद्यालयको हालको अवस्थालाई मनन गर्दै सम्भव छ वा अलि गाह्रो छ वा असम्भव जस्तै छ भनेर छुट्याउने छन् र त्यसैअनुसार तोकिएको ठाउँमा गएर उभिने छन्।
- पालैपालो सबै भनाइहरू पढिसकेपछि र सहभागीहरू तोकिएको स्थानमा उभिसकेपछि उनीहरूबाट पालैपालो प्रतिक्रिया लिने । सहभागीहरूका प्रतिक्रियालाई समेटेर सहजकर्ताले निष्कर्ष दिने । माथिका भनाइहरू बालविकास केन्द्रमा कार्यान्वयन गर्न सकेमा नै त्यसले समावेशी बालविकास शिक्षाको प्रवर्धनमा सहयोग पुग्ने कुरा सहभागीहरूलाई प्रस्ट पार्ने।

३	**समावेशी संस्कारसम्बन्धी गीत** • सहभागीहरूलाई ४ ओटा समूहमा बाँड्ने र हरेक समूहलाई आफ्नो बालविकास केन्द्रमा बालबालिकाहरूलाई समावेशी संस्कार सिकाउनका लागि एउटा छोटो बालगीत बनाउन लगाउने। • हरेक समूहले आफूले तयार गरेको बालगीत निम्नलिखित अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई (एउटा समूहले एउटा प्रकार) कसरी सिकाउने भन्ने प्रस्तुतीकरणका लागि समूहगत रूपमा तयारी गर्न लगाउने। ◦ देख्न नसक्ने बालबालिका ◦ सुन्न नसक्ने बालबालिका ◦ बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिका ◦ अटिजम भएका बालबालिका • तयारी सकिएपछि समूहगत प्रस्तुति गर्न लगाउने । एकआपसमा पृष्ठपोषण आदानप्रदान गर्न लगाउने। अन्त्यमा सबै समूहले आफूले बनाएको गीत समूहमा गाएर सुनाउने।	३० मिनेट

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- समावेशी व्यवहार र अभ्यास भनेको कस्तो हो?
- यस्ता व्यवहारले बालविकास शिक्षामा कस्तो प्रभाव पार्छ?
- बालविकास केन्द्रमा कसरी समावेशी शिक्षाको प्रवर्धन गर्ने होला?

बालविकास केन्द्रमा समावेशी संस्कारको प्रवर्द्धन

समावेशी संस्कृति भनेको के हो ?

प्रारम्भिक बालविकासमा समावेशी संस्कृतिको विकास गर्ने भनेको हरेक बाल बालबालिकालाई एक अर्कासँग भावनात्मक रूपमा नजिक ल्याउने हो। उनीहरूलाई दैनिक रूपमा एक अर्काप्रति गरिने समान व्यवहार सिकाउने हो।

प्रारम्भिक बालविकासको लागि समावेशी संस्कृति किन जरुरी छ ?

समावेशिताको अभ्यास केवल विधि, मापदण्ड र प्रक्रिया मात्र होइन। यदि यसलाई विधि, प्रक्रिया र मापदण्डबाट मात्र हासिल गर्न खोजियो भने यसको मूल उद्देश्य प्राप्त हुन सक्दैन । समावेशिताको माध्यमबाट हामीले समानता, समान व्यवहार, एक अर्काप्रतिको सम्मान, एउटाले अर्कालाई गर्नुपर्ने समान व्यवहारहरूको विकास गर्छौँ। समाजमा विभिन्न आधारमा हुने भेदभाव दुर्व्यवहारलाई समाप्त पार्न पनि समावेशिताको ठुलो योगदान हुने भएकोले हामीले मानिसमा बालविकासको क्रममा नै समावेशी संस्कृतिको विकास गर्नु आवश्यक छ।

प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा समावेशी संस्कृतिको अभ्यास कसरी गराउने ?

समावेशी संस्कृतिलाई दिगो रूपमा अगाडि बढाउन प्रारम्भिक बालविकास एउटा महत्त्वपूर्ण माध्यम हो। प्रारम्भिक बालविकासमा सिक्ने बालबालिकाहरू अपाङ्गता भएका, नभएका लगायत विभिन्न जाती, भाषा, धर्म र संस्कृतिको पृष्ठभूमिबाट आएका हुन्छन् । त्यसैले उनीहरूलाई शिक्षकले बालविकास

केन्द्रहरूमा एक अर्कालाई स्वीकार्न, एक अर्काका कुराहरू सुन्न, एक अर्कालाई माया र सहयोग गर्न सिकाउनुपर्छ।

बालबालिका खेल्न र रमाइलो गर्न धेरै मन पराउँछन् । खेलको माध्यमबाट उनीहरूलाई एक अर्काप्रति नजिक ल्याउन सकिन्छ । यसका लागि शिक्षकले अपाङ्गता भएका बालबालिकासमेत समान रूपमा समावेश हुने गरी खेलहरू खेलाउनुपर्छ । बालबालिकाहरू कोही छिटो सिक्ने, कोही ढिलो सिक्ने हुन्छन् । यसै गरी बालबालिकामा शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक र इन्द्रियसम्बन्धी कठिनाइ वा सीमितताहरू हुन सक्छन् । तर यस्ता कठिनाइ र सीमितताहरूको आधारमा शिक्षकले बालबालिकालाई सिकाइ प्रक्रियाबाट र खेलबाट अलग्याउने वा अन्य बालबालिकाभन्दा कमजोर देखाउने गर्नुहुँदैन।

बालबालिका जस्तो अवस्थाको भए पनि वा जुनसुकै पृष्ठभूमिको भए पनि सबैलाई सँगसँगै सिक्ने वातावरण दिनुपर्छ । हरेक बालबालिकाको सिकाइ आवश्यकता पहिचान गरी सबैका लागि पहुँचयुक्त हुने विधिबाट सँगसँगै सिकाउने, खेलाउने, विभिन्न क्रियाकलापमा सहभागी गराउने गर्दा उनीहरूले एक अर्कालाई बुझ्ने र जान्ने अवसर पाउँछन्।

कक्षामा शिक्षकले हरेक बालबालिकाका सबल पक्षहरूलाई पहिचान गर्नुपर्छ र सबै बालबालिकाको बिचमा यस्ता सबल पक्षहरूलाई प्रचार गर्नुपर्छ । यसले उनीहरू सबैमा हामी समान रूपमा सक्षम छौँ भन्ने भावनाको विकास हुन्छ। अपाङ्गता भएका र नभएका बालबालिकाको बिचमा कहिलेकाहीँ एक अर्काप्रति जिज्ञासा हुन्छ । खास गरेर अपाङ्गता नभएका बालबालिकाले अपाङ्गता भएका बालबालिकाप्रति जिज्ञासा राख्ने गर्छन् र आफूसँग तुलना गर्ने गर्छन् । अपाङ्गता भएका बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक, वा इन्द्रियसम्बन्धी अवस्थाप्रति उनीहरूलाई जिज्ञासा हुनु स्वाभाविक पनि हो । यस्ता जिज्ञासाहरू समाधान गर्न शिक्षकले सहजीकरण गर्नुपर्छ तर सहजीकरण गर्दा एकदमै दया भाव देखाउने, बिचरा भन्ने वा उसले केही पनि गर्न सक्दैन भन्ने जस्ता कुराहरू सिकाउनुहुँदैन । बरु ऊ के कुरामा जान्ने छ वा ऊबाट के कुरा सिक्न सकिन्छ, ऊसँग कसरी कुरा गर्नुपर्छ, उसले के के खेल्न जानेको छ, उसलाई अप्ठ्यारो पर्दा कसरी सघाउनुपर्छ भन्ने कुरा सिकाउनुपर्छ । साथी बनाउने अभ्यास र व्यवहारले समावेशी संस्कृतिलाई अगाडि बढाउन निकै मद्दत गर्छ । तर धेरैजसो अवस्थामा कक्षामा अपाङ्गता भएका बालबालिकाले साथी नपाउने समस्याहरू हुन् सक्छ । उनीहरूमा रहेका कार्यगत सीमितता र अन्य अवरोधहरूको कारण कसैले साथी नबनाउने हुन सक्छ । शिक्षकले कक्षामा यस्तो भइरहेको छ कि छैन ध्यान दिनुपर्छ र सबैलाई सबैको साथी बन्ने अभ्यास गराउनुपर्छ । सँगै बसाएर, चिनो साटासाट गराएर, कुराकानी गराएर, खेल खेलाएर, मनोरञ्जन गराएर यस्ता कामहरू गर्न सकिन्छ।

प्रारम्भिक बालविकासमा समावेशी संस्कृतिको विकास गर्न अभिभावकहरूको पनि निकै ठुलो भूमिका हुन्छ । बालबालिकालाई अभिभावकहरूले जातीय भेदभावका कुराहरू, गरिब धनीको भेदभावका कुराहरू, अपाङ्गताको आधारमा गरिने भेदभावका कुराहरू लगायत कुनै पनि प्रकारका भेदभावका कुराहरू सिकाउनुहुँदैन । आफ्नो कक्षामा भएका अपाङ्गता भएका साथीको बारेमा बालबालिकाहरूले घरमा बुबा आमा वा परिवारका सदस्यहरूसँग चर्चा गर्न सक्छन् । यस्तो अवस्थामा अभिभावकले उनीहरूलाई अपाङ्गता भएको साथीसँग खेल्न, मिलेर सिक्न र उसलाई माया गर्न सिकाउनुपर्छ। अभिभावकहरूलाई यस्ता विषयमा सिकाउन शिक्षकहरूले कहिलेकाहीँ उनीहरूसँग बैठक राख्नुपर्छ र कक्षामा कसरी सबै खाले बालबालिकाहरू सिक्न सक्छन् भन्ने विषयमा प्रत्यक्ष देखाउनु पनि पर्छ।

अन्तमा, प्रारम्भिक बालविकासमा समावेशी संस्कृति विकासका लागि सबैभन्दा ठुलो भूमिका शिक्षकको नै हुन्छ र त्यसपछि अभिभावकको हुन्छ । यसमा शिक्षकलाई चाहिने ज्ञान, सिप, सूचना र सिकाउन प्रयोग गरिने सामग्रीहरूको लागि विद्यालय व्यवस्थापनले सघाउनुपर्छ।

सरोकारवालाको पहिचान, सहकार्यका क्षेत्र र तनाव व्यवस्थापन

दिनः सातौँ | सत्रः दोस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

कुनै पनि क्षेत्रमा सरोकारवालाहरूको पहिचान गरी उनीहरूसँग सहकार्य गर्ने क्षेत्रहरूको पहिचान गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा पहुँच सुनिश्चित गर्नका लागि बालविकास शिक्षकहरूले स्थानीय सरोकारवालहरू, जस्तै- विद्यालय व्यस्थापन समिति, अभिभावक, स्थानीय सरकार आदिसँग सहकार्य गर्न जरूरी रहन्छ।

व्यक्तिगत, पारिवारिक, कार्य वातावरण, अति कार्य बोझ आदि कारणले व्यक्तिमा तनाव पैदा हुन्छ। यिनै कारणहरूले बालविकास शिक्षकहरूमा पनि कहिलेकाहीँ तनाव सिर्जना हुन्छ। अत्यधिक तनाव पैदा भएमा त्यसले व्यक्तिको दैनिक कार्यतालिका खलबलिन सक्ने कार्यसम्पादन घट्ने अरूसँगको सम्बन्ध बिग्रने र स्वास्थ्य बिग्रने आदि समस्याहरू देखापर्न थाल्छन् । त्यसैले तनावको समयमा नै व्यवस्थापन जरूरी हुन्छ । तनाव व्यवस्थापन भनेको स्वहेरचाह पनि हो। यसका लागि विभिन्न क्रियाकलापहरू, जस्तै- योग, ध्यान गर्न सकिन्छ। यस सत्रमा यिनै विषयवस्तुमा केन्द्रित भई छलफल गरिने छ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन्:

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको शिक्षामा समावेशिता बढाउन सरोकावालाहरू पहिचान गरी सहकार्यका क्षेत्रहरू पहिल्याउन र समन्वय गर्न
- तनाव व्यवस्थापन गर्न तथा स्वहेरचाहका गर्नका तरिकाहरू पहिल्याउन।

विषयवस्तु

- अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको शिक्षामा समावेशिता बढाउन सरोकावालाहरू र सहकार्यका क्षेत्रहरू पहिचान र समन्वय
- तनाव व्यवस्थापन र स्वहेरचाहका तरिकाहरू

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, विभिन्न रङका बेलुनहरू आदि।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**समस्या समाधान गर्ने गोलमेच (The problem-Solving Circle)** • सहजकर्ताले ४ ओटा विभिन्न मेटाकार्डको पछाडि निम्न समस्याहरू लेख्ने: ◦ रामको बुबाले आफ्नो छोराले देख्दैन, उसलाई गाह्रो हुन्छ भनेर उसलाई बालविकास शिक्षा केन्द्रमा ल्याउन मानेका छैनन्। ◦ वडा न. ४ मा बालविकास केन्द्रको लागि माथिल्लो तला भाडामा लिन लागेका रहेछन्। ◦ नगरपालिकाले बालविकास केन्द्रका लागि के के बजेट चाहिन्छ भनेर बैठक आयोजना गर्दै छ। ◦ सिता मेडमको कक्षामा एकोहोरो टोलाइरहने बालक/बालिका छ रे। के गर्ने कसो गर्ने केही थाहा छैन भनेर आत्तिनुभएको छ। • सहभागीहरूलाई गोलो घेरा बनाएर बस्न लगाउने। अब सबै सहभागीहरूलाई भन्ने "हाम्रो यो गोलमेच सम्मेलनले विविध समस्याहरू समाधान गर्ने छ। हामी छलफल गरेर तथा सहकार्य गरेर हरेक समस्याको समाधान निकाल्ने छौँ।" • अब एकजना सहभागीलाई ती मेटाकार्डहरूमध्ये कुनै एउटा मेटाकार्ड झिक्न लगाउने। त्यसमा लेखिएको समस्या ठुलो स्वरमा पढ्न लगाउने। त्यसपछि त्यो विषयमा खुला छलफल चलाउने। त्यो समस्या समाधान गर्न के गर्नुपर्ने हो, कोसँग कस्तो पैरवी, छलफल वा सहकार्य गर्न सकिन्छ भनेर सोध्ने। समस्याको समाधान निकाल्न कोसिस गर्ने। • त्यसपछि अर्को मेटाकार्ड अर्को सहभागीलाई तान्न लगाउने र फेरि त्यही प्रक्रिया जारी राख्ने। • यसरी ४ वटै समस्याको सामूहिक छलफल गरेर समाधान निकाल्ने प्रयास गरेपछि सहजकर्ताले देहायको निष्कर्ष प्रस्तुत गरी प्रस्ट पार्ने: आफ्नो वरिपरि देखेका समस्याहरूको समाधान खोज्नलाई कुरा गर्ने, छलफल गर्ने र समाधान निकाल्न प्रयास गर्ने कार्य नै सहकार्य तथा समन्वय हो। सरोकारवालाहरूसँगको सहकार्य तथा समन्वयको नतिजा तत्काले नदेखिए पनि यिनीहरूको निरन्तरताले परिवर्तन ल्याउन सक्छ।	२५ मिनेट
२	**सरोकारवालासँग सहकार्य** • सहकर्ताले सहभागीहरूलाई पाँच ओटा समूहमा विभाजन गर्ने। ती समूहलाई निम्नअनुसार सरोकारवालाहरू (१/१ ओटा) लेखिएको कागजका टुक्रा दिने। ◦ घरपरिवार ◦ विद्यालय प्रशासन ◦ बालविकास शिक्षक ◦ अपाङ्गताका क्षेत्रमा काम गर्ने संस्थाहरू ◦ स्थानीय सरकार	३० मिनेट

<table>
<tr>
<td></td>
<td>

- अब सबै सहभागीहरूलाई न्युजप्रिन्ट र मार्करहरू दिने । सहभागीहरूले छलफल गरेर, आफ्नो भागमा परेका सरोकारवालाहरूको समावेशी बालविकास शिक्षामा के भूमिका रहन्छ भनेर सूची बनाउन लगाउने।
- सबैले त्यस्तो सूची बनाइसकेपछि प्रस्तुतीकरण गर्ने । सहजकर्ता तथा अन्य समूहले पृष्णपोषण प्रदान गर्ने।
- अन्त्यमा सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई निम्नअनुसारको निष्कर्ष दिने :
समावेशी बालविकास शिक्षा कुनै एउटा समूहको प्रयासले पूरा हुन सक्दैन । यसमा धेरै सरोकारवालाहरूको धेरै भूमिका र जिम्मेवारी रहन्छ । यसरी सबै सरेकारवालाहरूबिच सहकार्य र हातेमालो हुन सकेमा नै बालविकास शिक्षालाई अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि मैत्री बनाउन सकिन्छ।

</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>१</td>
<td>

क्रियाकलापः तनाव व्यस्थापन

- सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई निम्न कुरा बताउनेः
  - बालविकास शिक्षकहरूलाई निरन्तर चापमा काम गर्नुपर्ने हुनाले तनाव हुनु स्वभाविक हो।
  - तर तनावलाई सही ढङ्गले र निरन्तर व्यवस्थापन गर्दै, व्यक्तिगत जिवन र मानसिक स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्न दिनुहुन्न।
  - तनावलाई व्यवस्थापन गर्न घुम्न जाने, ध्यान र योग गर्ने, साथीभाइ सँग समस्या साटासट गर्ने, व्यायाम गर्न गर्न सकिन्छ।

बेलुन फोड खेल – १५ मिनेट

- सहभागीलाई विभिन्न कलरका बेलुन बाँड्ने। साना साना कागजका टुक्रा पनि दिने । त्यो टुक्रामा आफूलाई मन नपरेको कुरा लेख्ने । त्यसलाई बेलुनभित्र राख्ने र फुकेर ठूलो बनाउन लगाउने। र अब त्यो बेलुन तनावको पोको सम्झने। र सबैले मनलाग्दी बेलुनहरू फोर्ने र तनावहरु सबै बेलुनसँगै फुटेर गए पनि सम्झँदै रमाउने। रमाइलो गर्ने।

सास फेर्ने अभ्यास – १० मिनेट

- सहजकर्ताले आफू पनि अभ्यास गर्दै सहभागीहरू निम्न कार्य गर्न लगाउनेः
  - सहभागीहरूलाई पलँटी मारेर ढाड सिधा पारेर बस्न लगाउने (कसैलाई पलेटी मार्न अप्ठ्यारो हुन्छ भने, खुट्टा पसारेर बस्न पनि सकिन्छ वा उत्तानो परेर पल्टन पनि सकिन्छ।)
  - आँखालाई बन्द गर्ने।
  - बिस्तारै लामो सास लिने।
  - बिस्तारै सास छोड्ने।
  - फेरि पनि लामो सास लिने । सास लिँदा, सबै सकारात्मक उर्जा, शक्ति, खुसी, आनन्द आफूभित्र लैजाने।

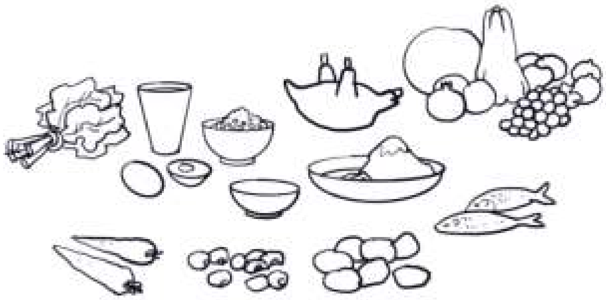
</td>
<td>२५ मिनेट</td>
</tr>
</table>

	◦ बिस्तारै सास छोड्ने । सास बाहिर छोड्दा, शरीरभित्रका तनाव, दुख, डर, छटपट्टी र अन्य विकार सबैलाई बाहिर पठाउने । ◦ गन्ती गर्दै, करिब १० पल्ट वा २ मिनेटसम्म यस्तो अभ्यास गर्ने । • अन्त्यमा सहजकर्ताले यसरी सास फेर्ने अभ्यास गर्दा, तनाव व्यवस्थापनमा सहज हुन्छ र यो क्रियाकलाप कक्षामा पनि गराउन सकिन्छ भनेर प्रस्ट पार्ने ।	

प्रतिबिम्बन: १० मिनेट

- बालविकास शिक्षामा अपाङ्गता समावेशिताका सरोकारवालाहरू कोको हुन्छ?
- उनीहरूसँग कसरी सहकार्य तथा समन्वय गर्न सकिन्छ ।
- तनावको व्यवस्थापन कसरी गर्ने?

सरोकारवालाको पहिचान, सहकार्यका क्षेत्र र तनाव व्यवस्थापन



सरोकारवाला भनेका को हुन ?

प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षालाई स्थानीय तहमा प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन गर्नका लागि विभिन्न सरोकारवाला निकाय र समूहहरूको भूमिका आवश्यक पर्छ। प्रारम्भिक बालविकासका र शिक्षासँग सम्बन्धित सरोकारवाला भन्नाले शिक्षासम्बन्धी काम गर्ने, खास गरेर प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा काम गर्ने, चासो राख्ने, यस सम्बन्धमा निर्णय गर्ने, नीति वा योजना बनाउने, बालविकास तथा शिक्षाको कार्यक्रमहरूले प्रत्यक्ष रूपमा प्रभाव पार्ने समूह, संस्था, निकाय र व्यक्तिहरू बुझ्नुपर्छ। यसै गरी बालविकासका विज्ञ, शिक्षाविद् लगायतका व्यक्तिहरू पनि यसअन्तर्गत पर्छन्।

सरोकारवाला किन चाहिन्छ ?

यस्ता सरोकारवालाहरूसँगको समन्वय र सहकार्यबाट विद्यालयले बालविकास र शिक्षाका लागि ज्ञान, सिप, अनुभव, विचार, नीति, कानुन, मापदण्डहरू, सूचना, प्राविधिक सहयोग, आर्थिक सहयोग लगायतका कुराहरू प्राप्त गर्न सक्छ। त्यसैले बालविकास केन्द्रले यस्ता सरोकारवालासँग समन्वय र सहकार्य गर्नुपर्छ।

हाम्रो वरिपरि को को सरोकारवाला छन् त ?

स्थानीय तहमा हाम्रो वरिपरि देहायका सरोकारवाला निकाय, समूह र व्यक्तिहरू छन्:

- अभिभावकहरू, समुदायका अगुवा व्यक्तिहरू र सामाजिक कार्यकर्ताहरू जसले बालबालिकाका विभिन्न सवाल र समस्याहरू पहिचान गर्न, बालबालिकालाई राम्रोसँग बुझ्न र समस्याहरूको समाधानको खोजी गर्न मद्दत गर्छन्।
- सामाजिक सङ्घ संस्थाहरू – अपाङ्गता भएका व्यक्तिले सञ्चालन गरेका संस्था वा

बालविकास र शिक्षामा सहयोग गरिरहेका सामाजिक संस्थाहरू जसले बालबालिकाका लागि सही नीति र योजना बनाउन मद्दत गर्न सक्छन्।

- स्थानीय तहको शिक्षा विभाग/महाशाखा/शाखा जसले स्थानीय सरकारलाई प्रारम्भिक बालविकाससम्बन्धी नीति र कार्यक्रमहरू बनाउन सघाउँछ।
- शिक्षकहरू जसले बालबालिकालाई शिक्षा दिने, असल व्यवहारहरू सिकाउने र जीवनोपयोगी सिपहरू सिकाउने काम गर्छन्।
- बालबालिका विज्ञ, शिक्षाविद्, अपाङ्गतासम्बन्धी विज्ञ, अपाङ्गता अधिकारकर्मीहरू जसले समावेशी शिक्षाको सवाललाई उठान गर्ने गर्छन् र सँगसँगै प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षालाई सबैका लागि कसरी समावेशी बनाउने भन्ने विषयमा समाधानका उपायहरू खोज्नमा सहयोग गर्छन्।

सरोकारवालासँग समन्वय र सहकार्य कसरी गर्ने त ?

यसका लागि सबैभन्दा पहिले त सरोकारवालाहरूको सूची तयार गर्नुपर्छ । त्यसपछि कुन सरोकारवाला कुन विषय र कामसँग सम्बन्धित छन् वा प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षाका लागि के के विषयमा सहकार्य गर्न सकिन्छ वा उनीहरूले के कुरामा योगदान गर्न सक्छन् भन्ने थाहा पाउनुपर्छ। बालबालिकाले दैनिक भोगिरहेका चुनौती, समस्या र उनीहरूमा भएका क्षमतालाई पहिचान गर्न अभिभावकसँगको सहकार्य निकै प्रभावकारी हुन्छ भने अपाङ्गता भएका बालबालिकाका सिकाइ आवश्यकतालाई कसरी पहिचान गर्ने भन्ने बारेमा बालविकास विज्ञ, अपाङ्गता अधिकारकर्मी वा अपाङ्गतासम्बन्धी विज्ञको सहयोग चाहिने हुन्छ।

यसै गरी प्रारम्भिक बालविकाससम्बन्धी स्थानीय तहले कस्तो योजना ल्याउने भन्ने विषयमा स्थानीय तहको शिक्षा विभाग/महाशाखा/शाखासँगको छलफल महत्त्वपूर्ण हुन सक्छ भने शिक्षण सिकाइ विधिलाई कसरी रचनात्मक र बालमैत्री बनाउने भन्ने विषयमा शिक्षकहरूसँग छलफल एकदमै फलदायी हुन सक्छ।

यसरी सरोकारवालाको पहिचान र योगदान वा सहकार्यको क्षेत्र थाहा पाइसकेपछि प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा कार्यक्रमलाई चाहिएको सहयोग वा उक्त कार्यक्रमले सरोकारवालासँग गरेको अपेक्षाहरूलाई पनि सूचीबद्ध गर्नुपर्छ । यसपश्चात् आवश्यकता हेरी उनीहरूसँग क्रमशः सञ्चार, संवाद र सहकार्य अगाडि बढाउनुपर्छ । सहकार्य गर्नका लागि औपचारिक वा अनौपचारिक बैठक, छलफल, गोष्ठी, कार्यशाला, भ्रमण, अन्तर्क्रियाहरू उपयोगी विधि हुन सक्छन्।

तनाव व्यवस्थापन

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा शिक्षकहरूले अपाङ्गता भएकासहित सबै बालबालिकाहरूको हेरचाह र विकास तथा शिक्षाका लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छन् । यद्यपि ससाना बालबालिका र तिनका अभिभावकहरूसँग काम गर्दा यो भूमिका कहिलेकाहीँ तनावपूर्ण पनि हुन सक्छ र शिक्षकहरूले उनीहरूको सेवा र प्रभावकारिता कायम राख्न सतर्कता र तनाव व्यवस्थापनलाई प्राथमिकता दिनु आवश्यक छ । प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा तनाव व्यवस्थापन र सतर्कताको महत्त्वको बारेमा यहाँ केही बुँदाहरु प्रस्तुत गरिएका छन्।

तनाव व्यवस्थापनको महत्त्व

सेवालाई बढवा दिन्छ

आत्म हेरचाह र तनाव व्यवस्थापनलाई प्राथमिकता दिई प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालविकास शिक्षकहरूको शारीरिक, भावनात्मक र मानसिक तन्दुरुस्तीलाई महत्त्व दिन्छ । शिक्षकहरूले आफ्नो हेरचाह गरेर मात्र सबै बालबालिकाको विविध आवश्यकता र क्षमताहरूको राम्रो हेरचाह र सहयोग गर्न सक्छन् त्यसैले बालविकास शिक्षक स्वयमको हेरचाह र तन्दुरुस्ती महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

कार्य सन्तुष्टि सुधार गर्दछ

आत्म हेरचाह र तनाव व्यवस्थापनले दिक्क लाग्ने प्रवृत्ति घटाएर, सकारात्मक मनोवृत्ति प्रवर्द्धन गर्ने र समग्र कार्य प्रदर्शनलाई बढाएर कामको सन्तुष्टिमा सुधार गर्न सक्छ।

समावेशी अभ्यासहरूलाई समर्थन गर्दछ

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालविकास शिक्षकहरूको धैर्यता, सहानुभूति र समझदारीलाई महत्त्व दिएर तनाव व्यवस्थापन र आत्म हेरचाहसहित समावेशी अभ्यासहरू गर्न सकेमा सबै बालबालिकाको विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई प्रस्फुटन गर्न सकिन्छ।

तनाव व्यवस्थापन र आत्म हेरचाह अभ्यास गर्ने तरिकाहरू

समय व्यवस्थापन

प्रभावकारी समय व्यवस्थापनले शिक्षकहरूलाई आफ्नो कार्यभारलाई प्राथमिकता दिन र तनाव कम गर्न मद्दत गर्न सक्छ । यसमा यथार्थपरक लक्ष्यहरू र समय सीमाहरू निर्धारण गर्ने, कार्यहरू गर्ने र आवश्यक पर्दा विश्राम लिने आदि कुराहरू समावेश हुनुपर्छ।

मन शान्त र आराम

ध्यान वा योग जस्ता मन शान्त हुने विश्राम प्रविधिहरूले शिक्षकहरूलाई तनाव व्यवस्थापन गर्न र सकारात्मक मनोवृत्ति कायम राख्न मद्दत गर्न सक्छ।

स्वस्थ बानीहरू

स्वस्थ बानीहरू, जस्तै- व्यायाम, स्वस्थ खाना र पर्याप्त निन्द्रा कायम राख्ने र सेवामुखी भावना विकास गर्नाले तनाव कम गर्न सक्छ।

सहयोगी संयन्त्रहरू

सहयोगी सञ्जालहरू निर्माण गर्ने, जस्तै- सहकर्मीहरू वा अन्य विज्ञसँगको सम्बन्धले तनाव व्यवस्थापन र आत्म हेरचाहको लागि मूल्यवान् भावनात्मक समर्थन प्रदान गर्न सक्छ।

व्यावसायिक विकास

कार्यशालाहरू वा सम्मेलनहरू तथा तालिममा सहभागिता जनाउने जस्ता व्यावसायिक विकासका अवसरहरूमा भाग लिनाले तनाव व्यवस्थापन गर्ने र आत्म हेरचाहलाई महत्त्व दिन नयाँ विचार र रणनीतिहरू प्रदान गर्न सक्छ।

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालविकास शिक्षकहरूले तनाव व्यवस्थापन र आत्म हेरचाहलाई प्राथमिकता दिएर आफ्नो कल्याण र प्रभावकारिता कायम राख्न, समावेशी अभ्यासहरू प्रवर्धन गर्न र सबै बालबालिकाका विविध आवश्यकता र क्षमताहरूलाई महत्त्व दिन सक्छन्। समय व्यवस्थापन, विश्राम, स्वस्थ बानीहरू, समर्थन गर्ने संयन्त्रहरू निर्माण र व्यावसायिकताको विकासका अवसरहरूमा संलग्न भएर शिक्षकहरूले उनीहरूको र सबै बालबालिकाको सफलतालाई बढवा दिन सक्छन्।

कार्ययोजना निर्माण, तालिमपश्चातको ज्ञान परीक्षण र समापन

दिनः सातौँ | सत्रः तेस्रो | समयः १ घण्टा ३० मिनेट

परिचय

यस तालिम अवधिमा सहभागीहरूले छलफल, अन्तर्क्रियाबाट विषयवस्तुमा ज्ञानको दायरा बढाउने तथा बालबालिकाको विकास तथा सिकाइमा सहजीकरण गर्ने विभिन्न विधि र तरिकाहरूमा अभ्यासका माध्यमबाट सिप आर्जन गर्ने कार्य गरेका हुन्छन् । यसरी तालिमबाट सिकेका ज्ञान तथा सिपको प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा प्रयोग गरी बालबालिकाको विकास तथा सिकाइमा समावेशिता सुनिश्चित गर्नका लागि तालिमका सहभागीहरूले आआफ्नो कार्ययोजना निर्माण गर्न र सोको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुन अति आवश्यक छ । यो सत्र कार्ययोजना निर्माण, तालिमपश्चातको ज्ञान परीक्षण र तालिमको समापनमा केन्द्रित हुने छ ।

उद्देश्य

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू देहायका कार्यहरू गर्न सक्षम हुने छन् :

- तालिममा सिकेको ज्ञान तथा सिपलाई प्रयोग गर्ने कार्ययोजना निर्माण गर्न
- तालिमपश्चातको ज्ञान तथा सिप परीक्षणमा सहभागी हुन ।

विषयवस्तु

- कार्ययोजना निर्माण
- तालिमपश्चातको ज्ञान परीक्षण
- तालिम समापन

तालिम सामग्रीहरू

न्युजप्रिन्ट, मार्कर, रङहरू, पेन्सिल, टेप, कैँची आदि ।

सहजीकरण क्रियाकलाप

क्र.सं.	क्रियाकलाप विस्तृतीकरण	समय
१	**कार्ययोजना निर्माण** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई अब तालिमका सम्पूर्ण विषयवस्तुहरू सकिएको जानकारी गराउने । तालिमबाट सिकेका ज्ञान तथा सिपको प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षामा प्रयोग गरी बालबालिकाको विकास तथा सिकाइमा समावेशिता सुनिश्चित गर्नका लागि सबैले कार्ययोजना बनाउनुपर्ने विषयमा जानकारी गराउने । • सर्वप्रथम सहभागीहरूलाई कार्ययोजना भनेको के हो ? यो कसरी बनाउने ?	३५ मिनेट

कार्ययोजना बनाएर काम गर्दा के के फाइदा हुन्छ होला ? जस्ता खुला छलफल गराउने। कार्ययोजनामा के के कुराहरू समेट्नुपर्छ भनी प्रश्नोत्तरसमेत गराउने।

- सहजकर्ताले कार्ययोजनाका केही ढाँचाहरू प्रस्तुत गरी छलफल गराउने।
- त्यसपछि सबै सहभगीहरूलाई A4 साइजको पेपरमा निम्न कुराहरू राखेर ६ कोलम भएको तालिका बनाउन लगाउनेः

नामः

बालविकास केन्द्रको नाम ठेगानाः

मितिः

कार्ययोजना :

क्र.स.	समस्या	समाधान	समाधानका चरणहरू (Steps)	स्रोत	समयसीमा

- सहजकर्ताले उदाहरणका रूपमा आफूले भरेर पनि देखाइदिने, जस्तै-

क्र.स.	समस्या	समाधान	समाधानका चरणहरू (Steps)	स्रोत	समयसीमा
१	देख्न नसक्ने विद्यार्थीका लागि पढ्ने कुरा केही भएन।	छामेर पढ्न मिल्ने वर्णमाला किन्ने।	कस्तो हुन्छ ? कहाँ पाइन्छ ? कति मूल्य पर्छ ? पत्ता लगाउने र व्यवस्थापन तथा शिक्षा शाखामा कुरा गरेर स्वीकृति लिने।	स्रोत व्यवस्थापन	१ महिना भित्र

- सहभागीहरूलाई आफ्नो बालविकास केन्द्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको समावेशीकरणका दृष्टिकोणबाट भएका समस्या र समाधान लेख्न प्रेरित गर्नुहोस्। एकदमै ठुला ठूला कुरा "जस्तै नयाँ भवन बनाउने" जस्ता कुराहरू नलेखी सानो सानो र आफूले पनि योगदान गर्न सक्ने, परिवर्तन गर्न सक्ने कुराहरू लेख्न प्रेरित गर्ने। यो आफैँले गरेको वाचापत्र जस्तो हो र यसमा भएका कुराहरू क्रमशः गर्दै जानु पनि पर्छ है भनेर स्पष्ट पार्ने।
- सबै सहभागीहरूले कार्ययोजना तयार गरेपछि २-३ जनाको कार्ययोजना प्रस्तुतसमेत गर्न लगाउने। छलफल गराई आपसमा पृष्ठपोषण आदानप्रदान गर्न लगाउने।

२	**तालिमपश्चात ज्ञान परीक्षण (Post Test)** • सहभागीहरूलाई तालिमपश्चातको ज्ञान परीक्षणको प्रश्नपत्र बाँड्नुहोस्। (तालिम सामग्रीको अनुसूचीबाट)। सबै सहभागीहरूलाई तालिममा सिकेका ज्ञान तथा सिपका आधारमा उत्तर चिन्ह लगाउन भन्ने। यो परीक्षण सहभागीहरूले तालिमका विषयवस्तु कति बुझेका रहेछन् भनेर बुझ्न मात्र गरिएको हो र यसको नतिजाअनुसार जान्ने र नजान्ने भनेर कुनै भेदभाव गरिने छैन भनेर विश्वस्त गराउने। • उत्तर लेख्नको लागि २० मिनेटको समय दिने। • समय सकिएपछि सबै सहभागीहरूले भरेको उत्तर भएको पाना सङ्कलन गर्ने।	२५ मिनेट
३	**तालिमको समीक्षा** • सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई कार्यक्रमको विषयवस्तु, सहजकर्ता वा अन्य व्यवस्थापनका बारेमा लागेका राम्रा वा नराम्रा कुरालाई कागजमा लेखेर पट्याउन लगाउने। यसमा नाम नलेख्दा पनि हुन्छ भनेर पनि बताउने। र सबै सहभागीहरूबाट ती कागज सङ्कलन गर्ने। • यसैगरी सहभागीमध्येबाट २ जनालाई तालिमको विषयवस्तु, आगामी योजना र समग्र ५ दिने बसाइको अनुभवसहित समीक्षा मन्तव्य प्रस्तुत गर्न अनुरोध गर्ने।	१५ मिनेट
४	**तालिमको समापन** • कार्यक्रमको स्वरूपअनुसार यदि औपचारिक भए आमन्त्रित प्रमुख अतिथि तथा अतिथिहरूलाई आसन ग्रहण गराउने। प्रमाणपत्र तयार गरिएका भए प्रमुख अतिथि वा आयोजकबाट सोको वितरण गर्ने। प्रमुख अतिथि वा अतिथिबाट सहभागीलाई बधाई तथा शुभकामनाको मन्तव्य व्यक्त गर्न अनुरोध गर्ने। • यदि अनौपचारिक कार्यक्रम भए आयोजकले सहभागीहरूलाई धन्यवाद दिने। सिकेको ज्ञान र सिपको प्रयोग गर्न अनुरोध गर्ने। सबैले ताली बजाएर कार्यक्रम अन्त्य गराउने वा स्थानीय परिवेशअनुसार यस्ता कार्यक्रममा के कस्तो गर्ने चलन छ, सोअनुसार गर्ने।	१५ मिनेट

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