

TRAINING COMPLETION REPORT

Training on Gender Aware Community Literacy Materials Design And Facilitation Skills



Submitted By
Dil Raj Basnet, Resource Person
Sangram S. Lama, Program Coordinator

NEPAL FEDRATION OF INDIGINEOUS NATIONALITIES
JANJATI EMPOWERMENT PROJECT (JEP)
DOBIGHAT, LALITPUR

CONTENTS

1. INTRODUCTION
2. BACKGROUND
3. OBJECTIVE
4. PARTICIPANTS
5. TRAINING VENUE, PERIOD AND DATE
6. DESIGNING AND DEVELOPING SKILLS OF READING MATERIALS
7. TRAINING COURSE CONTENTS
8. METHODOLOGY AND PROCESS OF TRAINING
9. PREPARATION AND SKILLS IN DESIGNING INDIGENOUS NATIONALAATIES MATERIALS FOR THE LEVEL OF BASIC LEVEL LEARNERS
10. TRAINING EVALUATION AND FINDINGS
11. FINAL EVALUATION & RECOMMENDATION TO TAKE IMMEDIATE ACTION FOR THE LITERACY PROGRAMS

ANNEX:

- A) SUGGESTED TIME PLAN
- B) DAILY PROGRAM SCHEDULE
- C) HAND OUT FOR GUIDING THE CLASS
- D) MOOD CHART

1. Introduction

Nepal Federation of Indigenous Nationalities (NEFIN) known locally as “*Nepal Aadibasi Janjati Maha Sangh*” is a leading, autonomous, and non partisan organization which represents 59 indigenous communities throughout the country. The organization is committed to fighting discrimination and dehumanization of the state in terms of decision making role in policy level, political representation of indigenous people in the legislative and executive body of the state, employment opportunities, human resource development training and so on. NEFIN has a vital role to empower towards promoting the indigenous strengthens for equality, social justice, and peace by improving the livelihoods of the poor, disadvantaged, and discriminated people of indigenous community within the Nepali society. NEFIN was formed with the mission to establish social equality and justice for preserving indigenous nationalities their distinct social, political, cultural, and linguistic identities by promoting their strong representation in every aspect of national life. It is the apex body of the 33 NEFIN’s District Coordination Councils representing all recognized indigenous nationalities of Nepal.

Janjati Empowerment Project (JEP) aims to empower and to increase participation of indigenous nationalities known as Aadibashi Janjati at all levels of the society to assert their rights to have their cultures, languages, and religions respectively. JEP will help them to build up the capacity of Nepal’s Jaqnjati to take lead to move campaigns against social, cultural, linguistic, political discrimination and disparity branded by so called Brahmin and Chhetri since the unification of Nepal Kingdom.

Different political parties, NGOs, INGOs, and government are giving big slogans to increase the participation of indigenous community in the development activities by improving the livelihoods of the highly marginalized indigenous and to mitigate poverty of these communities. But unfortunately the ground reality is that indigenous people have to face more harsh life day after day even now. Poverty levels of these communities are increasing every year. Majority of the so called elite cast and high placed people have a tendency to consider these people as beggars, helpless in the society. Therefore, we should equip these communities with education for life which empowers them to think and to understand the causes of discrimination and disparity in gaining access to opportunities from the state and to take action against such exploitation and discrimination. If they are given this kind of educational opportunities and trainings, indigenous communities can be mobilized to take an active role in decision making and develop potential leadership skills in the development activities by improving their livelihoods.

Therefore the community based literacy program’s aim is to empower indigenous people towards self help development for greater solidarity and strength. All of us who take pride in literacy education must advocate with the government and the donor agencies to first take literacy programs seriously, because this is the most significant program for taking the first step towards the elimination of all forms of discriminations and disparity against indigenous communities and dalit community and this alone can deter those who are still dominating these people.

2. Background

Nepal is a heterogeneous country in terms of language, culture, religions, and cast and ethnicity. It consists of 59 ethnic groups with different languages of which Nepali is the official (not national) language. With a per capita income of US \$ 210, it is ahead of only four other countries. Acute poverty exacts its toll disproportionately on women and children and especially girls, because Nepali society is historically male-dominated and exhibits societal son preference. Literacy rate reflects this trend. Nepal’s overall literacy rate is the lowest in South Asia; its female literacy rate is one of the lowest in the world.

According to the government statistics, the national literacy rate now stands 53% whereas the literacy rate of the indigenous is about 39 percent. The glaring disparity between Brahmin/Cheri and indigenous nationalities achievement cannot be ignored. To make matter worse, literacy rate among indigenous nationalities women and men is almost half that of Brahmin/Chetri . Despite the top priority given to illiteracy eradication programs in eight successive five year plans, progress in this sector has been rather sluggish.

More than 65 percent of indigenous communities earn less than 25 rupees a day. About 9 million Nepalese especially disadvantaged indigenous are illiterate.

Nepal has one of the best democratic systems of the government in the world governed by majority of inefficient, corrupt, and dominant Brahmin/Cheri leaders and administrators. So they are totally negligence to provide equal opportunity for the socio-economic development of the poorest disadvantaged indigenous nationalities comparing to the Brahmin/ Chhetri so that they could rule over these people consistently under darkness of ignorance and culture of silence. International donors though they are still in working in development field are also quite far to provide technical assistance, facilities, and training opportunities for the indigenous nationalities. External support of the donors still now has no sense to 90% of this indigenous community in Nepal.

One of the serious weaknesses of Literacy and Non Formal Education in Nepal is that it is not need based and does not take local sensitivities such as local language, culture, religion, and basic requirements of the community into account. In reality, the right of literacy and education as per the requirement of these community is being totally ignored by GO's/NGO's/ and INGO's who are working in the field of literacy and education program in Nepal. On the other hand literacy class is usually conducted for six or nine months and then they disappear after the program. Due to lack of continuity in literacy program and availability of self learning materials for the literate people, the danger of the beneficiary groups slipping back to illiteracy is the real biggest challenge.

On the other hand, the lack of reading materials with the interest of indigenous community own language and poor supply of available reading materials from headquarter to village level, literacy program could not provide functional education based on needs and problems of villagers or the indigenous nationalities. We often used to say that the literacy and NFE program should be need based of the people and it should help the disadvantaged community or villagers to identify their actual problems and help them to solve the problems through learning knowledge and skills related to civics rights, right to education, right to equal opportunity in public service and decision making role in the development activities, self respect of their language, culture and religious harmony. Although the curriculum has specified three levels of literacy programs, but the government has not developed books for literacy programs still now. On the other hand, the constitution of Nepal has made every citizen's right to receive basic education in their own mother tongue, but the government has not implemented this aspect of the constitution as yet.

The importance of learning materials cannot be over emphasized. If we want a person to be able to learn, the choice of relevant and suitable materials would be learning materials. The two books called *Naya Goreto* which are used for the literacy program since 1983 is not updated even today based on the practical need and requirement of the local community interest and needs. These two books are not appropriate as the interest of local community. It has neither addressed the interest of the indigenous people nor their locally used language.

Under the Asia-Pacific Program of Education for All (APPEAL-1989), HMG has approved a National Non-Formal Education Curriculum in 1997. Actually, the government should have revised the books according to the approved curriculum and the local/regional/national needs of the community. But it is still as it is and no changed at all.

Therefore, the concept of multi-lingual, multi-racial, multi-cultural religion, multi-national cast, race, creed, and ethnic reading materials should be included for the development of all community is very challenging. If we tried to establish learners generated materials with the participation of the local people that will be helpful to save the local language, culture, and religion and to create enabling environment in reading and to literate all. NEFIN-JEP has started to use learner's generated local-language reading materials to literate the indigenous nationalities. Actually, this is the challenging task for NEFIN-JEP to organize and implement this program but it will strengthen the capacity of indigenous nationalities to seek their culture, language, tradition and their fundamental right in the society.

It is expected that the indigenous nationalities who are involving in gender aware community literacy materials designing and facilitation skills with the funding support of the NEFIN/JEP will started to develop the basic level reading materials using the guidelines of the developed curriculum.

3. PURPOSE OF GENDER AWARE COMMUNITY LITERACY

The purpose of this literacy training is not merely to enable to read, writr, and calculate just for their own sake nor is it to enable the illiterate peoplec to develop their skills merely, so they can function minimially in response to day to day work of their personal task. The ultimate goal of this gender aware community literacy program is to access to opportunity in education and training, and to assert their rights in equal participation in decision making role in the policy level of the state for the indigenous nationalities by increasing their involvement in the social development. The ultimate aim of this gender aware community literacy program is to empower the leadership skill in handling the issues of Janjatis at local level for the improvement of the quality of life and right to survive in the society as a honor human life. This literacy training ultimately addressed the right of indigenous nationalities to get equal opportunity to develop their diverse ,ethnicity ,culture, language, religion without any constraints and to seek their right to education, job opportunity, and political participation in the decision making role in the local level and the centre throughout the country.

4. OBJECTIVE

The primary objective of this training was to establish and enhance the capability and capacity of the participants (NFE Facilitator) to develop skills of designing the relevant gender aware literacy reading materials using local indigenous community language, interest, and addressing the practical needs of the community and facilitation skills of the NFE facilitator in the context of their own community. The participants, after the completion of this literacy training were expected to:

- 1) Develop basic level reading materials addressing the challenging issues of indigenous nationalities, interest and needs of the local community
- 2) Demonstrate a satisfactory level of facilitation skills and capacity in handling the arisen problems of the NFE participants at the local level
- 3) Identify the dominant role of so called elite cast (Brahmin/Chhetri) against their culture, language, religion and social system which was prevailed and fabricated using the power of state and able to condemn it collectively at the local level

- 4) Explain and address their practical needs and strategic interests at the local level for the equitable development of the society
- 5) Claim their rights to equity in education, training, public services at local and level and right for citizenship
- 6) Enable to his/her NFE participants to explain and express their own experiences, strengthens, and strategic interests in designing basic level reading materials and to seek their rights for equitable development of their own community at the local level
- 7) Use a logical approach to designing gender aware community literacy materials and facilitation skills
- 8) Able to express their experiences, knowledge, and practices learned and done in the classes

5. PARTICIPANTS

There were 121 participants from two districts of Jhapa and Sunsari in the training. Out of 121 participants, 51 were females and rest of the males. A total number of 106 NFE facilitators were selected directly with the involvement of local based organization “Aadibashi Janjati Development Group which was already formed in 15 VDCs and 15 participants were Group Promoters from Sunsari and Jhapa respectively. The list of NFE Facilitators and Group Promoters is given in Annex- .

6. Training Venues, Period, and Date

The training program was conducted at Nepal Community Development Centre, Jhapa and next was conducted at Hotel Sunsari. Considering the size of the participants, the training was divided for three groups. Seven days training was organized comprising the range of 40 to 41 participants in one each group and it was conducted from September 11 to 30 2005.

7. Designing and Developing Skills Reading Materials

The skills of designing and developing materials was focused on the local issues of indigenous nationalities and their basic needs and strategic interests to design and develop relevant reading materials as appropriate as their needs and interest. With the participation of NFE participants, the NFE Facilitators will lead discussion addressing the issues of disadvantaged indigenous nationalities and their practical needs and strategic interests and finalized the text incorporating all issues in the context of local level for basic level readers as appropriate in the format of short story, song, essay, poem and case study. With the participation of the NFE Facilitators, the major issues of the local groups were discussed and identified during the training was addressed the following issues:

- a. Identified issues and constraints raised by the indigenous nationalities what they are facing still in the local level
- b. Identified discrimination and differentiation against indigenous nationalities and dalit fabricated and compelled by so called elite cast especially Brahmin/Chhetri
- c. Employment facility of the government in the local level especially for janjatis/dalits

- d. Participation of the highly marginalized janjatis in the decision making role in VDC Development activities, Community Forestry Users Group, Leasehold Forestry Users Group, School Management Committee and allocation of fund given by the government for development of janjatis and dalit including women at the local level
- e. Government facilities allocated for VDC in terms of training, job opportunity, health facility, subsidy of agricultural inputs and fertilizers, education scholarship, and use of community forestry
- f. List out the day to day needs of community and mobility of the community for marketing, daily wages labor, and collection of fuel and fodders

With the participatory discussions centered around the NFE participants, the NFE facilitators helped them understand their bitter experiences and serious problems of indigenous nationalities that they are facing even today as a second class citizens and promote them to bring as such issues as a case study, story, essay, songs or dramas etc.

- a) Right to equity in employment in HMG services and training opportunity for indigenous nationalities at all levels of the society
- b) Reservation right for job opportunity and training for highly marginalized janjatis and quota for disadvantaged janjatis
- c) Citizenship Right to all indigenous nationalities without any constraints
- d) Involvement and participation of HMJ in the decision- making role in VDC Development activities, Community Forestry Users Group, Leasehold Forestry Users Group, School Management Committee, and establish especial recruitment policy in local government services

8. Training Course Contents

The training course was focused to improve the capability of the NFE Facilitators to design and facilitate the community literacy activities class in the context of indigenous nationalities. The major contents of the training for designing reading materials with key word approach and to facilitation skills were as given below:

- Skills on how to develop community interest reading materials using local resources and information
- Facilitation skills on selecting the relevant issues on practical needs and strategic interests of the local community
- Presentation skills of the developed text (story, songs, proverbs, poems, essay etc) in the class
- How adults learn and adult learning principle
- Characteristics of adult learning and adults learning psychology
- Participatory learning approach and skills
- Learning principles and process
- Quality of facilitators in facilitating and leading the class
- Handling skills of brain storming/ role play/drama/songs
- Communication skills

9. Methodology and Process of Training

a. Training Methods

The overall methodology of the training was based on the participatory learning method. The participants were fully encouraged to participate, express, share, and contribute their views and ideas focusing on the issues of indigenous nationalities. The primary role of resource person was mainly to facilitate and stimulate the NFE participants to expose their inherent knowledge and skills for the empowerment of the local communities. Almost all participants took part in the discussions very actively. The training was learner-centered and based on the participatory method. It was insisted and inculcated to all NFE Facilitators to build up open atmosphere for open participation of every members of the group, the most important aspect is the spirit of “respect” and “acceptance” to be free to learn, rethink their opinions and share fully their thoughts and feelings. By the participatory methods and techniques, it was expected to fulfil the following purposes:

- i) explore experiences of every indigenous nationalities in selecting the relevant materials in the context of the local level
- ii) use prespectives of different individuals with different attitudes, backgrounds, biases, norms and beliefs etc

- iii) make the best use of indigenous knowledge of the indigenous of the local participants in the NFE Classes
- iv) the participants get motivated to think, to reflect on experiences and to try to find ways of to develop and establish their culture, religion, language and systems strongly
- v) try to understand and realize the difficulties, constraints what they are facing from the state, and so called elite class
- vi) helps to accept innovative knowledge, skill, attitude, through a common understanding incorporate it in developing reading materials
- vii) build up feelings of cooperation, strengthen, and empowerment

b. Review and Evaluation

Each day towards the end of the session four participants were voluntarily selected to present and evaluate the outcome of whole session at the very beginning of the session of the next day. The review and evaluation help the participants to reinforce and evaluate their learning and skills.

c. Designing Reading Materials

Six steps on: (i) Determination of entry behavior, (ii) Selection of the objectives, (iii) Selection and sequencing of content, (iv) Strategies, groupings, time, pacing and resources, (v) Assessment of achievement and (vi) evaluation of teaching effectiveness will be used simultaneously in each developed texts for consistency in designing the materials. NFE Facilitators will develop simple reading materials using all facts and figures of locally available information, resources and sources concerning in their own challenges and constraints for social development.

d. Suggestion Box

In order to obtain the participants' assessment and the evaluation of the overall aspects of the training program, a suggestion box was kept in the training hall. The participants expressed their feedback in the form of suggestions. Before the beginning of the session suggestions were collected from the box and read out in the presence of all participants. The use of suggestions box also helped them to be more opened to express their internal views and ideas in the training session.

10. Preparation of the literacy materials:

The participants were asked to develop reading materials individually and to present it in the plenary session using different activities like role play, songs, poems, proverbs, dramas whatever designed and planned in the reading materials. This exercise helped them to prepare, design the reading materials for basic level and to use key word approach to breakdown key words of the topics and to organize word-game with initiation of the NFE participants. The developed reading materials designed in the format of story, drama, songs, essay, and case study during the training period is attached in ANNEX- A.

11. Training Evaluation and Findings

Evaluation of the training was conducted daily reviewing the outcome of the session of the previous day with respect to the learning by the participants. Four participants for this purpose were selected voluntarily at the end of each session to review and evaluate the outcome of the session for the next day.

The review and evaluation helped the participants to reinforce their learning and to develop the relevant reading materials as the interest of the learners (NFE Participants) to have feedback of the training session.

To assess the mood of the participants in the class room session, a Mood Chart was placed in the training hall. At the end of the session, all participants were asked to tick mark in the Mood Chart Form. The participants indicated their moods about the training in the mood chart by marking ticks in appropriate columns, (very good, good, need to improve) at the end of the daily session. The findings of the Mood Chart indicated by the participants are given in ANNEX B.

12. Final Evaluation and recommendation of the training

On the last days of each 7 days training of three groups consisting of 40-41 in one groups, the participants were given the task of overall evaluation of the training program including the selection of the issues for the story, drama, songs, proverbs, and important events related to the indigenous nationalities and facilitation skills including logistic support provided to them.

The findings of the final evaluation made by the participants are as follows including the recommendation for further improvement of the involved participants to build up their strengthen and capacity to facilitation skills in future.

a) Training Period

Out of 122 participants of the training, 97 participants' mentioned the training period as not sufficient to cover up all methodology of the training in designing reading materials and facilitation skills. All of the participants are requested to organize the next refresher training to share their experiences and practices what they gained in facilitating and organizing the community literacy classes. It is expected that it will help them to correct their knowledge, skills in designing reading materials, and facilitation skills effectively.

b) Recommendation for the refresher training

It was informed to all participants the refresher training will be organized after the completion of three months classes of all groups. If we provide this training for these all NFE participants, it will help them to collect relevant facts and figures relating to the interests and challenges of the indigenous community at the local level and to make it as a booklet in the format of case study, story, drama, essay, and important events with their own interest and initiation. Refresher training also guided them to share their experiences and best practices what they did in their classes in collecting information, constraints, challenges related with the indigenous communities and its solution in the groups. The best one materials developed by the NFE groups will be selected and disseminated for inspiring to others.

c) Publication of best one reading materials

It is requested and recommended to NERFIN-JEP take initiation to select and publish the best one relevant material among the different classes as identified and developed it as a reading materials by the indigenous nationalities for the promotion of the local indigenous nationalities. It will also help to know the realities of the highly marginalized indigenous groups at the local level.

d) Training course and contents

Regarding the course contents of the gender aware community literacy materials designing and facilitation skills training, all participants mentioned it as fully helpful to address and to identify their issues, diversity of ethnicity, languages, cultures, and religions what they traditionally doing it to develop the reading materials for basic level. There was none to mention it as unrelated to his/her interests during the training.

e) Opportunity for participation

It was mentioned them the participation of all participants in different activities as short and no time to cover all because of the big number of participants in the training. Most of the participants expressed that the skills of developing reading materials and role play rehearsal on facilitating practical exercise of the class was not sufficient for all.

f) Fulfillment of the participants' expectations

Out of 122 participants, 89 participants mentioned it as fully fulfilled and remaining mentioned it as partially fulfilled.

g) Best aspect of the training

Regarding the best aspect of the training, the followings were mentioned by most of the participants.

- a) Training management
- b) Learners' centered approach
- c) Appropriate use of example to encouraging the participants
- d) Best PRA technique and tools use for collecting information, issues, practical needs and strategic interests of the indigenous nationalities to incorporate it designing materials
- e) Participatory learning method
- f) Very nice facilitation and presentation skills
- g) Effective group exercise
- h) Good role play/brainstorming exercise

Annex-A

Gender Aware Community Literacy Materials Design and Facilitation Skills Training organized by NEFIN-JEP, Nepal

Name list of NFE Participants

S.N.	Name of Facilitators	Position	VDC/Ward
1.	Mr. Bhim Bahadur Sunuwar	Member of NEFIN/DCC	Dharampur-8
2.	Mr. Mohan Kumar Hemram	Group Promoter	Sharanamati- 9
3.	Mr. Lakhan Soren	Facilitator	Sharanamati- 6
4.	Mr. Sohanlal Hemram	Facilitator	Sharanamati- 1
5.	Mr. Lakhan Tudu	Facilitator	Sharanamati- 1
6.	Mr. Dewan Tudu	Facilitator	Sharanamati- 9
7.	Miss. Dulad Tudu	Facilitator	Sharanamati- 7
8.	Miss. Soni Soren	Facilitator	Sharanamati- 6
9.	Mr. Sarkar Hemram	Facilitator	Sharanamati- 6
10.	Miss. Dilmaya Tudu	Group Promoter	Haldibari- 3
11.	Mr. Dewan Tudu	Facilitator	Haldibari- 7
12.	Mr. Prakash Murmu	Facilitator	Haldibari- 9
13.	Mr. Ramlal Hemram	Facilitator	Haldibari- 9
14.	Mr. Parwat Kisku	Facilitator	Haldibari- 2
15.	Mr. Narayan Soren	Facilitator	Haldibari- 5
16.	Mr. Mahendra Murmu	Facilitator	Haldibari- 1
17.	Miss. Mankumari Tudu	Facilitator	Haldibari- 8
18.	Mr. Baburam Tudu	Facilitator	Haldibari- 7
19.	Miss. Muna Hasda	Facilitator	Haldibari- 2
20.	Miss. Maida Mardi	Facilitator	Haldibari- 2
21.	Mr. Badaram Tudu	Facilitator	Haldibari- 8
22.	Miss. Sunita Soren	Group Promoter	Garamami- 7
23.	Mr. Sukhdev Soren	Facilitator	Garamami- 7
24.	Mr. Budhkaran Hasda	Facilitator	Garamami- 2
25.	Miss. Sushila Murmu	Facilitator	Garamami- 5
26.	Miss. Phulmani Mardi	Facilitator	Garamami- 6
27.	Miss. Sunita Soren	Facilitator	Garamami- 2
28.	Miss. Luija Kisku	Facilitator	Garamami- 9
29.	Mr. Rajesh Khadya	Group Promoter	Mechinagar- 13
30.	Mr. Dashrath Khadya	Facilitator	Mechinagar- 13
31.	Mr. Raju Khadya	Facilitator	Mechinagar- 13
32.	Miss. Chama Urau	Facilitator	Mechinagar- 13
33.	Miss. Lucky Urau	Facilitator	Mechinagar- 13
34.	Miss. Sunita Urau	Facilitator	Mechinagar- 8
35.	Miss. Sarala Urau	Facilitator	Mechinagar- 8

Name list of NFE Participants (Asoj 1 to Asoj 7)

S.N.	Name of Facilitators	Position	VDC/Ward
1.	Mr. Rajesh Hemram	Group Promoter	Dangibari-2
2.	Miss. Seema Mardi	Facilitator	Dangibari-1
3.	Miss. Manika Soren	Facilitator	Dangibari-1
4.	Mr. Lukhi Hemram	Facilitator	Dangibari-2
5.	Mr. Suman Hemram	Facilitator	Dangibari-2
6.	Mr. Rajan Murmu	Facilitator	Dangibari-6
7.	Mr. Maham Murmu	Facilitator	Dangibari-9
8.	Miss. Shanti Kisku	Group Promoter	Jalthal-8
9.	Mr. Peter Murmu	Facilitator	Jalthal-7
10.	Miss. Durga Hasda	Facilitator	Jalthal-8
11.	Mr. Bhairab Soren	Facilitator	Jalthal-7
12.	Mr. Mangal Besra	Facilitator	Jalthal-8
13.	Mr. Lakhan Tudu	Facilitator	Jalthal-7
14.	Mr. Suniram Murmu	Facilitator	Jalthal-3
15.	Mr. Mangal Hemram	Facilitator	Jalthal-4
16.	Miss. Urmila Hemram	Facilitator	Jalthal-6
17.	Miss. Chhabimaya Kisku	Facilitator	Jalthal-6
18.	Miss. Ramina Hasda	Facilitator	Jalthal-8
19.	Miss. Manju Murmu	Facilitator	Jalthal-7
20.	Miss. Sushila Baskey	Facilitator	Garamani-2
21.	Miss. Shanta Tumbhahamphe	Facilitator	Garamani-2
22.	Miss. Renuka Hasda	Group Promoter	Goldhap-4
23.	Mr. Lakhiram Murmu	Facilitator	Goldhap-5
24.	Miss. Mangali Baskey	Facilitator	Goldhap-9
25.	Miss. Shanti Hasda	Group Promoter	Jymergadi-4
26.	Mr. Upenlal Tudu	Facilitator	Jymergadi-2
27.	Miss. Mangali Soren	Facilitator	Jymergadi-8
28.	Miss. Sewika Limbu	Facilitator	Jymergadi-2
29.	Miss. Bablu Mardi	Facilitator	Jymergadi-2
30.	Mr. Kishan Mardi	Facilitator	Jymergadi-1
31.	Mr. Mankumar Kisku	Facilitator	Jymergadi-8
32.	Mr. Babulal Hemram	Facilitator	Jymergadi-4
33.	Mr. Ravilal Baskey	Facilitator	Chakchaki-4
34.	Miss. Phulmani Murmu	Facilitator	Duhagadi-1
35.	Miss. Samati Soren	Facilitator	Ghailadubba-5
36.	Miss. Jyoti Kisku	Facilitator	Sarnamati-9
37.	Mr. Dilip Murmu	Group Promoter	Maheshpur-3
38.	Mr. Ramu Mardi	Facilitator	Maheshpur-7
39.	Mr. Sudan Murmu	Facilitator	Maheshpur-3
40.	Miss. Bhumika Tudu	Facilitator	Maheshpur-3
41.	Mr. Supal Hemram	Facilitator	Maheshpur-5
42.	Mr. Dewan Tudu	Facilitator	Maheshpur-3
43.	Miss. Chhami Hemram	Facilitator	Maheshpur-1

Gender Aware Community Literacy Materials Design and Facilitation Skills Training organized by NEFIN-JEP, Nepal

Name list of NFE Participants Sunsari

S.N.	Name of Facilitators	Position	VDC/Ward
1.	Miss. Sushila Majhi	Group Promoter	Madhuban-7
2.	Mr. Ramesh Kumar Urau	Facilitator	Madhuban-5
3.	Miss. Pramila Kumari Urau	Facilitator	Madhuban-1
4.	Miss. Yasodha Majhi	Facilitator	Madhuban-7
5.	Miss Kavita Majhi	Facilitator	Madhuban-7
6.	Miss. Sushma Majhi	Facilitator	Madhuban-7
7.	Mr. shyam Lal Urau	Facilitator	Madhuban-8
8.	Mr. dev Narayan Urau	Facilitator	Madhuban-5
9.	Mr. Ram Kumar Urau A	Facilitator	Madhuban-3
10.	Mr. Ram Kumar Urau B	Facilitator	Madhuban-1
11.	Miss. Phulmanti Urau	Facilitator	Madhuban-3
12.	Miss. Sanchho Kumari Urau	Facilitator	Madhuban-3
13.	Mr. Indralal Urau	Facilitator	Madhuban-1
14.	Mr. Suresh Majhi	Group Promoter	Prakashpur-6
15.	Mr. Deep Narayan Urau	Facilitator	Prakashpur-8
16.	Miss. Sita Majhi	Facilitator	Prakashpur-7
17.	Miss. Sita Majhi	Facilitator	Prakashpur-7
18.	Miss. Sakuntala Urau	Facilitator	Prakashpur-8
19.	Miss. Anita Urau	Facilitator	Prakashpur-1
20.	Miss. Sita Urau	Facilitator	Prakashpur-8
21.	Mr. Dilip Urau	GroupPromoter	Bhokra-7
22.	Mr. Paraslal Urau	Facilitator	Bhokra-7
23.	Mr. Jogindra Urau	Facilitator	Bhokra-7
24.	Mr. America Urau	Facilitator	Bhokra-8
25.	Miss. Kopila Urau	Facilitator	Bhokra-6
26.	Miss. Devkumari Urau	Facilitator	Bhokra-3
27.	Mr. Laxman Urau	Facilitator	Bhokra-6
28.	Miss. Sonika Urau	Facilitator	Bhokra-8
29.	Miss. Dayawati Urau	Facilitator	Bhokra-7
30.	Miss. Budhani Urau	Facilitator	Bhokra-7
31.	Mr. Manojkumar Urau	GroupPromoter	Narshingha-9
32.	Miss. Pravinkumari Urau	Facilitator	Narshingha-9
33.	Miss. Nirmaladevi Urau	Facilitator	Narshingha-7
34.	Miss. Dhyani Urau	Group Promoter	W. Kusaha-1
35.	Miss. Rinakumari Urau	Facilitator	W. Kusaha-8
36.	Miss. Kamalkumari Urau	Facilitator	W. Kusaha-8
37.	Miss Renukumari Urau	Facilitator	W. Kusaha-6
38.	Mr. Devnarayan Urau	Facilitator	W. Kusaha-9
39.	Mr. Dilbahadur Urau	Facilitator	W. Kusaha-7
40.	Mr. Gopal Urau	Facilitator	W. Kusaha-4
41.	Mr. Bhupal Urau	Facilitator	W. Kusaha-1
42.	Miss. Saritakumari Urau	Group Promoter	Laukahi-3
43.	Mr. Ranjit Urau	Facilitator	Laukahi-3
44.	Miss. Tejodevi Urau	Facilitator	Laukahi-9

ANNEX- B
Mood Chart
My Mood Today

✓ Please tick mark

Mood	DAY						
	Day 1	Day 2	Day 3	Day4	Day 5	Day 6	Day 7
Very good	96 79%	103 85%	79 65%	97 80%	91 75%	101 83%	89 73%
Good	21% 26	15% 19	35% 42	20% 24	25% 30	17% 21	27% 33
Need to improve							

Note: Total numbers of 122 participants consisting in the range of 40-41 participants once training, three trainings were organized in Jhapa, and Sunsari dated from September 11 to 30, 2005. All participants were asked to tick mark in the mood chart at the end of the seeion which was numbered and calculated in the above table.

Training Curriculum
 .On
 Gender Aware Community Literacy Training for NFE Facilitators of Highly Marginalized Janjatis

Session	Session Objectives	Methodology	Equipment/ Materials	Time
1. Pre & Post test	By the end of this session, the level of understanding of different participants will be measured in the beginning of the training and compared their understanding level after the completion of the training.	Objective questionnaire for individual Per test	Pencil/ Objective questionnaire	30. min.
2. Climate setting in the training	By the end of this session, participants will be able to achieve the following objectives 1. To help learners ease into the program and make them ready to learn, 2. To encourage them to open up and participate in the learning process, 3. To interact with each other to share their expectations, fears, perceptions, interests, problems and other information,	Pair group exercise, participatory discussion on setting norms, expectation collection	Flash card, Marker, Newsprint	2.5 hr
3. Adult Learning	By the end of this session, will be able to identify the characteristics of adult learning, know the differentiation of learning of the children and adults and explain how a facilitator can apply the principles of adult learning	Group exercise/role play/ plenary discussion	Newsprint/ Marker/ OHP	2.hr.
4. Experiential Learning	By the end of this session, participants will be able to 1. Explain how adult people learn in different way 2. Describe the phase of Experiential Learning Cycle and the relationship among the phase 3. Analyze and generalize their ideas and experiences	Role play/Group exercise/ Brainstorming,	Newsprint/ Marker	1.5 hr

Training Curriculum
On
Gender Aware Community Literacy Training for NFE Facilitators of Highly Marginalized Janjatis

Session	Session Objectives	Methodology	Equipment/ Materials	Time
5. Facilitation Skills	By the end of this session, participants will be able to use verbal and non-verbal facilitation skills to enhance communication in community literacy classes.	Role play/ Handling questionnaire/ paraphrase exercise	Newsprint/ Marker	1.5
6. Assessments of local needs as appropriate with HMJ	By the end of this session, participants will be able to explain how a needs assessment helps in developing relevant materials and key words for the local groups.	Case study/ collection information on interesting events/ Group work	Newsprint/ Marker/ Posters	2 hr.
7. Importance of community literacy	By the end of this session, participants will be able to <ol style="list-style-type: none"> 1. Explain and use the skills of community literacy in the community literacy class 2. Use relevant materials to select and to learn as their day to day needs 3. Encourage HMJ to learn and practice own mother language including Nepali. 4. Learn the meaning and values of innumeracy and arithmetic and its relationship in their life 5. Express and share their problems and feelings openly with others. 6. Mobilize locally available resources as needed. 	Participatory discussion/ Brainstorming/ collection of the local forms, bills, labels of produced goods,	Note-book/ Ball pen/ Newsprint paper/ marker s	2.5

Training Curriculum
On
Gender Aware Community Literacy Training for NFE Facilitators of Highly Marginalized Janjatis

Session	Session Objectives	Methodology	Equipment/ Materials	Time
8. Identity of the HMJ Community for developing Learners Generated materials	By the end of this session, participants will be able to <ol style="list-style-type: none"> 1. Mobilize available natural resources and public resources 2. Design and develop 75 percent of functional education reading materials and include 25 percent reading materials based on the National Non Formal Education's Curriculum grid. 3. Use LEA/REFLECT and PRA method for developing materials 	Group discussion/ Traditional culture, stories,/ folk songs/ Selection and prioritization of key words and issues	Ball pen/ Note-book/ Ball pen/ Newsprint paper/marker s	2.5 hr
9. Identity and classification of socially exploited indigenous nationalities and practical issues and strategic interest of overall exploited indigenous	By the end of this session, participants will be able to explain the socially exploited indigenous nationalities in the context of Nepal.	Group discussion	Newsprint paper/marker s	2.5. hr
10. Gender and leadership empowerment	By the end of this session, participants will be able to <ol style="list-style-type: none"> 1. Identify the base of power and explore the relationship between leadership and power 2. Analyze activity profile and access to and control over the resources 3. Understand the practical needs and strategic interests of the HMJ including overall indigenous nationalities to incorporate in the community learning materials. 	Role play/group work/group discussion/ plenary discussion	Ball pen/ Note-book/ Ball pen/ Newsprint paper/marker s	3.5 hr

Training Curriculum
On
Gender Aware Community Literacy Training for NFE Facilitators of Highly Marginalized Janjatis

Session	Session Objectives	Methodology	Equipment/ Materials	Time
11. Designing skills of HMJ community literacy materials	<p>By the end of this session, participants will be able to</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Select relevant learner's interest materials 2. Collect, analyze and develop locally used and suitable reading materials based on available posters, labels of the produced goods, cuttings of interesting newspapers, local stories, songs, cultures and renown personalities of their own janjatis. 3. Decide what messages, knowledge, skills and attitude is as appropriate as to include in developed HMJ reading materials 4. Clarify objective, subject, level of language used in the materials, including reading, writing, and numeric skills. 	<p>Field observation/ PRA/REFLECT discussion on the issues/ Using appropriate posters/ role play/ games/ songs/ IEC materials/ pamphlets/ dialogue/ discussion/ dramas/ labels of the products</p>	<p>Markers/Car d Board paper/ newsprint/ pencil/ loose paper</p>	3.hr
12. Problem Tree using the issues of excluded indigenous nationalities	<p>By the end of this session, participants will be able to</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. list out the religion, cast, culture, institutions deeply rooted to dominate others, 2. Review the education system, 3. Access to and control over the public resources/development activities 4. Domination of elite class in the local level 5. Disparity in government facility 	<p>Group exercise/ discussion</p>	<p>Ball pen/ Note-book/ Newsprint paper/marker s</p>	1.5 hr

Training Curriculum
On
Gender Aware Community Literacy Training for NFE Facilitators of Highly Marginalized Janjatis

Session	Session Objectives	Methodology	Equipment/ Materials	Time
13. Relationship of alphabet letters	By the end of this session, participants will be able to understand the interrelationship of the alphabets in key word approach and its use in simple word and joint words..	Brainstorming/ group discussion	Ball pen/ Newsprint paper/markers	1.hr
14. Interlink of +, -, X, & ÷ in numeric term and its practice	By the end of this session, participants will be able to understand interlink of adding, subtracting, multiply and dividing in its practical use and able to tally it in practice.	Group exercise/ Brainstorming/	Newsprint paper/markers	2.hr
15. Practicum	In this session, participants will 1. Practice facilitation techniques by implementing the training session they have designed 2. Revise feedback from others to identify strong and weak points of the session design and the use of facilitation techniques.	Practical and participatory	Newsprint/ marker/	1.5 hr
16. Practicum	In this session, participants will 1. Select key word for learners 2. Address the main words using alphabet and do practice in reading/writing. 3. Discuss on the issues /challenges and decide to tackle it 4. Assist to the participants in numeric skills accordingly.			2.5 hr

Suggested Time Plan

Day- 1

1. Pre & Post test
2. Climate setting in the training
3. Adult Learning
4. Experiential Learning
5. Expectation collection of the participants
6. Importance of Gender Aware Community Literacy (GACL)
7. Recapitulation and Evaluation

Day- 2

1. Preview of Day-1
2. Identifying techniques and tools for designing and developing GACL in the local level
3. Goals and objectives of the GACL
4. Facilitation Skills
5. Advantages of local level developed learners' generating materials as identifying local needs
6. Technique and tools for identifying marginalized janjatis
7. Adult learner's Psychology and how adult learn
8. Recapitulation and Evaluation

Day-3

1. Preview of Day-2
2. Heart Game (What do you like to do which is not considered appropriate (not allowed) to do in the society as a woman of indigenous nationalities? What do you not like to do which defined and considered for you as a indigenous nationalities)
3. Access to and control over the public resources / public services/ political power/ and over the homestead and the community as a indigenous nationalities
4. Stereotype myths of male and female in terms of gender diagnosis
5. Major issues of indigenous nationalities in terms of practical needs and strategic issues
6. Participants' conclusion and commitment in the social power relationships through gender aware perspectives
7. Practical needs and strategic interests of the indigenous nationalities identified by the participants
8. Recapitulation and Evaluation

Day-4

1. Preview of Day-3
2. Designing skills of HMJ community literacy materials
3. Relationship of alphabet letters
4. Interlink of +, -, X, & ÷ in numeric term and its practice
5. Learning psychology of adults
6. Characteristics of adult learning and child learning
7. Reaction of indigenous nationalities people addressed towards development in terms of power, resources and choices
8. Recapitulation and Evaluation

Day-5

1. Preview of Day- 4
2. Problems created by the development work for the livelihood of the indigenous nationalities
3. Problem Tree using the issues of excluded indigenous nationalities
1. Scope and areas of the selected content of NFE National Council
2. Basic level/intermediate level and self learning level
3. Matching and selection of the content base on NFE National Curriculum Grid
4. Practical exercise in developing materials
4. Recapitulation and Evaluation

Day 6 & 7

1. Preview of Day- 5
2. Practicum
3. Feedback on the develop materials and facilitation skills
4. Recapitulation and Evaluation

भाद्र २६ गते

❖ तालिम शुरु हुनु भन्दा अगाडी भएको छलफलको आंशिक कुराहरु :

- ✓ गोजी खर्च रु. ५०/- मात्र
- ✓ आदिवासी जनजातीको स्थान, औचित्य, सम्मान ?
- ✓ आदिवासी जनजाती को हुन् ? वारे सामान्य जानकारी ।
- ✓ कार्यक्रम चुनौतीपूर्ण रहेको छ ।
- ✓ हामीले जनजातिको मात्र नभएर सम्पूर्ण आदिवासी जनजातिको साभा समस्याहरु विचारलाई परिपक्व र फराकिलो पानुपर्दछ ।
- ✓ ठूला-ठूला नेताहरुको भाषण जसले देशमा छुवाछुतको भावनालाई सखाप पार्ने वचन दिएका थिए । सबै जाती समान हुन ? भन्ने मात्र भाषण रह्यो ।
- ✓ यो देशका ठूला-ठूला व्यक्तिहरुले मुखले मात्र सबै जाती समान हुन भनेर भन्छन् तर व्यवहारमा भने लागु हुन सकेको छैन ।
- ✓ क्षेत्री तथा वाहुनहरु नै यस देशका आदिवासी जनजाति प्रति भेदभाव राख्ने प्रमुख स्रोतहरु हुन् जसले देशमा एउटा जातीय भेदभावको भावनालाई समाजमा बलियो बनाउन हरेक हथखण्डाहरु उपयोग गरेका छन् ।

तालिम पूर्व दिइएको विषय सूचीहरु :

१. पूर्व - परिक्षण
२. अनुकूल वातावरण सृजना कार्य
३. तालिममा आशा गर्नु भएका कुराहरु
४. वयस्क / प्रौढ सिकाई
५. अनुभवजन्य सिकाई
६. लैङ्गिक सचेतिकरण सामुदायिक प्रौढ साक्षरताको महत्व
७. लैङ्गिक सचेतिकरण सामुदायिक प्रौढ साक्षरताको लक्ष्य र उद्देश्य
८. मूल्याङ्कन (सम्पूर्ण तालिम बारे)

पूर्व परिक्षा :

विषय सूची वा एजेण्डाहरु

२०६२/५/२६ गते

- (१) वयस्क / प्रौढ सिकाई मनोविज्ञान र प्रौढ सिकाई
- (२) अनुभवजन्य सिकाई
- (३) लैङ्गिक सचेतिकरण सामुदायिक प्रौढ साक्षरता कार्यक्रमको महत्व र उद्देश्य
- (४) औपचारिक तथा अनौपचारिक शिक्षाका फरक पक्षहरु

२०६२/५/२७ गते

- (१) सिहावलोकन तथा मूल्याङ्कन
- (२) गाउँले मान्छेका विशेषताहरु
- (३) पाउलो फ्रेर (अनौपचारिक प्रौढ शिक्षाको जन्मदाता)
- (४) गाउँले मान्छेको विशेषता प्रतिको धारणा

- (५) आदिवासी, जनजाति, महिला तथा पुरुषहरुको सामाजिक सम्बन्ध
- (६) आदिवासी, जनजातिको पहिचान र चुनौतिहरु
- (७) सहजकर्ता (सहयोगी कार्यकर्तामा) हुनुपर्ने गुणहरु

२०६२/५/२८ गते

- (१) सिहावलोकन तथा पुनरावलोकन
- (२) आदिवासी, जनजातिहरुको सुची / आवश्यकता/ तथा समस्यामा आधारित शिक्षण सामग्रीहरुको पहिचान र प्राथमिककरण
- (३) स्थानीय आवश्यकता, चाहना तथा समस्यामा निर्माण गरिने शैक्षिक सामग्रीहरु बनाउने विधि तथा तरीकाहरु
- (४) आदिवासी, जनजातिहरुको वर्गीकरण र वर्गीकरणका आधारहरु
- (५) शैक्षिक सामग्री निर्माण र शिक्षण विधिमा थाहा पाउनुपर्ने कुराहरु

२०६२/५/२९ गते

- (१) सिहावलोकन तथा मूल्याङ्कन
- (२) परम्परागत विकासले ल्याएको समस्याहरु र दिगो विकासको प्रयासहरु
- (३) शैक्षिक सामग्री निर्माणमा श्री ५ को सरकार अनौपचारिक पौढ शिक्षा केन्द्रले पारित गरेको साभ्ना विषयवस्तु
- (४) शैक्षिक सामग्री पढने लक्षित समुदायको तहहरु
- (५) पढाई / लेखाई तथा गणीतीय सिकाईको तरीकाहरु र अर्थहरु
- (६) शिक्षण अभ्यासको लागि पाठको तैयारी

२०६२/५/३० गते

- (१) प्रस्तुतीकरण विधि
- (२) शिक्षण अभ्यास
- (३) जोड(+), घटाउ(-), गुणा(×) तथा भाग(/)को सम्बन्ध तथा अर्थहरु
- (४) शिक्षण अभ्यास

२०६२/५/३१ गते

- (१) सहभागिहरुबाट शैक्षिक सामग्री निर्माण ।
- (२) शिक्षण अभ्यास, पाठ पढाउने सुनाउने सिप ।
- (३) मूल शब्द चिनाउने, सिकाउने , चुनौति खेल खेलाउने , शब्दमाला खेल खेलाउने ।
- (४) पुनु: शिक्षण अभ्यास ।

२०६२/६/१ गते

- (१) सहभागिहरुबाट शैक्षिक सामग्री निर्माण परिमार्जन ।
- (२) शिक्षण अभ्यास, पाठ पढाउने सुनाउने सिप ।
- (३) मूल शब्द चिनाउने, सिकाउने , चुनौति खेल खेलाउने , शब्दमाला खेल खेलाउने ।
- (४) पुनु: शिक्षण अभ्यास ।

१. अनुकूल वातावरण सृजना कार्य :

तालिम अवधिभर पालन गर्नुपर्ने नियमहरू :

- ❖ पालैपालो बोल्नुपर्ने ।
- ❖ समयको ख्याल राख्ने ।
- ❖ अरुको कुरा नकाट्ने, थप्नु पर्ने भए थपिदिने ।
- ❖ ढिलो भए चिट्ठा काट्ने, जे पछि त्यही नै गर्ने ।
- ❖ कसैलाई पनि हस्तक्षेप तथा आरोप नलाउने ।
- ❖ सुर्तीजन्य कुराहरु सेवन नगर्ने ।
- ❖ तालिम भित्र बोलेको कुराहरु व्यक्तिगत रुपमा नलिने / तालिम भित्रै सीमित राख्ने ।
- ❖ कसैले बोल्नु परेमा / सोध्नु परेमा हात उठाई दिने ।
- ❖ सुभाब पेटीमा सबैले हरेक विहान आफ्नो कुराहरु राख्नुपर्ने ।

मूल्याङ्कन तथा पुनरावलोकन गर्ने टिमको छनौट :

तालिम हुने दिन	मूल्याङ्कन तथा पुनरावलोकन गर्ने दिन	मूल्याङ्कन	पुनरावलोकन
भाद्र २६ गते	भाद्र २७ गते	मैदी माडी , लुईजा किस्कु	महेन्द्र मुर्मु , नारायण सोरेन
भाद्र २७ गते	भाद्र २८ गते	दशरथ खडिया , बडराम टुडु	सुनिता सोरेन , लक्की उराव
भाद्र २८ गते	भाद्र २९ गते	फूलमाया माडी , मन कुमारी टुडु	सोनी सोरने , प्रकाश मुर्मु
भाद्र २९ गते	भाद्र ३० गते	राजेश खडिया , दिलमाया टुडु	लखन सोरेन , सरकार हेमरम
भाद्र ३० गते	भाद्र ३१ गते	मोहन विक्रम हेमरम , देवान टुडु	दयामती मुर्मु , पर्वत किस्कु

मूल्याङ्कनमा रहेका पदाधिकारीहरुले विषयवस्तुको बारेमा उक्त विषयवस्तु ठिक वा बेठिक भनेर हेर्ने । आवश्यक सुभाब भए उक्त विषयवस्तुमा सुभाब समेत दिने ।

पुनरावलोकनमा रहेका पदाधिकारीहरुले विषयवस्तुमा रहेर विषयवस्तुका आधारमा कार्य भए नभएको हेर्ने ।

२ पूर्व-परिक्षण अभ्यास कार्य :

- क. प्रौढ साक्षरता कक्षा चलाउने सहयोगी कार्यकर्ता कस्तो हुनुपर्छ ?
- ख. सहयोगी कार्यकर्ता कसलाई भनिन्छ ?
- ग. सहयोगी कार्यकर्ता र शिक्षकमा के फरक छ ?
- घ. विद्यार्थी र प्रौढ पढ्ने सहभागीमा के फरक छ ?

- ड. औपचारिक शिक्षा र अनौपचारिक शिक्षा बारे फरक छ, जस्तो लाग्छ ? लाग्छ भने कसरी ?
- च. छलफल विधि, भूमिका प्रदर्शन, मस्तिष्क मन्थन विधि भन्नाले के बुझिन्छ ?
- छ. सहभागीहरूले सिक्न चाहेको कुराहरूलाई बुझेर शिक्षण सामग्री / पढ्ने सामग्री बनाउनु परेमा के-के कुराहरू थाहा पाउनु जरुरी छ ?

Reading the word as well as understand the world.

- Paulo Freire

शब्दलाई पढ र चिन र संसारलाई चिन र बुझ । – पाउलो फ्रेरेको भनाइवाट तालिमको शुरुवात भएको थियो ।

पौठ सहभागि तथा सहयोगि कार्यकर्ता र शिक्षक तथा विद्यार्थी विच को फरक हरुलाई छलफल गरी निम्न बमोजिम देखाएको छ ।

सहभागी	:	विद्यार्थी
सहयोगी कार्यकर्ता	:	शिक्षक
आवश्यकतामा केन्द्रित	:	विषयवस्तुमा आधारित
आत्मा निर्देशित	:	शिक्षक केन्द्रित
विषयवस्तुको छनौट	:	पहिले नै निर्धारित विषयवस्तु
सहभागीहरूकै सल्लाहमा समय निर्धारण	:	समय निर्धारित र शैक्षिक सत्र भएको
आफूलाई चाहिने जिवन उपयोग कुराहरु	:	पाठ / किताबी कुराहरु सिक्नुपर्ने
सम्मान र आदर पूर्वक सिक्ने	:	डर / त्रास र घोकने
तार्किक शक्ति बढी / स्मरण कम	:	स्मरण शक्ति बढी / तार्किक कम

गाउँले निरक्षर/नपढेको मान्छे (महिला र पुरुष) को आनीबानी विशेषता कस्तो हुन्छ ? भनि सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई ४ / ४ जनाको समुहमा विभाजन गरी लेख्न लगाइयो ।

निरक्षर मान्छेको निम्न बिशेषता लेखेको पाइयो :

- कर्मयोगी हुने (अरुको भनाई नसुन्ने) ।
- मेहनेती ।
- इमान्दार (फटाई नगर्ने) ।
- सहनशिल र लगनशिल
- मनका कुरा
- पक्षपाती
- कम उमेरमा विवाह गर्ने गराउने
- छोरा र छोरी प्रति भेदभाव गर्ने
- बोल्दा गल्लि हुन्छ भन्ने
- लजाउने

- अज्ञानी
- जातजातिमा भेदभाव गर्ने
- अन्ध विश्वासी
- बोल्न लजाउने ।
- अन्ध विश्वासी हुने ।
- जानेका कुरा पनि समूहमा राख्न नसक्ने ।
- चाडो विवाह गरि दिने ।
- सोच्ने शक्ति नभएको ।
- आफुलाई मै हु (घमण्डी) भन्ने ।
- बुढेसकालमा बसी बसी खान बढि सन्तान जन्माउने ।
- मुख व्यवहार गर्ने ।
- राजनैतिक कुरा नबुझ्ने ।
- बढि अन्ध विश्वासी ,
- भगडालु (भगडीया)
- फोहोरी ,
- छोरा छोरीको प्रति केहि थाहा नभएको ।
- सहयोग नगर्ने ।
- जड्या र स्वास्नी कुट्ने ।
- अरुको राम्रो काममा पनि रिस, डाहा गर्ने ।
- बोल्ने तरिका नभएको ।
- अर्काको लहलहैमा लाग्ने ।
- सोभो हुने ।

निरक्षर (नपढेको गाउँले) र साक्षर (पढेको गाउँले) विच के-के फरक छन् ? भनि सोधेको प्रश्नमा व्यक्तिगत रुपमा निम्न फरक धारणा रहेको पाइयो ।

- बोलाईमा फरक
- व्यवहारमा फरक
- चालचलनमा फरक
- स्वास्थ्यमा फरक
- सोचाईमा फरक
- खुवाईमा फरक
- अनुशासनमा फरक
- पेशामा फरक
- मानसिक विकासमा फरक

- नैतिक, राजनैतिक, सास्कृतिक, आर्थिक आदि

✓ पाउलो फ्रेट :

- पाउलो फ्रेटको जन्म अफ्रिकाको रेसिफ शहरमा भएको थियो ।
- “कुनै पनि प्रश्नहरू अनावश्यक/मूखर्तापूर्ण हुँदैनन् र कुनै पनि उत्तरहरू पूर्ण हुँदैनन् ।” (पाउलोको भनाई)
- “अक्षर सिक र संसारलाई चिन ।” **Read the word, understand the world.** (पाउलोको भनाई)
- निर्धक्क भएर आफ्नो समस्या राख्ने/अरु सामु बोल्ने र निर्णय दिन सक्ने । (पाउलोको सिद्धान्त)
- समुदाय/जनजातिहरूको समस्या राख्न सक्ने र नेतृत्व दिने ।
- आफ्नो विचार राख्न सक्ने र अरुको विचारमा समेत कदर गर्ने ।
- आफ्नो जिवनलाई चाहिने व्यावहारिक र उपयोगि कुराहरू सिक्ने ।
- प्रौढ/वयस्कहरू : अर्थपूर्ण र तर्क संगत कुराहरू सिक्ने हुन्छन् ।
- प्रौढ/वयस्कहरू भविष्यमुखी (आशावादी) कुराहरू चाहँदैनन् । वर्तमान र तात्कालीक कुराहरू सिक्न चाहन्छन् ।
- प्रौढ/वयस्कहरू आफ्नो रुचि, ईच्छा र आवश्यक पर्ने कुराहरू मात्र सिक्न चाहन्छन् ।
- प्रौढ/वयस्कहरूको लागि छुट्टै किताव हुँदैन । उनीहरूको अनुभव र ज्ञान नै एउटा किताव हो तसर्थ सहयोगि कार्यकर्ताले उनीहरू कै रुची, चाहाना र आवश्यकतामा केन्द्रित भएर सिक्ने सिकाउने वातावरणको सृजना गर्नु पर्छ र सोही अनुसारको सिकाई लेखाई र पढाई सीपको विकास गर्नु पर्छ । आफू स्वयं एउटा सृजनशिल सहयोगी शिक्षक हुनुपर्दछ ।

✓ आदिवासी जनजातिहरूको अनुभव र सोचाईमा जान्नु पर्ने कुराहरू :

- हामी कहाँ छौं ?
- कहाँ जान खोजिरहेका छौं ?
- क-कसलाई डोऱ्याएर लैजानुपर्नेछ ?
- के-के कुराहरू उठाउन जरुरी छ ?
- के-के कुराहरू सिक्नु पर्नेछ ?
- के-कस्ता सुविधाहरू पाएको छैनौं ?
- ति सुविधाहरू पाउनको लागि के-के गर्नुपर्दछ ?

✓ वयस्क/प्रौढ सिकाई :

- प्रौढहरू आफूलाई चाहिने कुराहरू सक्रिय भएर सिक्न चाहन्छन् ।
- सहयोगी कार्यकर्तामा मात्र भर पर्दैनन् । आफ्नो अनुभवको कुराहरू समेत भन्छन् ।

- सहयोगी कार्यकर्ताको ज्ञान र सिकाईमा मात्र भर पर्दैनन् ।
- आदर सम्मानको साथ अर्थपूर्ण कुराहरु सिक्न चाहन्छन् ।
- प्रौढहरु आफूलाई सादा पन्ना/खाली दिमागको खोक्रो ठान्दैनन् । सहयोगी कार्यकर्तामा मात्र भर पर्दैनन् ।
- उनीहरुको सिकाई र बुझाईमा हस्तक्षेप र दवाव दिनु हुँदैन ।
- सहयोगी कार्यकर्ता र सहभागी दुवै ज्ञानको श्रोत हुन् । अनुभव साटासाट गर्न चाहन्छन् र सिक्छन् ।
- प्रौढहरुको सिक्ने सिकाई व्यक्तिगत (नीजि) मामिला हो । ढिलो चाँडो सिक्नु आ-आफ्नै स्वभाव हो ।

✓ **सामुदायिक साक्षरताको लक्ष्य, उद्देश्य र महत्व :**

- ❖ आफ्नो भाषा स्पष्ट र सजिलोसँग बोल्ने ।
- ❖ निडर र बोल्न सक्ने बनाउँछ ।
- ❖ दैनिक जिवनमा चाहिने सामग्रीहरुलाई पढ्न सक्ने ।
- ❖ आफ्नो भावना, विचारहरु व्यक्त गर्न सक्ने र आदानप्रदान गर्ने ।
- ❖ व्यक्तिगत विकास, जनजातिको विकास प्रति सकारात्मक कुराहरु गर्न तत्पर हुने ।
- ❖ सरल अंक गणितका हिसाबहरु (दैनिक जीवनमा चाहिने) सिक्न सक्ने र गर्न सक्ने ।
- ❖ पढाई, लेखाई तथा हिसाबबाट ज्ञान, सीप आर्जन गरी व्यवहारमा (प्रवृत्ति) लागु गर्ने ।
- ❖ आदिवासी जनजातिहरुको सामाजिक, धार्मिक, साँस्कृतिक, आर्थिक क्रियाकलापहरुमा सक्रिय रूपमा क्रियाशील हुने ।
- ❖ आदिवासी जनजातिहरुले भोग्नु परेको समस्या, विभेद, राज्य र समाजले गरेको शोषणको पहिचान गर्न सक्ने छन् ।

✓ **ज्ञान (Knowledge), सिप (Skill) र प्रवृत्ति (Attitude) :**

- ❖ ज्ञान (जान्नु पर्ने कुरा वा जानेका कुराहरु) कुनै पनि कुरा सिक्नो भने त्यो ज्ञान हो ।
जस्तै : “पानी” भन्ने शब्द नेपाली भाषा तथा जातीय भाषामा लेख्न जान्यो भने ज्ञान हो ।
- ❖ सिप (जानेका कुरालाई प्रयोग गर्ने तरिका) त्यो पानी कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने बारे जान्यो भने त्यो सिप हो ।
- ❖ सिकेको सीपलाई व्यवहारमा उताय्यो भने त्यो प्रवृत्ति हो । प्रवृत्ति / व्यवहार भनेको सिकेको कुरालाई व्यवहारमा लागु गर्नु हो

भाद्र २८ गते

- ✓ **चित्र प्रस्तुतीमा सहभागिवाट छलफल गरी पेश भएका महिला र पुरुषका विशेषताहरु :**

महिला	पुरुष
➤ लामो कपाल	➤ कपाल छोटो
➤ बुलाकी लाउने	➤ फेटा लाउने
➤ टिका लाउने	➤ गम्छा लाउने
➤ गाजल लाउने	➤ घुमन्ते
➤ टप लाउने	➤ घर व्यवहार हेर्ने
➤ लिपिस्टिक लाउने	➤ लभ गर्ने
➤ माला	➤ किसानी
➤ चुरा	➤ आफ्नो लागि चाहिने सामान किनबेच गर्ने
➤ लजालु	➤ घरमुली
➤ पुरुषलाई सम्मान गर्ने	➤ अधिन चलाउने
➤ गृहणी	➤ पैसा कमाउने
➤ नरम	➤ परिवार पाल्ने
➤ घर भित्रको मात्र काम गर्ने	➤ कडा मिजास
➤ बच्चा स्याहार गर्ने	➤ बलियो/हिष्टपुष्ट
➤ पतिलाई भगवान ठान्ने	➤ निडर
➤ डरछेरुवी	➤ जड्याहा
➤ बच्चा जन्माउने	➤ फटाहा
➤ पोते, भुम्का, नत्थी र कल्ली लाउने	➤ केटि जिस्क्याउने
➤ बालबच्चालाई पालनपोषण र ठूलो बनाउने	➤ पत्नीलाई दबाबमा राख्ने
➤ घर सफा गर्ने	➤ रक्सी खोजीखोजी खाने
➤ घरको कठिन काममा पनि काम गर्ने	➤ श्रीमती पिट्ने
➤ परिवार प्रति मायालु	➤ हलो जोत्छन्
➤ परम्परागत पोशाक लाउने	➤ दह्रो सोचाई
➤ विहान बेलुका घरधन्दा गर्ने	➤ गाउँ डुल्ने
➤ बढी दुःख भोग्ने	➤ आँटी
➤ अशिक्षित	➤ कपाल छोटो
➤ बढी धैर्य	➤ महिलालाई हेप्ने
➤ सरल सोचाई	
➤ घुम्न चाहने	
➤ दैनिक खाता पकाउने	

✓ महिला र पुरुषको घर समुदायमा भएको कामको र नियन्त्रणको आधारमा प्रस्तुत पहुँच, प्रयोग र नियन्त्रण :

विवरण :

घर, जग्गा/खेत, वस्तुभाव, नगद, अन्नपानी, गरगहना, सामुदायिक गा.वि.स., मन्दिर जंगल, स्कूल आदि ।

विवरण	पहुँच		प्रयोग		नियन्त्रण	
	महिला	पुरुष	महिला	पुरुष	महिला	पुरुष
परिवार तर्फ :						
घर	√	√	√	-	×	√
जग्गा	√	√	-	√	×	√
गाईवस्तु	√	√	√	√	×	√
कुखुरा/परेवा	√	√	√	√	√	√
नगद	×	√	-	√	-	√
अन्नपानी	√	√	√	-	×	√
जम्मा :	५	६	७	८	१.५	६
सामुदायिक तर्फ :						
गा.वि.स.	-	√	-	√	-	√
बजेट	×	√	×	√	×	√
मन्दिर	√	-	√	-	×	√
वन जंगल	√	√	√	√	×	√
जम्मा :	२.५	३.५	२.५	३.५	०.५	४
कुल जम्मा :	७.५	९.५	७.५	८.५	२	१०
संकेतहरू :						
√ : पुरै स्वामित्व		×		स्वामित्व नभएको		- : केहि मात्रामा भएको

✓ **लैंगिक हक भनेको :**

- ❖ महिला र पुरुषमा समान मर्यादा, सम्मान र अधिकार हुनु पर्ने
- ❖ समान कामको बाँडफाँड
- ❖ नियन्त्रण तथा अधिकारको जिम्मेवारीहरु महिलालाई दिदै जाने

✓ **सामाजिक विभाजन/विभेद :**

जातिय : महिला माथि विभेद

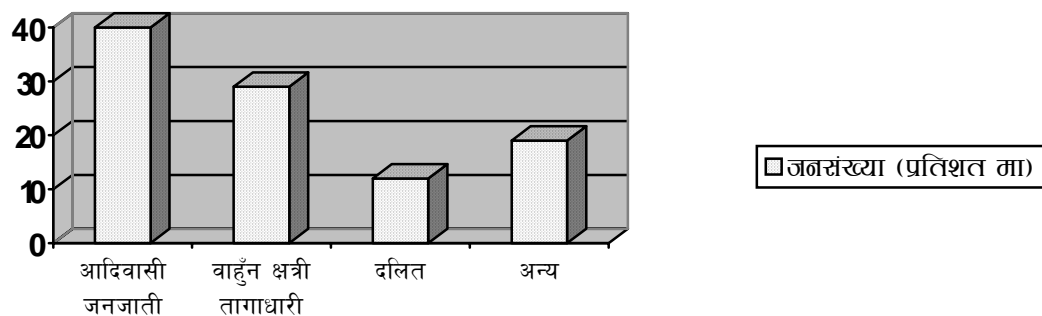
✓ **तागाधारी :**

- ❖ शक्ति
- ❖ अधिकार
- ❖ विकास

आदिवासी जनजातीहरु शक्ति, अधिकार र विकासबाट निकै नै बञ्चित छन् । हाम्रो नेपालको कुल जनसंख्या करिब २ करोड ३० लाख छ । हाम्रो नेपालको कुल जनसंख्याको आधारमा जातीय विभाजन तल दिइएको छ :

जाति	कुल जनसंख्याको जम्मा प्रतिशत
आदिवासी जनजाती	४०%
वाहुन-क्षेत्री (तागाधारी)	२९%
दलित	१२%
अन्य	१९%
जम्मा :	१००%

माथिको टेबल को आधारमा **कोलमन (Column) चार्ट** तल दिइएको छ ।



- ✓ समावेशिकरण प्रजातन्त्र भन्नाले राज्यको कुनै पनि किसिमको कार्यमा सम्पूर्ण जातीलाई समावेश गराइने तन्त्र हो ।
- ✓ मस्तिष्क मन्थनमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु (नियमहरु) :
 - ❖ कुरा काट्न पाइदैन ।
 - ❖ कुरा थप्न पाइन्छ ।
 - ❖ एउटै कुरा दोहोर्‍यानु जरुरी छैन ।
 - ❖ नयाँ-नयाँ कुरा, भावना/अभिमत थप्न पाइन्छ ।
 - ❖ एउटै व्यक्तिले वारम्बार बोल्न पाइन्दैन ।
- ✓ मस्तिष्क मन्थनका विधिहरु :
 - ❖ भूमिका प्रदर्शन
 - ❖ समुह खेल
 - ❖ मस्तिष्क मन्थन
 - ❖ छलफल
 - ❖ कथा
 - ❖ नाटक प्रदर्शन

✓ सहजीकरणको सीप वा सहयोगी कार्यकर्तामा चाहिने सीप (गुण) हरु :

- ❖ सहनशिल
- ❖ सहयोगी
- ❖ लगनसिल
- ❖ नम्र
- ❖ दयालु
- ❖ अनुभवी
- ❖ इमान्दार
- ❖ समान व्यवहार गर्ने
- ❖ मिलनसार
- ❖ विश्वासिलो
- ❖ अरुको भावना बुझ्ने
- ❖ प्रष्ट वक्ता
- ❖ हँसिलो
- ❖ मित्रवत व्यवहार गर्ने
- ❖ विज्ञ
- ❖ रोचक प्रस्तुती गर्ने
- ❖ चेतनशिल
- ❖ ज्ञानी
- ❖ सरल
- ❖ अनुशासित
- ❖ दुरदर्शी
- ❖ पारदर्शी
- ❖ मनको कुरा बुझ्ने
- ❖ निस्वार्थी
- ❖ निर्णय लिने र दिने
- ❖ मन लगाएर काम गर्ने
- ❖ दृढ
- ❖ जिम्मेवार पुरा गर्ने
- ❖ सबैसँग आखाँको सम्पर्क राख्ने
- ❖ विषयवस्तुमा ठाडै प्रवेश नगर्ने , भलाकुसारीबाट विषयवस्तुमा प्रवेश गर्ने
- ❖ सबैलाई चित्त बुझ्दो उत्तर दिने
- ❖ सहभागीहरुले बोलेको / व्यक्त गरेको कुराहरुलाई महत्व दिने
- ❖ कुनै पनि प्रसङ्गलाई भरसक विषयवस्तु तिर जोड्दै शिक्षण सामग्रीलाई निर्माण गर्ने

✓ शिक्षण विधि / प्रस्तुतीकरण विधि :

- ❖ समय
- ❖ विधि
 - समुह छलफल
 - शब्द माला / बनाउने खेल
 - भूमिका प्रदर्शन
 - सिकने सिकाउने
 - सुन्ने भन्ने खेल
 - लोक कथा
 - गीत
 - मनोरञ्जन खेल
 - सूचना वा फर्म भर्ने खेल
- ❖ विषयवस्तु
- ❖ लेखाई सीप

✓ शिक्षण विधि :

- ❖ उद्देश्य
 - विषयवस्तु
 - सिकाइने अभ्यास
 - निष्कर्ष
- ❖ आवश्यकतामा आधारित
- ❖ रुचीकर
- ❖ समय / परिस्थिति सुहाउँदो - लोक संस्कृति, जाति, धर्म, संस्कार, परम्परा, चाहना
- ❖ भाषा (सरल, जटिल, ढाँचा)
 - **ढाँचा :** नाटक, गीत, कथा, उखान, टुक्का

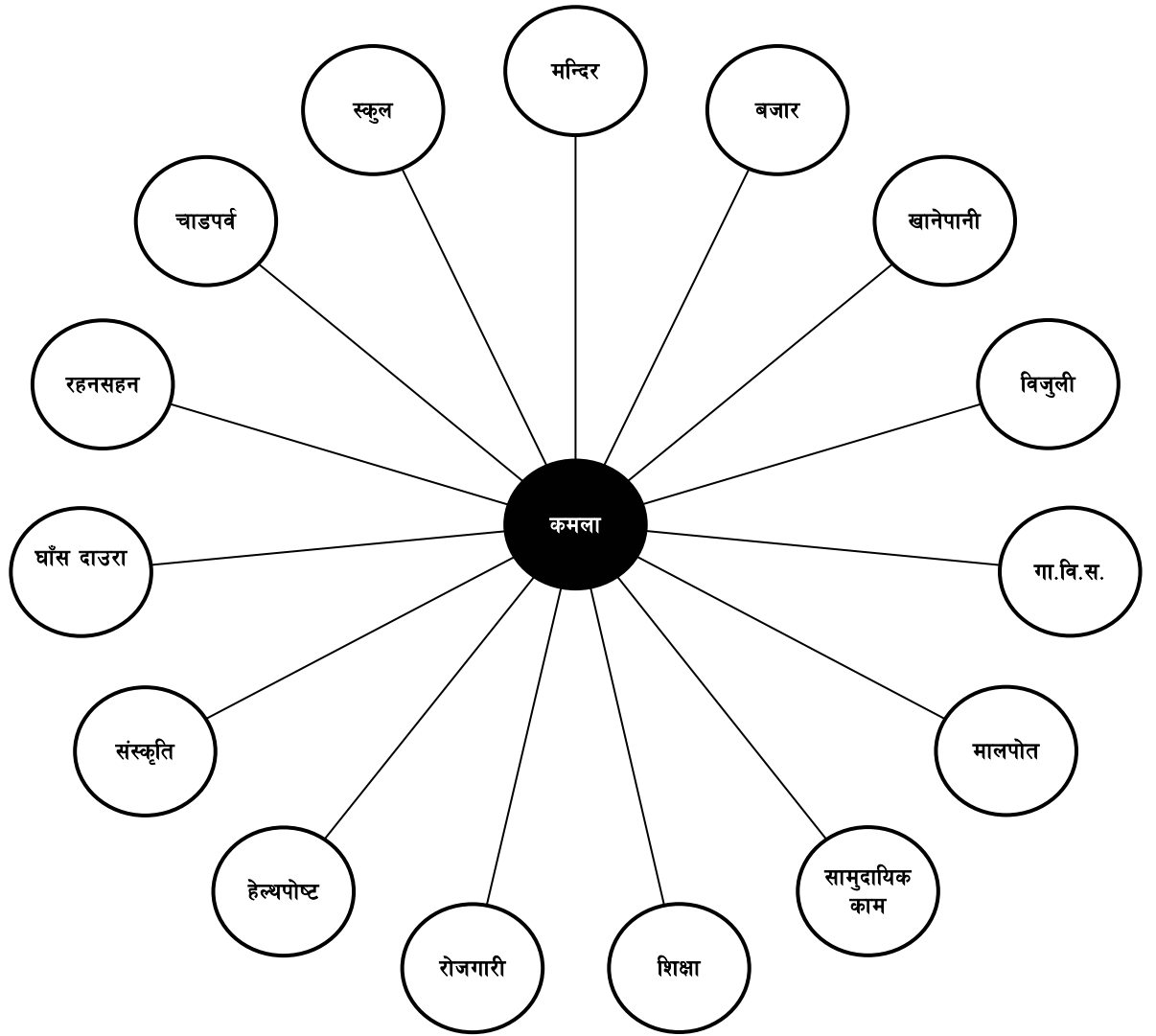
✓ सफल सिकाई / शिक्षण विधिको लागि :

- ❖ सहभागी सुहाउँदो सरल भाषाको प्रयोग हुनुपर्दछ ।
- ❖ सिकाउने विषय सहभागीको (सबैको) जीवनशैलीमा आधारित हुनुपर्दछ ।
- ❖ सिकने कुराहरु सूचनामूलक, काम लाग्ने विषयवस्तुहरु हुनुपर्दछ ।
- ❖ भरसक सबै सहभागीहरुलाई मिल्ने भाषामा सिकाइनु पर्दछ ।

✓ सहयोगी कार्यकर्ताले थाहा पाउनु पर्ने कुराहरु :समुदाय : विभिन्न जनजाति, रहनसहन, आर्थिक, सामाजिक अवस्था, जनजातिको समस्याहरु **समस्या :** नागरिकता, शिक्षा, भुमि माथिको अधिकार, बसाईसराई, मृत्युदत्ता, जन्मदत्ता, विवाह दत्ता, जनजाति हित कोषको खर्च, कार्यक्रम

- ❖ विषयवस्तुको शिर्षक
 - ❖ उद्देश्य
 - ❖ पाठ बनाई
 - ❖ सटिक / निर्दिष्ट
 - ❖ मापन योग्य
 - ❖ उपलब्धीमूलक
 - ❖ सुहाउँदो / उपयुक्त
 - ❖ निर्धारित समय
- ✓ कुनै पनि शिर्षक अनुसारको पाठ र पाठ अनुसारको उद्देश्य हुनपर्दछ ।
- ✓ शिक्षण सामग्री तयार गर्दा स्थानिय आवश्यकता अनुसार निर्माण गरिने विषयवस्तुहरु :

तस्विर : १ (रेडियल डायग्राम)



भाद्र २९ गते

✓ पाठ कस्तो नबनाउने ?

- ❖ काल्पनिक
- ❖ लामो वाक्य
- ❖ जटिल शब्द
- ❖ आफू खुशी अनुमानले लेख्नु भएन / बनाउनु भएन
- ❖ सहभागीको रुची र आवश्यकता विपरीत हुनु भएन
- ❖ आफ्नो जातिको व्यक्ति विशेषलाई छेडछाड गर्नु भएन
- ❖ गलत सूचनाको तथ्याङ्क राख्नु भएन

✓ पाठ कस्तो हुनुपर्दछ ?

- ❖ वस्तुगत घटनामा आधारित
- ❖ स्पष्ट र सरल भाषा
- ❖ जनजातिको आवश्यकतामा आधारित
- ❖ सन्देशमूलक
- ❖ छोटो र छरितो
- ❖ तथ्यपूर्ण सूचना भएको
- ❖ विषयवस्तु सँग मिल्दोजुल्दो शीर्षक
- ❖ उद्देश्यमूलक
 - ज्ञान
 - सीप
 - व्यवहार (प्रवृत्ति)
- ❖ ठाउँ विशेष / जाति विशेषलाई पहिचान गराउने

✓ पाठ निर्माण गर्नुपूर्व थाहा पाउनु पर्ने कुराहरु :

- ❖ प्राथमिकताको आधारमा पाठ के बनाउने हो छनौट गर्ने ।
- ❖ पाठबारे सहभागीसँग छलफल चलाउने ।
- ❖ स्थानिय ठाउँको जानिफकार (जान्ने बुझ्ने बुढापाकाहरु) सँग पनि छलफल गर्ने, सोध्ने ।
- ❖ जातिय संघसंस्थाहरुसँग समेत बुझ्ने ।
- ❖ स्थानिय स्वयंसेवक, स्वास्थ्य चौकी, कृषि इकाई, पशु सेवा इकाई, गैर सरकारी संस्था (सहारा, ग्रामीण बैंक, ग्रामीण महिला विकास), गा.वि.स., विभिन्न वैद्य पार्टीका कार्यकर्ताहरु, आदिवासी जनजाति विकास समूह, जातिय संस्था, जिल्ला समन्वय परिषद, गाउँ इकाई परिषद ।

✓ चाडपर्व (सुरहाई)

यस गरामनी गा.वि.स.का अधिकांस सन्थाल जातिहरु विभिन्न चाडपर्व मनाउने गर्दछन् । उनीहरुले मनाउने चाडपर्वहरु मध्ये सरहाई ज्यादै महत्वपूर्ण चाड हो । यस चाड विशेष गरी सन्थाल जनजातिको वर्षमा एक पटक मनाउने गर्दछन् । यो चाड मनाउनको लागि १०/१५ दिन अगाडी नै गाउँका माभी हाडाम, जग माभी, पारनिक गुडित नाइकेले गाउँका सदस्यहरुलाई माभी हाडामको आदर्शमा माभी हाडामको घरमा बोलाउँछ र माभी हाडामको सुरहाईको विषयलाई लिएर छलफलको विषयलाई अगाडी बढाउँछ । त्यस छलफलको निचोड निकाली निश्चित दिन तोकिन्छ र ४/५ दिन सम्म मनाइन्छ । यस चाडमा चेलीबेटीलाई विवाह गरेका वा टाढा रहेकाहरुलाई बोलाइन्छ ।

- ❖ पहिलो दिनलाई उम भनिन्छ । त्यस दिन घर परिवारलाई सफासुगधर गरिन्छ । पुरुषहरुले निश्चित ठाउँमा गएर पूजा गर्दछन् । त्यस दिन घर आँगनको सरसफाई पनि गरिन्छ । गाउँ बाहिर निश्चित ठाउँमा गएर पूजा-पाठ गरिन्छ ।
- ❖ दोश्रो दिनलाई दाका भनिन्छ । यस दिनमा बोलाइएको चेलीबेटीहरु आउँछन् । आएपछि बस्न दिई ढोग गरिन्छ । दुःख-सुख आदानप्रदान गरिन्छ । त्यस पछि खुट्टा धुने कार्य गरिन्छ ।
- ❖ तेश्रो दिनलाई खुटौ भनिन्छ । गाउँको कुनै एक ठाउँमा राँगा तथा गोरुलाई बाहिर एउटा खम्बामा बाँधिन्छ । त्यस खम्बा माथि एउटा पुरस्कार राखिन्छ । त्यो पुरस्कारमा पुरुष वर्ग जसले भिक्न सक्छ त्यसले नै त्यो पुरस्कार पाउँछ । त्यस दिनलाई खुटौ डाइरा चारहाउ पनि भनिन्छ ।
- ❖ चौथो दिनलाई जली भनिन्छ । त्यस दिनमा गाउँका मानिसहरु घरघरमा घुमी बाजा बजाई प्रत्येक घरघरमा खाने पिउने गर्दछन् । खेल पनि खेलिन्छ ।
- ❖ पाचौं दिनलाई शान्ति भनिन्छ । त्यस दिनमा पुरुषहरु सिकार गर्न जंगल तर्फ एक ठाउँमा जान्छन् । फर्के पछि सिकार गर्नेहरुको गोडा धोई घर भित्राइन्छ र खाना दिइन्छ । त्यस पछि गाउँ बाहिर कोलाको खम्बामा खाने कुरा राखी त्यसलाई पुरुषहरुले तिरको काणको सहायताले त्यो खम्बालाई तिरले लगाइन्छ । जसले त्यसलाई लगाउँछ त्यसैले नै त्यो खानेकुरा पाउँछ र त्यसलाई बोकेर गाउँमा घुमाउँछन् । हाल जनचेतनाको तथा आर्थिक रीतिरिवाजको कमीले गर्दा यो चाँड लोप हुँदै गइरहेको छ । त्यसलाई निरन्तरता दिनको लागि मानिसहरुलाई संगठित गराई जनचेतना जगाउन धेरै आवश्यकता देखिन्छ ।

✓ भेषभुषा (हरअवानी) :

गरामनी गा.वि.स.मा परापूर्वक काल देखि सन्थाल जनजातीहरु बसोबास भइरही आएका छन् । यहाँको जनसंख्या लगभग १५०० रहेको छ । यिनीहरुको आफ्नो छुट्टै किसिमको भेषभुषा रहेको छ । महिलाहरुले लगाउने लुङ्गी पन्ची र पुरुषले लगाउने पन्ची पाणहाट साथै टाउकोमा फेटा लगाउने चलन छ । महिलाहरुको गरगहनाहरुमा सितोपोटी, भालाक, मकडी, ठिक्कापाग्रा, सिक्री, माला, साकम, वाक्र आदी लगाउने महिलाहरुले छाती र हातमा खुदा गर्ने चलन छ । त्यसले गर्दा विशेष सन्थाल महिला भनेर चिनिन्छ ।

तर अहिले आधुनिक पहिचानले गर्दा आफ्नो मौलिक भेषभुषाहरु लोप हुँदै गएका छन् । यसलाई संरक्षण गर्नको लागि नयाँ पिडीहरुले महत्वपूर्ण भुमिका निर्वाह गर्नु पर्दछ । यसलाई बाचर्य राख्नको लागि आफ्नो समुदायमा जनचेतनालाई विकास गर्नका लागि संरक्षण गर्नु पर्दछ ।

✓ रोजगार :

हल्दिवारी गा.वि.स.का आदिवासी सन्थाल जनजाति अधिकांसले काम गर्दछन् । विहान ७ बजे देखि बेलुकी ५ बजे सम्म काम गर्दछन् । यसरी काम गरेको ज्याला परिश्रमीक दिनको रु. ६०/- दरले पाउँछन् र हप्तामा रु. ३६०/- कमाउँछन् । यसै गरी सरिता किस्कु पनि बगानमै काम गर्छिन् । तर उनी पढ्न लेख्न जान्दैनन् । हिसाब गर्न पनि जान्दैनन् । उनी पनि एक हप्तामा काम गरेकी थिइन् । ६ दिनको हिसाब रु. ३६०/- पाउने ठाउँमा रु. ३००/- मात्र दिइएको रहेछ । अनि पढ्न र हिसाब गर्न नजान्ने भएको कारणले केही पनि भन्न सकिनन् र घरमा आएर हिसाब गर्न लाउँदा उनको रु. ६०/- पुगको रहनेछ । यसरी पाउनु पर्ने रकममा हिसाब पुरा नभएको थाहा पाउँदा उनलाई महसुस भयो कि जिवनमा पढ्न लेख्न आवश्यकता रहेछ र उनले पनि प्रौढ शिक्षा पढ्न, लेख्न, हिसाब गर्न सिक्ने अठोट गरिन् ।

✓ नागरिकता :

नेपालको नागरिक हुनको लागि नागरिकता नभई नहुने कुरो हो । कुनै पनि हक, अधिकार पाउनको लागि नागरिकता अति आवश्यकता पर्दछ । जस्तै : बृद्ध भत्ता, विधुवा भत्ता, सरकारी जागिर पाउनको लागि नागरिकताकै आवश्यकता पर्दछ । हल्दिवारी गा.वि.स.मा धेरै आदिवासी जनजातिहरु अनागरिकता छन् । तिनीहरु मध्ये हल्दिवारी-५ को एक जना बृद्ध र विधुवा महिला सोना किस्कु छन् । सोना किस्कुको उमेर ७५ वर्ष पुगिसकेको छ । हात खुट्टा पनि राम्ररी चल्दैन । आज भोली उनी भिख मागेर आफ्नो दिनचर्या गुजारी राखेकी छिन् । उनी निसन्तान भएको कारण उनलाई साहारा दिने कोही पनि छैनन् । नागरिकता भएको भए आज उनी विधुवा भत्ता पाउनबाट बञ्चित हुनु पर्ने थिएन ।

✓ विषयवस्तु (सुंगुर पालन)

यस शरणामती गा.वि.स. भित्र बसोबास गर्ने सन्थाल आदिवासीहरुले धेरै संख्यामा सुंगुर पाल्ने व्यवसाय गर्ने गर्दछन् । यहाँका सन्थालहरुले धेरै वर्ष अगाडी देखि सुंगुर पाल्दै आएको पाइन्छ । विकसित सुंगुरहरु खरिद गरी आफ्नो जिविकोपार्जन तथा धेरै पैसा कमाउने हेतुले यसको राम्रोसँग स्याहार-सुसार गर्ने गर्दछन् । यसको चारोको निम्ति भन्ने हो भने जाँडको छोक्रा, गुण्डा, कच्छुको डाक्ला पकाएर खुवाउने एवं तरिकाले राँगाको हड्डी पनि खुवाउने गरिन्छ ।

सुंगुर पालन व्यवसायले मानिसको व्यवहारिक आहारको निम्ति मात्र नभएर यसबाट ठूलो रकम पनि आर्जन गर्न सकिन्छ । यसरी सुंगुर पाल्ने सन्थालहरुको मुख्य पेशाको रुपमा

बन्न पुगेको छ । कहिलेकाही सुंगुरहरु विरामी हुने गर्दछन् र मर्न पनि सक्छन् । आजभोली समाजमा देखिएको हैजाको कारण धेरै सुंगुरहरुले ज्यान गुमाउन पुगे र यो चिन्ताको विषय बन्न पुगेको छ । सुंगुरमा देखिएको **Shain Fever** भन्ने एक प्रकारको हैजा फैलिएको छ । यसबाट सुंगुर मर्न पनि सक्छ । यसलाई बचाउनको निम्ति बेलैमा **Shain Faver** विरुद्ध सुई लगाउनु पर्दछ । हाम्रो सन्थाली समाजमा सुंगुर पाल्ने २ तरिकाबाट गर्ने गरिन्छ ।

१. सामान्य
२. प्राविधिक

✓ चिया बगान (चाहाबागान) :

मेचीनगरको नजिकमा एउटा चिया बगान छ । त्यो बगान काकडभिट्टाको उत्तरमा पर्दछ । त्यहाँ छेउमा जनजाति आदिवासीहरु बसोबास गर्छन् । त्यो बसोबास गर्ने टोलको नाम गंडागोल वस्ती हो । त्यहाँका आदिवासी जनजातिहरु चिया बगानमा मजदुरी गर्छन् । त्यहाँका मानिसहरु एकदमै मेहेनेती छन् । तर उनीहरु अनपढ छन् । उनीहरुमा जोश, जाँगर भने धेरै छ । त्यस कारण बगानमा दिनको ८ घण्टा र हप्ताको ६ दिन काम गर्दछन् । काम गरे बापत प्रति दिन ७४ रुपैयाँ ज्याला पाउँछन् । यसैमा उनीहरु आफ्नो घर व्यवहार राम्रो सँग उपयोग गर्दछन् । यसबाट बचन गरेको रुपैयाँ पैसाले आफ्नो छोराछोरीलाई स्कुल पढाउँछन् । त्यसैगरी आयआर्जन गर्ने वस्तु जस्तै सुंगुर, गाई, भैसी, कुखुरा, अन्य सागसब्जीको व्यवस्था गर्दछन् । यसबाट रुपियाँ पैसा आएकोलाई बचत खाता खोली बैंकमा जम्मा गर्दछन् । यहाँका आदिवासी जनजातिहरु बगानमा मजदुरी गर्छन् र समाजसेवा गर्ने भावना छ । जस्तै : आफ्नो गाउँमा मान्छेहरु विरामी पर्दा धेरै टाढा अस्पताल लिएर जानु पर्ने हुन्छ । त्यसो हुँदा उनीहरुको सोचाई आफ्नो गाउँमा उपचार केन्द्र बनाउन चाहन्छन् र छोराछोरी पढेलेखेकोलाई औपचारिक स्वास्थ्य उपचार सम्बन्धि जानकारी दिएर साधारण उपचार होस् भन्ने चाहन्छन् । तर एकता छैन । गंडागोल वस्तीमा आदिवासी जनजातिहरु बसे तापनि आफ्नो हक, अधिकार के हो भन्ने कुरालाई बुझ्न सकेको छैनन् । जस्तै : गा.वि.स. अथवा अड्डा अदालतमा मैले पाउनुपर्ने सुविधा कसरी पाउने भन्ने सोच विचार छैन । कारण भएकोले गंडागोल वस्तीको विकास हुन सकेको छैन । त्यसकारण त्यहाँका जनजाति आदिवासीहरु अगाडी बढ्न सकिरहेका छैनन् ।

✓ पाताल गङ्गा (निबन्ध)

पाताल गङ्गा एउटा धार्मिक स्थल हो । यो मेची नगरपालिकाको वडा नं. १३, टोकलामा पर्छ । बगानका केन्द्रमा अवस्थित छ । यसको नजिक शिवको मन्दिर पनि छ । यो एउटा प्रख्यात धार्मिक स्थलको रूपमा चिनिन्छ । यहाँ शिवरात्रीमा भक्तजनहरुको ठूलो भिड हुन्छ र यहाँ मेला पनि भव्यताका साथ लाग्छ । यहाँ टाढा-टाढाका भक्तजनहरु आफ्नो मन, आकांक्षा पुरा गर्नका लागि शिव पार्वतीको दर्शन गर्न आउँछन् । यसरी ३ दिन सम्म मेला लाग्ने भएकोले यस नगर क्षेत्रको गौरव बढाउने काम गरेको छ । यस वरिपरीका आदिवासी जनजातिहरु पनि यस मेलामा आफ्नो संस्कृतिहरु प्रदर्शन गर्दछन् । यो पाताल

गङ्गा एक आश्चर्यजनक किसिमको छ । यसमा कहिल्यै पनि पानीको मुहान सुक्दैन । यहाँ हामी वर्षमा एक चोटी पिकनिक खान आउँछौं साथै यस पाताल गङ्गामा अन्य टाढा-टाढा ठाउँबाट पनि पिकनिक खान वा मनोरञ्जन गर्नका लागि आउँछन् ।

टाढा-टाढाबाट आदिवासी जनजातिहरू आउँछन् र उनीहरूसँग हाम्रो भेटघाट हुन्छ । उनीहरूले हामीसँग परिचय पनि गर्दछन् र हामी पनि उनीहरूसँग परिचय गर्दछौं । परिचय गरेपछि एक अर्काको बारेमा थाहा पाउन सक्छौं । उनीहरूको आदिवासी जनजाति साथीहरूको बारेमा थाहा पाउन सक्छौं । उनीहरूको आदिवासी जनजाति साथीहरूको बारेमा थाहा हुन्छ । उनीहरूको ठाउँमा भएको वातावरणको बारेमा थाहा पाउन सक्छौं र उनीहरूले पनि हाम्रो गाउँका आदिवासी जनजातिहरूको हाउभाउको बारेमा जानकारी लिन सक्छन् ।

✓ खेतीपाती :

यस शरणामती गा.वि.स.का सन्थाल आदिवासीहरू ४० घरहरू किसान छन् । यस गा.वि.स.मा खेती हुने जमिन छ । यहाँका मानिसहरू खेतीपाती गर्दछन् । खेतीपाती भनेको आफ्नो खेतबारीमा समय अनुसार बालीनाली लाउने कामलाई भनिन्छ । यहाँका मानिसहरू धान, मकै, गहुँ, भटमास, दाल, पाटा, उखु आदि खेती गर्दछन् । उनीहरूले उब्जाएको बाली नजिकको बजार पन्थापाडा र राजगढ लगी बेचीबिखन गर्छन् । त्यसबाट आएको पैसाले आफ्नो आवश्यकता पूरा गर्दछन् । अहिले बालिनालीहरू पहिलेको जस्तो सप्रिन्दैन । नयाँ प्रविधिले गर्दा नयाँ मल विजनको छनौट गर्न नजानेर धेरै जसो किसानहरू मर्कामा परेका छन् । राम टुडु एउटा खेतीपातीमा धेरै अनुभवी भएको हुनाले विकासे मकै लगाएका थिएँ । यसबाट उसले धेरै मकै उब्जायो र रघु माडी पनि विकासे मकै लाउने भनेर विऊ किन्न साभ्ना गएको थियो । विकासे मकैको विऊ मागेको त लोकल मकैको विऊ पो दिएछ । पछि फल्दा विकासे नभएर लोकल भइदिला रघु माडी धेरै रिसायो । तर के गर्नु ? लेख्न पढ्न नजानेकोले जे भन्यो, जे देखायो विश्वास गर्ने पन्यो । तर अहिले गाउँमा प्रौढ शिक्षा सञ्चालन हुँदैछ । रघु पनि प्रौढ शिक्षा पढ्न थालेछ । अहिले रघु पढ्न, लेख्न र मल विउ विजन छान्न सक्ने भएको छ । उसलाई रामुको जस्तै अर्को साल धेरै मकै बाली लाउने सोचेको छ किन भने अव उ प्रौढ शिक्षा पढेर राम्ररी पढ्न र लेख्न सक्ने भएको छ । अव उसलाई कसैले पनि ढाट्न सक्दैनन् । उ आफुलाई चाहिने आवश्यक वस्तु आफैँ छनौट गर्न सक्छन् । कृषिको बारेमा अब त रघु पनि राम्रो विउ विजन र औषधिको बारेमा धेरै जान्ने भएको छ । सोध्न आउने नजान्नेलाई सहयोग पनि गर्ने गर्दछ । यस बुढेसकालमा प्रौढ शिक्षा पढेकोले तपाईंहरूलाई सिकाउँदैछु भनेर सन्देश सुनाउँछन् । तपाईंहरू पनि प्रौढ शिक्षा पढेर जान्ने हुनु होस् भनि सन्देश सुनाउँछन् । “ज्ञान र तरिका सिकेर राम्रो खेती उत्पादन गर्नु पर्दछ” भनेर रघु माडी भन्नुहुन्छ ।

✓ विषयवस्तुको छनौटमा थाहा पाउनु पर्ने कुराहरू :

- ❖ साभ्ना / सहकारी
- ❖ वन उपभोक्ता समुह
- ❖ विद्यालय सञ्चालक समिति

- ❖ गा.वि.स. राजनैतिक पार्टी
- ❖ खानेपानी उपभोक्ता
- ❖ बाटो सुधार
- ❖ महिला विकास
- ❖ क्लव / संघसंस्था
- ❖ स्वास्थ्य समुह
- ❖ मठ मन्दिर
- ❖ ऐलानी / पर्ती चर्चेको जग्गा
- ❖ सुकुम्वास समाधान इकाई समिति
- ❖ गुठी
- ❖ आदिवासी जनजाति विकास समुह
- ❖ जातिय गाउँ इकाई
- ❖ गाउँ इकाई समिति
- ❖ जिल्ला समन्वय परिषद
- ❖ नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ संघीय परिषदको सचिवालय
- ❖ नेपाल आदिवासी महासंघ जिल्ला समन्वय परिषद

नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघले गरेको बर्गीकरणका आधारहरु :

५.९ आदिवासी जनजातिलाई नेपाल जनजाति महासंघले आदिवासी जनजातिको बर्गीकरणका लागि निम्न मुख्य र अन्य आधारहरु तय गरेको छ ।

❖ मुख्य आधारहरु :

- साक्षरता दर
- पेशा रोजगारीको अवसर
- भाषा संचार
- आम्दानी
- परिवारको सदस्यहरुको सामाजिक भूमिका
- घर
- जग्गा जमिन
- अन्य आर्थिक सम्पत्ति

❖ अन्य आधारहरु :

- शैक्षिक तह (स्नातक देखि माथि)
- जनसंख्या
- औसत जन्मदर
- बाल तथा मातृ मृत्यु दर

महासंघले यी आधारहरुमा ५९ आदिवासी जनजातिहरुलाई निम्न ५ वटा समुहमा बर्गीकरण गरेका छन् ।

✓ उपलब्ध श्रोत साधनहरुमा पहुँच :

- सामुदायिक
- घरायसी
- जि.वि.स.
- गा.वि.स.
- केन्द्रियस्तर

✓ लोपोन्मुख समुह :

- | | | | |
|----------------|---------------|----------|-----------|
| १. कुशुण्डा | २. बनकरीया | ३. राउटे | ४. सूरेल |
| ५. हायू | ६. राजी | ७. किसान | ८. लाप्चा |
| ९. मेचे (बोडो) | १०. कुशवाडिया | | |

✓ अतिसीमान्तकृत समुह :

- | | | | |
|---------------------|-------------|----------------------|-----------|
| ११. माभी | १२. सियार | १३. ल्होमी (शिडसावा) | १४. थुदाम |
| १५. धानुक (राजवंशी) | १६. चेपाङ्ग | १७. सतार (सन्थाल) | १८. |
| भांगड | | | |
| १९. थामी | २०. बोटे | २१. दनुवार | २२. बरामो |

✓ सीमान्तकृत समुह :

- | | | | |
|-------------------------|-------------|---------------|------------|
| २३. सुनुवार | २४. थारु | २५. तामाङ | २६. भुजेल |
| २७. कुमाल | २८. राजवंशी | २९. गनगाई | ३०. धिमाल |
| ३१. भोटे | ३२. दराई | ३३. ताजपुरीया | ३४. पहरी |
| ३५. तोप्केगोला (ढोक्पा) | ३६. डोल्पो | ३७. फ्रि | ३८. मुगाली |
| ३९. लार्के | ४०. ल्होपा | ४१. दुरा | ४२. वालुङ |

✓ फायदाबाट बञ्चित समुह :

- | | | | |
|----------------------|--------------------|--------------------|------------|
| ४३. छैरोतन् | ४४. ताङ् बे | ४५. तीनगाउले थकाली | |
| ४६. बाह्रगाउले थकाली | ४७. मार्फाली थकाली | ४८. गुरुङ्ग | ४९. मगर |
| ५०. राई | ५१. लिम्बु | ५२. शेर्पा | ५३. याख्खा |
| ५४. छन्त्याल | ५५. जिरेल | ५६. ब्यासी | ५७. |
| ह्योल्मो | | | |

✓ विकसित समुह :

५८. नेवार

५९. थकाली

✓ लेडी हरटन (ब्रिटेन)

- “त्यो जो आफू जान्दैन, जान्दिन भन्न पनि जान्दैन । त्यो मूर्ख हो, छोडिदेऊ ।”
- “त्यो जो आफू जान्दैन, जान्दिन भन्न पनि जान्दछ । त्यो साधारण हो, सिकाऊ ।”
- “त्यो जो आफू जान्दछ, तर जान्दछु भन्न जान्दैन । त्यो सुषुप्त हो, जगाऊ ।”
- “त्यो जो आफू जान्दछ, र आफूलाई जान्दछु भन्न जान्दछ । त्यो ज्ञानी हो, पछ्याऊ ।”

✓ शैक्षिक सामग्री :

- ❖ साबुन, नून, तेल, सलाई, बेटी, मैन, धुप, चामल, वाइवाइ, भाँडाकुडा आदि ।
- ❖ चाडपर्व
- ❖ मलजल
- ❖ स्वास्थ्य
- ❖ सरकारी कार्याहरुले बनाएको शिक्षामूलक तथा सूचनामूलक सामग्रीहरु
 - भन्सार, लागू पदार्थ, गा.वि.स., जि.वि.स., हुलाक, कृषि, पशु अस्पताल, जिल्ला कार्यालय, मालपोत, भूमि सुधार, खानेपानी आदि ।
- ❖ पत्रपत्रिकाको कटिङ्ग
- ❖ उद्योगधन्दा / फैक्ट्रीले बनाएको पर्चा / पोष्टर / विज्ञापन
- ❖ उत्पादित सामानहरु (जसलाई गाउँलेहरुले किन्ने / प्रयोग गर्ने गर्दछन्) को लेवल (कम्पनिको नाम)
- ❖ क्लव / संघसंस्थाहरुको सूचना शिक्षा दिने सामग्रीहरु
- ❖ जातीय संघसंस्था
- ❖ आदिवासी जनजातिको पोष्टर / पर्चा र नाराहरु
- ❖ गाउँमा भएको लोक कथा, लोक गीत, लोक संस्कृति, लोक बाजागाजा
- ❖ जातीय लोक कथा, गीत, नाचगान, जातीय बाजागाजा, भेषभूषा
- ❖ चलनचल्तीको उखान, टुक्का
- ❖ चलनचल्तीको गाउँखाने कथा
- ❖ मठ मन्दिर, मस्जिद, चर्च, गुम्बा, मंभी थान, पाटी पौवा, देउराली आदि
- ❖ खोलानाला, जंगल, पोखरी
- ❖ ऐतिहासिक व्यक्तित्व कमाण्डो / सामाजिक सेवामा समर्पित
- ❖ जातजाति / जनजाति
- ❖ सामाजिक बनोट
 - श्रोत साधन, घरधुरी, खेतीपाती, बालीनाली, जाजजाति, जागीरे, शिक्षा, सरकारी अड्डा, शिक्षा, जनसंख्या, रीतिरिवाज, धर्मकर्म, रोजगारी (गाउँघर, शहर, विदेश),

स्कूल, हेल्थपोष्ट, कृषि, पशु इकाई श्रोत, व्यस्त समय, फुर्सदको समय, रोग व्याध (बढी रोग लाग्ने), महिना

- ❖ गाउँघरमा पाइने वा लोप हुँदै गएका पशुपंक्षी जनावरहरु
- ✓ “ढोका नढकढकाए सम्म खोलिदैन, दिमागलाई दुःख नदिए सम्म दिमाग चन्दैन ।” (पाउलो फ्रेर)
NOBODY OPENS THE DOOR UNTIL YOU KNOCK THE DOOR,
MIND COULD NOT WORK TILL YOU EXERCISE WITH MIND. (PAULO FRIERE)
- ✓ पढ्ने पढाउने तरिकाहरु :
 - ❖ मूल शब्द चिनाउने
 - ❖ मूल शब्द पढाउने / पढ्ने
 - ❖ मूल शब्द सिक्ने / सिकाउने
 - ❖ मूल शब्द टुक्र्याउने
 - ❖ अक्षर बाकस बनाउने (कालो पाटीमा)
 - ❖ अक्षरहरु क्रमसँगै राख्ने (मात्रा मिलाएर)
 - ❖ अक्षर बाकसको अक्षरहरु पढाउने (सहयोगी कार्यकर्ताले)
 - ❖ सहभागीहरुलाई दुई समूहमा विभाजन गर्ने (नेता चुन्ने)
 - ❖ अक्षर बाकसको अक्षरहरु पढाउने (सहभागीले आफ्नो पाटीलाई)
 - ❖ अक्षर बासकको अक्षरहरु कहाँ के छ ? , के हो ? चिन्त लाउने वा भन्ने खेल खेलाउने
 - ❖ अक्षर भएको शब्द कार्ड बनाउने
 - ❖ शब्द कार्ड ५/५ सेटमा बनाउने
 - ❖ सहभागीले बनाएको शब्द बोर्डमा लेख्दै जाने
- ✓ अनुभवजन्य सिकाई
 - ❖ कुनै पनि काम गर्ने
 - ❖ कामको विश्लेषण गर्ने
 - ❖ सामान्य सिद्धान्त
 - ❖ पुनः कृत्याकलाप गर्ने
- ✓ शिर्षक : सुहराइ परव (सन्थाल भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : बुधकरण हास्दा

गारामुनी रेन ढीरलीका सन्थाल जनजाति सुहराइ परवकु मानाउ वीदाकु । उङ्कु माना वाअ चाड पर्व कुरे सुहराइ परव द वछररे मीर धमकु मानाउदा । नुवा परव मानाउ लोगिइ मांभीही हाडामाअ काथाते जारुवा आकु, जारुवाम कुरेद, मांभीही हाडाम, जग मांभीही पारानिक गुडित नाइके कु ताहेना, नुवा जारुवा रेद तीस बुन मानावा मेनते दिन कु निगाया नुवा सुहराइ द मडे दिन होविइ कु मानाउदा । उना तायम आफ्नार आफ्नार

हपरा मिस्रा कु नेउता कुवा । सुहराइ रियाय प्रथम दिन द उम कु मिताकाना । उना दिन रे उडाम उडाम फडकु डोब्रो साफा बाडामाकु आर मिठेन सेन कातेन पुजो पाठक ।सुहराइ रिया दुसार दिन द दाकाकु मितावाआ । नुवा दिन रे द थपनइरा, मिश्रा कु होजुआ । हे काते डब जुहार कुवाकु । सादीम कु आदेर ताकुवा उना तायम बुगी जुदोर गालमाराआ कु । तेसार दिन द खुन्टौं डाडरा चारहाउ कु मितावाकाना । नुवा दिन रे द आतु रियाअ कुल्ही रे डाडरा खुन्टौं कुवा, नुवा खुन्टौं रेद मीटेन डाडरा आरखाइ काडा तानेअ सुतोमते तल कातेअ खुन्टौं कुवाकु । उना खुन्टौं चितानरे मीरटेइ पुरस्कार क दहकाआ उना द अकइ सियो दाडीयाआ उनी गी उना पुरस्कारे इदिया ।पुन दिन द जालीकु मितावाआ नुवा दिन रे फडकु जतहड उडाअ सेनकाते रुयाकु एनेजआकु जमाकु रान्कु ओखरिअ बाडाया । मणे दिन हिल साकरात मितावाआ । नुवा दिन रे द सिंद्राकु चालाआ । काटा ओबुग जांगा काते जम्यु आकु । उना तायम आतु कुल्हीरे काइरा रियाक दारीकु विदा, आर उना दारी द ओपोडीते । अकइ टाएे जसा उनी गी उनारिया जमाअ काथा इदिया । आर उनी द आतु उडारेकु घुडा कातेअ कु आसे निया आर जो तो ओडारे मच मच जम्कु कु इमाया ।

✓ शिर्षक : नालहा (सन्थाल भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : रामलाल हेमरम

हल्दिवारी गा.वि.स. रे तोहन नालहा कामी सन्थाल हडहपन आडिआईमा मेनाक कवा । उनक सन्थाल द चावामान रेक कामी काना । ओडाक रनाक समस्या आर अशिक्षा, रेगेज कारन ते कामी काना क । मिद दिन कामी लेखान ६०/- टाका क जाम मा । तबे ६ दिन क कामी लेखान ३६०/- टाका क जाम एदा । मालिक द मिद हप्ता बार हप्ता । पि हप्ता धारिज जत पैसा एमाउ कवा (इनो तायम मालिक ए बाडाया केदा) नुकुद चेत ह वाकु बाडाया नुकुद थोडाथोडी पैसा एमाउक रेह । बाक बाडाया से बाकु बाडाया दाडीया ।

रेगेज सन्थाल हड द पैसा आताड कातेन ओडाक क रुवाड आ । आर पैसा क हिसाव आ । उनकुवाक हिसावरे ६०/- टाका बाड कुलो काना उना पैसा ऐडे । ओचुइ नाकु उना तायम सन्थाल क हुदिस केदा पाडहाक आकिल हुदिस गियान द आडि लागित काना ।

✓ शिर्षक : मनवा (शादरी भाषा) (गीत)

✍ प्रस्तुतिकरण : दशरथ खडिया

मनवा रे मनवा रे हो

मनवा रे केइरलेना तनिक भावना

चाइर दिनकर जिन्दगानी मे से होना कभि अपना ।

१. जाइत पाइत वोड छोटकर भेद भावना

छुवा छुत उच निचकर वीन कहेना

रौरे हेकी मनवा से के भुलाइना

चाइर दिनकर जिन्दगानी मे से होना कभि अपना

मनवा रे

२. जे घर से माय वाप कर मान घटिगेल

उ घर से ईश्वर हो उठी चलि गेल
रौरे हेकी मनवा से के भुलाइना
चाइर दिनकर जिन्दगानी मे से होना कभि अपना
मनवा रे

भाद्र ३१ गते

✓ सहयोगी कार्यकर्ताले थाहा पाउनु पर्ने कुराहरु :

- भलाकुसारी गर्ने
- अधिल्लो दिनको क्रियाकलापबारे छोटो छलफल गर्ने
- त्यसपछि आफ्नो विषयवस्तु बारे सहभागीलाई बताउने
- विषयवस्तुको शिर्षकबारे जानकारी गराउने
- स्पष्ट रूपमा सहभागीसँग आँखा सम्पर्क गर्दै विषय वस्तुको पाठ पढ्ने (सुनाउने, पढाउने होइन)
- मूल शब्द चिनाउने / पढाउने
- मूल शब्द टुक्र्याउने र अक्षरहरुको सम्बन्ध बताईदिने
- कालो पाटीमा अक्षर बाकस बनाउने
- अक्षर बाकसको अक्षरहरु चिनाएर मूल शब्द बताउने
- सहभागीलाई दुई समूह बनाई चुनौती खेल खेलाउने
- अक्षर बाकसको अक्षर देखाई सहभागीलाई चिन्ह लाउने
- समूह बनाई शब्द कार्ड बाड्ने
- समूहलाई शब्द बनाउने खेल खेलाउने । जित्ने समूहलाई ताली बजाएर धन्यवाद दिने ।
- शुरुमा नै लामो मूल शब्द बनाउने

■ लेखाई सीप :

- लेख्न लाउने
- हेर्ने
- लेखाउने (हात समाएर लेख्न सिकाउने)

■ उत्तु तियाअ चास :

✍ प्रस्तुतिकरण : सुकदेव सोरेन

गरामनी गा.वि.स. रे मिन्टेन चासअ ईअ । सन्थाली जनजाति ताहे कालाई । उनी याअ त्रुतुम द चेडे मुर्मू कमी हडे ताहे कानाई । उनीयाअ जुमी-जायगा थुडा गी ताहेकान ताया । उनी द थुडा जमी जायगा रे आयमा टाका, टाकाये कामावेत कान ताहे काना । उनी उत्तु तियाअ चास रे बाहाकुबी, अलु, कुडचा, बेगाड आर मरिचे चासेअ कान ताहे

काना । आर उनी रेन आयु हड द आय रेन बाबा हड ताई आडी गाने गोडो वाय कान ताहे काना ।

चेडे मुर्मू द हाप्तारे मिअ दिन वाहा कुवी, अलु, कुडचा, बेगाड आर मरिचे विर्तामोड हाटिया तेथ अखिज इदिये कान ताहे काना । उनी द उतुतियाअ आखिज कातेअ टकायेत कान कुइ किरिज कान ताहे काना ।

किचीरिअ साफई लागी पुज साबुन, डब्रा सबुन द लक्स आर धारा साफा तुडि सुनुम । आर मुसुली चाउली आगुथित कान ताहे नाई । थोडा टाका दोय रुवाड आगुयेअ कान ताहे नाई । नोअय नुञ्का चेडे मुर्मू वाअ परिवार जीवन द लाहायेअ काना ताहे काना ।

उनी द उना आगुरुवाड टाका ते आयाअ वुगी-वाडीअ रे इटाअ हड सामज रे कारजा खजअ वाज लागावाय कान ताहे काना । उनी याअ जीवन द अडी नापई ताहे कान ताया ।

■ शिर्षक : आदिवासी

प्रस्तुतिकरण : भिम बहादुर सुनुवार

आदिवासी भनेको परापूर्व काल देखि बसोबास गर्ने जनजातिलाई आदिवासी भनिन्छ । परापूर्व काल भनेको आदिमकाल धेरै-धेरै वर्ष पहिला देखि बसोबास गर्ने जातिलाई भन्दछन् । त्यो परापूर्व काल अथवा धेरै अगाडी आदिमकाल देखि बसोबास गर्ने आदिवासीहरूका आ-आफ्ना भाषा, लीपि, भेषभूषा, रितीरिवाज, चाडपर्व, संस्कृतिहरू हुन्छन् । नेपालको आदिवासीहरूलाई नेपाल आदिवासी जनजाति भन्छन् । नेपालको आदिवासी जनजातिहरूका आ-आफ्नै जातिय संस्थाको संगठनको स्थापना भएको छ । यो जातिय संस्थाको सांगठनिक संरचना तथा रूपरेखाहरू यस प्रकार छ ।

१. गाउँ इकाई कार्य समिति
२. जिल्ला कार्य समिति
३. केन्द्रीय कार्य समिति

उपर्युक्त ३ वटा इकाईमा गठन गरिएको छ । नेपाल आदिवासी जनजातिहरूका जातिय संगठन संघसंस्थाहरू २०४६ सालको जनआन्दोलन पछिको बहुदल व्यवस्था स्थापना भए पछि मौलाएको हो । नेपाल आदिवासी जनजातिहरूले आ-आफ्नो जातिय संस्कृति, रितीरिवाज, भाषा, लीपि, कला, संस्कृति, चाडपर्व, रहनसहन, भेषभूषाहरूका संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्नु र मौलिक हक अधिकार खोज्ने मुख्य उद्देश्य राखी जातिय संगठनको संघसंस्था स्थापना गरिएको छ । आदिवासी जनजातिहरू अझ सशक्त र मजबुद पार्नको लागि नेपाल आदिवासी महासंघ स्थापना भएको छ । महासंघमा प्रत्येक जातिय केन्द्रीय समितिबाट १/१ जना प्रतिनिधिहरू महासंघको केन्द्रीय कार्यालयमा सहभागी हुन्छन् भने जिल्लामा पनि प्रत्येक जिल्ला स्तरिय १/१ जना प्रतिनिधिहरूबाट जिल्ला समन्वय परिषद गठन भएको छ ।

हाल सम्म १३ वटा जिल्लामा समन्वय परिषदको गठन भइसकेको छ । बाँकी जिल्लाहरूमा क्रमिक रूपमा समन्वय परिषद बन्दै जानेछ । ५९ वटा जातिहरूलाई श्री ५ को

सरकारले सूचिकृत गरेको छ । यी ५९ वटा आदिवासी जनजातिहरूका संगठनलाई छाता संगठन पनि भन्दछन् । अहिले सम्म ५९ वटा मध्येमा ५० वटा जातिय संस्थाहरु मात्रै महासंघमा आवद्ध भएको छ । ९ वटा जातिहरु महासंघमा आवद्ध हुन सकेको छैन । ५९ वटा जाति मध्ये पनि महासंघले ५ भागमा बर्गिकरण गरेको छ ।

१. लोपोन्मुख समूह
२. अतिसिमान्तकृत समूह
३. सिमान्तकृत समूह
४. फाइदाबाट बञ्चित समूह
५. विकसित समूह

महासंघको मुख्य उद्देश्य भनेको नेपाल आदिवासी जनजातिहरूका मौलिक हक अधिकारको विषयमा शिक्षा, स्वास्थ्य, सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक, जातिय विभेद सम्बन्धि रोजगारमा, धार्मिक विभेद धर्ममा निरपेक्ष यी यावत (विभिन्न) कुराहरूका सवालमा बुलन्ध (ध्वनिभूत) आवाज उठाउने हो । त्यसैले तपाईं हामी सबैले आदिवासी बारे जानी राख्नु, बुझि राख्नु, आदिवासी जनजातिहरूको हकहित, अधिकार, समान्ता र एकताको बारेमा संगठित भई आवाज उठाउनु पर्ने बेला आएको छ । त्यसकारण तपाईं हामी सबैले आदिवासी भनेको को र के हो ?, जातिय संगठन भनेको के हो ?, यसको काम के हो ?, महत्व के हो ? भन्ने ज्ञान, सीप हासिल गर्नको लागि सबै जना सिकौं, बुझौं, जानौं, पढौं र देश विकासको लागि अघि बढौं । अन्धकार हटाई शिक्षाको ज्योति बालौं । सबैले यहि प्रण गरौं ।

■ शिर्षक : वेनालहा (सन्थाल भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : सोनि सोरेन

नुवा चन्द्र कित्ता आतुरेन एकेन हडहपन ३५ उडाअ मिनाअ कुवा उनकुवाअ ठाउँ रिद नालहा वनुआँ उनकु हडहपन द बाबहन कुठेन गिकु कमि यिदा आर कमि वाड ताहेन जुखान र हाकु गईकातेकु अपसुलअ काना हाकु गईकातेकु अखिरिअकुवाकु हाकुद २० टाका पुवाकु दामक दहयीदा मिअ किलो वार किलो जाम काते किलोरे ८० टाका हुयुकाना उना ८० टाकाते चाउली बुलुड सुनुमकु किरी जीदाकु उनकु हाकु गईकाते हडहपन दकु अपसुअ काना उनकु हडहपन द अलअ पाढह अ रेहकु कम गिया उनकु द जम अपसुल अडि हारम मिनाअकुवा उनकु अपसुलअ लअगीद अडि चिन्त मिनाअकुवा आर आपनाररेन गिद्र पाडहाउ हँ मुस्किल गिकु यिकविदा आवु ढेअ हँ बार मास नालहा कमिकु ताहेन खान द आवु हडहपन निन्अ मुस्किल रेद बाबुन पाडाउकुआ उनकुवाअ ठाउरे नालह कमि वनुअते उनकुन जततेकु ताईनम कानाकु ।

■ शिर्षक : रोजगार (सन्थाल भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : पर्वत किस्कू

हल्दिवारी गा.वि.स. वार्ड नं. २ रे १९ उडा आदिवासी हिनाबुनाआ मीनाआ कुतेह आदिवासी कुछ चक वागाननरिगी रोजगारकु यामकाआ वागानकु केमिरेह आदिवासी दिनेह ६० टाकाकु कमाउदा दिने रे कोमिला खान हारतारे । ६० हयुकाना उडकातेगी हजारी काम हीनाताया जम्यु आर गिद्रीकु स्कुल पाढहाउ खर्च हई कुलोकाना उडका अलपाडहा वाकुवाडाया तेहिसोप तिकु पान्जा हाटियो रे साउदा किरिडकु चालारेइ मुन्डो संगेकु ठग काना आर हल्दिवारी आदिवासी थीरगी हण्डी पोरुवोकु युइदा ६० टाका कु खर्चा यी काना उतुतिया १५० खर्च हयुकाना अने उनका तिगी खार्चा ते उनाते हडहपन कुताई खार्चा ।

नेपाली भाषामा :

हल्दिवारी गा.वि.स. २ मा वस्ने सन्थाल आदिवासीहरु १९ घर छन् । ती १९ घर सन्थालहरु चिया बगानमा रोजगार पाएका छन् । रोजगार पाए पनि ति आदिवासीहरुले दिनको रु. ६० पाउँछन् । त्यसैले प्रत्येक दिन काम गयो भने हप्ताको रु. ३६० पाउँछन् । त्यसैले ज्याला कम-कमै भएकोले खासगरी खाना, लाउन अथवा छोराछोरीहरुलाई विद्यालयमा पढाउन सकिरहेका छैनन् । त्यसरी नै पढ्न लेख्न जान्दैनन् । हिसाब गर्न पनि जान्दैनन् । बजारमा सामान किनमेल गर्न गए पनि आदिवासीहरुलाई तागाधारीहरुले ठगीरहेका हुन्छन् । तर त्यहाँका आदिवासीहरु धेरै जसो जाँड रक्सी खाने गर्दछन् । जाँड रक्सीमा रु. ६० खर्च गर्छन् । बजार किनमेल गर्न गएपनि खासगरी भद्रपुर, चन्द्रगढी र बाङ्गे बजार जान्छन् । बजारमा सागसब्जी किन्दा रु. १५० खर्च हुन्छ । विशेष गरी त यसरी नै कमाएको पैसा खर्च गरिन्छ । त्यसैले नै उनीहरु पछि परेका छन् ।

■ शिर्षक : आदिवासी (शादरी भाषा)

प्रस्तुतिकरण : सुनिता उराव

आदिवासी मान पढेक लेखेक निजानेना । उमाने आपन भारिक जिवन विताएना । उमाने असल सोच कि मैनाो नि पाढलो । यिमाने का पाढबायन काहेना और आपन बेटा बेटी के भी नि पाढाएना । आदिवासी मान ओहेले कोने निजानेना, जैसन अड्डा-अदालत जाएक लागिन् उमाने डाराएना काले कि पाढेक लेखेक निजानेना । आदिवासी मानकार नागरिकता, जन्म दर्ता नि रेहेला । काले कि उमाने पाढेक लेखेक निसाकेना । नागरिकता बानाएक जाबाएन होले नी । दुई चार बाद पुछेन होले भी अकमकाई जाएना । ओहेले तो आदिवासी मान कैथो आपन हक और अधिकार निपावेना, एतेने काहाते मोर बातके सिराथोन ।

नेपाली भाषामा :

आदिवासीहरु पढ्न लेख्न धेरै जान्दैनन् र उनीहरु आफ्नो व्यवहारिक जिवनमा विताइरहेका हुन्छन् । उनीहरु यस्तो सोच्छन् कि म त पढ्न यिनीहरु के पढ्छन् भन्छौं । उनीहरु आफ्नो छोराछोरीलाई पनि पढाउदैनन् । आदिवासीहरु त्यसैले सबै कुराहरुमा पछि रहन्छन् । जस्तै : अड्डा-अदालत जानु किन ? कि उनीहरु पढेलेखेका हुँदैनन् । त्यसैले उनीहरु अड्डा-अदालत जान डराउँछन् । आदिवासीहरुको किन नागरिकता, जन्म दर्ता हुँदैन ? किन की उनीहरु पढ्न लेख्न जान्दैनन् र उनीहरु नागरिकता बनाउन जाँदा उनीहरुलाई

केही सोध्यो भने उनीहरु अकमकाउँदै भन्छन् , खोइ मलाई थाहा छैन । त्यसैले आदिवासीहरु कहिले आफ्नो हक र अधिकार पाउँदैनन् ।

■ शिर्षक : बचत समूह (सान्थाली भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : देवान टुडु

हल्दिवारी-७ रे नेपाल रेडक्रस रवन सञ्चालित महिला विकास समिति बचत समूह मेनाआ । अना बचत समूह रे द सानाम जात गे मेनाअ कवा अना मोद रे बार हड सान्थाल आयो हड ह मेनाअ किना जतते २५ जना सदस्य मेनाअ कोवा । प्रत्येक सदस्य १० टाका काते (चाँदो रे) को जमायेदा । अना जमा आकान टाका द समूह रेन सानाम सदस्य कोवाअ साल्ला ते जत हडखन अकयाअ समस्या जास्तिया उनीकु एमाया रिन ले काते कम ब्जाज ते जेलेका चान्दो रे २% ब्याज दर ते । आद हाताव आकाद् टाका द पे चान्दो तायम ब्याज सेलेद् रुवाड् हुयुग्-आ । नवा बचत समूह रे टाका जमा-आकात् ते नवा समूह रेन सदस्य को द एकान माछा कटिज माटिज समस्या समाधान लगित आडी को आल्मा आकाना ।

नेपाली भाषामा :

हल्दिवारी-७ मा नेपाल रेडक्रसद्वारा सञ्चालित महिला विकास समिति बचत समूह छ । यस बचत समूहमा सबै जातिका सदस्यहरु छन् । यस मध्ये २ जना सन्थाल आदिवासी महिला पनि सदस्य छन् । जम्मा २५ जना सदस्यहरु छन् । प्रत्येक सदस्यहरुले रु. १० को दरले महिनामा जम्मा गर्छन् । यसरी जम्मा भएको पैसा आपसमा छलफल गरी कसले सबैभन्दा बढी समस्या र आवश्यक परेको छ त्यसलाई ऋण अथवा सापटीको रुपमा सस्तो ब्याजमा दिन्छन् । जस्तै : रु. १०० मा महिनाको २% ब्याजको दरले ३ महिनामा ब्याज सहित फिर्ता गर्ने गरी दिइएको हुन्छ । यस बचत समूहका सदस्यहरुले यसरी पैसा जम्मा गरेकोले आफ्नो घर व्यवहारमा आइपरेको सानो तिनो समस्याहरु सजिलै संग समाधान गर्न सक्छन् ।

■ शिर्षक : रोजगारी (सान्थाली भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : महेन्द्र मुर्मु

हल्दिवारी गा.वि.स. रेन् सान्थाल कु द चिया बागान् रे कु कमियदा चिया बागान रीया जुतुड्द बाबुराम चिया बागान कु मिता आ नडेन कु सान्थाल द सिता ७ बजे खय अयुव् वेरा ५ बजे धरीय कु कमियदा नडेना जनसंख्या २०० हिना आ उना मध्ये १५० जना लिका सन्थाल वुयहा कु द चिया बागान रे कु कमियदा उड्कु द मिअ दिन रे ६० टाका हुयुउ काना हाप्ता रे उड्कु वा ३६० टाका हुयुउ काना निय कमि पैस टाका ते अकुवा समस्या कु समाधान दा नन्डेन कु सन्थाल द हटियो कु चाला खाय भद्रपुर, चन्द्रगढी, विर्तामोड कु चाला काना आप नाराअ समस्या पडाउकान सामान कु किरियाँ आर समस्या कु समाधान ना हटिय् खंज अगवा सामान द ।

नेपाली भाषामा :

हल्दिवारी गा.वि.स.को सन्थाल आदिवासी काम गर्नको लागि बगान जान्छन् । तिनीहरू विहान ७ बजे देखि बेलुका ५ बजे सम्म काम गर्दछन् । तिनीहरूले एक दिनमा रु. ६० कमाउँछन् र हप्तामा रु. ३६० हुन्छ । यी कमाएको पैसाले आफ्नो समस्या समाधान गर्दछन् । यहाँका मानिसहरू बजार जाँदा भद्रपुर, चन्द्रगढी, विर्तामोड जाने गर्दछन् र आफ्नो समस्या परेका सामान किनेर आफ्नो समस्या समाधान गर्छन् । बजार जाँदा सुती कपडा, टेडिकटन, नून तेलहरू, मरमसला जस्तै आवश्यक परेका सामानहरू किनेर ल्याउँछन् । यसरी नै यहाँका मानिसहरू जिवन चलाउँछन् ।

■ शिर्षक : लुगाफाटा

✍ प्रस्तुतिकरण : मन कुमारी टुडु

हल्दिवारी गा.वि.स. वार्ड नं.-८ का जनजातिहरू बाङ्गे बजार जान्छन् । उनीहरू बजारमा विभिन्न किसिमका लुगाफाटा जस्तै : सुती, ऊनी, पोलिष्टर, कटन आदि किनेर ल्याउँछन् । कहिलेकाही लुगाफाटा किन्न भद्रपुर जान्छन् ।

■ शिर्षक : हक आईदारी (सन्थाल भाषा)

✍ प्रस्तुतिकरण : प्रकास मुर्मु

आबू हल्दिवारी-९ सन्थाल आदिवासी आयूहडको लाहानति डाहार रे लोगितेद अडिते आडि आट कु कमाऊ गीया । नडकान लाहानति डाहार शिखीत रेना नों कोमि कमजोर चेढा । से तेकू तायनोम मिना । तायनोम कान रेना कारन कूद चेत चेत काना ।

आदिवासी सन्थाल आयूहड लाहानति डाहारे चेकाते नूकू आटकू तायनोम ऐना बेल काना जे । बाबाहड कुद आयुहडकु मारसाल डाहार पांजाय लोगीते मायजूकु अधिकार बाबु ऐमाउकात कुवा आर मितमा नोडेन कू चाला जोते बाकू लाहा अचुउका बुना । मितमा बाबाहड कुआ चलन बेहार बाड मचते ।

जुम तोरा मेन गान आले :- हण्डी पौउर अडितेन अडी आटबुन जयाँ । ई नो तायनोम कुडी गिदरो पर उडातेक बापला ईदि कूउ मेनते बछर मोचते ऊरे कुलो रोग १२, १३ उमेर रिगी कु बापला साफा काकुउ । आर पाडहाव पाडहाव तूलूच आतरा रेगी पाडहाव कू बोगी अचूकुआ । आर कूडी हपनद आपनारे रेन बाकू हुयु कारवानाते उडा कोमी रेगी बुन पेलयेत कूते कूडीहपन लांहनती डाहार कमा काना । आशबून दहया जे कडाहपन आर कूडी हपन सोमान डाहार ते बून ताडामा दाडेया ।

महिला हकको असरहरू (नेपाली भाषामा) :

हल्दिवारी वडा नं. ९ सन्थाल आदिवासी जनजातिहरूको महिला विकास अति कम संख्यामा देखिन्छ । यो काम मात्रमा देखा परेको कारण किन वा के-के छ ?

आदिवासी जनजाति सन्थाल महिलाहरु विकासमा पिछ्छडिएको कारणमा हामी यो बुँदाहरु देख्छौं । जस्तो की पुरुषहरुले विकासको बाटोमा सन्थाल महिलाहरुलाई अधिकारको बाटो छेकी राखेका छन् र एकता तागाधारीले पनि आदिवासीलाई अगाडी तर्फ बढ्न दिएका छैनन् । र त्यसमा पनि सन्थाल आदिवासीका खराव व्यहोराले भन्दा पनि सन्थाल महिलाहरुलाई अगाडि बढ्न पाएको छैन ।

सन्थाल पुरुषहरुको खराव व्यवहार जाँड रक्सी खाने र धेरै व्यवहार महिलाहरुलाई राम्रो र सफलदायी कामहरु नसिकाउने र छोरीहरुलाई १२ र १३ वर्षमा पनि विहे गराई दिने, एक अर्काको घरमा जान्छन् भनेर थोरै कक्षा सम्म पढाउने, छोरीहरु अर्काको घरमा जान्छन् भनेर घरको काममा बढी काम गराउने । पुरुष समूह महिलालाई बराबरी पँचको अधिकार दिउं र महिलाहरुलाई विकासको बाटो हेराउं । यो धारणा सन्थाल पुरुषहरुलाई हुन पर्ने कुरा हो ।

असोज १ गते

✓ गणितिय विज्ञानमा चिन्हको अर्थ :

- + : थप्न पाइने
- - : फरक मत राख्ने
- × : एकता
- / : जिम्मेवारीको बाँडफाड

+	:	Plus means add
-	:	Subtract means difference
×	:	Multiply means unity
÷	:	Divide means responsibility

✓ गणित पढाउँदा थाहा पाउनु पर्ने कुराहरु :

- ❖ बाकसमा भएको चिजहरुलाई धर्का गन्ती गराई चिनाउने ।
- ❖ बासकमा भएको चिजहरुलाई गन्ती गरी जोड्को अर्थ बनाउने ।
- ❖ बाकसमा भएको चिजहरुलाई गन्ती गर्ने र के कति घटेको छ सो पनि सिकाउने ।
- ❖ बाकसमा भएको चिजहरुलाई समूह समूहमा भाग लगाई (×) र भाग (/) सम्बन्ध बताई दिने ।

✓ शिर्षक : चाहा बगान (शादरी भाषा)

प्रस्तुतिकरण : लक्की उराव

हामिनकार बगानकार नाम टोकल बगान हेके । टोकला बगान २०२५ साल से शुरु होवाल हेके । हामिनकार बगानमे आदिवासी माने । ७०० भान आहेन इकर मे मरद ४०० भान और औरत ३०० भान आहेन । हियाकार आदिवासी माने विहाने ७ बजे से ५ बजे समान काम कारेना । लेकिन ११ बजे से १ बजे उमान खाना खाएकले । छुट्टी देवेना उमानकार दिनकार ७४ रुपैयाँ कमाएन होले हप्तामे ४४४ रुपैयाँ होएला । आगेकार आदिम माने मुस्कु काम करेक आएन । तर उमाने पैसा के कामे मानने लगाएक निजानेन । लेकिन एखानकार आब्दीन माने कहिक शिक्षित हाते जातेन । बेटा बटी मनके स्कूल भेजेन कोनो जान लेयोस । कहेन मुख्य कइरके तो बगान मे गाई, छेग्री, सुवाइर, मुर्गी, पोसेना । उकार पैसा से बेटा बटी मानके लुगा किन के देवेना । लेकिन हप्ता दिन मे आवाल पैसा

से सौदा किनेक पानी टङ्की हाट जाइना जैसन : लुगा, डेक्चीबासन, चौर, तेल, दाइल, ताजा टियान, मासु, माछी, साबुन, नोन, चिनी र छुवा मानके खाएक खाजा माने किनेना और रहोल पेसा से नक्सल पिक्चर देखेन और घुमेन हामीन् कार चाहा बगान मे कोनो बदला दिसेना उमान्कार सोचमे हामीन् काम करिया तो होली । बेटा बेटा माने तो कोनो कारोस् कहेना हामीन्कार बगान मे घुमेक और फोटो खिचेक आवेना और पिक्निक खाएक भी आवेना बगान मे भी मुरुक आछा सुन्दर लागेला काले कि बहुत बाडका गाउँ से अदिम माने आवेना और ई गाउँ से ऊ गाउँ कर हाल जानेन् । आदिवासी मनभी कोनो कारव और कोनो बनाव काहेके सोच राइखान ।

चिया बगान (नेपाली भाषामा) :

हाम्रो बगानको नाम टोकला बगान हो । टोकला बगान २०२५ साल देखि शुरुवात भएको हो । बगानमा जम्मा आदिवासी ७०० जना छन् । त्यसमध्ये पुरुष ४०० छन् भने महिला ३०० जना छन् । यहाँका जनजातिले विहान ७ बजे देखि बेलुका ५ बजे सम्म काम गर्छन् । बिचमा ११ बजे देखि १ बजे सम्म खाना खाने छुट्टी पाउँछन् । उनीहरूले दिनमा ७४ रुपैयाँ कमाउँछन् भने हप्तामा ४४४ रुपैयाँ हुन्छ । पहिलेको मानिस मेहेनेती थिए तर सदुपयोग गर्न जान्दैनन् थिए । अहिलेको मानिसहरु शिक्षित हुँदै गएको हुनाले होला छोराछोरीलाई स्कुल पढाउँछन् । केही ज्ञान पाओस् भन्ने ठान्छन् । मुख्य गरी त बगानमा बस्ने हुँदा गाई बाखा, कुखुरा, सुंगुर पाल्छन् । त्यसबाट आएको पैसाले छोराछोरीलाई लगाउने लुगाहरु किनिदिन्छन् । तर हप्ता दिनमा आएको पैसाले सामान किन्न पानीटङ्की बजार जान्छन् । जस्तै : लुगाकपडा, चामल, तेल, दाल, ताजा तरकारी, मासु, माछा, साबुन, नून, चिनी, नानीहरुलाई खानेकुरा आदी जस्ता सामानहरु किन्छन् । रहेको पैसाले नक्सल पिक्चर हेर्न र घुम्न पनि जान्छन् । हाम्रो बगान निकै बदलिएको देखिन्छ । उनीहरुको सोचाईमा हामी मजदुर गरेता पनि छोराछोरीले केही गरोस् भन्ने भावना राख्छन् । हाम्रो बगानमा घुम्न र फोटो खिच्न पनि आउँछन् साथै पिक्निक खान पनि आउँछन् । टोकला बगानमा पनि एक किसिमको रमाइलो गर्ने ठाउँ छ किन भने धेरै जसो गाउँको मानिसहरु आएका हुन्छन् । एउटा गाउँबाट अर्को गाउँमा के कस्तो भैरहेको छ भन्ने कुरा थाहा हुन्छ । आदिवासी जनजातिलाई पनि केही गरौं र केही बनाऔं भन्ने धारणा राखेका छौं ।

✓ शिर्षक : नागरिकता (सन्थाल भाषा)

प्रस्तुतिकरण : मैदी माडी

हल्दिवारी गा.वि.स. फाडानि आतुरे कम रे हं १५० बछरलाहा खई ताहे वाडाउ कानाले सन्थाल आदिवासी जनजाति वाअ मित रियाअ जनसंख्या द मडे स मिनालिया आलेया फाडानी आतुरे ताहे वाडाउ कानाले ताहेकाते ह आइमा सन्थाल वुईहाकुद नागरिकता द वाले याम कादा ।

नागरिकता समस्या आले आतुरे ओडीजस्ती जेलयाम काना नियों । नागरिकता समस्या सामाधान लोगी आवुअ जनजाति आदिवासी चे वाले चिकालेदा वरसक आकु मुडो रुडो आकुवाअ काटा लातार खई चेकातेअ वान्चाआवु मेनकातेअ जनजाति आदिवासी ते

मिअठेअ हुइकाँते नागरिकता रियाअल आणाड् उठोउहुयुआ आर सन्थाल वुइहाकूद नागरिकता वारेते जत आतुरेन आदिवासी जनजातिक मिअठे हुँइकेते अड्डा अदालत रे चालाअ हुयुआ सिडियो सँगे नागरिकता एंमअ हुयुआ मेनते आवु आदिवासी नागरिकता खच हुयुआ आर वाकूएमलेनखान अड्डा रे उना समय गि आवु उना सिडियो द जाहाना गिअवुन वोडीई दाडियाआबु आबुरे अधिकार ताहेना आवु निजो दिसोम नेपाल रे नागरिक हुइलेन खाईबुन आवु आवुवा आतुसंगेते जाहान जिल्ला-जिल्लारे विकास चिदा वो दाडियाआ आवु फडानी आतुरेन आदिवासी जनजाति कु जत हइते नागरिकता जाम हुयुआ आर जत सरकारी कार्यालय रे सहभागी हुयु जरुरा मेन विचोर हल्दिवारी गा.वि.स. फडानी आतुरे आदिवासी जनजातियाक मनरे मिनाअ ताकुवा ।

नेपाली भाषामा :

हल्दिवारी गा.वि.स. फडानी वस्तीमा करीव १५० वर्ष पहिले देखि बसोबास गर्दै आएका छौं । सन्थाल आदिवासी जनजातिहरुको हालको जनसंख्या ५०० रहेको छ । हाम्रो फडानी वस्तीमा हामी पहिले देखी नै बसोबास गर्दै आए तापनि नागरिकता भने धेरैले पाएका छैनन् । यो समस्या हाम्रो समुदायमा ज्यादै चर्को रूपले देखा परेको छ । यो गाउँको नागरिकता समस्या समाधान गर्न हामी जनजाति आदिवासीले के गरौं बरु उल्टै तागाधारीहरुले हाम्रो भएको नभएको सम्पत्ति घुस खाएर हामी जनजाति आदिवासीलाई इन्तु न चिन्तु वा मर्नु न बाँच्नु बनाएर अहिले हामी आदिवासी तागाधारीको पाउमुनी रहेर वस्तु परेको छ । यसैले यसरी त्यो तागाधारीको पाउबाट कसरी मुक्त हुन भनेर जनजाति आदिवासीले संगठित भएर नागरिकताको बारेमा आवाज उठाउनु पर्‍यो । जनचेतनाको बारेमा विकास गर्नु पर्‍यो । समुदायमा आदिवासी जनजातिहरु संगठित भएर अड्डा अदालतमा जानु पर्‍यो । सि.डि.ओ.सँग नागरिकता दिन भन्नु पर्‍यो भनेर हामी आदिवासीले नागरिकता लिने । यदी नदिएको खण्डमा त्यति बेला हामी त्यो सि.डि.ओ.लाई जे पनि गर्न सक्ने हामीमा अधिकार रहनेछ । हामी यस देश नेपालको नागरिक भयौं भने हामी हाम्रो समुदाय लगायत हरेक जिल्ला-जिल्लालाई विकर्षित गर्न किन नसक्ने । हामी फडानी वस्तीमा आदिवासी जनजातिहरु सबैले नागरिकता पाउनु पर्छ र सबै सरकारी कार्यालयमा सहभागी हुनुपर्छ भन्ने विचार हल्दिवारी गा.वि.स. फडानी वस्तीका आदिवासी जनजातिहरुमा रहेको छ ।

✓ शिर्षक : जनम दर्ता (सन्थाल भाषा)

प्रस्तुतिकरण : दुलड टुडु

शरणामती गा.वि.स. रे ४१२ उडाक सन्थाल मेनाक बुना । उनारे २१५० जनसंख्या मेनाक बुना । उना मध्ये रे ३०० जना द जनम दर्ता बेनाकादा । आर बाँकी १२५० जना सन्थाल द बाकु बेनावाकादा । जनम दर्ता लगीत आवुवा अडी जरुरी कान ताबुना । जनम दर्ता ताहेन ताबुन खान नागरिकता जाम लगीत सुविधा पाडा वा बुना । उना छोडकाते स्कूल रे ज़तुम ओल लगीत हं । जनम दर्ता लागावा बुना । जनम दर्ता उडुक लेनखान नागरिकता जाम रेयाक आधार हुयुक ताबुना नागरिकता ताहेन ताबुन खान जागा-जमिन बुन किरिज दाडिया । जनम दर्ता लेका सन्थाल समाज रे आडी आयमा समस्या जेलक

काना । विवाह दर्ता, मृत्यु दर्ता बसाई सराई दर्ता आर इमान्तिया दाता कु समाज रे नोडकान समस्याते आंडी माराड भूमिका लक्तियाम काना । समस्या कु द समय रेगी बुभ्र जरुडकाना नुवा रेयाक समाधान लगित आतुरेन बाडाई जोड होड साउते गी सम्पर्क दोहय द जरुड काना आबुवा । समाज रे बाबा ताकु गे जनम दर्ता रेद कु लाहा ताबुना । बाबा ताकु साउते गग होड कुवा जनम दर्ता ह । बेनाउ ताकु जरुड काना । अडी गान सन्थाल होड जनम काते २० वर्ष बाद रे उन्कु । जनम दर्ता काना आद होम कु दो वेगर दाता तिगी मेनाकुव आबु सन्थाल गा.वि.स. अफिस, जि.वि.स. आर इमान तेया कार्यालय चाला हुयु । बुन बोतोरोआ तिहिन्न नोडका बोतोर काते बाड हुयु ताबुना । आबु प्रौढ कक्षा रे समावेश काते साक्षर बुन बेनाआ आर समस्या बुन समाधान ताबुना ।

जन्म दर्ता (नेपाली भाषामा) :

यस शरणामती गा.वि.स.मा सन्थालहरुको ४९२ वटा घरहरु छन् । यसमा जम्मा २९५० जनसंख्या रहेको छ । यस मध्ये ३०० संख्याले मात्र जन्म दर्ता गरेका छन् । बाँकी ९२५० ले जन्म दर्ता गरेका छैनन् हामीले नागरिकता पाउन सजिलो पर्छ, त्यतिमात्र नभएर स्कुलमा भर्ना गर्दा पनि जन्म दर्ता चाहिन्छ । जन्म दर्ता गराउन सम्बन्धित गा.वि.स. सचिवको नाममा निवेदन पेश गर्नु पर्छ । यसरी जन्म दर्ता गराए पछि नागरिकता पाउने आधार पनि पर्दछ । हाम्रो नागरिकता भएमा जग्गा जमिन किन्न पनि सक्छौं । जन्म दर्ता जस्तै सन्थाल समाजमा समस्याहरु रहेको छ । नागरिकता समस्या विवाह दर्ता, बसाईसराई, मृत्यु दर्ता लगायत धेरै समस्याहरु छन् । यी समस्याहरुले समाजमा नकरात्मक भूमिका खेलेको छ । यस्ता समस्याहरुलाई समयमै विचार पुऱ्याउनु पर्छ । यसको समाधान पनि गर्नु पर्दछ । यसका लागि गाउँमा भएका जाने बुझ्ने सँग काम गर्नुपर्दछ । काम पनि गराई हाल्नुपर्दछ । यसमा पुरुषहरुले मात्र जन्म दर्ता बढी गरेको पाइन्छ । जन्म दर्तामा महिलाहरुका संख्या कमी नै छ । पुरुषले आफ्नो मात्र नबनाएर महिलाको पनि जन्म दर्ता गराउनु पर्दछ । कतिपय सन्थालले जन्मेको २० वर्ष पछाडी जन्म दर्ता गरेका पनि पाइन्छन् । कतिले त दर्ता नगरी नै बसेका छन् । धेरै सन्थालहरु गा.वि.स. कार्यालय, जि.वि.स., स्कुलमा पनि डराउँछन् । आज त्यसरी डराएर होइन हामी प्रौढ पनि साक्षरता बन्नुपर्दछ । हाम्रो यस्तो समस्याहरुलाई समाधान गर्नुपर्दछ । नागरिकता नभएका सन्थालहरुले जग्गा जमिन किन्न सकेनन् ।

✓ शिर्षक : अशिक्षा (सन्थाल भाषा)

प्रस्तुतिकरण : बाबुराम टुडु

हल्दिवारी गा.वि.स. वार्ड नं. ७ रे आले आतु मिनाआ बुना आतुरेन आदिवासी जनजाति मिनालीया उना आतुरेन हड्ड डीर लिका अशिक्षित मिनाकुवा पढहाव हड्ड थुडा मिना कुवा । उडकुद अशिक्षा रिना कारणते आकुरेन गिद्रो कुह स्कुल चाला बाकु पाडाअ काना । उडकु हड्डकु मेना स्कुल चाला उनाते अकयटा लाटुकाना , आले आतुरेनहड जत अवुज मिना कुवा । उन्कु द जुतडाहार खोन मारसाल डाहार रे आगु कु लगित अडीमाराज ले मुरुक आकादा । आले आतुरेन हड्डहपन इस्तिथि कमजोर मेनअ ताकुवा ओना लेका ते

कोचाटोला आतुरेन हड्ढपन द अनपड मेना कुवा । उनाते हल्दिवारी कोचाटोला रेन मेअ मारसाल कु लगित आडिजरुड मेनाअ ताकुवा ।

✓ शिर्षक : लाहा चाला (सन्थाल भाषा) (गीत)

✍ प्रस्तुतिकरण : प्रकाश मुर्मु

(लाहा चाला हर रेद गाडा सड विर बुरु आमागी)^२
सोगिजते बोतर तेद आलम् पोच आ
नोवा सानाम् हरन् कष्ट साहाउ कातेन पाजान मे
तवेम तियोग हो बयहा आमा ठिकोना
(सोमाज भोलाई लोगीअ् बयहा हिस्को हुलोड मेना आ)^२
नोवा सानाम् हरन् कष्ट साहाउ कातेन पाजन मे
तवेम तियोग हो बयहा आमा ठिकोना
(जोला जोला पारम काते जाला पुरि पारम मे)^२
मूलूच मोछी लान्दा काते समाज लगित कयग में
तवेम तियो हो बयहा आमा ठिकोना ।

नेपाली भाषामा :

(अघि हिड्ने बाटोमा खोला खाल्टो, जङ्गल, पहाड तिम्रै लागि)^२

१

टाढाले गर्दा र डरले गर्दा चाँहि पछि नहट
यो सबै दुःख, कष्ट सहेर अघि बढ
तब भेट्छौं है साथी तिम्रो गन्तव्य

२

समाजलाई असल बाटोमा लाउन है साथी
दुःख र इर्ष्या हुन्छ

३

यो सबै दुःख कष्ट सहेर अघि बढ
तब भेट्छौं है साथी तिम्रो गन्तव्य

४

नदि-नदि पार गरि समुद्र पनि पार गर
मुसुक्क हाँसी तिम्रो समाजलाई हेर

✓ शिर्षक : फगुवा

✍ प्रस्तुतिकरण : सरला उराव

यो चाड उरावहरुको फागुनको पूर्णिमा र भोलिपल्ट २ दिन यसरी मनाउँछ ।
पहिलो दिन घरको श्रीमती (आमा) हरुले घर, चुला लिपी चामलको पिठोबाट ५
वटा सानो-सानो रोटी पकाउँछ । अनि घरको श्रीमान् (बाबा) हरुले नुहाएर रोटी, अविर,

रातो फूल, रक्सी, जाँड घरको एक कुनामा कोलाको पात माथी राखी आफ्नो पूर्खाहरुलाई सम्झी पूजा गर्दछन् । अनि पहिले आफ्नो जेठा छोरा बुहारी साथै अरु छोराछोरीहरुलाई त्यही अविरको टिका लगाई दिन्छन् । अनि अविर बोकी केटाकेटीहरु एक आपसमा दलादल गर्छन् ।

बेलुका खानाको लागि चामलको पिठोको पाँवा र त्यही पिठोमा कालो दाल पिसी मिसाएर छिल्ला भन्ने रोटी पकाउँछ । त्यो रोटीको टुक्रा पहिले चुलामा हाली आफ्नो घरको परिवारले खान्छन् ।

भोलिपल्ट आफन्तहरुलाई बोलाई पहिले रंग दली घरमा भएको मासु, रोटी, रक्सी, जाँड खान दिइन्छ । त्यो दिन चाहि साना-साना केटाकेटी र ठूला-ठूला मानिसहरु रंग खेलै मादल बोकी बुढापाकाहरु नाँचै गाउँदै फगुवा मनाउँछन् ।

✓ सहयोगी कार्यकर्ताले गर्नुपर्ने कार्यहरु (शुरुको दिनदेखि) :

- ❖ चिनारी
- ❖ भलाकुसारी
- ❖ सयम निर्धारण
- ❖ नियमहरु
- ❖ गाउँको कुराहरु / समस्याहरु / आवश्यकताहरु पढ्ने
- ❖ व्यक्तिले उठाएको कुराहरु सबै टिप्ने
- ❖ विषयवस्तुको पाठ / लेख / कथा / गीत / लोककथा / घटनाहरु / छोटो-छोटो पाठहरु : सूचनामूलक
- ❖ पढ्नेको चाख, रुची अनुसारको शैक्षिक सामग्रीबाट पाठ निर्माण गर्ने
- ❖ पाठको एक वा दुई वटा उद्देश्यहरु स्पष्ट हुनुपर्छ
- ❖ क्रियाकलापहरु पाठबाट के-के मा गर्ने ?
 - मूल शब्द
 - चुनौती खेल
 - शब्द कार्ड / शब्द माला खेल
 - गीत
 - लेखाई सीप
- ❖ दैनिक पाठयोजना तल दिए बमोजिम तयार गर्ने
उदाहरण : (टेबल : १)

मिति	पाठ / मूल शब्द	उद्देश्य	क्रियाकलाप
2062.6.15	चाड पर्व / सहराई	<ul style="list-style-type: none"> ■ सबै जनजातिलाई पर्वबारे जानकारी ■ शुभकाम आदानप्रदान 	<ul style="list-style-type: none"> ■ चुनौति खेल ■ शब्द माला खेल ■ गीत

			<ul style="list-style-type: none"> ■ उखान ■ गाउँखाने कथा
--	--	--	--

**नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ-जनजाति सशक्तिकरण
परियोजना**

दैनिक चिया, नास्ता (खाजा) र खानाको समय तालिका :

असोज २ गते देखि ७ सम्म

१.	विहानको चिया र नास्ता समय	:	७:३० बजे सम्म
२.	तालिम सुरु हुने समय	:	९ बजे देखि
३.	पहिलो चिया खाने समय (कक्षामा)	:	११ बजे
४.	खाना खाने समय	:	१२-१ बजे सम्म
५.	दोश्रो चिया खाने समय (कक्षामा)	:	२ बजे
६.	तेश्रो चिया खाने समय (कक्षामा)	:	५ बजे
६.	तालिम अन्त हुने समय	:	६ वा ७ बजे सम्म
७.	बेलुकाको खाना	:	८:३० बजे सम्म

असोज २ गते

विषयवस्तु :

१. पूर्व परीक्षा र अन्तिम परीक्षा
२. अनुकूल वातावरण सृजना कार्य
 - समय तालिका
 - तालिमको नियमहरु
३. तालिममा आशा गर्नु भएका कुराहरु
४. प्रौढ कस्ता हुन्छन् ? कसलाई प्रौढ भनिन्छ ?
५. वयस्क र प्रौढ सिकाई र भिन्नता

६. अनुभवजन्य सिकाई

बोले सवै चिनिन्छ , आँटै संसार जितिन्छ ।
- ब्यू सुन

असोज २ गते

✓ तालिम अवधिभर पाठन गर्नुपर्ने कुराहरू :

- कानेखुशी र गफगाफ नगर्ने ।
- पालैपालो बोल्नुपर्ने ।
- समयको ख्याल राख्ने ।
- अरुको कुरा नकाट्ने, थप्नु पर्ने भए थपिदिने ।
- कसैले पनि बोल्दा खेरी हस्तक्षेप नगर्ने तथा आरोप नलाउने ।
- एक पटकमा २/३ जना मात्र बाहिर जाने ।
- तालिम भित्र बोलेको कुराहरू व्यक्तिगत रूपमा नलिने / तालिम भित्रै सीमित राख्ने ।
- सुभाब पेटीमा सबैले हरेक विहान आफ्नो कुराहरू राख्नुपर्ने ।
- आफ्नो कपी / दिएको शैक्षिक सामग्रीहरू सुरक्षित राख्नु होला, सरलाई नसोध्ने ।
- कक्षा कोठामा गफगाफ गर्ने , हल्ला गर्ने साथीलाई तह लगाउने काममा हरेक दिन २/२ जनाले रेखदेख नियन्त्रण गर्ने ।

मिति	नियन्त्रण गर्ने सहभागीहरू
२ गते	मञ्जु मुर्मु र मंगल वेस्त्रा
३ गते	रेनुका हास्दा र राजेश हेमरम
४ गते	शान्ति किस्कु र शान्ता लिम्बु (तुम्वाहाम्फे)
५ गते	शुशिला बास्की र राजन मुर्मु

- प्रत्येक दिनको मूल्याङ्कन र सिंहावलोकन गरिनु पर्ने ।

मिति	मूल्याङ्कन गर्ने	सिंहावलोकन गर्ने
२ गते	राजेश हेमरम र विप्रा मुण्डा	पिटर मुर्मु र मंगली वास्की
३ गते	शान्ता लिम्बु र शान्ति किस्कु	दुर्गा हास्दा र रवि बास्की
४ गते	सेविका लिम्बु र मञ्जु मुर्मु	मनिता सोरेन र रमिना हास्दा
५ गते	लखन टुडु र बाबुरामा हेमराम	लुखी हेमरम र भैरव सोरेन

- प्रत्येक दिन “मेरो आजको दिनहरू” भन्ने चार्ट टेबलबाट “धेरै राम्रो” वा “राम्रो” वा “ठिककैको” वा “गाह्रो” भन्ने समूह मध्ये कुनै एकमा चिन्ह लगाउने ।

✓ दैनिक कार्य योजना (समय तालिका) :

१.	विहानको नास्ता समय	:	७:३० बजे सम्म
२.	तालिम सुरु हुने समय	:	९ बजे देखि
३.	पहिलो चिया खाने समय (कक्षामा)	:	११ बजे
४.	खाना खाने समय	:	१२-१ बजे सम्म
५.	दोश्रो चिया खाने समय (कक्षामा)	:	२ बजे
६.	तेश्रो चिया खाने समय (कक्षामा)	:	५ बजे
६.	तालिम अन्त हुने समय	:	६ वा ७ बजे सम्म
७.	बेलुकाको खाना	:	८:३० बजे सम्म

✓ नाम-डीरी खेलका नियमहरू (RULES OF NAME CHAIN EXERCISE) :

- साथीको नाम ध्यानपूर्वक सुनी याद गर्ने ।
 - साथीको परिचय वा नाम भन्दै आफ्नो नाम भन्ने ।
 - साथीको नाम विसेमा नमस्ते गर्दै साथीको नाम फेरी सोध्ने ।
 - साथीको नाम जसले भन्छ, त्यो बेला अर्कोले नाम नभनी दिने ।
- ✓ "ढोका नढकढकाए सम्म कसैले पनि ढोका खोल्दैन, दिमागलाई पनि दुःख नदिए सम्म दिमाग चन्दैन ।"
"NOBODY OPENS THE DOOR UNTIL YOU KNOCK THE DOOR, MIND COULD NOT WORK TILL YOU EXERCISE WITH MIND." (**PAULO FRIERE/पाउलो फ्रेर**)
- ✓ "कुनै पनि प्रश्न मूर्खतापूर्ण / अनावश्यक हुँदैन । कुनै पनि उत्तर पूर्ण रूपमा पुरा हुँदैन ।"
"NO QUESTION IS STUPID. NO ANSWER IS COMPLETE." (**PAULO FRIERE/पाउलो फ्रेर**)

✓ तालिममा सिक्न चाहिँका आशा गरेका कुराहरू :

- ❖ प्रौढ शिक्षा रोचक तरिकाले कसरी चलाउने ?
- ❖ गाउँमा समस्याको पहिचान र समाधान कसरी गर्ने ?
- ❖ विद्यार्थीलाई कितावको आधारमा कसरी पढाउने हो ?
- ❖ प्रौढमा शुरुमा गर्नुपर्ने नियमहरू के-के हुन् ?
- ❖ स्वास्थ्य सम्बन्धि ज्ञानहरू कसरी सिक्ने ?
- ❖ प्रौढ पढाउने विधि र शिक्षण तरिका ।
- ❖ अक्षर कसरी चिनारी गराउने ?
- ❖ छिटो बुझाउन कुन विधि अपनाउने ?

- ❖ प्रौढ पढ्ने प्रति कस्तो क्रियाकलाप गर्ने ?
- ❖ प्रौढले कक्षा छोडेमा के गर्ने ?
- ❖ सरल भाषामा कसरी सिकाउने र प्रभावकारी बनाउने ?
- ❖ नमान्नेलाई के औषधि छ ?
- ❖ प्रौढ पढाउँदा निराशा पनि आयो भने के गर्ने ?
- ❖ आफ्नो भाषाबाट पनि बुझाउने तरिका छ या छैन ?
- ❖ पाठहरु कसरी बनाउने ?
- ❖ सरल रोचक बनाउने तरिका ।
- ❖ किताब माग्यो भने के गर्ने ?
- ❖ सहयोगी कार्यकर्ता कस्तो हुनुपर्दछ ?
- ❖ सहभागीलाई आफूतिर कसरी केन्द्रित गर्ने ?
- ❖ यो तालिममा के कति जनजाति लागि परेका छन् ?
- ❖ समस्याको पहिचान कसरी गर्ने ?
- ❖ अशिक्षित बालबालिकालाई कसरी पढाउने ?
- ❖ नेपालमा कुन-कुन आदिवासी जनजाति पर्छन् ?
- ❖ सामाजिक विकास कसरी गर्ने ?
- ❖ कसरी कस्तो शिक्षा प्रदान गर्ने र शिक्षण सामग्री तयार गर्ने ?
- ❖ प्रौढ पढ्ने ठाउँ कस्तो हुनुपर्छ ?
- ❖ पढाउँदा पढाउँदै शिक्षकलाई इमरजेन्सी पत्रो भने कसरी सहभागीलाई बुझाएर जाने ?
- ❖ नेपाली भाषा नआए कुन भाषा प्रयोग गर्ने ?
- ❖ कसरी प्रौढ सिकाउने ? कुन तरिकाले छिटो सिक्नेछन् ?
- ❖ पढ्नेले जाँडरक्सी खाएमा के गर्ने ?
- ❖ व्यवहारिक शिक्षा कसरी प्रदान गर्ने ?
- ❖ प्रौढको समस्या कसरी समाधान गर्ने ?
- ❖ शैक्षिक सामग्री कस्तो हुनुपर्ने र कसरी बनाउने ?
- ❖ समय र स्थान कसरी निर्धारण गर्ने ?
- ❖ प्रौढ विरामी परेमा के गर्ने ?

- ❖ कसरी परीक्षा दिने र लिने ?
- ❖ सहयोगी शिक्षकले ४-५ दिनको लागि कक्षा बन्द गर्नु परेमा के गर्ने ?
- ❖ सख्या बडी भएमा के गर्ने ?

✓ 'बेडी हर्टन' का केही भनाईहरू :

- “त्यो जो आफू जान्दैन र जान्दिन भन्न पनि जान्दैन - त्यो मूर्ख हो ,छोडिदेऊ ।”
- त्यो जो आफू जान्दैन र जान्दिन भन्न पनि जान्दछ - त्यो साधारण हो , सिकाऊ ।”
- त्यो जो आफू जान्दछ तर जान्दछु भन्न जान्दैन - त्यो सुशुप्त (निदाएको) हो , जगाऊ ।”
- त्यो जो आफू जान्दछ तर जान्दछु भन्न जान्दछ - त्यो ज्ञानी हो , सिक र पछ्याऊ ।”

✓ तपाईंको विचारमा निरक्षर नपढेको गाउँले कस्तो हुन्छ ?

- ❖ अनौठो / भिन्न / अल्ले / फोहोरी / घिनलाग्दो
- ❖ घर व्यवहार चलाउन नसक्ने
- ❖ समयको ख्याल नगर्ने
- ❖ रुढीवादी परम्परामा विश्वास गर्ने (अन्धविश्वासी)
- ❖ जिद्धीवाल / लजाउने / संकुचित
- ❖ समाजमा नमिल्ने
- ❖ धामी भाक्री माथी विश्वास गर्ने (रुढीवादी)
- ❖ अशिक्षित
- ❖ समस्याको समाधान गर्न नसक्ने
- ❖ राम्रो / नराम्रो पनि हटाउन नसक्ने (अयोग्य)
- ❖ हर हिसाबमा ठगिने
- ❖ राम्रो बाटोमा लैजान खोज्दा पनि आफूलाई नराम्रो ठान्ने
- ❖ कमाएको धन पनि सदुपयोग गर्न नसक्ने
- ❖ बालबच्चालाई समेत नपढाउने
- ❖ आफ्नो समस्या नबुझे
- ❖ आत्मविश्वासको कमी
- ❖ रक्सी खाने र फटाई गर्ने
- ❖ शिक्षित व्यक्तिले भने पनि नपत्याउने

- ❖ गाउँमा नमिल्ने
- ❖ निर्धक्क साथ बोल्न नसक्ने
- ❖ असभ्य, नैतिकहीन, जड्याहा, एकहोरो
- ❖ बच्चालाई समेत जाँड रक्सी खुवाउने
- ❖ परेको समस्या नटार्ने
- ❖ कुनै पनि विषयमा चासो नराख्ने
- ❖ डरछेरुवा
- ❖ समूहमा नमिल्ने
- ❖ इज्जत नगर्ने
- ❖ गलत धारणा राख्ने
- ❖ अनूभवि
- ❖ दिन खोज्यो जिवनसंग दाज्ने
- ❖ नौलो ठाउँमा हराउने

✓ तपाईंको विचारमा साक्षर पढेको गाउँले मान्छे कस्तो हुन्छ ?

- ❖ सामाजिक दायित्व निभाउने
- ❖ परिस्थिति अनुसार चल्ने
- ❖ समस्या सुल्झाउन नसक्ने
- ❖ परिवार प्रति असल, राम्रो, नराम्रो छुट्टाउने
- ❖ गाउँमा चेतना फैलाउने
- ❖ निर्णय दिने
- ❖ देश विकास गर्ने
- ❖ सहनशिल, अनुशासित, मिलनसार, सफासुगधरी, घमण्डी
- ❖ असल व्यवहार गर्ने
- ❖ घमण्डी
- ❖ अन्धविश्वास विरोधी

✓ तपाईंको विचारमा निरक्षर गाउँले र साक्षर गाउँले मा के फरक छ ?

- ❖ दिन र रातको

- ❖ आकास र पातालको
- ❖ धेरै
- ❖ स्वर्ग र नर्कको
- ❖ उज्यालो र अध्यारोको
- ❖ मरेको र बाँचेको
- ❖ औंसी र पूर्णेको
- ❖ सपना र विपनाको

असोज ३ गते

✓ अनौपचारिक प्रौढ शिक्षा :

- ❖ सिद्धान्त
- ❖ पढाउने विधि
- ❖ उद्देश्य

✓ अनौपचारिक ज्ञान / शिक्षा :

- ❖ अनुभव
- ❖ परम्परा
- ❖ संस्कार

✓ औपचारिक शिक्षा :

- ❖ पाठ्य पुस्तक
- ❖ शैक्षिक सत्र
- ❖ परिक्षाको परिपाटी
- ❖ पाठ चक्र
- ❖ समय निश्चित / निर्धारित भवन / प्रयोगशाला
- ❖ शिक्षक / विद्यार्थी
- ❖ पास फेल गर्न चाहने

✓ अनौपचारिक प्रौढ शिक्षा :

(जन्मदाता : पाउलो फ्रेर , अफ्रिकन रेसिफ शहर)

- ❖ प्रौढ (निरक्षरहरु) हरूमा अनुभवको ठूलो ज्ञान हुन्छ ।

- ❖ अर्थपूर्ण र आफ्नो जीवनमा काम लाग्ने कुराहरु सुन्न र सिक्न चाहन्छन् ।
 - ❖ सिक्ने कुराहरुलाई आफ्नो जीवनसँग दाँजेर हेर्छन् र बुझ्दछन् ।
 - ❖ हरेक कुराहरुमा आफ्नो विचार तर्क राख्ने गर्दछन् ।
 - ❖ आदर र सम्मानको साथ सिक्न चाहन्छन् ।
 - ❖ आशावादी कुराहरु र भविष्यवाणी कुराहरुलाई लिन चाहदैनन् वा आश पनि गर्दैनन् र विश्वास कम गर्छन् ।
 - ❖ तत्काल चाहिने र वर्तमानमुखी कुराहरु सिक्न चाहन्छन् ।
 - ❖ प्रौढहरु ढिलो वा छिटो सिक्ने बुझ्ने कुराहरु उनीहरुको व्यक्तिगत मामिला हो ।
 - ❖ जीवनमुखी शिक्षाहरु प्रति रुची राख्छन् र सिक्न खोज्छन् ।
 - ❖ स्थानिय ठाउँ र आवश्यकतामा आधारित कुराहरु जान्न र सिक्न चाहन्छन् ।
- ✓ “जसले प्रश्न गर्दैन , त्यो सधैंभरि मूर्ख (अनजान) हुन्छ । जसले प्रश्न गर्छ , त्यो एकै छिन मात्र मूर्ख हुन्छ ।”
- ✓ बालबच्चाहरु तथा प्रौढहरुको सिर्काई मनीविज्ञान :

बालबच्चा	प्रौढ
<ul style="list-style-type: none"> ■ स्मरण शक्तिको आधारमा सिक्ने ■ बालबच्चाहरुको दिमागलाई कस्तो बनाउने हो त्यस्तै हुन्छ । ■ शिक्षक/शिक्षिका प्रति केन्द्रित हुने वा भर पर्ने । ■ शिक्षक/शिक्षिका पढाएको विषय वस्तु माथि भर पर्दछन् । ■ विषयवस्तुमा केन्द्रित भएर सिक्छन् । 	<ul style="list-style-type: none"> ■ तार्किक, अनुभव र छलफलको आधारमा सिक्ने ■ प्रौढहरुको दिमागलाई जे सुकै दिएपनि आवश्यकताको कुराहरु मात्र लिन्छ । ■ आत्मा निर्देशित, आफै नै नियन्त्रण र निर्णय गर्ने । ■ आफै विषयवस्तु वा सिकाइएको छनौट गर्छन् । ■ समस्या/आवश्यकतामा केन्द्रित भएर सिक्ने ।

- ✓ महिला र पुरुषको चरित्र विशेषता :

महिला	पुरुष
<ul style="list-style-type: none"> ■ चरित्रवान ■ सरल, लजालु, दयालु ■ लोग्नेलाई देउता मान्ने ■ छोटो र टाइट लुगा लगाउने ■ सुन्दरी हुन चाहने ■ इर्ष्यालु / आँखा लगाउने 	<ul style="list-style-type: none"> ■ घर व्यवहार थाम्ने (जिम्मेवारी) ■ दुःख सुख बुझ्ने ■ सामाजिक काममा सक्रिय हुने ■ महिलाको काममा सघाउने ■ परिश्रमी / साहसी / इमान्दारी ■ समझदार

महिला	पुरुष
<ul style="list-style-type: none"> ■ जुनसुकै चीजमा लोभिने ■ गोप्य राख्न नसक्ने ■ विश्वास नहुने (विश्वासघाती) ■ जिद्दी ■ सृष्टि गर्ने / जन्मदाता ■ पालन पोषण गर्ने ■ बोलीचाली व्यवहारमा सत्कार गर्ने ■ धर्मकर्म गर्ने ■ कोमल हृदय / ललाईफकाईमा लाग्ने ■ कुरा काट्ने / निन्दा गर्ने ■ घुमफिर गर्ने (नयाँ ठाउँ जाने) ■ आँशु झार्ने पिलन्धरे (रुन्ची) ■ सोच्ने शक्ति कम ■ फेशन देखाउने (नक्कल पार्ने) ■ घर-घर चार्ने ■ सरसफाई गर्ने ■ पतिव्रता ■ इज्जत सियोको टुप्पोमा ■ असन्तुष्टी ■ पहिलो पाठशाला ■ अभिन्न अंग ■ विवाहित / आमा / देवी / आदर्श नारी ■ दुःखमा साथ दिने ■ मुख्य भूमिका निभाउने ■ अर्काको भर परि हाल्ने / विश्वास गर्ने ■ दोचारे, फत्यौरी ■ नक्कल गर्ने ■ लक्ष्मी ■ नरम / मिजासिलो ■ सिंगारपेटार गर्ने ■ मुस्कान छाड्ने ■ मोटो बुद्धी (गट्ठे) ■ कुरा काट्ने ■ शंका गर्ने / इर्ष्यालु ■ कचकच गर्ने ■ छिट्टै रिसाउने ■ छिट्टै विश्वास गर्ने ■ पोइला जान सिपालु 	<ul style="list-style-type: none"> ■ शंकालु ■ बुढी कुट्ने ■ रक्सी खाने ■ महिलालाई व्यवहार चलाउन नदिने ■ अधिकार जमाउने ■ आफ्नै अधिनमा राख्ने ■ महिलाको भावनालाई कदर नगर्ने ■ विश्वासघाती ■ सौता हाल्ने ■ श्रीमतीको कुरा नसुन्ने ■ आफै सर्वेसर्वा ठान्ने ■ आँखा लाउने ■ स्वास्नी कुटेर हिड्ने ■ महिलालाई कुनै पनि कुरामा अधि बढ्न नदिने ■ आफ्नो खुट्टामा जुत्ता सम्भन्ने ■ कन्ये केटीलाई कन्या केटा हो भनी भुक्त्याउने ■ विवाह गरी केटी बेच्ने ■ घरको कूल थाप्ने ■ नारीहरुलाई हेप्ने ■ जड्याहा ■ कठोर हृदय भएको ■ घमण्डी ■ श्रीमतीलाई सघाउने ■ पैसा कमाउने र घर खर्च टार्ने ■ सहनशिल, लगनशिल ■ छोराछोरीलाई माया गर्ने ■ अडिक ■ अरुको मर्म बुझ्ने ■ छोटो केश पाल्ने ■ खेलाडी ■ हलो जोल्ने ■ देश विकासमा बढी लाग्ने ■ देश विदेश जाने ■ नक्कले / चञ्चले ■ सानो तिनो कुरामा चित्त नदुखाउने ■ नलजाउने

महिला	पुरुष
<ul style="list-style-type: none"> कमजोर, डरछेरुवी 	<ul style="list-style-type: none"> ठूलो स्वर नरिसाउने तेजिलो / फूर्तिलो

✓ महिला र पुरुषको आधारमा पहुँच, प्रयोग र नियन्त्रण :

विवरण	पहुँच		प्रयोग		नियन्त्रण	
	महिला	पुरुष	महिला	पुरुष	महिला	पुरुष
परिवार तर्फ :						
घर	√	√	√	-	×	√
जग्गा	√	√	-	√	×	√
गाईवस्तु	√	√	√	√	×	√
कुखुरा/परेवा	√	√	√	√	√	√
नगद	×	√	-	√	-	√
अन्नपानी	√	√	√	-	×	√
जम्मा :	५	६	५	५	११५	६
सामुदायिक तर्फ :						
गा.वि.स.	-	√	-	√	-	√
बजेट	×	√	×	√	×	√
मन्दिर	√	-	√	-	×	√
वन जंगल	√	√	√	√	×	√
जम्मा :	२१५	३१५	२१५	३१५	०१५	४
कुल जम्मा :	७१५	९१५	७१५	८१५	२	१०
संकेतहरू :						
√ : पुरै स्वामित्व	×		: स्वामित्व नभएको		- : केहि मात्रामा भएको	

✓ महिला, पुरुष र दुवै प्रति सम्बन्धित उखान टुक्काहरू :

महिला प्रति सम्बन्धित	पुरुष प्रति सम्बन्धित	दुवैलाई लागू हुने
<ul style="list-style-type: none"> चोक्टा खान गाकी बुढी, भोलमा डुवी मरी सानो घरानकी छोरी, ठूलो घरानमा परी, घर व्यवहार चलाउन नसकेर भुण्डेर मरी रातभरि रुग्यो बुढी त ज्युँदै खुट्टा भए जुत्ता कति कति 	<ul style="list-style-type: none"> जुन गोरुको सिङ्ग छैन, त्यसको नाम तिखे आलु खाई पेडाको धाक छोरा भए खसी, छोरी भए फर्सी लाटो देशको गाँडो तन्नेरी लाटो लड्छ एक बल्डचाङ्ग, बाठो लड्छ तीन बल्डचाङ्ग 	<ul style="list-style-type: none"> नाच्नु जान्दैन आगँन टेढो मेरो गोरुको बाढ्ने टाका रातभरि करायो दक्षिणा हरायो काम गर्ने कालु, मकै खाने भालु जुन जोगी आए पनि कानै चिरेको आकाशको फल, आँखा तरि मल

असोज ४ गते

✓ वैशिक सचेतिकरण प्रौढ साक्षरताको महत्व र उद्देश्य :

महत्वहरू :

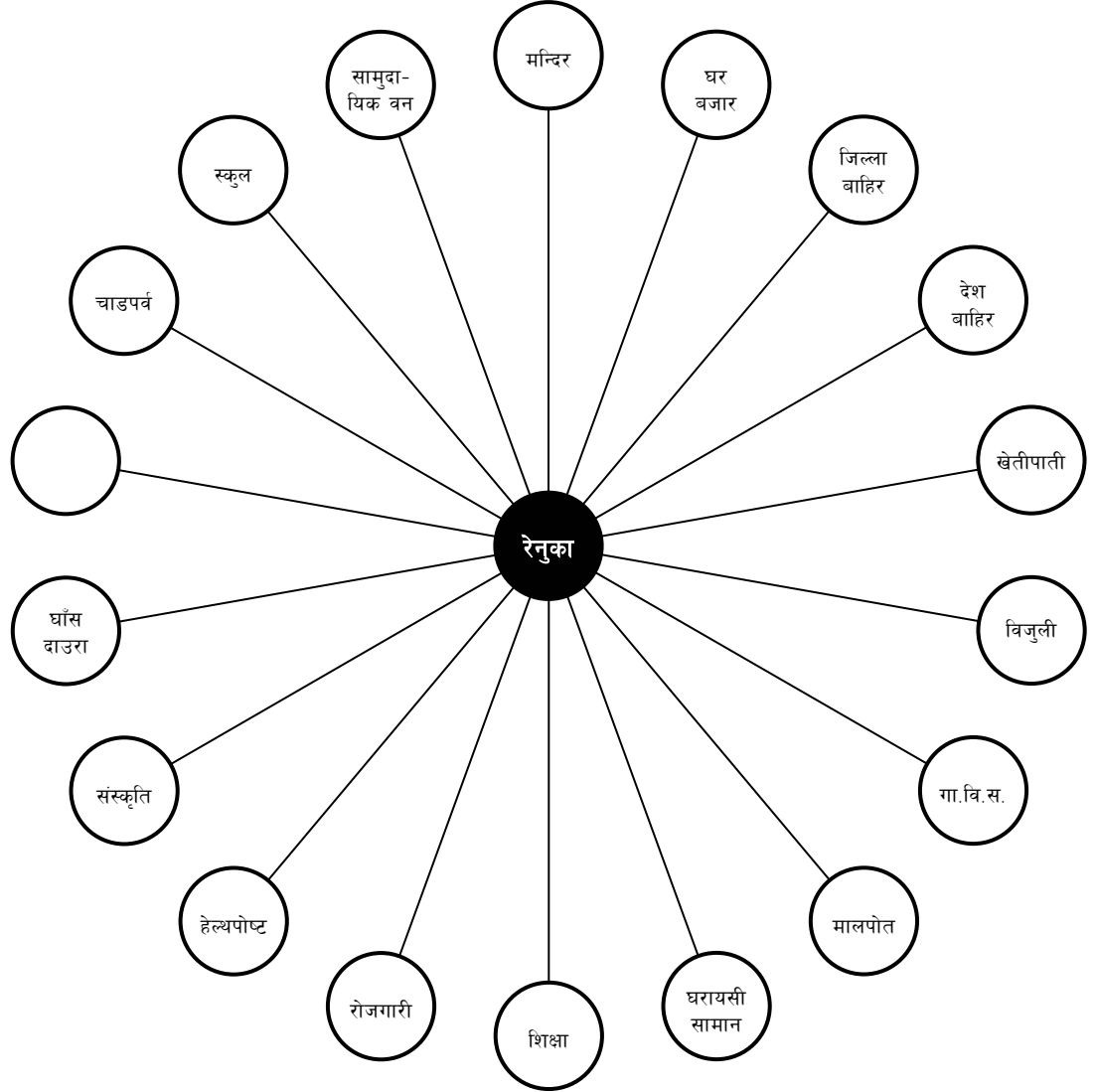
- ❖ आफ्नो भाषा स्पष्ट सँग बोल्न र लेख्न सक्नेछन् ।
- ❖ आफ्नै जातिय समस्याहरू र आवश्यकतालाई समेत पहिचान र समाधान गर्न सक्नेछन् ।
- ❖ जातिय विकास लगायत आदिवासी जनजातिको मुद्दाहरूलाई सामूहिक रूपमा उठाउने छन् ।
- ❖ महिला प्रतिको भेदभाव, असमानता र पारिवारिक तथा सामाजिक क्षेत्रमा भएको असमानतालाई पहिचान गर्नेछन् ।
- ❖ व्यक्तिगत विकास, आदिवासी जनजातिको विकास तथा आफ्नो जातिको विकासको लागि निस्वार्थ रूपले सेवा गर्न तत्पर हुनेछन् ।
- ❖ आफ्नो आवश्यकता, रुची, चाहना अनुसारको विषयवस्तु सिक्न, सिकाउन र आफ्नो अनुभवहरू भन्नु तत्पर हुनेछन् ।
- ❖ आफ्नै वरिपरि भएका सरकारी संघसंस्था, गैरसरकारी संघसंस्था, गा.वि.स., पशु कृषि सेवा केन्द्र तथा गाउँमा आएको विकास वजेट बारे जानकारी राख्ने, बुझ्ने गर्छन् ।
- ❖ आफ्नो वरिपरि गर्दै गरेका, गरिरहेका कामहरू जस्तै खेतीपाती, चाडपर्व, धर्म संस्कार, रीतिरिवाज बारे चासो राख्ने बुझ्ने गर्दछन् ।

✓ शैक्षिक (पाठ्य) सामग्री तयार गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू :

- गाउँघरमा भएका सबै कामहरू के-के छन् ? थाहा पाउने ।
जस्तै : संस्कार, चाडपर्व, विहेवारी, आदि ।
- **विकासको कामहरू :** सहारा, जनजाति सशक्तिकरण परियोजना, स्वास्थ्य कार्यक्रम, साना किसान, कृषि पशु सेवा केन्द्र, हुलाक, टेलिफोन, सामुदायिक वन, सामुहिक पशुपालन, तरकारी आदि ।
- हाटबजार
- **किन्ने सामानहरू :** नक्कली वा सक्कली सामानहरूको जानकारी ।
- बेचिबिखन (सन्थालले बेच्ने) सामानहरू र आम्दानीको पैसाको खर्चबर्च ।
- **गा.वि.स.मा गर्नु पर्ने कामहरू :** जन्मदर्ता, विवाह दर्ता, बसाईसराई, मृत्यु दर्ता आदि ।
- **खेतीपाती :** परम्परागत खेतीपाती र आधुनिक खेतीपाती ।
- पोष्टर पर्चा, सामानमा लेखेको खोलहरू (**जस्तै :** मायालु, लक्स, दियो, धारा तेल, डल्लो साबुन, वाइवाइ, मामा, बाबा बिस्कुट, पाईनपल आदि) ।

- पत्रपत्रिकामा भएको सामानको नेपाली विज्ञापनहरु ।
- आदिवासी जनजातिको उत्सव, चाडपर्वहरु ।
- जातिय भेषभूषाहरु ।
- मेला बजार, मठ मन्दिर, मस्जीद, चर्च, बहाई ।
- लोककथा, उखान टुक्का (महिला प्रति , पुरुष प्रति र दुवै प्रति) ।
- जातिय उत्थानमा योगदान पुऱ्याउने व्यक्तित्वहरु ।

डायग्राम १ : रेडियल



○ स्थानिय आवश्यकतामा शिक्षण सामग्रीहरु बनाउँदा हुने फाइदाहरु :

- ❖ आफ्नो आवश्यकता र समस्याहरुको पहिचान हुने विषयवस्तु पढ्न पाइने ।
- ❖ सहभागीहरुले (पढ्न सदस्यहरु) सक्रिय र उत्साहित भई छलफल गर्ने र सिक्ने ।
- ❖ सिक्ने र सिकाउने कार्यमा सहभागीहरुले समेत सहयोग गर्ने ।
- ❖ आफ्नै जनजाति तथा आदिवासी जनजातिहरुको साँस्कृतिक, धार्मिक मूल्य र मान्यताहरुको संरक्षण हुने

- ❖ धेरै भन्दा धेरै सहभागीहरूबाट सुनेको, देखेको, थाहा भएको सूचनाहरू, पुर्खाहरूले भनेको भनाईहरू, चलनहरू थाहा पाउन सकिने ।
- ❖ राज्य वा समाज वा सरकारी निकायहरूमा आफ्नो कुराहरू राख्ने कुरामा सहमती र समझदारी हुने ।
- ❖ सहयोगी कार्यकर्तामा काम गर्ने दक्षताको विकास हुनेछ र सबै कुराहरूको प्राप्त हुनेछ ।
- ❖ रुचीपूर्ण वा सन्देशमुलक र सबैलाई उपयुक्त हुने शैक्षिक-पाठ र पाठबाट पाईने ज्ञानहरूलाई किताव बनाई अर्को ठाउँमा कितावको रूपमा प्रयोग गर्न सकिने छ ।

○ **शिक्षण विधि / सिकाउने विधि :**

(सहभागीहरू सँग कसरी सिक्ने सिकाउने ?)

- ❖ भलाकुसारी गर्ने (दुःख सुख, रमाइलो नरमाइलो बारे छोटो कुराकानी गर्ने) ।
- ❖ ठाउँ विषयवस्तु / पाठमा प्रवेश नगर्ने ।
- ❖ अधिल्लो दिनको क्रियाकलाप बारे दोहोर्न्याउने र विषयवस्तुमा प्रवेश गर्ने ।
- ❖ सबै सहभागीहरूसँग आँखाको सम्पर्क राख्दै पढाउने / छलफल गर्ने ।
- ❖ भरसक नबोल्ने, सहभागीलाई आत्मिय बनाई बोल्न लगाउने / प्रोत्साहन गर्ने ।
- ❖ कसैले पनि बोलेको कुरालाई ठाउँ अस्विकार नगर्ने / गलत हो भनि सहभागीलाई कुण्ठित नपार्ने ।
- ❖ जातिय भाषामा बुझाउनु परे वा पढ्ने भए पनि जातिय भाषामा पढाईदिने ।
- ❖ पढ्ने सहभागीहरूलाई देखादेख हुने गरी (वा अर्ध चन्द्राकार) बसाउने ।
- ❖ सहभागीहरूको इच्छा अनुसार पढाईलाई / छलफललाई चलाउने ।

असोज ५ गते

✓ **पाठ बनाउँदा थाहा पाउनु पर्ने कुराहरू :**

- ❖ पाठको शीर्षक
- ❖ शीर्षक अनुसारको विषयवस्तु / बयान
- ❖ पाठको उद्देश्य
- ❖ क्रियाकलापहरू
 - बनेको पाठ पढेर सुनाउने
 - मूल शब्द चिनाउने
 - मूल शब्द टुक्र्याउने
 - कालो पाटीमा अक्षर बाकस बनाई मूल शब्द अनुसारको अक्षर चिनाउने
 - चुनौती खेल सहभागीलाई खेलाउने

- शब्द माला खेल खेलाउने
- लेखाई सीप
- रमाइलो खेल
- गीत
- लोक कथा
- उखान टुक्का
- गाउँ खाने कथा

✓ सहयोगी कार्यकर्तामा हुनुपर्ने गुणहरू वा सीपहरू :

- ❖ बोल्ल सक्ने
- ❖ सहभागीको कुरा बुझ्ने
- ❖ आँटिलो वा साहसिलो
- ❖ अरुलाई सिकाउने र अरुबाट सिक्ने
- ❖ सबैसँग आँखा जुधाएर (आँखा सम्पर्क राख्दै) पढाउने
- ❖ धैर्य वा सहनशील
- ❖ विश्वासिलो वा भरपर्दो
- ❖ सहयोगी भावना भएको
- ❖ सहभागीलाई माया गर्ने
- ❖ सहभागीको मन जित्ने
- ❖ नभर्किकने
- ❖ कोमल हृदय
- ❖ नरम र मीठो बोली
- ❖ आवश्यकता र समस्याहरू बुझ्ने र बुझाउन सक्ने
- ❖ आफूले बनाएको पाठ स्पष्ट सँग बताउन सक्ने
- ❖ समान व्यवहार गर्ने
- ❖ निस्वार्थी
- ❖ अधिल्लो दिनको पाठहरूलाई बताउन सक्ने / छलफल चलाउने
- ❖ सहभागीहरूको फुर्सदको समयलाई ख्याल गर्ने
- ❖ हँसिलो
- ❖ रोचक

- ❖ खेल खेलाउने
- ❖ गीत गाउन सक्ने
- ❖ रुची र आवश्यकतालाई प्राथमिकता दिन सक्ने
- ❖ सहभागीहरुको कुरा सुन्ने (विषयवस्तु सन्दर्भमा)
- ❖ भलाकुसारी गर्ने
- ❖ क्षमता भएको
- ❖ उदाहरण र स्पष्टिकरण दिन सक्ने
- ❖ असल चरित्र
- ❖ जायित भाषामा समेत बुझाउनु परे बुझाइदिन सक्ने
- ❖ सहभागीको जिज्ञासा र प्रश्नमा थाहा भए बताइदिने
- ❖ अनुभवी र क्षमता भएको
- ❖ सहभागीको व्यक्तिगत वा नीजि वा पारिवारिक समस्याहरु भएमा सहयोग गर्ने
- ❖ नेतृत्व दिन सक्ने
- ❖ निर्णयहरु गराउन सक्ने र सहभागीलाई सक्षम बनाउन सक्ने

✓ पाठकी शीर्षक बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु :

- ❖ २ वा भरसक ३ वटा अक्षरको हुनु पर्ने ।
जस्तै : मुहान, खाजा, धर्म आदि
- ❖ पाठले स्थानिय सूचनाहरु सके सम्म बटुलेको हुन पर्ने ।
- ❖ पाठले सहभागीको उद्देश्यहरु के कस्ता पुरा गर्दछन् ? सो कुरा थाहा पाउनु पर्दछ ।
 - छलफल गर्ने ।
 - जिज्ञासा राख्ने ।
 - अनुभव आदान-प्रदान गर्ने ।
 - सोधपुछ गर्ने ।
 - रुची भएमा व्यवहारमा ल्याउने
- ❖ आफ्नो जनजाति तथा गाउँलेको आवश्यकता तथा समस्या थाहा पाउने
- ❖ राज्यले गरेको विभेद थाहा पाउने
 - सरकारी सेवा (हुलाक, स्कुल, स्वास्थ्य चौकी, कृषि सेवा इकाई, फोन, वन समिति आदि)
 - गा.वि.स.को बजेट (जनजाति र दलित)
 - जन्म दर्ता, विवाह दर्ता, बसाई सराई

- नागरिकता
 - भू-स्वामित्व अधिकार
 - ऐलानी
 - सुकुम्वासीहरूलाई जग्गा वितरण व्यवस्था
 - वनजंगल
 - पशुकर जोडदार विरोध
 - जातपात विभेद (जे जस्तो भएको छ, सो कुराको बयान गर्ने)
- ❖ पोष्टर पम्पलेट र पर्चा उत्पादन भएका सामानहरूको लेवल (कम्पनी को नाम र सामानको नाम)

असोज ६ गते

<i>पढाउने शिक्षण सामग्री कस्तो चाहिन्छ ?</i>	<i>कस्तो खासको सामग्रीले पढाईलाई प्रभावकारी बनाउँछ ?</i>	<i>शैक्षिक सामग्री बनाउँदा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू :</i>	<i>शैक्षिक सामग्री कहाँबाट कसरी बनाउन सकिन्छ वा कसले बनाउँछ ?</i>	<i>शुरु शुरुमा कस्तो शैक्षिक सामग्री बनाउनु पर्दछ ?</i>
<ul style="list-style-type: none"> ■ पढ्ने सहभागीहरूको रुची, आवश्यकता र समस्यामा आधारित । ■ ठाउँ सुहाउँदो ■ फाइदाजनक ■ सजिलो ■ घर, परिवार र समाज सँग सम्बन्धित ■ चाँडपर्व, रीतिरिवाज र संस्कार सँग सम्बन्धित । 	<ul style="list-style-type: none"> ■ सके सम्म ठाउँ र समुदायको बोलचालको भाषालाई प्रयोग गर्नुपर्दछ । ■ वास्तविक सत्य तथ्यमा / घटनामा आधारित । ■ सूचना दिने खालको हुनुपर्छ र भरपर्दो सूचना हुनुपर्दछ । ■ चित्रहरू / नक्साहरूको प्रयोग । 	<ul style="list-style-type: none"> ■ भाषामा ■ ढाँचा वा तरिका ■ गीतबाट भन्ने हो की ? ■ नाटक गर्ने हो कि ? (सम्वाद जस्तो) ■ सानो-सानो सरल कथा ■ खेल ■ नृत्य (नाँच) ■ कविता ■ उखान टुक्काहरू ■ चुटुकिला ■ विषयवस्तुको उद्देश्य ■ पाठ वा 	<ul style="list-style-type: none"> ■ विभिन्न उपलब्ध पर्चा र पोष्टर ■ नमूना फाराम ■ कम्पनीले उत्पादन गरेको सामानको नाम ■ विकासे संस्थाहरू ■ स्कूल र स्कूलका विद्यार्थी र शिक्षकहरूबाट 	<ul style="list-style-type: none"> ■ सजिलो ■ आफ्नै वरिपरिको वातावरण अनुसारको ■ सहभागीले थाहा पाउने र छलफलमा भन्ने कुराहरू

		विषयवस्तु अनुसारको शीर्षक		
--	--	------------------------------	--	--

✓ **नव विकासको स्वभाव :**

- ❖ सजिलोबाट अप्ठेरो कुराहरु बुझ्न चाहन्छन् ।
- ❖ सरल वाट जटिल तर्फ जान चाहन्छन् ।
- ❖ आंशिकबाट पूर्ण तिर जान चाहन्छन् ।

✓ **शिर्षक : बजार**

समर्ती सीरेख

हाम्रो डाँगीवारी गा.वि.स.मा धेरै पहिला देखी नै बसोबास गर्दै आएका छन् । यस डाँगीवारीमा १०४ घरमा लगभग ५६० जनसंख्या छ । डाँगीवारी गा.वि.स.मा एउटा मात्र बजार छ । डाँगीवारीका मान्छे २०-२२ जनाले रक्सी व्यापारमा लागेका छन् भने अरु चाहि खेती मजदुर गर्दछन् । खेती गर्नेले आफ्नो खेत बारीमा उब्जाएको तरकारी तथा बढी भएको धान, मकै, गहुँ आदि यस डाँगीवारी बजारमा लगेर बेच्ने गर्दछन् र आफ्नो आवश्यकता अनुसार जस्तै : नून, चिनी, दात, चियारङ्ग, लुगाकपडा, किसानेले हलो, कोदालो, फाली आदि किन्ने गर्दछन् भने र बाँकी रहेका पैसा बचत गर्दछन् ।

डाँगीवारीका मानिसले डाँगीवारी बजारमा आवश्यक सामान नभेटिएमा उत्तर तर्फ घैलाडुब्बा हुँदै विर्तामोड सम्म जान्छन् । उत्तरमा गोलधाप, दक्षिणमा चकचकी, राजगढ, भापा सम्म जान्छन् । त्यहाँ पनि भेटिएन भने उत्तरमा नक्सल र दक्षिणमा डिगल बैंक सम्म पुग्ने गर्दछन् ।

डाँगीवारी बजारमा डाँगीवारीमा मान्छेले निम्न सामानहरु किनबेच गर्दछन् । तरकारी, फलफूल, दाल, चामल, चिनी, लुगाकपडा, माछा, मासु साथै स्टेशनरीका सामानहरु, मेकअपका सामानहरु किनिन्छ भने विक्रिमा धान, गहुँ, मकै, हाँस, कुखुरा, खसी आदिको पनि बजार व्यवस्था रहेको छ । डाँगीवारीका आदिवासी सन्थालहरुले डाँगीवारी बजार चाहि अझ ठूलो होस्, हामीलाई चाहिने आवश्यक सबै यहि उपलब्ध होस् भन्ने चाहन्छन् र बजार व्यवस्थापक समितिलाई अनुरोध समेत गरेका छन् ।

✓ **शिर्षक : बाहा परब**

भूमिका टुडु

सन्थाल जातिको सहराई पछिको पर्व बाहा परब मनाइन्छ । बाहा परब तीन दिन मनाइन्छ । यो बाहा परब सन्थाल जातिले साह्रै रमाइलो गरेर मनाउने गर्दछन् ।

पहिलो दिनमा सन्थाल जातिहरू जाहेर थान (मन्दिर) बनाउने चलन छ । जाहेर थान बनाउने जिम्मेवारी मांभीहाडामको हुन्छ । गाउँका ३ जना व्यक्तिसँग सहयोग मागी निश्चित ठाउँमा तोकेर बनाइन्छ । त्यसपछि महिलाहरूले चाहि आ-आफ्नो घरमा लितपोत र सरसफाई गर्ने गर्दछन् । पुरुषहरूले जाहेर थान बनाएर आए पछि खानपान गरी फूल (बाहा) खोज्न जङ्गल तर्फ लाग्छन् र जङ्गलबाट फूल ल्याउने गर्दछन् ।

दोश्रो दिन चाही नाइकीले ब्रत लिएर समाजमा सबैले चन्दा संकलन गरेको रकमले पूजाको सामाग्री र जङ्गलबाट ल्याएको फूलका साथमा जाहेर थान तिर बाजागाजाको साथ लिएर जान्छन् । नाइकीले जाहेर थानमा आफैले लितपोत गरेर पूजा गर्ने गर्दछ । लितपोत गरेर पूजा गर्ने गर्दछ । पूजामा पुरुष जाति मात्र उपस्थित हुने गर्दछन् । बाजा बजाई पुरुषहरू गीत गाउँदै नाच्दछन् । नाइकीले पूजा गरे पछि सबै पुरुषहरूले प्रसाद र फूल पुजारीबाट ग्रहण गर्दछन् । जाहेर थानमा पूजा गर्दा नाइकीले समाजमा विकास होस् , दुःख विमार नहोस् र सुख शान्तिले बस्न पाउँ भनि जाहेर थानमा पूजा गर्ने गर्दछन् ।

✓ शिर्षक : चिया बगान

किशन मर्डी

नेपालको पूर्वी सिमाना मेची देखी पश्चिम हडिया खोला विचमा रहेको ज्यामिरगढी गा.वि.स.को क्षेत्रफल मध्ये ७०% भुभागलाई बगानले ओगटेको छ । यहाँ करीब ९०० घरहरू अवस्थित छन् । आदिवासी जनजातिहरू बगानमा निर्भर छन् । करिब ५०/६० वर्ष अघि यस गा.वि.स.का आदिवासी जनजातिहरूका धेरै जग्गा जमिनहरू थिए तर शिक्षाको कमिले जेठो बाठो व्यक्तिहरूले उनीहरूलाई फर्काईफुल्याई र विभिन्न लोप तथा लालच देखाएर आफ्नो अधिनमा पारे । हाल आएर उनीहरू जग्गा विहिन भएका छन् । अहिले प्राय जसो उनीहरू चिया बगानमा काम गरेर जिविकोपार्जन गरिरहेका छन् । बगानको नियम अनुसार उनीहरूले दैनिक ८ घण्टाको दरले काम गरेको पाइन्छ । यहाँ कुनै ठूलो बगान त कुनै सानो बगान भएता पनि यसले अधिकांश जनजातिलाई रोजगारी दिएको छ । बगानको दुवै तर्फ खोला भएको कारणले गर्दा चरण ठाउँ भने प्रशस्त देखिन्छ । यहाँका मानिसहरूले पशुपालन व्यवसाय भने धेरैले गरिरहेका छन् ।

यस गा.वि.स.का जनजातिहरू बगानबाट फर्केपछि बाँकी समयलाई कसरी सदुपयोग गर्ने भन्ने बारेमा पनि चिन्तित छन् । हाल बगानहरूले दिएको सुविधाले पनि उनीहरूलाई नपुग्ने भएको छ ।

यहाँका जनजातिहरू केही रकम बचत गरेर बचत खाता खोलेका छन् । “खाने मुखलाई जुझाले छेक्दैन” भन्ने भनाईमा विश्वास गरेता पनि उनीहरूको आर्थिक क्रियाकलाप कमजोर भएको कारणले गर्दा उनीहरूले पाउने सुविधा तथा अधिकारबाट वञ्चित छन् । यहाँ बगानमा काम गर्ने आदिवासी जनजातिहरूलाई बगानमा प्रयोग गरिएका वा गरिने औषधिहरू उनीहरूको स्वास्थ्यमा असर गरेको पनि पाइन्छ र औषधिले उनीहरूको स्वास्थ्यमा असर नपुगोस् वा नपरोस् भन्नका लागि बगानले उनीहरूलाई स्वास्थ्यको लागि औषधि पनि दिएको थाहा पाउन सकिन्छ वा बुझिएको थाहा पाइन्छ ।

✓ **शिर्षक : बाप्ला (सान्थाली भाषामा)**

✍ पिटर मुर्मु

सान्थाली आरी चाली लेकाते जेपेला कुसी काते कोडा-कुडी याक् बाप्ला हुयुअ काना । बाप्ला लाहारे गिरा तोक कातेकु नेडाया नेन्डा दिन सेटेर लेनखान राचारेकु मान्डवाया । मान्डवा लतार तालारे मातकोम खुन्टी कु बीदा । अना हिलोअ गी नेवता पेडा कु कु हिजुआ । अना अयुपगी नावा जावाय सुनुम सासाड कु अजगेया आर आतुरेन जोतो जुरी पारी हड हं कु अजगोआ । इना तायम दाकु कु बाप्लाया । अन्कागे बहु कुडी सेच हं मान्डवा काते सुनुम सासात्र अजअ हुयुआ ।

दूसार दिन द बरियातअ कु चालाआ सेटेर सौवते उनते नित जगमाभी द लोटा दाक् कुडा सेच रेन जगमाभी एम काते बारियत कुच दाराम कोवा । इना काते बाबडे द जावाये इदियेया । जावाय द गुड आजो बाडा तायम कु डाबरो साफायेया ।

इना तायम सिंदूर दान हुयुआ । सिंदूर दान लागित जावाय रेन पेया से मडे वयहा द अडाअ भीतर खन दाउडा ते बहु कुडी छाटका रे कु तुल उडुकिया । बाबडे द जावाये घोडा येया आर घोडा चेतान खन गी नावा बहु दय सिंदुराया । इना तायेम गिडी चुमाडा हुय बाडा तायोम बरियत हड कु द कु बिदा कुवा । बहु कुडी सांवते बारित (लुमती) हं कु सेनोअ ।

जावाय अडाअ सेतेर काते बहु-जावाय काटा आरुप अडाक् तेक् आदेर किना । बाप्ला भोज आतुरेन लुमती कु आर जोतो पेडा कु जम उचुकुवा । जोम तायोम जोतो पेडाकु बिदाआ । इना तायोम बाप्ला द मुचादोआ ।

विवाह (नेपाली भाषामा) :

सन्थाली संस्कार अनुसार फूलमाला भइसके पछि दिन तोकिन्छ । त्यस दिन राती केटालाई बेसार तेल लगाई दिन्छन् र भोलिपल्ट जन्ती जाने क्रम हुन्छ । बेहुलीको घर पुगे पछि केटाको अगुवाई

र केटीको अगुवाईले लोटा पानी लिई भलाकुसारी गर्दछन् र बेहुलीको घर बस्ने आदेश पाउँछन् । बेहुलालाई चैं बेहुलीको दिदीले लगेर नुहाइदिन्छ । बेहुलाको दाजु ५ जनाले बेहुलीलाई बाँसको ढाकीमा बोकेर घरबाट निकाल्छन् । बेहुलालाई चैं उनको भिनाजुले काँधमा बोक्छ । बोकेको माथिबाट नैं बेहुलाले बेहुलीलाई सिन्दुर लाईदिन्छ । त्यस पछि दुबैलाई राखी आरती गर्दछन् । सबै जन्तीहरुलाई खाना खुवाई विदा गरि दिन्छन् । बेहुली र लकन्ती भई सबै बेहुलाको घर पुग्छन् । त्यहाँ पुगे पछि गोडा धुने काम हुन्छ । डेरामा बसी नाच्ने गाउने गर्दछन् र खाना पाके पछि खाना खाई विदा हुन्छन् । यसरी विवाह अन्त हुन्छ ।

✓ **शिर्षक : बेरोजगारी**

बुखीराम गुर्गु

हाम्रो गा.वि.स. गोलधाप हो । गोलधाप गा.वि.स.मा ५०-६० घरहरु सन्थाल आदिवासीको बसोबास रहेको छ । यहाँको मुख्य पेशा खेती भएता पनि समयमा मात्र कृषि पेशा भएकाले अरु समयमा बेरोजगार भएर घरमै बस्छन् । कामको अभावले गर्दा यहाँका मानिसहरुको आर्थिक स्थितिमा समेत बाधा पुऱ्याउँछ र यहाँको प्रमुख समस्या यहाँको मानिसहरु कृषिमा नैं आधारित भएकाले हो र अर्को कुरा यहाँ चिया बगान जस्ता आयमूलक काम नभएकोले गर्दा हो । रोजगार पाएता पनि थोरै पारिश्रमिक दिएर धेरै काम लगाउँछन् किन की उनीहरु प्रायः अरुको भरमा जन गरेर र पुरुषहरु व्यापारीको बोरा बोकेर जिवन विताइरहेका छन् । यहाँ विशेष गरेर धान रोप्ने बेला असार, साउन, भदौ र कार्तिक, मंसिर, पुस, माघ धान काट्ने बेलामा मात्र काम हुन्छ । त्यसैले रोजगारीको खोजिमा भारततिर काम खोज्न जान्छन् । यही बेरोजगारको कारणले आफ्नो छोराछोरीलाई स्कूल पठाउन सक्दैनन् । त्यसैले कुनै पनि ठाउँ र त्यहाँका मानिसहरुको जिवन स्तर उकास्नको लागि रोजगारको आवश्यकता पर्दछ ।

✓ **शिर्षक : जाँड रक्सी**

उर्तीका हेमराम

जलथल गा.वि.स.मा जम्मा सन्थाल आदिवासी जनजातिहरुमा सन्थालहरुको घर धुरी संख्या १३१ रहेको छ जस मध्ये धेरै जसो मानिसहरु गरिब रहेका छन् । बढी मात्रामा मजदुरी जीवन यापन गरेर आफ्नो जिविकोपार्जन गर्दछन् । यहाँका मानिसहरु अशिक्षा र बेरोजगारीले गर्दा जाँड रक्सी बेच्ने र आफै पनि अनियन्त्रण रुपमा खाने गर्दछन् । उनीहरुलाई यसको असरका बारेमा थाहा नभएकोले गर्दा जाँड रक्सी, चुरोट, खैनी खान्छन् । धेरै नखाउ भनि सम्झाउँदा पनि 'कसैको खाई दिएको छैन' भनि उल्टै निहुँ खोज्दछन् । सन्थालीहरुको परम्परा काल देखि जाँड रक्सी बिना कुनै पनि चाँड पर्व पुरा हुँदैन । अशिक्षाले गर्दा नै यी पदार्थ सेवन गर्ने, भै भगडा गर्ने र तहलका मच्चाउने गर्दछन् ।

यदि सन्थाल जनजातिहरु पनि शिक्षित भएको भए जाँड रक्सी खाँदा कस्तो असर पर्दछ ? भन्ने कुराको जानकारी हुने थियो । आफ्नो चाँड पर्वमा जाँड रक्सीको कार्य नियम अनुसार प्रयोग गर्नु पर्छ भन्ने कुराको ज्ञान हुने थियो ।

असोज ७ गते

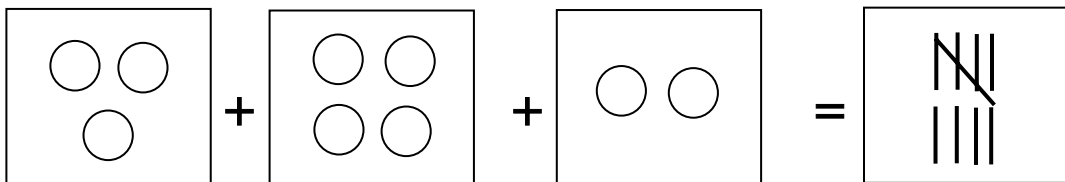
अंक गणित

✓ गणित पढाउँदा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु :

- ❖ शुरुमा सहभागीलाई लट्टी चिन्हद्वारा जोड (+) , घटाउ (-) तथा गुणा (×) सिकाउने ।
- ❖ त्यसपछि अंक चिनाउने ।
- ❖ चुनौति खेल खेलाउने ।
- ❖ अंक जोडी खेल खेलाउने (जोड गर्नको लागि) ।

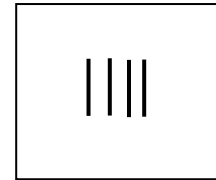
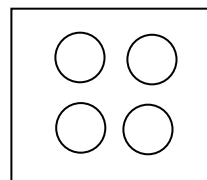
○ तेस्रो जोड :

$$३ + ४ + २ = ९$$



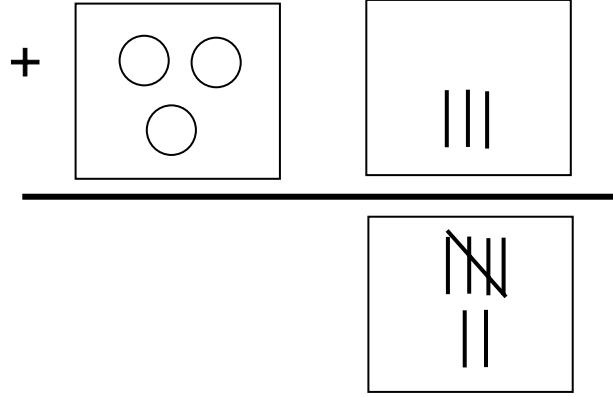
○ ठडो जोड :

४

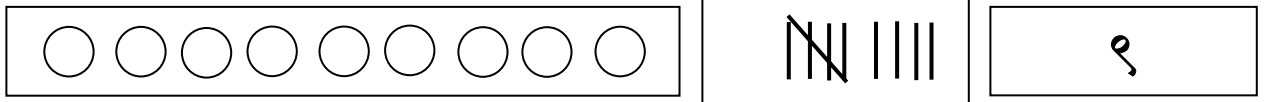


+३

७



○ पुनौति खेल खेलाउने :

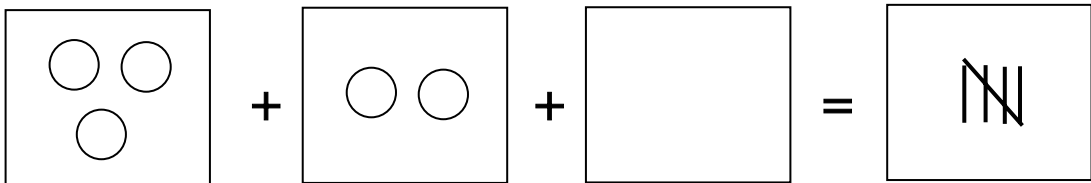


○ दश अंक :

$$१२ + ३ = १५$$



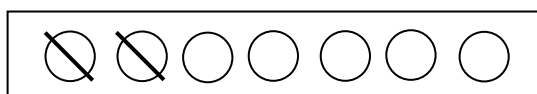
○ शून्यको अर्थ :



$$३ + २ + ० = ५$$

○ ठाडी घटाऊ :

७



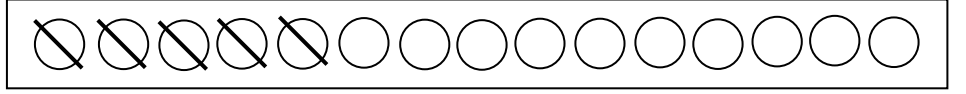
-२

५

१५

- ५

१०



○ तेस्रो घटाऊ :

$$१५ - ६ = ९$$



✓ शिर्षक : बाहा परब (सान्थाली शब्द)

भूमिका टुटु

सन्थाल जातिहरु बाहा परब तीन दिन मनाउने गर्दछन् । बाहा परबमा सन्थाल जातिहरु मासु भात, जाँड रक्सी खाई नियम अनुसारका गीत गाई रमाइलो गर्ने गर्दछन् ।

सन्थाल जातिले पहिलो दिनमा जाहेर थान मनाउँछन् । जाहेर थान पराल र बाँसको कन्ची (माँ कुन्ची) को कटेरो बनाउँदछन् । जाहेर थान सन्थाल समूहको तोकिएको ठाउँमा बनाउँछ । त्यस दिन सन्थाल महिलाहरु लितपोत र सरसफाई गर्दै गर्दछन् । पुरुष जाति जाहेर थान बनाएर आएपछि साधारण खाना दाल, भात, तरकारी खाने गर्दछन् ।

पुरुष जाति खानपान गरी सकेपछि फूल खोज्न जङ्गल जान्छन् । जङ्गलबाट सखुवाको फूल ल्याउने गर्दछन् । सखुवाको फूल नपाए पछि बकेनाको फूल (बकम बाहा) भाटे फूल (भरनी बाहा) ल्याउने गर्दछन् ।

दोश्रो दिन नाइकीले चन्दा संकलन गरेको रकमले पूजाका सामाग्री ल्याउने गर्दछन् । पूजाका सामानहरु केरा, सिन्दुर (पुरियाको बातासा), धुप, एक जोडी परेवा, फूल, चामलहरु चाहिन्छ ।

सन्थाल जातिहरुले पूजाका सामान किन्नका लागि रु १५ चन्दा संकलन गर्दछन् । जङ्गलबाट ल्याएको फूल बोकी जाहेर थान तिर नाचदै गाउँदै जान्छन् । जाहेर थानमा पूजा गर्दा नाइकीले समाजको विकास होस्, दुःख, विराम नहोस् भनेर सुख, शान्तिले बस्न पाउँ भनि पूजा गर्दछन् । तर नाइकीले आफ्नो समाजका लागि पूजा गरेर प्रार्थना गर्छन् । तर सन्थाल जातिलाई किन कुनै पनि कुराको सुविधा छैन । जस्तै : नागरिकता, यातायात, स्वास्थ्य चौकीको सुविधा छैन । अरु नेपाली जाति जस्तो सुविधा किन हामीले पाएका छैनौ ?

सन्थाल जातिले जति नै दुःख गरे पनि सुख र शान्ति पाएका छैनन् । यसरी पूजा गरिसके पछि खुट्टा धुने र पानी छेपाछेप गर्ने चलन छ । त्यस पछि नाचगान, जाँड रक्सी, खानपान, मिठा-मिठा कुराहरु गरेर सन्थाल जातिहरुले 'बाहा परब' मनाउने गर्दछन् ।

✓ शिर्षक : भेदभाव

✍ किशन माडी

हाम्रो समाजमा छोरा र छोरीमा धेरै भेदभाव भएको पाइन्छ । यसरी सन्थाल समाजमा पनि छोरा र छोरीको भेदभाव गर्ने चलन बढिमा रहेको पाइन्छ । साथै छोरा र छोरीको महत्वलाई पनि बेग्लाबेग्लै रूपमा हेर्ने चलन छ । यसरी समाजका मानिसमा छोराले चाहि कुलको नाम तथा इज्जत राख्ने साथै वंश वृद्धि गर्ने र बुढा बुढीको साहारा भन्ने र छोरी चाहि ठूली भए पछि पराई घर जाने भनेर हरेक कुराहरुमा छोरीको अधिकारलाई दबाएर राखेको पाइन्छ । अहिले पनि हाम्रो समाजमा छोरालाई चाहि समय-समयमा राम्रो खान, लाउन, मनोरञ्जन गर्नमा कुनै पनि कमि हुँदैन तर छोरीलाई भने कुनै पनि कुरामा स्वतन्त्रता दिइदैन । शिक्षामा पनि छोरालाई बोर्डिङ्ग पठाइन्छ, भने छोरीलाई चाहि चैं सरकारी स्कुलमा पढाइन्छ । फुर्सदको समयमा पनि छोरीलाई आराम तथा मनोरञ्जनको सट्टामा घाँसपात, घरधन्दा तथा काठ दाउरा जस्ता कामहरु लगाइन्छ । यसरी हाम्रो समाजका मानिसहरु अशिक्षित भएका कारणले गर्दा छोरालाई छोरी भन्दा बढी मात्रामा प्राथमिकता दिने गर्दछन् । यदी छोरीलाई पनि छोरा समान शिक्षा दिने हो भने छोरीलाई पनि घर व्यवहार चलाउन र डाक्टर, नर्स, पाइलट जस्ता आदर्श बन्न सक्छन् । त्यसैले एउटा सभ्य समाजको निर्माण गर्नको लागि छोरा र छोरीमा भेदभाव राख्नु हुँदैन । उनीहरुलाई बराबर अधिकार दिनु पर्दछ ।

२०६२ असोज ८ गते

विषय : लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

समय तालिका :	९ बजे देखी ७ बजे सम्म
चियाा र नास्ता :	विहान ८ बजे देखी ८ : ३० सम्म
खाना :	विहान १२ बजे देखी १ बजे सम्म
चिया :	दिउसो २ बजे देखी २ सम्म
चिया :	बेलुकी ५:३० देखी ६ : बजे सम्म

पालन गर्नु पर्ने नियमहरु :

- (१) होहल्ला र कानेखुसी नगरौ
- (२) पालैपालो बोल्ने सभ्यतालाई कायम राखौ
- (३) नबोल्ने साथीलाई समेत बोल्नको लागि प्रोत्साहन दिने गरौ
- (४) तालिम हल भित्र बोलेको कुराहरुलाई व्यक्तिगत रुपमा लिने नगरौ
- (५) अरुले बोलेको कुरामा हस्तक्षेप गर्ने नगरौ र सुधाने वा थप्ने काममा मद्दत गरौ
- (६) समयको ख्याल गरौ र ढिलो आएमा चिठ्ठा तानी जे पछि त्यही गरौ
- (७) बाहिर जानु परेमा एक वा दुई जना मात्र जाने गरौ, एकै पटक दुई भन्दा बढि बाहिर जाने नगरौ
- (८) बिच बिचमा मनोरञ्जन पनि गरौ
- (९) सिहावओकन तथा मूल्याङ्कन

सिहावओकन (८ गते र ९ गते)		मूल्याङ्कन (८ गते र ९ गते)
१	यशोदा माभी	लक्ष्मण उराँव
२	तेजो देवी उराँव	पारसलाल उराँव
३	रमेशकुमार उराँव	अनिता उराँव
सिहावओकन (९ गते र १० गते)		मूल्याङ्कन (९ गते र १० गते)
१	कोपीला उराँव	सुसिला माभी
२	सीता माभी (जुनु)	रेणु उराँव
३	अमेरिका उराँव	गोपाल उराँव
सिहावओकन (१० गते र ११ गते)		मूल्याङ्कन (१० गते र ११ गते)
१	सीता माभी	जोगेन्द्र उराँव
२	सकुन्तला उराँव	सीता उराँव
३	सुष्मा माभी	दिलबहादुर उराँव
सिहावओकन (११ गते र १२ गते)		मूल्याङ्कन (११ गते र १२ गते)
१	मनोज उराँव	सरिता उराँव
२	सन्चोकुमारी उराँव	कमला उराँव
३	कविता माभी	सुरेश माभी

पूर्व परिक्षा :

विषय सूची वा एजेण्डाहरु

२०६२/६/८ गते

- (१) पौढ / वयस्क सिकाई
- (२) अनुभवजन्य सिकाई
- (३) लैंगिक सचेतिकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता कार्यक्रमको महत्व र उद्देश्य
- (४) औपचारिक तथा अनौपचारिक शिक्षाका फरक पक्षहरु

२०६२/६/९ गते

- (१) सिहावलोकन तथा मूल्याङ्कन
- (२) गाउँले मान्छेका विशेषताहरु
- (३) पाउलो फ्रेर (अनौपचारिक पौढ शिक्षाको जन्मदाता)
- (४) गाउँले मान्छेको विशेषता प्रतिको धारणा
- (५) आदिवासी, जनजाति, महिला तथा पुरुषहरुको सामाजिक सम्बन्ध
- (६) आदिवासी, जनजातिको पहिचान र चुनौतिहरु
- (७) सहजकर्ता (सहयोगी कार्यकर्तामा) हुनुपर्ने गुणहरु

२०६२/६/१० गते

- (१) सिहावलोकन तथा पुनरावलोक
- (२) आदिवासी, जनजातिहरुको सुची / आवश्यकता/ तथा समस्यामा आधारित शिक्षण सामग्रीहरुको पहिचान र प्राथमिकिकरण
- (३) स्थानीय आवश्यकता, चाहना तथा समस्यामा निर्माण गरिने शैक्षिक सामग्रीहरु बनाउने विधि तथा तरीकाहरु
- (४) आदिवासी, जनजातिहरुको वर्गीकरण र वर्गीकरणका आधारहरु
- (५) शैक्षिक सामग्री निर्माण र शिक्षण विधिमा थाहा पाउनुपर्ने कुराहरु

२०६२/६/११ गते

- (१) सिहावलोकन तथा मूल्याङ्कन
- (२) परम्परागत विकासले ल्याएको समस्याहरु र दिगो विकासको प्रयासहरु
- (३) शैक्षिक सामग्री निर्माणमा श्री ५ को सरकार अनौपचारिक पौढ शिक्षा केन्द्रले पारित गरेको साभ्ना विषयवस्तु
- (४) शैक्षिक सामग्री पढने लक्षित समुदायको तहहरु
- (५) पढाई / लेखाई तथा गणीतीय सिकाईको तरीकाहरु र अर्थहरु
- (६) शिक्षण अभ्यासको लागि पाठको तैयारी

२०६२/६/१२ गते

- (१) प्रस्तुतीकरण विधि
- (२) शिक्षण अभ्यास
- (३) जोड(+), घटाउ(-), गुणा(×) तथा भाग(÷)को सम्बन्ध तथा अर्थहरु
- (४) शिक्षण अभ्यास

- दूई मिनेट खेल खेलाउने काम गरियो उक्त खेलमा सरिता उराँव विजय भएकी थिइन ।
उक्त खेलमा निम्न तलका प्रश्न सोधिएको थियो ।

२ मिनिट परीक्षा खेल

(उत्तर दिनु भन्दा भन्दा पहिले राम्ररी पढ्नुहोस् र यसैमा उत्तर पनि दिनुहोस् ।)

१. तपाईंको नाम र ठेगाना लेख्नुहोस् ।
२. तपाईंको उमेर लेख्नुहोस् ।
३. तपाईंको मन पर्ने नायिकाको नाम लेख्नुहोस् ।
४. आफूलाई मन पर्ने कुनै १ मात्र फलफूलको नाम लेख्नुहोस् ।
५. आफूलाई मन पर्ने साथीको नाम पुछ्छारमा लेख्नुहोस् ।
६. त्यसपछि २२० मा २०० जोड्नुहोस् ।
७. १२ लाई ८ ले गुणा गर्नुहोस् ।
८. २० लाई २ ले भाग गर्नुहोस् ।
९. माथि सबैको उत्तर दिने काम सक्नु भएमा हात उठाई सके भन्नुहोस् ।
१०. अब पढी सक्नु भयो भने प्रश्न १ नं. को मात्र उत्तर दिनुहोस् ।

लैंगिक सचेतिकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता कार्यक्रमको महत्व

- आदिवासी जनजातिको रुची, आवश्यकता तथा समस्या समाधान गर्नमा यसको महत्व केन्द्रित रहेको छ ।
 - घुस दिनु हुदैन र घुस लिनु पनि हुदैन ।
 - वन उपभोक्ता समितिमा आदिवासी जनजातिको सहभागिता छ कि छैन ?
 - छैन भने किन नभएको ? सहभागिता जनाउन के गर्नु पर्ला ?
 - राज्यबाट आदिवासी जनजातीहरुलाई बेवास्ता गरेको छ वा पूर्ण वास्ता गरेको छैन ।
 - कति जना आदिवासी जनजाति विद्यार्थीले श्री ५ को सरकारको शिक्षा छात्रवृत्ति पाएको छन ? पाएका छैनन् भने किन ? पाउन के गर्नु पर्ला ?
- आदिवासी जनजातिका मूल मुद्दाहरु लगायत स्थानीय क्षेत्रका जातिय जनजाति संस्थाहरुको मुद्दा तथा चुनौतिहरुलाई समेत उल्लेख गर्नेछ ।

कथा (योगदानको महत्व)

“अनाथ आदिवासी जनजाति बालबालिकालाई सहयोग गरौं । ”

- (१) विदेशी हाकिम रु. ४०००० को चेक दिएर हिड्यो ।
- (२) एउटा व्यापारीले मेरो पसलवाट रु. १५००० को समान लिनु पर्ने बाध्य लगायो ।
- (३) एउटा जमिनदारले मेरो ढुकुटीवाट ५० बोरा अन्न लानु भनि हिड्यो ।
- (४) एउटा कर्मचारीले रु. १००० खल्तीवाट भिकेर र हातको घडि समेत खोलेर दियो ।
- (५) एउटा बुढी आईमाईले खुसी भएर रु. ५० थैलीमा भएको र आफुसगँ भएको सातो पिठो समेत दिएर धन्यवाद दिदै हिडीन् ।

माथीका सहयोग मध्ये कुन महत्वपूर्ण छ र किन ? तपाईंको धारणा दिनुहोस ।

२०६२ असोज ९ गते

➤ योगदानको मूल्य महत्वमा आधारित कथामा सम्पूर्ण सहभागीहरूको मत संकलन तथा ती मतका कारणमा छलफल तथा अन्तरक्रिया गरियो जसमा प्राप्त मत मध्ये :

- बुढी आइमाईलाई ३० जनाको मत
- हाकिमलाई ५ जनाको मत
- कर्मचारीलाई २ जनाको मत
- कसैलाई पनि मत नदिने २ जना
- कार्यक्रम सञ्चालकज्यूद्वारा मदर टेरेसाले प्राप्त गरेको नोबेल पुरस्कार र माग्ने बच्चाले पैसा दिइ गरेको सहयोगमा आधारित कथा भन्दै उक्त कथाका महत्वमा निर्कष गरियो ।

लैंगिक सचेतिकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता कार्यक्रमको महत्व

- आदिवासी जनजातिको रुची, आवश्यकता तथा समस्या समाधान गर्नमा केन्द्रित हुने । जस्तै :
- वन उपभोक्ता समितिमा आदिवासी जनजातिको सहभागिता छ कि छैन ? छैन भने किन नभएको ? सहभागिता जनाउन के गर्नु पर्ला ?
 - राज्यवाट आदिवासी जनजातीहरूलाई बेवास्ता गरेको छ वा छैन ।
 - कति जना आदिवासी जनजाति विद्यार्थीले श्री ५ को सरकारको शिक्षा छात्रवृत्ति पाएको छन ? पाएका छैनन् भने किन ? पाउन के गर्नु पर्ला ?
- आदिवासी जनजातिका मूल मुद्दाहरू लगायत स्थानीय क्षेत्रका जातिय जनजाति संस्थाहरूको मुद्दा तथा चुनौतिहरूलाई समेत उल्लेख गर्न सक्ने ।
- व्यक्तिगत विकास, सामुदायिक विकास तथा सामाजिक विकास प्रति सकारात्मक सोच मूल्य मान्यता प्रदर्शन गर्न सक्ने ।
- आदिवासी जनजाति तथा आफ्नै जनजातिहरूको समस्या पहिल्याउन सक्ने, पहिचान गर्न सक्ने र स्थानीय श्रोत साधनहरूको उपयोग तथा पहिचान गर्न सक्ने ।
- आफ्नो अनुभव, विचार तथा सिकेको कुराहरू स्पष्ट रूपमा राख्न सक्ने / बोल्न सक्ने ।

गाउँले निरक्षर/नपढेको मान्छे (महिला र पुरुष) को आनीबानी विशेषता कस्तो हुन्छ ? भनि सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई ४ / ४ जनाको समुहमा विभाजन गरी लेख्न लगाइयो ।

प्रत्येक समुहवाट लेखेको कुरा प्रस्तुत गरियो ।

समुह १ का सहभागीहरू :

- | | | |
|-----------------|--------------------|---------------------|
| (१) रेणु उराँव | (४) दिलीप उराँव | (७) दिपनारायण उराँव |
| (२) यसोदा माभी | (५) श्यामलाल उराँव | (८) मिलन माभी |
| (३) सुशिला माभी | (६) भूपाल उराँव | (९) सोनिका उराँव |

निरक्षर मान्छेको निम्न विशेषता लेखेको पाइयो :

- कर्मयोगी हुने (अरुको भनाई नसुन्ने) ।
- मेहनेती ।
- इमान्दार (फटाई नगर्ने) ।
- सहनशिल र लगनशिल

- परम्परागत काममा सिपालु ।

समुह २ का सहभागीहरु :

- (१) सीता माभी
- (२) रञ्जित उराँव
- (३) मनोजकुमार उराँव
- (४) दयावती उराँव
- (५) रमेशकुमार उराँव
- (६) रिनाकुमारी उराँव
- (७) सीताकुमार उराँव
- (८) तेजो देवी उराँव
- (९) पारशलाल उराँव

निरक्षर मान्छेको निम्न बिशेषता लेखेको पाइयो :

- मनका कुरा
- पक्षपाती
- कम उमेरमा विवाह गर्ने गराउने
- छोरा र छोरी प्रति भेदभाव गर्ने
- बोल्दा गल्लि हुन्छ भन्ने
- लजाउने
- अज्ञानी
- जातजातिमा भेदभाव गर्ने
- अन्ध विश्वासी

समुह ३ का सहभागीहरु :

- (१) कमलाकुमारी उराँव
- (२) दिलबहादुर उराँव
- (३) शुष्मा माभी
- (४) ध्यानी उराँव
- (५) बुधुनी उराँव
- (६) देवकुमारी उराँव
- (७) फुलमन्ती उराँव
- (८) निर्मला उराँव

निरक्षर मान्छेको निम्न बिशेषता लेखेको पाइयो :

- बोल्न लजाउने ।
- अन्ध विश्वासी हुने ।
- जानेका कुरा पनि समूहमा राख्न नसक्ने ।
- चाडो विवाह गरि दिने ।
- सोच्ने शक्ति नभएको ।
- आफुलाई मैँ हु (घमण्डी) भन्ने ।

- बुढेसकालमा बसी बसी खान बढि सन्तान जन्माउने ।
- मुख व्यवहार गर्ने ।

समुह ४ का सहभागीहरु :

- (१) सीता माफी
- (२) अमेरिका उराँव
- (३) सकुन्तला उराँव
- (४) कोपिला उराँव
- (५) सन्चो उराँव
- (६) प्रमिला उराँव
- (७) अनिता उराँव
- (८) गोपाल उराँव
- (९) रामकुमार उराँव
- (१०) जोगेन्द्र उराँव
- (११) देवनारायण उराँव
- (१२) सरिता उराँव

निरक्षर मान्छेको निम्न बिशेषता लेखेको पाइयो :

- राजनैतिक कुरा नबुझ्ने ।
- बढि अन्ध विश्वासी ,
- भगडालु (भगडीया)
- फोहोरी ,
- छोरा छोरीको प्रति केहि थाहा नभएको ।
- सहयोग नगर्ने ।
- जड्या र स्वास्नी कुट्ने ।
- अरुको राम्रो काममा पनि रिस, डाहा गर्ने ।
- बोल्ने तरिका नभएको ।
- अर्काको लहलहैमा लाग्ने ।
- सोभो हुने ।

निरक्षर (नपढेको गाउँले) र साक्षर (पढेको गाउँले) विच के-के फरक छन् ? भनि सोधेको प्रश्नमा व्यक्तिगत रुपमा निम्न फरक धारणा रहेको पाइयो ।

- बोलाईमा फरक
- व्यवहारमा फरक
- चालचलनमा फरक
- स्वास्थ्यमा फरक
- सोचाईमा फरक
- खुवाईमा फरक
- अनुशासनमा फरक

- पेशामा फरक
- मानसिक विकासमा फरक
- नैतिक, राजनैतिक, सास्कृतिक, आर्थिक आदि

कार्यक्रम सञ्चालकद्वारा नाविक र द्वार्शनिक बिचको डुङ्गा यात्राको रोमान्चारिक कथा सुनाएर सबै सहभागीको ध्यानाकर्षण गरियो ।

अनौपचारिक शिक्षा

- सामान्य रुपमा औपचारिक शिक्षा हासिल गर्नवाट बन्चित व्यक्तिलाई शिक्षा दिनु नै अनौपचारिक शिक्षा हो भन्दा फरक नपर्ला ।
- डा.स्वामी प्रपन्नचार्य (धम्बे राई) को जीवनी सुनाई अनौपचारिक शिक्षाको इतिहास क्रमको व्याख्या सुरु गरियो ।

अनौपचारिक शिक्षाका जन्मदाता अफ्रिकन मूल रेसिफ शहरमा जन्मेका नागरिक पाउलो फ्रेरका अनुसार निरक्षर गाउँले पौढहरु प्रति निम्न कुराहरु उल्लेख गरिएको छ ।

- अनुभवको ठूलो थुप्रो (अनुभव गरी जानेको बुझेको कुराहरु) हुन्छ ।
- पौढहरु आफ्नो जीवनमा काम लाग्ने कुराहरु प्रति रुची राख्छन् र सिक्छन् ।
- हरेक कुरालाई आफ्नो जीवनसँग तुलना गरेर दाँजेर हेर्ने र जाचँ बुझ्नु गर्छन् ।
- उडन्ते कुराहरुमा विश्वास गर्दैनन् ।
- पौढहरु तार्किक कुराहरु गर्ने गर्छन् र तर्क तथा छलफल गरेर सिक्छन् ।
- आत्मसम्मान, आदर र सत्कार तथा सौहादपूर्णका साथ सिक्न चाहन्छन् र सिक्छन् ।
- सिक्नुपर्ने कुराहरु रोचक, वास्तविक जीवनसँग सम्बन्धित छ भने सक्रिय भएर सिक्छन् ।
- पौढहरु भविष्यमुखी अर्थात फल प्राप्तिको लागि धेरै समय पर्खनुपर्ने कुराहरु सिक्न रुचाउदैनन् वरु तात्कालिक वर्तमान कुराहरु सिक्न चाहन्छन् ।
- परम्परागत संस्कृति भाषा/लिपी, रीतीथिति, संस्कारहरुलाई बचाई राख्ने प्रयास गर्दछन् ।
- पौढहरु अरुमार्थी भएर पर्ने र अरुको कुराहरु सिक्ने मात्र हुदैनन् । आफ्नो अनुभवहरुलाई समेत सिकेको कुरामा लाग्नु पर्ने हुन्छन् ।
- अनावश्यक कुराहरु भएर सिक्दैनन् । सिके बोल्दै बोल्दैनन् ।

लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक साक्षरताको उद्देश्य :

- आफ्नो भाषा स्पष्टसँग बोल्न सक्ने हुन्छन ।
- आफ्नो विचारहरु व्यक्त गर्न र अनुभव आदान प्रदान गर्न सक्ने हुन्छन् ।
- पढाई लेखाई र सरल अंक गणितवाट घरायसी हिसाव किताव तथा वचत हिसाव किताव राख्न सक्ने ज्ञान सीपको प्रयोग गर्नेछन् ।
- आदिवासी जनजातिको विकास तथा समुदायको सामाजिक आर्थिक विकासको क्रियाकलापहरुमा सक्रिय भएर लाग्ने छन् ।

सहयोगी कार्यकर्ता कस्तो हुनुपर्छ ? भनी मत संकलन गरियो । जसमा निम्न मतहरु आएको पाइयो ।

- चिटिक्क राम्रो र अरुको मनको भावना बुझ्ने सहभागीको कुरा पनि बुझ्ने र आफ्नो कुरा पनि बुझाउने ।
- नभकिने / हसिलो नरिसाउने ।

- आफुले राम्रो सँग बुझ्ने र अरुलाई बुझाउने ।
- सिकेको कुरा राम्रो सँग आफ्नो सहभागीलाई पठाउने ।
- सहभागीको इच्छानुसार पढाउने ।
- सहभागीलाई आफ्नै भाषामा सोधी सोधी पढाउने र बुझाउने ।
- मिठो बोली हुनपर्छ ।
- सहयोगी भावना भएको इमान्दार ।
- सहभागीको इच्छा, चाहानालाई बुझिदिने ।
- मिलनसार र मिठासपूर्ण ।
- दोहोर कुराकानी, छलफल बुझ्यो बुझेन सोधपुछ गर्ने ।
- समयको ख्याल राख्ने नियमित ।
- उदार भावना भएको ।
- विषयवस्तु अन्तरगतको कुरा बताउन सक्ने ।
- सवैलाई समान व्यवहार गर्ने, निष्पक्ष
- बेला बेलामा रमाइलो गर्ने र खेल खेल्ने ।

कार्यक्रम संचालकज्यूवाट अन्य थप निम्न गुणहरु थपियो ।

- भलाकुसारी गर्ने,
- सवैले बोलेको कुरामा प्रशंसा, सुधार गर्नु पर्ने भए सुधार गर्ने,
- वास्तविक सुचनाहरु तथा भइरहेको घटनाहरु समेत दर्शाउने
- मौलिक विचार भएको , छलफल चलाउन सक्ने , सहभागीलाई नयाँ सोच विचार तर्फ डोच्याउन सक्ने ।
- नजजातीको भावना वास्तविक अनुभवहरुलाई / अनुभवहरुलाई तथा विचारहरुलाई बुझ्ने वा बुझ्न खोज्ने ।
- चुनौतिपूर्ण उत्साहजनक कार्यतर्फ सहभागीलाई उन्मुख गराउन सक्ने ।
- सहभागीहरुलाई ठिक/ वेठिक गलत / सहि भनेर कृण्ठित (निराशा) नपार्ने ।
- अफेरो शब्द वा भाषा बोलेर अलमल नपार्ने ।
- आदिवासी जनजातिको अनुभव, विचारहरु वास्तविकतामा आधारित छ, छैन, तर्क सम्मत छ, छैन बुझ्ने, अनुभव गर्न सक्ने र बुझाउन सक्ने ।

सहभागीहरुले सुझाव तथा गुनासो पेटीमा आफ्ना सहभागी साथीहरुलाई निम्न लिखित कुराहरु सुझाव दिएको पाईयो ।

१. दिलबहादुर तपाईं धेरै चिन्तामा बस्नुहुन्छ किन होला ? बताई दिनु पर्‍यो ।
२. सुरेश माझीको तालिम हलमा बस्ने तरिका भएन ।
३. स-साना छोरा छोरी हुने दिदी बहीनीहरुलाई घर जाने अनुमति दिनु हुन अनुरोध गर्दछु
४. यहाँ उपस्थित सम्पूर्ण साथीहरुमा मेरो एउटा बिन्ती छ , बच्चाको आमाहरु बाहेक अरु साथीहरु बसिदिनु होला भनी अनुरोध गर्दछु ।
५. दिपनारायण उराँवज्यूले एउटा राम्रो नेपाली गित गाएर मनोरञ्जन गर्नु पर्‍यो ।

६. सुभावा मलाई के लाग्छ भने सबै साथीहरुले अनुशासनमा बसीदिनु पर्‍यो । प्रशिक्षकले भनेको कुराहरुलाई राम्रोसँग सुन्नु पर्‍यो ।
७. घर जान पाइन भनेर निराश हुनु भएन साथीहले ।
८. हामी सबै साथीहरु असल साथी हुनुपर्छ ।
९. इन्द्र दाई तपाई सचिव जस्तो मान्छे भएर पनि अनुशासनमा नबसी तपाई आफ्नो मन खुशी गर्नु हुन्छ । कृपया यस्तो गर्नु भएन नी ।
१०. हाम्रो आफ्नै कमि कमजोरीका कारण केहि सानो तिना कुरा र सिकाईका कुराहरु छुटन गएको छ ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा कार्यक्रम संचालकले मिठो समय सान्दर्भिक कथा सुनाई प्राथमिकता निर्धारणको विषयमा प्रष्ट पारियो । जसमा :

- प्रमिला (वाली विज्ञ)
- जयवीर वान्तवा (समाज सेवी)
- विमल राई (चालक)
- वन्दना तामाङ्ग (परिचालिका)

यि सबैलाई मुटुको रोग लागेको र यि चार मध्ये कुनै एकलाई मात्र उपचार गरी बचाउन सकिने अवस्थामा तपाई कसलाई बचाउन मत दिनु हुन्छ ? र किन ?

२०६२ असोज १० गते

विषय : लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

- कार्यक्रम संचालक (परिक्षक)वाट सम्पूर्ण सहभागीको ध्यानाकर्षण गराइयो ।
- मिति २०६२/६/९ गते सुनाइएको प्राथमिकता कसलाई दिने भन्ने निम्न कथा र त्यसमा दिनु पर्ने मत सम्पूर्ण सहभागीहरुवाट संकलन गरियो ।

विमल राई :-डाइभर विमल राई डाइभर संघको अध्यक्ष, धेरै युवाहरुलाई निशुल्क डाइभर तालिम गराउने, समाजसेवी र विश्वासघातमा परी आत्महत्या गर्न लागेकी महिलालाई श्रीमतीको रूपमा स्वीकार गरी बचाएको ।

जयवीर वान्तवा :-समाजसेवी, मिलनसार, धेरै समाजिक विकासका काममा ख्याति कमाएको धेरैलाई रोजगारी दिएको अञ्चलाधिसको छोरो, गृहमन्त्रीको ज्वाई ।

वन्दना तामाङ्ग :- महिला हक हित तथा महिला विकासमा संलग्न तथा एब्रो जेट विमान उडाउने नेपालको इतिहासमा नयाँ कृतिमान कायम गर्ने नेपाली पहिलो महिला पाइलट ।

प्रमिला :- धान वालीमा लाग्ने बेर्ना रोगवाट हजारौ किसानको धानवाली नष्ट हुने रोगले गर्दा भोकमरीको हाहकार हुने अवस्था देखि धान वालीमा लाग्ने किटनाशक औषधि पत्ता लगाई लाखौ किसानलाई बचाउने र विश्वमान नै उक्त औषधि पत्ता लगाई विश्व कृतिमान कायम गर्ने महिला वाली विज्ञ ।

- प्राप्त मत मध्ये :

● कथाका पात्र (नाम)	पहिलो मत	दोश्रो मत
विमल राई (डाइभर),	१२	४
जयवीर वान्तवा	१२	६
वन्दना तामाङ्ग	६	९
प्रमिला	९	२५

सहभागी मध्ये ४ जनाले कसैलाई पनि नबचाउने भनी मत दिएको पाइयो । कारण सोधनी हुदा कथाका पात्रहरु सबै बराबरी महत्वपूर्ण/ समाजसेवी भएका हुदा कुनै एकलाई मत दिन नसकेको धारणा प्राप्त भयो ।

- कार्यक्रम संचालक (प्रशिक्षक)वाट प्राथमिकता निर्धारण कसरी गर्ने र कुन कुरालाई प्राथमिकता मा राख्ने सम्बन्धी कुराहरु बताइयो ।
- सिंहवलोकन गर्ने सहभागीहरुलाई सिंहवलोकन गर्न लगाइयो ।
- मूल्याङ्कन गर्ने सहभागीहरुलाई मूल्याङ्कन गर्न लगाइयो ।

शिक्षण सामग्री (शैक्षिक सामग्री) कसरी बनाउने ।

- सहभागीहरुलाई तलका विषयमा स्थानीय क्षेत्रमा के के श्रोत साधनहरु छन् ? भनी सोधनी गरीयो ।
- विषयहरु : (१) भौतिक श्रोत साधन (२) मानवीय श्रोत साधन
(३) आदिवासी जनजातिको भाषा,संस्कृति, परम्परा,चाडपर्व/धर्महरु

सहभागीहरुको स्थानीय क्षेत्रमा निम्न श्रोत साधन रहेको पाइयो ।

स्थानीय भौतिक श्रोत साधनहरु :

- (१) गा.वि.स. भवन
- (२) स्कूल
- (३) हुलाक
- (४) स्वास्थ्य चौकी
- (५) नदिनाला
- (६) वनजंगल
- (७) मठ मन्दिर, मस्जिद, चर्च
- (८) सामाजिक संघ संस्था
- (९) सदगद गर्ने ठाउँ
- (१०) खानेपानी (ट्यूबेल)
- (११) विजुली वत्ती, संचार
- (१२) पशु पालन (गाई, भैसी, बाख्रा, सुगुर)
- (१३) सार्वजनिक स्थल
- (१४) सामुदायिक बन / जमिन

सहभागीहरूको स्थानीय क्षेत्रमा निम्न मानविय श्रोत साधनहरूलाई आधार बनाई सुचनाहरू संकलन गर्न सकिने छ ।

- (१) शैक्षिक योग्यता एस. एल.सी. + सम्मका
- (२) तालिम प्राप्त : अहेव, सी.एम.ए./नर्स, ग्रा.स्वा.का., सुडेनी / जे.टी.ए. (कृषि पशु), प्राविधिक
- (३) राजनैतिक कार्यकर्ता
- (४) शिक्षक र सरकारी सेवामा काम गर्ने मानिसहरू
- (५) फारामहरू

धनिपूजा	बैंक भौचर
जन्मदर्ता/ विवाह दर्ता फाराम	स्कूलको फाराम
नागरिकताको प्रमाण पत्रको फाराम	
- (६) लोक गीत (जातिय भाषामा नभए नेपाली भाषामा)
- (७) उखान टुक्का
- (८) गाँउ खाने कथा
- (९) स्थानीय लोककथा
- (१०) घटनाहरू
- (११) उत्पादित सामानहरूको लेवल
- (१२) पोष्टर, पर्चा
- (१३) वन, कृषि, पशुसेवा कार्यक्रमहरू पोष्टर

➤ कार्यक्रम संचालकबाट विभिन्न तस्वीरहरू व्यक्तिगत रूपमा देखाई त्यस तस्वीरलाई अवलोकन गर्न लगाइयो । सोही क्रममा पुरुष र महिलाको तस्वीर देखाई पुरुष र महिला विच घर बाहिर र घर भित्र के के फरक छ भनी सोधेको प्रश्नमा निम्न उत्तर पाइयो ।

पुरुष

घर भित्र

धम्की दिने

खाना नपकाउने

कुटपिट गर्ने

नक्कले

घरको खर्च जुटाउने

घर व्यवहार थाम्ने

हलो जोत्ने

श्रीमती लाई वास्ता नगर्ने

विश्वास घाति

मै हुँ भन्ने

शिकार खेल्ने

जिम्मेवारी लिने

श्रीमतीलाई माया गर्ने

घर बाहिर

गफाडी

तास खेल्ने

डुलुवा

मुन्द्रे

केटी जिस्काउने

दादा गिरी गर्ने

हुकुम छाट्ने

सुकुल गुण्डा

केटीमा फस्ने

केटी फसाउने

चोरी, डकैती

चुरोट उडाउने

हातपात गर्ने

केटी बेच्ने

महिला

घर भित्र

भाता पकाउने

काम धन्दा गर्ने

सरसफाइ गर्ने

सहनशिल

छोरा छोरी हेर्ने

इमान्दार

मेकअप नक्कल गर्ने

सोभा केटा फसाउने

कुरौटे

विलाशि

अर्काको कुरा सुन्ने

डाहा गर्ने

घर बाहिर

लजाउने

रुन्ची

कमलो मन भएको

किनमेल गर्ने

केटाहरु खेलाउने

लाइन मार्ने

धर्म प्रति विश्वास नगर्ने

फिल्म धेरै हेर्ने

पैसा नभएको बेला महँगो समान किन्ने

लोभी

केटाको पोशाक लगाउने

बोक्सी

तलका शिर्षकमा (घर भित्र र घर बाहिर) पुरुष र महिला मध्ये कसको बढि प्रयोग र अधिकार छ भनी सोधेको प्रश्नमा निम्न उत्तर आएको पाइयो ।

विवरण (घर भित्रको)	रेखदेख, हेरचार र प्रयोग गर्ने		नियन्त्रण (अधिकार)	
	महिला	पुरुष	महिला	पुरुष
गाई, भैसी, बाखा, सगुर	√	√	×	√
जग्गा जमिन	√	√	×	√
घर व्यवहार	√	×	×	√
अन्न पानी	√	√	×	√
कुखुरा , परेवा	√	×	√	√

विवरण (घर बाहिरको)	रेखदेख, हेरचार, प्रयोग गर्ने		नियन्त्रण (अधिकार)	
	महिला	पुरुष	महिला	पुरुष
सामुदायिक वन	√	√	×	√
गा.वि.स.	×	√	×	√
स्कूल	√	√	×	√
जि.वि.स. सरकारी कार्यालय	√	√	×	√

- कार्यक्रम संचालक (प्रशिक्षक) वाट दूईवटा स-सना बालकको तस्विर देखाई ती तस्विर मध्ये कुन केटा र कुन केटी हो भनी सोधेको प्रश्नमा कसैले केटा, कसैले केटी भन्ने उत्तर दिएको पाइयो जुन तस्विरमा प्रष्ट केटा र केटी कुन हो भन्ने छुट्टिएको थिएन । प्राप्त उत्तर मध्ये २५ जनाले केटा र ९ जनाले केटी भनि उत्तर दिएको थिए तर केटी भनी धेरैले अनुमान गरेको बच्चा केटा रहेको पाइयो ।

- सहभागीहरूको अनुरोधमा एउटा रोमाञ्चकारी नेता चुन्ने र को भन्दाको छिटो उत्तर दिन सक्ने खेल सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई खेलाइयो ।

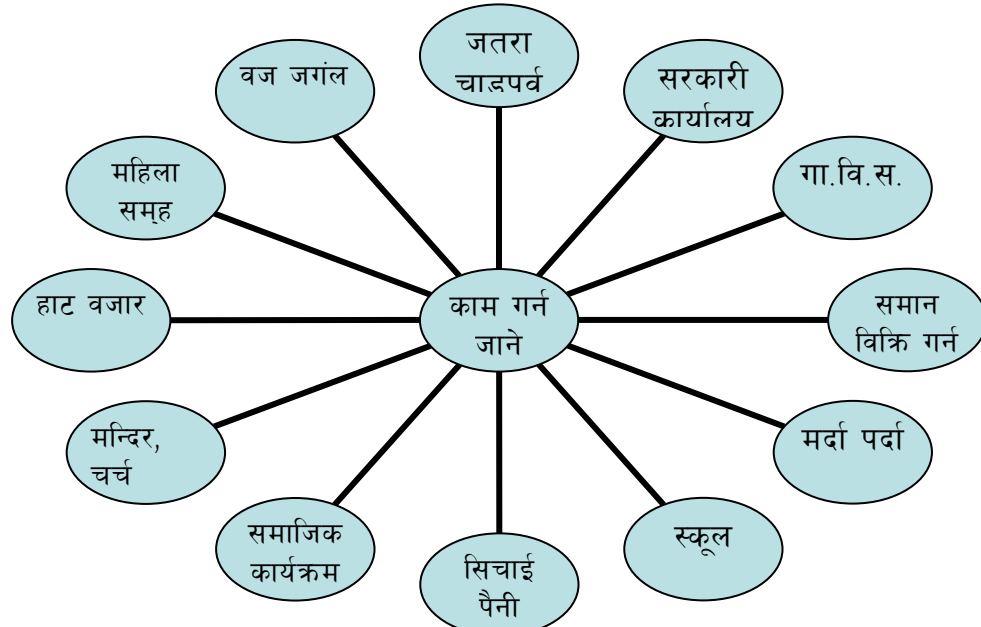
शिक्षण सामग्रीमा के-के हुन पर्छ ? भनी छलफल गरी निम्न कुराहरु रहनु पर्ने निर्ष्कर्ष निकालियो ।

- वस्तुगत (तथ्यपूर्ण र सवैले थाहा पाउनु पर्ने कुराहरु हुनुपर्छ)
- सुचनाहरु भरसक भरपर्दो हुनु पर्छ ।
- जातीय भाषामा लेखे पनि फरक पढैन । (नेपाली लीपी प्रयोग गरी लेख्न सकिन्छ ।)
- भाषा सरल र लेखिने पाठ छोटो हुनुपर्छ ।
- विषयवस्तु अनुसारको पाठको शिर्षक हुनुपर्छ ।
- शुरु शुरुमा बनाएको पाठको मूल शब्द (शिर्षक मात्र) सहभागिलाई चिनाउनु पर्छ ।

२०६२ असोज ११ गते

विषय : लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

- कार्यक्रम संचालक (पशिक्षक)वाट सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई राउतेको काठको हन्डीको वारेमा जानकारी गराई राउते जातिको वारेमा जानकारी गराइयो साथै काठमाण्डौंमा चलेको भोटो जात्राको वारेमा समेत जानकारी गराइयो ।
- सिंहवलोकन गर्ने सहभागीहरूलाई सिंहवलोकन गर्न लगाइयो । सिंहवलोकन राम्रै तर लामो रहेको थियो । जसमा सिंहवलोकन कर्ताहरुले सम्पूर्ण कुराहरु समावेश गरेका थिए ।
- मूल्याङकन गर्ने सहभागीहरूलाई मूल्याङकन गर्न लगाइयो । मुल्याङकनमा बढि समस्या र सुभावहरु लेखेको पाइयो । एक मुल्याङकनकर्ताले मुल्याङकन पनि सिंहवलोकन जस्तै लेखेको पाइयो ।
- गाँउ समाजका मानिसहरु कहाँ कहाँ जान्छन् र किन जान्छन् ? आदि कुराहरु सम्पूर्ण सहभागिहरूको राय संकलन गरियो । जसमा निम्न ठाउँमा मानिसहरु जाने गरेको पाइयो । यिनै कुराहरुलाई समेत विषयवस्तु बनाएर पाठ बनाउन सकिन्छ ।



- गाउँ समाजका भएका घटना र परम्परामा आधारित पाठ बनाउन सकिन्छ ? जुन सहभागीहरूको रुची अनुसारको हुनुपर्ने कुराहरू बताइयो । साथै महिला, पुरुष बिच रहेको भेदभाव हटाउने, त्यस प्रति जनचेतना ल्याउने किसिमको पाठ बनाउन सकिन्छ भनि प्रशिक्षकबाट जानकारी दिइयो ।
- उराँव जातिको विकासको लागि ठिठूरा उराँव र पग्ला उराँवले राजा श्री ५ महेन्द्र समक्ष कर्माधर्मा देखाएका र उराँव जातिको विकासको लागि महत्वपूर्ण योगदान दिएको कुरा सहभागीहरूबाट प्राप्त भयो ।
- स्थानीय भेषभुषा, भाषा, संस्कृति, रहन सहन जस्ता कुरामा रहेर पाठ बनाउनु पर्ने र सरोकार बाहेकका कुरामा (जस्तै राजा र राष्ट्रपति बिच फरक, विमानको विशेषता आदि जस्ता विषयमा) पाठ बनाउनु हुँदैन भनि प्रशिक्षकले सहभागीहरूलाई बताइयो ।
- पढाउने पाठ कस्तो हुनुपर्छ भनि छलफल गरी निम्न कुराहरू हुनु पर्ने वा नहुनु पर्ने भनि सहभागीहरूलाई जानकारी दिइयो ।
 - काल्पनिक / हावादारी किसिमको हुनु हुँदैन । स्थानीय क्षेत्रको घटनाहरू तथा संन्देश वा सुचनाहरूमा आधारित र वस्तुपरक हुनु पर्छ ।
 - कठिन भाषाको प्रयोग गर्नु हुँदैन । सरल, बोलिचालिको भाषा प्रयोग गर्नु पर्छ ।
 - अति लामो वाक्य प्रयोग गर्नु हुँदैन । छोटो मिठो वाक्य प्रयोग गर्नु पर्छ ।
 - जटिल शब्दको प्रयोग गर्दा सहभागीहरूले नबुझ्ने हुन्छन् तसर्थ सरल, स्थानीय शब्दको प्रयोग गर्नु पर्छ । जस्तै : हामी अक्सिजन लिएर सास फेर्छौं भन्नुको साटो हामी सास फेर्न हावा लिन्छौं वा हावा लिएर हामी सास फेर्छौं भन्नु बेश हुन्छ ।
 - आदिवासी जनजातिको रुची, चाहाना र आवश्यकता अनुसारको पाठ बनाउनु पर्छ । आफु खुसी अनुमानले लेख्नु हुँदैन ।
 - ❖ सरलबाट जटिल कुरा सिक्न खोज्ने, तलबाट माथी जान खोज्ने र आशिकबाट पूर्ण तिर जान खोज्ने हुन्छ तसर्थ सहभागिको सिक्ने बुझ्ने तह अनुसार पाठहरू बनाउनु पर्छ भनि सहभागीहरूलाई जानकारी दिइयो ।
 - आदिवासी जनजातिको रुची, चाहाना र आवश्यकता विपरितको पाठ बनाउनु हुँदैन । उनीहरूको आत्मसम्मानमा ठेस पुग्ने किसिमको पाठ बनाउनु हुँदैन ।
 - हचुवाको भरमा पाठ बनाउनु हुँदैन ।
- पाठ कस्तो हुनु पर्छ ? भनी प्रशिक्षकद्वारा निम्न कुरा सिकाइयो ।
 - आफ्नै जनजाति तथा स्थानीय क्षेत्रमा आधारित पाठ हुनु पर्छ ।
 - वस्तुगत (भएको घटनाहरू) हुनुपर्छ ।
 - भाषा सरल, स्पष्ट र रोचक हुनुपर्छ । स्थानीय जातिय भाषामा लेखे पनि हुन्छ ।
 - जनजातिको रुची, चाहान तथा आवश्यकतामा आधारित हुन पर्छ ।
 - बिच विचमा उखान टुक्का, गाँउ खाने कथा, चुटुकिला राखेमा राम्रो हुन्छ । सहभागीले एउटा उखान सुनाए : चुटुकिला
 “बोसी त्यो बासी के बासी
 खसीको मासु पो बासी

बुवाको पालामा चालिस विघा
छोरा भयो सुकुमबासी
अनि भयो रुवाबासी”

- सन्देश मूलक (सुचना दिन सक्ने खालको) हुनु पर्छ ।
- पाठ सके सम्म छोटो छरितो हुनु पर्छ ।
- विषयवस्तु सँग मिल्दो जुल्दो शिर्षक हुनु पर्छ ।
- ठाउँ विशेष / जनजाति विशेषलाई पहिचान गराउने हुन पर्छ ।
- उद्देश्यमूलक (जान्नु ज्ञान हो भने जानेको कुरालाई प्रयोग गर्नु सीप हो र सिकेको सीपलाई व्यवहारमा लागु गर्नु प्रवृत्ती हो ।) हुनु पर्छ । जस्तै : पाठको उद्देश्य प्रष्टसँग लेख्नु पर्छ । उदारणको लागि पानी भन्ने शिर्षकमा पाठ लेखियो भने : सफा स्वच्छ पानी खाने , पानी शुद्ध पार्ने जस्ता दुई वटा उद्देश्य लेखे हुन्छ ।

- करीब २० मिनेट जति विभिन्न लोक गित गाएर नाच गान गरी रमाइलो गरियो ।
- प्रशिक्षकवाट सम्पूर्ण सहभागिहरुलाई समुह खेल खेलाइयो । जसमा पुरुष र महिलाको भिन्दा भिन्दै समुह रहेको थियो । विजयी सहभागिलाई पुरस्कार समेत दिइएको थियो । साथै समुहवाट छुट्ने सहभागीहरुलाई कारण सोधनी भयो जसमा निम्न उत्तर आएको पाईयो ।

- समुह पुगेन ।
- साथी भाईहरुले हेरेनन् वा वास्ता गरेनन् ।
- बोलाएर समुहमा राखेनन् ।
- सबै जना विजोडी भए ।
- जोडी पुगेन ।
- ढिलो भयो साथीले अर्कै साथी रोज्यो ।
- समुहमा बस्न मन लागेन । एकलै बस्न मन लागेन ।

यसरी आएको उत्तरमाथी प्रशिक्षकज्यूवाट कारण मानवीय जीवनसँग दाजेर प्रष्ट पारियो ।

- सहभागिलाई पाठ बनाउन लगाई त्यो पाठ पढाउन लगाइयो र प्रशिक्षकवाट कसरी कक्षामा पौढ (विद्यार्थी) हरुलाई पढाउने भनि हुबहु अभिनय समेत गरी पढाउने तरिका देखाइयो र पढाउने तरिका समेत बताइयो ।

पाठको शिर्षकलाई छुट्टा छुट्टै अक्षरमा छुट्याई बताउनु पर्छ : जस्तै सरसफाई भन्ने पाठको शिर्षक छ भने :

स+र+स+फा+ई = सरसफाई

स	सा	सि	सी
र	रा	रि	री
स	सा	सि	सी
फ	फा	फि	फी
अ	आ	इ	ई

- प्रशिक्षकज्युवाट शब्द चिन्ने चुनौती खेल खेलाई खेलाउने तरिका समेत देखाइयो । जस्तै :

८	८	स	सा
┌	┌	र	रा
△	△	फ	फा
○		इ	

- प्रशिक्षकज्युवाट अर्को शब्द बनाउने शब्दमाला खेल खेलाउदै सिकाउने काम गरियो ।

पाठ पढाउदा निम्न कुरा गर्नु पर्छ

मुल शब्द चिनाउने
शब्द टुक्राउने
चुनौति खेल खेलाउने
शब्दमाला खेल खेलाउने

- यसरी सम्पूर्ण सहभागिलाई समुहमा विभाजन गरी मुल शब्द चिनाउन, शब्द टुक्राउन, चुनौति खेल खेलाउन र शब्दमाला खेल खेलाउन लगाई पाठ पढाउन लगाइयो र अरु सहभागिहरुले पौढ विद्यार्थीहरु जस्तै अभिनय गरी पढेका थिए । उराँव जातिका सहभागिहरुले आफ्नै स्थानीय भाषामा पढाएका थिए र आफ्नै भागड भाषामा रहेको गित समेत गाएर सुनाइ पढाएका थिए । प्राय सहभागिहरुले मुल शब्द टुक्राई चिनाएको पाइएन् । सहभागिहरुमा भएका कमी कमजोरीमा सुधार ल्याउनु पर्ने कुरामा प्रशिक्षकद्वारा जोड दिइयो र सुधार ल्याउने तरिका समेत बताइयो ।
- लौकही गा.वि.स.की सहभागि निर्मला देवी उराँवले वैराठी जात्राको वारेमा पाठ लेखि पढाउनु भयो जसमा निर्मला देवी उराँवले उक्त जात्राको क्रममा खेलिने खेल अन्य सहभागिहरुलाई सहभागि गराई वैराखी जात्राको खेल समेत खेलेको पाइयो । उक्त पाठमा हाम्रो गाँउको जनजातीहरुको संस्कृतिमा मनाइने धर्म (पारपवनी) भन्ने बैराखी जात्रा नामक विषयको शिर्षक रहेको थियो । उक्त जात्रामा मादल , सुर्य, चन्द्र र तारा अंकित १६ गजको सेतो कपडाको झण्डा, जाडू रक्सी, खेल खेलेको तस्विर समेत रहेको थियो । बैराखी यात्रा फागुन पुर्णिमा र बैसाख पुर्णिमामा मनाइने गरिन्छ । बेलुकी झण्डा गाडी मादल बजाई उराँव जातिको गित गाएर , आफ्नै पोशाक लगाएर नाचगान गर्दछन । यस पर्वलाई बचाइ राख्नु पर्ने हुन्छ भनि लेखिएको पाइयो ।
- प्रस्तुतिकरण कला विधिको वारेमा निम्न कुराहरु बताइयो ।
- सहभागिहरुसँग भलाकुरारी गर्ने ।
 - अधिल्लो दिनको पाठ वा खेल, गित वा लोक कथा वा शब्दमाला वा चुनौति खेल र गरेको कुरामा छोटो विवेचना कार्यक्रम गर्ने ।
 - आफुले प्रस्तुत गर्ने वा सिकाउने विषयवस्तु के हो बनाउने ।
 - क्रियाकलापहरु बनाउने ।
 - सहभागिहरुसँग अर्को दिन भेट्ने समय बताइ विदा हुने ।

- सहभागि रन्जित उराँवले एउटा कविता लेखि सुनाएका थिए ।
कविता :

मेरो सपना

“जनजातिको मुखवाट चाहान्छु शान्ति सुनाउन
समस्त नेपाली र जनजाति एकतामा जुटाउन
शिक्षाको समुन्द्रमा चाहान्छु विश्वलाई चिनाउन
अनि हरेक जनजातिलाई चाहान्छु अधिकार दिलाउन”

“नागां पहाडमा चाहान्छु हरियालि जगाउन
विलाएको संस्कृतीलाई चाहान्छु अरु जोगाउन
आफनै माटोमा चाहान्छु पसिना बगाउन
जनजातिका उपदेशलाई आज सार्थक तुल्याउन”

- सम्पूर्ण सहभागिहरूलाई सुभाव पेटीमा लेखीएको सुभावहरू पढि सुनाइयो । सुभाव पेटीमा दिइएको सुभाव सहभागिलाई कार्यन्वयन गर्न बचनबद्ध गराइयो ।

२०६२ असोज १२ गते

विषय : लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

- प्रशिक्षकज्यूद्वारा सिंहवलोकन गर्नु पर्ने पालो भएका सहभागिहरूलाई वोलाई सिंहवलोकन गर्न लगाइयो । हिजो मिति ६।११ भन्दा सिंहवलोकन अझ राम्रो भएको पाइयो । सिंहवलोकन गर्दा अन्य सहभागिहरूले ध्यान दिई सुनेका थिए ।
- त्यस्तै मूल्याङ्कन गर्ने पालो भएका सहभागिहरूलाई मूल्याङ्कन गर्न लगाइयो । मूल्याङ्कन हिजो भन्दा राम्रै भएको पाइयो ।
- सिंहवलोकन र मूल्याङ्कन गर्दा सहभागिहरूमा भएको कमि कमजोरीहरूलाई प्रशिक्षकद्वारा औल्याउदै त्यसमा सुधार ल्याउनु पर्ने सुभाव सल्लाह दिइयो ।
- पाठको उद्देश्यमुलक (ज्ञान, सीप र व्यवहार) भनेको के हो भन्ने कुरामा उदारण सहित बताइयो ।
- शैक्षिक सामाग्री निमार्ण गर्दा थाहा पाउनु पर्ने निम्न मुल बुद्धाहरूमा प्रशिक्षकद्वारा व्याख्या गरियो ।
 - विषयवस्तु सम्बन्धी केहि जानकारी हुनु नै पर्छ ।
 - विषयवस्तु अनुसारको शिर्षक छनोट गर्नु पर्छ । उदारणको लागि माझी जातिको भेषभुषा शिर्षकमा पाठ लेख्दा माझी जातिको खान पिन र अन्य कुरा मात्र समावेश गरेर पाठ बनाउनु हुदैन । शिर्षकमा भेषभुषा छ भने भेषभुषालाई नै बढि प्राथमिकता दिएर पाठ लेख्नु पर्छ ।
 - पाठमा १ वा २ वटा उद्देश्य हुनु नै पर्छ ।
 - पाठ उद्देश्यमुलक (ज्ञान, सीप, व्यवहार) हुनपर्छ ।
 - भाषा सरल, स्पष्ट हुनुपर्छ । सकिने भए जातिय भाषामा लेखे पनि हुन्छ ।
 - स्थानिय क्षेत्रमा रहे भएको ठिक र वेठिक कुरामा पाठ लेख्नु पर्छ ।
 - सूचना दिने र वास्तविक हुन पर्छ ।
 - जनजातिको पहिचान हुने किसिमको पाठ हुनुपर्छ ।

- नेपाली सरल भाषामा लेखिएको विभिन्न समानहरूको खोल (लेवल) हरू संकलन गरी त्यो देखाई समानहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ, जसमा कुन राम्रो भनि सोधे पछि पौढ सहभागिहरूले आफ्नो आफ्नो धारणा दिनेछन् भनि बताइयो ।
- गाउँघरमा उपलब्ध बन्, कृषि, स्वास्थ्य वारेको पोष्टरहरू (नेपाली भाषा भएको) समेत प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- स्थानीय पत्रपत्रिका (नेपाली भाषा लेखिएको) रोचक खबर, कथाहरू तथा विज्ञापनहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

➤ पाठको शिर्षक, उद्देश्य र क्रियाकलाप कस्तो रहनुपर्छ भनि तालिका बनाएर देखाइयो ।

पाठका शिर्षक	उद्देश्य	क्रियाकलाप
पाठशाला	<ul style="list-style-type: none"> ● माझी जातिका बाल बच्चा पढ्ने वा नपढ्ने जानकारी हुनेछ । ● माझी जातिले स्कूलमा गरेका योगदान वारे थाहा हुनेछ । 	<ul style="list-style-type: none"> ● पाठ बनाउने ● पाठ सुनाउने ● मूल शब्द चिनाउने ● मूल शब्द टुक्रयाउने ● चुनौति खेल खेलाउने ● शब्दमाला खेल खेलाउने
करम (उराँव जातिको चाई)	<ul style="list-style-type: none"> ● आफ्नो जातीको चाडको वारेमा जानकारी हुनेछ । ● महिला र पुरुष दुवैले ब्रत बस्नु पर्ने कुराले महिला र पुरुष विच समानता रहेको वा रहनु पर्ने कुराको जानकारी हुनेछ । 	<ul style="list-style-type: none"> ● पाठ बनाउने ● पाठ सुनाउने ● मूल शब्द चिनाउने ● मूल शब्द टुक्रयाउने ● चुनौति खेल खेलाउने ● शब्दमाला खेल खेलाउने ● गित गाउने ● उखान टुक्का ● खेल खेलाउने

- पाठ बनाउदा पाठको परिचय, स्थानीय सहभागिहरूको धारणा,श्रोत र रहे भएको समस्या र त्यसको समाधान गर्ने उपाय समेत समावेश गरी संन्देशमुलक पाठ बनाउनु पर्छ, भनी प्रशिक्षकद्वारा सहभागिहरूलाई जानकारी गराइयो ।
- उराँव जातिको धर्म कुन हो भनि सहभागिहरूले छलफल गरे , उनीहरूमा धर्मको वारेमा अन्योल रहेको पाइयो । जुन एउटा खोजीको विषय हुन सक्ने कुरा प्रशिक्षकद्वारा बताइयो । केहि उराँव जातिका सहभागिले उराँवहरू हिन्दु भएको बताए तर पनि उनीहरूको संकार हिन्दु परम्परासँग नमिलेको कुरा उनीहरूवाटै आयो ।

- प्रशिक्षकद्वारा बलराम र उसले पाएको प्लान र अमेरिकामा भएको दुर्घटना सम्बन्धी कथा सुनाएर सहभागिहरूलाई जात जाति भनेको शरिर वा मावना (आत्मा) के मा हुन्छ भनि प्रश्न गरियो र आत्मावाट नै उसको जातजाति हुने कुरा बताइयो ।
- सम्पूर्ण सहभागिहरूको साथ नाचगान तथा रमाइलो गरियो । सहभागिहरूले स्थानीय जनजाति गित तथा नाच समेत प्रस्तुत गरेका थिए । वातावरण रमाइलो भएको थियो ।
-
- पाठको शिर्षक चिनाउनु भन्दा पहिले तलको तालिका नोट कपीमा बनाउने र पाठको मूल शब्द जे चिनाएको हो सो अक्षरहरूमा चिन्ह लगाउदै जानु पर्छ । यसले गर्दा सहभागिले के कति अक्षर चिनेका छन् थाहा पाइनेछ । तर सहभागिलाई क, का, कि, र ख, खा, खि भन्दै ज सम्म पढाउनु हुँदैन। पाठमा जे छ त्यहि अक्षरलाई कालो पाटी मा अक्षर बाकस बनाई चिनाउनु, पढाउनु पर्नेछ ।

क	का	कि	की	कू	कु	के	कै	को	कौ
ख	खा	खि	खी	खू	खु	खे	खै	को	खौ
ग	गा	गि	गी	गू	गु	गे	गै	गो	गौ
घ	घा	घि	घी	घू	घु	घे	घै	घो	घौ
च	चा	चि	ची	चू	चु	चे	चै	चो	चौ
छ	छा	छि	छी	छू	छु	छे	छै	छो	छौ
ज	जा	जि	जी	जू	जु	जे	जै	जो	जौ
झ	झा	झि	झी	झू	झु	झे	झै	झो	झौ
ट	टा	टि	टी	टू	टु	टे	टै	टो	टौ
ठ	ठा	ठि	ठी	ठू	ठु	ठे	ठै	ठो	ठौ
ड	डा	डि	डी	डू	डु	डे	डै	डो	डौ
ढ	ढा	ढि	ढी	ढू	ढु	ढे	ढै	ढो	ढौ
ण	णा	णि	णी	णू	णु	णे	णै	णो	णौ
त	ता	ति	ती	तू	तु	ते	तै	तो	तौ
थ	था	थि	थी	थू	थु	थे	थै	थो	थौ
द	दा	दि	दी	दू	दु	दे	दै	दो	दौ
ध	धा	धि	धी	धू	धु	धे	धै	धो	धौ
न	ना	नि	नी	नू	नु	ने	नै	नो	नौ
प	पा	पि	पी	पू	पु	पे	पै	पो	पौ
फ	फा	फि	फी	फू	फु	फे	फै	फो	फौ
ब	बा	बि	बी	बू	बु	बे	बै	बो	बौ
भ	भा	भि	भी	भू	भु	भे	भै	भो	भौ
म	मा	मि	मी	मू	मु	मे	मै	मो	मौ
य	या	यि	यी	यू	यु	ये	यै	यो	यौ
र	रा	रि	री	रू	रु	रे	रै	रो	रौ
ल	ला	लि	ली	लू	लु	ले	लै	लो	लौ
व	वा	वि	वी	वू	वु	वे	वै	वो	वौ
स	सा	सि	सी	सू	सु	से	सै	सो	सौ

श	शा	शि	शी	शू	शु	शे	शै	शो	शौ
ष	षा	षि	षी	षू	षु	षे	षै	षो	षौ
ह	हा	हि	ही	हू	हु	हे	है	हो	हौ
क्ष	क्षा	क्षि	क्षी	क्षू	क्षु	क्षे	क्षै	क्षो	क्षौ
त्र	त्रा	त्रि	त्री	त्रू	त्रु	त्रे	त्रै	त्रो	त्रौ
ज्ञ	ज्ञा	ज्ञि	ज्ञी	ज्ञू	ज्ञु	ज्ञे	ज्ञै	ज्ञो	ज्ञौ
अ	आ	इ	ई	उ	ऊ	ए	ऐ	ओ	औ

जस्तै परपबनी भन्ने विषयक शिर्षक टुक्र्याई पढाउनु पर्ने भए ।

प+र+प+ब+नी = परपबनी

प	पा	पि	पी
र	रा	रि	री
ब	बा	बि	बी
न	ना	नि	नी

➤ पाठ पढाउदा निम्न क्रियाकलाप अपनाउनु पर्छ ।

- मूल शब्द चिनाउने
- मूल शब्द टुक्र्याउने
- अक्षर बाकस कालो पाटीमा बनाउने
- अक्षर पढाउने, सिकाउने, चिनाउने
- चुनौतिको खेल खेलाउने
- शब्दमाला खेल खेलाउने
- गित/चुटकिला/उखान आदि बिच बिचमा भन्ने
- लोक कथा, कविता, घटना

➤ सहभागिमध्येका पश्चिम कुशाहाका समुह सहयोगी ध्यानी उराँवलाई आफ्नै जातिय उराँव भाषामा पाठ पढाउदा अपनाउनु पर्ने कुराहरु भन्न लगाइयो ।

➤ दुइवटा सिङ्गो अक्षरको बिचमा खुट्टा काटेको जस्तै प् भएमा त्यस्तो अक्षरलाई लेख्दा वा बुझाउदा सहभागिलाई छाप+छ भन्नाले छापछ हुन्छ भने छाप्+छ भन्नाले छाप्छ वा छाप्छ लेख्न सकिन्छ भनि बुझाउनु पर्छ । जस्तै

र+स+का= रसका

स +स्+का = रस्का वा रस्का

छाप+प्+छ = छाप्छ वा छाप्छ (यसरी खुट्टा काटेको अक्षरलाई दुवै तरिका रस्का वा रस्का भने पनि हुन्छ । त्यसरी नै छाप्छ लाई छाप्छ लेख्न सकिन्छ । तर पछि सहभागि आफैले अक्षर कहाँ काट्नु पर्ने हो थाहा पाउनेछन् र लेख्नेछन ।)

तर “र” अक्षरमा माथीको नियम लाग्दैन ।

जस्तै :	छाप्रो	गर्यो
	छाप्रो	गर्यो
	पर्यो	मर्यो
	पर्यो	मर्यो

➤ सम्पूर्ण समुहलाई एक एक वटा पाठ बनाउन लगाइयो ।

➤ लेखेको पाठ निम्न बमोजिम छ :

सहभागि सिता माभीले लेखेको पाठ

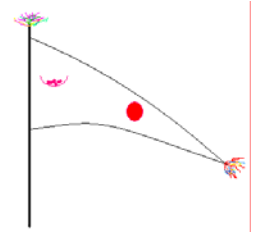
शिक्षा

हाम्रो प्रकाशपुर गा.वि.स.मा धेरै नै जनजातिहरूको बसोबास छ र ती जनजातिहरू मध्ये ५० प्रतिशत मानिसहरूले पढ्न पाएका छन भने अरु बाकी शिक्षावाट बन्चित छन् । शिक्षावाट बन्चित हुनको मुख्य कारण भनेको गरिवी नै हो किनभने हाम्रो प्रकाशपुर गा.वि.स.मा धेरै नै जनजातिहरू गरिवीको चपेटामा परेका छन् यस गा.वि.स.मा धेरै जनजातिहरूको बसोबास छ र जसमध्ये माभी र उराँव जात पनि छन् । विशेष गरी शिक्षावाट बन्चित हुने जात नै माभी र उराँव हो किनकी विद्यालयमा माभी र उराँवले शिक्षक बन्ने अवसर नपाउदा क्षेत्री, बाहुन नै शिक्षक भएको कारण जनजातिले पछी पर्नु परेको हो । त्यस्तै उनीहरू विहान वेलुकीको छाक टार्न पनि धौ धौ पर्छ त्यसै हुनाले पनि हाम्रो माभी र उराँव जाति पछि परेको हो । हुन त यिनीहरूको लागि विद्यालयमा छात्र वृतिको कोटा आएपनि त्यसकोटा त्यस कोटालाई सरको आफनो आफनो मान्छेलाई दिने गरेको छ । यदि सरकारले सहि हिसावले हामी जनजातिलाई पनि छात्रवृति दिने हो भने हामी पनि अरु सरह शिक्षा लिएर शिक्षाको ज्योती फैलाएर जनजातिको विकासको लागि आफनो देशभर नयाँ किर्तिमान कायम गर्न सक्ने थियौ ।

माभी गित :

खोलाको साथी जात मेरो माभी
तिरैमा घर थियो
सास थामी राख्ने परिवार थेग्ने
खोलाको भर थियो ।
तर्नुलाई पदा सवैलाई पर्छ
माभीको साहारा
हेपेर होला माभीको चोला
आज भयो बेसाहारा ।

सहभागि निर्मलादेवी उराँवले उराँव भाषा(देवनागरि लिपी)मा लेखेको पाठ बैराखी जात्रा



नमहाय टोलानु कुडखा आदिवासी जनजाती कुडखार ही प्राचिनकालतीम

(अज्जो अज्जी) ही जुग तीम भन्जीकी बरचका यी बैराखी यी बैराखी जात्रा पारपतनी ही के । यी बैराखी जात्रा नमहायँ कुडहायँ कुडखाय आदिवासी जनजाति उराँव ही । यीद ओनट्टा भिनेम (छुट्टेम) या और और जातर ती भिनेम कोहाँ पारपवनी होके । यी पार पवनी फागुन पुर्णिम और बैसाख या पुना सालनु गडना पवनी हीके । यी बैराखी जात्रा भण्डा भनि यी भण्डानु सोला (१६) थान मारकीन पण्डरु किचिरीही मनी और यी भण्डानु चँन्दो विडी और विनको ही ललका रंग ही अंकीत नंजका मनी

यी पवनी ही दिननु सउसेटोलाय मिलरनरकी जतरा गडनर, और औलहि दिननु दै , भट्टु ददा नासको होमन्यान मगावानप नै असमा गुठी वारनय अर्खी बोइए नन्नय कि ठिक विडी पुतुवाकी डिन्डा जोखर उक्सनयकी नतरन गडनय । सउसे टोलाय ओन्नाया मेखनायँ की फेर होमरय समान रुपनु महिला पुरुष खद्ध खरँ मिलरनायकी खेल डिगरी होअनाय और कुडुखाही ड्रेस (पोसाक) लगावाआनाय की अखडानु कानयकी बेचा हेल्रनाये । डण्डी पाडनायँ ।

डण्डी

आदा नयो बलु भिात नु भरे भपेटा
कोशी भिात बरा भट्टु बाआनार हाया हायाँ

आनारयो नमहाया नखेडानु पचवल भायार
बेचचागोबरेचारा

गुचा नयो नरागे कालेत हाय हायाँ

एन्नेम डण्डी पाड्टेप बेचतेम भैरमाखा विजता वाअनार

कि पैरी बाकी जतरा हेदे पुजा पाठ ननय की जतरा चडनायँ ।

एँनेम नमहायँ कुडखा (उराँव) आदिवासी जनजाति संस्थाही तर्ती एन यी विन्ती नाना चाहएन की यी नमहाय जात्रा पवनी और जुग जुग काल गुट्टी क्याम उईकाम रओत बआनाही विन्ति ननेन

जुरु नन्दन

गितको नेपाली रुपान्तर
बालुवाको भार पात कोशीको
भितामा भिनाजुलाई बोलाउन्छ ।
जात्रा खेल्ने ठाउँमा यात्रा खेल्न
आएका छन्
जाउँ दिदी बहिनी दाजु भाई हो ।

पाठको नेपाली रुपान्तरण

उक्त पाठमा हाम्रो गाँउको जनजातीहरुको संस्कृतिमा मनाइने धर्म (पारपवनी) भन्ने बैराखी जात्रा नामक विषयको शिर्षक रहेको थियो । उक्त जात्रामा मादल , सुर्य, चन्द्र र तारा अंकित १६ गजको सेतो कपडाको भण्डा, जाडँ रक्सी, खेल खेलेको तस्विर समेत रहेको थियो । बैराखी यात्रा फागुन पुर्णिमा र बैसाख पुर्णिमामा मनाइने गरिन्छ । बेलुकी भण्डा गाडी मादल बजाई उराँव जातिको गित गाएर , आफनै पोशाक लगाएर नाचगान गर्दछन । यस पर्वलाई बचाइ राख्नु पर्ने हुन्छ

सहभागि सीता माभी (सिम्पल) ले लेखेको पाठ

मेरो गाँउ

हाम्रो गाँउमा विभिन्न जाजजातिको बसोवास छ, जसमध्ये माभी, उराँव र क्षेत्री बाहुन, जैसी को पनि बसोवास रहेको छ । तर ति मध्ये माभीको सख्या भने ५० घर धुरी र उराँवको ८० घर धुरी छ र धेरै जसो बसोवास क्षेत्री बाहुन कै छ, यसकारण आदिवासी जनजातिहरुलाई आएको सिपमुलक, आयमुलक रोजगारी जस्तो अवसरमा पनि बाहुन क्षेत्रीले नै ओगटेको छ । गा.वि.स.लाई भनि आएको रकम बाहुन क्षेत्रीले नै खर्च गर्दछन् । प्राय बाहुन क्षेत्रीको बसोवास भएकोले विकासको लागि आएको बजेट हामी जनजातिलाइ सहभागि नै नगराई खर्च गर्ने गरेको पाइएको छ । र यस कारणले जनजातिहरु पछी परेका हुन ।

सहभागि दिलिप उराँवले लेखेको पाठ

उराँव र सरसफाई

सुनसरी जिल्लाको भोक्राहा गाविसको आसपासमा रहेका हामी आदिवासी जनजाति उराँव जातिहरुको बसोवास रहेको हामी उराँवले नै पहिले बन जगल फडानी गरेर पहिले देखि नै बसिआएको भएतापनी हाल उनीहरुसगँ जग्गा जमिन छैन । यसो हुनको दोष गरिवी, अनपढ तथा मौकावाट बन्चित रहेको नै हो । यसमा पनि उनीहरु स्वास्थ्य समस्यावाट अति नै पिडीत रहेका छन् । अन्धविश्वास र परम्परागत सोचाईले गर्दा रोगवाट बच्न सकेका छैनन । खान पीन र शुद्ध पानीको व्यवस्था प्रयाप्त नभएको हुदा उनीहरुमा पेटको रोग बढि पाइएको छ । जसमा जुका पर्ने, ग्याष्टिक, तथा मछरको कारणले काला ज्वरले सताएको छ । नजिकै उपचार केन्द्र भए पनि उनीहरु त्यहाँ नगै जातिय धामी धाक्रिको ठाउँमा जाने गर्दछन् । विरामी भए पनि बोक्सी र कुल देवताले गरेको भन्ने विचारले उनीहरु विरामीवाट सताइएका छन् । विभिन्न सस्थाहरुले स्वास्थ्य , सरसफाई सम्बन्धी कार्यक्रम गरेतापनि उराँवहरुको सहभागिता एक दमै कम रहेका छ । उपचार चौकीमा रहेका ठुला ठालु जात भन्ने हरुले उराँवको स्वास्थ्य समस्यामा ध्यान नदिइ आफ्नो मात्र उपचार गराउन्छन । जो होचो उसैको मुखमा घोचो भने भै सरकारले दिएको दवाई (मदर) पनि उराँव जातिले खान पाएका छैनन । तसर्थ हामी जाने बुझेका मानिसले आफ्नो स्वास्थ्यको लागि सबै मिलेर जनचेतना गर्नु परेको छ । अरुको मुख ताक्ने परम्परालाई छाडी आफै केहि गर्नु परको छ ।

“उठ तिमी उठ

नउठे । उठेकाहरुले तिमीलाई

किल्च अधिबढ्न बाध्य हुनेछन ।”

सहभागि सोनिकाकुमारी उराँवले लेखेको पाठ

करम

समुदायको मान्छेहरु एक आपसमा भेला भई करमको वारेमा छलफल गर्छन भोली पल्ट एक जना व्यक्ति व्रत बस्छन र समुदायमा प्रत्येक घर लिपपोत गरी धान, गहु , जौ र मकै समेत को जमरा राखी समुदायमा बाढ्ने गरिन्छ साथै करम गर्ने दिन तय गर्दछन । करमको दिनमा तीन जना केटी र केटा गरी ६ जना व्रत बस्छन र त्यो दिन करम, काटि ल्याए पछी छाना माथी राख्ने गर्छन करम

गाडछन र त्यहा पुजा पाठ गरी तलको गित गाउछन । उक्त गित सोनिकाकुमारी उराँव र अमेरिका उराँवले संकलन गरेका हुन ।

नेगेनेगेनेगी यो भले नेगने २
नमाहा करमन गाडाचियो भले नेगने २

.....

र रात भर समुह मिली नाचगान गरी रमाइलो गरिन्छ । भोली पल्ट ८ -१० वजे तिर करम उखाले बेला एकजोडी परेवा र पुजा पाठको समान र व्रत वस्ने र करम गर्ने व्यक्तिले गाडेको करम उखाले बेला पुन : तलको गित गाउछन ।

नेगेनेगेनेगीयो भले नेगने २
नमाहा करमन चाढेचिदो भले नेगने २

.....

करम उखाले पछी करम गाडेको व्यक्तिको घरमा पहिले लगिन्छ र त्यहा उराँव परम्परा अनुसार पुजा गरिन्छ । जाड रक्सी खाई पैसा समेत दिने गरिन्छ र त्यहावाट निस्की अर्को अर्को घर जाने गरिन्छ ।

अर्काको घरमा करम घुमाउदा तलको गित गाइन्छ ।

चोतोरवारी नरपावरआ लगोन २
खेडडान नोराडा आयो मिन्दिकामाला २
चेरते नुवीसिअन होवेरे ति निवुसियन चि आयो पापा २

.....

गाउँमा घुमाइ सकेपछि नजिकैको खोला वा तलाउमा लगि तलको गित गाई भसाउने गरिन्छ ।

भरमा खा रचकि करम पेलेन जोखन खररीजा वाचकि २
अकुतो का दि करम पेलेन जोखन खारा टुवार नन्जकि २

सहभागि रिनाकुमारी उराँले लेखेको पाठ

कोशी टप्पु वन्य जन्तु आरक्ष

यस पश्चिम कुशाहा गाविसको वार्ड नं. ४ मा कोशी टप्पु वन्य जन्तु आरक्षको पुरानो अफिस छ । यस आरक्षको वरिपरी उराँव जातिहरु नै बढि छन । आदिवासी जनजातिहरुको धना वस्ती छ । यस आरक्षको वन बनाउन उराँव जातिले बढि काम गरेका थिए । यस कोशी टप्पु वन्य जन्तु आरक्षमा कर्मचारीहरु बाहुन, क्षेत्री, यादव र साह र यी सबै जातिहरु मात्र छन । शैनिकको पदमा पनि एउटा उराँवहरु छैनन । उराँव जातिको मानिसले काम पाएका छैनन । यति मात्र हैन यो जगलवाट अरु अरु जातिहरुले धेरै कुरावाट सुविधा पाएका छन । तर हामी उराँव जातिले कहिले काही वनवाट दाउरा, घासँ काटेर ल्याएमा शैनिकले कुट्ने गर्छन । कोशी टप्पु आरक्षमा घुम फिर गर्न टुरिष्टहरु आउछन । उराँव जातिको नाच गान हेर्न उनीहरु मन पराउछन । कसै कसैले पैसा पनि दिन्छन ।

सहभागि दिलबहादुर उराँवले लेखेको पाठ

जीतिया पर्व

यो पर्व खास गरेर छोरा छोरी साथै परिवार र बालि नाली सपरीयोस भनि मनाइन्छ । पर्वको पहिलो दिन घर भित्र र बाहिर गाईको गोबर र माटोले लिपपोत गरिन्छ । गाउँका महिलाहरु राम्रा राम्रा खानेकुराहरु पकाई भेला भई वा एकलै भए पनि नजिकको खोला वा पोखरीमा गई नुहाइन्छ र पुजाको लागि अगरवती, सिदुर, पिना, खाने तेल र घिरौलाको पात वा फुलवाट पुजा आजा गरी खोला वा पोखरीमा बगाइन्छ । आ आफ्नो घरमा गई पकाइ राखेको कुराहरु खाइन्छ । यस दिनलाई लहैको दिन भनिन्छ यस दिनको राति ३ । ४ बजे तिर महिलाहरु उठी आगनको विचमा सानै ठाउँमा लिपपोत गरी सो ठाउँमा थाल राखी थालमा बुनिया, पानको पात, केरा, अगरवती तीन तीन ओटा गरी पानको पातमा राखीन्छ र ती तीन ठाउँमा अगरवती गाडि पुजा पाठ गरिन्छ । यस पछि ती महिलाले दहि चुउरा र पुजा गरेका चिजहरु प्रसादको रुपमा खाने गरिन्छ । र केहि मात्रामा आफना परिवारको लागि पुजाको रुपमा राखिन्छ र विहान छोरा छोरीहरु र लोग्नेले असलान गरी खाने गर्छन । यो दिन खाना नपकाई चुउरा दही र चिनी मिसाई खाने चलन छ यो दिनको राति देखी महिला जातिले केहि नखाई व्रत बसेको हुन्छन । भोली पल्ट विहान ५ बजे सम्म धेरै परिकारका तरकारी पकाई खाना पकाइन्छ र महिला जातिले घर वरिपरी माटो गोबरले लिपपोत गरी कलमा नुहाई घरको चुलो र घरका मुल देवता वा स्वर्गवासी वा वाजेको नाममा पकाएका परिकारहरु चढाउने गरीन्छ र अन्त्यमा सबैभन्दा पहिले महिला जातिले मात्र खाने गर्दछन र पछि घरका अन्य सदस्यले खाने चलन छ ।

जुरु नन्दन

सहभागि श्यामलाल उराँवले लेखेको पाठ

समुदाय बन

मधुवन गाउँमा एउटा समुदाय बन छ र ती गाउँमा ३०० घरहरु मध्ये १०० घर बाहुन, क्षेत्री, नेवार, यादव, मेहेता, साहु आदि जातहरुका छन भने बाकी २०० घरहरु जनजाति आदिवासीका घरहरु छन । र ती समुदाय बनमा समुह सहभागि कार्यकर्ता बाहुन, क्षेत्री नै छन । हाम्रो जनजाति आदिवासी भने छैनन। ती समुदाय बनवाट राम्रा राम्रा काठ पातहरु धेरै जसो तगाधारीहरुले नै लिएको हुन्छन । हामी जनजाति आदिवासीहरुले नपाउने गरेका छौ । हाम्रो समुदाय बनमा धेरै किसिमका जनावरहरु जस्तै अर्ना, सुँगुर, निल गाई , बदेर आदिले अन्न वाली खाने गरेका छन । जसले गर्दा बर्षभरी खाने धान जनावरहरुले सखाप पाछ्छन । जनावरहरुलाई रोक्नका लागि हामीले वेरा लगाउनु पर्छ । यो समुदाय बनका राम्रा राम्रा काठ पातहरु बेचेर यो रुपैया पैसालाई ती तगाधारीहरुले नै खाएका हुन्छन भने जनजाति आदिवासीहरुले केहि पनि पाएका हुदैनन । अब हामी जनजातिले आफ्नो हक अधिकार खोज्नु पर्छ ।

समाप्त

सहभागि सीता उराँवले लेखेको पाठ

सिचाई

प्रकाशपुर गाविसमा जनजातिहरुको घरधुरी संख्या जति छ, त्यसमा कसैको मात्र जग्गा जमिन छ र त्यसमा पनि कसैको १० कठ्ठा र ५ कठ्ठा मात्र रहेका छ, भने कुनैको मात्र १।२ विगाहा जग्गा छ। प्रकाशपुरमा खेती मकै, गहुँ, धानको गरिन्छ। खेती गर्दा सिचाईको धेरै नै समस्या रहेको छ। सिचाईको अभावले अन्नवाली हरू राम्रो सगुँ हुदैनन धान खेती पनि वर्षाको पानिको भरले हुन्छ। सिचाईको वारेमा सरकारले कुनै सुविधा दिएको छैन। भएको सुविधा पनि गाविसका पदाधिकारीले मात्र उपभोग गरेका छन् त्यसकारण अलि अलि जग्गा भएका हामी जनजाति त सिचाईको अभावले दुखमा परेका छौं। जसले गर्दा हामी गरिवीको रेखा मुनी परेका छौं। अब सम्पूर्ण जनजाति मिलेर सिचाई चाहियो भनि आवाज उठाउनु पर्ने वेला आइसकेको छ।

समाप्त

सहभागि शकुन्तला उराँवले लेखेको पाठ

समुदायिक वन

हाम्रो प्रकाशपुर गाविसमा सामुदायिक वन छ र त्यसको हेरचार गर्न समिती बनाएको छ। त्यस समितीमा हाम्रो जनजातिको संलग्नता छैन। आज भन्दा १५।२० वर्ष अगाडि समिति बनेको थिएन। समिति गठन नभएको वेलामा गाउँका मानिसहरु ती जंगल फडानी गरेर बसेका थिए। सामुदायिक वनमा भएको रुख, विरुवा काटनु हुदैन र वन हामीलाई नै काम लाग्छ भनेर सवैले गाउँलेहरु मिली पालैपालो महिनाको एकचोटी वन रेखदेख गर्न डुयुटी गर्ने गर्छन।

सहभागि भुपाल उराँवले लेखेको पाठ

हुलाक

पश्चिम कुशाहामा एउटा मात्र हुलाक छ र त्यो हुलाकमा काम गर्ने कर्मचारीहरु बाहुन, क्षेत्री, नेवार, यादव, साह, मेहता आदि जातका मानिसहरु मात्र छन्। आदिवासी जनजाति काम गर्न दिल्ली, पन्जाव आदि ठाउँमा जानु परेको छ र त्यस ठाउँमा चिठ्ठी लेखेर पठाउछन र त्यो चिठ्ठी आएको हुन्छ। त्यहाँका कर्मचारीले चिठ्ठी समयमा ल्याइ दिदैनन, अरु जातको चिठ्ठी भने समयमै घरमा लागि दिन्छन। यस हुलाकमा एउटा पनि आदिवासी जनजाति छैनन यदि आदिवासी जनजाति भएको भए तुरुन्तै चिठ्ठी पाउँथे।

सहभागि लक्ष्मण उराँवले लेखेको पाठ

समय

हाम्रो गाउँमा उराँव जनजातिको बहुमत छ । उनीहरूलाई समय के हो भन्ने थाहा छैन । समय हेर्नको लागि उनीहरू आकाश तिर हेर्छन् । सुर्यको अवस्था हेरेर उनीहरू समयको अनुमान गर्ने गर्छन् । गरिव भएका कारण उनीहरूसँग घडी छैन । घडि नभएको हुनाले उनीहरूको बच्चाहरू स्कूल जादा कहिले काहि ढिलो, र कहिले चाडो जाने गर्दछन् । जसले गर्दा उराँव जातिको बच्चालाई स्कूलमा समस्या परिरहेको छ । कतै काममा जानु पर्‍यो भने समयमा नपुग्ने वा समय भन्दा अगाडि नै पुग्नाले समयको बेवास्ता भई रहेको छ । समयले कसलाई पनि पख्दैँन । बच्चाहरूलाई समयमा नै स्कूल पठाउनु पर्छ र रोग लागेमा समयमा नै उपचार गर्नु पर्छ । समय थाहा पाउन पात्रो र घडि हामीले किन्नु पर्छ । पैसा अन्य खर्चवाट कटौती गरेर वा हामीहरू समुह समुहमा मिली २ । २ रुपैया उठाएर पनि संकलन गर्न सक्छौ किनकी

समय आउछ पख्दैँन वगेको खोला फर्किदैँन ।
सहभागि रन्जित उराँवले लेखेको पाठ

भेषभुषा

आदिवासी जनजातिको भेषभुषा नै राष्ट्रको पहिचान हो । जनजाति लाई नेपाल र विश्वमा नै चिनाउनु पर्छ । आज भोलि आफ्नो भेषभुषा लगाएन भने लोप हुन सक्छ । आफ्नो जातिको भेषभुषा सधै गौरवका साथ लगाउनु पर्छ । आफ्नो जाति हो भनेर हेप्न सक्दैँन । आफ्नो जातिको भाषा, धर्म, संस्कृती, कला, साहित्य अगाडि कहिल्यै शिर झुकाउनु पर्दैन । अरुको भाषा र संस्कृतीमा रमाएर हिडेने व्यक्तिको पहिचान हुदैन । त्यसैले हामी सबैले आफ्नो जातिको संरक्षण र विकास गरौ र हामी सबै जनजाति आदिवासी एक जुट भएर आफ्नो हक भेषभुषाको रेखदेख गर्नु पर्छ ।

सहभागि दिपनारायण उराँवले लेखेको पाठ

उपचार चौकी

जिल्ला सुनसरी प्रकाशपुर गाविसमा २०५२ सालमा उपचार चौकी आएको हो । उपचार चौकीका कर्मचारीहरू माथिल्लो तह देखी तल्लो तह सम्ममा हाल सम्म बाहुन, क्षेत्री नै आएका छन । त्यसकारण क्षेत्री बाहुनलाई उपचार गर्न सजिलो भएको छ । हामी जनजातिहरू उपचार गर्न जादा साधारण औषधी पनि पाउदैँनौ तसर्थ हाम्रो जातिहरू कोहि मात्र उपचारको लागि त्यहा जान्छन । यदि उपचार चौकीमा उराँव जातिको मानिस पनि कर्मचारी भए उनीहरू पनि सबै जना उपचार गर्न जाने थिए । तसर्थ श्री ५ को सरकारले उपचार विधि वारेको तालिम जनजाति आदिवासीहरूलाई दिएको छैन र पहिले दिएको तालिम पनि टाठा बाठाहरूले मात्र लिएका थिए हाल आएर श्री ५ को सरकारले उपचारमा निशुल्क तालिमको व्यवस्था हटाई अझ महगो पारिदिएको छ जुन आदिवासी जनजातिको पहुच भन्दा बाहिर रहेको छ । त्यस कारण हामी जनजाती आदिवासी उपचार तालिम पाउन अघि बढनु परेको छ ।

सहभागि सुष्मा माभीले लेखेको पाठ

छेवर

पहिलो पल्ट छोरा मान्छेको कपाल काट्नेलाई छेवर भनिन्छ । छेवर गर्दा कपाल काट्न हामी माभी जातिमा मामा नै चाहिन्छ । हामी माभी जातिमा आफ्नै मामा छैन भने अरु नाता वा साइनो भएको मामा भए पनि हुन्छ । माभी जातिको छेवर गर्दा गाई बस्ने ठाउमा लिपपोत गरी नयाँ किल्ला नयाँ दाम्ला र हरियो सालको पातको टपरी पनि चाहिन्छ अनि छोरा मान्छेको घाटीमा दाम्लाले बाधेर मामाले भान्जाको कपाल काट्ने चलन छ । हामी माभीहरुमा कपाल काटिसके पछि नदिमा टपरी कपाल राखी बगाइन्छ । अनि त्यसपछि मामाले भान्जालाई गर गहना, भाडाकुडा र एकसरो कपडा समेत टिका लगाएर दिने चलन छ र मामालाई सगुनको रुपमा जाडुँ रक्सी, माछा मासु, खुवाइन्छ । यो छेवरमा अरु नाता गोता इष्ट मित्र पनि बोलाइन्छ । आफ्नो गक्ष अनुसारको खानपिन गराइन्छ । त्यसपछि नाच गान समेत गरी मनोरञ्जन गरिन्छ । सहभागि कविता माभीले लेखेको पाठ

जवरजस्ती विवाह

माभी जातिमा केटीको मन्जुरी विना केटाले जवरजस्ती घिसारेर ल्याएर आफ्नी श्रीमती बनाउने परम्परालाई जवरजस्ती विवाह भनिन्छ । मन्जुर नहुदा हुँदै पनि बाध्यताबश केटीहरु जवरजस्ती विवाह स्वीकार्न बाध्य हुन्थे । घिसारे पछि धार्नीको चेली विशेली हुन्थे । केटी घिसार्दा पहिले जुन केटाले हात हालेको हो त्यै केटाको त्यो केटी हुन्थी । तर समयको परिवर्तन तथा कानूनी रोकले गर्दा माभी जातिमा यस्तो परम्परा छैन । यस्तो गर्नेलाई समाजमा सजाय पनि गर्ने गरेको छ । यो परम्परा ३० । ४० वर्ष पहिले देखि नै लोप भएको हो । यसरी विवाह गर्दा चोरी विवाहको विधि अपनाइन्थ्यो जसमा कोसेली लगाएत सोधछाडरा केटी पक्षलाई बुझाउनु पर्थ्यो पहिले धेरै रिसीइवी देखीए पनि पछि मन मोटाव रहदैन थियो । हाल यस्तो विवाहले कानूनी मान्यता पाउदैन ।

सहभागि तेजो देवी उराँवले लेखेको पाठ

चर्पी

मानिसहरुले दिशापिसाव गर्नका लागि बनाएको एउटा सानो ठाउँलाई चर्पी भनिन्छ । हामीले दिशापिसाव सधैं चर्पीमा गर्नुपर्छ । चर्पीमा दिशापिसाव गर्दा वातावरण स्वस्थ र सफा हुन्छ । जताततै दिशा पिसाव गर्नु हुँदैन । जताततै दिशा पिसाव गर्नाले भगाडा पखाला जस्ता रोग लाग्छन । यो रोग विशेष गरेर गाउँ घरमा फैलन्छ । यो रोग भिगाँको माध्यमबाट सर्ने गर्छ । हाम्रो आदिवासी जनजातिहरुलाई चर्पीको समस्या छ । उनीहरुलाई बस्ने ठाउँको अभाव भएको कारणले चर्पी बनाउदैनन वा बनाउन सक्दैनन । उनीहरुलाई दिशा पिसाव गर्न अन्तै जानु पर्छ । जसले गर्दा वातावरण प्रदुषण हुन्छ र गाउँ घरमा विभिन्न रोगहरु लाग्न थाल्छ । उनीहरुको आर्थिक स्थिती कमजोर भएको कारणले चर्पी नबनाएका हुन । त्यसैले उनीहरुको आर्थिक अवस्था मजबुत गर्ने कार्य गर्नु जरुरी रहेको छ ताकी उनीहरुले चर्पी बनाउन सकून ।

सहभागि दयावतीदेवी उराँवले लेखेको पाठ

बंगुर पालन

हाम्रो आदिवासी जनजाती महिलाको जीवनस्तर (आर्थिक स्थिती) कमजोर भएकोले हामी आदिवासी जनजाति महिलाहरूलाई नेपाल कल्याणकारी समाज (जर्मन सरकारको सहयोगमा) बंगुर पालन सहयोग गरेको छ । जनजाति महिलाहरूको एक समुह(१०जना) लाई बंगुर दिने व्यवस्था छ । ती मध्ये एक जनाको हातमा पैसा जम्मा गर्छन र त्यो पैसा पछि बैकमा जम्मा गरिन्छ । समुहले बंगुरको हेरचार गर्नु पर्छ । बंगुर विरामी भए पछि पशु डाक्टर बोलाई दवाई गर्नुपर्छ र बंगुरले बच्चा पाए पछि त्यो बच्चा बेची समुहमा पैसा जम्मा गरिन्छ र जसलाई आवश्यक हुन्छ त्यसलाई त्यो पैसा दिएर सहयोग गरिन्छ । यसरी बंगुर पालनको पैसाले उनीहरूको विकास भइरहेको पाइन्छ ।

सहभागि देवनारायण उराँवले लेखेके पाठ

पाठशाला

हाम्रो विद्यालय वरपर धेरै जसो जनजातिहरूको बसोवास रहेका छ । विद्यालयमा ८७ संख्यामा जनजातिका विद्यार्थीहरू रहेका छन् । जसमा केटीहरूको संख्या करिब ४७ रहेको छ । यस विद्यालयमा पठाउने शिक्षकको रुपमा पनि बाहुन, क्षेत्री, नेवार, यादव, मेहता इत्यादी मानिसहरू रहेको छन् यस विद्यालयको व्यवस्थापन समितिमा पनि जनजातिहरूको सहभागिता छैन । जसले गर्दा जनजाति आदिवासी विद्यार्थीहरूको हक हित र अधिकारको वारेमा आवाज उठाउने कोहि हुदैन जसले गर्दा जनजातिका विद्यार्थीहरूले पाउनु पर्ने सुविधावाट बन्चित भएको छन ।

सहभागि प्रविणकुमारी उराँवले लेखेको पाठ

सुकती

यस तिहरा परवमा उराँव जनजातिले तीन दिन मनाउने गर्दछन । पहिलो दिन घर लिप पोत गरेर साभ्रमा तियो बलेने गर्छन । घरको देवतालाई पुजा पाठ गर्छन । त्यसपछी दोश्रो दिन विहान घर लिप पोत गरेर लक्ष्मीको पुजा आज गर्दछन । गाई गोरुलाई नयाँ डोरीले बाधेर रंग लगाएर पुजा गर्छन । साभ्र पखमा फेरी दियो बाल्छन । तेश्रो दिन भाई टिक गर्दछन । भाईले कोसेलीहरू लिएर दिदी वा बहिनीको घर जान्छन । भाईलाई आँगनमा राखेर हातमा पानको पात, सुपारी, लड्डु र पैसा दिई राखेको दुवो र चामल मुछेर बनाएको अक्षेता भाईको टाउकोमा लगाइदिन्छन । त्यस पछि भाईको हात समाति आँगनमा तीन पटक घुमाउन्छन । घर भित्र राखेर मिठो मिठो खाने कुरा खान दिन्छन । यसरी नै हामी उराँव जातिमा तिहरा पर्व मनाउन्छन ।

सहभागि देवनारायण उराँवले लेखेको उराँव जातिको गित (डण्डी)

नेरा नयोगो नखेडा नेरा बेस हु स्थारो
नानखेड नमागे बैचात धर्मे.....२
नेरा चन्दो एदाका चार नुल्ला लिखिल
चन्यो मनोत नाविज पदा बलारिन मेखोत धर्मे..२
नेरा कला धर्मे पदा बलारीन अनके
नाविज पदा बलर बारो धर्मे..२
नेरा पदा बालरु बरचार नुल्ला गा धरचरअ
निजी पुर्ण वा नामाह करम मानोत धर्मे.....२
नेरा काला खदारो थरियान ओदारके गुचा
बल ओदरअ कलोत धर्मे.....२
नेरा गाइठा नु चिज होआ लोट नु अम्म
होअ, कानाहँ नु कुडी होअ धर्मे
गुचा बलु अन्द्रा कालोत धर्मे.....२

उराँव गितको नेपाली रूपान्तर
आमा यहाँ हामी मिलेर खेल्छौ
यहा सफा गर
चन्द्रमा देखाएर हामी गाउँका
मानिसहरुलाई बोलाउछौ
गाउँका मानिसहरुलाई भन्ने
अनि गाउँका मानिसहरु आउछन
निजी पूर्णिमाको दिनमा हाम्रो करम हुन्छ
बच्चाहरुलाई बालुवा ल्याउने
थाहा ल्याउन भनिन्छ
गोबरको गुइठामा लागो र लोटामा पानी
लिएर पुजा गर्न जाउँ ।
काधमा कोदालो लिएर बालुवा ल्याउनु जाने

असोज १३ गते

विषय : लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

- कार्यक्रम प्रशिक्षकले सवै सहभागिहरुलाई कथा सुनाई ध्यानाकर्षक गराइयो ।
- सिंहवलोकन गर्नु पर्ने पालो भएका सहभागिहरुलाई बोलाई सिंहवलोकन गर्न लगाइयो । सिंहवलोकन अभ् राम्रो भएको पाइयो । सिंहवलोकन गर्दा अन्य सहभागिहरुले ध्यान दिई सुनेका थिए ।
- त्यस्तै मूल्याङ्कन गर्ने पालो भएका सहभागिहरुलाई मूल्याङ्कन गर्न लगाइयो । मूल्याङ्कन हिजो भन्दा राम्रै भएको पाइयो ।
- सिंहवलोकन र मूल्याङ्कन गर्दा सहभागिहरुमा भएको कमि कमजोरीहरुलाई प्रशिक्षकद्वारा औल्याउदै त्यसमा सुधार ल्याउनु पर्ने सुझाव सल्लाह दिइयो ।
- तलका शिर्षकहरुमा सहभागिहरुलाई छलफल गराई निम्न कुराहरु बताइयो ।

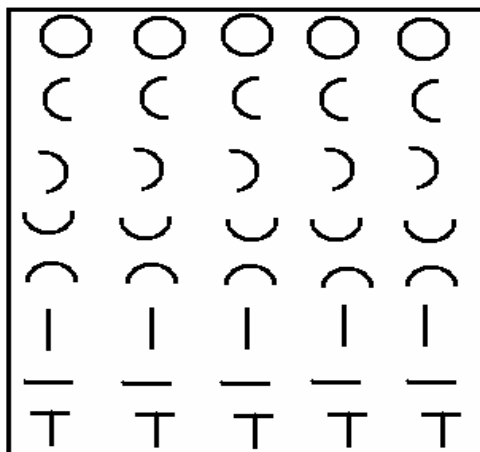
सहभागिको रुची, आवश्यकतामा आधारित शैक्षि सामग्री कहाँ कहाँ वाट कसरी बनाउने	पाठको छनौट र पाठ कसरी बनाउने	सामग्री कस्तो हुनु पर्छ	के के क्रियाकलापहरु पाठमा गर्न सकिन्छ
<ul style="list-style-type: none"> ● भेदभाव, छुवाछुत ● सिचाई, स्कूल ● शौचालय, हुलाक ● वनजगल, उपचार 	<ul style="list-style-type: none"> ● सहभागिहरुलाई पाठ प्राथमिकिकरण (छान्न) गर्न लगाउने । 	<ul style="list-style-type: none"> ● सरल छोटो मिठो ● सुचना दिन खालको ● जानकारी दिन सक्ने ● वास्तविक, जनजातिको 	<ul style="list-style-type: none"> ● नाच गान ● गीत ● नाटक ● अन्तरकक्षा भ्रमण

<p>चौकी</p> <ul style="list-style-type: none"> ● उत्पादित समानको नाम (लेवल) ● बचत समूह ● हाटवजार ● जनजातिको रोजगारी ● माभी टोलको वाटो ● विजुली ● पशु सेवा केन्द्र ● पढाई छोड्ने 		<p>पहिचान गराउने</p> <ul style="list-style-type: none"> ● स्थानिय क्षेत्रसँग सम्बन्धित ● अर्थपूर्ण रहनु पर्ने ● विषय वस्तु अनुसारको पाठको शिर्षक ● पोष्टर, पत्रपत्रिका, विज्ञापन ● रोचक कथा ● उखान, टुक्का, चुटकिला, वास्तविक व्यवहारमा मिल्ने । 	<ul style="list-style-type: none"> ● खेल ● हाजिरी जवाफ ● गाँउ खाने कथा ● चुनौति खेल ● शब्दमाला खेल
---	--	--	---

➤ सहभागिहरुले लेखेको पाठलाई कम्प्युटरमा टाइप गरी प्रिन्ट गरी सहभागिहरुलाई दिइयो र उक्त पाठ पौढ कक्षामा कसरी पढाउनु हुन्छ भनि सोधियो साथै उनीहरुलाई पढाउन पनि लगाइयो । पढाउने क्रममा भएका गल्तिहरुलाई प्रशिक्षकज्यूले सुधार गर्नु पर्ने कारण र तरिका समेत बताई दिनुभयो । यस क्रममा सहभागिहरुले शिर्षक चिनाइ शिर्षकलाई टुक्र्याई चुनौति खेल खेलाई, शब्दमाला खेल खेलाई सम्पूर्ण पाठ पढाएका थिए । सहभागिहरुले शब्द बाकस समेत बनाएको पाइयो । एक सहभागिले उराँव भाषामा आफुले लेखेको पाठ बडो आकर्षक तवरले पढाएको पाइयो ।

➤ **लेखाई सीपको वारेमा जानकारी दिइयो । जसमा :**

सहभागिहरुलाई पुरा चुरा , दाहिने फर्किएको आधा चुरा र देब्रे फर्किएको आधा चुरा, ठाडो लठ्ठी र तेर्सो लठ्ठी लेख्न लगाउनु पर्छ वा तलका दिएअनुसार लेख्न लगाउनु पर्छ । लेख्न लगाउनु भन्दा पहिले सहभागिलाई कलम समात्न सिकाउनु पर्छ ।



सहभागिहरुलाई तीन चार पाना माथीको जस्तै गरी लेख्न लगाउनु पर्छ । र पछि अक्षर लेख्न सिकाउनु पर्छ ।

मानौ : क लेख्न सिकाउनु छ भने :

सहभागिलाई ठाडो लठ्ठी लेख्न लगाउने र त्यो लठ्ठीलाई तेर्सो लठ्ठीले काट्न लगाउने (कसैले ठाडो लठ्ठीलाई तेर्सो लठ्ठीले काटदा विचमा पनि काट्न सक्छन । त्यो बेला अलि माथी काट्न लगाउने) र देब्रे फर्किएको आधा चुरा लेख्न लगाउने र दाहिने तिर फेरी देब्रे फर्किएको आधा चुरा लेख्न लगाउने

➤ सहभागिहरुलाई गणित शिक्षाको बारेमा छलफल गराइयो साथै गणितको बैज्ञानिक पक्षहरुको बारेमा निम्न कुराहरु बताइयो । सहभागिहरुलाई अंक चिनाउनु भन्दा पहिले लठ्ठी बनाउन सिकाउनु पर्छ त्यसपछी मात्र अंक सिकाउनु पर्छ ।

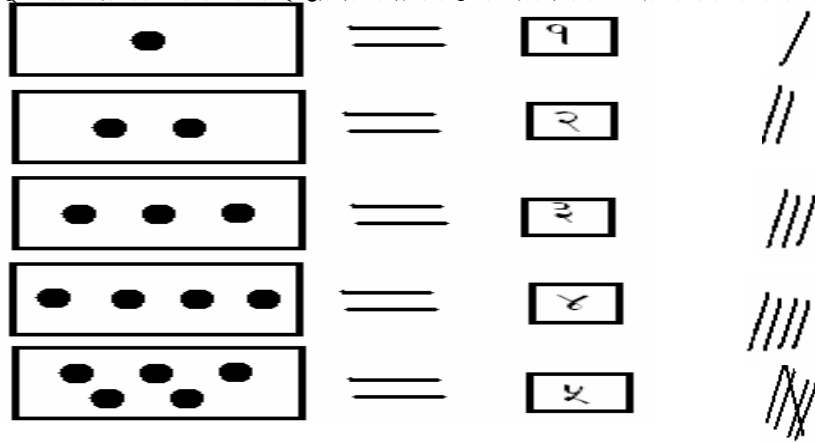
- (घटाउ) अर्थ फरक मत / भिन्नता

+ (जोड) को अर्थ थप्दै जानु

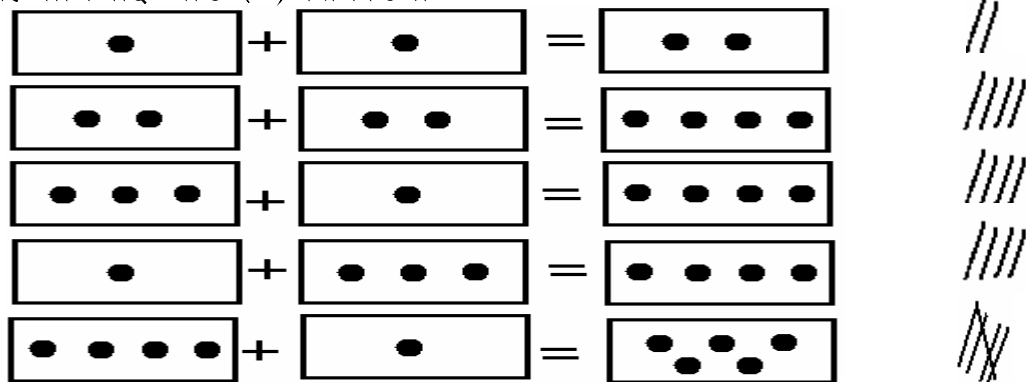
X (गुणा) को अर्थ एकता

÷ भागको अर्थ जिम्मेवारी

➤ सहभागिहरुलाई गणितमा मकै चिन्हद्वारा सिकाउने तरिका : तलको चित्र हेर्ने ।



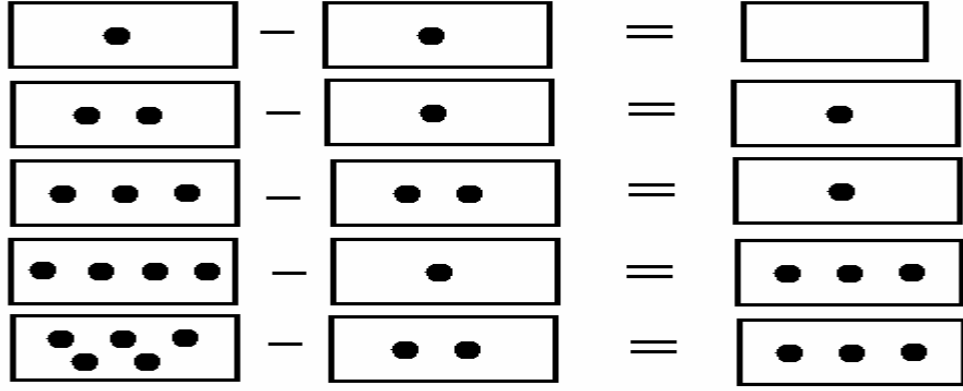
➤ सहभागिलाई जोड (+) सिकाउदा :



मानौ १+१ कति हुन्छ भनि सिकाउदा दुईवटा मकैको दाना ल्याउने र सहभागिलाई मकैको दाना पहिले एउटा दाना दिने र पछि अर्को दाना दिने र अब कतिवटा दाना भयो भनि गन्न लगाउने । सहभागिले २ वटा दाना भयो भन्छ ।

नोट : मकैको दानाको सट्टामा ढुगाँ, लठ्ठी आदि प्रयोग गरे पनि हुन्छ ।

➤ सहभागिलाई घटाउ सिकाउदा :



➤ एक दशको सिद्धान्त पनि सहभागिहरुलाई सिकाइयो ।

➤ सहभागिलाई गुणा सिकाउदा मकैको दानाको यतिको यति पोका भन्दै सिकाउनु पर्छ ।

दुईवटा मकैको २ पोका ➤		$2 \times 2 = 4$
चारवटा मकैको ३ पोका ➤		$4 \times 3 = 12$
तीनवटा मकैको ३ पोका ➤		$3 \times 3 = 9$

➤ सहभागिहरु मध्ये समुह समुहमा विभाजन गरी प्रत्येक समुहलाई चुनौति खेल र शब्दमाला खेल खेल्न र खेलाउन लगाइयो । समुहहरुले विभिन्न प्रकारका नयाँ शब्दहरु बनाएका थिए र शब्दमाला खेलमा उराँव सहभागिहरुको विजयी भएको थियो ।

➤ यसरी सहभागिले प्रस्तुत गरेका खेललाई प्रशिक्षकद्वारा शुक्ष्म रुपमा अवलोकन गरी भए रहेका कमजोरीहरुलाई बुद्धागत रुपमा प्रष्ट पारिएको थियो । साथै सहभागिहरु अत्यन्तै रोचकताका साथ खेल खेलाउने र खेल्ने काम गरेको पाइयो ।

असोज १४ गते

विषय : लैंगिक सचेतीकरण सामुदायिक पौढ साक्षरता सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

➤ कार्यक्रम प्रशिक्षकले सबै सहभागिहरुलाई कथा सुनाई ध्यानाकर्षक गराइयो । कथा निम्न बमोजिम रहको थियो ।

दुई जनजातिको कथा मेल मिलाप

प्रकाशपुर गाविस धेरै जनजाति र जातजाति बसोवास गरेका गाविस हो । यो गाविसमा बाहुन, क्षेत्री, यादव जस्ता धेरै तागाधारीहरु बहुमतमा छन् । यस गाविसमा दुई जनजाति उराँव र माभी समेत बसोवास गरेका छन् । यी दुई जनजातिहरु गाविसमा आएको बजेट, सिपमुलक तालीमहरुमा तागाधारीहरुले गरेको भेदभाव देखेर छक्क परेका छन् ।

पाठशालामा हेर्यो भने तागाधारीहरु नै भेटिन्छन् । सामुदायिक बनमा हेर्यो भने उनीहरुलाई ठूलो पद चाहिन्छ । जतासुकै उनीहरुकै बोलबाला छ । गाविसमा आएको एन. जि. ओ. वा विदेशी संस्था समेतले उनीहरु प्रति नै सहयोग देखाउन्छन् । यो देखेर यो गाविसमा सर्वजित माभी र दलजीत उराँव धेरै दुःखी भए । जनजातिको हितमा काम कसरी गर्ने भनि दुवै जनजाति मिलेर सोचन थाले र योजना बनाए । यी दुई साथीलाई सहयोग गर्न बुढापाका, यूवा यूवती समेत तयार भए । सोमा उराँव र सरला माभी समेत जनजातिको हितमा काम गर्न लागि परे । यी दुई जातिको सक्रियताले गर्दा विकास कार्यक्रमको बजेटवाट सिप विकासका कामहरु जनजातिहरुले पाउन थाले र अन्य क्षेत्रमा पनि उनीहरुको सहभागि हुन थाल्यो । दुइ जनजातिको कही कतै पनि विवाद भएर भगडा भएमा सर्वजीत, दलजित, सोमा र सरला भगडा मिलाउन पुगी हाल्छन् । यी जनजातिको मिलाप देखेर सुनेर अर्को गाविसका जनजातिहरु छक्क परेका छन् । किन भने अर्को गाविसका जनजाति-जनजाति आपसमा नै मिल्दैनन् । उनीहरु नमिलेकोले गर्दा तागाधारीको सहयोगमा कतिपय जनजाति “मै हुँ ” भन्ने गर्दछन् । तर सारै नै पिछ्छिडिएको जनजातिहरु भने प्रकाशपुरको जस्तै मेलमिलाप गर्ने कुरामा विस्तार विस्तार लागेका छन् सो वारे तरीका, अनुभव, बुझ्न उनीहरु सर्वजीत र दलजीतलाई भेटी आदिवासी जनजातिको हित वारे छलफल चलाएँ । सवै माभी उराँव मिलेको देखेर अत्यन्तै खुसी भए र अब देखी उनीहरु मिलेर बस्नको लागि सचेत भएका छन् र उनीहरु हिजो आज भन्ने गर्दछन् ।

“ आदिवासी जनजातिको शान एक आपसमा मिल्नु नै महान ” ।

पाठको मुलशब्द - दुई जनजातिको मेलमिलाप

- मुलशब्द टुक्रयाई चिनाउने
दु+ई+ज+न+जा+ति+को +क+था = दुई जनजातिको कथा
मे +ल+मि+ला+प = मेलमिलाप
- चुनौति खेल अक्षर बाकसवाट चिनाउने, सिकाउने र दुई समुह बनाई समुहको नेतालाई कालो पाटीमा लेखेको अक्षर बाकसवाट खेल लेलाउनु पर्छ ।

द	दा	दि	दी	दू	दु	दे	दो
ज	जा	जि	जी	जू	जु	जे	जो
न	ना	नि	नी	नू	नु	ने	नो
त	ता	ति	ती	तू	तु	ते	तो
क	का	कि	की	कू	कु	के	को
म	मा	मि	मी	मू	मु	मे	मो

ल	ला	लि	ली	लू	लु	ले	लो
प	पा	पि	पी	पू	पु	पे	पो
थ	था	थि	थी	थू	थु	थे	थो
इ	ई						

शब्दमाला खेल :

चुनौति खेल पछि सहभागिहरुलाई आफुले बनाएको अक्षर कार्डहरु प्रत्येक अक्षरहरुको पाँच पाँच ओटा अक्षर कार्ड बनाई सबै अक्षरलाई ५ भागमा बाड्ने । र ५ समुह बनाई ५ ओटै समुहलाई शब्दमाला खेल खेलाउने । सहभागिले बनाएको शब्दहरु सहयोगि कार्यकर्ताले सबैलाई देखाई , सुनाई सो शब्द बनाएको कार्डलाई कालो पाटीमा राखीएको तार काटीमा भुण्डयाउने । जुन समुहले धेरै शब्द बनायो उसलाई धन्यावाद र बधाई दिने ।

- सिंहवलोकन गर्नु पर्ने पालो भएका सहभागिहरुलाई वोलाई सिंहवलोकन गर्न लगाइयो । सिंहवलोकन अझ राम्रो भएको पाइयो । सिंहवलोकन गर्दा अन्य सहभागिहरुले ध्यान दिई सुनेका थिए ।
- त्यस्तै मूल्याङ्कन गर्ने पालो भएका सहभागिहरुलाई मूल्याङ्कन गर्न लगाइयो । मूल्याङ्कन हिजो भन्दा राम्रै भएको पाइयो ।
- सिंहवलोकन र मूल्याङ्कन गर्दा सहभागिहरुमा भएको कमि कमजोरीहरुलाई प्रशिक्षकद्वारा औल्याउदै त्यसमा सुधार ल्याउनु पर्ने सुझाव सल्लाह दिइयो ।
- सहभागिहरुले हिजो ६।९३ गते पाठ बनाई पढाउदा भएको कमि कमजोरी औल्याई त्यसलाई समाधान गर्नु पर्ने कारण र तरिका समेत प्रशिक्षकद्वारा जानकारी दिइयो ।
- पाठको विषयमा नभै नहुने कुराहरुको सम्बन्धमा प्रशिक्षकज्यूद्वारा निम्न जानकारी दिइयो ।
 - सुचनाहरु सकेसम्म आउनु पर्छ ।
 - हरेक पाठलाई जनजातिको कुराहरुमा गाँसेर हेर्नु पर्छ ।
 - जनजाति र गाउँको सबैकुरा प्रष्ट (तस्विर) जस्तै आउनु पर्छ ।
 - के, किन, कसरी, कहाँवाट, हरेक कुराहरुमा जनजातिलाई पक्षपात र विभेद गरिएको छ त्यो कुरालाई पाठमा सकेसम्म खुलाउनु पर्छ ।
 - हरेक पाठमा जनजातिको मुद्दाहरु, सवालहरु वा महत्वपूर्ण कुराहरु छुटेको छ छैन, पाठ लेखि सके पछि राम्ररी पढ्ने, हेर्ने । छुटेको भए लेख्ने ।
 - आफुले बनाएको पाठको हरफहरु वा वाक्यहरु मिलेको छ वा छैन भनि, आफैले पढ्ने र सच्याउने ।
 - भरसक पाठ बनाउदा कापीमा एक एक लाइन छोडी बनाउनु पर्छ ताकी पछि सच्याउन सजिलो होस् ।
 - पाठ शुरु शुरुमा छाटो, रोचक बनाउने लामो पाठ सहभागिले सुन्न पढ्न दिक्क मान्छ ।
 - पाठमा भएको शब्द, वाक्य शुद्ध अशुद्ध कस्तो भएको छ भरसक जान्ने बुझ्ने साथीहरुलाई समेत देखाउने र बनाउने ।

- पाठको बिचमा उखान टुक्का वा गीतहरु राख्नु पर्छ । पाठसगँ मिल्ने उखान टुक्का वा गीत भएमा सुन सुगन्ध हुन्छ ।
 - अरे, होला, थाहा छैन भन्ने खालको पाठ नबनाउनु होस् ।
- आफुले बनाएको पाठको हरफहरु वा वाक्यहरु मिलेको छ वा छैन भनि, आफैले पढ्ने र सच्याउने ।
- त्यसै गरी पाठ बनाई पढाउन अपठ्यारो मान्ने सहभागिहरुलाई बोलाई पढाउन लगाइयो । साथै उनीहरुलाई शब्द चिनाउने, शब्द टुक्रयाउने, चुनौति खेल, शब्दमाला खेल खेलाउन पनि लगाइएको थियो । सहभागिहरुले अक्षर बाकस बोर्डमा बनाई अक्षर चिनाएका थिए ।
- सहभागिहरुलाई पुनः एक पटक गणित अंक सिकाउने तरिका साथै जोड, घटाउ, गुणा र भाग सिकाउने कलाको सम्बन्धमा प्रष्ट पारियो ।
- सहभागिहरु उराँव र माझी जातिहरुले आफ्नो आफ्नो जातको जातिय गित गाई नाच गान समेत प्रस्तुत गरिएको थियो र उक्त कार्यक्रममा प्रशिक्षकज्यू समेतको सहभागिता रहेको थियो