

कक्षा : १

उमेर : ५ वर्ष

क्रियाकलापको कोड : HG1_014

निर्देशन : तल दिइएको वस्तुको नाम माथि तालिकामा खोजी बाकसमा हाल्नुहोस् र दिइएको वस्तुहरु आफ्नो घरमा खोज्नुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : शब्द खोजौं ।

बा	लिट	न	ति	ल	त्र	ग	ख	भ
ब	पा	नी	य	ख	ज	ब	म	च
थ	य	च	द	ज	ग	प	ल	ख
तौ	लि	या	प	ग	बे	सि	न	ज
सा	बु	न	क	ध	ब	धा	रा	ज



साबुन



बेसिन



बाल्टिन



धारा



पानी



जग



तौलिया

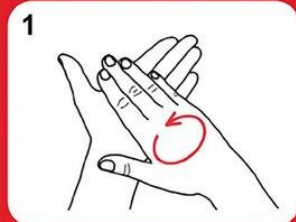
सिकाइ उपलब्धि : हात धुने बेला प्रयोगमा आउने वस्तुको जनकारी हुनेछ ।

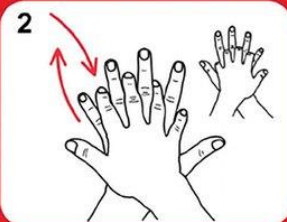
कक्षा : १

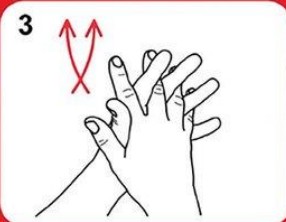
उमेर : ५ वर्ष

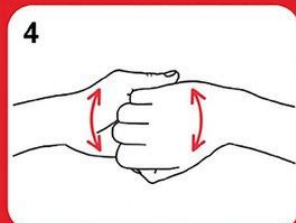
क्रियाकलापको कोड : HG1_015


निर्देशन : तल दिइएको तस्वीर हेरि अभिभावकले आफ्नो बच्चाहरूलाई सोहि तस्वीर अनुसार हात धुने चरण सिकाउनुहोस् र क्रियाकलाप समाप्त भएमा दिइएको प्रश्नका उत्तरमा ठिक लगाउनुहोस् ।
क्रियाकलापको नाम : हात धुने क्रियाकलाप ।














अब देखि हामी पनि २० सेकन्ड लगाएर हात धुन्छौ ।

हामीले पुरा २० सेकन्ड लगाइ हात धुन पर्छ । यदि २० सेकन्ड हेर्न नआएमा १ देखि २० सम्म गन्ती गर्न पनि सकिन्छौ ।

तिमीहरूलाई थाहा छ हामीहरूले कति समय लगाउन पर्छ हात धुने ?

हात धुनमा अभिभावकले मद्दत ।

माथि दिइएको चरण अनुसार।

हात धुनमा कति समय लगाउनु भयो ?

हात धुने समयमा हजरहरूले पानीको फोकाहरु...।

साबुन कुन रङको प्रयोग गर्नु भयो ?

गर्नुभयो / गर्नुभएन

हात धुनुभयो / हात धुनुभएन

२०सेकन्ड/ १०सेकन्ड/ १५सेकन्ड

देख्नुभयो / देख्नुभएन

रातो/हरियो /सेतो/पहेलो/निलो/अन्य

सिकाइ उपलब्धि : हात धुने चरणहरूको बारे जनकारि हुनेछ ।

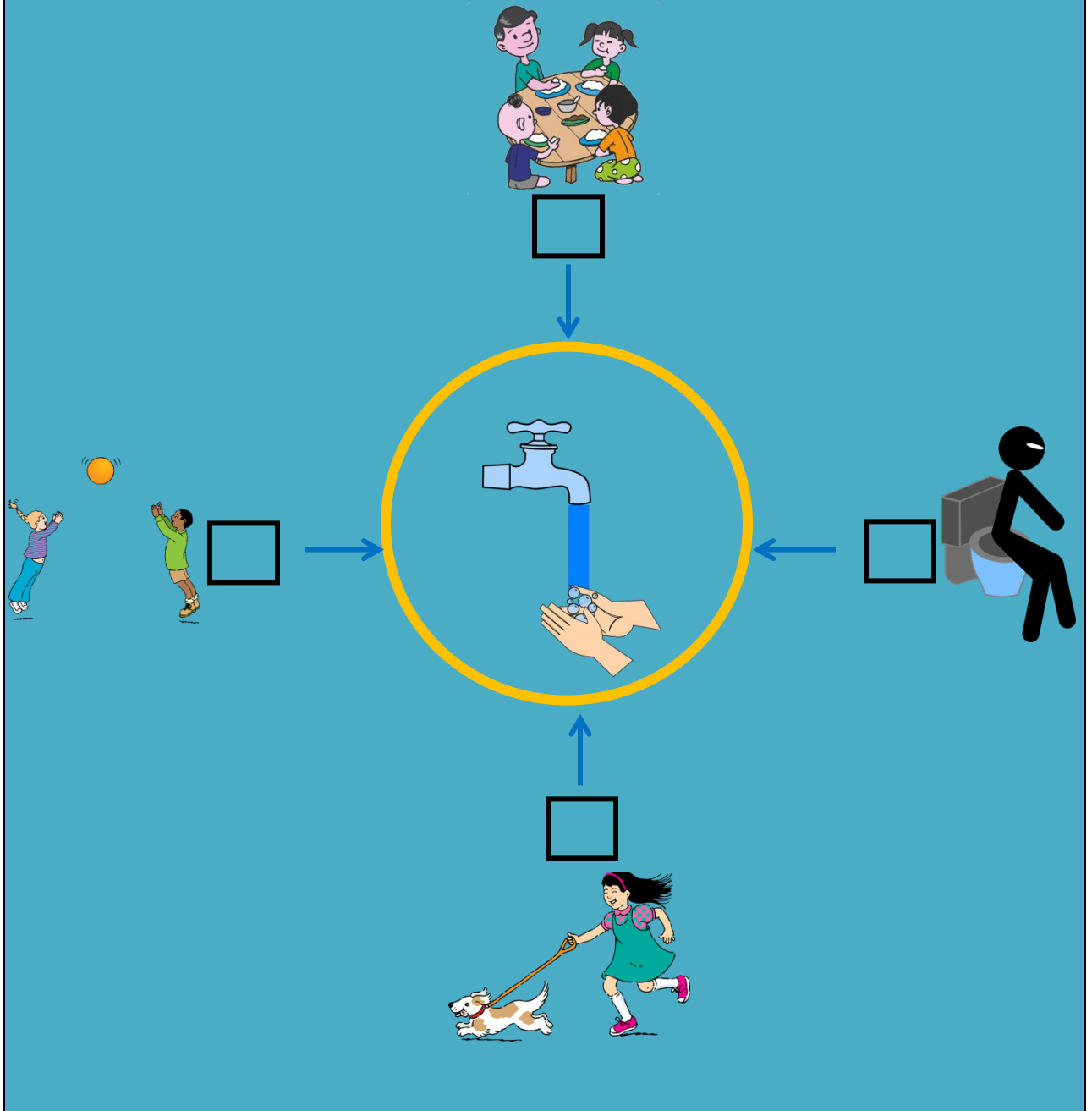
कक्षा : १

उमेर : ५ वर्ष

क्रियाकलापको कोड : HG1_016

निर्देशन : तल दिइएको वस्तुहरु हेर्नुहोस् । तपाइले खाना खानु अगाडि र पछाडि, शौचालयको प्रयोग पछाडि, बाहिर खेल खेलेपछि र आफ्नो घरपालुवा जनावरलाई छुइसकेपछि साबुन पानीले हात धुनुहुन्छ भन्ने दिइएको बाकसमा ठिक लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : ठिक लगाऔं ।



सिकाइ उपलब्धि : हात कुन कुन समयमा धुनुपर्छ भन्ने जनकारि हुनेछ ।

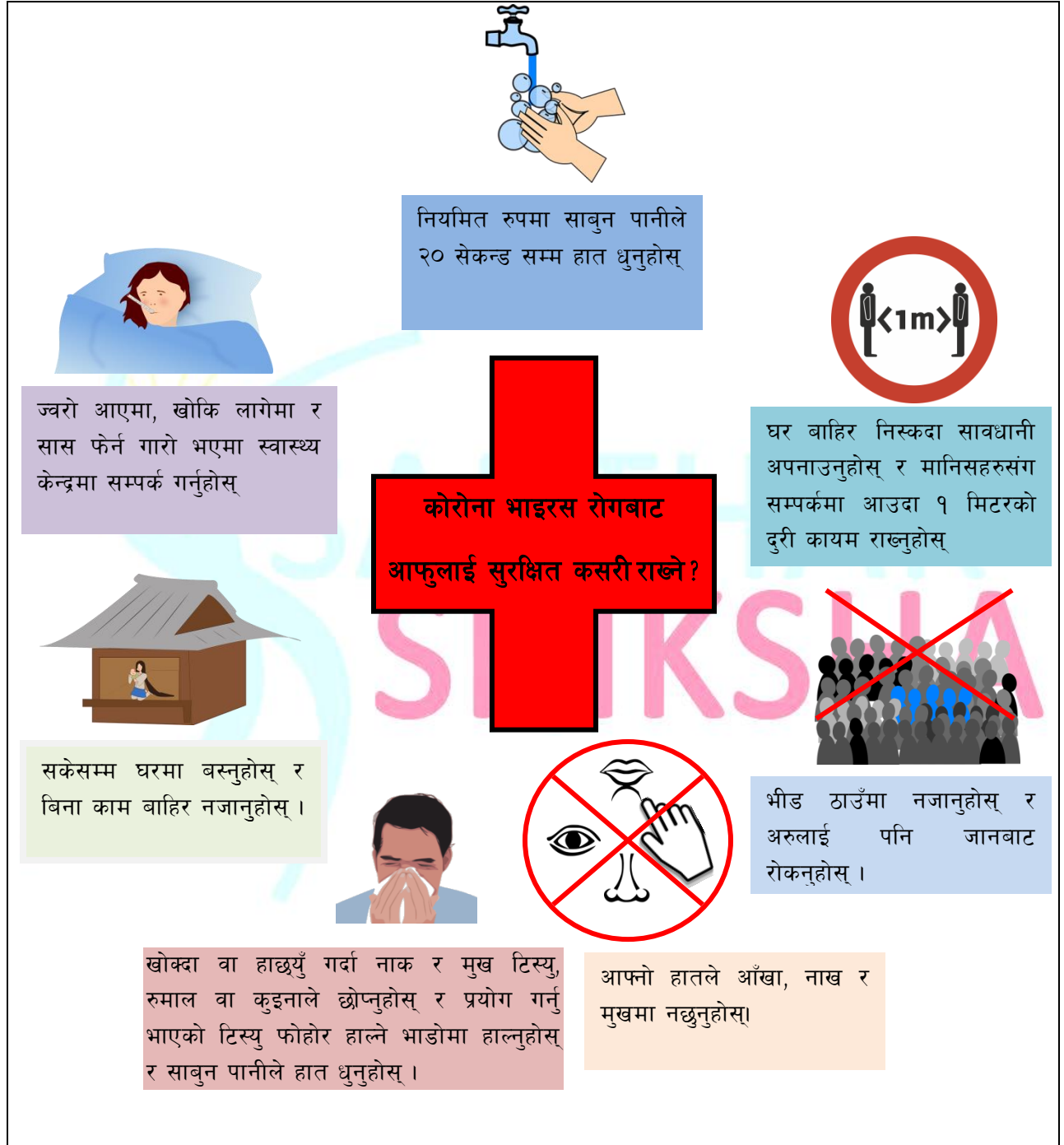
कक्षा : १

उमेर : ५ वर्ष

क्रियाकलापको कोड : HG1_017

निर्देशन : तल दिइएको वस्तुहरु अभिभावकले आफ्नो बच्चाहरुलाई पढेर सुनाउनुहोस्, बुझाउनुहोस् र आफ्नो दैनिक जीवनमा लागु गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापको नाम : दिइएको वस्तुहरु हेरौं र सिकौं ।



The infographic features a central red cross with the text "कोरोना भाइरस रोगबाट आफुलाई सुरक्षित कसरी राख्ने?" (How to stay safe from COVID-19 virus disease?). Surrounding the cross are various illustrations and text boxes:

- Handwashing:** An illustration of hands being washed under a running faucet. Text: "नियमित रुपमा साबुन पानीले २० सेकन्ड सम्म हात धुनुहोस्" (Wash hands regularly with soap and water for 20 seconds).
- Social Distancing:** A red circle with a white border containing two figures and the text "<1m>". Text: "घर बाहिर निस्कदा सावधानी अपनाउनुहोस् र मानिसहरूसंग सम्पर्कमा आउदा १ मिटरको दुरी कायम राख्नुहोस्" (Be cautious when going outside and maintain a 1-meter distance from people).
- Illness:** An illustration of a person lying in bed with a fever. Text: "ज्वरो आएमा, खोकि लागेमा र सास फेर्न गारो भएमा स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्" (If you have a fever, cough, or difficulty breathing, contact the health center).
- Home Isolation:** An illustration of a person sitting on a porch. Text: "सकेसम्म घरमा बस्नुहोस् र बिना काम बाहिर नजानुहोस् ।" (Stay at home as much as possible and do not go out without work).
- Eye Protection:** An illustration of a hand touching an eye, with a red 'X' over it. Text: "आफ्नो हातले आँखा, नाख र मुखमा नछुनुहोस्।" (Do not touch your eyes, nose, or mouth with your hands).
- Coughing:** An illustration of a person coughing into their elbow. Text: "खोक्दा वा हाछ्युँ गर्दा नाक र मुख टिस्यु, रुमाल वा कुइनाले छोप्नुहोस् र प्रयोग गर्नु भएको टिस्यु फोहोर हाल्ने भाडोमा हाल्नुहोस् र साबुन पानीले हात धुनुहोस् ।" (When coughing or sneezing, use a tissue, handkerchief, or elbow to cover your nose and mouth, and dispose of the tissue in a trash bin. Wash your hands with soap and water).
- Crowds:** An illustration of a crowd of people with a red 'X' over it. Text: "भीड ठाउँमा नजानुहोस् र अरुलाई पनि जानबाट रोकनुहोस् ।" (Do not go to crowded places and prevent others from going).

सिकाइ उपलब्धि : दिइएको वस्तुहरु पढि रोगबाट आफुलाई सुरक्षित रहने जनकारी हुनेछन् ।