

नेपाल सरकार
शिक्षक सेवा आयोग
माध्यमिक शिक्षकको खुला प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम, २०७५

खण्ड ख : विषय - स्वास्थ्य, जनसंख्या र वातावरण

अङ्क - ६०

१ स्वास्थ्य शिक्षा

- १.१ स्वास्थ्यको आधुनिक अवधारणा, निर्धारक तत्त्वहरू र आयामहरू
- १.२ मानसिक स्वास्थ्य : अर्थ, विशेषता, अस्वस्थताका कारण, सूचक, प्रकार र स्वस्थता कायम गर्ने आधारहरू
- १.३ व्यक्तिगत स्वास्थ्य तथा यसका आधारभूत पक्षहरू
- १.४ पोषण सम्बन्धी विश्वास र अन्धविश्वास, सन्तुलित भोजन तथा स्थानीय स्तरमा यसको योजना
- १.५ तयारी खाजा (Junk food) को अर्थ, यसबाट हुने हानी र बाल बालिकालाई सुरक्षित गर्ने उपायहरू
- १.६ सरुवा रोग सर्ने कारण, लक्षण, सर्ने माध्यम, बच्ने तथा रोकथामका उपायहरू
- १.७ नसर्ने रोगहरूको कारण, लक्षण तथा बच्ने तथा रोकथामका उपायहरू
- १.८ प्रमुख यौनजन्य रोगहरूको कारण, लक्षण, बच्ने तथा रोकथामका उपायहरू
- १.९ किशोरावस्था र यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यको अवधारणा र महत्त्व
- १.१० किशोरावस्थाका शारीरिक तथा मनोवैज्ञानिक परिवर्तनहरू, समस्याहरू र व्यवस्थापनका उपायहरू
- १.११ मातृ शिशु स्याहार तथा प्रजनन अधिकार र कानुनी व्यवस्था
- १.१२ सुरक्षा शिक्षा तथा प्राथमिक उपचार : अवधारणा, उद्देश्य र प्राथमिक उपचार प्रक्रिया
- १.१३ प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह : अर्थ, महत्त्व, तत्त्वहरू, रणनीतिहरू र यसका चुनौतीहरू

२ जनसङ्ख्या शिक्षा

- २.१ जनसाङ्खिकी : परिचय, तथ्याङ्कका स्रोतहरू, जनसङ्ख्यामा परिवर्तन ल्याउने कारक तत्त्वहरू
- २.२ बसाइ सराइ तथा यसबाट पर्ने असर
- २.३ जनसाङ्खिकी मापन र जनसङ्ख्या व्यवस्थापन
- २.४ जनसङ्ख्या वृद्धिको परिणाम र व्यवस्थापन
- २.५ जनसङ्ख्याको आकार, सहरीकरण, यसले पार्ने प्रभाव तथा समाधानका उपायहरू
- २.६ पारिवारिक र सामुदायिक स्वास्थ्यको अर्थ, महत्त्व र ध्यान दिनुपर्ने पक्षहरू
- २.६ पारिवारिक जीवन शिक्षा, गुणस्तरीय जीवन, पारिवारिक योजना तथा अभिभावकको उत्तरदायित्व
- २.७ वृद्ध र वृद्धा : शारीरिक तथा मनोवैज्ञानिक परिवर्तन, सामाजिक सुरक्षा र व्यवस्थापन
- २.८ गुणस्तरीय जीवन : तत्त्व, आधार, सुखी जीवनका सूचकहरू र मानव विकास सूचकाङ्क

३ वातावरण शिक्षा

- ३.१ वातावरण शिक्षाको अर्थ, महत्त्व र मार्गदर्शक सिद्धान्तहरू
- ३.२ वातावरणीय ह्रासको अर्थ, कारण तथा संरक्षणका उपायहरू
- ३.३ वातावरणीय प्रदुषणका कारण, स्वास्थ्यमा पर्ने प्रभाव र प्रदुषण न्यून गर्ने उपायहरू
- ३.७ सामाजिक र सांस्कृतिक वातावरण : अर्थ, महत्त्व र स्वास्थ्यमा पर्ने प्रभाव
- ३.८ विद्यालयमा भौतिक र मानसिक वातावरण : अर्थ, महत्त्व, आधारभूत तत्त्वहरू र व्यवस्थापनका उपायहरू
- ३.९ ठोस फोहोर वस्तु : अर्थ, वर्गीकरण र उचित विसर्जन
- ३.१० खाने पानीको शुद्धीकरण र उचित आवास गृहको प्रबन्ध
- ३.११ वातावरणको विश्वव्यापी समस्या, स्थिति, मौसम परिवर्तन, ओजोन तहको विनास
- ३.१२ विश्वव्यापी उष्णता, हरित गृह प्रभाव, अम्ल वर्षा
- ३.१३ जैविक विविधताको अवधारणा, प्रकार र संरक्षणका उपायहरू
- ३.१४ पारिस्थितिक प्रणालीको अवधारणा, महत्त्व र संरक्षणका उपायहरू
- ३.१५ दिगो विकासको अवधारणा, सिद्धान्त र प्रयोग

विषयगत परीक्षाको प्रश्न योजना (Specification Grid)

एकाइ	पाठ्यक्रमको क्षेत्र	विषयगत प्रश्न सङ्ख्या	अङ्क भार
१.	स्वास्थ्य शिक्षा	१० X २	२०
२.	जनसङ्ख्या शिक्षा	१० X २	२०
३.	वातावरण शिक्षा	१० X २	२०
	जम्मा	१० X ६	६०

समाप्त