स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित

हाम्रो भानु

कक्षा १

भानु नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

फुस्रेटार, तनहुँ, गण्डकी प्रदेश, नेपाल

प्रकाशक
भानु नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
फुस्रेटार, तनहुँ, गण्डकी प्रदेश, नेपाल

प्रकाशन
पहिलो संस्करण, वि.सं. २०८० असार

सल्लाहकारहरू

श्री आनन्द राज त्रिपाठी, नगर प्रमुख
श्री उमा गोतामे, नगर उप-प्रमुख
श्री दिवाकर पौडेल, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

पाठ्यसामग्री खोज तथा लेखन
संजीवनी योञ्जन श्रेष्ठ
सुभास चन्द्र खरेल
राजेश्वर रिजाल
प्रकाश किरण जंग थापा
बृन्दा देवान

विषयवस्तु सम्पादन
ध्रुवराज पौडेल

प्राविधिक सहकार्य
वन्यजन्तु संरक्षण संघ नेपाल (Wildlife Conservation Nepal)

फोटो तथा चित्र
वन्यजन्तु संरक्षण संघ नेपाल, सुभास चन्द्र खरेल, राजेश्वर रिजाल,
भानु नगरपालिकाको वेभसाइट (www.bhanumun.gov.np), Google site.

सर्वाधिकार
भानु नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, तनहुँ, गण्डकी प्रदेश, नेपाल

लेआउट डिजाइन
धर्मेन्द्र रत्न तुलाधर, ९८५१०४५४९५
मुद्रण: सुरज प्रिन्टिंग प्रेस, काठमाडौं

प्राक्कथन

विद्यालय स्तरीय पाठ्यक्रमले आधारभूत तह (कक्षा १-८) मा स्थानीय पाठ्यक्रम तथा सो बमोजिम पाठ्यपुस्तक निर्माण गरी अनिवार्य रुपमा कार्यान्वयन गर्नुपर्ने व्यवस्था गरेको छ । स्थानीय परिवेश, रहनसहन,भाषा संस्कृति मौलिक परम्परा प्राकृतिक स्रोत, धार्मिक तथा साँस्कृतिक पक्षहरुको पहिचान गरी त्यसको महत्वलाई उजागर गरेर मात्र बालबालिकाहरुमा शिक्षाको उद्देश्य पूरा गराउन सकिन्छ । आजको २१औं शताब्दीमा विद्यार्थीहरूले विश्व परिवेशमा भएका विषयवस्तुहरूको जानकारीसँगै स्थानीय परिवेशका बारेमा पनि जानकार हुन आवश्यक छ । तसर्थ यस भानु नगरपालिकाको स्थानीय आवश्यकताका विषयवस्तुहरूलाई समेटेर आधारभूत तहमा स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम 'हाम्रो भानु' कक्षा १-८ निर्माण गरी त्यसैका आधारमा पाठ्यपुस्तक हाम्रो भानु कक्षा १ प्रकाशन गरी कार्यान्वयनमा आएकोमा मलाई अत्यन्तै खुसी लागेको छ ।

नेपालको ऐतिहासिक साहित्यिक व्यक्तित्व, राष्ट्रिय विभुति एवं आदिकवि भानुभक्त आचार्यको जन्मथलो, प्राकृतिक सुन्दरता बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसाँस्कृतिक हिसाबले पनि अत्यन्त धनी रहेको यस नगरपालिकाको पहिचानलाई मनन् गर्दै स्थानीय स्तरमा व्यक्ति, समुदाय र सरोकारबाला निकायहरूसँग समन्वय र सहकार्य गरी स्थानीय सम्पदाको महत्वलाई विद्यालयको आधारभूत तहदेखि नै बालबालिकाहरुमा बोध गाई आफ्नो मातृभूमि र स्थानीय विषयवस्तुलाई शैक्षिक कार्यक्रममा समाहित गराउनका लागि गरिएको प्रयास उदाहरणीय रहेको छ । यस पाठ्यपुस्तकले कक्षा १ मा अध्ययनरत विद्यार्थी लगायत स्थानीय समुदायलाई समेत आफ्नो भौगोलिक धरातल, प्राकृतिक, ऐतिहासिक, धार्मिक, साँस्कृतिक, तथा भाषिक सम्पदाहरूको चिनारी दिन सक्नेछन् । यसका साथै स्थानीय सम्पदाहरूको, संरक्षण र संबर्द्धन गर्दै भविष्यमा आईपर्न सक्ने प्रकोप र बिपद्का असरहरूलाई न्यूनीकरण गर्न यस पाठ्यपुस्तकले सहयोग गर्नेछ भन्ने मैले विश्वास लिएको छु । स्थानीय पेसा, प्रविधि तथा सम्पदाको आवश्यकता र महत्वलाई बुझेर यस पाठ्यपुस्तकमा महत्वपूर्ण विषय क्षेत्रहरू समावेश गरिएका छन् । यस पाठ्यपुस्तकको लेखन तथा सम्पादनमा संयोजन एवं सहजीकरण गर्नुहुने नगर शिक्षा अधिकारी लगायत पाठ्यपुस्तकको विषयवस्तु खोज, लेखन तथा सम्पादनमा प्राविधिक सहयोग गर्नुहुने वन्यजन्तु संरक्षण संघ नेपाल, स्थानीय प्रधानाध्यापक एवं शिक्षक वर्ग तथा सम्बद्ध महानुभावहरुलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

अन्त्यमा, यस पाठ्यपुस्तकमा कुनै कमी कमजोरी रहन गएमा यहाँहरूको अमूल्य सुझाव प्राप्त हुने विश्वास व्यक्त गर्दै आगामी दिनमा यस्ता रचनात्मक सुझावहरुलाई समेटेर आवश्यक संशोधन एवं परिमार्जन गर्दै लगिने व्यहोरा समेत अवगत गराउँदै यसको सफलता एवम् प्रभावकारी कार्यान्वयनको अपेक्षा गर्दछु । धन्यवाद ।

आनन्दराज त्रिपाठी
नगर प्रमुख
भानु नगरपालिका, तनहुँ

पुस्तक प्रयोगका सम्बन्धमा हाम्रो अनुरोध

पाठ्यक्रमले शिक्षाको राष्ट्रिय उद्देश्य पुरा गर्नका लागि मार्गदर्शन गरेको हुन्छ । यसले बालमनोविज्ञानका आधारमा विद्यालय भित्र र बाहिर हुने सबै क्रियाकलापहरुलाई समेटेको हुन्छ । यसले राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय परिवेश सामाजिक आवश्यकता र मागलाई समेत सम्बोधन गरेको हुन्छ । तसर्थ एकपटक बनाएको पाठ्यक्रमले सबैको आवश्यकता र मागलाई सधैं सम्बोधन गर्न नसक्ने हुनाले विद्यालय तहको शिक्षालाई बढी उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक एवम् सान्दर्भिक बनाउने अभिप्रायले पाठ्यक्रम समय समयमा परिमार्जन तथा परिवर्तन पनि भैरहन्छ । हाल नेपालमा राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ बमोजिम विद्यालय तहमा कक्षा १ देखि १२ सम्मका नयाँ पाठ्यक्रमहरु कार्यान्वयन भैरहेका छन् । भानु नगरपालिकाले पनि आधारभूत तह (कक्षा १-८) मा नयाँ एकीकृत पाठ्यक्रम बमोजिम स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी शैक्षिक सत्र २०७९ देखि लागु गरेको छ। जसमा कक्षा १ देखि ३ सम्मको पाठ्यक्रममा साप्ताहिक ५ पाठ्यघण्टा (वार्षिक १६० कार्यघण्टा) बराबरको स्थानीय पाठ्यक्रमको व्यवस्था गरिएको छ । यसैगरी कक्षा ४ र ५ मा साप्ताहिक ४ पाठ्यघण्टा (वार्षिक १२८ कार्यघण्टा) बराबरको स्थानीय पाठ्यक्रमको व्यवस्था गरिएको छ। यसैगरी कक्षा ६ देखि ८ सम्मको पाठ्यक्रममा पनि मातृभाषा वा संस्कृत वा स्थानीय विषयको रुपमा साप्ताहिक ४ पाठ्यघण्टा (वार्षिक १२८ कार्यघण्टा) बराबरको स्थानीय पाठ्यक्रमको व्यवस्था गरिएको छ ।

भानु नगरपालिकाले लागु गरेको आधारभूत तहको स्थानीय पाठ्यक्रम बमोजिम पहिलो पटक यो पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको हो । केन्द्रीय तहको पाठ्यक्रमले नसमेटेका विषयवस्तुहरुलाई स्थानीय पाठ्यक्रमले सम्बोधन गर्नुपर्ने नीतिगत व्यवस्था छ । यसै तथ्यलाई मध्यनजर गरी "हाम्रो भानु" कक्षा १ को यस पाठ्यपुस्तक निर्माण गर्दा तथा यसमा रहने विषयवस्तुको खोजी र संयोजन गर्दा भानु नगरपालिकाको स्थानीयता, यहाँको मौलिक विशेषता र पहिचानलाई अक्षुण्ण राख्दै नेपाल सरकारले जारी गरेको केन्द्रीय तहको एकीकृत पाठ्यक्रमको ढाँचाबमोजिम बालबालिकाको मनोविज्ञान, उमेर, रुची, तह, आश्यकता, कठिनाइस्तर र पाठ्यक्रमले निर्दिष्ट गरेका सिकाइ सक्षमताहरुलाई पुरा गराउने उद्देश्यबाट अभिप्रेरित रहेको छ । हामीले वर्तमान परिवेश, बाल चाहना र विषयवस्तुको सार्दर्भिकतालाई मनन गरी रंगीन पुस्तकको रुपमा विकास गर्ने प्रयास

गरेका छौं । स्थानीय पाठ्यपुस्तक पहिलो पटक निर्माण गरिएको हुँदा निर्माण तथा मोडरेशन टोलीले सतर्कता अपनाउदा अपनाउदै कतिपय कमि कमजोरी हुन सक्छन् । यसलाई शिक्षक विद्यार्थी तथा सम्बद्ध पाठक वर्गले सकारात्मक सोचका साथ रचनात्मक सुझाव एवं पृष्ठपोषण दिनुहुनेछ भन्ने विश्वास लिएका छौं ।

विषयवस्तुको खोज, लेखन, संयोजन तथा विन्यास गर्दा कतिपय क्षेत्रका प्रतिनिधिमूलक स्थान, पात्र, घटना, संस्कृति, चाडपर्व, भेषभुषा, ऐतिहासिक, पुरातात्विक, धार्मिक, साँस्कृतिक तथा पर्यटकीय स्थल र विभिन्न गतिविधिहरुका वारेमा व्याख्या र विश्लेषण गर्ने क्रममा कुनै पक्ष छुटेका हुन सक्छन् । यसका लागि शिक्षकहरुले शिक्षण निर्देशनको अध्ययन र मनन गरी यस्ता प्रतिनिधिमूलक स्थान र यसै बमोजिम आ-आफ्नो स्थानीय स्तरमा रहेका सोही प्रकृतिका विषयवस्तुका बारेमा खोज, अध्ययन, अनुसन्धान, अवलोकन भ्रमण तथा सम्बद्ध व्यक्ति वा पदाधिकारीहरु र सरोकारबालाहरुसँग छलफल र परामर्श गरी बालबालिकाहरुलाई त्यसका बारेमा यथार्थ जानकारी गराई शिक्षण गर्नुहुन अनुरोध गर्दछौं । त्यसैगरी कतिपय तथ्याङ्कसँग सम्बन्धित विषयहरु पनि यसमा प्रतिनिधिमूलक रुपमा मात्र दिइएका हुन सक्छन्, यो वर्तमान परिवेशमा नमिल्न पनि सक्छ किनकी तथ्याङ्क सधैंभरी एकनास हुँदैन, यो परिवर्तनशील हुन्छ। यस कुरालाई मनन गरी शिक्षकहरुले सोही बमोजिम हालको अवस्थालाई चित्रण गरी शिक्षण गर्नुपर्ने हुन्छ। यस पाठ्यपुस्तकको मूल मर्म भनेको बालबालिकाहरुलाई आफ्नो स्थानीय परिवेशसँग परिचित गराउने, आफ्नो माटो, भूगोल, मौलिक विशेषता, रहनसहन, भेषभुषा र बहुसंस्कृतिका बारेमा जानकार गराई यसमा गर्व गर्ने राष्ट्रवादी भावनाले ओतप्रोत सुयोग्य नागरिक तयार गर्नु हो । अन्तमा, पुस्तकको सफल र प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि आ-आफ्नो तर्फबाट सबैको सहयोग प्राप्त हुने विश्वास व्यक्त गर्दै आगामी दिनमा यसलाई अझ परिष्कृत र समय सान्दर्भिक बनाउनका लागि रचनात्मक सुझाव दिन हामी सबै शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, शिक्षाविद्, जनप्रतिनिधि, समाजसेवी, प्रबुद्ध वर्ग लगायत समस्त पाठक वृन्दमा हार्दिक अनुरोध गर्दछौं । धन्यवाद ।

भानु नगरपालिका

शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा

विषय सूची

एकाइ	पाठको नाम	पेज नं.
भानु नगरपालिकाको सामान्य परिचय	१. मेरो टोल	१
	२. म र मेरो नगरपालिका	७
भानु नगरपालिकाका ऐतिहासिक व्यक्तित्वहरु	१. आदिकवि भानुभक्त आचार्य	१३
	२. क्षेत्र प्रताप अधिकारी	१७
स्थानीय कला र संस्कृति	१. लोक बाजामा नाचौं र गाऔं	२१
स्थानीय पर्यटन	१. हाम्रा धार्मिक र ऐतिहासिक स्थलहरु	२७
	२. हाम्रा पर्यटकीय ठाउँहरु	३३
स्थानीय कृषि व्यवसाय	१. मेरो गाउँको कृषि	३७
	२. कृषि औजारहरु	४३
	३. घरेलु पशुपंक्षी	४९
स्थानीय पेशा, व्यवसाय र प्रविधि	१. गाउँघरका पेशा र व्यवसाय	५५
	२. परम्परागत सामानहरु	६१
स्थानीय प्राकृतिक सम्पदा र वातावरण संरक्षण	१. बोटविरुवा र वन्यजन्तु	६५
	२. हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा	७१
स्थानीय खेलहरु	१. हाम्रा खेलहरु	७७
प्रकोप तथा विपद व्यवस्थापन	१. प्रकोप तथा दुर्घटना	८३
शहरी विकास, प्रदूषण र फोहोर व्यवस्थापन	१. फोहोरमैला व्यवस्थापन	८९
	२. हाम्रो फूलबारी	९५
हाम्रो नैतिक मुल्य, मान्यता र आचरण	१. असल बानी	१०१

एकाइ एक:

efg'gu/kflnsfsf] ;fdfGo kl/ro

पाठ–१

‘मेरो टोल’

यहाँ हेर्नुहोस् त । यो ठाउँलाई भन्सार बजार भनिन्छ ।

म भन्सार बजार टोलमा बस्छु । मेरो टोल सानो छ । मेरो टोलबाट नजिकै सालविस्ने टोल छ। मेरो विद्यालय सालविस्ने टोलमा छ । मेरो विद्यालय जान धेरै समय लाग्दैन । मेरो विद्यालयको नाम सत्यवती देवी आधारभूत विद्यालय हो । मेरो टोलबाट नजिक डुम्रे बजार छ। हाम्रो विद्यालय बिदा भएको दिन हामी डुम्रे बजार घुम्न जान्छौं ।

मेरा दुई मिल्ने साथीहरु छन् । उनीहरुको नाम रोशन कार्की र लया थपलिया हो । रोशनको घर उपल्लो बगैंचा टोलमा र लयाको घर फुस्रेटारमा छ ।

शिक्षण निर्देशन : कक्षा एकमा भर्ना भएका विद्यार्थीहरुले सबै शब्दहरु पढ्न सक्दैनन् । त्यसैले शिक्षकले चित्रहरु देखाउँदै पढेर सुनाउनु पर्छ । विद्यार्थीलाई आफ्नो टोल र गाँउको बारेमा पालैपालो भन्न लगाउनुहोस । गाँउ/विद्यालय नजिक रहेका टोलको नाम बताईदिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको उत्तर बताउनुहोस् ।

क) तपाई बस्ने टोलको नाम बताउनुहोस् ।

ख) तपाईको विद्यालयको नाम र विद्यालय भएको ठाउँको नाम बताउनुहोस् ।

ग) तपाईको कुनै तीनजना साथीको नाम बताउनुहोस् ।

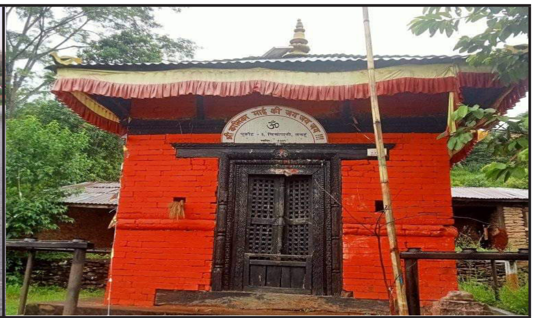
ग) तपाईको मिल्ने साथीको नाम बताउनुहोस् ।

२. शिक्षकले भनेको सुनेर किताबमा भएका चित्रहरु देखाउनुहोस् ।

भन्सार टोल	माछा पोखरी	राजु
साथीहरु	विद्यालय	सडक

परियोजना कार्य

तपाईंको टोलमा के के छ तपाईंलाई थाहा छ ? तल दिइएको चित्रहरुबाट तपाईंको टोलमा भएको ठाउँहरुलाई (✓) ठिक चिन्ह लगाउनुहोस है त ।

	
सडक	मन्दिर
माछा पोखरी	विद्यालय
मस्जिद	स्वास्थ्य केन्द्र

पाठ–२

म र मेरो नगरपालिका

नमस्ते साथीहरु ! मेरो नाम पवन थापा हो । म ५ वर्षको भएँ । म तुरतुरे बजारमा बस्छु ।

म मेरो बाबा, आमा र दाईसँग बस्छु ।

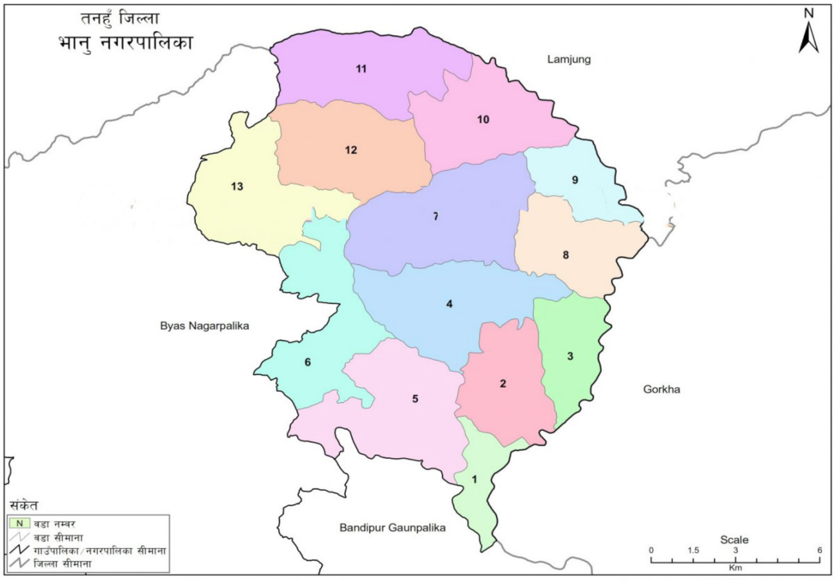
म कक्षा १ मा पढ्छु । ऊ हेर्नुस् त, यो मेरो विद्यालय हो । मेरो विद्यालयको नाम श्री जनजागृति माध्यमिक विद्यालय हो ।

मेरो मिल्ने साथीहरु प्रेमराज महत, अनुज पन्त, अनिशा बम्जम र ददिराम श्रेष्ठ हुन् ।

मेरो साथीहरुको सबैको आ-आफ्नो भाषा छ तर हामी सबै जना कक्षामा नेपाली बोल्छौं र रमाइलो गर्छौं ।

मेरो नगरपालिकाको नाम भानु नगरपालिका हो । भानु नगर पालिकामा १३ वटा वडाहरु छन् ।

हाम्रो भानु नगरपालिकाको नक्सा यहाँ छ । हेरेर आफ्नो वडा पत्ता लगाउनुहोस् है ।



स्रोत: स्थलरुप नक्सा (स्केल १:२५००० / १:५००००), नापी विभाग र जनगणना २०६८, केन्द्रिय तथ्यांक विभाग
तयार पार्ने: गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष, संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्रको संख्या तथा सीमाना निर्धारण आयोग

Projection System: MUTM, Spheroid - Everest 1830
LLRC, 2016

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आफू बस्ने ठाउँको र विद्यालयको नाम भन्न सिकाउनुहोस् । आफ्नो टोलको नाम र वडा समेत बताउन सिकाउनुहोस् । विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो घरमा बोल्ने भाषाको बारेमा समेत सोधेर बताउन लगाउनुहोस् । विद्यालय भएको वडा र टोलहरुको नाम खोजी गरी बताईदिनुहोस् ।

१. चित्र र शब्द बीचको जोडा मिलाउनुहोस् ।

साथीहरु	
परिवार	
नगरपालिका	

२. तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् वा लेख्नुहोस् ।

क) तपाई बस्ने नगरपालिकाको नाम बताउनुहोस् ।

ख) तपाईको विद्यालयको नाम र ठेगाना बताउनुहोस् ।

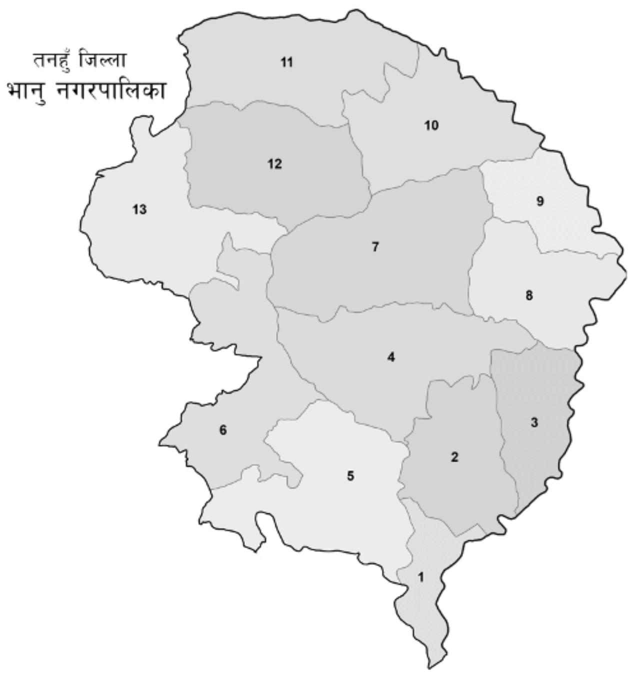
ग) तपाई बस्ने टोलको नाम बताउनुहोस् ।

घ) तपाईका कुनै पाँच जना साथीको नाम थर बताउनुहोस् ।

ङ) तपाई साथीसँग आफ्नो घर र विद्यालयमा कुन भाषामा बोल्नुहुन्छ ?

परियोजना कार्य

तल दिइएको भानु नगरपालिकाको नक्साको प्रत्येक वडामा फरक रङ्ग भर्नुहोस् ।



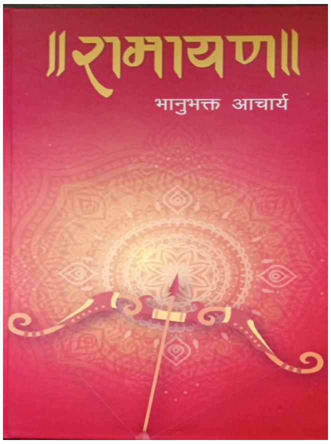
पाठ–१

आदिकवि भानुभक्त आचार्य

ल आउनुहोस् साथीहरु, आज हामी भानुभक्त आचार्यको बारेमा पढौं है त । उहाँ हाम्रो नगरपालिकाको एक ऐतिहासिक व्यक्तित्व हुनुहुन्छ ।

उहाँको नाम भानुभक्त आचार्य हो । भानुभक्त आचार्यलाई आदिकवि भनेर चिनिन्छ । उहाँको जन्म वि.स. १८७१ असार २९ मा चुँदी रम्घामा भएको थियो । उहाँले धेरै राम्रा कविताहरु लेख्नु भएको थियो ।

उहाँले रामायणलाई संस्कृतबाट नेपालीमा अनुवाद गर्नुभएको हो । उहाँ नेपालीमा कविता लेख्ने पहिलो कवि हुनुहुन्छ । त्यसैले उहाँलाई आदिकवि भनिन्छ ।



उहाँको बुवाको नाम धनञ्जय आचार्य र आमाको नाम धर्मावती देवी आचार्य हो । उहाँको नाममा वि.स. २०२० सालमा एउटा विद्यालय पनि खोलिएको थियो। त्यो विद्यालयको नाम भानु संस्कृत माध्यामिक विद्यालय हो ।

आदिकवि भानुभक्त आचार्यको मृत्यु वि.स. १९२५ मा भएको थियो । हाम्रो नगरपालिकाको नाम पनि उहाँकै नामबाट राखिएको हो ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आदिकविको कुनै कृतिको पंक्ति पढेर सुनाइदिनुहोस र उनीहरुलाई पनि सँगसँगै वाचन गर्न लगाउनुहोस्। भानुभक्तको फोटोहरु देखाई चिन्न लगाउनुहोस्। सम्भव भएसम्म भानुभक्तको जन्म स्थलको अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका शब्दहरु बीच जोडा मिलाउनुहोस् ।

भानुभक्त आचार्य	आमा
धनञ्जय आचार्य	आदिकवि
धर्मावती देवी	मृत्यु
वि. सं. १९२५	बुवा

२. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।

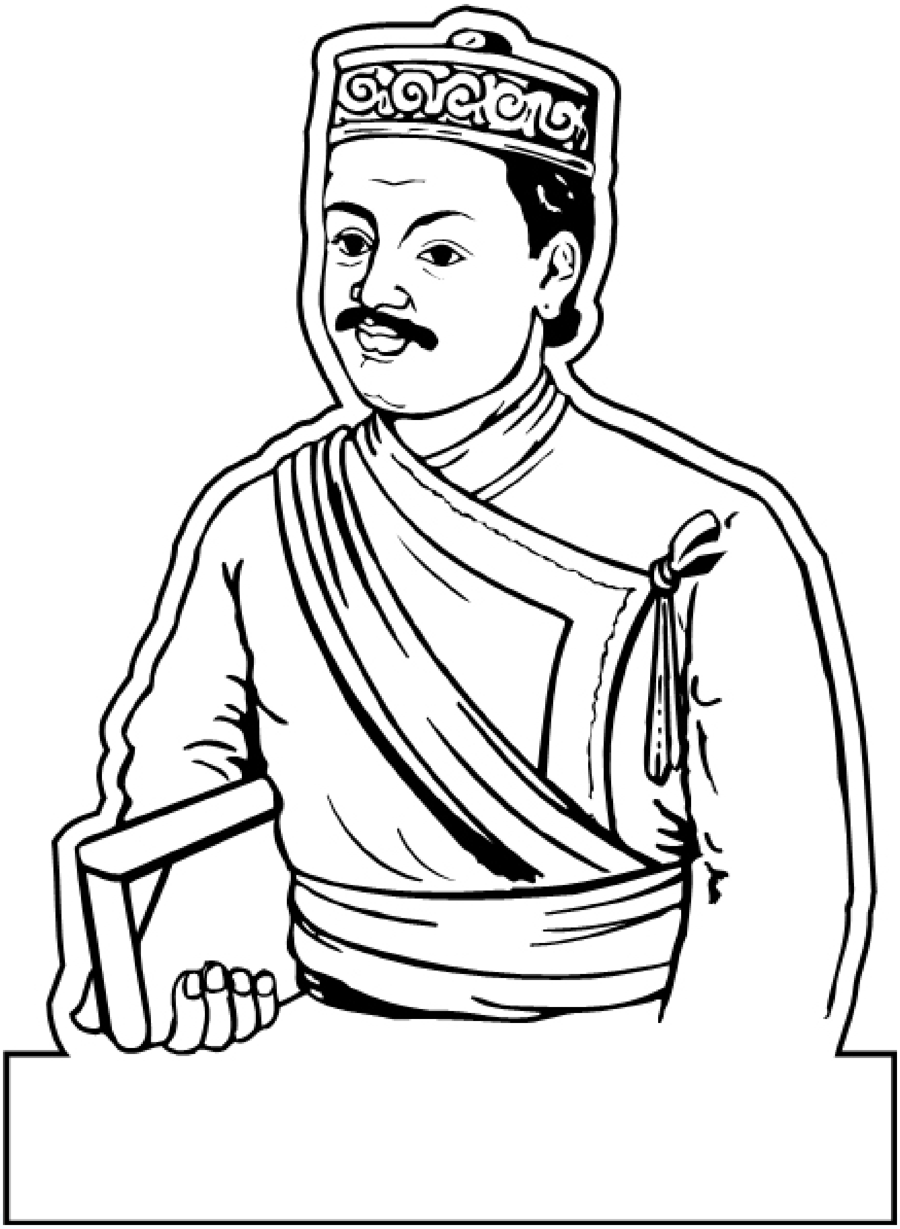
क) भानुभक्त आचार्यको जन्म कहिले र कहाँ भएको थियो ?

ख) भानुभक्त आचार्यले लेखेका कुनै एक कृतिको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) भानुभक्त आचार्यको बुबा आमाको नाम बताउनुहोस् ।

परियोजना कार्य

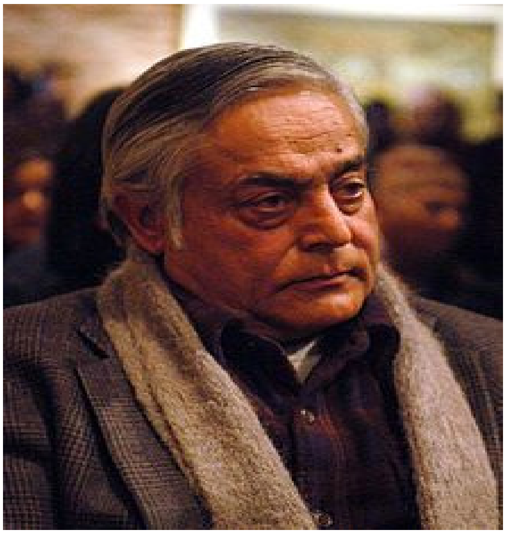
तल दिईएको भानुभक्त आचार्यको चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस् र चित्रको तल नाम लेख्नुहोस् ।



पाठ–२

क्षेत्र प्रताप अधिकारी

नमस्ते साथीहरु मेरो नाम संस्कृति सापकोटा हो । म आज हजुरहरुलाई क्षेत्र प्रताप अधिकारीको बारेमा भन्न गइरहेको छु । अब हामी तलको चित्र हेरौं है त ।



उहाँको नाम क्षेत्र प्रताप अधिकारी हो । उहाँको जन्म वि.स. १९९९ चैत महिनामा तनहुँ जिल्लाको ज्यामरूक बयापानी भन्ने स्थानमा भएको थियो । उहाँलाई नेपाली कवि र गीतकारको रुपमा चिनिन्छ ।

उहाँको बुवाको नाम गजकेशर अधिकारी र आमाको नाम जनक कुमारी अधिकारी हो । उहाँका केहि प्रसिद्ध कृतिहरु यस प्रकार छन :

- रहर लागेर
- गामबेसीका गीत
- पहाडदेखि पहाडसम्म
- म त लालीगुराँस भएँछु
- नफुलेका फूलहरू
- फेरी एउटा परिवर्तन
- तर देश हारी रहेछ

क्षेत्र प्रताप अधिकारीको निधन २०७० चैत्र ३० गते भएको थियो ।

ल साथीहरु, उहाँको बारेमा अरु कुराहरु अर्को भेटमा गर्ने है त ।

शिक्षण निर्देशन : भानु नगरपालिका भित्रका विभिन्न साहित्यकारहरुको नाम खोजी गरी बताईदिनुहोस् । क्षेत्र प्रताप अधिकारीका बारेमा जानकारी दिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका शब्दहरुको जोडा मिलाउनुहोस् ।

जन्म	जनक कुमारी अधिकारी
मृत्यु	गजकेशर अधिकारी
बुवा	वि.स. १९९९
आमा	वि.स. २०७०

२. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।

क) क्षेत्र प्रताप अधिकारीको जन्म कहाँ भएको थियो ?

....

ख) क्षेत्र प्रताप अधिकारीको मृत्यु कहिले भयो ?

....

ग) पाठको अनुसार क्षेत्र प्रताप अधिकारीको कृतिहरु के के छन ? सूची बनाउनुहोस् ।

....

....

परियोजना कार्य

तल दिइएको गीत क्षेत्र प्रताप अधिकारीद्वारा लिखित, नारायण गोपालद्वारा गाइएको गीत हो । पहिले यो गीत सुन्नुहोस् र त्यस पछि सबैजनाले एकै स्वरमा गाउनुहोस् ।

म त लालीगुराँस भएँछु ।
बनैभरि फुलिदिन्छु ।
मनैभरि फुलिदिन्छु ।
फाँटहरूले कसलाई पुग्छ, भिरमा पनि फुलिदिन्छु ।
खुसीमात्र कहाँ हुन्छ, पिरमा पनि फुलिदिन्छु ।
म त लाली गुराँस भएछु ।
हेरिदिने कोही भइदिए, नानीभित्र फुलिदिन्छु ।
लाइदिने कोही भइदिए, सिउँदोभरि फुलिदिन्छु ।
म त लालीगुराँस भएछु ।

पाठ–१

लोक बाजामा नाचौँ र गाऔँ

रीना: नमस्ते ! रमन

रमन: नमस्ते ! रीना

रीना: आज मलाई विद्यालय आउँदा कत्ति रमाईलो भयो नि ।

रमन: ए हो र ? किन होला नि त्यस्तो ?

रीना: म त विद्यालय आउँदा बिहेको जन्तीसंगै नाच्दै आएको नि त ।

रमन: कसरी नि ? म्युजिक सिस्टमको गीतमा हो ?

रीना: हैन नि, पञ्चेबाजाको धुनमा । मैले त कति पछि पञ्चेबाजाको धुन सुने। मलाई त धेरै रमाइलो लाग्यो।

रमन: रमाइलो भयो होला है । मलाई पनि भन न कुन कुन पञ्चे बाजा थियो भनेर ।

रीना: म त्यहि भन्छु भनेर त तिमीलाई भेट्न आएको । पञ्चेबाजा भन्ने बित्तिकै ५ वटा बाजा हुन्छ । ५ वटा बाजामा सहनाई, नरसिंहा, दमाहा, ट्याम्को र झ्याली हुन्छ। म नाच्दै आएको जन्तिमा पनि त्यहि थियो ।

रमन: मलाई त सुन्दै कत्ती रमाइलो लाग्यो । मलाई नि कस्तो नाचौं नाचौं जस्तो पो लागेर आयो ।

रीना: (हास्दै) हो र ? अँ साच्चै तिमीले पञ्चेबाजा त देखेको छौ नि ?

रमन: मैले ? छैन नि ।

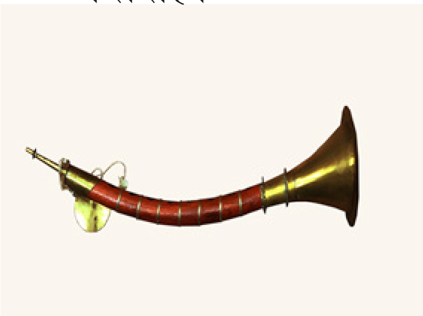
रीना: म देखाउछु तिमीलाई ।

रमन: हुन्छ ।

रीनाः ल अब तलको चित्रमा हेरौं है त ।

नरसिंहा

झ्याली



सहनाई

दमाहा

ट्याम्को

रमनः ओहो ! धन्यवाद तिमीलाई !

रीनाः नेपालमा अन्य धेरै लोक बाजाहरु छन् ।

रमनः ओहो ! ती के के हुन त ?

रीना: तिनीहरु मादल, सारङ्गी, टुङ्ना, डम्फु आदि हुन् । ल अब हामी फेरी चित्रमा हेरौं है त ।

मादल

सारङ्गी

टुङ्ना

डम्फु

शिक्षण निर्देशन : स्थानीय ठाउँमा पाईने विभिन्न परम्परागत बाजागाजाहरुको चित्र संकलन गरी विद्यार्थीहरुलाई चिनाईदिनुहोस् । सम्भव भएमा कुनै लोक बाजा प्रत्यक्ष बजाएर सुनाउनुहोस्। विद्यार्थीहरुलाई विभिन्न लोक बाजाहरुको धुन सुनाइदिनुहोस् र उनीहरुलाई नाच्न पनि लगाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिइएको तीन वटा लोक बाजाहरु चिनेर नाम लेख्नुहोस्।

२. शब्द र चित्र बीच जोडा मिलाउनुहोस्।

डम्फु	
टुङ्ना	
मादल	

परियोजना कार्य

तल दिइएको बाजाहरु मुखले बजाउने हो कि हातले चिन्ह (✓) लगाउनुहोस् ।

मुखले ☐ हातले ☐

मुखले ☐ हातले ☐

मुखले ☐ हातले ☐

मुखले ☐ हातले ☐

पाठ–१

हाम्रा धार्मिक र ऐतिहासिक स्थलहरू

भाइबहिनीहरु ! आज हामी हाम्रो नगरपालिकामा भएका धार्मिक र ऐतिहासिक स्थलहरुको बारेमा पढ्ने छौं ।

शिक्षक: तपाईंहरुलाई हाम्रो वरपर भएका पुराना ठाउँहरु तथा धार्मिक स्थलहरु थाहा छ ?

विद्यार्थीहरु : (एकै स्वरमा) छैन सर ।

शिक्षक: ल त्यसो भए अब म भन्छु तपाईंहरु सुन्नुहोस् है ।

विद्यार्थीहरु : (एकै स्वरमा) हुन्छ सर ।

शिक्षक: मन्दिर, गुम्बा, चर्च र मस्जिद आदि हाम्रा ऐतिहासिक तथा धार्मिक ठाउँहरु हुन् । हाम्रो भानु नगर पालिकामा पनि यस्ता विभिन्न् धार्मिक र ऐतिहासिक ठाउँहरु छन् ।

तलका चित्रमा हेर्नुहोस् त ! केही धार्मिक स्थलको नाम दिइएको छ ।

अन्नपुर्ण माई मन्दिर भानु नगरपालिका वडा ८ पाँचसय फाँटमा रहेको छ ।

यो भानु नगरपालिकामा रहेको एक गुम्बा हो ।

यो भानु नगरपालिकामा रहेको पञ्चायन मन्दिर हो । यो वडा नं १० रामपुरटारमा रहेको छ ।

यो भानु नगरपालिकामा रहेको थानीमाई मन्दिर हो । यो वडा नं ७ को बसन्तपुर भन्ने ठाउँमा रहेको छ ।

यो भानु नगरपालिकामा रहेको मस्जिद हो । यहाँ मुस्लिम धर्म मान्ने मानिसहरु जानु हुन्छ ।

यो भानु नगरपालिकामा रहेको भानु संग्रहालय हो। यो संग्रहालय भानु नगरपालिकाको एक ऐतिहासिक स्थल हो ।

यो चित्र चर्चको हो । यहाँ क्रिश्चियन धर्म मान्ने मानिसहरु जानुहुन्छ ।

धार्मिक स्थलमा विभिन्न देवीदेवताको पुजा हुन्छ । विभिन्न धर्ममा आस्था राख्ने मानिसहरु धार्मिक स्थलमा पुजा र प्राथना गर्न जान्छन् । ऐतिहासिक स्थलमा मानिसहरु भ्रमण गर्न, अध्ययन अनुसन्धान गर्न जान्छन् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो गाउँठाउँमा रहेका ऐतिहासिक तथा धार्मिक क्षेत्रहरुको फोटो सहित सूची बनाई प्रस्तुत गर्नुहोस् । विद्यालय नजिकको कुनै धार्मिक, ऐतिहासिक ठाउँको अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) तपाईको विद्यालय तथा बस्ती वरपर रहेका मन्दिर, गुम्वा, चर्च, मस्जिदको नाम अविभावकलाई सोधेर लेख्नुहोस् ?

....

....

ख) पाठका आधारमा कुनै तीनवटा धार्मिक स्थलहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

ग) भानु नगरपालिकामा रहेको संग्रहालयको नाम के हो ?

....

....

घ) मानिसहरु धार्मिक स्थल किन जान्छन् ?

....

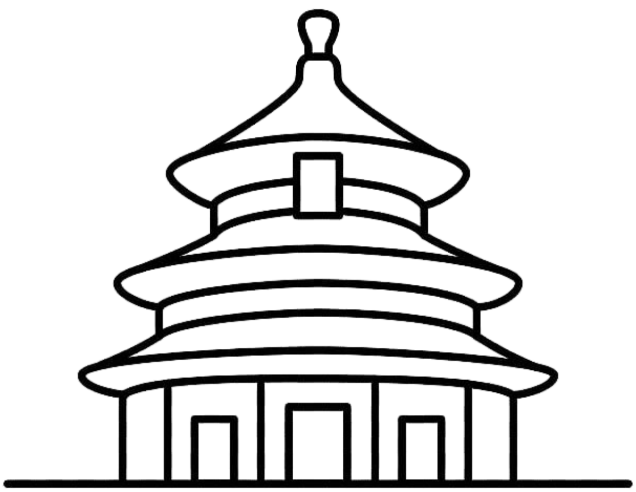
....

२. शब्द र चित्र बीच जोडा मिलाउनुहोस्

	भानु संग्राहलय
	गुम्बा
	पञ्चायन मन्दिर

परियोजना कार्य

तल दिएको चित्रमा तपाईलाई मनपर्ने रंग भर्नुहोस् ।



पाठ–२

हाम्रा पर्यटकीय ठाउँहरू

व्यापार, मनोरञ्जन वा रमाइलोका लागि भ्रमण गरिने ठाउँलाई पर्यटकीय ठाउँ भनिन्छ। हाम्रो भानु नगरपालिकामा पनि धेरै पर्यटकीय ठाउँहरु छन् । हाम्रो नगरपालिकामा नेमुनी पार्क, रुपाकोट, मिर्लुङ्ग, चोक चिसापानी आदि पर्यटकीय ठाउँहरु रहेका छन् ।

यसका साथै चेपेघाट, तनहुँसुर, गढीमाई, चोककोट गढी आदि पनि यहाँका पर्यटकीय ठाउँहरु हुन्। रीप होम स्टे, कुसुन्डे पार्क पनि यस ठाउँमा रहेका पर्यटकीय ठाउँ हुन् ।

अब हामी हाम्रा केही पर्यटकीय ठाउँहरु हेरौं र चिनौं ।

यो वयापानीको भ्यूटावर हो ।

यो मयाखु गाउँ हो । मयाखु गाउँ भानु नगरपालिका वडा नं ११ मा पर्दछ। यो गाउँ घुम्न रमाइलो हुन्छ ।

यो चेपेघाट हो । यो गोर्खा, तनहुँ र लमजुङ्ग जिल्लाको बीचमा पर्छ ।

यो चुँदीफाँट हो । यहाँबाट ठूलो फाँटको अवलोकन गर्न सकिन्छ ।

यो कुमाल संग्रहालय हो । यहाँ कुमाल जातजातिको बारेमा जान्न सकिन्छ ।

यो बाँसपानी होम स्टे जाने ठाउँ हो । होम स्टेमा पर्यटकहरु बस्ने गर्छन् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यालय वरिपरी रहेका तथा आफ्नो वडामा रहेका पाठमा दिईएका बाहेक अन्य पर्यटकीय ठाउँहरुको बारेमा जानकारी दिनुहोस् । विद्यार्थीहरुलाई नजिकै रहेको कुनै पर्यटकीय ठाउँको भ्रमण गराउनुहोस् र त्यस ठाउँको विशेषता बताउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) पर्यटकीय ठाउँ भनेको के हो ?

....

....

ख) पाठमा दिइएका पर्यटकीय ठाउँहरु के के छन् ? तिनीहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

२. तपाईहरुको घर नजिकै रहेको पर्यटकीय ठाउँहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

-
-
-

परियोजना कार्य

तपाईलाई मन पर्ने पर्यटकीय ठाउँ कुन हो ? त्यो कहाँ छ ? त्यस ठाउँमा के हेर्न जानुहुन्छ ? अभिभावकको सहयोगमा त्यसको सूची बनाई कक्षामा साथीहरुलाई सुनाउनुहोस् ।

पाठ–१

मेरो गाउँको कृषि

विद्यार्थी भाइबहिनीहरु ! हाम्रो भानु नगरपालिकाको मुख्य पेशा कृषि व्यवसाय हो । यस क्षेत्रमा बस्ने मानिसहरुले अपनाएका कृषि व्यवसाय निम्न प्रकारका छन् :

१) धान: धान एक खाद्यान्न बाली हो । धानको बोक्रा हटाएपछि चामल बन्छ । यसबाट हाम्रो मुख्य खाना भात पकाइन्छ ।

२) मकै: भानु नगरपालिका क्षेत्रको मकै पनि मुख्य बाली हो । यहाँ मानिसहरुले खेतबारीमा मकै खेती गर्छन् । मकै आफैंमा स्वादिलो र पोषिलो अन्न हो ।

३) गहुँ : भानु नगरपालिका क्षेत्रमा धान र मकै पछिको महत्वपूर्ण अन्न बाली गहुँ हो। गहुँको पिठोबाट विभिन्न परिकार बनाउन सकिन्छ।

४) जौ: भानु नगरपालिकाको माथिल्लो पहाडी भागमा जौ फल्छ। जौ एक प्रकारको अन्न हो। जौको पिठोबाट विभिन्न परिकार बनाउन सकिन्छ। यो पोषिलो हुन्छ।

५) फापर: फापरको हरियो पात सागको रुपमा खाने गरिन्छ। यसका बीउलाई पिँधेर पिठो बनाइन्छ। हाम्रो गाउँघरमा फापरको रोटी खाने चलन छ।

६) तरकारी खेती : भानु नगरपालिकामा धेरै प्रकार का तरकारीहरुको उपादन हुन्छ । तरकारी खेतीमा विभिन्न प्रकारका तरकारीहरू लगाईन्छ । जस्तैः काउली, गोलभेंडा, प्याज, आलु, काँक्रो, वन्दाकोभी, घिरौंला, करेला आदि ।

७) गाईभैंसी पालन : यहाँका मासिहरुले गाईभैंसी पाल्ने गर्नुहुन्छ । हाम्रो ठाउँमा गाइभैंसीको दूध, दही, घिउ बिक्रीको उद्देश्यले पाल्ने गरिन्छ । गाईभैंसीबाट गोबर मल पनि आउँछ । त्यस मललाई हामी खेतबारीमा हाल्छौं ।

८) बाख्रा पालनः बाख्रालाई मासु र मलको लागि धेरै जसो

किसानहरूले पाल्ने गरेको पाइन्छ । बाख्रापालन हाम्रो नगरपालिकाको एक प्रमुख व्यवसाय हो ।

९) **कुखुरा पालन:** कुखुरा पालन मासु र अण्डाका लागि गरिन्छ । भानु नगरपालिकामा पनि धेरै मानिसहरुले कुखुरा पालन गर्नुभएको छ ।

शिक्षण निर्देशन : आफ्नो वरपर भएका विभिन्न कृषि पेशाहरुको फोटो सहितको सूची बनाई विद्यार्थीहरुमाभ्क प्रस्तुत गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो घरमा के के खेति गरिन्छ र के के पालिएको छ ? पालैपालो सोध्नुहोस् । विद्यालय नजिकको कुनै एक कृषि फार्मको आवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् । कृषि लगायत अन्य व्यवसायको बारेमा पनि जानकारी दिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) गाईभैंसी पालन के को लागि गरिन्छ ?

....

....

ख) फापरको हरियो पात के को रुपमा खाने गरिन्छ ?

....

....

..ग) तपाईको गाउँघरमा उब्जनी हुने कुनै तीनवटा अन्न बालीको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

घ) तपाईको गाउँघरमा उब्जनी हुने कुनै तीनवटा तरकारी बालीको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

२) **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर भर्नुहोस् ।**

(पोषिलो, दुध, पिठो, मासु)

क) कुखुरा पालन .... का लागि गर्न सकिने भरपर्दो पेशा हो ।

ख) फापरको बीजलाई पिँधेर .... बनाईन्छ ।

ग) जौ एक .... अन्नबाली हो ।

घ) गाई पालनबाट .... पाइन्छ ।

परियोजना कार्य

आफ्नो घर र छिमेकमा बस्ने मानिसहरुले के कस्ता पेशा व्यवसाय गर्दै आउनु भएको छ ? शिक्षक र अभिभावकसँग सोधेर सूची बनाउनुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

-
-
-
-

पाठ–२

कृषि औजारहरु

साथीहरु सन्चै हुनुहुन्छ ? म तपाईहरुकै साथी रीया ।

आज हामी हाम्रो कृषिमा प्रयोग हुने विभिन्न औजारहरुको बारेमा पढौं है । हाम्रो गाउँ घरमा धेरै प्रकारका कृषि औजारहरु प्रयोग गरिन्छ । केही कृषि औजारहरुको नाम चित्र सहित तल दिइएको छ ।

अब हामी तलको चित्र हेरौं, पढौं र बुझौं ।

हलो

यहाँ हेर त । एउटा किसान दाइले रोपाई गर्दै हुनुहुन्छ । किसान दाईले चलाइरहेको त्यो ठुलो काठको औजार लाई हलो भनिन्छ ।

बन्चरो

यो पुरानो कृषि गर्ने औजार हो । यस्लाई बन्चरो भनिन्छ । काठ चिरेर दाउरा बनाउन धेरै सजिलो हुन्छ ।

हँसिया

यो औजारलाई हँसिया भनिन्छ। यसले धेरै कुराहरु काट्न सजिलो हुन्छ । विशेष गरी यसलाई घाँस काट्न प्रयोग गरिन्छ ।

कोदाली

यो औजारको नाम कोदाली हो । कोदाली सामान्य रूपमा खेतबारी खन्न र आली लगाउन प्रयोग गरिन्छ ।

बेल्चा/साबेल

यो औजारलाई साबेल भनिन्छ । यो औजारलाई धेरै माटो एकैचोटि खन्न र फ्याँक्न पर्दा प्रयोग गरिन्छ।

डोको

यसलाई डोको भनिन्छ । यो पुरै बाँसको चोयालाई बुनेर बनाएको हुन्छ । यसलाई बोक्न नाम्लो पनि चाहिन्छ। धेरै जसो ठाउँमा घाँस र मल बोक्न डोको प्रयोग गरिन्छ ।

ल साथीहरु ! तपाईंह(रुलाई यी कृषि सामग्रीको बारेमा थाहा थियो कि थिएन ? यी बाहेक अरु पनि थुप्रै कृषिका सामग्रीहरु छन् । तपाईहरुलाई अरु के- के थाहा छ ? पालैपालो बताउनुहोस् है ।

शिक्षण निर्देशन: विद्यार्थीहरुलाई स्थानीय गाउँघरमा पाइने विभिन्न परम्परागत कृषि औजारहरुको सूची बनाई फोटो वा भिडियो सहित देखाउनुहोस् । प्रत्यक्ष रुपमा औजारहरु देखाईदिनुहोस् र प्रयोगबारे जानकारी पनि दिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलको औजारहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

....

२. तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) खेतबारी खन्न र डल्ला फोर्न के प्रयोग गरिन्छ ?

....

....

ख) घाँस बोक्न के प्रयोग गरिन्छ ?

....

....

ग) हलो के का लागि प्रयोग गरिन्छ ?

....

....

घ) तपाईंको घरमा भएका कुनै तीनवटा कृषि औजारका नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

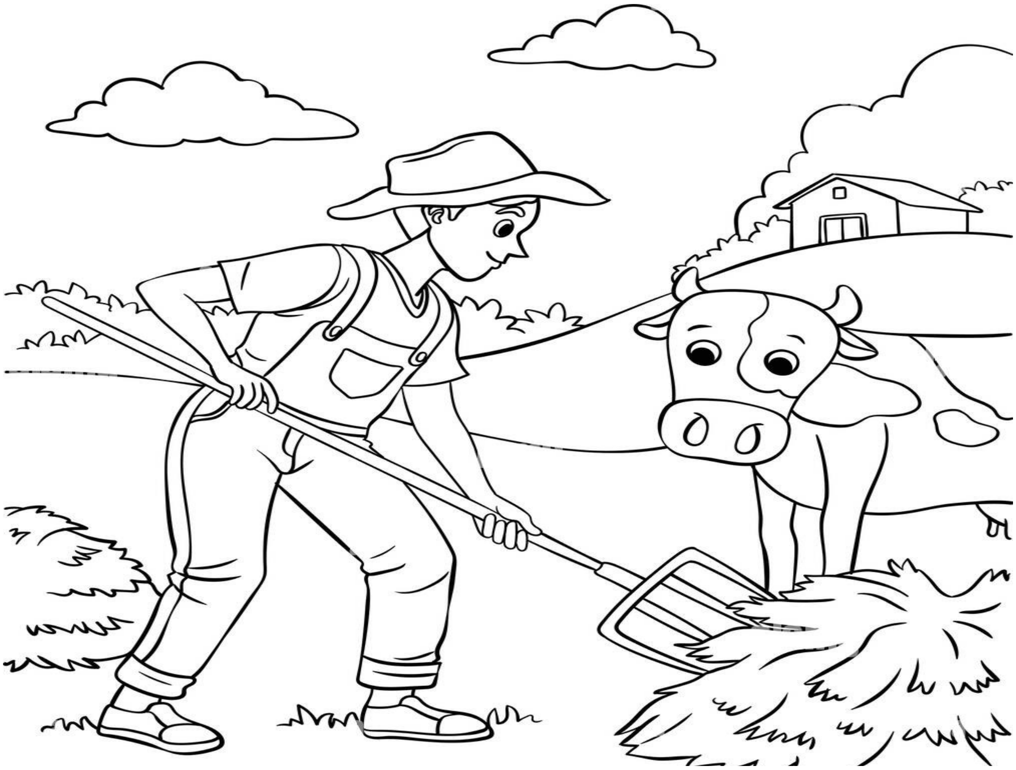
ङ) डोको के बाट बनाइएको हुन्छ ?

....

....

परियोजना कार्य

तल दिईएको चित्रमा तपाईलाई मनपर्ने रंग भर्नुहोस् ।



पाठ–३

घरेलु पशुपंक्षी

छोरीः बाबा आज हामी कक्षामा घरेलु पशुपंक्षीको बारेमा पढ्न गइरहेको छौ नि !

बाबाः ओहो हो र ? तिमीलाई कत्तिको थाहा छ घरेलु पशुपंक्षीको बारेमा ?

छोरीः अलि अलि थाहा छ, बाबा ।

बाबाः ल त्यसो भए म भन्छु तिमी सुन है ।

छोरीः हस् बाबा ।

बाबाः हाम्रो गाउँ घर र वनमा धेरै प्रकारका पशु पाईन्छ । ती मध्ये कुनै घरपालुवा हुन् भने कुनै जङ्गली हुन् । अब हामी तलको चित्र हेरौं, पढौं र बुझौं ।

यो कुकुर हो । कुकुर घर पालुवा जनावर हो । यसले हाम्रो रक्षा गर्छ । तिहारको बेला कुकुर पुजाको दिन कुकुरलाई पुजा गरिन्छ ।

यो जनावरको नाम गाई हो । यो हाम्रो राष्ट्रिय जनावर हो । धेरै नेपालीहरुले यो घरपालुवा जनावर पाल्छन् । यसको दुध धेरै नै मिठो हुन्छ ।

यो ठुलो कालो जनावर चाहिँ भैंसी हो । हेर त, कति ठुलो सिङ छ यसको । भैसी पनि घर पालुवा जनावर हो। यसको दुध धेरै नै मिठो हुन्छ। यसको दुधबाट दहि, घ्यु, मोहि, खुवा बनाउन सकिन्छ ।

कुखुरा एक घरपालुवा पंक्षी हो । कुखुरा पालेर किसानहरुले आम्दानी पनि गर्न सक्छन् । यसलाई मासुको रुपमा प्रयोग गरिन्छ ।

हाँस एउटा सुन्दर पंक्षी हो । यो थल तथा जल दुवै ठाउँमा बस्न सक्छ । हाँसलाई न्यायको प्रतिकको रूपमा लिइन्छ ।

परेवा नेपालमा पाइने एक घरपालुवा पंक्षी हो । यसलाई शान्तिको प्रतीक पनि मानिन्छ ।

ल छोरी आजलाई यति नै पढौं है त ।

छोरी: हस् बुवा । आज मैले घरेलु पशुपंक्षी सम्बन्धी धेरै कुरा थाहा पाए ।

शिक्षण निर्देशन: विद्यार्थीहरूलाई विद्यालय नजिकैको कुनै पशुपालन गरेको क्षेत्र वा घरको अवलोकन गराई त्यहाँ भएका पशुपंक्षीहरू चिनाई तिनीहरूको नाम बताउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् र

क) तपाईंको घर वा वस्ती वरपर पाईने कुनै ५ वटा घरपालुवा पशुहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

....

ख) गाईको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

....

....

२. सही शब्दमा (✓) लगाउनुहोस् ।

जनावर ☐ पंक्षी ☐

जनावर ☐ पंक्षी ☐

जनावर ☐ पंक्षी ☐

जनावर ☐ पंक्षी ☐

जनावर ☐ पंक्षी ☐

जनावर ☐ पंक्षी ☐

परियोजना कार्य

१. तपाईले पक्कै पनि कुकुर देख्नुभएको छ अथवा आफ्नो घरमा कुकुर पाल्नु भएको छ । तल दिईएको कुकुरको चित्र पुरा गरेर रङ्ग भर्नुहोस् ।

पाठ–१

गाउँघरका पेशा र व्यवसाय

सुजिना: ए सुजन, के सोच्दै छौ तिमी ?

सुजन: ए, केहि हैन ।

सुजिना: केहि त पक्कै होला ।

सुजन: दिदी, हाम्रो बाबा सधैं किन बिहान घरबाट बाहिर गएर साँझ मात्रै घर आउनुहुन्छ ?

सुजिना: हाम्रो बाबा पसलमा आफ्नो व्यवसाय/पेशा गर्नु हुन्छ ।

सुजन: व्यवसाय भनेको पसल चलाउनु हो ?

सुजिना: पसल मात्र हैन । अरु कुनै पनि व्यापार गर्ने पेशा नै व्यवसाय/पेशा हो ।

सुजन: व्यापार बाहेक अरु पेशा पनि हुन्छ ?

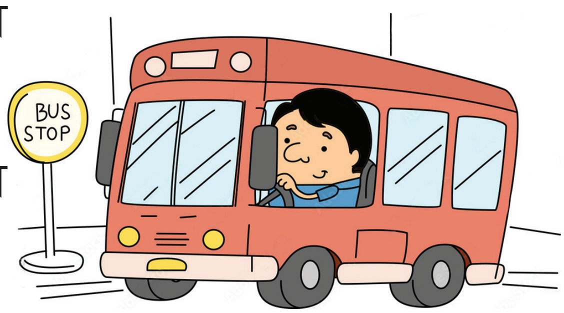
सुजिना: हुन्छ नि । तिम्रो गुरुआमा पनि शिक्षण पेशा गर्नु हुन्छ ।

सुजन: ए हो । तिम्रो आमा के पेशा गर्नु हुन्छ ?

सुजिना: हाम्रो आमा सहकारीमा लेखा फाँटमा काम गर्नु हुन्छ । हाम्रो काका तरकारी खेती गरेर किसानी पेशा गर्नु हुन्छ ।

सुजन: अनि हाम्रो बस चलाउने छिमेकी काका ?

सुजिना: उहाँ चाहि सवारी चालक पेशा गर्नु हुन्छ ।



सुजन: अनि तिम्रो मामा ?

सुजिना: मामा चाहि हाम्रो भानु नगरपालिकाको कार्यलयमा अधिकृत हुनुहुन्छ । उहाँको चाँहि जागिर नै पेशा हो ।

सुजन: ए अनि हामी चाहिँ के पेशा गर्छौं ?

सुजिना: मेरो भाइले धेरै हँसायो । हामी त विद्यार्थी हो नि । हामीले अहिले केहि पेशा गर्नु पर्दैन । त्यो दिन पछि आउँछ ।

सुजन: ए हो त नि ।

शिक्षण निर्देशन: विद्यार्थीहरुलाई परिवारका सदस्य र टोलका छिमेकीहरुले के के पेशा गर्नुहुन्छ सूची बनाई प्रस्तुत गर्नुहोस् । विभिन्न काम गरिरहेको फोटो देखाउनुहोस् । स्थानीय बजारको भ्रमण गराई विभिन्न पेशाहरु लेख्न लगाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. चित्रमा हेरेर तल दिइएको मनिसहरुको पेशाहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

२. तल दिईएको प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. तपाइँको परिवारका सदस्यले गर्ने पेशा अविभावकलाई सोधेर लेख्नुहोस् ?

....

....

ख. सुजनको बुवा-आमा के पेशा गर्नु हुन्छ ?

....

....

ग. तपाइँलाई कुन पेशा गर्न रमाईलो हुन्छ जस्तो लाग्छ ?

....

....

घ. भोलि पर्सी ठुलो मान्छे भए पछि तपाईलाई कुन पेशा गर्न मन छ ?

....

....

परियोजना कार्य

बुवा-आमाको मद्दत मागेर आफ्नो परिवार, छरछिमेक र आफन्तहरुको पेशाहरुको सूची बनाएर गुरुआमालाई देखाउनुहोस् । केहि उदाहरणहरु दिईएका छन् ।

नाम	**पेशा**
बुवा	लेखक
आमा	कृषि व्यवसाय

पाठ–२

परम्परागत सामानहरू

नमस्ते ! साथीहरु मेरो नाम प्रिती अधिकारी हो । आज म हाम्रो भानु नगरपालिकामा पाइने परम्परागत सामानहरुको बारेमा भन्न गइरहेको छु ।

साथीहरु ! अब हामी तलको चित्र हेर्दै बुझौँ है त !

यो सन्दुस हो ।

यो जाँतो हो । यसले अन्न पिस्छ ।

यो पिर्का हो । यसमा हामी बस्न सक्छौं ।

यो नाङ्लो हो । कतै कतै यसलाई सुपो पनि भन्ने चलन छ । यसबाट हा(मीले चामल केलाउन र हम्कन सक्छौं

यो मक्कल हो । यसमा आगोको कोइला राखेर ताप्न सक्छौं, पुजा गर्दा धूप बाल्न सक्छौं ।

शिक्षण निर्देशन: आफ्नो गाउँमा प्रयोग गर्ने परम्परागत सामानहरु देखाई चिन्न र नाम भन्न लगाउनुहोस् र त्यसबारे थप जानकारी दिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिइएको सामानहरुका नामसँग जोडा मिलाउनहोस् ।

जाँतो

नाङ्लो

मक्कल

पिर्का

२. तलको प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. तपाईको घरमा प्रयोग हुने कुनै २ वटा परम्परागत सामानको नाम लेख्नुहोस् ।

....

ख. नाङ्लोको कुनै २ प्रयोग लेख्नुहोस् ।

....

ग. सन्दूसको कुनै १ प्रयोग लेख्नुहोस् ।

....

घ. जाँतो के का लागि उपयोग गरिन्छ ?

....

परियोजना कार्य

तल दिइएको बीचमा रंग भरेर चित्रको तल नाम लेख्नुहोस् ।

एकाइ ७

स्थानीय प्राकृतिक सम्पदा र वातावरण संरक्षण

पाठ–१

बोटबिरुवा र वन्यजन्तु

वन्यजन्तु

भाइबहिनीहरु ! तल दिइएको चित्र हेर्नुहोस् त । यी जनावरहरू वनमा पाइन्छन् । यस्ता जनावरहरूलाई वन्यजन्तु वा जङ्गली जनावर भनिन्छ ।

चितुवा

स्याल

भालु

बाँदर

कालिज

भंगेरा

बोटविरुवा

तल दिइएको चित्र हेर्नुहोस् । यी बोटबिरुवा हाम्रो भानु नगर पालिकामा पाइन्छन् ।

आँप

पिपल

वर

सल्लो

अमला

कटुस

शिक्षण निर्देशन : आफ्नो गाउँमा ठाउँमा पाइने बोट बिरुवाको नाम प्रत्यक्ष देखाई चिनाउनुहोस् । स्थानीय ठाउँमा पाईने वन्यजन्तुका नामहरु पनि फोटो सहित भनिदिनुहोस् ।

अभ्यास

१। तल दिइएका जनावरहरु मध्य जंगली जनावर छानी तल टेबलमा लेख्नुहोस् ।

घोडा, कुकुर, गाई, बाघ, हात्ती, खरायो, स्याल, भैसी, बाख्रा, चितुवा, मृग, बँदेल बाँदर, सुंगुर, भालु

जंगली जनावर

२. तलका शब्दहरु पढेर विरुवा हुन वा वन्यजन्तु हुन चिनेर चित्रको तल लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

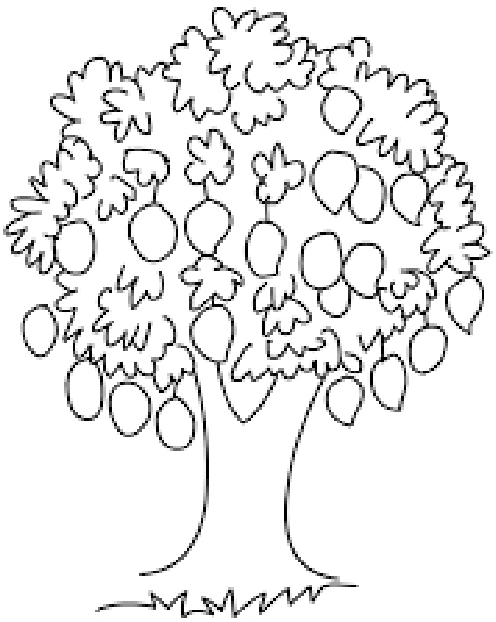
....

....

....

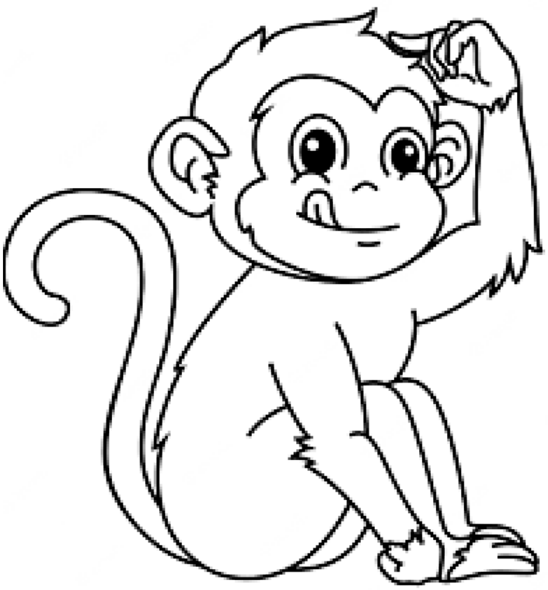
परियोजना कार्य

चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस् र दिइएको चित्र के को हो । चित्रको तल लेख्नुहोस् ।



....

....



....

....

पाठ–२

हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा

हाम्रो भानु नगरपालिकामा भएका सम्पदाका बारेमा तल चित्र हेरी बुझौँ

कुवा

कुवा पानीको मुहान हो । हामी कुवाबाट पानी खान्छौँ ।

वन

वन जनावर र चराचुरुंगीहरुको घर हो ।

खेतबारी

खेतबारीमा हामीले धान, मकै, कोदो, गहुँ र तरकारीहरु रोप्छौं ।

झरना

यो झरनाको फोटो हो । झरनाको पानी चिसो हुन्छ ।

धारा

हामीले धारामा पिउने पानी थाप्छौं ।

खोलामा माछा हुन्छ खोलामा पौडी खेल्न मज्जा आउँछ ।

खोला

मर्स्याङ्दी नदी हाम्रो भानु नगरपालिकाको सिमानामा पर्ने एक प्रमुख नदी हो । चुँदी खोला, पाउँदी, फाँउदी खोला हाम्रो महत्वपूर्ण सम्पदा हो । अर्चल धारा, रानीपानी धारा पानीका लागि महत्वपूर्ण स्रोत हुन् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई नजिकै पाइने प्राकृतिक सम्पदाको बारेमा जानकारी दिनुहोस् । विद्यालय नजिकैका प्राकृतिक स्रोतहरुको अवलोकन गराउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिइएको प्राकृतिक सम्पदाहरुका नामसँग जोडा मिलाउनुहोस् ।

धारा

कुवा

खोला

झरना

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर भर्नुहोस् ।

क) खोलामा पौडी .... मज्जा आउँछ ।

(खेल्न, नाच्न)

ख) हामीले धारामा .... पानी थाप्छौँ ।

(पिउने , खाने)

ग) झरनाको पानी ....हुन्छ ।

(चिसो, तातो)

घ) वन ....को घर हो ।

(जनावर, मान्छे)

ङ) कुवा ....को मुहान हो ।

(पानी, दुध)

परियोजना कार्य

तल दिएको दृश्यको चित्रमा आफूलाई मनपर्ने रंग भर्नुहोस् ।

भानु नगरपालिका, तनहुँ, गण्डकी प्रदेश, नेपाल

प्रकाशन

पहिलो संस्करण, बि.सं. २०८० असार

पाठ–१

हाम्रा खेलहरू

साथीहरु, आज खेल खेलौं है त ! सबैभन्दा पहिला कुन खेल खेल्ने होला ? रुमाल लुकाइ खेल खेलौ हुन्न त !

रुमाल लुकाइ

रुमाल लुकाइ खेल्न गोलो घेरामा बस्नु पर्दछ । एकजना विद्यार्थीले रुमाल हातमा लिएर कुद्नु पर्ने हुन्छ । कसैको पछाडि राखेर एक फन्का घुमेर आउदा पनि त्यो विद्यार्थीले थाहा पाएन भने ऊ खेलबाट बाहिरिन्छ ।

चम्चा दौड

रुमाल लुकाइ पछि अब चम्चा दौड खेलौं है ।
अब कुन खेल खेल्ने साथीहरु ? अब डन्डीबियो, कबड्डी र डोरी नाघ्ने खेल खेलौं है त ।

डन्डीवीयो

डन्डीवीयो एक प्रख्यात खेल हो ।
यो खेल खेल्न डन्डी र बियो चाहिन्छ ।

कबड्डी

कबड्डी खेल खेल्दा दुई वटा टोली हुन्छ । प्रत्यक टोलीमा ७ जना खेलाडीहरु हुन्छन् ।

डोरी नाघ्ने

डोरी नाघ्ने खेलमा खेलाडीहरुले डोरी माथिबाट उफ्रिनु पर्ने हुन्छ ।

यी बाहेक गोपे लौरो, फुटबल, भलिबल, क्रिकेट जस्ता खेलहरु धेरै छन् । तपाईहरुलाई कुन खेल मन पर्यो त ? साथीहरु !

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो गाउँमा खेलिने प्रख्यात खेलको बारेमा जानकारी दिनुहोस् र माथि उल्लेख गरिएका खेल खेलाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. चित्रमा हेरेर तल दिइएको खेलहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

२. तलको प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. तपाईलाई मनपर्ने कुनै २ वटा खेलको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

ख. हाम्रो राष्ट्रिय खेलको नाम के हो ?

....

....

परियोजनाको कार्य :

तल दिइएको खाली ठाउँमा आफूलाई मनपर्ने एउटा खेलको चित्र बनाई त्यसको बारेमा लेख्नुहोस् ।

पाठ–१

प्रकोप तथा दुर्घटना

वर्षायाममा पानी धेरै पर्दा खोलानालामा बाढी आउँछ । त्यसरी बाढी आउँदा खोला नजिक पहिरो जान सक्छ । जसले हाम्रो घरखेत बगाउन सक्छ ।

बाढी

पहिरो

हामीले भिरालो जग्गामा जथाभावी खन्ने जोत्ने गर्नु हुँदैन । खाली ठाउँहरुमा रुखविरुवा रोप्नुपर्छ । रुखविरुवाले पहिरो जानबाट बचाउँछ ।

डढेलो भनेको जंगल वा घाँसे मैदानमा लाग्ने आगो हो । डढेलो मानव जन्य र प्राकृतिक पनि हुने गर्छ जस्ले हाम्रो जनधनको नास गर्ने गर्छ । आगो फैलिँदै कहिलेकाहीँ टाढा टाढा सम्म पनि पुग्न सक्छ । यस्तो अवस्थामा धेरै अन्नको नास र मानिसको समेत ज्यान जान सक्छ । त्यसैले हामीले जथाभावी आगो बालेर छोड्नु हुँदैन् ।

हावाहुरी भनेको तीब्र बेगका साथ हावा चल्नु र मौसममा देखिने गडबडी हो । यसले धनजनको ठूलो क्षति गर्न सक्छ ।

सवारी साधनको तिब्र गति, चालकको लापरबाही, मादक पदार्थ सेवन गरी गाडी चलाउनु सडक दुर्घटनाका प्रमुख कारण हुन् ।

शिक्षण निर्देशन: स्थानीय क्षेत्रमा हुन सक्ने प्रकोपहरुको सूची बनाई विद्यार्थीहरु माझ फोटो सहित प्रस्तुत गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो गाउँ ठाउँमा यस्ता प्राकृतिक प्रकोप तथा दुर्घटना के के देख्नु भएको छ टिपेर ल्याउन लगाउनुहोस् र त्यसबारे कक्षाकोठामा छलफल गर्नुहोस् ।

१. तपाईलाई थाहा भएका पाँच वटा प्राकृतिक प्रकोप र दुर्घटनाका नाम लेख्नुहोस् ।

१.....................................

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

२। तल दिइएको अनुच्छेद पढी प्राकृतिक प्रकोप र दुर्घटनाका नाम छानी गोलो घेरा लगाउनुहोस् ।

रुखविरुवाले पहिरो रोक्न मद्दत गर्छ । बाढी पहिरो भनेको प्राकृतिक प्रकोप पनि भनिन्छ किनकि यो कहिले आउँछ थाहा हुँदैन । डढेलोले वनजंगलका जीव जन्तुको क्षति गर्नुका साथै वायु प्रदुषण पनि गर्दछ । हावाहुरीले मानवीय क्षति गर्नुका साथै धन सम्पत्ति, बालीनालीको पनि नोक्सान गर्दछ। सवारी दुर्घटनाबाट बच्न चालकहरु चनाखो हुनुपर्छ। भूकम्प पनि एक प्रकारको प्राकृतिक प्रकोप हो ।

३. तलको तस्वीर कुन प्राकृतिक प्रकोपको हो नाम लेख्नुहोस् त्यसबाट बच्न के गर्न सकिन्छ २ वटा वाक्य लेख्नुहोस् ।

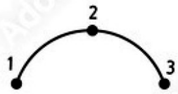
....

....

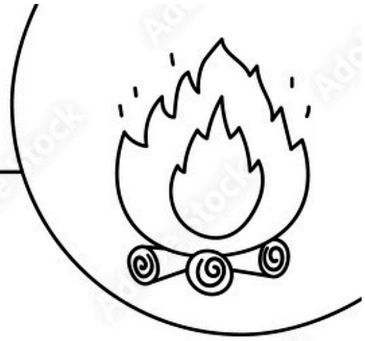
अभ्यास

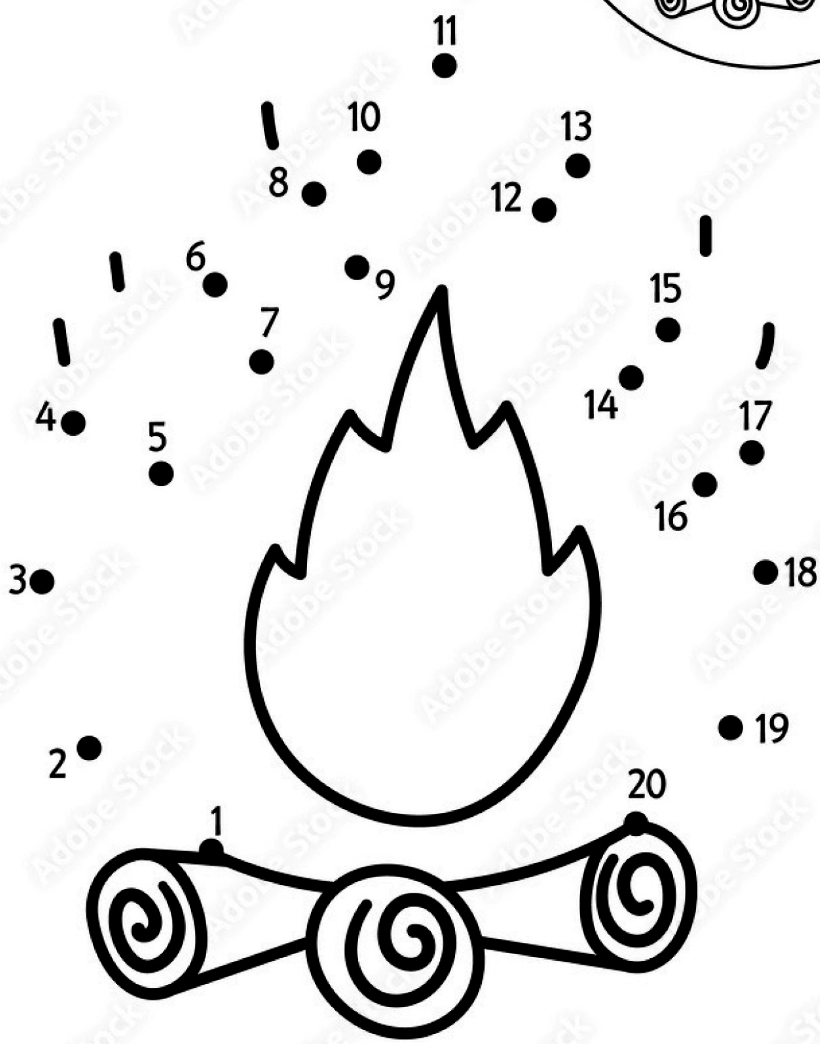
परियोजना कार्य

तल दिइएको चित्र पुरा गर्नुहोस् त्यसमा रङ्ग भर्नुहोस् ।



चित्र पुरा गर्नुहोस्





पाठ–१

फोहोरमैला व्यवस्थापन

हामी बस्ने ठाउँ वरपर सफा राख्नुपर्छ । फोहोर ठाउँमा बस्दा हामीलाई रोग लाग्न सक्छ ।

कुनै पनि खेर गएको, प्रयोग गर्न नसकिने वा प्रयोग गर्न नरुचाइएको वस्तुलाई फोहोर भनिन्छ ।

हाम्रो वरपर देखिने फोहोरलाई कुहिने र नकुहिने गरी दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ ।

१) कुहिने फोहोर:
भान्साबाट निस्कने फोहोर, खेर गएको खाना, तरकारीको बोक्रा, फलफूलको बोक्रा, बगैँचा वा खेतमा उखेलिएको घाँस, पात आदि कुहिने फोहोरमा पर्दछन् ।

२) नकुहिने फोहोर:
प्लास्टिक, प्रयोगमा नआएको लाइट बल्बहरू, धातु जुन फेरी प्रयोगमा अउँदैन त्यस्तो फोहोरलाई नकुहिने फोहोर भनिन्छ ।

फोहोरलाई कुहिने र नकुहिने वर्गीकरण गरी श्रोतमै न्यूनीकरण गरौं ।

सबै प्रकारको फोहोर जथाभावी फाल्दा वातावरण प्रदूषण भई हाम्रो स्वास्थ्यमा नराम्रो असर पर्न सक्छ । वातावरण फोहोर हुदाँ छाला सम्वन्धी रोग, झाडापखाला, आँखा पोल्ने आदि सम्भावना हुन्छ । फोहोरलाई कुहिने र नकुहिने गरी छुट्याएर कुहिनेवाट कम्पोष्ट नकुहिनेलाई पुनःप्रयोग वा पुनःचक्रण गरी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई कुहिने र नकुहिने फोहोरको बारेमा जानकारी दिनुहोस् । फोहोरमैलाको असरबारे बताइदिनुहोस् । विद्यालय वा कक्षाकोठाबाट निस्कने फोहोरको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) हाम्रो घर र विद्यालयबाट निस्कने फोहोर कति प्रकारका हुन्छन् ?

....

....

ख) तपाईको घरबाट निस्कने कुनै ३ वटा कुहिने फोहोरको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

ग) तपाईको घरबाट निस्कने कुनै २ वटा नकुहिने फोहोरको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

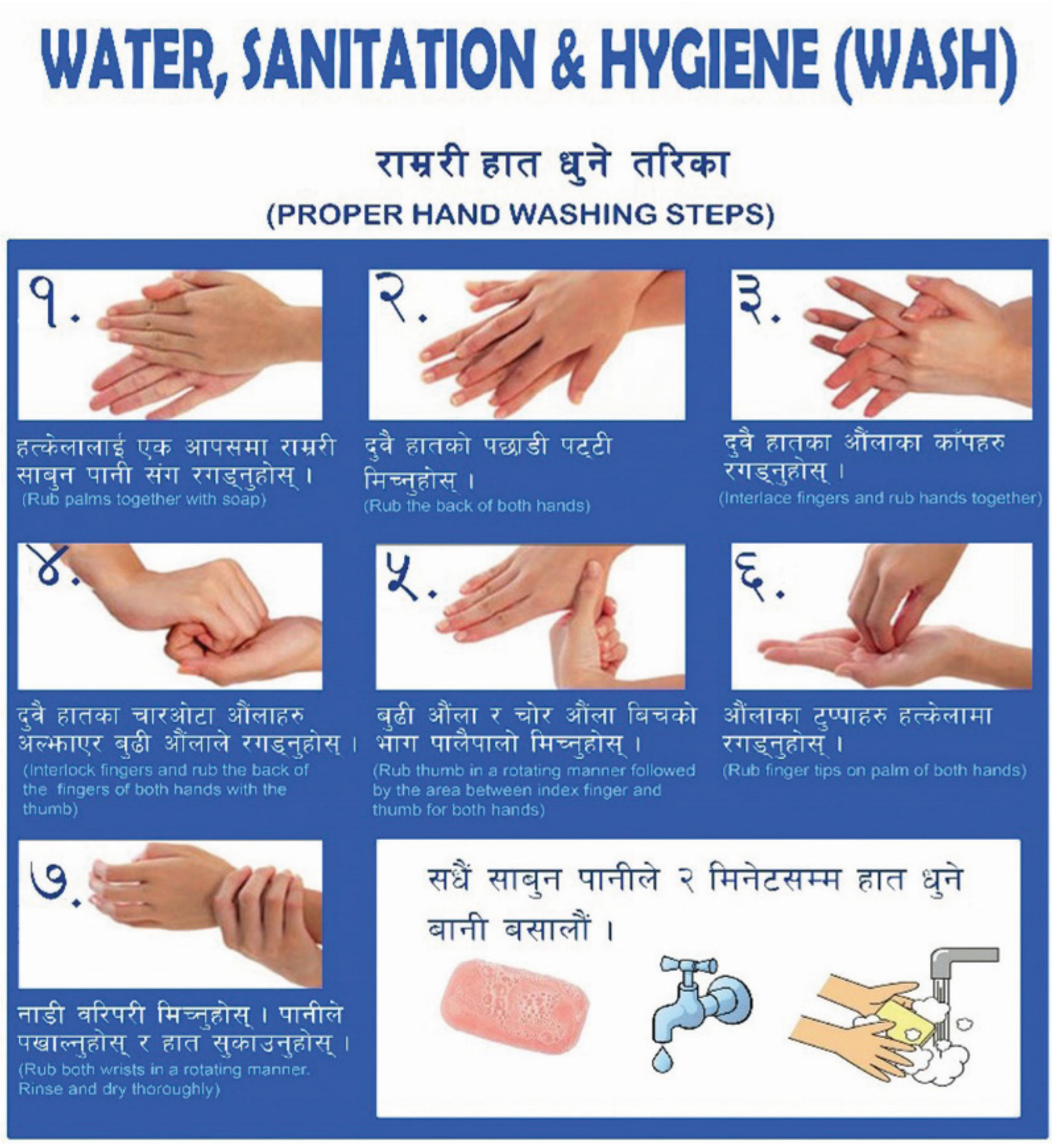
घ) फोहोर जथाभावी फाल्दा र त्यसबाट कस्तो रोग लाग्न सक्छ ?कुनै दुईको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

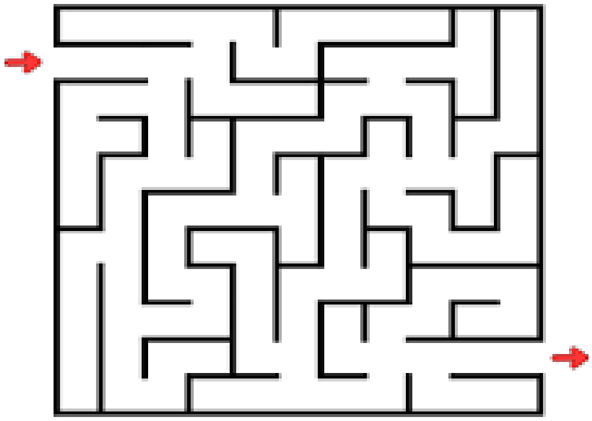
२. दिइएको चित्र हेरेर सामुहिक रूपमा हात धुने अभ्यास गर्नुहोस् ।



३. दिइएका चित्रहरू हेरेर सफा देखिने चित्रमा ठीक (√) र फोहोर देखिने चित्रमा बेठीक (*X*) चिह्न लगाउनुहोस् ।

परियोजना कार्य

तलको चित्रमा हेर्नुहोस् त ! भाइ फोहोर फाल्न जाँदैछ, तपाईँहरुले पनि उसको बाटो पत्ता लगाउन मद्दत गरी दिनुहोस् है ।



पाठ–२

हाम्रो फूलबारी

(ज्योति र सदिक्षा शनिबारको दिन पार्क घुम्न गएका थिए उनीहरु बगैँचामा खेल्न पाउँदा खुब रमाइरहेका हुन्छन् ।)

ज्योतिः तिम्रो घरमा फूलको बगैँचा छ ?

सदिक्षाः अँ सानो बगैँचा छ नी । मेरो मम्मीले बगैँचामा कत्ति फूलहरु रोप्नु भएको छ ।

ज्योतिः हो र ? के के फूलहरु छन् ?

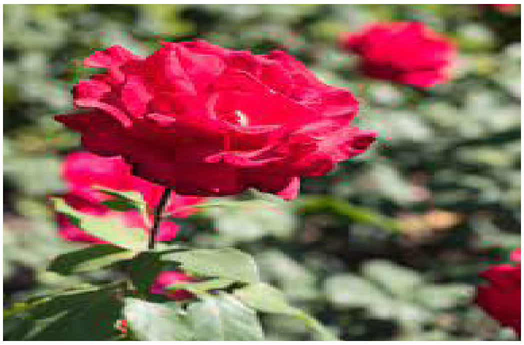
सदिक्षाः हाम्रो बगैचामा सयपत्री, गुलाफ, गोदावरी, पारिजातको फूलहरु छन् । तिम्रो घरमा के के फूल छ नी ?

सयपत्री

चमेली

गोदावरी

परिजात


गुलाफ

सूर्यमुखी

ज्योतिः मेरो घरमा चमेली र सूर्यमुखीको फूल छन् ।
सदिक्षाः तिमीलाई मनपर्ने फूल कुन हो ?
ज्योतिः मलाई मनपर्ने फूल गुलाफ हो अनि तिम्रो ?
सदिक्षाः मेरो पनि गुलाफ हो ।
(दुवै जना हाँस्छन् र अर्को शनिबार पनि आउने है भन्दै मख्ख पर्दै घर फर्किन्छन् ।)

शिक्षण निर्देशनः विद्यार्थीहरुलाई विद्यालय वरिपरी भएका तथा भानु नगरपालिका क्षेत्रमा हुने विभिन्न फूलहरुको चित्र सहितको सूची बनाई प्रस्तुत गर्नुहोस् । विद्यालयमा भएका फूलहरु प्रत्यक्ष देखाई चिनाईदिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तल दिइएको फूलहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

सयपत्री

चमेली

परिजात

सूर्यमुखी

गुलाफ

गोदावरी

२. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) तपाईको घर नजिकै पाइने ४ वटा फूलहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

ख) तपाइलाई मनपर्ने फूलको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

ग) सयपत्री फूलको रंग कस्तो हुन्छ ?

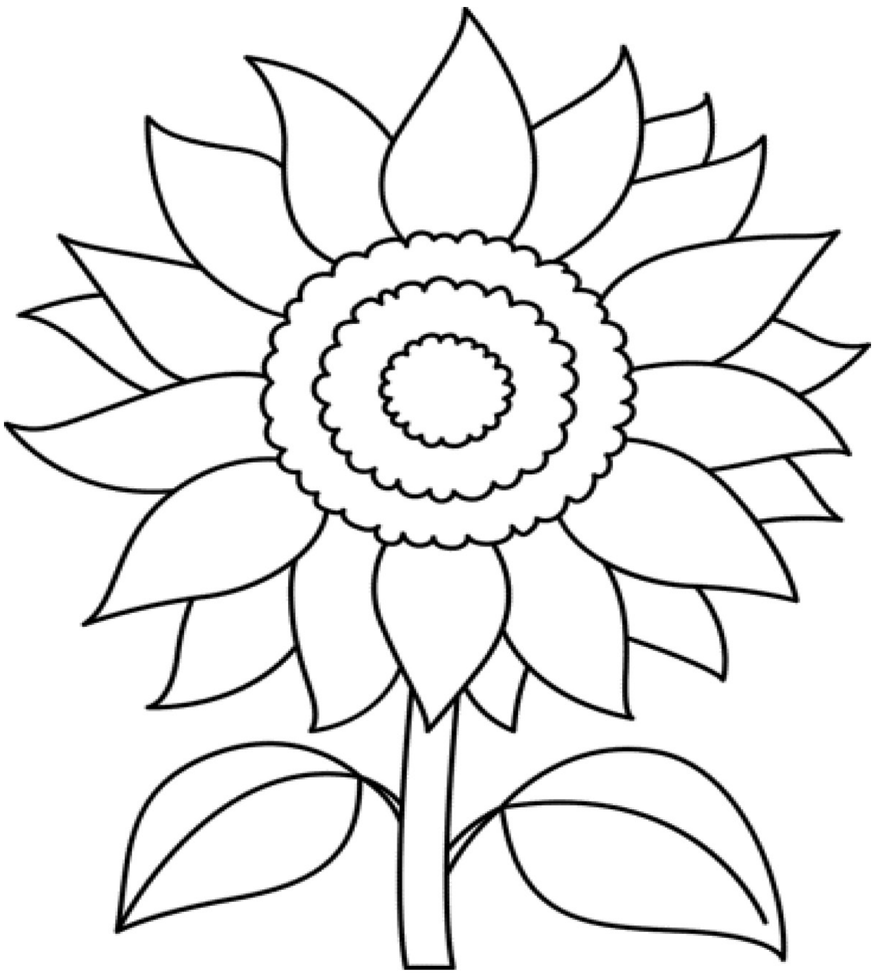
....

घ) परिजात फूलको रंग कस्तो हुन्छ ?

....

परियोजना कार्य

तलको चित्रमा आफूलाई मनपर्ने रंग भर्नुहोस् र फूलको नाम लेख्नुहोस् ।



हाम्रो नैतिक मुल्य, मान्यता र आचरण

पाठ–१

असल बानी

सुशीलको परिवार बेंसीमा बसाइँ सरेर आएका छन्। सुशीलको परिवार त्यो ठाउँमा नयाँ भएपनि सबै छरछिमेकसँग मिलेर बसेका छन् । सुशील आफ्नो घरमा आएका छिमेकीलाई नमस्कार गर्छन् र आफू भन्दा सानोसँग मायाले बोल्छन् । सुशील सधैं सबैजनासँग नम्र भएर बोल्छन् ।

गाँउघरमा विभिन्न चाडपर्व मनाउँदा, विहे, भोजभतेर गर्दा सुशील को परिवारले अरुलाई सहयोग गर्ने गर्दछन् ।

सुशील सधैं शिष्टाचार व्यवहार गर्छन् । सुशील, सुशीलको परिवार र छिमेकीहरु सबै मिलेर काम गर्छन् । चाहिएको बेलामा एकले अर्कोलाई मद्दत र सहयोग गर्दछन् ।

सुशील ले सबैलाई सम्मान गर्छन् । ऊनी कहिले पनि ठग्ने, झुटो बोल्ने गर्दैनन् ।
बुढाबुढी, रोगीलाई आफूले सकेको सहयोग गर्छन् ।
सुशील पढ्नमा पनि ध्यान दिन्छन् ।
सुशील को असल बानीले गर्दा उनलाई गाउँ र विद्यालयमा सबैले माया गर्छन् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई असल बानीको सूची बनाउन लगाउनुहोस् र कक्षा कोठामा छलफल गर्नुहोस् । असल बानीको दैनिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर भर्नुहोस् ।

क) सुशीलको परिवार .... मा बसाई सरेर आएका हुन् ।

(लेक, बेंसी)

ख) सुशील आफूभन्दा सानालाई .... बोल्छन् ।

(मायाले, हेपेर)

ग) .... बानी भएको मानिसलाई सबैले माया गर्छन् ।

(असल, खराब)

२) तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) सुशील र उसको छिमेकी एक अर्का सँग कस्तो व्यवहार गर्छन् ?

....

....

....

ख) सुशीललाई सबैजनाले किन माया गर्छन् ?

....

....

....

ग) सुशील कस्तो कुरा बोल्दैन ?

....

....

....

घ) तपाईं आफूभन्दा ठूलालाई सम्मान गर्नुहुन्छ की हुन्न ?

....

....

....

परियोजना कार्य

तपाईले आफ्नो घर, विद्यालयमा सबै जनासँग कसरी व्यवहार गर्नुहुन्छ लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

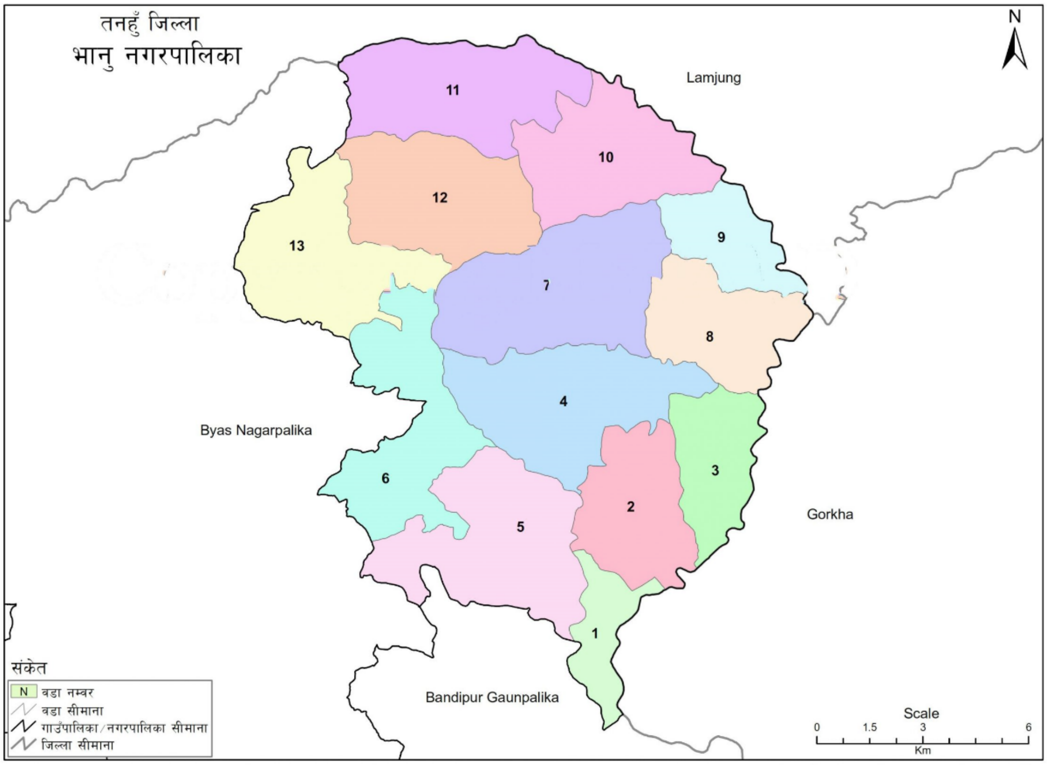
....

....

....

....

....



स्रोत: स्थलरुप नक्सा (स्केल १:२५००० /१:५००००), नापी विभाग र जनगणना २०६८, केन्द्रिय तथ्यांक विभाग
तयार पार्ने: गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष, संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्रको संख्या तथा सीमाना निर्धारण आयोग

Projection System: MUTM, Spheroid - Everest 1830
LLRC, 2016

जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी

भानु नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

फुस्रेटार, तनहुँ, गण्डकी प्रदेश, नेपाल