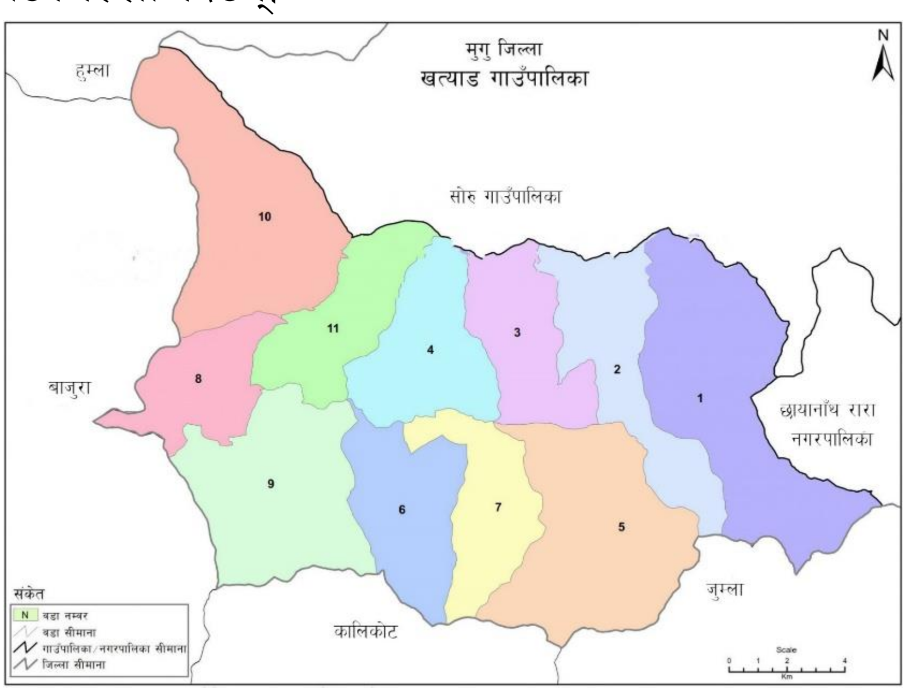
एकाई १: खत्याड गाउँपालिकाको परिचय

पाठ १:हाम्रो गाउँपालिका

हेरौं र चिनौं

हाम्रो गाउँपालिकाको नाम खत्याड गाउँपालिका हो ।खत्याड गाउँपालिका मुगु जिल्लामा पर्छ । मुगु जिल्लामा चारवटा स्थानीय तहहरु छन् । खत्याड गाउँपालिकाको स्थापना २०७३ साल फागुन २७ गते भएको हो ।खत्याड गाउँपालिकामा ११ वटा वडाहरु छन् ।खत्याड गाउँपालिकाको पूर्वमा छायानाथ-रारा नगरपालिका पश्चिममा बाजुरा जिल्ला उत्तरमा सोरु गाउँपालिका र दक्षिणमा जुम्ला र कालिकोट जिल्ला पर्दछन्।



क्रियापलाप १: माथी दिईएको नक्सा र पाठका आधारमा तालिका भर्नुहोस् ।

नामः..............................

टोलको नाम..

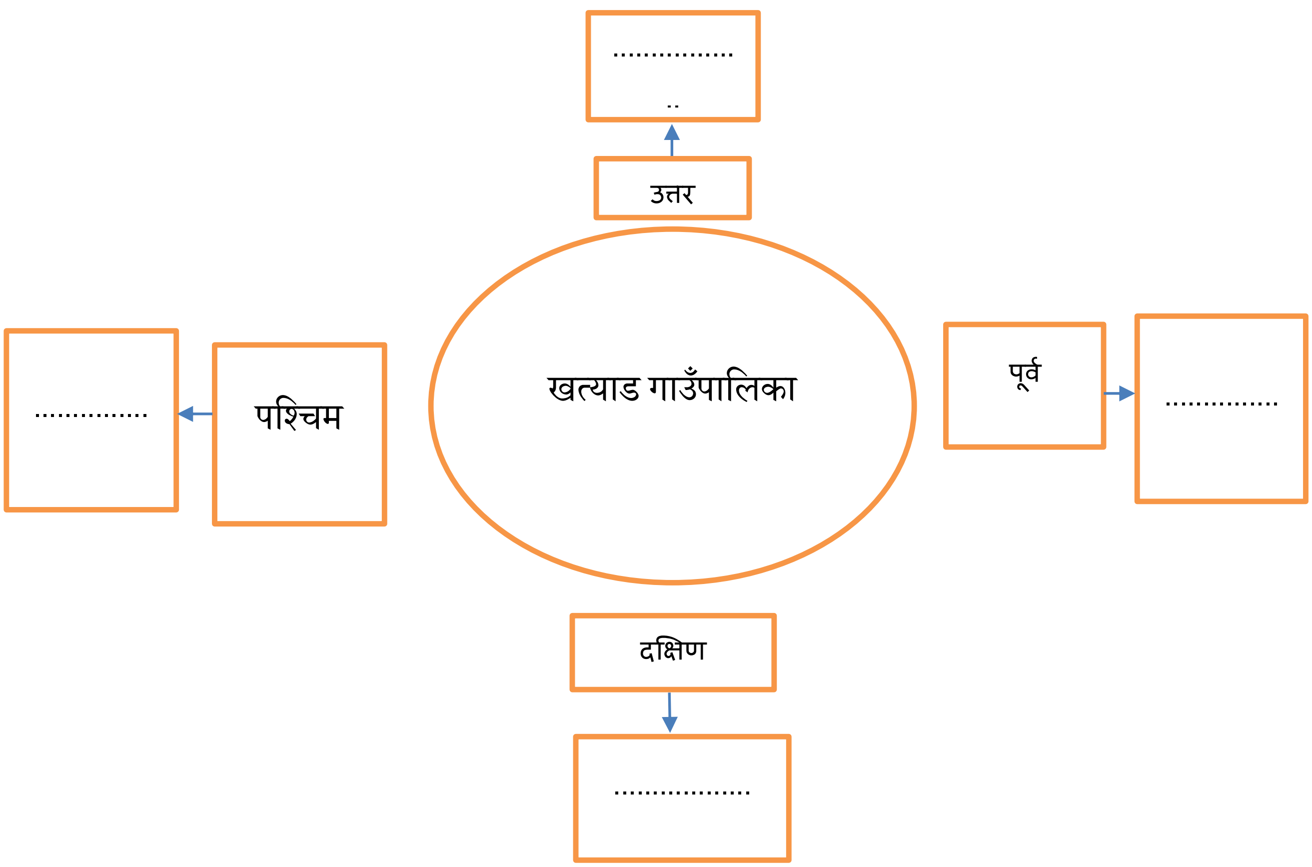
वडा नं..

वडा कार्यालय..

गाउँपालिकाको नाम..

जिल्ला ....

क्रियाकलाप २. माथिको नक्सा हेरी कुन दिशामा कुन स्थान पर्छ,खाली ठाउँ भर्नुहोस्।



क्रियाकलाप ३. खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

क) खत्याड गाउँपालिकाको पूर्वमा ....पर्दछ ।

ख) खत्याड गाउँपालिकाको पश्चिममा............................पर्दछ ।

ग) खत्याड गाउँपालिकाको उत्तरमा..................पर्दछ ।

घ) खत्याड गाउँपालिकाको दक्षिणमा ....पर्दछ

क्रियाकलाप ४. उत्तर लेख्नुहोस्

क)तपाई कुन गाउँपालिकामा बस्नुहुन्छ ?

उत्तर..।

ख)तपाईको गाउँपालिकाको अध्यक्षको नाम के हो ?

उत्तर ....।

ग)तपाईको गाउँपालिकाको उपाध्यक्षको नाम के हो ?

उत्तर ....।

घ)तपाईको गाउपालिकाको उत्तर दिशामा कुन गाउँपालिका पर्छ ?

उत्तर...।

परियोजना कार्यःतल दिईएको हाम्रो गाउँपालिकाको नक्सा हेरी आफु बस्ने वडा पत्ता लगाई रङ भर्नुहोस् ।

पाठ २ मौसम

चित्र हेरौं र चिनौं

कुनै स्थानको निश्चित समयमा हुने वायुमण्डलीय परिवर्तनको अवस्थालाई मौसम भनिन्छ । मौसम अन्तर्गत वर्षा तापक्रम हावाहुरी आदि पर्दछन । मुगु जिल्लाको खत्याड गाउँपालिका हिमाली क्षेत्रमा पर्ने भएकोले यहाँको मौसम जाडो हुन्छ । हाम्रो खत्याडको समग्र मौसमलाई हेर्दा कार्तिक मंसिर पौष माघ फागुन र चैत्र महिनामा जाडो हुन्छ भने बैशाख जेठ असार श्रावण भदौ र असोज महिनामा न्यानो हुन्छ । यस गाउँपालिकाको माथिल्लो भागमा जाडो समयमा धेरै हिँउ पर्छ।

क्रियाकलाप: १ माथिको पाठ पढी जाडो हुने महिना र न्यानो हुने महिना तलको तालिकामा लेख्नुहोस ।

जाडो हुने महिना	गर्मि हुने महिना
१.	१. ....
२.	२. ....
३.	३. ....
४.	४. ....
५.	५. ....
६.	६. ....

क्रियाकलापः २ हेरौं चिनौं र भनौं

क्रियाकलापः ३ तलका प्रश्वनहरुको उत्तर लेख्नुहोस।

क) मौसम केलाई भनिन्छ ?

उत्तर : ....

ख) तपाईको गाउँमा हिँउ पर्ने महिना कुन-कुन हुन ?

उत्तर : ....

ग) तपाईको गाउँमा न्यानो हुने महिना कुन-कुन हुन ?

उत्तर : ....

घ) खत्याड गाउँपालिका कुन क्षेत्र भित्र पर्छ ?

उत्तर : ....

एकाई १

पाठ ३: वडा समिति

हेरौं,पढौं र छलफल गरौं

६ नं. वडा कार्यालय

वडा प्रतिनिधि

यहाँ भएका व्यक्तिहरुको सूची खत्याड गाउँपालिका वडा नं. ६ वडा समितिका पदाधिकारीहरुको हो । उहाँहरु विक्रम सम्वत २०७९ सालमा निर्वाचित हुनुभएको हो । यस वडामा वडा अध्यक्ष भरत बहादुर शाही र अरु ४ जना वडा सदस्यहरु हुनुहुन्छ । प्रत्येक वडामा रहने पाँच सदस्यीय जनप्रतिनिधिको समुहलाई वडा समिति भनिन्छ ।

क) खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

१) प्रत्येक वडामा ....जनाको वडा समिति हुन्छ ।

२) तपाईको वडा अध्यक्षको नाम ....हो ।

३) तपाईको वडाका जनप्रतिनिधिहरु................सालमा निर्वाचित भएका हुन् ।

४) तपाईको वडा कार्यालय...................................मा छ ।

ख) छोटो उत्तर लेख्नुहोस् ।

१) वडा समितिमा कति जना सदस्यहरु हुन्छन ?

उत्तर...

२) तपाईको वडा अध्यक्षको नाम के हो ?

उत्तर..

३) तपाईको वडा नं कति हो?

उत्तर.............................

४) तपाईको वडाको एक जना वडा सदस्यको नाम भन्नुहोस् ।

उत्तर...

शिक्षकलाई निर्देशनः शिक्षण सिकाई क्रियाकलाप गर्दा वडा कार्यालय गई त्यहाँ भएको वडा समितिको तस्विर सहितको चार्ट ल्याई कक्षामा प्रस्तुत गर्ने ।

पाठ ४ हाम्रा संघसंस्था

हेरौं चिनौं र छलफल गरौं ।

वडा कार्यालयको

विद्यालयमा धारा सहितको

स्वास्थ्य चौकी

प्रहरी चौकी

माथिका चित्रहरु के-के का होलान ?

तपाईको वडामा माथिका मध्ये कुन-कुन संघसंसथाहरु छन ?

माथीका संघसंस्थाहरुले के-के काम गर्छन होला ?

माथी चित्रमा उल्लेख भएका संघसस्था वाहेक तपाईको वडामा कुनु कुन संघ संस्थाहरु छन् ।

पढौं र बुझौं

ने.रा. मा.वि. कर्मासी

१ नं. वडा कार्यालय

स्वास्थ्य चौकी

रमिताको घर खत्याड गाउँपालिका वडा नं.१ कर्मासीमा पर्छ । उनको घर नजिकै श्री नेपाल राष्ट्रिय माध्यामिक विद्यालय रहेको छ। उनी त्यही विद्यालय कक्षा २ मा पढ्छिन। उनको विद्यालयमा स्वच्छ खानेपानीका धाराहरु छन। विद्यालयको नजिकै वडा कार्यालय र स्वास्थ्य चौकी पनि छन। रमिताको भाइ जन्मदा त्यसै वडा कार्यालयमा गएर जन्मदर्ता बनाएका थिए। एक दिन रमिता बिरामी भइन । आमाले उनलाई नजिकैको स्वास्थ्य केन्द्रमा लगेर औषधी उपचार गराउनु भयो। औषधी खाएर रमितालाई सन्चो भयो।

क्रियाकलापः१ उत्तर भन्नुहोस।

क. रमिता कति कक्षामा पढ्छिन ?

ख. रमिता पढ्ने विद्यालयको नाम के हो ?

ग. रमिता विरामी हुँदा कहाँ गइन ?

घ. रमिताको भाइको जन्मदर्ता कहाँ बनाए ?

ङ. तपाइको विधालयमा स्वच्छ खानेपानी छ ?

क्रियाकलापः २

क. विधालयमा …………… पाइन्छ। (उपचार/शिक्षा)

ख. विरामी हुँदा …………… जानुपर्छ। (स्वास्थ्य चौकी/विद्यालय)

ग. जन्मदर्ता …………….. मा बनाउँछन। (घर/वडा कार्यालय)

घ. स्वास्थ्य चौकी बाट ………..   पाइन्छ। (उपचार/शिक्षा)

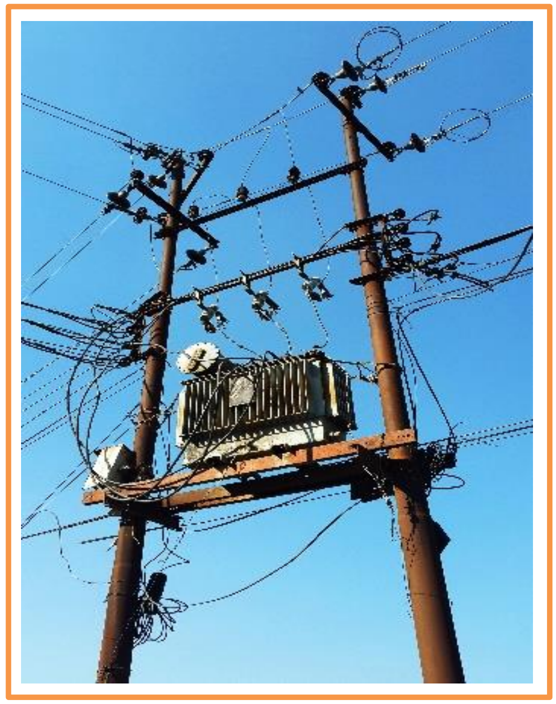
ङ. म …………….   कक्षामा पढ्छु। (तिन/दुइ)

क्रियाकलापः ३ तपाइको घर नजिकै रहेका संघसंस्थाहरुको शिक्षकको सहयोग लिइ तालिका   पुरा गर्नुहोस।

क्र.स.	संस्थाहरुको नाम	गर्ने काम
१	विद्यालय	पढ्ने पढाउने र पढाउने
२	स्वास्थ्य चौकी	……………………….
३	वडा कार्यालय	……………………….
४	प्रहरी चौकी	………………………..

पाठ :५ हाम्रो बिकास

हेरौं,पढौं र छलफल गरौं



बुबा बाउसो काँधमा हालेर जाँदै गर्दा छोरीले देख्छिन् ।

छोरीःबुबा!हजुर काँधमा बाउसो राखेर कहाँ जान लाग्नुभएको हो ?

बुबाःअँ! छोरी म गाउँमा काम खुलेको छ , त्यही जान लागेको । तिमी घरमै आमासँग बस है ।

छोरीः बाबा! गाउँमा कस्तो काम खुलेको छ ? यस्तो कामलाई के भनिन्छ ?

बाबाः गाउँमा सडक बनिरहेको छ छोरी । यस्तो कामलाई विकास भनिन्छ ।

छोरीः विकास भनेको के हो नि बुबा ?

बुबाःस्यावास ! छोरी तिमि कति जिज्ञासु छौ । विकास भनेको हामि बसेको ठाउँमा सञ्चारको सुविधा पुग्नु, सडक बन्नु, बिजुलि बत्ति बल्नु, अस्पताल बन्नुलाई विकास भनिन्छ छोरी ।

छोरीःसञ्चार भनेको के हो नि बुबा ?

बुबाः(डाडाँ माथिको टावर देखाउँदै) त्यो माथिको टावरले गर्दा हामी कुराकानि गर्दछौं ।रेडियो सुन्छौं, टि.भि.हेर्छौं , फेसबक चलाउँछौं ।

छोरीःहाम्रा खत्याड गाउँपालिकामा कस्ता-कस्ता विकास भएका छन् त बुबा ?

बुबाः भएका छन् नि छोरी ! बाटो बनेको छ,बत्ती बन्दैछ,धेरै ठाउँमा टावरहरु बनेका छन् । स्वास्थ्य केन्द्रहरु छन् । पढ्नका लागि विद्यालयहरु बनेका छन् ।

छोरीः धन्यवाद बुबा मैले विकासको बारेमा धेरै कुरा बुझेँ ।

बुबाःतिमीलाई पनि धन्यबाद छोरी ! ल अब म काममा जान्छु ।

(बुबा काममा जानुहुन्छ, छोरी भान्सातिर जान्छिन)

माथिको संवाद र चित्र अध्ययन गरी तलको अभ्यास गर्नुहोस् ।

क)के तपाईको गाउँमा सडक पुगेको छ ?

उत्तर ....

ख)तपाई पढ्ने विद्यालयमा कति कक्षासम्म पढाई हुन्छ ?

उत्तर ....

ग)तपाईको गाउँमा खानेपानिको धारा छ ?

उत्तर ....

घ)तल दिईएको चित्र चिनेर नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

ङ)तपाईको टोलमा भएका कुनै तिनवटा विकासका नाम लेख्नुहोस् ।

१. ....

२. ....

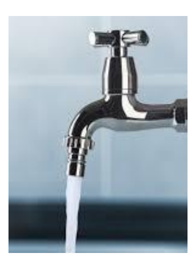
३. ....

चित्र हेरि जोडा मिलाउनुहोस्।

टेलिफोन

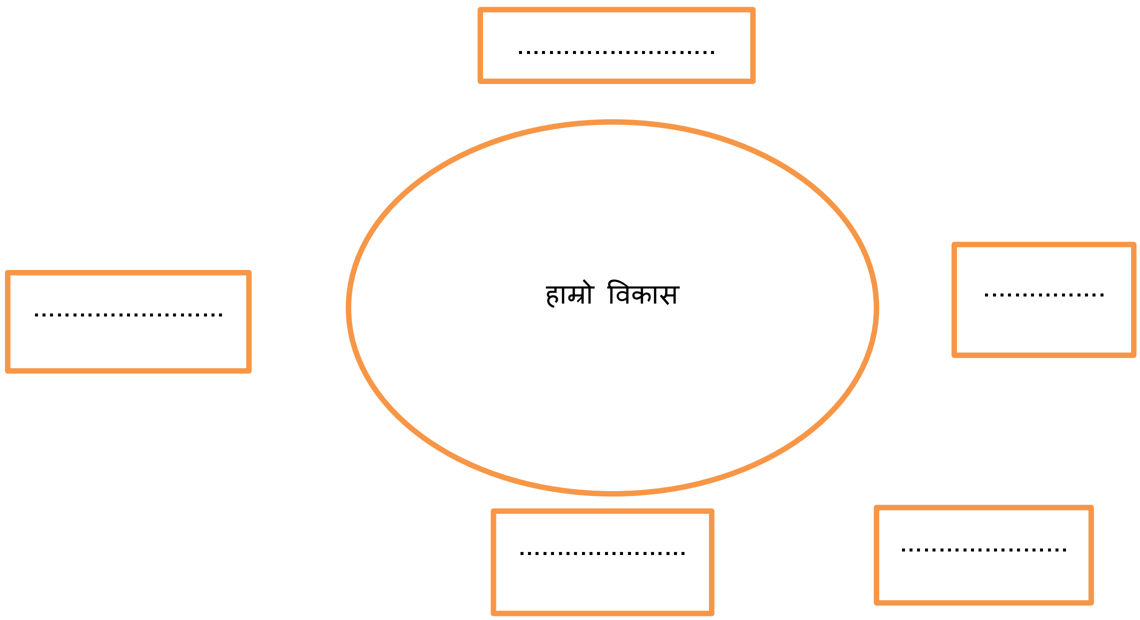
स्कुल

खानेपानी



बत्ति

तल दिईएको खालि कोठामा विकासका नाम लेखी भर्नुहोस् ।



परियोजना कार्यःतपाईको गाउँमा मानिसहरु जम्मा भएर कुन-कुन विकासका कामहरु गर्छन ती कामहरुको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क) ....

ख) ....

ग) ....

घ) ....

ङ) ....

च) ....

एकाई २ खत्याडका सम्पदाहरु

पाठ १ पर्यटकिय स्थलहरु

मानिसहरु राम्रा राम्रा ठाउँमा घुम्न मन पराउँछन । राम्रा ठाउँ घुम्ने सबैको रुचि हुन्छ । राम्रा घुम्न लाएक ठाउँहरुलाई पर्यटकिय स्थल भनिन्छ । हाम्रो खत्याड गाउँपालिकामा पनि धेरै घुम्ने ठाउँहरु छन जस्तैः हलेसी गुफा तर्मा गुफा माडु मन्दिर ढोगन्ना खेस्मालिका लुपकोट बाडुलेख आदि छन ।

यिनी हाम्रा पर्यटकिय स्थल हुन । हामी नयाँ-नयाँ ठाउँमा घुम्न गएमा केहीन केही नयाँ कुराहरु देख्छौं सिक्छौं र रमाउँछौं ।

खेस्मा मालिका

खत्याड गाउँपालिकाको वडा नं.६ र ७ मा पर्ने खेस्मालिका खत्याड गाउँपालिकाको प्रमुख पर्यटकिय स्थल हो । यहाँ स्वदेशी तथा विदेशी पर्यटकहरु घुम्न आउँछन । यहाँ खेस्मालिका माइको थान रहेको छ जसको पुजापाठको अवसरमा श्रावण पुर्णिमामा ठुलो मेला लाग्छ । मेलामा बाजुरा कालिकोट जुम्ला जिल्ला समेतका मानिसहरु मेला हेर्न आउँछन ।

हलेशी गुफा

हलेशी गुफा खत्याड गाउँपालिकाको वडा नं. १ मा पर्दछ । यो खत्याड गाउँपालिकाको पर्यटकिय स्थल हो । यहाँ प्राकृतिक गुफा रहेको छ । यसको संरक्षण र ब्यवस्थापन गर्न सकेमा यहाँ बिभिन्न ठाउँ बाट मानिसहरु घुम्न आइ हाम्रो आर्थिक आम्दानी हुने देखिन्छ ।

१. कवा मष्टो

खत्याडका प्रसिद्ध देवताहररू मध्ये कवा मष्टो प्रमुख देवदता हो । यो देवताको मन्दिर खत्याड गाउँपालिकाको ५ नं. वडा कवा गाउँमा छ। यो देवतालाई दाडे मष्टो पनि भनिन्छ ।साउन पूर्णिमा माघ पूर्णिमा पूजा गरिन्छ । बलिदिने निम्ते पूजा बाह्रै महिना गरिन्छ ।यो देवताको पूजामा सिँजा,रुकुम, रोल्पा जाजरकोट, बाजुरा, मुगु, हुम्लाबाट पनि भक्तजनहरू आउने गर्दछन् ।पहिलेको कोटे राजालाई हटाइ आफ्नो अधिकार जमाएको मानिन्छ ।यो देवताको पूजा अगरेपछि मनोकामना पुरा हुन्छ भन्ने जनविश्वास रहेको छ। पूजामा न्वाँगी हालेर पुरी प्रसाद बनाउने गरिन्छ ।

२ ठामलेख कुणाडया मष्टो (बाठो मष्टो)

खत्याडका प्रख्यात देवीदेवताहरू मध्ये ठामलेख मष्टो एक मुख्य देवता हो। यो देवताको माडु खत्याड गाउँपालिकाको ८ नं वडा ठामलेख गाउँमा छ ।यो देवताको पूजा मुख्य गरि मङ्सिर र जेठ पूर्णिमा गरिन्छ। यसको पूजा गर्न ठामलेख रोल रिगा सुकाढिकका मानिसहरूले गर्दछन्। यो देवताको दर्शन अन्य ठाउँका श्रद्धारलु भक्तजनहरू आउने गर्दछन्। यसलाई फलियाको डिट्ठा देवता पनि भनिन्छ। यसले अन्यायमा परेका मानिसहरूलाई न्याय दिन् भएकाले निसाफी वायु भनिन्छ। यसको बाहन बझ्याङखोली हो। बाहन बलियो भएकाले देवता पनि बलियो छ। यो देवताको पूजामा धेरै बली चढाइन्छ। यसको
बाहनलाई कुखुराको बली र मास चामल दिइन्छ। पुरी प्रसाद बनाइ भक्तजनहरुलाई बाँड्ने चलन छ । यो देवताको थानलाई व्यवस्थित र विकास गर्न सकेमा पर्यटकको आकर्षक केन्दविन्दु बनाउन सकिन्छ।

भूवानी मन्दिर

यो भूवानी भगवतीको मन्दिर हो। यो मन्दिर खत्याड गाउँपालिकाको वडा नं. ३ श्रीकोट गाउँमा छ। भूवानी मन्दिरमा माघ पूर्णिमा पूजा गरिन्छ।गाउँले सबैले न्वाँगी उठाइ खिर बनाउने बोकाको बली चढाउने गरिन्छ। भूवानी भगवती पूजाअर्चना गरेमा राम्रो वर पाइने जनविश्वास रहेको छ।

क्रियाकलापः१ खाली ठाउँमा भर्नुहोस।

क) हामी नयाँ-नयाँ ठाउँ घुम्न गएमा …… …… र रमाउँछौँ ।

ख) हाम्रा घुम्न लाएक ठाउँ नै …………….. हुन।

ग) वडा नं. १ मा ………………. पर्छ।

घ) खत्याड गाउँपालिकाको ………………. मुख्य पर्यटकिय स्थल हो।

क्रियाकलापः२ तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस।

क) हलेशी गुफा कति नम्बर वडामा छ ?

उत्तर

ख) खत्याडको प्रमुख पर्यटकिय स्थल कुन हो ?

उत्तर

ग) पर्यटकिय स्थल केलाई भनिन्छ ?

उत्तर

घ) मानिसको रुची के हुन्छ ?

उत्तर

परियोजना कार्यः आफ्नो टोलको भ्रमण गर्नुहोस र त्यहाँ भएका पर्यटकिय स्थलको बिशेषताहरु कक्षामा सुनाउनुहोस।

पाठ २ स्थानिय बजार

स्थानिय स्तरमा उत्पादन गरेका बस्तुहरु बेच्ने र आफुलाई चाहीने सामान तथा वस्तुहरु किन्ने ठाउँलाई बजार भनिन्छ । बजारमा बिभिन्न वस्तुहरु किनबेच गर्न सकिन्छ । स्थानिय बजारमा बिशेषगरी स्थानिय बस्तुको विक्री वितरण गरीन्छ। हामीलाई चाहीने वस्तुहरु बजारमा गएर किन्ने गर्दछौँ।

रामतडी बजारको चित्र

रामतडी बजार खत्याड गाउँपालिकाको कार्यालय रहेको बजार हो। यहाँ नजिकका मानिसहरु आफुले उत्पादन गरेका तरकारी फलफुल दुग्धजन्य मासुजन्य तथा अन्य घरेलु वस्तुहरु बेच्न आउँछन र आफुलाई चाहीएको सामान किनेर लिन्छन । आफ्नो गाउँमा उत्पादन हुने विभिन्न वस्तुहरु रामतडी माझचौर र गम्था बजारमा लिएर किनबेच गर्ने गर्छन। गाउँपालिकाको कार्यालय रहेको हुँदा समान वस्तुहरुको माग भैरहेको हुन्छ।

रातापानी बजार

यो रिठा बजार रातापानी हो । यो खत्याड गाउँपालिकाको वडा नं. ११ मा पर्दछ । तल्लो खत्याडका प्राय मानिसहरु यहाँ आएर ब्यापार व्यवसाय गर्दछन । यो बजार संगै अन्य सेवामुलक निकायहरु जस्तै प्राथामिक स्वास्थ्य केन्द्र, ईलाका प्रहरी कार्यालय, हिरा सुरेन्द्र पुर्ण चतुरदेव क्याम्पस र महाँदेव मष्टा नमुना माध्यामिक विद्यालय रहेका छन । जसको कारणले मानिसहरुको चहलपहल यस बजारमा स्थानिय उत्पादन र अन्य वस्तुहरुको विक्री वितरण भैरहेको पाईन्छ ।

क्रियाकलाप १. जोडा मिलाउनुहोस

किराना पसल

तरकारी पसल

कपडा पसल

घरेलु पसल

चित्र हेरौं र छलफल गरौं

डोकोमा तरकारी हाली बेच्न लगेको

बा आमा छोराछोरीले किनमेल गरेको

क. माथीका चित्रमा के-के देख्नु भयो ?

ख. के तपाई पनि आफ्नो बुवा आमा संग वजार जानु भएको छ ?

ग. तपाई आफ्नो घरमा उत्पादन भएका वस्तुहरु कहाँ लगेर बेच्नु हुन्छ ?

घ. सामान बिक्री गर्दा के फाइदा हुन्छ ?

पाठ ३ हाम्रा जातजाती र भेषभुषा

महिला र पुरुषहरुले बिभिन्न कपडा लगाएको

अनिशा मल्लको घर खत्याड गाउँपालिका वडा नं. २ सेरी गाउँमा रहेको छ । ऊनको टोलमा शाही दमाइ मल्ल कामी बुढा रोकाया टमटा आदि जातका मानिसहरु बस्छन । ति सबै मानिसहरु एक आपसमा मिलेर बसेका छन । अनिशाको घर भन्दा अलि टाढा जाम गाउँ रहेको छ । त्यहाँ धेरै जसो बाहुन जातिका दाहाल संज्याल माठागाई उपाध्यायहरुको बसोबास छ । त्यहाँ अनिशाको मिल्ने साथी देवीका उपाध्यायको घर पनि छ । हामी विद्यालयको खाजा खाने समयमा संगै खाजा खाने र खेल्ने गर्छौं । हामी कक्षामा मिलेर बस्छौं । विद्यालयमा शिक्षक शिक्षिकाहरुले सबै जातजातीका साथीहरु मिलेर बस्न सिकाउनु हुन्छ ।

गित गाऔँ

शाही बाहुन क्षेत्री कामी
मिलीजुली बस्ने हामी ।
सबैको साझा खत्याड हाम्रो
आहा कति धेरै राम्रो ।।

दौरा सुरुवाल टोपी पनि
पुरुष मानिस लाउने ।
सबै जाती मिली कन
साझा काममा आउने ।।

गुनिउ चोली धोति पनि
महिला जति लाउने ।
खेतबारीमा काम गर्दा नि
ठाडी भाका गाउने ।।

अभ्यासः तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस ।

क तपाईको कक्षामा भएका कुनै तिन जातिका नाम भन्नुहोस ।

उत्तर ....

....

ख तपाईलाई पढाउने शिक्षक शिक्षिका कुन-कुन जातका हुनुहुन्छ ।

उत्तर ....

....

ग तपाईको गाउँमा भएका कुनै चार जातीको नाम लेख्नुहोस ।

उत्तर ....

....

घ तपाईको गाउँमा पुरुषले लगाउने कुनै तिन लुगाको नाम लेख्नुहोस ।

उत्तर ....

....

ङ तपाईको गाउँमा महिलाले लगाउने कुनै तिन लुगाको नाम लेख्नुहोस ।

उत्तर ....

....

चित्र हेरौँ र चिनौँ

पुरुष र महिलाले लगाउने कपडाहरुको चित्र

परीयोजना कार्य:

माथीको चित्र हेरी महीला र पुरुषले लगाउने लुगा तलको तालीकामा छुट्याउनुहोस ।

महिलाले लगाउने लुगाहरु	पुरुषले लगाउने लुगाहरु
....	....
....	....
....	....
....	....

पाठ ४ हाम्रा स्थानिय लोकबाजा

विवाहमा बजाईरहेको वाजा

बाजा बजाईरहेको फोटो

परम्परा काल देखि बजाईदै आएका बाजाहरुलाई लोकबाजा भनिन्छ। बाजाले कुनै पनि ठाउँको कला र संस्कृतिलाई झल्काउछ। हाम्रो खत्याड गाउँपालिकामा प्राय विवाह व्रतवन्ध पुनिपर्व नाचगान देउसीभैलो जस्ता कार्यहरुमा दमाह सहनाई बासुरी नरासिङ्गे ताल घाट विनायो मादल हुड्को भुकुर आदि बाजाहरु बजाईदै आईएको छ। यस पालिकामा बाह्रै महिना आ-आफ्नो धर्म रीतिरीवाज अनुसार सुख दुखमा थरीथरीका बाजाहरु बजाउने गरीन्छ। हरेक बाजाहरुको आ-आफ्नो धार्मिक र साँस्कृतिक महत्व रहेको छ। प्राचिन हाम्रा बाजाहरुको संरक्षण गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो।

नौमती बाजा

नौमती बाजा भनेको पञ्चे बाजाको ठुलो रुप हो । यसमा नौ वटा बाजाहरु हुन्छन । यस अन्तर्गत दमाहा झ्याली ट्याम्को ढोलक सहनाई कर्नाल नरसिंङ्गा बाजाहरु हुन्छन । यसमा दमाहा र सहनाई दुई वटा हुन्छन ।

अभ्यास:१ तलका प्रश्वनहरुको उत्तर लेख्नुहोस

क) लोकबाजा भनेको के हो ?

उत्तर ....

ख) नौमती बाजा केलाई भनिन्छ ?

उत्तर ....

ग) तपाईलाई मनपर्ने बाजा कुन हो ?

उत्तर ....

घ) पञ्चे बाजामा कति वटा बाजा हुन्छन ?

उत्तर ....

ङ) तपाईको घरमा कुन बाजा छ ?

उत्तर ....

च) कुनै ६ वटा नौमती बाजाका नाम लेख्नुहोस ।

उत्तर ....

२. जोडा मिलाउनुहोस ।

दमाहा

हुड्को

सहनाई

बासुरी

परीयोजना कार्य

१. तपाईको समुदायमा भएको प्रचलित कुनै लोकबाजाको अवलोकन गरी उक्त बाजाको बारेमा लेख्नुहोस ।

....

....

....

....

शिक्षकलाई निर्देशन

विधार्थीहरुलाई आफ्नो गाउँ टोलमा भएका लोक बाजाहरुको अवलोकन गर्न लगाउने ।

पाठः ५ हाम्रा स्थानिय गित र नृत्य

पढौं र हेरौं

हाम्रो गाउँघर वरपर मेलापात विवाह ब्रतवन्ध चाडपर्व र मेलामा स्थानिय लयमा गाइने गितहरु स्थानिय गित हुन । हाम्रो गाउँपालिकामा देउडा मागल चाँचडी/चाँची हुड्के गित झोडा गित आरती चम्पा गितहरु गाइन्छ। गित लय र बाजाको ताल अनुसार शरीरका अंग चलाउनुलाई नृत्य भनिन्छ। धामी नाच बालो नचाई हुड्के नाच ढाल नाच घुम नाच बाक्टया नाच लाखे नाच जस्ता नाचहरु नाचिन्छ। यिनिहरुले हाम्रो मौलिकतालाई झल्काउछन र लोक संस्कृतिको संरक्षण गर्छन।

देउडा खेलको चित्र

लाखे नाचेको

धामी नाचेको

घुम खेलेको

हुड्के नाच

ठाडी भाका गाएको

हाम्रा केही स्थानिय गित र नृत्यहरुको छोटो परीचय

१. चाँचडी गितः

चाँचडी गित बालकको छैटीमा गाइन्छ । यो गित यस क्षेत्रमा परापुर्वकाल देखी गाउँदै आएको गित हो । यसको केही अंशः

आछुअ पुत गहुँ जसुता कहुँ जायो
कंशैन रायको मल्ल पुसायो ।
मुखिया छुटौँत उरलाललाल
वासुदेव बर्दि छुटायो ।
आँगनि वाजि बडायो ।

२. घुम गितः

यो गित विवाह ब्रतवन्ध र छैटीमा महीलाहरुले कपडाको गादोले सजिएर गाउने र नाच्ने गित हो ।

बोबो ज्युका सिउतिसेरा बिउहै हान्या छन् ।
दुवै पात्या भयोछ ।
तिनै पात्या भयोछ ।

बोबो ज्युले बिउहै पाखा फाल्याछन् ।
चरीचुच्या भयोछ ।

बोबो ज्युका सिउतिसेरा बिउहै हान्या छन् ।
चरीचुच्या भयोछ ।
भुअउँ खेत गैछिस् क्या ।
घुम मेरी हारा ।।

३. माँगल गित : यो गित विवाह वर्तवन्द, देवताहरुको पुजाआजामा र शुभकार्यमा गाईने गरिन्छ। यो हाम्रो परम्परागत साँस्कृतिक चर्चित गित हो।

तामा खान दियाडको जरमनु भयो।
काँर तम्रो रहिवस्यारो भयो॥
ईश्वर गोला दियाडको रहिवस्यारो भयो॥।
कतिपल कञ्चनको दियाडी सजाओ।
बाह्रपल कन्चनको दियाडी सजाओ॥
मोलु गर तोलु गर बोबो हमारा।
ठौऱ्याई देउन ठौऱ्याई देउन गाभै र मुज्याला॥

४. लाखे नाचः यो नाच पर्व जात्रा वा शुभकार्यमा स्थानिय भेष र मुकुन्डो बनाएर नाच्ने गरिन्छ। यो नाच अत्यन्तै रोचक र रमाइलो हुन्छ।

लाखे नाचको चित्र

५. ढाल नाचः यो नाच पनि शुभकार्य, चाडपर्व, सभा समारोह आदिमा नाचिन्छ। बाजाको तालमा हातमा तरवार र खुकुरी समातेर रमाईलोका साथ पुरुषहरु नाच्छन।

ढाल नाचको चित्र

६. देउडा गितः देउडा गित यो क्षेत्रमा सबै भन्दा लोकप्रिय छ। चाडपर्व, मेला, रत्यौली, उत्सव, वनपाखा आदिमा गाइन्छ।

केही देउडा गितहरु

रारा तालमा मुहान भको हाम्रो खत्याड खोला
स्कुल पढ्न्या विद्यार्थीको पिठिउ माथी झोला।
सबै मिली गर्नु पर्छ पढ्ने लेख्ने कुरा
जीवनका लक्षहरु नगरौं अधुरा।
घर हाम्रा बाबा आमा स्कुल हाम्रा गुरु
हाम्रो जीवन बनाउनलाई गरीदिया सुरु।

तपाईलाई मन पर्ने देउडा गित गाउनुहोस

परीयोजना कार्यः तपाईको घरमा गई बुवा आमा संग चाँचडी गित गाउने तरीका सोधी कक्षामा सुनाउनुहोस।

शिक्षकलाई निर्देशनः हाम्रो स्थानिय स्तरमा गाउने गित र नाचिने नृत्यहरुको आफुले नमुना देखाई बिधार्थीहरुलाई गर्न लगाउने। भिडियो फोटो देखाउने।

पाठ ६: चुलाका प्रकार

चित्र हेरौं-भनौं र भन

- माथिका चित्रहरु के का हुन ?
- तपाईको घरमा कुन चुलो प्रयोग हुन्छ ?
- सबैभन्दा बढी धुवाँ हुने चुलो कुन होला ?
- सबैभन्दा कम ध्वाँ हुने चुलो कुन हो
- धुवाँरहित चुलो कुन होला ?

परम्परा काल देखि नै हाम्रो घरमा खाना पकाउन चुलोको प्रयोग गरिदै आएको छ ।पहिलेको मानिसहरु माटाको र ओदान चुलोबाट खाना पकाउथे । माटाको र ओदान चुलोमा खाना पकाउदा दाउरा बढी खर्च हुनुको साथै घरभरि धुवाँ भएर हजम्रो स्वास्थ्यमा असर पर्थ्यो समाजको विकास सँगै चुलाहरुको पनि विकास हुँदै आयो आजकाल हाम्रो समुदायमा विभिन्न प्रकारका चुलाहरुको प्रयोग भइ रहैका छन् । ती चुलाहरुमा धुवाँ कम हुनुका साथै दाउराको पनि बचत हुन्छ ।हाम्रो गाउँपालिकामा अहिले फलामे चुलो,पँखा चुलो,ग्याँस चुलो र विद्युत चुलोको प्रयोग बढ्न थालेको छ । विद्युत चुलोबाट धुवाँ नै ।

खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

१) सबैभन्दा बढी धुवाँ हुने चुलो..................हो ।

२) सबैभन्दा कम धुवाँ हुने चुलो.................हो ।

३) धुवारहित चुलो ....हो ।

४) मेरो घरमा .... चुलो छ ।

जोडा मिलाउनुहोस् ।

ओदान	कम धुवाँ हुने चुलो
ग्याँस चुलो	बढी धुवाँ हुने चुलो
विद्युत चुलो	डिलक्याना चुलो
परम्परागत चुलो	धुवाँरहित

४. परियोजना कार्य : तपाईको गाउँ/घरमा कस्ता कस्ता खालका चुलाहरुको प्रयोग भै रहेको छ आफ्ना अभिभावक सँग सोधि कक्षामा बताउनुहोस् ।

पाठ ७: हाम्रा चाडपर्व र मेला

हेरौं,छलफल गरौं र भनौं

तिजको चित्र

शिवरात्रीको चित्र

माथिका चित्रहरु हाम्रो खत्याड गाउँपालिकामा मनाईने चाडपर्व र मेलाहरु हुन् । हाम्रो खत्याड गाउँपालिकामा विभिन्न चाडपर्व र मेलाहरु (जात्रा) मनाउने गरिन्छ ।यी चाडपर्वहरु र मेलाहरु

हाम्रा मौलिक पहिचान हुन् । यी मेलापर्वहरूले यस ठाउँका धर्म, सँस्कृती, परम्परा, भाषा, भेषभुषा रितिरिवाज चालचलन आदिको आदिको सँरक्षण गर्दछन् । चाडपर्व र मेलाले एक आपसमा आत्मियता, सहयोग, सद्भाव र आदर सत्कारको भावना विकास गर्छन् ।

पढौः खत्याड गाउँपालिकामा मनाइने विभिन्न चाडपर्व र मेला मध्ये केहिको सँक्षिप्त वर्णन गरिएको छ ।

क) माघे सङ्क्रान्ति पर्व चित्र

परिकार र खिँचडि माघे सक्रान्ति माघ महिनाको एक गतेका दिन मनाईन्छ ।सूर्य धनु राशीबाट मकर राशीमा प्रवेश गर्ने भएकाले यसलाई मकर सक्रान्ति पनि भनिन्छ ।यो पर्व खत्याड गाउँपालिकाका सबै समुदायका मानिरहरुले रमाईलो गरि मनाउँछन् ।यो पर्वमा विषेश गरि घ्यु, चाकु,तरुल,सखरखण्ड,आलु पिंडालु, तिलका परिकार र खिँचडि खाने गरिन्छ ।यो पर्वमा आफ्नो घर तथा छरछिमेकका छोरी चेलीलाई तिलक लगाई दक्षिणा दिने गरिन्छ ।कागलाई दही र भात दिने गरिन्छ ।यो पर्वमा बिहानै उठेर नुहाउनु पर्छ भन्ने मान्यता रहेको छ ।

ख) चौदसी पूर्णिमा मेला

लुई बड्याखाडामा जमरा लगाएर धामी नाचेको र देउडा खेलेको

चौदसि पूर्णिमा पनि हाम्रो ठाउँको एक प्रमुख मेलापर्व हो । यस पूर्णिमामा महादेव र मस्टा देवताको पुजा अर्चना गरिन्छ । खत्याडका विभिन्न ठाउँमा जस्तै बिन, ह्याङ्लु, रिखिया, लुई, निगालिबोट, गाँडेखोला, रिगावाडुलेख, सेही र नखर्जीमा यो पर्व भव्यरुपमा मनाईन्छ । यो पर्व भदौ महिनाको शुक्ल पक्षको एकादशी देखि पूर्णिमाको दिनसम्म फुलमाला र जमरा लगाई धामी नाची, देउडा खेली मनाईन्छ । लुई वड्याखाडामा एका दशीको राती देखी चतुर्दशीको राती र पुर्णिमाको दिउसो सम्म धामी नाच्ने, महादेवको पुजाआजा र देउडा खेली मनाईन्छ ।

क) ठामलेख भुवा औंसी मेला

ठामलेख भुवाऔंसी मेलाको चित्र

भुवाऔंसी मेला ठामलेख गाउँमा पुषे औंसिको दिन मनाउने गरिन्छ । यस दिनमा गाउँका मानिसहरु जम्मा भएर एउटै भतेरमा खाना खाने गर्दछन् ।यस दिन बाबियाको लडो बनाई "औंसिकाबार गाइतिहार अनिकाल बाइगो सुविकाल आईगो "भनेर गाउँदै लडो चुडाउने चलन छ

। यो पर्व असत्य माथि सत्यको बिजय भएको दिनको रुपमा मनाउने गरिन्छ । आजभोली यस पर्वमा देउडाको आयोजना गरि व्यापक रुपमा मनाइन्छ ।यो पर्व हेर्न खत्याड गाउँपालिका भरिका र छिमेकि जिल्ला बाजुरा र हुम्लाका धेरै मानिसहरु आउँछन् ।यो पर्व सत्कर्मको प्राप्ती, आदर्श सत्कारको भावना र रमाईलोको रुपमा पहिलेदेखि नै मनाउँदै आइएको छ ।

क)माथिको पाठ पढी तलका क्रियाकलापहरु गर्नुहोस् ।

जोडा मिलाउनुहोस् ।

माघेसक्रान्ति	पुसे औँसि
भुवाऔँसी	भदौ पूर्णिमा
चौदसि पूर्णिमा मेला	असोज पूर्णिमा
बिजय पूर्णिमा मेला	माघ १ गते
रोल लुलो मेला	कार्तिक पूर्णिमा
कार्त्तिक पूर्णिमा मेला	बैसाख पूर्णिमा

ख) तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

१)माघेसक्रान्ति को दिनमा तपाई के-के खानुहुन्छ ?

उत्तर ....

२)भुवाऔँसि मेलामा के को लडो चुड्ने चलन छ ?

उत्तर ....

३) चौदसि पूर्णिमा मेलामा के-के गरिन्छ ?

उत्तर ....

४)तिहार के का लागि महत्व छ ?

उत्तर ....

ग)तातो आलु खेल खेलौं

खेल खेल्दै हाम्रा समुदायमा मनाइने विभिन्न चाडपर्वहरुको नाम साथीलाई भनौं ।

तातो आलु खेल्दै गरेको चित्र

शिक्षकलाई निर्देशनः तातो आलु खेल खेल्दा नमुना देखाई चाडपर्वको नाम भन्न सहजिकरण गर्ने ।

एकाई ३ खत्याडका पेशा व्यवसाय र प्रविधी

पाठ १ मेरो परीवारको पेशा

(देविका पविता निर्मला) घर बाट विद्यालय जाँदैछन । ऊनीहरु आ-आफ्नो परीवारको पेशाको बारेमा कुराकानी गर्छन ।

देविकाः ए.. अली छिटो हिडौंन विद्यालय टाढा छ । समयमा विद्यालयमा पुग्नु छ । विद्यालयमा पढेर घरमा आई धैरै काम गर्नु छ । मेरो बुवाले भेडा पालन गर्नु भएको छ । मैंले पनि उहाँलाई काममा सघाउने गरेकी छु ।

पविताः हो र .. मेरा पनि बुवा आमा किसान हुन; उहाँहरु खेतवारीमा काम गर्नु हुन्छ ।

म पनि उहाँहरुलाई सहयोग गर्छु नि ।

निर्मला: मेरा बुवा पनि त्यतिकै कहाँ बस्नु भएको छ र ? गाउँघरमा फलाए

फलाएका फलफुल र तरकारी जम्मा गरेर व्यवसाय गर्नु हुन्छ ।

देविका: तरकारी व्यवसाय पनि राम्रो होत यस बाट पनि राम्रो फाइदा हुन्छनी ।

पविता: अनि त्यो व्यवसाय कहाँ गर्नुहुन्छ ?

निर्मला: यो त हाम्रो टोल नजिक रहेको स्थानिय बजारमा संचालन गर्नु भएको छ । त्यहाँ रहेका होटल र दोकानहरुले त्यहाँ बाट तरकारी र फलफुल लिन्छन । बजार र हिडडुल गर्ने मानिसहरुलाई सहज भएको छ । बुवाले त्यहाँ बाट राम्रो आम्दानी गर्नु भएको छ ।

देविका: भेडापालन बाट पनि कम समयमा धेरै आम्दानी भएको कुरा मेरा बुवाले घरमा गर्नु हुन्छ ।

पविता: ए ! सुनन साथी हो । हाम्रो गाउँ घरका मानिसहरुको अन्य धेरै किसिमका कामहरु छन नि है ।

निर्मला: अं हो नि .. मेरो काका शिक्षक हुन । माथिल्लो घरको नन्दविर दाजु झ्याल ढोका बनाउनु हुन्छ ।

देविका: परको काकी नेर्स हुनुहुन्छ र विरामीको उपचार गर्नुहुन्छ । पल्लो घरको हजारी दिदिले कपडा सिलाउनु हुन्छ । अनि माथिल्लो घरको माघे दाइले आँसी कुटो बाउसो बन्चरो बनाउनु हुन्छ । त्यस बाट आर्थिक आम्दानी गर्नु भएको छ ।

पविता: ए स्कुल पनि पुगियो । (विद्यालयमा घण्टी बज्छ)

क्रियाकलाप: १ तलका प्रश्वनहरुको उत्तर लेख्नुहोस ।

क) देविकाको बुवाले के काम गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

ख) पविताको बुवाले के पेशा गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

ग) नर्सले के काम गर्छन ?

उत्तर ....

घ) शिक्षकको काम के हो ?

उत्तर ....

ङ) तपाईको बुवा आमाले के काम गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

२. खालिठाउँ भर्नुहोस् ।

क) पविताको बुवाले .... पेशा गर्नु हुन्छ ।

ख) पढाउने काम .... को हो ।

ग) हामी विरामी हुँदा .... जान्छौं ।

घ) खेतिपाती गर्ने मानिसलाई .... भनिन्छ ?

ङ) देविकाको वुवाले .... पाल्नु भएको छ ।

परीयोजना कार्यः आफ्नो घर वरपरका छिमेकीको पेशा व्यवसायको नाम लेख्नुहोस र आफुलाई मन पर्ने पेशाको बारेमा तिन वाक्य लेख्नुहोस ।

।

पाठः २ हाम्रा खानेकुराको स्रोत

क) तपाईहरु घरमा के-क खानेकुरा खानुहुन्छ ?

ख) तपाईको घरमा स्याउ पाइन्छ?

ग) तपाईको घरमा दुध पाइन्छ ?

घ) तपाईको घरमा कराको बोट छ ?

ङ) तपाइले चुलिको रुख देख्नुभएको छ ?

च) तपाई के को रोटी खानुहुन्छ ?

छ) चामल के बाट बन्छ ?

हामीलाई दैनिक रुपमा खानाको आवश्यकता पर्दछ । हामीले दैनिक विभिन्न प्रकारका खानेकुराहरु खान्छौँ । खानाबाट हामिलाई शक्ति प्राप्त हुन्छ ।हामिले खाने गरेका खानेकुराहरु बोटविरूवा र जनावरबाट पाइन्छन् । बोटविरूवाबाट पाइने खानेकुरालाई कृषिजन्य खाना र जनावरबाट पाइने खानालाई पशुजन्य खाना भनिन्छ ।फलफुल अन्नहरु सागपात र तरकारीहरु कृषिजन्य खाना हुन भने माछा,मासु,अण्डा,दुध,दही घ्यु,मह जस्ता खानेकुराहरु पशुजन्य खाना हुन् ।

क्रियाकलाप : नमिल्ने शब्दमा गोलो घेरा (O) लगाउनुहोस् ।

क) दही , मासु, केरा
ख) घ्यु , स्याउ , मह
ग) गहुँ, चामल, माछा
घ) आलु, लसुन, अण्डा
ङ) रायो, चम्सुर, मासु

तलको तालिका भर्नुहोस् ।

कृषिजन्य खानेकुरा	पशुजन्य खानेकुरा
जस्तैःमकै	जस्तैःअण्डा

-----------------------------------	-----------------------------------
----------------------------------	----------------------------------
----------------------------------	----------------------------------
-----------------------------------	-----------------------------------

तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क)कृषिजन्य खाना केलाई भनिन्छ ?

उत्तर ------------------------

ख) पशुजन्य खाना केलाई भनिन्छ ?

उत्तर ------------------------

ग) स्याउ कहाँ फल्छ ?

उत्तर ------------------------

घ) अण्डा के बाट पाइन्छ ?

उत्तर ------------------------

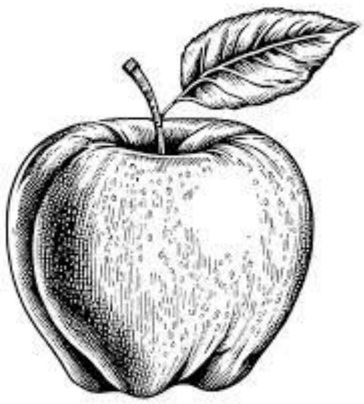
ङ)दुध र दही के बाट पाइन्छ ?

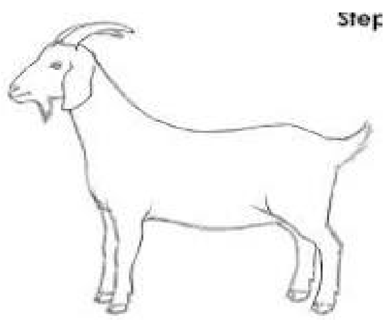
उत्तर ------------------------

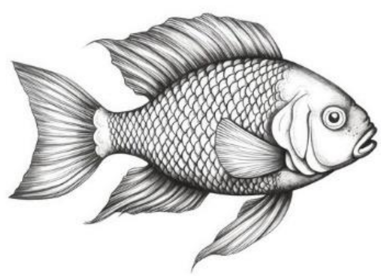
च)सिमि केबाट पाइन्छ ?

उत्तर ------------------------

परियोजना कार्य :रङ भर्नुहोस् ।







पाठ :३ अन्नबाली

अन्नबालीहरुको चित्र

हामिले दैनिक दिन खानाको लागि प्रयोग हुने बालीहरुलाई अन्नबालि भनिन्छ। हाम्रा खेतबारिमा लगाइने धान, मकै, गहुँ, जौ, कोदो, फापर, कागुनु, उवा आदी अन्नबालीहरु हुन । हाम्रो गाउँपालिकाको सबै ठाउँमा अन्नबालिहरु उत्पादन हुन्छन्।

तलको तालिकाबाट कुनै दशवटा अन्नबालीहरु पत्ता लगाई घर्रा लगाउनुहोस्।

ल	ख	द	म	जौ	ट	ड	मा	र्से
सु	उ	वा	औ	औ	अ	ना	र	क्ष
म	ओ	जु	ना	लो	म	र	ग	हुँ
ह	फा	इ	का	म	सु	रो	प	फ
चि	प	रे	गु	कै	न्	गँ	दा	श
नु	र	ऐ	नु	सि	त	दा	का	दो
क	धा	ज	व	क	ला	ल	अ	म

चित्र हेरी नाम भन्नुहोस् ।

तरकारी

पढौँ र जानौं

सलगम,लसुन,चम्सुर,मुला,
गोलभेँडा,खाउँ करेला
चिचण्डा,घिरौँला,फर्सी र काक्रो
धेरै नै फल्छ हालेसि थाक्रो
पालुङ्गो,तरुल,भाजिको पात
किन्नेको पैसा बेच्नेको हात
गोलभेँडा,काउली,बन्दाको साग
ईलमिलाई सधैँ मासु र भात
खुर्सानी,गाजर,कर्कलो,कोइरो
तरकारी किन्नेको लाग्दछ ओइरो
आलु,टमाटर,भिन्डी र प्याज
तरकारी बेचेर लगाउँछु ब्याज
तरकारी फलाउन खेतबारी खनौं
स्वस्थ र निरोगि सबैजना बनौं

२) तलको तालिका पढौं

माटोमुनी फल्ने तरकारीहरु	झालमा फल्ने तरकारिहरु	बोटमा फल्ने तरकारी
आलु	चिचिन्डा	भिडा
गाँजर	फर्सि	गोलभेडा
प्याज	करेला	टमाटर
लसुन	लौका	खुर्सानि
पिंडालु	घ्यु सिमी	काउली

मुला	काक्रो	बन्दा
कोईरो	स्कुस	भेडे खुर्सानि

३.तलका समुहमा नमिल्नेमा गोलो घेरा (O) लगाउनुहोस् ।

क)मुला, आलु, काक्रो, लसुन

ख) भिडा, काउलि, खुर्सानी, गाँजर

ग) चिचिन्डा, करेला, काक्रो, टमाटर

उत्तर लेख्नुहोस् ।

क)तपाईको घरमा के-के तरकारीहरु पाइन्छन् ?

उत्तर ....

ग)तपाईले कुन-कुन तरकारीहरु खानुभएको छ ?

उत्तर..

घ)तरकारीका कुनै दुईवटा फाइदाहरु लेख्नुहोस् ।

१. ....

२. ....

ङ) माटो मुनी फल्ने कुनै ३ वटा तरकारिका नाम लेख्नुहोस्।

१. ....

२. ....

३. ....

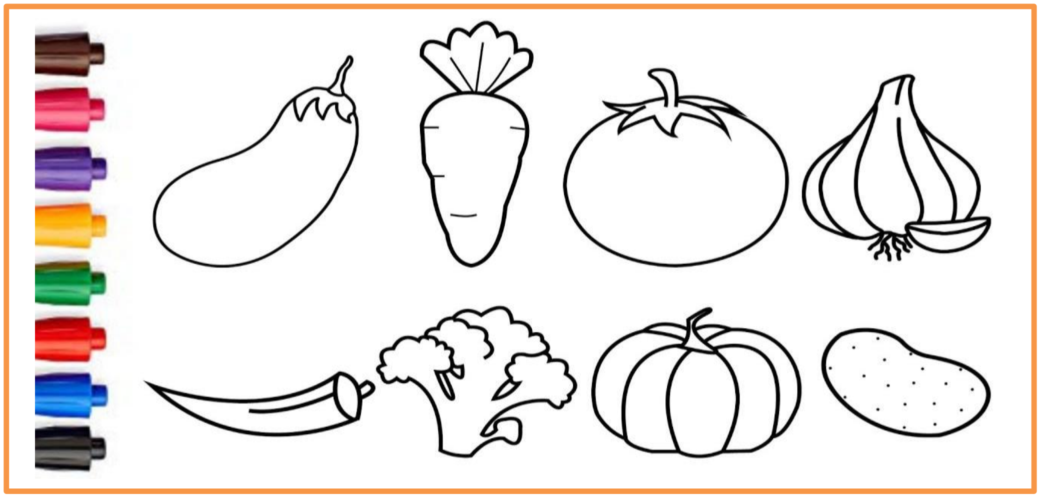
च)झालमा फल्ने कुनै ३ वटा तरकारिका नाम लेख्नुहोस्।

१. ....

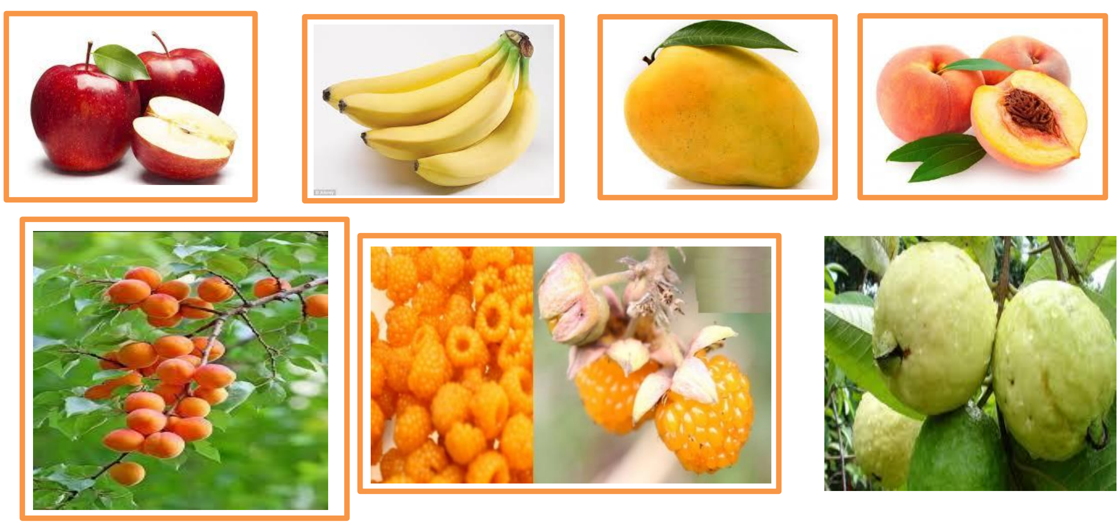
२. ....

३. ....

परियोजना कार्य:तलको चित्रमा मिल्ने रङ भरौं



फलफुलहरु



प्रश्नहरु

१. माथिका चित्रहरु के-के का हुन भन्नुहोस ?

२. तपाईलाई सबैभन्दा मनपर्ने फलफुल कुन हो ?

३. तपाईको घरमा के-के फलफुलहरु छन्?

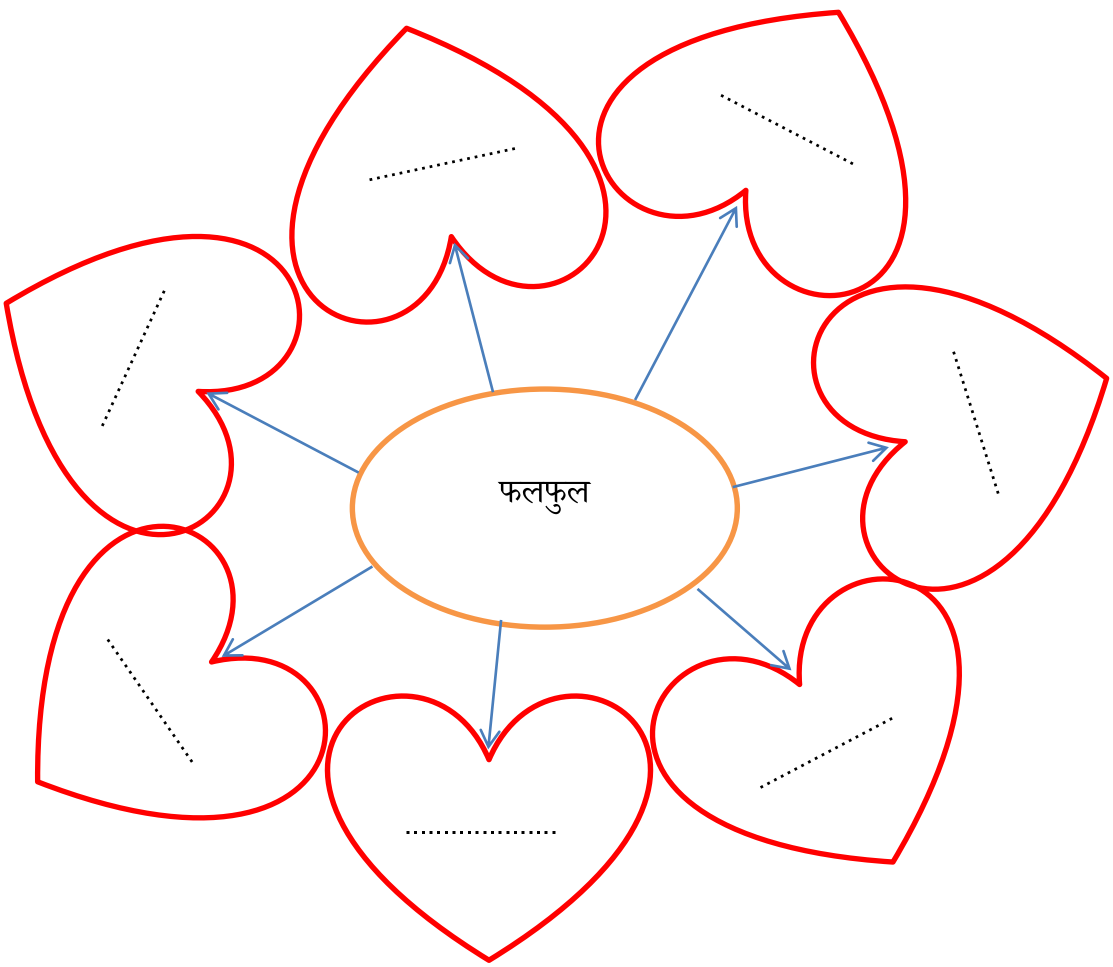
४. के तपाईले अङ्गुर खानुभएको छ ? खानुभएको छ भने यसको स्वाद कस्तो हुन्छ?

हाम्रो गाउँघरमा विभिन्न किसिमका फलफुलहरु पाईन्छन् । हाम्रो गाउँघरमा स्याउ, केरा, आँप, मेवा, आरु, चुली, अम्बा, अनार, सुन्तला, ओखर, नासपति जस्ता फलफुलहरु फल्छन् । फलफुलहरु खानाले हामी स्वस्थ र निरोगी हुन्छौं । फलफुलहरुबाट आय-आर्जन गर्न सकिन्छ । केरा, आँप, अनार, मेवा, सुन्तला खत्याडका वडा नं ८, १० र ११ मा उत्पादन हुन्छन् । आरु, चुली, ओखर स्याउ प्राय: सवै वडामा उत्पादन हुन्छन् । यस्ता फलफुलहरुको व्यवसायिक उत्पादन गर्न सके यहाँका कृषकहरुको जीवन स्तरमा माथि उठन सक्छ ।

शिक्षकको सहायताले जादु बल खेल खेलौं

फलफुलहरुका नामको अगाडिको अक्षर कुँदिएको बल बनाउने ।सुरुमा शिक्षकले कुनै एउटा विद्यार्थिको हातमा फालि जुन अक्षर अगाडि आउँछ त्यो अक्षरबाट आउने फलफुलको नाम भन्न लगाउने र त्यसै अनुसार गर्न लगाउने ।

छ)तलका खाली कोठामा फलफुलहरुका नामहरु लेख्नुहोस् ।



४. सबैभन्दा मिल्ने विकल्पमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

क)बोक्रा निकालेर खाने फलफुल कुन हो ?

अ) स्याऊ आ) चुली इ) केरा

ख)कुन फलको स्वाद अमिलो हुन्छ ?

अ) कागती आ) केरा इ) आँप

ग)कुन फल पाकेपछि पहेंलो हुन्छ ?

अ) अँगुर आ) मेवा इ) अनार

घ) हिँउदमा मात्र पाक्ने फल कुन हो ?

अ)आँप आ) स्याऊ इ) सुन्तला

परियोजना कार्यःतपाई बजारमा फलफुल बेच्दै गरेको अभिनय गरेर देखाउनुहोस् ।

नगदेबालीहरु

पढौँ र बुझौं

उखु

उखु नगदेबाली हो ।आम्दानी गर्ने उद्देश्यले लगाइएका बालीहरुलाई नगदे बाली भनिन्छ । उखुबाट चिनि,गुड,खाँड ,मिश्री,खुदो बनाइन्छ ।हाम्रो ठाउँमा प्रायःकोलमा उखु पेलेर खुदो बनाइ बिक्री गरिन्छ ।यो प्रायजसो सबै ठाउँमा पाइन्छ ।

कपास

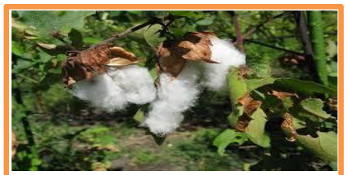
कपास नगदेबाली हो।खत्याड गाउँपालिकाका न्यानो हुने क्षेत्रहरु सुकाढीक,आँब,रिगा,ह्याङ्लु,ठामलेख,रातापानीमा कपास खेती गर्न उपयुक्त हुन्छ ।यसबाट ठेटुवा,कपडा,सिरक,टोपी आदि बनाइन्छ ।यो खेती हाम्रा बाजेहरुका पालामा बढी गरिन्थ्यो ।यो खेति अहिले लोप हुदै गएको छ ।

हदेलो

हदेलोको

हदेलो पनि एक प्रमुख नगदेवाली हो ।यो बाली खत्याडमा रिखिया,हिँगोटि,पैखु कवाकोटिलामा प्राय: गरिन्छ।यसबाट बेसार बनाईन्छ ।

ख)   चित्र हेरी नाम लेख्नुहोस् ।



....

....

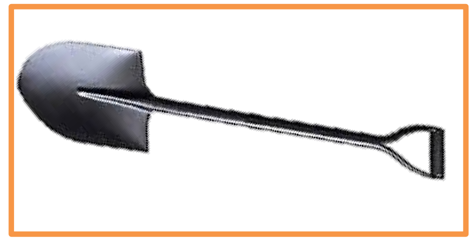
....

क) समुह कार्य: शिक्षकको निर्देशन अनुसार समुह कार्य गर्नुहोस्

शिक्षण निर्देशन: विद्यार्थीहरुलाई ४ समुहमा विभाजन गरी माथिका चित्र अध्ययन गराइ प्रत्येक समुहलाई चित्रमा भएका बालीहरुको नाम लेखि प्रस्तुत गर्ने ।

पाठ ४ कृर्षि औजार

चित्र हेरौं चिनौं र भनौं



मेरो नाम मनोज हो। म कक्षा २ मा पढ्छु। मेरो बुवाले खेतीपाती गर्नु हुन्छ र उहाँ किसान हुनुहुन्छ। खेतबारीमा काम गर्ने मानिसलाई किसान भनिन्छ। किसानलाई काम गर्नका लागि बिभिन्न औजारहरु जस्तै; हलो जुवा वाउसो बन्चरो आँसी कोदालो कुटो घैटी बिगारो मइ फरुवा बिल्छा नङग्रा सबल घन कुटो आदि चाहीन्छ।

क्रियाकलाप: १. जोडा मिलाउनुहोस

हलो	खन्न
घैटो	जोत्न
आँसी	माटो फाल्न
घन	काट्न
बिल्छा	ढुङ्गा फुटाउन

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस ।

क) बिरुवा रोप्नको लागि .... चाहीन्छ । (कुटो/हलो)

ख) ढुङ्गा फुटाउन .... को आवश्यक पर्छ । (बन्चरो/घन)

ग) खेतबारीमा काम गर्ने मानिसलाई .... भनिन्छ । (किसान/सिकर्मी)

घ) खेतबारी जोत्नका लागि .... चाहिन्छ । (हलो/आँसी)

ङ) मनोज .... कक्षामा पढ्छ । (एक/दुइ)

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस ।

क) तपाईको घरमा हलो छ ?

उत्तर ....

ख)घन के काममा प्रयोग हुन्छ ?

उत्तर ....

ग) तपाईको घरमा के-के कृर्षि औजार छन ?

उत्तर ....

घ) बन्चरो र बासो के कामको लागि प्रयोग हुन्छ ?

उत्तर ....

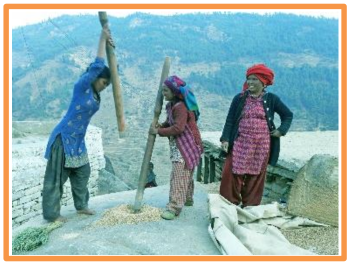
पाठः५ स्थानीय प्रविधि

परम्परागत रुपमा स्थानीय सिप,स्रोत र साधनको प्रयोग गरि बनाईएका औजार वा उपकरण लाई र प्रविधिगत चालचलनलाई स्थानीय प्रविधि भनिन्छ। परम्परागत प्रविधिबाट नै आधुनिक प्रवधि को विकास भएको हो। कुटानिको लागि ढिक्की, ओखल मुसल, दुम्चो मुसल प्रयोग हुन्छ। पिसानि को लागी जातो र पानि घट्ट हुन्छ। खनजोत गर्न हलो चाहिन्छ। विभिन्न वस्तुहरु नापतौल गर्न माना,पाथी,तुलो आदि चाहिन्छन्। यी सबै स्थानीय प्रविधि हुन्।

यो जाँतो हो। अन्न पिस्न तथा दाल दल्न यसको प्रयोग गरिन्छ।

यो पानि घट्ट हो।यसमा हामी गहुँ,जौ,कोदो,फापर,मकै,आदि अन्नहरु पिस्छौँ। अन्नहरु पिसेर पिठो बन्छ। पिठोबाट रोटी बन्छ।

यो ढिकी हो ।यो अन्न पिस्न प्रयोग हुन्छ ।ढिकीमा धान कुटेर चामल वा चिउरा बनाईन्छ ।चामल कुटेर पिठो बलाउने तथा कोदो,गहुँ,जौ फल्ने काम गरिन्छ ।

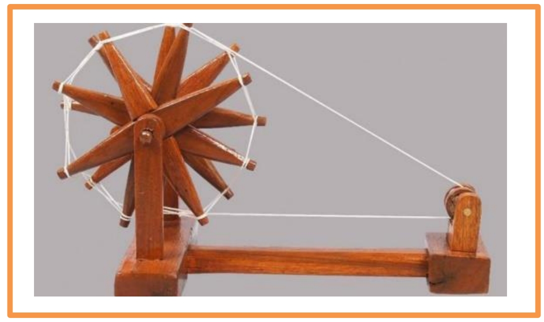

यो ओखल मुसल ।यो पनि ढिकि जस्तै अन्न कुट्न प्रयोग गरिन्छ । यसमा पनि धान कुटेर चामल वा चिउरा बनाईन्छ । यसमा अन्नहरु फल्ने काम गरिन्छ ।

यो कुरुवा हो ।यसमा हामी घ्यु,दुध,दही,मह तेल जस्ता तरल पदार्थ नाप्न प्रयोग गरिन्छ ।

यो माना हो ।चामल,दाल,गहुँ,घिउ,मकै आदी भर्न चाहिन्छ । ठोस लाई नाप्नको लागि मानाको प्रयोग गरिन्छ ।

यो हलो हो ।यसलाई खेत बारी जोत्न प्रयोग गरिन्छ ।यसलाई कृषकको साथी पनि भनिन्छ ।यो कृषि पेशाको लागि नभइ नहुने औजार हो ।

३.चित्र हेरौँ र चिनौं



४. जोडा मिलाउनुहोस् ।

धान कुट्न

पिठो पिस्न

सुन जोख्न

दुध नाप्न

चामल भर्न

४. तल दिईएका शब्दहरु प्रयोग गरि खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

खान घट्ट रोटी सिलौटो खुर्सानी माना

हिजो आमाले..........मा कोदो फल्नु भयो ।दिदीले....................मा गएर कोदो पिसेर पिठो बनाउनु भयो। पिठोको ....पकाएर सबैलाई खान दिनुभयो ।रोटी सार्‍है मिठो थियो ।रोटी सँग खान

दिदीले...........................मा अचार दिनुभयो ।अचारमा ....हालको हुनाले धरै पिरो थियो ।त्यसैले मैले....................सकिन ।रोटी खाइ सकेपछि आमाले मलाइ दुई माना चामल ल्याउन.................दिनुभयो ।

५.तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।

क) माना र पाथी मा कुन ठूलो हून्छ ?

उत्तर ....

ख)जाँतो के कामका लागि प्रयोग हुन्छ ?

उत्तर ....

ग)तपाईको घरमा कुटानिका लागि के छ ?

उत्तर ....

घ)तपाई चामल केले भर्नुहुन्छ ?

उत्तर ....

ङ)तपाईले घट्ट देख्नुभएको छ ?

उत्तर ....

परियोजना कार्य

नजिकैको पानि घट्टमा गई अवलोकन गर्नुहोस र पानि घट्टमा देखेका कुराहरु साथिसँग छलफल गर्नुहोस् ।

पाठ ६. हरीको घरको व्यापार

कुनै एक गाउँमा हरी नामको एक मानिस बस्थ्यो।
ऊसको घरमा बाजे बजै आमा बुवा काका काकी
दाजु भाउजु र भाइबहिनी थिए। ऊनको बाजे बजैले
घरको हेरचाह गर्थे। बुवाआमाले मौसम अनुसारको
तरकारी खेती गर्थे। तरकारी बेचेर राम्रो आम्दानी भएको
थियो।

हरीका काका काकी पनि भैसी पालनमा लाग्नु भएको थियो।

भैसीको दुध दहि घिउ बेचेर राम्रो कमाइ गरेका थिए।
हरीका दाजुभाउजुले कुखुरा पालन गरेका थिए।
कुखुराको मासु र अण्डा बेचेर ऊनीहरुले पनि राम्रो कमाई
गरेका थिए।

परीवार ठुलो भएर पनि ऊनीहरु मिलेर बसेका थिए।
एकले अर्काको काममा पनि सहयोग गरीरहेका थिए।
एक दिन हरीका बुवा नजिकको बजारमा जानु भयो।
ऊहाँले घरका सबै जनालाई लुगा कपडा किन्नु भयो।
घरको लागि आबश्यक नुन तेल साबुन चामल दाल पनि
किन्नु भयो। हरीका लागि एउटा झोला कापी कलम ज्यामिती स्कुल जुत्ता किनेर ल्याउनु भयो।
आफ्नो लागि धेरै सामान किनेर ल्याएकोमा हरी एकदम खुसी भयो।

क्रियाकलापः १ तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस।

क हरीको घरमा को को थिए

उत्तर ....

ख हरीको बुवा आमाले के काम गर्नु हुन्छ

उत्तर ....

ग हरीका काका काकीले के पाल्नु भएको थियो

उत्तर ....

घ हरीका दाजुभाउजुले के काम गर्नु हुन्थ्यो

उत्तर ....

ङ तपाईको घरको आम्दानीको श्रोत के हो

उत्तर ....

च तपाई सामान किन्न कहाँ जानु हुन्छ

उत्तर ....

छ तपाईको घरमा केके सामान किन्नु पर्छ

उत्तर ....

२. घरमा सोधेर तलको तालिका पुरा गर्नुहोस ।

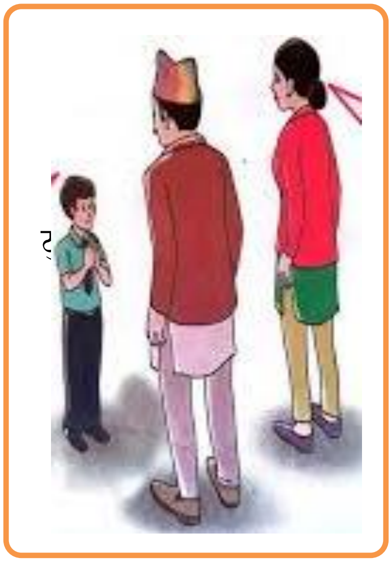
उत्पादन गरी बेच्ने सामान	पसल बाट किन्ने सामान
....	....
....	....
....	....
....	. ...
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....

परीयोजना कार्यः तपाईको समुदायका मानिसहरुले कहाँ कहाँ बाट आर्थिक आम्दानी गर्दछन शिक्षकको सहयोग लिई सुचि बनाई कक्षामा टास्नुहोस ।

एकाई ४

पाठ : १. असल बानी व्यहोरा

हेरौं , छलफल गरौं र भनौ ।



बच्चाले घर
बढारेको चित्र

माथिको चित्रमा के के गरेको देख्नु भयो ?

तपाईले कहिल्यै कसै लाई सहयोग गर्नु भएको छ ?

तपाईले घरको कुन कुन काममा सहयोग गर्नु हुन्छ ।

तपाई आफु भन्दा ठुलालाई कसरी आदर गर्नु हुन्छ ?

केटी मान्छेको नमस्कार गरेको फोटा उता पट्टि पाहुना वा गुरुबा,आमा भएको ।

अनुस्का बुढा ज्यादै असल हुनु हुन्छ । उहाँ बाजे बजै आमा बुबा, काका काकी, दाजु भाउजु गुरु गुरुआमा लगाएत आफु भन्दा ढुला लाई दोग तथा दूई हात जोडेर नमस्कार गरी आदर गर्नु हुन्छ । उहाँ नरम, मिठो बोली बोल्नु हुन्छ । घसमा आउने पाहुना लाई आदर सम्मान पुर्वक पिर्का, वेन्च, कुर्ची फेरुवा लिउमा वस्न अनुरोध गर्नु हुन्छ । उहाँको विहान सवेरै उठ्ने बानी छ । नियमित तालिका बनाएर पढ्ने, लेख्ने र खेल्ने बानी छ । आफ्ना साना भाई बहिनीलाई हात समातेर विद्यालय लिने र ल्याउने गर्नु हुन्छ ।

घरमा बाजे बजै आमा बुबा काका काकी दाजु भाउजुले गर्ने काममा आफुले सक्ने काममा सघाउनु हुन्छ । उहाँ घर बर्ढाने पानी ल्याउने गाई वस्तु चराउन जाने काम पनि गर्नु हुन्छ । उहाँ सधै सरसफाई गर्नु हुन्छ । खाना खानु अघि र पछि साबुन

पानीले मिचिमिच हात धुनु हुन्छ । यहाँको शौचालयमा सधै सावुन पानि राखेको हुन्छ र उहाँले प्रयोग गर्नु हुन्छ ।

१. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

क) अनुस्का आफ्ना घरका सदस्य लाई कसरी सहयोग गर्नु हुन्छ ?

ख) अनुस्काले घरमा आउने पाहुनालाई कसरी सम्मान सत्कार गर्नु हुन्छ ?

ग) अनुस्काका बानी सँग तपाईका कुन कुन बानी मिल्छन लेख्नुहोस् ।

घ) तपाई घरमा के के काम गर्नु हुन्छ लेख्नुहोस् ।

ङ) तपाई आफ्ना भाई वहिनीलाई विद्यालय लिने ल्याउने काम कसरी गर्नु हुन्छ ?

२. तपाईले गर्ने अभिवादनलाई तलको तालिकामा लेख्नुहोस् ।

क.स.	**मान्यजन**	**गरिने आदर सत्कार**
१	**बाजे, बजै, बुबा, आमा, काका, काकी,दाजु , भाउजु, दिदी, भिनाजु**	
२	**गुरु बा, गुरु आमा, पाहुना**	
३	**साथी संगि**	
४	**भाइ बहिनी**	

३. खाली ठाँउ भुर्नहोस् ।

क) आमा बुबालाई .... गर्नु पर्छ । (सम्मान, अपमान)

ख) पाहुन सँग .... बोल्दा असल बानी हुन्छ । (नरम , रुखो)

ग) म विद्यालयमा साथीहरु सँग .... बस्छु । (मिलेर, नमिलेर)

घ) म घरको काममा .... गर्छु । (बेवास्ता, सहयोग)

ङ) म आफु भन्दा सानालाई .... गर्छु । (आदार, गाली)

एकाई ४

पाठ २ घरायसी सामानहरु

चित्र हेरौं पढौं र छलफल गरौं

१) तपाईको घरमा के के सामानहरु छन ?

२) घरमा तरकारी काट्दा के के सामान प्रयोग हुन्छ ?

३) तपाईका बुवा आमाले बारीमा हाल्ने मल केमा बोक्नुहुन्छ ?

४) करेसाबारी खन्न प्रयोग हुने सामानहरु के के हुन ?

५) धारा बाट पानी के मा ल्याउनु हुन्छ ?

६) हात मुख धुन के के चाहिन्छ ?

७) तपाई आफ्ना किताब कापिहरु के मा राख्नुहुन्छ ?

माथीका सामानहरु हाम्रो घरको भान्सा कोठामा प्रयोग हुने सामानहरु हुन । यी सामानहरुले भान्साको कामलाई छिटो र सजिलो बनाउँछ । डाडु तिउन र तरकारी चलाउन प्रयोग हुन्छ । थर्रो आगो टिप्न प्रयोग हुन्छ । डबरा पिठो मुच्न र ठेलुवा र तराइनु रोटी बेल्न प्रयोग गरीन्छ ।

क्रियाकलापः १ तलका चित्र चित्रहरु पहिचान गरी तिनीहरुको काम लेख्नुहोस ।

चित्र	काम
१ पनिउ	……………………..
२ चुलेसी	……………………..
३ कराइ	……………………..
४ कुकर	……………………
५ कुचो	……………………..

क्रियाकलापः २ चित्र बनाउनुहोस

क डाडु

ख कराइ

तलका चित्र हेरौं र छलफल गरौं ।

तपाईले माथी के-के को चित्र देख्नु भयो ?

चित्रमा देखाएका सामानहरु तपाईको घरमा छन ?

बन्चरोको काम के हो ?

आरीले के काम गर्छ ?

जाल्लउडो के के बाट बनाईन्छ ?

हाम्रो घरमा बिभिन्न किसिमका सामानहरु हुन्छन । ति मध्ये केही सामानहरु दैनिक रुपमा प्रयोग हुन्छन । यस्ता सामानहरु सजिलै बनाउन सकिन्छ जस्तैः डोको डालो छाब्री जाल्लउडो बन्चरो निकान सब्बल आदि । हाम्रा कठिन कामहरु लाई छिटो र सजिलो बनाउछन । यिनीहरुको प्रयोग गर्दा सुरक्षित रुपमा गर्नु पर्छ ।

क्रियाकलापः १ उत्तर लेख्नुहोस ।

क दाउरा चिर्न कुन सामानको प्रयोग हुन्छ ?

उत्तर : ....

ख ओग्लो र लोडोको चित्र

यो चित्रको काम के हो

ग हलोको चित्र

यो चित्रको काम के हो

घ तपाईको घरमा प्रयोग हुने पाँच वटा सामानहरुको सुचि बनाउनुहोस ।

१)

२)

३)

४)

५)

परीयोजना कार्यः तपाईको घरमा सामानहरुको जतन कसरी गरीन्छ ? बुवा आमालाई सोधेर लेख्नुहोस र कक्षामा सुनाउनुहोस ।

सामानको नाम	जतन गर्ने तरीका
बन्चरो	प्रयोग गरी पछि केटाकेटिले नपुग्ने र खिया नलाग्ने ठाउँमा राख्ने

पाठ : ३ सरसफाई

चित्र हेरौ र भनौं

माथिका चित्रहरु के के का हुन ?

माथिको चित्रमा भएका समानहरु देख्नु भएको छ ?

कुचो के कामका लागि चाहिन्छ ।

कागिँयो को प्रयोग के का लागि गरिन्छ ।

विद्यालय सफा राख्न के के गर्नु पर्छ ।

तपाई नङ के ले काट्नु हुन्छ ?

म विहान सबेरै उठेछु । दिसा पिसाव गरेर सावुन पानिले हात मुख धुन्छु । आमाले पकाउनु भएको खाजा खाएर पढ्न वस्छु । करिब ९ बजे तिर खाना खाएर पोशाक लगाएर साथिहरु सँग विद्यालय जान्छु । मैले कक्षाकोठा र विद्यालयको खेलमैदानमा फोहोर भएमा मिलेर सफा गर्ने गर्दछु । दिवा खाजा खानु अघि राम्ररी हात धोएर खान्छु । त्यसैले मलाई आज सम्म कुनै पनि किसिमको रोग लागेको छैन । मैले मेरो सुत्ने कोठा पनि राम्रो र सफा बनाएको छु त्यसैले मेरो आमाले मेरो कोठा सफा देखेर खुसी हुनुहुन्छ ।

घर आँगनमा कुनै पनि किसिमका फोहोर भएमा मैले उचित ठाँउमा व्यबस्थापन गर्छु । मेरो आँगन पनि सफा हुने भएकाले जताततै बसौ जस्तो लाग्छ । हाम्रो घर नजिका अन्य छिमेकीको घरमा जताततै फोहोर हुन्छ । भिँगा भनभनाउछन । प्रायः जसो विरामी भएर औषधि गर्न नजिकको स्वास्थ्य चौकी जान्छन् समय र पैसाको बबार्द हुन्छ तर हाम्रो घरका कोही पनि विरामी भएका छैनौँ । हामी बजार गएर फलफूल र स्टेशनरी सामाग्री किनेर ल्याउछौ । हाम्रो गाँउ घरमा जताततै सफा सुग्घर हुनु पर्छ । सार्वजनिक धारा, शौचालय, मठ मन्दिर, पाटीपौवा, विद्यालय, स्वास्थ्य संस्था सफा र स्वस्थकर हुन आवश्यक छ । प्रत्येक कक्षा कोठा, विद्यालय, सार्वजनिक सस्थाहरुमा कुहिने र नकुहिने अलग्गै डस्टबिनको ब्यबस्था हुनु पर्छ । यसले हाम्रो वरपरको वातावरण सफा र स्वच्च राख्न महत्वपुर्ण भुमिका रहन्छ ।

तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) व्यत्तिगत सरसफाई भनेको के हो ?

ख) वातावरणयी सरसफाई के लाई भनिन्छ ?

ग) कपाल काट्नु, नुहाउनु कुन सरसफाई भित्र पर्दछन् ?

घ) व्यत्तिगत सरसफाईका लागि चाहिने ५ वटा समानको नाम लेख्नुहोस् ।

खाली ठाँउ भर्नुहोस् ।

क) म सधै विहान .... माझ्छु , (दाँत, खुट्टा)

ख) कपाल कोर्न .... चाहिन्छ । (ब्रस, काँगियो)

ग) कक्षाकोठा बर्डान .... चाहिन्छ । (कुचो, कैची)

घ) मैले पढ्ने कोठा................. गर्छु । (फोहोर, सफा)

ङ) विद्यालयको वरपर .... गर्नु पर्छ । (सफा, फोहोर)

सिर्जनात्मक कार्य :

हामीले आ-आफ्नो टोल सफा राख्नका लागि के के गर्नु पर्छ कुनै ५ वटा बुदाँ लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ ४ मेरो सहयोगी भावना

मेरो नाम ममता हो । म ह्याङलु टोलमा बस्छु । मेरो घर नजिकै पानीको धारा छ । मेरो टोलका सम्पुर्ण मानिसहरु त्यहाँ आउँछन । एक दिन म पानी लिन त्यहीं गएकी थिए । धारामा बुढी हजुर आमा पानी भर्दै हुनुहुन्थ्यो । ऊहाँ बुढी संगै आँखा कम देख्ने भएकोले पानी भाडा भित्र खस्दैनथ्यो ।

त्यो देखेर मैंले हजुर आमा संग ऊहाँको गेलेन मागेर पानी भरीदिय । पानीको गेलेन ऊहाँको घर सम्म पगाइदिए । हजुर आमा खुसी हुँदै मलाई धन्यवाद र आर्शिवाद दिनु भयो । म पनि ऊहाँको सहयोग गर्ने अवसर संगै धन्यवाद र आर्शिवाद पाएकोमा खुसी भए ।

क्रियाकलापः १ चित्र हेरेर वर्णन गरौं ।

खेतमा ३/४ जना मान्छेले ढुङगा धकेलेको

क्रियाकलापः२ माथिका चित्रको आधारमा उत्तर लेख्नुहोस।

क) माथीको चित्रमा तपाई के-के देख्नु भयो ? लेख्नुहोस।

उत्तर ....

ख) तपाई बृद्ध मानिसलाई कसरी सहयोग गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

ग) कक्षा कोठामा सारीरिक रुपमा अपाङ्ग साथीलाई कसरी सहषयोग गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

घ) हामीहरुले अरुलाई समयोग गर्दा हामीले के पाउँछौं ?

उत्तर ....

परीयोजना कार्यः घरमा आफ्नो अभिभावकलाई सोधी ऊहाँहरुले गाउँ, टोल र समुदायमा के-के सहयोग गर्नु भएको छ टिपोट गरी कक्षामा सुनाउनुहोस।

एकाईः ५ खत्याडको वातावरण

पाठः १ हाम्रो वरपरका विरुवाहरु

हाम्रो वरपर विभिन्न किसिमका विरुवा छन् । कोही विरुवा होचा/साना छन् । कोही विरुवा ठूला छन् । कोही विरुवा धेरै ठूला छन् । कोहि विरुवाको डाँठ नरम हुन्छ । कोहि विरुवाको डाँठ कडा र बलियो हुन्छ। नरम डाँठ भएका साना विरुवा झारपात हुन् । दुबो, बाबियो, मकै, साँउ, बेथे, मेध्या, तितेपाती, बन्सो, कटाऱ्या, धान आदी एक बर्ष मात्र बाँच्छन् ।

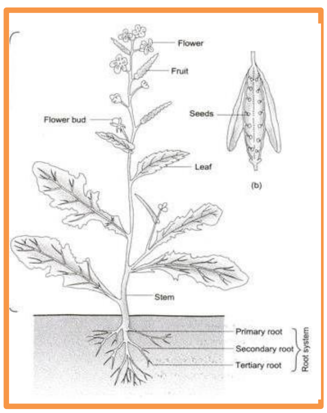
कडा डाँठ भएका मझौला विरुवा बुट्यान हुन् ।सुन्तला,कागती,चुक,गुलाब,त्रिखुलो,ढटेलो,ऐँसेलु जस्ता विरुवाहरु बुट्यान हुन् ।यी विरुवाहरु केही वर्ष सम्म बाँच्छन् ।

डाँठ मोटा र बलिया भएका अग्ला विरुवालाई रुख भनिन्छ। । यी विरुवाहरु धेरै वर्ष सम्म बाँच्छन् । आँप, चिउरा, सल्लो, पिपल, बेत्ताइनो, सिमल, धुपि, काँग्री, बाँझ, झुलो, ठिगो आदि रुख हुन् । यी बिरुवाहरुबाट हामिले घर बनाउने काठ पाउँछौं ।

२.वरपर भएका विरुवाहरु अवलोकन गर्नुहोस, दिइएको तालीकामा उपयुक्त विरुवाहरुको नाम भर्नुहोस् ।

झारपात	वुट्यान	रुख
....	....	....
....	....	....
....	....	....

३.तलका चित्रमा रङ भर्नुहोस् ।



४.जोडा मिलाउनुहोस् ।

सल्लो	बुट्यान
त्रिखुलो	रुख
तोरी	धुपी
एक बर्षे विरुवा	झारपात
बहु बर्षे विरुवा	धान

१ .तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) एक बर्षे कमलो डाँठ भएका विरुवालाई के भनिन्छ ?

उत्तर ....

ख) कुन विरुवाहरु धेरै वर्ष बाँच्छन् ?

उत्तर ....

ग) मझौला आकारका विरुवालाई के भनिन्छ ?

उत्तर ....

घ) कडा,मोटा र बलिया डाँठ भएका विरुवालाई के भनिन्छ ?

उत्तर ....

ङ) तपाई घर लगाउँदा के को काठ प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

उत्तर ....

पाठ २ हाम्रो बिद्यालयको बगैंचा

विद्यालयमा बिरुवा लगाउँदै गरेको चित्र

बगैंचा विद्यालय वा घर वाहिर विभिन्न फुल तथा बोटविरुवा रोपिएको ठाउँ हो । घर वा विद्यालयमा वगैचा भएमा समय व्यतित गर्न आनन्द आउँछ । वातावरण पनि स्वच्छ सुन्दर र राम्रो हुन्छ । शिशिर र संगिता कक्षा २ मा पढ्छन । ऊनीहरुको विद्यालयमा बगैचा छ । बगैंचा सफा छ । ऊनीहरु र ऊनीहरुका साथीहरुलाई बगैंचामा काम गर्न धेरै मन पर्छ । आज शुक्रवार को दिन हो । शिक्षकले बिधार्थीहरुलाई मल ल्याएर आउनु भन्नु भएको थियो । सबै साथीहरुले घर बाट मल ल्याएर आएका छन । सबै साथीहरु मिलेर बगैंचामा गोडमेल गर्ने मल हाल्ने पानी हाल्ने र खाली ठाउँमा विरुवा रोप्ने काम गर्दै छन । शिक्षकले हेमन्त र संगितालाई बगैंचाको हेरचाह गर्ने जिम्मा दिनु भएको थियो । ऊनिहरु आफ्नो घर तथा टोलको सरसफाई र वृक्षारोपणमा पनि सहयोग गर्छन ।

क्रियाकलापः १. गर्न हुने काममा ठिक (✓) र गर्न नहुने काममा बेठिक (×) चिन्ह लगाउनुहोस ।

क) बिरुवाका हाँगा भाच्ने । (   )

ख) बगैचाको हेरचाह गर्ने । (   )

ग) विरुवामा पानी हाल्ने । (   )

घ) विरुवाको गोडमेल गर्ने । (   )

ङ) विरवामा मल हाल्ने । (   )

२. तलका प्रश्वनहरुको उत्तर लेख्नुहोस ।

क) बगैंचा भनेको के हो ?

उत्तर ....

ख) शिशिर र बसन्तको विद्यालयमा के हुन्छ ?

उत्तर ....

ग) शिशिर र ऊनका साथीहरुले विद्यालयमा के-के काम गरे ?

उत्तर ....

घ) तपाईहरुको घरमा पनि वगैचा छ ?

उत्तर ....

ङ) विद्यालयको बगैचा बनाउने काममा तपाई कसरी सहयोग गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

च) तपाई बगैचामा के-के काम गर्नु हुन्छ ?

उत्तर ....

परीयोजना कार्यः तपाईलाई मन पर्ने कुनै एउटा फुलको चित्र कोरी रङ भर्नुहोस ।

एकाई :५

पाठ ३ वृक्षारोपण

कविता पढौँ र उत्तर लेखौं।

ए ! साथी हो पहिरो जाँदैन
रुख भएमा
ए ! साथी हो सितल छायाँ दिन्छ
पिपल लाएमा
ए ! साथी हो नाङ्गा डाँडामा
बोट लाएर
ए ! साथी हो राम्रा देखिन्छन्
हरियाली भएर
ए ! साथी हो खोलाको छेउ छाउमा
बाँस लगाउँला
ए ! साथी हो हरियाली बनाई
खडेरी भगाउँला

१. माथीको कविता पढि तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्।

क) डाँडामा के भएमा पहिरो जादैंन ?

उत्तर ....

ख)पिपलको रुखले के दिन्छ ?

उत्तर ....

ग)नाङ्गा डाँडामा के लगाउनुपर्छ ?

उत्तर ....

घ)खडेरी कसरी भगाउन सकिन्छ ?

उत्तर ....

ङ)खोलाको छेउमा के लगाउनुपर्छ ?

उत्तर ....

वृक्षारोपण गरी हरियाली

खोला सहितको

नाङ्गा डाँडा,खाली ठाउँमा बोट विरुवा रोप्नुलाई वृक्षारोपण भनिन्छ ।वृक्षारोपणले वातावरण हरियाली हुन्छ । वातावरण हरियाली भएमा हामी स्वस्थ र निरोगी हुन्छौं ।रुख काटेमा बाढी पहिरो जान्छ । वृक्षारोपणले बाढी पहिरो रोकथाम गर्छ ।बाढी,पहिरोले ठुलो धनजनको क्षती गर्छ ।हामी सबै मिलेर नाङ्गा डाँडामा ,खाली जमिनमा विद्यालयको वरपर वृक्षारोपण गर्नुपर्छ ।

२.माथीको पाठ पढी तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् ।

क)माथिको चित्रमा के-के देख्नुहुन्छ ?

उत्तर ....

ख)बोट विरुवा नभएमा के हुन्छ ?

उत्तर ....

ग) रुख काटेमा के हुन्छ ?

उत्तर ....

घ)नाङ्गा डाँडालाई हरियाली बनाउन के गर्नुपर्छ ?

उत्तर ....

ङ)विद्यालयको वरपर के-के गर्नुपर्छ ?

उत्तर ....

३.चित्र हेरेर चित्रमा के भइरहेको छ लेख्नुहोस् ।

क) वृक्षारोपण गरेको चित्र

:-----------------------

पहिरो गएको चित्र

ख) :------------------------

ग) हरियाली डाँडाको चित्र :------------------------

घ) पानि हालेको चित्र :------------------------

ङ) खोलाको चित्र :------------------------

एकाइ :५

पाठ: ४ फोहोर व्यवस्थापन

परिचय

हाम्रो वरपर भएका काम नलाग्ने वस्तुहरु जस्तैः घिन लाग्दा वस्तु, फोहोरहरु, दुर्गन्धित वस्तु ,प्लाष्टिकजन्य वस्तुहरुलाइ फोहोर मैला भनिन्छ। फोहोर मैलाले हाम्रो स्वास्थ्यमा असर गर्दछ। विभिन्न किसिमका रोगहरु लाग्छन्।

हाम्रो वरपर रहेका फोहोर मैलालाइ दुई भागमा बाड्न सकिन्छ।

१. कुहिने फोहोर

कुहिने फोहोर भनेको शेषनै नरहने गरि कुहिएर जाने फोहोर मैलालाइ जनाईन्छ। कुहिने फोहोरमा खास गरेर बोट विरुवा,झारपात,मरेका जनावर,पशुपन्क्षी,बचेका खानेकुरा,तरकारीका बोक्रा,फलफुलका बोक्रा आदि पर्दछन्।

२. नकुहिने फोहोर

नकुहिने फोहोर नकुहिने वस्तु वा पदार्थलाई बुझाउँछ।प्लाष्टिक, फलामका टुक्रा, टिनका पाता, रङका बट्टा, सिसाका बोतलबाल्टी आदी नकुहिने फोहोर हुन्।

३. फोहोर व्यवस्थापन

हाम्रो वरपर जताततै छरिएर रहेका फोहोरलाई व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ। फोहोर व्यवस्थापन गर्न सकेमा वातावरण स्वच्छ हुन्छ।हामी निरोगी हुन्छौं।हामिलाई रोग लाग्दैन।त्यसैले हामीहरुले आफ्नो वरपर

रहेको फोहोरलाई कुहिने र नकुहिने अलग- अलग छुट्याएर खाडल वा डस्विनमा जम्मा गर्नुपर्दछ । कुहिने फोहोरबाट कम्पोष्ट मल बन्छ ।मल हाम्रो खेतबारीमा हाल्दा धैरै अन्न फल्छ ।नकुहिने फोहोर लाई पुनः प्रयोग गरी नयाँ वस्तु बनाउन सकिन्छ ।

तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क)फोहोर केलाई भनिन्छ ?

उत्तर. ....

ख)कुनै ३ वटा नकुहिने फोहोरका नाम लेख्नुहोस् ।

उत्तर. ....

ग) कुनै ३ वटा कुहिने फोहोरका नाम लेख्नुहोस् ।

उत्तर. ....

घ)फोहोरलाई कति भागमा छुट्याउन सकिन्छ ?

उत्तर. ....

ङ)तपाईको विद्यालयको फोहोर केमा जम्मा गर्नुहुन्छ ?

उत्तर. ....

च)आफ्नो घर तथा विद्यालय सफा राख्न तपाई के-के गर्नुहुन्छ ?

उत्तर. ....

३.कुहिने र नकुहिने फोहोरलाई तलको तालिकामा भर्नुहोस् ।

कुहिने	नकुहिने

एकाई :६

पाठ :१ मेरो सामानको सुरक्षा

पढौं र बुझौं

हामी हाम्रो दैनिक जिवनमा विभिन्न किसिमका सामानहरु प्रयोग गर्छौं । लेख्नका लागि कापी र कलम र सरसफाइको लागी साबुन, ब्रस नङकट आदि । खेल खेल्नका लागि बल, डोरी आदि प्रयोग हुन्छ । यिनीहरुको प्रयोग हाम्रा लागि महत्वपुर्ण हुन्छ । यि सामानहरु हामी विभिन्न सीपहरु सिक्न तथा स्वस्थ रहन र मनोरन्जन को लागि प्रयोग हुन्छ । यिनीहरुको प्रयोग उचित तरिकाले गर्नुपर्छ ।यस्ता सामानहरु प्रयोग गरिसके पछि सुरक्षित ठाउँमा राख्नु पर्छ ।

झोला,कापि,किताब,ब्रस,कोलगेट,साबुन,रुमाल,कपडा,ड्रेस,काँगियो,जुत्ता,चप्पल,नङकट,बल,ब्याडमिन्टन,गुडिया

मितव्ययी,ब्रस,स्वस्थ,नङ कटर,सुरक्षित

१ .खालि ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् ।

क) नङ काट्न............................को प्रयोग गरिन्छ ।

ख) खाना खाएपछि........................गर्नुपर्छ ।

ग) सामानको प्रयोग गरिसकेपछि ....ठाउँमा राख्नुपर्छ ।

घ) खेल खेल्नाले शरीर...................................हुन्छ ।

ङ) हामीले सामानको ....प्रयोग गर्नुपर्छ।

२ .चित्र हेरी नाम र काम लेख्नुहोस् ।

क) नामः

....

कामः ....

ख) नामः ....

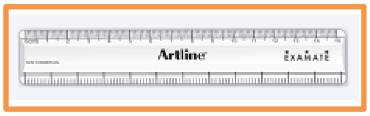
कामः ....

ग) नामः ....

कामः ....

घ) नामः ....

कामः ....



ङ) नामः ....

कामः ....

परियोजना कार्यःतपाईले घरमा पढ्न र सरसफाइ गर्न के-के सामानहरु प्रयोग गर्नुहुन्छ,कारिमा टिपेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

एकाई ६

पाठ २ हाम्रो सुरक्षा

मोटर साईकल बाट मान्छे लडेको

रुखबाट मान्छे खसेको चित्र

क) माथीको चित्रमा के देख्नु भयो ?

उत्तर. ....

ख) बाटोमा हिड्दा कहाँ हेरेर हिड्नु पर्छ ?

उत्तर. ....

ग) जथाभाबी रुख चढ्दा के हुन्छ ?

उत्तर. ....

घ) दुर्घटना बाट बच्न के गर्नु पर्छ ?

ङ) उत्तर. ....

पढौं र बुझौं

आज शनिवारको दिन हो । कमल र ऊसका बुवा जंगलमा दाउरा ल्याउँन गएका थिए । जंगलको पर तिर मान्छेहरुको भिड थियो । ऊनीहरु पनि भिड भएको ठाउँमा गए । त्यहाँ दुर्घटना भएको रहेछ । लडेर घाईते भएको मानिसको धेरै रगत बगिरहेको थियो । त्यो देखेर कमल डरायो र आफ्नो बुवा संग यस्तो कसरी भयो भनेर सोध्यो । बुवाले भन्नु भयो; हेर बावु हामीले कुनै काम सावधानी पुर्वक गरेनौं भने यस्तो दुर्घटना हुन्छ । यसले दाउरा काट्न भनी रख चढेछ । रुख बाट खसेर यस्तो भयो । त्यसैले हामीले जुनसुकै काम गर्दा होसीयारी हुनु पर्छ । घर तथा बिद्यालयमा खेल्दा बाटोमा हिड्दा धारीला वस्तु प्रयोग गर्दा रुख चढ्दा वा अन्य कुनै पनी काम गर्दा होसियारी नभए दुर्घटना हुन्छ । बिजुली सोलार वा अन्य विधुतीय उपकरण चलाउँदा सावधानी अपनाएनौं भने झट्का लाग्छ । हामी दुर्घटना माहामारी रोग बाट पनी सजग हुनु पर्छ । हामीले फोहोर बासी सडेगलेका खानेकुराहरु खानु हुँदैन । रोग लागेका मानिसलाई उपचारमा सहयोग गर्नु पर्छ । त्यतिकैमा घाईते ब्यक्तिलाई स्वास्थ्य चौकी लैजान्छन ।

क्रियाकलापः १ तलका प्रश्वनहरुको उत्तर लेख्नुहोस ।

क) हामी दुर्घटना बाट बच्न के गर्न पर्छ ?

उत्तर. ....

ख) कमल र उसका बा कहाँ गएका थिए ?

उत्तर. ....

ग) जंगलमा ऊसका बा र ऊसले के देखे ?

उत्तर. ....

घ) बासी सडेगलेका खाना खाँदा के हुन्छ ?

उत्तर. ....

ङ) बिजुलीको नाङगो तार छुदा के हुन्छ ?

उत्तर. ....

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शव्द भर्नुहोस ।

क) बाटोमा हिंड्दा दायाँवायाँ .... हिड्नु पर्छ। (नहेरेर/हेरेर)

ख) सडकमा हिड्दा .... अपनाउनु पर्छ। (सावधानी / असावधानी)

ग) विजुलीको तार छुँदा .... लाग्छ। (चिसो/करेन्ट)

घ) बिरामी मानिसलाई .... लिनु पर्छ। (घरमा/अस्पतालमा)

ङ फोहोर खाना खाए हामी .... हुन्छौं। (रोगी/निरोगी)

परियोजना कार्यः तपाईको गाउँघरमा घट्न सक्ने दुर्घटनाहरु आफ्नो अभिभावकलाई सोधी तालीका बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस।

पाठ ३ सामानको सुरक्षित प्रयोग

हेरौं र सुरक्षित प्रयोग

बन्चरो प्रयोग गरेको चित्र

विधुतिय सामान सुरक्षित प्रयोग गरेको

चुलीसिले तरकारी काटेको

दाउरा बालेर खाना पकाएको

एउटा बच्चाले सलाई लाईटर लगेको

टर्च लाईटको चित्र

प्रश्नहरु

क) तपाईले माथीको चित्रमा के-के देख्नु भयो ?

ख) जथाभाबी बञ्चरो चलाउँदा के हुन्छ ?

ग) साना साना केटाकेटीलाई सलाई लाईटर दिनुहुन्न, किन ?

घ) जथाभाबी रेडियो टि.भि. मोबाइल चलाएमा के हुन्छ ?

डबल बहादुर किसान हुन। ऊनको घरमा श्रीमती र दुई जना छोराछोरी गरी चार जनाको परीवार छ। ऊनले खेतबारीमा काम गरेर आफ्नो परीवार पाल्छन। ऊनी र ऊनकी श्रीमती केटाकेटी छोडेर खेतवारीमा काम गर्न जान्छन। एक दिन काम गरेर फर्किदा ऊनकी छोरी निताको हात बाट रगत बगीरहेको थियो र ऊ रुदै थिई। त्यो देखेर निताकी आमा आत्तिदै के भयो छोरी भनेर सोधीन। निताले भान्साको चुलेसी देखाउँदै झन रुन थालिन। चुलेसीमा पनि रगत लतपतिएको

थियो । अहो यो त हाम्रो पो गल्ती रैछ । काम गरी सके पछी चुलेसी बच्चाले नपुग्ने सुरक्षित ठाउँमा राख्नु पर्ने हो । दुबै बा आमा मिलेर निताको घाउँमा औषधी लगाएर पट्टि बाँधि दिए । हामी घरमा काम गर्नका लागि विभिन्न सामाग्री प्रयोग गर्छौं । यस्ता सामानहरु प्रयोग सजक भैई गर्नु पर्छ । प्रयोग गरीसके पछी सामान सुरक्षित ठाउँमा राख्नु पर्छ ।

क्रियाकलाप १ सही वा गलत छुट्याई चिन्ह लगाउनुहोस ।

क) थारीला बस्तु जथाभाबी चलाउँदा चोटपटक लाग्छ ।

ख) बञ्चरो धारीलो बस्तु होईन । सहि / गलत

ग) चक्कु जहाँ पायो त्यही राख्नु पर्छ । सहि / गलत

घ) सामान प्रयोग गरी सके पछी सुरक्षित ठाउँमा राख्नु पर्छ । सहि / गलत

ङ) बोबाईल चार्ज गर्दै गित सुन्नु पर्छ । सहि / गलत

च) बच्चाको हातमा सलाई लाइटर दिनु पर्छ । सहि / गलत

२. चित्र हेरी तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस ।

अ) चित्र क मा के कारणले आगलागी भएको हो ?

उत्तर ....

आ) चित्र ख मा के भएको हो र किन भएको हो ?

उत्तर ....

इ) चित्रमा जस्तै तपाईले घरमा अन्य के-के देख्नु भएको छ ?

उत्तर ....

परियोजना कार्यः तपाईको गाउँ वा टोलमा भएका घटनाहरु आफ्नो अभीभावकलाई सोधी के र कसरी भएको हो कक्षामा सुनाउ ।

एकाई :६

पाठ :४ **विपद् व्यवस्थापन**

अत्याधिक वर्षा भई नदी खोलाहरुमा पानीको बहाब बढी पानीको सतह बढ्नुलाई बाढी भनिन्छ ।वर्षातको समयमा धेरै पानि पर्ने भएकाले बाढो आउने हुन्छ ।हाम्रो खत्याड गाउँपालिकामा पनि २०७९ साल असोज १९ गतेदेखि२४ गते सम्म अविरल वर्षा आयो ।वर्षातका कारण ठाउँ ठाउँमा पहिरो गयो ।घरहरु भत्किय,गाई भैंसि भेडा बाख्रा मरे ।खेति योग्य जमिन बगायो

क) बाढी भनेको के हो ?

उत्तरः...

ख) खत्याडमा ठूलो बाढी कहिले आयो ?

उत्तरः...

ग)   बाढीले के-के क्षति गर्छ ?

उत्तरः...

घ) बाढीबाट बच्न के गर्नुपर्छ

उत्तरः...

ङ) तपाइले बाढी आएको देख्नुभएको छ?

उत्तरः...

चित्र हेरौं र चिनौं

माथिका चित्रहरु सबै विपद सँग सम्वन्धित छन् । विपद भनेको कुनै स्थानमा आपतकालिन अवस्था सिर्जना भई जन धनको क्षेति हुनुलाई बुझाउँछ । विपद २ प्रकारको हुन्छ ।मानव सृजित विपद र प्राकृतिक विपद ।विपद बाट बच्न हामी सजग रहनुपर्छ । हामिले सावधानि अपनाएनौ भने विपदले धेरै क्षति गर्छ ।

क) **प्रश्नहरु**

१. विपद कति प्रकारको हुन्छ ?

उत्तर...............................

२ विपद केलाई भनिन्छ ?

उत्तर...............................

३.विपद बाट बच्न के गर्नुहुन्छ ?

उत्तर...............................

४.कुनै ३ वटा विपदका नाम लेख्नुहोस् ।

उत्तर...............................

२) जोडा मिलाउनुहोस् ।

आगलागि

सर्पले टोकेको

बाढी पहिरो

हुरी बतास

परियोजना कार्य : तपाईले कुनै प्राकृतिक घटना/विपद देख्नु भएको छ ? तपाईले देख्नु भएको कुनै प्राकृतिक घटना/विपदको बारेमा कक्षामा सुनाउनुहोस् ।