एकाइ एक

रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाको परिचय, नाम वडा विभाजन र जनसंख्या

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुहरुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुनेछन् :

१. आफ्नो नाम र थर बताउन,

२. आफ्नो वडा कार्यालयको नाम र वडा नं. बताउन,

३. आफ्नो घर भएको ठाँऊ बताउन,

४. आफ्नो गाउँपालिकाको नाम बताउन,

रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाको प्रशासकीय भवन

पाठ : १

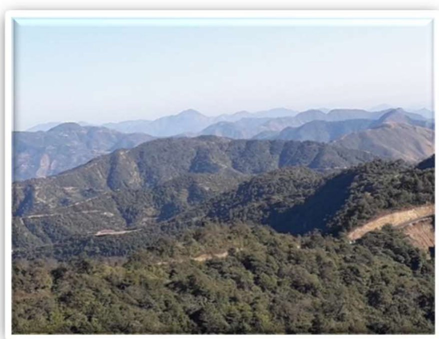
मेरो परिचय

✍निम प्र.आचार्य

सुनिता हो नाम मेरो
बलाल हो थर
जुठापौवा वडा ६ हो
चहलामा घर

रैनादेवी छहरा हो
पालिकाको नाम
सारै राम्रो डाँडापाखा,
हामी सबको सान्,

आठ ओटा वडा छन्
मेरो गाउँपालिका
हाम्रो रक्षा गर है
दुर्गा माता कालिका



हामी सबै मिलेर
पालिकालाई हँसाऊ
एकले विकास हुँदैन
सबै जनाले सघाऊँ

अभ्यास

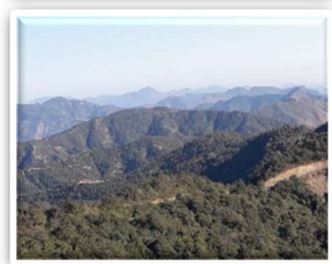
१. तलको चित्र हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

कालिका मन्दिर

रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाको कार्यालय

घर

डाँडा पाखा



वडा नं. ६ कार्यालय

२. माथिको बाल गीतको आधारमा सही शब्द छानेर खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) सुनिताको थर .... हो । (बलाल, बराल, कुमाल)

(ख) सुनिता .... मा बस्नु हुन्छ । (चहला, छहरा, मगाल)

(ग) सुनिता .... गाउँपालिकामा बस्नु हुन्छ । (बगनासकाली, रम्भादेवी, रैनादेवी छहरा)

(घ) सुनिता वस्ने वडा नं. .... हो । (५, ६, ७)

३. तलका प्रश्नको मौखिक उत्तर दिनुहोस् र खाली ठाँउमा भन्नुहोस् :-

(क) तपाईको नाम के हो ?

उत्तर : ____________________

(ख) तपाईले आफ्नो नामको पछाडि कुन थर लेख्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) रैनादेवी छहराको कुन ठाँउमा बस्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) तपाईको गाउँपालिकाको नाम के हो ?

उत्तर : ____________________

(ङ) तपाई कति नं. वडामा बस्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(च) तपाईको गाउँपालिकाभित्र कति वटा वडाहरु छन् ?

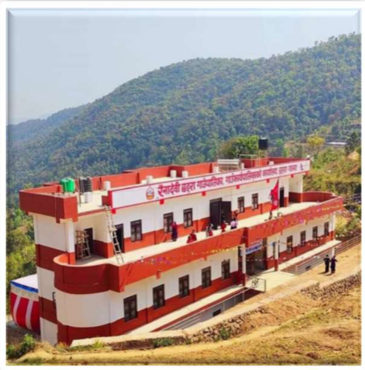
उत्तर : ____________________

शिक्षण निर्देशन : माथिको बाल गीतलाई लय हालेर वाचन गरी सोही अनुसार विद्यार्थीहरुलाई वाचन गर्न लगाउनुहोस् साथै प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

पाठ : २

मेरो गाउँपालिका

१. तलका चित्रहरु अध्ययन गरी छलफल गर्नुहोस् :-



नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम निकिता पौडेल हो । म कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो। मेरो घर वडा नं. ४ दागिलमा पर्छ। मेरो वडाको नाम छहरा हो ।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम अनिल परियार हो । म कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो । मेरो घर वडा नं. ३ गोखुङगामा पर्छ । मेरो वडाको नाम भुवनपोखरी हो ।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम गोकूल गाहा हो । म कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो। मेरो घर वडा नं. ८ रोकाहामा पर्छ। मेरो वडाको नाम सत्यवती हो ।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम रविन अधिकारी हो । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो। मेरो घर वडा नं. १ सिद्धेश्वरमा पर्छ। मेरो वडाको नाम सिद्धेश्वर हो।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम सचिन राना हो । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो । मेरो घर वडा नं. २ सोमादीमा पर्छ । मेरो वडाको नाम सोमादी हो ।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम नविन कार्की हो । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो । मेरो घर वडा नं. ५ मुझुङ्मा पर्छ । मेरो वडाको नाम मुझुङ्ग हो ।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम रविना खड्का हो । मेरो गाउँपालिकाको नाम रैनादेवी छहरा हो । मेरो घर वडा नं. ७ मा पर्छ । मेरो वडाको नाम बल्डेङगढी हो ।

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् :-

निकिता पौडेल	रैनादेवी छहरा
अनिल परियार	छहरा
तृष्णा गाहा	भुवनपोखरी
गाउँपालिका	सत्यवती

२. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) निकिता पौडेल .... बस्नुहुन्छ । (दागिल, गोखुङगा, रोकाहा)

(ख) अनिल परियार .... वडा नं. बस्नुहुन्छ । (४, ३, ८)

(ग) हाम्रो गाउँपालिकाको नाम .... हो । (रैनादेवी छहरा, सत्यवती, भुवनपोखरी)

(घ) गोकूल गाहा .... वडामा बस्नुहुन्छ । (भुवनपोखरी, सत्यवती, छहरा)

(ङ) हाम्रो गाउँपालिकामा .... वटा वडाहरु छन् ।

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) हाम्रो गाउँपालिकाको नाम के हो ?

उत्तर : ____

(ख) गोकूल कहाँ बस्छन् ?

उत्तर : ____

(ग) अनिल परियारको घर कुन वडामा पर्छ ?

उत्तर : ____

(घ) निकिता कति वडा नं. मा बस्छिन् ?

उत्तर : ____

४. दिइएको खाली ठाँउ भरी गोलो घेरामा बसेर परिचय खेल खेलौं ।

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम .... हो । मेरो गाउँपालिकाको नाम .... हो । म यो गाउँपालिकाको .... वडा नं. मा बस्छु । म बस्ने वडाको नाम .... हो ।

५. तल दिइएका वर्णबाट आउने रैनादेवी छहरा गाउँपालिका भित्रका एक/एक ठाँउको नाम लेख्नुहोस् :

जस्तै : म⇒ मगाल

(अ) छ⇒ ______ (ई) दी⇒ ______

(आ) अ⇒ ______ (उ) ब⇒ ______

इ) स ⇒ ______

६. परियोजना कार्य : विद्यार्थी भाइबहिनीहरुलाई आ-आफ्नो वडा भित्र रहेका रमणीय स्थलहरुको भ्रमण गराउनुहोस् :

शिक्षण निर्देशन : तपाईले आफ्नो परिचय, गाउँपालिकाको नाम, वडा, वडा नं. बताइ विद्यार्थीहरुलाई पालै-पालो बताउन लगाउनुहोस् । सकेसम्म १....८ सम्मका वडा कार्यालय र रैनादेवी छहरा पालिकाका भवन अवलोकन गरी छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ दुई

रैनादेवी छहरा गाउँपालिका भित्र बसोबास गर्ने जातजाति, भाषा र भेषभूषा

विशिष्ट उद्देश्य : यस एकाइमा रहेका विषयवस्तु अध्ययन पश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन् :

१. आफ्नो जातको पहिचान गर्न,
२. आफ्नो घरमा बालिने भाषा बताउन,
३. आफ्नो भेषभूषाको पहिचान गर्न,

मगर जातिको भेषभूषा

नेवार जातिको भेषभूषा

खसआर्य जातिको भेषभूषा

खसआर्य जातिको भेषभूषा

कुमाल जातिको भेषभूषा

मगर जातिको भेषभूषा

शिक्षण निर्देशन : तपाईले आफ्नो परिचय, गाउँपालिकाको नाम, वडा, वडा नं. बताइ विद्यार्थीलहरुलाई पालै-पालौ बताउन लगाउनुहोस् । सकेसम्म १...८ सम्मका वडा कार्यालयका र रैनादेवी छहरा पालिकाका भवन अवलोकन गरी छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : १

हाम्रा जातजाति

१. तलको बाल गीत लय हालेर पढ्नुहोस् ।

धेरै छन जातजाति
बस्ने रैनादेवी,
गर्न हुन्न भेदभाव,
एक अर्कामा हामी,

दाजुभाइ दिदी वहिनी,
एउटै रातो रगत,
हामी सबै मिले बन्छ
रैनादेवी जगत्

मिलिजुली काम गर्ने,
हामी सबै साथी
मानिस भन्दा ठुलो जात
छैन कहीँ माथि

बाहुन क्षेत्री, कामी, दमाइ,
नेवार र सार्की
मगर कुमाल सबै साथी
हिड्नु हुन्न तर्की

अभ्यास

१. चित्र पहिचान गरी जोडा मिलाउनुहोस् :-

खसआर्य भेषभूषा

नेवारी भेषभूषा

कुमाल भेषभूषा

मगर भेषभूषा

नेपाली भेषभूषा

२. तलको कोठेपदबाट विभिन्न जातजातिहरु पहिचान गरी गोलो घेरा लगाउनुहोस् :-

म	बा	क	ङ	आ	ई
ग	ने	वा	र	सा	का
र	बा	हु	न	र्की	मी
ठ	कु	री	क्षे	त्री	द

बाहुन   म.................   सा.................

ठ.................   क्षे.................   ने.................

३. उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) तपाईको थर के हो ?

उत्तर : ____________________

(ख) तपाईको साथी कुन जातजाति भित्र पर्नु हुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) तपाई कुन जातजाति भित्र पर्नु हुन्छ ?

उत्तर : ____________________

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीलाई पालैपालो थर भन्न लगाई थर अनुसार जात फरक-फरक हुने कुरा माथि छलफल र प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

पाठ : २

हाम्रा भाषा

✍रिपिराम पोखरेल

मेरो नाम भवानी ज्ञवाली हो । मेरो घरमा नेपाली भाषा बालिन्छ । मेरो घर सोमादी हो ।

मेरो नाम दिनेश बुढाथोकी हो । मेरो घर सिद्धेश्वर हो । म मगर जाति हो । मेरो घरमा मगर भाषा बोलिन्छ ।

मेरो नाम बिक्रम कुमाल हो । मेरो घर छचुवा हो । म कुमाल जाति हो । मेरो घरमा कुमाल भाषा बोलिन्छ ।

मेरो नाम रिता श्रेष्ठ हो । मेरो घर छहरा हो । म नेवार हो । मेरो घरमा नेवारी भाषा बोलिन्छ ।

अभ्यास

१. तलका वाक्य ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✗) चिह्न लगाउनुहोस् :-

(क) सन्ध्या ज्ञवाली तिब्वती भाषा बोल्नुहुन्छ ।	
(ख) दिनेश बुढाथोकीको परिवारमा मगर भाषा बोल्नुहुन्छ ।	
(ग) विक्रम कुमाल मैथिली भाषा बोल्नुहुन्छ ।	
(घ) रिता श्रेष्ठ नेवार भाषा बोल्नुहुन्छ ।	

२. मिल्ने शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

नेवार | कुमाल | बाहुन | मगर

(क) .... जातिले बोल्ने भाषा नेपाली हो ।

(ख) .... जातिले बोल्ने भाषा मगर हो ।

(ग) .... जातिले बोल्ने भाषा नेवार हो ।

(घ) .... जातिले बोल्ने भाषा कुमाल हो ।

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) भवानी ज्ञवालीले कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(ख) विक्रम कुमालको घरमा कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(ग) रिता श्रेष्ठको घरमा कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(घ) तपाईको घरमा कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

शिक्षण निर्देशन : वालवालिकाहरुले बोल्ने भाषाको जानकारी लिँदै जात अनुसारका भाषाहरु फरक-फरक हुने कुरा छलफल र प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

पाठ : ३

भेषभूषा

मगर जातिको भेषभूषा

खसआर्य भेषभूषा

नेवार जातिको भेषभूषा

कुमाल जातिको भेषभूषा

मेरो नाम राम बहादुर कुमाल हो । मेरो घरमा कुमाले भेषभूषा लगाइन्छ । जात अनुसार पोसाकले आफ्नो जातिलाई चिनाउन सहयोग गर्छ । जात अनुसारको पोसाक हाम्रो सम्पत्ति हो । म मेरो जातिय पोसाक लगाउदा निकै खुसी हुन्छु । मेरो बाबा र आमाले पनि चाडपर्वमा आफ्नो जातिय पोसाक लगाउनु हुन्छ ।

अभ्यास

१. तल दिइएको जात जाति अनुसारको लगाउने पोसाकको जोडा मिलाउनुहोस् :-

नेवारी

कुमाल

खसआर्य

मगर

२. तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) राम बहादुर कुमालले लगाउने पोसाक कुन हो ?

उत्तर : ____________________

(ख) राम बहादुर कुमाल आफ्नो पोसाक लगाउदा के हुन्छन् ?

उत्तर : ____________________

(ग) राम बहादुर वुवा-आमाले कस्तो पोसाक लगाउनु हुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) तपाइले कस्तो पोसाक लगाउनु हुन्छ ?

उत्तर : ____

३. तलको चित्र हेरी कोठे पदबाट मिल्ने पोसाकमा घेरा लगाउनुहोस् र पोसाकको नाम लेख्नुहोस् :-

दौ	पी	गा	जो	चो
टो	रा	को	ट	ली
सु	र	वा	ल	फे
घ	ले	क	र	टा

(क)................... (ख) .... (ग) ....

(घ) .... (ङ) ....

परियोजना कार्य

१. आफूले लगाएका देखेका पोसाकहरुको बारेमा कक्षामा साथीहरुलाई पालैपालो सुनाउँदै छलफल गराउनुहोस् ।

२. रैनादेवी छहरा गाउँपालिका भित्र रहेका विभिन्न जातजाति मध्ये सबैभन्दा बढी एउटै जातिय बसोबास भएको स्थलमा बालबालिकाहरुलाई स्थलगत अवलोकन गराइ जातिय भेषभूषाको बारेमा प्रत्यक्ष छलफल गराउनुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीलाई आफु र आफ्ना परिवारका सदस्यहरुले लगाउने पहिरनको पहिचान माग्दै विभिन्न जातिको महिला र पुरुषले लगाउने पहिरनको प्रदर्शन गरी जातअनुसारको पोसाक हुन्छ भनेर छलफल गर्नुहोस् ।

एकाइ तीन

रैनादेवी छहरा गाउँपालिका भित्रका स्थानीय पेशा व्यवसाय

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तु अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन् :

(१) आफ्नो घरमा उत्पादन हुने अन्न बालीहरुको नाम बताउन,
(२) आफुले खाने र घरमा लगाउने फलफूलको नाम बताउन,
(३) खेतीपाती गर्ने आफ्नो घरमा प्रयोग हुने औजारहरुको नाम बताउन,
(४) आफ्नो घरमा पालिने पशुहरुको नाम बताउन,
(५) आफ्नो घर परिवारका सदस्यले गर्ने पेशा बताउन,
(६) आफ्नो घरमा प्रयोग हुने कृषि औजार (हसिँया/कोदालो) र डोको जाँतो आदि

पाठ : १

कृषि र कृषि औजारहरु

✍निम प्र.आचार्य

धानको खेत कोदाको वारी अन्नको मुहान

नगरी काम पुग्दैन खान साझ र विहान

मकैको खेती गर्दछौ हामी वारीको पाटामा

त्यै मकै भुटी खानेछौ हामी खाजाको साटामा

खेतको आली धानको वाली गर्दछौ असार

वारीको पाटा खेतीको साटा लगाउछौ वेसार

हलो र जुवा कोदाली समाई खेतमा जोतौला

त्यो भातसंग खानलाई हामी तरकारी रोपौला

काउली, बन्दा टमाटर राम्रो खानामा राखौला

आलुको खेती गरेर हामी तरकारी साचौंला

टिमुरको खेती अम्रिसो अनि सुनकाउली लाउनी

यसरी हामी जाँगर गरी धनपैसा कमाउनी ।

आँप र मेवा छ हाम्रो घरमा क्या राम्रो फलेको

सुन्तला अनि केराको धारी वोटैमा गलेको

अभ्यास

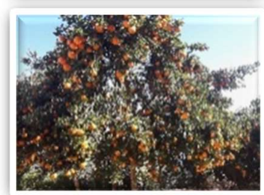
१. तलका चित्रहरु सँग जोडा मिलाउनुहोस् :-

धान

मकै

टिमुर

काउली



हलो

बन्चरो

सुन्तला

२. तलको कोठाबाट अन्नबाली, नगदेवाली र कृषि औजारहरुको नाम पहिचान गरी घेरा लगाउनुहोस् ।

धा	प	ह	को	दो
आ	न	लो	दो	का
के	रा	म	ली	उ
टि	मु	र	कै	ली

(क) धा......... (ख) ह.......... (ग) आ.......... (घ) का......... (ङ) को........

३. तलका प्रश्नहरुको मौखिक र लिखित उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तिम्रो घरमा के के बाली लगाउछौ ?

उत्तर : ____

(ख) तिम्रो घरमा के के फलफूलको बोट छ ?

उत्तर : ____

(ग) तिमीले खाने फलफूल कहाँबाट आउँछ ?

उत्तर : ____

(घ) तिमीले खाने ३ वटा खाने कुराको नाम भन ।

उत्तर : ____

(ङ) तिम्रो घरमा खेतीपाती गर्दा प्रयोग गरिने ३ औजारको नाम भन ।

उत्तर : ____

४. तलका खाली ठाँउ मिल्ने शब्द छानेर भर्नुहोस् :-

(क) धान .... बाली हो । (अन्न, नगदे)

(ख) केरा .... बाली हो । (अन्न, नगदे)

(ग) हलो .... औजार हो । (कृषि, आधुनिक)

(घ) टमाटर .... बाली हो । (नगदे, अन्न)

५. तलका चित्रहरु हेरी नाम लेख्नुहोस् :-

....

....

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीको घरमा प्रयोग गरिने कृषि वालीहरु र कृषि औजारहरुको नाम पालै पालो सोधी सूची बनाएर छलफल गराउने, कविता लय हालेर वाचन गर्ने र पालै पालो वाचन गराउने

पाठ : २

पशुपंक्षी पालन

मेरो नाम स्रष्टी घर्ती हो । म रैनादेवी छहरा वडा नं. ६ चहलामा बस्छु । मेरो विद्यालयको नाम जीवनज्योति प्रा.वि हो । मैले अहिले कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो घरमा १ वटा लैनो भैसी, ५ वटा बाख्रा र १० वटा कुखुरा छन् । मेरो साथीको घरमा एउटा सुंगुर र २ वटा गोरु पनि छन् । मैले बाख्राको पाठा पाठी लाई माया गर्दछु । भैसीले मलाई दुध दिन्छ । कुखराले अण्डा पार्छ । अण्डा मेरो भाइ र मैले मीठो मानेर खान्छौ ।

अभ्यास

१. तलको चित्रहरु संग जोडा मिलाउनुहोस् :-

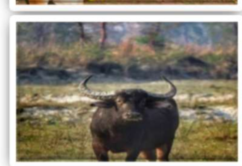
गाई

भैसी

सुंगुर

बाख्रा

कुखुरा



२. तलको खाली ठाँउमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :-

(क) सृष्टीको घरमा .... वटा बाखा छन् । (५, १०)

(ख) कुखराको .... दिन्छ । (अण्डा, पाठा पाठी)

(ग) सृष्टिको साथीको घरमा .... छ । (सुंगुर, भैसी)

(घ) भैसीले .... दिन्छ । (अण्डा, दुध)

(ङ) गोरु .... हो । (पशु, पंक्षी)

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) सृष्टीको घरमा कतिवटा भैसी छन् ?

उत्तर : ____

(ख) भैसीले के दिन्छ ?

उत्तर : ____

(ग) सृष्टिको साथीको घरमा कुन कुन जनावर छन् ?

उत्तर : ____

(घ) तपाईको घरमा भएको २/२ वटा पशु र पंक्षीको नाम भन्नुहोस् ।

पशु	पंक्षी
१- ______________	१- ______________
२- ______________	२- ______________

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीलाई आ-आफ्नो घरमा पालिएको पशु र पंक्षीहरुको नाम भन्न लगाई सूचीकरण गर्ने र छलफल गराउने

पाठ : ३

पेशा व्यवसाय (नोकरी र व्यापार)

✍खिमानन्द पोखरेल

मेरो नाम कविता बलाल हो । मेरो घर रैनादेवी छहरा ५ भालुफानमा पर्छ । मेरो विद्यालयको नाम कालिका मा.वि हो । म कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो बाबाले पसलमा काम गर्नुहुन्छ । पसल गर्ने मानिसलाई पसले भनिन्छ । पसलमा हामीले खाने दाल, चामल, चिनी, आँप, केरा, अदुवा, बेसार, टमाटर, काउली र प्रयोग गर्ने डोको, डालो, नाम्लो, डाम्लो, कोदालो, हसिँया आदि किन बेच गरिन्छ । मेरो हजुर बुवा र आमाले खेतीपातीको काम गर्नुहुन्छ । मेरो हजुर आमाले भान्साको काम गर्नुहुन्छ । मेरो काकाले मेरो विद्यालयमा पढाउने काम गर्नुहुन्छ । खेतीपाती गर्नेलाई कृषक र पढाउने मानिसलाई शिक्षक भनिन्छ ।

म विरामी हुँदा अस्पताल गएकी थिए । अस्पतालमा विरामी जाँच्ने मानिस थिए । विरामी जाच्ने मानिसलाई डाक्टर भनिँदो रहेछ । अस्पतालमा जाँदा बाटोमा बाटो नाप्ने मान्छेहरु थिए । बाटो कसरी बनाउने भनेर छलफल पनि गरिएको रहेछ । मामा सँगै म

पनि केहीबेर बसे । त्यहाँ पालिका बाट मानिसहरु आएका रहेछन् । तिनीहरुलाई इन्जिनियर भनिने रहेछ । जाडो विदामा म आमासंग मावली गएकी थिए । मेरो मामा जागीर गर्न जानु भयो । मैले आमासंग मामा कँहा जानु भयो भनेर सोधें आमाले मलाई तिम्रो मामा जागीर गर्न अदालत गएको छ भनि भन्नुभयो । उहाँ अदालतमा वकिलको काम गर्नुहुँदो रहेछ ।

अभ्यास

१. तलका चित्रहरुको जोडा मिलाउनुहोस् :-

डाक्टर

शिक्षक

व्यापार

वकील

कृषक

इन्जिनियर

२. तलका भनाईहरु ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✕) चिह्न लगाउनुहोस् :-

(क) कविताको बाबाले पढाउनुहुन्छ ।	
(ख) कविताको हजुरवुवा किसान हो ।	
(ग) बाटो नाप्ने मानिसलाई इन्जिनियर भनिन्छ ।	
(घ) पसल गर्ने मानिसलाई वकिल भनिन्छ ।	
(ङ) डाक्टरले विरामीलाई उपचार गर्छन् ।	

३. तलको खाली ठाँउमा उपयुक्त शब्द छानेर भर्नुहोस् :-

(क) पसल गर्ने लाई .... भनिन्छ । (पसले, किसान)

(ख) खेतीपाती गर्ने लाई .... भनिन्छ । (शिक्षक, किसान)

(ग) कविताको मामा .... हुनुहुन्छ । (वकिल, डाक्टर)

(घ) पढाउने मानिसलाई .... भनिन्छ । (इन्जिनियर, शिक्षक)

(ङ) विरामी जाच्ने मानिसलाई .... भनिन्छ । (शिक्षक, डाक्टर)

४. तलका कोठे पदहरु बाट मिल्ने शब्दमा घेरा लगाउनुहोस् :-

ई	न्जि	नि	य	र
कि	डा	क्ट	र	व
व	सा	प	प	कि
क	ल	न	श	ल
शि	क्ष	क	ले	न

इ .... शि .... व ....

डा .... कि .... प ....

५. तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) कविता बलालबो बाबाले के गर्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ख) कविता बलालको मामाले के काम गर्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) खेतीपाती गर्ने मानिसलाई के भनिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) पढाउने मानिसलाई के भनिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) विरामी जाच्ने मानिसलाई के भनिन्छ ?

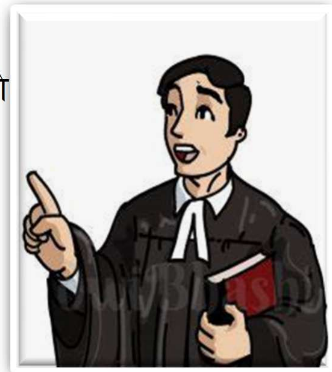
उत्तर : ____________________

(च) बाटो नाप्ने मानिसलाई के भनिन्छ ?

उत्तर : ____________________

६. तलको बाल गीत लय हालेर गाउनुहोस् :

बल्देङ कालिका
मिलिजुली काम गर्ने हाम्रो पालिका
रैनादेवी छहरामा काम गर्ने हामी
कोही स्कुल पढाउने, कोही व्यापारी हामी
कोही गर्छन दवाई पानी
कोही खेतीपाती
रैनादेवी छहराका मान्छे कति जाती
बाटो नाप्छन् इन्जिनियर
वकिल न्याय गर्छन्
आफ्नो आफ्नो काम हामी
मिलिजुली गर्छौं ।



शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई पालैपालो आफ्नो घर परिवारको सदस्यहरुले गर्ने कामहरु भन्न लगाई सूची तयार पारी नोकरी र व्यापारको अवधारणा दिने ।

पाठ : ४

उद्योग र पर्यटन

मेरो नाम आसिम गरम्झा हो । म रैनादेवी छहरा वडा नं. १ सिद्धेश्वरमा बस्छु । मेरो विद्यालयको नाम भुटुक्दिदेवी मा.वि हो । म सोही विद्यालयको कक्षा १ मा म पढ्छु । मेरो घरमा खेतीपाती गर्दा प्रयोग हुने कुटो र कोदाली छ । आमाले हँसियाले तरकारी काट्नु हुन्छ । बाबाले बन्चराले दाउरा चिर्नुहुन्छ । हजुर बुवाले बाँस र निगालो बाट डोको, डालो,

मान्द्रो उन्ने काम गर्नुहुन्छ । बाखा र भैसीलाई बान्न डाम्लो पनि काट्नु हुन्छ । म मेरो कुटो र हँसिया बन्चरो बनाउन बाबा सँग आरनमा गएको थिए । पारीको बुवाले आरनबाट मलाई हँसिया बनाईदिनु भयो । आमालाई तरकारी काट्न हँसिया, बाबालाई दाउरा चिर्ने बन्चरो बनाईदिनु भयो । हाम्रो घर र विद्यालयमा सिमेन्ट प्लास्टर गरेको छ । सिमेन्ट उद्योगबाट बन्दो रहेछ । मैले बाबा सँग सोधेको थिए ।

अभ्यास

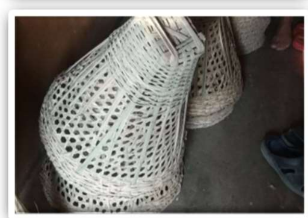
१. तलका मिल्दो चित्र सँग जोडा मिलाउनुहोस् :-

डोको

दाम्लो

हँसिया

बन्चरो



सिमेन्ट

२. तलको खाली ठाँउमा उपयुक्त शब्द छानेर भर्नुहोस् :-

(क) हँसिया .... बाट बन्छ । (कलम, चोया)

(ख) डोको .... बाट बन्छ । (चोया, पटुवा)

(ग) डाम्लो .... बाट बन्छ । (सिमेन्ट, पटुवा)

(घ) घरमा प्लास्टर .... ले गरिन्छ । (चोया, सिमेन्ट)

(ङ) सिमेन्ट .... बाट प्राप्त हुन्छ । (उद्योग, ...)

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) तपाईको घरमा चोयाबाट बनेका के के साम्रगीहरु छन् ?

उत्तर : ______________________________

(ख) तपाईको घरमा फलामबाट बनेका के के साम्रगीहरु छन् ?

उत्तर : ______________________________

(ग) तपाईको घरमा उद्योगबाट बनेका के के साम्रगी प्रयोग गर्नुभएको छ ?

उत्तर : ______________________________

(घ) सिमेन्ट के कहाँबाट उत्पादन हुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(ङ) डोको के बाट बन्छ ?

उत्तर : ______________________________

शिक्षण निर्देशन : घरमा प्रयोग हुने सामाग्रीहरु पालै पालो भन्न लगाई सूची तयार गर्ने । चोया बाट बन्ने, फलामबाट बन्ने, उद्योगबाट बन्ने सामनहरुको वर्गीकरण गरी उद्योगको अवधारण दिने ।

पाठ : ५

पर्यटन

✍निम प्र.आचार्य

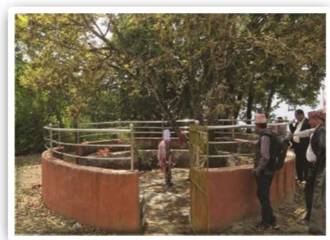
रैनादेवी मन्दिर हाम्रो
पालिकाको सान
छहरमै पर्ने रै छ
राम्रो तिलक थान
मुझुङको कालिकाले
मनै हररर
बल्ढेङ्गामा गढी राम्रो
झन्डा फररर
सदैवको फाँटमा छ
सिमेन्टको रास
रैनादेवी छहरामा
पर्यटकको काख
रमाईलो छ हाम्रो गाँउ
हाम्रै वन पाखा
घुमी घुमी हेरौ हामी
थाक्दैनन् यी आँखा

अभ्यास

१. तलको चित्रहरुको जोडा मिलाउनुहोस् :-

रैनादेवी मन्दिर

तिलकथान पार्क



बल्ढेङ्गगढी

कालिका मन्दिर

सर्देवा सि.जि सिमेन्ट

२. तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) तपाईले माथिको कवितामा आएका के के कुरा देख्नु भएको छ ?

उत्तर : ______________________________

(ख) तिलक थान पार्क कँहा पर्दछ ?

उत्तर : ______________________________

(ग) सिजी सिमेन्ट उद्योग कँहा पर्दछ ?

उत्तर : ______________________________

(घ) तपाई विदाको समयमा घुम्न कहाँ जानु भएको छ ?

उत्तर : ______________________________

(ङ) घुम्न जाने मानिसलाई के भनिन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(च) तपाईको घर नजिक भएको रमणीय ठाँउको नाम भन्नुहोस् ?

उत्तर : ______________________________

(छ) तपाईको घर नजिक भएको मन्दिरको नाम भन्नुहोस् ।

उत्तर : ______________________________

शिक्षण निर्देशन : माथिको बाल कविता लय हालेर गाउने र पालै पालो गाउन लगाउने, यसको महत्व बोध गराउने ।

एकाइ चार

स्थानीय चाडपर्व, धर्म र संस्कृति

विशिष्ट उद्देश्य :

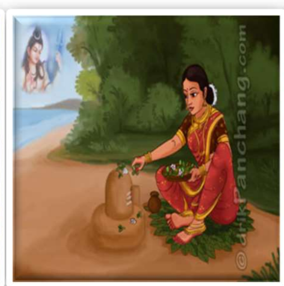
यस एकाइका विषयवस्तुहरुको अध्ययन पश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्यहरु गर्न सक्षम हुनेछन् ।

१. आफ्नो घरमा मनाउने बताउन ।

२. आफ्नो घरमा मान्ने धर्म बताउन,

३. आफ्नो घरमा चाडपर्वहरु मनाउँदा खाने खानेकुराहरुको नाम भन्न,

४. आफ्नो घरमा मनाउने चाडपर्वमा गरिने क्रियाकलापहरुको पहिचान गर्न,



पाठ : १

हाम्रा चाडपर्वहरु

१. तलको बालगीत लय हालेर गाउनुहोस् :

✍गणेश भण्डारी

तिते जा मीठे आ
काको कति जाती
फूल टिप्नु हुँदैन
सुन मेरो साथी

दशैं तीज तिहारमा,
सेलरोटी खाएर,
मेला हेर्न जानी हो,
नयाँ नाना लाएर,

क्वाटी खानी बोटीमा
राख्न हुन्न झोलामा
बगाउला है हामीलाई

जान हुन्न खोलामा

मालश्री र सराय

दशैं टीका लाएर

नाच्छौं भैलो मारुनी

तिहारमा गाएर

अभ्यास

१. चित्र हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

दशैं

तिहार

तिज

मारुनी

सेलरोटी

२. उपयुक्त शब्द छानेर खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) तिजमा .... खान मामा घर गईन्छ । (दर, तरुल)

(ख) दशैंमा .... लगाँउछौ । (टिका जमरा, फलफूल)

(ग) तरुल खाने पर्व .... हो । (साउने संकान्ति, माघे संकान्ति)

(घ) भाइलाई टिका लगाउने पर्व .... हो । (दशैं, तिहार)

(ङ) क्वाटी खाने पर्व .... हो । (साउने संकान्ति, माघे संकान्ति)

३. तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) दर खाने पर्वको नाम के हो ?

उत्तर : ____________________

(ख) तिहारमा के खेलिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) दशैंमा के लगाइन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) साउने संकान्तिमा के खाईन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) क्वाटी खाने पर्व कुन हो ?

उत्तर : ____________________

४. मिल्ने उत्तरमा ठिक भए (✓) लगाउनुहोस् :-

(क) दर खान	तिहार	तिज
(ख) देउसी भैलो	दशैं	तिहार
(ग) मगर जातिले नाच्ने	मारुनी	देउसी
(घ) माघे संक्रान्तिमा खाने	तरल	दर

५. तपाईको घरपरिवारमा कुन-कुन चाडपर्व मनाइन्छ ? घरमा बुबा-आमासँग कुनै पाचँवटा चाडपर्वको नाम लेख्नुहोस् :

१. .... २. .... ३. ....

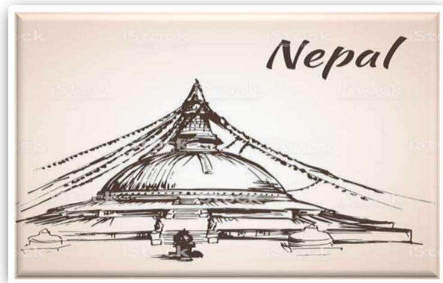
४. .... ५. ....

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई उनीहरुले मनाउने पर्वहरु पालै पालो भन्न लगाई ती पर्वमा खाने खानेकुराहरु माथि छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

पाठ : २

हाम्रा धर्म

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम विपना दर्लामी हो । मेरो घरमा बुद्धको पूजा गरिन्छ । पूजा गर्न चैत्यमा गईन्छ ।



गुम्बा

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम संगम भण्डारी हो । मेरो घरमा शिवको पूजा गरिन्छ । म पूजा गर्न आमासँग मन्दिर जान्छु ।

मन्दिर

नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम कृष्ण वमरेल हो । मेरो घरमा यशूको प्रार्थना गरिन्छ । हामी प्रार्थना गर्न चर्च जान्छौँ ।

चर्च

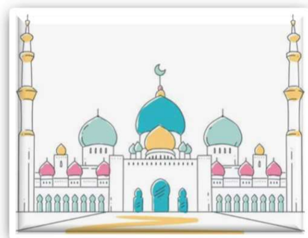
नमस्कार साथीहरु ! मेरो नाम हुसेन मिया हो । मेरो घरमा महमदको पूजा गरिन्छ । हामी पूजा गर्न मस्जिद जान्छौँ ।

मस्जिद

अभ्यास

१. चित्रसँग मिल्ने गरी जोडा मिलाउनुहोस् :-

हिन्दु



बौद्ध

इस्लाम

क्रिश्चियन्

२. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) मन्दिरमा पूजा गर्न जाने मानिसलाई .... धर्म मान्छन् । (इस्लाम, हिन्दु)

(ख) मस्जिदमा पूजा गर्न जाने मानिसले .... धर्म मान्छन् । (चर्च, इस्लाम)

(ग) चैत्यमा पूजा गर्न जाने मानिसले .... धर्म मान्छन् । (बौद्ध, हिन्दु)

(घ) चर्चमा पूजा गर्न जाने मानिसले .... धर्म मान्छन् । (क्रिश्चियन्, बौद्ध)

(ङ) मैले .... धर्म मान्छु । (हिन्दु, बौद्ध, इस्लाम, क्रिश्चियन)

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) तपाई कुन धर्म मान्नुहुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(ख) तपाई पूजा गर्न कहाँ जानु हुन्छ ?

उत्तर : ______________________________

(ग) चर्चमा प्रार्थना गर्नेले के धर्म मान्छन् ?

उत्तर : ______________________________

(घ) बौद्ध धर्म मान्नेहरु पूजा गर्न कहाँ जान्छन् ?

उत्तर : ______________________________

(ङ) मुस्लिमहरु प्रार्थना गर्न कहाँ जान्छन् ?

उत्तर : ______________________________

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीको घरमा मान्ने धर्महरु पालै पालो भन्न लगाई टिपोट गरी छलफल गराउने । पोस्टरहरु प्रदर्शन गर्ने ।

पाठ : ३

चाडपर्व अनुसारका हाम्रा खानेकुराहरु

खिचडी

सेलरोटी

दर

मिठाई

फलफूल

क्वाटी

तरुल

खिर

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् :-

सेलरोटी

तरुल

फलफूल

क्वाटी

खिचडी

२. तलको कोठे पदबाट खानेकुराका नाममा गोलो लगाउनुहोस् :-

से	द	र	ल
ल	सु	न्त	ला
रो	त	रु	ल
टी	थ	फ	मि
क	क्वा	टी	ठा
के	रा	फू	इ

सु .... के .... फ .... से ....

क्वा .... द .... मि ....

३. तल हामीले खाने खानेकुराको नाम दिइएको छ । ती खानेकुरा के-के बाट बनाइन्छ शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस् :

(क) सेल रोटी

(ख) क्वाटी

(ग) मिठाइ

(घ) दर

(ङ) खीर

शिक्षण निर्देशन : चार्डपर्व अनुसार खानेकुराहरु माथि छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् । सक भर कुनै एक खानेकुरा बनाएर खुवाउन सहजीकरण गर्नुहोस् ।

पाठ : ४

चाडपर्व अनुसारका हाम्रा क्रियाकलापहरु

दशैं

तिहार

मारुनी

सोरठी

मालश्री

सराय नाच

अभ्यास

१. अभिनय गर्नुहोस् :-

(क) सराय खेलेर (ख) देउसी भैलो खेलेर

२. चित्र हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

देउसी भैलो

मालश्री

सोरठी

मारुनी

सराय

३. खाली ठाँउमा भर्नुहोस् :-

(क) तिहारमा .... खेलिन्छ । (सराय, देउसी भैलो)

(ख) दशैंमा .... खेलिन्छ । (सराय, सोरठी)

(ग) .... खेल्न रमाइलो हुन्छ । (पिङ, लुकामारी)

(घ) तिजमा .... गाईन्छ । (तिजगीत, सोरठी)

४. तलको चित्र हेरेर चित्रमा कुन चाडपर्वको बारेमा कियाकलाप भइरहेको छ ? छलफल गर्नुहोस् :

(क)

(ख)

(ग)

शिक्षण निर्देशन : चार्डपर्व अनुसार गरिने क्रियाकलाप माथि छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् र अभिनय गराउनुहोस् ।

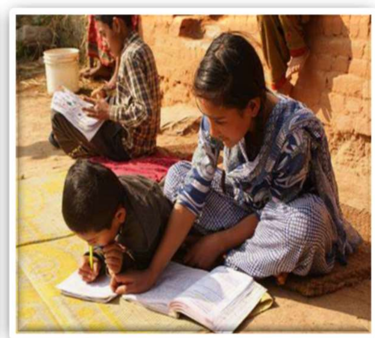
एकाइ पाँच

रैनादेवी छहरा गाँउपालिका भित्रको स्थानीय मुल्यमान्यता संस्कार र नातासम्बन्ध

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययन पश्चात विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुने छन् ।

१. आफूले आफूभन्दा साना र ठूलालाई गर्ने व्यवहार देखाउन,
२. आफ्नो नामाकरणको बारेमा जानकारी लिन,
३. आफ्नो घरमा गरिने संस्कारको जानकारी दिन,
४. परिवारिकमा सम्बन्ध तथा छिमेकी वीच नाता सम्बन्ध बताउन,



पाठ : १

सानालाई मायाँ र ठूलालाई आदर

✍शारदा ढकाल

साना साना वावु नानी
मायाँ गरौं हामी
ठूलालाई आदर सत्कार
सम्मान गरौं हामी

भेट भए ठूलासंग
गरौं नमस्कार
अभिवादन ढोग गर्ने
हाम्रा संस्कार

आजका साना बालक
भोलि तन्नेरी
खुसी पार्न मायाँ गरौं
भाइ बहिनी हेरी

अभ्यास

१. तलका भनाईहरु ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिह्न लगाउनुहोस् :-

(क) साना भाइ वहिनीहरुलाई माया गर्नुपर्छ ।	
(ख) आफूभन्दा ठूलालाई गाली गर्नुपर्छ ।	
(ग) भाइ वहिनीलाई पिट्नु राम्रो बानी हो ।	
(घ) आफूभन्दा ठूलालाई आदर सत्कार गर्नुपर्छ ।	

२. तलका प्रश्नका उत्तर दिनुहोस् :-

(क) स-सानालाई भाइ बहिनीहरुलाई के गर्नुपर्छ ?

(ख) आफूभन्दा ठूला मान्यजनलाई के गर्नुपर्छ ?

(ग) तपाई बाबा आमालाई कसरी आदर सम्मान गर्नुहुन्छ ?

(घ) तपाईको मामा माइजुले तपाईलाई के गर्नुहुन्छ ?

३. तलको कोठेपदबाट मिल्ने शब्दमा घेरा लगाउनुहोस् :-

ढो	आ	द	र	द	या
ग	म	स्का	क	ध	ग
ख	म	मा	या	छ	ज
न	अ	भि	वा	द	न

शब्द पुरा गर्नुहोस् :-

ढो .... न .... द .... अ .... मा ....

शिक्षण निर्देशन : तपाईले साना र ठूलाको सम्बन्ध तथा गरिने सम्मान आदर बारे प्रत्येक विद्यार्थीलाई पालै पालो भन्न र अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : २

हाम्रा संस्कार

मेरो नाम दिपिसा पौडेल हो । हाम्रो घरमा आमाले भाइलाई एक महिना पहिले जन्म दिनु भयो । भाइ जन्मेकोमा हाम्रो परिवारमा खुसी आएको थियो । वावालाई, हजुरवुवालाई, मलाई हजुरआमाले खुसी हुदै अविर लगाइदिनु भयो । हजुरवुवाले ६ दिनका दिन भजन गाउन बाजा बजाउन र पुजा गर्न छिमेकीहरुलाई बोलाउनु भएको थियो । ६ दिनका दिन मनाइने संस्कारलाई छैँठी भनिन्छ । हाम्रो भाइको नाम दिपक राखियो । यो जन्मको एघारौँ दिनमा गुरु आई नाम राखिएको हो । यस कार्यलाई न्वारान भनिन्छ । भजन गाउदाँ खैजडी मजुरा र वाजा वजाउँदा दमाहा, सनाही, झ्याली वजाइदो रहेछ ।

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस :-

छैंठी	एघार दिन
न्वारन	६ दिन
भजन	दमाहा
वाजा	खैजडी

२. तलका खाली ठाँउमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :-

(क) जन्मेको ६ दिनका दिन .... कर्म गरिन्छ । (न्वारन, छैंठी)

(ख) छैंठी कर्म गर्दा बाजा बजाउन .... प्रयोग गरिन्छ । (खैजडी, दमाह)

(ग) .... दिनमा न्वारन कर्म गरिन्छ । (६दिन, ११दिन)

(घ) भजन गाउँदा .... बजाइन्छ । (भ्याली, खैजडी)

(ङ) नामाकरण गर्न .... आउनु भएको थियो । (गुरु, शिक्षक)

३. तलका भनाईहरु ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✕) चिहृन लगाउनुहोस् :-

(क) छैठी कर्म ६ दिनका दिन गरिन्छ । ☐

(ख) नामाकरण एघार दिनका दिन गरिन्छ । ☐

(ग) न्वारन कर्म गर्न गुरुको आवश्यकता पर्दैन । ☐

(घ) भजन गराउँदा सनाई प्रयोग गरिन्छ । ☐

४. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाईले बच्चा जन्मेको ६ दिनमा के गर्नु हुन्छ ?

उत्तर : ____

(ख) भजन गीत गाउँदा के-के बजाइन्छ ?

उत्तर : ____

(ग) न्वारन कर्म कति दिनमा गरिन्छ ?

उत्तर : ____

(घ) बाजा बजाउन कुन कुन बाजा प्रयोग गरिन्छ ?

उत्तर : ____

५. तलको पाठ पढेर स्थानीय संस्कारको बारेमा जानकारी लिनुहोस् :

हामीले आ-आफ्नो चालचलन अनुसारका संस्कारहरु व्यवहारमा ल्याउने मानवीय संस्कारले आफ्नो परम्परालाई संरक्षण गरेर राख्ने गर्छ । श्राद्ध, कूल पूजा, न्वारन, विवाह, ब्रतबन्ध, बेलविवाह, न्वागी, ढोग, नमस्कार, मान सम्मान आदि हाम्रा संस्कार हुन् ।

संस्कारलाई मानवीय गहना पनि भनिन्छ । यसलाई हाम्रो परिचय दिन्छ । अहिले हाम्रो समाजमा प्रचलनमा रहेका संस्कारहरु हाम्रा पुर्खाहरुले हामीलाई छाडेर गएका हुन् । आफ्नो जाति, धर्म अनुसार संस्कारले मानिसलाई अनुशासनको पाठ सिकाउँछ । यसले मित्रताको भावना सिकाउँछ । संस्कारले टाढा-टाढा भएका मानिसलाई नजिक ल्याउन सहयोग गर्छ ।

अभ्यास

१. कुनै पाँच वटा स्थानीय संस्कारको नाम लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस :

शिक्षण निर्देशन : तपाईले पाठ अध्यापन पश्चात विभिन्न उमेर अनुसार जन्मदेखिका संस्कारहरु छलफल गराउनु होस् । कक्षामा विभिन्न संस्कार मान्ने बालबालिकाहरु भएमा पालो पालै उहाँहरुको संस्कारहलाई सोधी छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : ३

मेरो नाता सम्बन्ध

म हरी बहादुर नेपाली हुँ । मेरो घर भुवनपोखरी डाडागाँउमा पर्छ । मेरो घरमा बाबा-आमा हुनुहुन्छ । बाबाको पनि बाबा र आमा हुनुहुन्छ । उहाँहरुलाई मैले हजुरवुवा र हजुरआमा भनि बोलाउछु । मेरो बाबाको दिदी हुनुहुन्छ मैले उहाँलाई फूपू दिदी भन्दछु । बाबाको पनि दाजु हुनुहुन्छ । बाबाको दाजुलाई मैले जेठा वावा र जेठा बा को श्रीमतीलाई जेठी आमा भन्छु । बाबाले आमालाई विवाह गरेर ल्याउनु भएको रहेछ । आमाको बाबालाई र आमालाई मेरो बाबाले सासु ससुरा भन्नुहुन्छ । त्यसै गरी मेरो आमाले हजुर बा हजुर आमालाई ससुरा सासु भनि बोलाउनु हुन्छ । मेरा आमालाई उहाँहरुले बुहारी भनि बोलाउनु हुन्छ । मेरो बाबाको भाइ पनि हुनुहुन्छ । उहाँलाई मैले कान्छा बा भनि बोलाउछु र मेरो आमाले देवर भनेर बोलाउनु हुन्छ । मेरी आमाकी दिदीलाई मैले ठुलीआमा भन्छु । ठुलीआमाको श्रीमान्लाई मैले ठुला बा भन्छु ।

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् :-

हजुर बा	बाबाको दाइ
हजुर आमा	बाबाको आमा
फूपू दिदी	बाबाको भाइ
जेठा बा	बाबाको दिदी
कान्छा बा	बाबाको बाबा

२. खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

हजुरबुबा   हजुरआमा   जेठाबा   जेठीआमा   बुहारी   देवर   सासू

(क) बाबाको बाबालाई .... भनिन्छ ।

(ख) बाबाको आमालाई .... भनिन्छ ।

(ग) बाबाको दाजुलाई .... भनिन्छ ।

(घ) जेठाबाको श्रीमतीलाई .... भनिन्छ ।

(ङ) आमाले बाबाको भाइलाई .... भन्नुहुन्छ ।

(च) आमाले हजुरआमालाई .... भन्नुहुन्छ ।

(छ) हजुराबुबाले आमालाई .... भन्नुहुन्छ ।

३. कोठेपदबाट शब्द बनाउनुहोस् :-

ह	जु	र	बु	बा	न
जु	जे	अ	हा	बा	ठु
र	दे	ठी	री	दा	ला
आ	व	सा	आ	जु	बा
मा	र	सु	मा	मा	बा
ठु	ली	आ	मा	इ	जू

ह- हजुरबुबा	बा-................
ठुला-	आ-................
ठुली-	दे-.................
ह-	सा-................
जेठा-	स-.................
जेठी-	मा-................
बु-	माइ-..............

४. तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाई बाबाको बाबालाई के भन्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ख) तपाई बाबाको आमालाई के भन्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) तपाई बाबाको दाजुलाई के भन्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) तपाई बाबाको दिदीलाई के भन्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) तपाई की आमाको दिदीलाई के भन्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(च) तपाईलाई बाबा आमाले बोलाउँदा के भन्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई परिवारका सदस्यहरुलाई बोलाउँदा के भन्नुहुन्छ भनी सोधेर नेपाली संस्कार अनुसार नाता सम्बन्ध सिकाउनुहोस् ।

एकाइ छ

हाम्रो गाउँपालिका भित्रका कला, सीप र प्रविधि

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइको अन्तिममा विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुनेछन् :

१. आफ्नो समुदायमा बाँसबाट निर्मित सामग्रीहरुको पहिचान गर्न,

२. आफ्नो समुदायमा काठबाट निर्मित सामग्रीहरुको पहिचान गर्न,

३. अन्य बस्तुबाट निर्मित सामग्रीहरुको पहिचान गर्न,

४. परम्परागत र आधुनिक प्रविधिको पहिचान गर्न,

पाठ : १

वाँसबाट निर्मित बस्तुहरु

हरिका वुवा वाँसबाट विभिन्न बस्तुहरु बनाउनु हुन्छ । वाँसबाट चोया बनाउनु हुन्छ । त्यसैगरी लेवास, निगालाबाट पनि चोया बन्दछ। वाँस, निगालोबाट चोया बनाउनु हुन्छ। वुवाले चोयाबाट डोको, डालो, डाडी, मान्द्रो, सुपो बनाउनु हुन्छ। डोको दाउरा वा मल फाल्न, पानी ल्याउन, घाँस ल्याउन प्रयोग गरिन्छ। डालोमा हामी अन्न राख्छौ । सुपोलाई अन्न केलाउने काममा प्रयोग गरिन्छ । भकारी बनाउन मान्द्रो प्रयोग गर्छौं । चोयाबाट डाडी पनि बनाइन्छ। भाइलाई डाडीमा राखेर आमाले सुताउनु हुन्छ।

अभ्यास

१. तलका शब्द र चित्रलाई जोडा मिलाउनु होस् :-

डालो

सुपो

डोको

मान्द्रो

डाडी

२. खाली ठाँउ उपयुक्त शब्द छानेर लेख्नुहोस् :-

(क) पानी ल्याउन .... को प्रयोग गरिन्छ । (डाडी, डोको)

(ख) चामल केलाउन .... को प्रयोग गरिन्छ । (डोको, सुपो)

(ग) भाइलाई .... मा राखेर सुताइन्छ । (डाडी, डाली)

(घ) मैले ....मा चामल राखे । (डोको, डालो)

(ङ) आमाले .... बाट भकारी बनायनु भयो । (मान्द्रो, सुपो)

३. संकेत अनुसार शब्द बनाउनुहोस् :-

जस्तैः- डा ...... डालो

मा...........

डो ....

सु............

डा...........

४. माथिको पाठ पढी तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) डोको के बाट बनाइन्छ ?

उत्तर : ____

(ख) सुपो के गर्न प्रयोग गरिन्छ ?

उत्तर : ____

(ग) वाँसको चोयाबाट के-के बनाइन्छ ?

उत्तर : ____

(घ) डाडीमा कसलाई सुताइन्छ ?

उत्तर : ____

(ङ) तपाइको घरमा वाँसको चोयाबाट निर्मित सामाग्रीहरु के-के हुन् ?

उत्तर : ____

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई पालो पालो आफ्नो घरमा वाँसबाट निर्मित सामाग्रीहरु के-के हुन भनी सोधेर तिनको के कामका लागी प्रयोग गर्नुहुन्छ भनी सहजिकरण गर्ने ।

पाठ : २

काठ वा अन्य वस्तुबाट निर्मित सामग्रीहरु

राम बहादुर सारुका वुवाले काठबाट विभिन्न वस्तुहरु वनाउनु हुन्छ । उहाँले ठेको, ठेकी, दराज, आरी, टेवल, हलो, जुवा वनाई बेच्नुहुन्छ । आमाले रामको वुवा संग ठेकी किन्नु भयो । आमाले त्यस ठेकीमा दही जमाउनु भयो र ठेकीमा महि बनाउनु भयो । महि बनाउँदा निस्केको घिउलाई आरीमा राख्नु भयो । हाम्रो बा ले रामको बाबाले बनाएको हलो, जुवाले बारी जोत्नु हुन्छ। हरिको बुबाले माटोबाट हाँडी, घैटो, पाला, भुडकी बनाउनु हुन्छ । गर्मीको समयमा घैटोमा राखेको पानी चिसो हुन्छ । मैले भुडकीमा पैसा जम्मा गरेको छु । बाबाले अम्रिसोको फूल र खर बाट कुचो र ढकिया बनाउनु हुन्छ । आमाले बुबाले घर वरपर सफा गर्नुहुन्छ । छिमेकीको पुजामा जाँदा ढकियामा मनभोक लैजानु हुन्छ ।

अभ्यास

१. तलका चित्र हेरी जोडा मिलाउनुहोस् :-

हलो

ठेको

कुचो

घैंटो

ढकिमा

२. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

अ) हलो, जुवा .... बाट बनाइन्छ । (काठ, माटो)

आ) ठेकी .... जमाउने काममा प्रयोग गरिन्छ । (दही, पानी जमाउन)

इ) आमाले .... मा घिउ राख्नु भयो । (थाल, आरी)

ई) माटोबाट .... बन्छ । (घैटो, गाग्री)

उ) घर वरपर सफा गर्न .... प्रयोग गरिन्छ । (पाला, कुचो)

३. तल दिइएको सङ्केतका स्थानीय स्तरमा उत्पादन हुने साम्रगीको नाम लेख्नुहोस् :-

ह...............	ढे...............
कु...............	पा...............
ढ...............	भु...............
घैं...............	द...............

४. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाईको घरमा काठबाट बनेका बस्तुहरु के के हुन् ?

उत्तर : ____________________

(ख) दही जमाउन कुन भाडोको प्रयोग गरिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) माटोबाट के कस्ता भाडा बन्छन् ?

उत्तर : ____________________

(घ) कुचो केका लागि प्रयोग गरिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) ढकिया के बाट बनाइन्छ ?

उत्तर : ____________________

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई काठ र अन्य बस्तुबाट निर्मित सामग्रीहरु के के हुन्छन् भनी सोध्दै ती सामग्री के कामका लागि प्रयोग गरिन्छ भनी सोधी पहिचान गर्न सहजिकरण गर्ने ।

पाठ : ३

परम्परागत र आधुनिक प्रविधि

वालगीत लय हालेर पढौं ।

✍शारदा ढकाल

जाँतो पिस्ने रिगाई रिगाई
धान कुट्ने ढिकी
हाम्रो जीवन सुधारौ है
प्रविधिलाई सिकी

तोरी पेल्ने काठे कोल
कुमालेको हाँडी
हाम्रो वाले बन्नु हुन्छ
चोयाकाट डाडी

हँसिया बन्छ आरनमा
काठबाट हलो
हाम्रो सीप प्रयोग गरी
हुन्छ हामीलाई भलो ।

मिलबाट धान कुट्छौ
ट्याक्टर जोत्छ खेत
नयाँ नयाँ प्रविधिले
खाली हुन्न पेट

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् :-

जाँतो

ढिकी

मिल

कोल

आरन

ट्र्याक्टर

२. खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) जाँतोले .... काम गर्छ । (पिस्ने, कुट्ने)

(ख) ढिकीमा .... कुटिन्छ । (धान, ढुङ्गा)

(ग) तोरी कोलमा .... । (पेलिन्छ, वनिन्छ)

(घ) ट्याक्टरले .... जोत्छ । (बारी, डोको)

(ङ) धान .... मा बुटीन्छ । (मिल, हलो)

३. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) हामीले दाल के मा पिस्छौं ?

उत्तर : ____

(ख) तपाइको घरमा ढिक छ ?

उत्तर : ____

(ग) हाडी कसले बनाउनु हुन्छ ?

उत्तर : ____

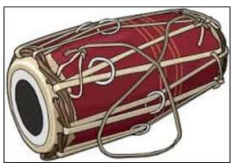
(घ) के तपाईको घरमा ट्याक्टर छ ?

उत्तर : ____

(ङ) आरनमा के के बस्तु बनाइन्छ ?

उत्तर : ____

४. तल दिइएका सामग्री के काममा प्रयोग गरिन्छ ? एक/एक काम लेख्नुहोस् :

स्थानीय स्तरमा उत्पादित सामान	काम
	

५. तलको पाठ पढ्नुहोस् :

हामीले आफूसँग भएको ज्ञान सीपको प्रयोग देशभित्र नै गर्नुपर्छ । काम गरेर कोही पनि सानो हुँदैन । आफ्नो घरवरिपरि भएका स्थानीय बस्तुहरुको प्रयोग गरेर विभिन्न आकारका सामानहरु बनाउन सकिन्छ । डोको, नाम्लो, हलो, जुवा, सुपो, ठेकी, ढिकी, कूचो, दराज, पलाङ, कूर्चि, सेऊ, मान्द्रो, दाम्लो, गुन्द्री, मुढा आदि बनाउन चाहिने बस्तु हाम्रो घरवरिपरि प्रशस्त मात्रामा पाउन सकिन्छ। आफूले तयार गरेका सामान बढी भयो भने शहरमा लगेर बेच्न सकिन्छ । त्यसबाट आएको पैसा घर खर्चमा लगाउन सकिन्छ । प्रयोग नगरेर खेर जाने बस्तुहरुलाई सही सदुपयोग गरेर आफ्नो आम्दानीको स्रोत बढाउन सकिन्छ ।

६. तल दिइएका सामान कुन काठबाट बन्छ ? कुन चोयाँबाट बन्छ कोठामा लेख्नुहोस् :

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई माथिको वालगीत लयबद्ध वाचन गराई विद्यार्थीले प्रयोग गर्ने प्रविधिहरुमा छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ सात

रैनादेवी छहरा गाउँपालिका भित्रका धार्मिक सांस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलहरु

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइको विषयवस्तु अध्ययन पश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन् ।

(क) आफ्नो घर वरपर रहेका धार्मिक स्थलहरुको पहिचान गर्न,

(ख) आफ्नो घर वरपर रहेका सांस्कृतिक कियाकलापहरुको पहिचान गर्न,

(ग) आफ्नो घर वरपर रहेका ऐतिहासिक महत्व बोकेका स्थलहरुको पहिचान गर्न,

(घ) आफ्नो घर वरपर रहेका पर्यटकीय स्थलहरुको पहिचान गर्न,

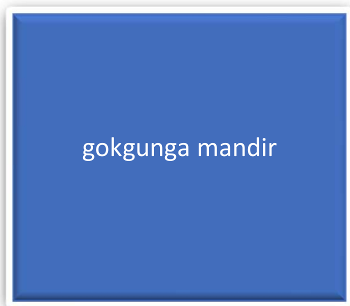
पाठ : १

धार्मिक स्थलहरु

तलको बाल कविता लय हालेर गाउनुहोस् : ✍निम प्र.आचार्य

तान्सिङगलको शिवमन्दिर,
पालिकाको सान,
त्यही मन्दिरमा पूजा गर्छौ
देउता सबले मान,

गोखुङगाको रैनादेवी
कालिका छन् मुझुङ
देउलेको आलमदेवी
सब जनाले बुझुन्



छहरामा चर्च अनि
मालिका छन् जुठा
बलढेङगडी कुमारी छन्
नबोलौं है झुठा

अभ्यास

१. तलका चित्रहरु पहिचान गरी जोडा मिलाउनुहोस् :-

रैनादेवी मन्दिर

कालिका मन्दिर

आलमदेवी

कुमारी देवी

मालिका

२. तलका वाक्यहरु ठिक भए (✓) चिन्ह् र बेठिक भए (✗) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) शिवमन्दिर तान्सिङगलमा छ ।	
(ख) रैनादेवी मन्दिर चहलामा पर्दछ ।	
(ग) कालिका थान मुजुङमा छ ।	
(घ) छहरामा चर्च छ ।	
(ङ) आल्मदेवी मन्दिर छहरामा पर्दछ ।	
(च) जुठामा मालिका मन्दिर छ ।	
(छ) कुमारी देवी मन्दिर बल्ढेङगढीमा पर्दैन ।	

३. माथिको पाठका आधारमा उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) शिवमन्दिर कहाँ पर्दछ ?

उत्तर : ____________________

(ख) आलमदेवी मन्दिर कहाँ पर्दछ ?

उत्तर : ____________________

(ग) मुझुङ्गको मन्दिरको नाम के हो ?

उत्तर : ____________________

(घ) चर्च कहाँ रहेको छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) कुमारी देवी मन्दिर कहाँ छ ?

उत्तर : ____

(च) रैनादेवीको गोखुङगामा तपाई जानुभएको छ ?

उत्तर : ____

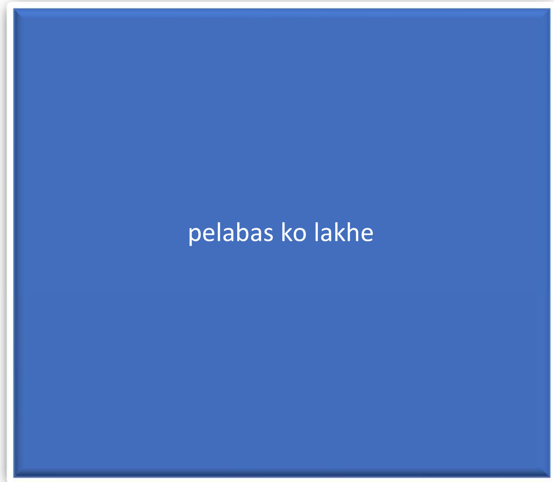
(छ) तपाई गएको नजिकको धार्मिक स्थलको नाम भन्नुहोस् ?

उत्तर : ____

शिक्षण निर्देशन : विभिन्न धार्मिक स्थलहरु बारे अवलोकन भ्रमण गराई छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ : २

हाम्रा साँस्कृतिक कियाकलाप



१. तलको पाठ पढ्नुहोस् :

मेरो नाम प्रज्वल दर्लामी हो । मेरो घर रैनादेवी छहरा वडा नं.३ पेलावासमा पर्दछ । म श्री जनजागृती आ.वि पेलावासमा कक्षा १ मा पढ्छु । मैले मंसिर ५ गतेको न्वागी मेला हेरेको थिए । गोखुङगाको ठूलो नाच (भैलो), निकै रमाइलो लाग्यो । पेलावासको लाखे नाच हेर्न कृष्ण अष्टमीमा आमासँग गएको थिइ । ढेड्ु देखेर म डरले आमाको काखमा लुकेर हेरे । साउनमा त्यहाँको रोपाइ जात्रा पनि निकै रमाइलो थियो । मेरो मावली गाँउ रैनादेवी

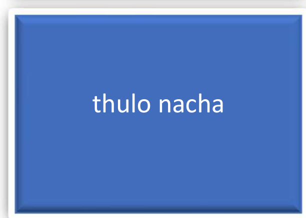
छहरको वडा नं.५ भालुखान हो । फागु पूर्णिमामा म मामा घर गएको थिए । त्यँहाको फागुनाच सारै रमाइलो थियो । मामासँगै उक्त नाच हेरे । मेरो फुपूदिदीको घर रैनादेवी छहरा ६ चहलामा पर्दछ । फुपूदिदीको घरमा लाखबत्ती बाल्दा निकै राम्रो भजन गाँउदा रहेछन् । भजनमा आमा र म पनि नाच्यौं । भजन खुब रमाइलो लाग्यो ।

अभ्यास

१. चित्र पहिचान गरी जोडा मिलाउनुहोस् :-

ठूलो नाच

मारुनी



लाखे

भजन

फागु नाच

२. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउमा भर्नुहोस् :-

भजन | फागु नाच | लाखे नाच | मारुनी नाच | रोपाइ नाच

(क) खैजडी, मजुरा बजाएर पूजामा .... गाईन्छ ।

(ख) फागू पूर्णिमामा .... नाचिन्छ ।

(ग) कृष्ण जन्माष्टमीमा .... नाच नाचिन्छ ।

(घ) तिहारमा र न्वागीमा .... नाच नाचिन्छ ।

(ङ) रैनादेवी छहरा पेलावासमा धान रोप्ने बेलामा .... नाच नाचिन्छ ।

३. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तिमीले देखेको कुनै एउटा जात्राको नाम भन्नुहोस् ?

उत्तर : ____________________

(ख) पूजामा गाँउने गीतलाई के भनिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) लाखे नाच कहाँ नाचिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) रोपाई जात्रा कुन महिनामा गरिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) फागु पूर्णिमा नाचिने नाचलाई के भनिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(च) तपाई कुन कुन जात्रा हेर्न जानुभएको छ ?

उत्तर : ____________________

शिक्षण निर्देशन : विभिन्न सांस्कृतिक मेला जात्राका बारेमा बालबालिकाहरुलाई सोध खोज गरी सम्भव भए स्थलगत भ्रमण गराउने ।

पाठ : ३

हाम्रा ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलहरु

वालगीत

✍निम.प्र.आचार्य

बल्ढेङगढी कितला हो हाम्रो
घुम्न जाऊँ है सबै छ नि क्या राम्रो
तल हेर्दा जुठापौवा माथि झेरुङगढी
साना हामी ठूला हुन्छौ यस्तै लेखी पढी

छहराको तिलकथान सोमादीको दह
सत्यवतीको झरना र खुसार्नेको मह
हेर्न जाउ है गोखुङ्गा मन्दिर
सिद्ध गुफा १ नं.मुन्तिर

देलुङगाको दह पनि
हेर्न लायक गर्‍यो भने
यिनको विकास गर्‍यो भने
बढ्छ हाम्रो मूल्य

अभ्यास

१. चित्र हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

तिलक थान पार्क

बल्डेङगढी लेक

सत्यवती झरना

देलुङगा दह

सिद्ध गुफा

रैनादेवी मन्दिर

जुठा पौवा

२. पाठका आधारमा उपयुक्त शब्द छानेर खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) छहरामा .... पार्क छ । (तिलकथान, छेलुङगा)

(ख) सिद्धेश्वरमा .... गुफा छ । (सिद्ध, सत्यवती)

(ग) झरना .... मा पर्दछ । (रैनादेवी, सत्यवती)

(घ) खुसार्नेमा .... मीठो पाइन्छ । (मह, घ्यू)

परियोजना कार्यः-

रैनादेवी छहरा गा.पा.भित्रको रहेको कुनै एक प्रमुख ऐतिहासिक एवं पर्यटकीय स्थलको अवलोकन भ्रमण गरी सो को कक्षामा वर्णन गर्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई माथि उल्लेखित बालगीत लयबद्ध हालेर वाचन गर्ने गराउने, सो अनुसार तस्वीरहरु संकलन तथा प्रदर्शन गरी छलफल गराउनुहोस् । सकेसम्म नजिकको ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलको अवलोकन भ्रमण गराई पालै पालो कक्षामा समेत भन्न लगाउने शिक्षकले सहजीकरण गर्ने ।

एकाइ आठ

रैनादेवी छहरा गा.पा भित्रका प्राकृतिक स्रोत तथा साधनहरु

विशिष्ट उद्देश्य :

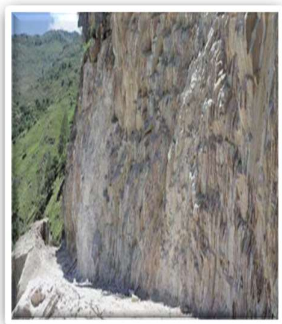
यस एकाइको विषयवस्तु अध्ययन पश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन् ।

(क) आफ्नो घर वरपर रहेको वन जङगल पहिचान गर्न,

(ख) आफ्नो घर वरपर रहेको खोला, नाला, ताल पोखरीको पहिचान गर्न,

(ग) आफ्नो घर वरपर रहेका झरनाहरुको पहिचान गर्न,

(घ) आफ्नो घरमा प्रयोग भएका जडीबुटीहरु बताउन,



पाठ : १

हाम्रो वनजङगल

रैनादेवी छहरा गाँउपालिका धेरै वनजङगलहरु छन् । यहाँ अधैंरी गैरा सामुदायिक वन, सल्लेरी रानी वन, तिनगिरे लेकको वन, रानी वन, ठूलो चिउरी सामुदायिक वन, जस्ता सामुदायिक वन रहेका छन् । तिनगिरे लेक पाल्पाकै सबैभन्दा अग्लो लेक हो । ती वनजङगलबाट हामीले घाँस दाउरा ल्याउँछौ । वनजङगल हाम्रो गाँउलाई हरावरा बनाएको छ । हामी बस्ने घरमा पनि जङगलबाट ल्याएका काठहरु प्रयोग भएका छन् । हाम्रो घरको हसिँया र कोदालीका विड र हलो जुँगा जङगलका काठबाट बनेका छन् । आमाले हाम्रो घरको सिमी र काक्रोमा झेको पनि जङगलको रुखका हाँगाबाट बनाउनु भएको छ । काकाले विहेमा आमाले खुटेको टपरी पनि जङगलको सालको पातबाट बनेको रहेछ । जङगल हाम्रो साथी रहेछ । त्यसैले जङगलको संरक्षण गर्नुपर्छ ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :-

(क) तपाईको नजिकको सामुदायिक वनको नाम के हो ?

उत्तर : ____

(ख) गाई वस्तुले जङगलबाट के पाउँछन् ?

उत्तर : ____

(ग) घरमा बाल्ने दाउरा कहाँबाट ल्याउँछौ ?

उत्तर : ____

(घ) टपरी के बाट बन्छ ?

उत्तर : ____

(ङ) सिमी र काक्रोको भ्र्केको कहाँबाट ल्याउँछौ ?

उत्तर : ____

(च) वनजङ्गलले हाम्रो गाँउलाई कस्तो बनाउँछ ?

उत्तर : ____

(छ) जङ्गल हाम्रो के हो ?

उत्तर : ____

२. तलका भनाइहरु ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिह्न लगाउनुहोस् :-

(क) वनजङ्गल बाट घास दाउरा पाइन्छ । ☐

(ख) पातबाट टपरी बन्छ । ☐

(ग) घास दाउरा पोखरीमा पाइन्छ । ☐

(घ) जङ्गल मेरो शत्रु हो । ☐

(ङ) जङ्गलको संरक्षण गर्नुपर्छ । ☐

(च) हसिया र कोदालीको विड घाँसबाट बन्छ । ☐

(छ) हलो र जुँगा काठबाट बन्छ । ☐

(ज) वनजङ्गलले हाम्रो गाँय हराबरा बनाउँछ । ☐

३. तलको कोठेपदबाट शब्दहरु पहिचान गर्नुहोस् :-

ट	दा	उ	रा
प	घाँ	झे	ह
री	स	को	लो

(क) ट ....　　(ख) घाँ ....

(ग) ह ....

(घ) झे ....　　(ङ) दा ....

पाठ : २

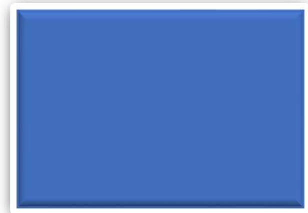
: आफ्नो वरपर रहेका वनजङगलहरुको नाम भन्न लगाइ तिनीहरुको फाइदाका बारेमा छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

खोलानाला, तालपोखरी र झरनाहरु

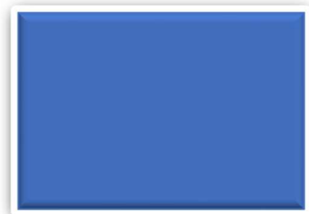
हाम्रो रैनादेवी छहरामा धेरै खोलाहरु छन् । जुठा खोला, बौवा खोला, सर्देवा खोला, रिडी खोला, हरि आँप खोला, अधेँरी खोला, ढुग्रे खोला, इङगोरिया खोला, भमरा खोला आदि खोलाहरु छन् । यी खोलाहरुबाट खेतवारीमा सिंचाइ पुगेको छ । जुठा खोलाबाट विजुली समेत निकालिएको छ । जुठा पौवाको तिनलाकुरीमा ठुला पोखरी छ । वडा नं. ७ वल्ढेङगडीमा सिका दह नामले चिनिने रानी पोखरी पनि छ । छहराको छहरे झरना र छहराको कोलबोटमा रहेको सहश्र सबैको धाराले सबैको मन लोभ्याउँछ । छहराको कोलबोटमा रहेको सहश्र धारा हेर्न मानिसको भिड लाग्छ । यो अत्यन्तै राम्रो छ ।

अभ्यास

१. चित्र हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

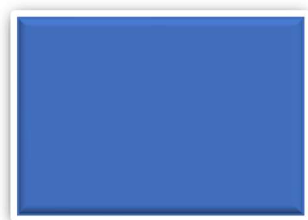


सहश्र धारा



जुठा खोला

झरना



ठुला पोखरी

२. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) छउरे झरना .... छ । (सत्यवती, छहरा)

(ख) ठूला पोखरी .... छ । (छहरा, जुठा पौवा)

(ग) विजुली निकालेको खोला ....हा । (बौवा खोला, जुठा खोला)

(घ) सुका दहलाई .... पनि भनिन्छ । (रानीपोखरी, ठुलापोखरी)

(ङ) सहश्र धारा .... पर्छ । (छहरा, कोलबोट)

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

(क) तपाईको नजिकको खोलाको नाम के हो ?

उत्तर : ____

(ख) तपाईको नजिकै रहेको झरनाको नाम लेख्नुहोस् ।

उत्तर : ____

(ग) तपाईको घर नजिकै रहेको पोखरीको नाम के हो ?

उत्तर : ____

(घ) के तपाई सहश्र धारा हेर्न कहाँ जानु पर्छ ?

उत्तर : ____

(ङ) कुन खोलाबाट विजुली निकालिएको छ ?

उत्तर : ____

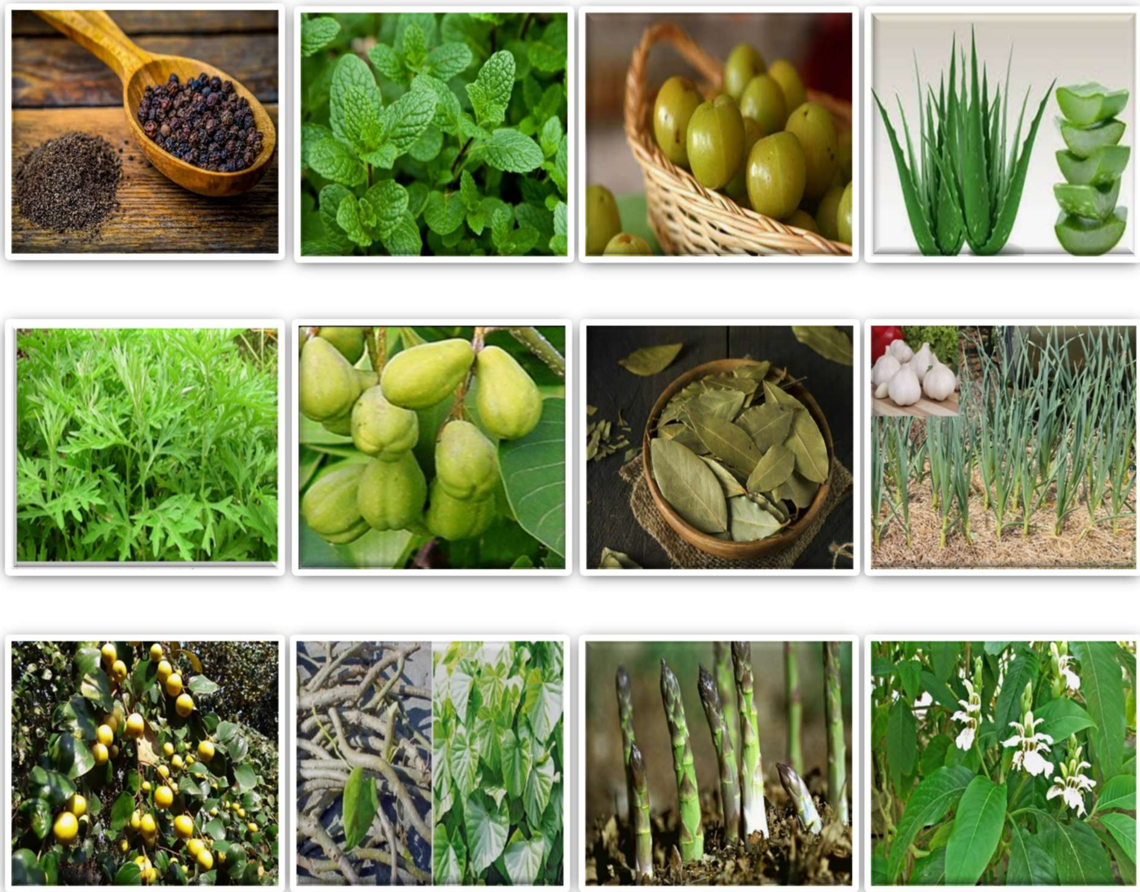
४. चित्र बनाइ रङ भर्नुहोस् :-

(क) खोला (ख) झरना (ग) पोखरी

शिक्षण निर्देशन : नजिकै रहेका खोलानाला, ताल पोखरी झरना, धाराहरुको अवलोकन गराई छलफल प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् ।

पाठ : ३

जडीबुटीहरु



बालगीत

✍गणेश भण्डारी

गुर्जो पर्से पखाने
भीर पाखा लहरा
जडीबुटी पाइने
रैनादेवी छहरा

रुघाखोकी ज्वारोमा
हर्रो बर्रो खाएर
निको हुन्छ पोलेको

घ्यूकुमारी लाएर

पेट दुखे लसुन
टिमुर अनि अमला
घाटी दुखे पुदिना
ओखतीको कमाल

खाना मीठो स्वादिलो
हुन्छ तेजपत्तामा
जडीबुटी उपयोग
गरौं अरु सट्टामा

अभ्यास

१. चित्रहरु हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

पुदिना

टिमुर

लसुन

घ्यूकुमारी

तेजपत्ता

पर्से पखाने

parse
pakhane

अमला

२. तलको चित्र हेरी नाम लेख्नुहोस् ।

(क) (ख) (ग) (घ)

३. तपाइलाई मनपर्ने वा घरमा प्रयोग गरिने कुनै चार वटा जडीबुटीको सफा चित्र बनाई रङ भर्नुहोस् :-

४. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) पोलेकामा .... लगाईन्छ । (घ्यूकुमारी, पुदिना)

(ख) पेट दुखेमा .... खानुपर्छ । (तेजपत्ता, घ्यूकुमारी)

(ग) खाना .... स्वादिलने हुन्छ । (तेजपत्ता, बेसार)

(घ) अन्नलाई किराबाट जोगाउन .... प्रयोग गरिन्छ । (हर्रो, तितेपाती)

(ङ) अमला खादा .... गुलियो बनाउछ । (पानी, दुध)

५. तपाईले अहिलेसम्म देखेका, सुनेका वा घरमा प्रयोग भएका कुनै पाचँ ओटा जडीबुटीहरुका नाम लेख्नुहोस् :-

(१) ________________ (२) ________________ (३) ________________

(४) ________________ (५) ________________

६. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) सुनकाउलीको अर्को नाम के हो ?

उत्तर : ____

(ख) घ्यूकुमारी के कामका प्रयोग हुन्छ ?

उत्तर : ____

(ग) सुत्केरीमा खाने जडीबुटी के हो ?

उत्तर : ____

(घ) टिमुर के मा प्रयोग गरिन्छ ?

उत्तर : ____

(ङ) कुन सुन बारीमा फल्छ ?

उत्तर : ____

७. तलको पाठ पढेर प्राकृतिक स्रोत तथा साधनको बारेमा बुझ्नुहोस् :

प्राकृतिक स्रोत तथा साधनहरू हाम्रा वरदान हुन् । यिनीहरुको महिमा जति गाए पनि पुग्दैन । प्रकृतिबाट हामीलाई निःशुल्क रूपमा प्राप्त भएका सबै चिज र वस्तु हाम्रा प्रकृतिक स्रोत तथा साधन हुन् । वन जङ्गल हावा, पानी, खोला, इनार, पोखरी, झरना, जडीबुटी, ढुङ्गा, माटो आदि हाम्रा प्राकृतिक स्रोत हुन् । प्राकृतिक स्रोत विना हामीले हाम्रो जीवनको परिकल्पना पनि गर्न सक्दैनौं । हामीले दैनिक रूपमा प्राकृतिक स्रोत तथा साधनको उपयोग गरेर आफ्ना आवश्यकताहरू पुरा गरेका छौं । हामी बिहान उठेदेखि साँझ ननिदाउँदा सम्म साथै सुतेपछि पनि प्राकृतिक स्रोतको प्रयोग गरिरहेका हुन्छौं । यस्ता स्रोतलाई हामीले संरक्षण गरेर राख्नुपर्छ । यसले सानो ठूलो भन्दैन सबैलाई समान रुपमा माया गर्छ । हाम्रो रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाभित्र रहेका आठ वटै वडाभित्र प्राकृतिक स्रोत तथा साधन प्रशस्त मात्रामा पाइन्छन् । यसको सही सदुपयोग गरी वातावरणलाई मिलाएर राख्नु तपाई हाम्रो साझा दायित्व हो ।

अभ्यास

(क) तलका प्रश्नको मौखित उत्तर शिक्षकलाई सुनाउनुहोस् :

अ) प्राकृतिक स्रोत र साधन हाम्रा लागि के हुन् ?

आ) कुनै पाँचवटा प्राकृतिक स्रोत तथा साधनको नाम बताउनुहोस् ।

इ) प्राकृतिक स्रोत साधनको संरक्षण कसले गर्छ ।

ई) जडीबुटी कहाँबाट पाइन्छ ?

ऊ) हामी राती सुतेको बेलामा कुन प्राकृतिक स्रोतको प्रयोग गरिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन : वालवालिकाहरु पालैपालो आफ्ना घरमा प्रयोग गरिने जडिबुटीहरुको नाम भन्न लगाउनुहोस् अनी त्यसको उपयोगिताका बारेमा छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

एकाइ नौ

स्थानीय सरकारी तथा गैर सरकारी संस्थाहरु

स्थानीय सरकारी संस्था

गैर सरकारी संस्था

विशिष्ट उद्देश्य :

(क) सरकारी र गैर सरकारी संस्थाको एउटा फरक छुट्याउन,

(ख) आफ्नो विद्यालयको नाम र ठेगाना बताउन

(ग) विद्यालयमा भएका कुनै ५ सामानहरुको नाम बताउन,

पाठ : १

स्थानीय सरकारी संस्थाहरु

अभ्यास

१. दिइएको चित्रको आधारमा जोडा मिलाउनुहोस् :-

विद्यालय

गाँउपालिका

स्वास्थ्य चौकी

प्रहरी चौकी

आर्युर्वेदिक औषधालय

शिक्षण निर्देशन : चित्र छलफल गरि सरकारी संस्थाको अवधारण दिने

पाठ : २

गैर सरकारी संस्थाहरु

बोर्डिङ स्कूल

लघुवित्त संस्था

आमा समूह

बालक्लब

अभ्यास

१. दिइएको चित्रको आधारमा जोडा मिलाउनुहोस् :-

आमा समूह	bording scl
बालक्लव	aama grp
सहकारी संस्था	bal club
वोर्डिङ स्कुल	sahakari sasta

शिक्षण निर्देशन : चित्र छलफल गरि सरकारी संस्थाको अवधारण दिने

पाठ : ३

मेरो विद्यालय

नमस्कार मेरो नाम लखन मुखिया हो । मेरो घर रैनादेवी छहरा गा.पा.को वडा नं. ४ छहरामा पर्छ । मेरो विद्यालयको नाम श्री भैरव नवदीप माध्यमिक विद्यालय हो । यो सरकारी विद्यालय हो । म सोही विद्यालयको कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो विद्यालय मेरो घर नजिकै छ । मेरो ठूलो वावाको छोरा कमल मुखिया छहरा मोडल स्कुल (वोर्डिङ) मा पढनु हुन्छ । त्यो वोर्डिङ स्कुल गैर सरकारी संस्था हो । त्यो स्कुलमा पढ्दा मासिक रुपमा पैसा तिर्नु पर्दछ । मेरो विद्यालयमा पढ्दा मासिक रुपमा पैसा तिर्नु पर्दैन् । मेरो कक्षा कोठामा बस्नको लागि बेन्च र किताब राख्न डेस्क पनि छ । कक्षा सफा गर्न कुचो र फोहर राख्न वाल्टी पनि छ । मेरो विद्यालयमा शुद्ध पानी पिउन फिल्टर पनि छ । गुरु, गुरु आमाहरु बस्ने कोठामा कुर्चीं, टेवल र कम्प्युटरहरु पनि छन् ।

अभ्यास

१. तलको शब्दहरुको जोडा मिलाउनुहोस् :-

आमा समूह	सरकारी संस्था
मेरो विद्यालय	गैर सहकारी संस्था
स्वास्थ्य चौकी	गैर सहकारी संस्था
बालक्लव	सरकारी संस्था
सहकारी	सरकारी संस्था
प्रहरी चौकी	गैर सहकारी संस्था

२. तलको खाली ठाँउमा उपयुक्त शब्द छानी भर्नुहोस् :-

सरकारी | गैर सरकारी

(क) मेरो विद्यालय .... संस्था हो ।

(ख) स्वास्थ्य चौकी .... संस्था हो ।

(ग) बालक्लव .... संस्था हो ।

(घ) आमा समूह .... संस्था हो ।

(ङ) बोर्डिङ स्कुल .... संस्था हो ।

३. तलका भनाइहरु ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✗) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) मेरो विद्यालय सरकारी संस्था हो । ☐

(ख) आमा समूह सरकारी संस्था हो । ☐

(ग) प्रहरी चौकी गैर सरकारी संस्था हो । ☐

(घ) बोर्डिङ स्कुल गैर सरकारी संस्था हो । ☐

(ङ) स्वास्थ्य चौकी सरकारी संस्था हो । ☐

४. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाईको विद्यालयको नाम के हो ?

उत्तर : ____

(ख) तपाईको विद्यालयको ठेगाना लेख्नुहोस् ?

उत्तर : ____

(ग) तपाईको विद्यालयमा भएका कुनै ५ सामानको नाम लेख्नुहोस् ।

उत्तर : ____

(घ) आमा समूह कस्तो संस्था हो ?

उत्तर : ____

(ङ) प्रहरी चौकी कस्तो संस्था हो ?

उत्तर : ____

(च) कुनै २ वटा सरकारी संस्थाको नाम लेख्नुहोस् ?

१. .... २. ....

५. सरकारी संस्था पहिचान गरी गोलो घेरा लगाउनुहोस् :

(क) पसल	विद्यालय	सहकारी
(ख) प्रहरी चौकी	आमा समूह	बालक्लब
(ग) हुलाक	साहित्य संगम	आमा समूह
(घ) रेडक्रस	मालपोत कार्यालय	स्काउट
(ङ) किताब	खाजाघर स्वास्थ्य	चौकी

६. कुनै २ वटा गैर सरकारी संस्थाको नाम लेख्नुहोस् :

१. .... २. ....

शिक्षण निर्देशन : चित्रहरुका आधारमा विद्यार्थीहरुलाई सरकारी र गैर सरकारी संस्थाको अवधारणा दिने । विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो विद्यालयको नाम, ठेगाना, भनिदिएर पालै पालो भन्ने र लेख्ने अभ्यास गराउने साथै विद्यालयमा भएका सामानको अवलोकन गराई भन्न सिकाउने ।

एकाइ दश

हाम्रो स्वास्थ्य र सरसफाइ

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनबाट विद्यार्थीहरु निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन्।

(क) व्यक्तिगत रुपमा स्वस्थ्य र सफा रहन,

(ख) आफ्नो कक्षाकोठाको सरसफाइ गर्न,

(ग) आफ्नो घरको फोहोरमैला व्यवस्थापन गर्न,

पाठ : १

व्यक्तिगत सरसफाइ

मेरो नाम निरुता पोखरेल हो । मेरो घर रैनादेवी छहरा वडा नं.२ सोमादीमा पर्छ । म बिहान ठिक पाँच बजे उठ्छु । उठीसकेपछि साबुन पानीले मिचिमिचि हात मुख धुन्छु । मंजन राखी ब्रसले तीन मिनेट सम्म दाँत सफा गर्छु । मेरा नङ बढेका थिए, आमाले नङ काटिदिनु भयो । मैला कपडा आमाले धोइदिनुहुन्छ । हप्तामा तीन पटक राम्रो सँग नुहाउँछु।

म विद्यालय समयमै पुग्छु । हामी पालै पालो हाम्रो कक्षा कोठा सफा गर्छौं । फोहरलाई घरमा जस्तै विद्यालयमा पनि डसवीनमा उठाएर खाडलमा राख्छौं । मैले मेरो बारीमा भएको ताजा फलफूल धोएर खाने गर्छु । खाना ढाकेर राखिन्छ । ताजा ताजा तरकारी पकाएर खान्छौ । मैले पानी उमालेको पिउँछु।

अभ्यास

१. तलका शब्दहरु बिच जोडा मिलाउनुहोस् :-

ब्रस मंजन	आगन सफा गर्न
सावुन	फोहोर वस्तु उठाउन
डस्टवीन	नुहाउन, हात मुख धुन
कुचो	दाँत सफा गर्न

२. खाली ठाँउमा उपयुक्त शब्द छानेर भर्नुहोस् :-

(क) हातमुख धुन .... प्रयोग गरिन्छ । (सावुन, मञ्जन)

(ख) शौचालय सफा गर्न .... प्रयोग गरिन्छ । (पानी, मञ्जन)

(ग) घर आँगन सफा गर्न .... प्रयोग गरिन्छ । (कुचो, ब्रस)

(घ) हामी हाम्रो कक्षाकोठा .... सफा गर्नुपर्छ । (कहिलेकाँही, दिनदिनै)

(ङ) हामीले .... मा ध्यान दिनुपर्छ । (सरसफाई, वैठक)

३. तलका प्रश्नका उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाई विहान कति बजे उठनुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(ख) खाना खानु अघि के गर्नुपर्छ ?

उत्तर : ____

(ग) घर वरिपरिको फोहोर के ले सफा गर्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(घ) दाँत सफा गर्न के चाहिन्छ ?

उत्तर : ____

(ङ) कक्षाकोठाको फोहोर के मा राख्नु पर्छ ?

उत्तर : ____

(च) तपाई कस्तो विद्यार्थी हो ?

उत्तर : ____

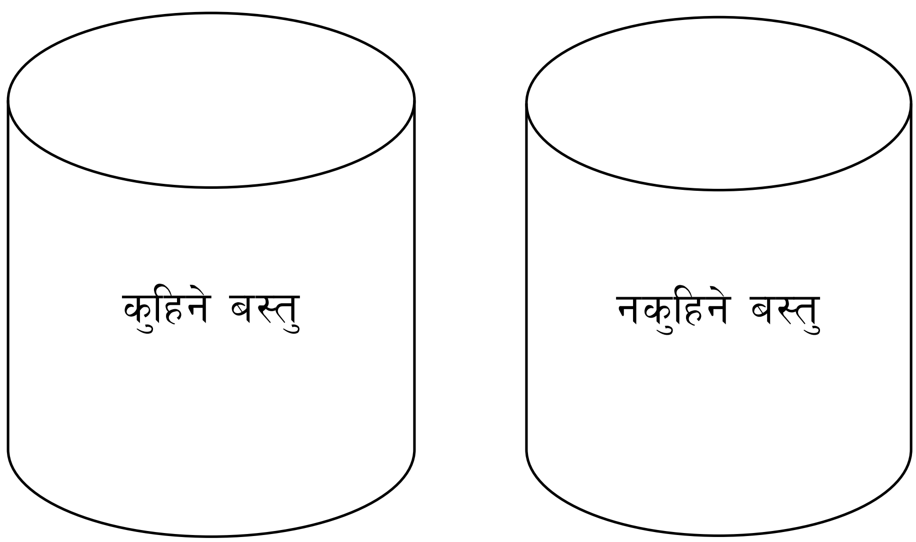
शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुको स्वास्थ्य अवस्था/सर-सफाइको अवलोकन गरी कार्यविभाजन गराइ घरमा र विद्यालयमा कार्यान्यिन भए नभएको अवलोकन गर्ने ।

पाठ : २

फोहोमैला व्यवस्थापन

✍कमना घिमिरे

फोहर कुहिने र नकुहिने गरी दुई प्रकारका हुन्छन् । कुहिने फोहर मैलालाई खाडलमा राखेर मल बनाउन सकिन्छ । नकुहिने वस्तु पुन प्रयोग गर्न मिल्नेलाई फेरि प्रयोग गर्न सकिन्छ भने पुन प्रयोग गर्न नमिल्नेलाई सुरक्षित ठाउँमा खाडल खनेर पुर्नुपर्छ । हाम्रो घरबाट दैनिक रुपमा निस्किने फोहरमैलालाई मल बनाएर तरकारी र फलफूलका विरुवामा हाल्नुपर्छ । फोहरमैला जथाभावी फाल्नु हुँदैन । हाम्रो घर वरपर फोहर भयो भने हामीलाई सरुवा रोगले आक्रमण गर्छ । फुटेका सिसाहरू जथाभावी फाल्नु हुँदैन । खोलाको फोहर पानी खानुहुँदैन । धूलोमा खेल्नु हुँदैन । हामी आफ्नो घरमा दुइवटा खाडल बनाएर राख्नुपर्छ । एउटा खाडलमा कुहिने वस्तु र अर्को खाडलमा नकुहिने वस्तु राख्नुपर्छ ।



अभ्यास

१. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) फोहोर .... प्रकारका हुन्छन् । (दुई, एक, तीन)

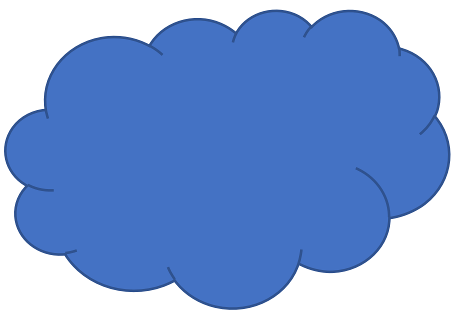
(ख) मल बनाउन .... बस्तु प्रयोग गरिन्छ । (कुहिने, फुटेका, नकुहिने)

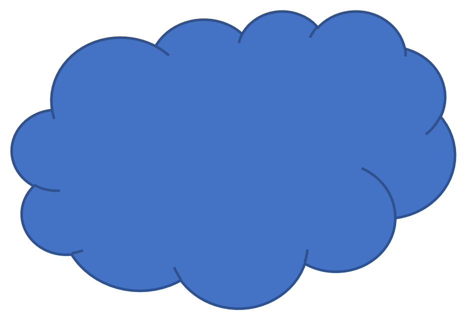
(ग) हामी .... मा खेल्नु हुँदैन । (खेलमैदान, धुलो, घर)

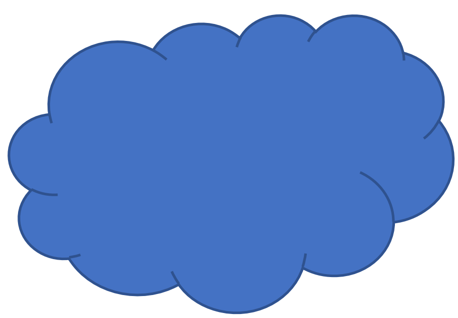
(घ) .... पानी खानु हुँदैन । (धारा, खोला, गाग्री)

(ङ) फोहोर बस्तु खाँदा .... लाग्छ । (मल, दाग, रोग)

२. तलको चित्रमा के भइरहेको छ ? हेरेर छलफल गर्नुहोस् :







पाठ : ३

स्वास्थ्य र सरसफाई

आइतबार विहानै घामसित उठेँ म
हात मुख धोएर दाँत माझेँ म
सोमबार विहानै आमासँग उठेँ म
नुहाइ धुवाई गरेर पढ्न बसे म

मंगलबार विहान बाबासँग उठेँ म
घरको फोहोर सफा गरेँ म
बुधबार विहान स्कुलमा गएर
मेरो कक्षा सफा गरे छिटै गएर

विहिवार स्कुलमा मलाई सफा देखेर
खुसी हुँदै सर मिसले कापी दिनुभो
पानी खान्छु उमालेर स्याउ खान्छु धोएर
घरमा बसेर दुःख दिन्न म

शुक्रबार विरुवामा पानी हाल्न जानी हो ।
शनिवार साथीसँग खेल्न जानी हौँ ।
यसै गरी विते मेरा सात बार सात दिन
भन साथी के-के गर्‍यौ तिमीले सात दिन

अभ्यास

१. ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✕) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) कक्षाकोठा सफा राख्नु पर्छ ।	
(ख) हामीले घर वरपर सरसफाई गर्नु हुँदैन ।	
(ग) खाना ढाकेर राख्नुपर्छ ।	
(घ) घरमा रुने कराउने गर्नु हुँदैन ।	
(ङ) दाँत कहिले काँही सफा गरे हुन्छ ।	
(च) नुहाउने वानी राम्रो होइन ।	

२. माथिको वाल गीत जस्ताको तस्तै सार्नुहोस र वाचन गर्नुहोस् ।

आइतबार बिहानै ....

....

....

....

३. व्याक्तिगत रुपमा घरमा र विद्यालयमा सरसफाइमा प्रयोग हुने कुनै ५ वटा वस्तुको नाम लेख्नुहोस् ।

१. कुचो

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

४. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :-

(क) व्यक्तिगत सरसफाई भनेको के हो ?

उत्तर : ____________________

(ख) तपाईले कक्षाकोठा सफा गर्न के को प्रयोग गरिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) दाँत सफा गर्न के-के बस्तु चाहिन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) तपाईले घरको र विद्यालयको फोहोर कहाँ फाल्नु हुन्छ ?

उत्तर : ____________________

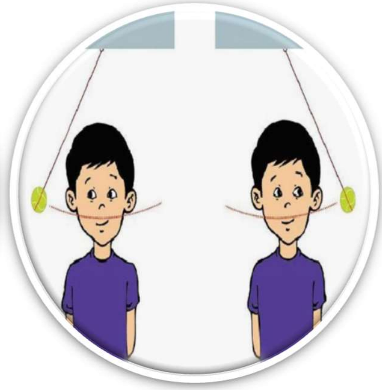
(ङ) तपाई विहान उठेर गर्ने कुनै तीन वटा काम लेख्नुहोस् ।

उत्तर : ____________________

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीको सरसफाइको निरन्तर अवलोकन गराई पालो पालो विद्यार्थीहरुको घर र विद्यालयको सरसफाइ प्रतिको क्रियाकलाप गर्दै जाने ।

एकाइ एघार

योग, व्यायाम र ध्यान



विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा अन्त्यमा विद्यार्थीहरु निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन् ।

(क) औंला, हात, खुट्टा र आँखाको कसरत गर्न,

(ख) सुखासनमा बस्न,

(ग) सूर्य नमस्कार गर्न,

(घ) ऊँ उच्चारण र ध्यान गर्न,

पाठ : १

औला, हात, खुट्टा र आँखाको कसरत

बालकविता

✍खिमानन्द पोखरेल

मुट्ठी पारेर अनि मुट्ठी खोलेर
हात थपडी मारेर मुट्ठी पारेर
फेरि खोलेर हात थपडी मारेर
यो हात टाउकोमा राखेर

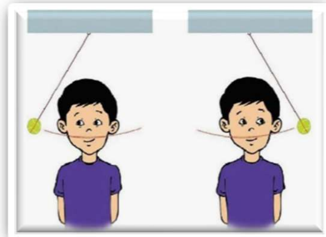
मुट्ठी पारेर अनि मुट्ठा पारेर
हात थपडी मारेर मुट्ठी पारेर
फेरी खोलेर हात माथि पारेर
चुट्की मारेर
मुट्ठी पारेर अनि मुट्ठी खोलेर
हात थपडी मारेर मुट्ठी पारेर
सर्तकमा रहेर सिधा हेरेर
गोडाफाट गरेर दाँया हेरेर

मुट्ठी पारेर अनि मुट्ठी खोलेर
हात थपडी मारेर मुट्ठी पारेर
छाँया हेरेर अनि वाँया हेरेर
माथि हेरेर अनि तल हेरेर
मुट्ठी पारेर अनि मुट्ठी खोलेर
हात थपडी मारेर मुट्ठी पारेर
गीत गाँउ है साथी हो
धोका फेरेर

अभ्यास

१. गोलो घेरामा उभिएर लय हालेर गीत गाउँदै हात, खुट्टा, औंला तथा आँखाहरु सञ्चालन गर्दै अभिनय गर्ने गराउने ।

२. चित्र हेरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

औंलाको कसरत	
हातको कसरत	
आँखाको कसरत	
खुट्टाको कसरत	

शिक्षण निर्देशन : माथिको गीत लय हालेर गाउने र सोही अनुसार गाउन लगाई आँखा, औंला, हात, खुट्टाको कसरत गरी विद्यार्थीलाई सोही अनुसार गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ : २

सुम्पासन र सूर्यनमस्कार

मेरो नाम नविना सूर्यवंशी हो । मेरो घर रैनादेवी छहरा वडा नम्बर सातमा पर्छ । मेरो विद्यालयको नाम गहते माध्यमिक विद्यालय हो । हाम्रो कक्षामा सरले सुम्पासन र सूर्यनमस्कारको बारेमा पढाउनु भयो । हामी गोलो घेरामा आफूलाई सहज हुनेगरी चाकल माडेर बस्यौं । सबै नबोली सजिलोसँग बस्दा सजिलो भयो । यसरी बस्नुलाई सम्पासन भनिदो रहेछ । यसले मनमा आनन्द हुने, शरीरमा जाँगर भरिने रहेछ । यसैगरी गोलो घेरामा उभिएर सतर्क अवस्थामा नमस्कार गरिने नमस्कारलाई सूर्य नमस्कार भनिँदो रहेछ । सूर्यतर्फ फर्किएर विहानमा नमस्कार गर्दा हामीले भिटामिन डि पाउँदा रहेछौं । यसले हाम्रो शरीरका हाड जोर्नी लाई बलियो बनाउँदो रहेछ । मलाई रमाइलो लाग्यो । म दिनदिनै सुम्पासन र सूर्य नमस्कार गर्छु । साथीहरु हामी सबै यी काम दिनदिनै गर्ने बानी बसालौं ।

शिक्षण निर्देशन : शिक्षकले आफूले सुम्पासन र सूर्यनमस्कार गर्ने र सोही अनुसार विद्यार्थीलाई सिकाई दैनिकी रुपमा अभ्यास गराउने विद्यार्थीको सिकाइलाई सहज बनाउनका लागि युटुबबाट भिडियो देखाउने ।

पाठ : ३

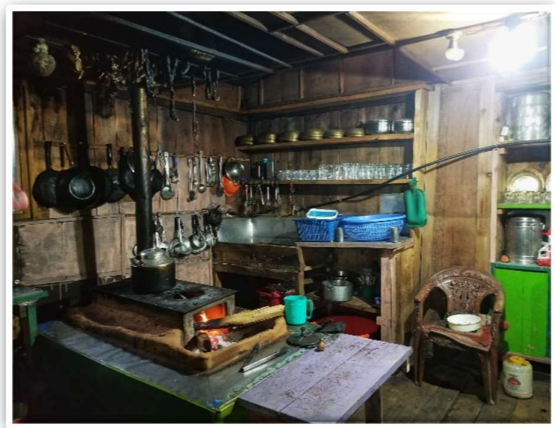
ऊँ उच्चारण र ध्यान

परापूर्व कालमा हालको रैनादेवी छहरा-१ सिद्धेश्वरको गुफामा सिद्ध त्रटकिले तपस्या गरेका थिए । चाकलमाडेर बसी दुबै हातको चोर औंला र बुढी औंला जोडी हात उत्तानो पारेर दुबै घोडामा राख्ने र आँखा चिम्लिएर ऊँ उच्चारण गर्नुलाई ध्यान भनिदो रहेछ । लामो श्वास लिदै विस्तारै छोड्दै शान्तसंग बस्यौं भने आनन्द हँदो रहेछ । मैले पनि मेरो विद्यालयमा ऊँ उच्चारण गर्दै शिक्षकको निर्देशनमा ध्यान गरे । घरमा पनि ध्यान गर्दा मेरो आमा खुसी हुनुभयो । ध्यानले मन खुसी हुँदो रहेछ ।

शिक्षण निर्देशन : शिक्षकले आफूले ध्यान गरी ऊँ उच्चारण गर्ने र सोही अनुसार विद्यार्थीलाई सिकाइ दैनिकी रुपमा अभ्यास गराउने विद्यार्थीहरुलाई सिकाइलाई सहज बगाउन लागि युटुबबाट भिडियो देखाउने ।

एकाइ बाह्र

वालमैत्री स्थानीय शासन



विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा विषयवस्तुहरु अध्ययन पश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुन्छन्।

(१) आफ्नो घरमा खाना खाने भाडाहरु आफै निकाल्न तथा राख्न,

(२) घर तथा विद्यालयमा रहेका ढोकाका चुकुलहरु आफैँ प्रयोग गर्न,

(३) घर र विद्यालयमा भएका पानीका धाराहरु प्रयोग गर्न,

(४) विद्यालयमा रहेका डेक्स र बेन्चमा बसेर पढ्न,

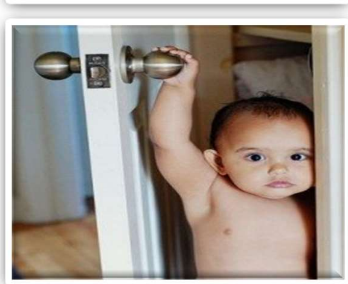
(५) घर र विद्यलयमा गरिने कुनै चारवटा राम्रा व्यवहार बताउन,

पाठ : १

म र मेरो घर परिवार

मेरो नाम शुभम हो । म कक्षा १ मा पढ्छु । म घरमा आमा बुवा दिदी र दाइसँग बस्छु । मेरो घर सबै मिलेर सफा गर्नुहुन्छ । मेरो आमा र बुवाले माया गरेर पढाउनुहुन्छ । आमाले खाना खान बोलाउँदा म थाल, कचौरा र गिलास आफै झिकेर जान्छु ।

खाना खानु भन्दा अगाडि साबुन पानीले धारामा आफैं हात धुन्छु । बुवाले मैले खोल्न मिल्ने गरी चर्पीमा चुकुल बनाउनु भएको छ । मेरो घर नजिकै विनोद भन्ने साथी छ । सबैले फुच्चे भनि बोलाउन छन् तर मेरी आमाले फुच्चे भन्न हुन्न भनी भन्नुहुन्छ । नामले बोलाउनु पर्छ भनी सिकाउँछु । साँझ सुत्न आफैं ढोका खोलेर जान्छु । म घर तथा विद्यालयमा झगडा नगरी पढ्छु ।



अभ्यास

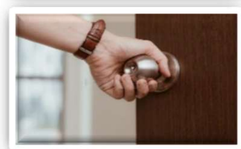
१. चित्र हरेर जोडा मिलाउनुहोस् :-

चर्पी

धारो

ढोका

साथी

आमाबुवा 

२. ठिक वाक्यमा (✓) र बेठिक वाक्यमा (✗) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) शुभम आमा, बुवा, दिदी र दाईसँग बस्नुहुन्छ । ☐

(ख) शुभमको बाबाले शुभमलाई पिट्नु हुन्छ । ☐

(ग) चर्पीको चुकुल खोल्न शुभमले सक्दैनन् । ☐

(घ) शुभमले थाल, कचौरा र गिलास आफै पुग्नुहुन्छ । ☐

(ङ) शुभमले खाना खानुभन्दा अगाडि साबुन पानीले आफै हात धुन सक्नुहुन्न । ☐

(च) साथीलाई फुच्चे भनेर बोलाउनुहुन्छ । ☐

(छ) शुभमले साथीसँग झगडा गर्नुहन्छ । ☐

३. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहुन्छ :-

(क) शुभम्को सँग बस्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ख) के तपाईले घरको धारा आफैँ खोल्न सक्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ग) तपाईले खाना खाने थाल, कचौरा र गिलास पुग्न सक्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(घ) चर्पीको चुकुल खोल्न कसलाई बोलाउनुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(ङ) तपाईको घरको ढोका कसले खोल्दिनुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

(च) के तपाईले साथीलाई फुच्चे भनी बोलाउनुहुन्छ ?

उत्तर : ____________________

परियोजना कार्य:-

घरको धारा खोलेर साबुन पानीले हात खुट्टा धोई धारो बन्द गर्नुहोस् । चर्पीको चुकुल खोल्न र बन्द गर्नुहुन्छ । ढोका खोल्न र बन्द गर्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो घरका बालमैत्री व्यवहार बारेमा छलफल र प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

पाठ : २

मेरो विद्यालय

बालगीत

✍गणेश भण्डारी

हात मुख धोए
दुदु माम खाएर
स्कूल जान्छु दिदीसँग
सफा पोसाक लाएर

हाम्रो स्कूल राम्रो छ
माया गर्ने गुरुमा
कक्षा गीत गाएर
पढ्न बस्यौ सुरुमा

गुरुआमा भन्नुभो
गीत सुनाउ गाएर
खेल्दै पढ्न पाइने
स्कूलमा आएर

धारो खुल्ला राखेर
हुन्न हामी फर्किन
दिसापिसाब आएमा
जानुपर्छ चर्पीमा

पानी राखौ फूलमा
लाएका छन फुल्नलाई
कति राम्रा पुतली
आएका छन डुल्नलाई

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् :-

विद्यालय

फूलवारी

खेल्ने चउर

शौचालय

धारा

पोसाक लगाएकी दिदी दाइ

गुरुमाले गीत गाँउदै नचाएको

२. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) म स्कूल .... सँग जान्छु । (दिदी, हजुरआमा)

(ख) गुरुमाले .... गर्नुहुन्छ । (माया, घृणा)

(ग) दिसापिसाब गर्न .... जानुपर्छ । (चर्पी, कोठा)

(घ) स्कूलमा .... छ । (खोला, फुलबारी)

(ङ) खेल्ने चउर .... हुनुपर्छ । (सफा, खाल्डाखुल्डी)

(च) हामी पढ्न .... जान्छौं । (शहर, विद्यालय)

(छ) धारा .... राख्नुपर्छ । (खुल्ला, बन्द)

३. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाइ स्कूल पोसाक लगाएर कहाँ जानुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(ख) तपाइले स्कूलको धारा खोल्नु भएको छ ?

उत्तर : ____

(ग) तपाइ दिसापिसाब गर्न कहाँ जानुपर्छ ?

उत्तर : ____

(घ) तपाइको खेल्ने चउर कस्तो छ ?

उत्तर : ____

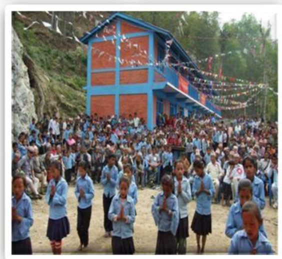
(ङ) के तपाइ फुलवारीमा जानु भएको छ ?

उत्तर : ____

शिक्षण निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो विद्यालयमा भएका वालमैत्री व्यवहरहरु जस्तै चर्पी, धारा, चउर, फुलबारी, बस्ने ठाँउको बारेमा पालैपालो सोधी छलफल र प्रश्नोत्तर गर्नुहोस् । सकभर धारामा हात धोएको, चर्पी गएको, खेलेको परियोजना कार्य गराउनुहोस् ।

पाठ : ३

राम्रा व्यवहारहरु



मेरो नाम प्रिन्सु हो । म विद्यालयको पोसाक लगाई, कपाल कोरी, जुत्ता लगाई, नङ काटी दाई सँग खुसी हुँदै जान्छु । मेरो बुबा आमा पनि हामीलाई सफा पोसाक लगाएर विद्यालय पठाँउदा खुसी भई हाँसेर राम्रोसँग जाउ अनि धेरै पढेर आउ है भन्नुहुन्छ । मेरो घर सफा छ । सफा घर सबैलाई मन पर्छ । हामी १० बजे विद्यालय पुग्छौ । विद्यालयकी काम गर्ने दिदीले विद्यालय, धारा, चर्पी सफा राख्नुहुन्छ । मेरो जुत्ताको तना बाधँर मलाई सहयोग गर्नुहुन्छ । प्रार्थना सकेर कक्षा गीत गाउँदै कक्षाकोठामा बस्छौं । गुरुमा चकलेट दिनुहुन्छ । त्यसपछि १ बजे दिवा खाना बनाउने दिदीले घरमा बनाएको हरेक दिन फरक फरक खानेकुरा ल्याउनुहुन्छ । हामी सबैले साबुन पानीले मिचिमिची हात धोई खाजा खान्छौं । साथीहरु सँग मिलेर खेल्छौ, पढ्छौ । साझ ४ बजे दाइसँग बाटोमा नलडिकिन गाडीहरु हेरेर घर आउँछौ । स्कूल पोसाक खोलेर हातमुख धोएर खाजा खाई पढ्छौ । जुत्ता मिलाउन, पानी ल्याउन, बढार्ने, तरकारी काट्न आमालाई सहयोग गर्छु । खाना खाइ हात धोई आफ्नो कोठामा आफै ढोका खोली सुत्न जान्छु । म आमासँगै सुत्छु । मलाई आमाले माया गर्नुहुन्छ । मैले पनि आमाले भनेको मान्छु ।

अभ्यास

१. खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

(क) स्कूल पोसाक लगाएर .... जानुहुन्छ । (स्कूल, बजार)

(ख) आमा बुवाले .... गर्नुहुन्छ । (माया, घृणा)

(ग) धारा चर्पी .... राख्नुपर्छ । (फोहोर, सफा)

(घ) घरको खाजा .... हुन्छ । (राम्रो, खराब)

(ङ) स्कूल .... पुग्नुपर्छ । (१२ बजे, १० बजे)

(च) खाना, खाजा खानु अघि हात .... धुनुपर्छ । (साबुन पानी, माटो)

(छ) आमालाई .... गर्नुपर्छ । (गाली, माया)

(ज) साथीसँग .... गर्नुपर्छ । (झगडा, माया)

२. मनपर्ने मा (✓) र मन नपर्नेमा (✗) चिह्न लगाउनुहोस् :-

व्यवहारहरु	मनपर्ने (✓)	मन नपर्ने (✗)
१. खुसी भएको		
२. पिटेको		
३. फूलबारी		
४. सहयोग गरेको		
५. अग्लो धारा		
६. शौचालय		
७. लडेको		

३. तपाईलाई मन पर्ने र मन नपर्ने कुनै ३/३ वटा व्यवहारहरु लेख्नुहोस् :-

मनपर्ने व्यवहार	मन नपर्ने व्यवहार
१.	१.
२.	२.
३.	३.

४. उत्तर लेख्नुहोस् :-

(क) तपाईलाई आमाले माया गर्नहुन्छ ?

उत्तर : ____

(ख) तपाईलाई गुरुमाले के दिनुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(ग) तपाईले आमाले के गर्न सघाउनुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(घ) तपाई साथीसँग के गर्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(ङ) तपाई दिसापिसाब गर्न कहाँ जानुहुन्छ ?

उत्तर : ____

शिक्षण निर्देशन : तपाईलाई घरमा आमा बुबाले कस्तो व्यवहार गर्नुहुन्छ । अनि विद्यालयमा कस्तो व्यवहार गरिन्छ। पालै पालो सोधी छलफल प्रश्नोत्तर गराउनुहोस् ।

पाठ : ४

तलको समाचार बाचन गर्नुहोस् :

नमस्कार ! यो रेडियो मुक्तिनाथ हो । अहिले बिहानको आठ बजेको छ । अब सुन्नुहोस् बालमैत्री समाचार । रैनादेवी छहराको कुनै एउटा गाउँमा १२ वर्षकी केटी र १३ वर्षको केटा बिच विवाह हुँदै गरेको भन्ने खबर थाहा पाएर मुम्फुङ्ग प्रहरी चौकीबाट गएको प्रहरी टोलीले त्यो बालविवाहलाई रोकेका छन् । तीन केटा र केटीलाई उनीहरूको अभिभावकलाई जिम्मा लगाइएको छ । हाम्रो देशको कानुनले केटी २० वर्ष र केटा २५ वर्ष नहुँदासम्म विवाह गर्न नहुने भनेको छ ।

त्यसैगरी एक जना १० वर्ष उमेर पुगेको बालकलाई काममा लगाएको र बालबालिकाको श्रम शोषण गरेको भन्दै बालकलाई काममा लगाउने मालिकलाई रु.१० हजार जरिवाना गरिएको छ । रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाले हरेक बालबालिकालाई विद्यालयमा नियमित स्वास्थ्य जाँच गर्ने व्यवस्था मिलाएको छ । हरेक विद्यालयमा स्वच्छ खानेपानीको व्यवस्था गर्न थुरोगार्डको व्यवस्था मिलाउने निर्णय गरेको छ ।

हवस्त । आजको बालमैत्री समाचार पूरा भयो फेरि भोलि बिहान ८ बजे अर्को समाचार लिएर आउने छु । रेडियो मुक्तिनाथ सुन्न नभूल्नुहोला, धन्यवाद ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको मौखिक उत्तर दिनुहोस् :

(अ) समाचार कुन रेडियोबाट आएको छ ?

(आ) मुक्तिनाथ रेडियो रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाको कुन ठाउँमा छ ।

(इ) प्रहरी गाउँमा किन आएका हुन् ?

(ई) केटा र केटीको विवाह गर्ने सहि उमेर कुन रहेछ ?

(उ) रैनादेवी छहरा गाउँपालिकाले बालबालिको लागि के गर्दै छ ?

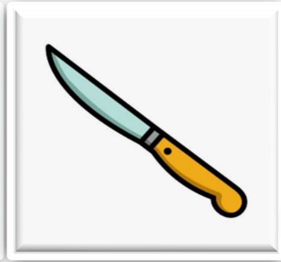
२. तलका भनाइ बिच जोडा मिलाउनुहोस् :

बालविवाह	गलतका काम गरेमा
श्रम शोषण	यूरोगार्ड
स्वास्थ्य चेक गर्ने	कम उमेरको विवाह
सफा खानेपानी	बालबालिकालाई काममा लगाउनु
जरिमाना	अस्पताल

३. तलको चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् :

एकाइ तेह्र

विपद् व्यवस्थापन र सुरक्षाका उपायहरु



विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइको विषयवस्तुको अध्ययन पश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुनेछन्।

(१) घरभित्र रहेका धारिला हात हतियारबाट सुरक्षित रहन,

(२) बाटोमा हिड्दा सुरक्षित हिड्न,

(३) कक्षा कोठा र विद्यालयमा सुरक्षित भई बस्न,

(४) बर्षादको समयमा सुरक्षित अपनाउन,

(५) आगोको जथाभावी प्रयोग नगर्न र यस बाट जोगिन ।

पाठ : १

✍कमला घिमिरे

चक्कु नचलाई चक्कुले छाट छ ।
चक चक नगरौं मेरो नाना फाँटछ ।

बाटोहेरी हिडौ ठेस लाउन सक्छ ।
खेल खेल्दा साथी चोट लाग्न सक्छ ॥

राम्रो सँग बसौ स्कुलमा बस्दा ।
मैलो हुन्छ नाना माटोहरु घस्दा ॥

बर्षा यामको झरी पहिरो र असिना ।
सुरक्षित भई बसौ पुछि पसिना ॥

आगो नचलाउ आगोले पोल्छ ।
मेरो आफ्नो मनले यस्तै कुरा बोल्छ ॥

दाउरा चिर्ने बन्चरोलाई ठिक ठाँउमा राख ।
उछिट्टिएर चोट लाग्ला परतिर भाग ॥

हतियार सँग जिस्कीएर खेल्न हुन्न नानी
सानै देखी घरबाटै सुधारौ है बानी ॥

अभ्यास

१. तलको खाली ठाँउमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :-

(क) तरकारी काट्ने .... हो । (हँसिया, कोदालो)

(ख) दाउरा चिर्ने .... हो । (कैंची, बन्चरो)

(ग) पानी परेको बेला .... बस्नु पर्दछ । (सुरक्षित, खेलेर)

(घ) विद्यालयमा .... बस्नु पर्दछ । (लाईनमा, दौडेर)

(ङ) आगोको .... प्रयोग गर्नु हुदैन् । (जथाभावी, सहि)

२. तलका चित्रहरु हेरी जोडा मिलाउनुहोस् :-

चक्कु

आगो

पानी परेको

बन्चरो

पहिरो

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

(क) तपाईको घरमा कुन कुन हतियार छन् ?

उत्तर : ____

(ख) बन्चरोले के काम गर्दछ ?

उत्तर : ____

(ग) चक्कु खेलाउँदा के हुन्छ ?

उत्तर : ____

(घ) बाटोमा हिड्दा कसरी हिड्नु पर्दछ ?

उत्तर : ____

(ङ) आगोको प्रयोग कसरि गर्नुहुन्छ ?

उत्तर : ____

(च) के बाटोमा हिड्दा बाटो राम्रो सँग हेर्नु हुन्छ ?

उत्तर : ____

(छ) असिना पानी परेको बेला हिड्नु हुन्छ कि हुँदैन् ?

उत्तर : ____

४. तलका भनाईहरु ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✗) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) म पानी पर्दा छाता ओढ्छु ।	
(ख) बाटोमा हिड्दा दौडिनु पर्दछ ।	
(ग) आगोको जथाभावी प्रयोग गर्नु हुँदैन ।	
(घ) बर्षायाममा पहिरो हेरेर सुरक्षित हिड्नु पर्दछ ।	
(ङ) विद्यालयमा लाईनमा बस्नु पर्दैन् ।	

शिक्षण निर्देशन : घरमा भएका हात हतियार, वर्षा, पहिरो, दुर्घटना आदिको चिज प्रदर्शन गर्दै तिनीहरुको सदुपयोग र दुरुपयोग यसका असर बारे छलफल गराउने ।

पाठ : २

विद्यालयमा सुरक्षित भई बस्न विद्यालयको सुरक्षा

म १० बजे पोसाक लगायर विद्यालय जान्छु । मैले मेरो झोलाबाट किताब झिकेर, कापीमा कलमले लेख्छु । सिसाकलम टोक्नु हुँदैन रे । बेञ्च ढलेर लाग्छ । सुकुल कार्पेटमा बस्छु । खेल खेल्न चौरमा जान्छु । धारामा गई पानी खान्छु । चर्पीमा मात्र दिसा पिसाब गर्छु । कापी किताब कलम र झोलाको जतन गर्छु । साथीसँग मिलेर खेल्छु । खेल्दा झगडा गर्दिन । बाटोमा हेरेर हिड्छु । फोहोर कुचोले सफा गरेर डस्टबिनमा राख्छु । म सधै राम्रो हुन्छु । घाउ चोट लाग्ने सामान चलाउन्न । गुरु-गुरुआमाले भनेको मान्छु विद्यालय मेरो साथी । म कति जाती । खुरुखुरु पढ्छु । अघि अघि बढ्छु ।

अभ्यास

१. उत्तर भन :-

(क) कक्षाकोठा के ले बढार्ने हो ?

(ख) दिसापिसाब कहाँ गर्नुपर्छ ?

(ग) फोहोर जम्मन गर्ने भाँडोको ना मभन ।

(घ) खेलका सामग्री जहाँ तही छोड्दा के हुन्छ ?

(ङ) पढे र लेखिसके पछि किताब कहाँ राख्नुपर्छ ?

२. तलका वाक्यहरु ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✕) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) धारा प्रयोग गरे पछि बन्द गर्नुपर्छ ।	
(ख) पढेपछि किताब जता छाडे पनि हुन्छ ।	
(ग) साथीसँग झगडा गर्नु हुदैन् ।	
(घ) नास्ता खाए पछि फोहोर डस्टबिनमा राख्नु पर्छ ।	
(ङ) धुलोमा खेल्दा फोहोर लाग्दैन् ।	

शिक्षण निर्देशन : विद्यालयमा सुरक्षित भई बस्न अभिप्रेरित गर्ने, बेन्चमा बस्दा, खेल्दा अपनाउने सावधानी बारे चित्र सहित छलफल गराउने ।

पाठ : ३

वर्षाद्बाट सुरक्षा

✍ईश्वरी प्रसाद पौडेल

आकासबाट पानी आउछ, बादल लागि सक्यो,

कुहिरोले डम्म ढाक्यो, हावा लागि सक्यो ।

बाढी पहिरो आउन सक्छ, खोला तिर नजाऊ ।

रुघा खोकी लाग्न सक्छ, चिसो लुगा नलाऊ ।

भिजनु हुन्न छाता ओढ, घरभित्रै बस,

सिमसिमे पानी आउछ, कोठामा नै बस ।

कापी किताब भिजे भने पढ्न हुन्छ गाह्रो ।

वर्षाद्ले सबैलाई अलि गर्छ साह्रो ।

सुरक्षित पानी पिऊ, उमालेर सधै ।

कुवा धारा मूलको पानी शुद्ध हुन्न आफै ॥

पानीका कार्यहरु

पिउन, लुगा धुन, खाना पकाउन, नुहाउन विरुवामा राख्न, गाईवस्तुलाई खुवाउन अरु धेरै काममा पानी प्रयोग हुन्छ । तर बाढी पहिरो र खोलाको भेलले ठूलो क्षति हुन्छ । भिजेमा विरामी बनाउछ । त्यसैले बर्षादको पानीबाट बच्नु पर्छ ।

☛ तलका वाक्यहरु ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✗) चिन्ह् लगाउनुहोस् :-

(क) म पानी पर्दा छाता ओढ्छु ।	
(ख) हामी पानी उमालेर पिउछौं ।	
(ग) फोहर पानीमा खेल्न हुन्छ ।	
(घ) पानी परेको बेला बिजुली चम्कन्छ ।	
(ङ) पानी सधै माथिबाट तलतिर बग्छ ।	

☛ पानीबाट खतरा हुने अवस्था

बाढीले वगाउने   पहिरो झार्ने   फोहोर पानी पिउनाले रोग लाग्ने

भिजेमा विामी बनाउने   तातो पानीले पोल्ने   डुबेर निसास्सिने

शिक्षण निर्देशन : पानीबाट हुने खतरा बारे चीजहरु देखाई छलफल गराउने सुरक्षा अपनाउने तरिका बनाईदिने

पाठ : ४

आगो र यसको प्रयोग

मलाई जाडो लाग्दा आगो ताप्छु । आमाले आगोमा खाना पकाउनुहुन्छ । आगोमा हामीले पातपतिङ्गर डढाल्छौ । मरेको मान्छेलाई खोलामा डढाल्छन रे । हँसिया, कोदालो आगोमा तताएर बनाइन्छ रे । वनमा डढेलो लाग्दा धेरै ठूलो क्षति हुन्छ । कहिलेकाहीँ घरमा पनि आगोलाग्न सक्छ । सबैकुरा डढाएर र नोक्सान पुग्न सक्छ । त्यसैले आगोसँग जिस्किन हुँदैन । सलाइ, लाइटर बाट आगो निस्किन्छ । चुरोट र बत्तीबाट समेत आगो सल्कन सक्छ । आगो ताप्दा लुगामा सल्कन सक्छ । अलि टाढै बसेर आगो ताप्ने गरौं । साना भाइ बहिनीलाई सलाइ, लाइटर नदिनु, काम सकिएपछि आगो निभाऔ । आगो नजिक मट्टितेल, पेट्रोल राख्न हुँदैन । खाना दाउरा, हिटर, ग्यास चुलो र कोइलामा पनि पकाइन्छ ।

☛प्रश्नहरु

१. तिम्रो घरमा खाना के मा पकाइन्छ ?

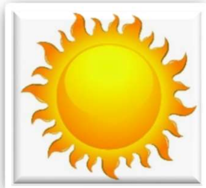
२. आगो के के बाट बाल्न सकिन्छ ?

३. बनमा डढेलो लाग्दा के हुन्छ ?

४. के मट्टितेल पेट्रोलले चाडै आगो टिप्छ ?

५. आगो के के काममा प्रयोग गरिन्छ ?

☛यी चित्रको नाम लेख :-



☛ कामहरु

शिक्षण निर्देशन : विभिन्न किपडका चित्रहरु देखाउदै विद्यार्थीहरुलाई घरमा आगोको प्रयोग सुरक्षित गर्न अभिनय गराउने ।