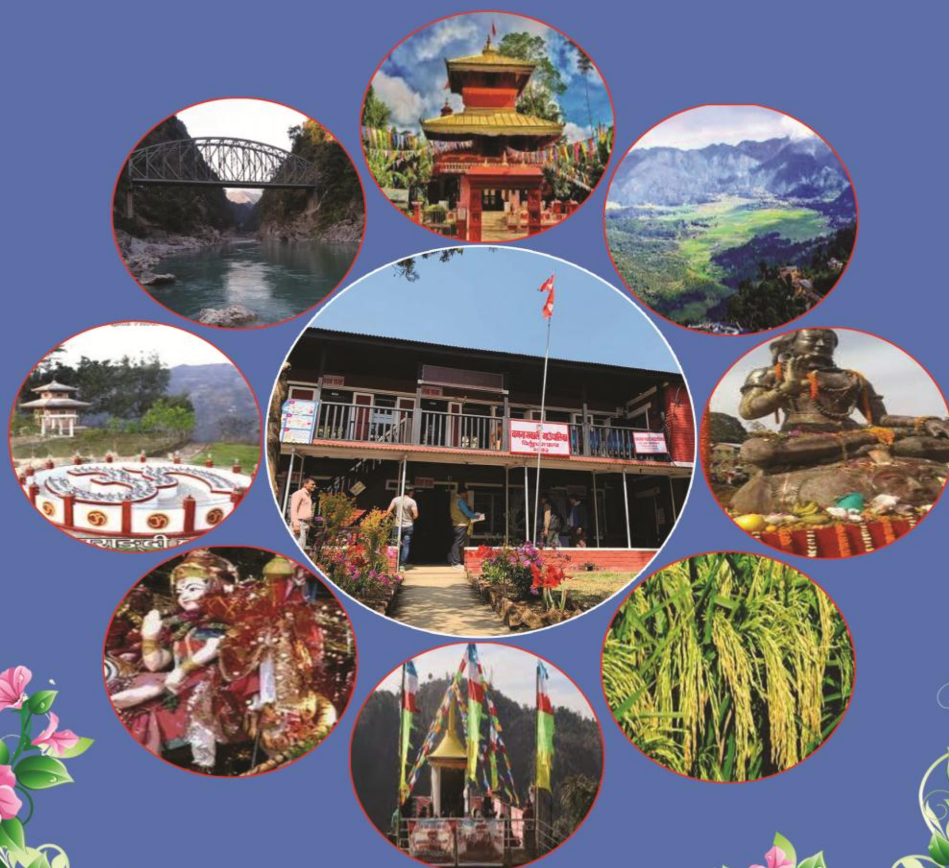
"सुन्दर, शान्त, समृद्ध, सभ्य, बगनासकाली गाउँको सार, आर्थिक सामाजिक पर्यटन र पुर्वाधार विकासको दिगो आधार"

हाम्रो बगनासकाली
कक्षा–२



हाम्रो बगनासकाली

कक्षा २

विद्यार्थीको नाम : ....

रोल नम्बर : ....

विद्यालयको नाम : ....

बगनासकाली गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
चिर्तुङ्गधारा, पाल्पा
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

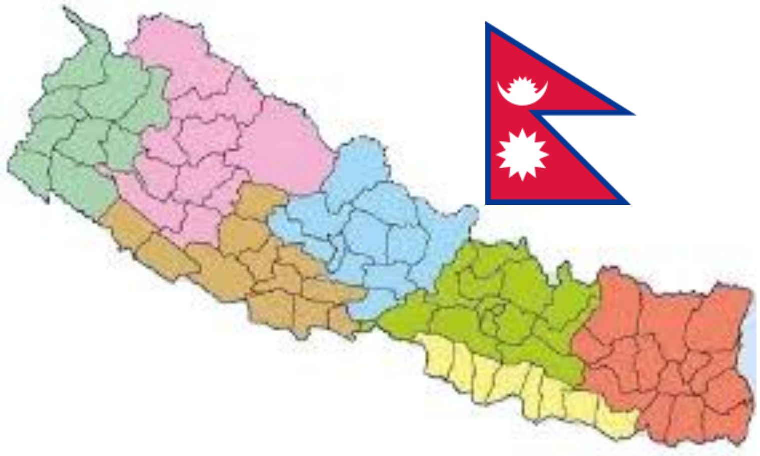
हाम्रो बगनासकाली
कक्षा २

प्रकाशक : बगनासकाली गाउँपालिका
गाउँकार्यपालिकाको कार्यालय
लुम्बिनी प्रदेश चिर्तुङ्गधारा, पाल्पा

सर्वाधिकार ©: बगनासकाली गाउँकार्यपालिका

प्रथम संस्करण: २०७८
सम्पादक : दयाराज कडेल
लेखकहरु : दयाराज कडेल
: गुनाराम खनाल
मुद्रण : श्री मनकामना अफसेट प्रेस, पाल्पा
डिजाइनिङ्ग : राजु रास्कोटी

पाठ्यपुस्तक सम्बन्धी पाठकहरुमा कुनै पनि प्रकारका सुझावहरु भएमा बगनासकाली गाउँ कार्यपालिका शिक्षा शाखा चिर्तुङ्गधारा पाल्पामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ । पाठकहरुबाट आउने सुझावहरुलाई यस कार्यालयले हार्दिक स्वागत गर्दछ ।



राष्ट्रिय गान

सयौं थुङ्गा फूलका हामी एउटै माला नेपाली ।
सार्वभौम भई फैलिएका मेची महाकाली ॥

प्रकृतिका कोटी-कोटी सम्पदाको आँचल ।
वीरहरुको रगतले स्वतन्त्र र अटल ॥

ज्ञानभूमि शान्तिभूमि तराई, पहाड हिमाल ।
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल ॥

बहुल जाति, भाषा, धर्म, संस्कृति छन् विशाल ।
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो जय १ जय १ नेपाल ॥

हाम्रो भनाइ

शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउनु आजको पहिलो आवश्कता हो । यसको लागि समय सापेक्ष शिक्षामा परिवर्तन हुनु आवश्यक हुन्छ । राष्ट्रिय स्तरबाट तयार पारिएका पाठ्यवस्तुहरुले स्थानीय आवश्यकता र चाहनाहरुलाई पुरा नगर्न सक्छन् । त्यसैले विविध विषयवस्तुलाई एकीकृत गरी विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो स्थानीय स्तरका विषयवस्तुको बारेमा बोध गराउनु हाम्रो अभिभारा पनि हो । यसर्थ स्थानीय मौलिक कला, भाषा, संस्कृति, इतिहास, भूगोल, प्रविधि, खेल, स्रोत र साधन, साहित्य, कृषि यातायात लगायतका विविध पक्षलाई समेटेर बालबालिकाहरुलाई उपयोगी हुने स्थानीय सामग्री उपलब्ध गराउनु हाम्रो कर्तव्य पनि हो ।

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ ले समेत शिक्षा सम्बन्धी व्यवस्थामा स्थानीय स्तरको शैक्षिक ज्ञान, सीप र प्रविधिको संरक्षण, प्रवर्द्धन र स्तरीकरणको अधिकार स्थानीय तहलाई दिएको अवस्थामा स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार गर्ने नीति यस गाउँपालिकाले लिएको हो । पाठ्यक्रम तयार भैसकेको र त्यसैका आधारमा पाठ्यपुस्तक तयार पारेर यस गाउँपालिका भित्रका सबै सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयमा कार्यान्वयनमा ल्याउन लागिएको छ । यो हाम्रो लागि गौरवको कुरा पनि हो । पाठ्यक्रमले बोलेका कुराहरुलाई सरल तरिकाले विद्यार्थीहरुले बुझ्ने गरी पाठ्य विषयवस्तुको सङ्कलन गरी शैक्षिक सत्र २०७७ सालमा कक्षा-१ को लागि **(हाम्रो बगनासकाली कक्षा-१)** पाठ्यपुस्तक तयार पारेर लागु गरिसकेका छौं । गाउँपालिकाको शैक्षिक नीति अनुसार शैक्षिक सत्र २०७८ सालदेखि कक्षा-२ को लागि **(हाम्रो बगनासकाली कक्षा-२)** तयार पारेर लागु गर्न लागेका छौं । यो पाठ्यपुस्तक बगनासकाली गाउँपालिकाको दर्पण हुने अपेक्षा राखेका छौँ । राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ अनुसार कूल १०० पूर्णाङ्क र साप्ताहिक ५ पाठ्यभाररहने गरी विषयवस्तु छनोट गरी यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ ।

यो पाठ्पुस्तकलाई यस स्वरुपमा ल्याउन सहयोग पुऱ्याउनुहुने गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष सरस्वती चिदी, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सुरेश घिमिरे, गाउँपालिकाभित्रका नौवटै वडाका वडा अध्यक्ष ज्यूहरु, शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरु, गाउँकार्यपालिका शिक्षा शाखा प्रमुख गुणाराम खनाल, पाठ्यपुस्तक लेखन कार्यमा अहोरात्र खटिनुभएका लेखक ग्राम्य मा.वि. का शिक्षक दयाराज कंडेल, गाउँपालिकाभित्रका सम्पूर्ण विद्यालयका प्रधानाध्यापक तथा शिक्षकहरु, पाठ्यक्रम निर्माण समिति, विषयवस्तु सङ्कलक तथा सल्लाहकारहरु लगायत पाठ्यपुस्तक लेखन कार्यमा प्रत्यक्ष वा परोक्ष रुपमा सहयोग गर्नुहुने सम्पूर्ण महानुभावहरुलाई यस गाउँपालिका परिवार हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछौं ।

पाठ्य पुस्तकलाई शिक्षण सिकाइको महत्वपूर्ण साधनका रुपमा लिइन्छ । यसबाट विद्यार्थीले पाठ्यक्रमद्धारा लक्षित गरेका सक्षमता हासिल गर्न मद्धत पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । यसलाई स्थानीय विषयबस्तु समेटेर सकेसम्म क्रियाकलापमूखी र रुचिकरण बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । यसलाई आगामी दिनमा थप परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, वुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरुबाट रचनात्मक सुझावको लागि यस बगनासकाली गाउँकार्यपालिका परिवार हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

धन्यवाद !!! मिति : २०७८/०३/२२ गते

अध्यक्ष
कृष्णप्रसाद बस्याल
एवम्
बगनासकाली गाउँपालिका, परिवार, पाल्पा

भूमिका

पाठ्यक्रम शिक्षण सिकाइको मूल आधार हो । पाठ्यपुस्तक पाठ्यक्रममा आधारित भई विद्यार्थीहरुमा अपेक्षित सक्षमता विकास गर्ने तयार पारिएको प्रमुख साधन हो । प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक (हाम्रो बगनासकाली कक्षा-२) एकीकृत स्थानीय पाठ्यक्रम (आधारभूत शिक्षा कक्षा १-३) २०७७ लाई आधार मानेर तयार पारिएको पुस्तक हो ।

पाठ्यपुस्तकलाई शिक्षण सिकाईको महत्वपूर्ण साधनको रुपमा लिईन्छ । सोहीअनुसार स्थानीय विषयवस्तुलाई जोड दिएर यस पाठ्यपुस्तकका लागि विषयवस्तुको सङ्कलन गरिएको हो । यस पुस्तकमा गाउँपालिकाभित्र रहेका विशेष स्थानीय विषयबस्तुलाई सकेसम्मको खोज, अध्ययन तथा छलफल गरेरपाठ्यविषयवस्तुको सङ्कलन गरी यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ । संकलन गरिएका पाठ्यपुस्तकका पाठ्यवस्तुको मस्यौदालाई सर्वप्रथम गाउँ शिक्षा समिति तथा नौ वटै वडाका वडाध्यक्षहरुको वैठकद्वारा यस पाठ्यपुस्तकमा समावेश गरिएका विषयवस्तुमाथि गहन छलफल गरी अन्तिम रुप दिइएको हो । यो पाठ्यपुस्तकले बगनासकाली गाउँपालिकाको सामान्य चिनारी विद्यार्थीहरुमा गराउनेछ भन्ने अपेक्षा राखिएको छ ।

यस पाठ्यपुस्तकभित्र हरेक एकाइ सुरु हुनुभन्दा पहिला उक्त एकाइका विशिष्ट उद्देश्य समावेश गरिएको छ। शिक्षकहरुलाई शिक्षणका क्रममा सहजता होस् भनेर हरेक क्रियाकलापमा शिक्षण निर्देशन समावेश गरिएको छ। विषयबस्तुलाई चित्रमुखी बनाउने प्रयास गरिएको छ। गत वर्ष कक्षा-१ को लागि पाठ्यपुस्तक तयार पारेर विद्यार्थीहरुको हातहातमा पुस्तक पुऱ्याई सकेको र यस वर्ष कक्षा-२ को लागि कक्षा-१ मा समावेश गरिएका विषब्यबस्तुको क्षेत्र र क्रमलाई विस्तार गरी यो पुस्तक तयार पारिएको छ । पाठभित्र समावेश गरिएका क्रियाकलापहरु ज्ञानका तीनै क्षेत्र संज्ञानात्मक, भावनात्मक र मनोक्रियात्मक समेटेर राख्ने प्रयास गरिएको छ । विद्यार्थी केन्द्रित क्रियाकलापहरुलाई जोड दिई विषयवस्तु समावेश गरिएको छ। कक्षा-२ को लागि यो हाम्रो पहिलो प्रयास भएकोले पक्कैपनि यसमा समावेश गरिएका विषयवस्तु अन्तिम रुप भने होइनन् । आगामी संस्करणमा शिक्षा क्षेत्रबाट आएका रचनात्मक सुझावलाई मनन् गरी विषयवस्तु संशोधन हुँदै जानेछन् ।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकलाई यस स्वरुपमा ल्याउने क्रममा सहयोग लिइएका पुस्तकका लेखकहरु, आवश्यक सल्लाह र प्रेरणा प्रदान गर्नुहुने बगनासकाली गाउँपालिका अध्यक्ष कृष्ण प्रसाद बस्याल, उपाध्यक्ष सरस्वती चिदी, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सुरेश घिमिरे, गाउँपालिकाका सम्पूर्ण वडा अध्यक्ष ज्यूहरु, शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरु, शिक्षा शाखा, सम्पूर्ण विद्यालयका प्रधानाध्यापक तथा शिक्षकहरु, पाठ्यक्रम निर्माण समिति, विषयवस्तु सङ्कलक तथा सल्लाहकारहरु लगायत पाठ्यपुस्तक लेखन कार्यमा प्रत्यक्ष वा परोक्ष सहयोग पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण बौद्धिक व्यक्तित्वहरुप्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रकट गर्न चाहन्छौं ।

अन्त्यमा प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकलाई आगामी दिनमा अझ गुणस्तरीय र विद्यार्थी केन्द्रित बनाउन शैक्षिक क्षेत्रबाट रचनात्मक सुझावको अपेक्षा गर्दै स्थानीय पाठ्यपुस्तक लेखन जस्तो गहन जिम्मेवारी दिने बगनासकाली गाउँपालिका परिवारलाई हृदयदेखि नै कृतज्ञता प्रकट गर्न चाहन्छौं ।

मिति : २०७८/०३/२२ गते

लेखक तथा सम्पादक

हाम्रो बगनासकाली
कक्षा २

विषय सूची

एकाइ	विषय क्षेत्र	पेज नं.
एक	बगनासकाली गाउँपालिकाको चिनारी	१
दुई	स्थानीय जात, जाति, भाषा र भेषभुषा	१०
तीन	स्थानीय स्तरमा उत्पादित बाली र खानेकुराहरु	१७
चार	स्थानीय चाडपर्व, धर्म र संस्कृति	३१
पाँच	स्थानीय कला, सीप, प्रविधि	४१
छ	प्रसिद्ध धार्मिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थल	५१
सात	प्रचलित स्थानीय संस्कार	५९
आठ	स्थानीय स्तरमा प्रचलित खेल	६६
नौ	स्थानीय प्राकृतिक स्रोत तथा साधन	७४
दश	स्थानीय पेसा व्यवसाय	८३
एघार	स्थानीय सरकारी तथा गैरसरकारी संस्था	९०
बाह्र	स्वास्थ्य र सरसफाइ	९९
तेह्र	यातायात तथा सञ्चार	१०६
चौध	बाल मैत्री स्थानीय शासन	११५

एकाइ एक	विषय क्षेत्र : बगनासकाली गाउँपालिकाको चिनारी

विशिष्ट उद्देश्य :

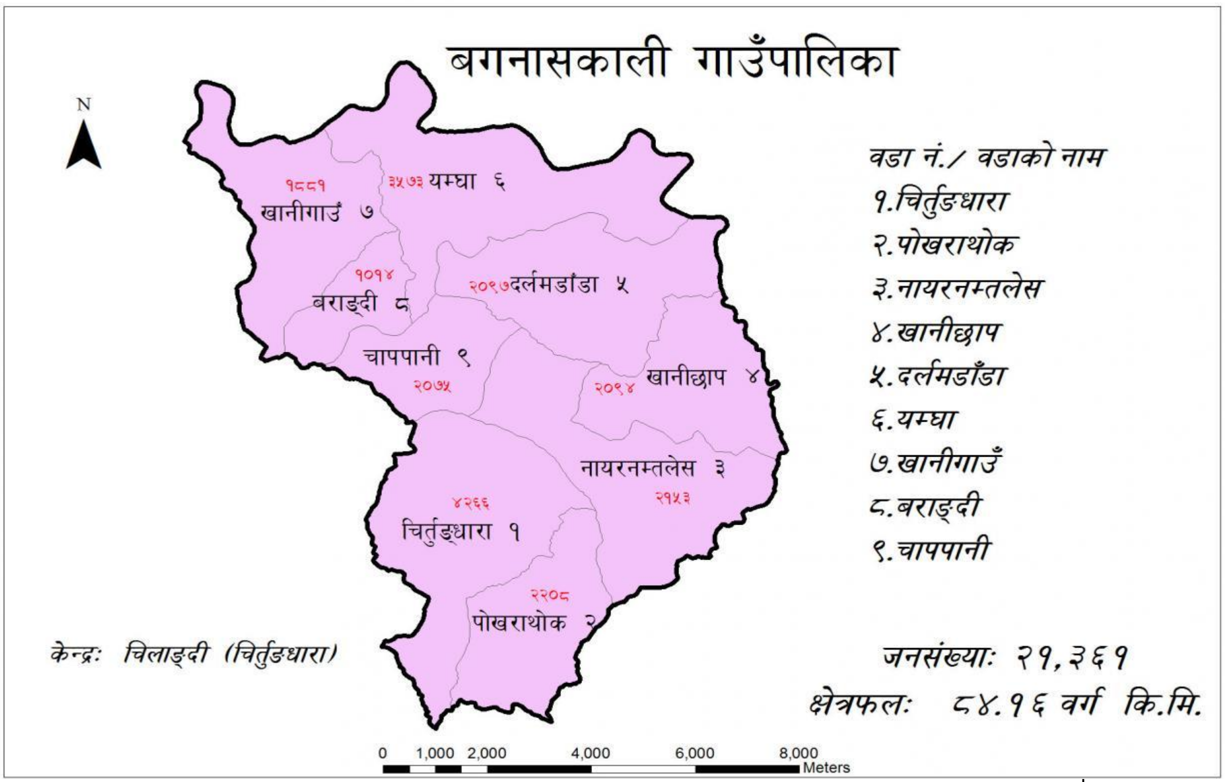
यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कार्यहरू गर्न सक्षम हुनेछन् :

१. आफ्नो परिचय वडाको नाम सहित बताउन,

२. गाउँपालिकाभित्रका सबै वडाहरूको नाम बताउन,

३. छिमेकी वडाहरूको पहिचान गर्न,

१. तल हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाको नक्सा दिइएको छ। त्यसलाई हेरेर गाउँपालिका भित्रका वडाका नामहरू पढ्नुहोस्।



शिक्षण निर्देशन : माथि दिईएको बगनासकाली गाउँपालिकाको नक्साको आधारमा छलफल गर्नुहोस् ।

२. बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका वडाको नाम र छिमेकी वडाको नाम दिइएको छ । त्यसलाई राम्ररी पढेर छिमेकी वडा बारे जानकारी लिनुहोस् :

क.सं.	वडा नं.	वडाको नाम	छिमेकी वडाको नाम
१	वडा नं. १	चिर्तुङ्गधारा	पोखराथोक, नायरनम्तलेस, चापपानी
२	वडा नं. २	पोखराथोक	चिर्तुङ्गधारा, नायरनम्तलेस,
३	वडा नं. ३	नायरनम्तलेस,	चिर्तुङ्गधारा, पोखराथोक, खानीछाप, दर्लमडाँडा, चापपानी
४	वडा नं. ४	खानीछाप	दर्लमडाँडा, नायरनम्तलेस
५	वडा नं. ५	दर्लमडाँडा	नायरनम्तलेस, खानीछाप, यम्घा, चापपानी
६	वडा नं. ६	यम्घा	दर्लमडाँडा, खानीगाउँ, बराङ्दी, चापपानी
७	वडा नं. ७	खानीगाउँ	बराङ्दी,यम्घा
८	वडा नं. ८	बराङ्दी	चापपानी, यम्घा, खानीगाउँ
९	वडा नं. ९	चापपानी	चिर्तुङ्गधारा,दर्लमडाँडा, नायरनम्तलेस, बराङ्दी, यम्घा

३. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क) हाम्रो गाउँपालिकामा कति वटा वडाहरू रहेका छन् ?

ख) पहिलो वडाको नाम के हो ?

ग) खानीछापका छिमेकी वडाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

घ) कुन-कुन वडाले अन्य पाँच/पाँच ओटा वडालाई छोएको छ ?

ङ) हाम्रो गाउँपालिकामा पर्ने नौ ओटा वडाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

४. जोडा मिलाउनुहोस् ।

वडा नं. १	खानीगाउँ
वडा नं. ६	नायनम्तलेस
वडा नं. ३	चिर्तुङ्गधारा
वडा नं. ९	यम्घा
वडा नं. ७	चापपानी

५. तलका भनाई ठिक भए (✓) बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

क) बगनासकाली गाउँपालिकामा आठ ओटा वडाहरू छन् । ☐

ख) बगनासकाली गाउँपालिकाको कार्यालय वडा नं १ मा पर्छ । ☐

ग) नायरनम्तलेस यम्घासँग जोडिएको छ । ☐

घ) खानीछापका छिमेकी वडा दुई ओटा छन् । ☐

ङ) चापपानीको छिमेकी वडा चिर्तुङ्गधारा पनि हो । ☐

६. तपाईं कति वडामा बस्नुहुन्छ ? वडाको नाम टोलको नाम सहित लेख्नुहोस् ।

७. तपाईं अहिलेसम्म बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका कुन-कुन वडामा जानु भएको छ ? लेख्नुहोस् ।

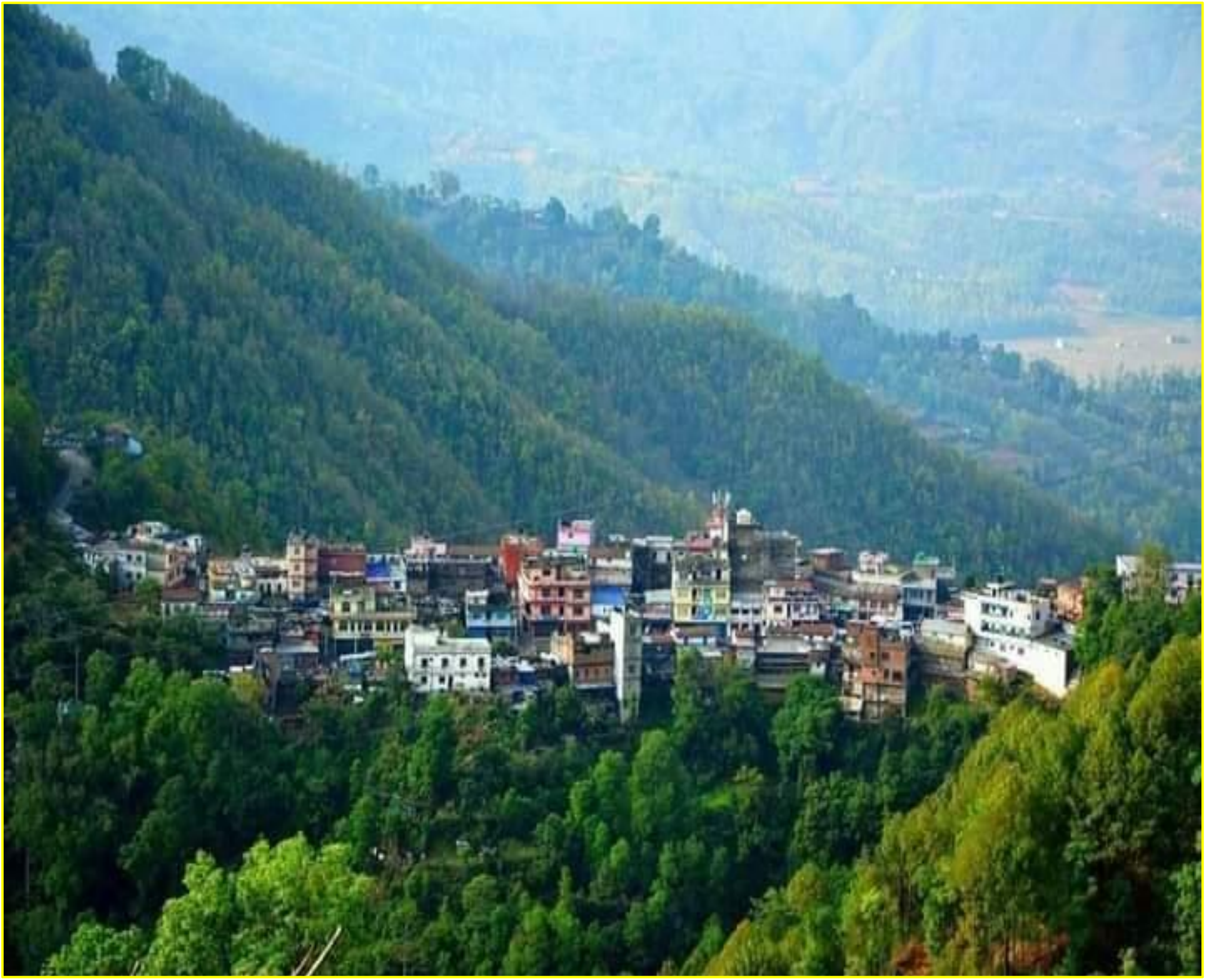
८. तपाईंलाई आफ्नो जन्मस्थानको माया लाग्छ कि लाग्दैन? लाग्छ भने के कारणले लाग्छ ? लाग्दैन भने के कारणले लाग्दैन ? कक्षामा शिक्षकसँग छलफल गर्नुहोस् ।

९. तपाईंको आफ्नो वडाको नामसँग जोडिएका वडाहरूको नाम लेख्नुहोस् :

शिक्षण निर्देशन : दिइएका प्रश्नहरूको लिखित तथा मौखिक छलफल गराउनुहोस् ।

१०. चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् :

बगनासकाली गाउँपालिकाको कार्यालय



बगनासकाली गाउँपालिकाको सबैभन्दा ठूलो आर्यभन्ज्याङ्ग बजार ।

शिक्षण निर्देशन : चित्रको आधारमा विद्यार्थीहरूलाई छलफलमा सहभागी गराउनुहोस ।

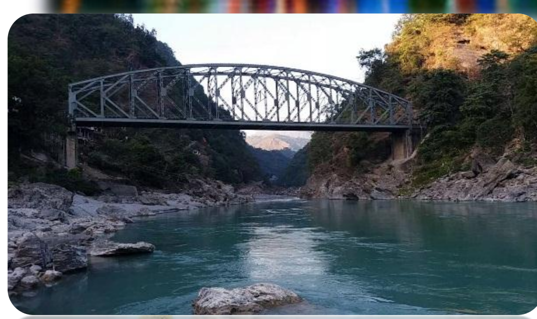
११. तलको बाल गीत लय हालेर गाउनुहोस् :

मेरो बगनासकाली

मलाई प्यारो लाग्छ साथी
मेरै बगनासकाली
साथी साथी मिलेर
बजाऊँ न ताली ।

म जन्मेको गाउँ ठाउँ
स्वर्ग जस्तै चम्केको
सबै जन मिलेर नै
विकासमा लम्केको ।

सरररर चिसो हावा
जतातत्तै बहन्छ
हामी रहेसम्म यहाँ
बगनासकाली रहन्छ ।



राम्दी पुल तरेपछि
बगनासकाली टेकिन्छ
नायरडाँडा जाऊँ साथी
माडी फाँट देखिन्छ ।

जता हेऱ्यो उतै राम्रो
म जन्मेको ठाउँ
सुन्दरताको खानी हेर्न
बगनासकाली जाऔँ२

शिक्षण निर्देशन : दिईएको बालगीत लय हालेर विद्यार्थीहरूलाई सुनाउनुहोस् । बाल गीतभित्र भएका मुख्य-मुख्य विषयवस्तुको बारेमा प्रश्नहरू बनाएर छलफल गराउनुहोस् ।

१२. जोडा मिलाउनुहोस् ।

रාम्दी पुल

बग्नासदेवीको मन्दिर

सिद्धबाबा मन्दिर

माडी फाँट

गाउँपालिका कार्यालय

१३.तलका प्रश्नको मौखिक छलफल गरी उत्तरपुस्तिकामा उत्तर लेख्नुहोस् :

क) बगनासकाली कहिले सम्म रहन्छ ?

ख) हामीलाई के प्यारो लाग्दछ ?

ग) सुन्दरताको खानी हेर्न कहाँ जानुपर्छ ?

घ) नायरडाँडाबाट के हेर्न सकिन्छ ?

ङ) बगनासकालीको विकास कसरी भएको छ ?

१४. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखेर वाक्य पुरा गर्नुहोस् ।

क) राम्दी पुल तरेपछि ....टेकिन्छ । (तानसेन, बगनासकाली)

ख) नायरडाँडाबाट ....देखिन्छ । (राम्दीपुल, माडी फाँट)

ग) सबै मिलेर काम गऱ्यो भने ....हुन्छ । (विकास, विनास)

घ) बगनासकाली जतातत्तै.................हावा बहन्छ । (रातो, चिसो)

ङ) हाम्रो गाउँपालिका ....जस्तै चम्केको छ । (नर्क, स्वर्ग)

शिक्षण निर्देशन : बालगीत पटक-पटक पढ्न लगाई दिइएका प्रश्नहरूको छलफल गराउनुहोस् ।

१५. चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस्:

परियोजना कार्य : विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई विद्यालयदेखि सबैभन्दा नजिक रहेको गाउँपालिकाको कुनै एक प्रमुख स्थलमा शैक्षिक भ्रमण गराइ त्यहाँका मुख्य-मुख्य विशेषताबारे छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ दुई

विषय क्षेत्र : स्थानीय जातजाति, भाषा र भेषभूषा

विशिष्ट उद्देश्य :

१. स्थानीय स्तरमा बसोबास गर्ने जातजाति र उनीहरूको भाषा पहिचान गर्न,
२. आफ्नो जात,भाषा र भेषभूषा पहिचान गर्न,
३. मुख्य र अल्पसंख्यक जातिहरूको पहिचान गर्न,
४. जातिगत रूपमा लगाइने जातीय भेषभूषाको सूची तयार पार्न

१. तलको बाल गीत लय हालेर पढ्नुहोस् :

कति मिठो भाषा बोल्छौँ
एक अर्कामा हामी
बगनासकाली गाउँ सबै
ममताको खानी

फरक-फरक भेषभूषा
फरक-फरक जाति
सबै एउटै परिवार
छैन कोही माथि

पुतली झैँ रङ्गी चङ्गी
जता हेरे पनि
भाषा अनि जातजातिमा
छौँ हामी धनी

मानवताका पुजारी हौँ
बस्छौँ मिलिजुली
भेदभाव नगरौँ है
मानव जाति भुली२।

क) माथि दिइएको बाल गीतको आधारमा तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

अ) हामी बोल्ने भाषा कस्तो छ ?

आ) बगनासकालीको गाउँ-गाउँमा के को खानी छ ?

इ) हामी के कुरामा धनी छौँ ?

ई) हामी के का पुजारी हौँ ?

उ) हाम्रो भेषभूषा कस्तो देखिन्छ ?

ख) खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखेर वाक्य पूरा गर्नुहोस् :

परिवार धनी पुजारी भेदभाव माथि

अ) जातजातिको आधारमा कोही....................हुदैन ।

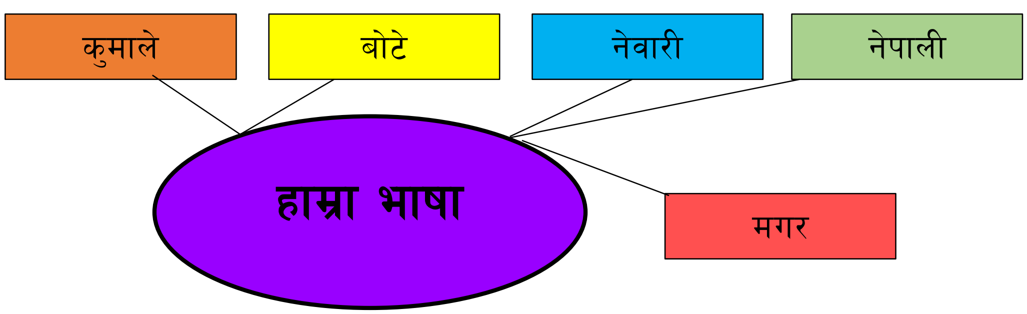
आ) हामी सबै एउटै ....का सदस्य हौँ ।

इ) मानिस-मानिस बिच ....गर्नुहुँदैन ।

ई) हामी मानवताका ....हौँ ।

उ) हामी भाषा र जातिगत रूपमा ....छौँ ।

२. हाम्रो गाउँपालिकाभित्र मुख्य रूपमा बोलिने भाषाहरूको नाम पढ्नुहोस् :



शिक्षण निर्देशन : बालगीतको आधारमा अभ्यासलाई विद्यार्थी केन्द्रित गरी कक्षा शिक्षण गर्नुहोस् ।

३. तपाईको कक्षामा कुनै पाँच जना साथीको नाम लेख्नुहोस् । उनीहरू कुन कुन भाषा बोल्न जानेको छन् ? सोधेर लेख्नुहोस् ।

क्र.सं.	साथीको नाम	बोल्न जानेको भाषाको नाम
१		
२		
३		
४		
५		

४. दिइएको पाठ पढ्नुहोस् :

हाम्रो देश **नेपाल** बहुजातीय मुलुक हो । यहाँ धेरै जातजातिको बसोबास रहेको छ । हाम्रो देश नेपाल जस्तै हाम्रो **बगनासकाली** गाउँपालिका पनि बहुजातीय गाउँपालिका हो । जनसंख्याको आधारमा सबैभन्दा धेरै आदिवासी जनजाति भित्र पर्ने **मगर जाति** रहेका छन् । त्यसै गरी जनसंख्याको आधारमा दोस्रो ठूलो **जाति बाहुन,** तेस्रो **दलित जाति** र क्रमश **कुमाल, नेवार, बोटे क्षेत्री** रहेका छन् । एउटा फूलवारी फरक-फरक फूलहरूले रङ्गी चङ्गी देखिएजस्तै हाम्रो गाउँपालिका पनि जातिगत आधारमा रङ्गी चङ्गी रहेको छ । जातिगत आधारमा आ-आफ्नो जातीय भेषभूषा हुन्छ । जातीय भेषभूषाले जातिगत पहिचान दिन्छ । समाजमा बस्दा हामीले जातिय सद्भाव कायम गर्नुपर्छ । जातीय विविधता भएपनि हामी सबैको एउटै जात मानव हो ।

शिक्षण निर्देशन : पाठ सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस् । त्यहाँ भएका विषयवस्तुबारे जानकारी गराउन कक्षा छलफलमा जोड दिनुहोस् ।

५. तलका भनाइ ठिक भए (✓) चिह्न र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।

क) नेपाल बहुजातीय मुलुक हो । ☐

ख) जनसंख्याको आधारमा बगनासकाली गाउँपालिकामा नेवार जाति बढी छन् । ☐

ग) जातीय पहिरन हरेक जातिको पहिचान हो । ☐

घ) जातिगत आधारमा भेदभाव गर्नुपर्छ । ☐

ङ) बगनासकाली गाउँपालिका बहुजातीय स्थानीय तह हो । ☐

६. जोडा मिलाउनुहोस् :

जातिको नाम	भाषा
कुमाल	नेपाली
नेवार	बोटे
खस/आर्य	कुमाले
मगर	नेवारी
बोटे	मगर

शिक्षण निर्देशन : माथि दिइएका अभ्यासहरूलाई पाठको आधारमा छलफल गराइ लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

७. तल जातीय पहिरन लगाएका मानिसहरूको चित्र दिइएको छ । चित्र हेरेर उनीहरूको पहिरन बारे छलफल गर्नुहोस् :

मगर भेषभूषा

नेवार भेषभूषा

कुमाल भेषभूषा

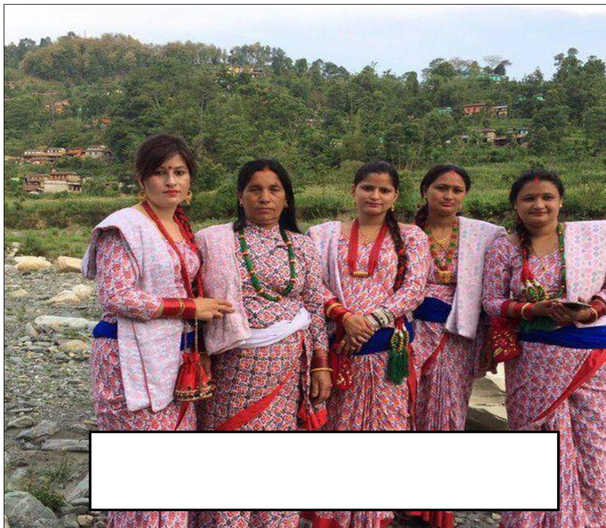
बोटे भेषभूषा

शिक्षण निर्देशन : जातीय भेषभूषाको आधारमा दिइएका चित्रद्वारा भेषभूषाका प्रकारहरूको छलफल गराउनुहोस् ।

खस आर्य भेषभूषा

८. मगर जातिका महिला र पुरूषले लगाउने जातीय पहिरन भित्र के के पर्छन् ? शिक्षसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

९. तल दिइएका जातीय पहिरन लगाएका मानिसको चित्र हेरेर जातिको पहिचान गर्नुहोस् ।



१०. तपाईंको छिमेकमा बसोबास गर्ने मानिसहरू कुन-कुन जातजातिका हुनुहुन्छ ? घरमा अभिभावकहरू सँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

११. परियोजना कार्य : जातीय पहिरनको बारेमा जानकारी गराउनको लागि सम्बन्धीत जातीय बहुलता रहेको समुदायमा विद्यार्थीहरूलाई प्रत्यक्ष अवलोकन गराई जातीय पहिरनको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ तीन

विषय क्षेत्र : स्थानीय स्तरमा उत्पादित बाली र खानेकुरा

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा समावेश गरिएका विषयबस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कार्य गर्न सक्षम हुनेछन् ।

१. स्थानीय स्तरमा बनाइने परिकारहरूको सामान्य परिचय दिन,

२. स्थानीय परिकारहरूको सूची तयार पार्न,

३. स्थानीय स्तरमा व्यावसायिक रूपमा उत्पादन गरिने बालीहरूको नाम बताउन,

हाम्रा प्रमुख बाली

धान

आलु

काउली

बन्दा

गहुँ

टमाटर

मकै

कुरिलो

खुर्सानी

अदुवा

शिक्षण निर्देशन : दिइएका स्थानीय बालीको बालीकै चित्रको आधारमा स्थानीय बालीको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

२. तलको पाठ पढेर स्थानीय बालीको बारेमा बुझ्नुहोस् ।

बगनासकाली गाउँपालिका लगाइने बालीहरूमध्ये पहिलो मुख्य बाली मकै हो । गाउँपालिका भित्रका नौ वटै वडाका सबै ठाउँमा मकै बाली लगाइन्छ । यहाँ मनकामना -३, अरूण-२ रामपूर कम्पोजिट जातका मकै रोपिन्छ । मकैलाई सबै ठाउँमा परम्परागत खेतीको रूपमा लिई मौसम अनुसार आ-आफ्नो खेतबारीमा खेती गरिन्छ ।

हाम्रो गाउँपालिकामा लगाइने बाली मध्येको दोस्रो ठूलो बाली धान हो । मुख्य गरी पोखराथोकको माडी फाँट, यम्घाको दैलातुङ्ग, बराङ्गदी, चापपानीको खहरेखोला, नायरको नौबिसे धान बाली लगाइने प्रमुख ठाउँ हुन् । यहाँ लगाइने धानका मुख्य जातहरूमा सावित्री, साँवा मन्सुली, राम धान, सुख्सा-३ लगायतका जात लगाइनछ । यहाँ बेमौसमी भन्दा मौसम अनुसार नै धान रोपिन्छ ।

तरकारी जात भित्र पर्ने टमाटर खेती हाम्रो गाउँपालिकामा व्यावसायिक रूपमा नै गरिन्छ । चिर्तुङ्गधारा, घोरबन्दा, शिखर, पोखराथोकको अमराइ, नायरको रिठेखोला, राम्दीको सुनादी, यम्घाको टोक्से , चापपानी टमाटर खेती गरिने मुख्य ठाउँ हुन् । यहाँ लगाइने टमाटरका मुख्य जातहरूमा सिर्जना, मनिषा, सम्झना हुन् । टमाटर खेतीबाट यहाँका किसानहरूले राम्रो आम्दानी गरेका छन् ।

क) बालीको चित्र र नाम बिच जोडा मिलाउनुहोस् :

कुरिलो

कोदो

अदुवा

भटमास

जौ

ख) माथिको पाठ पढेर तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

अ) बगनासकाली गाउँपालिकामा लगाइने पहिलो मुख्य बालीको नाम के हो ?

आ) हाम्रो गाउँपालिकामा लगाइने मकैका जातहरूको नाम लेख्नुहोस् ?

इ) टमाटरका कुनै तीन ओटा जातको नाम लेख्नुहोस् ।

ई) हाम्रो गाउँपालिकाको दोस्रो ठूलो बाली कुन हो ?

उ) धान खेती गरिने कुनै तीन ओटा प्रमुख ठाउँको नाम लेख्नुहोस् ?

ऊ) तपाईको घरमा कुन-कुन बालीको खेती गर्नुहुन्छ ? नाम लेख्नुहोस् ।

३. तल दिइएको बालीहरू तपाईको घरमा के बनाउन प्रयोग गर्नुहुन्छ ? प्रत्येकको एक/एक प्रयोग क्षेत्र लेख्नुहोस् ।

बालीको नाम	प्रयोग क्षेत्र
धन	चामल बनाउन
गहुँ	
मकै	
सिमी	
टमाटर	
आलु	

शिक्षण निर्देशन : माथि दिइएका अभ्यास बाहेक थप प्रश्नहरू निर्माण गरी छलफल गराउनुहोस् ।

४. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर लेख्नुहोस् :

पिठो	असार	सेतो	पिरो	मकै

क) धान विशेष गरी................................ महिनामा रोपिन्छ ।

ख) खुर्सानीको स्वाद................................ हुन्छ ।

ग) हाम्रो गाउँपालिका भित्र सबैभन्दा बढी खेती .... को गरिन्छ ।

घ) गहुँ पिसेर......................बनाइन्छ ।

ङ) काउलीको फूल ....रङ्गको हुन्छ ।

५. तपाईको गाउँघरमा लगाइने बालीहरू के के छन् ? अभिभावकलाई सोधेर बालीहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

६. दिइएका बालीको चित्र बनाउनुहोस् ।

टमाटर

मकै

सिमी

७. दिइएको बाल गीत लय हालेर गाउनुहोस्:

कति राम्रो माडी फाँट
हेर धान झूलेको
आफ्नै गाउँ आफ्नै ठाउँ
काम गरी भूलेको

आफ्नै देशको माटोलाई
पसिनाले भिजाऊ
अन्न बाली बेचेर
धन पैसा फिँजाऊ ।

खानुपर्छ अन्न बाली
आफै काम गरेर
स्वभिमानी बनिदैन
काममा पछि सरेर ।

बाँझो जमिन नराखौँ है
यसले राम्रो हुदैन
खती गरौँ सबै ठाउँ
अनिकालले छुँदैन ।

किन हामी बस्नु पर्‍यो ?
भाइ-भाइ फुटेर
बगनासकाली हुन्छ राम्रो
काम गरी जुटेर ।२

हाम्रा खाना :

१. बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बनाइने खानाका मुख्य परिकारहरू :

दाल, भात तरकारी

ढिँडो

रोटी तरकारी

बटुक

चुकाउनी

सेलरोटी

चाउमीन

छोले समोसा

२. तल कुन परिकार बनाउन के -के चाहिन्छ ? भन्ने बारेमा सामान्य चिज बस्तुको नाम दिइएको छ । पढ्नुहोस् र आफ्नो प्रतिक्रिया कक्षाकोठाभित्र सुनाउनुहोस् ।

परिकारको नाम	*बनाउन चाहिने चिज/वस्तु*
भात	*चामल*
ढिँडो	*मकैको आटो, कोदो*
रोटी	*गहुँ/मकै, कोदो, फापर,आदिको पिठो*
चुकाउनी	*आलु,दही, खुर्सानी, बेसार, नुन आदि*
बटुक	*केराउ वा दालजन्य वस्तुको पिठो, नुन, अदुवा, तेल, बेसार आदि ।*
सेलरोटी	*पिठो, चिनी, तेल आदि*
चाउमीन	*चाउमिन, बन्दा, गाजर,नुन, बेसार, तेल आदि*
छोले समोसा	*चना, केराउ, पिठो, आलु, तेल, खुर्सानी आदि*

३. तपाईको घरमा खानामा के-के परिकारहरू बन्छन् ? लेख्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : खानेकुराको चित्रका आधारमा थप अन्य खानाका बारेमा समेत अभ्यास गराउनुहोस् ।

४. जोडा मिलाउनुहोस् :

ढिँडो

चुकाउनी

दाल

भात

रोटी

५. तलको शब्द समूहबाट खानेकुरा पत्ता लगाइ गोलो घेरा (○) लगाउनुहोस् ।

क) माटो	तेल	ढुङ्गा
ख) पानी	मट्टीतेल	पेट्रोल
ग) कलम	कापी	केरा
घ) रूख	दाल	काँटी
ङ) चिया	बाकस	जुत्ता

६. दिइएका खानाका परिकारको चित्र बनाउनुहोस् र उपुक्त रङ्ग भर्नुहोस् :

सेलरोटी

खिर

चाउमिन

शिक्षण निर्देशन : अभ्यासलाई विद्यार्थी केन्द्रित गरी कक्षा छलफलहरूलाई विशेष जोड दिनुहोस् ।

७. तल दिइएको वर्ण तालिकाबाट ५ वटा बालीको नाम र ५ वटा खानाको नाम पत्ता लगाउनुहोस् :

भ	न	ल	के	ए	पे	ज्ञ
का	पी	सु	न	ज्ञ	बा	नि
ञ	ओ	न	भा	त	से	का
तो	री	श	ष	ज्ञ	भ	म
धा	चु	का	उ	नी	ए	ने
न	पि	के	ध	आ	व	ज्ञ
रो	न	का	फा	प	र	के
टी	म	कै	ग	फ	ब	रा
औ	ट	क्ष	भ	थ	न	फो
भे	आ	लु	न	र	ङ	दो
अ	ण्डा	प	स	मो	सा	क

खानेकुरा

१. ....

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

बाली

१. ....

२. ....

३. ....

४. ....

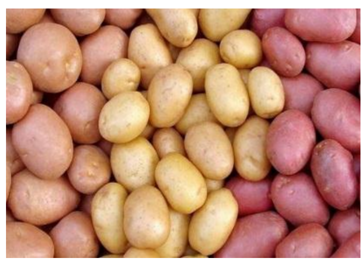
५. ....

८. दिइएका खानेकुराहरू मध्ये घरमा तयार हुने र बजारबाट किनेर ल्याउनुपर्ने कुन-कुन हुन ? छुट्याउनुहोस् ।

क्र.सं.	खानेकुराको नाम	घरमा तयार हुने	बजारबाट ल्याउनुपर्ने
१	भात	घर बनाइने	
२	बिस्कुट		
३	मासु		
४	चाउचाउ		
५	कोक, फेन्टा		
६	रोटी		

९. तल खानेकुराका चित्र दिइएको छ । चित्र पहिचान गरी कुन काँचै खान मिल्छ ? कुन पकाएर खानुपर्छ ? कोठाभित्र लेख्नुहोस् :

काँचै खाने



एकाइ चार

विषय क्षेत्र : स्थानीय चाडपर्व, धर्म र संस्कृति

विशिष्ट उद्देश्य:

यस एकाइभित्र समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुराहरूमा सक्षम हुनेछन् :

१. स्थानीय स्तरमा मनाइने चाडपर्व र धर्महरूको सूची तयार पार्न

२. चाडपर्व मनाउने सामान्य क्रियाकलापहरूबारे बताउन

३. आफ्नो परिवारमा मनाइने चाडपर्वको नाम बताउन र सहभागी हुन

४. स्थानीय गीत र नृत्यमा सहभागी हुन

हाम्रा चाडपर्व

बुद्धजयन्ती

नागपञ्चमी

जनैपूर्णिमा

तीज

दशैं

तिहार

गाइजात्रा

रोपाईजात्रा

महाशिवरात्री

क्रिसमस डे

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर वाक्य पुरा गर्नुहोस् :

नवदुर्गा	बुद्ध	गाईजात्रा	नागपूजा	रङ्गको पर्व

क) फागु पर्वलाई.....................................पनि भनिन्छ ।

ख) दशैँमा ....को पूजा हुन्छ ।

ग) बुद्धजयन्ति......................को सम्झना मनाइन्छ ।

घ) नागपञ्चमी पर्वमा ....को पूजा हुन्छ ।

ङ) नेवार समुदायमा विशेष गरी................................पर्व मनाइन्छ ।

शिक्षण निर्देशन : स्थानीय स्तरमा मनाइने चाडपर्वहरूको बारेमा दिइएको चित्रका आधारमा चाडपर्व बारे छलफल गराउनुहोस् ।

३. तल दिइएको पाठ पढेर बुझ्नुहोस् :

दशैं

दशैं हाम्रो सबैभन्दा ठुलो चाड हो । असोज महिनामाको शुक्ल प्रतिपदाका दिन सबैले आ-आफ्नो घर पोतर चोखो पारी जमरा राखिन्छ । घटस्थापनाका दिनदेखि नवमी सम्म नवदुर्गाको पूजा आराधना गरिन्छ । विजया दशमीको दिन आफुभन्दा ठूला मान्यजनहरूको हातबाट टीका प्रसाद ग्रहण गरेर पूर्णिमाको दिन सम्म यो पर्व मनाउने गरिन्छ । विजया दशमी भगवती दुर्गाले दानवी शक्तिमाथि र रामले रावणमाथि विजय हासिल गरेको खुसियालीमा यो पर्व मनाइन्छ । विजयको खुसीयालीमा यो चाड मनाइने हुनाले यो पर्वमा रातो टीका लगाइएको हो । दशैंमा टाढा-टाढा रहनु भएका आफन्तहरू घरमा आएर सबैजना मिलेर हाँसी खुसी दशैं पर्व मनाइन्छ । विशेष गरी दश दिनसम्म यो पर्व मनाइने हुनाले यस पर्वको नाम दशैं भनेर राखिएको अनुमान गरिएको छ ।

मगर दिवश

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका मनाइने स्थानीय चाडपर्व मध्ये मगर दिवश पनि एक । बगनासकाली गाउँपालिकामा नेपालको सबभन्दा पुरानो आदिवासी समुदाय मध्येको एक मगर समुदायको बाहुल्यता रहेकोले मगर दिवशलाई विशेष पर्वकै रूपमा लिइन्छ । परम्परागत देखिनै यो पर्व मनाउँदै आएपनि वि.सं. २०३९ साल मा मगर संघको प्रथम महाधिवेशन भएको हुनाले त्यसै दिनको सम्झनामा हरेक वर्षको फागुन १५ गतेलाई मगर दिवशको रूपमा मनाउदै आएको पाइन्छ । यस दिन हाम्रो गाउँपालिका भित्र स्थानिय विदा नै चलन छ । यस दिन गाउँपालिका भित्रका विशेष गरी चिलाङ्गदी, पोखराथोकको नौबिसे, नायरको परङ्ग, खानीछापको भालेबासमा विशेष कार्यक्रम हुने गर्छ । यस दिन मगर भेषभूषामा सजिएर, मगर गीत तथा नृत्य देखाइन्छ । मगर खानाका परिकारहरू तयार पारेर सबैले आ-आफ्नो घरमा रमाईलो गरी गाउँपालिका भरिनै हर्ष उल्लासका साथ यो दिवश मनाइन्छ ।

शिक्षण निर्देशन : पाठलाई सर्वप्रथम शिक्षकले पढेर सुनाउने । त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो सस्वर वाचन गर्न लगाउनुहोस् ।

क) माथिको पाठको आधारमा तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

अ) दशैंमा कस्तो रङ्गको टीका लगाइन्छ ?

आ) दशैं पर्वमा कसको हातबाट टीका लगाइन्छ ?

इ) मगर दिवश कहिले पर्छ ?

ई) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र कुन पर्वमा स्थानीय विदा दिने चलन छ ?

उ) दशैं नाम कसरी राखिएको हो ?

ख) तलका वाक्य ठिक भए (✓) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

अ) मगर दिवश हाम्रो स्थानीय चाड हो । ☐

आ) दशैंमा विशेष गरी सरस्वती पूजा गरिन्छ । ☐

इ) घटस्थापना दिन सबैले आ-आफ्नो घरमा जमरा राखिन्छ । ☐

ई) मगर दिवशको दिन खानीछापको भालेवासमा विशेष रमाइलो गरिन्छ । ☐

उ) विजया दशमी पर्व कात्तिक शुक्ल पक्षमा पर्छ । ☐

ग) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् ।

भेषभूषा	जमरा	फाजुन १५	आदिवासी	दुर्गा भवानी

अ) मगर दिवश ....मा पर्छ ।

आ) दशैं पर्वमा ....को पूजा गरिन्छ ।

इ) मगर जाति आफ्नो...........................मा सजिने गर्छन् ।

ई) दशैंमा टीका सँगै......................लगाइन्छ ।

उ) मगर जाति ....मध्येको एक ठूलो जाति हो ।

शिक्षण निर्देशन : पाठका आधारमा दिइएका अभ्यासलाई लिखित तथा मौखिक दुवै रूपमा छलफल गराउनुहोस् ।

४. हाम्रा धर्म

हिन्दु	बौद्ध	मुस्लिम	क्रिश्चियन

५. तलका चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् ।

६. तपाई कुन धर्म मान्नुहुन्छ ? घरपरिवारलाई सोधेर लेख्नुहोस् :

म ____________________ मान्छु ।

शिक्षण निर्देशन : गाउँपालिका भित्र विशेषगरी मानिने प्रमुख चार धर्मको बारेमा चित्रका आधारमा छलफल गराउनुहोस् ।

७. तपाईंले अहिलेसम्म मनाउनुभएका कुनै सात ओटा चाडपर्वको नाम लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

१.

२.

३.

४.

५.

६.

७.

८. तलको वर्ण तालिकाबाट कुनै पाँच चाडपर्वको नाम पत्ता लगाउनुहोस् :

ब	ति	हा	र	ति	ज	फ
मा	घी	अ	ज्ञ	ज	नै	न
त	द	ए	गा	फो	पू	फ
न	शैँ	ओ	ई	फा	र्णि	ओ
पो	व्य	भ	जा	गु	मा	ए
अ	न	ख	त्रा	न	के	त्र

९. तलको चित्रले कुन पर्वको झलक दिएको छ हेरेर छलफल गर्नुहोस् :

शिक्षण निर्देशन : अभ्यासलाई विद्यार्थी केन्द्रित गरी कक्षा शिक्षण अगाडि बढाउनुहोस् ।

१०. तलको स्थानीय गीत (सालै जो) लय हालेर गाउनुहोस् :

✍ रचना : युसन चर्ती

खानीछाप

हा₂ माडीको हावा हरियो भयो
धानैको गावाले
शिरैको टोपी उडाई लग्यो
वर्षे हावाले
सालै जो वर्षे हावाले₂

हा सितलै तापौँ सिमिको झ्याङ्
घाम तापाँ घमाइलो
एकलै हुँदा रून मन लाग्छ
सङ्गी भेटे रमाइलो
सालै जो सङ्गी भेटे रमाइलो₂

हा डाबरे तेल बगाइ लग्यो
तिनाउँ खोला शिरले
धुरूमा धुरू रून मन लाग्छ
मनको पिरले
सालै जो मनको पिरले₂

हा झिलि र मिलि बिजुली बत्ती
सवारी रेलैमा
हजुर हामी भेट र भैयो
छुटौँला बेलैमा
सालै जो छुटौँला बेलैमा₂

११. तपाईले जानेको कुनै एउटा स्थानीय गीत कक्षा कोठामा गाएर सुनाउनुहोस् ।

एकाइ पाँच

विषय क्षेत्र : स्थानीय कला, सीप र प्रविधि

विशिष्ट उद्देश्य

यस एकाइ भित्र समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. स्थानीय समुदायमा उत्पादित औजार तथा सामग्रीको सूची तयार पार्न,

२. व्यावसायिक रूपमा उत्पादन गरिने सामग्रीहरूको सूची तयार पार्न ,

३. स्थानीय कला आकृतिहरूको चित्र कोर्न

१. स्थानीय कला सीपमा आधारित सामग्रीहरू

फर्निचर

ढाकर

बगनासे चाँपी

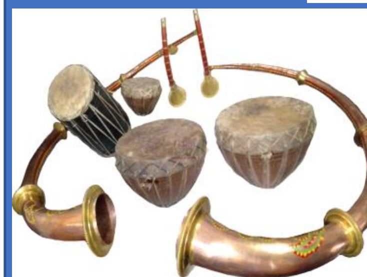
हँसिया

कोदालो

दाम्लो

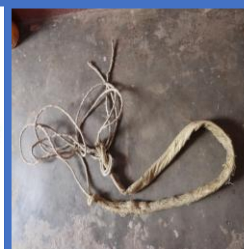
हलो जुवा

बन्चरो



पन्चेबाजा

गाग्री



नाम्लो

कुचो

ठेको

मादल

गहना

माटाका भाँडा

लुगा

ताउलो

२. बगनासकाली गाउँपालिकामा व्यावसायिक रूपमा बनाइने सामग्रीहरू:

हँसिया	कोदालो	कूचो
ढाकर	नाम्लो	फर्निचर
मादल	बन्चरो	कोटपाइन्ट/सट
गरगहना	ठेकी	मदानी

३. तपाईंको घरमा बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र बनाईने सामग्रीहरू मध्ये कुन-कुन सामग्री छन् घरमा सोधेर लेख्नुहोस् ।

४. तल हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकामा बनाइने सामानहरूको नाम दिइएको छ । सामानहरूको नाम पढेर कुन सामान धातुबाट बन्छ ? कुन सामान काठबाट बन्छ ? छुट्टयाएर लेख्नुहोस् :

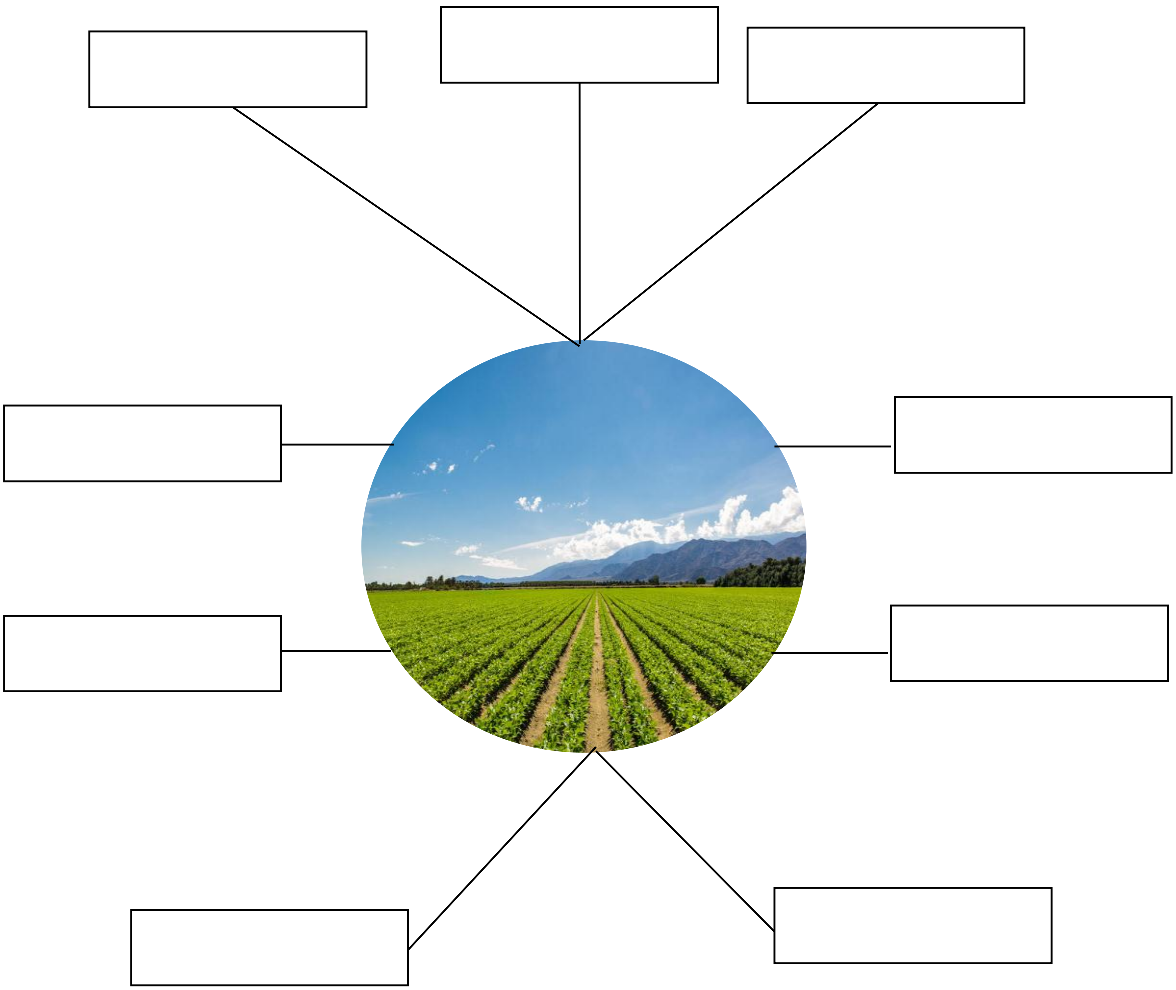
गरगहना	ठेकी	मदानी
हँसिया	करुवा	बगनासे चाँपी
बन्चरो	फर्निचर	अम्खोरा

धातुबाट बन्ने	काठबाट बन्ने

शिक्षण निर्देशन : दिइएका स्थानीय स्तरमा उत्पादित सामानहरूको नामको आधारमा स्थानीय सीपको बारेमा सामान्य जानकारी गराउनुहोस् ।

५. तलका चित्र हेरेर नाम लेख्नुहोस् ।

६. बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बनाइने कुन-कुन सामान खेतीपातीको काममा प्रयोग गरिन्छ ? लेख्नुहोस् ।



७. तल दिइएका सामग्रीको नाम पढेर चित्र बनाउनुहोस् :

ढोको

हँसिया

मदानी

शिक्षण निर्देशन : दिएको चित्रका आधारमा स्थानीय सीप प्रविधिको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

८. तलको श्रमसीप सम्बन्धित बालगीत पढ्नुहोस् :

आफ्नो कला, आफ्नो सीप
देखाउनु पर्छ
श्रम सीप आफ्नै गाउँमा
पोखाउनु पर्छ ।

अन्त पैसा जानु हुन्न
आफ्नो गाउँबाट
पसिनाले भिजाउनु छ
खेत बारी फाँट ।

स्वालम्बी बन्नुपर्छ
नमानेर लाज
समय खेर नफालौँ है
गरौँ काम काज ।

जता पनि सम्मान छ
काम गर्नेलाई
काँधमा काँध मिलाएर
उठौँ दाजु भाइ

शिक्षण निर्देशन : माथिको बालगीतलाई यति/गति लय हालेर गाउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।

क) तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

अ) आफ्नो श्रम र सीप कहाँ पोखाउनु पर्छ ?

आ) कसलाई सम्मान गरिन्छ ?

इ) खेतबारी के ले भिजाउनु पर्छ ?

ई) हामी के बन्नुपर्छ ?

उ) पैसा कहाँबाट बाहिर जानु हुँदैन ?

ख) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

स्वावलम्बी	काम	पैसा	सीप	समय

अ) आफ्नो गाउँको ....बाहिर दिनु हुँदैन ।

आ) हामी सकेसम्म......................................बन्नुपर्छ ।

इ) आफ्नो ....प्रयोग गरी समय बनाउनु पर्छ ।

ई) ....गर्नेलाई सबैले सम्मान गर्छन् ।

उ) हामीले ....खेर फाल्नु हुँदैन ।

९. तलको वर्ण तालिकाबाट कुनै पाँचवटा सामग्रीको नाम बनाउनुहोस् ।

च	मा	छ	भे	का	ज्ञ
इ	द	को	प	ठे	की
ओ	ल	दा	कू	ए	च
व	मा	लो	चौ	गा	ढा
को	ऐ	न	व	ग्री	क
प	द	रा	ज	उ	र

जस्तै : मादल

१. .... २. .... ३. ....

४. .... ५. ....

१०. ढाकर (ढोको) बनाउन के -के सामग्री चाहिन्छ ? शिक्षकसँग सोधर लेख्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : माथिका अभ्यासहरूमा दिइएका क्रियाकलापलाई लिखित तथा मौखिक छलफल गराउनुहोस् ।

११. चित्र र नाम बिचमा जोडा मिलाउनुहोस् ।

बगनासे चाँपी

जुवा

सनाई

मदानी

तावलो

१२. तलको चित्र हेरेर के भइरहेको छ पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

१ ....

२ ....

३ ....

४ ....

५ ....

शिक्षण निर्देशन : चित्रमा भइरहेको क्रियाकलापको आधारमा स्थानीय सीप र प्रविधिको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ छ

विषय क्षेत्र : प्रसिद्ध धार्मिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थल

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइभित्र समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. गाउँपालिका भित्रका प्रमुख धार्मिक, साँस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलहरूको सूची तयार पार्न ।

२. धार्मिक, साँस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलहरू रहेको स्थान बारे बताउन ।

हाम्रा धार्मिक तथा सास्कृतिक स्थल

बगनासदेवी मन्दिर

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका प्रमुख धार्मिक स्थलहरूमध्ये बगनास देवीको मन्दिर पनि एक हो । यो मन्दिर बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ९ मा पर्दछ । वडा नं. ९ चापपानी र वडा नं. १ चिर्तुङ्गधाराको सिमानामा पर्ने बगनास भन्ने ठाउँमा यो मन्दिर रहेको छ । यस मन्दिरमा चेचीकोटी देवीको मूर्ति रहेको छ । यो मूर्ति मन्दिर बाहिरै रहेको छ । यहाँ विशेष गरी नवदुर्गा दशैं पर्व र

रामनवमीमा विशेष पूजा चल्छ । आफ्नो मनोकामना पूराहोस् भनेर अरू बेलामा पनि पञ्चवली तथा अरू पूजा सामग्री सहित भक्तजनहरू पूजा गर्न आउँछन् ।

महामृत्युञ्जय शिवासन मन्दिर

यो मन्दिर हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ८ बराङ्गदीको मेहलटुप्पा भन्ने ठाउँमा रहेको छ । यहाँ भगवान शिवको पूजा गरिन्छ । यहाँ पञ्चधातुबाट बनेको एसियाकै ठूलो शिव मूर्ति रहेको छ । यहाँ महाशिवरात्री पर्वमा भक्तजनको ठूलो भिड लाग्छ । हरेक हप्ताको सोमवार भक्तजनहरू यहाँ पूजा सामग्री लिएर दर्शनका लागि आउने गर्छन् ।

शिक्षण निर्देशन : धार्मिक स्थलको सामान्य पहिचानको आधारमा थप विषयवस्तु पनि समेटेर विद्यार्थीहरूलाई जानकारी दिनुहोस् ।

राम जानकी मन्दिर राम्दी

यो मन्दिर बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ५ राम्दीमा पर्छ। यस मन्दिरमा राम र जानकीको मूर्ति रहेको छ। यहाँ दैनिक रूपमा पूजा गरिन्छ। रामनवमी पर्वमा राम जानकीको रथयात्रा निकालिन्छ। यो मन्दिर काली गण्डकी नदी रामघाट नजिकै हुनाले रामघाटमा नुहाउन आउने भक्तजनहरू यस मन्दिर पूजा गरी फर्किने गर्छन्।

दर्लम महाकाली मन्दिर

यो मन्दिर बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ५ दर्लमडाँडामा पर्छ । यस मन्दिरमा महाकाली देवीको मूर्ति रहेको छ । यस मन्दिरमा दैनिक रूपमा पूजा चल्छ । दैनिक दुई मानाको रोट बनाई महाकाली देवीलाई चढाउने प्रचलन छ । यस मन्दिरमा नवदुर्गाको नौ दिन, कृष्णजन्माष्टमी पर्व, शिवरात्री, रामनवमी पर्वमा विशेष पूजा आजा चल्ने गर्छ । कात्तिक शुक्ल पक्षको त्रयोदशीको दिन महाकाली देवीको रथयात्रा निकालिन्छ । श्रीखण्ड, सिन्दूर, अशोका, पाजित, भोगटे, रूद्राक्ष, बेल, कपूरका विरूवाको बगैँचाको बिचमा यो मन्दिर रहेको छ । यो मन्दिर प्योगोडा शैलीमा बनेको छ । यस मन्दिरको चारैतिर महाकाली देवीको वाहन बाघको मूर्ति राखिएको छ ।

सन्तोक बौद्ध गुम्बा

यो बौद्ध गुम्बा बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं १ खोरवारीमा रहेको छ । यस गुम्बामा बौद्ध धर्मलाम्वीहरूले बुद्धको आरधना गर्ने गर्छन् । यहाँ भगवान् गौतम बुद्धको मूर्ति रहेको छ । यहाँ बुद्ध पूर्णिमाको दिन विशेष रूपमा पूजा गर्ने चलन रहेको छ ।

शिक्षण निर्देशन : धार्मिक स्थलको सामान्य पहिचानको आधारमा थप विषयवस्तु पनि समेटेर विद्यार्थीहरूलाई जानकारी दिनुहोस् ।

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :

क) वगनासदेवीको मन्दिर बगनासकाली गाउँपालिकाको कति वडामा पर्छ ?

ख) तपाईंले सुनेका कुनै पाँचवटा स्थानीय धार्मिक स्थलको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) सन्तोक बौद्ध गुम्बामा विशेष गरी कहिले पूजा गरिन्छ ?

घ) दर्लम महाकाली मन्दिरमा दैनिक रूपमा के चढाइन्छ ?

ङ) राम जानकी मन्दिर हाम्रो गाउँपालिकाको कुन ठाउँमा पर्दछ ?

३. तलका भनाई ठिक भए (✓) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।

क) बगनासदेवी मन्दिरमा चेचीकोटी देवीको मूर्ति रहेको छ । ☐

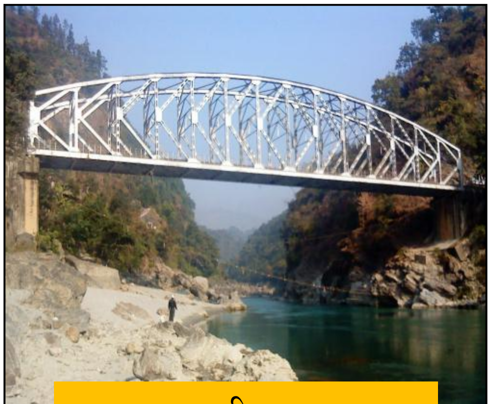
ख) सन्तोफ बौद्ध गुम्बामा हिन्दु धर्म मान्नेले पूजा गर्छन् । ☐

ग) राम जानकी मन्दिर रामघाट नजिकै पर्छ । ☐

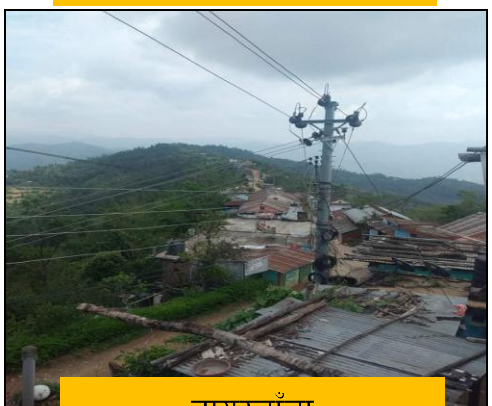
घ) महामृत्युञ्जय शिवको मूर्ति पञ्च धातुले बनेको छ । ☐

ङ) दर्लम महाकाली मन्दिर जङ्गलको बिचमा छ । ☐

४. तल दिइएका पर्यटकीय क्षेत्रहरूको चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् :


रााम्दी पुल

माडी फाँट


नायरडाँडा

शिवासन मन्दिर

सिद्धबाबा मन्दिर

दर्लम महाकाली मन्दिर

५. तपाईँ अहिलेसम्म बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका कुनु-कुन धार्मिक ठाउँमा जानुभएको छ ? साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

६.खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

पर्यटक	धार्मिक	पैसा	रमाइलो	अवलोकन

क) पूजा पाठ गरिने ठाउँलाई ....स्थल भनिन्छ ।

ख) मानिसहरू रमाइलो ठाउँको ....गर्न आउँछन् ।

ग) घुमफिर गर्ने मानिसलाई............................भनिन्छ ।

घ) हरियाली ठाउँमा घुम्न जादाँ.............................हुन्छ ।

ङ) पर्यटकीय क्षेत्रको विकास गर्दा ....प्राप्त हुन्छ ।

७. तल दिइएका धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थल रहेको वडा बिच जोडा मिलाउनुहोस् ।

माडी फाँट	वडा नं. ८
नायर डाँडा	वडा नं. ५
दर्लम महाकाली	वडा नं. २
राम्दी पुल	वडा नं. ५
सिद्धबाबा मन्दिर	वडा नं. ३

८. परियोजना कार्य :

क) विद्यार्थीहरूलाई बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र रहेको कुनै एक प्रमुख धार्मिक स्थलको अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् र त्यहाँ भएका विशेषताहरू छलफल गर्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : माथि दिएका अभ्यासलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

एकाइ सात

विषय क्षेत्र : प्रचलित स्थानीय संस्कार

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. स्थानीय समुदायमा प्रचलित संस्कारहरूको सूची तयार पारी ती संस्कारको बारेमा सामान्य धारणा व्यक्त गर्न ।

२. स्थानीय संस्कारहरूमा सक्रिय सहभागी हुन ।

हाम्रो संस्कार

हाम्रो समुदायमा आदर, सत्कार, माया, सम्मान गर्ने चलन छ । आफुभन्दा सानालाई माया गर्ने र आफुभन्दा ठूलालाई साइनो अनुसार ढोग नमस्कार गरिन्छ । आफ्नो घरमा आएका पाहुनाहरूलाई देवता सरह मानेर सत्कार र सम्मान गर्ने हाम्रो संस्कार रहेको छ ।

विवाह

विवाह हाम्रो परम्परागत संस्कारभित्र पर्दछ । उमेर पुगेपछि केटा र केटीबीचमा सम्बन्ध कायम गराउने धार्मिक, सामाजिक संस्कारलाई विवाह भनिन्छ । हाम्रो समुदायमा कानुनअनुसार उमेर पुगेपछि केटा पक्ष केटीको घरमा गएर केटी मागेर विवाह गर्ने चलन छ ।

न्वारन

बालक जन्मेको तीन दिनदेखि एघारौं दिनसम्ममा बिजोडी दिन पारी राशिअनुसार बालकको नाम राख्न गरिने संस्कारलाई न्वारन भनिन्छ । हाम्रो समुदायमा रहेका सबै जाजातिहरूले आ-आफ्नो धर्म संस्कार अनुसार न्वारन गरी बच्चाको नाम राख्ने चलन छ ।

मृत्यु संस्कार (किरिया)

आफन्त मरेको दिनदेखि तेह्र दिनसम्म गरिने श्राद्ध कर्मलाई किरिया भनिन्छ । यस समयमा किरिया पुत्री हरेक दिन आफ्नो घर नजिक रहेको धारो वा खोलामा गई श्राद्ध गर्ने मरेका व्यक्तिको नाममा पिण्ड दान गर्ने, पानी चढाउने गरिन्छ । किरियापुत्रीले सेतो कपडा धारण गर्ने चलन रहेको छ ।

दाहसंस्कार

मरेको शवलाई नदी तट वा अन्य ठाउँमा लगेर गरिने दाहकर्मलाई दाहसंस्कार भनिन्छ । आ-आफ्नो धर्म संस्कार अनुसार शवलाई विधिपूर्वक जलाउने वा गाड्ने चलन हुन्छ । हाम्रो गाउँपालिकाभित्र विशेष गरी रामघाट राम्दी, रानीघाट, दैलातुङ्गमा लगेर शव दाह गर्ने चलन छ ।

शिक्षण निर्देशन : स्थानीय संस्कारहरूको बारेमा माथि दिइएको सामान्य जानकारीको आधारमा थप अन्य क्रियाकलाप बारे छलफल गराउनुहोस् ।

२. तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) आफूभन्दा सानालाई के गर्नुपर्छ ?

ख) हाम्रो नाम कुन संस्कारबाट राखिन्छ ?

ग) बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका मानिसले कुन-कुन ठाउँमा शव लगेर शवदाह गर्ने चलन छ ?

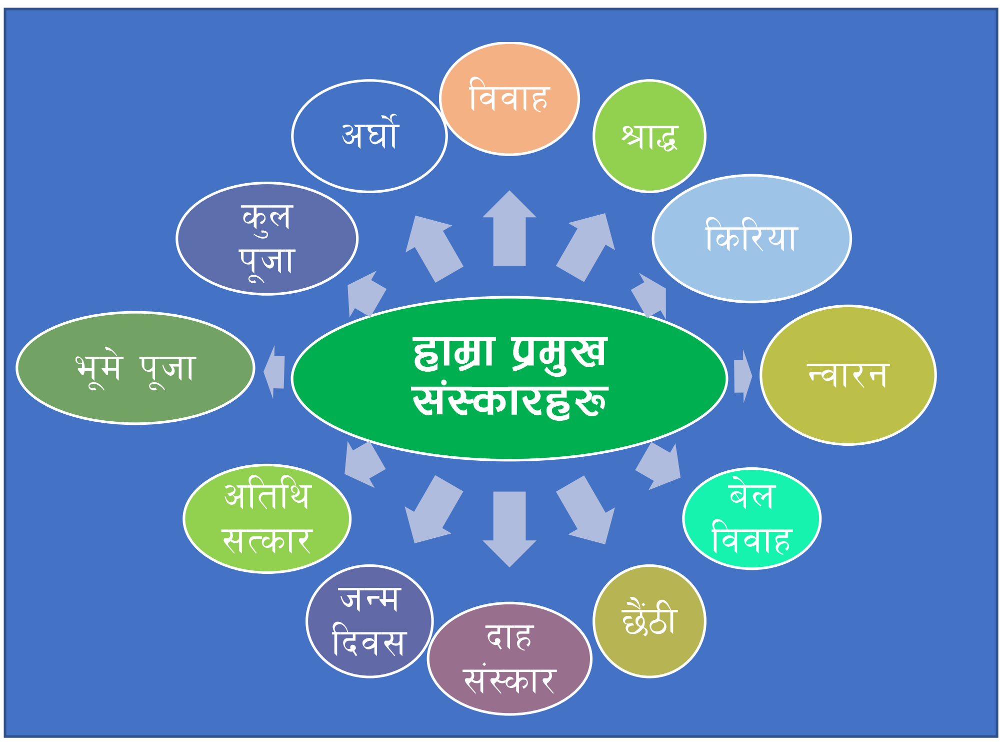
घ) तपाईको घरमा गरिने कुनै पाँच धार्मिक संस्कारको नाम लेख्नुहोस् ।

१. .... २. ....

३. .... ४. ....

५. ....

३. तल दिइएका संस्कारहरूको नाम पढ्नुहोस्



४. तलका चित्र हेरेर कुन धार्मिक संस्कार भइरहेको छ ? नाम लेख्नुहोस् ।

५. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।

क) स्थानीय संस्कारले हामीलाई अनुशासनको पाठ सिका उँछ । ☐

ख) जन्मदिनको सम्झनामा न्वारन गरिन्छ । ☐

ग) आफन्त मरेको बेलामा किरिया बस्ने चलन छ । ☐

घ) नेवार समुदायमा बेल विवाह गरिन्छ । ☐

ङ) रामघाट हाम्रो मुख्य शवदाह गर्ने स्थान हो । ☐

शिक्षक निर्देशन : स्थानीय संस्कारमा गरिने क्रियाकलापबारे लिखित तथा मौखिक रूपमा सामान्य छलफल गराउनुहोस् ।

६. तल दिइएको शब्द समूहबाट स्थानीय संस्कारको नाम खोजेर गोलो घेरा (O) लगाउनुहोस् :

जस्तै :

क) अर्धो	तीज	माघेसंक्रान्ती
ख) उद्यौली	न्वारन	चैतेदशैं
ग) गाईजात्रा	भगवतीजात्रा	किरिया
घ) भूमे पूजा	तिहार	जनै पूर्णिमा
ङ) विवाह	इद	ल्होसार
च) फागु पूर्णिमा	उभौली	नमस्कार

७. तपाई अहिलेसम्म कुन-कुन संस्कारमा सहभागी हुनुभएको छ ? पालैपालो शिक्षकलाई सुनाउनुहोस् ।

८. धार्मिक संस्कारको नाम र चित्र बिच जोडा मिलाउनुहोस् :

श्राद्ध

जन्म दिन

ढोग नमस्कार

विवाह

चण्डी पर्व

९. परियोजना कार्य :

कक्षाकोठा भित्र विद्यार्थीहरूलाई उमेर अनुसार सानो र ठूलो गरी दुई भागमा विभाजन गर्नुहोस् । बालबालिकाहरूलाई उमेर अनुसारको बुबा-आमा, दाजु, भाइ, दिदी बहिनीको अभिनय गरी ढोग /नमस्कार र मायाको अभिनय गराउनुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएका क्रियाकलापहरूको लिखित तथा मौखिक दुबै माध्यमद्धारा छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ आठ

विषय क्षेत्र : स्थानीय स्तरमा प्रचलित खेल

विशिष्ट उद्देश्य

यस एकाइ भित्र रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कार्यमा सक्षम हुनेछन् :

१. आफ्नो स्थानीय तहमा खेलिने खेलहरूको सूची तयार पार्न ।

२. जिल्ला भित्र खेलिने खेलहरूको नाम बताउन ।

३. आफ्नो घरमा रहेका खेलौनाहरूको नाम बताउन ।

४. कथामा आधारित खेलहरू खेल्न ।

१. हाम्रा खेल

२. तल दिइएको पाठ पढेर खेलबारे बुझ्नुहोस् :

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका पहाडी भेगमा पर्छ । पहाडी भू-भाग रहेकोले ठूला-ठूला खेल मैदान बनाउन कठिन छ । ठूला खेलकुद मैदान नभए पनि यहाँ विशेष गरी भलिबल, फुटबल, क्रिकेट,क्यारेमबोर्ड, लुडो, डोरी नाघ्ने खेल, गुच्छा, बाघचाल,दौड जस्ता खेल बढी मात्रामा खेलिन्छ । हाम्रो पाल्पा जिल्ला भित्रका अरू ठाउँमा पनि विशेष गरी हाम्रो गाउँपालिकामा जस्तै खेल खेलिन्छ । केही-केही ठाउँमा चेस, व्यडमिन्टन, बास्केटबल, तिर हान्ने खेल, कपर्दी डण्डीबियो जस्ता खेल पनि खेलिन्छ । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकामा खेलिने धेरै खेल अन्य ठाउँमा पनि खेलिन्छ । खेलले शरीरको कसरत गराउँछ । दैनिक रूपमा केही न केही खेल खेल्नाले हाम्रो शरीर स्वस्थ र फूर्तिलो हुन्छ ।

क) तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए बेठिक (×) चिहृन लगाउनुहोस् ।

अ) बगनासकाली गाउँपालिका हिमाली भू-भागमा पर्छ । ☐

आ) हाम्रो गाउँपालिकामा खेलिने खेल अन्य ठाउँमा पनि खेलिन्छ । ☐

इ) खेल खेल्नाले हाम्रो शरीर रोगी हुन्छ । ☐

ई) बगनासकाली गाउँपालिका भलिवल खेलिदैन । ☐

ख) तपाईंले अहिलेसम्म कुन-कुन खेलहरू खेलेको देख्नुभएको छ ? लेख्नुहोस् । ☐

शिक्षक निर्देशन : दिइएका स्थानीय खेलको आधारमा गाउँपालिका र आफ्नो जिल्लाभित्र खेलिने खेलबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

३. खेलको नाम र सामान बिचमा जोडा मिलाउनुहोस् :

चेस

भलिबल

लुडो

क्रिकेट

क्यारेमबोर्ड

४. तपाईलाई कुन खेल खेल्न मन पर्छ ? खेलको नाम साथीहरूलाई सुनाइ उक्त खेल खेल्ने तरिका बारे छलफल गर्नुहोस् ।

५. तल खेल खेल्न चाहिने सामग्रीको चित्र दिइएको छ । ती चित्र हेरेर नाम लेख्नुहोस् :

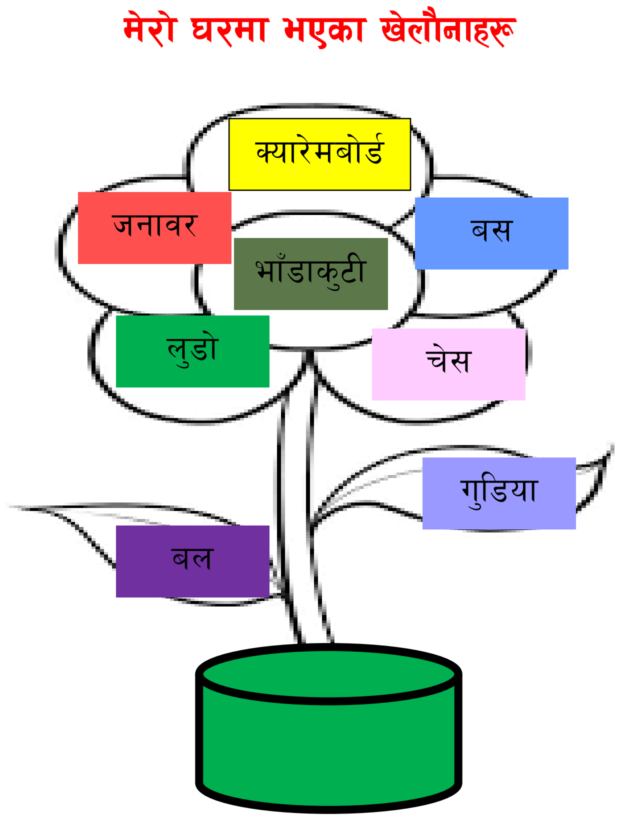
शिक्षक निर्देशन : पाठका आधारमा खेलबारे छलफल गराउनुहोस् ।

६. तल दिइएको चित्रमा कुन खेल भइरहेको छ ? खेलको नाम पहिचान गरी तपाईंपनि उक्त खेल खेल्नुहोस् ।

७. भलिबल खेल खेल्नको लागि के - के चाहिन्छ ? शिक्षक सँग सोधेर लेख्नुहोस् :

८. तपाईंको विद्यालयमा शुक्रबारीय अतिरिक्त क्रियाकलापमा के-कस्ता खेलहरू खेल्नुहुन्छ ? कुनै पाँचवटा खेलका नाम लेख्नुहोस् ।

९. चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् :



शिक्षण निर्देशन : अभ्यासमा दिइएको स्थानीय खेल र खेलौनाबारे लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

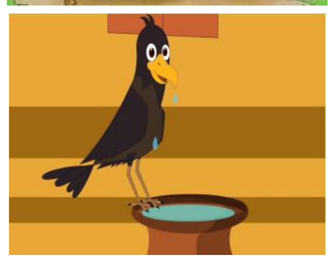
१०. तल बाल कथा दिइएको छ, कथाको आधारमा अभिनय गरी खेल खेलाउनुहोस् :

चलाख काग

धेरै पहिले एउटा जङ्गलमा एउटा काग बस्थ्यो । एकदिन आहारको खोजीमा काग आफ्नो गुँडबाट बाहिर निस्क्यो ।

काग उडेर जङ्गलबाट धेरै टाढा मानिस बस्तीतिर लाग्यो । गाउँ डुल्दा-डुल्दा उसले केही आहार भेटाएर । गर्मी समय भएकोले काग तिर्खा लागेर आकुल व्याकूल भयो । ऊ पानीको खोजीमा हिड्यो । कागले उडिरहेको बखत एउटा घरको पानी धारा नजिक एउटा पानीको गाग्री देख्यो । पानी खान भनेर काग गाग्रीको मुख छेउमा टेकेर टाउको गाग्रीभित्र छिरायो । पानी गाग्रीको पिँधमा भएकोले उसले पानी खान सकेन ।

कागले एउटा जुक्ति सोच्यो र नजिकै रहेका काठ र ढुङ्गा चुच्चोले च्यापेर गाग्रीमा लगेर खसाल्यो । यसो गर्दा गाग्रीको पिँधको पानी माथि-माथि आयो । कागले सजिलैसँग पेटभरि पानी खायो । त्यसपछि काग त्यहाँबाट आफ्नो बासस्थानतिर लाग्यो ।



शिक्षण निर्देशन : दिइएको बालकथा पढेर कक्षाका बालबालिकाहरूलाई पात्र बनाई अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।

परियोजना कार्य :

क) गाउँपालिकाभित्र आयोजना हुने गाउँपालिका स्तरीय खेलकुद कार्यक्रममा बालबालिकाहरूलाई अवलोकन गर्न लैजानुहोस् र खेलको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

ख) स-साना बाल कथाहरू खोजेर ती कथामा आएका पात्रहरू कक्षाका बालबालिकाहरू बाट नै छनोट गरी खेल खेलाउनुहोस् ।

एकाइ नौ

विषय क्षेत्र : स्थानीय प्राकृतिक स्रोत तथा साधन

विशिष्ट उद्देश्यहरू

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. स्थानीय जडीबुटीको पहिचानको आधारमा सूची तयार पार्न ।

२. स्थानीय खनिजको पहिचानको आधारमा सूची तयार पार्न ।

३. स्थानीय स्तरमा रहेका प्राकृतिक स्रोतहरूको सूची तयार पार्न ।

४. आफ्नो घर वरपर रहेका जडिबुटी, खनिज तथा प्राकृतिक स्रोतहरूको नाम बताउन ।

हाम्रा केही जडीबुटी

१. हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र पाइने केही प्रमुख जडीबुटीको चित्र हेरेर अन्य तपाईले चिनेका जडीबुटी नाम बताउनुहोस्:

२. तपाईले अहिलेसम्म खानुभएका कुनै पाँचवटा जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस् :

१. ....

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

३. तल दिइएका जडीबुटीको चित्र आफ्नो अभ्यास पुस्तिका बनाई नाम लेख्नुहोस् :

४. तलको वर्ण तालिकाबाट वर्णहरू मिलाई पाँच वटा जडीबुटीको नाम पत्ता लगाउनुहोस्:

अ	ना	ट	व	य	र	ल
म	क	व्या	ट	मा	थ	सु
ला	पि	गाँ	ध	रो	ब	न
थ	व्य	जा	पा	ह	चि	ट
पि	प	ला	दु	लो	मे	थी
ब	इ	नो	तु	ल	सी	न

१............................. २. ....

३............................. ४. ....

५.............................

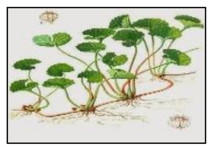
शिक्षक निर्देशन : हाम्रो गाउँपालिका भित्र पाइने केही प्रमुख जडीबुटीको आधारमा अन्य जडीबुटीका विरूवा बारे छलफल गराउनुहोस् ।

५. तलको पाठ पढेर उत्तर लेख्नुहोस् :

हाम्रो घर वरपर धेरै प्रकारका रूख विरूवाहरू पाइन्छन् । हामीले देखेका रूख विरूवामध्ये जडीबुटीभित्र पर्ने वनस्पति पनि धेरै छन् । हामीले देख्ने गरेका विरूवाहरू जस्तै : तुलसी, दुबो, तेजपात, बोभ्को, लालीगुराँस, तितेपाती, टिमुर, गाँजा, बेल जस्ता वनस्पतीहरू जडीबुटी हुन् । जडीबुटी प्रकृतिले हामीलाई निःशुल्क दिएको औषधी हो । जडीबुटीहरूलाई तरकारी बनाएर, मसला बनाएर, रस बनाएर, पिसेर धुलो बनाएर सेवन गरिन्छ । जडीबुटीलाई हामीले घरेलु औषधीको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । बजारबाट किनेर ल्याउने औषधीभन्दा जडीबुटीबाट बनाउने औषधी सस्तो हुन्छ । हामीलाई लाग्ने केही रोगहरू जडीबुटीको सेवनबाट छिटो सन्चो हुने खालका छन् । हामीले जडीबुटीलाई जोगाएर राख्नुपर्छ ।

६. जडिबुटीको नाम र चित्र विचमा जोडा मिलाउनुहोस् ।

तुलसी



पानी अमला

तेजपात

निम

टोप्रे झार

शिक्षक निर्देशन : माथिको पाठको आधारमा प्रश्नहरूको लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

७. तलको बालगीत लय हालेर गाउनुहोस् :

जडीबुटी खाऊँ साथी
मीठो-मीठो मानेर
खेर फाल्नु हुँदैन
औषधी हो जानेर

बीउ खोजी लगाऊ
पछि काम लाग्नेछ
रस बनाइ खाऊ साथी
रोग पीडा भाग्नेछ ।

सानो रूख ठानेर
नउखेल यसलाई
जोगाइ जोगाइ राख्नुपर्छ
काम लाग्छ देशलाई ।

गाउँ घर जताजतै
पाइने जडीबुटी
यसलाई बेचेर
भरौँ देशको ढुकुटी ।

शिक्षक निर्देशन : माथिको पाठको आधारमा प्रश्नहरूको लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

८. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द भर्नुहोस् ।

अ) मीठो-मीठो मानेर............................खाऊँ । (रोटी, जडीबुटी, भात)

आ) विरूवा उमार्न.................लगाउनुपर्छ । (रूख, हाँगा, बीउ)

इ) जडीबुटीलाई..................पर्छ । (उखेल्न, जोगाउनु, काट्नु)

ई) जडीबुटी बेचेर देशको.......................भर्नुपर्छ । (भकारो, माटो, ढुकुटी)

९. तलको चित्र हेरेर वर्णन गर्नुहोस् :

हाम्रा प्राकृतिक स्रोत

१. चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् ।

२. तल दिइएका प्राकृतिक स्रोतहरूको नाम पढेर सुनाउनुहोस् ।

कमेरो	तामा खानी	वालुवा
माटो	ढुंङ्गा	झरना
वनजङ्गल	खोला	

३. तलको समूहमा कुन मिल्दैन ? नमिल्ने शब्दमा गोलो घेरा (○)लगाउनुहोस् :

अ) नदी	विस्कुट	माटो
आ) गमला	माटो	ढुङ्गा
इ) सूर्य	झरना	वन
ई) खानी	वालुवा	घर
उ) खोला	ढुङ्गा	आकाश

शिक्षक निर्देशन : प्राकृतिक स्रोतको चित्रका आधारमा विद्यार्थीहरूलाई प्राकृतिक स्रोतको बारेमा सामान्य जानकारी गराउनुहोस् ।

४. तपाईले दैनिक रूपमा प्रयोग गर्ने पाँचवटा प्राकृतिक स्रोतको सूची बनाउनुहोस् :

जस्तै हावा

१. .... २. ....

३. .... ४. ....

५. ....

५. हामीले दैनिक रूपमा बढी प्रयोग गर्ने प्राकृतिक स्रोतहरू पढ्नुहोस् :

वनजङ्गल	पानी	हावा	माटो	ढुङ्गा

६. तल दिइएका प्राकृतिक स्रोत हामीले कुन कुन काममा प्रयोग गर्छौं ? प्रत्येकको एक/एक काम लेख्नुहोस् ।

प्राकृतिक स्रोतको नाम	काम
पानी	पिउन
हावा	
ढुङ्गा	
माटो	
वनजङ्गल	

७. परियोजना कार्य :

क) विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घरमा भएका एक/एक जडीबुटीको बिरूवा विद्यालयमा ल्याउन लगाई त्यसको प्रयोग के मा गरिन्छ? भन्ने बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

ख) विद्यार्थीहरूलाई विद्यालय नजिकै रहेको वनजङ्गलमा लगेर त्यहाँ के के पाइने रहेछ ? शिक्षकले सबैको नाम विद्यार्थी भाइबहिनीलाई जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ दश

विषय क्षेत्र : स्थानीय पेसा व्यवसाय

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइ भित्र समेटिएका विषय वस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कार्यहरू गर्न सक्षम हुनेछ ।

१. बगनासकाली गाउँपालिकाभित्रका मानिसहरूले गर्ने पेसाहरूको नाम बताउन ।

२. स्थानीय पेसा व्यवसायका सामान्य फाइदा बताउन ।

३. आफ्नो परिवारको आम्दानीका स्रोतबारे बताउन ।

१. तलका चित्रहरू हेरेर स्थानीय पेसाहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

२. दिइएको पाठ पढेर पेसा व्यवसायको बारेमा बुझ्नुहोस् ।

मेरो परिवारको काम

मेरो नाम सृजना हो । म बगानासकाली गाउँपालिका वडा नं. ९ चापपानीमा बस्छु । म अहिले कक्षा दुईमा पढ्दै छु । मेरो घरमा सात जना हुनुहुन्छ । सबैले आफूले सकेको काम गर्नुहुन्छ । बाबाले विद्यालय पढाउनुहुन्छ। मेरो बाबालाई सबैले शिक्षक भन्छन्। हजुर आमा, हजुर बुबा र आमाले पशुपालन र खेतीपातीको काम गर्नुहुन्छ । उहाँहरूलाई किसान भन्छन् । दाइले पसल गर्नुहुन्छ । उहाँलाई व्यापारी भन्छन् । दिदीले चापपानी स्वास्थ्य चौकीमा काम गर्नुहुन्छ । उहाँलाई सबैले नर्स भन्छन् । म चन्द्र माध्यमिक विद्यालयमा पढ्छु। मलाई विद्यार्थी भन्छन्। मेरो परिवारका सबै सदस्यहरूले आफ्नो नियमित काम बाहेक फुर्सदको समयमा घरको अरू सबै काममा सघाउनुहुन्छ । हाम्रो घरमा सबै मिलेर काम गर्नुपर्छ भन्ने बानीको विकास भएको छ। गाउँका अरू मानिसले हाम्रो परिवारको प्रशंसा गर्छन् ।

क) माथिको पाठको आधारमा तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

अ) पढाउने मानिसलाई के भनिन्छ ?

आ) तपाईको बुबाले के मा काम गर्नुहुन्छ ?

इ) तपाईले घरमा के-के काम गर्नुहुन्छ ?

ई) सृजनाको परिवारलाई किन सबैले प्रशंसा गर्छन् ?

उ) तपाईले पढ्ने विद्यालयको नाम के हो ?

३. तपाईँको परिवारका सदस्यहरू मध्ये तल दिईएका व्यक्तिले के काम गर्नुहुन्छ ? तलको तालिकामा लेख्नुहोस् ।

परिवारका सदस्य	कहाँ काम गर्नुहुन्छ ?
बुबा	
आमा	
दिदी	
दाजु	
हजरुबुबा	
हजुरआमा	

४. तल तालिकामा बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र गरिने केही काम र त्यहाँ काम गर्नेलाई चिनाउने पेसाको नाम दिइएको छ । त्यसलाई पढेर जानकारी लिनुहोस् :

काम	पेसाको नाम
१. खेतवारीमा काम गर्ने	किसान
२. विद्यालयमा पढाउने	शिक्षक
३. सामान किनबेच गर्ने	व्यापारी
४. लुगा सिलाउने	सूचीकार
५. औषधी उपचार गर्ने	डाक्टर
६. गाडी चलाउने	ड्राइभर
७. काठको काम गर्ने	सिकर्मी

शिक्षक निर्देशन: पाठको आधारमा स्थानीय पेसा र आफ्नो घर परिवारको पेसाबारे छलफल गर्नुहोस् ।

५. पेसा र चित्र बिचमा जोडा मिलाउनुहोस् :

शिक्षक

डाक्टर

ड्राइभर

किसान

सूचिकार

६. तलको भनाइ ठिक भए(✓) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

क) गाडी चलाउने मानिसलाई पाइलट भनिन्छ । ☐

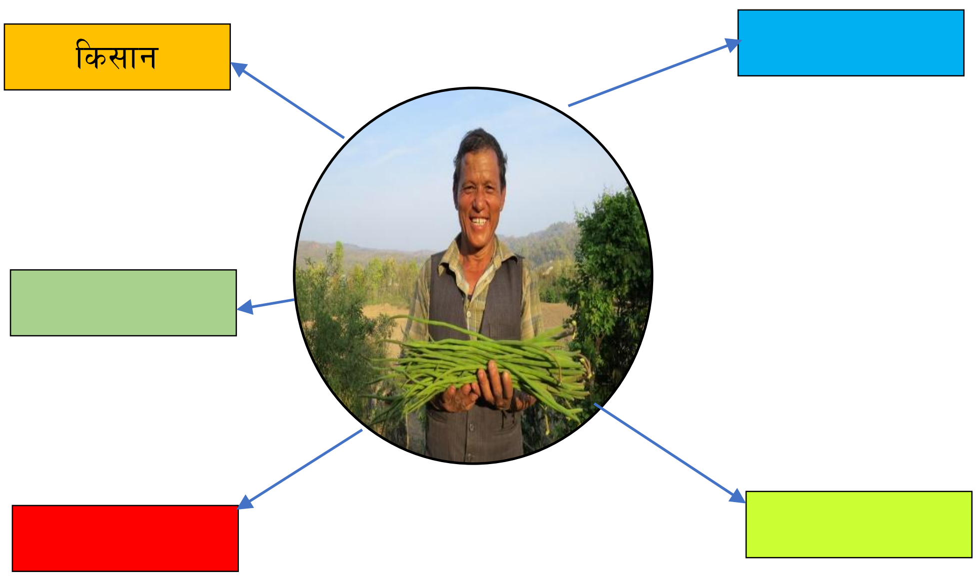
ख) सामान किनबेच गर्ने मानिसलाई व्यापारी भनिन्छ । ☐

ग) लुगा सिलाउने मानिसलाई डकर्मी भनिन्छ । ☐

घ) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्रका मानिसको सबै काम अरूले गरिदिन्छन् । ☐

ङ) खेतबारीमा काम गर्ने मानिसलाई किसान भनिन्छ । ☐

७. तलको कोठाभित्र तपाई घर छिमेकमा गर्ने पेसा व्यवसायको नाम लेख्नुहोस् :



शिक्षक निर्देशन : माथि दिइएका अभ्यासलाई लिखित तथा मौखिक रूपमा छलफल गराउनुहोस् ।

८. तपाईंको घर परिवारमा के-के कामबाट पैसा आउने गर्छ ? बुबा आमासँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

९. तलको वर्ण तालिकाबाट कुनै पाँच वटा पेसाका नाम तयार पारेर लेख्नुहोस् ।

क	इ	पि	कि	न	सो	आ
चा	ल	क	सा	प	बो	म
अ	ज्ञ	भ	न	श	ग	ख
सू	च	न	र्स	भ	कि	त
ची	व्या	पा	र	ब	सा	भ
का	फ	द	ट	झ	न	ओ
र	शि	क्ष	क	ओ	व	व्य

जस्तैः नर्स

१. ....

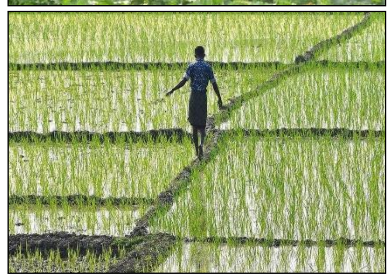
२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

१०. तलको बाल गीत लय हालेर गाउनुहोस् :



मिलिजुली काम गर्ने
बगनासकाली गाउँ
अन्त यस्तो छैन होला
हाम्रो जस्तो ठाउँ ।

आफ्नो पेसा, आफ्नो काम
सबै सम्मान गर्ने
आफ्नो गाउँमै काम गरी
धन पैसा भर्ने

आफ्नै गाउँमा काम गरे
विकास हुने गर्छ
अल्छि हुनु हुन्न हामी
मेहनत गर्नुपर्छ ।

परिवारमा काम गरौँ
मिलिजुली साथी
यो देशलाई लैजान छ
सबैभन्दा माथि ।

११. परियोजना कार्य :

बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र सञ्चालित कुनै एक उद्योग वा उत्पादन क्षेत्रमा विद्यार्थीहरूलाई स्थलगत भ्रमण गराई त्यहाँको उत्पादन बारे छलफल गराउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन : बालगीतलाई लय हालेर गाउनुहोस् साथै विद्यार्थीहरूलाई पनि पालैपालो गाउन लगाउनुहोस् ।

एकाइ एघार

विषय क्षेत्र : स्थानीय सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरू

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइ भित्र रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुराहरूमा सक्षम हुनेछन्:

१. स्थानीय सरकारी संस्थाहरू पहिचान गरी सूची तयार गर्न ।

२. स्थानीय गैर सरकारी संस्थाहरू पहिचान गरी सूची तयार गर्न ।

३. स्थानीय सरकारी तथा गैर सरकारी संस्थाले गर्ने सामान्य कार्यहरू बताउन ।

स्थानीय सरकारी संस्था

१. तल दिइएका चित्रहरू हेर्नुहोस् र साथीहरू बिचमा छलफल गर्नुहोस् :

शिक्षक निर्देशन: माथिका सरकारी संस्थाको नामका आधारमा सरकारी संस्थाहरूको बारेमा सामान्य जानकारी गराउनुहोस् ।

२. तलको पाठ पढेर सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।

मेरो नाम सृजना हो । म बगनासकाली गाउँपालिकाको खानीगाउँमा बस्छु । आज शनिवारको दिन हो । आज सार्वजनिक विदा परेको हुदाँ म पनि विद्यालय जानु परेन । मेरो बाबाले बगनासकाली गाउँपालिकाको कार्यालयमा काम गर्नुहुन्छ । आज बिदा परेको हुनाले बाबालाई पनि गाउँपालिका कार्यालय जानु परेन । यो मौका छोपेर आज बाबासँग हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र रहेका सरकारी संस्थाबारे जान्ने अवसर पाएँ । बाबाले भन्नुभयो, "हेर छोरी हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र सरकारी विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी, नेपाल बैङ्क लिमिटेड, राष्ट्रिय वाणिज्य बैङ्क, हुलाक, प्रहरी कार्याल, आयुर्वेदिक औषधालय, पशुसेवा केन्द्र, कृषि सेवा केन्द्र जस्ता सरकारी कार्यालय छन् ।" सबै सरकारी संस्था नेपाल सरकारको मातहतमा रहेर चल्ने गर्छन् । त्यहाँ काम गर्ने कर्मचारीहरूको तलब नेपाल सरकारले दिन्छ । हामीले यस्ता कार्यालयहरूलाई सधैं माया गर्नुपर्छ । सुरक्षा गर्नुपर्छ । यहाँ भएका सरकारी संस्थाले हामीहरूलाई धेरै सेवा दिएका छन् ।

प्रश्नहरू :

क) कुन बार विद्यालय जानु पर्दैन ?

ख) कुनै तीनवटा सरकारी संस्थाको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) हामीले कसलाई माया गर्नुपर्छ ?

घ) सरकारी कार्यालयमा काम गर्ने कर्मचारीलाई तलब कसले दिन्छ ?

ङ) सरकारी संस्था कसको मातहतमा चल्ने गर्छन् ?

शिक्षक निर्देशन: पाठको आधारमा सरकारी संस्थाबारे छलफल गराउनुहोस् ।

२. पाठबाट कुनै पाँचवटा सरकारी संस्थाहरूको नाम खोजेर लेख्नुहोस् :

क)

ख)

ग)

घ)

ङ)

३. तल सरकारी संस्थाको नाम र मुख्य काम दिइएको छ। त्यसबारे पढेर शिक्षकसँग छलफल गर्नुहोस् :

क.सं.	सरकारी संस्थाको नाम	मुख्य काम
क)	विद्यालय	बालबालिकाहरूलाई शिक्षा दिने
ख)	हुलाक	चिठीपत्र आदनप्रदान गर्ने
ग)	बैङ्क	पैसाको कारोवार गर्ने
घ)	प्रहरी कार्यालय	शान्ति, सुरक्षा कायम गर्ने
ङ)	अस्पताल	बिरामी चेक जाँच गर्ने

४. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखेर वाक्य पूरा गर्नुहोस् :

अ) बालबालिकाहरूलाई शिक्षा दिने काम .... हो ।

आ) मेरो घर नजिक.......................... कार्यालय छ ।

इ) हामी बिरामी हुदाँ उपचार गर्न.....................जान्छौँ ।

ई) पैसाको कारोवार गर्न ....जान्छौँ ।

उ) चिठीपत्र आदानप्रदान गर्ने कार्यालय..........................हो ।

५. तल दिइएका संस्थाहरूको नामबाट सरकारी संस्था कुन हो ? पहिचान गरी गोलो घेरा (O) लगाउनुहोस् :

अ) नाच घर	स्वास्थ्यचौकी	खाजा घर
आ) हुलाक	आमा समूह	फिलिम घर
इ) पसल	वाणिज्य बैङ्क	ब्युटी पार्लर
ई) बालक्लब	कृषि समूह	विद्यालय
उ) प्रहरी चौकी	जिम हल	रोदी घर

६. परियोजना कार्य :

विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई आफ्नो विद्यालयबाट नजिक कुन सरकारी संस्था रहेको छ त्यहाँ लगेर त्यस कार्यालयबाट दिइने सेवा सुविधाबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन: सरकारी संस्था र तिनीहरूले दिने सेवा बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

स्थानीय गैरसरकारी संस्था

१. बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका गैरसरकारी संस्था मध्ये केही संस्थाहरूको चित्र तल दिइएको छ । चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन: माथि दिइएका चित्रको आधारमा बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका अन्य गैर सरकारी संस्थाको बारेमा पनि छलफल गराउनुहोस् ।

२. शिक्षक सँग सोधेर बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका कुनै पाँच वटा गैरसरकारी संस्थाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

क)

ख)

ग)

घ)

ङ)

३. तल दिइएका संस्थाहरूको नाम पढ्नुहोस् । दिइएका संस्थाबाट सरकारी र गैरसरकारी संस्था पहिचान गरी तालिकाभित्र लेख्नुहोस् :

आमा समूह, विष्णु माध्यमिक विद्यालय, गाउँपालिका भवन, हुलाक, सहकारी, वाणिज्य बैङ्क, लघुवित्त संस्था, कृषि कार्यालय, साहित्य संगम, प्रहरी कार्यालय

सरकारी संस्था	गैरसरकारी संस्था
क)	क)
ख)	ख)
ग)	ग)
घ)	घ)
ङ)	ङ)
च)	च)

४. तपाईंको घर नजिक रहेका गैरसरकारी संस्थाहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

५. दिइएको संस्थाको नाम र चित्र बिचमा जोडा मिलाउनुहोस् :

सहकारी संस्था

हुलाक घर

प्रहरी कार्यालय

आमा समूह

बैङ्क

शिक्षक निर्देशन: गैरसरकारी संस्थाले गर्ने सामान्य काम बारे मौखिक छलफल गराउनुहोस् ।

६. तलका वाक्य ठिक भए (✓) चिह्न र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

अ) आमा समूह सरकारी संस्थाभित्र पर्दछन् ।

आ) जनता प्राथमिक विद्यालय सरकारी संस्था हो ।

इ) सरकारी कार्यालयले मानिसलाई सेवा दिँदैन ।

ई) बगनासकाली गाउँपालिका गैरसरकारी संस्था भित्र पर्छ ।

उ) प्रहरी कार्यालय सरकारी संस्था हो ।

७. परियोजना कार्य :

विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई आफ्नो विद्यालय नजिकै रहेको कुनै एउटा गैरसरकारी संस्थामा स्थलगत अवलोकन गर्न लगाई त्यहाँ हुने गतिविधिबारे छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ बाह्र

विषय क्षेत्र : स्वास्थ्य र सरसफाई

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् :

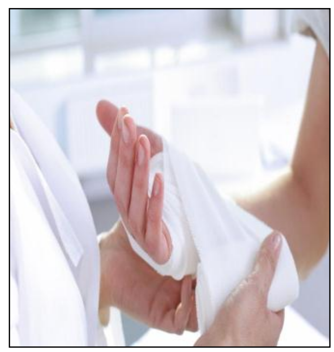
१. फोहरमैला व्यवस्थापनका तरिकाहरू बताउन ।

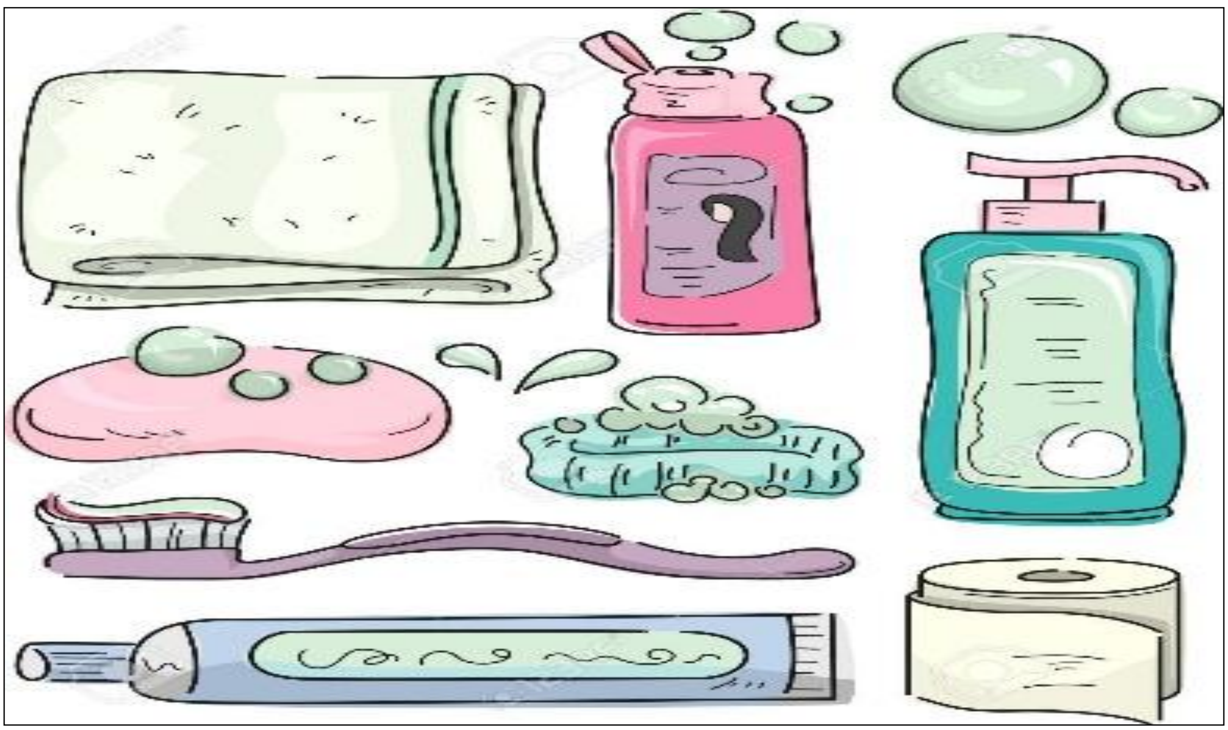
२. व्यक्तिगत रूपमा स रसफाइको लागि चाहिने सामग्रीहरूको सूची तयार पार्न ।

३. प्राथमिक उपचारको सामान्य धारणा व्यक्त गर्न ।

४. व्यक्तिगत सरसफाइप्रति सचेत रहन ।

१. चित्र हेर्नुहोस् । चित्रमा के देख्नुभयो ? साथीहरू बिचमा छलफल गर्नुहोस् :





शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएका चित्रहरूको आधारमा सरसफाइ र स्वास्थ्य बारे कक्षाकोठामा विद्यार्थीहरू बिचमा छलफल गराउनुहोस् ।

२. तलको पाठ पढ्नुहोस् ।

यो कमलाको घर हो । उनको घर पाल्पा जिल्लाको बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ३ नायरमा पर्छ । उनको एउटा सानो सुन्दर घर छ । घरको छेउमा कुहिने र नकुहिने फोहर राख्ने ठाउँ छ । कुहिने फोहर कुहाएर उनका बुबाले मल बनाउनुहुन्छ । घरमा बनाएको मल तरकारीमा हालेर धेरै तरकारी फलाउनुहुन्छ । कमलाले सधैं बिहान उठेर घरको वरिपरि सफा गर्न आफ्नी आमालाई सघाउँछिन् । उनले आफ्नो भाइलाई पनि जथाभावी फोहोर फाल्न दिन्निन् । घरमा धारो, शौचालय, फूलबारी छ । नकुहिने फोहर एकै ठाउँमा जम्मा गरी कवाडीमा बेच्ने गर्छिन । उनको घर सधैं सफा र स्वच्छ देखिन्छ । उनको जस्तै अरू साथीको घर पनि सफा र सुन्दर देखिन्छ ।

क) पाठको आधारमा तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

अ) तपाईंको घर कुन गाउँपालिका भित्र पर्छ ?

आ) फोहर कति प्रकारका हुन्छन् ?

इ) कस्तो फोहरलाई मल बनाउन सकिन्छ ?

ई) मल के गर्न प्रयोग गरिन्छ ?

उ) कमलाको घर किन सफा देखिन्छ ?

ख) व्यक्तिगत रूपमा सफा हुन चाहिने कुनै दश वटा सामग्रीको सूची बनाउनुहोस् ।

जस्तै : साबुन

३. तपाईंको आफ्नो घरमा पालना गर्ने नियमका ठिक (✓) चिह्न लगाउनुहोस् :

अ) म फोहरमैला मलखादमा राख्छु । ☐

आ) भित्ताहरूमा चकले कोर्छु । ☐

इ) झ्यालबाट फोहर फाल्छु । ☐

ई) पालैपालो घरको कोठा सफा गर्छौं । ☐

उ) हरेक दिन बिहान उठेर हात मुख धुन्छु । ☐

ऊ) शौचालय बाहिर दिशा पिसाब गर्छु । ☐

ऋ) फूलबारीको झार उखेलेर सफा गर्छु । ☐

ए) घर अगाडि फोहर थुपार्छु । ☐

ऐ) हात सधैं माटोले धुन्छु । ☐

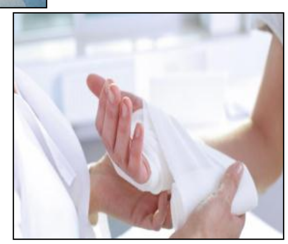
ओ) हात काटेमा औषधिले सफा गर्छु । ☐

४. तलको बाल कविता लय हालेर गाउनुहोस् :

हात मैलो भएमा
धुनु साबुन पानीले ।
दाँत सफा गर्नुपर्छ
खाना खाई हामीले ।

घर वरिपरि नि
फोहर गर्नु हुँदैन ।
शरीर सफा राखेमा
रोगले केही छुँदैन ।

कुहिने फोहर
जम्मा गरे बन्छ मल ।
उमालेर राख्नुपर्छ
शुद्ध अनि सफा जल ।



साथी भाइ सबैलाई
स्वस्थ हुन सिकाऊ ।
चोटपटक लागेमा
मलम पट्टी लगाऊ ।

क) खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द भरेर वाक्य पूरा गर्नुहोस् ।

अ) खाना खाएपछि हामीले .... सफा गर्नुपर्छ । (कपाल। दाँत, पेट)

आ) कुहिने फोहरबाट ....बन्छ । (मल, जल, ढल)

इ) चोटलाग्दा................... लगाउनुपर्छ । (गोबर,मलम, माटो)

ई) शरीर सफा राख्दा...................लाग्दैन । (रोग, घाउ, भोक)

उ) पानी...................खानुपर्छ । (उमालेर, मरेर, पोखेर)

शिक्षक निर्देशनः बालकवितालाई यति, गति र लय मिलाएर गाउनुहोस् साथै विद्यार्थीहरूलाई पनि सँगसँगै गाउन लगाउनुहोस् ।

५. तपाईंको विद्यालयको वरपर घुम्नुहोस् । सरसफाइको अवस्था कस्तो छ चिह्न (✓) लगाउनुहोस्:

ठाउँ	सफा छ	फोहर छ
विद्यालयको खेल मैदान		
शौचालय		
खानेपानी धारा		
फूलवारी		
कक्षाकोठा		
विद्यालय भवनको भित्ता		
कालोपाटी		
फुलबारी		

६. दिइएका वर्णको प्रयोग गरी सरसफाइमा प्रयोग गरिने सामानको नाम लेख्नुहोस् ।

सा <u>साबुन</u>

ते .... ड ....

ने .... म ....

क ....

७. तलका वाक्यहरू पढ्नुहोस् । ठिक भए (✓) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।

क) बिरामीलाई अस्पताल पुऱ्याउनु अगाडि प्राथमिक उपचार गर्नुपर्छ । ☐

ख) नकुहिने फोहरबाट मल बन्छ । ☐

ग) पानी उमालेर पिउनुपर्छ । ☐

घ) घाउ लागेमा माटो छर्कनु पर्छ । ☐

ङ) हामीले खाना खानु अगाडि दाँत ब्रस गर्नुपर्छ । ☐

शिक्षक निर्देशन: दिइएका अभ्यासलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

८. तलको वर्ण तालिकाबाट पाँचवटा सरसफाइका लागि प्रयोग हुने शब्द खोजेर लेख्नुहोस् ।

ने	ल	क	ट	र	म	गो	ब्रु	स
पा	नी	कु	पे	आ	ल	पि	इ	ए
बो	ड	कु	बि	न	म	ना	न	के
पे	रु	मा	ल	व	ट	फि	ने	ल
हि	डि	टो	ल	ए	के	क्ष	ष	न

जस्तै : नेलकटर

१. .... २. ....

३. .... ४. ....

५. ....

९. तल दिइएको चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् :

शिक्षण निर्देशन: दिइएका चित्रको आधारमा प्राथमिक उपचारको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ तेह्र

विषय क्षेत्र : यातायात तथा सञ्चार

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. यातायातको सामान्य परिचय बनाउन ।

२. सञ्चारको सामान्य परिचय बताउन ।

३. आफ्नो स्थानीय तहमा प्रयोग भएका यातायात र सञ्चारका साधनहरूको नाम बताउन ।

४. सामान्य ट्राफिक सङ्केतहरू पहिचान गर्न ।

यातायात

१. हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र चल्ने यातायातका मुख्य साधनहरू :

२. तल दिइएको पाठ पढ्नुहोस् :

एक ठाउँमा भएका मानिस, वस्तु आदिलाई अर्को ठाउँमा ओसारपसार गर्ने साधनलाई यातायात भनिन्छ । यातायातको प्रयोगले हाम्रो दैनिक जीवनलाई सजिलो बनाइदिएको छ । यसले समय र पैसाको बचत गरेको छ । हिँडेर धेरै समय लाग्ने ठाउँमा छिट्टै पुग्न पाइएको छ । हामीले बोक्न र उठाउन नसक्ने सामानहरू यातायातको साधनले सजिलै बोक्न र उठाउन सक्दछ । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र बस ट्रक, ट्याक्टर, कार, जीप, मोटरसाइकल बढी मात्रामा चल्ने गर्छन् । धेरै मानिसको घरमा मोटरसाइकल किनेका छन् । यसले हाम्रो दैनिकीलाई सजिलो बनाएको छ ।

क) तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस्:

अ) यातायात भनेको के हो ?

आ) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र चल्ने तीन वटा सवारी साधनको नाम लेख्नुहोस् ।

इ) यातायातको प्रयोगले हाम्रो दैनिकी कस्तो भएको छ ?

ई) यातायातको साधन प्रयोग गर्दा के-के बचत हुन्छ ?

उ) तपाई बजार जाँदा के मा चढेर जानुहुन्छ ?

ख) खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखेर भर्नुहोस्:

समय **ट्याक्टर** **बस** **एम्बुलेन्स** **सजिलो**

अ) यातायातको साधनको प्रयोगले हाम्रो दैनिकी ....भएको छ ।

आ) बारी जोत्न ....प्रयोग गरिन्छ ।

इ) यातायातको साधन प्रयोग गर्दा..................बचत हुन्छ ।

ई) धेरै मानिस बोक्ने साधन....................हो ।

उ) बिरामी मानिसलाई बोक्न.....................प्रयोग गरिन्छ ।

३. दिइएका सवारी साधनको चित्र बनाइ उपयुक्त रङ्ग लगाउनुहोस् ।

जीप **बस**

शिक्षण निर्देशन : दिइएका प्रश्नहरूलाई पाठको आधारमा लिखित तथा मौखिक छलफल गराउनुहोस ।

४. तपाईले अहिलेसम्म कुन-कुन सवारी साधन प्रयोग गर्नुभएको छ ? लेख्नुहोस् ।

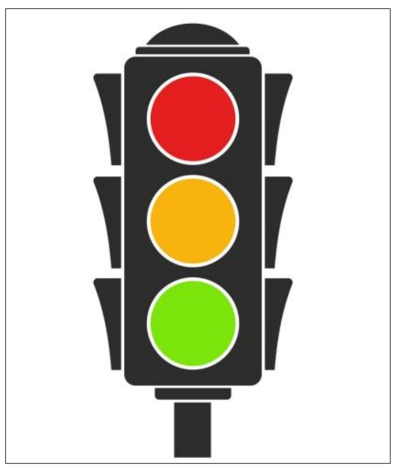
५. दिइएका स्थानहरूमा तपाई कसरी जानुहुन्छ? लेख्नुहोस् ।

विद्यालय	-	
मामाघर	-	
अस्पताल	-	
बजार	-	
साथीको घर	-	

ट्राफिक संकेत

१. तल दिइएको ट्राफिक बत्ती हेरेर छलफल गर्नुहोस्:

सडक बत्ती सङ्केत



रातो

पहेँलो

हरियो

☞रातो बत्ती बोल्दा रोकिनु पर्छ ।

☞ हरियो बत्ती बोल्दा अगाडि जानु पर्छ ।

☞ पहेँलो बत्ती बोल्दा अगाडि जान तयार हुनुपर्छ ।

शिक्षण निर्देशन : ट्राफिक सडक बत्तीको आधारमा ट्राफिक नियम बारे छलफल गर्नुहोस् ।

२. दिएका ट्राफिक सङ्केतहरू हेरेर छलफलमा भाग लिनुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : माथिका ट्राफिक सङ्केतले दिने अर्थ बारे विद्यार्थीहरूलाई छलफल गराउनुहोस्

क) ट्राफिक नियम र सङ्केत बिचमा जोडा मिलाउनुहोस् ।

नियम	सङ्केत
पार्किङ्ग निषेध	
बस बिसौनी	
जेब्रा क्रसिङ	
अस्पताल	
केटाकेटीहरू	

ख) तलका भनाइ ठिक भए (✓) चिह्न र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

अ) रातो बत्ती बलेको बेला बाटो काट्नुपर्छ । ☐

आ) हामी बाटो काट्दा जेब्रा कसिङ्ग भएको ठाउँबाट काट्नुपर्छ । ☐

इ) भिडभाडमा हिड्दा सतर्क हुनुपर्छ । ☐

ई) हर्न निषेध गरेको ठाउँमा ठूलो आवाजमा हर्न बजाउनुपर्छ । ☐

उ) पदयात्री निषेध गरेको ठाउँमा भिड गरेर हिड्नुपर्छ । ☐

सञ्चार

१. सञ्चारका साधनहरू :

शिक्षण निर्देशन : सञ्चारका साधनहरुको चित्रद्धारा सञ्चारबारे छलफल गर्नुहोस् ।

२. पाठ पढेर सञ्चारको बारेमा जानकारी लिनुहोस् :

आफ्ना कुरा अरूलाई भन्नु र सुन्नुलाई सञ्चार भनिन्छ । कुराकानी गर्न प्रयोग गरिने वस्तु सञ्चारका साधन हुन् । रेडियो, पत्रपत्रिका , टेलिफोन, कम्प्युटर, टेलिभिजन, चिठी आदि सञ्चारका साधन हुन् । सञ्चारले मानिसलाई नजिक बनाउँछ । सञ्चारका साधनमध्ये सबैभन्दा पुरानो साधन चिठी हो । लेखेर वा बोलेर खबर आदानप्रदान गरिन्छ । हामी सबैले हरेक दिन एक न एक सञ्चारका साधन प्रयोगमा ल्याउँछौ ।

क) तलका प्रश्नहरूको एक वाक्यमा उत्तर लेख्नुहोस् :

अ) सञ्चार भनेको के हो ?

आ) तपाईको घरमा भएका कुनै २ वटा सञ्चारका साधनको नाम लेख ।

इ) सबैभन्दा पुरानो सञ्चारको साधन कुन हो ?

ई) सञ्चारले मानिसलाई के गर्छ ?

उ) खबरको आदानप्रदान कसरी गरिन्छ ?

ख) तल दिइएका सञ्चारका साधनको चित्र बनाउनुहोस् :

रेडियो	पत्रिका	मोबाइल

३. बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र प्रयोगमा ल्याइने मुख्य तीन वटा सञ्चारका साधनको नाम लेख्नुहोस् ।

१.

२.

३.

४. तपाईले अहिलेसम्म कुनकुन सञ्चारका साधन प्रयोग गर्नु भएको छ ? लेख्नुहोस्ः

५. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखेर वाक्य पूरा गर्नुहोस्ः

क) खबर थाहा पाउनुलाई ....भनिन्छ । (यातायात,सञ्चार,शिक्षा)

ख) पत्रिका भित्र...........................समाचार हुन्छ । (मौखिक, सुनाइ,लिखित)

ग) रेडियोबाट.......................आउँछ । (आवाज, विद्युत,पानी)

घ) सञ्चारलाई ....पनि भनिन्छ । (समाचार,खबर, यातायात)

ङ) हुलाकघरमा ....आउँछ । (रेडियो,चिठी, मोबाइल)

६. सञ्चारको काम पढेर साधनको नाम लेख्नुहोस्ः

क) मलाई पढेर खबर थाहा पाइन्छ ।

ख) म हुलाक घरमा हुन्छु ।

ग) मलाई हेरेर सुनेर खबर पाउनुहुन्छ ।

घ) मैले मानिस मानिस सँग कुरा गराउँछु ।

ङ) म आवाजबाट मात्र खबर दिन्छु ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएको पाठ विद्यार्थीहरुलाई पढ्न लगाउनुहोस् । पाठका आधारमा सोधिएका प्रश्नहरुबारे मौलिक तथा लिखित अभ्यास गराउनुहोस् ।

एकाइ चौध

विषय क्षेत्र : बालमैत्री स्थानीय शासन

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरू निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन :

१. आफ्नो विद्यालयमा भएका बालमैत्री व्यवहारहरू पहिचान गर्न ।

२. आफ्नो विद्यालय र घरपरिवार भित्र हुने गतिविधिहरूमा बालमैत्री व्यवहारहरूको सामान्य मौखिक अभिव्यक्ति दिन ।

३. आफ्नो विद्यालय र घरपरिवारमा भएका बालमैत्री व्यवहारहरू पहिचान गर्न ।

बगनासकाली गाउँपालिका
पाल्पा
बालमैत्री आचारसंहिता

बगनासकाली गाउँपालिका

१. तल दिइएका चित्रहरू अवलोक गरी चित्रमा के-के भइरहेको छ ? मौखिक छलफल गर्नुहोस् :

शिक्षण निर्देशन : चित्रका आधारमा बालमैत्री क्रियाकलापबारे थप छलफल गराउनुहोस् ।

२. तल दिइएको पाठ पढ्नुहोस् ।

बाल क्लब

बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र सबै वडाहरूमा वालक्लब गठन गरिएको छ । क्लबहरूमा सबै इच्छुक बालवालिकाहरूलाई समावेश गरिएको छ । बालक्लवले आफ्नो गाउँमा बालविवाह हुन नदिने, पोषणयुक्त खानेकुरा खानुपर्छ भन्ने बारे जनचेतना फैलाउने, जन्मेको एक वर्ष भित्र शिशुलाई सबै खोप दिनुपर्छ भन्ने सन्देश आफ्नो गाउँमा फैलाउने सबै बाबुआमालाई आफ्ना छोराछोरी विद्यालय पढ्न पठाउने सहयोग गर्ने जस्ता कामहरू गरिरहेका छन् । बालक्लव गठन भएपछि बालवालिकाहरूमा बोल्ने बानीको विकास भएको छ । समाजमा म पनि केही गर्न सक्छु भन्ने आत्मविश्वासको विकास भएको छ । बालक्लवहरूलाई गाउँपालिकाले आर्थिक सहयोग गरी बेलाबेलामा तालिमहरू आयोजना गरिदिएको छ । बालक्लवको माध्यमबाट आफ्नो गाउँमा देखिएका नराम्रा कामहरू सुधार गरी राम्रो गाउँ बनाउन सबै बालक्लवहरू सक्रिय रूपमा लागिरहेका छन् ।

(क) माथि दिइएको पाठको आधारमा तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

अ) कुन गाउँपालिका भित्र बालक्लव गठन गरिएको छ ?

आ) बालक्लवले गरेका दुईवटा राम्रा काम के के हुन् ?

इ) बालक्लवलाई कसले आर्थिक सहयोग गरेको छ ?

ई) बालबालिकामा कुन कुराको विकास भएको छ ?

उ) कस्तो गाउँ बनाउन बालवालिकाहरू लागिरहेका छन् ?

(ख) ठिक भए (✓) र बेठिक भए (×) चिन्ह लगाउनुहोस् :

अ) बालक्लवले बालविवाह प्रथालाई जोड दिन्छ । ☐

आ) बालवालिकाहरूलाई पोषणयुक्त खानेकुरा दिनुपर्छ । ☐

इ) बालक्लव गठन भएपछि बालवालिकामा बोल्ने बानीको विकास भएको छ । ☐

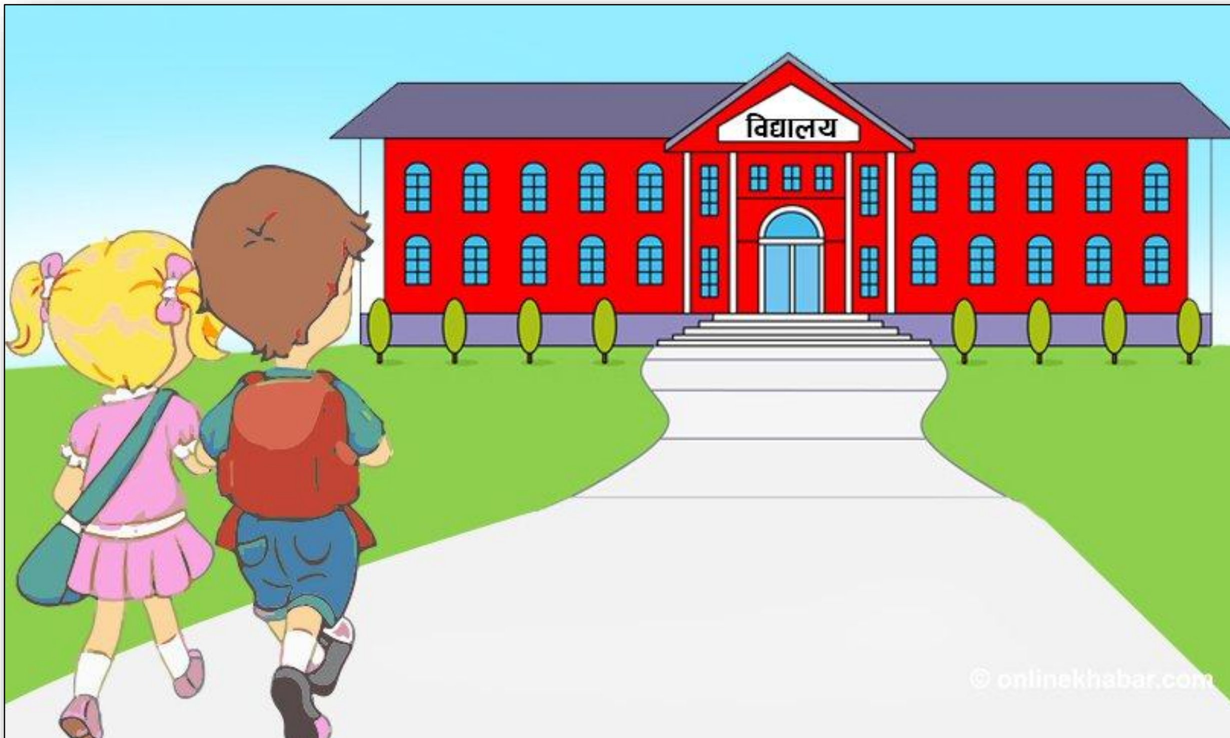
ई) बालक्लवलाई नगरपालिकाले सहयोग गरेको छ । ☐

उ) जन्मेको एक वर्ष भित्र शिशुलाई पूर्ण खोप दिनुपर्छ । ☐

३. तपाईंको गाउँमा गठन भएको बालक्लवको नाम सोधेर लेख्नुहोस् :

४. विद्यालय र घरपरिवारमा हुनुपर्ने केही बालमैत्री सूचकहरू तल दिइएको छ । त्यसलाई पढेर आफूले जानेका अरू सूचकहरू शिक्षकलाई सुनाउनुहोस् :

मेरो विद्यालय



क) सफा खानेपानी

ख) बालमैत्री फर्निचर

ग) छात्रछात्रालाई छुट्टाछुट्टै शौचालय

घ) खेलमैदान

ङ) सफा कक्षाकोठा

मेरो घर

क) आयोडिन नुनको प्रयोग

ख) जन्मदर्ता

ग) पोषणयुक्त खानेकुरा

घ) सुत्केरी आमाको लागि आइरन चक्की

५.तपाईको घरमा देखिएका कुनै पाँचवटा बालमैत्री सूचकहरू लेख्नुहोस् । जस्तैः मेरो घरमा सधैं आयोडिन नुनको प्रयोग गरिन्छ ।

क)

ख)

ग)

घ)

ङ)

६. तलको बाल गीत लय हालेर गाउनुहोस् :

मैले पढ्ने स्कुल
म बस्ने घर
त्यो भन्दा प्यारो चिज
अरू के नै छ र !

खानुपर्छ सफा पानी
साबुनले हात धोई
तरकारी पाक्यो आमा
आयोडिन नुन खोई ?

पोषिलो खानेकुरा
खानुपर्छ हामीले
सम्झाइ बुझाइ गर्नुपर्छ
गल्ती गरे साना नानीले ।

बच्चा जन्मेपछि नि !
खोप दिनुपर्छ है
पाठशाला जान्छु आमा
जन्मदर्ता मेरो खोई ।

७. दिइएको बालगीतको आधारमा तलका प्रश्नहरूको मौखिक उत्तर दिनुहोस् :

क) सबैभन्दा प्यारो चिज के हुन्छ ?

ख) हामीले कस्तो पानी खानुपर्छ?

ग) बच्चा जन्मेपछि के लगाउनुपर्छ?

घ) कस्ता खानेकुरा खानुपर्छ?

ङ) साना नानीले गल्ती गरेमा के गर्नुपर्छ?

च) पाठशालामा भर्ना हुन जाँदा के चाहिन्छ ?

८. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द भर्नुहोस् ।

आयोडिन नुन	साबुनपानी	खोप	पाठशाला	पोषिलो खानेकुरा

क) हामीले सधै ....ले हात धुनुपर्छ ।

ख) तरकारीमा ....को प्रयोग गर्नुपर्छ ।

ग) बच्चाहरूलाई.......................लगाइन्छ ।

घ) हाम्रो शरीरलाई............................चाहिन्छ ।

ङ) हामीहरू पढ्न लेख्न..................................जान्छौ ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएको बाल गीत पटक-पटक लय हालेर गाउनुहोस् र त्यहाँ भित्र भएका बालमैत्री सूचकको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

प्रकाशक

बगनासकाली गाउँपालिका
पाल्पा