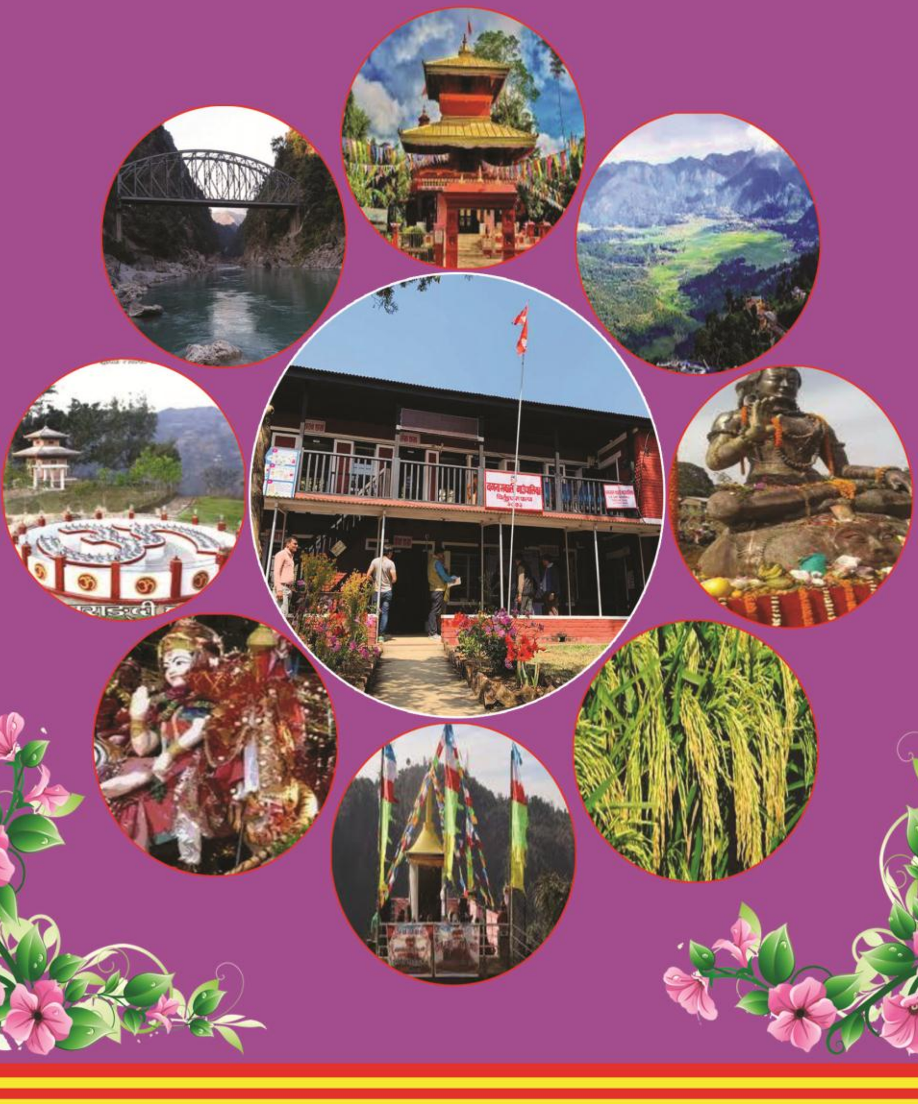
"सुन्दर, शान्त, समृद्ध, सभ्य, बगनासकाली गाउँको सार, आर्थिक सामाजिक पर्यटन र पुर्वाधार विकासको दिगो आधार"

हाम्रो बगनासकाली

कक्षा-३



हाम्रो बगनासकाली

कक्षा ३

विद्यार्थीको नाम : ....

रोल नम्बर : ....

विद्यालयको नाम : ....

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

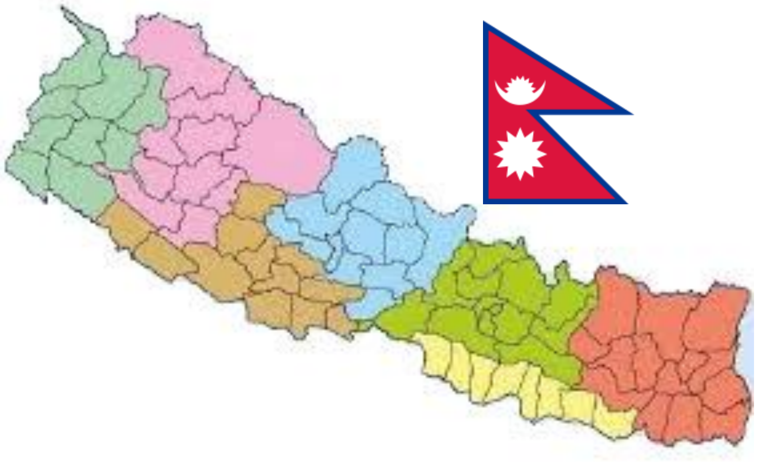
हाम्रो बगनासकाली
कक्षा ३

प्रकाशक : बगनासकाली गाउँपालिका
गाउँकार्यपालिकाको कार्यालय
लुम्बिनी प्रदेश चिर्तुङ्गधारा, पाल्पा

सर्वाधिकार ©: बगनासकाली गाउँकार्यपालिका

प्रथम संस्करण: २०७९
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 स्थानीय स्तरका विषयवस्तुलाई एकीकृत गरी विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो स्थानीय स्तरका विषयवस्तुको बारेमा बोध गराउनु हाम्रो अभिभारा पनि हो । तसर्थ स्थानीय स्तरमा रहेका मौलिक कला, भाषा, संस्कृति, इतिहास, भूगोल, प्रविधि, खेलकुद, प्राकृतिक 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 स्थानीय सरकारलाई शिक्षा सम्बन्धी अधिकार भित्र स्थानीय स्तरको शैक्षिक ज्ञान, सीप र प्रविधिको संरक्षण, प्रवर्द्धन र स्तरीकरणको लागि स्थानीय तहलाई अधिकार दिएको अवस्थामा स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार गर्ने नीति यस गाउँपालिकाले लिएको हो । त्यसको लागि एकीकृत स्थानीय पाठ्यक्रम २०७७ (कक्षा १-३) 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)** र शैक्षिक सत्र २०७८ मा कक्षा २ को लागि **(हाम्रो बगनासकाली कक्षा-२)** पाठ्यपुस्तक तयार पारेर लागु गरिसकेका छौं । गाउँपालिकाको शैक्षिक नीति अनुसार शैक्षिक सत्र २०७९ सालदेखि कक्षा-३ को लागि **(हाम्रो बगनासकाली कक्षा-३)** तयार पारेर लागु गर्न लागेका छौं । यो पाठ्यपुस्तक बगनासकाली गाउँपालिकाको दर्पण हुने अपेक्षा राखेका छौं । राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ अनुसार कूल १०० पूर्णाङ्क र साप्ताहिक ५ पाठ्यभार रहने गरी विषयवस्तु छनोट गरी यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ ।

यो पाठ्पुस्तकलाई यस स्वरुपमा ल्याउन सहयोग पुर्‍याउनुहुने गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष हरि प्रसाद पाठक, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विष्णु घर्ती, गाउँपालिकाभित्रका नौवटै वडाका वडा अध्यक्ष ज्यूहरु, शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरु, गाउँकार्यपालिका शिक्षा शाखा प्रमुख गुनाराम खनाल, पाठ्यपुस्तक लेखन कार्यमा अहोरात्र खटिनुभएका लेखक ग्राम्य मा.वि. का शिक्षक दयाराज कंडेल, गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, कृषि प्राविधिकहरु, जिल्ला आयुर्वेद कार्यालय पाल्पाका प्रमुख, 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 । यस पाठ्यपुस्तक मा समावेस गरिएका विषयवस्तुले पाठ्यक्रमद्धारा लक्षित गरिएका सक्षमता हासिल गर्न मद्दत पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई स्थानीय विषयबस्तु समेटेर सकेसम्म क्रियाकलापमुखी र रुचिकर बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । यसलाई आगामी दिनमा आवश्यकता अनुसार थप परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, वुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरुबाट रचनात्मक सुझावको लागि यस बगनासकाली गाउँकार्यपालिका परिवार हार्दिक अनुरोध गर्दछ । **धन्यवाद !!!**

मिति : २०७९/०६/११ गते

अध्यक्ष

सरस्वती चिदी

एवम्

बगनासकाली गाउँपालिका, परिवार, पाल्पा

भूमिका

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

पाठ्यपुस्तकलाई शिक्षण सिकाइको 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 गरेर पाठ्य विषयवस्तुको सङ्कलन गरी यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ । संकलन गरिएका पाठ्यपुस्तकका पाठ्यवस्तुको मस्यौदालाई सर्वप्रथम बगनासकाली गाउँ कार्यपालिका र गाउँ शिक्षा समितिको बैठकद्वारा 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 बुझाउन सजिलो होस् भनि पाठ्यपुस्तकलाई विषयवस्तु सुहाउँदो चित्रमुखी बनाउने प्रयास गरिएको छ । शैक्षिक सत्र २०७७ मा कक्षा-१ र २०७८ कक्षा-२ को लागि पाठ्यपुस्तक तयार पारेर विद्यार्थीहरुको हातहातमा पुस्तक पुर्‍याई सकेको र शैक्षिक सत्र २०७९ देखि कक्षा-३ को लागि कक्षा-१ र २ मा समावेश गरिएका विषय बस्तुको 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-३ को लागि यो हाम्रो पहिलो प्रयास भएकोले पक्कैपनि यसमा समावेश गरिएका विषयवस्तु अन्तिम रुप भने होइनन् । आगामी संस्करणमा पाठक वर्गबाट आएका रचनात्मक सुझावलाई मनन् गरी विषयवस्तु संशोधन हुँदै जानेछन् ।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकलाई यस स्वरुपमा ल्याउने क्रममा सहयोगको लागि लिइएका पुस्तकका लेखकहरु, आवश्यक सल्लाह र प्रेरणा प्रदान गर्नुहुने बगनासकाली गाउँपालिका अध्यक्ष सरस्वती चिदी, उपाध्यक्ष हरि प्रसाद पाठक, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विष्णु घर्ती, गाउँपालिकाका प्रवक्ता टीका बहादुर

थापा लगायत सम्पूर्ण वडा अध्यक्ष ज्यूहरु, शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरु, शिक्षा शाखा, सम्पूर्ण विद्यालयका प्रधानाध्यापक तथा शिक्षकहरु, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख पत्रकारहरु, कृषि प्राविधिकहरु पाठ्यक्रम निर्माण समिति, विषयवस्तु सङ्कलक तथा सल्लाहकारहरु साथै पाठ्यपुस्तक लेखन कार्यमा प्रत्यक्ष वा परोक्ष रुपमा सुझाव, सल्लाह र सहयोग पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण बौद्धिक, शैक्षिक व्यक्तित्वहरुप्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रकट गर्न चाहन्छौँ ।

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

मिति : २०७९/०६/११ गते

लेखक तथा सम्पादक

हाम्रो बगनासकाली

कक्षा ३

विषय सूची

एकाइ	विषय क्षेत्र	पेज नं.

एकाइ एक

विषय क्षेत्र : बगनासकाली गाउँपालिकाको चिनारी

विशिष्ट उद्देश्य :

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

१. गाउँपालिका र वडा सहित आफ्नो र साथीहरुको परिचय दिन,

२. गाउँपालिका भित्रका वडाहरुको नाम र संख्या बताउन,

३. पाल्पा जिल्लाका स्थानीय तहहरुको नाम बताउन,

४. आफू बस्ने प्रदेशको नाम र त्यसको सामान्य चिनारी बताउन,

हाम्रो गाउँपालिका

हाम्रो गाउँपालिकाको नाम बगनासकाली गाउँपालिका हो । पाल्पा जिल्ला भित्रका दश ओटा स्थानीय तह मध्ये हाम्रो गाउँपालिका पनि एक हो । पाल्पा जिल्लाको सदरमुकाम तानसेन देखि ७ किलोमिटर उत्तर पूर्वतर्फ यो गाउँपालिका पर्दछ । यसको पूर्वमा रम्भा गाउँपालिका, पश्चिममा तानसेन नगरपालिका, उत्तरमा राम्दीघाट र दक्षिणमा माडीफाँट पर्दछ । हाम्रो गाउँपालिकाको प्रशासनिक कार्यालय बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. १ को चिर्तुङ्गधारामा रहेको छ ।

बगनासकाली गाउँपालिकाको प्रशासनिक भवन

हाम्रो गाउँपालिकाको नाम बगनास पर्वत, बगनासथोक, बगनासदेवी, बगनासे चाँपी तथा पवित्र कालीगण्डकीको संयोजनबाट भएको हो । साविकका नौ वटा गा.वि.स. हरुलाई समेटेर यस पालिकामा नौ वटा वडाहरु कायम गरिएको छ । हाम्रो गाउँपालिका भित्रका नौ वटा वडाहरुको नाम र वडा नम्बर यस प्रकार रहेका छन्:

वडा नं. १ : चिर्तुङ्गधारा

वडा नं. २ : पोखराथोक

वडा नं. ३ : नायरनम्तलेस

वडा नं. ४ : खानीछाप

वडा नं. ५ : दर्लमडाडा

वडा नं. ६ : यम्घा

वडा नं. ७ : खानीगाउँ

वडा नं. ८ : बराङ्दी

वडा नं. ९ : चापपानी

वि.सं. २०७४ सालमा स्थापना भएको हाम्रो गाउँपालिकाले प्रशासनिक काम साविकको चिर्तुङ्गधारा गा.वि.स. को कार्यालयबाट गर्दै आइरहेको छ । बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका नौ वटा वडालाई पायक पर्ने ठाउँको छनौट गरी उपयुक्त स्थानमा प्रशासनिक भवन बनाउने क्रममा रहेको छ ।

क्रियाकलाप

१. ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस् :

(क) बगनासकाली गाउँपालिका पाल्पा जिल्लामा पर्दछ ।	
(ख) पाल्पा जिल्लामा आठ ओटा स्थानीय तह छन् ।	
(ग) बगनासकाली गाउँपालिकामा दश वटा वडाहरु रहेका छन् ।	
(घ) बगनासकाली गाउँपालिकाको प्रशासनिक भवन पोखराथोकमा रहेको छ ।	
(ङ) हाम्रो गाउँपालिकाको स्थापना वि.सं. २०७४ सालमा भएको हो ।	

२. तलका प्रश्नको एक वाक्यमा उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) पाल्पा जिल्ला भित्र कति ओटा स्थानीय तह रहेका छन् ?

(ख) तपाई बस्ने गाउँपालिकाको नाम र वडाको नाम लेख्नुहोस् ?

(ग) बगनासकाली गाउँपालिकाले कस्तो ठाउँमा नयाँ प्रशासनिक भवन बनाउने योजना बनाएको छ ?

(घ) हाल बगनासकाली गाउँपालिकाको प्रशासनिक कार्यालय कहाँ रहेको छ ?

(ङ) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र जम्मा कति वडा रहेका छन् ?

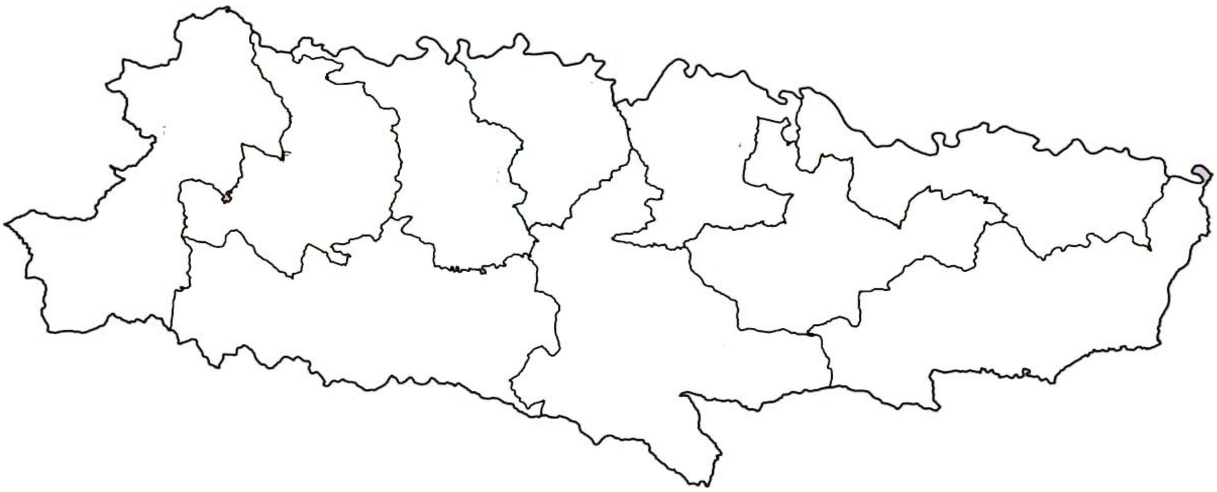
(च) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेको नौ वटा वडाहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : माथि दिईएको पाठ सबै विद्यार्थीलाई पालैपालो वाचन गर्न लगाउनुहोस् । पाठसँग प्रश्न निर्माण गरी मौखिक छलफल गराउनुहोस् ।

३. जोडा मिलाउनुहोस्:

चिर्तुङ्गधारा	दश स्थानीय तह
वडा संख्या	पूर्व दिशा
वि.सं. २०७४	प्रशासनिक कार्यालय
रम्भा गाउँपालिका	नौ वटा
पाल्पा जिल्ला	गाउँपालिका स्थापना

४. तलको पाल्पा जिल्लाको नक्साबाट बगनासकाली गाउँपालिका पत्ता लगाइ रङ्ग लगाउनुहोस् ।



शिक्षण निर्देशन : माथि दिईएका अभ्यासहरुलाई लिखित र मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

५. तल पाल्पा जिल्लाका स्थानीय तहहरुको नाम दिइएको छ। त्यसलाई राम्रोसँग पढेर जिज्ञासा लागेका कुरा शिक्षकसँग सोध्नुहोस्:

क्र.सं.	**स्थानीय तहको नाम**	**गाउँपालिका/नगरपालिका**
१	तानसेन	नगरपालिका
२	रिब्दीकोट	गाउँपालिका
३	रैनादेवी छहरा	गाउँपालिका
४	बगनासकाली	गाउँपालिका
५	रम्भा	गाउँपालिका
६	माथागढी	गाउँपालिका
७	तिनाउ	गाउँपालिका
८	पूर्वखोला	गाउँपालिका
९	निस्दी	गाउँपालिका
१०	रामपूर	नगरपालिका

६. तलको तालिकामा तपाईका कक्षामा सँगै पढ्ने पाँच जना साथीको नाम लेखेर उनीहरु बस्ने गाउँपालिकाको नाम र वडाको नाम भरेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस्:

क्र.सं.	साथीको नाम	स्थायी ठेगाना
१		
२		
३		
४		
५		

७. तलको कुराकानी पढेर प्रश्नहरुको मौखिक उत्तर दिनुहोस्:

दिनेश : विवश कताबाट आज मेरो घरमा आइपुग्यो त ?
विवश : आज शनिबारको दिन यसो तिमीसँग बसेर कुराकानी गर्न मन लागेर आएँ ।

दिनेश : ठिक गऱ्यौं ।
विवश : तिमी आज घरमा एक्लै छौं र ?

दिनेश : बाबा, आमा खेतमा जानु भाछ । म घर कुरेर बसेको ।
विवश : दिनेश मेरो मनमा एउटा खुल्दुली लागेर तिमीसँग आएको हो ।

दिनेश : के हो ? भनन ।
विवश : हामी बस्ने पाल्पा जिल्ला कुन प्रदेशमा पर्छ नि ?

दिनेश : हाम्रो प्रदेशको नाम लुम्बिनी हो नि !
विवश : ए हो र ।

दिनेश : अनि यसमा कति वटा जिल्ला छन् त ! थाहा छ कि ?
विवश : नाई

दिनेश : ल सुन लुम्बिनी प्रदेशमा १२ वटा जिल्लाहरु छन् ।
विवश : हाम्रो प्रदेशको नाम त गौतम बुद्ध जन्मिएको ठाउँको नामबाट राखेको पो रहेछ त ।

दिनेश : हो त हाम्रो प्रदेशको नाम कति सुन्दर छ ।
विवश : आज तिमीसँग आएर धेरै कुरा पो जानियो त।

दिनेश : हो त । यसो फुर्सदमा आउनुपर्छ नि ! अरु बेलामा पनि ।
विवश : अब त खाली समय हुनासाथ तिमीसँग आउने गर्छु । यस्तो धेरै ज्ञानगुनका कुराहरु सिक्न पाईदो रहेछ ।

शिक्षण निर्देशन : माथिको संवाद २/२ जना विद्यार्थीलाई भूमिका निर्वाह गर्न लगाइ पालैपालो वाचन गराउनुहोस् ।

दिनेश : हुन्छ आऊ है त ।

विवश : हुन्छ । अब म घरतिर जान्छु है ।

दिनेश : बस न खाजा नास्ता खाएर जाउला ।

विवश : भो आजलाई जान्छु । अर्को हप्ताको शनिबार फेरि खाजा खाने गरी आउँछु ।

दिनेश : ल राम्रोसँग जाउ है ।

विवश : हस् । धन्यवाद छ है दिनेश ।

दिनेश : धन्यवाद विवश ।

(क) तलका प्रश्नको मौखिक उत्तर दिनुहोस्:

(अ) संवादमा को कसको कुराकानी भएको छ ?

(आ) पाल्पा जिल्ला कुन प्रदेशमा पर्छ ?

(इ) लुम्बिनी प्रदेशमा कति ओटा जिल्लाहरु छन् ?

(ई) तपाई बस्ने गाउँपालिका कुन जिल्लामा पर्छ ?

(उ) तपाई बस्ने जिल्ला कुन प्रदेशमा पर्छ ?

(ऊ) माथिको संवादलाई दुई/दुई जना विद्यार्थी छनौट गरी वाचन गर्न लगाउनुहोस् ।

८. तल दिइएका चित्रहरु चिनेर उपयुक्त नाम लेख्नुहोस् :

९. तल दिइएका वर्णबाट आउने बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका ठाउँहरुको नाम पहिचान गरी लेख्नुहोस्:

जस्तै

पो =	पोखराथोक	ना	
खा		चि	
य		द	
म		चा	

१०. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द भर्नुहोस्:

(क) बगनासकाली गाउँपालिका ____________ जिल्लामा पर्छ । (पाल्पा,स्याङ्जा, गुल्मी)

(ख) हाम्रो प्रदेशको नाम _________ हो । (लुम्बिनी, गण्डकी, बागमती)

(ग) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र _________ वडाहरु रहेका छन् । (आठ, नौ, दश)

(घ) बगनासकाली गाउँपालिकाको कार्यालय _________ रहेको छ । (खानीगाउँ, चिलाङ्दी, चिर्तुङ्गधारा)

(ङ) पाल्पा जिल्लामा _________ ओटा नगरपालिका छन् ? (एक, दुई, तीन)

११. तपाई अहिलेसम्म पाल्पा जिल्लाका कुन-कुन स्थानीय तहमा पुग्नुभएको छ ? लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य:

विद्यार्थी भाइ बहिनीहरुलाई तपाईको विद्यालयबाट नजिक रहेको कुनै एउटा वडा कार्यालयमा लैजानुहोस् । त्यहाँ उनीहरुले देखेका र अनुभव गरेका कुराहरुलाई सिलसिला मिलाइ लेख्न लगाउनुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : माथिका अभ्यासहरुलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

एकाइ दुई

विषय क्षेत्र : स्थानीय जातजाति, भाषा र भेषभूषा

विशिष्ट उद्देश्य :

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

१. गाउँपालिका स्तरमा बसोबास गर्ने जातजातिहरुको सूची तयार पार्न,

२. स्थानीय तहमा स्थायी बसोबास गर्ने बहुसंख्यक र अल्पसंख्यक जातिहरुको पहिचान गर्न,

३. स्थानीय स्तरमा बोलिने भाषा र भेषभूषाको बारेमा बताउन,

मेरो गाउँ

सबैलाई माया लाग्छ बगनासकाली गाउँ
फरक-फरक जाति अनि भाषा बोल्ने ठाउँ
रङ्गी चङ्गी पोसाकमा बस्छन् सब जना
स्वर्ग जस्तै प्यारो लाग्छ बगनासकाली भन ।

भेदभावको भाषा छैन जता गए पनि
सधै हामी अगाडि छौं विकास गर्न भनि
तल माथि वरपर जता गए पनि
सब जन माया गर्छन् आफ्नो मान्छे भनि ।

आफ्नो जाति पहिचान भाषा भेषभूषा
जागौं, उठौं काम गरौं भइसक्यो उषा
मेरो गाउँ बगनासकाली नमूनामा पारौं
यही धर्तीको माटोमा पसिनालाई झारौं

हातेमालो गरौं सब उठाउनु छ माथि
भेदभाव नगरेर भाषा जातजाति
अमर बनाइ राख्नुपर्छ आफ्नो पहिचान
मेरो गाउँ मेरो ठाउँ सबै यही जान ।

शिक्षण निर्देशन : माथिको बाल कविता कक्षामा लय हालेर गाउनुहोस् । तपाईले गाईसकेपछि प्रत्येक विद्यार्थीलाई पालैपालो गाउन लगाउनुहोस् ।

हाम्रा जातीय भेषभूषा

मगर भेषभुषा

मगर जातिको भेषभुषा अर्न्तगत पुरुषले भाङ्ग्रा, कछाड, भोटो, स्टकोट, टोपी, कम्मरमा पेटी र पहेँलो पटुकी मुख्य रुपमा लगाउने गर्दछन् । महिलाहरुले मखमलको चोली र धलेकी, लुङ्गी, मुगामाला कण्ठमाला, टिकी, पहेँलो पटुकी, पहेँलो पोते, शिरफुल, शिरबन्दी, पछ्यौरी, खुर्पेटो, रैया लगाउने गर्छन् । मगर भेषभुषालाई मगर जातिको अस्तित्वलाई बचाएर राख्ने प्रतीकको रुपमा लिइन्छ ।

खस आर्य भेषभुषा

खस आर्य जातिको भेषभुषा अर्न्तगत विशेष गरी पुरुषले दौरा, सुरुवाल, कोट, पाइन्ट, कछाड, भोटो, ढाकाको टोपी लगाउने गर्दछन् । महिलाहरुले गुन्युचोली, टीका, चुरापोते बुलाकी, तिलहरी लगाउने गर्दछन् ।

नेवारी भेषभुषा

नेवारी भेषभुषा अर्न्तगत महिलाहरुले लगाउने हाकुपटासी, चोली, पछ्यौरी, पटुका पर्दछन् भने पुरुषले लगाउने भेषभुषा अर्न्तगत दौरा सुरुवाल, स्टकोट पटुका पर्दछन् । महिलाहरुले आफुलाई सुन्दर देखाउन विभिन्न खाले गरगहना, चुरा पोते टिकी आदि लगाउने गर्छन् ।

कुमाल भेषभुषा

कुमाल जातिको भेषभुषा खास रुपमा किटान नभएपनि परम्परा देखि नै घरबुना कपडा लगाउने चलन उनीहरुमा छ । पुरुषले सेतो भोटो, कछाड, कालो इष्टकोट, टोपी र टोपी माथि सेतो फेटा लगाउने गर्दछन् । महिलाहरुले कालो चोली, कालो गुन्यु, पहेंलो वा अरु रङ्को पटुकी, रातो घलेक बुट्टे मुजेत्रो, कानमा चेप्टे सुन, ढुङ्ग्री, हातमा राता चुरा, गलामा पहेँलो पोते, मुगाको रातो माला जन्तर, चाँदीका ठिमुरेमाला, हातको औँलामा छापे औँठी, कपालमा रातो डोरी, नाकमा छापे फुली निधारमा चाँदीका टिका लगाउने गर्दछन् ।

बोटे भेषभुषा

बोटे जातिको भेषभुषा अर्न्तगत महिलाहरुले गुनियो, चोली, घलेका, पटुका, पोते, टिका, चुरा आदि लगााउने गर्दछन् । पुरुषले हाफपेन्ट, पेन्ट, सर्ट, टोपी, इस्टकोट लगाउने गर्दछन् । विशेष गरी लुगाको रङ्ग कालो हुने गर्दछ । महिलाले रातो रङ्गको किरमिर घलेक लगाउँछन् भने हरियो र रातो रङ्गको पोते लगाउने गर्दछन् ।

क्रियाकलाप

१. माथिको बाल कविता शिक्षकसँगै लय हालेर कक्षामा गाउनुहोस्:

२. माथिको कविताको आधारमा तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस्:

(क) हामीले केलाई अमर बनाइ राख्नुपर्छ ?

(ख) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बसोबास गर्ने मानिसहरुले कस्तो भेषभूषा लगाउँछन् ?

(ग) बगनासकालीको माटोलाई के ले भिजाउनु पर्छ ?

(घ) हाम्रो पहिचानको मुख्य आधार के हो ?

(ङ) हातेमालो गरेर किन अगाडि बढ्नुपर्छ ?

शिक्षण निर्देशन: माथिका क्रियाकलापहरु लिखित तथा मौखिक रुपमा अभ्यास गराउनुहोस् ।

३. तल दिइएका बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बोलिने भाषाका नाम पढ्नुहोस्:

४. तल तालिकामा नाता सम्बन्ध बुझाउने जातिगत भाषाको शब्द दिइएको छ, त्यसलाई पढ्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस्।

नाता	नेपाली भाषा	मगर भाषा	नेवार भाषा	कुमाल भाषा	बोटे भाष
हजुरआमा	हजुरआमा	बज्या/बजै	अजी	बजे	बज्या
हजुरबुबा	हजुर बुबा	बाजी/बाजै	अजा	बाजे	बाजे
बुबा	बुबा	बुबा/बोइ	ब्वा	बा	बाउ
आमा	आमा	बोइ/मोइ	मा	बोइ/आबोइ	बोई
दाइ	दाइ	दाजी	दाजु	दाइ	दाजी
दिदी	दिदी	दई	तता	दिदी	दिदी
बहिनी	बहिनी	बहिनी/नानी	केहे	बइनि	बइनि
भाउजु	भाउजु	भजी/भज्यू	तराजु	भउजि	भोजी
भिनाजु	भिनाजु	भेना	जेरानु	भेना	भेना
ज्वाई	ज्वाई	ज्वाई	जिचा	जवाइ	जवई

भान्जा	भान्जा	भान्जा	ठिङ्चा	भान्ज	भान्ज
भान्जी	भान्जी	भान्जी	ठिङ्चा	भान्जी	भान्जी
भतिज	भतिज	भत्ज	क्याचा	भदइ	भतिजा
भतिजी	भतिजी	भत्जी	ज्यमता	भदइनि	नानी

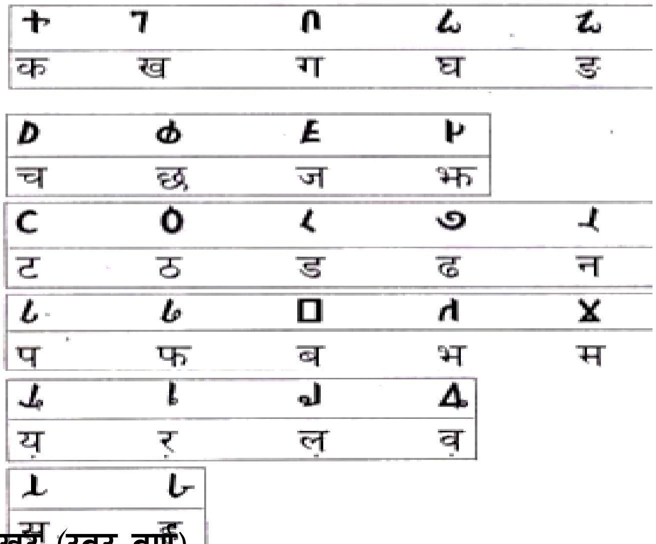
५. हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बसोबास गर्ने मुख्य पाँच जातजातिको नाम लेख्नुहोस्:

(क) पहिलो जनसंख्याको आधारमा पहिलो जाति	
(ख) जनसंख्याको आधारमा दोस्रो जाति	
(ग) जनसंख्याको आधारमा तेस्रो जाति	
(घ) जनसंख्याको आधारमा चौथो जाति	
(ङ) जनसंख्याको आधारमा पाँचौ जाति	

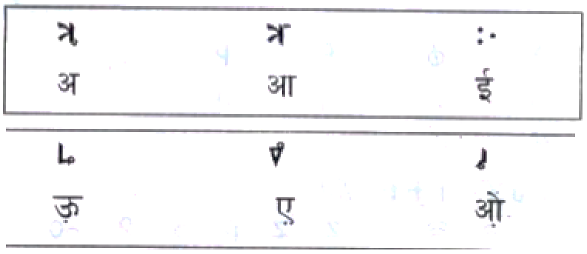
६. तपाईले लगाउने जातीय भेषभूषको नाम लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस्:

७. तल मगर भाषाको अख्खा लिपि भित्र पर्ने अक्खारीका (व्यञ्जन वर्ण) र आखर (स्वर वर्ण) दिइएको छ । त्यसलाई राम्रोसँग पढेर मगर भाषाको लिपिबारे शिक्षकलाई भन्नुहोस् ।

(क) अक्खारीका (व्यञ्जन वर्ण)



(ख) आखर (स्वर वर्ण)



८. तल दिइएका नेपाली भाषाका शब्दलाई मगर भाषामा लेख्नुहोस्:

कलम	→	
खर	→	
लहर	→	
फल	→	
नहर	→	
जहर	→	
सहर	→	
खर	→	
कमल	→	
धन	→	
	→	

एकाइ तीन

विषय क्षेत्र : स्थानीय स्तरमा उत्पादित बाली र खानेकुरा

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुनेछन्:

१. स्थानीय स्तरमा व्यवसायिक रुपमा तयार पारिने खाने कुराको नाम बताउन,

२. स्थानीय तहमा उत्पादित बालीहरुको पहिचान गर्न,

३. स्थानीय स्तरमा प्रचलित खानेकुराको पहिचान गर्न,

हाम्रा उत्पादित कृषि उपजहरू

नेपाल एक कृषि प्रधान देश हो । यहाँका अधिकांश मानिसहरु कृषिलाई आफ्नो मुख्य पेसा बनाएर जीविकोपार्जन गरिरहेका छन् । हाम्रो देश कृषि पेसामा निर्भर भएजस्तै हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका पनि कृषि पेसामा आधारित स्थानीय तह हो ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएको पाठ पढेर आफ्नो गाउँपालिका भित्र उत्पादन हुने अन्य कृषि उपजबारे थप छलफल गराउनुहोस् ।

यहाँका अधिकांश मानिसहरु कृषि काम गरेर त्यहाँबाट उत्पादन भएको वस्तुलाई दैनिक जीवनमा उपभोग गर्ने गर्दछन् । आफूलाई बढी भएको उत्पादित बस्तु तानसेन बजार,

आर्यभञ्ज्याङ् बजार, घोरबन्दाका पसलहरु, नायर, देउराली, खानीगाउँ, राम्दी, पिपलडाँडा पोखराथोक आदि स्थानमा रहेका खुद्रा पसलमा बिक्री गरेर आयआर्जन गर्ने गर्छन् । बगनासकाली गाउँपालिका भित्र विशेषगरी मकै, धान, गहुँ, कोदो, फापर जस्ता खाद्यबाली, काउली, बन्दा, टमाटर, कुरिलो, खुर्सानी, सिमी, बोडी जस्ता तरकारी बाली तेलहनमा तोरी र मसलादार उत्पादनमा अदुवा, बेसार खेती गरिन्छ । पशुजन्य उत्पादन भित्र मासु र दुध बढी मात्रामा उत्पादत गरिन्छ । पछिल्लो समयमा स्थानीय तह गाउँपालिकाले कृषि अनुदानलाई विशेष प्राथमिकतामा राखेर निर्वाहमुखी खेतीबाट व्यावसायिक उत्पादन तर्फ युवा कृषकहरुलाई अनुदानको व्यवस्था गरी कृषि उत्पादनलाई विशेष जोड दिएको छ ।

हाम्रो गाउँपालिकाभित्र विभिन्न युवा कृषक समूह गठन गरी सामुहिक उत्पादन प्रणालीलाई समेत जोड दिइएको छ । समूहमा काम गर्दा सजिलो हुने र उत्पादन गरिएका कृषि उपजलाई बजारसम्म बिक्री गर्न लैजान सजिलो हुने भएकोले सामुहिक खेतीमा यहाँका मानिसहरु आकर्षित भएका छन् । बेमौसमी तरकारी खेती गरेर यहाँका मानिसहरुले धेरै आम्दानी गरिरहेका छन् ।

शिक्षण निर्देशन: पाठसँगै दिइएका चित्रमा भएका विषयवस्तुको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. माथि दिइएको पाठ कक्षाका सबै विद्यार्थीहरुलाई पालैपालो सस्वर वाचन गराउनुहोस् ।

२. तल दिइएका प्रश्नहरुको छोटो उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) नेपालका अधिकांश मानिस कुन पेसामा निर्भर रहेका छन् ?

(ख) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र उत्पादन गरिएको कृषि उपज कुन-कुन ठाउँमा लगेर बिक्री गरिन्छ ?

(ग) खाद्यबाली भित्र कुन-कुन बालीहरु पर्छन् ?

(घ) बगनासकाली गाउँपालिकाले किसानहरुलाई केमा अनुदान दिएको छ ?

(ङ) बगनासकाली गाउँपालिकाले कस्तो उत्पादन प्रणालीलाई जोड दिएको छ ।

(च) सामुहिक खेती गर्दा कस्तो फाइदा हुन्छ ?

३. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस्:

(क) पशुजन्य उत्पादनमा __________ पर्छ । (तरकारी, दुध, मकै)

(ख) नेपाल एक _________ प्रधान देश हो । (हरियाली, हिमाली, कृषि)

(ग) बगनासकाली गाउँपालिकाले कृषिमा __________ दिएको छ । (सहयोग, बिउ अनुदान)

(घ) समूहमा काम गर्दा उत्पादनमा _________ हुन्छ । (कमी, बृद्धि, कमसल)

(ङ) तेलहन बालीमा __________ पर्छ । (गहुँ, मकै, तोरी)

शिक्षण निर्देशन : माथि दिइएका क्रियाकलापहरुलाई कक्षा कार्यमा छलफल गराउनुहोस् ।

४. तलका चित्र हेरी साथीहरुसँग छलफल गर्नुहोस्:

५. तपाईको घरमा उत्पादन हुने खाद्यबाली, पशुजन्य उत्पादन र तरकारीको नाम तलको तालिकामा भर्नुहोस्:

मेरो घरमा उत्पादित बस्तुहरु

खाद्यबाली	पशुजन्य उत्पादन	तरकारी
१.	१.	१.
२.	२.	२.
३.	३.	३.
४.	४.	४.
५.	५.	५.
६.	६.	६.
७.	७.	७.

६. बालीको चित्र र नाम बिच जोडा मिलाउनुहोस्:

तोरी

फर्सी

बेसार

मूला

फापर

७. तल केही बालीहरुको नाम दिइएको छ ती बालीहरु हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकामा विशेष गरी कुन कुन महिनामा रोपिन्छ ? शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस्:

बालीको नाम	लगाउने महिनाको नाम
फापर	
कोदो	
धान	
मकै	
मूला	
साग	
टमाटर	
गहुँ	

हाम्रा खाना

खाना मानिसको आधारभूत आवश्यकता हो । मानिसले खाने खानामा ठाउँ अनुसार फरक-फरक विशेषता पाइन्छ । सबै ठाउँमा एउटै खाना पाउन नसकिने भएको हुँदा हरेक क्षेत्रमा आ-आफ्नै खानाका विशेषता पाउन सकिन्छ । हामीले खाने खानेकुरा बढी मात्रामा आफ्नो घरमा जुन बस्तु बढी उत्पादन हुन्छ सोही अनुसार बनाउने गरिन्छ ।

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र पनि धान, मकै, गहुँ, फापर, कोदो, आलु, बोडी, दुध, मासु, अण्डा, बढी मात्रामा उत्पादन हुने भएकोले त्यसैबाट बनेका विभिन्न परिकारहरु खानाको रुपमा प्रयोग गरिन्छ । बिशेष गरी दाल, भात, रोटी, तरकारी, बटुक, चुकाउनी, मासु र दुधका परिकार बढी मात्रामा खाने गरिन्छ । यहाँको मुख्य खानाको रुपमा पाल्पाली अचारको रुपमा चिनिने चुकाउनी र पाल्पाली रोटीको रुपमा परिचित अन्य ठाउँको तुलनामा मुख्य विशेषता बोकेको खाना हो ।

दैनिक खाजाको रुपमा रोटी, अचार, तरकारी, चाउमिन, छोलेमटर, मो.मो. बढी मात्रामा उपभोग गरिन्छ । यहाँका होटलहरुमा पनि खाना नास्ताको रुपमा व्यवसायिक रुपमै दाल, भात, तरकारी, चुकाउनी, रोटी, मोमो, बटुक, छोलेमोटर, मासु, चिउरा, अण्डा, चाउमिन बढी मात्रामा बिक्रीको लागि राखिन्छ । यहाँका मुख्य बजार आर्यभञ्याङ्ग, राम्दी, बराङ्दी, देउराली, दर्लमडाँडा, नायर, गाबुटुङ्ग, पोखराथोक, चापपानीमा पनि तिनै खानेकुरा होटलहरुमा बिक्रीको लागि राखिन्छ । खानाको परिकारलाई जातिगत संस्कार र संस्कृतिले समेत फरक पार्ने गर्छ ।

शिक्षण निर्देशन:माथि दिइएको पाठलाई प्रत्येक विद्यार्थीहरुलाई ससर्ती वाचन गर्न लगाउनुहोस् । उक्त समयमा शिक्षकले आवश्यक शिक्षण सहजीकरण गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. खाना र चित्र बिचमा जोडा मिलाउनुहोस्:

चुकाउनी

रोटी तरकारी

चाउमिन

बट्टक

छोले समोसा

ढिंडो

२. तलको कोठे पदमा मिल्ने वर्ण भरेर खाने कुराको पूरा नाम लेख्नुहोस्:

	म	कै		
	ह		वा	
चु			नी	
त			री	
छो		म		र
	ब		क	

खानाको नाम

१. मकै

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

६. ....

३. तल दिइएका खानेकुराको नाम अनुसार त्यो बनाउन के-के चाहिन्छ ? लेख्नुहोस्:

१. बटुक	
२. सेलरोटी	
३. चुकाउनी	
४. ढिंडो	
५. भात	
६. छोले	
७. रोटी	

४. तलको शब्द समूहबाट खानेकुराको नाम पहिचान गरी गोलो घेरा (O) लगाउनुहोस् :

(क)	सुन्तला	सुन	चाँदी	माटो
(ख)	चोयाँ	नरिवल	रबर	हलो
(ग)	पनिउँ	डोको	लप्सी	काँगियो
(घ)	खरभूजा	चाट्टान	बादल	रुख
(ङ)	विद्यालय	तामा	काठ	पेट्रोल

५. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) पनिर गहुँबाट बनाइन्छ ?	
(ख) रोटी बनाउन पिठो चाहिन्छ ?	
(ग) नरिवल जमिनमा फल्छ ?	
(घ) आलु तेलहन बाली भित्र पछ ?	
(ङ) जौ बाट भात पकाइन्छ ?	

६. तल दिइएका खाने कुराको पहिचान गरी कुन काँचै खान मिल्छ? कुन पकाएर खानुपर्छ? लेख्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएका अभ्यासहरुलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

७. कुन खाद्य बालीबाट कुन खाना बन्छ ? लेख्नुहोस् ।

खाद्यबालीको नाम	खानाको नाम
१. आलु	चुकाउनी, अचार
२. मकै	
३. गहुँ	
४. जौ	
५. धान	
६. फापर	
७. कोदो	

८. तपाईको घरमा तथा छरछिमेकमा के-कस्ता खानाका परिकारहरु पकाएर खाने गरिन्छ ? कुनै दश ओटा खानाहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

__________ __________ __________ __________

__________ __________ __________ __________

__________ __________

शिक्षण निर्देशन: बिद्यार्थी भाइबहिनीहरुलाई विद्यालय नजिकै रहेको तरकारी उत्पादन गर्ने कृषि फर्ममा लगेर अवलोकन गराउनुहोस् । त्यहाँ लगाइएका तरकारी बाली मध्ये आफ्नो घरमा कुन कुन तरकारीहरु लगाइन्छ, त्यस बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

९. तल केही तरकारीका बोटको चित्र दिइएको छ । तरकारीका बोट र त्यसको फल बिच जोडा मिलाउनुहोस् ।

बन्दाको बोट

सिमीको बोट

धिरौंलाको बोट

आलुको बोट

गोपीको बोट

१०. तल दिइएका खाद्य बालीको चित्र बनाउनुहोस् :

मकै	धान
गहुँ	कोदो

परियोजना कार्य:

विद्यार्थी भाइबहिनीहरुलाई विद्यालय नजिकै रहेको तरकारी उत्पादन गर्ने कृषि फर्ममा लगेर अवलोकन गराउनुहोस् । त्यहाँ लगाइएका तरकारी बाली मध्ये आफ्नो घरमा कुन-कुन तरकारीहरु लगाइन्छ त्यसबारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ चार

विषय क्षेत्र : स्थानीय चाडपर्व, धर्म र संस्कृति

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइभित्र समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुराहरुमा सक्षम हुनेछन् ।

१. स्थानीय समुदायमा मनाइने चाडपर्व र धर्मका बारेमा बताउन,

२. स्थानीय समुदायमा प्रचलित स्थानीय लोक भाका र नृत्यहरुको नाम बताउन,

३. स्थानीय समुदायमा प्रचलित चाडपर्व र उत्सवको बारेमा आफ्नो धारणा व्यक्त गर्न,

संस्कृति सन्देश

आफ्नै कला आफ्नै गला विकास गर्नुपर्छ
बगनासकाली गाउँ मेरो माथि पार्नु पर्छ
चाडपर्व संस्कृतिको परिचय बनाउँ
आफ्नै कला संस्कारमा मिलिजुली रमाऊँ ।

दशै तिहार रङ्गीचङ्गी फागुपर्व हाम्रो
सबै धर्म समान हुँदा बगनासकाली राम्रो
भेदभाव छैन यहाँ सबै आफ्नै साथी
आफ्नो कला संस्कृतिलाई लैजानु छ माथि ।

म हैन हामी भन्ने संस्कार मेरो गाउँ
समानताको बोली सुन्न बगनासकाली जाउँ
धर्म संस्कार संम्पत्ति हो जोगाउनुपर्छ
यसैले नै गाउँ-गाउँमा ज्ञानको ज्योति छर्छ ।[२]

शिक्षण निर्देशन : माथिको कवितालाई लयबद्ध गरी गाउनुहोस् र विद्यार्थीहरुलाई पनि पालैपालो गाउन लगाउँ ।

१. तल हाम्रो गाउँपालिकाभित्र मानिने मुख्य ४ वटा धर्महरुको बारेमा लेखिएका कुराहरु पढेर कक्षामा साथीहरुसंग छलफल गर्नुहोस् ।

हिन्दु धर्म

महामृत्युञ्जय शिवाशन मन्दिर

हाम्रो गाउँपालिकाभित्र सबैभन्दा बढी हिन्दु धर्म मान्ने मानिसहरु रहेका छन् । हिन्दु धर्म मान्ने मानिसहरु पूजापाठ गर्न मन्दिरमा जाने गर्छन् । यहाँका ९ वटै वडामा विभिन्न देवी देवताहरु जस्तै दुर्गा, शिव, पार्वती, गणेश, सरस्वती, नारायण आदिका प्रशस्त मन्दिरहरु रहेका छन् । सबै हिन्दु धर्मालम्बीहरु आफ्नो मनोकामना पूरा होस् भनी मन्दिरमा गई पूजा आराधना गर्छन् ।

बुद्ध धर्म

बुद्ध धर्म शाक्यमुनि बुद्ध (गौतम बुद्ध) द्वारा प्रतिपादन गरिएको हो। यस धर्मको अन्तिम लक्ष्य दुःखबाट सदाका लागि मुक्ति पाउनु हो। पाप कर्म नगर्नु र कुशल कर्मको सञ्चय गर्नु बुद्ध धर्मका मुख्य बिशेषताहरु हुन्। यस धर्मले हत्या हिंसा, चोरी, डकैटी गर्नु हुँदैन भन्ने सन्देश दिएको छ। गौतम बुद्धको जन्म आजभन्दा २६ सय बर्ष पहिले लुम्बिनीमा भएको हो।

बौद्ध भिक्षुहरु

बैशाख पुर्णिमाको दिन ज्ञान प्राप्त भएपछि उनलाई गौतम बुद्ध भनिएको हो। त्यसै कारणले हरेक बर्ष बैशाख शुक्ल पूर्णिमाको दिन बुद्ध जयन्ति पर्व मनाउँने गरिन्छ। बुद्ध धर्मका बारेमा लेखिएको ग्रन्थलाई त्रिपिटक भनिन्छ।

सन्तोक बौद्ध गुम्बा बगनासकाली-१, खोरबारी

बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बौद्ध धर्म मान्ने धर्मालम्बीहरुको संख्या निकै न्युन छ । यहाँका बौद्ध धर्मालम्बीहरुले सन्तोक बौद्ध गुम्बा बगनासकाली १ खोरबारीमा गई ध्यान पूजा गर्छन् ।

शिक्षण निर्देशन: पाठको आधारमा दिइएका प्रश्नहरुको लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

मुस्लिम धर्म

मस्जिद

मुस्लिम धर्म मान्ने मानिसहरु मस्जिदमा गएर भगवानको प्रार्थना गर्छन् । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र निकै न्यून मात्रामा मुस्लिम धर्म मान्ने मानिसहरु रहेका छन् । बगनासकाली गाउँपालिका भित्र मस्जिदहरु भने छैनन् । यहाँका मुस्लिम धर्मालम्बीहरु हाम्रो गाउँपालिका नजिक रहेको तानसेन बजार गएर त्यहाँ रहेको मस्जिदहरुमा भगवानको प्रार्थना गर्छन् ।

क्रिश्चियन धर्म

चर्च

क्रिश्चियन धर्म मान्ने मानिसहरु चर्चमा गएर भगवानको प्रार्थना गर्छन् । चर्चलाई गिरजाघर पनि भनिन्छ । क्रिश्चियन धर्मालम्बीहरु येशु ख्रीष्टको प्रार्थना गर्न चर्चमा जान्छन । येशु ख्रीष्टलाई परमेश्वरको रुपमा पुकार गर्दछन । हाम्रो गाउँपालिका भित्र क्रिश्चियन धर्म मान्ने मानिसहरु निकै न्यून रहेका छन् । यहाँ चर्चहरु छैनन् । यहाँका क्रिश्चियन धर्मालम्बीहरु तानसेनमा रहेका विभिन्न चर्चहरुमा गएर परमेश्वरको प्रार्थना गर्छन् ।

२. माथि दिइएको बाल गीतलाई सबै बिद्यार्थीहरुले सामुहिक रुपमा लय हालेर गाउनुहोस्:

३. उपयुक्त शब्द छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

(क) आफ्नो कला संस्कृतिलाई _______________ लैजानुपर्छ । (माथि, बिच, तल)

(ख) आफ्नै कला आफ्नै गलाको _______________ गर्नुपर्छ ।(उन्नती, प्रगति, विकास)

(ग) _______________ भन्ने संस्कारको विकास गर्नुपर्छ । (म, तँ, हामी)

(घ) ___________ रङ्गीचङ्गी चाड हो । (फागुपर्व, दशैं, तीज)

(ङ) हामीले सबै धर्मलाई _____________ ठान्नुपर्छ । (फरक, समान, विभेद)

४. तलको वर्ण तालिका भित्र रहेका वर्ण र मात्राबाट तपाईले मनाउने कुनै पाँच वटा चाडपर्वको नाम पत्ता लगाइ ति पर्वको नाम लेख्नुहोस्:

न	क	ल	द	प	नि	क्ष
क	शि	सु	शैं	ति	हा	र
क्रि	व	भू	मे	पू	जा	ज
स	रा	न्वा	गी	ऐ	त्रा	नै
म	त्री	गा	ई	जा	त्रा	पू
स	क	म	ती	जा	प	र्णि
बु	रा	म	ज	न	ल	मा

शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएका अभ्यासलाई लिखित तथा मौखिक रुपमा अभ्यास गराउनुहोस् ।

१. ____

२. ____

३. ____

४. ____

५. ____

५. तलको कृष्ण भजन लय हालेर गाउनुहोस् ।

✍ *नेत्रप्रसाद न्यौपाने*

वसन्त आ.वि.बभ्जादी

बाबाले देको मूरली
आमाले प्वाँख दिनुभो
गाई चराउन गोपाल
बृन्दावन हिड्नुभो ।

यमूनाको तीरमा
सिउरेर प्वाँख शीरमा
हातमा छड्के मूरली
धुन बज्यो सुस्तरी ।

गाईले घाँस खाएनन्
गोपिनी बासमा गएनन्
कदमको डालीमा
प्रकृतिको लालीमा

देउन आमा मूरली
बजाउछु म सुसेली
म पनि कृष्णै बन्थे की
यशोदा आमा भन्थेँ की

६. तल दिएको ठाडो भाका सालै जो लय हालेर गाउनुहोस्:

✍ दान बहादुर पल्ली
खानीछाप-४, पाल्पा

१. हा हा .... खेत हुन रैछ र !
भेट हुन रैछ र !!
ए हाइ हो .... डाँडै र काँटी कूलो र ल्याए
ए हो सालै जो .... खेत हुन रैछ र !

२. हा हा .... फूलै फुल्यो बामरी !
बसौं हे रामरी !!
ए होइ हो .... बाबाजीको फुलै र बारी
ए हो सालै जो फूल फुल्यो बामरी !
ए होइ हो .... हजुर हामी भेटमा हुँदा
ए हो सालै जो बसौं है रामरी !!

३. हा हा .... पानी खायो बाघैले !
घुमाई देऊ रागैले !!
ए होइ हो .... मधेसैको तिर तिरे धारो
ए हो सालै जो पानी खायो बाघैले !
ए होइ हो .... गीतमा गाउन सीप ढंग छैन
ए हो सालै जो घुमाइदेउ रागैले !!

४. हा हा धानैको गावाले !
ज्यान खायो हावाले !!
ए होइ हो .... माडीको फाँट हरियो भयो
ए होइ टाढाको पिरती नलाउनु रै छ
ए हो सालै जो ज्यान खायो हावाले !!

५. हा हा .... लेखौंला भनेर !
देखौंला भनेर !!
ए होइ हो .... हातमा लिउँला कल मै मसी
ए होइ सालै जो लेखौंला भनेर !
ए होइ हो .... चारैमा दिशा नजरै लाउला
ए हो सालै जो देखौंला भनेर !!

७. माथिको कविताको आधारमा तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस्:

(क) समानताको बोली सुन्न कहाँ जानुपर्छ ?

(ख) हामीहरु के मा रमाउनु पर्छ ?

(ग) धर्म संस्कार हाम्रो के हो ?

(घ) हामीहरुमा कस्तो संस्कारको विकास भएको छ ?

८. बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र रहेका सबै जातजातिहरुले मनाउने कुनै सातवटा चाडपर्वको नाम शिक्षक सँग सोधेर लेख्नुहोस्:

९. तपाईले तीज पर्वमा के कस्ता गतिविधिहरु गरेर मनाउनुहुन्छ ? एक अनुच्छेद लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस्:

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

शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएका चित्रका आधारमा धर्म र धर्म अनुसार ईश्वरको प्रार्थना गर्ने ठाउँबारे प्रश्नहरु निर्माण गरी छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) बुद्ध धर्मका प्रतिपादक को हुन् ?

(ख) सन्तोक बौद्ध गुम्बा कहाँ पर्छ ?

(ग) बुद्ध जयन्ती पर्व कहिले मनाइन्छ ?

(घ) बुद्ध धर्मले के शन्देश दिन्छ ?

(ङ) बुद्ध धर्मका बारेमा लेखिएको ग्रन्थलाई के भनिन्छ ?

२. तलका भनाइ ठिक भए (✓) चिन्ह र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) बुद्ध धर्मले पाप कर्म गर्नु हुँदैन भनेर सिकाउँछ ।	
(ख) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र धेरै मानिस बुद्ध धर्म मान्नेहरु छन् ।	
(ग) सन्तोक बौद्ध गुम्बा बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. २ मा पर्दछ ।	
(घ) बैशाख शुक्ल पूर्णिमाको दिन बुद्धजयन्ति पर्व मनाइन्छ ।	
(ङ) हामीले आफ्नो धर्मलाई संरक्षण गर्नुपर्छ ।	

स्थानीय (नृत्य) नाचहरू

फागु पूर्णिमाको दिन होली पर्व मनाइन्छ ।

देउसी भैलो नाच तिहारमा नाचिन्छ ।

मारूनी नाच मगर समुदायमा प्रचलित नाच हो ।

भजन कीर्तन नाच खस आर्य (ब्रामण क्षेत्री) समुदायमा बढी प्रचलित नाच हो ।

शिक्षण निर्देशनः माथि दिइएका स्थानीय नृत्य/नाचहरुको बारेमा छलफल गराई स्थानीय नृत्यहरुबारे बालबालिकालाई जानकारी दिनुहोस् ।

एकाइ पाँच

विषय क्षेत्र : स्थानीय कला, सीप र प्रविधि

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. स्थानीय औजार तथा सामग्री निर्माण गर्ने सामान्य तरिकाबारे बताउन,

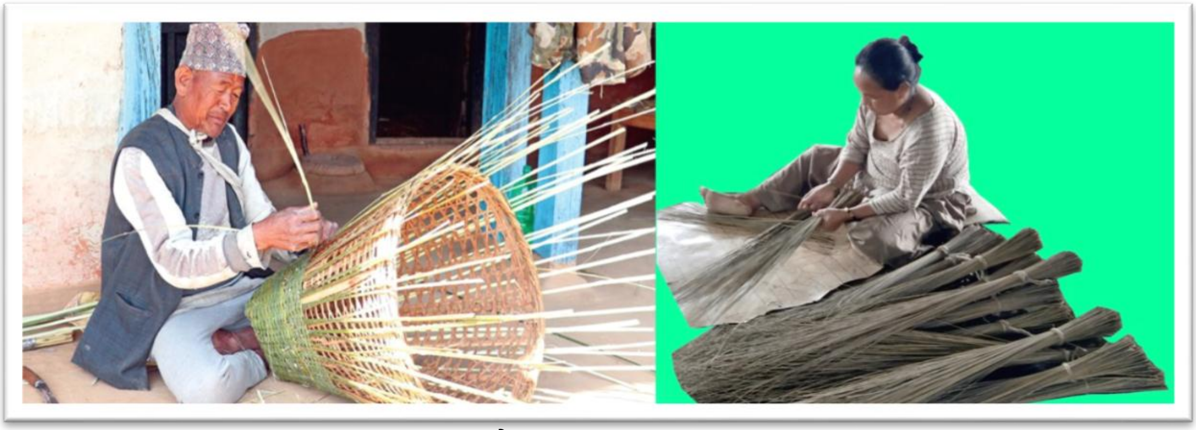
२. व्यावसायिक रुपमा उत्पादन गरिने सामग्रीहरुको सूची तयार पार्न,

३. व्यावसायिक रुपमा स्थानीय सामग्री निर्माण गर्ने स्थानहरु बताउन,

४. स्थानीय सामग्रीको प्रयोग गरी कला आकृति निर्माण गर्न ।

हाम्रा स्थानीय उत्पादन

मौलिक कलाले आफ्नो गाउँ ठाउँको परिचय दिन्छ । आफ्नो स्थानीय कला र सीपको प्रयोग गरी कम लागतमा धेरै वस्तुको उत्पादन गर्न सकिन्छ । स्थानीय सीपको प्रयोग स्थानीय स्तरमा नै गरेमा रोजगारीका अवसरहरु प्राप्त गर्न सकिन्छ ।



बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका सबै समुदायमा स्थानीय कला, सीप र प्रविधिको सही सदुपयोग भइरहेको छ । स्थानीय जङ्गलबाट काठ प्रयोग गरी दराज, पलङ, झ्याल, ढोका, ठेकी, मदानी जस्ता सामग्री निर्माण गरी व्यावसायिक रुपमा बेचबिखन गरिन्छ । बाँसको

चोयाँबाट ढाकर, सुपो, कूचो तयार गरिन्छ । रसी वा धागोबाट नाम्लो बुनिन्छ । फलामबाट हँसिया, कोदालो, बन्चरो, तामाको प्रयोग गरी गाग्री, ताउलो, अम्खोरा जस्ता सामग्रीको निर्माण हुने गर्छ ।

बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ३ नायर, वडा नं. ६ यम्घा, वडा नं. १ खोरबारी, लगायतका ठाउँमा धातुबाट निर्मित सामग्रीहरुको निर्माण गरिन्छ । यसै गरी यहाँ धागोबाट सुइटर, टोपी, रुमाल बुन्ने काम गरिन्छ। यसै गरी काठबाट हलो, जुवा तयार पारी खेतबारीमा जोत्न प्रयोग गरिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) जङ्गलका काठ प्रयोग गरी के-के सामग्री बनाउन सकिन्छ ?

(ख) आफ्नो गाउँ र ठाउँको परिचय के ले दिन्छ ?

(ग) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र कुन-कुन ठाउँमा धातुका सामग्री बनाइन्छ ?

(घ) धागोबाट के बनाइन्छ ?

(ङ) रोजगारीका अवसर सिर्जना गर्न के गर्नुपर्छ ?

२. जोडा मिलाउनुहोस् :

चोयाँ	बन्चरो
धागो	हलो
फलाम	सुइटर
काठ	ढाकर

३. तपाईंको घरमा के कस्ता बस्तुको उत्पादन हुन्छ ? घर परिवारलाई सोधेर लेख्नुहोस् ।

(क) ______________ (ख) ______________

(ग) ______________ (घ) ______________

४. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द छानेर लेख्नुहोस्:

(क) हँसिया ______________ बाट बनाइन्छ । (तामा, फलाम, सिसा)

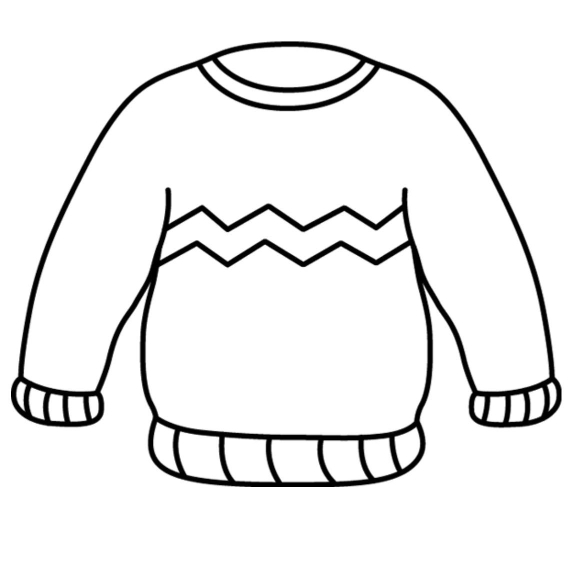
(ख) हलो, जुवा खेतबारीमा ____________ प्रयोग हुन्छ । (जोत्न, बेच्न, भत्काउन)

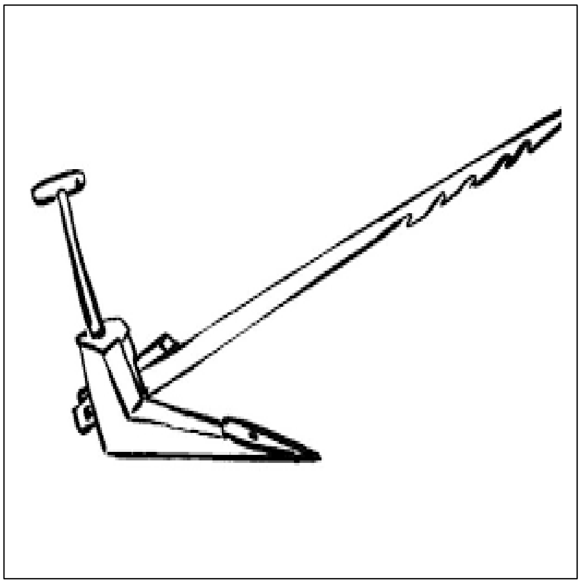
(ग) स्थानीय सीपको प्रयोग गर्दा कम ______________ मा वस्तुको उत्पादन हुन्छ । (रोजगारी, खर्च, उत्पादन)

(घ) बन्चरो ____________ बाट बनाइन्छ । (तामा, फलाम, पित्तल)

(ङ) कपडाको उत्पादन गर्न ____________ चाहिन्छ । (कागज, रबर, धागो)

५. तलका चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस्:





शिक्षण निर्देशन : दिइएका प्रश्नहरुको लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

६. तल दिइएका सामग्रीहरु मध्ये कुन काठबाट, कुन धागोबाट र कुन धातुबाट बन्छ ? छुट्याउनु होस् । (कोट, हलो, फरुवा, सुइटर, खुकुरी, मोजा, कोदाली, जुवा, टोपी, दराज, पाइन्ट, मदानी)

काठबाट बन्ने	धागोबाट बन्ने	धातुबाट बन्ने

७. हँसिया, बन्चरो, कोदाली बनाउन के के सामग्रीको आवश्यक पर्छ ? शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस्:

हँसिया बनाउन चाहिने सामग्री	बन्चरो बनाउन चाहिने सामग्री	कोदाली बनाउन चाहिने सामग्री

८. दिइएको चित्रमा के के गरिरहेको देख्नुभयो ? साथीहरुसँग छलफल गर्नुहोस्:

शिक्षण निर्देशन : अभ्यासका आधारमा आफ्नो घरमा उत्पादित स्थानीय बस्तु र प्रयोगबारे छलफल गराउनुहोस् ।

हाम्रा स्थानीय उत्पादन र प्रयोग

बगनासे चाँपी

बगनासे चाँपी बगनासकाली गाउँपालिकाको पहिचान हो । परापूर्व काल देखि नै आधुनिक बजारमा चाँपी आउनुभन्दा पहिले नै यो चाँपी यहाँ उत्पादन गरी प्रयोगमा ल्याइन्थ्यो । यहाँका सर्वसाधारण व्यक्तिको घरका झ्यालढोका, बाकस तथा सरकारी कार्यालयमा समेत यो चाँपीको प्रयोग हुन्थ्यो । यो अन्य चाँपीको तुलनामा धेरै सुरक्षित मानिन्छ । हाल बगनासकाली गाउँपालिकाको प्रशासनिक कार्यालयको मुख्य-मुख्य कक्षमा यो चापी लगाइन्छ । यो चापी विशेष गरी फलामबाट बनेको लाम्चो आकारको हुन्छ । सुरक्षाका हिसाबले यसलाई उत्कृष्ट ताल्चा (चाँपीको) रुपमा लिइन्छ । यसको उत्पादन र प्रयोगमा विस्तार गर्न सक्यो भने गाउँपालिका भित्र रोजगारको अवसर प्राप्त हुने र स्थानीय तहमा आम्दानीको स्रोत समेत बृद्धि हुन सक्छ । यस्ता मौलिक कला र संम्पत्तिको संरक्षण गर्नु हामी सबैको दायित्व हो ।

ढाकर

बाँस वा निगालाको चोयाँ प्रयोग गरी बनाइएको सामान बोक्ने वस्तुलाई ढाकर भनिन्छ । परम्परागत देखि नै यातायातका साधनहरु आविष्कार हुनुभन्दा अगाडि बिरामी मानिस बोक्नको लागि समेत यसैको प्रयोग हुन्थ्यो । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकामा पनि ढाकर बुन्ने र यसलाई घरायसी तथा व्यवसायिक रुपमा उत्पादन गर्ने चलन रहेको छ । घाँस दाउरा बोक्न, पतकर बोक्न, मल, ढुङ्गा, माटो तथा अन्नहरु बोक्न विशेष गरी यसको प्रयोग गरिन्छ। मसिनो चोयाबाट थुम्सी पनि बुन्ने चलन छ।

ढिंकी

धान, गहुँ, जौ, लगायतका खाद्यान्न कुट्नको लागि बनाइने काठको यन्त्रलाई ढिकी भनिन्छ । विशेष गरी 'प्वाल परेका दुइवटा खाँबा गाडी त्यसका बीचमा आग्लो हाली अड्याएर तेर्स्याइएको ६ फिट जति लामो काठ र अगाडि, टाउको पट्टी एक फिट जति वर मुस्ली जोडेर" ढिकी बनाइन्छ।

यसलाई पछाडिको भागमा खुट्टाले थिचेर तलमाथि तल माथि गराई उचाल्दै-छोड्दै गरिन्छ र धान, गहुँ, चिउरा, दाल लगायतका खाद्यान्नलाई कुटेर चामल, पिठो, चिउरा दाल आदि तयार पारिन्छ। आधुनिक सरल यन्त्र मेसिनको आविष्कार हुनुभन्दा अगाडि यसको निर्माण र प्रयोग गरी दैनिक जीवनलाई सहज बनाइन्थ्यो । अहिले पनि हाम्रो घरमा ढिकी राखेर त्यसलाई प्रयोगमा ल्याइएको छ। यो हाम्रो मौलिक सम्पत्ति हो।

टपरी

साल, चिउरी, लगायतका रुखको पातलाई प्रयोग गरी बनाइने थाल/प्लेट आकारको वस्तुलाई टपरी भनिन्छ । पातलाई बाँसको सिन्काले गाँसेर टपरी बनाइन्छ। टपरी हाम्रो मौलिक उत्पादन हो । पहिले-पहिले अहिले जस्तो धातु तथा प्लाष्टिकका थाल प्लेटहरु थिएनन् । त्यो बखत जङ्गलमा गई पातहरु टिपेर घरमा ल्याई टपरी गाँसेर धार्मिक कार्य तथा दैनिक जीवनमा समेत यसको प्रयोग गरिन्थ्यो । आज पनि हाम्रो घर तथा छिमेकमा धार्मिक तथा सामुहिक कार्यहरुमा टपरी गाँस्ने र त्यसलाई प्रयोगमा ल्याउने गरिन्छ। यसले प्लाष्टिकका सामग्रीहरुलाई विस्थापन गर्न सहयोग पुऱ्याएको छ। यसले हाम्रो मौलिक कला सीपको सदुपयोग भएको छ भने घरको नगद पैसा बचत भएको छ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) बगनासे चाँपी कुन गाउँपालिकामा उत्पादन गरिन्छ ?

(ख) ढाकर कसरी बनाइन्छ ?

(ग) ढिकीको प्रयोग कुन-कुन काममा प्रयोग गरिन्छ ?

(घ) बगनासे चाँपी कुन धातुवाट बनाइन्छ ?

(ङ) टपरी कसरी उत्पदान गरिन्छ ?

(च) टपरीको प्रयोग कुन-कुन काममा गरिन्छ ?

शिक्षण निर्देशन : पाठको आधारमा लिखित र मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

२. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) स्थानीय कला सीपको प्रयोगले मानिस आत्मनिर्भर बन्छ ?	
(ख) ढिकी फलामबाट बनाइन्छ ?	
(ग) आधुनिक चाँपीको तुलनामा बगनासे चाँपी सुरक्षित हुँदैन ।	
(घ) टपरी पात र सिन्काको प्रयोग गरी बनाइन्छ ?	
(ङ) ढाकरको प्रयोग सामान बोक्न गरिन्छ ?	

३. तलको कोठामा भएका वर्णहरुको प्रयोग गरी पाँच वटा स्थानीय उत्पादनको नाम खोज्नुहोस् र लेख्नुहोस् ।

न	स	ढिँ	की	ए	ज्ञ	पा
प	स	अ	ढा	क	र	प
ह	लो	ट	प	मा	द	ल
सि	सु	प	जु	वा	ल	ञ
या	ब	री	क	को	दा	ली

१. ______________________ २. ______________________

३. ______________________ ४. ______________________

५. ______________________

४. हाम्रो सिर्जना

माथिको चित्रमा के भइरहेको छ ? साथीहरुसँग छलफल गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य:

विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो घरमा भएका मौलिक कला, सीप र प्रविधिको प्रयोग गरी निर्माण गरिएका एक/एक वटा सामग्रीहरु विद्यालयमा ल्याउन लगाई ती सामग्रीहरुलाई सङ्कलन गरी विद्यार्थीहरु साम् प्रदर्शन गराउनुहोस् ।

एकाइ छ

विषय क्षेत्र: प्रसिद्ध धार्मिक, साँस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा

पर्यटकीय स्थल

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन् ।

१. पर्यटकीय महत्वका धार्मिक, साँस्कृतिक तथा ऐतिहासिक स्थलहरुको ठेगाना सहित नाम बताउन,

२. पर्यटकीय स्थानहरुको मुख्य विशेषता बताउन,

हाम्रा धार्मिक, साँस्कृतिक तथा ऐतिहासिक स्थल

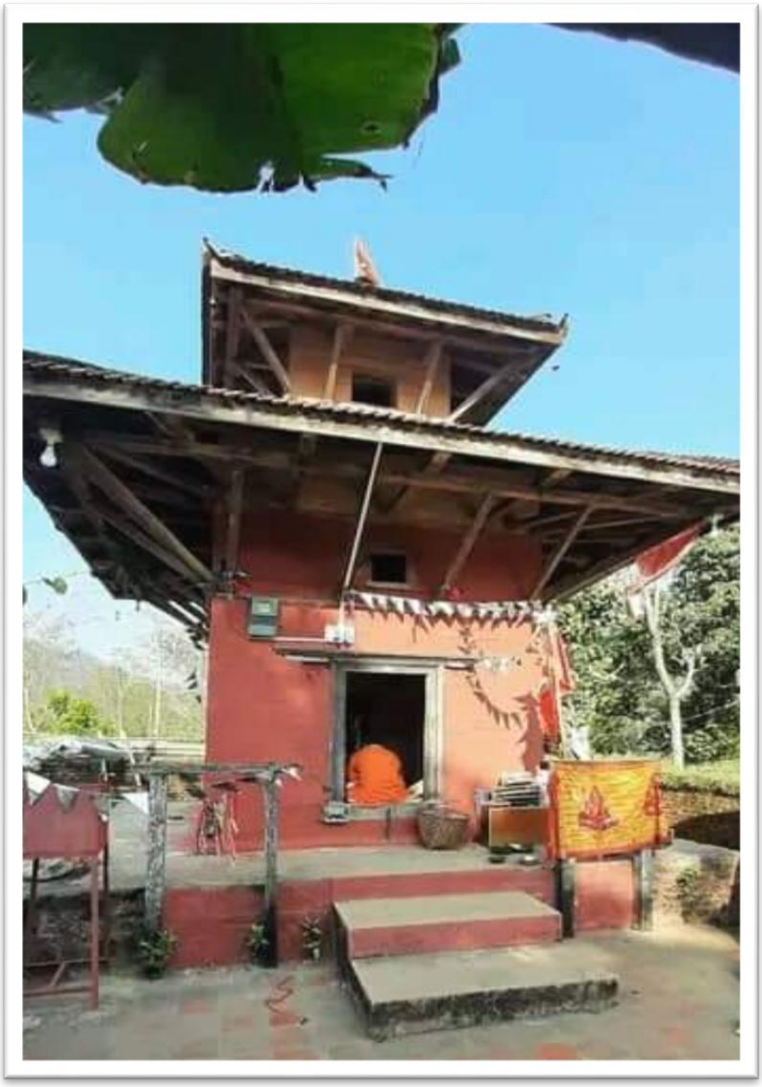
सिद्धबाबा मन्दिर, बगनासकाली-८, घिउँसीबास

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र धेरै धार्मिक स्थलहरु रहेका छन् । ती धार्मिक स्थलहरु मध्ये सिद्धबाबाको मन्दिर पनि एक हो । बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ८ बराङ्दीको घिँउसीबासमा उक्त मन्दिर अवस्थित रहेको छ । यो मन्दिर आजभन्दा करिब ३०० वर्ष अगाडि देखि रहेको अनुमान गरिएको छ । उक्त मन्दिर प्यागोडा शैलीमा निर्माण गरिएको

छ । उक्त मन्दिर १०८ पिपलका वृक्षहरुले वरिपरि घेरिएको छ । शिव पञ्चायन मन्दिर, ऊँ कारेश्वर १०८ शिवलिङ्गले गर्दा यस मन्दिरलाई थप आकर्षक बनाएको छ । यस मन्दिरमा नर्मदा नदी भारतबाट ल्याइएको शिवलिङ्ग राखिएको छ । मन्दिरको चारवाटै सुरमा गणेश, लक्ष्मीनारायण सुर्यनारायणको मूर्तिलाई खुल्ला रुपमा राखिएको छ। मन्दिर नजिकै रहेको ठुलो सिमलको रुखमुनि जटाधारी शिवजी र हनुमानको पुरानो मन्दिर रहेको छ ।

यो हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाको अमुल्य विधि हो । यहाँ पञ्चपल्लव वर, पिपल, स्वामी, रुद्राक्ष र वेलको रुख समेत रहेका छन् । यस मन्दिरमा नित्य पूजा आराधना गरिन्छ । विशेष गरी बैशाख महिनाका सबै शनिबार र श्रावण महिनाका सोमबार १०८ पिपलको जल खान टाढा टाढाबाट श्रदालु भक्तजनको यस मन्दिरमा भिड लाग्ने गर्छ । अक्षयतृतीय, कृष्ण जन्माष्टमी तथा बाला चतुर्दशीको दिन सतबिज छर्न भक्तजनहरु यहाँ आउने गर्दन् । जनैपुर्णिमाको दिन जनै डोरा पुज्ने, महाशिव रात्री पर्व, मार्ग भुक्ल पुर्णिमाको दिन समेत यहाँ विशेष मेला लाग्ने गर्दछ । यहाँ हरेक कृषकहरुले नयाँ अन्न फलाएपछि यस मन्दिरमा चढाएर मात्र खाने चलन रहेको छ ।

शिक्षण निर्देशन : माथिको पाठ कक्षामा पालैपालो विद्यार्थीलाई पढ्न लगाउनुहोस्:



यो मन्दिर हाम्रै बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं ६ दैलातुङ्ग फाँटमा पर्दछ । पवित्र कालीगण्डकी नदीको किनारमा रहेको यस मन्दिरमा अन्नपूर्णेश्वर स्वरुपका शिवजीको मूर्ति रहेको छ। यहाँ नित्य पूजा आजा हुने गर्दछ । यो मन्दिर आजभन्दा करिब दुईसय वर्ष अगाडि बनेको हुन सक्ने अनुमान त्यहाँका वयोवृद्धहरुको रहेको छ । प्यागोडा शैलीमा निर्मित यो मन्दिरमा प्रत्येक बर्ष महाशिवरात्री पर्वमा विशेष धार्मिक मेला लाग्ने गर्दछ ।

अन्नपूर्णेश्वर मन्दिर, बगनासकाली-६, दैलातुङ्ग

यस मन्दिरमा टाढा-टाढाबाट भक्तजनहरु फूल प्रसाद सहित दर्शनको लागि आउने गर्दछन् । कालीगण्डकी नदीको किनारमा रहेको धार्मिक तथा ऐतिहासिक रुपमा महत्वपूर्ण यस मन्दिरमा यसको संरक्षण र प्रचार प्रसारको लागि दैलातुङ रानीघाट महोत्सव समेत आयोजना गरिएको थियो । यो मन्दिर वि.सं. १८६१ मा रामशाली पण्डितले निर्माण गरेको इतिहास छ ।

धारापानी सिद्धगुफा, बगनासकाली-६

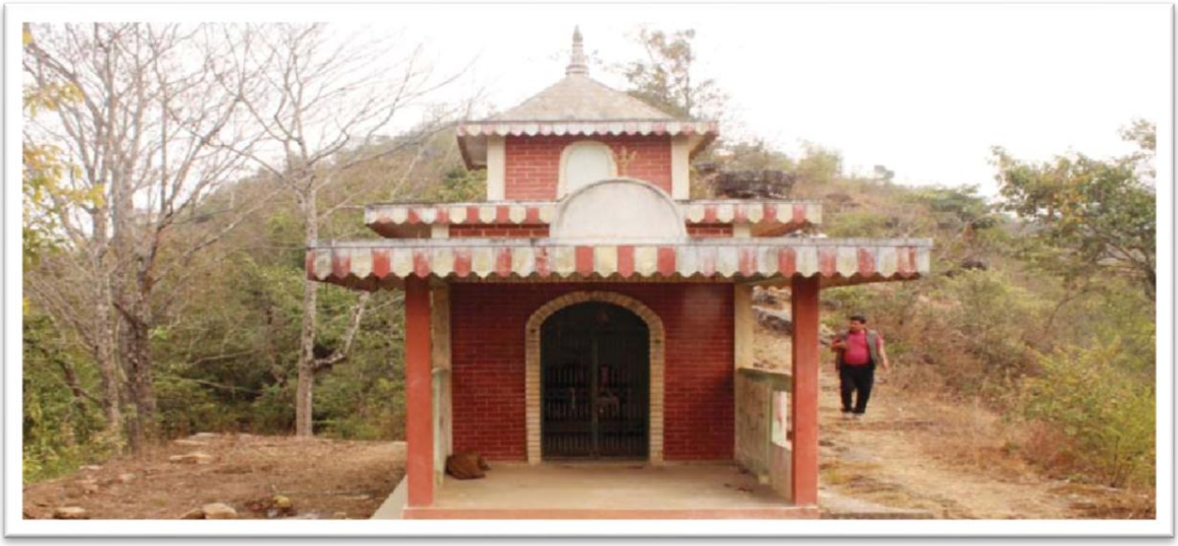
यो सिद्धगुफा बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ६ यम्घाको गुंगा गाउँ र दर्पुकको जङ्गल बीचमा पर्ने धारापानी भन्ने ठाँउमा पर्दछ । यो गुफाको उत्पत्ति सयौँ वर्ष अघि भएको अनुमान छ । यस सिद्धगुफाबाट छिरेर राम्दीमा रहेको सिद्धगुफामा पुग्न सकिन्छ भन्ने मान्यता पुर्वजहरुले राखेको पाइन्छ । यो मान्यता भएपनि हाल त्यहाँ पुग्ने बाटो यो गुफाभित्र देखिदैन । यो गुफा करिब पाँच मिटर जति लामो रहेको छ । त्यहाँ बाह्रै महिना पानी बगिरहन्छ । यस ठाउँमा ब्रतवन्ध गर्न, सत्यनारायणको पूजा आजा गर्न आउने चलन छ । सबै जातजातिका मानिसहरु यस गुफामा आएर भगवान् शिवजीको पूजा गर्ने चलन रहेको छ ।

शिक्षण निर्देशन : माथिको पाठमा भएका मुख्य मुख्य कुराहरुलाई टिपोट गरी छलफल गराउनुहोस् ।

राम्दी सुन गुफा, बगनासकाली-५, राम्दी

बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ५ दर्लमडाँडाको राम्दीमा रहेको यो सुनगुफा हाम्रो गाउँपालिकाको एक धार्मिक तथा ऐतिहासिक क्षेत्रभित्र पर्दछ। कालीगण्डकी नदीको किनारमा रहेको राम्दी धाममा अवस्थित यो गुफा किवदन्ती अनुसार वि.सं. १८६५ सालतिर बनेको भन्ने जनविश्वास रहेको छ । त्यहिबेला तानसेन नजिक रहेको गोर्खेकोटमा मावली घरमा बस्दै आएका केशब भट्टराइले पाल्पाका राजा मणिमुकुन्द सेनलाई घोडाको बच्चा दिएवापत राजाले उनलाई राम्दी क्षेत्रको सुनादी भन्ने ठाउँको जग्गा उनलाई दिएछन् । उनको त्यस ठाउँमा पशुपालन गर्ने योजना बनाएको हुनाले राजाले गोठ बनाइदिई सुनवीर माझी नामको गोठालो समेत राखिदिएछन्। काम गर्न राखेको गोठालो हरेक रात बगनासकाली गाउँमा भजन गाउँन जादो रहेछ । यो कुरा थाहा पाएर केशबले गोठमा निरीक्षण गर्न थालेछन् । उनको गोठमा रहेका गाई भैँसीलाई बाघहरुले पहरा दिएर राखेको देखेछन्। एक दिन बिहान गोठालो फिरिरि गरी उडेर आएछ। त्यसपछि केशबले गोठालोलाई गाली गर्दा म सिद्ध हुँ भनी तलतिर गुफाभित्र पसेछ र त्यही अलप भएछ। पछि गाउँलेहरुले उक्त ठाउँमा पूजा आज गर्न थालेपछि त्यसैको आधारमा यसको नाम सुनगुफा रहने गएको किम्वदन्ती पाइन्छ।

यसै धारणाका आधारमा यस क्षेत्रका किसानहरुमा दिउँसोको समयमा दुध दही राख्ने ठेका भाडा छोएमा विपत्ति आइपर्छ भन्ने मान्यता छ । यस गुफामा झण्डै १ सय १३ वर्ष अघिदेखि निरन्तर अखण्ड धुनी बोल्दै आएको छ। यस ठाउँमा पाल्पा, स्याङ्जा, गुल्मी, अर्घाखाँची लगाएत स्वदेशी विदेशी पर्यटकहरु आएर गुफा तथा पहरामा गई फोटो खिच्ने तथा रमाउने गर्दछन् । यस गुफामा गाई भैसीको दुध ल्याएर चढाउदा गाईभैसी निरन्तर ब्याउँछन् बाँझो हुदैनन् भन्ने जनविश्वास रहेको छ । यस क्षेत्रको थप विकास र संरक्षण गर्न सके पयर्टकको आगमनमा वृद्धि भई आन्तरिक राजस्वमा समेत बृद्धि हुन सक्ने प्रशस्त सम्भावना देखिन्छ ।



मालारानी मन्दिर, बगनासकाली-९, चापपानी

मालारानी हाम्रो बगानसकाली गाउँपालिका वडा नं ९ चापपानीमा पर्दछ। यस ठाउँको नाम मल्ल रानीबाट अपभ्रंश भएर मालारानी भएको जनविश्वास छ । यस मन्दिरमा देवीको पूजाआजा गरिन्छ। यहाँ खाँणदेवी, कन्या देवी र वानरकन्याको पूजा हुने गर्दछ। यस मन्दिरको मुनितर्फ सिद्ध गुफा समेत रहेको छ । जहाँ भगवान् शिवको पूजा आराधना गरिन्छ । मालारानी मन्दिरमा जानको लागि बराङ्दी चापपानी सडक खण्डसँग जोडिएको ढुङ्गाको चट्टानबाट फलामको रेलिङ्ग हालेर चट्टान काटेर बाटो निर्माण गरिएको छ । उक्त

मन्दिरमा हाँस, कुखुरा, बोकाको बली दिने चलन समेत रहेको छ। यहाँ बाट पाल्पाका अधिकांश भागको दृश्य समेत देख्न सकिन्छ ।

राम्दी पुल, बगनासकाली-५, राम्दी

बगनासकाली गाउँपालिकासँग जोडिएको राम्दी पूल पाल्पा र स्याङ्जा जिल्ला जोड्ने पुल हो । यो बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ५ मा पर्दछ । कालीगण्डकी नदीमाथि निर्मित यसलाई कालीगण्डकी पुल पनि भनेर चिनिन्छ । यस पुलको निर्माण वि.स. २०२८ सालमा भएको हो । यो पुल कलकत्ता हावडा पुलको नमूना अनुसार बनाइएको छ । नेपाल भारत सहयोगमा निर्मित यस पुलको उद्घाटन तत्कालिन सम्माननीय प्रधानमन्त्री किर्तिनिधि विष्टाद्धरा वि.स. २०२८ साल भदौ २९ गते मंगलबार भएको हो । यो पुल ९३ मिटर लामो रहेको छ । यो पुल पुर्णरुपमा फलामद्धारा बनेको छ । यो पुल बीच भागमा कुनै पिल्लर राखिएको छैन । यो पुल निर्माण भएसँगै पाल्पाबाट स्याङ्जा जाने सवारी साधनहरु सजिलैसँग वारपार गरी आफ्नो गन्तव्यसम्म पुग्ने गरेका छन् । यो पुल सिद्धार्थराज मार्ग भित्र पर्दछ । यसलाई बगनासकाली गाउँपालिकाको ऐतिहासिक सम्पत्तिको रुपमा लिन सकिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएको धार्मिक तथा ऐतिहासिक स्थलको बारेमा दिइएको जानकारी पढ्नुहोस् र ती ठाउँका विशेषताबारे छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरुको छोटो उत्तर दिनुहोस्:

(क) सिद्धबाबा मन्दिरको वरिपरि कति संख्यामा पिपलका रुखहरु रहेका छन् ?

(ख) अन्नपूर्णेश्वर मन्दिर कुन शैलीमा निर्माण गरिएको छ ?

(ग) धारापानी सिद्धगुफा कुन ठाउँमा पर्दछ ?

(घ) सिद्धबाबा मन्दिरमा कुन-कुन महिनामा श्रद्धालु भक्तजनको भीड लाग्ने गर्दछ ?

(ङ) धारापानी सिद्धगुफाको लम्बाई कति जति रहेको छ ?

(च) पाल्पाका राजा मणिमुकुन्द सेनलाई कसले घोडाको बच्चा दिएका थिए ।

(छ) राम्दी सुनगुफा हेर्न कहाँ-कहाँबाट मानिसहरु आउने गर्छन् ?

(ज) राम्दी पुलको उद्घाटन कहिले कसले गरेका थिए ?

(झ) राम्दी (कालीगण्डकी) पूलको लम्बाई कति रहेको छ ?

(ञ) मालारानी मन्दिरको नाम कसरी रहेको थियो ?

(ट) राम्दी पूल कुन राजमार्ग अन्तर्गत पर्दछ ?

(ठ) मालारानी मन्दिरमा कुन-कुन पशुपन्छीको बंली दिइन्छ ?

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) सिद्धबाबाको मन्दिरमा _____ बाट ल्याइएको शिवलिङ्ग राखिएको छ ।

(चिन, नेपाल, भारत)

(ख) राम्दी पूलले _____ जिल्लालाई जोडेको छ ।

(पाल्पा-स्याङजा, पाल्पा-गुल्मी, पाल्पा-रुपन्देही)

(ग) राजा मणिमुकुन्द सेनले _____ नामको गोठालो राखिदिएका थिए ।

(गुनवीर माझी, केशव भट्टराई, सुनवीर माझी)

(घ) अन्नपूर्णेश्वर मन्दिर _____ शैलीमा बनेको छ । (प्यागोडा, स्तुपा, चक्रिय)

(ङ) वर पिपल _____ वृक्ष भित्र पर्छन् । (धार्मिक, पञ्चपल्लव, सुन्दर)

३. जोडा मिलाउनुहोस्:

मालरानी मन्दिर

रा‍म्दी पूल

राम्दी सुन गुफा

अन्नपूर्णेश्वर मन्दिर

सिद्धबाबा मन्दिर

४. तपाईले हालसम्म बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र रहेका कुन-कुन धार्मिक तथा ऐतिहासिक क्षेत्रको अवलोकन गर्नुभएको छ ? लेखेर शिक्षकलाई सुनाउनुहोस् ।

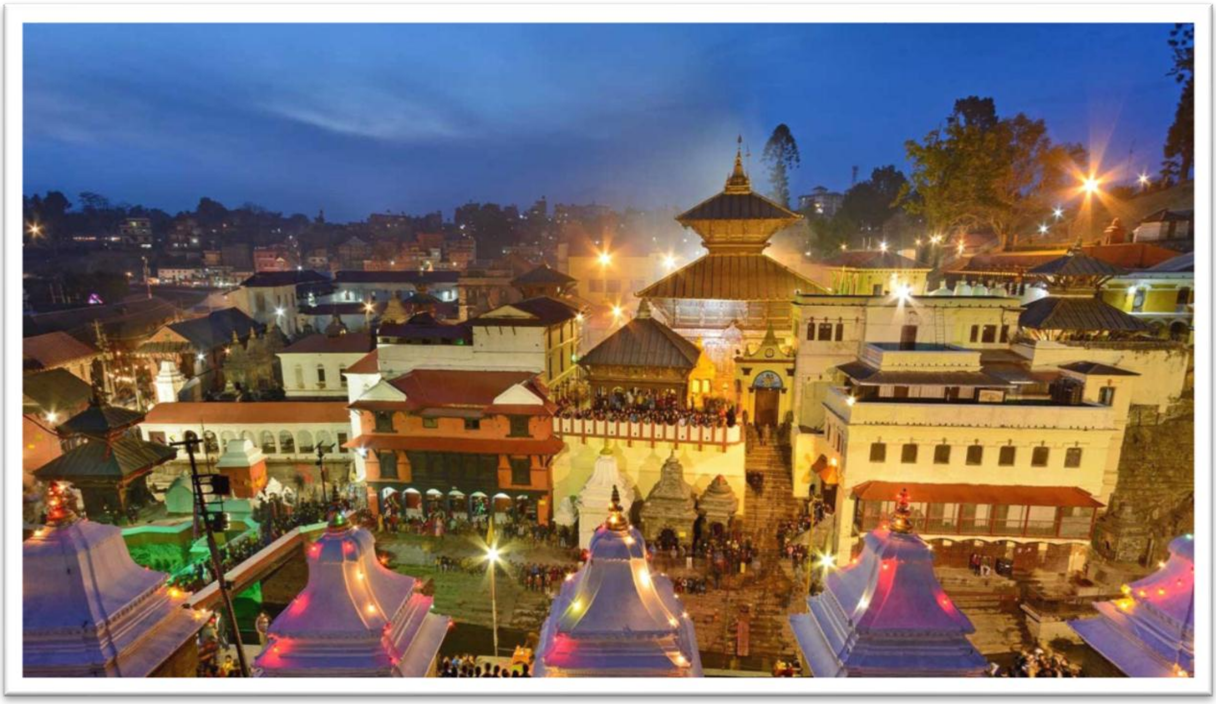
५. तपाई बगनासकाली गाउँपालिकाको कति वडामा बस्नुहुन्छ? तपाईको वडा भित्र रहेका धार्मिक तथा पर्यटकीय क्षेत्रहरुको नाम शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

मेरो वडामा भएका धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थलहरु

१. ....   ३. ....

२. ....   ४. ....

६. तलको चित्र हेरेर चित्रमा के-के भइरहेको छ ? छलफल गर्नुहोस्:



७. तल हाम्रो गाउँपालिका भित्रका केही महत्वपुर्ण दृश्यहरु दिइएको छ। ती चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् :

घोरबन्दा गाउँ

माडी पोखराथोकको दृश्य

दर्लम चापपानीको दृश्य

शिक्षण निर्देशन : दिइएका दृश्यहरुबारे लिखित र मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

आर्यभञ्ज्याङ्ग

खोरबारी

परियोजना कार्यः

बिद्यार्थीहरुलाई आ-आफ्नो वडा भित्र रहेका धार्मिक, साँस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय क्षेत्रको भ्रमण गराउनुहोस्। त्यहाँबाट उनीहरुले देखेका कुराहरुलाई लेख्न लगाइ कक्षामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

एकाइ सात

विषय क्षेत्र : प्रचलित स्थानीय संस्कार

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

१. स्थानीय संस्कारहरुको परिचय दिन,

२. आफ्नो गाउँपालिकाभित्रका प्रचलित संस्कारहरुको सूची तयार पार्न,

३. स्थानीय प्रथा वा संस्कारका विशेषता बताउन,

४. स्थानीय संस्कारहरुमा सक्रिय सहभागी हुन,

संस्कार

संस्कार भन्नाले सामान्य अर्थमा आफूभित्र भएका अवगुण, दोष, कमजोरी आदि हटाई परिष्कार गर्ने कामलाई बुझिन्छ । यसभित्र परम्परागत रहनसहन, चालचलन तथा मानवीय क्रियाकलापहरुलाई समेत समेटिएको छ । आफ्नो जीवनलाई पवित्र पार्ने कामलाई पनि संस्कारसँग जोडेर हेर्नुपर्छ । स्थानीय संस्कार भन्नाले ठाउँ अनुसार प्रचलनमा रहेका व्यवहारहरुलाई बुझिन्छ । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र प्रचलित संस्कारहरु मध्ये आदर, सत्कार, विवाह, ब्रतबन्ध, कूलपूजा, न्वारन अन्नप्राशन, ढोग, नमस्कार, अर्धो, भूमे पूजा, गल्ती महसुस, जन्म दिवश, किरिया, श्रद्धा, छैंठी, दाहसंस्कार आदि पर्छन । स्थानीय संस्कारले स्थानीय परिवेशको परिचय दिन्छ । स्थानीय संस्कार हाम्रा पूर्वजहरुले हामीलाई स्थानान्तरण गरेको नासो हो । यसलाई हामीले जोगाएर राख्नुपर्छ । हामीले पनि हामी पछाडि आउने पुस्ताहरुलाई हस्तान्तरण गर्नुपर्छ ।

पास्नी (भात खुवाइ)

स्थानीय संस्कार भित्र पर्ने महत्वपुर्ण संस्कार पास्नी अर्थात् भात खुवाइ पनि एक हो। हिन्दु संस्कार अनुसार अन्न प्राशन गराइने प्रक्रियालाई पास्नी भनिन्छ। शिशु विकसित हुँदै जाँदा आमाको स्तनपानबाट प्राप्त हुने पौष्टिक आहारले मात्र शिशुको शारीरिक र मानसिक विकास हुन सक्दैन। शिशु जन्मने वित्तिकै शिशुको शरीरमा बाहिरी खाद्यान्न पचाउने सक्ने क्षमता हुँदैन, त्यसैले जन्मिएको छ महिनामा पास्नी गराइन्छ।

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बसोबास गर्ने नौ वटै वडामा रहेका हिन्दु धर्मालम्वीहरुले यो संस्कारलाई निकै महत्वपुर्णका साथ लिने गर्छन्। हिन्दु धर्मका अनुयायीहरुले जन्मेको छैठौं महिनालाई अन्न प्राशनको उपयुक्त समय बताएका छन्। सो महिनामा शुभ नक्षत्र एवं शुभ दिन हेराएर यो संस्कार गरिन्छ। यस संस्कारमा दियो, कलश, गणेश र विशेष गरी ब्रह्मा, विष्णु र महेश्वरको पूजन गरिन्छ। देवपूजन पछि शिशुलाई मिठो भोजन गराइन्छ। उक्त दिन आफ्ना छिमेकी, नातेदार, आफन्तजनलाई बोलाई प्रसाद खुवाउने र शिशुलाई विभिन्न उपहार दिने चलन समेत रहेको छ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएको पाठलाई पालैपालो सस्वर बाचन गर्न लगाउनुहोस् विद्यार्थीहरुले यस पाठबाट सिकेका वा बुझेका विषयवस्तुको बारेमा छलफल गराउनुहोस्।

कुल पूजा

हाम्रा स्थानीय संस्कार मध्ये कूल पूजा पनि एक हो। हरेक मानिसको वंशवृक्ष हुन्छ, जसलाई पुर्खा वा कूल भन्ने गरिन्छ। आफ्नो पुर्खालाई सम्झिने वा सम्मान व्यक्त गर्ने विभिन्न जातजातिमा आ-आफ्नै तरिका छन्। त्यसमध्ये एउटा हो, कूल पूजा। आर्य संस्कृतिमा मात्रै नभएर किराँतदेखि अन्य पूर्वीय परम्परामा कूल पूजाको परम्परा भेटिन्छ।

मानिसहरु फिरन्ते जीवन छोडेर पारिवारिक संरचनामा प्रवेशसँगै कूल पूजाको संस्कार सुरु भएको हो। पारिवारिक संरचनामा प्रवेश गरेसँगै विस्तारै मानिसमा तेरो र मेरो को भावना विकास हुन थाल्यो यस सँग कूलपूजा पनि अनिवार्य हुँदै गयो। विशेष गरी कूलपूजा गर्ने ठाउँ देउराली र त्यस्तै साझा ठाउँमा हुन्छन्। कूलपूजा गर्दा कसैको पनि मूर्ति राखिदैन। कूल पूजामा केवल आफ्ना कूल पितृलाई मात्र सम्झिने गरिन्छ। कूल पूजामा विशेष गरी सात पुस्तासम्मका दिवंगत पितृहरुलाई सम्झिने गरिन्छ। आफ्नो चलन अनुसार कसैले कूलपूजामा बोका कुखुराको बली चढाउँछन् भने कसैमा बलीलाई निशेष गरी दुधघार दिने नरिवल फोर्ने काम गरिन्छ। धैरै जातिहरुको कूल मन्दिरमा छानो हुदैन। कूलदेवताको मन्दिरमा मूर्ति नहुने भएकोले त्यसमा छानो लगाउन हुँदैन भन्ने मान्यता रहेको छ। यसकारण कुनै रुखको फेद वा काठको किलोलाई कूल देवताको मूर्ति बनाएर पूजा गरिन्छ। हाम्रा बगनासकाली गाउँपालिका भित्र बासोबास गर्ने जातजतिहरुमा कूल पूजा गर्ने प्रचलन निकै पुरानो हो।

ब्रतबन्ध

शिक्षण निर्देशन : दिइएको पाठलाई पालैपालो सबै विद्यार्थीलाई पढ्न लगाउनुहोस्।

ब्रतबन्धलाई पनि स्थानीय संस्कारको रुपमा लिइन्छ। यो धेरै पहिले देखि चलि आएको एक परम्परागत हिन्दु संस्कार हो। मानिसका सोह्र संस्कार मध्ये ब्रतबन्ध (चुडाकर्म) पनि एक हो। यो छोरा मानिससँग सम्बन्धित संस्कार हो। ब्रतबन्धलाई छेवर नामले पनि चिनिन्छ। कपाल पूर्ण रुपमा मुण्डन गरी टुप्पीमा दुम्सीको काँडा बाँधिन्छ। यस दिनबाट जनै धारण गराइन्छ। यो परम्परा विशेष गरी ब्राह्मण र क्षेत्री, ठकुरी जातिमा प्रचलित रहेको छ।

बेल बिवाह (इहि)

बेल विवाहलाई इहि पनि भनिन्छ । इहिको अर्थ विवाह भन्ने हुन्छ । नेवार समाजमा इहिको महत्व विशेष रहेको छ । नेवार बाहेका नेपालका अन्य जातिमा यसको चलन छैन । नेवार कुलमा जन्मेकी छोरीको नेवारी संस्कार अनुसार तीनपटक विवाह हुन्छ । तीन पटकमध्ये पहिलो विवाह रजस्वला हुनु अघि भगवान् विष्णुको प्रतीक सुवर्ण कुमार सित हुन्छ । यो विशेष गरी बिजोर उमेर ५, ७, ९, ११ पारेर गरिन्छ । बेललाई भविष्यको बरको प्रतीकको रुपमा मानेर विवाह गारिदिएको हुँदा बेलविवाहको नामले पनि चिनिन्छ । इहि पछि बा:रा तयेगु (गुफा राख्ने) गरिन्छ । यस क्रममा सुर्यदर्शन अर्थात् सुर्यसँग विवाह हुन्छ भने तेस्रो पटक उमेर पुगेका (वर) पुरुषसँग विवाह हुन्छ । बेल विवाह उमेर पुगेका बालबलिकाहरुलाई सँगै राखेर सामुहिक रुपमा गर्ने चलन आज भोलि बढी प्रचलनमा रहेको छ ।

हाम्रा बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका नेवार समुदायका मानिसहरुले यस परम्परालाई निकै महत्वका साथ अपनाउँदै आइरहेको छन् । इहिलाई कन्यादानकै विधि अनुसार अगाडि बढाउने चलन छ । बैशाख महिनामा पर्ने अक्षय तृतीया, विवाह पञ्चमीको दिन शुभ हुने भएकाले यिनै दिनमा बढी प्राथमिकता साथ बेलविवाह गर्ने प्रचलन रहेको छ । बेलविवाह बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं.३ नायर, आर्यभञ्ज्याङ्गमा रहेको नेवार समुदायमा प्रचलन छ ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएको पाठ सबै विद्यार्थीहरुलाई पालैपालो पढ्न लगाउनुहोस् :

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) स्थानीय संस्कार भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ख) हाम्रा बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र प्रचलित कुनै पाचँवटा संस्कारहरुको नाम लेख्नुहोस्?

(ग) छोरा र छोरीलाई विशेष गरी कति महिना पुगेपछि अन्नप्राशन गराइन्छ ?

(घ) कूल पूजा कसको सम्झनामा गरिन्छ ?

(ङ) चुडाकर्म (ब्रतबन्धमा) छोरालाई के धारण गराइन्छ ?

(च) बेल विवाह कुन समुदायमा प्रचलित रहेको छ ?

(छ) नेवार समुदायमा जन्मिएका छोरीको पहिलो विवाह के सँग गर्ने प्रचलन छ ?

(ज) बगनासकाली गाउँपालिकाको कुन ठाउँमा नेवार समुदायको बाहुल्यता रहेको छ ?

(झ) ब्रतवन्धको दिन टुप्पीमा के बाँध्ने प्रचलन रहेको छ ?

(ञ) कुल देवातको मन्दिरमा किन छानो लगाउन हुँदैन भन्ने मान्यता रहेको छ ?

२. दिइएको संस्कार र चित्र बीचमा जोडा मिलाउनुहोस् :

ढोग नमस्कार

बेलविवाह

न्वारन

किरिया

छैठी

शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएका अभ्यासहरुलाई व्यक्तिगत र सामूहिक रुपमा अभ्यास गराउनुहोस् ।

३. तलका भनाइ पाठ अनुसार ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस् :

(क) अरुलाई हेला र अपमान गर्नु हाम्रो संस्कार हो ।

(ख) संस्कारहरु हामीलाई पूर्वजले हस्तान्तरण गरेको नासो हो ।

(ग) अन्नप्राशन एक प्रकारको विवाह पद्धित हो ।

(घ) मानिसहरु फिरन्ते जीवन छाडेर पारिवारिक जीवन सुरु गरेसँग कुल पूजाको सुरुवात भएको मानिन्छ ।

(ङ) ब्रतबन्ध छोरी मानिसको संस्कार हो ।

(च) बेल विवाह (इहि) जोर उमेर मात्र गर्नुपर्छ ।

४. तलको वर्ण तालिबकाबाट पाँच वटा स्थानीय संस्कारको नाम तयार पार्नुहोस् :

ज	ग	प	न	बे
कू	ल	पू	जा	ल
ले	न	ग	भ	वि
मा	फ	अ	व	वा
या	ल	र्धो	ए	ह
ब्र	त	व	न्ध	ढो
कि	फ	ल	फ	ग
रि	न्वा	र	न	ल
या	फ	औ	अ	पि

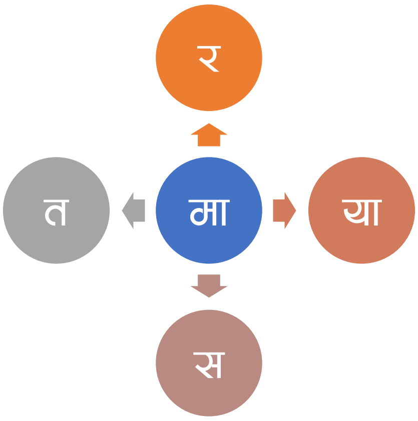
शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएको अभ्यासहरुलाई व्यक्तिगत र सामुहिक रुपमा अभ्यास गराउनुहोस् ।

१. बेलविवाह . ४ __________

२. ______________________________ ५ ______________________________

३. ______________________________ ६. ______________________________

५. तलका अक्षरहरु जोडेर शब्द बनाउदै भन्नुहोस् :

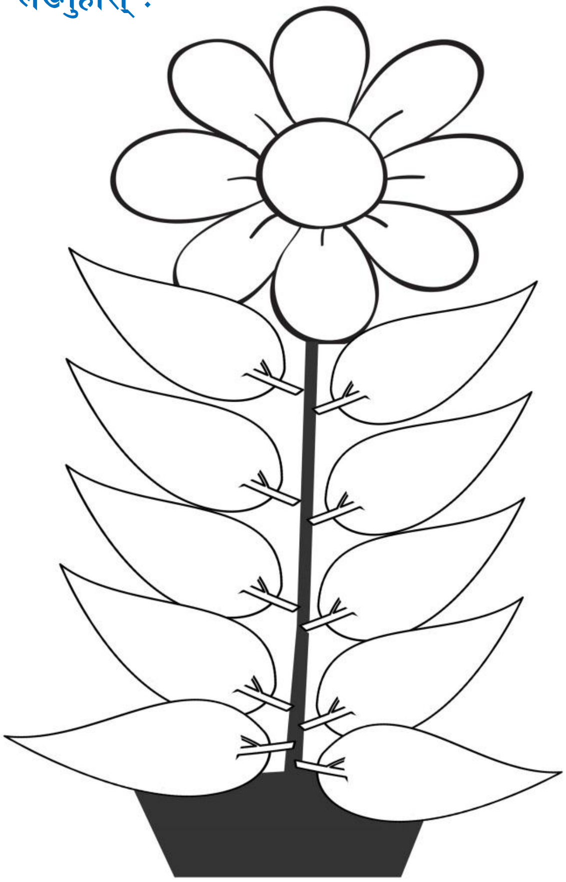


६. तल दिइएको हाम्रा स्थानीय संस्कारहरुको चित्र हेरेर त्यहाँ के के क्रियाकलाप भइरहेको छ कक्षामा छलफल गर्नुहोस् :

७. तल हाम्रा केही स्थानीय संस्कारहरुको नाम दिइएको छ। ती संस्कारहरुको नाम पढ्नुहोस् र ती संस्कारको लागि आश्वयक पर्ने पाँच-पाँच वस्तुको नाम लेख्नुहोस् :

सि.नं.	संस्कारको नाम	आवश्यक पर्ने वस्तु
१.	विवाह	केरा, अक्षता, कपाड,फूलमाला, खानेकुरा
२.	ब्रतबन्ध	
३.	न्वारन	
४.	बेलविवाह	
५.	कूलपूजा	

८ तलको फूलको बोटका पातमा तपाईको गाउँपालिका भित्र प्रचलित कुनै दश वटा स्थानीय संस्कारको नाम लेख्नुहोस् :



शिक्षण निर्देशनः माथि दिइएको अभ्यासहरुलाई लिखित तथा मौखित रुपमा अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

९. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) पास्नीलाई अर्को अर्थमा के भनिन्छ ?

(ख) शिशुलाई कति महिना भएपछि अन्न प्राशन गराइन्छ ?

(ग) पास्नी (भात खुवाइ) संस्कारमा कुन कुन देवताको पूजा गरिन्छ ।

(घ) पास्नी कुन धर्मका अनुयायीहरुले गर्छन् ?

१०. खाली ठाउँमा पाठबाट उपयुक्त शब्द खोजेर बाक्य पूरा गर्नुहोस् ।

(क) पास्नी ______________ संस्कारमा प्रचलित छ ।

(ख) आमाको __________________ बाट प्राप्त पौष्टिक आहारले शिशुको शारीरिक र मानसिक विकास हुन सक्दैन ।

(ग) पास्नीमा आफन्तजनले शिशुलाई _____________ दिन्छन् ।

(घ) पास्नीमा ____________ दिन हेराउने चलन छ ।

(ङ) पास्नी जन्मेको ________________ महिनामा गरिन्छ ।

११. तपाईले अहिलेसम्म पास्नी (भातखुवाइ) संस्कार भएको ठाउँमा सहभागिता जनाउनु भएको छ ? यदि सहभागी हुनुभएको छ भने के-के क्रियाकलाप गरेको देख्नुभयो ? कुनै पाँच वाक्य लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

परियोजना कार्य:

विद्यार्थी भाइबहिनीहरुलाई कुनै स्थानीय चाडपर्व वा धर्म संस्कारका गतिविधि भइरहेका स्थलमा लगेर प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् ।

१३.कक्षामा विद्यार्थीहरुलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरुमध्ये कसैलाई हजुरबुबा कसैलाई हजुर आमा बुबा-आमा, दाइ भाउजु जस्ता नात संम्बन्ध दिएर अभिबादन गर्न सिकाउनुहोस्:

परियोजना कार्य :

विद्यार्थी भाइबहिनीहरुलाई कुनै स्थानीय संस्कार जस्तैः बेलविवाह, विवाह, श्राद्ध, दाहसंस्कार आदि भइरहेको स्थानमा अवलोकन गर्न लैजानु होस् । त्यहाँ के कस्ता गातिविधि भइरहेको हुन् ? त्यस मध्ये १० वटा गातिविधि लेखेर कक्षामा सुनाउन लगाउनुहोस्:

एकाइ आठ

विषय क्षेत्र : स्थानीय स्तरमा प्रचलित खेल

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइभित्र रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

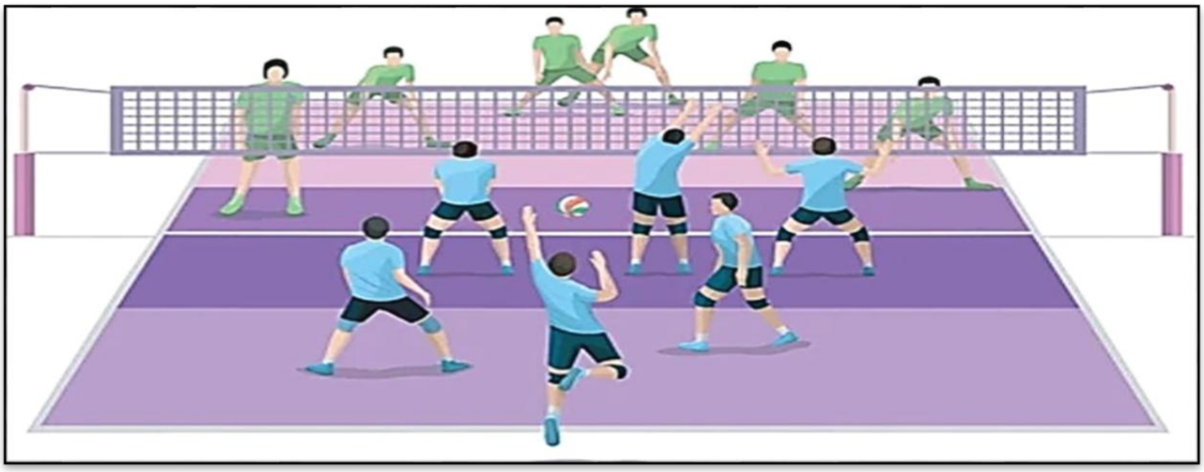
१. आफ्नो स्थानीय तह र जिल्लाभित्र खेलिने खेलहरुको सूची तयार पार्न,

२. आफ्नो क्षमता अनुसारका खेलमा सहभागी हुन,

३. कथामा आधारित खेलहरु खेल्न,

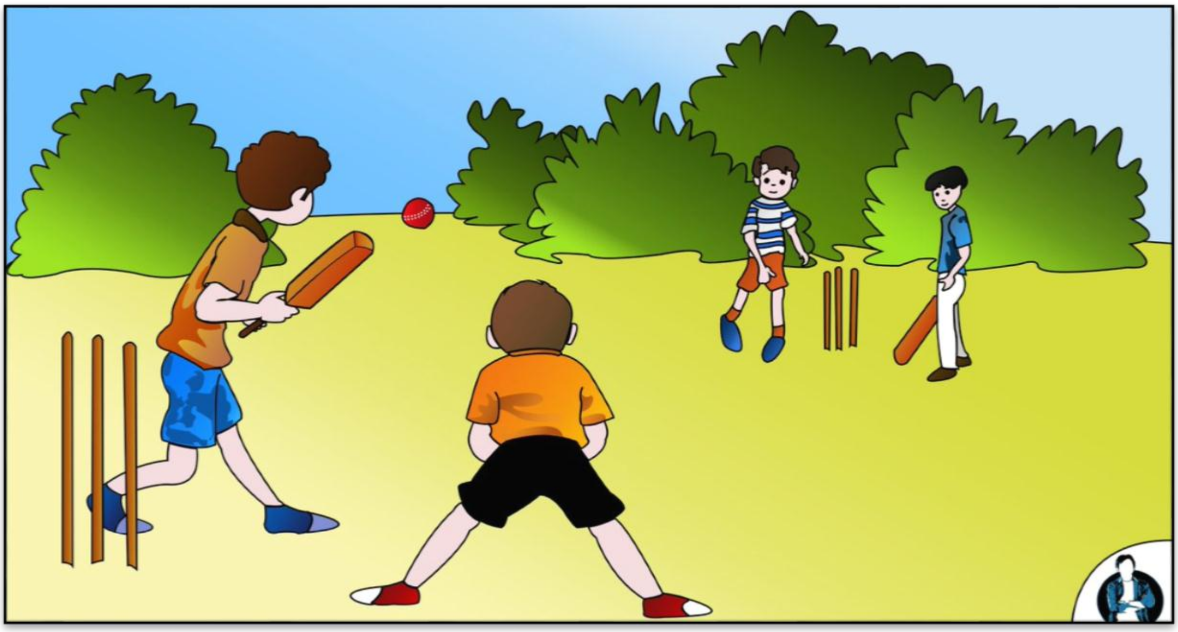
खेलकूद

शरीरलाई स्वस्थ र फूर्तिलो बनाउन सहयोग गर्ने व्यायामलाई खेलकूद भनिन्छ। यसले हरेक मानिसलाई खुशी हुन अनि स्वास्थ रहन मदत गर्छ। खेलकूदले जित्दा घमन्डी नहुन अनि हार्दा निराश नहुन पनि सिकाउँछ। खेलकूद हरेक व्यक्तिको लागि अवाश्यकत पक्ष हो। नियमित रुपमा खेलिने खेलहरुले व्यक्तिको स्वास्थ्यमा सकरात्मक सहयोग पुऱ्याउँछ । नेपालमा केही समय अगाडि नेपालको राष्ट्रिय खेलको बारेमा केहीले डन्डीबियो र केहीले कपर्दी भनेपनि हाल आएर नेपालको राष्ट्रिय खेल भनेर भलिबललाई मान्यता दिइएको छ।



शिक्षण निर्देशन: दिइएको पाठ कक्षाका सम्पुर्ण विद्यार्थीहरुलाई पालैपालो वाचन गराउनुहोस्।

खेलकूद पनि घरभित्र खेलिने खेल र घर बाहिर खेलिने खेल गरी दुई भागमा बर्गीकरण गर्न सकिन्छ । घरभित्र खेलिने खेलहरु जस्तै : क्यारेमबोर्ड, लुडो, बुद्धिचाल, बाधचाल, डोरी नाध्ने, रिङ आदि पर्दछ भने घरबहिर खेलिने खेलहरुमा भलिबल, फुटबल, क्रिकेट, बास्केटबल, डौड, हाइजम्प, आदि पर्छन् । घरबहिर खेलिने खेलभन्दा घरभित्र खेलिने खेल कम खर्चिलो हुन्छन् । खेलकूद र स्वास्थ्यलाई एक अर्काको पर्यायको रुपमा लिइन्छ ।



हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र पनि विभिन्न प्रकारका खेलहरु खेलिन्छ, जस्तै भलिबल, फुटबल, क्रिकेट, क्यारेमबोर्ड, बाधचाल, बुद्धिचाल, डौड, लुडो, गुच्छा, लुठो लुकाउने खेल, आदि विशेष रुपले खेलिन्छ । गाउँपालिकाभित्रका सबै वडामा रहेका युवाक्लबहरुले समय समयमा तथा चाडपर्वको अवसरमा खेलकूद सञ्चालन गरी यसको विकास र विस्तारमा विशेष योगदान दिएका छन् । बगनासकाली गाउँपालिकाले पनि हरेक वडामा रहेका युवाहरुमा खेलकूदको विकास र क्षमता अभिवृद्धि गर्न खेलमैदान निर्माण गरी सहयोग पुऱ्याएको छ । त्यसैगरी खेलकूदका सामग्री वितरण गाउँपालिका स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता सञ्चालन गरी खेलकूदको विकासमा विशेष योगदान पुऱ्याएको छ ।

हाम्रो गाउँपालिकाभित्र रहेका प्रमुख खेलमैदानहरू

कोठीचौर खेलमैदान

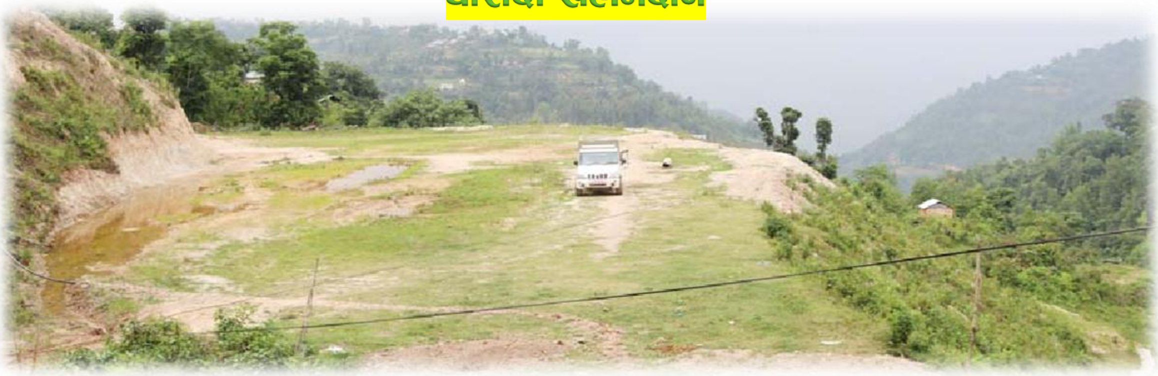
बगनासकाली गाउँपालिका वाड नं. १ मा पर्ने यो खेलमैदान बगनासकाली गाउँपालिकाले बहुउद्देश्यीय खेलमैदानको रुपमा विकास गर्न लागेको छ। सुरुमा सानो रहेको यस खेलमैदानलाई गाउँपालिकाकै सबैभन्दा ठूलो खेलमैदानको रुपमा विकास गर्ने लक्ष्य पालिकाले लिएको छ। यो घोरबन्दा गाउँ भन्दा तल पर्छ।

सिद्धबाबा खेलमैदान

बगनासकाली गाउँपालिका वाड नं. ८ बराङ्दीको ध्युसिवासमा यो खेलमैदान रहेको छ। प्रदेश सरकारको एक पालिका एक खेलमैदान अन्तर्गतको आर्थिक सहयोग तथा गाउँपालिकाको समेत आर्थिक/प्राविधिक सहयोगमा यो खेलमैदान निर्माण भइरहेको छ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएका खेलमैदानहरुको बारेमा विद्यार्थीहरुलाई पढ्न लगाउनुहोस्।

धारादी खेलमैदान



बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ५ दर्लमडाँडा धारादीमा यो खेलमैदान निर्माण गरिएको छ । यो खेलमैदान तयार भएपछि त्यस क्षेत्रका युवावर्गहरुलाई खेलमैदानमा हरेक कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सहज भएको छ ।

बर्भा खेलमैदान

यो खेलमैदान बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. १ बर्भामा पर्दछ । सर्वप्रथम स्थानीय युवाहरुको सक्रियतमा तयार परिएको यो खेलमैदानको विकास र विस्तारको लागि गाउँपालिका तथा वडा कार्यलयले समेत आर्थिक र प्राविधिक सहयोग पुऱ्याउँदै आइरहेको छ । विशेष गरी भलिबल खेल सञ्चालन गर्न तयारी गरिएको यस खेलमैदानलाई भलिबल खेल मैदान पनि भनिन्छ । गाउँपालिका स्तरीय भलिबल प्रतियोगिता विशेष गरी यसै खेलमैदानमा गरिन्छ । यो खेलमैदानको वरपरि जाली हालेर बारिएको छ । जसले गर्दा भलिबल खेल्न सहज भएको छ ।

ब्याडमिन्टन कभर्ड हल

यो ब्याडमिन्टन कभर्ड हल बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. १ घोरबन्दामा पर्दछ । गाउँपालिकाको आर्थिक सहयोग तथा स्थानीय युवाहरुको सक्रियतामा यो हलको विकास भएको हो । स्थानीय युवाहरुमा ब्याडमिन्टन खेलको क्षमता विकास गराइ जिल्ला, राष्ट्रिय तथा अर्न्तराष्ट्रिय स्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्ने क्षमता अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले यस हलको निर्माण भएको हो ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएका खेलमैदानहरुको बारेमा थप जानकारी समेत दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिहृन लगाउनुहोस् :

(क) शरीरलाई स्वास्थ र फूर्तिलो बनाउन खेलको आवश्यकता पर्छ ।	
(ख) कोठीचौर खेलमैदान चिर्तुङ्गधारामा पर्दछ ।	
(ग) बर्भा खेलमैदान फुटबल खेल्न बनाइएको हो ।	
(घ) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र जुडो खेल पनि खेलिन्छ ।	
(ङ) क्यारेमबोर्ड घरबहिर मात्र खेल्ने सकिने खेल हो ।	

२. तलको प्रश्नको उत्तर लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस् :

(क) तपाईले खेल्न जान्नुभएका पाँच खेलको नाम लेख्नुहोस् ?

(ख) नेपालको राष्ट्रिय खेल कुन हो ?

(ग) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका कुनै पाँचवटा खेलमैदानको नाम लेख्नुहोस् ।

(घ) घरभित्र पनि खेल्न सकिने खेलहरु कुन-कुन हुन ?

(ङ) कस्ता खेलहरु विशेष गरी कम खर्चिलो हुन्छन् ?

३. जोडा मिलाउनुहोस् :

क्रिकेट	लुडो
क्यारेमबोर्ड	बल
फुटबल	ब्याट
राष्ट्रिय खेल	गोटी
कम खार्चिलो खेल	भलिबल

४. तपाईलाई कुन खेल खेल्न मन पर्छ ? उक्त खेल खेल्ने तरिका बारे शिक्षकलाई मौखिक रुपमा बताउनुहोस् ।

५. तपाईलाई विद्यालयले हरेक हप्ताको शुक्रबार अतिरिक्त क्रियाकलाप अर्न्तगत के कस्ता खेलकूदको आयोजना गर्ने गर्छ ? सुची तयार पानुहोस् ।

६. तल दिइएको बाल कथालाई खेलको माध्यबाट अभिनय गराउनुहोस् :

शिक्षण निर्देशन: पाठ अनुसार दिइएका क्रियाकलापको लिखित र मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

सात बाख्रा र जङ्गली ब्वाँसो

कुनै जङ्गलमा एउटा बाख्रा र उसका ६ ओटा पाठपाठी बस्थे । एकदिन बाख्रा बहिर जान परेको हुनले आफ्ना ६ वटै बच्चाहरुलाई घरभित्रै बस्न अनुरोध गऱ्यो । जङ्गलमा ब्वाँसो भएको हुनाले म नआउँदा सम्म घरमै बस्न अनुरोध गऱ्यो । सबै बच्चाहरु आमाको आग्रहलाई मानेर भित्र बसे ।

बाखो बाहिर जाने बितिकै नजिकै लुकेर बसेको ब्वाँसो बाख्राका बच्चाहरु बसेको छाप्रो नजिकै आयो । मिलेर खेलिरहेको बच्चाहरु एकैछिन चुपचाप बसे । ब्वाँसोले बाख्राको नक्कली आवाज निकालेर “म तिम्री आमा हुँ” ढोका खोल भन्यो । बच्चाहरुले यो आवाज हाम्री आमाको होइन तिमी नक्कली आमा बनेर आएको ब्वाँसा हौ भने । ब्वाँसाले महिलाको आवाज निकालेर फेरि भन्यो “म तिमीहरुकै आमा हुँ छिटो ढोका खोल” बच्चाहरुले ढोकाबाट कालो

खुट्टा देखे । त्यसपछि हाम्रो आमाको खुट्टा सेतो छ तिम्रो खुट्टा कालो छ तिमी हाम्रो आमा हुनै सक्दैनौ । त्यसपछि ब्वाँसो त्यहाँबाट फर्केर जङ्गलतिर लाग्यो ।

बाटोमा जादै गर्दा ब्वाँसोले दुईवटा सेता खुट्टा भेटायो । ती खुट्टाको खोल आफ्नो खुट्टामा लगाएर पुन बाख्राका बच्चाहरु बसेको छाप्रोतिर लाग्यो । त्यहाँ गएर पुन बाख्राको आवाज निकाल्यो । बाख्राका बच्चाहरुले उसको आवाज आफ्नी आमाको जस्तै मानेर ढोका खोले । त्यसपछि त्यहाँ लुकेर बसेको सबै पाँच वटा बच्चाहरुलाई एकै गाँसमा निल्यो । एउटा घेटौ भित्र लुकेर बसेको बच्चा बाँच्न सफल भयो ।

साँझ पख आमा बहिरबाट घर आउँदद घर सुनसान देखिन् । आमाले बोलाएको सुनेर बाँचेको बाखाको पाठी आमाको नजिकै आएर भनिन् सबै भाइ बहिनीहरुलाई जङ्गलको ब्वाँसोले खाएदियो । म मात्र बाँच्न सफल भएँ । भर्खर त्यो दुस्मन जङ्गल तर्फ लागेको छ । छोरीको कुरा सुन्नसाथ बाखो पुन जङ्गल तर्फ लाग्यो ।

ब्वाँसो धेरै खानाले अपच भएर एउटा रुखमुनी सुतिरहेको थियो । त्यहाँ पुग्नासाथ ब्वाँसोको पेट बाखोले चक्कुले काटेर आफ्न बच्चाहरु निकालिन् । अनि उसको पेटभरि दुङ्गा हालेर सिलाइदिइन् त्यसपछि बाखोले आफ्ना सबै

बच्चाहरु लिएर आफ्नो घर तर्फ लाग्यो । केही समयपछि ब्वाँसोको निद्रा खुल्यो । ब्वाँसोलाई धेरै तीर्खा लागेको रहेछ । ऊ सरासर पानी खान पोखरीतर्फ लाग्यो । पोखरीको डिलमा पुगेर पानी खान लाग्दा पेटमा भएका ढुङ्गाको कारण लडेर पोखरीको पानीभित्र पस्यो र ब्वाँसो त्यही पानीमा डुबेर मऱ्यो ।

शिक्षण निर्देशन : दिइएको बालकथालई कक्षाकोठामा कथाका आधारमा पात्र चयन गरी अभिनय गराउनुहोस् ।

७. तल तालिकामा दिइएका स्थानीय खेल र जिल्ला भित्र खेलिने खेलहरुको बारेमा पढेर छलफल गर्नुहोस्:

सि.नं.	हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र खेलिने खेल	जिल्ला भित्र खेलिने खेल
१.	भलिबल	भलिबल
२	फुटबल	फुटबल
३.	ब्याडमिन्टन	ब्याडमिन्टन
४.	चेस	बास्केटकल
५.	लुडो	क्रिकेट
६.	क्यारेमबोर्ड	क्यारेमकोर्ड
७.	गुच्छा	गुच्छा
८.	चुन्नी	चुन्नी
९.	डोरी नाध्ने खेल	लङ्गजम्प
१०.	हाइजम्प	हाइजम्प
११.	लङ्गजम्प	कराँते
१२.	कराँते	डोरी नाग्ने
१३.	क्रिकेट आदि	टेवल टेनीस, डन्डीबियो कपर्दी

८. हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र खेलिने खेल र जिल्लाभित्र खेलिने खेलमा के के समानता र के के भिन्नता पाउन सकिन्छ ? शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

९. तल दिइएका खेलकूद खेल्न चाहिने सामग्रीहरुको नाम लेख्नुहोस् :

सि.नं.	खेलकूदको नाम	आवश्यक सामग्री
१.	क्रिकट	बल, ब्याट, पञ्जा, निगाड, मुखमा लागाउने जाली, डन्डी
२.	भलिबल	
३.	क्यारेमबोर्ड	
४.	टेबलटेनिस	
५.	फुटबल	
६.	लुडो	
७.	चेस	

परियोजना कार्य :

कक्षाका विद्यार्थीहरुलाई गाउँपालिका भित्र आयोजना गरिएको कुनै खेलकूद प्रतियोगिता कार्यक्रममा सहभागी बनाई प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन : क्रियाकलापहरुलाई व्यक्तिगत/सामुहिक रुपमा अभ्यास गराउनुहोस् ।

एकाइ नौ

विषय क्षेत्र : स्थानीय प्राकृतिक स्रोत तथा साधन

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

१. स्थानीय तहभित्र पाइने बहुमुल्य जडीबुटीको नाम बताउन,

२. बहुमुल्य जडीबुटीको उपयोगिता बताउन,

३. प्राकृतिक स्रोतको पहिचान गरी त्यसको उपयोगिता बताउन,

हाम्रा जडीबुटी

अमला

अमला मझौला आकारको वनस्पति हो। यो रुख वर्गमा पर्छ। यो बहुउपयोगी जडिबुटी हो। मसिना पात हुने यो २०-२५ फिट अग्लो हुन्छ। यसको फल गोलाकार ६ रेखाद्धारा ६ खण्डमा बाँडिएको हुन्छ र फलभित्रको बीज कडा हुन्छ। यसलाई भिटामिन 'सि" को सर्वोत्तम प्राकृतिक स्रोत मानिन्छ। यसको फल अमिलो स्वादको हुन्छ। यसको नियमित सेवन गर्नाले शरीरमा प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ। अमलामा भिटामिन 'सि" हुने भएको हुनाले यसको नियमित सेवन गर्दा

रुघखोकी लाग्दैन। अमला त्रिफलाभित्र पर्ने एक जडीबुटी पनि हो। पहाडी भु-भागमा अमला बढी मात्रामा पाइन्छ। अम्लपित्त, रक्तपित, पिसाबसम्बन्धी रोग पखाला लाग्दा यसको उपयोग गर्नु उपयुक्त मानिन्छ। अमला च्यावनप्रासमा सबैभन्दा बढी प्रयोग हुने जडीबुटी हो। अमलालाई काँचै वा चूर्ण बनाएर पनि उपयोग गर्न सकिन्छ। अमलाको अचार बनाएर पनि व्यावसायिक रुपमा विक्रि वितरण गर्न सकिन्छ। अमलालाई पकाएर खानुभन्दा काँचै खानु उपयुक्त मानिन्छ।

तितेपाती

तितोपाती बुटा प्रजातिको बिरुवा हो । यो सदावहार प्रजातिभित्र पर्दछ । मुजा परेका नरम पात हुने यो वनस्पतिको स्वाद तितो हुने भएकोले यसलाई तितेपाती भनिएको हो । यो

सेतो रङ्गमा फुल्छ । यसका पात, काँठ, फूल, जरा सबै औषधिको रुपमा प्रयोग गरिन्छ । दम, जुका झार्ने, औषधि, लुतो रोगको लागि बढी उपयोगी मानिन्छ । खेतबारीमा प्रयोग हुने हरियो मल बनाउन पनि यसको प्रयोग हुन्छ । घरमा भण्डारण गरी राखिएका खाद्यान्नलाई धुन, पत्ला आदिबाट बचाउन पनि यसको प्रयोग गरिन्छ ।

बेसार

३०-३५ से.मि. लामा १५-२० से.मि. चौडा पात भएको १ मिटर जति अग्लो बोट हुने एक बर्षीय विरुवालाई बेसार भनिन्छ । यसको जरा अदुवाको जस्तै हुन्छन् । फेदमा गाना हालेर

फल्ने यो वनस्पतिको उपयोग हरेक दिन हरेक घरका भान्सामा हुने गर्छ । रुघा, खोकी, आँखा दुखाइ, घाउ खाटिरामा यसको प्रयोग गर्नु उपयुक्त मानिन्छ । यसलाई स्वरस र चुर्णका रुपमा पनि प्रयोग गरिन्छ । यो विशेष गरी पहाडी भु-भागमा बढी पाइन्छ । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका अधिकांश घरपरिवारले यसको खेती गरेका छन् ।

कुरिलो

मसिनो डाँठ भएको ज्यादै स-साना पात हुने लहरा जस्तै देखिने झाडीदार वनस्पतिलाई कुरिलो भनिन्छ। यो बहुवर्षिय वनस्पतिभित्र पर्दछ। उसको फूल सेतो, स-साना झुप्पामा फुल्ने सुगन्धित हुने गर्दछ। यसका फल केराउका जत्रा र पाकेपछि राता हुन्छन्। यसका जरा २-६ इञ्च लामा हुन्छन्। कुरिलो स्वास्थ र शक्तिबर्धक जडीबुटीभित्र पर्दछ। यसको सेवनले स्तनपायी आमाको दुध बढाउन मद्धत पुग्छ। शरीरका तागतको लागि पनि यसको प्रयोग गरिन्छ। यसको प्रयोगले मधुमेह, क्षयरोग, भुटुरोग, ज्वरो, पेट र घाँटी सम्बन्धी रोग निको हुन्छ । यस बनस्पतिलाई नियमित प्रयोग गर्नाले धेरै रोगहरु निको हुने भएकोले यसलाई सतावरी पनि भनिन्छ । यसका मुनाहरु विशेषगरी तरकारीको रुपमा प्रयोग गरिन्छ । बगनासकाली गाउँपालिकाभित्रका अधिकाश घरपरिवारले यसलाई व्यावसायिक तथा घरायसी प्रयोजनका लागि खेती गर्दछन् ।

लसुन

१-२ फिट अग्लो हरिया लाम्चा पात हुने एक वर्षीय वनस्पति विरुवालाई लसुन भनिन्छ । फूल रुखको सबैभन्दा माथि टुप्पोमा फूल्ने गर्दछ । यसको कन्द (पोटी) ८-२० वटा जौको

आकारका खण्डहरु मिलेर बनेको र बाहिरी भाग सेतो वा रातो झिल्लीले ढाकिएको हुन्छ । यो घरेलु औषधि भित्र पर्दछ । यसको नियमित सेवन गर्नाले पेट दुखाइ, कमलपित्त, दम, जोर्नी दुखाई जस्ता रोगको समाधान गर्न सकिन्छ । यसको नियमित उपयोगले पाचन प्रणालीमा सुधार हुन्छ । यसलाई मसलाको रुपमा पनि उपयोग गर्न सकिन्छ । यसका हरिया पातहरु सेवन गर्नाले पेटसम्बन्धी रोगहरु निको हुन्छन् ।

घोडटाप्रे

मसिनो लहराबाट ठाउँठाउँमा जरा निस्किएर जमीनमा फैलिएको एक वनस्पति प्रजातिलाई घोडटाप्रे भनिन्छ । लहराको प्रत्येक आँख्लाबाट पात र फूल निस्किएको हुन्छ ।

पातहरु १ देखि ५-६ सेन्टिमिटर गोलाइ भएका गोला वा बाटुला घोडाका टाप आकारका हुनाले यसलाई घोडटाप्रे भनिएको हो । यसका फूल सानो र फिका रातो र बैजनी रङ्गको हुन्छ । यसको स्वाद हल्का तीतो हुन्छ । यसको पात वा पुरै विरुवा नै उपयोग गर्न सकिन्छ । यसको नियमित सेवन गर्नाले स्मरण शक्ति बढ्ने, निद्रा लाग्ने मानसिक तनाव कम हुने तथा यसलाई पिनेर शर्वत बनाएर खाँदा शरीरलाई शीतलता प्रदान गर्छ । यसको प्रयोगबाट गर्मीले गर्दा हुने रोग निको हुन्छ । यो प्राय: ओसिलो ठाउँमा जाततर्तै पाइन्छ ।

घ्युकुमारी

बाक्लो पात, चिल्लो गुदी, छेउमा काँडा भएको १-२ फिट अग्लो वनस्पतिलाई घ्युकुमारी भनिन्छ । यसको पातभित्र पारदर्शी, चिल्लो र घ्यु जस्तै गुदी हुने भएकोले यसलाई घ्युकुमारी भनिएको हो । यसको उपयोगी भाग भनेकै पातभित्रको गुदी हो ।

आगोले पोलेको घाउमा यो सबैभन्दा लाभप्रद औषधि हो । कलेजोको रोग, कब्जियत ज्वरो महिनावारी अनियमितता, स्याम्पू बनाउन तथा मुहारमा चमक ल्याउन समेत उसको प्रयोग गरिन्छ । यसको स्वाद केही तितो हुन्छ । यसको गुदीलाई चिनीसँग मिसाएर ५-१० ग्राम खानाले स्वास्थ्यलाई फाइदा गर्दछ ।

तुलसी

सुगन्धित बास्नादार, प्रशस्त शुद्ध अक्सिजन फ्याँक्ने वातावरणलाई शुद्ध राख्ने वनस्पतिको रुपमा तुलसीलाई लिइन्छ । हिन्दु संस्कार अनुसार यसलाई भगवान् विष्णुको अवतार

मानेर पूजा गर्ने र प्रत्येक घरमा रहेको मठमा (महिरी) रोप्ने प्रचलन छ । यसकारण यसलाई स्वास्थ्य र धर्मका लागि उत्तम मानिन्छ । तुलसी कालो, सेतो, रातो रङ्को पाइन्छ । सबै प्रकारका रुघाखोकी तथा ज्वरोमा लाभदायक मानिन्छ । चिया बनाएर दिनको एकपटक यसको धुलो खानाले पेट सम्बन्धी रोगहरु निको हुने गर्छन् । तुलसीको धुलोलाई महसँग मिसाएर खानाले खोकी निको हुन्छ । यसको प्रयोगद्वारा पाचन प्रणालीलाई सक्रिय गराउन मद्धत गर्छ ।

शिक्षण निर्देशन : पाठलाई कक्षाका सबै विद्यार्थीहरुलाई सस्वर वाचन गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका भनाइ ठिक भए (✓) चिन्ह र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) तुलसी एक सुगन्धित बास्नादार वनस्पति हो ।	
(ख) लसुनलाई हामीले दैनिक रुपमा तरकारीको रुपमा खान्छौँ ।	
(ग) कुरिलो बहुवर्षीय वनस्पति भित्र पर्छ ।	
(घ) बेसार र अदुवा एउटै प्रकृतिका वनस्पति हुन् ।	
(ङ) अमलाबाट भिटामिन 'ए" पाइन्छ ।	

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द छानेर वाक्य पूरा गर्नुहोस् :

(क) ध्युकुमारीको पात __________ गुदी हुन्छ । (रातो, पारदर्शी, हरियो)

(ख) लसुनको फूल बोटको __________ हुन्छ । (फेदमा, हाँगामा, टुप्पामा)

(ग) घोडटाप्रेको शर्बत बनाएर खाँदा शरीरमा __________प्राप्त हुन्छ ।

(आराम, निद्रा, शीतलता)

(घ) कुरिलोको __________ तरकारीको रुपमा पकाएर खाइन्छ । (मुना, पात, फल)

(ङ) तितेपातीको स्वाद __________ हुन्छ । (गुलियो, तितो, अमिलो)

३. तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) अमला सेवन गर्दा कुन-कुन रोग निको हुन्छ ?

(ख) कुरिलोलाई अर्को कुन नामले चिनिन्छ ?

(ग) आगोले पोलेको ठाउँमा के प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

(घ) लसुनमा सामान्यतया कति पोटी रहन्छन् ?

(ङ) तुलसीको बोटलाई के को अवतार मानिन्छ ?

(च) घोडटाप्रेको फूलको रङ् कस्तो हुन्छ ?

४. तपाईको घरमा दैनिक रुपमा प्रयोग हुने जडीबुटी अर्न्तगत पर्ने कुनै १० वटा वनस्पतिको नाम लेख्नुहोस् :

१. ________________ ६. ________________

२. ________________ ७. ________________

३. ________________ ८. ________________

४. ________________ ९. ________________

५. ________________ १०. ________________

५. तलको जडीबुटीको चित्र हेरेर त्यसको पहिचान गरी नाम लेख्नुहोस् । साथै शिक्षकसँग सोधेर त्यसको उपयोगिता पनि लेख्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन: माथि दिइएका जडीबुटीको चित्र हेरेर त्यसको उपयोगिता बारेमा कक्षाकोठामा छलफल गराउनुहोस ।

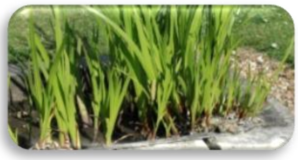
६. जोड मिलाउनुहोस् :

अमला

टिमुर

बोझो

घोडटाप्रे



काफल

७. तलको वर्णबाट आउने कुनै एक जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस् :

चु .	चुरो	ब .	
कु .		बे .	
स .		ती .	
अ .		दू .	
मे .		जा .	

शिक्षण निर्देशन : दिइएको अभ्यासहरुलाईं लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

हाम्रा प्रकृतिक स्रोत तथा दृश्यहरू:

नारयडाँडा

लामिडाँडा सामुदायिक बन बगनासकाली-२

शिक्षण निर्देशन : दिइएको तस्वीरहरुको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

१. तलको समुहमा कुन मिल्दैन ? नमिल्ने शब्दमा गोलो घेरा (इ) लगाउनुहोस् :

(अ) दुङ्गा	माटो	नदी	अचार
(आ) कोइला	पानी	कागज	आकाश
(इ) मसी	सुर्य	झरना	खोला
(ई) बालुवा	माटो	चुन	घर
(उ) तारा	सुर्य	चन्द्रमा	स्याउ

२. यदि प्राकृतिक स्रोतहरु नभएको भए हाम्रो दैनिक जीवन के हुन्थ्यो होला ? शिक्षकसँग छलफल गरी लेख्नुहोस् :

३. तपाईको घर नजिकै भएका कुनै पाँच प्राकृतिक स्रोतको नाम लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस् :

१. ____________________ ४. ____________________

२. ____________________ ५. ____________________

३. ____________________

परियोजना कार्य :

(क) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र सञ्चालित आयुर्वेदिक औषधालयको अध्ययन अवलोकन भ्रमण गर्राइ जडीबुटीको प्रयोग र उपयोगिताबारे छलफल गराउनुहोस् :

(ख) पाठमा पढेका जडीबुटी मध्ये आफ्नो घर वरिपरि पाइने जडीबुटी विद्यालयमा संकलन गरी जडीबुटीको प्रदर्शन आयोजना गर्नुहोस् ।

(ग) विद्यालय नजिकै रहेको कुनै जङ्गल, खोला, झरना, पहाड चट्टानको अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् :

शिक्षण निर्देशन : दिइएको अभ्यासहरुलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

एकाइ दश

विषय क्षेत्र : स्थानीय पेसा व्यवसाय

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइभित्र समेटिएका विषय वस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कार्यहरु गर्न सक्षम हुनेछन् :

१. स्थानीय मानिसको मुख्य र सहायक पेसा व्यवसायको सुची तयार पार्न,

२. आय आर्जनका स्रोतहरु बताउन,

३. कृषि तथा पशुपालनका मुख्य स्थानहरु बताउन,

४. स्थानीय पेसा व्यवसायप्रति सम्मान व्यक्त गर्न,

कृषि पेसा हाम्रो गौरव

नेपाल कृषि प्रधान देश हो । यहाँका करिव ८०% मानिसहरु कृषि पेसामा लागेका छन् । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका नौ वटा वडामा बस्ने मानिसहरुको मुख्य पेसा पनि कृषि नै हो । कृषि भित्र पशुपालन, खेती उत्पादन जस्ता कार्यहरु पर्दछन् । किसानले आफु पनि बाँच्ने अरुलाई पनि बचाउने सपना देखेको हुन्छ । पशुपालन र खेतीकार्यबाट उत्पादन भएको वस्तु आफुले प्रयोग गर्ने र बढी भएको उत्पादित वस्तु बजारसम्म लगेर बिक्रि वितरण गरिन्छ । केही मानिसहरुले कृषि पेसा बाहेक व्यापार व्यवसाय, सिकर्मी, डकर्मी काम गरेर आफ्नो दैनिकी चलाएका छन् । पेसामा कुनै ठुलो कुनै सानो भन्ने हुँदैन । आफूले गर्ने काम आफ्नो ठाउँमा सबै महत्वपूर्ण हुन्छन् । हाम्रो गाउँपालिकाभित्र अहिले सामुहिक खेती तथा पशुपालन गर्न पनि थालेका छन् । दुध उत्पादनमा गाईपालन, भैसीपालन, मासु उत्पादनको लागि बाखापालन, कुखुरापालन, बँगुर पालन, हाँस पालन गरिएको छ । व्यवसायिक तरकारी खेती पनि दिन प्रतिदिन बढीरहेको

छ । पछिल्लो समयमा बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. १ चिर्तुङ्गधाराको माडी क्षेत्रमा व्यवसायिक माछापालन व्यवसाय सुरु भएको छ । स्मार्ट कृषि गाउँ कार्यक्रम अर्न्तगत कृषहरुलाई माछापालनमा आकर्षित गारिएको हो ।

बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ७ खानीछापमा महिलाहरुको आयआर्जनमा वृद्धि गर्न बाखापालन कार्यक्रम सुरु गरिएको छ । बाखापालन समुह गठन गरी व्यवसायिक रुपमा यस कार्यलाई अगाडि बढाइएको छ ।

बगनासकाली गाउँपालिकामा मौरीपालन व्यवसाय पनि दिनप्रतिदिन फस्टाएको छ । मौरीपालनबाट मह उत्पादनका साथै माहुरीका आधार गोला तयार पारेर जिल्ला तथा जिल्ला बाहिर निर्यात गरिन्छ। बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ७ खानीगाउँ वडा नं. ८ बराङ्दीमा व्यवसायिक रुपमै मौरीपालन गरिएको छ।

आफ्नो आम्दानीको स्रोतलाई सुधार गर्नको लागि व्यवसायिक रुपमा तरकारी खेती कार्यक्रम पनि सञ्चालन गरिएको छ। मौसमी तथा बेमौसमी तरकारी खेती गरी आफ्नो आय आर्जन वृद्धि गरिरहेको छन् । विशेषगरी टमाटर, काँक्रो, बन्दा, कुरिलो, आलु, लसुन, प्याज, सिमी, अदुवा, बेसार, गोपी, मूला, खरबूजाको खेती बढी मात्रामा गरिन्छ।

हाम्रो गाउँपालिकामा व्यवसायिक रुपमा कुखुरा तथा बँगुर पालन पनि गरिन्छ । चिर्तुङ्गधारा, खानीछाप, खानीगाउँ, घोरबन्दा, नायर, लगायतका क्षेत्रमा बँगुर र कुखुरापालन व्यवसाय सञ्चालित छन् । यसले यहाँका मानिसहरुको आय आर्जनमा सहयोग पुऱ्याएको छ ।

शिक्षण निर्देशन: दिइएको पाठलाई पालैपालो कक्षामा पढ्न लगाउनुहोस् र उनीहरुले जानेको कुरा भन्न लगाउनुहोस् :

क्रियाकलाप

१. तलको प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) नेपाल कस्तो देश हो ?

(ख) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र उत्पादन गरिने कुनै पाँच वटा कृषि उपजको नाम लेख्नुहोस् ?

(ग) बाख्रा पालन कुन प्रयोजनको लागि गरिन्छ ?

(घं) बगनासकाली गाउँपालिकाको कुन ठाउँमा व्यवसायिक रुपमा माछापालन गरिएको छ ?

(ङ) कुखुरा र बगुर पालन गरिने मुख्य क्षेत्रहरु कुन-कुन हुन् ?

शिक्षण निर्देशन : पाठका आधारमा दिइएको प्रश्नहरुको लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

२. तलको चित्र हेरी त्यहाँ के भइरहेको छ ? कुनै तीन बाक्यमा लेख्नुहोस् :

१. ____________________

२. ____________________

३. ____________________

१. ____________________

२. ____________________

३. ____________________

१. ____________________

२. ____________________

३. ____________________

१.____________________

२. ____________________

३. ____________________

३. तलको पेसाका नाम र चित्र बिचमा जोडा मिलाउनुहोस्:

कुखुरा फर्म

ड्राइभर

आरन

सूचिकार

माहुरी पालन

(४) तलको पाठ पढ्नुहोस् :

रमेश कक्षा ३ मा पढ्छन् । उनी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ७ खानीगाउँ बस्छन् । उनको घरमा २ वटा भैँसी एउटा गाई दश ओटा बाखा छन् । उनका छिमेकीले कुखुरा फर्म सञ्चालन गरेका छन् । उनका बुबा मिहिनेती किसान हुनुहुन्छ । गाई भैँसीको मलमुत्र आफ्नो खेतबारीमा राखेर तरकारी खेती गर्नुहुन्छ । उनकी आमाले सानो किराना पसल गर्नुहुन्छ । रमेशका काकाले फर्निचर पसल राख्नु भएको छ । त्यहाँबाट पलङ, दराज, ढोका, कुर्ची आदि तयार पारेर बिक्रि गर्नुहुन्छ । उनको घरमा रहेका सबै सदस्यहरुले कृषि कामलाई बढी महत्व दिन्छन् । आफ्नो घरमा बढी भएका कृषि उपजहरुलाई बजारसम्म लगेर बेच्छन् । उनको घर नजिकै एउटा मोटर साइकल ग्यारेज पनि छ । मर्मत गर्नुपर्ने मोटरसाइक त्यहाँ बनाइन्छ । उनको गाउँमा कोही नर्स, कोही शिक्षक, कोही डाक्टर, कोही व्यापरी, कोही ड्राइभर छन् । सबैले आ-आफ्नो क्षमता अनुसारका काम गरेर जीवित पार्जन गरेका छन् । यहाँ सबैका एउटै पेसा छैन । फरक-फरक मानिसको फरक-फरक पेसा रहेको छ । मानिसको पेसाले उसको परिचय दिन्छ ।

प्रश्नहरु:

(क) तपाई कति कक्षामा पढ्नुहुन्छ ?

(ख) तपाईको घरपरिवारको मुख्य पेसा के हो ?

(ग) पलङ, दराज कहाँ किन्न पाइन्छ ?

(घ) मानिसको परिचय के ले दिन्छ ?

शिक्षण निर्देशन : माथिको पाठलाई सस्वर वाचन गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

(५) तलको काम अनुसार उसलाई के भनिन्छ ? लेख्नुहोस् :

(क) घर बनाउने मानिस →

(ख) गाडी बनाउने मानिस →

(ग) लुगा सिलाउने मानिस →

(घ) अस्पतालमा बिरामी चेकजाँच गर्ने मानिस →

(ङ) जुत्ता सिलाउने मानिस →

६. तलको वर्ण तालिकाबाट स्थानीय स्तरमा रहेका व्यवसायहरुको नाम पत्ता लगाउनुहोस्:

क	ज	कृ	क	न	ल	अ
प	स	ल	व्या	र्स	अ	क
न	ज	षि	पा	ज	फ	ज्ञ
प	ल	ङ	र	ल	न	ऐ
सु	चि	का	र	प	व	भ
शि	र्क	सि	क	र्मी	य	न
क्ष	ज	न	प	च	न	स
क	ल	र्स	अ	छ	ल	न

शिक्षण निर्देशन: दिइएका क्रियाकलाप कक्षाकार्यको रुपमा दिनुहोस् र आफूले लेखेका उत्तर कक्षा कोठामा भन्न लगाउनुहोस् :

७. कुन पेसाबाट के उत्पादन हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

काम	उत्पादन हुने क्षेत्र
१. शिक्षण	असल, सक्षम, दक्ष नागरिक
२. सिकर्मी	
३. डकर्मी	
३. आरन	
४. ग्यारेज	
५. कृषि	
६. पशुपालन	

८. तलको चित्र हेरेर चित्रमा के भइरहेको छ ? कक्षामा छलफल गर्नुहोस्:

सामूहिक गुडिया बनाउँने कार्य

सामूहिक बुटिक बनाउँने कार्य

दुधबाट बनेका परिकारहरु

करेसाबारीमा काम गरिरहेको व्यक्ति

एकाइ एघार

विषय क्षेत्र : स्थानीय सरकारी तथा गैरसरकारी संस्था

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययन पश्चात बिद्यार्थीहरु निम्न कार्यहरु गर्न सक्षम हुनेछन्:

१. सरकारी र गैरसरकारी संस्थाको पहिचान गर्न,

२. आफ्नो गाउँघरमा रहेका सरकारी र गैरसरकारी संस्थाको सूची तयार पार्न,

३. सरकारी र गैरसरकारी संस्थाको सामान्य कार्य बताउन,

हाम्रा सरकारी संस्था

सरकारी स्वामित्व भएका क्षेत्रहरुलाई सरकारी संस्था भनिन्छ। सामुदायिक विद्यालयहरु सरकारी संस्थाभित्र पर्दछन् । विकासका आधारभूत क्षेत्रमध्ये शिक्षा पहिलो आधारभूत क्षेत्रमा

पर्दछ । शिक्षा क्षेत्रको विकास नभएसम्म अन्य क्षेत्रको विकास कल्पना पनि गर्न सकिदैन । शिक्षा क्षेत्रको विकास गर्नको लागि विद्यालयहरुको महत्वपुर्ण भूमिका रहन्छ । हाम्रो

बगनासकाली गाउँपालिका भित्र नौ वटा वडामा जम्मा ३० वटा सामुदायिक विद्यालयहरु रहेका छन् । जसमध्ये २० वटा आधारभूत विद्यालय १० वटा माध्यमिक विद्यालयहरु रहेका छन् । प्रत्येक विद्यालयहरु नेपाल सरकारको लगानीमा सञ्चालित छन् । विद्यालयको भौतिक पूर्वाधार शिक्षक कर्मचारी व्यवस्थापन, पाठ्यपुस्तक, छात्रबृत्ति दिवाखाजा नेपाल सरकारले नै व्यवस्थापन गरिदिएको छ । सामुदायिक विद्यालयको मुख्य काम निरक्षर नागरिकलाई गुणस्तरीय शिक्षा दिएर साक्षर बनाउनु हो ।

बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका सामुदायिक विद्यालयहरुको नाम यस प्रकार छः

वडा नं.	विद्यालयको नाम
१	◆ ग्राम्य मा.वि., गाप्टुङ्ग ◆ जनप्रिय प्रा.वि., पिप्ले ◆ राम आ.वि., घोरबन्दा
२	◆ विष्णु मा.वि., पोखराथोक ◆ जनता प्रा.वि., लालपाटी
३	◆ सिद्धि मा.वि., आर्यभञ्ज्याङ्ग ◆ नारायण प्रा.वि., नायर ◆ बालविकास प्रा.वि., आफरडाँडा ◆ चण्डेश्वरी प्रा.वि., चौपारी
४	◆ हिमालय आ.वि., खानीछाप ◆ हिमालय प्रा.वि. महछाप ◆ राम्दी प्रा.वि. राम्दी ◆ गगादेवी प्रा.वि., भालेवास ◆ राम मा.वि., राम्दी/मलेङ
५	◆ दर्लमडाँडा मा.वि., दर्लमडाँडा

	♦ सरस्वती आ.वि., गरन्डाँडा
६	♦ गुँगा मा.वि., गुँगा ♦ सिता मा.वि., ठूला पोखरा ♦ कानुङ प्रा.वि. दाङ्गसिङ्गा ♦ भगवती आ.वि. दर्पुक ♦ बालज्योति प्रा.वि. भक्तपोखरा ♦ अरनिको आ.वि. लाम्दी
७	♦ खानीगाउँ मा.वि. राम बगैचा ♦ खानीगाउँ आ.वि. कललाबारी ♦ दैलातुङ्ग आ.वि., दैलातुङ्ग
८	♦ वेद मा.वि. ढावखोला
९	♦ चन्द्र मा.वि. चापपानी ♦ कालिका आ.वि. भिरभञ्ज्याङ्ग ♦ बसन्त आ.वि. बभ्कादी ♦ बसन्त प्रा.वि. बगनास

प्रहरी चौकी

देशको शान्ति सुरक्षा गर्न, आपत् विपत्मा हामीलाई सहयोग गर्न, हरेक मानिसलाई शान्ति र सुरक्षाको प्रत्याभूति दिलाउने काम सुरक्षा निकायको हो । यो कार्यालय पनि सरकारी

क्षेत्रमा पर्दछ । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ३ मा पर्ने आर्यभञ्ज्याङ्ग बजारमा एउटा प्रहरी चौकी रहेको छ । यहाँबाट हामीलाई प्रहरी सेवा प्राप्त भइरहेको छ । हामीले पनि उनीहरुलाई सहयोग गरी उनीहरुको काममा सहायता प्रदान गर्नुपर्छ । प्रहरी हाम्रा साथी हुन् । उनीहरुसँग हामी सधै मिलेर काम गर्नुपर्छ ।

स्वास्थ्य चौकी

स्वास्थ्य चौकी सरकारी संस्था भित्र पर्दछन् । स्वास्थ्य चौकीको काम हामीलाई स्वास्थ्य सुविधा प्रदान गर्नु हो । बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेको नौ वटै वडामा सुविधा सम्पन्न स्वास्थ्य चौकीहरु रहेका छन् ।

बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. २ पोखराथोकमा कोभिड अस्पताल पनि रहेको छ । यहाँका स्वास्थ्य केन्द्रहरुले बर्थिङ्ग सेवा पनि उपलब्ध गराउँदै आइरहेका छन् । यहाँका नागरिकहरुलाई नि:शुल्क रुपमा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने काम स्वास्थ्य चौकीले गरिरहेका छन् । नेपाल सरकारले स्वास्थ्य उपचारको लागि दक्ष र तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कर्मीहरुको व्यवस्थापन मिलाइदिने काम गरेको छ । यी स्वास्थ्य संस्थाबाट नि:शुल्क रुपमा औषधि प्राप्त गर्न सकिन्छ । स्वास्थ्य विकासको दोस्रो क्षेत्र भित्रमा पर्दछ ।

आयुर्वेद केन्द्र

आयुर्वेद संसारकै पुरानो एवं नेपालको मौलिक चिकित्सा पद्दति हो। आयुर्वेद चिकित्सा पूर्वीय दर्शनमा आधारित छ। मानव सभ्यताको विकास सँगै आयुर्वेदको विकास भएको मानिन्छ। रसायनिक औषधि प्रयोग नगरी जङ्गली जडीबुटीहरुको प्रयोग र योगाभ्यासको माध्यमबाट मानवीय रोग निको पार्न आयुर्वेदको प्रयोग गरिन्छ। आयुर्वेद आयु र वेद मिलेर बनेको शब्द हो। जसको अर्थ 'आयु" भनेको जीवन र 'वेद" भनेको बिज्ञान हो। आयुर्वेदले स्वस्थ जीवन जिउने कला सिकाउँछ। आफ्नै देशभित्र पाइने जडीबुटी तथा खनिजको प्रयोगद्वारा विरामीको उपचार गर्ने पद्दतीको रुपमा पनि यसलाई लिइन्छ। हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ८ बराङदीमा आयुर्वेद केन्द्र रहेको छ। त्यहाँ विभिन्न जडीबुटीको प्लट निर्माण गरी जडीबुटीको बारेमा जानकारी गराउने काम गरिन्छ। त्यहाँबाट आयुर्वेद पद्धतिद्वारा बिरामीको उपचार गरिदै आइरहेको छ। त्यसै गरी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. १ गाबुटुङ्गबाट पनि साप्ताहिक रुपमा आयुर्वेद क्लिनिक सञ्चालन गरी स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ।

शिक्षण निर्देशन: माथिको पाठ पढेर सरकारी संस्थाको बारेमा जानकारी गराउनुहोस्।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरुको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) सरकारी संस्था भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ख) हामीलाई आपत् विपत् पर्दा सुरक्षा दिने काम कसको हो ?

(ग) बगनासकारी गाउँपालिका भित्र सञ्चालित कुनै ५ वटा माध्यमिक विद्यालयको नाम लेख्नुहोस् ।

(घ) आयुर्वेदको अर्थ के हो ?

(ङ) बगनासकाली गाउँपालिकाको कुन ठाउँमा आयुर्वेद केन्द्र रहेको छ ?

(च) सामुदायिक विद्यालयमा पाठ्यपुस्तक, छात्रबृत्ति र दिवा खाजा कसले उपलब्ध गराउँछ?

(छ) स्वास्थ्य संस्थाको काम के हो ?

२. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनु होस् ।

(क) प्रहरी चौकीको काम स्वास्थ्य सुविधा दिने हो ।	
(ख) आयुर्वेद भन्नाले रसायनिक औषधि बनाउने विज्ञान हो ।	
(ग) विद्यालयबाट हामी शिक्षा ग्रहण गर्छौं ।	
(घ) आयुर्वेदमा उपचार पद्दतिमा जडीबुटी र खनिज प्रयोग हुन्छ ।	
(ङ) बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका सबै स्वास्थ्य संस्थाबाट निशुल्क औषधि पाइन्छ ।	

३. तपाईको घर नजिकै रहेका कुनै तीन वटा सरकारी संस्थाको नाम लेख्नुहोस् :

अ ____________________ आ ____________________

इ ____________________

शिक्षण निर्देशन: अभ्यासलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

४. जोडा मिलाउनुहोस्:

स्वास्थ्य सेवा

प्रहरी सेवा

आयुर्वेद

शिक्षा आर्जन

बिरामी

५. कुनै पाँच वटा सरकारी संस्थाको नाम शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस् । ती संस्थाले कुन सेवा उपलब्ध गराउँछन् लेख्नुहोस् ।

सरकारी संस्था	उपलब्ध हुने सेवा
१.	
२.	
३.	
४.	
५.	

हाम्रा गैरसरकारी संस्था

माइक्रो फाइनान्स

गैर सरकारी संस्था भन्नाले सरकारको लगानी नहुने नागरिकको मात्र लगानी भएका संस्थालाई बुझिन्छ। माइक्रो फाइनान्स (लघुबित्त) यसै अन्तर्गत पर्दछन्। हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र उन्नती माइक्रो फाइनान्स बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. १, घोरबन्दामा अवस्थित रहेको छ। यसै गरी कालिका माइक्रो फाइनान्स बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ३ आर्यभञ्ज्याङ्गमा रहेको छ। माइक्रोफाइनान्सले गाउँ गाउँमा निम्न आय भएका व्यक्तिहरुलाई समूहमा आबद्धता गरी पैसा बचत गर्ने र व्यवसायमूलक कार्य सञ्चालन गरी ग्रामीण तहका मानिसहरुको आयस्तर बुद्धि गर्न सहयोग पुऱ्याइरहेको छ।

सहकारी संस्था

सहकारी संस्थाहरु पनि गैर सरकारी क्षेत्रभित्र पर्दछन् । सहकारीको अर्थ समान कार्य वा सँगसँगै गरिने कार्यलाई बुझाउँछ । मानिसको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक हैसियतलाई माथि उठाउनको लागि गरिने सामुहिक प्रयास सहकारी हो । अैचोपैचो, अर्भपर्म, मर्दाको मलामी ज्यूँदाको जन्ती जस्ता कुराहरु सहकारीकै रुप हुन् । दुई वा दुईभन्दा बढी व्यक्तिहरु मिलि आ-आफ्नो आयको केही अंश नियमित रुपमा जम्मा गरी आयमूलक कार्य सञ्चालन गर्नु ऋण प्रदान गर्नु सहकारीको कार्य हो । सहकारी समुदायले सञ्चालन गर्ने व्यवसाय हो । हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्र पनि कृषि सहकारी संस्था तथा बचत कृषि बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था बगनासकाली-१, भण्डेश्वरी सहकारी संस्था बगानकासली-३, अन्नपूर्ण सहकारी संस्था बगनासकाली-७, बगनासकाली बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था बगनासकाली-८ आदि बगनासकालीमा सञ्चालित सहकारी संस्था हुन् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नको मौखिक उत्तर दिनुहोस्:

(क) गैरसरकारी संस्था भनेको के हो ?

(ख) उन्नति माइक्रो फाइनान्स (लघुवित्त) कहाँ रहेको छ ?

(ग) लघुबित्तको काम के हो ?

(घ) सहकारी भनेको के हो ?

(ङ) तपाईको घर नजिक रहेको कुनै सहकारीको नाम भन्नुहोस् ?

(च) बगनासकाली गाउँपालिका भित्र सञ्चालित कुनै चार सहकारीको नाम भन्नुहोस् ।

२. शिक्षकसँग सोधेर तलको तालिका पूरा गर्नुहोस्:

हाम्रो गाउँपालिका भित्र रहेका सरकारी संस्थाको नाम	हाम्रो गाउँपालिका भित्र रहेका गैर सरकारी संस्थाको नाम
१	१ ....
२	२ ....
३	३ ....
४	४ ....
५	५ ....

३. तलको चित्रमा के के भइरहेको छ ? छलफल गर्नुहोस्:

आमा समूहमा विविध विषयमा छलफल भइरहेको

युवाक्लबमा छलफल भइरहेको

शिक्षण निर्देशन: माथिका क्रियाकलापलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस्।

४. तलको चित्र हेरेर कुन सरकारी संस्था र कुन गैर सरकारी संस्था हो ? पहिचान गरी लेख्नुहोस्:

______________ ______________ ______________

______________ ______________ ______________

शिक्षण निर्देशन: माथिका चित्रहरुको आधारमा विद्यार्थीहरुलाई सरकारी र गैरसरकारी संस्थाको अवधारणा दिनुहोस् ।

बगनासकाली गाउँपालिका भित्र रहेका संस्थागत (बोर्डिङ्ग स्कूलहरु)

वडा नं.	विद्यालयको नाम
१	◆ ज्योति बोर्डिङ्ग स्कूल, बगनासकाली-१ ◆ बुद्धशान्ति बोर्डिङ्ग स्कूल, खोरबारी ◆ पिप्लेकालिका बोर्डिङ्ग स्कूल, पिप्ले
२	◆ ज्ञानज्योति सामुदायिक स्कूल
३	◆ सगरमाथा सामुदायिक शैक्षिक प्रतिष्ठान
५	◆ नर्थप्वाइन्ट बोर्डिङ्ग स्कूल, मिलनचोक
८	◆ कालीगण्डकी बोर्डिङ्ग स्कूल, देउराली

एकाइ बाह्र

विषय क्षेत्र : स्वास्थ्य र सरसफाई

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका बिषयवस्तुको अध्ययन पश्चात विद्यार्थीहरु निम्न कार्य गर्न सक्षम हुने छन् :-

१. फोहर मैला व्यवस्थापनका तरिकाहरु बताउन,
२. सामुदायिक स्वास्थ्य संस्थाको कार्य बताउन,
३. व्यक्तिगत र सामूहिक सरसफाईमा भाग लिन,

मेरो स्वास्थ्य : मेरो धन

जति धन भए पनि धनले केही हुँदैन
सधै गरे कसरत, रोग व्याधिले छुँदैन
सफा खाना खानु पर्छ बासी खानु हुदैन
नियमित नहाउनु, रोगी हुनु पर्दैन ।

पहेँला र पाकेका, फलफुल खानु है
आफुलाई रोग लागे, अस्पताल जानु है
स्वास्थ्य राम्रो भयो भने, जीवन राम्रो हुँने छ
जीवन राम्रो भयो भने, सुखी फूल फुल्ने छ

घर बाटो वरिपरि सधै सफा राखौं न
आफ्नो घर मात्र हैन, समाज सुन्दर राखौं न
सबै भन्दा ठुलोधन, स्वास्थ्य हो नि साथी

स्वास्थ्य भन्दा कहिले नि, हुन्न धन माथि

पौष्टिक आहार लिनु पर्छ, जानेर हामीले
फलफुल खानु अघि धुनु पर्छ पानीले
आफ्नो घर आफ्नो गाउँ, स्वस्थकर बनाऔं
निरोगी बनेर, जीवनभर रमाऔं ।

क्रियाकलाप

१. माथिको बाल कवितालाई कक्षामा लय हालेर वाचन गर्नुहोस् र विद्यार्थी भाइबहिनीहरुलाई सँग सँगै गाउन लगाउनुहोस् ।

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. धन भन्दा ठुलो चिज के रहेछ ?

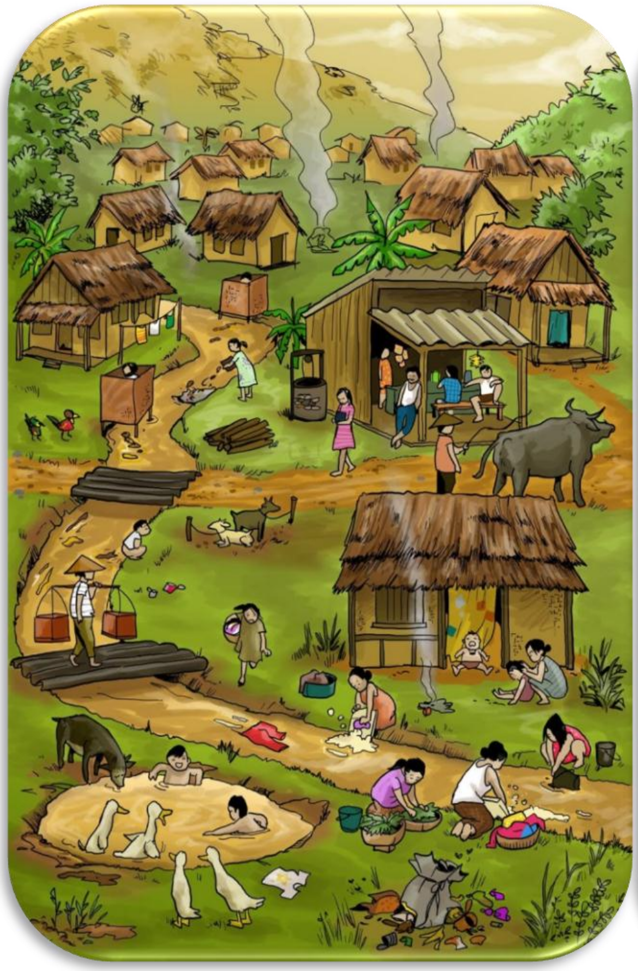
ख. हामी कस्ता फलफुल खानु पर्दछ ?

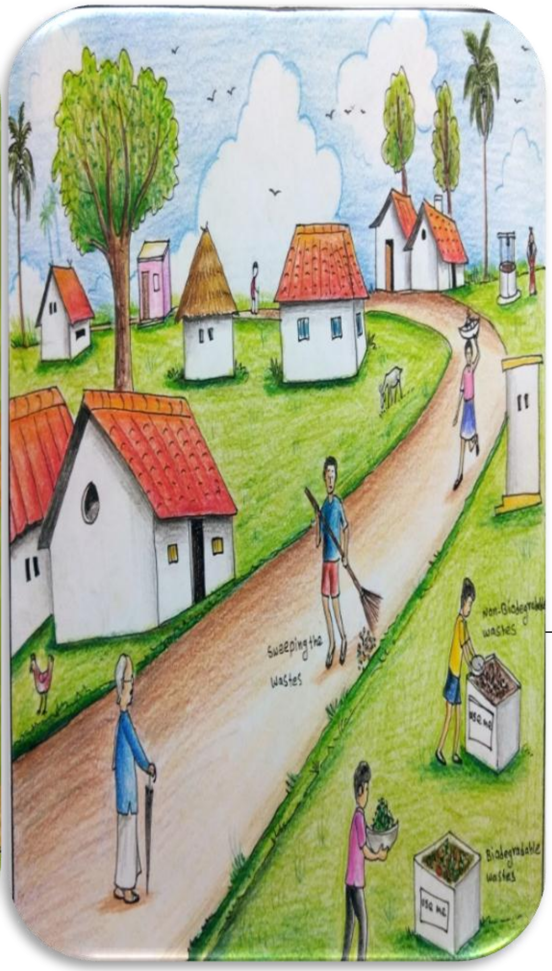
ग. हामीहरु जीवनभर कसरी रमाउन सकिन्छ ?

घ. हामीले कस्तो खाना खानु हुँदैन ?

ङ. रोगीको उपचार गर्न कहाँ लैजानु पर्छ ।

३. तल दिइएको चित्र हेरेर छलफलमा भाग लिनुहोस् ।





४. तलको तालिकामा कुहिने पाँच वटा र नकुहिने पाँच वटा वस्तुको नाम लेख्नुहोस् :-

कुहिने वस्तु	नकुहिने बस्तु
१	१
२	२
३	३
४	४
५	५

हाम्रा स्वास्थ्य संस्थाहरू :-

चिर्तुङ्गधारा स्वास्थ्य चौकी

चिर्तुङ्गधारा स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं.१ स्थित खोरबारीमा रहेको छ । यो स्वास्थ्य चौकी पुरानै भवनमा सञ्चालित भईरहेको छ । स्वास्थ्य चौकीको नयाँ भवन चिलाङ्गदीमा बनिरहेको छ भने स्वास्थ्य चौकीबाट आधारभूत स्वास्थ्य सेवा प्रदान हुँदै आईरहेको छ ।

पोखराथोक स्वास्थ्य चौकी

पोखराथोक स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. २ को देउराली भन्ने ठाँउमा सञ्चालन भईरहेको छ। यस स्वास्थ्य चौकी नयाँ भवन पोखराथोकको आँपचौर भन्ने ठाँउमा निर्माणधिन अवस्था रहेको छ। उक्त भवनको निर्माण कार्य पूरा भए पछि स्वास्थ्य चौकीलाई उक्त स्थानमा सारिने छ। यस स्वास्थ्य चौकीबाट आधारभूत स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध हुँदै आईरहेको छ।

नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकी

नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाँउपालिका वडा नं.३ को नायरनमतलेसमा रहेको छ । यस स्वास्थ्य चौकीले आधारभुत स्वास्थ्य सेवाका साथै २४ सै घण्टा बर्थिङ सेन्टर प्रसुति सेवा समेत उपलब्ध गराउँदै आईरहेको छ। यस स्वास्थ्य चौकीबाट औषत मासिक १ जना सुरक्षित प्रसुति सेवाका लागि आउने गरेको तथ्याङ्क रहेको छ ।

खानीछाप स्वास्थ्य चौकी

खानीछाप स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ४ खानीछापमा रहेको छ । यो स्वास्थ्य चौकी हाल पुरानै भवनमा सञ्चालित छ । नयाँ स्वास्थ्य चौकीको भवन निर्माण कार्य भईरहेको छ । उक्त भवनको निर्माण कार्य सम्पन्न भए पछि नयाँ भवनबाट स्वास्थ्य सेवा सञ्चालन हुने छ । यस स्वास्थ्य चौकीले २४ सै घण्टा बर्थिङ सेवा (प्रसुति केन्द्र) सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । यस स्वास्थ्य चौकीले आधारभूत स्वास्थ्य सेवा समेत प्रदान गर्दै आइरहेको छ ।

शिक्षण निर्देशन: दिइएको पाठलाई पालैपालो कक्षाकोठा भित्र सस्वर रुपमा पढन लगाउनुहोस् ।

दर्लमडाँडा स्वास्थ्य चौकी

दर्लमडाँडा स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाँउपालिका वडा नं. ५ दर्लमडाँडामा पर्छ । यो स्वास्थ्य चौकीले हाल आफ्नो नयाँ भवनबाट आफ्ना सेवाहरु प्रदान गर्दै आईरहेको छ । यस स्वास्थ्य चौकीबाट आधारभुत स्वास्थ्य सेवा प्रदान हुँदै आईरहेको छ ।

यम्घा स्वास्थ्य चौकी

यम्घा स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ६ यम्घाको पुण्यनगर भन्ने ठाँउमा रहेको छ । यो स्वास्थ्य चौकीले नवनिर्मित भवनबाट आफ्ना सेवाहरु प्रदान गर्दै आईरहेको छ । यहाँ टाढा टाढा रहेका सबै नागरिकले सहज रुपमा स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्न सकुन् भनेर दर्पुकमा सामुदायिक स्वास्थ्य इकाइ सञ्चालन गरेर स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउँदै आईरहेको छ ।

खानीगाउँ स्वास्थ्य चौकी

खानीगाउँ स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिकाको वडा नं. ७ मा पर्दछ । यो स्वास्थ्य चौकीले पुरानो भवनबाट सेवा प्रदान गर्दै आईरहेकोमा हाल नयाँ भवन निर्माण भए पछि सोही नयाँ भवनबाट सेवा प्रदान हुँदै आईरहेको छ। यस स्वास्थ्य संस्थाले २४ सै घण्टा प्रसुति सेवा सञ्चालन गर्दै आईरहेको छ। यहाँ बाट नागरिकहरुले आधारभुत स्वास्थ्य सेवाको लाभ लिदै आईरहेका छन्।

शिक्षण निर्देशन: माथिको पाठलाई कक्षाकोठामा सस्वर वाचन गराउनु होस् ।

बराङ्दी स्वास्थ्य चौकी

बराङ्गदी स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ८ बराङ्गदीमा पर्दछ। यो स्वास्थ्य चौकीले आफ्नो पुरानो भवनबाटै सेवा प्रदान गर्दै आईरहेको छ। यो स्वास्थ्य चौकीको नयाँ सुविधा सम्पन्न भवन हाल बनेको छैन । यहाँबाट नागरिकहरुलाई आधारभुत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क रुपमा प्रदान गर्दै आईरहेको छ। दीर्घरोगीहरुले खाने नियमित औषधि समेत यो स्वास्थ्य चौकीबाट उपलब्ध हुँदै आईरहेको छ।

चापपानी स्वास्थ्य चौकी

चापपानी स्वास्थ्य चौकी बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं.९ चापपानीमा रहेको छ । यो स्वास्थ्य चौकीले आफ्नै सुविधा सम्पन्न स्वास्थ्य चौकी भवनबाट नागरिकहरुलाई निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउँदै आईरहेको छ । यस स्वास्थ्य चौकीले २४ घण्टा प्रसुति सेवा (बर्थिङ सेन्टर) सञ्चालन गर्दै आईरहेको छ । बगनासकाली गाउँपालिका भित्र औषत रुपमा सबै भन्दा बढी प्रसुति सेवा लिन आउने स्वास्थ्य चौकी पनि यही हो । यो स्वास्थ्य चौकीले एम्बुलेन्स सेवा पनि सञ्चालन गरेको छ । यो स्वास्थ्य चौकीले दीर्घरोगीको नियमित औषधि उपलब्ध गराउदै आईरहेको छ । यहाँ बाट नागरिकहरुले निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा लिदै आईरहेका छन् ।

शिक्षण निर्देशनः माथिको पाठलाई कक्षाकोठामा सस्वर वाचन गराउनु होस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्:

क. बगनासकाली गाँउपालिका भित्र कति वटा स्वास्थ्य चौकी सञ्चालित छन् ?

ख. बगनाकाली गाउँपालिका भित्रका कति वटा स्वास्थ्य चौकीले एम्बुलेन्स सेवा सञ्चालन गरिरहेका छन् ?

ग. बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका कुन कुन स्वास्थ्य चौकीले २४ सै घण्टा सुरक्षित प्रसुति सेवा प्रदान गर्दै आईरहेका छन् ?

घ. यम्घाको सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई कुन ठाँउमा रहेको छ ?

ङ. चिर्तुङ्गधारा स्वास्थ्य चौकीको नयाँ सुविधा सम्पन्न भवन कुन ठाँउमा बनिरहेको छ ?

२. बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका नौ वटा स्वास्थ्य चौकीको सूची तयार पारी शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

१. .... २. ....

३. .... ४. ....

५. .... ६. ....

७. .... ८. ....

९. ....

३. तपाईले आफ्नो घर वरपर रहेका फोहरमैलाको व्यवस्थापन के कसरी गर्नु भएको छ ? कक्षा कोठामा समुह बनाई छलफल गर्नुहोस् । छलफलबाट निस्किएको निष्कर्ष शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन: पाठका आधारमा दिइएका अभ्यासहरुलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

४. तलको चित्रमा के भईरहेको छ ? चित्रमा तपाईले देख्नु भएको कुनै पाँच कामहरु लेख्नुहोस् ।

१. ....

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

परियोजना कार्यः-

विद्यार्थी भाइ बहिनीहरुलाई आफ्नो विद्यालयबाट नजिकै रहेको स्वास्थ्य चौकीमा लैजानुहोस् । त्यहाँबाट विरामीहरुलाई के कस्ता सेवा सुविधाहरु प्रदान गर्दै आईरहेको रहेछ? स्वास्थ्य कर्मीसँग सोधेर जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ तेह्र

विषय क्षेत्र : यातायात तथा सञ्चार

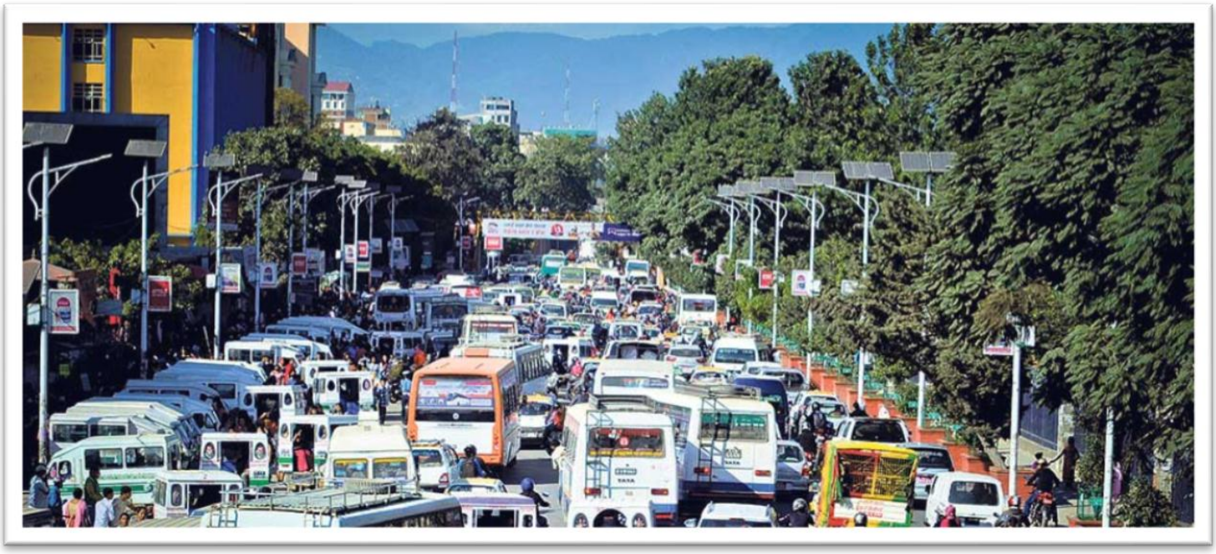
विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइ समावेश गरिएका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछः

१. यातायात तथा सञ्चारको सामान्य परिचय दिने,
२. यातायात तथा सञ्चारको महत्व बताउने,
३. सामान्य ट्राफिक सङ्केतको पहिचान गरी सोही अनुसार सचेत रहन,
४. सडक सुरक्षमा स्थानीयको भुमिका बताउन,
५. सुचान आदानप्रदानमा सहभागी हुन्,

हाम्रो यातायातका साधन

पहिले पहिले अहिलेको जस्तो आधुनिक यातायातका साधनहरु थिएनन् । मानिसहरु एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा हिडेर, घोडामा चडेर, खच्चडमा चडेर, पुग्दथेँ । सामानहरु डोकामा बोकेर, घोडा वा खच्चडलाई बोकाएर एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लैजान्थेँ । अहिले आधुनिक प्रविधिको विकाससँगै थरि-थरिका यातयातका साधनहरु आविष्कार भइरहेका छन् । धेरै दिन लगाएर जानुपर्ने ठाउँमा वा सामान लैजानु पर्ने ठाउँमा सजिलै पुग्न सकिएको छ ।



हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका भित्रका नौ वटै वडामा यातायातको सुविधा पुगेको छ । अधिकांश सडक कच्ची रहेको छ । केही बाटो भने ढलान/ग्राविल, र पिच गरिएको छ । गाउँपालिकाको वार्षिक तथा कार्यक्रम अनुसार बाटो मर्मत तथा पिच हुने कार्य पनि भइरहेको छ । अधिकांश व्यक्तिको धर घरमा सवारी साधन पुगेको छ । हाम्रो गाउँपालिकाभित्र दैनिक रुपमा चल्ने यातायातका साधनहरु मध्ये मोटरसाइकल, बस, जीप, भ्यान, ट्रक, ट्याक्टर ,ट्रिपर, अटोरिक्सा कार हुन् । संघीय सरकार, प्रदेश सरकार र स्थानीय सरकारको संयुक्त लगानीबाट हाम्रो गाउँपालिकाभित्रका सडकहरुको स्तरोन्नति भइरहेको छ ।

बुलठाँकी झिरभञ्ज्याङ्ग सडक कालोपत्रे भईरहेको

यातायात विकासको आधारभूत क्षेत्र मध्ये चोथौ अङ्ग हो । यातायात क्षेत्रको विकास भएसँगै मानिसको दैनिक पनि परिवर्तनशील भएरहेको हुन्छ । आफुले उत्पादन गरेको वस्तुहरु बेचविखनको लागि समयमै बजारसम्म पुऱ्याउनको लागि सहयोग हुन्छ । बगनासकालीका स-साना गोरेटा बाटाहरु विस्तारै फराकिलो बन्दै गइरहेको छन् । जसले गर्दा ठुलो प्रकृतिका सवारी साधन हाम्रो घर-घरसम्म पुग्न ,थालेका छन् । हाम्रो दैनिकीलाई सहज पुऱ्याउन झोलुङ्गे पुल पनि निर्माण भएको छ । बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ४ खानीछाप र रम्भा गाउँपालिकाको वडा नं. ३ पिपलडाँडा जोड्ने गरी स्वामीरह झोलुङ्गे पुलको निर्माण भएको छ । जस्ले गर्दा खानीछापका मानिसहरुलाई सिद्धार्थ राजमार्गसँगको पहुँच सहज भएको छ ।

स्वामीरह झोलुङ्गे पूल

यातायातलाई सहज गराउन चिल्लो, घुमाउरा र उकालो सडकमा ढलान गरिएको छ । सडकको सुरक्षाको लागि नाली निर्माण कार्यलाई तिव्रता दिइएको छ ।

बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ६ को ढलान सडक

निर्माण भएका सडकहरुको सुरक्षा गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो । सडकको दायाँबायाँ बहुवर्षे विरुवा वृक्षारोपण गरी सडकलाई बलियो र हराभरा बनाउन सकिन्छ । यातायात र हाम्रो दैनिकी एक अर्कोमा अन्तर सम्बन्धित पक्ष हुन् ।

शिक्षण निर्देशन: माथिको पाठलाई व्यक्तिगत रुपमा पालैपालो सस्वर वाचन गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक भए (✗) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) घोडा /खच्चडलाई सवारी साधनको रुपमा प्रयोग गरिन्छ ।	
(ख) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्रका सबै बाटाहरु कालोपत्रे गरिएको छ ।	
(ग) यातायातका साधन नभएपनि हाम्रो दैनिकी सहज हुन्छ ।	
(घ) यातायता विकासको पहिलो अङ्ग हो ।	
(ङ) हाम्रो गाउँपालिकाभित्र झोलुङ्गेपुल पनि रहेका छन् ।	
(च) हाम्रो गाउँपालिकालाई सिद्धार्थ राजमार्गले छोएको छ ।	

२. तलका प्रश्नहरुको छोटो उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) कुनै पाँचवटा यातायताका साधनको नाम लेख्नुहोस् ।

(ख) आधुनिक सवारी साधनको विकास नहुदा मानिसहरु एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा कसरी पुग्दथें ?

(ग) स्वामीरह झोलुङ्गे पूलले कुन गाउँपालिकालाई छोएको छ ?

(घ) बगनासकाली गाउँपालिकालाई छोएको राजमार्गको नाम के हो ?

(ङ) सडकमा नालीको निर्माण किन गरिन्छ ?

(च) सडकको दायाँबायाँ कस्ता विरुवाहरु रोप्नु पर्छ ?

(छ) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र धेरै बाटाहरु कुन प्रकृतिका छन् ?

३. चित्रमा के भइरहेको छ, छलफल गर्नुहोस् ।

शिक्षण निर्देशन: पाठका आधारमा दिइएका प्रश्नहरुको लिखित र मौखिक छलफल गराउनुहोस्:

४. जोडा मिलाउनुहोस्:

झोलुङ्गे पूल

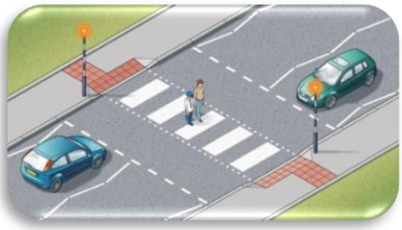
भ्यान

परम्परागत सवारी साधन

बाटो ढलान

कल्बट

५. तल केही ट्राफिक सङ्केतहरु दिइएको छ । ती सङ्केतका आधारमा कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।



बटुवाले बाटो काट्ने ठाउँ

हर्न बजाउन नपाउने क्षेत्र

पेट्रोल पाईने ठाउँ

बगानास

बाटो काट्न नपाईने ठाउँ　　　　अधिकतम गति　　　　सिमा समाप्त

पार्किङ्ग गर्ने ठाउँ　　　　प्रथमिक उपचार　　　　बनभोज स्थल

६. यातायातका साधनहरुको प्रयोग कुन-कुन काममा गरिन्छ ? कुनै पाँच कार्यहरु लेख्नुहोस् ।

१. ....

२. ....

३. ....

४. ....

५. ....

शिक्षण निर्देशन: दिइएको अभ्यासलाई व्यक्तिगत/सामुहिक रुपमा छलफल गराउनुहोस्:

सञ्चार भनेको विचार र जानकारीको आदान प्रदान गरिने प्रक्रिया हो । एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा जानकारी स्थानान्तरण गर्ने प्रक्रियालाई पनि सञ्चार भनिन्छ । पहिले पहिले सामुहिक सञ्चार वा खबर आदान प्रदान गर्न डाँडमा गएर ड्रम बजाउने मानिसहरुको घर घरमा खबर बाँड्दै हिड्ने, परेवाको खुट्टामा चिठी बाँधेर खबर पुऱ्याउने गरिन्थ्यो । आधुनिक (अहिले) समयमा सञ्चारका आधुनिक प्रविधिको विकास भएसँगै हाम्रो दैनिक निकै सहज बन्दै गइरहेको छ । हामीले सबैभन्दा बढी प्रयोग गर्ने सञ्चारको साधन मोबाइल फोन हो । मोबाइल फोनपछि टेलिभिजन, रेडियो, कम्प्युटर, पत्रपत्रिका चिठीपत्रलाई हामीले सुचना वा खबर आदनप्रदान गर्न प्रयोग गर्दछौं ।

सञ्चारलाई प्रकृतिका आधारमा तीन भागमा बाँडिएको छ ।

१. मौखिक सञ्चार :

व्यक्ति-व्यक्ति बीचमा वा कुनै भाषा प्रयोग गरेर सन्देश आदनप्रदान गर्नुलाई मौखिक सञ्चार भनिन्छ । यो सबैभन्दा सरल र पुरानो विधि हो । यसलाई बढी भरपर्दो र प्रभावकारी मानिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन: दिइएको पाठलाई सस्वर वाचन गराउनहोस् र सञ्चारको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

२. लिखित सञ्चार

लिखित रुपमा सन्देश, सुचना वा जानकारी आदान प्रदान गरिन्छ भने त्यसलाई लिखित सञ्चार भनिन्छ । चिठिपत्र, आकाशवाणी, प्रतिवेदन, पत्रपत्रिका, पुस्तक आदिलाई लिखित सञ्चार भित्र पर्दछन् । लिखित सञ्चारलाई पछिसम्म पनि सुरक्षित गरेर राख्न सकिन्छ ।

३. साङ्केतिक सञ्चार

कुनै भाषा वा शब्दको प्रयोग नगरी इशारा, सङ्केत चिन्ह, चित्र, शारीरिक हाउभाउ, नक्सा आदिको प्रयोग गरी सुचना र जानकारी आदनप्रदान गर्नुलाई साङ्केतिक सञ्चार भनिन्छ । हामीले सडकको छेउ-छेउमा देख्ने ट्राफिक सङ्केत पनि साङ्केतिक सञ्चार भित्र पर्दछ । बोलीमा समस्या भएको मानिसहरुले पनि साङ्केतिक सञ्चारको माध्यमबाट सञ्चारको आदनप्रदान गर्दछ ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नको मौखिक उत्तर दिनुहोस् :

(क) सञ्चार भनेको के हो ?

(ख) पहिले पहिले सञ्चारको आदान प्रदान कसरी गरिन्थ्यो ?

(ग) सञ्चार कति प्रकारका हुन्छन् ?

(घ) तपाईले प्रयोग गरिरहेको कुनै तीनवटा सञ्चारका साधनको नाम भन्नुहोस् ।

(ङ) सबैभन्दा बढी प्रयोग हुने सञ्चारको साधन कुन हो ?

२. तलको समुहमा कुन मिल्दैन गोलो (O) घेरा लगाउनुहोस्

(अ) चिठीपत्र	टेलिभिजन	कम्प्युटर	मोबाइल
(आ) टेलिभिजन	फोन	कम्प्युटर	मोबाइल
(इ) कापी	कलम	समचारपत्र	पेन्सील
(ई) हाउभाउ	नक्सा	कुराकानी	चिन्ह
(उ) टेलिभिजन	पत्रिका	कम्प्युटर	फोन

३. तलको चित्रमा के भइरहेको छ ? चित्र हेरेर कक्षामा छलफल गर्नुहोस्:

४. जोड मिलाउनुहोस् :

समाचारपत्र

साङ्केतिक भाषा

टेलिभिजन

कम्प्युटर

रेडियो

शिक्षण निर्देशन: दिइएको अभ्यासहरुलाई लिखित तथा मौखिक अभ्यास गराउनुहोस् ।

५. तलको कोठाभित्र उपयुक्त वर्ण भरेर सञ्चारका साधनको नाम बनाउनुहोस्:

			मो		
रे		यो			
			इ		ल
	चि				
			फो		
आ		ज			

६. तलका सञ्चारका साधनहरु के को सहायताले चल्छन् ? शिक्षक सँग सोधेर लेख्नुहोस्:

१. रेडियो	⟶	
२. कम्प्युटर	⟶	
३. टेलिफोन	⟶	
४. मोबाइल	⟶	
५. टेपरिकर्डर	⟶	

७. पढौँ र बुझौँ

सञ्चार साधन	टाढा -टाढाको मानिसलाई नजिक ल्याउँछ ।
	विभिन्न ठाउँका बारेमा जानकारी दिन्छ ।
	मानिसहरुलाई पढाइमा मद्दत गर्छ ।
	मानिसहरुलाई मनोरञ्जन दिन्छ ।

८. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द राखेर वाक्य पुरा गनुहोस्:

टेलिफोन, चिठ्ठी, साइकल, टेलिभिजन, पत्रपत्रिका

(क) हुलाकीले ____________ घर पुऱ्याउनुहुन्छ ।

(ख) ____________ टाढाका मानिसहरुसँग कुराकानी गर्न मद्दत गर्छ ।

(ग) ____________ सञ्चारको साधन होइन ।

(घ) ____________ मा देश विदेशका खबरहरु छापिन्छ ।

(ङ) ____________ मा हामी दृश्यहरु देख्न र सुन्न सक्छौँ ।

९. तलका सञ्चारका साधनहरु कुन-कुन काममा प्रयोग हुन्छन् ? लेख्नुहोस्:

शिक्षण निर्देशन: दिइएको क्रियाकलापहरुलाई लिखित र मौखित अभ्यास गराउनुहोस्:

एकाइ चौध

विषय क्षेत्र : बालमैत्री स्थानीय शासन

विशिष्ट उद्देश्य :

यस एकाइमा रहेका विषयवस्तुको अध्ययनपश्चात् विद्यार्थीहरु निम्न कुरामा सक्षम हुनेछन्:

१. बालमैत्री व्यवहारको सामान्य परिचय दिन,
२. बालमैत्री व्यवहार भए नभएको छुट्याउन,
३. विद्यालय र घरमा हुने बालमैत्री व्यवहारहरुको सुची तयार पार्न,
४. गाउँपालिकाद्वारा सञ्चालन गरिएको बालमैत्री कार्यक्रमहरुको सामान्य जानकारी हासिल गर्न,

बालमैत्री सन्देश

धेरै कुरा जान्नु छ , बालबालिका हामी
अरुलाई नि सिकाउनु छ, धेरै कुरा जानी
गाउँघर वरपर बालमैत्री कै नारा छ
धेरै टाढा नजानु, आफ्नै देशमा सारा छ

अनाथ र टुहुरा भनि रुनु पर्दैन
गाउँपालिका सरकार छ, साथ यस्ले छोड्दैन
पढाइ लेखाइ गर्नलाई, पाठशाला जानु है
रोगव्याधिले छुदैन, ताजा खाना खानु है

साथीसङ्गी मिलिजुली, खेल्नु पढ्नु पर्दछ
आफ्नो सामान आफैले, जतन गर्नु पर्दछ
बालक्लब गठन गरी, एकजुट हुनु छ
आफ्नो काम आफै गरी सफलतालाई छुनु छ ।

सानालाई मायाँ गरौं, ठुलालाई आदर
अल्छि हुनु हुदैन, देखाउनु छ जाँगर
दु:खमा परेकालाई, साथ देउ मिलेर
समय खेर नफालौ, बेकारमा डुलेर ।

शिक्षण निर्देशन:
दिइएको कविता लय हालेर गाउनुहोस् । विद्यार्थीहरुलाई पनि गाउन लगाउनुहोस् । कविताका आधारमा दिइएका प्रश्नहरुको लिखित अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरुको एक वाक्यमा उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) हामीले कस्ता व्यक्तिलाई साथ दिनुपर्छ ?

(ख) गाउँघर वरपर के को नारा धन्केको छ ?

(ग) पढ्न र लेख्नलाई कहाँ जानुपर्छ ?

(घ) कस्ता खाना खाँदा रोगव्याधिले छुदैन ?

(ङ) हामीले आफुभन्दा साना र ठुलालाई कस्तो-कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ ?

२. बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र बालमैत्री स्थानीय शासन कार्यक्रम अर्न्तगत भएको केही कार्यक्रमहरुको तस्विर तल दिइएको छ, त्यसलाई हेरेर कक्षाकोठामा छलफल गर्नुहोस् :

बगनासकाली -२ पोखराथोक स्वास्थ्य चौकीमा गर्भवती महिला र स्वास्थ्यकर्मी बिचमा अर्न्तक्रिया कार्यक्रमको झलक

गाउँपालिका सभाहलमा बाल सञ्जाल बैठकको एक झलक

अभिभावक विहिन बालबलिकालाई राहत रकम वितरण

बालबालिकाद्धारा तयार गरेको चेतनामुलक बोर्ड

शिक्षण निर्देशन: दिइएको क्रियाकलापहरुलाई लिखित र मौखिक अभ्यास गराउनुहोस्:

हाम्रो गाउँपालिका : बालमैत्री गाउँपालिका

हाम्रो बगनासकाली गाउँपालिका पूर्ण बालमैत्री गाउँपालिका हो । बगनासकाली गाउँपालिका हाम्रो लुम्बिनी प्रदेशको पहिलो बालमैत्री गाउँपलिका हो । वि. स २०७७ सालबाट

हाम्रो गाउँपलिकामा बालमैत्री स्थानीय शासन कार्यक्रम अबलम्बन गरिएको थियो । यसका आधारभूत सूचकहरुको न्यूनतम मापडण्ड पुरा गरेको हुनाले २०७७ साल चैत्र १४ गते गाउँपालिकालाई पूर्ण बालमैत्री गाउँपालिका घोषणा गरिएको थियो ।

बालमैत्री गाउँपालिका घोषणा भएपछि पनि यसले बालमैत्री स्थानीय शासन कार्यक्रम अर्न्तगत पर्ने गतिविधिहरु सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । गाउँपालिका भित्र रहेका ९ वटा वडामा ९५ वटा बालक्लब गठन गरिएको छ। ९ वटै वडाको प्रतिनिधित्व गराइ गाउँपलिका स्तरीय बालसञ्जाल समेत गठन गरिएको छ । यस कार्यक्रम अर्न्तगत अभिभावक विहिन बालबालिका आर्थिक सहयोग, सुत्केरी महिला पोषण तथा नियमित चेक जाँच कार्यक्रम, बालश्रमको शोषणको अन्त्य, विद्यालय स्तरीय अतिरिक्त क्रियाकलाप, बालबालिकाहरुको नेतृत्व विकास सम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । बालअधिकार भित्र पर्ने आधारभुत कुराहरुलाई विशेष जोड दिएको कार्यक्रमहरु सञ्चालन भइरहेको छन् । गाउँपालिकाभित्र बालविवाह रोकथाम गर्नको लागि जनचेतना मुलक कार्यक्रम समेत सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । यो हाम्रो लागि गौरवको कुरा हो ।

शिक्षण निर्देशन: पाठका आधारमा दिइएका प्रश्नहरुको लिखित तथा मौखित अभ्यास गराउनुहोस्:

क्रियाकलाप

१. माथिको पाठ पढेर तलको प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) हाम्रो गाउँपालिकालाई कहिले पूर्ण बालमैत्री गाउँपालिका घोषणा गरिएको हो ?

(ख) लुम्बिनी प्रदेशको पहिलो गाउँपालिकाको नाम के हो ?

(ग) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र हाल कति ओटा बालक्लब गठन भएका छन् ?

(घ) बालमैत्री स्थानीय शासन कार्यक्रम अन्तर्गत कस्ता बालबालिकाहरुलाई आर्थिक सहयोग दिइन्छ ?

(ङ) बालविवाह रोकथामको लागि कस्ता कस्ता कार्यक्रम सञ्चालन भएको छन् ?

२. जोडा मिलाउनुहोस्:

बालविवाह

सुत्केरी चेकजाँच

बालक्लब

सडक नाटक

सफा खानेपानी

३. तलका भनाइ ठिक भए (✓) र बेठिक (✗) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) पाल्पा जिल्लाको पहिलो बालमैत्री गाउँपालिका बगनासकाली गाउँपालिका हो । ☐

(ख) बालविवाह रोकथाममा बालक्लबको महत्व हुन्छ । ☐

(ग) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र ८ वटा बालक्लब गठन भएको छन् । ☐

(घ) बगनासकाली गाउँपालिकाभित्र ९ वटा पालिका स्तरीय बालसञ्जाल गठन भएका छन् । ☐

४. तपाईंको वडामा भएका बालक्लबले तपाईंको गाउँघरमा के-कस्ता काम गर्दै आइरहेका छन् ? शिक्षकसँग सोधेर लेख्नुहोस्:

(क) ______________ ______________ ______________ ______________

(ख) ______________ ______________ ______________ ______________

(ग) ______________ ______________ ______________ ______________

५. तल चित्रमा के कस्ता क्रियाकलाप भइरहेका छन् ? चित्र हेरेर कक्षामा छलफल गर्नुहोस्:

शिक्षण निर्देशन: माथिको चित्रको आधारमा समुहगत रुपमा छलफल गराउनुहोस्:

६. तपाईंलाई अरु व्यक्तिले कस्तो व्यवहार गरेको मन पर्छ ? कस्ता व्यवहार मन पर्दैन ? पाँच/पाँच वटा व्यवहारहरु उल्लेख गर्नुहोस्:

मन पर्ने व्यवहार	मन नपर्ने व्यवहार
१. दुखमा सहयोग गरेको	१. केटाकेटी भनेर गिज्याएको

२.	२.
३.	३.
४.	४.
५.	५.

७. तलको समुहमा कुन मिल्दैन गोलो घेरा (O) लगाउनुहोस् :

(अ)	नाटक	नृत्य	गीत	लेखाइ
(आ)	सिटामोल	भात	दात	दुध
(इ)	तरुल	सखर	नरिवल	आलु
(ई)	पानी	जुस	चिनी	तेल
(उ)	इनार	खोला	नाला	नदी

शिक्षण निर्देशनः दिइएका अभ्यासलाई लिखित तथा मौखित अभ्यास गराउनुहोस्:

विशिष्टिकरण

सैद्धान्तिक

लिखित परीक्षा प्रयोजनार्थ

विषय : स्थानीय विषय

कक्षा :

क्र. सं.		ज्ञान तहका प्रश्न	बोध तहका प्रश्न	व्यवहारिक सीप तहका प्रश्न	उच्च दक्षता तहका प्रश्न	प्रतिप्रश्न अङ्कभार
१.	पाठगत बोध प्रश्नोत्तर	-	१४	-	-	३
२.	जोडा मिलाउने प्रश्न	१	-	-	-	५
३.	चित्र पहिचान	-	-	१	-	२
४.	व्यक्तिगत परिचय	-	-	-	१	१०
५.	खाली ठाउँ भर्ने	१	-	-	-	१०
६.	स्थान वा वस्तु पहिचान	-	-	-	१	१०
७.	ठिक/बेठिक प्रश्न	१	-	-	-	८
८.	चित्र कोर्ने	-	-	१	-	५

तालिका-२०७९

मूल्याङ्कन

विशिष्टकरण तालिका

हाम्रो बगनाकासकाली | **समय : ३ घण्टा**

एक | **पूर्णाङ्क : १००**

जम्मा अंङ्भार	समय	स्पष्टीकरण
४२	७५ मिनेट	पाठ्यक्रमले तोकेका चौध वटा विषय क्षेत्र मध्येबाट प्रत्येक विषयक्षेत्र समेट्ने गरी एक विषय क्षेत्र एक बोध प्रश्न गरी जम्मा १४ वटा प्रश्न ३ देखि ५ शब्द सम्ममा उत्तर दिन सक्ने खालका प्रश्नहरु सोध्ने ।
५	९ मिनेट	कुनै पाँच वटा विषय क्षेत्रबाट १/१ वटा स्थानीय जातीय पहिचान, पेसा व्यवसाय, धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थल, उत्पादन आदि समेट्ने गरी चित्र र नाम सहित पाँच वटा विषय क्षेत्रको एउटा प्रश्न निर्माण गरी सोध्ने ।
१०	१८ मिनेट	स्थानीय पहिचान बोकेका कुनै पाँच वटा चित्र दिई पहिचानको आधारमा नाम लेख्ने प्रश्न सोध्ने ।
१०	१८ मिनेट	विद्यार्थीलाई आफ्नो नाम, बसोबास गर्ने ठेगाना उमेर, अध्ययन गर्ने कक्षा, घरपरिवारको पेसा, आफ्नो घर वरपर रहेका स्थानीय पहिचानका १/२ विषयवस्तु समावेश गरी आफ्नो बारेमा लेख्न सक्ने प्रश्न सोध्ने ।
१०	१८ मिनेट	कुनै पाँच वटा विषय क्षेत्र भित्रबाट १/१ वटा प्रश्न सही उत्तर छनौट गरी खाली भर्ने खालको प्रश्न सोध्ने ।
१०	१८ मिनेट	विद्यार्थीलाई आफ्नो घर वरपर रहेको कुनै पाँच वटा धार्मिक, प्राकृतिक वा उत्पादित बस्तुको नाम, पहिचान गरी लेख्न सक्ने प्रश्न सोध्ने ।
८	१५ मिनेट	चौध विषय क्षेत्र मध्येबाट कुनै चार वटा विषय क्षेत्र भित्रबाट १/१ वटा ठिक बेठिक उत्तर दिने प्रश्न सोध्ने, खाली ठाउँ भर्ने प्रश्न सोधिएका विषय क्षेत्रबाट प्रश्नहरु नसोध्ने ।
५	९ मिनेट	विद्यार्थीहरुलाई आफूलाई मनपर्ने कुनै २ वटा स्थानीय, उत्पादन वा जडिबुटीको चित्र कोर्न लगाउने ।

नेपाल

पाल्पा

बगनासकाली

प्रकाशक
बगनासकाली गाउँपालिका
पालपा