सन्दर्भ सामग्री

गुलरिया गाथा
कक्षा : एक

गुलरिया नगरकार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
गुलरिया, बर्दिया

प्रकाशक :
गुलरिया नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
गुलरिया, बर्दिया

प्रमुख संरक्षक :
श्री मुक्तिनाथ यादव नगर प्रमुख

संरक्षक :
श्री सावित्रा गौतम नगर उप-प्रमुख

सल्लाहकार :
श्री ओमकार शाह प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
श्री सतिश यादव शिक्षा शाखा प्रमुख (शाखा अधिकृत)
श्री रूपसिंह खत्री लेखा अधिकृत

© **सर्वाधिकार :** गुलरिया नगरपालिका

कक्षा १ पाठ्य सामग्री निर्माण समिति
संयोजकः श्री यादव कुमार रेग्मी
सदस्य : श्री नैन सिंह थारू
सदस्य : श्री राम मिलन मुराउ
सदस्य : श्री महेन्द्र बहादुर शाह
सदस्य : श्री लक्ष्मण चौधरी

कम्प्युटर लेआउट :
श्री प्रभात सुवेदी
श्री लक्ष्मण चौधरी

भाषा सम्पादन :
श्री प्रमोद कुमार तिमिल्सिना
श्री भीष्मराज ढकाल

आवरण डिजाइन :
श्री प्रभात सुवेदी

वि.सं. : २०८०, असार

मुद्रण : **म्याक्सवेल प्रिन्टस प्रा.लि. नेपालगन्ज, बाँके,**
फोन नं. ०८१-५३८०५५, E-mail: maxwell.prints@gmail.com

भूमिका

मानव चेतना र सभ्यताको विकास बिना समाज परिवर्तनको कल्पना गर्न सकिदैन । समाजको परिवर्तनबाट मात्र राष्ट्रको विकास सम्भव हुने भएकोले सबै पक्षको समुचित विकासको आधारशीला नै शिक्षा हो । शिक्षा मार्फत प्रदान गरिने ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिको हस्तान्तरण गर्ने विधिहरूमध्ये औपचारिक शिक्षा एउटा प्रमुख माध्यम हो । औपचारिक शिक्षाको प्रारम्भिक चरण भनेको आधारभूत शिक्षा हो । आधारभूत शिक्षालाई गुणस्तरीय र जीवनोपयोगी सिपमा आधारित बनाउँदै प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्न सकिएमा शिक्षाको राष्ट्रिय उद्देश्य प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

नेपालको संविधान अनुसूची ८ मा माध्यमिक तहसम्मको शिक्षालाई सञ्चालन व्यवस्थापन र नियन्त्रण गर्ने अधिकार स्थानीय सरकारलाई प्रदान गरेको सन्दर्भ र प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०४९, यसैगरी आधारभूत शिक्षा (कक्षा ६-८) पाठ्यक्रम, २०६९ ले कक्षा १-३ मा साप्ताहिक ५ कार्यघण्टा र कक्षा (४-८) मा साप्ताहिक ४ कार्यघण्टाको १०० पूर्णाङ्क स्थानीय विषय/भाषा समावेश गरेकाले गुलरिया नगरपालिकाले पालिकाभित्र रहेका स्थानीय कला, संस्कृति, ऐतिहासिक परम्परा, धार्मिक, पुरातात्त्विक तथा पर्यटकीय स्थानहरूको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्ने उद्देश्यका साथ **'गुलरिया गाथा'** स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी शैक्षिक सत्र २०७९ देखि पालिकाभित्र रहेका संस्थागत तथा सामुदायिक विद्यालयहरूमा लागु गर्नेगरी तयार गरिएकोमा पाठ्यक्रममा निदृष्ट विषयवस्तुहरूको सिकाइका लागि कक्षा १ देखि ८ सम्मको पाठ्य सामग्री तयार गरिएको छ ।

प्रस्तुत सन्दर्भ सामग्रीबाट नगर क्षेत्रमा रहेका महत्त्वपूर्ण विषयवस्तुहरूको परिचय गराई बालबालिकाहरूलाई आफ्नो ठाउँका कला र संस्कृतिसँग परिचित गराउन र आफ्नोपनको सकारात्मक सोचको विकास गराउँदै श्रमप्रति सम्मान गर्ने, स्वाभिमानी तथा स्वावलम्बी धारणाको विकास गर्ने, राष्ट्रिय पाठ्यक्रमले समेट्न नसकेका स्थानीय तहका विषयवस्तुहरूसँग परिचित गराउन सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । यो पाठ्यसामग्री गुलरिया नगरपालिकाको शिक्षाको उद्देश्य हासिल गर्ने, स्थानीय विषयवस्तु ज्ञान, सिप, संस्कृति, प्राकृतिक सम्पदाको सम्भावना आदिलाई समेटेर तयार गरिएकोले बालबालिकाहरूको सिकाइमा सघाउ पुग्ने छ ।

गुलरिया नगरपालिकाले तयार गरेको पाठ्यक्रम अनुरूपका विषयवस्तुका साथै यस क्षेत्रको कला, संस्कृति, धर्म, कृषि, पर्यटन, सम्पदा, स्थानीय पेशा व्यवसाय र प्रविधिलाई पाठ्य सामग्रीमा समेटिएको छ । गुलरिया नगरपालिकामा लामो समयसम्म कार्यरत अनुभवी शिक्षकहरूको विज्ञ समूहबाट छलफल, अन्तर्क्रिया तथा कार्यशाला बैठकको आयोजना गरी तथा स्थलगत भ्रमण समेत गरी आफ्नो मिहिनेत र लगनबाट यो पाठ्य सामग्री तयार गर्न महत्त्वपूर्ण सहयोग पुऱ्याउनुहुने सबैप्रति गुलरिया नगरपालिका हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछ । गुलरिया नगरपालिकाको पाठ्यक्रम कार्यान्वयनलाई प्रभावकारी बनाई बालबालिकालाई गुणस्तरीय शिक्षाको अवसर सुनिश्चित गर्ने कार्यमा सम्बद्ध सबैबाट सक्रिय योगदानको समेत अपेक्षा गरिएको छ । कक्षा १ देखि ८ सम्म प्रकाशन गरिएको सन्दर्भ सामग्रीलाई अझै प्रभावकारी बनाउनका लागि यस नगरपालिकाले सामग्री प्रयोगकर्ता लगायत सम्बन्धित सबै पक्षबाट निरन्तर रचनात्मक सुझाव प्राप्त हुने अपेक्षा गरेको छ । प्राप्त सुझावहरूका आधारमा आगामी संस्करणहरूमा परिमार्जन गर्दै लगिने छ ।

मुक्तिनाथ यादव
नगर प्रमुख

विषय सूची

क्र.सं.	विवरण	पेज
एकाइः १	**हाम्रो गुलरिया**	**१**
	पाठ १ हाम्रो परिवार	२
	पाठ २ हाम्रो गाउँ टोल	३
	पाठ ३ मेरो विद्यालय	४
	पाठ ३ हाम्रा धार्मिक स्थल	६
	पाठ ४ हाम्रा महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविका	७
एकाइः २	**हाम्रो संस्कार, सँस्कृति र परम्परा**	८
	पाठ १ हाम्रो संस्कार र संस्कृति	९
	पाठ २ हाम्रा धर्महरू	११
	पाठ ३ हाम्रा चाडपर्वहरु	१२
	पाठ ४ गाउँ टोलमा बोलिने मुख्य भाषाहरु	१५
	पाठ ५ हाम्रा लोक बाजाहरू	१६
	पाठ ६ हाम्रा गहना र पोशाकहरू	१८
	पाठ ७ हाम्रा खानाका मुख्य परिकार	२०
	पाठ ८ जातजाति	२१
एकाइः ३	**स्थानीय पेशा, व्यवसाय र प्रविधि**	**२२**
	पाठ १ स्थानीय हाट बजार	२३
	पाठ २ पेशा	२५
	पाठ ३ स्थानीय उत्पादन	२७
	पाठ ४ माटाका भाडाहरु	२९
एकाइः ४	**हरियाली विद्यालय स्वच्छ नगर**	**३०**
	पाठ १ मेरो विद्यालयको बगैँचा	३१
	पाठ २ मेरो नगर	३३
	पाठ ३ मेरो घर, आँगन	३५
	पाठ ४ पानीका स्रोतहरू	३७
एकाइः ५	**विपद् सावधानी र सुरक्षा व्यवस्थापन**	**३९**
	पाठ १ बाढी	४०
	पाठ २ आगलागी	४२
	पाठ ३ सडक दुर्घटना	४४
एकाइः ६	**हाम्रा सम्पदा**	**४६**
	पाठ १ हाम्रो सम्पदा	४७
	गुलरिया-गान	४८

एकाइ : एक
हाम्रो गुलरिया

सिकाइ उपलब्धि :

१. आफ्नो परिवार तथा आफू बसेको गाँउटोलको नाम भन्न,

२. आफ्नो गाँउटोल वरिपरिको गाँउटोलको नाम भन्न,

३. आफू पढ्ने विद्यालय र वरिपरिका विद्यादयहरूको नाम भन्न,

४. आफ्नो गाँउटोलमा रहेका धार्मिक स्थलहरूको नाम भन्न र

५. आफ्नो गाँउटोलमा कार्यरत स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको नाम भन्न ।

पाठ १ हाम्रो परिवार

सफा शान्त सुन्दर मेरो परिवार ।
राम्रो लाग्छ मलाई मेरो परिवार ॥

हजुरबुवा, हजुरआमा, बुवा, आमा हामी चार ।
हजुरबुवा, हजुरआमा हाम्रो घरको आधार ॥

भाइ पढ्छन् एकमा दिदी पढ्छिन् दुईमा ।
मेरो भाइ सानो छ, बोक्ने गर्छु बुईमा ॥

(क) उत्तर भन्नुहोस् :

(अ) तपाईँको परिवारमा कति जना हुनुहुन्छ ?
(आ) तपाईँको परिवारमा को-को हुनुहुन्छ ?
(इ) तपाईँको बुवाले के काम गर्नुहुन्छ ?

(ख) जोडा मिलाउनुहोस् ।

शब्दहरु	**चित्रहरु**
हजुरबुवा	
हजुरआमा	
बुवा	
आमा	
दिदी	

पाठ २ हाम्रो गाउँ टोल

मेरो टोलको नाम वागेश्वरी टोल हो । यो टोल गुलरिया नगरपालिकाको वडा नं.६ मा पर्छ । मेरो साथीको घर बगलामुखी टोलमा पर्छ । गुलरिया नगरपालिकामा धेरै टोलहरू छन् ।

क्रियाकलाप नं. १

खेलको माध्यमबाट टोलको समूह तयार गर्नुहोस् ।

एक समूहको साथीले अर्को समूहको साथीलाई टोलको नाम भन्न लगाउने ।

क्रियाकलाप नं. २

(क) उत्तर भन्नुहोस् :

(अ) तपाईँ कुन टोलमा बस्नुहुन्छ ?
(आ) तपाईँको विद्यालय कुन टोलमा पर्छ ?
(इ) तपाईँ बस्ने टोल वरिपरिको दुई ओटा टोलको नाम भन्नुहोस् ।

पाठ ३ मेरो विद्यालय

मेरो नाम तारावती लोध हो । म कक्षा १ मा पढ्छु । मेरो विद्यालयको नाम श्री महाकवि देवकोटा माध्यमिक विद्यालय हो । मेरो विद्यालय गुलरिया नगरपालिकाको वडा नं.८ मा पर्छ । मेरो विद्यालयमा एक जना प्रधानाध्यापक हुनुहुन्छ । धेरै जना शिक्षकहरु हुनुहुन्छ । मेरो विद्यालयमा फूलवारी छ । विद्यालय सफा सुग्घर छ । खानेपानीको सुविधा छ । गुलरिया नगरपालिकामा धेरै विद्यालयहरु छन् ।

क्रियाकलाप नं .१

(क) तपाईंको विद्यालयको नाम के हो ?

(ख) तपाईंको विद्यालय कति नं.वडामा पर्छ ?

(ग) तपाईं कति कक्षामा पढ्नुहुन्छ ?

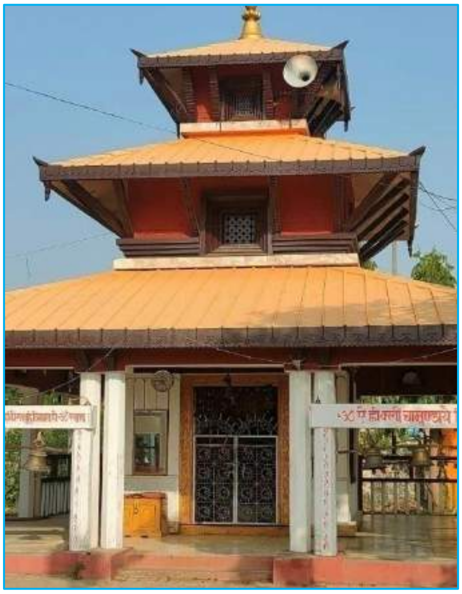
(घ) तपाईंको विद्यालयको प्रधानाध्यापकको नाम भन्नुहोस ।

(ङ) तपाईं पढ्ने विद्यालय नजिकै रहेका कुनै दुई विद्यालयहरूको नाम भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप नं. २

रङ्ग भर्नुहोस :

पाठ ३ हाम्रा धार्मिक स्थल



हरेक मानिसले कुनै एउटा धर्म मान्ने गर्छ । मानिसहरू आ आफ्नो धार्मिक संस्कार अनुसार मन्दिर, मस्जिद, गुम्बा, बिहार, चर्चमा जाने गर्दछन् । हाम्रो गुलरिया नगरपालिकामा धेरै मन्दिरहरू छन् ।

(क) उत्तर भन्नुहोस :

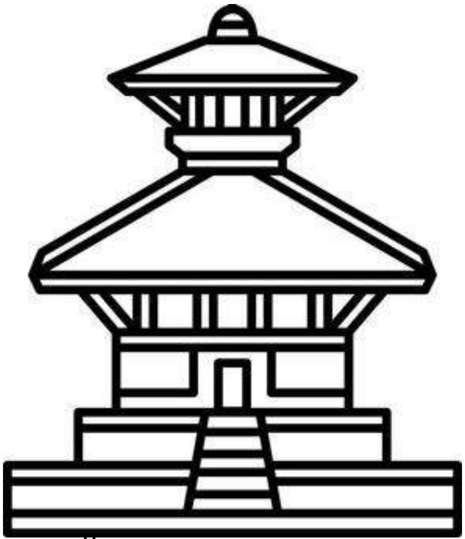
(अ) तपाईँ कुन मन्दिरमा पूजा गर्न जानुहुन्छ ?

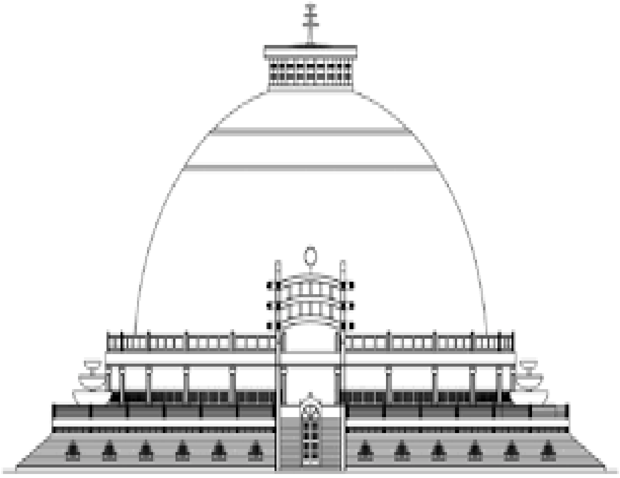
(आ) तपाईँको गाउँ नजिक कुन मन्दिर पर्छ ?

(इ) मुस्लिमहरु पूजा, प्रार्थना गर्न कहाँ जान्छन् ?

(ई) दुर्गामैयाँको पूजा कहिले गरिन्छ ?

(ख) रङ्ग भर्नुहोस :





पाठ ४ हाम्रा महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविका

(क) हेरौ, चिनौ र छलफल गरौ :

(अ) चित्रमा कसलाई देख्नुभयो ?
(आ) स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाले के काम गर्नुहुन्छ ?

हाम्रो गुलरिया नगरपालिकाका सबै वडाहरूमा स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरु हुनुहुन्छ । वहाँहरूले गाउँटोलका गर्भवती महिलाहरूलाई स्वास्थ्य सम्बन्धी सल्लाह दिनुहुन्छ । बिमारी भएका महिलाहरूलाई अस्पताल जाने सल्लाह दिनुहुन्छ । उहाँहरूले बालबालिकाहरूलाई भिटामिन, पोलियो थोपा, जुकाको औषधी खुवाउनुका साथै स्वास्थ र सरसफाईका बारेमा जानकारी दिनुहुन्छ ।

(ख) उत्तर भन्नुहोस :

(अ) तपाईंको गाउँटोलको स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाको नाम भन्नुहोस् ।
(आ) महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाले के-के काम गर्नुहुन्छ ?
(इ) तपाईंलाई भिटामिन र पोलियो थोपा कसले खुवाउनुहुन्छ ?

एकाइ : २
हाम्रो संस्कार, सँस्कृति र परम्परा

सिकाइ उपलब्धिः

१. परिवारभित्र गरिने सामान्य सम्बोधन र शिष्टाचारपूर्ण व्यवहार गर्न,

२. आफूले मान्ने धर्म बताउन,

३. चाडपर्वहरूको नाम भन्न,

४. गाँउटोलमा बोलिने मुख्य भाषाहरू पहिचान गर्न,

५. लोक बाजाहरू पहिचान गर्न,

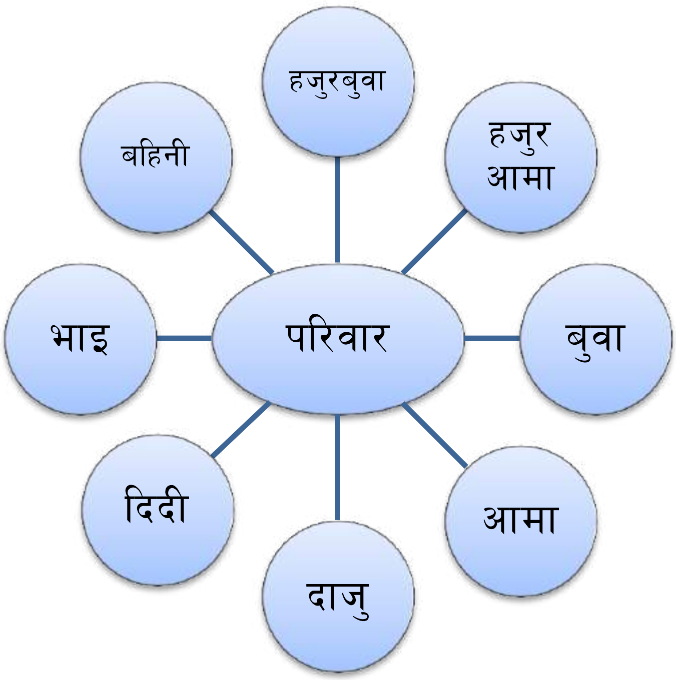
६. आफ्नो परिवारमा लगाइने गहना र पोशाकको नाम भन्न,

७. घरमा बनाइने मुख्य परिकारका नाम भन्न र

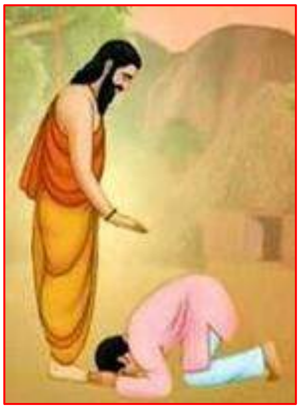
८. आफ्नो टोलमा बसोबास गर्ने मुख्य जातिहरूको नाम भन्न ।

पाठ १ हाम्रो संस्कार र संस्कृति

क) परिवारमा गरिने सामान्य सम्बोधन र शिष्टाचार :



ख) गीत गाऔँ



नमस्ते छ नमस्ते
सबैलाई नमस्ते
दुई हात जोडेर
गुरूलाई नमस्ते ।

बाबाआमा पाहुना
मान्यजन नमस्ते
बैनीलाई माया छ
दाइलाई नमस्ते ।

ग) उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) घरमा मान्यजन आँउदा के गर्नुहुन्छ ?

आ) आफूभन्दा ठूलालाई के गर्नु पर्छ ?

इ) आफूभन्दा सानालाई के गर्नुपर्छ ?

पाठ २ हाम्रा धर्महरू

१. उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईँ कुन धर्म मान्नुहुन्छ ?

ख) तपाईँको समुदायमा कुन कुन धर्म मान्ने मानिसहरू बस्दछन् ?

२. जोडा मिलाउनुहोस् ।

क) हिन्दू	नमो: बुद्धाय
ख) मुस्लिम	नमस्कार
ग) सिख	सतश्रीअकाल
घ) बुद्ध	सलाम

पाठ ३ हाम्रा चाडपर्वहरु

क) देउसी भैली खेलौँ ।

ए भन भन साथी हो - देउसीरे

ए राम्ररी भन - देउसीरे

ए स्वर मिलाइकन - देउसीरे

ए छोरा र छोरी - देउसीरे

ए स्कुल जाने - देउसीरे

ए धेरै पढी - देउसीरे

असल बन्छौँ - देउसीरे ।

ख) चित्र हेरौं र उत्तर भनौ :

उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईँले मान्ने चाडपर्वहरू के-के हुन् ?

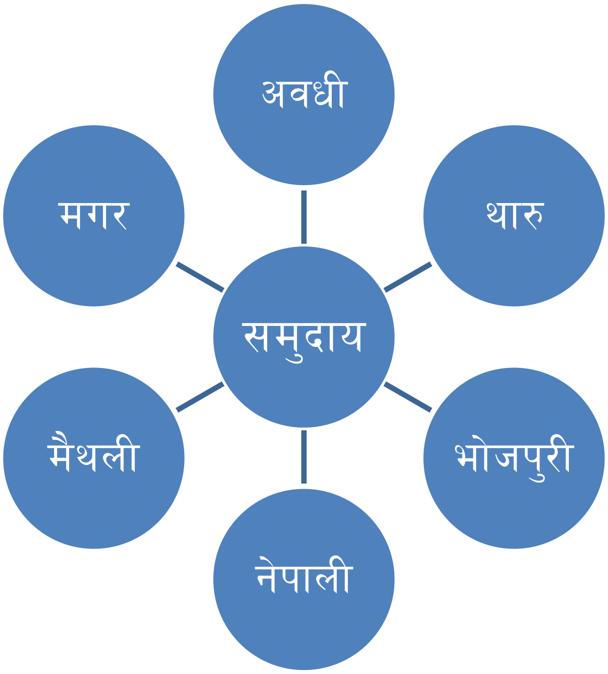
ख)चाडपर्वमा तपाईँले के-के खानेकुरा खानुहुन्छ ?

घ) थारू समुदायमा मनाइने मुख्य चाड कुन हो ?

जोडा मिलाऔँ :

क) हिन्दू	इद
ख) मुस्लिम	क्रिसमस डे
ग) बौद्ध	दशैं
घ) इसाई	बुद्ध पूर्णिमा

पाठ ४ गाउँ टोलमा बोलिने मुख्य भाषाहरू



म अखिलेश यादव हुँ । मैले अवधी भाषा बोल्छु । म राजन थारू हुँ मैले थारू भाषा बोल्छु । म सरिता परियार हुँ मैले नेपाली भाषा बोल्छु । उनी सरिता मगर हुन् । उनले मगर भाषामा कुराकानी गर्छिन् ।

(क) उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) तपाईँको घरमा बोलिने भाषा कुन हो ?

आ) थारू समुदायमा बोलिने भाषा कुन हो ?

इ) तपाईँका साथीहरूले कुन-कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ?

ख) खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

अ) मधेशी समुदाय .... भाषा बोल्छन् । (अवधी, थारू)

आ) थारू समुदायमा .... भाषा बोल्छन् । (थारू, मगर)

इ) मगर जातिको मातृभाषा .... हो । (मगर, नेपाली)

पाठ ५ हाम्रा लोक बाजाहरू

क) चित्र हेरौँ र चिनौँ :

पहिलेदेखि बजाइँदै आएका बाजाहरूलाई लोक बाजा भनिन्छ । हाम्रो समुदायमा मादल, ढोलक, झ्याली, सहनाई, सारङ्गी, बाँसुरी, दमाहा लोक बाजाहरु बजाउने गरिन्छ । यस्ता बाजाहरु हाम्रा समुदायमा प्रचलित विभिन्न पर्व तथा उत्सवहरुमा बजाइने गरिन्छ ।

(ख) जोडा मिलाउनुहोस् :

बाँसुरी

ढोलक

झ्याली

सारङ्गी

मादल

डम्फू

सहनाई

(ग) परियोजना कार्य :

तपाईँको समुदायमा बजाइने बाजाहरू के के छन ? बुवाआमालाई सोधेर ती बाजाहरूको चित्र बनाउनुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ६ हाम्रा गहना र पोशाकहरू

क) चित्र हेरौ र चिनौ :

उत्तर भन्नुहोस् ।

क) चित्रमा देखाइएका पोसाकहरूको नाम भन्नुहोस् ।

ख) चित्रमा देखाइएका गहनाहरु मध्ये तपाईंले कुन कुन देख्नु भएको छ ?

ग) तपाईंको घरमा कुन-कुन पोसाक र गहनाहरु लगाइन्छन् ?

परियोजना कार्य : १

चित्रमा देखाइएका पोसाक तथा गहनाहरूको नाम शिक्षकसँग सोधी कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

शिक्षकको लागि जानकारी

थारू : लेहँगा, ब्लाउज, अघरान, गुनियो, चोलो, पेटानी, घाँघरी, सर्ट, कमिज, कुर्ता धोती, गम्छा, म्याक्सी, फरिया

मधेशी : साडी, ब्लाउज, लेहगा, चुनरी, चोली, कुर्ता, धोती, पैजामा, सुरूवाल, गम्छा, पैन्ट, सर्ट, कोट, सदरी, बनियान, जाँघिया, पौला

मुस्लिम : बुर्का, नकाब, कुर्ता, सुरूवाल, टोपी, पैजामा, पैन्ट सर्ट, लुंगी

तमाङ/मगर : गुन्यो, चोलो, पटुकी, खेन्जा, लुंगी, टोपी, पगर

मधेशी थारू, मुस्लिम, तामाङ, मगर, जातिले लगाउने गरगहनाहरू फँफी, सुतिया, पहुँची, हुमेल, कारा, बाजु, टिकुली, सगिया, जुर्रा, मगौरी, नथिया, फुली, बुलाकी लुर्की, गटैया, कनसेहरी, विछिया, पायल, चुरूवा, हार, टिका, झुम्का हुन् ।

पाठ ७ हाम्रा खानाका मुख्य परिकार

चित्र हेरौँ र चिनौँ

उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) चित्रमा भएका खानाका परिकारहरु देख्नु भएको छ ?

आ) तपाईंले कुन कुन परिकार खानु भएको छ ?

इ) तपाईँलाई मन पर्ने परिकार कुन हो ?

ई) तपाईँको घरमा खाइने कुनै पाँच ओटा परिकारको नाम भन्नुहोस् ।

पाठ ८ जातजाति

क) चित्र हेरौँ र चिनौँ ।

म गुलरिया नगरपालिकामा बस्छु । गुलरिया नगरपालिकामा विभिन्न जातजातिका मानिसहरूको बासोबास रहेको छ । यहाँ बाहुन, क्षेत्री, मगर, गुरूङ्ग, दलित, जनजाति लगायत अन्य जातजातिका मानिसहरूको बासोबास रहेको छ ।

अन्य	दलित	जनजाति
यादब, अहिर, गोडिया, गौतम, सुवेदी, रेग्मी, मल्ल, कुर्मी, पोखरेल, बनिया, कलवार,आचार्य, लामिछाने, मुस्लिम, मण्डल, अधिकारी, पौडेल, थापा, लोनिया, गिरी, न्यौपाने, दहाल, झा, रावल, खड्का, आर्याल, लम्साल, कार्की र कलवार	चमार, हरिजन, राजभर, वि.क. कामी, सुनार, पासी, परियार, नेपाली, सार्की, रिमाकोटी	थारू, चौधरी, मंगता, कुछ्बधिया, राजबंशी, गुरूङ, मगर, श्रेष्ठ

उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईंको छिमेकमा कुन जातिका मानिसको बसोबास छ ?

ख) मन्दिरमा पूजा गराउने मानिसलाई के भनिन्छ ?

एकाइ : तिन
स्थानीय पेशा, व्यवसाय र प्रविधि

सिकाइ उपलब्धि:

१. आफ्नो टोल समुदायका मानिसहरूले गर्ने विभिन्न कामहरूको नाम भन्न,

२. गाँउघरमा बनाइने माटाका विभिन्न भाँडाकुँडाहरूको पहिचान गर्न र

३. उत्पादित वस्तुहरूको बिक्री गर्ने स्थानहरूको पहिचान गर्ने ।

पाठ १ स्थानीय हाट बजार

मेरो नाम जानकी मुराउ हो । म गुलरियामा बस्छु । गुलरियामा शनिबार र मंगलबार हाट बजार लाग्छ । हामी सामान किन्न र बेच्न हाट बजार जान्छौँ । हाम्रो गाउँ घरमा उत्पादन गरिएका कृषि उपज तथा अन्य सरसामानहरू बजारमा लगेर बेच्छौँ । बजारमा सरसामानहरू बेचेर कमाएको पैसाले तरकारी फलफुल, माछा, मासु, माटाका भाँडा, तेल, चामल लगायत घरका लागि आवश्यक सरसामानहरू पनि किनेर ल्याउछौँ ।

क) छलफल गरौँ ।

१. तपाईँ हाट बजार जानुभएको छ ?

२. तपाईँको घर नजिकैको हाट बजारको नाम भन्नुहोस् ।

३. तपाईँले हाट बजारमा के-के सामान किन्नु हुन्छ ?

४. तपाईँले हाट बजारमा कुन कुन सामान देख्नुभएको छ ?

ख) गुलरिया हाटबजारको दृश्य :

ग) उत्तर भन्नुहोस् ।

१. तपाईँ हाट बजार जानु भएको छ ?

२. तपाईँको गाउँ घरमा उत्पादन भएका सामान कहाँ लगेर बेच्नु हुन्छ ?

३. हाट बजारमा के-के सामान देख्नु भयो ?

४. तपाईँको बुवाले हाटबजारबाट के-के सामान किनेर ल्याउनु हुन्छ ?

क्रियाकलाप :

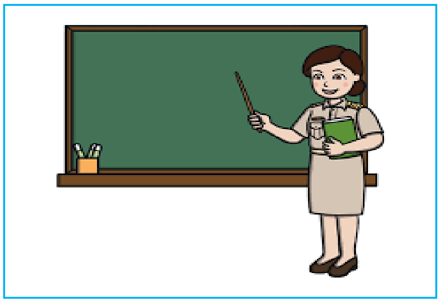
हाट बजारमा पसले र ग्राहकको भूमिकामा रहेर केही सामान किनेको अभिनय गर्नुहोस् ।

पाठ २ पेशा

मेरो हजुरबुवा किसान हुनुहुन्छ । मेरो बुवा शिक्षक हुनुहुन्छ । मेरो छिमेकी दाइ पसले हुनुहुन्छ । उहाँको भाइ प्रहरी हुनुहुन्छ । उहाँकी छोरी नर्स हुनुहुन्छ ।

क्रियाकलाप

चित्र हेरी चिन्नुहोस् ।



अभ्यास गरौँ

१. तपाईंको हजुरबुवाले के काम गर्नुहुन्छ ?

२. तपाईंको बुवाले के काम गर्नुहुन्छ ?

३. तपाईंको आमाले के काम गर्नुहुन्छ ?

४ तपाईंको छिमेकी दाइले के काम गर्नुहुन्छ ?

ख) जोडा मिलाउ

शिक्षक

नर्स

किसान

पसले

प्रहरी

पाठ ३ स्थानीय उत्पादन

दैनिक जीवनमा हामीले धेरै किसिमका सामानहरु प्रयोग गर्छौं । कतिपय हाम्रो समुदायमा उत्पादन गरिएका हुन्छन् । हाम्रो घर र छिमेकमा उत्पादन गरिएका सामान हामी उपभोग गर्छौं । उत्पादन गरिएका सामान बेचेर आम्दानी गर्छौं । आफ्नै ठाउँमा उत्पादन भएका सामानहरु राम्रा र गुणस्तरीय हुन्छन् ।

क) छलफल गरौँ ।

अ) चित्रमा दिइएका समानहरूको नाम भन्नुहोस् ।

आ) तपाईँको घरमा कुन कुन समान प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

परियोजना कार्य

आमाबुवालाई सोधेर तपाईँको समुदायमा उत्पादन हुने सामानहरूको नाम भन्नुहोस् ।

पाठ ४ माटाका भाडाहरु

छलफल गरौँ ।

अभ्यास

१) माथिका चित्र हेरी नाम भन्नुहोस् ।

२). तलका प्रश्नहरूको उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईँको घरमा माटाका कुन-कुन भाडाहरु छन् ?

ख) माटाका भाडा के-के काममा प्रयोग गरिन्छ ?

एकाइ : चार
हरियाली विद्यालय स्वच्छ नगर

सिकाइ उपलब्धि:

१. आफ्नो घर तथा विद्यालय वरपर पाइने वोटविरूवाहरूको नाम भन्न,

२. आफू बस्ने घर वरिपरि हरियाली तथा स्वच्छ भए नभएको भन्न,

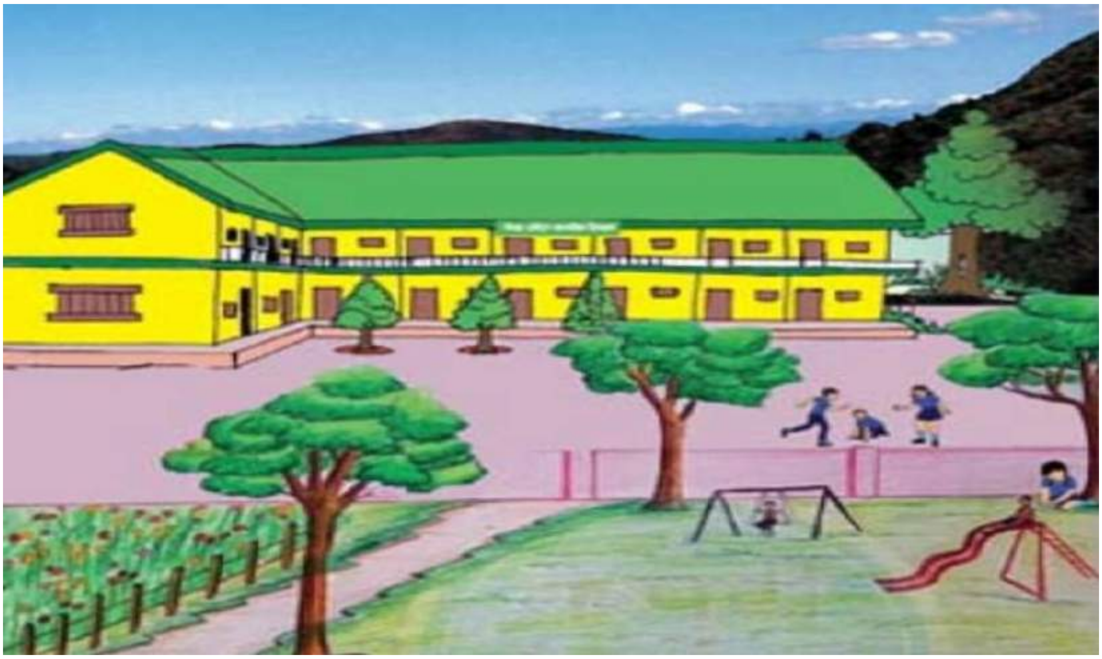
३. घर, आँगन तथा विद्यालय वरिपरि पाइने केही फोहोरमैलाहरूको नाम भन्न,

४. व्यक्तिगत, घर, आँगन, विद्यालय वरिपरिको सरसफाइमा सहभागी हुन र

५. आफ्ना घर वरपर भएका पानीका स्रोतहरूको नाम भन्न ।

पाठ १ मेरो विद्यालयको बगैंचा

हेरौं र भनौं



अ) यो केको चित्र हो ?

आ) यो विद्यालय कस्तो छ ?

इ) तपाईंको विद्यालय पनि यस्तै छ ?

हेरौं, चिनौं र भनौं :

क्रियाकलाप १

क) आफ्नो घर वरपर भएका कुनै तीन प्रकारका बोटविरूवाको नाम भन्नुहोस् ।

ख) के तपाईंको विद्यालयमा बगैचा छ ?

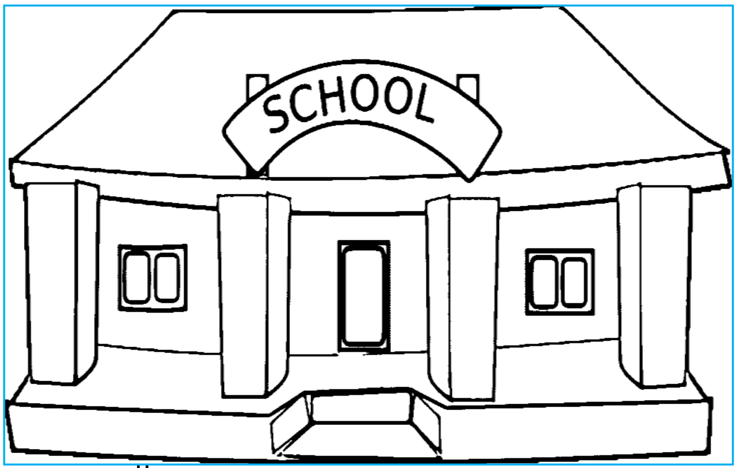
अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् ।

शब्द	चित्र
सयपत्री फूल	
गुलाबको फूल	
अशोक	
पिपल	

परियोजना कार्य

२. तलका चित्रमा रङ भर्नुहोस् ।



पाठ २ मेरो नगर

मेरो नगरको नाम गुलरिया हो । मेरो नगरमा १२ वटा वडा रहेका छन् । गुलरिया बजार क्षेत्रमा मानिसहरूको बाक्लो बस्ती रहेको छ । पसलहरू धेरै छन् । बजार क्षेत्रका सडकहरु फराकिला र सफा छन् । यहाँ एउटा अस्पताल छ । गुलरिया नगरमा नियमित सरसफाई गर्ने गरिएको छ । त्यसैले गुलरिया नगर स्वच्छ र सफा देखिन्छ ।

१) तलका प्रश्नहरूको उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईंको नगरको नाम के हो ?

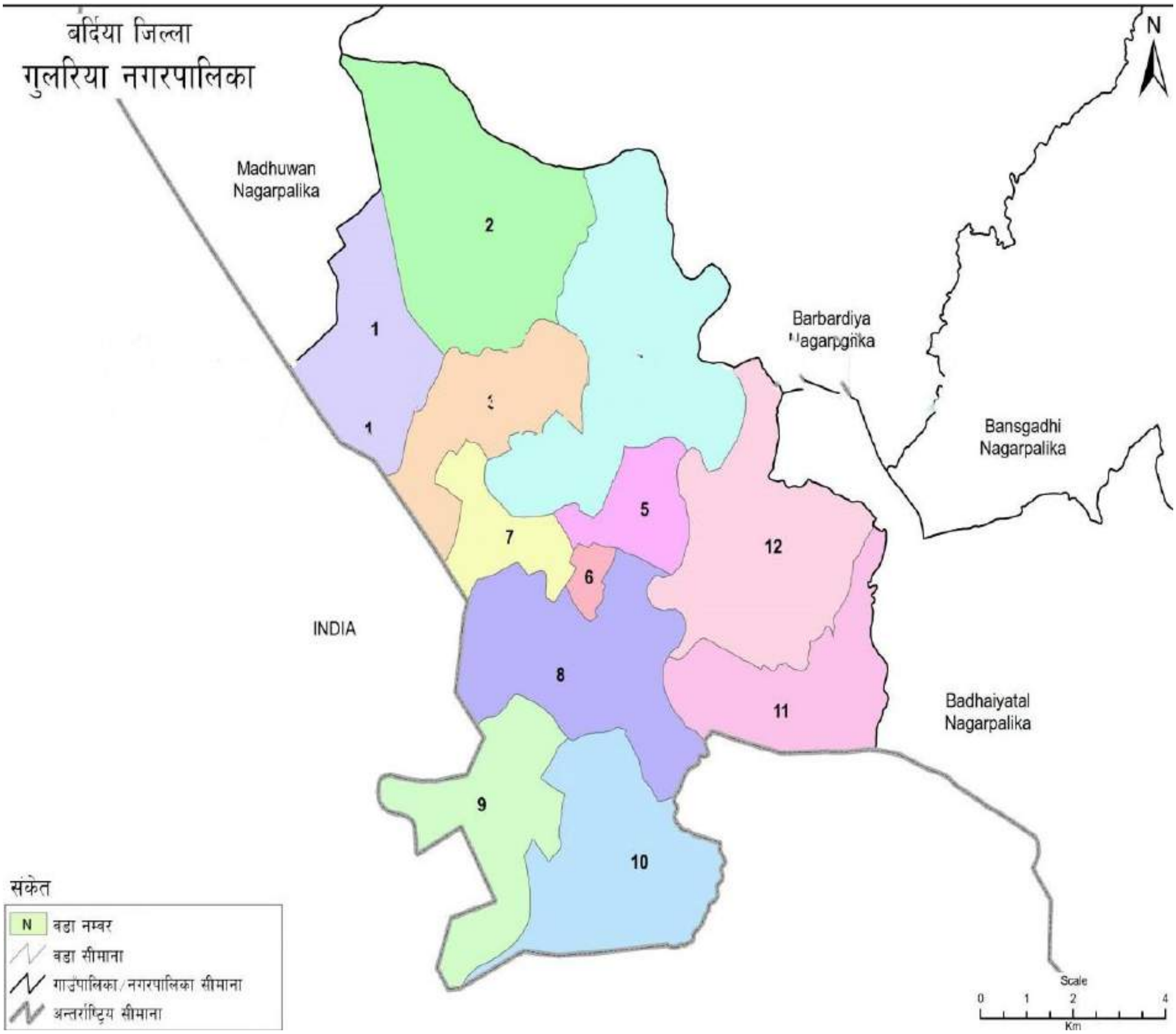
ख) तपाईंको नगरमा कतिवटा वडाहरू छन् ?

ग) तपाईं कुन वडामा बस्नुहुन्छ ?

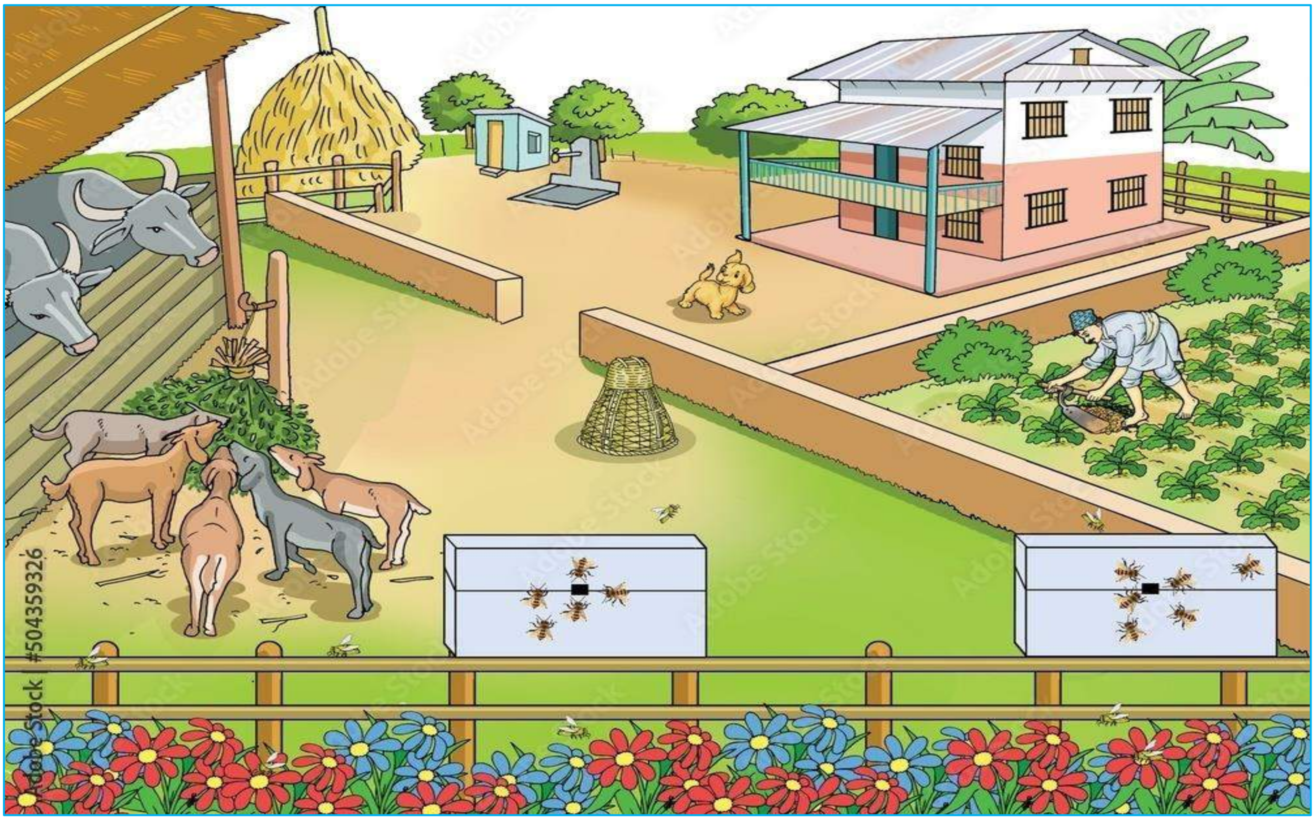
घ) गुलरिया नगर कस्तो देखिन्छ ?

परियोजना कार्य

शिक्षकसँग सोधी आफ्नो वडा पत्ता लगाउनुहोस ।



पाठ ३ मेरो घर, आँगन



मेरो नाम राम यादव हो । मैले घर, आँगन सधैँ सफा राख्छु । बुबाले घरका कोठा कुचोले सफा गर्नुहुन्छ । आमाले आँगन झाडुले सफा गर्नुहुन्छ । म पनि आमालाई सरसफाइमा सघाउँछु । म सधैं दिशा पिसाब चर्पीमा मात्र गर्छु । फोहोर कुरा समातेपछि खाना खानुअघि म साबुन पानीले मिचिमिची हात धुन्छु ।

क्रियाकलाप १

क) तलका शब्द शिक्षकले भनेको सुनेर भन्नुहोस् ।

घर, आँगन, ओच्छ्यान, बढार्छु, कुचो, झाडु, दिशापिसाब, चर्पी

ख) चित्र र शब्दको जोडा मिलाउनुहोस् ।

चित्र — शब्द

झाडु

चर्पी

डस्टविन

कुचो

तपाईंलाई मनपर्ने चित्रमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

स्वच्छ वातावरण झल्कने घर

फोहोर वातावरण झल्कने घर

परियोजना कार्य

क) कक्षाकोठामा भएका फोहोर मैलाका नाम भन्नुहोस् ।

ख) कक्षाकोठाको फोहोर टिपी डस्टविनमा राख्नुहोस् ।

पाठ ४ पानीका स्रोतहरू

(क) आउ खेल खेलौँ

यती यती पानी गंगै रानी
खोलामा पानी गंगै रानी
नदीमा पानी गंगै रानी
पोखरीमा पानी गंगै रानी ।

यति यति पानी गंगै रानी
धारामा पानी गंगै रानी
कुवामा पानी गंगै रानी
समुद्रमा पानी गंगै रानी ।

सबै मिली खेलौँ झ्याप्प
(ताली बजाउँदै)

(ख) चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ

अ) चित्रमा दिइएका पानीका स्रोतहरु तपाईँले कुन-कुन देख्नु भएको छ ?
आ) तपाईँ कहाँको पानी पिउनु हुन्छ ?

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् ।

शब्द	चित्र
इनार	
धारा	
खोला	
पोखरी	
ताल	

परियोजना कार्य

तपाईं पानी के-के काममा प्रयोग गर्नुहुन्छ ? कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

एकाइ : पाँच
विपद् सावधानी र सुरक्षा व्यवस्थापन

सिकाइ उपलब्धि :

(क) स्थानीय स्तरमा हुनसक्ने विपद् (बाढी, आगलागी) पहिचान गर्न,
(ख) विपद्को समयमा सुरक्षाका उपायहरू अवलम्बन गर्न,
(ग) सडकमा हुनसक्ने दुर्घटना भन्न र
(घ) जेब्रा क्रसको संकेत बताउन ।

पाठ १ बाढी

चित्र हेरौं र छलफल गरौँ

(क) उत्तर भन्नुहोस :

(अ) चित्रमा के-के भएको छ ?

(आ) तपाईँले यस्तै कतै देख्नु भएको छ ?

(इ) तपाईँ बाढी आएको समयमा के गर्नुहुन्छ ?

गीत गाऔँ :

कालो कालो बादल छ,
ठुलो पानी पर्दैछ ।
टवाँ टवाँ साइरन बजी
बाढी सङ्केत गर्दैछ ।।

चौकीदार दाइ भन्छन्
उर्लिदै छ बबई ।
सुरक्षित ठाउँमा अब
जानु पर्छ सबै ।।

(ख) उत्तर भन्नुहोस :

(अ) बाढीको सङ्केत दिन के बजाइन्छ ?
(आ) बाढी कहाँ आउँदैछ ?
(इ) बाढी आएमा कहाँ जानु पर्छ ?

पाठ २ आगलागी

चित्र हेरौं र छलफल गरौं :

(क) उत्तर भन्नुहोस :

(अ) चित्रमा के के भएको छ ?
(आ) तपाईँले यस्तै कतै देख्नु भएको छ ?
(इ) तपाईँ आगलागी भएको समयमा के गर्नुहुन्छ ?

(ख) चित्र हेरेर कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

(ग) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् ।

(अ) खाना पकाई सकेपछि राम्ररी आगो निभाउनु पर्छ ।

(आ) आगलागीबाट बँच्न सलाई, लाइटर जथाभावी चलाउनु हुदैन ।

(घ) जोडा मिलाऔं :

शब्द	चित्र
सलाई	
लाइटर	
दमकल	
पुलिस	

(**शिक्षकलाई निर्देशन :** विद्यार्थीहरूलाई आगलागीका कारणहरू र यसबाट बँच्न सावधानीका उपायहरू बारे छलफल गराउनुहोस् ।)

पाठ ३ सडक दुर्घटना

चित्र हेरौं र छलफल गरौं :

(क) उत्तर भन्नुहोस :

(अ) चित्रमा के-के देख्नु भएको छ ?

(आ) तपाईँ बाटो काट्दा के गर्नुहुन्छ ?

ख) शिक्षक सँग सोधेर सङ्केत चिन्नुहोस् ।

(ग) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(अ) सडकको आफ्नो नियम र .... हुन्छ ।

(आ) सडकमा कोरिएको सेतो धर्कालाई .... भनिन्छ ।

(इ) ट्राफिक नियम र सङ्केतको पालना नगरेमा सडक .... हुन्छ ।

एकाइ : छ
हाम्रा सम्पदा

सिकाइ उपलब्धिः

१. आफ्ना घर र विद्यालय वरपर रहेका ऐतिहासकि, प्रार्कतिक तथा पर्यटकीय सम्पदाहरूको नाम बताउन ।

पाठ १ हाम्रो सम्पदा

हरियो वनजङ्गल, अनि नदीनाला ।
मन्दिर मस्जिद, चर्च अनि गुरूद्वारा ॥
विभिन्न जातजाति, धर्म,सँस्कृति र परम्परा ।
बालापुर र कृष्णसार रमाउन जान्छन सारा ॥

क्रियाकलाप : १

आफ्नो टोल छिमेकमा रहेका पर्यटन क्षेत्र, धार्मिक स्थल, नदीनालाहरूको नाम भन्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।

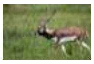
क्रियाकलाप : २

जोडा मिलाउनुहोस् :

(क) मन्दिर

(ख) गुम्बा

(ङ) नदी



(च) कृष्णसार

गुलरिया-गान

रचना : शिक्षक प्रभात सुवेदी

गाउँछौं गाथा गुलरियाको ।
हाम्रो आफ्नै फुलरियाको ॥

पूर्वे पर्यो बढैयाताल, पश्चिम मधुवन हजुर ।
उत्तर पर्यो बारबर्दिया, दक्षिण आफ्नै सूरजपुर ॥
सरयू नदी, बेल र कुश, कृष्णसार, खैरापुर ।
तपोभूमि, स्वर्गैतुल्य, उर्वर हाम्रो भूमि हजुर ॥

अनेक धर्म, भाषाभाषी, आफ्नै मौलिक संस्कृति।
बचाउनु छ परम्परा, हटाउँदै विकृति ॥
रम्दै गर्छौं खेतीपाती, उन्नत बिउ लगाउँदै ।
पशुपालन, बगर खेती, प्रविधिमा रमाउँदै ॥

स्वच्छ नगर हरियाली सौन्दर्यको खानी यो ।
सफा सुग्घर, मिठो वचन यही राम्रो बानी हो ॥
मठमन्दिर, गुम्बा, मस्जिद, चर्च हाम्रा धरोहर ।
अलौकिक शक्तिप्रति, विश्वास हाम्रो बरोबर ॥