सन्दर्भ सामग्री

गुलरिया गाथा
कक्षा : तीन

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 युवा तथा खेलकुद शाखा प्रमुख (शाखा अधिकृत)
श्री रूपसिङ खत्री लेखा अधिकृत

© **सर्वाधिकार :** गुलरिया नगरपालिका

सन्दर्भ सामग्री निर्माण समिति
संयोजकः श्री सावित्री आचार्य
सदस्य : श्री नारायण प्रसाद भट्टराई
सदस्य : श्री कृष्ण प्रसाद तिमिल्सेना
सदस्य : श्री लिल बहादुर भट्टराई
सदस्य : श्री गुणनिधि सुवेदी

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 गुलरिया नगरपालिकाको भौगोलिक अवस्थिति	२
	पाठ २ गुलरिया नगरपालिकामा रहेका मुख्य-मुख्य सडकहरू	४
	पाठ ३ हाम्रा सामुदायिक वनहरू	८
एकाइः २	**हाम्रो संस्कार, संस्कृति र परम्परा**	**१०**
	पाठ १ लय मिलाई गीत गाऔँ	११
	पाठ २ स्थानीय धार्मिक सम्पदाहरु	१३
	पाठ ३ भाषा र भेषभूषा	१६
	पाठ ४ हाम्रा लोकबाजाहरु	१८
	पाठ ५ नगर भित्र बोलिने भाषाहरु	२०
	पाठ ६ नगर भित्रका समुदायले लगाउने पोशाकहरू	२२
एकाइः ३	**स्थानीय पेशा, व्यवसाय र प्रविधि**	**२४**
	पाठ १ हाम्रो पेसा व्यवसाय र प्रविधि	२५
	पाठ २ हाम्रो कृषि	२८
	पाठ ३ स्थानीय हाट बजार	३१
एकाइः ४	**हरियाली विद्यालय र स्वच्छ नगर**	**३४**
	पाठ १ हरियाली र स्वच्छ वातावरणको परिचय	३५
	पाठ २ विद्यालयमा बगैँचाको आवश्यकता र महत्व	३७
	पाठ ३ फोहोर मैलाको बर्गीकरण र व्यवस्थापन गर्ने तरिका	३९
	पाठ ४ घर र विद्यालयको सरसफाइमा सहयोग	४२
	पाठ ५ घर विद्यालयमा पानीका स्रोतको उपयोग	४४
एकाइः ५	**विपद् सावधानी र सुरक्षा व्यवस्थापन**	**४६**
	पाठ १ विपद् र यसका स्वरूपहरु	४७
	पाठ २ बाढी आउने कारणहरू	४९
	पाठ ३ आगलागीका कारणहरू	५१
	पाठ ४ सडकमा बनाइएका सङ्केतहरूको अर्थ र प्रयोग	५३
एकाइः ६	**हाम्रो सम्पदा**	**५४**
	पाठ १ हाम्रा सम्पदा	५५
	पाठ २ स्थानीय सम्पदा	५७
	पाठ ३ कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र	५९
	गुलरिया-गान	६१

एकाई–एक
हाम्रो गुलरिया

सिकाइ उपलब्धिहरु :

१. बर्दिया जिल्लाको नक्सामा गुलरिया नगरपालिकाको भौगोलिक अवस्थितिको सामान्य जानकारी लिन,

२. गुलरिया नगरपालिकाभित्रका मुख्य मुख्य सडकहरुको नाम र अवस्थिति भन्न र

३. आफ्नो वडाभित्र रहेका सामुदायिक वनहरुको नाम र महत्व भन्न ।

पाठ १ गुलरिया नगरपालिकाको भौगोलिक अवस्थिति

माथिको नक्सा बर्दिया जिल्लाको हो । यसमा वडाहरू देखाइएको भाग गुलरिया नगरपालिका हो । स्थापनाका हिसाबले गुलरिया नगरपालिका बर्दिया जिल्लाको पहिलो नगरपालिका हो । यो बर्दिया जिल्लाको मध्य दक्षिण भागमा अवस्थित छ । यसको पूर्वमा बढैयाताल गाउँपालिका, पश्चिममा मधुवन नगरपालिका, उत्तरमा बारबर्दिया नगरपालिका र दक्षिणमा भारत पर्दछ । गुलरिया नगरपालिकामा १२ वटा वडा रहेका छन् । यस नगरपालिकाको कार्यालय वडा नं. ६ को जि.प्र.का.चोकमा रहेको छ ।

अभ्यास :

१) उपयुक्त शब्द राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

क) गुलरिया नगरपालिका .... जिल्लामा पर्छ ।

ख) बर्दिया जिल्लाको पहिलो नगरपालिकाको नाम .... हो ।

ग) गुलरिया नगरपालिकाको .... दिशामा बढैयाताल गाउँपालिका पर्छ ।

घ) गुलरिया नगरपालिकाको पश्चिम दिशामा .... नगरपालिका छ।

ङ) गुलरिया नगरपालिकामा .... वटा वडाहरु छन् ।

२. जोडा मिलाउनुहोस् :

समुह (क)	समुह (ख)
क) गुलरिया न.पा.को. पूर्वमा	१२ वडा छन्
ख) गुलरिया न.पा.मा जम्मा	बर्दिया जिल्लामा पर्छ
ग) गुलरिया न.पा.का	बढैयाताल गाउँपालिका पर्छ
घ) गुलरिया न.पा.को उत्तर दिसामा	भारत पर्छ
ङ) गुलरिया न.पा.को दक्षिण दिशामा	बारबर्दिया नगरपालिका र्पछ ।

३. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

क) गुलरिया नगरपालिका कुन जिल्लामा पर्छ ?
ख) बर्दिया जिल्लाको पहिलो नगरपालिकाको नाम के हो ?
ग) गुलरिया नगरपालिकाको पश्चिम दिशा र उत्तर दिशामा कुन-कुन नगरपालिका पर्छन् ?
घ) बढैयाताल गाउँपालिका गुलरिया नगरपालिकाको कुन दिशामा पर्छ ?
ङ) गुलरिया नगरपालिकाको दक्षिण सिमाना कुन देशसँग जोडिएको छ ?
च) गुलरिया नगरपालिकामा जम्मा कतिवटा वडाहरू छन् ?
छ) तपाइँको घर कुन नगरपालिका /गाउँपालिकाको कति नं. वडामा छ ?

सिर्जनात्मक कार्य :

शिक्षकले बर्दियाको राजनैतिक नक्शा देखाई गुलरिया नगरपालिका र यसका वडाहरु पहिचान गर्न लगाउने ।

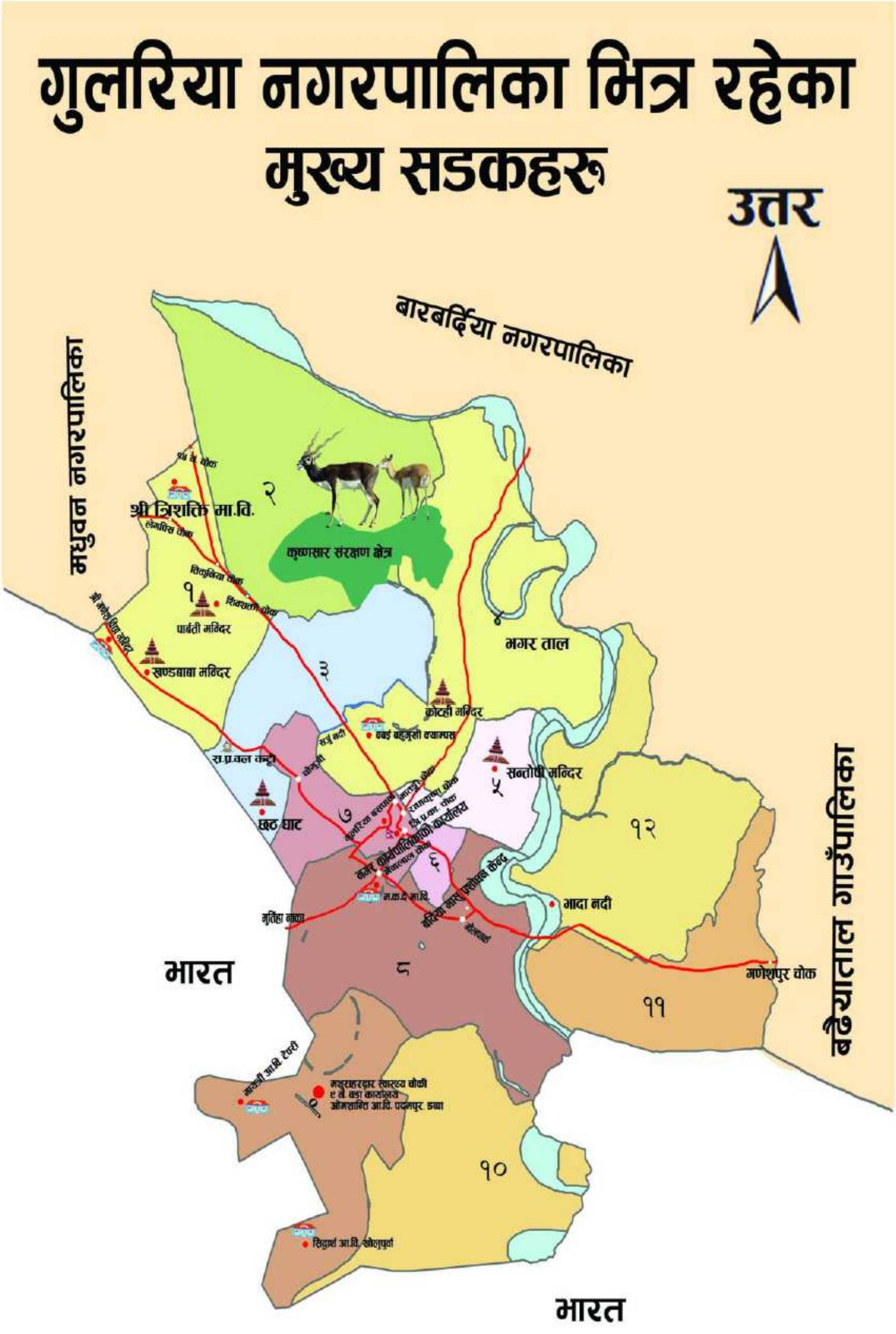
पाठ २ गुलरिया नगरपालिकामा रहेका मुख्य-मुख्य सडकहरू

तलको चित्रहेरी सोधिएका प्रश्नको उतर दिनुहोस् ।

क) यहाँ के-को चित्र देखाइएको छ ?

ख) तपाईको घर नजिकै यस्तै सडक छ कि छैन ?

भाइबहिनीहरु हाम्रो घर नजिकै धेरै सडकहरु छन है । कुनै सडक पक्की (कालोपत्रे गरेका) कुनै ग्राभेल गरेका र कुनै कच्ची (माटो पटान गरेका) हुन्छन् । भन्नुहोस् त तपाईँको घर नजिकै कस्ता सडक छन् ? आज हामी गुलरिया नगरपालिका क्षेत्रभित्र रहेका मुख्य-मुख्य सडकहरूको बारेमा पढ्छौँ है त !


गुलरिया नगरपालिका भित्र रहेका
मुख्य सडकहरू
उत्तर
बारबर्दिया नगरपालिका
मधुवन नगरपालिका
बढैयाताल गाउँपालिका
भारत
भारत
कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र
श्री त्रिशक्ति मा.वि.
पार्वती मन्दिर
खण्डबाबा मन्दिर
भगर ताल
कोठ्ही मन्दिर
सन्तोषी मन्दिर
छठ घाट
भादा नदी
गणेशपुर चोक
मूर्तिहा नाका
१
२
३
४
५
६
७
८
१०
११
१२

क) नेपालगञ्ज-राजापुर हुलाकी राजमार्ग : यो सडक नेपालको पूर्व-पश्चिम जोड्ने हुलाकी राजमार्गको अंशहो । यसको लम्वाई ७६ कि.मी.छ । यो गुलरिया नगरपालिकाभित्र पूर्वमा गणेशपुर चोकदेखि गुलरिया बजार, खैरापुर हुँदै १४ नं चोक नजिक मधुवन नगरपालिकासँग जोडिएको छ ।

ख) गुलरिया-रम्मापुर सडक : यो सडक गुलरिया बजारको राधाकृष्ण चोकबाट सुरू भएर जिल्ला समन्वय समिति, जब्दिघाट, जयनगर बजार हुँदै रम्मापुर चोकमा पुगेर महेन्द्र राजमार्गसँग जोडिएको छ । यो सडकलाई हामी जि.वि.स.रोड भनेर चिन्छौँ । यो सडकको लम्बाई २२ कि.मी.छ ।

ग) मुर्तिहा-गुलरिया सडक : नेपाल-भारत सिमाको मुर्तिहा नाकावाट सुरू भएर सुरजपुर चौकी हुँदै गुलरिया बजारको जि.प्र.का.चोक (गणेशमानचोक) पुगेर नेपालगञ्ज-राजापुर हुलाकी राजमार्गमा जोडिएको छ । यसको लम्बाइ ३ कि.मी.छ । यो सडकलाई हामी भन्सार रोड भनेर चिन्छौँ ।

घ) पुष्पलाल मार्ग : गुलरिया नगरपालिकाको खैरापुरमा रहेको तिकुनिया चोकबााट शुरू भएर जगमोहन चोक, १४ नं चोक, ९ नं, ७ नं, प्रगतिबजार हुँदै बेलवा चोकमा पुगेर नेपालगञ्ज-राजापुर हुलाकी राजमार्गमा जोडिएको छ । यसको लम्बाइ १९ कि.मी. छ । यसलाई हामी खैरापुर-वेलवा कृषि सडक भनेर चिन्छौँ ।

ङ) गुलरिया बाइपास सडक : गुलरिया बजारको मातङ्गी चोकबाट सुरू भएर गुलरिया बसपार्क, मेवालाल चोक, गोलपार्क हुँदै नेपालगञ्ज-राजापुर हुलाकी राजमार्गसँग जोडिएको छ । यसको लम्बाइ २.९ कि.मी.छ ।

च) गुलरिया-१० नं सडक : यो सडक गुलरिया बसपार्कबाट शुरू भएर चौगुर्जी, कटी, १० नं हुँदै गुलरिया मधुवन नगरपालिकाको सिमानासम्म पुगेको छ । यो ७.५ कि.मी. लामो छ । यो गुलरिया चक्रपथको अंश हो ।

अभ्यास :

क) ठिक-वेठिक छुट्टयाउनुहोस् ।

अ) नेपालगञ्ज राजापुर हुलाकी राजमार्गको लम्बाई ७६ कि. मी. छ ।
आ) गुलरिया-रम्मापुर सडक कोहलपुर चौराहामा महेन्द्र राजमार्गसँग जोडिन्छ ।
इ) मूर्तिहा-गुलरिया सडक नेपाल - भारत सिमाको कतर्निया नाकाबाट शुरू हुन्छ ।
ई) पुष्पलाल मार्गलाई हामी खैरापुर–बेलवा कृषि सडक भनेर चिन्छौँ ।
उ) गुलरिया बाइपास सडक गुलरिया बजारको राधाकृष्ण चोकबाट सुरू हुन्छ ।
ऊ) गुलरिया -१० नं सडक गुलरिया चक्रपथको अंश हो ।

ख) जोडा मिलाउनुहोस् :

समुह 'क'	समुह 'ख'
अ) नेपालगञ्ज –राजापुर हुलाकी राजमार्ग	१९ कि.मी.
आ) गुलारिया–रम्मापुर सडक	३ कि.मी.
इ) मुर्तिहा–गुलरिया सडक	७६ कि.मी
ई) पुष्पलाल मार्ग	७.५ कि.मी.
उ) गुलरिया बाइपास सडक	२२ कि.मी.
ऊ) गुलरिया १० नं.सडक	२.९ कि. मी.

सिर्जनात्मक कार्य :

तपाईँको घर अगाडिको बाटो कुन चोकबाट शुरू भई कुन चोकमा गएर अन्त्य हुन्छ ? सोधपुछ गरेर पत्ता लगाई कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

शिक्षकलाई निर्देशन :

गुलरिया नगरपालिका भित्रका सडक सञ्जाल देखिने तस्विर⁄नक्शा प्रयोग गरी विद्यार्थीहरूलाई सडकहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । यसका साथै विद्यालय नजिकैका सडकहरूमा लगेर लघु भ्रमण गराउनुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रा सामुदायिक वनहरू

मेरो नाम नेत्र शर्मा हो । म गुलरिया नगरपालिकाको वडा नं. १ मा बस्छु । हिजो कक्षामा गुलरिया गाथा पढाउने शिक्षकले कक्षाका सबै विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो वडा भित्रका सामुदायिक वनको नाम सोधी आउन भन्नुभयो ।

हाम्रो वडा नं. १ मा पर्ने मुख्य सामुदायिक वन गौतमबुद्ध अयोध्याफाँटा हो । यो वनको दक्षिणमा हुलाकी राजमार्ग, पूर्वमा संगमवस्ती गाउँ, उत्तरमा बबई नदी छ भने पश्चिममा १२ नं. को सामुदायिक वन रहेको छ । अन्य वडामा पनि समुदायको सहयोगमा विभिन्न सामुदायिक वन रहेका छन् । समुदायले संरक्षण र व्यवस्थापन गरेका छन् । सामुदायिक वन सामुहिक हितको लागी वनको संरक्षण, सम्वर्द्धन र सदुपयोग गर्ने गरी विधिवत् हस्तान्तरण गरीएको वन क्षेत्र हो ।

मानिसलाई नभई नहुने अक्सिजन वोटविरूवाबाट प्राप्त हुन्छ । हामीलाई खाना पकाउने दाउरा, घाँस, घर बनाउने काठ, फर्निचरका कच्चा पदार्थ , पशु चौपायालाई चरिचरन, विभिन्न औषधीजन्य विरूवा समेत् यस्तै सामुदायिक वनहरूबाट नै प्राप्त हुन्छन् । त्यसैले सामुदायिक वनहरूको विशेष महत्व रहेको छ ।

यस सामुदायिक वनमा मुख्यतया वोटविरूवामा साल, सिसौ, साज, खयर, कलमी, भिलोर र असंख्यरूपमा पोथ्रा रूखहरु रहेका छन् । त्यस्तै जनावरहरूमा चितुवा, बदेल, खरायो, चित्तल, हैना, बाँदर र मजुर आदि जनावरहरू पाइन्छन् ।

अभ्यास :

१) तलका प्रश्हरूको उत्तर दिनुहोस् :

क) वडा नं. १ मा भएको सामुदायिक वनको नाम के हो ?

खं) गौतम बुद्ध सामुदायिक वनको उत्तरपट्टि के छ ?

ग) सामुदायिक वनका तिन फाइदाहरु के -के हुन ?

घ) गौतम बुद्ध सामुदायिक वनमा पाइने पाँच जनवारहरूको नाम लेख्नुहोस् ?

जोडा मिलाउनुहोस् :

समह "क"	समह "ख"
क) सामुदायिक वन वाट	गौतमबुद्ध ओध्याफाटाँका
ख) वनले दिने प्रमुख तत्व	घाँस,दाउरा
ग) सामुदायिक वनमा पाइने जनवार	हुलाकी राजमार्ग
घ) वडा १ को सामुदायिक वन	अक्जिन
ङ) गौतमबुद्ध ओध्याफाटाँको दक्षिणमा	चितुवा,खरायो

सिर्जनात्मक कार्य :

तपाईँको वडाभित्र रहेका सामुदायिक वनहरूको नाम सोधपुछ गरी ल्याउने र कक्षामा सबै साथीहरूको विचमा आफुले ल्याएको नामको सुची कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

शिक्षकलाई निर्देशन :

बालबालिकाहरूलाई पाठमा उल्लेख विषयको सिकाइ गराउँदा विद्यालय रहेको वडा वा आ-आपनो वडाका माथि उल्लेखित सबै सामुदायिक वनहरु खोजी गराउने वा विद्यालय नजिक अवस्थित सामुदायिक वनक्षेत्रको भ्रमण गराई जानकारी दिएमा उपयुक्त हुनेछ ।

एकाइ : दुई
हाम्रो संस्कार ,संस्कृति र परम्परा

सिकाइ उपलब्धि:

१. असल बानी र खराब बानीको पहिचान गर्न,

२. स्थानीय धार्मिक सम्पदाको नाम भन्न,

३. विभिन्न भाषा र भेषभूषाहरुको सूची तयार गर्न,

४. स्थानीय लोकबाजा बजाउने अभ्यास गर्न,

५. नगरभित्र बोलिने भाषाहरु पहिचान गर्न र

६. नगरभित्रका समुदायले लगाउने पोशाक पहिचान गर्न ।

पाठ १ लय मिलाई गीत गाऔँ :

असल, खराब बानी

ठूलालाई आदर गरौँ, साना लाई माया
घरकै काम गरी पढौँ नजाऔँ दायाँ बायाँ ।
स्वस्थकर, पोषिलो, खानेकुरा खाऔँ
स्कूल जाँदा राम्रोसँग दाँत माभी जाऔँ ॥

नियमित पढ्ने बानी ,साहै राम्रो हुन्छ
अशक्त र दु:खी देख्दा सबको मन छुन्छ ।
जन्म दिन मनाउँ साथी बोटबिरूवा रोपौँ
सुकर्मलाई बाहिर ल्याऔँ कुकर्मलाई छोपौँ ॥

बाहिरका खाने कुरा मिठो मानी खाएँ
किरा पऱ्यो दाँत दुख्यो धेरै दु:ख पाएँ ।
लामा-लामा नङ्ग साथी पाल्नु हुन्न हेर
घर पस्नु पर्छ सधैँ हातगोडा धोएर ॥

स्वच्छ, सफा खाने कुरा सधैँ खानु पर्छ
खराब कुरा नखाएमा मात्र हित गर्छ ।
पढौँ सिकौँ ज्ञानी कुरा आदर, सम्मान गरौँ
सिप सिकौँ, स्वदेशमा बसी काम गरौँ ॥

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :

क) हामी आफूभन्दा सानालाई के गर्नु पर्छ ?
ख) हामीहरूले कस्तो खानेकुरा खानु पर्छ ?
ग) कस्तो बानी राम्रो हो
घ) के भएर दु:ख पाइन्छ ?
ङ) बाहिर गएर आइ घरमा पस्दा के गर्नु पर्छ ?
च) स्वदेशमा बसी काम गर्न के सिक्नु पर्छ ?

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

क) सवेरै उठेर हात मुख धुने बानी ....बानी हो । (असल/खराब)

ख) हामी असहायलाई .... गर्नुपर्छ । (माया/हेला)

ग) राम्रो बानी नसिके .... मा परिन्छ । (दुर्गति/प्रगति)

घ) कुकर्मलाई .... पर्छ । (छोप्नु/बाहिर ल्याउनुं)

३. पाठका आधारमा असल बानी र खराब बानीहरू लेख्नुहोस् :

असल बानीहरू	खराब बानीहरू
१.	१.
२.	२.
३.	३.
४.	४.

पाठ २ स्थानीय धार्मिक सम्पदाहरु

बगलामुखी मन्दिर

पार्वती मन्दिर

खण्डाबाबा मन्दिर

कोटही मन्दिर

शिव मन्दिर

लक्ष्मी नारायण मन्दिर

मुक्तिनारायण मन्दिर

जामा मस्जिद

चर्च

नेहारिका कक्षा ३ मा पढ्ने विद्यार्थी हुन् । उनी निकै अनुशासित, लगनशील र जिज्ञासु स्वाभाव भएकी मेधावी छात्रा हुन् । उनलाई गुलरिया नगरपालिकामा रहेका स्थानीय धार्मिक सम्पदाहरूका विषयमा जान्ने इच्छा धेरै पहिलेदेखिको हो तर आज उनी साथीहरूसँग विद्यालय जाँदै गर्दा वाटोमा शिक्षकसँग भेट भयो । बाटोमा खाली समय सदुपयोग गर्दै उनले शिक्षकसँग धार्मिक सम्पदाहरूको विषयमा गरेको कुराकानी यस प्रकार छ ।

नेहारिका : नमस्कार गुरू !

शिक्षक : नमस्कार नेहारिका ! के छ खबर ? सञ्चै छौं ?

नेहारिका : म ठिक छु गुरू । अनि मलाई धेरै दिनदेखि मनमा एउटा जिज्ञासा थियो आज हजुरसँग विद्यालय पुग्दासम्म त्यहि विषयमा छलफल गरौं कि ? मलाई धार्मिक सम्पदाको विषयमा केही जानकारी गराइदिनस् न गुरू !

शिक्षक : सुन नानी ! प्राकृतिक, ऐतिहासिक तथा साँस्कृतिक सम्पत्तिहरूलाई सम्पदा भनिन्छ । यसैगरी आस्थाका केन्द्रहरूलाई धार्मिक सम्पदा भनिन्छ ।

नेहारिका : ए त्यसो भएत, हाम्रो नगरपालिकामा पनि धेरै सम्पदाहरू छन्, हैन र सर ?

शिक्षक : हो ठिक भन्यौ नानी ! नगर स्तरमा आर्थिक, साँस्कृतिक, ऐतिहासिक र धार्मिक महत्व राख्ने सम्पदाहरू पर्दछन् ।

नेहारिका : धार्मिक सम्पदा भनेको भौतिक स्वरूप भएका सम्पदाहरूलाई धार्मिक सम्पदा भनिन्छ हैन र सर ?

शिक्षक : हो नानी ! धार्मिक सम्पदामा मन्दिर, गुम्बा, चर्च, मस्जिद, नै पर्दछन् । अब भन त हाम्रो नगरपालिकामा रहेका यस्ता सम्पदाहरु के–के छन् त ?

नेहारिका : हाम्रो नगरक्षेत्रमा रहेको पर्वतीया मन्दिर, खण्डाबाबा मन्दिर, वागेश्वरी मन्दिर, बगलामुखी मन्दिर, लक्ष्मीनारायण मन्दिर, शिव मन्दिर, मुक्तिनारायण मन्दिर, सन्तोषी मन्दिर, राधाकृष्ण मन्दिर, कोटही मन्दिर र मातङ्गी मन्दिरहरू धार्मिक सम्पदाहरु हुन्, होइन र गुरू ?

शिक्षक : हो ठिक भन्यौ ! यी सबै धार्मिक सम्पदामा पर्दछन् तर यी भन्दा पनि बढी धार्मिक सम्पदाहरु छन् जस्तै : गुम्बा, मस्जिद, चर्च, गुरूद्वारा आदि ।

नेहारिका : गुरूसँग आज भेट भएर धार्मिक सम्पदाको बारेमा धेरै कुरा सिक्ने मौका पाएँ हजुरलाई धेरै धन्यबाद गुरू ।

शिक्षक : तिमीलाई पनि धन्यवाद नानी ।

अभ्यास :

१. प्रश्नहरू :

क) कस्ता स्थललाई धार्मिक सम्पदा भनिन्छ ?

ख) गुलरिया नगरपालिकाका प्रमुख धार्मिक सम्पदाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) तपाईँको वडामा रहेका धार्मिक सम्पदाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

२. सही भनाईहरु पहिचान गरी कापीमा लेख्नुहोस् :

क) मन्दिर प्राकृतिक सम्पदा हो ।

ख) मानिसका गलत व्यवहारले धार्मिक सम्पदा मासिन्छ ।

ग) धार्मिक सम्पदाले त्यस ठाउँको सौन्दर्य बढाउँछ ।

घ) धार्मिक सम्पदाहरूको निर्माण मानिसले गरेका हुन् ।

ङ) धार्मिक सम्पदालाई सदुपयोग गर्नु हुँदैन ।

३. खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखी वाक्य पुरा गर्नुहोस् :

क) हिन्दुले पूजा गर्ने ठाउँ .... हो । (मन्दिर /चर्च)

ख) बुद्ध धर्मावलम्बीले पूजा गर्ने ठाउँ .... हो । (चर्च /गुम्बा)

ग) इसाईले ध्यान गर्ने ठाउँ .... हो । (मस्जिद/चर्च)

घ) इस्लामले प्रार्थना गर्ने ठाउँ .... हो । (गुम्बा/मस्जिद)

ङ) हामीले सम्पदाको .... गर्नु पर्छ । (संरक्षण/तोड्फोड्)

४. तपाईँको समुदाउय वरिपरि के-के सम्पदाहरू छन् सूची बनाउनुहोस् :

पाठ ३ भाषा र भेषभूषा

भाषा : मनको भाव, विचार र अनुभूति व्यक्त गर्ने माध्यम नै भाषा हो । भाषा शाब्दिक तथा साङ्केतिक हुन सक्दछ । दृष्टिविहिनहरूले छामेर पढ्ने अक्षरलाई ब्रेल लिपि भनिन्छ ।

भेषभूषा : आफ्नो संस्कार र संस्कृतिलाई चिनाउनका लागि लगाइने परम्परागत पहिरनलाई नै भेषभूषा भनिन्छ ।

विभिन्न भाषा र भेषभूषाको सूची

क्र.सं.	क्षेत्र	भाषा	भेषभूषा
१	हिमाली प्रदेश	शेर्पा, तिब्बती	बख्खु, दोचा, पाङ्देन आदि
२	पहाडी प्रदेश	गुरूङ्, मगर, नेपाली	दौरा, सुरूवाल, गुन्यू, चोलो, गादो, चौबन्दी, सारी, ब्लाउज आदि
३	तराई प्रदेश	अवधी, थारू, नेपाली, भोजपुरी, मैथिली	धोती, कुर्ता, सारी, ब्लाउज, सर्ट, पाइन्ट, लेहङ्गा आदि

अभ्यास :

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर भन्नुहोस् :

क) माथिको चित्रमा के के देख्नुभयो ?

ख) के तपाईको घर वरिपरि पनि यस्तै भाषा बोल्ने मानिसहरू छन् ?

ग) हिमाली प्रदेशमा बस्ने मानिसले कुन भाषा बोल्छन् ?

घ) तराई प्रदेशका मानिसहरूले कस्ता भेषभूषा लगाउछन् ?

ङ) पहाडी प्रदेशमा बस्ने मानिसहरु कुन–कुन भाषा बोल्छन् ?

२. जोडा मिलाउनु लेख्नुहोस् :

क) लेहङ्गा	पहाडी प्रदेश
ख) गुन्यू चोलो	तराई प्रदेश
ग) बख्खु,	गादो
घ) धोती कुर्ता	हिमाली प्रदेश
ङ) मगर जातिको भेषभूषा	थारू

३. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ पुरा गर्नुहोस् :

शेर्पा, थारू, मगर, बख्खु , लेहङ्गा

क) हिमाली प्रदेशमा बस्ने जातिले .... भाषा बोल्छन् ।

ख) तराई प्रदेशमा बस्ने जातिले .... भाषा बोल्छन् ।

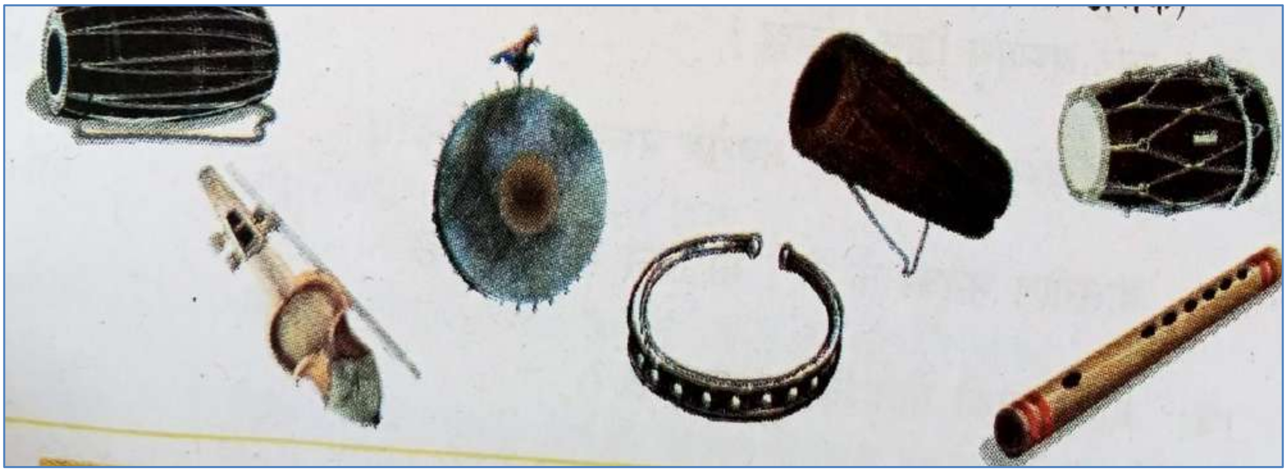
ग) पाहाडी प्रदेशमा बस्ने जातिले .... भाषा बोल्छन् ।

घ) हिमाली प्रदेशमा बस्ने जातिले .... भेषभूषा लगाउछन् ।

ङ) तराई प्रदेशमा बस्ने जातिले .... भेषभूषा लगाउछन् ।

पाठ ४ हाम्रा लोकबाजाहरु

हेरौँ चिनौं र छलफल गरौँ :



माथिको चित्रमा के के देख्नु हुन्छ ?

स्थानीय लोकबाजा भनेको हाम्रो समाजमा प्रचलित कोट्याएर, रेटेर, फुकेर, गजोले ठोकेर सुरताल मिलाई पर्व तथा उत्सवहरुमा बजाइने वाद्यवादनका सामग्रीहरुलाई नै स्थानीय लोकबाजा भनिन्छ । लोकगीतमा बज्ने बाजालाई स्थानीय बाजा भनिन्छ । स्थानीय लोक कला संस्कृति झल्किने भएकाले यी बाजाहरुलाई लोक बाजा पनि भनिन्छ । लोक बाजाहरु नेपाली समाजको रहनसहन, जन्म, विवाह र मृत्यु संस्कारका साथै चाडपर्व, जात्रा, उत्सव, महोत्सव, मेलापात आदिसँग गाँसिएर आउँछन् । जस्तै : झर्रा, मुरली, बाँसुरी, सारङ्गी, डम्फु, मादल (मन्द्रा), मुर्चुङ्गा, विनायो, र ढोलक आदि लोकबाजाहरु हुन् ।

अभ्यास :

१. दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् :

क) माथिको चित्रमा के-के देख्नुभयो ?

ख) स्थानीय लोकबाजा भनेको के हो ?

ग) कुनै तीनवटा स्थानीय लोकबाजाहरुको नाम भन्नुहोस् ।

घ) स्थानीय लोकबाजा कुन-कुन संस्कारसँग जोडिएका हुन्छन् ?

ङ) तपाईँको समुदायमा प्रचलित लोकबाजाहरुको नाम भन्नुहोस् ।

२. ठिक बेठिक छुट्याई लेख्नुहोस् :

क) सनई लोकबाजा हो ।

ख) मादल लोकबाजा होईन ।

ग) हारमोनियम लोकबाजा हो ।

घ) मुरली स्थानीय लोकबाजा हो ।

ङ) गीटार स्थानीय लोकबाजा होइन ।

क्रियाकलाप :

तपाईँ बसोवास गर्ने स्थानमा कुन-कुन वाजाहरू बजाइन्छन् ? आफ्ना अभिभावकहरूसँग सोधीखोजी गरी बाजाहरूको सूची तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(शिक्षकले विद्यालय वा समुदायमा उपलब्ध भएका लोकबाजाहरु कक्षामा ल्याएर विद्यार्थीहरूलाई बजाउन अभ्यास गराउने तथा यस्ता बाजाहरूको महत्वबारे जानकारी गराउने ।)

पाठ ५ नगर भित्र बोलिने भाषाहरु

आजको कक्षामा हामी गुलरिया नगरपालिकामा रहेका विभिन्न प्रकारका भाषा, धर्म, र भेषभूषाहरूको सम्बन्धमा छलफल गर्छौं ।

गुलरिया नगरपलिका जातजाति, धार्मिक र भाषिक विविधता भएको नगरपालिका हो । यहाँ जातीय, एवम् भाषिक विविधता पनि रहेको छ । भाषा भन्नाले मनको भाव विचार र अनुभूति व्यक्त गर्न सक्ने माध्यामलाई हो । यहाँ मुख्य

तीन वटा भाषा प्रचलनमा रहेका छन् । जस मध्ये अवधी भाषा बोल्ने मानिसहरूको सङ्ख्या बढी रहेको छ । त्यस पछिको भाषा नेपाली हो । भने तेस्रो भाषाको रूपमा थारू भाषा रहेको छ । यस गुलरिया नगरपालिकामा भोजपुरी, मैथिली, मगर, नेवार, डोटेली, हिन्दी, गुरूङ्ग आदि भाषा बोल्ने मानिसहरूको बसोवास रहेको छ ।

नगर भित्र बोलिने भाषाहरूको सूची :

क्र.सं.	भाषा	क्र.सं.	भाषा
१.	अवधी	७.	नेवार
२.	नेपाली	८.	डोटेली
३.	थारू	९.	गुरूङ्ग
४.	भोजपुरी	१०	हिन्दी
५.	मैथली	११.	उर्दू
६.	मगर		

अभ्यास :

१. दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर भन्नुहोस् :

क) थारू जातिले बोल्ने भाषा कुन हो ?

ख) गुलरिया नगरपालिकामा धेरै मानिसले बोल्ने भाषा कुन हो ?

ग) मिथिला क्षेत्रबाट आएको भाषालाई के भनिन्छ ?

घ) मगर जातीले बोल्ने भाषा कुन हो ?

ङ) इस्लाम धर्मावलम्बीहरूले बोल्ने भाषा कुन हो ?

२. जोडा मिलाउनुहोस् :

नेपालीको भाषा	अवधी
नेवारको भाषा	नेपाली
मधेशीको भाषा	नेवारी
थारूको भाषा	मगर
मगरको भाषा	थारू

३. तलको तालिका पुरा गर्नुहोस् :

क.सं.	जाति	भाषा
१	तामाङ्	....
२	थारू	....
३	मधेशी	....
४	नेवार	....
५	ब्राह्मण/क्षेत्री	....
६	मगर	....
७.	मुसलमान	....

४. परियोजना कार्य :

तपाईँको समुदायमा बोलिने भाषाहरूको बारेमा सोधखोज गरी सूची तयार गरेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ६ नगर भित्रका समुदायले लगाउने पोशाकहरू

अवधी **नेपाली** **थारू** **मगर** **गुरूङ्ग** **मुस्लिम**

नगरभित्र बोलिने भाषा अनुसारको भेषभूषाहरूको सूची

क.सं.	भाषा	भेषभूषा
१.	अवधी	कुर्ता, लुङ्‌गी, पईजामा, कमीज, धोती, ब्लाउज
२.	नेपाली	दौरा, सुरवाल, स्टकोट, गुन्यु, चोलो, साडी, ब्लाउज
३.	थारू	मर्दानी धोती, कमिज, साडी, ब्लाउज, लेहेङ्गा
४.	मुस्लिम	बुर्का, नकाब, कुर्ता, पाइजामा

प्रश्नहरू :

क) थारू जातिले लगाउने दुई ओटा भेषभूषाको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) पहाडी समुदायका मानिसले लगाउने दुई ओटा भेषभूषाको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) मधेशमा बस्ने मानिसले लगाउने दुई ओटा भेषभूषाको नाम लेख्नुहोस् ।

घ) मगर जातिले लगाउने दुई ओटा भेषभूषाको नाम लेख्नुहोस् ।

ङ) इस्लाम धर्मावलम्बीले लगाउने दुई ओटा भेषभूषाको नाम लेख्नुहोस् ।

२. जोडा मिलाउनुहोस् :

नेपालीको पोशाक	हाकुपटासी
नेवारको पोशाक	दौरा
अवधी समुदायको पोशाक	मर्दानी धोती
थारूको पोशाक	कुर्ता
मगरको पोशाक	कछाड

३. तलको तालिका पूरा गर्नुहोस् :

क्र.सं.	जाति	भाषा	भेषभूषा
१	तामाङ्	....	दौरा,चौबन्दी
२	थारू	....	मर्दानी धोती,कमीज
३	मधेशी	....	कुर्ता, लुङ्गी
४	नेवार	....	हाकुपटासी
५	ब्राह्मण/क्षेत्री	....	दौरा, सुरवाल
६	मगर	....	कछाड, भोटो

४. परियोजना कार्य :

विभिन्न जाति तथा समुदायले लगाउने भेषभूषा झल्कने चित्र कोरी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

(शिक्षकले सबैभन्दा राम्रा चित्रहरूलाई पुरस्कृत गरी कक्षाको भित्तामा टाँस्ने व्यवस्था मिलाउने ।

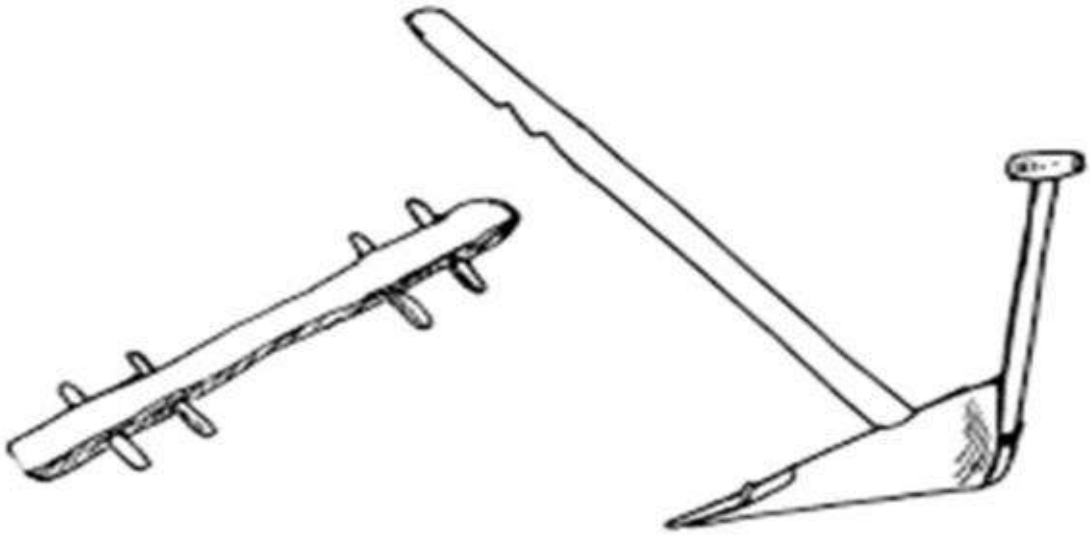
एकाइ : तीन
स्थानीय पेशा, व्यवसाय र प्रविधि

सिकाइ उपलब्धीहरु :

१. गाउँघरमा तयार गरिएका हस्तकलाका सामग्रीहरुको पहिचान गर्न,

२. स्थानीय स्तरमा उत्पादन हुने मौसमी तथा बेमौसमी तरकारीहरुको पहिचान गरी महत्व भन्न र

३. हस्तकलाका सामग्रीहरु गाउँघरमा उत्पादित वस्तुहरु बिक्री गर्ने स्थानहरुको परिचय दिन ।



पाठ १ हाम्रो पेसा व्यवसाय र प्रविधि

माथिका चित्र हेरी छलफल गर्नुहोस् ।

अ) चित्रमा तपाईले के-के देख्नुभयो ?

आ) तपाईँको समुदायमा हस्तकलाका कुन-कुन सामग्रीहरु निर्माण गर्ने गरिएको छ ?

पढौँ र छलफल गरौँ :

मेरो नाम सीमा गोडीया हो । म खैरीमा बस्छु । मेरो गाउँका अग्रजहरूले हस्तकलाका विभिन्न सामानहरु तयार गर्नुहुन्छ । मेरो हजुरबुबाले बाँसको चोयाबाट बेना (हाते पङ्‌खा) बनाउनुहुन्छ । हामीलाई बेनाले गर्मीको समयमा धेरै सहयोग गर्दछ ।

म समिर पठान हुँ । म आसापुर गाउँमा बस्छु । मेरो बुबा काठको काम गर्ने सिकर्मी हुनुहुन्छ । वहाँले काठबाट मचिया, खटिया, काठे हल, माची, हलो जुवा र सरावन (हेँगा) बनाउनु हुन्छ । हाम्रो गाउँका कृषकहरूले काठे हल माची र सरावन खेतबारी जोत्न र समतल बनाउन प्रयोग गर्ने गरेका छन् ।

मेरो नाम अजय थापा हो । मेरो घर पण्डितपुर गाउँमा पर्छ । मेरी आमाले पराल र बनकसको डोरीबाट गुन्द्री बनाउनुहुन्छ । हामी गुन्द्रीलाई खाटमा बिछ्याउन, बिस्कुन सुकाउन प्रयोग गर्दछौँ ।

मेरो काका सिसौको काठबाट चौकी, बेल्ना र डोकनी बनाउन सिपालु हुनुहुन्छ । उहाँले बनाएका ती सामानहरूलाई गुलरिया बजारमा लगेर बेच्नुहुनछ । हामी रोटी बनाउँदा चौकी बेलनाको उपयोग गर्दछौँ । मैले डोकनीले धनिया र लसुनको चटनी बनाउँछु । मलाई चटनी धेरै मनपर्छ ।

आफ्नो समुदायमा पाईने हस्तकलाका सामग्रीहरु के बाट निर्माण हुन्छन् तलको तालिकामा भर्नुहोस् ।

सामग्रीको नाम	**के बाट बन्छ**
१. बेना (हाते पङ्खा)	
२. गुन्द्री	
३. काठे हल माची	
४.सरवन (हेँगा)	
५. डोकनी	
६. चौकी बेलना	

दिइएको कवितालाई लय मिलाएर वाचन गर्नुहोस् ।

गर्मी याममा बेनाले दिन्छ हामीलाई शितल

डोकनीमा चट्नी बनाई खाँदा हुने असल ।

काठे हल माचीबाट जोत्छौँ खेतबारी

छर्छौँ बिउ सरवनले समतल पारी ।

चौकी बेलना नभै हुन्न रोटी बनाउन

गुन्द्री ओच्छ्याई सजिलो भो बिस्कुन सुकाउन ।

स्थानीय प्रविधिको प्रयोग हामी गरौँ

आधुनिकको साथसाथै यसमा भर परौँ ।

जोडा मिलाउनुहोस् :

अ)	खेतबारी जोत्ने	हैंगा
आ)	रोटी बनाउने	बेना
इ)	खेत समतल बनाउने	चौकी बेल्ना
ई)	चटनी बनाउने	हलो जुवा
उ)	हावा दिने	डोकनी

क्रियाकलाप :

स्थानीय रूपमा उत्पादित हस्तकलाका सामग्रीहरु घरबाट विद्यालयमा ल्याउने र प्रदर्शनीको आयोजना गर्ने ।

(यस क्रियाकलापमा शिक्षकले आवश्यक समन्वय गरिदिने । आˆनै सिपले बनाएका सामग्रीहरु विद्यार्थीहरूले ल्याएमा प्रोत्साहन स्वरूप उनीहरूलाई विद्यालयको तर्फबाट पुरस्कृत गर्ने ।)

पाठ २ हाम्रो कृषि

हेरौँ र छलफल गरौँ :

प्रश्नहरू :

अ) चित्रमा तपाईँले के-के देख्नुभयो ?

आ) तपाईँको समुदायमा कुन-कुन तरकारीको खेती गरिन्छ ?

इ) तपाईँलाई कुन तरकारी धेरै मन पर्छ ?

ई) तरकारी खेतीबाट के-के फाइदा हुन्छ ?

पढौँ र बुझौँ (सफलताको कथा)

जगतराम एक मिहिनेती र परिश्रमी कृषक हुन् । उनी गुलरिया नगरपालिका वडा नं.१२ भैँसाही गाउँमा बस्छन् । उनले आफूसँग भएको १० कठ्ठा जमिनमा बिभिन्न मौसमी तथा बेमौसमी तरकारी खेती गर्दछन् । धेरै जाडो हुने समयमा समेत उनले विभिन्न तरकारीहरु फलाउने गर्दछन् । यसका लागि प्लास्टिकको घर पनि बनाएका छन् । प्रतिकूल मौसममा समेत उत्पादन हुने तरकारीहरूलाई बेमौसमी तरकारी भनिन्छ । उनले बेमौसमी तरकारीहरूमा टमाटर, काँक्रा, बन्दागोभी, लौका र खुर्सानी लगाउने गर्दछन् । त्यस्तै उनले मौसम अनुसार भिण्डी, गोभी, मुला, बोडी, करेला, भाटा (भेन्टा), सिमी, केराउ र विभिन्न सागपातहरु उत्पादन गर्ने गर्दछन् । उनले उत्पादन गरेका तरकारीहरू मध्य केही आँफैले उपभोग गर्ने, केही गाउँमा बेच्ने र अरू गुलरियाको हाटबाजारमा लगेर बेच्ने गर्दछन् । उनले बिभिन्न तरकारीका बेर्नाहरू समेत तयार गरेर बिक्री पनि गर्दछन् । जगतरामले तरकारी खेतीबाट राम्रो आम्दानी गरिरहेका छन् । उनले घर व्यवहार सञ्चालनमा आवश्यक पर्ने सम्पुर्ण खर्च तरकारी खेतीको आम्दानीबाट गर्ने गर्दछन् । खर्च गरेर बाँकी रहेको रकम बैंकमा बचत गर्ने गर्दछन् । जगतरामले तरकारी खेतीबाट बार्षिक २ लाख रूपैंया जति बचत गर्ने गर्दछन् । तरकारी खेतीबाट गरेको आय आर्जनबाट जगतरामले गुलरिया बसपार्क नजिकै नजिकै १ कठ्ठा घडेरी समेत किनेका छन् । यसरी आफ्नो मिहिनेतबाट पनि राम्रो आय आर्जन गर्न सकिने भएपछि वैदेशिक रोजगारीमा जाने मनस्थिति बनाएका जगतरामले भैंसाहीमा व्यवसायिक कृषि फर्म खोलेर ७ जनालाई रोजगार दिन सफल भएका छन् ।

अभ्यास :

माथिको कथाका आधारमा उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) जगतरामले कुन पेशा गर्दछन् ?

आ) उनले कुन-कुन बेमौसमी तरकारी उत्वादन गर्दछन् ?

इ) उनले उत्पादन गरेका तरकारी कहाँ लगेर बिक्री गर्दछन् ?

ई) तपाईंको भान्सामा प्रयोग हुने तरकारी कुन ठाउँबाट ल्याउनुहुन्छ ?

क्रियाकलाप :

विद्यालयको नजिकमा गरिएको कुनै कृषकको तरकारी खेतीको अवलोकन भ्रमण गराएर खेतीगर्ने कृषकसँग कुराकानी गर्न लगाई मौसमी र बेमौसमी तरकारी खेतीको महत्वका बारेमा छलफल गराउने ।

पाठ ३ स्थानीय हाट बजार

हेरौँ र छलफल गरौँ :

अ) चित्रमा के-के देख्नुभयो ?

आ) चित्रमा देखिएका जस्तै ठाउँहरूमा तपाईँ जानुभएको छ ?

इ) चित्रमा देखिएका ठाउँहरूलाई के भनिन्छ ?

ई) हाट बजारमा के कस्ता सामग्रीहरूको किनबेच हुने गर्दछ ?

पाठ पढी दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

(दशैं बिदाको समयको कुनै एक दिन श्री कृषणसार आधारभूत विद्यालय खैरीमा कक्षा ३ मा पढ्ने रूपक र संगिताको बाटोमा भेट हुँदा उनीहरूबीच भएको संवाद)

रूपक : संगिता ! तिमी हिजो इ-रिक्सामा बसेर कहाँ गएकी थियौ ?

संगिता : म आमासँग गुलरियाको हाट बजारमा दूर्गा पूजाको लागि चाहिनेसामग्रीहरू किन्न गएकी थिएँ । आमाले मेरो लागि विद्यालय पोशाक पनि किनिदिनुभयो ।

रूपक : म पनि वर्षे विदाको समयमा खैरापुर पार्वती मन्दिरमा लाग्ने हाट बजारमा गएको थिएँ । त्याहाँबाट हामीले तरकारी र फलफूल किनेर ल्याएका थियौं । हाम्रो गुलरियामा कहाँ कहाँ हाट बजार लाग्छ संगिता ?

संगिता : मेरो बुबाले भन्नुभएको खैरापुरमा, गुलरियामा र रत्नापुरमा हाटबजार लाग्छ रे अनि भादा पुल नजिक पशु हाटबजार लाग्छ रे ?

रूपक : हाटबजार मा के-के किनबेच हुन्छ संगिता ?

संगिता : हाटबजारमा हामीले स्थानीय स्तरमा उत्पादन गरेका हस्तकलाका सामग्रीहरु, तरकारी तथा फलफूलहरू, मरमसलाहरु, मिठाइहरु जस्ता थुप्रै हाम्रो दैनिक घरयासी जीवनमा प्रयोग हुने सामग्रीहरूको किनबेच हुने गर्दछ । हाटबजारले स्थानीय उत्पादनलाई प्रवर्द्धन गर्न ठूलो मद्दत पुऱ्याएको छ ।

रूपक : वार्षिक परीक्षा सकिएपछि हामीहरू बुबाआमासँग गुलरिया पशुबजारमा जाऔंला है संगिता ?

संगिता : भै हाल्छ नि । ल अहिले लाई म घरतर्फ लागैं है रूपक ।

प्रश्नहरु :

अ) रूपक र संगिताले केको बारेमा कुराकानी गरेका हुन् ?

आ) हाट बजारमा के-के किनबेच हुने गर्दछ ?

इ) हाट बजारबाट हामीलाई के फाईदा हुन्छ ?

ई) तपाईं गुलरियामा लाग्ने कुन-कुन हाट बजारमा जानुभएको छ ?

परियोजनाकार्य :

गुलरिया नगरपालिका भित्र कुन-कुन बजारमा कुन-कुन स्थानमा हाट बजारहरु लाग्छन् ? शिक्षकको सहयोगमा तलको तालिका पुरा गनुहोस् ।

हाट बजार लाग्ने स्थान	हाट बजार लाग्ने बार

क्रियाकलाप :

विद्यार्थीहरूलाई नजिकैको हाट बजारमा लगेर त्यहाँ हुने क्रियाकलापहरूको अवलोकन गर्न लगाउने ।

(अवलोकन भ्रमणमा लैजाँदा सुरक्षा सावधानी अपनाउनुहुन शिक्षकहरूलाई जानकारी गराउँदछौँ ।)

एकाइ - चार
हरियाली विद्यालय र स्वच्छ नगर

सिकाइ उपलब्धीहरु :

१. हरियाली र स्वच्छ वातावरणको परिचय दिन,

२. विद्यालयमा बगैंचाको आवश्यकता र महत्व भन्न,

३. फोहोरमैलाको वर्गीकरण (कुहिने र नकुहिने) तथा व्यवस्थापन गर्ने तरिका भन्न,

४. घर र विद्यालयको सरसफाइमा सहयोग गर्न र

५. घर र विद्यालयमा पानीका स्रोतको उपयोग गर्ने तरिका भन्न ।

पाठ १ हरियाली र स्वच्छ वातावरणको परिचय

चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ :

प्रश्नहरू :

क) माथिको चित्रमा के-के देख्नुभयो ?

ख) तपाईँलाई चित्रमा भएका कुन - कुन कुरा राम्रा लागे ?

ग) के तपाईँको घर वरिपरि पनि यस्तै हरियाली छ ?

घ) हरियाली र स्वच्छ वातावरण राख्न तपाईँ के-के गर्नुहुन्छ ?

पढौँ, बुझौँ र छलफल गरौँ :

गुलरिया शान्ति आधारभूत विद्यालयमा अध्ययन गर्ने प्रमिला अहिले कक्षा ३ मा पढ्छिन् । उनको घर सफा र चिटिक्क छ । घरको अगाडि आँगन छ । आँगनको दुबै छेउमा फूलबारी बनाइएको छ । फूलबारीमा गुलाब, चमेली, सयपत्री, गोदावरी आदि फूलहरू ढकमक्क फुलेका छन् । घरको अगाडि र पछाडि आँप, अम्बा, लिची, मेवा आदिका बोटहरु छन् । उनी आफ्ना बाबा आमासँग घर वरिपरि सफा गर्छिन् । यसरी सफा गर्दा कुहिने फोहोर, नकुहिने फोहोर अलग-अलग जम्मा गर्छिन । नुकहिने फोहोरमा पनि प्लास्टिकजन्य फोहोर अलग भाँडोमा र धातुजन्य फोहोर अलग भाँडोमा राख्छिन् । फूलबारीमा गोडमेल पनि गर्छिन् ।

प्रश्नहरू :

क) प्रमिलाको घर कहाँ पर्छ ?

ख) फूलबारीमा कुन कुन फूलहरू रोपिएका छन् ?

ग) प्रमिला आफ्ना बाबा र आमासँग कुन काम गर्छिन् ?

घ) प्रमिलाको जस्तै घर बनाउन तपाईँ के-के गर्नु हुन्छ ?

सिर्जनात्मक अभ्यास :

तपाईले आफ्नो घर, आँगन, समुदाय र विद्यालय सफा सुन्दर बनाउन के-के गर्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् :

क) ....

ख) ....

ग) ....

घ) ....

(शिक्षकलाई निर्देशन : कक्षाकोठा तथा विद्यालयको परिसरमा फोहोर नगर्न उत्प्रेरित गर्ने यसका साथै सरसफाइ कार्यमा सहभागी गराउँदै यसको आवश्यकता र महत्वबारे बताइदिने ।)

पाठ २ विद्यालयमा बगैँचाको आवश्यकता र महत्व

हेरौँ चिनौँ र छलफल गरौँ :

प्रश्नहरू:

क) माथिको चित्रमा के देखाइएको छ ?

ख) बालबालिकाहरू फूलबारीमा के गर्दैछन् ?

ग) विद्यालयमा फूलबारी र बगैँचा किन बनाउनु पर्छ होला ?

घ) के तपाईको विद्यालयमा पनि यस्तै बगैँचा छ ?

पढौँ र जानौ

रमेशको विद्यालय गाउँको बिचमा छ । विद्यालयको चारैतिर पर्खाल लगाइएको छ । अगाडिपट्टि ठुलो गेट छ । विद्यालयको चौर र कक्षाकोठा सफा छन् । विद्यालयको अगाडि फूलवारी छ । विद्यालयमा बगैँचा पनि बनाइएको छ । बगैँचामा सयपत्री, गुलाफ, चमेली आदि फूलहरु लगाइएको छ । फोहोर फाल्न ठाउँ ठाउँमा फोहोर फाल्ने भाडाहरु राखिएका छन् ।

रमेशका साथीहरु, गुरू र गुरूआमा सबै मिलेर विद्यालय सफा गर्छन् । उनका साथीहरु बगैँचामा काम गर्न धेरै रूचाउँछन् । हिजो उनीहरूले बगैँचा र फूलबारी गोडमेल गरे । कुहिने फोहोरलाई अलग भाँडामा र नकुहिनेलाई अलग भाँडामा राखे ।

अभ्यास

१) ठिक बेठिक छुट्टयाउनुहोस् :

क) रमेशको विद्यालय वरिपरि पर्खाल लगाइएको छ ।

ख) फूलबारीमा फूलहरू लगाइएको छ ।

ग) रमेशका साथीहरूले मात्र विद्यालय सफा गर्छन् ।

घ) कुहिने र नकुहिने फोहोर एकै ठाउँमा जम्मा गरिन्छ ।

सिर्जनात्मक अभ्यास :

आफ्ना बाबाआमासँग मिलेर घरमा फूलबारी बनाउन तपाई के-के गर्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

पाठ ३ फोहोर मैलाको बर्गीकरण र व्यवस्थापन गर्ने तरिका

हेरौँ, चिनौँ र छलफल गरौँ :

प्रश्नहरू :

क) चित्रमा के-के देख्नुहुन्छ ?

ख) विद्यालयमा विद्यार्थीहरू के-के गर्दैछन् ?

ग) सफा गर्दा जम्मा भएको फोहोर कहाँ फाल्नुपर्छ ?

घ) फोहोर सफा नगरे के हुन्छ ?

पढौँ र बुझौँ

(मनिषा र रमिता दुबैजना कक्षा ३ मा पढ्छन् । उनीहरु दिउसोको खाजा खाने छुट्टीमा विद्यालयको बगैँचामा रूखको छायामा बसेर फोहोर वर्गीकरण र व्यवस्थपनका बारेमा कुराकानी गर्दै छन् ।)

मनिषा : हाम्रो विद्यालय कति सफा र सुन्दर छ । हगि ?

रमिता : (मुस्कुराउँदै) हो नि ! यस्तो विद्यालयमा पढ्न पाउनु त हाम्रो भाग्य हो ।

मनिषा : हाम्रो विद्यालयका गुरू, गुरूआमा र साथीहरू पनि कति असल छन् है ?

रमिता : हो नि, त्यसैले मलाई त सधै विद्यालय आउन मन लाग्छ ।

मनिषा : सबै जना मिलेर कक्षाकोठा र विद्यालय वरिपरि सफा गर्दा कति रमाईलो हुन्छ है ?

रमिता : हो नि, सफा गर्दा निस्केको फोहोरलाई कुहिने र नकुहिने भाँडामा अलग–अलग फाल्ने कुरा मलाई अझ बढी मन पर्‍यो ।

मनिषा : यसरी अलग गर्दा कुहिने फोहोरबाट मल बनाउन सकिने रहेछ है ?

रमिता : हो त, नकुहिने फोहोर पनि अलग गरेर बेच्न मिल्ने कुरा गर्दै हुनुहुन्थो मेरो बुबाले ?

मनिषा : त्यस्तो फोहोर किन किन्छन् र मानिसले ?

रमिता : नकुहिने फोहोरलाई काराखानामा लगेर फेरि नयाँ बस्तु बनाउन मिल्छ रे ! मेरो बाबाले भन्नुभएको ।

अभ्यास :

तल दिएका फोहोर वस्तुलाई कुहिने र नकुहिने चिनेर तालिकामा भर्नुहोस् :

गोबर, प्लाष्टिक, च्यातिएका कागज, काँचका टुक्राहरु, रूखबाट झरेका पात, तरकारी र फलफुलका बोक्रा, ईंटाका टुक्रा, खाना खाँदा बचेको खानेकुरा, पेन्सिल तिखार्दा निस्केको फोहोर

कुहिने फोहोर	नकुहिने फोहोर

पढौँ र छलफल गरौँ :

हामीले घर आँगन कोठा दिनहुँ सफा गर्नुपर्छ । सफा गर्दा निस्केको फोहोर जथाभावी फाल्नु हुँदैन । फोहोर जथाभावी फाल्दा र सफा नगर्दा हावा र पानी प्रदूषित हुन्छ । झिँगाहरूको वृद्धि हुन्छ । यसबाट विभिन्न किसिमका रोगहरु फैलिन सक्छन् ।

यस्तो हुन नदिन फोहोरमैलालाई उचित ठाउँमा फाल्नुपर्छ । कुहिने फोहोरलाई खाडलमा पुर्नुपर्छ । यसरी पुरिएको फोहोर केही समयपछि मल बन्छ । नकुहिने फोहोरलाई छुट्टै राख्नुपर्छ । कतिपय नकुहिने फोहोरलाई सफा गरेर पुनः प्रयोग गर्न सकिन्छ । जस्तै : प्लाष्टिकका झोला, बोतल आदि ।

अभ्यास :

क) फोहोर जथाभावी फाल्दा के हुन्छ ?

ख) हामीले घर आँगन सफा गर्दा निस्केको फोहोर के गर्नुपर्छ ?

ग) कुहिने फोहोरलाई खाडलमा पुर्दा के बन्छ ?

घ) प्लाष्टिकको झोला कस्तो फोहोर हो ?

२. तल दिइएका मध्ये हामीले गर्न हुने र गर्न नहुने क्रियाकलाप छुट्ट्याउनुहोस् :

क) हामीले कागज च्यात्दै र फाल्दै गर्नुपर्छ ।

ख) घर आँगन सफा गर्दा निस्केको फोहोरलाई डस्टविनमा राख्नुपर्छ ।

ग) तरकारी केलाउँदा निस्किएको फोहोर त्यसै मिल्काउनुपर्छ ।

घ) प्लास्टिकको झोला, बोतल र काँचका सिसी धोएर फेरि प्रयोग गर्नुपर्छ ।

सिर्जनात्मक अभ्यास :

कक्षाका सबै साथीहरु मिली कक्षाकोठा सफा गर्नुहोस् । कुहिने र नकुहिने फोहोर छुट्ट्याई अलग-अलग भाँडामा राख्नुहोस् ।

पाठ ४ घर र विद्यालयको सरसफाइमा सहयोग

प्रश्नहरू :

क) माथिका चित्रमा के के देख्नुहुन्छ ?

ख) विद्यालयको चौर र कक्षाकोठा क–कसले सफा गर्नुहुन्छ ?

ग) तपाईंको घर आँगन कोठा कसले सफा गर्छ ?

घ) विद्यालयको सरसफाइमा तपाईंले कसरी सहयोग गर्नु भएको छ ?

पढौँ र छलफल गरौँ :

हाम्रो टोलको नाम हरियाली टोल हो । हामी बाटो र चौरमा फोहोर फाल्दैनौँ । हामी नियमित रूपमा घरवरिपरि सफा गर्छौं ।

हरेक शनिवार सबैजना मिलेर टोल सफा गर्छौं । ठूला मानिसहरू खाल्डाखुल्डी पुर्नुहुन्छ । हामीहरू वरपरका फोहोर टिप्छौँ । कुहिने र नकुहिने फोहोरलाई अलग अलग छुट्टयाउछौँ । कुहिने वस्तु जम्मा गरी मल बनाउँछौँ ।

हाम्रो टोलका मन्दिर, विद्यालय र बाटोघाटो सफा छन् । धारा, कुवा, चौतारो पनि सफा छन् । त्यसैले हाम्रो टोललाई सबैले मन पराउँछन् ।

प्रश्नहरू :

१) तलका भनाईहरू ठिक भए (√) र बेठिक भए (×) चिन्ह लगाउनुहोस् :

क) हामी बाटो र चौरमा जतातत‍ै फोहोर फाल्छौँ ।

ख) हरेक शनिवार सबैजना मिली टोल सफा गर्छौँ ।

ग) कुहिने र नकुहिने फोहोरलाई एकै ठाउँमा फाल्छौँ ।

घ) हाम्रो टोललाई सबैले मन पराउँछन् ।

२) तलका मध्ये एक्लै गर्न सकिने काम र सबै मिली गर्ने काम पत्ता लगाई मिल्ने कोठामा भर्नुहोस् :

आफ्नो टोल सफा गर्ने, आफ्ना लुगा धुने, भाँडा माझ्ने, फूलबारीमा फूल रोप्ने, बगैँचामा गोडमल गर्ने, आफ्नो घर आँगन सफा गर्ने, भान्छाकोठा सफा गर्ने, कक्षाकोठा सफा गर्ने

एक्लै गर्न सकिने काम	सबै मिली गर्ने काम

सिर्जनात्मक अभ्यास :

आफ्नो कक्षामा सबै साथीहरु कक्षा शिक्षकसँग मिलेर विद्यालयको हाताभित्र सरसफाइ गर्नुहोस् र फूलबारीमा उम्रेका अनावश्यक झारपात उखेलेर सफा बनाउनुहोस् ।

पाठ ५ घर विद्यालयमा पानीका स्रोतको उपयोग

हेरौं र छलफल गरौं

इनार

कलधारा धारा

धारा

लुगा धोइरहेको

हात धोइरहेको

प्रश्नहरू :

क) चित्रमा के के देख्नु भएको छ ?

ख) हामीले पानी कहाँ-कहाँबाट पाउँछौं ?

ग) तपाईको घरमा कुन-कुन काममा पानीको प्रयोग गरिन्छ ?

घ) तपाईको घरमा सबैभन्दा धेरै पानी कुन काममा प्रयोग गरिन्छ ?

पढौ र जानौं

मुना र जुना कक्षा ३ मा पढ्छन् । उनीहरू शनिवार घर नजिकैको विद्यालयमा गए । विद्यालयको बगैंचामा एकछिन बसेर उनीहरू कुराकानी गर्न थाले ।

मुना : अँ साँच्चै ! हाम्रो विद्यालय कति राम्रो छ । है ?

जुना : हो नि, जताततै सफासुग्घर, हरियाली ! मलाई त छुट्टीको दिन पनि विद्यालय आउन मन लाग्छ ।

मुना : (खानेपानीको धारा खोलेर पानी पिउँदै) हाम्रो विद्यालयमा पानी पनि कति सफा छ है ?

जुना : (पानी पिउँदै) हो नि ! हाम्रो विद्यालयमा सबै कुराको सुविधा छ ।

मुना : तिमीलाई थाहा छ ? हिजो कक्षा २ का भाइबहिनीहरूले खाने पानीको धारा खुलै राखेर हिंडेछन् । मैले देखेर बन्द गरे नि !

जुना : तिमीले उनिहरूलाई केही भनिनौ ?

मुना : भने नि ! पानीको सदुपयोग गर्नुपर्छ, धारा खुल्लै राख्नु हुन्न भनेर सम्झाएँ ।

जुना : उनीहरूले के भने त ?

मुना : मैले सम्झाएपछि उनीहरूले कहिल्यै धारा खुला नराख्ने प्रण गरे ।

जुना : कस्तो राम्रो कुरा । म पनि सबैलाई पानी खेर जान नदिने कुरा भन्दै हिंड्छु ।

अभ्यास :

१. दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क) मुना र जुना शनिवार कहाँ गए ?

ख) पानीको प्रयोग गरेपछि धारा के गर्नुपर्छ ?

ग) मुनाले कक्षा २ मा पढ्ने भाइ बहिनीलाई के भनेर सम्भाइन् ?

घ) प्रयोग गरिसकेपछि हामीले धारा किन बन्द गर्नुपर्छ ?

२) तपाईँले थाहा पाएका पानीका स्रोतहरूको नाम लेख्नुहोस् ?

३) तपाइको विद्यालयमा कुन-कुन काममा पानीको प्रयोग गरिन्छ ? लेख्नुहोस् ?

सिर्जनात्मक क्रियाकलाप :

तपाईँले प्रयोग गर्ने पानीको कुनै एक स्रोतको चित्र कोरी रङ् भर्नुहोस् ।

एकाइ - ५
विपद् सावधानी र सुरक्षा व्यवस्थापन

सिकाइ उपलब्धिहरु :

१. विपद्का स्वरूपहरु बताउन,

२. बाढी र आगलागी हुने कारणहरु बताउन र

३. जेब्रा क्रस, सडकमा बनाइएका सङ्केतको अर्थ र सो अनुसारको प्रयोग गर्न ।

गुलरिया र बारबार्दिया नगरपालिकालाई जोड्ने जब्धीघाट स्थित बबई नदीमा निर्मित पुल । वि.सं. २०७२ को बाढीले भत्काएको र वि.सं. २०७९ को बाढीले तिनओटा स्ल्याब बगाइदिएपछि हाल आवतजावत नै बन्द भएको छ ।

पाठ १ विपद् र यसका स्वरूपहरु

वाढी

भुकम्प

आगलागी

पहिरो

पढौं र जानौं :

कुनै स्थानमा आपतकालीन अवस्था सिर्जना भई जनधनको क्षतिको साथै जीवनयापन र वातावरणमा प्रतिकूल असर पुग्छ भने त्यसलाई विपद् भनिन्छ । विपद्को समयमा मानिसलाई खानेकुरा, बस्ने ठाउँ, लुगाफाटो, औषधि उपचार तथा सुरक्षा जस्ता कुराहरूको अति आवश्यक हुन्छ ।

प्राकृतिक विपद् :

वाढी, पहिरो, हुरीवतास, आँधी, शीतलहर, तातो हावाको आतङ्क, आतिवृष्टि, अनावृष्टि वा यस्तै प्राकृतिक कारणवाट उत्पन्न जुनसुकै विपद्लाई प्राकृतिक विपद् सम्झनु पर्दछ ।

मानवजन्य (गैर प्राकृतिक) विपद् :

महामारी, डढेलो, खानी दुर्घटना, सडक दूर्घटना, आगलागी तथा ग्यॉंस विस्फोटन वा यस्तै मानिसको आफ्नै असावधानी तथा नियोजित कारणवाट उत्पन्न हुने जुनसुकै विपद् लाई मानवजन्य विपद्का रूपमा सम्झनु पर्दछ ।

अभ्यासः

१. दिइएका शब्दहरूको प्रयोग गरी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

प्राकृतिक, आगलागी, बाढी, खानेकुरा, मानवजन्य

क) .... मानिसहरूको कारणले हुन्छ ।

ख) विपद्को समयमा मानिसलाई .... को आवश्यकता पर्दछ ।

ग) .... अधिक वर्षाको कारणले हुन्छ ।

घ) भूकम्प .... विपद् हो ।

ङ) दुर्घटना .... विपद्मा पर्दछ ।

२. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :

क) विपद् भनेको के हो ?

ख) विपद्को समयमा मानिसलाई के कस्ता कुराको आवश्यकता हुन्छ ?

३) तलको तालिकामा प्राकृतिक विपद् र मानवजन्य विपद् छुट्टयाई लेख्नुहोस् :

क्र. सं.	प्राकृतिक विपद्	मानवजन्य विपद्
१.		१.
२.		२.
३.		३.
४.		४.

पाठ २ बाढी आउने कारणहरू

चित्र – १

चित्र – २

माथिको चित्रमा के देख्नु हुन्छ ?

लगातार दुई दिनको वर्षाले बवई नदीमा आएको बाढीका कारण गुलरिया नगरपालिकाका धेरै गाउँबस्ती जलमग्न भएका थिए । मानिस पशुपन्छी, घर, सडक, र खेतीपातीमा बाढीले नराम्रोसँग प्रभाव पारेको थियो । ती ठाऊँमा बाढीका कारण निकै कष्टकर अवस्था देखिन्थ्यो ।

सरिताका बाबु छोरी पनि वाढीको अवलोकन गर्न बालापुर गाऊँतिर जादैँ थिए । बाटोमा पर्ने घर, सडक, खेतीपाती सबै ठाऊँ पानीले भरिएको थियो । यो दृष्य देखेर निकै दु:खी भएकी सरिताले आफ्नो बुबासँग गरेको कुराकानी तल दिइएको छ :

छोरी : बुबा यो वाढी कसरी आउँछ होला ?

बुबा : छोरी ! अत्यधिक पानी परेपछि नदीमा पानीको सतह बढ्न जान्छ र बाहिर गाउँघरतिर पानी पस्छ अनि वाढी आउँछ ।

छोरी : यस्तो बेला मानिस कहाँ वस्छन् होला बुबा ?

बुबा : यस्तो बेला पानी नपसेको अलि सुरक्षित ठाउँको खोजी गरेर मानिस बस्छन् छोरी । जस्तै विद्यालय तथा अन्य सुरक्षित ठाउँहरूमा गएर बस्छन् ।

छोरी : बुबा ! के कारणले वाढी आउछ होला ? मलाई त जान्न मन लाग्यो ।

बुबा : सुन ! वाढी आउने धेरै कारणहरु छन् । त्यसमध्ये धेरै समयसम्म ठूलो पानी पर्‍यो, हिमालवाट हिऊँ पग्लेर नदीमा मिसियो, वन विनास धेरै भयो भने वाढी आउँछ । अनि पहिरो तथा हिमतालहरु फुटे भने पनि वाढी आउछ छोरी । नदीमा अनावश्यक बाँधहरु लगाएर, भू-क्षय भएर पनि वाढी आउन सक्छ । यस्ता अरू पनि कारणहरू हुन सक्छन् ।

छोरी : ए ! नदी किनारमा वृक्षारोपण भएन भने पनि वाढी आउछ होला हगि बुबा ?

बुबा : हो त नि ! तिमीले पनि कुरो बुझिसकिछौ । यस्ता कुरामा हामी अलि चनाखो भयौँ भने वाढीलाई रोक्न नसके पनि यसबाट वँच्न र जोखिमलाई कम गर्न सकिन्छ छोरी ।

छोरी : हो त बुबा, अव घर फर्कौ क्यारे ! जता हेरे पनि पानी नै पानी छ ।

बुबा : ल हुन्छ । हिड अव घर फर्कौं

अभ्यास :

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :

क) बाढी भनेको के हो ?

ख) वाढी आउने दुई कारणहरू लेख्नुहोस् ?

ग) सरिताका बाबु छोरी बाढी हेर्न कहाँ गए ?

घ) बाढीले गाउँ वस्तीहरूको अवस्था कस्तो बनाएको थियो ?

२. जोडा मिलाउनुहोस् :

क) धेरै समयसम्म पानी पर्नु	पहिरो
ख) हिमालवाट हिऊँ पग्लनु	वन विनास
ग) पहाडवाट ढुङ्गा माटो तल खस्नु	हिमस्खलन
घ) जङ्गलका रूख विरूवा नष्ट गर्नु	अतिवृष्टि

३) वाढी आउने कारणहरूको सूची बनाई शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

पाठ ३ आगलागीका कारणहरू

माथिको चित्रमा के भैरहेको छ ?

के तपाइले गाउँघरमा आगलागी भएको देख्नु भएको छ ?

पढौँ र जानौँ

आगो हाम्रो लागि नभई नहुने वस्तु हो । हामीलाई धेरै काम गर्न आगोको आवश्यकता पर्दछ । आगो बल्नको लागि इन्धन, ताप र हावा (अक्सिजन) को आवश्यकता पर्दछ ।

अकस्तमात् गाउँघर, वनजङ्गलमा आगो लाग्नुलाई आगलागी भनिन्छ । आगोले हामीलाई कहिलेकाहीँ विपतपूर्ण अवस्थामा पुऱ्याउँछ । यसबाट धनजनको धेरै नोक्सानी हुन्छ । मानिसको असावधानीका कारण आगलागी हुन्छ ।

आगलागी हुने कारणहरू :

- चुरोट विडिका ठुटा ननिभाई जथाभावी फल्नु ।
- आगोको प्रयोग पछि त्यसको बेवास्ता गर्नु ।
- घरहरु नजिक-नजिक बनाउनु तथा छानाहरु खर तथा छ्वालीले छाउनु ।
- सलाई, लाइटर जथाभावी राख्नु वा केटाकेटीको पहुँच हुनु ।
- चुल्होमा आगो राख्ने परम्परा कायम रहनु ।
- मट्टितेल, पेट्रोल जस्ता प्रज्ज्वलनशील पदार्थ जतन नगरिनु ।
- हुरीबतास तथा चट्याङ पर्नु ।
- विद्युतीय उपकरणहरुको प्रयोगमा असावधानी हुँदा सर्ट हुनु ।
- जङ्गलमा घाँस बढाउन र जनावरको शिकार गर्न आगो लगाउनु ।
- स्टोभ,ग्याँस पडकनु ।
- चाडबाडमा पटाका तथा बम पड्काउनु ।

अभ्यास :

१. तलका बाक्यहरू ठिक भए ठिक र वेठिक भए वेठिक लेख्नुहोस् :

क) चुरोट विँडीका ठुटाहरु ननिभाई जथाभावी फाल्नु हुदैन ।

ख) सलाई लाइटर केटाकेटीहरूले पुग्ने ठाउँमा राख्नुपर्छ ।

ग) आगोको काम सकिएपछि त्यसलाई निभाउन पर्दैन ।

घ) हामीले वन जंगलमा आगो लगाउन हुँदैन ।

ङ) मट्टितेल, पेट्रोल जस्ता बस्तु जतन गरेर राख्नुपर्छ ।

२. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :

क) आगो बल्न के-के कुरा चाहिन्छ ?

ख) आगलागी भनेको के हो ?

ग) हामीले चुरोट विँडीका ठुटा किन निभाएर फाल्नुपर्छ ?

घ) मट्टीतेल पेट्रोलको जतन किन गर्नुपर्छ ?

३. आगलागी हुने कारणहरूको सूची बनाउनुहोस् :

४. तपाईंले आफ्नो गाऊँ घरमा कतै आगलागी भएको देख्नु भएको छ ? यदि देख्नु भएको छ भने आगलागीको अवस्थामा भएका गतिविधीहरुबारे कक्षामा साथीहरुलाई सुनाउनुहोस् ।

पाठ ४ सडकमा बनाइएका सङ्केतहरूको अर्थ र प्रयोग

हेरौं, पढौं र जानौं

जेब्राक्रस = पैदलयात्रीले बाटो काट्ने ठाउँ

विद्यालय क्षेत्र = विद्यार्थीहरु सड्क पार गर्दै हुन सक्छन्

गति सिमित = यातायातको गतिलाई कम गर्नुस

पार्किङ अनुमति छैन = यातायातका साधन अड्याउन पाइदैन

हर्न निषेधित = हर्न बजाउन पाइदैन

रोक्नु पर्ने = रोक्नुहोस्

जानु पर्ने = जानुहोस्

"ट्राफिक नियमको पालना, सभ्य र सुरक्षित समाजको परिकल्पना"

क्रियाकलाप १

विद्यालय नजिकै रहेको सडकमा लघु भ्रमण गरी सडक सङ्केत र ट्राफिक चिह्नहरूका बारेमा जानकारी लिनुहोस् यसबारेमा जानेका कुराहरु कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २

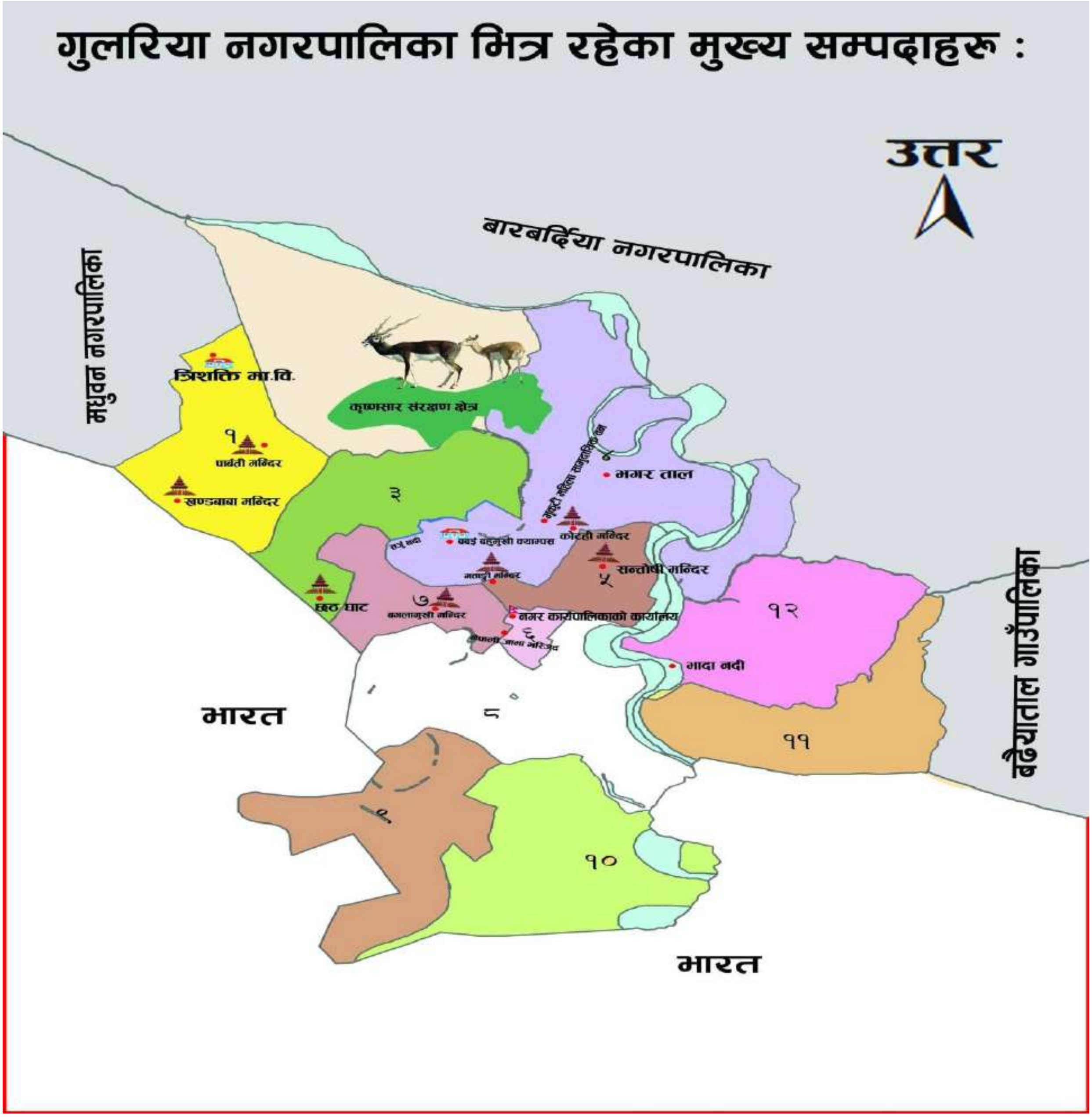
तपाईं घरबाट विद्यालय जाँदा आउँदा वा कुनै ठाउँमा घुम्न जाँदा सडकको किनारामा यस्ता चिह्न वा सङ्केतहरु देख्नुभएको होला तिनीहरूको बारेमा कक्षामा साथीहरु सँग छलफल गर्नुहोस् ।

एकाइ – छ
हाम्रो सम्पदा

सिकाइ उपलब्धि :

१. स्थानीय समुदायभित्र रहेका सम्पदा र पर्यटकीय स्थलहरूको पहिचान गरी सामान्य परिचय दिन ।

पाठ १.



पाठ १ हाम्रा सम्पदा

(सुरज गोडिया भानोदय आधारभूत विद्यालय बेचैपुरमा कक्षा ३ मा पढ्ने विद्यार्थी हुन् । उनी प्राकृतिक सम्पदाहरूको संरक्षणमा निकै रूची राख्दछन् । उनले आफ्नो वडाका प्राकृतिक सम्पदाहरूका बारेमा लेखेको तलको जानकारीलाई अध्ययन गरौं है त !)

मेरो नाम सुरज गोडिया हो । म गुलरिया नगरपालिका वडा नं. ४ मा वस्छु । हिजो कक्षामा गुलरिया गाथा पढाउने शिक्षकले कक्षाका सबै विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो वडा भित्रका मन्दिर, गुम्बा, मस्जिद, चर्च, नदी, पोखरी तथा वनजङ्गलको नाम सङ्कलन गरेर ल्याउने गृहकार्य दिनुभयो ।

हाम्रो वडा नं. ४ अर्न्तगत पर्ने मुख्य मन्दिर कोटही मन्दिर हो । यो मन्दिर सुहेलवा गाउँको पश्चिममा पर्छ । अन्य गाउँ टोलमा पनि समुदायको सहयोगमा विभिन्न देवी देवताका थुप्रै मन्दिरहरु बनेका छन् । त्यसो त बबई क्याम्पसको पश्चिमतिर लक्ष्मीनारायण मन्दिर पनि रहेको छ । बेलौली गाउँको पूर्वपट्टी एउटा जामा मस्जिद पनि रहेछ । त्यस्तै वडा नं. ४ तुलापुरमा चर्च पनि रहेछ । तर हालसम्म बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको गुम्बा भने बनेको पाइएन ।

वडा नं. ४ को उत्तर सीमानाबाट बवई नदी बग्दछ । पुरानो नदीको रूपमा सरयू नदी बवई क्याम्पसको पश्चिमपट्टी रहेछ तर त्यसलाई हिजो आज बुढीकुला भन्दा रहेछन् । यहाँ वर्षायाम बाहेक अरू समयमा पानीको बहाव निकै कम हुन्छ ।

हाम्रो वडामा प्राकृतिक पोखरी भने छैनन् । तर तुलापुर गाउँको पूर्व र खैरी गाउँको पूर्वतर्फ माछा पालन गर्न नगरपालिकाले निर्माण गरेका पोखरीहरु रहेका छन् । वडा क्षेत्रभित्र प्राकृतिक वनजंङ्गल नभएतापनि मानिसहरूले काठ, दाउरा र घाँसपातको लागि सामुदायिक वन भने बनाएका छन् । तुल्सीपुर गाउँको उत्तरतर्फ भने प्राकृतिक सामुदायिक वनहरु रहेका छन् । यी वनहरूमा वृन्दावासिनी महिला सामुदायिक वन, टप्पर महिला सामुदायिक वन, राधाकृष्ण रामजानकी महिला सामुदायिक वन, जयदुर्गा महिला सामुदायिक वन, गणेश महिला सामुदायिक वन लगायतका रहेका छन् । वडा नं. ४ का बासिन्दाहरु वडा नं. ५ मा रहेका सामुदायिक वनका सदस्यहरु रहेका छन् ।

अभ्यास :

१) तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :

क) वडा नं. ४ मा भएको मुख्य मन्दिरको नाम के हो ?

ख) बगही गाउँको उत्तरपट्टि कुन नदी पर्छ ?

ग) वडा नं. ४ मा कुन-कुन सामुदायिक वन रहेछन् ?

घ) तपाईको वडामा पर्ने सामुदायिक वनको नाम लेख्नुहोस् ।

२) जोडा मिलाउनु होस् :

समुह "क"	समुह "ख"
कोटही	सामुदायिक वन
बवई	गाउँ
भृकुटी	मन्दिर
तुलापुर	नदी

३) सिर्जनात्मक अभ्यास :

तपाईको वडाभित्र रहेका मन्दिर, मास्जिद, गुम्बा, चर्च, नदी, पोखरी र वनहरूको नाम संकलन गरी शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

(शिक्षकलाई निर्देशन : यो पाठ अध्यापन गराउँदा विद्यालय रहेको वडा वा आ–आफ्नो वडाका मुख्य ठाउँहरूको लघुभ्रमण गराई जानकारी प्रदान गर्ने ।)

पाठ २ स्थानीय सम्पदा

चित्र हेरौं र छलफल गरौं ।

अ) माथिको चित्रमा के-के देख्नुभयो ?

आ) चित्रमा देख्नुभएका ठाउँहरूमध्ये तपाई कहाँ-कहाँ जानुभएको छ ?

इ) यस्ता ठाउँहरूको हामीले किन संरक्षण गर्नुपर्छ ?

गुलरिया नगरपालिकाको खैरापुरमा पार्वती मन्दिर रहेको छ । यो गुलरियाको एउटा धेरै पुरानो हाम्रा पूर्वजले निर्माण गरेको सम्पदा हो । यहाँ साप्ताहिक हाट बजार पनि लाग्ने गर्दछ । यो मन्दिर हाताभित्र शौचालय र पिउने पानीको पनि व्यवस्था गरिएको छ ।

गुलरिया नगरपालिकाको सडक लालपुर गाउँमा इस्लाम धर्म मान्ने समुदायले निर्माण गरेको धेरै पुरानो मस्जिद रहेको छ । यहाँ मुस्लिम धर्मावलम्बीहरूले हरेक दिन नमाज पढ्ने गर्छन् । यो सम्पदाको स्थानीयहरूद्वारा संरक्षण र सम्बर्द्धन भईरहेको छ ।

गाउँलेहरूको सक्रियतामा गुलरिया नगरपालिका वार्ड नं. २ मा रहेको पण्डितपुरमा धेरै वर्ष पहिलेदेखि बागेश्वरी सामुदायिक वनको स्थापना गरी संरक्षण र सम्बर्द्धन भईरहेको छ । यस सामुदायिक वनबाट त्यस क्षेत्रमा रहेका लगभग २०० घर परिवारलाई काठ, दाउरा र घाँस प्राप्त हुने गरेको छ । गुलरिया नगरपालिकामा यस्ता थुप्रै स्थानीय सम्पदाहरु रहेका छन् । यस्ता स्थानीय सम्पदाको महत्व धेरै रहेको छ । यी सम्पदाहरु हाम्रा अमूल्य सम्पत्ति हुन् । स्थानीय सम्पदाले हामीलाई हाम्रो विगत सँग जोड्ने, पहिचान दिने पर्यटनलाई बढाउने, भावी पुस्तालाई प्रेरणा प्रदान गर्ने जस्ता कार्यहरु गर्दछन् । हामीले हाम्रा सम्पदाको सरसफाइ र दिगोपनमा ध्यान दिनु पर्दछ ।

उत्तर लेख्नुहोस् ।

अ) हाम्रो गुलरियामा रहेका सम्पदाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

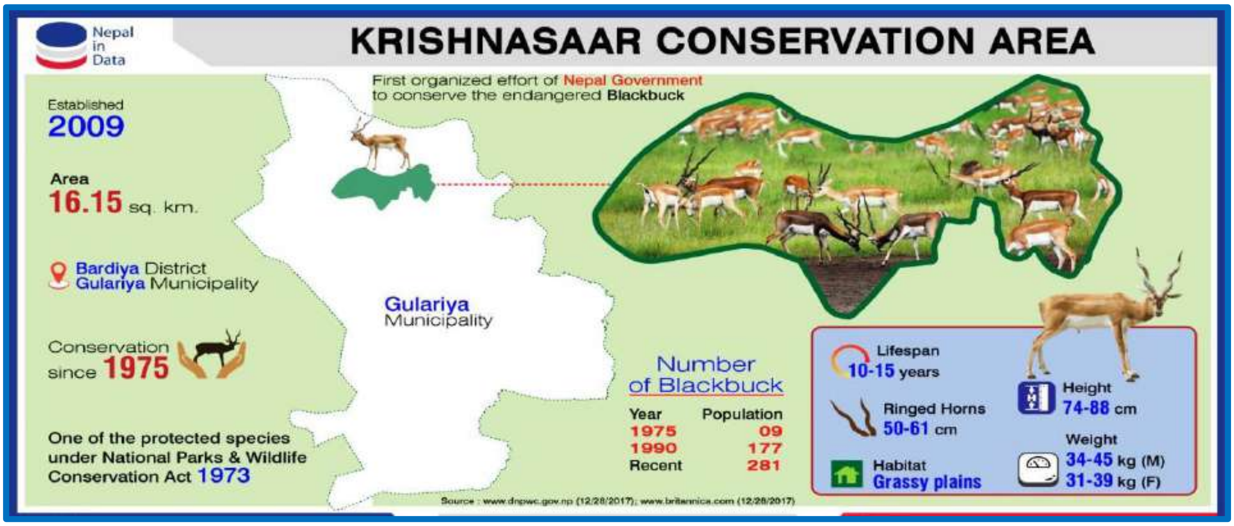
आ) हाम्रा स्थानीय सम्पदाहरूको हामीले कसरी संरक्षण गर्न सक्छौँ ?

इ) तपाईँले कुन-कुन सम्पदाको भ्रमण गर्नुभएको छ ?

ई) सामुदायिक वनबाट हामीलाई के-के फाईदा हुन्छ ?

पाठ ३ कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र

तलको चित्र हेरी छलफल गरौँ ।



क) माथि दिइएको चित्रहरूले के जनाउँदछ ?

ख) तपाईँले चित्रमा देखाइएको जनावरलाई नजिकबाट देख्नुभएको छ ? देखेको भए कहाँ देख्नुभयो ?

ग) गुलरिया नगरपालिकामा यो जनावर कहाँ पाईन्छ होला ?

घ) के तपाईँ चित्रमा देखाइएको स्थलमा जानुभएको छ ?

परिचय :

माथिको पहिलो चित्र खतरामा परेको जनावर कृष्णसार रहेको कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र कृष्णसारको प्राकृतिक वासस्थान हो । कृष्णसार संरक्षण क्षेत्रको स्थापना वि.सं. २०६५ सालमा भएको हो । यो गुलरियाको खैरापुर पटाहा क्षेत्रमा पर्दछ । कुल १६.९५ वर्ग कि.मी. क्षेत्रफलमा फैलिएको छ । वि.सं. २०८० वैशाख महिनामा यहाँ जम्मा २८१ वटा कृष्णसार थिए । जसमध्ये ४३ वटा भाले, २०३ वटा पोथी र ३५ वटा पाठापाठी थिए । जङ्गली जनावर तथा कुकुरहरूको आक्रमणका कारण कृष्णसारको अस्तित्व सङ्कटमा छ । चोरी शिकारका कारण पनि यिनीहरूको संरक्षणमा चुनौती थपिएको छ।

यस क्षेत्रका प्रमुख विशेषताहरू :

क) कृष्णसारका लागि नेपालको एक मात्र प्राकृतिक वासस्थान हो ।
ख) कृष्णसार वासस्थान क्षेत्र ५.२७ वर्ग कि.मी. छ ।
ग) संरक्षण क्षेत्रभित्र ४३ टोल/बस्ती छन् ।
घ) यस संरक्षण क्षेत्रमा ८६ उपभोक्ता समूह गठन गरिएका छन् ।
ङ) यस क्षेत्रमा एउटा सामुदायिक वन रहेको छ ।

अभ्यास :

क) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

अ) कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र गुलरिया नगरपालिकाको .... मा पर्छ ।

आ) कृष्णसार संरक्षण क्षेत्रको स्थापना वि.सं. .... मा भएको हो ।

इ) कृष्णसारको बच्चालाई .... भनिन्छ ।

ई) .... खतरामा परेको जनावर हो ।

उ) कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र .... कि.मी. मा फैलिएको छ ।

ऊ) कृष्णसार संरक्षण क्षेत्रभित्र .... टोल/बस्तीहरू छन् ।

जोडा मिलाउनुहोस् :

समूह 'क'	**समूह 'ख'**
अ) कृष्णसार	४३ वटा
आ) भाले कृष्णसार	खतरामा परेको जनावर
इ) कृष्णसारका पाठापाठी	१६.९५ वर्ग कि.मी.
ई) कृष्णसार संरक्षण क्षेत्रको स्थापना	३५ वटा
उ) कृष्णसार संरक्षण क्षेत्रको क्षेत्रफल	५.२७ वर्ग कि.मी.
ऊ) कृष्णसार वासस्थान क्षेत्र	वि.सं.२०६५

सिर्जनात्मक कार्य :

विषय शिक्षक वा अभिभावकसँग कृष्णसार संरक्षण क्षेत्रको भ्रमण गरी देखेका कुराहरू टिपोट गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

गुलरिया-गान

रचना : शिक्षक प्रभात सुवेदी

गाउँछौँ गाथा गुलरियाको ।
हाम्रो आफ्नै फुलरियाको ॥

पूर्व 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॥