सन्दर्भ सामग्री

गुलरिया गाथा

कक्षा १

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

प्रकाशकः
गुलरिया नगरपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
गुलरिया, बर्दिया

प्रमुख संरक्षकः
श्री मुक्तिनाथ यादव – प्रमुख

संरक्षकः
श्री सावित्रा गौतम – उप प्रमुख

सल्लाहकारः
श्री ओमकार शाह – प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
श्री सतिश यादव – शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा प्रमुख (शाखा अधिकृत)
श्री रुपसिङ खत्री – लेखा अधिकृत

© **सर्वाधिकारः**
गुलरिया नगरपालिका

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

संशोधन तथा परिमार्जन समिति
संयोजकः श्री सतिश यादव
सदस्य : श्री सूर्यलाल थारु
सदस्य : श्री श्रीहरि ज्ञवाली
सदस्य : श्री इश्वरी पौडेल
सदस्य : श्री लक्ष्मण चौधरी

कम्प्युटर लेआउट :
श्री प्रभात सुवेदी, श्री लक्ष्मण चौधरी

भाषा सम्पादनः
श्री प्रमोद कुमार तिमिल्सेना, श्री भिष्मराज ढकाल

आवरण डिजाइनः
श्री प्रभात सुवेदी
पहिलो संस्करण : २०८०, असार
दोस्रो संस्करण : २०८१, वैशाख

मुद्रण/डिजाइनः
स्वर्गद्वारी प्रिन्टर्स भुरीगाउँ, बर्दिया
सम्पर्कः ९८४७९९२०९९, ९८६८२९२०९२

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 विधिहरुमध्ये 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 तथा आधारभूत तह (कक्षा १-३) को पाठ्यक्रमले 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 स्थानहरुको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्ने उद्देश्यका साथ "**गुलरिया गाथा**" स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी शैक्षिक सत्र २०७९ देखि पालिकाभित्र रहेका सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयहरुमा लागु गर्नेगरी तयार गरिएकोमा पाठ्यक्रममा निर्दिष्ट विषयवस्तुहरुको सिकाइका लागि कक्षा १ देखि ८ सम्मको पाठ्य सामग्रीको दोस्रो संस्करण आवश्यक संशोधन तथा परिमार्जनका साथ तयार गरिएको छ ।

प्रस्तुत सन्दर्भ सामग्रीबाट नगर क्षेत्रमा रहेका महत्त्वपूर्ण विषयवस्तुहरुको परिचय गराई बालबालिकाहरुलाई 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 बालबालिकाहरुको सिकाइमा सघाउ पुग्ने छ ।

गुलरिया नगरपालिकाले तयार गरेको पाठ्यक्रम अनुरुपका विषयवस्तुका साथै यस क्षेत्रको कला, संस्कृति, धर्म, कृषि, पर्यटन, सम्पदा, स्थानीय पेसा व्यवसाय र प्रविधिलाई पाठ्य सामग्रीमा समेटिएको छ । गुलरिया नगरपालिकामा लामो समयसम्म कार्यरत अनुभवी शिक्षकहरुको 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 सुझावहरुका आधारमा आगामी संस्करणहरुमा परिमार्जन गर्दै लगिने छ ।

मुक्तिनाथ यादव
नगर प्रमुख

विषय - सूची

एकाइ	विषयवस्तु	पृष्ठ सङ्ख्या
एकाइ-एक	**हाम्रो गुलरिया**	**१**
पाठ १	: हाम्रो परिवार	२
पाठ २	: हाम्रो गाउँ टोल	३
पाठ ३	: मेरो विद्यालय	४
पाठ ४	: हाम्रा धार्मिक स्थल	६
पाठ ५	: हाम्रा महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविका	७
एकाइ-दुई	**हाम्रो संस्कार, संस्कृति र परम्परा**	**८**
पाठ १	: हाम्रो संस्कार र संस्कृति	९
पाठ २	: हाम्रा धर्महरु	१०
पाठ ३	: हाम्रा चाडपर्वहरु	११
पाठ ४	: हाम्रो गाउँ टोलमा बोलिने मुख्य भाषाहरू	१४
पाठ ५	: हाम्रा लोक बाजाहरु	१५
पाठ ६	: हाम्रा गहना र पोसाकहरु	१७
पाठ ७	: हाम्रा खानाका मुख्य परिकार	१९
पाठ ८	: जातजाति	२०
एकाइ-तीन	**स्थानीय पेसा व्यवसाय र प्रविधि**	**२१**
पाठ १	: स्थानीय हाटबजार	२२
पाठ २	: पेसा	२४
पाठ ३	: स्थानीय उत्पादन	२६
पाठ ४	: माटाका भाँडाहरु	२७
एकाइ-चार	**हरियाली विद्यालय र स्वच्छ नगर**	**२८**
पाठ १	: मेरो विद्यालयको बगैँचा	२९
पाठ २	: मेरो नगर	३१
पाठ ३	: मेरो घर, आँगन	३३
पाठ ४	: पानीका स्रोतहरु	३५
एकाइ-पाँच	**विपद् सावधानी र सुरक्षा व्यवस्थापन**	**३७**
पाठ १	: बाढी	३८
पाठ २	: आगलागी	४०
पाठ ३	: सडक दुर्घटना	४२
एकाइ-छ	**हाम्रो सम्पदा**	**४४**
पाठ १	: हाम्रो सम्पदा	४५

एकाइ १

हाम्रो गुलरिया

सिकाइ उपलब्धि :

१. आफ्नो परिवार तथा आफू बसेको गाउँटोलको नाम भन्न,

२. आफ्नो गाउँटोल वरिपरिको गाउँटोलको नाम भन्न,

३. आफू पढ्ने विद्यालय र वरिपरिका विद्यालयहरुको नाम भन्न,

४. आफ्नो गाउँटोलमा रहेका धार्मिक स्थलहरुको नाम भन्न र

५. आफ्नो गाउँटोलमा कार्यरत स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरुको 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 ॥

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

(अ) तपाईंको परिवारमा कति जना हुनुहुन्छ ?

(आ) तपाईंको परिवारमा को-को हुनुहुन्छ ?

(इ) तपाईंको बुवाले के काम गर्नुहुन्छ ?

(ई) तपाईं कति कक्षामा पढ्नुहुन्छ ?

२) जोडा मिलाउनुहोस् ।

शब्दहरू	चित्रहरू
हजुरबुवा	
हजुरआमा	
बुवा	
आमा	
दिदी	

पाठ १ हाम्रो गाउँटोल

म बस्ने टोलको नाम बागेश्वरी टोल हो । यो टोल गुलरिया नगरपालिकाको वडा नम्बर ६ मा पर्छ । मेरो साथीको घर बगलामुखी टोलमा पर्छ । गुलरिया नगरपालिकामा धेरै टोलहरु छन् ।

क्रियाकलाप १ :

खेलको माध्यमबाट टोलको समूह तयार गर्नुहोस् ।

एक समूहको साथीले अर्को समूहको साथीलाई टोलको नाम भन्न लगाउने ।

क्रियाकलाप २ :

क) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

(अ) तपाईं कुन टोलमा बस्नुहुन्छ ?

(आ) तपाईंको विद्यालय कुन टोलमा पर्छ ?

(इ) तपाईं बस्ने टोल वरिपरिको दुईओटा टोलको नाम भन्नुहोस् ।

पाठ 3

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 नम्बर ८ मा पर्छ । मेरो विद्यालयमा एक जना प्रधानाध्यापक हुनुहुन्छ । धेरै जना शिक्षकहरू हुनुहुन्छ । मेरो विद्यालयमा फूलबारी छ । विद्यालय सफासुग्घर छ । खानेपानीको सुविधा छ । गुलरिया नगरपालिकामा धेरै विद्यालयहरू छन् ।

क्रियाकलाप १:

तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् ।

(क) तपाईंको विद्यालयको नाम के हो ?

(ख) तपाईंको विद्यालय कति नम्वर वडामा पर्छ ?

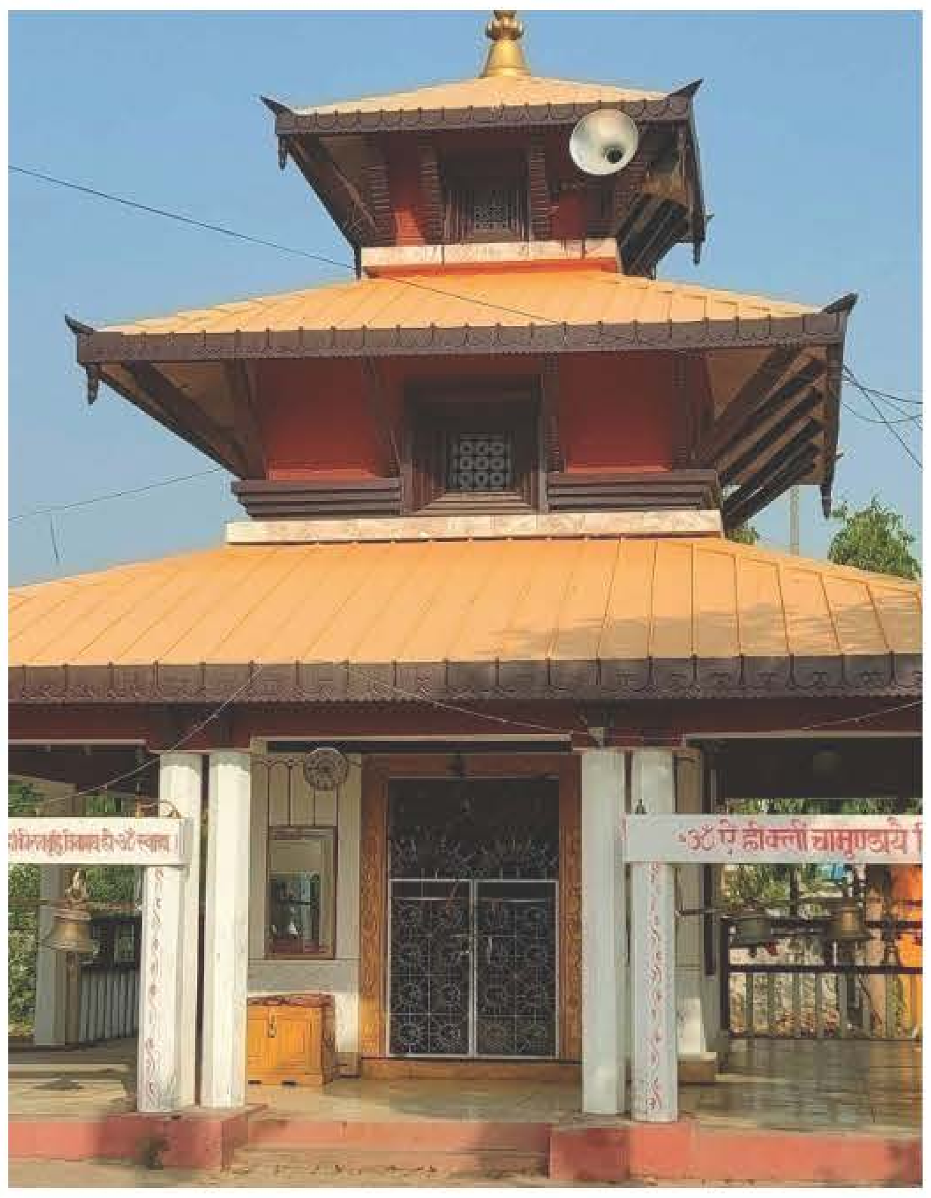
(ग) तपाईंको विद्यालयको प्रधानाध्यापकको नाम भन्नुहोस् ।

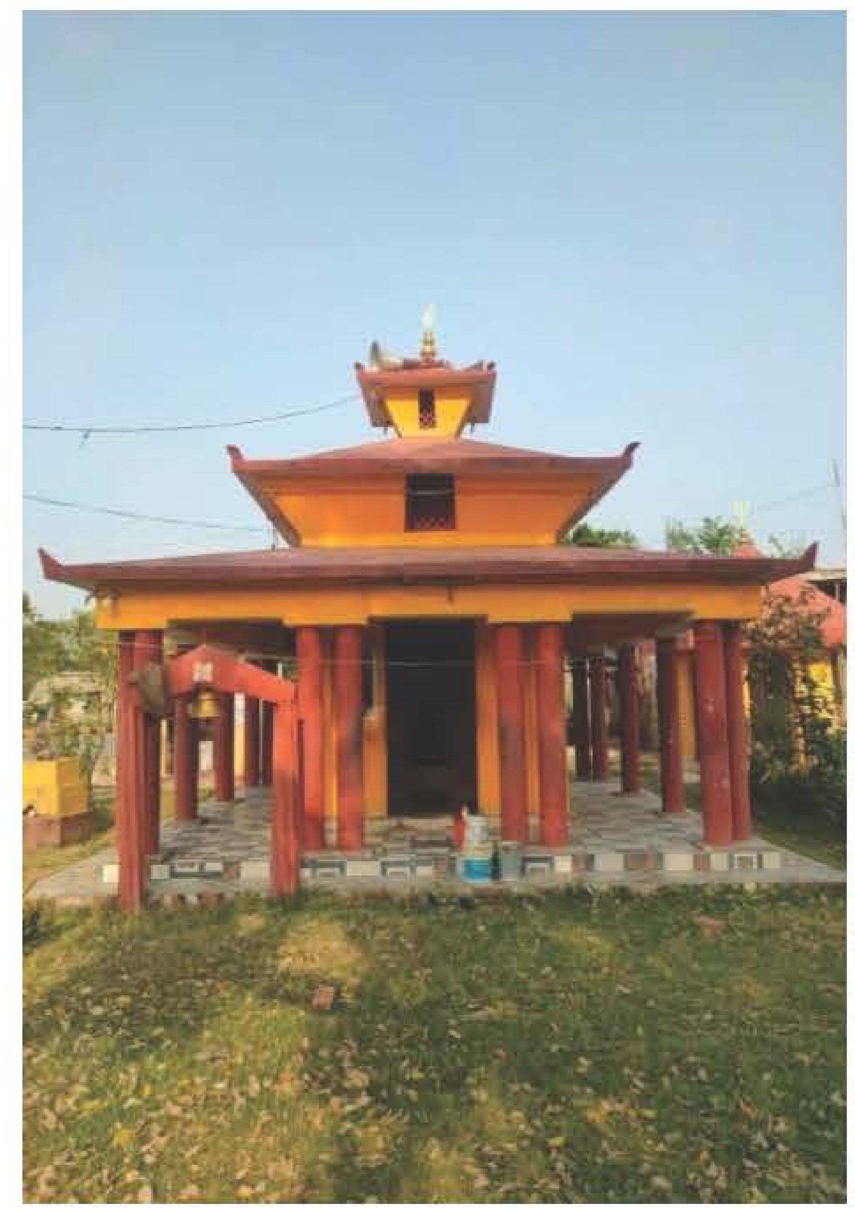
(घ) तपाईं पढ्ने विद्यालय नजिकै रहेका कुनै दुई विद्यालयहरूको नाम भन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप २ :

रङ्ग भर्नुहोस् ।

पाठ ४ हाम्रा धार्मिक स्थल





हरेक मानिसले कुनै एउटा धर्म मान्ने गर्छ । मानिसहरु आ-आफ्नो धर्मअनुसार मन्दिर, मस्जिद, गुम्बा, गिर्जाघर, गुरुद्वार आदि धार्मिक स्थलमा जाने गर्दछन् । हाम्रो गुलरिया नगरपालिकामा धेरै धार्मिक स्थलहरु छन् ।

अभ्यासः

१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

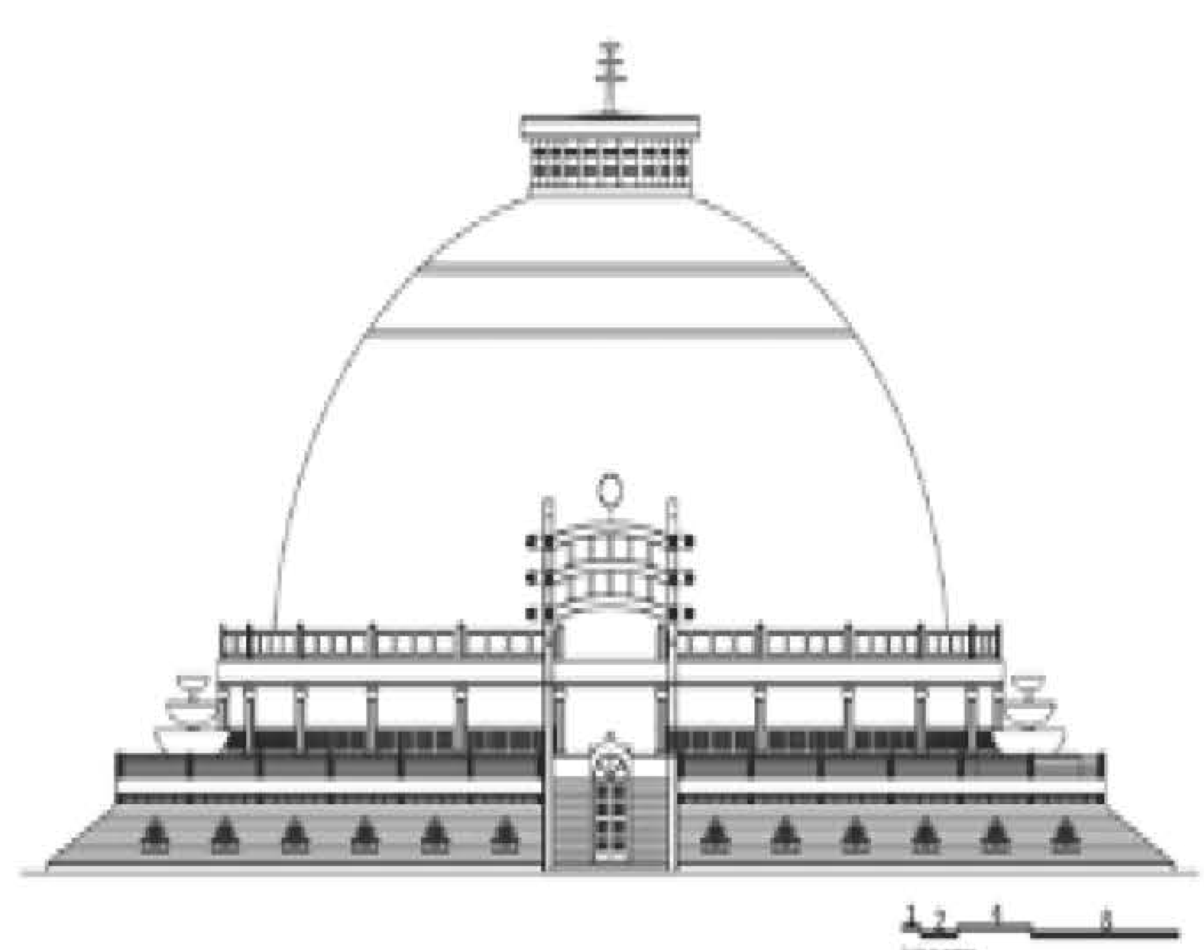
(अ) तपाइँ आफ्नो धर्म अनुसार कुन धार्मिक स्थलमा जानुहुन्छ ?

(आ) तपाईंको गाउँ नजिक कुन मन्दिर पर्छ ?

(इ) मुसलमानहरू प्रार्थना गर्न कहाँ जान्छन् ?

(ई) तपाईंको घर नजिक रहेका कुनै दुईओटा धार्मिक स्थलको नाम भन्नुहोस् ।

२) रङ्ग भर्नुहोस् ।



पाठ ५ हाम्रा महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका

क) हेरौँ, चिनौँ र छलफल गरौँ ।

अ) चित्रमा कसलाई देख्नुभयो ?

आ) स्वास्थ्य स्वयंसेविकाले के काम गर्नुहुन्छ ?

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

ख) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) तपाईंको गाउँटोलको स्वास्थ्य स्वयंसेविकाको नाम भन्नुहोस् ।

आ) महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाले के-के काम गर्नुहुन्छ ?

इ) तपाईंलाई भिटामिन र पोलियो थोपा कसले खुवाउनुहुन्छ ?

एकाइ ७

हाम्रो संस्कार, संस्कृति र परम्परा

सिकाइ उपलब्धि:

१. परिवारभित्र गरिने सामान्य सम्बोधन र शिष्टाचारपूर्ण व्यवहार गर्न,

२. आफूले मान्ने धर्म बताउन,

३. चाडपर्वहरुको नाम भन्न,

४. गाउँटोलमा बोलिने मुख्य भाषाहरु पहिचान गर्न,

५. लोकबाजाहरु पहिचान गर्न,

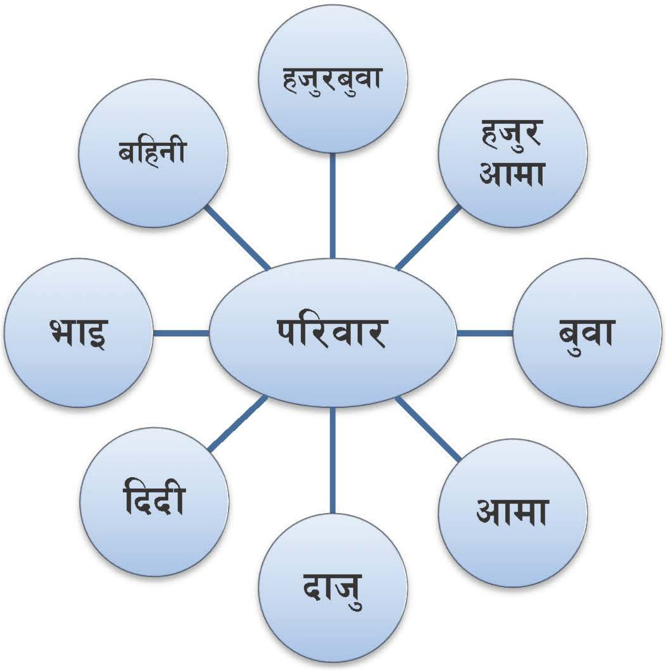
६. आफ्नो परिवारमा लगाइने गहना र पोसाकको नाम भन्न,

७. घरमा बनाइने मुख्य परिकारका नाम भन्न र

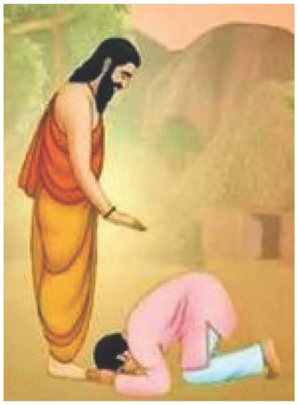
८. आफ्नो टोलमा बसोबास गर्ने मुख्य जातिहरुको नाम भन्न ।

पाठ १ हाम्रो संस्कार र संस्कृति

क) परिवारमा गरिने सामान्य सम्बोधन र शिष्टाचारः



ख) गीत गाऔँ ।



नमस्ते छ नमस्ते
सबैलाई नमस्ते ।
दुई हात जोडेर
गुरुलाई नमस्ते ॥

बाबाआमा पाहुना
मान्यजनलाई नमस्ते ।
बैनीलाई माया छ
दाइलाई नमस्ते ॥

ग) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) घरमा मान्यजन आउँदा के गर्नुहुन्छ ?

आ) आफूभन्दा ठूलालाई के गर्नुपर्छ ?

इ) आफूभन्दा सानालाई के गर्नुपर्छ ?

पाठ ३ हाम्रा धर्महरू

अभ्यास :

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईं कुन धर्म मान्नुहुन्छ ?

ख) तपाईंको समुदायमा कुन कुन धर्म मान्ने मानिसहरु बस्दछन् ?

२) जोडा मिलाउनुहोस् ।

क) हिन्दु	नमो: बुद्धाय
ख) मुसलमान	नमस्कार
ग) सिख	सतश्रीअकाल
घ) बौद्ध	सलाम

पाठ ३

हाम्रा चाडपर्वहरू

क) देउसी भैलो खेलौं।

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 बन्छौं - देउसीरे।

ख) चित्र हेरौँ र उत्तर भनौँ ।

अभ्यासः

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईंले मान्ने चाडपर्वहरू के-के हुन् ?

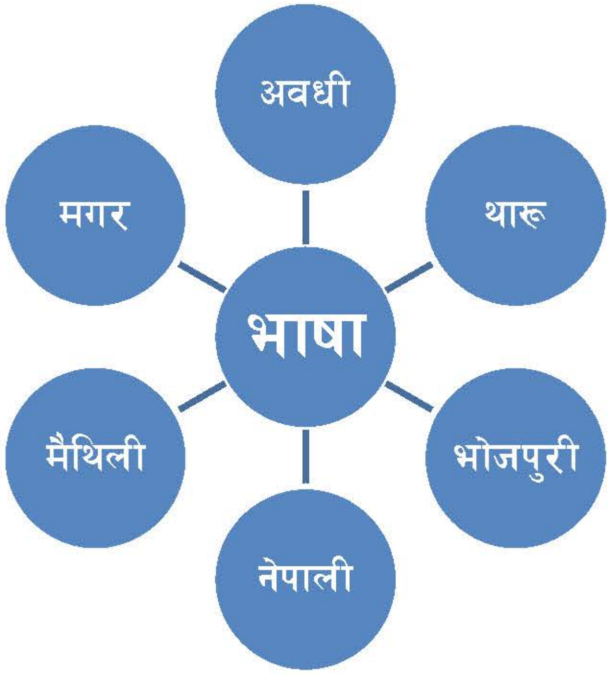
ख) चाडपर्वमा तपाईंले के-के खानेकुरा खानुहुन्छ ?

ग) थारु समुदायमा मनाइने मुख्य चाड कुन हो ?

२) जोडा मिलाउनुहोस् ।

क) हिन्दु	इद
ख) मुसलमान	क्रिसमस डे
ग) बौद्ध	दशैँ
घ) इसाई	बुद्ध पूर्णिमा

पाठ ४ हाम्रो गाउँटोलमा बोलिने मुख्य भाषाहरू



म अखिलेश यादव हुँ । म अवधी भाषा बोल्छु । म राजन थारु हुँ । म थारु भाषा बोल्छु । म सरीता परियार हुँ । म नेपाली भाषा बोल्छु । उनी कबिता मगर हुन् । उनको घरमा मगर भाषा बोलिन्छ ।

अभ्यास :

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) तपाईंको घरमा बोलिने भाषा कुन हो ?

आ) थारु समुदायमा बोलिने भाषा कुन हो ?

इ) तपाईंका साथीहरूले कुन-कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ?

२) खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

अ) मधेसी समुदाय .... भाषा बोल्छन् । (अवधी, थारु)

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

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

पाठ ५

हाम्रा लोकबाजाहरू

क) चित्र हेरौँ र चिनौँ ।

पहिलेदेखि बजाइँदै आएका बाजाहरुलाई लोकबाजा भनिन्छ । हाम्रो समुदायमा बजाइने मादल, ढोलक, झ्याली, सहनाई, सारङ्गी, बाँसुरी, दमाहा आदि लोकबाजाहरू हुन । यस्ता बाजाहरु हाम्रो समुदायमा प्रचलित विभिन्न पर्व तथा उत्सवहरूमा बजाउने गरिन्छ ।

ख) जोडा मिलाउनुहोस् ।

बाँसुरी	
ढोलक	
झ्याली	
सारङ्गी	
मादल	
डम्फु	
सहनाई	

परियोजना कार्य :

तपाईंको समुदायमा बजाइने बाजाहरु के के छन् ? बुवाआमालाई सोधेर ती बाजाहरूको चित्र बनाउनुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ६

हाम्रा गहना र पोसाकहरू

क) चित्र हेरौँ र चिनौँ ।

ख) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

क) चित्रमा देखाइएका पोसाकहरूको नाम भन्नुहोस् ।

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

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

परियोजना कार्य :

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

शिक्षकको लागि जानकारी

थारु : लेहंगा, ब्लाउज, अघ्रान, गोन्या, चोली, पेटानी, घाँघरी, सर्ट, कमिज, भेगुवा, टोपी, कुर्ता धोती, गम्छा, म्याक्सी, फरिया

मधेसी : साडी, ब्लाउज, लेहंगा, चुनरी, चोली, कुर्ता, धोती, पाइजामा, सुरवाल, गम्छा, पैन्ट, सर्ट, कोट, सदरी, बनियान, जाँघिया, पौला

मुसलमान : बुर्का, नकाब, कुर्ता, सुरवाल, टोपी, पाइजामा, पैन्ट, सर्ट, लुङ्गी

मगर : गुन्यो, चोलो, पटुकी, खेन्जा, लुङ्गी, टोपी, पगर, ढाकाटोपी

मधेसी, थारु, मुसलमान, मगर जातिले लगाउने गरगहनाहरु फेँफी, सुतिया, पहुँची, हुमेल, कारा, बाजु, टिकुली, सगिया, जुर्रा, मगौरी, नथिया, फुली, बुलाकी लुर्की, गटैया, कनसेहरी, विछिया, पायल, चुरुवा, हार, टिका, झुम्का हुन् ।

पाठ ७

हाम्रा खानाका मुख्य परिकार

क) चित्र हेरौँ र चिनौँ ।

ख) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) चित्रमा भएका कुन कुन खानाका परिकारहरू देख्नुभएको छ ?

आ) तपाईंले कुन कुन परिकार खानु भएको छ ?

इ) तपाईंलाई मन पर्ने परिकार कुन हो ?

ई) तपाईंको घरमा खाइने कुनै पाँचओटा परिकारको नाम भन्नुहोस् ।

पाठ ८ जातजाति

क) चित्र हेरौँ र चिनौँ।

म गुलरिया नगरपालिकामा बस्छु। गुलरिया नगरपालिकामा विभिन्न जातजातिका मानिसहरुको बसोबास रहेको छ। यहाँ थारु, यादव, बाहुन, क्षेत्री, मगर, गुरुङ, पासवान, विश्वकर्मा, लोध, चमार, गोडिया लगायत अन्य जातजातिका मानिसहरुको बसोबास रहेको छ।

दलित	जनजाति	अन्य
विश्वकर्मा, चमार, राजभर, पासी, सुनार, परियार, सार्की, पासवान	थारु, नेवार, गुरुङ, मगर, राजबंशी, कुशवाडिया	बाहुन, क्षेत्री, दशनामी, यादव, गोडिया, कुर्मी, बनिया, लोध, कलवार

ख) उत्तर भन्नुहोस्।

क) तपाईंको छिमेकमा कुन कुन जातिका मानिसको बसोबास छ ?

ख) तपाईंले थाहा पाउनुभएका कुनै तीनओटा जातिको नाम भन्नुहोस् ?

एकाइ 3

स्थानीय पेसा, व्यवसाय र प्रविधि

सिकाइ उपलब्धि:

१. आफ्नो टोल समुदायका मानिसहरुले गर्ने विभिन्न कामहरुको नाम भन्न,

२. गाउँघरमा बनाइने माटाका विभिन्न भाँडाकुँडाहरुको पहिचान गर्न र

३. उत्पादित वस्तुहरुको बिक्री गर्ने स्थानहरुको पहिचान गर्न ।

पाठ १

स्थानीय हाटबजार

मेरो नाम जानकी मुराउ हो । म गुलरियामा बस्छु। गुलरियामा शनिबार र मङ्गलबार हाटबजार लाग्छ। हामी सामान किन्न र बेच्न हाटबजार जान्छौं । हाम्रो गाउँघरमा उत्पादन गरिएका कृषि उपज तथा अन्य सरसामानहरु बजारमा लगेर बेच्छौं । बजारमा सरसामानहरू बेचेर कमाएको पैसाले तरकारी फलफुल, माछा, मासु, माटाका भाँडा, तेल, चामल लगायत घरका लागि आवश्यक सरसामानहरू पनि किनेर ल्याउछौं ।

क) छलफल गरौं।

१. तपाईं हाटबजार जानुभएको छ ?

२. तपाईंको घर नजिकैको हाटबजारको नाम भन्नुहोस् ।

३. तपाईंले हाटबजारमा के-के सामान किन्नु हुन्छ ?

४. तपाईंले हाटबजारमा कुन कुन सामान देख्नुभएको छ ?

ख) चित्र हेरौँ र चिनौँ ।

गुलरिया हाटबजारको दृश्य

ग) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

१. तपाईं हाटबजार जानु भएको छ ?

२. तपाईंको गाउँघरमा उत्पादन भएका सामान कहाँ लगेर बेच्नु हुन्छ ?

३. हाटबजारमा तपाईंले के-के सामान देख्नु भयो ?

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

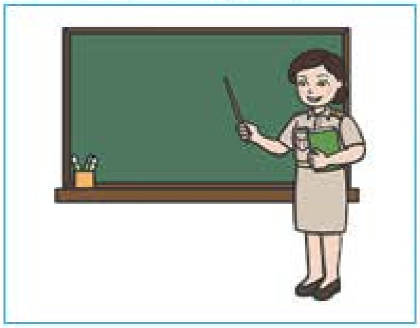
क्रियाकलाप :

हाटबजारमा पसले र ग्राहकको भूमिकामा रहेर केही सामान किनेको अभिनय गर्नुहोस् ।

पाठ ७ पेसा

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

क) चित्र हेरी चिन्नुहोस् ।



ख) उत्तर भन्नुहोस् ।

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 मिलाउनुहोस् ।

शिक्षक	
नर्स	
किसान	
पसले	
प्रहरी	

पाठ ३ स्थानीय उत्पादन

दैनिक जीवनमा हामीले धेरै किसिमका सामानहरू 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 सामानहरू राम्रा र गुणस्तरीय हुन्छन् ।

क) छलफल गरौं ।

अ) चित्रमा दिइएका सामानहरुको नाम भन्नुहोस् ।

आ) तपाईंको घरमा कुन कुन सामान प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

परियोजना कार्य:

आमाबुवालाई सोधेर तपाईंको समुदायमा उत्पादन हुने सामानहरूको नाम भन्नुहोस् ।

पाठ ४

माटाका भाँडाहरू

क) चित्र हेरी छलफल गरौँ।

ख) माथिका चित्र हेरी नाम भन्नुहोस्।

ग) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस्।

क) तपाईंको घरमा माटाका कुन-कुन भाँडाहरू छन् ?

ख) माटाका भाँडा के-के काममा प्रयोग गरिन्छ ?

एकाइ ४

हरियाली विद्यालय स्वच्छ नगर

सिकाइ उपलब्धि:

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

२. आफू बस्ने घरवरिपरि हरियाली तथा स्वच्छ भए नभएको भन्न,

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

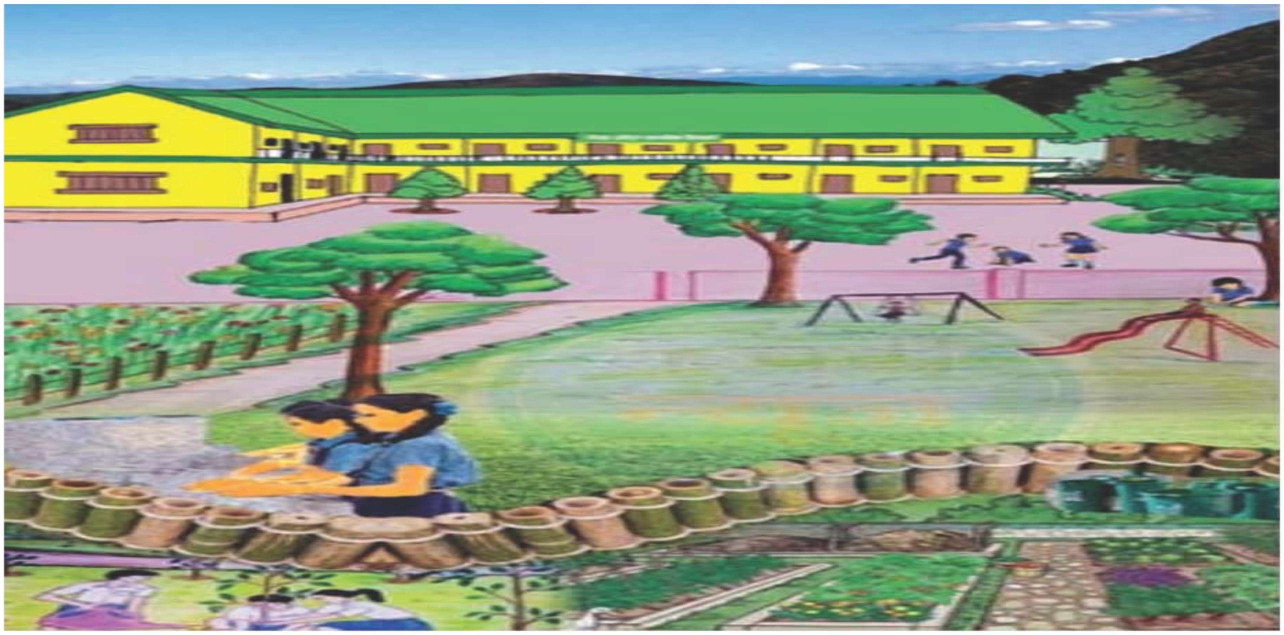
४. व्यक्तिगत घर, आँगन, विद्यालय वरिपरिको सरसफाइमा सहभागी हुन र

५. आफ्ना घर वरपर भएका पानीका स्रोतहरुको नाम भन्न ।

पाठ १

मेरो विद्यालयको बगैँचा

क) चित्र हेरौँ र भनौँ ।



अ) यो के को चित्र हो ?

आ) यो विद्यालय कस्तो छ ?

इ) के तपाईंको विद्यालय पनि यस्तै छ ?

ख) हेरौँ, चिनौँ र भनौँ ।

क्रियाकलापः

क) आफ्नो घरवरपर भएका कुनै तीनप्रकारका बोटबिरुवाको नाम भन्नुहोस् ।

ख) के तपाईंको विद्यालयमा बगैँचा छ ?

अभ्यासः

१. जोडा मिलाउनुहोस् ।

सयपत्री फूल

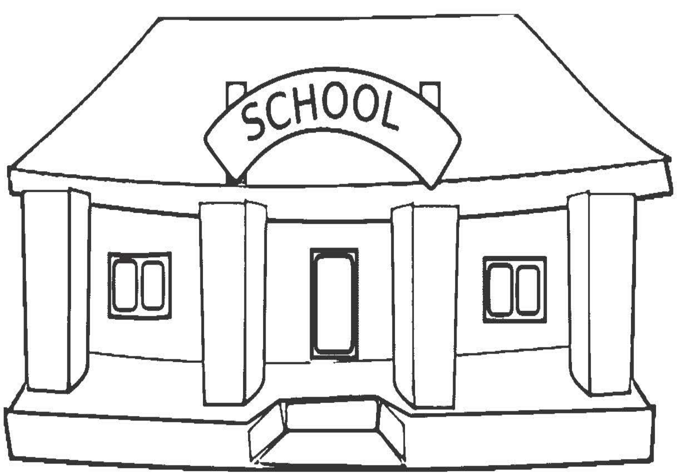
गुलाबको फूल

अशोक

पिपल

परियोजना कार्यः

तलको चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस् ।



पाठ ७

मेरो नगर

मेरो नगरको नाम गुलरिया हो । मेरो नगरमा १२ ओटा वडा रहेका छन् । गुलरिया बजार क्षेत्रमा मानिसहरूको बाक्लो बस्ती रहेको छ । बजारमा धेरै पसलहरु छन् । बजार क्षेत्रका सडकहरू फराकिला र सफा छन् । यहाँ एउटा अस्पताल छ । गुलरिया नगरमा नियमित सरसफाइ गर्ने गरिएको छ । त्यसैले गुलरिया नगर स्वच्छ र सफा देखिन्छ ।

अभ्यास :

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर भन्नुहोस् ।

क) तपाईंको नगरको नाम के हो ?

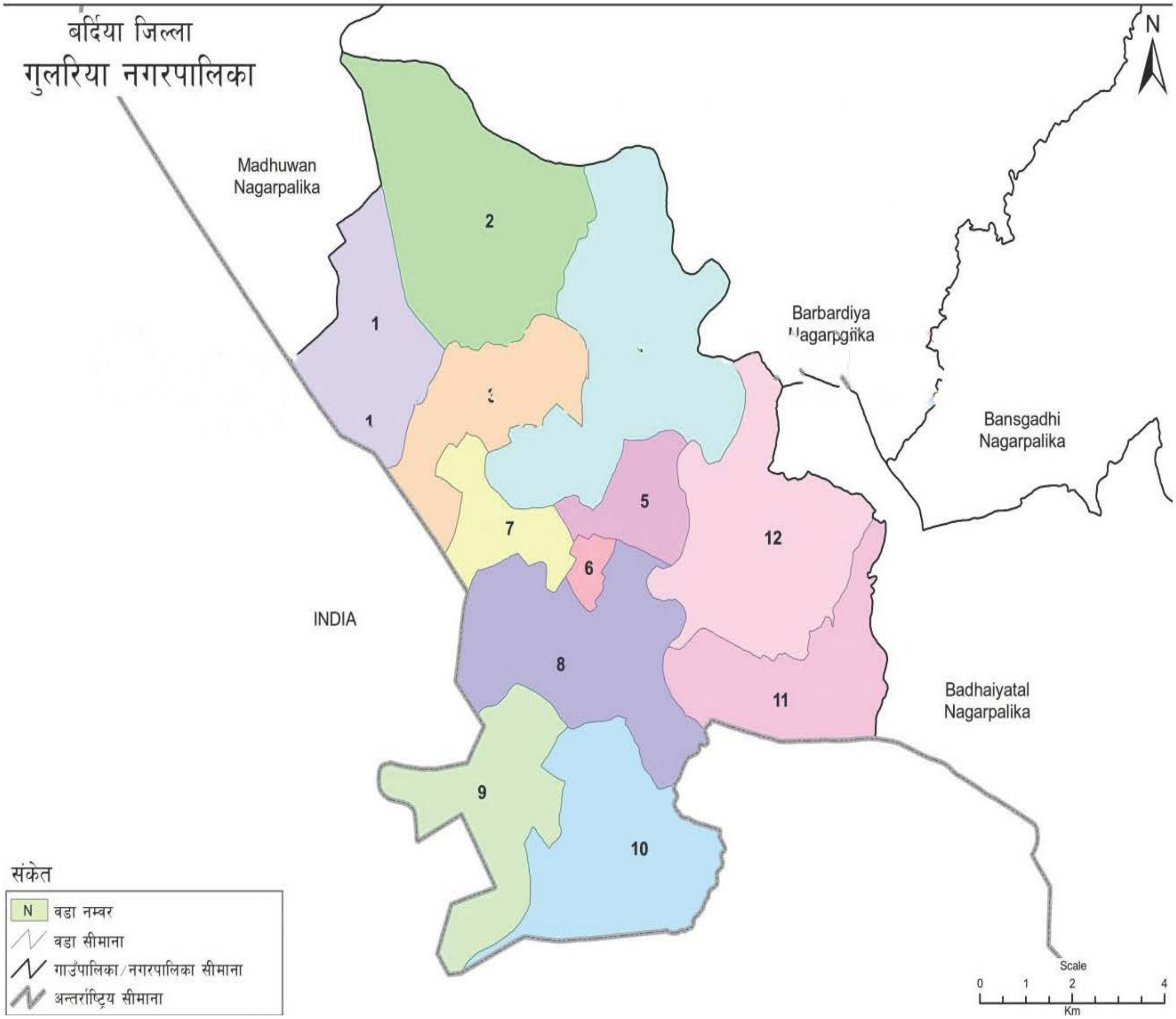
ख) तपाईंको नगरमा कतिओटा वडाहरु छन् ?

ग) तपाईं कति नम्वर वडामा बस्नुहुन्छ ?

घ) गुलरिया नगर कस्तो देखिन्छ ?

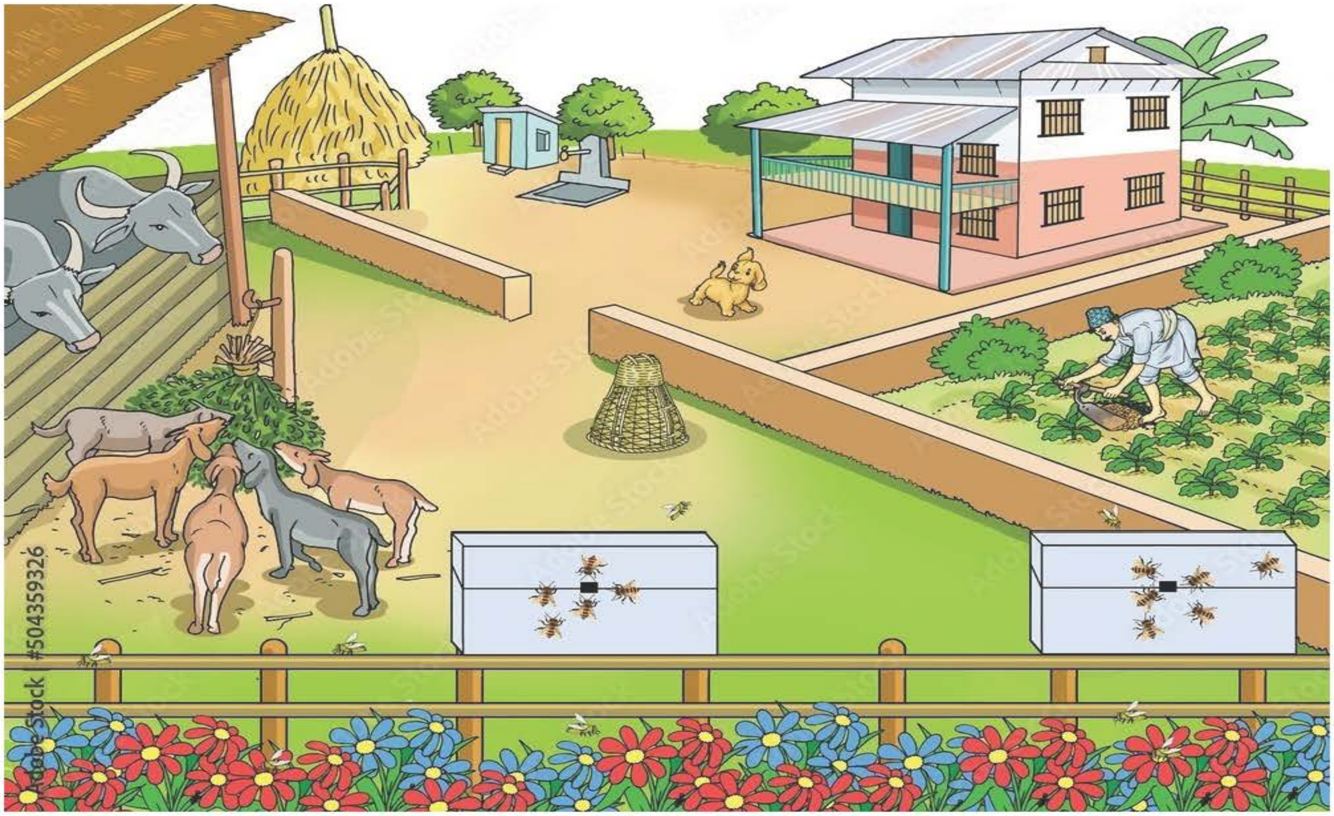
परियोजना कार्यः

शिक्षकसँग सोधी आफ्नो वडा पत्ता लगाउनुहोस् ।



पाठ ३

मेरो घरआँगन



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

क्रियाकलापः

क) शिक्षकले भनेको सुन्नुहोस् र शुद्धसँग उच्चारण गर्नुहोस्:

घरआँगन, ओच्छ्यान, बढार्छु, कुचो, झाडु, दिसापिसाब, चर्पी

ख) शब्द र चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् ।

झाडु

चर्पी

डस्टबिन

कुचो

ग) तपाईँलाई मनपर्ने चित्रमा ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।

स्वच्छ वातावरण झल्कने घर

फोहोर वातावरण झल्कने घर

परियोजना कार्य:

क) कक्षाकोठामा भएका फोहोरमैलाका नाम भन्नुहोस् ।

ख) कक्षाकोठाको फोहोर टिपी डस्टबिनमा राख्नुहोस् ।

पाठ ४

पानीका स्रोतहरू

क) आउ खेल खेलौँ ।

यति यति 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 खेलौं झ्याप्प
(ताली बजाउँदै)

ख) चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ।

अ) चित्रमा दिइएका कुन कुन पानीका स्रोतहरू तपाईंले देख्नुभएको छ ?

आ) तपाईं कहाँको पानी पिउनु हुन्छ ?

अभ्यासः

१) जोडा मिलाउनुहोस्।

इनार

धारा

खोला

पोखरी

ताल

परियोजना कार्यः

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

एकाइ ५

विपद् सावधानी र सुरक्षा व्यवस्थापन

सिकाइ उपलब्धि:

१. स्थानीय स्तरमा हुनसक्ने विपद् (बाढी, आगलागी) पहिचान गर्न,

२. विपद्को समयमा सुरक्षाका उपायहरु अवलम्बन गर्न,

३. सडकमा हुनसक्ने दुर्घटना भन्न र

४. जेब्राक्रसको सङ्केत बताउन ।

पाठ १ बाढी

क) चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ।

ख) उत्तर भन्नुहोस्।

(अ) चित्रमा के-के भएको छ ?

(आ) के तपाईंले यस्तै कतै देख्नु भएको छ ?

(इ) तपाईं बाढी आएको समयमा के गर्नुहुन्छ ?

गीत गाऔँ ।

कालो कालो बादल छ,
ठूलो पानी पर्दैछ ।
ट्वाँ ट्वाँ साइरन बजी
बाढी सङ्केत गर्दैछ ॥

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

ख) उत्तर भन्नुहोस्:

अ) बाढीको सङ्केत दिन के बजाइन्छ ?

आ) बाढी कहाँ आउँदैछ ?

इ) बाढी आएमा कहाँ जानु पर्छ ?

पाठ ७ आगलागी

चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ ।

क) उत्तर भन्नुहोस् ।

अ) चित्रमा के के भएको छ ?

आ) तपाईँले यस्तै कतै देख्नुभएको छ ?

इ) तपाईँ आगलागी भएको समयमा के गर्नुहुन्छ ?

ख) चित्र हेरेर कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

ग) ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस्।

अ) खाना पकाई सकेपछि राम्ररी आगो निभाउनु पर्छ।

आ) आगलागीबाट बच्न सलाई, लाइटर जथाभाबी चलाउनु हुँदैन ।

घ) जोडा मिलाउनुहोस्।

सलाई

लाइटर

दमकल

पुलिस

(शिक्षकलाई निर्देशन : विद्यार्थीहरुलाई आगलागीका कारणहरु र यसबाट बच्न सावधानीका उपायहरु बारे छलफल गराउनुहोस् ।)

पाठ 3

सडक दुर्घटना

चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ।

क) उत्तर भन्नुहोस्।

(अ) चित्रमा के-के देख्नुभएको छ ?

(आ) तपाईं बाटो काट्दा के गर्नुहुन्छ ?

ख) शिक्षकसँग सोधेर सङ्केत चिन्नुहोस् ।

ग) खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

अ) सडकको आफ्नै नियम र .... हुन्छ । (कानुन, चलन)

आ) सडकमा कोरिएको सेतो धर्कालाई .... भनिन्छ । (जेब्राक्रस, पेटी)

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

एकाइ ६

हाम्रा सम्पदा

सिकाइ उपलब्धि:

१. आफ्ना घर र विद्यालय वरपर रहेका ऐतिहासिक, प्राकृतिक तथा पर्यटकीय सम्पदाहरुको नाम बताउन ।

पाठ १ हाम्रो सम्पदा

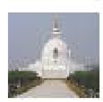
हरियो वनजङ्गल, अनि नदीनाला ।
मन्दिर मस्जिद, चर्च अनि गुरुद्वारा ॥
विभिन्न जातजाति, धर्म, संस्कृति र परम्परा ।
बालापुर र कृष्णसार रमाउन जान्छन् सारा ॥

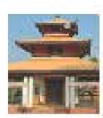
क्रियाकलापः

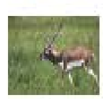
आफ्नो टोलछिमेकमा रहेका पर्यटन क्षेत्र, धार्मिक स्थल, नदीनालाहरूको नाम भन्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।

अभ्यासः

क) जोडा मिलाउनुहोस् ।

(क) मन्दिर 

(ख) गुम्बा 

(ग) नदी 

(घ) कृष्णसार