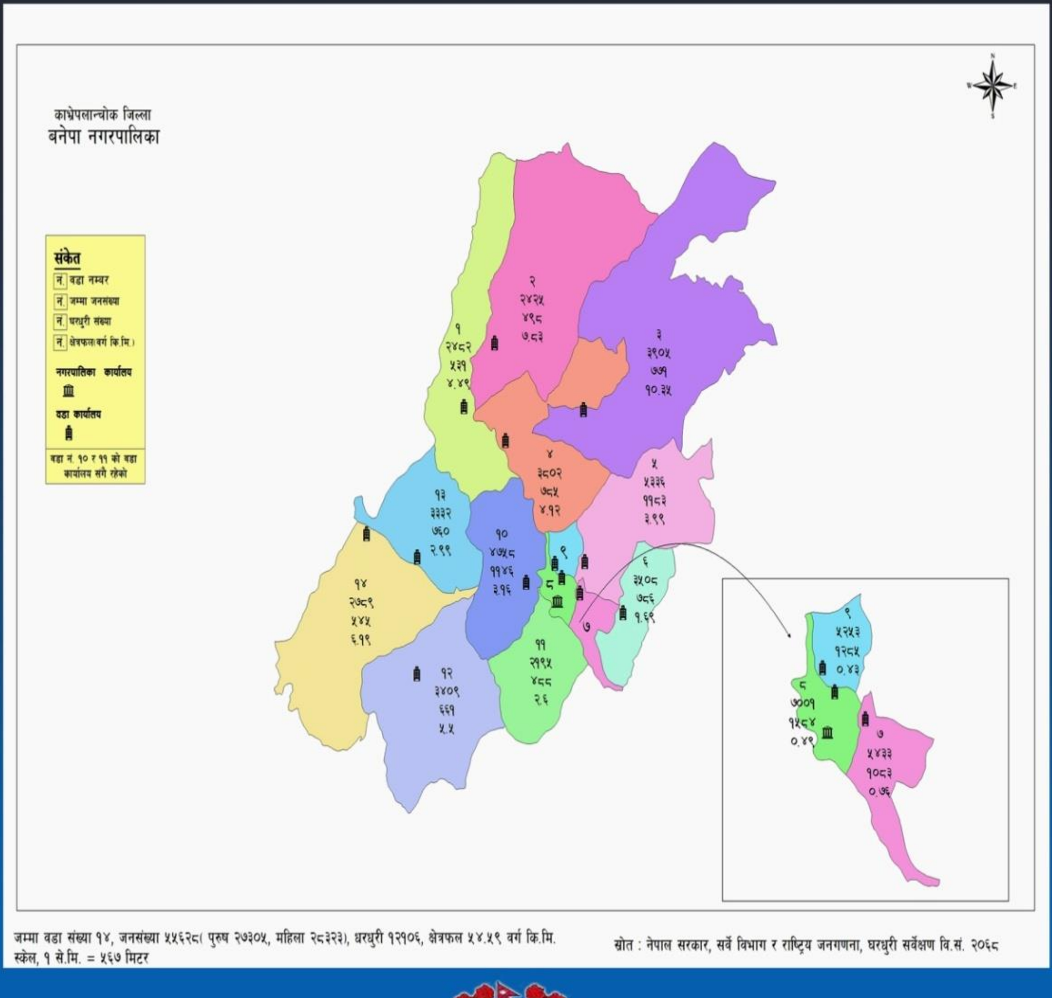
हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव
(स्थानीय पाठ्यपुस्तक)

कक्षा-२



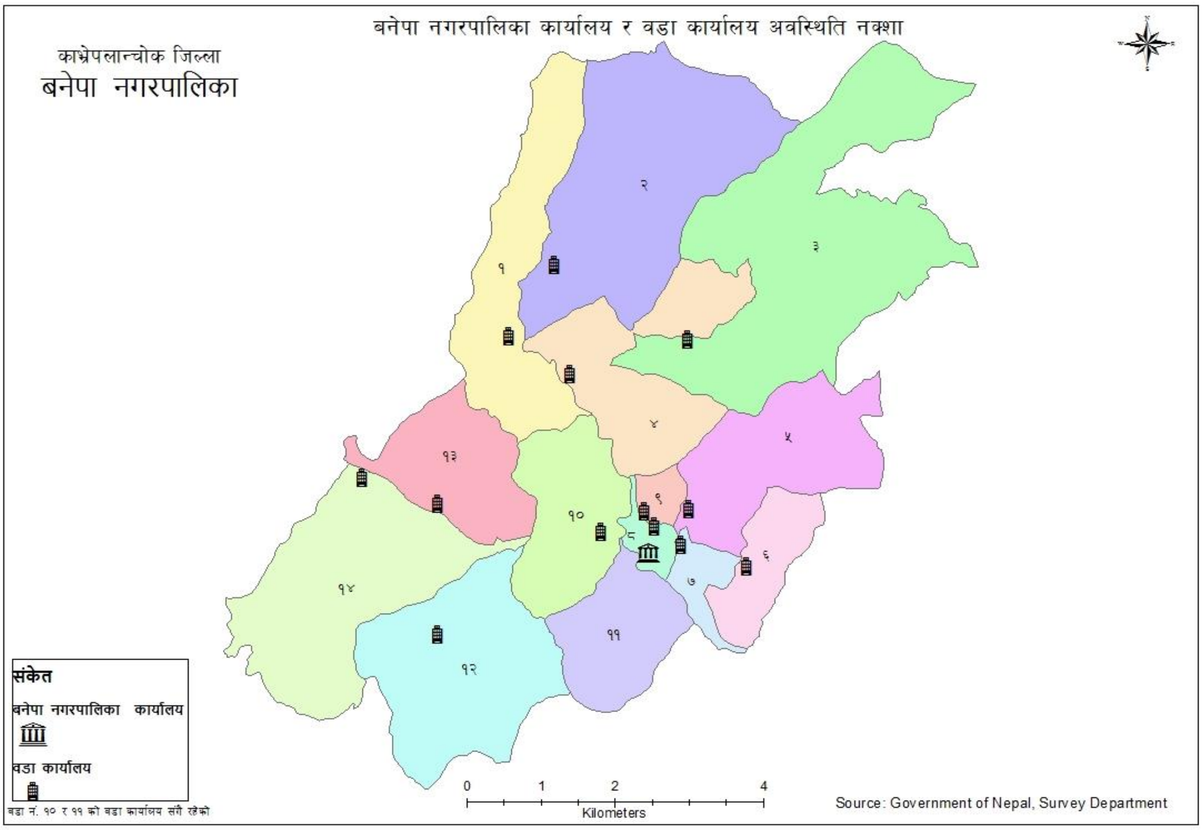
बनेपा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, काभ्रेपलाञ्चोक
२०७८

कोरोना भाइरस रोगबाट बच्ने उपायहरु
बेलाबेलामा साबुनपानीले कम्तिमा २० सेकेन्ड मिचिमिचि हात धुने वा अल्कोहल भएको स्यानिटाइजर प्रयोग गर्ने
खोक्दा हाच्छ्युँ गर्दा नाक मुख टिस्यू पेपर वा कुहिनाले छोप्ने
हात मिलाउनु वा अंकमाल गर्नुको सट्टा, नमस्कार गर्ने
भिडभाडमा नजाने
ज्वरो आएमा, खोकि लागेमा वा श्वाश फेर्न गाह्रो भएमा नजिकको तोकिएको स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्ने
H
कोरोना भाइरस रोगका बारेमा थप जानकारीको लागि ११११५ वा ९८५१२५५८३९, ९८५१२५५८३७, ९८५१२५५८३४ मा सम्पर्क गरौं।

हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव

(स्थानीय पाठ्यपुस्तक)

कक्षा - २



बनेपा नगरपालिका

बनेपा नगरपालिकाको कार्यालय

बनेपा, काभ्रेपलाञ्चोक

२०७८

संरक्षक
लक्ष्मी नरसिंह बादे श्रेष्ठ
प्रमुख

सल्लाहकार
रेखा सापकोटा दाहाल
उप-प्रमुख

सल्लाहकार
कविराज उप्रेती
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

लेखन सल्लाहकार
शिवराज त्रिपाठी
शाखा अधिकृत
रेणुकान्त भट्टराई
हिरा शर्मा नेपाल

श्यामसिंह धामी
शिक्षा शाखा प्रमुख

लेखक

विनय मंग्राती
दुर्गा थापा राना
सुमित्रा पन्थी
रन्जिता हुमागाइँ
शिव विश्वकर्मा
शारदा घिमिरे भैल
विजयभक्त कायष्थ
सोमा श्रेष्ठ
सञ्जु नेपाल
बिना बिमली
सलिस्मा कायष्थ
रसिला सिग्देल
तारा बास्तोला
आनन्द दाहाल

सम्पादन

शारदा बल्लब नेपाल
मीरा देबी पन्त

कम्प्यूटर लेआउट

शान्ता श्रेष्ठ
नबिन श्रेष्ठ
रवि लामा

संस्करण : प्रथम

प्रकाशक

बनेपा नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, बनेपा काभ्रेपलाञ्चोक

प्रमुखको भनाइ

नेपालको संविधानले माध्यमिक तहसम्मको शिक्षाको व्यवस्थापन गर्ने अधिकार स्थानीय तहलाई प्रदान गरेको सन्दर्भमा बनेपा नगरपालिकाले समावेशी तथा गुणस्तरीय शिक्षालाई आर्थिक तथा सामाजिक रुपान्तरण गर्ने माध्यमको रुपमा लिएको छ । शैक्षिक सुशासन कायम गर्न नीति निर्माण, योजना र कानून तर्जुमाको साथै गुणस्तरीय तथा सान्दर्भिक शिक्षाको विकासका लागि स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा प्रभावकारी कार्यान्वयनलाई महत्वपूर्ण प्रयासको रुपमा लिएको छ । स्थानीय पाठ्यक्रमको विकास तथा कार्यान्वयनले विद्यार्थीलाई विश्वव्यापी रूपमा सोच्ने र स्थानीय आवश्यकतानुसार कार्य गर्न सक्ने बनाउनुको साथसाथै स्थानीय सन्दर्भमा सोच्ने, कार्य गर्ने र समालोचनात्मक हुने क्षमताको विकास गर्दछ । यसका साथै स्थानीय ज्ञान, सिप र प्रविधिलाई विश्वसँग जोड्न र विश्वव्यापी ज्ञान, सिप र प्रविधिलाई स्थानीय परिवेशमा प्रयोग गर्न जोड दिन्छ । यसले स्थानीय मूल्य, मान्यता, रीतिरिवाज, संस्कार, संस्कृति, पेसा, व्यवसाय र प्रविधिको संरक्षण र संवर्धनमा सहयोग पुऱ्याउनुका साथै तिनको हस्तान्तरणमा योगदान पुऱ्याउँछ।

यसका लागि राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप,२०७६ ले आधारभूत तह (कक्षा १-३) मा मातृभाषिक सिप/स्थानीय विषयवस्तु सम्बन्धी क्रियाकलाप समावेश गरी पाठ्यभार ५ र वार्षिक पाठ्यघन्टा १६० कायम गरेको छ । त्यसै गरी राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूपमा आधारभूत तहकै कक्षा ४-८ मा मातृभाषा वा अन्य कुनै स्थानीय विषयवस्तुको पाठ्यभार ४ र पाठ्यघन्टा १२८ तोकिएको छ । यसलाई कार्यान्वयन गर्न स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी यहाँको स्थानीय आवश्यकतालाई आत्मसात गरी स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा कार्यान्वयन मार्गदर्शन,२०७६ का प्रक्रियाका आधारमा बनेपा नगरपालिकाबाट स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण गरी कक्षा २ को 'हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव' पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको हो । बनेपा नगर कार्यपालिका र नगर शिक्षा समितिको निर्णयानुसार शैक्षिक सत्र २०७७ मा कक्षा १ र ८ को स्थानीय पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक विकास र लागू भइसकेको छ ।

'हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव' स्थानीय पाठ्यपुस्तक कक्षा २ विकासमा संलग्न सबै प्रधानाध्यापकहरू, शिक्षकहरू,विज्ञहरु,कर्मचारीहरु, लेखकहरु, जनप्रतिनिधिहरु, कार्यदल, नगर शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरु, नगर कार्यपालिका सदस्यहरुलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहान्छु । आगामी दिनमा पनि स्थानीय पाठ्यक्रम कार्यान्वयनमा सम्बद्ध पक्षहरुबाट आवश्यक सहयोग प्राप्त हुने विश्वास गरेको छु । यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक सबै विद्यालयहरूमा पूर्ण कार्यान्वयन हुने आशा समेत व्यक्त गर्दछु ।

लक्ष्मी नरसिंह बादे श्रेष्ठ
प्रमुख
बनेपा नगरपालिका काभ्रेपलाञ्चोक

हाम्रो भनाइ

शिक्षालाई स्थानीय ज्ञान, जीवनोपयोगी सिप, स्रोत, कला, परम्परा र संस्कृतिसँग आबद्ध गर्ने कडीको रूपमा स्थानीय पाठ्यक्रम रहेको हुन्छ । स्थानीय पाठ्यक्रमको उद्देश्य स्थानीय परिवेश, आवश्यकता, व्यवसाय, परम्परा, संस्कार, भूगोल, विकास तथा प्रविधिको विकास तथा संरक्षण गर्नु रहेको हुन्छ । त्यसैगरी यसले विद्यार्थीहरूको स्थानीय कला तथा सौन्दर्यप्रतिको अनुराग, मानवीय मूल्य, मान्यता र आदर्शको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्ने भावनाको विकास गरी पाठ्पुस्तकको सहयोगले हजारौं वर्षमा प्राप्त भएका रैथाने ज्ञान, सिप, परम्परा र संस्कृतिलाई पहिचान गरी उजागर गर्नेदेखि संस्करण, सम्बर्द्धन र विकासका लागि भावना र तद्अनुकूलको व्यवहार निर्माणमा समेत अहम् भूमिका खेल्दछ ।

यसै परिप्रेक्ष्यमा स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ ले प्रदान गरेको अधिकार प्रयोग गरी स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा निर्माण मार्गदर्शन, २०७६ अनुसार आधारभूत तहको कक्षा १–८ सम्मको लागि बनेपा नगरपालिकाद्वारा **'हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव'** स्थानीय विषयमा पाठ्यक्रमको विकास गरिएको हो । पाठ्यक्रममा उल्लेखित सक्षमता र उद्देश्यहरू हासिल गर्न सहयोग पुग्ने गरी यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक विकासमा अमूल्य सल्लाह सुझावहरु प्रदान गर्नुहुने संरक्षक नगर प्रमुख श्री लक्ष्मीनरसिंह बादे श्रेष्ठज्यूप्राविधिक तथा प्रशासनिक सहयोग प्रदान गर्न हुने सल्लाहकारद्वय उपप्रमुख श्री रेखा सापकोटा (दाहाल)ज्यू र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत श्री कविराज उप्रेतीज्यूका साथै लेखकहरू, सम्पादकहरू, टाइपिङ तथा डिजाइनमा संलग्न सम्पूर्ण महानुभावहरूलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौं ।

बनेपा नगरपालिका भित्रका सम्पूर्ण विद्यालयहरूमा यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक कार्यान्वयन गरिनेछ । यो पाठ्यपुस्तकका विषयवस्तुहरू कार्यान्वयन गर्न शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप महत्वपूर्ण हुन्छ । यसको लागि शिक्षकले स्थानीय ज्ञान, सिप, प्रविधि, विज्ञको अनुभव तथा सहयोग लिई कार्यान्वयन गर्न सक्नुपर्छ । यसैगरी पाठ्यपुस्तकको कार्यान्वयन प्रभावकारी बनाउन विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावकलगायत सम्पूर्ण सरोकारवालाहरूको भूमिका महत्वपूर्ण ठानिएको छ ।

अन्त्यमा आगामी दिनमा यस पाठ्यपुस्तकलाई अद्यावधिक र परिमार्जन गर्न सबै सरोकारवालाहरूबाट अमूल्य तथा रचनात्मक सुझावहरू प्राप्त हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा

हाम्रो भनाइ

नेपाल बहुभाषिक, बहुजातीय, बहुधार्मिक तथा बहुसांस्कृतिक विविधता रहेको देश हो । देशका सबै क्षेत्रको स्थानीय ज्ञान, सीप, भाषा, कला, परम्परा, संस्कृति, भौगोलिक बनावट, प्राकृतिक तथा सामाजिक सम्पदा आदिको ठूलो महत्व हुन्छ । यी सबै तत्वहरुको आआफ्नो परिवेशमा आफ्नै विशेषताहरु पनि छन्, जुन मानव विकास क्रममा प्रस्तुत हुँदै आएका छन् । सोही क्रममा बढ्दो आधुनिकीकरण र विज्ञान तथा प्रविधिको विकाससँगै यस्ता स्थानीय पेशा, ज्ञान, सीप, भाषा, परम्परा, कला र संस्कृतिमा दिनानुदिन नकारात्मक प्रभाव र विकृति बढ्दो छ जसले गर्दा यी कुराहरु लोप हुने अवस्थामा पुगिसकेका छन् । तसर्थ यस्ता तत्वहरुको उचित संरक्षण र संवर्द्धन गर्नु स्थानीय सरकार तथा स्थानीय सरोकारवालाहरुको दायित्व पनि हो । यही प्रसङ्गमा संयुक्त राष्ट्रसंघ र विभिन्न विश्वविद्यालयहरुले यी सामाजिक सम्पत्तिहरुको जगेर्ना गर्नका लागि विभिन्न कदम पनि चाल्दै आएका छन् । साथै यी सम्पत्तिहरुको संरक्षण गरी भावी पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्नु स्थानीय सरोकारवाला तथा सम्बन्धित निकायको जिम्मेवारी पनि हो ।

यही पृष्ठभूमिको सैद्धान्तिक आधारलाई लिएर स्थानिय विषय र संघीयताको मूल मर्मानुसार केन्द्रीय तहमा निर्माण गरिने राष्ट्रिय पाठ्यक्रमले यसलाई समेट्न नसकेकाले स्थानीय रुपमै पाठ्यक्रमको निर्माण गरिएको हो । नेपालको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ ले आधारभूत तह (कक्षा १ देखि कक्षा ३) मा स्थानीय विषयवस्तु समावेश गरी ५ पाठ्यभार प्रति हप्ता र वार्षिक पाठ्य घण्टी १६० कायम गरेको अवगत नै छ । बनेपा नगरपालिकाले 'हाम्रो बनेपा, हाम्रो गौरव' भनी स्थानीय पाठ्यपुस्तक कक्षा १ र कक्षा ८ मा गत शैक्षिक सत्र २०७७ मा लागु गरेको थियो भने शैक्षिक सत्र २०७८ मा कक्षा २, ५ र ७ मा लागु गर्ने निर्णय गरेको छ । स्थानीय पाठ्यक्रमको आधारमा विभिन्न स्थानीय जनप्रतिनिधिहरु, बुद्धिजीवीहरु, पाठ्यक्रमका विज्ञहरु, स्रोत व्यक्तिहरुबाट सल्लाह, सुझाव, अनुभव तथा ज्ञान सङ्कलन गरी कक्षा २ को यो पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको छ ।

यस्ता स्थानीय सामाजिक सम्पत्ति र अङ्गहरुप्रति सकारात्मक भावना, कर्तव्य तथा स्थानीयता जोगाउन थालनी गरिएको बनेपा नगरपालिकाको यो अथक प्रयास एक प्रशंसनीय सुरुवात हो । पाठ्यपुस्तक निर्माण समितिद्वारा यहाँको इतिहास, भूगोल, संस्कृति, कला, रीतिरिवाज, जातजाति, पेशा, प्रविधि, पर्यटन, स्रोत र साधनलगायत विभिन्न क्षेत्रमा केन्द्रित रही तयार पारिएको यो पाठ्यपुस्तक विद्यार्थीका लागि निकै नै उपयोगी र प्रभावकारी हुने विश्वास पनि गरिएको छ साथै स्थानीय कुराहरुको ज्ञान स्थानीय स्रोत व्यक्ति र शिक्षकहरुमा नै बढी हुने हुनाले यस पाठ्यपुस्तकलाई आधार बनाई शिक्षकहरुले आफ्नो परिवेशअनुसार अध्यापन गराउनुहुनेछ भन्ने आशा पनि राखिएको छ ।

अत : यस पाठ्यपुस्तक निर्माणमा भएका त्रुटि, कमीकमजोरी विभिन्न व्यक्तिहरुबाट आएका सुझाव तथा पृष्ठपोषणका आधारमा सच्याउँदै आगामी दिनमा स्थानीय आवश्यकता र महत्त्वलाई आत्मसात् गर्दै लगिने विश्वास पनि दिलाउन चाहन्छौं ।

विद्या सागर पाठ्यपुस्तक निर्माण समिति

हार्दिक कृतज्ञता

बनेपा नगरपालिकाले आफ्नो स्थानीय पहिचान , मूल्य , मान्यता , मर्म र भावना जोगाउन पाठ्यक्रम निर्माण कार्य थालनी गरिसकेको छ । सोही अनुरुप कक्षा २ का लागि 'हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव' पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ । पाठ्यपुस्तक निर्माण गर्न सहयोग गर्दै मार्गदर्शन दिनुहुने प्रतिनिधिहरु , बुद्धिजीवीहरु , सामाजसेवीहरु , इतिहासविद् , प्रधानाध्यापक , शिक्षक मित्रहरुलगायत प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष रुपमा सहयोग पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण महानुभावहरुप्रति विद्या सागर पाठ्यपुस्तक निर्माण समिति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछ ।

पाठ्यपुस्तक निर्माण कार्यमा अवसर प्रदान गर्नुहुने बनेपा न.पा.का मेयर श्री लक्ष्मी नरसिंह बादे श्रेष्ठज्यू , उप मेयर रेखा सापकोटा दाहालज्यू , प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कविराज उप्रेतीज्यू , शिक्षाशाखा प्रमुख श्याम सिंह धामीज्यू , लेखन सल्लाहकार शिवराज त्रिपाठीज्यू र रेनुकान्त भट्टराईज्यूलगायत सम्पूर्ण पदाधिकारीप्रति हामी हार्दिक आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौँ ।

यस कार्यमा सधैँ उत्प्रेरकको भूमिका खेली इतिहासका ज्ञान दिनुहुने बनेपा नगरका इतिहासविद् श्री ज्ञानकाजी मानन्धरज्यूप्रति हामी सधैँ आभार व्यक्त गर्दछौँ । यसै गरी यस कार्यमा लाग्न सधैँ प्रोत्साहन गर्ने , हौसला बढाई सल्लाह, सुझाव दिनुहुने यस विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्री हिरा शर्मा नेपालज्यूलाई पनि हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछौँ साथै चित्र बनाएर सहयोग गर्नुहुने यस विद्यालयका संलग्न विद्यार्थीहरुप्रति पनि आभारी रहनेछौँ । त्यसैगरी हामीलाई पाठ्यपुस्तक निर्माण गर्न पृष्ठपोषण दिनुहुने शिक्षा सदन विद्यालय परिवारप्रति पनि कृतज्ञता प्रकट गर्दछौँ ।

अन्त्यमा आगामी दिनहरुमा पनि हामी विद्या सागर परिवार आवश्यक सहयोग गर्न सधैँ प्रतिबद्ध रहेको कुरा जानकारी गराउन चाहन्छौँ ।

धन्यवाद ।

विद्या सागर पाठ्यपुस्तक निर्माण समिति

हाम्रो बनेपा हाम्रो गौरव

विषय - सूची

एकाइ १. बनेपा नगरपालिका परिचय (बनेपाको नक्सामा वडाहरुका साँध सिमाना तथा नक्सामा वडाहरुको नम्बर भर्न)

पाठ १. बनेपाका वडा संख्या र मेरो वडा १

पाठ २. वडा कार्यालय ५

एकाइ २. प्राकृतिक स्रोत र सम्पदा (आफू बसेको वडामा रहेको प्राकृतिक स्रोतहरुका प्रकार तथा सम्पदाको परिचय)

पाठ १. खोलानाला ७

पाठ २. जमिन १०

पाठ ३. वनजङ्गल १२

पाठ ४. ढुङ्गेधारा र पोखरी १४

एकाइ ३. संस्कार र संस्कृति (वडागत चाडपर्व तथा जात्राहरुको परिचय)

पाठ १. हाम्रो संस्कृति १७

पाठ २. मेरो वडामा मनाइने जात्रा - चण्डेश्वरी जात्रा २०

पाठ ३. मेरो वडामा मनाइने जात्रा - करुणामय जात्रा २२

पाठ ४. मेरो वडामा मनाइने जात्रा - साँगा जात्रा (विस्का जात्रा) २४

पाठ ५. स्थानीय बाजा २७

एकाइ ४. स्थानीय पेसा उद्यमशीलता र प्रविधि (स्थानीय पेसाको नाम तथा महत्त्व)

पाठ १. मेरो परिवारको पेसा ३०

पाठ २. सिलाइ बुनाइ ३३

पाठ ३. व्यापार ३६

पाठ ४. उद्योग ३८

एकाइ ५. स्वास्थ्य, सरसफाइ र खेलकुद (विद्यालय तथा सार्वजनिक स्थलको सरसफाइ गर्ने तरिका र अभ्यास)

पाठ १. विद्यालयको सरसफाइ ४०

पाठ २. शौचालय ४५

पाठ ३. हाम्रो सार्वजनिक स्थलको सरसफाइ ४६

एकाइ ६. विपद्, वातावरण, दिगो विकास र हरित विद्यालय (आफू बसेको स्थानको हावापानीको विशेषता तथा व्यवहार, करेसाबारीको परिचय, आवश्यकता र महत्त्व)

पाठ १. बनेपाको हावापानी ४८

पाठ २. करेसाबारी ५१

पाठ ३. करेसाबारीको महत्त्व ५३

मेरो सुन्दर बनेपा

<table>
<tr><td> </td><td> </td><td colspan="2"> </td></tr>
<tr><td>बनेपा बजार</td><td>नाला भगवती</td><td colspan="2">धनेश्वर मन्दिर</td></tr>
<tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>चण्डेश्वरी मन्दिर</td><td>पुण्यमाता खोला</td><td>श्री संकष्ट नासिका भवानी</td><td>बूढा गणेश</td></tr>
</table>

गीत गाऔँ

सुन्दर, शान्त मेरो ठाउँ
बनेपा हो यसको नाउँ ।

वरिपरि पहाडले घेरेको
बीचमा सम्म परी मिलेको ।

धुलिखेल छ पूर्वतिर
भक्तपूरचाहिँ पश्चिमतिर ।

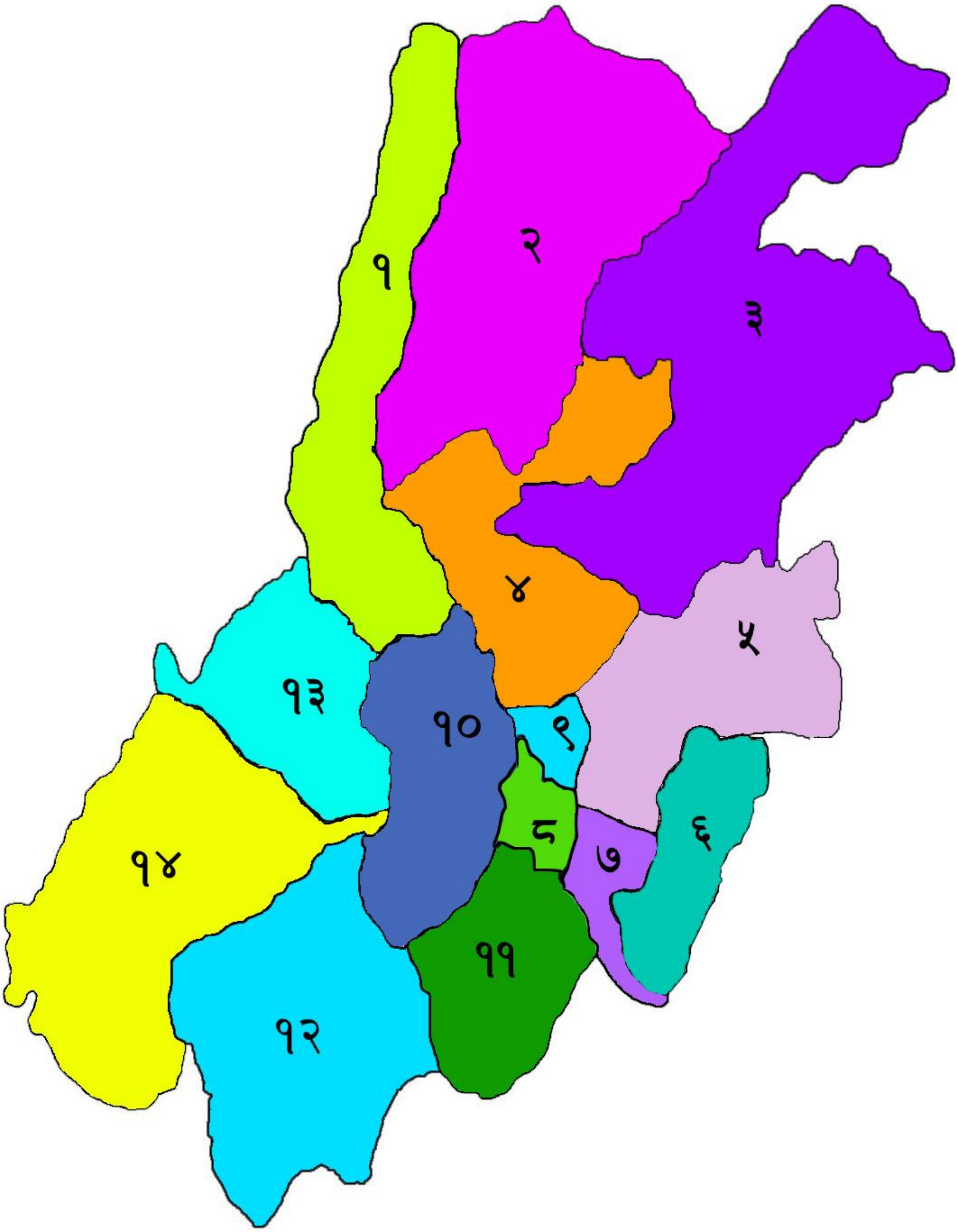
मण्डन देउपुर उत्तर पऱ्यो
पनौती राम्रो दक्षिण फर्क्यो ।

चण्डेश्वरी, धनेश्वर, भगवती, बूढा गणेश
नासिका र विकटेश्वर मन्दिरको धनी ।

चण्डेश्वरी, पुण्यमाता सलल बहन्छन्
आहा ! कति राम्रो बनेपा सबैले भन्छन् ।

एकाइ : १

पाठ : १ बनेपाका वडा सङ्ख्या र मेरो वडा



क्षितिज, भन त बनेपामा कतिवटा वडा छन् ?

दश र चार गरी चौधवटा छन् नि, आकाश ।

म त वडा नं. ८ मा बस्छु । मेरो वडा बनेपाको सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको वडा हो ।

म चाहिँ वडा नं. १४, साँगामा बस्छु । यो वडा बनेपाबाट काठमाडौँ जाने प्रवेशद्वार पनि हो ।

मेरो घरबाट बनेपा नगरपालिकाको कार्यालय दक्षिणतिर पर्दछ । यो मेरै वडामा रहेको छ ।

हो र, मेरो घरबाट चाहिँ बनेपा नगरपालिका पूर्व दिशामा पर्दछ ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) बनेपामा जम्मा .... वडाहरु छन् ।

ख) आकाश वडा नं. .... मा बस्छ ।

ग) क्षितिज वडा नं. .... मा बस्छ ।

२) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :-

क) बनेपा काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा पर्दछ ।

ख) बनेपामा जम्मा १५ वटा वडाहरु छन् ।

ग) सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको वडा नं. ११ हो ।

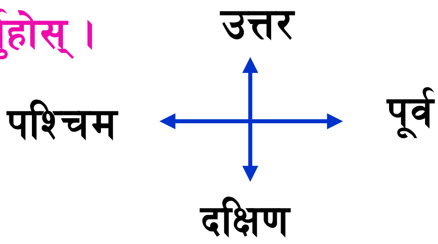
३) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

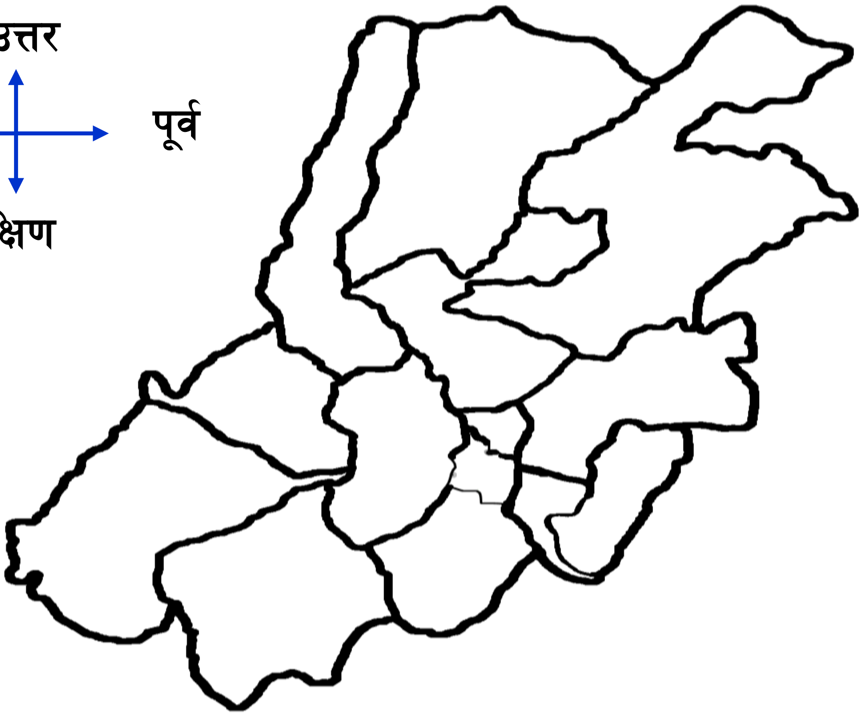
क) बनेपामा जम्मा कतिवटा वडाहरु छन् ?

ख) आकाशको घरबाट बनेपा नगरपालिका कुन दिशामा पर्दछ ?

ग) तपाइँको घरबाट बनेपा नगरपालिका कुन दिशामा पर्दछ ?

४) तलको नक्सामा बनेपाको वडा नं. भर्नुहोस् र आफू बस्ने वडामा रङ भर्नुहोस् ।





❖ परियोजना कार्य :-

१) तपाइँको विद्यालय कुन वडामा पर्दछ ? पत्ता लगाउनुहोस् ।

२) तपाइँको घरबाट तपाइँको विद्यालय कुन दिशामा पर्दछ ?

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

- सबै विद्यार्थीहरुलाई पालैसँग आफ्नो वडा भन्न लगाउनुहोस् र वडाको एक-एकवटा विशेषता पनि सुनाउन लगाउनुहोस् ।

एकाइ : १

पाठ : २ वडा कार्यालय

मेरो नाम दावा हो । म बनेपा नगरपालिका वडा नं ११ मा बस्छु । यस वडाको वडा कार्यालय सिनागालमा छ । मेरो वडाको पूर्वतिर वडा नं. ७ पर्दछ भने पश्चिममा वडा नं. १२ पर्दछ । त्यसैगरी उत्तरतिर पनि वडा नं. ८ र १० पर्दछ ।

यस वडा कार्यालयले मेरो वडा विकासका लागि खानेपानी व्यवस्थापन, बाटो निर्माण, फोहोर व्यवस्थापन जस्ता कार्य गर्दै आएको छ । मेरो वडामा स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा सेवा आदि सुविधाहरु उपलब्ध छन् । वडाले गर्ने विकासका कार्यहरुमा हामीले सहयोग गर्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) दावा वडा नं. .... मा बस्छ ।

ख) वडा नं. ११ को वडा कार्यालय .... मा छ ।

ग) वडाले गर्ने विकासका कार्यहरुमा हामीले .... गर्नुपर्छ ।

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) दावाको वडाको वडा कार्यालय कहाँ छ ?

ख) तपाइँ बस्ने ठाउँको वडा कार्यालय कहाँ छ ?

ग) दावा बस्ने वडाको वडा कार्यालयले गरेका विकासका कार्य के-के हुन् ?

❖ परियोजना कार्य :-

- विद्यार्थीहरुले आ-आफ्ना अभिभावकलाई सोधी आफ्नो वडा कार्यालयले गर्ने कुनै तीन कार्य लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ **वडा कार्यालयले गर्ने अन्य कार्य तथा जिम्मेवारीका विषयमा विद्यार्थीहरुबीच छलफल गर्न लगाउनुहोस् र थप जानकारी पनि गराउनुहोस् ।**

एकाइ : २

पाठ : १ खोला नाला

मेरो नाम पुण्यमाता हो । मलाई धेरैले पुण्यवती पनि भन्छन् । म एउटा खोला हुँ । मेरो उत्पत्ति बनेपा नगरपालिका वडा नम्बर १ र वडा नम्बर २ को सिमानामा रहेको त्रिशूलधाराबाट भएको हो । म बग्दै गर्दा अन्य धेरै खोलाहरु मसँगै मिसिँदै जान्छन् । अन्त्यमा म पनि रोशी खोलामा मिसिन पुग्छु ।

बनेपाका मानिसहरु मलाई पवित्र खोलाको रुपमा लिन्छन् । पहिले-पहिले मेरो पानी अति नै सफा र स्वच्छ थियो । यहाँका मानिसहरु मेरै पानीले नुहाउने, पौडी खेल्ने र पूजा-आजा गर्ने गर्दथे । खेतीपातीमा पनि मेरै पानी प्रयोग गर्थे । तर मानिसहरुका क्रियाकलापले म फोहोर भएकी छु । त्यसैले अहिले म धेरै दुःखी छु । भाइबहिनीहरु ! तपाइँहरु चाहिँ मलाई फोहोर नगरिदिनुहोस् है ।

अभ्यास

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

क) पुण्यमाता खोलाको अर्को नाम के हो ?

ख) पुण्यमाता खोलाको उत्पत्ति स्थल कहाँ रहेको छ ?

ग) पहिले-पहिले मानिसहरु पुण्यमाता खोलाको पानी कसरी प्रयोग गर्थे ?

घ) खोला सफा भए हामीलाई के-के फाइदा हुन्छ ?

ङ) पानीका स्रोतहरु सफा राख्न हामीले के-के गर्न सक्छौँ ?

२) खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

क) पुण्यमाता खोला अन्त्यमा .... खोलामा मिसिन्छ ।

ख) पुण्यमाता खोलाको पानी पहिले-पहिले अति नै .... र स्वच्छ थियो ।

ग) बनेपाका मानिसहरु पुण्यमाता खोलालाई .... खोलाको रुपमा लिन्छन् ।

३) तल दिइएका चित्रहरुमध्ये तपाइँलाई कुनचाहिँ मन पऱ्यो ? किन ?

क)

ख)

❖ परियोजना कार्य :-

- सफा खोलाको चित्र कोर्नुहोस् ।

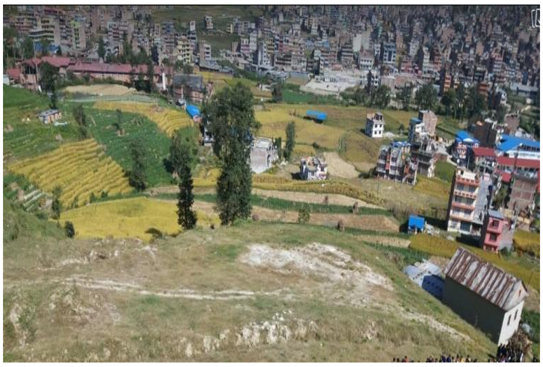
- तपाइँले बनाउनुभएको चित्र कुन खोलाको हो ? नाम लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ विद्यार्थीहरुलाई आफ्ना घरनजिक रहेका खोलाको विषयमा सोध्नुहोस् र ती खोलाहरुको अवस्था, महत्त्व तथा अन्य जानकारीहरु लिएर छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ : २

पाठ : २ जमिन



वरिपरि डाँडाहरुले घेरिएको बनेपा एउटा सुन्दर उपत्यका हो ।

यहाँ खेतीपाती गर्ने किसानहरु धेरै छन् । यहाँको माटो मलिलो छ । पुण्यवती खोला यहाँको मुख्य खोला हो । यस खोलाको दायाँबायाँको माटो बलौटे र पाँगो छ । अरु अग्ला ठाउँको माटो दोमट छ ।

✓ **दोमट :- अलिअलि बालुवा मिसिएको, बलौटे माटो**

अभ्यास

२) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :-

क) बनेपाका मानिसहरु खेतीपाती गर्छन् ।

ख) 'पुण्यवती' यहाँको मुख्य खोलो होइन ।

ग) यहाँका मानिसहरु पशुपालन गर्दैनन् ।

घ) यहाँको माटो मलिलो छ ।

गीत गाऔं ।

सुन्दर छ ठाउँ
यो मेरो नगर
बनेपा हो नाउँ
काभ्रेको सहर ।
भिरालो डाँडो
मलिलो माटो
नागबेली खोलो
बलौटे माटो ।

३) जोडा मिलाउनुहोस् :-

	बनेपा उपत्यका
	पुण्यवती खोलो
	खेतीपाती गर्ने जमिन

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ पाठको सहजिकरण पश्चात नजिकै रहेको खेतीयोग्य जमिन वा खोलाको अवलोकन गराउनुहोस् ।

एकाइ : २

पाठ : ३ वनजङ्गल

रुखैरुख भएको ठाउँलाई वनजङ्गल भनिन्छ । बनेपा नगरपालिकामा चण्डेश्वरी वन, नाला वन र सिनागाल नागी वनजङ्गल रहेका छन् । यी वनजङ्गलमा विभिन्न किसिमका बोटबिरुवाहरु पाइन्छन् । यहाँ बाघ, चितुवाजस्ता वन्यजन्तु र कालिज, कोइली लाम्पुच्छ्रेजस्ता चराहरु पाइन्छन् । यी वनजङ्गलमा काफल, ऐँसेलु, जामुनजस्ता फलहरु पाइन्छन् । यहाँ पानीका थुप्रै मुहानहरु पनि छन् ।

हाम्रो जीवनमा वनजङ्गलको ठूलो महत्त्व छ । यसले वातावरणलाई सफा राख्छ । त्यसैले हामीले वनजङ्गल जोगाउनुपर्छ ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) रुखैरुख भएको ठाउँलाई .... भनिन्छ ।

ख) हामीले .... जोगाउनुपर्छ ।

ग) यहाँ बाघ, चितुवाजस्ता .... पाइन्छन् ।

घ) वनजङ्गलमा पानीका थुप्रै .... छन् ।

२) जोडा मिलाउनुहोस् :-

काफल, जामुन	मुहान
नाला वन, चण्डेश्वरी वन	चराहरु
कोइली, लाम्पुच्छ्रे	फल
पानीका	वनजङ्गल

३) तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :-

क) बनेपा नगरपालिकाभित्र कुन-कुन वनहरु रहेका छन् ?

ख) हामीले वनजङ्गललाई के गर्नुपर्छ ?

ग) कस्तो ठाउँलाई वनजङ्गल भनिन्छ ?

❖ परियोजना कार्य :-

- आफ्नो घरवरिपरि भएका कुनै दुईवटा रुखबिरुवाका पात सङ्कलन गर्नुहोस् र पानामा टाँसेर बिरुवाको नाम पनि लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ विद्यालय नजिकै रहेको वनजङ्गल देखाउनुहोस् र वनजङ्गलको विषयमा थप जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ : २

पाठ : ४ ढुङ्गेधारा र पोखरी

ध्वाखा पुखू

राजा पोखरी

तीनधारा ढुङ्गेधारा

चण्डेश्वरी ढुङ्गेधारा

तःपुखू

हामी ढुङ्गेधारा हौँ । ढुङ्गै ढुङ्गाले बनेको हुनाले हामीलाई सबैले ढुङ्गेधारा भनेका हुन् । हामीलाई मानिसहरुले सधैँ सफा राख्छन् । हामी भएको ठाउँमा मानिसहरु पानी थाप्न, नुहाउन र लुगा धुन आउँछन् । हामी कतै बुट्टा भएको र कतै साधा छौँ । हाम्रो वरिपरि पोखरीहरु पनि छन् । पोखरीको छेउमा बसेर मानिसहरु आनन्द लिन्छन् । हामीले बनेपाको शोभा बढाएका छौँ । तपाइँहरु सबै मिलेर हाम्रो संरक्षण गर्नुहोस् है ।

अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नको एक शब्दमा उत्तर दिनुहोस् :-

क) ढुङ्गेधारा केले बनेको हुन्छ ?

ख) ढुङ्गेधाराको वरिपरि के पनि छन् ?

ग) पोखरीको छेउमा बसेर मानिसहरुले के लिन्छन् ?

२) खाली ठाउँमा तलका मिल्ने शब्द राख्नुहोस् :-

(सफा , ढुङ्गेधारा , आनन्द , संरक्षण)

क) म .... हुँ ।

ख) मलाई मानिसहरुले सधैं .... राख्छन् ।

ग) सबै मिलेर हाम्रो .... गर्नुपर्छ है ।

घ) पोखरीको छेउमा बसेर मानिसहरु .... लिन्छन् ।

३) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :-

क) ढुङ्गेधारा ढुङ्गाले बनेको हुँदैन ।

ख) ढुङ्गेधाराको वरिपरि सफा राख्नुपर्छ ।

ग) हामी ढुङ्गेधारामा पानी थाप्न जान्छौं ।

घ) कुनै ढुङ्गेधारामा बुट्टा हुँदैन ।

एकै छिन गीत गाऔं ।

पानी थाप्ने ढुङ्गेधारो
छैन जान गाह्रो
वरिपरि पोखरी
बनेपा सुन्दर नगरी ।

❖ परियोजना कार्य :-

- ढुङ्गेधाराको चित्र बनाई रङ भर्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ पाठको सहजीकरणपछि नजिकै रहेका ढुङ्गेधारा तथा पोखरीको अवलोकन गराउनुहोस् र तिनको महत्त्वको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

एकाइ : ३

पाठ : १ हाम्रो संस्कृति

नयाँ वर्ष वैशाखमा
साँगा बिस्केट जात्रा
वैशाखकै पूर्णिमामा
चण्डेश्वरी जात्रा ।

वैशाख महिना माछा मार्ने
नवदुर्गा जात्रा
समातेर मानिसलाई
लान्छन् बजार माझ ।

भदौ महिना कन्यापूजा
दुई चोटि आउँछ
राम्रा नाना खानेकुरा
पैसा पनि पाइन्छ ।

नाग टाँस्ने पञ्चमी
जनै लाउने पूर्णे/क्वाँटी खाने पूर्णे
बुबाको मुख हेर्ने कुशे औँसी
चेली भेट्ने तीज पञ्चमी ।

असोजमा दशैं आउँदा
दुर्गा पूजा गर्नुपर्छ
ठूलाबाट टीका थापी
पिङ खेल्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) पाठमा दिइएको कविता लय मिलाई वाचन गरेर सबैलाई सुनाउनुहोस् ।

२) पाठमा हेरेर कविताका हरफहरु पूरा गर्नुहोस् :-

नाग ....

.... पूर्ण

बुबाको ....

.... तीज

३) जोडा मिलाउनुहोस् :-

चण्डेश्वरी जात्रा	भदौ महिना
नाग टाँस्ने	औँसी
कुशे औसी	दशैँ
दुर्गा पूजा	असोज
कन्या पूजा	पञ्चमी
पिङ खेल्ने	वैशाख पूर्णिमा

४) एक वाक्यमा उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) कन्यापूजा कहिले गरिन्छ ?

ख) दशैँमा के गरिन्छ ?

ग) चण्डेश्वरी जात्रा कहिले पर्छ ?

घ) जनै पूर्णिमामा के गरिन्छ ?

५) चण्डश्वरी जात्राको बारेमा पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

- **स्थानीय स्तरमा मनाइने विभिन्न चाडपर्व र जात्राका विषयमा थप जानकारी गराउँदै चाडपर्व र जात्रा मनाउनुको महत्त्वसमेत बताइदिनुहोस् ।**

एकाइ : ३

पाठ : २ मेरो वडामा मनाइने जात्रा

बनेपा जात्राहरुका लागि प्रसिद्ध सहर हो । यहाँ फरक-फरक वडाहरुमा विभिन्न जात्राहरु मनाइन्छन् । बनेपाको चण्डेश्वरी जात्रा, नवदुर्गा जात्रा, गणेश जात्रा, दिपङ्कर जात्रा, नालाको भगवती जात्रा, करुणामय जात्रा, महालक्ष्मी जात्रा, साँगाको बिस्केट जात्रा, विनायक जात्रा आदि यहाँका प्रसिद्ध जात्राहरु हुन् । यी जात्राहरु हेर्न टाढा-टाढाबाट मानिसहरुको घुइँचो लाग्ने गर्दछ ।

चण्डेश्वरी जात्रा

चण्डेश्वरी जात्रा बनेपालीहरुद्वारा एउटा ठूलो पर्वको रुपमा मनाइन्छ । यो जात्रा वैशाख पूर्णिमाको दिन विशेष पूजाअर्चनासहित मनाइने गरिन्छ ।

यस जात्रामा चण्डेश्वरी माईको पूजा गरिन्छ । जात्रामा चण्डेश्वरी माईको मूर्तिसहितको रथलाई चण्डेश्वरी मन्दिरबाट पुरानो बजारसम्म परिक्रमा गराइन्छ । यो जात्रा चण्डेश्वरी माईको पूजा गरी मिठामिठा परिकार पकाई आफन्त र परिवारजनसँगै बसी भोज खाँदै खुब रमाइलो गरी मनाइन्छ ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) चण्डेश्वरी .... को प्रसिद्ध जात्रा हो ।

ख) चण्डेश्वरी जात्रामा .... माईको पूजा गरिन्छ ।

ग) चण्डेश्वरी जात्रा .... हरुले खुब रमाइलो गरी मनाउँछन् ।

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) बनेपालीले मनाउने ठूलो जात्रा कुन हो ?

ख) चण्डेश्वरी जात्रा कुन दिनमा विशेष पूजा गरी मनाइन्छ ?

ग) यस जात्रामा कुन देवीको पूजा गरिन्छ ?

❖ परियोजना कार्य :-

- तपाइँ चण्डेश्वरी जात्रा मनाउनुहुन्छ भने कसरी मनाउनुहुन्छ , लेख्नुहोस् । यदि तपाई चण्डेश्वरी जात्रा नै मनाउनुहुन्न भने तपाइँको साथीले कसरी मनाउनुहुन्छ होला ? लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ विद्यार्थीहरुलाई चण्डेश्वरी जात्राको महत्त्व र विशेषता पनि जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ : ३

पाठ : ३ करुणामय जात्रा

नमस्ते साथीहरु ! मेरो नाम श्रेया हो । म बनेपा नगरपालिका वडा नं. ४ नालामा बस्छु । मेरो वडा निकै राम्रो छ । यहाँ विभिन्न जात्राहरु मनाइन्छन् । मेरो वडामा हिजो मात्र करुणामय जात्रा सम्पन्न भयो । यस जात्रामा होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट करुणामय देवीलाई दही, दूध, मही चढाएर विशेष पूजाआजा गरिन्छ । यो जात्रा तीन दिनसम्म मनाइन्छ । मेरो वडामा यो जात्रा हेर्न टाढा-टाढाबाट मानिसहरु आउने गर्छन् । थाहा छ तपाइँहरुलाई, जात्रामा करुणामय देवीलाई रथमा राखेर यहाँको बजार परिक्रमा गराइन्छ । म पनि जात्रामा आफ्ना दाइदिदीसँग रथसँगै घुम्ने गर्छु । जात्रामा टाढाटाढाका आफन्तहरु मेरो घर आउनुहुन्छ र हामी सबै मिलेर रमाइलो गर्दै भोज खान्छौँ । जात्राको बेलामा मेरो विद्यालय पनि बिदा हुन्छ । मलाई यो जात्रा खुब मनपर्छ ।

अभ्यास

१) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) श्रेया बनेपा नगरपालिकाको कुन वडामा बस्छिन् ?

ख) करुणामय जात्रा कहिले मनाइन्छ ?

ग) यो जात्रा कति दिन मनाइन्छ ?

घ) यो जात्रामा कसलाई बजार परिक्रमा गराइन्छ ?

ङ) जात्रामा किन मानिसको भिडभाड हुने गर्दछ ?

२) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :-

क) श्रेयाको वडामा बिस्केट जात्रा मनाइन्छ ।

ख) करुणामय जात्रा तीन दिनसम्म मनाइन्छ ।

ग) करुणामय जात्रा होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट मनाइन्छ ।

घ) श्रेयालाई यो जात्रा खुब मनपर्छ ।

❖ परियोजना कार्य :-

- तपाइँ बस्ने वडामा कुन जात्रा मनाइन्छ ? नाम लेखी त्यस जात्राको वर्णन गर्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ स्थानीय जात्राको आआफ्नो ठाउँमा धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्त्व ठूलो हुने हुनाले यसको संरक्षणमा सबै वर्ग जुट्नुपर्छ भन्ने कुरा विद्यार्थीहरुलाई जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ : ३

पाठ : ४ साँगा जात्रा (बिस्का जात्रा)

साँगा जात्रा (बिस्का जात्रा) बनेपाको वडा नं. १४ मा वैशाख एक गते नववर्षको दिन धुमधामसँग रमाइलो गरी मनाइन्छ । यस जात्रामा गणेश, भैरव र कुमारीको पूजा गरिन्छ । मेरो वडामा यस जात्राको ठूलो धार्मिक महत्त्व छ । जात्रा नयाँ वर्षको शुभकामना आदान-प्रदान गर्दै मनाइन्छ । मानिसहरु जात्राको समयमा व्रत पनि बस्ने गर्छन् यसै वडामा रहेको सिद्धि गणेश मन्दिरमा गई पूजा पनि गर्दछन् । यस जात्रालाई नेपालमा सिन्दुरे जात्रा पनि भनिन्छ ।

अभ्यास

१) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) बिस्केट जात्रा कहाँ मनाइन्छ ?

ख) यो जात्रा कुन दिन मनाइन्छ ?

ग) यस जात्रालाई नेपालमा के भनेर चिनिन्छ ?

घ) यस जात्रामा कुन देवी-देवताको पूजा गरिन्छ ?

२) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) बिस्केट जात्रा हरेक वर्ष वैशाख .... गते मनाइन्छ ।

ख) बिस्केट जात्रा बनेपाको वडा नं. .... मनाइन्छ ।

ग) यस जात्रामा .... मन्दिरमा पूजा गरिन्छ ?

एकछिन सबै मिली कथा सुनौं है त !

पद्मपाणि लोकेश्वर

धेरै समय पहिलेको कुरा हो । बनेपा नगरमा गाथा खलकको एकजना जान्ने बुझ्ने किसान बस्थ्यो । ऊ सबैप्रति राम्रो व्यवहार गर्ने दयालु र दानी मानिस थियो । एकदिन एउटा कोदालो , छाता र आफ्नो पछ्यौरो लिएर ऊ खेततिर लागेछ तर दुई तीन दिन बित्दा पनि घर नफर्केपछि घरमा सबैजना इन्तुचिन्तु भएछन् । नगरको सबैतिर उसको खोजी भयो तर कतै भेटिएन । चौथो दिन ऊ नगरमा टुप्लुक्क आइपुग्यो । उसलाई देखेर सबै जना खुसी भए । उसले आफूले काशीबाट लोकेश्वर ल्याएको कुरा बतायो ।

यो कुरा सुनेर सबै नगरवासीहरु खुसी भए । चार दिनमै काशीदेखि लोकेश्वरको मूर्ति बोकेर ल्याएको कुराले सबैलाई आश्चर्यचकित बनायो किनभने बनेपादेखि काशीसम्म हिँडेर जान र आउन एकदुई महिना नै लाग्थ्यो । चारै दिनमा फर्किने त सम्भावना नै थिएन । त्यसैले गर्दा यो घटनाको व्यापक चर्चा भयो । किसानलाई भेट्न , उसको कुरा सुन्न र लोकेश्वरको दर्शन गर्न नगरभरिका सबै मानिसहरु आए । दर्शन गर्नेको घुइँचो नै लाग्यो ।

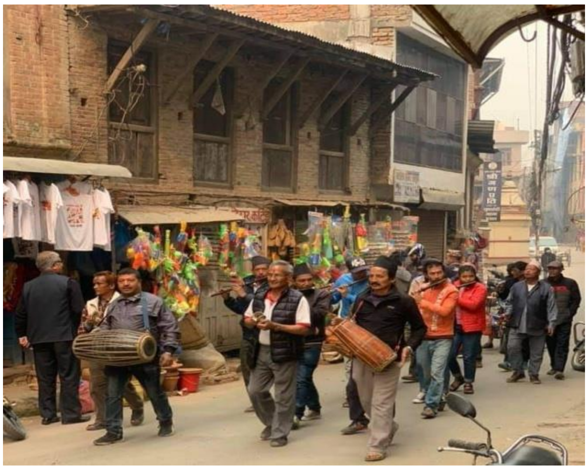
केही समयपछि किसानले त्यो लोकेश्वरको मूर्तिलाई बनेपाको सोधाटोलमा (तीनधारा टोल) विधिपूर्वक स्थापना गऱ्यो । यसरी किसानले सबै नगरवासीको सदा कुशलमङ्गल होस् भन्ने उद्देश्यले लोकेश्वरको मूर्ति स्थापना गरेर धार्मिक पुण्य कमायो ।

❖ परियोजना कार्य :-

- आ-आफ्नो वडामा मनाइने जात्राहरुको सूची बनाउनुहोस् र ती जात्राहरुमा कुन कुन देवीदेवताहरुको पूजाअर्चना गरिन्छ ? लेख्नुहोस् ।

एकाइ : ३

पाठ : ५ स्थानीय बाजा



बाजाले कुनै पनि ठाउँको कला र संस्कृति झल्काउँछ । बनेपामा विभिन्न जातिका आ-आफ्नै स्थानीय बाजाहरु छन् । मानन्धर समुदायले यहाँको गुँला पर्वमा नौ बाजा बजाउने गर्दछ । त्यस्तै यही गुँला पर्वमा शाक्य/ वज्राचार्यहरुले गुँला बाजा बजाउँछन् । विभिन्न बाजाले विशेष धुन निकाल्ने गर्दछ । बनेपाका केही समूहले यी बाजाको संरक्षण गर्दै आएका छन् । त्यस्तै शाही समुदायले नायो खिङ्ग बाजा विभिन्न चाडहरुमा बजाउने गर्दछ । त्यस्तै यहाँका जात्रा, विवाह, व्रतबन्ध आदि शुभकार्यमा बाँसुरी बाजा बजाइन्छ । बाँसुरी धुन निकै नै सुमधुर हुन्छ । त्यस्तै धिमे बाजा, भुछ्या र पोङ्गा बाजा केही प्रचलित स्थानीय बाजाहरु हुन् । यस सहरमा बाह्रै महिना विभिन्न जातजातिका

मानिसहरुले आ-आफ्नो धर्म रीतिरिवाज अनुसार सुख दुःखमा थरीथरीका बाजाहरु बजाउने गर्छन् । हरेक बाजाहरुको आ-आफ्नै धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्त्व रहेको छ । प्राचीन बाजाहरुको संरक्षणमा हामी पनि जुट्नुपर्छ ।

केही स्थानीय बाजाहरु

सिशाभुच्या/पोण्या	**ढोलक**	**झ्याली**	**धिमे**
खैजडी	**सहनाइ**	**मादल**	**बाँसुरी**

अभ्यास

१) जोडा मिलाउनुहोस् :-

नायो खिङ्ग	शुभकार्य
नौबाजा	शाही
बाँसुरी बाजा	मानन्धर

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

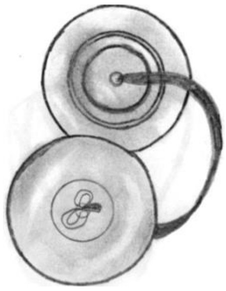
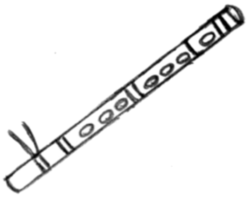
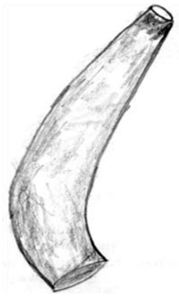
क) बाजाले के कुरा झल्काउँछ ?

ख) शुभकार्यमा कुन बाजा बजाइन्छ ?

ग) कुनै तीन स्थानीय बाजाको नाम लेख्नुहोस् ।

❖ परियोजना कार्य

- तलका चित्र हेरेर स्थानीय बाजाको नाम पत्ता लगाउनुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ **विद्यार्थीहरुलाई आफ्ना घर/टोलमा देखिएका स्थानीय बाजाहरुको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।**

एकाइ : ४

पाठ : १ मेरो परिवारको पेसा

(सरला, सपना र रचना विद्यालयबाट घर फर्कँदै छन् । बाटामा उनीहरु आ-आफ्ना परिवारको पेसाका विषयमा कुराकानी गर्छन् ।)

सरला : (साथीको हात तान्दै) अलि छिटो हिँडौं न । घरमा धेरै काम गर्नु छ । मेरा बुबाआमाले त गाई फार्म खोल्नु भएको छ नि ! मैले पनि उहाँहरुलाई घरको काममा सघाउने गरेकी छु ।

सपना : हो र ... (छक्क पर्दै) मेरा पनि बुबाआमा कृषि पेसामा लाग्नुभएको छ । म पनि उहाँहरुलाई काममा सहयोग गर्छु नि ।

रचना : मेरा बुबाआमा पनि कहाँ त्यतिकै बस्नुभएको छ र ? उहाँहरु पनि आफ्नै गाउँ, ठाउँमा फल्ने लप्सीको फलबाट विभिन्न प्रकारका तितौरा (पाउँ) हरु बनाएर व्यापार गर्न थाल्नुभएको छ है ।

सरला : तितौरा व्यवसायबाट पनि फाइदा हुन्छ र ?

सपना : अनि त्यो तितौराको व्यापार कहाँसम्म पुगेको छ त ?

रचना : यो त साँगा महादेवको मूर्ति हेर्न आउने जाने पर्यटकहरुले बढी मात्रामा किनेर लाने गर्छन् । त्यसैले त यसको व्यापार नेपालभरि नै फैलिएको छ ।

सरला : गाईपालनबाट पनि थोरै समयमा धेरै आम्दानी भएको कुरा मेरा बुबाआमाले भन्नुहुन्छ । त्यसैले त यो फार्म खोलेका हौं नि ।

सपना : गाईपालन गर्न त धेरै दुःख गर्नुपर्छ भन्छन् नि ।

सरला : अहँ , पर्दैन । यहाँ वनजङ्गल पनि नजिकै छ । आफ्नै खेतीयोग्य जमिन पनि छँदै छ । यति भएपछि गाईवस्तुलाई चाहिने घाँसपात प्रशस्त भइहाल्छ नि ।

रचना : त्यत्रो गाईको दूध सबै बिक्री हुन्छ त ?

सरला : हुन्छ नि, आफूलाई चाहिने खान राख्छौं । अरु सबै बेच्छौं ।

सपना : मेरा बुबाआमाले पनि कृषि पेसाबाट निकै आम्दानी गर्नुभएको छ नि ।

रचना : कसरी ? सुनौं न त ।

सपना : उहाँहरु मौसम अनुसारका अन्नबाली तथा तरकारी खेती लगाउनुहुन्छ । आफूलाई चाहिने जति राखेर अरु सबै बेचबिखन गर्नुहुन्छ, अनि फाइदा भएन त ?

सरला : ल हेर ....., हामी त कुरा गर्दा गर्दै घर पो आइपुगेछौं त । अब आ-आफ्नो घरतिर लागौं है ।

(सबैजना आ-आफ्ना घरतिर जान्छन् ।)

अभ्यास

१) दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) संवादका पात्रहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) सरलाको परिवारले कुन पेसा अपनाएको छ ?

ग) तपाईंका आमाबुबाले गर्ने पेसाको नाम लेख्नुहोस् ।

२) दिइएका वाक्यहरु पढेर ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :-

क) साँगामा तितौरा व्यवसाय निकै फस्टाएको छ ।

ख) सपनाका आमाबुबा खेतीपाती गर्नुहुन्छ ।

ग) संवादका सबै पात्रहरुका आमाबुबाले छुट्टै पेसा गर्नुहुँदो रहेछ ।

घ) बनेपा नगरपालिकाभित्र विभिन्न पेसा गर्ने मानिसहरु छन् ।

❖ परियोजना कार्य :-

- आफ्नो वरपर बसोवास गर्ने छरछिमेकीहरुको पेसा/व्यवसायको नाम लेख्नुहोस् र आफूलाई मन परेको पेसाका बारेमा ५ वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ सबै विद्यार्थीहरुलाई उनीहरुका आमाबुबाले गर्ने पेशा सोध्नुहोस् र फरक फरक पेशा गर्ने परिवारका केही विद्यार्थीहरुलाई आफ्ना आमाबुबाले गर्ने पेशाका विषयमा संवाद गराउनुहोस् साथै यस विषयमा थप जानकारी पनि गराउनुहोस् ।

एकाइ : ४

पाठ : २ सिलाइ बुनाइ

भाइबहिनीहरु ! तपाइँहरुले आफ्नो घर वरपर टोल छिमेक तथा बजारतिर सिलाइ बुनाइ गरिरहेका मानिसहरुलाई देख्नुभएकै होला । आज म तपाइँहरुलाई सिलाइ र बुनाइको विषयमा जानकारी गराउँछु है ।

कपडा सिलाउने कामलाई सिलाइ भनिन्छ । बुन्ने कामलाई बुनाइ भनिन्छ । सिलाइ बुनाइबाट राम्रो आयआर्जन गर्न सकिन्छ । स्वेटर, टोपी, मोजा, पञ्जा, गलबन्दीजस्ता सामान बुन्नका लागि ऊनको धागो, सुइरो, कुरुस, टेप आदि सामग्री चाहिन्छ । ऊनको धागोबाट बनेका सामानहरु विदेशसम्म पुगेका छन् ।

आजभोली महिलाहरुले पनि कपडा सिलाउने काम गर्छन् । कपडा सिलाउनका लागि कपडा धागो कैँची, टेप, चक, कल आदि सामग्री चाहिन्छ ।

बुनाइबाट उत्पादित कपडाहरु

गलबन्दी	**मोजा**	**पञ्जा**	**स्वेटर**

सिलाइ उत्पादित कपडाहरु

चौबन्दी चोलो	**कोट**	**दौरा सुरुवाल**	**जामा**

अभ्यास

१) दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) हातले तयार गरिने सामानहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) बुनाइका लागि आवश्यक सामग्रीहरु के-के हुन् ?

ग) सिलाइका लागि आवश्यक सामग्रीहरु के-के हुन् ?

२) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :-

क) कपडा सिलाउने र बुन्ने कामलाई .... भनिन्छ ।

ख) हातले बनाएका सामानहरु .... सम्म पुगेका छन् ।

ग) सिलाइ बुनाइबाट राम्रो .... सकिन्छ ।

❖ परियोजना कार्य :-

- जाडो याममा आफूले प्रयोग गर्ने सिलाइ बुनाइबाट उत्पादित कपडाहरुको नाम तलको तालिकामा भर्नुहोस् ।

सिलाइबाट उत्पादित कपडाहरु	बुनाइबाट उत्पादित कपडाहरु
क)	क)
ख)	ख)
ग)	ग)

- तपाइँको परिवारका सदस्यहरुले कस्ता-कस्ता लुगा लगाउनुहुन्छ ? नाम लेख्नुहोस् ।

क) हजुरबा :

ख) हजुरआमा :

ग) बुबा :

घ) आमा :

ङ) दाजुभाइ :

च) दिदीबहिनी :

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ **विद्यार्थीहरुलाई परिवारमा ककसले सिलाइ बुनाइ गर्नुहुन्छ भनी सोध्नुहोस् र सिलाइ बुनाइ सीप सिक्दा हुने फाइदाका विषयमा पनि विद्यार्थीहरुसँग छलफल गर्नुहोस् ।**

एकाइ : ४

पाठ : ३ व्यापार

म रिना हुँ । म कक्षा दुईमा पढ्छु । म नगरमा बस्छु । मेरो मामाघर बनेपा बजारमा छ । मलाई बनेपा जान असाध्यै मन लाग्छ । बनेपामा धेरै पसलहरु छन् । यहाँका मानिसहरु व्यापार गरेर नै आफ्नो परिवार पाल्ने गर्छन् । बनेपा बजारमा मैले धेरै कपडा पसल, सुनचाँदी पसल, किराना पसल, मिठाई तथा अन्य पसलहरु पनि देखेकी छु । मेरा मामाले पनि बनेपा बजारमा मिठाई पसल खोलेर धेरै आम्दानी गर्नुभएको छ । म मामाघर गएको बेलामा धेरै मिठाई खाने गर्छु ।

बनेपा नगरपालिकाभित्र रहेका नाला, साँगा, जनागाल क्षेत्रमा पनि व्यापार व्यवसाय दिनदिनै बढ्दै गएको कुरा मलाई मामाले बताउनु भएको छ ।

अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) रिनाको मामाघर कहाँ छ ?

ख) रिनाले बनेपा बजारमा कस्ता-कस्ता पसल देखिन् ?

ग) रिनाको मामाले के को पसल खोल्नुभएको छ ?

२) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :-

क) रिनाको घर गाउँमा छ ।

ख) बनेपा बजारका मानिसहरु खेतीपाती गर्छन् ।

ग) रिनालाई मामाघर जान मन लाग्दैनथ्यो ।

❖ परियोजना कार्य :-

- तपाइँको घरपरिवार तथा आफन्तहरुले गर्ने व्यापार व्यवसायको सूची तयार पार्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ विद्यार्थीहरुलाई विद्यालय नजिकै रहेको बजार घुमाउनुहोस् र त्यहाँको व्यापार व्यवसायको विषयमा थप जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ : ४

पाठ : ४ उद्योग

भाइबहिनीहरु ! कुनै सरसामान उत्पादन गर्ने कल-कारखानालाई उद्योग भनिन्छ । तपाइँहरुले खाने-लगाउने तथा प्रयोग गर्ने प्रायः जसो वस्तुहरु उद्योगबाटै उत्पादित हुन् । हाम्रो सहर बनेपामा पनि चाउचाउ, सलाइ, पानी, बिस्कुट, तेल, चप्पल, औषधी लगायतका सामग्रीहरु उत्पादन गर्ने उद्योगहरु धेरै छन् । यी उद्योगमा धेरै मानिसहरुले काम पनि पाएका छन् । यी उद्योगकै कारण हामीले प्रयोग गर्ने सामग्रीहरु सस्तो मूल्यमा समेत पाएका छौं ।

तपाइँहरुलाई पनि सामान बनाएको हेर्ने रहर होला ! विद्यालय बिदा भएको अवसर पारेर तपाइँहरु पनि आफ्ना आमाबुबासँग बनेपामा भएका उद्योगहरुतिर घुम्न जानुहोस् है । आफूले खाने र प्रयोग गर्ने सामान कसरी बन्दो रहेछ भन्ने कुरा हेर्नुहोस् ल !

अभ्यास

१) तपाइँले बनेपा वरपर देख्नुभएको पाँचवटा उद्योगहरुको नाम लेख्नुहोस् ।

२) जोडा मिलाउनुहोस् ।

तोरी मिल

फर्निचर

जुत्ता , चप्पल उद्योग

छापाखाना तथा कापी उद्योग

❖ परियोजना कार्य :-

- आफू बस्ने वडामा भएका कलकारखाना तथा उद्योगको नाम आफ्ना अभिभावकसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :

➢ आफ्ना विद्यार्थीहरुलाई विद्यालय नजिकै रहेका कलकारखाना तथा उद्योगहरुमा भ्रमण गराउनुहोस् र उद्योगका विषयमा जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ : ५

पाठ : १ विद्यालयको सरसफाइ

(दोस्रो घण्टी बजेसँगै विद्यार्थीहरु सरको प्रतीक्षामा छन् । केही समयमै शिक्षकको कक्षा कोठामा प्रवेश हुन्छ । सबै विद्यार्थीहरु उभिएर शिक्षकलाई अभिवादन गर्छन् र आ-आफ्नो ठाउँमा बसेर पढ्ने तर्खर गर्छन् । शिक्षक पनि आजको विषयवस्तु सुरु गर्न थाल्छन् ।)

नमस्कार सर !

नमस्कार, तपाईँहरु सञ्चै हुनुहुन्छ ?

हामी सञ्चै छौँ सर ।

तपाईँहरुलाई हाम्रो विद्यालय हेर्दा कस्तो लाग्छ ?

सफा र सुन्दर लाग्छ, सर ।

भन्नुहोस् त पासाङ्ग, हाम्रो विद्यालय किन यति सफा र सुन्दर देखिएको होला ?

हामी जता पायो उतै थुक्ने काम गर्दैनौँ ।

हामी फोहोर डस्टबिनमा (फोहोरदानीमा) मात्र फाल्छौँ । कक्षाकोठा तथा विद्यालय वरिपरि फाल्दैनौँ सर ।

धेरै कुरा थाहा रहेछ तपाइँहरुलाई, अरुले पनि एकएक गर्दै भन्नुहोस् है, तपाइँहरु के के गर्नुहुन्छ ?

सर ! हामी प्लाष्टिकहरु जम्मा गरेर त्यसबाट चकटी बनाउँछौँ । सजावटका विभिन्न सामानहरु पनि बनाउँछौँ ।

हामी कुहिने फोहोर लगेर खाडलमा हाल्छौँ र यसबाट मल बनाउँछौँ ।

हो, हामी आफूले फोहोर नगर्ने र समय समयमा सरसफाइ पनि गरिरहने जस्ता राम्रा कामहरु गर्ने भएकाले नै हाम्रो विद्यालय सफा, स्वच्छ र सुन्दर देखिएको हो । हवस् त विद्यार्थी भाइबहिनीहरु, आज यति नै पढौँ । भोलि अन्य विषयमा छलफल गरौँला है त ।

धन्यवाद सर !

(घण्टी बजेसँगै विद्यार्थीहरु अर्को विषय पढ्नका लागि तयारी गर्न थाल्छन् ।)

अभ्यास

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) तपाइँलाई आफ्नो विद्यालय कस्तो लाग्छ ?

ख) तपाइँ खाजा खाँदा निस्किएको फोहोर कहाँ फाल्नुहुन्छ ?

ग) बिस्कुट, चाउचाउ तथा चकलेटका खोललाई हामी कसरी प्रयोग गर्न सक्छौँ?

घ) तपाइँको विचारमा विद्यालयमा फोहोर गरेर सफा गर्नु राम्रो कि फोहोर नै नगर्नु राम्रो ?

२) तल दिइएका शब्दहरुका बीच जोडा मिलाउनुहोस् :-

धुलो मैलो	कुहिने
फलफूलका बोका (छिल्का)	डस्टबिन
प्लाष्टिक	नकुहिने

❖ परियोजना कार्य :-

- **तल दिइएको चित्रलाई ध्यान दिएर हेर्नुहोस् अनि सोधिएको प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

- **तपाइँ आफ्नो विद्यालय सफा राख्न के के गर्न सक्नुहुन्छ ? तीन वाक्य लेख्नुहोस् ।**

❖ शिक्षकलाई निर्देशनः

➢ विद्यार्थीहरुसँग विद्यालयको सरसफाइको महत्त्व र तरिकाको विषयमा छलफल गर्नुहोस् र सरसफाइ सम्बन्धी तथा क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

एकै छिन गीत गाऔँ ।

फूलबारीमा थरीथरीका फूल फुलेका छन्
आहा ! वरिपरि रङ्गीचङ्गी पुतली डुलेका छन् ।
केटाकेटी बूढाबूढी सबै फूलबारीमा झुमेका छन्
गुनगुनाउँदै मौरीहरु फूलसँगै भुलेका छन् ॥

एकाइ : ५

पाठ : २ शौचालय

दिसा, पिसाब गर्ने ठाउँलाई शौचालय भनिन्छ । शौचालयलाई अर्को शब्दमा चर्पी पनि भनिन्छ । शौचालयबाट आएपछि साबुन पानीले राम्ररी हात गोडा धुनुपर्दछ । शौचालयमा हाम्रो आँखाले नदेखिने स-साना किटाणुहरु हुन्छन् । शौचालयभन्दा बाहिर जथाभावी दिसा, पिसाब गर्दा मानिसहरु बिरामी पर्छन् । रोगका कारण मानिसहरुको ज्यान पनि जान सक्छ । त्यसैले शौचालयको सरसफाइमा परिवारका सबै सदस्यले विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

१) तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) शौचालयबाट आएपछि हामीले के गर्नुपर्छ ?

ख) शौचालयलाई अर्को शब्दमा के भनिन्छ ?

ग) शौचालयभन्दा बाहिर जथाभावी दिसा पिसाब गर्दा के हुन्छ ?

❖ परियोजना कार्य :-

- सरसफाइ गर्दा चाहिने सामग्रीहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :

➢ शिक्षकले विद्यार्थीहरुलाई सार्वजनिक शौचालयको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ : ५

पाठ : ३ हाम्रो सार्वजनिक स्थलको सरसफाइ

हामीले आफ्नो घर वरपर, आँगन, टोल र सार्वजनिक स्थलहरु सधैं सफा राख्नुपर्छ । घरबाट दिनहुँ निस्कने फोहरहरु फोहोर राख्ने भाँडामा राख्नुपर्छ । तरकारी फलफूलका बोक्राहरुलाई खेतबारीमा वा कौंसी खेतीमा मलको रुपमा प्रयोग गर्नुपर्छ । नकुहिने फोहरहरु व्यवस्थित गर्नुपर्छ । बाटामा जथाभावी फोहर फ्याँक्नुहुँदैन । सबै टोलवासी एकजुट भएर आफ्नो टोल तथा सार्वजनिक स्थलहरुलाई सफा राख्नुपर्छ ।

१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) हामीले घरबाट दिनहुँ निस्कने फोहोरहरुलाई कहाँ राख्नुपर्छ ?

ख) हामीले आफ्नो टोल तथा सार्वजनिक स्थलहरुलाई कसरी सफा राख्नुपर्छ ?

ग) तरकारी र फलफूलका बोक्राहरुलाई के काममा प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

एकै छिन गीत गाऔँ ।

आफ्नो टोल सबै मिलेर सफा गर्नुपर्छ
समाजको निम्ति भलो हुने काम गर्नुपर्छ ।
फोहोर जति पन्छाएर कन्टेनरमा राख्नुपर्छ
असल मान्छे बन्न राम्रो बानी बसाल्नुपर्छ ॥

❖ परियोजना कार्य :

- फोहर फ्याँक्ने भाँडाको चित्र बनाउनुहोस् र त्यसका बारेमा पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :

➢ विद्यार्थीहरुलाई विद्यालय नजिकैको समुदायमा लैजानुहोस् । समुदायमा रहेको सरसफाइ कस्तो लाग्यो ? कुन ठाउँको सरसफाइ मन पर्‍यो ? किन मन पर्‍यो ? बताउन लगाउनुहोस् । शिक्षकले आवश्यकता अनुसार पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

एकाइ : ६

पाठ : १ बनेपाको हावापानी

बनेपाको हावापानी राम्रो छ । यहाँ धेरै जाडो पनि हुँदैन र गर्मी पनि धेरै हुँदैन । यहाँको वातावरण स्वच्छ छ । यहाँ वैशाख- जेठ महिनामा कम पानी पर्छ । असार-साउन महिनामा धेरै पानी पर्छ । भदौदेखि असोज-कार्तिकसम्म रमाइलो वातावरणको अनुभव हुन्छ । असोज कार्तिकबाटै बिस्तारै जाडो पनि हुन थाल्छ । मङ्सिरदेखि फागुनसम्म अलिक बढी चिसो हुन्छ । चैतमा चाहिँ हल्का हुरी बतास चल्छ । वरिपरि भएका वनजङ्गलका कारणले समयमा नै वर्षा हुन्छ । त्यसैले यहाँको हावापानी धेरै नै राम्रो छ ।

अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) बनेपामा कुन कुन महिनामा बढी चिसो हुने गर्छ ?

ख) धेरै पानी पर्ने महिनाको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) के कारणले गर्दा यहाँ समयमा नै वर्षा हुन्छ ?

२) खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(रमणीय , धेरै , बतास , राम्रो)

क) बनेपा .... ठाउँ हो ।

ख) यहाँको हावापानी .... छ ।

ग) यहाँ .... जाडो हुँदैन ।

घ) चैतमा हल्का हुरी .... चल्छ ।

३) तल दिइएका वाक्यहरु ठीक भए ठीक र बेठीक भए बेठीक लेख्नुहोस् ।

क) बनेपाको हावापानी नराम्रो छ ।

ख) यहाँ धेरै गर्मी हुँदैन ।

ग) वर्षायाममा पानी पर्छ ।

❖ परियोजना कार्य :-

- आजको मौसम कस्तो छ ? हेरेर बताउनुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :

➢ हिजो बिहान, दिउँसो र साँझको मौसममा देखिएको परिवर्तनलाई तालिकामा देखाउँदै छलफल गराउनुहोस् ।

गीत गाऔँ

बाह्र महिना

वैशाख लागे नयाँ वर्ष
जेठ लागे घाम ।
असारमा धान रोपी
साउनमा सकौँ काम ।

भदौ महिना गर्मीसँगै
झरी पनि पर्ने ।
तीज , पञ्चमी सँगसँगै
दर पनि खाने ।

असोज , कात्तिक लागेसँगै
चाडबाड आउने ।
मङ्सिरमा अन्नबाली
सबै घर भित्र्याइने ।

पुस , माघ लागेसँगै
जाडो धेरै बढ्ने ।
फागुन र चैत महिना
मलाई मन पर्ने ।

एकाइ : ६

पाठ : २ करेसाबारी

घरको वरिपरिको तरकारी खेती गर्ने ठाउँलाई करेसाबारी भनिन्छ । करेसाबारीमा धनियाँ, लसुन, खुर्सानी, पालुङ्गो, चम्सुर, गोलभैँडा, काउली, ब्रोकाउली, रायो जस्ता साग सब्जीहरु रोपिन्छ । आफ्नो बारीमा फलेको ताजा र स्वच्छ तरकारी स्वादिलो र मिठो पनि हुन्छ । बिहान र बेलुकाको समयमा करेसाबारीमा गोडमेल गर्नु, पानी हाल्नु, बिरुवा रोप्नु स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुन्छ ।

करेसाबारीमा फल्ने केही साग सब्जीहरु

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) तरकारी खेती गर्ने सानो ठाउँलाई .... भनिन्छ ।

ख) आफ्नो बारीमा फलेको तरकारी स्वादिलो र .... हुन्छ ।

ग) बिहान र .... समयमा गोडमेल गर्नु राम्रो हुन्छ ।

२) जोडा मिलाउनुहोस् :-

बिहान बेलुका	फूल
करेसाबारी	चम्सुर, पालुङ्गो, रायो
हरियो सागपात	पानी हाल्नुपर्छ
घरको शोभा	घर वरिपरिको बारी

❖ परियोजना कार्य :-

- तपाइँको करेसाबारीमा फलेको कुनै एउटा तरकारीको सफा चित्र बनाउनुहोस् र रङ पनि लगाउनुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ विद्यालय नजिकै रहेको करेसाबारी अवलोकन गराउनुहोस् र यसको महत्त्वको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

एकाइ : ६

पाठ : ३ करेसाबारीको महत्त्व

भाइ बहिनीहरु ! हामीले करेसाबारीको बारेमा अघिल्लो पाठमा छलफल गऱ्यौं । आज करेसाबारीको महत्त्व के रहेछ बुझौं है त ।

करेसाबारीमा आफूलाई आवश्यक पर्ने र रुचि अनुसारका तरकारी र फलफूल रोप्न सकिन्छ । यसले स्वच्छ तथा ताजा तरकारी खान पाइन्छ । करेसाबारीको तरकारी स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुन्छ । त्यसैले करेसाबारीको महत्त्व बढेको हो । करेसाबारी भयो भने समय बिताउन सजिलो हुन्छ । करेसाबारीमा काम गर्दा शारीरिक व्यायाम हुनुका साथै मानसिक तनाव कम हुन्छ । भान्छाबाट निस्कने फोहोरलाई मलको रुपमा करेसाबारीमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । त्यसैले करेसाबारीमा तरकारी रोप्ने बानी गर्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) करेसाबारीबाट के-के फाइदा हुन्छ ?

ख) भान्छाबाट निस्कने फोहोरलाई के को रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

ग) के गर्दा शारीरिक व्यायाम हुन्छ ?

२) तल दिइएका वाक्यहरु पढी ठीक भए ठीक र बेठीक भए बेठीक लेख्नुहोस् :-

क) करेसाबारीमा तरकारी र फलफूल रोप्न सकिन्छ ।

ख) करेसाबारीको महत्त्व छैन ।

ग) किनेको तरकारीमा औषधी धेरै हुन्छ ।

घ) करेसाबारीबाट पैसाको बचत हुँदैन ।

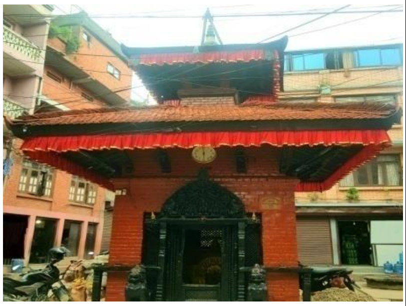
❖ परियोजना कार्य :-

- तपाइँको करेसाबारीमा रोपिएका पाँचवटा तरकारीको नाम र तपाइँको मिल्ने साथीको करेसाबारीमा रोपिएका पाँचवटा तरकारीका नाम तालिकामा देखाउनुहोस् ।

❖ शिक्षकलाई निर्देशन :-

➢ विद्यालय हाताभित्र रहेको खाली जग्गामा करेसाबारी बनाउन सिकाउनुहोस् र यसको महत्त्वको विषयमा थप जानकारी पनि गराउनुहोस् ।

वडागत प्रसिद्ध धार्मिक स्थलहरु

वडा नं. १- सपनेश्वर महादेव	वडा नं. २- श्वेत बराह	वडा नं. ३- चामुण्डा माई
वडा नं. ४- नाला उग्रचण्डी भगवती	वडा नं. ५ - चण्डेश्वरी मन्दिर	वडा नं. ६- गोसाइथान
		
वडा नं. ७ - दिपंकर बुद्ध	वडा नं. ८ - कोवहाल गणेश	वडा नं. ९ - नारायणस्थान
वडा नं. १० - गोरखकाली मन्दिर	वडा नं. ११ - धनेश्वर महादेव	वडा नं. १२ - बूढा गणेश
वडा नं. १३ - विकटेश्वर महादेव	वडा नं. १४ - श्री संकष्ट नासिका भवानी	बनेपाकी आराध्य देवी चण्डेश्वरी माई

बनेपा नगर गाना

ढुकढुकी भन्दा प्यारो छ हामीलाई बनेपा नगरी
श्रमले बाँच्ने सिपले जिउने हामी छौ जाँगरी

विविध कला संस्कृति धर्म भाषा र भाषिका
सपना यही फूलेका हुन्छन् बनेपाबासीका
नसिका माई टुकुचा नाला बाँस्डोल जनागाल
प्रविधि नौलो भित्र्याई गर्छौं प्रगति हरेक साल

पुण्यमाताको अटुट जलले यै भूमि सिँचेको
वासुकी पार्क र गोसाई थानले सबको मन जितेको
करुणा माई चामुण्डा देवी धनेश्वर मन्दिर
पर्यटन विकास गरेर सबको बदल्छौ तग्दिर

चण्डेश्वरीको आँगन हो यो उग्रचण्डीको साथ
पौरख गरी गर्वले उच्च राख्ने छौं हाम्रो माथ
स्वास्थ्य र शिक्षा कृषि र व्यापार सञ्चारको विकास
छर्दछौ हामी यै भूमिबाट सुनौलो प्रकाश ॥