नासौँ गाउँपालिका, मनाङ

गण्डकी प्रदेश

स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित पाठ्यसामग्री

हाम्रो नासौँ

कक्षा : १

विद्यार्थीको नाम :...

रोल नम्बर :...

विद्यालयको नाम :...

प्रकाशक

शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखा

नासौँ गाउँपालिका

सल्लाहकार

धन बहादुर गुरुङ, अध्यक्ष, नासोँ गाउँपालिका

वेद बहादुर गुरुङ, उपाध्यक्ष,

बासुदेव भेटवाल, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

विषयवस्तु खोज तथा लेखन

संकल्प अध्ययन केन्द्र

भाषा सम्पादन

रेशम नेपाली

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

संस्करण : प्रथम, २०८२

प्रकाशकीय

विषयसूची

विषयक्षेत्र	पाठ	पृष्ठसंख्या
हाम्रो नासौं गाउँपालिका	१. मेरो गाउँ २. मेरो परिचय ३. मेरो विद्यालय	
स्थानीय धर्म, र चाडपर्व	१. हाम्रो संस्कृति २. हाम्रा चाडपर्व	
स्थानीय जडीबुटी, बनस्पती र प्राणीहरू	१. गाउँका जडीबुटी २. स्थानीय प्राणीहरु ३. विरुवा र रुखहरु	
हाम्रा सामाजिक सङ्घसंस्था तथा व्यक्तित्वहरू	१. हाम्रा सामाजिक सङ्घसस्थाहरु २ हाम्रा सङ्घसस्थाहरु	
विपद र विपद व्यवस्थापन	१. विपद्बाट बचौं २. पानी परेको दिन	
ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थल	१. हाम्रा पर्यटकीय स्थल २. डोना ताल	
स्थानीय पेशा व्यवसाय, उत्पादन र प्रविधी	१. स्थानीय कृषि औजारहरु २. किसान आमा	
हाम्रो भूगोल र हावापानी	१. हाम्रो भूगोल	
हाम्रो भाषा, वेशभूषा र संस्कृति	१. हाम्रा स्थानीय भाषा २. मिलेर बसौं	

विषयक्षेत्र १ हाम्रो नासोँ गाउँपालिका

पाठ १ मेरो गाउँ

क्रियाकलाप १ तलको चित्र हेरी के के देख्नुहुन्छ भन्नुहोस्

क्रियाकलाप २ शिक्षकको सहयोगमा चित्रमा देखिएका कुनै २ शब्दका वस्तुहरू लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

गीत गाऔँ :

मेरो घरमा धारा छ

धारामा पानी आउछ ।

चरी आई रूखमा

सुरीलो गीत गाउँछ ।

घर मेरो गाउँमा

बारी खन्नु पर्छ ।

काम गरी मेहेनती बनी

असल मान्छे बन्नुपर्छ ।।

घाँस काट्ने जङ्गलमा

फापर रोप्ने बारीमा ।

लौ हेर त साथीहरू

कस्ती देखिएँ सारीमा ।।

मेरो दाइ खेल्नुहुन्छ

साथीसँग रमाइ रमाइ।

म पनि विद्यालय जान्छु

मेरी साथीको हात समाइ ।।

अभ्यास

१. तपाईंको घर वरपर तपाईंले देख्नुभएको कुनै ३ वस्तुहरूको नाम लेख्नुहोस्

मेरो घर नजिक

धारा छ ।

.... ।

.... ।

.... ।

२. तपाईँको घर नजिक भएको कुनै एक वस्तुको चित्र बनाउनुहोस् ।

३. तपाईंको घरमा पालिएका जनावरमध्ये तपाईंलाई सबैभन्दा मनपर्ने जनावरहरू भन्दै लेख्नुहोस् ।

४. कक्षामा शिक्षकको सहयोगमा आफ्नो घरवरपर भएका वस्तुहरूको बारेमा अभिनयको शैलीमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

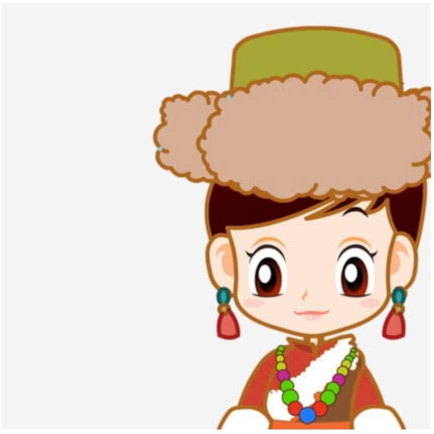
५. आफ्नो विद्यालय वरपर भ्रमण गरी त्यहाँ तपाईंले देख्नुभएको सबैभन्दा राम्रा वस्तुहरू कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

शिक्षकलाई निर्देशन

बालबालिकालाई स्वतन्त्ररूपमा आफ्ना अभिव्यक्त गर्न लगाई अवलोकन विधिबाट उनीहरूको उत्तरहरू सुन्दै आवश्यक स्थानमा सहजीकरण गर्नुहोस् ।

पाठ २ मेरो परिचय

नमस्कार मेरो नाम टेक बहादुर गुरूङ हो । म नासौं गाउँपालिकाको वडा नं. १ ताल गाउँमा बस्छु । मेरो घरमा बाबा, आमा, दिदी र म गरी जम्मा चार जना बस्छौं ।



नमस्कार मेरो नाम शिला गुरूङ हो । म नासौं गाउँपालिकाको वडा नं. २ ....गाउँमा बस्छु । मेरो घरमा बाजे (हजुवुवा),बाबा, आमा, दाइ र म गरी जम्मा पाँच जना बस्छौं ।

नमस्कार मेरो नाम ....हो । म नासौं गाउँपालिकाको वडा नं. ....गाउँमा बस्छु । मेरो घरमा .... र म गरी जम्मा .... जना बस्छौं ।

नमस्कार मेरो नाम ....हो । म नासौं गाउँपालिकाको वडा नं. ....गाउँमा बस्छु । मेरो घरमा .... र म गरी जम्मा .... जना बस्छौं ।

पाठ ३ मेरो विद्यालय

हेर्नुहोस्, चिन्नुहोस् र भन्नुहोस् :

माथिका चित्रमा क कसले के के गरिरहेका छन् ? छलफल गर्नुहोस् ।

....

....

....

साथीसँग मिलेर गीत गाउनुहोस् :

मेरी आमा भन्नुहुन्छ

उठ मेरी सानु

छ है स्कल जानु ।

मेरो बाबा भन्नुहुन्छ

उठ मेरी नानी

पढी लेखी हुने हो है ज्ञानी

म त ज्ञानी छोरी

खुरूखुरू स्कुल जाने

लेख्ने पढ्ने मेहेनती भई

सफा, स्वस्थ खाना खाने

१. खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

क) मेरो विद्यालयको नाम............................हो ।

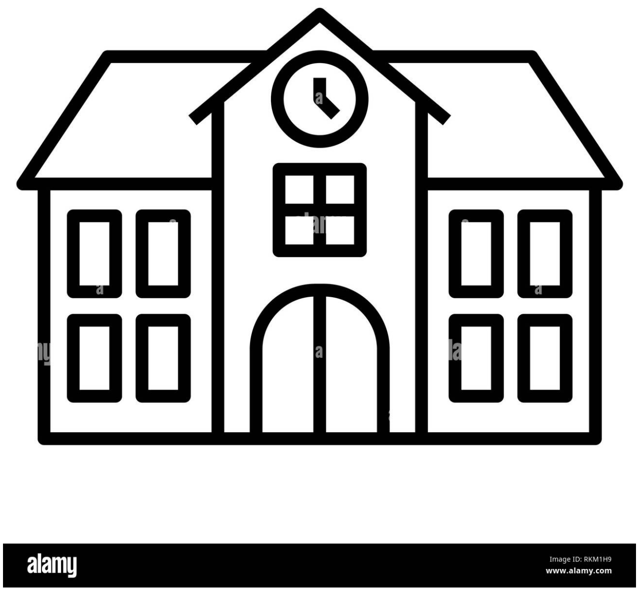
ख) म कक्षा.................मा पढ्छु ।

ग) मेरो कक्षाकोठामा........................जना केटाहरू छन् ।

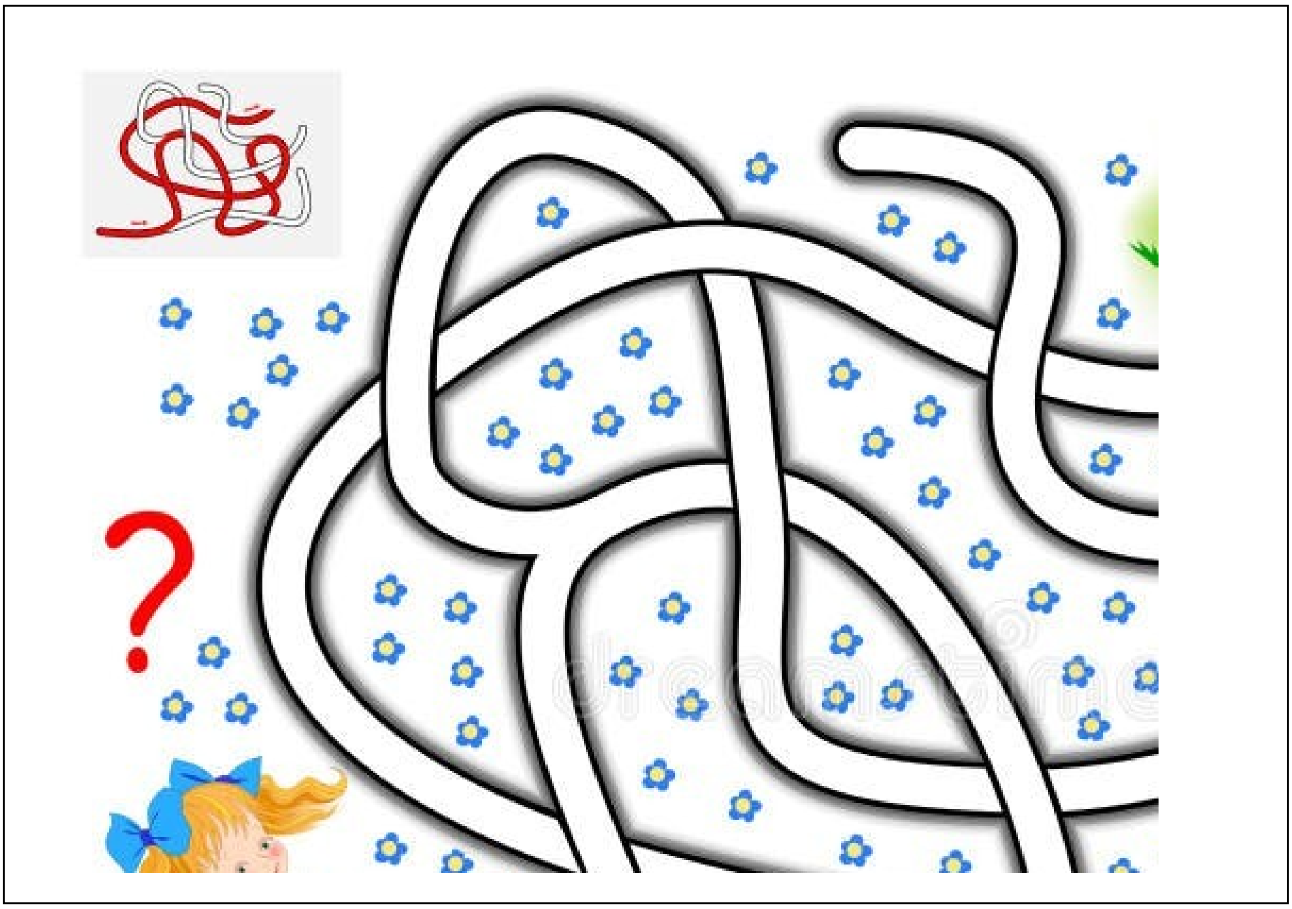
घ) मेरो कक्षाकोठामा ....जना केटीहरू छन् ।

ङ) विद्यालयमा मेरो सबैभन्दा मिल्ने साथी...हुन् ।

२. तलको चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस्



तपाईंको विद्यालय जाने बाटो पत्ता लगाउनुहोस्



विषयक्षेत्र २ स्थानीय धर्म र चाडपर्व

पाठ १ हाम्रो संस्कृति

तलको चित्रको वर्णन गर्नुहोस्

....

....

....

म त मुख धुने हो

विहानै उठेर

खाना खाइ सकेर

हात चुठेर ।

स्कुलको पालेदाईले

घण्टी पनि बजाई

राख्नुहुन्छ कक्षाकोठा

सफा सजाई ।

हातमा थाली लिएर

भगवानलाई सम्झेर

फुलपाती चढाउने

मूर्ती, माने छोएर ।।

अभ्यास

१. माथीको कविताका पढेर तलका प्रश्नका उत्तर दिनुहोस् ।

(क) बिहान उठेपछि के गर्ने भनेको छ?
→ ______________________________

(ख) स्कुलको घण्टी कसले बजाउँछ?
→ ______________________________

(ग) हामी भगवानलाई सम्झेर के गर्छौं?
→ ______________________________

२. सही चित्रसँग जोडा मिलाउनुहोस् ।

शब्द	चित्र (शिक्षकले देखाउने)
मुख धुने	मुख धुने बच्चाको चित्र
घण्टी बजाउने	घण्टी बजाउँदै पालेदार
फुलपाती	फूल चढाउँदै बच्चा
मूर्ती	भगवानको मूर्ती चित्र

(शिक्षकले चित्र कार्डहरू बनाइ दिन सक्नुहुन्छ।)

३. तल दिइएका बाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

(क) म त ______________ हो।
(ख) स्कुलको ______________ ले घण्टी बजाउँछन्।
(ग) हातमा ______________ लिएर भगवानलाई सम्झिन्छौं।

४. तल दिइएको निर्देशन अनुसार चित्र कोर्नुहोस्:

कवितामा वर्णन भएको कुनै १ कुरा कोर्नुहोस्:

- मुख धुने बच्चा
- घण्टी बजाउने पालेदार
- भगवानलाई फुलपाती चढाउने

चित्रको तल १ वाक्य लेख्नुहोस्:

उदाहरण: म भगवानलाई फुल चढाउँछु।

५. कक्षा गतिविधिका रूपमा विद्यार्थीहरूले पालैपालो भन्दै जानुहोस्:

"म बिहान उठ्छु। मुख धुन्छु। खाना खान्छु। स्कुल जान्छु। भगवान सम्झन्छु।"

६. शिक्षकले कविता लाई लयमा गाइदिनुहोस् र विद्यार्थीहरूसँग मिलेर गीत गाउने अभ्यास गराउनुहोस्।

पाठ २ हाम्रा चाडपर्व

हाम्रा रमाइला चाडपर्व

मनाङको नासोँ गाउँपालिकामा धेरै रमाइला चाडपर्व मनाइन्छन्। यहाँ बस्ने मानिसहरूले चाडपर्वमा नयाँ लुगा लगाउँछन्, मीठा खानेकुरा खान्छन्, र रमाइलो गर्छन्।

ल्होसार

ल्होसार मनाङको मुख्य चाडपर्व हो। यो चाडपर्वको बेला सबैले रमाइलो गर्छन्। बुबा-आमाले नयाँ लुगा किनिदिनुहुन्छ। हामी परिवारसंगै मीठो खाना खान्छौँ । हामीलाई मान्यजनले आशीर्वाद दिनुहुन्छ।

धज्याङ चाडपर्व

यो पर्व लामाहरूको पर्व हो । लामा भाषामा ध भनेको तिर वा वाण हो भने ज्याङ भनेको सिक्नु हो । यो पर्व संक्षेपमा भन्नुपर्दा भगवानलाई पुजा अर्चना गरी वाण वा तिर हान्ने प्रतिस्पर्धात्मक खेलको पर्व नै धज्याङ हो ।

दशैँ र तिहार

दशैँमा हामीलाई टीका र जमरा लगाइन्छ। तिहारमा हामीले भाइ टिका लगाउँछौँ र दीप जलाउँने गरिन्छ ।

बुद्ध **जयन्ती**

यो दिन बुद्ध सम्झनामा गाउँमा पूजापाठ गरिन्छ। सबै जना मन्दिर जान्छन्।

मनाङको चाडपर्व रमाइलो छ। हामी सबै मिलेर यी चाडहरू मनाइन्छ।

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्यमा ठीक वा बेठीक चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) ल्होसारमा हामी घोडा दौड गर्ने हो ।

(ख) दशैँमा हामी टीका र जमरा लगाउने हो।

(ग) बुद्ध जयन्तीमा हामी मन्दिर जाने हो।

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) मनाङको मुख्य चाड __________________ हो।

(ख) धज्याङ चाडमा ____________________ खेल खेलिन्छ ।

(ग) तिहारमा हामी ____________________ टिका लगाउँछौँ।

३. चित्र कोर्नुहोस्।

ल्होसारमा लगाइने लुगा को चित्र बनाउनुहोस्।

धज्याङ चाडपर्वमा तिर हानेको चित्र बनाउनुहोस्।

४. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् ।

क) तपाईँलाई कुन चाड मन पर्छ? किन?

....

ख)चाडपर्वका बेला तपाईँले के-के गर्नुहुन्छ?

....

५. परियोजना कार्य

विद्यार्थीहरूलाई ल्होसारको नाच देखाउन लगाउने।

"चाडपर्वको नाम भनौं" खेल खेलाउने (शिक्षकले वर्णन गरेपछि विद्यार्थीहरूले चाडको नाम अड्कल गर्ने)।

विषयक्षेत्र ३ स्थानीय जडीबुटी, वनस्पती र प्राणीहरू

पाठ १ गाउँको जडीबुटी

मनाङको नासौँ गाउँमा हिमालको काखमा एउटा सानो गाउँ नाचै छ । त्यहाँको हावा चिसो र सफा थियो। माया भन्ने सानो नानी आफ्नो हजुरबासँग जडीबुटी बारे सिक्न मन पराउँथिन् ।

एक दिन, माया खेल्दै गर्दा लडिन् र उनको हातमा घाउ लाग्यो। उनले रोइरहेको देखेर उनको हजुरबाले भने, "नरोउ, माया! म तिमीलाई एउटा जडीबुटी देखाउँछु।"

हजुरबाले जंगलबाट यार्सागुम्बा, सतुवा, र चिराइतो देखाए। उनले गाउँको नजिकै फलेको अल्लोको पात टिपेर मायाको घाउमा राखिदिए। अल्लोको पातले घाउ चाँडै निको पार्छ।

माया खुसी भइन्। उनले हजुरबासँग अन्य जडीबुटीको बारेमा सिक्न थालिन्।

अब माया र उनका साथीहरू बिरामी हुँदा पहिले जडीबुटी बारे सोच्छन्। जडीबुटीले हामीलाई स्वस्थ राख्छ!

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्यमा ठीक ☑ वा बेठीक ✕ चिन्ह लगाउनुहोस्।
(क) मायाको गाउँमा जडीबुटी पाइन्छ। ( )
(ख) अल्लोको पातले घाउ निको पार्न सघाउँछ। ( )
(ग) जडीबुटीले मानिसलाई झनै बिरामी बनाउँछ। ( )

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस्।
(क) माया ______________सँग जडीबुटी सिक्न चाहन्थिन्।
(ख) ______________ पात घाउमा राख्दा चाँडै निको हुन्छ।
(ग) ______________ एक महत्वपूर्ण जडीबुटी हो।

३. तल दिइएको वाक्यमा रहेर चित्र कोर्नुहोस्।

- अल्लोको पातको चित्र बनाउनुहोस्।
- जडीबुटी संकलन गरिरहेको मायो को चित्र बनाउनुहोस्।

४. तल दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

- तपाईँको गाउँमा पाइने कुनै जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस्।

  ....

- यदि तपाईँ बिरामी हुनुभयो भने के गर्नुहुन्छ?

  ....

५. तल दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- शिक्षकले जडीबुटीको नाम भन्ने, विद्यार्थीहरूले त्यसको काम बताउने।
- विद्यार्थीहरूलाई जडीबुटी समेटिएको नाटक अभिनय गर्न लगाउने।

पाठ २ स्थानीय प्राणीहरू

(स्थान: मनाङको तिल्चे गाउँ, बिहानको समय। निमा र पासाङ घाँसे मैदानमा खेल्दै छन्।)

निमा: पासाङ, हेर न! त्यहाँ ठूलो जङ्गली याक छ!

पासाङ: हो, हाम्रो गाउँमा धेरै याक तथा नाकहरू पाइन्छन्। याकको दुधबाट छुर्पी पनि बनाइन्छ।

निमा: अनि त्यो रातो रंगको सानो चरा किन उडिरहेको छ?

पासाङ: त्यो डाँफे हो! यो नेपालकै राष्ट्रिय चराचर हो।

निमा: अनि पहाडमा दौडिरहेको त्यो जनावर नि?

पासाङ: त्यो हिमाली नाउर हो। यसलाई "ब्लू शीप" पनि भनिन्छ।

निमा: वाः! हाम्रो गाउँमा धेरै रमाइला जनावरहरू छन्। म घर गएर हजुरबालाई पनि सुनाउँछु।

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्यमा ठीक ☑ वा बेठीक ✕ चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) याकको दूधबाट छुर्पी बनाइन्छ। ( )

(ख) डाँफे हाम्रो राष्ट्रिय जनावर हो। ( )

(ग) हिमाली नाउर पहाडमा पाइन्छ। ( )

२. तल दिइएको वाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) डाँफे ________________ हो।

(ख) याकको दुधबाट ________________ बनाइन्छ।

(ग) हिमाली नाउरलाई ________________ पनि भनिन्छ।

३. तल दिइएको निर्देशन अनुसार चित्र कोर्नुहोस्।

- डाँफे चरा कोर्नुहोस्।

- याक वा हिमाली नाउर कोर्नुहोस्।

४. तल दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) तपाईँले गाउँमा देखेका कुनै जनावरको नाम लेख्नुहोस्।

....

ख)यदि तपाईँसँग एउटा याक भए के गर्नुहुन्छ?

....

ग) याकको दुधबाट के बनाइन्छ ?

....

घ) नेपालको राष्ट्रिय पंक्षी कुन हो ?

....

५. तलको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- विद्यार्थीहरूलाई "म कुन जनावर हुँ?" खेल खेलाउने (शिक्षकले जनावरको गुण बताउने, विद्यार्थीहरूले नाम अड्कल गर्ने)।
- विद्यार्थीहरूलाई जनावरको नाटक enact गर्न लगाउने।

६. तल दिइएको चित्रमा के देख्नुभएको छ, छलफल गर्नुहोस् ।

७. माथि दिइएको चित्र जस्तै चौँरी को चित्र बनाउनुहोस् ।

पाठ ३ विरूवा र रूखहरू

साना साना विरूवा, राम्रा राम्रा रूख

हरियाली गाउँघर, वित्छ सुख दुख ।

चन्दन, बोडी, सल्ला, समाउने

हावा चल्दा हल्लिन्छ, हेर्दै रमाउने ।

लप्सी, स्याउ, अकवरे, आरूसँग सँगै

मिठो फल खान पाइने, परे म त दंगै ।

यार्सा, सतुवा, वोझो हुन् है जडीबुटी

विरामीमा खाने हामीले यसैलाई कुटी ।

आउ साथी रोपौँ रूख, मिलेर जोगाऔँ

हरियाली हाम्रो गाउँ, सबै मिलि रमाऔँ ।

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्यमा ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस्।

(क) पिपल र सल्ला रूख हुन्। (   )

(ख) लप्सी र स्याउ जडीबुटी हुन्। (   )

(ग) रूखले हावामा अक्सिजन दिन्छ। (   )

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) ______, ______, ______ रूखहरू हुन्।

(ख) ______, ______, ______ फलहरू हुन्।

(ग) बिरामी हुँदा ______, ______ जडीबुटी खानुपर्छ।

३. तल दिइएको निर्देशन अनुसार चित्र कोर्नुहोस्।

- आफ्नो मनपर्ने रूख वा बिरुवा कोर्नुहोस्।
- लप्सी वा स्याउ कोर्नुहोस्।

४. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) तपाईँको घर नजिक कुन बिरुवा वा रूख छ? यसको नाम लेख्नुहोस् ।

....

ख) यदि तपाईँले एउटा रूख रोप्न पाउने भए, कुन रूख रोप्नुहुन्थ्यो? किन?

....

ग) तपाईँलाई थाहा भएका कुनै ३ रूखका नाम भन्नुहोस् ।

....

५. दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- "रूखको नाउँ भनौं" खेल खेलाउने (शिक्षकले रूखको वर्णन गर्ने, विद्यार्थीहरूले नाउँ अड्कल गर्ने)।

- विद्यार्थीहरूलाई रूखको नक्कल अभिनय गर्न लगाउने (एक जना रूख, अर्को हावा, अर्को पानी)।

विषयक्षेत्र ४ हाम्रा सामाजिक सङ्घ संस्था तथा व्यत्तित्वहरू

पाठ १ हाम्रा सामाजिक सङ्घ संस्था

हाम्रो गाउँमा धेरै सामाजिक सङ्घ संस्था छन्। यी सङ्घ संस्थाले गाउँलाई सफा, राम्रो र सुरक्षित बनाउन मदत गर्छन्।

विद्यालय

विद्यालयमा हामी पढ्छौँ, लेख्छौँ, र नयाँ कुरा सिक्छौँ। शिक्षकले हामीलाई राम्रो व्यवहार सिकाउनुहुन्छ।

अस्पताल

अस्पतालमा बिरामीहरू जाँच गरिन्छ। डाक्टर र नर्सहरूले बिरामीको हेरचाह गर्छन्।

वन समिति

वन समितिले रूखबिरुवा जोगाउँछ। रूख धेरै भए हावा शुद्ध हुन्छ।

टोल सुधार समिति
गाउँ सफा राख्न टोल सुधार समितिले मदत गर्छ। बाटो घाटो बनाउने, फोहोर व्यवस्थापन गर्ने काम गर्छ।

हामी सबैले सामाजिक सङ्घ संस्थाको सहायता गर्नुपर्छ। यसले हाम्रो समाज अझै राम्रो बनाउँछ।

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्षमा ठीक वा बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस्।
(क) विद्यालयमा डाक्टर हुन्छन्। ( )
(ख) वन समितिले रूख जोगाउँछ। ( )
(ग) टोल सुधार समितिले बाटो घाटो बनाउँछ। ( )

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस्।
(क) ___________ मा हामी पढ्छौँ र लेख्छौँ।
(ख) ___________ बिरामीको हेरचाह गर्छ।
(ग) ___________ बाटो घाटो बनाउँछ।

३. तल दिइएको सन्दर्भमा रहेर चित्र कोर्नुहोस्।

विद्यालयको चित्र बनाउनुहोस्।

४. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) तपाईँले विद्यालयमा के-के सिक्नुहुन्छ?

....

ख) अस्पतालबाट तपाईँले के सेवा लिन सक्नुहुन्छ ?

....

ग) आफ्नो गाउँमा रहेका कुनै एउटा सामाजिक सङ्घ संस्थाको नाम लेख्नुहोस्।

....

घ) तपाईँको घर भएको टोलको टोल सुधार समितिको नाम भन्नुहोस् ।

....

५. तल दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- "म कुन संस्था हुँ?" खेल खेलाउने (शिक्षकले सङ्घ संस्थाको काम वर्णन गर्ने, विद्यार्थीहरूले नाम अड्कल गर्ने)।

६. शिक्षकको सहयोगमा कागजका टुक्राहरूबाट काट्ने, काटिएका टुक्राहरू जोडेर एक विद्यालयको चित्र बनाई कार्डबोर्ड पेपरमा राखि कक्षामा टाँस्नुहोस् ।

पाठ २ हाम्रा सङ्घसंस्थाहरू

नानीबाबुहरू ! आज हाम्रै वरिपरी रहेका विभिन्न सामाजिक संघ संस्थाहरूको कुरा गरौँ है । हामीलाई विभिन्न सेवा सुविधा दिने उद्देश्यले खोलेका समूह वा कार्यालयलाई सामाजिक संस्था भनिन्छ । हाम्रो नासोँमा पनि धेरैवटा सामाजिक संस्थाहरू छन् । ती मध्ये केहीको परिचय तल दिइएको छ ।

यो विद्यालय हो । विद्यालयमा हामी पढ्न, सिक्न र ज्ञान लिन आउँछौं ।	यो प्रहरी चौकी हो । प्रहरीले हामी र हाम्रो ठाउँको सुरक्षा गर्न सहयोग गर्छ ।
यो हाम्रो वडा कार्यालय हो । वडा कार्यालयबाट हामीले विकास निर्माणका काममा सहयोग पाउछौं । वडा कार्यालयबाट अन्य धेरै प्रकारका सेवा तथा सुविधा पनि पाउन सक्छौं ।	यो अस्पताल हो । यहाँ डाक्टरहरू पनि हुनुहुन्छ । यहाँ हामी विरामी हुँदा उपचार गर्न जान्छौं ।

हाम्रो नासोँमा अरु पनि धेरै यस्ता सामाजिक संस्थाहरू छन् । जसले निरन्तर रुपमा हामीलाई सेवा प्रदान गरिरहेका छन् ।

अभ्यास ः

१. माथिको पाठ हेरी तलको प्रश्नका उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) हामी विद्यालय किन जान्छौँ ?

उत्तरः..

ख) प्रहरीले हामीलाई कस्तो सेवा दिन्छ ?

उत्तरः..

ग) वडा कार्यालयबाट हामीले कस्तो सेवा पाउँछौँ ?

उत्तरः..

घ) हामी अस्पताल किन जान्छौँ ?

उत्तरः..

२.ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।

क) हाम्रो नासोँमा पनि धेरैवटा सामाजिक संस्थाहरू छन् ।

ख) विद्यालय सामाजिक संस्था होइन ।

ग) अस्पताल पनि सामाजिक संस्था हो ।

घ) हामीलाई सामाजिक संस्थाहरूले सेवा दिँदैनन् ।

सामाजिक संस्थाका बारेमा अरु कुरा पनि जानौँ है त ।

मेरो नाम सभ्यता हो । म कक्षा एकमा पढ्छु । मलाई साथीसँग पढ्न, खेल्न र सँगै रमाउन मन लाग्छ । हिजो पूजा मिसले हामीलाई हाम्रा वरपर भएका संघसंस्थाका नाम टिपेर ल्याउने काम दिनुभयो । म घरमा पुगेर बाबालाई सोधी आफनो समुदायभित्रका साझा संस्थाहरूको नाम टिपेर ल्याएर कक्षामा सुनाएँ ।

मेरो समुदायमा रहेका साझा संस्थाहरू

क. विद्यालय

ख. स्वास्थ्य संस्था

ग. सामुदायिक वन समूह

घ. आमा समूह

ङ. क्लब

च. सहकारी, आदि

३. आफ्ना अभिभावकसँग सोधेर आफ्ना समुदायका विद्यालय आमा समूह, वन समूह, क्लब तथा अन्य साझा संस्थाहरूको नाम टिपोट गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

विद्यालय	
स्वास्थ्य संस्था	
सामुदायिक वन	
क्लव	
आमा समूह	
सहकारी	
अन्य	

४.अभिभावकलाई सोधेर आफ्ना परिवारका सदस्यहरूकुन कुन संस्थामा संलग्न हुनुहुन्छ ती संस्थाहरूको नाम लेखी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

क.ः...

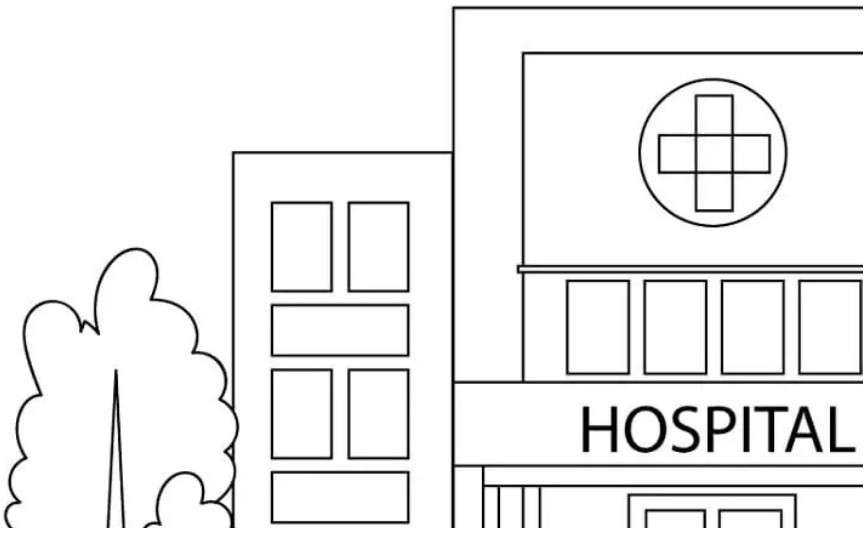
ख.ः...

ग.ः..

घ.ः..

ङ.ः..

५. तलको आकृति हेरी रङ् भर्नुहोस् ।



विषयक्षेत्र ५ विपद् विपद् व्यवस्थापन

पाठ १ विपद्बाट बचौँ

(धुन: रमाइलो बालगीत शैलीमा गाउन सकिने सरल लय)

भुइँचालो आयो, के गर्ने त?
टेबुल मुनि लुक्ने है त!
मज्जाले बसौं, तल नझरौं,
सुरक्षित ठाउँ खोज्ने है त!

डढेलो लाग्यो, के गर्ने त?
पानीले निभाउने है त!
दाउरा, घाँस, जथाभावी,
नथुपारौं, बुझ्ने है त!

बाढी आयो, के गर्ने त?
उचाइमा जाने है त!

एक्लै नभइ, सबैसँगै,
सहयोग गर्ने है त!

सिरिङ-सिरिङ हावा चल्यो,
बिजुली चम्क्यो, ठुलो गर्ज्यो!
रुखमुनी नबस्ने, घरभित्र लुक्ने,
सुरक्षित बस्ने है त!

संकट पर्दा, के गर्ने त?
आफ्नो मन नडराउने त!
साथीहरूलाई खबर गर्ने,
सहयोग सँगै गर्ने है त!

सबै मिलेर बुझौं है त,
विपद् बाट बच्ने तरिका सिकौँ है त!

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्यमा सही वा गलत चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) भुइँचालो आए टेबुल मुनि लुक्नुपर्छ। ( )

(ख) डढेलो लागेपछि आगो बल्न दिनुपर्छ। ( )

(ग) बाढी आएपछि उचाइमा जानुपर्छ। ( )

२. तल दिइएको वाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) भुइँचालो आउँदा ___________ मुनी लुक्नुपर्छ।

(ख) डढेलो निभाउन ___________ प्रयोग गर्नुपर्छ।

(ग) बाढी आउँदा ___________ ठाउँमा जानुपर्छ।

३. दिइएको निर्देशन अनुसारको चित्र कोर्नुहोस्।

- डढेलो निभाउने तरिकाको चित्र बनाउनुहोस्।

४. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) तपाईंको गाउँमा पहिला कुनै विपद् आएको थियो? यदि थियो भने, त्यसबेला के गर्नुभयो?

....

ख) विपद्बाट बच्नका लागि १ उपाय लेख्नुहोस्।

....

ग) भुइँचालो आउँदा के गर्नुपर्छ ?

....

घ) आगो लाग्दा के गर्नुपर्छ ?

....

५. दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- "म विपद् छु!" खेल (शिक्षकले विपद् को नाम लुकाएर त्यसको लक्षण बताउने, विद्यार्थीहरूले अनुमान गर्ने)।

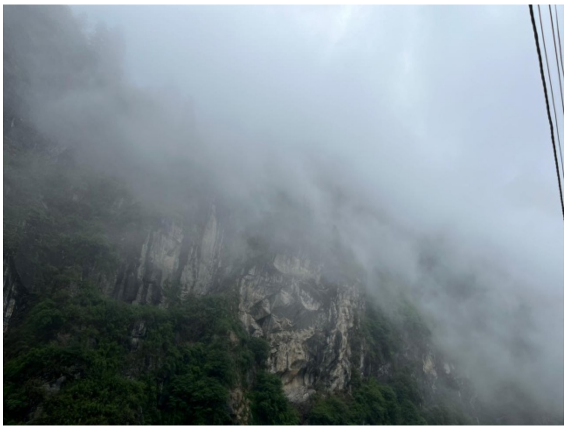
६. तलको चित्रमा के भइरहेको छ होला ? छलफल गर्नुहोस् ।

alamy
Image ID: 2RMTFYD
www.alamy.com

पाठ २ पानी परेको दिन

मनाङको धारापानी गाउँमा सानो बालक सोनाम बस्थ्यो। आज बिहानैदेखि आकाशमा कालो बादल लागेको थियो। "आज त पानी पर्छ जस्तो छ!" सोनामकी आमाले भन्नुभयो।

सोनाम विद्यालय जान तयार भयो। उसले आफ्नो रङ्गीचङ्गी छाता बोक्यो र निलो रबरका जुत्ता लगायो। विद्यालय जाने क्रममा "सिर्र्र्र" बतास चल्यो, अनि ठूलाठूला थोपा झर्न थाले।



"आहा, पानी पर्यो !" सोनाम रमायो। ऊ बाटोमा जमेको पानीमा हाम्फाल्न खोज्दै थियो।

विद्यालय पुग्दा सबै साथीहरू ओसिएर भिजेका थिए। शिक्षकले भने, "पानी परेको बेला छाता ओढ्ने, रबरका जुत्ता लगाउने, अनि चिसोबाट बच्ने गर्नुपर्छ है"

खेल्ने बेला सबै साथीहरू झ्यालबाट पानी हेर्दै रमाइरहेका थिए। अचानक ठूलो गड्याङगुडुङ आवाज आयो!

"डराउनुपर्ने पर्दैन, यो त पानी पर्ने बेलाको मेघ गर्जन हो!" शिक्षकले भन्नुभयो। सबै बालबालिका मुस्कुराए।

साँझ परेपछि पानी रोकियो। आकाशमा ठूलो रातोम्मै सूर्यास्त देखियो। सोनामले मुस्कुराउँदै छाताको पानी हल्लाउँदै भन्यो, "पानी परेको दिन कति रमाइलो!"

अभ्यास

१. तलका वाक्य पढि सही वा गलत चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) सोनामले विद्यालय जाँदा छाता बोकेको थियो। ( )

(ख) पानी परेको बेला रबरका जुत्ता लगाउनु हुँदैन। ( )

(ग) मेघ गर्जन हुँदा डराउनुपर्छ। ( )

२. तलका वाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) सोनामले ___________ छाता बोक्यो।

(ख) पानी परेपछि बाटोमा ___________ जम्मा भयो।

(ग) पानी परेपछि आकाशमा ___________ गर्जियो।

३. चित्र कोर्नुहोस्।

छाता ओढेको बच्चाको चित्र बनाउनुहोस्।

४. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) यदि पानी पऱ्यो भने तपाईँ के गर्नुहुन्छ? लेख्नुहोस्।

....

ख) तपाईँलाई पानी परेको दिन मन पर्छ कि पर्दैन? किन?

....

ग) पानी परेको बेला के के लगाउनुपर्दछ ?

....

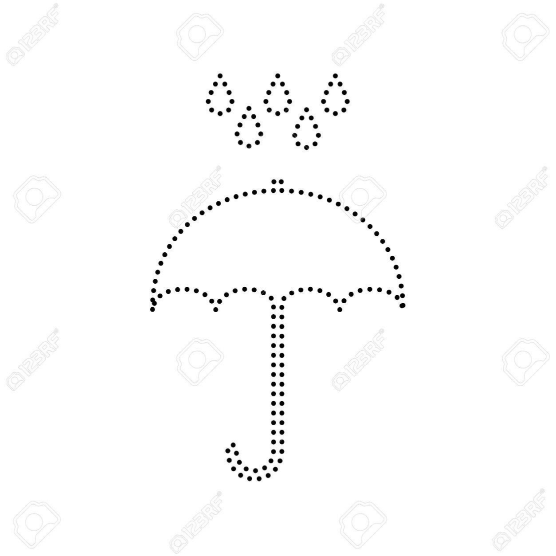
घ) पानी परेको बेला के ओड्नु पर्दछ ?

....

५. तलको निर्देशन अनुसारको खेल खेल्नुहोस् ।

विद्यार्थीहरूलाई "पानी परेको दिन" अभिनय गर्न लगाउने।

६. तलको चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस् ।



विषयक्षेत्र ६ ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थल

पाठ १ हाम्रो पर्यटकीय स्थल

मनाङको थोँचे गाउँ धेरै सुन्दर छ। यहाँबाट उच्च पहाडहरू, नदीहरू, झरनाहरू, र हिउँ चितुवा जस्ता जनावरहरू देख्न पाइन्छन्। यहाँ धेरै पर्यटक घुम्न आउँछन्।

डोना ताल

डोना ताल नासौँ गाउँपालिकाको वडा नं. २ मा रहेको ताल हो। हिमालको छेउमा रहेको यो तालको पानी निलो देखिन्छ।

अन्नपूर्ण पदमार्ग

अन्नपूर्ण पदमार्गमा हिँड्न धेरै देशका पर्यटक आउँछन्। यहाँबाट अग्ला हिमाल देख्न सकिन्छ।

बौद्ध गुम्बा

मनाङको नासौँमा ठूला-ठूला बौद्ध गुम्बा छन्। यहाँ धूप बालिन्छ र पूजापाठ गरिन्छ।

झरनाहरू

मनाङमा धेरै सुन्दर झरनाहरू छन्। पानी माथिबाट झर्दा निकै रमाइलो देखिन्छ।

हामीले पर्यटकीय स्थललाई सफा राख्नुपर्छ र पर्यटकलाई मदत गर्नुपर्छ।

अभ्यास

१. तलका वाक्य पढी ठिक वा वेठिक चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) डोना ताल वडा नं. २ मा पर्दछ । ( )

(ख) मनाङमा पर्यटक आउँदैनन्। ( )

(ग) झरनाहरू सुन्दर देखिन्छन्। ( )

२. तल दिइएको वाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) डोना तालको पानी __________ देखिन्छ।

(ख) अन्नपूर्ण पदमार्गमा __________ आउँछन्।

(ग) गुम्बामा __________ बालिन्छ।

३. पङ्कर तालको चित्र कोर्नुहोस्।

४. तल दिइएका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।

क) यदि तपाईँ पर्यटक भएको भए कहाँ घुम्न जानुहुन्थ्यो? किन?

....

ख) पर्यटकीय स्थल सफा राख्न हामीले के गर्नुपर्छ?

....

ग) गुम्बामा हामीले के गर्छौं ?

....

घ) डोना ताल कहाँ पर्दछ ?

....

५. तल दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- "म कुन ठाउँ हुँ?" खेल (शिक्षकले पर्यटकीय स्थलको वर्णन गर्ने, विद्यार्थीहरूले नाम अड्कल गर्ने)।

६. तलको चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस् ।

पाठ २ डोना ताल

डोना ताल मनाङ जिल्लाको नार्सों गाउँपालिकामा रहेको सुन्दर ताल हो। यो ताल अग्ला हिमालहरूको बीचमा छ। यहाँको पानी निकै सफा र निलो देखिन्छ।

डोना ताल हेर्न धेरै पर्यटकहरू आउँछन्। यहाँ पाइने हरियाली वन, चिसो हावा, र शान्त वातावरणले सबैको मन लोभ्याउँछ। तालको वरिपरि चराचुरुंगी पनि देख्न सकिन्छ।

हामी सबैले यो ताल सफा राख्नुपर्छ र फोहोर फाल्नु हुँदैन।

अभ्यास

१. तलको वाक्य पढी ठीक वा वेठीक छुट्याउनुहोस् ।

(क) डोना ताल मनाङमा पर्छ। (   )

(ख) तालको पानी फोहोर हुन्छ। (   )

(ग) तालको वरिपरि चराचुरुंगी पाइन्छ। (   )

2. खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) डोना ताल ___________ जिल्लामा पर्छ।

(ख) तालको पानी ___________ हुन्छ।

(ग) तालको वरिपरि ___________ हरियाली हुन्छ।

३. डोना ताल कोर्नुहोस्।

४. तल दिइएका अक्षरहरूलाई पुरा गरी शब्द निर्माण गर्नुहोस् ।

ता....

सु....र

डो.........

ना......

५. तलको चित्रमा उपयुक्त रङ्ग भर्नुहोस् ।

विषयक्षेत्र ७ स्थानीय पेसा, व्यवसाय, उत्पादन र प्रविधी

पाठ १ स्थानीय कृषि औजारहरू

कोदालो

कोदालो फलाम र काठबाट बनाइने उपकरण हो । यसलाई खेतबारीमा खन्नका लागि उपयोग गरिन्छ ।

हलो

हलो र जुवा काठ र फलामबाट बनाइने उपकरण हो । यसलाई खेतवारी जोत्नका लागि उपयोग गरिन्छ ।

गुन्द्री

गुन्द्री परालबाट निर्माण गरिने सामग्री हो । यसलाई घरमा बस्नका लागि उपयोग गरिन्छ ।

हसिया

हसिया फलाम र काठबाट निर्माण गरिने उपकरण हो । यसलाई घाँस काट्न, साना रूखहरू काट्न प्रयोग गरिन्छ ।

निगाला तथा बाँसबाट बनाइएका सामग्रीहरू हेर्नुहोस् र चिन्नुहोस् ।

क्रियाकलाप

विद्यार्थीहरूलाई स्थानीय कृषि औजारहरूको चित्र सङ्कलन गरी प्रदर्शन गर्दै उक्त उपकरणहरूको प्रयोगको बारेमा जानकारी गराउने ।

अभ्यास

१. तलका शब्दहरूलाई सफासँग सार्नुहोस् ।

सिलौटो =...................................

हलो =...................................

गुन्द्री =.....................................

मदानी =.....................................

भकारी =.....................................

डोको =.....................................

२. तपाईँको घरमा प्रयोग भएका काठका उपकरणहरू लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

३. काठ र फलामबाट बन्ने परम्परागत प्रविधिको नाम लेख्नुहोस् ।

....

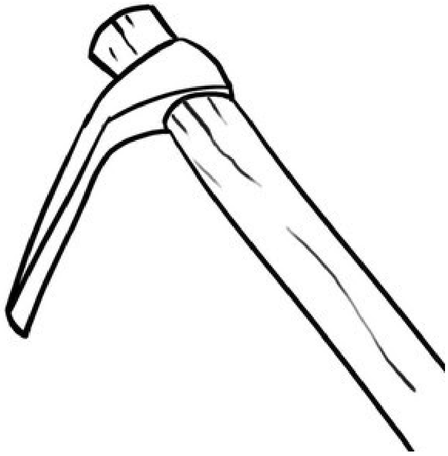
....

....

....

४. अभिभावकको सहयोगमा तपाईँको घरमा प्रयोग हुने कुनै एक उपकरणको चित्र बनाउनुहोस् ।

५. तलको चित्र हेरी त्यस्तै चित्र बनाउनुहोस् ।



पाठ २ किसान आमा

मनाङको नासोँ गाउँपालिकामा ताचै एक सुन्दर गाउँ छ । त्यहाँ डोल्मा आमा नाम गरेकी एक मेहनती किसान बस्नुहुन्थ्यो।

डोल्मा आमाले जौ, आलु, गहुँ, करू (उवा) जस्ता बाली लगाउनुहुन्थ्यो। बिहानै उठेर उहाँले खेत जोत्नुभयो, बिउ छर्नुभयो, र पानी हाल्नुभयो।

एकदिन सानो लाक्पा ले सोध्यो, "आमा, किन खेती गर्नुपर्छ?"

डोल्मा आमाले हाँस्दै भनिन्, "हामीले खेती नगरे खाना पाइन्न। खेतबारीबाट नै फापर, गहुँ, र तरकारी आउँछ।"

लाक्पाले खेतबारीमा सानो आलुको बोट देख्यो र खुसी हुँदै भन्यो, "म पनि ठूलो भएपछि खेती गर्छु!"

डोल्मा आमाले सम्झाइन्, "कृषि हाम्रो जीवन हो। सबैले मेहनत गरेर खानुपर्छ।"

अभ्यास

१. तलका वाक्य पढी सही वा गलत चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) डोल्मा आमाले खेतमा आलु लगाउनुभयो। ( )

(ख) खेती नगरे पनि खाना पाइन्छ। ( )

(ग) लाक्पालाई खेती गर्न मन पऱ्यो। ( )

२. तलका वाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) डोल्मा आमाले ____________ खेती गर्नुभयो।

(ख) खेती नगरे ____________ पाइँदैन।

(ग) लाक्पाले ____________को बोट देख्यो।

३. वरिपरि खेती भएका चित्र कोर्नुहोस्।

४. तलका प्रश्न पढी उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) आफ्नो गाउँमा हुने कुनै दुई कृषिबालीको नाम लेख्नुहोस्।

....

ख) यदि तपाईँ किसान हुनुहुन्थ्यो भने के-कस्ता बाली लगाउनुहुन्थ्यो?

....

ग) लाक्पा के देखेर खुसी भयो ?

....

घ) डोल्मा आमाले बारीमा के के लगाउनुभएको थियो ?

....

५. तल दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- "म कुन बाली हुँ?" खेल (शिक्षकले कृषिबाली वर्णन गर्ने, विद्यार्थीहरूले नाम अड्कल गर्ने)।
- विद्यार्थीहरूलाई सानो खेत तयार पारेर त्यहाँ गहुँ वा कोदोका बिउ छर्ने अभ्यास गराउने।

६. तल दिइएको चित्रमा रङ्ग भर्नुहोस् ।

विषयक्षेत्र ८ हाम्रो भूगोल र हावापानी

पाठ १ हाम्रो भूगोल

नासौँ गाउँपालिका मनाङ जिल्लामा पर्छ। यहाँ धेरै ठूला–ठूला पहाडहरू, हरियो वन, चिसो खोला र नदी छन्।

मर्याङ्दी नदी हाम्रो गाउँबाट बग्छ। यसको पानी चिसो र सफा हुन्छ।

दुध खोला पनि हाम्रो गाउँमा छ। खोलाको पानी सेतो हुन्छ, दुधजस्तो देखिन्छ, त्यसैले त्यसलाई दुध खोला भनिन्छ।

हाम्रो गाउँ चारैतिर हरियालीले भरिएको छ। यहाँ चराचुरुङ्गी चिर्बिर गर्छन् र चिसो हावा चल्छ।

गाउँबाट हिँडेर जान सकिने बाटोहरू (पदमार्ग) छन्। यिनै बाटोबाट पाहुनाहरू ताल, गुम्बा र हिमाल हेर्न आउँछन्।

हाम्रो नासोँ गाउँ धेरै सुन्दर छ। हामीले यसलाई सफासुग्घर राख्नुपर्छ।

अभ्यास

१. खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

क) हाम्रो गाउँमा __________ नदी बग्छ।
ख) दुध खोलाको पानी __________ जस्तो देखिन्छ।
ग) पहाडहरू __________ हरियालीले ढाकिएका छन्।
घ) गाउँमा चराहरू __________ गर्छन्।

२. तलका प्रश्नका उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) नासोँ गाउँपालिका कहाँ पर्छ?

....

ख) दुध खोलाको नाम किन दुध खोला राखिएको होला?

....

ग) पदमार्गबाट पाहुनाहरू कहाँ जान्छन्?

....

३ .मर्स्याङ्दी नदी, पहाड र चराहरू भएको गाउँको चित्र कोरेर रंग भर्नुहोस्।

४. ठीक वा बेठीक छुट्याउनुहोस् (✔ / ✘):

क) दुध खोला तातो पानीको हो।

ख) चराहरू गाउँमा चिर्बिर गर्छन्।

ग) मर्स्याङ्दी नदी हिमालबाट बग्छ।

घ) पदमार्ग केवल काठमाडौँमा हुन्छ।

५. तल दिइएका प्रश्नमा साथीसँग छलफल गर्नुहोस् ।

 "तपाईंको गाउँमा कुन खोला वा नदी छ?"

 "तपाईंलाई जंगल र चराचुरुङ्गी मन पर्छ?"

विषयक्षेत्र ९ हाम्रो भाषा, वेशभूषा, संस्कृती र परम्परा

पाठ १ हाम्रो स्थानीय भाषा

आज प्रकाशज्योती माध्यमिक विद्यालयको कक्षा १ मा गुरूआमाले स्थानीय भाषाको बारेमा पढाउनुभयो । उहाँले स्थानीय स्तरमा बोलिने भाषाहरूलाई राम्रोसँग बुझ्ने भाषामा सिकाइ दिनुभयो र सबैलाई घरमा गएर आफ्नो घरमा बोलिने भाषा अभिभावकसँग सोधेर आउन भन्नुभएको छ । यसै विच वेद बहादुर गुरूङ आफ्नो घरमा गएर आमासँग गरेको कुराकानी

वेद बहादुर: आमा, हाम्रो गाउँमा कुन भाषा बोलिन्छ?

आमा: हाम्रो गाउँमा धेरैले गुरुङ भाषा बोल्छन्।

वेद बहादुर: अनि अरू भाषाहरू पनि बोलिन्छन् त?

आमा: हो, यहाँ नेपाली भाषा, र केही ठाउँमा तिब्बती भाषा पनि बोलिन्छ।

वेद बहादुर: गुरुङ भाषामा "नमस्ते" कसरी भनिन्छ?

आमा: "नमस्ते" लाई "फ्यों" नै भनिन्छ, तर हामी भनेर पनि अभिवादन गर्छौं।

वेद बहादुर : अनि लामा भाषामा चाहिँ थाहा छ ?

आमा: उमम थाहा छ नी, उता घर दिदीले बोल्दा सुनेकी छु, नमस्तै लाई....................भनिन्छ ।

वेद बहादुर: आहा! अब म गाउँका हजुरबुबा-हजुरआमासँग गुरुङ भाषामा कुरा गर्ने प्रयास गर्छु!

आमा: हो, आफ्नो भाषा सिक्नुपर्छ। भाषाले हाम्रो संस्कृति बचाउँछ।

अभ्यास

१. तलका वाक्य पढी ठीक वा बेठीक चिन्ह लगाउनुहोस्।

(क) नासों गाउँपालिकामा गुरुङ भाषा बोलिन्छ। ( )

(ख) "थुचे गाराम" को अर्थ "माफ गर्नुहोस्" हो। (   )
(ग) आफ्नो भाषा सिक्नु जरुरी छ। (   )

२. तलका वाक्यमा खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

(क) नासोँ गाउँपालिकामा धेरैले ___________ भाषा बोल्छन्।
(ख) "धन्यवाद" लाई गुरुङ भाषामा ___________ भनिन्छ।
(ग) भाषाले हाम्रो ___________ बचाउँछ।

३. चित्र कोर्नुहोस्।

- दुई जना गुरुङ भाषा बोलिरहेको दृश्य कोर्नुहोस्।

- आफ्नो गाउँका मानिसहरू भेला भएर कुरा गरिरहेको चित्र बनाउनुहोस्।

४. तल दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क) तपाईँको गाउँमा कुन भाषा बोलिन्छ? लेख्नुहोस्।

....

ख) आफ्नो आमाबुबासँग बोलिने आफ्नै भाषामा दुई वाक्य लेख्नुहोस्।

....

ग) हामीले हाम्रो भाषाको संरक्षण किन गर्नुपर्छ ?

....

घ) हामीले बोल्ने मातृभाषाले हामीलाई के फाइदा गर्छ ?

....

५. तल दिइएको निर्देशन अनुसार खेल खेल्नुहोस् ।

- "म कुन भाषा हुँ?" खेल (शिक्षकले स्थानीय भाषाको शब्द भन्ने, विद्यार्थीहरूले भाषा अड्कल गर्ने)।
- विद्यार्थीहरूलाई जोडी बनाएर स्थानीय भाषामा संक्षिप्त संवाद गर्न लगाउने।

पाठ २ मिलेर बसौँ

मेरो नाम अनिता हो । म कक्षा एकमा पढ्छु । मेरो कक्षामा राजु, निलीमा, पासाङ् सहित १५ जना साथी छन् । हामी सबै साथीहरू मिलेर बस्छौं । छलफल गरी पढ्ने लेख्ने हाम्रो राम्रो बानी छ । हामी साथीलाई सहयोग पनि गर्छौं ।

हामी कहिल्यै कसैसँग झगडा गर्दैनौं । शिक्षकलेले दिनुभएका कामहरू मिलेर नै गर्दछौं । म घरमा पनि दाजु, दिदी, भाइ बहिनी सबैसँग मिलेर बस्छु । यसरी मिलेर बस्दा रमाइलो हुन्छ । केही काम गर्न पनि सजिलो हुन्छ । हामी सबै मिलेर नै बस्नुपर्दछ ।

अभ्यास ः

१.तलका प्रश्नहरूको जवाफ बताउनुहोस् ।

क) कक्षामा को को मिलेर बस्दछन् ?

उत्तरः...

ख) अनिता र साथीहरूको बानी कस्तो छ ?

उत्तरः...

ग) मिलेर बस्दा के हुन्छ ?

उत्तरः...

२.तलका चित्रमा के के देखिन्छ भन्नुहोस् ।

३. तलका चित्रका राम्रा बानीहरूमा ठिक चिन्ह र नराम्रा बानीमा बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

:

अब एउटा गीत गाऊँ है त ।

म त सानी सानी

म त सानी सानी नानी,मेरा राम्रा बानी

माया गर्छन् सबैले, भन्छन् कति ज्ञानी ।। १ ।।

एक कक्षामा पढ्ने हो, मिलेर नै बस्ने हो

साथीसङ्गी मिलेर, पढ्न कम्मर कस्ने हो ।।२ ।।

नमस्कार छ गुरुबा, नमस्कार गुरुमा

जहिले पनि शिर म,निहुराउँछु सुरुमा ।। ३ ।।

रश्मी, राजु, सुवास,धेरै मेरा साथी

झै झगडा नगर्ने, सबैभन्दा माथि ।।४ ।।

दाजु मेरो ज्ञानी, बहिनी अलि सानी छ

घरमा पनि मिल्ने, आदर गर्ने बानी छ ।। ५ ।।

घरकी प्यारी छोरी म, बाबा अनि आमाकी

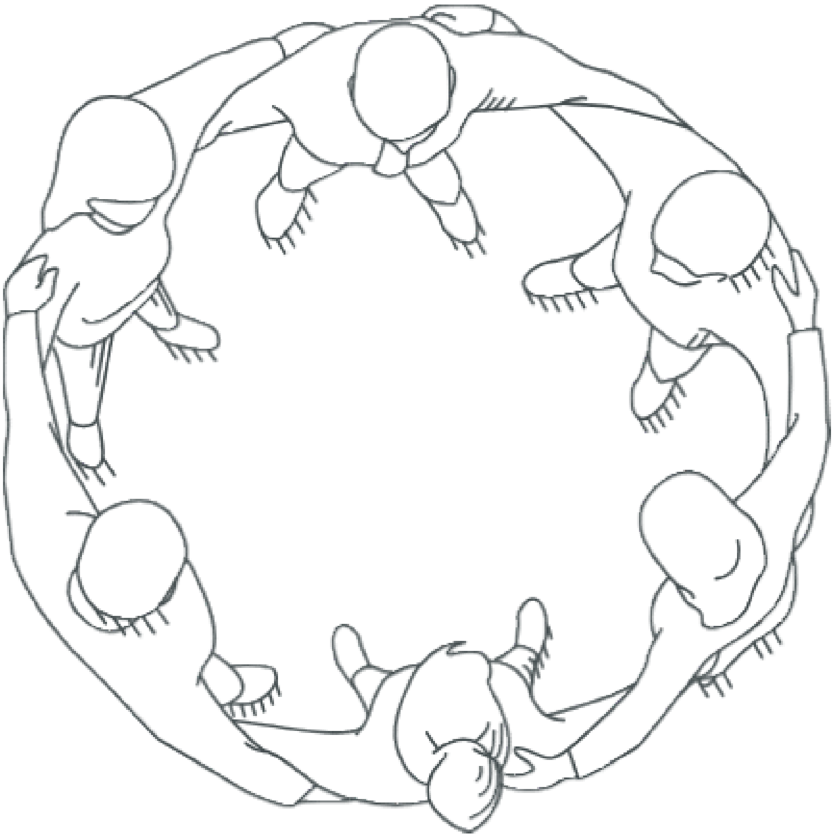
ज्ञानी अनि चञ्चले भाञ्जी, मेरा मामाकी ।। ६ ।।

अभ्यास

१. स्वर मिलाएर शिक्षकसँगै माथिको गीत गाउनुहोस् ।

२. तपाईँका असल बानीहरूको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुतीकरण गर्नुहोस् ।

३. तलको आकृति हेरी उपयुक्त रङ भर्नुहोस् ।



४. माथिको चित्र हेरेर चित्रको सन्देशका बारेमा साथीसँग छलफल गर्नुहोस् ।