सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा

कक्षा ४

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक

नेपाल सरकार

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

© सर्वाधिकार पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

यस पाठ्यपुस्तकसम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार पाठ्यक्रम विकास केन्द्र सानोठिमी, भक्तपुरमा निहित रहेको छ । पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतिविना व्यापारिक प्रयोजनका लागि यसको पुरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट रेकर्ड गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन ।

प्रथम संस्करण : वि.सं २०७९

पाठ्यपुस्तकसम्बन्धी पाठकहरूका कुनै पनि प्रकारका सुझावहरू भएमा पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, समन्वय तथा प्रकाशन शाखामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ । पाठकहरूबाट आउने सुझावहरूलाई केन्द्र हार्दिक स्वागत गर्दछ ।

हाम्रो भनाइ

पाठ्यक्रम शिक्षण सिकाइको मूल आधार हो । पाठ्यपुस्तक विद्यार्थीमा अपेक्षित दक्षता विकास गर्ने एक मुख्य साधन हो । यस पक्षलाई दृष्टिगत गर्दै पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले विद्यालय शिक्षालाई व्यावहारिक, समयसापेक्ष र गुणस्तरीय बनाउने उद्देश्यले पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकको विकास तथा परिमार्जन कार्यलाई निरन्तरता दिँदै आएको छ । आधारभूत शिक्षाले बालबालिकामा आधारभूत साक्षरता, गणितीय अवधारणा र सिप एवम् जीवनोपयोगी सिपको विकासका साथै व्यक्तिगत स्वास्थ्य तथा सरसफासम्बन्धी बानीको विकास गर्ने अवसर प्रदान गर्नुपर्छ । आधारभूत शिक्षाका माध्यमबाट बालबालिकाहरूले प्राकृतिक तथा सामाजिक वातावरणप्रति सचेत भई अनुशासन, सदाचार र स्वावलम्बन जस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुणको विकास गर्नुपर्छ । यसले विज्ञान, वातावरण र सूचना प्रविधिसम्बन्धी आधारभूत ज्ञानको विकास गराई कला तथा सौन्दर्यप्रति अभिरुचि जगाउनुपर्छ । शारीरिक तन्दुरुस्ती, स्वास्थ्यकर बानी एवम् सिर्जनात्मकताको विकास तथा जातजाति, धर्म, भाषा, संस्कृति, क्षेत्रप्रति सम्मान र समभावको विकास पनि आधारभूत शिक्षाका अपेक्षित पक्ष हुन् । देशप्रेम, राष्ट्रिय एकता, लोकतान्त्रिक मूल्यमान्यता तथा संस्कार सिकी व्यावहारिक जीवनमा प्रयोग गर्नु, सामाजिक गुणको विकास तथा नागरिक कर्तव्यप्रति सजगता अपनाउनु, र दैनिक जीवनमा आइपर्ने व्यावहारिक समस्याहरूको पहिचान गरी समाधानका उपायको खोजी गर्नु पनि आधारभूत तहको शिक्षाका आवश्यक पक्ष हुन् । यस पक्षलाई दृष्टिगत गरी विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप,२०७६ अनुसार विकास गरिएको आधारभूत शिक्षा (कक्षा ४) को सामाजिक अध्ययन तथा मानव मूल्य शिक्षा विषयको पाठ्यक्रमअनुरूप परीक्षणबाट प्राप्त सुझावसमेत समायोजन गरी यो पाठ्यपुस्तक विकास गरिएको हो ।

यस पाठ्यपुस्तकको लेखन ज्ञानबहादुर अधिकारी, चेतनाथ धमला, रञ्जना शर्मा, रेणुका पाण्डे भुसाल, हेमराज खतिवडा र सरस्वती भट्टराई लुइँटेल सम्मिलित कार्यदलबाट भएको हो । पाठ्यपुस्तकलाई यस स्वरूपमा ल्याउने कार्यमा यस केन्द्रका महानिर्देशक श्री अणप्रसाद न्यौपाने, प्रा.डा प्रेम सागर चापागाईं र श्री सिर्जना घिमिरे दाहालको योगदान रहेको छ । यसको भाषा सम्पादन डा. गणेशप्रसाद भट्टराई, श्री चिनाकुमारी निरौला, कला सम्पादन श्री श्रीहरि श्रेष्ठबाट भएको हो । यस पाठ्यपुस्तकको विकासमा संलग्न सम्पूर्णप्रति केन्द्र हार्दिक कृतज्ञता प्रकट गर्छ ।

यस पाठ्यपुस्तकले विद्यार्थीमा निर्धारित सक्षमता विकासका लागि विद्यार्थीलाई सहयोग गर्ने छ । यसले विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्त्वपूर्ण र आधारभूत सामग्रीका रूपमा कक्षा क्रियाकलापबाट हुने सिकाइलाई मजबुत बनाउन सहयोग गर्ने छ । त्यसैले यो शिक्षकको सिकाइ क्रियाकलापको योजना नभई विद्यार्थीका सिकाइलाई सहयोग पुऱ्याउने सामग्री हो । पाठ्यपुस्तकलाई विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्त्वपूर्ण आधारका रूपमा बालकेन्द्रित, सिकाइकेन्द्रित, अनुभवकेन्द्रित, उद्देश्यमूलक, प्रयोगमुखी र क्रियाकलापमा आधारित बनाउने प्रयास गरिएको छ । सिकाइ र विद्यार्थीको जीवन्त अनुभवबिच तादात्म्य कायम गर्दै यसको सहज प्रयोग गर्न शिक्षकले सहजकर्ता, उत्प्रेरक, प्रवर्धक र खोजकर्ताका रूपमा भूमिकाको अपेक्षा गरिएको छ । यस पुस्तकलाई अझ परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत विशेष भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

वि. सं. २०७९

विषयसूची

एकाइ विषयवस्तु	पृष्ठसङ्ख्या
एकाइ–एक : हामी र हाम्रो समुदाय	**१**
पाठ १ : छिमेकीसँगको सम्बन्ध	२
पाठ २ : छिमेकमा सरसहयोग	५
पाठ ३ : छिमेकीसँगको व्यवहार	८
पाठ ४ : हाम्रा छिमेकीको काम र पेसा	१०
पाठ ५ : पेसा र व्यावसायमा प्रयोग हुने सामग्रीहरू	१४
एकाइ–दुई : हाम्रा मूल्य मान्यता	**२१**
पाठ १ : मान्यजनको सम्मान र प्रेरणा	२२
पाठ २ : क्षमाशील बनौँ	२४
पाठ ३ : असल बानी व्यवहार	२७
पाठ ४ : हाम्रा भाषा र रहनसहन	३०
पाठ ५ : चाडपर्वमा सहभागिता र सहयोग	३४
पाठ ६ : मेरो जन्मस्थान	३७
पाठ ७ : हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरू	४०
एकाइ–तीन : नागरिक चेतना	**४६**
पाठ १ : हाम्रो सुरक्षा	४६
पाठ २ : हाम्रो अधिकार र कर्तव्य	५०
पाठ ३ : बाल सहभागिता	५२
पाठ ४ : हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा	५४
पाठ ५ : हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू	५७
पाठ ६ : समान व्यवहार	६०
पाठ ७ : सेवा प्रदायक निकायहरू	६२

एकाइ–चार : सामाजिक समस्या र समाधान	**६९**
पाठ १ : असल समाज	७०
पाठ २ : सामाजिक समस्याबाट बचौँ र बचाऔँ :	७३
पाठ ३ : सामाजिक समस्या र यसका समाधानका उपायहरू	७६
पाठ ४ : सामाजिक समस्या समाधानमा स्थानीय सङ्घसंस्थाहरू	८०
एकाइ–पाँच : हाम्रो विगत	**८४**
पाठ १ : मेरो परिवार र छिमेकीको विगत	८५
पाठ २ : हाम्रा समुदायका असल व्यक्तिहरू	८७
पाठ ३ : मेरो रमाइलो गाउँ	८९
पाठ ४ : हाम्रा पूर्वज	९१
एकाइ–छ : हाम्रा आर्थिक क्रियाकलाप	**९५**
पाठ १ : कामको सम्मान गरौँ	९६
पाठ २ : हाम्रा उत्पादन, राम्रा उत्पादन	९८
पाठ ३ : हाम्रा आयआर्जनका कार्य	१०७
पाठ ४ : मितव्ययी बनौँ	११०
पाठ ५ : हाम्रो हाटबजार	११३
एकाइ–सात : हाम्रो पृथ्वी	**१२०**
पाठ १ : पृथ्वी : हाम्रो साझा घर	१२१
पाठ २ : हाम्रो पृथ्वी र साधन स्रोत	१२४
पाठ ३ : विपत्को परिचय र सावधानीका उपाय	१२७
पाठ ४ : हाम्रो स्थानीय तह	१३०
पाठ ५ : नक्सा कोरौँ	१३३
पाठ ६ : आफ्नो गाउँ टोलको अवस्थिती	१३६

एकाइ
एक

हामी र हाम्रो समुदाय

सिकाइ उपलब्धि

निकट छिमेकीहरूको सम्बन्ध पहिचान गरी सहयोगको आदान प्रदान गर्न

आफ्ना छिमेकीहरूसँग उचित व्यवहार गर्न

आफ्ना छिमेकीहरूको काम र पेसा बताउन

विभिन्न पेसा तथा व्यवसायमा प्रयोग हुने सामग्रीहरूको पहिचान गरी तिनीहरूको सुरक्षा गर्न

पाठ १

छिमेकीसँगको सम्बन्ध

मेरो नाम रसिला हो । म कक्षा चारमा पढ्छु । मेरो गाउँको नाम लामिडाँडा हो । मेरो छिमेकमा एलिसा, राजन, दोर्जे, हमिद र रामभरोसको घर छ । हामी गाउँको विद्यालयमा सँगै पढ्न जान्छौँ । मलाई छिमेकका साथीहरूसँग मिलेर पढ्न र खेल्न रमाइलो लाग्छ ।

हाम्रो घर गाउँको बिचमा पर्दछ । एक दिन बेलुकीपख हाम्रो घरको आँगनमा म र साथीहरू खेलिरहेका थियौँ । म खेलिसकेपछि घरमा गएर गृहकार्य गर्न थाले । बुबाले मलाई गृहकार्य गर्न सहयोग गरिरहनु भएको थियो । त्यसै समयमा कृष्ण काका र पल्लो घरका जेठाबा घरमा आउनुभयो । जेठाबाले मेरा बुबालाई भन्नुभयो 'ए, माइला वर्षा सुरु हुन लाग्यो । यसपालि गैरीखेतको कुलो बेलैमा खन्नुपर्छ ।' उहाँहरू दुवैले अरू गाउँलेहरूसँग पनि सल्लाह गर्ने कुरा गर्नुभयो । त्यसपछि मेरा बुबा टोलका सबैलाई खबर गर्न जानुभयो । मैले पनि हरि दाइ, रामु काका, मन्सुर ठुलाबा, चन्द्रकला बज्यैलगायतलाई बोलाउन सहयोग गरे । गाउँलेहरू सबै भेला भएपछि जेठाबाले आफ्ना कुरा राख्नुभयो ।' 'हामीहरू यहाँ किन भेला भएका छौँ भन्ने कुरा म स्पष्ट पार्न चाहन्छु ।' 'हामीलाई थाहा नै छ, अब वर्षा सुरु हुन लाग्यो । गैरीखेतको कुलो कहिलेबाट खन्ने, यस सम्बन्धमा सल्लाह गरौँ ।' जेठाबाको कुरा सुनेर मन्सुर ठुलाबाले भन्नुभयो, हुन्छ नि दाइ, अहिले काम पनि खासै केही छैन । बरु भोलिबाटै काम सुरु गरौँ । अरू साथीहरूलाई पनि आफ्ना कुरा राख्न उहाँले अनुरोध गर्नुभयो । सबैजनाले पालैपालो आफ्ना

कुरा राख्नुभयो । छलफल सकिएपछि आमाले सबैलाई चिया दिनुभयो । सबै जना चिया पिएर भोलिबाट नै कुलो खन्ने सल्लाह गरी आआफ्ना घरतिर लाग्नु भयो । साँझ पर्न लागेकाले म पनि घरभित्र पसेर गृहकार्य गर्न थालेँ ।

भोलिपल्ट बिहानैदेखि सबै जना आवश्यक सामग्री लिएर कुलो खन्न निस्कनुभयो । बिदाको दिन भएको हुनाले म पनि साथीहरूसहित कुलो खन्ने कार्यमा सहभागी भएँ । बिन्दु सानिमाले कुलाको झार उखेल्नु भयो । मन्सुर ठुलाबाले भत्किएको कुलाको डिलमा पर्खाल लगाउनुभयो । म र साथीहरूले पर्खाल लगाउन ससाना ढुङ्गाहरू ओसार्‍यौं । विनोद हजुरबाले सिमेन्ट र बालुवा मुछ्नुभयो । चाँदनी फुपूले मुछेको सिमेन्ट ओसार्नुभयो । सबै मिलेर काम गर्दा धेरै रमाइलो भयो । काम पनि छिटै सकियो ।

क्रियाकलाप

१. आफ्ना छिमेकीहरूलाई नाता लगाएर बोलाएको भूमिका अभिनय गर्नुहोस् ।

२. तपाईंका छिमेकीहरूको नाम, नाता सम्बन्ध र उहाँहरूलाई गरिने सम्बोधनको तालिका बनाउनुहोस्, जस्तै :

छिमेकीको नाम	नाता सम्बन्ध	कसरी सम्बोधन गर्ने
राधाकृष्ण कार्की	ठुलाबा	राधाकृष्ण ठुलाबा
मन्सुर अली	दाइ	मन्सुर दाइ
मङ्गला तामाङ	काकी	मङ्गला काकी
....	....	....
....	....	....

अभ्यास

१. पाठका आधारमा खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) हामी साथीहरू मिलेर विद्यालयमा ....जान्छौँ । (पढ्न, घुम्न)

(ख) गाउँ टोलमा धेरै ....छन् । (हवाई मैदान, घरहरू)

(ग) हामी छिमेकमा..................गरेर बस्नुपर्छ । (मेलमिलाप, झगडा)

(घ) आफ्नो घरनजिक बस्ने मानिस...................हुन् । (पराइ, छिमेकी)

(ङ) सबै मिलेर काम गर्दा.......................हुन्छ । (दिक्दार, रमाइलो)

२. रसिलाको गाउँको नाम के हो ?

३. तपाईं बस्ने गाउँटोलको नाम के हो ?

४. आफ्नो टोलका मन पर्ने साथीहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

५. हामीले टोल छिमेकका मानिसलाई कस्तो नाता लगाएर बोलाउनुपर्छ, लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

रसिला जस्तै तपाईं पनि सामाजिक कार्यमा सहभागी हुनु भएको होला । हुनु भएको भए त्यहाँ भएका गतिविधि र आफूले गरेका काम पालैपालो साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

पाठ
२

छिमेकमा सरसहयोग

शिक्षक कविता बुढाले कक्षा सुरु गर्दै भन्नुभयो, हाम्रो टोल छिमेकमा पनि विभिन्न तरिकाले सहयोग हुने गरेका छन्। तपाईंको गाउँ/टोल र छिमेकमा पनि विभिन्न सर सहयोग हुने गरेका होलान् । तपाईंहरूले छिमेकीहरूसँग हुने सहयोगका सम्बन्धमा आफ्ना अनुभव पालैपालो सुनाउनु पर्दछ ल ।

जुना रसाइली : नमस्कार, म जुना रसाइली । म आफ्ना अनुभव सुनाउन चाहन्छु । मेरो घर अर्चले टोलमा पर्दछ। हामी छिमेकका सबै साथीहरू एउटै विद्यालयमा पढ्छौं। सँगै विद्यालय आउने जाने गर्दछौं। मेरो कलममा मसी सकिएका बेला साथीहरूबाट लिन्छु। कहिलेकाँही उनीहरूको कापी नभएका बेला म कापी दिएर सहयोग गर्छु। आफूले ल्याएको खाजा साथीहरूसँग एकआपसमा बाँडेर खान्छौं । विद्यालयमा सबै जना मिलेर खेल्छौं।

प्रशान तामाङ : लास्सो फ्याफुल्ला, म प्रशान तामाङ हुँ। हाम्रो समुदायमा सबै जना मिलेर काम गर्नुहुन्छ। गत वर्ष हाम्रा खेतमा धान रोप्दा कोदालो, कोदाली नपुगेर रामु काकाका घरबाट ल्याएका थियौं। मैले धान रोपिसकेपछि उक्त सामान फिर्ता लगिदिंए। मेरो साथी आलमको करेसाबारीमा पानी लगाउन हाम्रो घरबाट पाइप लगेका थिए। यसैपालि अमर दाइको बिहेमा भोज गर्न हाम्रा घरबाट भाँडाकुँडा लानुभएको थियो । भोज सकिएपछि सरसामान फिर्ता ल्याइदिनुभयो ।

चाँदनी सदा : सबै जनालाई नमस्कार ! हामी पनि छिमेकमा मिलेर बसेका छौं ।

एउटा छिमेकीलाई गाह्रो पर्दा अर्काले सहयोग गर्ने हाम्रो बानी छ। अस्ति पल्लो घरकी जानुका दिदी टाउको दुखेर आउँदा मेरा बुबाले घरमा भएको औषधी दिएर सहयोग गर्नुभयो । उक्त औषधी खाएपछि उहाँलाई अलिक सन्चो भयो । हाम्रो टोलछिमेकमा कोही बिरामी पर्दा सबै मिलेर अस्पताल लैजाने गरिन्छ।

रमेश यादव : नमस्कार, म रमेश यादव। हाम्रो समुदायमा सबै मिलेर पर्व, जात्रा मनाउने चलन छ। यस वर्षको छठ पर्वमा साथीहरू प्रवेश, सानुमाया, लक्की मेरा घरमा आएका थिए। छिमेकी काकाले हाम्रा घरमा समेत फलफूल र प्रसाद ल्याइदिनुभएको थियो । सबै छिमेकी मिलेर नजिकको तलाउमा बिजुली बत्ती जडान गर्ने र सरसफाइ गर्ने काम भएको थियो । यसरी एकआपसमा सहयोग गर्दा समस्या समाधान गर्न सजिलो हुन्छ । आवश्यकता पूरा गर्न सकिन्छ । एकआपसमा आत्मीयता र मेलमिलाप बढ्छ । दसैं, तिहार, ल्होसारमा छिमेकी साथीहरूले मलाई पनि बोलाउँछन् । साथीहरूसँग मिलेर चाडपर्व मनाउँदा रमाइलो हुन्छ ।

रोहन थापा : सबै साथीहरूलाई नमस्कार, मेरो घर मङ्गलटारमा पर्दछ । हाम्रो टोलका सबै मानिस मिलेर दसैंमा पिङ हाल्ने चलन छ । हामी पालैपालो पिङ खेल्छौं । म दसैंमा सोनाम काका र दुर्गानन्द ठुलाबुबाका घरमा टीका लगाउन

जान्छु । उहाँहरूको हातबाट टिका लगाएर आर्शिवाद लिने गर्छु । मेरा साथीहरू पनि हाम्रो घरमा आमा बाबुसँग टिका लगाउन आउँछन् ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंले छिमेकीलाई कुन कुन सामान दिनुभएको छ र छिमेकीबाट कुन कुन सामान लिनुभएको छ ? तलको तालिकामा भर्नुहोस् ।

छिमेकीलाई दिएका सामानहरू	छिमेकीसँग लिएका सामानहरू
....	....
....	....
....	....

२. आफ्ना छिमेकीहरूसँग सामान लिएको र दिएको भूमिका अभिनयका माध्यमबाट कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

३. आफूले मनाउने कुन कुन चाड पर्वमा साथीहरूलाई घरमा बोलाउने गर्नुभएको छ । कुन कुन साथीहरूको घरमा तपाईं चाडपर्व मनाउन सहभागी हुनुभएको छ, कक्षामा पालैपालो सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाईंले साथीहरूसँग कस्तो सहयोग लिने गर्नुभएको छ, लेख्नुहोस् ।

२. छिमेकीहरूसँग एकआपसमा गरिने सहयोग आदानप्रदानको सूची तयार पार्नुहोस् ।

३. टोल छिमेकमा किन सहयोग गर्नुपर्दछ ? आफ्नो विचार लेख्नुहोस् ।

४. तपाईंले छिमेकीको सहयोग पाउँदा कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ, लेख्नुहोस् ।

पाठ ३

छिमेकीसँगको व्यवहार

रुमाको घर भिमटार गाउँमा पर्दछ । उनी त्यहीको विद्यालयमा पढ्छिन् । रुमाका धेरै छिमेकी साथीहरू छन् । जया, लता, रामएकवाल, इशान उनका छिमेकका मिल्ने साथीहरू हुन् । रुमाको टोलका सबै साथीहरू एउटै विद्यालयमा पढ्छन् । रुमा फुर्सद र बिदाको समयमा आफ्ना टोलका साथीहरूसँग खेल्छिन् । उनी कहिलेकाहीँ साथीहरूलाई आफ्नो घरमा बोलाउँछिन् । कहिलेकाहीँ साथीहरूका घरमा पनि जान्छिन् । साथीलाई भेट्दा नमस्कार गर्ने र सन्चो बिसन्चो सोध्ने गर्छिन् ।

आफ्नो घरमा मनाउने दसैँ, तिहारलगायतका चाडपर्वमा छिमेकीहरूलाई निम्तो दिन्छिन् । आफ्ना साथिहरूलाई पनि बोलाउँछिन् । साथीहरूले मनाउने चाडपर्वहरू जस्तै ल्होसार, छठ, इदलगायतमा साथीहरूको घर जान्छिन् । रुमाको राम्रो व्यवहार देखेर छिमेकीहरू पनि खुसी हुनुहुन्छ । टोल छिमेकका मानिसलाई काका, काकी, दाइ, दिदी भनेर नाता लगाएर बोलाउँछिन् । उहाँहरूलाई आदर र सम्मान गर्छिन् । सधैँ नम्र र शिष्ट भाषा प्रयोग गर्छिन् । साथीहरूले भनेका राम्रा कुराहरू मात्र विश्वास गर्छिन् । रुमाका आमाबुबालाई पनि उनका साथीहरूले नमस्कार गर्छन् । आदर सम्मान गर्छन् । काकाकाकी भनेर सम्बोधन गर्छन् । रुमा आफ्नो टोल छिमेकमा रहेका अपाङ्गता भएका साथीहरूलाई विद्यालय जाँदा र आउँदा सहयोग गर्छिन् । साथीहरूले बाटो काट्दा, शौचालय जाँदा उनी विशेष ख्याल गर्छिन् । सामान आवश्यकता पर्दा छिमेकमा ऐचोपैँचो गर्ने चलन छ । गाउँमा खेतबारीका काममा सहयोग गर्ने पर्मको चलन छ ।

उहाँमा अरूको दुःखलाई पनि आफ्नै दुःख जस्तो ठान्ने बानी छ । छिमेकीहरूले पनि उहाँलाई धेरै माया गर्नुहुन्छ । छोरीको यस्तो बानी, व्यवहार देखेर रुमाका आमाबुबा असाध्यै खुसी हुनुहुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंले छिमेकमा ठुला व्यक्तिहरूसँग बोल्दा वा व्यवहार गर्दा र साथीहरूसँग बोल्दा वा व्यवहार गर्दा प्रयोग गर्ने भनाइहरू तालिका बनाइ लेख्नुहोस् ।

आफूभन्दा ठुला व्यक्तिहरूसँग बोल्दा वा व्यवहार गर्दा प्रयोग गर्ने वाक्यांशहरू	साथीहरूलाई बोल्दा वा व्यवहार गर्दा प्रयोग गर्ने वाक्यांशहरू
१. हजुर, सन्चै हुनुहुन्छ ?	१. तिमी सन्चै छौ ?
२.	२.
३.	३.

२. अरूलाई दु:ख परेका बेलामा सहयोग गरेको भूमिका अभिनय गर्नुहोस् ।

३. अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई कसरी सहयोग गर्ने गर्नुभएको छ, आफ्नो अनुभव साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाईंले छिमेकीहरूसँग बोल्दा आदर जनाउन प्रयोग गर्ने शब्दहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

२. हामीले छिमेकीहरूसँग कस्तो व्यवहार गर्नुपर्दछ, लेख्नुहोस् ।

३. छिमेकीहरूसँग राम्रो व्यवहार गर्दा हुने फाइदाहरू लेख्नुहोस् ।

४. छिमेकीहरूसँग असल सम्बन्ध हुनुपर्दछ, किन ?

परियोजना कार्य

तपाईंको टोल छिमेकमा के के राम्रा व्यवहारहरू गरिन्छन् ? सोधखोज गरी पत्ता लगाएका कुरा कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ४

हाम्रा छिमेकीको काम र पेसा

आदर्श विद्यालयका विद्यार्थीले आफ्नो टोलछिमेकका मानिसको काम र पेसा सम्बन्धमा सोधखोज गरी टिपेर ल्याएका कुराहरू कक्षामा प्रस्तुत गरेका छन् । उनीहरूको प्रस्तुति अध्ययन गरौँ :

रश्मी : हाम्रो घरनजिकै रामनरेश काकाको घर छ । उहाँ खेतबारीमा काम गर्नुहुन्छ । उहाँले पशुपालन पनि गर्नुभएको छ । उहाँ गाउँको नमुना किसान हुनुहुन्छ । मेरा अर्का छिमेकी दाइ मनिष यादवले कुखुरा पालन गरेर राम्रो आम्दानी गर्नुभएको छ ।

सविता : मेरो घरनजिकै फतिमाको घर छ । उनकी आमाले अचार बनाउनुहुन्छ र बजारमा बेच्नुहुन्छ । उहाले अरू महिलालाई पनि यो सिप सिकाउनु भएको छ । उहाँको यो कार्यबाट समुदायका केही महिलाले आयआर्जन गर्ने गरेका छन् । मेरी साथी रमाका बुबाले निगालो बाँसबाट डोको, डालो, मान्द्रो बनाउनुहुन्छ । उत्पादित सामग्री बिक्री गरेर आम्दानी पनि गर्नुहुन्छ ।

मन्जुर : मेरा छिमेकी काका अहमद व्यापार गर्नुहुन्छ । उहाँले किराना पसल सञ्चालन गर्नुभएको छ । बिकी गर्ने सामान होलसेल पसलबाट ल्याउनुहुन्छ । मेरा अर्का छिमेकी भगीरथ ठुलाबुबाले होटल सञ्चालन गर्नुभएको छ । उहाँको होटलमा खाना र खाजाको राम्रो व्यवस्था छ ।

पेमा : मेरा छिमेकी कपिल दाइ नजिकैको विद्यालयमा पढाउनुहुन्छ । डाँडाघरे काका अदालतमा काम गर्नुहुन्छ । त्यस्तै सुशिला दिदी स्वास्थ्य चौकीमा काम गर्नुहुन्छ । गाउँमा उहाँलाई स्वास्थ्य कार्यकर्ता भनेर चिन्छन् ।

प्रवेश : मेरा छिमेकीहरू फरक फरक काम गर्नुहुन्छ । कोही सरकारी कर्मचारी हुनुहुन्छ । कोही सेना तथा प्रहरीसेवामा कार्यरत हुनुहुन्छ । कोही पशुपालन गर्नुहुन्छ । कोही भने खेतीपाती गर्नुहुन्छ । कतिपयले व्यापार गर्नुहुन्छ । जुनसुकै काम गरे पनि उहाँहरू छिमेकमा मिलेर बस्नुभएको छ ।

यसरी कक्षाका सबै विद्यार्थीले आआफ्ना छिमेकीहरूले गर्ने पेसाका बारेमा पालैपालो बताइसकेपछि शिक्षकले भन्नुभयो ।

'सबैका छिमेकीहरू कुनै न कुनै काममा संलग्न हुन्छन् । काम वा पेसा फरक भए पनि छिमेकमा यी सबै पेसाको आफ्नो महत्त्व हुन्छ । छिमेकीले गर्ने सबै खालका काम वा पेसाको हामीले सम्मान गर्नुपर्छ ।'

क्रियाकलाप

१. तपाईंका छिमेकीले गर्ने काम वा पेसाबाट तपाईंलाई के के फाइदा भएको छ ? तलको जस्तै तालिका बनाई लेख्नुहोस् ।

छिमेकीका काम वा पेसा	काम वा पेसाबाट भएको फाइदा
....	....
....	....
....	....

२. दिइएका चित्रहरू कुन कुन पेसासँग सम्बधित छन्, कक्षामा छलफल गरी यी पेसाबाट हुने फाइदा लेख्नुहोस् :

चित्र (क)

चित्र (ख)

३. तपाईंका साथीका छिमेकीहरू कुन कुन काम गर्नुहुन्छ ? साथीसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

४. तपाईंको छिमेकमा विभिन्न काम वा पेसामा संलग्न व्यक्तिमध्ये कुनै एकको काम वा पेसाको भूमिका अभिनय गरेर कक्षामा देखाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. छिमेकमा खेतीपाती गर्ने व्यक्तिको कामले अरूलाई कसरी सहयोग पुऱ्याउँछ ?

२. तपाईंको छिमेकमा कुन कुन पेसा भएका मानिस बसोबास गर्नुहुन्छ ? उहाँहरूले गर्ने पेसाको सूची बनाउनुहोस् ।

३. कस्तो काम गर्ने मानिसलाई व्यापारी भनिन्छ ?

४. छिमेकमा स्वास्थ्य क्षेत्रमा काम गर्ने मानिसबाट कस्तो सहयोग प्राप्त हुन्छ ?

परियोजना कार्य

तपाईंको छिमेकमा रहेका व्यक्तिहरूको काम वा पेसाको विवरण सङ्कलन गरी सो पेसाबाट छिमेकमा कस्तो सहयोग पुगेको छन्, सोधखोज गरी टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

पाठ ५

पेसा र व्यावसायमा प्रयोग हुने सामग्रीहरू

कक्षा चारका शिक्षक र विद्यार्थी भ्रमणमा निस्किएका छन् । उनीहरूबिचको कुराकानी र छलफलका केही अंश तल प्रस्तुत गरिएको छ :

सरिता : (खेतमा काम गरिरहेका मानिसतिर देखाउँदै) त्यो खेतमा धेरै मानिसले काम गर्दै हुनुहुन्छ, हगि, गुरुआमा ?

गुरुआमा : हो नि, एक जनाले खेतमा हलो जोत्दै हुनुहुन्छ । दुई जना मानिस खेत खन्दै हुनुहुन्छ । केहीले मलको भारी बोक्दै हुनुहुन्छ । केही मानिस धान काट्दै हुनुहुन्छ । उहाँहरूले फरक काम फरक फरक औजारले गर्दै हुनुहुन्छ । उहाँहरू सबै किसान हुनुहुन्छ ।

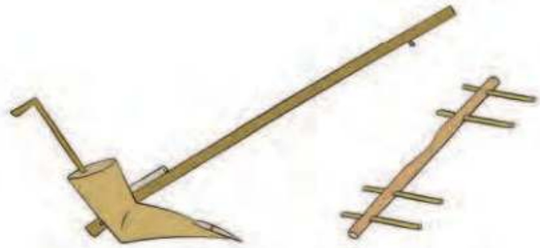
पेमा : गुरुआमा, उहाँहरूले के कस्ता औजारहरू प्रयोग गर्नुभएको छ त ?

गुरुआमा : हेर्नुस त, उहाँहरूमध्ये धान काट्नेले हँसियाको प्रयोग गर्नुभएको छ । खनजोत गर्नेले हलो, कुटो, कोदालो प्रयोग गर्नुभएको छ । मलको भारी बोक्न डोको, नाम्लो प्रयोग गर्नुभएको छ । यस्ता सामग्रीहरूले काम गर्न सजिलो हुन्छ । काम गरिसकेपछि सामग्रीहरूलाई सुरक्षित ठाउँमा राख्नुपर्दछ ।

विमला : म मामाघर विरगन्ज जाँदा टोकरीमा राखेर सामान बोकेको र काठमाडौं जाँदा खर्पनमा सामान बोकेको देखेकी छु । तिनीहरू पनि व्यवसायमा प्रयोग हुने सामग्री हुन् नि, गुरुआमा ?

गुरुआमा: हो त, ती सबै पेसा वा व्यवसायमा प्रयोग हुने सामग्रीहरू हुन् । यिनीहरूलाई प्रयोग गरेपछि सुरक्षित तरिकाले राख्नु पनि पर्छ । कुटो कोदालो हँसियालाई सफा गरेर राख्नुपर्दछ । खुर्पालाई खुर्पेटोमा राख्नुपर्दछ । फलामका सामानहरू

खिया नलाग्ने गरी सफागरी राख्नुपर्दछ । खर्पन, टोकरी, डोको, हलो, जुवा पानी नपर्ने ओभानो ठाउँमा राख्नुपर्छ ।



पेमा : धन्यवाद गुरुआमा (उहाँहरू अगाडि बढ्नुभयो)

सौरभी : गुरुआमा, उः त्यो घरबाट केको आवाज आएको हो ? त्यो गाडी बनाउने ठाउँ जस्तो छ ।

गुरुआमा : होइन सौरभी, त्यो त फर्निचर कारखाना हो ।

लखन : गुरुआमा, त्यहाँ त धारिला औजारहरू हुन्छन् हैन र ? (फर्निचर कारखानातिर अघि बढ्दै)

गुरुआमा : एकदम ठिक भन्नुभयो लखन । (सामानहरू देखाउँदै) त्यो लामो फलामको आरा हो । यो काठका मुढा चिर्न प्रयोग गरिन्छ । छिनो काठमा प्वाल पार्न प्रयोग गरिन्छ । काठमा किला ठोक्न हतौडा प्रयोग गरिन्छ ।

रिना : यस्ता औजार चलायो भने हामीलाई चोटपटक लाग्न सक्छ, हैन त गुरुआमा ?

गुरुआमा : रिनाले ठिक भन्नुभयो । यस्ता औजारहरू धारिला हुन्छन् । यस्ता औजारहरू प्रयोग गर्दा होसियार रहनु पर्दछ । बालबालिकाले यस्ता औजारहरू चलाउनु हुँदैन । यस्ता औजार बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा राख्नु पनि हुँदैन । यस्ता सामानहरू सुरक्षित साथ राख्नुपर्दछ ।

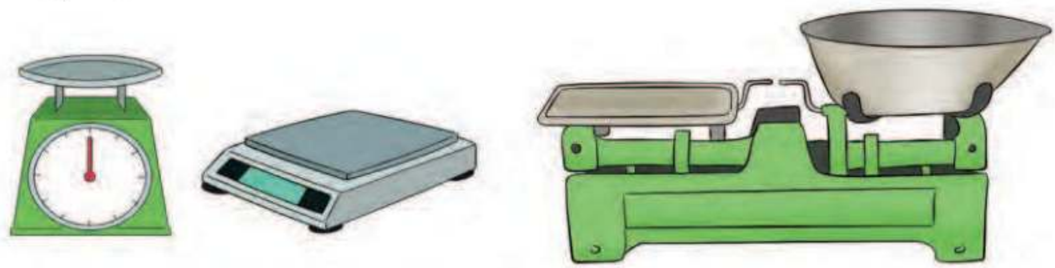
रिना : धन्यवाद, गुरुआमा (अगाडि बढ्दै) ।

रत्नमानः गुरुआमा, त्यहाँ केको भिड हो ? (नजिकैको भिडतिर देखाउँदै)

गुरुआमा : उहाँहरू लाइनमा उभिएर आफ्नो पालो पर्खिनु भएको हो ।

रत्नमान : किन र ? कोही झोला, कोही चाहिँ भाँडो लिएर बस्नु भएको छ नि ?

गुरुआमा : उहाँहरू दैनिक प्रयोग गर्ने सामानहरू तेल, चिनी, दाल, तरकारी आदि किन्न आउनु भएको हो । पसलेले तराजुमा दाल, तरकारी जोख्दै हुनुहुन्छ । तेल लिटरले भर्दै हुनुहुन्छ । यी सबै नापतौल गर्ने सामग्रीहरू हुन् । यस्ता सामग्रीहरूको सही तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्दछ । यी सामग्रीहरू सुरक्षित साथ राख्नुपर्दछ ।



निला : हामीलाई यति धेरै जानकारी गराउनु भएकामा गुरुआमालाई धेरै धेरै धन्यवाद ।

गुरुआमा : तपाईंहरूले पनि यति धेरै जिज्ञासा राख्नु भएकामा धन्यवाद ।

क्रियाकलाप

१. जोडा मिलाउनुहोस्:

समुह 'क'	समुह 'ख'
मार्कर पेन	लुगा सिलाउन
थर्मोमिटर	बिरामी जाँच्न
सिलाइ मेसिन	ज्वरो नाप्न
स्टेथेस्कोप	सामान जोख्न
ढक तराजु	लेख्न

२. तपाईंका घरमा भएका पेसागत सामानहरूको सूची बनाई त्यसको प्रयोग र सुरक्षित गर्ने तरिका तालिकामा देखाउनुहोस्, जस्तै :

सामान	प्रयोग	सुरक्षित राख्ने तरिका
१. डोको, नाम्लो	भारी बोक्न	नभिज्ने गरी चाहिएका बेला भेटिने ठाउँमा राख्ने
२.		
३		
४.		
५		

३. तल दिइएका औजारको चित्र बनाउनुहोस् र प्रत्येकको एक एकओटा उपयोगितासमेत लेख्नुहोस् ।

कोदालो	तराजु	स्टेथेस्कोप (आला)

४. तपाईं कुनै ठाउँमा क्षेत्र भ्रमणमा जानुभएको हुनुपर्छ, उक्त भ्रमणमा देखेका र अनुभव गरेका आधारमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

(क) तपाईंले देखेका पेसागत र व्यावसायिक सामग्रीहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(ख) तपाईं हामीले प्रयोग गर्ने कतिपय पेसागत सामग्रीहरू धारिला र काट्ने हुन्छन्, त्यस्ता सामानहरूबाट सुरक्षित रहने उपायहरू लेख्नुहोस् ।

(ग) पेसागत सामग्रीहरू सुरक्षित राख्दा हुने फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

स्वप्रतिबिम्बन

१. तलको समाचार पढी सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :

कृषि कार्यमा रमाउँदै किसान

कलावती पासवान

असार ५ धुसेनी

कर्ण दनुवार धुसेनीका अगुवा कृषक हुन् । उनले माध्यमिक तहसम्मको शिक्षा लिएका छन् । उनका परिवारले कृषिलाई आफ्नो मुख्य पेसा बनाएका छन् । आधुनिक प्रविधि अपनाएर कृषि पेसा गरेकाले राम्रो प्रतिफल पाएको स्वयम् कर्ण बताउँछन् । उनका छिमेकीले पनि विभिन्न पेसा अपनाएका छन् । उनका छिमेकी रतन विकले काउली, बन्दा, टमाटर, खुर्सानी उत्पादनबाट राम्रो आम्दानी गरेका छन् । काठमाडौँबाट नजिक भएकाले उत्पादन गरेको तरकारीले राम्रो मूल्य पाएको कुरा कर्णका छिमेकी पारस थेबेले बताए । कर्णका केही छिमेकी साथीहरू प्रदीप, सबिन र लोचनले मिलेर भैँसीपालन तथा कुखुरापालन व्यवसाय सञ्चालन गरेका छन् । यहाँ उत्पादित दुध र मासुको मुख्य बजार काठमाडौँ रहेको कुरा एक स्थानीय दुग्ध सहकारीका अध्यक्ष मोतीकृष्ण श्रेष्ठले बताए । केही छिमेकी महिलाहरूले अचार व्यवसायबाट मनग्य आम्दानी गरेको कुरा स्वयम् कर्ण बताउँछन् । कर्णका केही छिमेकीहरूले होलसेल र खुद्रा व्यापार गरेका छन् । यहाँका मानिसले कृषि र पशुपालनबाहेक शिक्षण, स्वास्थ्य सेवा तथा अन्य कामलाई पनि आफ्नो पेसा बनाएका छन् । यस्ता पेसाबाट राम्रो आम्दानी हुने गरेको र जिवीकोपार्जन सहज भएको स्थानीयहरू बताउछन् ।

माथिको समाचारका आधारमा निम्नलिखित प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :

१. कर्ण दनुवार र उनको परिवारले कुन पेसा गर्नुभएको छ ?

२. कर्ण दनुवारका साथीहरूले जस्तै मिलेर काम गर्दा के फाइदा हुन्छ ?

३. तपाईंका छिमेकीहरूले कस्तो प्रविधि अपनाएर कृषि पेसा गर्नुभएको छ ?

४. माथिको समाचारमा उल्लेख भएका पेसाहरू र तपाईंका छिमेकका मानिसले गर्ने कुन कुन पेसा मिल्छन्, सूची बनाउनुहोस् ।

५. माथिको जस्तै तपाईंका छिमेकहरूले गर्ने पेसा वा व्यवसायसँग सम्बन्धित समाचारको नमुना तयार पार्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

राजुले आफ्नो छिमेकमा सरसहयोग गर्ने तरिकाका सम्बन्धमा खोजी गरी पाँच परिवारका घरमुलीहरूसँग प्रश्न सोधेर तयार पारेको टिपोटको नमुना अध्ययन गरौँ र त्यस्तै टिपोटको नमुना तयार गरौँ ।

छिमेकमा सरसहयोग

मेरो टोलमा १५ घरधुरी रहेका छन् । समुदायमा छिमेकीहरूलाई कसरी सहयोग गरिन्छ भनी भाद्र ५ गते मैले अध्ययन भ्रमण गरेको थिएँ । हाम्रो समुदायमा रहेका पाँचओटा घरका घरमुलीलाई केही प्रश्न सोधेको थिएँ ।

हाम्रो समुदायमा आफूसँग नभएको सामान आवश्यक पर्दा छिमेकीबाट ल्याएर चलाउने चलन रहेको पाइयो । उहाँहरूले पनि छिमेकीहरूसँग नभएको सामान दिएर सहयोग गर्ने गरेको पाइयो । विशेष गरेर भोज भतेर र विवाह जस्ता कार्य सम्पन्न गर्न छिमेकीका घरबाट भाँडाकुँडा ल्याउने गरेको पाइयो । खेतीपाती गर्न आवश्यक सरसामान छिमेकीबाट ल्याउने प्रचलन रहेछ । आफ्नो काम सकेपछि राम्रोसँग सामान जाँच गरी छिमेकीलाई बुझाउने गरेको पाइयो । सामान मात्र होइन साह्रो गाह्रो पर्दा छिमेकीहरूलाई सहयोग गर्ने हाम्रो समुदायमा राम्रो चलन रहेछ । समुदायमा सामान दिने मात्र होइन छिमेकी बिरामी परेका बेला औषधी उपचार गर्ने र अस्पतालसम्म पुऱ्याउन समुदायका मानिस एकजुट हुने असल अभ्यास देखियो । यस्तो सहयोगले समुदाय नै एउटा परिवार जस्तो भएर बसेको पाइयो । छिमेकीलाई सेवा गर्न पाउँदा आफूलाई पनि आनन्द लाग्ने गरेको अनुभव मेरा छिमेकका मानिसले बताउनु भयो ।

२. तल दिइएका चित्रहरू पहिचान गरी तिनका काम र संरक्षण गर्ने उपायहरूको छोटो विवरण तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

एकाइ दुई

हाम्रा मूल्य मान्यता

सिकाइ उपलब्धि

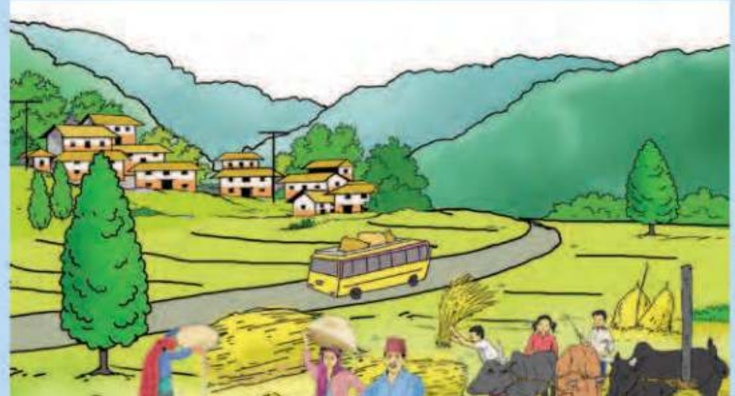
मान्यजनको सम्मान गरी उनीहरूबाट प्रेरणा प्राप्त गर्न

असल बानी बसाल्न र व्यवहार गर्न

आफ्नो समुदायका विभिन्न भाषा, वेशभूषा, रहनसहन र चाडपर्वको पहिचान र सम्मान गर्न

आफ्नो जन्मस्थानको महत्त्व बोध गरी अपनत्व प्रदर्शन गर्न

राष्ट्रिय विभूतिको सामान्य परिचय दिन र प्रेरणा प्राप्त गर्न ।



पाठ
१

मान्यजनको सम्मान र प्रेरणा

मेरो नाम सुभम हो । मेरो समुदायमा एक जना नाम चलेका समाजसेवी हुनुहुन्छ । उहाँको नाम सुन्दर परियार हो । उहाँले समाज सेवाका क्षेत्रमा काम गरेको करिब २५ वर्ष भयो । उहाँ आफ्नो ठाउँको धेरै माया गर्नुहुन्छ । त्यसैले उहाँले आफू बसेकै ठाउँमा सेवा गर्दै आउनुभएको छ । अहिले हाम्रो समुदायमा पढ्नका लागि विद्यालय खुलेका छन् । स्वास्थ्य चौकी बनेको छ । सडक, खानेपानीको पनि राम्रो सुविधा छ । यस्ता सुविधाको विकासमा उहाँले निकै महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नुभएको छ । उहाँ आफ्नो जिल्ला र समुदायको विकास कसरी गर्न सकिन्छ भनेर चासो राख्नुहुन्छ । उहाँ एक समाज सुधारक पनि हुनुहुन्छ । समाजमा हुने जातीय छुवाछुत र सामाजिक विभेद विरुद्ध अभियान चलाउनु भएको छ । समाजमा हुने जाँड रक्सीसेवन, जुवातास खेल्ने जस्ता विकृतिहरू उहाँकै प्रयासमा पूर्ण नियन्त्रण भएका छन् । समुदायका मानिसलाई अप्ठेरो वा समस्या पर्दा कुनै पनि वेला उहाँ उपस्थित हुनुहुन्छ । उहाँको नाम सुन्दर भए जस्तै काम पनि सुन्दर छ । उहाँको सेवाभाव र निस्वार्थ भावनाको सबैले तारिफ गर्छन् । उहाँलाई गाउँका साना बालबालिकादेखि जेष्ठ नागरिकसम्म सबैले चिन्छन् ।

गाउँको विकास भएमात्र देशको विकास हुन्छ भन्ने उहाँको विचार छ । उहाँ गत साल सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिको अध्यक्ष पदमा निर्वाचित हुनुभएको

थियो । उहाँ अध्यक्षमा विजयी भएपछि वन र वातावरण संरक्षणले तीव्रता पाएको छ । वन विनाशको क्रम पनि रोकिएको छ । उहाँका कामबाट मलाई पनि त्यस्तै राम्रो काम गर्ने प्रेरणा प्राप्त भएको छ ।

म पनि आफ्नो परिवारको आर्थिक अवस्थासँग राम्ररी परिचित छु । आफ्ना बालबालिकाको उज्ज्वल भविष्यका लागि आमाबुबाले गर्नुभएको मिहिनेतप्रति जानकार छु । घरमा तयार पारिएका खानेकुरा खान मैले परिवारबाटै सिकेको हुँ । आफ्नो आर्थिक अवस्था हेरेर खर्च गर्नपर्छ भन्ने शिक्षा मलाई मेरा अभिभावकले दिनुभएको छ । त्यसैले मेरा मान्यजनप्रति मेरो सधैँ सम्मान रहन्छ । उहाँहरू मेरो आदर्श व्यक्ति हुनुहुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंको समुदायमा राम्रा काम गर्ने व्यक्तिहरूको खोजी गरी उनीहरूले गरेका कामहरूका बारेमा जानकारी लिनुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।
२. तपाईँ मान्यजनलाई सम्मान गर्ने गरेका क्रियाकलापहरूको भूमिका अभिनय गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
३. मान्यजनलाई कसरी सहयोग र सम्मान गर्न सकिन्छ, कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।
४. घरको पारिवारिक सम्बन्ध र आर्थिक अवस्थाका सम्बन्धमा आफ्ना अभिभावकसँग जानकारी लिई पारिवारिक सम्बन्ध राम्रो बनाउने उपायहरू छलफल गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाईंले मान्यजनलाई कसरी सम्मान गर्नुहुन्छ ?
२. मान्यजनले भनेका कुरा मान्दा हामीलाई के फाइदा हुन्छ ?
३. समाज र समुदायको इज्जत र प्रतिष्ठा बढाउन तपाईंले गर्न सक्ने कामको सूची बनाउनुहोस् ।
४. घरको पारिवारिक सम्बन्ध सुमधुर बनाउन तपाईंले कस्तो भूमिका निर्वाह गर्न सक्नुहुन्छ, लेख्नुहोस् ।

पाठ
२

क्षमाशील बनौं

घटना एक

रितेश र रामाशिष कक्षाका मिल्ने साथी हुन् । उनीहरू कक्षामा सँगै बस्ने, पढ्ने र खेल्ने गर्दछन् । एक दिन विद्यालयको चउरमा भकुन्डो खेल्दा रामाशिष को खुट्टा रितेशको खुट्टामा अल्झियो । साथीले जानी जानी आफ्नो खुट्टामा हिर्कायो भनेर रितेश खुब रिसायो । दुवै जनाको झगडा पऱ्यो । धेरै मिल्ने उनीहरूको सम्बन्ध हात हालाहालको अवस्थासम्म झन्डै पुगेको थियो । उनीहरूका साथीहरू पनि कोही रितेशको पक्षमा त कोही रामाशिषको पक्षमा देखिए । झगडा पर्न लागेको देखेर सुजिता आत्तिँदै प्रधानाध्यापकलाई सुनाउन पुगिन् । प्रधानाध्यापकले उनीहरू दुवैलाई आफ्नो कार्यकक्षमा लगेर घटनाबारे सोध्नुभयो । दुवैका कुरा पालैपालो सुनिसकेपछि उहाँले दुवै जनालाई अनुशासित भएर खेल्न भन्नुभयो । झगडा गर्नुहुँदैन, साथीको थोरै गल्ती हुँदा क्षमा दिनुपर्छ भनी सम्झाउनु भयो । रितेशलाई पनि रामाशिषले जानी जानी उसको खुट्टामा हिर्काएको होइन भन्ने महसुस भयो । रामाशिषलाई पनि अलिक ध्यान दिएर

खेलेको भए त साथीलाई दुख्ने गरी लाग्दैनथ्यो कि भन्ने कुरा महसुस भयो । दुवै जनाले आआफ्नो गल्ती स्वीकार गरे । प्रधानाध्यापक सामु अब गल्ती नगर्ने साथै मिलेर पढ्ने र खेल्ने वाचा गरे । उनीहरूले एक अर्कालाई क्षमा दिए र अङ्कमाल गर्दै कक्षाकोठातिर लागे ।

घटना २

लखन र पाल्देन छिमेकी हुन् । एक दिन लखनले खेतमा पानी लगाइरहेको समयमा अचानक कुलामा पानी सुक्यो । लखन हेर्दै जाँदा पाल्देनको खेतमा पानी लागिरहेको देख्यो । आफ्नो पानी लगाउने पालामा पाल्देनले पानी लगाएकामा लखनलाई ज्यादै रिस उठ्यो । त्यति बेला नै पाल्देन पनि खेतमा पुग्यो । दुवै जनाको विचमा विवाद भयो । यही विवादको कुरा लिएर उनीहरू वडा कार्यालय गए । वडाध्यक्षले दुवैका कुरा सुन्नुभयो । उनीहरूका कुरा सुनिसकेपछि पाल्देनले

सुरुमा गल्ती गरेको पत्ता लगाउनुभयो । वडाध्यक्षसामु पाल्देनले छिमेकीका पालामा पानी लगाएकामा गल्ती महसुस गरे । वडाध्यक्षले गल्ती स्वीकार गरी मिल्न अनुरोध गर्नुभयो । पाल्देनले गल्ती भएकामा लखनसँग माफी मागे । लखनले पनि छिमेकमा बसेपछि कहिलेकाहीँ गल्ती हुनु स्वभाविकै हो भनी महसुस गरे र क्षमा दिए । लखनको क्षमाशील व्यवहार देखेर वडाध्यक्ष खुशी हुनुभयो । दुवै जना हात मिलाएर घरतर्फ लागे ।

क्रियाकलाप

१. समुदायमा तपाईंले देखेका, अनुभव गरेका आधारमा गल्ती महसुस गरिएका घटनाहरू सम्झेर टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. कुनै साथीले गल्ती गरेको र तपाईंले क्षमा दिएको घटनालाई भूमिका अभिनय गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. क्षमाशील आचरण भनेको के हो ?

२. कस्तो अवस्थामा क्षमा दिनुपर्दछ ?

३. अरूलाई क्षमा दिँदा के फाइदा हुन्छ ?

४. क्षमाशील आचरणले समाजमा कसरी मेलमिलाप बढाउँछ ?

पाठ ३

असल बानी व्यवहार

समयको (महत्त्व चिनौँ) २
के काम गर्ने अहिले नै भन्दिऔँ
(समयमा काम) २ गरौँ सबैले राम्रो चल्छ नाम
असल बानी (सबैलाई मनपर्ने) २
नराम्रो चै कसैले नगर्ने
(समयमा काम) २ गरौँ सबैले राम्रो चल्छ नाम
सामाजिक (मूल्य र मान्यता) २
बोली वचनमा नै छ सभ्यता
(सामूहिकता) २ सबै मिलेमा हुन्छ एकता
प्रौढ, अशक्त (वृद्धको मान) २
गर्नुपर्छ सबैलाई सम्मान
(समान नजर) २, गर्नुहुँदेन फरक व्यवहार
राम्रो काम (सबैलाई मन पर्ने) २
नराम्रो काम कसैले नगर्ने
(कामको तयारी) २ गरौँ सधैँ बढी अगाडि
घरायसी (सामानको जतन) २
नफालौँ है भाँडा वर्तन
(असल कामलाई) २ गरौँ प्रशंसा सबै जनालाई
मोबाइल टी.भी. (नहेरौँ धेर) २
पढ्नु,लेख्नु,आफैले जानेर
(फेसबुक भाइवर) २ धेरै नहेरौँ पढ्न छोडेर
सामाजिक (सञ्जालको प्रयोग) २
थोरै गरे मिल्दछ सहयोग
(फेसबुक भाइबर) २ धेरै नहेरौँ काम छोडेर

क्रियाकलाप

१. तपाईंको परिवारका जेष्ठ सदस्यसँग तपाईं कस्तो व्यवहार गर्नुहुन्छ ? कक्षामा साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

२. टी.भी. र मोबाइल लामो समय हेर्दा के बेफाइदा हुन्छन् ? समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् ।

३. तपाईंले आफ्नो घरायसी सामानको संरक्षण कसरी गर्नुहुन्छ ? यस्ता उपायहरूको सूची तयार पार्नुहोस्

४. आत्ममूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

कार्य	गर्छु	गर्दिन
समयको सही पालना		
घरमा आएका पाहुनाको सत्कार एवम् सम्मान		
साथीहरूसँग राम्रो बोलीवचन		
समूहमा मिलेर काम		
प्रौढ र ज्येष्ठ सदस्यको सम्मान		
सबैप्रति समान व्यवहार र सम्मान		
राम्रो कामको प्रशंसा		
तयारीका साथ काम		
आफ्नो सामानको जतन मोबाइल टिभी लामो समय हेर्ने		

अभ्यास

१. तपाईंको परिवारमा आदर र सम्मान जनाउन प्रयोग गरिने शब्दहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

२. परिवारका सदस्यहरूसँग असल व्यवहार गर्दा के के फाइदाहरू हुन्छन, लेख्नुहोस ।

३. समयमा काम सम्पन्न गर्न के के गर्नुपर्दछ ?

४. आफ्नो सामानको संरक्षण गर्ने उपायहरू लेख्नुहोस् ।

५. तपाईंले घर र विद्यालयमा के के काम गर्दा बधाई र स्याबासी पाउनुहुन्छ, सूची तयार पार्नुहोस्

हाम्रा भाषा र रहनसहन

वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा सहभागी केही विद्यार्थीका विचार तल प्रस्तुत गरिएको छ । "हाम्रा भाषा र रहनसहन" वक्तृताको विषय रहेको छ । सोको अध्ययन गरौं ।

डोल्मा : आदरणीय गुरुवर्ग, निर्णायक मण्डल र मेरा प्यारा साथीहरू,

ठाउँअनुसार फरक फरक भाषा बोल्ने मानिस बसोबास गर्दछन् । मेरो समुदायमा अधिकांश मानिसले शेर्पा भाषा बोल्छन् । यहाँ वर्षभरि जाडो हुने भएकाले न्याना कपडाहरू लगाइन्छ । ऊनीका ज्याकेट, स्वेटर, दोचा, बख्खु आदि यहाँका मुख्य पहिरन हुन् । यहाँका मानिसले परम्परा र सामाजिक संस्कृतिअनुसार का गरगहना लगाउने गर्छन् । बुटिल, टिकटिक, कण्ठा, सोर्तुक आदि यहाँका महिलाले लगाउने गरगहना हुन् । धेरै चिसो हुने भएकाले यहाँका मानिस शरीर लाई न्यानो बनाउन थुक्पा, रिल्दुक र सुप आदि परिकार खान्छन् । भाषा, र हनसहन हाम्रा पहिचान हुन् । रहनसहन मानिसको भौगोलिक परिवेशअनुसारको खानपिन, आनिबानी, बसाइ, लवाइखवाइ आदिसँग सम्बन्धित सामाजिक व्यवहार

हो । हामीले हाम्रा भाषा र रहनसहनको प्रयोग र संरक्षण गर्नुपर्छ । धन्यवाद ।

सुनिता : आदरणीय गुरुवर्ग, निर्णायकमण्डल र मेरा प्यारा साथीहरू,

मेरो समुदायमा नेपाली, नेवारी, गुरुङ, तामाङ, राईलगायतका भाषा बोल्ने मानिस बसोबास गर्दछन् । यहाँको हावापानी न्यानो खालको छ । यहाँका ब्राहमण, क्षेत्री समुदायका पुरुष व्यक्तिले दौरा, सुरुवाल, महिलाले गुन्यु चोलो लगाउँछन् । नेवार समुदायका महिलाले हाकुपटासी, राई जातिका महिलाले छिटको गुन्यु लगाउछन् भने पुरुषहरूले दौरा सुरुवाल र इस्टकोट लगाउँछन् । यहाँका मुख्य खानाका परिकारहरूमा दाल, भात, ढिडो, गुन्द्रुक, तरकारी, रोटी, अचार आदि हुन् । भाषा, रहनसहन र वेषभूषा हाम्रा मौलिक सम्पति हुन् । त्यसैले यिनीहरूको संरक्षण गर्नुपर्छ, धन्यवाद ।

जीतेन्द्र : आदरणीय गुरुवर्ग निर्णायक मण्डल र मेरा प्यारा साथीहरू,

म बसोबास गर्ने समुदायमा पनि भाषिक विविधता पाइन्छ । हाम्रो समुदायमा मैथिली, भोजपुरी, थारु, नेपालीलगायतका भाषा बोल्ने मानिस बसोबास गर्दछन् । त्यहाँको हावापानी गर्मी खालको छ । यहाँका मानिसले पातलो कपडा लगाउछन् । कुर्था, लुङ्गी, पाइजामा, कमिज, धोती आदि यहाँका पहिरनहरू हुन् । यहाँका महिलाहरू हसुली, मङ्गलसुत्र, कल्ली, पाउजु आदि गरगहना लगाउँछन् । यहाँ दाल, भात तरकारी, रोटी, सर्बत, मिठाई आदि खाने गरिन्छ । यस्ता मौलिक कुराहरूको संरक्षण गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो, धन्यवाद ।

क्रियाकलाप

१. तपाईँको समुदायमा प्रचलित भाषा र वेशभूषाको पहिचान र महत्त्व शीर्षकमा कक्षामा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता आयोजना गर्नुहोस्

२. तपाईँको समुदायमा प्रचलित खानाका परिकारका सम्बन्धमा आफ्ना अभिभावकसँग सोधी विवरण तयार गरेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

३. निम्न चित्रहरू कुन कुन जाति तथा समुदायसँग सम्बधित छन्, कक्षामा छलफल गरी लेख्नुहोस् ।

चित्र (क)

हाकु पटासी

चित्र (ख)

कमिज, धोती

चित्र (ग)

छिटको गुन्यु चोली

४. तलको तालिका पूरा गर्नुहोस् :

क.स.	जाति	भाषा	वेशभूषा
१.	नेवार	....	हाकु पटासी
२.	लिम्बु	....	शिरबन्दी, चौबन्दी
३.	राई	....	छिटको गुन्यु
४.	तामाङ	....	दोमौ, नौगेडी, चौबन्दी

अभ्यास

१. तपाईंको टोल छिमेकमा बोलिने भाषाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंको गाउँटोलमा प्रयोग हुने मौलिक एवम् परम्परागत वेशभूषाको सूची तयार पार्नुहोस् ।

३. हाम्रो समुदायमा बोलिने भाषा र वेशभूषा हाम्रा पहिचान हुन, कसरी ?

४. तपाईंको समुदायमा प्रचलित रहनसहनका कुनै दुईओटा उदाहरण दिनुहोस् ।

५. तपाईंको समुदायमा प्रयोग हुने मौलिक एवम् परम्परागत वेशभूषाको महत्त्व सम्बन्धमा एक अनुच्छेदमा लेख्नुहोस् ।

परियोजना

विभिन्न जाति तथा समुदायले लगाउने वेशभूषा र रहनसहन झल्कने चित्र सङ्कलन गरी चार्टपेपरमा टाँस्नुहोस र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस ।

पाठ ५

चाडपर्वमा सहभागिता र सहयोग

हाम्रो समुदायमा धेरै प्रकारका चाडपर्वहरू मनाउने गरिन्छ । दसैँ, तिहार, छठ, वैशाख पूर्णिमा, जनैपूर्णिमा, इद, तिज, साकेला, म्ह पूजा, गौरा पर्व, उधौली, उभौली, ल्होसार, माघी हाम्रा चाडपर्व हुन् ।

विभिन्न चाडपर्वमध्ये दसैं एक महत्त्वपूर्ण चाड हो । दसैंमा घर वरिपरि तथा टोल छिमेकमा सरसफाइ गर्ने गरिन्छ । घरबाट टाढा टाढा गएका सदस्यहरू पनि दसैं मनाउन घर फर्केर आउने गर्छन् । परिवारका सबै सदस्यहरू जम्मा हुने गर्छन् । नयाँ नयाँ कपडा लगाउने, मिठा मिठा परिकार बनाएर खाने चलन छ । त्यस्तै मान्यजनबाट टीका लगाउने र आशिर्वाद लिने गरिन्छ । चाडपर्वमा विभिन्न खेलहरूको आयोजना गरी मनोरञ्जन लिने गरिन्छ ।

जाति र धर्मअनुसार चाडपर्व फरक फरक हुन्छन् । कुनै समुदायमा ल्होसार मनाइन्छ भने कुनै समुदायमा छठ पर्व मनाइन्छ । इद र क्रिसमस मनाउने परिवार पनि हाम्रा समुदायमा छन् । हामीले आफूले मान्ने चाड पर्वमा टोल छिमेकका मानिसलाई

बोलाउनुपर्छ । टोल छिमेकीले मान्ने चाडपर्वहरूमा पनि सहभागी हुनु राम्रो हुन्छ । उहाँहरूका चाडपर्वमा पनि रमाउनुपर्छ । आफूले सकेको सहयोग पनि गर्नुपर्छ । घर लिपपोत तथा सरसफाइका कार्यमा सहभागी भएर चाडपर्वमा सहयोग गर्न सकिन्छ। त्यस्तै आफन्त र साथीभाइलाई निमन्त्रणा गर्ने, अरूको सेवा र सत्कार गर्ने, टोलछिमेक, धार्मिक स्थल सफा गर्ने जस्ता कार्यमा पनि हामी सहभागी भएर सक्दो सहयोग गर्न सक्छौँ । यसो गर्नाले समाजमा सद्भाव र मेलमिलाप कायम हुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **तपाईंको समुदायमा मनाइने चाडपर्वका सम्बन्धमा आफ्ना अभिभावकसँग सोधी प्राप्त विवरण कक्षामा सुनाउनुहोस् ।**

२. **तपाईंको समुदायमा मनाइने चारओटा मुख्य पर्व कहिले पर्छन् पात्रो वा भित्तेपात्रो हेरेर तालिकामा देखाउनुहोस् :**

चाड पर्वहरू	पर्ने महिना
....	....
....	....
....	....
....	....

३. **स्थानीय चाडपर्व, वेशभूषा झल्कने चित्र वा फोटा आदि सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् । ।**

४. **तपाईंको समुदायमा मनाइने कुन कुन चाडपर्वमा तपाईं सहभागी हुनुभएको छ । सहभागी हुँदाको अनुभव कक्षामा सुनाउनुहोस् ।**

५. **तपाईंले मनाउने चाडपर्वहरू र साथीले मनाउने चाड पर्वहरूमा खाने परिकार, लगाउने पहिरन र अन्य क्रियाकलापमा के के समानता र भिन्नताहरू छन् ? साथीसँग छलफल गरी लेख्नुहोस् ।**

अभ्यास

(क) तपाईंको समुदायमा मनाइने चाडपर्वहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ख) तपाईंलाई मन पर्ने चाडपर्व कुन हो र किन, आफ्नो विचार व्यक्त गर्नुहोस् ।

(ग) चाडपर्वहरूले आपसी सम्बन्ध र मेलमिलापलाई कसरी राम्रो गराउँछ ? उदाहरणसहित पुष्टि गर्नुहोस् ।

(घ) हामी अरूका चाडपर्वमा सहभागी हुँदा के के फाइदा हुन्छन् ?

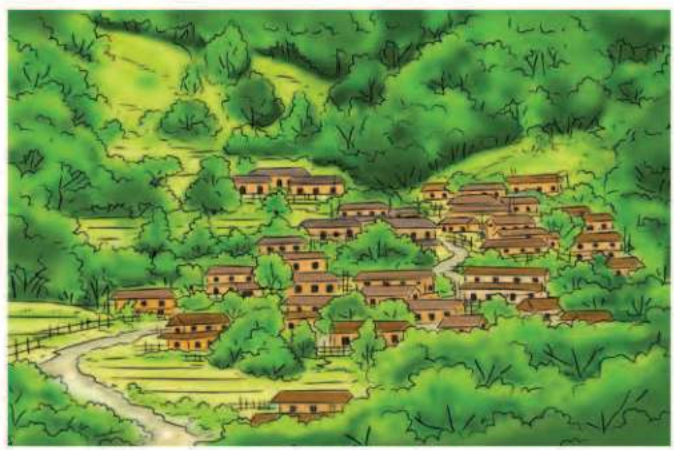
(ङ) तपाईंले चाडपर्वमा परिवार तथा समुदायमा कसरी सहयोग गर्ने गर्नुभएको छ ?

पाठ ६

मेरो जन्मस्थान

मेरो जन्मस्थानको नाम कटुन्जे हो। मेरो गाउँ जिल्ला सदरमुकाम ओखलढुङ्गाबाट पश्चिममा पर्दछ। यो ठाउँ प्राकृतिक रूपमा पनि सुन्दर छ। यहाँको जमिन उर्वर छ। गाउँको बिचबाट नदी बगेको छ। त्यस गाउँमा सिँचाइ सुविधा छ। गाउँको वरिपरि हरियो वन छ। यहाँको वनमा पाइने जडीबुटीहरू औषधीका रूपमा प्रयोग गरिन्छ। यहाँका मानिस ज्यादै सहयोगी र मिहिनेती छन्। यी विभिन्न कारणले पनि मलाई मेरो जन्मस्थान सुन्दर र प्यारो लाग्छ।

मेरो जन्मस्थानमा प्रायः सबै भौतिक सेवा सुविधाहरू छन्। जिल्ला सदरमुकाम पुग्न सडक बनेको छ। विद्यालय, वडा कार्यालय, स्वास्थ्य चौकी, प्रहरी चौकी, हुलाक कार्यालय, बैङ्क तथा सहकारी कार्यालय आदि स्थापना भएका छन्।



मेरो गाउँको नजिकै रहेको पहाडमा खनिज पदार्थको भण्डार छ। त्यहाँ चुनढुङ्गा पाइन्छ। त्यसबाट सिमेन्ट बनाउन सकिन्छ। मेरो गाउँमा धार्मिक तथा ऐतिहासिक सम्पदाहरू मठ, मन्दिर, चैत्य, गुम्बा, मस्जिद, पाटीपौवाहरू पनि रहेका छन्। यहाँ विभिन्न समयमा लाग्ने मेला जात्रामा अन्य ठाउँहरूबाट मानिस आउँछन्। यहाँको वनमा फुल्ने सुनाखरी र लालुपाते फूलको सुन्दरताले यहाँ घुम्न आउने पर्यटकको मन लोभ्याउने गर्छ। यस्ता सम्पदाहरूबाट आर्थिक लाभ पनि प्राप्त हुन्छ। हामीले यी वन, पाखा, खोला, नदी, पहाड, मठमन्दिर सबैको संरक्षण गर्नुपर्छ। यस्ता राष्ट्रिय सम्पदाले भरिपूर्ण ठाउँहरूको संरक्षण गर्नु हाम्रो दायित्व

हो । हाम्रा पुर्खाले हामीलाई छाडेर गएका अमूल्य सम्पदाको हामीले संरक्षण गर्नुपर्छ । म त यहीँ बस्छु । यहीँ रमाउँछु । मेरो गाउँप्रति मलाई गर्व छ । यहीँ ठाउँको विकास र प्रगतिका लागि सहयोग गर्छु ।

क्रियाकलाप

१. **पाठमा दिइए जस्तै आफ्नो गाउँ वा टोलको परिचय दिनुहोस् र गाउँ वा टोलको इज्जत र प्रतिष्ठा बढाउने कुराहरूसमेत कक्षामा सुनाउनुहोस ।**

३. **तलका वाक्यहरू पढ्नुहोस् र ठिक भए (✓) र बेठिक भए (X) चिह्न लगाउनुहोस् :**

(क) आफ्नो जन्मस्थानप्रति गर्व गर्नुपर्दछ ।

(ख) ओखलढुङ्गा नेपालको पूर्वी भेगमा पर्ने जिल्ला हो ।

(ग) मठमन्दिर, पाटीपौवा जस्ता सम्पदाहरूको संरक्षण गर्नुहुँदैन ।

(घ) हामीले आफू जन्मेको ठाउँलाई माया गर्नुपर्छ ।

४. **तल दिइए जस्तै तपाईंको टोल वा गाउँमा भएका प्राकृतिक, ऐतिहासिक र धार्मिक स्थलहरूको तालिका बनाउनुहोस् :**

प्राकृतिक स्थल	ऐतिहासिक र धार्मिक स्थल
दुधकोशी	हलेसी महादेव मन्दिर

अभ्यास

१. तपाईंको जन्मस्थानप्रति गर्व गर्ने कुनै दुई कारणहरू लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंको जन्मस्थानका मुख्य मुख्य तीनओटा विशेषताहरू उल्लेख गर्नुहोस् ?

३. आफ्नो जन्मस्थानको पाँच वाक्यमा वर्णन गर्नुहोस् ।

४. आफ्नो जन्मस्थानलाई भविष्यमा अझै राम्रो र विकसित बनाउन तपाईं कसरी सहयोग गर्न सक्नुहुन्छ ?

परियोजना कार्य

आफ्नो जन्मस्थानको महत्त्व झल्कने गीत, कथा वा कविता सङ्कलन गर्नुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ ७

हाम्रा राष्ट्रिय विभूतिहरू

देश र जनताको भलाइका निम्ति आफ्नो जीवन समर्पित गरेका असल मानिसलाई राष्ट्रिय विभूति भनिन्छ । यसरी राष्ट्रको गौरव बढाउन विशेष योगदान पुऱ्याउने नेपालका केही विभूति र उनीहरूको योगदानका बारेमा यस पाठमा चर्चा गरिएको छ ।

जनक

राजा जनक प्राचीन मिथिलाका राजा थिए । उनको जन्म हालको मधेश प्रदेशको राजधानी जनकपुरमा भएको हो । राजा जनक एक विद्वान राजा थिए । आफ्ना जनतालाई ज्यादै माया गर्दथे । राजा र जनताको मेल थियो ।

जनता पनि राजालाई पिता जस्तै मान्थे । उनको राज्यमा जनतालाई कुनै किसिमको दुःख थिएन । उनी सबैसँग मिलेर बस्नुपर्छ, लडाइ र झगडा गर्नुहुँदैन भनी उपदेश दिन्थे । हामीले पनि यस्तै कुराको अनुसरण गर्नुपर्छ ।

सीता

आदर्श नारी सीता राजा जनककी छोरी हुन् । उनको जन्म हालको जनकपुरमा भएको थियो । सीता अनुशासित र सच्चरित्र भएकी नारी थिइन । आफ्नो चरित्रमा अटल रहेकाले सम्पूर्ण नेपाली नारीको प्रतिनिधि आदर्श नारीका रूपमा उनलाई लिएको पाइन्छ ।

गौतम बुद्ध

गौतम बुद्ध (सिद्धार्थ गौतम) को जन्म वैशाख शुक्ल पूर्णिमाको दिन आमा मायादेवीको कोखबाट भएको थियो । उनका बुबाको नाम शुद्धोधन हो ।

उनको जन्म नेपालको लुम्बिनीमा भएको थियो । उनी बुद्धधर्मका संस्थापक हुन् ।

गौतम बुद्ध बच्चैदेखि राम्रो स्वभावका थिए । कसैलाई पनि दुःख दिने काम गर्दैनथे । उनले चोरी गर्नुहुँदैन, झुटो बोल्न हुँदैन, नशालु पदार्थ सेवन गर्नुहुँदैन, हिंसा गर्नुहुदैन आदि उपदेश दिएका थिए । बुद्धको उपदेशमा भएका कुरा हामीले पनि मान्नुपर्छ ।

अशुवर्मा

अशुवर्मा लिच्छविकालीन राजा थिए । उनी एक पराक्रमी र कुशल राजा थिए । उनी जनताप्रेमी थिए । जनतालाई पढ्नका लागि विद्यालय खोलेका थिए । नागरिकलाई सजिलो होस् भनेर ठाउँ ठाउँमा बाटाघाटा बनाउन लगाउँथे । अंशुवर्मा कलाप्रेमी पनि थिए । उनले कैलाशकुट दरबार बनाउन लगाएका थिए । कलाकौशलप्रेमी र जनताको सुख दुख बुझ्ने राजा थिए । अंशुवर्मा सबै जनतालाई समान व्यवहार गर्ने कुशल शासक थिए ।

अरनिको

अरनिकोको जन्म ललितपुरको पाटनमा भएको थियो । उनलाई बलबाहु पनि भनिन्छ । उनले सानै उमेरमा चित्रकला, मूर्तिकलासम्बन्धी ज्ञान हासिल गरेका थिए । अरनिकोले नेपालबाहिर चीनमा गएर मूर्ति बनाएका थिए । मूर्तिकलाका माध्यमबाट नेपालको नाम

चीनमा समेत फैलाएकाले उनलाई विभूति घोषणा गरिएको हो । हामीले पनि अरनिकोको जस्तै असल काम गरेर देशको नाम विदेशमा फैलाउनुपर्छ ।

राम शाह

रामशाह गोरखाका सुधारवादी राजा थिए । उनले माना, पाथी, ढक र तराजुको व्यवस्था गरेका थिए । खेतमा सिँचाइ गर्न पालो प्रणाली लागु गरेका थिए । सबैलाई समान न्याय दिने काम गर्थे । जनतासँग राम्रो सम्बन्ध थियो । जनताले पनि खुब मन पराउँथे । उनी समाज सुधारक र उदारवादी राजा थिए ।

क्रियाकलाप

१. नेपालका राष्ट्रिय विभूतिको चित्र सङ्कलन गरी कक्षामा प्रर्दशन गर्नुहोस् ।

२. राष्ट्रिय विभूतिको परिचय र उनीहरूले पुऱ्याएको योगदान समेटिने चार्ट तयार गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. कस्ता व्यक्तिलाई राष्ट्रिय विभूति भनिन्छ ?

२. राजा जनकको जन्म कहाँ भएको थियो ?

३. सीतालाई किन आदर्श नारी भनिएको हो ?

४. पृथ्वीनारायण शाहलाई हामी अहिले पनि किन सम्भिन्छौँ ?

स्वप्रतिबिम्बन

१. तलको कथा पढ्नुहोस् र दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

एकादेशमा चतुर्मान नाम गरेका राजा थिए । उनको राज्यमा जस्तोसुकै गल्ती गर्ने व्यक्तिहरूलाई डर लाग्दा जङ्गली कुकुरहरू भएको झ्यालखानामा फ्याकिदिने चलन थियो । ती अपराधीहरूलाई जङ्गली कुकुरहरूले टोकेर मार्ने गर्थे ।

एक दिन राजाको निकै मन पर्ने बफादार मन्त्रीले एउटा सानो गल्ती गरेछ । यो कुरा मुर्ख राजाका कानमा परेछ । आफ्नो मन पर्ने मान्छे भए पनि उसलाई गल्तीको सजाय दिनै पर्छ भन्ने उनले ठाने । राजाले सिपाहीहरू पठाएर मन्त्रीलाई समात्न लगाए । सिपाहीहरूले त्यो मन्त्रीलाई पक्रेर राजा सामु ल्याए । मन्त्रीले राजासँग कुरा गर्न खोजेका मात्र के थिए, राजाले बोल्नै दिएनन् ।

राजा : तिमीले गल्ती गरेका छौँ । त्यसैले तिमीले पाउने सजायबाट माफी पाउने आस नगरे पनि हुन्छ । ल अब भन, तिमीले के भन्न खोजेका थियौँ ?

मन्त्री : महाराज, म हजुरसित मेरो सजायको माफ़ीका लागी बिन्ती गर्न लागेको होइन । म त मर्नु अघि आफ्नो अन्तिम इच्छाका बारेमा हजुरलाई बिन्ती चढाउन लागेको ।

राजा : ल भन तिम्रो अन्तिम इच्छा के छ ?

मन्त्री : मेरो अन्तिम इच्छा भनेको मलाई दश दिन थप बाँच्न दिनुस् ।

राजा : ल ठिक छ ।

दश दिनपछि त्यो मन्त्रीलाई राजाको आदेशमा सिधैँ जङ्गली कुकुरहरू भएको झ्यालखानामा फ्याकियो । तर अचम्म अरू अपराधीहरूलाई देख्ने बित्तिकै निकै वीभत्स रूपमा टोकेरै मार्ने

ती जङ्गली कुकुरहरूले मन्त्रीलाई देख्ने बित्तिकै पुच्छर हल्लाउँदै माया पो गर्न थाले । यो दृश्य देखेर सबै अचम्मित भए । राजाले झ्यालखानाभित्र रहेका मन्त्रीलाई सोधे, यो सब के हो ?

तब शान्त हुँदै मन्त्रीले जवाफ दिए, "महाराज, मलाई सजाय हुने ती दश दिनमा मैले यी जङ्गली कुकुरहरूलाई दिन रात नभनी खानापानी दिएर खुब सेवा गरेको थिएँ । मेरो त्यो दश दिनको बफादारी र सेवाभावलाई यी जङ्गली कुकुरहरूले राम्ररी बुझेका छन र त्यसैको आज सम्मान गरेका हुन् ।

मन्त्रीको कुरा सुनेपछि ती मुर्ख राजालाई झल्यास्स सम्झना भयो कि ती मन्त्रीले आफ्ना लागि बिसौँ पच्चिसौँ वर्ष पूर्ण बफादारीपूर्वक सेवा गरिसकेका थिए । यतिका वर्षसम्म गरेको बफादारी अनि सेवालाई चटक्कै बिर्सेर जाबो एउटा सानो गल्तीका लागि उसलाई मृत्युदण्ड दिन गइरहेको कुरा सम्झेर राजा स्वयम्लाई आफ्नो मुर्खता अनि निस्ठुरीपनप्रति आफैँलाई लाज लाग्यो ।

अन्तत : राजाले मन्त्रीसामु माफी मागे र मन्त्रीलाई सजायबाट मुक्त गरी क्षमा दिए ।

१. तपाईंलाई राजा र मन्त्रीमा कसको व्यवहार मन पर्‍यो ?

२. राजाले मन्त्रीलाई क्षमा दिएको तपाईंलाई कस्तो लाग्यो ?

३. कथा पढेर के शिक्षा पाउनुभयो ?

४. हामीमा मेलमिलाप किन आवश्यक पर्दछ ?

५. क्षमाशील आचरणले व्यक्ति र समुदायमा पर्ने प्रभाव उल्लेख गर्नुहोस् ।

६. कथाको शीर्षक के राख्दा उपयुक्त होला, समूह समूहमा छलफल गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

२. परियोजना कार्य

तपाईंको समुदायमा मनाइने विभिन्न चाडपर्वहरू झल्किने चित्रहरू सङ्कलन गरी चार्टपेपरमा टाँस्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

३. तल दिइएका चित्रहरू पहिचान गर्नुहोस् । चित्रका आधारमा छोटो विवरण तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

चित्र (क)

चित्र (ख)

चित्र (ग)

चित्र (घ)

एकाइ तीन

नागरिक चेतना

सिकाइ उपलब्धि

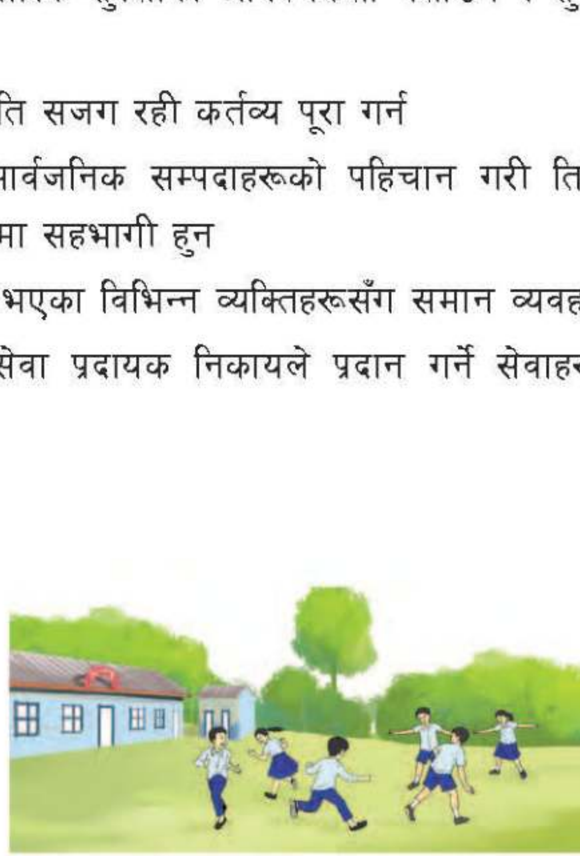
व्यक्तिगत र पारिवारिक सुरक्षाको आवश्यकता बताउन र सुरक्षाका उपायहरू अपनाउन

आफ्नो अधिकारप्रति सजग रही कर्तव्य पूरा गर्न

स्थानीय क्षेत्रका सार्वजनिक सम्पदाहरूको पहिचान गरी तिनीहरूको उचित उपयोग र संरक्षणमा सहभागी हुन

आफ्नो समुदायमा भएका विभिन्न व्यक्तिहरूसँग समान व्यवहार गर्न

स्थानीय स्तरका सेवा प्रदायक निकायले प्रदान गर्ने सेवाहरूको पहिचान र उपयोग गर्न



पाठ १

हाम्रो सुरक्षा

सुरक्षा

विभिन्न समस्या, आपत् विपत्बाट जोगिनु वा सुरक्षित रहनुलाई सुरक्षा भनिन्छ । जङ्गली जनावरबाट जोगिन गरिने तारबार, चोरबाट जोगिन गरिने सचेतना, सर्प आदिबाट जोगिन गरिने सचेतना र तयारी, बाढी पहिरो र विपत्बाट जोगिन गरिने पूर्वतयारी, आगलागीबाट जोगिन गरिन उपायहरू सबै सुरक्षाका उपायहरू हुन् ।

सुरक्षाको आवश्यकता

मानिसमा आपसी विश्वास र मेलमिलापको भावना बढाउँन मदत गर्छ ।

जिउधनको सुरक्षा गर्न मदत गर्छ ।

सुखी जीवन जिउन मदत गर्छ ।

लामो समयपछि हावाहुरीसहित हिजो राती ठुलो पानी पर्‍यो । आज टोलछिमेकका सबै बिहानैदेखि खेतबारीमा मकै छर्ने काममा व्यस्त छन् । बिहानको घरधन्दा सकेर सुदामा र रमिला पनि बारीमा काममा छन् । रचना र पन्नाले आमाबुबालाई सघाउन जाने सल्लाह गरे । आमाबुबालाई सो कुरा थाहा थिएन । आमाबुबाले छोराछोरीलाई घरमै सुरक्षित भएर बस्नु, घरको पनि ख्याल गर्नु भन्दै बारीतिर लाग्नुभयो । पन्ना ! तिमी र म अब पढ्नुपर्छ भन्दै रचना झोला लिन भित्र गइन् । तर यही मौका पारी पन्ना हातमा फाटेको झुलको टुक्रा लिएर घर बाहिर निस्किए ।

रचना : भाइ, तिमी कहाँ जान लागेका नि ?

पन्ना : खोलामा माछा मार्न, दिदी ।

रचना : तिमी एक्लै जाने कि साथी पनि छन् ? एक्लै त खोलामा जानु हुँदैन भाइ, हिजो राती जस्तै ठुलो पानी पऱ्यो भने बाढी आउँछ । खोला किनारमा माछा मार्न जाँदा बाढीले बगाउन पनि सक्छ नि भाइ । त्यस्तै खोलामा जाँदा खोलाको छेउमा रहेका ढुङ्गामा लेउ लागी चिप्ला हुन सक्छन् । चिप्लोमा लड्न पनि सकिन्छ । खोलामा पौडी खेल्दा डुब्ने, बगाउने पनि डर हुन्छ ।

पन्ना : यस्तो घाम लागेको छ , कसरी आउँछ बाढी ?

रचना : आफूभन्दा ठुलाले भनेको मान्नुपर्छ, जथाभावी एक्लै हिड्नु हुँदैन । अरू घटना पनि घट्न सक्छन् बुझ्यौ ?

पन्ना : एकछिनपछि आइहाल्छु नि ।

रचना : अघि भर्खरै आमाबुबाले घरमै सुरक्षित भएर बस्न भन्नुभएको होइन ? हेर भाइ, हामी सावधान भए मात्र हाम्रो सुरक्षा हुन्छ ।

पन्ना : सुरक्षा भनेको के हो दिदी ?

रचना : हाम्रो ज्यान, धन र सम्पत्तिको बचाउ गर्ने कार्य सुरक्षा हो । हामीले होसियारी अपनायौँ भने आफ्नो बचाउ गर्न सक्छौँ र सुरक्षित हुन सक्छौँ ।

पन्ना : हामी कसरी सुरक्षित हुन सक्छौँ त दिदी ?

रचना : सुरक्षित हुन जथाभाबी एक्लै हिड्नुहुँदैन । नचिनेको व्यक्तिलाई छिट्टै विश्वास गर्नुहुँदैन । साथीहरूसँग खेल्दा होस पुऱ्याउनु पर्दछ ।

पन्ना : नचिनेको मान्छेले दिएका खानेकुरा खाएर मेरो साथीको आमा अस्ति बेहोस हुनुभएको रे नि दिदी !

रचना : हो, त्यसैले त म तिमीलाई सम्झाइ रहेकी छु नि । नचिनेका मानिस खराब हुँदैनन् तर कोही कोही खराब मानिसले गर्दा सबैलाई विश्वास गर्न गारो हुन्छ ।

पन्ना : अरू के के सावधानी अपनाउँदा सुरक्षित भइन्छ दिदी ?

रचना : जथाभाबी आगो चलाउन पनि हुँदैन । पोल्न सक्छ । घर गोठ जल्न पनि सक्छ । जथाभाबी हतियार चलाउन हुँदैन । नचिनेको मान्छे घरमा आउँदा सोधपुछ गरेर मात्र ढोका खोल्नुपर्छ ।

पन्ना : घरमा चोरी हुँदा कहाँ खबर गर्नुपर्छ दिदी ?

रचना : छिटोभन्दा छिटो प्रहरीलाई खबर गर्नुपर्छ ।

पन्ना : दिदीले राम्रो कुरा सिकाउनुभयो । मैले सुरक्षित हुने धेरै तरिका सिकेँ । हजुरलाई धन्यवाद ।

क्रियाकलाप

(क) विगतमा तपाईंको आफ्नो असावधानीका कारण कुनै घटना घटेको हुनसक्छ । त्यसबाट आफूले सिकेको पाठ साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

(ख) सुरक्षाको आवश्यकता किन पर्दछ ? समूह समूहमा छलफल गरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) सुरक्षा भनेको के हो ?

(ख) आफ्नो सुरक्षाका लागि तपाईंले के के गर्नुभएको छ ?

(ग) घर परिवारको सुरक्षाका लागि तपाईंले गर्न सक्ने विभिन्न उपायहरूको सूची तयार गर्नुहोस ।

पाठ
२

हाम्रो अधिकार र कर्तव्य

अभिभावकको माया पाउनु, खान पनि पाउनु
खेल्न पनि पाउनु अनि लुगा लाउन पाउनु
पढ्नु लेख्नु बालअधिकार, पाउनुपर्छ आजै
बाल सहभागिता जनाउँछौँ, साथीहरू माझै

साथीसँग छिमेकमा खेल्दा फूर्ति आउँछ
समाजमा काम र नामले पहिचान पाउँछ
समुदायले बाल विकासमा ध्यान दिनुपर्छ
बालबालिकाको सुरक्षाको जिम्मा लिनुपर्छ ।

बुझाइ बुझाइ शिक्षकको सिकाउने काइदा
माया गरी सिकाउँदा धेरै हुन्छ फाइदा
चोट लाग्छ कि, बिरामी पो हुन्छन् भनी गुरु
ख्याल गर्छन्, सिकाउँछन् उनी खुरु खुरु

आफ्ना अधिकार जानौँ, बालबालिका पनि
आवाज पनि उठाई राख्नु, अधिकार खोई भनी
अधिकार मात्र खोज्ने होइन, कर्तव्य नि जान
आफ्ना मान्यजनलाई गर्नु इज्जत र मान

ज्ञानी भई पढ्नु पनि कर्तव्य हो राम्रो
अनुशासन पालन गर्नु दायित्व हो हाम्रो
कानुनको पालन गरौँ, अनुशासित भई
कर्तव्यलाई पूरा गरौँ, जिम्मेवार रही

क्रियाकलाप

(क) बाल अधिकार र कर्तव्यसँग सम्बन्धित विभिन्न चित्रहरू सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) आफ्नो अधिकार पूरा गर्न कर्तव्य पनि पालन गर्नुपर्दछ । यस भनाइमा आधारित भई संवाद तयार गर्नुहोस र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

(क) बाल अधिकार भनेको के हो ?

(ख) बाल अधिकारअन्तर्गत कुन कुन अधिकारहरू पर्दछन् ।

(ग) आफूले प्राप्त गरेका अधिकारहरूको सूची तयार पार्नुहोस्

(घ) कर्तव्य भनेको के हो ?

(ङ) बालबालिकाका कर्तव्यहरू के के हुन् ? तपाईंले कुन कुन कर्तव्यहरू पालना गर्नुभएको छ, उल्लेख गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईंको समुदायमा बाल अधिकार उपभोग गर्न नपाएका बालबालिकाको अवस्था सोधखोज गरी उनीहरूको अधिकार प्राप्तिका लागि अभिभावकलाई दिने सुझाव पत्रको नमुना तयार पार्नुहोस् ।

पाठ ३

बाल सहभागिता

विद्यार्थीले विद्यालयमा बालक्लबको गठन गर्दै छन् । उनीहरूले को को बालक्लबमा बस्ने र बालक्लबले के के काम गर्ने विषयमा पनि छलफल गरे । उनीहरूले सबैको छलफलबाट बालक्लबका अध्यक्ष र अन्य पदाधिकारीहरू पनि छनोट गरे । उनीहरूले बालक्लबले के के गतिविधि सञ्चालन गर्ने भनेर नियम पनि बनाएका छन्, जुन यसप्रकार छन् ।

(क) विद्यालयमा सामाजिक अन्धविश्वास र बालविवाह रोकथामसँग सम्बन्धित पोस्टर प्रदर्शन र र्‍याली निकाल्ने

(ख) विद्यालयमा खेलकुदका सामग्रीको व्यवस्था गर्न प्रधानाध्यापक र शिक्षकहरूलाई अनुरोध गर्ने

(ग) बाल भित्ते पत्रिका निकाल्ने

(घ) विद्यालयमा फूलबारी निर्माण र सरसफाइ गर्ने

(ङ) विभिन्न अतिरिक्त क्रियाकलाप र खेलकुदमा क्लबका सदस्य एवम् पदाधिकारीहरू अनिवार्य सहभागी हुने

(च) स्थानीय जात्रा र मेला महोत्सवमा स्वयम्सेवक भई काम गर्ने

(छ) घरमा दैनिक समय तालिका बनाएर आफ्नो पढाइ र घरको कामलाई व्यवस्थित गर्ने

(ज) परिवारको महत्त्वपूर्ण काममा सहयोग गर्ने

(झ) परिवारको महत्त्वपूर्ण कार्य गर्दा हुने निर्णयमा आफूलाई समेत सहभागी गराउन अभिभावकलाई अनुरोध गर्ने

(ञ) घरमा घरेलु हिंसा हुन नदिने

यस्तै कक्षा चारका विद्यार्थीले गत हप्ता कक्षा मनिटर छान्ने काम गरेका छन् । उनीहरू सबैले आपसी छलफल र सहमतिमा मनिटर छानेका छन् । सबैका कुरा सुन्ने, साथीहरूलाई समान व्यवहार गर्ने, सिकाइमा पनि सहयोग

गर्ने, अनुशासनमा रहन सबैलाई सम्झाइरहने , सामूहिक रूपमा काम गर्न रुचि राख्ने र साथीहरूलाई पनि काम लगाउन सक्ने मनिटर छान्न सफल भएकामा सबै साथीहरू खुशी छन् । हिजो मात्र कक्षाका सबै साथीहरू मिलेर मनिटरको सहयो ग र सल्लाहमा कक्षाको नियम बनाएर टाँसेका छन् । कक्षामा फोहोर नगर्ने, दिनहुँ पालो मिलाएर कक्षाकोठा सफा गर्ने, शिक्षकको अनुपस्थितिमा पनि कक्षाबाट बाहिर ननिस्की साथीहरूसँग मिलेर सिक्ने सिकाउने आदि नियमहरू बनाएका छन् ।

क्रियाकलाप

(क) के तपाईंको विद्यालयमा बाल क्लब गठन भएको छ ? छ भने त्यसले के के काम गर्दै आएको छ । सोधखोज गरी लेख्नुहोस् ।

(ख) बालक्लब गठनबाट हुने फाइदा साथीसँग समूह समूहमा छलफल गरी प्रस्तुत गर्नुहोस ।

(ग) तपाईंले समुदायका के के गतिविधिहरूमा सहभागिता जनाउनु भएको छ ? समूहमा छलफल गरी टिपोट गर्नुहोस र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

(क) बालक्लबको परिचय दिनुहोस् ?

(ख) बालक्लबले गर्ने कामहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) कक्षा मनिटर कसले छनौट गर्ने गर्छन् ? कस्ता व्यक्तिलाई कक्षा मनिटर छान्नुपर्छ र किन ?

(घ) कक्षा मनिटरलाई तपाईं कसरी सहयोग गर्नुहुन्छ ?

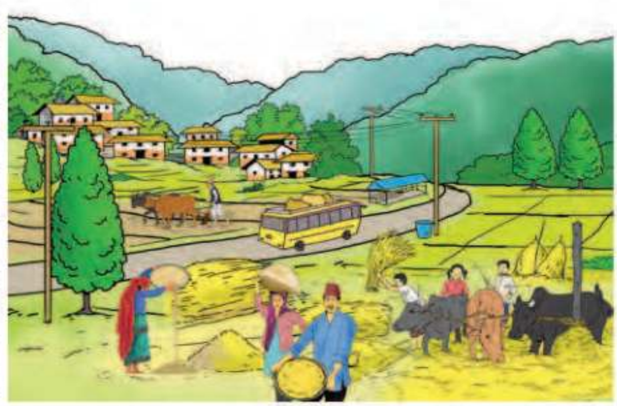
(ङ) के तपाईंले विद्यालयका महत्त्वपूर्ण निर्णयहरूमा सहभागिता जनाउनु भएको छ ? छ भने साथीहरूलाई अनुभव सुनाउनुहोस् ।

सामुदायिक कार्य

तपाईंको विद्यालयमा बालक्लब गठन भएको छ कि छैन ? छैन भने बालक्लब गठन गर्नुहोस् । यसका लागि प्रधानाध्यापक र शिक्षकहरूको सहयोग लिन सक्नुहुने छ । बालक्लबमार्फत विद्यालय हाताको सरसफाइ कार्यक्रम, बाल भित्ते पत्रिका तयार वा अन्य कुनै रचनात्मक कार्य गर्नुहोस् ।

पाठ ४

हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा



कामना जन विकास आधारभूत विद्यालयमा पढाउनु हुन्छ । उहाँ विद्यार्थीलाई धेरै माया गरेर सिक्ने अवसर दिनुहुन्छ । उहाँका विद्यार्थी पनि जिज्ञासु स्वाभावका छन् । उनीहरू आफैँले गरेर वा प्रत्यक्ष देखेर नयाँ कुरा सिक्न चाहन्छन् । कामनाले पनि उनीहरूलाई यस्ता धेरै अवसर दिनुहुन्छ । उहाँले एक दिन विद्यार्थीलाई प्राकृतिक सम्पत्तिका रूपमा रहेका नजिकैका सम्पदाहरूको अवलोकन भ्रमणमा लैजानुभयो । विद्यार्थी रमाउँदै भ्रमणमा संलग्न भए ।

उनीहरूले बाटामा विभिन्न किसिमका घरहरू देखे । दोभानटारमा गाई र बाखा फार्म रहेछन् । तिनै वस्तुभाउको मल प्रयोग गरी नजिकैको खेतबारीमा अन्न र तरकारी खेती गरेका ठाउँमा अवलोकन पनि गरे । बाटाको दायाँबायाँ रहेका बिजुलीको खम्बामा फोहर जम्मा गर्न ससाना डोकाहरू झुन्ड्याइएका थिए। शिक्षकले बाटामा खसेका प्लास्टिक र कागज टिपेर त्यही डोकामा राख्नुभयो । विद्यार्थीले पनि बाटामा देखेका नकुहिने फोहर टिपेर डोकोमा राखे । केही समयपछि उनीहरू नदी किनारमा पुगे । शिक्षकले नदीको पानीको उपयोग र संरक्षण कसरी भइरहेको छ । भनी अवलोकन गर्न लगाउनुभयो । विद्यार्थीले नदीको पानीबाट खेतमा सिँचाइ गरेको र बिजुली निकालेको पनि देखे । नदीको पारिपट्टि पानी घट्ट चलेको आवाज आइरहेको थियो । नजिकैको पोखरीमा माछा पालन पनि गरिएको थियो ।

उनीहरूले ठाउँ ठाउँमा जथाभावी फोहर नगरौं, प्राकृतिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं भनेर लेखिएका पोस्टर पनि देखे । नदी वरपरको वातावरण सफा देखेर सबै खुसी हुँदै रानीवनतिर लागे ।

रानीवन वरिपरि तारबार लगाइएको थियो । बारको बाहिरबाट विद्यार्थीहरूले वनजङ्गलको दृश्य अवलोकन गरे ।

थरी थरीका जङ्गली जनावर, रङ्गीचङ्गी चरा, पुतलीहरू देखेर उनीहरू धेरै खुसी भए । त्यहाँ सयौं ठुला ठुला रुखहरू देखेर एक जना विद्यार्थीले सुरक्षागार्डसँग सोधे, यो वनमा यति धेरै रुखहरू किन हुर्काउनु भएको ? सुरक्षागार्डले "घर, विद्यालय भवन बनाउन काठ चाहिन्छ । ती काठ यिनै रुखबाट प्राप्त हुन्छन् । काठ उद्योगबाट विभिन्न किसिमका फर्निचरहरू बनाउन सकिने कुरा बताए । वनजङ्लको सरक्षण नगर्ने हो भने त पानीको स्रोत पनि सुक्दै जाने र घाँस दाउराको पनि अभाव हुने कुरासमेत बनाए" यी कुरा सुनेर सुरक्षागार्डलाई उनले धन्यवाद दिए ।

दिउँसोको खाजा खाएपछि सबै जना कमेरे डाँडाको बाटो हुँदै फर्किने भए । बाटामा कामनाले विद्यालयको भित्तामा लगाइएको सेतो वस्तु कमेरो भएको कुरा बताउनुभयो । डाँडा नजिकै आएपछि उनीहरूले ढुङ्गा खानी पनि देखे । विद्यार्थीले सुरक्षित तरिकाले ढुङ्गा खानीको अवलो कन पनि गरे । एक जना विद्यार्थीले त्यहाँका कर्मचारीसँग खानीको सञ्चालनसम्बन्धी जिज्ञासा राखे । कर्मचारीले हाँस्दै सम्बन्धित निकायबाट अनुमति लिएर मात्र खानी सञ्चालन गर्न पाइने बताए । सिपालु व्यक्तिले मात्र खानीबाट ढुङ्गा निकाल्नु पाउने कुरा पनि उनले बताए । खानीको क्षमता अनुसारमात्र खानी सञ्चालन गर्नुपर्छ र जथाभावी रूपमा ढुङ्गा निकालेमा त्यहाँ पहिरो पनि

जान सक्ने कुरा उनले बताए । यसरी रमाउँदै नयाँ ज्ञान र अनुभव लिएर सबै जना घर फर्किए ।

क्रियाकलाप

(क) आफ्नो वरपर रहेका प्राकृतिक सम्पदाको नाम लेखी तिनीहरूको संरक्षणका लागि आफूले गर्न सक्ने कामहरूको विवरण तयार गरी शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :

(क) प्राकृतिक सम्पदा भनेको के हो ?

(ख) तपाईंको समुदाय वरपरको जल सम्पदाहरूको सदुपयोग कसरी भएको छ, उदाहरणसहित प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ग) वन सम्पदाबाट हुने फाइदाहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(घ) तपाईंले माटो सम्पदाको संरक्षणमा कसरी सहयोग गर्न सक्नुहुन्छ, लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

'हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा, हाम्रा सम्पत्ति हुन्' भन्ने शीर्षकमा जानकारीमूलक पोस्टर तयार गरी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

पाठ ५

हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू

हाम्रो देश नेपालमा सांस्कृतिक सम्पदाहरू धेरै छन् । मन्दिर, गुम्बा, मस्जिद, चर्च जस्ता धार्मिक स्थलहरू हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू हुन् । त्यस्तै ऐतिहासिक दरबारहरू, विभिन्न गीत, नाच र बाजाहरूसमेत हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू हुन् । यी सांस्कृतिक सम्पदाहरूको विवरण तल प्रस्तुत गरिएको छ :

धार्मिक स्थलहरू	जिल्ला	धार्मिक स्थलहरू	जिल्ला
पाथिभरा	ताप्लेजुङ	मनकामना	गोरखा
हलेसी	खोटाङ	मुक्तिनाथ	मुस्ताङ
बाराह क्षेत्र	सुन्सरी	कालिका	बाग्लुङ
छिन्नमस्ता	सप्तरी	स्वर्गदारी	प्युठान
गढीमाई	बारा	लुम्बिनी	रुपन्देही
जानकी मन्दिर	धनुषा	वागेश्वरी	बाँके
गोसाइकुण्ड	रसुवा	चन्दननाथ	जुम्ला
पशुपतिनाथ	काठमाडौं	त्रिपुरासुन्दरी	डोल्पा
स्वयम्भू	काठमाडौं	काँकेविहार	सुर्खेत
नमोबुद्ध	काभ्रेपलाञ्चोक	शैलेश्वरी	डोटी
दक्षिणकाली	काठमाडौं	उग्रतारा	डडेलधुरा
		वैजनाथ	कन्चनपुर

विभिन्न दरबारहरू, गढी र पर्ने जिल्ला

दरबार	जिल्ला	दरबार	जिल्ला
वसन्तपुर दरबार	काठमाडौं	रसुवा गढी	रसुवा

पचपन्न झ्याले दरबार	भक्तपुर	सिन्धुली गढी	सिन्धुली
पाटन दरबार	ललितपुर	अमरगढी	डँडेलधुरा
साततले दरबार	नुवाकोट	जितगढी	रूपन्देही
गोरखा दरबार	गोरखा	चौदण्डी गढी	उदयपुर

लोकगित, लोक नृत्य र लोकबाजा

लोकगितका नाम	लोकनृत्यका नाम	लोकबाजाका नाम
झ्याउरे	मारुनी नृत्य	पन्चेबाजा (सहनाई, दमाहा, ढोलक, टयाम्को, नरसिंहा)
तामाङ सेलो	धान नाच	मादल
हाक्पारे	चण्डी नाच	सारङ्गी
रोइला	देउडा नाच	डम्फु
तिज गीत	टप्पा	टुङ्गना
असारे गीत	कर्खा	धिमेबाजा

उपयोग र संरक्षण

हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदा हाम्रा अमूल्य निधि हुन । यी सम्पदाहरूले हामीलाई चिनाउन मदत गर्दछन् । हाम्रा धार्मिक स्थलहरूमा पूजा, प्रार्थना, ध्यान आदि गरेर धार्मिक कार्यहरू सम्पन्न गरिन्छन् । हरेक मानिसले धार्मिक आस्था र विश्वासका लागि धार्मिक स्थलको भ्रमण गर्ने गर्छन् । हाम्रा लोकगीत, लोकनृत्य र लोकबाजाहरूले हाम्रो संस्कृति र संस्कारलाई विश्वसामु परिचित गराएका छन् । यी हाम्रा पहिचान हुन् ।

सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण गर्नु हामी सबैको जिम्मेवारी हो । हाम्रा धार्मिक स्थलको सरसफाइ र संरक्षणमा हामी सबै लाग्नु पर्दछ । धार्मिक स्थलको मर्मत

एवम् जिर्णोद्धार गरेर संरक्षण गर्न सकिन्छ । त्यस्तै हाम्रा लोकगीत, लोकनृत्य र लोकबाजाहरूको संरक्षणमा सबैको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ । समुदायमा हुने पूजा, मेला, महोत्सवमा लोकगीत, लोकनृत्य र लोकबाजाको उपयोग गर्ने, विभिन्न विवाह, व्रतबन्ध जस्ता चाडपर्वमा लोकबाजाको प्रयोगमा जोड दिने गर्नुपर्दछ । लोकगीत र लोकबाजासम्बन्धी सिपमूलक तालिम प्रदान गर्नुपर्दछ । समय समयमा समुदाय वा विद्यालयमा सांस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना गर्नाले हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षणमा मदत पुग्ने देखिन्छ ।

क्रियाकलाप

(क) तपाईंको समुदायमा रहेका कुनै तीनओटा धार्मिक स्थलहरूको नाम लेखी त्यहाँ हुने गतिविधिसमेत टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा साथीहरूलई सुनाउनुहोस् ।

(ख) तपाईंको समुदायमा प्रचलित कुनै लोकगीत समूहमा सबै जना मिली गाउनुहोस् र यसले व्यक्त गरेको भाव सम्बन्धमा छलफल गर्नुहोस् ।

अभ्यास

(क) सांस्कृतिक सम्पदा भनेको के हो ?

(ख) कुनै पाँचओटा धार्मिक सम्पदाको नाम लेख्नुहोस् ।

(ग) सांस्कृतिक सम्पदाको उपयोग कसरी गर्न सकिन्छ ?

(घ) सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण गर्ने कुनै तीन उपाय उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ६

समान व्यवहार

सबैसँग समान व्यवहार गर्ने बानी राम्रो
छुवाछुत, विभेद गर्ने बानी छैन हाम्रो
सबै जात, भाषा, धर्म समान हाम्रा लागि
जहाँ रहे पनि, महिला पुरुष समान हाम्रा लागि
सबैलाई सम्मान अनि अवसर दिनुपर्छ
सबै पेसा कामलाई इज्जत गर्नुपर्छ
जात भिन्न, धर्म भिन्न भए पनि साथी
समानताको सन्देश छर्दै उठ्नुपर्छ माथि

विनिशाको घर पूर्वी तराईमा पर्दछ । उनको समुदायमा विभिन्न धर्म मान्ने मानिस छन् । त्यहाँ हिन्दु, बौद्ध, इस्लाम, क्रिश्चियन, किराँत आदि धर्म मान्ने मानिस छन् । ती सबै मानिस समुदायमा मिलेर बसेका छन् । एकले अर्को धर्म मान्ने मानिसलाई सम्मान र इज्जत गर्ने संस्कार उनको समुदायमा छ । सबै मानिसप्रति समान व्यवहार गर्ने, एकअर्काका चाडपर्वमा सहभागी हुने राम्रो चलन छ । फरक भाषा बोल्ने मानिसलाई पनि उत्तिकै सम्मान गर्ने गरिन्छ । भाषाको संरक्षणमा पनि उनीहरू लाग्ने गरेका छन् । जसका कारणले सो समुदायका मानिसमा सामाजिक एकता र सद्भाव राम्रो छ । महिला, पुरुष, लैङ्गिक तथा यौनिक अल्पसङ्ख्यकप्रति समान आदर र इज्जत गर्ने कारणले गर्दा मानिसरूमा कुनै विभेद, झगडा हुन पाउँदैन । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई पनि सहयोग गर्ने, अवसरहरू उपलब्ध गराउने, पढ्ने लेख्ने वातावरण मिलाइएको छ । विनिशाले पनि सानैदेखि अरूलाई समान व्यवहार गर्ने, सम्मान गर्ने, इज्जत गर्ने राम्रो बानी सिकेकाले परिवारका सदस्यहरू खुसी हुनुहुन्छ । उनका यिनै बानीले उनलाई परिवारका सदस्यले धेरै माया गर्नुहुन्छ । उनको विचारलाई मन

पराउनुहुन्छ । उनका साथीहरू धेरै बनेका छन् । साथीहरूले उनीसँग खेल्न, लेख्न, पढ्न मन पराउँछन् । विनिशालाई अप्ठेरो पर्दा सहयोग गर्ने धेरै मानिस छन् । समुदायमा पनि उनलाई धेरै मानिसले चिन्छन् । हामीले पनि विनिशाको जस्तै राम्रो बानी व्यवहार देखाउनु पर्दछ ।

क्रियाकलाप

(क) समान व्यवहार प्रदर्शन गर्ने उपायहरू समूहमा छलफल गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) साथीहरूसँग समान व्यवहार गर्दा हुने फाइदाहरूको सूची बनाई कक्षामा टाँस्नुहोस् ।

(ग) के तपाईंले अरूलाई समान व्यवहार नगर्दा भएका बेफाइदा छन् ? छन् भने के के बेफाइदा भए साथीहरूलाई आफ्नो अनुभव सुनाउनुहोस् ।

(घ) तपाईंको समुदाय र विनिशाको समुदायबिचका समानता र भिन्नताहरूको चार्ट तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

(क) समान व्यवहार भनेको के हो ?

(ख) समान व्यवहार गर्दा के के फाइदा हुन्छन् ?

(ग) समान व्यवहार नगर्दाका बेफाइदाहरू के के हुन् ?

(घ) तपाईंले विद्यालयमा साथीहरूलाई कसरी समान व्यवहार गर्नुहुन्छ ।

पाठ ७

सेवा प्रदायक निकायहरू

दैनिक जीवनमा हामीलाई विभिन्न प्रकारका सेवाहरूको आवश्यकता पर्दछ । त्यस्ता सेवा हामीले विभिन्न निकाय र सङ्घसंस्थाबाट पाउने गर्दछौँ । हामीलाई सेवा दिने केही निकायहरू यसप्रकार रहेका छन् :

वडा कार्यालय

स्थानीय स्तरमा सेवा दिने एउटा निकाय वडा कार्यालय हो । वडा कार्यालयबाट हामीले विभिन्न किसिमका सेवाहरू पाउछौँ । जन्म दर्ता, विवाह दर्ता, नागरिकताका लागि सिफारिस, बसाइँसराइको प्रमाण पत्र, अपाङ्गताको प्रमाण पत्र दिने जस्ता सेवाहरू वडा कार्यालयबाट प्राप्त हुन्छन् । घर बहाल कर, घर जग्गा कर, मनोरञ्जन कर जस्ता विभिन्न किसिमका करहरू सङ्कलन गर्ने काम पनि वडा कार्यालयले गर्दछ । वडा कार्यालयबाट वडाभित्रका विकास निर्माणका कामहरू पनि हुन्छन् ।

प्रहरी चौकी

तपाईंले प्रहरी चौकीमा प्रहरीलाई देख्नुभएको होला । उनीहरूको आफ्नो छुट्टै पोसाक पनि हुन्छ । प्रहरीले जनताको सेवा र सुरक्षामा सहयोग गर्छन् । हामीले घर, टोल छिमेकमा चोरी भएमा प्रहरीलाई खबर गर्नुपर्छ । झैझगडा, दुर्घटना

भएमा पनि प्रहरीलाई खबर गर्नुपर्छ । प्रहरीले ट्राफिक व्यवस्थापनको पनि काम गर्छन् । प्रहरीले दुर्घटनामा परेका र आपत् विपत्मा परेकालाई समेत सहयोग गर्छन् ।

आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र

आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रले हामीलाई विभिन्न आधार भूत स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दछ । हामी बिरामी भएमा आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रमा जान्छौँ । त्यहाँ बिरामी मानिसलाई जाच्ने, औषधी दिनेर स्वास्थ्यसम्बन्धी सल्लाह दिने काम हुन्छ । ससाना बालबालिकाहरूलाई खोप लगाउने काम पनि आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रले गर्दछ ।

सामाजिक सङ्घसंस्था : समाजको हक, हित र भलाइका लागि काम गर्ने संस्थालाई सामाजिक सङ्घसंस्था भनिन्छ । हाम्रो गाउँ टोलमा यस्ता धेरै सामाजिक संस्थाहरू रहेका छन् । यिनीहरूले गाँउ टोलका समस्या समाधान गर्न सहयोग गर्दछन् । आपत् विपत् पर्दा सहयोग गर्दछन् । युवाक्लब, बालक्लब, आमा समूह, महिला जागरण समूह, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, नेपाल स्काउट आदि स्थानीय स्तरमा रहेका सामाजिक सङ्घसंस्थाहरू हुन् । यी संस्थाहरूले गाउँ टोलमा महिला हिंसा, जुवातास खेल्ने, जाँड रक्सी र नसालु पदार्थ खाने र बेच्ने जस्ता कार्यहरू विरुद्ध जनचेतना फैलाउने र रोक्ने कार्य गर्दछन् । त्यस्तै गरी यी संस्थाहरूले आगलागी, बाढी पहिरो, भूकम्प जस्ता विपत्मा परेका मानिसलाई सहयोग गर्दछन् ।

क्रियाकलाप

१. तपाइँको समुदायमा कुन कुन सामाजिक सङ्घसंस्थाहरू रहेका छन् ? तिनीहरूको नाम र कामको सूची बनाउनुहोस् ।

क्र.स.	संस्थाको नाम	संस्थाले गर्ने काम
१.	युवाक्लब	गाउँ टोलमा वृक्षरोपण गर्ने, सरसफाइ गर्ने
२.		
३.		
४.		
५.		

२. विभिन्न सस्थाहरूले प्रदान गर्ने सेवाहरू खोजी गरी तालिकामा भर्नुहोस् :

क्र.स.	संस्था	संस्थाले गर्ने कामहरू
१.	वडा कार्यालय	नागरिकताका लागि सिफारिस गर्ने
२.	प्रहरी चौकी	
३.	आधारभूत स्वास्थ्य कार्यालय	
४.	विद्युत् कार्यालय	

३. विभिन्न कार्यालयबाट सेवा दिएको र सेवा लिएको भूमिका अभिनय गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. वडा कार्यालयले प्रदान गर्ने सेवाहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

२. प्रहरीले हामीलाई कसरी सहयोग गर्दछन्, लेख्नुहोस ।

परियोजना कार्य

१. तपाइँको स्थानीय समुदायमा रहेको कुनै एउटा सेवा प्रदायक निकायको गतिविधि खोजी गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

स्वप्रतिबिम्बन

१. तल दिइएको अवस्था अध्ययन गरी सोधिएका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

श्यामला आज आमाबुबासँग घुम्न निस्केकी छिन् । उनी बिदाको दिन आमाबुबासँग घुम्न पाउँदा खुसी छिन् । उनीहरू घुम्न जाने ठाउँमा पौडीलगायतका अन्य खेल खेल्ने सुविधाहरू थिए । धेरै बालबालिका त्यहाँ खेल्न पाउँदा रमाइरहेका थिए । श्यामला पनि आज दिनभर डुल्न र खेल्न पाउँदा धेरै खुसी थिइन् । उनी आमाबुबाबाट खेल्न, डुल्न र उचित हेरचाह एवम् धेरै माया पाएकामा खुसी छिन् । विद्यालयमा हुने विभिन्न गतिविधिमा सहभागी हुँदा विद्यालयका शिक्षकहरूले पनि उनलाई माया गर्नुहुन्छ । आज घुमेर फर्कदा केही बालबालिका इँटा कारखानामा इँटा बोकिरहेको देखेर उनले बुबालाई सोधेकी थिएन् । उनीहरूले किन यसरी इँटा बोकिरहेका छन् बुबा ? बुबाले उनीहरू त्यस कारखानामा काम गरिरहेको बताउनुभयो । पढ्ने उमेर का बालबालिकालाई यसरी काममा लगाउनु हुँदैन । हामीले उनका बुबा आमालाई सम्झाउनुपर्छ भनेर उनको बुबाले भन्नुभयो ? श्यामलाका बुबाले ती बालबालिकाका अभिभावकलाई भेटी उनीहरूलाई पढ्न विद्यालय पठाउन अनुरोध गर्नुभयो । आफू यहीँ नजिक बस्ने र आवश्यक पर्दा सहयोग गर्ने कुरा पनि बताउनुभयो । घरनजिकको होटलमा काम गरिरहेकी एक जना बहिनीलाई विद्यालय पढाउन पाए कति रमाइलो हुन्छ है बुबा भन्दै श्यामलाले बुबालाई आफ्नो कुरा बताइन् । उनका कुरा सुनेर बुबाले ती नानीलाई पनि विद्यालयमा पढ्न पठाउन होटल मालिकसँग अनुरोध गर्नुभयो । त्यही हप्तामा नै उनका बुबा र होटल मालिक मिलेर एक कल्याणकारी संस्थामार्फत उनलाई विद्यालय भर्ना गर्नुभयो ।

प्रश्नहरु

(क) श्यामलाले कुन कुन बाल अधिकारको उपयोग गरेकी छिन् ?

(ख) श्यामलाको बुबाको स्वभाव तपाईंलाई कस्तो लाग्यो ?

(ग) बालअधिकारको उपयोग गर्न नपाउँदा के हुन्छ ?

(घ) बालअधिकार र कर्तव्य एक सिक्कामा दुई पाटा हुन्, यस भनाइलाई पुष्टि गर्नुहोस् ।

(ङ) शिक्षा पाउनु हरेक व्यक्तिको नैसर्गिक अधिकार हो भन्ने शीर्षकका कक्षामा दुई साथीहरूबिचको संवाद तयार पार्नुहोस् ।

२. तल दिइएका मध्ये अधिकार र कर्तव्य पहिचान गरी तालिकामा भर्नुहोस् :

पढ्न पाउने अधिकार, आफूभन्दा सानालाई माया गर्नु, कानुनको पालना गर्नु, कर तिर्नु, मनोरञ्जन गर्न पाउनु, माया ममता पाउनु, गुरुगुरुआमालाई आदर गर्नु, खेल्न पाउनु, विभिन्न क्रियाकलापमा सहभागिता जनाउनु, अनुशासनमा रहनु, ध्यान दिएर पढ्नु

अधिकार	कर्तव्य

३. विभिन्न धार्मिक स्थलहरूको नाम र विवरण सङ्कलन गरी तयार पारेको चार्ट अध्ययन गरौं र अन्य धार्मिक स्थलका पनि त्यस्तै चार्ट बनाउने अभ्यास गरौं ।

हाम्रा धार्मिक सम्पदा, हाम्रो गौरव

क्र.स.	नाम	चित्र	विवरण
१.	पाथिभरा		प्रदेश न १ को ताप्लेजुङ जिल्लामा पर्दछ । यो समुद्र सतहबाट ३७९४ मि.को उचाइमा रहेको छ । यो हिन्दुहरूको प्रमुख तीर्थस्थल हो । ताप्लेजुङ जिल्लाको सदरमुकामबाट उत्तर दिशामा पर्दछ । यस मन्दिरमा देश तथा विदेशबाट मानिस तीर्थ गर्न आउँछन् ।

२.	जानकी मन्दिर		मधेश प्रदेशको धनुषा जिल्लामा पर्दछ । राम जानकीको पूजा आराधना गरिन्छ । नौलाखा मन्दिर पनि भनिन्छ । विवाह पञ्चमीमा ठुलो मेला लाग्छ । टिकमगढकी महारानी वृषभानुदेवीले बनाउन लगाएकी हुन् ।
३.	नेपाली जामे मस्जिद		बाग्मती प्रदेशको काठमाडौँ जिल्लामा रहेको छ । मुस्लिमहरूको मुख्य धार्मिक स्थल हो । मुस्लिमहरूले यहाँ गएर नमाज पढ्ने गर्छन् । उत्कृष्ठ कला र इस्लामिक संस्कृतिको आस्थाको केन्द्रका रूपमा यस धार्मिक स्थललाई लिने गरिन्छ ।
४.	मनकामना		गण्डकी प्रदेशको गोरखा जिल्लामा पर्दछ । भाकल र मनोकाङ्क्षा पूरा हुने विश्वास गरिन्छ । मन्दिर स्थलमा केवलकार र पैदल मार्गबाट पनि पुग्न सकिन्छ । यो मन्दिर प्यागोडा शैलीमा निर्माण भएको छ ।
५.	स्वर्गद्वारी		लुम्बिनी प्रदेशको प्युठान जिल्लामा पर्दछ । रमणीय धार्मिक एवम् पर्यटकीय केन्द्रका रूपमा यो ठाउँ परिचित छ । हिन्दुहरूको धार्मिक आस्थाको केन्द्रका रूपमा रहेको छ । यहाँ देश विदेशबाट समेत मानिस तीर्थ र भ्रमण गर्न आउने गरेका छन् ।

६.	काँकेविहार		कर्णाली प्रदेशको सुर्खेत जिल्लामा पर्दछ । सिँजाका खस राजा अशोक चल्लका पालामा यो निर्माण भएको हो । भुइँचालामा भत्किएको यो विहार हालको संरचनामा पुनर्निर्माण भएको छ । हिन्दु र बौद्धमार्गी दुवैका लागि आस्थाको केन्द्रका रूपमा रहेको छ । सुर्खेत सदरमुकाम वीरेन्द्रनगरबाट दक्षिणमा रहेको जङ्गलका बिचमा यो विहार रहेको छ ।
७.	उग्रतारा मन्दिर		धार्मिक र पर्यटकीय महत्त्व बोकेको यो मन्दिर सुदूरपश्चिम प्रदेशको डँडेलधुरा जिल्लामा पर्दछ । डडेलधुराको सदरमुकाम अमरगढीबाट ४ कि.मि. पश्चिममा रहेको छ । यो स्थल प्राकृतिक सौन्दर्य, कला र संस्कृतिको उत्कृष्ट नमुना रहेको छ । यहाँ दसैँ, वैशाख पूर्णिमा, माघे सङ्क्रान्ति र कार्तिक पूर्णिमामा मेला लाग्छ ।

एकाइ चार

सामाजिक समस्या र समाधान

अन्य समाजको परिचय दिन र विशेषता बताउन

सामाजिक समस्याको पहिचान गर्न र समाधानका उपाय बताउन

सामाजिक समस्या समाधानमा स्थानीय टोल समुदाय स्तरमा भएका सङ्घसंस्थाहरूको योगदान बताउन

पाठ १

असल समाज

असल समाजका बारेमा शिक्षक रमाले कक्षामा चित्रहरू प्रदर्शन गर्नुभयो । उहाँले चित्र र उनीहरूका अनुभव दुवैका आधारमा विद्यार्थीसँग छलफल पनि गर्नुभयो ।

मनिषा : कस्तो समाजलाई असल समाज भनिन्छ, गुरुआमा ?

रमा : सामूहिक भावना, सहयोग, सहकार्य एवम् मेलमिलाप विकास भएको समाजलाई असल समाज भनिन्छ ।

रमेश : हाम्रो समुदायमा पनि विभिन्न पर्व अवसरहरूमा सबै जना मिलेर काम गरिन्छ । यो पनि असल समाजले गर्ने कामको उदाहरण हो त गुरुआमा ?

रमा : हो, ठिक भन्नुभयो । असल समाजमा कसैप्रति भेदभाव गरिँदैन । सबै लाई समान व्यवहार गरिन्छ । महिला र पुरुषका बिचमा भेदभाव गरिँदैन । अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाइ सम्मान गरिन्छ । यी सबै असल समाजका विशेषता हुन् ।

महमद : गुरुआमा, हाम्रो समाजमा धामी झाँक्रीमा विश्वास गरिँदैन । मानिस बिरामी हुँदा स्वास्थ चौकी वा अस्पताल जान्छन् । छिमेकमा कोही बिरामी पर्दा भेटघाट गर्ने र सहयोग गर्ने गर्छन् । यस्तो समाज पनि असल समाज हो त ?

रमा : हो, अवश्य । असल समाजमा जाँड, रक्सी, चुरोट जस्ता मादक पदार्थलाई बन्देज गरिएको हुन्छ । फजुल खर्चलाई कम गर्नु र बालबालिकाहरूलाई जोखिमपूर्ण कार्यमा सहभागी नगराउनु असल समाजका विशेषता भित्र पर्दछन् । त्यस्तै यस्तो समाजमा सामूहिक सहभागिताबाट सामाजिक नियम बनाई कार्यान्वयन गरिन्छ ।

पेमा : असल समाजको आवश्यकता किन पर्दछ गुरुआमा ?

रमा : राम्रो कुरा उठाउनुभयो । आफूलाई लागेका कुराहरू व्यक्त गर्न र आफूलाई परेका समस्या समाधानमा असल समाजले मदत गर्दछ । समाजमा रहेका असमानता हटाउन असल समाजमा मात्र सम्भव हुन्छ । समाजलाई विभिन्न विकृति र समस्याबाट मुक्त बनाउन पनि यसको आवश्यकता पर्दछ । आपसी मेलमिलाप र सरसहयोगको भावना असल समाजमा हुन्छ । आजको छलफल तपाईंहरूलाई कस्तो लाग्यो ? कुनै अस्पष्टता भएमा म अझै प्रस्ट पार्न तयार छु नि ।

महमद : गुरुआमाले असल समाज र यसको विशेषता सम्बन्धमा धेरै कुरा सिकाउनुभयो । यहाँलाई धेरै धन्यवाद ।

क्रियाकलाप

१. निम्नलिखित चित्रहरूको अध्ययन गरी दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :

चित्र क

चित्र ख

(क) चित्रहरूमा के कुरा देखाउन खोजिएको छ, जोडीमा छलफल गरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) माथि दिइएका चित्रहरू तपाईंलाई मन पर्छ वा पर्दैन, किन ?

२. **असल समाज निर्माणका लागि तपाईंले गर्ने विभिन्न सामाजिक समस्या विरुद्धका क्रियाकलापलाई तालिकामा देखाउनुहोस् :**

क्र.स.	सामाजिक समस्या	क्रियाकलाप	कसलाई
१.	मादक पदार्थ सेवन	सल्लाह दिने, सेवन नगर्ने	साथी, परिवार र आफैं
२.			
३.			
४.			
५.			

अभ्यास

(क) कस्तो समाजलाई असल समाज भनिन्छ ?

(ख) असल समाजको आवश्यकता किन पर्दछ ?

(ग) तपाईंको समाजमा रहेका असल समाजका विशेषता उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ९

सामाजिक समस्याबाट बचौं र बचाऔं :

प्यारी भान्जी डोल्मा

शुभ आशिर्वाद ।

हामी सबै आराम छौं । त्यहाँ तपाईंहरू पनि आराम हुनु होला भन्ने आशा गर्दछु। आजभोलि हाम्रो समाजमा धेरै विकृति तथा समस्याहरू देखा पर्न थालेका छन् । तसर्थ यस्ता समस्याबाट बच्न वा टाढा रहन सल्लाह दिँदै यो पत्र लेख्दै छु।

समाजमा साना बालबालिकाहरू पनि खराब सङ्गतमा परेका घटनाहरू यदाकदा सुन्नमा आइरहेका छन् । यसले साना बालबालिकाहरूमा नराम्रो असर परेको देखिन्छ । त्यसैले साथी चिनेर मात्र सङ्गत गर्नुपर्छ । यसबाट बच्न सकिएन भने जीवनभर पछुताउनुपर्ने हुन्छ । अरूको देखासिकी गरेर बढी खर्च गर्ने बानीले पनि मानिस कुलतमा लाग्न सक्छन् । लामो समय टि.भी हेर्ने, लामो समयसम्म खेल्ने, सामाजिक सञ्जालमा लामो समय बिताउने जस्ता कार्य कुलत हुन् । यस्ता कुलतले मानिसलाई एकोहोरो बनाउने पढ्न लेख्न मन नगर्ने, अरू सँग रिसाउने, झर्कने आदि व्यवहार देखाउँछन् । यस्ता कुलतबाट हामी सधैं टाढा रहनुपर्छ । आफू कुलतबाट बच्दै साथीहरूलाई समेत बचाउनु पर्दछ । यो हामी सबैको कर्तव्य र दायित्व पनि हो ।

प्यारी भान्जी, मानिस फरक फरक स्वभावका हुन्छन् । कतिपय मानिस आफ्नो स्वार्थका लागि कसैसँग नजिक हुन खोज्छन् । त्यस्ता व्यक्तिलाई बेलैमा चिन्नुपर्छ । एकान्त ठाउँमा एक्लै जाने, घुम्ने र बस्ने पनि गर्नुहुँदैन । कसैले पैसा वा खानेकुरा दिएर फकाउन सक्छन् । अपरिचित मानिसले दिएका खानेकुराहरू खानु हुँदैन। त्यस्ता व्यक्तिले दिएका वस्तुहरू पनि लिनुहुँदैन। कुनै कुनै अपराधीहरूले अपराध गर्नका लागि बालबालिकाहरूलाई समेत प्रयोग गर्न सक्छन् । यस्ता कुरामा झनै होसियार रहनुपर्छ ।

विद्यालयमा रहँदा, घरपरिवार तथा छिमेकीहरूसँग बस्दा सबैसँग मिलेर बस्नुपर्छ । साथीभाइलाई हेप्ने, जिस्क्याउने र दुःख दिने गर्नुहुँदैन । यस्तो गरियो भने आफूलाई सहयोग चाहिएका समयमा कसैले पनि सहयोग गर्दैनन् । साथीहरूको सामान नसोधी चलाउने र लिने गर्नुहुँदैन । यसले साथी साथीका बिचमा अविश्वास पैदा गर्छ ।

प्यारी भान्जी, मोबाइलको प्रयोग गर्दा पनि होसियारी अपनाउनुपर्दछ । सामाजिक सञ्जालमा अनावश्यक कुराहरू पोस्ट गर्नु हुँदैन । अपरिचित व्यक्तिहरूसँग अनावश्यक कुराहरू गरी जिस्कनु हुँदैन । यसले नराम्रा घटनाहरू पनि घट्न सक्छन् ।

ल त भान्जी, तपाईंलाई समाजमा हुन सक्ने समस्या तथा विकृतिहरूका सम्बन्धमा बताएँ । यी कुराहरूमा ख्याल गरेर व्यवहार गर्नु होला । यस्ता कुराम सधैँ सचेत रहनु होला । आजलाई यतिकैमा बिदा चाहन्छु ।

उही तपाईंको मामा

सोनाम

क्रियाकलाप

१. तपाईंको समुदायमा कस्ता सामाजिक समस्या छन्, सो सम्बन्धमा सोधखोज गरी सूची तयार पार्नुहोस् ।

२. कुलतबाट व्यक्ति परिवार र समुदायमा पार्ने असरलाई तलको तालिकामा देखाउनुहोस् ।

क्र.स.	कुलतहरू	व्यक्ति र परिवारलाई पर्ने असर	टाढा रहने उपायहरू
१.	मादक पदार्थ सेवन		
२.	मोबाइलमा धेरै समय बिताउने		
३.			

३. कुनै एक सामाजिक समस्या झल्कने चित्र बनाउनुहोस् र उक्त सामाजिक समस्या समाधानका लागि गर्नुपर्ला ? उपाय पनि प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) कुलतबाट हुने कुनै तीनओटा हानि उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ख) कुलतबाट टाढा रहने कुनै दुईओटा उपायहरू लेख्नुहोस् ।

(ग) टेलिभिजन र मोबाइल फोनमा लामो समय बिताउँदा के के हानि हुन्छ, लेख्नुहोस् ।

पाठ ३ सामाजिक समस्या र यसका समाधानका उपायहरू

आज शिक्षकले कक्षा चारका सबै विद्यार्थीलाई तीन समूहमा विभाजन गर्नुभयो । तीनओटै समूहका सम्पूर्ण विद्यार्थीलाई सामाजिक समस्या र समाधान सम्बन्धमा पत्रपत्रिका र अन्य सन्दर्भ सामग्रीहरू अध्ययन गर्न दिनुभयो । ती सामग्रीहरू पढेका आधारमा समूहगत छलफल गराउनुभयो । एउटा समूहलाई समाजमा प्रचलित सामाजिक समस्या मादक पदार्थ सेवन र यसका बेफाइदा सम्बन्धमा दोस्रो समूहलाई चोरी डकैतीबाट सजगता सम्बन्धमा र तेस्रो समुहलाई यस्ता समस्या समाधान गर्ने उपायहरूका सम्बन्धमा छलफल गर्न भन्नुभयो। छलफलमा सहभागि भई तीनओटै समूहले प्रस्तुत गरेका निष्कर्षहरू यसप्रकार छन् :

समूह क

समाज विकासमा बाधा पुऱ्याउने खालका प्रचलित सामाजिक हित विपरीतका कार्य र तिनबाट सिर्जित समस्या सामाजिक समस्या हुन् । यसबाट व्यक्ति तथा समाजको उन्नति र प्रगतिमा बाधा पुग्छ । समाजमा विभिन्न खालका असामाजिक चालचलन र व्यवहार हुन्छन् । हाम्रो समाज रहेको समस्यामध्ये हाम्रो समूहले मादक पदार्थ सेवन र यसका बेफाइदा सम्बन्धमा समूहगत प्रस्तुति तयार पारेको छ ।

१. जाँड, रक्सी, छ्याङ, वियर, तोङ्वा आदि मादक पदार्थ हुन् ।

२. यस्ता पदार्थको प्रयोग गर्नु मादक पदार्थ सेवन हो ।

३. मादक पदार्थ सेवनले परिवार र समुदायमा झैझगडा हुने, घरेलु हिंसा हुने हुन्छ ।

४. पैसा अनावश्यक ठाउँमा खर्च हुन्छ ।

५. समुदायमा शान्ति पूर्ण वातावरण खलबलिन्छ ।

६. विभिन्न रोगहरू लाग्न सक्छन् ।

समुह ख

चोरी डकैतीबाट सजगता

हाम्रो समूहले सामाजिक समस्याहरू मध्य चोरी डकैती र यसबाट सजग रहन अपनाउनु पर्ने उपायहरू सम्वन्धमा समूहगत छलफल गरी निम्नानुसारको प्रस्तुति तयार पारेका छौं । जुन यस प्रकार छ ।

अरूको सामान जानकारी वा सहमति विना लिनु वा भिक्नु चोरी हो ।

धेरै मानिसको समूहमा आई देखादेखी वा जबर्जस्ती कुनै वस्तु सामान, नगद, गरगहना लुटेर लैजाने कार्य डकैती हो ।

चोरी डकैती सामाजिक अपराध हो ।

चोरी डकैतीबाट सजग रहने धेरै उपायहरू छन् । ती उपायहरूलाई निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छ

घरबाट बाहिर निस्कदा भ्याल ढोका राम्रोसँग लगाउने

महँगा गरगहना, नगद पैसा घरमा नराख्ने

महंगा गरगहना लगाएर भिडभाडमा नजाने

छिमेकीहरूको फोन नम्बर टिपोट गरी राख्ने

घरबाहिर निस्कँदा घरमा अरूलाई जानकारी गराउने

लामो समय समय बाहिर जाँदा छिमेकीलाई भनेर जाने

टोल टोलमा सरक्षा साइरन जडान गर्ने

घुम्न गएका तस्बिर, फोटा भिडियो आदि सामाजिक सञ्जालमा नराख्ने

समूह ग

सामाजिक समस्या समस्याका उपायहरू

१. कुरीति हटाउन पर्चा, पोस्टर तथा पम्पलेट निर्माण गरी चेतना बढाउनुपर्छ ।

२. समाजबाट सामाजिक समस्या हटाउन जनचेतनामूलक र्‍याली प्रदर्शन गर्नुपर्दछ ।

३. समाजबाट सबै मानिसलाई समान व्यवहार गर्नुपर्दछ ।

४. सामाजिक समस्या निम्त्याउने सामाजिक प्रचलनलाई सुधार गर्दै जानुपर्दछ ।

५. असामाजिक व्यवहारले ल्याउन सक्ने असरहरूका सम्बन्धमा समुदायका व्यक्तिहरूलाई सचेत गराउनुपर्छ ।

६. आफ्नो कर्तव्य र दायित्वको पालना गर्नुपर्दछ ।

क्रियाकलाप

१ तलका नाराहरू ठुलो अक्षरमा कागजमा लेख्नुहोस् र बाक्लो कागजमा टाँसेर प्लेकार्ड बनाउनुहोस् ।

(क) मादक पदार्थको सेवन नगरौँ ।

(ख) चोरी गर्नु सामाजिक अपराध हो ।

(ग) अन्धविश्वासमा नपरौँ ।

(घ) छोरा र छोरी दुवैलाई बराबरी माया र अवसर दिऔँ ।

(ङ) जेष्ठ नागरिकलाई सम्मान गरौँ ।

(च) महिला हिंसा नगरौँ ।

२. आफ्नो समुदायमा भएका सामाजिक समस्या हटाउने उपायहरूका सम्बन्धमा समूह समूहमा छलफल गर्नुहोस् र छलफलबाट आएका निष्कर्ष कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

३. मादक पदार्थको असर झल्किने पोस्टर वा पम्प्लेट तयार गरी घर तथा समुदायमा टाँस्नुहोस् ।

४. कुनै एक सामाजिक समस्या समाधानमा सहयोग पुग्ने नाटक कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

(क) मादक पदार्थको सेवन किन गर्नुहुँदैन ?

(ख) तपाईंको समुदायमा मादक पदार्थ नियन्त्रण गर्न के के उपायहरू अवलम्बन गरिएका छन्, लेख्नुहोस् ।

(ग) समाजमा चोरी डकैती भएमा कहाँ खबर गर्नुपर्छ ?

(घ) चोरी डकैतीबाट सजग रहन के के गर्नुपर्छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ४

सामाजिक समस्या समाधानमा स्थानीय सङ्घसंस्थाहरू

सामाजिक समस्या समाधानमा संलग्न स्थानीय सङ्घसंस्थाहरूका गतिविधि सम्बन्धमा तिनीहरूका प्रतिनिधिहरूबिच इच्छाकामना गाउँपालिकाको कार्यालयमा भएको छलफलको एक झलक अध्ययन गरौँ:

नमस्कार ! मेरो नाम राजु घलान हो । म हिमालयन युवा क्लबको संयोजक हुँ । हाम्रो क्लबले सामाजिक समस्या समाधानमा उदाहरणीय कामहरू गरेको छ । यस क्लबले कुलतमा लागेका युवाहरूलाई परामर्श दिने गर्दछ । यस क्लबले बेरोजगार युवाहरूलाई सिपमूलक तालिम पनि प्रदान गरेको छ ।

नमस्कार ! मेरो नाम रमिला गुरुङ हो । म जनजागृति महिला समूहको अध्यक्ष हुँ । हाम्रो महिला समूहले गाउँमा महिला हिंसा कम गर्न सहयोग गरेको छ । घरेलु हिंसा नियन्त्रणमा सहयोग गरेको छ । गाउँपालिका सीमाभित्र मादक पदार्थ र जुवातास खेल्न निषेध गरेको छ ।

नमस्कार ! मेरो नाम भक्तबहादुर प्रजा हो । म चेपाङ टोल सुधार समाज इच्छाकामनाको अध्यक्ष हुँ । हाम्रो समाजले विवाह, भोज र भतेरमा धेरै खर्च गर्न नपाउने नियम बनाएको छ। हामीले सडक दुर्घटना नहोस् भनेर राजमार्गमा सचेतना

बोर्डहरू राखेका छौँ । समाजमा हुने गरेका झैझगडालाई छलफलका माध्यमबाट मेलमिलाप गराउने गर्छौं । आफ्नो संस्कार र संस्कृतिका सम्बन्धमा पछिल्लो पुस्तालाई जानकारी गराउँदै आएका छौँ ।

नमस्कार ! मेरो नाम प्रनिता पासवान हो । म यहाँको बालक्लबको अध्यक्ष हुँ । हामीले हाम्रो समुदायमा बालविवाह हुनबाट रोकेका छौँ । बालअधिकार सम्बन्धमा साथीहरूलाई सचेत गराएका छौँ । सार्वजनिक स्थलहरूको सरसफाई र मर्मत सम्भारमा सहयोग गरेका छौँ ।

क्रियाकलाप

१. सामाजिक समस्या समाधानमा स्थानीय क्लबले के के भूमिका खेल्न सक्छ । सो सम्बन्धमा समूहमा छलफल गरी बुँदाहरू टिपोट गर्नुहोस् ।

२. तपाईंको समुदायमा रहेको कुनै एक सामाजिक समस्या समाधानमा सहयोग पुग्ने चेतनामूलक नाटक कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

(क) तपाईंको समुदायमा रहेका सामाजिक समस्या समाधानमा सहयोग गर्ने सङ्घसंस्थाको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(ख) ती सङ्घसंस्थाहरूले के कस्ता समस्या समाधान गर्न सहयोग गरेका छन्, लेख्नुहोस् ?

(ग) सामाजिक समस्या समाधानमा विभिन्न सामाजिक सङ्घसंस्थाको आवश्यकता उल्लेख गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईंको समुदायमा सामाजिक समस्या समाधानमा सक्रिय कुनै एक संस्थाको प्रमुखलाई भेट्नुहोस उक्त संस्थाका कार्यहरू सम्बन्धमा टिपोट गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

स्वप्रतिबिम्बन

१. तलको सार्वजनिक अपिलको पर्चा पढ्नुहोस् र सोधिएका प्रश्नको जवाफ दिनुहोस् :

सार्वजनिक अपिल

आदरणीय आमा, बुवा ,दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरू ।

केही समयदेखि यस मर्मपुर गाउँमा किशोर किशोरीहरूमा कुलतको समस्या बढ्न थालेको छ । साथी सङ्गत र देखासिकीबाट कुलतमा पर्नेको सङ्ख्या दिन प्रतिदिन बढ्दो छ । कति चुरोट गाँजाको लतमा परेका छन् । कोही जाँड रक्सी सेवन गरेर रमाउने भएका छन् । यस्तो कुलतमा परेका किशोर किशोरीको घर परिवारमा झैझगडा र बेमेल बढेको छ। छोराछोरीको पढाइ बिग्रेको गुनासो अभिभावकले गर्ने गरेका छन्। बढ्दो कुलतले असल समाज निर्माणमा पनि असर पर्ने कुरामा स्थानीय बुद्धिजिवीहरूले चिन्ता मानिरहेका छन् । कुलतका कारण व्यक्तिको स्वास्थ्यमा नराम्रो असर पनि पार्दछ । उपचारका लागि बढी खर्च लाग्ने मात्र नभई कम उमेरमै ज्यान पनि जान सक्छ । स्वास्थ्य जीवनबिना जीवनको उद्देश्य पूरा हुन सक्दैन । यसैले यसप्रति सबै सचेत रहौँ । कुलतमा नफसौँ । सबै अभिभावकले आफ्ना छोराछोरीका साथी सङ्गत र व्यवहारको जानकारी राखी कुलतबाट बचाऔँ । कुलतमा परेकालाई घर परिवार तथा समाजका सबैले माया, सल्लाह र सहयोग गरी कुलत त्याग्न मदत गरौँ ।

टोल सुरक्षा समिति, मर्मपुर ।

प्रश्नहरू

(क) मर्मपुरमा के कस्ता कुलतका समस्या देखापरेका छन् ?

(ख) कुलतले कस्ता समस्या निम्त्याउन सक्छ ?

(ग) छोरा छोरीलाई कुलतबाट बचाउन अभिभावकले कस्तो भूमिका खेल्नुपर्छ ?

(घ) कुलतले असल समाज निर्माणमा कसरी समस्या ल्याउछ ? साथीबिच छलफल गर्नुहोस् ।

२. तलको तालिकामा भने जस्तै अवस्था भएमा तपाईं के गर्नुहुन्छ, लेख्नुहोस ।

अवस्था	क्रियाकलाप
घर तथा समुदायमा बिरामी हुँदा	स्वास्थ्य चौकी लैजान्छु ।
दुर्व्यवहार गरेमा	
तपाईंको भाई, बहिनीले लामो समय टि.भी. वा मोाबइल हेर्दा	
भेदभाव हुँदा	
चोरी डकैती हुँदा	
अध्ययन गर्नका लागि भर्ना हुन	
घरमा बिजुली सट हुँदा वा बिजुली शुल्क बुझाउँदा	
घरेलु तथा महिला हिंसा भएको देखेमा	
धुम्रपान गर्न साथीले दबाब दिएमा	
अपरिचित व्यक्तिले ललाइफकाइ गरेमा	
समाजमा झैझगडा भएमा	

एकाइ पाँच

हाम्रो विगत

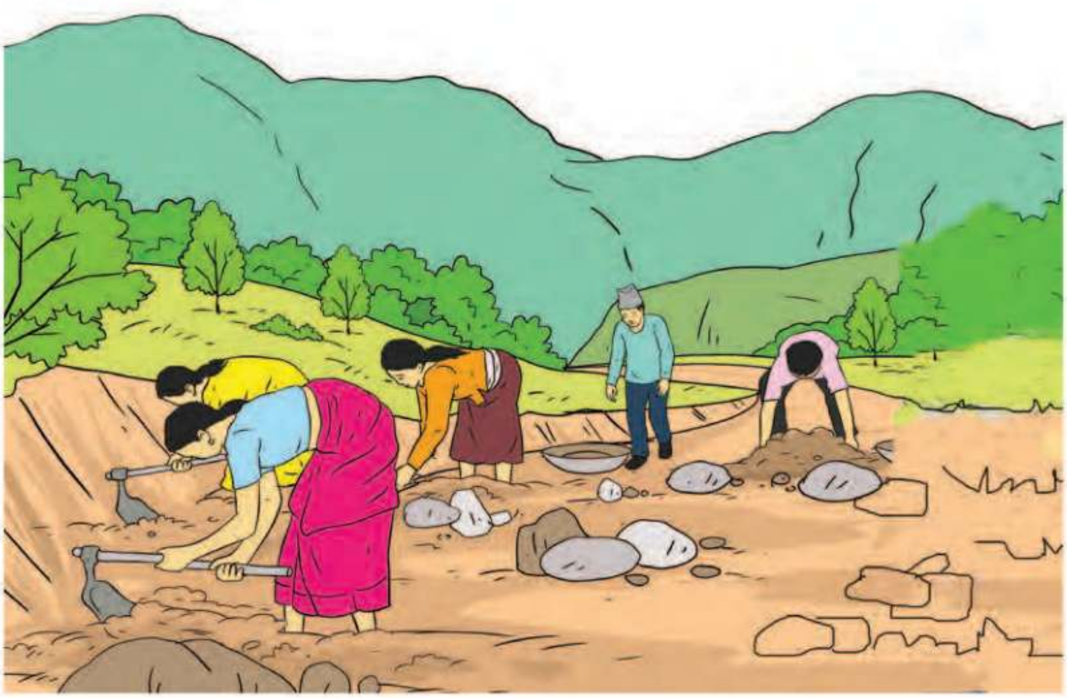
सिकाइ उपलब्धि

आफ्नो परिवार र छिमेकीको विगत बताउन

आफ्नो समुदायको विकासमा योगदान पुऱ्याउने व्यक्तिहरूको भूमिका बताउन

आफ्नो गाउँठाउँको नाम र सो नाम रहनको कारण बताउन

आफ्ना पुर्खाको योगदानको पहिचान र सम्मान गर्न



पाठ १

मेरो परिवार र छिमेकीको विगत

पासाङको घर बाँके जिल्लाको नेपालगन्जमा पर्दछ । उनी घरनजिकैको आधारभूत विद्यालयमा पढ्छन् । उनको पुर्ख्यौली घर बझाङ हो । हजुरबुबा र हजुरआमाका साथमा उनी त्यहाँबाट बसाइँ सरेर नेपालगन्ज आएका हुन् । उनका हजुरबुबा छिरिङ सामाजिक कार्यकर्ता हुनुहुन्थ्यो तर अहिले स्थानीय राजनीतिमा सक्रिय हुनुहुन्छ । हजुरआमा पेमा आमा समूहको अध्यक्ष हुनुहुन्थ्यो । अहिले भने उहाँ टोलसुधार समितिको सदस्य हुनुहुन्छ । पहाडमा रहँदा पासाङका आमाबुबा खेतीपाती गर्नुहुन्थ्यो । अहिले उहाँहरू नेपालगन्जमा होटल व्यवसाय सञ्चालन गरेर बस्नु भएको छ । पासाङका काकाहरू दोर्जे र लाक्पा उच्च शिक्षाका लागि काठमाडौँ जानुभएको छ । ठुलाबा रिन्छेन भने गाउँमा नै खेतीपाती गरेर बस्नु भएको छ ।

फुलमाया, हसिना र मोहमद पासाङका छिमेकी हुनुहुन्छ । फुलमाया चार वर्ष पहिले गुल्मीबाट नेपालगन्ज बसाइँसराइ गरेर आउनुभएको थियो । उहाँ पहिले गृहिणी हुनुहुन्थ्यो भने अहिले शिक्षण पेसामा संलग्न हुनुहुन्छ । उहाँका बुबाले नेपाली सेनामा रहेर देशको सेवा गर्नुभएको थियो । आमा गाउँकै नमुना कृषक हुनुहुन्थ्यो । बाजेका पालादेखि नै हसिना र मोहमदको परिवार नेपालगन्जमा बस्दै आएका छन् । हसिना र मोहमद दुवै पहिलेदेखि नै व्यापार गर्नुहुन्छ । उहाँहरूका पुर्खा भने व्यापारका सिलसिलामा सुर्खेत, सल्यानसम्म पुग्ने गरेका थिए । उनीहरू सबै अहिले समुदायमा असल छिमेकीका रूपमा मिलेर बसेका छन् ।

क्रियाकलाप

(क) तपाईंको परिवारको हालको बसोबास भएको ठाउँ, पुख्यौंली थलोको नाम र जिल्ला एवम् प्रदेशसमेत उल्लेख गरी तल दिइएको जस्तै तालिका मा भर्नुहोस् ।

हालको बसोबास भएको ठाउँ	पुख्यौंली थलो	जिल्लाको नाम	प्रदेशको नाम

(ख) तपाईंको सबैभन्दा नजिकका दुई छिमेकीको पुख्यौंली गाउँ र जिल्लाको नाम उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) तपाईंको परिवारमा पहिले र अहिलेका खानेकुरा, लगाउने कपडा र चाडपर्व मनाउने तरिका प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्र.स.	खानेकुराको नाम	लगाउने कपडाको नाम	चाडपर्वको नाम
पहिले			
अहिले			

अभ्यास

(क) पासाङको पुख्यौंली घर कहाँ थियो ?

(ख) तपाईंका पुर्खाहरू कहाँबाट अहिले बसोबास गरेका ठाउँमा आउनुभएको हो ?

(ग) तपाईंका छिमेकीहरू के के काम गर्नुहुन्छ ?

(घ) तपाईंको परिवारका सदस्यहरू विगतमा के काम गर्नुहुन्थ्यो ।

पाठ
२

हाम्रा समुदायका असल व्यक्तिहरू

सामाजिक अध्ययन पढाउने गुरुआमाले हिजो 'हाम्रा समुदायका असल व्यक्तिहरू' भन्ने पाठसँग सम्बन्धित छलफल गराउनु भएको थियो । उहाँले विद्यार्थीलाई आफ्नो समुदायमा राम्रा काम गरेर नाम कमाउन सफल उदाहरणीय व्यक्तिहरूका बारेमा खोजी गरेर ल्याउन भन्नुभएको थियो । विद्यार्थीले खोजी गरेर ल्याएका उदाहरणीय व्यक्तिहरूको विवरण यसप्रकार छ :

दन्ता : मेरो घर जुम्लाको तिला गाउँपालिका वडा न. एकमा पर्दछ। मेरो हजुरबुबा एक समाजसेवी हुनुहुन्थ्यो । उहाँको नाम शङ्कराचार्य हो । उहाँले त्यस ठाउँमा मोटरबाटो पुऱ्याउनका लागि धेरै मिहिनेत गर्नुभएको थियो। गाउँका सबैले उहाँको सम्मान गर्दछन्। उहाँको सम्झना स्वरूप शालिक बनाएर राखिएको छ।

अर्जुनबहादुर : मेरो घर तिला गाउँपालिका वडा न. दुईमा पर्दछ। मेरो घरनजिकै रहनुभएका छिमेकी हर्कबहादुर सामाजिक कार्यकर्ता हुनुहुन्छ । उहाँले आफ्नै पहल र खर्चमा हामीले पढिरहेको विद्यालय स्थापना गर्नुभएको हो। गाउँका सबै बालबालिका नजिकैको विद्यालयमा पढ्न पाएर खुसी छन् । उहाँका कामबाट यस गाउँका सबै व्यक्तिहरू खुसी हुनुहुन्छ।

रामेश्वर : मेरो घर यसै गाउँपालिकाको वडा न. तीनमा पर्दछ। मेरो समुदायकी सुनिता दिदी महिला समाजसेवी हुनुहुन्छ । उहाँ मिलनसार हुनुहुन्छ । उहाँले महिला विकासका लागि धेरै राम्रा काम गर्नुभएको छ। आफ्नै खर्च र पहलमा यस वडामा पुस्तकालय खोल्नुभएको छ । फुर्सदको समयमा गाउँका युवा, बालबालिका तथा महिलाहरू पुस्तकालयमा बसेर पुस्तक तथा पत्रपत्रिका पढ्ने गर्दछन्। घरेलु उद्योगमार्फत गाउँपालिकामा महिलाका लागि सिपमूलक तालिम उपलब्ध गराउनुभएको छ । अहिले त्यहाँका महिलाहरू आफ्नो सिपअनुसारका काम गरेर आत्मनिर्भर भएका छन्। यस वडाका मानिसले उहाँको सधैं सम्झना र कदर गर्छन् ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंको समुदायको विकासमा योगदान पुऱ्याउने व्यक्तिहरूको नाम उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. तपाईंको समुदायका असल व्यक्तिले खेलेको भूमिका प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

३. तपाईंका विचारमा समुदायमा योगदान पुऱ्याई असल व्यक्ति बन्नका लागि के काम गर्नुपर्ला, बुँदागत रूपमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. सुनिताले गरेका असल कार्य के के रहेछन् ?

२. मानिस मरेर गए पनि नाम अमर रहनका लागि के गर्नुपर्दछ ?

३. तपाईं आफू असल बन्न कस्ता व्यवहार गर्नुहुन्छ ?

पाठ ३

मेरो रमाइलो गाउँ

मेरा नाम सिरिसा हो । म धादिङ जिल्ला सिद्धलेक गाउँपालिका वडा न. १ बुङ्चुङमा बस्छु । मेरो घर सिद्धलेक गाउँपालिकाको कार्यालय नजिक पर्दछ । मेरो गाउँबाट झन्डै एक घण्टा पश्चिमतिर पैदल हिँडेपछि सिद्धलेकको पहाडी चुचुरो तथा मन्दिरमा पुगिन्छ । सिद्धलेक हाम्रो गाउँबाट नजिक रहेको पहाडी चुचुरो हो । यसलाई पृथ्वीराजमार्गको मलेखु, सलाङघाट, बेनीघाट र त्यस वरपरका सम्पूर्ण क्षेत्रबाट देख्न हेर्न सकिन्छ । यसै चुचुराको नामबाट मेरो गाउँपालिकाको नाम राखिएको छ । कुनै ऋषिले यस लेकमा तपस्या गरी सिद्धि प्राप्त गरेका कारण यसलाई सिद्धलेक भनिएको भन्ने जनश्रुति रहेको छ । सिद्धलेक टाकुरा समुद्र सतहदेखि १५४० मि.को उचाइमा पर्दछ । यस ठाउँबाट देशका धेरै जिल्ला देखिन्छन् । यस ठाउँमा धेरै उब्जाउ हुने जमिनहरू छन् । गाउँपालिकाका बिचबाट थोपल खोला बगेको छ । यस खोलामा जलविद्युत् पनि निकालिएको छ । यहाँ धेरै उर्वर फाँटहरू पनि रहेका छन् ।

बलदेवी मन्दिर, कालीदेवी मन्दिर यहाँका मुख्य धार्मिक स्थलहरू हुन् । यहाँ धेरै सामुदायिक वनहरू छन् । यहाँको स्लेट ढुङ्गाखानी धेरै प्रख्यात छ । जिल्ला सदरमुकाम धादिङबेसी जाने सडक यसै गाउँपालिका हुँदै जान्छ । विभिन्न फलफूल र तरकारीका लागि यो ठाउँ जिल्लामा प्रख्यात छ ।

क्रियाकलाप

१. तल दिइएका शब्द प्रयोग गरी आफू बसेको ठाउँका बारेमा लेख्नुहोस् । प्रदेश, जिल्ला, गाउँ वा नगर, वडा, प्रमुख धार्मिक स्थल, दरबार, सुरुङ, नहर, धारा, कुवा, सिँढी आदि ।

साथीले लेखेको र आफूले लेखेको विवरण तुलना गरी समान र फरक कुराहरू पहिचान गर्नुहोस् ।

२. तपाईं बसेको ठाउँ वरपर कुनै विशेष ऐतिहासिक स्थल होला । आफ्ना अभिभावकसँग त्यसबारे सोधी टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

(क) ऐतिहासिक ठाउँ को नाम र ठेगाना :

(ख) त्यहाँ रहेका मुख्य ऐतिहासिक वस्तुहरूको नाम :

(ग) सो ऐतिहासिक स्थल निर्माण भएको मिति :

(घ) सो ऐतिहासिक स्थल निर्माण गराउने व्यक्ति

(ङ) हालको अवस्था :

३. तपाईं पनि आफ्नो ठाउँको नामाकरण कसरी भएको रहेछ सोधखोज गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाईंको गाउँको नामाकरण कसरी भएको हो ?

२. आफ्नो गाउँका विशेषता उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ४

हाम्रा पूर्वज

मेरो नाम सोमबहादुर हो । म खोटाङ जिल्लाको लामीडाँडा गाउँपालिकामा बस्छु । मेरो हजुर बुबा एक समाजसेवी हुनुहुन्थ्यो । उहाँको नाम कलाधर हो । उक्त ठाउँमा सडक पुऱ्याउनका लागि उहाँले धेरै मिहिनेत गर्नुभयो । त्यस्तै उहाँले समाजमा भएका झैझगडा मिलाउन सहयोग गर्नुहुन्थ्यो । उहाँकै पहलमा गाउँपालिकामा सिँचाइ कुलो पुगेको थियो । त्यसैले त्यहाँका जनताले उहाँलाई अहिले पनि धेरै सम्झन्छन् । हजुरआमा देवीमाया पनि समाजसेवी हुनुहुन्थ्यो । गरिब दुःखी र असहायलाई सेवा र सहयोग गर्दा उहाँ खुसी हुनुहुन्थ्यो । उहाँ धेरै हँसिलो र रमाइलो हुनुहुन्थ्यो । बच्चादेखि वृद्धसम्म सबैलाई माया गर्नुहुन्थ्यो ।

मेरा हजुरबुबा र हजुरआमाका चार सन्तानमध्ये मेरो बुबा जेठो सन्तान हुनुहुन्छ । उहाँ पेसाले शिक्षक हुनुहुन्छ । आमा महिला उद्यमी हुनुहुन्छ । मेरी आमाको प्रेरणा र सहयोगले समुदायका महिलाहरू पनि आयआर्जनमा सक्रिय हुनुहुन्छ । बुबा पनि हजुरबुबा जस्तै सहयोगी र मिहेनेती हुनुहुन्छ । गाउँमा सबै जनालाई राम्रो सल्लाह सुझाव दिनुहुन्छ । गाउँका निरक्षर व्यक्तिहरूलाई साक्षर बनाउन उहाँको योगदान रहेको छ । केही वर्ष पहिले उहाँले आफ्नो गाउँपालिकामा वृक्षारोपण अभियान चलाउनु भएको थियो । अहिले पुरै गाउँ हरियाली भएको छ । मलाई मेरो परिवारको समाजप्रतिको योगदान देखेर धेरै खुसी छ । मलाई पनि हजुरबुबा, हजुरआमा, बुबा र आमाले जस्तै समाजसेवा गर्ने इच्छा छ । त्यसैले म पनि भविष्यमा आफ्नै गाउँ ठाउँमा बसी समाजसेवा गर्छु र मेरो गाउँलाई नमुना गाउँ बनाउने छु ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंहरू पनि सोमबहादुरको जस्तै आफ्नो पुर्खाको योगदानका बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

२. आफ्ना पुर्खाहरूलाई सम्मान गर्न तपाईंहरूले के के गर्दै आउनुभएको छ, उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. पुर्खाको असल कर्मको अनुसरण नै उहाँहरू प्रतिको सच्चा सम्मान हुने छ । यस भनाइलाई आफ्ना तर्कसहित पुष्टि गर्नुहोस् ।

४. तपाईंको पूर्वजसँग सम्बन्धित गाथा वा वंशावली सङ्कलन गरी कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. आफ्नो पुर्खाहरूको नामावलीलाई चार्टमा देखाउनुहोस् ।

२. सोमबहादुरको विचार तपाईंलाई कस्तो लाग्यो र किन ?

३. समाजसेवी मानिसलाई किन सबैले सम्झन्छन् ?

४. आफ्ना पुर्खाले गरेका कामको पहिचान गरी सूची तयार गर्नुहोस् ।

स्वप्रतिबिम्बन

१. खेल खेलौँ :

विद्यार्थी सबै जना गोलो घेरामा बस्नुहोस् । शिक्षकले बिचमा बसी भकुन्डो भुइँमा ठोक्काएर उफार्दा भकुन्डाले जसलाई छुन्छ, उसैले आफ्नो गाउँका उदाहरणीय व्यक्तिको नाम र योगदान भन्नुहोस् । एक जना विद्यार्थीले ती बुँदाहरू शिक्षण पाटीमा टिप्नुहोस् । खेलमा सबैको पालो पुगेपछि टिपेका बुँदाहरूमा छलफल गर्नुहोस् र निष्कर्ष निकाल्नुहोस् ।

२. तल दिइएका विवरण अध्ययन गरी प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :

सीताको घर अन्नपूर्ण गाउँपालिका कास्कीमा पर्दछ । यसको पूर्वमा माछापुच्छ्रे गाउँपालिका, पश्चिममा म्याग्दी जिल्ला, उत्तरमा मनाङ जिल्ला पर्दछ । दक्षिणमा पोखरा महानगरपालिका पर्दछ । यस गाउँपालिकामा प्रशस्त लालीगुराँस पाइन्छ । माछापुच्छ्रे, धौलागिरी, अन्नपूर्ण र निलगिरी जस्ता हिमालहरू र सुर्योदयको अवलोकन गर्न पर्यटकहरू आउने हुदाँ यस क्षेत्रले पर्यटकीय महत्त्व राखेको छ । सीताको मामाघर म्याग्दी जिल्लाको अन्नपूर्ण गाउँपालिकामा पर्दछ । कालीगण्डकी नदी, रुप्से झरना तथा पुनहिल जस्ता प्राकृतिक धरोहरहरू रहेका छन् । त्यहाँ पनि धेरै पर्यटकहरू आउने गर्दछन् । यी दुवै गाउँपालिकाको नाम अन्नपूर्ण हिमालबाट राखिएको हो ।

हरिको घर ओखलढुङ्गा जिल्लाको चम्पादेवी गाउँपालिकामा पर्दछ । चम्पादेवीको मन्दिर भएका कारण यस गाउँपालिकाको नामाकरण सोही मन्दिरको नामबाट राखिएको हो । यसको पूर्वमा सुनकोसी गाउँपालिका पश्चिममा रामेछाप, उत्तरमा लिखु र दक्षिणतर्फ सिन्धुली जिल्ला रहेका छन् । सुनकोशी, लिखु, सेरा जस्ता नदीहरू यसै गाउँपालिका भएर बगेका छन् । चमेरे गुफा वनझाँक्री गुफा, लोभ लाग्दा फाँटहरू र रमणीय डाँडा पाखाहरू रहेका छन् । जसले पर्यटन क्षेत्रको विकासमा प्रचुर सम्भावना बोकेको छ ।

प्रश्नहरू

(क) सिता र हरिको गाउँपालिकामा रहेका चार चारओटा समानता र भिन्नता लेख्नुहोस् ।

(ख) सीता र हरिको जस्तै तपाईंको गाउँपालिकामा भएका प्राकृतिक तथा ऐतिहासिक सम्पदाहरूका बारेमा आफ्ना अभिभावकसँग छलफल गरी कापीमा लेख्नुहोस् ।

(ग) आफू बसेको गाउँपालिकाको परिचय दिँदै सहरमा बस्ने आफ्नो साथीलाई चिठी लेख्नुहोस् ।

३. **विक्रमले आफ्नो खतिवडा वंशावलीका सम्बन्धमा खोजी गरी कक्षामा सुनाएको विवरणको केही अंश पढौं र आफ्नो वंशावली पनि सङ्कलन गरी कक्षामा सुनाऔं ।**

मेरो वंश, मेरो पहिचान

मेरो नाम विक्रम खतिवडा हो । मेरो गोत्र अत्रि हो । यस गोत्रमा धेरै थरहरू रहेका छन् । सुरुमा हाम्रा पुर्खाहरू डोटीबाट आउनु भएको हो । पछि देशैभरि फैलनु भएको हो । खतिवडाहरू नेपालका धेरै जिल्ला र भारतका आसाम, दार्जिलिङ, सिक्किम आदि ठाउँमा बसोबास गर्छन् । त्यस्तै भुटान र बर्मासम्म पनि खतिवडाको बसोबास छ । हाम्रो थर जस्तै : ओझा, चापागाई, गौतम, मल्ल, वस्ती, ठाडा अधिकारी, मिश्र, शाह आदि पनि अत्रि गोत्र भएका थरहरू हुन् ।

एकाइ
छ

हाम्रा आर्थिक क्रियाकलाप

आफ्नो समुदायका मानिसले गर्ने कामको पहिचान गरी सम्मान गर्न
आफ्नो क्षेत्रमा उत्पादित तथा निर्मित वस्तुहरूको उपयोग गर्न
समुदायमा हुने आर्थिक क्रियाकलापको खोजी र अवलोकन गर्न
वस्तुहरूको प्रयोगमा मितव्ययिता अपनाउन
स्थानीय हाटबजारमा हुने आर्थिक क्रियाकलापको पहिचान गरी महत्त्व बताउन

पाठ
१

कामको सम्मान गरौँ

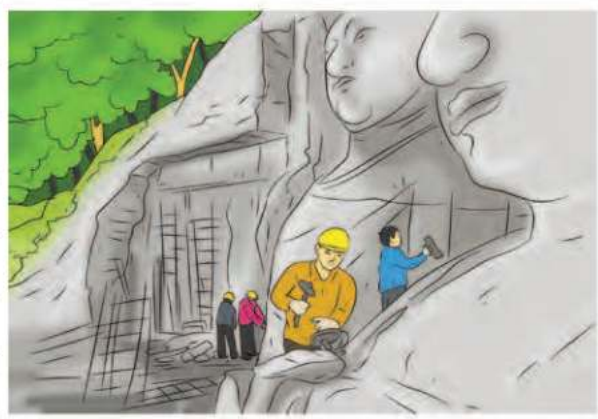
शिक्षकले विभिन्न कामको अवस्था झल्कने चित्र प्रदर्शन गर्दै विद्यार्थीलाई छलफलमा सहभागी गराउनुभयो ।

छलफलका क्रममा शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई समुदायमा गरिने कामका सम्बन्धमा आआफ्ना अनुभव र धारणा राख्न लगाउनुभयो । उनीहरूले पालैपालो यसरी आफ्ना धारणा प्रस्तुत गरे :

रामनरेश : मेरो परिवारमा हजुरआमा, हजुरबा, आमा, काका, दिदी र म छौँ । हजुरआमाले घरायसी काम गर्नुहुन्छ । हजुरबा र काकाले हाम्रो टोलमा पाउरोटी उद्योग चलाउनुभएको छ । त्यहाँबाट राम्रो आम्दानी हुन्छ । आमा नजिकैको विद्यालयमा शिक्षण गर्नुहुन्छ ।

नन्दकाजी : मेरो टोल माटाको भाँडा बनाउने कामका लागि प्रख्यात छ । हाम्रो समुदायका मानिस माटाका भाँडा बनाउन सिपालु छन् । स्वदेशी तथा विदेशी मानिस यहाँ घुम्न तथा अवलोकन गर्न आउँछन् । उनीहरू माटाको काम गर्दै गरेको दृश्य रमाइलो मानी फोटो खिच्छन् र सामानहरू किनेर लैजान्छन् । यसले गर्दा देश तथा विदेशमा यस क्षेत्रको प्रचार भएको छ । हाम्रा स्थानीय कला र सिपको पहिचानमा वृद्धि भएको छ । साथै आजभोलि यस्ता सामानको माग पनि बढेको छ । यस कामबाट हाम्रो समुदायमा राम्रो आम्दानी भएको छ । स्थानीय सरकार र सङ्घसंस्थाले पनि बेला बेलामा यस पेसामा संलग्न व्यक्तिहरूलाई सम्मान तथा प्रोत्साहन गर्ने गरेका छन् ।

निमाफुटी : मेरो गाउँका मानिस विभिन्न काममा संलग्न हुनुहुन्छ । कोही व्यापार त कोही घर तथा भवन निर्माण कार्य गर्नुहुन्छ । केही पशुपालनमा संलग्न हुनुहुन्छ । कसैकसैले राडीपाखी बनाउने काम पनि गर्नुहुन्छ । मेरो परिवारलगायत छिमेकका अधिकांश मानिस मूर्ति बनाउने काम गर्नुहुन्छ। यी सबै कामबाट आयआर्जन हुनुका अतिरिक्त कला र संस्कृतिको संरक्षण पनि भएको छ । यस्ता कार्यले देशको गौरव पनि बढ्ने कुरा हजुरबाले हामीलाई समय समयमा बताउनुहुन्छ । यसले मलाई भविष्यमा मूर्ति बनाउने काममा लाग्ने प्रेरणा प्राप्त भएको छ ।



ओनसरी : मेरो समुदायका मानिस विभिन्न काममा संलग्न हुनुहुन्छ। उहाँहरूमध्ये केही नेपाली कागज बनाउने काम गर्नुहन्छ। केही व्यक्ति जुत्ता बनाउने र सिलाउने काममा संलग्न हुनुहुन्छ। समुदायमा सरकारी सेवा र व्यापारमा संलग्नहुनेको सङ्ख्या भने कम रहेको छ। कृषि कार्यमा लाग्ने व्यक्तिहरूको सङ्ख्या भने धेरै छ।

कोही चोयाबाट डोको, डालो, मान्द्रा, भकारी बनाउने र बेच्ने काम गर्नुहुन्छ । समुदायमा एक अर्काको काम र पेसाबाट आपसमा सहयोग पुग्छ । सबै कामका आआफ्नै महत्त्व हुन्छन् । त्यसैले हामीले सबै प्रकारका काम र पेसाको सम्मान गर्नुपर्छ ।

सबैको विचार प्रस्तुतिपछि शिक्षकले विद्यार्थीलाई धन्यवाद दिँदै भन्नुभयो । "कामको उद्देश्य मानवीय आवश्यकताको परिपूर्ति गर्नु हो । समुदायका सबै प्रकारका कामले एकआपसका आवश्यकता पूरा गर्न सहयोग गर्छन् । कामले सिप विकासमा समेत सहयोग गरेको हुन्छ । हामी कामका लागि सधैँ उत्प्रेरित हुनुपर्छ । काम पेसा सानो वा ठुलो हुँदैन । त्यसैले हरेक कामको सम्मान गरौँ । कामको सम्मान गर्दा हामी सबैको सम्मान हुन्छ ।"

क्रियाकलाप

१. दिइएका चित्र र बक्समा लेखिएका कुरा अध्ययन गरी तलका प्रश्नमा आधारित भई छलफल गर्नुहोस् ।

चित्र (क)

उहाँ नभएको भए म खाली खुट्टा हिड्नु पर्थ्यो होला !

चित्र (ख)

उहाँ नभएको भए म बाँच्दिनथेँ होला

(क) चित्रहरू अवलोकन गरी दुई दुईजनाको जोडीमा साथीहरूबिच आफ्ना विचार आदान प्रदान गर्नुहोस् ।

(ख) के चित्रका दुवै काम तपाईंका लागि महत्त्वपूर्ण छन्, किन ?

२. तपाईंका परिवारका सदस्य तथा छिमेकीले के के काम गर्नुहुन्छ ? तालिकामा देखाउनुहोस् ।

मेरा परिवार र छिमेकीका काम

क्र.स.	सदस्यसँगको नाता सम्बन्ध	काम	आवश्यक सिप
१.	बुबा	सिकर्मी	काठको काम र औजार प्रयोग गर्ने सिप
२.	आमा	....	....
३.	छिमेकी काका	....	....
४.	छिमेकी.............	....	....

३. तपाईंले भविष्यमा कुन काम वा पेसा अपनाउने लक्ष्य लिनुभएको छ, किन ?

अभ्यास

१. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) सम्पूर्ण काम .... महत्त्वका हुन्छन् । (फरक, समान)

(ख) कामका आधारमा व्यक्ति ठुलो र सानो .... । (हुन्छ, हुँदैन)

(ग) कामबाट .... प्राप्त हुन्छ । (आम्दानी, ऋण)

(घ) नन्दकाजीको टोल .... कामका लागि प्रख्यात छ । (मूर्तिको, माटाको)

(ङ) काम वा पेसाबाट व्यक्तिले आफ्ना .... पूरा गर्न सक्छ ।
(आवश्यकता, चाहना)

२. **काम भनेको के हो ?**

३. **काम वा पेसाबाट कसरी आय आर्जन गर्न सकिन्छ, लेख्नुहोस् ।**

४. **समुदायमा गरिने सबै कामहरू किन महत्त्वपूर्ण हुन्छन् ? उदाहरणसहित प्रस्ट पार्नुहोस् ।**

परियोजना कार्य

आफू बसोबास गर्ने नजिकका तीनओटा छिमेकीको घर जानुहोस् र उहाँहरूले गर्ने पेसा वा कामको विवरण सङ्कलन गरी प्राप्त विवरण कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ
२

हाम्रा उत्पादन, राम्रा उत्पादन

आज गाउँटोलमा उत्पादित वस्तुहरूको उपयोग सम्बन्धमा व्यक्तिगत परियोजना कार्यको निष्कर्ष प्रस्तुत गर्ने कार्यक्रम रहेको छ । विद्यार्थीका केही नमुना प्रस्तुति यस प्रकार छ :

युवराज : नमस्कार । (बाँसको चोयाबाट निर्मित डाली देखाउँदै) यो के वस्तु हो चिन्नुहुन्छ त साथीहरू ? पक्कै पनि यहाँहरूले चिन्नु भएको छ । यो डाली हो । यसको उत्पादन मेरो गाउँमा भएको हो । यहाँ डोका, डाला, नाङ्लो, भकारी, मान्द्रा, थुन्सेहरू बन्छन् । यहाँ बाँस र निगालो प्रशस्त

हुने भएकाले यस्ता वस्तुको उत्पादन बढी भएका हुन् । मेरो हजुरबुबा र बुबा बेतबाँसबाट डोको, डालो जस्ता उपयोगी समानहरू बनाउने काम गर्नुहुन्छ । यी सामानहरूको बिक्रीबाट प्राप्त आम्दानीले हाम्रो परिवारको खर्च चलेको छ । मेरो गाउँका धेरै जसो मानिसले पनि यहि पेसा अपनाएका छन् । गाउँमा यी वस्तुहरूको उत्पादन मात्रै होइन उपयोग पनि धेरै नै गर्ने गरिएको छ । अन्नबाली राख्न भकारी, डोको, डालाको प्रयोग भएको छ भने अन्न केलाउन नाङ्लाको प्रयोग भएको छ । बजारका यस्ता वस्तु किन्न नपर्दा पैसा पनि बचत हुन्छ । यहाँका वस्तु टिकाउ र गुणस्तरीय हुने भएकाले छिमेकी गाउँबाट पनि मानिस किन्नका लागि यहाँ आउँछन् । बेतबाँसका सामान भन्नेबित्तिकै जिल्लामा हाम्रो गाउँको नाम लिइन्छ । मैले पनि फुर्सदको समयमा यी सामान निर्माण गर्ने सिप सिक्ने गरेको छु । हाम्रो उत्पादन हाम्रो

गौरव । हवस् त धन्यवाद ।

बिनु : म यस विद्यालय नजिकको गुराँसे बजारमा बस्छु। मेरो टोलमा उखु प्रशस्त उत्पादन हुन्छ। उखुबाट खुदो, गुड वा सक्खर बनाइन्छ । मैले सोधखोज गर्दा हाम्रो टोलका प्रायः मानिसको पेसा नै यही रहेको पत्ता लगाएँ । साथीहरू, यस टोल तथा समुदायमा बजारको चिनीको सट्टा गुड र सक्खर प्रयोग गर्ने गर्छन् । यहाँको गुड र खुदो छिमेकी जिल्लालगायत देशको राजधानीमा समेत बिक्रीका लागि लगिन्छ । यसबाट प्रशस्त आम्दानी पनि हुन्छ । म पनि सक्खर बनाउन सिक्दै छु । आजको खाजा समयमा मेरा मिल्ने साथीहरूलाई आफ्नै गाउँमा उत्पादन भएको गुड र घरमा कुटेको चिउरा खाजाका रूपमा बाँड्ने छु, धन्यवाद ।

कमालदिन : (ढाका टोपी लगाउँदै) नमस्ते, यो टोपी मलाई छिमेकी काकीले उपहार दिनुभएको हो । हाम्रो छिमेकमा ढाका टोपीलगायत कपडाका तयारी वस्तुको उत्पादन हुन्छ । यस्ता सामान स्थानीय हाटबजारमा लगेर बिक्री गरिन्छ । स्थानीय वस्तुहरूको उत्पादन र प्रयोग बढाउन वडाले प्रत्येक हप्ता यस्तो हाटबजारको व्यवस्था गरेको छ । मैले किताब कापी बोक्न प्रयोग गरेको झोला र विद्यालयमा पोसाकका रूपमा प्रयोग भएको स्विटर पनि हाम्रै

गाउँमा बनेका हुन् । मलाई स्थानीय उत्पादन प्रयोग गर्न पाएकामा खुसी लागेको छ, धन्यवाद ।

विद्यार्थीको प्रस्तुति सुनेपछि शिक्षकले यसरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुभयो :

हाम्रो दैनिक जीवनमा विभिन्न वस्तुको आवश्यकता पर्छ । तीमध्ये कतिपय हाम्रो वरपरका गाउँटोल, छरछिमेकमा नै तयार भएका हुन्छन् । स्थानीय स्तरमा उत्पादन भएका सामान स्वास्थकर, टिकाउ र सस्ता पनि हुन्छन् । स्थानीय वस्तुहरूको उपयोग गर्दा स्थानीय स्तरमा रोजगारीका अवसरहरू प्राप्त हुन्छन् । आम्दानी पनि हुन्छ । यस्ता वस्तुको उपयोगले स्थानीय ज्ञान, सिप, प्रविधि र कलाको विकासमा सहयोग पुग्छ । स्थानीय संस्कृतिको संरक्षणमा टेवा पुग्छ । त्यसैले हामी सबैले स्थानीय वस्तुहरूको उत्पादन र उपभोगमा जोड दिनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाइँको टोल छिमेकमा स्थलगत भ्रमण गरेर त्यहाँ उत्पादन हुने वस्तुहरूको विवरण खोज्नुहोस् र तलको जस्तै तालिका बनाई भर्नुहोस् :

क. स.	उत्पादित वस्तुको नाम	उत्पादनका लागि आवश्यक कच्चा वस्तु
१.	सख्खर/गुड, खुदो	उखु
२.		
३.		
४.		
५.		

२. तल दिइएको संवाद पढौँ र अभिनय गरौँ :

पसले : आउनुहोस् ! आउनुहोस् ! यता आउनुहोस् !

ग्राहक : किन बोलाउनुभएको ?

पसले : पेडा चाख्नुहोस् । आफ्नै घरमा भैँसीको शुद्ध दुधबाट बनाएको ताजा र मिठो पेडा । ल खानुहोस्, आनन्द लिनुहोस् । घरमा पनि लैजानुहोस् ।

ग्राहक : (अगाडि पाइला बढाउँदै गरेको पनि पुन: पसलतिर फर्कदै) साँच्चै यो आफैले बनाउनु भएको हो त साहुजी ?

पसले : पक्का हो, (पेडाको एक टुक्रा दिँदै) चाखेर हेर्नुहोस् न थाहा पाइहाल्नु हुन्छ नि ।

ग्राहक : (पेडा खाँदै), मिठो रहेछ, ल एक किलो दिनुहोस् त ।

पसले : (पेडा तौलँदै) हामीले आफ्नै गाउँ ठाउँको उत्पादनलाई उपयोग गर्नुपर्छ हजुर, यसबाट हामीलाई फाइदा हुन्छ, होइन ? ल लिनुहोस् ।

ग्राहक : (पेडा लिँदै), म पनि स्थानीय उत्पादन उपभोग गर्ने चाहने व्यक्ति हुँ । म अरूलाई पनि यस्ता उत्पादित वस्तुहरू प्रयोग गर्न सल्लाह सुझाव दिने गर्छु । तपाईँलाई धन्यवाद, छ ।

पसले : हवस्, फेरी पनि आउनुहोला ।

३. तपाइँको घरमा प्रयोग हुने स्थानीय उत्पादनका वस्तुहरू पहिचान गर्नुहोस् । उक्त वस्तुका बारेमा अभिभावकलाई सोधेर निम्नलिखित सूचनाहरू सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

(क) वस्तुको नाम :

(ख) उत्पादन हुने ठाउँको नाम :

(ग) उद्योग वा कम्पनी /घरायसी उत्पादन :

(घ) उत्पादन गर्न चाहिने सामग्रीहरू :

(ङ) उत्पादित वस्तुको मूल्य :

४. तपाइँले दैनिक उपभोग गर्ने सामानहरू स्थानीय स्तर, स्वदेश वा विदेश कहाँ उत्पादन भएका हुन् ? सोधखोज गरी तालिका बनाई देखाउनुहोस् ।

५. स्थानीय उत्पादनको प्रयोग बढाउन के गर्नुपर्ला ? समूहमा छलफल गरी कक्षामा निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. स्थानीय उत्पादन भन्नाले के बुझिन्छ । आफ्ना विचार प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. तपाईंको घरमा स्थानीय स्तरमा उत्पादन भएका कुन कुन वस्तुको प्रयोग भएको छ ?

३. स्थानीय समुदायमा उत्पादन भएका वस्तुहरूको उपयोग गर्दा हुने फाइदाको सूची तयार गर्नुहोस् ।

४. तपाईंको परिवारको आम्दानीका स्रोतहरू के के हुन् ? त्यसबाट कसरी आय आर्जन भएको छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ३

हाम्रा आयआर्जनका कार्य

माथि दिइएका चित्रका सम्बन्धमा मन्थन गरौँ :

(क) चित्रमा के के कार्य गरेको देखाइएको छ ?

(ख) यस्ता कामबाट के फाइदा हुन्छ ?

(ग) तपाईँको समुदायमा यस्तै कुन कुन आयआर्जन हुने कार्य सञ्चालन भएका छन् ?

मानिसका आवश्यकता धेरै हुन्छन् । आवश्यकता पूरा गर्न मानिसले काम गर्नुपर्छ । काम गरेपछि आयआर्जन गर्न सकिन्छ । टोल समुदायमा आयआर्जन हुने आर्थिक क्रियाकलापहरू भइरहेका हुन्छन् । समुदायमा कोही कृषि, कोही व्यापार व्यवसाय त कोही उद्योग कार्यमा संलग्न हुन्छन् । समुदायका मानिस तरकारी खेती, बाख्रापालन, माहुरीपालन, कुखुरापालन, पुष्पखेती, फलफूल खेती गरेर नगद आम्दानी गर्छन् । यसका अतिरिक्त समुदायका मानिस थोक

तथा खुद्रा पसल, दुग्ध व्यवसाय, कुटानी पिसानी मिल, सवारी साधन सञ्चालन, उद्योग व्यवसाय सञ्चालनलगायतका आर्थिक क्रियाकलापहरूमा संलग्न हुन्छन् । कर्मचारी, शिक्षक, नर्स, डाक्टर आदि सेवा क्षेत्रमा क्रियाशील जनशक्ति हुन् । यी सबै पेशा र कामबाट आयआर्जन हुन्छ । यी कामहरूबाट व्यक्ति तथा समुदायलाई फाइदा हुन्छ । आर्थिक क्रियाकलापहरूले समुदायको आर्थिक विकासमा मदत पुऱ्याउँछन् ।

आयआर्जनको कामबाट सिपको पनि विकास हुन्छ । समुदायमा रोजगारीका अवसरहरू सिर्जना हुन्छन् । स्थानीय स्तरमा भएका स्रोत र साधनको अधिकतम उपयोग हुन्छ । मानिसका दैनिक आवश्यकताहरू सजिलै पूरा हुन्छन् । नयाँ पुस्तामा सिपको हस्तान्तरण हुन्छ । मानिसको जीवनस्तरमा पनि सुधार आउँछ ।

सुन्तलाले प्रख्यात सिम्ले गाउँ

गोरखापत्र (अर्घाखाँची)

पाणिनी गाउँपालिका सिम्लेका हरिप्रसाद र रेवतीप्रसाद किसान हुन् । उनीहरूले बारीमा लटरम्म फलेका सुन्तलाका हाँगा भुइँमा लत्रेपछि बाँसको टेको लगाई अड्याएका छन् । उनीहरूसहित यहाँका अधिकांश मानिसको सुन्तला खेतीमा आकर्षण बढेको छ । सुन्तला पाक्ने समयमा यो गाउँ पहेँलपुर हुन्छ । यहाँका सुन्तला रसिला र मिठा छन् । बुटवल र भैरहवाका ठुला व्यापारीहरू सुन्तला किन्न आउँछन् । सिम्लेलाई जिल्लाभरी सुन्तलाको गाउँ भनेर चिनिन्छ । यहाँका बासिन्दाले यस खेतीबाट धेरै आम्दानी गर्छन् । पढेलेखेका युवा पनि यस खेतीमा संलग्न भएकाले रोजगारीका लागि गाउँ छोड्नुपरेको छैन । सुन्तलाको आम्दानीले छोराछोरीको शिक्षा र स्वास्थ्यलगायत घरखर्च चलाउन कुनै समस्या नपरेको गाउँलेहरू बताउँछन् । पहिले खरको छाना भएका घर गोठहरू अहिले जस्तापाताले चिटिक्क सजिएका छन् ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंका तीन जना छिमेकीको घरमा गई आयआर्जनका कामसँग सम्बन्धित जानकारी सङ्कलन गरी तलको तालिका पूरा गर्नुहोस् :

क्र.स.	छिमेकीको नाम	आय आर्जनको स्रोत	हुने फाइदा
१.			
२.			
३.			

२. तपाईंको परिवारका सदस्य कुन कुन आयआर्जनका कार्यमा संलग्न हुनुहुन्छ ? यसबाट परिवारमा के फाइदा भएको छ ? टिपोट गरेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

३. "आर्थिक क्रियाकलापले जीवन सहज बनाउन मदत गर्छ" भन्ने शीर्षकमा आधारित रही कक्षामा वक्तृत्वकला आयोजना गर्नुहोस् ।

४. तपाईंको समुदायका मानिस कुन कुन सेवा क्षेत्रका कार्यमा संलग्न हुनुहुन्छ । सोधखोज गरी लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१. आयआर्जन भनेको के हो ? यसको महत्त्व लेख्नुहोस् ।

२. आर्थिक क्रियाकलापबाट कसरी आम्दानी प्राप्त हुन्छ ? उदाहरणसहित प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

३. तपाईं भविष्यमा कुन आयआर्जन हुने क्रियाकलापमा संलग्न हुने सोच्नुभएको छ ? किन, उल्लेख गर्नुहोस् ।

सामुदायिक कार्य

समुदायका केही व्यक्तिका आर्थिक क्रियाकलापहरू सम्बन्धमा सोधपुछ गर्नुहोस् र उक्त कार्यबाट समुदायलाई पुगेका फाइदाको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ
४

मितव्ययी बनौ

रोसनी चार कक्षामा पढ्छिन् । उनी जाँगरिली, मायालु र सहयोगी छिन् । उनी घरायसी काममा बुबा आमालाई सहयोग गर्छिन् । उनले पसलबाट सामान किनेर बचेको पैसा बुबाआमालाई फिर्ता दिन्छिन् । भविष्यका लागि पनि बचत गर्नुपर्छ भन्ने कुरा उनले आफ्नी फुपूबाट सिकेकी हुन् । उनको एउटा खुत्रुके पनि छ । त्यसमा उनले पैसा बचत गरेर राखेकी छिन् । रोशनीले कापीका पानामा केरमेट गर्दिनन् । उनी आफ्ना साथीहरूलाई पनि कापीमा खाली ठाउँ नछोडी लेख्न सुझाव दिन्छिन् । विद्यालयमा वा घरमा खाजा खाँदा उनी खानेकुरा खेर फाल्दिनन् । खेलिसकेपछि उनले साबुन पानीले हात, खुट्टा र मुख सफा गर्छिन् । त्यसपछि साबुनलाई साबुनदानीमा राख्छिन् ।

उनी टुथपेस्ट, स्याम्पुलाई ठिक्क मात्रामा प्रयोग गर्छिन् । उनी मगमा पानी भरेर धारा बन्द गर्छिन् अनि हातमुख धुन्छिन् । यो बानी देखेर घरमा सबैजना खुसी हुनुहुन्छ । सामान जतन गर्ने वानी देखेर हजुरआमा खुशी भई स्याबासी पनि दिनुहुन्छ । हजुरआमाले सामानहरू जतन गर्ने र खेर नफाली प्रयोग गर्ने गरेकामा स्याबासी दिएको भन्नुहुन्छ । यस्ता बानी भएका व्यक्तिले जीवनमा सुख पाउँछन्

भन्नुहुन्छ । हजुरआमाका कुरा सुनेर उनी खुसीले गद्गद हुन्छिन् । रोसनीको असल बानी व्यवहारको कारणले विद्यालयमा पनि प्रशंसा पाउने गरेकी छिन् । हामी पनि रोसनी जस्तै मितव्ययी र असल बन्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. दिइएका चित्र अवलोकन गर्नुहोस् र साथीसँग छलफल गरी कुन बानी ठिक र कुन बेठिक हो, कारण कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

२. आफूले गर्ने मितव्ययी बानी लेखी तलको तालिका पूरा गर्नुहोस् :

क्र. स.	बानीको विवरण
१.	मैले आवश्यक नपरी अभिभावकलाई नयाँ लुगा किन्न लगाउँदिन ।
२.	....
३.	....
४.	....
५.	....

३. कक्षाका विद्यार्थीहरू विभिन्न समूहमा बस्नुहोस् । आआफ्नो समूहमा एकअर्काका मितव्ययी बानीलाई पहिचान गर्नुहोस् र प्रशंसा गर्नुहोस् ।

४. पाठका आधारमा रोसनीका मितव्ययी बानीहरूको टिपोट गर्नुहोस् । ती बानी तपाईंका बानीसँग मिल्दाजुल्दा छन् कि छैनन्, बताउनुहोस् ।

५. 'मितव्ययी व्यावहारले असल व्यक्ति बन्न मदत गर्छ ।' भन्ने शीर्षकमा आफ्ना तर्क कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. मितव्ययिता भनेको के हो ?

२. मितव्ययी तरिकाले वस्तुहरूको उपयोग गर्दा के के फाइदा हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

३. तपाईंले वस्तुहरूको प्रयोगमा के कसरी मितव्ययिता अपनाउनुभएको छ, उदाहरण दिनुहोस् ।

वस्तुको नाम	तरिका

पाठ ५

हाम्रो हाटबजार

(श्री जनकल्याण मा.वि.को चार कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई पाठसँग सम्बन्धित विषयवस्तुको जानकारी प्रदान गर्न विषय शिक्षकले नजिकैको इमिलिया हाटबजारमा अवलोकन भ्रमणमा लैजाने तयारी गर्नुभयो ।)

शिक्षक : (विद्यालयको मैदानमा विद्यार्थी भेला गरेर) हाम्रो भ्रमणको तयारी पूरा भइसकेको छ। यहाँहरूले आफ्नो समूह निर्माण गरिसक्नुभएको छ । झोलामा कापी कलमका साथै खाजा र पानी पनि बोक्नुभएको छ, है न त ?

विद्यार्थीहरू : (सबै जना) हो सर ।

शिक्षक : आज हामी कहाँ जाँदै छौँ, जानकारी छ नि सबै जनालाई होइन ?

राम : थाहा छ सर । हामी आज इमिलियामा सोमबारका दिन लाग्ने हाटबजार अवलोकन भ्रमणमा जादैं छौं ।

शिक्षक : ठिक भन्नुभयो । अब हामी सबै जना पङ्क्तिमा अगाडि बढौं है त ।

(हाटबजार नजिकै पुगेपछि)

कमला : सर ! त्यहाँ मानिस किन कराइरहेका छन् ?

माला : आफ्नो सामान बेच्नलाई कराइरहेका होलान् नि, होइन त सर ?

शिक्षक : हो, ठिक भन्यौ माला ।

रमण : ओहो ! सर, कति धेरै बदाम ! उतातिर तरकारीहरूको पसल, अलि पर सुन्तला नै सुन्तला । जहिले पनि यहाँ यस्तै हुन्छ ?

शिक्षक : यसको बारेमा ऊ त्यहाँ बदाम राख्नुभएको पसलेलाई सोधौँ न ।

अरबिन्द : नमस्कार काकी ! यहाँ दिनदिनै यस्तै भिडभाड हुन्छ, हो ?

पसले काकी : होइन नानीहरू, यहाँ प्रत्येक हप्ताको सोमबार बजार लाग्छ । अरू दिन यहाँ भिडभाड हुँदैन । आज हाटबजार लागेको छ । त्यही भएर यहाँ भिडभाड भएको हो ।

करिमा : धन्यवाद काकी । साथीहरू ! हामीहरू सर हुनु भएतिर अगाडि बढौँ न ।

शिक्षक : सोधेर थाहा पाउनुभयो त तपाईंहरूले ?

रेणुका : थाहा पायौँ सर । तर यो हाटबजार किन राखिन्छ, मलाई कसैले बताइदिनुन् ?

राम : म भन्छु है सर । हाम्रो गाउँमा उत्पादन भएका वस्तु बेचबिखन गर्न यो हाटबजार राखिएको हो । यहाँ स्थानीय कला र सिपका वस्तु पनि पाइन्छन्, हैन त सर ?

शिक्षक : राम तपाईंले ठिक भन्नुभयो । हाटबजारबाट हामीले आवश्यक सामान किन्न सक्छौँ । गाउँका मानिसको सिप विकास हुन्छ । यसले स्थानीय कलाको विकासमा समेत सहयोग पुग्छ ।

कमला : मेरो बुबाले यही बजारबाट लप्सी किनेर अचार बनाउनुहुन्छ । अनि त्यो अचार्र हाटबजारमा लगेर बेच्नुहुन्छ ।

शिक्षक : अत्यन्तै राम्रो कार्य, यस्तो हाटबजारले आम्दानी हुने अवसर पनि सिर्जना गर्छ ।

माला : पहाडमा मेरो मामाघर जाँदा पनि दसैँमा यस्तै बजार लागेको थियो । त्यो पनि हाटबजार हो सर ?

शिक्षक : त्यो त चाडपर्वमा लाग्ने मेला महोत्सव हो । त्यसमा नाचगान र स्थानीय संस्कृति झल्कने मनोरञ्जनका कार्यक्रम बढी हुन्छन् । त्यहाँ पनि किनमेल गर्ने पसलहरू चाहिँ हुन सक्छन् ।

रमण : मैले यस्तो महोत्सबमा एक पटक रोटेपिङ खेलेको छु । दोहोरी गीत पनि सुनेको छु ।

रेणुका : हाटबजार र मेला महोत्सवको त धेरै महत्त्व पो हुने रहेछ हगि सर । मैले त अघि छलफल गर्दा गर्दै कापीमा बुँदा बनाएर टिपेकी छु।

शिक्षक : स्याबास रेणुका, भ्रमणमा टिपोट गरेका कुरालाई प्रत्येक समूहले कक्षामा प्रस्तुत गर्नुपर्छ । ल, अब समय भइसक्यो विद्यालय फर्कौं है त ।

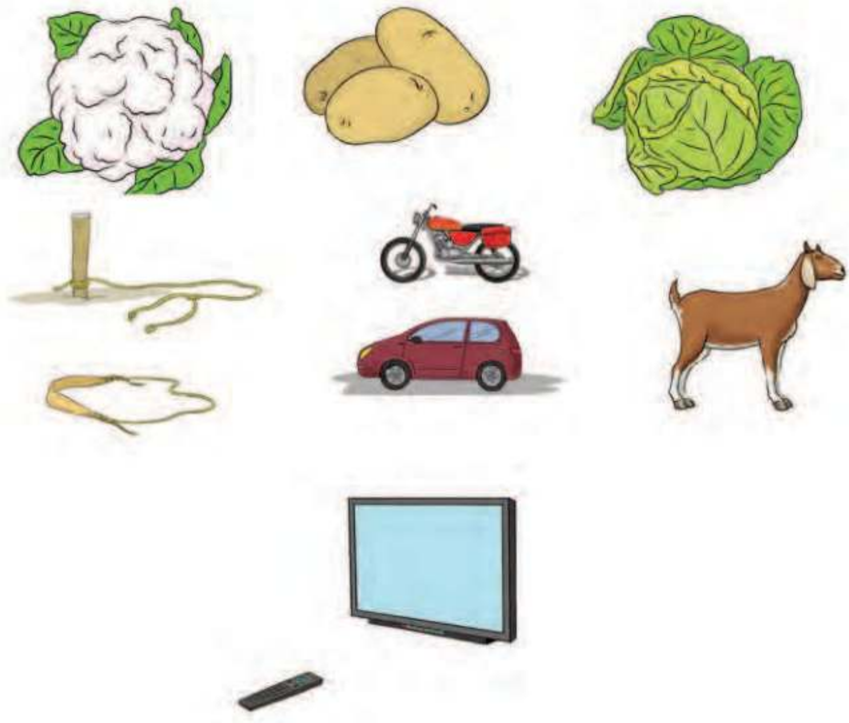
विद्यार्थी : हवस् सर । आज हामीले रमाइलो गरी सिक्ने अवसर पायौँ । हजुरलाई धन्यवाद छ ।

क्रियाकलाप

१. स्थानीय हाटबजार वा मेला अवलोकन गर्नुहोस् । त्यहाँ बेच्न राखिएका वस्तु र तपाईंले दैनिक पसलबाट किन्ने सामानहरू उस्तै खालका छन् त ? फरक वस्तुको नाम पहिचान गरी सुची तयार पार्नुहोस् ।

२. स्थानीय बजार र हाटबजारको महत्त्व शीर्षकमा कक्षामा कविता वा स्थानीय भाषामा गीत लेखन प्रतियोगिता सञ्चालन गर्नुहोस् ।

३. दिइएका चित्रमध्ये तपाईंको गाउँटोलको बजारमा कुन पाइन्छ र कुन कुन वस्तु पाइन्छन् र कुन कुन पाइँदैन, साथीहरूसँग छलफल गरी लेख्नुहोस् ।



४. तपाईं जानुभएको कुनै मेला वा महोत्सवमा त्यहाँ पिङ खेलेको वा अन्य रमाइलो खेलमा सहभागी भएको अनुभवलाई कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

५. तपाईंको गाउँको कहाँकहाँ कुन कुन बार हाटबजार लाग्छ । सूची तयार पार्नुहोस्

अभ्यास

१. हाटबजार भनेको के हो ?
२. हाटबजार र स्थानीय मेलापर्वमा लाग्ने बजारको महत्त्व लेख्नुहोस् ।
३. हाटबजारमा के कस्ता आर्थिक क्रियाकलापहरू हुन्छन् ? सूची निर्माण गर्नुहोस् ।
४. हाटबजारमा हुने आर्थिक गतिविधिले कसरी स्थानीय उत्पादन बढाउन सहयोग पुग्छ, लेख्नुहोस ।

स्वप्रतिबिम्बन खण्ड

१. दिइएको शब्दजालमा साथीहरूबिच आर्थिक क्रियाकलापसम्बन्धी शब्दहरू पत्ता लगाउने खेल खेल्नुहोस् । पत्ता लगाएका शब्दहरू कापीमा लेख्नुहोस् । अब एकआपसमा शब्दको अर्थ बताउने क्रियाकलाप गर्नुहोस् :

क	रा	म	ञ	ग	त	छ	ढ	श	ब	त्र	व	प	म	क	नि	स
ग	ख	डी	लो	पा	द	मे	री	झ	द्ध	री	स	ति	स	त	नि	ल
प	ड	का	पा	व	प	ला	लि	ह	न	ह	आ	य	आ	र्ज	न	प
न	ज्ञ	जु	ना	खी	जा	म	त	ये	ध	यी	ट	ह	ला	ब	म	न
ल	द्द	नु	का	नु	र	हो	झ	नि	द	रि	स	ये	म	ख	ड	क
ण	अ	ध	बा	ध	हु	त्स	द	र	ब	र	र	नि	हा	ऐ	क	बा
ङ	श्र	द	ख	द	ल	स	भ	उ	त	पा	द	न	ला	ह	बु	हा
र	ज	क्री	ओ	ब	अ	व	लि	तौ	या	यो	ए	था	प	ये	नु	ट
ष	बि	ङ	हा	ङ	त्यो	मि	त	ट	ह	हा	ह	हा	शु	नि	ध	ब
रा	क	श	त्यो	त	र	फ	श	स	लि	ल	त	ए	पा	र	द	जा
ह	ह	व्याँ	नि	त	छ	ढ	श	द	त	व	प	त	ल	त	ब	र
ये	य	स	र	ए	पो	द	मे	र	झ	द्ध	पि	मे	न	स	ङ	हु
नि	न	मि	त	व्य	यी	ता	ङ	पा	द	मे	न	व्य	अ	बा	श	ल
र	र	काँ	त्व	ने	पा	द	मे	र	भ	कि	ब	स	क	ख	म	अ

(क) बिक्री = वस्तु तथा मालसामान बेच्ने काम

(ख) ....

(ग) ....

(घ) ....

(ङ) ....

(च) ....

(छ) ....

(ज) ....

(झ) ....

(ञ) ....

२. सामान फारु गरौँ : असल बानीको विकास गरौँ ।

घरपरिवार, समुदाय तथा विद्यालयमा वस्तु तथा सामानको प्रयोगमा मितव्ययिता अपनाउनु हामी सबैको साझा दायित्व हो । पानी, बत्ती, दाउरा, खानेकुरा, दैनिक प्रयोग हुने वस्तुको फारु गरी प्रयोग गर्नुपर्छ । यस्ता कार्यले अप्रत्यक्ष रूपमा पैसाको बचत हुनुका साथै राम्रो बानीको विकास पनि गराउँछ ।

दिइएका मेटाकार्डमा लेखिएका अवस्थाको अध्ययन र छलफल गरौँ ।

पानी उम्लिएको पाँच मिनेट भइसक्यो, ग्याँस/दाउरा/हिटर किन बलेको बल्यै छ ?

कापीको पाना यहाँ खाली छ, यो पूरा नगरी किन अर्को पानामा लेख्न सुरु गरेको ?

एउटा बत्ती बाल्दा सबैतिर देखिन्छ त किन लहरै तीनओटा बत्ती बालेको ?

आधा खाना थालमै छ, के गरी खाना खाएको हो ?

पानीको गाग्री भरिएर पानी बाहिर गइरहेको छ धारा किन खुला छ ?

चिनी किनेर बचेको पैसा किन फिर्ता नदिएको ?

क्रियाकलाप

उल्लिखित मेटाकार्डहरू एउटा टेबुलमा घोप्ट्याएर राख्नुहोस् । अगाडि बसेका छ जना विद्यार्थीले एक एकओटा मेटाकार्ड छनोट गरी हातमा लिनुहोस् र कक्षाको फरक फरक ठाउँमा उभिनुहोस् । अब कक्षामा बाँकी भएका साथीहरूलाई एक एक गरी आआफ्नो समूहमा बोलाउनुहोस् । तपाईंको समूहमा परेको मेटाकार्डमा भएको अवस्था सम्बन्धमा समूह छलफल गरी बुँदा टिपोट गर्नुहोस् । आआफ्नो मेटाकार्डनुसार फारु गर्दा हुने फाइदा र फारु नगर्दा हुने नोक्सानीलाई समेत कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ सात

हाम्रो पृथ्वी

सिकाइ उपलब्धि

हाम्रो पृथ्वीको सामान्य परिचय दिन

पृथ्वीबाट हामीले प्राप्त गर्ने विभिन्न साधन स्रोतको पहिचान गर्न

आफू बसेको स्थानीय तहको भौगोलिक स्वरूप, जनसङ्ख्या र सामाजिक रहनसहनको परिचय दिन

विपदको परिचय दिन र सावधानीका उपायहरू अवलम्बन गर्न

हाम्रो गाउँ/टोल र विद्यालयको भौगोलिक अवस्थिति पहिचान गरी नक्सामा हुने मुख्य तथ्य सम्बन्धमा जानकारी दिन

आफू रहेको स्थानीय तह र जिल्लाको नक्सा तयार गरी सङ्केतमा देखाउन

पाठ
१

पृथ्वी : हाम्रो साझा घर

तपाईंहरू सबैले ग्लोब देख्नुभएको छ होला । उक्त ग्लोब हामी रहेको पृथ्वीको नमुना हो । पृथ्वी सुन्तला जस्तै गोलाकार छ । यसको सतहको जमिन कहीं उठेको, कहीं दबिएको त कतै समथर रहेको छ । पृथ्वीको कुल क्षेत्रफलको एक तिहाइ भाग जमिनले र दुई तिहाइ भाग पानीले ओगटेको छ । त्यसैले पृथ्वीलाई निलो ग्रह पनि भनिन्छ । ठुला ठुला महासागर, समुन्द्र, नदी र तालहरू पानीका भाग हुन् । त्यसै गरी पृथ्वीमा खोला पोखरी पनि रहेका छन् । पहाड, पर्वत, हिमाल, मरुभूमि, मैदान, पठार आदि जमिनका स्वरुपहरू हुन् ।

पृथ्वी एक ग्रह हो । पृथ्वी सूर्यको वरिपरि घुमिरहन्छ । सूर्यबाट पृथ्वीले ताप र प्रकाश प्राप्त गर्छ । यही ताप र प्रकाशका कारण पृथ्वीमा जीवन सम्भव भएको हो । हामीले रातीमा आकाशमा देख्ने ठुलो उज्यालो गोलाकार वस्तु चन्द्रमा हो । पृथ्वीले सूर्यको वरिपरि घुमे जस्तै चन्द्रमाले पनि पृथ्वीको वरिपरि घुम्दछ । चन्द्रमा पृथ्वीको उपग्रह हो । सूर्यबाट आएको प्रकाशले चन्द्रमामा उज्यालो देखिन्छ । सूर्य, पृथ्वी र चन्द्रमाको

सम्बन्ध परिवारका सदस्यहरूको जस्तै रहेको छ ।

सूर्य पृथ्वीबाट धेरै टाढा तर चन्द्रमा केही नजिक छ । राती आकाशमा ससाना टिलपिल टिलपिल चम्कने वस्तुहरू ताराहरू हुन् । तिनीहरू पृथ्वीभन्दा धेरै टाढा भएकाले साना देखिएका हुन् । सूर्य पनि एक तारा हो तर अरू ताराहरूभन्दा नजिक भएकाले यो ठुलो देखिएको हो । सूर्य जस्तै ताराहरूको पनि आफ्नौ ताप र प्रकाश हुन्छ । टाढा भएकाले ताप र प्रकाश पृथ्वीसम्म आइपुग्दैन ।

ताराहरू सूर्यको वरिपरि घुम्दैनन् । तर यिनीहरू आफ्नै चालमा चल्छन् । हामीले राती आकाशमा हेर्‍यौं भने विभिन्न आकृतिमा ताराहरूको समूह देख्छौं । ताराहरूको त्यस्तो समूहलाई तारामण्डल भनिन्छ । सातओटा ताराहरूको समूह सप्तऋषि तारामण्डल हो । आकाशमा चम्किने सबै वस्तु तारा होइनन् । विभिन्न ग्रह र उपग्रह पनि चम्किन्छन् । सूर्यको प्रकाशको कारणले मात्र ती ग्रह र उपग्रह चम्किएका हुन् ।

क्रियाकलाप

१. माटालाई पानीमा मुछेर सूर्य, पृथ्वी, चन्द्रमाको नमुना आकारका साना साना डल्ला बनाउनुहोस् । तारले जोडी पृथ्वीले सूर्यको र चन्द्रमाले पृथ्वीको वरिपरि घुमेको आकृति बनाई कक्षामा देखाउनुहोस् ।

२. पृथ्वीको परिवारमा सूर्य, चन्द्रमा, ताराहरू पर्छन् । हाम्रा लागि सूर्य, चन्द्रमा, ताराहरूको उपयोगिता सोधखोज गरी लेख्नुहोस् ।

३. रातको समयमा घरको आँगन वा छतबाट आकाशका ताराको अवलोकन

गर्नुहोस् । तिनीहरूको समूह र आकार कस्तो पाउनुभयो ? अभिभावकको सहायता लिनुहोस् र टिपोट गर्नुहोस् र चित्रसमेत कोरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. पृथ्वीको परिवारमा के के पर्छन् ?

२. चन्द्रमाले कुन ग्रहको परिक्रमा गर्छ ?

३. हामीले सूर्यबाट के के फाइदा प्राप्त गरेका छौँ, बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

४. ग्रह र तारामा के फरक छ, लेख्नुहोस् ।

पाठ २

हाम्रो पृथ्वी र साधन स्रोत

आज कक्षामा स्थानीय बुद्धिजीवीलाई स्रोत व्यक्तिका रूपमा आमन्त्रण गरिएको छ । उहाँ शिक्षकसँगै कक्षामा उपस्थित भइसक्नुभएको छ ।

विषय शिक्षक : आजको हाम्रो कक्षामा स्थानीय बुद्धिजीवीलाई आमन्त्रण गरिएको छ । हामी 'हाम्रो पृथ्वी र साधन स्रोत' भन्ने शीर्षकमा छलफल गर्ने छौं । सबैले सक्रिय रूपमा छलफलमा भाग लिऔं । अब छलफल सुरु गरौं है त ।

विद्यार्थी : हुन्छ सर ।

बुद्धिजीवी : धन्यवाद, आज हामी हाम्रो पृथ्वीबाट कस्ता साधन स्रोत उपलब्ध

हुन्छन् भन्ने सन्दर्भमा चर्चा गर्छौं । वास्तवमा पृथ्वी हाम्रो साझा घर हो । यसबाट हामीले धेरै कुराहरू प्राप्त गरेका छौं ।

रूपा : के हाम्रा दैनिक आवश्यकताहरू पृथ्वीबाट पूरा हुन्छन् त सर ?

बुद्धिजीवी : राम्रो प्रश्न उठाउनुभयो । हाम्रा आवश्यकता धेरै हुन्छन् । तीमध्ये कतिपय आवश्यकता हामीले पृथ्वीबाट पूरा गरेका छौं । हामीले खानेकुरा, लुगा, खनिज पदार्थ पृथ्वीबाट नै प्राप्त गरेका हुन्छौं ।

ललन : पृथ्वी नभएको भए मानिसको जीवन त धेरै समस्यामा पो पर्ने रहेछ हगि सर ?

बुद्धिजीवी : हो, हामीले खानेकुरा पकाउन चाहिने दाउरा, ग्याँस, कोइला पनि पृथ्वीबाट नै प्राप्त हुन्छन् । हामीले सास फेर्न चाहिने हावा पनि पृथ्वीबाट प्राप्त गरेका छौं । यी पृथ्वीबाट प्राप्त हुने साधन स्रोत हुन् ।

मिना : विद्युत् र सिँचाइका लागि चाहिने पानी पनि यही पृथ्वीमा पाइने महत्त्वपूर्ण साधन स्रोत हो । होइन र ?

बुद्धिजीवी : हो, सही भन्नुभयो । विद्युत् निकाल्न चाहिने पानी र वायु ऊर्जाका लागि चाहिने हावासमेत पृथ्वीबाट प्राप्त हुन्छन् । यी पृथ्वीमा पाइने महत्त्वपूर्ण साधन स्रोत हुन् । समग्रमा भन्दा पानीलाई सिँचाइ र घरायसी प्रयोजनमा समेत उपयोग गर्न सकिन्छ । यस्ता स्रोतसाधनको संरक्षण र संवर्धन गर्नुपर्छ । यस्ता स्रोतसाधनको संरक्षण गर्नु हाम्रो दायित्त्व हो ।

विषय शिक्षक : आजको छलफलबाट तपाईंहरूका जिज्ञासा अवश्य पूरा भए होलान् । व्यस्त हुँदाहुँदै पनि समय निकालेर विद्यार्थीका जिज्ञासा मेटाइदिनु भएकामा यहाँलाई धेरै धन्यवाद ।

बुद्धिजीवी : यहाँलगायत सम्पूर्ण भाइबहिनीहरूमा यो महत्त्वपूर्ण अवसरका लागि धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

क्रियाकलाप

१. पाठका चित्र अवलोकन गर्नुहोस् । समूहमा बाँडिएर पृथ्वीबाट मानिसले प्राप्त गर्ने साधन स्रोत सम्बन्धमा छलफल गरी कक्षामा निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. 'पृथ्वी मानिसको जीवन जिउने आधार' भन्ने शीर्षकमा एक पेजमा लेख्नुहोस् । आफूले लेखेको कुरा कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. पृथ्वीबाट मानिसले के के स्रोत साधन उपयोग गर्छन् । सूची तयार गर्नुहोस् ।

२. मानिसले पृथ्वीबाट आफ्ना आवश्यकता कसरी पूरा गर्दछन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. पृथ्वी र मानिसबिचको सम्बन्धबारे एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

पाठ ३

विपत्‌को परिचय र सावधानीका उपाय

विपत् भनेको विभिन्न प्राकृतिक प्रकोप र महामारीका कारण मानवीय जीवनमा आपत्कालीन अवस्था सिर्जना हुनु विपत् हो । विपत्‌अन्तर्गत बाढी, पहिरो, भूकम्प, आगलागी, हावाहुरी, चट्याङ पर्नु, जङ्गली जनावरको आक्रमण आदि पर्दछन् । यस पाठमा स्थानीय विपत्‌का रूपमा बाढी पहिरो र महामारीको सम्बन्धमा छलफल गर्ने छौँ ।

(क) बाढी पहिरो

यो वर्ष चमेरे पाखामा पहिरो गएर धेरै मानवीय र भौतिक क्षति भयो । पहिराले बस्तीका घरहरू बगाउनुका साथै चौपाया र मानवीय क्षतिसमेत भएको थियो । पहिरोले गर्दा काली खोला थुनिन गयो । पछि खोलामा माटो, लेदो मिसियो । लेदो बगेर खोलामा बाढी आयो र खोला आसपासको जमिन र केही घरहरू बगाएको थियो । खोला नजिकको जमिन कटान भएको थियो । गत वर्ष गाउँमा यस्तो विपत् भएको थिएन। यो वर्ष गाउँमा सडक खन्ने काम भएको थियो । गाउँमा सडक बनाउन डाजरसमेत लगाइएको

बाढी पहिरो

यो एक प्रकारको विपत् हो । यसबाट धेरै मानवीय र धन सम्पतिको क्षति हुन पुग्छ । बाढी पहिराले जमिनको सतहमा क्षति पुऱ्याउँछ । माटो बगाएर अन्यत्र लगेर थुपार्ने र भौतिक संरचना भत्काउने र बिगार्ने अवस्था रहन्छ ।

बाढी पहिरोको बेला निम्न कुरामा सावधानी अपनाउनुपर्दछ ,

बाढीबाट जोगिन नदीको किनारमा तटीय क्षेत्रमा बस्नु हुँदैन ।

होचो भूभागमा आवातजावत गर्न हुँदैन ।

गाउँ र बस्तीमा बाढी आयो भने उचो भूभागमा जानुपर्छ ।

समूहमा बस्नुपर्छ ।

उचो भूभागमा जाने ठाउँ छैन भने आफ्नो घरको पहिलो, दोस्रो तल्ला वा छतमा बस्न सकिन्छ । छतमा पनि बस्न सक्ने अवस्था भएन भने बाहिरबाट गएका उद्धार टोलीलाई आफ्नो समस्या भन्नुपर्छ ।

थियो । डोजर लगाएका कारण जमिन थर्किएर पहिरो गएको थियो ।

सडक बनाउँदा वातावरणीय अवस्थालाई ख्याल गर्नुपर्दछ। त्यस्तै नाङ्गा पाखाहरूमा वृक्षरोपण गर्ने , खोला नदी आसपासमा तटबन्ध निर्माण गर्ने योजना स्थानीय गाउँलेको रहेको छ । हामीले वनजङ्गलको संरक्षण गर्ने र आगलागी हुन नदिने गर्नुपर्दछ । त्यस्तै भिराला कान्ला र भिरालो जमिनमा गरा बनाएर खेती गर्दा पनि बाढी पहिरोबाट जोखिन सकिन्छ । स्थानीयहरूले बाढी पहिरो जाँदा सावधानी अपनाउनुपर्ने कुराहरू समेटिएको सूचना पनि ठाउँ ठाउँमा टाँस्ने निर्णय गरेका छन् । जसले स्थानीय समुदायका मानिसलाई सचेत हुन मदत पुऱ्याउँछ ।

(ख) महामारी

महामारी प्राकृतिक र मानवीय दुवै कारणबाट उत्पन्न हुने विपत् हो । विभिन्न जनावर, भाइरस, किट र जनावरका कारण माहामारी फैलने गरेको छ । नेपालमा पहिला पहिला हैजा, बिफर, क्षयरोगसम्बन्धी महामारीहरू बढी हुने गर्थे भने अहिले ती महामारी नियन्त्रणमा छन् । विश्वमा पनि इबोला, एड्स, जिका भाइरस, सार्स, बर्डफ्लु आदि रोगहरूले माहामारी सिर्जना गर्ने गरेका छन् । विश्वमा धेरै धनजनको क्षति गराएको महामारीका रूपमा कोभिड १९ लाई लिन सकिन्छ । यस माहामारीबाट विश्वमा धेरै धनजनको क्षति भएको छ । विश्व अर्थतन्त्र नै धरासायी बनाएको यस महामारीले शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी र खाद्यवस्तुको पहुँचमा अकल्पनीय समस्या सिर्जना गरेको थियो । महामारीबाट बच्न सरसफाइमा ध्यान दिने, खानपानमो अनुशासित बन्ने, सामाजिक दुरी कायम राख्ने, स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्ने, साबुन पानीले मिचिमिची हात धुने आदि गर्नुपर्दछ । विभिन्न महामारी, यिनीहरूको रोकथामसम्बन्धी आम मानिसमा जानकारी र सचेतना अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ ।

जानी राखौ

कोरोना भाइरस : सन् २०१९ मा चिनको बुहानमा पत्ता लागेको यो रोगले विश्वमा करोडौं मानिस संङ्क्रमित भएका थिए । यस विश्वव्यापी महामारीबाट लाखौ मानिसको मृत्यु भएको थियो ।

स्वाइन फ्लु : सन् २००९ मा स्वाइन फ्लुबाट झन्डै २ लाख मानिसको ज्यान गएको थियो ।

एसियन फ्लु : यो पहिलो पटक १९५७ मा देखापरेको थियो ।

हङकङ फ्लु : सन् १९६८ देखा परेको यसले हङकङमा ५ लाख मानिसको ज्यान गएको थियो ।

एचआइभी /एड्स : यो १९८१ मा अमेरिकामा पत्ता लागेको थियो । यसबाट विश्वभरि ७.५ करोड मानिस प्रभावित भएका थिए भने तीन करोडभन्दा बढी मानिस मारिएका थिए ।

क्रियाकलाप

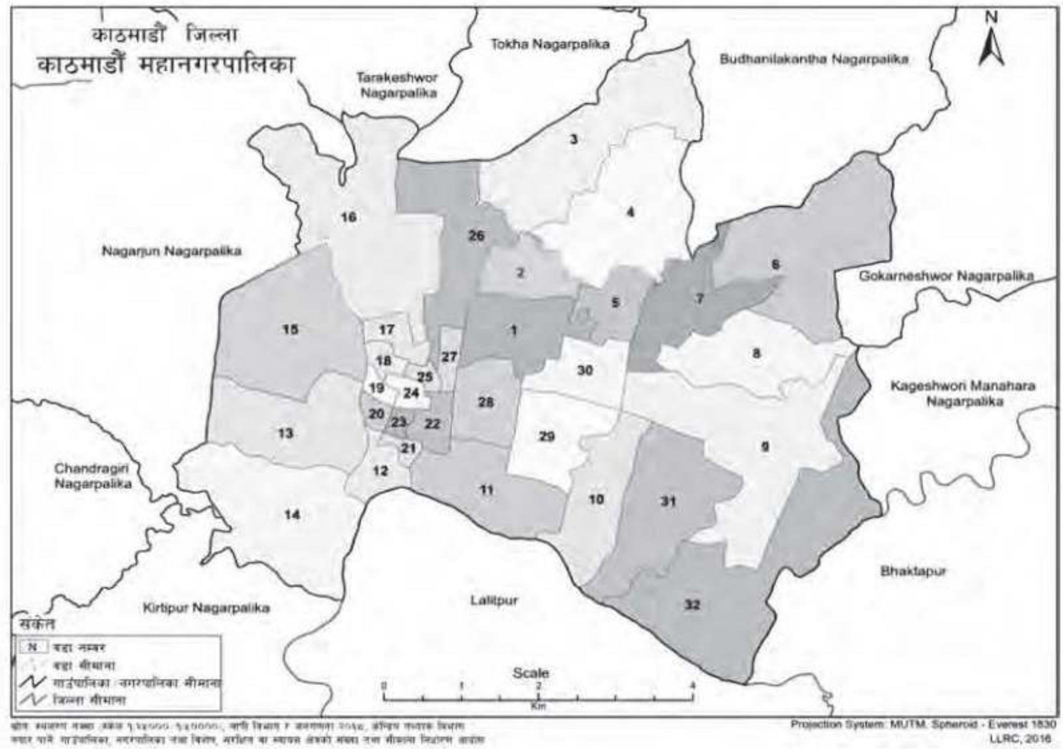
१. तपाईंको समुदायमा विगतमा के कस्ता महामारीका घटना भएका थिए , अभिभावकसँग सोधपुछ गरी लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंले अनुभव गरेको कुनै एक महामारीको घटना सम्बन्धमा एक पेज लेख्नुहोस् ।

३. बाढी पहिरोबाट जोगिन तपाईंको समुदायमा के के गर्ने गरिन्छ, समुदायका जानकार व्यक्तिसँग सोधखोज गरी लेख्नुहोस् ।

पाठ ४

हाम्रो स्थानीय तह



मेरो नाम वन्दना हो । म काठमाडौं महानगरपालिकामा बस्छु । यो काठमाडौं जिल्लामा पर्छ । पहाडी क्षेत्रमा अवस्थित यो नेपालको एक पुरानो सहर हो । वि.सं. २०६८ को जनगणनाअनुसार काठमाडौं महानगर पालिकाको जनसङ्ख्या ९,७५,४५३ रहेको छ । यसको क्षेत्रफल ४९.४५ वर्ग किलोमिटर रहेको छ । समुद्री सतहदेखि १३३७ मिटर उचाइमा रहेको छ । यहाँ धेरै जाडो र धेरै गर्मी नहुने खालको अर्थात ठिक्कको हावापानी पाइन्छ । यो हावापानी मानव स्वास्थ्यका लागि उपयुक्त हुन्छ । यहाँ गृष्ममा बढी वर्षा हुन्छ । हिउँदमा भने कम पानी पर्छ ।

धेरै वर्ष पहिले ताल सुकेर बनेको ठाउँ भएकाले यहाँ तलैया मलिलो माटो पाइन्छ । यहाँको भूमि समथर छ । नेपालको इतिहासमा महत्त्वपूर्ण सभ्यता विकास भएका नदीहरू बाग्मती र विष्णुमती यही छन् । चाप, उत्तिस, कटुस आदि जातका हिउँदमा पात झर्ने रुखहरू यस ठाउँमा पाइन्छन् । समथर भूमि भएकाले यहाँ केही घाँसे मैदान र चउर पनि रहेका छन् ।

जनसङ्ख्याको बनावट

वि.सं. २०६८ सालको जनगणनाअनुसार काठमाडौँ महानगरपालिकाको जनसङ्ख्या ९ लाख ७५ हजार ४ सय ५३ छ । जसमा महिलाभन्दा पुरुषको जनसङ्ख्या बढी छ । जातिगत रूपमा नेवार, ब्राह्मण र क्षेत्रीहरूको जनसङ्ख्या बढी छ । काठमाडौँ महानगरपालिकामा देशका विभिन्न स्थानबाट बसाइँ सरी आउनेको सङ्ख्या उच्च छ । यहाँ नेपाल भाषा बोल्छन् । त्यसपछि क्रमशः नेपाली र तामाङ बोल्नेहरूको बाहुल्य छ ।

काठमाडौँ महानगरमा नेवार समुदायका मानिसको बाहुल्य रहेको छ । अधिकांश मानिस हिन्दु, बौद्ध र इस्लाम धर्म मान्छन् । यहाँका मानिस इन्द्रजात्रा, गाईजात्रालगायतका चाडपर्व मनाउँछन् । व्यापार यहाँको आम्दानीको प्रमुख स्रोत हो । जात र थरअनुसारको सामाजिक समूह गुठी यहाँको परम्परागत संस्कार हो ।

यहाँका मानिसको लवाइखवाइमा विविधता छन् । नेवारी समुदायका पुरुषहरू दौरा, सुरुवाल, इस्टकोट र महिला हाकुपटासी जस्ता परम्परागत पोसाक लगाउने गर्छन् । नयाँ पुस्ताका अधिकांश युवाहरू सर्ट, पाइन्ट, कोट लगाउँछन् भने महिलाहरू चोलो सारी आदि लगाउँछन् । अन्य समुदायका मानिस पनि आआफ्ना परम्परागत पोसाक लगाउने गर्छन् । यहाँका मानिस दाल, भात, तरकारी अचार खान्छन् । विशेष पर्वहरूमा क्वाँटी, योमरी, खिचडी, सेलरोटी, बारा आदि खाने चलन छ । अचेल यहाँ म:म चाउमिन जस्ता तयारी खाना खान रुचाउने सङ्ख्या ठुलो छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंको कक्षामा रहेका साथीको मातृभाषा कुन हो ? सोको जानकारी सङ्कलन गरी तालिकामा देखाउनुहोस् ।

क्र.स.	मातृभाषा	साथीको सङ्ख्या
१.		
२.		
३.		
४.		
५.		

२. तपाईं बसेको स्थानीय तहको हावापानी कस्तो छ ? कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

३. तपाईं बस्ने वडाको महिला र पुरुषको जनसङ्ख्या खोजीगरी तालिकामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. आफ्नो स्थानीय तहका मानिसको रहन सहन उल्लेख गर्दै एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंको स्थानीय तहका मानिसको लवाइखवाइको अवस्था उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. हिउँदमा पात झर्ने वनस्पतिलाई के भनिन्छ ?

३. ठिक भए (√) बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

(क) काठमाडौं महानगर तराईमा पर्छ ।

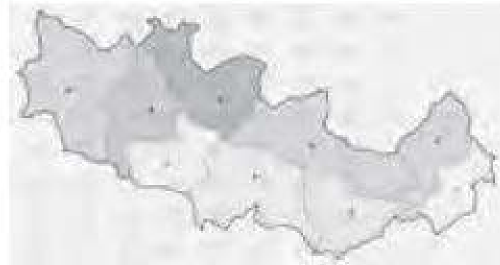
(ख) काठमाडौं समुन्द्र सतहदेखी १३३७ मिटर उचाइमा रहेको छ ।

(ग) काठमाडौंमा बसाइँसराइका कारण धेरै जनसङ्ख्या भएको हो ।

(घ) काठमाडौं उपत्यकामा धेरै जाडो र गर्मी हुँदैन ।

पाठ ५

नक्सा कोरौँ



मालारानी गाउँपालिका

जिल्ला अर्घाखाँची

कुनै ठाउँ वा स्थानको आकृति कागजमा उतार्ने कार्य नक्सा कार्य हो । माथि दिइएका दुवै चित्र नक्साका उदाहरण हुन् ।

माथि दिइएको स्थानीय तहको नक्सा अध्ययन गरी उत्तर भन्नुहोस् ।

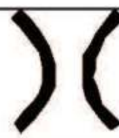
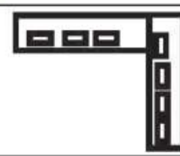
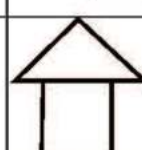
नक्सामा देखाइएको जिल्लाको नाम के हो ?

नक्सामा कुन गाउँपालिका देखाइएको छ ?

उक्त गाउँपालिकाको सिमाना बताउनुहोस् ।

नक्सा कोर्ने कार्य एक कला हो । नक्सा कोर्दा पहिले बाहिरी रेखा हेर्दै सोहीअनुसार आफ्नो कापीमा कोर्ने अभ्यास गर्नुपर्छ । निरन्तर अभ्यासले नक्सा राम्रो बन्दै जान्छ । सुरुमा छापेर वा ट्रेसिङ गरेर नक्सा कोर्ने बानी बसाल्न पनि सकिन्छ । नक्सामा सिमाना, दिशा, नापो (scale) हुन्छ । नक्सा बनाएपछि तथ्यहरू भर्नुपर्छ । तथ्याङ्कलाई नक्सामा विभिन्न सङ्केतको माध्यमबाट देखाइन्छ ।

सङ्केत

विषय	सङ्केत
हिमाल / टाकुरा	
ताल / पोखरी	
नदी	
पुल	
भन्ज्याङ	
विद्यालय	
अस्पताल	
केबलकार	
मन्दिर	
सडक	

क्रियाकलाप

१. इन्टरनेट वा अन्य माध्यमबाट तपाईं बस्ने स्थानीय तहको नक्सा खोजी गर्नुहोस् र उक्त नक्सामा उल्लेख गरिएका तथ्यहरू सम्बन्धमा साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

२. आफ्नो जिल्ला र स्थानीय तहको नक्सा छुट्टाछुट्टै आफ्नो कापीमा उतार्नुहोस् र विभिन्न तथ्यहरू सङ्केतसहित भर्नुहोस् । साथीहरूको नक्सासँग तुलना गरी आवश्यक सुधार गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. नक्सा भनेको के हो ?

२. नक्सामा यहाँ दिइएको तथ्य कस्तो सङ्केतद्वारा देखाइन्छ, मन्दिर, नदी, पोखरी, पर्वत, सडक ।

३. तपाईं बस्ने वडाको नक्सा खोजी गरी प्रमुख नदी, पहाड, धार्मिक स्थल, विद्यालय तथ्यहरू भर्नुहोस् ।

आफ्नो गाउँ टोलको अवस्थिती

नमस्कार, म ललन कामती हुँ । म नेपालको मधेश प्रदेशको सिरहा जिल्ला विष्णुपुर गाउँपालिका वडा नम्बर ३ रजोखरी गाउँमा बस्छु। मेरो गाउँको दक्षिणमा वडा न. ४, पूर्वमा वडा न. २, पश्चिममा कल्याणपुर नगरपालिका, र उत्तरमा नराह गाउँपालिका पर्छ। मेरो गाउँ नेपालको दक्षिण पूर्वी क्षेत्रमा रहेको छ। यो तराईमा पर्छ । मेरो गाउँको जमिन समथर छ । मेरो गाउँनजिकै विद्यालय छ। म त्यही विद्यालयमा पढ्छु।

आज पहिलो घन्टीमा शिक्षकले आफ्नो गाउँ टोलको नक्सा कोर्न लगाउनुभयो। मैले मेरो गाउँको नक्सा यसरी बनाएँ। साथीहरूले पनि आआफ्नो गाउँ टोलको नक्सा कोर्नुभयो । शिक्षकले नक्शामा मापन स्केल हुने, सिमाना हुने कुरा बताउनुभयो । त्यस्तै नक्सामा दिशा, सङ्केतहरू रहने र रंङ्को प्रयोग गरिने कुरा पनि जानकारी दिनुभयो । साथीहरूबिचमा हामीले नक्साहरू देखायौं र

आवश्यक सुधारका सुझावहरू आदान प्रदान गऱ्यौं । शिक्षकले हाम्रो विद्यालयको पनि नक्सा कोर्न लगाउनुभयो । हामी सबै जना कक्षाकोठा बाहिर गई विद्यालय भवन र खेलमैदान अवलोकन गर्दै विद्यालयको नक्सा बनायौं । नक्सामा पूर्वमा खेलमैदान, पश्चिममा बगैंचा, उत्तरमा खोला र दक्षिणमा रामपुर गाउँ रहेको देखाइयो । नक्सामा विद्यालयको चउर र सरस्वतीको मन्दिरसमेत देखाइयो । शिक्षकको सहयोगमा हामीले नक्सा बनाउन पाएकामा साह्रै खुसी भयौं । हामीले बनाएका नक्साका नमुनाहरू :

क्रियाकलाप

१. विभिन्न समूहमा विभाजित भई आफ्नो गाउँ वा टोलको नक्सा बनाउनुहोस् । नक्साहरू एकआपसमा तुलना गर्नुहोस् र राम्रो नक्सालाई विद्यालयको भित्ते पत्रिकामा टाँस्नुहोस् ।

२. सबै जना कक्षाकोठा बाहिर निस्किनुहोस् र विद्यालयको भवन एवम् खेलमैदानको अवलोकन गर्दै नक्सा कोर्नुहोस् र शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

३. विद्यालयदेखि तपाईंको घरसम्म पुग्ने बाटो र बाटो छेउछाउका मुख्य स्थान र वस्तु, भवनहरू नक्सा कोरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाईंको गाउँ टोलको नाम के हो ?

२. तपाईंको गाउँ/टोलको अवस्थिति उल्लेख गर्नुहोस् ।

स्वप्रतिबिम्बन

१. प्रयोगात्मक कार्य गरौँ :

कक्षाका विद्यार्थीहरू मिलेर निम्नलिखित कार्य गर्नुहोस् :

साथीबिच कामको विभाजन गर्नुहोस् । कसैले चिम्टाइलो माटो खोजेर सङ्कलन गर्नुहोस् । कसैले माटो मुछेर ठुलो, मझौला र सानो गरी तीनओटा माटाका डल्ला बनाउनुहोस् र कसैले ती डल्लाहरूमा आवश्यकताअनुसार सुहाउँदो रङरोगन गर्ने तथा कसैले चार्टपेपर ल्याई त्यसमा दुई वृत्ताकार आकृति कोर्ने र छेउछाउमा सितारा पनि टाँस्ने कार्य गर्नुहोस् ।

(उदाहरणका लागि दिइएको चित्र अवलोकन गर्नुहोस्)

अब तयार पारिएका ती गोला वस्तुहरूलाई क्रमशः सूर्य, पृथ्वी र चन्द्रमा साथै सिताराहरूलाई तारा मान्नुहोस् । समूहगत रूपमा निम्नलिखित सवालहरूमा छलफल गरी निष्कर्षलाई टिपोट गर्दै कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

प्रश्नहरू

(क) सूर्यलाई रातो, पृथ्वीलाई निलो र हरियो तथा चन्द्रमालाई सेतो रङले किन रङ्ग्याउनुभएको हो ?

(ख) सूर्य र पृथ्वीलाई एउटा वृत्त तथा पृथ्वी र चन्द्रमालाई किन अर्को वृत्तमा राख्नुभएको हो ?

(ग) सूर्य, पृथ्वी र चन्द्रमाका गोलाहरूको आकार के कारणले फरक फरक बनाउनुपरेको हो ?

(घ) ताराहरू साना र कम चम्किला किन देखिएका हुन् ?

(ङ) सूर्य, पृथ्वी, चन्द्रमा र ताराहरूलाई किन एउटै परिवारका रूपमा लिइएको हो ?

प्रस्तुतिलाई निम्नलिखित आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुहोस् :

मूल्याङ्कन गर्ने समूह : ....   मूल्याङ्कन गरिएको समूह : क/ख/ग

क्र.स.	आधार	अतिउत्तम (५)	उत्तम (४)	मध्यम (३)	सामान्य (२)	निम्न (१)
१.	आकृतिको साजसज्जा तथा आर्कषकता					
२.	विषयवस्तुको स्पष्टता					
३.	सामूहिक सहभागिता					
४.	सक्रियता					
५.	जिम्मेवारी बहन					

२. म कहाँ छु ? खेल खेलौँ :

तरिका

चरण १ - सबै विद्यार्थीले चार्टपेपरलाई ससाना चारपाटे टुक्रा हुने गरी काटौँ

चरण २ - सबै जनाले नेपालको नक्सा अवलोकन गर्दै काटिएको एक टुक्रामा नक्साको सामान्य रेखाङ्कन गरौँ र सोही नक्सा हेरी आफ्नो प्रदेश पनि अर्को टुक्रामा उतारौँ ।

चरण ३ - इन्टरनेट वा अन्य माध्यमबाटबाट खोजी गरी आफ्नो जिल्लाको नक्सा अर्को टुक्रामा स्केच गरौँ । त्यसै गरी जिल्लाको नक्सा अवलोकन गर्दै आफ्नो स्थानीय तह, गाउँ/सहरका साथै आफ्नो टोल र आफ्नो घरसमेतको नक्सा स्केच गरौँ ।

चरण ४ - रेखाङ्कित ती नक्साका टुक्राहरूमा सुहाउँदो रङ भरौँ । आर्कषक बनाऔँ र गोजीतालिकामा प्रस्तुत गरौँ ।

चरण ५ - अब कक्षा मनिटरले कक्षाका कम्तीमा दश जना विद्यार्थीको छ्यासमिस तवरले सेतो कागजका टुक्रामा नाम लेखी एउटा बास्केटमा खसालेर छ्यासमिस गरौँ ।

चरण ६ - शिक्षकलाई बास्केटबाट एक एक गर्दै नाम निकाल्न लगाऔँ । जसको नाम आउँछ उसले अगाडि आएर आफू कहाँ छु भन्ने कुरा अघि तयार पारेको स्केच टुक्राहरूका आधारमा व्याख्या गर्दै साथीहरूलाई आफ्नो घरसम्म आउन निम्तो दिऔँ ।