स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित पाठ्यपुस्तक

# हाम्रो शान्तिनगर

## कक्षा ४

शान्तिनगर गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
जुम्लेकुला, दाङ, नेपाल

प्रकाशक : शान्तिनगर गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
जुम्लेकुला, दाङ, नेपाल

प्राविधिक सहकार्य : नेपाल प्राज्ञिक अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र, रूपन्देही

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

प्रथम संस्करण : २०८२

यस पाठ्यपुस्तकसम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार शान्तिनगर गाउँपालिकामा निहित छ । यस गाउँपालिकाको लिखित स्वीकृतिबिना पूर्ण वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरी प्रकाशन गर्न तथा विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट कपी गर्न तथा अभिलेख उतार गर्न पाइने छैन ।

प्रमोद बस्नेत
अध्यक्ष

# प्रकाशकीय

प्रेमाकुमारी बुढाथोकी
उपाध्यक्ष

शान्तिनगर गाउँपालिकाद्वारा तयार पारिएको स्थानीय पाठ्यक्रमका विषयवस्तु, क्षेत्र र क्रममा आधारित रहेर हाम्रो शान्तिनगर पाठ्यपुस्तक प्रकाशित गरिएको छ । शान्तिनगर गाउँपालिकाको सामाजिक, आर्थिक, कला, संस्कृति, सांस्कृतिक, धार्मिक, नैतिक, पर्यटकीय, औद्योगिक, स्वास्थ्य, व्यापारिक, कृषि जस्ता विषयमा विद्यार्थीलाई जानकारी गराई नैतिकवान्, अनुशासित, र सृजनशील नागरिक तयार गर्न मद्दत पुऱ्याउने उद्देश्यका साथ स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी पाठ्यपुस्तक निर्माण गरिएको हो । यस पाठ्यपुस्तकमा स्थानीय पुरातात्त्विक, ऐतिहासिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, पर्यटकीय स्थलहरू तथा सेरोफेरोका महत्त्वपूर्ण स्थल एवम् विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ । यस पुस्तकको अध्ययनबाट विद्यार्थीले आफ्नो गाउँपालिकाको भौगोलिक अवस्थिति, स्थानीय ऐनकानुन, सेवासुविधा, स्थानीय संस्कृति, चाडपर्व, जातजाति, सामाजिक अनुशासन, कृषि, प्राकृतिक चिकित्सा, जडीबुटी र परम्परागत सिपका बारेमा जानकारी लिन सक्ने छन् । शान्तिनगर गाउँपालिकाअन्तर्गतका विद्यालयहरूबाट आधारभूत तह उत्तीर्ण गरेका विद्यार्थीले आन्तरिक वा बाह्य पर्यटकहरूलाई मार्गदर्शन गर्न सकून् भन्ने अपेक्षा राखी पाठ्यक्रम निर्माण र पाठ्यपुस्तकको प्रकाशन गरिएको हो । **हाम्रो शान्तिनगर** पाठ्यपुस्तकको लेखन तथा सम्पादन कार्यको जिम्मेवारी लिने संस्था नेपाल प्राज्ञिक अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र, रूपन्देही र पाठ्यपुस्तक लेखकहरू डा. शालिकराम पौड्याल, डा. प्रेमप्रसाद तिवारीलगायत स्थानीय पाठ्यपुस्तक निर्माण समितिका सम्पूर्ण सदस्यप्रति पनि हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकको निर्माणमा सहयोग गर्नुहुने प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत भेषराज चन्दज्यू, शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुख सुमन पाण्डेज्यू, गाउँपालिकाका जनप्रतिनिधि तथा कर्मचारीज्यूहरू, विभिन्न सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयका प्रधानाध्यापकज्यू, विषयशिक्षक, स्थानीय शिक्षाविद्, विभिन्न राजनीतिक दलका प्रतिनिधिज्यूलगायत सम्पूर्ण शान्तिनगरवासीप्रति हार्दिक धन्यवाद तथा आभार प्रकट गर्दछौँ ।

अन्त्यमा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक परिवर्तन निरन्तर प्रक्रिया भएकाले आगामी दिनमा सरोकारवाला निकाय, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, पाठक र विद्वान्हरूबाट प्राप्त रचनात्मक सुझावका आधारमा परिमार्जन गर्दै जाने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दछौँ । प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक शैक्षिक सत्र २०८२ देखि शान्तिनगर गाउँपालिकामा रहेका सम्पूर्ण सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयमा पठनपाठन हुने कुरामा विश्वस्त छौँ ।

शान्तिनगर गाउँपालिका, जुम्लेकुला, दाङ, नेपाल

# विषयसूची


| एकाइ / पाठ | शीर्षक | पृष्ठ न. |
|---|---|---|
| एकाइ : एक | हाम्रो परिवेश | १ |
| पाठ एक | स्थानीय बाली | २ |
| पाठः दुई | व्यावसायिक खेती | ९ |
| पाठः तीन | जैविक कृषि र आधुनिक प्रविधि | १५ |
| एकाइ : दुई | हाम्रो इतिहास र संस्कृति | २२ |
| पाठः चार | स्थानीय गीत र नाच | २१ |
| पाठः पाँच | स्थानीय चाडपर्व | २४ |
| पाठः छ | शान्तिनगरको विविधता | ३१ |
| पाठः सात | हाम्रा स्थानीय बाजा र पोसाक | २८ |
| एकाइ : तीन | हाम्रो शान्तिनगर | ३६ |
| पाठः आठ | हाम्रो शान्तिनगरको जनसङ्ख्या | ४१ |
| पाठः नौ | हाम्रा ऐतिहासिक र पर्यटकीय स्थल | ४४ |
| पाठः दश | हाम्रा आय आर्जनका माध्यम | ४८ |
| पाठः एघार | हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा | ५४ |
| एकाइ : चार | हाम्रो परम्परा | ५८ |
| पाठः बाह्र | शिष्टाचार | ५९ |
| पाठः तेह्र | हाम्रो लोकसाहित्य | ६३ |
| पाठः चौध | स्थानीय जडीबुटी | ६७ |
| एकाइ : पाँच | हाम्रो स्थानीय सरकार | ७२ |
| पाठः पन्ध्र | वडाध्यक्षका काम, कर्तव्य र अधिकार | ७३ |
| पाठः सोह्र | व्यक्तिगत घटना दर्ता | ७८ |
| एकाइ : छ | लिखत तथा उद्घोषण | ८० |
| पाठः सत्र | म पनि उद्घोषक बन्छु | ८२ |

## एकाइ : एक

# हाम्रो परिवेश

पाठ : एक

# स्थानीय बाली

हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका उब्जाउ माटो भएको ठाउँ हो । यहाँका मानिसले विभिन्न प्रकारका बाली लगाउँछन् । खेती गर्ने तरिका समयअनुसार परिवर्तन हुँदै गएको छ ।

धान

मकै

गहुँ

कोदो

काउली

बन्दा

आलु

भन्टा

साग

तोरी

उखु

अदुवा

अम्बा

मेवा

## बालीका प्रकारहरू

**अन्नबाली :** धान, मकै, गहुँ, कोदो ।

**तरकारी बाली :** काउली, बन्दा, आलु, भन्टा, साग ।

**नगदेबाली :** तोरी, उखु, अदुवा, बेसार ।

**फलफूल :** आँप, मेवा, केरा, अम्बा, कागती ।

नगद आम्दानी हुने बालीलाई नगदे बाली भनिन्छ । यस्ता बाली आम्दानी गर्ने उद्देश्यले लगाइन्छ । यस्ता बालीलाई तत्काल पैसासँग साट्न सकिन्छ । शान्तिनगर गाउँपालिकामा तोरी, आलस, तिल, मसुरो, अरहर आदिलाई नगदे बालीका रूपमा खेती गर्न सकिन्छ । यसलाई नगद पैँसासँग साट्न सकिन्छ । कृषकले नगदे बालीबाट नगद प्राप्त गर्न सक्छन् । नगदे बालीको उत्पादन गरी बजारमा बिक्री गरेर प्रशस्त आय आर्जन गर्न सकिन्छ ।

तोरी तेलहन बाली हो । तोरी लगाउने ठाउँमा पानी जम्नुहुँदैन । सिँचाइ सुविधा हुनुपर्छ । हल्का दोमट माटो भएको ठाउँमा तोरी लगाउन सकिन्छ । तोरीलाई फूल खेल्ने र कोसा भरिने वेला चिस्यान चाहिने भएकाले सिँचाइ दिनुपर्छ । तोरी व्यावसायिक रूपमा खेती गर्नका सकिन्छ । तोरी बाली समयमा लगाउनुपर्छ । रोगी बिरुवालाई उखेली जलाउनुपर्छ । रोग लागेमा कीटनाशक औषधी प्रयोग गर्नुपर्छ । तोरी रोगरहित स्वस्थ बिउ प्रयोग गर्नुपर्छ । तोरीमा लाग्ने झारपात नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।

तिल तेलहन बाली हो । तेलहन बालीका रूपमा कालो तिल, सेतो तिल, झुसे तिलको खेती गरिन्छ ।

आलसको तेल निकै लोकप्रिय हुन्छ । आलसको छोप अचारमा पनि प्रयोग हुन्छ । आलसलाई बहुगुणी औषधी पनि मानिन्छ। कोलेस्टेरोल, स्ट्रोकलगायतका मुटुसम्बन्धी रोग तथा क्यान्सरसम्मको रोकथामका लागि आलसको प्रयोग गर्न सकिन्छ।

गेडागुडीजन्य खेतीलाई दलहन खेती भनिन्छ। मसुरो, चना, राजमा, बकुला, मटर, अडहर (रहर), बोडी, सिमी आदि दलहन खेती हुन्। दलहन खेतीका धेरै फाइदा छन्। दाल तथा गेडागुडी नगदेबाली हो। यसको राम्रो उत्पादन गरेर धेरै फाइदा लिन सकिन्छ। यसलाई दैनिक खानामा प्रयोग गर्दा हाम्रो शरीरको वृद्धि र विकासका लागि चाहिने अत्यावश्यक पौष्टिक तत्त्व प्रोटिनको परिपूर्ति हुन्छ। हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकाका तेलहन र दलहन बालीको व्यावसायिक खेती गर्न सकिन्छ। यस्ता बालीबाट राम्रो आम्दानी हुने भएकाले यिनलाई नगदेबाली भनिन्छ।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

**(नगदे, प्रोटिन, तेलहन, पौष्टिक, आम्दानी)**

(क) तोरी र तिल मुख्य गरी ........................ बाली हुन्।

(ख) गेडागुडी खाँदा हाम्रो शरीरलाई चाहिने ........................ तत्त्व प्राप्त हुन्छ।

(ग) बजारमा बेचेर तुरुन्त पैसा पाइने बालीलाई ........................ बाली भनिन्छ।

(घ) दाल र गेडागुडीमा अत्यावश्यक ........................ तत्त्व पाइन्छ।

(ङ) व्यावसायिक खेती गर्नाले राम्रो ........................ गर्न सकिन्छ।

## हो वा होइन लेखौँ :

(क) धान र मकै नगदे बाली हुन्। (...............)

(ख) आलसलाई बहुगुणी औषधी पनि मानिन्छ। (...............)

(ग) तोरी खेतीका लागि पानी जम्ने ठाउँ राम्रो हुन्छ। (...............)

(घ) दलहन बालीले हाम्रो शरीरको वृद्धि र विकासमा मद्दत गर्छ। (...............)

(ङ) शान्तिनगर गाउँपालिकाको माटो खेतीका लागि उब्जाउ छ। (...............)

## सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) नगदे बाली भनेको के हो ?

(ख) शान्तिनगरमा लगाइने कुनै दुईओटा तेलहन बालीको नाम भन्नुहोस्।

(ग) आलसको प्रयोग कुन कुन रोगको रोकथाममा गरिन्छ ?

(घ) दलहन खेतीका कुनै दुईओटा फाइदा भन्नुहोस्।

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकामा पाइने अन्न बाली र तरकारी बालीका नामहरू लेख्नुहोस्।

(ख) तोरीको व्यावसायिक खेती गर्नका लागि के के काम गर्नुपर्छ ?

(ग) दलहन बाली भन्नाले कस्ता बालीलाई बुझिन्छ ? उदाहरणसहित लेख्नुहोस्।

(घ) तपाईँका वडामा कुन कुन नगदे बालीको खेती गरिएको छ ?

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

आफ्नो कापीमा आफूलाई मन पर्ने एउटा फलफूल र एउटा तरकारीको चित्र बनाउनुहोस् र त्यसमा रङ भर्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

(क) आफ्नो घर वा छिमेकमा पाइने विभिन्न प्रकारका अन्न, दलहन र तेलहन बालीका बिउहरू (जस्तै : धान, मकै, मुसुरो, तोरी आदि) थोरै थोरै सङ्कलन गर्नुहोस् । तिनलाई साना प्लास्टिकका थैलीमा राखेर एउटा चार्टपेपरमा टाँस्नुहोस् र नाम लेखेर कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

(ख) गुरुआमाको निर्देशनमा यो काम गरौँ :

**स्थान छनोट** : विद्यालयको हाताभित्र एउटा सानो कुना सफा गर्नुहोस्।

**बाली छनोट** : हामी यस पटक अदुवा वा बेसार (नगदे बाली) लगाउनेछौँ।

**तयारी** : माटो खनेर ढुङ्गा हटाउनुहोस् र त्यसमा अलिअलि कम्पोस्ट मल मिसाउनुहोस्।

**रोपण** : अदुवाको सानो टुक्रालाई माटोमुनि गाड्नुहोस् र हल्का पानी हाल्नुहोस्।

**हेरचाह** : दैनिक रूपमा गोडमेल गर्ने र झारपात हटाउने जिम्मा पालैपालो लिनुहोस्।

पाठ : दुई

# व्यावसायिक खेती

मुख्य पेसाका रूपमा गरिने खेतीलाई व्यावसायिक खेती भनिन्छ। समाजका मानिसले पैसा कमाउने उद्देश्यले गर्ने खेतीलाई व्यावसायिक खेती भनिन्छ । कमला कक्षा चारमा पढ्छिन्। उनलाई व्यावसायिक खेतीसम्बन्धी परियोजना कार्य गर्नु थियो। उनले गाउँका एक जना व्यावसायिक खेती गर्ने किसानलाई भेटिन्। उनले किसान दिदीसँग व्यावसायिक खेतीका बारेमा कुराकानी गरेकी छन्। हामी पनि दुई जनाका बिचमा भएको कुराकानी सुनौँ :

कमला : नमस्कार दिदी।

पार्वती : नमस्कार बहिनी, के छ नि खबर ?

कमला : ठिकै छु दिदी। के हुनु,स्कुलमा हिउँदे बिदा छ।

पार्वती : हो त नि। अनि के कामले आयौ त, आज ?

कमला : तपाईँले रहर लाग्दो गरी व्यावसायिक खेती गर्नुभएको छ। यही खेती हेर्न आएको नि। यो व्यावसायिक खेतीबारे मलाई पनि केही बताइदिनुहोस् न दिदी ?

गोलभँडा

आलु

खुर्सानी

पार्वती : अँ, हुन्छ नि बहिनी। परिवार पाल्नलाई केही त गर्नै पर्‍यो। हेर बहिनी सुरुमा मैले वर्षायाममा खुर्सानी खेती गर्न थाले। अनि हिउँद याममा गोलभँडा तथा आलु खेती गरेँ। घरका सबै परिवार मिलेर खेती गर्न थाल्यौँ। यस खेतीबाट उत्पादन भएको तरकारी बेचेर केही आम्दानी पनि गरेँ। व्यावसायिक रूपमा खेती गर्दा प्रशस्त आम्दानी हुने थाहा पाएँ।

गोलभँडा खेती

आलु खेती

कमला : अहिले त तपाईँको यति ठुलो तरकारी खेती, फलफूल खेती र भैँसीपालन छ नि।

पार्वती : हो नि, पहिले मलाई व्यावसायिक खेतीबारे त्यति ज्ञान थिएन। मैले प्राविधिक शिक्षालयमा जेटिए पढ्ने मौका पाएँ। त्यसपछि लगानी गर्न रुपियाँ पनि चाहिने भएकाले कृषि विकास बैङ्कबाट ऋण मागेँ। समय र मौसमअनुसार काँक्रो, गोलभँडा, आलु, करेला, काउली तरकारी खेती गरेँ। बेमौसमी खेती पनि सुरु गरेँ।

कमला : बेमौसमी खेती भनेको के हो त, दिदी?

पार्वती : खास खेती गरिने समयबाहेक अरू समयमा गरिने तरकारी खेतीलाई बेमौसमी खेती भनिन्छ। जस्तै काँक्रो वर्षा याममा मात्र हुन्छ। विशेष खालको प्लास्टिकको घर वा टनेल बनाई हिउँदमा खेती गर्नुलाई बेमौसमी तरकारी खेती भनिन्छ।

बजारमा बेमौसमी तरकारी धेरै मूल्यमा बिक्री हुन्छ। त्यसैले बेमौसमी तरकारी खेतीबाट मौसमी तरकारी खेतीबाट भन्दा बढी आम्दानी गर्न सकिन्छ।

तरकारी खेती

कमला : तपाईँले भैँसीपालन पनि गर्नुभएको छ नि।

पार्वती : हो, मैले आधुनिक तरिकाले भैँसी र गाईपालन गरेकी छु। यसका लागि आधुनिक तरिकाको गोठ पनि निर्माण गरेको छु। मैले फलफूल खेती पनि गरेकी छु। आँप, लिची, केरा, मेवा, सीताफल, अनार आदि फलफूल पनि लगाएकी छु। मैले व्यावसायिक पुष्प खेती गर्ने योजना बनाएकी छु। यसका लागि हाम्रो गाउँपालिका कार्यालयबाट आर्थिक सहयोग पाउने आशा पनि गरेकी छु।

आँप

लिची

केरा

मेवा

कमला : यसो भए त पक्कै पनि धेरै फाइदा होला नि ?

पार्वती : फाइदा त हुन्छ नि बहिनी । व्यावसायिक खेती गर्न पहिला प्राविधिक सिप पनि हुनुपर्छ । लगानी गर्न रुपियाँ पनि चाहियो । यसबाट रोजगारी दिन सकिन्छ । यसबाट उत्पादन पनि धेरै हुन्छ अनि आम्दानी पनि राम्रो हुन्छ ।

कमला : ए, बल्ल बुझेँ । विदेशमा गएर दुःख गर्नुभन्दा त स्वदेशमै व्यावसायिक खेती गरी सुखसाथ रमाउनु बेस ।

पार्वती : हो नि ।

कमला : म पनि ठुलो भएपछि पढाइ सकेर तपाईंले जस्तै व्यावसायिक खेती गर्छु नि । मेरो स्कुलमा पनि कृषि प्राविधिक शिक्षा सञ्चालन भएको छ। ढुक्कसँग त्यहीँ पढ्छु ।

पार्वती : ओहो ; धेरै रम्रो कुरा गऱ्यौ, बहिनी । व्यावसायिक खेती सुरु गरेपछि तिमीलाई म पनि सहयोग गर्छु नि त है ?

कमला : हुन्छ, दिदी । मेरो परियोजना कार्य थियो । तपाईंले जानकारी दिएर सहयोग गर्नुभएकामा धन्यवाद। साँझ पनि पर्न लाग्यो, म घरतिर लागे है दिदी नमस्कार।

पार्वती : हवस् त नमस्कार । फेरि फेरि आउँदै गर्नू है त बहिनी ।

(बाटामा जाँदाजाँदै मनमनै कमलाले सोचिन्, ओहो ! हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकामा पनि यसरी व्यावसायिक खेती गऱ्यो भने त हाम्रो शान्तिनगर पनि समृद्ध बन्छ। अनि हाम्रो देश पनि धनी हुने रहेछ ।)

## क्रियाकलाप गरौँ :

### ठिक वा बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(क) मुख्य पेसाका रूपमा गरिने कृषिलाई व्यावसायिक कृषि भनिन्छ।

(ख) पार्वती दिदीले सुरुमा लौका खेती गर्नुभएको थियो।

(ग) अहिले पार्वती दिदीको तरकारी खेती, फलफूल खेती र भैँसीपालन छ ।

(घ) बेमौसमी खेती भन्नाले कुनै निश्चित समयमा गरिने खेती हो।

### पाठ पढौँ र उत्तर लेखौँ :

(क) व्यावसायिक खेती भनेको हो ?

(ख) पार्वतीले सुरुमा कुन कुन खेती गर्नुभएको थियो ?

(ग) अहिले पार्वती दिदीले के के खेती गर्नुभएको थियो ?

(घ) पार्वतीले कुन कुन खेती गर्ने तरिका सिक्नुभयो ?

(ङ) पार्वती दिदीले कुन कुन फलफूल खेती गर्नुभएको छ ?

### सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

(क) व्यावसायिक खेती गर्नका लागि के के आवश्यक पर्छ ?

(ख) व्यावसायिक खेतीबाट कसरी फाइदा लिन सकिन्छ ?

## परियोजना कार्य गरौँ :

तपाईँको गाउँटोलमा कुन कुन तरकारी खेती गरिएको छ ? ती तरकारी कहिले कहिले लगाइन्छन् ? कापीमा तरकारीका नाम र लगाउने समय लेखेर कक्षामा देखाउनुहोस् ।

## प्रयोगात्मक कार्य गरौँ :

तपाईँलाई मन पर्ने कुनै एक तरकारीको बिरुवा लगाएर त्यसबाट भएको उत्पादनको चित्र खिचेर कक्षामा देखाउनुहोस् । यसका लागि आफ्ना अभिभावकको सहयोग लिनुहोस् ।

पाठ : तीन

# जैविक कृषि र आधुनिक प्रविधि

(पात्रहरू : मामा, कमल र लक्ष्मी । मामा कृषि प्राविधिक हुनुहुन्छ ।)

कमल : मामा, आजकल त खेतीपातीमा धेरै परिवर्तन आएको छ है ? खेत जोत्न गोरुको ठाउँमा ट्र्याक्टर देखिन्छ ।

मामा : हो कमल, यसलाई नै आधुनिक कृषि प्रविधि भनिन्छ । तर प्रविधिसँगै हामीले माटाको स्वास्थ्य र मानव स्वास्थ्यको पनि ख्याल गर्नुपर्छ । त्यसैले अहिले जैविक कृषिको चर्चा धेरै छ ।

लक्ष्मी : मामा, यो जैविक कृषि भनेको के हो ? यसमा विषादीको प्रयोग हुँदैन र ?

मामा : जैविक कृषि भनेको रासायनिक मल र हानिकारक विषादीरहित खेती प्रणाली हो । यसमा हामीले माटोको उर्वरा शक्ति बढाउन गाईवस्तुको गोबर मल, कम्पोस्ट मल र वनस्पतिबाट बनेका जैविक विषादीहरू प्रयोग गर्छौं ।

कमल : त्यसो भए त मामा, हामीले खाने तरकारी पनि स्वस्थ हुने भयो, होइन त ?

मामा : एकदम ठिक भन्यौ कमल । बजारबाट किनेका तरकारीमा धेरै विषादी हुन सक्छ। यदि हामीले आफ्नै घरमा विषादी रहित खेती गऱ्यौँ भने हामी धेरै रोगबाट बच्न सक्छौँ। शान्तिनगरको उब्जाउ माटोमा तोरी, आलस, तिल जस्ता नगदेबाली र विभिन्न दलहन बालीलाई जैविक तरिकाले व्यावसायिक रूपमा खेती गर्न सकिन्छ।

लक्ष्मी : मामा, हामी पनि अब विद्यालयको करेसाबारीमा जैविक मल नै प्रयोग गर्ने छौँ।

मामा : खुसी लाग्यो ! आधुनिक औजार प्रयोग गर्ने तर उत्पादन चाहिँ जैविक र स्वस्थ बनाउने नै हाम्रो लक्ष्य हुनुपर्छ।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

**(कम्पोस्ट, जैविक, विषादी, आय आर्जन, प्रोटिन)**

(क) रासायनिक मलको सट्टा ........................ मल प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ।

(ख) हानिकारक ........................ रहित खेती नै जैविक खेती हो।

(ग) शान्तिनगरको उब्जाउ माटोमा ........................ कृषि गर्न सकिन्छ।

(घ) दलहन बाली खाँदा हाम्रो शरीरलाई चाहिने ........................ प्राप्त हुन्छ।

(ङ) नगदे बाली बजारमा बिक्री गरेर प्रशस्त ........................ गर्न सकिन्छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) जैविक खेतीमा हानिकारक रासायनिक विषादी प्रयोग गरिन्छ। (..........)

(ख) आलसलाई मुटु रोगको रोकथाममा प्रयोग गरिने बहुगुणी औषधी मानिन्छ। (..........)

(ग) आधुनिक कृषिमा ट्र्याक्टर जस्ता मेसिनको प्रयोग हुन्छ। (..........)

(घ) तोरी खेतीका लागि पानी जम्ने ठाउँ धेरै राम्रो हुन्छ। (..........)

(ङ) दाल र गेडागुडीलाई नगदे बालीका रूपमा लिन सकिन्छ। (..........)

### सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) जैविक कृषि भनेको के हो ?

(ख) नगदे बाली भन्नाले कस्तो बालीलाई बुझिन्छ ?

(ग) आधुनिक कृषि प्रविधिमा कस्ता औजारको प्रयोग गरिन्छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) विषादीरहित खेती प्रणालीका फाइदाहरू के के हुन् ?

(ख) तोरीको व्यावसायिक खेती गर्नका लागि गर्नुपर्ने कुनै दुईवटा काम लेख्नुहोस् ।

(ग) दलहन बाली खाँदा हाम्रो शरीरलाई कसरी फाइदा पुग्छ ?

(घ) आलसको तेल र छोपको प्रयोग कुन कुन कुरामा गरिन्छ ?

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो घर वा छिमेकका किसानहरूसँग सोधेर उनीहरूले खेती गर्दा प्रयोग गर्ने परम्परागत औजार (जस्तै : कुटो, कोदालो) र आधुनिक मेसिनहरूको सूची बनाउनुहोस् । साथै उनीहरूले कुन कुन बालीमा जैविक मल प्रयोग गर्छन्, सोधेर कापीमा टिप्नुहोस् ।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

एउटा चार्ट पेपरमा स्वस्थ माटो, स्वस्थ जीवन भन्ने नारा लेखेर रङ्गाउनुहोस् र जैविक मलका रूपमा प्रयोग हुने चिजहरूको चित्र बनाउनुहोस् ।

## एकाइ : दुई

# हाम्रो इतिहास र संस्कृति

पाठ : चार

# स्थानीय गीत र नाच

स्थानीय स्तरमा सिर्जित र सङ्कलित गीत स्थानीय गीत हुन्। यस्ता गीतमा मानिसका सुख, दुःख, पीडा, उमङ्ग र लोकजीवनको अनुभव समेटिएको हुन्छ । यो सरल, बोधगम्य र लोकप्रिय हुन्छ। यस्ता गीत लोकसंस्कृतिको अभिन्न अङ्ग हुन्। गीत गाएर नाच्नुलाई नृत्य भनिन्छ। नाच लयबद्ध सङ्गीतको तालमा शरीरलाई नचाउने कला हो। शान्तिनगर गाउँपालिकामा विभिन्न जातजातिका आआफ्नै संस्कृतिअनुसारका गीत र नाच प्रचलित छन्।

## देउसी भैलो

तिहारको वेलामा समूहमा मिलेर गाइने गीत तथा नाच देउसी भैलो हो । तिहार एउटा सांस्कृतिक पर्व हो। तिहारमा महिला पुरुष जम्मा भएर देउसी भैलो गीत गाउने गर्छन्। तिहारको औँसीको दिन लक्ष्मीपूजा गरिसकेपछि देउसी भैलो गीत गाउने गरिन्छ। घर घरमा देउसी भैलो खेलिसकेपछि दानदक्षिणा दिने प्रचलन रहिआएको छ। यो गीत गाउँदा एक जना भट्टाउने हुन्छ । समूहका अरू जनाले देउसुरे/भैलो भन्छन्। देउसी भैलोसँगै नाचगान पनि गर्छन्। देउसी भैलो खेलेको घरका व्यक्तिले नाङ्लामा दियो, अगरबत्ती, चामल, रोटीका परिकार राखेर पैसा दिने चलन रहेको छ।

(क) भैलिनी आइन् आँगन, गुन्यु चोलो मागन
हे औँसी बारो, गाई तिहार भैलो ।

(ख) ए भन भन भाइ हो, देउसिरे
राम्ररी भन, देउसिरे
स्वर मिलाइ भन, देउसिरे
यो घरमा, देउसिरे
लक्ष्मीको वास होस्, देउसिरे ।

## भजन

धार्मिक परम्परागत गीत सङ्गीतलाई भजन भनिन्छ । नेपाली समाजमा कुनै पनि धार्मिक कार्यको सिलसिलामा भजनकीर्तन गरिन्छ। भजन भगवान्प्रति गीत सङ्गीतको माध्यमबाट गरिएको प्रार्थना हो । भजनमा भगवान् शिव, विष्णुलगायतका विभिन्न देवीदेवताको महिमा र गुणको प्रशंसा गरी भजन गाइन्छ। भजनले समाजमा एकता, प्रेम, सद्भाव, सामाजिक न्यायर धार्मिक सहिष्णुता कायम राख्छ।

(क) रामलाई अघि लाउँला, रामको पछि मै जाउँला ।

(ख) कैलाशमा शिवजी छन् छ न त, दर्शन दिन्छन् दिँदैनन् जाऔँ जान त ।

## मारुनी नाच

मारुनी नाच नेपालको परम्परागत नृत्य हो । मगर समुदायका विभिन्न कार्य न्वारन, ब्रतवन्ध, विवाहलगायत शुभकार्यमा देवीदेवताको आराधना गर्दै यो नाच नचाउने गरिन्छ।

मादले कम्मरमा मादल भिरेर मारुनीसँगै नाच्छन् । मारुनी नाचको मुख्य पात्र पुरुषलाई सिँगारपटार गरी महिलाको कपडा एवम् गहना लगाइन्छ । मारुनी मादलेको अघि र पछि घुमेर नाच्छन् । मारुनी नाचमा विशेषगरी पुरुषहरूले गीत गाउने, नाच्ने, मादल बजाउने गरे पनि महिलाहरूले नाचसम्बन्धी अन्य काम गर्छन् । यो मगर, गुरुङ जातिको मुख्य संस्कृति पनि हो । यो नाच प्रायः दसैं, तिहारमा नाचिने नाच हो । धान काटेर थन्काइ सकेपछि मारुनी नाच फुकाउने प्रचलन रहेको छ ।

## क्रियाकलाप गरौं :

### पाठ पढौं र ठिक वा बेठिक छुट्याऔं :

(क) स्थानीय गीत लोकसंस्कृतिको अभिन्न अङ्ग होइनन् ।

(ख) नाच सङ्गीतको तालमा शरीरलाई नचाउने कला हो ।

(ग) लक्ष्मीपूजा गरिसकेपछि देउसी भैलो गीत गाउने गरिन्छ ।

(घ) मादले कम्मरमा मादल भिरेर मारुनीसँगै नाच्दैन ।

### पाठ पढौं र खाली ठाउँ भरौं :

(क) स्थानीय स्तरमा सिर्जित र सङ्कलित गीत .......... हुन् ।

(ख) तिहारमा महिला पुरुष जम्मा भएर ............ गीत गाउने गर्छन् ।

(ग) धार्मिक परम्परागत गीत सङ्गीतलाई ......... भनिन्छ।

(घ) ............. नाच प्रायः दसैँ, तिहारमा नाच्ने नाच हो।

**सबै साथी मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :**

(क) स्थानीय गीत भनेको के हो ?

(ख) देउसी भैलो कहिले खेलिन्छ ?

(ग) भजन कस्तो प्रार्थना हो ?

(घ) मारुनी कुन कुन जातिको संस्कृति हो ?

**समूहले उत्तर भनौँ :**

(क) मारुनी नाच कसरी नाचिन्छ ?

(ख) तपाईँको समुदायमा प्रचलित गीत र नाच के के हुन् ?

**परियोजना कार्य गरौँ :**

तपाईँको टोलका पुरानो पुस्ताका व्यक्तिलाई भेट्नुहोस्। उहाँसँग कुराकानी गरेर नेपाली समाजमा प्रचलित गीत र नाचका बारेमा जानकारी लिनुहोस्।

**सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :**

विषय गुरुआमाको सहयोगमा विद्यालयमा शुक्रवारका दिन भजन गाउने कार्यक्रम आयोजना गर्नुहोस् र विद्यार्थीलाई भजन गाउन अभ्यास गराउनुहोस्।

पाठ : पाँच

# स्थानीय चाडपर्व

## तलको गीत गाऔँ :

शान्तिनगर गाउँभित्र बस्छन् धेरै जाति
थारु, क्षेत्री, बाहुन, मगर सबै मेरा साथी ।

नागपञ्चमी, दसैँ, तिहार, तिज हाम्रा पर्व,
बुद्ध पूर्णिमा मनाउँदा लाग्छ मलाई गर्व ।

छठ, ईद रक्षाबन्धन, ल्होसार र माघी
यिनै हाम्रा पर्व साथी, मोहर्रम होली ।

नागपञ्चमी, दसैँ, तिहार, तिज हाम्रा पर्व, छठ, ईद रक्षाबन्धन, ल्होसार र माघी हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकामा विभिन्न चाडपर्व मनाइन्छ । हामी सबैका आआफ्ना चाडपर्व छन् । हामी ती चाडपर्वमा रमाइलो गर्छौं । कुनै खास दिन वा तिथि पारेर विभिन्न जातजातिका मानिसहरूले मनाउने पर्वलाई चाडपर्व भनिन्छ । चाडपर्वमा विभिन्न देवदेवीको पूजाआजा गरिन्छ । भोजभतेर खाएर नाचगान गरी रमाइलो गरिन्छ । शान्तिनगर गाउँपालिकामा मानिने धर्म र पर्वका विषयमा हामी पनि बुझौँ :

हाम्रो समूहको नाम शान्तिनगर सदन हो । हाम्रो समूहले श्रीपञ्चमी पर्वका बारेमा परियोजना तयार पारेका छौँ । हाम्रो समूहले तयार गरेको श्रीपञ्चमीका विषयसम्बन्धी परियोजना सुनेर प्रतिक्रिया दिनुहुन सबैलाई अनुरोध छ ।

श्रीपञ्चमी पर्वमा विद्याकी देवी सरस्वतीको पूजा आराधना गरिन्छ। विद्यार्थी सरस्वतीको मन्दिरमा जम्मा भई सरस्वतीको श्रद्धापूर्वक पूजा गर्छन्। यस दिन सरस्वतीको मन्दिरमा पूजा गरिसकेपछि प्रसादका रूपमा मिठाई, फलफूल आदि खाने गरिन्छ।

हाम्रो समूहको नाम चिराघाट सदन हो । हाम्रो समूहले रक्षाबन्धन पर्वका बारेमा परियोजना तयार पारेका छौँ । हाम्रो समूहले तयार गरेको रक्षाबन्धनका विषयसम्बन्धी परियोजना सुनेर प्रतिक्रिया दिनुहुन सबैलाई अनुरोध छ।

शान्तिनगर गाउँपालिकामा श्रावण शुक्ल पूर्णिमाका दिन रक्षाबन्धन पर्व मनाइन्छ । यस पर्वलाई जनैपूर्णिमा भनिन्छ। रक्षाबन्धनका दिन पुरोहितका हातबाट जनै फेरिन्छ। यसै दिन दिदीबहिनीको हातबाट रक्षाबन्धन पनि बाँधिन्छ। रक्षाबन्धनका दिन नेवारी परम्पराअनुसार क्वाँटी खाइन्छ । विभिन्न प्रकारका गेडागुडी मिलाएर बनाइएको परिकारलाई क्वाँटी भनिन्छ। यस पर्वमा ब्राह्मणले मन्त्रद्वारा जनैलाई पवित्र बनाउँछन्। तिनै पवित्र जनै फेरेर रक्षाबन्धन बाँधिन्छ । रक्षाबन्धनका दिन दिदीबहिनीले आफ्ना दाजुभाइलाई हातमा रक्षाबन्धन बाँधिदिन्छन् । दिदीबहिनीले मिठा मिठा खानेकुरा खान दिन्छन्।

हाम्रो समूहको नाम पेदीखोला सदन हो। हाम्रो समूहले होली पर्वका बारेमा परियोजना तयार पारेका छौँ। हाम्रो समूहले तयार गरेको होलीका विषयसम्बन्धी परियोजना सुनेर प्रतिक्रिया दिनुहुन सबैलाई अनुरोध छ।

होली हिन्दु संस्कृतिमा मनाइने पर्व हो। यो प्रत्येक वर्षको फाल्गुण शुक्ल पूर्णिमाका दिन मनाइन्छ। होली रङहरूको चाड हो। होलीलाई होरी वा फगुवा पनि भनिन्छ। होलीको दिन मानिसहरूले एक अर्कामाथि विभिन्न प्रकारका रङ लगाएर रमाइलो

गर्छन् । युवायुवती गीत गाउँदैनाच्दै होली खेल्छन् । होली तराई मधेसमा विशेष हर्षोल्लासका साथ मनाउने गरिन्छ।

हाम्रो समूहको नाम खर्काकोट सदन हो। हाम्रो समूहले अटवारी पर्वका बारेमा परियोजना तयार पारेका छौँ। हाम्रो समूहले तयार गरेको अटवारीका विषयसम्बन्धी परियोजना सुनेर प्रतिक्रिया दिनुहुन सबैलाई अनुरोध छ।

अटवारी पर्व थारू समुदायको महत्त्वपूर्ण सांस्कृतिक पर्व हो। अटवारी पर्व कतै कृष्ण जन्माष्टमीपछिको पहिलो आइतवार र कतै तिज पर्वपछिको पहिलो आइतवार मनाइन्छ।

अटवारी पर्वको मुख्य उद्देश्य विवाहित दिदीबहिनीको दीर्घायु, स्वास्थ्य र सुखमय जीवनको कामना गर्नु हो । यस पर्वमा पुरुषहरू निराहार व्रत बस्छन् र विवाहित दिदीबहिनीलाई उपहार (अग्रासन) दिने चलन छ। यसरी यो पर्व दाजुभाइ र दिदीबहिनीबिचको सम्बन्धलाई सुदृढ पार्ने अवसरका रूपमा लिइन्छ।

अटवारी पर्व मनाउँदा शनिवार दिनभरि माछा मार्ने र अन्य आवश्यक सामग्रीहरूको जोहो गरिन्छ। शनिवार राति भाले नबास्दै दर खाने चलन छ। आइतवार बिहान व्रत बस्ने पुरुषहरूले नुहाइधुवाइ गरी घरको बैठक कोठा लिपपोत गर्छन्। गन्यारी काठबाट आगो निकालेर रोटी पकाइन्छ। पहिलो रोटीलाई एकतर्फबाट पकाएर भीमलाई चढाइन्छ। यो रोटी खाइँदैन। यो विशेष पूजासामग्रीको रूपमा प्रयोग हुन्छ। अटवारी पर्वमा सूर्यको पूजा हुन्छ। सूर्यलाई जीवन र शक्ति दिने देवता मानिन्छ। सोमवार बिहान व्रत बसेका

पुरुषहरूले विभिन्न तरकारी, खरिया, फिलौरी, सुकेको माछाको तरकारी, पोइक लर्चाक साग आदि  पकाएर अग्रासनको रूपमा विवाहित दिदीबहिनीलाई दिने चलन छ।

हाम्रो समूहको नाम लेकाली सदन हो। हाम्रो समूहले रमजान पर्वका बारेमा परियोजना तयार पारेका छौँ। हाम्रो समूहले तयार गरेको रमजानका विषयसम्बन्धी परियोजना सुनेर प्रतिक्रिया दिनुहुन सबैलाई अनुरोध छ।

शान्तिनगर गाउँपालिकामा बसोबास गर्ने मुसलमान समुदायले रमजान/इद पर्व मनाउँछन्। ती पर्व हिजरी पात्रोअनुसार निर्धारित छन्। हिजरी पात्राको नवौँ महिना रमजान हो। यस महिनामा विश्वभरका मुसलमानले एक महिने व्रत (रोजा) बस्छन्। त्यसको तिसौँ दिनमा इद उल फित्र पर्व मनाउँछन्। मुसलमानले मनाउने अर्को पर्व इदउल अजहा (बकर इद) हो। बकर इदलाई उनीहरू तीर्थाटन र बलिदानका रूपमा मनाउँछन्। यो पर्व तीन दिनसम्म मनाइन्छ। यस पर्वमा रोजा (व्रत) बस्नुपर्दैन। यस्तै मुसलमानले मोहर्रम पर्व पनि मनाउँछन्।

हाम्रो समूहको नाम डेबिड सदन हो। हाम्रो समूहले क्रिसमस पर्वका बारेमा परियोजना तयार पारेका छौँ। हाम्रो समूहले तयार गरेको क्रिसमसका विषयसम्बन्धी परियोजना सुनेर प्रतिक्रिया दिनुहुन सबैलाई अनुरोध छ।

शान्तिनगर गाउँपालिकामा इसाई धर्म मान्ने व्यक्तिको बसोबास रहेको छ। इसाई धर्म मान्ने व्यक्तिको पवित्र स्थान गिर्जाघर हो। बाइबल इसाई धर्मको मुख्य धार्मिक ग्रन्थ हो। यिनीहरूको मुख्य पर्व क्रिसमस हो। यो दिन क्रिसमस ट्रिलाई विशेषरूपमा सजाएर सुन्दर बनाइन्छ। डिसेम्बर २५ को दिन इसाई समुदायले क्रिसमस पर्व मनाउँछन्।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(क्वाँटी, सरस्वती, अग्रासन, डिसेम्बर २५, रोजा)

(क) श्रीपञ्चमीमा विद्याकी देवी ...................... को पूजा गरिन्छ।

(ख) जनैपूर्णिमाका दिन खाइने गेडागुडीको परिकारलाई ...................... भनिन्छ।

(ग) थारू समुदायमा विवाहित दिदीबहिनीलाई दिइने उपहारलाई ...................... भनिन्छ।

(घ) मुसलमान समुदायले रमजान महिनामा बस्ने व्रतलाई ................... भनिन्छ।

(ङ) इसाई धर्मावलम्बीहरूले ...................... का दिन क्रिसमस मनाउँछन्।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) होली रङहरूको चाड हो। (..........)

(ख) अटवारी पर्वमा चन्द्रमाको पूजा गरिन्छ। (..........)

(ग) बाइबल इसाई धर्मको मुख्य धार्मिक ग्रन्थ हो। (..........)

(घ) रक्षाबन्धन पर्व फाल्गुण महिनामा मनाइन्छ। (..........)

(ङ) इद पर्वमा मुसलमानहरू गिर्जाघरमा गएर प्रार्थना गर्छन्। (..........)

### सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) श्रीपञ्चमी पर्व कसले र किन मनाउँछन् ?

(ख) क्वाँटी भनेको के हो र यो कुन चाडमा खाइन्छ ?

(ग) अटवारी पर्वको मुख्य उद्देश्य के हो ?

(घ) क्रिसमससमा के के गरेर रमाइलो गरिन्छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकामा मनाइने कुनै चारवटा चाडपर्वको नाम लेख्नुहोस् ।

(ख) थारू समुदायले अटवारी पर्व कसरी मनाउँछन् ? छोटो विवरण लेख्नुहोस् ।

(ग) मुसलमान समुदायका प्रमुख चाडहरू के–के हुन् ?

(घ) होली पर्वमा मानिसहरूले कसरी खुसी साटासाट गर्छन् ?

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

आफ्नो कापीमा होली खेल्दै गरेका साथीहरूको एउटा चित्र बनाउनुहोस् र रङ भर्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो घरका सदस्यहरूलाई सोधेर आफ्नो परिवारले मनाउने प्रमुख तीनओटा चाडपर्व, ती चाड मनाइने समय र खाइने विशेष परिकारको विवरण तलको जस्तै तालिकामा भर्नुहोस् :

| चाडपर्वको नाम | मनाइने समय (महिना/तिथि) | खाइने विशेष परिकार |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |

पाठ : छ

# शान्तिनगरको विविधता

हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका एक सुन्दर बगैँचा जस्तै हो । बगैँचामा थरिथरि फूलहरू फुलेका हुन्छन् । यहाँ विभिन्न जातजाति, भाषा र धर्म मान्ने मानिस मिलेर बसेका छन् ।

## जातजाति

शान्तिनगरमा धेरै पहिलेदेखि विभिन्न जातजाति बस्दै आएका छन् । राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार यहाँको प्रमुख जनसङ्ख्या क्षेत्री जातिको छ। यसबाहेक यहाँ थारू, मगर, ब्राह्मण, विश्वकर्मा, परियार, ठकुरी, मिजार, सन्यासी आदि जातिको ठुलो बसोबास छ। यहाँ मुसलमान समुदायको पनि बसोबास रहेको छ। यी सबै जातिले आआफ्नो मौलिक परम्परा जोगाउँदै आएका छन् ।

## भाषा

शान्तिनगरमा बसोबास गर्ने जातजातिअनुसार भाषा पनि फरक फरक छन्। सबैभन्दा धेरै जनसङ्ख्याले बोलिने भाषा नेपाली हो। यो हाम्रो साझा भाषा पनि हो। थारू समुदायका मानिसले थारू भाषा बोल्छन्। मगर समुदायमा मगर ढुट र मगर खाम भाषा बोलिन्छ। यी भाषाहरूले हाम्रो स्थानीय संस्कृतिलाई जीवित राखेका छन्।

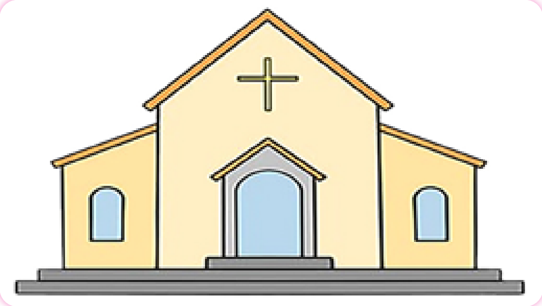
## धर्म र संस्कृति

शान्तिनगरमा विभिन्न धर्ममा आस्था राख्ने मानिस छन्। यहाँ मुख्य गरी हिन्दु, बौद्ध, इस्लाम र इसाई धर्म मान्ने मानिस बस्छन्। हिन्दु धर्म मान्ने मानिस मन्दिर जान्छन्। मुसलमानले मस्जिदमा नमाज पढ्छन्। बौद्ध धर्म मान्ने मानिस गुम्बा जान्छन्। इसाई धर्म मान्ने मानिस गिर्जाघरमा प्रार्थना गर्छन्। हामी एकअर्काको धर्म र चाडपर्वलाई उत्तिकै सम्मान गर्छौं।

हिन्दु

बौद्ध

इस्लाम



इसाई

## सामाजिक सद्भाव

हाम्रो गाउँपालिकामा हामी जात, धर्म वा भाषाको आधारमा भेदभाव गर्दैनौँ । हामी सबै शान्तिनगरवासी हौँ भन्ने भावनाले ओतप्रोत छौँ । कसैलाई दु :ख पर्दा सबै मिलेर सहयोग गर्छौं । अरूको संस्कारमा खुसीसाथ सहभागी हुन्छौँ । यही मेलमिलाप नै हाम्रो गाउँपालिकाको सबैभन्दा ठुलो शक्ति हो ।

### क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(साझा, क्षेत्री, मगर खाम, थारू, जनगणना)

(क) २०७८ सालको ...................... अनुसार शान्तिनगरमा धेरै जातजाति छन् ।

(ख) शान्तिनगरमा सबैभन्दा धेरै जनसङ्ख्या भएको जाति ...................... हो ।

(ग) नेपाली भाषा हाम्रो ...................... भाषा हो ।

(घ) मगर समुदायले बोल्ने एउटा भाषा ...................... पनि हो ।

(ङ) .................. समुदायका मानिसले आफ्नो मौलिक भाषामा कुराकानी गर्छन् ।

## हो वा होइन लेखौँ :

(क) शान्तिनगरमा केवल एउटा मात्र जातिका मानिस बस्छन् । (..........)

(ख) थारू भाषा शान्तिनगरमा बोलिने प्रमुख भाषाहरू मध्ये एक हो । (..........)

(ग) हामीले अरूको धर्म र संस्कृतिको अपमान गर्नुपर्छ । (..........)

(घ) शान्तिनगरमा हिन्दु, इस्लाम र इसाईलगायतका धर्म मानिन्छ । (..........)

(ङ) सामाजिक सद्भाव भनेको मिलेर बस्नु हो । (..........)

## सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) शान्तिनगरलाई किन सुन्दर बगैँचासँग तुलना गरिएको हो ?

(ख) जनगणना २०७८ अनुसार यहाँका प्रमुख तीन जातजाति कुन कुन हुन् ?

(ग) शान्तिनगरमा कुन कुन धर्मका धार्मिक स्थलहरू छन् ?

(घ) हामीले किन एकअर्काको संस्कारमा सहभागी हुनुपर्छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकामा बोलिने प्रमुख भाषाहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(ख) हाम्रो गाउँपालिकामा कुन कुन जातजातिहरू बसोबास गर्छन् ? लेख्नुहोस् ।

(ग) "हामी विभिन्न जातिका मान्छे एकआपसमा मिलेर बसेका छौँ" भन्ने कुरालाई उदाहरणसहित प्रस्ट पार्नुहोस् ।

(घ) भाषा र धर्मको विविधताले समाजलाई कसरी धनी बनाउँछ ? आफ्नो विचार लेख्नुहोस् ।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

आफ्नो कक्षाका कुनै पाँच जना साथीहरूको नाम, उनीहरूको जात र उनीहरूले घरमा बोल्ने भाषा सोधेर एउटा तालिका बनाउनुहोस्।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो छिमेकमा रहेका आफूभन्दा फरक जात वा धर्म मान्ने एकजना व्यक्तिलाई भेट्नुहोस्। उहाँको मुख्य चाडपर्व कुन हो र त्यो कसरी मनाइन्छ भनेर सोध्नुहोस् र प्राप्त जानकारीलाई कक्षामा सुनाउनुहोस्।

## एकाइ : तीन

# हाम्रो शान्तिनगर

पाठ : सात

# हाम्रो शान्तिनगर

दिनेश, रतन र दीपा शान्तिनगर गाउँपालिकाको एक विद्यालयको चार कक्षामा पढ्छन्। उनीहरू कक्षामा सधैँ ध्यान दिएर पढ्छन्। आज कक्षामा गुरु आउन अलि ढिलो भएपछि उनीहरू आफ्नो गाउँपालिकाका बारेमा रमाइलो कुराकानी गर्न थाले। विद्यालयको अनुगमनमा निस्कनुभएका प्रधानाध्यापकज्यूले उनीहरूका कुराकानी ढोकैबाट सुन्नुभयो।

दिनेश : साथीहरू, मलाई त अचम्म लाग्यो। हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका त दाङ जिल्लाको उत्तरपश्चिममा पो रहेछ। दाङ उपत्यकाको यो सुन्दर ठाउँका बारेमा अरू कसलाई के थाहा छ ?

दीपा : मलाई थाहा छ नि। हाम्रो गाउँपालिकाको उत्तरमा सल्यान जिल्ला पर्छ। त्यस्तै पूर्वमा तुलसीपुर उपमहानगरपालिका र दक्षिणमा दंगीशरण गाउँपालिका रहेका छन्। हाम्रो गाउँपालिकाको पश्चिममा बबई

गाउँपालिका पर्छ। हाम्रो गाउँपालिका त पहाड र तराई दुवै मिलेर बनेको सुन्दर ठाउँ हो नि।

रतन : दीपाले त सिमानाका बारेमा धेरै कुरा भनिन्। तर हाम्रो गाउँपालिका कसरी बन्यो र यसको क्षेत्रफल कति छ भन्ने चाहिँ कसलाई थाहा छ ?

दिनेश : रतन, हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका साविकका शान्तिनगर, बाघमारे र धनौरी गाविस मिलेर बनेको हो। यसको क्षेत्रफल ११६.०२ वर्ग किलो मिटर रहेको छ।

दीपा : हो नि, यसको स्थापना २०७३ साल फागुन २७ गते भएको हो। यहाँ त साना ठुला पहाडका टाकुरा र बबई नदीको किनारमा रहेका समथर फाँट पनि छन्।

रतन : जनगणना २०७८ अनुसार हाम्रो गाउँपालिकाको जम्मा जनसङ्ख्या २७,६४१ रहेको छ। यहाँ पुरुषको सङ्ख्या १२,४२२ र महिलाको सङ्ख्या १५,२१९ छ। यहाँ क्षेत्री, थारु, मगर, ब्राह्मण, विश्वकर्मालगायत धेरै जातजाति मिलेर बसेका छन्। सबैले आआफ्नो भाषा र धर्म माने पनि हामी सबैका बिचमा एकता र मेलमिलाप छ।

प्रधानाध्यापक : (भित्र प्रवेश गर्दै) स्याबास; नानीबाबुहरू तपाईँहरूले आफ्नो गाउँपालिकाको बारेमा धेरै राम्रो जानकारी राख्नुभएको रहेछ। हामीले आफ्नो जन्मभूमिको भूगोल र समाजका बारेमा यसरी नै थाहा पाउनुपर्छ।

## क्रियाकलाप गरौं :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(११६.०२, सल्यान, २७,६४१, बबई, २७)

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकाको उत्तरमा ........................ जिल्ला पर्छ।

(ख) यस गाउँपालिकाको क्षेत्रफल ........................ वर्ग किलोमिटर छ।

(ग) शान्तिनगरको जम्मा जनसङ्ख्या ........................ रहेको छ।

(घ) यसको स्थापना २०७३ साल फागुन ........................ गते भएको हो।

(ङ) शान्तिनगरको पश्चिममा ........................ गाउँपालिका पर्छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिका दाङ जिल्लाको दक्षिणमा पर्छ। (............)

(ख) यस गाउँपालिकामा पहाड र तराई दुवै खाले जमिन छ। (............)

(ग) शान्तिनगरको पूर्वमा तुलसीपुर उपमहानगरपालिका पर्छ। (............)

(घ) शान्तिनगरमा पुरुषको सङ्ख्या महिलाको भन्दा धेरै छ। (............)

### सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिका कुन कुन गाविस मिलेर बनेको हो ?

(ख) यहाँ बसोबास गर्ने कुनै चारओटा जातजातिको नाम भन्नुहोस्।

(ग) शान्तिनगर गाउँपालिकाको सिमाना चारैतिर कुन कुन ठाउँसँग जोडिएको छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकाको भौगोलिक परिचय दिनुहोस् ।

(ख) यहाँको जनसङ्ख्याको अवस्था कस्तो छ ? लेख्नुहोस् ।

(ग) शान्तिनगरमा सामाजिक एकता कसरी कायम भएको छ ? पाठको आधारमा लेख्नुहोस् ।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

आफ्नो गाउँपालिकाको एउटा रेखाचित्र नक्सा बनाउनुहोस् र त्यसको चारैतिर जोडिएका छिमेकी जिल्ला वा गाउँपालिकाका नाम लेख्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो वडाको कार्यालय कहाँ छ ? त्यहाँको वडा अध्यक्षको नाम के हो ? तपाईँको वडामा कुन कुन जातजातिका मानिसको बस्ती छ ? घरमा बुबाआमासँग सोधेर एउटा छोटो रिपोर्ट तयार पार्नुहोस् ।

पाठ : आठ

# हाम्रो शान्तिनगरको जनसङ्ख्या

कुनै पनि ठाउँको विकासका लागि त्यहाँ बस्ने मानिसको सङ्ख्या थाहा पाउनुपर्छ। उनीहरूको अवस्था थाहा पाउनुपर्छ। यही विवरणका लागि प्रत्येक दश वर्षमा गरिने गणनालाई जनगणना भनिन्छ। पछिल्लो राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकाको जम्मा जनसङ्ख्या २७,६४१ रहेको छ। जसमा पुरुष १२,८०१ र महिला १४८४० रहेका छन्। यस तथ्याङ्कले शान्तिनगरमा पुरुषको तुलनामा महिलाको सङ्ख्या धेरै रहेको देखाउँछ।

हाम्रो गाउँपालिकामा विभिन्न उमेर समूहका मानिस बस्छन्। १५ वर्ष मुनिका बालबालिकाको सङ्ख्या ७५५३ रहेको छ। बालबालिका भोलिका भविष्य हुन्। १५ देखि ५९ वर्ष उमेरका युवा तथा वयस्क मानिसको सङ्ख्या १७३३६ रहेको छ। यस समूहलाई काम गर्न सक्ने जनशक्ति मानिन्छ। उनीहरू खेतीपाती, व्यापार र जागिरमा संलग्न छन्। ६० वर्षभन्दा माथिका ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या २७५२ रहेको छ। उनीहरू हाम्रो समाजका अनुभवका खानी हुन्।

शान्तिनगर गाउँपालिकाको कुल साक्षरता दर करिब ७९.९ रहेको छ। यसमा पुरुषको साक्षरता दर ८६.६ र महिलाको साक्षरता दर ७४.१ रहेको छ। पुरुषको साक्षरता दर केही बढी देखिए पनि हालका वर्षहरूमा नानीबाबु सबै विद्यालय जाने क्रम बढेको छ।

| क्र.सं. | लिङ्ग | साक्षरता दर |
|---|---|---|
| १ | पुरुष | ८६.७ |
| २ | महिला | ७४.१ |
| | कुल साक्षरता दर | ७९.९ |

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(१४८४०, २७,६४१, जनगणना, धेरै)

(क) १०/१० वर्षमा गरिने मानिसहरूको गणनालाई ........................ भनिन्छ।

(ख) शान्तिनगर गाउँपालिकाको कुल जनसङ्ख्या ........................ छ।

(ग) शान्तिनगरमा महिलाको सङ्ख्या ........................ रहेको छ।

(घ) पुरुषको तुलनामा महिलाको सङ्ख्या ........................ छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) शान्तिनगरमा पुरुषको सङ्ख्या १४८४० छ। (............)

(ख) १५ देखि ५९ वर्ष उमेरका मानिसलाई सक्रिय जनशक्ति भनिन्छ। (............)

(ग) शान्तिनगरको साक्षरता दर ७९.९ प्रतिशत रहेको छ। (............)

(घ) २०७८ को जनगणनाअनुसार शान्तिनगरको जनसङ्ख्या २७,६४१ छ। (............)

### सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) शान्तिनगरमा पुरुष र महिलामध्ये कसको सङ्ख्या धेरै छ ?

(ख) काम गर्न सक्ने जनशक्ति कुन उमेर समूहका मानिसलाई भनिन्छ ?

(ग) जनगणना किन गरिन्छ होला ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकाको जनसङ्ख्यालाई महिला र पुरुषको आधारमा छुट्याएर लेख्नुहोस् ।

(ख) उमेरगत आधारमा हाम्रो समाजमा कस्ता कस्ता मानिस बस्छन् ?

(ग) साक्षरता भनेको के हो ? शान्तिनगरको साक्षरता दर कति छ ?

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

एउटा चार्टपेपरमा हाम्रो शान्तिनगरको जनसङ्ख्या शीर्षक राखेर महिला र पुरुषको सङ्ख्या देखाउने एउटा सरल चित्र बनाउनुहोस् र रङ भर्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो घर वरिपरि रहेका कम्तीमा ५ ओटा घरको विवरण तलको तालिकामा भर्नुहोस् :

| घरधनीको नाम | जम्मा सदस्य सङ्ख्या | महिला | पुरुष | बालबालिका (१५ वर्षमुनि) |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

पाठ : नौ

# हाम्रा ऐतिहासिक र पर्यटकीय स्थल

हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका प्राकृतिक सुन्दरता र ऐतिहासिक सम्पदाले भरिपूर्ण छ। यहाँका अग्ला पहाड, सुसाइरहेका खोला र पुराना मन्दिरहरूले हाम्रो गाउँपालिकाको पहिचान बढाएका छन्। आउनुहोस्, हाम्रा प्रमुख पर्यटकीय र ऐतिहासिक स्थलहरूको बारेमा जानौँ :

## पेदीखोला झरना

शान्तिनगर गाउँपालिका वडा न. १ हार्चारको फेदीमा पेदीखोला झरना रहेको छ। यो झरना चैत र वैशाखमा देखिँदैन तर जेठदेखि नै बग्न थाल्छ। पेदीखोलामा रहेको हुनाले यसको नाम नै पेदीखोला झरना रहेको हो। यसको उचाइ अन्दाजी १५० मिटर जति रहेको छ। पेदीखोला झरना यहाँको सबैभन्दा आकर्षक पर्यटकीय स्थल हो। पहाडको अग्लो खोँचबाट झर्ने कञ्चन पानीको फोहोरा देख्दा जो कोहीको मन लोभिन्छ। विशेषगरी गर्मी मौसममा यहाँ आन्तरिक पर्यटकहरू शीतल हावापानी र झरनाको आनन्द लिन आउने गर्छन्। यो झरना हाम्रो गाउँपालिकाको एक अमूल्य प्राकृतिक गहना हो।

## ऐतिहासिक खर्काकोट

हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकाको वडा न. १ मा खर्काकोट दरबार रहेको छ। यो दरबार बिखट्टेको पहाडबाट पश्चिममा रहेको छ। यो ठाउँ समुद्री सतहदेखि करिब २२०० मिटरको

उचाइमा रहेको छ। आजभन्दा करिब ३०० वर्ष पहिले यस ठाउँमा खर्का नाम गरेका राजाले शासन गरेका थिए। तिनै राजाको नामबाट यस दरबारको नाम खर्काकोट राखिएको हो। शान्तिनगरको खर्काकोट एक ऐतिहासिक महत्त्व बोकेको स्थल हो। यो ठाउँ पर्यटकीय दृष्टिले मात्र नभई ऐतिहासिक अध्ययनका लागि पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण छ। पहाडको माथि रहेको यस ठाउँबाट शान्तिनगरका सुन्दर फाँट र बबई नदीको मनोरम दृश्य देख्न सकिन्छ। यहाँको स्वच्छ हावापानी र शान्त वातावरणले धेरैलाई आकर्षित गरेको छ।

## बबई नदीको तटीय क्षेत्र

हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका प्राकृतिक रूपमा निकै सुन्दर छ। यस गाउँपालिकाको छेउ भएर प्रसिद्ध बबई नदी बग्छ। बबई नदीका किनारहरू निकै रमणीय र समथर छन्। यहाँको शान्त वातावरण, स्वच्छ हावा र नदीको कञ्चन पानीले सबैको मन लोभ्याउँछ। त्यसैले बबई नदीको तटीय क्षेत्र वनभोज (पिकनिक) का लागि निकै उपयुक्त मानिन्छ। विशेष गरी हिउँदको समयमा यहाँ धेरै मानिस रमाइलो गर्न आउँछन्। छिमेकी गाउँ र सहरहरूबाट पनि साथीभाइ र परिवारका साथ वनभोज खान, गीत गाउन र नाच्नका लागि मानिस यहाँ भेला हुन्छन्। नदीको किनारमा बसेर खाजा खानु प्रकृतिसँग रमाउनुको छुट्टै आनन्द हुन्छ।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(१५०, खर्का, वडा न. १, वनभोज, २२००)

(क) पेदीखोला झरना शान्तिनगर गाउँपालिकाको ........................ मा पर्दछ।

(ख) पेदीखोला झरनाको उचाइ अन्दाजी ........................ मिटर जति छ।

(ग) खर्काकोट दरबार समुद्री सतहदेखि करिब ........................ मिटर उचाइमा छ।

(घ) आजभन्दा ३०० वर्ष पहिले त्यस ठाउँमा ........................ नाम गरेका राजाले शासन गर्थे।

(ङ) बबई नदीको तटीय क्षेत्र ........................ का लागि निकै उपयुक्त छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) पेदीखोला झरना चैत र वैशाख महिनामा पनि ठुलो भएर बग्छ। (...........)

(ख) खर्काकोटबाट शान्तिनगरका फाँट र बबई नदी देख्न सकिन्छ। (...........)

(ग) पेदीखोला झरना हार्चारको फेदीमा अवस्थित छ। (...........)

(घ) बबई नदीको किनारमा हिउँदको समयमा धेरै मानिस रमाइलो गर्न आउँछन्। (.........)

### सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) पेदीखोला झरनाको नाम पेदीखोला किन राखिएको रहेछ ?

(ख) खर्काकोट दरबार कुन पहाडको पश्चिममा पर्छ ?

(ग) बबई नदीको किनारमा मानिसहरू के के गर्न भेला हुन्छन् ?

(घ) खर्काकोटलाई ऐतिहासिक स्थल किन भनिएको हो ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) पेदीखोला झरनाको वर्णन गर्नुहोस्।

(ख) खर्काकोट दरबारको इतिहासका बारेमा पाठको आधारमा लेख्नुहोस्।

(ग) बबई नदीको तटीय क्षेत्रको विशेषता के के हुन् ?

(घ) तपाईँलाई यी तीनओटा पर्यटकीय स्थलमध्ये कुन ठाउँ सबैभन्दा धेरै मन पर्छ र किन ?

## सिर्जनात्मक कार्य :

एउटा चार्टपेपरमा हाम्रो शान्तिनगरका गौरव शीर्षक लेख्नुहोस् र पेदीखोला झरना वा खर्काकोटमध्ये कुनै एकको सुन्दर चित्र बनाउनुहोस्।

## परियोजना कार्य :

तपाईँको घरबाट सबैभन्दा नजिक पर्ने कुनै एक पर्यटकीय वा ऐतिहासिक स्थलको भ्रमण गर्नुहोस्। त्यहाँ पुग्न तपाईँलाई कति समय लाग्यो र त्यहाँ के के देख्नुभयो ? एउटा छोटो रिपोर्ट तयार पारेर कक्षामा सुनाउनुहोस्।

पाठ : दश

# हाम्रा आय आर्जनका माध्यम

आज विद्यालयको चार कक्षामा हाम्रो शान्तिनगर विषयअन्तर्गत हाम्रा आय आर्जनका माध्यम शीर्षकमा छलफल भइरहेको छ। हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकाका मानिसहरू विभिन्न काम गर्छन्। जीवन चलाउन र पैसा कमाउन गरिने कामलाई आय आर्जनका माध्यम भनिन्छ। यही छलफलको अंश यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ :

गुरुआमा : विद्यार्थी भाइबहिनी, आज हामी हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकामा रहेका विभिन्न पेसा र व्यवसाय र आय आर्जनका माध्यमहरूका बारेमा छलफल गर्दै छौँ।

विद्यार्थी : हुन्छ गुरुआमा।

गुरुआमा : भाइबहिनीहरू, जीवनयापनका लागि अँगालिएको मुख्य काम वा उद्यम नै पेसा हो। जस्तै : शिक्षक, डाक्टर, चालक, नर्स, कर्मचारी आदि। व्यवसाय भनेको कुनै पनि वस्तुको उत्पादन गर्ने र बिक्रीवितरण गर्ने कार्य हो। कृषि, पशुपालन, व्यापार आदि व्यवसाय हुन्।

शिक्षक

डाक्टर

नर्स

चालक

कर्मचारी

दीक्षा : गुरुआमा, मेरो बुबाले पाँचओटा भैँसी पाल्नुभएको छ र दुध बेच्न बजार जानुहुन्छ। यो के हो ?

गुरुआमा : दीक्षा, हजुरका बुबाले गर्नुभएको व्यवसाय भैँसीपालन तथा दुग्ध व्यवसाय हो। यसबाट पैसा कमाइ हुन्छ र परिवारको समस्या टर्छ।

ललित : मेरो घरमा बुबा र दाइले तरकारी खेती गरेर बजारमा बेच्नुहुन्छ। यो पनि व्यवसाय होइन त गुरुआमा ?

गुरुआमा : हो नि ललित। तरकारी उत्पादन गरेर आफैँ बिक्री गर्दा घरमै रोजगार पाइयो। पैसा कमाउन विदेश जानु पनि परेन।

रिना : गुरुआमा, हाम्रो शान्तिनगरमा अरू के के स्थानीय व्यवसायहरू छन् ?

गुरुआमा : हाम्रो क्षेत्रमा उत्पादनमूलक व्यवसाय (मौरीपालन, कुखुरापालन, बाखापालन) र सेवामूलक व्यवसाय (किराना पसल, कपडा पसल, होटल, औषधी पसल, सिलाइ कटाइ आदि प्रशस्त छन्।

कमल : मेरो बुबाको किराना पसल चाहिँ कुन व्यवसाय हो नि गुरुआमा ?

**गुरुआमा :** कमल, तिम्रो बुबाले बजारबाट सामान किनेर टोलमा सेवा दिनुभएकाले यो सेवामूलक व्यवसाय हो । ल भाइबहिनीहरू, अब म शान्तिनगरमा आय आर्जनका मुख्य क्षेत्रहरूलाई चार्टमा प्रस्तुत गरेको छु ।

**कृषि तथा पशुपालन :** धान, मकै र गहुँबाहेक यहाँ तोरी, अदुवा, बेसार र उखु जस्ता नगदे बाली लगाइन्छ । गाई, भैँसी, बाखा र कुखुरापालन आम्दानीका ठुला माध्यम हुन् ।

**व्यापार र व्यवसाय :** किराना, कपडा र हार्डवेयर पसलहरू सञ्चालनमा छन् ।

**घरेलु तथा साना उद्योग :** तेल मिल, फर्निचर उद्योग, सिलाइ कटाइ र ढाका बुनाइ जस्ता उद्योगले रोजगारी दिएका छन् ।

**वैदेशिक रोजगारी र सेवा :** धेरै युवा विदेशमा छन् । उनीहरूले पठाएको पैसाले घरपरिवारको अवस्था सुधार भएको छ । कतिपय मानिसहरू शिक्षण र सरकारी सेवामा पनि कार्यरत छन् ।

## क्रियाकलाप गरौं :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

**(नगदे, दुध, पेसा, संस्थाहरू, बिक्री वितरण)**

(क) जीवन यापनका लागि अँगालिएको मुख्य काम, उद्यम नै ....................... हो।

(ख) व्यवसाय भनेको वस्तुको उत्पादन र ....................... गर्ने कार्य हो।

(ग) विभिन्न पसल तथा ....................... नै व्यवसाय हुन्।

(घ) गाई र भैँसी पालेर ....................... बेचेर पैसा कमाउन सकिन्छ।

(ङ) आम्दानी गर्ने उद्देश्यले लगाइने बालीलाई ....................... बाली भनिन्छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) गुरुआमा, डाक्टर र चालक हुनु पेसा हो। (............)

(ख) शान्तिनगरमा कुनै पनि मानिस व्यापार गर्दैनन्। (............)

(ग) घरेलु उद्योगले स्थानीय स्तरमा रोजगारी दिन्छ। (............)

(घ) तरकारी खेती गरेर घरमै पैसा कमाउन सकिन्छ। (............)

### साथी, एकअर्कालाई प्रश्न सोधौँ र उत्तर भनौँ :

(क) पेसा र व्यवसाय भनेको के हो ?

(ख) शान्तिनगर गाउँपालिकामा कुन कुन नगदेबाली लगाइन्छ ?

(ग) सेवामूलक व्यवसाय भनेको के हो ?

(घ) वैदेशिक रोजगारीबाट आउने पैसालाई के भनिन्छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकामा आय आर्जनका प्रमुख चारओटा क्षेत्र के के हुन् ?

(ख) उत्पादनमूलक र सेवामूलक व्यवसायबिच के फरक छ ?

(ग) नगदे बालीले किसानको जीवनस्तर कसरी सुधार गर्छ ?

(घ) तपाईंको घरमा आम्दानीका लागि कुन कुन काम गरिन्छ ? लेख्नुहोस् ।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

एउटा चार्ट पेपरमा कृषि, व्यापार र उद्योग बुझाउने साना साना चित्रहरू बनाउनुहोस् र तीमध्ये तपाईंलाई भविष्यमा कुन काम गर्न मन छ ? त्यसको नाम लेख्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो टोलका कुनै तीनओटा घरमा जानुहोस् र उनीहरूले पैसा कमाउन के के काम गर्छन्, सोधेर तलको तालिकामा भर्नुहोस् :

| घरमूलीको नाम | मुख्य पेसा | सहायक पेसा |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |

## पाठ : एघार

# हाम्रा प्राकृतिक सम्पदा

प्रकृतिले सित्तैमा दिएका उपहारहरू नै प्राकृतिक सम्पदा हुन् । मानिसले बनाएका नभई आफैँ बनेका खोलानाला, पहाड, वनजङ्गल र हावापानी प्राकृतिक सम्पदा हुन् । हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिका यी सम्पदाहरूले निकै धनी छ ।

हाम्रो गाउँपालिकामा सधैँ बग्ने र मौसमी गरी धेरै खोला छन् । पानी नै सबै जीवको आधार हो । हामी यी खोलाको पानी खेतीपाती, सिँचाइ र अन्य घरायसी काममा प्रयोग गर्छौं । शान्तिनगरका प्रमुख नदी तथा खोलाहरू यसप्रकार छन् :

| वडा न. | खोला |
| --- | --- |
| १ | ठाँटी खोला, बान्द्रे खोला, च्याँटी खोला, गुज्रुङ खोला, ज्यामिरे खोला, पेदी खोला, सालघारी खोला |
| २ | बौलाहा खोला, खहरे खोला, अमुवा खोला |

| | |
|---|---|
| ३ | केराघारी खोला, पातेटाकुरा खोला, चिराघाट खोला, बस्ती खोला, बौलाहा खोला, हात्तीखाल खोला |
| ४ | चिराघाट खोला, बौलाहा खोला, एकली खोला |
| ५ | बौलाहा खोला, लङ्गेवा खोला |
| ६ | लङ्गेवा खोला, बौलाहा  खोला र बबई नदी |
| ७ | ओखरिया खोला, बरौँ खोला, गरुवा खोला, झिङ्टेवा खोला र बबई नदी |

हाम्रो शान्तिनगर गाउँपालिकाको धेरै भूभाग हरियो वनजङ्गलले ढाकिएको छ । वनजङ्गलबाट हामीले काठ, दाउरा, घाँस र बहुमूल्य जडीबुटी पाउँछौँ । यहाँका मुख्य जङ्गल क्षेत्र यसप्रकार छन् :

| वडा न. | वनजङ्गल |
|---|---|
| १ | सदावहार सामुदायिक वन, लक्ष्मीबगिया सामुदायिक वन, तिनुखारा सामुदायिक वन, खर्काकोट सामुदायिक वन, सुन्दर सामुदायिक वन |
| २ | अम्बिकेश्वरी सामुदायिक वन, सदावहर सामुदायिक वन, बाघमारे विष्णुपुर सामुदायिक वन, धारापानी सामुदायिक वन, थानी डाँडा सामुदायिक वन |
| ३ | हरियाली सामुदायिक वन, बालकल्याण सामुदायिक वन, बयाले सामुदायिक वन, भित्रीखोला सामुदायिक वन, सिर्जना सामुदायिक वन |
| ४ | शान्ति सामुदायिक वन, सरस्वती सामुदायिक वन, सुन्दर सामुदायिक वन |
| ५ | हात्तीखाल सामुदायिक वन, पनेसुवा सामुदायिक वन |
| ६ | आँमखोती सामुदायिक वन, चिलहरिया सामुदायिक वन, प्रगतिशील युवा सामुदायिक वन, गब्दवा सामुदायिक वन |
| ७ | तुलसी सामुदायिक वन, राधाकृष्ण सामुदायिक वन, आँमखोली सामुदायिक वन, तिलवारी सामुदायिक वन, बेलतडी सामुदायिक वन |

## क्रियाकलाप गरौं :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(बबई, प्राकृतिक, घरायसी, जडीबुटी, ७)

(क) प्रकृतिले सित्तैमा दिएका उपहारहरू नै ........................ सम्पदा हुन्।

(ख) खोलाको पानी खेतीपाती, सिँचाइ र ........................ काममा प्रयोग हुन्छ।

(ग) शान्तिनगरको वडा न. ६ र ७ भएर ........................ नदी बग्छ।

(घ) वनजङ्गलबाट हामीले काठ, दाउरा र बहुमूल्य ........................ पाउँछौं।

(ङ) तिलवारी सामुदायिक वन वडा न. ........................ मा पर्छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) मानिसले बनाएका वस्तुलाई प्राकृतिक सम्पदा भनिन्छ। (............)

(ख) शान्तिनगर गाउँपालिका प्राकृतिक सम्पदामा धनी छ। (............)

(घ) लङ्गेवा खोला वडा न. ५ र ६ मा पर्छ। (............)

(ङ) हात्तीखाल सामुदायिक वन वडा न. १ मा पर्छ। (............)

(च) वनजङ्गलले हाम्रो वातावरणलाई स्वच्छ राख्न मद्दत गर्छ। (............)

### सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) प्राकृतिक सम्पदा भनेको के हो ?

(ख) वडा न. ७ मा रहेका कुनै तीनवटा खोलाको नाम भन्नुहोस्।

(ग) शान्तिनगरका कुन कुन वडामा बौल्याहा खोला बग्छ ?

(घ) वनजङ्गलबाट हामीलाई के–के फाइदा हुन्छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) प्राकृतिक सम्पदाअन्तर्गत के के कुराहरू पर्छन् ?

(ख) वडा न. २ मा रहेका सामुदायिक वनहरूको सूची बनाउनुहोस्।

(ग) शान्तिनगर गाउँपालिकामा बग्ने मुख्य नदीको नाम लेख्नुहोस्।

(घ) हामीले प्राकृतिक सम्पदाको संरक्षण किन गर्नुपर्छ ? कुनै दुईओटा कारण लेख्नुहोस्।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ:

तपाईँको वडामा रहेको कुनै एउटा खोला वा जङ्गलको सुन्दर चित्र बनाउनुहोस् र त्यसमा रङ भर्नुहोस्।

## परियोजना कार्य गरौँ :

पाठमा दिइएको तालिका हेर्नुहोस् र तपाईँ बस्ने वडामा कुन कुन खोला र सामुदायिक वन रहेछन् ? तिनको नाम आफ्नो कापीमा सफासँग टिप्नुहोस्। साथै तीमध्ये तपाईँले प्रत्यक्ष देख्नुभएको कुनै एक ठाउँको बारेमा दुई वाक्य लेख्नुहोस्।

## एकाइ : चार

# हाम्रो परम्परा

पाठ : बाह्र

# शिष्टाचार

**(स्थान : विद्यालयको खेलमैदान । सफल र सभ्यता खेलिरहेका छन् । त्यत्तिकैमा उनीहरूकी गुरुआमा आउनुहुन्छ ।)**

सफल र सभ्यता : (हात जोडेर) नमस्कार गुरुआमा !

गुरुआमा : नमस्कार नानीबाबुहरू ! कस्तो चल्दै छ खेल ?

सभ्यता : धेरै राम्रो हुँदै छ गुरुआमा । भर्खरै खेल्ने क्रममा सफलले मलाई झुक्किएर धक्का दियो ।

सफल : (तुरुन्तै) हो गुरुआमा, मबाट गल्ती भयो । सभ्यता, मलाई क्षमा गर है, मेरो नियत तिमीलाई लडाउने थिएन । म अबदेखि विचार गरेर खेल्ने छु ।

गुरुआमा : स्याबास सफल ! आफूबाट गल्ती हुँदा तुरुन्तै स्वीकार गर्नु र क्षमा माग्नु असल विद्यार्थीको लक्षण हो । यसलाई नै त आत्मालोचना भनिन्छ । तिमीहरूले मलाई नमस्कार गरेर जुन शिष्टता देखायौ, त्यसले मलाई धेरै खुसी बनायो ।

सभ्यता : गुरुआमा, हामीले विद्यालयमा मात्र शिष्ट हुने कि बाहिर पनि ?

गुरुआमा : शिष्टाचार त हाम्रो जीवनको हरेक पाइलामा हुनुपर्छ । बाटामा हिँड्दा छिमेकी काका, काकी, दाजु वा दिदीहरूलाई भेट्दा नाता लगाएर अभिवादन गर्नुपर्छ । घरमा बुबाआमा र हजुरबुबा हजुरआमालाई सधैँ आदरार्थी शब्द हजुर वा तपाईँ भन्नुपर्छ ।

सफल : अनि गुरुआमा, हामीभन्दा साना भाइबहिनीलाई चाहिँ कसरी बोलाउने नि ?

गुरुआमा : सानालाई पनि सम्मान गर्नुपर्छ बाबु । उनीहरूलाई 'तिमी' भनेर बोलाउने र धेरै स्नेह र माया देखाउनुपर्छ । यदि उनीहरूले केही राम्रो काम गरे भने धन्यवाद भन्न सिकाउनुपर्छ ।

सभ्यता : ए ! अब त मैले बुझेँ । सभ्य र शिष्ट व्यवहारले नै हामीलाई सबैको प्यारो बनाउने रहेछ ।

गुरुआमा : हो नानी । शिष्ट भाषा र नम्र व्यवहारले नै समाजमा हाम्रो इज्जत बढ्छ । ल, अब फेरि मिलेर खेल है ।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(स्नेह, नमस्कार, क्षमा, आदरार्थी, शिष्टाचार)

(क) ठुला मान्यजनलाई भेट्दा हात जोडेर ........................ गर्नुपर्छ।

(ख) अरूसँग गरिने सभ्य र नम्र व्यवहारलाई ........................ भनिन्छ।

(ग) गल्ती भएमा तुरुन्तै ........................ माग्नुपर्छ।

(घ) साना भाइबहिनीलाई सधैँ ........................ र माया दिनुपर्छ।

(ङ) बुबाआमासँग कुरा गर्दा तपाईँ जस्ता ........................ शब्द प्रयोग गर्नुपर्छ।

### हो वा होइन लेखौँ :

(क) आफूभन्दा सानालाई सम्मान गर्नुपर्दैन। (............)

(ख) गल्ती स्वीकार गर्दा मानिस सानो हुन्छ। (............)

(ग) छिमेकीलाई नाता लगाएर सम्बोधन गर्नु राम्रो बानी हो। (............)

(घ) कृपया र धन्यवाद शब्दको प्रयोगले हाम्रो व्यवहार शिष्ट देखिन्छ। (............)

### साथी, एकअर्कालाई प्रश्न सोधौँ र उत्तर भनौँ :

(क) तपाईँ घरमा बुबाआमालाई कसरी अभिवादन गर्नुहुन्छ ?

(ख) बाटामा छिमेकी काका भेटिनुभयो भने के भन्नुहुन्छ ?

(ग) साथीको पेन्सिल माग्नुपऱ्यो भने कुन शब्द प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

(घ) गल्ती भएपछि माफी माग्नु किन आवश्यक छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शिष्टाचार भनेको के हो ?

(ख) मान्यजन र साना भाइबहिनीलाई गर्ने व्यवहारमा के फरक छ ?

(ग) दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने कुनै चारओटा आदरार्थी शब्दहरू लेख्नुहोस् ।

(घ) आत्मालोचना भनेको के हो ? यसले हामीलाई कसरी असल बनाउँछ ?

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

एउटा चार्टपेपरमा नमस्कार, कृपया, धन्यवाद, क्षमा गर्नुहोस् लेखेर रङ लगाउनुहोस् र आफ्नो कक्षाकोठामा टाँस्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आज दिनभरि तपाईँले घरमा र विद्यालयमा कसकसलाई कुन कुन शिष्ट शब्द प्रयोग गर्नुभयो ? त्यसको एउटा सूची बनाउनुहोस् र भोलि कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ : तेह्र

# हाम्रो लोकसाहित्य

शनिवारको दिन थियो । शान्तिनगर गाउँपालिकाको चिराघाटमा बस्ने आर्यन र आयुष्मा आफ्नी हजुरआमासँग र घाम ताप्दै थिए । हजुरआमा पुराना कुराको भण्डार हुनुहुन्थ्यो ।

**आयुष्माले भनिन्,** "हजुरआमा, हामीलाई केही रमाइला कुरा सुनाउनुहोस् न !"

**हजुरआमा मुस्कुराउँदै भन्नुभयो,** "नानी, हाम्रा पुर्खाहरूले हामीलाई धेरै कुरा छोडेर गएका छन् । त्यसलाई हामी लोकसाहित्य भन्छौँ । यी कुराहरू कुनै किताबमा होइन, मानिसका जिब्रामा जीवित हुन्छन् ।"

**हजुरआमाले एउटा उखान भन्नुभयो,** "परिश्रमको फल मिठो हुन्छ।" उहाँले सम्झाउनुभयो, "तिमीहरूले अहिले राम्रोसँग पढ्यौ भने पछि सफल हुन्छौ । यसलाई नै त हुने बिरुवाको चिल्लो पात भनिन्छ ।"

आर्यनले जिस्कँदै भन्यो, "मलाई त गाउँखाने कथा सुन्न मन छ ।"

हजुरआमाले प्रश्न सोध्नुभयो, "सानो छँदा लुगा लगाउने, ठुलो भएपछि नाङ्गै हुने, के हो ?" आर्यन र आयुष्माले निकै बेर सोचे। आयुष्माले फुत्त भनिन्, "ए ! यो त बाँसको तामा हो।" हजुरआमाले खुसी हुँदै स्याबास दिनुभयो।

"हजुरआमा, थारु समुदायका साथीहरूले गुरबाबाको कथा सुनाउँछन्, त्यो के हो ?" आर्यनले सोध्यो।

हजुरआमाले भन्नुभयो, "त्यो लोककथा हो बाबु। मगर समुदायमा पुर्खाका र थारु समुदायमा गुरबाबाका कथाहरूले हामीलाई आँट र साहस सिकाउँछन्। उतिवेलाका मानिसहरूले वीरताका कुराहरू लय हालेर गाउँथे, जसलाई सवाई भनिन्छ।"

साँझ पर्न लागेको थियो। हजुरआमाले भन्नुभयो, "हाम्रो शान्तिनगरमा गाइने सोरठी, मारुनी र भजन गीतहरू पनि हाम्रा लोकसाहित्यका गहना हुन्। यिनलाई जोगाउनु तिमीहरूको जिम्मेवारी हो।"

आर्यन र आयुष्माले आज धेरै नयाँ कुरा सिके। उनीहरूले सोचे—किताबमा नभएका तर हजुरआमाको मुखमा रहेका यी खुत्रुके जस्ता ज्ञानका कुराहरू साँच्चै अमूल्य रहेछन्।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(सवाई, लोकसाहित्य, मिठो, बाँसको तामा, टुक्का)

(क) पुस्तौँदेखि मौखिक रूपमा चल्दै आएको साहित्यलाई .................... भनिन्छ।

(ख) परिश्रमको फल ....................... हुन्छ एउटा उखान हो।

(ग) आँखा तर्नु एउटा ....................... हो।

(घ) सानामा लुगा लगाउने र ठुलोमा नाङ्गै हुने चिज ....................... हो।

(ङ) वीरताका कथाहरू लय हालेर गाइने कविता ....................... हो।

### ठिक वा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) गाउँखाने कथाले हाम्रो दिमागलाई सुस्त बनाउँछ। (........)

(ख) लोककथाहरू हाम्रा पुर्खाहरूको अनुभव हुन्। (........)

(ग) उखानहरूले भाषालाई प्रभावकारी बनाउँछन्। (........)

(घ) सवाई गीतलाई लय हालेर गाउन सकिन्छ। (........)

### एकअर्कालाई प्रश्न सोधौँ र उत्तर भनौँ :

(क) लोकसाहित्य भनेको के हो ?

(ख) तपाईँलाई थाहा भएको कुनै एउटा उखान सुनाउनुहोस्।

(ग) एउटा गाउँखाने कथा सोध्नुहोस् र साथीलाई उत्तर दिन लगाउनुहोस्।

(घ) सवाई र लोककथामा के फरक छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) शान्तिनगर गाउँपालिकामा प्रचलित कुनै दुईओटा उखान लेख्नुहोस्।

(ख) गाउँखाने कथा किन सोधिन्छ ? यसको महत्त्व लेख्नुहोस्।

(ग) लोककथाबाट हामीले के के कुरा सिक्न सक्छौँ ?

(घ) तपाईंको घरमा हजुरबुबा वा हजुरआमाले सुनाउनुहुने कुनै एक लोकसाहित्यको विधाको नाम लेख्नुहोस्।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

साथीहरूको समूह मिलेर गाउँखाने कथा सोध्ने र उत्तर भन्ने खेल खेल्नुहोस्।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो घर वा छिमेकका ज्येष्ठ नागरिकसँग भेट्नुहोस् र उहाँहरूलाई एउटा लोककथा वा एउटा सवाई सुनाउन अनुरोध गर्नुहोस्। उहाँले सुनाउनुभएको कथाको मुख्य पात्र र सन्देश के थियो ? कापीमा टिपेर कक्षामा सुनाउनुहोस्।

पाठ : चौध

# स्थानीय जडीबुटी

औषधीका रूपमा प्रयोग गरिने वनस्पतिका जरा र बुटालाई जडीबुटी भनिन्छ। यसलाई कन्दमूल, ओखतीमुलो जस्ता नामबाट पनि चिनिन्छ। हामी मानिस बिरामी पर्दा होस् वा रोगव्याधिबाट छुटकारा पाउनका लागि नै होस् जडीबुटीको उपयोग गर्न सक्छौँ । यसले हाम्रो शरीरलाई स्वस्थ राख्छ। यसले हाम्रो मानसिक तनावबाट हटाउँछ। हाम्रा जडीबुटीबाट नै विभिन्न औषधी बन्छन्। हामी पनि जडीबुटीका बारेमा पढौँ र बुझौँ :

एकदिन म बुबाका साथमा घुम्दै थिएँ। बाबा बाटामा रोकिनुभयो। बाबाले तल केही हेर्नुभएको थियो। मैले अचम्म मानेर बुबालाई सोधेँ, "बुबा त्यहाँ के रहेछ ?" बुबा त्यतै जानुभयो। उहाँले एउटा जडीबुटीको पात टिपेर मलाई सोध्नुभयो, "तिमीले यसलाई चिनेका छौ ?" मैले टाउको हल्लाएँ। बुबाले थप तीनचार पात ल्याउनुभयो र त्यसका बारेमा मलाई सिकाउन थाल्नुभयो।

यसलाई घोडताप्रे (घोडटाप/टोप्रेझार) भन्छन् । घोडताप्रे खेतबारी, कुलाको डिल, चिसो ओसिलो स्थानमा पाइन्छ। यो बहुवर्षीय झार वर्गको वनस्पति हो। साना लहराका आँख्लाबाट जरा निस्किन्छ। यसका साना च्याप्टा पात हुन्छन्। यसको प्रयोग कहाँ हुन्छ, सुनौँ है त :

- घोडताप्रेका पात, जरा, डाँठ सबै भाग औषधीका रूपमा प्रयोग हुन्छ।
- यो भोक जगाउने, ग्यास्टिक, पखाला आदिमा निकै उपयोगी हुन्छ।
- ज्वरो, दम, घाँटीको समस्यामा प्रयोग गरिन्छ।

छारे रोग, स्नायु रोग, रगत सफा गर्ने औषधीका रूपमा पनि यसको प्रयोग गरिन्छ। यसलाई टोनिक, स्मरण शक्ति बढाउने औषधीका रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ। यो छालाको रोग, पिसाब पोल्ने समस्यामा पनि लाभदायी हुन्छ। यो निकै उपयोगी हुन्छ।

यति भनेपछि बुबाले मलाई अर्को रुख देखाउँदै त्यसका विशेषताका बारेमा भन्न थाल्नुभयो । यो रुखलाई बकाइनो भनिन्छ। बकाइनो सुक्खा ठाउँमा पाइन्छ। यसको बिरुवा र पात निमका जस्तै हुन्छन्। फूल सेतो र बैजनी रङका सुगन्धित हुन्छन् । फल अन्डाकार र त्यसभित्र पाँचओटा मसिना बिउ भन्दै मलाई बुबाले बकाइनोका विशेषता सुनाउनुभयो।

- बकाइनाको पात र फल औषधीका रूपमा प्रयोग हुन्छ।
- यसको फलबाट बनेका औषधी बाथ, पाठेघरको सङ्कुचनमा उपयोगी हुन्छ।
- रक्त विकार हराउन, पेटका जुका मार्न, कब्जियत हटाउन यसको प्रयोग गरिन्छ।
- यसको पातबाट बनेका औषधी मृगी रोगमा उपयोगी हुन्छ।
- दाल तरकारी स्वादिलो बनाउन यसका पातले झान्ने गरिन्छ।

हामी सरासर जाँदै थियौँ। केही पर पुगेपछि अर्को रुख भेटियो। बुबा फेरि रोकिनुभयो। उहाँले मलाई हातको इसारा गर्दै रुख देखाउन थाल्नुभयो। बाबु त्यो रुखलाई जामुन भनिन्छ। जामुन एक सदाबहार वृक्ष हो। यसको फल बैगनी रङ्का हुन्छन्। यसलाई जामुन, राजमन, काला जामुन, जमाली, ब्ल्याकबेरी आदिको नामबाट चिनिन्छ। यसको स्वाद मिठो हुन्छ। अम्लीय प्रकृतिको कारण सामान्यतः यसलाई नुनको साथ खाइन्छ। तिमीलाई अब म जामुनका विशेषता पनि बताउँछु है।

- जामुनको बाहिरी बोक्रा र भित्रको वियालाई पिनेर धुलो बनाएर खाएमा मधुमेहका रोगीलाई निकै फाइदा पुग्छ।
- यसले अपचमा अचुक औषधीको काम गर्छ।
- जामुनको रुखको बोक्रालाई पानीमा भिजाएर राखी त्यसको रसमा मह मिसाएर खाएमा पायल्स रोग निको हुन्छ।

हामी केटाकेटी हुँदा यस्ता फल त खोजी खोजी खान्थ्यौँ नि भन्दै बुबा अगाडि बढ्नुभयो। उहाँले यस्तै धेरै जडीबुटी हाम्रो गाउँपालिकामा पाइने कुरा बताउनुभयो। हामी धेरैतिर घुमेर घरमा आयौँ।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### जोडा मिलाऔँ :

घोडताप्रे

बकाइनो

जामुन

### पाठ पढौँ र ठिक वा बेठिक छुट्याऔँ :

(क) जरा र बुटालाई जडीबुटी भनिन्छ।

(ख) शरीरलाई स्वस्थ राख्न जडीबुटी आवश्यक हुन्छन्।

(ग) घोडताप्रे बहुवर्षीय झार हो।

(घ) जामुनमा भिटामिन ए पाइन्छ।

## पाठ पढौँ र उत्तर भनौँ :

(क) जडीबुटी किन आवश्यक हुन्छन् ?

(ख) घोडताप्रे कहाँ कहाँ पाइन्छ ?

(ग) जडीबुटीले हामीलाई कसरी फाइदा पुऱ्याउँछन् ?

(घ) बकाइनो कुन कुन रोगको औषधीका रूपमा प्रयोग हुन्छ ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) जामुनको मुख्य उपयोग  के केका लागि गरिन्छ ?

(ख) घोडताप्रे कुन कुन रोगको औषधीका रूपमा प्रयोग गरिन्छ ?

## परियोजना कार्य गरौँ :

(क) तपाईंको घरवरिपरि पाइने जडीबुटीका नाम र तिनको उपयोग कुन कुन रोगको उपचारका लागि गर्न सकिन्छ ? सूची बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

(ख) जडीबुटीको प्रयोगबाट गरिने उपचार निकै राम्रो हुन्छ भन्ने विषयमा आफ्नो मन मिल्ने साथीलाई चिठी लेख्नुहोस् ।

## एकाइ : पाँच

# हाम्रो स्थानीय सरकार

पाठ : पन्ध्र

# वडाध्यक्षका काम, कर्तव्य र अधिकार

नेपालको संविधानअनुसार नगरपालिकामा वडा समिति गठन हुन्छ । नगरपालिकाको वडा समितिमा एक जना वडा अध्यक्ष र चार जना सदस्य हुन्छन् । स्थानीय तहको निर्वाचनमा प्रत्येक वडाबाट एक जना वडा अध्यक्ष, दुई जना महिला सदस्य र खुलाबाट दुई जना सदस्य निर्वाचित हुन्छन् । दुई जना महिलामध्ये एक जना दलित समुदायकै हुनुपर्छ। गाउँपालिकाको प्रत्येक वडामा वडाको काम गर्नका लागि एक वडा समिति रहेको हुन्छ । हाम्रो गाउँपालिकाका सातओटै वडामा वडा समिति रहेको छ। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ ले वडा अध्यक्षको काम, कर्तव्य र अधिकारका बारेमा निम्नानुसार व्यवस्था गरेको छ :

## वडाध्यक्षका कामहरू :

(१) **वडा सभा सञ्चालन :** वडाको योजना र निर्णय गर्न वडा सभा डाक्ने, सञ्चालन गर्ने।

(२) **योजना सङ्कलन र कार्यान्वयन :** वडास्तरका विकास योजना सङ्कलन, प्राथमिकता निर्धारण र कार्यान्वयनमा नेतृत्व ।

(३) **सेवा प्रवाह व्यवस्थापन :** नागरिकता सिफारिस, जन्म तथा मृत्युदर्ता, बसोबास प्रमाण, लालपुर्जा आदि सिफारिस ।

(४) **सामाजिक समन्वय :** वडामा हुने सामाजिक घटना, समस्या समाधान तथा मेलमिलापको पहल गर्ने ।

(५) **शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि प्रवर्धन :** विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी, कृषि समूह आदिको अनुगमन र सुधार ।

(६) **शान्ति सुरक्षा तथा मेलमिलाप :** वडाभित्रको विवाद समाधान, मेलमिलाप समिति सक्रिय बनाउने ।

(७) **तथ्याङ्क सङ्कलन :** वडभित्रका जनसङ्ख्या, पशु, कृषक, अपाङ्गता, गरिबी आदि विवरण सङ्कलन ।

(८) **नागरिक सहभागिता प्रवर्धन :** जनप्रतिनिधि र जनताबिच सशक्त संवाद, सुशासनमा सक्रियता ।

## वडाध्यक्षका कर्तव्य :

(क) संविधान, कानुन, र स्थानीय सरकार ऐनको पालना गराउँदै वडाको विकासमा प्रतिबद्ध रहनु ।

(ख) पारदर्शी प्रशासन, समावेशी योजना र समान सेवाको सुनिश्चितता गर्न कर्तव्यबद्ध हुनु ।

(ग) समयमै सेवा प्रवाह, जन सुनुवाइ, सार्वजनिक विवरण प्रकाशन गर्नुपर्छ ।

## वडाध्यक्षका अधिकार

(क) **प्रमाणपत्र सिफारिस गर्ने अधिकार :**

नागरिकता, जन्म, मृत्यु, बसोबास, विपन्नता प्रमाण आदि ।

(ख) **योजना छनोटको नेतृत्व :** वडाबाट सङ्कलन भएका योजनाहरूमा प्राथमिकता दिने ।

(ग) **विकास बजेटको सिफारिस** : वडाभित्रका विकास योजनाहरूका लागि बजेट सिफारिस गर्ने ।

(घ) **शान्ति सुरक्षा समन्वय** : स्थानीय सुरक्षाका निकायसँग समन्वय गरी शान्ति कायम राख्ने ।

(ङ) **समिति गठन गर्ने अधिकार** : वडा अनुगमन समिति, मेलमिलाप समिति, विपद् समिति, बाल संरक्षण समिति आदि ।

(च) **जनप्रतिनिधिको रूपमा बोल्ने अधिकार** : वडाभित्रका समस्या, आवश्यकता र सुझाव गाउँपालिकामा प्रस्तुत गर्ने ।

## क्रियाकलाप गरौं :

### पाठ पढौं र खाली ठाउँ भरौं :

**(सिफारिस, वडा समिति, निर्वाचित, सात, सदस्य)**

(क) नगरपालिका वा गाउँपालिकाको वडाको काम गर्न एक .................... रहने व्यवस्था छ ।

(ख) वडा समितिमा एक जना वडा अध्यक्ष र चार जना ........................ रहन्छन् ।

(ग) शान्तिनगर गाउँपालिकाका ............................ ओटै वडामा वडा समितिहरू रहेका छन् ।

(घ) वडा अध्यक्षले नागरिकता, जन्म, मृत्यु आदिको ....................... गर्ने अधिकार राख्छन् ।

(ङ) स्थानीय तहको निर्वाचनमा वडाका जनप्रतिनिधिहरू जनताद्वारा ..................... हुन्छन् ।

## हो वा होइन लेखौँ :

(क) वडा समितिमा दुई जना महिला सदस्य हुनुपर्ने व्यवस्था छ। (...........)

(ख) वडा अध्यक्षले वडाको विकास योजनाको नेतृत्व गर्छन्। (...........)

(ग) दुई जना महिला सदस्यमध्ये एक जना दलित समुदायको हुनुपर्दैन। (...........)

(घ) वडा अध्यक्षले वडाभित्रका विवाद समाधान गर्न मेलमिलापको पहल गर्छन्। (...........)

(ङ) वडा अध्यक्षको मुख्य कर्तव्य संविधान र कानुनको पालना गर्नु हो। (...........)

## सबै मिलेर पाठ पढौँ र प्रश्नका उत्तर भनौँ :

(क) वडा समिति कसरी गठन हुन्छ ?

(ख) वडा अध्यक्षका कुनै दुईवटा मुख्य कामहरू के के हुन् ?

(ग) वडा अध्यक्षले कुन कुन प्रमाणपत्रका लागि सिफारिस गर्छन् ?

(घ) वडा अध्यक्षको कर्तव्य के हो ?

## उत्तर लेखौँ :

(क) वडा समितिमा कस्ता कस्ता व्यक्तिहरू सदस्यका रूपमा निर्वाचित हुन्छन् ?

(ख) वडा अध्यक्षले वडाभित्रको शिक्षा र स्वास्थ्य सुधारका लागि के के गर्छन्?

(ग) सुशासन कायम गर्न वडा अध्यक्षले जनताबिच कस्तो भूमिका खेल्नुपर्छ ?

(घ) वडा अध्यक्षलाई प्राप्त हुने कुनै तीनवटा अधिकारहरू बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस्।

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

एउटा चार्ट पेपरमा तपाईँको वडाको नाम, वडा अध्यक्षको नाम र वडा सदस्यहरूको नाम सुन्दर अक्षरमा लेखेर कक्षाकोठामा टाँस्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य गरौँ :

आफ्नो वडा कार्यालयमा जानुहोस् र त्यहाँ वडा अध्यक्ष वा वडा सचिवलाई भेटेर नागरिकता सिफारिस वा जन्म दर्ता गर्न आउँदा नागरिकले के के कागजपत्र ल्याउनुपर्छ ? सोध्नुहोस् । उहाँहरूले दिनुभएको जानकारी आफ्नो कापीमा टिपेर कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

पाठ : सोह्र

# व्यक्तिगत घटना दर्ता

हाम्रो जीवनमा विभिन्न घटना घट्छन्। ती घटनालाई सरकारी कार्यालयमा गई लेखाउनु वा दर्ता गर्नुलाई नै व्यक्तिगत घटना दर्ता भनिन्छ। यसलाई पञ्जीकरण पनि भनिन्छ।

## कुन कुन घटना दर्ता गर्नुपर्छ ?

मुख्य गरी पाँचओटा घटनाहरू अनिवार्य दर्ता गर्नुपर्छ :

जन्म : कोही बच्चा जन्मिँदा।

मृत्यु : कोही व्यक्तिको मृत्यु हुँदा।

विवाह : कसैको विवाह हुँदा।

बसाइँसराइ : एक ठाउँ छोडेर अर्को ठाउँमा बस्न जाँदा।

सम्बन्धविच्छेद : पतिपत्नी छुट्टिँदा।

## कहाँ र कहिले दर्ता गर्ने ?

कहाँ : आफ्नो स्थायी ठेगाना भएको वडा कार्यालयमा।

कहिले : घटना घटेको ३५ दिनभित्र। ३५ दिनभित्र दर्ता गर्दा पैसा लाग्दैन । ३५ दिन कटेपछि भने जरिवाना (विलम्ब शुल्क) तिर्नुपर्छ।

### किन दर्ता गर्ने ?

- आफ्नो परिचय (चिनारी) बनाउन।
- विद्यालय भर्ना हुन, नागरिकता बनाउन र सामाजिक सुरक्षा भत्ता पाउन।
- देशको योजना बनाउन सरकारलाई कति मानिस छन् भन्ने जानकारी दिन।

### हाम्रो कर्तव्य के हो ?

- घटना घटेको ३५ दिनभित्रै वडा कार्यालय जाने।
- फाराममा सही विवरण भर्ने।
- दर्ता गर्न जाँदा आफ्नो नागरिकताको प्रमाणपत्र सँगै लैजाने।
- आफना छरछिमेकका मानिसलाई पनि समयमै घटना दर्ता गर्न सिकाउने।

## क्रियाकलाप गरौँ :

### पाठ पढौँ र खाली ठाउँ भरौँ :

(वडा कार्यालय, ३५ दिन, पाँच, पञ्जीकरण, नि :शुल्क)

(क) व्यक्तिगत घटना दर्ता गर्ने कार्यलाई ........................ पनि भनिन्छ।

(ख) व्यक्तिगत घटनाहरू मुख्य गरी ........................ प्रकारका हुन्छन्।

(ग) हामीले घटना दर्ता गर्न आफ्नो ........................ मा जानुपर्छ।

(घ) घटना घटेको ........................ भित्र दर्ता गराउनुपर्छ।

(ङ) समयमा दर्ता गर्दा सेवा ........................ पाइन्छ।

### हो वा होइन लेख्नुहोस् :

(क) विवाह भएको जानकारी वडा कार्यालयमा दिनुपर्दैन। (........)

(ख) ३५ दिन काटेपछि दर्ता गर्दा जरिवाना तिर्नुपर्छ। (........)

(ग) बसाइँसराइको दर्ताले हामी कहाँ बस्छौँ भन्ने जानकारी दिन्छ। (........)

(घ) फाराम भर्दा जे मन लाग्यो त्यही झुटो विवरण भर्नुपर्छ। (........)

## उत्तर लेखौँ :

(क) व्यक्तिगत घटना दर्ता भनेको के हो ?

(ख) घटना दर्ता किन अनिवार्य गर्नुपर्छ ?

(ग) घटना दर्ता गर्न ढिलो भयो भने के हुन्छ ?

(घ) घटना दर्ता गर्ने प्रमाणपत्र कसले जारी गर्छ ?

## सिर्जनात्मक कार्य गरौँ :

आफ्नो घरमा बुबाआमालाई सोधेर तपाईँको जन्मदर्ताको प्रमाणपत्र माग्नुहोस् र त्यसमा तपाईँको नाम, जन्ममिति र बुबाआमाको नाम सही छ कि छैन, हेरेर कापीमा टिप्नुहोस्।

## परियोजना कार्य गरौँ :

एउटा सानो कागजमा समयमै व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौँ, राज्यबाट पाउने सेवा सुविधा सुनिश्चित गरौँ भन्ने नारा लेख्नुहोस् र आफ्नो घरको भित्ता वा विद्यालयको सूचना पाटीमा टाँस्नुहोस्।

## एकाइ : छ

# लिखत तथा उद्घोषण

पाठ : सत्र

# म पनि उद्घोषक बन्छु

सुरुमा गरौँ नमस्कार, अनुहारमा ल्याऔँ मुस्कान

सभाको शोभा बढाउन, राखौँ है ठुलो ध्यान ।

मञ्चमा उभिँदा नडराई छातीलाई फुलाऔँ

मिठो र स्पष्ट बोलीले, सबको मन भुलाऔँ ।

सम्मान गरौँ सबैलाई, नाता र ओहोदा हेरी

कार्यक्रमको नाम भनौँ, स्पष्ट गरी फेरि ।

आसन ग्रहण गराउँदा, शिष्ट शब्दको प्रयोग

सबैको साथ लिएर, गरौँ है सहयोग ।

गल्ती भए नहडबडाऔँ, भनौँला क्षमा पाऊँ

शान्त भई पालैपालो, अतिथि बोलाऊ ।

धन्यवाद दिँदै अन्त्यमा, बैठक समापन गरौँ

उद्घोषणको सिप सिकेर, अघि सधैँ सरौँ ।

उद्घोषण भनेको कुनै पनि कार्यक्रमलाई नियमअनुसार अघि बढाउने कला हो । एक असल उद्घोषक बन्नका लागि हामीमा निम्न गुणहरू हुनुपर्छ :

१. आत्मविश्वास : मञ्चमा उभिँदा नडराईकन बोल्ने ।

२. अभिवादन : सुरुमा सबैलाई नमस्कार वा स्वागत गर्ने ।

३. सम्बोधन : अतिथिहरूलाई उहाँहरूको पद र नाताअनुसार आदरपूर्वक बोलाउने ।

४. स्पष्ट बोली : सबैले बुझ्ने गरी ठिक्कको स्वरमा बोल्ने ।

५. शिष्टता : हजुर, तपाईँ, कृपया र धन्यवाद जस्ता शब्द प्रयोग गर्ने ।

## कार्यक्रमको नमुना ढाँचा

कार्यक्रम सञ्चालन गर्नु एउटा कला हो । यसका लागि पहिले नै एउटा कागजमा के के बोल्ने भनेर लेख्नुपर्छ । यसैलाई  कर्यक्रमको ढाँचा भनिन्छ । आउनुहोस्, विद्यालयको एउटा कार्यक्रमको नमुना ढाँचा हेरौँ :

**सुरुवात (सम्बोधन र स्वागत) :** आदरणीय गुरुवर्ग र मेरा प्यारा साथीहरू, नमस्कार ! आज हाम्रो विद्यालयमा आयोजना गरिएको कविता वाचन प्रतियोगितामा म उद्घोषकको रूपमा तपाईँहरूलाई हार्दिक स्वागत गर्दछु ।

**सभापतित्व ग्रहण :** अब यस कार्यक्रमको सभापतित्व ग्रहण गरिदिनुहुन म कक्षा ४ का मनिटर साथी (नाम भन्ने) लाई मञ्चमा आमन्त्रण गर्दछु ।

**आसन ग्रहण (प्रमुख अतिथि र अन्य) :** त्यसैगरी आजको कार्यक्रमको प्रमुख अतिथिको रूपमा हाम्रा प्रधानाध्यापकज्यूलाई अनुरोध गर्दछु । साथै अन्य अतिथि गुरु र गुरुआमाहरूलाई आसन ग्रहणका लागि अनुरोध गर्दछु ।

**कार्यक्रमको उद्घाटन :** अब कार्यक्रमको विधिवत् उद्घाटन गरिदिनुहुन म सभापति र प्रमुख अतिथिज्यूलाई अनुरोध गर्दछु। (ताली बजाउन लगाउने)

**प्रस्तुति सुरु :** अब म कविता वाचनका लागि पहिलो प्रतिस्पर्धी साथी (साथीको नाम) लाई मञ्चमा बोलाउँछु।

**मन्तव्य :** आजको कार्यक्रमको प्रमुख अतिथिलाई मन्तव्यका लागि अनुरोध गर्दछु।

**धन्यवाद र समापन :** सबै साथीहरूको सुन्दर प्रस्तुति सकिएको छ। अब कार्यक्रमको समापन गरिदिनुहुन र आफ्नो छोटो मन्तव्य राखिदिनुहुन म सभापतिज्यूलाई अनुरोध गर्दै म उद्घोषक (आफ्नो नाम) बिदा हुन्छु, धन्यवाद !

## क्रियाकलाप गरौँ :

### खाली ठाउँ भरौँ :

**(मुस्कान, धन्यवाद, उद्घोषक, डराउनु, आसन)**

(क) सुरुमा नमस्कार गर्दा अनुहारमा ........................ हुनुपर्छ।

(ख) मञ्चमा उभिँदा कहिल्यै पनि ........................ पर्दैन।

(ग) अतिथिहरूलाई ........................ ग्रहण गराउनुपर्छ।

(घ) कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने व्यक्तिलाई ........................ भनिन्छ।

(ङ) कार्यक्रमको अन्त्यमा सबैलाई ........................ दिनुपर्छ।

## हो वा होइन लेखौँ :

(क) उद्घोषकले रिसाएर बोल्नुपर्छ। (............)

(ख) कार्यक्रममा सुरुमा स्वागत र अन्त्यमा समापन गरिन्छ। (............)

(ग) गल्ती भएमा क्षमा गर्नुहोस् भन्नुपर्छ। (............)

(घ) उद्घोषक जथाभावी कराउनु राम्रो हो। (............)

## उत्तर लेखौँ :

(क) उद्घोषण गर्दा सबैभन्दा पहिले के गर्नुपर्छ ?

(ख) असल उद्घोषकमा हुनुपर्ने कुनै दुईओटा गुणहरू लेख्नुहोस्।

(ग) कार्यक्रममा आसन ग्रहण गराउनु भनेको के हो ?

(घ) कार्यक्रम सफल बनाउन उद्घोषकको भूमिका कस्तो हुन्छ ?

## प्रयोगात्मक कार्य गरौँ :

कक्षाका साथीहरू मिलेर एउटा सानो कार्यक्रम (जस्तै : कविता वाचन) को आयोजना गर्नुहोस्। एकजना साथी उद्घोषक बन्नुहोस् र पालैपालो अरू साथीहरूलाई कविता भन्न बोलाउनुहोस्।

## सिर्जनात्मक कार्य :

विद्यालयमा हुने बिहानी सभामा उद्घोषकले के के भन्नुहुन्छ ? ध्यान दिएर सुन्नुहोस् र उहाँले बोल्ने मुख्य तीनओटा वाक्यहरू कापीमा टिपेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस्।

टिपोट:

टिपोटः

टिपोटः