हाम्रो दमक

कक्षा २

नाम : ....

रोल नं.: ....

विद्यालय : ....

हाम्रो दमक

कक्षा २

सल्लाहकार समूह

नगर प्रमुख- श्री रामकुमार थापा

नगर उपप्रमुख- श्री रेगिना भट्टराई प्रसाईँ

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत- श्री गणेशराज कार्की

नगर शिक्षा समिति अध्यक्ष- श्री कुवेरप्रसाद भट्टराई

नगर शिक्षा अधिकृत- श्री प्रवीण खड्का

पाठ्यपुस्तक लेखन तथा सम्पादन समिति

संयोजक- श्री कृष्णप्रसाद भण्डारी

सदस्य- श्री भोजप्रसाद भट्टराई

सदस्य- श्री घनश्याम अधिकारी

सदस्य- श्री जयन्ती पौडेल

सदस्य सचिव- श्री सोमनाथ गुरागाईँ

भाषा सम्पादन

श्री बद्रीप्रसाद कोइराला

डिजाइन/लेआउट

श्री देवीप्रसाद शर्मा

प्रकाशक

दमक नगरपालिका, झापा

प्रकाशक : दमक नगरपालिका
झापा

ISBN :

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

प्रथम संस्करण : वि.सं. २०८२

मूल्य रु. :

मुद्रक :

दमक नगरपालिकाको लिखित स्वीकृतिबिना व्यापारिक प्रयोजनका लागि यस पुस्तकको पुरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट अभिलेखबद्ध गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन ।

हाम्रो भनाइ

बालबालिकाहरूको सिकाइका लागि आवश्यक विषयवस्तु र प्रक्रियाहरूको योजनाबद्ध सङ्गठन नै पाठचक्रम हो । पाठचक्रमले निर्दिष्ट गरेका सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न उपयुक्त शैक्षिक सामग्री, सहजीकरण प्रक्रिया, शिक्षण विधि र मूल्याङ्कनका साधनको छनौट र व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ । यस्ता थुप्रै साधनहरूमध्ये एउटा प्रमुख साधन पाठचपुस्तक हो । यसले सिकाइका लागि विषयवस्तुको उपयुक्त सङ्गठन गरी पर्याप्त स्रोत उपलब्ध गराउँछ ।

दमक नगरपालिकाले आफ्नो आवश्यकताअनुसारका विषयवस्तुलाई समेटेर तयार पारेको कक्षा २ को स्थानीय विषयको पाठ्यक्रमले निर्दिष्ट गरेबमोजिमका सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न बालबालिकाहरूले पाठच तथा क्रियाकलाप सामग्रीको रूपमा प्रयोग गर्नसक्ने गरी यो पुस्तक "हाम्रो दमक"तयार गरिएको छ । यस पुस्तकको माध्यमबाट कक्षा २ का बालबालिकाहरूले दमक नगरपालिकाको प्राकृतिक एवम् सामाजिक अवस्थाको बारेमा जानकारी हासिल गर्नेछन् । यसबाट दमकको भूगोल र वातावरणको वर्तमान अवस्था बुझ्न, गाउँ र टोलहरु चिन्न एवम् दमकमा रहेका मूख्य पूर्वाधारसँग परिचित हुन विद्यार्थीलाई सहयोग पुग्ने विश्वास गरिएको छ । दमकका सम्पदाहरू, प्राकृतिक स्रोत, वातावरण र जैविक विविधता, भाषा, धर्म एवम् मौलिक संस्कार र संस्कृतिकको पहिचान, तिनको सम्मान र समभावको विकास पनि यस पाठचपुस्तकका अपेक्षित पक्ष हुन् । दमक नगरपालिकाभित्र बसोवास गर्ने सामाजिक व्यक्तित्व, सङ्घसंस्थाहरू एवम् पूर्व नगरप्रमुख र उपप्रमुखको चिनारीलाई पनि यस पुस्तकको विषयवस्तुको रूपमा लिइएको छ । यसले स्थानीय पेसा, व्यवसाय, उद्यमशीलता र प्रविधिको बारेमा आधारभूत ज्ञान र सिप प्रदान गरी बालबालिकालाई स्वाबलम्बी बन्न उत्प्रेरित गर्नेछ । दमक नगरपालिकामा हुनसक्ने विपद्हरूको पहिचान गरी त्यसबाट बच्न गर्नुपर्ने कामको बारेमा आधारभूत जानकारी साझा गर्न यो पुस्तक सहयोगी हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

यस पुस्तकलाई विद्यार्थीले पाठच तथा कार्यपुस्तिकाको रूपमा प्रयोग गर्न सक्नेछन् । यस पुस्तकलाई बहुविषयक एकीकृत ढाँचामा विभिन्न विषयसँग सम्बन्धित हुने थिममा आधारित गरी तयार पारिएको छ । यसले विद्यार्थीको सिकाइलाई उनीहरूको जीवनसँग जोड्न सहयोग पुग्ने विश्वास लिइएको छ ।

यस पुस्तकको लेखन, विषयवस्तुको सङ्गठन, सामग्री सङ्कलन, तस्बिरहरूको सम्पादन तथा विकास श्री कृष्णप्रसाद भण्डारी, श्री भोजप्रसाद भट्टराई र श्री घनश्याम अधिकारीबाट भएको हो । यसको विकासका लागि दमक नगरपालिकाका नगरप्रमुख श्री रामकुमार थापा, उपप्रमुख श्री रेगिना भट्टराई प्रसाईं, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत श्री गणेशराज कार्की, शिक्षा समितिका अध्यक्ष श्री कुवेरप्रसाद भट्टराई, शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका शाखाप्रमुख श्री प्रवीण खड्का, शिक्षा अधिकृत श्री सोमनाथ गुरागाईं, श्री जयन्ती पौडेल, विद्यालयका प्रधानाध्यापकहरू, सबै वडाका अध्यक्षहरूलगायत सरोकारवालाहरूबाट पृष्ठपोषण प्राप्त भएको थियो । यसको भाषा सम्पादन श्री बद्रीप्रसाद कोइरालाबाट भएको हो । यस पुस्तकको कला सम्पादन श्री देवीप्रसाद शर्माले गर्नुभएको हो । यस पुस्तकको विकास तथा सम्पादन कार्यमा सहयोग गर्नुहुने सबै व्यक्तित्वप्रति पुस्तक लेखन तथा सम्पादन समिति आभार प्रकट गर्दछ ।

यस पुस्तकले शिक्षकलाई सिकाइ सहजीकरणका लागि स्रोत सामग्री तथा दमक नगरपालिकाको बारेमा अध्ययन गर्न चाहने अध्येताहरूलाई तथ्याङ्क र विषयवस्तु उपलब्ध गराउनेछ । यो पुस्तक कक्षा २ को स्थानीय पाठचक्रम "हाम्रो दमक" द्वारा अपेक्षित सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न सजिलो हुनेगरी तयार गरिएको हुँदा यसलाई बालकेन्द्रित, सिकाइकेन्द्रित, अनुभवकेन्द्रित र क्रियाकलापमा आधारित बनाउने प्रयास गरिएको छ ।

यस पाठचपुस्तकलाई अझ परिमार्जित, उद्देश्यमूलक र प्रयोगमुखी बनाउन शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक र बुद्धिजीवीहरूको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने हुँदा सम्बन्धित सबैसँग रचनात्मक सुझावको अपेक्षा गर्दछौं ।

पाठचपुस्तक लेखन तथा सम्पादन समिति

विषयसूची

शीर्षक		पृष्ठसङ्ख्या
एकाइ : एक	दमक नगरपालिकाको परिचय	१–१८
पाठ १	हाम्रा छिमेकी वडा र गाउँ	२
पाठ २	हाम्रा टोल विकास संस्थाहरू	७
पाठ ३	हाम्रा पूर्वाधारहरू	१३
एकाइ : दुई	स्रोत र सम्पदा	१९–४४
पाठ १	हाम्रा प्राकृतिक सम्पदाहरू	२०
पाठ २	हाम्रा धार्मिक समुदायहरू	२७
पाठ ३	हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू	३०
एकाइ : तीन	भाषा, संस्कार र संस्कृति	४५–५८
पाठ १	हाम्रो भाषा	४६
पाठ २	हाम्रा संस्कार र संस्कृतिहरू	५१
एकाइ : चार	व्यक्ति, व्यक्तित्व र सङ्घसंस्था	५९–७९
पाठ १	हाम्रा सामाजिक व्यक्तिहरू	६०
पाठ २	हाम्रा जनप्रतिनिधिहरू	६४
पाठ ३	हाम्रा सङ्घसंस्थाहरू	७५
एकाइ : पाँच	वातावरण र जैविक विविधता	८०–९४
पाठ १	हाम्रो वातावरण	८१
पाठ २	हाम्रो जैविक विविधता	८७
एकाइ : छ	पेसा, व्यवसाय र उद्यमशीलता	९५–११८
पाठ १	हाम्रो पेसा	९६
पाठ २	हाम्रो व्यवसाय	१०१
पाठ ३	हाम्रा उद्योग र उत्पादनहरू	१०६
पाठ ४	हाम्रा परम्परागत सामग्री र आधुनिक प्रविधिहरू	१११
एकाइ : सात	विपद् तथा विपद् व्यवस्थापन	११९–१३३
पाठ १	विपद्को परिचय	१२०
पाठ २	विपद्बाट उत्पन्न हुने कठिनाइहरू	१२५
पाठ ३	विपद्बाट बच्ने उपायहरू	१२९

एकाइ : एक
दमक नगरपालिकाको परिचय

पाठ १ : हाम्रा छिमेकी वडा र गाउँ
पाठ २ : हाम्रा टोल विकास संस्थाहरू
पाठ ३ : हाम्रा पूर्वाधारहरू

सिकाइ उपलब्धिहरू

- ✍ आफ्ना छिमेकी वडाहरूको नाम बताउन
- ✍ छिमेकी वडामा रहेका मुख्य गाउँ र टोलको नाम बताउन
- ✍ आफ्ना टोलमा भएका टोल विकास संस्थाहरूको नाम बताउन
- ✍ छिमेकी टोलमा भएका टोल विकास संस्थाहरूको नाम र ठेगाना बताउन
- ✍ आफ्ना गाउँ, टोल र वडामा भएका विकासका पूर्वाधारहरूको नाम र ठेगाना बताउन
- ✍ छिमेकी टोल वा बस्तीमा भएका विकासका पूर्वाधारहरूको नाम र ठेगाना बताउन

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना छिमेकी वडाहरूको प्रत्यक्ष भ्रमण गराउनुहोस् र विभिन्न बस्तीहरू चिनाउनुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयवरिपरि रहेका टोल विकास संस्थाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् र तिनको नाम र ठेगाना पहिचान गराउनुहोस् ।

३. विद्यार्थीहरूलाई उनीहरू बस्ने वडामा रहेका र छिमेकी टोल वा बस्तीमा भएका विकासका पूर्वाधारहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई तिनको नाम र ठेगाना पहिचान गराउनुहोस् ।

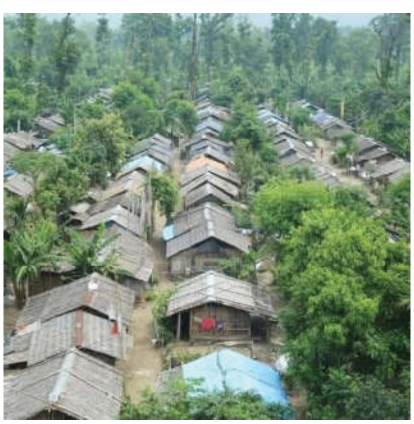
पाठ : १ हाम्रा छिमेकी वडा र गाउँ

छिमेकी वडा र गाउँ चिनौँ ।

मेरो नाम निकिता हो । म वडा नम्बर १ मा पर्ने फाल्गुनन्द टोलमा बस्छु । मेरो वडाका छिमेकी वडाहरू २, ५ ६ र ७ हुन् ।

फाल्गुनन्द टोल
वडा नं. १

मेरो नाम फुर्वा हो । म वडा नम्बर २ मा पर्ने बेलडाँगीमा बस्छु । वडा नम्बर ३, ४ र ५ मेरा छिमेकी वडाहरू हुन् । बाघखोर मेरो छिमेकी गाउँ हो । बाघखोर वडा नम्बर ३ मा पर्छ ।



बेलडाँगी, वडा नम्बर २

बाघखोर, वडा नम्बर ३

मेरो नाम मिङ्मा हो । मेरो घर वडा नम्बर ४, चियादोकान चोकमा पर्छ । मेरा छिमेकी वडाहरू २, ३, ५ र ९ हुन् । मेरो छिमेकी टोलको नाम क्याम्पस मोड हो । यो वडा नम्बर ९ मा पर्छ ।

चियादोकान चोक, वडा नम्बर ४

क्याम्पस मोड, वडा नम्बर ९

म रूपक हुँ । म वडा नम्बर १० को सङ्गम चोकमा बस्छु । वडा नम्बर ९ मेरो छिमेकी वडा हो । मेरो छिमेकी गाउँको नाम पुर्बेली टोल हो ।

सङ्गम चोक, वडा नम्बर १०

पुर्बेली टोल, वडा नम्बर ९

थप क्रियाकलाप : सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो अगाडि बोलाई आफू बस्ने वडा, छिमेकी वडा र छिमेकमा रहेका टोलबस्तीहरूको नाम बताउन लगाउनुहोस् । ती टोलबस्तीहरूको प्रत्यक्ष अवलोकनसमेत गराउनुहोस् ।

गीत गाऔँ र नाचौँ ।

घुमौं दमक

✍कृष्णप्रसाद भण्डारी

कति राम्रो ठाउँ हाम्रो
दमक यसको नाउँ
साथीभाइ मिलिजुली
आउ घुम्न जाऔँ । १

माथि शिरमा चुलाचुली
छेउमा हरियो हम्से वन
हेर्न जाऔँ भ्यु टावर
रमाइलो छ झन् । २

कम्मरमा पटुकी
चियाबारीले बेरेको
दमकको वरिपरि
चक्रपथले घेरेको । ३

बसपार्कमा मोटर गाडी
कता जाने होला ?
पूर्वतिर रतुवा छ
पश्चिम मावा खोला । ४

तल ताल इन्द्रेणी
कति राम्रो देखियो
घुम्न जाँदा रमा वनमा
हरिण पनि भेटियो । ५

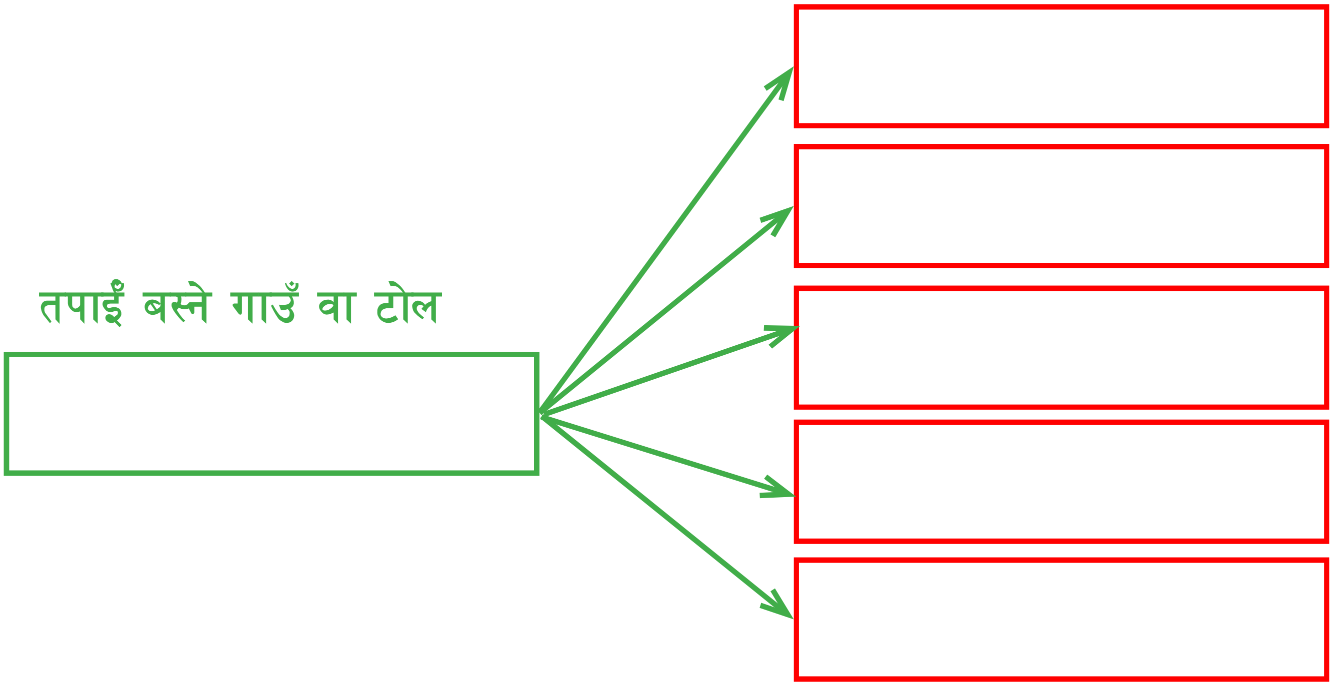
क्रियाकलाप

१. खाली ठाउँमा मिल्दा शब्द राखी वाक्य पूरा गर्नुहोस् ।

मेरो नाम .... हो । म दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर .... मा बस्छु । मेरो छिमेकी वडा .... हो । मेरो सबैभन्दा नजिकको छिमेकी गाउँको नाम .... हो ।

२. ठाउँहरू चिन्नुहोस् र छिमेकी गाउँसँग धर्का तानी जोडा मिलाउनुहोस् ।

३. तपाईँ बस्ने गाउँ वा टोलका नजिकैका बस्तीहरूको नाम बाकसमा लेख्नुहोस् ।



४. तपाईँको मिल्ने साथीलाई सोध्नुहोस् र तलका कोठाहरू भर्नुहोस् ।

साथी बस्ने ठाउँको नाम	साथीको छिमेकी गाउँ	वडा नम्बर

५. तपाईँको छिमेकी टोलको चित्र बनाउनुहोस् ।

पाठ : २ हाम्रा टोल विकास संस्थाहरू

टोल विकास संस्थाहरू चिनौँ ।

सबल टोल विकास संस्था
वडा नम्बर १

सिंहदेवी टोल विकास संस्था
वडा नम्बर २

कोपिला टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ३

सगरमाथा टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ४

आनन्द टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ५

शनि टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ६

राधामाधव टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ७

लक्ष्मीमार्ग टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ८

समता टोल विकास संस्था
वडा नम्बर ९

पारिजात टोल विकास संस्था
वडा नम्बर १०

टोल विकास संस्थाहरूले के के काम गर्छन् होला ?

- आफ्नो टोलको विकासका योजना बनाउँछन् ।
- आफ्नो टोलको सरसफाइ तथा वतावरणको संरक्षण गर्छन् ।
- आफ्नो टोलमा बाटो, ढल, सिँचाइ, बिजुली आदि पूर्वाधार निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउँछन् ।
- आफ्नो टोलमा सामाजिक जागरण र क्षमताविकासका काम गर्छन् ।
- आफ्नो टोलमा सामाजिक एकता र मेलमिलाप कायम राख्छन् ।
- नगरपालिका र टोलको बिचमा समन्वय गर्छन् ।
- आफ्नो टोलमा आपत् परेका वेला उद्धारका काम गर्छन् र राहतका व्यवस्था मिलाउँछन् ।

क्रियाकलाप

१. तलको अनुच्छेद पढ्नुहोस् र सोधिएका प्रश्नहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

सुलोचनाको घर गोर्खाली टोलमा रहेको छ । यो टोल दमक नगरपालिका वडा नम्बर ५ मा पर्छ । यो टोल निकै सफा छ । टोलका बाटाहरू फराकिला छन् । बाटाको छेउमा विभिन्न जातका फूलका बिरुवाहरू रोपिएका छन् । टोलवासीहरू मिलनसार र मेहनती छन् । सुलोचनाको परिवार दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर १० मा पर्ने जहदा टोलबाट बसाइँ सरेर आएको हो । जहदा टोलमा उनीहरूको पुरानो घर छ । सुलोचनाको बुबा व्यापार गर्नुहुन्छ । वडा नम्बर ६ मा पर्ने जुटविकास टोलमा उहाँको पसल रहेको छ । सुलोचना दिपिनी आधारभूत विद्यालयमा कक्षा २ मा पढ्छिन् । उनको विद्यालय दिपिनी टोलमा पर्दछ । गोर्खाली टोलको नजिकै नारायण टोलमा सुलोचनाकी साथी कविताको घर छ । कविताकी आमाले सुलोचनालाई ज्यादै माया गर्नुहुन्छ ।

सबै टोलमा टोल विकास संस्था बनेका छन् । टोल विकास संस्थाले आफ्नो टोलको विकासका लागि राम्रो काम गर्छन् ।

प्रश्नहरू :

(क) गोर्खाली टोल कस्तो छ ?

(ख) सुलोचनाका बुबाले के काम गर्नुहुन्छ ?

(ग) सुलोचना कुन विद्यालयको कति कक्षामा पढ्छिन् ?

(घ) टोल विकास संस्थाले कस्तो काम गर्छन् ?

(ङ) तपाईँ बस्ने टोलको नाम के हो ?

२. तपाईं बस्ने ठाउँ वा नजिकै भएका टोल विकास संस्थाहरूमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

सुनौलो टोल विकास संस्था →	
मानवधर्म टोल विकास संस्था →	
आइतबारे टोल विकास संस्था →	
डाँफेमुनाल टोल विकास संस्था →	
लक्ष्मी टोल विकास संस्था →	
रूपा टोल विकास संस्था →	
पारिजात टोल विकास संस्था →	
समता टोल विकास संस्था →	
लक्ष्मीमार्ग टोल विकास संस्था →	
राधामाधव टोल विकास संस्था →	
आनन्द टोल विकास संस्था →	
सगरमाथा टोल विकास संस्था →	
कोपिला टोल विकास संस्था →	
सिंहदेवी टोल विकास संस्था →	
सबल टोल विकास संस्था →	
महागुरु फाल्गुनन्द मार्ग टोल विकास संस्था →	
शनि टोल विकास संस्था →	

थप क्रियाकलाप : सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो अगाडि बोलाई आफू बस्ने टोल र छिमेकी टोलका टोल विकास संस्थाहरूको नाम बताउन लगाउनुहोस् । ती टोल विकास संस्थाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई तिनले गर्ने कामबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

३. चित्र हेरी खाली बाकसमा टोल विकास संस्थाहरूको नाम र ठेगाना लेख्नुहोस् ।

४. तपाईं बस्ने ठाउँमा भएका टोल विकास संस्थाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

५. तपाईँको छिमेकी बस्तीमा भएका टोल विकास संस्थाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

६. तलका भनाइहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) टोल विकास संस्थाहरूले टोलमा आपत् परेकालाई उद्धार गर्ने काम गर्छन् । ☐

(ख) टोल विकास संस्थाहरूले आफ्नो टोल फोहोर राख्छन् । ☐

(ग) टोल विकास संस्थाहरूले कसैसँग समन्वय गर्दैनन् । ☐

(घ) टोल विकास संस्थाहरूले टोलको पूर्वाधार निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउँछन् । ☐

(ङ) टोल विकास संस्थाहरूले टोलमा झैझगडा गराउँछन् । ☐

(च) टोल विकास संस्थाहरूले टोलमा चेतना फैलाउने काम गर्छन् । ☐

७. तपाईँ बस्ने टोलमा भएका टोल विकास संस्थाहरूले के के काम गरेको देख्नुभएको छ ? साथीलाई बताउनुहोस् ।

पाठ : ३ हाम्रा पूर्वाधारहरू

पढौँ र चिनौँ ।

पूर्वाधार भनेको के होला ?

पूर्वाधार भनेको विकासको लागि आवश्यक पर्ने भौतिक संरचना, सेवा र सुविधा हो । पूर्वाधारभित्र बाटोघाटो, पुल, विद्युत्, खानेपानी, ढलनिकास, विद्यालय, कलेज, अस्पताल, सञ्चार, विमानस्थल आदि पर्छन् ।

दमक नगरपालिकामा के कस्ता पूर्वाधारहरू छन् ?

दमक नगरपालिकामा धेरै पूर्वाधारहरूको विकास गरिएको छ ।

बेतिनी खोला पुल, वडा नम्बर ४ र ९

हिमालय माध्यमिक विद्यालय,
वडा नम्बर २

दमक बहुमुखी क्याम्पस,
वडा नम्बर ९

दमक अस्पताल, वडा नम्बर १

दमक चक्रपथ खण्ड, वडा नम्बर ३

दमक बसपार्क, वडा नम्बर ६

विद्युतीकरण, दमक

दमक बिजनेस कम्प्लेक्स,
वडा नम्बर ३

ताराबारी (डिपु)-मदनडाँगी सडक
वडा नम्बर १, २, ३, ४ र ५

खानेपानी योजना,
वडा नम्बर ६

मेची आवास, वडा नम्बर ४

फोहोरमैला व्यवस्थापन स्थल, वडा नम्बर ३

नेपाल टेलिकम टावर, वडा नम्बर १

रतुवा खोला पुल, वडा नम्बर २

दमक नगरपालिकाभित्रका सबै वडाहरूका टोल र बस्तीहरूमा पक्की सडक, विद्युत्, सञ्चार, खानेपानीलगायत अन्य धेरै पूर्वाधारहरूको विकास गरिएको छ । मावा, रतुवा, बेतिनी, दिपिनी आदि खोलाहरूमा पुल हालिएको छ । यहाँ पार्क, रङ्गशाला, चियाबगान, चलचित्र मन्दिर आदिको पनि विकास गरिएको छ ।

थप क्रियाकलाप : सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो अगाडि बोलाई आफू बस्ने टोल र छिमेकी टोलमा भएका पूर्वाधारहरूको नाम बताउन लगाउनुहोस् । ती पूर्वाधारहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई तिनको ठेगाना जानकारी गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. उदाहरणमा दिइएजस्तै गोलाकार ठाउँमा मिल्दो क्रम भर्नुहोस् ।

(क) विद्युतीकरण (ख) दमक बहुमुखी क्याम्पस (ग) हिमालय मावि

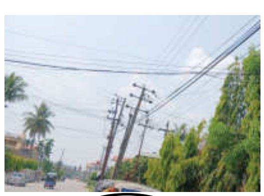
(घ) रतुवा खोला पुल (ङ) नेपाल टेलिकम टावर (च) मेची आवास

(छ) फोहोरमैला व्यवस्थापन स्थल (ज) दमक भ्युटावर (झ) खानेपानी योजना

(ञ) दमक अस्पताल (ट) दमक चक्रपथ (ठ) दमक बसपार्क

(ड) बेतिनी खोला पुल (ढ) ताराबारी डिपु-मदनडाँगी सडक

घ



२. तपाईँको टोल वा बस्तीमा भएका पूर्वाधारहरूको नाम तालिकामा लेख्नुहोस् ।

पूर्वाधारको नाम	रहेको वडा नम्बर

३. तपाईँको छिमेकी बस्तीमा भएका पूर्वाधारहरूको नाम तालिकामा लेख्नुहोस् ।

पूर्वाधारको नाम	रहेको वडा नम्बर

४. मिल्दो शब्द राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(क) पूर्वाधार भनेको विकासको लागि आवश्यक पर्ने ...., सेवा र सुविधा हो ।

(ख) दमक नगरपालिकाका सबै वडाहरूमा ....बनाइएको छ ।

(ग) दमक बसपार्क वडा नम्बर .... मा पर्छ ।

५. पाठमा भएकाबाहेक अन्य पूर्वाधारहरू के के हुन सक्छन् ? शिक्षकलाई सोधी खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

६. तपाईँलाई मन पर्ने कुनै एउटा पूर्वाधारको सफा चित्र बनाउनुहोस् ।

एकाइ : दुई
हाम्रा स्रोत र सम्पदा

पाठ १ : हाम्रा प्राकृतिक सम्पदाहरू
पाठ २ : हाम्रा धार्मिक समुदायहरू
पाठ ३ : हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू

सिकाइ उपलब्धिहरू

- नगरपालिकाभित्र रहेका प्राकृतिक सम्पदाहरू पहिचान गर्न
- नगरपालिकाभित्र रहेका प्राकृतिक सम्पदाहरूको सामान्य परिचय दिन
- नगरपालिकाभित्र रहेका प्राकृतिक सम्पदाहरूको उपयोगिता बताउन
- नगरपालिकाभित्र रहेका धार्मिक समुदाय पहिचान गर्न
- नगरपालिकाभित्र रहेका धार्मिक समुदायहरूको सामान्य परिचय दिन
- नगरपालिकाभित्र रहेका सांस्कृतिक सम्पदाहरू पहिचान गर्न
- नगरपालिका भित्र रहेका सांस्कृतिक सम्पदाहरूको सूची तयार गर्न
- नगरपालिकाभित्र रहेका सांस्कृतिक सम्पदाहरूको सामान्य परिचय दिन

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्रका प्राकृतिक, सांस्कृतिक र धार्मिक सम्पदाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् ।

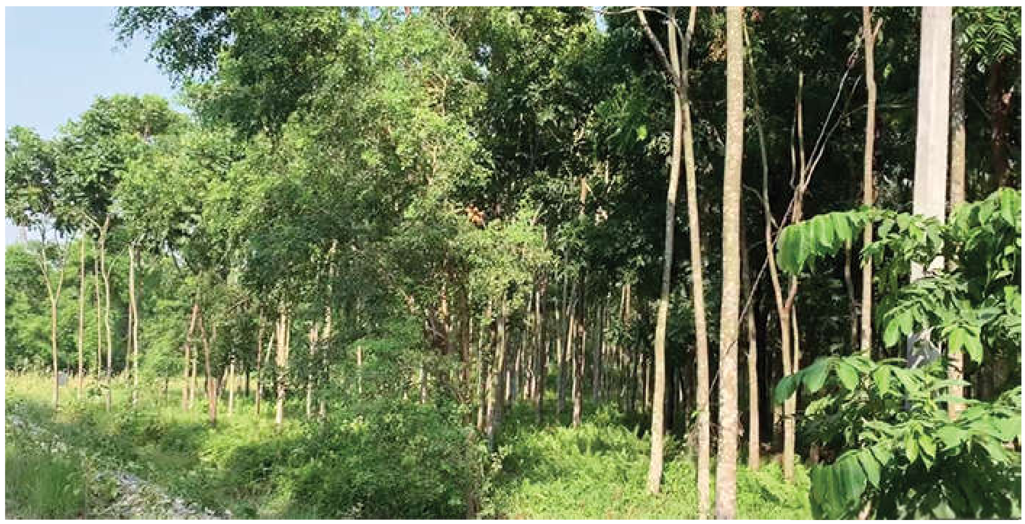
२. विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्रका प्राकृतिक सम्पदाहरूको परिचय गराउनुहोस् र तिनका उपायोगिताबारे बताइदिनुहोस् ।

३. विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्रका सांस्कृतिक र धार्मिक सम्पदाहरूको परिचय दिनुहोस् र ती सम्पदाहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

पाठ : १ हाम्रा प्राकृतिक सम्पदाहरू

पढौँ र चिनौँ ।

यो हम्सेदुम्से सामुदायिक वन हो । यो वन दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर २ र ३ मा पर्छ ।



दमक नगरपालिकामा अरू कुन कुन वनजङ्गल छन् होला ?

दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर १० मा रमा सामुदायिक वन छ । त्यसैगरी वडा नम्बर १ मा हिमालय सामुदायिक वन छ । हिमालय चियाबगानको छेउमा पनि वन छ । यी वनमा साल, सिसौ, खयर, टिक, साज, आदि जातका रुखहरू छन् । हर्रो, बर्रो, अमला आदि जडीबुटी पनि रहेका छन् ।

वनजङ्गलको उपयोगिता के होला ?

वनजङ्गलहरू प्राकृतिक सम्पदा हुन् । वनजङ्गलबाट हामीलाई आवश्यक पर्ने घाँस, दाउरा, काठ, जडीबुटी आदि प्राप्त हुन्छन् । त्यसैगरी जलाधार एवम् जैविक विविधता, पानीका मुहान, वातावरण आदिको संरक्षण गर्न पनि वनजङ्गल उपयोगी हुन्छ ।

यो रतुवा खोला हो । यो खोला दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर २, १, ७, ८, ९ र १० हुँदै बग्छ ।

दमक नगरपालिकामा के कस्ता जलसम्पदाहरू होलान् ? तिनको उपयोगिता के होला ?

दमक नगरपालिकामा विभिन्न नदी, ताल र सिमसारहरू रहेका छन् । सिँचाइ, माछापालन, पर्यटन विकास, वातावरण र जैविक विविधताको संरक्षणका लागि ती जलसम्पदाहरूको उपयोग गर्ने गरिएको छ ।

जलस्रोतको नाम	रहेको वडा नम्बर
रतुवा खोला	२, १, ७, ८, ९ र १०
मावा खोला	३, ४, ९ र १०
ढुकुरे खोला	३
बेतिनी खोला	२, ३, ४ र ९
राते होली	३
खरखरे खोला	२ र ४
दिपिनी खोला	१, ५, ८ र ९
अर्नाखाडी सिमसार	४
इन्द्रेणी ताल	१०
शान्तिटोल पोखरी	३
सिंहदेवी देवस्थल पोखरी	१०
महाराजथान पोखरी	३

अर्नाखाडी सिमसार, दमक-४

इन्द्रेणी ताल, दमक-१०

यो दमक नगरपालिका वडा नम्बर ३ मा रहेको मलिलो माटो भएको जमिन हो । जमिनमा ढुङ्गा, माटो, बालुवा आदि सम्पदा रहेका हुन्छन् । जमिनमा हामी आवास बनाउने, खेतीपाती आदि काम गर्न सक्छौँ । जमिन हाम्रो प्राकृतिक सम्पदा हो ।

दमक नगरपालिकामा के कस्ता जमिन र प्राकृतिक सम्पदाहरू होलान् ? तिनका उपयोगिता के के होलान् ?

दमक नगरपालिकाको मावा र रतुवा खोलामा बालुवा, ढुङ्गा र गिट्टी पाइन्छन् । मावा खोलामा पाइने ढुङ्गा, गिट्टी र बालुवालाई उच्च गुणस्तरका मानिन्छ । यी प्राकृतिक वस्तुहरू बाटो, भवन, पर्खाल आदि निर्माण कार्यका लागि उपयोगी छन् ।

दमक नगरपालिकाका वडा नम्बर १, २, ३, ४, ९ र १० मा उब्जाउयोग्य माटो भएको समथर जमिन रहेको छ । धान, मकै, गहुँ, तरकारी, फलफूल आदि कृषिजन्य उत्पादनका लागि यो जमिन निकै उपयोगी छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंको घरवरिपरि के कस्ता प्राकृतिक सम्पदाहरू छन् ? तिनको नाम र ठाउँ तालिकामा लेख्नुहोस् ।

क्र.स.	प्राकृतिक सम्पदाको नाम	रहेको ठाउँ

२. कुन प्राकृतिक सम्पदा केका लागि उपयोग गरिन्छ ? धर्का तानी जोडा मिलाउनुहोस् ।

वनजङ्गल	घाँसदाउरा प्राप्त गर्न
नदी	बालुवा झिक्न
जमिन	अन्न उब्जाउन
	काठको आश्यकता पूरा गर्न
	सिँचाइ गर्न
	जडीबुटी खोज्न
	आवास निर्माण गर्ने ठाउँ छनोट गर्न
	ढुङ्गा तथा गिट्टी प्राप्त गर्न
	माटो झिक्न

३. तपाईँको वडामा भएका वनजङ्गल, नदी, ताल, सिमसार क्षेत्र, मैदान, खेत आदि सम्पदाको नाम र तिनको एक एकवटा उपयोगिता खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् ।

प्राकृतिक सम्पदाको नाम	उपयोगिता
रमा सामुदायिक वन	घाँस तथा स्याउला पाइने
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....

४. खाली ठाउँमा मिल्दो शब्द राखी वाक्य पूरा गर्नुहोस् ।

पानी, काठ, माछापालन, प्राकृतिक सम्पदा, जमिन, जैविक विविधता, माटो, नदी

वनजङ्गलहरू .... हुन् । वनजङ्गलबाट हामीलाई .... प्राप्त हुन्छ । त्यसैगरी .... संरक्षण गर्न पनि वनजङ्गल उपयोगी हुन्छन् । नदीबाट .... प्राप्त गर्न सकिन्छ । तालहरूमा .... गर्न सकिन्छ । हामीलाई घर बनाउनका लागि आवश्यक बालुवा, ढुङ्गा, गिट्टी आदि .... बाट प्राप्त गर्न सकिन्छ । धान रोप्न मलिलो ....चाहिन्छ । .... मा अन्न उब्जाउन सकिन्छ ।

५. तपाईँले प्रत्यक्ष देखेका प्राकृतिक सम्पदाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

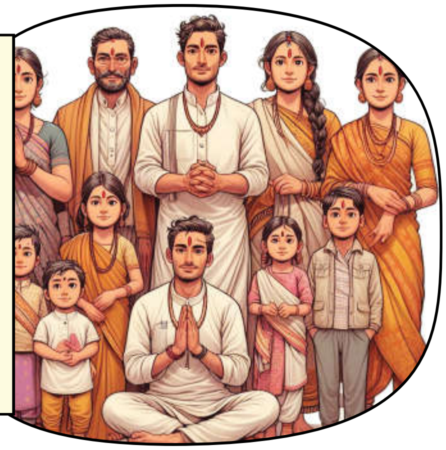
....

६. तपाईँले प्रत्यक्ष देखेको कुनै एक प्राकृतिक सम्पदाको चित्र बनाउनुहोस् ।

पाठ : २ हाम्रा धार्मिक समुदायहरू

पढौँ, बुझौँ र चिनौँ ।

हामी हिन्दु समुदायका मानिस हौँ । हामी हिन्दु धर्म मान्छौँ । हाम्रा प्रमुख देवता ब्रह्मा, विष्णु र महेश्वर हुन् । हामीले पूजा गर्ने ठाउँलाई मन्दिर भनिन्छ । हाम्रा मुख्य ग्रन्थहरू वेद र पुराण हुन् ।

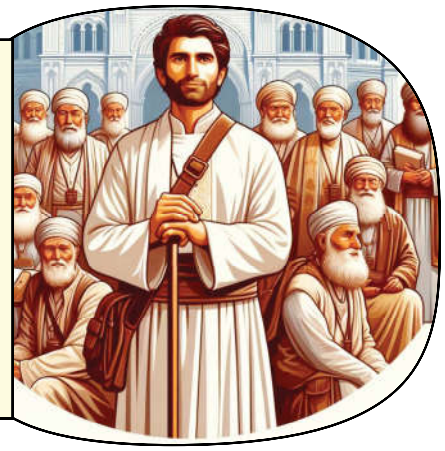


हामी बौद्ध समुदायका मानिस हौँ । हामी बुद्ध धर्म मान्छौँ । हामी गौतम बुद्धलाई भगवान् मान्छौँ । हाम्रो मुख्य ग्रन्थ त्रिपिटक हो । बुद्धको प्रार्थना गर्ने ठाउँलाई गुम्बा भनिन्छ ।

हामी किराँत समुदायका मानिस हौँ । हामी प्रकृति पूजक हौँ । हामी किराँत धर्म मान्छौँ । हामी युमा र थवा तथा सुम्निमा- पारुहाङलाई देवीदेवता मान्छौँ । हाम्रो धर्मग्रन्थ मुन्धुम हो ।

हामी मुस्लिम समुदायका मानिस हौँ । हामीलाई मुसलमान भनेर पनि चिनिन्छ । हामी इस्लाम धर्म मान्छौँ । हामी अल्लाहको प्रार्थना गर्छौँ । हामीले प्रार्थना गर्ने ठाउँलाई मस्जिद भनिन्छ । हाम्रो मुख्य धर्मग्रन्थ कुरान हो ।

हामी इसाई समुदायका मानिस हौँ । हामीलाई क्रिस्चियन पनि भनिन्छ । हामी इसाई धर्म मान्छौँ । हामी येसु खिस्टलाई परमेश्वरका पुत्र मान्छौँ । हामीले प्रार्थना गर्ने ठाउँलाई चर्च वा गिर्जाघर भनिन्छ । हाम्रो मुख्य ग्रन्थ बाइबल हो ।



क्रियाकलाप

१. पालैपालो अगाडि जानुहोस् र आफ्नो धार्मिक समुदायको नाम बताउनुहोस् ।

२. चित्र हेर्नुहोस् र धार्मिक समुदायको नाम लेख्नुहोस् ।

२. मिल्दा शब्द राखेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

मेरो नाम .... हो । म .... समुदायको मानिस हुँ । हाम्रो समुदायले .... धर्म मान्छ । हाम्रा देवता .... हुन् । हामी .... मा पूजा वा प्रार्थना गर्छौं । हाम्रो धार्मिक ग्रन्थ .... हो ।

३. तलको अनुच्छेद शुद्धसँग पढी साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

एउटै धर्म र धार्मिक परम्परा मान्ने तथा एउटै आस्था राख्ने मानिसहरूको समूहलाई धार्मिक समुदाय भनिन्छ । यी समुदायहरूले आआफ्नै ईश्वर मान्छन्, धर्मग्रन्थ पढ्छन् एवम् आआफ्नै संस्कार, पूजा विधि, चाडबाड र मूल्यमान्यताअनुसार जीवनयापन गर्छन् । दमक नगरपालिकामा मुख्यगरि हिन्दु, बौद्ध, मुस्लिम, किराँत, इसाई आदि धार्मिक समुदायहरूको बसोबास रहेको छ । यीबाहेक जैन, सिख, बोन, प्राकृत समुदायका मानिस पनि यहाँ बसोबास गर्छन् ।

थप क्रियाकलाप : सबै विद्यार्थीहरूलाई वरिपरिका धार्मिक समुदायहरूमा लैजानुहोस् र ती समुदायका मानिसहरूसँग प्रत्यक्ष भेट गराउनुहोस् । ती समुदायको धर्म र मूल्यमान्यताहरूबारे परिचित गराउनुहोस् ।

पाठ : ३ हाम्रा सांस्कृतिक सम्पदाहरू

पढौँ र चिनौँ ।

सांस्कृतिक सम्पदा भन्नाले के बुझिन्छ ?

मानिसको संस्कृतिसँग सम्बन्धित सम्पत्तिहरू **सांस्कृतिक सम्पदा** हुन् । सांस्कृतिक सम्पदाहरू **भौतिक** र **अभौतिक** गरी दुई किसिमका हुन्छन् ।

भौतिक र अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाभित्र के के पर्छन् होला ?

देख्न, छुन र प्रयोग गर्न मिल्ने सम्पदाहरू भौतिक सांस्कृतिक सम्पदा हुन् । यसभित्र विभिन्न धर्म र समुदायका मठमन्दिर र कलात्मक वस्तुहरू पर्छन् । अनुभव गर्न सकिने सम्पदाहरू अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा हुन् । यसभित्र विभिन्न **चाडबाड, मेला, जात्रा, नाचगान, भेषभूषा, बाजागाजा** आदि पर्छन् । यी सांस्कृतिक सम्पदाले मानिसको जीवनशैलीको पहिचान गराउँछन् ।

भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरू चिनौँ ।

दमक नगरपालिकामा के कस्ता भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरू होलान् ?

सर्वेश्वर शिव पाञ्चायन मन्दिर दमक वडा नम्बर ९ मा पर्छ । यस मन्दिरमा हिन्दु समुदायका मानिसहरूले विभिन्न अवसरमा पूजा गर्ने, पुराण लगाउने आदि गर्छन् ।

सर्वेश्वर शिव पाञ्चायन मन्दिर

साङ्गे छोइलिङ् बौद्ध गुम्बा दमक वडा नम्बर ५ मा रहेको छ । यस गुम्बा बौद्ध धर्म मान्नेहरूको आस्थाको केन्द्र हो । यस गुम्बामा बुद्धजयन्तीको अवसरमा भगवान् गौतम बुद्धको विशेष पूजा गरिन्छ ।

साङ्गे छोइलिङ् बौद्ध गुम्बा

सुन्नी मदिना मस्जिद दमक वडा नम्बर ७ मा पर्छ । यो मस्जिद विशेष गरी इस्लाम धर्म मान्ने सुन्नी समुदायका नागरिकहरूद्वारा स्थापना गरिएको धार्मिक स्थल हो । यस मस्जिदमा नियमित रूपमा दिनको पाँचचोटि नमाज पढ्ने गरिन्छ र हरेक शुक्रबार सामूहिक भेला "जुम्मा" भई जुम्मा पाठ गर्ने चलन रहेको छ ।

सुन्नी मदिना मस्जिद

ज्योति मण्डली दमक वडा नम्बर ५ मा पर्छ । यस मण्डलीमा क्रिस्चियन समुदायका मानिसहरूले प्रार्थना गर्छन् र बाइबल पढ्छन् । क्रिस्चियनहरूले येसु ख्रिस्टलाई परमेश्वर मान्छन् ।

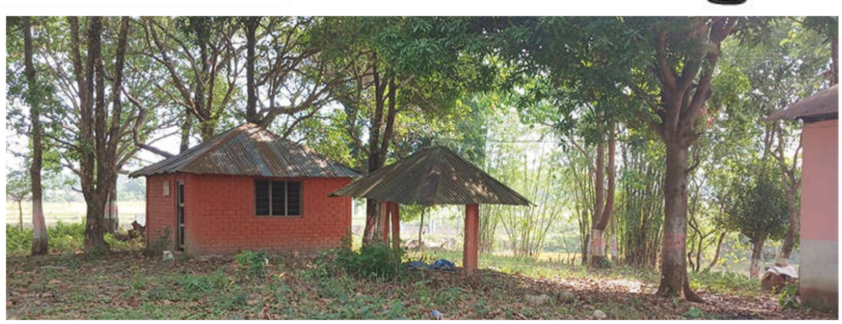
ज्योति चर्च (मण्डली) दमक

किराँत युमा माङहिम दमक वडा नम्बर ६ मा पर्छ । यो किराँत धर्म समुदायको आस्थाको केन्द्र हो । यहाँ किराँत धर्म मान्नेहरूले युमाको साथमा "थवा" अर्थात् महादेवको पूजा गर्छन् ।

किराँत युमा माङहिम

दोघरे धिमाल ग्रामथान दमक वडा नम्बर ३ मा पर्छ । यो थान यहाँका प्राकृतिक धर्म मान्ने धिमाल जातिका मानिसहरूको धार्मिक स्थल हो । धिमालहरूले प्रकृति र घरका देवताहरूको पूजा गर्छन् ।

दोघरे धिमाल ग्रामथान



थप क्रियाकलाप : सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो अगाडि बोलाई आफू बस्ने वडा, छिमेकी वडा र छिमेकमा रहेका धार्मिक सम्पदाहरूको नाम बताउन लगाउनुहोस् । ती धार्मिक सम्पदाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई परिचयसमेत गराउनुहोस् ।

गीत गाऔँ र नाचौँ ।

सम्पदा चिनौँ

✍कृष्णप्रसाद भण्डारी

मन्दिरमा घण्टी बज्छ,
झन्डा गुम्बामाथि ।
मस्जिदमा चन्द्रमा छ
देउरालीमा पाती । २

माङ्हिममा ढुङ्गे खम्बा
पानी बग्ने खोला ।
हात्ती घोडा माटाका छन्
ग्रामथान होला । २

क्रस चिह्न, चर्चमाथि
किन बनाएको ?
दसैँ, तिहार, रमजान
किन मनाएको ? २

मठ मन्दिर गुम्बा चर्च
हाम्रै वरिपरि
सम्पदाको संरक्षण
गरौँ सधैँभरि । २

भेषभूषा नाचगान
चालचलन जान
सम्पदाले जोगाउँछ
हाम्रो पहिचान । २

क्रियाकलाप

१. धर्का तानी मिल्दा भौतिक सांस्कृतिक सम्पदा र समुदायको जोडा मिलाउनुहोस् ।

(क) सर्वेश्वर शिव पाञ्चायन मन्दिर	किराँत समुदाय
(ख) साङ्गे छोइलिङ् गुम्बा	धिमाल समुदाय
(ग) सुन्नी मदिना मस्जिद	हिन्दु समुदाय
(घ) ज्योति मण्डली	बौद्ध समुदाय
(ङ) किराँत साम्यो मिंसो माङहिम	मुस्लिम समुदाय
(च) दोघरे धिमाल ग्रामथान	इसाई समुदाय
	जैन समुदाय

२. दमक नगरपालिकामा रहेका निम्न भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूमध्ये तपाईंको समुदायसँग सम्बन्धित सम्पदाहरूमा ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।

सि.नं.	भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको नाम	वडा नं.	ठिक चिन्ह
१	दुर्गा पाञ्चायन मन्दिर	१	
२	शिवाश्रम शिवालय	२	
३	लक्ष्मीनारायण मन्दिर	३	
४	श्री कृष्ण मन्दिर	४	
५	धनेश्वर महादेव	५	
६	श्री पशुपतिनाथ मन्दिर	६	
७	श्री राधाकृष्ण मन्दिर	७	
८	श्री सन्त महासत्सङ्ग मन्दिर	८	
९	श्री सर्वेश्वर शिव पाञ्चायन मन्दिर	९	
१०	सिंहदेवी देवस्थल	१०	
११	सुन्नी मदिना मस्जिद	७	
१२	ज्योति मण्डली दमक	५	
१३	नामग्याल बौद्धगुम्बा	९	

१४	साङ्गे छोइलिङ् गुम्बा	५	
१५	किराँत युमा माङ्हिम	६	
१६	किराँत साम्यो मिंसो माङ्हिम	२	
१७	साकेला थान	१	
१८	दोघरे धिमाल ग्रामथान	३	
१९	ठुलो अर्नाखाडी धिमाल ग्रामथान	४	
२०	जम्मुझार धिमाल ग्रामथान	४	
२१	अलेख महिमा मन्दिर	४	

३. तपाईंको घरवरिपरि भएका भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(क) ....

(ख) ....

(ग) ....

(घ) ....

(ङ) ....

(च) ....

४. खाली ठाउँमा मिल्दा शब्द भर्नुहोस् ।

मेरो नाम .... हो । म दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर .... मा बस्छु । म ....
. समुदायको मानिस हुँ । मेरो घर नजिकै ....
.... नाम भएको भौतिक सांस्कृतिक सम्पदा छ । यहाँ .... को पूजा/प्रार्थना गरिन्छ ।

५. दिइएको अनुच्छेद पढ्नुहोस् र खाली ठाउँमा सार्नुहोस् ।

कुनै पनि धर्म र समुदायसँग सम्बन्धित भौतिक सम्पत्तिलाई भौतिक सांस्कृतिक सम्पदा भनिन्छ । यसमा विभिन्न मठमन्दिर, गुम्बा, मस्जिद, चर्च, मूर्ति आदि पर्छन् । यस्ता सांस्कृतिक सम्पदाले समाजको धार्मिक विश्वास, जीवनशैली, संस्कृति र इतिहास झल्काउँछन् । हामीले यस्ता सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण गर्नुपर्छ ।

....

....

....

....

....

....

६. तपाईंको समुदायले बनाएको कुनै एक भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको चित्र बनाउनुहोस् ।

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरू चिनौँ ।

तिहार हिन्दु समुदायको महत्त्वपूर्ण चाड हो । तिहारको भाइटीकाको दिनमा दिदीबहिनीले दाजुभाइको पूजा गर्छन् । निधारमा सप्तरङ्गी टीका र गलामा मखमली माला लगाइदिन्छन् । मिठा मिठा परिकार बनाई खुवाउँछन् ।

छठ हिन्दू धर्म मान्नेहरूको महत्त्वपूर्ण पर्व हो । यस पर्वमा सूर्य देवता र छठ माताको पूजा गरिन्छ । छठलाई सूर्य उपासनाको पर्व पनि भनेर चिनिन्छ । यो पर्व चार दिनसम्म मनाइन्छ ।

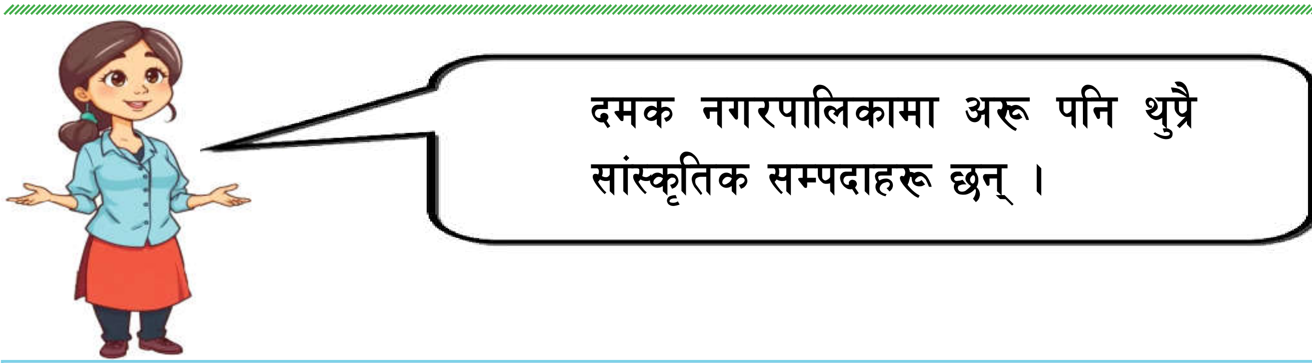
लाखे नाच दमकका स्थानीय नेवार समुदायको सांस्कृतिक पहिचान हो । नेवार समुदायले बर्सेनी कृष्ण जन्माष्टमीका दिनदेखि ऋषिपञ्चमीसम्म यो नाच देखाउँछन् ।

उभौँली पर्व दमकका किराँत समुदायका मानिसले वैशाख पूर्णिमामा मनाउँछन् । यस पर्वमा उनीहरूले चण्डी पूजा गर्नुका साथै चण्डी नाच पनि देखाउँछन् ।

दमकमा बसोवास गर्ने धिमाल समुदायका मानिसले वैशाखदेखि असारसम्म **जातरी पर्व** मनाउँछन् । उनीहरूले ग्रामथानमा हाँस, कुखुराको बलि दिएर यो पर्व सुरु गर्छन् । यस पर्वमा धिमालहरूले जातरी मेला लगाउने र मौलिक नाच देखाउने गर्छन् ।

दमक नगरपालिकामा बसोवास गर्ने इसाई समुदायका मानिसले पुष महिनामा **क्रिसमस डे** मनाउँछन् । यस पर्वमा उनीहरूले उपहार साटासाट गर्ने, क्रिसमस ट्री सजाउने, भोजको आयोजना गर्ने र चर्चमा गएर प्रार्थना गर्छन् ।

दमकमा बस्ने मुसलमान समुदायका मानिसले **बकर इद** पर्व मनाउँछन् । यस पर्वमा उनीहरूले मस्जिदमा गई नमाज पढ्ने र अँगालामा बाँधिएर एक आपसमा शुभकामना साटासाट गर्छन् ।



थप क्रियाकलाप : *सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो अगाडि बोलाई आफ्नो समुदायमा सांस्कृतिक सम्पदाहरूको नाम बताउन लगाउनुहोस् । ती सांस्कृतिक सम्पदाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई परिचयसमेत गराउनुहोस् ।*

दमक नगरपालिकाभित्रका सांस्कृतिक सम्पदाहरू

सांस्कृतिक सम्पदाको नाम	मनाउने समुदाय	मनाउने समय र तरिका
(क) चाडपर्वहरू		
बडा दसैं/ चैते दसैं	हिन्दु	बडा दसैं असोज-कार्तिकमा र चैते दसैं चैत-वैशाखमा मनाइन्छ । यस चाडमा भगवतीको पूजा गर्ने, टीका लगाउने र मान्यजनबाट आशीर्वाद लिने गरिन्छ ।
कृष्ण जन्माष्टमी	हिन्दु	भदौ महिनामा भगवान् कृष्णको पूजा र रथयात्रा गरिन्छ ।
तिज	हिन्दु	भदौ महिनामा मनाइने यस पर्वमा हिन्दु नारीहरूले भगवान् शिवको पूजा गर्ने, दर खाने र नाचगान गर्ने कार्य गर्छन् ।
माघेसङ्क्रान्ति/ माघी पर्व	सबैजसो	माघको १ गते यो पर्व मनाइन्छ । विभिन्न नदी र त्रिवेणीमा स्नान गरी मन्दिरमा गई पूजा गर्ने, मेला लगाउने, मिठा मिठा परिकार खाने आदि गरिन्छ ।
फागु पूर्णिमा	हिन्दु	यो पर्व फागुन-चैत महिनामा पर्छ । यस पर्वमा होली खेल्ने, शुभकामना आदानप्रदान गर्ने, रमाइलो गर्ने आदि गरिन्छ ।
बुद्धजयन्ती	बौद्ध	वैशाख शुक्ल पूर्णिमाका दिनमा भगवान गौतम बुद्धको पूजा, आरधना र प्रवचन गरिन्छ ।
उभौँली पर्व	किराँत	यो पर्व वैशाखमा मनाइन्छ । यस पर्वमा पूजापाठ, नाचगान गर्ने र सामुहिक भोज आयोजना गर्ने गरिन्छ ।
उँधौली पर्व	किराँत	मंसिर महिनाको पूर्णिमाको दिनमा यो पर्व मनाइन्छ । यस पर्वमा घरघरमा दिपावली तथा सामूहिक पूजापाठ गरिन्छ र एक आपसमा शुभकामना साटासाट गरिन्छ ।
फाल्गुनन्द जयन्ती	किराँत	कार्तिक २५ गते विभिन्न कार्यक्रमहरूको आयोजना गरी महागुरु फाल्गुनन्दको स्मरण र सम्मान गरिन्छ ।

ल्होसार	शेर्पा, तामाङ, गुरुङ	पुसदेखि फागुनसम्म मनाइन्छ । तमु ल्होसार, ग्याल्पो ल्होसार, सोनाम ल्होसार आदि पर्वमा पूजापाठ गर्ने, मान्यजनबाट आशीर्वाद लिने, मिठा मिठा परिकार खाने र रमाइलो गर्ने गरिन्छ ।
(ख) जात्रा तथा मेला		
गाईजात्रा	नेवार	भदौ महिनामा दमक बजारमा गाईजात्रा देखाइन्छ । दिवङ्गत आत्माको शान्तिको कामना गर्दै यस जात्रामा मानिसलाई गाई बनाएर बजार परिक्रमा गराइन्छ ।
सिर्जित मेला	धिमाल	वैशाख/जेठ महिनामा लाग्ने यस मेलामा विभिन्न कार्यक्रमहरू गरी धिमाल नाच देखाइन्छ । यस मेलामा धिमाल समुदायका मानिसहरूले ग्रामदेवताको पूजा गर्छन् ।
(ग) नाचगानहरू		
लाखे नाच	नेवार	गाईजात्राको समयमा राक्षसको जस्तो मुखुण्डो लगाएको मान्छेको नाच देखाइन्छ ।
सेलो नाच	तामाङ	सेलो गीत गाउँदै नाचिन्छ ।
साकेला नाच	किराँत	सिली मिलाएर अभिनय गर्दै नाचिन्छ ।
धान नाच	लिम्बू	एक अर्काको हात समात्दै गोलो घेरा बनाएर नाचिन्छ ।
भजन/बालन नाच	हिन्दु	विभिन्न पूजा आजा, व्रतबन्ध आदिको अवसरमा मादल, मुजुरा, खैँजडी आदि बजाएर बालन गाइन्छ । बालन गाउने बेलामा विभिन्न हाउभाउका साथ नाचिन्छ ।
झुमरा नाच	थारू	एकल र समूह मिलेर झुमरा गाइन्छ । झुमरा गाउँदा विभिन्न हाउभाउका साथ नाचिन्छ ।
सङ्गिनी नाच	ब्राह्मण क्षेत्री	महिलाहरू आपसमा हात जोडी गोलो घेरामा गीत गाउँदै नाच्ने गर्छन् ।

(घ) भेषभूषाहरू : दौरासुरुवाल, टोपी, गुन्युचोली, पटुकी, मेचुमा लाचा (साडी), सम्लोङ (चोली), पागडी, पेटानी आदि ।
(ङ) गरगहनाहरू : तिलहरी, मङ्गलसुत्र, चुरा, फुली, हार, बाला (चुरा), पोते, कुण्डली आदि ।
(च) बाजाहरू : नरसिङ्गा, सहनाई, दमाहा, टयाम्को, मादल, झ्याम्टा, ढोल, सारङ्गी, मुरली, बाँसुरी, तुरही, ट्याम्को आदि ।

क्रियाकलाप

१. पालैपालो अगाडि जानुहोस् र आफ्नो समुदायमा नाचिने नाचको अभिनय गर्नुहोस् ।

२. पालैपालो अगाडि गई आफ्नो समुदायमा रहेको कुनै एक सांस्कृतिक सम्पदाको नाम भन्नुहोस् र उक्त सांस्कृतिक सम्पदाको बारेमा आफूलाई जानकारी भएको कुरा बताउनुहोस् ।

३. तपाईँको समुदायमा भएका सांस्कृतिक सम्पदाहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(क) ....

(ख) ....

(ग) ....

(घ) ....

(ङ) ....

(च) ....

४. खाली ठाउँमा मिल्दा शब्दहरू भर्नुहोस् ।

(क) विभिन्न पूजाआजा, व्रतबन्ध आदिको अवसरमा ...., ..., ... आदि बजाएर बालन गाइन्छ । भजन गाउने बेलामा विभिन्न .... का साथ नाचिन्छ ।

(ख) मेरो नाम .... हो । म .... समुदायको मानिस हुँ । मेरो समुदायमा .... चाडपर्व मनाइन्छ, ... मेला लाग्छ, ... नाच नाचिन्छ र .... गीत गाइन्छ ।

५. दिइएका सांस्कृतिक सम्पदाहरूसँग सम्बन्धित समुदायको नाम बाकसमा लेख्नुहोस् ।

(क) दसैँतिहार →	
(ख) माघेसङ्क्रान्ति →	
(ग) बुद्धजयन्ती →	
(घ) उँधौली पर्व →	
(ङ) फाल्गुनन्द जयन्ती →	
(च) ल्होसार →	
(छ) गाईजात्रा →	
(ज) जातरी मेला →	
(झ) छठ →	
(ञ) लाखेनाच →	
(ट) चण्डीपर्व →	
(ठ) झुमरा नाच →	
(ड) बकर इद →	
(ढ) क्रिसमस डे →	

६. तलका प्रश्नहरूको उत्तर खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् ।

(क) तपाईंको समुदायमा कुन कुन चाडपर्व मनाउनुहुन्छ ?

....

....

(ख) तपाईंको समुदायमा कुन कुन नाचहरू नाचिन्छ ?

....

....

(ग) तपाईंको समुदायमा के कस्ता भेषभूषा लगाइन्छ ?

....

....

(घ) तपाईंको समुदायमा के कस्ता बाजाहरू बजाइन्छ ?

....

....

(ङ) तपाईंको समुदायमा के कस्ता गरगहना लगाइन्छ ?

....

....

७. तपाईंको समुदायमा रहेको कुनै एक अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको चित्र बनाउनुहोस् ।

एकाइ : तीन
हाम्रो भाषा, संस्कार र संस्कृति

पाठ १ : हाम्रो भाषा

पाठ २ : हाम्रा संस्कार र संस्कृतिहरू

सिकाइ उपलब्धिहरू

- समुदायमा बोलिने फरक फरक भाषाहरूबारे परिचित हुन
- मातृभाषा र बाह्य भाषाबिच फरक छुट्याउन
- एक अर्काको भाषाप्रति सम्मान प्रकट गर्न
- संस्कारको परिचय दिन
- आफ्नो परिवारमा प्रचलित संस्कारहरूबारे बताउन
- फरक फरक समुदायका संस्कारहरूबारे परिचित हुन
- संस्कृतिको सामान्य परिचय दिन
- संस्कार र संस्कृतिबिच फरक छुट्याउन
- आफ्नो परिवार तथा मान्यजनप्रति आदर र सम्मान प्रकट गर्न ।

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको समाजमा बोलिने फरक फरक भाषाहरूबारे जानकारी गराउन ती भाषा बोल्ने समुदायमा लैजानुहोस् र ती भाषा बोल्ने मानिसहरूसँग प्रत्यक्ष भेट गराउनुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको परिवारमा प्रचलित संस्कारहरू जस्तै पाहुनालाई आदरसत्कार, सरसहयोग, बोलीवचन, सभ्यता आदिबारे बताउन लगाउनुहोस् ।

३. विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्र मनाइने मुख्य चाडपर्वहरूबारे परिचित गराउन सम्बन्धित धर्म मान्ने समुदायमा लैजानुहोस् र उनीहरूले मनाउने चाडपर्वहरू के कसरी मनाउँछन् जानकारी गराउनुहोस् ।

४. विद्यार्थीहरूलाई एक अर्काप्रतिको भाषा, धर्म, चाडपर्व आदिको सम्मान गर्न सिकाउने क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्नुहोस् ।

पाठ : १ हाम्रो भाषा

लय मिलाई पढौँ ।

भाषा

✍शिव सस्मित

आऊ साथी म केही भन्छु कान थापी सुन
मेरा कुरा बुझ अनि आफ्ना कुरा भन ।
हामी दुईका भाव बुझ्ने माध्यम हो भाषा
स्पष्ट र शुद्ध भाषा हुन्छ सधैं **खासा** ।।

नेवार, मगर, गुरुङ, तामाङ, लिम्बू अनि राई
फरक फरक भाषा बोल्छन् हाम्रा दाजुभाइ ।
भोजपुरी, मैथिली र धिमाल भाषा पनि
दमकको साझा भाषा नेपाली हो अनि ।।

भूगोल र संस्कृतिले भाषा थरिथरि
एक अर्काको भाषा सुन्नुपर्छ कसैगरी ।
एक अर्काको पहिचान, सम्मान गर्नुपर्छ
सबै भाषा **संरक्षण**मा लागी पर्नुपर्छ ।।

भाषा हाम्रो जीवन हो, आधार सञ्चारको
सबै मानिस जोड्ने पुल, **सूत्र** संसारको ।
लिपि, वर्ण विकास गर्दै अघि बढ्नुपर्छ
मातृभाषा, बाह्य भाषा सबै बुझ्नुपर्छ ।।

१. पालैपालो अगाडि आई माथिको कविता लय मिलाई पढ्नुहोस् ।
२. कवितामा भएका रङ्गीन शब्दहरूको बारेमा शिक्षकसँग छलफल गर्नुहोस् ।
३. तपाईं कुन भाषा बोल्नुहुन्छ ? साथीलाई बताउनुहोस् ।

चित्र हेरौँ, पढौँ र गरौँ ।

चित्रमा दुईजना मानिस कुराकानी गरिरहेका छन् । उनीहरूले कुन भाषामा के कुरा गरेका होलान् ? भाषा भनेको के होला ?

भाषा भनेको मानवीय विचार र भावना आदानप्रदान गर्ने माध्यम हो । यसले मानिसहरूबाट बोलिएका भनाइ र व्यक्त गरिएका विचार बुझ्न सहयोग गर्छ । माथिको चित्रमा दुईजना व्यक्तिहरू एकआपसमा कुराकानी गरिरहेका छन् र मनका भावनाहरू साटासाट गरिहेका छन् ।

भाषा किन फरक फरक हुन्छन् होला ?

चालचलन, समय, ठाउँ, समाजको प्रभाव आदिका कारण भाषा फरक फरक हुन्छन् ।

दमक नगरपालिकामा के कस्ता भाषा बोलिन्छन् ?

दमक नगरपालिकामा नेपाली, मैथिली, भोजपुरी, धिमाल, सन्थाल, ताजपुरिया, थारू, तामाङ, नेवारी, मगर, गुरुङ, लिम्बू, राई, हिन्दी आदि भाषा बोलिन्छन् ।

मातृभाषा र बाह्य भाषामा के फरक हुन्छ ?

मानिस जन्मिएपछि घर परिवारमा प्राकृतिक रूपमा बोल्ने भाषालाई मातृभाषा भनिन्छ भने जन्मिएपछि आवश्यकताका आधारमा सिकिने भाषाहरू बाह्य भाषा हुन् । उदाहरणका लागि नेवारी समुदायका मानिस जन्मजात नेवारी बोल्छन् भने नेवारी उनीहरूको मातृभाषा हो । मातृभाषाबाहेक उनीहरूले सिक्ने अन्य भाषा बाह्य भाषा हुन् ।

एक अर्काको भाषाको सम्मान कसरी गर्न सकिन्छ ?

एक भाषा बोल्नेले अर्को भाषा सिक्ने प्रयास गर्नुपर्छ । अरूको भाषालाई होच्याएर बोल्नुहुँदैन । आफ्नो भाषा सिक्न खोज्ने अरू मानिसलाई सहयोग गर्नुपर्छ । बाह्य भाषासँग सम्बन्धित कार्यक्रममा सहभागी हुनुपर्छ । स्थानीय भाषामा लेखिएका सामग्रीलाई **मान्यता** दिनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. तलका वाक्यहरू सही भए ठिक र गलत भए बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) भाषाले मानिस बिच दोहोरो सञ्चार गराउँछ ।	
(ख) भाषा एकथरी मात्र हुन्छ ।	
(ग) दमकमा अङ्ग्रेजी भाषा बोल्ने समुदाय छ ।	
(घ) घर परिवारमा प्राकृतिक रूपमा बोलिने भाषा मातृभाषा हो ।	
(ङ) हामीले अरूको भाषा सिक्नुहुँदैन ।	
(च) एक भाषा बोल्नेले अर्को भाषालाई सम्मान गर्नुपर्छ ।	
(छ) स्थानीय भाषामा लेखिएका सामग्रीलाई मान्यता दिनुपर्छ ।	

२. कोठाबाट मिल्दा शब्दहरू छानेर खाली ठाउँमा भर्नुहोस् ।

प्राकृतिक, भाषा, बाह्य, सहयोग, भोजपुरी, नेपाली

(क) मानवीय विचार र भावना आदानप्रदान गर्ने माध्यम .... हो ।

(ख) दमक नगरपालिकामा बोलिने साझा भाषा ....हो ।

(ग) मानिस जन्मिएपछि घर परिवारमा ....रूपमा बोल्ने भाषालाई मातृभाषा भनिन्छ ।

(घ) मातृभाषाबाहेक अन्य भाषालाई .... भाषा भनिन्छ ।

(ङ) आफ्नो भाषा सिक्न खोज्नेलाई ....गर्नुपर्छ ।

३. दमक नगरपालिकामा बोलिने भाषाहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(क) .... (ख) ....

(ग) .... (घ) ....

(ङ) .... (च) ....

(छ) .... (ज) ....

४. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) भाषाले केमा सहयोग गर्छ ?

....

(ख) जन्मजात बोलिने भाषालाई के भनिन्छ ?

....

(ग) अरूले बोल्ने भाषाको सम्मान गर्न के गर्नुपर्छ ?

....

(घ) भाषा फरक फरक हुनुको कारण के हो ?

....

....

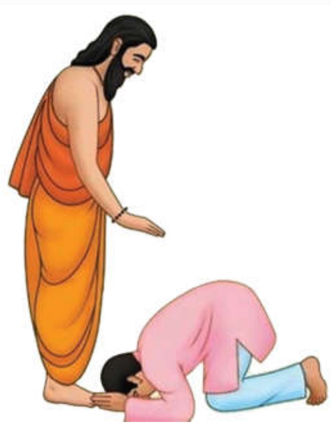
पाठ : २ हाम्रो संस्कार र संस्कृति

चिनौँ, पढौँ र गरौँ ।

म हिन्दु धर्म मान्छु । हाम्रो धर्म संस्कारअनुसार बच्चा जन्मिएको एघारौँ दिनमा न्वारान गरिन्छ । न्वारानमा ब्राह्मण बोलाएर विधिपूर्वक पूजा गरिन्छ । त्यसै दिन बच्चाको नाम पनि राखिन्छ ।

जन्म संस्कार

हाम्रो घरमा छोराहरूले बाबुआमालाई, भाइले दाइलाई, दाजुभाइले दिदीबहिनीलाई, बुहारीले सासूलाई ढोग्ने चलन छ । यो हाम्रो परिवारको संस्कार हो ।



शिष्टाचार

म बुद्ध धर्म मान्छु । हाम्रो मृत्यु संस्कारअनुसार मानिसको मृत्यु पश्चात सम्मानपूर्वक दाहसंस्कार गरिन्छ । मृतकको आत्मालाई शान्ति र मुक्ति प्रदान गर्न विशेष पूजा र प्रार्थना गरिन्छ । मृत्यु संस्कारको अवधिमा शोक व्यक्त गर्ने र मृतकको परिवारलाई सान्त्वना दिने गरिन्छ ।

बुद्ध धर्मअनुसार दाहसंस्कार

म किराँत समुदायको मानिस हूँ । हाम्रो विवाह संस्कार अनुसार विवाह हुनुअघि माङसेवा अर्थात पुर्खाहरूको पूजा गरिन्छ । त्यसैगरी केटीपक्षको घरमा केटी माग्न जाने, विवाह पक्का भएपछि साकेला साइनो गाँस्ने, विवाहको दिन मुन्धुम पाठ गर्ने, विवाहस्थलमा मासु, रक्सी, चामल, फलफूल चढाउने, सामूहिक भोज गर्ने आदि गरिन्छ ।

किराँत समुदायमा विवाह संस्कार

संस्कार भनेको के होला ?

संस्कार भनेको मानिसलाई शुद्ध बनाउने काम हो । मानिसमा रहेका सकारात्मक आचरण र व्यावहारिक अभ्यास संस्कार हुन् । संस्कारले मानिसको चरित्र, सोच र समाजप्रतिको **दृष्टिकोण** निर्माण गर्छ ।

मानिसका संस्कारहरू के के होलान् ?

संस्कार विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । **जन्म, अन्नप्राशन, विवाह, व्रतबन्ध, अन्त्येष्टी** आदि धार्मिक संस्कारहरू हुन् । ठुलाबडालाई आदर सम्मान गर्नु, सानालाई माया गर्नु, इमानदार हुनु र नीतिमा रहनु नैतिक संस्कार हुन् । त्यसैगरी राम्रो बोलीवचन, व्यवहार र अनुशासन आचरणसम्बन्धी संस्कार हुन् ।

थप क्रियाकलाप : सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैपालो अगाडि बोलाई उनीहरूको परिवारमा प्रचलित एक एकवटा संस्कारहरू बताउन लगाउनुहोस् । विभिन्न जाति र समुदायका जन्म, मृत्यु, अन्नप्राशन, व्रतबन्ध, विवाह आदि संस्कारहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई परिचयसमेत गराउनुहोस् ।

संस्कृति भनेको के होला ?

संस्कृति भनेको कुनै समाज, समुदाय वा राष्ट्रले अपनाएका रहनसहन, कला, धर्म, परम्परा र रीतिरिवाजहरूको समग्र रूप हो । संस्कृतिले समाजको पहिचान कायम राख्दै सामूहिक एकताको भावना वृद्धि गर्छ ।

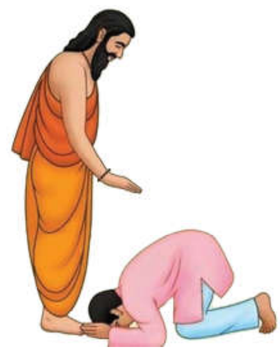
संस्कार र संस्कृतिबिच के फरक होला ?

संस्कार र संस्कृतिबिच केही भिन्नताहरू रहेका छन् ।

संस्कार	संस्कृति
व्यक्तिको व्यवहार, आचरण र सोचलाई शुद्ध बनाउनु संस्कार हो ।	समाजको जीवनशैली, परम्परा र मान्यताहरूको समग्र रूप संस्कृति हो ।
जन्म, विवाह, मृत्यु आदिमा गरिने कर्महरू संस्कार हुन् ।	खानपानको शैली, रीतिरिवाज, नैतिक मूल्य र मान्यता आदि संस्कृति हुन् ।
संस्कारले व्यक्तिको नैतिक र सामाजिक विकास गराउँछ ।	संस्कृतिले समाजको पहिचान र एकता गराउँछ ।
संस्कार स्थिर प्रकृतिको हुन्छ ।	संस्कृति समयअनुसार परिवर्तनशील हुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. संस्कारहरू पहिचान गर्नुहोस् र बाकसमा नाम लेख्नुहोस् ।



२. तपाईंको समुदायमा के कस्ता संस्कारहरू छन् ? सूची बनाउनुहोस् ।

(क) ....

(ख) ....

(ग) ....

(घ) ....

(ङ) ....

३. तपाईंको घरमा भएका संस्कारहरूमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) बच्चा जन्मिएपछि ११ औँ दिनमा पुरोहित बोलाई न्वारान गरिन्छ ।	
(ख) बच्चा ५/६ महिना उमेर भएपछि अन्नप्राशन गरिन्छ ।	
(ग) बच्चाको कान छेड्ने गरिन्छ ।	
(घ) छोराको निश्चित उमेरमा व्रतबन्ध गरिन्छ ।	
(ङ) केटा केटीको मागी विवाह गरिन्छ ।	
(च) मानिस मरेपछि दाहसंस्कार र किरिया बस्ने काम गरिन्छ ।	
(छ) मरेका मानिसको तिथिमा श्राद्ध गरिन्छ ।	
(ज) बच्चा जन्मिएपछि लामाको सल्लाहअनुसार नामकरण गरिन्छ ।	
(झ) बच्चाको पहिलोपटक केश छेवर (कपाल खौरने) गरिन्छ ।	
(ञ) बालबालिकालाई भिक्षु बनाउने कर्म गरिन्छ ।	
(ट) लामाको उपस्थितिमा मन्त्रपाठ र पूजा गरेर विवाह गरिन्छ ।	
(ठ) लामा वा बौद्ध भिक्षुहरूद्वारा पूजापाठ गर्दै शवदाह गरिन्छ ।	
(ड) हाडनाता वा गोत्रभित्र विवाह गरिँदैन ।	
(ढ) शिशु जन्मिएपछि मुन्धुमअनुसार आशीर्वाद दिइन्छ ।	
(ण) प्रत्येक वर्ष न्वागी खाइन्छ ।	
(त) मृतकलाई मुन्धुमअनुसार जलाउने काम गरिन्छ ।	
(थ) ह्वाङबोचो गरिन्छ ।	
(द) थान पूजा गरिन्छ ।	
(ध) बच्चा जन्मिएको केही समयपछि अजान दिइन्छ ।	
(न) नमाज, रोजा, जकात, हज यात्रा, कुरान वाचन गरिन्छ ।	
(प) निकाह, मेहर र वलिमा गरिन्छ ।	
(फ) मानिसको मृत्युमा गुस्ल, कफन, दफन, मातम आदि गरिन्छ ।	
(ब) पादरीको अगुवाइमा विवाह गरिन्छ ।	
(भ) शव गाड्ने, प्रार्थना सभा, शोकसभा आदि गरिन्छ ।	

४. तलका वाक्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) संस्कार भनेको मानिसलाई शुद्ध बनाउने काम हो ।	
(ख) संस्कृतिले सामूहिक एकताको भावना वृद्धि गर्छ ।	
(ग) संस्कारले मानिसलाई एकोहोरो बनाउँछ ।	
(घ) संस्कृति समयअनुसार परिवर्तनशील हुन्छ ।	
(ङ) समाजका मान्यताहरू संस्कृतिभित्र पर्दैनन् ।	

५. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) हिन्दु संस्कारअनुसार बच्चाको नाम कहिले राखिन्छ ?

....

(ख) कुन समुदायको विवाह संस्कारमा माङसेवा गरिन्छ ?

....

(ग) संस्कारले मानिसमा के के निर्माण गर्छ ?

....

(घ) आचरणसम्बन्धी संस्कार के के हुन् ?

....

(ङ) बुद्ध धर्म मान्ने समुदायमा दाहसंस्कार कसरी गरिन्छ ?

....

(च) संस्कृति भनेको के हो ?

....

६. तलको अनुच्छेद सार्नुहोस् ।

संस्कार विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । जन्म, अन्नप्राशन, विवाह, व्रतबन्ध, अन्त्येष्टी आदि धार्मिक संस्कारहरू हुन् । ठुलाबडालाई आदर गर्नु, सानालाई माया गर्नु, इमान्दार हुनु र नीतिमा रहनु नैतिक संस्कार हुन् । त्यसैगरी राम्रो बोलीवचन, व्यवहार र अनुशासन आचरणसम्बन्धी संस्कार हुन् ।

....

....

....

....

....

७. तलको कथा पढ्नुहोस् र सोधिएका प्रश्नहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

रिना दमक नगरपालिका वडा नम्बर ४ मा बस्छिन् । काठमाडौँ बस्ने रिनाका दाजु एकदिन घरमा आउनुभयो । घरमा आउनासाथ उहाँले बुबाआमालाई शिर निहुराई ढोग गर्नुभयो । रिनाले दाजुलाई नमस्कार गरिन् र सन्चो बिसन्चो सोधिन् । दाजुले पनि बुबाआमा र बहिनीलाई सन्चो बिसन्चो सोध्नुभयो । रिनाले दाजुलाई 'बस्नुस्' भनिन् र गिलासमा पानी ल्याइदिइन् ।

एकछिन घरमा आराम गरेपछि रिनाका दाजु छिमेकतिर जानुभयो । छिमेकमा उहाँका दाजु, भाइ, काका, काकी, भतिज आदि नाता पर्ने मानिसहरू भेटिए । मान्यजनलाई उहाँले आदरभाव प्रकट गर्नुभयो । उहाँलाई मान्नुपर्नेले पनि सम्मान व्यक्त गरे ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू :

(क) हामीले मान्यजनलाई किन आदर गर्नुपर्छ ?

(ख) हामीले आफूभन्दा सानालाई कसरी माया देखाउनुपर्छ ?

(ग) हाम्रो घरमा आएका पाहुनालाई कसरी सत्कार गर्नुपर्छ ?

(घ) आफ्नो परिवारका मान्यजनलाई हामीले कसरी सम्मान प्रकट गर्छौं ?

एकाइ : चार
व्यक्ति, व्यक्तित्व र सङ्घसंस्था

पाठ १ : हाम्रा सामाजिक व्यक्तिहरू
पाठ २ : हाम्रा जनप्रतिनिधिहरू
पाठ ३ : हाम्रा सङ्घसंस्थाहरू

सिकाइ उपलब्धिहरू

- ✍ सामाजिक व्यक्तिको परिचय दिन
- ✍ आफ्नो टोल छिमेकमा रहेका सामाजिक व्यक्तिहरूको नाम बताउन
- ✍ टोल छिमेकमा रहेका सामाजिक व्यक्तिहरूले गर्ने कार्यबारे बताउन
- ✍ दमक नगरपालिकाको स्थापनाकालदेखि हालसम्मका नगरप्रमुख र उपप्रमुखहरू पहिचान गर्न
- ✍ नगर प्रमुख, उपप्रमुख र वडाअध्यक्षहरूले गर्ने मुख्य काम बताउन
- ✍ नगरपालिकाभित्र रहेका सामाजिक सङ्घसंस्थाहरूको परिचय दिन
- ✍ नगरपालिकाभित्र रहेका सामाजिक सङ्घसंस्थाहरूले दिने मुख्य सेवाको नाम बताउन

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो टोल छिमेकमा रहेका सामाजिक व्यक्तिहरूसँग प्रत्यक्ष भेटघाट गराउनुहोस् र उहाँहरूले गरेका कार्यबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई नगरकार्यपालिकाको कार्यालयमा लैजानुहोस् र हालसम्मका नगर प्रमुख उपप्रमुखहरूको पहिचान गराउनुहोस् । त्यसैगरी वर्तमान नगरप्रमुख, उपप्रमुख र वडाअध्यक्षहरूसँग प्रत्यक्ष भेट गराउनुहोस् र उहाँहरूले गर्ने मुख्य कामहरूबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

३. विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्र रहेका सामाजिक सङ्घसंस्थाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् र ती सङ्घसंस्थाहरूले दिने सेवाबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

पाठ : १ हाम्रा सामाजिक व्यक्तिहरू

चिनौँ, पढौँ र गरौँ ।

कस्ता व्यक्तिलाई सामाजिक व्यक्ति भनिन्छ होला ?

सामाजिक कार्यमा सक्रिय रूपमा सहभागी हुने, सामाजिक सेवा दिने, अरूसँग मिलेर बस्ने, सबैसँग सहकार्य गर्ने, सामाजिक नियमकानुन, मूल्य र परम्पराको सम्मान गर्ने व्यक्तिलाई सामाजिक व्यक्ति भनिन्छ । समाजका शिक्षक, स्वास्थ्यकर्मी, पत्रकार, साहित्यकार, नेता, वकिल, सामाजिक कार्यकर्ता आदि सबै सामाजिक व्यक्ति हुन् ।

एल.पि. जोशी अर्थात् लक्ष्मीप्रसाद जोशी दमकमा बसोवास गर्ने एकजना वरिष्ठ लोकगायक हुनुहुन्थ्यो । उहाँले पूर्वी नेपालका जनजीवन र लोकभाका झल्कने करिब ४५ वटा गीत रेडियो नेपालमा रेकर्ड गराउनुभएको थियो। त्यसैले उहाँलाई “लोकगीतका सम्राट” भनेर पनि चिन्ने गरिन्छ । जोशीले “हिजो, आज, भोलि” लगायतका करिब ९ वटा नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्नुभएको थियो । दमकमा उहाँलाई सम्मानित सामाजिक व्यक्तिको रूपमा लिने गरिन्छ । २०८१ साल साउन १० गते ८८ वर्षको उमेरमा उहाँको निधन भएको थियो ।

क्रियाकलाप

१. पालैपालो अगाडि जानुहोस् र तपाईँको टोलछिमेकमा बसोवास गर्ने सामाजिक व्यक्तिहरूको नाम र उनीहरूले गर्ने मुख्य कामहरू बारेमा बताउनुहोस् ।

२. तपाईँको टोलछिमेकमा बसोवास गर्ने एक एक जना सामाजिक व्यक्तिहरूको नाम तलको तालिकामा लेख्नुहोस् ।

सामाजिक व्यक्ति	नाम
शिक्षक	
स्वास्थ्य कार्यकर्ता	
रेडक्रसमा काम गर्ने व्यक्ति	
पत्रकार	
वकिल	
न्यायाधीश	
साहित्यकार	
नेता	
धार्मिक गुरु	
कलाकार	
सामाजिक कार्यकर्ता	
स्वयम्सेवक	
गायक	

थप क्रियाकलाप : विद्यार्थीहरूलाई सामाजिक व्यक्तिहरूसँग प्रत्यक्ष भेटघाट गराई कुराकानीसमेत गराउनुहोस् ।

३. दिइएको कामअनुसार सही सामाजिक व्यक्ति पहिचान गरी ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

नाटकमा अभिनय गर्नुहुन्छ । अभिनयमार्फत सामाजिक चेतना फैलाउने काम गर्नुहुन्छ ।	गायक/कलाकार/पत्रकार
विद्यालय जानुहुन्छ । शिक्षण गर्नुहुन्छ । विद्यार्थीहरूलाई ज्ञान बाँड्नुहुन्छ ।	शिक्षक/नायक/गायक
समाचार सङ्कलन गर्नुहुन्छ, लेख्नुहुन्छ । रेडियो टिभीमा वाचन पनि गर्नुहुन्छ ।	शिक्षक/वकिल/पत्रकार
घर घरमा जानुहुन्छ । स्वास्थ्य र सरसफाइसम्बन्धी चेतना फैलाउने काम गर्नुहुन्छ ।	शिक्षक/स्वास्थ्य कार्यकर्ता/पत्रकार
प्रवचन दिनुहुन्छ । धर्म र ईश्वरप्रति मानिसमा भक्तिभाव जगाइदिनुहुन्छ ।	धार्मिक गुरु/पत्रकार/स्वास्थ्यकर्मी
पक्ष र विपक्षका कुरा सुन्नुहुन्छ । फैसला सुनाउनुहुन्छ । न्याय दिनुहुन्छ ।	प्रहरी/न्यायाधीश/सैनिक
सबैप्रति समान व्यवहार गर्नुहुन्छ । समाजको विकासका लागि नेतृत्वदायी भूमिका निर्वाह गर्नुहुन्छ ।	डाक्टर/वकिल/नेता

४. तपाईंको टोल छिमेकमा बसोवास गर्ने सामाजिक व्यक्तिहरूको नाम र उहाँहरूले दिने सेवा खाली ठाउँमा लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

....

५. तपाईंलाई भविष्यमा कस्तो सामाजिक व्यक्ति बन्न मन छ ? लेख्नुहोस् ।

....

६. कस्तो मानिसलाई सामाजिक व्यक्ति भनिन्छ ? एक वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

....

....

७. तपाईंलाई मन पर्ने सामाजिक व्यक्तिको चित्र बनाउनुहोस् ।

पाठ : २

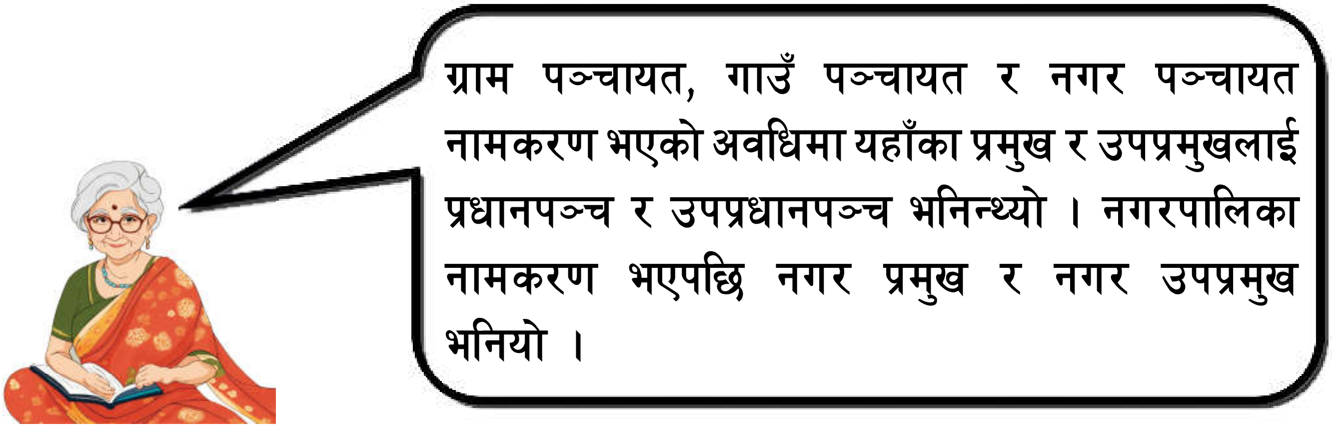
हाम्रा जनप्रतिनिधिहरू

चिनौँ, पढौँ र गरौँ ।

हजुरआमा ! दमक नगरपालिकाको स्थापना कहिले भएको हो नि ?

दमक नगरपालिकाको इतिहास धेरै लामो छ बाबु ! वि.सं. २००८ सालदेखि २०१७ सालसम्म यस नगरपालिकालाई ग्राम पञ्चायत भनिन्थ्यो । वि.सं. २०१८ देखि २०३७ सम्म गाउँ पञ्चायत भन्न थालियो । त्यसैगरी २०३८ मा बनाइएको नगर पञ्चायत २०४७ सम्म रह्यो । २०४८ सालदेखि बल्ल नगरपालिका भन्न थालिएको हो ।

ग्राम पञ्चायत हुनेवेलादेखि हालसम्म यस नगरपालिकाका प्रमुख र उपप्रमुखहरू कोको हुनुहुन्थ्यो नि हजुरआमा !



प्रधानपञ्च
किसनलाल ताजपुरिया
कार्य अवधि : वि.सं. २००८-२०१२

उपप्रधानपञ्च
माङ्गेलाल नेवार
कार्य अवधि : वि.सं. २००८-२०१२

उपप्रधानपञ्च

नरेन्द्रबहादुर राउत
कार्य अवधि : वि.सं. २००८-२०१२

उपप्रधानपञ्च
वेदप्रसाद सिटौला
कार्य अवधि : वि.सं. २००८-२०१२

प्रधानपञ्च

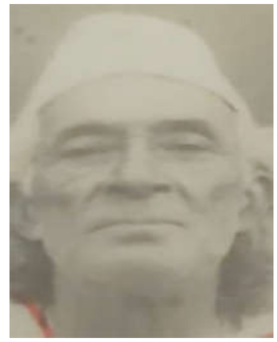
रेवन्तबहादुर कार्की
कार्य अवधि : वि.सं. २०१३-२०१७

उपप्रधानपञ्च
रघुवीर बुढाथोकी
कार्य अवधि : वि.सं. २०१३-२०१७

प्रधानपञ्च

नरेन्द्रबहादुर राउत
कार्य अवधि : वि.सं. २०१८-२०२२

उपप्रधानपञ्च



रणबहादुर दाहाल
कार्य अवधि : वि.सं. २०१८-२०२२

उपप्रधानपञ्च

कृष्णकुमार श्रेष्ठ
कार्य अवधि : वि.सं. २०१८-२०२२

उपप्रधानपञ्च

अमृतलाल ताजपुरिया
कार्य अवधि : वि.सं. २०१८-२०२२

प्रधानपञ्च

माबुलाल धिमाल
कार्य अवधि : वि.सं. २०२२-२०२६

उपप्रधानपञ्च

कृष्णलाल न्यौपाने
कार्य अवधि : वि.सं. २०२२-२०२६

प्रधानपञ्च

धनबहादुर श्रेष्ठ

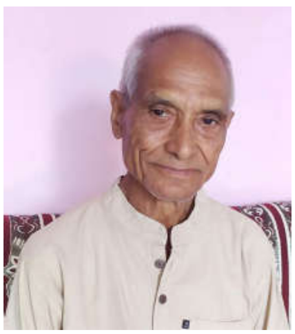
कार्य अवधि : वि.सं. २०२६-२०३८

उपप्रधानपञ्च

मोहन ढकाल

कार्य अवधि : वि.सं. २०२६-२०३८

प्रधानपञ्च



बलभद्र अधिकारी

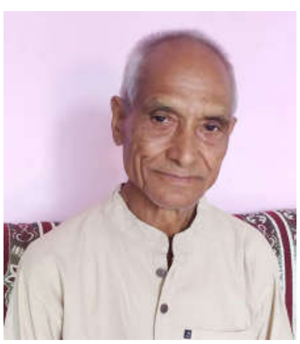
कार्य अवधि : वि.सं. २०३८-२०४३

उपप्रधानपञ्च

हरिप्रसाद न्यौपाने

कार्य अवधि : वि.सं.२०३८-२०४३

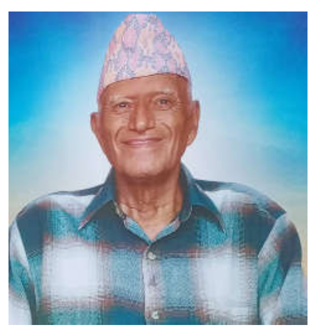
प्रधानपञ्च



बलभद्र अधिकारी

कार्य अवधि : वि.सं. २०४३-२०४६

उपप्रधानपञ्च



भवानीप्रसाद मिश्र

कार्य अवधि : वि.सं.२०४३-२०४६

नगरप्रमुख

इन्द्रबहादुर बुढाथोकी
कार्य अवधि : वि.सं. २०४९-२०५४

नगर उपप्रमुख

मोहन धिमाल
कार्य अवधि : वि.सं. २०४९-२०५४

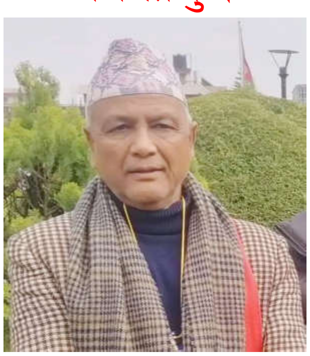
नगरप्रमुख

रोमनाथ ओली
कार्य अवधि : वि.सं. २०५४-२०५९

नगर उपप्रमुख

लोकबहादुर धिमाल
कार्य अवधि : वि.सं. २०५४-२०५९

नगरप्रमुख



रामकुमार थापा
कार्य अवधि : वि.सं. २०६१-२०६२

नगर उपप्रमुख

नारदमुनि घिमिरे
कार्य अवधि : वि.सं. २०६१-२०६२

नगरप्रमुख

नैनबहादुर भण्डारी

कार्य अवधि : वि.सं. २०६३-२०६३

नगर उपप्रमुख

वीरेन्द्र सङ्ग्रौला

कार्य अवधि : वि.सं. २०६३-२०६३

नगरप्रमुख

रोमनाथ ओली

कार्य अवधि : वि.सं. २०७४-२०७९

नगर उपप्रमुख

गीता अधिकारी

कार्य अवधि : वि.सं. २०७४-२०७९

नगरप्रमुख

रामकुमार थापा

कार्य अवधि : वि.सं. २०७९-हालसम्म

नगर उपप्रमुख

रेगिना भट्टराई (प्रसाईं)

कार्य अवधि : वि.सं. २०७९-हालसम्म

हालका नगर प्रमुख, उपप्रमुख र वडाअध्यक्षहरूको मुख्य काम के हो नि हजुरआमा !

नेपालको संविधानले स्थानीय तहलाई धेरै अधिकार दिएको छ बाबु ! संविधानअनुसार २०७४ सालमा स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन पनि बनाइएको छ ।

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ बमोजिम नगर प्रमुख, उपप्रमुख र वडा अध्यक्षहरूको मुख्य कार्यहरू :

नगर प्रमुख	नगर उपप्रमुख	वडा अध्यक्ष
सभा र कार्यपालिकाको बैठक बोलाउने र सोको अध्यक्षता गर्ने ।	न्यायिक समितिको संयोजक भई कार्य गर्ने ।	वडा समितिको अध्यक्ष भई कार्य गर्ने
नगरपालिकाको आवधिक वा वार्षिक कार्यक्रम वा बजेट तयार गरी सभामा पेस गर्ने ।	प्रमुखको अनुपस्थितिमा कार्यभार सम्हाल्ने ।	वडा समितिका सदस्यहरूको काममा समन्वय र सहजीकरण गर्ने ।
उपप्रमुख र कार्यपालिकाका सदस्यहरूलाई जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्ने ।	गैरसरकारी सङ्घ संस्थाका क्रियाकलापको समन्वय गर्ने ।	वडाको विकास योजना, बजेट तथा कार्यक्रम तयार गर्ने र नगरपालिकामा पेस गर्ने ।

कार्यपालिकाको दैनिक कामको रेखदेख गर्ने, निर्देशन दिने र नियन्त्रण गर्ने ।	उपभोक्ता हित संरक्षणसम्बन्धी कार्यको समन्वय गर्ने ।	वडाबाट कार्यान्वयन हुने योजना तथा कार्यक्रम कार्यान्वयन गराउने ।
नगरको भौतिक, शैक्षिक र सामाजिक विकासका कार्यको नेतृत्व गर्ने ।	योजना, कार्यक्रमको अनुगमन सुपरिवेक्षण र प्रतिवेदन पेस गर्ने ।	सिफारिस तथा प्रमाणीकरणसम्बन्धी कार्य गर्ने ।
नगरपालिकाभित्र सुशासन कायम राख्ने ।	गठित समितिहरूको काममा सहजीकरण र समन्वय गर्ने ।	कार्यपालिका, सभा र वडा समितिले तोकेका कार्य गर्ने ।

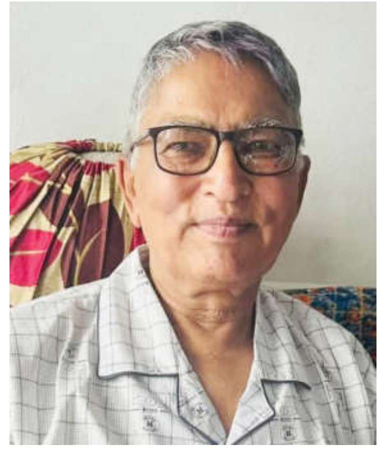
क्रियाकलाप

१. पालैपालो अगाडि जानुहोस् र तपाईंले चिनेका र सुनेका प्रमुख वा उपप्रमुखको नाम बताउनुहोस् ।

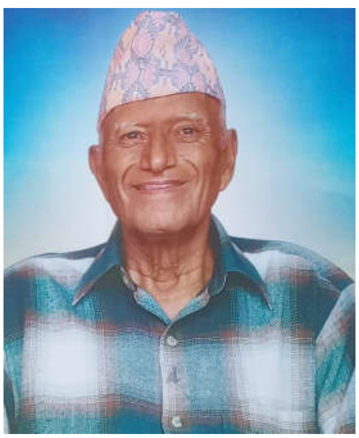
२. फोटो हेरी खाली कोठामा नाम, पद र कार्य अवधि लेख्नुहोस् ।

नाम : .... पद : .... कार्य अवधि :	नाम : .... पद : .... कार्य अवधि : ....

नाम : ....
पद : ....
कार्य अवधि : ....



नाम : ....
पद : ....
कार्य अवधि : ....



नाम : ....
पद : ....
कार्य अवधि : ....

नाम : ....
पद : ....
कार्य अवधि : ....

थप क्रियाकलाप : विद्यार्थीहरूलाई यथासम्भव नगरपालिकाका पूर्व प्रमुख र उपप्रमुखहरूसँग प्रत्यक्ष भेट गराउनुहोस् र चिनाउनुहोस् । साथै नगरको विकासका लागि उहाँहरूले निर्वाह गर्नुभएको भूमिकाबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

३. कोष्ठभित्रबाट उपयुक्त शब्द छनोट गरी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(क) वि.सं. २००८ सालदेखि २०१७ सालसम्म दमक नगरपालिकालाई .... भनिन्थ्यो ।

(गाउँ पञ्चायत, नगर पञ्चायत, ग्राम पञ्चायत)

(ख) वि.सं. ....सालदेखि दमकलाई नगरपालिका भन्न थालिएको हो । (२०४८, २०५८, २०६८)

(ग) नगर पञ्चायतका प्रमुखलाई .... भनिन्थ्यो ।

(नगरपञ्च, ग्रामपञ्च, प्रधानपञ्च)

(घ) स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन वि.सं. .... मा बनेको हो ।

(२०७३, २०७४, २०७५)

४. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) कार्यपालिकाको बैठक बोलाउने र सोको अध्यक्षता गर्ने काम कसको हो ?

....

(ख) न्यायिक समितिको संयोजक भई कसले काम गर्छ ?

....

(ग) सिफारिस तथा प्रमाणीकरणसम्बन्धी कार्य कसले गर्छ ?

....

५. नगर प्रमुखले वार्षिक कार्यक्रम र बजेटसम्बन्धी कस्तो काम गर्नुहुन्छ ?

....

....

६. वडा अध्यक्षले वडाको विकाससम्बन्धी के काम गर्नुहुन्छ ?

....

....

७. नगर उपप्रमुखले उपभोक्ता हितसम्बन्धी कुन काम गर्नुहुन्छ ?

....

....

८. तपाईँलाई मन पर्ने जनप्रतिनिधिहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

....

....

....

९. तपाईँलाई मन पर्ने जनप्रतिनिधिको चित्र बनाउनुहोस् ।

पाठ : ३ हाम्रा सङ्घसंस्थाहरू

चिनौँ, पढौँ र गरौँ ।

माथिको चित्र दमक नगरपालिकामा रहेको **नेपाल रेडक्रस सोसाइटी दमक उपशाखा**को हो । यो उपशाखा २०४९ साल माघ १९ गते स्थापना भएको हो । यस संस्थाले हाल रेडक्रसका आधारभूत सिद्धान्तअनुरूप विभिन्न सेवामूलक कार्यहरू पनि गरिरहेको छ । रक्तसञ्चार, सर्पदंश उपचार, एम्बुलेन्स, सामुदायिक स्वास्थ्य आदि सेवा यस उपशाखाले दिइरहेको छ । यहाँ सर्प सङ्ग्रहालय पनि रहेको छ ।

दमक उद्योग वाणिज्य सङ्घ निजी क्षेत्रको हकहितका लागि स्थापना भएको संस्था हो । यसको स्थापना वि.सं. २०४७ सालमा भएको हो । दमकमा रहेका उद्योगी र व्यवसायीहरूद्वारा यो संस्था स्थापना भएको हो । यो संस्था उद्योग तथा व्यावसायिक क्षेत्रको विकास र विस्तारमा देखिने समस्याहरूको समाधानका लागि पहल गर्न बनेको हो ।

खानेपानी तथा सरसफाइ उपभोक्ता संस्था

दमक नगरपालिकावासीलाई पर्याप्त शुद्ध खानेपानी उपलब्ध गराउन खानेपानी तथा सरसफाइ उपभोक्ता संस्था बनेको हो । यो संस्था २०५१ सालमा स्थापना भएको हो । यो संस्थाले दमकका २८ हजार ५ सय ६८ घरधुरीमा बसोबास गर्ने १ लाख ७ हजार २ सय २७ जनसङ्ख्यालाई खानेपानी उपलब्ध गराउने रहेको छ । यसको सेवाक्षेत्र दमक नगरपालिका वडा नम्बर १, ५, ६, ७ र ८ को पूरै भाग र वडा नम्बर २, ४ र ९ को झन्डै ४० प्रतिशत भाग रहेको छ । हालसम्म यस संस्थाले १३ हजार ६६ वटा धाराहरूमार्फत खानेपानी उपलब्ध गराइरहेको छ ।

कस्ता सङ्घसंस्थालाई सामाजिक सङ्घसंस्था भनिन्छ होला ?

समाजको कल्याण, सुधार र विकासका लागि कानुनबमोजिम सङ्गठित समूह वा संस्थाहरूलाई सामाजिक सङ्घसंस्था भनिन्छ । यिनीहरू नाफा कमाउने उद्देश्यले नभई सेवा गर्ने उद्देश्यले स्थापना भएका हुन्छन् । विभिन्न क्लबहरू, समूहहरू, रेडक्रस, जेसिज आदि सामाजिक सङ्घसंस्थाहरू हुन् ।

थप क्रियाकलाप : विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्र क्रियाशील सरकारी तथा गैरसरकारी सङ्घसंस्थाहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई तिनीहरूले दिने सेवाहरूबारे जानकारी गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. पालैपालो अगाडि जानुहोस् र तपाईँले देखेका सामाजिक सङ्घसंस्थाहरूको नाम बताउनुहोस् ।

२. तपाईँले प्रत्यक्ष देखेका सामाजिक सङ्घसंस्थाहरूको नाम र तिनले दिने सेवा तालिकामा लेख्नुहोस् ।

सामाजिक सङ्घसंस्थाको नाम	मुख्य सेवा वा काम

३. तलका प्रश्नहरूको सही उत्तरमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) दमक नगरपालिकामा रेडक्रस सोसाइटीको स्थापना कहिले भएको हो ?

(अ) २०४९ माघ १९ (आ) २०४९ फागुन १९

(इ) २०४९ चैत १९ (ई) २०४९ वैशाख १९

(ख) दमकमा रहेका उद्योगी र व्यवसायीहरूद्वारा स्थापना गरिएको संस्था कुन हो ?

(अ) रेडक्रस सोसाइटी (आ) खानेपानी संस्था

(इ) उद्योग वाणिज्य सङ्घ (ई) नेपाल पत्रकार महासङ्घ

(ग) खानेपानी तथा सरसफाइ उपभोक्ता संस्थाले दमकका कति घरधुरीलाई शुद्ध खानेपानी उपलब्ध गराउँछ ?

(अ) २८ हजार ५ सय ५८ (आ) २८ हजार ५ सय ६८

(इ) २८ हजार ५ सय ७८ (ई) २८ हजार ५ सय ८८

(घ) तलकामध्ये सामाजिक संस्था कुन हो ?

(अ) व्यापारिक केन्द्र (आ) कारखाना (इ) गाई फार्म (ई) युवा क्लब

४. तलको अनुच्छेद शुद्धसँग सार्नुहोस् ।

समाजको कल्याण, सुधार र विकासका लागि कानुनबमोजिम सङ्गठित समूह वा संस्थाहरूलाई सामाजिक सङ्घसंस्था भनिन्छ । यिनीहरू नाफा कमाउने उद्देश्यले नभई सेवा गर्ने उद्देश्यले स्थापना भएका हुन्छन् । विभिन्न क्लबहरू, समूहहरू, रेडक्रस, जेसिज आदि सामाजिक सङ्घसंस्थाहरू हुन् ।

....

....

....

....

....

५. कुनै सामाजिक संस्थाले सामाजिक कार्य गर्दै गरेको चित्र बनाउनुहोस् ।

एकाइ : पाँच
वातावरण र जैविक विविधता

पाठ १ : हाम्रो वातावरण

पाठ २ : हाम्रो जैविक विविधता

सिकाइ उपलब्धिहरू

- ✍ वातावरणको परिचय दिन
- ✍ दमक नगरपालिकाको वातावरणबारे बताउन
- ✍ जैविक विविधताको परिचय दिन
- ✍ दमक नगरपालिकाको जैविक विविधता पहिचान गर्न
- ✍ नगरपालिकाको जैविक विविधताको संरक्षण गर्ने उपायहरू बताउन

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. नगरपालिकाभित्रको वातावरण (हावापानी, माटो, वनजङ्गल आदि) बारे जानकारी गराउनुहोस् ।

२. नगरपालिकाभित्रका जैविक वस्तुहरू (जीवजन्तु, चराचुरुङ्गी, बोटबिरुवा आदि) को प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् ।

३. नगरपालिकाको जैविक विविधता संरक्षण गर्ने थप उपायहरू जानकारी गराउनहोस् ।

पाठ : १

हाम्रो वातावरण

भनौँ र गरौँ ।

वातावरण भनेको के होला ?

वातावरण भनेको पृथ्वीलाई घेरेको प्राकृतिक संरचना हो । वातावरणमा हावा, पानी, माटो, जीवजन्तु, वनस्पति, ताप, प्रकाश आदि पर्छन् । वातावरण जीवजन्तु र वनस्पतिको जीवनयापनको मुख्य आधार हो । वातावरणले जीवजन्तुलाई आवश्यक पर्ने हावा, पानी, खाना, ताप, वासस्थान आदि प्रदान गर्छ ।

तपाईँ बस्ने ठाउँवरिपरिको वातावरण कस्तो छ ?

म दमक नगरपालिकामा बस्छु । मेरो नगरपालिकामा थुप्रै नदी तथा खोला छन् । यहाँ वनजङ्गलहरू पनि छन् । वनजङ्गलमा विभिन्न बोटबिरुवा र जीवजन्तु पाइन्छन् । यहाँको समथर खेतीयोग्य जमिनमा मलिलो माटो पाइन्छ । यहाँ मौसमअनुसार तातो र चिसो दुबै तापक्रम रहेको हावापानी पाइन्छ ।

जानीराखौँ ।

जैविक र अजैविक वस्तु

वातावरणमा जैविक र अजैविक दुबै वस्तुहरू पर्छन् । जीवन भएका मानिस, जीवजन्तु, बोटबिरुवा, चराचुरुङ्गी, किराफट्याङ्ग्रा आदि जैविक हुन् भने जीवन नभएका नदी, हावा, पानी, ढुङ्गा, माटो, प्रकाश, बादल आदि अजैविक वस्तु हुन् ।

बोटबिरुवा र जीवजन्तु

खोला

चराचुरुङ्गी

हावा र पानी

किराफट्याङ्ग्रा

ढुङ्गा र माटो

क्रियाकलाप

१. वातावरणभित्र के के पर्छन् ? गोलो घेरा लगाउनुहोस् ।

हावा, विद्युत्, माटो, घर, पङ्खा, बोटबिरुवा, पानी, इँट, ढुङ्गा, प्रकाश, गाडी, बादल, टेलिफोन, चराचुरुङ्गी, हवाईजहाज, किराफट्याङ्ग्रा, टावर, खोला, नहर

२. मिल्दो शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

हावा, पृथ्वी, ताप, समथर खेतीयोग्य जमिन, बोटबिरुवा, समुद्र

(क) वातावरण भनेको .... लाई घेरेको प्राकृतिक संरचना हो ।

(ख) वातावरणले जीवजन्तुलाई सास फेर्न आवश्यक पर्ने .... प्रदान गर्छ ।

(ग) दमक नगरपालिकामा .... छ ।

(घ) सूर्यको प्रकाशले प्राकृतिक .... दिन्छ ।

(ङ) वनजङ्गलमा विभिन्न प्रकारका .... पाइन्छन् ।

३. तल सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) वातावरणमा के के चिज पर्छन् ?

....

(ख) दमक नगरपालिकाका वनजङ्गलमा के के पाइन्छन् ?

....

(ग) दमक नगरपालिकामा कस्तो हावापानी पाइन्छ ?

....

पढौँ र बुझौँ ।

हाम्रो दमक नगरपालिका चुरे पहाडको फेदमा रहेको छ । यहाँ चैतदेखि भदौ महिनासम्म निकै गर्मी हुन्छ । मङ्सिर, पुस र माघ जाडो हुने महिना हुन् । असोज, कात्तिक र फागुन महिनामा न्यानो घाम लाग्दछ । यस नगरको पूर्वमा रतुवा र पश्चिममा मावा नदी बग्दछन् । दमकमा बेतानी, ढुकुरे, दिपिनी, खरखरे आदि खोलाहरू पनि छन् । यी खोलाको पानी खेतबारीमा सिँचाइका लागि प्रयोग हुन्छ । दमक नगरपालिकामा हम्सेदुम्से, रमा र हिमालय सामुदायिक वन रहेका छन् । वनमा धेरै किसिमका बोटबिरुवा र जनावरहरू पाइन्छन् । दमकमा ठुलो चिया बगान पनि छ । वन र चिया बगानले दमकलाई स्वच्छ र हराभरा बनाएका छन् । दमक नगरपालिकाले यस नगरलाई “स्वच्छ र हरित नगर” बनाउने लक्ष्य लिएको छ । त्यसैले यस नगरपालिकाभित्रका बाटो, चोक र गल्लीहरू सफा राखिएका छन् । सहरी क्षेत्रमा बाटो किनारमा फूलका बिरुवा रोपेर दमकलाई सुन्दर बनाइएको छ । दमक बजारमा ढल निकासको राम्रो व्यवस्था मिलाइएको छ । सहरभित्र उत्पादन भएका फोहरलाई सङ्कलन गरी जैविक मल बनाउन कारखाना स्थापना गरिएको छ । दमकको प्राकृतिक वातावरण स्वच्छ र रमाइलो छ ।

यहाँको प्राकृतिक वातावरण जोगाउन स्थानीय सामुदायिक र निजी वनको संरक्षण गर्नुपर्छ । रतुवा, मावालगायत अन्य नदी किनारको खाली जमिनमा रुखबिरुवा रोप्नुपर्छ । पानी बग्ने खोलाखोल्सीहरूलाई पुर्नु र साँगुरो बनाउनु हुँदैन । खेतबारीमा जथाभावी विषादी छर्कनु हुँदैन । आफ्नो घर र टोलमा जम्मा भएको फोहरलाई जथाभावी फाल्नु र जलाउनु हुँदैन ।

दमक नगरलाई सफा राख्न हामी सबैले मिलेर काम गर्नुपर्छ । हामीले वातावरण जोगायौँ भने वातावरणले हाम्रो जीवन जोगाउन मद्दत गर्छ ।

क्रियाकलाप

१. खाली ठाउँमा उचित शब्द भर्नुहोस् :

(क) दमक नगरपालिका .... पहाडको फेदमा रहेको छ ।

(ख) खोलाको पानी............................... का लागि प्रयोग हुन्छ ।

(ग) दमक नगरपालिकामा ...., ...र ....सामुदायिक वन रहेका छन् ।

(घ दमकको प्राकृतिक वातावरण ....र .... छ ।

(ङ) आफ्नो घरमा जम्मा भएको फोहरलाई जथाभावी................र .... हुँदैन ।

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) वन र चियाबगानले दमकलाई कस्तो बनाएका छन् ?

....

....

(ख) नगरपालिकाले दमकलाई कस्तो नगर बनाउने लक्ष्य लिएको छ ?

....

....

(ग) दमकको प्रकृतिक वातावरण कस्तो छ ?

....

....

(घ) दमकको सहरी क्षेत्रलाई सुन्दर बनाउन के के गरिएको छ ?

....

....

(ङ) वातावरण जोगाउन नदीकिनारमा के गर्नुपर्छ ?

....

....

३. धर्का तानी जोडा मिलाउनुहोस् :

(क) चैतदेखि भदौ महिनासम्म	लक्ष्य
(ख) "स्वच्छ र हरित नगर"	रुखबिरुवा
(ग) फोहरलाई सङ्कलन गरी	स्वच्छ र रमाइलो
(घ) दमकको प्राकृतिक वातावरण	गर्मी
(ङ) नदीकिनारको खाली जमिनमा	जैविक मल

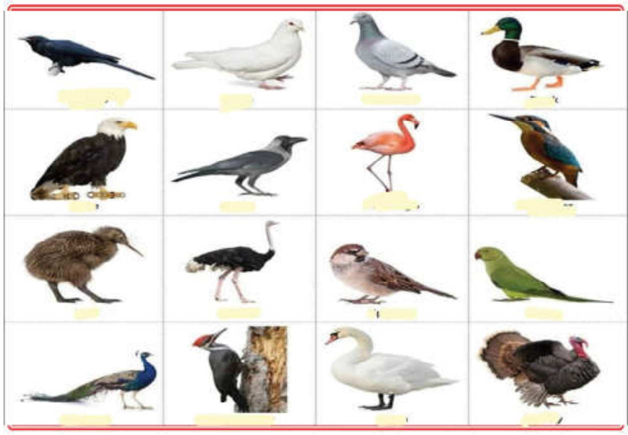
४. तल दिइएको पाठलाई शुद्धसँग सार्नुहोस् :

दमक नगरपालिकाले यस नगरलाई "स्वच्छ र हरित नगर" बनाउने लक्ष्य लिएको छ । त्यसैले यस नगरपालिकाभित्रका बाटो, चोक र गल्लीहरू सफा राखिएका छन् । सहरी क्षेत्रका बाटो किनारमा फूलका बिरुवा रोपेर दमकलाई सुन्दर बनाइएको छ । दमक बजारमा ढल निकासको राम्रो व्यवस्था मिलाइएको छ । सहरभित्र उत्पादन भएका फोहरलाई सङ्कलन गरी जैविक मल बनाउन कारखाना स्थापना गरिएको छ । दमकको प्राकृतिक वातावरण स्वच्छ र रमाइलो छ ।

दमक नगरपालिकाको प्राकृतिक वातावरण जोगाउन यहाँ भएका सामुदायिक र निजी वनको संरक्षण गर्नुपर्छ । रतुवा, मावालगायत अन्य नदी किनारको खाली जमिनमा रुखबिरुवा रोप्नुपर्छ । पानी बग्ने खोलाखोल्सीहरूलाई पुर्नु र साँगुरो बनाउनु हुँदैन । खेतबारीमा जथाभावी विषादी छर्कनु हुँदैन । आफ्नो घर र टोलमा जम्मा भएको फोहरलाई जथाभावी फाल्नु र जलाउनु हुँदैन ।

पाठ : २ हाम्रो जैविक विविधता

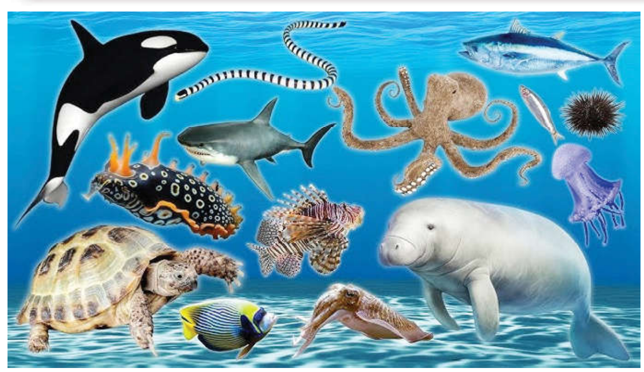
पढौँ र चिनौँ ।



चराहरू छन् । ती विभिन्न थरिका छन् । प्रजातिअनुसार ती फरक फरक छन् ।

विभिन्न जीवजन्तुहरू छन् । ती विभिन्न प्रकार र जातका छन् । तिनीहरूको अनुहार र जिउडाल पनि फरक फरक छ ।

वनस्पतिहरू छन् । ती विभिन्न थरिका छन् । कुनै वनस्पति फूल फुल्ने र कुनै नफुल्ने छन् । एउटै वनस्पतिहरू पनि विभिन्न प्रजातिका छन् ।



पानीभित्र विभिन्न जीवजन्तु छन् । एउटै जीवजन्तु पनि विभिन्न प्रजातिका छन् । तिनका आआफ्नै विशेषता छन् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरूको साथीलाई बताउनुहोस् ।

(क) चराहरू कस्ता छन् ?

(ख) जीवजन्तुहरूको फरक के छ ?

(ग) वनस्पति कस्ता छन् ?

(घ) पानीभित्र के के छन् ?

हाम्रा जैविक विविधता चिनौँ ।

हाम्रो बसोवासवरिपरि भिन्न भिन्न प्रकारका जीवजन्तु र बोटबिरुवा पाइन्छन् । यसै भिन्नतालाई हामी जैविक विविधता भनेर चिन्दछौँ ।
हाम्रो दमकमा पनि यस्ता धेरै किसिमका जीवजन्तु र बोबिरुवाहरू रहेका छन् ।

हाम्रो दमकमा के कस्ता जनावरहरू पाइन्छन् होला ?

- गाई, भैँसी, बाखा, कुकुर, बिरालो आदि घरमा पालिने जनावरहरू हुन् ।
- हाँस, कुखुरा, परेवा पनि हाम्रो घरमा पालिने चरा हुन् ।
- काग, कोइली, ढुकुर आदि जङ्गली चरा हुन् ।
- हम्सेदुम्से सामुदायिक वनमा बँदेल, बाँदर, हरिण आदि जङ्गली जनावर पाइन्छन् । यो वनमा कहिलेकाहीँ जङ्गली हात्ती पनि देखापर्छ ।
- जङ्गलमा सर्प, लोखर्के, स्यालहरू पाइन्छन् ।
- मावा, रतुवा, बेतानी, ढुकरे खोला र पोखरीमा माछा, भ्यागुता, गड्यौलाहरू पाइन्छन् ।
- हाम्रो फूलबारीमा धेरै रङ्गका पुतलीहरू छन् ।
- फूलबारीमा भ्रमरा र माहुरी पनि डुल्न आउँछन् ।

हाम्रो दमकमा कुनकुन जातका बोटबिरुवा पाइन्छन् नि ?

- आँप, अम्बा, कटहर, लिच्ची, केरा हाम्रो घरका बगैँचामा फल्ने फलहरू हुन् ।
- रमा सामुदायिक वनमा साल, सिसौ, खयर, टिक र साजका रुखहरू पाइन्छन् ।
- गुलाब, सयपत्री, मखमली, गोदावरी हाम्रा फूलबारीमा फुल्ने फूलहरू हुन् ।
- हाम्रो खेतबारीमा धेरै किसिमका झारपात र घाँस पाइन्छन् ।
- हाम्रो करेसाबारीमा काँक्रा, फर्सी, लौका, धिरौँला, बोडी जस्ता तरकारीहरू फल्छन् ।

यी जीवजन्तु र बोटबिरुवाले हाम्रो वातावरणलाई सफा र स्वच्छ बनाउँछन् । यिनले हाम्रो संसारलाई सुन्दर बनाउँछन् । त्यसैले हामीले सबै जीवजन्तु र बिरुवालाई माया गर्नुपर्छ र जोगाउनु पर्छ ।

क्रियाकलाप

१. माथिको पाठ पढनुहोस् । कोठामा दिइएका उचित शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) हाम्रो बसोवासवरिपरि भिन्न भिन्न प्रकारका जीवजन्तु र .... पाइन्छन् । (चरा, माछा, बोटबिरुवा, गाई)

(ख) काग, कोइली, ढुकुर ....चरा हुन् । (घरपालुवा, जङ्गली, चरा, जनावर)

(ग) फूलबारीमा धेरै रङका ....छन् । (फूलहरू, पुतलीहरू, चराहरू, माछाहरू)

(घ) हाम्रो खेतबारीमा धेरै किसिमका ....र घाँस पाइन्छन् ।

(फलफूल, तरकारी, झारपात, अन्न)

(ङ) जङ्गलमा सर्प..................... र स्याल पाइन्छन् ।

(बाघ, भालु, लोखर्के, मुसा)

२. ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) हाम्रो बसोवासवरिपरि एकै प्रकारका जीवजन्तु र बोटबिरुवा पाइन्छन् । ☐

(ख) हाँस, कुखुरा, परेवा हाम्रो घरमा पालिने चरा हुन् । ☐

(ग) फूलबारीमा भमरो र माहुरी पनि डुल्न आउँछन् । ☐

(घ) हाम्रो करेसाबारीमा साल, सिसौ खयरजस्ता रुखहरू पाइन्छन् । ☐

(ङ) जीवजन्तु र बोटबिरुवाले हाम्रो वातावरणलाई सफा र स्वच्छ बनाउँछन् । ☐

३. माथिको पाठको आधारमा तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) हम्सेदुम्से सामुदायिक बनमा कुन कुन जङ्गली जनावरहरू पाइन्छन् ?

....

....

(ख) सर्प, लोखर्के, स्याल कहाँ पाइन्छन् ?

....

....

(ग) गुलाब, सयपत्री, मखमली कस्ता बिरुवाहरू हुन् ?

....

....

परियोजना कार्य : दमक नगरपालिकाभित्र रहेका विभिन्न जीवजन्तु, पशुपन्छी, किराफट्याङ्ग्रा, वनस्पति आदिको प्रत्यक्ष अवलोकन गर्नुहोस् र जैविक विविधता पहिचान गरी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(घ) खोला र पोखरीमा के के पाइन्छन् ?

....

....

(ङ) बोटबिरुवाले हाम्रो वातावरणलाई कस्तो बनाउँछन् ?

....

....

भनौँ र गरौँ ।

जैविक विविधता भनेको के होला ?

जैविक विविधता भनेको जीवित प्राणी र वनस्पतिहरूको भिन्नता हो । यसमा विभिन्न खालका प्रजातिहरू, वंशाणुगत भिन्नता र वातावरणमा रहेको जैविक तत्वहरूमा रहेको भिन्नता पर्छन् ।

जैविक विविधताहरू के के हुन्छन् ?

विभिन्न प्रकारका वनस्पति, जनावरहरू, चराचुरुङ्गीहरू, पानीमा बस्ने जीव, सूक्ष्म जीव आदिमा हुने विविधता जैविक विविधता हुन् । एउटै जीव र वनस्पति पनि धेरै प्रजातिका हुन्छन् र तिनका विशेषता फरक हुन सक्छन् ।

जैविक विविधताको संरक्षण कसरी गर्न सकिन्छ ?

वनजङ्गल विनास गर्नुहुँदैन । काठको चोरी निकासी नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।

खाली ठाउँमा रुखबिरुवा रोप्नुपर्छ ।

नदीनाला र तालतलैयाहरूको संरक्षण गर्नुपर्छ ।

वन्यजन्तुको विनास र चोरी निकासी नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।

अन्नबाली, फलफूल खेती र फूल रोप्नमा जोड दिनुपर्छ । यसले चराचुरुङ्गी, किराफट्याङ्ग्रा आदिको संरक्षण हुन्छ ।

जैविक विविधता संरक्षणसम्बन्धमा जनचेतना फैलाउनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंको घर वरिपरि के कस्ता वनस्पतिजन्य विविधताहरू छन् ? पालैपालो अगाडि गई बताउनुहोस् ।

२. तपाईंको घर वरिपरि के कस्ता पशुपन्छीजन्य विविधताहरू छन् ? पालैपालो अगाडि सेतोपाटीमा लेख्नुहोस् ।

३. नगरपालिकामा भएका वनस्पतिजन्य विविधतालाई गोलो घेरामा देखाउनुहोस् ।
वोहरी, गनगवाली, भ्यागुता, वयर, हाडफोरुवा, इपिल, गौँथली, बिच्छी, सिसौ, गँड्यौला, राजवृक्ष, चिबे, कालिज, बेल, धामन, अमला, सुपारी, ठेउबा

४. नगरपालिकामा भएका पशुपन्छीजन्य विविधतालाई गोलो घेरामा देखाउनुहोस् ।
वोहरी, गनगवाली, कागती, हात्ती, वयर, हाडफोरुवा, इपिल, गौँथली, दुम्सी, सिसौ, लुइँचे, राजवृक्ष, चिबे, कालिज, बेल, धामन, बाज, सुपारी, गैँडा

५. मिल्दो शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(क) वनजङ्गलमा मात्र पाइने जनावर .... हो ।
(बाघ, भ्यागुता, गोही)

(ख) पानीमा मात्र पाइने जीव .... हो । (गैँडा, माछा, कमिला)

(ग) जीवित प्राणी र वनस्पतिहरूको भिन्नतालाई .... भनिन्छ । (वातावरण, मौसम, जैविक विविधता)

(घ) एउटै जीव र वनस्पति पनि धेरै .... हुन्छन् । (मिलेका, प्रजातिका, हिँडेका)

(ङ) जैविक विविधताको .... गर्नुपर्छ । (संरक्षण, विनास, बेवास्ता)

(च) अन्नबाली, फलफूल खेती र फूल रोप्नमा जोड दिनाले .... संरक्षणमा सहयोग पुग्छ । (सर्प, माछा, चराचुरुङ्गी)

६. तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) वनजङ्गल के गर्नुहुँदैन ?

....

(ख) खाली ठाउँमा के रोप्नुपर्छ ?

....

(ग) नदीनाला र तालतलैयाहरूको के गर्नुपर्छ ?

....

(घ) वन्यजन्तु चोरी निकासीलाई के गर्नुपर्छ ?

....

(ङ) जैविक विविधतासम्बन्धमा के फैलाउनुपर्छ ?

....

(च) फूल रोप्नुको कारण के हो ?

....

७. जैविक विविधता झल्कने कुनै चित्र बनाउनुहोस् ।

एकाइ : छ
पेसा, व्यवसाय र उद्यमशीलता

पाठ १ : हाम्रो पेसा
पाठ २ : हाम्रो व्यवसाय
पाठ ३ : हाम्रा उद्योग र उत्पादनहरू
पाठ ४ : हाम्रा परम्परागत सामग्री र आधुनिक प्रविधिहरू

सिकाइ उपलब्धिहरू

- आफ्नो टोल र छिमेकका मानिसहरूले अपनाउने पेसा पहिचान गर्न
- टोल छिमेकमा भएका व्यवसायहरूबाट उत्पादन हुने वस्तुहरूको नाम बताउन
- आफ्नो वडामा भएका उद्योगहरूको नाम बताउन
- उद्योगहरूबाट उत्पादन हुने वस्तुहरू पहिचान गर्न
- आफ्नो समुदायमा रहेका परम्परागत सामग्रीहरू पहिचान गरी नाम बताउन
- समुदायमा प्रयोग गरिने परम्परागत सामग्रीहरूको उपयोगिता बताउन
- समुदायमा प्रयोग गरिने आधुनिक प्रविधिहरूको उपयोगिता बताउन

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो टोलछिमेकका मानिसहरूले अपनाएका पेसा, गरेका व्यवसायहरू र व्यवसायबाट उत्पादन हुने वस्तुहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयवरिपरि रहेका उद्योगहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराई ती उद्योगहरूबाट उत्पादन हुने वस्तुहरूको पहिचान गराउनुहोस् ।

३. विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो समुदायमा रहेका विभिन्न परम्परागत सामग्रीहरू प्रत्यक्षीकरण गराई पहिचान गराउनुहोस् र ती सामग्रीहरूको उपयोगिता बताइदिनुहोस् ।

पाठ : १ हाम्रो पेसा

गीत गाऔँ र नाचौँ ।

आ-आफ्नो पेसा

✍घनश्याम अधिकारी

जोत्नुहुन्छ दाजु खेत
रोप्नुहुन्छ भाउजू
नाप्नुहुन्छ मामा लुगा
सिउनुहुन्छ माइजू ।

रोगी जाँच्ने डाक्टरले
पढाउने गुरु
पढ्ने काम विद्यार्थीको
पढौँ खुरु खुरु ।

बुन्नुहुन्छ तानमा आमा
झोला राम्रा राम्रा
सिकर्मी काम गर्नुहुन्छ
शिल्पी बाबा हाम्रा ।

गर्नुपर्छ उद्यमी भई
एउटा एउटा काम
पेसा गरे जीवनमा
खान पाइन्छ माम ।

कामहरू चिनौँ ।

मानिसहरू के गर्दैछन् ?

मानिसहरू धान रोपाइँ गरिरहेका छन् ।

शिक्षक के गर्दै हुनुहुन्छ ?

शिक्षकले **पढाउँदै** हुनुहुन्छ ।

जानिराखौँ ।

कुनै मानिसले जीवनयापनका लागि गर्ने कामलाई **पेसा** भनिन्छ । पेसाले मानिसलाई गरिखान सिकाउँछ ।

डाक्टरले बिरामी जाँच्दै हुनुहुन्छ ।

कृषकले खेत जोत्दै हुनुहुन्छ ।

श्रमिकहरू घर निर्माणको काम गर्दै हुनुहुन्छ ।

आमाले परालको गुन्द्री बुन्दै हुनुहुन्छ ।

दिदीले लुगा सिउँदै हुनुहुन्छ ।

दाइले अटो रिक्सा चलाउँदै हुनुहुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईँको परिवारमा ककसले के के काम गर्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

परिवारका सदस्य	काम
बाबा	

२. तपाईँको टोल वा छिमेकमा बस्ने मानिसहरूले के के काम गर्नुहुन्छ ? दिइएका कामहरूमा रेखाङ्कन गर्नुहोस् ।

खेत जोत्नुहुन्छ, जागिर खानुहुन्छ, गाडी चलाउनुहुन्छ, मर्मतको काम गर्नुहुन्छ, सिलाइ बुनाइ गर्नुहुन्छ, गाईभैँसी पाल्नुहुन्छ, रिक्सा चलाउनुहुन्छ, मजदुरी गर्नुहुन्छ, तरकारी लगाउनुहुन्छ, मिल चलाउनुहुन्छ, खेती लगाउनुहुन्छ, काठको काम गर्नुहुन्छ, घर बनाउने काम गर्नुहुन्छ, भाँडा बनाउने काम गर्नुहुन्छ ।

३. तलको पाठ पालैपालो पढ्नुहोस् र सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

हाम्रो टोलमा बस्ने मानिसहरूले जीवन चलाउनका लागि विभिन्न कामहरू गर्नुहुन्छ । कसैले सरकारी, गैरसरकारी, निजी आदि संस्थामा जागिर खानुहुन्छ । कसैले खेतीपाती लगाउनुहुन्छ । कसैले पशुपन्छीपालन गर्नुहुन्छ । कोही निर्माण सेवा, उद्योगव्यवसाय, व्यापार, पर्यटन, यातायात, ढुवानी, कानुनी आदि सेवाक्षेत्रमा काम गर्नुहुन्छ । जसले जहाँ काम गरे पनि सबैको उद्देश्य आफू र आफ्नो परिवारको गुजारा चलाउनु हो । यसरी जीवनयापनका लागि मानिसले निरन्तररूपमा गर्ने कामलाई नै पेसा भनिन्छ ।

प्रश्नहरू

१. तपाईंको टोलमा बस्ने मानिसहरूले गर्ने कुनै तीनवटा काम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

२. पेसा भनेको के हो ?

....

....

....

३. भविष्यमा तपाईं के बन्न चाहनुहुन्छ ?

....

....

....

४. तलको चित्र हेर्नुहोस् र चित्रमा देखेका कुरा साथीलाई बताउनुहोस् ।

पाठ : २ हाम्रो व्यवसाय

व्यवसाय चिनौँ ।

व्यावसायिक गाईपालन

यातायात व्यवसाय

माछापालन व्यवसाय

होटल व्यवसाय

व्यावसायिक तरकारी खेती

थप क्रियाकलाप : विद्यार्थीहरूलाई नगरपालिकाभित्र अपनाइने विभिन्न पेसाव्यवसायहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गराउनुहोस् र थप जानकारी दिनुहोस् ।

पढौँ र गरौँ ।

मेरो घर दमक ९ को चिया बगानको छेउमा छ । मेरो घरको छेउमा रामु काका बस्नुहुन्छ । उहाँले **व्यावसायिक तरकारी खेती** गर्नुहुन्छ । उहाँले तरकारी नजिकैको बजारमा लगेर बिक्री गर्नुहुन्छ । व्यावसायिक तरकारी खेतीबाट उहाँले राम्रो आम्दानी गनुभएको छ ।

छिमेकी गजेन्द्र दाइको घरमा **किराना पसल** छ । पसलमा दैनिक उपभोग्य सामानहरू पाइन्छन् । उहाँले बाहिरबाट ती सामान खरिद गर्नुहुन्छ र केही नाफा लिएर ग्राहकलाई बेच्नुहुन्छ । यसबाट उहाँले धेरै प्रगति गर्नुभएको छ ।

मेरो साथी मायाकी आमा सिलाइ बुनाइ गर्नुहुन्छ । उहाँको घरमा चारवटा सिउने मेसिन छन् । आफूले नभ्याउँदा माया र उनकी दिदीले पनि सिउने काममा सहयोग गर्छन् । **सिलाइ बुनाइ व्यवसाय**बाट उहाँले मनग्य आम्दानी गर्नुभएको छ ।

पल्लो टोलका हरेन्द्र काका माछापालन गर्नुहुन्छ । घर नजिकैको आफ्नो जग्गामा पोखरी बनाएर उहाँले उन्नत जातका माछा पाल्नुभएको छ । माछा ठुला भएपछि उहाँले बजारमा लगेर बेच्नुहुन्छ । माछा किन्न मानिसहरू उहाँको घरमा पनि आउँछन् । **व्यावसायिक माछापालन**बाट उहाँले राम्रो आम्दानी गर्नुहुन्छ ।

आम्दानी र नाफाका लागि गरिने कामलाई **व्यवसाय** भनिन्छ । व्यवसायका क्षेत्रहरू धेरै हुन्छन् । निर्माण, पशुपन्छीपालन, होटल, यातायात, व्यापार, उद्योग, चिया उत्पादन, व्यावसायिक फलफूल खेती आदि व्यवसायका क्षेत्रहरू हुन् । यस्ता व्यवसायबाट वस्तु तथा सेवाको धेरै मात्रामा उत्पादन र विक्री वितरण गरिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. माथिको पाठको आधारमा उपयुक्त शब्द राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(क) रामु काका के गर्नुहुन्छ ?

रामु काका .... गर्नुहुन्छ ।

(ख) गजेन्द्र दाइको घरमा के छ ?

गजेन्द्र दाइको घरमा ....छ ।

(ग) मायाकी आमाले के व्यवसाय गर्नुहुन्छ ?

मायाकी आमाले ....व्यवसाय गर्नुहुन्छ ।

(घ) हरेन्द्र काकाले केबाट राम्रो आम्दानी गर्नुहुन्छ ?

हरेन्द्र काकाले .... बाट राम्रो आम्दानी गर्नुहुन्छ ।

२. व्यवसाय भनेको के हो ? लेख्नुहोस् ।

....

....

३. चित्र हेर्नुहोस् र व्यवसायको नाम कोठामा लेख्नुहोस् ।

४. दिइएका वाक्यहरूको आधारमा मिल्दा शब्द राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(क) व्यावसायिक तरकारी खेती तरकारी उत्पादनका लागि गरिन्छ ।

तरकारी उत्पादनका लागि ....

.... गरिन्छ ।

(ख) मासु उत्पादनका लागि व्यावसायिक बाख्रापालन गरिन्छ ।

व्यावसायिक बाख्रापालन .... उत्पादनका लागि गरिन्छ ।

(ग) व्यावसायिक कुखुरापालन गर्नुको उद्देश्य अन्डा, चल्ला र मासु उत्पादन गर्नु हो ।

....

उत्पादनका लागि व्यावसायिक कुखुरापालन गरिन्छ ।

(घ) पाहुनालाई सेवा सुविधा दिन र त्यसबाट नाफा कमाउनका लागि होटल व्यवसाय गरिन्छ ।

होटल व्यवसाय गर्नुको उद्देश्य पाहुनालाई .... दिनु र त्यसबाट .... कमाउनु हो ।

(ङ) व्यावसायिक चिया खेतीबाट चियाको उत्पादन गरिन्छ ।

चियाको उत्पादनका लागि व्यावसायिक .... गरिन्छ ।

थप क्रियाकलाप : कुन कुन व्यवसायबाट के कस्ता वस्तु तथा सेवाको उत्पादन गरिन्छ र ती वस्तु तथा सेवाबाट कसरी आम्दानी गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा विद्यार्थीहरूलाई छलफल गराउनुहोस् ।

परियोजना कार्य : तपाईंको टोल छिमेकमा के कस्ता व्यवसायहरू सञ्चालन भएका छन् तिनीहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गर्नुहोस् र ती व्यवसायबाट उत्पादन हुने वस्तु तथा सेवाहरूको सूची बनाई शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

पाठ : ३ हाम्रा उद्योग र उत्पादन

उद्योग र उत्पादनहरू चिनौँ ।

साबुन उद्योग– साबुन

गार्मेन्ट उद्योग– कपडा

बेतबाँस उद्योग– बाँसका सामग्री

जुत्ता उद्योग– जुत्ता

परियोजना कार्य : तपाईंको टोल छिमेकमा के कस्ता उद्योगहरू सञ्चालन भएका छन् ? तिनीहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गर्नुहोस् र ती उद्योगबाट उत्पादन हुने वस्तुहरूको सूची बनाई शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

अचार उद्योग– अचार

मल उद्योग – प्राङ्गारिक मल

क्रसर उद्योग– गिट्टी, बालुवा

फर्निचर उद्योग
– कुर्सी, दराज, टेबल आदि

पढौँ र गरौँ ।

विनोद काका उद्योगी हुनुहुन्छ । उहाँले बेकरी उद्योग खोल्नुभएको छ । बेकरी उद्योगमा पाउरोटी, दुनोट, केक आदि बन्छन् । विनोद काकाले तिनलाई बजारमा लगेर बेच्नुहुन्छ । बेकरी उद्योगबाट काकाले धेरै पैसा आम्दानी गर्नुभएको छ ।

बेकरी उद्योग

धेरै मात्रामा कुनै वस्तु वा सेवाको उत्पादन गर्ने संरचनालाई **उद्योग** भनिन्छ । उद्योगमा विभिन्न प्रकारका कच्चा पदार्थ, मानवीय सिप र प्रविधिको प्रयोग गरी वस्तु तथा सेवाको उत्पादन गरिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईंले देखेका उद्योग र ती उद्योगबाट उत्पादन हुने वस्तुको नाम लेख्नुहोस् ।

उद्योगको नाम	वस्तुको नाम

कथा पढ्नुहोस् र दिइएका क्रियाकलाप गर्नुहोस् ।

दमक नगरपालिका वडा नं. १० को सेतुमारी गाउँमा रमेश र सीता नाम गरेका दुई साथीहरू बस्थे । उनीहरू कक्षा २ मा पढ्थे । एकदिन उनीहरूका शिक्षकले गाउँका उद्योगहरू र ती उद्योगबाट हुने उत्पादनबारे बताउनुभयो ।

रमेश र सीता शिक्षकसँगै नजिकैको चिया प्रशोधन उद्योगमा गए । त्यहाँ उनीहरूले बोटबाट टिपेर ल्याएका चियाका पातहरू सुकाएर मेसिनमा राखेको देखे । मेसिनले बुर्बुराउँदो गरी चियालाई धुलो बनाउने र प्याकिङ गर्ने काम गरिरहेको थियो । उनीहरूले रमाइलो मानेर अवलोकन गरे ।

त्यसपछि उनीहरू नजिकैको ढाका टोपी उद्योगमा गए। त्यहाँ उनीहरूले कपासबाट धागो र धागोबाट टोपी बन्ने कुरा थाहा पाए । त्यसपछि रमेशले आफ्नो मामाको डेरी उद्योगमा सबैलाई लिएर गए । त्यहाँ उनीहरूले दुधबाट दही घिउ, पनिर र विभिन्न परिकारहरू बनेको देखे । उनीहरूले डेरी उद्योगमा बनेको आइसक्रिम पनि खाए । उनीहरूलाई मामाले दुधबाट बनेको कुराउनी खान दिनुभयो । उनीहरू खुसी हुँदै शिक्षकसँगै घर फर्किए ।

क्रियाकलाप

१. रमेश र सीता शिक्षकसँगै कुन कुन उद्योगमा गए ? नाम लेख्नुहोस् ।

....

....

....

२. उनीहरूले कुन कुन उद्योगबाट के के चिज उत्पादन भएको देखे ? तालिकामा भर्नुहोस् ।

उद्योगको नाम	उत्पादन भएका वस्तुको नाम

३. कुन उद्योगमा के के बन्छन् ? कोठाबाट मिल्दा वस्तुको नाम खाली ठाउँमा भर्नुहोस् ।

दालमोठ, जुत्ता, मिठाई, कमिज, बालुवा, नोटबुक, दराज, थाल, चामल, मल, अचार, साबुन

(क) राइस मिल ....

(ख) क्रसर उद्योग ....

(ग) कापी उद्योग ....

(घ) मल उद्योग ....

(ङ) दालमोठ उद्योग ....

(च) कपडा उद्योग ....

(छ) चकलेट उद्योग ....

(ज) फर्निचर उद्योग ....

(झ) भाँडा उद्योग ....

(ञ) अचार उद्योग ....

(ट) साबुन उद्योग ....

(ठ) जुत्ता उद्योग ....

पाठ : ४

हाम्रा परम्परागत सामग्री र आधुनिक प्रविधिहरू

परम्परागत सामग्रीहरू चिनौँ ।

गुन्द्री

हर्पे

चिम्टा

पाथी

डोको

नाम्लो

नाङ्लो

खुर्पा

परियोजना कार्य : घरगाउँमा रहेका परम्परागत सामग्रीहरूको प्रत्यक्ष अवलोकन गर्नुहोस् र ती सामग्रीको उपयोग टिपोट गरी शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

डाला

सुर्के थैली

खड्कुँलो

गाग्रो

बन्चरो

ट्यामी

प्वाँलाका दाना

मानो

कुपी

धिप्री

काठे आरी

गीत गाऔँ र नाचौँ ।

हाम्रा सामग्रीहरू

✍शिव सस्मित

आगो समाऊ चिम्टाले
बाली हेर कुपी
माला लगाऊ प्वाँला दाना
नाच छुपछुपी ।

अन्न राख डालाभित्र
नाप मानो पाथी
सुर्के थैलीभित्र पैसा
गन गन साथी ।

ओछ्याई बस गुन्द्रीमाथि
गाग्रो पानी भर
घाँस काट एकै डोको
गाईलाई दिने गर ।

दही राख ठेकीभित्र
हर्पेभित्र घिउ
दही, घिउ खानुपर्छ
लाग्छ राम्रो जिउ ।

चिर दाउरा बन्चराले
नाङ्लो चामल केलाऊ
भतेर पकाउ खड्कुँलामा
मिठो मानी खाऊ ।

स्थानीयस्तरमा प्रयोग गरिने पुराना सामग्रीहरूलाई परम्परागत सामग्री भनिन्छ । ती परम्परागत सामग्रीहरू स्थानीयस्तरमा नै बनाइएका हुन्छन् । डोको, नाम्लो, नाङ्लो, गुन्द्री, गाग्रो, खड्कुँलो, खुर्पा, बन्चरो, मानो, पाथी, आरी, ट्यामी आदि परम्परागत सामग्रीहरू हुन् ।

क्रियाकलाप

१. तलको पाठ पढ्नुहोस् र फरक फरक खालका परम्परागत सामग्रीहरूलाई रेखाङ्कन गर्नुहोस् ।

घरको आँगनमा डोको छ । डोकामा घाँस छ । नाम्लाले डोको बोकिन्छ । डोकाको घाँस खुर्पाले काटेको हो ।

पिँढीमा गुन्द्री ओछ्याइएको छ । गुन्द्रीमा आमा बस्नुभएको छ । आमाले नाङ्लामा चामल केलाउँदै हुनुहुन्छ । मानाले चामल नापेर आमाले डालामा राख्नुहुन्छ ।

मझेरीमा अँगेनु छ । अँगेनाको डिलमा सुकुल छ । बा सुकुलमा बस्नुभएको छ । बाकोहातमा चिम्टा छ । बाले चिम्टाले आगो समाउनुहुन्छ ।

२. धर्का तानी जोडा मिलाउनुहोस् ।

खुर्पा	पानी राख्ने
हर्पे	डोको बोक्ने
गुन्द्री	अन्न नाप्ने
सुर्के थैली	घाँस काट्ने
नाम्लो	घ्यु राख्ने
गाग्रो	बस्ने
मानो	पैसा राख्ने
	भात पकाउने

३. चित्र चिन्नुहोस् र कोठामा नाम लेख्नुहोस् ।

४. तपाईंको घरमा वा छिमेकमा भएका परम्परागत सामग्रीहरूको नाम र तिनको प्रयोग तालिकामा भर्नुहोस् ।

क.स.	परम्परागत सामग्रीको नाम	सामग्रीको प्रयोग

५. तलको चित्रमा भएका परम्परागत सामग्रीहरूको नाम साथीलाई बताउनुहोस् ।

आधुनिक प्रविधिका उपयोगिताबारे जानकारी हासिल गरौँ ।

आधुनिक प्रविधि भनेको के होला ? आधुनिक प्रविधिका उपयोगिता के के होलान् ?

विशेष काम गर्नका लागि वैज्ञानिक ढङ्गले बनाइएका नयाँ र आधुनिक उपकरणयुक्त प्रविधिलाई आधुनिक प्रविधि भनिन्छ । ट्र्याक्टर, कुटी काट्ने मेसिन, फ्यान तथा एसी, मिल, मिक्स्चर, वासिङ मेसिन, ग्यास चुलो र सिलिन्डर, वाटर डिस्पेन्सर आदि आधुनिक प्रविधि हुन् ।

क्र.स.	आधुनिक प्रविधिको नाम	उपयोगिता
१	ट्र्याक्टर	खेतबारी जोत्न
२	कुटी काट्ने मेसिन	घाँसपात काटेर भुस बनाउन
३	फ्यान तथा एसी	गर्मीमा हावा फालेर शीतल बनाउन
४	मिल	अन्न कुट्न तथा पिस्न
५	मिक्स्चर	अचार, मसला आदि पिस्न
६	वासिङ मेसिन	लुगा धुन
७	ग्यास चुलो र सिलिन्डर	खाना पकाउन
८	वाटर डिस्पेन्सर	पानी तताउन
९	इन्डक्सन चुलो	खाना पकाउन

क्रियाकलाप

१. धर्का तानी आधुनिक प्रविधि र उपोगिताबिच जोडा मिलाउनुहोस् ।

आधुनिक प्रविधि	उपयोगिता
ट्र्याक्टर	अन्न कुट्न तथा पिस्न
फ्यान तथा एसी	अचार, मसला आदि पिस्न
वासिङ मेसिन	घाँसपात काटेर भुस बनाउन
इन्डक्सन चुलो	खेतबारी जोत्न
कुटी काट्ने मेसिन	कपडा धुन
मिक्स्चर	गर्मीमा हावा फालेर शीतल बनाउन
मिल	खाना पकाउन
	रुखमा चढेर घाँस काट्न

२. तपाईंको समुदायमा भएका आधुनिक प्रविधिहरूको नाम र उपयोगितालाई तालिकामा लेख्नुहोस् ।

आधुनिक प्रविधि	उपयोगिता

परियोजना कार्य : विद्यालयवरिपरि रहेका आधुनिक प्रविधि प्रत्यक्ष अवलोकन गर्नुहोस् र ती प्रविधिका उपयोगिता टिपोट गरी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ : सात
विपद् तथा विपद् व्यवस्थापन

पाठ १ : विपद्को परिचय
पाठ २ : विपद्बाट उत्पन्न हुने कठिनाइ
पाठ ३ : सुरक्षा योजना र बचावटका उपायहरू

सिकाइ उपलब्धिहरू

- विपद्को परिचय दिन
- विभिन्न प्रकारका विपद्बाट उत्पन्न हुने कठिनाइहरू बताउन
- सामान्य सुरक्षा योजनाहरू बताउन
- विभिन्न प्रकारका विपद्बाट बच्चे उपायहरू बताउन

शिक्षकलाई निर्देशन :

१. *विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले देखेका वा सुनेका विभिन्न प्रकारका विपद्हरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् र सूची तयार गर्नुहोस् ।*
२. *विद्यार्थीहरूले भोगेका विभिन्न विपद्सम्बन्धी अनुभवहरू कक्षाकोठामा आदानप्रदान गराउनुहोस् ।*
३. *विपद्बाट आउन सक्ने कठिनाइ तथा समस्याहरूबारेमा विभिन्न चित्र, पोस्टर, भिडियो आदि सामग्रीको प्रयोगबाट प्रदर्शन गर्नुहोस् ।*
४. *विपद् व्यवस्थापनका उपायहरूबारेमा उदाहरणसहित छलफल गराउनुहोस् ।*

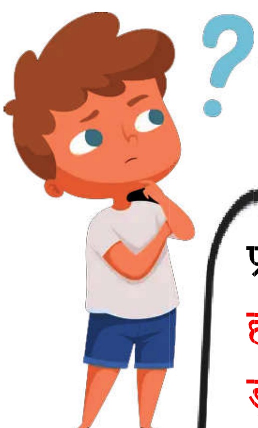
पाठ : १

विपद्को परिचय

भनौँ र गरौँ ।

विपद् भनेको के होला ?

विपद् भनेको आकस्मिक घटना हो जसले मानिसको जीवन, सम्पत्ति, वातावरण र समाजमा ठूलो क्षति पुऱ्याउँछ । विपद् प्राकृतिक र मानवसिर्जित गरी दुई किसिमका हुन्छन् ।



प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपद्हरू भनेका कस्ता विपद्हरू हुन् ?

प्रकृतिले उत्पन्न गराउने विपद्हरू जस्तै हावाहुरी, चट्याङ, भूकम्प, बाढी, पहिरो, डुबान, लू आदि प्रकृतिले उत्पन्न गराउने विपद्हरू हुन् । त्यसैगरी आगलागी, विद्युत् सर्ट, ग्यास विस्फोट, सवारी दुर्घटना जस्ता विपद्हरू मानिसका क्रियाकलापबाट सिर्जना हुने विपदहरू हुन् ।

क्रियाकलाप

१. कोठाबाट मिल्दा शब्द छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

मानवसिर्जित, लू, आकस्मिक घटना, सवारी दुर्घटना, प्रकृति

(क) विपद् भनेको .... हो ।

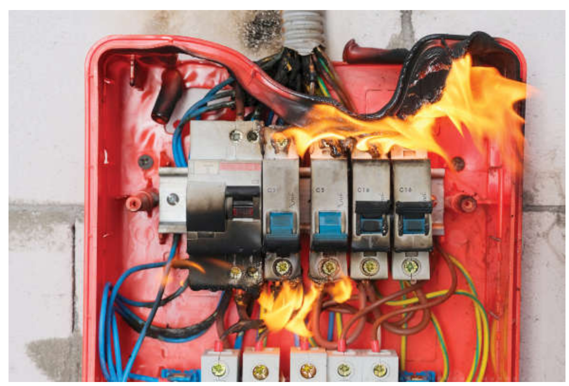
(ख) प्राकृतिक विपद् .... बाट उत्पन्न हुन्छन् ।

(ग) .... मानवसिर्जित विपद् हो ।

(घ) प्राकृतिक विपद्को उदाहरण .... हो ।

(ङ) आगलागी ....विपद् हो ।

२. चित्र हेर्नुहोस् र चित्रका आधारमा सही विकल्पमा चिन्ह लगाउनुहोस् ।



(क) दिइएको चित्र केसँग सम्बन्धित छ ?

(अ) प्राकृतिक विपद्

(आ) मानवसिर्जित विपद्

(ख) उक्त विपद्बाट के हुन सक्छ ?

(अ) हुरी चल्न सक्छ

(आ) आगलागी हुन सक्छ

३. तपाईंको जानकारीमा भएका प्राकृतिक र मानवसिर्जित विपद्हरूको नाम कोठामा लेख्नुहोस् ।

पढौँ र विपद् चिनौँ ।

हाम्रो दमक नगरपालिका झापा जिल्लाको एउटा सुन्दर नगर हो । यहाँ रतुवा, मावा, बेतानी, ढुकुरे, भुतुरे, खरखरे, रातेहोली, सिपिनी, दिपिनी आदि खोलाहरू रहेका छन् । यी खोलामा वर्षा याममा ठुलो बाढी आउँछ । बाढीले हाम्रा खेतबारी र गाउँघरसमेत डुबानमा पार्दछ । यहाँ कहिलेकाहीँ हुरीबतास चल्छ । हुरीले रुखबिरुवा र बिजुलीका खम्बा भुइँमा ढाल्छ । हुरीले घरको छाना पनि उडाउँछ । वर्षा र हुरी सँगै कहिलेकाहीँ चट्याङ पर्छ । चट्याङले रुखबिरुवा, मानिस, घर र जनावरलाई क्षति पुऱ्याउँछ ।

दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर २ र ३ मा हम्सेदुम्से सामुदायिक वन रहेको छ । वननजिकका गाउँबस्तीमा कहिलेकाहीँ जङ्गली हात्ती प्रवेश गर्छन् । जङ्गली हात्तीले गाउँका घरटहरा भत्काउँछन् र कहिलेकाहीँ मानिसको ज्यान पनि लिन्छन् । गर्मी मौसममा विषालु सर्पको टोकाइबाट मानिसको मृत्यु हुनसक्छ । दमक नगरपालिकाको सहरी क्षेत्रमा घेरै प्रकारका यातायातका साधन चल्छन् । यातायातका साधनको ठक्करबाट मानिस घाइते हुन्छन् र कहिलेकाहीँ ज्यान पनि जानसक्छ । यन्त्र र उपकरणमा हुने खराबीका कारण पनि दुर्घटना हुने गरेका छन् । मानिसको लापरबाहीबाट आगलागी हुनसक्छ ।

यस्ता विपद्का घटनाबाट जोगिन हामी सबै चनाखो बन्नुपर्छ । कुनै घटना भइहालेको अवस्थामा मानिसलाई कसरी जोगाउने भनेर योजना बनाउनुपर्छ । उद्धार र राहतका लागि तयार रहनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. तल दिइएको पाठमा भएका विपद् जनाउने शब्दको तल तेर्सो धर्को लगाउनुहोस् :

हाम्रो दमक नगरपालिका झापा जिल्लाको एउटा सुन्दर नगर हो । यहाँ रतुवा, मावा, बेतानी, ढुकुरे, भुतुरे, खरखरे, रातेहोली, सिपिनी, दिपिनी आदि खोलाहरू रहेका छन् । यी खोलामा वर्षा याममा ठुलो बाढी आउँछ । बाढीले हाम्रा खेतबारी र गाउँघरसमेत डुबानमा पार्दछ । यहाँ कहिलेकाहीँ हुरीबतास चल्दछ । हुरीले रुखबिरुवा र बिजुलीका खम्बा भुइँमा ढाल्छ । हुरीले घरको छाना पनि उडाउँछ । वर्षा र हुरी सँगै कहिलेकाहीँ चट्याङ पर्छ । चट्याङले रुखबिरुवा, मानिस, घर र जनावरलाई क्षति पुऱ्याउँछ ।

दमक नगरपालिकाको वडा नम्बर २ र ३ मा हम्सेदुम्से सामुदायिक वन रहेको छ । वननजिकका गाउँबस्तीमा कहिलेकाहीँ जङ्गली हात्ती प्रवेश गर्छन् । जङ्गली हात्तीले गाउँका घरटहरा भत्काउँछन् र कहिलेकाहीँ मानिसको ज्यान पनि लिन्छन् । गर्मी मौसममा विषालु सर्पको टोकाइबाट मानिसको मृत्यु हुनसक्छ । दमक नगरपालिकाको सहरी क्षेत्रमा धेरै प्रकारका यातायातका साधन चल्छन् । यातायातका साधनको ठक्करबाट मानिस घाइते हुन्छन् र कहिलेकाहीँ ज्यान पनि जानसक्छ । यन्त्र र उपकरणमा हुने खराबीका कारण पनि दुर्घटना हुने गरेका छन् । मानिसको लापरबाहीबाट आगलागी हुनसक्छ ।

२. माथिको पाठको आधारमा तल दिइएका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) बाढीले के गर्छ ?

....

....

(ख) रुखबिरुवा र बिजुलीका खम्बा के कारणले भुइँमा ढल्छन् ?

....

....

(ग) गाउँका घरटहरा कसले भत्काउँछ ?

....

....

(घ) विषालु सर्पको टोकाइबाट के हुनसक्छ ?

....

....

(ङ) विपद्का घटनाबाट जोगिन हामी कस्तो बन्नुपर्छ ?

....

....

३. पाठको आधारमा जोडा मिलाउनुहोस् ।

बाढी	मानिसको लापरबाहीले हुन्छ ।
हुरीबतास	रुखबिरुवा र बिजुलीका खम्बा ढल्छन् ।
आगलागी	मानिस घाइते हुन्छन् ।
चट्याङ	मानिसको मृत्यु हुनसक्छ ।
सर्पको टोकाइ	हाम्रा गाउँघर डुबानमा पर्छन् ।
गाडीको ठक्कर	मानिस र जनावरलाई क्षति पुयाउँछ ।
दुर्घटना	यन्त्र र उपकरणमा हुने खराबी

पाठ : २ विपद्‌बाट उत्पन्न हुने कठिनाइहरू

भनौँ र गरौँ ।

थाहा छ ? विपद्‌ले मानिसको जीवनमा असहज परिस्थितिको सिर्जना गर्छ । यस्तो स्थितिलाई विपद्‌बाट उत्पन्न सङ्कट भनिन्छ ।

पढौँ र बुझौँ ।

- हावाहुरीले घरको छाना उडाउँछ । घर पनि भत्काइदिन सक्छ । रुख बिरुवाहरू लडाएर मानवीय क्षतिसमेत गराउँछ ।
- धेरै पानी पऱ्यो भने खोलामा पानीको सतह बढेर जमिन कटान गर्न थाल्छ । खोलाको पानी बस्तीभित्र पस्छ । नदीको वरपरका भूभाग डुबानमा पर्छन् । डुबानले जनधनको क्षति गराउँछ । जमिन कटानले खेतीयोग्य जमिनको विनाश हुन्छ ।
- लामो समय वर्षा नभएमा खडेरी उत्पन्न हुन्छ । खडेरीले बालीनालीको क्षति गर्छ । खाने अन्नको अभाव हुन्छ ।
- भूकम्पले ठुलो जनधनको क्षति गर्छ । एकै पटक सयौँ मानिसको मृत्यु पनि हुनसक्छ ।
- आगलागीले धनको विनाश गर्छ । आगलागीमा परी मानिसको ज्यान पनि जानसक्छ ।
- कहिलेकाहीँ नयाँ नयाँ रोगको कारणले महामारी सिर्जना भएर ठुलो विपत्ति निम्तिनसक्छ । स्वास्थ्य समस्याका कारण देश नै सङ्कटमा पर्नसक्छ ।

माथिका सबै उदाहरणहरू विपद्बाट उत्पन्न हुनसक्ने कठिनाइ वा सङ्कटहरू हुन् ।

गाउँको कथा

२०७२ सालतिरको कुरा हो । दमक नगरपालिकामा ढुङ्गे नाम गरेको एउटा सानो गाउँ थियो । ढुङ्गे गाउँ चुरेपहाडको फेदमा रहेको थियो । चारैतिर हरियालीले ढाकेको त्यो गाउँका बासिन्दाहरू पनि खुसी र सुखी थिए । गाउँलेहरू खेतीपाती र पशुपालन गर्थे । उनीहरूका खेती बालीनालीले ढाकिएका थिए भने गोठ गाईवस्तु र बाखापाठाले भरिएका थिए ।

अचानक एक दिन ठुलो भूकम्पले गाउँ हल्लाउन थाल्यो । भूकम्पले घरहरू

ढले । ढलेका घरहरूले गर्दा गाउँका साना बाटाहरू बन्द भए । बालबालिकाहरू धेरै डराए । भूकम्पले ढलेका कुनै कुनै घरहरूमा आगलागीसमेत भयो । धुवाँले गाउँको आकाशसमेत ढाक्यो । यस्तो डरलाग्दो भुकम्प र आगलागी बालबालिकाहरूले कहिल्यै देखेका थिएनन् ।

गाउँका बुढापाकाहरूले गाउँमा धेरै वर्षअघि बाढी र हावाहुरीले दिएको दु:ख सम्झनुभयो । हावाहुरीले त सानोतिनो क्षति गरेको थियो तर बिस वर्षअगाडि मावा खोलामा आएको बाढीले भने झन्डै गाउँ नै सखाप पारेको थियो । खोला बढेर पानी गाउँमा छिरेपछि घर गोठ डुबेका थिए । त्यो वेला गाउँलेहरूको भागाभाग भएको थियो । ठुलो सङ्ख्यामा पशुपन्छी मरेका थिए । नदीको किनारमा घर भएका दुईजना मानिसको मृत्यु भएको थियो । बाढीले जङ्गल क्षेत्र डुबान भएर जङ्गली जनावरहरू गाउँमा छिरेका थिए । जङ्गली जनावरहरूबाट जोगिन मानिसलाई धेरै गाह्रो भएको थियो । जङ्गली जनावरहरूले बालीनालीको समेत विनाश गरेका थिए तर सबै गाउँले मिलेर एकअर्कालाई मद्दत गरे । ढुङ्गे गाउँ फेरि सुन्दर गाउँमा परिणत भएको थियो ।

भूकम्पपछि पनि गाउँलेहरू मिलेर ढुङ्गे गाउँलाई अझै सुन्दर बनाउनतिर लागे ।

क्रियाकलाप

१. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द लेख्नुहोस् ।

(क) विपद्ले .... सिर्जना गर्छ । (सङ्कट/आनन्द/रमाइलो)

(ख) .... धनसम्पत्तिको क्षति गर्छ । (बाढीले/घरले/बाटाले)

(ग) .... घरको छाना उडाउँछ । (पानीले/माटाले/हावाहुरीले)

(घ) बाढीले नदी वरपरको जमिन .... (डुबाउँछ/सुकाउँछ/बनाउँछ)

(ङ) रोगको कारणले .... सिर्जना भएर ठुलो विपत्ति निम्तिन सक्छ । (महामारी/हावाहुरी/चिनाजानी)

२. तल दिइएका वाक्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) गाउँको नाम ढुङ्गे थियो ।	
(ख) ढुङ्गे गाउँ हिमालमा रहेको थियो ।	
(ग) ढुङ्गे गाउँमा अचानक भूकम्प आयो ।	
(घ) भूकम्पका कारण आगलागीसमेत भयो ।	
(ङ) आगलागीका कारण बाढी आयो ।	

३. धर्का तानी जोडा मिलाउनुहोस् ।

(क)	(ख)
भूकम्पले	धुवाँ निस्कियो
आगलागीले	घर भत्कायो
बाढीले	बालीनाली क्षति गऱ्यो
जङ्गली जनावरले	गाउँ डुबायो
धुवाँले	आकाश ढाक्यो
	पहाड खस्यो

४. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) गाउँको नाम के थियो ?

....

(ख) भूकम्पले के के क्षति गऱ्यो ?

....

(ग) गाउँमाथिको आकाश केले ढाकेको थियो ?

....

(घ) जङ्गली जनावरहरूले केको विनाश गरेका थिए ?

....

पाठ : ३ सुरक्षा योजना र बचावटका उपायहरू

भनौँ र गरौँ ।

भूकम्प आयो भने के गर्नुपर्छ ?

भूकम्प आयो भने घरबाट बाहिर खुला चौरमा निस्कनुपर्छ । घरभित्र बस्दा घर भत्किएर किच्ने सम्भावना हुन्छ ।

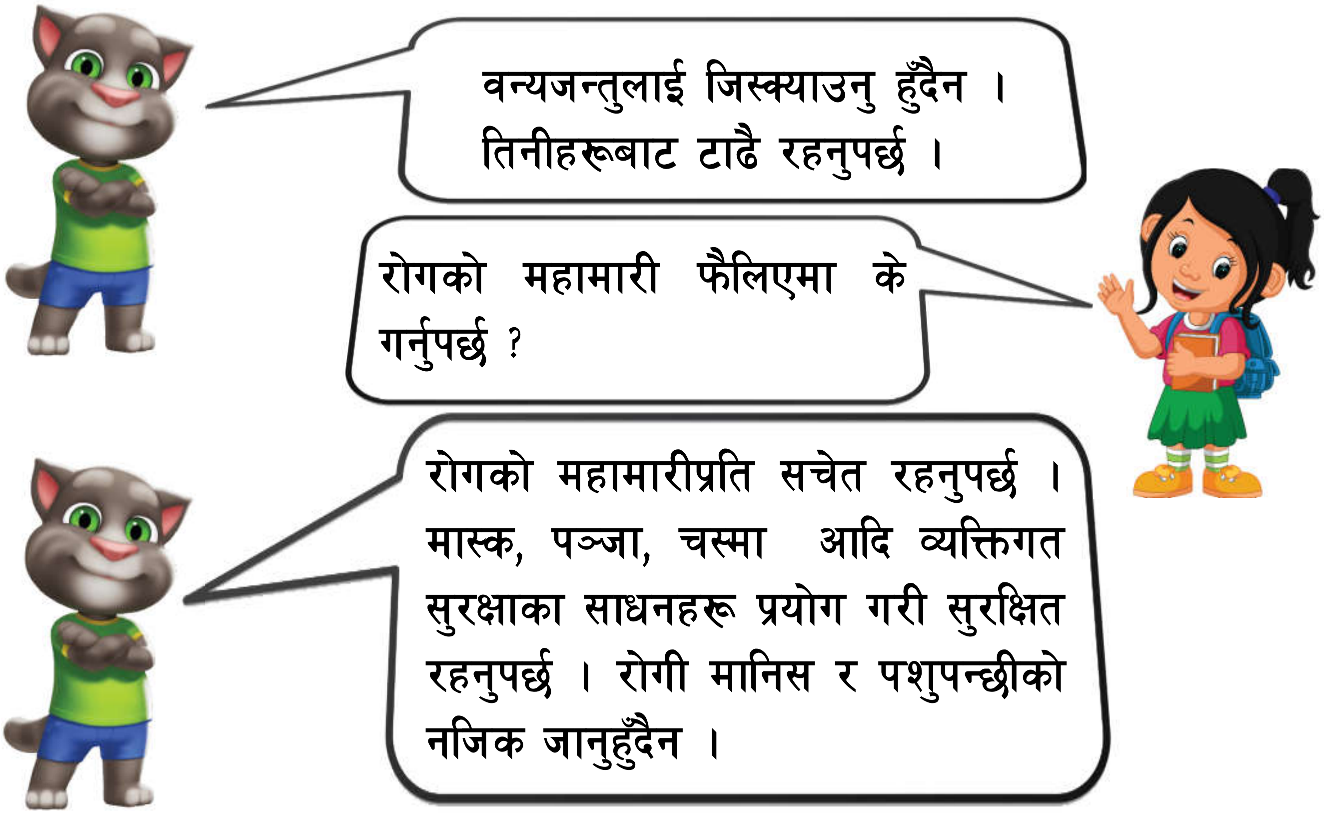
हावाहुरी आयो भने के गर्नुपर्छ ?

हावाहुरी आयो भने घरभित्र बस्नुपर्छ । घरबाहिर हावाहुरीले ज्यानसमेत लिन सक्छ ।

आगलागी हुँदा के गर्नुपर्छ ?

आगलागी भएको स्थानभन्दा केही पर सुरक्षित स्थलमा जानुपर्छ ।

वन्यजन्तुको आक्रमणबाट बच्न के गर्नुपर्छ ?



विपद्को समयमा विभिन्न सङ्कट वा समस्याहरू आइपर्छन् । त्यस्ता सङ्कट वा समस्याबाट बच्नका लागि विभिन्न उपायहरू अपनाउनुपर्छ । विपद्बाट हुन सक्ने जोखिम कम गराउने, विपद्को समयमा उद्धारकार्य गर्ने र विपद्मा परेका मानिसलाई सुरक्षित बनाउने कार्यलाई विपद् व्यवस्थापन भनिन्छ ।

विपद् व्यवस्थापनका लागि निम्न कार्यहरू गर्नुपर्छ :

- सुरक्षा योजना र बचावटका उपायहरूबारे चेतना फैलाउनुपर्छ ।
- विपद्को वेला सङ्कटमा परेका मानिसलाई राहत र सुरक्षित बस्ने ठाउँको व्यवस्था मिलाउनुपर्छ ।
- विपद्मा परेका मानिसलाई अन्य मानिसले सहयोग गर्नुपर्छ ।
- विपद्बाट घाइते भएका मानिसलाई तुरुन्त उपचार गराउनुपर्छ ।
- विपद्मा परेका मानिसलाई सहानुभूति दिनुपर्छ ।

लय मिलाई पढौँ ।

सुरक्षित रहौँ

✍भोजप्रसाद भट्टराई

हावाहुरी

घरको छाना मजबुत बनाऔँ,
ढोका र झ्यालमा चुकुल लगाऔँ ।
हुरी चलुन्जेल घरभित्रै बसौँ,
हुरी रोकिएपछि सामान बटुलौँ ।

भूकम्प

लुकेर बाँच्ने उपाय सोच,
भाग्न नसके टेबल कुर्सी खोज ।
बाहिर खुला चौरमा नै सुरक्षा,
हतारमा घर पस्दा होला समस्या ।

आगलागी

आगो बढेमा सुरक्षामा लाग,
घर बाहिरतिर तुरुन्त भाग ।
झटपट गरी दमकल बोलाऊ,
घाइतेहरूको उपचार गराऊ ।।

महामारी

साबुनले हात नियमित धोऔँ,
मास्क र पञ्जा साथैमा राखौँ ।
स्वास्थ्य सुरक्षाका उपाय जानौँ,
डाक्टरले दिएको सल्लाह मानौँ ।।

जङ्गली जनावर

जङ्गल जाँदा मिलेर साथीभाइ
हतियार लाठी सुरक्षा अपनाई ।
आवाज गरेर टाढै राखौँ जन्तु,
एक्लै जङ्गलमा नपसौँ परन्तु ।।

सुरक्षा

सुरक्षित रहौँ, सुरक्षित राखौँ,
समस्या हटाई सुखपूर्वक बाँचौँ ।
आफू र आफ्नो परिवार सोचौँ,
विपद्मा सधैँ सुरक्षा खोजौँ ।।

थप क्रियाकलाप : विपद्हरूबाट आउन सक्ने थप सङ्कट वा समस्याहरूबारे विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गराउनुहोस् । ती विपद्बाट बच्ने उपायहरूको प्रयोगात्मक अभ्यास गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द लेख्नुहोस् ।

(क) सुरक्षित स्थानमा बसेर हामी .... बाट बच्न सक्छौँ ।

(विपद्/सुख/शान्ति)

(ख) वन्यजन्तुबाट बच्न तिनीहरूबाट .... रहनुपर्छ ।

(नजिकै/टाढै/छेवैमा)

(ग) भूकम्प आउँदा खुला .... निस्कनुपर्छ ।

(घरमा/बस्तीमा/चौरमा)

(घ) रोग सर्नबाट बच्न .... लगाउनुपर्छ । (गहना/पर्दा/मास्क)

(ङ) हावाहुरी चलेमा .... भित्र पस्नुपर्छ । (वन/घर/चौर)

२. दिइएका वाक्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

(क) हावा चलेमा झ्यालढोका बन्द गर्नुपर्छ । ☐

(ख) भूकम्प आएमा घरबाहिर निस्कनुपर्छ । ☐

(ग) आगलागी भएमा धारा बन्द गर्नुपर्छ । ☐

(घ) कहिलेकाहीँ मात्र साबुनले हात धुनुपर्छ । ☐

(ङ) जङ्गलमा साथीहरूसँग जानुपर्छ । ☐

३.तलका प्रश्नहरूको उत्तर एक शब्दमा दिनुहोस् ।

(क) घरको छाना कस्तो बनाउनुपर्छ ?

....

(ख) केबाट बच्न झ्याल ढोकामा चुकुल लगाउनुपर्छ ?

....

(ग) कसको उपचार गराउनुपर्छ ?

....

(घ) आगो केले निभाउनुपर्छ ?

....

(ङ) जङ्गल जाँदा के लैजानुपर्छ ?

....

(च) एक्लै कहाँ जानुहुँदैन ?

....

(छ) विपद्मा परेका मानिसलाई के गर्नुपर्छ ।

....

४. कुनै विपद्मा परेका मानिसलाई उद्धार गर्न लागेको चित्र बनाउनुहोस् ।

दमक नगर गान

धरतीको एउटा टुक्रा दमक स्वर्गसरि छ
यही माटाको गहिरो माया हाम्रो मुटुभरि छ ।।

समथर तराईदेखि चुरेसम्म लम्केको
विविधता सम्हालेको ताराजस्तै चम्केको ।।

पूर्वपश्चिम सिमानामा रतुवामावा विराजमान
सुन्दर, सफा, हराभरा हाम्रो नगर हाम्रो सान ।।

जीवनशैली बन्यो अब समावेशी लोकतन्त्र
एकता र उन्नति नै दमकको मूलमन्त्र ।।

देखाउनु छ सबै मिली समृद्धिको चमक
ऐतिहासिक नगर हाम्रो जय-जय दमक ।।