मेरो सामाजिक अध्ययन
तथा
सिर्जनात्मक कला

कक्षा - २

नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

प्रकाशक : नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

ISBN : 999 - 33 - 717 - 2 - 6

© **पाठ्यक्रम विकास केन्द्र**

पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतविना यसको पूरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट रेकर्ड गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन । पाठ्यपुस्तक सम्बन्धमा सुझाव भएमा पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सम्पादन तथा प्रकाशन शाखामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ ।

प्रथम संस्करण : २०५०
परिमार्जित संस्करण : २०६३
पुनर्मुद्रण : २०६७

'विद्यालय पाठ्यपुस्तक तथा पाठ्यसामग्री छपाइ तथा वितरण निर्देशिका २०६७' अनुसार यो पाठ्यपुस्तक पूर्वाञ्चल र पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रका ३२ जिल्लामा मात्र शैक्षिक सत्र २०६८ का लागि निजी क्षेत्रका मुद्रक तथा वितरकबाट बिक्री वितरण गर्न स्वीकृत पाठ्यपुस्तक हो ।

– पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सानोठिमी, भक्तपुर

मूल्य रु :

मुद्रण:

तपाईंले किनेको पुस्तकमा छपाइप्रविधिसम्बन्धी कुनै त्रुटि फेला परेमा उक्त पुस्तक वितरक अथवा स्थानीय बिक्रेताबाट साट्न सक्नुहुनेछ ।

– मुद्रक तथा वितरक

हाम्रो भनाइ

विद्यालय तहको शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउन विभिन्न समयमा पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक विकास तथा परिमार्जन गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिइँदै आएको छ । विद्यार्थीमा राष्ट्र र राष्ट्रियताप्रति एकताको भावना पैदा गराई नैतिकता, अनुशासन र स्वावलम्बनजस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुण तथा आधारभूत भाषिक तथा गणितीय सीपको विकास गरी विज्ञान, सूचना प्रविधि, वातावरण र स्वास्थ्यसम्बन्धी आधारभूत ज्ञान र जीवपनोपयोगी सीपका माध्यमले कलासौन्दर्यप्रति अभिरुचि जगाउनु, सिर्जनशील सीपको विकास गराउनु र विभिन्न जातजाति, लिङ्ग, धर्म, भाषा, संस्कृतिप्रति समभाव जगाई सामाजिक मूल्य र मान्यताप्रतिको सहयोगात्मक र जिम्मेवारीपूर्ण आचरण विकास गराउनु आजको आवश्यकता बनेको छ। यही आवश्यकता पूर्तिका लागि शिक्षासम्बन्धी विभिन्न आयोगका सुझाव, शिक्षक तथा अभिभावकलगायत शिक्षासँग सम्बद्ध विभिन्न व्यक्ति सम्मिलित गोष्ठी र अन्तर्क्रियाका निष्कर्षबाट परिमार्जन गरिएको प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०६२ अनुसार यस पाठ्यपुस्तकको विकास एवम् परिमार्जन गर्ने कार्य भएको छ । शैक्षिक सत्र २०६२ मा परीक्षण गरी परीक्षणबाट प्राप्त सुझावसमेत यसमा समावेश गरिएको छ ।

सामाजिक अध्ययन तथा सिर्जनात्मक कला विषयको यस पाठ्यपुस्तकमा सामाजिक, दृश्यकला तथा सङ्गीतसँग सम्बद्ध विषयवस्तुलाई पृथकरूपमा संयोजन गरी सामाजिक अध्ययनलाई द्विपृष्ठात्मक पद्धतिमा प्रस्तुत गरिएको छ। यसलाई क्रियाकलापमुखी र विद्यार्थीकेन्द्री बनाउन रङ्गीन चित्र राख्ने, सिर्जनात्मकता बढाउने खालका अभ्यास सामग्री समेट्ने तथा आवश्यकतानुसार शिक्षण निर्देशन दिने कार्य भएको छ। पाठ्यपुस्तकमा दिइएका विषयवस्तु र क्रियाकलापहरू नमुनाका रूपमा मात्र दिइएकाले पाठ्यक्रममा समावेश गरिएका उद्देश्यहरू हासिल हुने गरी स्थानीय परिवेशअनुसार थप विषयवस्तु र क्रियाकलापसमेत शिक्षक स्वयम्ले सिर्जना गरी पठनपाठन हुने अपेक्षा गरिएको छ । वि.सं. २०५० मा मोहनगोपाल न्याछ्यौं समेतको समूहले लेख्नुभएको "मेरो सेरफेरो" पाठ्यपुस्तकलाई सामाजिक अध्ययनतर्फ दिनानाथ गौतम, डिकबहादुर राई, भूपमणि निरौला, सुनील अधिकारी र डिल्लीप्रसाद शर्माद्वारा लेखन, सम्पादन तथा परिमार्जन भएको हो । त्यस्तै सिर्जनात्मक कलातर्फ टार्जन राई, पुण्यशील गौतम, नवीन्द्र राजभण्डारी, प्रदीप लामा र हनी श्रेष्ठद्वारा लेखन, सम्पादन तथा परिमार्जन गराई यस रूपमा तयार गरिएको हो। यसको थप परिमार्जन कार्यमा कार्यकारी निर्देशक हरिबोल खनालको समेत योगदान रहेको छ । यसको भाषासम्पादन शम्भुप्रसाद दाहाल, विष्णुप्रसाद अधिकारी, गणेशप्रसाद भट्टराई र लोकप्रकाश पण्डितले, चित्राङ्कन आवरण तथा लेआउट डिजाइन टार्जन राई, गङ्गाधर शारूले तथा टाइपसेटिङ अनिल कार्की र अनिल थापाले गर्नुभएको हो। उहाँहरूलगायत यसको विकासमा संलग्न विषयसमितिका पदाधिकारी तथा अन्य सबैलाई पाठ्यक्रम विकास केन्द्र धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

पाठ्यपुस्तकलाई शिक्षणसिकाइको महत्त्वपूर्ण साधनका रूपमा लिइन्छ । अनुभवी शिक्षक र जिज्ञासु विद्यार्थीले पाठ्यक्रमद्वारा लक्षित सिकाइउपलब्धिलाई विविध स्रोत र साधनको प्रयोग गरी अध्ययन अध्यापन गर्न सक्छन् । यस पाठ्यपुस्तकलाई सकेसम्म क्रियाकलापमुखी र रुचिकर बनाउने प्रयत्न गरिएको छ तथापि यसमा अझै भाषाशैली, विषयवस्तु तथा प्रस्तुति र चित्राङ्कनका दृष्टिले कमीकमजोरी रहेका हुन सक्छन् । तिनको सुधारका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

नेपाल सरकार

शिक्षा मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

विषयसूची

	शीर्षक	पृष्ठ
एकाइ १	**आफू, आफ्नो परिवार र छरछिमेक**	**२–७**
पाठ १	मैले गर्ने काम	२
पाठ २	परिवारले गर्ने काम	४
पाठ ३	सामान जतन गर्ने बानी	६
एकाइ २	**हाम्रो परम्परा, सामाजिक मूल्य र मान्यता**	**८–१५**
पाठ १	छिमेकीको आदर सत्कार	८
पाठ २	छिमेकीको लवाइखवाइ	१०
पाठ ३	हाम्रा चाडपर्व	१२
पाठ ४	छिमेकका असल मानिस	१४
एकाइ ३	**सामाजिक समस्या र समाधान**	**१६–१९**
पाठ १	विद्यालयका असहाय तथा अपाङ्गहरू	१६
पाठ २	छरछिमेकका असहाय तथा अपाङ्गहरू	१८
एकाइ ४	**नागरिक चेतना**	**२०–२७**
पाठ १	आपसी सहयोग	२०
पाठ २	हाम्रो साझा सम्पत्ति	२२
पाठ ३	साझा सम्पत्तिको संरक्षण	२४
पाठ ४	पालो पर्खने बानी	२६
एकाइ ५	**हाम्रो पृथ्वी**	**२८–३५**
पाठ १	हामी बसेको ठाउँ	२८
पाठ २	हाम्रो गाउँ र सहर	३०
पाठ ३	नक्सामा हेर्दा हाम्रो गाउँ	३२
पाठ ४	हाम्रो ठाउँको नक्सा	३४
एकाइ ६	**हाम्रो विगत**	**३६–४१**
पाठ १	साथीको जन्म दिन	३६
पाठ २	साथीको परिवार पहिले र अहिले	३८
पाठ ३	हाम्रा राष्ट्रिय चिह्नहरू	४०

एकाइ ७	**हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप**	**४२-४९**
पाठ १	कामको सम्मान	४२
पाठ २	सामानको सही प्रयोग	४४
पाठ ३	गाउँमा उत्पादन हुने वस्तुहरू	४६
पाठ ४	सहरमा बनेका सामानहरू	४८

सिर्जनात्मक कला

एकाइ १	**दृश्यकला**	**५०-६७**
पाठ १	रेखाचित्र बनाउन सिकौँ	५०
पाठ २	रङहरू चिनौँ	५२
पाठ ३	रङसँग खेलौँ	५३
पाठ ४	मन पर्ने चित्र बनाऔँ	५४
पाठ ५	छपाइ गरौँ	५५
पाठ ६	पातको छापा निकालौँ	५६
पाठ ७	कोलाज बनाऔँ	५७
पाठ ८	रङ्गीन फोटो टाँसी कोलाज बनाऔँ	५८
पाठ ९	विभिन्न वस्तुहरूबाट कोलाज बनाऔँ	५९
पाठ १०	माटाको काम गरौँ	६०
पाठ ११	माटोबाट विभिन्न आकारहरू बनाऔँ	६१
पाठ १२	मनपर्ने आकार तथा वस्तु बनाऔँ	६२
पाठ १३	कागजसम्बन्धी काम गरौँ	६३
एकाइ २	**सङ्गीत**	**६८-८२**
पाठ १४	तालमा ताली बजाऔँ	६८
पाठ १५	मादल	६९
पाठ १६	कक्षागत गीत	७०
पाठ १७	स्वर (अलङ्कार) अभ्यास	७१
पाठ १८	बालगीत	७२
पाठ १९	गोडा र पन्जाको चाल	७६
पाठ २०	गोडा,पन्जासँगै कम्मरको चाल	७९
पाठ २१	अभिनय	८१

एकाइ १ आफू, आफ्नो परिवार र छरछिमेक

पाठ १ मैले गर्ने काम

म बिहान चाँडै उठ्छु । उठेर दाँत माझ्छु । मुख धुन्छु । त्यसपछि पढ्न बस्छु । अनि खाना खाएर विद्यालय जान्छु ।

म विद्यालयमा साथीसँग मिलेर बस्छु, मिलिजुली खेल्छु र पढ्छु । हामी कहिलेकाहीँ साथीहरूसँग मिलेर कक्षाकोठा सफा गर्छौं । खेल्ने चौर सफा गर्छौं । कहिलेकाहीँ साथीहरू मिलेर घुम्न पनि जान्छौं ।

म घरमा बुबाआमालाई सघाउँछु । उहाँहरूले अह्राएको काम गर्छु । म कहिलेकाहीँ आमालाई तरकारी केलाउन सघाउँछु । करेसाबारीमा पानी हाल्छु । घरभित्र र बाहिर सफा गर्छु । सबैले मलाई माया गर्छन् । सबैले मलाई असल नानी भन्छन् ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई उनीहरू आफैँले गर्ने दैनिक कामहरू र आफ्नो परिवारलाई सहयोग गर्ने कामहरूको जानकारी राख्ने र सोहीअनुसार व्यवहारमा समेत उतारून् भन्ने उद्देश्य रहेकाले बालबालिकालाई उनीहरूले काम आफैँ गर्ने र अरूलाई सहयोग गर्ने प्रकारका क्रियाकलापहरू गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. कुन काम बिहान, दिउँसो र बेलुका गरिन्छ ? तालिकामा लेख :

खाजा खाने, बत्ती बाल्ने, दाँत माझ्ने

बिहान	दिउँसो	बेलुकी
....	....	....

२. विद्यालयमा गर्ने काम र घरमा गर्ने काम तलको तालिकामा लेख :

घरमा गर्ने काम	विद्यालयमा गर्ने काम
(क) गृहकार्य गर्ने (ख)	(क) कक्षाकोठा सफा गर्ने (ख) ....

३. तल दिइएकामध्ये तिमीले गर्ने काममा चिह्न (✔) लगाऊ :

गाडी चलाउने	खेत खन्ने	खाना पकाउने
विद्यालय जाने	मुख धुने	बिरामी जाँच्ने
कक्षाकोठा सफा राख्ने	घर बनाउने	सफा गर्ने

४. तिमी आफैँले गर्न सक्ने काम र गर्न नसक्ने काम केके हुन् ? तालिकामा लेख :

गर्न सक्ने काम	गर्न नसक्ने काम
(क) .... (ख)	(क) .... (ख) ....

म आफूले सक्ने काम आफैँ गर्छु । म घरको काममा पनि सहयोग गर्छु ।

पाठ २ परिवारले गर्ने काम

हरिका बुबा खेतमा खनजोत गर्नुहुन्छ । आमाले मकैको बिउ रोप्नुहुन्छ । हरिका परिवारका सबैजना मिलेर खेतबारीमा काम गर्छन् । खेतबारीमा काम गर्ने मानिसलाई किसान भनिन्छ । हरिका बुबाआमा पनि किसान हुन् । आमाले हरिलाई खाजा ल्याउन भन्नुभयो । उनले बुबाआमालाई खाजा लगिदिए ।

गौरीका बुबाको कपडा पसल छ । उहाँले पसलमा थरीथरीका कपडा बेच्नुहुन्छ । पसलमा काम गर्ने मानिसलाई पसले भनिन्छ ।

शर्मिलाकी दिदी विद्यालयमा पढाउनुहुन्छ । उहाँलाई सबैजनाले महिला शिक्षक भन्छन् । रमेशका बुबा कार्यालयमा काम गर्नुहुन्छ । कार्यालयमा काम गर्ने मानिसलाई कर्मचारी भनिन्छ । भाजुमानका बुबा घरको गारो लगाउनुहुन्छ । घर बनाउने मानिसलाई डकर्मी भनिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

यस पाठमा परिवारको पेसा बताउन र पेसाका प्रकारबारे जानकारी प्राप्त गर्न र सहयोग गर्न सिकाउने उद्देश्य राखिएको हुँदा उनीहरूलाई आफ्नो परिवारका सदस्यले गर्ने पेसा भन्न लगाई सबै प्रकारका पेसासँग परिचित गराउने क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. जोडा मिलाऊ :

(क) किसान	पसल गर्ने मानिस
(ख) शिक्षक	घरको गारो लगाउने मानिस
(ग) पसले	कार्यालयमा काम गर्ने मानिस
(घ) डकर्मी	खेतबारीमा काम गर्ने मानिस
(ङ) कर्मचारी	विद्यालयमा पढाउने मानिस

२. तिम्रो परिवारका मानिसहरू कसले के काम गर्छन् ? तलको तालिकामा लेख :

तिम्रो परिवारका मानिस	केके काम गर्छन् ?
(क)	(क) ....
(ख)	(ख) ....

३. तिमी बुबाआमालाई कुनकुन काममा कसरी सघाउँछौ, साथीहरूसँग मिलेर अभिनय गरी देखाऊ ।

४. भाजुमानका बुबा डकर्मी हुन् । उनका बुबाले हथौडा, धागो,घन्टी प्रयोग गर्छन् । तिमी पनि आफ्नो परिवारका मानिसले प्रयोग गर्ने सामानहरूको नाम लेख ।

५. तिम्रो परिवारका मानिसले प्रयोग गर्ने दुईओटा सामानको चित्र बनाऊ ।

म मेरो परिवारले गर्ने काम बताउन सक्छु ।

पाठ ३ सामान जतन गर्ने बानी

जमुना सात वर्षकी भइन् । उनी दुई कक्षामा पढ्छिन् । जमुना आफ्ना सामान सधैँ ठीक ठाउँमा राख्छिन् । किताबमा गाता लगाउँछिन् । गुरुआमाले भनेअनुसार कक्षाकार्य गर्छिन् । लेखपढ गरेपछि किताब, कापी र कलम झोलामा राख्छिन् । आफ्नो लुगा सफा राख्छिन् । खेलौनाहरू जतन गर्छिन् । खानेकुराहरू छोपेर राख्छिन् । खानेकुराहरू खेर फाल्दिनन् ।

जमुना आफूसँग नभएका सामानहरू साथीबाट लिन्छिन् । काम सकिएपछि साथीलाई फिर्ता गर्छिन् । साथीसँग नभएको सामान आफूले पनि दिन्छिन् । आफूले दिएको सामान काम सकिएपछि फिर्ता लिन्छिन् । जमुनाको अरूलाई सहयोग गर्ने बानी छ । अरूबाट पनि सहयोग लिने बानी छ । आहा ! कति राम्रो जमुनाको बानी ।

शिक्षण निर्देशन :

यस पाठमा बालबालिकालाई आफ्नो सामानको प्रयोग र जतन गर्न सिकाउने उद्देश्य राखिएको हुँदा उनीहरूलाई सामानको प्रयोग र जतन गर्ने तरिका अभिनय तथा छलफल गराएर सिकाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका ठीक कामहरू मात्र आफ्नो कापीमा सार :

(क) हामीले किताबलाई माया गर्नुपर्छ ।

(ख) किताबमा गाता लगाउनुहुँदैन ।

(ग) आफ्नो लुगा सफा राख्नुपर्छ ।

(घ) आफूलाई बढी भएको खानेकुरा फाल्नुपर्छ ।

२. तिमी आफ्नो सामानको जतन कसरी गर्छौ ? तालिकामा लेख :

सामानहरू	कसरी जतन गर्ने ?
किताब लुगा	झोलामा राखेर ....

३. अहिलेसम्म तिमीले कुनकुन सामान साथीलाई दिएर सहयोग गऱ्यौ ? तिम्रा साथीले कुनकुन सामान दिएर सहयोग गरे, नाम लेख :

तिमीले साथीलाई दिएको सामान	साथीले तिमीलाई दिएको सामान

म सामानको जतन गर्छु । म साथीसँग नभएको सामान दिन्छु र आफूसँग नभएको सामान साथीसँग मागेर सहयोग लिन्छु ।

एकाइ २ हाम्रो परम्परा, सामाजिक मूल्य र मान्यता

पाठ १ छिमेकीको आदर सत्कार

श्याम सहरमा बस्छन् । उनका छिमेकी पनि धेरै छन् । उनका सबै छिमेकी मिलनसार छन् । आफ्नो घरमा आएका छिमेकका ठूला मानिसलाई उनी नमस्कार गर्छन् । सानालाई माया गर्छन् । आफूसमानका साथीसँग मिलेर खेल्छन् ।

रमा गाउँमा बस्छिन् । उनको गाउँमा घरहरू थोरै छन् । आफ्नो घरभन्दा धेरै टाढा रहेका मानिसलाई पनि उनी राम्ररी चिन्छिन् । उनी आफ्नो घरमा आएका छिमेकीलाई सत्कार गर्छिन् । घरमा आउनुको कारण सोध्छिन् । उनको छिमेकीहरूसँग राम्रो सम्बन्ध छ ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई उनीहरूका छिमेकका मानिसको परिचय गर्न नाता र लगाएर आदरार्थी शब्द प्रयोग गरी बोल्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तिमी सहरमा बस्छौ कि गाउँमा ?

२. तिमी बसेको ठाउँमा घरहरू धेरै छन् कि थोरै ?

३. तिमी आफ्नो घरनजिक बस्ने मानिसलाई के भन्छौ ?

४. तिम्रा छिमेकीको नाम र उनीहरूले गर्ने काम तलका तालिकामा लेख :

छिमेकीको नाम	काम
(क)	....
(ख)	....
(ग)	....

५. साथीसँग मिलेर आफ्ना छिमेकीलाई गरिने आदर सत्कारको अभिनय गर ।

६. तल दिएजस्तै तिम्रो परिवार तथा छरछिमेकमा प्रयोग गरिने आदरार्थी शब्दहरू लेख :

प्रणाम, दर्शन ....

७. श्यामले आफ्नो घरमा आएका छिमेकीलाई कसरी सत्कार गर्छन् ।

८. रमाको बानी तिमीलाई कस्तो लाग्छ ?

हामी हाम्रा छिमेकीलाई आदर सत्कार गर्छौं ।

पाठ २ छिमेकीको लवाइखवाइ

हाम्रो छिमेकमा धेरै जातजातिका मानिस बस्छन् । उनीहरूले लगाउने लुगा फरकफरक किसिमका छन् । बोल्ने भाषा र चाडपर्व पनि फरकफरक छन् । त्यसैले हाम्रा छिमेकीहरूको रहनसहन फरकफरक छ ।

सन्तुलित खानेकुरा

हाम्रा छिमेकीको खेतबारी पनि छ । खेतबारीमा धान, मकै, कोदो, भटमास आदि फल्छन् । उनीहरू आफ्नो खेतबारीमा फलेका खानेकुराहरू खान्छन् । उनीहरूले गाई, भैँसी बाख्रा, सुँगुर आदि पालेका छन् । यिनीहरूबाट दूध र मासु पाइन्छ । हाम्रा छिमेकीहरूले अरू खानेकुरा बजारबाट किनेर ल्याउँछन् ।

शिक्षण निर्देशन :

माथि दिइएका बाहेक अरू धेरै लगाउने लुगा र खानेकुराको नाम विद्यार्थीले जानेका हुन सक्छन् । पाठ सुरु गर्नुभन्दा पहिले उनीहरूलाई भन्ने मौका दिनुपर्दछ, यसो गर्दा बालबालिकाको खोजी गर्ने र सिक्ने बानीको विकास हुन्छ । आफूले पनि लुगा र खानेकुराको नाम भनिदिनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. तिम्रा छिमेकीले कस्ताकस्ता लुगा लगाउँछन् ?

२. तिम्रो छिमेकका सबैभन्दा धेरै मानिसले लगाउने लुगाहरू केके हुन् ?

३. तिमी र छिमेकीले लगाउने लुगामा के फरक छ ?

४. तिमीले खाने पाँचओटा खानेकुराको नाम लेख ।

५. पासाङ्ले उनका एकजना छिमेकीले खाने खानेकुराको तालिका यसरी भरे :

खानेकुरा	कहाँबाट प्राप्त हुन्छ ?
चामल	आफ्नै खेतबारीबाट
सागसब्जी	आफ्नै करेसाबारीबाट
दूध	आफूले पालेको गाईबाट
खुर्सानी	छिमेकीबाट पैँचो लिएर
मासु	बजारबाट किनेर

पासाङ्ले जस्तै तिम्रो छिमेकीले खाने खानेकुराका बारेमा सोधेर लेख ।

६. खाली ठाउँ भर

(क) खेतबारीमा .... फल्छ । (धान, चामल)

(ख) छिमेकीको रहनसहन .... छ । (फरकफरक, उस्तै)

(ग) दूध .... बाट पाइन्छ । (गाई, कुखुरा)

(घ) सबै छिमेकीले .... खाना खान्छन् ।
(एकै खालको, थरीथरीका)

मेरा छिमेकीले थरीथरीका खानेकुरा खान्छन्, थरीथरीका लुगा लगाउँछन् ।

पाठ ३ हाम्रा चाडपर्व

हाम्रो छरछिमेकमा धेरै प्रकारका चाडपर्व मनाइन्छन् । दीपाको घरमा दसैँ तिहार, तीज मनाउँछन् । दसैँमा भगवतीको पूजा आराधना गर्छन् । तिहारमा काग, कुकुर, गाई, लक्ष्मी र दाजुभाइको पूजा हुन्छ । तीजमा भगवान् शिव र ऋषिको पूजा हुन्छ ।

फुर्वाको घरमा ल्होसार मनाउँछन् । ल्होसारमा राम्राराम्रा लुगा लगाएर नाचगान गर्छन् । मीठामीठा खानेकुरा खान्छन् । रामदासको घरमा छठपर्व मनाउँछन् । छठमा तलाउ र नदीमा गएर नुहाउँछन् । सूर्यको पूजा गर्छन् । सलिमको घरमा इद मनाउँछन् । इदमा व्रत बस्छन् र गरिबलाई दान गर्छन् । एलिसाको घरमा क्रिसमस मनाउँछन् । यस पर्वमा घरघरमा बत्ती बालेर फूलले सजाउँछन् । दीपा, फुर्वा, एलिसा र सलिम एकअर्कालाई आफ्नो चाडपर्वमा बोलाउँछन् । उनीहरू साथीको चाडपर्वमा पनि जान्छन् र रमाइलो गर्छन् ।

शिक्षण निर्देशन :

माथि नमुनाका रूपमा केही मात्र चाडपर्वका नाम दिइएका छन् । आ-आफ्नो ठाउँअनुसार विभिन्न चाडपर्व मनाउने गरिन्छ । बालबालिकालाई त्यस्ता चाडपर्वबारे थाहा हुन सक्छ । उनीहरूलाई आफूले मनाइने चाडपर्वका नाम र मनाइने तरिका भन्न दिने अवसर दिनुपर्दछ । छरछिमेकमा मनाइने चाडपर्वमा भाग लिने हौसला दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. हाम्रा चाडपर्वमध्ये कुनै तीनओटाको नाम भन ।

२. तिमी कुनकुन चाड मनाउँछौ ? लेख ।

३. तिम्रा छिमेकीहरूले कुनकुन चाडपर्व मनाउँछन् ? हेरेर वा सोधेर लेख ।

४. तिमीले मनाउने कुनकुन चाडमा केके गर्छौ र केके खानेकुरा खान्छौ ? तलको तालिका भरेर देखाऊ :

चाडको नाम	केके गर्छौ ?	केके खान्छौ ?
दसैँ	पूजा	मासु, चिउरा
....	....	....
....	....	....

५. तिम्रो गाउँघरमा चाडपर्वमा गाइने कुनै एउटा गीत छान । सबै साथी मिलेर गाऊ र नाच ।

६. जोडा मिलाऊ :

ल्होसार	सूर्यको पूजा
तिहार	कागको पूजा
इद	रूखलाई सजाउने
क्रिसमस	हिमाली क्षेत्रमा मनाइने चाड
	गरिबलाई दान

हामी वर्षभरिमा धेरै किसिमका चाडपर्व मनाउँछौँ ।

पाठ ४ छिमेकका असल मानिस

मिङ्मा हाम्रा गाउँछिमेकका एकजना असल मानिस हुन् । उनी सधैँजसो छरछिमेकको हालखबर बुझ्न गाउँतिर जान्छन् । आज पनि उनी गाउँतिर हिँडे ।

जाँदाजाँदै केही पर पुगेपछि उनले विद्यालयको छानो हावाले उडाएको देखे । उनले त्यसलाई मर्मत गर्नुपर्ने कुरा सोचे । हिँड्दै जाँदा पानीको पाइप फुटेर बाटाभरि पानी बगेको देखे । उनले मनमनै पानी रोक्ने उपाय सोचे । उनले आफूसँग भएको प्लास्टिक फुटेको पाइपमा बाँधे । त्यसबाट पानी रोकियो । त्यसपछि उनी रमिलाको घरमा पसे । त्यहाँ रमिलाकी छोरीको बिहे थियो । छिमेकका सबै मानिस त्यहाँ भेला भएका थिए । उनले आउँदा देखेका सबै कुरा गाउँलेलाई सुनाए । सबै मिलेर विद्यालयको छानो र फुटेको पाइप बनाउने सल्लाह गरे । त्यसपछि मिङ्मा विवाहमा सहयोग गर्न थाले ।

शिक्षण निर्देशन :

माथि लेखिएका कुरा उदाहरण मात्र हुन् । समुदायमा अन्य सार्वजनिक स्थल, रीतिस्थितिका कुराहरू हुन सक्छन् । यस्ता क्रियाकलाप बालबालिकालाई आफैँ भन्न लगाउनुहोस् र असल मानिसको खोजी गरी सम्मान गर्ने प्रेरणा दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. यस पाठमा दिएका असल मानिस को हुन् ?

२. मिङ्माले केके देखे र केके गरे, पाठका आधारमा तलको तालिका भरेर देखाऊ :

देखेका कुरा	गरेका कुरा
(क) पाइप फुटेको	प्लास्टिकले बाँधेको
(ख)	....
(ग)	....
(घ)	....

३. तिम्रा छरछिमेकमा एकआपसमा सहयोग गर्ने मानिस कोको छन् ? बुबाआमासँग सोधेर उनको नाम लेख ।

४. छिमेकका असल मानिसहरूले अरूको भलाइका लागि गरेका कामहरू लेख ।

५. तल दिइएका वाक्यहरू ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✗) चिह्न लगाऊ :

(क) राम्रो काम गर्ने छिमेकीलाई सम्मान गर्नुपर्छ ।

(ख) विद्यालय बनाउने काम एक्लै गर्नुपर्छ ।

(ग) छिमेकी बिरामी हुँदा औषधी दिनुपर्छ ।

(घ) छिमेकीको घरमा बिहे हुँदा सहयोग गर्नुपर्दैन ।

(ङ) सबै छिमेकीसँग मिलेर बस्नुपर्छ ।

हामी राम्रो काम गर्ने मानिसलाई आदर गर्छौं ।

एकाइ ३ सामाजिक समस्या र समाधान

पाठ १ विद्यालयका असहाय तथा अपाङ्गहरू

हाम्रो कक्षामा एउटा हात नभएको एकजना साथी छन् । उनलाई हामी सबैले झोलाबाट किताब, कापी झिक्न, राख्न र अन्य कुरामा सहयोग गर्छौँ । कक्षा एकमा पढ्ने रीताका बाबुआमा छैनन् । विद्यालयले उनको किताब, कापी किनिदिन्छ । हामी पनि उनलाई मदत गर्छौं । कक्षामा रामले बोलेको राम्रो बुझिँदैन । उनको हाउभाउ हेरेर कुरा बुझ्नुपर्छ र जवाफ दिनुपर्छ । उनलाई बोल्नमा सहयोग गर्नुपर्दछ । कक्षामा अर्की साथी सबिनाले एउटा गोडा टेक्न सक्तिनन् । उनलाई

शिक्षण निर्देशन :

माथि लेखिएका कुराहरू उदाहरणका रूपमा मात्र हुन् । अरू धेरै प्रकारका असहाय र अपाङ्गहरू हुन सक्छन् । उनीहरूलाई विद्यालयमा गर्ने गरेका अन्य व्यवहारको अवलोकन गराउनुपर्दछ । असहाय र अपाङ्गप्रति सकारात्मक धारणाको विकास गर्न आवश्यक प्रेरणा दिनुहोस् ।

हिँडडुल गर्न अरूको सहारा चाहिन्छ । हामी उनलाई सहयोग र माया गर्छौं । उनी पढ्नलेख्न सिपालु छिन् । हामी नजानेका कुरा उनीबाट सिक्छौं ।

क्रियाकलाप

१. तिमी विद्यालय कसरी जानेआउने गर्छौ ?

२. तिम्रो विद्यालयमा कस्ताकस्ता असहाय र अपाङ्ग साथीहरू छन् ? उनीहरूलाई कस्तो सहयोग चाहिन्छ, उदाहरणमा दिएजस्तै तालिकामा देखाऊ :

नाम	के भएको हो	कक्षा	कस्तो सहयोग चाहिन्छ ?
श्याम	सानैमा लडेर एउटा गोडा भाँचिएको	२	विद्यालय जाँदाआउँदा डोऱ्याउनुपर्छ ।
....	....	.....	....
....	....	.....	....
....	....	.....	....
....	....	.....	....

३. तिम्रो साथी लडेर हिँड्न नसकेको अवस्थामा तिमी कसरी सहयोग गर्छौ ?

४. तल दिइएका सामानहरू कस्तो मानिसलाई चाहिन्छ ?
बैसाखी, सेतो लठ्ठी, माइक्रोफोन, ह्विलचियर

हामी विद्यालयका असहाय र अपाङ्गलाई सहयोग गर्छौं ।

पाठ २ छरछिमेकका असहाय तथा अपाङ्गहरू

पुछारघरे काकी जन्मँदै अपाङ्ग थिइन् । उनको देब्रे हात सानो छ । उनलाई दुवै हातले गर्नुपर्ने काममा काकाले सघाउँछन् ।

ठूलाघरे वीरमान दाइ आँखा देख्दैनन् । उनी एक्लै हिँडडुल गर्न सक्तैनन् । लठ्ठी टेकेर कहिलेकाहीँ बजारसम्म पुग्छन् । उनको सबै काममा भाउजू र परिवारका अन्य सदस्यले मदत गर्छन् ।

गाउँघर, सहरबजार जहाँसुकै असहाय र अपाङ्गहरू हुन्छन् । उनीहरू पनि हामीजस्तै मानिस हुन् । उनीहरूलाई अरूको सहायता चाहिन्छ । असहायलाई सहायता गर्नु हाम्रो काम हो ।

शिक्षण निर्देशन :

माथि लेखिएका विवरणहरू उदाहरण मात्र हुन् । छरछिमेकमा भएका असहाय र अपाङ्गहरूको विवरण विद्यार्थीहरूलाई भन्न लगाउनुहोस्, जसबाट उनीहरूको खोजी गर्ने बानीको विकास होस् । उनीहरूले भन्न नसकेका अपाङ्गताका प्रकारहरू भनेर सहयोग गर्नुहोस् । कक्षामा असहाय र अपाङ्गहरू रहेका छन् भने उनीहरूको भावनामा आँच पुऱ्याउने खालका क्रियाकलाप गराउनुहुँदैन । उनीहरूलाई सम्मानित दृष्टिकोणले हेर्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. तिम्रो छरछिमेकमा भएका असहाय र अपाङ्गहरूको खोजी गरी नाम लेख ।

२. एउटा गोडा नभएको मानिसको चित्र बनाऊ ।

३. तल तालिकामा दिइएका अपाङ्ग र असहायलाई के भन्छन् ? उनीहरूलाई कस्तो सहयोग चाहिन्छ ?

कस्ता मानिस	के भन्छन्	कस्तो सहयोग चाहिन्छ ?
१.सत्तरी वर्षको मानिस	बूढो	बाटो काट्दा डोऱ्याउनुपर्छ ।
२.एउटा हात नभएको		
३.एउटा गोडा खोच्याउने		
४.आँखा नदेख्ने		
५.कान नसुन्ने		

४. आँखा नदेख्ने, एउटा गोडा नभएको, हात नभएको, कान नसुन्ने र बोल्न नसक्नेलाई कसरी मदत गर्छौ ? अभिनय गरी देखाऊ ।

५. बुबाआमा नभएका बालबालिकालाई के भनिन्छ ?

६. खाली ठाउँ भर :

(क) आँखा नदेख्ने मानिसले ....को माध्यमबाट पढ्छ ।
(ब्रेललिपि, रोमनलिपि)

(ख) कान नसुन्ने मानिसले .... को माध्यमबाट पढ्छ ।
(हात, सङ्केत)

हामी छिमेकका असहाय र अपाङ्गलाई मदत गर्छौं ।

एकाइ ४ **नागरिक चेतना**

पाठ १ आपसी सहयोग

यो सरिताको गाउँ हो। उनको छिमेकमा रमा, दीपा र पवनका घर छन् । उनीहरू मिलेर बस्छन् । मिलेर काम गर्छन्। मिलेर चाडपर्व मनाउँछन् । चाडपर्व मनाउँदा आफ्ना घरमा भएका सामानले मात्र पुग्दैन । आफूसँग भएका सामान एकअर्कामा साटासाट गर्छन् ।

कुशल कक्षा दुईमा पढ्छन् । उनी साथीसँग मिलेर बस्छन् । उनी आफूसँग नभएका सामान साथीसँग माग्छन् । ती सामानबाट काम लिइसकेपछि साथीलाई फिर्ता गर्छन् । कुशलको यस्तो राम्रो बानी सबैलाई मन पर्छ। सबैले उनको प्रशंसा गर्छन्। उनका साथीहरूले पनि कुशलले जस्तै अरूलाई सहयोग गर्छन् ।

शिक्षण निर्देशन :

- बालबालिकाहरूलाई आफूसँग भएका सामानहरू आवश्यक पर्दा साथीलाई दिनुपर्छ र आफूलाई आवश्यक पर्दा लिनुपर्छ भन्ने धारणा बसाउने विभिन्न क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- बालबालिकालाई छरछिमेक र नातागोताका मानिसलाई सहयोग गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. सरिताका छिमेकीहरू किन असल छन् ?

२. कुशल साथीहरूबाट लिएको सामान के गर्छन् ?

३. तिमी अरूसँग कसरी सहयोग लिन्छौ ? अभिनय गरेर देखाऊ ।

४. तिमी साथीहरूलाई कुनकुन काममा सहयोग पुऱ्याउँछौ ?

५. ठीक भए (✓) र बेठीक भए (✗) चिह्न लगाऊ :

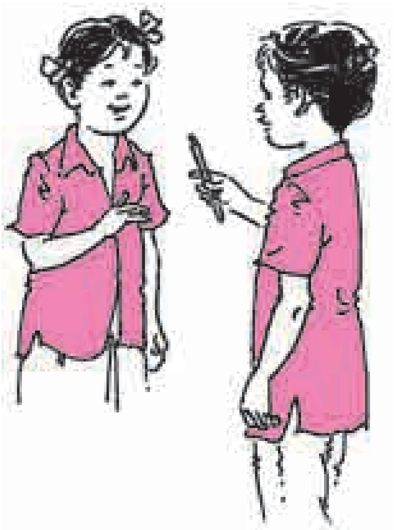
(क) साथीसँग लिएको कलम काम सकिएपछि फिर्ता दिनुपर्छ ।

(ख) छिमेकीलाई आफ्नो कुनै सामान दिनुहुँदैन ।

(ग) साथीसँग नभएको सामान दिएर सहयोग गर्नुपर्छ ।

(घ) अरूसँग सहयोग लिनेदिने काम राम्रो होइन ।

६. तलको चित्र हेरी वर्णन गर :



हामीले चिनेजानेका मानिससँग सहयोग लिने र दिने गर्नुपर्छ ।

पाठ २ हाम्रो साझा सम्पत्ति

भूषणको घरनजिकै चौतारो छ । चौतारामा मानिसहरू बस्छन् । चौतारोनजिकै धारो छ । धाराको अलिमाथि मन्दिर छ । मन्दिर पुरानो छ । मन्दिरनजिकै पाटी छ । पाटीमा मानिसहरू बस्छन् । पाटीसँगै पसल छ । पसलमा मानिसहरू सामान किनबेच गर्छन् । भूषण पनि आफूलाई चाहिने सामान त्यहीँ किन्छन् । भूषणको घरनजिकै हुलाक घर पनि छ । आफन्तहरूले हुलाकबाट चिठीपत्रहरू पठाउँछन् । उनको घरनजिक चौर पनि छ । भूषण चौरमा साथीहरूसँग खेल्छन् ।

भूषणको घरनजिकै रहेका चौतारो, धारा, पाटी, हुलाक घर, चौर, स्वास्थ्य चौकी, विद्यालय आदि सार्वजनिक सम्पत्ति हुन् । सार्वजनिक सम्पत्ति हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकाहरूलाई सार्वजनिक स्थलको जानकारी गराउनका लागि विद्यालय र त्यसवरिपरि भएका स्थलहरूको अवलोकन गराई सर्वजानिक सम्पत्तिहरूको सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. पाठका आधारमा तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख :

(क) मन्दिर कस्तो छ ?

(ख) भूषणको घरनजिकै केके छन् ?

(घ) हुलाकबाट मानिस के गर्छन् ?

(ङ) मानिसहरू स्वास्थ्य चौकी किन जान्छन् ?

२. तिम्रो घरनजिकै कुनकुन सार्वजनिक स्थलहरू छन् ? नाम लेख ।

३. तलको चित्र हेर र वर्णन गर :

४. पाठको आधारमा खाली ठाउँ भर :

(क) चौतारोनजिकै .... छ ।

(ख) .... मा मानिस सामान किन्न जान्छन् ।

(ग) भूषण .... मा खेल्छन् ।

(घ) भूषणको गाउँमा .... पनि छ ।

धारा, कुवा, हुलाकघर, चौर, स्वास्थ्य चौकी, विद्यालय, वन, चौतारो, पोखरी, बाटो, पुल आदि हाम्रा साझा सम्पत्ति हुन् ।

पाठ ३ साझा सम्पत्तिको संरक्षण

धारा, कुवा, इनार, पाटीपौवा, विद्यालय, चौर, पोखरी, बाटो आदि हाम्रा साझा सम्पत्ति हुन् । यिनीहरूको वरिपरि सफा गर्नुपर्छ । विद्यालय भवन भत्कियो भने पढ्न र लेख्न असुविधा हुन्छ । त्यसैले विद्यालयका डेक्स र बेन्चहरू जतन गर्नुपर्छ । चौतारो पनि हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो । यहाँ मानिसहरू आराम गर्छन् । चौतारो भत्कियो भने मानिसलाई बस्न असुविधा हुन्छ । त्यसैले भत्किएका चौतारालाई सबै मिलेर बनाउनुपर्छ ।

बस र टेलिफोन पनि सार्वजनिक उपयोगका साधन हुन् । यी हाम्रा साझा सम्पत्ति हुन् । टाढाटाढासम्म खबर पठाउन, टाढाको खबर पाउन टेलिफोनले सहयोग पुऱ्याउँछ । त्यसैले टेलिफोनको तार चुँडाउनु हुँदैन । त्यसलाई जतन गर्नुपर्छ । मठमन्दिर, गुम्बा, पाटीपौवाको पनि संरक्षण गर्नुपर्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

- बालबालिकाहरूलाई नजिकैका सार्वजनिक स्थलको अवलोकन गराउनुहोस् र तिनीहरूको नाम भन्न लगाउने क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।
- बालबालिकाहरूलाई सार्वजनिक स्थलका साधनहरूको संरक्षण गर्ने तरिकाहरू सिकाउनुहोस् र संरक्षण गर्न उत्प्रेरित हुने क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तलका प्रश्नहरूको जवाफ देऊ :

(क) सार्वजनिक स्थलहरूको नाम लेख ।

(ख) धारा, कुवा र इनार कसरी सफा राख्नुपर्छ ?

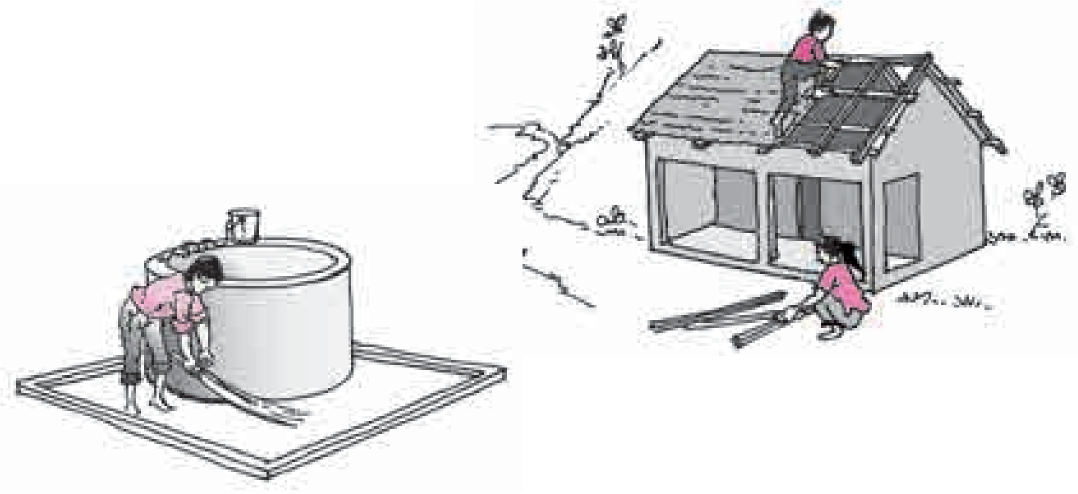
(ग) विद्यालय भत्कियो भने के गर्नुपर्दछ ?

(घ) चौताराको किन संरक्षण गर्नुपर्दछ ?

(ङ) टेलिफोनको जतन कसरी गर्नुपर्दछ ?

२. तिमी तिम्रो समुदायमा भएका सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण कसरी गर्छौ, लेख ।

३. तलको चित्र हेर र के भइरहेको छ, लेख :



४. तिमी विद्यालयको धारामा पानी खान जाँदा पङ्क्तिमा बस र तिम्रा साथीहरू पङ्क्तिमा बसेनबसेको हेरी शिक्षकलाई बताऊ ।

हामीले सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण र जतन गर्नुपर्छ ।

पाठ ४ पालो पर्खने बानी

सबिनाको घर पहाडमा छ। उनी एकदिन बुबासँग मन्दिर गइन्। मानिसहरू मन्दिरमा पङ्क्ति लागेका रहेछन् । उनीहरू पनि पङ्क्तिमा बसे । आफ्नो पालो आएपछि दर्शन गरेर घर फर्के ।

रामवरणका काका वीरगन्जको विद्यालयमा पढाउँछन् । काकालाई खबर पठाउन उनका बुबा टेलिफोन गर्न गए। त्यहाँ टेलिफोन गर्नेहरूको पङ्क्ति लागेको रहेछ । उनका बुबा पनि पङ्क्तिमा बसे। उनी काकासँग टेलिफोनमा कुराकानी गरी घर फर्के।

पासाङको गाउँमा एउटा धारो छ । गाउँलेहरू पालैपालो धारामा पानी भर्छन्। आमासँग पासाङ पनि त्यहीँ नुहाउँदै थिए। त्यसै बेला राजु पानी थाप्न आए। उनले पहिला राजुलाई पालो दिए। राजुले पानी थापिसकेपछि उनले नुहाए ।

शिक्षण निर्देशन :

- बालबालिकाहरूलाई सार्वजनिक स्थलमा पङ्क्तिमा बस्न प्रेरित गर्नुहोस्। विद्यालयको कक्षाकोठामा लाइनमा बसेर पस्न र बाहिर निस्कँदा पनि पालैपालो निस्कन सिकाउनुहोस् ।
- बालबालिकाहरूलाई धारा, टेलिफोन, बस, हुलाकघर, मन्दिर आदि स्थानहरूमा पङ्क्ति बस्नुपर्छ भन्ने कुरा जानकारी गराउँदै त्यसअनुसार गरेनगरेको अवलोकन गरी पङ्क्तिमा बस्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. पाठका आधारमा तलका प्रश्नको उत्तर देऊ :

(क) सबिना किन मन्दिर गइन् ?
(ख) सबिना र उनका बुबाले मन्दिरमा कसरी दर्शन गरे ?
(ग) रामवरणका काकालाई उनका बुबाले कसरी खबर गरे ?
(घ) धारामा पानी लिन जाँदा भिड भए के गर्नुपर्छ ?
(ङ) सार्वजनिक ठाउँमा किन पालो पर्खनुपर्छ ?

२. तलको चित्र हेर र तिमी भए के गर्छौ, लेख :

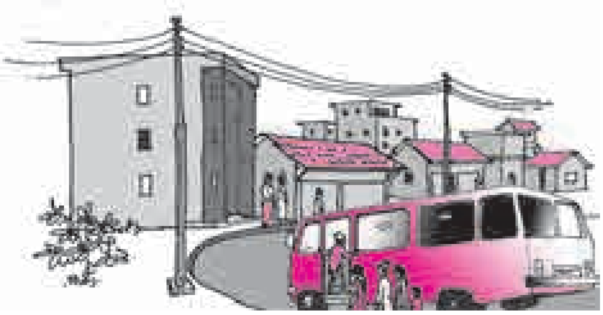
३. धारा, मन्दिर, हुलाक आदि सार्वजनिक सेवा प्रयोग गर्दा किन पङ्क्तिमा बस्नुपर्छ ? सोधेर लेख ।

हामीले सार्वजनिक ठाउँमा पालो पर्खनुपर्छ ।

एकाइ ५ हाम्रो पृथ्वी

पाठ १

हामी बसेको ठाउँ



गोकुल सहरमा बस्छन् । उनी बस्ने सहर तराईमा पर्छ । तराई समथर ठाउँ हो । समथर ठाउँमा उकालोओरालो हिँड्नु पर्दैन । हिँड्न सजिलो हुन्छ । समथर ठाउँमा मोटरबाटो बनाउन सजिलो हुन्छ । त्यस्तो ठाउँमा मानिसको बस्ती पनि बाक्लो हुन्छ ।

गङ्गा गाउँमा बस्छिन् । गङ्गाको गाउँ पहाडमा छ । पहाड अग्लो ठाउँ हो । पहाडमा होचा ठाउँहरू पनि हुन्छन् । होचा ठाउँलाई बेँसी भनिन्छ । गङ्गाको खेत बेँसीमा छ । पहाडमा कतैकतै गहिरा ठाउँ पनि हुन्छन् । त्यस्ता गहिरा ठाउँलाई खोँच भनिन्छ । पहाडमा मोटरबाटो बनाउन गाह्रो हुन्छ ।

पहाडमा कुनैकुनै ठाउँमा टारहरू हुन्छन् । टार बेँसीभन्दा अग्लो ठाउँमा रहेको समथर जमिन हो ।

शिक्षण निर्देशन :

यस पाठमा बालबालिकालाई आफू बसेको ठाउँ (अग्लो/होचो/खोँच/टार/समथर/पहाड) आदि धरातलीय स्वरूपको जानकारी दिन खोजिएको छ । तसर्थ कक्षा शिक्षणमा बालबालिकालाई उनीहरू बसेको ठाउँको अवलोकन गर्न लगाई विभिन्न उदाहरण दिई कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तल दिइएका प्रश्नको उत्तर लेख :

(क) गोकुल कहाँ बस्छन् ?

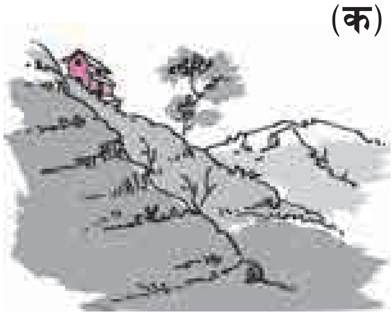
(ख) गङ्गा गाउँमा बस्छिन् कि सहरमा ?

(ग) तिमी कहाँ बस्छौ ? गाउँमा कि सहरमा ?

(घ) कस्तो ठाउँलाई टार भनिन्छ ?

२. तलका चित्रमा दिइएका घरहरू कस्तो ठाउँमा छन् ? (समथर, अग्लो, बेँसी)

(क) ....



(ख) ....

(ग) ....

३. तिमी बसेको गाउँ वा सहर कस्तो ठाउँमा छ ? चिह्न लगाऊ :

अग्लो, होचो, समथर, टार, खोँच

४. तिमी आफू बसेको ठाउँको चित्र बनाऊ र साथीलाई देखाऊ । साथीले बनाएको चित्र पनि हेर र फरक छुट्याऊ ।

म अग्लो, होचो, समथर, खोँच र टार छुट्याउन सक्छु ।

पाठ २ हाम्रो गाउँ र सहर

यो सुनीताको गाउँ हो । उनको गाउँनजिकै वन छ । वनमा धेरै रूखहरू भएकाले वन बाक्लो छ । वनको बीचमा एउटा ताल छ । गाउँका सबै मानिसले वन जोगाएका छन् । गाउँलेहरू घाँस, दाउरा र काठ वनबाट ल्याउँछन् । उनको गाउँनजिकै खोलो छ । खोलो ठूलो छ ।

भोला सहरमा बस्छन् । सहरभन्दा अलिपर एउटा पोखरी छ । पोखरी सानो छ । त्यो पोखरी सहरका मानिसले बनाएका हुन् । सहरभन्दा पर वन छ । वन धेरै पातलो

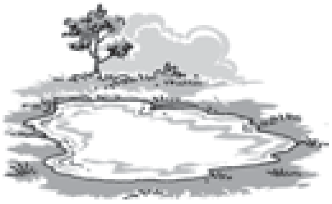
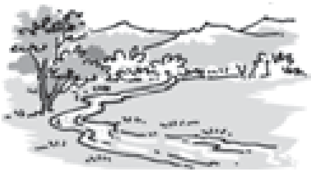
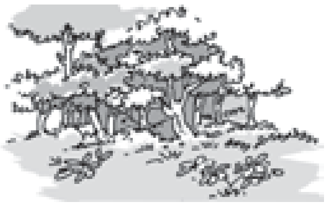
शिक्षण निर्देशन :

यस पाठमा बालबालिकालाई आफू बसेको ठाउँ वरिपरिको प्राकृतिक वस्तुहरू (नदी, वन, ताल, पोखरी, पहाड आदि) को धारणा दिन खोजिएको छ । तसर्थ बालबालिकालाई आफ्नो समुदायवरिपरिको भ्रमण गराई त्यहाँ भएका प्राकृतिक वस्तुहरू अवलोकन गराएर तिनीहरूसँग परिचित गराउनुहोस् ।

छ । पहिले त्यो वन बाक्लो थियो । सहरका मानिसले घर बनाउन जथाभावी रूख काटे । त्यसैले अहिले वन पातलो भयो ।

क्रियाकलाप

१. चित्र हेर र नाम लेख :

२. पाठको आधारमा तलको तालिका भर :

सुनीताको गाउँमा	भोलाको सहरमा
(क) गाउँनजिकै खोलो छ ।	(क) सहरनजिकै पोखरी छ ।
खोलो .... छ ।	पोखरी .... छ ।
(ख) गाउँनजिक वन छ ।	(ख) सहरभन्दा पर वन छ ।
वन .... छ ।	वन .... छ ।

३. सुनीताले आफ्नो गाउँ वरिपरि रहेका कुरा यसरी लेखिन् :
पोखरी, वन, खोलो, पहाड, ताल, नदी, चौर आदि ।
तिमी पनि आफू बस्ने ठाउँको वरिपरि केके देख्छौ ? लेख ।

४. एउटा रूखको चित्र बनाऊ :

म आफू बसेको ठाउँ वरिपरिका नदी, ताल, वन,पोखरी आदि हेरेर वर्णन गर्न सक्छु ।

पाठ ३ नक्सामा हेर्दा हाम्रो गाउँ

तिमी अग्लो ठाउँमा गएका छौ ? वरपर पनि हेरेका छौ ? अग्लो ठाउँबाट वरपर हेर्दा कस्तो देखिन्छ ? सीताराम दसैँमा आमासँग मामाघर गए । उनको मामाघर पहाडमा छ । पहाडमा उकालो चढ्नुपर्छ । आमाले उकालो चढ्दै भन्नुभयो, “सीताराम हाम्रो घर कता छ ? हेर त ।” सीतारामले वरिपरि हेरे । उनले पर आफ्नो गाउँ देखे । गाउँको छेउमा खोलो देखे । विद्यालय पनि देखे । एकछिन हेरेपछि आफ्नो घर पनि देखे । सीताराम खुसी भए । “आहा ! कस्तो राम्रो देखिएको”, सीतारामले भने । उनले अग्लो ठाउँबाट हेर्दा आफ्नो गाउँ यस्तो देखे ।

शिक्षण निर्देशन :

- यहाँ होचो ठाउँबाट नजिकका वस्तुहरू देख्न सकिने र अग्लो ठाउँबाट टाढाका वस्तुहरू देख्न सकिन्छ भन्ने धारणा दिन खोजिएकाले बालबालिकाहरूलाई विद्यालय वरिपरि विभिन्न ठाउँ (अग्लो, होचो) बाट अवलोकन गर्न लगाई उनीहरूले देखेका वस्तुहरूको बारेमा वर्णन गर्न लगाउनुहोस् र आफू रहेको ठाउँको नक्सा बनाउनसमेत अभ्यास गराउनुहोस् ।।

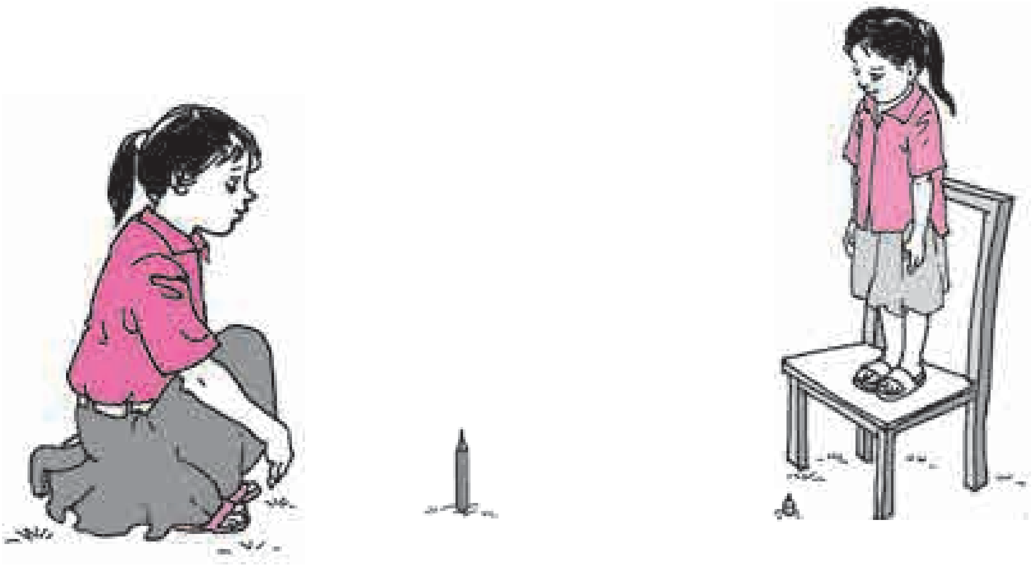
क्रियाकलाप

१. तिमी पनि अग्लो ठाउँमा जाऊ । वरिपरि हेर । केके देख्छौ ? कक्षामा साथीहरूलाई सुनाऊ ।

२. अग्लो ठाउँबाट देखेका कुराको नक्सा बनाऊ र आफ्ना शिक्षकलाई देखाऊ ।

३. होचो ठाउँबाट नजिकका वस्तुहरू देखिन्छन् । अग्लो ठाउँबाट टाढाका वस्तुहरू देखिन्छन् । होचो र अग्लो ठाउँबाट हेरेका कुरामा के फरक छ ? भन ।

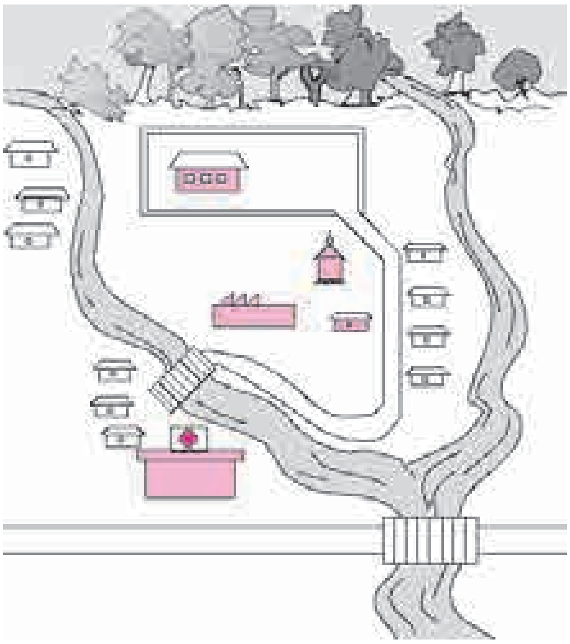
४. तिम्रो सिसाकलम भुइँमा गाड । अब नजिकै बसेर हेर । त्यसपछि सिसाकलम नजिकै एउटा मेच (कुर्सी) राख । मेचमाथि चढ । भुइँमा गाडेको सिसाकलम हेर । तिम्रो सिसाकलम कस्तो देखियो ? भन ।



मैले आफू बसेको ठाउँको नक्सा बनाउन सिकेँ ।

पाठ ४ हाम्रो ठाउँको नक्सा

सीतारामले भने, "म बसेको ठाउँ मङ्गलबारे हो । यहाँ मङ्गलबारको दिन हाटबजार लाग्छ । त्यसैले यस ठाउँलाई मङ्गलबारे भनेको हो । यस गाउँको पूर्वपट्टि खोलो छ । पश्चिमपट्टि पनि खोलो छ । खोलोको छेउमा मेरो विद्यालय छ । उत्तरपट्टि वन छ । त्यो वन ठूलो छ । गाउँको बीचमा हाट लाग्ने ठाउँ छ । त्यहाँ चौतारो पनि छ । दक्षिणपट्टि राजमार्ग छ । राजमार्ग भनेको ठूलो सडक हो । हाम्रो गाउँको बीचमा एउटा धान कुट्ने मिल छ । यसको पूर्वपट्टि मन्दिर छ । हाम्रो गाउँमा सानो अस्पताल छ ।" सीतारामले आफ्नो गाउँको अवलोकन गरी यस्तो नक्सा बनाए ।



शिक्षण निर्देशन :

यस पाठमा बालबालिकालाई आफ्नो समुदायको नक्साङ्कन गर्ने सीपको विकास गर्न खोजिएको छ । तसर्थ उनीहरूलाई आफ्नो समुदायको भ्रमण वा अवलोकन गरेको आधारमा नक्साङ्कन गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् । उक्त नक्सामा त्यहाँ भएका कुराहरू पनि भर्न सिकाउनुहोस् । सबै बालबालिकाले बनाएका नक्सा सुरुमा नमिलेको हुन सक्छ । नमिले पनि सुधारका लागि प्रयास गराउँदै लैजानुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तिम्रो विद्यालयको चित्र बनाऊ ।

२. तिमी बसेको ठाउँको पूर्व, पश्चिम, उत्तर र दक्षिणमा केके छन् ?

पूर्वमा......................., पश्चिममा.......................,

उत्तरमा......................., दक्षिणमा.......................,

३. सीतारामले जस्तै तिमी पनि आफू बसेको ठाउँको नक्सा बनाउने अभ्यास गर ।

४. छानेर उत्तर लेख :

(क) तिमी बसेको ठाउँबाट तिम्रो विद्यालय कता पर्छ ?

पूर्व पश्चिम

उत्तर दक्षिण

(ख) तिम्रो घरबाट तिम्रो साथीको घर कता पर्छ ?

पूर्व पश्चिम

उत्तर दक्षिण

५. तलको जस्तै आकृति बानऊ :

खोलो बाटो पोखरी/ताल पहाड

मैले आफू बसेको ठाउँमा भएका कुराहरू नक्सामा भर्न सिकेँ ।

एकाइ ६ हाम्रो विगत

पाठ १ साथीको जन्म दिन

राधा र रमेश कक्षा दुईमा पढ्छन् । उनीहरू दुवै साथी हुन् । राधा विद्यालय जाँदा सधैँ रमेशलाई बोलाउँछिन् । आज पनि उनले रमेशलाई बोलाइन् । रमेशकी आमाले राधालाई बोलाएर "एकछिन पर्ख है राधा" भन्नुभयो ।

रमेशकी आमा राधाको छेउमै गएर बस्नुभयो । राधालाई रमेशका बारेमा सोध्न मन लाग्यो । राधाले रमेशकी आमासँग सोधिन्, "रमेश कुन मितिमा जन्मेका हुन् ?" आमाले सोच्दै भन्नुभयो, "रमेश २०५४ साल माघ १४ गते बुधबारका दिन जन्मिएका हुन् ।" " रमेशको जन्मस्थान कहाँ हो ?" राधाले फेरि सोधिन् । आमाले भन्नुभयो, "बारा जिल्लाको कलैया नगरपालिका वडा नं ४ हो ।" रमेशकी आमाले भनेका कुरा राधाले आफ्नो कापीमा लेखिन् । त्यसपछि दुवैजना विद्यालय गए ।

शिक्षण निर्देशन:

बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको साथीहरूको पारिवारिक पृष्ठभूमि, पेसा आदि जानकारी गराउने प्रकारका थप विभिन्न क्रियाकलापहरू गराउनुपर्दछ ।

क्रियाकलाप

१. रमेशले आफ्नो कक्षामा पढ्ने साथीहरूको जन्म मिति र जन्म ठाउँ सोधेर यसरी लेखे :

साथीको नाम	जन्मिएको साल	महिना	गते	बार	ठाउँ
कमला	२०५३	मङ्सिर	५	बिहिबार	खोटाङ
डोल्मा	२०५२	माघ	९	बुधबार	सोलु
हरिबहादुर	२०५३	भदौ	२५	सोमबार	बर्दिया

रमेशले गरेजस्तै तिमीले पनि कक्षामा पढ्ने कुनै पाँच साथीहरूको जन्म मिति र ठाउँ तालिकामा भर ।

२. घरवरिपरि रहेका साथीहरूको पनि जन्म मिति र जन्मेको ठाउँ सोधेर तालिकामा लेख :

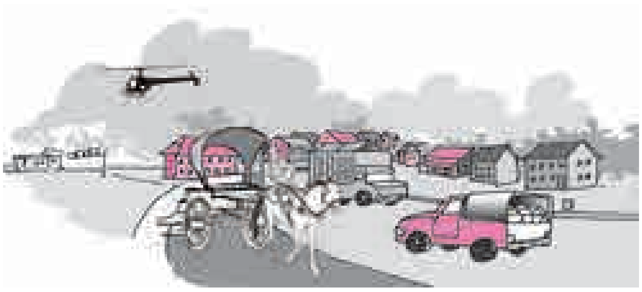
साथीको नाम	जन्म मिति	जन्मेको ठाउँ
....	....	....

३. भित्तेपात्रो हेर । त्यसमा आफू जन्मेको महिना र गते पत्ता लगाई चिह्न लगाऊ ।

हामी आफ्ना साथीको जन्म मिति र जन्म स्थानको ठाउँ लेख्न र भन्न सक्छौँ ।

पाठ २ साथीको परिवार पहिले र अहिले

छेवाङका हजुरबुबा र हजुरआमा पहिले हुम्लामा बस्नुहुन्थ्यो । पहिले उनीहरू बसेको ठाउँमा स्वास्थ्य चौकी र विद्यालय धेरै टाढा थियो । हाटबजार पनि टाढा थियो । मोटर बाटोको सुविधा थिएन । हवाईजहाज र खच्चडबाट मालसामान ओसार्ने काम हुन्थ्यो । त्यसैले सामानको मूल्य महँगो हुन्थ्यो ।



त्यस ठाउँमा अहिले स्वास्थ्य चौकी छ । विद्यालय पनि छ । हाटबजारको व्यवस्था छ । हेलिकप्टरको सुविधा पनि छ । उनीहरू सौर्य ऊर्जा र गोबरग्यासबाट बत्ती बाल्छन् । छेवाङका दाइ विद्यालयमा पढाउनुहुन्छ । भाउजू स्वास्थ्य चौकीमा काम गर्नुहुन्छ । छेवाङको मामाघर नेपालगन्ज हो । उनी अहिले मामाघरमा बसेर पढ्छन् । नेपालगन्ज ठूलो सहर हो । यहाँ बाटो फराकिलो छ । बाटामा रिक्सा र टाँगाहरू पनि चल्छन् । यहाँ हवाई मैदान पनि छ । यहाँबाट हुम्ला, जुम्ला आदि हिमाली जिल्लाहरूमा हवाइजहाज जान्छन् ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकाहरूले आफ्नो साथीको परिवारको बस्ने ठाउँ, पेसा, धर्म, संस्कृति आदिका बारेमा एकअर्कासँग सोधखोज गर्न लगाउनुहोस् र उनीहरूले लेखेका कुराहरू पढ्न लगाई छलफल गराउनुहोस् । सौर्य ऊर्जा र गोबरग्यासको अर्थ बालबालिकाहरूलाई थाहा नभएमा बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. छेवाङले आफ्ना छिमेकीहरूको पहिले र अहिले बस्ने ठाउँ तालिकामा यसरी देखाए :

नाम	पहिले बस्ने ठाउँ	अहिले बस्ने ठाउँ
पासाङ	हुम्ला	नेपालगन्ज
रमेश	नेपालगन्ज	नेपालगन्ज

तिमी पनि छेवाङले जस्तै आफनो छिमेकीहरूको पहिले र अहिले बस्ने ठाउँ तालिका बनाएर देखाऊ ।

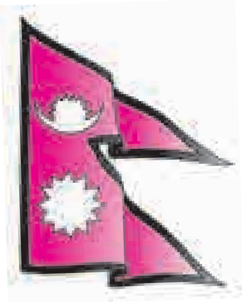
२. उदाहरणमा दिएजस्तै कुनै एकजना साथीको परिवारमा रहेका मानिसका बारेमा तलको तालिकामा लेख ।

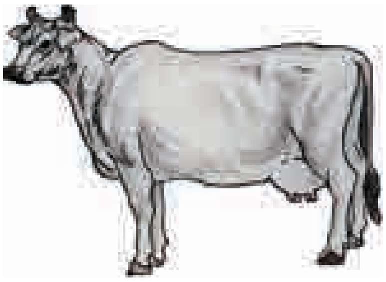
को हो ?	नाम	पहिले के गर्थे ?	अहिले के गर्छन् ?
हजुरबुबा	गोपाल	खेती	व्यापार

म साथीको परिवार पहिले र अहिले बस्ने ठाउँ भन्न सक्छु । उनीहरूले गर्ने काम पनि बताउन सक्छु ।

पाठ ३ हाम्रा राष्ट्रिय चिह्नहरू

यो हाम्रो राष्ट्रिय झन्डा हो । यो तीनकुने आकारको छ । झन्डाको माथिल्लो तीनकुनेमा चन्द्रमा छ । तल्लो तीनकुनेमा सूर्य छ ।





गाई हाम्रो राष्ट्रिय जनावर हो । गाईले दूध दिन्छ । गाईको गोबरबाट बनेको मल खेतीका लागि उपयोगी हुन्छ । गाईको गोबरबाट घर लिपपोत गरिन्छ ।

डाँफे हाम्रो देशको राष्ट्रिय पक्षी हो । यो चरो हाम्रो देशको हिमाली भेगमा पाइन्छ । यो रङ्गीबिरङ्गी हुन्छ ।

लालीगुराँस हाम्रो देशको राष्ट्रिय फूल हो । लालीगुराँस हिमाली तथा पहाडी क्षेत्रमा पाइन्छ । लालीगुराँस रातो रङको हुन्छ ।

सिम्रिक रातो रङको हुन्छ । यो हाम्रो देशको राष्ट्रिय रङ हो । पूजा गर्दा सिम्रिक प्रयोग गरिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

उदाहरण दिई बालबालिकाहरूलाई राष्ट्रिय चिह्नहरू चिनाउनुहोस् र त्यसको महत्त्व समेत बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. पाठका आधारमा तलका प्रश्नको उत्तर देऊ :

(क) लालीगुराँस कुन ठाउँमा पाइन्छ ?

(ख) सिम्रिकको रङ कस्तो हुन्छ ?

(ग) हाम्रो राष्ट्रिय चराको नाम के हो ?

(घ) डाँफे नेपालको कुन ठाउँमा पाइन्छ ?

२. जोडा मिलाऊ :

(क) राष्ट्रिय पक्षी	लालीगुराँस
(ख) राष्ट्रिय जनावर	सिम्रिक
(ग) राष्ट्रिय रङ	डाँफे
(घ) राष्ट्रिय फूल	झन्डा
	गाई

३. गाईका बारेमा हेरेर वा सोधेर लेख ।

गाईका चारओटा खुट्टा हुन्छन् । ....

४. राष्ट्रिय झन्डाका बारेमा लेख ।

झन्डाको आकार...................छ। यसको माथि...................छ। यसको तल...................छ। यसको किनारको रङ...............छ। यसको भुइँको रङ...................छ ।

५ राष्ट्रिय झन्डाको चित्र बनाऊ र सुहाउँदो रङ भर ।

म राष्ट्रिय झन्डा, गाई ,डाँफे, लालीगुराँस र सिम्रिकलाई राष्ट्रिय चिह्नका रूपमा चिन्छु ।

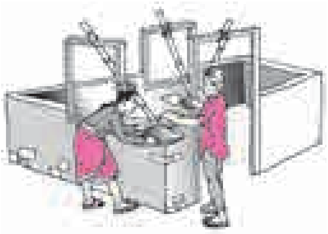
एकाइ ७ हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप

पाठ १

कामको सम्मान

रविकलाका सबै छिमेकी मिलनसार छन् । उनका छिमेकीले धेरै प्रकारका काम गर्छन् । एकजना छिमेकी खेती गर्छन् । खेतबारीमा अन्न, सागपात, फलफूल उब्जाउँछन् । उनले उब्जाएका खानेकुरा सबै खाएर सक्तैनन् । खेतबारीमा उब्जाएका खानेकुरा बेचेर आम्दानी गर्छन् ।

घनश्याम अर्का एक छिमेकी हुन् । उनको मुख्य काम जुत्ता सिउनु हो । उनले सिलाएको जुत्ता सबैले मन पराउँछन् । यो काम गरेर उनले राम्रो आम्दानी गरेका छन् । आजभोलि घनश्यामलाई धेरै मानिसले चिन्छन् । उनको कामको सबैले प्रशंसा गर्दछन् ।



सोनामको मुख्य पेसा घर बनाउनु हो । गाउँका नयाँनयाँ घर सबै उनैले बनाएका हुन् । घर बनाएर उनले नाम र दाम कमाएका छन् । रविकला सानै भए पनि विभिन्न मानिसले गर्ने कामको महत्त्व बुझेकी छिन् । उनी राम्रो काम गर्नेलाई आदरसम्मान गर्छिन् । छिमेकीलाई सकेको सहयोग गर्छिन् ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई छिमेकीले गर्ने विभिन्न प्रकारका कामको अवलोकन गर्ने अवसर दिनुपर्छ । सबै काम आ-आफ्नो ठाउँमा उत्तिकै महत्त्व रहेको कुरा बताइदिनुपर्छ । छिमेकीको काममा सकेको सहयोग गर्न प्रेरित गर्नुपर्दछ ।

क्रियाकलाप

१. तिम्रो छिमेकीले केके काम गर्छन् ? कुनै तीनजनाको नाम र उनले गर्ने काम लेख ।

२. तलको अवस्थामा के हुन्छ ? छलफल गरेर लेख :

(क) सुचीकारले लुगा सिलाएन भने.......................

(ख) किसानले अन्नबाली उब्जाएन भने....................

(ग) डाक्टरले बिरामी जाँचेन भने..........................

(ङ) डकर्मीले घर बनाएन भने..............................

३. कसका लागि कुन सामान चाहिन्छ ? जोडा मिलाऊ :

डकर्मी	तराजु
शिक्षक	हलो
सुचीकार	हथौडा
व्यापारी	सियो
किसान	चक
	चक्कु

४. कुनै एउटा काम गरिरहेको ठाउँमा जाऊ । उक्त काम कसले कसरी गरिरहेको छ, हेर । उक्त काम गर्न केके सामान चाहिन्छ, सोध । त्यो काम गर्न कस्तो सहयोग चाहिन्छ ? के त्यो सहयोग तिमी गर्न सक्छौ ?

कामका आधारमा कोही पनि सानोठूलो हुँदैन । हामीले अरूको काममा सक्दो सहयोग गर्नुपर्छ ।

पाठ २ सामानको सही प्रयोग

मेरो नाम डोल्मा हो । म कक्षा दुईमा पढ्छु । म आफूले प्रयोग गर्ने सामानको जतन गर्छु । किताबकापीमा जथाभावी केरमेट गर्दिनँ । पेन्सिल, डटपेन र मसी फारु गरेर चलाउँछु । बुबाआमासँग नचाहिने सामान किन्नका लागि कर गर्दिनँ । म पनि चाहिने कुरामा मात्र पैसा खर्च गर्छु ।

मेरो नाम सुमन हो । म डोल्मासँगै पढ्छु । पहिले म सामानको जतन गर्दिनथेँ । डोल्माको सामानको जतन गर्ने बानी देखेर मैले पनि सिकेँ । आजभोलि म आफूले प्रयोग गर्ने सामान जतन र फारु गरेर चलाउँछु । घर र विद्यालयका सामान पनि जतन र सफा गर्छु । म जुत्तामा पालिस आफैँ लगाउँछु । मेरो राम्रो बानी देखेर बुबाआमा खुसी हुनुभएको छ । विद्यालयमा गुरुआमा र साथीहरू पनि खुसी हुनुभएको छ ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई घर तथा विद्यालयका सामानको उचित प्रयोग र किफायत गर्न सिकाउनुपर्छ । साना बालबालिकाले ठूलाले गरेको देखेपछि सिक्ने हुँदा आफूले पनि सामानको सही र किफायत तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तिमीले प्रयोग गर्ने सामानको नाम लेख ।

२. कुन काम ठीक र कुन काम बेठीक लाग्छ ? ठीक लागेमा ठीक र बेठीक लागेमा बेठीक लेख ।

(क) मनोज आफ्ना लुगा जथाभावी फाल्छ ।

(ख) शर्मिला आफ्ना किताबकापीमा जथाभावी कोर्दिनन् ।

(ग) रामलखन उनका बाबुआमालाई महँगा लुगा किनिमाग्छन् ।

(घ) सानुमाया जुत्तामा आफैँ पालिस गर्छिन् ।

३. तिम्रो कक्षाका साथीहरूको नाम र उनीहरूको सुधार गर्नुपर्ने बानी भए लेख ।

साथीको नाम	कस्तो बानी छ ?	के गर्नुपर्छ ?
रमा	कलम टोकेर फुटाउने	कलम नटोकी जतन गर्नुपर्छ

४. खाली ठाउँ भर :

(क) खानेकुरा………… । (खेर फाल्नु हुन्छ, खेर फाल्नुहुँदैन)

(ख) आफ्नो सामान ………… गर्नुपर्छ । (जथाभावी, जतन)

(ग) आफूसँग भएको रुपियाँ पैसाले ………… ।

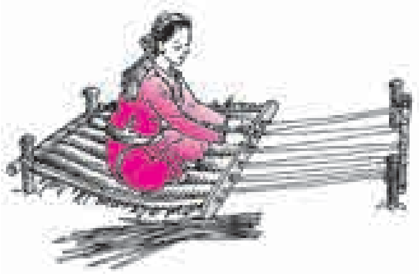
(चाहिने सामान किन्नुपर्छ, जे देख्यो त्यही किन्नुपर्छ)

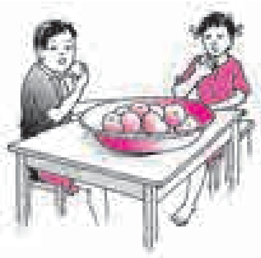
म मेरो सामानको जतन गर्छु ।

पाठ ३

गाउँमा उत्पादन हुने वस्तुहरू

गुन्द्री, डोको
बन्छन् है गाउँघरमा ।
राडी, पाखी
छ हाम्रै घरघरमा ॥





खान्नँ म त
बिस्कुट र चाउचाउ ।
मीठो लाग्छ
बारीको ताजा स्याउ ॥

बल दिन्छ
ढिँडो र रोटीले ।
रोग लाग्छ
सडकको खानाले ॥

पैसा भए
हातमा मेरो ।
किन्छु सामान
खाँचो छ जुन कुरो ॥

धोती चोली
दौरा र सुरुवाल ।
राम्रो हुन्छ
स्वदेशी माल ताल ॥

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई आफ्नै गाउँठाउँमा उत्पादन भएका खानेकुरा खाने र स्थानीयस्तरमै उत्पादित सामग्री प्रयोग गर्ने बानी बसाल्न सहयोग पुग्ने क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ ।

क्रियाकलाप

१. पाठको कविता लय हालेर गाऊ ।

२. तिमी रहेको ठाउँमा कुनकुन कुराहरू फल्छन् ? नाम लेख :

(क) अन्नबाली ....

(ख) फलफूल ....

(ग) तरकारी ....

३. तिम्रो घरमा प्रयोग हुने सामान कुनकुन तिम्रै ठाउँमा बनेका हुन् ? कुनकुन बाहिरबाट ल्याइएका हुन् ? छुट्याएर तालिका बनाई लेख :

कुन सामान	कहाँ बनेको
सुकुल, गुन्द्री	घरमा
राडी, गलैँचा	गाउँको घरेलु उद्योगमा
लगाउने लुगा	गाउँ बाहिर बनेका

४. उदाहरणमा दिएजस्तै तलका शब्दको अर्थ लेख :

ढिँडो – मकै, गहुँ, कोदो वा फापरबाट बनेको परिकार

डोको, राडी, पाखी, गुन्द्री, दौरा

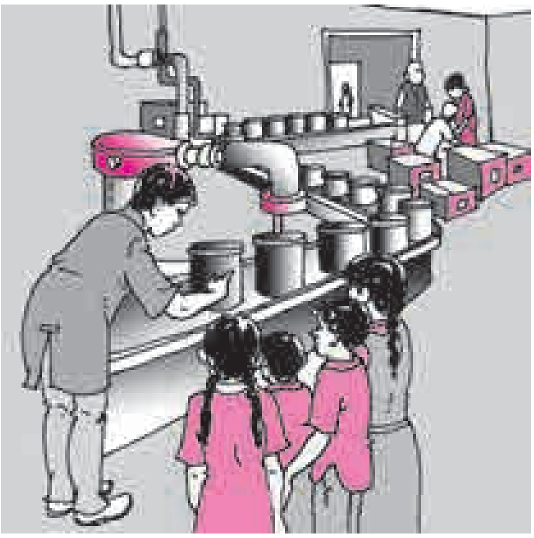
५. तिमी बसेको ठाउँमा बनेका तिमीलाई मन पर्ने पाँच ओटा सामानको नाम लेख ।

६. तिम्रो घरमा भएको तिमीलाई मन पर्ने एउटा सामानको चित्र बनाऊ ।

म मेरै गाउँमा उत्पादन भएका खानेकुरा खान्छु । म मेरै ठाउँमा बनेका सामान प्रयोग गर्छु ।

पाठ ४

सहरमा बनेका सामानहरू



एक दिन मेरो विद्यालयबाट सहरका विभिन्न उद्योग तथा कलकारखाना हेर्न जाने सल्लाह भयो । हामी कक्षा दुईका विद्यार्थीहरू गुरुआमाका साथमा घुम्न गयौँ। हामीले धेरै प्रकारका उद्योग र कलकारखाना हेऱ्यौँ। गुरुआमाले "उद्योग र कलकारखानामा केकस्ता सामान बन्दा रहेछन्, हेर र टिपोट गर" भन्नुभएको थियो। हामीले विभिन्न प्रकारका धेरै उद्योग घुम्दै गयौँ। गुरुआमाले भन्नुभएअनुसार त्यहाँ हेरेर नबुझेका कुराहरू उद्योगका मानिससँग सोधेर एउटा सूची तयार पाऱ्यौँ। त्यो सूची यस्तो थियो :

केबाट	के बन्दो रहेछ
उखु	चिनी
सनपाट	बोरा, झोला
गहुँको पिठो	बिस्कुट
रिठ्ठा	साबुन, सेम्पु
घाँस, पराल	कागज
कपास	कपडा
ऊन	राडीपाखी

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई विद्यालनजिक रहेको कुनै कलकारखाना तथा घरेलु उद्योग आदिको अवलोकन गराई त्यहाँ उत्पादन हुने वस्तुहरूको नाम टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप

१. तिमीले कुनकुन उद्योग तथा कलकारखाना देखेका छौ ? नाम लेख ।

२. कुन सामान केबाट बनेको हो ? उदाहरणमा दिएजस्तै लेख :

कुन सामान	केबाट	कुन सामान	केबाट
लुगा	कपासबाट	चिनी	उखुबाट
कागज		चाउचाउ	
सिमेन्ट		बिस्कुट	
बोरा		जुस	
टेबुल		औषधी	
पलङ		साबुन	

३. नजिकैको कारखाना वा उद्योगमा जाऊ र त्यहाँ कुन सामान कसरी बन्दो रहेछ हेर । हेरेको कुरा कापीमा टिपेर ल्याउ र कक्षामा सबैलाई सुनाऊ ।

४. तिम्रो घरमा भएका दसओटा सामानको नाम लेख । कुन सामान कहाँ बनेको रहेछ सोधेर पत्ता लगाऊ ।

५. तिमीलाई मन पर्ने कुनै एउटा सामानको चित्र बनाऊ ।

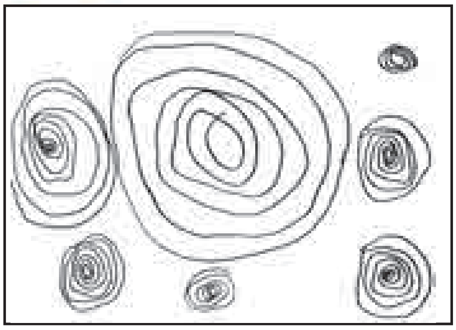
उद्योगबाट धेरै प्रकारका सामान बन्दा रहेछन् भन्ने कुरा थाहा पाएँ । म मेरै गाउँ सहरमा बनेका सामान प्रयोग गर्छु ।

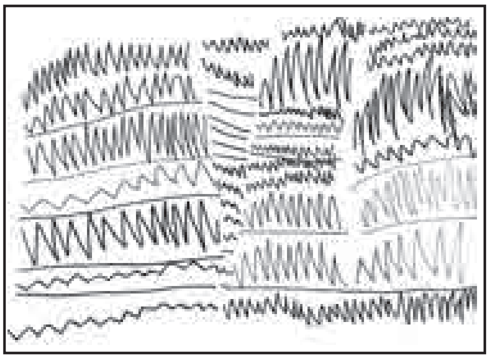
सिर्जनात्मक कला

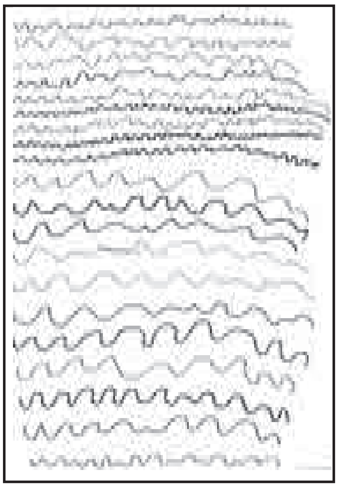
एकाइ १ दृश्यकला

पाठ १ रेखाचित्र बनाउन सिकौँ

सीधा, ठाडा र बाङ्गा रेखाहरू कोर्ने अभ्यास गरौँ ।







अभ्यास

तिमी पनि रेखाहरू कोर्ने अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

विद्यार्थीहरूलाई माथि दिइएका चित्रहरू देखाई सिसाकलम, चक, पेस्टल आदिबाट सीधा, ठाडा, बाङ्गा आदि विभिन्न रेखाहरू कोर्ने अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

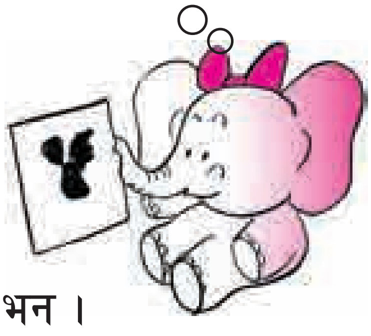
अभ्यास

तिमीलाई मन पर्ने वस्तुहरूको चित्र बनाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

विद्यार्थीहरूलाई भाँडाकुँडा, घर, फूल, जनावर, चरा, फलफूल आदि विभिन्न वस्तुहरूको अवलोकन गराई चित्र लेख्न प्रेरित गर्नुहोस् ।

पाठ २ रङहरू चिनौँ



रङहरू मिसाउने अभ्यास गरौँ ।

(१) रातो रङ र पहेँलो रङ मिसाएर हेर ।

(२) नीलो रङ र रातो रङ मिसाएर हेर र भन ।

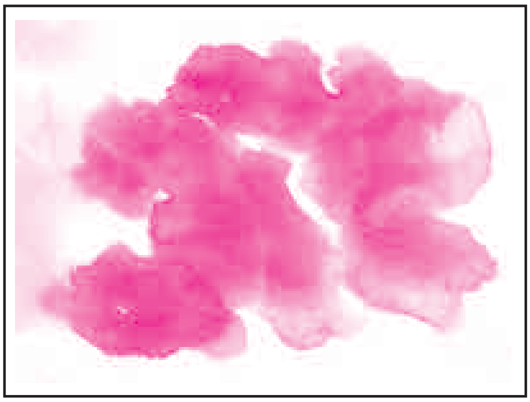
(३) मिसाएको रङहरू लगाएर चित्र बनाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

- विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न वस्तुहरू अवलोकन गराई तिनको रङ भन्न लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूलाई रङ मिसाउने अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ ३

रङसँग खेलौं

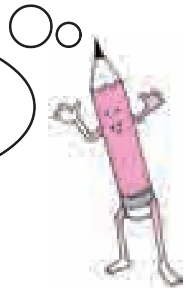


शिक्षण निर्देशन :

विद्यार्थीहरूलाई माथि दिइएजस्तै भिजाइएको कागजको सतहमाथि रङ हाल्ने (Wet on Wet), रङमाथि कागज राखी थिच्ने (Ink blotting), मैन दलेर त्यसमाथि रङ भर्ने (Wax and colour) जस्ता विभिन्न क्रियाकलापहरू गर्न लगाउनुहोस् ।

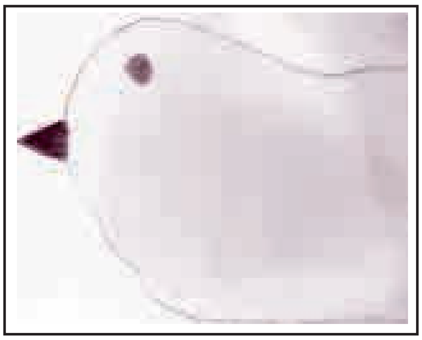
पाठ ४ मन पर्ने चित्र बनाऔँ

तिमीलाई मन पर्ने र रमाइलो लाग्ने चित्र बनाऊ ।



मेरो कुखुरा

दसैँ



चराको बच्चा

मेरा साथीहरू

अभ्यास

तिमीलाई मन पर्ने वा रमाइलो लागेको विषयको चित्र बनाऊ ।

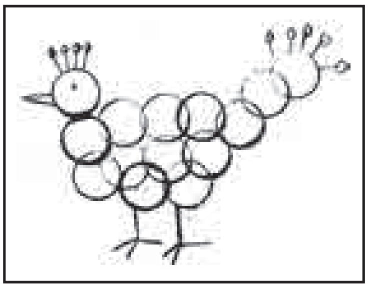
शिक्षण निर्देशन :

- विद्यार्थीहरूलाई माथि दिइएका चित्रहरू अवलोकन गर्न लगाउनुहोस् । ती चित्रबारे उनीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।
- उनीहरूलाई चित्रको विषय छान्न सहयोग गरी चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

पाठ ५

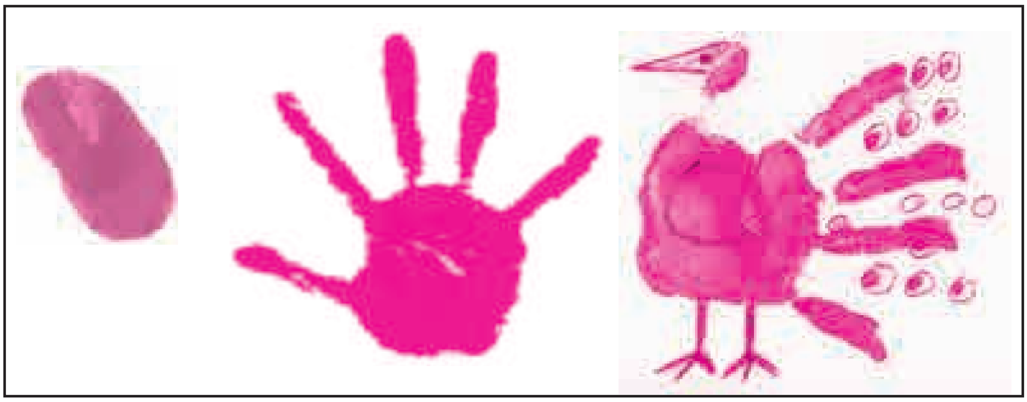
छपाइ गरौँ

हातमा रङ लगाऔँ र कापीमा छापौँ ।



आलु
प्याज
बिर्को
पात
मुला
रामतोरिया आदिलाई
पनि प्रयोग गरी छपाइ
कार्य गर्न सकिन्छ ।

हात वा औँलाहरूमा रङ लगाऔँ र बुट्टा बनाऔँ ।

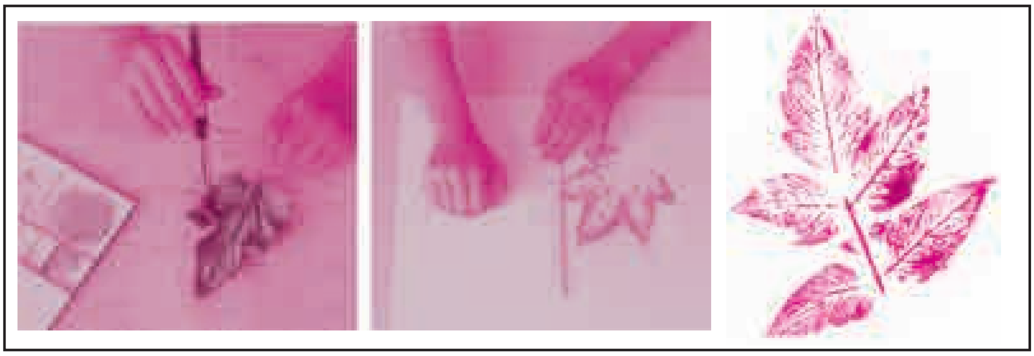


शिक्षण निर्देशन :

- औँलाका छापहरूबाट कस्ताकस्ता आकृतिहरू निकाल्न सकिन्छ । कल्पना गराई छपाइ कार्य गर्न लगाउनुहोस् ।
- चुरा, बोतलको बिर्को, पात आदिमा रङ लगाई छपाइ कार्य गराउनुहोस् ।
- क्रियाकलाप गराइसकेपछि विद्यार्थीहरूको हात, छपाइ सामग्री तथा कक्षाकोठा राम्ररी सफा गर्न लगाउनुहोस् ।

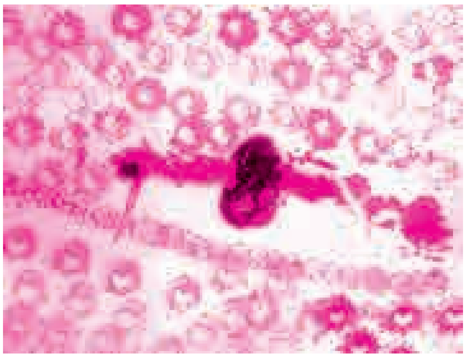
पाठ ६ पातको छापा निकालौँ

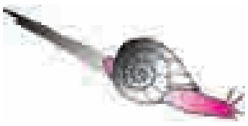
पातमा रङ लगाऊ । त्यसलाई कागजमाथि राखी छाप निकालौँ र हेरौँ ।

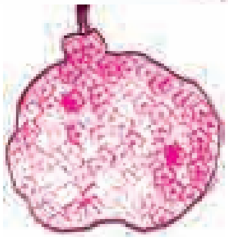


बुट्टा काटी छपाइ गरौँ ।

आलु वा अन्य वस्तुमा बुट्टा काटी रङ लगाई कागजमा छापा निकालौँ । कस्ताकस्ता बुट्टाहरू रहेछन्, हेरौँ ।







अभ्यास

विभिन्न किसिमका पात, तरकारी वा अन्य वस्तुहरूबाट पनि छपाइ कार्य गरेर हेर ।

शिक्षण निर्देशन :

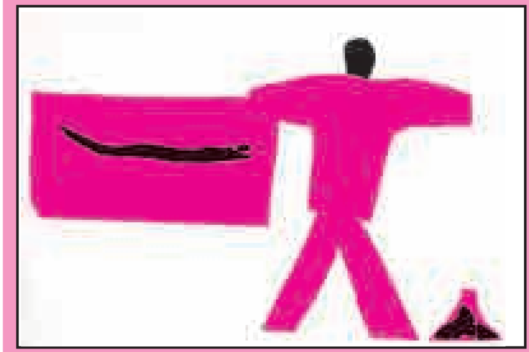
- विभिन्न वस्तुहरूबाट पनि छपाइ कार्य गराउनुहोस् ।
- समूहमा बसाएर गर्दा फरक किसिमका तथा आकर्षक कलाकृति तयार गर्न सकिने हुँदा समूहमा पनि कार्य गराउनुहोस् ।
- तयारी चित्रहरू कक्षाकोठामा प्रदर्शन गराई समूहमा छलफल तथा अनुभव आदानप्रदान गराउनुहोस् ।

पाठ ७

कोलाज बनाऔँ

रङ्गीन कागज, फोटो तथा चित्र आदि थरीथरीका वस्तुहरू टाँसेर बनाएको चित्रलाई कोलाज भनिन्छ ।

कागजका टुक्राहरूलाई गुँद वा माडले टाँसी चित्र बनाउन सकिन्छ । तल केही कोलाज चित्रहरू देखाइएको छ । हेर र बनाऊ ।



कैँचीले रङ्गीन कागजका टुक्राहरूलाई काटी मिलाएर बनाइएको कोलाज चित्र

रङ्गीन कागजलाई च्यातेर मिलाएर बनाइएको कोलाज चित्र

अभ्यास

दरो कागजमा पातलो रङ्गीन कागजका टुक्राहरू च्यातेर वा काटेर गुँद वा माडले टाँसी कोलाज बनाऊ ।

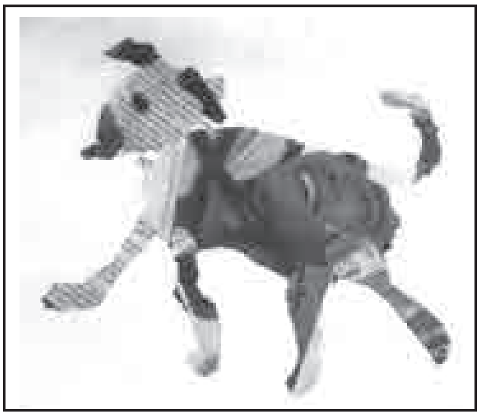
शिक्षण निर्देशन :

आवश्यक सामानहरूको व्यवस्था गराई काट्ने, च्यात्ने तथा टाँस्ने क्रियाकलाप गराई कोलाज चित्र बनाउन लगाउनुहोस् ।

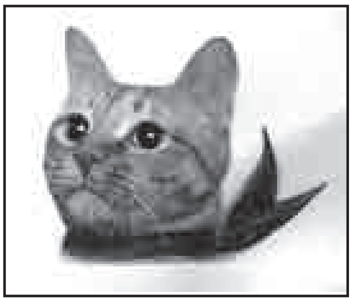
पाठ ८ रङ्गीन फोटो टाँसी कोलाज बनाऔं

छापिएका चित्र, फोटो वा अन्य रङ्गीन वस्तुहरू काटी टाँसेर पनि कोलाज बनाउन सकिन्छ ।

यस कोलाजमा चित्रहरू काटेर टाँसिएका छन् ।



यो कोलाजमा रङ्गीन कागजका टुक्राहरू नजिकनजिक टाँसिएका छन् ।



अभ्यास

१. चित्रहरू खोजी नौलो तरिकाले टाँस ।

२. रङ्गीन कागज खोजी एकमाथि अर्को कागजका टुक्राहरू टाँसेर कोलाज बनाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

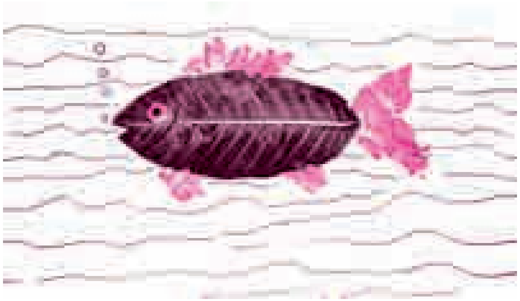
यो क्रियाकलाप गराउँदा विद्यार्थीहरूले कैँची तथा चक्कुको प्रयोग गरिने हुँदा दुर्घटना हुन सक्ने भएकाले विशेष सावधानी अपनाई कार्य गराउनुहोस् ।

पाठ ९ विभिन्न वस्तुहरूबाट कोलाज बनाऔं

कोलाजमा धेरै थरीका वस्तुहरू टाँस्न सकिन्छ ।

बालुवा
पात
बोक्रा
ऊन
कपडा
टाँक
घाँस
फूल
सिन्का
अन्डाको बोक्रा

दरो कागजमा विभिन्न वस्तुहरू प्रयोग गरी कोलाज बनाऊ ।



अभ्यास

१. कोलाजका लागि कक्षाबाहिर गएर सामान बटुल ।
२. बटुलेको सामान छानेर प्रयोग गर । दुईदुईजना मिलेर कोलाज बनाऊ । कुन ढाँचामा मिलाउने हो, छलफल गर र टाँस ।

शिक्षण निर्देशन :
विद्यार्थीहरूले बटुलेका वस्तुहरू तथा माथि उल्लेख भएका वस्तुहरूबाट कोलाज निर्माण गराउनुहोस् ।

पाठ १०

माटाको काम गरौँ

माटोबाट विभिन्न आकारहरू बनाऔँ ।

मुठ्ठीले थिचेको

औँलाले थिचेको

कोट्याइरहेको

चिमोटिरहेको

अभ्यास

हातमा माटो लिई तिमी पनि खेल र कस्ताकस्ता आकार बन्यौं ? छलफल गर ।

शिक्षण निर्देशन :

- माटोको छनोट गरी माटोको कार्यका लागि विद्यार्थीहरूलाई तयार गराउनुहोस् ।
- चित्रमा देखाएजस्तै विभिन्न वस्तुहरू बनाउन विद्यार्थीलाई प्रेरित गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले तयार गरेका वस्तुहरूबारे छलफल गरी प्रदर्शनको व्यवस्था गर्नुहोस् ।

माटोबाट विभिन्न आकारहरू बनाऔँ

अभ्यास

माटो खेलाएर थरीथरी आकारहरू बनाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

- विद्यार्थीहरूलाई माटो उपलब्ध गराई विभिन्न आकार बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- बनाइएका वस्तुहरूबारे प्रश्नोत्तर गरी प्रदर्शनका लागि व्यवस्था गर्नुहोस् ।

पाठ १२

मन पर्ने आकार तथा वस्तु बनाऔँ

अभ्यास

तिमीलाई मन पर्ने वस्तुहरू बनाऊ ।

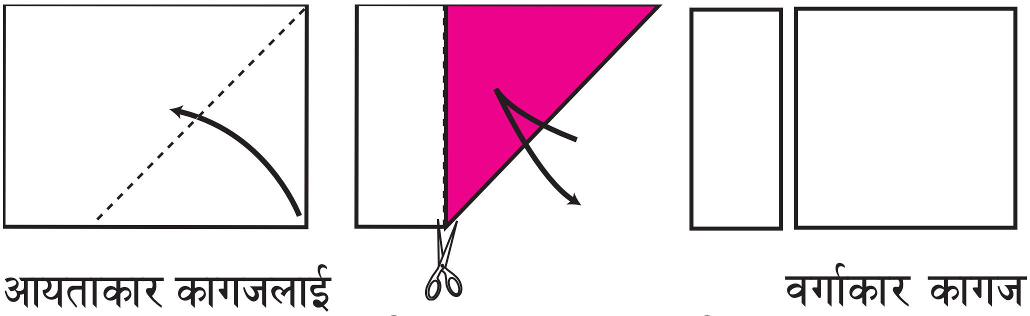
शिक्षण निर्देशन :

- विभिन्न आकारलाई जोडी कुनै फलफूल, तरकारी, चरा, जनावर आदिका बारेमा छलफल गरी मन पर्ने कुनै एक वस्तु बनाउन लगाउनुहोस् ।

कागजसम्बन्धी काम गरौँ

कागजलाई वर्गाकारमा काटौँ ।

सबैभन्दा पहिला कागजलाई काटेर वर्गाकार आकृतिमा ल्याऔँ ।



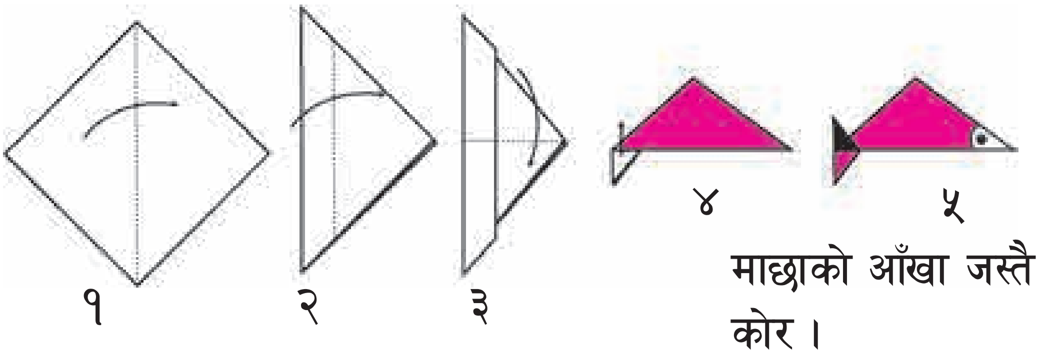
आयताकार कागजलाई बिस्तारै पट्याऊ ।

कैँचीले काट र बिस्तारै खोल ।

वर्गाकार कागज

माछा

हेर र बनाऊ



माछाको आँखा जस्तै कोर ।

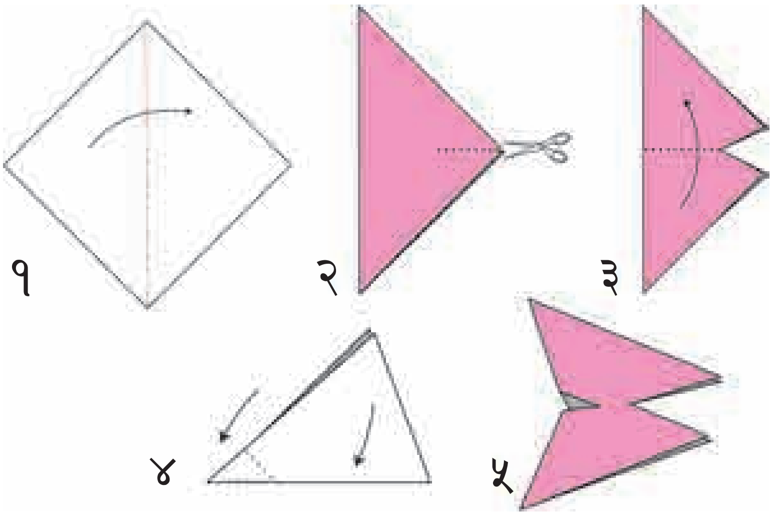
अभ्यास

कागजलाई वर्गाकारमा मिलाएर काट र कागजको माछा बनाऊ ।

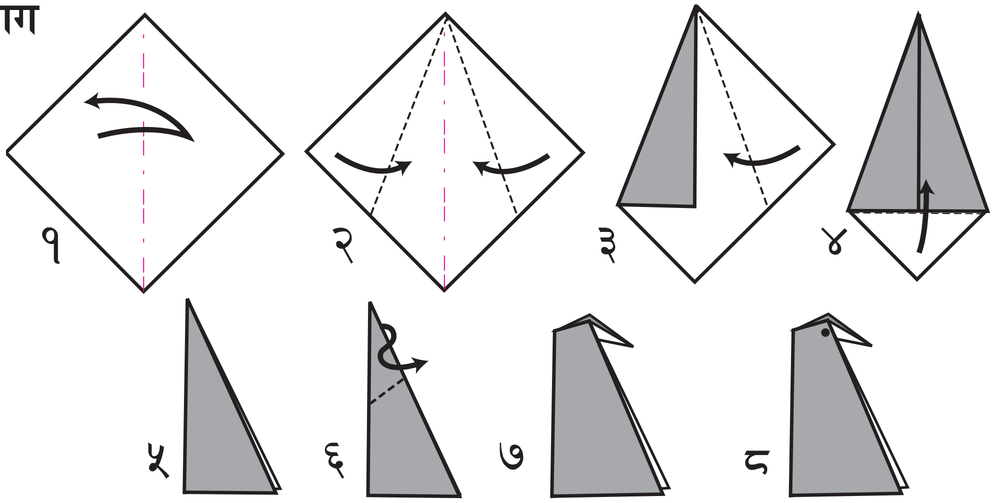
शिक्षण निर्देशन :

- कागजलाई पट्याएर विभिन्न आकृतिहरू सिर्जना गर्ने कलालाई ओरिगामी भनिन्छ भनी बताउनुहोस् ।
- वर्गाकारमा कागज काटिसकेपछि माथि देखाएजस्तै गरी विभिन्न आकृतिहरू बनाउन लगाउनुहोस् ।
- कैँची प्रयोग गर्दा दुर्घटना हुन सक्ने भएकाले विशेष सतर्कता अपनाउनुहोस् ।

पुतली



काग



अभ्यास

कागज पठ्याई पुतली, काग बनाऊ।

शिक्षण निर्देशन :

- ओरिगामीका लागि तयार पुराना अखबार तथा पत्रपत्रिका आदि सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् ।
- सर्वप्रथम प्रदर्शन गरी देखाइएपछि विद्यार्थीहरूलाई स्वतन्त्र रूपबाट आकृतिहरू बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।
- केही महत्त्वपूर्ण सङ्केतहरू

कागज काट

कागजलाई तान

एकचोटि पट्याएर बिस्तारै खोल

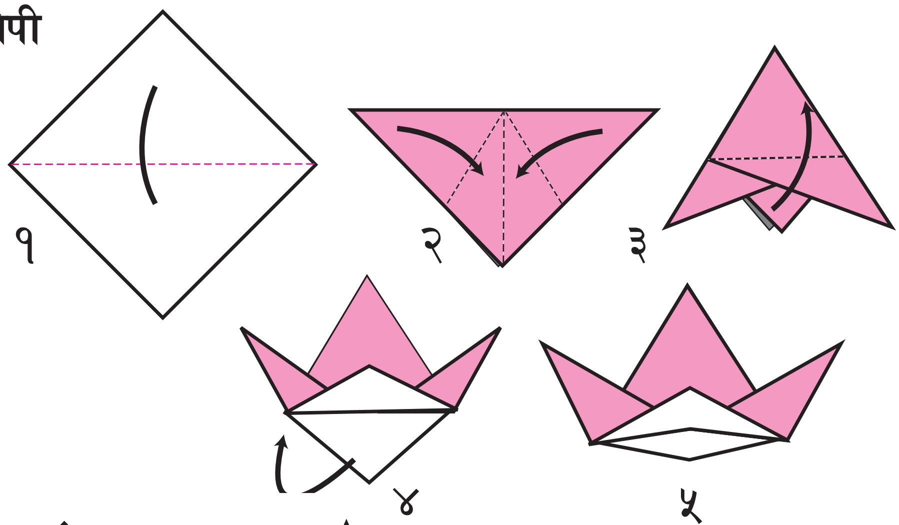
कागजलाई भित्रपट्टि पट्याई खोल

भित्रपट्टि पट्याऊ

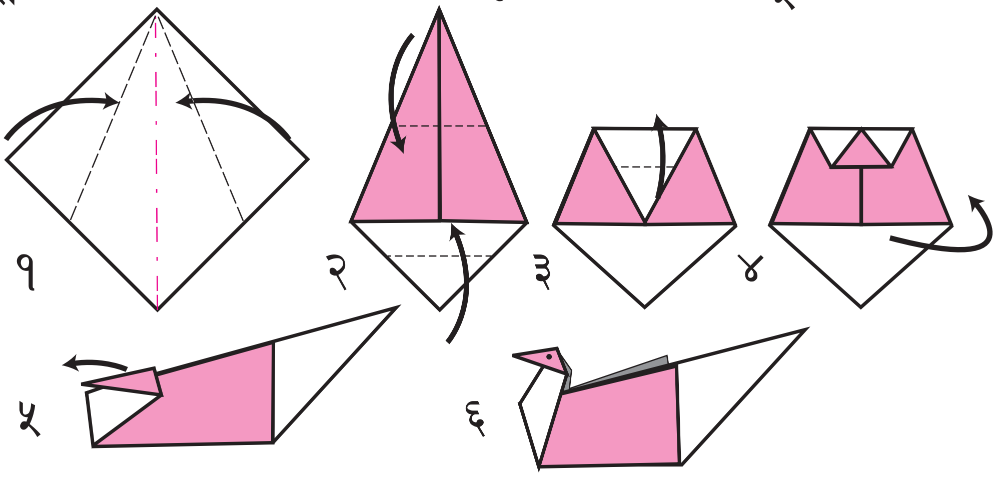
पछाडितिरबाट पट्याऊ

कागजलाई पछाडितिर पल्टाऊ

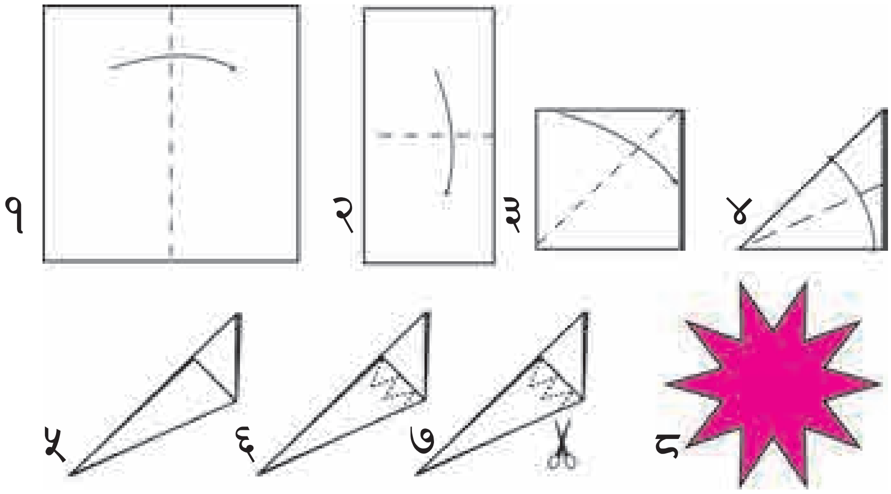
चुच्चे टोपी



हाँस

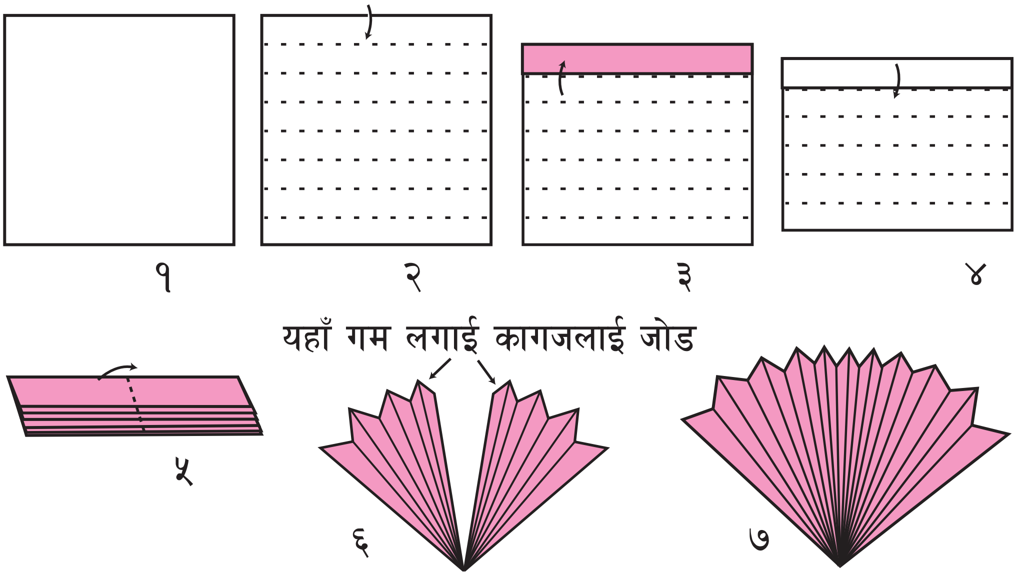


कागजको तारा

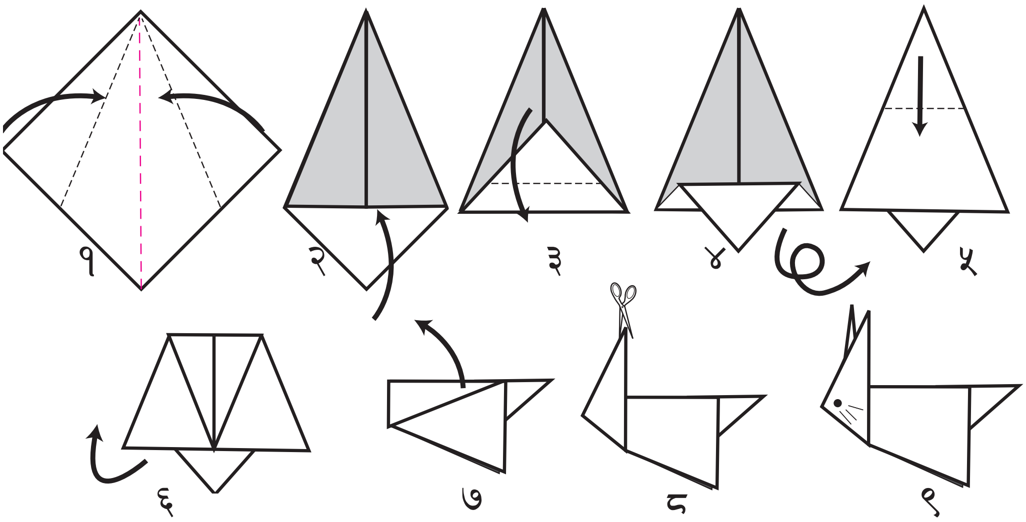


पेन्सिलले कोर र काट

कागजको पङ्खा



खरायो



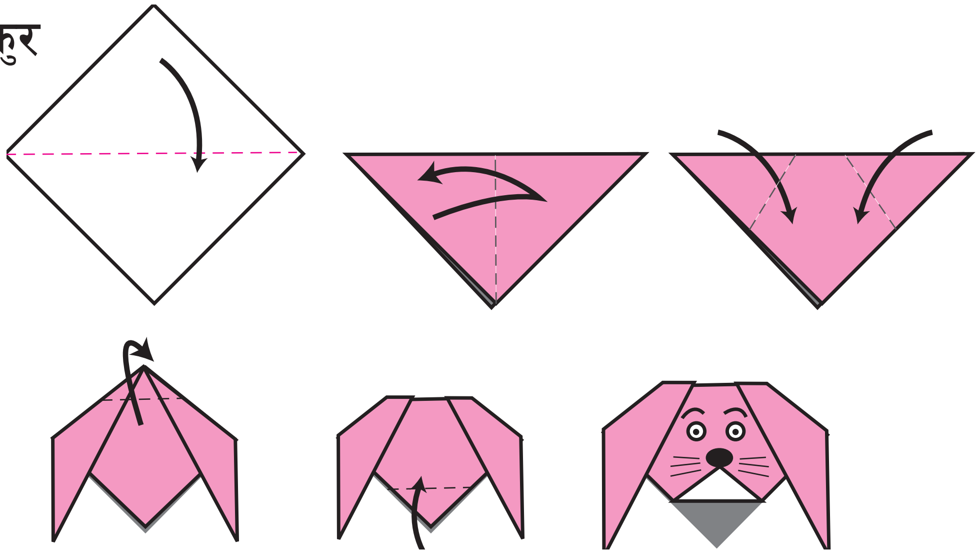
अभ्यास

कागजबाट विभिन्न वस्तुहरू जस्तै : पङ्खा, खरायो, टोपी, तारा आदि बनाऊ।

शिक्षण निर्देशन :

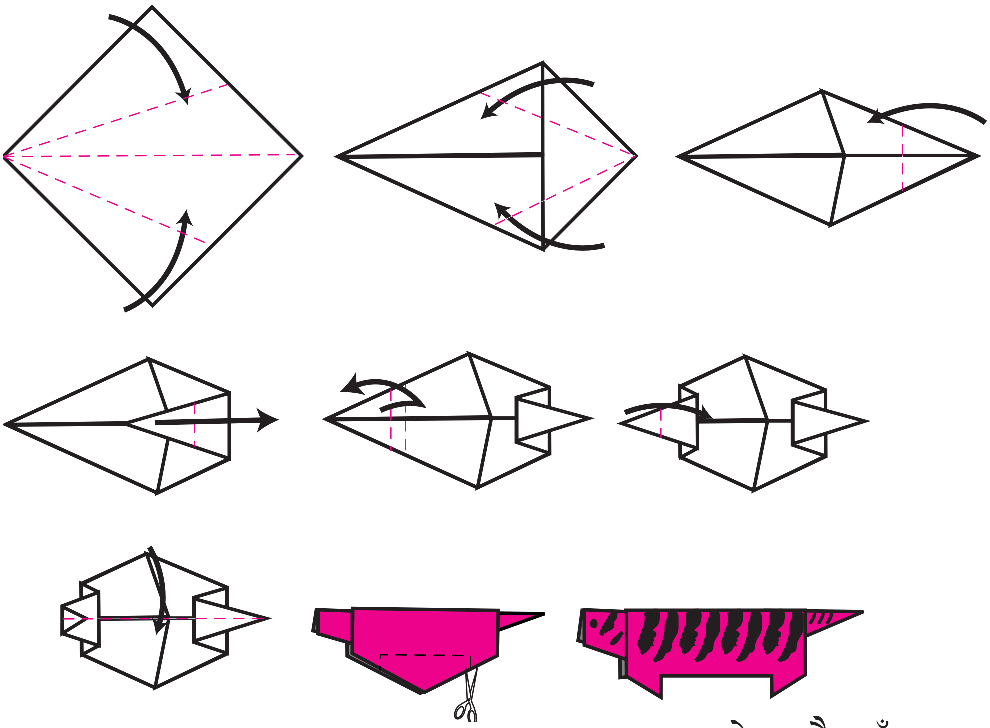
- विद्यार्थीहरूले बनाएका वस्तुहरूको अनुभव तथा छलफल गराउनुका साथै तयार भएका सामग्रीहरू कक्षामा प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप गराइसकेपछि कक्षाकोठा सफा गर्न लगाउनुहोस् ।

कुकुर



कुकुरको जस्तै आँखा,मुख तथा जुँगा बनाऊ।

पाटे बाघ



अब बाघको जस्तै आँखा, मुख तथा पाटाहरू बनाऊ।

अभ्यास

तिमी पनि यस्तै जनावरहरू बनाऊर खेल्नका साथै प्रदर्शन पनि गर ।

एकाइ २ सङ्गीत

पाठ १४ तालमा ताली बजाऔँ

म तालमा ताली बजाउँछु ।

ताली र खाली अभ्यास गर्छु ।

अभ्यास

ताली र खालीको अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

कुनै पनि गीत सिकाउनुअगाडि सङ्केतअनुसार हातले ताली र खालीको बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

जस्तै :

१	२	३	४	५	६	७	८
सियो	खोइ	सि	यो	ऐले	यहीँ	थि	यो
ऐले	पायो	काँ	काँ	खोज	तीखा	आँ	खा

पाठ १५ मादल

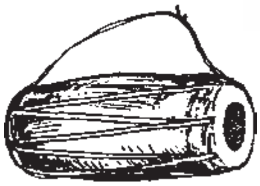
म मादल बजाउँछु ।

क)

१	२	३	४
घिँऽ	नती	नक	घिना

ख)

१	२
घिँ ऽ ती	ना घि ना



अभ्यास

सङ्केतअनुसार १ (घि) र २ (ना) भएको ठाउँमा ताली बजाउने । यसरी बारम्बार अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

मादल बजाउनुभन्दा अगाडि विद्यार्थीहरूलाई सङ्केतअनुसार हातबाट ताली र खालीको बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् र माथि दिइएका सङ्केतअनुसार मादलको बोलसँगै अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् । शिक्षक वा अन्य व्यक्तिको सहगोगमा मादल बजाएर देखाउने र त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई मादलमा अभ्यास गर्न लगाउने ।

पाठ १६ कक्षागत गीत

ल ला ला ला ला ....
आज हामी सानासाना, फूलका कोपिला
भोलिपर्सि वीर बन्ने हामी जोसिला
फूलका कोपिला हौँ फूलका कोपिला
हामी जोसिला हौँ हामी जोसिला
पौरखी यी हाम्रा सानासाना हात रे

फूल रोप्छौँ देशभरि, एकै साथ रे
साना हातले हो ... साना हातले
एकै साथ रे हो ... एकै साथ रे
ल ला ला ला ला

हामी सबै उन्नतिको बाटो हिँड्दछौँ
देशलाई उठाउने बाचा गर्दछौँ
बाटो हिँड्दछौँ हो बाटो हिँड्दछौँ
बाचा गर्दछौँ हो बाचा गर्दछौँ

हातेमालो गर्दै बढ्छौँ, ज्योति बालेर
सबै फोहोर, अन्धकार, मैलो फालेर
ज्योति बालेर हो ज्योति बालेर
मैलो फालेर हो मैलो फालेर

आज हामी सानासाना फूलका कोपिला
भोलिपर्सि वीर बन्ने हामी जोसिला
फूलका ....
हामी ....

अभ्यास

लय मिलाई समूहमा यो बालगीत गाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

- कक्षागत गीत झ्याउरे ताल हो भनेर विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गराउनुहोस् । कक्षागत गीत गाउनुभन्दा अगाडि सङ्केतअनुसार ताली र मादलमा यसताललाई अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीतको स्वरलिपि 'सा' Eb हार्मोनियमको मध्य सप्तकको दोस्रो कालो पर्दा हो । यस गीतमा प्रयोग हुने झ्याउरे ताल हो । यस तालमा ६ मात्राको प्रयोग भएको छ । ६ मात्राकोताललाई झ्याउरे तथा ८ मात्राको ताललाई दादरा ताल भनिन्छ ।
- यस्ता बालगीतहरूको बारम्बर तालमा अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ १७

स्वर (अलङ्कार) अभ्यास

म स्वर (अलङ्कार) अभ्यास गर्छु ।

क)

आरोह –	सा	रे	ग	म	प	ध	नी	सां
अवरोह –	सां	नी	ध	प	म	ग	रे	सा

ख)

आरोह –	सासा	रेरे	गग	मम	पप	धध	नीनी	सांसां
अवरोह –	सांसां	नीनी	धध	पप	पप	गग	रेरे	सासा

अभ्यास

स्वरहरूको अभ्यास तालमा गर ।

शिक्षण निर्देशन :

हार्मोनियमको मध्य सप्तकको पहिलो सेतो पर्दालाई (सा) मानेर आरोह र अवरोह तालीमा अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् । स्वर अभ्यासको पहिलोमा एकपल्ट ताली बजाउँदा एउटा स्वरको उच्चारण गर्दै अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् र स्वर अभ्यासको दोस्रोमा एकपल्टको तालीमा दुईओटा स्वरहरूको उच्चारण गरी अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

(नोट : यदि हार्मोनियम उपलब्ध छैन भने कुनै एउटा स्वरलाई सा (कि नोट) मानेर विद्यार्थीहरूलाई अभ्यास गराउनुहोस् ।)

पाठ १८ बालगीत

म बाल गीत गाउँछु ।

१	२	३	४	५	६	७	८
सियो	खोइ	सि	यो	ऐले	यहीँ	थि	यो
ऐले	पायो	काँ	काँ	खोजे	तीखा	आँ	खा
सानु	सानु	सि	यो	काम	ठूलो	थि	यो
कता	परि	दि	यो	सियो	खोइ	सि	यो
हरा	एको	सि	यो	लुकी	गर्छ	चि	यो
हेर	हेर	आँ	खा	हेरे	कोहो	काँ	का
आँखा	यता	न	जा	लुक्नु	कति	म	जा
पैले	त्यसै	फा	ल्यौ	ऐले	भन्न	था	ल्यौ

अभ्यास

लय मिलाई बालगीत गाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

- दिइएका बाल गीत गाउन लगाउनुभन्दा अगाडि त्यसको भावार्थ विद्यार्थीहरूलाई बताइदिनुहोस् । बालगीतलाई कालोपाटी वा कार्डबोर्डमा लेखी ताली दिँदै बालगीतको अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।
- यस्ता बालगीतहरूको बारम्बर अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

  (नोट : गीत गाउँदा वा सिकाउँदा स्थानीय वा कुनै पनि लयलाई आधार मानेर अभ्यास गराउनुहोस्)

बुबुमाम

म "बुबु" माम शीर्षकको बालगीत गाउँछु ।

१	२	३	४	५	६	७	८
बाले	बाछी	फुनु	भो	अनि	बुबु	दुहुनु	भो
बुबु	माम	खाउँ	ला	अनि	तेते	लाउँ	ला
काइँ	कोरी	गरे	र	मोट	रमा	चढे	र
मामा	घर	जाने	छौँ	चिची	पापा	खाने	छौँ
मामा	लाई	भने	र	माइजू	लाई	भने	र
नाना	चाचा	लाउँ	ला	अनि	घर	लाउँ	ला

अभ्यास

बुबु माम बालगीत ताल मिलाई अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

कुनै पनि बालगीत गाउन लगाउनुभन्दा अगाडि त्यसको भावार्थ विद्यार्थीहरूलाई बताइदिने । त्यसपछि माथिका भाग (खण्डित) गरिएका बालगीतलाई कालोपाटी वा कार्डबोर्डमा लेखी १ २ ३ ४ लेखिएको ठाउँमा ताली दिँदै बालगीत अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

(नोट : गीत सिकाउँदा स्थानीय कुनै पनि लयमा सिकाउनुहोस् ।)

सात बार, सात दिन

म "सात बार, सात दिन" बालगीत गाउँछु ।

१	२	३	४	५	६	७	८
आइत	बार	बिहा	नै	घाम	सित	उठे	म
हात	मुख	धोए	र	पढ्न	बस्ने	म	S
सोम	बार	बिहा	नै	आमा	सित	उठे	म
कापी	कलम	लिए	र	लेख्न	बसेँ	म	S
मङ्गल	बार	फूलबा	रीमा	फूल	सारेँ	मङ्ग	ले
त्यो फूल	लाई	गोडे	मैले	आफ्नो	ढङ्ग	ले	S
बुध	बार	फूलबा	रीमा	जब	आमा	जानु	भो
मेरो	काम	देखे	र	खुसी	हुनु	भो	S
बिहि	बार	घर	मा	मैले	गीत	गाउँ	दा
मेरी	सानी	सानी	माले	चक	लेट	दिनु	भो
शुक्र	बार	स्कु	लमा	मैले	गीत	गाउँ	दा
खुसी	भइ	गुरु	माले	काखमा	लिनु	भो	S
शनि	बार	नुहा	एँ	हासे	खेलेँ	रमा	एँ
मिठो	खाजा	खाए	पछि	पुस्तक	समा	एँ	S
यस	री नै	बिते	मेरा	सात	बार	सात	दिन
भन	साथी	कस्ता	रहे	तिम्रा	सात	दिS	न ?

के कहाँ बस्छ

म "के कहाँ बस्छ ?" बालगीत गाउँछु

१	२	३	४	५	६	७	८
मौरी	बस्ने	ठाउँ	के हो ?	हात्ती	बस्छ	का	हाँ ?
घोडा	बस्ने	ठाउँ	के हो ?	गाई	बस्छ	का	हाँ ?
बाख्रा	बस्छन्	कुन	ठाउँमा	भेडा	बस्छन्	का	हाँ ?
सिंह	राजा	कहाँ	बस्छन्	माछा	बस्छन्	का	हाँ ?
मौरी	बस्ने	घार	हो रे	हात्ती	हात्ती	सा	र
घोडा	बस्ने	तबे	ला त	गोठ	गाईको	घ	र
भेडा	बस्ने	भेडी	गोठ	बाख्रा	बस्ने	खो	र
गुफा	भित्र	सिंह	बस्छ	माछा	बस्ने	कु	र

अभ्यास

लय मिलाई बालगीत गाऊ ।

शिक्षण निर्देशन :

अन्य बालगीतहरूलाई पनि यसरी नै गाउन प्रेरित गर्नुहोस् ।

गोडा र पन्जाको चाल

म गोडासँगै पन्जा पनि चलाउँछु ।

अभ्यास

गोडासँगै पन्जा पनि चलाउने अभ्यास गर ।

शिक्षक निर्देशन :

- सबैभन्दा पहिले विद्यार्थीहरूलाई पङ्क्तिमा उभ्याउने र सम (सतर्क) को अवस्था (Position) मा राख्ने । दुवै हात कम्मरमा राख्ने, त्यसपछि दायाँ घुँडालाई अलि खुम्च्याउने र पन्जाले टेक्ने र बायाँ सीधा राख्ने । अब दायाँ खुम्च्याइएको पन्जाले एक गन्तीमा भुईंमा हान्ने, दुई गन्तीमा बायाँ सीधा खुट्टाले भुईंमा हान्ने । यसैगरी सात गन्तीसम्म दोहोऱ्याउने र आठ गन्तीमा सम (सतर्क) मा उभिन लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप बारम्बार गराउनुका साथै मादलको आठ मात्रा (कहरवा) को तालमा गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप १

म गोडासँगै पन्जा चलाउँदै दायाँ बायाँ सर्दै जान्छु ।

हेर र गर :

←

८ ७ ६ ५ ४ ३ २ १

अभ्यास

गोडासँगै पन्जा चलाउँदै दायाँ बायाँ सर्ने अभ्यास गर ।

दायाँ बायाँ दा बा दा बा दा बा →

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८

८ ७ ६ ५ ४ ३ २ १

←

बा दा बा दा बा दा बायाँ दायाँ

शिक्षण निर्देशन :

- यस क्रियाकलापको अभ्यासलाई पहिला आफ्नो ठाउँबाट सर्दै आठ गन्तीसम्म दायाँतिर जाने र फेरि फर्केर आठ गन्तीमा आफ्नै ठाउँमा आउने । आठ गन्तीमा सम (सतर्क) अवस्थामा बस्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलापलाई बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् तथा मादलको ताल (आठ मात्राको कहरवा) मा पनि गराउन लगाउनुहोस् ।
- एकल वा समूहमा पनि गर्न लगाई गरे नगरेको हेरी आवश्यक निर्देशन तथा प्रदर्शन पनि गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप २

म गोडासँगै पन्जा चलाउँदै अगाडि पछाडि सर्दै जान्छु ।

हेर र गर :

१ दायाँ
२ बायाँ
३ दा
४ बा
५ दा
६ बा
७ दा
८ बा

८ दायाँ
७ बायाँ
६ दा
५ बा
४ दा
३ बा
२ दा
१ बा

अभ्यास

गोडासँगै पन्जा चलाउँदै अगाडि पछाडि सर्ने अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

- यो क्रियाकलापलाई दायाँ गोडा र पन्जाबाट सुरु गर्दै आठ गन्तीसम्ममा आफ्नो अगाडितिर सर्दै जाने र फेरि त्यहाँबाट सर्दै आठ गन्तीसम्ममा पछाडि आफ्नो ठाउँमा आउने र यो क्रियाकलाप बायाँ गोडाबाट पनि गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो अभ्यास बारम्बार गर्न लगाउनुहोस् । यो क्रियाकलापलाई समूहमा लाइन मिलाएर पनि गर्न सकिनेछ ।
- यो क्रियाकलापलाई मादलको ताल (आठ मात्राको कहरवा) मा पनि बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ २० गोडा, पन्जासँगै कम्मरको चाल

म गोडा र पन्जासँगै कम्मर पनि चलाउँछु ।

अभ्यास

आफ्नै ठाउँमा उभिएर अभ्यास गर ।

दायाँ	बायाँ	दा	बा	दा	बा	दा	बा
१	२	३	४	५	६	७	८
८	७	६	५	४	३	२	१
बा	दा	बा	दा	बा	दा	बायाँ	दायाँ

शिक्षण निर्देशन :

- सबैभन्दा पहिले सम (सतर्क) मा उभिने, दायाँ घुडा खाली खुम्च्याएर पञ्जाले भुइँमा हान्ने र दायाँतिरको कम्मरलाई दायाँतिर घचेट्ने । यो क्रिया आठ गन्तीसम्म गर्ने र त्यसैगरी फेरि बायाँतिरबाट पनि गर्ने । यो अभ्यास गर्दा कम्मरमा हात राखी गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप पहिला लाइनमा उभ्याएर गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो साथीको कम्मरमा पछाडिबाट समाउन लगाई पनि गर्न लगाउनुहोस् ।
  यो क्रियाकलापलाई मादलको ताल (आठ मात्राको कहरवा) मा पनि बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् । यो क्रियाकलाप पहिला ढिलो तालमा गराइसकेपछि छिटोछिटो (दुगुन) तालमा पनि गर्न लगाउनुहोस् ।

(**नोट : यो सबै क्रियाकलाप पाठ १ देखि ४ सम्मको आठ गन्तीमा सम (सतर्क) को अवस्थामा बस्नुपर्छ ।**)

क्रियाकलाप १

म गोडासँगै कम्मर चलाउँदै दायाँ बायाँ सर्छु ।

८	७	६	५	४	३	२	१
बा	दा	बा	दा	बा	दा	बायाँ	दायाँ

अभ्यास

गोडासँगै कम्मर चलाउँदै दायाँ बायाँ सर्ने अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

- यो क्रियाकलापलाई पहिला दायाँतिर जाने, फेरि फर्केर आफ्नो पहिलेकै ठाउँमा आउन लगाउनुहोस् । त्यसपछि साथीको कम्मरमा समाएर पनि यो क्रियाकलाप गर्न लगाउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलाप एक्लै तथा समूहमा पनि बारम्बार गराउनुहोस् ।
- यो क्रियाकलापलाई मादलको ताल (आठ मात्राको कहरवा) मा पनि बारम्बार अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ २१ अभिनय

हस्तमुद्रा

म हातका मुद्राहरूको अभ्यास गर्छु ।

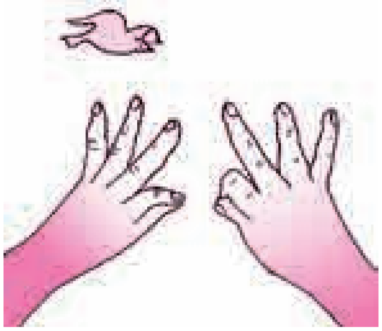
हेर र गर :

फूल

माछा

हिमाल

फूल



चरा उडे

पानी

अभ्यास

माथि देखाइएका हातका मुद्राहरूको अभ्यास गर ।

शिक्षण निर्देशन :

- कक्षा १ को किताबमा दिइएको पाठ चारको हातका मुद्राहरूको अभ्यास बारम्बार गर्न लगाउनुहोस् ।
- कक्षा २ को कक्षागत गीतमा परेको केही शब्दहरूको हस्त मुद्राको अभ्यास बारम्बार गर्न लगाउनुहोस् ।
- कक्षागत गीतलाई गोडाले ताल दिँदै अघिपछि, दायाँबायाँ सर्दै गीतको भावानुसार हातबाट देखाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप १

म विभिन्न पशुपक्षीहरूको आवाजको नक्कल गर्छु ।

हेर, चिन र गर :

शिक्षण निर्देशन :

- विभिन्न पशुपक्षीहरूका आवाजको नक्कल गरी अभिनय गर्न लगाउनुहोस् ।