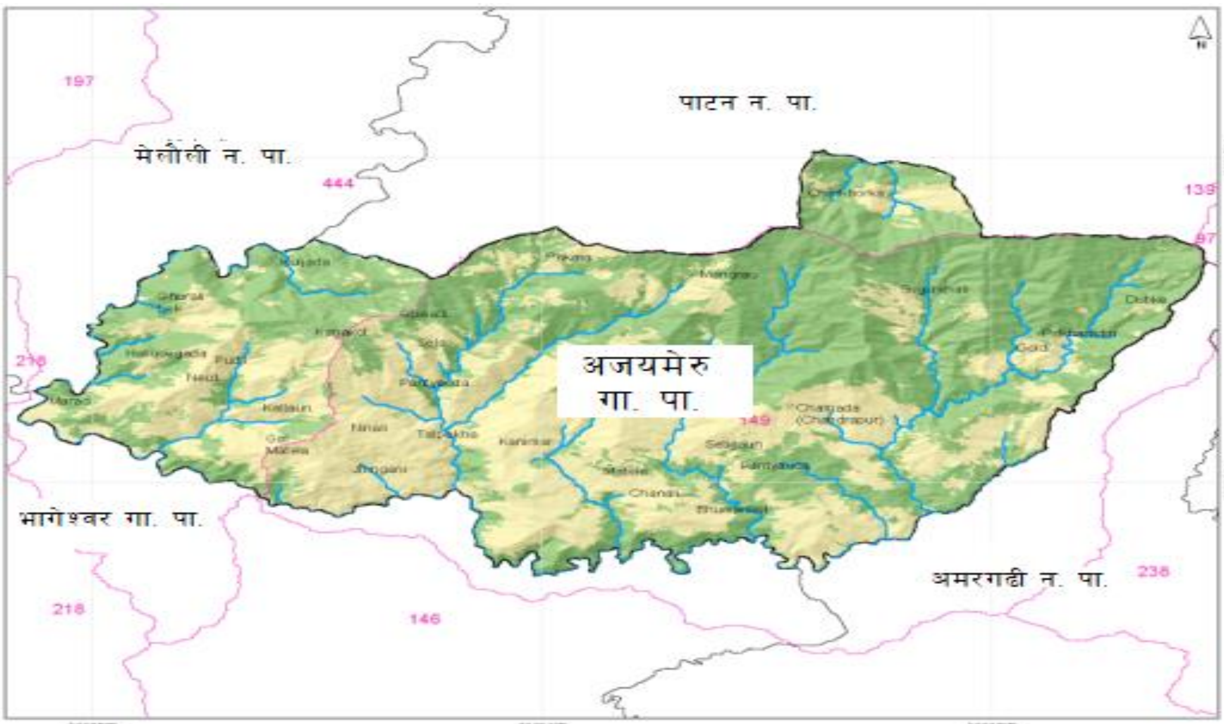
कक्षा - ५

एकाइ - १

भौगोलिक स्थितिको पहिचान

पाठ - १

नक्सा कार्य



रीता : बुबा ! तपाईँले भोलि घुम्न जाने भनेको ठाउँ कहाँ हो ?

बुवा : ए ! भोलि डडेल्धुरा जिल्लाको अजयमेरु गाउँपालिकातिर घुम्न जाने कि भनेको छोरी ।

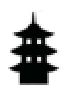
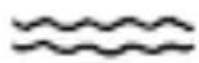
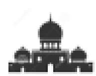
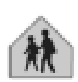
रीता : ल ल त्यो त ठीक छ । तर कुनै ठाउँ घुम्नु भन्दा पहिले त्यो ठाउँ कहाँ पर्छ , त्यहाँ हेर्ने र घुम्न लायक ठाउँहरू के के छन् , कसरी जाने भन्ने बारेमा थाहा पाउनु पर्ला नि ? त्यो कसरी थाहा पाउने बुबा ?

बुबा : हो, ठीक भन्यौ त्यो त अवश्य थाहा पाउनुपर्छ । त्यसको लागि केही त सुनेको पनि छु । जस्तो अजयमेरु गाउँपालिकामा प्रमुख ऐतिहासिक स्थलका रुपमा रहेको अजयमेरुकोट छ । देवल पिल्कोटमा प्राचीन देवलहरू रहेकाछन । त्यसैगरी प्रसिद्ध धार्मिक स्थल डागेश्वरी मन्दिर देवल कानाकोट, जगन्नाथ मन्दिर चिपुर, बेताल अजयमेरुमा रहेका छन् । अरु सबै कुराको लागि मसंग अजयमेरु गाउँपालिकाको नक्सा पनि छ ।

रीता : अनि त्यसमा ठाउँको जानकारी कसरी थाहा पाउने बुवा ?

बुबा : त्यसको लागि नक्सामा सङ्केत दिइएको हुन्छ । ती सङ्केतको बारेमा जानकारी राख्नुपर्छ । यी यता हेर त ।

रीता : ए ! त्यसो भए त नक्सा साह्रै उपयोगी हुने रहेछ है बुवा ?

ठाउँ	सङ्केत
सडक	
धार्मिक स्थल	
नदी	
ऐतिहासिक स्थल	
पहाड	
विद्यालय	
स्वास्थ्य चौकी	

बुवा : हो छोरी, नक्साको सहायताले देश विदेश जुनसुकै ठाउँ पनि घुम्न सकिन्छ ।

रीता : अहा ! नक्साले त यात्रा सहज र रमाइलो बनाउदो रहेछ । यो नक्सामा त ऐतिहासिक स्थल धार्मिक स्थल, विद्यालय, सडक , नदी धेरै देखाइएको छ । के ती सबै छन् त त्यहा ?

बुवा : किन नहुनु नक्सामा त्यस्तो कुनै नभएको ठाउँ उल्लेख नै हुदैन ।

रीता : ए त्यसो भए त्यतै तिर घुम्न जाऔँ न ।

शिक्षण निर्देशन :

नक्सामा गाउँपालिका भित्र रहेका विभिन्न स्थानहरूको पहिचान गराइ छलफल गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. तिम्रो गाउपालिकाको नक्सा बनाऊ ।

२. अजयमेरु गाउँपालिकामा भएका ऐतिहासिक स्थलहरू कुन-कुन हुन ?

३. कुनै ठाउँ घुम्न जानु भन्दा पहिले जान्नु पर्ने आवश्यक कुराहरू के-के हुन ?

४. गाउपालिका जस्तै तिम्रो गाउँको नक्सा बनाइ गाउँमा भएका स्थानहरू देखाऊ ।

५. नक्सामा प्रयोग हुने सङ्केत तलको तालिकामा लेखी तालिका पूरा गर :

ठाउँ	सङ्केत
सडक नदी स्वास्थ्य चौकी धार्मिक स्थल ऐतिहासिक स्थल विद्यालय	

पाठ - २

सडक यातायात

मानिसहरूलाई एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा आवत जावत गर्न तथा मालसामान ढुवानी गर्न सहज हुने विकासका पूर्वाधार मध्ये सडक पनि एउटा प्रमुख सूचक हो । तर भौगोलिक विकटता आर्थिक अभावका कारण सबै ठाउँमा सडक निमार्ण कार्यमा कठिनाइ भएको छ । सडक निर्माण नहुँदा मानिसको जीवनशैली कष्टदायी हुन्छ भने व्यापार व्यवसाय र उद्योगधन्दा संचालनमा पनि कठिनाइ हुन्छ । परिमाणस्वरुप मानिसको जीवनस्तरमा सुधार हुन सक्दैन । सडक निर्माण र यातायातका साधन संचालनबाट मानिसको जीवनशैलीमा परिवर्तन हुन्छ । जसले गर्दा मानिसको आर्थिक उन्नति भइ पारिवारिक जीवन सहज ढङ्गले अगाडि बढाउन सकिन्छ ।

डडेल्धुरा जिल्लामा पनि सडक निर्माण कार्यले गति लिएकै कारण जिल्ला भरिका स्थानीय तहले आफ्नो नीति तथा कार्यक्रममा सडक निर्माण कार्यलाई प्राथमिकतामा राखेको पाइन्छ । डडेल्धुरा सदरमुकामदेखि लाकम हुँदै चनाली भएर आउने प्रमुख सडकले अजयमेरु गाउपालिकाको केन्द्र भद्रपुरलाई जोडेको छ भने चौडी चिपुर हुदै आएको सडकले पनि गाउँपालिकालाई डडेल्धुरा उग्रतारादेखि समैजी चमडा भएर आउने उग्रतारा मेलौली सडक खण्डले पनि डडेल्धुरा सदरमुकामसंग जोडेको छ ।

अजयमेरु गाउँपालिकाका ६ वटै वडा कार्यालय रहेका ठाउँहरूबाट समेत डडेल्धुरा जिल्ला सदरमुकामसम्म पुग्ने प्रमुख सडकहरू निर्माण भइ यातायात सेवा सुचारु भएको छ । अजयमेरु गाउँपालिकामा सडक विस्तारले गति लिएकोले यहाँका मानिसले दिनचर्या सुखमय तरिकाले बिताउन सक्ने छन् भन्ने आशा गर्न सकिन्छ । अजयमेरु गाउँपालिका अन्तर्गतका

वडा कार्यालयहरूलाई जिल्ला सदरमुकाम डडेल्धुरासम्म जोड्ने प्रमुख सडकहरूका नाम र दुरी तलको तालिकामा राखिएको छ :

वडा नं.	सडकको नाम	दुरी
१.	डडेल्धुरा समैजी सडक	१० कि.मि.
२.	डडेल्धुरा उग्रतारा चमडा सडक	२४ कि.मि.
३.	डडेल्धुरा चलानी भद्रपुर	१९ कि.मि.
४.	डडेल्धुरा चौडी चिपुर	२० कि.मि.
५.	डडेल्धुरा वगरकोट देवल	२७ कि.मि.
६.	डडेल्धुरा वगरकोट देवल राजुल	३० कि.मि.

शिक्षण निर्देशन :

गाउपालिकालाई जिल्ला सदरमुकामसम्म जोड्ने विभिन्न सडकहरुको पहिचान गराउँदै छलफल गर्ने ।

क्रियाकलाप :

१) सडकलाई विकासका पूर्वाधारका रुपमा किन मानिन्छ ?

२) डडेल्धुरा जिल्ला सदरमुकामसंग जोडिएका अजयमेरु गाउँपालिकाका कुनै २ वटा प्रमुख सडकका नाम लेख ।

३) डडेल्धुरा बगरकोट देवल सडकको जम्मा लम्बाइ कति छ ?

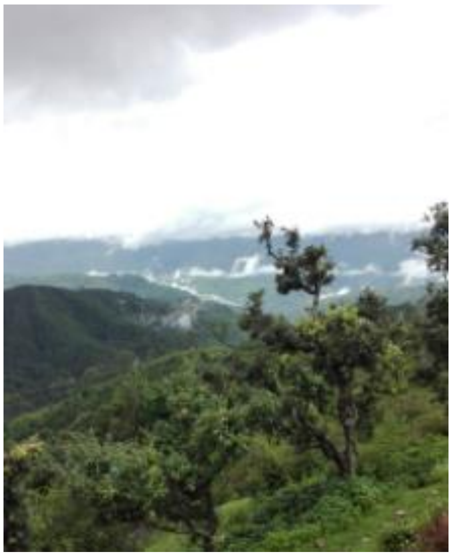
४) तिम्रो वडाबाट डडेल्धुरा जिल्ला सदरमुकाम जाने सडकको नाम के हो ?

५) सडकले मानिसको जीवनस्तरमा कसरी सुधार ल्याउन मदत गर्छ ?

६) अजयमेरु गाउँपालिकामा रहेका वडाहरूमा सडक निर्माण कार्यमा के कस्ता कामहरु भइ राखेका छन् , छलफल गर र लेख ।

पाठ - ३

हावापानी र माटो



कुनै पनि ठाउँको निश्चित समयको अवधिमा हुने मौसमको औसत रुपलाई हावापानी भनिन्छ । मौसमको ठूलो रुप हावापानी हो । मौसम एकै दिनमा पनि छिन छिनमा परिवर्तन भइरहन्छ तर औसत रुप हावापानी भएकोले परिवर्तन हुदैन । हावापानी अनुसार बोट बिरुवा र पशुपंक्षी पनि फरक फरक हुन्छन् । आफूलाई अनुकुल हुने हावापानीमा मात्र जीवजन्तु र बोटबिरुवा हुर्कन र बढ्न सक्छन् । त्यसैगरी जमिनको संरचना, चट्टान, भू - बनोट र गुणका आधारमा माटोमा पनि फरकपना आउँछ । कुनै ठाउँमा माटो बन्न सयौँ वर्ष लाग्छ भने कुनै ठाउँमा माटो केही वर्ष भित्र नै बन्छ । पृथ्वीमा हुने चट्टानको क्षयीकरण, जीवांश सडेर तथा भौतिक एवम् रसायनिक प्रक्रियाबाट लामो समयपछि माटो बन्छ । डडेल्धुरा जिल्ला मध्यपहाडी क्षेत्रमा पर्ने भएकोले यहाँको हावापानी जस्तै अजयमेरु गाउँपालिकामा पनि मध्यम खालको हावापानी पाइन्छ । गाउँपालिकाका केही क्षेत्रहरूमा निकै गर्मी पनि हुन्छ । भने केही अग्ला क्षेत्रहरूमा चिसो हुन्छ ।

अजयमेरु गाउँपालिका भित्र रहेका केही ठाउँहरूमा मलिलो माटो भएकोले कृषि उत्पादन बढी हुन्छ । तर धेरै ठाउँहरूमा बालुवा, ढुङ्गा, कङ्कड मिसिएको दोमट माटो भएकोले खेतीपाती निम्नस्तरको हुन्छ । कृषिमा नै निर्भर रहने यहाँका मानिसहरूको बाध्यता भएको तर सबै ठाउँहरूमा सिचाइको पर्याप्तता नभएको हुनाले पनि माटोको उर्वराशक्ति बढन सकेको छैन । अजयमेरु

गाउँपलिका वडा नं.१, २ मा पर्ने गणेशधुरा, वडा.नं. ५ र ६ को डागेश्वरी मन्दिर क्षेत्र र गाउँपलिका भरीकै अग्ला भू-भाग भएका ठाउँहरूमा हिउँदमा हिमपात हुन्छ । यसैले यी क्षेत्रको हावापानी चिसो छ ।

शिक्षण निर्देशन :

आफ्नो वरिपरिको हावापानी र माटोका बारेमा जानकारी गराई त्यसकै आधारमा गाउँपालिका भित्रका विभिन्न ठाउँको हावापानीको उदाहरण दिई छलफल गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. अजयमेरु गाउँपालिकामा कस्तो हावापानी पाइन्छ ?

२. हावापानी भनेको के हो ?

३. माटो कसरी बन्छ ?

४. कस्तो माटो खेतीपातीका लागि निम्नस्तर को मानिन्छ ?

५. अजयमेरु गाउँपालिकामा रहेका कुन कुन ठाउँमा हिउँदमा हिमपात हुन्छ ?

६. ठाउँ ठाउँ को माटोमा फरकपना आउनुको कारण के हो ?

७. ठीक भए ☑ र बेठीक भए ☒ चिन्ह लगाऊ :

(क) हावापानीको औसत रूप मौसम हो ।

(ख) बोटबिरुवा हुर्कन र बढ्न अनुकुल हावापानी चाहिन्छ ।

(ग) अजयमेरु गाउँपालिकाको हावापानी गर्मी छ ।

(घ) मलिलो माटोमा कृषि उत्पादन बढी हुन्छ ।

(ङ) चट्टान को क्षयीकरणबाट पनि माटो बन्छ ।

एकाइ - २

हाम्रो सामाजिक तथा राजनीतिक अवस्था र स्थानीय सरकार

पाठ - १

डोटेली भाषा

नेपाल बहुजातीय बहुभाषिक देश हो । यहा १२५ जति र १२३ भाषा रहेका छन् । नेपालमा बोलिने भाषाका रूपमा डोटेली भाषालाई लिन सकिन्छ । डोटेली भाषा सुदूरपश्चिम प्रदेशको डोटी डडेल्धुरा जिल्लामा बोलिन्छ । यो भाषा नेपाली भाषाको मानक स्वरुपको निकट रहेको छ । कुमाउनी र नेपाली भाषाको प्रत्यक्ष प्रभाव यस भाषामा रहेको पाइन्छ ।

नेपालको जगनगणना २०६८ अनुसार नेपालमा डोटेली भाषालाई मातृभाषाको रूपमा प्रयोग गर्नेहरूको संख्या कुल जनसंख्याको २.९७ % अर्थात सात लाख सतासी हजार आठ सय सत्ताइस (७,८७,८२७) रहेको पाइन्छ । नेपाल बाइसे र चौबीसे राज्यमा विभाजित भएको समयमा डोटी राज्य पनि एक थियो । यहाँ डोटेली भाषा प्रमुख रूपमा रहेको थियो । आफ्नै कला सँस्कृति भेषभुषा र रहनसहनबाट यो भाषाको निर्माण भएको पाइन्छ । डोटेली समाज र डोटेली कला सँस्कृतिको जगेर्ना गर्न र मनका भाव वा विचार बुझ्न र समस्या पहिचान गर्न यो भाषा आवश्यक छ ।

डोटी र डडेल्धुराको विशाल क्षेत्र ओगटेको यो भाषा देवनागरी लिपिमा लेखिन्छ । साहित्य व्याकरण प्रकाशन भएको यो भाषा भाषिक विकासको प्रक्रियामा रहेको छ । डोटेली समाजको माध्यम भाषाको रूपमा रहेको डोटेली भाषा यहाका बहुसङ्ख्यक व्यक्तिको मातृभाषा समेत रहेको छ ।

डोटेली समाजको आफ्नै मौलिक परम्परा र मौलिक सँस्कृति समेत रहेकोछ। जसले भाषिक विचार आदान प्रदानमा सहयोग पुऱ्याएको पाइन्छ। डेउडा, सगुन, फाग, हुड्केली , धुमारी, चैत जस्ता लोक सँस्कृतिक र लोक भाषामा पनि डोटेली भाषाको प्रयोग भएको पाइन्छ। विकासको कयौँ दशक पार गरी सकेको डोटेली भाषा डोटेली समाजको मूख्य भाषाको रूपमा रहेको छ। विवाह, उत्सव, चाडपर्व, मेलापात , घाँस दाउरा , गाउँबेसी , उकाली ओराली धारो, पधेँरी, घर मझेरीमा समेत यो भाषा प्रयोग व्यवहारमा आएको छ। डोटेली समाजको मार्गदर्शक, साझा सम्पर्क, दैनिक व्यवहार र मातृभाषाको रुपमा समेत यस भाषालाई लिन सकिन्छ।

शिक्षण निर्देशन :

भाषा शिक्षणका सीपसम्बन्धि क्रियाकलाप सुनाइ, बोलाइ, पढाइ र लेखाइ डोटेली भाषामा आधारित भई गर्ने।

क्रियाकलाप :

१. तलका प्रश्नको उत्तर लेख।

(क) डोटेली भाषा नेपालका प्रमुख भाषामध्ये कुन स्थानमा रहेको छ ?

(ख) डोटेली भाषामा कुन भाषाको प्रभावमा रहेको छ ?

(ग) डोटेली भाषा किन आवश्यक छ ?

(घ) डोटेली भाषा कुन कुन क्षेत्रमा बोलिन्छ ?

(ङ) डोटेली समाजका कुन कुन कुरामा डोटेली भाषाको प्रयोग भएको पाइन्छ ?

२. ठीक भए ☑ र बेठीक भए ☒ चिन्ह लगाऊ।

(क) डोटेली समाजको मातृभाषा नेपाली हो।

(ख) डोटेली समाजको साझा सम्पर्कको भाषा डोटेली हो ।

(ग) डोटेली समाजको आफ्नै मौलिक परम्परा रहेको छ ।

(घ) नेपालमा १२५ भाषा बोलिन्छन् ।

(ङ) डोटी राज्यको प्रमुख भाषा डोटेली हो ।

(च) डोटेली भाषा बैतडी र दार्चुला जिल्लामा बोलिन्छ ।

पाठ – २

गाउँपालिकाको काम कर्तव्य र अधिकार

नेपाल संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक देश हो । यो देशमा राज्य सत्ता सञ्चालन गर्न तीन थरीका सरकार रहेको छ । संघीय सरकार, प्रादेशिक सरकार र स्थानीय सरकार । स्थानीय सरकारकै रुपमा गाउँपालिकालाई लिइन्छ । नेपालमा ४६० वटा गाउँपालिका रहेका छन् । गाउँपालिकाले गर्ने काम कर्तव्य र अधिकारलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ :

- शान्ति सुरक्षा कायमा गर्न ,
- आर्थिक स्रोत सङ्कलन विकास तथा परिचालन ,
- गाउँपालिकाको नीति कानुन, मापदण्ड तथा निर्णय र कार्यान्वयन,
- स्थानीय कर सेवा शुल्क तथा दस्तुर ,
- विद्यालय शिक्षाको सञ्चालन तथा व्यवस्थापन ,
- प्राकृतिक सम्पदा वातावरण संरक्षण जैविक विविधताको व्यवस्थापन ,
- जेष्ठ नागरिक अपङ्गता भएका व्यक्ति र अशक्तहरूको व्यवस्थापन ,
- गाउँपालिकामा ज्ञान सीप र उद्यमशीलताको विकास ,
- विपद् व्यवस्थापन ,
- भाषा संस्कृति कलाको संरक्षण र विकास ,
- व्यक्तिगत घटना, जन्म, मृत्यु, विवाह र तथ्याङ्क सङ्कलन ।

शिक्षण निर्देशन :

गाँउपालिकाको काम कर्तव्य र अधिकारको सूची तयार गराउने । स्थानीय निकायको गठन प्रक्रियाको अभिनय गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. गाँउपालिकाको काम, कर्तव्य र अधिकारहरू के - के हुन ?

२. नेपालमा कति तहका सरकारहरू छन ?

३. शान्ति कायम कसले गर्दछ ?

४. व्यक्तिगत घटना दर्ता गर्ने काम कसको हो ?

५. हाम्रो गाँउमा विपद आइलाग्दा कसले व्यवस्थापन र सहयोग गर्दछ ?

६. गाउँपालिका गठन कसरी हुन्छ ? सोध र लेख ।

एकाइ - ३

हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप

पाठ - १

स्थानीय उद्योग

(स्थानीय स्तरमा सञ्चालनमा रहेको उद्योग बारे कक्षा ५ का विद्यार्थी र शिक्षक बीचको कुराकानी ।)

शिक्षक - हाम्रो गाउँमा धान, गहूँ, मकै, कोदो, भट्मास, तोरी, सागपात, फलफुल र गेडागुडी उत्पादन हुन्छ ।

बसन्ती - त्यसरी उत्पादन भएको अन्नपातबाट के बन्छ सर ?

शिक्षक - केही अन्नपात हामी घरमै खपत गर्छौ । बाकी रहेको बजारमा बेच्छौँ । अन्नबाट विभिन्न खानेकुरा बन्दछन् । चाउचाउ, विस्कुट, पाउरोटी गहूँबाट बन्छन् । तिमीहरूले खाने गरेको चाउमिन बनाउने कारखाना हाम्रो डडेल्धुरामा पनि छ । सागपात जस्तै टमाटर र फर्सी प्रयोग गरेर सस बनाइन्छ । फलफुलबाट जाम बनाइन्छ ।

हेमन्त - हाम्रो यहाँ पशुपालन पनि हुन्छ नि सर ?

शिक्षक - हो । गाईभैँसीको दूधबाट खुवा र घिउ बनाउने काम घरमै पनि गर्न सकिन्छ ।

पनिर, मिठाई बनाउने काम डेरीमा गरिन्छ । कुखुरा, खसीबोका , मासुका लागि पालिन्छन् ।

जयन्ती - हाम्रो ठाउँमा अरु उद्योगहरू पनि होलान् नि !

शिक्षक - किन नहुनु । फलामबाट विभिन्न भाँडाकुडा बनाउने, छालाका जुत्ता बनाउने, पिठो बनाउने, धान कुट्ने, तोरीको तेल बनाउने धेरै कारखानाहरू छन् ।

जनक - हामीलाई यी सबै उद्योग चाहिएकै हुन त ?

शिक्षक - यस्ता उद्योगले हामीलाई चाहिने सामान उत्पादन गर्छन् । गाउँघरका किसानले उत्पादन गरेका कृषि उपज खरिद गर्छन् । मानिसलाई काम (रोजगारी) दिन्छन् । आय आर्जन बढाउछन् । हाम्रो ठाउँको पहिचान पनि गराउँछन् ।

शिक्षण निर्देशन :

स्थानीय तह र जिल्लामा स्थापना भएका कृषि उद्योगको तथ्यांक सङ्कलन गरी तिनीहरूले उत्पादन गर्ने वस्तु तथा सेवा बारे छलफल गराउने । सम्भव भएमा कुनै एउटा उद्योग - कारखानाको अवलोकन भ्रमण गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. तिमी बसेको ठाउँमा के कस्ता उद्योगहरु छन् ? लेख ।

२. कृषिमा आधारित उद्योगहरूको सूची बनाऊ ।

३. पशुपालनसंग सम्बन्धित उद्योगहरू के के हुन् ? लेख ।

४. नजिकैको पसलमा जाऊ । त्यहाँ भएका सामानहरूको सूची बनाएर कुन-कुन कृषिसंग सम्बन्धित छन् र कुन कुन गैरकृषि उत्पादनहरू हुन् ? छट्याउ ।

५. तिमी बसेको ठाउँको कुनै एउटा उद्योग छनौट गर । त्यस उद्योगका के-कस्ता फाईदाहरू छन् । एक अनुच्छेदमा लेख ।

६. तिमी बसेको गाउँपालिका अथवा नगरपालिकामा के-कस्ता उद्योगहरु छन् ? तिनीहरूको नाम र ठेगाना लेख । ती उद्योगबाट के-कस्ता वस्तुहरू उत्पादन हुन्छन् ? लेख ।

उद्योगको नाम	ठेगाना	उत्पादनहरू
१. २. ३.		

४. ५. ६.		

पाठ - २

हाम्रा व्यवसायहरू

श्रीमान सभापतिज्यू , प्रधानाध्यापकज्यू , गुरुवर्ग निर्णायक मण्डल र मेरा प्यारा साथीभाइहरू । आजको कार्यक्रममा मलाई पनि बोल्ने मौका दिनुभएकोमा आयोजकज्यूलाई धेरै - धेरै धन्यवाद । आजको शीर्षक रहेको छ, “ हाम्रा व्यवसायहरू ” ।

व्यवसायबिना कुनै पनि समाज चल्न सक्दैन । हिजोको दिनमा पानी घट्ट, तोरी पोल्ने कोल, ऊखु पेल्ने कोल, कृषि, पशुपालन प्रमुख रुपमा थिए । त्यसैगरी सबैलाई सेवा दिने गरी लुगा सिउने, जुत्ता बनाउने ,भाँडाकुडा बनाउने, हतियार बनाउने , सुनको काम गर्ने, व्यापार गर्ने कामहरू पनि छदै थिए । आज यिनीहरूको स्वरुप र प्रकृति फेरिएको छ । पानीघट्ट, तोरी पेल्ने कोलको ठाउँ आधुनिक मिलले लिई सकेको छ । ऊखु पेल्ने र गुड बनाउने कामको सट्टामा चिनीको प्रयोग भईरहेको छ । अन्य सेवा दिने व्यवसायमा फेर बदल भएको छ ।

कृषि र पशुपालनमा व्यवसायिकता थपिएको छ । उन्नत जातका बीउ र नश्लले कृषि र पशुपालनको उत्पादन क्षमता बढाएको छ । बढी उत्पादनसंगै आम्दानी पनि बढेको छ । खेतबारीमै खेर जाने फलफुल र तरकारी सडक विस्तार भएसंगै बेचिन थालेका छन् । अमला, हर्रो, पुदिना , सिल्फोडे, बोजो, दालचिनी जस्ता जडिबुटीहरू खेर जाने गर्दथे । आज सबै बिक्री गर्न सकिने भएका छन् । यस्ता सङ्कलन केन्द्र हाम्रै गाउँमा खुलेको कुरा सबैलाई थाहा छ ।

लुगा सिउने, भाँडा बनाउने, जुत्ता बनाउने, गहनाको काम गर्ने सबैले आफ्नो कामलाई व्यवसायको रुपमा सञ्चालन गरेका छन् । साथै आफूलाई चाहिएको र बजारले मागे जति उत्पादन गर्ने गरेका छन् । यस बाहेक आजभोलि होटेल व्यवसाय पनि फष्टाउदै गइरहेको छ । सुविधाहरू दिनहुँ थपिदै छन् । खाना, खाजा र बस्नका लागि मात्रै होइन आरामदायी

जीवन बिताउनका लागि पनि होटेलहरू खुलेका छन् । हामीलाई चाहिने सामानहरू भएका पसलहरू पनि थुप्रै खुलेका छन् ।

यस प्रकारको व्यवसायबाट हामीलाई चाहिने वस्तु तथा सेवा पाइन्छ । गाउँघरमा खेरजाने वस्तुबाट आयआर्जन गर्न सकिन्छ । सबैलाई रोजगारी मिल्छ । परम्परागत काम र पेसालाई व्यवसायमा बदल्न सके सस्कृतिको जगेर्ना गर्न सकिन्छ ।

धन्यवाद ।

शिक्षण निर्देशन :

स्थानीयस्तरमा सञ्चालनमा रहेका व्यवसायको परिचय दिदै तिनीहरूबाट हुनसक्ने फाइदा छलफल गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. तिम्रो गाउँघरमा भएका परम्परागत पेसाहरूको सूची तयार पार ।

२. तिम्रो समुदायमा मानिसले के-कस्ता व्यवसाय गर्ने गरेका छन् ? तिनीहरूबाट उत्पादन भएका वस्तु तथा सेवाहरू के-के हुन् ? लेख

३. आफ्नो गाउँपालिका अथवा नगरपालिकाको नक्सा बनाई प्रमुख स्थानहरूको सूची बनाऊ र कुन-कुन ठाउँमा कुन व्यवसाय गरिन्छ ? लेख ।

४. आफ्नो समुदायका कुनै पाँचवटा व्यवसाय लेऊ । त्यस्ता व्यवसायबाट पुग्न सक्ने फाइदाहरू लेख ।

व्यवसाय	फाइदा

१. २. ३. ४. ५.	

पाठ - ३

व्यवसायको महत्व

मानिसलाई जीविकोपार्जनका लागि कुनै न कुनै व्यवसायको आवश्यकता पर्दछ । कसैले फर्निचर, मिल, होटल व्यवसाय गर्छन भने अरुहरूले कृषि पशुपालन, जडीबुटी सङ्कलन, प्रशोधन र बिक्री वितरण गर्दछन् । कतिपयले व्यापार, पर्यटन पनि गर्दछन् । यसरी गरिएको व्यवसायका फाईदाहरू निम्न रहेका छन् :

१. व्ययसायबाट मनग्गे आम्दानी गर्न सकिन्छ ।

२. व्यवसायबाट भएको आम्दानीले आफूलाई परेका गास, बास, कपास , शिक्षा, स्वास्थ्य र मनोरञ्जनका आवश्यकताहरू पूरा गर्न सकिन्छ ।

३. ठूलो व्यसाय गरिएमा आफू मात्रै होईन अरु धेरै मानिसलाई पनि रोजगारी दिन सकिन्छ । यसबाट उनीहरूमा आश्रित परिवारलाई फाइदा पुग्न जान्छ ।

४. व्यापार व्यवसाय बढ्दै गएपछि त्यस ठाउँको आर्थिक विकास हुन्छ । कुनै ठाउँको विकास हुनु भनेको पनि देश विकास नै हो ।

५. अमला , दालचिनी , हर्रो, तिमुर जस्ता जंङ्गली जडिबुटीहरूको प्रयोग गर्न सकिन्छ । त्यसैगरी धेरै किसिमका खेर जाने प्राकृतिक श्रोतलाई प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

६. स्थानीय कृषि उत्पादनलाई उपयोग गर्न सकिन्छ ।

७. व्यवसायबाट उठाइने करबाट देशको राजश्व आय बढ्छ । यस आयलाई देश विकासमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

८. उत्पादन भएका वस्तुहरूलाई विदेशमा बेच्न सक्यौ भने विदेशी मुद्रा आर्जन हुन्छ ।

९. देशलाई आत्मनिर्भर बनाउन सकिन्छ ।

१०. व्यवसाय हुने ठाउँको नाम र कीर्ति व्यवसाय नहुने ठाउँ भन्दा बढी हुन्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

व्यवसायबाट हुन सक्ने फाइदा बारे छलफल गराउनुहोस् । व्यसायका महत्वहरू भन्ने विषयमा कक्षाकोठामा वक्तृत्वकला प्रतियोतिता आयोजना गराउनुहोस् ।

क्रियाकलाप :

१. तिम्रो गाउँ समुदायमा रहेका व्यवसायहरू के-कस्ता रहेका छन् ? सूची बनाऊ । ती व्यवसायबाट स्थानीय बासिन्दालाई के-कस्ता फाइदाहरू पुगेका छन् ? सोध र लेख ।

२. व्यसायका महत्वहरू भन्ने विषयमा एक अनुच्छेद लेखेर शिक्षकलाई देखाऊ ।

३. तिम्रो गाउँपालिकामा हुने गरेका १० वटा व्यवसायहरू छनौट गर । ती व्ययसायबाट के-कस्ता फाइदाहरू भएका छन् ? सोध र लेख ।

व्यवसाय	फाइदाहरू
१. २. ३. ४. ५. ६. ७. ८. ९. १०.	

पाठ - ४

स्थानीय सेवा क्षेत्रहरू

आफ्नो क्षेत्रभित्र विभिन्न सेवाहरू प्रदान गर्न शहरमा नगरपालिका र गाउँमा गाउँपालिकाको स्थापना र गठन गरिएको छ । नगरपालिकाले जस्तै गाउँपालिकाले पनि शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार, गासँ, बास, कपास, शुद्ध पिउने पानीको सुविधा दिन प्रयत्न गरिरहेको हुन्छ । यसका लागि गाउँपालिकाको मातहतमा रहने गरी गाउँपालिका र वडापालिकाको कार्यालयमा विभिन्न शाखाहरू खोली सेवा दिने कर्मचारीहरू पनि राखिएका छन् । यस बाहेक गाउँपालिकाले आफ्नो क्षेत्रभित्र सडक, पुल, भवन निर्माण , विद्यालय विकास र विस्तार , विद्युत आपूर्तिको विकास जस्ता कामहरूमा विशेष ध्यान पुऱ्याउँछ । गाउँपालिका भित्रको जनसङ्ख्या तथ्याङ्क सही रहोस भन्ने उद्देश्यले जन्म , मृत्यु , बसाइँसराइ र विवाह जस्ता प्रमुख घटनालाई समेटी पंञ्जिकीकरणको काम समेत गर्दछ ।

रहदा बस्दा विभिन्न विवाद, झै-झगडा , चोरी डकैती र अन्य अप्रिय घटनाहरू हुन नदिन , नियम कानुनअनुसार नागरिकलाई राख्न , शान्तपूर्वक जीवन बिताउने वातावरण मिलाउन प्रहरीको आवश्यकता पर्दछ । कुनै अपराध गर्नेलाई दण्ड दिई अपराध कम गर्न प्रहरीले सहायता गर्दछन् । यति मात्रै होइन प्रहरीले विपदहरू जस्तै आगलागी, पहिरो, बाढी, भुकम्प, महामारी आइलाग्दा समेत नागरिकहरूलाई उचित सहयोग दिने गर्दछन् ।

कृषि र पशुपालन गाउँघरका प्रमुख व्यवसायहरू हुन् । मानिसलाई जस्तै पशुपंक्षी र बोट बिरुवालाई पनि रोग लाग्छ । धातक रोगहरूबाट पशुपंक्षी र बालीनालीलाई बचाउन र रोग

लागि सकेपछि रोग नियन्त्रण गर्न ज्ञान र सीप भएको दक्ष जनशक्तिको आवश्यकता पर्दछ । यस्ता जनशक्तिहरू जे.टि.ए. कृषि र जे.टि.ए. पशु हुन् । यिनीहरु गाउँ-गाउँमा गई गाईभैँसी, बाख्रा, कुखुराको रोग पत्ता लगाई चाहिएको औषधि दिन्छन् । बालीनाली र बोट बिरुवामा लागेको रोग अनुसारको विषादि, मल र औषधी प्रयोग गर्न सल्लाह दिन्छन् । कृषि जे.टि.ए. ले उन्नत कृषि बीउ छानी उत्पादन बढाउन समेत सहयोग गर्दछन् ।

शिक्षण निर्देशन :

गाउँ , समुदायमा कार्यरत सेवा क्षेत्रको पहिचान गरी क्षेत्रको भ्रमण गराउने र ती सेवा क्षेत्रले गर्ने काम सम्बन्धी प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउने ।

क्रियाकलाप :

१. गाउँपालिकाबाट के-कस्ता सेवाहरू पाईन्छन् ? लेख ।

२. कृषि जे.टि.ए. र पशु जे.टि.ए. का कामहरू के-के हुन् ? लेख ।

३. तिम्रो समुदायमा रहेको कुनै दुईवटा सेवा क्षेत्रहरू छनौट गर । उक्त सेवा केन्द्रले के-कस्ता सेवाहरू दिने गरेको छन् ? ती सेवाबाट कस-कसलाई कस्तो फाइदा पुगेको छ ? लेख ।

सेवा क्षेत्र	कस्तो सेवा	कसलाई कस्तो फाइदा

४. तिम्रो वडामा रहेका सेवामूलक क्षेत्रको सूची तयार पारी तिनीहरूले प्रदान गर्ने सेवाहरू के-के हुन् ? लेख ।

पाठ - ५

पेसा र जनशक्ति

केशवको घरमा आज धेरै पाहुनाहरू आएका छन् । उनको मामाको छोरा प्रकाश र फुपूकी छोरी प्रकृति पनि आएकी छिन् । केशवका बुबा रामानन्द कामबाट फर्किएपछि केशव, प्रकाश र प्रकृतिसंग कुरा गर्छन् ।

प्रकृति - मामा, हजूरले के काम गर्नुहुन्छ ?

रामानन्द - म अमिन हूँ । मेरो काम जग्गाको नापजोख गर्ने, क्षेत्रफल निकाल्ने, जग्गा छुट्याउने र अभिलेख राख्ने हो । तिमी भविष्यमा गएर के काम गर्न चाहन्छौ ?

प्रकृति - मलाई बिरामी चेक जाँच गर्न मन पर्छ । यसका लागि के पढ्नुपर्छ ?

रामानन्द - यसका लागि स्वास्थ्य सहायक भन्ने विषय पढ्नुपर्छ । कक्षा - १० को परीक्षा पास गरे पछि ३ वर्षको समान्य चिकित्सा विषयमा प्रमाणपत्र तह पढ्नुपर्छ । यो विषय पढाउन देशभरी धेरै स्कुल, कलेजहरू खुलेका छन् । नर्स हुने चाहना छ भने कक्षा - १० पछि ३ वर्षे स्टाफ नर्स भन्ने विषय पढ्नुपर्छ । यसका लागि पनि थुप्रै प्राविधिक विद्यालयहरू छन् ।

प्रकाश - भविष्यमा गएर म शिक्षक हुन चाहन्छु । मैले के गर्नु पर्ला ?

रामानन्द - कक्षा - १० सम्म त सबैले पढ्नुपर्छ । त्यसपछि मात्रै आफ्नो रुचिअनुसारको विषय छान्नुपर्छ । शिक्षक हुनका लागि शिक्षा विषय लिएर ११ र १२ मा पढ्नुपर्छ । त्यसपछि ४ वर्षको स्तानक तह पास गरेपछि शिक्षण प्रमाणपत्रको परीक्षा पास गर्नु पर्छ । त्यसपछि मात्रै शिक्षक हुन सकिन्छ । केशव, तिमी भविष्यमा के गर्न चाहन्छौ ?

केशव - मलाई त ओभर सियर बन्ने विचार छ ।

रामानन्द - राम्रो विचार । यसका लागि तिमीले गणित विषयमा बढी ध्यान दिनु पर्छ । कक्षा-१० पास गरिसकेपछि प्राविधिक शिक्षालयमा पढ्नका लागि प्रवेश परीक्षा दिनुपर्छ । स्वास्थ्य सहायक र स्टाफ नर्स जस्तै यसको पढाइ पनि ३ वर्षको हुन्छ । स्वास्थ्य सहायकको काम बिरामी चेक जाँच गर्नु र नर्सको काम बिरामी को हेरचाह गर्नु हो । शिक्षकको काम बालबालिकालाई सिकाउनु र ओभर सियरको काम सडक, पुल, भवनको नक्सा बनाउने र त्यस अनुसार काम गराउनु हो । बुझ्यौ त ?

सबैजना - राम्रो संग बुझ्यौ ।

शिक्षण निर्देशन :

स्थानीय स्तरमा उपलब्ध प्राविधिक जनशक्ति र नोकरीमा रहेका जनशक्तिसंग अन्तरक्रिया गराइ न्युनतम योग्यता , शिक्षालय र तालिम केन्द्रको जानकारी सङ्कलन गर्न लगाउने ।

क्रियाकलाप :

१. ओभर सियरले के-के काम गर्छन् ? कामको सूची बनाऊ ।

२. स्वास्थ्य सहायक र स्टाफ नर्सका लागि के-कस्ता विषयहरू पढ्नुपर्छ ?

३. शिक्षणकार्य गर्न चाहिने योग्यता र पढ्नु पर्ने विषयहरू के-के हुन् ? लेख ।

४. तलको तालिका पूरा गर ।

जनशक्ति	न्युनतम योग्यता	पढ्नु पर्ने विषय	मुख्य काम
१.स्वास्थ्य सहायक २. स्टाफ नर्स			

३. शिक्षक ४.ओभरसियर			

५. तिमी बसेको ठाउँमा के-कस्ता जनशक्ति रहेका छन् । उनीहरू संग कुराकानी गरी उनीहरूको पढाइ, त्यो पढाइका लागि चाहिने न्युनतम योग्यता र पढाइ हुने वा तालिम गर्ने ठाउँ बारे सोध र लेख ।

पद	न्युनतम योग्यता	पढाइ , तालिम हुने ठाउँ

एकाइ ४

स्थानीय सीप प्रविधि र रोजगारी

पाठ १

घरायसी रुपमा प्रयोगमा आउने सामग्रीहरू

डागेश्वरी प्राथमिक विद्यालय कक्षा ५ का विद्यार्थीहरू गाउँमा शैक्षिक भ्रमणमा गएका थिए । त्यहाँ उनीहरूले घरायसी रुपमा प्रयोगमा आउने सामग्रीहरू बारे लिएको जानकारी यस्तो छ :

विद्यार्थीहरू हरीलाल बाजेको घरमा पुग्दा उनी जनेऊ बनाइरहेका रहेछन् । उनीहरू बीच भएको कुराकानी :

विद्यार्थी : बाजे यो धागाबाट के बनाउदै हुनुहुन्छ ?

बाजे : बावु यो जनेऊ बनाउने धागो हो यसलाई राम्रो संग कातेर जनेऊ बनाउनुपर्छ ।

विद्यार्थी : जनेऊ भनेको के हो र यसले के गर्नुपर्छ ? बाजे ।

बाजे : बावु जनेऊ हामी हिन्दू धर्मालम्बीहरुले ब्रतबन्ध गरेपछि धारण गर्ने एक प्रकारको धागो हो । हिन्दू धर्मअनुसार जनेऊ धारण गरेपछि मात्र कुनै पनि व्यक्ति यज्ञको अधिकारी हुन्छ । जनेऊ मसिना मसिना ९ ओटा धागाबाट बनेको हुन्छ । यसमा ३-३ पालाको एक धागो हुन्छ । यसको लम्बाइ ९६ अंगुल हुन्छ । जनेऊ लगाएपछि मात्र कोही पनि बालक हिन्दू धर्मका सम्पूर्ण संस्कारमा बाधिन्छ र आधिकारिक हुन्छ । यसरी यसको निकै महत्व र आवश्यकता छ । यसलाई सधै संरक्षण गर्नु पर्छ नत्र भने हामी आफ्नो संस्कार बिर्सन्छौ ।

विद्यार्थीहरू अलीपर जादाँ अर्को घरको करेसाबारीको डीलमा बसेर डोको डालो बनाइरहेका हरिशरण काका संग भएको कुराकानी

विद्यार्थी : काका नमस्कार ! यो डोको बनाइरहनु भएको हो ? यसको बारेमा हामीलाई बताइदिनुहोस् न ? के

बाट बन्छ ? किन चाहिन्छ ? यसको संरक्षण कसरी गर्नुपर्छ ?

हरिशरण काका : नानीबाबु हो यो वाँस तथा निगालको चोया बाट बन्छ । डोको विभिन्न सामानहरु बोक्न (घाँस, मल, अन्न) प्रयोग गरिन्छ । यसलाई प्रयोग गरी सकेपछि हामीले घाम तथा पानीले नभिज्ने गरी सुरक्षित राख्नुपर्छ । यसै गरी डालो लामो समयसम्म अन्न भण्डारण गर्न प्रयोग गरिन्छ । यिनीहरूलाई माटो र गोबरले लिपेर सुरक्षित ठाउँमा राख्नुपर्छ । डालोमा अन्न राख्दा मुसा, चरा तथा अन्य जीवजन्तुले खाने डर हुँदैन ।

विद्यालय तिर फर्कदा बाटोमा कमल बहादुरको घर पर्छ । उनी हलो बनाउने काम गर्दा रहेछन् । उनीसंग विद्यार्थीहरूले गरेको कुरकानी यस्तो छ :

विद्यार्थी : नमस्कार दाई ! यो के बनाइ रहनु भएको छ । हामीलाई जानकारी गराइदिनुस् न ।

कमल बहादुर : नमस्कार ! यो हलो हो, नानी बाबु । काठलाई काटेर, रन्धा लगाएर, यसको निश्चित आकार निकालिन्छ । यो खेत जोत्न प्रयोग गरिन्छ । यसलाई घाम पानीबाट बचाउन सुरक्षित ठाउँमा राख्नुपर्छ ।

साँझ भयो विद्यार्थीहरू आ-आफ्नो घरतिर लागे र भोलिपल्ट शौक्षिक भ्रमण प्रतिवेदन कक्षामा यसरी प्रस्तुत गरे ।

हाम्रो गाउँमा जनेऊ, डोको, हलो, भाँडाकुडा घरायसी प्रयोगमा आउने धेरै सामग्री बनाइने रहेछन् । यिनीहरूको प्रयोग गरिसके पछि सुरक्षित ठाउँमा जतन गरी राख्नु पर्ने रहेछ । हामीले आफ्नो गाउँघरका सामानहरू बढी प्रयोग गर्नुपर्छ । यी सामान बनाउने मानिसहरूको सम्मान पनि गर्नुपर्छ ।

शिक्षक निर्देशन :

बालबालिकाहरूलाई स्थानीय स्तरमै शैक्षिक भ्रमण गराउनुहोस् र त्यहाँ बन्ने घरायसी सामानहरूको आवश्यकता, महत्व र तिनीहरुको संरक्षण गर्ने तरिका बारे प्रष्ट पार्नुहोस् ।

क्रियाकलाप :

१. तिम्रो गाउँमा भएका ५ ओटा सामानहरूको नाम लेखी तिनीहरूको काम र संरक्षण गर्ने तरिका पनि लेख ।

२. जनेऊको बारेमा स्थानीय व्यक्तिहरूसंग छलफल गरी जनेऊको आवश्यकता, महत्व र त्यसको संरक्षण कसरी गर्नुपर्छ ? लेख ।

३. तलका प्रश्नको उत्तर लेख :

(क) जनेऊ किन लगाउनु पर्छ ?

(ख) जनेऊ कति अंगुल लामो हुन्छ ?

(ग) डोकोमा के-के सामान राख्न सकिन्छ ? कुनै ५ओटा सामानको नाम लेख ।

४. ठीक भए ☑ र बेठीक भए ☒ चिन्ह लगाऊ ।

(क) जनेऊ हिन्दू धर्मालम्बीहरूले लगाउने गर्छन् ।

(ख) डोको डालोको संरक्षण गर्नु पर्दैन ।

(ग) हलोको काम खेत जोत्ने हो ।

(घ) हामी स्थानीय स्तरमा बनेका सामानको प्रयोग गर्नु पर्छ ।

५. तलको चित्रमा मिल्ने रङ्ग भर ।

पाठ २

स्थानीय प्रविधिको संरक्षण गरौँ

आज अजयमेरु गाउँपालिका स्तरीय वादविवाद प्रतियोगितामा स्थानीय सामग्री भन्दा आधुनिक सामग्री राम्रो भन्ने विषयमा विपक्षमा बोलेका मणिलेक विद्यालयका कक्षा ५ की छात्रा रमिताका तर्कहरू यस्ता छन् ।

धन्यवाद उद्घोषक मित्र । सबैमा म रमिताको तर्फबाट नमस्कार ! आजको यस स्थानीय सामग्रीभन्दा आधुनिक सामुग्री राम्रो भन्ने विषयमा भइरहेको वादविवाद प्रतियोगितामा म विपक्षमा आफ्ना तर्कहरू राख्न गइरहेकी छु ।

परापूर्वकालदेखि हाम्रा गाउँघरमा विभिन्न कामहरू सजिलो तरिकाले गर्न विभिन्न प्रविधिको प्रयोग हुँदै आइरहेको छ । जसमा उखु, कागती, तोरी, चुक पेल्ने कोलको प्रयोग गरिन्छ । अन्न पिस्न जातो तथा घट्टको प्रयोग गरिन्छ । दही जमाउन र मोही पार्न ठेकी, मदानीको प्रयोग गरिन्छ । चिया, मसला वा जडीवुटी पिसेर ओखती बनाउन ओखलको प्रयोग गरिन्छ । विभिन्न किसिमको स्थानीय प्रविधिहरूको प्रयोग गरी काम छिटो छरितो सम्पन्न गर्न सकिन्छ । आफूलाई चाहिएको बेला यी प्रविधिहरूको प्रयोग सजिलै संग गर्न सकिन्छ । काम गर्न अर्काको भर पर्नु पर्दैन ।

(जनाउ घण्टी बज्छ)

अन्तमा हामीले हाम्रो गाउँघरमा पाइने श्रोत साधनको बढी भन्दा बढी प्रयोग गरी स्थानीय प्रविधि निर्माण गर्नुपर्छ । यिनीहरूको संरक्षण, सम्बर्द्धन

गरी सञ्चालनमा ल्याउनुपर्छ । यसरी प्रयोग र संरक्षण नगरेमा स्थानीय प्रविधिहरू लोप हुदै जान्छन् । स्वास्थ्यका लागि अति उत्तम यी प्रविधिको प्रयोग गरौ भन्दै बिदा हुन्छुँ ।

धन्यवाद ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिका स्थानीय प्रविधि विषयमा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. हामीले ढिकी-जातोको संरक्षण कसरी गर्नुपर्छ ? यसको के आवश्यकता छ ? छोटकारीमा लेख ।

२. ठीक भए ☑ र बेठीक भए ☒ चिन्ह लगाऊ ।

(क) जातो पिसानीका लागि प्रयोग गरिन्छ ।

(ख) ऊखु पेल्ने कोल भन्दा तोरी पेल्ने कोल फरक हुन्छ ।

(ग) पानी घट्ट चलाउन जातो पनि चाहिन्छ ।

(घ) मसला पिस्न सिलौटो प्रयोग गरिन्छ ।

३. तलका प्रश्नको उत्तर लेख :

(क) मोही पार्न कुन स्थानीय सामग्रीको प्रयोग गरिन्छ ?

(ख) घट्ट तथा जातोको काम के हो ?

(ग) कोलुमा के-के पेल्न सकिन्छ ?

(घ) स्थानीय सामग्रीको ५ वटा आवश्यकताहरू लेख ।

(ङ) ढिकी तथा ओखलको संरक्षण कसरी गर्न सकिन्छ ।

पाठ - ३

सीप र कलाको संरक्षण

हाम्रो गाउँको ठुले दाईले काठको काम गर्छन् ।
झ्यालढोका बनाएर त्यसमा बुट्टा भर्छन् ॥
पल्लो गाउँका लाहुरे काका घर बनाउछन् राम्रा ।
पाटी पौवा मन्दिर पनि बनाइदिन्छन् हाम्रा ॥
तल्लो गाउँको साइली दिदी ऊन किनेर ल्याउछिन् ।
टोपी, स्विटर, मोजा बुनी तिनमा बुट्टा भर्छिन ॥

चित्रकला, मूर्तिकला हाम्रा पहिचान ।
गाउँघरका पेसा यिनै हुन् भनी जान ॥
लगाउँ हामी गाउँ घरमा बनेका कपडा ।
स्विटर, टोपी, मोजा किन्न किन जाने टाढा ॥

गाउँघरमा बनेका यी सामान हुन्छन् सस्ता ।
छिटै जाऔं, किनिहालौं सामान कस्ता कस्ता ॥

शिक्षण निर्देशन :

स्थानीय प्रविधि र रोजगारीसम्बन्धी विभिन्न डकुमेण्ट्रीहरु खोजी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्ने ।

क्रियाकलाप :

१. स्थानीय रोजगारीको नाम लेखी तिनको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्ने तरिका साथी साथी संग छलफल गरेर लेख ।

२. तिम्रो गाउँघरमा कुन-कुन मानिसले के-के काम गर्छन् ? तलको तलिकामा भर

नाम	काम

१.	
२.	
३.	
४	

३. तलका प्रश्नको उत्तर लेख :

(कं) स्विटर बनाउन के चाहिन्छ ?

(ख) तिम्रो गाउँठाउँमा बनेका सामानहरूको नाम लेख ।

(ग) काठको काम गर्नेले के-कस्ता चीज बनाउछन् ?

एकाइ - ५

प्राकृतिक स्रोत र साधन

पाठ - १

प्राकृतिक स्रोतको महत्व

सपनाको गाउँमा १३ परिवार बस्थे । तिनीहरूको एक आपसमा राम्रो सम्बन्ध थिएन । वनजङ्गल र पानी पर्याप्त भएको उक्त गाउँका मानिसहरू शिक्षित थिएनन् । गाउमा छिमेकी संग एक आपसमा झै-झगडा भइ रहन्थ्यो । जताततै फोहरमैला फालेको भएकाले वरिपरिको बाटोघाटो र घर आँगन प्रदुषित थियो । गाउँका मानिसहरू वनजंगलमा गएर आपसी झगडाको निहुँमा ठूला रुख तथा बोटहरू जथाभावी काट्ने गर्थे । केही समयपछि जब जङ्गलको कमी भयो अनि तिनीहरूको धारामा आउने पानीको मात्रा र गुणस्तरमा पनि कमी आयो । समयमा वर्षा पनि नहुने र गाउँका केटाकेटीहरू पनि रोगले पिडीत हुँदै गए । जथाभावी वनजङ्गल काट्नु हुदैन भन्ने कुरामा त्यस गाउँका मानिसले त्यति चासो राख्दैनथे । तर काठ, दाउरा बिक्री गरेर भने तिनीहरू धनी थिए । धनी भएर के गर्नु दूषित पानी , दूषित वातावरणमा जीवन बिताउन बाध्य भएका गाउँलेको अवस्था सन्तोषजनक थिएन ।

सरिताको अर्को एउटा गाउँ थियो , जहाँ २० परिवार बस्थे । आपसमा राम्रो सम्बन्ध थियो । गाउँको किनारमा थोरै मात्र रुखहरू भएको जङ्गल थियो । गाउँमा पानीको पनि अभाव थियो तैपनि गाउँ स्वच्छ र सफा थियो । फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गर्ने बानी सबै गाउँलेहरूमा थियो । गाउँलेहरू मिलेर समूह गठन गरी खाली रहेको जमिनमा वृक्षरोपण गर्ने कार्यको सुरुवात गरे । केही वर्षपछि जङ्गल घना भयो । पानीका मूलहरूको वृद्धि भयो जङ्गलमा स्वच्छ हावा , जडीबुटी प्राप्त भई गाउँलेको जीवन सुखमय भयो । पानी पर्याप्त

हुदाँ कृषि उत्पादनमा वृद्धि भयो फलस्वरुप त्यस गाउँका मानिसको आर्थिक उन्नति पनि भयो । हराभरा वनजङ्गल भएकोले त्यो दृश्य हेर्न पर्यटकहरू पनि आउन थाले । समग्रमा पुरै गाउँ नै पर्यटकीय स्थल बन्न पुग्यो ।

जब सपनाको गाउँमा भएको वनजङ्गल सबै सकिएर पानीको पनि अभाव भयो , स्वच्छ हावा पाउन गाह्रो भयो , जडीबुटी प्राप्त भएन, बाढी पहिरोले गाउँमा बस्न नसकिने भयो तब मात्र ती गाउँलेहरूमा पनि वनजङ्गल, हावा, पानी, जमिन जस्ता प्राकृतिक स्रोतको महत्व बारे प्रष्ट थाहा भयो । आर्थिक प्रलोभनमा परी प्राकृतिक स्रोतको विनास गर्दा आफैलाई दुःख हुँदो रहेछ भन्ने शिक्षा प्राप्त गरे । बल्ल ती झगडालु गाउँका मानिसका आँखा खुले ।

शिक्षण निर्देशन :

विभिन्न प्राकृतिक सम्पदाको अबलोकन भ्रमण गर्ने तिनीहरु वाट हुन सक्ने फाईदाहरु टिपोट गर्न लगाउने ।

क्रियाकलाप :

१. प्राकृतिक स्रोत मध्ये वनजङ्गलको के महत्व छ ?

२. हावा र पानी दूषित हुँदा के-कस्ता असर देखा पर्छन ?

३. प्राकृतिक स्रोतले पर्यटकलाई कसरी आकर्षित गर्छ ?

४. तिमीलाई सपनाको र सरिताको गाउँमध्ये कसको गाउँ मन पऱ्यो ? किन ?

५. सपनाको गाउँमा वनजङ्गल सकिदा के-के असर देखापरे ?

६. तलको तालिकामा प्राकृतिक स्रोतको महत्व लेख ।

प्राकृतिक स्रोत	महत्व
१. हावा	
२. पानी	
३. जमिन	
४. वनजङ्गल	
५. जडीबुटी	

७. तिम्रो गाउँमा रहेका प्राकृतिक स्रोत के-के छन् ? तिनीहरूको अवस्था सपना वा सरिताको गाउँ मध्ये कसको गाउँसंग मिल्दो जुल्दो छ ? लेख ।

पाठ - २

प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा स्थानीय तहको प्रयास

मानिस लगायत सम्पूर्ण सजीवहरूको जीवन निर्वाहका लागि आवश्यक पर्ने प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण गर्न एक्लो प्रयासबाट मात्र सम्भव हुँदैन । यसका लागि व्यक्ति, परिवार, समाज, शिक्षक, विद्यार्थी, स्थानीय निकाय र राष्ट्रकै महत्वपूर्ण भूमिकाको आवश्यकता पर्छ ।

आफ्नो क्षेत्र भित्र रहेका प्राकृतिक श्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा सबैलाई परिचालन गर्नमा स्थानीय निकायको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । अजयमेरु गाउँपालिका भित्र रहेका वनसम्पदा , धार्मिक स्थल, ऐतिहासिक स्थल आदिको संरक्षण कार्यमा अजयमेरु गाउँपालिकाले आफ्नो

नीति र कार्यक्रममा संरक्षणलाई प्राथमिकता दिएको पाइन्छ । प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदा भनेका कुनै पनि ठाउँको चिनारी दिने महत्वपूर्ण कुरा हुन् । यस्ता स्रोत र सम्पदाको संरक्षणबाट त्यो क्षेत्रका मानिसको जिम्मेवारी, कर्तव्य र इमान्दारिता पनि देखिन्छ । प्राकृतिक स्रोत र सम्पदाप्रति मानिसको धारणामा सकारात्मक प्रवृत्तिको विकास गराउन सकेमा मात्र संरक्षणका प्रयास सफल हुन्छन् । प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा स्थानीय तहबाट भएका प्रयासहरू यस प्रकार रहेका छन् :

१. स्थानीय तहले आफ्नो नीति तथा कार्यक्रममा संरक्षणका कार्यक्रम समावेश गरेको ।

२. विभिन्न सञ्चारका माध्यमबाट प्रचार प्रसार गरिएको ।

३. जनचेतना मुलक वक्तृत्वकला, कविता, नाटक जस्ता कार्यक्रमकोको आयोजना गरिएको ।

४. अजयमेरु गाउँपालिकाले महोत्सवको आयोजना गरी सम्पदा संरक्षण कार्यलाई प्राथमिकता दिएको ।

५. विद्यालयको पाठ्यक्रममा प्राकृतिक स्रोत सम्पदाको संरक्षणको विषयवस्तु समावेश गरी गरिएको ।

६. जिल्ला भित्रका अन्य स्थानीय तहसंग समन्वय गरी कार्यक्रम अगाडि बढाइएको ।

७. वृक्षारोपण गरिएको ।

८. विकास निर्माणका कार्य गर्दा प्राकृतिक स्रोत सम्पदाको उपयोग र संरक्षणमा ध्यान दिएको ।

शिक्षण निर्देशन :

विभिन्न प्राकृतिक सम्पदाको अवलोकन भ्रमण गर्न लगाइ अवस्था र संरक्षणका लागि गरिएका प्रयासहरू टिपोट गर्न लगाउने ।

क्रियाकलाप :

१. प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा कस-कसको भूमिका आवश्यक हुन्छ ?

२. प्राकृतिक स्रोतको संरक्षणका प्रयासलाई कसरी सफल पार्न सकिन्छ ?

३. प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षण गर्दा के फाइदा हुन्छ ?

४. स्थानीय तहबाट प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण गर्न भएका २ वटा प्रयास लेख ।

५. अजयमेरु गाउँपालिका भित्र रहेका प्राकृतिक सम्पदाहरू के-के हुन् ?

६. तिम्रो गाउँमा भएका प्राकृतिक स्रोत र सम्पदाको संरक्षण गर्न के कस्ता प्रयास भएका छन् , घरमा सोधी पत्ता लगाइ छलफल गर र लेख ।

पाठ - ३

प्राकृतिक सम्पदा विनासका कारणहरू

कुनै पनि ठाउँमा रहेका प्राकृतिक सम्पदाले उक्त ठाउँको पहिचान गराउँछ । नेपाल प्राकृतिक स्रोत र सम्पदाले भरिपूर्ण भएको देश हो । यसैले नेपालमा हरेक वर्ष ती सम्पदाहरूको अवलोकन गर्न पर्यटकहरू यहाँ आउने गर्छन । यसरी नेपालका हरेक स्थानीय तह र गाउँ-गाउँ सम्म पर्यटकहरू आउने वातावरण मिलाउन सकेमा मानिसले रोजगारी पाउने , आर्थिक उन्नति हुने र मानवीय स्रोतको पनि विकास हुन्छ । यति महत्व बाकेको प्राकृतिक सम्पदाहरूको अहिले आएर पछिल्ला दिनहरूमा विनास हुने क्रम बढिरहेको छ ।

मानवीय स्वार्थ र अज्ञानता , निगरानीको अभाव र सरकारी पहूँचको कमी , सुरक्षाको अभाव जस्ता कारणले प्राकृतिक सम्पदाको विनास भईरहेको छ । खास गरी प्राकृतिक सम्पदा विनासका कारणहरूलाई निम्न लिखित बुँदामा उल्लेख गर्न सकिन्छ :

१. जनसंख्या बढ्नाले आवश्यकता पूर्ति गर्ने स्रोतको रुपमा प्राकृतिक सम्पदालाई प्रयोग गर्नु ,

२. मानवीय स्वार्थका कारण आफ्नो पूर्ति गर्नु ,

३. सरकारी क्षेत्रबाट निगरानी नहुनु ,

४. मानिसहरूमा प्राकृतिक सम्पदाको महत्वबारे जानकारी नहुनु ,

५. विकासका नाममा सम्पदाको जथाभावी विनास गर्नु ,

६. प्राकृतिक सम्पदाको जथाभावी विनास गर्नु ,

७. विभिन्न क्रियाकलापले गर्दा वातावरणीय प्रदूषण बढ्नु ।

शिक्षण निर्देशन :

विभिन्न प्राकृतिक सम्पदाको अवलोकन भ्रमण गर्न लगाई अबस्था र विनासका कारणहरू टिपोट गर्न लगाउने ।

क्रियाकलाप

१. पर्यटकहरू कुनै ठाउँमा आउनाले के-के फाइदाहरू हुन्छन् ?

२. प्राकृतिक सम्पदाको विनास हुने कुनै २ वटा कारण लेख ।

३. तिम्रो क्षेत्रमा प्राकृतिक सम्पदा विनासका कारणहरू के-के छन् ? पत्ता लगाइ लेख ।

४. कक्षामा समूह विभाजन गरी १/१ वटा प्राकृतिक सम्पदा को विनाशका कारण लेख ।

५. तलको चित्रमा मिल्ने रङ्ग भर ।

पाठ - ४

प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा विद्यार्थीको भुमिका

प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा विद्यार्थीको भूमिका भन्ने विषयमा अजयमेरु गाउँपालिका वडा नं. १ मा स्थित बालकल्याण मा. वि. पुइलेकमा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता संचालन गरियो । उक्त प्रतियोगितामा सहभागी ११ जना विद्यार्थी मध्ये १ जनाले भनेको विषयवस्तु यहाँ राखिएको छ ।

प्रकाश भण्डारी कक्षा - ५

आदरणीय सभापति ज्यू , निर्णायक मण्डल, अन्य गुरुज्यूहरु तथा विद्यार्थी साथी भाइहरू । आज म प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षण विद्यार्थीको भूमिका विषयमा २/४ कुरा बोल्न गइरहेको छु ।

हामी विद्यार्थी भनेका गुरुले सिकाएको बाटोमा लाग्ने र उहाँले भनेको कुरा गर्ने एउटा प्रमुख मान्छे हौ । कक्षामा प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षणमा विद्यार्थीको भूमिका भन्ने बारेमा शिक्षकले पढाएपछि हामीले ती कुरालाई आफ्नो परिवार र छिमेकमा लागु गर्न सक्छौ । गाउँमा वृक्षारोपण कार्यमा सहयोगी भएर , सरसफाइ कार्यमा भाग लिएर विभिन्न सूचनाहरू आदान प्रदान गरेर संरक्षण कार्य गर्न सकिन्छ ।

प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको महत्वका बारेमा चेतनामुलक कार्यक्रम संचालन गरेर पनि हामी विद्यार्थीको भूमिका देखाउन सकिन्छ । हाम्रो वरिपरि हुने विभिन्न प्रदूषणजन्य क्रियाकलापलाई घटाउनमा हाम्रो भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । एउटा रुखले हामीलाइ दिने हावा (अक्सिजन) बाट हामी बाचेका हुन्छौ भने जङ्गलले प्राकृतिक वातावरणलाई सन्तुलनमा राखेको हुन्छ । हाम्रो समाजमा रहेका अधिकांश मानिसहरू रुखहरू काट्छन् , जथाभावी फोहर मैला फालेर वातावरण दुषित गर्छन, मन्दिर वरिपरि पसल खोलेर व्यापार गर्छन, जंगल मासेर खेतीपाती गर्छन् । यस्ता क्रियाकलापबाट प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको संरक्षण हुन सक्दैन । यी कार्यहरू रोक्नका लागि हामीले समाजमा त्यस्ता व्यक्तिलाई

प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाको महत्वका बारेमा ज्ञान दिनु पर्छ , जुन कुरामा विद्यार्थीको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । अर्को कुरा विद्यार्थी भनेका हामी दोस्रो पुस्ताका व्यक्ति हौँ । अहिलेको पुस्ताले प्राकृतिक स्रोतको विनास गरिदियो भने हामीले आफ्ना दिनहरु बिताउन असम्भव हुन्छ । यो कुराप्रति हामीले अहिले नै ध्यान दिनुपर्दछ र अहिलेको पुस्तालाई सचेत गराउनु आवश्यक छ । यसैले यिनीहरूको संरक्षणमा हामी विद्यार्थीको महत्वपूर्ण भूमिका छ भन्ने कुरा राख्दै बिदा हुन्छु ।

धन्यवाद ।

शिक्षण निर्देशन :

विभिन्न प्राकृतिक सम्पदाको अवलोकन भ्रमण गर्न लगाइ अवस्था र संरक्षण गर्ने उपायहरु टिपोट गर्न लगाउने ।

क्रियाकलाप

१. प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण गर्दा विद्यार्थीले के-के कार्यमा सहभागी हुन सक्छन ?

२. कुन-कुन कार्य गर्दा प्राकृतिक स्रोतको विनास हुन्छ ?

३. प्रकाशले आफ्ना दिनहरु बिताउन असम्भव छ भन्ने कुरा किन गरेको होला ?

४. समाजका व्यक्तिलाई प्राकृतिक स्रोतको महत्वका बारेमा किन ज्ञान दिनुपर्ला ?

५. प्रकाशको भनाइअनुसार विद्यार्थी भनेका को हुन ?

६. कक्षामा एउटा वक्तृत्व प्रतियोगिताको आयोजना गरी प्राकृतिक स्रोतको संरक्षणमा विद्यार्थीको भूमिका भन्ने विषयमा आफ्ना भनाइहरू राख ।

एकाई - ६

पर्यटनः स्थानीय धार्मिक, ऐतिहासिक, सास्कृतिक र वातावरणीय

पाठ - १

हाम्रो भाषा र सँस्कृति

भाषा बोली, वाँणी हो । एक व्यक्तिले अर्को व्यक्तिसंग सम्पर्क गर्दा आफ्ना विचार र भावनाहरू आदान प्रदान गर्ने माध्यमलाई नै भाषा भनिन्छ । ठाउँ र जातिअनुसार फरक फरक भाषा बोलिन्छ । हाम्रो देश नेपालमा सरकारी कामकाज तथा लेखपढ गर्ने माध्यम नेपाली भाषा हो । यो सबै नेपालीको साझा भाषा पनि हो । आफू जन्मेको ठाउँमा बोलिने भाषा मातृभाषा अथवा लोकभाषा हो । हाम्रो लोक भाषा डोटेली हो । यो भाषा खास गरेर डोटेली भाषा हाम्रो समाजमा आदिमकाल देखिनै बोलिदै आएको छ । डोटेली भाषा र देव नागरी भाषाको लिपि एउटै छ । हाम्रो वीर पुर्खाहरूका गाथा हुड्केली, देवी देवताको पूजा हुँदा र विवाहब्रतबन्धमा गाइने फाग (सगुन), तिहारमा गाइने भैलो, चैत धमारी, मेलापर्वमा खोलिने डेउडा डोटेली भाषाबाट निर्माण भएका छन् ।

भाषा र सँस्कृति एक अर्काका परिपूरक हुन । भाषा र सँस्कृति बीच नङ्ग र मासुको जस्तो सम्बन्ध छ र परम्परादेखि चलिआएका चलन नै सँस्कृति हो । विभिन्न किसिमका चाडपर्व मनाउनु, मेलापर्व भर्नु देवी देवताको पूजाआजा गर्नु जस्ता कुराहरू हाम्रो सँस्कृति भित्र पर्ने कुराहरू हुन । सँस्कृतिका आ-आफ्नै विशेषताहरू छन् । चाडपर्व र मेलाजात्रामा परदेश गएका दाजुभाइ दिदी बहिनी, साथीभाइ घरमा आई भेटघाट गर्नु, , सुख दु:खका कुराहरू, संगै बसेर चाडपर्व मनाउने र सामान्य दु:ख बिर्सेर सुखमा रमाउने जस्ता कुराहरू हाम्रो सँस्कृतिका विशेषताहरू हुन् ।

सँस्कृति स्थानीय स्तरको जनजीवन हो । यो हाम्रो गर्व हो । यसको अस्तित्व मेटिदा हाम्रो पहिचान नै मेटिन्छ । आयातित कुराहरूको नक्कल गर्नाले आफ्नो भाषा र सँस्कृति लोप हुने अवस्थामा छ । आयातित भाषा र सँस्कृतिलाई छोडेर विदेशी सँस्कृतिको नक्कल गरी नाङ्गै जस्तो हुनु र बहुलाएर हिड्नु हाम्रो लागि उचित हुदैन । हाम्रो भेषभूषा र सँस्कृतिमा बैज्ञानिकता लुकेको छ । बरु अर्थहीन रुढीवादी हटाई, परिमार्जन गरी हाम्रो भाषा र सँस्कृतिलाई अझै सभ्य र विकसित बनाइ लैजानु पर्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

स्थानीय लोकलय तथा भाषाको संरक्षण एवम प्रबर्धनका लागि के-कस्ता उपायहरू अबलम्बन गर्न सकिन्छ , छलफल गराउने ।

क्रियाकलाप :

१. भाषा भन्नाले के बुझिन्छ ?

२. मातृभाषा कसलाई भनिन्छ ?

३. तिम्रो मातृभाषा भनेको के हो ?

४. सँस्कृति भनेको के हो ?

५. हाम्रो सँस्कृतिका विशेषताहरू के-के हुन ?

६. हाम्रो भाषा र सस्कृतिलाई कसरी जोगाउन सकिन्छ ?

७. खाली ठाँउ भर ।

(क) भाषा र सँस्कृतिको अस्तित्व मेटिदा .... नै मेटिन्छ ।

(ख) भाषा र सँस्कृति बीच .... को जस्तो सम्बन्ध छ ।

(ग) हाम्रो भेसभुषा र सँस्कृतिमा .... लुकेको छ ।

(घ) आयतित कुराको नक्कल गर्दा .... लोप हुने अवस्था छ ।

८. ठीक भए ☑ र बेठीक भए ☒ चिन्ह लगाऊ ।

(क) हाम्रो देशमा सरकारी कामकाज तथा लेख पढ गर्ने माध्यम नेपाली भाषा होइन ।

(ख) बालबालिकाले तिहारमा गाउने भैलो हो ।

(ग) हाम्रो सँस्कृति भित्र भएका अर्थहीन रुढीवादी प्रथा हटाउनुपर्छ ।

(घ) देवनागरी र डोटेली भाषाको लिपि एउटै छैन ।

पाठ - २

ऐतिहासिक स्थल अजयमेरु कोट

नेपाल राज्यको सुदूरपश्चिम प्रदेश , डडेल्धुरा जिल्ला, अजयमेरु गाउँपालिका वडा नं. २ हाट गाउँ नजिकै पश्चिमपट्टी नदीको उत्तर तर्फ अजयमेरु गाउँपालिकाको नाम र वडा नं. २ को नाम पनि रहन गएको छ । यो हाम्रो ऐतिहासिक सम्पदा हो । ऐतिहासिक स्थल अजयमेरुकोट डडेल्धुरा जिल्लाको सदरमुकामदेखि निकै नजिक छ । यसको भौगोलिक बनावट तीनतिरबाट नदीले घेरेको र तीनै तिरबाट कोटमा चढ्न मुस्किल हुने भीर छन् । एकातिर भने खुल्ला बाटो भइ टाकुरासंग जोडिएको छ । यही बाटो भई अजयमेरु कोटको उच्च टाकुरामा सजिलैसंग जान सकिन्छ ।

प्राचीनकालमा लिच्छवि शासनको अन्तभएपछि मल्ल वंशीय राजाहरूको उदय भयो । यो समयलाई मल्लकाल (मध्यकाल) भनिन्छ । यी मल्ल वंशीय राजाहरुले नेपाल राज्यलाई टुक्र्याई बाईसे चौबिसे राज्य बनाएर राज्य गर्न थाले । यो विभिन्न राज्य मद्धेको एउटा राज्य

थियो । यसै बेला डोटी राज्य अन्तर्गत वि.सं. को तेह्रौँ शताब्दी तिर मल्ल वंशीय राजा नागी मल्लले अजयमेरुकोटमा राज्य गरेको कुरा स्थानीय ठाउँमा पाइएका ताम्रपत्रहरूबाट थाहा पाउन सकिन्छ । अजयमेरुकोट तीन तिरबाट भीर भएको डाँडाको उच्च टाकुरामा छ । यहाँ नागी मल्लको दरबारका अवशेषहरू अझै बाँकी छन । यो दरबार शत्रुहरूबाट बच्न अति सुरक्षित ठाउमा बनाइएको छ ।

यसको वरपर करिब ५० मिटर देखि २०० मिटरसम्मको दूरीमा राजसभा बैठक, देवल , पानीका न्वालाहरू छन । यिनीहरुको निर्माण काठको कतै प्रयोग नभइ ठूला-ठूला ढुङ्गाहरूबाट मात्र बनेका छन । यिनीहरूको बाहिर-भित्र हेर्दा ढुङ्गामा आश्चर्य लाग्दा फुलबुट्टाहरू कुँदिएका छन् र कलाकृतिले भरिपूर्ण भइ हेर्न लायक छन । यसका साथै टाकुरामा रहेको दरबारको नजिकै दक्षिणपट्टीको भीरको कडा चट्टान काटेर बनाइएको लामो गुफा छ जुन नदीसम्म पुगेको छ । कोट (दरबार) को उत्तरपट्टी अग्लो डाँडामा गोरेली माण्डौ (देवस्थान) छ । त्यसबेला त्यहाँ नरबली दिइन्थ्यो भन्ने किम्बन्ती छ । यी सबै कुराहरू हेर्दा मल्ल वंशीय राजाहरू हुकुमी शासन चलाई विलासिताको जीवन बिताउदा रहेछन् भन्ने कुराको अन्दाज गर्न सकिन्छ । यस क्षेत्रभित्र भएका कलात्मक वस्तु हेर्दा नेपाल र मल्लकालीन कलाको प्रयोग भएको देखिन्छ । यी हाम्रा अमूल्य ऐतिहासिक धरोहरहरू हुन् । यस्तो अमूल्य कलाकृति भएको ऐतिहासिक स्थलको संरक्षण र सम्वर्द्धनको अवस्था हेर्दा कमी भएको देखिन्छ । दरबारमा भएका ढुङ्गाहरू यत्रतत्र छरिएर रहेका छन । अबदेखि हामीले यसको संरक्षणमा निकै पहल गरी पर्यटककीय स्थल बनाउनु आवश्यक छ । जसले गर्दा बिदेशी मुद्रा आर्जन भइ यहाँका मानिसको आर्थिक उन्नतिमा टेवा पुगी जीवनस्तर माथि उठ्न पुगोस् ।

भविष्यमा गएर मल्लकालीन कलाको समुचित रुपमा संरक्षण र सम्वर्द्धन भएमा सो कलाको अध्ययनबाट नेपाली कलाकारहरूले नयाँ कलाको सिर्जना गरी नेपाललाई विश्वमाझ

कलाको उन्नतिमा अझै अगाडि बढाउन सक्छन कि भन्ने कुरामा आशा र विश्वास गर्न सकिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

पर्यटनको विकास , संरक्षण तथा सम्बर्धनमा स्थानीय सहभागिता र त्यसको महत्व बारेमा छलफल गर्ने ।

क्रियाकलाप :

१. पाठमा दिइएको चित्र हेर, चिन र भन ।

२. अजयमेरुकोट कहाँ पर्छ ?

३. अजयमेरुकोट वरपर के-के छन ? सुची बनाएर लेख ।

४. अजयमेरुकोटमा कुन वंशका राजाले राज्य गरेका थिए ?

५. गोरेली माण्डौमा के गरिन्थ्यो ?

६. देवल र पानीका न्वालाहमारू के के छन ?

७. तिम्रो गाउँ वरिपरि कुनै ऐतिहासिक स्थल छन ? छन भने तिनीहरूको संरक्षण कसरी गर्नुपर्ला ?

८. मिल्दो शब्द छानी खाली ठाउँ भर ।

(क) मल्ल राजाहरू .... जीवन बिताउथे । (सादा/ विलासी)

(ख) दरबारको .... पट्टीको भीरमा गुफा छ । (उत्तर/ दक्षिण)

(ग) नागीमल्लको शासनकाल .... हो । (मल्लकाल/ प्राचीनकाल)

(घ) अजयमेरुकोट .... राज्यअन्तर्गत पर्दथ्यो । (जुम्ला/ डोटी)

९. जोडा मिलाऊ :

क	ख
नागीमल्ल	सीप कौशल
देवलनौला	उत्तरपट्टी
गोरेली माण्डौ	फूलबुट्टा
कला	मल्ल राजा

१०. सम्भव भए विद्यार्थी भाइ बहिनीहरूलाई अजयमेरुकोट शैक्षिक भ्रमणमा लैजाने ।

एकाइ - ७

स्वास्थ्य र सरसफाइ

पाठ - १

सामुदायिक स्वास्थ्य

समुदायका मानिसको स्वास्थ्य राम्रो बनाउन समुदायवाट गारिने सामुहिक कार्यलाई सामुदायिक स्वास्थ्य भनिन्छ । यसले समुदायमा लाग्ने रोगहरू बारे सचेत गराउन मद्दत गर्दछ । समुदायका लागि स्वच्छ पिउने पानी स्वस्थ सफा खानाको व्यवस्था हुनुपर्छ । समुदायको सरसफाइमा ध्यान दिनुपर्छ ।

बिरामी हुँदा नजिकको स्वास्थ्य चौकी, स्वास्थ्य केन्द्र तथा अस्पताल जानु पर्छ । दुर्घटना हुँदा प्रथामिक उपचार केन्द्र जानु पर्छ । प्राथमिक उपचार केन्द्रमा सर्पले टोकेको, वेहोस भएको, घाउ चोटपटक लागेर, रगत वग्दा प्राथमिक उपचार गारिन्छ ।

स्वास्थ्य केन्द्र तथा स्वास्थ्य चौकीमा स्वास्थ्य कार्यकर्ता र स्वास्थ्य सहायकले स्वास्थ्य सल्लाह दिने गर्छन् । स्वास्थ्य संस्थामा केही औषधीहरू निशुःल्क पाइन्छन् । हामी बिरामी हुँदा नजिकैको स्वास्थ्य केन्द्रमा गई जचाउनु पर्दछ । यसो गरेमा रोगले च्याप्न सक्दैन र हामी ठूलो रोग लाग्नबाट बच्न सक्छौ ।

शिक्षण निर्देशन :

बालबालिकालाई नजिकैको स्वास्थ्य सेवा प्रदायक संस्थामा भ्रमण गराई तिनीहरूले दिने सेवाको सूची तयार पार्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलाप :

१. तिम्रो गाउँमा भएको स्वास्थ्य केन्द्रमा गई त्यहाँबाट उपलब्ध हुने सेवाहरूको वारेमा स्वास्थ्य कार्यकर्ता संग छलफल गरेर लेख ।

२. तलका प्रश्नको उत्तर लेख ।

(क) सामुदायिक स्वास्थ्य भनेको के हो ?

(ख) स्वास्थ्य चौकीमा के-कस्ता सेवाहरू पाइन्छन् ?

(ग) सामुदायिक स्वास्थ्यका कामहरू के-के हुन् ? तीनवटा लेख ।

(घ) हामी बिरामी हुँदा के गर्नु पर्छ ?

पाठ - २

पानी शुद्धीकरण गर्ने तरिका

पानीमा विभिन्न किसिमका रोग लाग्ने किटाणुहरू हुन्छन् । खोला, नालाबाट ल्याएको पानी सोझै पिउनु हुदैन । पानी सुद्धिकरण गर्ने विधिहरू यस प्रकार छन :

१. पानी उमाल्दा त्यसमा भएका किटाणुहरू नष्ट हुन गई पानी शुद्ध हुन्छ ।

२. फिल्टर गर्दा पानीमा भएमा अशुद्ध तत्वहरू छानिएर रहन्छन र पानी सुद्ध हुन्छ ।

३. वोतलमा दुई तिहाई पानी हालेर १२ घण्टा सम्म घाममा तताउदा घामका किरणहरूले पानीलाई शुद्ध गर्दछ ।

४. हाम्रो गाउँघरतिर तामाको गाग्रिमा पानी राख्ने चलन छ । तामाको गाग्रीमा पानी राख्दा तामासंग पानीले प्रतिक्रिया गरी पानी सुद्ध हुन्छ ।

५. विभिन्न किसिमका रसायनिक तत्वहरु मिसाएर पनि पानी शुद्ध गर्न सकिन्छ । जस्तै पियुस र क्लोरिन चक्की राखेर पानी शुद्ध गर्न सकिन्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

खानेपानी शुद्ध गर्ने तरिकाहरू बारे छलफल गरी विभिन्न तरिकासंग सम्बन्धित पोष्टरहरू बनाउन लगाउनु होस् ।

क्रियाकलाप :

१. पानी शुद्ध गर्ने विधिहरू के-के हुन ?

२. आफूलाई मन पर्ने पानी शुद्ध पार्ने विधिको बारेमा स-चित्र वर्णन गर ।

३. तिम्रो घरमा पानी शुद्धकीरण कसरी गरिन्छ ? लेख ।

पाठ - ३

प्रदूषणः कारण, असर र न्युनीकरणका उपायहरू

हाम्रो वरिपरिको वातावरण सफा र स्वच्छ भएमा हामी स्वस्थ्य हुन्छौ । हाम्रा विभिन्न क्रियाकलापहरूबाट वातावरणमा भएका जन्तु वनस्पति, हावा, पानी प्रभावित हुन्छन् । मानिसले गर्ने खराब बानीहरू जस्तै पानीका स्रोतहरूमा गाई वस्तु छाड्दा, खुला ठाउँमा दिशा पिसाब गर्दा, जहाततै फोहर फाल्दा, अनावश्यक धुँवा तथा धुलोका कारण वातावरण प्रदूषण हुन्छ । वातावरण प्रदूषण हुने कारणहरू :

- फोहर वस्तुहरू जताततै फालेमा ,
- स्थानीय बाटो घाटो तथा सडक बनाउदा उड्ने धुलोबाट ,
- पानीका मुहानमा गाई वस्तु छोड्दा ,
- रसायनिक मल तथा किटनासक औषधीको प्रयोग गर्नाले ,
- जथाभावि रुख काट्नाले ,
- वनजङ्गल फाडानी तथा जङ्गलमा आगो लागेमा ।

प्रदूषण न्युनीकरणका उपायहरू :

- फोहार वस्तु कुहिने तथा नकुहिने छुट्याई खाल्डोमा फाल्ने ,
- धुलोधुँवा न्युनीकरण गर्ने ,
- पानी मुहान सफा राख्ने ,

- किटनाशक औषधीको प्रयोग नगर्ने ,
- वृक्षारोपण गर्ने ,
- वन जोगाउने ,
- वन जङ्गलमा आगो नलगाउने ,
- घर घरमा चर्पी बनाएर प्रयोग गर्ने ।

शिक्षण निर्देशन :

स्थानीय तहमा हुने गरेका प्रदुषणका कारण र परिणामका लागि अवलोकन भ्रमण गराउनुहोस् । प्रदुषण न्यूनीकरणका लागि छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप :

१. चर्पी प्रयोग गर्दा प्रदूषण न्यूनीकरण कसरी हुन्छ ? सोध र लेख ।

२. प्रदुषण भनेको के हो ? यसका कारणहरु के के हुन् ? लेख ।

३. प्रदूषण धेरै भयो भने के हुन्छ ?

४. तिम्रो गाउँघरमा वातावरण प्रदुषण के कसरी भएको छ ? साथीसंग छलफल गर । सो प्रदुषण कसरी कम गर्न सकिन्छ ? उपायहरू लेख ।

एकाइ - ८

जोखिम तथा विपद व्यवस्थापन

पाठ - १

भुकम्प

भुकम्प पहिले भुकम्प पछि

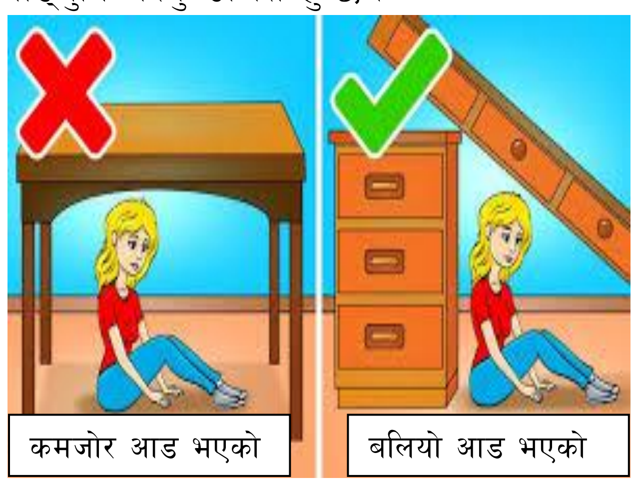
हाम्रो दैनिक जीवनमा विभिन्न किसिमका जोखिमहरू आइपर्छन । जोखिम भन्नाले जीवनमा अचानक आइपर्ने खतरा नै जोखिम हो । बाढी पहिरो आई धनजनको क्षति हुनु , आगलागी हुनु, हुरीबतासको भुमरीमा पर्नु , चट्याङ् पर्नु, करेन्ट लाग्नु, र भुकम्पको धक्कामा पर्नु जस्ता कुराहरू जोखिम हुन ।

हाम्रो जीवनमा अति जोखिम मध्येको भुकम्प पनि एउटा हो । भुकम्प आउने बारेमा पुर्व अनुमान गर्न कठीन हुन्छ । यो जति बेला पनि आउन सक्छ । यसले एउटा व्यक्ति, गाउँ र समुदायलाई मात्र खतरा पुयाउने किसिमको मात्र नभइ व्यापक रुपमा हानीनोक्सानी पुयाउने हुन्छ । यसको मापन सिस्मोग्राफ यन्त्रले रेक्टस्केलमा गर्छ । ३.९ भन्दा तलको भुकम्पले सामान्य कम्पन तथा धक्काहरुको महसुस गराउँछ । यस्तो भुकम्प वाट धनजनको क्षति हुने सम्भावना न्युन हुन्छ । ४.० रेक्टर स्केल भन्दा माथिको भुकम्पले स-साना घर देखि ठूला ठूला घरहरूसम्म बाटोघाटो, पानीका मूलहरूमा समेत हानी नोक्सानी पुऱ्याई धनजनको निकै क्षति हुन्छ । यो त्राशदीपूर्ण हुन्छ ।

हाम्रो देश नेपालमा पनि ठूला-साना गरी पटक पटक भुकम्प गएका उदाहरणहरू छन् । वि.स. १९९० साल माघ २ गते गएको भुकम्पले निकै धनजनको क्षति पुयाएको थियो । यो

भुकम्प ८.४ रेक्टर स्केलमा गइ ८५१९ जना जति मानिस मरेका थिए। यसलाई नेपालको महाभुकम्प पनि भनिन्छ । यसैगरी वि.सं. २०७२ साल बैशाख १२ गते पनि गोरखा जिल्लाको बारपाकमा केन्द्रबिन्दु बनाएर ७.८ रेक्टर स्केलको भुकम्प आएको थियो । खास गरेर यसले गोरखा , काठमाण्डौ, भक्तपुर, ललितपुर, सिन्धुपाल्चोक र दोलखा जिल्लावासी बढी प्रभावित भएका थिए। यसबाट सरकारी भवन, विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी , मठ मन्दिर र घरहरूमा क्षति पुऱ्याएको थियो । भूगर्भको तथ्याङ्कअनुसार ८८५७ जना मानिस मरेका थिए।

हामीले प्राकृतिक विपद र मानव निर्मित विपदको व्यवस्थापन गर्न सक्नुपर्दछ । समयमा व्यवस्थापन हुन नसके धनजनको निकै क्षति हुन सक्छ। त्यसैले प्राकृतिक विपद भुकम्पबाट बच्न सबैले सधै होसियारी अवस्थामा रहनुपर्छ। यसबाट बच्न भुकम्पीय धक्काको महसुस हुने बित्तिकै घरभन्दा बाहिर निस्की खुला चौरमा जानु वेश हुन्छ। खुला ठाउँमा जान सकिने अवस्था नभएमा बलियो आड भएका ढोका , खाट भऱ्याङ्मुनि बस्नु उचित हुन्छ।



जोखिम व्यवस्थापन गर्नमा विद्यालय , विद्यार्थी र स्थानीय निकायको निकै भूमिका रहन्छ। विद्यार्थीहरूले विद्यालयमा भुकम्पीय जोखिमबारे शिक्षा लिन्छन् । समुदायलाई पनि आफूले जानेका कुरा सिकाई सचेत गराउने विद्यालय र विद्यार्थीको भूमिका रहन्छ। यसैगरी स्थानीय निकायहरूले पनि सम्भावित जोखिम व्यवस्थापन गर्न समुदायका मानिसहरुलाई समयअनुसार तालिम , गोष्ठी, सभा समारोहको आयोजना गरी सचेत

तुल्याउने काम गर्नुपर्ने हुन्छ । जोखिमको प्रकृति हेरी समय समयमा सञ्चार माध्यमबाट सूचना प्रसारण गराई सचेत गराउने स्थानीय निकायको भूमिका रहन्छ । जोखिमलाई अझ राम्रो संग व्यवस्थापन गर्न समुदायका टोलटोलमा विभिन्न माध्यमबाट व्यापक प्रचार प्रसार , पम्लेट पोष्टर वितरणका साथै समयमा सचेतीकरण गोष्ठिहरू चलाउँदा जोखिम व्यवस्थापन बढी प्रभावकारी भएर जान्छ ।

शिक्षण निर्देशन :

बिपद्/जोखिम व्यवस्थापनका चरणहरू प्रदर्शन गरी चरणबद्ध छलफल गराउने । विभिन्न प्राकृतिक विपदबाट बच्ने अभ्यासहरू प्रयोगात्मक रुपमा गर्न लगाउने ।

क्रियाकलाप :

१. जोखिम भनेको के हो ? पाँच ओटा जोखिमका नाम लेख ।

२. भुकम्प मापन कुन यन्त्रले गरिन्छ ?

३. वि.स. १९९० सालको भुकम्पलाई कस्तो भुकम्प भनिन्छ ?

४. वि.स. २०७२ सालको भुकम्पमा कति जना मानिस मरेका थिए ?

५. भुकम्पीय जोखिमबाट बच्ने उपायहरू के-के हुन सक्छन ? लेख ।

६. विद्यालय र विद्यार्थीले जोखिम व्यवस्थापन गर्न कस्तो भूमिका खेल्न सक्छन ?

७. ठीक भए ☑ र बेठीक भए ☒ चिन्ह लगाऊ ।

(क) जोखिम व्यवस्थापन गर्न विद्यार्थीको पनि भूमिका हुन्छ ।

(ख) भुकम्प आउँदा खुलाचौरमा जानु हुँदैन ।

(ग) २०७२ सालको भुकम्प बैशाख १२ गते गएको थियो ।

(घ) १९९० सालको भुकम्पलाई महाभुकम्प भनिन्छ ।

८. जोडा मिलाऊ :

क	ख
सिस्मोग्राफ	२०७२ साल
८.४ रेक्टस्केल	गोरखा
८८५७ जना	१९९० साल
बारपाक	यन्त्र