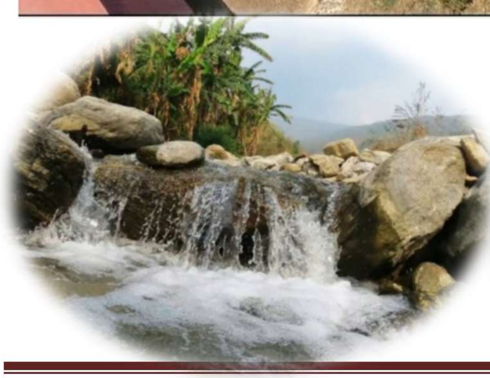
पाख्रीबास नगरपालिका धनकुटाको स्थानीय पाठ्यक्रम २०७७ मा आधारित पाठ्यपुस्तक

# हाम्रो पाखीबास

कक्षा ३



# हाम्रो पाखीबास

## कक्षा- ३

| | |
|---|---|
| विद्यार्थीको नाम : | |
| रोल नम्बर : | |
| विद्यालयको नाम : | |

लेखन तथा सम्पादन :

किशोर भण्डारी

किशोरकुमार राई

प्रकाशक पाखीबास नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

पाखीबास धनकुटा

© सर्वाधिकार प्रकाशक

प्रकाशन : वि.सं २०७८

संस्करण : प्रथम

# हाम्रो भनाइ

नेपालमा स्थानीय पाठ्यक्रमको सन्दर्भमा सर्बप्रथम प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०४९ ले स्थानीय विषय वा मातृभाषा मध्ये एउटा १०० पूर्णाङ्कको विषय राख्ने व्यवस्था गरेको थियो । त्यसपछि विकास भएका पाठ्यक्रमहरूले पनि आधारभुत तहमा स्थानीय विषयको व्यवस्था गर्दै आएको देखिन्छ । यद्यपि यी सम्पूर्ण व्यवस्थाहरू व्यवहारमा कार्यान्वयन हुन सकेनन् । हाल राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ निर्माण भई कार्यान्वयनमा आएको छ । यहि पाठ्यक्रम प्रारुपले निर्दिष्ट गरेको सिद्धान्त तथा स्वरुपमा आधारित भई आधारभुत तह (कक्षा १-३) को एकिकृत पाठ्यक्रम २०७६ देशभर कार्यान्वयनमा आएको छ । त्यसैगरी आधारभुत शिक्षा पाठ्यक्रम (कक्षा ४-५) २०७७ को विकास कार्य सम्पन्न भएको छ भने सो भन्दा माथिल्लो तहका पाठ्यक्रमहरू पनि विकास र प्रयोगको चरणमा रहेका छन् । यी नै पाठ्यक्रमहरूले कक्षा १-३ मा ५ पाठ्यघण्टा र कक्षा ४-५ मा ४ पाठ्यघण्टा भएको स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित पाठ्यक्रम विकास गरी स्थानीय तहले लागु गर्नुपर्ने व्यवस्था गरेका छन् । स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा कार्यान्वयन मार्गदर्शन २०७६ ले कक्षा १ देखि कक्षा ८ सम्म स्थानीय सरोकारवालाको संलग्नतामा स्थानीय तहलाई पाठ्यक्रम विकास गरी कार्यान्वयन गर्ने अधिकार प्रदान गरेको छ । नेपालको संविधानको अनुसूची ८ मा आधारभूत र माध्यमिक शिक्षामाथि स्थानीय तहको अधिकार रहने व्यवस्था रहेको छ । यी नै व्यवस्था अनुरुप यस पाखीबास नगरपालिकाले पनि आफ्नो अधिकार र कर्तव्य बोध गरी वि.सं. २०७७ सालमा 'हाम्रो पाखीबास' नामक स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी शैक्षिक सत्र २०७७ देखि नै कक्षा १-५ मा कार्यान्वयनमा ल्याएको छ । उक्त पाठ्यक्रममा आधारित भई शैक्षिक सत्र २०७८ देखि प्रयोगमा ल्याउने गरी यो पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको छ ।

यो पाठ्यपुस्तक '**हाम्रो पाखीबास**' लेखन तथा सम्पादनको लागि वातावरण सिर्जना गर्ने तथा निरन्तर सहयोग प्रदान गर्ने यस नगरपालिकाका नगर प्रमुख श्री बृषबहादुर राई, उप प्रमुख श्री देवकला पौडेल तिम्सिना लगायत नगरपालिकाका निर्वाचित सम्पूर्ण पदाधिकारीहरूप्रति नगरपालिका हार्दिक आभार प्रकट गर्दछ । पाठ्यपुस्तक लेखनको लागि प्रशासनिक तथा व्यवस्थापकीय प्रक्रिया सञ्चालन गर्ने नगरपालिका शिक्षा शाखालाई हार्दिक धन्यवाद छ । पाठ्यपुस्तक लेखन तथा सम्पादनको जिम्मेवारी लिनु हुने लेखक द्वय तथा पाठ्यपुस्तक लेखनको सुरुवातदेखि अन्त्यसम्म निरन्तर पथप्रदर्शन गर्नुहुने लामो समयसम्म पाठ्यक्रम विकास केन्द्रमा पाठ्यक्रम विज्ञको रुपमा काम गर्नु भएका यस कार्यालयका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत तथा पाठ्यपुस्तक मूल्याङ्कन समितिका संयोजक श्री डिकबहादुर राई विशेष धन्यवादको पात्र हुनुहुन्छ । पाठ्यपुस्तक मूल्याङ्कन समितिमा रहनु हुने विज्ञ सदस्यहरू श्री गणेश कुमार पिठाकोटे र नारायण बस्नेत प्रति नगरपालिका हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

वालवालिकाहरूमा आफ्नो स्थानीय क्षेत्रमा भएको भाषा, धर्म, संस्कार, संस्कृति, सम्पदा, हावापानी, ऐतिहासिक तथा सामरिक महत्वका वस्तुहरूको पहिचान गर्न सक्ने र तिनीहरूप्रति गर्व गर्न सक्ने स्वावलम्बी नागरिक बनाउने दिशातर्फ उन्मुख स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित भई यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ । यो पाठ्यपुस्तकले विद्यार्थीमा निर्धारित सक्षमता विकासका लागि विद्यार्थीलाई सहयोग गर्ने छ । यसले विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्वपूर्ण र आधारभूत सामग्रीका रूपमा कक्षा क्रियाकलापबाट हुने सिकाइलाई मजबुत बनाउन सहयोग गर्ने छ भन्ने विश्वास नगरपालिकाको रहेको छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्वपूर्ण आधारका रूपमा बालकेन्द्रित, सिकाइकेन्द्रित, अनुभवकेन्द्रित, उद्देश्यमूलक, प्रयोगमुखी र क्रियाकलापमा आधारित बनाउने प्रयास गरिएको छ । यसलाई अझ परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत विशेष भूमिका र हने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाखीबास नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

वि.सं. २०७८

पाखीबास नगरपालिका

पाखीबास, धनकुटा

# विषयसूची


| शीर्षक | पेज नम्बर |
| --- | --- |
| **एकाइ एक : पाखीबासको समाज र संस्कृति** | १ |
| पाठ १ : जातजाति | २ |
| पाठ २ : मातृ भाषा | ६ |
| पाठ ३ : धर्म तथा संस्कार | ११ |
| **एकाइ दुई : पाखीबासका असल व्यक्तित्वहरू** | १३ |
| पाठ १ : असल व्यवहार | १४ |
| पाठ २ : असल व्यक्तित्व | १९ |
| **एकाइ तीन : पाखीबासको स्थानीय सरकार** | २१ |
| पाठ १ : वडा कार्यालय | २२ |
| पाठ २ : वडा समिति | २५ |
| पाठ ३ : वडा प्रमुख | २८ |
| **एकाइ चार : पाखीबासका सम्पदाहरू** | ३१ |
| पाठ १ : सम्पदाको परिचय | ३२ |
| पाठ २ : प्राकृतिक सम्पदा | ३४ |
| पाठ ३ : सांस्कृतिक सम्पदा | ३७ |
| **एकाइ पाँच : पाखीबासको स्थानीय प्रविधि** | ४१ |
| पाठ १ : नाप्ने प्रविधि | ४२ |
| पाठ २ : जोख्ने प्रविधि | ४७ |
| **एकाइ छ : पाखीबासको आर्थिक क्रियाकलाप** | ५१ |
| पाठ १ : कृषि | ५२ |
| पाठ २ : व्यापार | ५७ |
| पाठ ३ : घरेलु उद्योग | ६० |

एकाइ सात : पाखीबासको सामाजिक सङ्घ संस्था र विपद् व्यवस्थापन ६४

पाठ १ : विपद् र यसको व्यवस्थापन ६५

पाठ २ : सामाजिक सङ्घ संस्थाहरू १ ६९

पाठ ३ : सामाजिक सङ्घ संस्थाहरू २ ७४

एकाइ आठ : पाखीबासको परम्परागत उपचार पद्धति ७८

पाठ १ : सियोले खोपेर गरिने उपचार ७९

पाठ २ : जडीबुटीबाट गरिने उपचार ८२

एकाइ नौ : पाखीबासको इतिहास ८५

पाठ १ : नामाकरण ८६

पाठ २ : ऐतिहासिक वस्तु तथा व्यक्तित्व ८९

पाठ ३ : नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडिको पाखीबास ९३

एकाइ दश : पाखीबासको भूगोल ९६

पाठ १ : हावापानी ९७

पाठ २ : भू-बनोट १०१

एकाइ एक

# पाखीबासको समाज र संस्कृति

पाठ १

# जातजाति

## हेरौँ, छलफल गरौँ र बुझौँ :

### साथीलाई सुनाउनुहोस्

☞ यहाँ भएका कुन कुन जातिका मानिसहरू चिन्नुभयो ?

☞ यहाँ भएका कुन कुन जाति तपाईँको छिमेक तथा टोलमा छन् ?

क

## पढौँ र उत्तर भनौँ :

जमुना मगरको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ३ खोलिटारमा पर्छ । त्यहाँ मगर जातिका मानिसका घरहरू धेरै रहेका छन् भने क्षेत्रीका घरहरू पनि रहेका छन् । जमुना उनको घर नजिकै रहेको ढुङ्गेधारा आधारभुत विद्यालयमा कक्षा ३ मा पढ्छिन् । उक्त विद्यालयमा सिंहदेवी चोक, जौटार, पानी ट्याङ्की, जोर धारा, कृषि फर्म छेउबाट विद्यार्थीहरू जान्छन् । ती टोलहरूमा क्षेत्री, बाहुन, मगर, नेवार, दमाई, कामी, राई, लिम्बु, तामाङ, भुजेल जातिका मानिसहरू बसोबास गर्छन् ।

गाउँ टोलमा मानिसहरू मिलेर बसेको देखेर जमुनालाई सबै जातका मानिसहरू आफ्नै घरपरिवारका सदस्य जस्तै लाग्छन् । त्यसैले उनको विद्यालयमा पढ्ने आफुभन्दा सानालाई भाइबहिनी र ठुलालाई दाजुदिदी भनेर बोलाउँछिन् । उनको यो बानी देखेर सबै साथीहरू दङ्ग पर्छन् भने सरमिसहरूले उनलाई स्यबासी दिनुहुन्छ ।

### प्रश्नहरू

(अ) जमुना मगरको घर कहाँ पर्छ ?

(आ) जमुनाको टोलमा कुन जातिका मानिसहरू धेरै बस्छन् ?

(इ) ढुङ्गेधारा आधारभुत विद्यालयमा कुन कुन टोलबाट विद्यार्थीहरू आउँदा रहेछन् ?

(ई) उक्त विद्यालयमा कुन कुन जातका विद्यार्थीहरू आउँदा रहेछन् ?

(उ) जमुनालाई को आफ्नै घरपरिवारका सदस्यहरू जस्तै लाग्छन्?

**ख** खाली ठाउँ भरी अनुच्छेद पूरा गर्नुहोस् :

मेरो नाम ....................................... हो । मेरो घर ................... ............... पालिका वडा नम्बर ........ को .................... टोलमा पर्छ । हाम्रो टोलमा .........., ..........., ..........., ..........., ............, ......... आदि जातका मानिसहरूको बसोबास रहेकोछ । सम्पूर्ण जातका मानिसहरू एक ............... मिलेर बसेका छौँ । मेरो विद्यालय ......................... हो । म ........... कक्षामा पढ्छु । मेरो कक्षामा ........., ..........., ........., ............. जातका साथीहरू रहेका छन् ।

**ग** गीत गाऔँ :

हाम्रो यो टोल छ सारै नै राम्रो

धेरै जाति भएको टोल हो हाम्रो

बाहुन, क्षेत्री, नेवार हामी सबैसाथी

व्यवहार राम्रो गरेमा हुन्छौँ सधैँ माथि

**घ** उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईंको जात लेख्नुहोस् ।

(आ) तपाईंको वडा अध्यक्ष कुन जातको हुनुहुन्छ ?

(इ) तपाईंको मिल्ने साथीको जात लेख्नुहोस् ।

ङ ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(अ) हाम्रो वडामा एउटै जातिका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ

(आ) हाम्रो विद्यालयमा एकै जातिका मात्र विद्यार्थीहरू रहेका छौँ ।

(इ) हामीले सबै जातिका मानिसहरूसँग समान व्यवहार गर्नुपर्छ ।

(ई) हामीलाई सबै जातिका मानिसको आवश्यकता पर्छ ।

(उ) अरु जातका मानिसले भनेको मान्न हुँदैन ।

(ऊ) जातको आधारमा घमण्ड गर्न हुँदैन ।

# पाठ २ मातृभाषा

## पढौँ र बुझौँ :

म नगेन्द्र कार्की हुँ । मेरो घर माथिल्लो सान्ने हो । एक दिन म मेरो विद्यालयको मिल्ने साथी अनि छिमेकी योगेन्द्र श्रेष्ठको घरमा गएको थिएँ । भोजपुरबाट उसको मामा आउनुभएको रहेछ । उहाँ योगेन्द्रको हजुरबुवासँग गफ गर्दै हुनुहुन्थ्यो । मैले उहाँहरु बोलेको आवाज आएको मात्र सुने तर केही पनि बुझिन । म हेरेको हेरै भएँ अनि योगेन्द्रलाई सोधेँ । उसले भन्यो- “यो नेवारी भाषा हो अरे, हजुरबुवाले मलाई पनि नेवारी भाषा जान्नुपर्छ, यो हाम्रो मातृभाषा हो भनेर सिकाउनुहुन्छ । तर मलाई यो भाषा आउँदै आउँदैन ।”

म सुमन पोखेल हो । मेरो घर पाखीबास नगरपालिका वडा नं. १० चुङ्माङ्मा पर्छ । हाम्रो घर नजिकै विजय राईको घर छ । विजय मेरो मिल्ने साथी हो । उसको घरमा बान्तवा भाषा बोल्ने भएकाले उसलाई राम्रोसँग नेपाली बोल्न आउँदैन । बान्तवा भाषा उसको मातृभाषा हो भने मेरो मातृभाषा नेपाली हो ।

क

## पढौँ र उत्तर भनौँ :

हामी मानिसहरू आफूलाई मनमा लागेका कुराहरू अरुलाई सुनाउन वा व्यक्त गर्न विभिन्न भाषाको प्रयोग गर्ने गर्छौँ । सबै मानिसले बोल्ने वा लेख्ने भाषा एउटै हुँदैन । सबैले सबै भाषा पनि जानेको हुँदैन । मानिसले घरपरिवारबाट सिक्ने भाषालाई मातृभाषा भनिन्छ । हाम्रो पाखीबासमा पनि फरक फरक जातिका फरक फरक मातृभाषा रहेका छन् ।

पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ३ सालबोटेमा राई जातिका मानिसहरूको बाहुल्यता रहेकोछ । उहाँहरूले आफ्नै मातृभाषा बोल्नुहुन्छ । पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ९ उत्तरपानीमा तामाङ जातिका मानिसहरू बसोबास गर्नुहुन्छ । उहाँहरू तामाङ भाषा बोल्नुहुन्छ । पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ४ गुरुङ टोलमा गुरुङ जातिका मानिसहरूको बाहुल्यता रहेकोछ । उहाँहरूले गुरुङ भाषा बोल्नुहुन्छ । त्यसैगरी अरु वडाका टोलहरूमा पनि फरक फरक जातिका मानिसहरूले आ-आफ्नो मातृभाषा बोल्नुहुन्छ ।

### प्रश्नहरू

(अ) के सबै मानिसले सबै भाषा जानेको हुन्छ ?

(आ) मातृभाषा भनेको के हो ?

(इ) के हाम्रो पाखीबासमा एउटै मातृभाषा बोल्ने मानिस मात्र छन् ?

(ई) तपाईंको मातृभाषा के हो ?

(उ) गुरुङको मातृभाषा के हो ?

(ऊ) तामाङको मातृभाषा के हो ?

ख ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(अ) विद्यालयमा सिक्ने भाषा मातृभाषा हो । ☐

(आ) क्षेत्री, बाहुनको मातृभाषा नेपाली हो । ☐

(इ) मगर भाषा राई जातिको मातृभाषा हो । ☐

(ई) हामीले आफ्नो जातको मात्र भाषा सिक्नुपर्छ । ☐

ग कुराकानी पढौँ र बुझौँ :

एक दिन एकराज र उनकी दिदी मनमायाले बाखा चराउन वनमा जाँदा बर पिपल चौतारीको भित्तामा ढुङ्गामा बेग्लै खाल्का अक्षर खोपेर लेखेको देखेछन् । उनीहरूले त्यो लेखाईको बारेमा बुझ्न नसकेर घरमा आएर बुवालाई त्यस बारेमा सोधेछन् ।

एकराज : बुवा त्यो तल सल्लेरी वनको छेउको चौताराको भित्तामा ढुङ्गामा कस्तो खालको अक्षर खोपेर लेखेको रहेछ । हामीले त केही बुझेनौँ ।

बुवा : त्यो हामीले बुझ्ने भाषामा छैन । त्यहाँ लेखिएका अक्षरहरू नेपाली भाषा वा देवनागरी लिपिका अक्षर होइनन् ।

मनमाया : अनि बुवा यो लिपि भनेको चाहि के हो ?

बुवा : तिमीहरूले जसरी नेपाली भाषाका सावाँ अक्षर क, ख ........ तथा

अंग्रेजीका A, B ……अक्षर लेख्न र पढ्न जानेका छौं, त्यसैगरी अरु भाषाका पनि अक्षर फरक फरक हुनको साथै लेख्ने तरिका पनि फरक फरक हुन्छ । त्यो नै लिपि हो ।

एकराज : अस्ति हाम्रो साथी बिसन राईले हाम्रो भाषाका अक्षर भनेर लेखेर एक पेज ल्याएको थियो । त्यो उनीहरूको भाषाको लिपि रहेछ नि ?

बुवा : राई भाषा पनि धेरै थरी हुन्छन् । तिमीले भनेको किरात लिपि हो ।

मनमाया : मेरी साथी लतिका तामाङले पनि उसको भाषाका अक्षरहरू भनेर मलाई देखाएकी थिई । त्यो पनि तामाङ लिपि पो रहेछ नि ?

बुवा : त्यो सम्भोटा लिपि हो । यी सबै भाषाका लिपि हुन् । त्यही लिपि अनुसार अक्षरहरू लेख्नुपर्छ । लु अब खाजा खाओ, तिमीहरूलाई भोक लागेको होला ।

एकराज : हुन्छ ।

मनमाया : हवस् बुवा ।

घ

शिक्षक तथा अभिभावकको सहयोगमा आफ्नो वडामा भएका जातजाति अनुसारको तालिका पुरा गर्नुहोस् :

| जातिको नाम | मातृभाषा | लिपिको नाम |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

पाठ ३

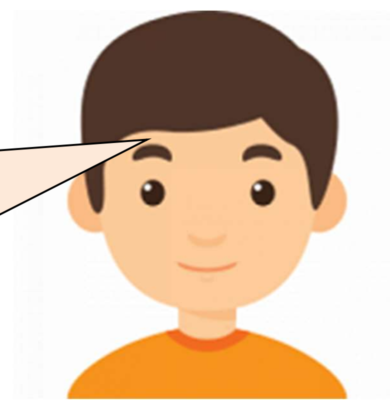
# धर्म तथा संस्कार

## पढौँ र बुझौँ :

मेरो नाम रसिका वस्ती हो । मेरो घर पाखीबास नगरपालिका वडा नं. ६ फलाटेमा पर्छ । हामी हिन्दु धर्म मान्छौँ । हामी मन्दिरमा गएर पूजा गर्छौँ । हामी दशैँ, तिहार, राम नवमी, कृष्ण जन्माअष्टमी, तीज आदि चाडपर्व मनाउँछौँ ।

मेरो नाम पवन राई हो । मेरो घर पाखीबास नगरपालिका वडा नं. ३ पञ्चकन्यामा रहेको छ । हामी किरात धर्म मान्छौँ । हामी उंधौली, उँभौली, पापानी चाड मनाउँछौ ।

म राजेश तामाङ हो । मेरो घर पाखीबास नगरपालिका वडा नं ५ घोर्लिखर्कमा पर्छ । हामी बुद्ध धर्म मान्छौँ । हामी बुद्ध जयन्ति मनाउँछौँ ।



म राधिका राई हो । मेरो घर पाखीबास नगरपालिका जडा नं. ४ राम्चे हो । हामी क्रिश्चियन धर्म मान्छौँ । हामी क्रिस्मस डे मनाउँछौँ ।

क

**खाली ठाउँमा उपयुक्त शब्द राखी अनुच्छेद पूरा गर्नुहोस् :**

| | | | |
|---|---|---|---|
| गाईजात्रा, | पिङ, | हिन्दु, | ब्रतवन्ध, |
| तमु ल्होसार, | मन्दिर | | |

असोक गुरुङको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ४ पाखीबास बजारमा रहेको छ । उनीहरू बुद्ध धर्म मान्छन् । उस्को घरमा ........................ पर्व मनाउँछन् । रमेश प्रधानको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर २ माथिल्लो सान्नेमा रहेको छ । उनीहरू ............................ मनाउँछन् । रमेश विश्वकर्माको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर १० चुङ्माङमा रहेकोछ । उनीहरू ................ धर्म मान्छन् । उसको घरमा मनाउने मुख्य चाडपर्व दशैं, तिहार हो । उनीहरू पूजा गर्न ...................... जान्छन् । दशैंमा उनीहरू ............. खेल्छन् । कृष्ण सुवेदीको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ७ मुगामा रहेकोछ । उसको १२ वर्षमा ............... भएको थियो ।

ख

**उत्तर दिनुहोस् :**

(अ) तपाईंको धर्म कुन हो ?

(आ) तपाईंको घरमा मनाउने मुख्य तीन ओटा चाडपर्वको नाम लेख्नुहोस् ।

(इ) तपाईं अरु धर्म मान्ने मानिसले मनाउने चाडपर्वमा कहिल्यै सहभागी हुनुभएको छ ?

(इ) तपाईंको घरमा मनाउने कुनै एउटा चाडको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

एकाइ दुई

# पाखीबासका असल व्यक्तित्वहरू

पाठ १

# असल व्यवहार

## हेरौँ र छलफल गरौँ :

- माथिको चित्रमा के के गरेको देख्नु भयो ?
- तपाईँले माथिको चित्रमा जस्तै के के काम गर्नु भएको छ ?
- के तपाईँ घरमा आमाबुवालाई काममा सहयोग गर्नुहुन्छ ?
- तपाईँ आफूभन्दा ठूलो मान्छेलाई कसरी अभिवादन गर्नुहुन्छ ?

क

पढेर उत्तर दिनुहोस् :

मदन आठ वर्षका भए । उनी बिहान छ बजे उठ्छन् । उठेर हात मुख धुन्छन्, खाजा खान्छन् अनि उनका बुवासँगै कुखुरालाई चारो दिएको

ठाउँमा जान्छन् र बुवालाई सहयोग गर्छन् । मदनको फर्ममा पाँच सय ओटा ब्रोइलर कुखुरा पालेका छन् । त्यसपछि हात खुट्टा सफा गरेर पढ्न बस्छन् । बिहान एक घण्टा जति पढेर खाना खान्छन् अनि विद्यालय जान्छन् । उनी घर नजिकैको विद्यालयमा कक्षा तीनमा पढ्छन् । पढाईमा तेज मदन कक्षामा सधैं प्रथम हुन्छन् । विद्यालयमा सर मिसले पढाएको बेला ध्यान दिएर बस्ने मदन आफूले

जानेको कुरा साथीलाई पनि सिकाउँछन् । विद्यालयबाट घर फर्केपछि खाजा खाएर बहिनीसँग खेल्छन् । उनकी बहिनी पाँच वर्षकी छिन् । बेलुका आमाले खाना पकाएको बेला मदन र उनकी बहिनी हजुरबुवाका ज्ञानगुनका कुरा सुनेर बस्छन् । हजुरबुवाले उनीहरूलाई सधैं असल काम गर्नुपर्छ, असल मान्छे भइयो भने सबैले राम्रो मान्छन् भन्नु हुन्छ । उहाँले गाउँ समाजका असल मानिसहरूले गरेका उदहरणीय कामहरू पनि सुनाउनु हुन्छ । खाना खाएर केही समय पढेर मदन र उनकी बहिनी बेलुका आठ बजे सुत्छन् ।

विद्यालय छुट्टी भएको बेला रहेछ भने मदन गाउँघरमा हुने विवाह, ब्रतवन्ध, पास्नी जस्ता संस्कारमा आमाबुवासँग जाने गर्छन् । विद्यालयमा लामो बिदा हुँदा तथा चाडपर्वमा साथीसँग खेलेर रमाइलो गर्छन् । उनको असल बानी भएकाले साथीहरू पनि उनीसँग खेल्न भनेपछि हुरुक्क हुन्छन् । उनको

चाँडै साथी बनाइहाल्ने विशेषता रहेको छ । घरमा पाहुना आएको बेला मदन पाहुनालाई नमस्कार गर्छन् । उहाँहरूसँग कुराकानी गरेर बस्छन् । मदनका आफन्तजन तथा छरछिमेकी सबैले उनका यस्ता बानी व्यवहारको खुलेर प्रशंसा गर्नुहुन्छ । यसले गर्दा मदनलाई राम्रो काम गर्न र असल मान्छे बन्न अझै हौसला मिल्छ । उनले ठूलो भएर गाउँमा नै बस्ने र गाउँकै सेवा गर्ने अठोट गरेका छन् ।

प्रश्नहरू

(अ) मदन बिहान उठेर सबैभन्दा पहिला के गर्छन् ?

(आ) मदनको फर्ममा कति ओटा कुखुरा रहेका छन् ?

(इ) मदन कति कक्षामा पढ्छन् ?

(ई) बेलुका आमाले खाना पकाएको बेला मदन र उनकी बहिनी के गर्छन् ?

(उ) बेलुका मदन र उनकी बहिनी कति बजे सुत्छन् ?

(ऊ) मदन विद्यालयको लामो बिदा वा चाडपर्वमा के गर्छन् ?

(ए) मदनसँग खेल्न साथीहरू किन हुरुक्क हुन्छन् ?

(ऐ) मदनलाई केले राम्रो काम गर्न र असल मान्छे बन्न हौसला मिल्छ ?

(ओ) मदनले ठूलो भएर के गर्ने अठोट गरेका छन् ?

(औ) मदनका कुनै पाँच ओटा असल काम टिपोट गरेर कापीमा सार्नुहोस् ।

ख

तपाईंको मिल्दो व्यवहारमा ठीक (√) चिह्न लगाउनुहोस् :

| क्र. सं. | असल व्यवहार | √ |
|---|---|---|
| १ | म आमाबुवालाई घरको काममा सघाउँछु । | |
| २ | म विद्यालयमा ध्यान दिएर पढ्छु । | |
| ३ | म साथीहरूसँग मिलेर खेल्छु । | |
| ४ | म नियमित रुपमा गृहकार्य गर्छु । | |
| ५ | म आफूभन्दा सानालाई माया गर्छु । | |
| ६ | म आफ्नो घर वरिपरि सफा राख्छु । | |
| ७ | म आफूभन्दा ठूलाले भनेको आज्ञा पालना गर्छु । | |
| ८ | म सबैसँग नरिसाई मिठो बोली बोल्छु । | |

ग

उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| गिज्याउने, | झैझगडा, | आनन्द, | मिलेर, | घरपरिवार, |
| ठूला, | माया, | नियम, | खेल | |

हामी आफ्ना साथीभाइसँग ................ बस्नुपर्छ । कसैसँग ............. गर्नु हुँदैन । सबैसँग मिलेर .............. खेल्नुपर्छ । खेल खेल्दा ............ को पालना गर्नुपर्छ । खेल खेल्दा सबै साथीहरूलाई .............. आउने गरी खेल्नुपर्छ । कसैलाई होच्याउने वा .............. गर्नु हुँदैन । विद्यालयमा जस्तै आफ्नो .............. मा पनि मिलेर बस्नु पर्छ । आफूभन्दा सानालाई ............. गर्नुपर्छ । आफूभन्दा ............ लाई आदर र इज्जत गर्नुपर्छ ।

घ

## उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईंले विद्यालयमा गर्ने कुनै चार ओटा असल व्यवहारहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(आ) तपाईंले घरपरिवारमा गर्ने कुनै चार ओटा व्यवहारहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(इ) तपाईंको टोल वा समुदायका मानिसहरूले गर्ने गरेका असल र खराब व्यवहार छुट्याएर तालिकामा लेख्नुहोस् ।

| असल व्यवहार | खराब व्यवहार |
|---|---|
| एक आपसमा मिलेर बाटो बनाउने । | जाँड रक्सि खाएर हल्ला गर्ने । |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

पाठ २

# असल व्यक्तित्व

## पढौँ र बुझौँ :

समाजको भलाइका लागि विभिन्न क्षेत्रमा काम गर्ने धेरै मानिसहरु हामीले देखेका तथा सुनेका छौँ । हाम्रो पाखीबासमा पनि यस्ता धेरै समाजसेवी असल मानिसहरु हुनुहुन्छ । त्यस्ता असल व्यक्तिहरु मध्येका एक जनाको बारेमा यहाँ चर्चा गरिएको छ । उहाँको नाम भुपेन्द्र देवान हो । उहाँ वि. सं. २०२२ बैशाख ३ गते हालको पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ८ मुगामा जन्मनु भएको थियो । उहाँका आमाबुवाको नाम कमला देवान र भक्तशेर देवान हो । भुपेन्द्र देवानले आफ्ना स्वर्गीय बुवा भक्तशेर देवानको नाममा स्व. मझिया भक्तशेर देवान स्मृती पुस्तकालय स्थापना गर्नुभएको छ । उक्त पुस्तकालय पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ८ लुम्वुवा टोलमा मुरामाङ् थान जलदेवी मन्दिर नजिकै रहेको छ । पुस्तकालय भवन निर्माणका लागि स्वर्गीय राजेन्द्र बहादुर थापाले जग्गा प्रदान गर्नुभएको छ । उहाँहरुले आफ्नो निजी सम्पत्ति समेत समाजको हितका लागि प्रदान गर्नुभएको छ । यस्ता असल समाजसेवीहरुलाई हामीले सम्मान गर्नुपर्छ ।

## क ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस् :

(अ) असल व्यक्तिले अरुलाई दु:ख दिने गर्छन् ।

(आ) मलाई असल व्यक्ति बन्न मन लाग्छ ।

(इ) असल व्यक्तिलाई सबैले सम्मान गर्छन् ।

(ई) शिक्षकहरूलाई समाजका असल व्यक्ति मानिन्छ ।

(उ) असल व्यक्तिहरू नभए पनि समाजको विकास गर्न सकिन्छ ।

(ऊ) आचरण खराब भएमा पनि मानिस असल हुन सक्छन् ।

## ख उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईंको टोल अथवा छिमेकमा भएका कुनै एक जना असल व्यक्तिको नाम लेख्नुहोस् ।

(आ) उहाँलाई किन असल व्यक्ति भनिएको होला ?

(इ) असल व्यक्ति हुन के के गर्नुपर्छ होला ? आफ्नो विचार लेख्नुहोस् ।

एकाइ तीन

# पाख्रीबासको स्थानीय सरकार

पाठ १

# वडा कार्यालय

## हेरौँ, पढौँ र छलफल गरौँ :

यो पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ३ को वडा कार्यालय हो । यो कार्यालय पाखीबास कृषि फर्म छेउमा रहेकोछ । जनताको सबैभन्दा नजिकैको सरकारी कार्यालय वडा कार्यालय हो ।

तपाईंको वडाको वडा कार्यालय कहाँ रहेको छ ? साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

**क** खाली ठाउँ भरेर अनुच्छेद पूरा गर्नुहोस्:

मेरो घर ...................... नगरपालिका वडा नम्बर ........ को ................. टोलमा रहेको छ । हाम्रो वडा कार्यालय ...................... मा रहेको छ । मैले हाम्रो वडा .................... देखेको छु/छैन । हाम्रो घरबाट वडा कार्यालय जान ..................... घण्टा/मिनेट लाग्छ । हाम्रो घरबाट वडा कार्यालयसम्म गाडिको बाटो ................. । हाम्रो वडाका सबै ठाउँबाट वडा कार्यालय पुग्न ................ समय लाग्दैन । वडा कार्यालयबाट सबैभन्दा नजिकैको ठाउँ ..................... हो भने सबैभन्दा टाढाको ठाउँ .................. हो ।

**ख** ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस :

(अ) म वडा कार्यालय दिनहुँ जान्छु । ☐

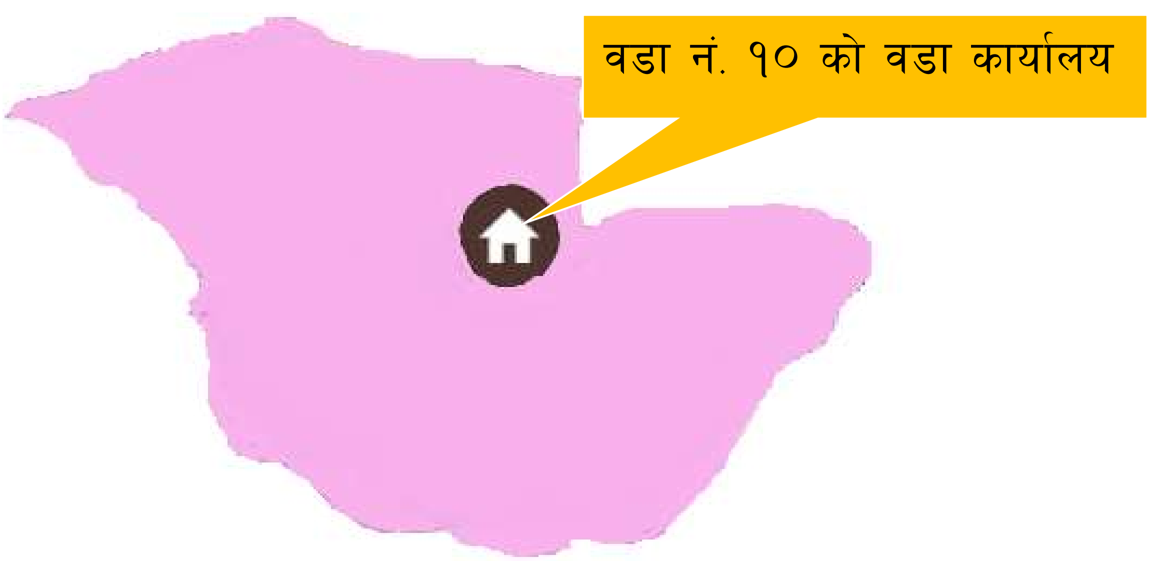
(आ) मैले हाम्रो वडा कार्यालय देखेको छैन । ☐

(इ) मेरो घरबाट वडा कार्यालय पुग्न आधा घण्टा भन्दा कम समय लाग्छ । ☐

(ई) म हाम्रो वडा कार्यालय गएको छु । ☐

ग

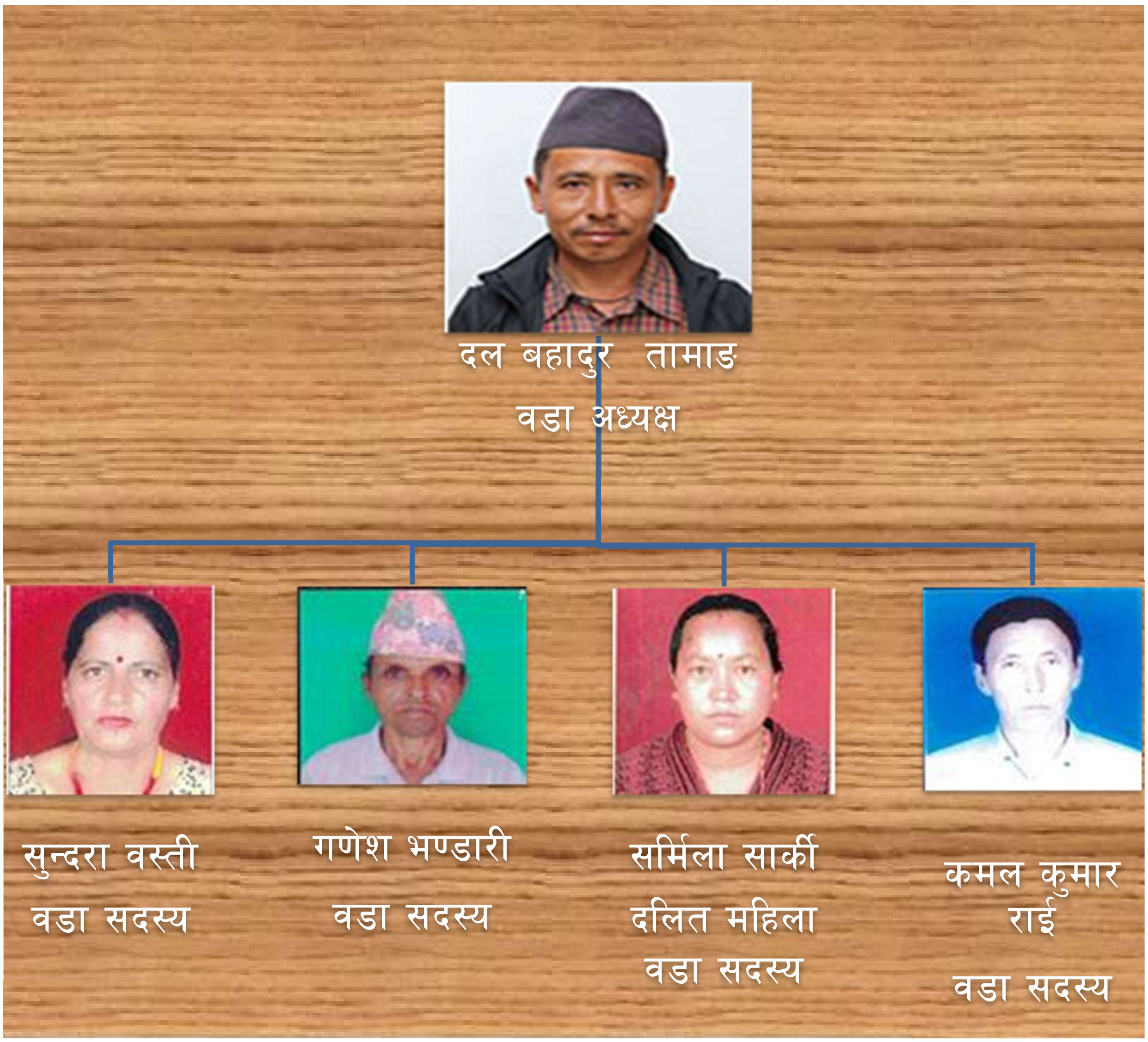
आफ्नो वडाको नक्सा निर्माण गरी वडा कार्यालय देखाऔं :



# पाठ २ वडा समिति

## हेरौँ र चिनौँ :

वि.सं. २०७४ को स्थानीय तहको निर्वाचनबाट निर्वाचित पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ६ को निर्वाचित वडा समिति



क

पढेर उत्तर दिनुहोस् :

नमस्कार ! म सीताराम राई । म पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ८ मुगाको वडा अध्यक्ष हुँ । मैले वि. सं. २०७४ असार १४ गते भएको निर्वाचनमा ५३७ मत प्राप्त गरेर निर्वाचित भएको हुँ । हाम्रो वडामा मसँगै हेम बहादुर गिरी, गंगा बहादुर कार्की, अरुणा कुमारी राई र सनत माया सार्की पनि निर्वाचित हुनुभएको छ । उहाँहरू वडा सदस्य हो । म वडा अध्यक्ष र उहाँहरू वडा सदस्यहरूको संयुक्त समूह नै हाम्रो वडा नम्बर आठको वडा समिति हो ।

हाम्रो मुगा पनि पाखीबास नगरपालिका अन्तर्गत रहेपछि पहिलो स्थानीय तहको निर्वाचनमा निर्वाचित भएकोमा हामी खुसी छौँ । हामीलाई हाम्रो वडाका मतदाताहरूले विश्वास गरेर आफ्नो अमूल्य मत दिएर निर्वाचित गर्नुभएको हो । त्यसैले हामी वडाबासीका समस्या समाधानका लागि आफूले सक्दो लागिरहेका छौँ ।

प्रश्नहरू

(अ) पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर आठका वडा अध्यक्षको नाम के हो ?

(आ) स्थानीय तहको निर्वाचन कहिले भएको थियो ?

(इ) वडा समितिमा कति जना हुनुहुन्छ ?

(ई) उहाँहरू किन खुसी हुनुहुन्छ ?

(उ) उहाँहरू केमा सक्दो लागिरहनु भएकोछ ?

ख

खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(अ) मैले हाम्रो वडाको वडा ................ लाई चिनेको छु ।

(आ) हाम्रो विद्यालय वडा नम्बर .............. मा पर्छ ।

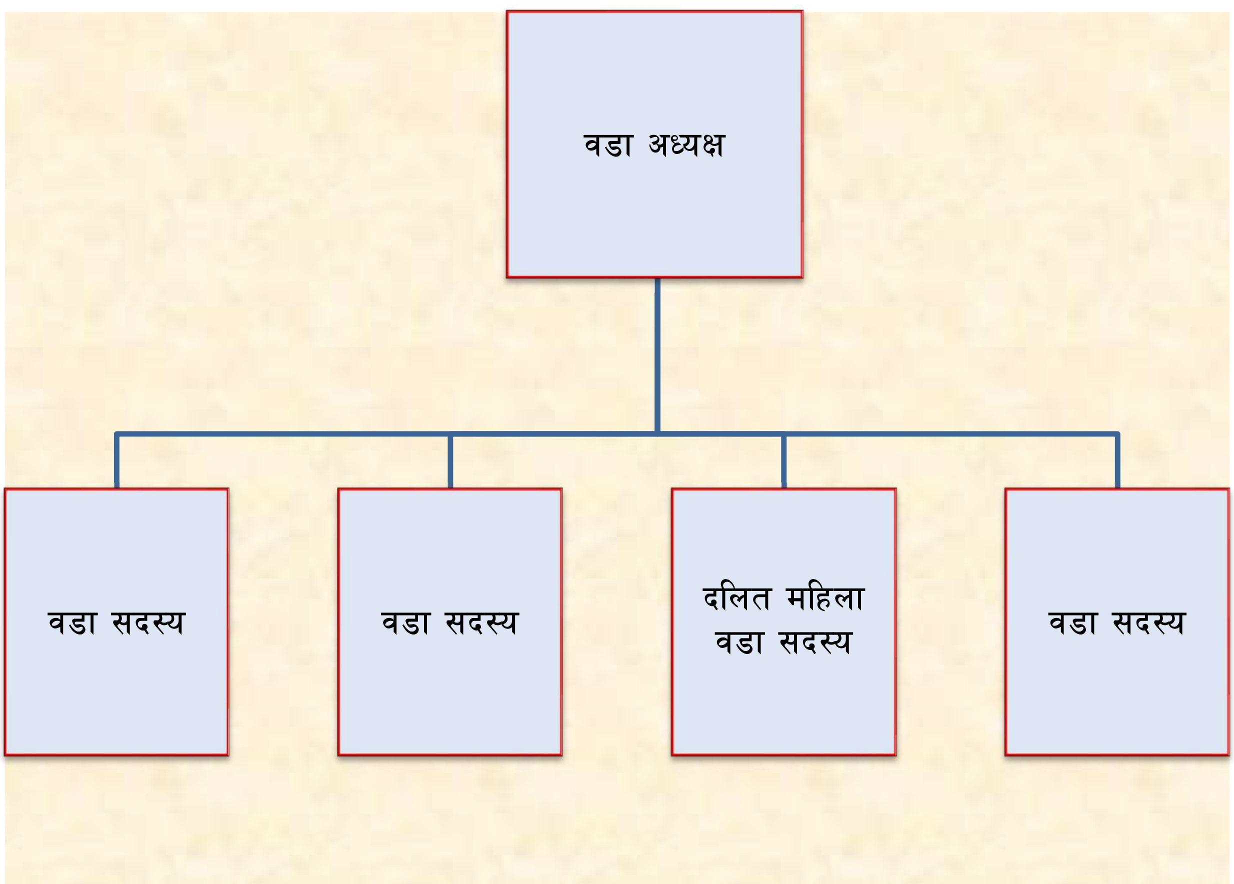
(इ) हाम्रो वडामा वडा सदस्यहरू ............... जना हुनुहुन्छ ।

(ई) हाम्रो वडाको वडा समितिमा ................ जना हुनुहुन्छ ।

ग

तलको तालिकामा तपाईँको आफ्नो वडाको वडा समितिका पदाधिकारीहरुको विवरण भर्नुहोस् :

पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर .............. को वडा समिति



पाठ ३

# वडा प्रमुख

## हेरौँ, पढौँ र छलफल गारौँ :

उहाँको नाम सोवित निरौला हो । उहाँ पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ४ को वडा प्रमुख हो । वि. सं. २०७४ असार १४ गते भएको स्थानीय तहको निर्वाचनबाट वडा अध्यक्षमा निर्वाचित भएदेखि उहाँ वडा प्रमुखका रुपमा रहनुभएको छ । वडा अध्यक्ष नै वडा प्रमुख रहने हाम्रो कानुनी व्यवस्था रहेको छ । आफ्नो वडाको विकास गर्ने र वडाबाट वडाबासीलाई प्रदान गर्ने सेवा सुविधा प्रदान गर्ने मुख्य दायित्व वडा प्रमुखको हुन्छ । वडाबासीलाई परेका समस्या समाधान गर्न उहाँहरू आफूले सक्दो रुपमा लागिपर्नु हुन्छ । हामीले पनि उहाँलाई सहयोग गर्नुपर्छ । वडा कार्यालयबाट प्रकाशन गरिने सूचना तथा चिठिपत्रमा वडा प्रमुखले नै हस्ताक्षर गर्नुपर्छ ।

### छलफलका लागि प्रश्नहरू

(अ) तपाईंको वडाको वडा प्रमुखको नाम के हो ?

(आ) वडा प्रमुख को हुने कानुनी व्यवस्था रहेकोछ ?

(इ) वडा प्रमुख के गर्न लागि पर्नुहुन्छ ?

(ई) हामीले वडा प्रमुखलाई किन सहयोग गर्नुपर्छ होला ?

## क पढौँ र बुझौँ :

पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर १० का वडा अध्यक्ष श्री हरि बहादुर खत्री र श्री भारती माध्यमिक विद्यालय पाखीबास १० चुङ्माङ धनकुटाका विद्यार्थीहरू प्रमिला, केशब र कबिताका बीचमा भएको कुराकानी ।

प्रमिला : अध्यक्ष ज्यू नमस्कार ! हामी तपाईँसँग थोरै कुराकानी गर्न चाहान्छौँ ।

अध्यक्ष : नमस्कार नानीबाबुहरू । के विषयमा कुराकानी गर्न चाहन्छौ ? भन ।

केशब : अध्यक्ष ज्यू हामीलाई वडा प्रमुखले गर्ने काम बताइदिनुस् न ।

अध्यक्ष : ल सुन ! हाम्रो कानुनले वडा अध्यक्षलाई वडा प्रमुख मान्दछ । अनि वडा अध्यक्षका कामहरू पनि कानुनमा नै उल्लेख गरिएको छ । म वडा प्रमुखले गर्ने केही काम तिमीहरूले बुझ्न सक्ने गरी बताइदिन्छु ।

१. वडाको प्रमुख भई जिम्मेवारी लिने ।
२. वडा समितिका सदस्यहरूले गर्ने काममा समन्वय गर्ने ।
३. वडाबाट आवश्यक सिफारिस दिने ।
४. वडा कार्यालयबाट हुने विकासका कार्यहरूको अनुगमन गर्ने ।

कबिता : अध्यक्षज्यू अनि हजुर हाम्रो विद्यालयमा पनि आइरहनु हुन्छ, त्यो

पनि त काम नै होला नि हैन ?

अध्यक्ष : हो नि । अहिले म हाम्रो वडाका सबै विद्यालयहरूको व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष पनि रहेको छु । मैले वडा प्रमुखको नाताले आफ्नो वडा भित्रका शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा, विकासका काम सबैमा ध्यान दिनु पर्ने हुन्छ । जसरी हाम्रो घरमा बुवाआमा घरको अभिभावक भएर घरको सम्पूर्ण रेखदेख गर्नुहुन्छ, त्यसरी नै वडा प्रमुख वडाको अभिभावक हो । अब त तिमीहरूले कुरा बुझ्यौ नि होइन ?

केशव : हामीले धेरै कुरा बुझ्न पायौँ, हजुरलाई धन्यवाद छ । अब हामी पनि जान्छौँ ।

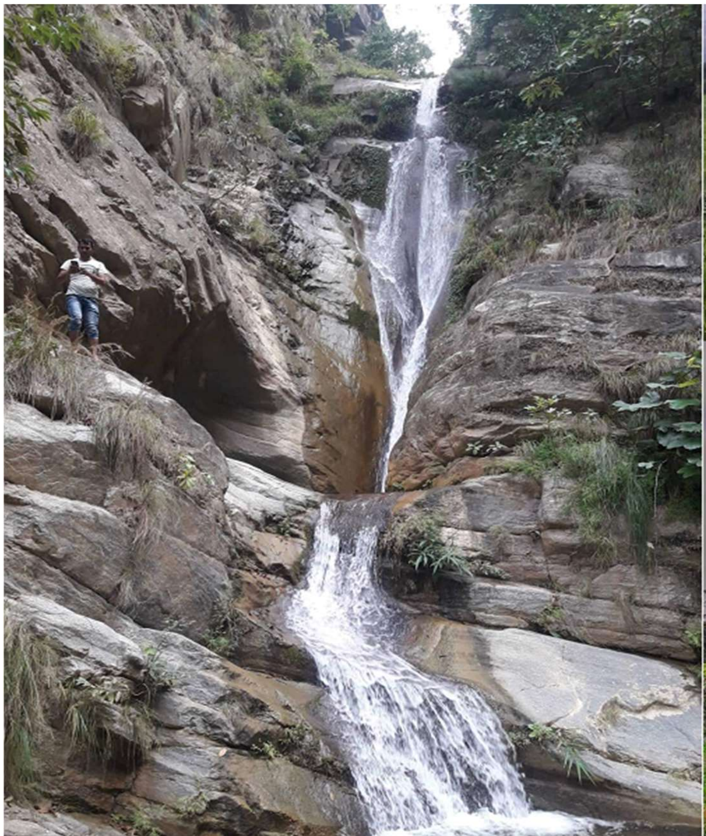
अध्यक्ष : हुन्छ ।

**ख** खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

हाम्रो वडाको वडा प्रमुखको नाम ............................. हो । उहाँको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ......... को ................. टोलमा पर्छ । उहाँलाई मैले चिनेको ........... । वडा प्रमुख भएपछि उहाँ हाम्रो विद्यालयमा ..................... (आउनुहुन्छ/आउनुभएको छैन) । वडा प्रमुख भएपछि उहाँले हाम्रो वडामा खानेपानीको व्यवस्था गरिदिने, .................., .................................., ......................... आदि काम गर्नुभएको छ ।

एकाइ चार

# पाखीबासका सम्पदाहरू



पाठ १

# सम्पदाको परिचय

## हेरौँ, छलफल गरौँ र बुझौँ :

○ यी के के का चित्रहरू हुन् ? तपाईँको वरिपरि यस्ता वस्तु, स्थान तथा क्रियाकलाप देख्नुभएको छ ? साथीसँग छलफल गर्नुहोस् ।

## क गीत गाऔँ :

खोला, नदी, मन्दिर, ताल अनि वन
यी सबै वस्तुले छुन्छ हाम्रो मन
यी साझा वस्तु सम्पदा हुन् मान
धेरै सम्पदा छन् हाम्रो ठाउँमा जान

सम्पदामा हुन्छ अधिकार सबैको
लाग्दैन हक व्यक्ति मात्र कसैको
सम्पदा हो सम्पत्ति हामी सबैको
अधिकार हुँदैन विनाश गर्ने कसैको

## ख पढेर उत्तर दिनुहोस् :

समाजमा भएका सबैको अधिकार लाग्ने साझा वस्तुलाई सम्पदा भनिन्छ । यस्ता सम्पदाहरूले हाम्रो गाउँ अथवा समाजलाई चिनाउन मद्दत गरेका हुन्छन् । मठ मन्दिर, देवीथान, गुम्बा, चर्च, चाडपर्व, वन, चौतारा आदि सबै हाम्रा सम्पदाहरू हुन् ।

प्रश्नहरू

(अ) सम्पदा भनेको के हो ?

(आ) तपाईंको वडामा भएका कुनै पाँच ओटा सम्पदाको नाम लेख्नुहोस् ।

पाठ २

# प्राकृतिक सम्पदा

## हेरौँ, पढौँ र बुझौँ :

यहाँ झरना, नागि र सल्लेरी वनको तस्विर राखिएको छ । यी सबै हाम्रा सम्पदा हुन् । यी तिनै किसिमका सम्पदाको उत्पत्ति आफैँ हुने भएकाले यस्ता सम्पदालाई प्राकृतिक सम्पदा भनिन्छ । प्राकृतिक सम्पदालाई प्रकृतिको उपहारको रुपमा लिइन्छ । यी बाहेक खोला, नदी, ताल, पोखरी आदि पनि प्राकृतिक सम्पदाभित्र पर्छन् । हाम्रा गाउँ टोलमा पनि यस्ता विभिन्न किसिमका सम्पदाहरू हामीले देख्न सक्छौँ । यस्ता सम्पदाहरूको संरक्षण गर्नु हामी सबैको जिम्मेवारी हो ।

क

## पढेर उत्तर दिनुहोस् :

यो पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ६ फलाटेमा रहेको अँधेरी खोलाको झरना हो । यो झरनाको नाम इन्द्रेणी झरना हो । यो झरना पाखीबास बजारबाट सत्र किलोमिटर पश्चिममा रहेको छ । यो झरना करिब पचास मिटरभन्दा माथिबाट झरेको छ । यो झरना तह तह भएर झरेको देखिन्छ । यो झरनासम्म जानका लागि पाखीबास बजारबाट सडक मार्ग पनि रहेको छ । प्राकृतिक सुन्दरताले भरिपूर्ण यो झरना निकै मनोरम रहेको छ । कडा चट्टानको बीचबाट झरेको झरना भएकाले पानी निकै कन्चन रहेको छ ।

### प्रश्नहरू

(अ) तपाईंले यो झरना देख्नुभएको छ ?

(आ) तपाईंको घर नजिक यस्ता कुनै झरनाहरू रहेका छन् ?

(इ) तपाईंको घर नजिकै के कस्ता प्राकृतिक सम्पदा रहेका छन् ?

(ई) तपाईंको वडामा भएका खोलाको नाम बताउनुहोस् ।

## ख  पढौँ र बुझौँ :

सबै सम्पदाहरूको आआफ्नै महत्व र फाइदा रहेको हुन्छ । खोला तथा नदीबाट हामीले पिउने पानी, खेतबारीमा खेती गर्न लगाउने पानी प्राप्त गर्नको साथै विद्युत उत्पादन गर्न पनि सकिन्छ । सरसफाइका लागि आवश्यक पर्ने पानी पनि हामीले खोला तथा नदीबाट प्राप्त गर्न सक्छौँ । वनजङ्गलबाट घाँस, दाउरा, सोत्तर, घर बनाउने काठ प्राप्त हुन्छ । खानीबाट हामीले खनिज पदार्थ प्राप्त गर्न सक्दछौँ । हामीले प्रयोग गर्ने फलाम खानीबाट नै प्राप्त हुन्छ । ढुङ्गाको खानी त हामीले देखेकै छौँ ।

## ग  उत्तर दिनुहोस् :

(अ) प्राकृतिक सम्पदा भनेको के हो ?

(आ) तपाईंको वडामा भएका कुनै चार ओटा प्राकृतिक सम्पदाको नाम बताउनुहोस् ।

(इ) वनजङ्गलको कुनै चार ओटा फाइदा उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ई) खोला तथा नदीको कुनै चार ओटा फाइदा लेख्नुहोस् ।

(उ) सम्पदाको संरक्षण कसरी गर्न सकिन्छ ?

(ऊ) तपाईंको नजिक रहेको कुनै एक प्राकृतिक सम्पदाको बारेमा बयान गर्दै दश वाक्य लेख्नुहोस् ।

# पाठ ३ साँस्कृतिक सम्पदा

## हेरौँ, छलफल गरौँ र बुझौँ :

- यी चित्रहरू के के का होलान् ?
- यहाँ के गर्दै गरेको देख्नुहुन्छ ?
- तपाईँको घर वरपर पनि यस्तै क्रियाकलाप देख्नु भएको छ?
- तपाईँ यस्ता कुनै स्थान वा क्रियाकलापमा सहभागी हुनुभएको छ ?

क

पढेर उत्तर दिनुहोस् :

तपाईँले मन्दिर, देवीथान, चर्च, गुम्बा जस्ता धार्मिक स्थलहरू त देख्नु भएकै होला । विभिन्न जात अनुसारका चाडपर्वहरू जस्तै : राईहरूको पापानी, साकेला, लिम्बूको धान नाच, मगरको माघी, तामाङको सोनाम ल्होसार, गुरुङको तमु ल्होसार, नेवारको लाखेजात्रा, गाईजात्रा आदि पनि देख्नु भएको वा मनाउनु भएको नै छ ।

हाम्रोमा धर्म अनुसार पनि फरक फरक चाडपर्वहरू रहेका छन् । हिन्दुहरूले मनाउने दशैं, तिहार, तीज, जनै पूर्णिमा, नाग पञ्चमी, होली आदि पनि तपाईँहरूलाई थाहा छ होला । बुद्ध धर्मावलम्बीहरूले बुद्ध पूर्णिमा मनाएको तथा क्रिस्चियनहरूले क्रिसमस मनाएको पनि देख्नु भएको छ ।

तपाईँहरूले गोठ धुप गरेको, देवाली गरेको, संसारी पूजा गरेको आदि पनि देख्नुभएको छ अथवा आफैँ सहभागि पनि हुनुभएको छ होला । होइन त ? यी हाम्रा धार्मिक स्थल, धर्म, संस्कार, चाडपर्व आदि साँस्कृतिक सम्पदाहरू हुन् ।

चाडपर्व मनाउँदा हामीलाई रमाइलो हुनको साथै हाम्रो परम्परा पनि जोगिँदै जान्छ । मठमन्दिर, गुम्बा आदिमा गएर पूजा गर्दा, ध्यान गर्दा शान्ति प्राप्त

हुनको साथै मनमा आनन्द आउँछ । साथै हामीलाई असल काम गर्ने प्रेरणा पनि मिल्दै जान्छ । यी सम्पदाहरू हामी सबैका साझा सम्पत्ति हुन् । त्यसैले यिनीहरूको संरक्षण गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो ।

## प्रश्नहरू

(अ) साँस्कृतिक सम्पदा भनेको के हो ?

(आ) कुनै तीन ओटा सँस्कृतिक सम्पदाको नाम लेख्नुहोस् ।

(इ) साँस्कृतिक सम्पदाको कुनै दुई ओटा महत्व लेख्नुहोस् ।

(ई) साँस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण गर्नु किन हामी सबैको कर्तव्य हो ?

## ख ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस :

| | |
|---|---|
| (अ) प्राकृतिक सम्पदा र साँस्कृतिक सम्पदा एउटै हो । | |
| (आ) हाम्रा चाडपर्व सबै साँस्कृतिक सम्पदाहरू हुन् । | |
| (इ) चाडपर्व मनाउँदा दुःख मात्र हुन्छ । | |
| (ई) चाडपर्व मनाउँदा रमाइलो हुन्छ । | |
| (उ) मठमन्दिरमा समय बिताउन गइन्छ । | |
| (ऊ) पूजा गर्दा तथा ध्यान गर्दा मनमा आनन्द हुन्छ । | |

## ग उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईं कुन धर्म मान्नु हुन्छ ।

(आ) तपाईंले कहिल्यै मन्दिर गएर पूजा गर्नु भएको छ ?

(इ) तपाईंको नजिक रहेका कुनै मन्दिर, गुम्बा, चर्चको नाम लेख्नुहोस् ।

(ई) तपाईंको जात अनुसारको कुनै दुई ओटा चाडपर्वका नाम

लेख्नुहोस् ।

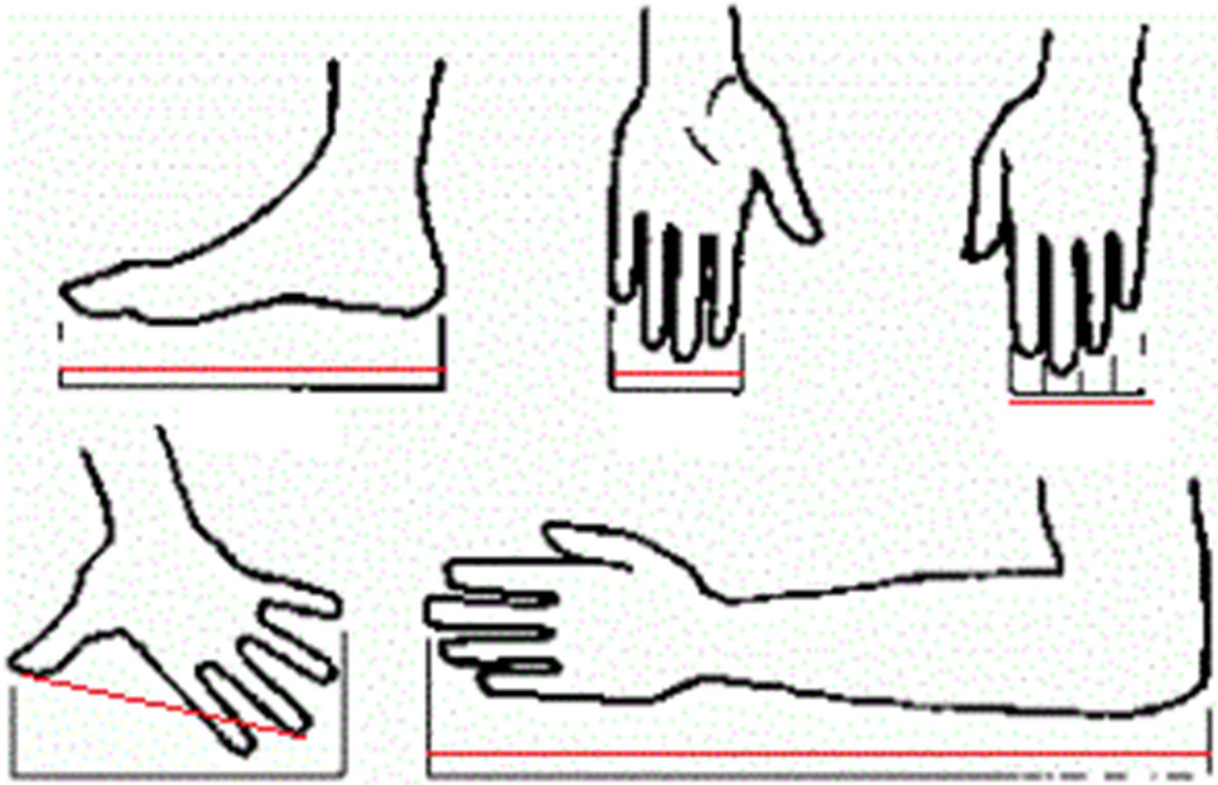
(उ) साँस्कृतिक सम्पदाको कुनै दुई ओटा फाइदा उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ खाली ठाउँ भरी अनुच्छेद पूरा गर्नुहोस् :

मेरो घर ........................ नगरपालिका वडा नम्बर ........ को .............. टोलमा पर्छ । हाम्रो टोलमा .............. जातका मानिसहरूको बसोबास धेरै रहेको छ । हाम्रो टोलमा धेरैले ................ धर्म मान्नुहुन्छ । त्यो बाहेक ................., ................ धर्म मान्ने मानिसहरू पनि रहेका छन् । हाम्रो टोलमा ................... जातिले मनाउने मुख्य चाड .................. हो । हाम्रो टोलका ................... धर्म मान्ने मानिसहरूले मनाउने चाडपर्व .................... हो । हामी .................... चाड मनाउँछौ । हामी श्रीपञ्चमीमा विद्यालयमा ................... पूजा गर्छौं ।

एकाइ पाँच

# पाखीबासको स्थानीय प्रविधि

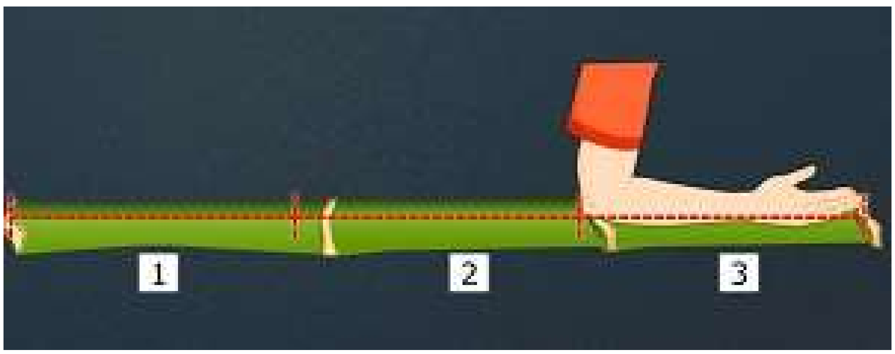


पाठ १

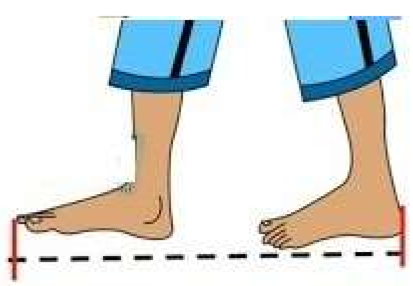
# नाप्ने प्रविधि

## हेरौँ, गरौँ र बुझौँ :

हाम्रो हजुरबुवाले बारीमा बार बार्न बाँस यसरी नै हातले नाप्नु हुन्छ । उहाँले दाम्ला, डोरी पनि यसरी नै नापी नापी बाट्नु हुन्छ । पहिला पहिला नाप्ने फिट, फित्ता थिएनन् अरे अनि यसरी नाप्नु पर्थ्यो अरे । हामी पनि यसरी नै डेस्क नापौँ ।




हाम्रो बुवाले बारीमा टनेल बनाउँदा यसरी खुट्टाले नापेको देखेकी छु मैले । वहाँलाई यसरी नाप्न सजिलो लाग्छ अरे । यसरी नाप्दा पनि फित्ताले नापे जतिकै सही रुपमा नाप्न सकिन्छ अरे । आऊ साथीहरु हामी पनि यसरी हाम्रो कक्षा कोठाको लम्बाइ नापौँ ।



क

**पढेर उत्तर दिनुहोस् :**

वस्तुको लम्बाइ, चौडाइ, उचाइ जस्ता गुण थाहा पाउन उक्त वस्तुलाई नाप्नु पर्ने हुन्छ । तपाईंले कापीमा रेखा कोर्दा स्केलले नापेर कोर्ने गर्नुभएको होला । त्यहाँ सेन्टिमिटर तथा इन्च भनेर लेखिएको हुन्छ । सेन्टिमिटर तथा इन्च भनेका नापका एकाइहरू हुन् । जग्गा जमिन, घर आदिको लम्बाइ, चौडाइ नाप्नका लागि कापीमा नाप्ने स्केलले नाप्न अप्ठ्यारो हुन्छ । त्यसैले फित्ता प्रयोग गरेर नापिन्छ ।

पहिला पहिला नाप्नका लागि फित्ता, स्केल आदि उपकरणहरू नहुँदा हात तथा खुट्टाको सहायताले नाप्ने गरिन्थ्यो । तर सबै मान्छेका हात, खुट्टा उत्रै नहुने भएकाले नापमा एक रुपता भने नहुन पनि सक्थ्यो । वस्तु नाप्ने यी परम्परागत तरिकाहरू हुन् । अहिले पनि कतिपय गाउँघरतिर यी नै परम्परागत विधि अपनाएर वस्तु नाप्ने गरिन्छ । गाउँघरमा हलो बनाउँदा कुरेतले नापेको देखिन्छ । त्यसैगरी जुवा, हरिस आदि हातले नापेको देखिन्छ । घरको लम्बाइ, चौँडाइ नाप्दा हातले लठ्ठीलाई नापेर त्यही लठ्ठीले नाप्ने गरेको देखिन्छ । जग्गा जमिन नाप्दा हातले नापेको लठ्ठी वा खुट्टाको फड्काले नाप्ने गरिन्छ । तपाईंको घरमा भएका डोरि, नाम्ला, दाम्ला, बारिका गरा आलि नापेर हेर्नुहोस् ।

यसरी हात, खुट्टाको प्रयोग गरी नाप्ने केही तरिका वा एकाइहरूलाई यहाँ उल्लेख गरिएको छ ।

(अ) अमल : हातको एउटा औँलाको चौँडाइ बराबरको दुरीलाई नै एक अमल भनिन्छ ।

(आ) कुरेत : तन्काएर हातको बुढी औँला र चोर औँला बीचको दुरी नै कुरेत हो ।

(इ)बित्ता : तन्काएर हातको बुढी औँला र माभ्की औँला बीचको दुरी नै बित्ता हो । छोटो दुरी नाप्न बित्ताको प्रयोग हुन्छ ।

(ई) हात : कुहिनादेखि माभ्की औँलासम्मको दुरीलाई हात भनिन्छ । सामान्यतया तीन कुरेतको एक हात हुन्छ ।

(उ) फड्का : जसरी हिड्दा एक खुट्टा अगाडि र अर्को खुट्टा पछाडि हुन्छ, त्यसरी नै आगाडिको खुट्टाको माभ्की औँला र पाछाडिको खुट्टाको कुर्कुचा बीचको दुरीलाई फड्का भनिन्छ । सामान्यतया दूई हातको एक फड्का हुने गर्छ ।

प्रश्नहरू

(अ) वस्तुको लम्बाइ, चौडाइ, उचाइ जस्ता गुण थाहा पाउन वस्तुलाई के गर्नुपर्छ ?

(आ) कापीमा रेखा कोर्दा केले नापेर कोर्नु हुन्छ ?

(इ) अमल भनेको के हो ?

(ई) कुरेत भनेको के हो ?

(उ) बित्ता भनेको के हो ?

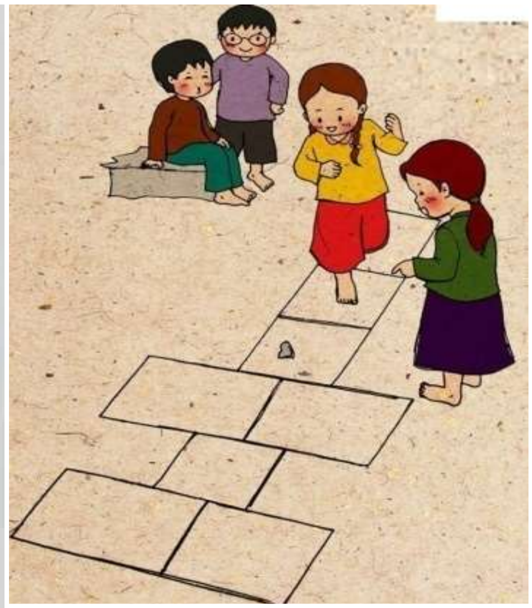
(ऊ) हात भनेको के हो ?

(ए) फड्का केलाई भनिन्छ ?

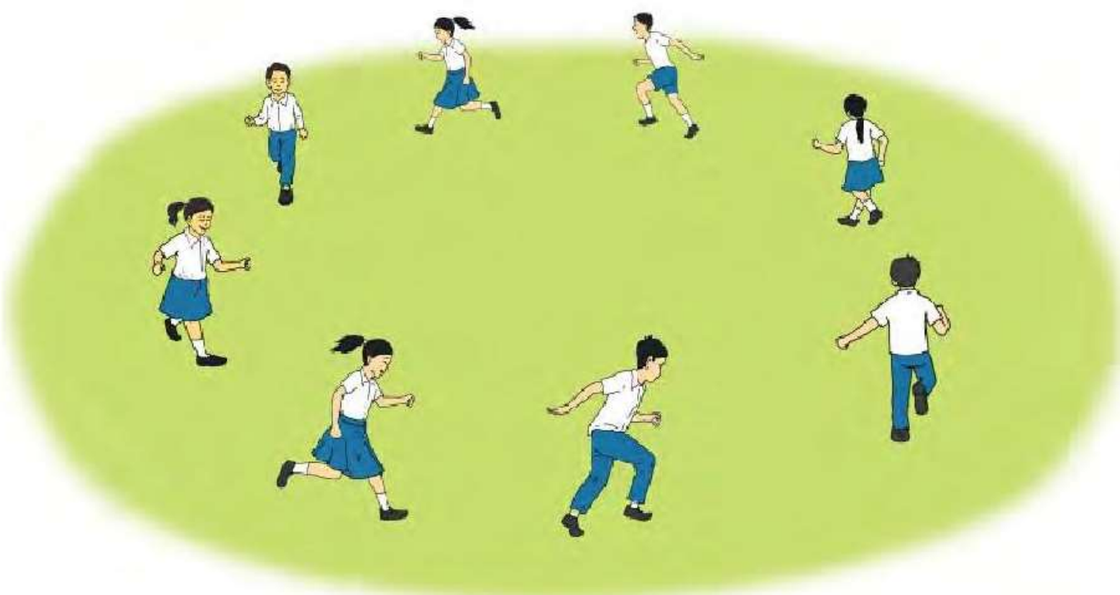
(ऐ) के सबैका हात खुट्टाको नाप बराबर हुन्छ ?

## ख नाप्ने खेल खेलौं :

हात, बित्ता र कुरेतले लठ्ठि नाप्ने खेल



एक पटकमा कति हात उफ्रेको हुन्छ लठ्ठिले नाप्ने खेल

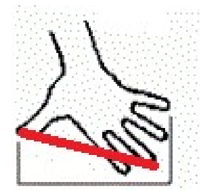


एक फन्को लगाउन कति कति फड्का लाग्छ गन्ने खेल

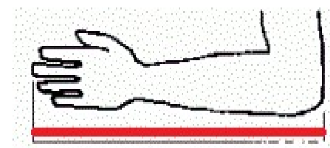
ग

## जोडा मिलाउनुहोस् :

अमल



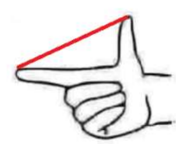
कुरेत



बित्ता

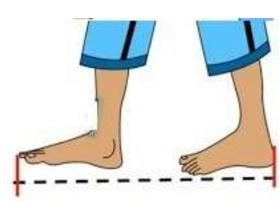
हात

फड्का



स्केल

फित्ता



पाठ २

# जोख्ने प्रविधि

## हेरौँ, चिनौँ र छलफल गरौँ :

१

२

३

४

- तपाईंको घरमा यस्ता सामानहरू रहेका छन् ?
- चित्र नम्बर १ र २ को सामान चिन्नु हुन्छ ?
- तपाईंले कहिल्यै केही वस्तु जोख्नु भएको छ ?
- तराजुले के के जोखेको देख्नु भएको छ ?

क

पढेर उत्तर दिनुहोस् :

कुनै पनि ठोस वस्तुको तौल लिन त्यसलाई जोख्नु पर्छ । अहिले जोख्ने औजारहरू बजारमा धेरै थरीका देख्न सकिन्छ । धेरै पहिले हाम्रो गाउँघर तिर जोख्नका लागि तुलोको प्रयोग गरिन्थ्यो । तपाईँले तुलो देख्नुभएको छ ? बाँसको चोया, डोरी र काठबाट तुलोको निर्माण भएको हुन्छ । जोख्ने सामान राख्नका लागि चोयाबाट पल्ला बनाइएको हुन्छ भने यसमा ढक प्रयोग गरिएको हुँदैन । आजकल बजारमा पाइने आधुनिक किसिमका तराजुहरूले गर्दा गाउँघरतिर पनि तुलो बनाउने र प्रयोग गर्ने चलन हराउँदै गएको छ । तुलोलाई एक पल्ले तराजु पनि भनिन्छ ।

अहिले तराजुले जोख्दा ग्राम, किलोग्राम जस्ता एकाइको प्रयेग हुन्छ । पहिला पहिला धार्नी, बिसौली, आठ पोल, बोडी जस्ता एकाइमा वस्तु नाप्ने गरिन्थ्यो । तुलो पनि सोही बमोजिम नाप्ने गरी बनाइएको हुन्थ्यो ।

(अ) धार्नी : दुई किलो आधाको एक धार्नी हुन्छ । पहिला तुलोमा जोख्दा धार्नीको प्रचलन भएता पनि अहिले निकै कम भएको छ ।

(आ) बिसौली : धार्नीको आधा बिसौली हो ।

(इ) आठपोल : बिसौलीको आधा आठपोल हो ।

(ई) बोडी : आठपोलको आधा बोडि हो ।

तपाईँहरूले सुन, चाँदि जोखेको देख्नुभएको छ कि छैन ? सुन चाँदि थोरै हुने र महङ्गो हुने भएकाले धार्नी, बिसौली जस्ता एकाइमा जोखिँदैन । त्यसका लागि लाल, आना तथा तोला जस्ता एकाइको प्रयोग गरिन्छ । तपाईंले वनजङ्गलमा पाइने लालगेडी (रातिगेडी) सुन्नु वा देख्नु भएको होला । हो त्यही एउटा लालगेडी बराबरको तौल एक लाल हो ।

प्रश्नहरू

(अ) ठोस वस्तुको तौल लिन के गर्नुपर्छ ?
(आ) पहिला सामान जोख्नका लागि केको प्रयोग हुन्थ्यो ?
(इ) तपाईंले तुलोले सामान जोखेको देख्नुभएको छ ?
(ई) एक धार्नीमा कति बिसौली हुन्छ ?
(उ) एक विसौलीमा कति आठपोल हुन्छ ?
(ए) कति आठपोलको एक धार्नी हुन्छ ?
(ऐ) सुन, चाँदि जोख्ने एकाइको नाम लेख्नुहोस् ।
(ओ) सुन किन धार्नीमा नजोखिएको होला ?

ख जोडा मिलाउनुहोस् :

| | |
|---|---|
| तोला | धार्नीको आधा |
| धार्नी | बिसौलीको आधा |
| बिसौली | सोह्र आना |
| आठपोल | आठपोलको आधा |
| बोडी | चार आठपोल |

**ग** तपाईँले देखेको वा जानेकोलाई शुद्धसँग कापीमा सार्नुहोस् :

(अ) मैले तुलोले सामान जोखेको देखेको छु ।
(आ) मैले तराजुले सामान जोखेको देखेको छु ।
(इ) मैले सुन जोखेको छु ।
(ई) मैले बिसौली मासु जोखेको देखेको छु ।
(उ) मैले डिजिटल तराजु देखेको छु ।
(ऊ) मैले आफ्नो तौल लिएको छु ।

**घ** ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

| | |
|---|---|
| (अ) पहिला पहिला डिजिटल तराजुको प्रयोग हुन्थ्यो । | |
| (आ) तुलोमा ढकको प्रयोग हुँदैन । | |
| (इ) तुलो एक पल्ले हुन्छ । | |
| (ई) अहिले धार्नी, बिसौलीको प्रचलन धेरै छ । | |
| (उ) डिजिटल तराजु र तुलो उस्तै हुन्छ । | |
| (ऊ) सुन चाँदि जोख्ने एकाइ लाल, आना, तोला हो । | |

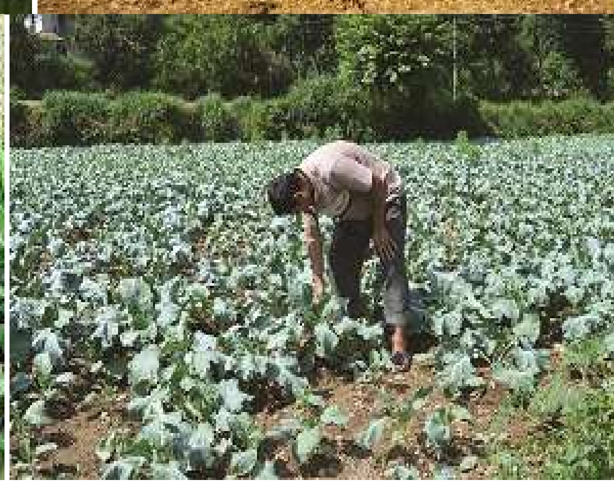
एकाइ छ

# पाखीबासको आर्थिक क्रियाकलाप

पाठ १

# कृषि

## हेरौं र बुझौं :



क

**पढौँ र बुझौँ :**

## अवस्था १

राजन अधिकारीको परिवार पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर १ सान्नेमा बस्छ । उहाँको घरमा बुवाआमा, हजुरबुवा, हजुरआमा र एक जना फुपू हुनुहुन्छ । राजनको घरमा गाई, गोरु, बाखा पालेका छन् । त्यहाँ उहाँहरूको खेत पनि रहेकोछ । राजनको घरपरिवारको पेशा कृषि हो । खेतमा धान, गहुँ, तोरी, दाल र मकै लगाउनु हुन्छ । आफूलाई खान पुगेर धेर भएको धान मिलमा लगेर कुटेर चामल बनाएर राजनकी हजुरआमा र आमाले पाखीबासको शनिबारे हाटमा लगेर बेच्नु हुन्छ ।

## अवस्था २

सञ्जु सापकोटाको परिवार पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ३ कसेनीमा बस्छ । सञ्जुको परिवारको त्यहाँ र तल भुल्के बेँसीमा गरी धेरै खेतबारी रहेको छ । बारीमा केरा, आँप, लिची तथा सुन्तलाको बगैँचा रहेको छ । उनका बुवाले बगैँचाको रेखदेख गर्नु हुन्छ । व्यापारीहरूले बगैँचाबाट नै फलफूल किनेर लैजान्छन् । यसबाट सञ्जुको घरपरिवारलाई आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण खर्च प्राप्त हुन्छ ।

## अवस्था ३

सन्जोग तामाङको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ९ उत्तरपानीमा रहकोछ । उनको बारीमा चिया अनि घाँसका बिरुवा लगाएको छ । उनको बुवाआमाले ठुलाठुला तीन ओटा गाई पाल्नु भएको छ । गाईको दुध डेरीमा लगेर बेच्नु हुन्छ। चियाका पत्ता टिपेर चिया उद्योगमा बेच्नु हुन्छ। यसरी आएको पैसाले घरपरिवार चलेको छ।

**ख** ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(अ) हाम्रो घरपरिवारको पेशा कृषि हो।

(आ) कृषिबाट धान, गहुँ, कोदो, मकै उत्पादन गर्न सकिन्छ।

(इ) पशुपालनबाट कृषिलाई फाइदा पुग्दैन।

(ई) फलफूल खेतीबाट राम्रो आम्दानी लिन सकिन्छ।

(उ) तरकारी खेतीबाट आम्दानी गर्न सकिँदैन।

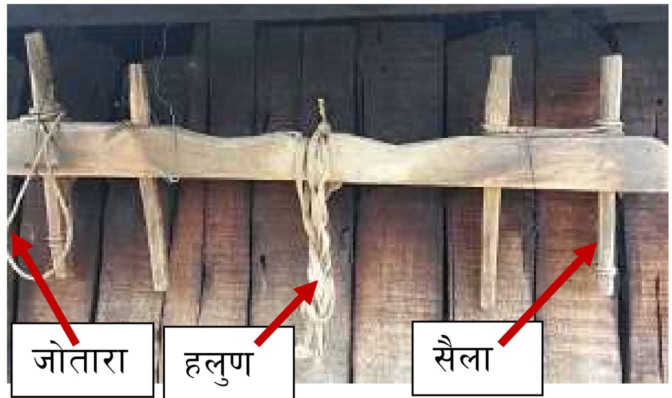
**ग** पढेर उत्तर दिनुहोस् :

## कृषि औजारहरू

खेतीपाती गर्नका लागि आबश्यक पर्ने वस्तु वा साधनलाई कृषि औजार भनिन्छ । कुटो, कोदालो, कोदाली, हलो, दाँते, हँसिया आदि सबै कृषि औजार अन्तर्गत पर्छन् । कुटो, कोदालो र कोदाली खेतबारी खन्न प्रयोग गरिन्छ। हलोको प्रयोग जोत्न गरिन्छ भने खेतबारी जोत्दा निस्केका डल्ला

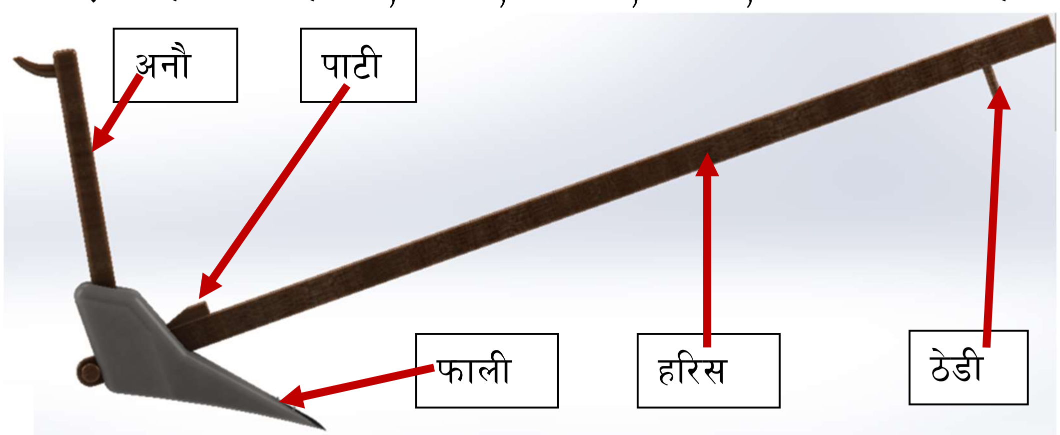
फुटाउन र धान रोप्ने बेलामा हिलो साउन दाँते तथा फेउरीको प्रयोग गरिन्छ । काट्न वा झाडी फाँड्न हँसियाको प्रयोग गरिन्छ ।

चित्र नं. १ दाँते




चित्र नं. २ जुवा

हलोले खेतबारी जोत्नका लागि जुवा, हरिस, हलुण, जोतारा जस्ता साधनको आवश्यकता पर्छ । हलोमा हरिस, अनौ, फाली, पाटी, ठेडी पनि रहेका हुन्छन् ।




चित्र नं. ३ हलो

यी कृषिमा प्रयोग हुने औजारहरूको निर्माण गर्न सबैले नजान्दा काम गर्न कठिन हुने गर्छ । साथै हाम्रो गाउँघरतिर पनि आजकल यी परम्परागत खन्ने तथा जोत्ने औजारहरूको साथै मेसिनको प्रयोग गर्ने प्रचलन पनि बढ्न थालेको छ । त्यस्ता आधुनिक मेसिनले काम गर्न छिटो हुन्छ ।

## प्रश्नहरू

(अ) कृषि औजार केलाई भनिन्छ ?

(आ) तपाईंको घरमा भएका कुनै पाँच ओटा कृषि औजारको नाम लेख्नुहोस् ।

(इ) हरिसका विभिन्न भागको नाम लेख्नुहोस् ।

(ई) हलोका विभिन्न भागहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

घ

उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| हलुण | जुवा | नार्नुभयो | हजुरबुवा | जोतारा | अनौ |

हरिका हजुरबुवाले बारी जोत्न गोरु ................. । उहाँले दुवै गोरुका घाँटीमा ................ राख्नु भयो र .................. ले गोरुका घाँटीमा बाँध्नु भयो । त्यसपछि जुवामा ................... लगाउनु भयो । हरिले पर रहेको हलो ल्याइदियो । हजुरबुवाले हलोको हरिस हलुणमा अड्काउनु भयो र ................ मा समातेर जोत्न थाल्नु भयो । हरि ................ ले जोतेको हेरेर बस्यो ।

ङ

तपाईंको परिवारले गर्ने गरेको वा छरछिमेकमा देखेको आधारमा कृषिको बारेमा छ वाक्य लेख्नुहोस् :

पाठ २

# व्यापार

## हेरौँ, पढौँ र बुझौँ :

यो हाम्रो होटल हो । हाम्रो होटलमा बजार आउने तथा बाटो हिँड्ने धेरै मानिसहरु आएर खाजा तथा खाना खानु हुन्छ । होटलमा आमाबुवा मिलेर खानेकुरा पकाउने तथा भाँडा माझ्ने गर्नु हुन्छ । मेरो दाजुले टेबल पुछ्ने तथा पाहुनाले खाएका प्लेट माझ्ने ठाउँसम्म पुऱ्याइदिनु हुन्छ । यही होटलबाट आएको आम्दानीले हाम्रो परिवारको खर्च टरेको छ ।

यो हाम्रो किराना पसल हो । यहाँ दाल, चामल, नुन, तेल, चिनी, बिस्कुट, पिठो जस्ता खाद्यान्न सामग्री पाइन्छ । पसलमा धेरै समय बुवा बस्नु हुन्छ भने कहिलेकाहीँ आमा पनि बस्नु हुन्छ । विद्यालय नगएको बेला म पनि आमासँगै पसलमा बस्छु र वहाँलाई सघाउँछु । यही पसलको आम्दानीबाट हाम्रो परिवारको खर्च टर्छ ।

## क  कुराकानी पढौँ र बुझौँ :

श्री चौरासी देवी आधारभुत विद्यालय पाखीबास-९ धर्मशालाका कक्षा तीनका विद्यार्थीहरू र शिक्षकबीच कक्षाकोठा भन्दा बाहिर टिफिनको समयमा भएको कुराकानी :

शिक्षक : आओ, भाइबहिनीहरू यहाँ चौरमा बसेर केही कुराकानी गरौँ ।

गणेश : सर हामीले हिजो कृषि पेशाको बारेमा त बुझ्यौँ । आज व्यापारको बारेमा बताइदिनुहोस् न ।

शिक्षक : हामीले आफ्नो जीवन चलाउनका लागि विभिन्न खालका पेशाहरू अपनाएका हुन्छौँ । ती नै पेशाहरू मध्ये एक व्यापार हो ।

रबिना : दोकान गर्नु व्यापार हो नि सर ?

शिक्षक : वस्तु किनबेच गर्ने कार्य नै व्यापार हो । रबिनाले भनेको दोकान पनि व्यापारको एउटा उदाहरण हो ।

जमुना : त्यसो भए होटल पनि व्यापार हो सर ?

शिक्षक : हो नि जमुना । होटल, पसल मात्र नभएर अरुले उत्पादन गरेको वस्तु किनेर त्यही ठाउँमा वा अन्यत्र लगेर बेच्ने काम गरिन्छ भने त्यो सबै व्यापारभित्र पर्छ ।

दिनेश : सर हाम्रो घरदेखि तल्लो घरको काकाले गाउँमा तरकारी किनेर तराईतिर लैजानु हुन्छ ।

शिक्षक : हो दिनेश । हामी बसेको धर्मशाला, उत्तरपानी सानो ठाउँ भएकाले यहाँ यस्तै साना साना खाल्का व्यापार हुने गर्छन । हिलेबाट व्यापारीहरू अम्रिसो किन्न आउने र किनेर लैजाने गरेको पनि तिमीहरूले देखेकै हौला । यी सबै व्यापारका उदाहरणहरू हुन् ।

गणेश : व्यापार गर्ने मानिसलाई व्यापारी भनिने रहेछ । अनि व्यापार पनि ठाउँ र वस्तु अनुसार फरक फरक किसिमको हुने रहेछ भन्ने बुझेँ सर मैले ।

शिक्षक : हो गणेश, तिमीले ठीक भन्यौ । अब म अर्को कक्षामा पढाउन जान्छु । तिमीहरू पनि अब कक्षामा जाउ हैत ।

**ख** **उत्तर दिनुहोस् :**

(अ) तपाईंको घरपरिवारको मुख्य पेशा के हो ?

(आ) व्यापार भनेको के हो ?

(इ) तपाईंले कस्तो कस्तो व्यापार देख्नुभएको छ ?

(ई) व्यापार गर्ने मानिसलाई के भनिन्छ ?

(उ) तपाईंको छरछिमेकका मानिसहरूले के कस्ता व्यापारहरू गरेको देख्नुभएको छ ? कुनै तीन ओटाको नाम लेख्नुहोस् ।

पाठ ३

# घरेलु उद्योग

## हेरौँ, पढौँ र बुझौँ :

आफ्नै घरमा धागोबाट कपडा बनाउँदै पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ४ की एक महिला । उहाँको आफ्नै ढाका उद्योग रहेको छ । वहाँ टोपी, रुमाल, पच्छ्यौरा आदि बनाएर बेच्नु हुन्छ ।

आफ्नै घरमा डोको बनाउँदै पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ७ का एक जना उद्यमी ।

आफ्नै घरमा खुकुरी बनाउँदै पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर का एक उद्यमी ।

आफ्नै घरमा छालाबाट मुडा बनाउँदै पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ९ का एक जना उद्यमी ।

○ तपाईंले गाउँघर तथा छरछिमेकमा यस्ता काम गरेको र वस्तु उत्पादन गरेको देख्नु भएको छ भने साथीसँग छलफल गर्नुहोस् ।

## क पढेर उत्तर दिनुहोस् :

हामीले हाम्रो गाउँघरमा डोका, डाला, नाङ्ला, मान्द्रा, चित्रा आदि बनाएको

देखेका छौँ । साथै हसिया, खुकुरी, कोदालो आदि बनाउने व्यवसाय पनि देखेका छौँ । मुडा बनाउने, टोपी बनाउने, घुम बनाउने, ओखल बनाउने, ढिकी बनाउने आदि काम पनि गाउँघरमा हुने गर्छन् । यस्ता वस्तु बनाउँदा गाउँघरमा पाइने सामग्री र सिपको नै बढि मात्रामा प्रयोग गरिएको हुन्छ भने लगानी पनि धेरै भएको हुँदैन । यस्ता सामग्रीहरू बिक्री गरेर आम्दानी पनि गर्न सकिन्छ । यी सबै घरेलु उद्योग अन्तर्गत पर्छन् । थोरै लगानीमा आफ्नै गाउँघरमा चलाइने उद्योगलाई घरेलु उद्योग भनिन्छ । यस्ता उद्योगहरू आफ्नै घरपरिवारका सदस्यहरूबाट चलेका हुन्छन् । घरपरिवारका सदस्यहरूले आफ्ना अभिभावकहरूले गरेको देखेर र आफैँ काम गर्दै जाँदा सिप सिकेका हुन्छन् ।

हाम्रो पाखीबासका विभिन्न ठाउँमा यस्ता फरक फरक किसिमका उद्योगहरू रहेका छन् । पहिला पहिला आफ्नो तथा छिमेकीको आबश्यकता पूरा गर्नका लागि यस्ता सामग्रीहरू निर्माण हुने गरेको भएता पनि अहिले

आएर उद्योग व्यवसायका रुपमा विकास हुँदै गएको देखिन्छ । पहिला धान तथा चिउराकुट्ने ढिकी, मकै, कोदो आदि पिस्ने जाँतो, तेल तथा अमिलो

पेल्ने कोलको प्रयोग हुने गर्थ्यो । अहिले पनि ढिकी, जाँतो त रहेका छन् तर पनि कुटानी पिसानीमा  मिलको प्रयोग बढेको छ । पाखीबास बजारमा फर्निचर उद्योग, बिस्कुट उद्योग पनि रहेका छन् । फर्निचर उद्योगबाट टेबल, कुर्सी, दराज, पलङ् आदि सामग्री उत्पादन गरी बिक्री हुन्छन् ।

## प्रश्नहरू

(अ) घरेलु उद्योग भनेको के हो ?

(आ) तपाईंको वडामा भएका कुनै तीन ओटा घरेलु उद्योगको नाम लेख्नुहोस् ।

(इ) घरेलु उद्योगमा कामदारहरू कहाँबाट ल्याइएका हुन्छन् ?

(ई) तपाईंको घरमा कुनै घरेलु उद्योग रहेको छ ? यदि छ भने कुन वस्तु उत्पादन हुन्छ ?

## ख ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(अ) घरेलु उद्योगमा धेरै लगानी गरिएको हुन्छ ।

(आ) घरेलु उद्योगहरू आफ्नै गाउँघरमा सञ्चालित हुन्छन् ।

(इ) डोकाडाला बनाउने उद्योग घरेलु उद्योग अन्तर्गत पर्छ ।

(ई) घरेलु उद्योगमा काम गर्ने मानिसहरू विदेशबाट ल्याइएको हुन्छ ।

## ग चित्र बनाउनुहोस् :

घ **जोडा मिलाउनुहोस् :**

तोरी पेलेको

डोको बनाएको

तानमा कपडा बुनेको

मुडा बनाएको

पिरा बनाएको

अमिलो पेलेको

ठेकी बनाएको

एकाइ सात

# पाखीबासका सामाजिक सङ्घ संस्था र विपद् व्यवस्थापन

# पाठ १ विपद् र यसको व्यवस्थापन

हेरौँ, छलफल गरौँ र बुझौँ :

○ यी तस्विरहरूमा के के भएको देख्नुहुन्छ ? साथीसँग छलफल गर्नुहोस् ।

क

**पढौँ र छलफल गरौँ :**

म रमेश दर्जी हुँ । म सानो हुँदा भुकम्प गएको थियो अरे । हाम्री हजुरआमा भुकम्प आएको बेला भाग्दा लडेर खुट्टा भाँचिएको थियो । गोठ लडेर एक हल गोरु पनि घाइते भएका थिए अरे । भुकम्पले घर भत्किएकाले हामी त्रिपाल टाँगेर बसेको म सम्झन्छु । एक वर्ष हामी त्यही त्रिपालमा बसेका थियौँ । पछि सरकारले पैसा दिएपछि हामीले नयाँ घर बनायौँ ।

म नमुना भुजेल हुँ । हाम्रो घर नजिक ठुलो सल्लेरी वन छ । त्यो वनमा चैतबैशाख महिनामा वर्षैपिच्छे आगो लाग्छ । यसपालिको आगोले त हाम्रो गाउँका तीन ओटा घरहर पनि जले । मान्छे चैँ भाग्न सके तर उनीहरूको घरमा भएको सरसामान सबै जल्यो ।

म निमा तामाङ हुँ । हाम्रो गाउँमा पोहोरको वर्षा याममा ठुलो पानी परेर हाम्रो बारी नै पहिरोले बगायो । निशान दाईको घर पनि बगाइ दियो । उहाँहरू नजिकै रहको स्कुलमा बस्नु भयो । पछि नगरपालिकाले च्यादर दिएपछि निशान दाइको बुवाले घर बनाउनु भयो । अहिले उहाँहरूको घर सानो छ ।

म लोकेन्द्र कटुवाल हुँ । म जालपादेवी माध्यमिक विद्यालय पाख्रीबास ४, धनकुटामा कक्षा ३ मा पढ्छु । अस्ति नै पुस महिनामा हिले ब्यारेकबाट आर्मीहरू आएर विपद् व्यवस्थापनको बारेमा हाम्रो स्कुलको दाइदिदीहरूलाई तालिम दिनुभएको थियो । मेरी दिदीले पनि तालिम लिनुभएको थियो । उहाँले तालिममा सिकेका धेरै कुरा घरमा गएर हामीलाई पनि सुनाउनु भयो । विपद् भनेको बाढी, पहिरो, भुकम्प, आगलागी मात्र नभएर अरु प्रकारका दुर्घटना पनि हो रहेछ । गाडी दुर्घटना, विभिन्न किसिमको रोगको प्रकोप पनि विपद् अन्तर्गत पर्छन् । सकेसम्म त्यस्तो विपद् आउन नै नदिने तथा आइहाले पनि त्यसबाट हुने क्षति न्युनिकरण गर्नु विपद् व्यवस्थापन हो भन्नुभएको छ दिदीले ।

**ख** उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| हुरीबतास | चट्याङ | डढेलो | भुकम्प | चोट |
| विपद | व्यवस्थापन | पहिरो | | |

हाम्रो जीवनमा आइपर्ने असहज अवस्था .................. हो । आकासमा बिजुली चम्कदा ............... पर्ने डर हुन्छ । लामो समयसम्म पानी परेमा .................. जाने डर हुन्छ । सुक्खा याममा सलाई पारेर तथा चुरोट खाएर जथाभावि फालेमा ................. लाग्न सक्छ । भुकम्पले पनि विपद निम्त्याउँछ । तर .................. कहिले जान्छ भनेर अनुमान गर्न सकिदैन । कहिलेकाहीँ .................... ले घरका छाना उडाएको तथा रुखहरू

भाँचेको पनि देखिन्छ । साथीहरूसँग खेल्दा कहिलेकाहीँ लडेर शरीरमा .............. पनि लाग्न सक्छ । यी सबै परिस्थिति आउन नै नदिनु बुद्धिमानी हुन्छ । त्यसका लागि हामी सधैँ होसियार हुनुपर्छ । विपद् आउनै नदिने तथा आइहाले पनि त्यसबाट पार पाउन गरिने क्रियाकलापलाई विपद ................. भनिन्छ । हामीले घरमा अभिभावकसँग र विद्यालयमा शिक्षक तथा साथीहरूसँग यस्ता विषयमा छलफल गरिरहनु पर्छ ।

ग उत्तर दिनुहोस् :

(अ) विपद् भनेको के हो ?

(आ) तपाईंको परिवारमा कुनै विपद् भोग्नुभएको छ ? लेख्नुहोस् ।

(इ) तपाईंको छरछिमेकमा परेका विपद्हरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ई) वनमा डढेलो के कारणले लाग्छ ?

(उ) ठूलो हुरीबतास आएमा के हुन्छ ?

(ऊ) विपद् व्यवस्थापन भनेको के हो ?

पाठ २

# सामाजिक सङ्घ संस्थाहरु १

## हेरौँ, छलफल गरौँ र बुझौँ :

विद्यालय

सहकारी

अस्पताल

स्वस्थ्य चौकी

- तपाईँले यहाँ भएका कुन कुन संस्थहरू देख्नुभएको छ ? ती संस्थाहरू मध्ये कुन कुन संस्थाहरूबाट सेवा लिनुभएको छ ? साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

क

**पढौँ र छलफल गरौँ :**

समाजमा बसोबास गर्ने मानिसहरूलाई सेवा तथा सहयोग प्रदान गर्नका लागि स्थापित विभिन्न संस्थाहरू सामाजिक सङ्घ संस्थाहरू हुन् । हाम्रो पाखीबास नगरपालिकाभित्र पनि यस्ता धेरै सङ्घ संस्थाहरू रहेका छन् । सबै वडाहरूमा सबै किसिमका संस्थाहरू भने रहेका छैनन् । यहाँ हाम्रो नगरपालिकामा रहेका केही सामाजिक सङ्घ संस्थाहरूको बारेमा चर्चा गरिएको छ ।

(अ) विद्यालय :हामीले पढ्ने ठाउँ विद्यालय हो । विद्यालयमा गुरु तथा गुरुआमाहरूले पढाउनुहुन्छ । हाम्रो पाखीबास नगरपालिकाका सबै वडाहरूमा विद्यालयहरू रहेका

छन् । कुनै विद्यालय तीन कक्षासम्म पढाइ हुने रहेका छन् भने कुनै पाँच कक्षासम्म, कुनै आठ कक्षासम्म, कुनै दश कक्षासम्म र कुनै बाह्र कक्षासम्म पढाइ हुने रहेका छन् । विद्यालयहरू पनि सामुदायिक (सरकारी) र संस्थागत (निजी) रहेका छन् । सबै विद्यालयबाट हामीले उत्तिकै राम्रो शिक्षा पाउन सक्छौँ । शिक्षा पाएर नै हामी ज्ञानी र असल मान्छे बन्न सक्छौँ ।

(आ) सहकारी :हाम्रो पाखीबास नगरपालिकामा सहकारी संस्थाहरू पनि रहेका छन् । आफ्नो वरिपरि रहेका मानिसहरूले सामूहिक रुपमा काम गर्नका लागि सहकारीको स्थापना गरिएको हुन्छ । सहकारीमा पैसा बचत गर्न सकिन्छ, मिलेर व्यवसाय सञ्चालन गर्न सकिन्छ । त्यस्तै

आफूलाई आवश्यक परेको बेला ऋण लिन पनि सकिन्छ ।

(इ) अस्पताल : पाखीबास आधारभूत अस्पताल नाम भएको एउटा अस्पताल पनि हाम्रो पाखीबास नगरपालिकामा रहेको छ । यो नगरपालिकाको वडा नम्बर ४ स्थित जालपादेवी क्याम्पसको भवनमा रहेको छ । हामी बिरामी भएको बेला यो अस्पतालमा गएर उपचार गराउन सक्छौँ । हामीले सरकारबाट प्रदान गरिने निःशुल्क औषधी पनि यस अस्पतालबाट प्राप्त गर्न सक्छौँ ।

हाम्रो नगरपालिकाका सबै वडामा आधारभुत स्वस्थ्य केन्द्र तथा स्वस्थ्य चौकी रहेका छन् । त्यहाँबाट पनि हामीले आधारभुत स्वस्थ्य सेवा लिन सक्छौँ ।

**ख** उत्तर दिनुहोस् :

(अ) सामाजिक सङ्घ संस्थाको परिचय दिनुहोस् ।

(आ) तपाईंको वडामा माथि उल्लेख गरिएका कुन कुन सामाजिक सङ्घ संस्थाहरू रहेका छन् ?

(इ) तपाईंलाई घरबाट विद्यालय जान कति समय लाग्छ ?

(ई) विद्यालयबाट के कस्तो सेवा प्राप्त गर्न सकिन्छ ?

(उ) तपाईंको टोल वा छिमेकमा कुनै सहकारी संस्था रहेको छ ?

(ऊ) तपाईंलाई थाहा भएको कुनै एउटा सहकारी संस्थाको नाम बताउनुहोस्

(ए) हामीले सहकारीबाट पाउन सकिने कुनै एउटा सेवा के होला ?

(ऐ) तपाइँ बिरामी परेर कहिल्यै अस्पताल जानु भएको छ ?

(ओ) तपाइँको घरबाट सबैभन्दा नजिकैको स्वस्थ्य चौकी/केन्द्र जान कति समय लाग्छ ?

ग) **ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :**

(अ) सामाजिक संस्थाहरू हाम्रै हितका लागि सञ्चालन गरिएका हुन्छन् । ☐

(आ) हाम्रो वडामा पनि सामाजिक संस्थाहरू रहेका छन् । ☐

(इ) सहकारीबाट हामीले बिरामी हुँदा उपचार पाउछौँ । ☐

(ई) बिरामी हुँदा विद्यालय जानु पर्छ । ☐

(उ) अस्पतालबाट निःशुल्क औषधी पनि पाउन सकिन्छ । ☐

(ऊ) हाम्रो पाखीबास नगरपालिकाका सबै वडामा अस्पतालहरू रहेका छन् । ☐

(ए) विद्यालयबाट राम्रो शिक्षा पाएर हामी ज्ञानी र असल बन्न सक्छौँ । ☐

घ) **खाली ठाउँ भर्नुहोस् :**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| आर्थिक | विद्यालय | खेती | अस्पताल | सन्चो |
| सहकारी | गुरुआमा | बिक्री | पाखीबास | प्रश्न |
| स्वस्थ्य चौकी | | | | |

मनिषा घतानीको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ५ घोर्लिखर्कमा पर्छ । उनका बुवा गाउँमा नै रहेको कृषि ................... मा आबद्ध हुनु हुन्छ । सहकारीमा आबद्ध भएपछि मनिषाको परिवारको ................

अवस्था राम्रो भएको छ । उक्त सहकारीमा रहेका सम्पूर्ण सदस्यहरूले तरकारी .................. गरेका छन् । आफूले खाएर धेर भएको तरकारी ............... पनि सहकारीले नै गरिदिन्छ । मनिषा उनको घर नजिकै रहेको सामुदायिक ................... मा कक्षा ३ मा पढ्छिन् । मनिषा विद्यालयमा गुरु र ................. ले पढाउँदा ध्यान दिएर बस्छिन् । सबै विषयवस्तु आफ्नै गाउँघर तथा नगरपालिकाको हुने भएकाले उनलाई हाम्रो .................. विषय पढ्न ज्यादै मन पर्छ । उनी पढाएको बेला बुझ्निनन् भने .................. पनि सोधिरहन्छिन् । एक महिना अगाडि मनिषाकी बहिनीलाई ज्वरो आएको थियो । उनकी आमाले बिरामी बहिनीलाई घोर्लिखर्कमा रहेको .......................... मा लानुभयो । त्यहाँ स्वस्थ्यकर्मीले जाँच्दा निमोनिया भएको हुन सक्छ भनेर पाखीबास आधारभुत ................... लाने सल्लाह दिनु भयो । त्यहाँ डाक्टरले जाँचेर सात दिन खाने औषधी दिनु भयो । त्यसपछि बहिनीलाई ............. भयो ।

ङ आफ्नो विद्यालयको चित्र बनाउनुहोस् :

पाठ ३

# सामाजिक सङ्घ संस्थाहरु २

## हेरौं, छलफल गरौं र बुझौं :

- तपाईंले माथिका चित्रमा के के देख्नुभयो ? शिक्षक तथा साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

**क** पढौँ र छलफल गरौँ :

हामीले अघिल्लो पाठमा पाखीबासमा रहेका केही सामाजिक सङ्घ संस्थाहरूको बारेमा चर्चा गर्‍यौँ । अब यस पाठमा अन्य केही संस्थाहरूको बारेमा चर्चा गर्नेछौँ ।

**(अ) सामुदायिक वन :** कुनै व्यक्तिको निजी नभई पुरै गाउँ वा समुदायको नाममा रहेको वन सामुदायिक वन हो । हाम्रो पाखीबासमा यस्ता सामुदायिक वन धेरै रहेका छन् । हरेक घरपरिवार कुनै न कुनै सामुदायिक वनको उपभोक्ता रहेका छन् । सामुदायिक वनहरूले त्यस वनका उपभोक्ताहरूलाई घर बनाउन आवश्यक परेको समयमा काठ उपलब्ध गराउँछन् । सामुदायिक वनबाट घाँस, दाउरा, सोत्तर आदि पनि पाउन सकिन्छ । सामुदायिक वनमा आबद्ध भएका मानिसहरूका घरमा केही आपत् विपद् आएमा समूहका सबै सदस्यहरू मिलेर सहयोग पनि गर्छन् ।

**(आ) युवा क्लब :** हाम्रो नगरपालिकामा टोल टोलका युवाहरू मिलेर क्लब तथा युवा समूह निर्माण भएका छन् । त्यस्ता क्लबहरू कुनै सेवामुलक काममा संलग्न रहेका छन् भने कुनै खेलकुद, वातावरण संरक्षण आदिमा पनि संलग्न रहेका छन् । अहिले हाम्रा सबै विद्यालयहरूमा सगरमाथा टिन्स क्लब गठन पनि भएको छ । तपाईंका दाजुदिदीहरू त्यस क्लबमा आबद्ध पनि हुनुभएको छ । यस क्लबले विद्यार्थीहरूलाई स्वः अनुशासित

बनाउनुको साथै बिद्यार्थीहरूमा देखा परेका समस्या समाधानमा मद्दत गर्छ ।

त्यसैगरी कुनै टोलमा बाल क्लबहरू पनि रहेको छन् । विद्यालयमा पनि बाल क्लब, बाल सञ्जाल तथा बाल समूहहरू रहेका छन् । यी बाल क्लबहरूले विद्यालयमा भित्ते पत्रिका प्रकाशन गर्ने, विद्यालय वरिपरि सरसफाई गर्ने, विद्यालयमा अतिरिक्त क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने आदि काम गर्दै आएका छन् ।

(इ) खोप केन्द्र : विभिन्न रोगको बिरुद्ध हामीलाई खोप लगाउनको लागि अस्थायी रुपमा खोप केन्द्रहरू राखिएका हुन्छन् । हाम्रो पाखीबासमा पनि वडामा रहेका स्वास्थ्य चौकी, स्वास्थ्य केन्द्र, अस्पतालको अतिरिक्त विद्यालय, सहकारी भवन, चौतारा आदिमा खोप केन्द्र सञ्चालन गरेको देखिन्छ । भिटामिन 'ए' क्यप्सुल, हात्तीपाइलेको औषधी ती नै खोप केन्द्रमा खुवाउने गरिन्छ । कोरोना भाइरस बिरुद्धको खोप पनि खोप केन्द्रमा लगाएको हामीले देखेका छौँ । तपाईंको टोल वा गाउँमा पनि यस्ता खोप केन्द्रहरूमा खोप दिएको देख्नुभएको र खोप केन्द्रमा गएर कुनै औषधी वा खोप लिनु भएको होला ।

**ख** उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईंको घर नजिक रहेको सामुदायिक वनको नाम लेख्नुहोस् ।

(आ) तपाईंको परिवारलाई सामुदायिक वनबाट के कस्तो फाइदा भएको छ ?

(इ)तपाईंको टोलमा कुनै युवा अथवा बाल क्लब रहेको छ ?

(ई) तपाईं कुनै बाल क्लबको सदस्य हुनुहुन्छ ?

(उ) तपाईंको टोल अथवा वडामा भएको युवा क्लबले गर्ने कुनै

एउटा काम उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ऊ) तपाईंको वडामा कहाँ कहाँ खोप केन्द्र रहेका छन् ?

(ए) तपाईंले खोप केन्द्रबाट के सेवा लिनु भएको छ ?

(ऐ) खोप केन्द्रबाट कसले सेवा प्रदान गर्नु हुन्छ ?

ग जोडा मिलाउनुहोस् :

| संस्थाको नाम | संस्थाले गर्ने काम |
|---|---|
| (अ) सामुदायिक वन | (१) विद्यार्थीहरूलाई स्वः अनुशासित बनाउने |
| (आ) बाल क्लब | (२) भिटामिन ए क्यप्सुल |
| (इ) युवा क्लब | (३) घाँस, दाउरा, सोत्तर |
| (ई) सगरमाथा टिन्स क्लब | (४) खेलकुद आयाजना |
| (उ) खोप केन्द्र | (५) भित्ते पत्रिका प्रकाशन |

एकाइ आठ

# पाखीबासको पररम्परागत उपचार पद्धति

पाठ १

# सियोले खोपेर गरिने उपचार

## हेरौँ, पढौँ र बुझौँ :

फोहोर टेकेर चिलाएर घाउ भएको । यसलाई सियो वा काँडोले घोचेर पिप फाल्नु पर्छ ।

फोहोर टेकेर चिलाएर ससाना फोका उठेको भएर तातो पानीमा नुन राखेर सेकाउँदै गरेको ।

घरको गारो लगाउन ढुङ्गा मिलाउँदा मार्तलले लागेर रगत पिल्लिएको र घाउ भएको । अब यसलाई सियो वा काँडाले छेडेर पिल्लिएको रगत फाल्दा सन्चो हुन्छ ।

क

**तलका घटनाहरुलाई अध्ययन र छलफल गरौं :**

### घटना १

गोपालमणीका बुवा गिटी फुटाउने काम गर्नुहुन्छ । एक दिन गिटी फुटाउँदा उहाँको बायाँ हातको चोरी औँलामा मार्तलले लागेर रगत पिल्लिएको थियो । बाहिरको छाला नफुटेकाले रगत आउन पाएन । अर्को दिन रगत पिल्लिएको ठाउँमा धेरै दुखेकाले उहाँले छालामा काँडाले छेडेर रगत निकालेर फाल्नु भयो । कालो भएकोरगतफालेपछि उहाँलाई सन्चो भयो ।

### घटना २

रेणुकाका बुवाले उनलाई बजारबाट नयाँ जुत्ता  किनेर ल्याइ दिनुभएको थियो । प्लाष्टिकको जुत्ता अलि साँगुरो थियो तर पनि नयाँ जुत्ता भेटेपछि रेणुकाले नलगाई बस्न मानिन् । त्यही जुत्ता लगाएर पारिगाउँका साथीसँग खेल्न गइन् । हिड्दा र खेल्दा उनका खुट्टा दुखिरहे । घरमा आएर हेर्दा जुत्ताले चेपेर खुट्टामा फोका उठेको रहेछ फोकामा पानी पनि भरिएको थियो । उनकी आमाले सुन्तलाको काँडाले फोका फुटाइ दिनुभयो र रेणुकालाई सन्चो पनि भयो ।

### घटना ३

केदारकी आमाको ढाडमा पिलो आएको थियो । पछाडि भएकाले उहाँ आफूले देख्न र छुन पनि सक्नु हुन्नथियो । पिलो पाकेपछि केदारकी दिदीले बजारबाट एउटा नयाँ सियो किनेर ल्याएर उक्त पिलोको बाहिरपट्टि छेडिदिइन् । अनि उनले अलि अलि निचोरे पछि पिलोको सबै पिप र रगत बाहिर निस्कियो ।

ख

माथिका घटनाको आधारमा उत्तर दिनुहोस् :

(अ) गोपालमणीका बुवा के काम गर्नु हुन्छ ?

(आ) गोपालमणीका बुवाको चोरी औँलामा के भएको थियो ?

(इ) गोपालमणीका बुवाले पिल्लिएको रगत के गरेर फाल्नु भयो ?

(ई) रेणुकालाई उनका बुवाले केका जुत्ता ल्याइदिनु भयो ?

(उ) हिड्दा र खेल्दा रेणुकाका खुट्टा किन दुखेका रहेछन् ?

(ऊ) केदारकी आमालाई के भएको थियो ?

ग

पहिला पहिला चोटपटक लाग्दा कसरी उपचार गर्नुहुन्थ्यो भनी अभिभावकलाई सोधेर लेख्नुहोस् र कक्षामा साथीहरुलाई सुनाउनुहोस् :

पाठ २

# जडिबुटिबाट गरिने उपचार

## हेरौँ, छलफल गरौँ र बुझौँ :

क

## गौतम बाजेको उपचार गर्ने तरिका पढौँ :

हालको पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर १ सान्नेमा करिब तीस वर्ष पहिला एक जना गौतम थरका बृद्ध हुनु हुन्थ्यो । उहाँलाई सबैले गौतम बाजे भनेर चिन्थे । उहाँ ज्योतिष तथा धामी हुनुहुन्थ्यो । उहाँ जडिबुटिबाट बिरामीको उपचार पनि गर्नुहुन्थ्यो । पेट दुखेमा हर्रो, मेथि खाने सल्लाह दिनुहुन्थ्यो । घाँटी दुखेमा जाइका पात तथा सयपत्री फूल पानीमा उमालेर रस खाने सल्लाह दिनुहुन्थ्यो । हात खुट्टा भाँचिएमा वा मर्किएमा भुईंचम्पा लगाएर नेपाली कागज लगाएर आफैँ बाँधिदिनु हुन्थ्यो । ज्वरो आउँदा चिराइतो पानीमा भिजाएर उक्त पानी खाने, आउँ परेमा फर्सी खाने सल्लाह पनि दिनुहुन्थ्यो ।

पेट तथा पिसाब पोलेमा गुर्जोको लहरो र घोडताप्रे कुटेर पानीमा रस बनाएर खाने, हलुणेको बोक्रो कुटेर रस बनाएर खाने कुरा पनि उहाँले सबै गाउँलेलाई बताउनु भएको थियो । हाम्रो गाउँघरमा सबै किसिमको औषधी रहेको छ तर त्यसलाई हामीले चिन्न नसकेको भनाई गौतम बाजेको थियो । कुनै घाउमा पिल्लीएको रगत भएमा जुकालाई रगत चुसाएर निको पार्नुपर्छ भन्ने पनि उहाँको भनाइ रहेको थियो ।

ख

## तल दिएका उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| काटेको | औँला | रस | घाँस | रगत |

बिक्रम र उनकी दिदी बिनीता ........... काट्न जङ्गल गएका थिए । हसियाले घाँस काटिरहेको बेला बिक्रमको कान्छी .........काटेर चोट लाग्यो । काटेको ठाउँबाट ................. बग्न थाल्यो । बिनीताले भाइलाई हात

ठाडो पारेर माथि गर्न लगाइन् अनि हतार हतार नजिकै रहेको उनिऊँको पात टिपेर माडिन् । उनले बिक्रमको हात ............ ठाउँमा माडेको उनिऊँको ............ लगाइदिइन् र आफ्नो सलले बाँधिदिइन् ।

## ग पढौँ र बुझौँ :

पहिला पहिला अहिलेको जस्तो धेरै अस्पतालहरू थिएनन् । बिरामी हुँदा मानिसहरू गाउँघरमा भएका धामी झाँक्रीकहाँ जाने गर्थे । धामी झाँक्रीको विश्वासको कारणले केही सामान्य रोगहरू निको भएता पनि ठुला रोगहरू भने निको हुँदैन थियो । कुनै कुनै धामीहरूले जडिबुटि पनि चलाउन जान्दथे । गाउँघरमा आफ्नै वरपर बारी, भिरपाखा, खोलाखाल्सा आदि ठाउँमा भएका झारपातबाट पनि उपचार गर्ने प्रचलन थियो । हाम्रो वरपर रहेका धेरै झारपातहरू औषधीय गुण भएका छन् । ती औषधीय गुण भएका झारपातहरू कुन बिरामीका लागि कुन उपयुक्त हुन्छ भनेर चिनेर उपयोग गर्ने हो भने हामीलाई धेरै फाइदा हुन्छ । अहिले बजारमा किन्न पाइने औषधीको कच्चा पदार्थ जमिनमा नै पाइने वस्तुहरू हुन् र तिनीहरूलाई कारखानामा प्रशोधन गरेर बनाइएको हुन्छ । हाम्रो गाउँघरमा पाइने खानामा पनि यस्ता औषधीय गुण पाइन्छ र त्यस्ता वस्तुहरू खाइरहेका हुन्छौँ । जस्तै : बेसार, अदुवा, लसुन, टिमुर, हर्रो, बर्रो, अमला, अलैंची, बोझो, मह आदि ।

## घ उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईंको घरमा कोही बिरामी भएमा उपचार गर्न कहाँ जानुहुन्छ ?

(आ) अभिभावक अथवा शिक्षकलाई सोधेर तपाईंको गाउँघरमा रहेको पहिलाको उपचार पद्धतिको बारेमा पाँच वाक्य लेख्नुहोस् ।

एकाइ नौ

# पाखीबासको इतिहास

पाठ १

# नामाकरण

## हेरौँ, पढौँ र बुझौँ :

पहिला अहिलेको जस्तो यातायातको सुविधा नहुँदा मानिसहरू पैदल यात्रा गर्नुपर्थ्यो । पैदल यात्रा गर्दा बाटोमा बास बस्नुपर्दा अहिलेको जस्तो होटल तथा लजहरू पनि थिएनन् । त्यसैले बटुवाहरू रुखका छहारी तथा पाटीमा बास बस्ने गर्दथे । बटुवाहरू बास बस्ने एउटा ठाउँ हाम्रो पाखीबास पनि थियो । यी तस्विरहरू वि. सं. २०२८ तिर पाखीबास हुँदै भोजपुरतिर जाने तथा भोजपुरतिरबाट यता आउदै गरेका मानिसहरूका हुन् ।

क

## पढौँ र छलफल गरौँ :

यो नगरपालिकाको नाम कसरी पाखीबास रह्यो भन्ने विषयमा विभिन्न भनाइहरू रहेका छन् पाखी र बास गरी दुईवटा शब्दबाट पाखीबास शब्दको निर्माण भएको हुनसक्छ भन्ने भनाई बढि सान्दर्भिक देखिन्छ। जहाँ पाखी भनेको पाखी नाम गरेको कुनै रुख र बास भनेको राति बास बस्नु भन्ने हुन्छ । पहिला धनकुटा, तेह्रथुम आदि ठाउँबाट भोजपुर हुँदै काठ्माडौंसम्म जाने र त्यहाँबाट आउने मानिसहरू यही पाखीबासको बाटो हुँदै हिड्ने गर्थे । साथै धनकुटाका विभिन्न ठाउँ ताथा संखुवासभाको चैनपुरतिरका मानिसहरूको पनि यहीँबाट हिड्ने गर्थे । स्थानीय बुढापाका तथा जानकारहरूको भनाइ अनुसार हालको पाखीबास बजारमा कुनै बस्ती नबसेको अवस्थामा बटुवाहरू यहाँ आइपुग्दा साँझ पर्ने भएकोले बास बस्नका लागि पाखी नामको ठूलो रुखको मुनी बास बस्ने चलन थियो । यसरी पाखीको बोट मुनि बास भन्दा भन्दै कालान्तरमा अपभ्रंश हुँदै पाखीबास हुन गएको भनाइ रहेको छ।

पहिला पाखीबास गाउँ विकास समिति हुँदा रहेको नाम नै अन्य गाउँ विकास समिति जोडिएर नगरपालिका भएपछि पनि कायम रहन गयो ।

ख

उत्तर दिनुहोस् :

(अ) पाखीबासको नामाकरणको सन्दर्भमा पाखीको अर्थ बताउनुहोस् ।

(आ) बासको अर्थ बताउनुहोस् ।

(इ) तपाईँले पाखीबास बजार देख्नुभएको छ ?

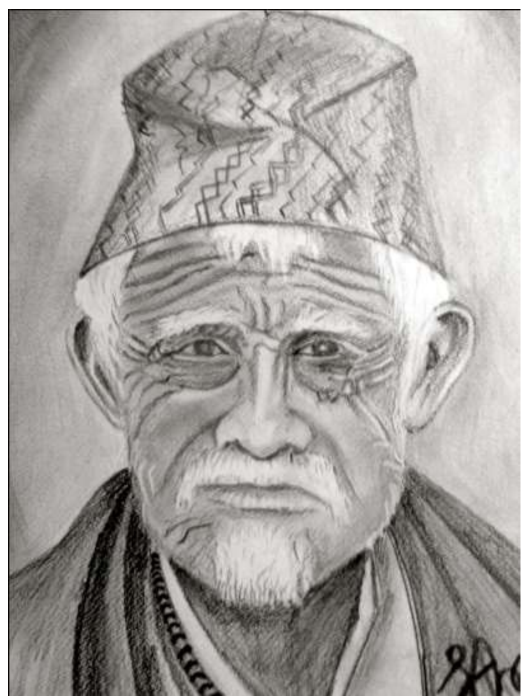
(इ) पाखीबास बजारमा पहिला बस्ती थियो कि थिएन ?

(उ) तपाईँको अभिभावक अथवा छरछिमेकमा भएका बृद्ध व्यक्तिलाई सोधेर पाखीबास नामाकरणको बारेमा लेख्नुहोस् र शिक्षक तथा साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

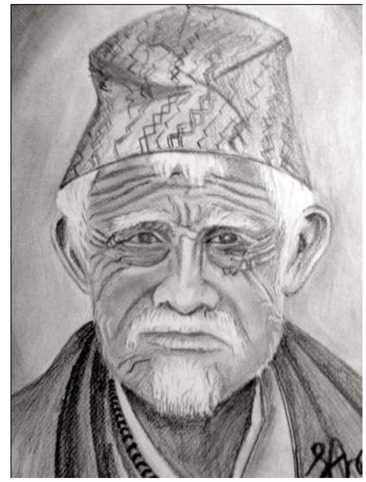
पाठ २

# ऐतिहासिक वस्तु तथा व्यक्तित्व

## हेरौँ र बुझौँ :



## क गीत गाऔँ :



हाम्रो समाजका पुराना व्यक्ति
पाखीबास निर्माणका यी नै हुन् शक्ति ।
यी व्यक्तिहरू हुन् सबैको साझा
ऐतिहासिक भनेर चिनिन्छन् आज ।

पुराना वस्तु, स्मारक तथा पाटि
पूर्खाको झल्को दिन्छन् यिनले साथी ।
हाम्रो विद्यालय पनि हो यहाँको पहिचान मान
यसको निर्माणमा ककस्को छ भूमिका जान ।

## ख ठीक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(अ) पुराना पहिचान भएका वस्तु वा स्थानलाई ऐतिहासिक वस्तु भनिन्छ । ☐

(आ) अहिलेको समयमा भएका मानिसहरूलाई ऐतिहासिक व्यक्तित्व भनिन्छ । ☐

(इ) ऐतिहासिक व्यक्तित्वले हाम्रो समाज निर्माणमा भूमिका खेलेका हुन्छन् । ☐

(ई) भुल्केदेवी हाम्रो ऐतिहासिक वस्तु अन्तर्गत पर्छ । ☐

ग

## पढौँ र बुझौँ :

यो माथिको फोटो स्वर्गीय गोर्ख बहादुर निरौलाको हो । उहाँ पाखीबास बजार नजिकै रहेको निरौला टोलमा जन्मनु भएको थियो । उहाँ अहिले हामी माझ रहनु हुन्न तर उहाँलाई पनि एक समाज सेवीका रुपमा चिन्छौँ । उहाँले पाखीबास बजारमा रहेको जालपादेवी माध्यमिक विद्यालय स्थापनाको लागि निकै महत्वपूर्ण भूमिका खेल्नु भएको थियो र वि. सं. २०१६ सालमा उक्त विद्यालय स्थापना भयो । विद्यालय स्थापना भएको कारण धेरै मानिसले शिक्षा प्राप्त गर्ने अवसर पाइरहेका छन् । हाम्रो गाउँ तथा टोलमा पनि स्वर्गीय गोर्ख बहादुर निरौला जस्ता बिगतमा समाज सेवामा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने मानिसहरु हुनुहुन्छ । उहाँहरुले दिएको योगदानको कारणले हामीहरुले शिक्षा, स्वास्थ्य जस्ता सुविधा प्राप्त गरिरहेका छौँ । विगतमा समाजको भलाइका लागि काम गर्ने यस्ता ऐतिहासिक व्यक्तिहरुलाई हामीले कहिल्यै भुल्न हुँदैन । हामीले पनि उहाँहरुले जस्तै समाजको भलाई हुने काम गर्नु पर्छ ।

घ

उत्तर दिनुहोस् :

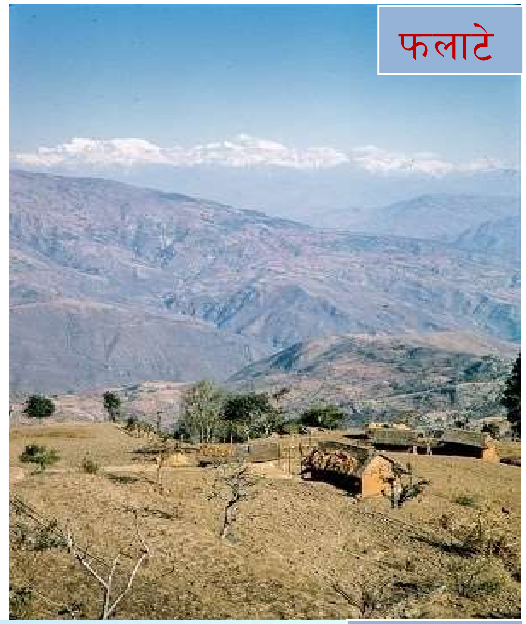
(अ) कस्ता मानिसलाई ऐतिहासिक व्यक्तित्व भनिन्छ ?

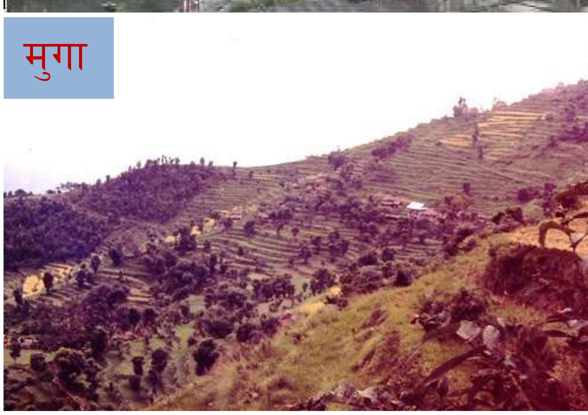
(आ) तपाईँको टोल तथा छिमेकका कुनै एक जना ऐतिहासिक व्यक्तिको नाम तथा उहाँले गरेको योगदानको बारेमा सात वाक्यमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

(इ) तपाईँको वडामा भएका ऐतिहासिक वस्तुहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

# पाठ ३ नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडिको पाखीबास

हेरौँ, चिनौँ र छलफल गरौँ :





○ तपाईँको घर र विद्यालययी मध्ये कुन क्षेत्रमा पर्छन् ?

## क पढौँ र छलफल गरौँ :

नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडिको पाखीबास गाउँ विकास समितिको नक्सा

वि. सं. २०७१ भन्दा अगाडि पाखीबास एउटा गाउँ विकास समितिका रुपमा रहेको थियो । अहिलेको वडा नम्बर ३ र ४ मात्र उक्त गाउँ विकास समितिमा पर्थे । वि. सं. २०७१ मा नगरपालिका भएपछि छिमेकी गाउँहरू सान्ने, घोर्लिखर्क, फलाटे र मुगा पनि पाखीबास नगरपालिकाभित्र राखिए । त्यसपछि वि. सं. २०७३ मा चुङ्माङलाई पनि जोडेर अहिलेको पाखीबास नगरपालिका निर्माण भएकोछ । यी सबै गाउँहरू जोडेर एउटा नगरपालिका बनाएपछि नाम पनि पाखीबास नै राखिएको छ । पहिला त्यस्ता गाउँहरूलाई गाउँ विकास समिति भनिन्थ्यो । प्रत्येक गाउँ विकास समितिका आ-आफ्नो छुट्टाछुट्टै नाम हुन्थे । अहिले नगरपालिकाको प्रमुख तथा उप प्रमुख भने जस्तै गाउँ विकास समितिमा अध्यक्ष र उपाध्यक्ष रहने व्यवस्था थियो । पहिलाका गाउँ विकास समितिहरू अहिले पाखीबास नगरपालिकाका एउटा वा दुई ओटा वडा भएका छन् । हाम्रो

सम्पूर्ण वडाहरु भएको अहिलेको पाखीबास नगरपालिकाको नक्सा

पाखीबास नगरपालिकाको केन्द्र पाखीबास बजारलाई नै बनाइएको छ र नगरपालिकाको कार्यालय पनि यहीँ रहेको छ ।

ख उत्तर दिनुहोस् :

(अ) नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडि पाखीबास के थियो ?

(आ) पहिलाको पाखीबास गाउँ विकास समितिमा अहिको पाखीबास नगरपालिकाका कुन कुन वडाहरू रहेका थिए ?

(इ) पाखीबास नगरपालिका कहिले बनेको हो ?

(ई) पाखीबास नगरपालिका हुँदा मिसिएका गाउँ विकास समितिहरू कुन कुन हुन् ?

(उ) पाखीबास नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडि तपाईंको घर कुन गाउँ विकास समितिमा पर्थ्यो ?

(ऊ) पाखीबास नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडि तपाईंको विद्यालय कुन गाउँ विकास समितिमा पर्थ्यो ?

(ए) गाउँ विकास समितिको प्रमुखलाई के भनिन्थ्यो ?

ग उपयुक्त शब्द राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

मेरो घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ............ मा पर्छ । नगरपालिका हुनुभन्दा अगाडि हाम्रो वडा ................ गाउँ विकास समिति अन्तर्गत पर्थ्यो । उक्त गाउँ विकास समितिमा जम्मा ............. ओटा वडा रहेका थिए । गाउँ विकास समितिलाई छोटकरीमा ................ भनिन्थ्यो । हाम्रो गाविसको कार्यालय ................... मा रहेको थियो ।

एकाइ दश

# पाखीबासको भूगोल

पाठ १

# हावापानी

## हेरौँ, चिनौँ र छलफल गरौँ :

### छलफलका लागि प्रश्नहरू

(अ) माथिका चित्रमा कस्तो हावापानीका क्षेत्रहरू देखाइएको छ ?

(आ) पहिलो चित्रमा के भएको देखिन्छ ?

(इ) दोस्रो चित्रमा मानिसहरूले के गरेको देख्नु हुन्छ ?

(ई) चित्रमा भएको खोलो जाडो कि गर्मि क्षेत्रको होला ?

(उ) चित्रमा भएको जङ्गल जाडो कि गर्मी क्षेत्रको होला ?

(ऊ) तपाइँको घर कस्तो हावापानी क्षेत्रमा पर्छ ?

क

**पढौँ र छलफल गरौँ :**

## अवस्था १

कबिन्द्र गिरीको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ८ घामेमा पर्छ । यहाँवर्षको धेरै समय गर्मी हुन्छ । त्यसैले कबिन्द्र वर्षको धेरै समय पातला लुगा लगाएर बस्छन् । विद्यालय जाँदा पनि सर्ट, पाइन्ट र चप्पल लगाउँछन् । हिउँदमा पुस, माघ महिनामा भने केही चिसो हुने भएकाले उनी पातलो स्वेटर र जुत्तामोजा पनि लगाउँछन् । यहाँ वर्षा याममा आकासबाट पानी परेपछि चाँडै सुक्छ र गर्मी भैहाल्छ । कबिन्द्रको घर नजिकै साल, सिमल, खयर, जामुना आदिका रुखहरू पाइन्छन् । त्यहाँ धान, मकै, कोदो, मास, भटमास आदिको खेती हुन्छ । आँप, लिची, कटहर, केरा आदि फलफूल राम्रोसँग फल्छन् । यो बेंसी भएकाले अन्न पाक्नका लागि धेरै लामो समय लाग्दैन । यहाँ मकै लगाएको तीन महिनामा पाकिसक्छ ।

## अवस्था २

राधिका पराजुलीको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर १० चप्लेटी, चुङ्माङमा पर्छ । यहाँ वर्षाको समयमा केही गर्मि हुन्छ भने हिउँदको समयमा निकै चिसो हुन्छ । वर्षाको समयमा सर्ट, फ्रक र चप्पल लगाएर विद्यालय जाने राधिका कात्तिक महिनादेखि फागुन महिनासम्म बाक्ला ज्याकेट, स्वेटर, सुरुवाल, जुत्तामोजा पनि लगाउँछिन् । उनको घर नजिकै सल्ला, चिलाउने, कट्टुस, मौवा, उत्तिस आदिका रुखहरू रहेका छन् । यो ठाउँ धेरै बेँसी पनि होइन र लेक पनि होइन, यो कछाड क्षेत्र हो । यहाँ वर्षा याममा पानी नपरेको बेला अलि अलि गर्मि हुन्छ भने पानी परेपछि शितल हुन्छ । अलि अलि धुमिएको पनि हुन्छ । यहाँ अन्न पाक्न बेँसीको

भन्दा लामो समय लाग्छ तर लेकको भन्दा छिटो हुन्छ । यहा मकै लगाएको चार महिना जतिमा पाक्छ ।

### अवस्था ३

सुमित्रा कार्कीको घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ४ राम्चेमा पर्छ । यहाँ वर्षभरि नै चिसो हुन्छ । वर्षाको समयमा यो क्षेत्रमा धेरै जसो कुहिरो लागिरहन्छ र पानी पनि परिरहन्छ । त्यसैले यहाँ बाक्ला लुगा लगाउनु पर्छ । राधिकाको गाउँमा कहिलेकाहीँ हिउँदमा हिउँ परेको पनि उनले देखेकी छिन् । हिउँदको समयमा त उनलाई चिसो पानी छुन मन पनि लाग्दैन । उत्तिस, लेकाली सल्ला जस्ता रुखहरू उनको घर नजिकै पाइन्छन् । बारीमा लगाएको मकै पाक्न छ महिना भन्दा बढि समय लाग्छ । यो लेक भएकाले हिउँदमा तुसारो पनि पर्छ ।

**ख** ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(अ) लेकको हावापानी बेँसीको भन्दा चिसो हुन्छ । ☐

(आ) लेकमा बालीनाली पाक्न धेरै समय लाग्दैन । ☐

(इ) बेँसीको हावापानी चिसो हुन्छ । ☐

(ई) बेँसीमा तुसारो पनि पर्छ । ☐

(उ) हावापानी अनुसार रुखहरू पनि फरक फरक किसिमका पाइन्छन् । ☐

(ऊ) हावापानी जस्तो भए पनि हामीले एकै किसिमका लुगा लगाउन सकिन्छ । ☐

(ए) बेँसीमा आँप, कटहर, लिची जस्ता फलफूलहरू फलाउन सकिन्छ । ☐

ग

उत्तर दिनुहोस् :

(अ) तपाईँको घर कस्तो हावापानीको क्षेत्रमा पर्छ ?

(आ) तपाईँलाई गर्मी मन पर्छ कि जाडो ?

(इ) लेकमा बस्ने मानिसहरूले कस्ता लुगा लगाउछन् ?

(ई) बेँसीमा कुन कुन जातका रुखहरू पाइन्छन् ।

ग

तपाईँको आफ्नो गाउँ/टोलको अवस्था अनुसार खाली ठाउँ भरी अनुच्छेद पूरा गर्नुहोस् :

हाम्रो घर पाखीबास नगरपालिका वडा नम्बर ............ को ................. गाउँ/टोलमा पर्छ । हाम्रो गाउँ/टोलको हावापानी ................ किसिमको रहेकोछ । हाम्रो गाउँ/टोलको नजिक रहेको गाउँ/टोलको नाम ............. हो । त्यहाँ हाम्रोमा भन्दा ................. हुन्छ । हामी जाडो महिनामा ............. लुगा लगाउछौँ भने गर्मी महिनामा ............. लुगा लगाउछौँ । धेरै जाडो हुँदा ................ पनि ताप्छौँ । हाम्रो घरको वरिपरि ............, ................, .................... आदिका रुखहरू पाइन्छन् ।

पाठ २

# भू-बनोट

## हेरौँ, चिनौँ र छलफल गरौँ :

- माथिका चित्रहरूको भू-बनोट कस्तो कस्तो किसिमको होला ?
- तपाइँले यस्ता सबै किसिमका भू-बनोट देख्नुभएको छ ?

## क पढौँ र छलफल गरौँ :

हाम्रो पाखीबास पहाडी क्षेत्रमा पर्छ र यहाँको जमिन सबै ठाउँमा एकै किसिमको छैन । कतै समथर रहेको छ भने कतै अग्ला डाँडा, भिर, पाखा, खोँच, गल्छी पनि रहेका छन् । जमिनको यहि असमान अवस्थालाई हामी भू-बनोट भन्छौँ । जमिन ढुङ्गामाटो मिलेर बनेको हुन्छ ।हामीले खेतबारीमा हेर्‍यौँ भने त्यहाँ माटो ज्यादा देख्छौँ तर भिर पाखामा ढुङ्गा धेरै भएको देखिन्छ । ठूला खोलाको वरिपरि सम्म परेको मैदान पनि रहेको देखिन्छ । भू-बनोट अनुसार जमिनको उपयोग गरिएको हुन्छ । समथर ठाउँमा खेती गर्ने तथा घर बनाउने गरिन्छ भने भिरालो जमिनमा वनजङ्गल हुन्छ । धेरै ठुलाठुला ढुङ्गा भएको क्षेत्रमा रुखबिरुवा उम्रिन नसकी त्यसै खाली पनि हुन्छ । कुनै क्षेत्रको भू-बनोट दह्रो हुन्छ भने कतैको कमजोर किसिमको हुन्छ । कमजोर भू-बनोट भएको क्षेत्रमा पहिरो तथा भू-क्षय जाने डर बढी हुन्छ । त्यसैले त्यस्ता ठाउँमा घर बनाएर वस्नु खेती गर्नु राम्रो मानिँदैन ।

## ख उत्तर दिनुहोस् :

(अ) भू-बनोट भनेको के हो ?

(आ) तपाईंको घर कस्तो भू-बनोट भएको ठाउँमा रहेकोछ ?

(इ) के तपाईंको वडाको भू-बनोट एकै किसिमको रहेकोछ ?

(ई) कस्तो भू-बनोटमा कृषि गरेमा उब्जनी धेरै हुन्छ ?

(उ) कस्तो भू-बनोट भएको क्षेत्रमा पहिरो जाने डर बढि हुन्छ ?

ग जोडा मिलाउनुहोस् :

भिर

पाखा

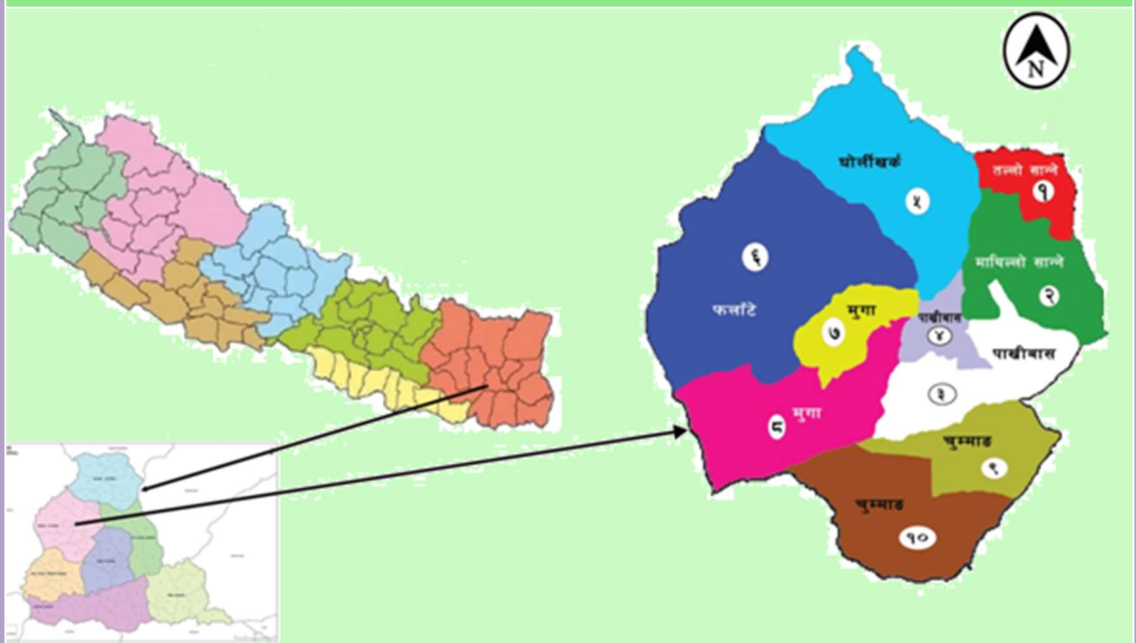
खेतको गह्रा

पहाडको टाकुरा

खोँच

ढुङ्गा भएको क्षेत्र

# नेपाल, धनकुटा जिल्ला र पाखीबास नगरपालिकाको नक्सा




पाखीबास नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

पाखीबास, धनकुटा