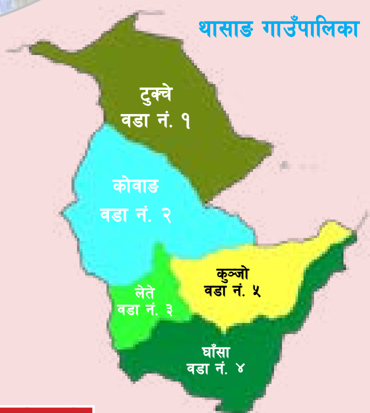
हाम्रो थासाङ : हाम्रो गौरव

कक्षा २

(स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित पाठ्यपुस्तक)



प्रकाशक

थासाङ गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

कोवाङ, मुस्ताङ

प्रकाशकः थासाङ गाउँपालिका, कोवाङ, मुस्ताङ

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

लेखन, सम्पादन तथा डिजाइन् : अनन्तराज आचार्य
मंगलसिंह पुन
रत्नमान गौचन

प्रारम्भिक मस्यौदा लेखनः
गोविन्द प्रसाद श्रेष्ठ, गिरीसिंह शेरचन,
कृष्ण प्रसाद सुवेदी, अवन तुलाचन
निरोज गौचन, शारदा गौचन,
विष्णु थकाली, गोविन्द दर्जी
उदय नेपाली, राम परियार
स्मृति शेरचन (राई)

प्राविधिक सहयोगः धर्मराम खनाल

मुद्रणः धौलागिरी अफसेट प्रेस, बागलुङ

थासाङ गाउँपालिका

स्थानीय पाठ्यपुस्तक

कक्षा २

विद्यार्थीको नाम:	
विद्यालयको नाम:	
विद्यालयको ठेगाना:	
अभिभावकको नाम:	
अभिभावकको फोन नं.:	
विषय शिक्षकको नाम:	

प्रकाशकीय

नेपालको संविधान, राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ र स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ को मर्म, भावना र नीतिगत व्यवस्था अनुसार स्थानीय स्तरको जीवनोपयोगी ज्ञान, सीप र प्रविधि समावेश गरी स्थानीय पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक निर्माण गरी आधारभूत तहका विद्यालयहरुमा लागु गर्ने व्यवस्था छ। यसै व्यवस्था बमोजिम २०७९ मा स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी विद्यालयहरूमा सिकाइ क्रियाकलापहरु सञ्चानल हुँदै आएकोमा विद्यार्थीहरुको हातहातमा पाठ्य सामाग्री नहुँदा सिकाइ क्रियाकलापलाई प्रभावकारी बनाउन नसकिएको भन्ने गुनासोलाई हृदयङ्गम गरी थासाङमा लामो समयसम्म शिक्षण पेशामा रही अध्यापन गर्नु भएका, थासाङको मौलिक विशेषताको ज्ञान भएका अनुभवी शिक्षक तथा प्रधानाध्यापकहरुको विज्ञतालाई उपयोग गरी शैक्षिक सत्र २०८२ देखि लागू गर्ने गरी कक्षा १-५ को पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको हो।

पाठ्यपुस्तकमा थासाङको पहिचान खुल्ने गरी यस क्षेत्रको भाषा, धर्म, संस्कृति, वातावरण, आर्थिक क्रियाकलाप, स्थानीय प्रविधिसँगै प्राकृतिक सम्पदा र विविधता जस्ता विषयहरु समेट्ने प्रयास गरिएको छ। तथापि प्रारम्भिक अभ्यास भएकोले कयौं विषयहरू छुटेका हुन सक्छन्। समावेश भएका विषयहरूमा कयौं त्रुटि हुन सक्छन्। तिनलाई समायानुकूल संशोधन र परिमार्जन गरी अझै परिष्कृत रुपमा प्रकाशन गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गर्दछौं। अर्को संस्करणका लागि उचित सुझाव र सहयोगको अभिलाषा राख्दै यस पाठ्यपुस्तकबाट आधुनिक ज्ञान विज्ञानको दक्षता सँगै स्थानीय विषयवस्तुको ज्ञान भएका दक्ष नागरिक तयार हुने अपेक्षा गरेका छौं।

अन्तमा पुस्तक लेखन तथा सम्पादनमा अहोरात्र खट्नुभएका प्रधानाध्यापक तथा शिक्षकहरुलाई हृदयदेखि नै धन्यवाद दिन चाहान्छौं।

<u>प्रकाशक:</u>
थासाङ गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
कोबाङ, मुस्ताङ।

हाम्रो भनाइ

पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक निर्माण गर्ने प्रकृया जटिल प्रकृया हो। पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकमा समावेश गर्ने विषय समकालीन समाजको आवश्यकता र विद्यार्थीको रूची र उमेरमा केन्द्रित हुनुपर्छ। संस्कार, संस्कृति र भाषा जीवनका महत्वपूर्ण पक्ष हुन्। सीप र प्रविधि आजको आवश्यकता हो। त्यसैले जन्मदेखि मृत्यपर्यन्त काम लाग्ने जीवनोपयोगी ज्ञान, सीप र प्रविधिलाई पाठ्य सामग्रीमा कुनै न कुनै रुपमा स्थापित गराउनु चुनौतिपूर्ण कार्य हो। तथापि स्थानीय पाठ्यक्रमले निर्देश गरे बमोजिमका विषयवस्तुहरु समेट्ने प्रयास गरेका छौं।

पाठ्यपुस्तक स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित भएको हुँदा थासाङ गाउँपालिकाको परिवेश र सेरोफेरो नछुटोस् भनेर हेक्का राखिएको छ। तथापि हाम्रो विज्ञताले नभेटेका, नदेखिएका र अनुभव नगरिएका कैयौं विषयहरु छुटेका हुन सक्छन्। छुटेका विषयहरु रहेछन् भने शिक्षक मित्रहरुले यसै पाठ्यपुस्तकको अंग मानि सिकाइ क्रियाकलाप गराउनुहुने छ भन्ने अपेक्षा गरेका छौं। पाठ्यपुस्तक तयार गर्न प्रारम्भिक मस्यौदा लेखन तथा सामग्री संकलन गर्न क्रियाशील रहनुभएका शिक्षक मित्रहरू साधुवादका पात्र हुनुहुन्छ।

अन्तमा पाठ्यपुस्तक लेखन तथा सम्पादनको भूमिका दिएर थप सिक्ने सिकाउने अवसर दिनुभएकोमा गाउँपालिकाका अध्यक्ष श्री प्रदीप गौचन, उपाध्यक्ष श्री सोमल हिराचन, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत श्री बिकाश परियार, पाँच ओटै वडाका वडा अध्यक्ष र कार्यपालिकाका सम्पूर्ण सदस्य लगायत लेखा अधिकृत शकुन्तला अधिकारी, शिक्षा शाखाका प्रमुख श्री धर्मराज खनाल र आ.ले.प. अधिकृत श्री सुरेन्द्र पौडेल प्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछौं।

लेखन तथा सम्पादन मण्डल

अनन्तराज आचार्य

मंगल सिंह पुन

रत्नमान गौचन

बिषय-सूची

क्र.सं.	एकाई	शिर्षक	पेज नं.
१	१	हाम्रो गाउँपालिका र वडा	१
२		क्रियाकलापहरु	४
३		सिर्जनात्मक कार्य	९
४	२	हाम्रो वातावरण	१०
५	३	क्रियाकलापहरु	१४
६		सिर्जनात्मक कार्य	१६
७		हाम्रो सामाजिक मूल्य, मान्यता र संस्कृति	१७
८		क्रियाकलपा	२२
९		सिर्जनात्मक कार्य	२४
१०	४	हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप/हाम्रो व्यवसाय	२५
११		क्रियाकलापहरु	२७
१२		सिर्जनात्मक कार्य	२९
१३	५	हाम्रो स्थानीय प्रविधि	३०
१४		क्रियाकलापहरु	३२
१५		सिर्जनात्मक कार्य	३८
१६	६	हाम्रो स्थानीय साहित्य, संगीत र सामाजिक व्यक्तित्व	३९
१७		क्रियाकलापहरु	४१
१८		पाठ ३ हाम्रा बाजाहरु	४४
१९		पाठ ४ हाम्रा समुदाय र सामाजिक व्यक्तित्व	४८
२०	७	स्थानीय खेल, स्वास्थ्य र पोषण	५१
२१		पाठ १ स्थानीय खेलहरु	५२
२२		सिर्जनात्मक कार्य	५३
२३		पाठ २ सरसफाईका सामग्री	५४
२४		सिर्जनात्मक कार्य	५५
२५		पाठ ३ हाम्रो खानेकुरा	५६
२६		सिर्जनात्मक कार्य	५७
२७	८	प्राकृतिक प्रकोप तथा विपद् व्यवस्थापन	५८
२८		पाठ १ हेरौं, चिनौं र भनौं	५८
२९		क्रियाकलाप	५८
३०		पाठ २ तलको गीत शिक्षक सँगसँगै गाउनुहोस्	५९
३१		पाठ २ शिक्षक सँगसँगै गति गाऔं	६१
३२		सिर्जनात्मक कार्य	६३

एकाइ-१

हाम्रो गाउँपालिका र जिल्ला

म र मेरो परिवार

शिक्षक सँग सँगै गाउनुहोस्:

बाबा आमा पाहुना सबैलाई नमस्कार
मेरा प्यारा भाइबहिनीलाई धेरै प्यार
नयाँ अनि पुराना साथीलाई नमस्कार
यसरी नै गर्ने हो आदर अनि सत्कार

बाजे बजै ज्योति हाम्रा घरका
बेलुका भन्नुहुन्छ कहानी वर र परका
बगैंचामा फूल ढकमक्क फूलेका
रमाउँदै बगैंचामा बाजेबजै डुलेका ।

बाबाले बारीमा फलाउनुहुन्छ फसल
आमा चाँहि सँधै भरि कुर्नुहुन्छ पसल
स्याउ, आलु, उवा, जौ बारीमा फलेको
जौको बाला हल्लाउँदै हावा चलेको ।

दिदीले पढ्नुहुन्छ दशमा
स्कूल जाने हामी बसमा
मुस्ताङमा पाँच वटा पालिका
म भने थासाङकी बालिका ।

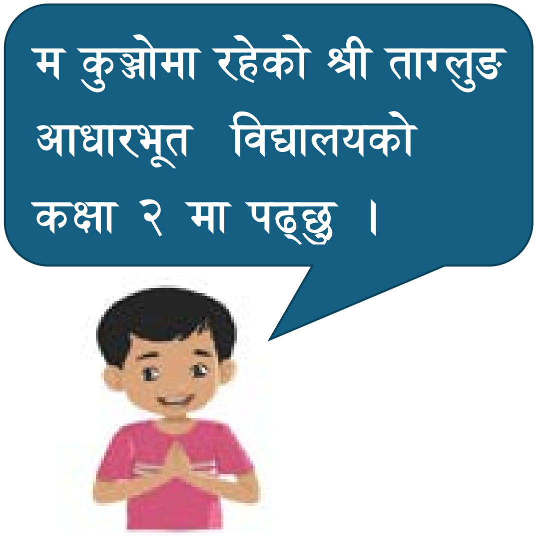
शिक्षकको निर्देशन अनुसार साथीसँग कुराकानी गर्नुहोस् :

नमस्ते ! मेरो नाम
समिक्षा शेरचन हो।

नमस्ते ! मेरो नाम
सन्देश गोतामे हो ।

म थासाङ गाउँपालिकाको
वडा नं ४ घाँसामा बस्छु।

म थासाङ गाउँपालिकाको
वडा नं ५ कुञ्जोमा बस्छु।



तलको पाठ पढौं र छलफल गरौं :

मेरो नाम शारदा गौचन हो । म थासाङ गाउँपालिका वडा नं-५ कुञ्जोमा बस्छु। मेरो घरमा हजुरबुबा, बाबा, आमा, दिदी, बहिनी, दाइ, भाइ र म समेत आठ जना बस्छौं। मोमको मृत्यु गत वर्ष कोरोनाको कारणले भएको थियो। आखेले मलाई धेरै माया गर्नुहुन्छ। बाबाले स्वास्थ्य चौकीमा काम गर्नुहुन्छ। आमा शिक्षक भएकाले गाउँकै ताग्लुङ आधारभूत विद्यालयमा पढाउनुहुन्छ। बहिनी, भाइ र म त्यही विद्यालयमै पढ्छौं। मेरी दिदी हुलाक कार्यालयमा काम गर्नुहुन्छ भने दाइ वडा कार्यालयको सचिव हुनुहुन्छ।

मेरो मिल्ने साथीको नाम माया पुन हो। उनको घरमा ५ जना सदस्य रहेका छन्। मायाको बुबा समाजसेवी हुनुहुन्छ। उहाँले समाजको विकासका लागि विभिन्न योजनाहरु बनाएर समाजमा जनचेतना फैलाउने काम गर्नुहुन्छ। उनकी अमा गृहिणी हुनुहुन्छ । उहाँले घरको काम गर्नुहुन्छ। उनका दाइ र बहिनी पनि यही विद्यालयमा पढ्नुहुन्छ। हामी असल छिमेकी पनि हौं। एउटा परिवारलाई अप्ठ्यारो परेको बेलामा अर्को परिवारले सँधै सहयोग गर्छौं।

क्रियाकलापहरू:

(१) जोडा मिलाउनुहोस्।

सहयोग	विद्यालय
शिक्षक	मद्दत
वडा सचिव	स्वास्थ्य चौकी
नर्स	वडा कार्यालय

(२) खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

मेरो नाम .... हो। मेरो परिवारमा .... हुनुहुन्छ। मेरो घर .... गाउँपालिका वडा नं .... मा पर्छ।

मेरो बाबाले .... काम गर्नुहुन्छ । मेरी आमाले .... काम गर्नुहुन्छ । म आफूभन्दा ठूलालाई .... गर्छु। मलाई पनि सबैले माया गर्नुहुन्छ। मेरो विद्यालयको नाम .... हो। मेरो मिल्ने साथीको नाम .... हो। हामी मिलेर पढ्छौं।

(३) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस्।

(क) मायाको बुबा डाक्टर हुनुहुन्छ। ☐

(ख) शारदाको बुबा स्वास्थ्य चौकीमा काम गर्नुहुन्छ। ☐

(ग) शारदकी आमा नर्स हुनुहुन्छ। ☐

(घ) कोरोनाले बज्यैको मृत्यु भयो। ☐

(४) तलका शब्दहरुको उच्चारण गर्नुहोस्।

अप्ठ्यारो, गृहिणी, विद्यालय, ढकमक्क

(५) तलका शब्दहरुको अर्थ लेख्नुहोस्।

ज्योति ☐

बगैंचा

पाहुना

सत्कार

(६) तलका शब्दहरुलाई वाक्यमा प्रयोग गर्नुहोस्।

जनचेतना

स्वास्थ्य चौकी

शिक्षक

विद्यार्थी

(७) तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस्।

(क) शारदाको परिवारमा को को हुनुहुन्छ ?

....

....

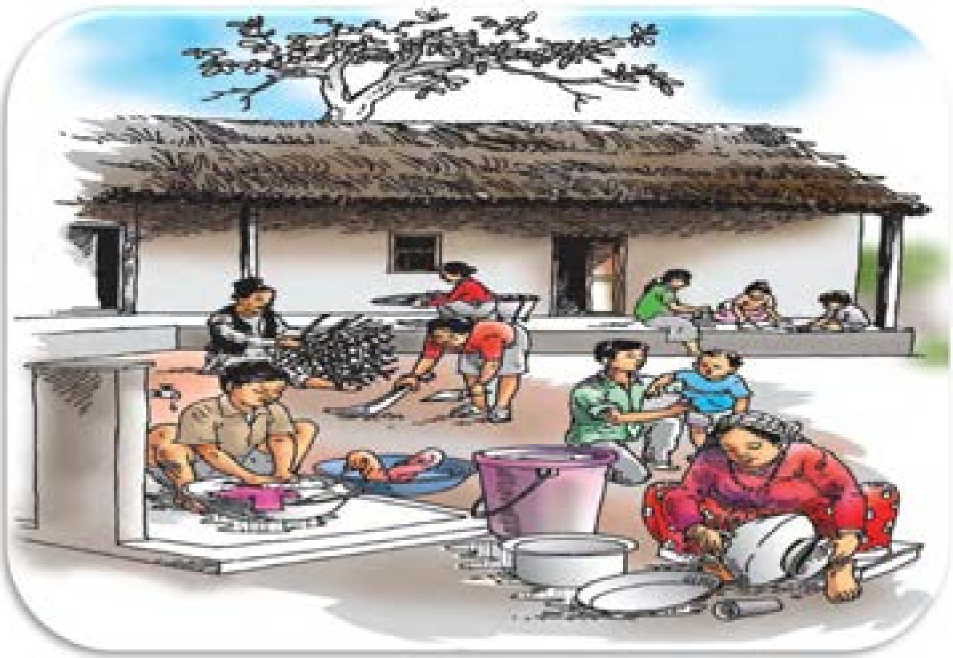
(ख) तपाईंको घरमा कति जना हुनुहुन्छ ?

(ग) छिमेकी कस्तो हुनुपर्छ?

(घ) तपाईंको मिल्ने साथीको नाम के हो?

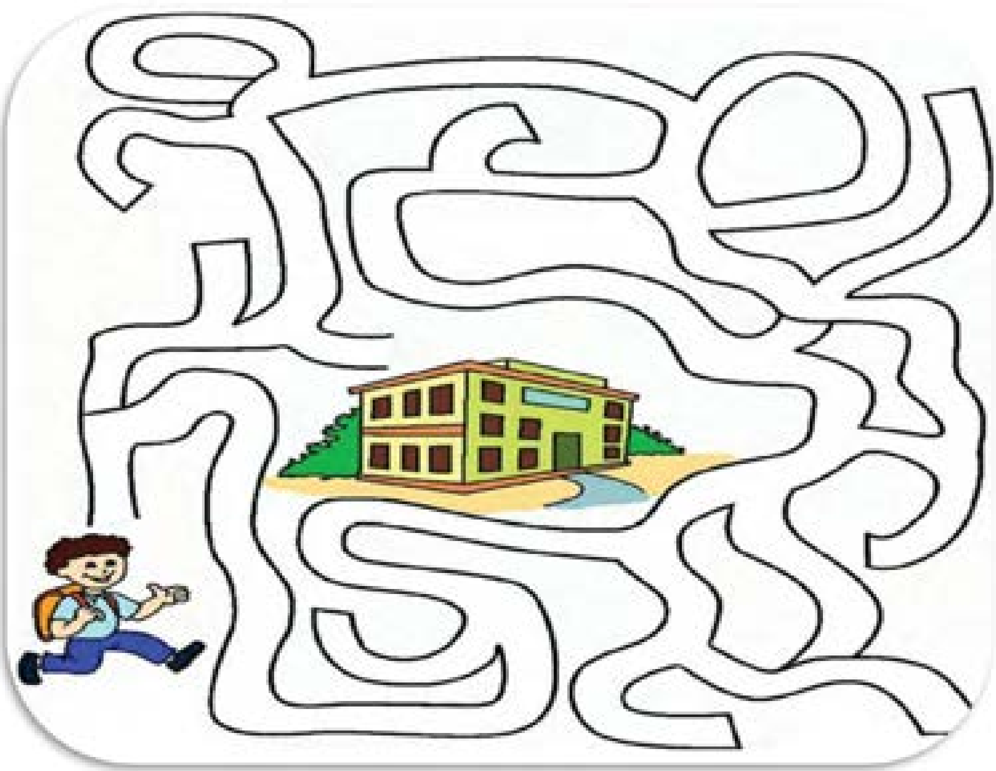
(ङ) तपाईंकी आमाले के काम गर्नुहुन्छ?

(८) तलको चित्र हेरी पाँच वाक्य लेख्नुहोस् :



सिर्जनात्मक कार्य

घर जाने बाटो पत्ता लगाई त्यसमा रङ लगाउनुहोस्।



एकाई-२

हाम्रो वातावरण

वरपरको सरसफाइ

चित्र हेरौं, चिनौं र छलफल गरौं।

पढौ र छलफल गरौंः

मायाँको गाउँ सानो छ। यहाँका मानिसहरु सहयोगी र मिलनसार छन्। यो गाउँमा सबै मिलेर बस्छन्। गाउँ सफा छ। मानिसहरु जथाभावी फोहोर फाल्दैनन्। उनीहरु घरको वरिपरी सधैं सफा गर्छन्। हप्तामा एक पटक सबै मिलेर टोल सफा गर्छन्। सफा गर्दा निस्किएका फोहोर कुहिने र नकुहिनेमा छुट्याउँछन्। कुहिने बस्तुलाई जम्मा गरी मल बनाउने गर्छन्। विद्यालय, बाटो, धारा सफा छन्। मायाको गाउँलाई सबैले मन पराउँछन्।

क्रियाकलापहरू

(क) मायाको गाउँ कस्तो छ?

(ख) तिम्रो गाउँ पनि मायाको गाउँ जस्तो छ?

(ग) हामीले किन घर वरपर सफा राख्नुपर्छ?

(घ) फलफूलको बोक्रा बाटोमा फाल्नु राम्रो हो?

तलको चित्र हेरी छलफल गर्नुहोस्।

माथिको चित्र हेरी तालीका भर्नुहोस्।

गर्न हुने	गर्न नहुने

ङ) वरपर वातावरण फोहोर हुनुका कारणहरु लेख्नुहोस् ।

अ)......................... आ).........................

इ)......................... ई).........................

चित्र हेरौं र छलफल गरौंः

प्रश्नहरुः

(अ) माथिको चित्रमा तपाइँ के के देख्नुभयो?

(आ) के तपाइँको घरबाट हिमाल देखिन्छ?

(इ) तपाईंको गाउँबाट नजिक कुन ताल पर्छ?

(ई) वन जंगलबाट हामी के के पाउँछौ?

शिक्षक सँगसँगै गीत गाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस्।

हिमालको सेतो काख छेउ सुन्दर मेरो गाउँ
गुँरास फुल्ने भमरा झुल्ने कस्तुरी नाच्ने ठाउँ।
वरीपरी हरीयाली कस्तुरी मृग डाँफे र मुनाल
बस्ने बस्ने
हिमालको हिउँ पग्लेर यहाँ स्वच्छ पानी खस्ने।

हरियाली घाँसे मैदान, नाच्दै डाँफे चरी
जडीबुटी औषधी पाउने लेकाली क्षेत्र भरी
कलकल बग्ने खोला नदी हिमालबाट झर्दै

स्वच्छ निलो तालतलाउ बस्छन् मक्ख पर्दै
भाग्यमानी रै छु म त मेरो सानो गाउँ
प्रकृतिको धनीमानी थासाङ मेरो ठाउँ ।

बाघ, मृग, स्याल, भालु वनमा सधैं बस्ने
गाई, भैंसी, कुकुर, घोडा मान्छे कजाउने
डाँफे, कोइली भुर्र उडी वनमा गीत गाउने
कुखुरा र परेवाले घरमा चारा टिप्न धाउने।

क्रियाकलापहरूः

(१) तलका शब्दहरु उच्चारण गर्नुहोस्।

मृग, स्वच्छ, भुर्र, मक्ख, कस्तुरी

(२) उत्तर लेख्नुहोस्ः

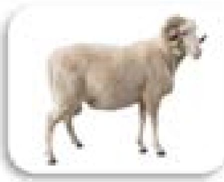
(क) तपाईंको बनजङ्गलमा पाइने कुनै ४ जनावरहरुको नाम लेख्नुहोस्।

....

(ख) कुनै ४ वटा घरपालुवा जनावरको नाम लेख्नुहोस्।

....

तलको चित्र हेरौं, छलफल गरौं र लेखौं।



(क) घर, जंगल र पानीमा बस्ने प्राणी छुट्याई तालिकामा भर्नुहोस्।

घरपालुवा प्राणी	जंगलमा बस्ने प्राणी	पानीमा बस्ने जनावर

(ख) वाक्यमा प्रयोग गर्नुहोस्।

घरपालुवा	
मैदान	
भाग्यमानी	
भमरा	

सिर्जनात्मक कार्य

तल दिइएको डाँफेको चित्रको थोप्ला जोडी रङ भर्नुहोस्।

एकाई-३ हाम्रो सामाजिक मूल्य, मान्यता र संस्कति

हाम्रो पर्व, हाम्रो संस्कृति

पाठ-१ तलको चित्र हेरौं र बुझौः

तोरन्ल्ह

तोरन्ल्ह पर्वमा पितृहरूको पूजा गरी मान्यजनहरूबाट आशिर्वाद लिने गरिन्छ। यस अवसरमा नाकाभोटे खेल्ने, तारा खेल्ने प्रचलन रहेको छ। यो चार चन थकालीहरुको विशेष पर्व हो।

फालो पर्व

हरेक वर्ष भदौ महिनामा कोबाङमा फालो पर्व मनाइन्छ। फालो पर्वमा कुमार प्रदर्शन गर्ने परम्परा रहेको छ। फालो पर्वमा रमाइलो हुन्छ।

ल्ह फेव

प्रत्येक १२ वर्षमा चार चन थकाली देवता निकाल्ने जात्रालाई ल्ह फेव पर्व भनिन्छ। यो जात्रालाई १२ वर्षे मेला पनि भनिन्छ। यो जात्रा लार्जुङ र कोवाङ गाउँमा हुन्छ ।

दे ग्यप (देव नृत्य)

भगवान् बुद्धले बुद्धत्त्व प्राप्त गर्ने क्रममा धारण गरेका विभिन्न रुपहरुको प्रदर्शन गरी मनाइने एक नृत्य परम्परा। जुन थासाङ गाउँपालिका वडा-१ टुकुचेमा रहेको क्युपर गोम्पामा भव्य रुपमा मनाइन्छ।

विजया दशमी

नेपालीहरुको महान् पर्व हो। मान्यजनहरुबाट टीका र जमरा लगाई मनाइने पर्व। यो पर्व नेपालका हिमाल, पहाड र तराईमा भव्यताका साथ मनाइन्छ।

तिहार

नेपालीहरुको महान् पर्व हो। आफ्ना दिदीबहिनीहरुबाट सप्तरङ्गी टीका र माला लगाई मनाइने पर्व हो। यो पर्व नेपालका हिमाल, पहाड र तराईमा भव्यताका साथ मनाइन्छ।

छे कोर्व

बौद्ध परम्परा अनुसार सहकालका लागि धार्मिक ग्रन्थ शीरमा राखी गाउँ परिक्रमा गर्ने परम्परा।

पढौं र छलफल गरौं।

थासाङ मुस्ताङ जिल्लाको दक्षिण तर्फको सिमानामा रहेको प्रसिद्ध ऐतिहासिक महत्व र परिचय बोकेको ठाउँ हो। घाँसा, लेते, कुञ्जो, ताग्लुङ टिटि, धम्पु, नाकुम, नाउरीकोट, भुर्जुङकोट, लार्जुङ, कोबाङ, खन्ति, टुक्चे गरी तेह्र गाउँ मिलेर थासाङ बनेको छ। थासाङलाई नेपाली भाषामा थाकखोला भनिन्छ। यसै थासाङको नाउँमा गाउँपालिकाको नामाकरण पनि गरिएको छ। थासाङ अन्तर्गत थकाली, मगर, परियार, विश्वकर्मा, छन्त्याल, तामाङ, शेर्पा तथा अन्य जातजातिका मानिसहरू मिलेर बसेका छन्। प्रायः थकाली परम्परा र संस्कृतिमा आधारित चाडपर्वहरू सबैले मनाउँछन्। यहाँ दशै तिहार जस्ता चाडपर्व मनाउने मनिसहरुको पनि बसोबास रहेको छ। थकाली, मगर, शेर्पा, तामाङको आफ्नै भाषा भए पनि कुराकानी गर्दा सबैले नेपाली भाषामा नै गर्दछन्। यहाँ बौद्ध, हिन्दू, बोन र केही इसाई धर्म मान्ने मानिसहरू बसोबास गर्दछन्। तोरन्ल्ह, फालो, ल्ह फेव, स्होई स्होई, क्युपर दे ग्यप (देव नृत्य), भदौ जात्रा, छे कोर्व, खिमीऱ्हम्देन, म्हाङराजी, छेवर, खिमी बसाल्ने, न्होकोन चोलो आदि यस क्षेत्रका पर्व तथा संस्कार हुन्। आफूभन्दा ठूलोलाई अभिवादन (खुट्टा ढोग्ने), सानोलाई माया गर्ने र अतिथीहरुलाई फूलमाला र खादा लगाइ सम्मान गर्ने चलन छ। यस्ता चाडपर्वहरुमा सबै जातजातिहरु आ-आफ्नो पोशाकमा सजिएका हुन्छन्। यस क्षेत्रमा तेह्र मुखियाहरुले

गाउँको रीतिथिती, परम्पराहरूको संरक्षण र संवर्द्धन बारे निर्णय गर्छन्। मुखियाहरू मध्येबाट एक जना मिरमुखिया चयन गरिन्छ। मिरमुखियाको अध्यक्षतामा मुखियाहरूको बैठक बस्दछ।

क्रियाकलापहरू

(१) शिक्षक सँगसँगै तलका शब्दहरुको शुद्ध उच्चारण गर्नुहोस्।

छे कोर्व, ल्ह फेव, म्हाङराजी, न्होकोन चोलो, तोरन्ल्ह, खिमी-ह्म्देन

(२) तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्।

(क) थासाङ अन्तर्गत कति ओटा गाउँहरु रहेका छन् ? लेख्नुहोस्।

(ख) मुखियाहरुले के काम गर्दछन्?

(ग) थासाङमा कुन-कुन जातिका मानिसहरू बस्छन्?

(घ) तपाईंले मनाउने चाडपर्वहरुको नाम लेख्नुहोस्।

संख्या सम्बन्धी धारणा

संख्या	अंग्रेजीमा	थकालीमा	नेपालीमा
१	ONE	ट्हि	एक
२	TWO	ङ्हि	दुई
३	THREE	सोम्	तीन
४	FOUR	प्ल्हि	चार
५	FIVE	ङ्हा	पाँच
६	SIX	ट्हु	छ
७	SEVEN	ङिस्	सात
८	EIGHT	प्हे	आठ
९	NINE	कु	नौ
१०	TEN	च्यु	दश
११	ELEVEN	चट्टी	एघार
१२	TWELVE	चुङ्डी	बाह्र
१३	THIRTEEN	चुसोम्	तेह्र
१४	FORTEEN	चुप्ली	चौध
१५	FIFTEEN	चाङ्ङा	पन्ध्र
१६	SIXTEEN	चुट्टु	सोह्र
१७	SEVENTEEN	चैङे	सत्र
१८	EIGHTEEN	चोप्रे	अठार
१९	NINTEEN	चुर्कु	उन्नाइस
२०	TWENTY	ङ्हीस्यु	बीस

(१) तलको संख्यालाई थकाली भाषामा लेख्नुहोस्।

नेपाली संख्या	थकाली भाषामा	नेपाली संख्या	थकाली भाषामा
११		१६	
१२		१७	
१३		१८	
१४		१९	
१५		२०	

सृजनात्मक कार्य

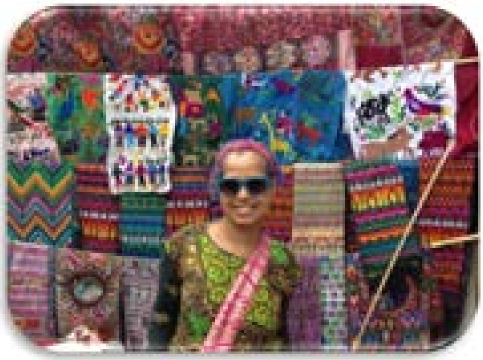
तपाईँलाई मनपर्ने चित्र बनाई रङ लगाउनुहोस्।

एकाई-४

हाम्रो आर्थिक क्रियाकलाप

हाम्रो व्यवसाय

चित्र हेरौं, चिनौं र छलफल गरौं।



पढौं र बुझौं :

रोजिनाकी अ्हागुमा (फुपाजु) खेतको काम गर्नुहुन्छ। उहाँले उब्जाएका अन्न र फलफूल खाएर सकिँदैन। बचेको अन्न र फलफूल बिक्री गरी आम्दानी गर्नुहुन्छ। रोजिनाका आखेले निगालाको चोयाबाट डोको, सर्ता र भकारी बुन्नुहुन्छ। उहाँले बुनेका डोको, सर्ता र

भकारी सबैले मनपराउँछन्। यो काम गरेर आखेले धेरै आम्दानी गर्नु भएको छ। रोजिनाको बाबा डकर्मी हुनुहुन्छ। गाउँका नयाँ नयाँ घरहरु सबै उहाँले बनाउनु भएको हो। उहाँसँग धेरै श्रमिकहरु छन्।

तिनीहरुले घर बनाउने काममा सहयोग गर्दछन्। रोजिनाको दिदीले पाउरोटी (केक) बनाउने उद्योग खोल्नु भएको छ । रोजिनाको मामाको मुख्य पेशा होटल

व्यवसाय हो।उहाँको होटलमा धेरै कोठाहरु छन्। मुस्ताङ घुम्न आउने पर्यटकहरु उहाँको होटलमा बस्छन्। होटलबाट उहाँले राम्रो आम्दानी गर्नु

भएको छ। रोजिनाका छिमेकीहरुले पनि थरिथरिका काम गर्नुहुन्छ। कसैले जुत्ता सिउने, कसैले पसल चलाउने, कसैले भेडाबाख्रा पाल्ने गर्नुहुन्छ। उनका छिमेकीहरु पनि धेरै मिहिनेती छन्। उनीहरुले ओखर, स्याउ, आलु, फापर र जडिबुटीहरु बेचेर आम्दानी गरेका छन्। उनीहरुले गरेको आम्दानीबाट छोराछोरीको पढाइमा मद्दत पुगेको छ।

क्रियाकलापहरू

(१) मिल्ने शब्द राखी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) रामुले .... बेचेर आम्दानी गर्छन्। (मासु/पहाड)

(ख) काम गर्ने मानिसलाई................. भनिन्छ। (बटुवा/श्रमिक)

(ग) निगालोको चोयाबाट .... बनाइन्छ। (भकारी/घैंटो)

(घ) घुम्न आउने मानिसलाई....................................भनिन्छ।

(कामदार/पर्यटक)

(२) तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्।

(क) रोजिनाको मामा के गर्नुहुन्छ?

(ख) तपाईंको छिमेकीमा कुन कुन काम गर्ने मानिसहरु बस्नुहुन्छ?

(ग) घर बनाउने मानिसलाई के भनिन्छ? घर बनाउनेहरुले कस्ता औजारहरुको प्रयोग गर्छन्।

(३) जोडा मिलाउनुहोस्।

किसान	तराजु, ढक
शिक्षक	हथौडा, घण्टी
डकर्मी	सियो, कैंची
सूचिकार	हलो, कोदालो
व्यापारी	छाला
चर्मकार	मार्कर, चक, डस्टर

सिर्जनात्मक कार्य

रोजिनाको परिवारमा जस्तै तपाईंको परिवारमा को-कसले काम गरेर आम्दानी गर्नुभएको छ? तालिकामा भर्नुहोस्:

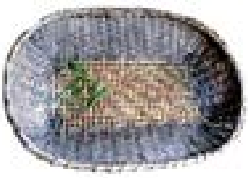
आखे	
बाबा	
आमा	
आन	
मामा	
आज्यो	
आले	
मोम	

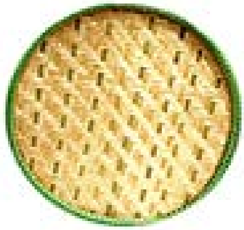
एकाई-५

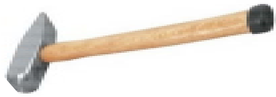
हाम्रो स्थानीय प्रविधि

हामीले प्रयोग गर्ने सामग्रीहरू

तलका चित्रहरु हेर्नुहोस् , बुझ्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस्।







मेरी आमाको आजको दिनभरिको काम

मेरी आमा आज बिहान सबेरै उठ्नुभयो, हातमुख धुनुभयो र ल्हम्फ्याले आँगन बढार्नुभयो। त्यसपछि च्ह्यतोङमा नुन चिया पार्नुभयो। अनि ङेप्सेमा हामीलाई नुन चिया र सर्तामा भुटेको मकै दिनुभयो र खाना पकाउन थाल्नुभयो। आज विहानको खानामा फापर र मकै मिसाएर बनाएको ढिँडो, थेवे (मुलाको अचार) सुकुटी मासु मिसाएको सिमीको दाल खायौं। थेवे बनाउनको लागि फुर्तुङबाट खुर्सानी र लसुन, बट्टाबाट नुन, डोकोबाट डल्ले मुला निकालेर ल्हाङमा राख्नुभयो र कुट्नुभयो। म र बहिनी खाना खाइसकेपछि विद्यालय गयौं। आमाले काम्लोको लागि तान बुन्नुभयो। बेलुकी आमाले आटो बनाउनका लागि

जाँतोमा मकै पिस्नुभयो। हामी विद्यालयबाट घर फर्क्यौं। त्यसपछि म र बहिनी डोकोमा गाग्री बोकेर खोलामा गयौं, पानी ल्यायौं। बेलुकीको खानामा

आटो खायौं। आमाले सम्दानीमा बत्ती बाल्नुभयो। हामी एकैछिन विद्यालयको गृहकार्य गर्‍यौं र हामी पनि आमासँगै सुत्यौं।

क्रियाकलापहरू

(१) तलका कोठामा भएका मिल्ने शब्दहरू छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

टुकी, ल्हाङ, आटो, तान, सर्ता, फुर्तुङ

(क) आमाले भुटेको मकै..........................मा दिनुभयो ।

(ख) थेवे बनाउन खुर्सानी, लसुन, नुन, टिमुरहरु...........मा हाल्नुभयो र कुट्नुभयो।

(ग) मकैको भातलाई..............................भनिन्छ।

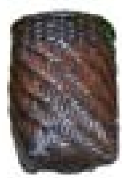
(घ) काम्लो.........................मा बुनिन्छ।

(ङ) खुर्सानी, लसुन..............................मा राखी चुल्हो माथि झुण्ड्याइन्छ।

(च) आमाले...............................मा बत्ती बाल्नुभयो। (२)

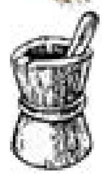
(२) जोडा मिलाउनुहोस्:

ल्हम्फ्या

सर्ता 

फुर्तुङ

सम्दानी (टुकी)

ल्हाङ 

(३) तलका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्।

(क) आमाले के ले आँगन बढार्नुभयो?

(ख) आमाले केमा नुन चिया पार्नुभयो?

(ग) आमाले केमा थेवे (मुलाको अचार) कुट्नुभयो?

(घ) आमाले कहाँबाट खुर्सानी, लसुन निकाल्नुभयो?

(ङ) आमाले आटोको लागि मकै केमा पिस्नुभयो?

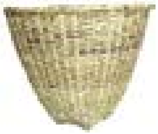
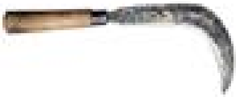
(च) आमाले के बुन्नु भयो?

खेतबारी तथा करेसाबारीमा काम गर्दा प्रयोग गरिने सामानहरु

मेरो घरको छेउमा एउटा सानो बारी छ। त्यसलाई करेसाबारी भनिन्छ। त्यहाँ कहिलेकाँही मेरो बा, आमा काम गर्न जानुहुन्छ। उहाँहरुले त्यहाँ कहिले खन्ने, कहिले झार गोड्ने कामका साथै अन्य धेरै गर्नुहुन्छ। यो साल करेशाबारीमा धेरै मुला फल्यो। बाबाले करेशाबारीबाट डोकोमा मुला र क्हैमा गाजर उखेलेर ल्याउनुभयो। मुलालाई कम्नाङमा सुकाउनुभयो। मुला अलिअलि ओइलिएपछि

बाबाले स्याङीले धजरा बनाउनुभयो र सुकाउनुभयो। हिउँदमा धजरा र सुकुटी मासु मिसाएर तरकारी खाएँ। खुबै मिठो भयो।

(१) जोडा मिलाउनुहोस्ः

सामान	काम
	करेशाबारी खन्न
	झारपात गोड्न
	धजरा बनाउन
	करेसाबारीबाट मुला ल्याउन
	बन्दा काट्न
	जोत्न

(२) ठिक भए (√) बेठिक भए (×) चिन्ह लगाउनुहोस्:

(क) करेसाबारी खन्न स्याडी चाहिन्छ। ☐

(ख) करेसाबारीको झारपात गोड्न कोमा चाहिन्छ। ☐

(ग) करेशाबारीको बन्दा काट्न बाङ्सो चाहिन्छ। ☐

(घ) बाबाले करेशाबारीबाट मुला उखेलेर डोकोमा ल्याउनुभयो। ☐

(३) तलका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस्:

(क) तपाईंले करेसाबारीमा कुन-कुन औजार प्रयोग गर्नुहुन्छ?

(ख) तपाईंका बाबाले करेसाबारी केले खन्नुभयो?

(ग) तपाईंको आमाले करेसाबारीमा झार गोड्न कुन औजार प्रयोग गर्नुहुन्छ?

(घ) धजरा बनाउन कुन औजार प्रयोग हुन्छ?

सिर्जनात्मक कार्य

बाङ्सो र ल्हाङको चित्र बनाउनुहोस्ः

बाङ्सो	ल्हाङ

एकाई-६

हाम्रो स्थानीय साहित्य, संगीत र सामाजिक व्यक्तित्व

पाठ १ कक्षागत गीत गाऔं, बजाऔं र रमाऔं

ल ला ला ला ला ....
(आज हामी साना साना, फूलका कोपिला
भोली पर्सि वीर बन्ने हामी जोसिला)२
(फूलको कोपिला हौं फूलको कोपिला
हामी जोसिला हौं हामी जोसिला)२

(पौरखी यी हाम्रा सानासाना हात रे
फूल राप्छौं देशभरि, एकै साथ रे)२
साना हातले हो .... साना हातले
एकै साथ रे हो .... एकै साथ रे
ल ला ला ला ला

(हामी सबै उन्नतिको बाटो हिँड्दछौं
देशलाई उठाउने बाचा गर्दछौं)२
बाटो हिँड्दछौं हो बाटो हिँड्दछौं
बाचा गर्दछौं हो बाचा गर्दछौं

(हातेमालो गर्दै बढ्छौं, ज्योति बालेर
सबै फोहोर, अन्धकार, मैलो फालेर)२
ज्योति बालेर हो ज्योति बालेर
मैलो फालेर हो मैलो फालेर

(आज हामी साना साना, फूलका कोपिला
भोली पर्सि वीर बन्ने हामी जोसिला)२
(फूलको कोपिला हौं फूलको कोपिला
हामी जोसिला हौं हामी जोसिला)३

शिक्षक सँगसँगै गाउनुहोस्

चरी आयो,
आगनमा चरी आयो
भोको छ की अघायो
खेल्न आऊ भन्दा खेरी
किन होला डरायो ।

चिर्बिर चिर्बिर गर्दै उडी
बिस्कुन माथि आयो
सुकाएको बिस्कुनमा
चारा टिपी खायो
भुर्र उडी रुख माथि
बसी गीत गायो।

क्रियाकलापहरू

(१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्ः

(क) चरी किन डरायो ?

(ख) बिस्कुन माथि को आयो ?

(ग) गीत कसले गायो ?

(घ) चरीले के टिपी खायो ?

(ङ) चरी कहाँ उड्यो ?

(२) मिल्ने शब्दसँग जोडा मिलाउनुहोस्ः

(क) बिस्कुन	चरीको आवाज
(ख) चिर्विर	चरीको खाना
(ग) भुर्र	सुकाउन फिँजारिएको अन्न
(घ) चारो	उड्ने तरीका

पाठ २ च्ह्याव क्होई (गन्ने गीत)

ट्ही, ङ्ही, सोम
ट्होङरी टुव तोम

एक दुई तीन
जङ्गलमा बस्ने भालु

प्ल्ही, ङ्हा, ट्हु
चिपी चोप्रो टु

चार पाँच छ
अलि यता बस

ङिस्, प्हे, कु
क्हते लिम्ब खु

सात आठ नौ
कति मिठो तिहुन

कुए लिली च्यु
र ए लिली क्य्हु

नौको पछि दश
बाख्राको पछि भेडा

(१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) ट्होङमा को बस्छ?

(ख) माथिको कवितामा कति वटा जनावरहरु छन् ?

(ग) खु कस्तो छ ?

(घ) भालु कहाँ बस्छ ?

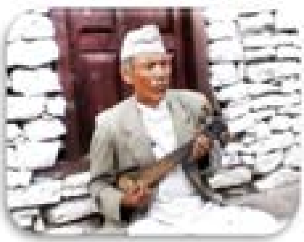
(२) तलका संख्यालाई थकाली अक्षरमा लेख्नुहोस्।

संख्या	थकाली भाषा	संख्या	थकाली भाषा
१		६	
२		७	
३		८	
४		९	
५		१०	

पाठ ३ हाम्रा बाजाहरु

शुक्रवारका दिन रमेशको छेवर (चुडाकर्म/ब्रतवन्ध) थियो। हामी पनि दोस्रो घण्टी पढेर रमेशको छेवर हेर्न गयौं। छेवरको दिनमा आँगनमा बसेर दुई जनाले बाजा बजाइरहनु भएको देख्यौं। एक जनाले दमाहा र अर्कोले ट्याम्को बजाउनु भएको थियो।

त्यसपछि रमा मिसले नजिकैको गुम्बामा पनि लग्नु भयो। गुम्वामा बजाइने बाजा पनि देखाउनु भयो। त्यहाँ हामीले घण्टी, शङ्ख, झ्याली, काङ्लिन पनि देख्यौं। कुनै कुनै बाजा त कमला दिदीको बिहेमा बजाएका बाजा जस्ता देखिन्थे। फर्किंदा मीसको अनुरोधमा दलप्रसाद शेरचन बाजेले ट्हम्कीन बजाउनु भयो। ट्हम्कीन बाजा पनि त गितार जस्तो पो हुँदोरहेछ।



हाम्रो विद्यालयमा पनि बाँसुरी, मुरली, हार्मोनियम, तबला र डम्फु बाजाहरु छन्।

(१) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्ः

(क) शुक्रबारका दिन विद्यार्थीहरु कहाँ गएका थिए ?

(ख) गुम्वामा विद्यार्थीहरुले कस्तो कस्तो बाजा देखि ?

(ग) बिहेमा बजाइने बाजा कुन कुन हुन् ?

(घ) तपाईको विद्यालयमा कुन कुन बाजाहरु छन् ?

(ङ) दलप्रसाद तुलाचनले कुन बाजा बजाउनु भयो ?

(२) बाजा हेर्नुहोस् अनि बाजाको नाम लेख्नुहोस्।

(३) जोडा मिलाउनुहोस्ः

दमाहा	
ट्याम्को	
बाँसुरी	
मादल	

(४) ठीक बेठीक छुट्याउनुहोस्ः

(क) विद्यालयमा प्रार्थना समयमा सहनाई बजाईन्छ । [ ]

(ख) विद्यालयमा प्रार्थना समयमा ड्रम बजाईन्छ । [ ]

(ग) बिहेमा शङ्ख फुकिन्छ । [ ]

(घ) हामीले कमलाको दिदीको बिहेमा ट्हम्कीन बाजा देख्यौं।[ ]

(ङ) लोकगीतमा ट्हम्कीन बाजा बजाइन्छ । [ ]

पाठ ४ हाम्रो समुदाय र सामाजिक व्यक्तित्व

हाम्रो गाँउपालिकाको नाम थासाङ गाँउपालिका हो। म वडा नं. ३ मा बस्छु ।

मेरो डेरेन वडा नं. २ मा बस्नुहुन्छ । उहाँ महिला समुहको अध्यक्ष हुनुहुन्छ। उहाँले महिलाहरुको हितमा काम गर्नुहुन्छ।

मेरो मामा वडा नं. ४ को वडा अध्यक्ष हुनुहुन्छ। वहाँले वडाका कामहरु गर्नुहुन्छ ।

मेरो आथेव र आन्थेव वडा नं. १ मा बस्नुहुन्छ। उहाँको त्यहाँ ठूलो स्याउवारी छ ।

मेरो आथेव वन उपभोक्ता समितिको अध्यक्ष हुनुहुन्छ। उहाँले वनको रेखदेख गर्ने, काठको पुर्जी दिने, हिसावकिताब राख्ने काम गर्नुहुन्छ।

मेरो आज्यो वडा नं. ५ घाँसामा बस्नुहुन्छ । उहाँ घाँसा विद्यालयको अध्यक्ष हुनुहुन्छ । उहाँले विद्यालयको रेखदेख गर्नुहुन्छ ।

हाम्रो गाउँमा क्लव पनि छ । क्लवले गाउँमा खेलकूद, नाचगानका कार्यक्रमहरु आयोजना गर्दछन् । खालि ठाउँमा

वृक्षारोपण गर्ने, क्लवका अध्यक्ष र सदस्यहरुले गाँउ सरसफाई गर्ने र बाढीपहिरो जाँदा वा ठूलो हिंउपहिरो आउँदा उद्धारको काम पनि गर्छन् ।

पैसा नलिइकन समाजको सेवा गर्नुलाई समाजसेवा भनिन्छ। मेरो ङेरेन, मेरो बुवा र क्लवका अध्यक्षको तलब छैन। त्यसैले वहाँ जस्तो मान्छेलाई समाजसेवी भन्दछन्।

(१) ठीक भए (√) बेठीक भए (×) छुट्याउनुहोस्ः

(क) विद्यालयका अध्यक्षले मासिक तलब पाउँछन्। ( )

(ख) महिला समूहले महिलाको हकहितका लागि काम गर्दछन्। ( )

(ग) विद्यालयमा शिक्षकहरुले पढाउँछन् । ( )

(घ) समाजसेवी पारिश्रमिक लिएर सेवा गर्छन् । ( )

(ङ) हाम्रो गाँउपालिकामा ५ वडाहरु छन् । ( )

(२) तल दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस्ः

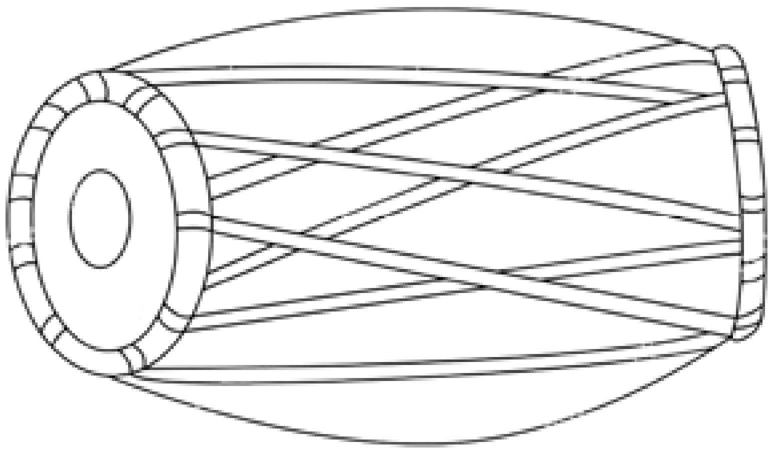
(क) क्लवले गर्ने कुनै २ ओटा कामहरु लेख्नुहोस् ?

(ख) विद्यालयका अध्यक्षले के काम गर्नुहुन्छ ?

(ग) महिला समूहले के के काम गर्दछन् ?

सिर्जनात्मक कार्या

तलको बाजामा मिल्ने रङ भर्नुहोस्।



एकाई-७

स्थानीय खेल, स्वास्थ्य र पोषण

आऔँ, खेलौँ र स्वस्थ बनौँ।

तलको चित्र हेरौँ र छलफल गरौँ

पाठ १ स्थानीय खेलहरू

मेरा घरमा आमा, आज्याङ र माईजूहरू नाकाभोटे खेल्नुहुन्छ। म र गीता कै खेल्छौं। मेरा दाई फेन्दोङ खेल्न चौउरमा जानुहुन्छ। खेल खेल्दा रमाईलो हुन्छ। शरीर पनि फुर्तिलो हुन्छ। हामीलाई विद्यालयमा शिक्षकले रुमाल लुकाउने, तातो आलु र डोरी तान्ने खेल पनि खेलाउनुहुन्छ। हामी लुडो, क्यारिमबोर्ड र चुङ्गी पनि खेल्छौं। गाउँमा मेला लाग्दा भलिबल, फुटबल र तारा खेल पनि खेलाउँछन्।

क्रियाकलापहरू

(१) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस्।

फूर्तिलो, रमाइलो, नाकाभोटे, ढुङ्गा

(क) आमा, आज्याङ र माइजूहरू.....................खेल्नुहुन्छ।

(ख) साथीहरुसँग खेल खेल्दा .... हुन्छ।

(ग) खेल खेल्दा शरीर .... हुन्छ।

(घ) कै खेल्दा ससाना गोला .... चाहिन्छ।

(२) तलका प्रश्नको उत्तर लेखः

(क) तपाईंलाई मनपर्ने खेलको नाम लेख्नुहोस्।

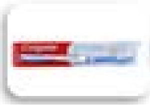
(ख) कै (गट्टा) खेल्दा चाहिने सामग्रीहरुको नाम लेख्नुहोस्।

(ग) हामी एक आपसमा मिलेर खेल्दा के हुन्छ?

सिर्जनात्मक कार्य

भकुण्डोको चित्र बनाउनुहोस् र रङ भर्नुहोस् :

पाठ २ सरसफाईका सामग्री



(१) माथिको चित्र हेरी खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

(क) विहान उठेर र शौचालय गएपछि .... ले हातमुख धुनुपर्छ ।

(ख) कपाल कोर्न ....को प्रयोग गर्नुपर्छ।

(ग) दाँत सफा गर्न .... चाहिन्छ।

(घ) हातमुख पुछ्ने आफ्नो ....अरुलाई प्रयोग गर्न दिनुहुदैन।

(२) ठिक भएमा ठिक चिन्ह (√) र गलत भएमा बेठीक चिन्ह (×) लगाउनुहोस्।

(क) ब्लेडले नङ काट्नुपर्छ। ☐

(ख) दाँत दिनको दुई पटक माझ्नुपर्छ। ☐

(ग) शौचालय गएपछि साबुन पानीले हात धुनुपर्छ। ☐

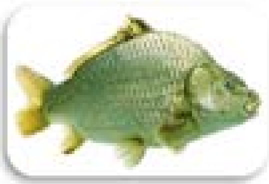
(घ) कान काठको सिन्काले कोटाउनुपर्छ। ☐

सिर्जनात्मक कार्य

काइयो र टुथब्रसको चित्र बनाउनुहोस् र रङ भर्नुहोस् :

पाठ ३

हाम्रो खानेकुरा



(१) माथिका चित्र हेरी खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस्।

जनावर, फलफूल, ताजा, सागपात, बोटविरुवा

(क) हामीले सधैं .... खानेकुरा खानुपर्छ।

(ख) हामीले हरियो .... तथा पहेंला ....
पनि खानुपर्छ।

(ग) कुनै खानेकुरा ....बाट र कुनै खानेकुरा
.... बाट प्राप्त हुन्छ।

(२) तलका प्रश्नको उत्तर लेखः

(क) हामीले किन खाना खानुपर्छ ? लेख्नुहोस्।

(ख) तपाईंको विद्यालयबाट दिइने दिवा खाजाको नाम लेख्नुहोस्।

सिर्जनात्मक कार्य

तपाईंलाई मनपर्ने फलको चित्र बनाउनुहोस्।

एकाई ८

प्राकृतिक प्रकोप तथा विपद् व्यवस्थापन

बचौं र बचाऔं।

पाठ १

हेरौं, चिनौं र भनौं

ओहो ! कस्तो बाक्लो हिउँ परेको।

आच्छु! कति जाडो भएको? मत न्यानो कपडा लगाउँछु।

क्रियाकलापहरू

(क) तपाईहरुले यी चित्रमा के देख्नु भएको छ ? भन्नुहोस्।

(ख) मानिसले किन बाक्लो कपडा लगाएको होलान् ? भन्नुहोस्।

पाठ २

तलको गीत शिक्षक सँगसँगै गाउनुहोस्।

हाम्रो गाउँघरमा हिउँ पर्दछ ।
हिउँदमा जब हिउँ पर्दछ
कपास जस्तै फुरुरु खस्दछ

हिउँ धेरै परेमा चिसो धेरै बढ्दछ
चिसो धेरै बढेमा जाडो धेरै बढ्दछ

हिउँ पर्छ कहिले त रात दिन गरेर
चिसो भै जीवजन्तु जान्छन् कोही मरेर

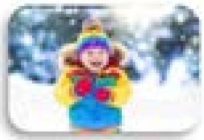
हिउँ पर्‍यो भनेत वनपाखा ढाकिन्छ
गाई भैंसी नछोडी गोठ भित्र राखिन्छ

(१) जोडा मिलाउनुहोस ।

अत्यधिक हिमपात

हिमपात

चिसो



हिमाल

(२) तलका प्रश्नको मिल्ने उत्तरमा ☑ चिन्ह लगाउनुहोस ।

(क) हिउँको रङ कस्तो हुन्छ ? (I) कालो ☐ र (II) सेतो ☐

(ख) हिउँ चिसो हुन्छ कि तातो ? (I) चिसो ☐ र (II) तातो ☐

(ग) सधै हिउले ढाकिने पहाड के हो ? (I) हिमाल ☐ र (II) सागर ☐

(घ) धेरै हिउँ परेको बेला बाहिर खेल्ने बानी के हो ?

(I) राम्रो ☐ र (II) नराम्रो ☐

(ङ) धेरै हिउँ परको बेला कस्तो कपडा लगाउनुपर्छ ?

(I) बाक्लो ☐ र (II) पातलो ☐

पाठ २ शिक्षक सँगसँगै गीत गाऔं

हिमाल बाट हिउँ पहिरो झरेको
धेरै विनाश गरेको
चौंरीगाई(याक,नाक)मान्छे पनि हराए
यो देखेर मानिस पनि डराए।

झर्यो यहाँ हिउँ पहिरो
ठूलो आवाज गरेर
थुप्रै वन मासियो
हिउँ पहिरोमा परेर।

हराएका मान्छे र चौंरीगाई(याक,नाक)
खोजी गरौं यिनलाई
यस्तो आपद् विपद्मा
दया राखौं सबैमा।

(१) सोधिएका प्रश्नहरुको जवाफ दिनुहोस्।

(क) हिउँपहिरो कहाँबाट जान्छ ?

(ख) हिउँपहिरो खसेको नजिक गएमा के हुन्छ ? लेख्नुहोस्।

(ग) हिउँ पहिरोले पुऱ्याउने हानी नोक्सानी के-के हुन्? लेख्नुहोस्।

(३) हिउँपहिरो गएमा कसलाई खबर गर्नुपर्छ? लेख्नुहोस्।

(२) तलका प्रश्नको मिल्ने उत्तरमा ☑ चिन्ह लगाउनुहोस ।

(क) आफु बसेको ठाउँमा हिमपहिरो आउँदा कहाँ जाने ?

(I) सुरक्षित ठाउँमा ☐ र (II) त्यहि बस्ने ☐

(ख) हिउँपहिरो आएको सबैलाई

(I) खबर दिने ☐ र (II) चुप लागेर बस्ने ☐

(ग) हिउँपहिरोमा परेकालाई

(I) सहयोग गर्ने ☐ र (II) केहिपनि नगर्ने ☐

(घ) हिउँपहिरो गएको ठाउँमा

(I) खेल्ने ☐ र (II) नखेल्ने ☐

सिर्जनात्मक कार्य

तपाईंको गाउँघरमा हिउँपहिरो गएमा के-के गर्नुपर्छ? आमाबाबालाई सोधेर लेख्नुहोस्।