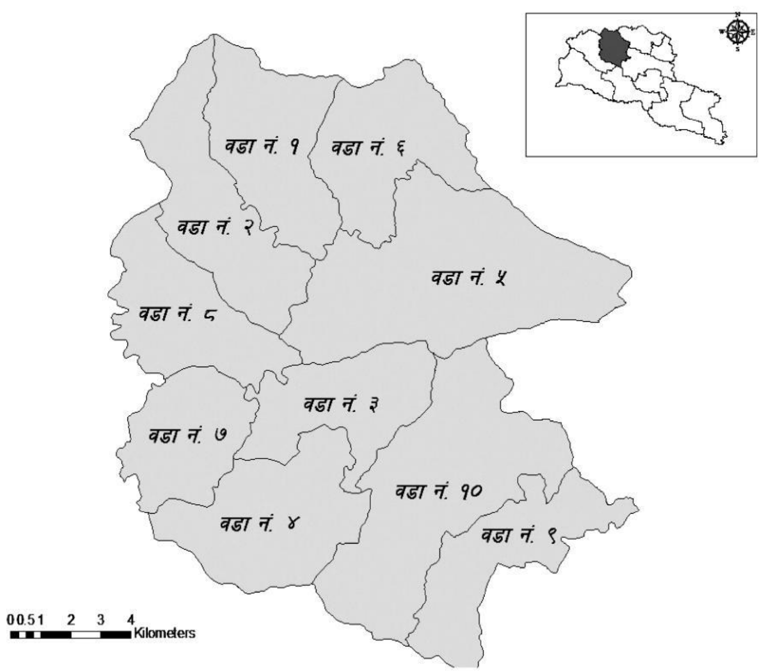
कक्षा पाँच

एकाइ एक : हाम्रो गाउँपालिका

सिकाइ उपलब्धि

१. गाउँपालिकाको क्षेत्रफल बताउन र नक्सा हेरी साँध सिमाना छुट्ट्याउन
२. वडागत रूपमा जातिगत वितरण र तिनको जनसङ्ख्या बताउन



पाठ एक : कैलाश गाउँपालिकाको क्षेत्रफल र साँध सीमाना

भाइबहिनी हो आज हामी कक्षा ५ को पहिलो पाठ कैलाश गाउँपालिकाको क्षेत्रफल र साँध सिमाना बारे अध्ययन गर्नेछौं ।

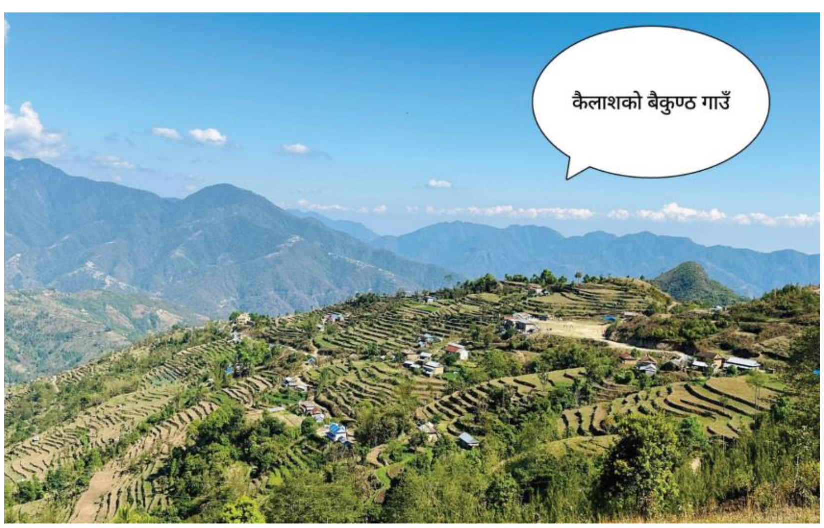
मेरो नाम राजन तामाङ हो । म कक्षा ५ मा पढ्छु । मेरो घर मरेङटार हो ।। मरेङटार कैलाश गाउँपालिकामा पर्छ । यो गाउँपालिका मकवानपुर जिल्लामा पर्दछ । कैलाश गाँउपालिका २०४.४८ वर्ग कि.मि. क्षेत्रफलमा फैलिएको छ । यो गाउँपालिका मकवानपुर जिल्लाको उत्तर पश्चिम भागमा अवस्थित छ । यस गाउँपालिकाको केन्द्र साविकको कालिकाटार गाउँ विकास समितिमा रहेको छ । यो गाउँपालिकाअर्न्तगतका साविक गाउँ विकास समितिहरूमा डाँडाखर्क, कालिकाटार, गोगने, भार्ता र नामटार (२ र ५–९) रहेका छन् । यो गाउँपालिकामा १० वडा रहेका छन् ।

वडा नं.	साविक गाउँ विकास समिति	साविक वडा नं.	क्षेत्रफल वर्ग किलोमिटर
१	डाँडाखर्क	१ – ४ र ६	ज्ञठाज्ञद्द
२	डाँडाखर्क	५ र ७ – ९	ज्ञडाडछ
३	कालिकाटार	१, ३ र ६	ज्ञद्धाटछ
४	कालिकाटार	२,४, ५ र ७ –९	ज्ञढाछट
५	गोगने	१ – ६	द्धघाछज्ञ
६	गोगने	७ –९	ज्ञटाघज्ञ
७	भार्ता	१,४– ६ र ८	ज्ञद्दाछड
८	भार्ता	२, ३, ७ र ९	ज्ञछाठड
९	नामटार	२, ५ र ७	ज्ञछाघड
१०	नामटार	६, ८ र ९	घणडज्ञ
जम्मा			२०४.४८

यसको पूर्वमा भिमफेदी गाउँपालिका र थाहा नगरपालिका पश्चिममा राक्सिराङ गाउँपालिका, उत्तरमा धादिङ जिल्ला र दक्षिणमा भीमफेदी र राक्सिराङ गाउँपालिका तथा हेटौँडा उपमहानगरपालिका रहेको छ। यो गाउँपालिका भौगोलिक रूपमा विकट छ। शिक्षा, स्वास्थ्य, खानेपानी, सडक जस्ता विकासका पूर्वाधारको विकासमा जोड दिनुपर्ने अवस्था छ । यो गाउँपालिकामा तामाङ, चेपाङ, बाहुन, क्षेत्री, मगर, विश्वकर्माहरूको बसोबास रहेको छ।

कैलाश गाउँपालिकामा महाभारत लेक पनि छ। यहाँ बहुमुल्य जडिबुटी रहेको छ। यसैगरी गाउँपालिकाको पर्यटकीय क्षेत्रको रूपमा कैलाश वैकुण्ठ, विष्णुकुण्ड, कालिकाटार, नामटारलगायतका रमणीय र आकर्षक स्थलहरू पनि छन् । ती स्थलहरूले आन्तरिक पर्यटकहरूको आकर्षण बढाइरहेका छन्। वैकुण्ठमा रहेको विष्णु कुण्डमा बाह्रै महिना पानी हून्छ। यो पोखरीमा रिम्पोचेको मूर्ति रहेको छ। पोखरीभन्दा अलिमाथि डाँफे मुनाल पार्क छ। यहाँ होमस्टेको लागि पनि काम भइरहेको छ। यो गाउँपालिका अन्न, तरकारी तथा फलफूल उत्पादनका लागि उपयुक्त ठाउँ हो। यहाँ स्याउ, किवी, अलैँची र चिया बगान रहेको छ।

अन्नपूर्ण, माछापुच्छ्रे, गणेश, धौलागिरी, मनास्लु हिमाललगायतका हिमश्रृङ्खलाहरू कैलाशको पश्चिम दिशातिर सजिलै देख्न सकिन्छ। यसैगरी दक्षिणतिर तराईका भू-भाग, वीरगञ्जको घण्टाघर र रक्सौल रेल स्टेसन पनि देख्न सकिन्छ।



कैलाश गाउँपालिका भौगोलिक र प्राकृतिक विविधताले भरिएको गाउँपालिका हो। यहाँ समथर भू-भागदेखि अग्ला अग्ला पहाडहरू पनि छन्। यी अग्ला-अग्ला पहाडहरू विशेष गरी कैलाशको उत्तरी भू-भागमा अवस्थित छन्। कैलाशको वडा नं. १, २, ५, ६ र ७ मा धेरै अग्ला अग्ला पहाडहरू छन्। यी पहाडहरू आवतजावत गर्न कठिन भए पनि प्राकृतिक सौन्दर्यले भरिपूर्ण छन्। यहाँ जाडो तथा गर्मी समयमा पनि चिसो नै हुन्छ। कैलाश गाउँपालिका प्राकृतिक रूपमा रमणीय र सुन्दर छ। यो गाउँपालिकामा कृषि र पर्यटनको प्रचुर सम्भावना रहेको छ।

क्रियाकलाप

१. तल दिइएका शब्द प्रयोग गरी आफू बसेको गाउँपालिकाको बारेमा लेख्नुहोस्।

जिल्ला, केन्द्र, वडा, प्रमुख धार्मिक स्थल, पहाड, पोखरी, खोलानाला, आदि।

अभ्यास

१. तपाइँ बसेको गाउँपालिकाको क्षेत्रफल र चार सिमाना तल उल्लेख गर्नुहोस् :

(क) क्षेत्रफल :

(ख) सिमाना

पूर्व :

पश्चिम :

उत्तर :

दक्षिण :

२. बैकुण्ठ र विष्णुकुन्डको सङ्क्षिप्त परिचय दिनुहोस्।

पाठ-२ : कैलाश गाउँपालिकाका जातजाति

रश्मि तामाङको घर कैलाश गाउँपालिकामा पर्छ । उनी आफ्नै वडामा रहेको श्री ……… आधारभूत विद्यालयमा कक्षा पाँचमा पढ्छिन् । उनको गाउँपालिकामा तामाङ, चेपाङ/प्रजा, छेत्री, मगर, विश्वकर्मा, गुरुङ, बाहुन, भुजेल, परियार र नेवारको बसोबास रहेको छ । उनको गाउँपालिकामा सबैभन्दा बढी तामाङ जाति बसोबास गर्छन् भने सबैभन्दा कम परियार र नेवार रहेका छन् । सबै जातजातिहरू एक आपसमा मिलेर गाउँको विकासमा जुटेका छन् । उनीहरू सबै मिलेर विद्यालय भवन निर्माण गरेका छन् । विद्यालयका आवश्यक स्रोतहरू सङ्कलन गरेका छन् । गाउँमा धारा, कुवा, पाटी निर्माणमा सहयोग पुर्‍याएका छन् ।

चित्र : पहाडी पृष्ठभूमिमा गाउँका सबै जातजाति मिलेर विकास(धारा, कुवा, पाटी) निर्माण गरेको तस्बिर

उनको गाउँपालिकाको जातिगत जनसङ्ख्या विवरण तलको तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ :

जातजातिगत विवरण(प्रतिशतमा)

जाति	जम्मा	पुरुष	महिला
तामाङ	टघाठ	टघाड	टघाठ
चेपाङ/प्रजा	द्दघ	द्दद्दाढ	द्दघाज्ञ
छेत्री	घाड	घाढ	घाठ
मगर	द्दाघ	द्दाघ	द्दाद्ध
विश्वकर्मा	द्दाद्द	द्द	द्दाद्द
गुरुङ	ज्ञाड	ज्ञाड	ज्ञाढ
बाहुन	ज्ञाद्द	ज्ञाघ	ज्ञाद्द
घर्ती /भुजेल	णाद्ध	णाद्ध	णाछ
परियार	णाद्ध	णाद्ध	णाद्ध
नेवार	णाघ	णाघ	णाघ

स्रोत : राष्ट्रिय जनगणना, २०७८

(क) क्रियाकलाप

१. तपाइँको वडामा बसोबास गर्ने जातिगत विवरण सङ्कलन गरी तलको तालिकामा देखाउनुहोस् ।

जाति	सङ्ख्या

(ख) अभ्यास

१. कैलाश गाउँपालिकामा कुन कुन जातिका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ रु

२. तपाइँको वडामा बसोबास गर्ने जाति र तिनीहरूले बोल्ने भाषा तलको तालिकामा देखाउनुहोस् ।

जाति	भाषा

(ग) परियोजना कार्य

१. आफ्नो टोलका कुनै सातओटा घरमा जानुहोस् । ती घरमा भएका परिवार (पुरुष र महिला)को सङ्ख्या तलको तालिकाअनुसार सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

घर सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा
१			
२			
३			
४			
५			
६			
७			

पाठ ३ : मेरो वडामा रहेका विद्यालयहरू

सन्तबहादुर चेपाङ कक्षा ५ मा अध्ययन गर्छन् । उनी कैलाश गाउँपालिकाको वडा नं. ७ मा बस्छन् । उनको गाउँपालिकामा प्रारम्भिक बालविकास शिक्षा विद्यालय ४८ ओटा, कक्षा १-३ सञ्चालित १७ ओटा, कक्षा १-५ सञ्चालित १८ ओटा, कक्षा १-८ सञ्चालित ४ ओटा, कक्षा १-१० सञ्चालित ५ ओटा, कक्षा १-१२ सञ्चालित एउटा गरी जम्मा ४५ विद्यालय रहेका छन् । यो विवरण २०८१ को विद्यालय तथ्याङ्कमा आधारित छ ।

कैलाश गाउँपालिकामा जम्मा ४५ वटा सामुदायिक विद्यालयहरू छन् । यसमा आधारभूत तहका ३९ ओटा र माध्यामिक तहका ६ ओटा रहेका छन् । वडागत रूपमा

हेर्दा सबैभन्दा बढी वडा नं. .... मा ..... ओटा र सबैभन्दा कम वडा नं. .... मा ... ओटा विद्यालयहरू छन् । यस गाउँपालिकाको विद्यालयको विवरण वडागत रूपमा तल प्रस्तुत गरिएको छ :

वडा नं.	आधारभूत	माध्यमिक	जम्मा
१			
२			
३			
४			
५			
६			
७			
८			
९			
१०			
जम्मा	३९	६	४५

विद्यालयमा गाउँपालिका भित्र रहेका ४५ वटा विद्यालयहरूमा जम्मा ... जना शिक्षकहरू कार्यरत रहेका छन् । वडागत रूपमा हेर्दा ... जना वडा नं. ... मा त्यसपछि ५८ जना वडा नं. ... र तेस्रोमा वडा नं. .. मा ...जना शिक्षकहरू रहेका छन् । वडागत शिक्षक विवरण तल तालिकामा दिइएको छ :

वडा नं.	शिक्षक
१	
२	
३	
४	
५	
६	
७	
८	
९	
१०	

जम्मा	१६०

सन्तबहादुरको वडामा आधारभूत विद्यालय ... वटा र माध्यमिक विद्यालय ...... रहेको छ । त्यसैगरी .... जना शिक्षकहरू कार्यरत छन् । उनको वडामा रहेका विद्यालयहरूको विवरण तल दिइएको छ :

१. श्री ....माध्यमिक विद्यालय,............
२. श्री ....आधारभूत विद्यालय, ...
३.. श्री ....आधारभूत विद्यालय, ...
४. श्री ....आधारभूत विद्यालय, ...
५. श्री ....आधारभूत विद्यालय, ...
६. श्री ....आधारभूत विद्यालय, ...
७. श्री ....आधारभूत विद्यालय, ...

सन्तबहादुरको आफ्नो गाउँपालिका र वडामा रहेका विद्यालयहरूको विवरण यो पाठमा अध्ययन गर्‍यौँ । अब भाइबहिनी हो हामीले पनि सन्तबहादुरले जस्तै आफ्नो गाउँपालिका र वडामा रहेका विद्यालयहरूको विवरण खोजी गरी अध्ययन गरौँ है त !

(क) कियाकलाप

१. तपाइँ गाउँपालिकाको केन्द्र वा वडा कार्यालयमा जानुहोस् । त्यसपछि गाउँपालिकाका शिक्षा शाखा प्रमुख र वडाका वडाअध्यक्षलाई भेटी तपाइँको वडामा रहेका विद्यालयहरूको सूची तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. तपाइँ अध्ययन गर्ने विद्यालयको कक्षागत विद्यार्थी विवरण तलको तालिकामा भर्नुहोस् :

कक्षा	छात्र	छात्रा

२. तपाइँ अध्ययन गर्ने विद्यालयको शिक्षक विवरण तलको तालिकामा भर्नुहोस् :

शिक्षक सङ्ख्या	महिला	पुरुष

३. तलको तस्बिरमा आफूलाई मनपर्ने रङ भरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ दुई : स्थानीय प्राकृतिक स्रोत र सम्पदा

सिकाइ उपलब्धि

स्थानीय प्राकृतिक स्रोतहरूको प्रयोगबाट समुदायलाई भएको फाइदा बताउन

पाठ एक : प्राकृतिक स्रोत र सम्पदा

आफैं उत्पन्न हुने र आफ्नै नियममा चल्ने कुरा प्रकृति हो । मानिसको श्रमबिना प्रकृतिले दिएका साधन, स्रोत र सम्पदालाई प्राकृतिक सम्पदा भनिन्छ । कुनै ठाउँको प्राकृतिक सम्पदाले त्यस ठाउँको विकास गर्न धेरै मद्दत गर्छ । प्रकृतिक सम्पदामा जल सम्पदा, वन सम्पदा र प्राकृतिक सौन्दर्य रहेका छन् । यी प्राकृतिक सम्पदाको उपयोग गर्न सके कैलाश गाउँपालिका सम्पन्न पालिका बन्न सक्छ ।

प्रकृतिबाट हामीले अनेक फाइदा लिन्छौँ । प्रकृतिले हामीलाई अक्सिजन भएको हावा दिन्छ । जुन हामीलाई बाँच्नका लागि चाहिन्छ । प्रकृतिमा सुन्दर जीवजन्तुहरू छन् । प्रकृतिमा भएका बिरुवाहरूबाट औषधी बनाउन सकिन्छ । त्यही औषधीले मानिस र जीवजन्तुलाई रोगबाट बच्न सहयोग पु-याउँछ । कलम, कागज, किताब, स्याउ, केरा, सुन्तला,निबुवा आदि प्रकृतिबाट प्राप्त भएको हो । प्रकृतिमा राम्रा राम्रा फूलहरू पाइन्छन् । यिनै फाइदाहरूको सही उपयोग गर्न प्राकृतिक स्रोतहरूको संरक्षण गर्नुपर्छ । कैलाशमा रहेका प्राकृतिक स्रोतहरू धोबी खोला, चुनढुङ्गा खानी, मनहरी खोला, मस्यार महादेव स्थान, कटहरे सामुदायिक वन,

कालीदेवी सामुदायिक वन, छरछरे खोला, मूलखोला हुन् । यी जल, वन र सांस्कृतिक सम्पदा हुन् ।

(क) जल सम्पदा

धोबी, मनहरी, छरछरे र मूलखोलाको जल सम्पदाबाट समुदायलाई धेरै पाइदा भएको छ ।

१. धोबी खोला

२. मनहरी खोला

कैलाश गाउँपालिकाको मुख्य खोला मनहरी खोला हो । यो मनहरी खोला साविकको नामटार गा.वि.स. वडा नं. १ र ३ को बिचबाट झिरघारी हुँदै मनहरी गाउँ निस्केर बगेको छ । हाल मनहरी खोलाको उद्‌गमस्थान भिमफेदी गाउँपालिका वडा नं. ९ मा पर्छ । यो खोलामा मिसिने प्रमुख खोलाहरू कालीखोला, छरछरे खोला, बाँसखोला, गोराङ्‌दी खोला, गढी खोला आदि हुन् यो खोला भिमफेदी गाउँपालिकादेखि कैलाश गा.पा. राक्सिराङ गा.पा., मनहरी गा.पा.को मनहरी बजार हुँदै रापती खोलासँग मिसिन जान्छ । यो मनहरी खोलालाई कैलाशको लामो र ठुलो नदीको नामले चिनिन्छ । यी खोलाको पानी सिंचाइ गरी कृषि क्षेत्रको उत्पादकत्व बढाउन सकिन्छ । जलविद्युत उत्पादन गरी आर्थिक लाभ प्राप्त गर्न सकिन्छ । खानेपानीको सहज आपूर्ति गर्न सकिन्छ । जल यातायात सञ्चालन गर्न, सकिन्छ ।

खोलानालाबाट हुने फाइदाहरू

(अ) खानेपानीका लागि उपयोग गर्न

(आ) खेतीपाती, घट्‌ट, मिल चलाउन

(इ) माछापालन गर्न

(ई) खेतबारीमा सिचाइ गर्न

(उ) आर्थिक क्रियाकलापमा वृद्धि गर्न

(ऊ) ढुङ्गा, गिट्टी र बालुवा प्राप्त गर्न

पानीको संरक्षण गर्नका लागि वृक्षरोपण गर्नु जरुरी छ । वृक्षरोपण, पानी र माटोको संरक्षण, खोलानाला वरिपरि सरसफाइ आदि गरी जल सम्पदाको संरक्षण गर्नुपर्छ । यसैगरी खेतबारीमा दिगो कृषि उत्पादन प्रविधि अपनाउनुपर्छ । गाउँघरमा जनचेतना फैलाउन चेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नुपर्छ ।

चित्र : धोबी, मनहरी, छरछरे र मूलखोलाको तस्बिर

(क) क्रियाकलाप

१. तपाइँको गाउँपालिकामा पाइने प्राकृतिक स्रोत तथा सम्पदाहरूको सूची तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. जल सम्पदाको परिचय दिनुहोस् ।

२. कैलाश गाउँपालिकामा खोलानालाको सूची तयार गरी यसका फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. जल सम्पदाको महत्त्व बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

पाठ २ : सामुदायिक वन

भाइबहिनी हो, हामी यो कक्षामा कैलाश गाउँपालिकामा रहेको कटहरे र कालीदेवी सामुदायिक वनको परिचय, ती वनबाट समुदायलाई भएको फाइदा सम्बन्धमा अध्ययन गर्नेछौँ ।

(क) कटहरे वन

कटहरे सामुदायिक वन कैलाश गाउँपालिको वडा नं. ......मा पर्छ । यो वन सामुदायिक वन हो । वनमा कटुस, उत्तिस, सल्ला, चिलाउने, तिमिला, कुटमिरो आदि रूखहरू पाइन्छन् । यसैगरी जडिबुटीमा चिराइतो, सुनाखरी, अल्लो, कुरिलो, वन तरुल, ओखर, पानी अमला, गुराँस, ऐंसेलु, हर्रो, बर्रो, चिराइतो, लेकाली सिस्नु, टिमुर, बयर, चिउरी, नागवेली, दालचिनी, गुर्जो, असुरो, चुत्रो, अलैंची आदि पाइन्छ । यो वनबाट समुदायलाई प्रशस्त फाइदा मिलेको छ । वनमा दाउरा, कन्दमूल, जडीबुटी पाइन्छ ।

(ख) कालीदेवी वन

कालीदेवी वन कैलाश गाउँपालिका वडा नं. मा अवस्थित वन हो । यो वन सामुदायिक वन हो । यो वनमा कटुस, उत्तिस, सल्ला, चिलाउने, तिमिला, कुटमिरो आदि रूखहरू पाइन्छन् । यसैगरी जडिबुटीमा चिराइतो, सुनाखरी, अल्लो, कुरिलो, वन तरुल, ओखर, पानी अमला, गुराँस, ऐंसेलु, हर्रो, बर्रो, चिराइतो, लेकाली सिस्नु, टिमुर, बयर, चिउरी, नागवेली, दालचिनी, गुर्जो, असुरो, चुत्रो, अलैंची आदि पाइन्छ । यो वनमा कन्दमूल, जडीबुटी, चिलाउनेजस्ता बोटबिरुवा पाइन्छ । यो वनबाट समुदायलाई धेरै फाइदा मिलेको छ ।

(अ) पशुपालनका लागि आवश्यक घाँस र स्याउला पाइने
(आ) पर्या पर्यटन क्षेत्रको विकास गर्न सहयोग पुग्ने
(इ) स्वच्छ हराभरा वातावरण बनाउन सहयोग पुग्ने
(ई) फर्निचर र घर टहरा निर्माणका लागि काठ प्राप्त गर्न सकिने
(ए) ठुला वन भएमा निकुञ्ज, आरक्षण केन्द्र र सिकार क्षेत्र स्थापना गर्न सकिने

चित्र : कटहरे सामुदायिक वन र कालीदेवी सामुदायिक वन

वन हाम्रो महत्त्वपूर्ण प्राकृतिक सम्पदा हो । वनजङ्गल प्राणीहरूको बासस्थान हो । मानिसले दाउरा, काठ, जडीबुटी आदि वनजङ्गलबाट प्राप्त गर्छन् । कैलाशका सामुदायिक वनमा पाइने जडीबुटीबाट विभिन्न रोगका औषधी बनाउन सकिन्छ । यहाँ मयूर, बाघ, चितुवा आदि जस्ता जीवजन्तु पाइन्छन् । त्यसैले वनको उचित प्रयोग र संरक्षण गर्नुपर्छ ।

(क) कियाकलाप

१. वरपरका वन सम्पदाहरूको सूची तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. वन सम्पदा भनेको के हो रु यसबाट समुदायलाई हुने फइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. कैलाश गाउँपालिकाको सामुदायिक वनमा कुन कुन जडीबुटी पाइन्छन्, लेख्नुहोस् ।

३. वन सम्पदाको संरक्षण गर्ने उपायहहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

एकाइ ३ : स्थानीय जातजाति, भाषा, वेशभूषा, संस्कार र चाडपर्व

सिकाइ उपलब्धि

समुदायमा प्रचलित भाषा, वेशभूषा, चाडपर्व र संस्कारहरूको संरक्षणमा सहयोग गर्न

चित्र : *१२/१३ वर्षका ४/५ केटाकेटीसहित ल्होसार पर्वमा सहभागिता जनाएको चित्र*

पाठ एक : हाम्रो चाडपर्व र संस्कार

(क) चाडपर्वमा सहभागिता

सानुमाया प्रजाको घर कैलाश गाउँपालिकामा पर्छ । राजु प्रजा सुनिता विश्वकर्मा र बिन्दु तामाङ उनका साथीहरू हुन् । आज ल्होसार पर्वको दिन हो । बिन्दुको घरमा सबैजना भेला भई ल्होसार पर्व मनाउँदै छन् । सानुमायालाई पनि बिन्दुले पर्व मनाउन निमन्त्रणा गरेकी छिन् । बिन्दुले ल्होसार पर्व मनाउने तरिका सम्बन्धमा सानुमायालाई यसरी भनिन् :

सुन बिन्दु, आज माघ शुक्ल प्रतिपदाको दिन हो । यो दिन तामाङ समुदायले विविध कार्यक्रम आयोजना गरी हर्षोल्लासपूर्वक सोनाम ल्होसार मनाउँछन् । प्रत्येक वर्ष माघ शुक्ल प्रतिपदाका दिन विभिन्न कार्यक्रम गरी सोनाम ल्होसार मनाउने गरिन्छ । मुसा, गाई, बाघ, खरायो, ड्रागन, सर्प, घोडा, भेडा, बाँदर, चरा, कुकुर र सुँगुर गरी १२ वर्गमा सोनाम ल्होसारलाई विभाजन गरिएको छ । ल्होसारमा ल्हो खोर्लो अर्थात् वर्ष चक्रका आधारमा हरेक वर्ष पुरानो वर्षलाई बिदाइ र नयाँ वर्षलाई स्वागत गरिन्छ । यो पर्व धार्मिक र सांस्कृतिक विधिअनुसार मनाउने गरिन्छ । भूमिपूजा, कूलपूजा एवं दानदक्षिणा, ढोगभेट, नाचगान, मिठो परिकार बनाएर खाने र शुभकामना आदानप्रदान गरी यो पर्व मनाउने चलन छ । समुदायका सबै जना एकै ठाउँमा भेला भई सामूहिक रूपमा यो पर्व

मनाइन्छ । सोनाम ल्होसारका अवसरमा घर बस्तीहरू सफा गरी बुद्धका चित्रहरू अङ्कित ध्वजापताकाहरू टाँगेर बुद्धको पूजा अर्चना गरिन्छ । कतिपय ठाउँ र गाउँमा लामा र मुखियाको उपस्थितिमा सबै जना एकै ठाउँमा भेला भई नाचगानसहित रमाइलो पनि गरिन्छ । यसरी गाइने अनि नाचिने गीतहरूलाई 'तामाङ सेलो' भनिन्छ ।

चित्र : *१२/१३ वर्षका ४/५ केटाकेटीसहित ल्होसारपर्वमा सहभागिता जनाएको चित्र*

आज राजु प्रजा, सुनिता विश्वकर्मा र सानुमाया प्रजालगायतका साथीहरूले बिन्दु तामाङको घरमा रमाइलो गरी ल्होसार पर्व मनाए ।

(ख) **मृत्यु संस्कारमा सहभागिता**

सोनामको घर नामटार हो । उनको बाजे बितेको आज ४९ दिन भयो । आज उनको घरमा घेवा छ । उनले घेवामा साथीहरू विनिता, कुमार, छेवाङ र लाक्पालाई आमन्त्रण गरेका थिए । आज उनीहरू सबै सोनामको घर उपस्थित छन् । उनीहरूले घेवामा लामाले पितृको श्रद्धा र आत्माको चिरशान्तिको कामना गरेको देखे । उनले घेवामा छिमेकी सबैलाई बोलाएका रहेछन् । सबै मिलेर विभिन्न काममा सघाए । घेवामा विनिता, कुमार, छेवाङ र लाक्पाले पनि आफूले सक्ने काममा सहयोग गरे । पितृप्रसाद बनाउन र अन्य कार्य सबै मिलेर गरेको देखे । उनहिरूले पनि आफूले सकेको काम गरे । यो कार्यमा सहभागी भएर सिकेका कुरा अरू साथीहरूलाई पनि सुनाए ।

(क) क्रियाकलाप

१. तपाईँको समुदाय वा गाउँपालिकामा हुने कुनै एक पर्वको अवलोकन गरी सोको विवरण कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
२. विवाह, व्रतबन्ध, छेवर, पूजा आदि भएका ठाउँमा सहभागी हुँदाका आफ्ना अनुभव साथीलाई कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. तामाङ जातिले मनाउने चाडपर्वहरूको सूची तयार गरी ल्होसार मनाउने तरिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. तामाङ जातिको विवाह संस्कार उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. विभिन्न जातिका संस्कारमा सहभागी हुँदा के के फाइदा हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

(ग) पाठका आधारमा खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(अ) आज माघ शुक्ल ....को दिन हो ।

(आ) यो दिन तामाङ समुदायले विविध कार्यक्रम आयोजना गरी .... मनाउँछन् ।

(इ) मुसा, गाई, बाघ, खरायो, ड्रागन, सर्प, घोडा, भेडा, बाँदर, चरा, कुकुर र सुँगुर गरी .... वर्गमा सोनाम ल्होसारलाई विभाजन गरिएको छ ।

(ई) ल्होसारमा ल्हो खोर्लो अर्थात् वर्ष चक्रका आधारमा हरेक वर्ष पुरानो वर्षलाई बिदाइ र नयाँ वर्षलाई .... गरिन्छ ।

(उ) यो पर्व धार्मिक र .... विधिअनुसार मनाउने गरिन्छ ।

(ऊ) भूमिपूजा, कूलपूजा एवं दानदक्षिणा, मिठो परिकार बनाएर खाने र शुभकामना आदानप्रदान गरी यो पर्व .... चलन छ ।

(ए) तामाङ जातिमा गाइने र नाचिने गीतहरूलाई 'तामाङ सेलो' भनिन्छ ।

(ग) परियोजना कार्य

१. तामाङ जातिको मृत्यु संस्कारका बारेमा स्थानीय जानकार व्यक्तिसँग सोधपुछ गरी एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

पाठ २ चेपाङ समुदायको पर्वमा सहभागिता

आज शानिबारको दिन हो । रमिला र उनकी आमा कालिकाटार बजार जाँदै हुनुहुन्थ्यो । बजार नजिकै बाटामा उहाँको सूर्य चेपाङसँग भेट भयो । सूर्य चेपाङ रमिलाको ठूलो बुबा हो । उहाँहरूबिच चेपाङ समुदायको पर्वमा सहभागिता सम्बन्धमा कुराकानी भयो । उहाँहरूबिच भएको कुराकानी यहाँ प्रस्तुत छ :

रमिला : नमस्कार ठुलो बुबा ! कता हिँड्नुभयो ?

सूर्य : नमस्कार नानी ! म त बजारबाट किलमेल सकेर घरतिर पो हिँडेको ।

रमिला : ठुलो बुबा, हजुरसँग भेट भयो । आज मलाई हाम्रो समुदायको पर्व, मनाउने तरिका र सहभागिता सम्बन्धमा बताइदिनुहोस् न ?

सूर्य : सुन नानी, पहिले म हाम्रा पर्वहरूका सम्बन्धमा बताउँछु । हाम्रा पर्वहरूमा भूमि पूजा (भुइँ भ्यासा), 'न्वागी' दशै, तिहार, माघे सङ्क्रान्ति र साउने सङ्क्रान्ति हुन् ।

रमिला : ठुलो बुबा, त्यो त बुझेँ । अब हाम्रा समुदायको पर्व मनाउने तरिका र सहभागिता सम्बन्धमा बताइदिनुहोस् न ?

सूर्य : सुन नानी, अहिले हामी समुदायमा एकआपसमा मिलेर पर्व मनाउँछौँ । जस्तो भूमि पूजा (भुइँ झ्यासा) प्रायः माघ र फागुनमा गर्ने गरिन्छ। बाली पाकिसकेपछि सबैभन्दा पहिले नजिकको थानी भूमिलाई चढाइसकेपछि मात्र मकै खाने चलन छ। त्यसैगरी छोनाम 'न्वागी' चेपाङहरूको सबैभन्दा ठूलो धार्मिक पूजा हो। यो पूजा भदौमा गरिन्छ। 'न्वागी'लाई "नवाङ्गी" पनि भनिन्छ । हाम्रो जातिले दशै, तिहार, माघे र साउने सङ्क्रान्ति निकै रमाइलोसँग मनाउँछन् । प्रत्येक बैशाख चण्डिपूर्णिमाका दिन गोठमा कुखुरा काटेर भोग दिने गरिन्छ । त्यही कुखुरा काटेर भोज खाइन्छ । सुन नानी, भोजमा चेलीबेटीसमेत बोलाउने चलन छ । साउन महिना अन्न भित्रिने समय भएको हुँदा खुशी मनाउन साउने सङ्क्रान्ति मानिन्छ । यस पर्वलाई अनिकाल भगाउने र सहकाल ल्याउने पर्वको रूपमा पनि हेरिन्छ ।

रमिला : ठुलो बुबा, हाम्रो समुदायको पर्वमा कसरी सहभागी हुने बताइदिनुहोस् न ?

सूर्य : सुन नानी, अहिले पनि हामी समुदायमा एकआपसमा मिलेर पर्व मनाउँछौँ । मिलेर पर्व मान्दा एकआपसमा सहयोगको आदान प्रदान हुन्छ। सबै मिलेर गर्दा कार्यहरू छिटो र सजिलोसँग गर्न सकिन्छ। सबैको सहभागिताले पर्व रमाइलो हुन्छ। एकआपसमा चिनजान र घुलमिल गर्न सजिलो हुन्छ। आफ्नो संस्कृतिको पहिचान हुन्छ।

रमिला : अरू पर्वहरू पनि छन् त ठुलो बुबा ?

सूर्य : सुन नानी, ! छन् नि, हाम्रो आफ्नै संस्कार, वेषभूषा, भाषा, संस्कृति एवम् परम्परा छ । यसैका आधारमा हाम्रो पहिचान हुन्छ । हाम्रो जाति बसोबास गरेको क्षेत्रमा च्यूरीको रूख पाइन्छ। यसले पनि हामीहरूको पहिचान बोकेको छ। हाम्रो जातिको विवाहमा छोरीलाई च्यूरीको बिरुवा दिने चलन छ । यी सबै काममा हामी सहभागी हुनुपर्छ । सहभागी हुँदा पर्वहरूमा गरिने कार्यहरूको जानकारी हुन्छ। यसबाट हामीले हाम्रो संस्कार, वेषभूषा, भाषा, संस्कृति एवम् परम्परा सिक्ने र अभयास गर्ने अवसर पाउँछौँ ।

रमिला : ओहो ठुलो बुबा, हजुरले धेरै जानकारी दिनुभयो । खुसी लाग्यो ! हजुरलाई धेरै धेरै धन्यवाद ।

सूर्य : हाम्रो जातिका बारेमा केही जानकारी दिन पाएकोमा तिमीलाई पनि धन्यवाद नानी ।

(उनीहरू आआफ्नो बाटो लाग्छन् ।)

(क) क्रियाकलाप

१. तपाईँ पनि आफ्नो समुदायमा हुने विभिन्न संस्कारमा सहभागी हुनु भएको होला ? ती अवसरमा तपाईँले अनुभव गरेका कुराहरू समेटी साथीलाई चिठी लेख्नुहोस् ।

२. तपाईँको गाउँपालिकामा हुने पर्व र संस्कारमा एकआपसमा मिलेर काम गर्दा के के फाइदा हुन्छन् ? जोडी जोडीमा छलफल गरी फाइदाको सूची तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. चेपाङ/प्रजा जातिको भूमि पूजा पर्वको सङ्क्षिप्त वर्णन गर्नुहोस् ।

२. छोनाम 'न्वागी' चेपाङहरूको सबैभन्दा ठूलो धार्मिक पूजा हो । यो पूजामा गरिने क्रियाकलाप बुँदागत रूपमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. चेपाङ समुदायको पर्वमा सहभागी हुँदा के के फाइदा हुन्छन् लेख्नुहोस् ।

पाठ ३ : सहभागी होऔँ र संरक्षण गरौँ

दशैं, तिहार, माघे सङ्क्रान्ति, रामनवमी मुख्य पर्व हुन्

साउने सङ्क्रान्ति, कृष्णाष्टमी, तीज, फागु पूर्णिमा पनि छन् ।

ब्राह्मण र क्षेत्रीले आआफ्ना संस्कारहरू पालना गर्छन्

न्वारन, अन्नप्राशन, ब्रतबन्ध, विवाह र मृत्यु संस्कार छन् ।

मगरहरूको माघे सङ्क्रान्ति, चण्डी पूर्णिमा र चैते दशैं पर्व

भूमेपूजा, नाग पुजा, दशैंतिहार मान्छन् है प्राकृतिक धर्म ।

मगरहरूको नयाँ वर्ष प्रमुख चाड माघे सङ्क्रान्ति

तिलको लड्डु, घिउ, तरुल खाई मन पार्छन् शान्ति ।

जन्म, न्वारन, ब्रतबन्ध, अनि कपाल मुण्डन संस्कार

यसैगरी गर्छन् अरू विवाह र मृत्यु प्रमुख संस्कार ।

चाडपर्व र संस्कारहरूमा सहभागी भई रमाइलो गरौँ

हाम्रा पर्व र संस्कारहरूको सबैजना मिली संरक्षण गरौँ ।

क्रियाकलाप

१. तपाइँको समुदायमा बसोबास गर्ने कुनै दुई जातिको संस्कार उल्लेख गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. स्थानीय समुदायको चाडपर्व, असल परम्पराको विकास, भाषा कलाको संरक्षणमा तपाईंको भूमिका के के हुन सक्छ साथीहरूसँग छलफल गरी बुँदा टिपोट गर्नुहोस् र साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

३. गाउँपालिकाभित्र रहेका मुख्य जातजातिहरूको सूची तयार गरी र ती जातजातिहरूले मनाउने चाडपर्व र संस्कार झल्किने श्रव्यदृष्य सामग्रीहरू सङ्कलन गरी प्रदर्शन गर्नुहोस् । ती चाडपर्व र संस्कारको संरक्षण गर्ने तरिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

४. विभिन्न समयमा समुदायमा मनाइने चाडपर्वको अवसरमा सहभागी भई त्यसको अनुभव कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाइँको गाउँपालिकामा बसोबास गर्ने जातिहरूको संस्कार उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. बाहुन क्षेत्रीको ब्रतबन्ध संस्कारमा कुनकुन कार्यहरू गरिन्छन् लेख्नुहोस् ।

३. पाठमा दिइएको कविता पढी कुनै एक जातिको चाडपर्व र संस्कारसम्बन्धी आफुलाई मन पर्ने कथा, कविता वा संवाद तयार गर्नुहोस् ।

४. "चाडपर्व संरक्षणमा हाम्रो भूमिका" शीर्षकमा पोस्टर तयार पारी कक्षामा टाँस्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१. तपाईको समुदायमा रहेको कुनै एक नेवार जातिको घरमा जानुहोस् वा सो जातिसम्बन्धी जानकार व्यक्तिसँग सोधी उनीहरूको विवाह संस्कारमा गरिने कार्यहरू टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा सबैलाई सुनाउनुहोस् ।

एकाइ ४ : स्थानीय धार्मिक, ऐतिहासिक र पर्यटकीय स्थल

सिकाइ उपलब्धि

स्थानीय धार्मिक, ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलहरूको परिचय दिन र संरक्षणमा सहयोग पुर्याउन

चित्र : कैलाश गुफा, डाँफे मुनाल पार्क, अमृतपानी, बुर्जा डाँडा, जलेश्वरीदेवी, लाली गुराँस स्मारक, वृषेश्वर महादेव, वागेश्वरी, जुरेवाङ, बाउने कालिका देवी,

पाठ एक : धार्मिक, ऐतिहासिक र पर्यटकीय स्थल

आज शनिबारको दिन हो । कक्षा ५ का विद्यार्थी भाइबहिनीहरू तीनतीन जनाको समूह बनी कैलाश गाउँपालिकाका धार्मिक, ऐतिहासिक र पर्यटकीय स्थलहरूको भ्रमण गरे । उनीहले गाउँपालिकाभित्र रहेका कैलाश गुफा, डाँफे मुनाल पार्क, अमृतपानी, बुर्जा डाँडा, जलेश्वरीदेवी, लाली गुराँस स्मारक, वृषेश्वर महादेव, वागेश्वरी, जुरेवाङ, बाउने कालिका देवी, कोथलीटार चर्चका सम्बन्धमा निम्नानुसारको सङ्क्षिप्त टिपोट गरे :

(क) स्थलको नाम :

(ख) ठेगाना :

(ग) वरिपरिका वस्तुहरू :

(घ) स्थापना मिति :

चित्र : अमृतपानी, बुर्जा डाँडा, जलेश्वरीदेवी, लाली गुराँस स्मारक, वृषेश्वर महादेव, वागेश्वरी, जुरेवाङ, बाउने कालिका देवी

क्रियाकलाप

१. तपाईँ बस्ने ठाउँ वरपर विभिन्न ऐतिहासिक, धार्मिक र सांस्कृतिक स्थलहरू होलान् । तीमध्ये कुनै एक स्थल संरक्षणका लागि गरिएका प्रयाससम्बन्धी जानकारी सङ्कलन गरी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।
२. ऐतिहासिक, धार्मिक र सांस्कृतिक स्थलहरू संरक्षणका उपाय समेटिएका प्लेकार्डहरू तयार पारी कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।
३. ऐतिहासिक, धार्मिक र सांस्कृतिक स्थलहरू संरक्षणसम्बन्धी चित्र सङ्कलन गरी बुलेटिन बोर्डमा टाँस्नुहोस् ।

अभ्यास

(ग) परियोजना कार्य

१. ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थल जुरेवाङको स्थलगत अवलोकन भ्रमण गर्नुहोस् । त्यहाँ वरिपरि रहेका प्राकृतिक वस्तुहरू टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ २ : संरक्षणमा सहयोग पुर्‍याऔँ

रमेश र दीपा कक्षा ५ मा अध्ययन गर्छन् । आज उनीहरू हुन् ।

सम्पदा संरक्षणमा स्थानीय सरकारको भूमिका

सम्पदा कुनै पनि राष्ट्रको पहिचान, इतिहास र संस्कृति झल्काउने महत्त्वपूर्ण सम्पत्ति हो । सम्पदाको संरक्षण सबै नागरिकको दायित्व हो तापनि स्थानीय सरकारको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ । सम्पदा संरक्षणमा स्थानीय सरकारले निर्वाह गर्नुपर्ने भूमिका निम्नानुसार छन् :

(क) पुरातात्विक स्थलहरू, मन्दिर, गुम्बा, तथा ऐतिहासिक ठाउँहरूको सरसफाइ अभियान सञ्चालन गर्ने ।

(ख) अव्यवस्थित फोहोर व्यवस्थापन रोक्न पहल गर्ने ।

(ग) स्थानीय समुदाय, विद्यालय र अभिभावकसँग मिलेर सम्पदा संरक्षणसम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।

(घ) सामाजिक सञ्जाल, पोस्टर, तथा विभिन्न अभियानहरूमार्फत सम्पदाको महत्त्वको बारेमा जानकारी दिने ।

(ङ) सम्पदा संरक्षणका लागि आवश्यक ऐन नियम बनाई कार्यान्वयन गर्ने गराउने ।

(च) जनचेतना फैलाउने र नयाँ पुस्तामा ज्ञान हस्तान्तरण गर्ने ।

- स्कूल र कलेजमा गोष्ठी तथा सेमिनारको आयोजना गर्ने ।
- स्वयम्सेवा र सरसफाइ अभियान सञ्चालन गर्ने ।
- स्थानीय सम्पदाको प्रचार गर्ने र विदेशी तथा स्वदेशी पर्यटकलाई मार्गदर्शन गर्ने ।
- सम्पदालाई प्रविधिको माध्यमबाट डिजिटल रूप दिने (फोटोग्राफी, भिडियो आदि)।
- सम्पदा संरक्षणमा प्रविधिको प्रयोग गरी नयाँ नयाँ उपाय अपनाउने ।
- वृत्तचित्र, नाटक र पुस्तकहरूमार्फत सम्पदाको महत्त्व दर्शाउने ।

त्यसैले विद्यार्थीहरूले धार्मिक र ऐतिहासिक स्थलको संरक्षणमा आफ्नो भूमिका जिम्मेवारीपूर्वक निर्वाह गर्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. सम्पदा संरक्षणका लागि विद्यार्थीले गर्नुपर्ने कार्यहरूको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्

अभ्यास

१. धार्मिक तथा ऐतिहासिक सम्पदाको प्रर्वधन र संरक्षण गर्न के के काम गर्नुपर्ला, उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. धार्मिक तथा ऐतिहासिक सम्पदाको संरक्षण र प्रवर्धनमा स्थानीय समुदायको भूमिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१. ऐतिहासिक तथा पर्यटकीय स्थलको स्थलगत अवलोकन भ्रमण गरी त्यसको संरक्षण गर्न कुन कुन काम गर्नुपर्ने रहेछ टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् र आफ्नो अभिभावकलाई पनि सुनाउनुहोस् ।

एकाइ ५ : स्थानीय पेसा, व्यवसाय र प्रविधि

सिकाइ उपलब्धि

१. स्थानीय उद्योग तथा व्यवसायहरूमा प्रयोग हुने कच्चा पदार्थ, उत्पादन हुने सामग्री र जनशक्ति आदिको परिचय दिन

चित्र : डोका, डाला र नाम्लाको चित्र

पाठ एक : हाम्रै उत्पादन प्रयोग गरौँ

भाइबहिनीहरू हो, आज हामी स्थानीय उद्योग र उत्पादित सामानको प्रयोग सम्बन्धमा छलफल गर्नुछौँ । स्थानीय उद्योग भनेको स्थानीय कच्चा सामानलाई प्रयोग गरी परम्परागत सिप र प्रविधिमा आधारित उद्योग हो । स्थानीय उद्योग भनेको कुनै विशेष क्षेत्र, गाउँ वा सहरमा स्थापित उद्योगहरू हुन् । यसले मुख्य रूपमा सोही स्थानका मानिसहरूलाई रोजगारी दिन्छ र त्यहाँको आवश्यकताहरू पूरा गर्छ । यी उद्योगहरू स्थानीय स्रोतसाधन, श्रम र बजारमा निर्भर हुन्छन् ।

कच्चा पदार्थ र उत्पादित सामग्री

क.सं.	कच्चा पदार्थ	उत्पादित सामग्री
१	काठ	मेच, डेस्क, बेन्च
२	माटो	माटोको भाँडा
३	कपडा	कपास
४	फलाम	हँसिया, कोदाला, कोदाली, बञ्चरो

५	दुध	दही, मोही, घिउ, नौनी
६	मूला, गाजर, कागती	अचार
७	काठ, बाँस, फलाम	फर्निचर
८	ऊन	राडीपाखी, स्वेटर, टोपी, मोजा
९	उखु	सख्खर, चिनी
१०	निगालो, बाँस	डोका, डाला, मान्द्रा, थुन्से, आदि

स्थानीय उद्योगहरूबाट उत्पादित सामग्रीको प्रयोगले स्थानीय उद्योगलाई सहयोग पुग्छ । यसले स्वरोजगार सिर्जना गर्छ । स्थानीयबासीलाई आवश्यक पर्ने सामानहरू अरु ठाउँबाट ल्याउनु पर्दैन । स्थानीय उद्योगहरू आर्थिक विकासका महत्त्वपूर्ण आधार हुन् । उचित सहयोग पाएमा यी उद्योगहरूले गाउँपालिकालाई आत्मनिर्भर बनाउन ठुलो भूमिका खेल्न सक्छन् ।

स्थानीय उद्योगका फाइदाहरू

स्थानीय उद्योगहरू समाजको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक विकासका लागि महत्त्वपूर्ण हुन्छन् । यी उद्योगहरूले विभिन्न तरिकाले समुदायलाई फाइदा पुऱ्याउँछन् । ती फाइदाहरू निम्नानुसार छन् :

१. स्थानीय स्रोतसाधनको सही उपयोग

स्थानीय कच्चा पदार्थ, सिप, श्रम शक्ति र प्रविधिको उपयोग गरी उत्पादन गर्न सकिन्छ, । यसले स्थानीय स्रोतसाधनको उचित सदुपयोग हुन्छ ।

२. परम्परा, संस्कृति र सिपको संरक्षण

स्थानीय हस्तकला, परम्परागत कपडा, जडीबुटी र कृषि उत्पादनहरू जोगाउन मद्दत गर्छ । यसले स्थानीय सिप र ज्ञानलाई नयाँ पुस्तासम्म हस्तान्तरण गर्न सहयोग गर्छ ।

३. रोजगारी सिर्जना

स्थानीय उद्योगहरूले स्थानीय स्तरमै रोजगारी उपलब्ध गराउँछन् । त्यसैले गाउँ तथा साना सहरका मानिसहरूलाई रोजगारीको खोजीमा बाहिर जानु पर्दैन ।

४. आर्थिक विकासमा योगदान

स्थानीय उत्पादनहरू बिक्री भई त्यसबाट प्राप्त आय स्थानीय क्षेत्रमा नै रहन्छ । यसले गाउँपालिकाको समग्र आर्थिक विकासमा योगदान पुर्‍याउँछ ।

५. आत्मनिर्भरता

स्थानीय स्तरमा नै सामान उत्पादन हुने हुनाले बाहिरबाट सामान कम आयात गरे पुग्छ । यसले स्थानीय तहलाई आत्मनिर्भर बनाउन सहयोग गर्छ ।

६. सस्तो र गुणस्तरीय सामान

स्थानीय उद्योगहरूले कम लागतमा गुणस्तरीय उत्पादन दिन सक्छन् । यसले उपभोक्ताहरूलाई सुलभ मूल्यमा सामान प्राप्त गर्न सहयोग गर्छ ।

७. वातावरणमैत्री

स्थानीय उद्योगहरू प्रायः साना र मझौला हुने भएकाले ठूला उद्योगहरूले जस्तो प्रदूषण कम गर्छन् । यी वातावरणमैत्री उत्पादन प्रविधिमा आधारित हुन्छन् ।

८. महिला तथा पिछडिएको वर्गको सशक्तीकरण

स्थानीय उद्योगहरूले विशेष गरी महिला, युवा र सामाजिक रूपमा पछाडि परेका समुदायलाई स्वरोजगारको अवसर दिन्छ ।

९. पर्यटन प्रवर्द्धन

स्थानीय उद्योगहरूले हस्तकला, कपडा र परम्परागत सामानहरू निर्माण गर्छन् । त्यसले पर्यटन व्यवसायलाई पनि बढावा दिन सक्छ ।

चित्र : हस्तकला, कपडा र परम्परागत सामानहरूको तस्बिर

(क) क्रियाकलाप

१. स्थानीय समुदायमा रहेका उद्योगहरूको सामूहिक रूपमा स्थलगत अवलोकन गरी ती उद्योगबाट उत्पादित हुने वस्तुहरूको लागि कुन कुन कच्चा पदार्थहरू आवश्यक पर्छन् र के के सामान उत्पादन हुन्छन् पत्ता लगाई एक प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. तपाईंको आफ्नो गाउँपालिकामा सञ्चालित उद्योगहरू उत्पादित हुने सामानहरूको प्रयोग उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. स्थानीय उद्योगका फाइदाहरू बुँदागत रूपमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ २ स्थानीय घरेलु उद्योग

घरेलु उद्योग भनेको सानो स्तरमा घरमै सञ्चालन गरिने उद्योग हो । यसमा स्थानीय स्रोतसाधनको उपयोग गरी विभिन्न वस्तुहरू उत्पादन गरिन्छ । यी उद्योगहरू कम पूँजी, सानो ठाउँ र थोरै जनशक्तिबाट सञ्चालन गर्न सकिन्छ । यो पाठमा घरेलु उद्योग र यसबाट उत्पादित प्रमुख सामानहरूका सम्बन्धमा अध्ययन गर्नेछौं ।

(क) हस्तकला तथा कुटीर उद्योगका सामानहरू

ढाकाटोपी, नेपाली ढाका कपडा, माटोका भाँडाकुँडा (कलश, गाग्री, पाला) बाँस तथा काठका सामग्री (टोकरी, कुचो, फर्निचर) धातु तथा पित्तलका मूर्तिहरू, भाँडाकुँडा, आदि ।

(ख) खाद्य तथा कृषि प्रशोधनका सामानहरू

अचार, पापड, गुँद्रुक, सुकुटी, मह (मौरीपालनबाट),मसला (धनियाँ, जिरा, बेसार)

लोकल चिउरा, ढकनी, सात्तु, आलु चिप्स, चामलको पिठो, गहुँ पिठो, घिउ, पनिर, दूधजन्य परिकार, आदि ।

(ग) कपडा तथा सिलाइ उद्योगका सामानहरू

हातले बुनेका स्वेटर, सल, टोपी, मफलर, मोजा, परम्परागत ढाकाका कपडाहरू, धागो, ऊन र कपासबाट बनेका सामग्री आदि ।

(घ). सौन्दर्य तथा हर्बल उत्पादनहरू

घरेलु साबुन (नीम, बेसार, साबुन), अगरबत्ती, धूप, हर्बल तेल(बदाम तेल), घरमा नै बनेका (होममेड) फेसियल क्रिम आदि ।

(ङ) कागज तथा छापाखाना उत्पादनहरू

हस्तनिर्मित लोकल कागज, नोटबुक, डायरी, निमन्त्रणा कार्ड, गिफ्ट आदि ।

(च) खेलौना तथा सजावटका सामग्रीहरू

माटो तथा कपडाका खेलौना, काठका झोला तथा परम्परागत गिफ्टहरू, पेन्टिङ, चित्रकलाहरू आदि ।

७. घरेलु र हस्तनिर्मित जुत्ता तथा छालाका सामानहरू

नेपाली हस्तनिर्मित जुत्ता, छालाका झोला, पर्स, बेल्ट, कपडाका चप्पल तथा जुत्ता

कैलाश गाउँपालिकामा घरेलु उद्योगहरू सञ्चालन गरी आयआर्जन गर्न सकिन्छ । यसका लागि स्थानीय जनशक्तिको उपयोग गर्न सकिन्छ । गाउँपालिकाले ती जनशक्तिलाई आवश्यक

तालिम र सिप प्रदान गर्नुपर्छ। यसबाट स्थानीय स्तरमा रोजगार सिर्जना हुन्छ। यस्ता उद्योगले परम्परागत सिपलाई जोगाउन मद्दत गर्छ। यसले आर्थिक समृद्धिमा योगदान पुऱ्याउँछ। सुखी नेपाली समृद्ध नेपालको सपनालाई साकार तुल्याउँछ।

(क) क्रियाकलाप

१. स्थानीय घरेलु उद्योगहरूको स्थलगत भ्रमण गरी त्यहाँ प्रयोग हुने कच्चा पदार्थ, उत्पादन हुने सामग्री र जनशक्तिका सम्बन्धमा टिपोट गरी एक प्रतिवेदन तयारी गर्नुहोस्।

प्रतिवेदनको ढाँचा यसप्रकार छ :

(क) घरेलु उद्योगको नाम

(ख) स्थापना वर्ष

(ग) स्थापना स्थल

(घ) आवश्यक कच्चा पदार्थ

(ङ) उत्पादित सामान

(च) काम गर्ने जनशक्तिको सङ्ख्या

(छ) गाउँपालिकाबाट प्राप्त सहयोग

(झ) समस्या

(ञ) अन्य/निष्कर्ष

क्रियाकलाप

१. अचार, पापड, गुँद्रुक, सुकुटी, मह (मौरीपालनबाट), मसला (धनियाँ, जिरा, बेसार) चिउरा, सात्तु, चामलको पिठो, गहुँको पिठो, घिउ, पनिर आदि खाद्य सामग्रीहरू हुन्। यी विषयवस्तु समेटी स्थानीय पत्रिकाका लागि एक समाचार तयार गर्नुहोस्।

अभ्यास

१. हस्तकला तथा कुटीर उद्योगबाट कुनकुन सामानहरू उत्पादन हुन्छन् लेख्नुहोस्।

२. खेलौना तथा सजावटका सामग्रीहरूमा कुनकुन सामग्रीहरू पर्छन्, तिनको सूची तयार गर्नुहोस् ।

३. स्थानीय घरेलु उद्योगबाट उत्पादित समान जस्तै डोको, डालो, नाम्लो र दाम्लो बोकेर बेच्न हिँडेको र समान किन्नेबिच मोलतोल गरेको अभिनय गर्नुहोस् ।

चित्र : डोको, डालो, नाम्लो र दाम्लो बोकेर बेच्न हिँडेको अन्दाजी ३० वर्षको पुरुष र अन्दाजी ३५ वर्षको महिलाले सामान किन्न मोलतोल गरेको तस्बिर

परियोजना कार्य

तपाईंको गाउँपालिकामा घरेलु उद्योग सञ्चालन गर्ने उद्योगपतिलाई भेट्नुहोस् । उनले गरेका घरेलु उद्योगबाट उत्पादित सामान, आवश्यक कच्चा पदार्थ र त्यसमा काम गर्ने जनशक्तिका सम्बन्धमा जानकारी सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ ६ : स्थानीय सेवामूलक संघसंस्था, सहकारी र समाजसेवी व्यक्ति

सिकाइ उपलब्धि

स्थानीय सेवामूलक सङ्घसंस्था, सहकारी, समाजसेवी व्यक्तिको योगदान बताउन

चित्र : प्रहरी चौकी

पाठ एक : हाम्रो विद्यालय

(विद्यालयको महत्त्व र यसले दिने सेवा सुविधा सम्बन्धमा सन्तमान काका र रजनीबिचको कुराकानी)

रजनी : नमस्कार काका

सन्तमान : नमस्कार नानी

रजनी : आज म विद्यालय भनेको के हो त्यस सम्बन्धमा केही जानकारी लिन आएको छु । हजुरले यसबारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

सन्तमान : सुन नानी, विद्यालय विद्या प्रदान गर्ने घर हो । विद्यालय ज्ञान र सिप प्राप्त गर्ने स्थल हो । यहाँ उपयुक्त वातावरण निर्माण गरी विद्यार्थीहरूलाई ज्ञान, सिप र क्षमता विकास गर्छ ।

रजनी : त्यो त बुझेँ काका, अब विद्यालयले बालबालिकाको कुन कुन विकासमा ध्यान दिनुपर्छ त, यसबारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

सन्तमान : सुन नानी, शिक्षकहरूले बालबालिकाहरूको शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, नैतिक विकासका लागि ध्यान दिनुपर्छ ।

रजनी : त्यो त बुझेँ काका, अब विद्यालय एउटा सानो समुदाय हो भनिन्छ, यसबारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

सन्तमान : सुन नानी, विद्यालय एउटा सानो समुदाय हो । विद्यालयमा विभिन्न समुदायका बालबालिका अध्ययनका आउँछन् । विद्यालयमा विभिन्न परिवार, समुदाय र संस्कृतिबाट विद्यार्थी शिक्षा हासिल गर्न आउँछन् । त्यसैले विद्यालय एउटा सानो समुदाय हो ।

रजनी : त्यो त बुझेँ काका, अब विद्यालय किन आवश्यक छ त, यसबारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

सन्तमान : सुन नानी, विद्यालय बालबालिकाहरूको पारिवारिक जीवनलाई बाह्य जीवनसँग जोड्ने स्थल हो । विद्यालयमा बालबालिकाहरूले कुनै पनि विषयमा ज्ञान र सिप प्राप्त गर्छ । विद्यालयमा बालबालिकाहरूको रुचि र आवश्यकता अनुसार शैक्षिक वातावरणको निर्माण गरिन्छ ।

रजनी : त्यो त बुझेँ काका, विद्यालयलाइ किन सामाजिक संस्था भनिएको होला, यसबारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

सन्तमान : सुन नानी, व्यक्तिको सामाजिक विकास र सामुदायिक जीवनलाई विकसित गर्न विद्यालयले सहयोग पुर्‍याउँछ । यसबाट बालबालिकामा स्वतन्त्रता, समानता र भ्रातृत्व जस्ता गुणको विकास हुन्छ । त्यसैले विद्यालय एउटा सामाजिक संस्था हो ।

रजनी : त्यो त बुझेँ काका, त्यसो भए विद्यालयले घरमा भन्दा बढी शिक्षा दिन्छ त, यसबारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

सन्तमान : सुन नानी, विद्यालयमा विद्यार्थीहरू सँगसँगै बसेर सबै कुरा हासिल गर्छन् । यो परिवारमा सम्भव छैन । विद्यालयमा एक अर्कालाई सहयोग, शिष्टता, धैर्य र अनुशासन जस्ता गुण विकास हुन्छ । विद्यालयले विद्यार्थीहरूको लागि उपयुक्त र सन्तुलित सिकाइ वातावरण निर्माण गर्छ । त्यसैले हामी सबैको साझा सिकाइ थलो हो ।

रजनी : त्यो त बुझेँ काका, अब अबेर पनि भयो, घरतिर लागौँ त ? हवस् त काका नमस्कार

सन्तमान : नमस्कार नानी ।(दुवै जना आआफ्नो घरतिर लाग्छन्)

कियाकलाप

१. विद्यालयको महत्त्व उल्लेख गरी हेटौँडामा बस्ने साथीलाई चिठी लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१. विद्यालयको परिचय दिई कैलाश गाउँपालिका भएका विद्यालयले उपलब्ध गराउने सेवाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

२. तलको सामग्री अध्ययन गरी सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।

स्वास्थ्य चौकी भनेको ग्रामीण तथा अर्ध-सहरी क्षेत्रहरूमा आधारभूत स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र हो । स्वास्थ्य चौकीले निशुल्क औषधी तथा सामान्य उपचार सेवा उपलब्ध गराउँछ । यसले सुरक्षित मातृत्व सेवा प्रदान गर्छ । खोप तथा पोषणसम्बन्धी सेवा उपलब्ध गराउँछ । बालबालिकाको हेरचाह र खानेपानी तथा सरसफाइसम्बन्धी सचेतना जगाउँछ । ग्रामीण तथा दुर्गम क्षेत्रका नागरिकहरूलाई सहज र सुलभ स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउँछ ।

(क) स्वास्थ्य चौकीको परिचय दिनुहोस् ।

(ख) स्वास्थ्य चौकीले उपलब्ध गराउने सेवाहरू के के हुन्, उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ दुई : सहकारी संस्था

विद्यार्थी हो, आज हामी सहकारी संस्थाको बारेमा जानकारी हासिल गर्नेछौँ । सहकारी संस्था भनेको समान आर्थिक स्तर र आवश्यकता भएका व्यक्तिहरूले आपसी हितका निम्ति आर्थिक कारोवार गर्न स्थापित गरिएको संस्था हो । यो संस्थामा आफ्नो आयको केही अंश नियमित रूपमा जम्मा गरिन्छ । यसबाट आयमूलक कार्य सञ्चालन गरी सदस्यहरूको जीवनस्तर उकास्ने प्रयास गरिन्छ । सहकारी संस्थाको साझा उद्देश्य हुन्छ । यो उद्देश्य हासिल गर्न सबै सदस्यहरूले सामूहिक प्रयास गर्छन् ।

सहकारी संस्था विभिन्न उद्देश्यले स्थापना गरिन्छ । कुनै उत्पादन गर्ने व्यक्ति वा समूह मिलेर गठन गरिएका सहकारीहरू उत्पादक सहकारी हुन् । त्यसैगरी उपभोग गर्ने वा सेवा लिने व्यक्ति वा समूह मिलेर गठन गरिएका सहकारीहरू उपभोक्ता सहकारी हुन् । वित्तीय कारोबार गर्ने वा वचत जम्मा गर्ने र ऋण दिने उद्देश्यका साथ गठन गरिएका सहकारीहरू वचत तथा ऋण सहकारी हुन् । सबै कामहरू गर्ने उद्देश्य लिएर स्थापना भएका सहकारीहरू बहुउद्देश्यीय सहकारी हुन् ।

विद्यार्थी हो, सहकारीको मूलभूत उद्देश्य भनेको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक स्तर माथि उठाउन गरिने सामूहिक प्रयास हो । सामूहिक रूपमा सङ्गठित भएर आपसमा मितव्ययिता, स्वावलम्बन र पारस्परिक सहयोगको भावना अभिवृद्धि गर्नु सहकारीको उद्देश्य हो । समाजमा रहेको गरिबी र असमानतालाई हटाउन सहकारी संस्थाले सहयोग पुर्‍याउँछ । यसको माध्यमबाट गरिब जनसमुदायको जीवनस्तर उकास्न सकिन्छ ।

सहकारीको सदस्य बन्न चाहिने योग्यताहरू निम्नानुसार छन् :

(क) नेपाली नागरिक

(ख) अठार वर्ष उमेर पुगेको

(ग) संस्थाको जिम्मेवारी पालना गर्न मञ्जुर

(घ) संस्थाको कम्तीमा पनि एउटा सेयर खरिद गरेको

(ङ) संस्थाको नियम पालना गर्न मञ्जुर

(च) संस्थाले गरेको कामसँग प्रतिस्पर्धा नहुने गरी काम गरेको

चित्र : कैलाश गाउँपालिकामा रहेको कुनै एक सहकारी संस्थाको तस्बिर

क्रियाकलाप

१. तपाईंको गाउँपालिका रहेको कुनै एक सहकारी संस्थाको स्थलगत अवलोकन गरी उक्त संस्थाले हालसम्म गरेका कार्यहरू उल्लेख गर्दै स्थानीय पत्रिकाका लागि एक समाचारको नमुना तयार गर्नुहोस् ।

२ सहकारी संस्थाका उद्देश्यहरूका बारेमा कक्षामा शिक्षकसँग छलफल गरी लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१. सहकारी संस्थाको परिचय दिनुहोस् ।

२. सहकारीको सदस्य हुन आवश्यक योग्यताहरू बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

३. तपाईको आफ्नो गाउँपालिकाभित्र रहेका सहकारी संस्थाहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

पाठ ३ : स्थानीय समाजसेवी

विद्यार्थी हो, आज हामी स्थानीय समाजसेवीले गरेका असल कामहरू र तिनको योगदानको बारेमा अध्ययन गर्नेछौँ ।

(क) समाजसेवीले गरेका सेवासम्बन्धी कार्य

- आँखा तथा स्वास्थ्य शिविरजस्ता कार्य सञ्चालन
- कोरोनामा दैनिक तीन चार सय बोरा चामल वितरण

- विभिन्न मठमन्दिर निर्माण
- सामुदायिक प्रहरी भवन बनाउन सक्रिय
- किरियापुत्री भवन निर्माण
- दिन दुःखीको सेवा र सहयोग
- सामाजिक कार्यमा सक्रियता
- असहाय र अपाङ्गलाई सहयोग
- विद्यालयलाई दान चन्दा प्रदान
- आवश्यक परेकालाई सेवाभावले गर्ने सहयोग
- स्थानीय बाटोघाटो र विद्यालय भवन निर्माण

त्यसैले समाज सेवा भनेको परोपकार हो । यस्ता कार्य गर्ने व्यक्ति समाजसेवी हुन् । हाम्रो समाजमा यस्ता व्यक्ति धरै हुन सक्छन् । तिनको खोजी गरी सम्मान गर्नु र तिनले गरेका कामबाट प्रेरणा लिई हामीले पनि समाजसेवाका कार्य गर्नु हामी सबैको दायित्व हो । त्यसैले हामीले मानव हितका लागि आफूले गर्न सकिने काम गर्नुपर्छ । उनीहरूले गरेका राम्रा कार्यहरूको खोजी गर्नुपर्छ र त्यसबाट प्रेरणा लिनुपर्छ । हामीले पनि समाजलाई राम्रो हुने काम गर्नुपर्छ ।

शिक्षक कार्यशालाबाट विस्तृत विषयवस्तु थप गरिने

हाम्रो गाउँपालिकाका समाजसेवा गर्ने केही व्यक्ति र उहाँहरूको परिचय र योगदान तल प्रस्तुत गरिएको छ :

१. परिचय :

(क) व्यक्तिको नाम :

(ख) आमाको नाम :

(ग) बुबाको नाम :

(घ) बाजेको नाम :

(ङ) जन्म मितिः

(च) जन्म स्थानः

२.योगदान

(क) गरेका असल कामहरू

(ख) सिक्नुपर्ने पाठ

(क) क्रियाकलाप

१. तपाईंको गाउँपालिकामा समाजसेवा गर्ने कुनै एक व्यक्तिको परिचय र उहाँले गर्नुभएका कामहरू खोजी गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. स्थानीय समाजसेवीहरूको जीवनीबाट हामीले सिक्नुपर्ने राम्रा कामहरू टिपोट गरी कक्षामा सबैलाई सुनाउनुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. समाजसेवीले गरेका सेवासम्बन्धी कार्यहरू के के हुन्, तिनको सूची तयार गर्नुहोस् ।

२. यदि तपाइँ समाजसेवी भएको भए के के काम गर्नुहुन्थ्यो, लेख्नुहोस् ।

एकाइ ७ : विपद् तथा जलवायु परिवर्तन

सिकाइ उपलब्धि

१. वरपरका विपद् जोखिमका कारण र न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू बताउन

चित्र : बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, चट्याङ, आगलागी, हावाहुरी, सडक दुर्घटनाका चित्र

पाठ एक : विपद् जोखिम र न्यूनीकरणका उपाय

भाइबहिनीहरू हो, आज हामी विपद् जोखिमका कारण र न्यूनीकरणका उपाय सम्बन्धमा छलफल गर्नेछौँ ।

(क) विपद् जोखिमका कारणहरू

बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, चट्याङ, आगलागी, हावाहुरी, सडक दुर्घटना, आदि विपद् हुन् । विपद् प्राकृतिक रूपमा र मानिसका गतिविधिका कारण हुन्छ । बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, चट्याङ, आगलागी, हावाहुरी, सडक दुर्घटना, आदि प्राकृतिक विपद् हुन् । वनजङ्गल फँडानीका कारण पहिरो जाने, जनचेतना र सरसफाइको कमीले हुने महामारी जस्ता विपद् मानिसद्वारा सिर्जित विपद् हुन् । मानवीय गतिविधिका कारण यस्ता विपद् हुन्छन् । बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, चट्याङ, आगलागी, हावाहुरी, सडक दुर्घटनालगायतका विपद्हरूले जनधनको क्षति हुन्छ । वनजङ्गल फँडानी गर्नाले वर्षात्को समयमा पहिरो जान सक्छ । धेरै वर्षा भएमा बाढी आउन सक्छ । बाढी र पहिरोबाट धनजनको क्षति हुन्छ । त्यसैले नाङ्गा र खुला जमिनमा वृक्षरोपण गर्नुपर्छ ।

विपद् न्यूनीकरणका उपायहरू

विपद्जन्य घटनाहरू जहिले र जहाँ पनि घट्न सक्छन् । त्यस्ता घटनाहरूबाट जोगिन विपद् न्यूनीकरणका उपायहरू अवलम्बन गर्नुपर्छ । बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, चट्याङ, आगलागी, हावाहुरी, सडक दुर्घटनालगायतका विपद्हरू हुँदा सुरक्षाका उपायरू अवलम्बन गर्नुपर्छ । विद्यालय सञ्चालन भएको समयमा कक्षाकोठाका ढोकाहरू खुला राख्नुपर्छ । खुला ठाउँमा जान सजिलो हने गरी आपत्कालीन योजनाको नक्सा बनाई सबैले देख्ने ठाउँमा टाँस्नुपर्छ । विद्यालयका सबै विद्यार्थीलाई त्यसको जानकारी र पूर्व अभ्यास गराउनुपर्छ । भूकम्प आइहालेमा झटपट झोलाको व्यवस्था गर्नुपर्छ । झटपट झोलामा खानेपानीको बोतल, केही खानेकुरा, सामान्य औषधीहरू जस्तो सिटामोल, जीवनजल आदि राख्नुपर्छ । यसैगरी सुरक्षित तरिकाले खुला चौरमा जानुपर्छ । यस्तो आपत्कालीन अवस्थामा मानसिक

र शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई पनि सुरक्षित स्थानमा पुर्‍याउन सहयोग गर्नुपर्छ । यसरी भूकम्पबाट बच्न र बचाउन सकिन्छ ।

आगलागी हुन नदिन सलाई, लाइटर जस्ता चिजहरू बालबालिकाले नभेट्ने ठाउँमा राख्नुपर्छ । घरगोठ आगलागी भएमा गाउँपालिकामा खबर गर्नुपर्छ । दमकललाई बोलाउनुपर्छ । वनजङ्गलमा डढेलो लागेमा सबै मिलेर निभाउने प्रयास गर्नुपर्छ । स्याउला माटो आदिको प्रयोग गरी आगो तथा डढेलो निभाउने प्रयास गर्नुपर्छ । नजिकको प्रहरी कार्यालयमा खबर गर्नुपर्छ । सबै गाउँलेहरू जुटेर आगो निभाउने प्रयास गर्नुपर्छ ।

(क) कियाकलाप

१. स्थानीय क्षेत्रमा घट्न सक्ने विपद जोखिमहरू (बाढी, पहिरो, डुबान, भूकम्प, चट्याङ, आगलागी, हावाहुरी, सडक दुर्घटना को पहिचान गरी ती जोखिमका कारण समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस्

(ख) अभ्यास

१. बाढी, पहिरो, आगलागी, डडेलोका पूर्व सावधानीका उपायहरू बताउनुहोस् ।
२. स्थानीय तहले अपनाउन सक्ने विपत् न्यूनीकरणका उपायहरू लेख्नुहोस् ।
३. भूकम्प आउँदा जोगिने अभ्यास गर्नुहोस् ।

(ख) तलको सामग्री अध्ययन गर्नुहोस् :

ठूला भाँडामा पानी जम्मा गर्ने र राम्ररी नछोप्ने गर्दा त्यसमा बालबालिका डुब्ने गर्छन् । सुख्खाग्रस्त क्षेत्रहरूमा आकाशे पानी सङ्कलन गर्न कृत्रिम पोखरी बनाउने गरिन्छ । व्यवस्थित तारबारको अभाव र असावधानीले गर्दा पोखरीमा बालबालिकाले ज्यान गुमाइरहेका छन् । खोलामा गएका बालबालिका पानीमा खेल्दाखेल्दै डुबेर मर्ने गरेका घटनाहरू समाचारमा

सुनिन्छन् । पोखरी र इनारमा परेर मर्ने गरेका समाचार पनि पत्रपत्रिकामा पनि आइरहन्छन् । यदि डुबेको कसैलाई बचाउँदै हुनुहुन्छ भने सुरक्षा उपकरणसहित पानीमा प्रवेश गर्नुपर्छ । त्यसका लागि पहिले डोरीको खोजी गर्नुपर्छ । डोरीबिना हामफालियो भने पानीमा आफू पनि खस्ने वा डुब्ने जोखिम हुन्छ । यदि पौडिन जानिंदैन भने कसैको मद्दत लिनुपर्छ । यदि वरपर कोही छैन भने आपतकालीन कल गर्न सकिन्छ । पानीमा डुबेको व्यक्तिलाई तत्काल उद्धार गर्न सकियो भने ज्यान बचाउन सकिन्छ ।

पाठ २ सडक दुर्घटनाबाट बचौं

भौगोलिक अवस्थाका कारण कैलाशमा अधिकांश सडक उकालो ओरालो, साँघुरो घुम्ती, खाल्डाखुल्डी, दुइतर्फी आवतजावतका लागि सडक नछुट्याइएको र साँघुरा लेन भएका छन् । यस्ता सडकमा सवारी साधन गुडाउन चालकलाई कठिनसमेत हुने गर्छ । त्यस्तै कतिपय

कालोपत्रे भएका सडकमा पनि पूर्वाधारको अभाव देखिन्छ । सडकमा पर्याप्त मात्रामा जेब्रा क्रसिङ, अपाङ्मैत्री सडक नहुँदा मानिसहरु सडकबाटै बाटो काट्ने र सवारी साधन हुइकिएर आउने हुँदा दुर्घटना बढेका छन् ।

सवारी दुर्घटनाका कारणहरू

(क) सडकको संरचना कमजोर ।

(ख) सवारी साधनको अवस्था कमजोर ।

(ग) सडकमा पूर्वाधारको अभाव

(घ) सडक प्रयोगकर्ताको लापरवाही ।

(ङ) ट्राफिकसम्बन्धी नियम कानूनको अपहेलना, आदि ।

सवारी दुर्घटना न्यूनीकरणका उपायहरू

(क) साँघुरा तथा कच्ची सडकमा लामा सवारी साधन सञ्चालनमा रोक लगाउनुपर्छ ।

(ख) रातको लागि ट्राफिक सङ्केत बोर्ड र सडक बत्ती राख्नुपर्छ ।

(ग) सवारी साधनको चेकजाँच गराउनका लागि सवारी साधन परीक्षण केन्द्र स्थापना गराउनुपर्छ ।

(घ) सवारी साधनको क्षमताअनुसार सञ्चालन अनुमति दिनुपर्छ ।

(ङ) पैदलयात्री तथा दुई पाङ्ग्रे सवारीका लागि छुट्टाछुट्टै लेन बनाउनुपर्छ ।

(च) बस बिसाउनेमा मात्र सवारी रोक्नुपर्छ ।

(छ) जथाभावी सवारी पार्किङ गर्न हुँदैन ।

(ज) सडक सुरक्षाका विषयमा पाठ्य सामग्री बनाई अध्यापन गराउनुपर्छ ।

(झ) पशुचौपयालाई सडकमा पस्न दिनुहुँदैन ।

(ञ) पौदलयात्रुले पनि ट्राफिक नियमको पालना गर्नुपर्छ ।

माथिका नियमहरूको पालना गरेमा सडक दुर्घटना न्यूनीकरण गर्न सकिने छ ।

(क) क्रियाकलाप

१. सवारी दुर्घटना न्यूनीकरण गर्न अपनाउनुपर्ने सावधानीका समबन्धमा ट्राफिक प्रहरीसँग अन्तरक्रिया गरी एउटा लेख तयार गर्नुहोस् ।

(ख) अभ्यास

१. सडक दुर्घटनाका कारणहरू बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

२. कैलाशमा कुनै सवारी दुर्घटनासम्बन्धी घटना घटेको भए एक समाचारको नमुना तयार गर्नुहोस् ।

एकाइ ८ : स्थानीय वन तथा वन्यजन्तु

सिकाइ उपलब्धि

स्थानीय वनजङ्गलवाट पाउन सकिने फाइदा व्याख्या गर्न

चित्र :

पाठ १ : वनजङ्लबाट हुने फाइदा

कैलाश गाउँपालिकाको विभिन्न भेगमा वनजङ्गल छ । गाउँपालिकामा रहेका यी वनहरू हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो । यी वनमा विभिन्न प्कारका बोटबिररुवा पाइन्छन् । अम्रिसो, न्युरो, सिस्नु, पानी अमला, कटुस, कुटमिरो, ऐँसेलु, तितेपाती, चाँप, सल्ला, धुपी, चिलाउने, काफल, आदि रुख बिरुवाहरू पाइन्छन् । यीबाहेक केही औषधिजन्य बोटबिरुवा पनि पाइन्छन् । न्युरो, सिस्नु, पानी अमला, ऐँसेलु, तितेपाती, चुत्रो औषधिजन्य वनस्पतिहरू हुन् ।

यहाँ वन्यजन्तु पनि छन् । वन्यजन्तु भन्नाले घरपालुवा बाहेक जुनसुकै जातको स्तनधारी जन्तु, पंछी, घस्रिनेजन्तु, माछा,, भ्यागुता जात र कीरा फट्याङ्ग्रालाई सम्झनुपर्छ । यो शब्दले फूल पार्ने जन्तुको फुल समेतलाई जनाउँछ । वनजङ्गल वन्यजन्तुको बासस्थान पनि हो ।

घाँस, दाउरा, काठ आदि वनजङ्गलबाट प्राप्त हुन्छ । वनजङ्गलबाट प्राप्त हुने काठबाट फर्निचर उद्योग खोली आवश्यकता अनुसार डेस्क, बेञ्च, मेच, टेबुल, दराज आदि बनाउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाइँको गाउँपालिकाको वनजङ्गल संरक्षणका लागि तपाइँले गर्नुपर्ने कामहरूको सूची तयार गरी कक्षामा सबैलाई सुनाउनुहोस् ।
२. तपाइँको गाउँपालिकाको वनजङ्गलमा पाइने वन्यजन्तुहरूको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाइँको घर तथा विद्यालय वरपर रहेका सामुदायिक वनहरूबाट गाउँलेहरूलाई के के फाइदा भएका छन् लेख्नुहोस् ।
२. हामीले वनजङ्गल र वन्यजन्तु जोगाउन केके काम गर्नुपर्ला रु

पाठ २ : विद्यार्थी र स्थानीयको भूमिका

वन्यजन्तु संरक्षण भन्नाले वन्यजन्तु संरक्षण गर्नका लागि वन्यजन्तु र बासस्थानको संरक्षण गर्ने कार्यलाई जनाउँछ । सहरीकरण, जनसङ्ख्या वृद्धि, वनविनाश र खुल्ला चरिचनले वन्यजन्तुका वासस्थान मासिदै गएका छन् । ठूला विकास निर्माण तथा पूर्वाधार निमार्णले वन्यजन्तु हिँड्ने बाटाहरु (जैविकमार्ग) को विनाश भएको छ। आफ्नो बासस्थानको लागि जङ्गली जीवजन्तुहरूको बासस्थानमा क्षति पुगेको छ । यसैगरी दिनप्रतिदिन गाउँको वनजङ्गल मासिँदै गएकाले वन्यजन्तुहरूको बासस्थान पनि मासिदै गएको छ । त्यसैले वनजङ्गल र वन्यजन्तुहरूको संरक्षण गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो ।

वन्यजन्तु संरक्षणमा विद्यार्थीको भूमिका

विद्यालयमा वन्यजन्तु संरक्षणसम्बन्धी भिडियो प्रदर्शनी गरी विद्यार्थीहरूमा सचेतनाको विकास गर्नुपर्छ । विद्यार्थीहरुले वन्यजन्तु संरक्षणका लाीग सचेतना अभिवृद्धिको माध्यमबाट महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छन् । वन्यजन्तु संरक्षण सम्बन्धी विभिन्न अभियानहरू सञ्चालन गर्न सक्छन् । विद्यार्थी भनेका चेतनाका प्रतीक हुन् । त्यसैले वन्यजन्तु संरक्षणसम्बन्धी सचेतनाबाट नागरिकलाई आफ्नो दायित्व बोध गराउन विद्याथीको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ। वन्यजन्तु संरक्षणसम्बन्धी कार्यक्रममा विद्यार्थीहरू सक्रिय रूपमा सहभागी भई आफनो भूमिका निर्वाह गर्न सक्छन् । ऱ्याली र अन्तरक्रियाका माध्यमबाट पनि आफ्नो भूमिका खेलेका हुन्छन् । वन्यजन्तु संरक्षणसम्बन्धीं पोस्टर, पम्प्लेट आदिको माध्यमबाट भुमिका निभाउन सक्छन् । वन्यजन्तु संरक्षणसम्बन्धी कार्यक्रममा सहभागी भएर विद्याथीले योगदान दिन सक्छन् ।

वनजङ्गल र वन्यजन्तु हाम्रा सम्पत्ति हुन् । तिनको संरक्षण गरेर गाउँपालिकामा आय बढाउन सकिन्छ । वन्यजन्तु जोगाउन र तिनको संरक्षण गर्न वनजङ्गलको संरक्षण गर्नुपर्छ ।

वन्यजन्तु संरक्षणमा स्थानीय तहको भूमिका

- वन्यजन्तु संरक्षणका लागि शिक्षा र जनचेतना फैलाउने
- विभिन्न निकायबिच समन्वय गर्ने
- वन्यजन्तु संरक्षणका लागि नीति नियम निर्माण गर्ने
- वन्यजन्तु संरक्षणका लागि कार्ययोजना निर्माण गरी कार्यान्वयन गर्ने
- नियमित अनुगमन गरी वन र वन्यजन्तु संरक्षण गर्ने ।

क्रियाकलाप

१. वनजङ्गल र वन्यजन्तुहरूको संरक्षण गर्न जनचेतना जगाउने र्‍याली आयोजना गरी त्यसका लागि प्लेकार्डहरू तयार गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तपाइँको गाउँपालिकाका वनजङ्गल र त्यहाँ पाइने वन्यजन्तुहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

२. वनजङ्गल तथा वन्यजन्तु संरक्षणमा विद्यार्थी र स्थानीयको भूमिका के के हुन सक्छन्
रु

एकाइ ९ (क) : कृषि(तरकारी, फलफुल, मसलाबाली र अन्नबाली)

सिकाइ उपलब्धि

१. आफ्नो घर र विद्यालयमा गरिने फलफुल, अन्नबाली र तरकारी खेती कार्यमा सकेको सहयोग गर्न

चित्र : तरकारी खेतीमा सहयोग गरेको तस्बिर (११ वर्षको केटाले खेतबारीमा बाआमालाई सहयोग गरेको तस्बिर)

पाठ १: आफूले सकेको काम गरौँ

विवेक कैलाश गाउँपालिकामा बस्छन् । उनको घर कालिकाटार हो । उनी दिउँसो विद्यालय जान्छन् । बिहान, बेलुका र बिदाको दिन तरकारी खेतीको काममा सहयोग गर्छन् । उनको सहयोग गर्ने बानी देखेर घरमा बुबाआमा खुसी छन् । उनको घरमा काउली, इस्कुस, करेला, रामतोरिया, गोलभेडा, मूला र आलु खेती गरिएको छ । आज बिदाको दिन हो । आज काउलीका बेर्ना सार्ने, करेला, घिरौला र फर्सीको बिउ रोप्ने, गोलभेडाका बेर्ना सार्ने काम गरियो । यसका लागि जमिनको घाँस निकाल्ने, माटो सम्याउने, मिलाउने, कम्पोष्ट मल हाल्ने र पानी हाल्ने काममा घरका आमाबुबालाई विवेकले सहयोग गरे ।

आज आलुको बिउ लगाउनका लागि खेत सम्याउने कार्य भइरहेको छ । विवेकले आलुको बिउ लगाउने खेतमा कम्पोष्ट मल हाल्ने काममा आमाबुबालाई सहयोग गरिरहेका छन् । कम्पोष्ट मलको प्रयोगले आलु राम्रोसँग सप्रने र धेरै उत्पादन हुन्छ । विवेकले आमाबुबालाई आलुमा रोग लागेमा के गर्ने भनी जिज्ञासा राखे । उहाँहरूको जवाफ यस्तो रह्यो, “सुन बाबु, स्थानीय स्तरमा उपलब्ध हुने खरानी, गाईको पिसाब, निमको पातको झोल आदिको प्रयोग गरी यसको रोकथाम गर्न सकिने छ, बाबु । ” आजकाल विषादीको पनि प्रयोग गर्ने गरिन्छ । अनि आलु उत्पादन हुन सिँचाइको सुविधा राम्रो हुनुपर्छ । आलु नगदे बाली हो ।

चित्र : १२ /१३ वर्षका केटाकेटीले आलुको बिउ रोप्न जमिन सम्याइरहेको बेला आमाबुबालाई सहयोग गरेको चित्र

अहिले जुनसुकै तरकारी जहिले लगाए पनि हुन्छ, जसलाई हामी बेमौसमी तरकारी भन्छौं । मौसमी र बेमौसमी तरकारी खेती गरेर विवेकका परिवारले आय आर्जन गरेका छन् । उनीहरूले मूला, काउली, बन्दा, रामतोरिया(भिन्डी) लगायतका अन्य तरकारी खेती पनि गरेका छन् ।

तरकारी खेती कम लगानीमा गर्न सकिन्छ । यसबाट पोषण प्राप्त हुन्छ । स्वस्थ रहन मदत पुर्‍याउँछ । बजारमा गएर तरकारी किन्ने रकम बचत हुन्छ । तरकारी खेतीमा काम गर्दा शरीर स्वस्थ रहन्छ । तरकारी बारीमा काम गर्दा तनावबाट मुक्त हुने र आम्दानी पनि हुने भएकाले हामीले तरकारी खेती गर्नुपर्छ । तरकारीलाई खानाको रूपमा उपयोग गर्न सकिन्छ । यसले खानाको कमी पूरा गर्न सहयोग पुर्‍याउँछ । यसैगरी खाद्यान्न किन्न नपर्ने, मानिसमा मोटोपन घट्ने र शरीर बलियो र फुर्तिलो बनाउँछ ।

हामीले पनि विवेकले जस्तै घर तथा विद्यालयमा हुने तरकारी खेतीको काममा सहयोग पुर्‍याउनुपर्छ । विद्यालयले पनि नमुना तरकारी खेती गरी विद्यार्थीहलाई त्यस्ता कार्यमा सहभागी गराउनुपर्छ । यसबाट विद्यार्थीहरूमा श्रम गर्ने बानीको विकास हुन्छ ।

क्रियाकलाप

१.तरकारी खेतीका फाइदाहरू केके छन् समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. विवेक जस्तै तपाइँ घर र विद्यालयको कुनकुन काममा सहयोग गर्नुहुन्छ ? तलको तालिकामा लेख्नुहोस् ।

घरको काममा सहयोग	विद्यालयको काममा सहयोग

२. तपाइँको घर वा छिमेकमा कुनकुन तरकारी खेती गरिएको छ, तिनको सूची तयार गर्नुहोस् ।

३. आलु खेती सम्बन्धमा तलको सामग्री अध्ययन गर्नुहोस् ।

आलु खेती

(क) परिचय

कैलाश गाउँपालिकामा कृषियोग्य जमिन छ । यहाँ विभिन्न जातका तरकारी खेती गर्न सकिन्छ । यहाँ आलु खेती गर्ने तरिका सम्बन्धमा जानकारी प्रस्तुत गरिएको छ ।

(ख) हावापानी

आलु हिउँदेबाली हो । कैलाश गाउँपालिकामा मङ्सिर पुषमा आलु रोपिन्छ ।

(ग) जग्गाको छनोट

जमिन भिरालो छ भने गह्राहरू बनाउनुपर्छ । पानीको राम्रो निकास हुने जग्गा छनौट गर्नुपर्छ । आलुखेती बलौटे दोमट माटो राम्रो हुन्छ । यस्तो माटोमा पानीको राम्रो निकास हुन्छ र बोट छिटो उम्रिन्छ ।

(घ) बिउ आलुको छनौट

आलुको बिउ स्वस्थ, चोट नलागेको, नकुहिएको हुनुपर्छ । बढी उत्पादन दिने, रोग सहन सक्ने, छिटै तयार हुने, असिना सहन सक्ने जातहरू छनोट गर्नुपर्छ ।

(ङ) रोप्ने तरिका

आलु रोप्दा माटोको चिस्यान र तापक्रम कम भए बढी गहिराइमा रोप्नु पर्छ । माटोको चिस्यान र तापक्रम बढी भए कम गहिराइमा लगाउनु पर्छ ।

(च) मलखादको प्रयोग

कम्पोष्ट मल र आवश्यकताअनुसार रासायनिक मलको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

(छ) सिँचाइ

आलु उम्रने, दाना लाग्ने र विकास हुने समयमा पर्याप्त मात्रामा चिस्यान चाहिन्छ । आलुले खडेरी तथा पानी जमेको सहन सक्दैन । त्यसैले ड्याङको आधा वा दुई तिहाइ भाग मात्र भिज्ने गरी सिँचाइ गर्नुपर्छ ।

(ज) आलु खन्ने तथा बाली भित्र्याउने

आलु बालीको जात अनुसार रोपेको ९० देखि १२० दिन भित्र उत्पादन हुन्छ । आलुका पातहरू पहेँलिन थालेपछि वा दानाहरूको बोक्रा राम्रोसँग छिप्पिएपछि मात्र आलु खन्नुपर्छ ।

माथिको सामग्री अध्ययन गरी तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

१. कैलाश गाउँपालिकामा आलु कहिले रोपिन्छ रु

२. आलु रोप्नका लागि कस्तो जमिन उपयुक्त हुन्छ बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

३. आलु रोप्ने तरिका उल्लेख गर्दै तपाइँ के के काम गरी सहयोग पुर्‍याउनुहुन्छ, लेख्नुहोस् ।

पाठ २ : फलफूल खेती

मीरा, जनक, रमेश, सुमित्राको घर कैलाश गाउँपालिकाको नामटार हो । नामटार कैलाश गाउँपालिकाको वडा नं. ९ मा पर्छ । उनीहरूको वडामा फलफूल खेती गर्ने किसानहरू पनि छन् । उनीहरूका वडाका कुनै किसानले सुन्तलाका बिरुवा रोपेका छन् भने कुनै किसानले सुन्तलाका बोटहरू हुर्काइसकेका छन् । त्यसैगरी कागती, अम्बा, भोगटेका पनि बिरुवा रोपेका छन् । उनीहरूले कागती, अम्बा, भोगटे खेती गर्ने किसानसँग सुन्तलाका बेर्ना तयार गर्ने तरिका, सार्ने समय, लाग्ने कीरा, त्यसको रोकथाम गर्ने तरिका सम्बन्धमा छलफल र अन्तर्क्रिया गरे । त्यसै गरी फलफूलका

बेर्ना उमार्ने तरिका, बिरुवा रोप्ने, हुर्काउने, हेरचाह गर्ने, फलफूल टिप्ने, खाने तरिका र बजारमा विक्री गर्ने तरिका सम्बन्धमा पनि छलफल गरे ।

नामटारमा धेरै प्रकारका फलफूलहरू उत्पादन हुन्छन् । फलफूलमा विभिन्न रोगहरू लाग्छन् । तिनको समयमा नै रेकथाम गर्नुपर्छ ।
अब हामीले विद्यालयको जग्गामा नै सुन्तला, कागती र अन्य बिरुवा रोप्नुपर्छ । तिनलाई हुर्काउन र जोगाउन घेराबारा लगाउनुपर्छ अनि समयसमयमा पानी हाल्नुपर्छ । त्यसपछि तिनको वरिपरि निस्केका घाँस हटाउनुपर्छ । गोडमेल गरी सुन्तला र कागतीको बिरुवाको वरिपरि माटो पनि हाल्नुपर्छ । यसो गरेमा सुन्तला र कागतीको बिरुवा चाँडै सप्रन्छन् र फल लाग्छन् ।
चिसो हावापानीमा हुर्कने सुन्तलाका बिरुवा नामटारमा लगाउन सकिने कुरा किसानबाट जानकारी पाए ।
हाम्रो गाउँपालिकामा अम्बा, भोगटे, केरा, मेवाको पनि खेती गर्न सकिन्छ । ठाउँअनुसारका फलफूल खेती गरी आय आर्जन गर्न सकिन्छ । भिराला र बाँझो जमिनमा व्यवसायिक फलफूल खेती गरी त्यसबाट आम्दानी बढाउन सकिन्छ । कागती खेतकिा लागि पनि नामटारको माटो र हावापानी उपयुक्त मानिन्छ । कागतीको रसबाट अमिलो बनाई बिक्री वितरण गर्न सकिन्छ । कागतीको रस निकालेको बोक्राबाट अचार पनि बनाउन सकिन्छ । हामीलाई पनि कागती पानी उपयोगी हुन्छ । शरीरको तौल घटाउन, शरीरमा पानीको मात्रा पुर्‍याउन, भिटामिन सी प्राप्त गर्न, खाना पचाउन, मृगौलाको पथ्थरी हटाउन कागती पानीले फाइदा पुर्‍याउँछ । कागती अनुहारमा दली केही समयपछि पानीले सफा गरेमा अनुहार चम्काउन मदत पुर्‍याउँछ । व्यवसायिक रूपमा कागतीको उत्पादन गरी आफ्नो गाउँपालिका र अन्यत्र बेचविखन गरी आय आर्जन गर्न सकिन्छ । अझ आजकाल गमलामा पनि कागती रोपेर फलेको समाचार रेडियोबाट सुन्न र टेलिभिजनबाट हेर्न पाइन्छ ।

नामटारको तल्लो भेग मनहरी खोला किनारमा केरा खेती गर्न सकिने छ । तल्लो भागमा गर्मी भएकाले केरा खेतीका लागि उपयुक्त मानिन्छ । व्यवसायिक रूपमा केरा खेती गर्दा धेरै जनशक्तिको आवश्यकता पर्दछ । यसबाट रोजगार सिर्जना भई गाउँका मानिसले काम पाउँछन् । केराको बेचविखन गरी आम्दानी बढाउन सकिने छ । केरा लगायत नामटारमा रोप्न र हुर्काउन सकिने अन्य फलफूल खेती गरी आय आर्जन गर्न सकिन्छ ।

हामीले पनि साथीहरू विद्यालयमा हुर्कन सक्ने फलफूलका बिरुवाहरू समूह बनाई रोप्नुपर्छ र तिनलाई गोडमेल गरेर हुर्काउने तिनको हेरचाह गर्ने, रोग लागेमा रोकथाम गर्न औषधीको प्रयोग गर्नुपर्छ । घरमा पनि फलफूलका बिरुवाहरू रोप्ने र अन्य आफूले गर्न सक्ने काममा आफूले सकेको सहयोग गर्नुपर्छ ।

चित्र : केराको बोट र कोसा

क्रियाकलाप

१. तपाँको घरमा कुन कुन फलफूलका बोटबिरुवाहरू छन् तिनको सूची तयार गनुहोस् ।

२. तपाइँको विद्यालयको जग्गामा कुनकुन फलफूलका बिरुवा लगाउन सकिन्छ समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. नामटारमा पाइने फलफूल र तिनको फाइदा तलको तालिकामा भर्नुहोस् :

फलफूल	फाइदा

परियोजना कार्य

१. कुनै नजिकैको फलफूल खेती गर्ने किसानको घरमा जानुहोस् । फलफूलका बिरुवा रोप्ने विधि, हुर्काउने तरिका, फलफूल टिप्ने समय, खाने तरिका र बजारमा बिकी गर्ने तरिका सम्बन्धमा सोधी तलको तालिका भर्नुहोस् :

फलफूल	रोप्ने विधि	हुर्काउने तरिका	फलफूल टिप्ने समय	खाने तरिका	बजारमा बिकी गर्ने तरिका

पाठ ३ : मसला बाली

आज कमला माध्यमिक विद्यालय, व्यासले कक्षा पाँचका विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो गाउँको मसलाबाली लगाउने किसानकहाँ स्थलगत अवलोकन गराउने कार्यक्रम राखेको छ । बिहानको

९ बजे कक्षा पाँचका सबै विद्यार्थीहरू भेला भइसकेका थिए । प्रधानाध्यापक र स्थानीय विषय अध्यापन गराउने शिक्षकसहित सबैजना मसला बाली खेती गर्ने किसानकहाँ गए । त्यहाँ पुगेर उनीहरूले फर्ममा अवलोकन गरे । फर्ममा अलैँची, बेसार, अदुवा, खुर्सानी खेती गरेको देखे । बारी र बारीका डिलहरू र भिरालो भागमा अलैँची, बेसार, अदुवा र खेतका सानासाना गह्राहरूमा अकबरे खुर्सानी, लसुन, प्याजको खेती गरेको हेरे ।

स्थानीय विषय अध्यापन गराउने शिक्षकले किसानसँग जिज्ञासा राख्दै प्रश्न गर्नुभयो, “हजुरले अलैची खेती कहिलेबाट सुरु गर्नुभयो त ? सर, मैले त सात वर्ष अघिदेखि यो खेती सुरु गरेको हो । उत्पादन राम्रै भएको छ । बैशाखदेखि भदौसम्म यसको बिरुवा सार्न सकिन्छ । अलैँची खेती ओसिलो ठाउँमा गर्दा उपयुक्त मानिन्छ । छहारीको मुनि यसको खेती रामो मानिन्छ । अलैँची बिरुवाको फेदमा फुल्छ र फेदमा नै फल लाग्छ । अलैँचीको बिरुवा र फल दुवैको बेचविखन गरी आम्दानी गर्न सकिन्छ । अलैँचीबाट खनिज पदार्थ पाइने, औषधीको रूपमा प्रयोग गर्न सकिने, मसलाका रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

चित्र : अलैँची खेती

खेतीपाती गर्दा व्यस्त भइन्छ, काम गरिरहँदा शरीर पनि फुर्तिलो हुन्छ र शरीर स्वस्थ राख्न पनि सहयोग पुरयाउँछ । अरु पनि तरकारी खेती गर्नुभएको रहेछ, एक्लै हो कि घर परिवारका सदस्य र अरुलाई पनि रोजगार दिनुभएको छ ?

हैन सर, हामी घरपरिवारकै सदस्य मिलेर काम गर्छौं । छोरा कक्षा ७ र छोरी कक्षा ९ मा अध्ययन गर्छन् । उनीहरू दुवैले खेतीको काममा सहयोग पुर्‍याउँछन् । उनीहरूको पढाइमा पनि राम्रै छ भन्ने सुन्छु ।

सरले भन्नुभयो, हो दाजु, उनीहरूको पढाइ राम्रो छ । उनीहरू मिहेनती छन् । विद्यालयको हरेक काममा सहयोग गर्छन् । प्रधानाध्यापकले थप्नुभयो, हो दाजु उनीहरू अनुशासित पनि छन्, विद्यालयको अतिरिक्त क्रियाकलापमा पनि उत्कृष्ट हुन्छन् । विद्यालयको करेसाबारीको काममा पनि आफूले सकेको सहयोग गर्छन् । स्थानीय विषय अध्यापन गराउने शिक्षकले किसानसँग फेरि जिज्ञासा राख्नुभयो । त्यसैगरी हाम्रा विद्यार्थीले विद्यालयमा अदुवा, बेसार, लसुन, प्याज खेती गर्नुपर्‍यो भने के कसरी गर्नुपर्ला ? सङ्क्षिप्तमा बताइदिनुहोस् न ।

ल सुन्नहोस् सर अनि भाइबहिनीहरू, अदुवा खेतीका लागि न्यानो हावापानी तापक्रम उपयुक्त मानिन्छ। कैलाशमा पनि अदुवा खेती गर्न सकिन्छ। घाम लाग्ने पारिलो ठाउँ, पानीको निकास राम्रो भएको ठाउँमा अदुवा खेती राम्रो हुन्छ। सम्म वा भिरालो दुवै खालको जमिनमा यसको खेती गर्न सकिन्छ। नकसिएको दोमट माटो राम्रो मानिन्छ। सबभन्दा पहिला खेत वा बारी गहिरो गरी खन्ने, माटोमा गोबर मल राखेर मिसाउने र ड्याङ पार्ने, ड्याङमा अदुवाको गानो(बिउ) रोप्ने र आवश्यकता अनुसार सिँचाइको व्यवस्था गर्नुपर्छ। गोडमेल गरी झार निकाल्ने गरेमा यसको उत्पादन अझ राम्रो हुन्छ। चैत वा बैशाख महिनामा अदुवा रोप्नु उपयुक्त हुन्छ। सामान्यतया अदुवा रोपेको नौ महिनापछि यसको उत्पादन सुरु हुन्छ।

लसुनको बिउ विशेष गरी कार्तिक र मङ्सिर महिनामा रोपिन्छ भने प्याजको बेर्ना पनि कार्तिक, मङ्सिर, पुष र माघ महिनामा सार्न सकिन्छ।

क्रियाकलाप

१. अलैँची खेती गर्ने किसान वा त्यससम्बन्धी विज्ञसँग भेट गरी तलको विवरण भर्नुहोस् :

(क) मसलाको नाम :

(ख) बिउ रोप्ने/बेर्ना सार्ने समय :

(ग) फल लाग्ने समय :

२. लसुन धेरै उत्पादन गर्न के के कुरामा ध्यान पुर्‍याउनु पर्छ ? नजिकको लसुन खेती गर्ने किसानकहाँ गई त्यसको सूची तयार गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलको मसलाहरू चिन्नुहोस् । तपाईंको खेतबारीमा यसको खेती गर्ने तरिका आफूभन्दा ठूलासँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

२. तपाईंको घर र छिमेकमा कुनकुन मसला खेती गरिएको छ, अवलोकन गरी तिनको सूची तयार गर्नुहोस् ।

३. अदुवा खेती गर्न कस्तो हावापानी उपयुक्त हुन्छ समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् ।

पाठ ४: अन्न बाली

कैलाश गाउँपालिकाको बरभञ्ज्याङ, तल्लो पकनी, भार्ता, चौकीटार, कालिकाटार, डाँडाखर्क, छ्याङदुङ, ताम्लाङ, बडनदेवी, गोगने, भाल्टार र नामटारमा मकै, धान, कोदो, गहुँ, फापर, जौ हुन्छ । भार्ता, बरभञ्ज्याङ, तल्लो पकनीमा मकै, कोदो र खोला किनार र त्यस आसपासका क्षेत्रमा धान खेती गरिन्छ । डाँडाखर्क, छ्याङदुङ, ताम्लाङ, बडनदेवी, गोगनेमा पनि मकै, फापर र कोदो हुन्छ । कालिकाटारमा मकै, धान, फापर र कोदो खेती गरिन्छ । त्यसैगरी बरभञ्ज्याङ, तल्लो पकनी, भार्ता, चौकीटारमा कोदो मकै र गहुँको खेती गरिन्छ ।

मकै कैलाश गाउँपालिकाको तल्लो भेगतिर बैशाखमा, माथिल्ला लेकाली भेगमा फागुन र चैत्रमा, धान असारमा, गहुँ र जौ मङ्सिरमा, अनि कोदो साउनमा रोपिन्छ । त्यसमा गोडमेल, कम्पोष्ट मलको प्रयोग, धानमा सिँचाइको व्यवस्था, कीटनाशक औषधीको प्रयोग आदि गर्न सकेमा अन्नबाली राम्रोसँग सप्रन्छ र उत्पादन धेरै हुन्छ ।

चित्र : गहुँको बोट

अन्न बाली नै कैलाशको खाद्यान्नको मूल आधार हो । मकै, धान, कोदो, गहुँ, फापर र जौ कैलाश गाउँपालिकाको खाद्यान्न हो । प्रशस्त अन्न उत्पादन गरेर बेचबिखन गरी आय आर्जन गर्न सकिन्छ । खाद्यान्न अन्यत्रबाट किनेर ल्याउनु नपर्ने हुनाले त्यो पैसा अन्य क्षेत्रमा खर्च गर्न सकिन्छ । गाउँपालिकाका खाद्यान्नमा आत्मनिर्भर हुन्छ र खाद्यान्न समस्या आउँदैन । मानिसहरूलाई आवश्यक पर्ने पोषण तत्व खाद्यान्नबाट प्राप्त हुन्छ । मकै, कोदो, गहुँ, फापर र जौको रोटी बनाएर खाने चलन पनि छ । हाम्रो शरीरलाई आवश्यक पर्ने कार्बोहाइड्रेड मकै, धान, कोदो, गहुँ, फापर र जौबाट प्राप्त हुन्छ ।

त्यसैले अन्न बाली उत्पादनमा विद्यार्थीहरू सबैले आफूले सकेको सहयोग गर्नुपर्छ । यसबाट सिकेको ज्ञान र सिप घर र विद्यालयमा उपयोग गर्नुपर्छ । विद्यालयमा गरिने यस्ता काममा समूह बनाई सहयोग पुर्‍याउनु पर्छ । अन्नको बिउ रोप्ने, हुर्काउने,

हेरचाह गर्ने, बाली भित्र्याउने र बेचविखन गर्ने कार्यमा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१.तपाईँको गाउँमा हुने कुनै एक अन्नबालीको नाम छनोट गरी तलको तालिकामा दिइएको विवरण भर्नुहोस्

बालीको नाम	बिउ छर्ने समय	सिँचाइ पटक	मलको प्रयोग पटक	बाली भित्र्याउने समय

२. तपाईँको गाउँपालिकामा कुनकुन अन्नबाली लगाइन्छ ? त्यसको सूची तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

. १. तपाईँ घर तथा विद्यालयको कुनकुन काममा सहयोग गर्नुहुन्छ रु

२.तलको अन्न बालीको चित्र हेर्नुहोस् र यो खेती कैलाश गाउँपालिकाको कुनकुन ठाउँमा गरिन्छ, लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१ मकै, धान, कोदो, गहुँ, फापर, जौ बाली हुने स्थानहरूमा स्थलगत भ्रमणमा जानुहोस् र स्थानीय जानकार व्यक्तिलाई सोधी तलको तालिका भर्नुहोस् :

बालीको नाम	बिउ छर्ने समय	सिँचाइ पटक	मलको प्रयोग पटक	बाली भित्र्याउने समय
मकै				
धन				
कोदो				
गहुँ				
जौ				

एकाइ ९ (ख) पशुपक्षी पालन

सिकाइ उपलब्धि

१. घरपालुवा पशुपक्षीहरूको हेरचाह र सुरक्षा गर्न

चित्र : भेडाबाख्रा पालन, गाईभैंसी पालन, माछा पालन, कुखुरा पालन, मौरी पालन, चौरी पालन, भेडाको तस्बिर

पाठ १ पशुपक्षीहरूको हेरचाह र सुरक्षा

छेवाङको घर बरभञ्ज्याङ हो । बरभञ्ज्याङ कैलाश गाउँपालिकामा पर्छ । छेवाङ कक्षा ५ मा पढ्छन् । बिहान बेलुकी आफूले सकेको काम पनि गर्छन् । छेवाङको आमाबुबा गाई पालन गर्नुहुन्छ । उहाँहरूको आफ्नै गाई फार्म छ । उनका आमाबुबालाई गाईलाई घाँस, दाना र पानीको व्यवस्था गर्दा दिनभर फुर्सद हुँदैन । छेवाङ आमाबुबाको काममा सहयोग

पुर्‍याउँछन् । उनी मिहिनेती छन् । गाईको दुध डेरीमा बेच्छन् । दूध बेचबिखन गरेर आम्दानी गर्छन् । यसबाट छेवाङको परिवारको घरखर्च चलेको छ ।

चित्र : गाई फार्मको तस्बिर

प्रमिलाको घर छ्याङ्दुङ हो । छ्याङ्दुङ कैलाश गाउँपालिकामा पर्छ । प्रमिलाको आमाबुबा हाँस पालन गर्नुहुन्छ । उनीहरूको काममा प्रमिलाले सहयोग गर्छिन् । हाँसलाई दानापानी दिने काममा प्रमिलाको सहयोग रहेको छ । राम्रो हेरचाह र खानपानको व्यवस्था भएमा हाँसहरू चाँडै बढ्छन् । तिनीहरूलाई रोग लागेमा समयमा नै औषधी उपचार गर्नुपर्छ । तिनमा लाग्ने रोग, रोगबाट जोगाउने तरिका, राम्रो स्याहार सुसार र हेरचाह आदिको जानकारी प्रमिलाका आमाबुबाले तालिमबाट सिकेका छन् । गाउँपालिकाले पशुपक्षी पालकलाई साना तथा घरेलु व्यवसाय गर्न आवश्यक ऋण उपलब्ध गराएको छ ।

उनीहरूको आफ्नै मासु पसल पनि छ । उनीहरूले आफूले पालेका हाँसको मासु र अण्डा बिक्री गरी आय आर्जन गरेका छन् । यसैबाट प्रमिलाको पढाइको खर्च जुटेको छ । उनलाई आवश्यक पर्ने कापी, झोला, खाजाको रकम त्यही आम्दानीबाट खर्च हुन्छ । त्यसैगरी घरका लागि आवश्यक कपडा, चिनी, चियापत्ती, मसला, खेतबारीका लागि रासायनिक मल पनि किन्न पुगेको छ । यति मात्र नभएर बैङ्कमा पैसा बचत पनि गरेका छन् । यसबाट उनीहरूले आम्दानी गरी घर परिवार सहजै चलाएका छन् ।

प्रमिलाको साथी मनिता पनि कैलाशको चौकीटारमा बस्छिन् । उनको घरमा मौरी पालन गरिएको छ । छिमेकीको घरमा मौरीका घार छन् । कहिलेकाँही ती मौरीका घारमा मौरी मार्न अरिङ्गाल र बारूलो आउँछ । त्यतिबेला उनका बाआमा मौरीको संरक्षण र हेरचाह गर्न अरिङ्गाल र बारूला धपाउँछन् । त्यसो नगरेमा अरिङ्गाल र बारूलाले मौरी मार्छन् । धेरै मौरीको घार बनाउन सक्यो र त्यसको राम्रो हेरचाह गर्न सकेमा मात्र धेरै मह उत्पादन हुन्छ । महको बिक्रीबाट आय आर्जन गर्न सकिन्छ । मनिता पनि आफूले सकेको काममा बाआमालाई सहयोग गर्छिन् । मनिताको घरका लागि आवश्यक सामान किन्न, पढाइ खर्च गर्न महको बिक्रीबाट सहयोग पुगेको छ ।

कसैले गाईपालन गरेका छन् भने कसैले मौरी पालन गरेका छन् । कसैले हाँस पालन गरी आय आर्जन गरेका छन् ।

कसैले बाखा पालन गरेका छन् । बाखा पालन गर्नेले खसी बोका बेचविखन गरी आय आर्जन गरेका छन् । बाखा पालन राम्रोसँग गर्न स्याउला र घाँस आदिको व्यवस्था गर्नुपर्छ । तिनीहरूलाई समयसमयमा दाना पानीको व्यवस्था पनि गर्नुपर्छ । बाखा पालन राम्रोसँग गर्न चरणको व्यवस्था गर्नुपर्छ । बाखा, खसी र बोका चराउन लैजाँदा जङ्गली जनावर बाघ, भालु, स्यालबाट जोगाउनुपर्छ । तिनको सुरक्षा गर्न सकिएन भने बाखा, खसी र बोका जङ्गली जनावरले खान्छन् र नोक्सान बनाउँछन् । राम्रो हेरचाह, खानपानको व्यवस्था भएमा खसीबोका चाँडै बढ्ने, निरोगी र बलिया हुन्छन् । बाखा, खसीबोकालाई रोग लागेमा समयमा नै ओषधी उपचार गर्नुपर्छ । स्वस्थकर खसी बोका उत्पादन हुन्छन् । यसबाट आय आर्जन हुन्छ र मानिसको जीवनस्तर माथि उठ्छ ।

कैलाश गाउँपालिकाका मानिसहरूले विभिन्न पेसा अपनाएका छन् । जुनसुकै पेसा अपनाए पनि घर खर्च चलाउन सहयोग पुगेको छ ।

कियाकलाप

१. मौरी पालन गरेको ठाउँमा स्थलगत भ्रमण गर्नुहोस् । मौरी पालन गर्ने व्यवसायीलाई सोधी तलको विवरण भर्नुहोस् :

(क) मौरी पालन गर्ने व्यवसायीको नाम :

(ख) मौरी पालन सुरुवात गरिएको मिति :

(ग) मौरीबाट उत्पादित मह :

(घ) वर्षभरिको आम्दानी :

अभ्यास

१. बाखाको हेरचाह र सुरक्षा गर्ने तरिका लेख्नुहोस् ।

२. गाईको दुधबाट के के परिकार बनाउन सकिन्छ ? लेख्नुहोस् ।

३. हाँस पालनबाट के के फाइदा हुन्छ, बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

पाठ २ : भेडापालन

रमेशको घर कैलाश गाउँपालिकाको तल्लो पकनीमा छ । तल्लो पकनी कैलाश गाउँपालिकाको वडा नम्बर ६ मा पर्छ । उनका बाआमा भेडा पालन गर्छन् । उनीहरूको भेडा फार्म छ । उनका बाआमालाई भेडालाई दाना र पानीको व्यवस्था गर्दा दिनभर फुर्सद हुँदैन । रमेश आमाबुबाको काममा सहयोग पुर्‍याउँछन् । उनका आमाबाले भेडाका पाठापाठी बेचबिखन गर्छन् । उनका आमाबाले भेडा पालनबाट धेरै आम्दानी गर्छन् ।

चित्र : भेडा पालन गरिएको तस्बिर

भेडाको राम्रो हेरचाह र सुरक्षा गर्न सके मात्र तिनबाट आम्दानी लिन सकिन्छ । उचित सुरक्षा, राम्रो हेरचाह र खानपानको व्यवस्था भएमा भेडाहरू चाँडै बढ्ने र निरोगी हुन्छन् । तिनीहरूलाई रोग लागेमा समयमा नै औषधी उपचार गर्नुपर्छ । तिनमा लाग्ने रोग, रोगबाट जोगाउने तरिका, राम्रो स्याहार सुसार र हेरचाह आदिको जानकारी लिनुपर्छ । गाउँपालिकाले रमेशका बाआमा जस्ता धेरैलाई पशुपालनसम्बन्धी तालिम दिएको छ । उनीहरूले भेडा पालनसम्बन्धी जानकारी तालिमबाट सिकेका छन् । यसैगरी गाउँपालिकाले भेडा पालन गर्न आवश्यक ऋण पनि उपलब्ध गराएको छ । यसबाट उनीहरूले भेडा

पालन व्यवसाय सञ्चालन गरेका छन् । राम्रो आयआर्जन भएको छ र घर परिवार चलाउन पनि सहयोग पुगेको छ । यसमा रमेशले पनि आफूले सकेको काम गरी बाआमालाई मदत गरेका छन् ।

(क) कियाकलाप

१. भेडा पालन गरेको ठाउँमा जानुहोस् । भेडा पालन गर्ने व्यवसायीलाई सोधी तलको विवरण भर्नुहोस् :

१	व्यवसायीको नाम	
२	भेडा पालन सुरुवात गरिएको मिति	
३	भेडाको सङ्ख्या	
४	वर्षभरिमा भेडा विक्रीबाट हुने आम्दानी	

(ख) अभ्यास

१. भेडा पालन गर्दा बाआमालाई कुन कुन काममा सहयोग गर्नुभएको छ, लेख्नुहोस् ।

२. भेडा पालनबाट हुने फाइदाहरू बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

३. तलको समाचार अध्ययन गरी सोधिएका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् :

अनलाइन खबरबाट साभार

२०७९ असोज २३ गते

खोटाङ

व्यावसायिक भेडा पालनमा युवाको बढ्दो आकर्षण

खोटाङको केपिलासगढी गाउँपालिका-१ फेदीका लक्ष्मण साम्पाङ 'समिप'ले सुनसरीको धरानस्थित महेन्द्र क्याम्पस धरानबाट उच्च शिक्षा उत्तीर्ण गरेका छन् । लक्ष्मण अहिले आफ्नै गाउँमा व्यावसायिक भेडा पालनमा सक्रिय छन् । तीन वर्षअघि आधिकारिक रूपमा मुन्धुम भेडा पालन फार्म दर्ता गरेर भेडा पालन सुरु गरेका लक्ष्मणको फार्ममा अहिले २५० वटा

भेडा छन् । बीस लाख रुपैयाँमा १८० वटा भेडा खरिद गरेर व्यावसायिक भेडापालन सुरु गरेका उनको फार्मबाट वार्षिक आम्दानी १० लाख रुपैयाँ भन्दा बढी हुने गरेको बताइएको छ ।

(अ) भेडापालन सुरु गर्न पहिले कुन काम गर्नुपर्छ ?

(आ) भेडापालन फार्मबाट धेरै आम्दानी गर्न के के काम गर्नुपर्ला ?