रोशी गान

डाँडाकाँडा हरियाली, लेक बँसी गाउँ
हामीलाई प्यारो लाग्छ, रोशी हाम्रो ठाउँ

महाभारत शृङ्खलामा, ताराखसे लेक
भूमिचुली घ्याङडाँडा तीनधारे भेग
कटुन्जे र माम्ती भिमसेन डम्फुपार्क राम्रो
सुन्दरताले भरिपूर्ण गौरव हो हाम्रो

फरक जाति भाषा धर्म कला थरी थरी
हाम्रो रोशी हामीलाई लाग्छ, सर्वोपरी

गोदावरी वनपाखामा निलाम्बरी फुल्छन्
पसिना र पौरखले रोशी हाम्रो झुल्छन्
हाम्रो आफ्नै संस्कृति छन् कला पहिचान
सिर्जनाले बढाउँछौ, रोशीको यो शान

डाँडाकाँडा हरियाली, लेक बँसी गाउँ
हामीलाई प्यारो लाग्छ, रोशी हाम्रो ठाउँ

स्थानीय पाठ्यपुस्तक, कक्षा १

मेरो रोशी

स्थानीय पाठ्यपुस्तक

कक्षा १

रोशी गाउँपालिका
कटुन्जे, काभ्रेपलान्चोक

मेरो रोशी

स्थानीय पाठ्यपुस्तक

कक्षा १

लेखन तथा संयोजन

उद्धवप्रसाद प्याकुरेल

गुणराज मोक्तान

लेखन समूह

अम्बिका प्र दहाल	कान्छा गौतम
गण बहादुर जिम्बा	जीवन श्रेष्ठ
दिल बहादुर लामा	रचना मौक्तान
राजकुमार रायामाझी	रामगोपाल तिवारी
राम कुमार शाही	सरोज सापकोटा
साधुराम रानामगर	सुशिल उप्रेती
यादव दाहाल	सिर्जना तामाङ

रोशी गाउँपालिका

कटुन्जे, काभ्रेपलान्चोक

प्रकाशक : रोशी गाउँपालिका
कटुन्जे, काभ्रेपलान्चोक

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

संस्करण : पहिलो

प्रकाशन : २०७८

भाषा सम्पादन : दिवाकर ढुङ्गेल

रूप विन्यास : जयराम कुइँकेल

मुद्रक :

हाम्रो भनाइ

स्थानीय आवश्यकता, स्थानीय विषयवस्तु तथा स्थानीय विज्ञको सहभागितामा पाठ्यक्रम प्रारूप २०७६ को मर्म र भावनानुसार आधारभूत तह कक्षा १-८ स्थानीय पाठ्यक्रम विकास गरी कार्यन्वयन गरिएको छ । भौगोलिक अवस्थिति, प्राकृतिक विविधता, सांस्कृतिक सम्पदा, जातिगत अवस्था, आर्थिक तथा सामाजिक परिवेशका साथै स्रोत साधनका दृष्टिकोणबाट हेर्दा रोशी गाउँपालिकाको आफ्नै विशेषता रहेको छ। यस पाठ्यपुस्तकमा रोशीको सेरोफेरो, स्थानीय सम्पदा संरक्षण, पर्यटन, कृषि तथा पशुपालन, स्थानीय सिपगत शिक्षा, मूल्य मान्यता, स्वास्थ्य, विपत् व्यवस्थापनका साथै सूचना र प्रविधिलाई समावेश गरिएको छ । स्थानीय पाठ्यक्रमका यी विषय क्षेत्रमा आधारित रही तहगत सक्षमता तथा कक्षागत सिकाइ उपलब्धिहरू विद्यार्थीहरूले सहज ढङ्गबाट प्राप्त गर्न सकून् भन्ने उद्देश्यले स्थानीय विज्ञको सहयोगमा प्रयोग गरी स्थानीय पाठ्यपुस्तक कक्षा १ तयार गरिएको छ। यस पाठ्यपुस्तकमा जम्मा १९ ओटा पाठ र सोहीअनुसारका अभ्यास समावेश गरिएका छन् । स्थानीय पाठ्यपुस्तकमा समावेश गरिएका यी पाठ र अभ्यासले स्थानीय पाठ्यक्रमका विषय क्षेत्र, सिकाइ उपलब्धि समेट्न सकेको छ। पाठहरू बालकविता, बालकथा, प्रबन्ध, संवाद, चिठी जस्ता शैलीमा स्थानीय विषयवस्तु समेटेर विद्यार्थीलाई अध्ययन गर्न आकर्षक बनाइएका छन्। यस्तै, चित्रहरूमा पनि पाठअनुसार स्थानीयता प्राप्त गर्न सकिने छ। प्रयोगात्मक अभ्यासहरू विद्यार्थीको सिकाइलाई सहज हुने गरी प्रस्तुत गरिएको छ। यसरी हेर्दा यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक सिकारु केन्द्रित छ। यसमा विद्यार्थीको रुचि र क्षमतालाई ध्यान दिइएको छ।

यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक निर्माण तथा विकास गर्ने क्रममा स्थानीय विज्ञताको प्रयोग गरिएको छ। यस महत्त्वपूर्ण अभियानमा सहभागी भई सहयोग गर्नुहुने शिक्षक, बुद्धिजीवी, सहयोगी संस्था, विषय विज्ञ, रोशी गाउँपालिका शिक्षा शाखालगायत सम्पूर्णमा रोशी गाउँपालिका परिवार हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछ।

रोशी गाउँपालिका

कटुन्जे, काभ्रेपलान्चोक

विषयसूची

पाठ	विषय	पृष्ठ सङ्ख्या
पाठ : १	मेरो परिचय	१
पाठ : २	मेरो साथीको परिवार	५
पाठ : ३	म घर हुँ	९
पाठ : ४	मेरो काम	१३
पाठ : ५	मेरो साथीको सामान	१७
पाठ : ६	मेरो गाउँको मन्दिर	२१
पाठ : ७	रमाइलो कथा	२५
पाठ : ८	मेरो रमाइलो गाउँ	२९
पाठ : ९	म डराएँ	३३
पाठ : १०	मेरो खानेकुरा	३७
पाठ : ११	मेरो मने	४१
पाठ : १२	मेरो गीत र बाजा	४५
पाठ : १३	मेरो सफा घर	४९
पाठ : १४	मेरो गाउँको कथा	५३
पाठ : १५	म सफा छु	५७
पाठ : १६	मेरो सुरक्षा	६१
पाठ : १७	कति ठुलो खोला !	६५
पाठ : १८	मेरो रेडियो	६९
पाठ : १९	मेरो टिभी	७३

१ मेरो परिचय

दावा मेरो नाम
तामाङ हो थर
रोशी गाउँपालिका
करम डाँडा घर

शान्ति बुद्ध स्कुल मेरो
कक्षा एकमा पढ्छु
पढी लेखी ज्ञानी बनी
इमान्दार बन्छु

उमेर पाँच वर्ष
खेल्दै पढ्नुपर्छ
परिचय आफ्नो दिन्छु
साथीको नि लिन्छु ।

अभ्यास

१. चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् :

२. चित्र हेर्नुहोस् र चित्रमा भएको विद्यालयको नाम भन्नुहोस् र तपाईँको विद्यालयको नाम पनि भन्नुहोस् ।

३. पाठको कविता पढ्नुहोस् र दावाको सट्टामा आफ्नो नाम भनेर परिचय दिनुहोस् ।

४. चित्र हेरेर चिन्नुहोस् :

(क) घर (ख) विद्यालय (ग) बालक (घ) बालिका

५. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

६. तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :

(क) तपाईंको नाम के हो ?

(ख) तपाईंको विद्यालयको नाम के हो ?

(ग) तपाईंको गाउँको नाम के हो ?

(घ) तपाईं कति नम्बर वडामा बस्नुहुन्छ ?

(ङ) तपाईंको गाउँपालिकाको नाम के हो ?

७. थोप्ला जोडेर चित्र पूरा गर्नुहोस् :

२ मेरो साथीको परिवार

मेरो साथीको नाम सरिता हो । सरिताको घर रोशी गाउँपालिकाको चम्पागाउँ हो । सरिताको हजुरबुबा घरको रेखदेख गर्नुहुन्छ । उहाँ सत्तरी वर्षको हुनुभयो । हजुरआमा बाख्रालाई घाँस पानी दिनुहुन्छ । उहाँ पैसट्ठी वर्षको हुनुभयो ।

आमाबुबा खेतबारीमा काम गर्नुहुन्छ । बुबा पैंतिस वर्ष हुनुभयो । आमा बत्तिस वर्ष हुनुभयो ।

सरिताको दाइ पाँच कक्षामा पढ्छन् । उनी दश वर्षका भए । सरिता पाँच वर्षकी भइन् । उनी एक कक्षामा पढ्छिन् । सरिता र उनका दाइ घरको काममा पनि सघाउँछन् । यो सरिताको सुखी परिवार हो ।

अभ्यास

१. **चित्रमा को को हुनुहुन्छ, चिनेर भन्नुहोस् :**

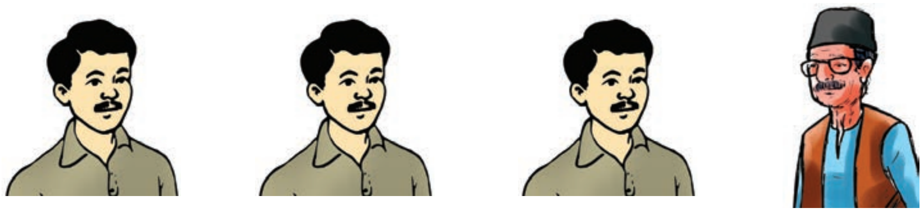
२. **कसले के के लुगा लगाउनुभएको छ, चित्र हेरेर भन्नुहोस् :**

३. तपाईँको परिवारमा को को हुनुहुन्छ, पालैसँग भन्नुहोस् ।

४. तपाईँको परिवारका सदस्यहरूको नाम पालैसँग भन्नुहोस् ।

५. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

६. फरक चित्र चिन्नुहोस् :



३ म घर हुँ

म घर हुँ । मेरो सबैभन्दा माथि छानो छ । छानोमुनि बुइँगल छ । बुइँगलमा चार ओटा झ्याल छन् । बुइँगलमुनि चोटा छ ।

चोटामा तीन ओटा कोठा छन् । पाँच ओटा झ्याल छन् ।

चोटामुनि छिँडी छ । छिँडीमा भान्छा छ ।

मेरो अगाडि पिँढी र आँगन छ ।

मेरो छानाले घाम पानी छेक्छ । म बुइँगलमा अन्न राख्छु । म चोटामा रोशनको परिवारलाई सुत्न र टिभी हेर्न दिन्छु । म छिँडीमा खाना पकाउन र खान दिन्छु ।

मलाई रोशन थापाको परिवारले माया गर्छन् । मलाई रोशन थापाको घर भनेर सबैले चिन्छन् ।

अभ्यास

१. चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गरी घरका भागहरू भन्नुहोस् :

२. तपाईँको घर र चित्रको घरमा के के कुरा उस्तै छ ?

३. कुनचाहिँ घर फरक छ ?

४. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

५. तपाइँको घरका भागहरू भन्नुहोस् ।

६. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) घरको सबैभन्दा माथि के छ ?

(ख) खाना पकाउने र खाने कोठालाई के भनिन्छ ?

(ग) तपाईंको घरमा कुन कुन कोठा छन् ?

४

मेरो काम

चाँडै उठी दाँत माझी, हात मुख धुन्छु

पढ्छु लेख्छु चित्र कोर्छु, खेल्दै खुसी हुन्छु

आफ्नो सामान जतन गरी, मिलाएर राख्छु

खाँचो पर्ने कुराजति, आमालाई माग्छु

आमासँग कुरा गर्छु, मिठा खाना खान्छु

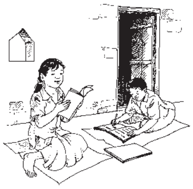
सफा लुगा लगाएर, सधैँ स्कुल जान्छु

आमालाई सघाउँदै, सोध्छु कामको नाम

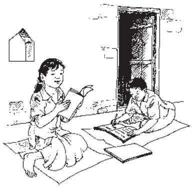
बाबालाई सघाउने, यी हुन् मेरा काम

अभ्यास

१ चित्र हेरेर छलफल गर्नुहोस् र के के गर्न लागेको छ भन्नुहोस् :



२. माथिको चित्रमा जस्तै तपाईं के के काम गर्नुहुन्छ, भन्नुहोस् :



३. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

४. तपाईँ घरमा के के काम गर्नुहुन्छ, साथीलाई बताउनुहोस् ।

५. तपाईँका परिवारका सदस्यको नाम बताउनुहोस् ।

६. तपाईँका परिवारका सदस्यहरूले के के काम गर्नुहुन्छ, बताउनुहोस् ।

५ मेरो साथीको सामान

मेरो साथीको नाम कमला हो । कमलाले आफ्ना लुगा पट्याइन् । उनले लुगा दराजमा राखिन् । उनले जुत्ता मोजा पनि र्‍याकमा राखिन् । उनले किताब कापी झोलामा राखिन् । उनले सिसाकलम, इरेजर र कटर बट्टामा राखिन् । उनले आफ्ना सबै सामान मिलाएर राखिन् ।

उनले सबै सामानलाई हेर्दै भनिन्, “म रोशीको डाला बँसीमा बस्छु । तिमीहरू पनि मसँगै बस्छौ नि । म तिमीहरूलाई जतन गर्छु । त्यसैले त मलाई चाहिने बेलामा भेटिन्छौ नि । तिमीहरू नचलीकन बस है, म खाजा खान हिँडे ।

अभ्यास

१. चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गरी फरक कुरा पत्ता लगाउनुहोस् :

२. कुन कुरा ठिक, कुन कुरा बेठिक भन्नुहोस् :

(क) स्कुल पोसाक फुकालेर किलामा झुन्ड्याउनुपर्छ ।

(ख) स्कुल पोसाक फुकालेर भुइँमा राख्नुपर्छ ।

(ख) किताब कापी जतन गर्नुपर्छ ।

(ग) सिसा कलम टोक्नुपर्छ ।

३. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) कमला के गर्दै छिन् ?

(ख) कमलाले लुगा पट्याएर कहाँ राखिन् ?

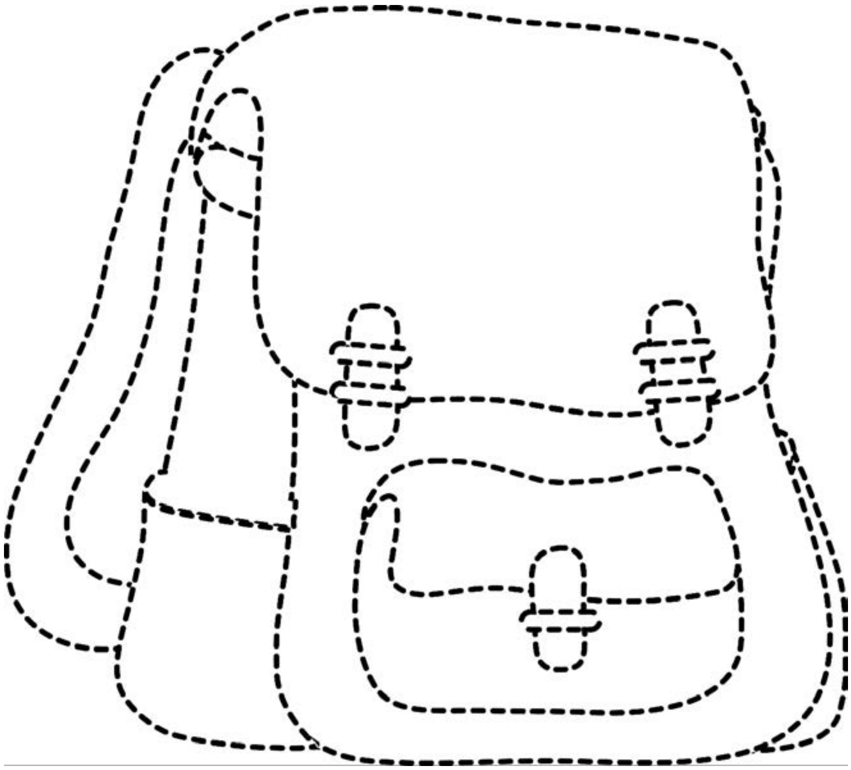
(ग) कमलाले कापी किताब कहाँ राखिन् ?

४. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

५. तपाईँले लगाउने लुगाको नाम भन्नुहोस् :

६. तपाईँको परिवारमा कसकसले के के लुगा लगाउनुहुन्छ, बताउनुहोस् ।

७. झोलाको थोप्ले चित्रमा लाइन तानेर पूरा चित्र कोर्नुहोस् :



६

मेरो गाउँको मन्दिर

धेरै थरी मन्दिर, रोशी गाउँमा
देवी देउता बस्छन् हाम्रो ठाउँमा

मन्दिरका शिरमा, गजुर राम्रो
गणेश र बुद्धका, मूर्ति हाम्रो

कति सफा मन्दिर वरिपरि
फूलहरू फुलेका थरी थरी

निलाम्बरी फूलको माला गाँसी
आमासँगै पूजा गर्छु हाँसी हाँसी
फूल पाती अक्षता चढाउँछु
टिङ टिङ घण्टी पनि, बजाउँछु

अभ्यास

१. चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् :

२. चित्र चिनेर नाम भन्नुहोस् :

५. तलका प्रश्नको उत्तर भन्नुहोस् :

(क) मन्दिरको शिरमा के छ ?

(ख) तपाईं कोसँग मन्दिर जानुहुन्छ ?

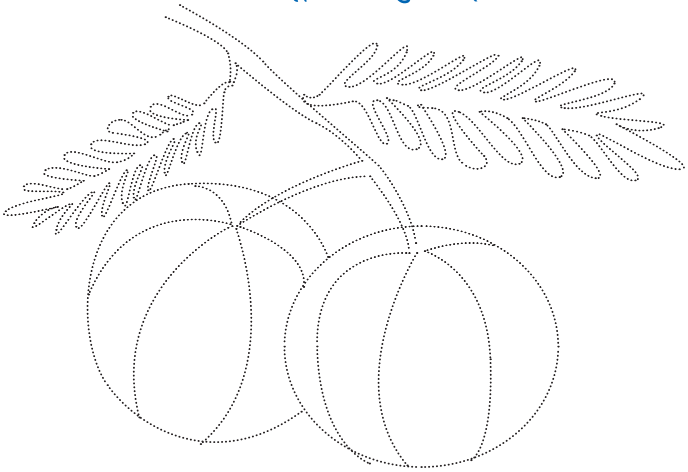
(ग) तपाईं मन्दिर किन जानुहुन्छ ?

(घ) मन्दिरमा कसको पूजा गरिन्छ ?

४. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

५. तपाईँको परिवारमा कुन कुन देवताको पूजा गरिन्छ भन्नुहोस् ।

६ थोप्ला जोडेर चित्र पूरा गर्नुहोस् :



७ रमाइलो कथा

"ए ! तिमीहरू रमाइलो कथा सुन्छौ ?" आकाशले सोधे ।

"सुन्छौँ सुन्छौँ, बरु छिटो भन न आकाश ।" उनका साथीहरू कराए ।

"यो कथा मेरो हजुरबाले हिजो मात्रै भन्नुभएको । ल सुन ।" आकाशले कथा सुनाउन सुरु गरे ।

धेरै वर्ष अगाडिको कुरा हो, एकजना जोगी भिक्षा माग्दै रजबासमा आइपुगेछन् । उनी डाँडापारिबाट भुमे चुली जङ्गल हुँदै आएका थिए । उनले रजबास गाउँमा आई भिक्षा मागे । गाउँलेहरूले जोगीलाई भिक्षा दिए । उनले भुमेथान वरपरको जडीबुटी सुटुक्क टिपेर झोलामा हाले ।

जोगी भिक्षा लिएर फर्कँदै थिए । रमिते डाँडामा त सेतो बाघ बाटो

छेकेर सुतिरहेको थियो। बाघ देखेर जोगी डराए। उनी अर्को बाटो हुँदै गए। उनी सोलाभन्ज्याङमा पुगे। त्यहाँ पनि त्यही सेतो बाघ लम्पसार सुतिरहेको थियो । जोगीले विचार गरे, "यस ठाउँमा भूमिदेवी छिन्। मैले फलफूल पनि कसैलाई नसोधी टिपेँ। मागेर खाँदा पक्कै भूमिदेवी मसँग रिसाइन्।" उनलाई पछुतो भयो।

जोगी गाउँतिरै फर्किए। उनले गाउँलेलाई भने, "मागेर र चोरेर खाँदा भूमिचुली रिसाउँछिन्।" उनले मागी ल्याएका भिक्षाहरू गाउँलेलाई नै फिर्ता गरिदिए। भूमेचुली मन्दिरमा पूजा गरे। उनले वनका फलफूल खोजेर खाए। उनी भूमिचुली तिर फर्किए। त्यसपछि बाटामा बाघ आएन।

सबै साथीहरूले ताली बजाउँदै भने, "आहा ! कति रमाइलो कथा"

अभ्यास

१. ठिक भए ठिक भन्नुहोस् बेठिक भए बेठिक भन्नुहोस :

(क) जोगीले जडीबुटी टिपेर झोलामा राखे।

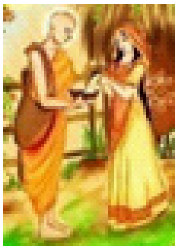
(ख) गाउँलहरूले जोगीलाई भिक्षा दिएनन्।

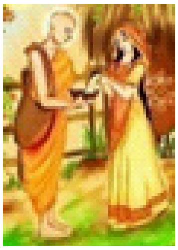
(ग) जोगी बाघदेखि डराए।

(घ) जोगी काठमाडौँबाट आएका थिए।

ङ. कुनै मङ्गल कार्य गर्दा मानिसहरू भूमिदेवीलाई सम्झन्छन् ।

२. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस :





३. कुनचाहिँ फरक छ, छुट्याउनुहोस् :

४. प्रश्नका उत्तर भन्नुहोस् :

(क) रमाइलो कथा कसले भनेका थिए ?

(ख) कथा कहाँको थियो ?

(ग) बाघ देखेर को डराए ?

(घ) जोगीले कुन देवताको पूजा गरे ?

५. तपाईँले सुनेको कथा कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

८ मेरो रमाइलो गाउँ

घर पऱ्यो मेरो पौवा गाउँ
आहा ! कति रमाइलो ठाउँ
मोटर आउँछ फिलिलिली
बिजुली बत्ती झिलिमिली

बारीभरि तोरी फुलेको
माहुरी रस खान डुलेको
गाउँको माझमा छ स्कुल
पढ्न र लेख्न के मुस्किल

गुराँस ढकमक वनभरि
भुरुरु उड्छन् चरीबरी
माम्तिको पानी कलकल
बँसीमा रोशी त सलसल

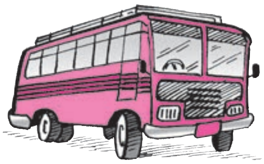
घर घरमा पानीको धारा छ
गाउँ सफा राख्ने नारा छ
तामाङ सेलो गाउँछु मै
हाम्रो गाउँ घुम्न आउनु है

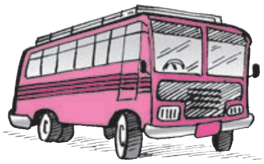
अभ्यास

१. चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् :

२. माथिको गीत लय हालेर गाउनुहोस् र नाच्नुहोस् ।

३. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :





४. तपाईँ कोसँग कहाँ घुम्न जानुभएको थियो, बताउनुहोस् ।

५. तपाईँ घुम्न जाँदा केके कुरा रमाइलो लाग्यो, बताउनुहोस् ।

७. पौवा गाउँको जस्तै : तपाईँको गाउँको पनि गीत भन्नुहोस् ।

५

म डराएँ

सरस्वती प्राविको आँगनमा दुई विद्यार्थी कुरा गर्दै छन् । उनीहरूले आज बिहान देखेको घटना साथीलाई सुनाउँदै छन् ।

कोपिला : आज मैले लामो सर्प देखें नि !

पाल्टेन : ए, हो र ! अनि तिमीले के गर्‍यौँ त !

कोपिला : म त डराएर भागेँ । सर्प त मैतिर पो आयो । म त झन् कराउँदै भागेँ । दिदीले हाँस्दै भन्नुयो, "यो तिम्रो लागि सहरबाट मैले ल्याइदिएको हुँ । यो त खेलौना सर्प हो ।"

दुवैजना हाँस्दै कक्षातिर लागे ।

अभ्यास

१. चित्र हेर्नुहोस्, चित्रमा के भइरहेको रहेको छ, बताउनुहोस् ।

२. तपाईँले आज विहान देखेको एउटा घटना सुनाउनुहोस् ।

३. तलका भनाइ ठिक भए ठिक भन्नुहोस्, बेठिक भए बेठिक भन्नुहोस् :

(क) सिद्धार्थ प्रा वि चौकी डाडाँमा छ ।

(ख) पाल्टेनले आज बिहान सर्प देखेका थिए ।

(ग) सर्प देखेर कोपिला डराइन् ।

(घ) त्यो खेलौना सर्प थियो ।

४. चित्रसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् ।

५. पाठको आधारमा उत्तर भन्नुहोस् :

(क) कोपिला र पाल्टेन कुन विद्यालयमा पढ्छन् ?

(ख) आजको घटना कसले सुनाएको हो ?

(ग) कोपिलालाई खेलौना सर्प कसले ल्याइदिएको थियो ?

६. तपाईँ घुम्न जाँदा देखेको एउटा रमाइलो घटना सुनाउनुहोस् ।

७. चित्र बनाउनुहोस् :

(क) सर्प (ख) रुख

१० मेरो खानेकुरा

कसौँडीमा भात थियो । कराईमा तरकारी थियो । कचौरामा अचार थियो । हर्पेमा दही मोही थियो । प्लेटमा स्याउ, सुन्तला, आँप र मेवा थियो । दराजबाट चाउचाउ, बिस्कुट र दालमोठले हेरिरहेका थिए ।

अशोक भान्छामा आए । सबै खानेकुरा हेरे । भात, तरकारी, अचारले एकसाथ भने, “हामी त मच्छेगाउँको खेतबारीमा फलेको ताजा र पोसिला खानेकुरा हौँ ।”

दराजबाट चाउचाउ, बिस्कुट र दालमोटले भने, “तिनीहरूभन्दा त हामी मिठा छौँ ।”

अशोकले भात, तरकारी, अचार, दही र दुध खाए । झोलामा फलफूल हाले । भूमेथान प्रा विमा पढ्न हिँडे । चाउचाउ, बिस्कुट र दालमोठ त जिल्ल !

अभ्यास

१. **चित्र हेरर छलफल गर्नुहोस् र के के छन् बताउनुहोस् :**

२. **उत्तर भन्नुहोस् :**

(क) कसौँडीमा के थियो ?

(ख) हर्पेमा के थियो ?

(ग) अशोकले के के खाए ?

(घ) चाउचाउ दालमोठ र बिस्कुट किन जिल्ल परे ?

३. **तपाईँले आज के के खानेकुरा खानुभयो, बताउनुहोस् ।**

४. **तपाईँको खेतबारीमा कुन कुन अन्न र तरकारी फल्छन्, चित्र हेरी चिन्नुहोस् ।**

५. तपाईँका खेतबारीमा कुन कुन फलफूल फल्छन्, चित्र हेरी चिन्नुहोस् :

६. तपाईँलाई मन परेको दुईओटा फलफूलका चित्र बनाउनुहोस् ।

११

मेरो मने

दुइटा छ मने घरमा
बस्दैन कसैको डरमा
उफ्रन्छ बुरुक्क बुरुक्क
बोलाउँदा आउँछ खुरुक्क

आमाको छेउमा घुस्दछ
चपचप दुध चुस्दछ
उफ्रेर बारीमा जाने छ
कुटुकुटु घाँस खाने छ

बाच्छा र चल्ला साथी छन्
मिलेर खेल्छन् जाती छन्
कहिले खेल्छन् गोठमा
दौडेर पुग्छन् खोरमा

बस्तछ मेरो काखमा
दुध सम्झी चुस्छ नाकमा
उफ्रेर बुई चढेथ्यो
बुङ्लुङ्ग भुइँमा लढेथ्यो

अभ्यास

१. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) केलाई मने भनिन्छ ?

(ख) मनेले के के खान्छ ?

(ग) मने बगैँचामा किन जान्छ ?

(घ) तपाईंको घरमा पनि मने छ ?

(ङ) तपाईंलाई मनेसँग खेल्न मनपर्छ ?

२. आउनुहोस्, नजिकै घरमा जाऔँ, कुन कुन पशुपन्छी पालिएको छ, हेरौँ र चिनौँ ।

३. धर्का तानी जोडा मिलाउनुहोस् :

४. पाठको गीत गाएर साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

५. तपाईँको छिमेकीको घरमा कुन कुन पशुपन्छी पालिएको छ, लेख्नुहोस् ।

६. तपाईँको घरमा कुन कुन पशुपन्छी पालिएको छ, लेख्नुहोस् ।

१२ मेरो गीत र बाजा

काफल डाँडा लेकैमा
मैच्याङले गीत गाएको
मैले त डम्फु बजाएँ
सानीले छमछम् नाचेको

गणेशथान मेलामा
साँझ परेको बेलामा
दाजैले मादल बजाए
मारुनी नाच मेलामा

भोटो कछाड लाएर
भजन कीर्तन गाएर
बाजेले खैँजडी बजाए
फनफन घुमी नाचेर

दाजु दिदीको बिहेमा
फूलका माला गाँसौंला
पन्चै बाजाको तालैमा
जन्ती बनेर नाचौंला

अभ्यास

१. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) काफल डाँडामा कसले गीत गाए ?

(ख) डम्फु कसले बजाए ?

(ग) मादल कसले बजाए ?

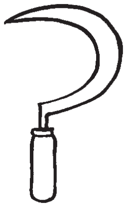
(घ) खैँजडी कसले बजाए ?

(ङ) विहेमा कुन बाजा बजाइन्छ ?

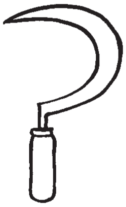
२. चित्र हेर्नुहोस् र कुन कुन बाजाको आवाज कस्तो सुनिन्छ, नक्कल गरी सुनाउनुहोस् ।

३. मेरो गीत र बाजा गीतमा डम्फु बजाएर गीत गाउनुहोस् र सबैजना नाच्नुहोस् ।

४. चित्र हेर्नुहोस् र चिनेर नाम र काम बताउनुहोस् :



५. चित्र हेर्नुहोस् र तपाइँका घरमा कुन कुन सामग्री छन्, बताउनुहोस् :



६ तपाइँलाई मन परेको दुईओटा बाजाको नाम लेख्नुहोस् ।

१३ मेरो सफा घर

मिलन झल्याँस्स बिउँझिए । उनको नाकमा काउकुती लागेको थियो । उनले आफ्नो हात नाकमा पुऱ्याए । नाकबाट त भुरुरु झिँगा उडेर भागे । मिलन जुरुक्क उठे । उनी भान्छामा गए । त्यहाँ पनि झिँगै झिँगा । टिभी कोठामा गए । त्यहाँचाहिँ झिँगा थिएन ।

उनी आमानेर गए । उनले आमालाई भने, ”आमा, झिँगा फोहोरमा बस्दो रहेछ । घर सफा गर्ने भए मात्र खाना खान्छु, नत्र म खानै खान्नँ ।”

“ल ल, म सफा गर्छु ।” आमाले भन्नुभयो । आमा घर सफा गर्न थाल्नुभयो । मिलनले हातमुख सफा गरे ।

केही बेरपछि मिलनले घरको सबैतिर घुमेर हेरे । झिँगा एउटा पनि थिएन । उनी खुसी हुँदै खाना खाए र विद्यालय गए । उनको विद्यालय छाप गाउँको विद्या विकास आधारभूत विद्यालय हो । उनले आजको घटना कक्षा एकमा पढ्ने साथीलाई सुनाए । साथीहरूले ताली बजाए ।

अभ्यास

१. **उत्तर भन्नुहोस् :**

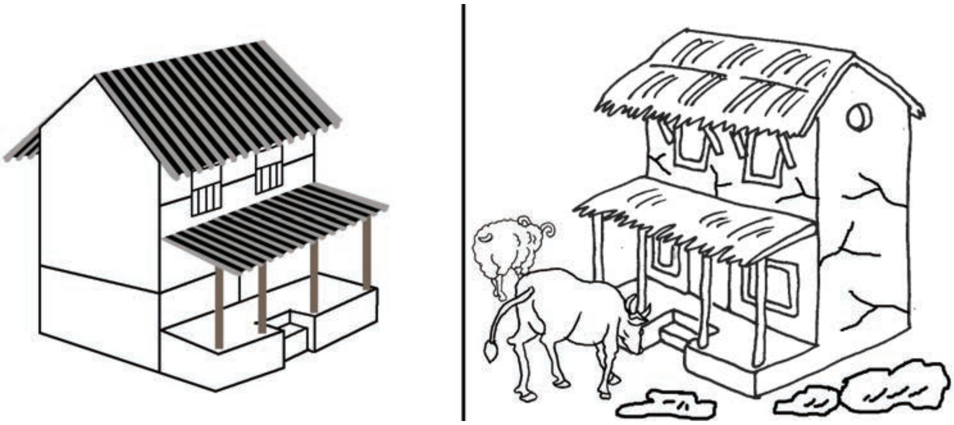
(क) मिलनको नाकमा के आएर बसेको थियो ?

(ख) मिलनको नाकमा किन झिँगा आएर बसेका होलान् ?

(ग) मिलनले आमालाई के भने ?

(घ) मिलनको घरबाट झिँगा किन भागे ?

२. **चित्र हेर्नुहोस् र कुन घर सफा छ, पत्ता लगाउनुहोस् :**



३. तलका भनाइ ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक भन्नुहोस् ।

(क) मिलनको नाकबाट झिँगा उडेर गए ।

(ख) मिलनको टिभी कोठामा झिँगा थियो ।

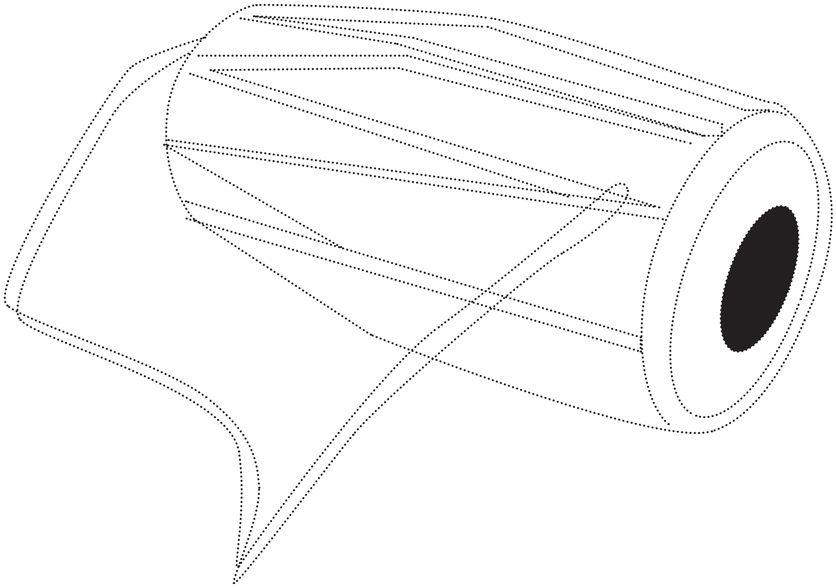
(ग) मिलनको भान्छाकोठामा झिँगा थियो ।

(घ) मिलनको आमाले घर सफा गर्नुभयो ।

४. कुन फोहोर कुन भाँडामा राख्ने, बताउनुहोस् ।

५. तपाईँको कक्षाकोठा र चौरमा हेर्नुहोस्, त्यहाँ भएका कुहिने र नकुहिने फोहोर चिनेर फाहोर फाल्ने भाँडामा राख्नुहोस् ।

६. थोप्ला जोडेर चित्र पूरा गर्नुहोस् ।



१४ मेरो गाउँको कथा

पोटाखोला दोभानमा ल्होसारको मेला लागिरहेको थियो ।

मेला हेर्न दोकर्पाबाट पाल्साङ लामा आए ।

“ए तिमीहरू आइसकेछौ त !” पाल्साङले भने ।

“तिमी पो ढिला भयौ त ।” जल्किनीकी खुसी तामाङले भनिन् । थान्सिङ बैँसीका प्रयाश उप्रेती र डडुवाकी सुजाता तामाङ सँगै थिए ।

"त्यो कोक्रो जस्तो के होला ?" खुसीले सोधिन् ।

"तिमीलाई त्यति पनि थाहा छैन ? लौ सुन, त्यो के हो म बताउँछु ।" प्रयासले बताउन सुरु गरे ।

"पहिला रोशी खोलामा साँघु थियो । मानिसहरू साँघुबाट खोला तर्थे । खोलामा बाढी आएर साँघु बगायो । गाउँका सबै जना मिलेर तुइन हाले । मानिसहरूले धेरै समयसम्म तुइनबाट खोला वारिपारि गरे । त्यसपछि झोलुङ्गे पुल बन्यो । मोटर बाटो आएपछि त पक्की पुल पनि बन्यो । अब त्यो के हो बुझ्यौ त ?"

खुसीले हाँस्दै भनिन्, "अँ, मैले बल्ल बुझेँ, त्यो त तुइन रहेछ ।

अभ्यास

१. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) कहाँ मेला लागेको थियो ?

(ख) पाल्साङ लामा कहाँबाट मेला हेर्न आएका थिए ?

(ग) पहिला मानिस कसरी रोशी खोला तर्थे ?

(घ) तपाईंले तुइन देख्नुभएको छ ?

२. शब्द र चित्र जोडा मिलाउनुहोस् :

३. चित्र हेर्नुहोस र छलफल गर्नुहोस् :

४. तपाईँ घुम्न गएका ठाउँमा के के देख्नुभयो, बताउनुहोस् ।

५. तपाईँले सुन्नुभएको एउटा रमाइलो कथा साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

१५ म सफा छु

दिन दिनै बिहान आमासँग उठ्छु
हातमुख धोएर दाँत ब्रस गर्छु ।

खाना खाने बेलामा आमालाई भनेर
२० सेकेन्ड हात धुन्छु मिची मिची गनेर

कति राम्रो नाना मेरो शनिवार धुने हो
नुहाइ धुवाइ कोरी बाटी म त राम्रो हुने हो

काट्छु नङ हप्तै पिच्छे, कपाल महिनामा
कस्तो भएँ भनेर हेर्छु दिनहुँ ऐनामा

यस्तै बानी छ है मेरो सफा छु है म त
हामी साथी माझमा को सफा छ भन त

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर भन्नुहोस् :

(क) तपाईँ काइँयो केका लागि प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

(ख) तपाईँ हात, मुख धुँदा के केले धुनुहुन्छ ?

(ग) तपाईँ कुन कुन बेला हात धुनुहुन्छ ?

२. तलका चित्र र सामानको जोडा मिलाउनुहोस् :

काइँयो

मन्जन र बुरुस

साबुन

३. सबै जनाले हात समाएर गोलो भई "म सफा छु" भन्ने बालगीत भन्नुहोस् ।

४. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द लेख्नुहोस् ।

धुनु	कोर्नुपर्छ	काट्नु	सफा	साबुन र पानीले

(क) विहानै हातमुख ....पर्छ ।

(ख) कपाल लामो भएमा ....पर्छ ।

(ग) काइँयोले कपाल ....।

(घ) खाना खानुअघि ....हात धुनुपर्छ ।

(ङ) खाना ....हुनुपर्छ ।

५. दिइएको जस्तै गरी लेख्नुहोस् ।

नङ	साबुन	कोरीबाटी	ऐना
....	....	....	....
....	....	....	....
....	....	....	....
....	....	....	....

६. साबुन लिएर स्कुल नजिकै धारामा जानुहोस् र साबुन पानीले हात मुख धुने अभ्यास गर्नुहोस् ।

७. तपाईँ व्यक्तिगत सरसफाइ के कसरी गर्नुहुन्छ, अभिनय गरी साथीलाई देखाउनुहोस् ।

१६ मेरो सुरक्षा

एक दिन प्रनिशा र हरि विद्यालय जाँदै थिए। उनीहरू श्री बालज्योति प्राथमिक विद्यालयमा पढ्थे ।

“प्रनिशा तिमी पुलबाट जाऊ । म सिधै खोला तर्छु। को छिटो पुग्ने, है त ?” हरिले भने ।

“होसियार ! हेर त खोलामा बाढी आएको छ । बाढी, पहिरो आगलागी भएको बेलामा आफ्नो सुरक्षा आफैँ गर्नुपर्छ ।” प्रनिशाले हरिको हात तान्दै भनिन् ।

हरिले खोलातिर हेर्दै भने, “ओहो, हो त ! मेरो सुरक्षा म आफैँले गर्नुपर्छ ।

उनीहरू पुलपारि पुगे । उनीहरूले बाटामा ठुलो सर्प देखे ।

प्रनिशाले सर्पलाई धपाउन ढुङ्गा टिपिन् ।

“सावधान ! सर्पलाई ढुङ्गाले हिर्काउँदा सर्पले हामीलाई टोक्न सक्छ ।” हरिको कुरा सुनेर प्रनिशाले ढुङ्गा भुइँमा खसालिन् ।

अभ्यास

१. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) प्रनिशा र हरिको विद्यालयको नाम के हो ?

(ख) हरिले प्रनिशालाई के भने ?

(ग) खोलामा के आएको थियो ?

(घ) हरिले सिधै खोला तरेको भए के हुन सक्थ्यो ?

(ङ) प्रनिशाले सर्पलाई ढुङ्गाले हानेको भए के हुन्थ्यो होला ?

२. शब्द र चित्र जोडा मिलाउनुहोस् :

बाढी

आगलागी

पहिरो

३. ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :

(क) हरि कक्षा २ मा पढ्छ ।

(ख) प्रनिशाको विद्यालयको नाम बालज्योति प्राथमिक हो ।

(ग) दुर्घटनाबाट बच्न सावधानी अपनाउनुपर्छ ।

(घ) सडकमा बाटो काट्दा जेब्रा क्रसिङको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

(ङ) धारिलो वस्तुले हात काट्दैन ।

३. चित्र हेरी छलफल गर्नुहोस् :

५. हामीले कुन कुन अवस्थामा आफ्नो सुरक्षा आफैँ गर्नुपर्छ, चित्र हेरी भन्नुहोस् :

१७

कति ठूलो खोला

पारि तर्नुपर्ने

अब कसो गर्ने

बाढी आयो होला

कति ठुलो खोला

धेरै पानी पर्दा

झल्की पैरो झर्दा

रोशी हाम्रो खोला

कति ठुलो होला

छेउछाउ जान्नँ
मैलो पानी खान्नँ
बोकेको छु झोला
कति ठुलो खोला

बगाउला फेरि
टाढै बस्छु हेरी
बा आउनु होला
अनि तर्छु खोला

अभ्यास

१ उत्तर भन्नुहोस् :

(क) रोशी खोलामा के भएको थियो ?

(ख) बालकले खोला किन एक्लै तरेनन् ?

(ग) खोलाको पानी खान हुन्छ कि हुँदैन ?

(घ) बालकले कसलाई पर्खेका थिए ?

२. चित्र हेर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस् :

३. शब्दसँग चित्र जोडा मिलाउनुहोस् :

चट्याङ

हावाहुरी

बाढी

४. कति ठुलो खोला कविता गाएर साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

५. तपाईँले कुनै काम गर्दा चोटपटक लागेको छ कि छैन, छ भने कसरी चोटपटक लाग्यो साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

६. हामीले के के काम गर्दा होसियारी हुनुपर्छ, छलफल गर्नुहोस् ।

१८

मेरो रेडियो

तपाइँहरूले मलाई चिन्नुभएको छ ? म रेडियो रोशी हुँ । म रोशीकै समाचार भन्छु । रोशीकै गीत गाउँछु ।

हरिबहादुर मेरो समाचार सुन्छन् । उनी मेरो समाचार सुनेर साथीहरूलाई सुनाउँछन् ।

म रोशीको तामाङ सेलो गीत गाउँछु । कमल ताली बजाउँछन् । कमला नाच्छिन् । म नाटक सुनाउँछु । दीपक नाटक सुन्छन् । उनी नाटक सुनेर अभिनय पनि गर्छन् ।

म अरू पनि धेरै कार्यक्रम दिन्छु । त्यसैले मलाई रोशीका मानिसहरू मेरो रेडियो भन्छन् ।

अभ्यास

१. प्रश्नका उत्तर भन्नुहोस् :

(क) पाठमा तपाईंले मलाई चिन्नुभएको छ ? कसले भनेको होला ?

(ख) रोशीको गीत कसले गाउँछ ?

(ग) तपाईं रोशी रेडियो सुन्नुभएको छ ?

(घ) रोशी रेडियोमा के के कार्यक्रम आउँछ ?

२. शब्दसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

रेडियो

टिभी

मोबाइल

३. तलका भनाइ ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक भन्नुहोस् :

(क) रोशी रेडियोले रोशीको समाचार भन्छ ।

(ख) रोशी रेडियोले सेलो गीत भन्दैन ।

(ग) हरिबहादुर रोशी रेडियोमा समाचार सुन्छन् ।

(घ) रोशी रेडियो हामी सबैले सुन्नुपर्छ ।

४. रोशी रेडियोले गाएको एउटा गीत साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

५. रोशी रेडियोमा सुनेको एउटा समाचार साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

६. एउटा रेडियोको चित्र बनाउनुहोस् ।

१५

टेलिभिजन

हेर्दा सानो बाकस
सबै तिर बन्द छ
हेर्ने सुन्ने गर्छु म
समाचार भन्दछ ।

छमछम नाचेर
गीत पनि गाएको
गाउँघर शहर
फोटा घुमी आएको

मलाई मन परेको
बालगीत सुन्छु म
टिभी हेर्दै नाचेर
धेरै खुसी हुन्छु म ।

धेरै थरी सूचना
हेर्न सुन्न पाइन्छ
काम लाग्ने टिभी यो
घर घरमा चाहिन्छ ।

अभ्यास

१. उत्तर भन्नुहोस् :

(क) तपाईंको घरमा टेलिभिजन छ ?

(ख) टेलिभिजनमा के के कार्यक्रम आउँछ ?

(ग) टेलिभिजनले समाचार पनि भन्छ ?

(घ) टेलिभिजनमा आउने तपाईंलाई मन पर्ने कार्यक्रम के हो ?

२. शब्दसँग चित्रको जोडा मिलाउनुहोस् :

पत्रिका .

खाम

रेडियो

मोबाइल

३. तलका भनाइ ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक भन्नुहोस् :

(क) टेलिभिजनमा समाचार हेर्न र सुन्न पाइन्छ ।

(ख) टेलिभिजनमा गीत सुन्न मात्र पाइन्छ ।

(ग) टेलिभिजनमा बालगीत पनि आउँछ ।

(घ) टेलिभिजनमा कार्टुन चित्र हेर्न पाइन्छ ।

४ तपाइँले टेलिभिजनमा के के कार्यक्रम हेर्नुभयो, साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

५. तपाइँको घरमा टेलिभिजन जस्तै समाचार सुन्न पाइने अरु के के साधन छन्, साथीलाई बताउनुहोस् ।

६. एउटा टेलिभिजनको चित्र बनाउनुहोस् ।