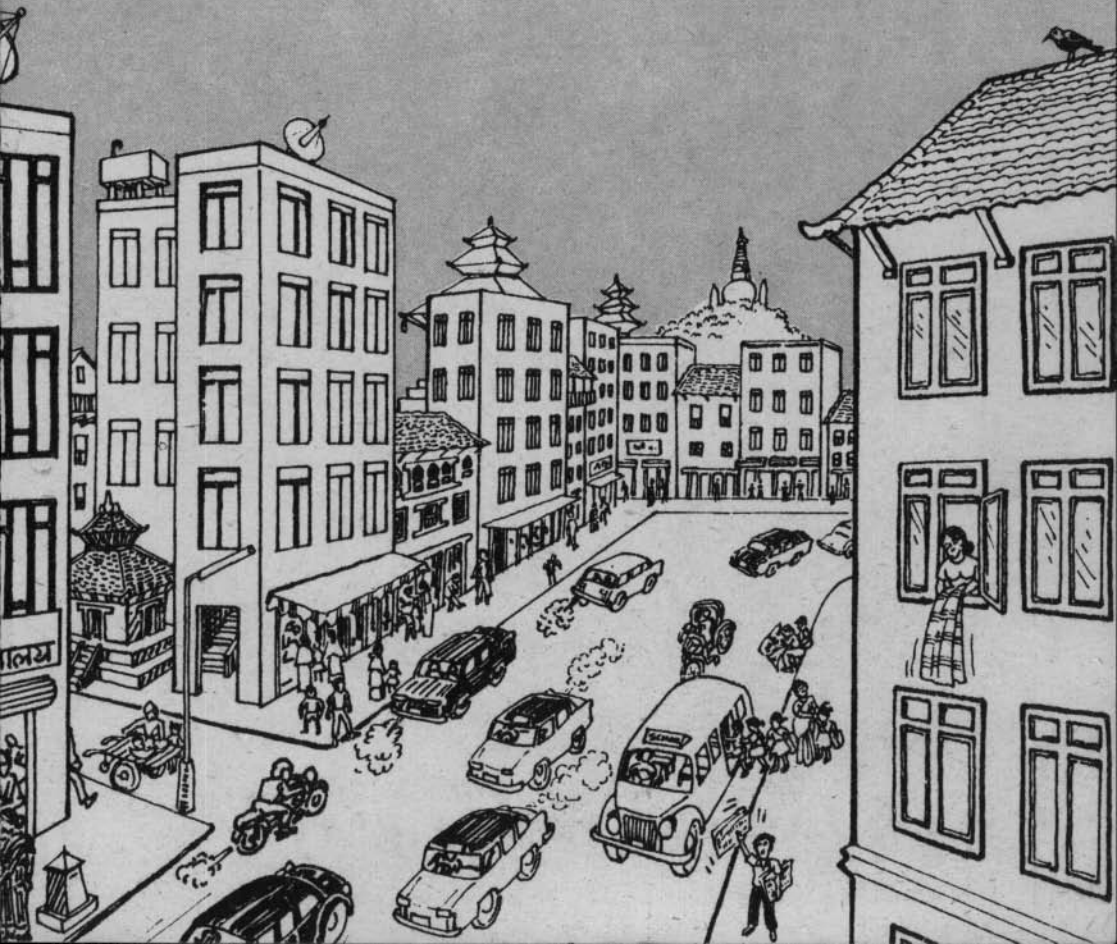
मेरो सेरोफेरो

कक्षा ३



मेरो सेरोफेरो—

कक्षा ३

लेखक तथा सम्पादक

मोहनगोपाल न्याछ्यौं

सहयोगी लेखकहरू

दुर्गा रेग्मी
हरिशङ्कर मानन्धर
रामप्यारी श्रेष्ठ

प्रकाशक :
श्री ५ को सरकार
शिक्षा, संस्कृति तथा समाजकल्याण मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
प्राथमिक पाठ्यक्रम पाठ्यपुस्तक विकास एकाइ/आधारभूत तथा प्राथमिक शिक्षा परियोजना
सानोठिमी, भक्तपुर

© सर्वाधिकार प्रकाशकमा

प्रथम संस्करण २०५१

मुद्रक : जनक शिक्षा सामग्री केन्द्र लिमिटेड (एजुकेसन प्रेस)

प्राक्कथन

- प्रस्तुत *मेरो सेरोफेरो* कक्षा ३ का बालबालिकाहरूका निमित्त सामाजिक, स्वास्थ्य तथा वातावरण विज्ञान शिक्षाको एकीकृत पाठ्यपुस्तकका रूपमा तयार गरिएको हो । यसको अध्ययनपछि विद्यार्थीहरूले कक्षा तीनका निम्ति निर्धारण गरिएका सामाजिक, स्वास्थ्य तथा वातावरण विज्ञानका सिकाइउपलब्धिहरू हासिल गर्नेछन् ।

- यो पुस्तक यस रूपमा आउनुअघि पूरै तीन शैक्षिक सत्रको अवधिमा व्यापक रूपमा परीक्षण गरी सोका आधारमा आवश्यक संशोधन र सुधारसमेत गराई प्रकाशमा ल्याइएको छ । परीक्षणकालमा शिक्षक, अभिभावक, प्रधानाध्यापक र स्रोतव्यक्तिहरूका प्रतिक्रिया एवम् बालबालिकाहरूले गरेका उपलब्धिहरूसमेतको अध्ययन गरिएको थियो । उक्त अध्ययन तथा शैक्षिक क्षेत्रका विभिन्न पक्षमा दक्ष व्यक्तिहरूसितको व्यापक छलफलका आधारमा परिमार्जन गरी किताबलाई यस रूपमा ल्याइएको हो । यो सामग्री विद्यार्थी र शिक्षक दुवैलाई अझै सरल र प्रभावकारी हुने आशा गरिएको छ । यो पुस्तक अध्यापन गर्दा यसैका लागि तयार गरिएको शिक्षक निर्देशिका अध्ययन गर्नु आवश्यक छ ।

- यस पुस्तकको लेखन तथा सम्पादन श्री मोहनगोपाल न्याछ्र्योंले गर्नुभएको हो । लेखन कार्यमा सर्वश्री दुर्गा रेग्मी, हरिशङ्कर मानन्धर र रामप्यारी श्रेष्ठले सहयोग गर्नुभएको थियो । भाषासम्पादन श्री दिवाकर ढुङ्गेलले गर्नुभएको हो । पुस्तकको रूपसज्जा र चित्र-संयोजनको काम श्री नविन्द्रमान राजभण्डारीले गर्नुभएको हो । दृष्टान्त-चित्र बनाउने काममा श्री सुमन मानन्धरले सहयोग गर्नुभएको थियो । आवरण पृष्ठ श्री उज्ज्वलकुन्दन ज्यापूले बनाउनुभएको हो ।

- अन्त्यमा, यस पुस्तकलाई सुधार गर्न आफ्ना अमूल्य राय, सुझाउ तथा प्रतिक्रिया दिनुहुने सबै महानुभावहरू धन्यवादका पात्र हुनुहुन्छ । यस पुस्तकलाई अझ बढी प्रभावकारी पार्न सहयोग मिल्ने रचनात्मक सुझाउहरूको सदा स्वागत गरिनेछ ।

२०५१ साउन

प्रकाशक

पुस्तकका सम्बन्धमा

- बालबालिकाहरूमा आफ्नो समाज तथा वातावरणप्रति अभिरुचि जगाउने, वातावरणका विभिन्न पक्षप्रति अझ सजग तथा जिज्ञासु भई आफू पनि सहभागी बन्ने प्रवृत्तिको थप विकास गराउने तथा विद्यार्थीहरूको सिकाइअनुभवमा आएका कुराहरू आफ्नो व्यवहारमा लागू गर्न सक्ने पार्नु यस पुस्तकको उद्देश्य हो ।
- बालबालिकाहरूमा आधारभूत सिकाइ तथा सञ्चार सीपको विकास गर्न यस पुस्तकमा पनि अवलोकन गर्ने, वर्णन गर्ने, छलफल गर्ने, चित्राङ्कन गर्ने, तुलना गर्ने, वर्गीकरण गर्ने, अभिलेख राख्ने, मापन गर्ने, अनुमान गर्ने, सूचना लिने, अर्थ्याउने, व्यवस्थित गर्ने, समस्या समाधान गर्ने तथा प्रयोग गर्ने जस्ता विभिन्न सीपका जटिल पक्षहरूलाई पनि समावेश गरी विषयगत ज्ञान दिने प्रयास गरिएको छ ।
- सञ्चार सीपका सशक्त माध्यमहरू लेखाचित्र तथा नक्साङ्कनलाई बढी जोड दिने प्रयास यस सामग्रीमा पनि कायमै गरिएको छ ।
- विभिन्न परिस्थिति तथा चरित्रका माध्यमबाट विद्यार्थीहरूको आफ्नो वास्तविकता तथा अनुभवलाई व्यक्त गर्ने प्रशस्त मौका प्रदान गर्ने अभिप्रायले लिङ्गभेदलाई ध्यान दिई सकेसम्म हिमाल, पहाड, तराई तथा गाउँ शहरका परिवेशहरू सङ्गाली विषयवस्तु प्रस्तुत गरिएको छ । विभिन्न विषयवस्तुका सबै धारणाहरू सबै ठाउँको परिस्थितिमा मिल्ने गरी पाठ्यपुस्तकमा समावेश गर्न उपयुक्त तथा सम्भव हुँदैन । त्यसैले यस पाठ्पुस्तकसँगै शिक्षक निर्देशिकाको प्रयोग गरी विद्यार्थीहरूको वातावरणसँग मिल्ने क्रियाकलापहरू द्वारा धारणाहरूको विकास गराउनु आवश्यक हुन्छ ।
- प्रत्येक पाठका विभिन्न पक्षहरू (चित्र, अनुच्छेद र अभ्यास)-को वर्णन, पढाइ तथा तीबारे प्रश्नोत्तर, छलफल आदिजस्ता क्रियाकलापपछि उनीहरूलाई आफ्नो अनुभव व्यक्त गर्ने मौका दिनुपर्छ । विभिन्न अभ्यासमा आउने कठिनाइलाई ध्यानमा राखेर विद्यार्थीहरूलाई अभ्यास गराउनुभन्दा पहिले ती अभ्यासहरूका लागि आवश्यक सीपहरूको चाहिने मात्रामा कालोपाटीमा प्रदर्शन गर्नुपर्छ तर अभ्यासका उत्तर लेखिदिनेचाहिं होइन ।
- पाठहरूप्रति बढी अभिरुचि जगाउन तथा विभिन्न धारणाहरू स्पष्ट गर्न पाठहरूमा समावेश गरिएका "गरेर हेर", "सोधेर लेख" जस्ता क्रियाकलापहरूमा अनिवार्य रूपमा सबैलाई संलग्न गराउनुपर्छ र विद्यार्थीहरूको परिस्थितिसँग मिल्ने त्यस्तै खालका अरू क्रियाकलापहरू पनि गराउनुपर्छ ।
- प्रत्येक पाठका विभिन्न पक्षहरूमा विद्यार्थीहरूको सक्रिय संलग्नतासहित आवश्यक मात्रामा क्रियाकलापहरू समावेश गरी पठनपाठन हुनेछ भन्ने विश्वासले यो सामग्री तयार पारिएको छ ।
- आफ्ना सुझाउ र प्रतिक्रिया दिई पुस्तकलाई यस रूपमा ल्याउन सहयोग गर्नुहुने सबैप्रति आभारी छु ।
- अन्त्यमा, यस पुस्तकलाई अझै परिमार्जन गर्न मदत पुग्ने राय सुझाउहरूको स्वागत गर्दै ...

२०५१ साउन

मोहनगोपाल न्याछ्यौं

विषयसूची

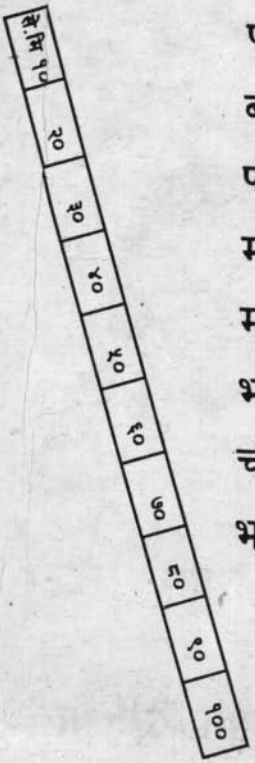
पाठ	शीर्षक	पृष्ठ
१.	सिरी गुरुङ	७
२.	सन्तबीरको घर	१५
३.	दीपाको बगैंचा	२३
४.	उजेली थाहा पाउँछिन्	३२
५.	मैयाँको विद्यालय	४३
६.	जानकीले मदत गरिन्	५३
७.	हाम्रो खाने कुरा	६२
८.	भाजुराम घुम्न गए	७०
९.	कर्साडले देखे	८२
१०.	के-के हुँदो रहेछ ?	९२
११.	विद्यार्थीहरू बनभोज गए	१०२
१२.	हामी पनि गर्न सक्छौं	११४
१३.	गुडिया चिडियाखाना हेर्न गइन्..	१२३
१४.	शहीदगेट	१३२
१५.	दसैंको टीका	१३९

पाठ १

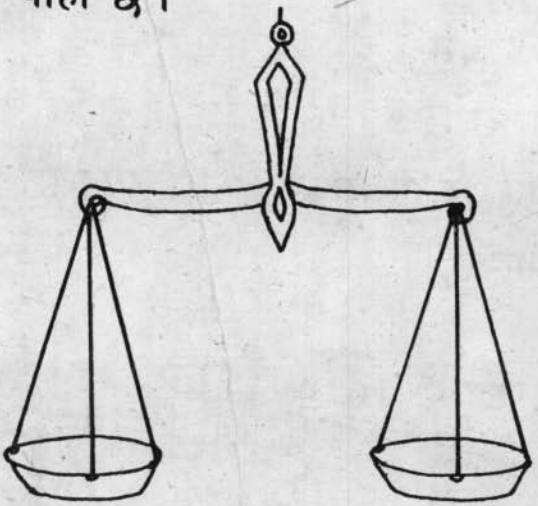
सिरी गुरुङ

म सिरी गुरुङ हुँ । मेरो उमेर आठ वर्ष भयो । म कक्षा तीनमा पढ्छु । हाम्रो घर भरतपुर, वडा-२ मा छ । भरतपुर चितवन जिल्लामा पर्छ ।

मेरा बा व्यापार गर्नुहुन्छ । भरतपुरमा हाम्रो एउटा पसल छ । पसलमा घरका लागि चाहिने दाल, चामल, घ्यू, तेल, लुगा-कपडा आदि पाइन्छ । अरू पनि धेरै थोक पाइन्छ ।

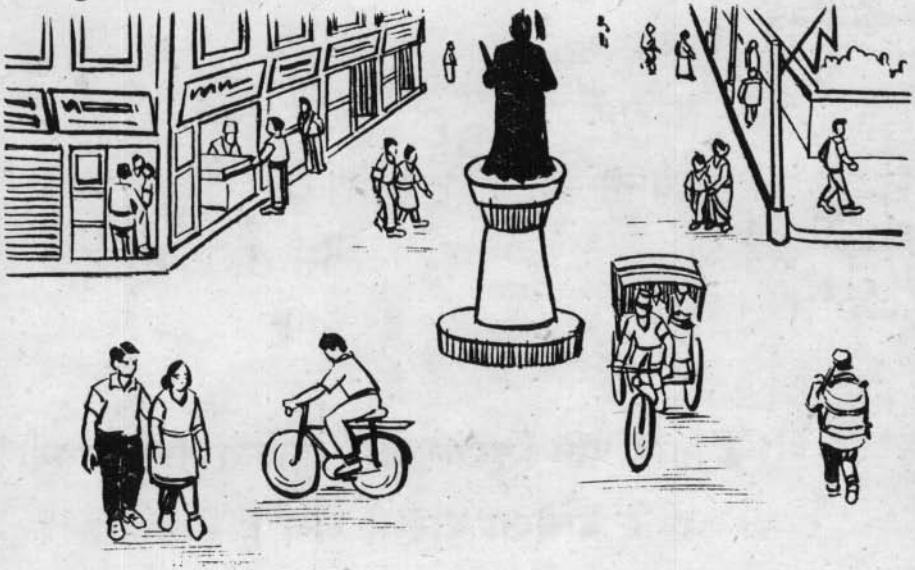


पसलमा मेरा बा र आमा बस्नुहुन्छ । विद्यालयबाट फर्केर खाजा खाइसकेपछि म पनि पसलमा बस्छु । मलाई धेरै चीजबीजको भाउ थाहा छ । अनि ती चीजबीज केले नापेर बेच्ने भन्ने पनि थाहा छ ।



हामी दाल, चामल, चिनी आदि किलोग्रामको ढकले जोखेर बेच्छौं । तेल र मट्टीतेल लिटरको भाँडाले भरेर बेच्छौं । लुगा-कपडा मिटरको नापोले नापेर बेच्छौं ।

भरतपुरमा हाम्रो अलिकति खेत पनि छ। खेतबाट धान र तोरी आउँछ । हाम्रा बाले भन्नुभएको, भरतपुरमा आउनुभन्दा पहिले उहाँ व्यापार गर्नुहुन्नथ्यो रे। उहाँ लमजुङ जिल्लाको बेँसीशहरबाट यहाँ आउनुभएको रे। हाम्रा बाजे बराज्यूको घर बेँसीशहरमा हो रे । उहाँहरू सबै खेती गर्नुहुन्थ्यो रे। बेँसीशहरमा हुँदा बा पनि खेती गर्नुहुन्थ्यो रे। उहाँ भरतपुर आउनुभएको दुई वर्षपछि म जन्मेकी रे। अनि म जन्मनुभन्दा एक वर्षअघि उहाँले यो पसल थाप्नुभएको रे। अनि म कक्षा एकमा पढ्दा उहाँले खेत किन्नुभएको रे।



अभ्यास १

• **सिरीले आफ्नो बारेमा यसरी लेखिन्–**

- नाम : सिरी गुरुङ
  ठेगाना : वडा - २,
  भरतपुर, चितवन
  जन्मसाल : २०४१
  जन्मस्थान : भरतपुर
  उमेर : ८ वर्ष

- बाको नाम : कृष्ण गुरुङ
  ठेगाना : वडा - २,
  भरतपुर, चितवन
  पेसा : व्यापार

- बाजेको नाम : हरि गुरुङ
  ठेगाना : वडा - ३,
  बेँसीशहर, लमजुङ
  पेसा : खेती

• **तिमी पनि सिरीले जस्तै आफ्नो तथा आफ्नो बा र बाजेका बारेमा लेख ।**

अभ्यास २

- सिरी फुर्सदको समयमा आफ्नो पसलमा मदत गर्छिन्। पसलमा उनी बाले भनेका चीजबीज अगाडि ल्याइदिन्छिन्। औजार र सामग्रीहरू ठीक-ठीक ठाउँमा राखिदिन्छिन्। अनि सफा पनि गरिदिन्छिन्।

तिमी फुर्सदको समयमा कसलाई मदत गर्छौं, कसरी मदत गर्छौं, लेख।

अभ्यास ३

- सिरीले आफ्नो घरमा भएका औजार र सामग्रीहरूको एउटा यस्तो सूची बनाइन् –

तराजु	कोदालो	चुलेसी

- अनि ती सामग्रीहरू प्रयोग हुने ठाउँअनुसार यसरी तालिकामा छुट्याइन् –

भान्छा	पसल	खेतबारी
चुलेसी	तराजु	कोदालो

- तिमी पनि सिरीले जस्तै तिम्रो घरमा भएका सामग्रीहरूको एउटा सूची बनाऊ । त्यसपछि ती सामग्रीहरू कहाँ-कहाँ प्रयोग हुन्छन् , तालिकामा छुट्याऊ ।

अभ्यास ४

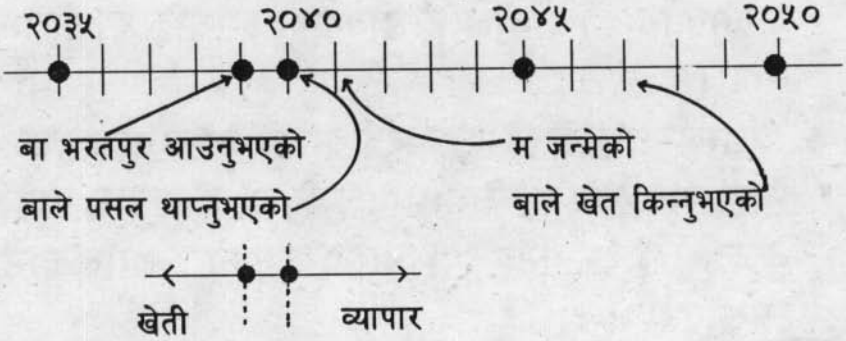
- अभ्यास ३ मा बनाएको तालिकाबाट प्रत्येक ठाउँमा प्रयोग हुने एक-एक ओटा सामग्रीको चित्र लेख ।

अभ्यास ५

- **सिरीले आफ्नो परिवारका बारेमा बाले भनेका कुरा पहिले यसरी लेखिन् –**

- म जन्मेको	:	२०४१ साल
- बा भरतपुर आउनुभएको	:	म जन्मनुभन्दा दुई वर्षअघि
	:	२०३९ साल
- पसल थाप्नुभएको	:	म जन्मनुभन्दा एक वर्षअघि
	:	२०४० साल
- खेत किन्नुभएको	:	म कक्षा एकमा पढ्दाखेरि
	:	२०४७ साल

- **त्यसपछि उनले यी कुरालाई चित्रमा यसरी देखाइन् –**



- **तिमी पनि आफ्नो परिवारका बारेमा विभिन्न कुरा सोध । सिरीले जस्तै पहिले लेख । अनि चित्रमा देखाऊ ।**

गरेर हेर

(क) • दुई-दुई जनाको समूह बनाऊ ।
• एक-एक ओटा मिटरको नापो लेऊ ।
• तिम्रो कक्षाकोठा, विद्यालय र खेल्ने चौरको लम्बाइ र चौडाइ कति-कति छ, नाप । पालै-पालो एक जनाले नाप, अर्काले लेख ।
• सबैसँग मिटरको नापो छैन भने एउटा लामो लट्ठी लिएर त्यसमा चिनो लगाएर मिटरको नापो बनाऊ ।

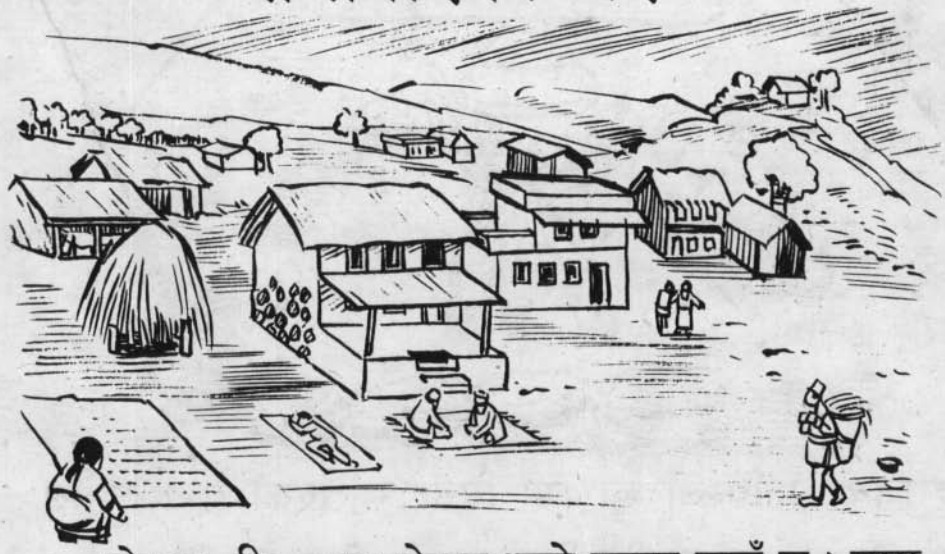
(ख) • फेरि दुई-दुई जनाको समूह बनाऊ ।
• अब छोटो नापो लेऊ ।
• त्यसको मदतबाट तिमीहरूको डेस्क, बेन्च, कक्षाकोठाको झ्याल र ढोकाको लम्बाइ र चौडाइ नाप ।

(ग) • विद्यालयनजिकैको एक-दुई ओटा पसलमा जाऊ । त्यहाँ कुन-कुन नाप्ने सामानले के-के चीजबीज नापेर बेच्छन्, हेरेर टिप । अनि तलको तालिकामा मिलाएर लेख –

मिटरले	
लिटरले	
किलोग्रामले	

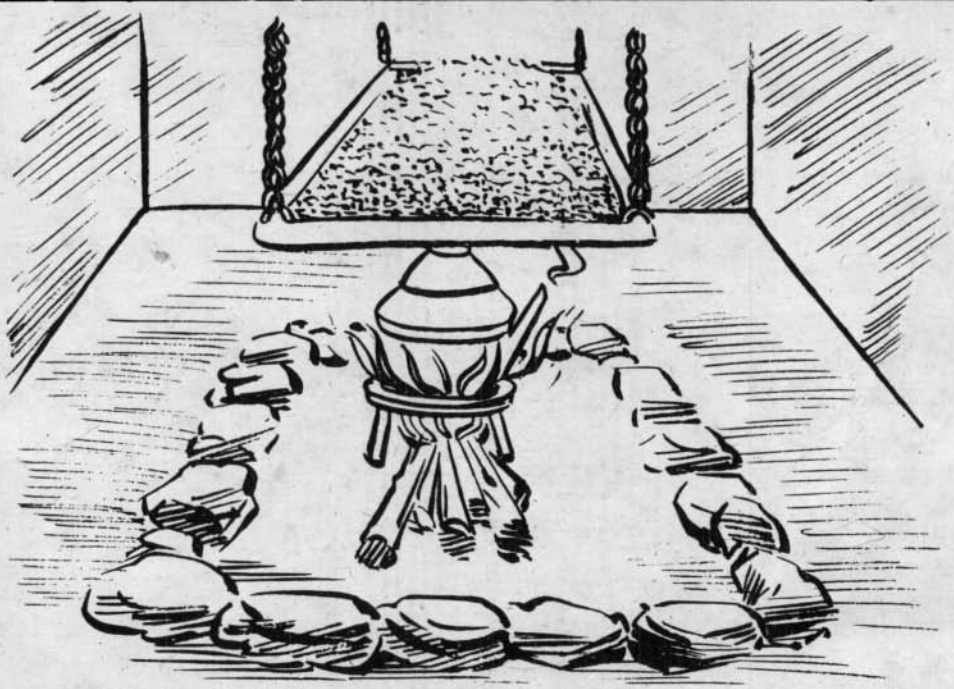
पाठ २

सन्तबीरको घर



गोरखा जिल्लामा केवरा भन्ने एउटा गाउँ छ। त्यस गाउँमा धेरै घरहरू छन्। सन्तबीरको घर पनि त्यहीं छ। उनको एउटा एकतले सानो घर छ। उनको घरमा दुई ओटा मात्र कोठाहरू छन्। एउटा भान्साकोठा अनि एउटा सुत्ने कोठा।

मझेरीमा अगेनु छ। अगेनामाथि भार छ। भारमा उनीहरू कोदो सुकाउँछन्। पकाइएको खाने कुरा पनि कहिलेकाहीं त्यहाँ राख्छन्। दायाँ कुनामा एउटा दराज राखिएको छ।



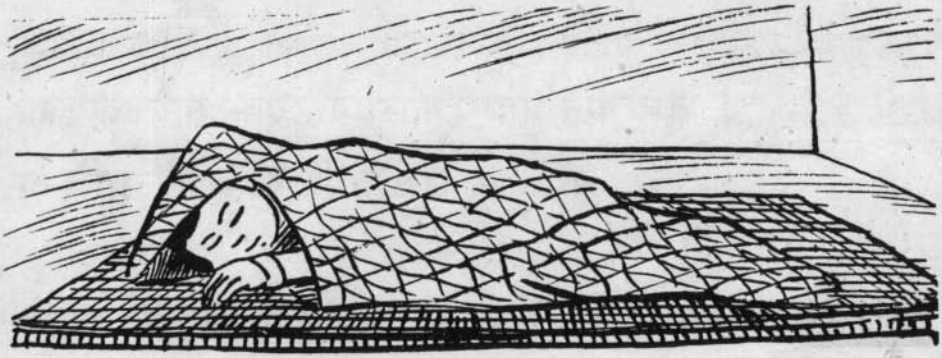
दराजको माथिल्लो खापामा सिसा राखिएको छ । त्यसैले त्यहाँभित्र भएका चीजबीज सन्तबीर देख्न सक्छन् । त्यहाँ भान्साका सामानहरू राखिएका छन् ।

दराजको तल्लो भागमा के छ, सन्तबीरलाई थाहा छैन । त्यहाँ सिसाको खापा राखिएको छैन तर काठ राखिएको छ । दराज हेरेर उनी विचार गर्थे- "दराजको सिसाबाट जस्तै अरू कुन-कुन वस्तुबाट देख्न सकिन्छ होला ?"

सन्तबीरको आफ्नो अलग्गै सुत्ने कोठा छैन । उनी भान्साकोठामा ढोकाको छेउमा सुत्छन् । भित्तामा एउटा खोपो छ । उनी आफ्ना किताबहरू सधैँ खोपामा

मिलाएर राख्छन् । राती उनी एउटा लाल्टिन बालेर पढ्छन् । लाल्टिन बलेको हेर्दा-हेर्दै फेरि उनी विचार गर्थे- "हामी कहाँ-कहाँबाट उज्यालो पाउँछौँ होला ?"

पढिसकेपछि उनी लाल्टिन निभाउँछन् । अनि गुन्द्रीमाथि एउटा राडी ओछ्याएर घुमराडी ओढेर सुत्छन् ।



अभ्यास १

- कोठामा भएका सामानहरूमध्ये सन्तबीरले आफूलाई चाहिने सामानको मात्र एउटा सूची बनाए । अनि त्यो सामान कहिलेका लागि चाहिन्छ, केका लागि चाहिन्छ, तालिकामा यसरी लेखे –

थाल	कचौरा	गुन्द्री	घुमराडी	लाल्टिन

सामान	कहिलेका लागि	केका लागि
थाल, कचौरा	बिहान, बेलुका	खाना राख्न
गुन्द्री	बिहान, दिउँसो, बेलुका	बस्न, सुत्न
घुमराडी	बिहान, दिउँसो, बेलुका पानी परेका बेला	ओढ्न, सुत्न
लाल्टिन	बेलुका	पढ्न, हेर्न

- तिमी पनि आफ्नो कोठामा भएका सामानहरूको सूची बनाऊ र सन्तबीरले जस्तै तालिका बनाऊ ।

अभ्यास २

- सन्तबीरको कोठा र तिम्रो कोठामा के-के फरक कुरा छन्, लेख ।

अभ्यास ३

- सन्तबीरले आफ्नो घरका कोठाहरूलाई अङ्क (नम्बर) दिए। अनि ती कोठाहरू कुन-कुन काममा उपयोग गर्छन्, यसरी लेखे -

कोठा नम्बर	नाम	कुन-कुन कामका लागि
१.	भान्साकोठा,	खाने कुरा सुकाउन, पकाउन, पाहुना राख्न, सबैले खान, आफू पढ्न, सुत्न
२.	सुत्ने कोठा	बाआमा सुत्न, सामान राख्न, खाने कुरा भण्डार गर्न।

- तिमी पनि तिम्रो घरका कोठाहरूलाई अङ्क देऊ। अनि कुन-कुन कामका लागि चलाइन्छन्, त्यसै गरी तालिकामा लेख।

अभ्यास ४

- सन्तबीरले आफ्नो घरमा तातो र उज्यालो पाउन के-केको मदत लिइन्छ भनेर एउटा सूची बनाए। अनि त्यसलाई एउटा तालिकामा यसरी लेखे -

तातो (ताप)	उज्यालो (प्रकाश)
दाउरा, मकैको ढोड, खोया, पराल, छ्वाली, घाम, झरो	लाल्टिन, मैनबत्ती, टुकी, राँको, घाम

- तिम्रो घरमा तातो र उज्यालाका लागि के-के काममा ल्याइन्छन्, सूची बनाएर तालिकामा लेख ।

अभ्यास ५

● एक दिन सन्तबीरले घामले के-के गर्न मदत गर्छ भनेर एउटा सूची बनाउन खोजे। तर उनले सूचीमा धेरै कुरा लेख्न सकेनन्। तिमी उनको सूचीमा अरू कुरा थप्न सक्छौ ?

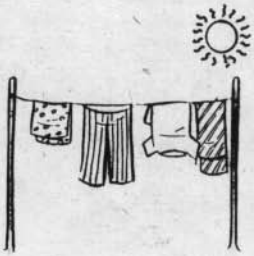
सन्तबीरको सूची :

(क) खाने कुरा सुकाउन

(ख) भिजेका लुगा सुकाउन

(ग)

(घ)



अभ्यास ६

● सन्तबीरले दराजको सिसाले जस्तै पछाडिको चीजबीज देख्न सकिने आफ्नो घरमा भएका वस्तुहरूको एउटा यस्तो सूची बनाए -

सिसा | लाल्टिनको चिम | पानी | झ्यालको पातलो पर्दा

● तिमी पनि सन्तबीरले जस्तै तिम्रो घरमा भएका र घरबाहिर देखेका त्यस्ता वस्तुहरूको एउटा सूची बनाऊ। अनि तलको जस्तो तालिकामा लेख -

घरमा भएका	घरबाहिर देखेका

गरेर हेर

- प्लास्टिक, कागज, सिसाजस्ता विभिन्न किसिमका पाँच-छ ओटा वस्तु जम्मा गर ।
- ठूलो मुख भएको एउटा भाँडामा पानी हाल ।

- ती वस्तुहरू एक-एक ओटा गरी पानीमा हाल ।

- पानीमा हुँदा ती वस्तुहरूमध्ये कुनचाहिँ राम्रोसँग देखिन्छ, कुनचाहिँ देखिँदैन हेर र कापीमा नाम टिप ।
- त्यसपछि राम्रोसँग देखिने र नदेखिने मिलाएर क्रममा लेख ।
- अब एउटा आँखो बन्द गर ।

- अब ती वस्तुहरू एक-एक ओटा गरी खुलेको आँखाअगाडि राख ।
- त्यस वस्तुबाट हेर्दा कुनचाहिँले राम्रोसँग देखिन्छ, कुनचाहिँले देखिँदैन, क्रम मिलाएर राख ।
- अघिको क्रम र यो क्रम दाँजेर हेर । के फरक छ, छलफल गर ।

पाठ ३

दीपाको बगैँचा

दीपाको घरपछाडि फलफूलको बगैँचा छ । उनको बगैँचामा विभिन्न फलफूलका बोटहरू छन् । दीपाको बुबा ती फलफूल शहरमा बेच्न लैजानुहुन्छ । दीपालाई बगैँचामा जान रमाइलो लाग्छ । उनी बगैँचामा बसेर चराहरू हेर्न र तिनीहरूको आवाज सुन्न धेरै रुचाउँछिन् । उनलाई बगैँचामा

देखिने पुतली, कमिला, फट्याङ्ग्राजस्ता साना-साना जीवहरू हेरिरहन मन लाग्छ। दीपा सधैँ फुर्सदको समयमा बगैँचामा गइरहन्छिन्। उनी बेला-बेलामा बोटहरूबाट झरेका पात बटुल्न र बगैँचा सफा गर्न पनि गइरहन्छिन्। उनी बगैँचामा जाँदा केही न केही नौला कुरा देख्छिन्। कहिले फलफूलका बोटमा पालुवा निस्केको हुन्छ; कुनै बेला फूल फुलेको त कुनै बेला फल लागेको हुन्छ। त्यस्तै, कुनै बेला चराहरूले पनि आफ्ना बचेराहरूलाई खुवाउन चुच्चाले आहारा च्यापेर उडेका हुन्छन्। कहिले हुर्किसकेका बचेराहरूलाई आफूसँगै उड्न सिकाएका हुन्छन्।

एक दिन दीपा बगैँचामा जाँदा उनले तोपचराले चुच्चामा बाबियोको लामो त्यान्द्रो च्यापेर ल्याएको देखिन्। उनले अचम्म मानेर चराले के गर्न लागेको होला भनी हेरिरहिन्। चराले बाबियोको त्यान्द्राबाट गुँड बनाउँदै गरेको थियो।

दीपाको घरमा बाखा पनि पालिएको छ। आमा दिउँसो बाखा चराउन लैजानुहुन्छ। दीपा बाखाको स्याहार-सुसार गर्ने काममा आमालाई सघाउँछिन्। बाखालाई ठीक समयमा

घाँस र पानी दिने काम दीपा नै गर्छिन्। दीपालाई थाहा छ, हामीलाई जस्तै जनावरहरूलाई पनि खाना र पानी चाहिन्छ। उनी बाखाको खोर सफा गर्ने काम पनि गर्छिन्। दीपालाई फोहोर छोएपछि साबुन-पानी वा खरानी-पानीले हात धुनुपर्छ, माटोले धुनु हुँदैन भन्ने कुरा थाहा छ ।

एक दिन दीपा विद्यालयबाट घर फर्कदै थिइन् । उनले अरू बेलाभन्दा फरक किसिमले बाख्रो कराइरहेको सुनिन् । उनी दौडेर बाखालाई के भएको रहेछ भनेर हेर्न गइन् । आमा बाख्राको घाँटीबाट डोरी फुकाइरहनुभएको थियो । डोरी खुकुलो भएपछि बाख्रो कराउन छोड्यो । दीपाले बाखालाई के भएको रहेछ भनेर आमासँग सोधिन् । आमाले भन्नुभयो - "बाखाको घाँटीमा डोरी कस्सिएर त्यसलाई सास फेर्न गाह्रो भएकोले कराएको हो । धेरै बेरसम्म सास फेर्न सकिएन भने मरिन्छ । हामीलाई जस्तै जनावरलाई पनि सास फेर्न हावा चाहिन्छ ।"

अभ्यास १

- दीपाले उनको बारीमा भएको भोगटेको बोटमा विभिन्न समयमा देखापरेका परिवर्तनहरू तालिकामा यसरी भरिन् –

बिरुवाको नामः भोगटे

	देखापरेका परिवर्तनहरू	समय
–	कोपिला निस्केको	फागुन – चैत
–	फूल फुलेको	चैत – वैशाख
–	सानो फल निस्केको	वैशाख – जेठ
–	फल ठूलो हुँदै गएको	जेठदेखि भदौसम्म
–	फलको रङ पहँलो हुँदै गएको	भदौ – असोज
–	फल टिप्ने बेला भएको	असोज – कात्तिक

- तिमी पनि दीपाले जस्तै एउटा तालिका बनाई कुनै एउटा फलको बोट वा तरकारीको बोट वा फूलको बोटमा देखापर्ने परिवर्तनहरू र समय भर ।

अभ्यास २

- दीपाको बगैँचामा एउटा सानो पोखरी छ। पोखरीको वरपर भ्यागुता पनि देखिन्छन्। उनले समयअनुसार भ्यागुताको जीवनमा भएका परिवर्तनलाई तालिका बनाई यसरी टिपिन् –

समय	जीवनमा भएका परिवर्तन
जेठ – असार	पोखरीमा भ्यागुताले फुल पारेको।
असार	फुलबाट साना-साना चेपागाँडा निस्केको।
साउन	चेपागाँडामा हातखुट्टा देखिएको।
भदौ	चेपागाँडाहरू भ्यागुतामा परिवर्तन भएको।

- दीपाले जस्तै तालिका बनाई तिम्रो वरपर पाइने कुनै एउटा जनावरको मौसमअनुसार हुने परिवर्तन लेख।

अभ्यास ३

- जाडो मौसममा भ्यागुताको जीवनमा के परिवर्तन आउँछ, सोधेर लेख।

अभ्यास ४

- गीतालाई कुकुर पाल्न मन लागेछ । कुकुरलाई राम्ररी हुर्काउनका लागि नभई नहुने कुरा लेख –

१ .....

२ .....

३ .....

अभ्यास ५

- तिम्रो घरमा वा घरको वरिपरि कसैले पशुपक्षी पालेका छन् ? छन् भने तिनलाई नभई नहुने कुरा पनि कापीमा लेख ।

गरेर हेर

- तिम्रो वरपरका कुन-कुन बोटहरूमा कहिले सबै पातहरू झर्छन्, हेर ।
- ती पातहरू बटुलेर ल्याऊ र तिनका एक-एक ओटा चित्र बनाऊ, पातको रङ कस्तो छ, सोहीअनुसार त्यसमा रङ भर ।
- पातको चित्रमुनि त्यसको बोटको नाम लेख । अनि पूरै रूखमा पात झर्छ कि झर्दैन, लेख ।

गरेर हेर

- फागुन महिनातिर बारीमा गएर एउटा झुसिल्कीरो खोज ।
- झुसिल्कीरा भएको हरियो पातसमेत एउटा सिसीमा हाल ।

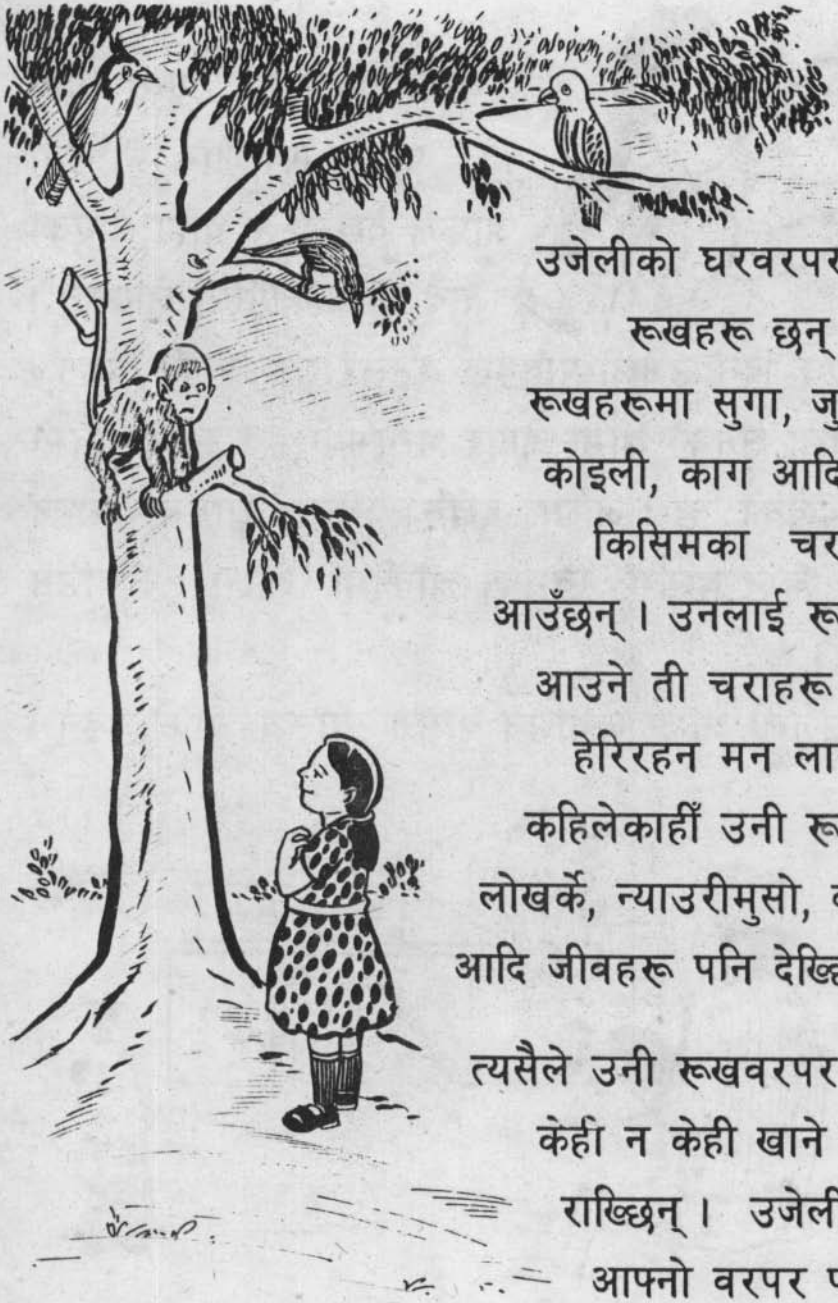
- सिसीको मुख पातलो कपडाले बन्द गरेर राम्रोसँग बाँधिदेऊ ।
- झुसिल्कीरामा दिनदिनै के परिवर्तन आउँछ, हेर र आफ्नो कापीमा टिप ।
- सिसीमा राखिएको पात सुक्यो भने त्यसलाई निकालेर अर्को त्यस्तै नयाँ पात राखिदेऊ ।

गरेर हेर

- गर्मी मौसममा पानी जमिरहेको कुनै ठाउँमा गएर हेर ।
- पानीको सतहमा लामखुट्टेका बच्चाहरू देखिएका ठाउँबाट एउटा सिसीमा केही पानी लिएर आऊ ।
- सिसीको मुख पातलो कपडाले बन्द गरेर राम्रोसँग बाँधिदेऊ ।
- त्यसमा के परिवर्तन आउँछ र के-के देखिन्छ, हेर ।
- आफूले देखेका कुरा दिनदिनै कापीमा टिप ।

पाठ ४ उजेली थाहा पाउँछिन्

उजेलीको घर खोलाको किनारमा छ । उनलाई खोलाको किनारमा खेल्न मन लाग्छ । बिदाको दिन उजेली साथीहरूसँग ढुङ्गाहरू बटुलेर खेल्छिन् । उनी कहिले सानो-ठूलो लहरै मिलाउँछिन् । कहिले सानोजति एक ठाउँमा, ठूलोजति अर्कै ठाउँमा छुट्याउँछिन् । कहिलेकाहीं सेतो, कालो, छिरबिरे आदि छुट्याएर राख्छिन् । अनि कहिलेकाहीं चिप्लो, खस्रो आदि छुट्याउँछिन् । उजेली आफूले खेलेका कुरा कापीमा लेखेर राख्छिन् ।



उजेलीको घरवरपर धेरै रूखहरू छन् । ती रूखहरूमा सुगा, जुरेली, कोइली, काग आदि धेरै किसिमका चराहरू आउँछन् । उनलाई रूखमा आउने ती चराहरू पनि हेरिरहन मन लाग्छ । कहिलेकाहीं उनी रूखमा लोखर्के, न्याउरीमुसो, बाँदर आदि जीवहरू पनि देख्छिन् ।

त्यसैले उनी रूखवरपर सधैं केही न केही खाने कुरा राख्छिन् । उजेलीलाई आफ्नो वरपर पाइने

वस्तुहरूबारे धेरै कुरा थाहा पाउन मन लाग्छ । उनी आफूले देखेका र थाहा पाएका सबै कुरा कापीमा लेख्छिन् ।

एक दिन उजेली पातहरू बटुलेर खेलिरहेकी थिइन् । त्यसै बेला उनको आमा आएर भन्नुभयो - "उजेली, तिम्रो आँखा दुखेको छ । आँखा दुखेको बेला घाममा खेल्नु हुँदैन । बरु बासँग स्वास्थ्य-चौकीमा आँखा जँचाउन जाऊ ।"

उजेली आँखा जँचाउन बासँग स्वास्थ्य-चौकी गइन् ।

अभ्यास १

- उजेलीले आफ्नो वरपरका कुरा र त्यसको गुण कसरी र केले थाहा पाइन्, तलको जस्तो तालिकामा लेखिन् –

के	त्यसको गुण	कसरी	केले
सुगा	सुगाको रङ हरियो छ ।	हेरेर	आँखाले
ढुङ्गो	ढुङ्गो खस्रो छ ।	छामेर	छालाले
काग	काग का-का गर्छ ।	सुनेर	कानले
आँप	आँप गुलियो छ ।	चाखेर	जिब्रोले
फूल	फूलको बास्ना आउँछ ।	सुँघेर	नाकले

- उजेलीले जस्तै तिम्रो घरवरपर पाइने वस्तुहरू कसरी र केले थाहा पाउन सकिन्छ, तालिका बनाई लेख ।

अभ्यास २

- उजेलीलाई आफ्ना साथीहरूको उचाइ कति छ, थाहा पाउन मन लाग्यो । उनले साथीहरूको उचाइ नाप्ने-टेपले नापेर तालिकामा यसरी भरिन् –

साथीको नाम	उचाइ
दीपा	१२० सेन्टिमिटर
रमिता	१२५ सेन्टिमिटर
रमेश	१२८ सेन्टिमिटर
कमली	१३० सेन्टिमिटर
लखन	११२ सेन्टिमिटर
दोर्जे	११० सेन्टिमिटर

- उनले साथीहरूको उचाइअनुसार ठूलोदेखि सानोको नाम यसरी मिलाएर लेखिन् –

कमली | रमेश | रमिता | दीपा | लखन | दोर्जे

- तिमी पनि उजेलीले जस्तै आफ्ना साथीहरूको उचाइ नापेर तालिकामा भर । अनि उचाइअनुसार ठूलोदेखि सानोको नाम मिलाएर लेख ।

अभ्यास ३

• तलको चित्र हेर। केटीको आँखा छोपिएको छ। उनी के-कसरी थाहा पाउन सक्छिन्, पुछारको तालिका कापीमा सार र मिलाएर लेख -

के	कसरी	केले
घाम	तातो पाएर	छालाले
मोटर	आवाज सुनेर	कानले

अभ्यास ४

- **स्वास्थ्य-चौकीमा स्वास्थ्य कार्यकर्ताले उजेलीका आँखा जाँचिन्। उनले उजेलीलाई सम्झाएका कुरा उजेलीले आफ्नो कापीमा यसरी लेखिन् -**

(क) धूलोमा खेल्नु हुँदैन ।

(ख) फोहोर हातले आँखामा छुन हुँदैन ।

(ग) धेरै धूवाँ आउने ठाउँमा बस्न हुँदैन ।

(घ) फोहोर रुमालले आँखा पुछ्न हुँदैन ।

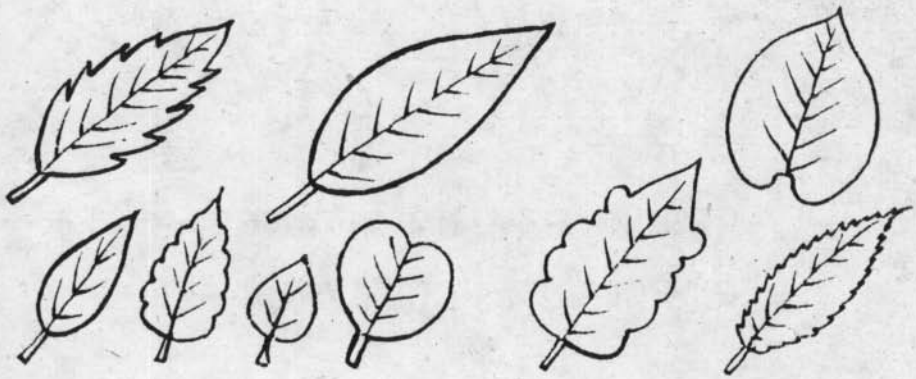
(ङ) आँखा मिच्न हुँदैन ।

- **भोलिपल्ट विद्यालयमा यी कुरा उजेलीले आफ्ना साथीहरूलाई सुनाइन् । तिमीलाई उजेलीले लेखेका कति ओटा कुरा थाहा छ, छलफल गर ।**

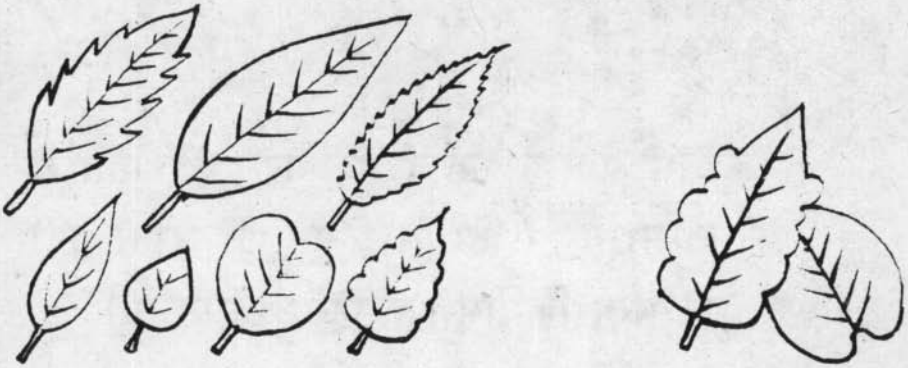
अभ्यास ५

• **उजेलीले आफ्ना वरपर पाइने बोटबिरुवाका केही पातहरू जम्मा गरिन् ।**

- सबभन्दा पहिले उनले ती पातहरूका चित्र यसरी बनाइन् -

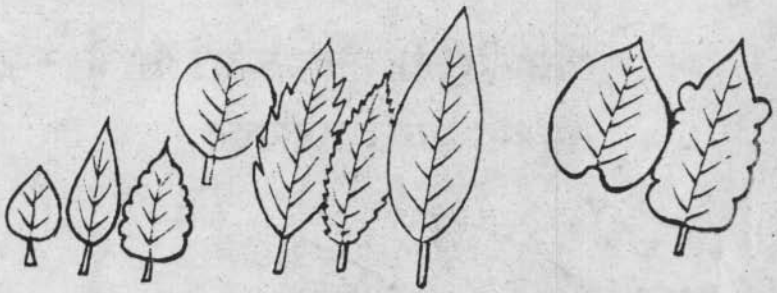


- त्यसपछि ती पातहरूलाई सानो र ठूलो समूहमा यसरी छुट्याइन् -



- अनि फेरि पातको घेरामा दाँती भएको र नभएको समूहमा यसरी छुट्याइन् -

- त्यसपछि उनले सबै पातहरूलाई ठूलोदेखि सानोमा यसरी मिलाएर राखिन् -



- **तिमी पनि आफ्नो वरपर पाइने केही पातहरू जम्मा गर। तिमीलाई मन पर्ने जस्तो गरी विभिन्न किसिमले समूहमा छुट्याऊ।**

गरेर हेर

- चार-पाँच जना साथीहरू मिल ।
- प्याज, लसुन, कागतीजस्ता सुँघेर थाहा पाउन सकिने केही वस्तुहरू जम्मा गर । जम्मा गरेका वस्तुहरू साथीलाई नदेखाऊ ।
- साथीहरूका आँखा छोपिने गरी पट्टी बाँध ।
- जम्मा गरेका वस्तु एक-एक गरी साथीको नाकनजिक लैजाऊ । तर छुन नदेऊ ।
- साथीहरूलाई पालैपालो त्यो वस्तु सुँघेर के हो भनी सोधेर चिन्न लगाऊ ।
- कति ओटा वस्तु चिन्न सक्छन्, हेर ।
- चिन्न सकेका वस्तुहरूको सूची बनाऊ ।
- फेरि अर्को साथीले कति ओटा वस्तुहरू चिन्न सक्छ, हेर ।

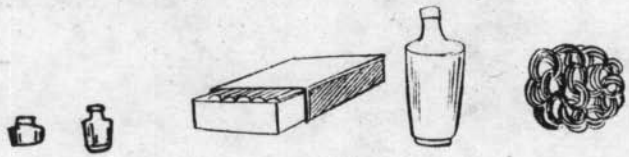
मिलेर खेल

- पाँच-छ जना साथीहरू विद्यालयको चौरमा जम्मा होऊ ।
- एक जना साथीलाई डुम बनाऊ ।
- उसको आँखा छोपिने गरी पट्टी बाँध ।
- डुमले आँखा छोपेरै अरू साथीहरूलाई छुनुपर्छ ।
- डुमले साथीलाई छोएर नाम भन्न सक्नुपर्छ ।
- नाम भनेपछि त्यो साथी अब डुम बन्छ ।
- नाम भन्न सकेमा मात्र अर्को साथी डुम बन्छ । नाम भन्न नसकेसम्म फेरि खेल्नुपर्छ ।
- साथीलाई चिनेर नाम भनिसकेपछि कसरी चिन्यौ भनेर सोध्नुपर्छ ।
- यस्तै गरी फरक-फरक डुम बनाई खेल्नुपर्छ ।

पाठ ५

मैयाँको विद्यालय

मैयाँ आज खूब खुसी भएर विद्यालय जाँदै छिन् । उनको झोलामा आज किताबबाहेक अरू पनि चीजबीज छन् । सलाईका बट्टा, स-साना खाली सिसीहरू, रबरका चक्का...। **मेरो सेरोफेरो** पढाउने शिक्षिकाले ती चीजबीज लिएर आउनू भन्नुभएको थियो । आज उहाँ वस्तुहरूबाट विभिन्न आवाज निकाल्ने खेल खेलाउँदै हुनुहुन्छ । मैयाँको गाउँमा र गाउँवरपर अरू पनि धेरै विद्यालयहरू छन् ।



तर अरू विद्यालय र मैयाँको विद्यालयमा धेरै भिन्नता छ। उनको विद्यालयका शिक्षक-शिक्षिकाहरूले खालि घोकाउने मात्र गर्दैनन्। उनीहरू विभिन्न किसिमले खेलाएर र काम गराएर सिकाउँछन्। विद्यार्थीहरू पनि शिक्षक-शिक्षिकालाई खूब मान्छन्।

शिक्षक-शिक्षिकालाई भेट्दा सधैँ नमस्कार गर्छन्। शिक्षक-शिक्षिकासँग सोधेर मात्र कक्षाकोठामा आउने-जाने गर्छन्। शिक्षक-शिक्षिकालाई मात्र होइन, आफूभन्दा माथिल्लो कक्षामा पढ्ने दाइ-दिदीलाई पनि उनीहरू मान्छन्।

मैयाँको विद्यालयमा अरू पनि राम्रा कुराहरू छन्। सबै विद्यार्थीहरू एकदम मिल्छन्। जे काम पनि सबै मिलेर गर्छन्। उनीहरू विद्यालय र त्यसको वरपर पालैपालो सफा गर्छन्। सबभन्दा राम्रो काम गर्ने कक्षालाई शिक्षक-शिक्षिकाले पुरस्कार पनि दिनुहुन्छ। विद्यालयको जन्मजयन्तीमा अरू पुरस्कारका साथै उनीहरूलाई सरसफाइबापत पनि पुरस्कार दिइन्छ।

अभ्यास १

- तिम्रो गाउँमा र तिम्रो गाउँवरपर कति ओटा विद्यालयहरू छन् ? तिमीलाई कति ओटाको नाम थाहा छ ? त्यहाँ कति-कति कक्षासम्म पढाइ हुन्छ ? तलको जस्तो तालिका बनाई सोधेर लेख -

	विद्यालयको नाम	कति कक्षासम्म
तिम्रो गाउँमा		
तिम्रो गाउँवरपर		

अभ्यास २

- मैयाँले उनको विद्यालयमा सबैले के-के गर्छन्, मिलाएर यसरी लेखिन्-

(क) विद्यालयमा आउनेबित्तिकै र विद्यालयबाट जाने बेला शिक्षक-शिक्षिकालाई नमस्कार गर्छन् ।

(ख) कक्षा सुरु हुनुभन्दा पहिले शिक्षक-शिक्षिकाले सबैलाई लहरै राखी प्रार्थना गराउँछन् ।

(ग) सधैँ लहरमा बसेर आउने, जाने र पालो पर्खने गर्छन् ।

(घ) छुट्टीमा सबै मिलेर खेल्छन् ।

(ङ) सबै मिलेर कक्षाकोठा, विद्यालयवरपर र चर्पी सफा गर्छन् ।

- तिम्रो विद्यालयमा के-के गर्छन्, तिमी पनि त्यसै गरी मिलाएर लेख ।

अभ्यास ३

• तल विद्यालय सफा गर्ने तालिका दिइएको छ। तालिका हेरी तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख –

बार	आइत	सोम	मङ्गल	बुध	बिही	शुक्र
कक्षा / काम	१	२	३	४	५	
	रोल नं.	रोल नं.	रोल नं.	रोल नं.	रोल नं.	
बढार्ने	१ देखि ५	१ देखि ५	१ देखि ५	१ देखि ५	१ देखि ५	
फूलबारीमा पानी हाल्ने	६ देखि १०	६ देखि १०	६ देखि १०	६ देखि १०	६ देखि १०	
चौरको फोहोर टिप्ने	११ देखि २५	११ देखि २५	११ देखि २०	११ देखि २०	११ देखि १५	
खाल्डोमा फोहोर फाल्ने	२६ देखि ४०	२६ देखि ३५	२१ देखि ३०	२१ देखि ३०	१६ देखि २०	
चर्पी सफा गर्ने		३६ देखि ४०	३१ देखि ३५	३१ देखि ३५	२१ देखि २५	

(क) आज मैयाँको कक्षा (३) को पालो हो। आज कुन बार हो ?

(ख) बढार्ने पालो क-कसको हो ?

(ग) रामको रोल नं. ८ हो। उसको के गर्ने पालो हो ?

(घ) सोमबार चौरको फोहोर टिप्ने पालो क-कसको हो ?

(ङ) मैयाँकी दिदीको चर्पी सफा गर्ने पालो बिहीबार हो। उनी कति कक्षामा पढ्छिन् ?

(च) बुधबार रोल नं. २५ को के गर्ने पालो हो ?

अभ्यास ४

- मैयाँले एक दिन आफ्नो विद्यालयको फोहोर फाल्ने खाल्डोमा देखिएका वस्तुहरूको एउटा यस्तो सूची बनाइन् –

पातपतिङ्गर	कागजका टुक्राहरू	ढुङ्गा	इँट

- त्यसपछि उनले ती वस्तुहरूलाई यसरी छुट्याइन्–

बाल्न हुने	बाल्न नहुने
कागजका टुक्राहरू पात पतिङ्गर	ढुङ्गा, इँट

- तिमी पनि आफ्नो विद्यालयको फोहोर फाल्ने खाल्डामा देखिने वस्तुहरूको एउटा सूची बनाऊ। अनि मैयाँले जस्तै छुट्याऊ।

अभ्यास ५ • तिम्रो विद्यालयमा तिम्रा साथीहरूलाई तलका कुरा भएमा तिमीहरू मिलेर के-के गर्छौं, लेख -

- घाउ भयो भने
  १) धूलो हाल्ने
  २) कपडाले बेर्ने
  ३) साबुन-पानीले सफा गरेर औषधी हाल्ने ।
- आगाले पोल्यो भने
  १) चिसो पानीमा डुबाउने
  २) आगामा सेक्ने
  ३) धूलो हाल्ने ।
- नाकबाट रगत आयो भने
  १) माथि हेरेर नाक बन्द गर्ने
  २) नाकमा कपडा कोच्ने
  ३) सिँगान पुछेझैँ गरी सीं-सीं गरिरहने ।
- घाउ पाक्यो भने
  १) कोट्याइरहने
  २) नफुटेसम्म हेरिरहने,
  ३) साबुन-पानीले सफा गरेर औषधी हाल्ने ।

गरेर हेर

- तीन-चार ओटा गिलास वा उस्तै-उस्तै सिसी लेऊ ।

- तिनीहरूमा फरक-फरक मात्रामा पानी हाल ।

- एउटा छेस्काले गिलासको मुखमा बिस्तारै हिर्काऊ । कस्तो आवाज आउँछ, सुन ।

- अर्को गिलासमा त्यस्तै गरी हिर्काऊ । कस्तो आवाज आउँछ, सुन । पहिले र अहिलेमा के फरक छ ? कुनचाहिँमा तीखो आवाज आउँछ ?

- त्यस्तै अर्को गिलासमा हिर्काऊ ।
- त्यसरी नै एउटा गिलास र अर्को गिलासमा हिर्काएर खेल ।

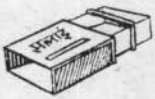
गरेर हेर

- एउटा सिसी वा गिलास लेऊ ।
- अलिकति नभरिने गरी पानी हाल ।
- १५-२० से. मि. लामो, दुवैतिर प्वाल भएको नली वा निगालो लेऊ ।

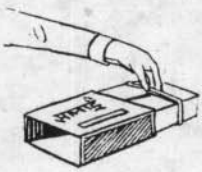
- नलीको एक छेउ पानीमा डुबाऊ । अर्को छेउबाट फुकेर आवाज निकाल ।
- नलीलाई पानीमा पहिलेभन्दा कम वा बढी डुबाऊ । अघिजस्तै फुकेर आवाज निकाल । के फरक पायौ ?

गरेर हेर

- एकातिर खुल्ला एउटा चारपाटे बट्टा लेऊ ।



- बट्टाको खुल्ला भागमा पर्ने गरी एउटा मसिनो धागाले तन्काएर बाँध ।
- त्यस्तै गरी मोटो धागाले बाँध ।



- एउटा आँलाले धागामा ठक्क हान्दा कस्तो-कस्तो आवाज निस्कन्छ, हेर । (धागाको सट्टा रबरब्यान्ड राखे पनि हुन्छ ।)

- माथि भनिएका बाहेक आवाज निकाल्ने अरू तरिका तिमीलाई थाहा छ ? आवाज निकालेर देखाऊ । साथीहरूलाई पनि कसरी आवाज निकाल्ने, सिकाइदेऊ । अनि कसले निकालेको आवाज ठूलो छ, तीखो छ, दाँजेर हेर ।

पाठ ६ जानकीले मदत गरिन्

आज जानकी हतार -हतार विद्यालय जाँदैछिन्। आज उनलाई ढिलो भइसकेको छ। हिजो-अस्ति सधैँ खाइसकेपछि भान्छामा आमालाई मदत गरेर मात्र उनी जान्थिन्।

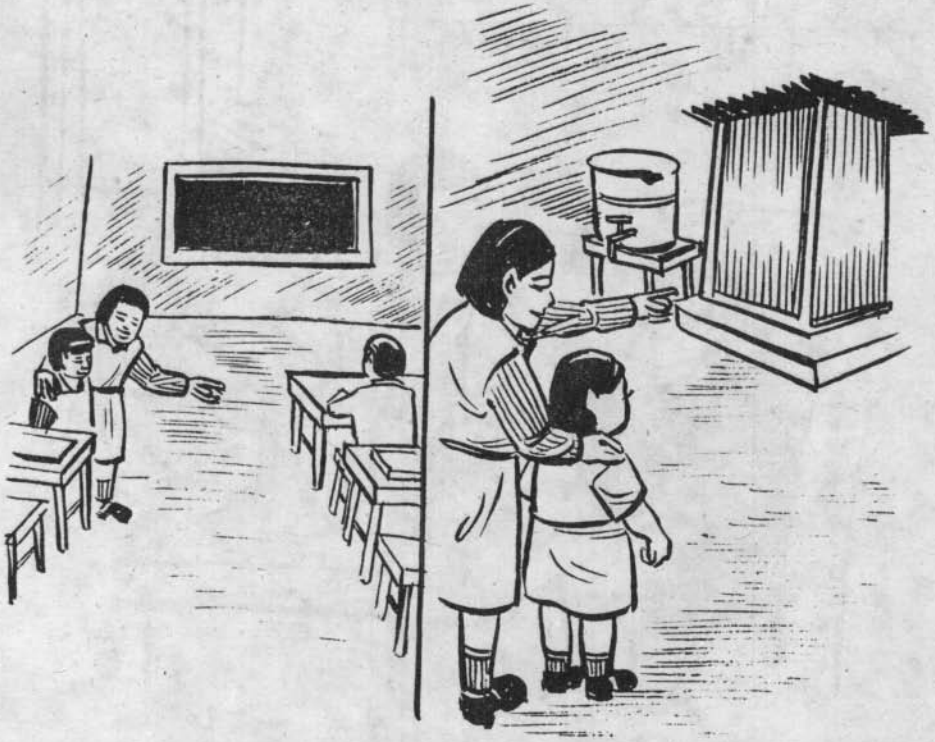
विद्यालय जाँदा बाटामा
उनले एउटी सानी
केटीसँग गइरहेकी
एउटी बूढी भेटिन् । उनले
बूढीलाई सोधिन् - "आमै!
कता जान लाग्नुभयो ?"

बूढीले भनिन् -
"नातिनीलाई विद्यालयमा
भर्ना गर्न जान लागेकी ।
खै, कसलाई भेट्नुपर्छ,
थाहा छैन ।"
जानकीले भनिन् - "धन्दा
मान्नु पर्दैन आमै !
मसँग हिँड्नुहोस् । म
प्रधानाध्यापककहाँ
लगिदिउँला । उहाँसँग कुरा
गर्नुहोस् , भइहाल्छ नि ।"

उनीहरू कुरा गर्दै विद्यालय आइपुगे। जानकीले सानी केटीको नाम सोधिन्। उनको नाम सानुमैयाँ रहेछ। जानकीले उनीहरूलाई प्रधानाध्यापकको कोठातिर लगिन्। प्रधानाध्यापक कोठामै हुनुहुन्थ्यो। जानकीले उहाँलाई नमस्कार गरिन्। अनि भित्र आऊँ ? भनी सोधेर कोठामा पसिन्।

जानकीले प्रधानाध्यापकलाई बूढी आमैसँग भएको कुरा बताइन् । प्रधानाध्यापक खुसी हुनुभयो र जानकीलाई स्याबासी दिनुभयो । भर्ना गरिसकेपछि प्रधानाध्यापकले सानुमैयाँको कक्षा देखाइदिन जानकीलाई अन्हाउनुभयो ।

जानकीले सानुमैयाँलाई कक्षा एकमा पुऱ्याइदिइन् । उनले सानुमैयाँलाई धारो र चर्पी पनि देखाइदिइन् । विद्यालयमा के-के गर्नुपर्छ भनेर पनि बताइदिइन् ।



अभ्यास १

- लछुमन कक्षा तीनमा भर्ना हुन विद्यालयमा आयो । उसलाई विद्यालयका बारेमा केही पनि थाहा छैन। तिमी उसलाई के-के काममा मदत गर्न सक्छौ, एउटा सूची बनाऊ ।
- तिम्रो विद्यालय छुट्टी भइसकेको थियो । बाटामा एक जना अन्धो मान्छे तिम्रो गाउँमा जान अलमलिरहेको तिमीले देख्यौ । ऊसँग कोही थिएन । तिमी के-के गर्छौ, लेख ।

अभ्यास २

- तलको चित्र हेरेर त्यहाँ के-के काम भइरहेको छ, लेख -

अभ्यास ३

- शिक्षकले तिमीहरूको कक्षाका लागि एउटा साबुन दिनुभयो। विद्यालयनजिकै एउटा मात्रै धारो छ। शिक्षकले तिमीहरूलाई त्यस धारामा हातखुट्टा धुन पठाउनुभयो भने तिमीहरू के-के गर्छौं, लेख।

अभ्यास ४

- 'मेरो सेरोफेरो' पढाउने शिक्षक एक दिन शनिबार ढुल्दै आउनुभएको तिमीले आफ्नो घरनेर देख्यौ। तल दिइएका कुराहरूमध्ये तिमी के-के गर्छौं, मिलाएर लेख -

(क) टाढाबाट चियाएर बस्ने

(ख) सरको अगाडि जाने

(ग) लाज मानेर भाग्ने

(घ) नमस्कार ! भन्ने

(ङ) घरभित्र लुक्ने

(च) हाँसेर बस्ने

(छ) घर आउनुहोस् भनेर बोलाउने

(ज) चुप लागी हेरेर बस्ने

(झ) गुरु, कहाँ जान लाग्नुभयो भनेर सोध्ने।

अभ्यास ५

- एक दिन सोरेन र उसका बा बजार डुल्न गएका थिए। बजारमा अलमलिएर सोरेन र उसका बा छुट्टिए। सोरेनलाई घरको बाटो थाहा थिएन। उसले बजारमा अरू मान्छे चिनेको पनि छैन। अब ऊ कसरी घर आइपुग्न सक्ला ?
  - पालैपालो एक-एक ओटा कुरा भन।
  - तिमी त्यस्तो नौलो ठाउँमा हरायौ भने के गर्छौं, मिलाएर लेख।

अभ्यास ६

- तल जीउ सफा गर्ने विभिन्न सामानको सूची दिइएको छ –

  दाँत माझ्ने बुरुस नभए जानकी दतिवन प्रयोग गर्छिन्। तिमीसँग पनि तल दिइएका सामानहरू छैनन्। तिनको सट्टा तिम्रो गाउँघरमा पाइने अरू कुन-कुन सामान प्रयोग गर्न सकिन्छ, तालिका सारेर लेख –

सामान	के गर्न	सट्टामा अरू कुन सामान
बुरुस	दाँत माझ्न	दतिवन
साबुन	हातखुट्टा धुन	
	नुहाउन	
रुमाल	पुछ्न	
काइँयो	कपाल कोर्न	
नैनी (नेलकटर)	नङ काट्न	

अभ्यास ७ • तिमी कहिले-कहिले सफा गर्छौं, तलको जस्तो तालिका बनाएर लेख –

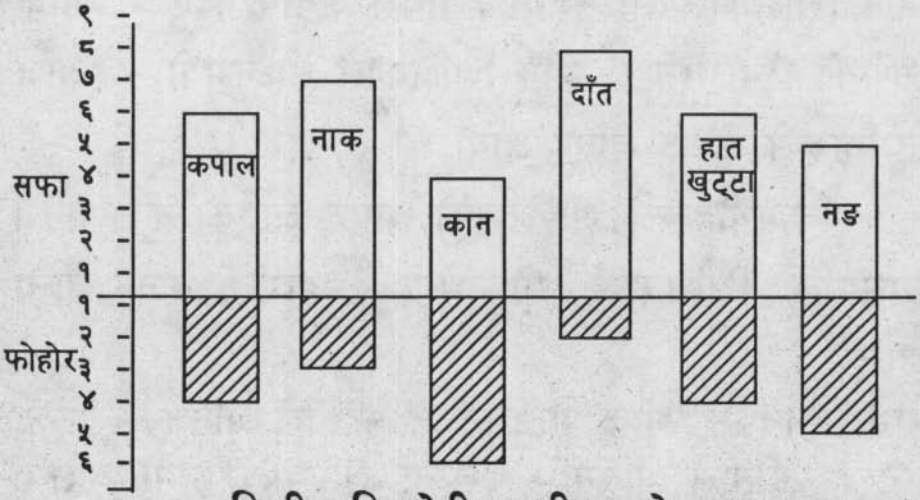
के गर्ने	कहिले-कहिले गर्ने
कपाल नुहाउने	शनिबार, दिउँसो
जीउ नुहाउने	
नङ काट्ने	
मुख धुने	
दाँत माझ्ने	
हातखुट्टा धुने	
लुगा फेर्ने	
लुगा धुने	
कपाल कोर्ने	

अभ्यास ८

- जानकीले आफ्ना दश जना साथीहरूको समूह बनाइन् । त्यसपछि उनले ती साथीहरूको कपाल, नाक, कान, दाँत, हातखुट्टा, नङ सफा छ-छैन जाँचिन् । अनि तलको जस्तो तालिका बनाएर लेखिन् -

	कपाल	नाक	कान	दाँत	हातखुट्टा	नङ
सफा	६	७	४	८	६	५
फोहोर	४	३	६	२	४	५

- त्यसपछि उनले यो कुरा तलको जस्तो चित्रमा देखाइन् -



- तिमी पनि केही साथीहरूको समूह बनाऊ । अनि जानकीले जस्तै जाँचेर तालिका र चित्र बनाऊ ।

पाठ ७

हाम्रो खाने कुरा

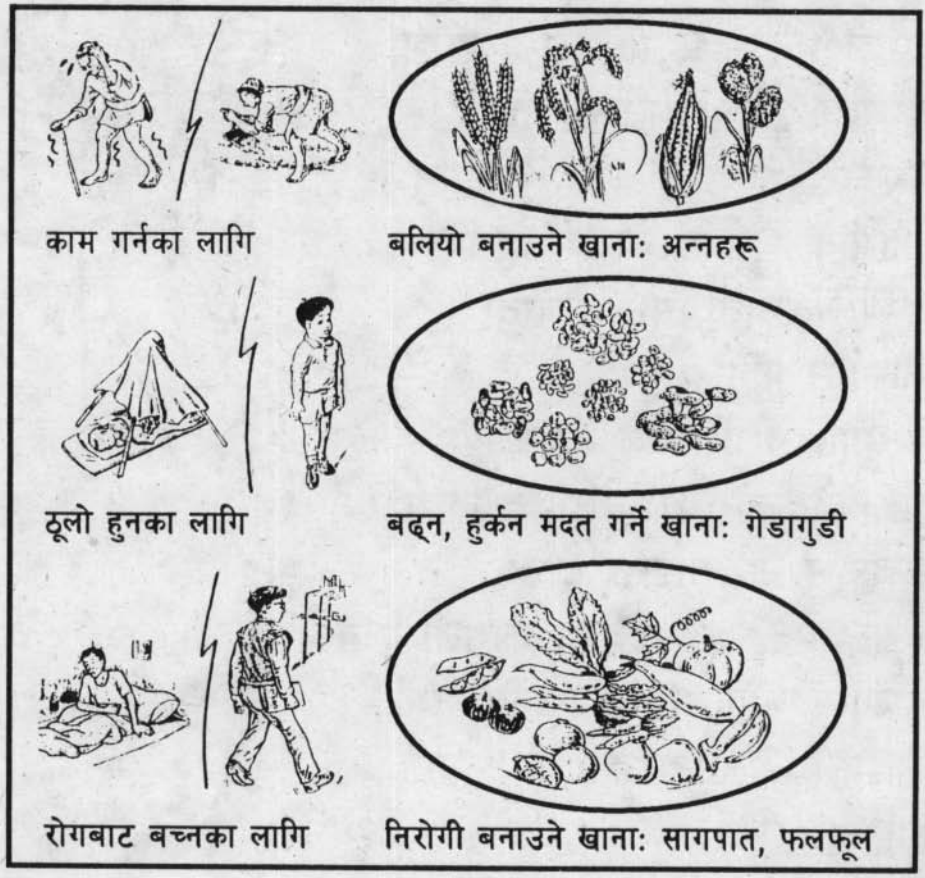
आज **मेरो सेरोफेरो** पढाउने शिक्षिका कक्षामा आउनेबित्तिकै सोध्नुभयो - "तिमीहरूलाई भोक लागेको छ ?"

कक्षा तीनका विद्यार्थीहरूलाई एकदम गजब लाग्यो। किन शिक्षिकाले सोध्नुभयो ! सबैले जवाफ दिए - "भोक लागेको छैन मिस।" अनि शिक्षिकाले सोध्नुभयो - "आज तिमीहरूले के-के खाएर आयौ ?"

विद्यार्थीहरूले आ-आफूले खाएर आएका कुरा भने। त्यसपछि शिक्षिकाले सोध्नुभयो - "हामी किन खाना खान्छौं ?"

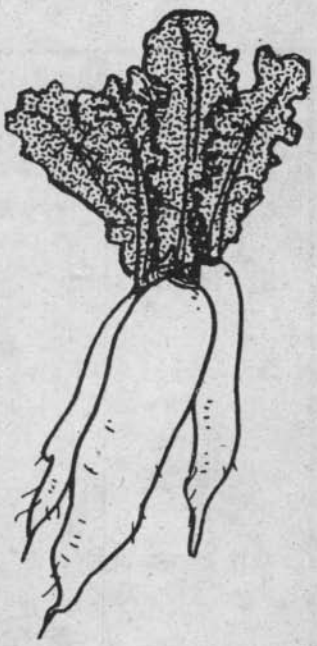
रामले भने - "भोक मेटाउन।" सीताले भनिन् - "ठूलो हुन।" गीताले भनिन् - "खाना खाएपछि हामी बलिया हुन्छौं।" हरिले भने - "खाना खाएनौं भने हामी बिरामी हुन्छौं।" शिक्षिकाले सबैलाई स्याबासी दिनुभयो।

त्यसपछि शिक्षिकाले एउटा ठूलो चार्ट देखाउनुभयो। त्यस चार्टमा के-केका लागि खाना खानुपर्छ भनेर लेखिएको रहेछ। अनि कुन-कुन खानाले के-के गर्छ भनेर पनि लेखिएको रहेछ। सबैले चार्टमा भएका कुरा खूब चाख लिएर हेरे।



शिक्षिकाले त्यस चार्टका सबै कुरा बुझाइदिनुभयो । त्यसपछि उहाँले अह्राउनुभयो - "लौ अब विभिन्न खाने कुराका नाम लेख । अनि तिनले गर्ने कामको एउटा तालिका बनाऊ ।"

त्यसपछि शिक्षिकाले सोध्नुभयो - "तिमीहरू ती खाने कुरा कहाँबाट पाउँछौ ?"



रामले भने - "हाम्रो करेसाबारीमा त मूला, साग, काउलीजस्ता तरकारीहरू छन् ।" सीताले भनिन् - "हामीकहाँ त तरकारी मात्र होइन; अम्बा, कागती, सुन्तलाजस्ता फलफूल पनि छन् ।"

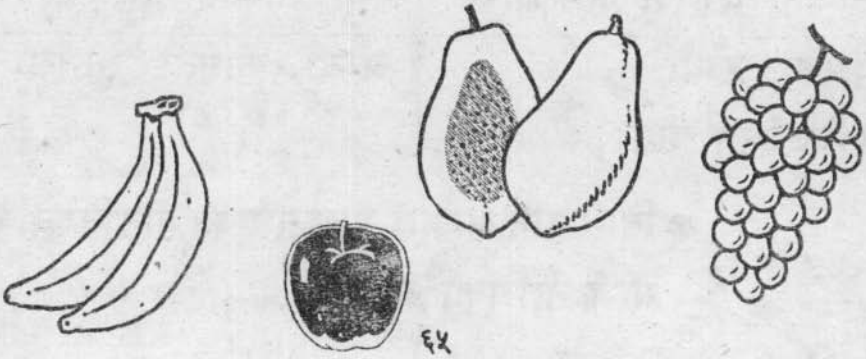
त्यसपछि शिक्षिकाले सोध्नुभयो - "तिमीहरूका बारीमा ती तरकारी र फलफूल सधैँ पाइन्छ त ?"

रामले भने - "पाइँदैन । काउली र साग जाडामा मात्र पाइन्छ । अनि फर्सी, बोडी, घिरौँला चाहिँ गर्मीमा मात्र पाइन्छ ।

शिक्षिकाले फेरि सोध्नुभयो - "ल, जाडामा पाइने र गर्मीमा पाइने त तिमीहरूलाई थाहा रहेछ । तर ती तरकारी र फलफूल कहिले-कहिले रोप्नुपर्छ, थाहा छ ?"

हरिले भने- "मलाई थाहा छ मिस । तरकारीका बिरुवाहरू हरेक वर्ष रोप्नुपर्छ । हाम्रो बा तरकारीका बीउहरू कृषि फार्मबाट ल्याएर रोप्नुहुन्छ । रोपेपछि मल हाल्ने, पानी हाल्ने र गोडमेल गर्नुहुन्छ । अनि बाले भन्नुभएको, फलफूलका बोटहरू त्यसरी सागपातजस्तै हरेक वर्ष रोप्नु पर्दैन रे । एक पटक रोपेपछि धेरै वर्ष बाँच्छन् रे । तर नहुर्केसम्म बारबेर गरेर त्यसको हेरविचार गर्नुपर्छ रे ।"

तिमीहरूलाई धेरै कुरा थाहा रहेछ भनेर शिक्षिकाले स्याबासी दिनुभयो । अनि ती बिरुवाहरू कस्ता-कस्ता छन्, भोलि हेरेर आउनू भनेर जानुभयो ।



अभ्यास १

- गीताले शिक्षिकाले भन्नुभएको जस्तो तालिका बनाउन खोजिन् । तर उनले धेरै ओटा नाम लेख्न सकिनन् । तिमी उनलाई मदत गर्न सक्छौ ?

खाने कुरा		
बलियो बनाउने	हुर्कन मदत गर्ने	निरोगी बनाउने
चामल, गहुँ	भटमास, चना	रायोको साग, सुन्तला

अभ्यास २

- सीताले आफ्नो बारीमा भएका बोटबिरुवाहरू बाँच्ने समयका आधारमा एउटा यस्तो तालिका बनाइन् –

एक वर्षभन्दा कम बाँच्ने	एक वर्षभन्दा बढी बाँच्ने
मूला, रायो, घिरौंला, फर्सी	अम्बा, कागती, सुन्तला

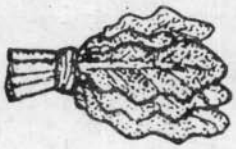
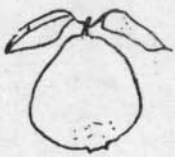
- तिमी पनि आफूले थाहा पाएका बोटबिरुवाको यस्तै तालिका बनाऊ ।

अभ्यास ३

- त्यसपछि सीताले ती बोटबिरुवाहरू जाडामा पाइने कि गर्मीमा पाइने र हरेक वर्ष रोप्नुपर्ने कि धेरै वर्ष बाँच्ने भनी एउटैमा मिलाएर अर्को एउटा यस्तो तालिका बनाइन् –

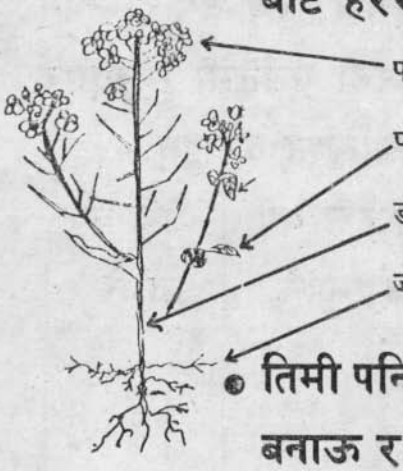
बोटबिरुवा	कहिले पाइने		हरेक वर्ष रोप्नुपर्ने	धेरै वर्ष बाँच्ने
	जाडोमा	गर्मीमा		
मूला				
रायो				
फर्सी				
अम्बा				
कागती				

- तिमी पनि आफूले थाहा पाएका बोटबिरुवाको यस्तै एउटा तालिका बनाऊ ।

अभ्यास ४

- हरिले फूल फुलिराखेको तोरीको एउटा बोट हेरेर यस्तो चित्र बनाए –



बोटको नाम: तोरी
हरेक साल रोप्नुपर्ने कि नपर्ने : पर्ने
कहिले पाइने: जाडामा

- तिमी पनि हरिले जस्तै एउटा बिरुवाको चित्र बनाऊ र त्यसका बारेमा अरू कुरा पनि लेख ।

अभ्यास ५

- रामले आफ्नो बारीमा भएका बोटबिरुवाहरू हेरेर ती बोटबिरुवाहरू कस्ता छन्, एउटा यस्तो तालिका बनाए –

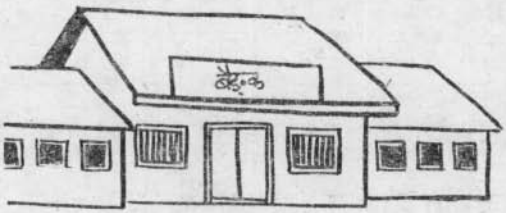
सानो बिरुवा	ठूलो रूख	लहरा जाने
रायो मूला	सुन्तला अम्बा	फर्सी धिरौंला

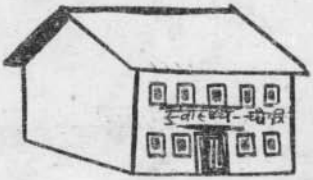
- तिमी पनि अरू बिरुवाहरू हेरेर यस्तै एउटा तालिका बनाऊ ।

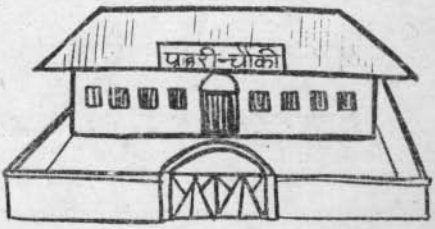
सोधेर लेख

हरिको गाउँमा एउटा कृषि फार्म छ। त्यस फार्मले गाउँमा बीउ, मल र बोटबिरुवाहरू बेच्छ। तिम्रो गाउँमा पनि त्यस्तो फार्म अथवा अरू कुनै कार्यालयहरू छन् ? ती कार्यालयहरूले कुन-कुन काम गर्छन्, लेख -

कार्यालयको नाम	कार्यालयको काम







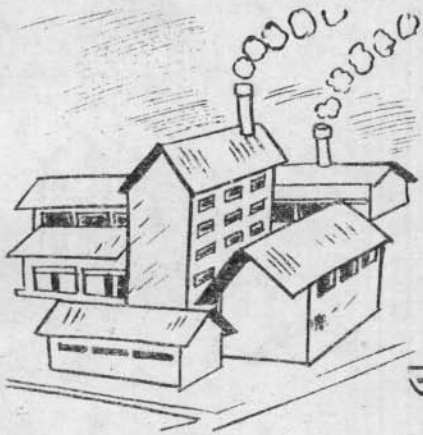
पाठ ८

भाजुराम घुम्न गए

भाजुरामको घर कांठमाडौँ जिल्लाको साँखु भन्ने गाउँमा छ । आज उनी बाआमासँग असन बजार गए । गाउँबाट उनीहरू बस चढेर गएका थिए । भाजुराम पहिले असन गएका थिएनन् । उनले असनमा धेरै किसिमका मान्छेहरू, धेरै किसिमका खाने कुरा र चीजबीज देखे ।

भाजुराम कक्षा तीनका एकदम राम्रा विद्यार्थी हुन्। उनी जहाँ गए पनि एउटा कापी र कलम लिएर जान्थे। आफूले देखे-सुनेका कुरा कापीमा लेख्ने गर्थे। नजानेका कुरा उनी जान्ने मान्छेसँग सोध्थे। उनी आफूले देखेका कुराको चित्र पनि लेख्थे।

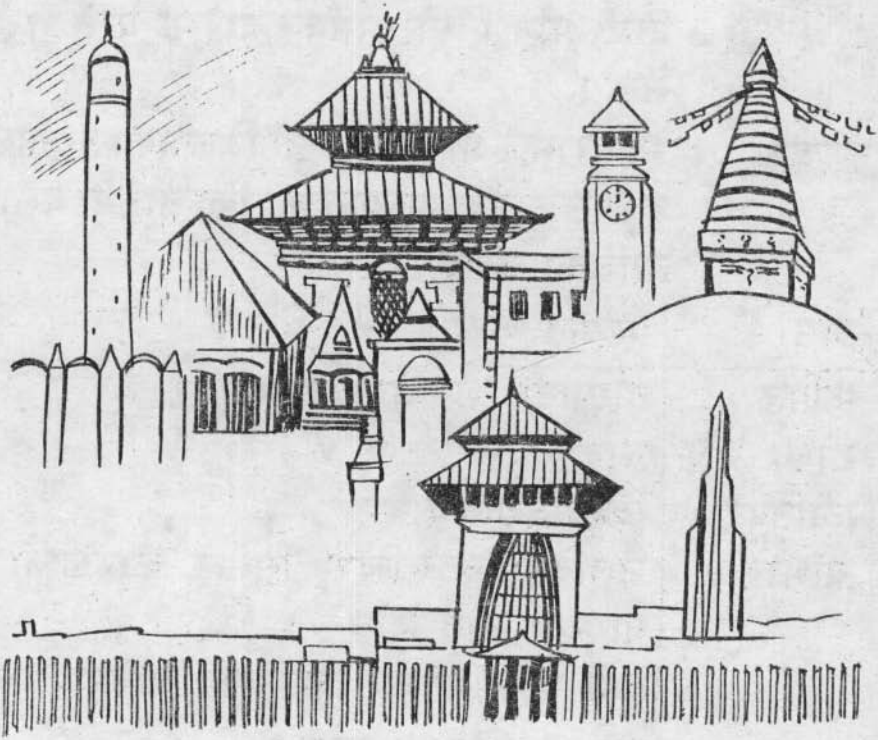
गएको शनिबार उनी बाआमासँग ट्याक्सी चढेर दक्षिणकाली गएका थिए। दक्षिणकाली जाँदा बाटामा देखेका सबै कुरा उनले कापीमा टिपेका थिए। दक्षिणकालीबाट उनीहरू हिँडेर फर्केका थिए। फर्कंदाखेरि उनीहरू बाटामा पर्ने फर्पिङ भन्ने गाउँ पनि घुमेका थिए। फर्पिङमा उनीहरूले नास्पाती किनेर खाएका थिए। फर्पिङको नास्पाती असाध्यै मीठो हुन्छ। त्यसैले त्यहाँको नास्पाती एकदम प्रख्यात छ।



उनीहरूले चोभार भन्ने ठाउँमा भएको सिमेन्ट कारखाना पनि हेरेका थिए। चोभार डाँडाको खोँचमा भाजुरामले एउटा नदी देखे। उनका बाले भने-"यो बाग्मती नदी हो। काठमाडौँ उपत्यकामा धेरै खोलाहरू छन्। ती सबै खोलाको पानी बाग्मतीमा मिसिएर यसै खोँचबाट बाहिर जान्छ। यस खोँचलाई काठमाडौँका नेवारहरू 'न्हुसिकाप्' भन्ने गर्छन्।"

साँखु, असनबजार, दक्षिणकाली, फर्पिङ, चोभार सबै काठमाडौँ जिल्लामा पर्छन्। काठमाडौँ जिल्ला पनि धेरै गाउँ र बजार मिलेर बनेको छ। घुम्न जाँदा भाजुरामले काठमाडौँ जिल्लाका बारेमा धेरै कुरा सिके।

उनी आफूले थाहा पाएका सबै कुरा साथीहरूलाई पनि सुनाउँथे। त्यसैले सबै उनलाई मन पराउँथे।



अभ्यास १

- भाजुरामले आफ्नो गाउँका बारेमा यसरी लेखे –

नाम : साँखु
जिल्ला : काठमाडौँ
गाउँको प्रसिद्ध ठाउँ : शालीनदी, बज्रजोगिनी मन्दिर

गाउँबाट नजिकको अर्को प्रसिद्ध ठाउँ : चाँगुनारायण

- तिमी पनि तिम्रो गाउँका बारेमा यस्तै गरी लेख ।

अभ्यास २

- भाजुरामले आफूले आफ्नो जिल्लाका ठाउँहरू र त्यस ठाउँको प्रख्यात कुराका बारेमा यस्तो तालिका बनाए –

ठाउँ	प्रख्यात कुरा
फर्पिङ	नास्पाती, शेषनारायण मन्दिर
टोखा	चाकु
कीर्तिपुर	विश्वविद्यालय
चोभार	जलविनायक मन्दिर, सिमेन्ट कारखाना, बाग्मती जाने खाँच

- तिमी पनि आफ्नो जिल्लाका बारेमा यस्तै एउटा तालिका बनाऊ ।

अभ्यास ३ • **भाजुरामले आफ्नो जिल्लाका विभिन्न कुराहरूबारे यस्तो एउटा सूची बनाए -**

जिल्ला	:	काठमाडौँ
मुख्य नदी	:	बाग्मती, विष्णुमती
मुख्य डाँडा	:	शिवपुरी, चन्द्रागिरि
मुख्य बजार	:	असन, इन्द्रचोक, नयाँसडक
मुख्य मन्दिर	:	पशुपति, स्वयम्भू, बौद्ध, तलेजु, दक्षिणकाली
हेर्ने मुख्य कुरा	:	हनुमानढोका, सिंहदरबार, नारायणहिटी, बालाजु, विमानस्थल, धरहरा, रानीपोखरी, घण्टाघर, सङ्ग्रहालय
मुख्य खेती	:	धान, गहुँ, मकै, आलु , तोरी
पाइने सुविधा	:	बिजुली बत्ती, कलधारा, बैङ्क, वारुणयन्त्र, प्रहरी-चौकी, अस्पताल

अर्को ठाउँको कुरा

थाहा पाउने : रेडियो, टेलिफोन, सिनेमा, टेलिभिजन, हुलाक, समाचार-पत्र

अर्को ठाउँमा

जाने साधन : साइकल, बस, मोटरसाइकल, मोटरकार, रिक्सा, टेम्पो, हवाईजहाज, ट्रलीबस, ट्याक्सी

अर्को ठाउँमा जाने

मुख्य बाटो : अरनिको राजमार्ग, त्रिशूली जाने बाटो, त्रिभुवन राजपथ

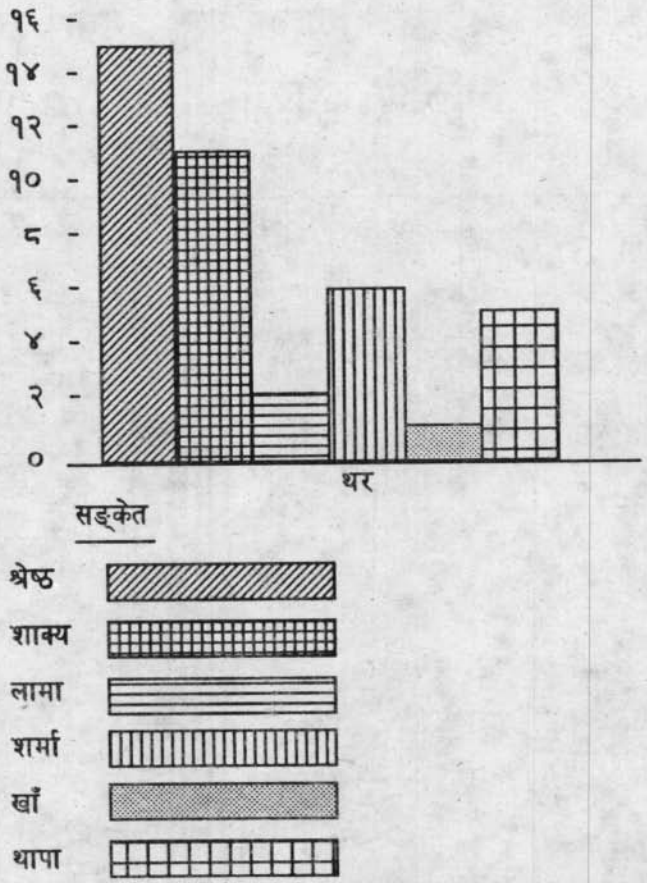
कल-कारखाना : सिमेन्ट, लुगा-कपडा, खाने कुरा, गलैँचा

● तिमी पनि आफ्नो जिल्लामा भएका कुराको यस्तै तालिका बनाऊ। साथीहरूको तालिकासँग कति मिल्छ, दाँजेर हेर। मिल्नेमा √ चिनो लगाऊ।

अभ्यास ४ • एक दिन भाजुरामले आफ्नो कक्षाको हाजिरकापी लिए । अनि कुन-कुन थरका कति-कति जना छन्, गनी तलको जस्तो तालिका बनाए -

थर	गन्ती	कति जना
१. श्रेष्ठ	𝍸 𝍸 𝍸	१५
२. शाक्य	𝍸 𝍸 ।	११
३. लामा	॥	२
४. शर्मा	𝍸 ।	६
५. खाँ	।	१
६. थापा	𝍸	५

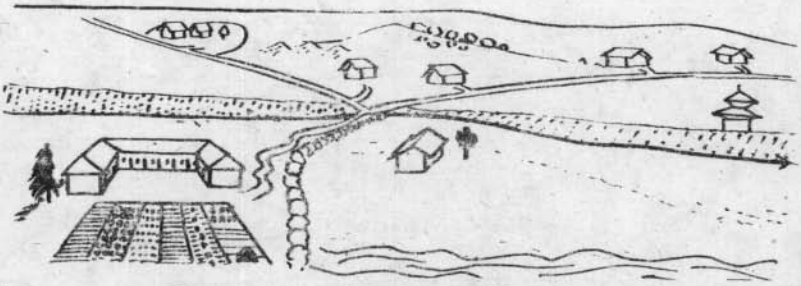
• त्यसपछि उनले माथिको तालिकालाई यस्तो चित्रमा राखेर यसरी चिनो लगाए –



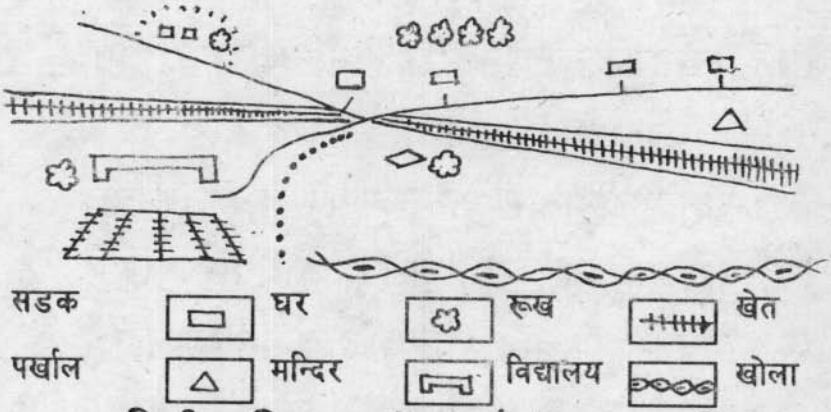
• तिमी पनि भाजुरामले जस्तै आफ्नो कक्षामा कुन-कुन थरका मानिस छन्, गनेर तालिका र चित्र बनाऊ ।

अभ्यास ५

- भाजुरामले आफ्नो गाउँको एक भागको यस्तो एउटा चित्र बनाए –

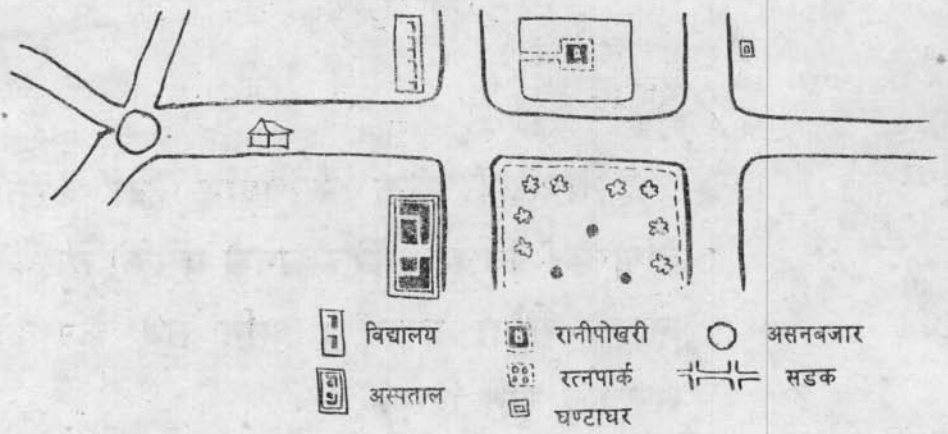


- यस चित्रलाई ठीक माथिबाट हेर्दा कस्तो देखिन्छ, विचार गरेर उनले यसको तलको जस्तो नक्सा बनाए । अनि सबै कुराको सङ्केत पनि दिए –



- तिमी पनि आफ्नो गाउँको एउटा चित्र र त्यसको नक्सा बनाऊ ।

अभ्यास ६ • भाजुरामले काठमाडौँ शहरको रत्नपार्कको बरपर देखाइएको एउटा नक्सा पाए। त्यो नक्सा हेरेर तलका प्रश्नको उत्तर लेख-



(क) नक्साको सङ्केत हेरेर रानीपोखरी, रत्नपार्क, अस्पताल र घण्टाघर देखाऊ।

(ख) रानीपोखरीबाट असनबजार कतातिर पर्छ ?

(ग) रत्नपार्कबाट रानीपोखरी कतातिर पर्छ ?

(घ) असनबजारबाट अस्पताल कतातिर पर्छ ?

(ङ) रानीपोखरीबाट घण्टाघर कतातिर पर्छ ?

(च) घण्टाघरबाट विद्यालय कतातिर पर्छ ?

अभ्यास ७ • तल नेपालको नक्सा दिइएको छ । त्यसमा भाजुरामको जिल्लामा चिनो लगाइएको छ ।

तिमी पनि आफ्नो जिल्लामा चिनो लगाऊ –

(क) तिम्रो जिल्लाको वरिपरिका जिल्लाका नाम लेख ।

(ख) कुन-कुन जिल्ला कता-कता पर्छन् ?

(ग) तिम्रो घरबाट सबभन्दा नजिक कुन जिल्ला छ ?

(घ) तिम्रो जिल्लाबाट काठमाडौँ कतातिर पर्छ ?

(ङ) तिम्रो जिल्लाबाट सबभन्दा टाढा कुन जिल्ला छ ?

(च) तिम्रो जिल्लामा तिम्रो घर कतातिर पर्छ ?

अभ्यास ८ • माथिको नक्सा हेरेर तिम्रो जिल्लाको आकार कापीमा कोर ।

पाठ ९

कर्साङले देखे

काभ्रे जिल्लामा बतासे भन्ने एउटा गाउँ छ । कर्साङ बतासेमा बस्छन् । एक दिन कर्साङ र उनको छोरो पासाङ पनौती गए । पनौतीमा मेला लागेको थियो । पनौती पनि काभ्रे जिल्लामा पर्छ ।

पनौतीमा उनीहरूले त्रिवेणीघाटमा मुख धोए । उनीहरूले इन्द्रेश्वर महादेवको पनि दर्शन गरे । त्रिवेणीघाटमा बाह्र-बाह्र वर्षमा ठूलो मेला लाग्छ । त्यसलाई मकरमेला भन्छन् । त्यस बेला माघ महिनाभरि मेला लाग्छ ।

यो कुरा कर्साङले छोरालाई बताए। अनि दुवै जना बजार तिर गए। एक छिनपछि त्यहाँ उनीहरूले दुइटा रथ जुधाउने जात्रा हेरे। जात्रा हेर्न धेरै मान्छेहरूको भीड लागेको थियो । पासाङ चाख लिएर ती मान्छेहरूका लुगा-कपडा, गहना आदि हेरिरहेका थिए। उनी आफूलाई थाहा नभएका कुरा बासँग सोध्थे ।

जात्रा हेरिसकेपछि उनीहरूलाई भोक लाग्यो । घरबाट ल्याएको खाजा खान खोलाको किनारमा, शीतल ठाउँमा बसे । त्यहाँ एउटा बच्चो काग र एउटा माउ काग आए । माउ कागले एक टुक्रो रोटी चुच्चाले टिपेर बच्चाको चुच्चामा राखिदियो । त्यहींनेर पासाङले एउटा माउ सारौं देखे ।

सारौंले पनि बच्चालाई
त्यस्तै गरी चारा
खुवाएको देखे ।
पासाङले विचार गरे-
"सारौं र कागका ती
बच्चाहरू कहिले
जन्मेका होलान् !"

पासाङ र उसको बा उठेर जान लागेका थिए । त्यही बेला क्वाँक्क-क्वाँक्क आवाज आयो । पासाङले यताउति हेरे । उनले भ्यागुतो मुखमा च्यापेर आएको एउटा सर्प खेतको डिलमा देखे । त्यो देखेर पासाङले एउटा सानो ढुङ्गो टिपेर हिर्काउन खोजे । तर बाले रोक्नुभयो । उहाँले भन्नुभयो- "हिर्काउनु हुँदैन । कुनै पनि जनावरलाई मार्नु हुँदैन ।"

अभ्यास १

• पासाङले बासँग सोधेर धेरै मान्छे आउने र पूजा गर्ने आफ्नो गाउँमा भएका ठाउँका बारेमा यस्तो कुरा लेखे –

मन्दिर/चैत्य : नमोबुद्ध चैत्य

ठाउँको नाम : नामुडा

कहाँ-कहाँबाट पूजा गर्न आउँछन् ?

(क) नजिकका गाउँहरू: दाप्चा, पाँगु, भुग्देउ आदि

(ख) टाढाबाट: बनेपा, भक्तपुर, पाटन, काठमाडौँ, सोलुखुम्बु, आदि ।

कसरी आउँछन् ? हिँडेर र मोटर चढेर

के-के गर्छन् ?

(क) घुम्छन् ।

(ख) पूजा गर्छन् ।

(ग) पाठ गर्छन् ।

(घ) भेटी चढाउँछन् ।

(ङ) दान गर्छन् ।

(च) भोज खान्छन् ।

- **तिमी पनि पासाङले जस्तै आफ्नो गाउँमा भएको मन्दिर/चैत्यको बारेमा लेख –**

मन्दिर/चैत्य:.....

ठाउँको नाम: .....

कहाँ-कहाँबाट पूजा गर्न आउँछन्? .....

कसरी आउँछन् ?

के-के गर्छन् ?

(क).....

(ख).....

(ग).....

(घ).....

(ङ).....

अभ्यास २

- जात्रामा आउने मान्छेहरूका लुगा-कपडा र गहनाबारे पासाङले यसरी तालिका बनाएर लेखे –

मानिस	जीउ	हात	खुट्टा	टाउको
१. लोग्नेमान्छे	कमिज भोटो	घडी	पाइन्ट सुरुवाल कट्टु, जुत्ता	टोपी चस्मा
२. स्वास्नीमान्छे	चोलो पछ्यौरा पटुका माला पोते तिलहरी	चुरा घडी बाला	सारी फरिया चप्पल	रिबन काँटा फूल धागो दुङ्गी मुन्द्री
३. केटा	कमिज	घडी	जुत्ता पाइन्ट कट्टु	टोपी
४. केटी	जामा कुर्ता माला	चुरा बाला घडी	पाइन्ट जामा लुँगी चप्पल	रिबन, धागो, फूल, टप, यार्लिङ

- तिमी पनि तिम्रो ठाउँमा मनाइने चाडमा मानिसहरूले लगाउने लुगाकपडा र गहना हेरेर त्यस्तै तालिका बनाऊ ।

अभ्यास ३

• पासाङ माघेसङ्क्रान्तिको दिन आमासँग बनेपा आएका थिए। त्यस दिन फलफूल र तरकारीको पसलमा भीड देखेकोले आमासँग सोधेर् तलका कुराहरू लेखे –

१. नाम : माघेसङ्क्रान्ति

२. मिति : २०५०/१०/१

३. के-के गर्छन् ? : नुहाएर सफा हुने, मामाघर जाने, तेल घस्ने

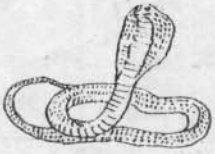
४. के-के खान्छन् ? : घिउ, चाकु, तरुल, फलफूल र मिठाई।

• तिमी पनि जाडो महिनामा मनाइने एउटा चाडपर्वका बारेमा पासाङले जस्तै लेख।

सोधेर लेख • आफूले देखेका जे कुरा पनि लेख्ने पासाङको बानी छ। तर उनले तलको तालिका पूरा गर्न सकेनन्। तिमी उनको तालिकामा अरू के-के थप्न सक्छौ ?

वर्षामा देखिने जीवजनावर	जाडामा देखिने जीवजनावर	गर्मीमा देखिने जीवजनावर	सधैँ देखिने जीवजनावर
१. भ्यागुतो	पुतली	छेपारो	
२.			
३.			
४.			
५.			

अभ्यास ४ • यी जीव जनावर कहिले देखा पर्छन्, लेख -



अभ्यास ५ • पासाङलाई तलको तालिका पूरा गर्न पनि मदत गरिदेऊ –

जीवजनावर	देखिने समय			गुँड बनाउने फुल पार्ने महिना	बच्चा जन्माउने महिना
	हिउँद	वर्षा	गर्मी		
१. काग				वैशाख	जेठ
२. कुकुर					कात्तिक
३. चिप्लेकीरा					असार
४.					
५.					

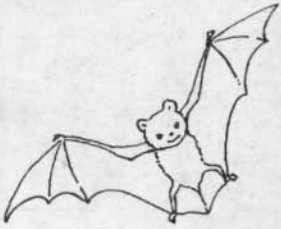
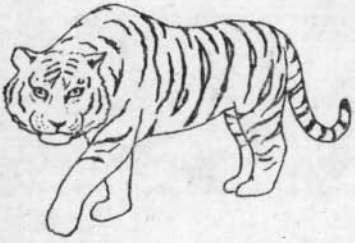
अभ्यास ६ • आइतबारदेखि शनिबारसम्म (सधैँ नदेखिने कहिलेकाहीँ मात्र देखिने) कति थरी कीरा र चराहरू तिमी देख्छौ ? तिनीहरू के गर्छन्, तलको तालिका कापीमा सारेर लेख –

बार	चरा	के-के गर्छन् ?	कीरा	के-के गर्छन् ?
आइत सोम मङ्गल बुध बिही शुक्र शनि	तीन थरी	रूखमा बस्छुन्, पानीमा बस्छन् । उडेर खाना खोज्छन् ।	तीन थरी	माटाभित्र बस्छन् फोहोरमा बस्छन् दुलामा बस्छन्

सोधेर लेख • जाडोमा देखा नपर्ने जीवजनावरको नाम र तिनीहरू कहाँ जान्छन्, तलको तालिका कापीमा सारेर लेख –

जाडोमा देखा नपर्ने जीवजनावर	कहाँ बस्छन् ?
१. सर्प	दुलामा
२.	
३.	
४.	
५.	

अभ्यास ७ • तिमीले देखेको (तिमीलाई मन पर्ने) एउटा जनावरको चित्र तिम्रो कापीमा लेख ।

पाठ १०

के-के हुँदो रहेछ ?

आज धन्नो उनका बासँग बिहानै हाटतिर गएकी थिइन्। सूर्य भरखर उदाउन लागेको थियो। धन्नोले पछाडि फर्केर सूर्यतिर हेरिन्। सूर्य रातो देखिन्थ्यो र सीधा जमिनतिर

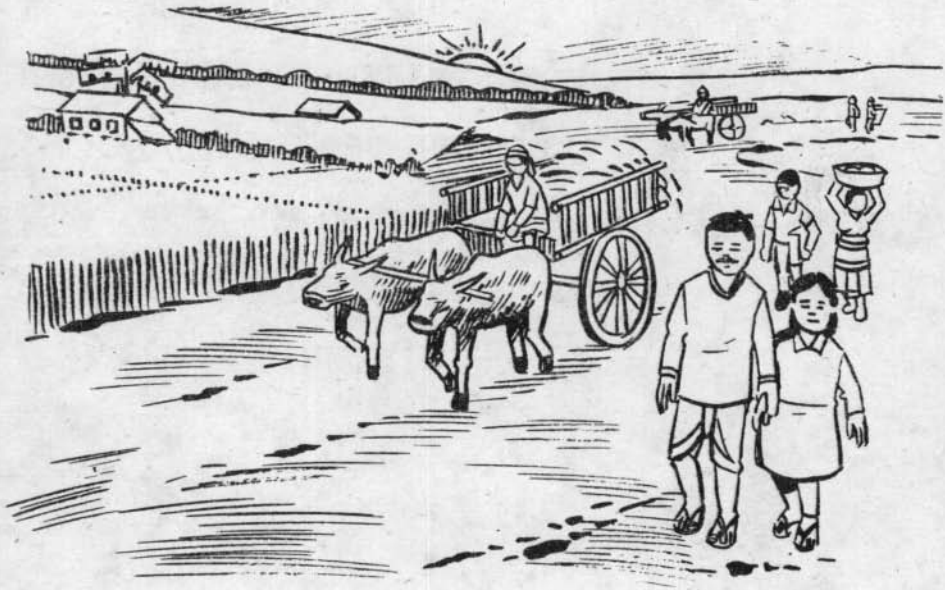
देखिन्थ्यो । बाटोमा हिँड्दा-हिँड्दै धन्नोको ध्यान आफ्नो छायातिर गयो । छाया लामो थियो र आफ्नो अगाडि पश्चिमतिर थियो ।

हाटमा धन्नोले धेरै कुरा देखिन् । कोही खाने कुरा बेचिरहेका थिए । कोही लुगा-कपडा, कोही भाँडाकुँडा, डोको, नाम्लो आदि बेचिरहेका थिए । कोही फलफूल र तरकारी । अनि कोही खसीबोका, गाइभैँसी र हाँसकुखुरा । कोही-कोही त जीवजनावरका बच्चाहरू बेचिरहेका थिए । कोही फलफूल र तरकारीका बेर्नाहरू पनि बेचिरहेका थिए ।

धन्नोले आफ्नो बासँग भनेर आफूले पाल्न एउटा खरायो किनिन्। बारीमा रोप्न आँपको एउटा सानो बेर्ना पनि किनिन्।

हाटमा यताउता घुम्दा धन्नोलाई निकै गर्मी लाग्यो। उनले आकाशतिर हेरिन्। अनि मनमनै भनिन्- "लौ ! सूर्य त निकै माथि आइपुगिसकेछ ! झन्डै टाउकामाथि नै आइपुगिसकेछ। अहो ! सूर्य पनि अहिले त कति चम्किलो भएको ! अघि बिहानजस्तो रातो पनि छैन। मेरो छाया पनि कति छोटो भएको !"

दिनभरि हाट घुमेर साँझतिर धन्नो बासँग घर फर्किन्। अघि दिउँसोजस्तो अहिले गर्मी थिएन। घर पुग्ने बेलामा त अँध्यारो-अँध्यारो भइसकेको थियो। बिहान सूर्य देखिएको ठाउँमा अहिले बाटुलो चन्द्रमा देखिन थालेको थियो। धन्नोले विचार गरिन् - "हिजो यही बेला चन्द्रमा त्यहाँ थिएन। अनि पूरा बाटुलो पनि थिएन। भोलि कस्तो हुन्छ होला ? भोलि यति बेला कहाँ देखिन्छ होला ?"



अभ्यास १

• धन्नोले हाटमा देखेका विभिन्न वस्तुहरू कुन-कुन बोटबिरुवाहरूबाट बनाइन्छन् भनेर केहीको एउटा सूची बनाइन् -

वस्तुहरू	बोटबिरुवाहरू
डोरी, नाम्लो	केत्तुके
डोको, ढकी, मान्द्रो	बाँस वा निगालो
कुर्सी, टेबुल	साल वा सल्ला
चियापत्ती	चियाको बोट

• धन्नोको यस सूचीमा तिम्रो आफ्नो ठाउँमा पाउन सकिने कुरा लेख ।

अभ्यास २

• तलका बोटबिरुवाहरूको नाम लेख -

अभ्यास ३

- धन्नोले हाटमा देखेका जीवजनावरहरूले खाएका खानाको आधारमा एउटा यस्तो तालिका बनाइन् –

खाना	जनावर
घाँसपात, अन्न	गाई, भैँसी, खसी, खरायो
अन्न, मासु	कुकुर, बिरालो
अन्न, फलफूल, कीरा	हाँस, कुखुरा, सुगा

- तिमीलाई थाहा भएका अरू जीवजनावरको नाम धन्नोको सूचीमा थप ।

अभ्यास ४

- धन्नोलाई आफूले पालेको खरायो र रोपेको आँपको बिरुवाको हेरविचार र सुरक्षा गर्न के-के गर्नुपर्छ, थाहा छैन ।

तिमी उनलाई जीवजनावर र बोटबिरुवा बचाउन कुन-कुन उपाय बताउन सक्छौ, लेख–

जीवजनावर	बोटबिरुवा
१. समय-समयमा खाना दिने	१. वरपर बार लगाउने
२.	२.
३.	३.

अभ्यास ५

- धन्नोले आफ्नो गाउँतिर जाडामा र गर्मीमा लगाइने लुगाहरूलाई हेरेर एउटा यस्तो तालिका बनाइन् –

जाडोमा	गर्मीमा
स्विटर, बाक्लो लुगा, टोपी, जुत्ता	पातलो लुगा, गन्जी, चप्पल

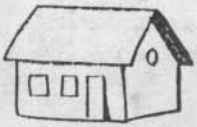
- तिम्रो आफ्नो ठाउँबाट थप्न सकिने कुरा धन्नोको तालिकामा लेख ।

गरेर हेर

- तिम्रो एक जना साथीलाई भुइँमा सुताऊ ।
- साथीको जीउको वरिपरि चिनो लगाऊ । कति लामो छ, नाप ।
- घाम लाग्ने ठाउँमा त्यही साथीलाई उभ्याऊ ।
- उसको छायावरिपरि चिनो लगाऊ ।
- छाया कति लामो छ, नाप ।
- साथीको छाया कुन बेला (कति बजे) सबभन्दा छोटो हुन्छ, पत्ता लगाऊ ।

अभ्यास ६

- धन्नोले एक शनिबारको दिन उनको घरबाट विभिन्न समयमा सूर्य कहाँ-कहाँ देखिन्छ, हेरेर यसरी टिपिन् -



कहिले हेरेको	कहाँ देखेको
बिहान उठेको बेला	लखनको घरतिर, तल
बिहान भात खाने बेला	गोपिनीको घरमाथि
दिउँसो खाजा खाने बेला	चौतारीको निकै माथि
विद्यालयबाट घर पुग्ने बेला	विद्यालयको छानानिर

- तिमी पनि एक दिन तिम्रो घरबाट विभिन्न समयमा सूर्य कहाँ-कहाँ देखिन्छ, हेरेर धन्नोले जस्तै गरी लेख ।

अभ्यास ७

- धन्नोले पन्ध्र दिनसम्म बेलुका ठीक ७ बजे चन्द्रमा पनि हेरिन्। अनि यसरी टिपिन् –

कहिले हेरेको	कहाँ देखेको	कस्तो देखेको
असार १० गते	विद्यालयको माथि	)
असार १७ गते	चौताराको माथि	D
असार २४ गते	लखनको घरमाथि	○

- तिमी पनि आफ्नो घरबाट बेलुका ७ बजे चन्द्रमा कहाँ-कहाँ देखिन्छ, हेरेर धन्नोले जस्तै गरी लेख।

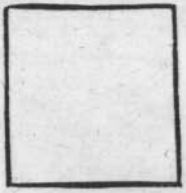
अभ्यास ८

- धन्नोले हेर्दा चन्द्रमा दिनदिनै बढ्दै गएको बेला पऱ्यो। तिमीले हेर्दा पनि त्यस्तै बेला पऱ्यो कि घट्दै गएको बेला पऱ्यो ? कति दिनसम्म बढ्दै जान्छ, कति दिन सम्म घट्दै जान्छ, हेर।

अभ्यास ९

- आज चन्द्रमा यस्तो) देखिन्छ, चार दिनपछि कस्तो देखिन्छ, चित्र बनाऊ। साँच्चीकै त्यस्तो देखिन्छ कि देखिँदैन ? यस्तो देखिएको दिनदेखि चार दिनपछिको चन्द्रमा हेर।

गरेर हेर



- घाम आउने ठाउँमा बिहानै एउटा कागज फैलाऊ ।
- कागजको बीचमा एउटा लट्ठी गाड ।
- कागजमाथिको लट्ठीको लम्बाइ नाप ।

- कति बज्यो, समय टिप ।
- कापीमा लट्ठीको छाया कोर र लम्बाइ नाप ।

- छाया कतातिर पर्छ, हेर ।
- प्रत्येक घण्टामा यस्तै गरी छाया कोर, लम्बाइ नाप र छाया कतातिर पर्छ, हेर ।

- सबभन्दा छोटो छाया कति बजे बन्यो ? तिम्रा साथीहरूको पनि त्यस्तै भयो ?
- सबभन्दा लामो छाया कहिले बन्छ, साथीहरूसँग छलफल गर । हो कि होइन, जाँचेर हेर ।

पाठ ११ विद्यार्थीहरू बनभोज गए

हिजो कक्षा तीनका विद्यार्थीहरू बनभोज गएका थिए। उनीहरू खालि खान र रमाइलो गर्न मात्र बनभोज गएका थिएनन्। बनभोज जाने ठाउँमा पाइने कुराहरू-बारे सिक्न पनि गएका थिए।

बनभोज खाने ठाउँमा पुगेपछि शिक्षिकाले सबैलाई एक-एक ओटा काम दिनुभयो। कोही भान्छातिर लागे, कोही दाल, चामल आदि केलाउनतिर लागे।

अनि कोही तरकारी केलाउनतिर लागे । शिक्षिकाले तीन-चार जना विद्यार्थीहरूलाई पानी लिन पठाउनुभयो । तिनीहरूले ल्याएको पानी हेरेर शिक्षिकाले सोध्नुभयो -

"यो पानी कहाँबाट ल्यायौ हँ ?" "ऊ त्यहींको कुवाबाट, मिस ! किन, के भयो र मिस ?" विद्यार्थीहरूले सोधे । "हेर त, यो पानी कस्तो छ ?" शिक्षिकाले भन्नुभयो र सबै विद्यार्थीहरूलाई बोलाएर देखाउनुभयो ।

विद्यार्थीहरूले एकै स्वरमा भने - "मिस, यो पानी त एकदम फोहोर छ । कसरी खाने यो पानी मिस ?"

साच्चीकै पानी पहेँलो-पहेँलो थियो । सानातिना टुक्राटाक्रीहरू तैरिरहेका थिए । पानीको सतहमा चिल्लो-चिल्लो जस्तो पनि देखिन्थ्यो । अनि अलि-अलि गन्ध पनि थियो । छुँदा चिप्लो पनि थियो । शिक्षिकाले सोध्नुभयो - "यस्तो फोहोर पानी खानु हुँदैन । यस्तो पानी खायौँ भने के हुन्छ, थाहा छ ?"

विद्यार्थीहरू सबैले एकै स्वरमा भने - "थाहा छ मिस, बिरामी होइन्छ ।" शिक्षिकाले फेरि सोध्नुभयो - "के बिमारी लाग्छ थाहा छ ?" फेरि सबैले एकै स्वरमा भने - "थाहा छैन मिस ।" त्यसपछि शिक्षिकाले भन्नुभयो - "लौ सुन, यस्तो पानी खायौँ भने हामीलाई पखाला लाग्छ । चुर्ना, जुका आदि पर्छ । खाना खानुअघि राम्ररी हात धोएन भने पनि यो रोग लाग्छ । मूला, गाजर जस्ता खाने कुरा राम्ररी पखालेर नखाएमा पनि यो रोग लाग्छ । अनि जुत्ता नलगाई हिँडेमा अङ्कुसे जुका पर्न सक्छ । त्यति मात्र हो र, फोहोर पानीले त लुतो पनि आउन सक्छ ।"

विद्यार्थीहरूले फेरि सोधे -"यस्तो रोग लागेको हामी कसरी थाहा पाउने त, मिस ?"

शिक्षिकाले भन्नुभयो - "चुर्ना पर्दा मलद्वार चिलाउँछ, अङ्कुसे जुकापर्दा अनुहार फुस्रो देखिन्छ, अनि लुतो आउँदा खूब जीउ चिलाउँछ र स-साना खटिरा आउँछ। त्यसैले लुतो आउन नदिन बेला-बेलामा सफा पानीले नुहाउनुपर्छ । अरूहरूको लुगा लगाउन हुँदैन ।" बिहानको खाना खाइसकेपछि फेरि शिक्षिकाले सबै विद्यार्थीहरूलाई बोलाउनुभयो । विद्यार्थीहरूलाई चार समूहमा बाँड्नुभयो ।

त्यसपछि मिसले भन्नुभयो - "म तिमीहरू सबैलाई यस ठाउँमा पाइने कुराबारे एक-एक ओटा काम दिन्छु ।

दिउँसोको खाना खानु-भन्दा अघि तिमीहरू यताउता घुमेर यी सबै कुराका बारेमा टिपेर ल्याउनू अनि त्यसको बारेमा भोलि कक्षामा हामी छलफल गर्नेछौं ।"

सबै विद्यार्थीहरू आ-आफ्नो काम लिएर घुम्न गए । घुमेर आए-पछि सबैले साबुनले हात धोए । अनि बनभोज खाए र रमाएर फर्के । उनीहरूले बनभोजमा धेरै कुरा सिकेका थिए ।

अभ्यास १

• डोल्माले खाने पानी कस्तो हुनु हुँदैन भनेर एउटा सूची बनाउन खोजिन् , तर पूरा गरिनन्। तिमी पूरा गरिदेऊ –

१. खाने पानीमा रङ हुनु हुँदैन ।
२.
३.
४.

अभ्यास २

• गुडियाले चुर्ना, अङ्कुसे जुका आदि पर्दा र लुतो आउँदा के हुन्छ, अनि त्यो रोग लाग्न नदिन के गर्नुपर्छ भनेर एउटा तालिकामा राख्न खोजिन्। तिनले पूरा गरिनन्। तिमी पूरा गर्न सक्छौ ?

रोग	के हुन्छ	कसरी बच्ने
१. चुर्ना	मलद्वार चिलाउँछ	खानुअघि राम्ररी हात धुने
२.		
३.		

अभ्यास ३

- समूह "क" ले बनभोज गएर आउँदा टिपेर ल्याएको कुरा यस्तो थियो -

कहाँको पानी (स्रोत)	कस्तो थियो	कसरी भयो, किन भयो	के गर्नुपर्छ
कुवा	फोहोर	वरपर भाँडा माझेको, लुगा धोएको	अन्तै भाँडा माझ्नुपर्छ र लुगा धुनुपर्छ
खोला	फोहोर	दिसापिसाब गरेको, भैँसी आहाल बसेको	चर्पीमा दिसा गर्नुपर्छ, आहाल बस्ने पोखरी बनाउनुपर्छ

- तिमी पनि माथिको जस्तो एउटा तालिका बनाऊ। अनि आफ्नो वरिपरि भएका र आफूले देखेका पानीको स्रोतका बारेमा लेख।

अभ्यास ४

- समूह "ख" ले बनभोजबाट टिपेर ल्याएको कुरा यस्तो थियो -

जमिनको भाग	कस्तो थियो	कसरी भयो किन भयो	के गर्नुपर्छ
वनभोज खाने चौर	फोहोर	तरकारीको बोक्रा, कागत र बट्टाहरू यताउता फालेको	फोहोर फाल्ने एउटा खाल्डो बनाउनुपर्छ
बाटो	फोहोर	घरको फोहोर यताउता फालेको	फोहोर फाल्ने भाँडामा फाल्नुपर्छ ।

- तिमी पनि माथिको जस्तो एउटा तालिका बनाऊ । अनि आफ्नो वरिपरि भएका र आफूले देखेका जमिनका भागहरूबारे लेख ।

अभ्यास ५

- समूह "ग" ले वरिपरि घुमेर विभिन्न ठाउँबाट अलि-अलि पानी जम्मा गऱ्यो। अनि कहाँ-कहाँको पानी खानु हुन्छ, यसरी छुट्यायो।

कहाँको पानी (स्रोत)	कस्तो छ	खान हुने/नहुने
कुवा	पहँलो छ चिप्लो छ	नहुने
खोलो	धमिलो छ गन्ध छ	नहुने
धारो	सफा छ गन्ध छैन	हुने
इनार	सफा छ गन्ध छैन	हुने

- तिमी पनि आफ्नो वरपर कुन-कुन पानीको स्रोत छ, लेख। त्यसमध्ये कुन-कुन खान हुन्छ, माथिजस्तै गरी छुट्याऊ।

अभ्यास ६

● समूह "घ" ले वरिपरि घुमेर, बाढी, पहिरो जस्ता प्राकृतिक घटनाका बारेमा मान्छेहरूसँग सोधेर ल्याएको कुरा यस्तो थियो –

प्राकृतिक घटना	के भयो	त्यसबाट बच्न अहिले के गरेका छन् ?
बाढी	खेत बगायो	खोलाको किनारमा रूख रोपे, हुर्काए ।
पहिरो	घर पुरियो	जथाभाबी रूख काटेनन्, नभएको ठाउँमा रूख रोपे, हुर्काए ।
आगलागी	डढेलो लाग्यो	बलेको सलाईको काँटी, चुरोटका ठुटा जथाभाबी फालेनन् । केटाकेटी आगामा खेलेनन् ।

● तिमी पनि प्राकृतिक घटनाका बारेमा अरू मान्छेहरूसँग सोधेर यस्तै तालिकामा लेख ।

गरेर हेर

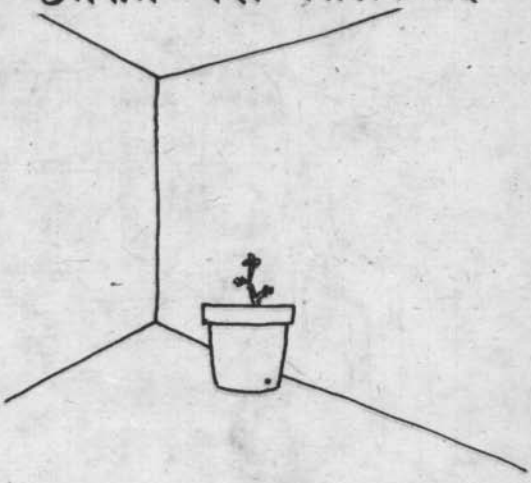
(क)
- दुई ओटा बीउ र दुई ओटा त्यस्तै भाँडा लेऊ ।
- एउटा भाँडामा बारीको माटो र अर्कोमा बालुवा राख । आवश्यक पानी देऊ ।

- बिरुवा नउम्रेसम्म उज्यालो ठाउँमा राख ।
- ती दुई बिरुवामा के फरक पायौ, हेर र साथीसँग छलफल गर ।

(ख)
- दुई ओटा बीउ र दुई ओटा उस्तै भाँडो लेऊ ।
- एउटामा बारीको माटो अर्कोमा सुक्खा माटो राख र बीउ रोप ।

- बारीको माटो राखेकोमा दिनहुँ अलि-अलि पानी हाल, अर्कोमा पानी नहाल ।
- कुनमा बिरुवा उम्रन्छ र के-के हुन्छ, हेर अनि साथीहरूसँग छलफल गरी निचोड शिक्षकलाई बताऊ ।

(ग)
- दुई ओटा बीउ र दुई ओटा उस्तै भाँडा लेऊ ।
- दुवैमा बारीको त्यही ठाउँको माटो बराबरी राख ।
- दुवै भाँडामा एउटा-एउटा बीउ रोप। अलि-अलि पानी देऊ ।
- बिरुवा नउम्रेसम्म एउटा भाँडो घाम भएको उज्यालो ठाउँमा राख। अर्कोलाई अँध्यारो ठाउँमा राख ।
- अब ती दुई भाँडाका बिरुवामा के-के फरक पायौ, हेर र साथीसँग छलफल गरी शिक्षकलाई बताऊ ।



पाठ १२

हामी पनि गर्न सक्छौं

शनिबारको दिन धनजित र केशर खेल्न गएका थिए। उनीहरू खेलिरहेको ठाउँनजिकै एउटा खोलो थियो। खोलाको छेउमा एउटा मन्दिर पनि थियो। मन्दिरको वरिपरि ठूलठूला धेरै रूखहरू भएकोले रमाइलो थियो। खेल्दाखेल्दै धनजितलाई तिर्खा लाग्यो। उसले केशरलाई भन्यो - "ए केशर, मलाई तिर्खा लाग्यो। म खोलामा गएर

पानी खाएर आउँछु ।"

केशर: म पनि आउँछु । मलाई पनि खान मन लागेको छ । तर खोलाको पानी खाने र !

धनजित: किन ? के हुन्छ ? पानी त सफा छ नि ।

केशर: देख्दा सफा भएर के गर्ने ! उँभो गाउँका मान्छेहरू यही खोलामा लुगा धुन्छन्, नुहाउँछन्, दिसा बस्न जान्छन् । जथाभाबी फोहोरमैला खोलामै फ्याँक्छन् र फोहोर गर्छन् ।

धनजित: मलाई त तिर्खा लाग्यो । खाएर के हुन्छ त ?

केशर: फोहोर पानी खायो भने रोग लाग्छ नि । अस्ति शिक्षिकाले भनेको कुरा तिमीले बिर्स्यौ ?

धनजित: त्यसो भए मन्दिरनिरको पँधेरामा खान जाऔँ त ।

त्यसपछि उनीहरू दुवै जना मन्दिरतिर गए । बाटामा उनीहरूले खोलाको छेउमा गाउँका मान्छेहरूले तटबन्ध लगाइरहको देखे । उनीहरूले काम गर्ने मान्छेहरूसँग सोधेर थाहा पाए-

"यस खोलामा भेल आउँदा मन्दिरतिर माटो काटिँदो रहेछ। यसरी माटो काटिँदै गयो भने पछि मन्दिर भत्कन्छ रे। बाढी आयो भने माटो बगाउँछ भनेर गाउँहरूले त्यो तटबन्ध बनाउन लागेका रहेछन्।"

उनीहरू मन्दिर पुग्दा त्यहाँ पनि गाउँका केही मान्छेहरू काम गरिरहेका थिए। उनीहरू मन्दिर वरिपरिको भत्केको पर्खाल बनाइरहेका थिए।

धनजितले भन्यो- "जाऔँ, हामी पनि ढुङ्गा ओसारिदिऊँ। त्यति त हामी पनि गर्न सक्छौँ।"

त्यसपछि दुवै जना ढुङ्गा र पानी ओसार्न गए।

अभ्यास १

- केशरले आफूले देखेका सार्वजनिक (साझा) सम्पत्तिहरूको नाम एउटा तालिकामा लेखे अनि तिनीहरूलाई कसरी सफा राख्न सकिन्छ भनेर यसरी लेखे –

नाम	सफा गर्ने तरिका
१. मन्दिर	नजिकै फोहोर नफाल्ने
२. इनार	भित्र फोहोर नफाल्ने
३. बाटो	छेउछाउमा दिसापिसाब नगर्ने
४.पोखरी	फोहोर नफाल्ने
५.चौतारो	नजिकै दिसापिसाब नगर्ने

- यस तालिकामा तिमी अरू के-के थप्न सक्छौ, आफ्नो कापीमा तालिका बनाएर लेख ।

अभ्यास २ • धनजितले आफ्नो गाउँमा पाइने ढुङ्गा के-केमा काम लाग्छ भन्ने कुरा सम्झेर यसरी लेखे । अरू तिमी पूरा गर –

१. घरको गारो लाउन	६
२. घरको छाना छाउन	७
३. सिलौटो बनाउन	८
४.	९
५.	१०

अभ्यास ३ • पँधेराबाट आएको पानी त्यसै खेर गइरहेको छ । खेर गएको त्यो पानी कसरी-कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ, लेख –

धनजितले एउटा लेख्यो

१. खेतमा पानी हाल्न ।
२.
३.

अभ्यास ४

• फोहोरमैला मात्र थुपारेर एक टुक्रो जमिन त्यसै खेर गइरहेको छ। त्यो जमिन कुन-कुन काममा प्रयोग गर्न सकिन्छ, लेख - केशरले एउटा लेख्यो

१. खेल्नका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ।
२.
३.
४.
५.

अभ्यास ५ • **चितवन, भरतपुर बस्ने कक्षा तीनकी विद्यार्थी सुन्तलीले आफूले थाहा पाएको एउटा कामको बारेमा यसरी लेखिन् –**

हाम्रो गाउँबाट अलि पर शाही चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज छ । त्यहाँ हात्ती, गैँडा, बाघ, मृग आदि धेरै जनावरहरू छन् । पक्षीहरू पनि धेरै छन् । मान्छेहरूले जनावरहरू मार्लान् भनेर त्यहाँ सैनिकहरू पालो बस्छन् । त्यहाँ काठ, दाउरा आदि काट्न पनि दिइँदैन । त्यसैले त्यहाँ रूख, बिरुवा र जनावरहरूको संरक्षण भएको छ । यो ठाउँ रमाइलो छ । यहाँ विदेशीहरू पनि आएर हेर्छन् र रमाउँछन् ।

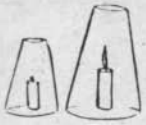
• **तिमी पनि तिम्रो ठाउँ (जिल्ला) मा गरिएका तल लेखिएका कामहरूमध्ये एउटाको बारेमा लेख –**

(क) नदी नियन्त्रण (बाँध, तटबन्ध)
(ख) पहिरो रोकथाम
(ग) वृक्षारोपण
(घ) जङ्गलको बचाउ
(ङ) वन्यजन्तुको बचावट
(च) घर, खेत, गाउँ र वनजङ्गल बचाउका अरू उपायहरू

गरेर हेर

- दुई टुक्रा उत्रै-उत्रै (दुई-तीन से.मि. को) मैनबत्ती बाल ।
- दुवैलाई भुइँमा बालेर ठड्याऊ ।

- एउटालाई काँचको गिलासले छोप । के हुन्छ, हेर ।
- बाहिरको एउटा बलिरहेको छ, अर्को किन त्यस्तो भएको होला, विचार गर ।
- फेरि दुई टुक्रा उत्रै-उत्रै मैनबत्ती बाल ।



- एउटालाई सानो गिलास र अर्कोलाई ठूलाले छोप । के हुन्छ, हेर ।
- किन त्यसो भएको होला, विचार गर अनि छलफल गर ।

गरेर हेर

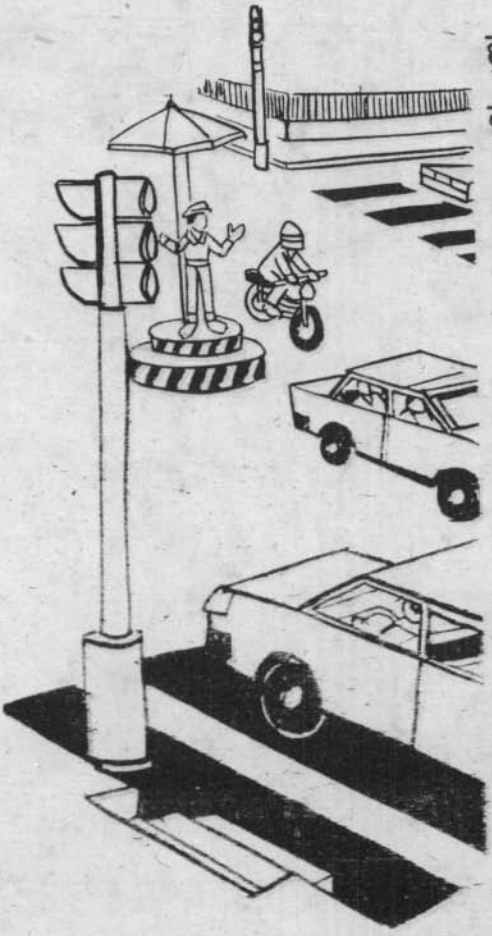
- एक छिन आफैँ आफ्नो नाक-मुख बन्द गरेर बस ।
- यसरी बस्न किन गाह्रो हुन्छ, नाक-मुख खोल्दा के हुन्छ, छलफल गर ।

पाठ १३

गुडिया चिडियाखाना हेर्न गइन्

गुडियाको घर जनकपुर हो । उनी आफ्ना बासँग बिदामा काठमाडौँ घुम्न आएकी छिन्। उनी यसभन्दा पहिले काठमाडौँ आएकी थिइनन् । त्यसैले उनलाई काठमाडौँको धेरै ठाउँमा जान मन लागेको छ । उनलाई काठमाडौँका धेरै कुरा हेर्न मन लागेको छ । आज उनका बाले उनलाई चिडियाखाना देखाउन ल्याएका छन्। चिडियाखाना पाटनको जावलाखेलमा छ ।

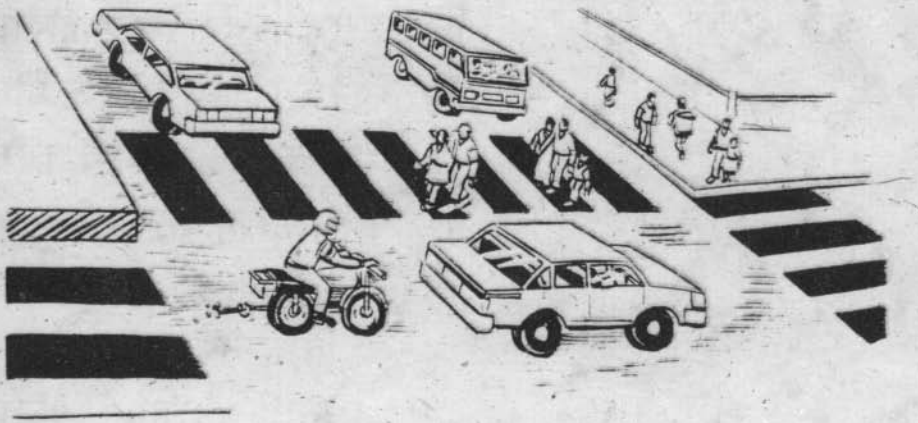
बाटामा हिँड्दा गुडियाले धेरै नयाँ कुरा देखिन्। ठाउँ-ठाउँमा उनले विभिन्न कुरा बुझाउने चिनो (सङ्केत) पनि देखिन्।



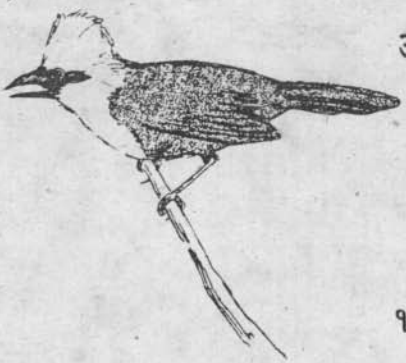
यी सङ्केतले यस्तो गर्नु हुन्छ, त्यस्तो गर्नु हुँदैन भन्ने बुझाउँछन्। कुनै-कुनैले कुन ठाउँ हो भन्ने बुझाउँछन्। कुनै-कुनैले कुन ठाउँ कहाँ छ, कताबाट जाने भन्ने बुझाउँछन्। गुडिया आफूले थाहा नपाएका कुरा बासँग सोध्थिन्।

एक ठाउँमा उनीहरूले बाटो काट्नै लागेका थिए, प्रहरी आएर रोके। प्रहरीले भने - "शहरमा जथाभाबी जहाँबाट मन लाग्यो,

त्यहाँबाट बाटो काट्न हुँदैन, जेब्रा क्रसिङ्गबाट काट्नुपर्छ ।" प्रहरीले सडकमा कालो-सेतो पाटा-पाटा गरी रङ पोतिएको ठाउँ देखाए। उनले भने - "ऊ त्यो जेब्रा क्रसिङ्ग हो।" अनि उनले क्रसिङ्गकै छेउमा भएको रातो, पहेँलो र हरियो बत्ती देखाएर भने - " हरियो बत्ती बलेका बेला अरू सवारीहरूलाई जाऊ भनेको हो । त्यस बेला मान्छेले बाटो काट्नु हुँदैन । अनि रातो बत्ती बल्दा सवारीलाई रोक भनेको हो। त्यस बेला मात्र हामीले बाटो काट्नुपर्छ। पहेँलो बत्ती बल्दा चनाखो हुनू भनिएको हो।"



प्रहरीले भनेअनुसार बाटो काट्दै उनीहरू चिडियाखाना आइपुगे । गुडियाका बाले भित्र पस्नका लागि पैसा दिएर टिकट ल्याए ।



चिडियाखानामा गुडियाले धेरै थरीका जीवजनावर पशुपक्षी देखिन् । चराहरू हेरिरहेका बेला उनका बाले उनलाई भने - "हेर गुडिया, यी सबै चराहरू राम्रा छन् र महत्त्वपूर्ण पनि छन् । यिनीहरूमध्ये कुनै-कुनैले नेपाललाई अरू देशसँग चिनाउँछन् । चरा मात्र होइन, हाम्रो देशका अरू कुराले पनि नेपाललाई अरू देशसँग चिनाउँछन् । सबै देशको आफूलाई चिनाउने आ-आफ्ना विभिन्न कुरा हुन्छन् । यस्ता कुरालाई राष्ट्रिय चिन्ह भन्छन् ।"

अभ्यास १

• तल दिइएका कुराबाट हाम्रो देश चिनाउने कुरा मात्र आफ्नो कापीमा सार –

गाई | हात्ती | गुलाफको फूल | लालुपाते | घडी | लालीगुराँस | कुखुरा | डाँफे | चक्कु | किताब | खुकुरी | सिपाही | टोप | पुलिस | बस | रेडियो | भादगाउँले टोपी | मन्दिर | पन्चैबाजा | चन्द्र-सूर्य झन्डा | हवाईजहाज

देश चिनाउने कुरा:

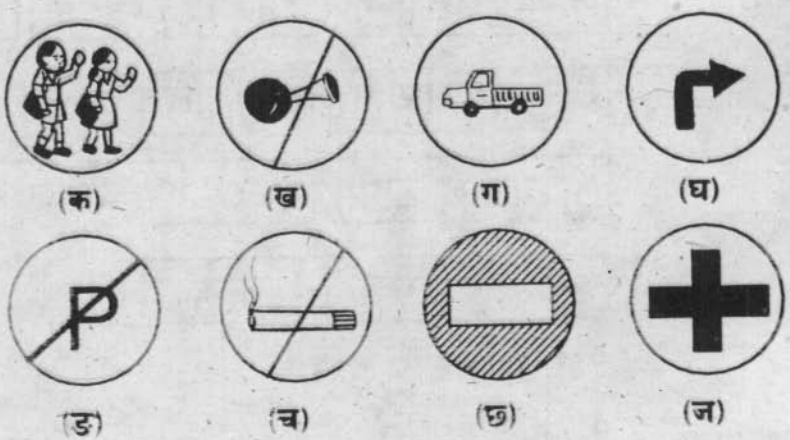
१. गाई
२.
३.
४.
५.
६.
७.
८.

अभ्यास २

• चिडियाखानामा खोरभित्र राखिएको जनावर राम्ररी हेर्न गुडिया खोरको बारमा समाउन पुगिन्। गुडियाको बाले उनलाई तुरुन्तै ताने। किन होला, लेख।

अभ्यास ३

• गुडियाले आफूले देखेका सङ्केतहरूको चित्र लेखिन्। ती सबै सङ्केतहरूको मतलब पनि लेख्न कोसिस गरिन्। त्यस काममा उनलाई मदत गर -



(क) (ख) (ग) (घ)

(ङ) (च) (छ) (ज)

(क) नजिकै विद्यालय छ, होसियारीपूर्वक सवारी चलाउनुहोस्।

(ख) .....

(ग) .....

(घ) .....

(ङ) .....

(च) .....

(छ) .....

(ज) .....

अभ्यास ४ • तिमीले देखेका अरू सङ्केतहरूका चित्र लेख। अनि त्यसको मतलब के हो, लेख।

अभ्यास ५ • चिडियाखानाभित्र जान टिकट किन्नुपर्छ। टिकट किन्ने ठाउँमा तल दिइएको जस्तो एउटा पाटी छ। त्यसमा हेरेर तल सोधिएका प्रश्नको उत्तर लेख -

चिडियाखानाको प्रवेश-दर तथा अन्य शुल्कहरू		
३ वर्षदेखि १० वर्षसम्मका लागि	-	रु. २।-
१० वर्षदेखि माथिका लागि	-	रु. ३।-
क्यामरा, प्रतिगोटा	-	रु. ५।-
हात्ती चढेको, प्रतिव्यक्ति	-	रु.१५।-

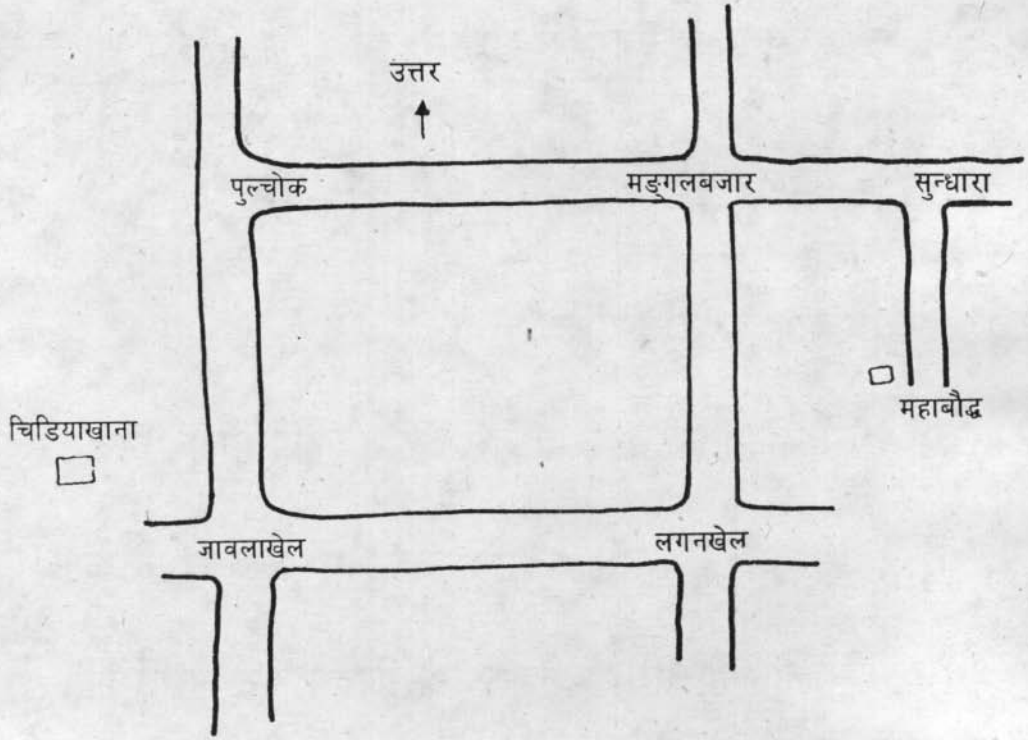
(क) चिडियाखाना हेर्न तिमीले कति रुपियाँको टिकट लिनुपर्छ ?

(ख) तिम्रो बा र तिमी हेर्न गएका भए कतिको टिकट लिनुपर्थ्यो ?

(ग) तिमीलाई हात्तीमा चढेर फोटो खिच्न मन लागे कति रुपियाँ तिर्नुपर्थ्यो ?

अभ्यास ६

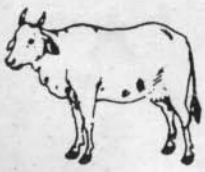
- गुडियालाई चिडियाखाना हेरिसकेपछि पाटनको महाबौद्ध मन्दिर पनि हेर्न मन लागेको छ। उनले कहाँबाट कतातिर जानुपर्छ, ठाउँको नाम र पूर्व, पश्चिम, उत्तर, दक्षिण लेख।



कहाँबाट	कहाँ	कुन दिशातिर
१. जावलाखेल	पुल्चोक	उत्तर
	लगनखेल	
२.		
३.		
४.		

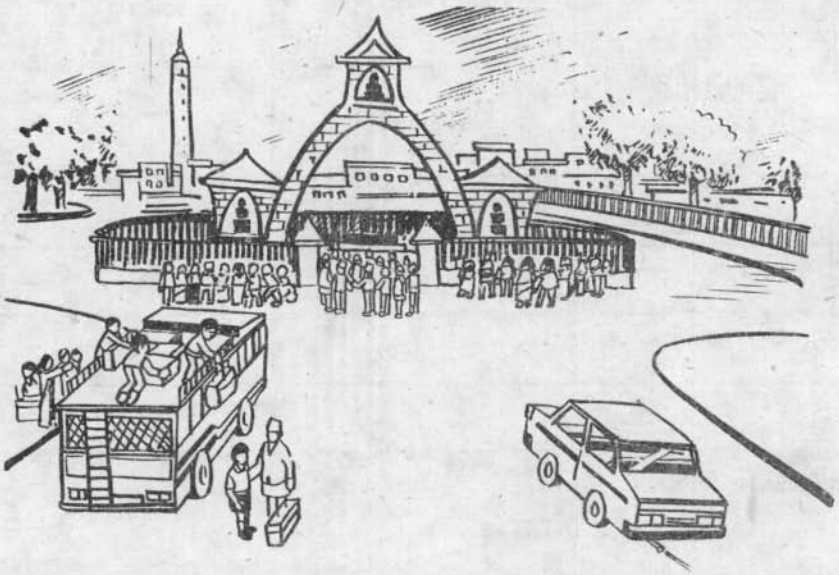
अभ्यास ७ • तिमीलाई मन पर्ने एउटा राष्ट्रिय चिन्हको चित्र लेख ।

अभ्यास ८ • तिमीले भेट्टाएका राष्ट्रिय चिन्हहरूको चित्र जम्मा गर ।



पाठ १४

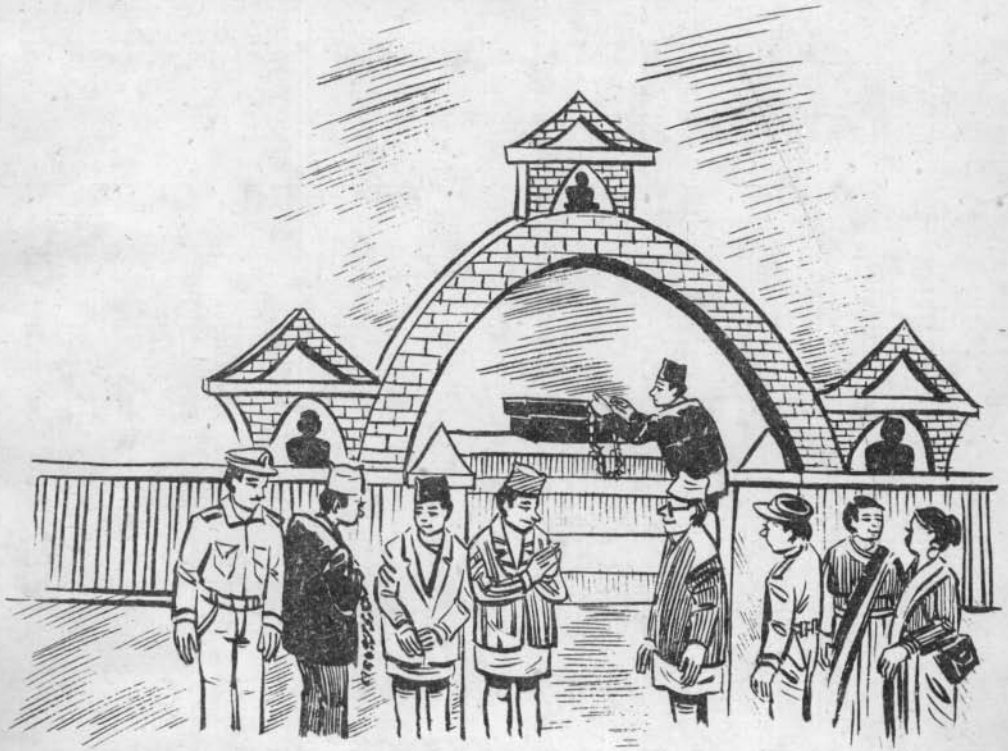
शहीदगेट



नोर्बु कक्षा तीनमा पढ्छन्। उनको विद्यालयमा आज छुट्टी छ। त्यसैले उनी उनका बासँग काठमाडौँ आएका थिए। उनीहरू आएको बस शहीदगेटतिर जान लाग्दा रोकियो। प्रहरीले बसलाई अगाडि जान दिएनन्। सबै मान्छे त्यहीं ओर्ले। शहीदगेटको वरिपरि धेरै मान्छे भेला भएको नोर्बुले देखे। नोर्बुलाई अचम्म लाग्यो - मानिसहरू किन बाटो छेकेर बसेका होलान्!

नोर्बुले बासँग सोधे - "बुवा, मान्छे किन यसरी बाटो छेकेर बसेका ?"

"खै, किन हो कुन्नि ! जाऔं हामी पनि हेर्न ।" नोर्बुका बाले भने । शहीदगेटनजिकै पुगेपछि नोर्बुका बाले मान्छेहरू हातमा फूलमाला लिएर उभिइरहेका देखे । त्यहाँ प्रधान मन्त्री र अरू ठूलठूला मान्छेहरू पनि थिए । यो देखेपछि उनले सम्झे- आज शहीददिवस हो ।



उनले नोर्बुलाई भने - "आज माघ १६ गते हो। आज शहीददिवस हो। त्यसैले तिमीहरूलाई विद्यालयमा छुट्टी दिइएको हो। उनले नोर्बुलाई त्यहाँको ठूलो ढोका देखाएर भने - "उः त्यो ढोका शहीदगेट हो। त्यहाँ चार जना शहीदहरूका सालिक राखिएका छन्। तिनीहरूलाई १९९७ सालमा राणा सरकारले मारेको थियो। त्यसैले तिनीहरूको सम्झनामा शहीददिवस मनाइँदै आएको हो।"

"बुबा, शहीद भनेको के हो ? राणाहरूले तिनीहरूलाई किन मारेको ?" नोर्बुलाई जान्न मन लाग्यो।

बुबाले बताउनुभयो - "त्यति बेला राणाहरूको सरकार थियो। राणाहरू जनतालाई पढ्न र लेख्न दिँदैनथे। लेख्न-पढ्न जानेपछि जनताले विरोध गर्लान् भन्ने राणाहरूलाई डर थियो। राणाहरू जनतालाई केही अधिकार दिँदैनथे। त्यसैले ती वीरहरूले जनतालाई भित्रभित्रै पढ्न र लेख्न सिकाए। तिनीहरूले राणाहरूको नराम्रो कामको विरोध गरे। राणाहरूलाई यो कुरा मन परेन। राणाहरूले ती चारै जनालाई पक्रेर मारिदिए। यस कुराबाट जनता धेरै रिसाए। अनि जनता र त्यस बेलाका राजा श्री ५ त्रिभुवन

मिलेर राणा सरकारलाई हटाए । अनि २००७ सालमा प्रजातन्त्र आयो । स्वतन्त्रता र अधिकारका लागि ती व्यक्तिहरूले आफ्नो ज्यान दिएका थिए । यसरी देशको स्वतन्त्रताका लागि ज्यान दिने मान्छेलाई शहीद भन्छन् । त्यसैले जनताले तिनीहरूको सम्मान गर्न सालिक बनाए ।

"तिनीहरू को-को हुन् त बुबा ?" नोर्बुले सोधे । बुबाले बताउनुभयो - "तिनीहरूको नाम शुक्रराज जोशी 'शास्त्री', गङ्गालाल श्रेष्ठ, दशरथ चन्द, धर्मभक्त माथेमा हो ।"

"त्यसपछि के भयो बुबा ?" नोर्बुले फेरि सोधे । बुबाले जवाफ दिनुभयो - "त्यसपछि २०१५ सालमा जनताले प्रधान मन्त्री चुन्ने अधिकार पाए । २०१७ सालमा जनताले त्यो अधिकार फेरि गुमाए । त्यसपछि २०४७ साल कात्तिक २३ गते नयाँ संविधान बन्यो । अहिलेको संविधानले जनतालाई पढ्ने, लेख्ने, बोल्ने, आफूलाई लागेको कुरा भन्ने जस्ता धेरै अधिकार दिएको छ । त्यसैकारण हामी कात्तिक २३ गते संविधान दिवस मनाउँछौं ।"

अभ्यास १

• नोर्बुले एउटा सालिकको बारेमा यसरी कापीमा लेखे –

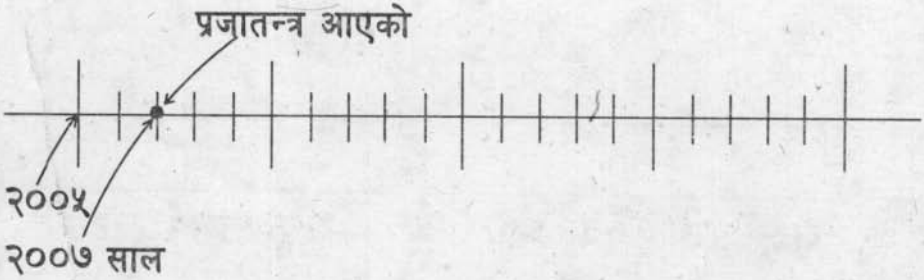
(क) कसको सालिक – श्री ५ त्रिभुवन
(ख) कहाँ राखिएको – बनेपाको चौबाटोमा
(ग) किन राखिएको – २००७ सालमा प्रजातन्त्र ल्याउन मदत गरेकोले

• तिमीले कुनै सालिक देखेका छौ ? छौ भने कसको हो ? कहाँ छ ? र किन राखिएको हो ? देखेका छैनौ भने सबभन्दा नजिक भएको सालिकका बारेमा सोधेर लेख ।

अभ्यास २

• हाम्रो राजाको नाम श्री ५ वीरेन्द्र हो । रानीको नाम श्री ५ ऐश्वर्य हो । राजाको जेठो छोरालाई युवराज भन्छन् । युवराजको नाम ..... हो ।

अभ्यास ३ • तलको समय-रेखामा मिलाएर कुन सालमा के भयो, लेख –



अभ्यास ४ • तलको तालिका कापीमा सार र बाँकी कुरा साथीहरूसँग छलफल गरेर पूरा गर –

के	कहिले	किन ?
१.भानुजयन्ती	असार २९ गते	आदिकवि भानुभक्त जन्मेको दिन
२. विद्यालयको जन्मजयन्ती		
३.	माघ १६ गते	शहीदहरूको सम्झना
४. प्रजातन्त्र दिवस		प्रजातन्त्र आएको दिन
५. संविधान दिवस		अहिलेको प्रजातान्त्रिक व्यवस्थाको संविधान आएको दिन ।
६.	भदौ ४ गते	बालबालिकाहरूको नाममा मनाइने दिन

अभ्यास ५ • तल "क" सूचीमा दिइएको कुनसँग "ख" सूचीमा दिइएको कुरा धेरै मिल्छ, मिलाएर सार -

"क"	"ख"
१. लक्ष्मीप्रसाद देवकोटा	- युवराज
२. भानुभक्त	- मुनामदन
३. श्री ५ दीपेन्द्र वीरविक्रम शाहदेव	- फागुन ७ गते
४. शुक्रराज शास्त्री	- रामायण
५. श्री ५ त्रिभुवन वीर विक्रम शाहदेव	- १९९७
	- कात्तिक २३ गते

अभ्यास ६ • नयाँ संविधान बनेपछि जनताले प्रधान मन्त्री चुन्न पाए । अहिलेका प्रधान मन्त्रीलाई जनताले चुनेका हुन् । कसैसँग सोधेर प्रधान मन्त्रीको नाम कापीमा लेख ।

पाठ १५

दसैँको टीका

कमलको घरमा आज मान्छेको हूल छ । उनका नाता-कुटुम्बहरू सबै कमलका बाकहाँ टीका थाप्न आएका छन् । आज दसैँको दिन हो । उनको घरमा साना मान्छेहरू सबैले ठूला मान्छेहरूका हातबाट टीका थाप्ने चलन छ ।

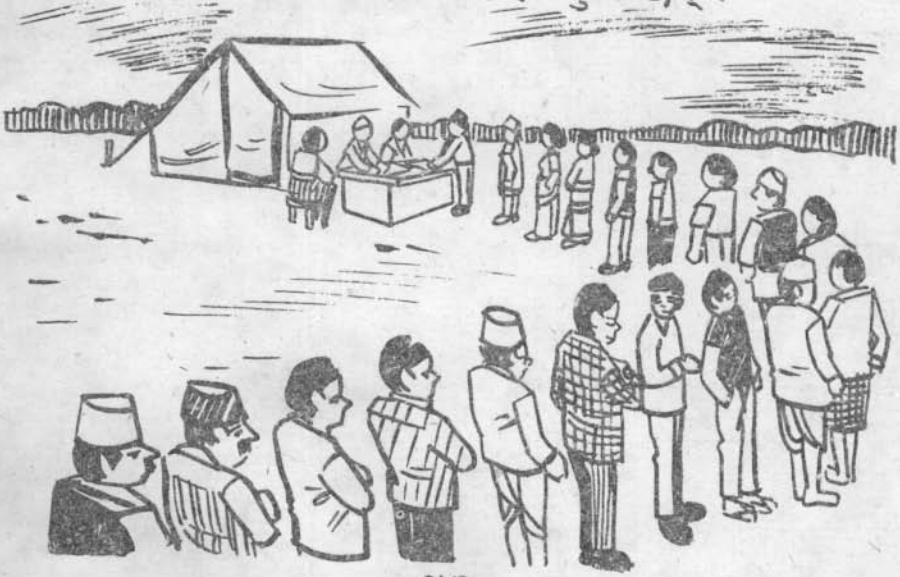
उनका फुपू र फुपूका छोराछोरीहरू पनि टीका थाप्न आएका छन् । दिदी र भिनाजु पनि आएका छन् । कमलका बा सबै जनालाई टीका लगाउँदै छन् । कमलले बीचैमा सोधे - "बा, आज किन सबै जना टीका थाप्न आएका हुन् ? हामी पनि टीका थाप्न जानुपर्छ ?"

कमलका बाले सोधे - "कमल, अहिले कुन चाड हो ? दसैं, हो कि होइन ? हामी किन दसैं मनाउँछौं, तिमीलाई थाहा छ ?" कमलले भने - "थाहा छैन बा । किन हो, भन्नुहोस् न ।"

कमलका बाले भने - "सुन, उहिले-उहिले महिषासुर भन्ने एउटा दैत्य थियो । त्यो दैत्य एकदम खराब थियो । त्यो असाध्यै बलियो पनि थियो । त्यसैले त्यो दैत्य सबै देवताहरूलाई धेरै दु:ख दिन्थ्यो । कोही देवताले पनि उसलाई हराउन सकेनन् । अनि सबै देवताहरू मिलेर देवी दुर्गालाई बोलाए । देवी दुर्गा र महिषासुरको ठूलो लडाइँ भयो । त्यो लडाइँ दश दिनसम्म भइरह्यो । दशौं दिनमा देवी दुर्गाले महिषासुरलाई मारेर लडाइँ जितिन् । त्यसैले यस दिनलाई विजयादशमी पनि भन्छन् । त्यसैलाई सम्झेर हामी दसैं मनाउँछौं । आज दसैंको दशौं दिन हो । यो दिन असल कुराले खराब कुरालाई जितेको दिन हो । त्यसैको खुसियालीमा ठूला मान्छेको हातबाट टीका थाप्ने गरिएको हो, बुझ्यौ ? ल जाऔं, अब हामी पनि जिल्ला विकास समितिका सभापतिकहाँ टीका थाप्न ।"

कमलले फेरि सोधे -"बा, जिल्ला विकास समितिको सभापति भनेको के हो ?"

कमलका बाले भने - " म हाम्रो गाउँको गाउँ विकास समितिको अध्यक्ष हो कि होइन ? हाम्रो गाउँका मान्छेहरूले गाउँको विकास गर्न धेरै मान्छेहरू चुनेका थिए । त्यसमध्ये मलाई अध्यक्षमा चुने । यो कुरा तिमीलाई थाहा छ, हगि ? हो, त्यस्तै किसिमले हाम्रो जिल्लाको विकास गर्न चुनिएको मान्छे जिल्ला विकास समितिको सभापति हो । अनि हाम्रो देशका सबै जिल्लाहरूबाट देश विकास गर्नका लागि प्रतिनिधि सभाका लागि सदस्यहरू चुनिन्छन् ।"



अभ्यास १ • तिम्रो घरमा मनाइने कुनै चाडको नाम र त्यो चाड कसरी मनाइन्छ, लेख । अनि चाड मनाउनुका कारण घरमा सोधेर कापीमा लेख –

चाडको नाम :
कसरी मनाइन्छ :
किन मनाइन्छ :

अभ्यास २ • चाडपर्वबाहेक मान्छेहरूको आफ्नो जातअनुसार रीतिरिवाज र चलन पनि फरक हुन्छ । कमलले आफ्नो जातमा जन्मेदेखि नमरेसम्म गरिने कुराको एउटा यस्तो सूची बनाए –

(क) छैठी
(ख) न्वारन
(ग) बच्चाको पास्नी
(घ) चूडाकर्म
(ङ) व्रतबन्ध

} केटाहरू

(च) इही
(छ) गुफा राख्ने
(ज) विवाह
(झ) बूढाबूढी पास्नी

} केटीहरू

तिमी पनि तिम्रो घरको चलन लेख ।

अभ्यास ३

- चाडपर्व मनाउनुका धेरै कारणहरू हुनसक्छन् । त्यसमध्ये कमलको विचारमा एउटा कारण ; अरू बेला नभेटिने मान्छेहरूसँग रमाइलो गरी मिलिजुली बस्नु, हो ।
- तिम्रो विचारमा चाडपर्व मनाउनुका अरू कुन कारण हुनसक्लान्, कापीमा लेख ।

अभ्यास ४

- तिमीलाई मन पर्ने कुनै एउटा चाडको नाम लेखेर त्यस चाडको बिदामा तिमी कहाँ-कहाँ गयौ, के-के गऱ्यौ र त्यसमा को-को अरू मान्छे थिए, सम्झेर कापीमा लेख -
  - गएका ठाउँहरू
  - गरिएका कामहरू
  - अरू को-को थिए ?

अभ्यास ५

- कमलको छिमेकका मान्छेहरू सिठी पर्वका दिनमा इनार सफा गरेर चून, पोटास आदि हाल्छन् ।
- तिम्रो छिमेकमा पनि यस्तो चलन छ ? कुनै एउटा त्यस्तो चलन र चाडको बारेमा लेख –

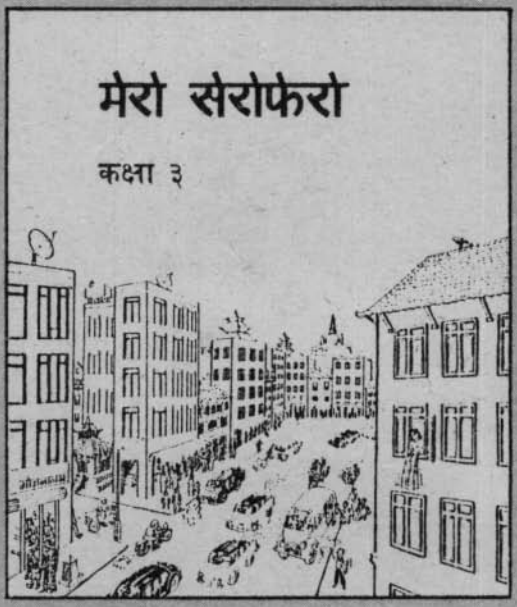
चाडको नाम :
चलन

अभ्यास ६

- कमलको जिल्लाको जिल्ला विकास समतिमा जम्मा ११ जना सदस्यहरू छन् । तिनमा सभापतिको नाम तारानाथ शर्मा र उपसभापतिको नाम गोरक्ष बस्नेत हो । तिमी पनि आफ्नो जिल्लाको बारेमा तलका कुरा सोधेर लेख –

- जिल्ला विकास समितिमा जम्मा सदस्य :
- सभापतिको नाम :
- उपसभापतिको नाम :
- प्रतिनिधि सभाका लागि जिल्लाबाट कति जना :
- प्रतिनिधि सभाका सदस्यका नाम :

किताबलाई माया गर



यो तिम्रो किताब हो ।
यसले तिमीलाई धेरै कुरा सिकाउँछ ।
गाता हालेर यसलाई झोलामा राख ।
यसलाई सफा राख ।
अर्को वर्ष तिम्रा भाइबहिनीले यो किताब पढ्नुपर्छ ।
किताबलाई माया गर ।

जनक शिक्षा सामग्री केन्द्र लिमिटेड (एजुकेसन प्रेस) मा मुद्रित