

एकाइ १

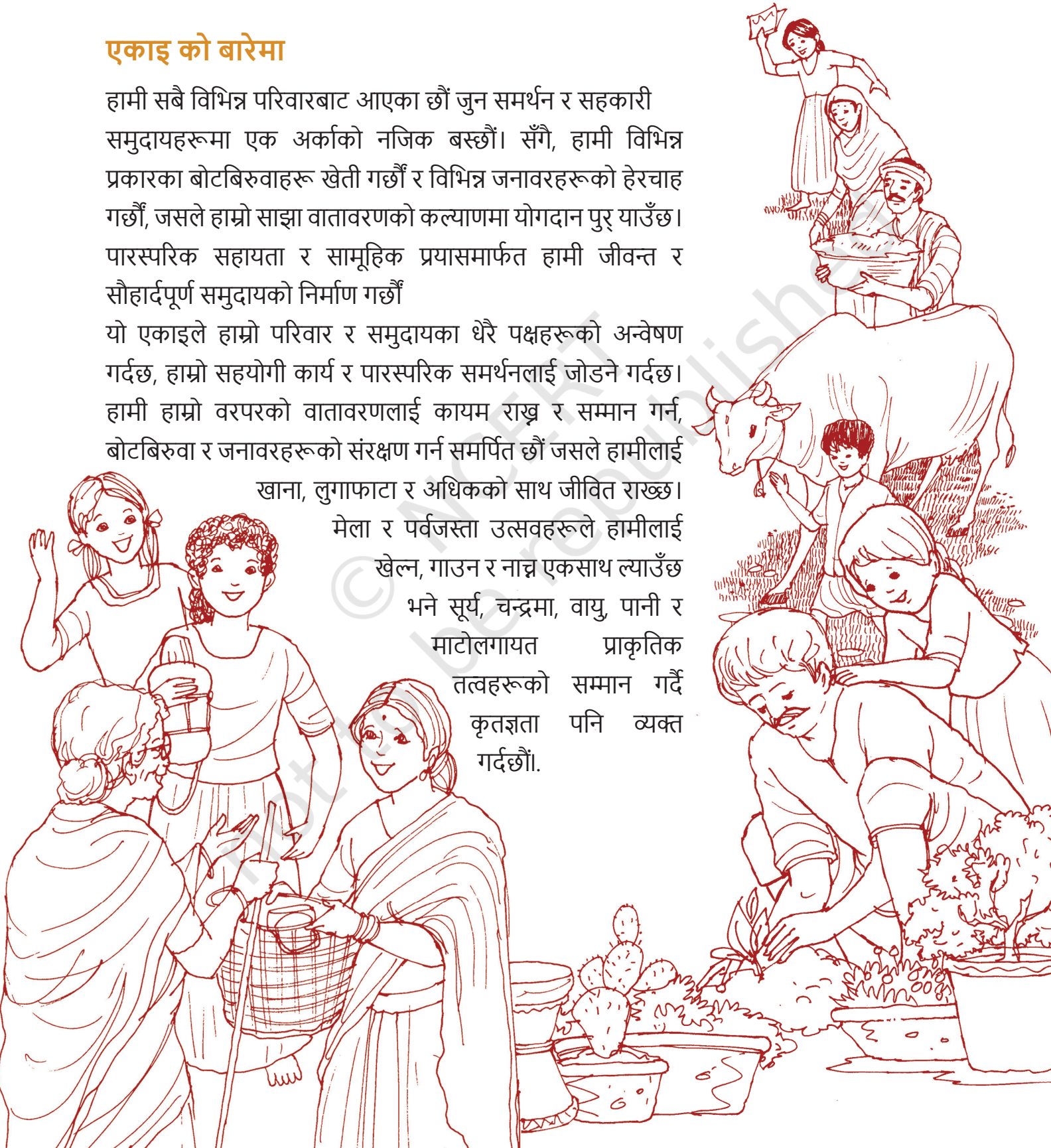
हाम्रो परिवार र समुदाय

एकाइ को बारेमा

हामी सबै विभिन्न परिवारबाट आएका छौं जुन समर्थन र सहकारी समुदायहरूमा एक अर्काको नजिक बस्छौं। सँगै, हामी विभिन्न प्रकारका बोटबिरुवाहरू खेती गर्छौं र विभिन्न जनावरहरूको हेरचाह गर्छौं, जसले हाम्रो साझा वातावरणको कल्याणमा योगदान पुर्याउँछ। पारस्परिक सहायता र सामूहिक प्रयासमार्फत हामी जीवन्त र सौहार्दपूर्ण समुदायको निर्माण गर्छौं।

यो एकाइले हाम्रो परिवार र समुदायका धेरै पक्षहरूको अन्वेषण गर्दछ, हाम्रो सहयोगी कार्य र पारस्परिक समर्थनलाई जोड्ने गर्दछ। हामी हाम्रो वरपरको वातावरणलाई कायम राख्न र सम्मान गर्न, बोटबिरुवा र जनावरहरूको संरक्षण गर्न समर्पित छौं जसले हामीलाई खाना, लुगाफाटा र अधिकको साथ जीवित राख्छ।

मेला र पर्वजस्ता उत्सवहरूले हामीलाई खेलन, गाउन र नाच्न एकसाथ ल्याउँछ भने सूर्य, चन्द्रमा, वायु, पानी र माटोलगायत प्राकृतिक तत्वहरूको सम्मान गर्दै कृतज्ञता पनि व्यक्त गर्दछौं।



शिक्षकलाई लागि टिप्पणी

यस पुस्तकमा चारवटा एकाइ हरू छन्। प्रत्येक एकाइमा तीन पाठ हरू छन्। पहिलो एकाइमा 'हाम्रो परिवार र समुदाय' को बारेमा हो। यी अध्यायहरूमा समावेश गरिएका अवधारणाहरू तल सूचीबद्ध छन्।

अध्याय १: परिवार र मित्रहरूले परिवार भित्रका विभिन्न सदस्यहरू, उनीहरूको अन्तरसम्बन्धित सम्बन्धहरू, उनीहरूले प्रदान गर्ने आपसी समर्थन र सौहार्दपूर्ण रूपमा सहअस्तित्वको अन्तर्निहित आनन्द देखाउँदछ।

अध्याय २: मेलामा जाँदा नजिक र टाढाका परिवारबीचको सम्बन्ध र उनीहरूका आनन्ददायी गतिविधिहरू प्रस्तुत हुन्छन्। परिवारहरू मेलाको भ्रमण गर्न रमाइलो गर्छन्, जहाँ उनीहरूले विभिन्न सामग्रीहरू अन्वेषण गर्छन्, विभिन्न व्यक्तिहरूलाई भेट्छन्, गतिविधिहरूमा संलग्न हुन्छन्, र सँगै रमाइलो वातावरणको आनन्द लिन्छन्। समुदायका सबै परिवारले एकअर्काका लागि कसरी सहयोग गर्छन् र खुसी रहन्छन् भन्ने कुरा पनि उनीहरूले पत्ता लगाउँछन्।

अध्याय ३: चाडबाड मनाउँदा मानिसहरूले चाडबाडको समयमा भोग्ने विभिन्न प्रकारका खाना, पहिरन र सांस्कृतिक अभ्यासहरू देखाउँछन्। सबै उमेरका मानिसहरूले ठूलो आनन्दका साथ सामुदायिक चाडपर्वहरूमा भाग लिन्छन् र सँगै चाडपर्वहरू मनाउँछन्।



- गतिविधिहरूको लागि सान्दर्भिक, स्थानीय र बिना लागत शिक्षण सामग्री (एलटीएम) सङ्कलन गर्नुहोस्। बच्चाहरूलाई साझेदारी र छलफलको लागि अध्याय 1 सुरु गर्नु अघि उनीहरूको परिवारको तस्बिरहरू ल्याउन भन्नुहोस्।
- बालबालिकालाई देखाउनका लागि सामान्य ट्राफिक सङ्केत, स्थानीय खाना, पहिरन र खेलौना आदिको फोटो सङ्कलन गर्नुहोस्।
- भ्रमण र आगन्तुकहरू: भ्रमण, बगैँचा, मेला, ट्राफिक पार्क, स्थानीय पुलिस स्टेशन, क्लिनिक, बजारहरू, आदिको योजना बनाउनुहोस्। स्रोत व्यक्तिहरूलाई आमन्त्रित गर्नुहोस्, उदाहरणका लागि, प्रहरी व्यक्तिहरू, अग्निनियन्त्रकहरू, डाक्टरहरू, पाल्तु जनावरभएका आमाबाबु, हजुरबा हजुरआमा, आदि, यदि भ्रमणहरू सम्भव छैन भने।

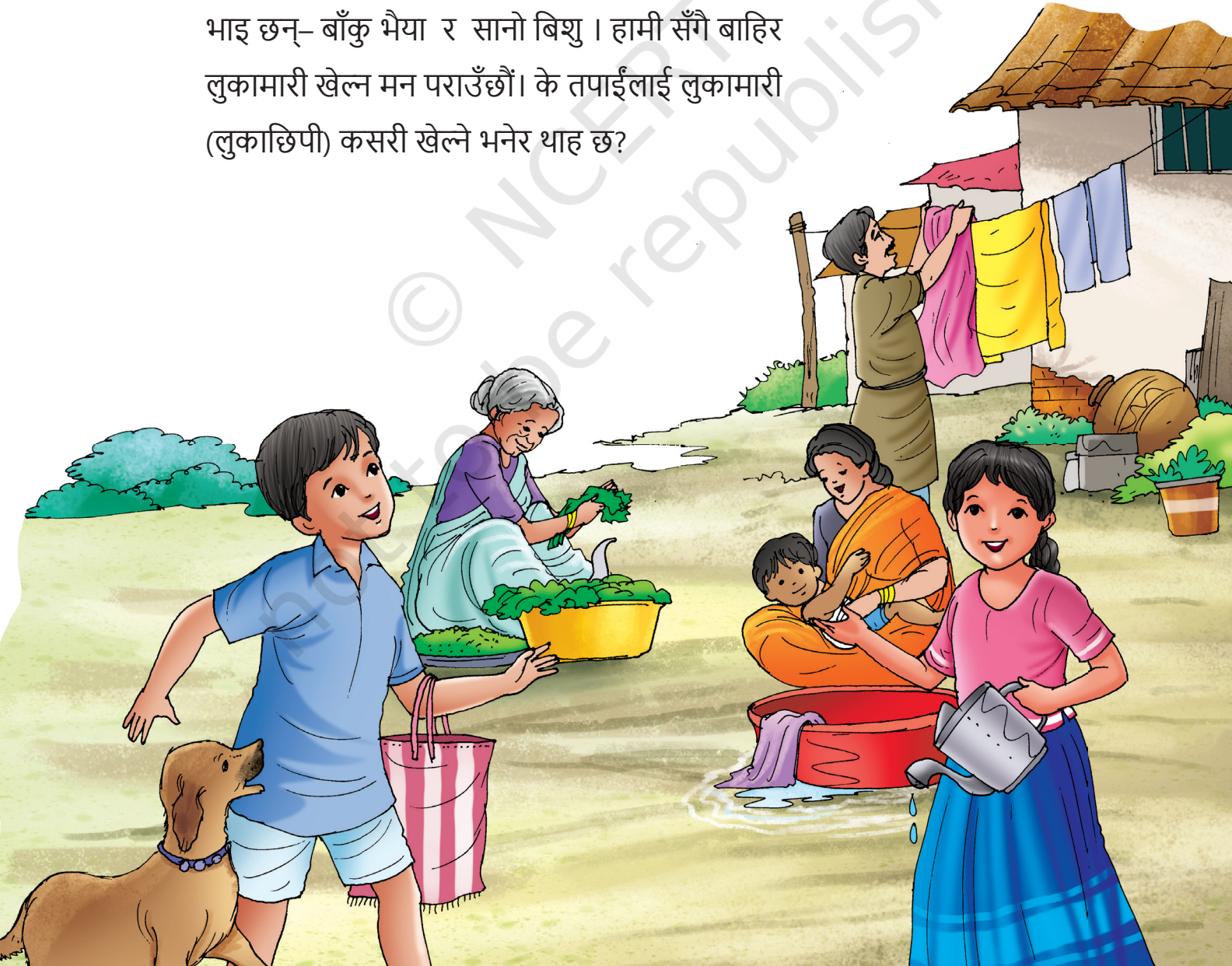


परिवार र साथीहरू



सँगै खेलौं

नमस्ते! मेरो घरमा स्वागत छ! मेरो नाम बेला हो । मेरा दुई भाइ छन्- बाँकु भैया र सानो बिशु । हामी सँगै बाहिर लुकामारी खेल मन पराउँछौं। के तपाईंलाई लुकामारी (लुकाछिपी) कसरी खेल्ने भनेर थाह छ?





घरमा

हामी सबै
बिशुसँग लुकामरी
खेल्न मन पराउँछौं।

हामी घरबाहिरको खुला ठाउँमा खेल्छौं।

हामीले एउटा बगैँचा रोपेका छौं, जसमा थुप्रै
फूल फुल्ने बोटविरुवा छन्। हाम्रा आफन्त,
साथीभाइ र छिमेकीहरू पनि हाम्रो बगैँचामा
आउँछन्। उनीहरू सँगै बसेर कुरा
गर्छन्, ठट्टा गर्छन् र हाँस्छन्।

कहिलेकाहीँ, जब मेरो बुबा र आमा दिनभरिको
कडा कामपछि थकित हुन्छन्, उनीहरू पनि
यहाँ बसेर आराम गर्छन्। हामी सबैले आफ्नो
साँझ सँगै बिताउन मन पराउँछौं।



*लुकामरी एउटा सानो बच्चासँग खेलिने खेल हो, जसमा लुकाएर र अचानक पुनः देखा पर्दै 'पिक-ए-बू' भन्ने खेल समावेश छ।



सँगै गाउँदै

वर्षाको दिनमा हामी बगैंचामा बनाएको सानो छाप्रोमुनि बस्छौं। पानी पर्दा बाहिर बस्दा निकै रमाइलो लाग्छ । हामी अन्ताक्षरी , साँढेको खेल जस्ता खेलहरू खेल्छौं । मेरी आमा र हजुरआमा, जसलाई हामी दादीजी भन्छौं, वर्षाको समयमा तातो पकोडा र चिया बनाउँछन्। हजुरबुबा हजुरआमा सहित हामी सबै सँगै बसेर पकोडाको आनन्द लिन्छौं। धेरै पटक मेरी हजुरआमाले वर्षाको बारेमा गीत गाउँनुहुन्छ। उनले हामीलाई केही गीतहरू सिकाएकी छिन्, त्यसैले हामी पनि गायनमा सामेल हुन्छौं।

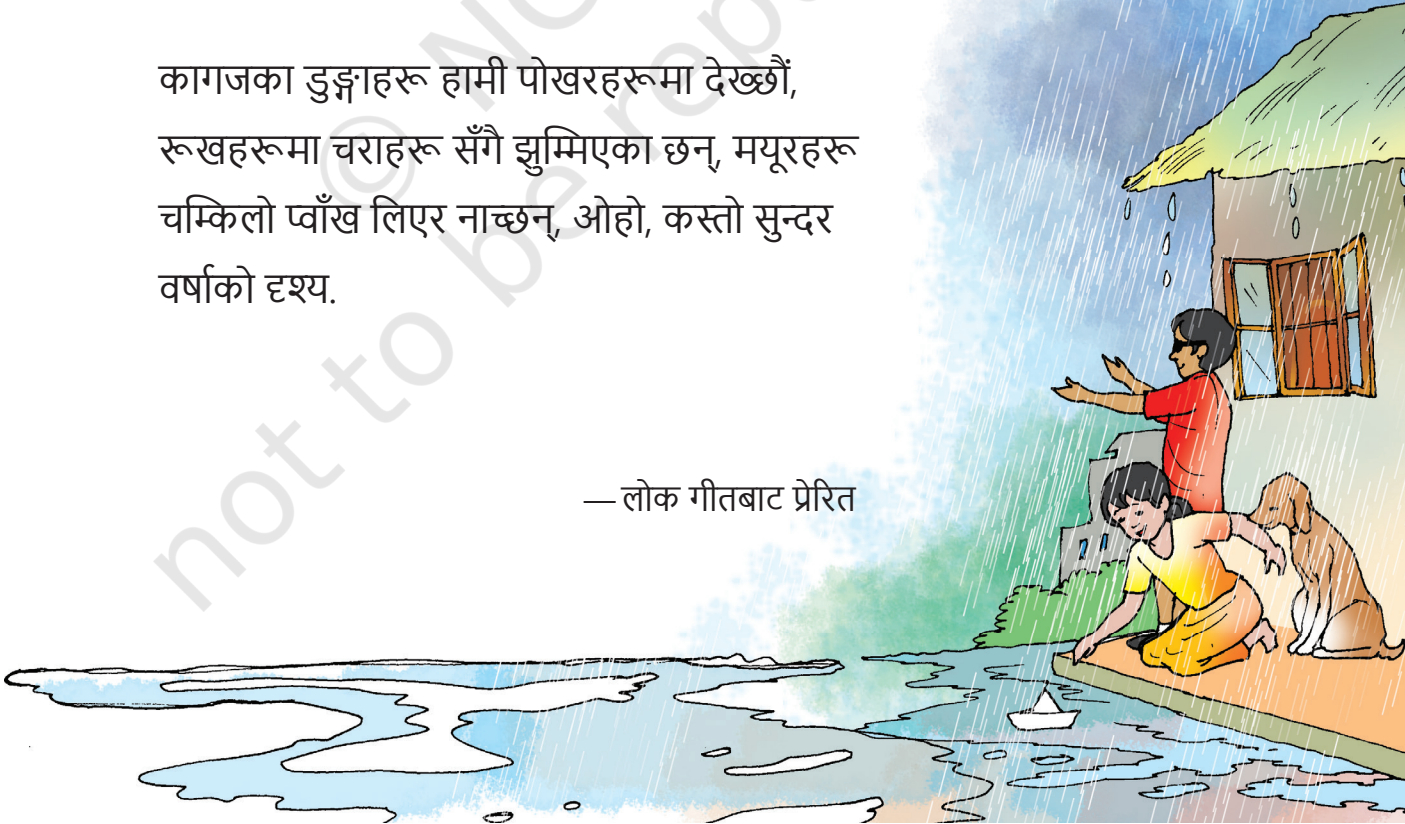


वर्षाको गीत

आकाशमा कालो बादलहरू हेर, वर्षा निरन्तर आउनेछ,
ओह, हामी कसरी वर्षामा भिन्न मन पराउँछौं,
झ्यालका सिसाहरूमा वर्षाका थोपाहरू हेर्नुहोस्।

कागजका डुङ्गाहरू हामी पोखरहरूमा देख्छौं,
रूखहरूमा चराहरू सँगै झुम्मिएका छन्, मयूरहरू
चम्किलो प्वाँख लिएर नाच्छन्, ओहो, कस्तो सुन्दर
वर्षाको दृश्य.

— लोक गीतबाट प्रेरित





छलफल गर्नुहोस्

- बेलाको परिवारमा को-को सदस्य छन्?
- वर्षा हुँदा तपाईं र तपाईंका परिवारका सदस्यहरू के गर्छन्?
- के तपाईं वर्षा गीतको बारेमा सोच्न सक्नुहुन्छ र कक्षामा आफ्ना साथीहरूसँग गाउन सक्नुहुन्छ?



लेख्नुहोस्

तलको तालिकामा आफ्ना परिवारका सदस्यहरूको नाम लेख्नुहोस्:

नाम	तपाईंसँगको सम्बन्ध	तपाईं तिनीहरूलाई बोलाउनुहुन्छ (तपाईं तिनीहरूलाई रूपमा सम्बोधन गर्नुहुन्छ)
उर्मिला	आमाको दीदी /बहिनी	ठूलो /सानो आमा

सँगै हाँस्



मेरो दादाजी (हजुरबुबा) ले बाँकु र मलाई खेल सिकाउनुभयो जुन उहाँ हाम्रो उमेरको हुँदा आफ्ना साथीहरूसँग खेलनुहुन्थ्यो। उहाँ हाम्रा केही खेलहरूमा पनि हामीसँग सामेल हुनुहुन्छ! शिरु हामीसँग जोडिन्छ र चारैतिर दौडन्छ, भुक्छ र आनन्दले आफ्नो पुच्छर हल्लाउँछ। हाम्रो घरमा शिरुको विशेष स्थान छ । उहाँ हाम्रो परिवारको सदस्य हुनुहुन्छ। हाम्रा साथीहरू पनि उनीसँग खेलन मन पराउँछन्। बांकु र बेलाले शिरुलाई कहिल्यै चोट पुर्याएनन्। तिनीहरू आफ्नो खाना शिरूसँग बाँड्छन्।



पत्ता
लगाउनुहोस्

के तपाईंलाई थाह छ, तपाईंका हजुरबा हजुरआमाले सानै हुदाँ कस्तो खेल खेलनुहुन्थ्यो?

परिवारका प्रकारहरू

परिवारहरू ठूला हुन्छन्,
परिवारहरू साना हुन्छन्,
परिवारहरू फरक हुन्छन्,
र हामी ती सबैलाई माया गर्छौं।
परिवारमा आमाबाबु पनि छन्,
छोराछोरी पनि छन्,
र निस्सन्देह हजुरबा हजुरआमा,
र अरूलाई पनि, के तपाईं कसलाई
बताउन सक्नुहुन्छ?



परिवारहरू मानिस हुन्,
जसले तपाईंको ख्याल राख्छन्,
मेरो परिवार विशेष छ,
र तपाईंको पनि छ!!!



तपाईं बेलाको परिवारलाई ठूलो वा सानो परिवार भन्नुहुन्छ?!



एउटा परिवारमा थोरै वा धेरै
सदस्यहरू हुन सक्छन्। यदि
तपाईं आफ्नो छिमेकमा
हेर्नुभयो भने तपाईंले धेरै
प्रकारका परिवारहरू
पाउनुहुनेछ।



छलफल गर्नुहोस्

- वृद्धहरू र परिवारका अन्य सदस्यहरूसित तपाईं कस्तो खेल खेल्नुहुन्छ?!
- तपाईंको घर वा छरछिमेकमा कस्ता जनावरहरू आउँछन्?
- के तपाईंले आफ्नो घरमा आउने जनावरहरू सित खाना बाँडेको छ? आफ्नो अनुभव साझा गर्नुहोस्।
- हामीले जनावरहरूलाई चोट पुऱ्याउनु वा चिढ्याउनु हुँदैन भनेर तपाईं किन सोच्नुहुन्छ?



हाम्रो परिवारका सदस्यहरू, साथीहरू, छिमेकीहरू र नातेदारहरूले हामीलाई माया गर्छन्, हाम्रो हेरचाह गर्छन् र हामीलाई समर्थन गर्छन्। परिवारमा आमाबाबु (आमा र बुबा), हजुरबुवा हजुरआमा (दादीजी र दादाजी), भाइबहिनीहरू (जस्तै बांकु र बेला) र अन्य वृद्धहरू हुन सक्छन्। सबैले एकअर्काको माया गर्छन् र एकअर्काको ख्याल राख्छन्। परिवारले जनावरहरू, रूखहरू र बोटबिरुवाहरूलाई पनि प्रेम र हेरचाह गर्छन्। गाई, भैंसी, कुकुर, सुगा, बिरालो र बाख्रा जस्ता जनावरहरू पनि परिवारको हिस्सा हुन सक्छन्। बेला र बाँकुले आफ्नो पाल्नु जनावर शिरुप्रति जसरी प्रेम र हेरचाह गर्छन्, त्यसरी नै हामीले जनावरहरूप्रति पनि प्रेम र हेरचाह गर्नुपर्छ।



एक अर्काको सहायता गर्दै



गतिविधि १

तपाईंले आफ्नो परिवारमा देख्नुहुने गतिविधिहरू लाई टिक र रङ लगाउनुहोस्। हाम्



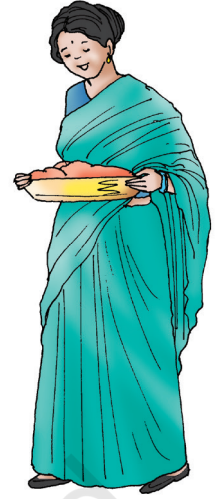


हाम्रो घर हामी सँगै धेरै गतिविधिहरू गर्छौं। मेरो कपाल लामो छ । मेरो हजुरआमा ले मेरो कपालमा तेल लगाई दिनुहुन्छ र बिहान म विद्यालय जानुअघि कपाल कोरी दिनुहुन्छ । यसो गरि रहँदा उनी एउटा गीत गुनगुनाउँछिन्। उनको कुरा सुन्दा मलाई खुसी लाग्छ । मैले उनीबाट धेरै गीत सिकेको छु । खाना पकाउने, सरसफाई गर्ने देखि लिएर किराना सामान किनमेल गर्नेसम्मका घरको काममा आमाबाबुले एकअर्कालाई सहयोग गर्छन्।

मेरो हजुरबा बगैचा खेती गर्न मन पराउनुहुन्छ। बाँकु भैया र म हाम्रा आमाबाबु र हजुरबा हजुरआमा लाई उनीहरूको केही काममा प्रतिदिन सहयोग गर्छौं। बाँकु भैयाले तरकारी सफा गर्न र काट्न सहयोग गर्छ भने म मेरो हजुरबालाई बगैचामा सहयोग गर्छु।



हाम्रो सबैभन्दा नजिकको साथी मुन्नी हो । उनी र उनकी आमा कुसुम मौसी (आमाको नजिकको साथी जो बहिनी जस्तै हुन्) हाम्रो घर नजिकै बस्छन् । कुसुम मौसी उत्कृष्ट कुक हुन् । चाडबाडको समयमा उनी हाम्रा लागि स्वादिष्ट मिठाइ र विशेष परिकार बनाउँछिन् । हाम्रो घरमा उनी र मुन्नी सबै चाडहरूमा हामीसँग सामेल हुन्छन् ।



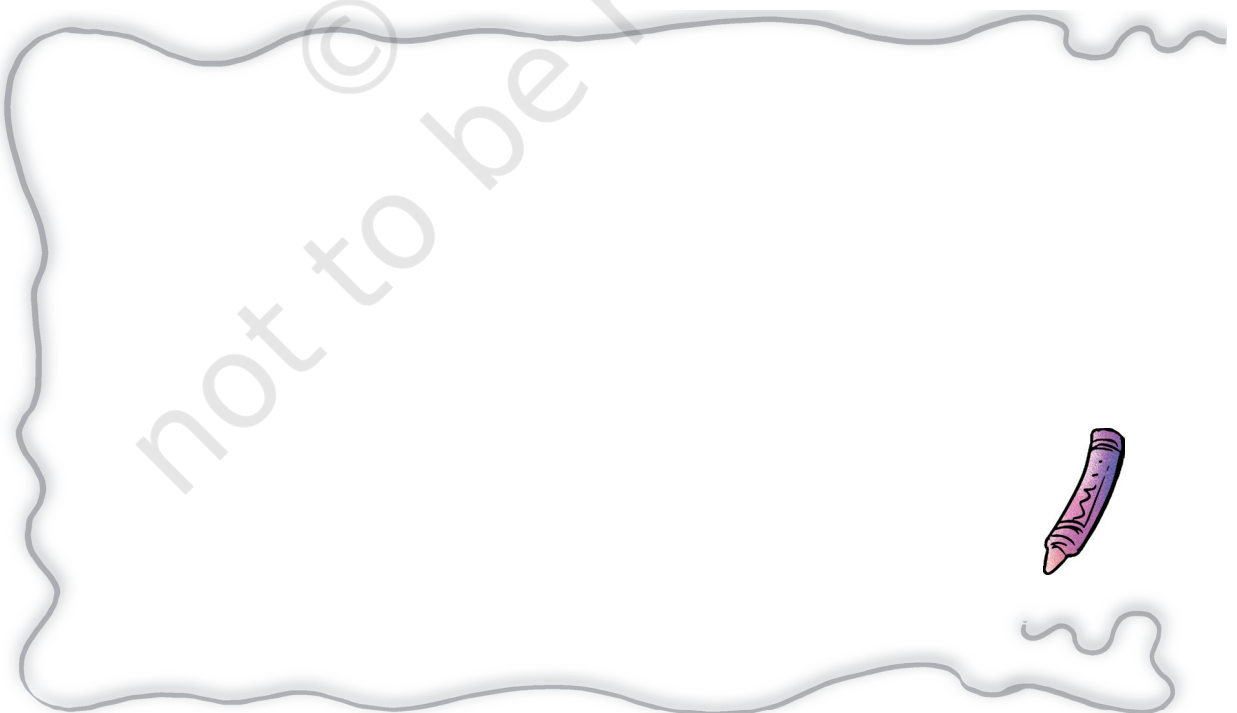
मुन्नी रंगोली बनाउन माहिर छिन् । उनी विभिन्न सुकेका फूलबाट बनेका रङहरू प्रयोग गर्छिन् । कहिलेकाहीं उनी पात र फूल पनि प्रयोग गर्छिन् ।

म उसलाई सहयोग गर्न मन पराउँछु ।



कोर्नुहोस्

तपाईंको परिवारका सदस्यहरूले एकअर्कालाई कसरी सहयोग गर्छन् भनेर देखाउन तपाईं थप चित्रहरू कोर्न सक्नुहुन्छ ।



हामी सबैले आफ्नो परिवारका सदस्य र छिमेकीहरूबाट धेरै कुरा सिक्छौं !

- तपाईंले आफ्नो परिवारबाट के सिक्नुभयो र को बाट सिक्नुभयो??
- के तपाईंबाट कसैले केही सिकेको छ?



गतिविधि २

भुइँमा झरेका केही पात र फूलहरू सङ्कलन गर्नुहोस् र रंगोली सिर्जना गर्नुहोस्।



छलफल गर्नुहोस्

- तपाईं आफ्नो परिवारलाई कसरी सहयोग गर्नुहुन्छ?
- परिवारका केही सदस्यहरूलाई विशेष हेरचाह र सहयोग चाहिन्छ जस्तै हजुरबुबा हजुरआमा, साना बालबालिका वा बिरामी व्यक्तिहरू। तपाईं उहाँहरूलाई कसरी मद्दत गर्नुहुन्छ?



बिस्मय

- तपाईंको परिवारमा सबैभन्दा जेठो व्यक्ति को हो?

- तपाईंको परिवारमा सबैभन्दा कान्छो व्यक्ति को हो?

- तपाईंको परिवारमा सबैभन्दा अग्लो व्यक्ति को हो?

- के तपाईंको परिवारमा कोही सदस्य हरू छन् जो तपाईंसँग बस्दैनन्? तिनीहरू को हुन् र तिनीहरू कहाँ बस्छन्? तपाईं तिनीहरूलाई कति पटक भेट्नुहुन्छ?

शिक्षकका लागि टिप्पणी

बच्चाहरूलाई विभिन्न सामग्रीहरू प्रयोग गरेर रंगोली बनाउन सकिन्छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस्।

गतिविधि २ कक्षाको भुइँमा, पर्यवेक्षण अन्तर्गत गर्न सकिन्छ।



- घरमा वा छरछिमेकमा तपाईंसँग खेल्ने साथीहरूको नाम के हो?



गतिविधि ३

तलका चित्रहरू हेर्नुहोस् र बेलाको आफ्नो परिवारका सबै सदस्यहरू सँगको सम्बन्ध लेख्नुहोस्।





गतिविधि ४

तपाईंको परिवारका सदस्यहरूको चित्र कोर्नुहोस् र उनीहरूसँग तपाईंको सम्बन्ध लेख्नुहोस्। तपाईंले पृष्ठ १३ मा दिइएको उदाहरण हेर्न सक्नुहुन्छ।





लेख्नुहोस्

तपाईंको परिवारलाई भेट्न आउने नातेदारहरूको नाम लेख्नुहोस्। तिनीहरू तपाईंसँग कसरी सम्बन्धित छन्?

नातेदार को नाम	तपाईं कसरी सम्बन्धित हुनुहुन्छ?	तिनीहरूलाई के भन्नुहुन्छ?

एउटा परिवारमा बेला र बाँकुले जस्तै हामी पनि घरको दैनिक काममा भाग लिन्छौं। हाम्रो परिवारमा हामीसँग नबस्ने नातेदारहरू पनि समावेश छन्। तिनीहरू हाम्रा आमाबाबु (आमा वा बुबा) मार्फत हामीसँग सम्बन्धित छन्।



पत्ता
लगाउनुहोस्

- बेलाको परिवारमा सबैले केही न केही काम गर्छन् ।
- तपाईंको परिवारमा कसले के काम गर्छ?
- पत्ता लगाउनुहोस् र पृष्ठ १६ को तालिका भर्नुहोस्।



कार्य	यो कसले गर्छ?
खाना पकाउने	
बोटबिरुवामा पानी हाल्ने	
चीजहरू सुधार गर्दै (घरको सामानहरू मर्मत गर्ने, बटन सिउने, आदि)	
घर सफा गर्ने	
बजारबाट सामान किन्ने	

तपाईं आफ्नो परिवारका सदस्यहरूले तपाईंको घरमा गर्ने अन्य कामहरूको सूचीमा थप्न सक्नुहुन्छ।

परिवार र साथीहरूसँग रमाइलो

त्यो छुट्टी को दिन थियो! हामी सबै हाम्रा दादाजीसँग पार्कमा गयौं। जब हामी त्यहाँ पुग्यौं, हाम्रा धेरै साथीहरू पिठो खेल्दै थिए। निकु, रिंकी, रोहित, रोनी र तारा एकअर्कालाई छिटो दौडन र छिटो ढुङ्गा राख्न बोलाइ रहेका थिए।

हामी उनीहरूसँग सामेल भयौं र दुई टोली बनायौं। दादाजीले एउटा भकुन्डो ल्याउनुभयो। उहाँले ढुङ्गाहरूलाई हिकाउनुभयो र ती सबैलाई तितर-बितर पार्नुभयो। हामी सकेसम्म छिटो ढुङ्गाहरू थपन दौडियौं। रोहित, निकु र रोनीले हामीलाई भकुन्डोले हात्रे कोसिस गरे हामीलाई हराउन। यो रमाइलो थियो। हामीलाई थकान महसुस हुन थाल्यो केही समयपछि



दादाजीले हामीलाई केही समय आराम गर्न भन्नुभयो । लगभग २० मिनेटपछि उहाँले हामीलाई केही आइसक्रिम किनि दिनुभयो। चाँडै अँध्यारो हुन थाल्यो र हामी घर गयौं। हामी खेलन, हाँस र सँगै खाना निकै रमाइलो गर्यौं!

चिन्तन गरौं

क. लेख्नुहोस्

१. परिवारका सदस्यहरूले एकअर्का प्रतिको प्रेम र हेरचाह कसरी देखाउँछन्?
२. तपाईं आफ्ना साथीहरूसँग कस्तो खेल खेल्नुहुन्छ?

ख. कोर्नुहोस्

तपाईंले आफ्नो परिवारसँगै रमाइलो गरेका केही खुसीका क्षणहरू कोर्नुहोस्।



ग . छलफल गर्नुहोस्

१. परिवारका वृद्धहरुबाट तपाईं के सिक्नुहुन्छ?
२. परिवारका सदस्यहरुप्रति हाम्रो प्रेम र हेरचाह कसरी देखाउन सक्छौं?
३. हामी परिवार बाहिरका धेरै मानिसहरुको ख्याल राख्छौं। उहाँहरु को हुनुहुन्छ? हामी तिनीहरुको हेरचाह कसरी गर्न सक्छौं?

घ . गतिविधि

फेला पार्नुहोस् र वृत्त गर्नुहोस्

तलको ग्रीडमा खेलसँग सम्बन्धित पाँच शब्दहरु वृत्त गर्नुहोस्। तपाईंको लागि एउटा उदाहरण प्रस्तुत गरिएको छ।

श	त	रं	ज	प	ले	खे
डै	टू	के	ल	ट्	टू	लौ
ब	ल	जो	हे	ज्	जा	ना
ढ	प	गु	गू	श	मा	टे
गु	ब	ल	ला	प	री	गे
डि	ची	यो	ग	ऋ	ड	
या	पु	लो	ठु	ई	ली	

