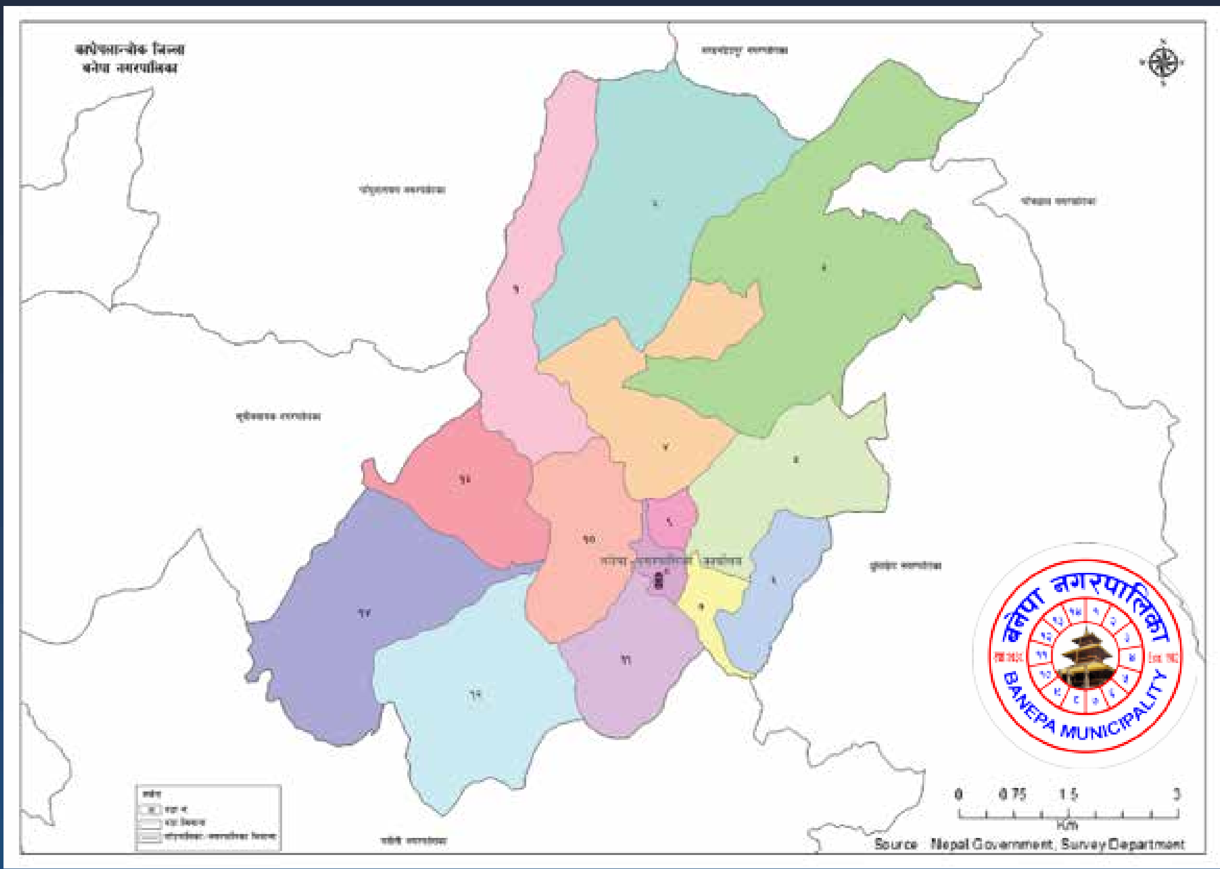
बनेपा परिचय

कक्षा २



बनेपा नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

बनेपा काभ्रेपलाञ्चोक

संरक्षक

शान्तिरत्न शाक्य
प्रमुख

सल्लाहकारहरू

बिमला सापकोटा (दाहाल)
उपप्रमुख

पोषण लामिछाने
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

देवराज निरौला
उप-सचिव

लेखन सल्लाहकार

श्यामसिंह धामी
शिवराज त्रिपाठी
रेणुकान्त भट्टराई
हिरा शर्मा नेपाल

लेखक

विनय मंग्राती
सञ्जु नेपाल
रन्जिता हुमागाइँ
रसिला सिग्देल
विजयभक्त कायष्थ
सोमा श्रेष्ठ
सुमित्रा पन्थी
सलिस्मा कायष्थ
शारदा घिमिरे भैल
आनन्द दाहाल
दुर्गा थापा राना
बिना बिमली
शिव विश्वकर्मा
तारा बास्तोला

सम्पादन

प्रथम संस्करण

शारदा बल्लभ नेपाल
मीरादेबी पन्त

भाषा सम्पादन

रीता बादे श्रेष्ठ

द्वितीय संस्करण

प्रा. डा. किशोर श्रेष्ठ
प्रा. भोला के. सी.
सहसचिव जयराम अधिकारी
सहसचिव वसन्त कोइराला
डा. चन्द्र प्र. लुइटेल
विज्ञ हरि शंकर मानन्धर
शाखा अधिकृत युवराज अधिकारी
विज्ञ कमला कायस्थ
विज्ञ माधव अधिकारी
शाखा अधिकृत शिवराज त्रिपाठी
मा.शि. रेनुकान्त भट्टराई
प्र.अ. माधव लामिछाने
प्र.अ. माधव प्र. तिमल्सिना

कम्प्यूटर लेआउट

शान्ता श्रेष्ठ
नबिन श्रेष्ठ
रवि लामा
गंगाराम ठकुरी

प्रकाशक

बनेपा नगरपालिका

बनेपा नगरपालिकाको कार्यालय, बनेपा काभ्रेपलाञ्चोक

प्रथम संस्करण : २०७८

द्वितीय संस्करण : २०८१

प्रमुखको भनाइ

नेपालको संविधानले माध्यमिक तहसम्मको शिक्षाको व्यवस्थापन गर्ने अधिकार स्थानीय तहलाई प्रदान गरेको छ । शिक्षाको विकासका लागि स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा प्रभावकारी कार्यान्वयनलाई महत्वपूर्ण प्रयासको रूपमा लिएको छ । यसका लागि राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ ले आधारभूत तह (कक्षा १-३) मा मातृभाषिक सिप/स्थानीय विषयवस्तुसम्बन्धी क्रियाकलाप समावेश गरी पाठ्यभार ५ र वार्षिक पाठ्यघन्टा १६० कायम गरेको छ । त्यसै गरी राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूपमा आधारभूत तहकै कक्षा ४-८ मा मातृभाषा वा अन्य कुनै स्थानीय विषयवस्तुको पाठ्यभार ४ र पाठ्यघन्टा १२८ तोकिएको छ । यसलाई कार्यान्वयन गर्न स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी यहाँको स्थानीय आवश्यकतालाई आत्मसातगरी स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा कार्यान्वयन मार्गदर्शन, २०७६ का प्रक्रियाका आधारमा बनेपा नगरपालिकाबाट स्थानीय पाठ्यक्रमको निर्माण गरी कक्षा २ को 'बनेपा परिचय' पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको हो । बनेपा नगरकार्यपालिका र नगर शिक्षा समितिको निर्णयानुसार शैक्षिक सत्र २०७७ मा कक्षा १ र कक्षा ८, शैक्षिक सत्र २०७८ मा कक्षा २, कक्षा ५ र कक्षा ७ र शैक्षिक सत्र २०७९ मा कक्षा ३, कक्षा ४ र कक्षा ६ को स्थानीय पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक विकास र लागू भइसकेको छ । शैक्षिक सत्र २०८० देखि यसलाई परिमार्जित रुपमा विकास गरिएको छ ।

स्थानीय पाठ्यक्रमको विकास तथा कार्यान्वयनले विद्यार्थीलाई विश्वव्यापीरूपमा सोच्ने र स्थानीय आवश्यकतानुसार कार्य गर्न सक्ने बनाउनुको साथ साथै स्थानीय सन्दर्भमा सोच्ने, कार्य गर्ने र समालोचनात्मक हुने क्षमताको विकास गर्दछ । यसका साथै स्थानीय ज्ञान, सिप र प्रविधिलाई विश्वसँग जोड्न र विश्वव्यापी ज्ञान, सिप र प्रविधिलाई स्थानीय परिवेशमा प्रयोग गर्न जोड दिन्छ । यसले स्थानीय मूल्य, मान्यता, रीतिरिवाज, संस्कार, संस्कृति, पेसा, व्यवसाय र प्रविधिको संरक्षण र संवर्धनमा सहयोग पुऱ्याउनुका साथै तिनको हस्तान्तरणमा योगदान पुऱ्याउँछ ।

'बनेपा परिचय' स्थानीय पाठ्यपुस्तक कक्षा २ विकास र संशोधनमा संलग्न सबै प्रधानाध्यापकहरू, शिक्षकहरू, विज्ञहरू, कर्मचारीहरू, लेखकहरू, जनप्रतिनिधिहरू, कार्यदल, नगर शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरू, नगर कार्यपालिका सदस्यहरूलाई हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु । आगामी दिनमा पनि स्थानीय पाठ्यक्रम कार्यान्वयनमा सम्बद्ध पक्षहरूबाट आवश्यक सहयोग प्राप्त हुने विश्वास गरेको छु । यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक सबै विद्यालयहरूमा पूर्ण कार्यान्वयन हुने आशा र विश्वास समेत व्यक्त गर्दछु ।

जय बनेपा !

शान्तिरत्न शाक्य
प्रमुख
बनेपा नगरपालिका, काभ्रेपलाञ्चोक

हाम्रो भनाइ

स्थानीय पाठ्यक्रमले स्थानीय तहमा रहेका ज्ञान, सिप, स्रोत, कला, परम्परा र संस्कृतिको विकास र प्रवर्द्धनमा टेवा पुऱ्याउने काम गर्दछ । स्थानीय पाठ्यक्रमले स्थानीय परिवेश, आवश्यकता, परम्परा, व्यवसाय, भूगोल, संस्कार, इतिहास, प्रविधि, आदिको विकास र संरक्षण कार्यमा मद्दत पुऱ्याउने काम गर्दछ । यसले विद्यार्थीहरूलाई आफू बसोबास गर्ने तथा आफू अध्ययन गर्ने स्थानीय तहसँग सम्बन्धित सबै जानकारी दिने प्रयास गर्दछ । चेतनाको विकासले सबैखाले समस्याहरूको समाधानमा सहयोग पुऱ्याउँदछ । तसर्थ स्थानीय पाठ्यक्रमले स्थानीय समस्याहरूको अध्ययन र समाधान कार्यमा भाइबहिनीहरू माफ चेतनाको स्तरको विकास कार्यमा निकै महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने गर्दछ । स्थानीय निकायभित्र अवस्थित भौगोलिक ऐतिहासिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षणमा यसले सहयोग पऱ्याउँदछ । स्थानीय निकायअन्तर्गत पर्ने कला, संस्कृति, परम्परा, सिप रैथाने ज्ञानको पहिचान, संवर्धन र विकासका लागि चाहिने चेतना विद्यार्थी भाइ बहिनीहरूमा विकास गर्ने मुख्य उद्देश्य स्थानीय पाठ्यक्रमले बोकेको हुन्छ ।

यसै परिप्रेक्ष्यमा स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ ले प्रदान गरेको अधिकार प्रयोग गरी स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा निर्माण मार्गदर्शन, २०७६ अनुसार आधारभूत तहको कक्षा १–८ सम्मको लागि बनेपा नगरपालिक(द्वारा 'बनेपा परिचय' स्थानीय विषयमा पाठ्यक्रमको विकास गरिएको हो । पाठ्यक्रममा उल्लेखित सक्षमता र उद्देश्यहरू हासिल गर्न सहयोग पुग्ने गरी यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक विकासमा अमूल्य सल्लाह सुझावहरू प्रदान गर्नुहुने संरक्षक नगर प्रमुख श्री शान्तिरत्न शाक्यज्यू, प्राविधिक तथा प्रशासनिक सहयोग प्रदान गर्न हुने सल्लाह(कारद्वय उपप्रमुख श्री विमला सापकोटा (दाहाल)ज्यू र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत श्री भोलाप्रसाद चापागाईंज्यूका साथै लेखकहरू, सम्पादकहरू, टाइपिङ तथा डिजाइनमा संलग्न सम्पूर्ण महानुभावहरूलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौं ।

बनेपा नगरपालिकाभित्रका सम्पूर्ण विद्यालयहरूमा यो स्थानीय पाठ्यपुस्तक कार्यान्वयन गरिनेछ । यो पाठ्यपुस्तकका विषयवस्तुहरू कार्यान्वयन गर्न शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप महत्वपूर्ण हुन्छ । यसका लागि शिक्षकले स्थानीय ज्ञान, सिप, प्रविधि, विज्ञको अनुभव तथा सहयोग लिई कार्यान्वयन गर्न सक्नुपर्छ । यसैगरी पाठ्यपुस्तकको कार्यान्वयन प्रभावकारी बनाउन विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावकलगायत सम्पूर्ण सरोकारवालाहरूको भूमिका महत्वपूर्ण ठानिएको छ ।

अन्त्यमा आगामी दिनमा यस पाठ्यपुस्तकलाई अद्यावधिक र परिमार्जन गर्न सबै सरोकारवालाहरूबाट अमूल्य तथा रचनात्मक सुझावहरू प्राप्त हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

शिक्षा, युवा तथा खेलकूद शाखा

लेखक भनाइ

संयुक्त राष्ट्रसंघ र विश्वविद्यालयहरूले समेत स्थानीय सम्पदाहरूको जगेर्ना गर्नका लागि विभिन्न कदम पनि चाल्दै आएको परिप्रेक्षमा यी सम्पत्तिहरूको संरक्षण गरी भावी पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्नु स्थानीय सरोकारवाला तथा सम्बन्धित निकायको जिम्मेवारी हो । यसै सन्दर्भमा बनेपा नगरपालिकाले आफ्नो स्थानीयताको पहिचान, संरक्षण र प्रवर्धनका लागि निर्माण गरेको स्थानीय पाठ्यक्रमको आधारमा विभिन्न स्थानीय जनप्रतिनिधिहरू, बुद्धिजीवीहरू, पाठ्यक्रमका विज्ञहरू, स्रोत व्यक्तिहरूबाट सल्लाह, सुझाव, अनुभव तथा ज्ञान सङ्कलन गरी कक्षा २ को यो पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको छ ।

पाठ्यपुस्तक निर्माण कार्यमा अवसर प्रदान गर्नुहुने बनेपा नगर कार्यपालिकाको कार्यालयप्रति हामी हार्दिक आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौं । यस कार्यमा सधैं उत्प्रेरकको भूमिका खेली इतिहासका ज्ञान दिनुहुने बनेपा नगरका इतिहासविद् श्री ज्ञानकाजी मानन्धरज्यूप्रति हामी सधैं आभार व्यक्त गर्दछौं । यसै गरी यस कार्यमा लाग्न सधैं प्रोत्साहन गर्ने, हौसला बढाई सल्लाह, सुझाव दिनुहुने यस विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्री हिरा शर्मा नेपालज्यूलाई पनि हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछौं । साथै चित्र बनाएर सहयोग गर्नुहुने यस विद्यालयका संलग्न विद्यार्थीहरूप्रति पनि आभारी छौं । त्यसैगरी हामीलाई पाठ्यपुस्तक निर्माण गर्न पृष्ठपोषण दिनुहुने शिक्षा सदन विद्यालय परिवारप्रति पनि कृतज्ञता प्रकट गर्दछौं ।

पाठ्यपुस्तक निर्माण समितिद्वारा यहाँको इतिहास, भूगोल, संस्कृति, कला, रीतिरिवाज, जातजाति, पेशा, प्रविधि, पर्यटन, स्रोत र साधनलगायत विभिन्न क्षेत्रमा केन्द्रित रही तयार पारिएको यो पाठ्यपुस्तक विद्यार्थीका लागि निकै नै उपयोगी र प्रभावकारी हुने विश्वास पनि गरिएको छ साथै स्थानीय कुराहरूको ज्ञान स्थानीय स्रोत व्यक्ति र शिक्षकहरूमा नै बढी हुने हुनाले यस पाठ्यपुस्तकलाई आधार बनाई शिक्षकहरूले आफ्नो परिवेशअनुसार अध्यापन गराउनुहुनेछ भन्ने आशा पनि राखिएको छ ।

विद्या सागर पाठ्यपुस्तक निर्माण समिति

बिषय सूची

एकाइ १. बनेपा नगरपालिकाको परिचय

पाठ १. बनेपाका वडाहरु र मेरो वडा १

पाठ २. वडा कार्यालय ६

एकाइ २. प्राकृतिक स्रोत र सम्पदा

पाठ १. खोला नाला ८

पाठ २. जमिन ११

पाठ ३. वनजङ्गल १३

पाठ ४. ढुङ्गेधारा र पोखरी १५

एकाइ ३. संस्कार र संस्कृति

पाठ १. हाम्रो संस्कृति १७

पाठ २. मेरो वडामा मनाइने जात्रा र चण्डेश्वरी जात्रा १९

पाठ ३. करूणामय जात्रा २१

पाठ ४. साँगा जात्रा (विस्का जात्रा) २३

पाठ ५. स्थानीय बाजा २६

एकाइ ४. स्थानीय पेसा उद्यमशीलता र प्रविधि

पाठ १. मेरो परिवारको पेसा २९

पाठ २. सिलाइ र बुनाइ ३२

पाठ ३. व्यापार ३५

पाठ ४. उद्योग ३७

एकाइ ५. स्वास्थ्य, सरसफाइ र खेलकुद

पाठ १. विद्यालयको सरसफाइ ३९

पाठ २. शौचालय ४४

पाठ ३. हाम्रो सार्वजनिक स्थलको सरसफाइ ४५

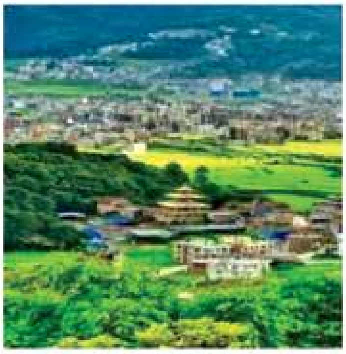
एकाइ ६. बनेपाको हावा पानी र करेसाबारी

पाठ १. बनेपाको हावापानी ४७

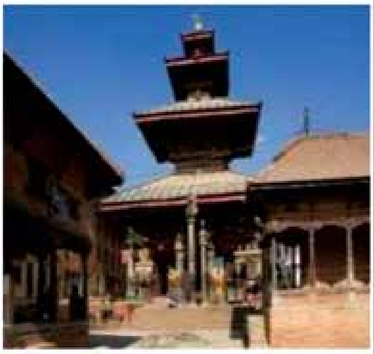
पाठ २. करेसाबारी ५०

पाठ ३. करेसाबारीको महत्त्व ५२

मेरो सुन्दर बनेपा



बनेपा बजार

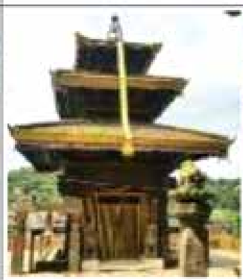


नाला भगवती

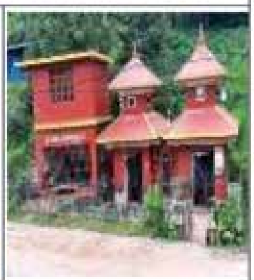
धनेश्वर मन्दिर

चण्डेश्वरी मन्दिर

पुण्यमाता खोला



श्री संकष्ट नासिका भवानी



बूढा गणेश

गीत गाऔं

सुन्दर, शान्त मेरो ठाउँ
बनेपा हो यसको नाउँ ।

धुलिखेल छ पूर्वतिर
भक्तपूरचाहिँ पश्चिमतिर ।

मण्डन देउपुर उत्तर पऱ्यो
पनौती राम्रो दक्षिण फर्क्यो ।

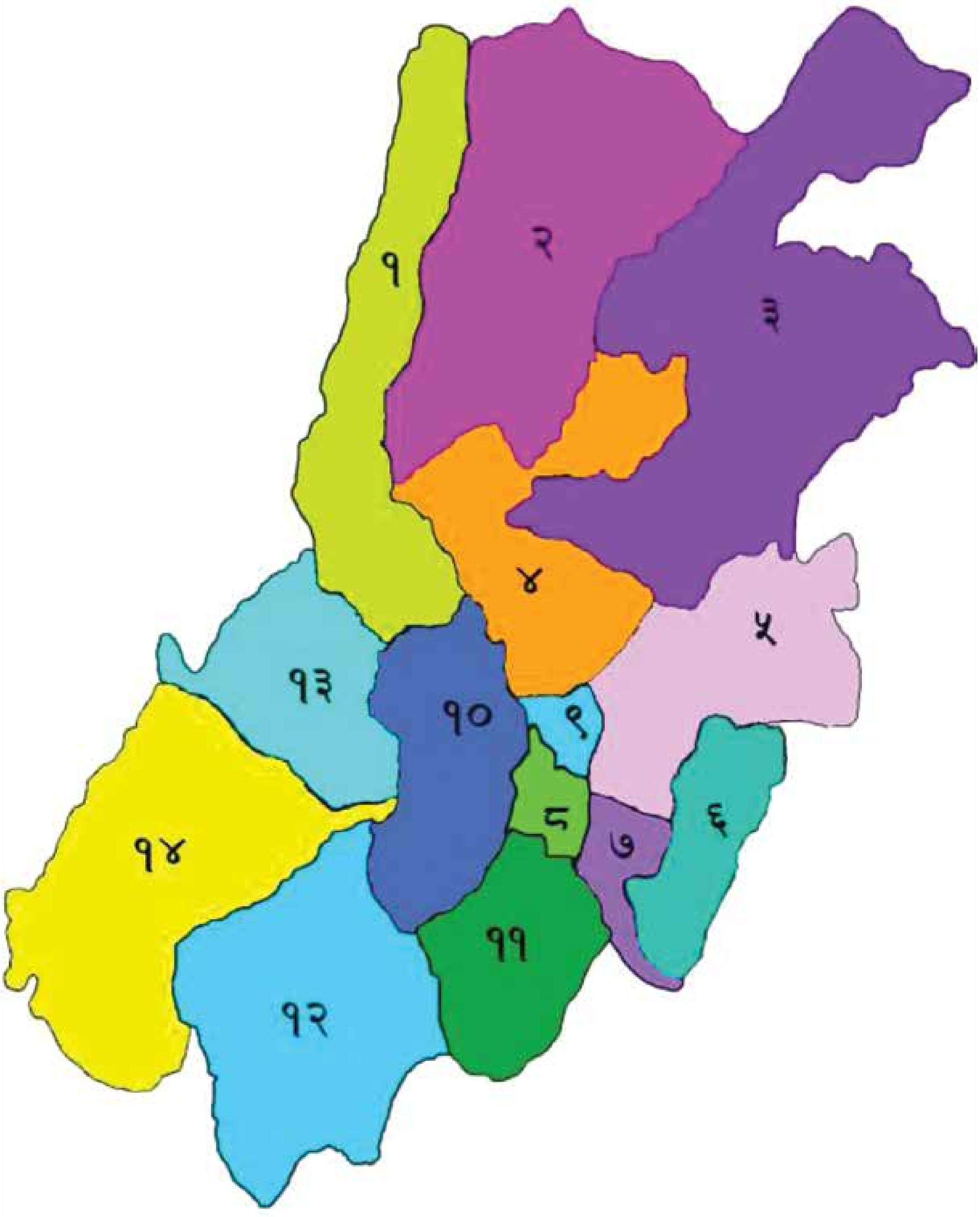
चण्डेश्वरी, धनेश्वर, भगवती, बूढा गणेश
नासिका र विकटेश्वर मन्दिरको धनी ।

चण्डेश्वरी, पुण्यमाता सलल बग्छन्
आहा ! कति राम्रो बनेपा सबैले भन्छन् ।

एकाइ - १

बनेपा नगरपालिकाको परिचय

पाठ १ बनेपाका वडाहरू र मेरो वडा



क्षितिज, भन त बनेपामा कतिवटा वडा छन् ?

दश र चार गरी चौधवटा छन् नि, आकाश ।

म त वडा नं. ८ मा बस्छु । तिमी नि ?

म चाहिँ वडा नं. १४, साँगामा बस्छु । यो वडा बनेपाबाट काठमाडौं जाने प्रवेशद्वार पनि हो ।

मेरो घरबाट बनेपा नगरपालिकाको कार्यालय दक्षिणतिर पर्दछ । यो मेरै वडामा रहेको छ ।

हो र, मेरो घरबाट चाहिँ बनेपा नगरपालिका पूर्व दिशामा पर्दछ ।

shutterstock.com · 514865776

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) बनेपामा जम्मा .... वडाहरू छन् ।

ख) आकाश वडा नं. .... मा बस्छ ।

ग) क्षितिज वडा नं. .... मा बस्छ ।

२) ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :-

क) बनेपा काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा पर्दछ ।

ख) बनेपामा जम्मा १५ वटा वडाहरू छन् ।

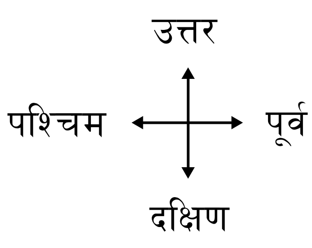
३) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) बनेपामा जम्मा कतिवटा वडाहरू छन् ?

ख) आकाशको घरबाट बनेपा नगरपालिका कुन दिशामा पर्दछ ?

ग) तपाइँको घरबाट बनेपा नगरपालिका कुन दिशामा पर्दछ ?

४) तलको नक्सामा बनेपाको वडा नं. भर्नुहोस् र आफू बस्ने वडामा रङ भर्नुहोस् ।



शिक्षक निर्देशन

- सबै विद्यार्थीहरूलाई पालैसँग आफ्नो वडा भन्न लगाउनुहोस् र वडाको एक-एकवटा विशेषता पनि सुनाउन लगाउनुहोस् ।

परियोजना कार्य :

१) तपाईंको विद्यालय कुन वडामा पर्दछ ? पत्ता लगाउनुहोस् ।

२) तपाईंको घरबाट तपाईंको विद्यालय कुन दिशामा पर्दछ ?

पाठ २ वडा कार्यालय

मेरो नाम दावा हो । म बनेपा नगरपालिका वडा नं ११ मा बस्छु । यस वडाको वडा कार्यालय सिनागालमा छ । मेरो वडाको पूर्वतिर वडा नं. ७ पर्दछ भने पश्चिममा वडा नं. १२ पर्दछ । त्यसैगरी उत्तरतिर पनि वडा नं. ८ र १० पर्दछ ।

यस वडा कार्यालयले मेरो वडा विकासका लागि खानेपानी व्यवस्थापन, बाटो निर्माण, फोहोर व्यवस्थापन जस्ता कार्य गर्दै आएको छ । मेरो वडामा स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा सेवा आदि सुविधाहरू उपलब्ध छन् । वडाले गर्ने विकासका कार्यहरूमा हामीले सहयोग गर्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) दावा वडा नं. .... मा बस्छ ।

ख) वडा नं. ११ को वडा कार्यालय .... मा छ ।

ग) वडाले गर्ने विकासका कार्यहरूमा हामीले .... गर्नुपर्छ ।

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) दावाको वडाको वडा कार्यालय कहाँ छ ?

ख) तपाइँ बस्ने ठाउँको वडा कार्यालय कहाँ छ ?

ग) दावा बस्ने वडाको वडा कार्यालयले गरेका विकासका कार्य के-के हुन् ?

शिक्षक निर्देशन

- वडा कार्यालयले गर्ने अन्य कार्य तथा जिम्मेवारीका विषयमा विद्यार्थीहरूबीच छलफल गर्न लगाउनुहोस् र थप जानकारी पनि गराउनुहोस् ।

परियोजना कार्य :

१) विद्यार्थीहरूले आ-आफ्ना अभिभावकलाई सोधी आफ्नो वडा कार्यालयले गर्ने कुनै तीन कार्य लेख्नुहोस् ।

एकाइ - २

प्रकृतिक स्रोत र सम्पदा

पाठ १ खोला नाला

मेरो नाम पुण्यमाता हो । मलाई धेरैले पुण्यवती पनि भन्छन् । म एउटा खोला हुँ । मेरो उत्पत्ति बनेपा नगरपालिका वडा नम्बर १ र वडा नम्बर २ को सिमानामा रहेको त्रिशूलधाराबाट भएको हो । म बग्दै गर्दा अन्य धेरै खोलाहरू मसँगै मिसिँदै जान्छन् । अन्त्यमा म पनि रोशी खोलामा मिसिन पुग्छु ।

बनेपाका मानिसहरू मलाई पवित्र खोलाको रूपमा लिन्छन् । पहिले-पहिले मेरो पानी अति नै सफा र स्वच्छ थियो । यहाँका मानिसहरू मेरै पानीले नुहाउने, पौडी खेल्ने र पूजा-आजा गर्ने गर्दथे । खेतीपातीमा पनि मेरै पानी प्रयोग गर्थे । तर मानिसहरूका क्रियाकलापले म फोहोर भएकी छु । त्यसैले अहिले म धेरै दुःखी छु । भाइबहिनीहरू ! तपाईंहरू चाहिँ मलाई फोहोर नगरिदिनुहोस् है ।

अभ्यास

१) तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :-

क) पुण्यमाता खोलाको अर्को नाम के हो ?

ख) पुण्यमाता खोलाको उत्पत्ति स्थल कहाँ रहेको छ ?

ग) पहिले-पहिले मानिसहरू पुण्यमाता खोलाको पानी कसरी प्रयोग गर्थे ?

घ) खोला सफा भए हामीलाई के-के फाइदा हुन्छ ?

ङ) पानीका स्रोतहरू सफा राख्न हामीले के-के गर्न सक्छौं ?

२) खाली ठाँउ भर्नुहोस् :-

क) पुण्यमाता खोला अन्त्यमा .... खोलामा मिसिन्छ ।

ख) पुण्यमाता खोलाको पानी पहिले-पहिले अति नै .... र स्वच्छ थियो ।

ग) बनेपाका मानिसहरू पुण्यमाता खोलालाई .... खोलाको रूपमा लिन्छन् ।

३) तल दिइएका चित्रहरू मध्ये तपाईंलाई कुनचाहिँ मन पऱ्यो ? किन ?

क)

ख)

परियोजना कार्य :

१) सफा खोलाको चित्र कोर्नुहोस् ।

२) तपाईंले बनाउनुभएको चित्र कुन खोलाको हो ? नाम लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना घरनजिक रहेका खोलाको विषयमा सोध्नुहोस् र ती खोलाहरूको अवस्था, महत्त्व तथा अन्य जानकारीहरू लिएर छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ २ जमिन

वरिपरि डाँडाहरूले घेरिएको बनेपा
एउटा सुन्दर उपत्यका हो ।

यहाँ खेतीपाती गर्ने किसानहरू धेरै छन् । यहाँको माटो मलिलो छ । पुण्यवती खोला यहाँको मुख्य खोला हो । यस खोलाको दायाँबायाँको माटो बलौटे र पाँगो छ । अरू अग्ला ठाउँको माटो दोमट छ ।

✓ दोमट :- अलिअलि बालुवा मिसिएको, बलौटे माटो

अभ्यास

२) **ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :-**

क) बनेपाका मानिसहरू खेतीपाती गर्छन् ।

ख) 'पुण्यवती' यहाँको मुख्य खोलो होइन ।

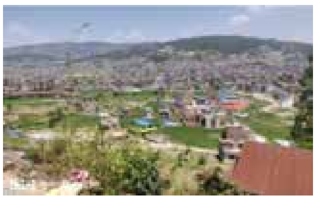
ग) यहाँका मानिसहरू पशुपालन गर्दैनन् ।

घ) यहाँको माटो मलिलो छ ।

३) **जोडा मिलाउनुहोस् :-**

बनेपा उपत्यका

पुण्यवती खोलो



खेतीपाती गर्ने जमिन

गीत गाऔं ।

सुन्दर छ ठाउँ
यो मेरो नगर
बनेपा हो नाउँ
काभ्रेको सहर ।
भिरालो डाँडो
मलिलो माटो
नागबेली खोलो
बलौटे माटो ।

शिक्षक निर्देशन

- पाठको सहजीकरण पश्चात् नजिकै रहेको खेतीयोग्य जमिन वा खोलाको अवलोकन गराउनुहोस् ।

पाठ ३ वनजङ्गल

रूखैरूख भएको ठाउँलाई वनजङ्गल भनिन्छ। बनेपा नगरपालिकामा चण्डेश्वरी वन, नाला वन र सिनागाल नागी वनजङ्गल रहेका छन्। यी वनजङ्गलमा विभिन्न किसिमका बोटबिरूवाहरू पाइन्छन्। यहाँ बाघ, चितुवाजस्ता वन्यजन्तु र कालिज, कोइली लाम्पुच्छ्रेजस्ता चराहरू पाइन्छन्। यी वनजङ्गलमा काफल, ऐँसेलु, जामुनजस्ता फलहरू पाइन्छन्। यहाँ पानीका थुप्रै मुहानहरू पनि छन्।

हाम्रो जीवनमा वनजङ्गलको ठुलो महत्त्व छ। यसले वातावरणलाई सफा राख्छ। त्यसैले हामीले वनजङ्गल जोगाउनुपर्छ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) रूखैरूख भएको ठाउँलाई .... भनिन्छ।

ख) हामीले .... जोगाउनुपर्छ।

ग) यहाँ बाघ, चितुवाजस्ता .... पाइन्छन्।

घ) वनजङ्गलमा पानीका थुप्रै .... छन्।

२) जोडा मिलाउनुहोस् :-

काफल, जामुन	मुहान
नाला वन, चण्डेश्वरी वन	चराहरू
कोइली, लाम्पुच्छ्रे	फल
पानीका	वनजङ्गल

३) तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् :-

क) बनेपा नगरपालिकाभित्र कुन-कुन वनहरू रहेका छन् ?

ख) तपाईं वनजङ्गल जोगाउन के गर्नुपर्छ ?

ग) कस्तो ठाउँलाई वनजङ्गल भनिन्छ ?

परियोजना कार्य :

१) आफ्नो घरवरिपरि भएका कुनै दुईवटा रूखबिरूवाका पात सङ्कलन गर्नुहोस् र पानामा टाँसेर बिरूवाको नाम पनि लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यालय नजिकै रहेको वनजङ्गल देखाउनुहोस् र वनजङ्गलको विषयमा थप जानकारी गराउनुहोस् ।

पाठ ४ ढुङ्गेधारा र पोखरी

ध्वाखा पुखू

राजा पोखरी

तीनधारा ढुङ्गेधारा

चण्डेश्वरी ढुङ्गेधारा

तःपुखू

हामी ढुङ्गेधारा हौँ । ढुङ्गैढुङ्गाले बनेको हुनाले हामीलाई सबैले ढुङ्गेधारा भनेका हुन् । हामीलाई मानिसहरूले सधैँ सफा राख्छन् । हामी भएको ठाउँमा मानिसहरू पानी थाप्न, नुहाउन र लुगाधुन आउँछन् । हामी कतै बुट्टाभएको र कतै साधा छौँ । हाम्रो वरिपरि पोखरीहरू पनि छन् । पोखरीको छेउमा बसेर मानिसहरू आनन्द लिन्छन् । हामीले बनेपाको शोभा बढाएका छौँ । तपाइँहरू सबै मिलेर हाम्रो संरक्षण गर्नुहोस् है !

अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नको एक वाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :-

क) ढुङ्गेधारा केले बनेको हुन्छ ?

ख) ढुङ्गेधाराको वरिपरि के छन् ?

ग) पोखरीको छेउमा बसेर मानिसहरूले के गर्छन् ?

२) **पाठका आधारमा खाली ठाउँमा तलका मिल्ने शब्द राख्नुहोस् :-**

(सफा , ढुङ्गेधारा , आनन्द , संरक्षण)

क) म .... हुँ ।

ख) मलाई मानिसहरूले सधैँ .... राख्छन् ।

ग) सबै मिलेर हाम्रो .... गर्नुपर्छ है ।

घ) पोखरीको छेउमा बसेर मानिसहरू .... लिन्छन् ।

३) **ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :-**

क) ढुङ्गेधारा ढुङ्गाले बनेको हुँदैन ।

ख) ढुङ्गेधाराको वरिपरि सफा राख्नुपर्छ ।

ग) हामी ढुङ्गेधारामा पानी थाप्न जान्छौँ ।

घ) कुनै ढुङ्गेधारामा बुट्टा हुँदैन ।

एकै छिन गीत गाऔँ ।

पानी थाप्ने ढुङ्गेधारो
छैन जान गाह्रो
वरिपरि पोखरी
बनेपा सुन्दर नगरी ।

परियोजना कार्य :

१) ढुङ्गेधाराको चित्र बनाई रङ भर्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- पाठको सहजीकरणपछि नजिकै रहेका ढुङ्गेधारा तथा पोखरीको अवलोकन गराउनुहोस् र तिनको महत्त्वको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

एकाइ - ३

संस्कार र संस्कृति

पाठ १ हाम्रो संस्कृति

नयाँ वर्ष वैशाखमा
साँगा बिस्केट जात्रा
वैशाखकै पूर्णिमामा
चण्डेश्वरी जात्रा ।

वैशाख महिना माछा मार्ने
नवदुर्गा जात्रा
समातेर मानिसलाई
लान्छन् बजार माझ ।

भदौ महिना कन्यापूजा
दुई चोटि आउँछ
राम्रा नाना खानेकुरा
पैसा पनि पाइन्छ ।

नाग टाँस्ने पञ्चमी
जनै लाउने पूर्णे/क्वाँटी खाने पूर्णे
बुबाको मुख हेर्ने कुसेऔँसी
चेली भेट्ने तीज पञ्चमी ।

असोजमा दशैं आउँदा
दुर्गा पूजा गर्नुपर्छ
ठुलाबाट टीका थापी
पिङ खेल्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) पाठमा दिइएको कविता लय मिलाई वाचन गरेर सबैलाई सुनाउनुहोस् ।

२) पाठमा हेरेर कविताका हरफहरू पूरा गर्नुहोस् :-

नाग ....

.... पूर्णे

बुबाको ....

.... तीज

३) जोडा मिलाउनुहोस् :-

चण्डेश्वरी जात्रा	भदौ महिना
नाग टाँस्ने	औँसी
कुशे औसी	दशैँ
दुर्गा पूजा	असोज
कन्या पूजा	पञ्चमी
पिङ खेल्ने	वैशाख पूर्णिमा

४) एक वाक्यमा उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) कन्यापूजा कहिले गरिन्छ ?

ख) दशैँमा के गरिन्छ ?

ग) चण्डेश्वरी जात्रा कहिले पर्छ ?

घ) जनै पूर्णिमामा के गरिन्छ ?

५) चण्डेश्वरी जात्राको बारेमा पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- स्थानीय स्तरमा मनाइने विभिन्न चाडपर्व र जात्राका विषयमा थप जानकारी गराउँदै चाडपर्व र जात्रा मनाउनुको महत्वसमेत बताइदिनुहोस् ।

पाठ २ मेरो वडामा मनाइने जात्रा र चण्डेश्वरी जात्रा

बनेपा जात्राहरूका लागि प्रसिद्ध सहर हो । यहाँ फरक-फरक वडाहरूमा विभिन्न जात्राहरू मनाइन्छन् । बनेपाको चण्डेश्वरी जात्रा, नवदुर्गा जात्रा, गणेश जात्रा, दिपङ्कर जात्रा, नालाको भगवती जात्रा, करूणामय जात्रा, महालक्ष्मी जात्रा, साँगाको बिस्केट जात्रा, विनायक जात्रा आदि यहाँका प्रसिद्ध जात्राहरू हुन् । यी जात्राहरू हेर्न टाढा-टाढाबाट मानिसहरूको घुइँचो लाग्ने गर्दछ ।

चण्डेश्वरी जात्रा

चण्डेश्वरी जात्रा बनेपालीहरूद्वारा एउटा ठुलो पर्वको रूपमा मनाइन्छ । यो जात्रा वैशाख पूर्णिमाको दिन विशेष पूजाअर्चनासहित मनाइने गरिन्छ । यस जात्रामा चण्डेश्वरी माईको पूजा गरिन्छ । जात्रामा चण्डेश्वरी माईको मूर्तिसहितको रथलाई चण्डेश्वरी मन्दिरबाट पुरानो बज(ारसम्म परिक्रमा गराइन्छ । यो जात्रा चण्डेश्वरी माईको पूजा गरी मिठामिठा परिकार पकाई आफन्त र परिवारजनसँगै बसी भोज खाँदै खुब रमाइलो गरी मनाइन्छ ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) चण्डेश्वरी .... को प्रसिद्ध जात्रा हो ।

ख) चण्डेश्वरी जात्रामा .... माईको पूजा गरिन्छ ।

ग) चण्डेश्वरी जात्रा .... हरूले खुब रमाइलो गरी मनाउँछन् ।

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) बनेपालीले मनाउने ठुलो जात्रा कुन हो ?

ख) चण्डेश्वरी जात्रा कुन दिनमा विशेष पूजा गरी मनाइन्छ ?

ग) यस जात्रामा कुन देवीको पूजा गरिन्छ ?

परियोजना कार्य :

१) तपाइँ चण्डेश्वरी जात्रा मनाउनुहुन्छ भने कसरी मनाउनुहुन्छ, लेख्नुहोस् । यदि तपाई चण्डेश्वरी जात्रा नै मनाउनुहुन्न भने तपाइँको साथीले कसरी मनाउनुहुन्छ होला, लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूलाई चण्डेश्वरी जात्राको महत्व र विशेषता पनि जानकारी गराउनुहोस् ।

पाठ ३ करुणामय जात्रा

नमस्ते साथीहरू ! मेरो नाम श्रेया हो । म बनेपा नगरपालिका वडा नं. ४ नालामा बस्छु । मेरो वडा निकै राम्रो छ । यहाँ विभिन्न जात्राहरू मनाइन्छन् । मेरो वडामा हिजो मात्र करुणामय जात्रा सम्पन्न भयो । यस जात्रामा होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट करुणामय देवीलाई दही, दूध, मही चढाएर विशेष पूजाआजा गरिन्छ । यो जात्रा तीन दिनसम्म मनाइन्छ । मेरो वडामा यो जात्रा हेर्न टाढा-टाढाबाट मानिसहरू आउने गर्छन् । थाहा छ तपाईँहरूलाई, जात्रामा करुणामय देवीलाई रथमा राखेर यहाँको बजार परिक्रमा गराइन्छ । म पनि जात्रामा आफ्ना दाइदिदीसँग रथसँगै घुम्ने गर्छु । जात्रामा टाढाटाढाका आफन्तहरू मेरो घर आउनुहुन्छ र हामी सबै मिलेर रमाइलो गर्दै भोज खान्छौँ । जात्राको बेलामा मेरो विद्यालय पनि बिदा हुन्छ । मलाई यो जात्रा खुब मनपर्छ ।

अभ्यास

१) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) श्रेया बनेपा नगरपालिकाको कुन वडामा बस्छिन् ?

ख) करूणामय जात्रा कहिले मनाइन्छ ?

ग) यो जात्रा कति दिन मनाइन्छ ?

घ) यो जात्रामा कसलाई बजार परिक्रमा गराइन्छ ?

ङ) जात्रामा किन मानिसको भिडभाड हुने गर्दछ ?

२) ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :-

क) श्रेयाको वडामा बिस्केट जात्रा मनाइन्छ ।

ख) करूणामय जात्रा तीन दिनसम्म मनाइन्छ ।

ग) करूणामय जात्रा होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट मनाइन्छ ।

घ) श्रेयालाई यो जात्रा खुब मनपर्छ ।

परियोजना कार्य :

१) तपाइँ बस्ने वडामा कुन जात्रा मनाइन्छ ? नाम लेखी त्यस जात्राको वर्णन गर्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- स्थानीय जात्राको आआफ्नो ठाउँमा धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्व ठुलो हुने हुनाले यसको संरक्षणमा सबै वर्ग जुट्नुपर्छ भन्ने कुरा विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गराउनुहोस् ।

पाठ ४ साँगा जात्रा (बिस्का जात्रा)

साँगा जात्रा (बिस्का जात्रा) बनेपाको वडा नं. १४ मा वैशाख एक गते नववर्षको दिन धुमधामसँग रमाइलो गरी मनाइन्छ । यस जात्रामा गणेश, भैरव र कुमारीको पूजा गरिन्छ । मेरो वडामा यस जात्राको ठुलो धार्मिक महत्त्व छ । जात्रा नयाँ वर्षको शुभकामना आदान-प्रदान गर्दै मनाइन्छ । मानिसहरू जात्राको समयमा व्रत पनि बस्ने गर्छन् । यसै वडामा रहेको सिद्धि गणेश मन्दिरमा गई पूजा पनि गर्दछन् । यस जात्रालाई नेपालमा सिन्दुरे जात्रा पनि भनिन्छ ।

अभ्यास

१) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) बिस्केट जात्रा कहाँ मनाइन्छ ?

ख) बिस्केट जात्रा कुन दिन मनाइन्छ ?

ग) साँगा जात्रालाई नेपालमा के भनेर चिनिन्छ ?

घ) बिस्केट जात्रामा कुन देवी-देवताको पूजा गरिन्छ ?

२) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :-

क) बिस्केट जात्रा हरेक वर्ष वैशाख .... गते मनाइन्छ ।

ख) बिस्केट जात्रा बनेपाको वडा नं. .... मनाइन्छ ।

ग) यस जात्रामा .... मन्दिरमा पूजा गरिन्छ

ग) करूणामय जात्रा होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट मनाइन्छ ।

घ) श्रेयालाई यो जात्रा खुब मनपर्छ ।

एकछिन सबै मिली कथा सुनौँ है त !

पद्मपाणि लोकेश्वर

धेरै समय पहिलेको कुरा हो । बनेपा नगरमा गाथा खलकको एकजना जान्ने बुझ्ने किसान बस्थ्यो । ऊ सबैप्रति राम्रो व्यवहार गर्ने दयालु र दानी मानिस थियो । एकदिन एउटा कोदालो , छाता र आफ्नो पछ्यौरो लिएर ऊ खेततिर लागेछ तर दुई तीन दिन बित्दा पनि घर नफर्केपछि घरमा सबैजना इन्तुचिन्तु भएछन् । नगरको सबैतिर उसको खोजी भयो तर कतै भेटिएन । चौथो दिन ऊ नगरमा टुप्लुक्क आइपुग्यो । उसलाई देखेर सबै जना खुसी भए । उसले आफूले काशीबाट लोकेश्वर ल्याएको कुरो बतायो।

यो कुरा सुनेर सबै नगरवासीहरू खुसी भए । चार दिनमै काशीदेखि लोकेश्वरको मूर्ति बोकेर ल्याएको कुराले सबैलाई आश्चर्य चकित बनायो किनभने बनेपादेखि काशीसम्म हिंडेर जान र आउन एकदुई महिना नै लाग्थ्यो । चारै दिनमा फर्किने त सम्भावना नै थिएन । त्यसैले गर्दा यो घटनाको व्यापक चर्चा भयो । किसानलाई भेट्न ,उसको कुरा सुन्न र लोकेश्वरको दर्शन गर्न नगरभरिका सबै मानिसहरू आए । दर्शन गर्नेको घुइँचो नै लाग्यो ।

केही समयपछि किसानले त्यो लोकेश्वरको मूर्तिलाई बनेपाको सोधाटोलमा (तीनधारा टोल) विधिपूर्वक स्थापना गऱ्यो । यसरी किसानले सबै नगरवासीको सदा कुशलमङ्गल होस् भन्ने उद्देश्यले लोकेश्वरको मूर्ति स्थापना गरेर धार्मिक पुण्य कमायो ।

परियोजना कार्य :

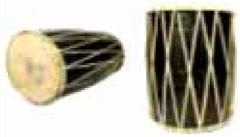
१) आ-आफ्नो वडामा मनाइने जात्राहरूको सूची बनाउनुहोस् र ती जात्राहरूमा कुन कुन देवीदेवताहरूको पूजाअर्चना गरिन्छ ? लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ स्थानीय बाजा

बाजाले कुनै पनि ठाउँको कला र संस्कृति झल्काउँछ । बनेपामा विभिन्न जातिका आ-आफ्नै स्थानीय बाजाहरू छन् । मानन्धर समुदायले यहाँको गुँला पर्वमा नौ बाजा बजाउने गर्दछ । त्यस्तै यही गुँला पर्वमा शाक्य/बज्राचार्यहरूले गुँला बाजा बजाउँछन् । विभिन्न बाजाले विशेष धुन निकाल्ने गर्दछ । बनेपाका केही समूहले यी बाजाको संरक्षण गर्दै आएका छन् । त्यस्तै शाही समुदायले नायो खिङ्ग बाजा विभिन्न चाडहरूमा बजाउने गर्दछ । त्यस्तै यहाँका जात्रा, विवाह, व्रतबन्ध आदि शुभकार्यमा बाँसुरी बाजा बजाइन्छ । बाँसुरी धुन निकै नै सुमधुर हुन्छ । त्यस्तै धिमे बाजा, भुछ्या र पोङ्गा बाजा केही प्रचलित स्थानीय बाजाहरू हुन् । यस सहरमा बाह्रै महिना विभिन्न जातजातिका मानिसहरूले आ-आफ्नो धर्म रीतिरिवाजअनुसार

सुख दुःखमा थरीथरीका बाजाहरूबजाउने गर्छन् । हरेक बाजाहरूको आ-आफ्नै धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्त्व रहेको छ । प्राचीन बाजाहरूको संरक्षणमा हामी पनि जुट्नुपर्छ ।

केही स्थानीय बाजाहरू

			
सिशाभुच्या/पोण्या	ढोलक	झ्याली	धिमे
खैंजडी	सहनाइ	मादल	बाँसुरी

अभ्यास

१) तल दिएका बाजा कसले र कहिले बजाउँछन् जोडा मिलाउनुहोस् :-

नायो खिङ्ग	शुभकार्य
नौबाजा	शाही
बाँसुरी बाजा	मानन्धर

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :-

क) बाजाले के कुरा झल्काउँछ ?

ख) शुभकार्यमा कुन बाजा बजाइन्छ ?

ग) कुनै तीन स्थानीय बाजाको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) करूणामय जात्रा होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट मनाइन्छ ।

घ) श्रेयालाई यो जात्रा खुब मनपर्छ ।

परियोजना कार्य :

१) तलका चित्र हेरेर स्थानीय बाजाको नाम पत्ता लगाउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना घर/टोलमा देखिएका स्थानीय बाजाहरूको नाम भन्न लगाउनुहोस् ।

एकाइ - ४

स्थानीय पेशा, उद्यमशीलता र प्रविधि

पाठ १ मेरो परिवारको पेसा

(सरला, सपना र रचना विद्यालयबाट घर फर्कंदै छन् । बाटामा उनीहरू आ–आफ्ना परिवारको पेसाका विषयमा कुराकानी गर्छन् ।)

सरला: (साथीको हात तान्दै) अलि छिटो हिँडौं न । घरमा धेरै काम गर्नु छ । मेरा बुबाआमाले त गाई फार्म खोल्नु भएको छ नि ! मैले पनि उहाँहरूलाई घरको काममा सघाउने गरेकी छु ।

सपना: हो र ... (छक्क पर्दै) मेरा पनि बुबाआमा कृषि पेसामा लाग्नुभएको छ । म पनि उहाँहरूलाई काममा सहयोग गर्छु नि ।

रचना: मेरा बुबाआमा पनि कहाँ त्यतिकै बस्नुभएको छ र ? उहाँहरू पनि आफ्नै गाउँ, ठाउँमा फल्ने लप्सीको फलबाट विभिन्न प्रकारका तितौरा (पाउँ) हरू बनाएर व्यापार गर्न थाल्नुभएको छ है ।

सरला: तितौरा व्यवसायबाट पनि फाइदा हुन्छ र ?

सपना: अनि त्यो तितौराको व्यापार कहाँसम्म पुगेको छ त ?

रचना: यो त साँगा महादेवको मूर्ति हेर्न आउनेजाने पर्यटकहरूले बढी मात्रामा किनेर लाने गर्छन् । त्यसैले त यसको व्यापार नेपालभरि नै फैलिएको छ ।

सरला: गाईपालनबाट पनि थोरै समयमा धेरै आम्दानी भएको कुरा मेरा बुबाआमाले भन्नुहुन्छ । त्यसैले त यो फार्म खोलेका हौँ नि ।

सपना: गाईपालन गर्न त धेरै दुःख गर्नुपर्छ भन्छन् नि ।

सरला: अहँ, पर्दैन । यहाँ वनजङ्गल पनि नजिकै छ । आफ्नै खेतीयोग्य जमिन पनि छँदै छ । यतिभएपछि गाईवस्तुलाई चाहिने घाँसपात प्रशस्त भइहाल्छ नि ।

रचना: त्यत्रो गाईको दूध सबै बिक्री हुन्छ त ?

सरला: हुन्छ नि, आफूलाई चाहिने खान राख्छौँ । अरू सबै बेच्छौँ ।

सपना: मेरा बुबाआमाले पनि कृषि पेसाबाट निकै आम्दानी गर्नुभएको छ नि ।

रचना: कसरी ? सुनौँ न त ।

सपना: उहाँहरू मौसम अनुसारका अन्नबाली तथा तरकारी खेती लगाउनुहुन्छ । आफूलाई चाहिने जति राखेर अरू सबै बेचबिखन गर्नुहुन्छ, अनि फाइदा भएन त ?

सरला: ल हेर ....., हामी त कुरा गर्दा गर्दै घर पो आइपुगेछौँ त । अब आ-आफ्नो घरतिर लागौँ है ।

(सबैजना आ-आफ्ना घरतिर जान्छन् ।)

अभ्यास

१) दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) संवादका पात्रहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) सरलाको परिवारले कुन पेसा अपनाएको छ ?

ग) तपाईंका आमाबुबाले गर्ने पेसाको नाम लेख्नुहोस् ।

२) दिइएका वाक्यहरू पढेर ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :-

क) साँगामा तितौरा व्यवसाय निकै फस्टाएको छ ।

ख) सपनाका आमाबुबा खेतीपाती गर्नुहुन्छ ।

ग) संवादका सबै पात्रहरूका आमाबुबाले छुट्टै पेसा गर्नुहुँदो रहेछ ।

घ) बनेपा नगरपालिकाभित्र विभिन्न पेसा गर्ने मानिसहरू छन् ।

परियोजना कार्य :

१) आफ्नो वरपर बसोवास गर्ने छरछिमेकीहरूको पेसा/व्यवसायको नाम लेख्नुहोस् र आफूलाई मन परेको पेसाका बारेमा ५ वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- सबै विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूका आमाबुबाले गर्ने पेसा सोध्नुहोस् र फरक फरक पेसा गर्ने परिवारका केही विद्यार्थीहरूलाई आफ्ना आमाबुबाले गर्ने पेसाका विषयमा संवाद गराउनुहोस् साथै यस विषयमा थप जानकारी पनि गराउनुहोस् ।

पाठ ७ सिलाइ र बुनाइ

भाइबहिनीहरू ! तपाईँहरूले आफ्नो घर वरपर टोल छिमेक तथा बजारतिर सिलाइबुनाइ गरिरहेका मानिसहरूलाई देख्नु भएकै होला । आज म तपाईँहरूलाई सिलाइ र बुनाइको विषयमा जानकारी गराउँछु है ।

कपडा सिलाउने कामलाई सिलाइ भनिन्छ । बुन्ने कामलाई बुनाइ भनिन्छ । सिलाइबुनाइबाट राम्रो आयआर्जन गर्न सकिन्छ । स्वेटर, टोपी, मोजा, पञ्जा, गलबन्दीजस्ता सामान बुन्नका लागि ऊनको धागो, सुइरो, कुरूस, टेप आदि सामग्री चाहिन्छ । ऊनको धागोबाट बनेका सामानहरू विदेशसम्म पुगेका छन् ।

आजभोलि महिलाहरूले पनि कपडा सिलाउने काम गर्छन् । कपडा सिलाउनका लागि कपडा धागो कैँची, टेप, चक, कल आदि सामग्री चाहिन्छ ।

बुनाइबाट उत्पादितकपडाहरू

गलबन्दी	मोजा	पञ्जा	स्वेटर

सिलाइ उत्पादितकपडाहरू

चौबन्दी चोलो	कोट	दौरा सुरूवाल	जामा

अभ्यास

१) दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) हातले तयार गरिने सामानहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) बुनाइका लागि आवश्यक सामग्रीहरू के-के हुन् ?

ग) सिलाइका लागि आवश्यक सामग्रीहरू के-के हुन् ?

२) खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :-

क) कपडा सिलाउने र बुन्ने कामलाई .... भनिन्छ ।

ख) हातले बनाएका सामानहरू .... सम्म पुगेका छन् ।

ग) सिलाइ बुनाइबाट राम्रो .... सकिन्छ ।

परियोजना कार्य :

१) जाडो याममा आफूले प्रयोग गर्ने सिलाइ बुनाइबाट उत्पादित कपडाहरूको नाम तलको तालिकामा भर्नुहोस् ।

सिलाइबाट उत्पादित कपडाहरू	बुनाइबाट उत्पादित कपडाहरू
क)	क)
ख)	ख)
ग)	ग)

२) तपाईंको परिवारका सदस्यहरूले कस्ता-कस्ता लुगा लगाउनुहुन्छ ? नाम लेख्नुहोस् ।

क) हजुरबा :

ख) हजुरआमा :

ग) बुबा :

घ) आमा :

ङ) दाजुभाइ :

च) दिदीबहिनी :

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूलाई परिवारमा ककसले सिलाइ बुनाइ गर्नुहुन्छ भनी सोध्नुहोस् र सिलाइ बुनाइ सिप सिक्दा हुने फाइदाका विषयमा पनि विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।

पाठ ३ व्यापार

म रिना हुँ । म कक्षा दुईमा पढ्छु । म नगरमा बस्छु । मेरो मामाघर बनेपा बजारमा छ । मलाई बनेपा जान असाध्यै मन लाग्छ । बनेपामा धेरै पसलहरू छन् । यहाँका मानिसहरू व्यापार गरेर नै आफ्नो परिवार पाल्ने गर्छन् । बनेपा बजारमा मैले धेरै कपडा पसल, सुनचाँदी पसल, किराना पसल, मिठाई तथा अन्य पसलहरू पनि देखेकी छु । मेरा मामाले पनि बनेपा बजारमा मिठाई पसल खोलेर धेरै आम्दानी गर्नुभएको छ । म मामाघर गएको बेलामा धेरै मिठाई खाने गर्छु ।

बनेपा नगरपालिकाभित्र रहेका नाला, साँगा, जनागाल क्षेत्रमा पनि व्यापार व्यवसाय दिनदिनै बढ्दै गएको कुरा मलाई मामाले बताउनु भएको छ ।

अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) रिनाको मामाघर कहाँ छ ?

ख) रिनाले बनेपा बजारमा कस्ता-कस्ता पसल देखिन् ?

ग) रिनाको मामाले के को पसल खोल्नुभएको छ ?

२) ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् :-

क) रिनाको घर गाउँमा छ ।

ख) बनेपा बजारका मानिसहरू खेतीपाती गर्छन् ।

ग) रिनालाई मामाघर जान मन लाग्दैनथ्यो ।

परियोजना कार्य :

१) तपाईंको घरपरिवार तथा आफन्तहरूले गर्ने व्यापार व्यवसायको सूची तयार पार्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूलाई विद्यालय नजिकै रहेको बजार घुमाउनुहोस् र त्यहाँको व्यापार व्यवसायको विषयमा थप जानकारी गराउनुहोस् ।

पाठ ४ उद्योग

भाइबहिनीहरू ! कुनै सरसामान उत्पादन गर्ने कल-कारखानालाई उद्योग भनिन्छ । तपाईँहरूले खाने-लगाउने तथा प्रयोग गर्ने प्रायः जसो वस्तुहरू उद्योगबाटै उत्पादित हुन् । हाम्रो सहर बनेपामा पनि चाउचाउ, सलाइ, पानी, बिस्कुट, तेल, चप्पल, औषधी लगायतका सामग्रीहरू उत्पादन गर्ने उद्योगहरू धेरै छन् । यी उद्योगमा धेरै मानिसहरूले काम पनि पाएका छन् । यी उद्योगकै कारण हामीले प्रयोग गर्ने सामग्रीहरू सस्तो मूल्यमा समेत पाएका छौँ ।

तपाईँहरूलाई पनि सामान बनाएको हेर्ने रहर होला ! विद्यालय बिदा भएको अवसर पारेर तपाईँहरू पनि आफ्ना आमाबुबासँग बनेपामा भएका उद्योगहरूतिर घुम्न जानुहोस् है ! आफूले खाने र प्रयोग गर्ने सामान कसरी बन्दो रहेछ भन्ने कुरा हेर्नुहोस् ल !

अभ्यास

१) तपाईंले बनेपा वरपर देख्नुभएको पाँचवटा उद्योगहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

२) जोडा मिलाउनुहोस् ।

तोरी मिल	
फर्निचर	
जुत्ता, चप्पल उद्योग	
छापाखाना तथा कापी उद्योग	

परियोजना कार्य :

१) आफू बस्ने वडामा भएका कलकारखाना तथा उद्योगको नाम आफ्ना अभिभावकसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- आफ्ना विद्यार्थीहरूलाई विद्यालय नजिकै रहेका कलकारखाना तथा उद्योगहरूमा भ्रमण गराउनुहोस् र उद्योगका विषयमा जानकारी गराउनुहोस् ।

एकाइ - ५

स्वास्थ्य, सरसफाइ र खेलकुद

पाठ १ विद्यालयको सरसफाइ

(दोस्रो घण्टी बजेसँगै विद्यार्थीहरू सरको प्रतीक्षामा छन् । केही समयमै शिक्षकको कक्षा कोठामा प्रवेश हुन्छ । सबै विद्यार्थीहरू उभिएर शिक्षकलाई अभिवादन गर्छन् र आ–आफ्नो ठाउँमा बसेर पढ्ने तर्खर गर्छन् । शिक्षक पनि आजको विषयवस्तु सुरू गर्न थाल्छन् ।)

नमस्कार, तपाईंहरू सञ्चै हुनुहुन्छ ?

नमस्कार सर !

हामी सञ्चै छौं सर ।

तपाईंहरूलाई हाम्रो विद्यालय हेर्दा कस्तो लाग्छ ?

सफा र सुन्दर लाग्छ, सर ।

भन्नुहोस् त पासाङ्ग, हाम्रो विद्यालय किन यति सफा र सुन्दर देखिएको होला ?

हामी जता पायो उतै थुक्ने काम गर्दैनौं ।

हामी फोहोर डस्टबिनमा (फोहोरदानीमा) मात्र फाल्छौं । कक्षाकोठा तथा विद्यालय वरिपरि फाल्दैनौं सर ।

धेरै कुरा थाहा रहेछ तपाईंहरूलाई, अरूले पनि एकएक गर्दै भन्नुहोस् है, तपाईंहरू के के गर्नुहुन्छ ?

सर ! हामी प्लाष्टिकहरू जम्मा गरेर त्यसबाट चकटी बनाउँछौं । सजावटका विभिन्न सामानहरू पनि बनाउँछौं ।

हामी कुहिने फोहोर लगेर खाडलमा हाल्छौँ र यसबाट मल बनाउँछौँ ।

हो, हामी आफूले फोहोर नगर्ने र समय समयमा सरसफाइ पनि गरिरहने जस्ता राम्रा कामहरू गर्ने भएकाले नै हाम्रो विद्यालय सफा, स्वच्छ र सुन्दर देखिएको हो । हवस् त विद्यार्थी भाइबहिनीहरू, आज यति नै पढौँ । भोलि अन्य विषयमा छलफल गरौँला है त ।

धन्यवाद सर !

(घण्टी बजेसँगै विद्यार्थीहरू अर्को विषय पढ्नका लागि तयारी गर्न थाल्छन् ।)

अभ्यास

१) तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) तपाईँलाई आफ्नो विद्यालय कस्तो लाग्छ ?

ख) तपाईँ खाजा खाँदा निस्किएको फोहोर कहाँ फाल्नुहुन्छ ?

ग) बिस्कुट, चाउचाउ तथा चकलेटका खोललाई हामी कसरी प्रयोग गर्न सक्छौँ?

घ) तपाईँको विचारमा विद्यालयमा फोहोर गरेर सफा गर्नु राम्रो कि फोहोर नै नगर्नु राम्रो ?

२) **तल दिइएका शब्दहरूका बीच जोडा मिलाउनुहोस् :-**

धुलो मैलो	कुहिने
फलफूलका बोका (छिल्का)	डस्टविन
प्लाष्टिक	नकुहिने

परियोजना कार्य :

१) तल दिइएको चित्रलाई ध्यान दिएर हेर्नुहोस् अनि सोधिएको प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

२) तपाईं आफ्नो विद्यालय सफा राख्न के के गर्न सक्नुहुन्छ ? तीन वाक्य लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूसँग विद्यालयको सरसफाइको महत्व र तरिकाको विषयमा छलफल गर्नुहोस् र सरसफाइ सम्बन्धी क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।

एकै छिन गीत गाऔँ ।

फूलबारीमा थरीथरीका फूल फुलेका छन्
आहा ! वरिपरि रङ्गीचङ्गी पुतली डुलेका छन् ।
केटाकेटी बूढाबुढी सबै फूलबारीमा झुमेका छन्
गुनगुनाउँदै मौरीहरू फूलसँगै भुलेका छन् ॥

फूलबारीमा फुलेका छन् फूल थरिथरि
आहा ! रङ्गीचङ्गी पुतली डुल्छन् वरिपरि
फूलबारीमा झुमेका छन् केटाकेटी बुढाबुढी
फूलसँगै गुनगुनाउँदै मौरी झुल्छन् सरिबरी ॥

पाठ २ शौचालय

दिसा, पिसाब गर्ने ठाउँलाई शौचालय भनिन्छ । शौचालयलाई अर्को शब्दमा चर्पी पनि भनिन्छ । शौचालयबाट आएपछि साबुन पानीले राम्ररी हातगोडा धुनुपर्दछ । शौचालयमा हाम्रो आँखाले नदेखिने स-साना किटाणुहरू हुन्छन् । शौचालयभन्दा बाहिर जथाभावी दिसा, पिसाब गर्दा मानिसहरू बिरामी पर्छन् । रोगका कारण मानिसहरूको ज्यान पनि जान सक्छ । त्यसैले शौचालयको सरसफाइमा परिवारका सबै सदस्यले विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

अभ्यास

१) **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-**

क) शौचालयबाट आएपछि हामीले के गर्नुपर्छ ?

ख) शौचालयलाई अर्को शब्दमा के भनिन्छ ?

ग) शौचालयभन्दा बाहिर जथाभावी दिसा पिसाब गर्दा के हुन्छ ?

परियोजना कार्य :

१) सरसफाइ गर्दा चाहिने सामग्रीहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई सार्वजनिक शौचालयको बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रो सार्वजनिक स्थलको सरसफाइ

हामीले आफ्नो घर वरपर, आँगन, टोल र सार्वजनिक स्थलहरू सधैँ सफा राख्नुपर्छ । घरबाट दिनहुँ निस्कने फोहोरहरू फोहोर राख्ने भाँडामा राख्नुपर्छ । तरकारी फलफूलका बोक्राहरूलाई खेतबारीमा वा कौँसी खेतीमा मलको रूपमा प्रयोग गर्नुपर्छ । नकुहिने फोहोरहरू व्यवस्थित गर्नुपर्छ । बाटामा जथाभावी फोहर फ्याँक्नु हुँदैन । सबै टोलवासी एकजुट भएर आफ्नो टोल तथा सार्वजनिक स्थलहरूलाई सफा राख्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) हामीले घरबाट दिनहुँ निस्कने फोहोरहरूलाई कहाँ राख्नुपर्छ ?

ख) हामीले आफ्नो टोल तथा सार्वजनिक स्थलहरूलाई कसरी सफा राख्नुपर्छ ?

ग) तरकारी र फलफूलका बोक्राहरूलाई के काममा प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

एकै छिन गीत गाऔँ ।

आफ्नो टोल सबै मिलेर सफा गर्नुपर्छ
समाजको निम्ति भलो हुने काम गर्नुपर्छ ।
फोहोर जति पन्छाएर कन्टेनरमा राख्नुपर्छ
असल मान्छे बन्न राम्रो बानी बसाल्नुपर्छ ॥

परियोजना कार्य :

१) फोहर फ्याँक्ने भाँडाको चित्र बनाउनुहोस् र त्यसका बारेमा पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यार्थीहरूलाई विद्यालय नजिकैको समुदायमा लैजानुहोस् । समुदायमा रहेको सरसफाइ कस्तो लाग्यो ? कुन ठाउँको सरसफाइ मनपऱ्यो ? किन मन पऱ्यो ? बताउन लगाउनुहोस् । शिक्षकले आवश्यकता अनुसार पृष्ठपोषण दिनुहोस् ।

एकाइ - ६

बनेपाको हावा पानी र करेसाबारी

पाठ १ बनेपाको हावापानी

बनेपाको हावापानी राम्रो छ। यहाँ धेरै जाडो पनि हुँदैन र गर्मी पनि धेरै हुँदैन। यहाँको वातावरण स्वच्छ छ। यहाँ वैशाख जेठ महिनामा कमपानी पर्छ। असार-साउन महिनामा धेरै पानी पर्छ। भदौदेखि असोज-कार्तिकसम्म रमाइलो वातावरणको अनुभव हुन्छ। असोज कार्तिकबाटै बिस्तारै जाडो पनि हुन थाल्छ। मङ्सिरदेखि फागुनसम्म अलिक बढी चिसो हुन्छ। चैतमा चाहिँ हल्का हुरी बतास चल्छ। वरिपरि भएका वनजङ्गलका कारणले समयमा नै वर्षा हुन्छ। त्यसैले यहाँको हावापानी धेरै नै राम्रो छ।

अभ्यास

१) **तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-**

क) बनेपामा कुन कुन महिनामा बढी चिसो हुने गर्छ ?

ख) धेरै पानी पर्ने महिनाको नाम लेख्नुहोस्।

ग) के कारणले गर्दा यहाँ समयमा नै वर्षा हुन्छ ?

२) खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

(रमणीय, धेरै, बतास, राम्रो)

क) बनेपा .... ठाउँ हो ।

ख) यहाँको हावापानी .... छ ।

ग) यहाँ .... जाडो हुँदैन ।

घ) चैतमा हल्का हुरी .... चल्छ ।

३) तल दिइएका वाक्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक लेख्नुहोस् ।

क) बनेपाको हावापानी नराम्रो छ ।

ख) यहाँ धेरै गर्मी हुँदैन ।

ग) वर्षायाममा पानी पर्छ ।

परियोजना कार्य :

१) आजको मौसम कस्तो छ ? हेरेर बताउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- हिजो बिहान, दिउँसो र साँझको मौसममा देखिएको परिवर्तनलाई तालिकामा देखाउँदै छलफल गराउनुहोस् ।

गीत गाऔं

बाह्र महिना

वैशाख लागे नयाँ वर्ष
जेठ लागे घाम ।
असारमा धान रोपी
साउनमा सकौं काम ।

भदौ महिना गर्मीसँगै
झरी पनि पर्ने ।
तीज , पञ्चमी सँगसँगै
दर पनि खाने ।

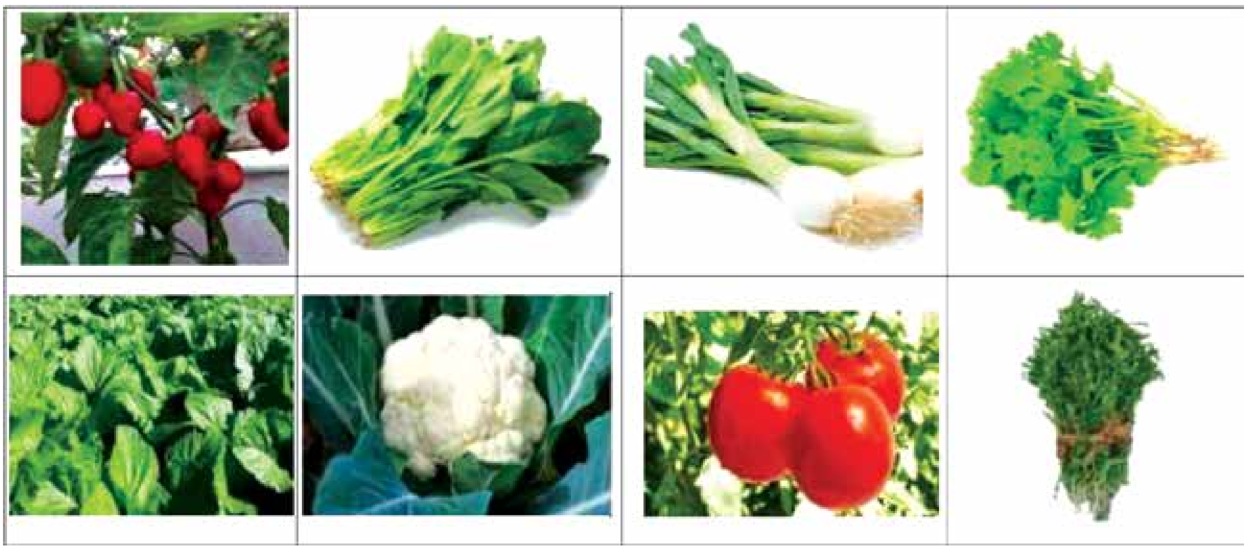
असोज , कात्तिक लागेसँगै
चाडबाड आउने ।
मङ्सिरमा अन्नबाली
सबै घर भित्र्याइने ।

पुस, माघ लागेसँगै
जाडो धेरै बढ्ने ।
फागुन र चैत महिना
मलाई मन पर्ने ।

पाठ २ करेसाबारी

घरको वरिपरिको तरकारी खेती गर्ने ठाउँलाई करेसाबारी भनिन्छ । करेसाबारीमा धनियाँ, लसुन, खुर्सानी, पालुङ्गो, चम्सुर, गोलभैँडा, काउली, ब्रोकाउली, रायोजस्ता साग सब्जीहरू रोपिन्छ । आफ्नो बारीमा फलेको ताजा र स्वच्छ तरकारी स्वादिलो र मिठो पनि हुन्छ । बिहान र बेलुकाको समयमा करेसाबारीमा गोडमेल गर्नु, पानी हाल्नु, बिरूवा रोप्नु स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुन्छ ।

करेसाबारीमा फल्नेकेहीसाग सब्जीहरू



अभ्यास

१) तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) बनेपामा कुन कुन महिनामा बढी चिसो हुने गर्छ ?

ख) धेरै पानी पर्ने महिनाको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) के कारणले गर्दा यहाँ समयमा नै वर्षा हुन्छ ?

२) कोष्ठ भित्रका शब्दमध्येबाछ उपयुक्त/सुहाउने/मिल्ने शब्द राखी तलको वाक्यहरु पूरा गर्नुहोस् ।

(रमणीय, धेरै, बतास, राम्रो)

क) बनेपा .... ठाउँ हो ।

ख) यहाँको हावापानी .... छ ।

ग) यहाँ .... जाडो हुँदैन ।

घ) चैतमा हल्का हुरी .... चल्छ ।

३) तल दिइएका वाक्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक लेख्नुहोस् ।

क) बनेपाको हावापानी नराम्रो छ ।

ख) यहाँ धेरै गर्मी हुँदैन ।

ग) वर्षायाममा पानी पर्छ ।

परियोजना कार्य :

१) तपाईंको करेसाबारीमा फलेको कुनै एउटा तरकारीको सफा चित्र बनाउनुहोस् र रङ पनि लगाउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यालय नजिकै रहेको करेसाबारी अवलोकन गराउनुहोस् र यसको महत्वको बारेमा छलफल गराउनुहोस् ।

पाठ ३ करेसाबारीको महत्त्व

भाइ बहिनीहरू ! हामीले करेसाबारीको बारेमा अघिल्लो पाठमा छलफल गऱ्यौँ । आज करेसाबारीको महत्त्व के रहेछ बुझौँ है त ।

करेसाबारीमा आफूलाई आवश्यक पर्ने र रूचि अनुसारका तरकारी र फलफूल रोप्न सकिन्छ ।यसले स्वच्छ तथा ताजा तरकारी खान पाइन्छ । करेसाबारीको तरकारी स्वास्थ्यकालागिराम्रो हुन्छ । त्यसैले करेसाबारीको महत्त्व बढेको हो । करेसाबारी भयो भने समय बिताउन सजिलो हुन्छ । करेसाबारीमा काम गर्दाशारीरिक व्यायाम हुनुका साथै मानसिक तनाव कम हुन्छ । भान्छाबाट निस्कने फोहोरलाई मलको रूपमा करेसाबारीमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । त्यसैले करेसाबारीमा तरकारी रोप्ने बानी गर्नुपर्छ ।

अभ्यास

१) तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :-

क) करेसाबारीबाट के-के फाइदा हुन्छ ?

ख) भान्छाबाट निस्कने फोहोरलाई के को रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

ग) के गर्दा शारीरिक व्यायाम हुन्छ ?

२) तल दिइएका वाक्यहरू पढी ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक लेख्नुहोस् :-

क) करेसाबारीमा तरकारी र फलफूल रोप्न सकिन्छ ।

ख) करेसाबारीको महत्त्व छैन ।

ग) किनेको तरकारीमा औषधी धेरै हुन्छ ।

घ) करेसाबारीबाट पैसाको बचत हुँदैन ।

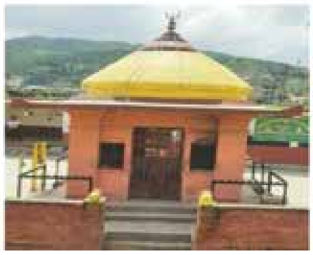
परियोजना कार्य :

१) तपाइँको करेसाबारीमा रोपिएका पाँचवटातरकारीको नाम र तपाइँको मिल्ने साथीको करेसाबारीमा रोपिएका पाँचवटातरकारीका नाम तालिकामा देखाउनुहोस् ।

शिक्षक निर्देशन

- विद्यालय हाताभित्र रहेको खाली जग्गामा करेसाबारी बनाउन सिकाउनुहोस्र यसको महत्वको विषयमा थप जानकारी पनि गराउनुहोस् ।

वडागत प्रसिद्ध धार्मिक स्थलहरू

वडा नं. १- सपनेश्वर महादेव	वडा नं. २-श्वेत बराह	वडा नं. ३- चामुण्डा माई
वडा नं. ४- नाला उग्रचण्डीभगवती	वडा नं. ५ - चण्डेश्वरी मन्दिर	वडा नं. ६- गोसाइथान
वडा नं. ७ - दिपंकर बुद्ध	वडा नं. ८ - कोवहाल गणेश	वडा नं. ९ - नारायणस्थान
वडा नं. १०- गोरखकाली मन्दिर	वडा नं. ११ - धनेश्वर महादेव	वडा नं. १२ - बूढा गणेश
		
वडा नं. १३ - विकटेश्वर महादेव	वडा नं. १४ - श्री संकष्ट नासिका भवानी	बनेपाकी आराध्य देवी चण्डेश्वरी माई

बनेपा नगरपालिकाको गान

रचनाकार : हरिहर तिमिल्सिना

सङ्गीत : सुरेन्द्रकुमार श्रेष्ठ

ढुकढुकीभन्दा प्यारो छ हामीलाई बनेपा नगरी
श्रमले बाँच्ने सिपले जिउने हामी छौँ जाँगरी
बनेपा नगरी हामी छौँ जाँगरी

विविध कला संस्कृति धर्म भाषा र भाषिका
सपना यहीँ फुलेका हुन्छन् बनेपाबासीका
नसिकामाई टुकुचा नाला बाँस्डोल जनागाल
प्रविधि नौलो भित्राई गर्छौं प्रगति हरेक साल
बनेपा नगरी हामी छौँ जाँगरी

पुण्यमाताको अटुट जलले यही भूमि सिँचेको
बासुकीपार्क र गोसाइँथानले सबको मन जितेको
करूणा माई चामुण्डा देवी धनेश्वर मन्दिर
पर्यटन विकास गरेर सबको बदल्छौँ तग्दिर
बनेपा नगरी हामी छौँ जाँगरी

चण्डेश्वरीको आँगन हो यो उग्रचण्डीको साथ
पौरख गरी गर्वले उच्च राख्नेछौँ हाम्रो माथ
स्वाथ्य र शिक्षा कृषि र व्यापार सञ्चारको विकास
छर्दछौँ हामी यही भूमिबाट सुनौलो प्रकाश
बनेपा नगरी हामी छौँ जाँगरी ।