हाम्रो नेचासल्यान

(नेचासल्यान गाउँपालिकाको स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित पाठ्यसामाग्री/पाठ्यपुस्तक)

२०८३

नेचासल्यान गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

नेचाबेतघारी, सोलुखुम्बु

कोशी प्रदेश, नेपाल ।

प्रकाशक : नेचासल्यान गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
नेचाबेतघारी, सोलुखुम्बु
कोशी प्रदेश, नेपाल ।

© नेचासल्यान गाउँपालिका

प्रकाशन : वि.सं. २०८३

डिजाइन : सन्तोषकुमार दाहाल

मुद्रण : मुनलाइट इन्टरनेशनल मिडिया प्रा.लि.
काठमाडौं ।

गाउँपालिकाको सन्देश

हामीलाई नेचासल्यान गाउँपालिकाको स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित पाठ्यसामाग्री “हाम्रो नेचासल्यान” पुस्तक प्रकाशित गरी शिक्षक, विद्यार्थी र पाठकवर्ग समक्ष प्रस्तुत गर्ने सुनौलो अवसर प्राप्त भएको छ । पुस्तकले हाम्रो गाउँपालिकाको कक्षा १ देखि ८ सम्मको स्थानीय पाठ्यक्रममा उल्लेखित विषयवस्तु अनुसारको पठनपाठन कार्यमा सहयोग गर्ने नै छ । एउटै पुस्तक र यसमा समेटिएका विषयवस्तुहरुलाई फरक - फरक कक्षागत सिकाइस्तर अनुसार सन्तुलन मिलाएर पठनपाठन गर्नु गराउनु हुन सम्बन्धित सबै विषय शिक्षक वर्गमा हार्दिक अनुरोध गर्दछौं । यस पुस्तकबाट विद्यार्थी र पाठक वर्गलाई हाम्रो गाउँपालिका बारेको प्रशस्त सूचना र तथ्यगत जानकारी प्राप्त हुनेछ । यसका साथै गाउँपालिकाको नीति, योजना र कार्यक्रम तर्जुमाका लागि आवश्यक सूचना र विवरण समेत प्राप्त हुनेछ । पुस्तकका विषयवस्तुले विद्यालयको अतिरिक्त क्रियाकलापलाई स्थानीय परिवेश र वातावरण अनुसार संचालन गर्न मार्गदर्शन गर्ने कुरामा हामी विश्वस्त छौं । विज्ञ र सरोकारवाला व्यक्तित्वहरुको राय तथा स्थलगत विवरण र लिखित दस्तावेज संकलन गरी तयार पारिएको यस पुस्तकलाई हामीले हाम्रो गाउँपालिकाको अमूल्य सम्पत्तिको रुपमा लिएका छौं । आशा छ, पुस्तक प्रति सबैको अपनत्व हुने नै छ । पुस्तक प्रकाशन गर्ने राम्रो कामको सुरुवात भएको छ, आगामी दिनमा समयक्रम अनुसार प्रस्तुत पुस्तक परिमार्जन र थप व्यवस्थित हुँदै जानेमा हामी आशावादी छौं । पुस्तकमा विद्यार्थीलाई आफ्नो समाज, संस्कृति र परिवेश तथा स्थानीय रोजगारी र सीप लगायतका सम्भावनासँग परिचित गराउनु हाम्रो उद्देश्य हो । त्यसैगरी केन्द्रीय पाठ्यक्रमले समेट्न नसकेका विशिष्ट स्थानीय ज्ञान र सीपलाई विद्यार्थी सम्म पुऱ्याउनु हाम्रो प्रयास हो ।

प्रस्तुत पुस्तक तयारीमा आवश्यक सल्लाह र सुझाव प्रदान गर्नु हुने विभिन्न विद्यालयका व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारी, प्रधानाध्यापक र शिक्षक वर्ग तथा सरोकारवाला व्यक्तित्वहरु प्रति हार्दिक धन्यवाद र आभार व्यक्त गर्दछौं । पुस्तक तयारी समितिका पदाधिकारीहरुमा शाखा अधिकृत युवराज पोखरेल, लेखा अधिकृत नारायणकाजी बस्नेत, आ.ले.प. अधिकृत सुजन खनाल, सूचना प्रविधि अधिकृत एलिना बास्तोला, मा.शि.तृ. मोहनमणी राई, नि.मा.शि.द्वि. प्रेम कुमार कटेल र प्रा.शि.तृ. उद्धव खनाललाई विशेष धन्यवाद दिन चाहन्छौं । साथै पुस्तक तयारीमा सहयोग गर्नु हुने नेचासल्यान गाउँपालिकाका एक देखि पाँच नम्बर वडाका वडाध्यक्षहरु क्रमशः रमेश कुमार राई, सिताराम काफ्ले, सिताराम भट्टराई, इन्द्र बहादुर राई र राजन कुमार राई तथा कार्यपालिका र वडा समितिका सबै सदस्यहरु, गाउँपालिकाको कार्यालय, मातहत वडा र स्वास्थ्य संस्थाका सम्पूर्ण कर्मचारीहरु प्रति हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं ।

....	....	....	....
माधवमणि ढुंगाना	टंकनाथ घिमिरे	बिना राई	धनजन राई
(शिक्षा अधिकृत)	(प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत)	(उपाध्यक्ष)	(अध्यक्ष)

पुस्तकको अध्ययन क्षेत्र

— हाम्रो नेचासल्यानको चिनारी,

— हाम्रो संस्कार र सँस्कृति,

— हाम्रो स्थानीय पेसा, व्यवसाय, पर्यटन र आर्थिक क्रियाक्रलाप,

— स्वास्थ्य र खेलकुद,

— विपद् व्यवस्थापन र वातावरण संरक्षण,

— जीवनोपयोगी सीप र मानव मूल्यमा आधारित शिक्षा,

— स्थानीय व्यक्तित्व, सामाजिक संस्था र सहिदहरु,

— हाम्रो नेचासल्यानको मौसम र जलवायु ।

विषयसूची

पाठ १ :	हाम्रो नेचासल्यान	१
पाठ २ :	हाम्रो संस्कार र संस्कृति	३१
पाठ ३ :	हाम्रा स्थानीय पेसा, व्यवसाय, पर्यटन र आर्थिक क्रियाकलाप	४२
पाठ ४ :	स्वास्थ्य र खेलकुद	४७
पाठ ५ :	विपद् व्यवस्थापन र वातावरण संरक्षण	५३
पाठ ६ :	जीवनोपयोगी सीप र मानव मूल्यमा आधारित शिक्षा	६०
पाठ ७ :	स्थानीय व्यक्तित्व, सामाजिक संस्था र सहिदहरू	६६
पाठ ८ :	हाम्रो नेचासल्यानको मौसम र जलवायु	७०
	सन्दर्भ सूची	७५

पाठ
१

हाम्रो नेचासल्यान

सिकाइ सक्षमताहरु:

१. नेचासल्यान गाउँपालिकाको भौगोलिक अवस्थिति, सिमाना र वडागत क्षेत्रफल पहिचान गर्न ।

२. गाउँपालिका भित्रका मुख्य सडक, पदमार्ग र प्रमुख गाउँ टोलहरूको नाम बताउन ।

३. राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार गाउँपालिकाको जनसङ्ख्या, घरधुरी र साक्षरता दरको विश्लेषण गर्न ।

४. विभिन्न वडामा रहेका पानीका स्रोतहरूको पहिचान गरी पानीको दिगो व्यवस्थापन र सदुपयोगका उपायहरू बताउन ।

५. गाउँपालिका क्षेत्रभित्र सञ्चालित कलेज, विद्यालयहरू र गाउँपालिका शिक्षा ऐन २०७५ (संशोधनसिहत) का मुख्य व्यवस्थाहरू बुझ्न ।

६. गाउँपालिका क्षेत्र भित्रका प्रमुख धार्मिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाहरूको सूची बनाउन ।

७. स्थानीय स्तरमा सञ्चालित मुख्य पेसा, व्यवसाय, पर्यटन क्षेत्र र गौरवका आयोजनाहरूको महत्त्व प्रस्तुत गर्न ।

८. स्थानीय सरकारका प्रमुख निकायहरू (सभा, कार्यपालिका, न्यायिक समिति) तथा वडा कार्यालयबाट प्रवाह हुने सेवाहरू बारे जानकारी लिन ।

मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रको पृष्ठभूमिमा देखिने सेता हिमालहरू जस्तै हाम्रो गाउँबाट देखिने हिमालहरुको नाम के होला ?

२. विद्यालय जाँदै गरेका विद्यार्थीहरू कुन भौगोलिक क्षेत्रका होलान् ?

३. चित्रमा देखाइएको परिवेशमा के कस्तो जनजीवन र हावापानी रहेको होला ?

४. बाटोको छेउमा रहेको सानो मन्दिर र पानीको धारा (पँधेरो) बारे छलफल गर्नुहोस् ?

५. हरियो पाखामा देखिने गराहरुमा कुन-कुन बालीहरू लगाइन्छ होला ?

६. चित्रमा देखाइएको ठाउँ पर्यटनको सम्भावना भएको ठाउँ हो कि होइन होला ?

१ भौगोलिक अवस्थिति

क्षेत्रफल र सिमाना

नेचासल्यान गाउँपालिका नेपालको कोशी प्रदेश अन्तर्गत सोलुखुम्बु जिल्लाको दक्षिण भेगमा रहेको छ । यस गाउँपालिकाले ६७.५४ वर्ग किलो मिटर क्षेत्रफल ओगटेको छ । यहाँ पाँच वटा वडाहरु रहेका छन् । वडा नम्बर एक, दुई, तीन, चार र पाँच क्षेत्रले क्रमशः २६.६४, १२.६१, ७.३६, ७.५४ र १३.३९ वर्ग किलो मिटर क्षेत्रफल ओगटेका छन् । यहाँ समुद्री सतहको करीब ६०० मिटरदेखि ३००० मिटर सम्म उचाइ भएको पहाडी तथा हिमाली भूभाग रहेको छ ।

यहाँ साविकको सल्यान, नेचा वतासे र नेचा वेतघारी गरी तीन वटा गाउँ विकास समितिको सम्पूर्ण क्षेत्र समेटिएको छ । गाउँपालिकाको केन्द्र र वडा नम्बर तीनको केन्द्र नेचावेतघारीमा रहेको छ । अन्य वडा केन्द्रहरुमा एक नम्बरको ख्याम्पु, दुई नम्बरको गुरुङ्गे, चार नम्बरको थुम्की र पाँच नम्बरको नेचा वतासे कुडिखिममा रहेको छ । विविध हावापानी रहेको यस क्षेत्रमा प्रशस्त उर्वर जमिनहरु रहेका छन् ।

गाउँपालिकाको पूर्व सिमानामा खोटाङ जिल्लाको ऐसेलुखर्क गाउँपालिका पर्दछ । पश्चिम र दक्षिण सिमानामा ओखलढुंगा जिल्लाको चिसङ्खुगढी गाउँपालिका पर्दछ । उत्तर सिमानामा यही सोलुखुम्बु जिल्लाको थुलुङ दुधकोशी गाउँपालिका र सोलु दुधकुण्ड नगरपालिका रहेका छन् ।

सडक

गाउँपालिकाबाट अन्य क्षेत्र जोड्ने सडकहरु

गाउँपालिकाबाट छिमेकी जिल्लालाई मोटर गुड्ने कच्ची सडकहरुले जोडेका छन् । गाउँपालिकाबाट ओखलढुङ्गा जिल्लालाई जोड्ने सडकहरुमा चिसापानी - चिसङ्खुगढी, फुर्के - लामी उकाली, लामाडाँडा - खस्रे - रुम्जाटार र गैरी - सोलाघर - ओखलढुङ्गा सडक मुख्य सडकहरु हुन् ।

गाउँपालिकाबाट थुलुङ दुधकोशी गाउँपालिका जोड्ने सडकहरुमा चुर्पु - पञ्चन र केउरिनी - टार - पञ्चन सडक मुख्य सडकहरु हुन् । त्यसैगरी गाउँपालिकाबाट सोलु दुधकुण्ड नगरपालिका जोड्ने सडकहरुमा दाल्दु - वरडाँडा - तिङ्ला, दाल्दु - बोक्सा - तिङ्ला, सिम खर्क - डढेली - छेलो हान्ने - ढाप, लेब्लु - जिम्मिर छेलो हान्ने - ढाप र हर्कटे - हिले - गौरीटाप - पत्ताले सडक मुख्य सडकहरु हुन् । अन्य सडक, पदमार्ग र पैदल मार्गहरु पनि प्रयोगमा रहेका छन् ।

गाउँपालिका क्षेत्र भित्रका सडकहरुः

गाउँपालिका क्षेत्र भित्र मोटर गुड्ने कच्ची सडकहरु संचालनमा छन् ।

सडक					
क्र.सं.	सडकको नाम	देखि	सम्म	लम्बाई (कि.मि.) करिब	मुख्य/सहायक सडक/पदमार्ग
१	जिव्ली खहरे, वडा नं १	जिब्ली	खहरे	१.८	सहायक
२	ख्याम्पु छितापाताल वडा नं १	ख्याम्पु	छितापाताल	३.१	मुख्य
३	टुहुरे हिले मुनि राई गाउँ, वडा नं १	टुहुरे	राई गाउँ	२	सहायक
४	गुवाली, वडा नं १	गुवाली	छेलो हान्ने जिरो प्वइन्ट	५	मुख्य
५	ख्याम्पु फेदी, वडा नं १	ख्याम्पु	फेदी	४.६	मुख्य
६	याली आहाले, वडा नं १	याली	आहाले	२.८	सहायक
७	आहाले नौले खोल्सी, वडा नं १	आहाले	नौले खोल्सी	२	मुख्य
८	ख्याम्पु लेब्लु गुवाली, वडा नं १	ख्याम्पु	गुवाली	८	मुख्य
९	केरुकी मैसेडाँडा, वडा नं १	केरुकी	मैसेडाँडा	१	सहायक
१०	बालकन्या आ.वि. गैरीगाउँ, वडा नं १	बालकन्या आ.वि.	गैरीगाउँ	०.६५	सहायक
११	टुहुरे हिले गौरीटाप, वडा नं १	टुहुरे	गौरी टाप	३	मुख्य

१२	गुवाली छेलोहान्ने, वडा नं १	गुवाली	छेलोहान्ने	५	मुख्य
१३	ख्याम्पु रुङ्गा, वडा नं १	ख्याम्पु	रुङ्गा	१.३	सहायक
१४	छितापातल ओस्ती, वडा नं १	छितापातल	ओस्ती	३.५	सहायक
१५	ख्याम्पु आहाले, वडा नं १	ख्याम्पु	आहाले	४	मुख्य
१६	न्याम्ले बरफेद रुगा चागम घुन्सा, वडा नं १	न्याम्ले	घुन्सा	६.५	सहायक
१७	बुस्ती आहाले, वडा नं १	बुस्ती	आहाले	१.५	सहायक
१८	स्वर्ण सगरमाथा, वडा नं २	ख्याम्पु	सोलुखोला सम्म	१६	मुख्य
१९	सल्यान खाल्पा, वडा नं २	सल्यान	खाल्पा	७	मुख्य
२०	खहरे राईडाँडा, वडा नं २	खहरे	राई डाँडा	३	मुख्य
२१	कोल डाँडा खाडी द्याम्दे देउपुजे, वडा नं २	कोल डाँडा	देउपुजे	५	सहायक
२२	राई डाँडा नेवार गाउँ पुरश्चरण, वडा नं २	राई डाँडा	पुरश्चरण	२	सहायक
२३	बिहिबारे बरडाँडा, वडा नं ३	बिहिबारे	बरडाँडा	३.५	मुख्य
२४	बिहिबारे खाल्ले, वडा नं ३	बिहिबारे	खाल्ले	२	मुख्य
२५	बिहिबारे पहिरे खोला वतासे गा.बि.स भवन, वडा नं ३	बिहिबारे	वतासे	१.५	मुख्य
२६	बिहिबारे मासखोरिया, वडा नं ३	बिहिबारे	मासखोरिया	५	सहायक

२७	बिहिबारे सुकेपोखरी, वडा नं ३	बिहिबारे	सुकेपोखरी	४	सहायक
२८	बिहिबारे जनजागृति बेसीगाउँ, वडा नं ३	बिहिबारे	बेसीगाउँ	७	सहायक
२९	त्रिवेणी गौरुङटोल, वडा नं ३	त्रिवेणी	गौरुङटोल	३	सहायक
३०	मुलिखिम भवन काउले फुर्के, वडा नं ३	मुलिखिम	फुर्के	३	सहायक
३१	गुरुङ गाउँ खड्कागाउँ चिसापानी, वडा नं ३	गुरुङ गाउँ	चिसापानी	३	सहायक
३२	कालिका आ.बि गैरा गाउँ डिही, वडा नं ३	कालिका आ.बि	डिही	२	सहायक
३३	डाडागाउँ जालपा , वडा नं ३	डाडागाउँ	जालपा	३	सहायक
३४	गैरिवारी वास्तोला टोल भँगेरी, वडा नं ३	गैरिवारी	भँगेरी	२	सहायक
३५	वुङथारु पन्डित चौतारा घट्टेपुङ, वडा नं ३	वुङथारु	घट्टेपुङ	२	सहायक
३६	काउले कुँडार माझपानी फुर्के, वडा नं ३	काउले	फुर्के	२	सहायक
३७	विष्ट टोल कुँडार, वडा नं ३	विष्ट टोल	कुँडार	१	सहायक
३८	वन्दिवारी वतासे गा.वि.स छेउ, वडा नं ३	वन्दिवारी	वतासे	१	सहायक
३९	विष्ट मोड जालपा, वडा नं ३	विष्ट मोड	जालपा	१	सहायक
४०	वडा सिमाना चिसापानी, वडा नं ३	वडा सिमाना	चिसापानी	४	सहायक

४१	भुमेथान मुलिखिम झाँझरे, वडा नं ३	भुमेथान	झाँझरे	३	सहायक
४२	झाँझरे खड्का गाउँ, वडा नं ३	झाँझरे	खड्का गाउँ	१	सहायक
४३	खाल्ले सिम्ले, वडा नं ३	खाल्ले	सिम्ले	२	सहायक
४४	पदम मोड सिमखोला, वडा नं ३	पदम मोड	सिमखोला	१	सहायक
४५	छहरा खोला ढुंगेल गाउँ, वडा नं ३	छहरा खोला	ढुंगेल गाउँ	१	सहायक
४६	फाल गौडा कोदारे, वडा नं ३	फाल गौडा	कोदारे	२	सहायक
४७	उजेलीखोला कालिका आ.वि छेउ, वडा नं ३	उजेलिखोला	कालिका आ.वि छेउ	२	सहायक
४८	घिमिरे गाउँ घले स्वारा, वडा नं ३	घिमिरेगाउँ	घले स्वारा	२	सहायक
४९	गुराँस फेद राधाकृष्ण, वडा नं ३	गुराँस फेद	राधाकृष्ण	२	सहायक
५०	त्रिवेणी बिहिबारे, वडा नं ३	त्रिवेणी	बिहिबारे	१	सहायक
५१	घुमाउने वर हुँदै नाला, वडा नं ३	घुमाउने वर	नाला	३	सहायक
५२	पेट्रोल पम्प बेतघारी स्वास्थ्य चौकी, वडा नं ३	पेट्रोल पम्प	बेतघारी स्वास्थ्य चौकी	१	सहायक
५३	३ नं. वडा कार्यालय गैरीवारी, वडा नं ३	३ नं. वडा कार्यालय	गैरीवारी	०.३	सहायक
५४	बिहिबारे तूईन्टार	सेवा केन्द्र	तुईन्टार सोलु दोभान	१३	मुख्य
५५	तिमोथी मोड अमलबोट	तिमोथी मोड	अमल बोट	४	सहायक

५६	बुकी खोला चुर्पु	बुकी खोला	चुर्पँ	७	मुख्य
५७	सगरमाथा मोड	सगरमाथा	टारीटोल	४	सहायक
५८	जैसी मोड	जैसी मोड	अमलबोट	६	सहायक
५९	साततले मोड घुमाउने चौतारा मासखोरिया	साततले	मासखोरिया	५	मुख्य
६०	नेचा अस्पताल मोड	नेचा अस्पताल	गैरी बजार	३	सहायक
६१	काली पोखरी	काली पोखरी	ठाडो बाटो	१	मुख्य
६२	केदार मा.वि. फुर्के भञ्ज्याङ	केदार मा.वि.	भञ्ज्याङ	६	मुख्य
६३	भञ्ज्याङ भ्युटावर	भञ्ज्याङ	भ्युटावर	१	मुख्य
६४	भञ्ज्याङ सिद्ध पोखरी	भञ्ज्याङ	सिद्ध पोखरी	१	सहायक
६५	थुलुङ सामा पुराना खानी	थुलुङ सामा	पुराना खानी	५	सहायक
६६	थुलुङ सामा रातमाटा फुर्के	थुलुङ सामा	फुर्के	४	सहायक
६७	चमेरे ढुंगा	रातमाटा	चमेरे ढुंगा	४	सहायक
६८	थुलुङ सामा बास्तोला टोल	थुलुङ सामा	बास्तोला टोल	३	सहायक
६९	फुर्के रुवा पँधेरो पाँडे बारी	रुवा पँधेरो	पाँडे बारी	३	सहायक

७०	रुवा पँधेरो खेलमैदान मोड	रुवा पँधेरो	खेलमैदान मोड	२	सहायक
७१	फुर्के खेलमैदान डाँडागाउँ	फुर्के खेलमैदान	डाँडागाँउ	४	मुख्य
७२	फुर्के पोखरी भट्टराई मोड	फुर्के पोखरी	भट्टराई मोड	५	मुख्य
७३	रुवा पँधेरो डाँडागाउँ	रुवा पँधेरो	डाँडागाँउ	२	सहायक
७४	फुर्के पोखरी मोड माँझ पानी	फुर्के पोखरी	माँझपानी	३	सहायक
७५	फुर्के पोखरी कुण्ड पोखरी	फुर्के पोखरी	कुण्ड पोखरी	५	पदमार्ग
७६	गैरी बरडाँडा	गैरी	बरडाँडा	९	मुख्य
७७	तीनकन्या नाम्लो	तीनकन्या	नाम्लो	८	मुख्य
७८	माँझगाउँ	लिस्पुम	पाती खर्क	८	सहायक
७९	तिनकन्या	पिपिरी	मानेडाडा	९	सहायक
८०	मानेडाँडा केशरी गैरी	मानेडाँडा	गैरी	७	सहायक
८१	रल्लेचा साम्बुरु सिताम्दु गैरा वर	रल्लेचा	गैरावर	९	मुख्य
८२	बडली फ्रेवा बरडाँडा	बडली	फ्रेवा	७	सहायक
८३	रराम्दु सिताम्दु खैरे	रराम्दु	खैरे	९	सहायक
८४	नाम्लो सबली छेउखिम गजे खोला	नाम्लो	गजे खोला	१०	सहायक
८५	खहरे नाम्लो कुडिखिम लिस्पुम बिहिबारे	खहरे	बिहिबारे	८	मुख्य

गाउँपालिका क्षेत्र भित्रका मुख्य पदमार्ग

"तुइनटार - न्याउले डाँडा - जम्दीपार्क फुर्के - सुकेपोखरी - चिसापानी - मानेडाँडा - गैरी - आहाले - सिमखर्क - भेडिखोर - पानीचौर - सिमचौर - डढेली - घ्याङ्घर - चाडेस्थान - छेलो हान्ने जिरोपइन्ट - टावर डाँडा - गौरीटाप ।"

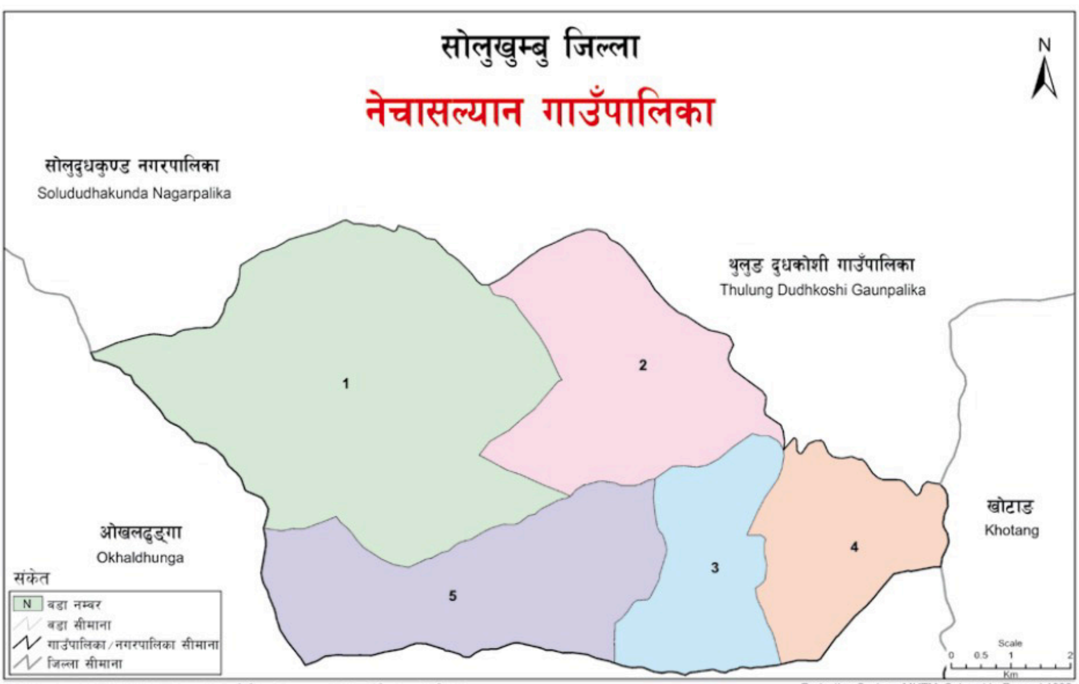
गाउँपालिका क्षेत्रभित्रका गाउँ टोलहरु:

वडा क्षेत्र	गाउँ टोलको नाम
एक नम्बर वडा	कामी आरन, हिले, हर्कटे, पात्ले, टुहुरे, टाँड विसौना, जिम्मिर, फेदी, गुहाली, लेब्लु, घोस्लु, पानी चौर, कस्कुरा, भेडीखोर, बिर्खे, काँचोपाते, तरुल बारी, बजारे, सिरान टोल, सिमखर्क गुम्बा टोल, बुस्ति, सुर्के टोल, कुँडार, घुन्सा, डुँड, याली, चाँगम, डाँडा टोल, चौर टोल, राउत टोल, चिप्ले ढुंगा, गोगुन घारी, बरादी, नागथान, रुम्टी, फेदी, ढुंगाना टोल, कामी डाँडा, चौर घरे टोल, गैरी गाउँ, धनसार, साममाया, सानटारी, टारी, द्याम्दे, जिब्ली, उनिउ वन, आहाले, कागते, वागदलु, खोप डाँडा, बड्से खर्क, ओस्ती, अमृतेरु, गौंथली, चुली, जेजेरु, ओस्पु, पिङ्गो डाँडा, सेरो, गुगुर्दी, जन्तेरु, फुर्चुकु, ख्याम्पु, बोहोरी गैरा, रिदु र अक्कली डाँडा आदि ।
दुई नम्बर वडा	केरावारी, कात्तिके, भित्ते, भिरकुना, चौतारा, भोगटिनी, देवीथान, स्याखुने, बान्दुले, केउरिनी, दिले डाँडा, पुराना गाउँ, कोल डाँडा, सउरबोटे, खत्री टोल, सल्यान टोल, गोगुनपानी, खोक, चपल्याटी, नुनथला, दुवा डाँडा, नेपाली टोल, पँधेरा पारी, थाम डाँडा, जोगी गाउँ, दोदी, पराजुली गाउँ, गैरा टोल, गुरुङ्गे डाँडा टोल, गहते, सानथला, दाल्दु, खाल्पा, तल्लो खाल्पा, देउपुजे, लेकु र चिसिप्ले आदि वडा नम्बर दुई क्षेत्रका मुख्य गाउँ टोलहरु हुन् ।
तीन नम्बर वडा	घलेस्वारा, खनाल टोल, बास्तोला गाउँ, तीन घरे, नयाँ बजार, पुराना बारी, गैरा गाउँ, डाँडा गाउँ, बेसी गाउँ, भदौरे, गुरुङ गाउँ, भैसे, भण्डारी गाउँ, डाँडा गाउँ, भट्टराई गाउँ, राउत गाउँ, सेपेलुङ, बरडाँडा, जालिम्बो टोल, खाल्डे, सिम आदि वडा नम्बर तीन क्षेत्रका मुख्य गाउँ टोलहरु हुन् ।

चार नम्बर वडा	भण्डार घर, सिरान गाउँ, पाँडे बारी, चम्लाबोट, भँगेरी, डाँडा घरे टोल, वास्तोला टोल, रातमाटा, गौरुङ टोल, पोखरे, खरबारी, एक राते, लखने, टारी, डाँडा गाउँ, आइतवारे, तिङ्लाली टोल, फुर्के रुवा पँधेरा टोल, फुर्के पोखरी, थुम्की, बेतघारी, बुइकले टोल, नेपाले टोल, तल्लो पुरानाखानी, अम्मल बोट, चप्लेटी, कङ्क टोल, छेब्दु, तुइन्टार, देम्लीबु र बोम्थाये आदि वडा नम्बर चार क्षेत्रका मुख्य गाउँ टोलहरु हुन् ।
पाँच नम्बर वडा	गैरी, केसरी, फलाटे, जेनी पसल, विरौटे, पात्ले चौतारा, माने डाँडा, धर्जने, पोखरी, मुल खर्क, पिपिरी, खरी डाँडा, खालिङ गाउँ (खाल्देल), ग्रवङवले, छेउखिम, डाँडा टोल, सिताम्दु, फ्रेवा, खैरे, नाम्लो, साम्बुरु, कुडिखिम, लङ्से, सबुली, गैराखिम, हल्याम्तो, माझ गाउँ, पाती खर्क, हात्ती ढुंगा, सिम्ले, नर्कटे, भूमेथान, गाइखर्क, तीनघरे, लिस्पुङ, सलाम कर्म, बोहोरे, चोक्चिपु, लुतापु, नाचिदु, टाउके ओढार र सिमल बोट आदि वडा नम्बर पाँच क्षेत्रका मुख्य गाउँ टोलहरु हुन् ।

शिक्षकलाई निर्देशनः अन्य गाउँ टोलका बारेमा कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

नेचासल्यान गाउँपालिकाको नक्सा



स्रोत: स्थलरुप नक्सा (स्केल १:२५००० / १:५००००), नापी विभाग र जनगणना २०६८, केन्द्रिय तथ्यांक विभाग
तयार पार्ने: गाउँपालिका, नगरपालिका तथा विशेष, संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्रको संख्या तथा सीमाना निर्धारण आयोग

Projection System: MUTM, Spheroid - Everest 1830
LLRC, 2016

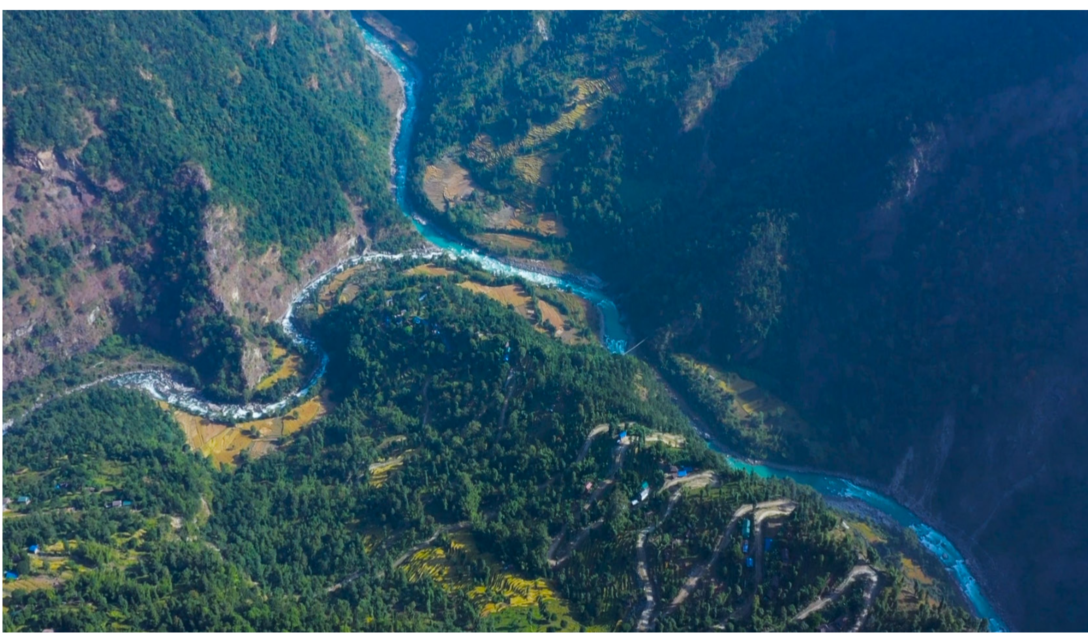
२. जनसंख्या

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार यस गाउँपालिका क्षेत्र भित्रको जनसङ्ख्या ११३८१ रहेको छ । जसमध्ये पुरुषको जनसंख्या ४९.२ र महिलाको ५०.८ प्रतिशत रहेको छ । कुल जनसङ्ख्या मध्ये वडा एकमा २६६८, वडा दुईमा २०९१, वडा तीनमा २९४८, वडा चारमा १६५१ र वडा पाँचमा २०२३ जना रहेका छन् । वडागत घर धुरीमा वडा एकमा ६२८, वडा दुईमा ५१३, वडा तीनमा ७४५, वडा चारमा ४२४ र वडा पाँचमा ४७३ गरी जम्मा २७८३ घर धुरी रहेका छन् ।

गाउँपालिका क्षेत्र भित्रका जनसङ्ख्या मध्ये ७८.५ प्रतिशत साक्षर छन् ।ती मध्ये महिलाको ७०.७ र पुरुषको ८६.६ प्रतिशत साक्षरता दर रहेको छ । वडागत रुपमा साक्षरता दरमा वडा एकमा ७८.६, वडा दुईमा ७७, वडा तीनमा ७८.४, वडा चारमा ८०.३ र वडा पाँचमा ७८.४ प्रतिशत रहेको छ ।

३. पानीका स्रोतः

गाउँपालिका क्षेत्र भित्र पानीका स्रोतहरुमा नदी, खोला, खोल्सी, धारा, पँधेरा, मुहान, पोखरी, लिफ्टिङ खानेपानी आदि रहेका छन् । दुधकोशी नदी, सोलु खोला, ठाडो खोला, खहरे खोला मुख्य नदी खोलाहरु हुन् । अन्य स्रोतहरु पनि रहेका छन् ।



दुधकोशी नदी वडा नं. ४

वडा क्षेत्र	प्रमुख पानीका स्रोतहरुको नाम
एक नम्बर वडा	खोलाः ठाडो, खहरे, मझुवा, जिब्ली, सुर्के, बोसिम, चण्डेखर्क, चिण्डे पानी, नौले, जम्दी, साम्गेल, जिम्बिर, चोक्चे, फेवा र सीमखर्क खोला आदि। खोल्सीः उनिउ वन, गुगुर्दी, सुवादल, भेडीखोर, जिब्जोदु, बुस्ती, दङकु, सुर्के, जिम्मिर, मझुवा, न्याम्ले, किरुके, अँधेरी र लपुङ खोल्सी आदि। पोखरीः भेडीखोर, कस्कुरा, आहाले र लेब्लु भुवन डाँडा पोखरी आदि।
दुई नम्बर वडा	खोलाः सोलु, ठाडो र खहरे खोला आदि। खोल्सीः किरुके, दोदी, खाडी, करचिले, जिब्जिदु, नुनथला, कुर्लेनी र बुढो खोल्सी आदि। पोखरीः आम्बोटे पोखरी।
तीन नम्बर वडा	खोलाः बहादुरे, सिम, जम्बु, हाँडी, उजेली खोला आदि। धाराः बोहोरी, जय, चनौटे, मुलपानी, ठूलो, सेती मुल, थलथले, भक्ते, बेसी पात्ले, ढुंगेल, बिरुवा, देवी थान, भट्टराई, पात्ले पानी, ओखरबोट, मलबु पानी, गांढा पानी, नागथान रुद्राक्ष फेद धारो आदि। पोखरीः सुके पोखरी र चिसापानी पोखरी।
चार नम्बर वडा	खोलाः अँधेरी खोला (छहरा, घर्ती, पाँडे, कामी, आँगे, नाराकुर्कु, रावाकुर्कु, पैसीकुर्कु, दहकुर्कु खोला), बुकि, सुकी, कुइलो, मुन्दिसी खोला आदि। धारा/पँधेराः भण्डार घर, ठाडो सिम मुहान, रमाइलो डाँडा, ढकाल, धारा घर, साउनेम, पाँडेवारी, अँधेरी खोला सिम, सिंहारी, माझ, रुवा, पानी चउर, वेतघारी देवीथान, चम्लाबोट, अँधेरी खोला, भंगेरी, लापान मुहान धारो आदि। लिफ्टिङ खानेपानी। पोखरीः सिद्ध पोखरी, सिद्धथान, काली र फुर्के पोखरी आदि।

पाँच नम्बर वडा	खोलाः तीन टाटने, सिस्ने, खहरे, फेदी, रराम्दु, बडली, साम्साली, फेदी, खेले, पैरे खोला आदि । खोल्सीः थलथले, देवी थान, साततले, गोब्रे पानी, बिरौटो, भड्खारो, गजे, चकपकु, रक्तवक, ग्रङवाले, ररामदु, बडाली, बख्लिबक, साम्साले र कान्ले खोल्सी आदि । मुहान/धाराः गुराँसे, नौले खोला आरुपाते, देवीथान, धर्जने, धोद्रे, फुस्ने पानी, तीन टाटने, बाँस फेद, बैस फेद, ओख्रे, न्याङवक, रानी, छिपछिपे, भुन्टी, खड्का (कामी धारा), लाली डाँडा, आइतवारे, कवापुम, जने, ररम्दु, सेन्चिपुम, कुडिखिम, ध्रुक्सीपुम, रेमावक, रिन्जिलिम, चक्ती, ओखर फेद, लाकुरी पुम, पर्साल बुम, तल्लो सेन्चिपुम, जुनेली, गाइखर्क, कान्ले, ठूलो सिम, ओख्रे खोला, नाग थान, तीन घरे र बोहोरे धारा आदि । पोखरीः खुने, तीनकन्या, रुमाटार, फलाटे, तल्लो फलाटे, माथ्लो फलाटे आदि ।

पानीको दिगो व्यवस्थापन र सदुपयोग गर्ने उपायः

उपलब्ध जलस्रोतको संरक्षण र उचित प्रयोग नै पानीको दिगो व्यवस्थापन हो । पानीको दिगो व्यवस्थापन र सदुपयोग गर्ने उपायहरु तल उल्लेख गरिएको छः

(१) पानीको मीतव्ययी प्रयोगः आवश्यक काममा मात्र पानी प्रयोग गर्ने तर अनावश्यक रुपमा खेर नफाल्ने ।

(२) मुहान संरक्षणः पानीको मुहान वरपर वृक्षारोपण गर्ने, सरसफाइ गर्ने कामलाई निरन्तरता दिनुपर्छ ।

(३) भूमिगत पानीको पुनर्भरणः वर्षाको पानीलाई खाडल, पोखरी र खाली जमिन मार्फत् जमिन मुनि पठाउने व्यवस्था मिलाउनुपर्छ ।

(४) वर्षाको पानी संरक्षणः वर्षाको समयमा घरको छानाबाट झरेको पानी र पोखरी तथा खोलामा भएको पानीलाई सिंचाई लगायत काममा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

(५) बहुउपयोगः सरसफाइ गरेर निस्किएको पानी करेसावारी र खेतबारीमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

४. शिक्षाः

नेचासल्यान गाउँपालिका क्षेत्र भित्र कलेज, सामुदायिक विद्यालय र संस्थागत विद्यालयहरु संचालनमा छन् । ती हुन्

(क) कलेजहरु

क्र.स.	कलेजको नाम	ठेगाना	संचालित कक्षा	आंगिक/सम्बन्धन
१	वी.पी. संस्कृत विद्यापीठ	वडा नं २	शास्त्री (स्नातक)	आंगिक, नेपाल संस्कृत विश्वविद्यालय
२	हिमाल दर्शन बहुमुखी क्याम्पस	वडा नं ३	स्नातक	सम्बन्धन, त्रिभुवन विश्वविद्यालय
३	दुधकोशी बहुमुखी क्याम्पस	वडा नं २, दोदी	स्नातक	सम्बन्धन, त्रिभुवन विश्वविद्यालय

(ख) विद्यालयहरु

क्र.सं.	विद्यालयको नाम र ठेगाना	संचालित कक्षा	सामुदायिक/संस्थागत	कैफियत
१	भूमेश्वरी माध्यमिक विद्यालय, वडा नं १, ख्याम्पु	बालविकास - १२	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र दुईवटा समेत
२	सगरमाथा आधारभूत विद्यालय, वडा नं १, बिर्खे	बालविकास - ८	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
३	भगवती आधारभूत विद्यालय, वडा नं १, टुहुरे	बालविकास - ५	सामुदायिक	-
४	जनदिव्य आधारभूत विद्यालय, वडा नं १, लेब्लु	बालविकास - ५	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
५	रुँगास्थानी आधारभूत विद्यालय, वडा नं १, फेदी	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
६	शहिद स्मृति आधारभूत विद्यालय, वडा नं १, रुँगा	बालविकास - ३	सामुदायिक	-
७	बालज्योति आधारभूत विद्यालय, वडा नं १, टारी	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
८	महेन्द्रोदय माध्यमिक विद्यालय वडा नं २, गुरुङ्गे	बालविकास - १२	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र दुईवटा समेत

९	वी.पी. संस्कृत माध्यमिक विद्यालय, वडा नं २, आमबोटे	बालविकास - १२	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
१०	सरस्वती पूर्णरत्न आधारभूत विद्यालय, वडा नं २, खाल्पा	बालविकास - ८	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
११	जलेश्वरी आधारभूत विद्यालय, वडा नं २, चौतारा	बालविकास - ८	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
१२	शहिद राम लक्ष्मण आधारभूत विद्यालय, वडा नं २, केउरेनी	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
१३	चन्द्रज्योति आधारभूत विद्यालय, वडा नं २, केराबारी	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
१४	विष्णुछाँया आधारभूत विद्यालय, वडा नं २, दुवाडाँडा	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
१५	गौरीशंकर गुरुकुल, वडा नं २, केउरेनी	१ देखि ८	सामुदायिक	-
१६	सल्यान सामुदायिक अध्ययन केन्द्र , वडा नं. २	अध्ययन केन्द्र	सामुदायिक	-
१७	सल्यान स्टार बोर्डिङ स्कुल, वडा नं.२, दोदी	बालविकास - ५	संस्थागत	-
१८	हिमाल दर्शन माध्यमिक विद्यालय, वडा नं.३	बालविकास - १२	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
१९	कालिका आधारभूत विद्यालय, वडा नं ३, डाँडागाउँ	बालविकास - ८	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र दुई वटा समेत
२०	शहिद नरनाथ आधारभूत विद्यालय, वडा नं ३, देवली डाँडा	बालविकास - ५	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
२१	जनजागृति आधारभूत विद्यालय, वडा नं ३, ठुटेबर	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
२२	आदर्श मिलन आधारभूत विद्यालय, वडा नं ३, बरडाँडा	बालविकास - ५	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र दुईवटा समेत

२३	नेचाबतासे सामुदायिक अध्ययन केन्द्र, वडा नं. ३ र ५	अध्ययन केन्द्र	सामुदायिक	-
२४	नेचा एपेक्स एकेडेमी बोर्डिङ स्कुल वडा नं.३, त्रिवेणी	बालविकास - ५	संस्थागत	-
२५	केदार माध्यमिक विद्यालय, वडा नं ४	बालविकास - १२	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
२६	सगरमाथा आधारभूत विद्यालय, वडा नं ४, पोखरे	बालविकास - ८	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र दुई वटा समेत
२७	जालपा आधारभूत विद्यालय, वडा नं ४, फुर्के	बालविकास - ५	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
२८	सूर्योदय आधारभूत विद्यालय, वडा नं ४, थुम्की	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
२९	गणेशथान माध्यमिक विद्यालय, वडा नं ५, गैरी	बालविकास - १२	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र दुईवटा समेत
३०	भूमेस्थान आधारभूत विद्यालय, वडा नं ५, सिताम्दु	बालविकास - ८	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
३१	तीनकन्या आधारभूत विद्यालय, वडा नं ५, पोखरी	बालविकास - ७	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत
३२	हिमज्योति आधारभूत विद्यालय, वडा नं ५, माझगाउँ	बालविकास - ३	सामुदायिक	बालविकास केन्द्र समेत

गाउँपालिका शिक्षा ऐन, २०७५

नेचासल्यान गाउँपालिका भित्र कक्षा एकदेखि बाह्र सम्म संचालित विद्यालयहरूको संचालन तथा व्यवस्थापनका लागि गाउँपालिका शिक्षा ऐन २०७५ (संसोधनसहित) जारी गरी लागू गरिएको छ । यस ऐनमा रहेका मुख्य व्यवस्थाहरू निम्न बमोजिम रहेका छन् ।

- विद्यालय खोल्ने तथा गाभ्ने सम्बन्धी व्यवस्था
- गाउँकार्यपालिका, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, शिक्षा अधिकृत तथा निरीक्षकको काम, कर्तव्य र अधिकार

- शिक्षा समितिको काम, कर्तव्य र अधिकार
- विद्यालय व्यवस्थापन समिति र शिक्षक अभिभावक संघको गठन र तिनको काम, कर्तव्य, अधिकार सम्बन्धी व्यवस्था
- विद्यार्थी भर्ना ,परीक्षा तथा कक्षोन्नति एवं छात्रवृत्ति सम्बन्धी व्यवस्था
- शिक्षक तथा प्रधानाध्यापक पदको छनौट, नियुक्ति तथा काम, कर्तव्य र अधिकार सम्बन्धी व्यवस्था
- शिक्षक सरुवा सम्बन्धी व्यवस्था
- विदा तथा काजसम्बन्धी व्यवस्था
- विद्यालयको सम्पत्ति संरक्षण सम्बन्धी व्यवस्था
- विद्यालयलाई दिइने अनुदान सम्बन्धी व्यवस्था
- लेखा परीक्षण सम्बन्धी व्यवस्था
- शिक्षक, विद्यार्थी र अभिभावकले पालना गर्नुपर्ने आचारसंहिता
- पुरस्कार तथा सम्मान सम्बन्धी व्यवस्था आदि

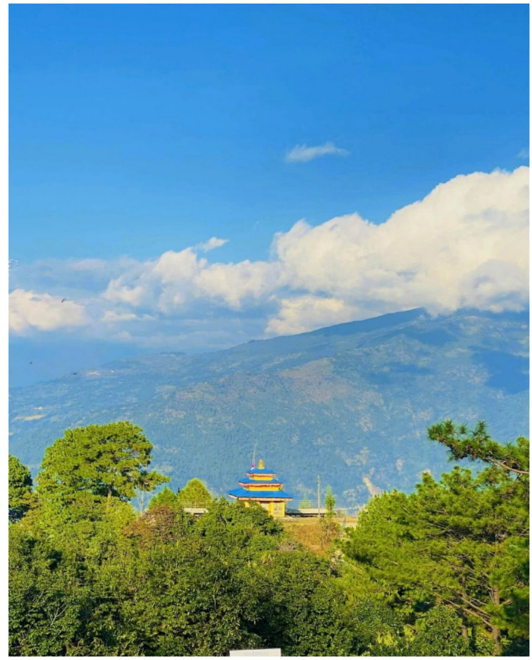
गाउँ शिक्षा समितिको काम, कर्तव्य र अधिकार

- शैक्षिक योजना माथि छलफल गरी स्वीकृतिको लागि कार्यपालिकामा पेश गर्ने।
- गाउँ कार्यपालिकामा स्वस्थ शैक्षिक वातावरण कायम राख्न तथा शिक्षाको गुणस्तर वृद्धि गर्न कार्ययोजना बनाई स्वीकृत गर्ने।
- विशेष शिक्षा, समावेशी शिक्षा, अनौपचारिक शिक्षा, औपचारिक शिक्षा, निरन्तर शिक्षा, दूरशिक्षा तथा खुल्ला शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन सम्बन्धी व्यवस्था गर्ने।
- शिक्षक, कर्मचारी तथा विद्यार्थी कल्याण सम्बन्धी कार्यक्रम बनाउने।
- शैक्षिक क्यालेण्डर बनाई लागू गर्ने।
- गाउँस्तरीय खेलकुद, स्काउट तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमको व्यवस्था मिलाउने।
- विद्यालयको अनुगमन, मूल्याङ्कन र निरीक्षण गर्ने।

शिक्षकलाई निर्देशन: *गाउँ शिक्षा समिति र वडा शिक्षा समितिको गठन बारे गाउँपालिकाको शिक्षा ऐन, नियमावली, निर्णयको अध्ययन गरी पठन पाठन गराउने।*

५, धर्म संस्कृतिको संरक्षण र संबर्द्धन:

शिव मन्दिर वडा नं ३



शिव मन्दिर वडा नं ४

हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्र रहेका प्रमुख धार्मिक स्थल र सम्पदाहरु तल प्रस्तुत गरिएको छ ।

वडा क्षेत्र	धार्मिक स्थल र सम्पदाहरु
एक नम्बर वडा	सेती भुमेदेवी मन्दिर, तरुलवारी सेतीदेवी मन्दिर, भेडीखोर देवी मन्दिर, कागते सेतीदेवी गुठी परिवार मन्दिर, सिद्धथान, गाजले वालासिद्ध, जलदेवी चागम, सेती नागिन, सुनारानी मन्दिर, सेतीदेवी, जुजुरु मान्देरु मन्दिर, जन्तेरु मन्दिर, कुसुम थुदेन गुम्बा, घुन्सा तल्लो माने, घुन्सा माथ्लो माने, यली माने, डुँड माने, सिमखर्क माझ माने, लेव्लु माने डाँडा, सेरो सुबुखम, जुजुरु सुबुखम, जन्तेरु सुबुखम, गुगुर्दी सुबुखम, ख्याम्पु सुबुखम, रुगाँ सुबुखम, टारि भुमेथान, फेदी भुमेथान, बस्नेत कुलपुजा मन्दिर, राउत कुलपुजा मन्दिर, ढुङ्गाना कुलपुजा मन्दिर, सेरो सबुखम, सुबु सेती भुमे, तातोपानी पानीघाट, ढुङ्गा माने, कागते, बजारे, सिमखर्क बौद्ध, उनिउ वन मन्दिर, भीमसेन थान मन्दिर, कुन्ता देवी मन्दिर, ताक डाँडा मन्दिर आदि ।

दुई नम्बर वडा	ककनी सेतीदेवी, सिद्धथान, पञ्चकन्या देवी, पञ्चकन्या कैलाशेश्वरी, जलेश्वरी ,बुढीदेवी, शिव मन्दिर आमबोटे, दोदी भुमेथान, निरौला वायुथान, गुरुकुल शिवमन्दिर, जोगी गाउँ शिव मन्दिर, इन्द्रावती देवी, त्रिवेणी देवीथान आदि । चौताराः नुनथला, दोदी भञ्ज्याङ, राइ डाँडा, साफे, ढुंगाकाटे, सैलुङ्गे, दाल्दु, टुनी बोटे, भीरको, भुलभुले, पाटी डाँडा, वरको चौतारो, चिसिप्ले, विष्णुछाया चौतारो आदि ।
तीन नम्बर वडा	झाँक्री थान, बाल सिद्धा, सेती देवी, जालपा देवी, झाँझरे सेती देवी, देउराली सेती देवी थान, कुन्ता देवी, दुधधारा, इन्द्रावती देवी, पाँच कन्या दुधधारा देवी मन्दिर, रक्तकाली देवी मन्दिर, गुरुङ गाँउ भुमेथान, युलडी भुमेथान, वरडाँडा भुमेथान, खड्का कुल देवली थान, कुण्ड पोखरी, कालिका पोखरी, च्यान डाँडा मन्दिर, शिव मन्दिर, राधाकृष्ण मन्दिर, सिंहदेवी, सयाँले मासखोरीया घाट, संसारी थान, सुकेपोखरी होम कुण्ड, जालपा गुफा मन्दिर, ज्वालामाई ज्वालामुखी मन्दिर, गौतम ऋषिकुटी, किरात बाहिङ मुलिखम । प्रमुख चौताराहरूमा देवाली, लट्टे, एक्ले पिपल, घुमाउने बर, डाँडागाउँ आदि हुन् ।
चार नम्बर वडा	चक्रावती देवी, बास्तोला देवीथान, जलवती देवी, सहकाली देवी, थुलुङसामा, साख्लेवा थान (भुमेथान), गौरुङ टोल तोषिखोम, सेतीमाला देवी, देवी/सिद्धथानहरु, महाङकाली देवी, पोखरे भुमेथान, एकराते सिद्धथान, सातकन्या कालिका, पाँच पाण्डव भीमसेनथान, भूमेथान, सिद्धथान, सावित्रादेवी, शिवमन्दिर (भञ्ज्याङ), येदेम तोषिखोम, सेती देवी, कालिका देवी (गुरीफार), धाराफार, महादेवथान तुइन्टार, क्राम्चिले तोषिखोम, बालाकन्या देवी, प्रशंसा निवास चर्च, दनियल चर्च, सिद्धथानहरु । यस क्षेत्रका प्रमुख चौतारा र पार्कहरुमा भोर्ले, अल्छे ढुङ्गा, रातमाटा, थालाखुम, लखने चौतारो र वी.पी. स्मृति पार्क हुन् ।
पाँच नम्बर वडा	सेतीदेवी मन्दिर, चोमोलुङमा गुम्बा, गेतसमनी चर्च, जेनीपसल देवीथान, केसरी देवीथान, विरौटे सेती देवी, फलाटे सिद्धथान, जेनीपसल माने, माने डाँडा, तीनकन्या देवीथान, गेतसमनि चर्च खालिङ गाउँ, कुडिखिम देवीथान, सुवुथान, सितान्दु सुवुथान, नाम्लो सुवुथान, साम्बुरु सुवुथान, फ्रेवा सुवुथान, हिमाने सिद्धथान, डिकमने सिद्धथान, नाम्लो शिव मन्दिर, सिंहदेवी, ज्वालामाई सिद्धदेवी, माझगाउँ शिव मन्दिर, ब्लै सुवुथान, भीनेम सुवुथान, बक्साव्लु थान, नवदुर्गा भगवती मन्दिर, पर्सालपुम देवीथान । यस क्षेत्रका प्रमुख चौताराहरुमा पात्ले, जेनी पसल, खड्का, रातमाटे, छिपछिपे, देउराली, सिताम्दु लापुङ, सवली नालुङ, वढाली, पर्सालुम, तुलबीर, सार्की, लोमपुम, दुइघरे र हिमाने चौतारो हुन् ।

६. पेशा व्यवसायः (वैदेशिक रोजगार समेत)

नेचासल्यान गाउँपालिकाको मुख्य रोजगारीका क्षेत्रहरुमा कृषि, पशुपंछी पालन, पर्यटन, उद्यमहरु (लघु घरेलु र साना उद्यम), जैविक विविधता र सेवा क्षेत्र रहेका छन्। यहाँका नागरिकहरु गाउँपालिका क्षेत्र भन्दा बाहिर स्वदेश तथा विदेशमा समेत विभिन्न पेशा व्यवसायमा आबद्ध रहेका छन्।

७. स्वास्थ्य

हाम्रो गाउँपालिकामा नागरिकहरुलाई स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउन विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाहरु संचालनमा छन्। ती संस्थाहरुको विवरण तल उल्लेख गरिएको छ।

क्र सं.	संस्थाको नाम
१	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, वडा नं. १
२	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाइ छितापातल, वडा नं. १
३	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाइ सिमखर्क, वडा नं. १
४	प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र सल्यान, वडा नं. २
५	ग्रामीण आँखा केन्द्र, वडा नं. २
६	नेचाबतासे स्वास्थ्य चौकी, वडा नं. ३
७	नेचावेतघारी स्वास्थ्य चौकी, वडा नं. ३
८	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, वडा नं. ४
९	नेचा अस्पताल, वडा नं. ४
१०	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, वडा नं. ५
११	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई बुटुली चौर, वडा नं. ५

स्वास्थ्य संस्थाहरुबाट प्रदान गरिने प्रमुख सेवाहरु

१. प्राथमिक उपचार

२. इमर्जेन्सी सेवा

३. खोप सेवा

४. गर्भवती, प्रसव तथा सुत्केरी सेवा

५. मातृ, नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवा

६. परिवार नियोजन र गर्भपतन सेवा

७. किशोर किशोरी प्रजनन स्वास्थ्य सेवा

८. सर्ने, नसर्ने र मानसिक रोग नियन्त्रण

९. जेष्ठ नागरिक स्वास्थ्य सेवा

१०. पोषण सेवा

११. स्वास्थ्य शिक्षा

१२. अन्ठानब्बे प्रकारका निःशुल्क औषधि वितरण

१३. एम्बुलेन्स सेवा।

नेचासल्यान गाउँपालिकामा महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरु खटिने क्षेत्रहरु

क्र.सं	कार्यक्षेत्र/टोल	वडा
१	टारी, फेदी	१
२	छितापातल, गुगुर्ती, जेजुरु	१
३	रुङ्गा, टुहुरे	१
४	बिर्खे, लेव्लु, डुड	१
५	देउपुजे, खाल्पा	२
६	साबिक सल्यान ३	२
७	केउरेनी, सल्यान	२
८	दोदी	२
९	चौतारा, केरावारी, भित्ते	२
१०	नयाँबजार, बन्दिबारी, सिमचौर	३
११	गौरुङ टोल, दमाई बारी, जालिम्बु र खड्का बस्ती	३
१२	भण्डारी गाउँ, गुरुङ गाउँ, देवाली डाडाँ र काउले	३
१३	बेसीगाउँ	३
१४	गैरागाउँ, माझगाँउ, बिहिबारे	३
१५	राधाकृष्ण ,खाल्ले, रातमाटे, नयाँ बस्ती	३
१६	चप्लेटी, पुरानाखानी, तुइनटार	४
१७	पोखरे, खरबारी र टारी	४
१८	थुम्की र डाडाँगाउ	४

१९	पाँडेबारी, चम्लाबोट, सिरान्देल र भण्डार घर	४
२०	फुर्के	४
२१	रातमाटा र माथ्लो पुरानाखानी	४
२२	गैरी र केशरी	५
२३	खालिङ गाँउ र तीनकन्या	५
२४	माझगाँउ र सिम्ले	५
२५	नाम्लो	५
२६	सिताम्दु	५
२७	फ्रेवा र भूमेस्थान क्षेत्र	५

८. स्थानीय तह (स्थानीय सरकार)

नेचासल्यान गाउँपालिका स्थानीय तह (स्थानीय सरकार) हो। सो कुरा नेपालको संविधान २०७२ मा व्यवस्था गरिएको छ। स्थानीय सरकारमा सभा, कार्यपालिका र न्यायिक समिति गरी प्रमुख ३ वटा निकाय छन्।

यस गाउँपालिकामा रहने जनप्रतिनिधिहरु गाउँपालिकाका मतदाताहरुले एक व्यक्ति एक मतको आधारमा पहिलो हुने निर्वाचित हुने निर्वाचन प्रणालीबाट निर्वाचित गरेका हुन्छन्। जसमा अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, प्रत्येक वडामा वडा अध्यक्ष एक जना र ४ जना वडा सदस्य (महिला सदस्य एक, दलित महिला सदस्य एक र अन्य दुई जना सदस्य) गरी पाँच जनाका दरले पाँच वडाका पच्चीस जना पदाधिकारी सहित सत्ताइस जना जनप्रतिनिधि रहने व्यवस्था गरिएको छ। यी सत्ताइस जना जनप्रतिनिधिहरुले दलित वा अल्पसंख्यक समुदायबाट दुई जनालाई सदस्यको रुपमा निर्वाचित गरेका हुन्छन्। यसरी यस गाउँपालिकामा जम्मा उनन्तीस जना जनप्रतिनिधिहरु रहने व्यवस्था नेपालको संविधान २०७२ मा गरिएको छ।

गाउँपालिकाको प्रशासकीय भवन

५ नं वडाको प्रशासकीय भवन

१. गाउँ सभा

गठन

गाउँ सभामा गाउँ कार्यपालिकाका अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, वडा अध्यक्ष र प्रत्येक वडाबाट निर्वाचित चार जना सदस्य र दलित वा अल्प संख्यक समुदायबाट निर्वाचित गाउँ कार्यपालिकाका दुई जना सदस्य गरी उनन्तीस जना जनप्रतिनिधि रहने व्यवस्था छ।

काम, कर्तव्य र अधिकार

(क) गाउँ सभाको मुख्य कार्य कानुन बनाउने हो।

(ख) विधेयक पारित गर्ने।

(ग) विधायन समिति र सार्वजनिक लेखा समिति लगायत विषयगत समिति गठन गर्ने।

(घ) समसामयिक तथा सार्वजनिक महत्त्वका प्रस्ताव पारित गर्ने।

बैठक व्यवस्था

(क) सभाको बैठक सामान्यतया वर्षको दुई पटक बस्नेछ।

(ख) सभाको बैठक अध्यक्षले बोलाउने व्यवस्था छ।

(ग) सभाका एक तिहाई सदस्यले सभाको बैठक बोलाउन विषय र कारण खुलाई लिखित अनुरोध गरे पन्ध्र दिन भित्र अध्यक्षले सभाको विशेष बैठक बोलाउनुपर्नेछ।

(घ) बैठकको सूचना वैठक वस्नु भन्दा सात दिन अगावै अध्यक्षको निर्देशनमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले सभाका सबै सदस्यलाई पठाउनुपर्नेछ।

(ङ) सभाको बैठकको गणपुरक संख्या सभामा तत्काल कायम रहेका सम्पूर्ण सदस्य संख्याको ५० प्रतिशत भन्दा बढी हुनुपर्नेछ।

(च) सभाको बैठकमा बहुमतको निर्णय मान्य हुनेछ र मत बराबर भएमा सभाको बैठकको अध्यक्षता गर्ने व्यक्तिले निर्णायक मत दिने व्यवस्था छ।

(छ) बैठकको निर्णय सभाको अध्यक्षले प्रमाणित गर्नुपर्नेछ।

(ज) प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले सभाको सचिव भई काम गर्ने व्यवस्था छ।

(झ) बैठक सम्बन्धी अन्य कार्यविधि सभा आफैंले निर्धारण गरे बमोजिम हुनेछ।

२. गाउँ कार्यपालिका

गठन

कार्यपालिकाले नेपालको संविधान र प्रचलित कानुन बमोजिम गाउँपालिकाको शासन व्यवस्थाको सामान्य निर्देशन, नियन्त्रण र सञ्चालन गर्ने अभिभारा प्राप्त गरेको छ । गाउँपालिकाको अध्यक्षको अध्यक्षतामा गाउँ कार्यपालिकाको गठन हुनेछ । यसमा अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, प्रत्येक वडाबाट निर्वाचित वडा अध्यक्ष, गाउँ सभाका सदस्यहरुले आफू मध्येबाट निर्वाचित गरेका चार जना महिला सदस्य र दलित वा अल्प संख्यक समुदायबाट गाउँ सभाले निर्वाचित गरेका दुई जना सदस्य सहित जम्मा तेह्र जना जनप्रतिनिधिहरु हाम्रो गाउँ कार्यपालिकामा रहने व्यवस्था छ ।

काम, कर्तव्य र अधिकार

तल उल्लेख गरिएका प्रमुख विषयहरु र थप अन्य विषयहरुका नीति, कानुन, मापदण्ड र निर्णयको कार्यान्वयन, नियमन र अन्य व्यस्था गर्ने गरी कानुनले कार्यपालिकाको काम, कर्तव्य र अधिकारको व्यवस्था गरेको छ ।

१. नगर प्रहरीको व्यवस्था

२. सहकारी संस्था सम्बन्धी

३. स्थानीय कर, सेवा, शुल्क, दस्तुर

४. स्थानीय सेवा (कर्मचारी) को व्यवस्था

५. स्थानीय तथ्याङ्क र अभिलेख

६. स्थानीय स्तरका विकास आयोजना तथा परियोजना

७. आधारभूत र माध्यमिक शिक्षा

८. आधारभूत स्वास्थ्य र सरसफाइ

९. स्थानीय बजार व्यवस्थापन, वातावरण संरक्षण र जैविक विविधता

१०. स्थानीय सडक र सिंचाइ

११. स्थानीय अभिलेख व्यवस्थापन

१२. कृषि, पशु पालन, पशु स्वास्थ्य र कृषि उत्पादन सम्बन्धी

१३. जेष्ठ नागरिक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, अशक्तहरुको व्यवस्थापन

१४. बेरोजगारको तथ्याङ्क संकलन

१५. खानेपानी

१६. विपद् व्यवस्थापन

१७. भाषा, संस्कृति र ललितकलाको संरक्षण र विकास

बैठक व्यवस्था

(क) कार्यपालिकाको बैठक कम्तीमा महिनामा एक पटक बस्नेछ ।

(ख) बैठकमा कार्यपालिकामा तत्काल कायम रहेका सदस्य संख्याको ५० प्रतिशत भन्दा बढी सदस्य उपस्थित भएमा बैठकको गणपूरक संख्या पुगेको मानिनेछ ।

(ग) कार्यपालिकाको बैठकको निर्णय सर्वसम्मतिबाट हुनेछ । सर्वसम्मति नभएमा कार्यपालिकाका तत्काल कायम रहेका सदस्य संख्याको बहुमतबाट गरेको निर्णय कार्यपालिकाको निर्णय हुनेछ ।

(घ) अन्य व्यवस्था कार्यपालिकाबाट स्वीकृत नियमावली बमोजिम हुनेछ ।

शिक्षकलाई निर्देशनः गाउँपालिकाका वर्तमान जनप्रतिनिधिहरुको बारे कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

३. न्यायिक समिति

नेपालको संविधानको धारा २१७ बमोजिम गाउँपालिकामा उपाध्यक्षको संयोजकत्वमा र नगरपालिकामा उपप्रमुखको संयोजकत्वमा तीन सदस्यीय एक **न्यायिक समिति** रहने व्यवस्था छ । उक्त समितिमा गाउँ सभा वा नगर सभाले आफूमध्येबाट निर्वाचित गरेका दुई जना सदस्य रहने व्यवस्था छ ।

स्थानीय सरकार संचालन ऐन २०७४ को दफा ४७ मा न्यायिक समितिको अधिकार तोकेको छ ।

(१) न्यायिक समितिको अधिकार क्षेत्रः न्यायिक समितिलाई देहायका विवादको निरुपण गर्ने अधिकार हुनेछ ।

(क) आलीधुर,बाँध पैनी, कुलो वा पानीघाटको बाँडफाँड तथा उपयोग

(ख) अर्काको बाली नोक्सानी गरेको,

(ग) चरण, घाँस, दाउरा

(घ) ज्याला मजुरी नदिएको

(ङ) घरपालुवा पशुपन्छी हराएको वा पाएको

(च) जेष्ठ नागरिकको पालनपोषण तथा हेरचाह नगरेको

(छ) नावालक छोराछोरी वा पति पत्नीलाई इज्जत आमोद अनुसार खान लाउन वा शिक्षा दीक्षा नदिएको

(ज) बार्षिक २५ लाख रुपैया सम्मको बिगो भएको घर बहाल र घर बहाल सुविधा

(झ) अन्य व्यक्तिको घर, जग्गा वा सम्पत्तिलाई असर गर्ने गरी रुख बिरुवा लगाएको

(ञ) आफ्नो घर वा बलेसीबाट अर्काको घर, जग्गा वा सार्वजनिक बाटोमा पानी झारेको

(ट) सँधियारको जग्गा तर्फ झ्याल राखी घर बनाउनु पर्दा कानुन बमोजिम छोड्नु पर्ने परिमाणको जग्गा नछोडी बनाएको।

(ठ) कसैको हक वा स्वामित्वमा भए पनि परापूर्वदेखि सार्वजनिक रुपमा प्रयोग हुँदै आएको बाटो, वस्तुभाउ निकाल्ने निकास,वस्तुभाउ चराउने चौर, कुलो, नहर,पोखरी, पाटी पौवा, अन्त्येष्टि स्थल, धार्मिक स्थल वा अन्य कुनै सार्वजनिक स्थलको उपयोग गर्न नदिएको वा बाधा पुऱ्याएको।

(ड) संघीय वा प्रदेश कानुनले स्थानीय तहबाट निरुपण हुने भनी तोकेका अन्य विवाद।

(२) न्यायिक समितिलाई देहायका विवादहरुमा मेलमिलापको माध्यमबाट मात्र विवादको निरुपण गर्ने अधिकार हुनेछ।

(क) सरकारी, सार्वजनिक वा सामुदायिक बाहेक एकाको हकको जग्गा अर्कोले चापी, मिची वा घुसाई खाएको,

(ख) सरकारी, सार्वजनिक वा सामुदायिक बाहेक आफ्नो हक नपुग्ने अरुको जग्गामा घर वा कुनै संरचना बनाएको,

(ग) पति पत्नीबीचको सम्बन्ध बिच्छेद,

(घ) अङ्गभङ्ग बाहेकको बढीमा एक वर्ष सम्म कैद हुन सक्ने कुटपिट,

(ङ) गाली बेइज्जती,

(च) लुटपिट,

(छ) पशुपन्छी छाडा छाडेको वा पशुपन्छी राख्दा वा पाल्दा लापरबाही गरी अरुलाई असर पारेको

(ज) अरुको आवासमा अनधिकृत प्रवेश गरेको

(झ) अर्काको हक भोगमा रहेको जग्गा आवाद वा भोग चलन गरेको

(ञ) ध्वनि प्रदूषण गरी वा फोहोरमैला फ्याँकी छिमेकीलाई असर पुऱ्याएको

(ट) प्रचलित कानुन बमोजिम मेलमिलाप हुन सक्ने व्यक्ति वादी भई दायर हुने अन्य देवानी र एक वर्ष सम्म कैद हुन सक्ने फौजदारी विवाद।

न्यायिक समितिको बैठक सम्बन्धी व्यवस्थाहरु:

समितिले विवादका विषयमा छलफल गरी बहुमतको आधारमा निर्णय गर्दछ। मत बराबर भएको खण्डमा बैठकको अध्यक्षता गर्ने व्यक्तिले निर्णायक मत प्रयोग गर्न पाउँछन्।

४. गाउँपालिका र वडा कार्यालयबाट प्रदान गरिने मुख्य सेवाहरु

गाउँपालिकाबाट प्रदान गरिने मुख्य सेवाहरु

१. न्यायिक समितिले उजुरी सुनुवाइ गर्ने ।

२. जेष्ठ नागरिक र अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई परिचयपत्र दिने ।

३. संस्था, व्यवसाय र उद्योगको दर्ता र नविकरण गर्ने ।

४. घर नक्सा सम्बन्धी ।

५. योजना र कार्यक्रमको सम्झौता, सम्पन्न र भुक्तानी सम्बन्धी ।

६. विपन्न नागरिक स्वास्थ्य उपचार सिफारिस र अन्य सिफारिस दिने ।

७. नागरिकको स्वास्थ्य उपचारको आवश्यक व्यवस्था मिलाउने ।

८. "घ" वर्गको निर्माण व्यवसायी इजाजत पत्र दर्ता र नवीकरण गर्ने ।

९. श्रम स्वीकृति लगायत वैदेशिक रोजगारमा गएका व्यक्तिको सहयोग र सहजीकरण गर्ने । गाउँपालिका क्षेत्र भित्रको रोजगारी सम्बन्धी ।

१०. शिक्षण संस्थाहरुको अनुमति, संचालन र व्यवस्थापन सम्बन्धी ।

वडा कार्यालयहरुबाट प्रदान गरिने मुख्य सेवाहरु

वडा समिति प्रत्येक वडामा रहने व्यवस्था छ । वडा समितिमा वडा अध्यक्ष र चार जना सदस्यहरु रहने व्यवस्था छ ।

वडा कार्यालयहरुबाट प्रदान गरिने मुख्य सेवाहरुः

१. नयाँ नागरिकता र नागरिकताको प्रतिलिपि सिफारिस,

२. मृतकको नाममा रहेको घर जग्गा नामसारी सिफारिस,

३. विद्युत् लाइन जडान सिफारिस,

४. चारित्रिक प्रमाणित सिफारिस,

५. दुवै नामको व्यक्ति एकै भएको सिफारिस, अस्थायी वसोबास सिफारिस र अन्य विविध सिफारिस,

६. स्थायी वसोबास प्रमाणित,

७. नाम थर जन्ममिति संशोधन,

८. विवाह तथा जन्म मिति प्रमाणित,

९. पारिवारिक नाता प्रमाणित,

१०. चार किल्ला प्रमाणित,

११. घर बाटो प्रमाणित,

१२. आय स्रोत प्रमाणित,

१३. घरायसी कागज प्रमाणित,

१४. बैनाबट्टा प्रमाणित,

१५. फिल्ड बाटो प्रमाणित,

१६. अविवाहित प्रमाणित,

१७. कोठा खाली गर्ने,

१८. सम्पत्ति मूल्यांकन,

१९. जन्म, विवाह, बसाइँसराइ, सम्बन्ध विच्छेद र मृत्यु दर्ता,

२०. सामाजिक सुरक्षा भत्ता सम्बन्धी ।

९. गाउँपालिकाका आयोजना र कार्यक्रम

नेचासल्यान गाउँपालिकाका गौरवका आयोजनाहरु

क्र.सं.	गौरवका आयोजनाहरुको नाम	ठेगाना	विषय क्षेत्र
१	गौरीटाप पर्यटन पार्क	वडा नं १	पर्यटन
२	आहाले पर्यटन पार्क	वडा नं १	पर्यटन
३	"तुइनटार - न्याउले डाँडा - जम्दीपार्क फुर्के - सुकेपोखरी - चिसापानी - मानेडाँडा - गैरी - आहाले - सिमखर्क - भेडिखोर - पानीचौर - सिमचौर - डढेली - घ्याङघर - चाङेस्थान - छेलो हान्ने जिरोपइन्ट - टावर डाँडा - गौरीटाप ।" पदमार्ग	वडा नं ४,३,५ र १	पर्यटन
४	पोखरी पुनर्भरण (फुर्के, सुकेपोखरी, चिसापानी, खुने, तीनकन्या, भेडीखोर र आहाले पोखरी आदि)	वडा नं ४,३,५ र १	पर्यटन र पर्यावरण

५	सुकेपोखरी पर्यटन क्षेत्र	वडा नं ३	पर्यटन र पर्यावरण
६	फुर्के पर्यटन क्षेत्र	वडा नं ४	पर्यटन र पर्यावरण
७	सगरमाथा बहु प्राविधिक शिक्षालय	वडा नं ३	प्राविधिक शिक्षा
८	फुर्के खेलमैदान	वडा नं ४	खेलकुद
९	लाहुरे चौर खेलमैदान	वडा नं ५	खेलकुद
१०	धुनी चौर खेलमैदान	वडा नं २	खेलकुद
११	खानेपानी लिफ्टिङ आयोजना	वडा नं ३ र ४	खानेपानी
१२	बोसिम खानेपानी	वडा नं ३ र ५	खानेपानी
१३	कुसुम थुदेन गुम्बा	वडा नं १	गुम्बा
१४	चोमोलुङ्गा छोलिङ गुम्बा	वडा नं ५	गुम्बा

शिक्षकलाई निर्देशनः गाउँपालिकाको वार्षिक योजना पुस्तक लगायतबाट थप योजना कार्यक्रम र उपलब्धि बारे कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

१०. सुरक्षा निकाय

नेचासल्यान गाउँपालिका क्षेत्र भित्र नेपाल प्रहरीका दुई वटा कार्यालयहरु रहेका छन् ।

क्र सं	नाम ठेगाना	प्रदान गर्ने सेवाहरु
१	इलाका प्रहरी कार्यालय, नेचाबेतघारी, नेचासल्यान ३	शान्ति सुरक्षा कायम गर्ने, अपराध अनुसन्धान गर्ने, ट्राफिक व्यवस्थापनमा सहयोग गर्ने, समुदाय प्रहरी साझेदारी कार्यकम सञ्चालन गर्ने र विपद व्यवस्थापनमा सहयोग गर्ने आदि ।
२	अस्थायी प्रहरी चौकी, नेचासल्यान २, दोदी	

विद्यार्थीहरूका लागि अभ्यास र क्रियाकलाप

१. संक्षिप्त उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) हाम्रो नेचासल्यान गाउँपालिकामा जम्मा कति वटा वडाहरू रहेका छन् ?

(ख) पाठको आधारमा यहाँका मानिसहरूले गर्ने कुनै दुई वटा मुख्य पेसा वा व्यवसायको नाम भन्नुहोस् ।

(ग) यस गाउँपालिका क्षेत्र भित्र रहेका कुनै दुई वटा खोला वा नदीको नाम लेख्नुहोस्।

(घ) पानीको मुहान वरपर वृक्षारोपण गर्ने र सरसफाइ गर्ने कार्य किन आवश्यक छ ?

(ङ) यदि तपाईको गाउँमा नयाँ मानिसहरु घुम्न आउनु भयो भने तपाईंले उहाँहरुलाई कुन-कुन पर्यटकीय स्थलहरू देखाउनु हुन्छ ?

२. रचनात्मक कार्य (परियोजना कार्य):

- **शिक्षकलाई निर्देशन:** गाउँ कार्यपालिका वा वडा समितिको गठन प्रक्रियाबारे सूची बनाउन लगाउने र विद्यार्थीहरुलाई गाउँपालिका वा वडा कार्यालयको भ्रमण गराई सिकेका कुराहरु समेटिएको प्रतिवेदन तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

पाठ
२

हाम्रो संस्कार र संस्कृति

सिकाइ सक्षमताहरु:

१. स्थानीय जातजातिहरूको इतिहास, मातृभाषा, पहिरन र मुख्य चाडपर्वहरू पहिचान गर्न ।

२. गाउँपालिकाभित्रका प्रमुख प्राकृतिक, धार्मिक, ऐतिहासिक र पर्यटकीय स्थलहरूको महत्त्व बुझ्न ।

३. रैथाने लोक गीत, परम्परागत लोक भाका र मौलिक बाजाहरू चिन्न तथा तिनको संरक्षण गर्ने उपाय थाहा पाउन ।

४. मातृभाषा, परम्परागत सीप र सांस्कृतिक सम्पदा प्रति नयाँ पुस्ता बीच सकारात्मक धारणाको विकास गर्न ।

५. समाजमा रहेका जातीय विभेद, छुवाछुत, फजुल खर्च र अन्धविश्वास जस्ता विकृतिहरू न्यूनीकरण गर्न ।

६. विभिन्न धर्म, संस्कृतिप्रति उच्च आदरभाव राख्दै धार्मिक सहिष्णुता र सामाजिक सद्भाव कायम राख्न ।

मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रमा देखिएका मानिसहरुको पहिरन र भेषभूषा सहितको सहभागिताले देखाउने सकारात्मक पक्षको बारे छलफल गर्नुहोस् ?

२. यहाँ देखाइएको हिन्दू मन्दिर र बौद्ध गुम्बाले समाजमा धार्मिक सहिष्णुता र सद्भाव झल्काउन के कस्तो भूमिका खेल्दछ ?

३. चित्रमा देखाइएका मौलिक बाजाहरूको संरक्षण गर्न हामीले के गर्नुपर्छ होला ?

४. यहाँ देखाइएको पहाड र नदीले पर्यटन र संस्कृतिलाई कसरी प्रवर्द्धन गर्न सक्छन् होला ?

परिचय

नेचासल्यान गाउँपालिका प्राकृतिक, ऐतिहासिक तथा सांस्कृतिक रुपमा अत्यन्त धनी र सुन्दर गाउँपालिका हो। विविध भूगोल र प्राकृतिक सम्पदाले सजिएको यस गाउँपालिकाभित्र विभिन्न जातजाति, भाषाभाषी र धर्म मान्ने समुदायहरूको बसोबास रहेको छ । यहाँ परापूर्व कालदेखि नै फरक-फरक संस्कार र संस्कृति अँगालेका समुदायहरू एकापसमा मिलेर बस्दै आएका छन्।

१. जातजातिहरूको परिचय र साँस्कृतिक विविधता

नेपालको राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्रभित्रका प्रमुख जातजातिहरुमा क्रमशः ब्राम्हण, राई, शेर्पा, क्षेत्री, बाहिङ, नेवार, विश्वकर्मा, परियार, मगर र मिजार रहेका छन्। प्रमुख धर्महरुमा हिन्दु, किरात, बौद्ध, क्रिश्चियन र प्रकृति रहेका छन् । यी जातजातिहरूको विवरण तलको तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छः

जातजाति सम्बन्धी विस्तृत विवरण

क्र सं.	जातिको नाम	बसोबास रहेको मुख्य स्थानहरु	जातिगत इतिहास	मातृभाषा	धर्म र मुख्य चाडपर्व	मुख्य पोशाक	कला, संस्कृति र सामाजिक शिष्टाचार	गहना	खानाको परिकार	जन्म र मृत्यु संस्कार
१	बाहिङ / बायुङ	गुरुङगाउँ, भैसे, जालिम्बु, वरडाँडा, गौरुङ टोल, सेरो, ओस्पु, जेजुरु, ओस्ती, अमृतेरु, झिरुम्वा, चुली, जन्तेरु, फुर्चुकु, ख्याम्पु, रिदु, गुगुर्दी, रुघा,केरावारी, भित्ते, दोदी, दुवा, गैर टोल आदि।	परापूर्व कालदेखि यसै क्षेत्रमा बसोबास गर्दै आएका आदिवासी किरात समुदाय।	बाहिङ / बायुङ भाषा	धर्म: किरात/ प्रकृति पूजक/ पितृ पूजक चाडपर्व: वाक्सा, लिङमो, सेक्रो, ताम, नाक्ले	दौरा सुरुवाल, गुन्यूचोलो, पियाले नारीमोक्ते, सालामा	कला/संस्कृति: मारुनी, सेक्रोसिली, कपमो नृत्य। शिष्टाचार: अभिवादन गर्दा "सेवा" भन्ने चलन।	ढुङ्ग्री, मुन्द्री र हारी	ढिँडो र रोटी	**जन्म:** ३ देखि ५ दिनभित्र न्वारान गर्ने। **मृत्यु:** एक दिनमा वा परिस्थिति अनुसार तोकिएको मितिमा संस्कार सम्पन्न गर्ने।

क्र सं.	जातिको नाम	बसोबास रहेको मुख्य स्थानहरु	जातिगत इतिहास	मातृभाषा	धर्म र मुख्य चाडपर्व	मुख्य पोशाक	कला, संस्कृति र सामाजिक शिष्टाचार	गहना	खानाको परिकार	जन्म र मृत्यु संस्कार
२	थुलुङ	यदेम, सिरान टोल, थुम्की, कर्चीले, देम्लीपु, खरवारी, गिंगाराम (पोखरे) आदि।	परापूर्व कालदेखि यसै क्षेत्रमा बसोबास गर्दै आएका आदिवासी किरात समुदाय।	थुलुङ भाषा	धर्म: किरात/ प्रकृति पूजक/ पितृ पूजक चाडपर्व: तोसी (उधौली र उभौली)	सिदियो, नारीममोक्ते, सेवारी पिङ्ग	कला/संस्कृति: मारुनी र तोसिसिलि (परम्परागत साकेला सिली)। शिष्टाचार: शिष्टाचार प्रकट गर्दा "जिउ बु" भनिने।	ढुङ्ग्री, मुन्द्री र हारी	ढिँडो र रोटी	**जन्म:** शिशु जन्मेको तेस्रो दिनमा न्वारान गर्ने। **मृत्यु:** एक दिनमा वा परिस्थिति अनुसार तोकिएको मितिमा संस्कार सम्पन्न गर्ने।

क्र सं.	जातिको नाम	बसोबास रहेको मुख्य स्थानहरु	जातिगत इतिहास	मातृभाषा	धर्म र मुख्य चाडपर्व	मुख्य पोशाक	कला, संस्कृति र सामाजिक शिष्टाचार	गहना	खानाको परिकार	जन्म र मृत्यु संस्कार
३	बाहुन / क्षेत्री	रूंगा, पुरानागाउँ, केउरेनी, बेसीगाउँ, पोखरे ,सिम्ले लगायत विभिन्न गाउँ टोल	परापूर्व कालदेखि यसै क्षेत्रमा बसोबास गर्दै आएका आर्य समुदाय।	नेपाली भाषा	धर्म: हिन्दू धर्म चाडपर्व: दशैँ, तिहार, तीज, जनैपूर्णिमा, चैते दशैँ आदि।	गुन्यूचोली, दौरा सुरुवाल, टोपी	कला/संस्कृति: बालन, सङ्गीनी, खाँडो, मालसिरी, रत्यौली आदि। शिष्टाचार: भेटघाटमा "नमस्कार"/ "नमस्ते" गर्ने।	ढुङ्ग्री, मुन्द्री, हारी, तिलहरी, बाला, चुरा, पोते, सिन्दुर, कुण्डल आदि।	रोटी, ढकने, खिर, खिचडी	**जन्म:** ११ औँ दिनमा न्वारान गर्ने। **मृत्यु:** १२/१३ दिनसम्म संस्कार सम्पन्न गर्ने।

क्र सं.	जातिको नाम	बसोबास रहेको मुख्य स्थानहरु	जातिगत इतिहास	मातृभाषा	धर्म र मुख्य चाडपर्व	मुख्य पोशाक	कला, संस्कृति र सामाजिक शिष्टाचार	गहना	खानाको परिकार	जन्म र मृत्यु संस्कार
४	मगर	ख्याम्पु, टुहुरे, यली, उनिउ वन आदि ।	ऐतिहासिक रूपमा गोरखाबाट ओखलढुङ्गाको जन्तरखानी हुँदै नेचासल्यान क्षेत्रमा बसाइँसराइ गरी आएको ।	ढुट, खाम, काइके	धर्म: हिन्दू र बौद्ध धर्मको मिश्रित प्रभाव चाडपर्व: माघे सङ्क्रान्ति, दशैँ, तिहार, भुम्या पूजा (मगर दिवस - फागुन १५)	गुन्यू चोली, फरिया, सेतो भाङ्ग्रा, कछाड, इस्टकोट र भादगाउँले टोपी	कला/संस्कृति: मारुनी, सोरठी नाच र लोडा धातुको सांस्कृतिक प्रयोग । शिष्टाचार: "झोर्ले", "जेदो", वा "सेमीमिपाउ" भनी अभिवादन गर्ने ।	शीरबन्दी, शीरफुल, चन्द्रमा, ढुङ्ग्री, फुली, बुलाकी, तिलहरी, नौगेडी, मुगामाला, पोते, बाला, खुकुरी, मोहारी, जन्तर ।	कन्दमूल, चाकु, तरुल, सखरखण्ड, तिलको लड्डु (विशेष गरी माघे सङ्क्रान्तिमा) ।	**जन्म:** शिशु जन्मेको ७ औँ दिनमा न्वारान गर्ने । **मृत्यु:** सामाजिक र पारिवारिक अनुकूलता अनुसार ७ वा १३ औँ दिनमा काजक्रिया गर्ने ।

क्र सं.	जातिको नाम	बसोबास रहेको मुख्य स्थानहरु	जातिगत इतिहास	मातृभाषा	धर्म र मुख्य चाडपर्व	मुख्य पोशाक	कला, संस्कृति र सामाजिक शिष्टाचार	गहना	खानाको परिकार	जन्म र मृत्यु संस्कार
५	शेर्पा	जिब्ली, आहाले, बजारे, खोकडाँडा, कागते, वागदलु, तरुलवारी, वंसे, कस्कुरा, भेडीखोर, बिर्खे, सिरान टोल, गुम्वा टोल, वुस्ती टोल, सुर्के टोल, कुँडार टोल, डुँड घुन्सा, याली, ख्याम्पु, टुहुरे, हर्कटे, जिम्बिर, गवाली, लेब्लु, गोर्सुल आदि ।	मूलतः ९ औँ, १५ औँ र १८ औँ शताब्दीमा तिब्बतको 'खाम' क्षेत्रबाट नाङ्पाला डाँडा (भञ्ज्याङ) काटेर सोलुखुम्बु क्षेत्रमा आएर बसोबास गरेको भन्ने किंवदन्ती रहेको छ ।	सम्भोटा लिपि र शेर्पा भाषा	धर्म: बौद्ध धर्म (ङिङ्मा काम्यु, शाक्पा, गेलुक सम्प्रदाय) चाडपर्व: ङेनेङयुङने, ढुक्पाछेजी, ल्होसार, युल्साङ, यार्जाङ (वर्षातको समयमा मनाइने पूजा)	पुरुष: बक्खु, पेतुङ महिला: आङ्गी, पाङ्गेन, हुन्जी, ग्याक्टील, छेरिङस्याङ्गु, मोस्याक, स्यामुङ	कला/संस्कृति: स्याब्रु नृत्य तथा बौद्ध परम्परागत लामा नाच । शिष्टाचार: भेटघाटमा "टसिदेलेक" वा "छयक्चलो" भनी सम्मान प्रकट गर्ने ।	युचुरु, मुङ्गा, सुङ्गोरिङ (औंठी), रिङ (केटा), सेर्कीपोसिल, झिं, युं, वोसिल, च्युरुक, सुटु, प्याकुर, कक्ते, छयाप्च्या, नुङ्गा, गेन्जिल (केटीहरूले लगाउने) ।	स्याक्पा (थुक्पा), स्यान, रिलदुक, आलुको रोटी, चम्बा (सत्तु), चम्बाको पक, फेम्बार, घिउ, खुन्दोक तवो।	**जन्म:** ३ देखि ७ दिनभित्र बौद्ध परम्परा अनुसार न्वारान गर्ने । **मृत्यु:** मृत्यु भएको २१ देखि ४९ दिनभित्र 'घेवा' गरी 'ङवा' (पितृ कार्य) गर्ने ।

(द्रष्टव्य: शिक्षक र विद्यार्थी बीचको पारस्परिक छलफल र खोजबाट गाउँपालिकाभित्र रहेका अन्य साना तथा सीमान्तकृत जातिहरूका बारेमा थप सामग्री समेट्न सकिनेछ।)

२. प्राकृतिक तथा धार्मिक र साँस्कृतिक सम्पदाहरू

त्रिशुल डाँडा वडा नं. ४

बुद्ध पार्क, वडा नं. १, आहाले

नेचासल्यान गाउँपालिका भित्र विभिन्न किसिमका प्राकृतिक, ऐतिहासिक र धार्मिक स्थलहरू रहेका छन् । यिनीहरुले यहाँको सुन्दरतालाई प्रतिनिधित्व गरेका छन् । त्यसैले यहाँ आन्तरिक र बाह्य पर्यटनको राम्रो विकास भइरहेको छ । यहाँका प्रमुख प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाहरू निम्न अनुसार छन्,:

- **पर्यटकीय स्थलहरू:** यहाँका प्रसिद्ध डाँडाहरुमा तिल्पुङ, थाम, ठाँटी, आहाले, झण्डी, दमाइ थलो, केसरी, जुलाम डाँडा (प्राकृतिक रूपमा हावा आउने अनौठो ओडार) आदि रहेका छन् । यी स्थानहरूबाट हिमालय श्रृङ्खला र अन्य स्थानका मनमोहक दृश्यहरुको अवलोकन गर्न पाइन्छ ।
- **धार्मिक क्षेत्र:** यस क्षेत्रका प्रसिद्ध मन्दिरहरुमा भेडिखोर, सेतीदेवी ककनी, पञ्चकन्या कैलाशेश्वरी, कालिका देवी,सिंहदेवी, जालपा देवी, कैलाशेश्वर शिव, राधाकृष्ण र शिव मन्दिर आदि रहेका छन् । यहाँ विभिन्न भूमे थानहरुका साथै कुसुम थुदेन र चोमोलुङ्गा छोलिङ गुम्बा रहेका छन् ।

- **प्राकृतिक सिमाना:** दुधकोशी नदीले खोटाङ जिल्लाको ऐंसेलुखर्क गाउँपालिका र कोशीफार क्षेत्रले ऐंसेलुखर्क र चिसंखुगढी गाउँपालिकालाई छुट्याउँछ। सोलु खोलाले थुलुङ दुधकोशी गाउँपालिकालाई छुट्याउँछ।
- **प्राकृतिक स्थल:** पक्तीकुर (चमेरे ढुङ्गा), ज्युज्युम लुङ (चुच्चे ढुङ्गा), चासेलुङ, डेबाया र खानीफार आदि हुन्।
- **पार्क:** यहाँका प्रमुख पार्कहरुमा गौरीटाप, आहाले, फुर्के डाँडा र चिसापानी पार्क आदि रहेका छन्।

३. लोक गीत र लोक भाकाहरू

हाम्रो गाउँपालिकामा विभिन्न लोक गीत, लोक भाका र परम्परागत गीतहरू प्रचलनमा छन्। यहाँ विशेष गरी सिँगारु, सोरठी, मारुनी, बालन, सङ्गिनी, स्याब्रु, साकेला सिली, तोसी सिली र ऋतुकालीन गीतहरु गुञ्जने गर्दछन्। यी भाकाहरु मानिसहरुको जमघटमा, मेलापातमा र सुखदुखको क्षणमा गाउने गरिन्छ।

४. लोक बाजाहरू

हाम्रो गाउँपालिकामा परापूर्व कालदेखि नै विभिन्न जात्रा, पर्व, मेला, उत्सव र चाडपर्वहरुमा मौलिक लोक बाजाहरू प्रचलनमा रहेका छन्। यहाँका मुख्य बाजाहरू निम्न छन्:

क) मादल

ख) बाँसुरी

ग) खैजडी

घ) बिनायो

ङ) मुर्चुङ्गा

च) पञ्चै बाजा

(यी बाहेक ढोलक, झ्याम्टा, डम्फु र ग्यालिङ आदि धेरै बाजाहरू प्रचलनमा छन्।)

लोक बाजाको संरक्षणका उपाय र नयाँ पुस्तालाई आकर्षित गर्ने तरिकाहरू:

आज भोलि विदेशी गीत संगीतको प्रभावले हाम्रा रैथाने लोक बाजाहरूको प्रयोगमा कमी हुँदै आएको छ। हाम्रो पहिचानसँग जोडिएका यी लोक बाजाहरुको संरक्षणका लागि निम्न उपायहरू अपनाउन सकिन्छ:

१. उत्सव, पर्व, मेलामा अनिवार्य प्रयोग गर्न प्रोत्साहित गर्ने

२. तालिमको आयोजना गर्ने

३. साँस्कृतिक प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने

४. सङ्ग्रहालय स्थापना गरी संरक्षण गर्ने

५. नयाँ पुस्तालाई आकर्षित गर्ने

६ पुरानो पुस्ताबाट नयाँ पुस्ताले सिक्ने वातावरण तयार पार्ने ।

५. सामाजिक समस्या र विकृतिहरू

हाम्रो समाजमा सामाजिक समस्या र विकृतिका केही अवशेषहरु रहेका छन् । नेपालको कानुनले छुवाछुत र भेदभावलाई पूर्ण रूपमा निषेध गरे तापनि यिनको अवशेष हाल सम्म पूर्ण रुपमा हटाउन सकिएको छैन । यसको मुख्य कारण भनेको चेतनाको अभाव नै हो । चाडपर्वको नाममा फजुल खर्च गर्ने, जुवातास खेल्ने , मदिरा र लागुपदार्थ सेवन गर्ने तथा बोक्सी र धामी झाँक्रीप्रति विश्वास गरी समाजमा विकृति ल्याउने आदि प्रचलनलाई पूर्ण रुपमा हटाउन सकिएको छैन ।

सामाजिक विकृति न्यूनीकरण गर्ने उपायहरू:

१. शिक्षा र सचेतना,

२. कानुनी कारबाही: छुवाछुत भेदभाव र शान्तिभङ्ग गर्ने तथा अन्य अपराधलाई कानुनको दायरामा ल्याउने,

३. युवा परिचालन,

४. फजुल खर्च कटौति गर्ने ।

६. धार्मिक सहिष्णुता र असल संस्कृति

क) समाजमा भएको असल पक्ष:

नेचासल्यान गाउँपालिकामा विभिन्न धर्म मान्ने समुदायहरूबीच धार्मिक सहिष्णुता कायम रहँदै आएको छ । विभिन्न जातजातिले एक अर्काको धर्म, परम्परा, भाषा, संस्कृति, भेषभूषा र चाडपर्वलाई उच्च सम्मान गर्ने परम्परा रहँदै आएको छ । दशै, तिहार, साकेला, ल्होसार र माघे संक्रान्ति आदि चाडपर्वहरुमा विभिन्न जातजातिले सामूहिक रुपमा सहभागिता जनाउने गरेका छन् ।

ख) सुधारका पक्षहरुः

१. हाम्रो धर्म, संस्कृतिको संरक्षण र सम्बर्द्धनमा सबै एकजुट हुनुपर्छ।

२. धार्मिक सहिष्णुता र समझदारीलाई उच्च सम्मान र आदर गर्ने परम्परालाई निरन्तरता दिनुपर्छ।

३. समाजमा विद्यमान भाइचारा सम्बन्ध कायम राख्नु पर्छ।

४. नयाँ पुस्तालाई आ आफ्नो धर्म, संस्कार र संस्कृतिको जगेर्ना गर्न प्रेरित गर्नुपर्छ।

५. अरुको देखासिखी र आडम्बर गर्ने बानीमा आमूल सुधार गर्नुपर्छ।

निष्कर्ष

विविधतामा एकता नै हाम्रो समाजको मूल मर्म हो। त्यसैले हाम्रो समाजलाई एक सभ्य, सुखी र समृद्ध बनाउन सबै अग्रसर हुनुपर्दछ।

विद्यार्थीहरूका लागि अभ्यास र क्रियाकलाप

१. संक्षिप्त उत्तर लेख्नुहोस्:

(क) नेचासल्यान गाउँपालिकामा बसोबास गर्ने कुनै तीनवटा जातिको नाम र उनीहरूले बोल्ने मातृभाषा लेख्नुहोस्।

(ख) शेर्पा समुदायको मुख्य ऐतिहासिक पृष्ठभूमि र उनीहरूले मनाउने मुख्य चाडपर्वहरू के-के हुन्?

(ग) नेचासल्यान गाउँपालिकाभित्र रहेका कुनै पाँचवटा प्राकृतिक वा धार्मिक सम्पदाहरूको सूची बनाउनुहोस्।

२. रचनात्मक कार्य (परियोजना कार्य):

- **शिक्षकलाई निर्देशन:** माथि उल्लेखित पाठमा समेटिएका विषय र सोसँग सम्बन्धित थप विषयका बारेमा विद्यार्थीहरुलाई अभिभावक र जेष्ठ नागरिकसँग सोधपुछ गर्न लगाई उनीहरुको टोलमा मनाइने कुनै एउटा मौलिक चाडपर्व वा बजाइने बाजाका बारेमा कक्षामा छलफल गर्नुहोस्।

  कक्षामा छलफल गर्नुहोस्

  क) तपाईंको घर वा छरछिमेकमा विवाह वा चाडपर्व आउँदा कुन-कुन लोक बाजाहरू बजाउने गरिन्छ?

  ख) तपाईंहरुले मनाउने वर्ष भरिका प्रमुख चाडपर्वहरुको सूची बनाई कक्षामा छलफल गर्नुहोस्?

  ग) विद्यालय वा समुदायमा लोक बाजा संरक्षण गर्ने काममा तपाईं कसरी सहभागी हुन सक्नुहुन्छ?

  घ) तपाईंको घरमा मनाइने कुनै एक चाडपर्वमा तयार गरिने खानाका परिकारहरुको सूची बनाउनुहोस्?

पाठ
३

हाम्रा स्थानीय पेसा, व्यवसाय, पर्यटन र आर्थिक क्रियाकलाप

सिकाई सक्षमताहरु:

१. स्थानीय कृषि, पशुपन्छी र जडिबुटीहरूको पहिचान गर्न ।

२. आधुनिक प्रविधिको प्रयोग गरी कृषिलाई व्यावसायिक बनाउन ।

३. स्थानीय हस्तकला, घरेलु उद्योग र परम्परागत सीपको जगेर्ना एवं उपयोग गर्न ।

४. बचत र ऋणका लागि स्थानीय बैङ्क तथा सहकारी संस्थाहरूको प्रयोग गर्न ।

५. गाउँपालिकाका पर्यटकीय स्थलहरूको प्रवर्द्धन गरी स्थानीय आयआर्जन बढाउन ।

६. रैथाने उत्पादनहरूको आयात-निर्यात र स्थानीय हाटबजार र व्यवसायहरुको महत्त्व बुझ्न ।

मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रमा देखाइएको कृषि कार्यलाई कसरी आधुनिक प्रविधिमा ढाल्न सकिन्छ होला ?

२. यहाँ देखाइएको डोको बुनेको, माटोका भाँडा बनाएको र काठको ठेकी कुँदिरहेको विषय हाम्रा लागि किन महत्त्वपूर्ण छन् ?

३. चित्रको बीच भागमा झोला बोकेर हिंडिरहेका मानिसहरू हाम्रो गाउँघरमा आए भने हामीलाई के फाइदा हुन्छ होला ?

४. यहाँ देखाइएको हाटबजार र बैंक/सहकारीले गाउँमा आर्थिक कारोबारमा कस्तो सहयोग पुऱ्याउँछन् होला ?

परिचय

नेचासल्यान गाउँपालिकामा विभिन्न पेसा, व्यवसाय र आर्थिक क्रियाकलापहरू सञ्चालन हुँदै आएका छन् । यहाँ उपलब्ध जल, जमिन, जंगल, जडिबुटी र जनशक्ति लगायतका स्रोत साधनहरुको सही उपयोगबाट नै यहाँ आर्थिक सम्बृद्धि हासिल गर्न सकिन्छ ।

यहाँको मुख्य रोजगारीका क्षेत्रहरुमा कृषि, पशुपन्छी पालन, उद्यम (लघु, घरेलु र साना उद्यम), पर्यटन, जैविक विविधता र सेवा क्षेत्र रहेका छन् । यहाँका नागरिकहरु स्वदेश तथा विदेशमा विभिन्न पेशा, व्यवसाय र रोजगारमा संलग्न रहेका छन् । यहाँका मुख्य पेशा व्यवसायका बारे तल चर्चा गरिएको छः

१. **कृषिः** यहाँका धैरै नागरिकहरु कृषि पेशामा आबद्ध छन् । यहाँ जीवन निर्वाहमुखी र व्यावसायिक दुवै खाले कृषि पेशा अपनाउने गरिएको छ । विगतदेखि प्रयोगमा रहेका स्थानीय बिउ बिजनको संरक्षण र प्रयोगलाई जोड दिई रैथाने बालीको उत्पादन बृद्धि गर्न आवश्यक छ । नयाँ मेसिन, उन्नत बिउ विजन, सिंचाइ सुविधा आदिको थप व्यवस्था गरी कृषिलाई आधुनिकीकरण गर्नुपर्दछ ।

२. **पशुपन्छी पालनः** यहाँ घरायसी प्रयोजन र व्यावसायिक रुपमा पशुपन्छी र माछा पालन गर्ने गरिएको छ।

३. **पर्यटनः** हाम्रो गाउँपालिकामा रमणीय प्राकृतिक सम्पदाहरु धैरै छन् । यहाँबाट महालङ्गुर हिमश्रृङ्खला अन्तर्गतका सर्वोच्च शिखर सगरमाथा, ह्लोत्से, चोयु, मकालु र कञ्चनजङ्घा सहितका धैरै हिमालहरुको दृश्यावलोकन गर्न पाइन्छ । गौरीटाप, आहाले डाँडा, फुर्केडाँडा, थलाडाँडा र जालपादेवी गुफा आदि मनोरम स्थलहरु रहेका छन् । बुद्ध पार्क, झन्डी डाँडा पार्क, चिसापानी र अन्य स्थानका पोखरीहरु र जिपलाइन लगायत मनोरञ्जनमूलक संरचना जस्ता अनगिन्ती पर्यटकीय संरचनाहरु निर्माण गरिएका छन् । यसबाट आन्तरिक र बाह्य पर्यटकहरु दिनानुदिन बढिरहेका छन् । ट्रेकिङ गाइड लगायत अतिथि सत्कार सम्बन्धी तालिमहरु संचालन गर्नुपर्दछ । सुविधायुक्त होटल र होमस्टेको विकास गर्ने, सांस्कृतिक भेषभुषा रहन सहनको प्रदर्शनी गर्ने तथा स्थानीय खानाको परिकार र ढाकाका कपडा लगायतका सामाग्री उपलब्ध गराएर पर्यटकहरुलाई थप आकर्षित गर्नुपर्ने हुन्छ ।

गौरीटाप, वडा नं. १

जिपलाइन, गौरीटाप, वडा नं. १

४. **लघु, घरेलु र साना उद्यमः** हाम्रो गाउँपालिकामा ढाका लगायत कपडा बुनाई, काठ (भाँडा, फर्निचर, हलो, जुवा आदि) र बाँसका सामाग्री निर्माण, फलामजन्य उद्यम (ग्रिल, रेलिङ, कोदालो, हँसिया, बन्चरो आदि) र दूध डेरी उद्यम आदिमा धेरै नागरिकहरु संलग्न छन् । यी र अन्य थप उद्यमहरुको संरक्षण, खोज र विकास गर्नुपर्ने हुन्छ ।

ढाका बुनाई वडा नं ४

साबुन उत्पादन वडा नं २

५. **जडिबुटी तथा वन पैदावर:** यहाँ चिराइतो, हडचुर, ठूलो ओखती, जटामसी, गुर्जो, घ्यु कुमारी लगायत धेरै जडिबुटीहरु पाइन्छन् । सामान्यतया यी जडिबुटीहरुको संकलन र मछिनोको तेल प्रशोधन गरी बिक्री वितरण गर्ने गरिएको छ ।नागरिकहरुको निजी जग्गामा रहेका रुख, काठ बिक्री गेरर समेत आम्दानी गर्ने गरिएको छ ।यहाँका दृश्य र अदृश्य धेरै जडिबुटीको व्यावसायिक रुपमा खोज, अनुसन्धान र विकास गरी प्रशस्त आम्दानी गर्न सकिन्छ ।

६. **व्यापार:** कृषि लगायत यहाँका स्थानीय उत्पादनहरु गाउँपालिका क्षेत्र भित्र र बाहिर बिक्री गर्ने गरिएको छ । कपडा, विद्युतीय सामान, सिमेन्ट, फलामका सामान लगायत धेरै सामानहरु बाहिरबाट आयात गर्ने गरिएको छ ।यहाँ हाट बजार र धेरै पसलहरु संचालनमा छन् । विशेष गरी बिहिवारे र बुधबारे बजारमा दैनिक व्यापार व्यवसाय र साप्ताहिक हाट संचालन हुने गरेको छ । यहाँ ख्याम्पु, तुइनटार, फुर्के र गैरी लगायत साना बजारहरु समेत संचालनमा छन् ।

७. **सेवा क्षेत्र:** यहाँ गाउँपालिका, वडा र प्रहरी कार्यालय, स्वास्थ्य संस्था, विद्यालय, बैंक, लघु वित्त र सहकारी संस्थाहरु संचालनमा छन् ।

८. **वैदेशिक रोजगारी:** यहाँका धेरै नागरिकहरु जापान, कोरिया, कतार , मलेसिया लगायत एसिया र वेलायत, पोर्चुगल लगायत युरोपेली देशहरु तथा अष्ट्रेलिया र संयुक्त राज्य अमेरिका लगायत विश्वका विभिन्न देशमा अध्ययन र रोजगारमा आबद्ध रहेका छन् ।

९. कृषि, पशुपालन र जडिबुटीको थप विवरण

क्र.सं.	वर्गीकरण	गाउँपालिका भित्र पाइने पशुपन्छी तथा बाली
१	खाद्य बाली	धान, गहुँ, मकै, जौ, कोदो, फापर, उवा, जुनेलो, कागुनो, घैया (सुक्खा ठाउँमा हुने धान), पिँडालु, तरुल (सिमल वन फूल), गिठा, भ्याकुर, सुठनी आदि ।
२	**तरकारी दलहन**	आलु, रायो साग, बन्दा, काउली, फर्सी, सिमी, बोडी, काँक्रा, गाजर, मुला, चमसुर, टमाटर, करेला (चुच्चे, इस्कुस, तिते), चना, केराउ, मास (कालो र सेतो) आदि ।
३	**नगदे बाली र मसला**	लसुन, प्याज, धनियाँ, बेसार, मेथी, जिरा, तोरी, अलैँची, अदुवा, मरिच, ओखर, दालचिनी, भटमास, सूर्यमुखी, सिलाम, खुर्सानी, कफी, उखु, अम्लिसो, बदाम, फिलुङ्गे, सरसिउँ आदि ।
४	**फलफूल**	मेवा, आँप, भुइँकटहर, रुखकटहर, लिची, सुन्तला, केरा, कागती, किबी, एभोकाडो, जुनार, आरु, आलुबखडा, नास्पाती, स्याउ, खुर्पानी, अङ्गुर, सुपारी, नरिवल, आल्चा, स्याउपाती, हलुवाबेद, ज्यामिर, भोगटे, बिमिरो, भद्राक्ष, ऐसेलु, काफल, बयर, बेल आदि ।

क्र.सं.	वर्गीकरण	गाउँपालिका भित्र पाइने पशुपन्छी तथा बाली
५	पशुपन्छी	यहाँ गाई, गोरु, राँगा, भैँसी, भेडा, बाख्रा, बङ्गुर, घोडा, कुकुर, बिरालो, हाँस, कुखुरा, बट्टाई, परेवा, खरायो आदि घरपालुवा पशुपंछीहरु पाइन्छन् । यहाँ कालिज, टर्की, , मयुर, तित्रा, ढुकुर, रुपी, भङ्गेरा, गौँथली, काग, चिल, बाज, बकुल्ला, धनेश, डाँफे, कोइली, च्याखुरा, जुरेली, कल्चुँडो, न्याउली, लाटोकोसेरो, हुचिल, ल्याचे (कके), छयुलिपो (बुङ्गेचरा), कोकले, लामपुच्छ्रे, चिबे, हलेसो, फिस्टो, चितुवा, सालक, दुम्सी, कोटेरो, झिरकुली आदि जंगली पशुपंछीहरु पाइन्छन् ।
६	**जडिबुटीहरू**	बोझो, गुर्जो, टिमुर, चितु, नुनढिकी, आँक, पाखनबेद, ठूलोओखती, हड्चुर, चिराइतो, सतुवा, गुदरगानो, जटामसी, पाँचऔले, बाँको, हर्रो, बर्रो, पानी अमला, तितेपाती, सत्यजीवन, पुदिना, सत्ती, गुम्बा, खिरौंलो, काफल, घोड्ताप्रे, तामार्के, चुथ्रो, केसरी, नसेझार, लालगिरी, सिलाजित, लोठसल्ला, सर्मागुरु, महागुरु, कुट्की, पदमचाल, मुलापाते, वनलसुन, वन अदुवा, इन्द्रेणी, जंगली तिते, लालीगुराँस, खोर्सानि, अमिली झार, कुरो, सिमली लहरो, रातो वनमारा, सुनाखरी, भुतकेस, काउलो, च्याउ आदि ।

विद्यार्थीहरूका लागि अभ्यास र क्रियाकलाप

१. खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

(क) आ-आफ्नो वडामा रहेको कुनै एक प्रसिद्ध पर्यटकीय स्थानको नाम .... हो ।

(ख) काठबाट निर्मित कुनै दुई वटा सामाग्रीको नामहरु क्रमशः ....र........... हुन् ।

२. संक्षिप्त उत्तर दिनुहोस्:

(क) नेचासल्यान गाउँपालिकाको रोजगारीका क्षेत्र मध्ये कुनै तीन वटा क्षेत्रहरुको नाम बताउनुहोस् ।

(ख) बाँसबाट के-कस्ता हस्तकलाका सामानहरू बनाउन सकिन्छ ? सूची बनाउनुहोस् ।

(ग) हाम्रो गाउँपालिकामा वैदेशिक रोजगारबाट भित्रिएको रकमलाई स्थानीय रोजगारीका कुन-कुन क्षेत्रमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ? कुनै तीनवटा क्षेत्र उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. **परियोजना कार्य (Project Work):** आफ्नो घर वा छरछिमेकमा प्रयोग हुने कुनै दुईवटा परम्परागत प्रविधि (जस्तै: ढिकी, जाँतो, घट्ट, कोल वा आरन) को अवलोकन गर्नुहोस् । ती प्रविधि कसरी सञ्चालन हुन्छन् र तिनलाई आधुनिक रूप कसरी दिन सकिन्छ ? अभिभावकसँग सोधेर एउटा छोटो प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

पाठ
४

स्वास्थ्य र खेलकुद

सिकाई सक्षमताहरु:

१. स्वास्थ्यका विविध आयाम बुझेर स्वस्थ जीवनशैली अपनाउन ।

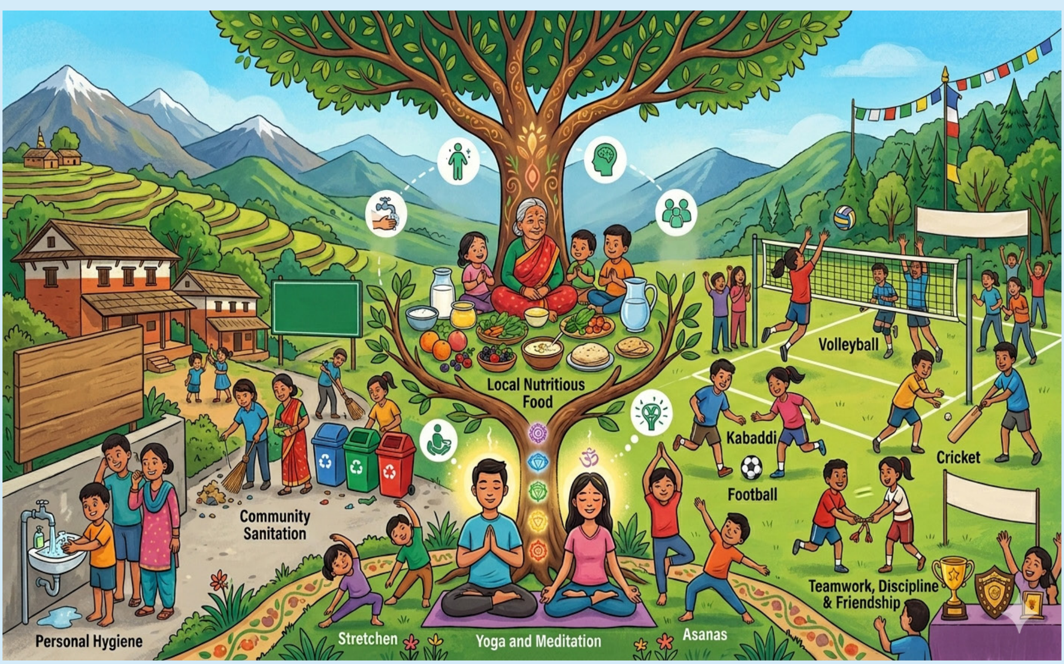
२. सर्ने र नसर्ने रोगहरूको पहिचान र ती रोगबाट बच्ने उपाय पालना गर्न ।

३. पत्रु खाना (Junk Food) त्यागी स्थानीय पौष्टिक खानेकुरा खाने बानी बसाल्न ।

४. व्यक्तिगत र सामुदायिक सरसफाइमा ध्यान दिन ।

५. खेलकुदको फाइदा बुझी खेल प्रतियोगिताहरूमा भाग लिन ।

६. योग, प्राणायाम र ध्यानको माध्यमबाट एकाग्रता र सकारात्मक चिन्तन बढाउन ।



मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रमा देखाइएको ठुलो रुख र त्यहाँ राखिएका खानेकुराहरूले हाम्रो स्वास्थ्यमा के कस्तो प्रभाव पार्छ होला ?

२. यहाँ देखाइएको खेलकुदले हाम्रो स्वास्थ्यका कुन कुन क्षेत्रलाई के-कस्तो फाइदा पुग्न सक्छ होला ?

३. रुखको फेदमा देखाइएको योग र ध्यानले हाम्रो स्वास्थ्यमा के कस्तो प्रभाव पार्छ होला ?

४. यहाँ देखाइएको सरसफाइको प्रभाव कस्तो देखियो ? र यसबाट के शिक्षा पाइयो ?

५. चित्रमा देखाइएका खेलकुद, योग लगायत सबै गतिविधिहरू मध्ये तपाईंले दैनिक जीवनमा कुन-कुन कुराहरू पालना गर्नुहुन्छ ?

परिचय

“शरीर स्वस्थ भए मात्र मस्तिष्क स्वस्थ हुन्छ” भन्ने मान्यता अनुसार नागरिक र विद्यार्थीहरूको स्वास्थ्य, पोषण र खेलकुदलाई उच्च प्राथमिकता दिनु पर्दछ । व्यक्तिको शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकासका लागि राम्रो स्वास्थ्य, नियमित खेलकुद र उपयुक्त पौष्टिक आहारको आवश्यकता पर्दछ । हाम्रो गाउँपालिकामा रहेका अस्पताल र स्वास्थ्य संस्थाबाट स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिंदै आएको छ । यहाँको स्वच्छ हावापानी, खेलकुद कार्यक्रम र स्थानीय पौष्टिक खानपानले हाम्रो स्वास्थ्य राम्रो बनाउने भएकोले यस तर्फ सबैको ध्यान जानु पर्दछ ।

१. स्वास्थ्य, पोषण र सरसफाइ

क) स्वास्थ्य:

शारीरिक, मानसिक, सामाजिक र बौद्धिक रुपमा तन्दुरुस्त हुनुलाई नै राम्रो स्वास्थ्य भनिन्छ । शरीरका सबै अंगहरुले सही रुपमा काम गर्नु शारीरिक स्वास्थ्य हो । सकारात्मक सोच्नु र तनाब कम गर्नु मानसिक स्वास्थ्य हो । समाजमा मेलमिलाप गर्नु र राम्रो सम्बन्ध राख्नु सामाजिक स्वास्थ्य हो । स्वास्थ्य भनेको रोग वा दुर्बलताबाट मुक्त हुनु मात्र नभई व्यक्तिको शारीरिक, मानसिक र सामाजिक रुपमा पूर्ण स्वस्थ भएको अवस्था हो । हामी सबैले नियमित खेलकुद, योग र ध्यान गर्ने, असल सामाजिक सम्बन्ध कायम राख्ने र पोषण तथा सरसफाईमा ध्यान दिनुपर्दछ ।

रोग र बच्ने उपाय

रोगहरु सर्ने **(सङ्क्रामक)** र नसर्ने गरी दुई प्रकारका हुन्छन् ।

१. **सर्ने (सङ्क्रामक) रोग:** एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा किटाणु (भाइरस, ब्याक्टेरिया) का माध्यमबाट सर्ने रोगलाई सर्ने रोग भनिन्छ। जस्तै: रुघाखोकी, झाडापखाला, क्षयरोग, डेंगु आदि । यसबाट बच्ने उपायहरुमा

साबुन पानीले नियमित हात धुने, मास्क लगाउने, बिरामीको जुठो वा सामान प्रयोग नगर्ने र समयमै खोप लगाउने आदि ।

२. **नसर्ने रोग:** एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा नसर्ने रोगहरु पनि हुन्छन् । यस्ता रोगहरु अस्वस्थ खानपान र खराब जीवनशैलीका कारण मानिसमा देखा पर्दछन् । ती रोगहरुमा मधुमेह (चिनी रोग), उच्च रक्तचाप, मुटु रोग, क्यान्सर आदि हुन् । यसबाट ब**च्ने उपायहरुमा** नियमित व्यायाम गर्ने, धेरै नुन र चिनी नखाने, जङ्क फुड (पत्रु खाना) नखाने र तनाव कम गर्ने आदि ।

ख) पोषण:

स्वच्छ र ताजा स्थानीय खानेकुरा

हाम्रो गाउँघरमा पाइने भात, ढिंडो, रोटी, मकै, भटमास, दूध, दही, घिउ, मह, साग सब्जी र फलफूल आदि स्वच्छ, ताजा र पौष्टिक आहारयुक्त खानेकुराहरु हुन् । यी खानेकुराहरुले हाम्रो शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकासमा मद्दत पुऱ्याउँछ । बजारमा पाइने प्याकेटका (चाउचाउ, बिस्कुट, कुरकुरे जस्ता पत्रु खाना) खानेकुराहरुमा पौष्टिक तत्व कमी हुनुका साथै मानव स्वास्थ्यलाई असर पुऱ्याउने तत्व हुन्छ । हामी सबैले स्थानीय पौष्टिक आहार युक्त खानेकुरा सेवन गर्ने बानी बसाल्नु पर्दछ ।

स्थानीय पौष्टिक परिकारहरु

परिकार	नाम
डेरीजन्य र अन्य	दूध, दही, घिउ, मह, माछा, मासु, अण्डा आदि ।
तरकारी र फलफूल	साग सब्जी, ताजा तरकारी, केरा, सुन्तला, किबी, अम्बा, काफल, ऐँसेलु आदि ।
परिकार	खिर, ढकनी, चाम्रे, सेलरोटी, कोदो/फापरको ढिँडो, रोटी आदि ।

ग) सरसफाइ

हामीले व्यक्तिगत सरसफाइमा विशेष ध्यान पुऱ्याउँनु पर्दछ । आफ्नो शरीरका अङ्गहरू (आँखा, कान, नाक, दाँत, नङ र गोप्य अङ्ग) को नियमित सरसफाइ गर्नुपर्छ । यसका लागि ब्रस, मन्जन, साबुन, तौलिया र सफा पानीको प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

हामीले सामुदायिक सरसफाइमा समेत सहभागी हुनुपर्दछ । आफ्नो घर, आँगन, सार्वजनिक स्थल र विद्यालय परिसर सफा सुघ्घर राख्न मद्दत गर्नुपर्दछ । फोहोरलाई जथाभाबी नफालेर कुहिने र नकुहिने फोहोर छुट्याई उचित स्थानमा विसर्जन गर्ने व्यवस्था मिलाउनु पर्छ ।

२. खेलकुद

खेलकुदले व्यक्तिलाई शारीरिक रूपमा तन्दुरुस्त र मानसिक रूपमा स्फूर्त बनाई अनुशासित रहने बानीको विकास गर्दछ।

क) खेलकुदबाट हुने फाइदाहरू:

- शारीरिक वृद्धि र विकासमा मद्दत पुग्छ,
- रोगसँग लड्ने क्षमता बढ्छ,
- व्यक्तिलाई अनुशासित बनाउँछ,
- टिममा रहेर काम गर्ने बानीको विकास हुन्छ,
- तनाव कम हुन्छ।

ख) प्रचलित खेलहरू: फुटबल, भलिबल, ब्याडमिन्टन, एथलेटिक्स (दौड, उफ्रने, फ्याँक्ने), तेक्वान्दो, कराँते, कबड्डी, डण्डीवियो, लक्कु ढाल, भुइँकासा (केराबारी), गुच्छा र बुद्धिचाल (चेस) आदि।

भलिबल प्रतियोगिता

ग) **खेलकुद प्रतियोगिताहरू:** हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्र राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड, नेचा गोल्डकप लगायत खेलकुद प्रतियोगिताहरुको आयोजना गरी फुटबल, भलिबल र एथलेटिक्स आदि विभिन्न प्रतियोगितात्मक खेलकुदहरुको संचालन गर्ने गरिएको छ ।

३. स्वास्थ्यका लागि असल शारीरिक क्रियाकलापहरू:

१. समयमा उठ्ने,

२. खेलमा सहभागिता जनाउने,

३. स्वस्थकर खाना खाने र प्रशस्त पानी पिउने,

४.सदाचारी बन्ने र सकारात्मक सोचको विकास गर्ने,

५. नियमित व्यायाम वा योग तथा ध्यान गर्ने,

६. सक्रिय जीवनशैली अपनाउने,

७. पर्याप्त निद्रा ।

४. योगको परिचय

योगले हाम्रो मनमा आउने चञ्चलतालाई स्थिर गर्ने काम गर्दछ । आसन, प्राणायाम, ध्यान र सूक्ष्म व्यायाम योगका मुख्य प्रकारहरु हुन् । योगका प्रमुख आसनहरुमा मकर, भुजङ्ग, धनु, नौका, मन्डुक, बक्र र बृक्ष आसन आदि हुन् ।

योगको महत्त्व:

- तनाब हट्छ,
- शरीरको शक्ति बढाउँछ,
- रोगको निदान गर्छ,
- कुलत छुटाउन मद्दत गर्छ ।

विद्यार्थीहरुका लागि अभ्यास

१. ठीक वा बेठीक छुट्ट्याउनुहोस्:

(क) रुघाखोकी नसर्ने रोग हो । (.......)

(ख) कोदोको ढिंडो स्थानीय पौष्टिक खाना हो । (.......)

(ग) योगले पढाइमा एकाग्रता बढाउन मद्दत गर्छ । (.......)

२. जोडा मिलाउनुहोस्:

'क' खण्ड	'ख' खण्ड
१. व्यक्तिगत सरसफाइ	क) राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड
२. स्थानीय पोषण	ख) दाँत माझ्ने, नङ काट्ने
३. खेलकुद प्रतियोगिता	ग) दूध, दही, गुन्द्रुक
४. नसर्ने रोग	घ) मधुमेह (सुगर)

३. प्रश्नको उत्तर दिनुहोस्:

(क) तपाईंको गाउँमा पाइने कुनै पाँचवटा स्वच्छ र ताजा स्थानीय खानेकुराको नाम लेख्नुहोस्।

(ख) हामी किन नियमित रूपमा खेलकुद वा शारीरिक व्यायाममा सहभागी हुनुपर्छ ? कुनै तीनवटा कारण लेख्नुहोस्।

(ग) तपाईंले विद्यालयमा अभ्यास गर्ने कुनै दुईवटा योग आसनका नाम लेख्नुहोस्।

४. **क्रियाकलाप:** तपाईंको विद्यालयमा हुने 'राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड' वा अन्य कुनै खेलकुद प्रतियोगिताको अनुभवबारे एक अनुच्छेद लेख्नुहोस्।

पाठ
५

विपद् व्यवस्थापन र वातावरण संरक्षण

सिकाइ सक्षमताहरु:

१. विपद्बाट बच्न पूर्वतयारी र उद्धारमा जुट्ने ।

२. विद्यालय र समुदायमा वृक्षारोपण गरी वनजङ्गल जोगाउने ।

३. फोहोरको वर्गीकरण गरी प्राङ्गारिक मल बनाउने र पुनः प्रयोग गर्ने ।

४. स्थानीय बहुमूल्य जडीबुटीको पहिचान र उचित सदुपयोग गर्ने ।

५. मानव र वन्यजन्तु द्वन्द्व कम गर्ने उपाय अवगत हुने ।

६. वनपैदावार र वन्यजन्तुको चोरी-शिकारी नियन्त्रणमा सहयोग गर्ने ।

मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रमा आगलागी भएको र पहिरो गएको बेला दमकल छेउमा मानिसहरु के गरिरहेका होलान् ?

२. चित्रमा मानिसहरु कुन प्रकृतिको ठाउँमा बिरुवा रोपिरहेका छन् र किन ?

३. भान्साको फोहोर खाडलमा राख्नु र पुराना प्लास्टिकका बोतल पुनः प्रयोग गर्नुको अर्थ के होला ?

४. मानव र जङ्गली जनावरहरू बीचको द्वन्द्वलाई कमी गर्न चित्रमा के कस्तो उपाय अपनाइएको देखिन्छ।

१. स्थानीय स्तरमा हुने विपद् र विपद् व्यवस्थापन

प्राकृतिक वा मानवीय कारणले आउने भूकम्प, बाढी, पहिरो आगलागी आदि जोखिम नै विपद् हो। विपद्ले मानिस वा प्राणीको ज्यान लिन्छ र धन सम्पत्ति नष्ट गर्दछ। विपद् व्यवस्थापन अन्तर्गत निम्न विषयहरु पर्दछन्

१, जोखिम न्यूनीकरण गर्ने,

२, विपद्को समयमा खोज, उद्धार र राहत प्रदान गर्ने,

३, विपद् पछिको पुनर्निर्माण र पुनर्स्थापना गर्ने।

हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्र विशेषगरी पहिरो, आगलागी, बाढी र चट्याङ जस्ता विपद्को जोखिम रहेको छ।

विपद्का कारण र बच्ने उपाय:

कारण	बच्ने उपाय
वनजङ्गल फँडानी र अव्यवस्थित सडक निर्माणले पहिरो र भूक्षय हुने।	बृक्षारोपण गर्ने र विकास निर्माण गर्दा दिगो विकास र वातावरण संरक्षणमा ख्याल गर्ने।
आगलागीका कारण वनजङ्गल विनास र धनसम्पत्ति क्षति हुने।	सलाई, लाइटर र विद्युतीय उपकरणको सावधानीपूर्वक प्रयोग गर्ने। वन डढेलोमा संलग्नलाई कानुन बमोजिम कारबाहीको दायरामा ल्याउने।
जलवायु परिवर्तनका कारण अतिवृष्टि, अनावृष्टि, खण्ड बृष्टि हुने।	जलस्रोत र जैविक विविधताको संरक्षण जस्ता जलवायु परिवर्तन अनुकूलन कार्यक्रम संचालन गर्ने।

विपद् व्यवस्थापनमा सरोकारवालाको भूमिका: विपद् व्यवस्थापनमा नेपाल सरकार,कोशी प्रदेश सरकार र नेचासल्यान गाउँपालिकाले जोखिम न्यूनीकरण, उद्दार तथा राहत र पुनर्निर्माणका कार्य गर्दै आएका छन्। साथै यस कार्यमा गैरसरकारी र निजी क्षेत्र, समुदाय र व्यक्तिको समेत सहयोग र योगदान रहँदै आएको छ। हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्रका प्रमुख विपद् प्रभावित क्षेत्रहरु निम्न रहेका छन्।

क्र.सं.	विपद् स्थलको नाम	विपद्को प्रकृति
१	छितापातल, जेजेरु, वडा नं १	बाढी, पहिरो
२	जन्तेरु, वडा नं १	बाढी, पहिरो
३	ढाड खोला, वडा नं १	बाढी, पहिरो
४	लेव्लु पैरो, वडा नं १	बाढी, पहिरो
५	बजारे, वडा नं १	बाढी, पहिरो
६	न्याम्ले गैरीगाउँ, वडा नं १	पहिरो
७	जिव्जुदु खोल्सी, फुर्चुकु, वडा नं १	पहिरो
८	सोलु खोला किनार, वडा नं २	बाढी र कटान
९	सहेले मासखोरिया घाट क्षेत्र, वडा नं ३	पहिरो
१०	खाल्ले गाउँ, वडा नं ३	पहिरो
११	वास्तोला गाउँ, वडा नं ३	पहिरो
१२	सिंहदेवी थान छेउ, वडा नं ३	पहिरो
१३	सिमचौर, वडा नं ३	पहिरो
१४	पैरे खोला, वडा नं ३	बाढी, पहिरो
१५	मुलिखिम माथि झाँझरे जाने सडक, वडा नं ३	पहिरो
१६	भँगेरी बस्ती, वडा नं ४	पहिरो
१७	दोलोजेर महभिर, वडा नं ४	पहिरो
१८	कुईलो पुरानोखानी, वडा नं ४	पहिरो
१९	चम्लाबोट बस्ती, वडा नं ४	पहिरो
२०	रानी वन पोखरे, वडा नं ४	पहिरो
२१	साततले बांगी, वडा नं ४	पहिरो
२२	भण्डारघर केदार मा.वि. छेउ, वडा नं ४	पहिरो
२३	वेनी खेत, वडा नं ४	कटान
२४	खाडी थापाटार खेत, वडा नं ४	कटान
२५	डब्ली खेत, वडा नं ४	कटान
२६	कुईलो खेत साउने , वडा नं ४	बाढी
२७	खहरे खोला पहिरो, वडा नं ५	भूक्षय
२८	जेनि पसल पहिरो, वडा नं ५	भूक्षय

२९	छेउखिम खालिङगाउँ पहिरो, वडा नं ५	भूक्षय
३०	कुडिखिम बडली पहिरो, वडा नं ५	पहिरो, कटान
३१	पैरे खोला पहिरो, वडा नं ५	पहिरो, कटान
३२	पातिखर्क पहिरो, वडा नं ५	भूक्षय
३३	नाम्लो पहिरो, वडा नं ५	भूक्षय

२. वातावरण संरक्षण र फोहोरमैला

(क) वातावरण संरक्षण: मानिस, हावापानी, बोटविरुवा र पशुपन्छी सबै मिलेर बनेको प्राकृतिक जीवन शैली नै वातावरण हो । वातावरण संरक्षण भन्नाले प्रदूषण नियन्त्रण, जैविक विविधताको संरक्षण, जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरण र दिगो विकासमा जोड दिनु हो । हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्र पोखरी संरक्षण, फोहोरमैला व्यवस्थापन, टेवा पर्खाल निर्माण, जनचेतना प्रवाह र बृक्षारोपण अभियान आदि वातावरण संरक्षणका धेरै कामहरु भइ रहेका छन् । यस कार्यमा सरकारी, गैरसरकारी, व्यक्ति र समुदायको योगदान रहँदै आएको छ । हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्र गाउँपालिका र विभिन्न संस्थाहरुको सहयोगमा संरक्षण र पुनर्निर्माण गरिएका पोखरीहरु तल उल्लेख गरिएको छ ।

चिसापानी पोखरी, वडा नं. ३

क्र सं	पोखरीको नाम र ठेगाना	क्षेत्रफल	निर्माण साझेदारहरु	पारेको प्रभावहरु
१	भेडीखोर पोखरी वडा नं १, सिमखर्क	३५ मिटर/१५ मिटर	नेचासल्यान गाउँपालिका, AEIN, Luxembourg, ग्रामीण विकास संस्था काभ्रेपलान्चोक।	संरक्षणको अभावमा लोप हुने अवस्थाका प्राकृतिक पोखरीहरुको पुनर्निर्माण, पुनर्उत्थान र पुनर्भरण गरिएको। यसबाट यी पोखरीहरुमा सदावहार पानी संकलन हुने गरेको। पोखरीहरुको धार्मिक र पर्यटकीय महत्व धेरै रहेको। निर्माण पश्चात् पानीको मुहान संरक्षण भएको। जलवायु परिवर्तनको असर न्यूनीकरण र वन तथा वातावरण संरक्षणमा टेवा पुगेको। सिमसार क्षेत्रको पुनर्स्थापना भएको। वनस्पति, वन्यजन्तु र चरिचरनमा रहेका घरपालुवा जनावर र पन्छीले खानेपानी पाउने गरेका। धार्मिक तथा साँस्कृतिक मेलाको महत्व बढेको। मनोरन्जन स्थलको रुपमा विकास भई आन्तरिक र बाह्य पर्यटकको आगमन बृद्धि भई स्थानीय नागरिकको आयआर्जन बढ्न गएको।
२	सुके पोखरी वडा नं ३, जालपा	३० मिटर/२० मिटर	,,	
३	चिसापानी पोखरी वडा नं ३	६८ मिटर/३४ मिटर	नेचासल्यान गाउँपालिका, The Partners Nepal, Salleri, Solukhumbu र झाँझरे सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति	
४	फुर्के पोखरी वडा नं ४, फुर्के	५५ मिटर/२५ मिटर (१२० मिटर परिधि)- २४ लाख लिटर पानी संचिति रहेको।	नेचासल्यान गाउँपालिका, AEIN,Luxembourg, ग्रामीण विकास संस्था काभ्रेपलान्चोक	
५	तीनकन्या पोखरी वडा नं ५, पोखरी	२५ मिटर/१२ मिटर	,,	
६	खुने पोखरी वडा नं ५, नेभारे	३० मिटर/२१ मिटर	नेचासल्यान गाउँपालिका, AEIN,Luxembourg, ग्रामीण विकास संस्था काभ्रेपलान्चोक	
७	आहाले पोखरी, वडा नं १	२८ मिटर/२५ मिटर	नेचासल्यान गाउँपालिका र The Partners Nepal, Salleri, Solukhumbu	

(ख) फोहोरमैला व्यवस्थापनः

फोहोरमैला भन्नाले वातावरणमा ह्रास आउने गरी निष्कासन गरिएका ठोस, तरल, ग्याँस, लेदो, धुवाँ, धुलो र विभिन्न प्रकारका सामाग्रीहरु हुन् ।

फोहोरमैला व्यवस्थापन भनेको फोहोरमैलाको संकलन, वर्गीकरण, पुनःप्रयोग, पुनर्चक्रण र उचित रुपमा विसर्जन गर्नु हो । फोहोरमैलालाई स्रोत मै निम्न बमोजिम वर्गीकरण गरेर विसर्जन गर्नुपर्दछ ।

१, **कुहिने फोहोरः** कुहिने फोहोरलाई खाल्डोमा राखेर प्राङ्गारिक मल बनाउन सकिन्छ ।

२, **नकुहिने अर्थात् पुनः प्रयोग तथा पुनर्चक्रण गर्न मिल्ने फोहोरः** सिसा, प्लास्टिक र टिन जस्ता फोहोरलाई छुट्याएर पुनः प्रयोग गर्न र ती सामाग्रीलाई पगालेर नयाँ सामाग्री बनाउन सकिन्छ ।

३, **हानीकारक तथा ल्याण्डफिल्ड साइटमा जाने फोहोर** ।

(ग) वन र वनस्पतिः

हाम्रो गाउँपालिका क्षेत्र भित्र धेरै वन जङ्गलहरु रहेका छन् । यहाँ साल, कटुस, चिलाउने आदि रुख बिरुवाहरु र लालीगुराँस, सुनाखरी जस्ता सुन्दर फूलहरू पाइन्छन् । यहाँ चिराइतो, बाँको, घोडताप्रे, जटामसी, पाँच औँले जस्ता बहुमूल्य जडीबुटीहरू पनि पाइन्छन् । जसको संरक्षण र उचित प्रयोगले हाम्रो गाउँको आम्दानी बढाउन सकिन्छ । यहाँको वन जङ्गल र जैविक विविधताको संरक्षण गर्न तल उल्लेख गरिएका सामुदायिक वनहरु संचालनमा रहेका छन् ।

क्र.सं.	नाम र ठेगाना
१	धनविर काँचोपाते सामुदायिक वन, वडा नं १
२	जिम्बिर झोडेनी सामुदायिक वन, वडा नं १
३	भेडीखोर सामुदायिक वन, वडा नं १
४	गाई खर्क सामुदायिक वन, वडा नं १
५	कुन्ता देवी गुठी वन, वडा नं १
६	सिरी चौर सामुदायिक वन, वडा नं २
७	सयाले वतासे सामुदायिक वन, वडा नं ३
८	गाई खर्क सामुदायिक वन, वडा नं २
९	कालीपोखरी सामुदायिक वन, वडा नं ३
१०	झाँझरे सेती देवी सामुदायिक वन, वडा नं ३
११	फुर्के सामुदायिक वन, वडा नं ४
१२	घोराघोरी सामुदायिक वन, वडा नं ४

१३	महभिर डुम्रे सामुदायिक वन, वडा नं ४
१४	भोर्ले तामा सामुदायिक वन, वडा नं ४
१५	रस्ती सामुदायिक वन, वडा नं ५
१६	सरेपानी सामुदायिक वन, वडा नं ५
१७	भीमसेनथान सामुदायिक वन, वडा नं ५

३. पशुपन्छी र मानव सम्बन्ध

परापूर्व कालदेखि नै पशुपंक्षी र मानव बीच परिपूरक सम्बन्ध रहँदै आएको छ। यिनीहरुले पृथ्वीको पारिस्थितिक प्रणालीलाई (इकोसिस्टम) सन्तुलित राख्न मद्दत पुऱ्याउँदै आएका छन्।

हामीले घरमा गाई, भैँसी र बाख्रा पाल्छौँ भने जङ्गलमा स्याल, मृग र विभिन्न चराहरू पाइन्छन्। कहिलेकाहीँ जङ्गली जनावरले हाम्रो बालीनाली नष्ट गरिदिंदा मानव र वन्यजन्तुबीच द्वन्द्व हुने गर्छ। यो द्वन्द्व कम गर्न जनावरको वासस्थान नष्ट गर्नु हुँदैन र सुरक्षित तारबार लगाउनुपर्छ। हाम्रो खेतवारीमा जङ्गली जनावरले नष्ट नगर्ने बालीनाली लगाउन जोड दिनुपर्छ।

४. कानुनी व्यवस्था

जथाभावी वनपैदावार काट्न र वन्यजन्तुको चोरी-शिकारी गर्न कानुनले निषेध गरेको छ। दुर्लभ जडीबुटी र जनावरको संरक्षण गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो।

विद्यार्थीहरुका लागि अभ्यास

१. तपाईंको गाउँमा विगतमा विपद्को कुनै घटना घटेको भए सो बारे सिलसिला मिलाएर लेख्नुहोस् र त्यसबाट बच्न के गर्न सकिन्थ्यो, सुझाव दिनुहोस्।

२. तपाईंको घरबाट निस्कने ‘कुहिने’ र ‘नकुहिने’ फोहोरको सूची बनाउनुहोस्। कुहिने फोहोरलाई कसरी मल बनाउन सकिन्छ ?

३. तपाईंको घर वरपर पाइने कुनै तीनवटा जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस्।

४. जङ्गली जनावरले तपाईंको बारीको मकै खाइदियो भने मकै जोगाउन तपाईं कुन उपाय अपनाउनुहुन्छ ? लेख्नुहोस्।

पाठ
६

जीवनोपयोगी सीप र मानव मूल्यमा आधारित शिक्षा

सिकाइ सक्षमताहरु:

१. परम्परागत र व्यावहारिक सीप सिक्न र तिनको संरक्षण गर्न।

२. डिजिटल साक्षरता, एआई चेतना लगायत आधुनिक सीपहरुको प्रयोग गर्न।

३. आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्दा जिम्मेवारी र कर्तव्य पूरा गर्ने बानीको विकास गर्न।

४. अनुशासन, दया, करुणा र आत्मनिर्भरता जस्ता असल गुण विकास गर्न।

५. सामाजिक सञ्जालको सही सदुपयोग गरी साइबर अपराधबाट बच्न।

मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रमा देखाइएको पुरानो सीप र नयाँ सीपले के सन्देश दिन खोजेको होला ?

२. यदि चित्रमा देखाइएका पुराना सीपहरु हराएर जाने र नयाँ सीप मात्र बाँकी रहेमा हाम्रो समाज र संस्कृतिमा के कस्तो असर पर्छ होला ?

३. चित्रको आधुनिक प्रविधिको प्रयोग गरेर हाम्रो गाउँघरका पुराना र मौलिक सीपबाट उत्पादित वस्तुहरुलाई संसारभरि चिनाएर तिनको व्यापार गर्न कसरी सक्छौँ होला ?

४. पुरानो सीप र नयाँ सीपलाई सँगसँगै लिएर अघि बढ्दा हामी आत्मनिर्भर बन्न सक्छौ कि सक्दैनौं होला ?

१. जीवनोपयोगि सीप

क) परिचय

हाम्रो दैनिक जीवनलाई सरल, सहज र सफल बनाउन आवश्यक पर्ने व्यावहारिक सीपहरु नै जीवनोपयोगी सीप हुन् । यस्ता सीपहरुले हामीलाई आत्मनिर्भर बन्न र समाजमा आउने विभिन्न समस्याहरू समाधान गर्न सिकाउँछन् ।

ख) गाउँघरमा प्रचलनमा रहेका परम्परागत सीपहरु

हाम्रो नेचासल्यान गाउँपालिका क्षेत्र भित्र दैनिक घरायसी व्यवहारमा धेरै प्रकारका जीवनोपयोगी सीपहरु प्रयोगमा रहेका छन् । जसको हामीले **सम्मान, संरक्षण र प्रवर्द्धन** गर्नुपर्छ । केही प्रमुख सीपहरु तल उल्लेख गरिएको छ ।

१. **बुन्ने सीप:** चोयाबाट डोको, डालो, नाम्लो, मान्द्रो आदि बुन्ने गरिन्छ भने भेडाको ऊन र धागोबाट राडीपाखी, स्विटर र बख्खु आदि बुन्ने गरिन्छ ।

२. **घरायसी प्रचलनका सीप:** हलो-जुवा बनाउने, ढिक्की, जाँतो चलाउने, ठेकीमा मही पार्ने, भकारी, थाङ्ग्रो लगायत घरेलु प्रविधिबाट अन्न भण्डारण गर्ने, गुँदपाक वा खुवा बनाउने आदि धेरै सीपहरु प्रचलनमा रहेका छन् ।

३. **काठ र ढुङ्गाको काम:** काठ र ढुङ्गाबाट परम्परागत बुट्टा भएका घरको झ्याल, ढोका, थाम र भित्ताहरू बनाउने गरिन्छ ।

ग) नवीनतम वा आधुनिक सीपहरु

१. **सञ्चार र प्रविधि सीप:** इन्टरनेटको माध्यमबाट म्यासेज पठाउने, नयाँ कुराहरु सिक्ने, कम्प्युटरबाट रेकर्ड राख्ने जस्ता सीपको प्रयोग गर्ने गरिएको छ।

२. **डिजिटल साक्षरता र कृत्रिम बौद्धिकता:** कम्प्युटर, मोबाइल चलाउने, chatgpt, इन्स्टाग्राम लगायतका डिजिटल टुल्सहरूको प्रयोग गरी सिकाइलाई सरल, सहज, रोचक र मनोरञ्जनमूलक बनाउन सकिन्छ।

३. **वित्तीय र व्यावसायिक सीप:** आफूसँग भएको रकमको बैंक तथा वित्तीय संस्थामा बचत गर्ने र जम्मा भएको रकमको लगानी गरी आम्दानी बढाउने। टनेल खेती, मौरीपालन, ढाका कपडा बुनाई आदि व्यावसायिक सीप प्रयोगमा रहेको छ।

४. **सञ्चार र समस्या समाधान:** हामीलाई आफ्ना कुरा अरूसँग स्पष्ट राख्ने, नेतृत्व लिने र उपयुक्त समयमा सही निर्णय गर्ने सीपको विकास जरुरी पर्दछ।

विद्यार्थीका लागि सुझाव: हामी प्रत्येक व्यक्तिभित्र कुनै न कुनै किसिमको विशेष प्रतिभा र क्षमता (गीत गाउने, चित्र बनाउने, नयाँ नयाँ आविष्कार गर्ने आदि) हुन्छ। आफूमा भएको यस किसिमको क्षमता पहिचान गरी निरन्तर अभ्यास मार्फत् सफल व्यक्ति बन्ने तर्फ ध्यान दिनु पर्छ।

२. मानव मूल्यमा आधारित शिक्षा

मानव मूल्यमा आधारित शिक्षा भनेको अनुशासन र नैतिक आचरणमा आधारित शिक्षा हो। यस अन्तर्गत निम्न विषयहरु पर्दछन्।

क) अधिकार, कर्तव्य र जवाफदेहिता

१. **अधिकार:** पढ्न पाउने, स्वास्थ्य उपचार पाउने जस्ता सुविधाहरु हाम्रा अधिकार हुन्। यी अधिकार राज्य वा समाजबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ।

२. **दायित्व र कर्तव्य:** विद्यालयको नियम पालना गर्नु, मातापिताको आदर गर्नु जस्ता विषयहरु हाम्रा दायित्व र कर्तव्य भित्र पर्दछन्।

३. **जवाफदेहिता:** हामीले आफूले गरेको कामको जिम्मेवारी लिनुपर्छ र गल्ती भए सुधार गर्दै जानुपर्छ।

ख) अनुशासन, आचरण र असल गुणहरू

१. अनुशासन: तोकिएको नियम र मर्यादा पालना गर्नु नै अनुशासन हो।

२. आचरण : राम्रो बोलीचाली र असल व्यवहार नै आचरण हो।

३. असल गुण: इमान्दारिता, सहनशीलता र करुणाभाव नै मानिसको असल गुण हो।

विद्यार्थी आचारसंहिता

१. विद्यालयमा नियमित र ठीक समयमा उपस्थित भई विहानी प्रार्थनामा सहभागी भएर आफ्नो हाजिरी जनाउनेछौँ र विद्यालय समय भर विद्यालयमा रहनेछौँ।
२. विहानी प्रार्थना पश्चात् कक्षाकोठामा गएर सामूहिक रूपमा कक्षागत गीत गाउँनेछौँ।
३. विद्यालयले तोकेको पोशाक लगाएर उपस्थित हुनेछौँ।
४. छात्राहरूले सदनको रङको रिबन सहित कपाल बाँध्नेछौँ र छात्रहरूले अगाडितिर बढीमा २ इन्च भन्दा छोटो कपाल मात्र पाल्नेछौँ।
५. सम्पूर्ण विद्यार्थीहरूले नङ पाल्नेछैनौँ र नङ पोलिसको प्रयोग गर्नेछैनौँ।
६. छात्राहरूले लिपिस्टिक, गाजल, पाउडर, मेहन्दी र गहनाहरू प्रयोग गर्नेछैनौँ र छात्रहरुले कुनै किसिमको कुण्डल, टप लगायतका अन्य गहना प्रयोग गर्नेछैनौँ।
७. कक्षा समयमा आफ्नो मर्यादामा रही शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापमा सक्रिय सहभागी हुँदै नियमित र अनिवार्य गृहकार्य गर्नेछौँ।
८. कक्षा समयमा कक्षा मै रहनेछौँ, यदि बाहिर जानु परेमा कक्षा नेताको अनुमतिमा अनिवार्य Out Card भिरेर मात्र जानेछौँ।
९. विद्यालयमा अनुपस्थित हुनुपरेमा अभिभावकको स्वीकृतिमा निवेदन अनिवार्य रूपमा पठाएर मात्र अनुपस्थित रहनेछौँ।
१०. विद्यालय समयमा विद्यालयमा मोबाइल फोनको निषेध गर्ने कार्यलाई पूर्ण रुपमा पालना गर्नेछौँ।
११. आ-आफ्नो कक्षाकोठा, शौचालय र विद्यालय परिसरको नियमित तालिका बनाई सरसफाइ गर्नेछौँ।
१२. विद्यालयको भौतिक सम्पत्तिहरूको सुरक्षा गर्नु हाम्रो साझा दायित्व हुनेछ।
१३. विद्यालयका सबै विद्यार्थी प्रति आदर, सद्भाव र एकताको भावनाको विकास गर्नेछौँ।
१४. विद्यालयले सञ्चालन गर्ने सबै प्रकारका शैक्षिक गतिविधिमा सक्रिय भई सहभागी जनाउनेछौँ।
१५. गुरु र मान्यजनप्रति आदर गर्नेछौँ। सदैव अनुशासित, सदाचारी र आज्ञाकारी बन्नेछौँ।
१६. कक्षा कोठामा रहँदा अनुशासनमा रही शैक्षिक क्रियाकलापमा मात्र केन्द्रित रहनेछौँ।
१७. पाठ्यपुस्तक तथा शैक्षिक सामाग्री राख्न अनिवार्य झोलाको प्रयोग गर्नेछौँ।
१८. आफूलाई आवश्यक पर्ने दिवा खाजा तथा पानी आफैले प्रबन्ध गर्नेछौँ।
१९. विद्यालय हाताभित्र जंक फुड (पत्रु खाना) को प्रयोग गर्नेछैनौँ, साथै प्लास्टिकजन्य लगायतका फोहोरहरु लाई निर्धारित स्थानमा विसर्जन गर्नेछौँ।
२०. प्रतिभा प्रस्फुटन कार्यलाई जोड दिँदै विद्यालयबाट प्रकाशन हुने भित्ते पत्रिकामा सक्रिय सहभागिता जनाउनेछौँ।
२१. विद्यालयले निर्धारण गरेका अन्य नीति नियमको पूर्णरूपमा पालना गर्नेछौँ।

हामीले सधैं अनुशासनको पालना गर्नुपर्दछ।

३. सामाजिक सञ्जाल र साइबर सुरक्षा

क) परिचय र महत्त्व

फेसबुक (Facebook), युट्युब (YouTube), टिकटक (TikTok) र ह्वाट्सएप (WhatsApp) जस्ता डिजिटल माध्यमहरू सामाजिक सञ्जाल हुन् । यिनीहरूको माध्यमबाट संसारभर छिटो सूचनाको आदानप्रदान गर्न सकिन्छ।इन्टरनेटबाट हामीले पढाइका उपयोगी सामाग्रीहरु खोजेर ज्ञान बढाउन सक्दछौं । इन्टरनेट र सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग गरिएमा साइबर अपराध र ठगीको शिकार बन्न सकिने भएकोले यसको प्रयोग सावधानी पूर्वक जीवनलाई उपयोग हुने गरी मात्र प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

ख) साइबर अपराध (Cyber Crime):

इन्टरनेटको प्रयोग गरेर अरूको अकाउन्ट ह्याक गर्ने, नक्कली आईडी बनाएर कसैलाई जिस्क्याउने वा धम्क्याउने र जथाभाबी तस्बिर वा भिडियो पोस्ट गरेर कसैको बेइज्जत गर्ने कार्य साइबर अपराध हो । नेपालको कानुन अनुसार यस्तो अपराध गर्नेलाई कडा सजाय र जरिवाना हुने व्यवस्था छ ।

ग) साइबर अपराधबाट बच्ने उपायहरू

१. आफ्नो अकाउन्टको पासवर्ड गोप्य राख्ने र कसैलाई पनि नभन्ने ।

२. सामाजिक सञ्जालमा नचिनेका मानिसहरूको 'फ्रेंड रिक्वेस्ट' स्वीकार नगर्ने र आफ्नो जानकारीहरू सेयर नगर्ने ।

३. इन्टरनेटमा कुनै पनि शंकास्पद वा नराम्रो म्यासेज आएमा तुरुन्तै आफ्ना आमाबुबा वा शिक्षकलाई जानकारी गराउने ।

हामी सबैले मनन गर्ने विषय: हामीले सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्दा सावधानी पूर्वक प्रयोग गर्नु नै सुरक्षा हो भन्ने मूल मन्त्रलाई बिर्सनु हुँदैन ।

कक्षा कार्य तथा अभ्यास (Exercises)

१. ठीक वा बेठीक छुट्याऊ:

क) चोयाबाट डोको बुन्ने काम एक उपयोगी परम्परागत सीप हो । (   )

ख) सामाजिक सञ्जालमा नचिनेका मानिससँग आफ्नो व्यक्तिगत विवरण सेयर गर्नु राम्रो हो । (   )

ग) आफूले प्रयोग गर्ने किताब-कापीको जतन आफैंले गर्नुपर्छ । (   )

२. **संक्षिप्त उत्तर देऊ:**

क) जीवनोपयोगी सीप भनेको के हो ? तपाईंको गाउँमा प्रचलनमा रहेका दुईवटा सीपको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) समाजको जिम्मेवार सदस्य बन्न हामीले पालना गर्नुपर्ने दुईवटा असल आचरणहरू के-के हुन् ?

ग) साइबर अपराध भनेको के हो ? यसबाट बच्न के गर्नुपर्छ ?

३. **प्रयोगात्मक कार्य (परियोजना कार्य):** तपाईंले आफ्नो घर वा टोलका व्यक्तिहरुले तयार गर्नु हुने कुनै एउटा परम्परागत सीपको (जस्तै: डोरी बाट्ने, गुन्द्री बुन्ने वा मोही पार्ने) बारेमा जानकारी लिएर एउटा छोटो प्रतिवेदन तयार पारी कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ
७

स्थानीय व्यक्तित्व, सामाजिक संस्था र सहिदहरू

सिकाइ सक्षमताहरु:

१. आफ्नो समाजको विकासमा योगदान दिने संस्थाहरू चिन्न ।

२. नेचासल्यानका प्रतिभावान् र ऐतिहासिक व्यक्तित्वहरू प्रति आदर गर्न ।

३. देश र जनताका लागि ज्यान दिने वीर सहिदहरूको सम्मान गर्न ।

४. गाउँपालिका क्षेत्र भित्रका विद्यालयको ऐतिहासिक महत्व बारे जानकारी लिन ।

मस्तिष्क मन्थन

१. के तपाईंको गाउँघरमा पनि माथि चित्रमा देखाइएका फरक - फरक गतिविधिहरु हुन्छन् ?

२. तपाईंका गाउँघरका संस्थाहरुले के के कार्यहरु गरेका छन् ?

१. सामाजिक संस्था

क) परिचय र महत्त्व

हाम्रो समाजमा व्यक्तिले एक्लाएक्लै गर्न नसकिने धेरै कामहरू हुन्छन् । गाउँघरमा खानेपानीको व्यवस्था गर्ने, वनको संरक्षण गर्ने, सार्वजनिक स्थलमा सरसफाई गर्ने, बिरामी पर्दा सहयोग गर्ने जस्ता कामहरू सामूहिक रूपमा गर्ने गरिन्छ । "समाजको भलाइ र उन्नतिका लागि नागरिकहरुले स्थापना गरेका संस्थाहरूलाई सामाजिक संस्था भनिन्छ ।" यस्ता संस्थाहरू सरकारको नियम, कानुन अनुसार दर्ता भएर सञ्चालन गरिएका हुन्छन् । यी संस्थाहरुमा महिला सञ्जाल, रेडक्रस सोसाइटी, आमा समूह आदि हुन् ।

यी संस्थाहरूले संचालन गर्ने मुख्य कामहरु तल प्रस्तुत गरिएको छः

(१) **जनचेतनाः** समाजमा विद्यमान छुवाछुत, दुर्व्यवहार जस्ता गलत प्रवृत्ति हटाउन पहल गर्ने । सरसफाइ सम्बन्धी चेतना प्रवाह गर्ने आदि काम गर्दछन् ।

(२) **स्वास्थ्य र आकस्मिक सेवाः** स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गर्ने र इमर्जेन्सीका विरामीको उपचारमा सहयोग गर्ने ।

(३) सामाजिक तथा भौतिक संरचना निर्माण : धारा, कुवा, पाटी, पौवा, पोखरी, चौतारो निर्माण गर्ने ।

(४) ऐतिहासिक, धार्मिक तथा साँस्कृतिक सम्पदाहरुको संरक्षण गर्ने ।

ख) नेचासल्यानमा रहेका केही प्रमुख सामाजिक संस्थाहरू

(१) **थुलुङ सामा र किरात बायुङ/बाहिङ राई साँस्कृतिक केन्द्रः** यी संस्थाहरूले नेचासल्यानमा रहेका राई समुदायको भाषा, भेषभूषा, किराती संस्कृति र परम्परागत मुन्धुम ज्ञानको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्ने काम गर्छन् ।

(२) **सहिद कुसुम स्मृति प्रतिष्ठान र गणेशमान सिंह स्मृति प्रतिष्ठानः** यी प्रतिष्ठानहरूले समाजमा लोकतन्त्र, सामाजिक न्याय र जनचेतना प्रवाह गर्दछन् । त्यसैगरी सहिद र ऐतिहासिक व्यक्तिहरुको योगदानलाई स्मरण गराउने लगायतका कामहरु गर्दछन् ।

(३) **नेपाल रेडक्रस सोसाइटी :** यी संस्थाहरुले गाउँमा आगलागी, बाढी, पहिरो, महामारी जस्ता विपद् आउँदा तत्काल राहत र उद्धार सामग्री पुऱ्याउने र जनचेतना प्रवाह गर्ने काम गर्दछन् ।

(४) **जुन तारा युवा क्लब र युवा संगम परिवारः** यी संस्थाहरुले युवाहरूलाई एकताबद्ध गरी गाउँमा खेलकुद प्रतियोगिता गराउने, सडक तथा चौतारी मर्मत गर्ने र सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना गर्ने काम गर्दछन् ।

(५) **चोमोलोङ्मा छोलिङ गुम्बा:** गुम्बामा बौद्ध दर्शनको संरक्षण गर्ने, समाजमा शान्ति कायम राख्ने र नैतिक शिक्षा दिने कार्य गरिन्छ ।

(७) **नेचा युके सेवा समाज:** यो संस्था बेलायतमा बस्ने नेचासल्यानबासीहरूको संस्था हो । यस संस्थाबाट हाम्रो गाउँको शिक्षा, स्वास्थ्य र विकास निर्माणमा सहयोग प्राप्त भइरहेको छ ।

(८) थुलुङ साँस्कृतिक संग्रहालय, देउपुजे

(९) वशिष्ठ हिन्दु धार्मिक तथा साँस्कृतिक पुस्तकालय

(१०) चेतना विस्तार सार्वजनिक पुस्तकालय

ग) नेचासल्यानको पहिलो शैक्षिक संस्था र इतिहास

नेचासल्यान गाउँपालिकाको वडा नं २ को सल्यानमा रहेको **श्री बी.पी. संस्कृत विद्यालय** हाम्रो गाउँपालिकाको सबै भन्दा पहिले स्थापना भएको विद्यालय हो । यो विद्यालय स्थानीय शिक्षाप्रेमीहरूको अगुवाईमा नागरिकहरुको नगद सहयोग र श्रमदानमा वि.सं. १९५७ सालमा स्थापना भएको हो । राणा शासनको कठिन समयमा यो विद्यालय स्थापना गर्ने अग्रज शिक्षाप्रेमी जनसमुदायहरु प्रति उच्च सम्मान गर्नु पर्दछ । यसै विद्यालयको जगमा उभिएर नै नेचासल्यानको शिक्षाले उल्लेख्य प्रगति गर्न सकेको हो ।

२. स्थानीय व्यक्तित्व (Local Personalities)

हाम्रो नेचासल्यान गाउँपालिकालाई राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा चिनाउन विभिन्न क्षेत्रका प्रतिभावान् व्यक्तिहरूले महत्त्वपूर्ण योगदान दिनुभएको छ । उहाँहरुले योगदान दिनुभएका प्रमुख क्षेत्रहरु तल उल्लेख गरिएको छ ।

क) साहित्य, संगीत र कला:

ख) राजनीतिक, प्रशासनिक र सामाजिक नेतृत्व:

ग) ऐतिहासिक योगदानहरु: देश र समाजमा विद्यमान विकृति र विसंगति हटाई समाज सुधार गर्न योगदान गर्ने व्यक्तिहरु ऐतिहासिक व्यक्तित्व हुन् ।

शिक्षकलाई निर्देशन: *नेचासल्यान गाउँपालिकाका प्रतिभावान् व्यक्तिहरुको खोजी गरी उहाँहरुको सिर्जना र योगदानका बारेमा कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।*

***शिक्षक र विद्यार्थीलाई निर्देशन*:** *आ-आफ्नो गाउँमा प्रचलनमा रहेका साकेला गीत, बालन वा अन्य सिर्जनाबारे कक्षामा वाचन गर्ने अभ्यास गराउनुहोस् ।*

३. सहिदहरू

"आफ्नो देशको स्वतन्त्रता, स्वाभिमान र नागरिकको हक अधिकार र स्वतन्त्रताका लागि अमूल्य जीवन बलिदान दिने वीर व्यक्तिहरूलाई सहिद भनिन्छ।"

शिक्षकलाई निर्देशन: *नेचासल्यान गाउँपालिकामा जन्मिएर देश र जनताको पक्षमा वकालत गर्दा सहिद हुनु भएका अमर सहिदहरुको योगदानको खोजी गरी कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।*

कक्षा कार्य तथा छलफल (Activity)

शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई समूहमा विभाजन गरी तलका विषयमा छलफल गराउनुहोस् र कापीमा लेख्न लगाउनुहोस्:

१. **मेरो घर र छरछिमेक:** आफ्नो र छिमेकीको घरमुली (अभिभावक) को नाम के हो ? उहाँहरूले गाउँमा के-कस्ता सामाजिक काम (अर्मपर्म, मेलापात, टोल सफाई) मा सहयोग गर्नुहुन्छ ?

२. **मेरो विद्यालयको इतिहास:** तपाईं पढ्ने विद्यालयको नाम के हो ? यो विद्यालय कहिले स्थापना भएको थियो र विद्यालयको विकासका लागि योगदान दिने व्यक्तिहरुको बारे छलफल गर्नुहोस् ।

३. **आदरणीय शिक्षकहरू:** तपाईंको विद्यालयमा अध्यापन गराउने शिक्षकहरूको नाम र उहाँहरूले तपाईलाई असल नागरिक बनाउन गरिरहनुभएको मेहनतका बारेमा छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. संक्षिप्त उत्तर दिनुहोस्:

क) सामाजिक संस्था भनेको के हो ? तपाईंको गाउँमा रहेका कुनै दुईवटा संस्थाको नाम लेख्नुहोस् ।

ख) नेचासल्यान गाउँपालिका क्षेत्र भित्र रहेका सांस्कृतिक संस्थाहरूले के काम गर्छन् ?

ग) सहिदहरुलाई सम्मान गर्नुपर्ने कुनै तीन वटा कारणहरु उल्लेख गर्नुहोस् ?

२. खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

क) रेडक्रसले विपद्मा परेका मानिसहरुलाई........................... गर्दछ ।

ख) नेचासल्यान गाउँपालिका क्षेत्र भित्रको पहिलो शैक्षिक संस्था .... विद्यालय हो ।

ग) समाजको हितका लागि नागरिकको पहलमा खोलिने संस्थालाई .... संस्था भनिन्छ ।

पाठ
८

हाम्रो नेचासल्यानको मौसम र जलवायु

सिकाइ सक्षमताहरु :

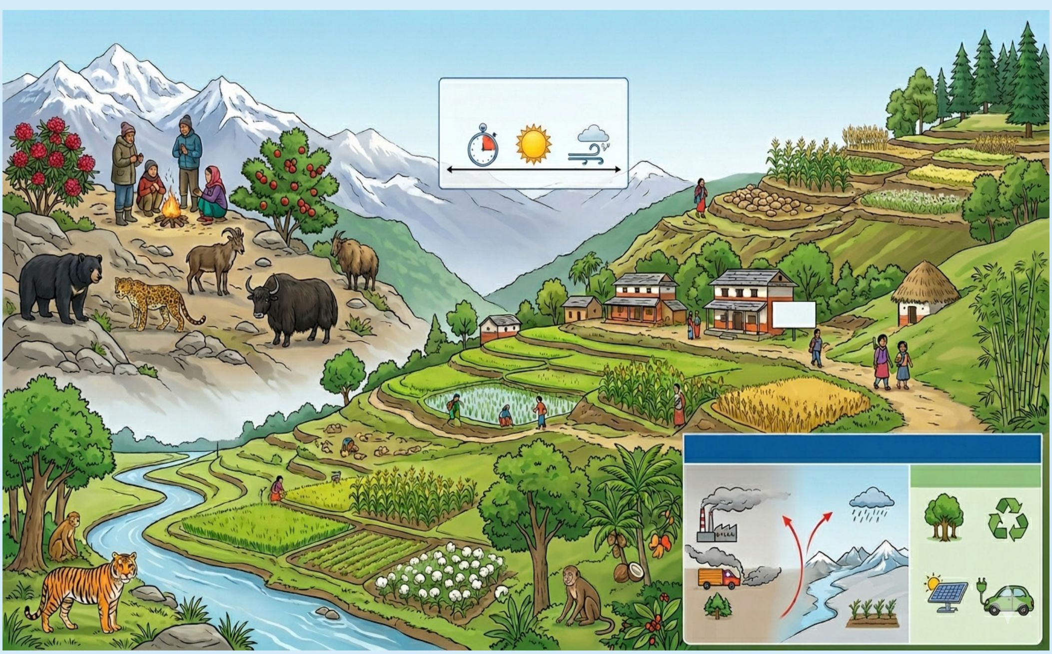
१. नेचासल्यान गाउँपालिकाको भूगोल, हावापानी र जनजीवनको जानकारी लिने ।

२. मौसम र जलवायु बीचको भिन्नता छुट्याउन र ऋतु अनुकूलको खानपान र रहनसहनमा बानी हुन ।

३. स्थानीय जीवजन्तुको बासस्थान र विशेषता बारे जानकारी लिन ।

४. जलवायु परिवर्तनका कारण स्थानीय कृषि र मौसमी चक्रमा पारेको असर बुझ्न ।

५. वातावरण संरक्षणका उपायहरु पहिचान गर्न ।



मस्तिष्क मन्थन

१. चित्रमा एकातिर हिउँ परेको र अर्कोतिर धान रोपिरहेको अवस्था देखाइएको छ, यसरी एउटै गाउँपालिका क्षेत्र भित्र यो कुरा संभव हुन्छ कि हुँदैन होला ?

२. चित्रमा देखाइएको याक र बाँदरको विशेषतालाई हावापानीसँग जोडेर हेर्न मिल्छ कि मिल्दैन होला ?

३. चित्रमा देखाइएको 'घाम', 'घडी' र 'मौसमको सङ्केत बीच एक आपसमा सम्बन्ध छ कि छैन होला ?

४. चित्रले जलवायु परिवर्तन बारे संकेत गरेको छ कि छैन होला ?

५. चित्रले जलवायु परिवर्तनका असर न्यूनीकरण बारे संकेत गरेको छ कि छैन होला ?

परिचय

हाम्रो नेचासल्यान गाउँपालिका भौगोलिक बनावटका हिसाबले निकै विविधतापूर्ण छ । यहाँको भूगोल समुद्री सतहबाट करिब ६०० मिटरदेखि ३००० मिटरसम्मको उचाइमा फैलिएको छ । त्यसैले यहाँ एउटै समयमा ठाउँ अनुसार फरक-फरक मौसम र हावापानी अनुभव गर्न सकिन्छ ।

१. उचाइ अनुसारको हावापानी र जनजीवन

नेचासल्यान गाउँपालिकाको भूगोललाई उचाइका आधारमा तीन क्षेत्रमा विभाजन गर्न सकिन्छ ।

क्षेत्र र उचाइ	मुख्य स्थानहरू	हावापानी र विशेषता	मुख्य वनस्पति र बालीनाली
उच्च पहाडी क्षेत्र (२१०० मि. – ३००० मि.)	गौरीटाप, टुहुरे, लेव्लु, सीमखर्क, गैरी	ठण्डासमशीतोष्ण (हावापानी - हिउँदमा हिउँ र तुसारो पर्ने)	लालीगुँरास, काफल, सल्ला; आलु, मकै, गहुँ, फापर, उवा
मध्य पहाडी क्षेत्र (१२०० मि. – २१०० मि.)	गाउँपालिकाका अधिकांश बस्ती र वडा कार्यालयहरू	न्यानो-समशीतोष्ण (मध्यम) (हावापानी, बसोबासका लागि निकै उत्तम)	कटुस, चिलाउने, उत्तिस, बाँस; धान, मकै, कोदो, गहुँ
बेंसी क्षेत्र (६०० मि. – १२०० मि.)	तुइन्टार र आसपासका तटीय क्षेत्रहरू	उष्ण मनसुनी (न्यानो/ गर्मी) हावापानी, कृषि उत्पादनमा विविधता	साल, सिसौ, खयर, नरिवल, सुपाडी, काजु, मरिच; धान, मकै, कोदो

२. मौसम (Weather)

मौसम भनेको कुनै पनि स्थानको वायुमण्डलको छोटो समयको अवस्था हो। मौसमलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरु निम्न रहेका छन् :

१. तापक्रमः तातो वा चिसो मापन।

२. आर्द्रताः हावामा रहेको पानीको मात्रा।

३. हावाको चापः हावा कता बहेको छ भन्ने कुरा।

४. वर्षा वा हिमपात।

हाम्रो गाउँमा मुख्य गरी दुई प्रकारका मौसमको प्रभाव देखिन्छ:

क) जाडो मौसम (हिउँद)

१. **समय:** प्रायः मंसिरदेखि फागुनसम्म।

२. **रहनसहन:** चिसोबाट बच्न बाक्लो र न्यानो लुगा लगाउने, तातो खानेकुरा खाने र आगो ताप्ने गरिन्छ।

३. **बालीनाली:** यो समयमा तरुल, पिडालु, आलु, गहुँ, जौं, तोरी र फापर लगाइन्छ।

ख) गर्मी मौसम (वर्षात)

१. **समय:** चैतदेखि कात्तिक सम्म (जसमा वर्षायाम पनि पर्दछ)।

२. **विशेषता:** तापक्रम उच्च हुने, दिन लामो हुने र धेरै पसिना आउने हुन्छ।

३. **रहनसहन:** हल्का र पातला सुतीका कपडा लगाउने, चिसो पेय पदार्थ र फलफूल बढी खाने गरिन्छ।

४. **बालीनाली:** धान, मकै, कोदो, कपास, उखु र विभिन्न लहरे तरकारी (काँक्रो, फर्सी, लौका) लगाइन्छ।

हाम्रो गाउँमा आजभोलि नयाँ खेती प्रविधि (प्लास्टिक टनेल, ग्रीन हाउस) प्रयोग गरेर बेमौसमी तरकारीहरु उत्पादन गर्ने गरिएको छ।

३. जलवायु र जैविक विविधता

जलवायु (Climate): कुनै ठाउँको लामो समयको (करिब ३० वर्षभन्दा बढी) मौसमको औसत अवस्थालाई जलवायु भनिन्छ।

जैविक विविधता: जैविक विविधता भनेको पारिस्थितिकीय प्रणालीको विवधता, प्रजातीय विविधता तथा वंशाणुगत विविधता हो। हाम्रो गाउँपालिकामा पाइने विभिन्न प्रकारका रुख-बिरुवा, पशुपन्छी र किराफट्याङ्ग्रा लगायत सूक्ष्म जीवहरु र तिनीहरुको आपसी सम्वन्ध नै यहाँको जैविक विविधता हो।

१. **गर्मी क्षेत्रका जीव:** बाघ, स्याल, बाँदर, वन बिरालो, सालक आदि। यी जीवको शरीरमा कम रौं हुन्छ।

२. **चिसो क्षेत्रका जीव:** भालु, चितुवा, थार, चौरी, याक आदि। यी जनावरको शरीरमा बाक्लो रौं हुन्छ।

३. **बासस्थान र विशेषता :** हाम्रो गाउँपालिकामा पाइने केही जीवजन्तु र तीनको विशेषता र वासस्थान बारे तल प्रस्तुत गरिएको छः

क्र सं	जीवजन्तु	बासस्थान	विशेषता
१	बाघ	गुफा	मांसाहारी, धारिलो दाँत र नङ भएको, एकान्त प्रेमी र तीक्ष्ण दृष्टि भएको जनावर।
२	स्याल	ओढार/ झाडी	सर्वभक्षी,चलाख तर डरपोक, रातमा बढी सक्रिय हुने जनावर।
३	भालु	रुख/ओढार	सर्वभक्षी, धारिला नङ्ग्रा हुने जनावर ।
४	बाँदर	भीर, जङ्गल	शाकाहारी, समुहमा बस्न रुचाउने, चकचके जनावर।
५	मयुर	झाडी घाँसे मैदान	शीरमा कल्की भएको, सर्वहारी, रङ्गीचङ्गी चरो
६	माछा	कुर	पानीमा बस्ने, चिसो रगत भएको, शरीरमा कत्ला भएको जीव।

४. जलवायु परिवर्तन: चुनौती र समाधान

कुनै ठाउँको लामो समयको मौसमको औसत अवस्था (तापक्रम, वर्षा, हावाको बहाव आदि) मा आउने असामान्य परिवर्तन नै जलवायु परिवर्तन हो। हाल नेपाल लगायत विश्वभरि तीव्र रुपमा जलवायु परिवर्तन भइरहेको छ। जसका कारण विभिन्न असरहरु देखा परि रहेका छन्।

जलवायु परिवर्तनका कारणहरु:

१. हरितगृह ग्याँसको बृद्धिः उद्योग, कलकारखाना, सवारी साधन र कोइलाको अत्यधिक प्रयोगबाट कार्बनडाइअक्साइड र मिथेन जस्ता ग्याँसहरुको उत्सर्जन बढ्दै छ। यी ग्याँसले पृथ्वीको वायुमण्डलमा बाक्लो आवरण बनाउने र सूर्यको ताप पृथ्वीमा आउने तर बाहिर जान नपाई पृथ्वीको तापक्रम बढ्ने गरेको छ।

२. वन विनासः वन जंगल विनास गरिंदा वायुमण्डलमा कार्बन सोस्ने प्राकृतिक प्रक्रिया कमजोर बनेको छ।

जलवायु परिवर्तनका असरहरु

१. हिमनदी पग्लने र हिमताल फुट्नेः तापक्रम बढेर हिमनदी पग्लने क्रम बढेको छ।

२. मौसमी चक्रमा गड्बडीः अतिबृष्टि, अनाबृष्टि र असामयिक वर्षाको अवस्था सिर्जना भएको छ।

३. प्राकृतिक प्रकोपः बाढी, पहिरो, तातो हावाको लहर जस्ता विपद् देखा परिरहेका छन्।

४. जैविक विविधताको ह्रास।

५. कृषि उत्पादनमा कमी।

६. रोग तथा किराको प्रकोप।

७. मानव स्वास्थ्यमा समस्या।

हामीले के गर्न सक्छौं ? (न्यूनीकरणका उपाय)

१. धेरै भन्दा धेरै बिरुवा रोप्ने र वन जोगाउने।

२. प्लाष्टिकको प्रयोग कम गर्ने र फोहोर सही ठाउँमा विसर्जन गर्ने।

३. नवीकरणीय ऊर्जा (सौर्य ऊर्जा, सुधारिएको चुलो) को प्रयोग गर्ने।

४. वातावरण मैत्री विकास (बायो-इन्जिनियरिङ) अपनाउने।

५ विद्युतीय सवारी साधन तथा उपकरणको प्रयोग।

अभ्यास कार्यः

१. तपाईंको घर वरिपरि जाडो र गर्मी मौसममा के-के परिवर्तन देखिन्छन् ? सूची बनाउनुहोस्।

२. नेचासल्यानको उच्च भाग (गौरीटाप) र तल्लो भाग (तुइन्टार) को हावापानीमा के फरक छ ?

३. चिसो क्षेत्रमा पाइने जीवजन्तुहरूको विशेषता कस्तो हुन्छ ?

४. स्याल र मयुरको चित्र कोर्नुहोस् ?

५. जलवायु परिवर्तनका कारण हाम्रो गाउँको बालीनालीमा परेका कुनै तीनवटा असरहरू उल्लेख गर्नुहोस्।

सिर्जनात्मक प्रश्नः

सोलुखुम्बु जिल्लाको थामेमा केही वर्ष अगाडि आएको बाढीले निम्त्याएको विपद् बारे जानकारी लिई यस किसिमको विपद्बाट कसरी सुरक्षित हुन सकिन्छ ? रचनात्मक सुझाव तयार गर्नुहोस्।

सन्दर्भ सूची

१, कानुन किताब व्यवस्था समिति, काठमाडौं, नेपालको संविधान ।

२, कानुन किताब व्यवस्था समिति, काठमाडौं, स्थानीय सरकार संचालन ऐन २०७४ ।

३, कानुन किताब व्यवस्था समिति, काठमाडौं, वातावरण संरक्षण ऐन २०७६ ।

४, नेचासल्यान गाउँपालिका, सोलुखुम्बु, शिक्षा ऐन २०७५ (संशोधन सहित) ।

५, नेचासल्यान गाउँपालिका, सोलुखुम्बु, स्थानीय पाठ्यक्रम, २०८१ ।

६, नेचासल्यान गाउँपालिका सोलुखुम्बु, नीति, बजेट, कार्यक्रम र प्रगति पुस्तक, २०८२ ।

७, राष्ट्रिय तथ्याङ्क कार्यालय, काठमाडौं, राष्ट्रिय जनगणना, २०७८ ।

८, नेचसल्यान गाउँपालिका सोलुखुम्बुका स्थानीय नागरिकहरुसँगको सम्पर्क, सोधपुछ, छलफल, अन्तर्क्रियाबाट प्राप्त तथ्यगत स्थलगत विवरणहरु ।

९, संघ, प्रदेश र स्थानीय तहका निकायहरुको वेबसाइटहरु ।

१०, गुगल सर्च लगायत विभिन्न अनलाइन मिडियाहरुका सूचना, जानकारीहरु ।

११, अन्य कानुन, अभिलेख र लिखित तथा मौखिक जानकारीहरु ।

गाउँपालिका गान

शिरमाथि तिल्पुङ, गैरि सेतै हिउँ फुल्ने ।
छातीमाथि धानका बाला सुनझैँ झुल्ने ।।

यहीँ बन्छ हाँडी-खाँडी आफ्नै स्वाभिमान ।
जाल्पा-काली, वेतबाँस हाम्रो पहिचान ।।

आदिवासी, जनजाति बस्ती अनेकथरी ।
यहीँ नाच्छौँ सिली, बालुन स्वर्गजस्तै गरी।।

संस्कृतिको धनी ठाउँ, प्रकृतिको राजा ।
जय जय नेचासल्यान हाम्रो गाउँपालिका ।।

रचना : श्रीकृष्ण चौलागाईं
सङ्गीत : जसिहाङ राई
स्वर :
जसिहाङ राई, भुवनसिं राई, मुना राई, प्रवेश राई, तायाहाङमा राई, मनिता राई, बबिना किराती, ललित राई, मनराज राई, सुष्मा राई र किरण सरगम ।