



QRickit

0224CH09

9

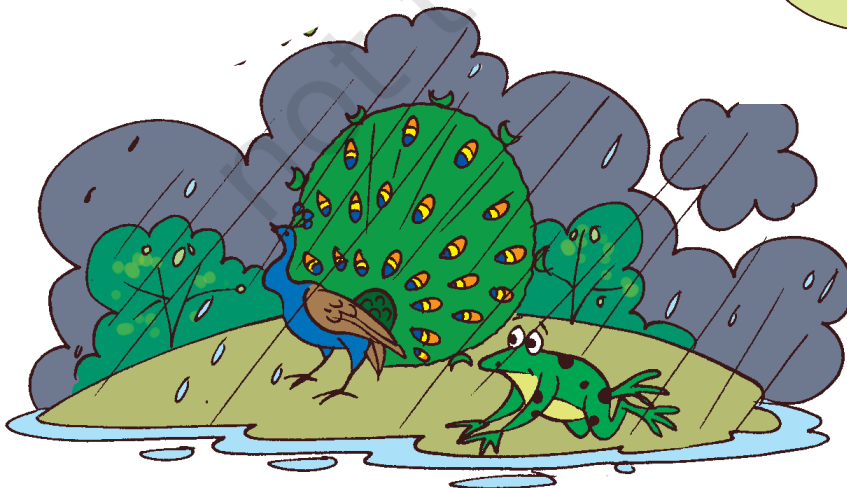
## यो कुन ऋतु हो?

### ऋतुहरू



एक वर्षमा पाँच ऋतु बसन्तको  
सुरुवात हर्षोल्लासले फूल फुल्दै  
हुन्छ, चराचुरुङ्गी गाउँछन् जब  
रमाइलो बसन्तको आगमन हुन्छ।

ग्रीष्म ऋतुको आगमन  
चम्किलो घाम र  
बालबालिकाहरूको खेलनको  
लागि लामो दिनको साथ  
हुन्छ।



पानीका थोपाहरू लिएर वर्षा  
ऋतु आउँछ; मयूर नाच्छन् र  
भ्यागुता उफ्रन्छन्।

पातहरू जमिनमा झर्छन्।  
रमाइलो हावा चल्छ, जब शरद  
ऋतुको दिनहरू आउँछ।



जाडो ऋतुमा म टाउको  
देखि पाउ सम्म हिउँमा  
हुन्छु।



### हामी छलफल गरौं

- A. तपाईं कुन ऋतुमा बिदामा जानुहुन्छ?
- B. तपाईंको जन्मदिन वर्षको कुन ऋतुमा पर्छ?
- C. तपाईंलाई मनपर्ने ऋतु कुन हो? किन?
- D. तपाईंको मनपर्ने ऋतुको विशेषता के छ?

स्वस्वर कविता पढ्नुहोस् र अभिनय गर्नुहोस्। तिनीहरूले विभिन्न ऋतुहरूमा गर्ने विशेष कुराहरूबारे छलफल गर्नुहोस्। साथै स्थानीय रूपमा उपलब्ध विभिन्न खाद्यान्न र लुगाहरू बारे पनि बातचीत गर्नुहोस्, उदाहरणका लागि, कश्मीरमा फेरान, आदि, ऋतुहरूमा स्थानीय विविधताहरूले मानिसको दैनिक जीवनलाई कसरी प्रभावित गर्छ छलफल गर्नुहोस्।



## तिनीहरूको नाम र चाडपर्वहरूसँग ऋतुहरू मिलाउनुहोस्।



### शरद ऋतु

दर्शैं, दिपावाली,  
शरद पूर्णिमा



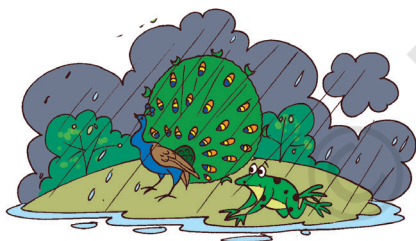
### गर्मी

गुरु पूर्णिमा,  
बुद्ध पूर्णिमा,  
रामनवमी,  
महावीर जयन्ती



### बसन्त ऋतु

गुढी पाडवा,  
शिवरात्रि, बैसाखी,  
होली



### जाडो

माघे सङ्क्राति, क्रिसमस,  
गणतन्त्र दिवस, गुरुनानक  
जयन्ती बिहु



### वर्षा

जन्माष्टमी, रक्षा बन्धन,  
स्वतन्त्रता दिवस

बसन्त, शिशिर, आदि जस्ता नेपालीमा ऋतुहरूको नाम र अन्य क्षेत्रीय भाषाहरूमा पनि छलफल गर्नुहोस्। तिनीहरूलाई ईद जस्ता अन्य चाडहरूको बारेमा बताउनुहोस्, जुन ऋतु अनुसार हुँदैनन्।



## पात्रो रमाइलो

### जनवरी

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### फेब्रवरी

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

### मार्च

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

### अप्रैल

S	M	T	W	T	F	S
30						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

### मे

S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

### जुन

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

### जुलाई

S	M	T	W	T	F	S
30	31					1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

### अगस्त

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### सेप्टेम्बर

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

### अक्टोबर

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### नोभेम्बर

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

### डिसेम्बर

S	M	T	W	T	F	S
31					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

\* 2023 मा आधारित पात्रो

## पात्रो हेर्नुहोस् र तालिका भर्नुहोस्।

महिनाहरू	दिनहरूको सङ्ख्या
जनवरी, मार्च, मे, जुलाई, अगस्त, अक्टोबर, डिसेम्बर	
फेब्रवरी	
अप्रैल, जुन, सेप्टेम्बर, नोभेम्बर	







## हामी कुरा गरौं

- A. हामी किन पात्रो प्रयोग गर्छौं?
- B. के प्रत्येक वर्ष फेब्रवरीमा दिनहरूको सङ्ख्या समान हुन्छन्? छलफल गर्नुहोस्।
- C. सातामा कति दिनहरू हुन्छन्?  दिनहरू।
- D. अघिल्लो पृष्ठमा दिइएको पात्रोमा अप्रैल महिनामा कतिवटा आइतबारहरू छन्?  
 आइतबार।
- E. कुन महिनामा 5 आइतबारहरू छन्? \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_।
- F. गर्मीको बिदाहरू \_\_\_\_\_ र \_\_\_\_\_ महिनामा हुन्छन्।
- G. जाडोको बिदाहरू \_\_\_\_\_ र \_\_\_\_\_ महिनामा हुन्छन्।
- H. अप्रैल र मार्चमा कुल दिनहरूको सङ्ख्या पत्तो लगाउनुहोस्।  
 दिन +  दिन =  दिन



## परियोजना कार्य

तपाईंको जन्म महिनाको आफ्नै पात्रो बनाउनुहोस् र यसमा आफ्नो जन्मदिनमा चिह्न लगाउनुहोस्।



S	M	T	W	T	F	S

हाम्रो दैनिक जीवनमा पात्रोको महत्त्वबारे चर्चा गर्नुहोस्।



## यसमा कति समय लाग्छ?

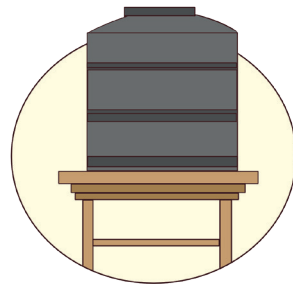
गतिविधिलाई पूरा गर्न आवश्यक पर्ने समयअवधिसँग मिलाउनुहोस्।



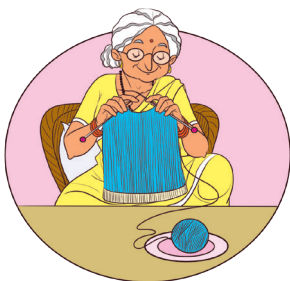
खाना पकाउने



गर्मी बिदा



पानीको ट्याङ्की  
भर्ने



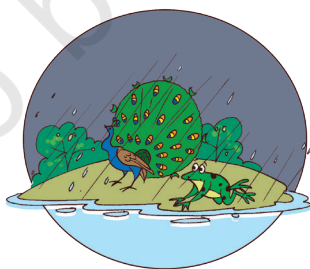
सुइटर बुन्ने



खेलिरहेको



बीउ बाट बिरुवा  
बन्नको लागि



ऋतु परिवर्तन



योग

अन्य कुराहरूबारे छलफल गर्नुहोस् जुन पूरा हुन अलग-अलग समायावधि लाग्छ।



मिति: 24 नोभेम्बर।  
समय: बिहान 8:25 बजी

## विजयवाडाको यात्रा

08:25

चाँडो गर्नुहोस्! ट्रेन छुट्न लागेको छ



मिति: 24 नोभेम्बर।  
समय: दिउँसो 1:25 बजी

दिउँसो 1:25 बज्यो  
हजुरबुबा, हजुर आमाको घर  
पुग्न अझै कति समय लाग्छ?

विजयवाडा रेलवे स्टेशन  
पुग्न केवल 1 घण्टा छ।

मिति: 25 नोभेम्बर।  
समय: राति 10:00 बजी

आमा! आज हामीले धेरै  
रमाइलो गर्नुभयो र मामालाई  
हेर्नुहोस्, उनी धेरै सुन्दर  
देखिनुहुन्छ।

हो प्रिय! आखिर यो  
उनको बिहे हो

भगवानले  
तपाईंलाई आशीर्ष  
दिओस् प्रिय।

मिति: 26 नोभेम्बर।  
समय: बिहान 8:00 बजी

आमा! हाम्रो रेल पर्सि  
दिनमा छ। के हामी घुम्न  
जान सक्छौं?

हो, हामी बिहान 11 बजी  
मङ्गलागिरी पहाड जानेछौं।



मिति: 26 नोभेम्बर।  
समय: बेलुकी 5:00 बजी

हेर्नुहोस् हजुर आमा,  
यी रुख र बोटबिरुवाहरू कति  
सुन्दर छन्। यहाँ धेरै सुन्दर  
फूलहरू पनि छन्।

नानीहरु, बेलुकीको 5:00  
बज्यो, हामी ढिलो हुनेछौं।  
हामी फर्कौं।

हामी 8 घण्टा पछि  
फर्कनेछौं।

मिति: 27 नोभेम्बर।  
समय: बिहान 9:00 बजी

परिवारले बिहान 9 बजी  
बसमा कोण्डावाली किल्ला  
जाने निर्णय गरे।

ठीकै छ सर, तपाईं किल्ला भ्रमण गर्नुहोस्।  
म 8 घण्टा पछि सबैलाई लिन आउनेछु।  
शुभ यात्रा।

मिति: 28 नोभेम्बर।  
समय: बेलुकी 7:00 बजी

ओहो पापा, हाम्रो यात्रा समाप्त भयो  
र अब हामी आफ्नो घर फर्कनु पर्छ।  
तर, वन्दे भारत भनिने भारतको  
सबैभन्दा छिटो हिड्ने रेलबाट फर्कन  
पाउँदा म उत्साहित छु।

हो

वाह!

मिति: 28 नोभेम्बर।  
समय: राति 11:30 बजी

हो, हामी फेरि यस्तो यात्रा  
चाँडै गर्नेछौं!

मम्मी, म मेरा साथीहरूलाई यो  
रोमाञ्चक यात्राको बारेमा भन्न  
अति उत्सुक छु।



## हामी कुरा गरौं

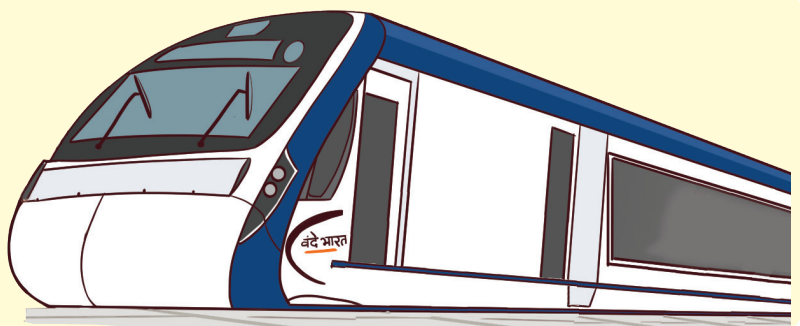
- A. परिवारले किन यात्राको योजना बनायो? उनीहरु कुन ठाउँमा घुम्न गए? उनीहरुको यात्राको बारेमा तपाईंलाई के मनपऱ्यो?
- B. उनीहरुले आफ्नो यात्रा कुन दिन सुरु गरे? उनीहरु कहिले फर्किए? उनीहरुको यात्रा कति लामो थियो?
- C. उनीहरुले आफ्नो यात्रामा कुन-कुन ठाउँहरुको भ्रमण गरे?
- D. उनीहरुको दिनको यात्रा कति लामो थियो:
- मङ्गलागिरी पहाड \_\_\_\_\_ घण्टा
  - कोण्डापल्ली किल्ला \_\_\_\_\_ घण्टा  
उनीहरु त्यहाँबाट कहिले फर्किए? \_\_\_\_\_
- E. बाट जाँदा तिनीहरु कति घण्टासम्म रेलमा थिए-
- विशाखापट्टनम देखि विजयवाडा  
\_\_\_\_\_ बाट \_\_\_\_\_ घण्टा
  - विजयवाडा देखि विशाखापट्टनम  
\_\_\_\_\_ बाट \_\_\_\_\_ घण्टा
- दुई मध्ये कुन यात्रा लामो थियो?
- A. के तपाईं भर्खरै यात्रामा हुनुहुन्थ्यो? तपाईंलाई यात्रामा सबैभन्दा अधिक के रमाइलो लाग्यो?



## आश्चर्यजनक तथ्य

के तपाईंलाई थाहा छ?

वन्दे भारत भारतको सबैभन्दा चाँडो हिड्ने रेल हो। यो रेल भारतमा मात्र बनाइएको हो र अलग्गै इन्जिन कोच नभएर एकीकृत इन्जिन भएको भारतको पहिलो रेल पनि हो।



बालबालिकाहरुलाई दिन र घण्टाको सन्दर्भमा अवधिको विचारसँग परिचित गराउन उनीहरुको यात्रा अनुभवहरुको बारेमा कुरा गर्नुहोस्। उनीहरुको शहरहरुमा के विशेष छ भनेर पनि छलफल गर्नुहोस्।





## गार्गीको दिन

गार्गीले एक दिनमा के गर्छिन् हेरौं। प्रत्येक चित्रको लागि समय लेख्नुहोस्।



\_\_\_ बजी



सुत्छिन्



6 बजी



बुझ्छिन्



पानी भर्छिन्



7 बजी



\_\_\_ बजी



साथीहरूसँग  
खेल्छिन्



गार्गीको दिन



विद्यालय जान्छिन्



\_\_\_ बजी



\_\_\_ बजी



खाजा खान्छिन्



\_\_\_ बजी



पढ्छिन्



\_\_\_ बजी



घर फर्किन्छिन्



हामी कुरा गरौं

छोटो सुई (घण्टाको सुई) र लामो सुई (मिनेटको सुई) को स्थिति हेर्नुहोस्, र गार्गीले एक दिनमा यी गतिविधिहरू कुन समयमा गर्छिन् हेर्नुहोस्।

A. उनी कति बजी उठ्छिन्?

B. उनी कहिले विद्यालय जान्छिन्?

C. उनी कति बजी दिउँसोको खाना खान्छिन्?





हामी गरौं

## A. घडीमा समय पढ्नुहोस्।



\_\_\_ बजी



\_\_\_ बजी



\_\_\_ बजी



\_\_\_ बजी

## B. घडीमा घण्टाको सुई र मिनेटको सुई कोर्नुहोस्।



3 बजी



11 बजी



4 बजी



9 बजी



12 बजी



6 बजी



## C. तल देखाइएका गतिविधिहरू तपाईं कहिले गर्नुहुन्छ?

घण्टाको सुई र मिनेटको सुई कोरेर घडीमा चिह्न लगाउनुहोस्।



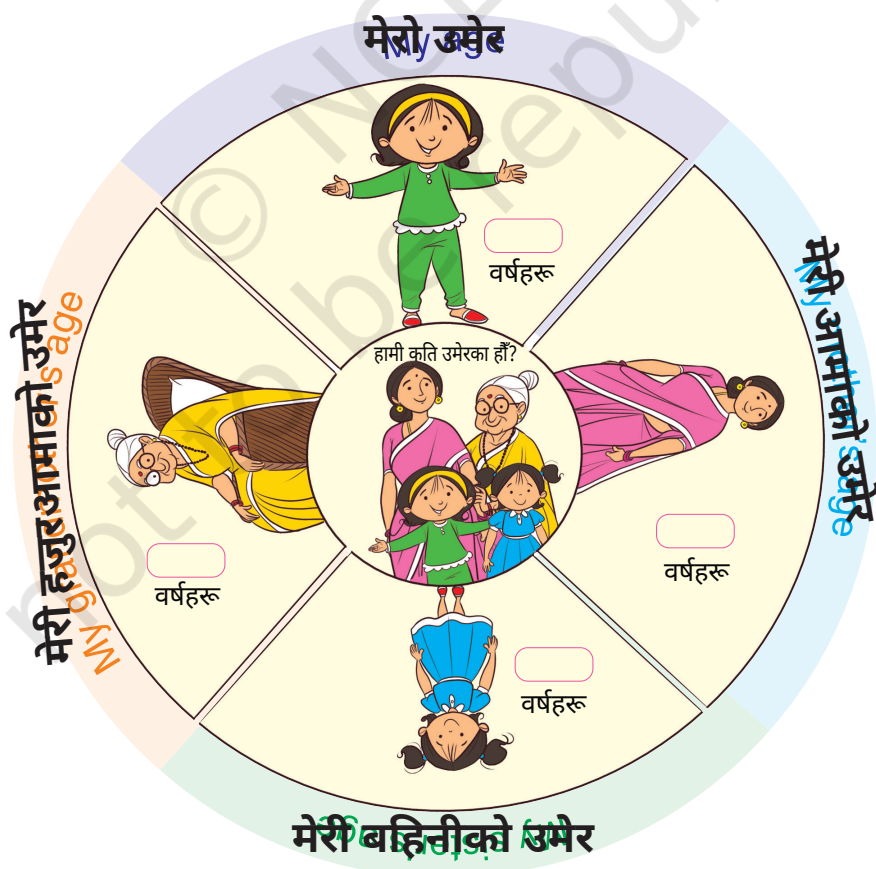
पढ्नु



खेल्नु



दिउँसोको खाना



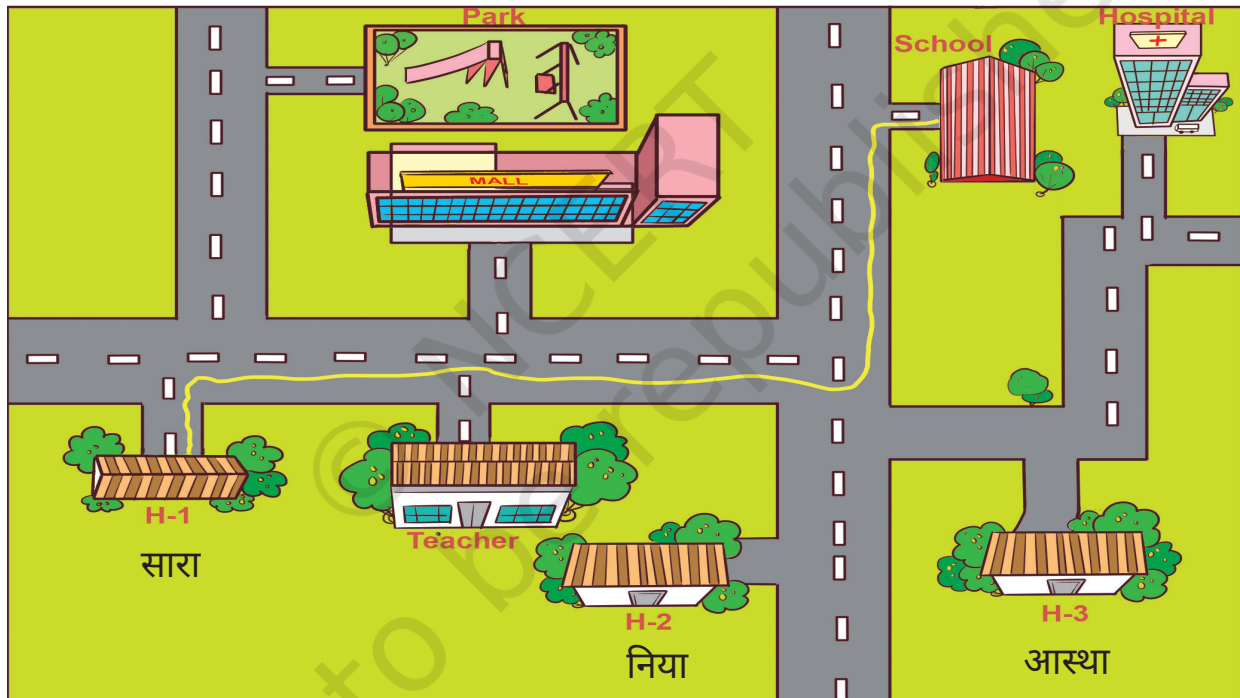


## हामी खेलौं - दिशा जानेर

कक्षाबाट बालबालिकालाई स्वेच्छाले मदत गर्न लगाउनुहोस्। उसको आँखामा पट्टी बाँधिदिनुहोस्। आँखामा पट्टी बाँधेको बालबालिकालाई एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जाने निर्देश दिनुहोस् (उदाहरणका लागि, अन्तिम बेन्चबाट बल्याकबोर्डसम्म जान)। निर्देशका लागि यी शब्दहरू प्रयोग मात्र गर्नुहोस् - दाहिने, देब्रे, वा सीधा।

खेल 5-7 चक्रसम्म चल्ने छ जसमा विभिन्न स्वेच्छाले मदत गर्ने बालबालिकाहरू हुनेछन्। कक्षाकोठामा बालबालिका कुनै वस्तुसँग ठोकिए 'खतरा' जस्ता सुरक्षा शब्द भन्ने निर्णय गर्न लगाउनुहोस्।

(स्तरमा कठिनाई बढाउनको लागि, तपाईंले कक्षाकोठाको संयोजनमा परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ वा बाटोमा हानिरहित बाधाहरू राख्न सक्नुहुन्छ)।



### साराको स्कूल जाने बाटो

हरियो रेखा साराले स्कूल पुग्नको लागि लिएको बाटो हो। अब आस्था र नियालाई उनीहरूको घरबाट विद्यालयसम्म लैजान विभिन्न रङ्गको रेखा कोर्नुहोस्।

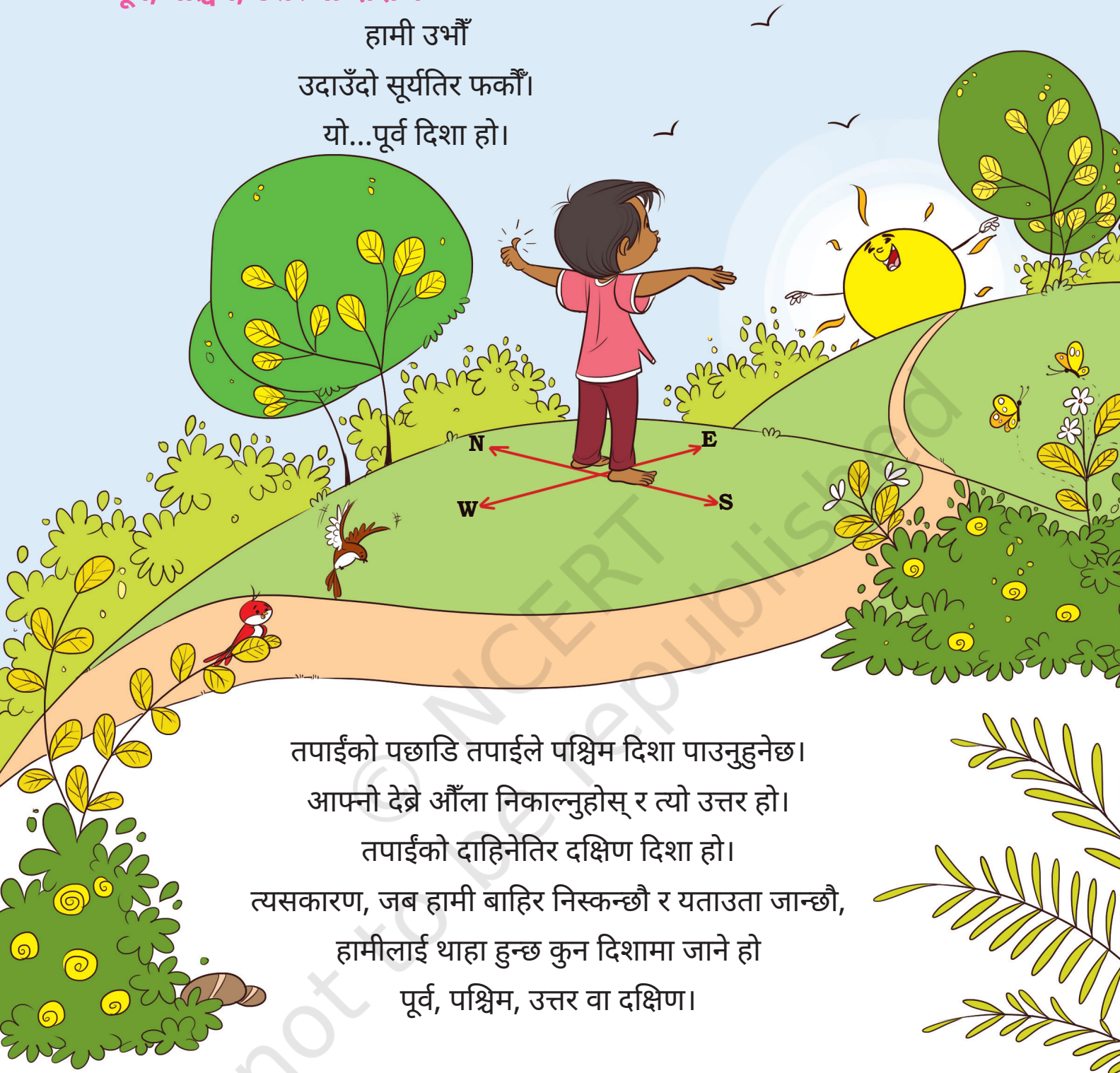
मार्गनिर्देशनका लागि मोबाइल एपहरूको प्रयोगबारे चर्चा गर्नुहोस्, अर्थात् विभिन्न ठाउँहरू पत्तो लगाउन।





पूर्व, पश्चिम, उत्तर वा दक्षिण

हामी उभौं  
उदाउँदो सूर्यतिर फर्कौं।  
यो...पूर्व दिशा हो।



तपाईंको पछाडि तपाईंले पश्चिम दिशा पाउनुहुनेछ।  
आफ्नो देब्रे औंला निकाल्नुहोस् र त्यो उत्तर हो।  
तपाईंको दाहिनेतिर दक्षिण दिशा हो।  
त्यसकारण, जब हामी बाहिर निस्कन्छौ र यताउता जान्छौ,  
हामीलाई थाहा हुन्छ कुन दिशामा जाने हो  
पूर्व, पश्चिम, उत्तर वा दक्षिण।

अभिनय सहित कविता गाउनुहोस्। बालबालिकाहरूलाई दिशाहरू चिन्न गर्न मद्दत गर्नुहोस्।  
शिक्षकले दिशाबारे बुझाउन जोड दिनु पर्छ, र बालबालिकाहरूलाई उनीहरूको निकटको  
परिवेशबाट उदाहरणहरू दिनुपर्छ ताकि उनीहरूले यी शब्दहरूको स्थानीय सान्दर्भिकता  
बुझ्न सकुन्।

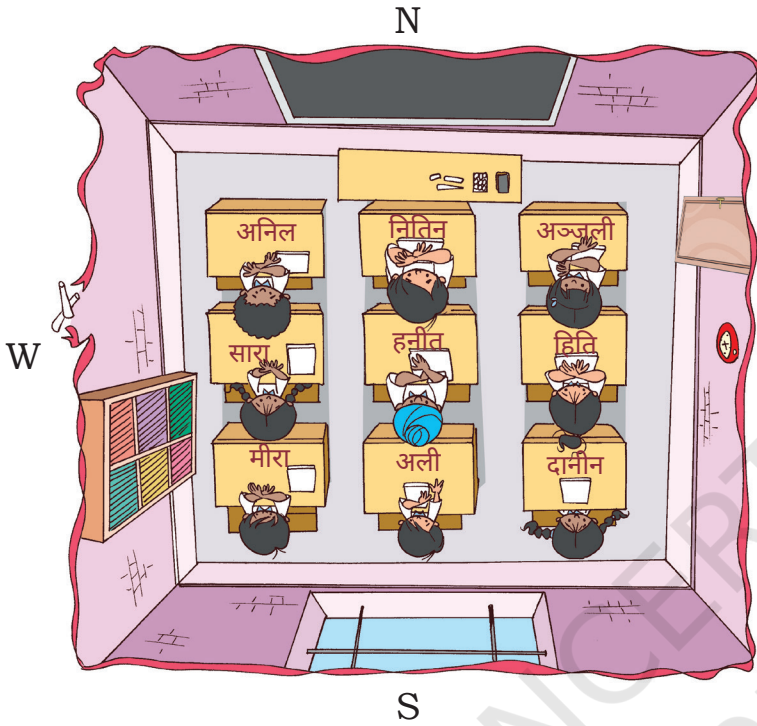




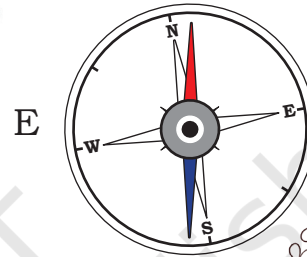


## हामी गरौं

तलको कक्षामा हेर्नुहोस् र उत्तर, दक्षिण, पूर्व र पश्चिम शब्दहरू प्रयोग गरेर प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् (कम्पासको सन्दर्भ लिनुहोस्)।



के तपाईंलाई थाहा छ?  
कम्पास दिशा पत्तो  
लगाउने उपकरण हो।



- हनीतको डेक्स साराको डेक्सको \_\_\_\_\_ तिर छ।
- अल्मिरा अलीको डेस्कको \_\_\_\_\_ तिर छ।
- ब्ल्याकबोर्डमा पुग्न, मीरा \_\_\_\_\_ र त्यसपछि \_\_\_\_\_ तिर हिँड्नु पर्छ।
- झ्यालमा भएका चराहरूलाई खुवाउन, नितिन \_\_\_\_\_ हिँड्नु पर्छ र त्यसपछि \_\_\_\_\_।

कम्पास र यसको प्रयोग बारे छलफल गर्नुहोस्। साथै बालबालिकाहरूलाई विभिन्न सन्दर्भ बिन्दुहरूबाट वस्तुहरूको दिशा पत्ता लगाउन कम्पास प्रयोग गर्न लगाउनुहोस्।

