एकाइ 3

अतुल्य भारत

एकाइको बारेमा

कक्षा 3 र 4 को यस एकाइले विद्यार्थीहरूलाई घर र समुदायसँग परिचित गराएको छ। कक्षा 5 मा यसले उनीहरूलाई ठूलो समाजका विभिन्न विशेषताहरूसँग परिचय गराउँछ र यसको अद्वितीय सौन्दर्य तथा समृद्ध विविधतासहित देशलाई बुझ्न सहायता गर्छ। यसले देखाउँछ कि विविधतायुक्त देशले साझा लक्ष्य र विश्वासका साथ कसरी एकताबद्ध रूपमा उभिन्छ, र संसारका लागि उदाहरण प्रस्तुत गर्दै अर्थपूर्ण विकास कसरी हासिल गर्छ। 'वसुधैव कुटुम्बकम्' भन्ने परम्परागत भारतीय विश्वास यसको सामाजिक–सांस्कृतिक अभ्याशहरूमा झल्किन्छ।

भारत विभिन्न रङ्ग्ग, आवाज र कथाहरूको भूमि हो, जहाँ विविध मानिसहरू, परम्पराहरू र परिदृश्यहरू एकसाथ आउँछन्। विद्यालय उत्सवदेखि लिएर कोरल रीफ र म्यानग्रोभ वनहरू, र मुद्रा देखि राष्ट्रिय प्रतीकहरूसम्म हामी प्रकृति, संस्कृति र दैनिक जीवन कसरी गहिरो रूपमा जोडिएको छ भनेर देख्छौँ। यो यात्राले हामीलाई वरपरको समृद्धि पत्ता लगाउन र हाम्रो घरसँग जोड्ने साझा जिम्मेवारी तथा सम्बन्ध बुझ्न सहयोग गर्छ।

© NCERT not to be republished

शिक्षकको लागि टिप्पणी

यो एकाइ दुईवटा अध्यायहरू मिलेर बनेको छ। अध्याय 5 ‘हाम्रो जीवन्त देश’ र अध्याय 6 ‘केही अद्वितीय स्थान’।

अध्याय 5: हाम्रो जीवन्त देश

- यस अध्यायले विद्यालयमा गणतन्त्र दिवस समारोह, राष्ट्रिय प्रतीक, मुद्रा , भाषा, कपड़ा, नृत्य, सङ्गीत र साझा मूल्य-मान्यता जस्ता परिचित कार्यक्रमहरूद्वारा विद्यार्थीहरूलाई भारतको जीवन्तता र विविधताको परिचय गराउँछ। यसले विद्यार्थीहरूलाई भारतलाई अद्वितीय बनाउने कुरा बुझ्न प्रोत्साहित गर्दछ, साथै एकता र एकताको भावनालाई पनि प्रशंसा गर्दछ जसले यसलाई एकसाथ जोड्छ।

अध्याय 6: केही अद्वितीय स्थान

- ‘केही अद्वितीय स्थान’ ले विद्यार्थीहरूलाई भारतका विविध पारिस्थितिक क्षेत्रहरूतिर यात्रामा लिएर जान्छ। यात्राको माध्यमबाट विद्यार्थीहरू अद्वितीय परिदृश्य, दुर्लभ र स्थानीय प्रजातिहरू, परम्परागत ज्ञान र मानिस र प्रकृतिबिचको गहिरो सम्बन्ध अन्वेषण गर्छन्। यस अध्यायले जिज्ञासा, वातावरणको हेरचाह र भारतको प्राकृतिक र सांस्कृतिक समृद्धिको मान्यतालाई प्रोत्साहित गर्दछ।

कसरी सुविधा दिने

- प्रस्तुत अध्याय विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको दैनिक जीवनलाई भारतको विविधतापूर्ण कथासँग जोड्न सहयोगका लागि प्रयोग गर्नुहोस्। उनीहरूलाई स्थानीय भाषा, कपड़ा, चाड़पर्वहरू र खानाहरू बुझ्न र दस्तावेजहरू सङ्ग्रहण गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्।
- विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो घर वा विद्यालयलाई भारतको अद्वितीय अङ्गको रूपमा हेर्न सहयोग गर्दै उनीहरूको ठाउँलाई विशेष बनाउने कुरामा सोच्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्। मानिस र प्रकृतिबिचको सम्बन्ध थाहा पाउन स्थानीय उद्यान, बजार, नदी वा सामुदायिक ठाउँहरूमा जानुहोस्। नानीहरूलाई उनीहरूको परिवेश पनि अद्वितीय, मूल्यवान् र विभिन्न कथाहरूले भरिएको छ भनेर हेर्न सहायता गर्नुहोस्।
- किन केही जनावर वा परम्पराहरू निश्चित स्थानहरूमा मात्र अवस्थित छन् भनेर छलफल गर्नुहोस्।
- विद्यार्थीहरूलाई देखाउन सहयोग गर्नुहोस् कि परम्परागत ज्ञान, जस्तै चराहरूलाई टाढा राख्न बुख्याचा (डराउने पुतला) प्रयोग गर्ने तरिका, मानिसहरूले सुरक्षित रहन अपनाउने बुद्धिमानीपूर्ण र अहिंसात्मक उपायहरूलाई प्रतिबिम्बित गर्छ।उनीहरूलाई आफ्नो वरिपरि यस्तै उदाहरणहरू खोज्न र अन्वेषण गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्।।

© NCERT not to be republished

0535CH05

5 हाम्रो जीवन्त देश

विद्यालयमा एउटा विशेष दिन

26 जनवरीको दिन थियो, हाम्रो गणतन्त्र दिवस। हामी विद्यालयमा चाँडै आइपुगेका थियौँ अनि हामी सबै झण्डा लगाउने खाँबो वरिपरि लाइनमा जम्मा भयौँ। माथि पट्ट्याइएको झण्डा बाँधिएको थियो। झण्डा लगाउने खाँबो वरपरको मैदानलाई सुन्दर तरिकाले फुलले सजाइएको थियो।

हाम्रा प्रधान शिक्षकले डोरी तान्नुभयो र ढोल र तालीको तालमा हाम्रो त्रिरङ्गा झण्डा फहराउनुभयो। हामी सबैले मिलेर गर्व र एकताका साथ चर्को स्वरमा राष्ट्रगान गाएका थियौँ.

© NCERT not to be republished

के तपाईँलाई थाहा छ?

हाम्रो राष्ट्रिय झण्डाको माथिल्लो भागको केसरी रङ्ग शक्ति र साहसको प्रतीक हो। बीचको सेतो पट्टी शान्ति र सत्यको प्रतीक हो, जसको बीचमा रहेको निलो अशोक चक्रले कर्तव्य (धर्म) लाई जनाउँछ। तलको हरियो पट्टी वृद्धि र समृद्धिको प्रतीक हो।।

दिल्लीमा गणतन्त्र दिवस समारोह

लेख्नुहोस्

1. गणतन्त्र दिवसको अवसरमा तपाईँको विद्यालयमा कुन विशेष कार्यक्रम वा गतिविधिहरू हुन्छन्?

© NCERT not to be republished

2. हामी यस दिन सँगै राष्ट्रगान गाउँछौं! के तपाईँ राष्ट्रगानमा उल्लेख गरिएका केही नदी र पर्वत श्रृङ्खलाहरूको नाम बताउन सक्नुहुन्छ? तल दिइएको तालिकामा भर्नुहोस्।

नदीहरू	पहाड़ी पर्वतमाला

3. गणतन्त्र दिवसमा तपाईँ कुन गतिविधिहरूमा भाग लिन चाहनुहुन्छ?

____

© NCERT not to be republished

4. के तपाईँले कहिल्यै दिल्लीमा गणतन्त्र दिवसको परेड टेलिभिजनमा हेर्नुभएको छ? तपाईँलाई यसको बारेमा सबैभन्दा धेरै के मनपर्यो?

गतिविधि 1

तपाईँको राज्य टेबलो वा झाँकीका विभिन्न वस्तुहरू छलफल गर्नुहोस् र सूचीबद्ध गर्नुहोस्। यसको पोस्टर वा रूपरेखा बनाउनुहोस्।

हामीले नयाँ दिल्लीमा गणतन्त्र दिवस परेड, आकाशमा उड्ने लडाकु विमानहरू, राज्यको झांकी र सांस्कृतिक कार्यक्रमहरू देखेर रमाइलो गर्‍यौँ! परेडमा भारतीय रक्षा बल, थलसेना, जलसेना, वायुसेना, अर्ध सैनिक बल र अन्य बलहरू पनि थिए। हामीले हाम्रा शिक्षकलाई 26 जनवरीमा गणतन्त्र दिवस किन मनाइन्छ भनेर सोधेका थियौँ।

के तपाईँलाई थाहा छ?

भारत 15 अगस्ट 1947 मा स्वतन्त्र भयो। त्यो भन्दा पहिले, हामी आफै कुनै निर्णय लिन स्वतन्त्र थिएनौं। भारतलाई स्वतन्त्र बनाउन धेरै साहसी मानिसहरूले धेरै सङ्घर्ष गरे । हामी उनीहरूको योगदानलाई सम्झन्छौँ र हरेक वर्ष यस दिन स्वतन्त्रता दिवस मनाउँछौँ।

"हामी स्वतन्त्रता दिवस हर्षोल्लासका साथ मनाउँछौं। यस दिन हाम्रो देश स्वतन्त्र भयो! के यसको अर्थ सबैले आफूले चाहेको कुरा गर्न सक्छन् भन्ने हो?", प्रियाले सोधेकी थिइन्।

"यदि त्यहाँ नियमहरू नभएको भए के हुने थियो, कल्पना गर्नुहोस्, शिक्षकले भने। त्यसै गरी, एउटा देशलाई पनि सहज रूपमा चल्न र सबैलाई सुरक्षित र खुशी राख्नका लागि नियमहरू चाहिन्छ। "त्यसैले, हामीले हाम्रो देशका लागि योजना र नियमहरू बनाए। 26 जनवरी 1950 मा, हामीले *संविधान*भनिने नियमहरूको यो विशेष पुस्तक अनुसरण गर्ने निर्णय गर्यौं। यसैकारण, हामी हरेक वर्ष 26 जनवरीलाई भारतको गणतन्त्र दिवसका रूपमा मनाउँछौं।"

लेख्नुहोस्

1. स्वतन्त्रता दिवसमा तपाईँको विद्यालयमा के-के कार्यक्रमहरू हुन्छन्?

____

____

गतिविधि 2

तपाईँको विद्यालयमा पालन गरिने पाँच नियमहरू लेख्नुहोस्। यदि तपाईँले नयाँ नियम बनाउनुपर्ने भए, त्यो के हुने थियो?

शिक्षकका लागि टिप्पणी

शिक्षकले सबै विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो राज्यको झाँकी (टेबलो) को पोस्टर वा मोडल बनाउनमा संलग्न गराउनेछन्।।

© NCERT not to be republished

हामी भारतको बारेमा थप जान्न चाहन्थ्यौँ। “शिक्षकले सोधे, के तपाईँले कहिल्यै हाम्रो नोट वा पैसा हेर्नुभएको छ?”.

मुद्राहरूमा भारतको खोजी

गतिविधि 3

कुनै पनि भारतीय नोट लिनुहोस् र यसलाई सावधानीपूर्वक अवलोकन गर्नुहोस्। त्यसपछि, तलको तालिका भर्नुहोस्।

के अवलोकन गर्ने	तपाईँले के फेला पार्नुभयो
नोटको मूल्य	
नोटको रङ्ग	
भाषाहरूको सङ्ख्या	
नोट र तिनीहरूको क्रममा लेखिएका भाषाहरू	
स्मारकको नाम	
नोटमा देखिएका प्रतीकहरू	
फेला पार्न सकिने जनावरहरूको छवि	
नोटमा लेखिएको कुनै पनि सन्देश	
अरू केही	

© NCERT not to be republished

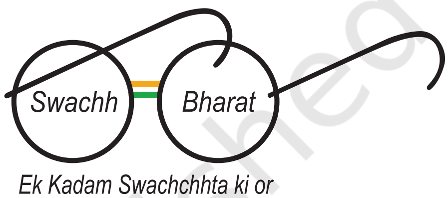
" नोटमा रहेका चित्र हेर्नुहोस्," शिक्षकले हाम्रा लागि यसलाई देखाउँदै भने।

"के तपाईँ अनुमान गर्न सक्नुहुन्छ कि यो नोटमा कसको चित्र छ?" हामी सबैले सामुहिक रूपमा भन्यौँ - महात्मा गान्धी!

त्यसपछि, उनले सोधे, "के तपाईँलाई थाहा छ प्रत्येक नोटमा वास्तवमा उनका दुईवटा चित्र छन्? नोटलाई प्रकाशमा राख्नुहोस् र तपाईँले के फेला पार्न सक्नुहुन्छ हेर्नुहोस्!"

"हामी सबैले नोटलाई उज्यालोमा राखेर हेरेका थियौँ। त्यहाँ गान्धीजीको अर्को सानो चित्र देखेर हामी आश्चर्यचकित भयौँ जुन हामीले पहिल्यै देखेका थिएनौँ।"

"के तपाईँले नोटमा साना गोल आकारको चश्मा देख्नुभयो?"



यो चश्मा 'स्वच्छ भारत अभियान' (स्वच्छ भारत अभियान) नामक राष्ट्रव्यापी अभियानको प्रतीक हो। यो प्रतीक गान्धीजीको चश्मामा आधारित छ।

जब हामीले हाम्रो शिक्षकलाई यस्तो किन भयो भनेर सोधेका थियौँ, उनले भनिन् गान्धीजी सबैले आफ्नो वरिपरि सफा राख्नुपर्छ भन्ने कुरामा धैरै अड़िग थिए। उनको आश्रममा बस्ने मानिसहरूले स्वच्छताको कठोर नियमहरू पालना गरेका थिए।

भारतले भारतमा 99 प्रतिशतभन्दा बढी वयस्कहरूले प्रयोग गर्ने विश्वको सबैभन्दा ठूलो डिजिटल आईडी प्रणाली आधार निर्माण गरेको छ।

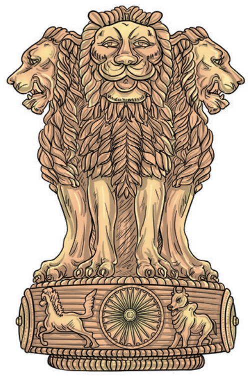
के तपाईँलाई थाहा छ?

केही मुद्रा नोटहरूमा उठेको छाप भएका आकार र चिन्हहरू पनि हुन्छन्, जसले दृष्टिविहीन व्यक्तिहरूलाई तिनलाई चिन्नेमा सहयोग गर्छ। MANI एपले उनीहरूलाई विभिन्न मुद्रा नोटहरू चिन्न सहयोग गर्छ, जसका लागि उनीहरूले सुनेर र कम्पन अनुभव गरेर पहिचान गर्न सक्छन्।।

शिक्षकको लागि टिप्पणी

शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई स्वतन्त्रताको सङ्घर्षसँग परिचित गराउनेछन्।

© NCERT not to be republished



गोलाकार प्लेटफर्ममा उभिएका तीन सिंहलाई राम्ररी हेर्नुहोस्। यो भारतको राष्ट्रिय प्रतीक हो, जसले शक्ति, साहस र आत्मविश्वासको प्रतिनिधित्व गर्दछ। सिंहहरूको फेदमा, तपाईँले अशोक चक्र पनि देख्न सक्नुहुन्छ।

तपाईँले यसलाई धेरै ठाउँ र कागपत्रहरूमा देख्नुहुनेछ। यसलाई तपाईँको आधार कार्डमा पनि फेला पार्न सकिन्छ!

के तपाईँलाई थाहा छ?

धेरै समय अघि सिंहहरू भारतका विशाल क्षेत्रहरूमा स्वतन्त्र रूपमा घुम्थे। आज यी सिंहहरू गुजरातको गिर जङ्गलमा मात्र पाइन्छन्। लगभग 150 वर्ष पहिले तिनीहरूको सङ्ख्या केही दर्जनमा झरेको थियो। यद्यपि, हाम्रो देशले सिंहहरूलाई बचाउन धेरै प्रयास गऱ्यो र यो गर्वको कुरा हो कि आज भारतको जङ्गलहरूमा सयौँ सिंहहरू छन्!

गतिविधी 4

आफ्नो विद्यालयका लागि एउटा प्रतीक चिन्ह (एम्ब्लेम) डिजाइन गर्नुहोस्।
यसलाई विशेष बनाउनका लागि तपाईँले प्रयोग गर्ने चिन्हहरू, शब्दहरू, आकारहरू र रङ्गहरूद्वारा दिन चाहेको सन्देशबारे सोच्नुहोस्।

बोल्ने प्रतीकहरू

प्रतीक चिन्ह जस्तै हाम्रा राष्ट्रिय प्रतीकहरूले पनि हामी को हौं र भारतको नागरिक हुन पाउँदा हामीलाई कुन कुराले गर्व गराउँछ भन्ने कुराको सम्झना गराउँछन्।

© NCERT not to be republished

लेख्नुहोस्

तल दिइएका पहेलीहरू पढ्नुहोस् र भारतको राष्ट्रिय प्रतीकहरूको अनुमान लगाउनुहोस्ः

म सुन्तला रङ्गसँग कालो धर्का लगाएर हिंड्छु, गहिरो र पुरानो जङ्गलमा म डुल्छु। मेरो शक्तिशाली गर्जनले म भूमिमा राज गर्छु, बताऊ म को हुँ—बलियो र महान्? ____________________ भारतको राष्ट्रिय पशु	म बिहानको उज्यालोमा वर्षामा नाच्छु, मेरा हरिया र निला चम्किला प्वाँखहरू छन्। मेरो टाउकोमा मुकुट जस्तो सजिएको छ, म अग्लो छु उभिन्छु मेरो पुच्छर हल्लँदा आनन्द मान्छन् सबै बालबालिकाहरू। ____________________ भारतको राष्ट्रिय पक्षी

छलफल गर्नुहोस्

यदि हामीले हाम्रो देशका लागि राष्ट्रिय फल रोज्नुपर्थ्यो भने, तपाईँ कुन सुझाउ दिनुहुन्छ? किन यो फल रोज्नुभयो भनेर हामीलाई सुनाउनुहोस्।

पत्ता लगाउनुहोस्

राज्यहरूका केही प्रतीकहरू पनि छन्। आफ्नो शिक्षकको सहयोगमा आफ्नो राज्यका निम्न प्रतीकहरू पत्ता लगाउनुहोस्।

राज्य पशु : ________________ राज्य पक्षी : ____________

राज्य वृक्ष : ________________ राज्यपुष्प : ____________

© NCERT not to be republished

चित्र बनाउनु

तपाईँको विद्यालय नजिकै भएका रूख, चरा, जनावर, फुल वा वस्तु फेला पार्नुहोस्। आफ्नो विद्यालयको प्रतीकका रूपमा एउटा छान्नुहोस्। यसको चित्र बनाउनुहोस् र किन यो तपाईँको विद्यालयको प्रतीक हुन सक्छ भन्न बताउँदै एउटा पङ्क्ति लेख्नुहोस्।

हाम्रो जीवन्त संस्कृति

एउटा साधारण मुद्रा नोटलाई नजिकबाट हेरेपछि हामीले पत्ता लगायौँ कि भारतमा मानिसहरू धेरै भाषाहरू बोल्छन्। ती प्रत्येक भाषाहरू आफ्नै इतिहास, गीत र कथाहरूका साथ समृद्ध छन्। हाम्रो देशभरि एक हजारभन्दा धेरै भाषाहरू बोलिन्छन्।

गतिविधि 5

आफ्नो कक्षामा विद्यार्थीहरूले बोल्ने भाषाहरूको बारेमा पत्ता लगाउनुहोस् र तिनीहरूलाई नाम दिनुहोस् ।

एउटा विशिष्ट शब्द छान्नुहोस् (उदाहरणका लागि, आँप) र यसलाई विभिन्न भाषाहरूमा के भनिन्छ भनेर सिक्दै रमाइलो गर्नुहोस्।

© NCERT not to be republished

भाषाको नाम	यसलाई कसरी भनिन्छ?
तमिल	*मामपालम*
तेलुगु	
मराठी	
बङ्गाली	

देशभरि मानिसहरूले फरक-फरक भाषा बोल्छन्। उनीहरूले आफ्ना क्षेत्रसँग विशेष वा अनौठो खानेकुरा खान्छन्, लुगा लगाउँछन्, र गीत तथा नृत्यको आनन्द लिन्छन्।

के तपाईंलाई थाहा छ?

यहाँ मोबाइल अनुप्रयोगहरू वा एव छन् जसले एउटा भाषालाई अर्को भाषामा अनुवाद गर्न सक्छ। हामी यसलाई धेरै भाषाहरू सिक्न र बुझ्न प्रयोग गर्न सक्छौँ।

विश्वको सबैभन्दा ठूलो क्रिकेट स्टेडियम गुजरातको नरेन्द्र मोदी स्टेडियम हो जसमा 1,32,000 दर्शकहरूको क्षमता छ।

आउनुहोस्, एउटा बगैँचा र एउटा जङ्गलको कल्पना गरौँ।

धेरै बगैँचाहरूमा बिरुवाका कम प्रजातिहरू हुन्छन्। उनीहरूलाई निरन्तर हेरचाह र पानी चाहिन्छ। जङ्गलमा विभिन्न प्रकारका बिरुवाहरू, रुखहरू, जनावरहरू, चराहरू र कीराहरू हुन्छन्। यो अधिक विविध छ। जङ्गलको बारेमा अचम्मको कुरा यो हो कि सबै विभिन्न बोटबिरुवाहरू, रूखहरू, जनावरहरू र चराहरूले यसलाई आफ्नो हेरचाह गर्न मात्र सहयोग गर्दैनन्, तर यसलाई बलियो र अझ सुन्दर बनाउन पनि सहयोग गर्दछ।

जङ्गलमा पाइने विविधताले हाम्रो देशलाई बलियो र आत्मनिर्भर बनाउँछ।

सबैतिर विविधता

हाम्रो देश*मा* देखिने विभिन्न प्रकारका टाउकोमा लगाउने वस्त्रहरूको कल्पना गरौँ! राजस्थानमा पुरुषहरूले रङ्गीन साफा वा पगडी लगाउँछन्। हिमाचल प्रदेशमा मानिसहरूले टोपी लगाउँछन्। टाउकोमा लगाइने यस्ता वस्त्रहरूले कुनै व्यक्ति कहाँबाट आएको हो, उसले के विश्वास गर्छ वा उसले के काम गर्छ भन्ने कुरा बताउन सक्छ। यो परम्परा, सम्मान र सांस्कृतिक सम्पदाको महत्वपूर्ण प्रतीक हो, विशेष गरी विवाह र अन्य औपचारिक अवसरहरूमा हाम्रो देशका धेरै राज्यहरूमा यसले परिचय स्थापित गर्छ।

© NCERT not to be republished

तपाईँ कति प्रकारका टाउकोमा लगाइने वस्त्र (टोपी) का नाम भन्न सक्नुहुन्छ?

____

____

गतिविधि 6

- साना समूहमा, दुपट्टा (चुन्नी) वा गलबन्दी वा मजेत्रो लिनुहोस् र एकार्काका निमित्त परम्परागत टाउकोमा लगाइने वस्त्र बनाउनुहोस्।।
- काम नलाग्ने सामग्री प्रयोग गरेर हेडगियर वा टोपी बनाउनुहोस्।

के तपाईँलाई थाहा छ?

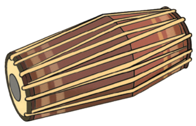
- टाउकोमा लगाइने वस्त्र (टोपी) तातो वा चिसोबाट, वा चोटपटकबाट जोगिनका लागि पनि लगाइन्छ। सैनिकहरू, निर्माणका कामदारहरू तथा खानी र सुरुङमा काम गर्ने मानिसहरूले लगाउने हेल्मेटले उनीहरूलाई काम गर्ने क्रममा चोटपटकबाट जोगाउँछ।मोटरसाइकल चालक र साइकल चालकहरूले सड़क सुरक्षाका लागि हेल्मेट लगाउँछन्, जसले गम्भीर टाउको को चोटबाट बचाउन सहयोग गर्छ। दुई पाङ्ग्रे सवारी चलाउँदा हेल्मेट लगाउनु अनिवार्य हुन्छ।।

विश्वको सबैभन्दा अग्लो मूर्ति भारतको स्ट्याचु अफ युनिटी हो जुन 182 मिटर अग्लो छ।

भारतको युपीआई विश्वको सबैभन्दा ठूलो डिजिटल भुक्तानी प्रणाली हो र यसले अन्य देशहरूलाई यसलाई अपनाउन प्रेरित गरिरहेको छ।

जीवन्त भारतको अर्को पक्ष सङ्गीत र नृत्य लगायत यसको कला रूपहरू हुन्, जुन उत्सव मनाउने, प्रार्थना गर्ने, कथाहरू साझा गर्ने र मानिसहरूलाई एकसाथ ल्याउने तरिकाहरू हुन्। ड्रमजस्ता साधारण वाद्ययन्त्र पनि देशका विभिन्न भागहरूमा फरक देखिन्छ र ध्वनि पनि फरक हुन्छ। प्रत्येक ड्रमको आफ्नै लय र ध्वनि हुन्छ। यसलाई स्थानीय संस्कृति, परम्परा र सामग्रीले आकार दिन्छ।

भारतीय ड्रमहरू

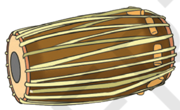


पखावज

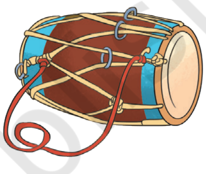
धाम

खानजीरा

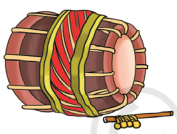
ढोल



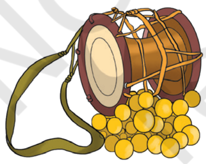
मृदङ्गम



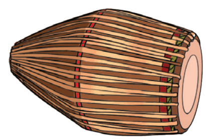
ढोलक



थविल



इडक्का



खोल

नगरा

तबला

© NCERT not to be republished

शिक्षकका लागि टिप्पणी

विभिन्न प्रकारका सङ्गीत बजाउनुहोस् र नृत्य गराउनुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई नृत्यका प्रकारहरू, साङ्गीतिक वाद्ययन्त्रहरू, आदि पहिचान गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्।

त्यसै गरी, हामी विभिन्न प्रकारका सङ्गीतका लागि विभिन्न प्रकारकै वाद्ययन्त्रहरू पनि प्रयोग गर्दछौँ। केही उदाहरणहरू हुन् — कर्नाटक सङ्गीतमा *मृदङ्गम* , हिन्दुस्तानी सङ्गीतमा *सितार* र *शहनाई* आदि अनि अन्य धेरै छन्। हामीसँग विभिन्न राज्यहरूबाट उत्पत्ति भएका विभिन्न नृत्यका प्रकारहरू पनि छन्।

गतिविधि 7

तपाईँको शिक्षकको निर्देशनमा यी नृत्यहरूका उत्पत्ति भएका भारतको मानचित्रमा रहेका राज्यहरू चिन्नुहोस् र चिह्न लगाउनुहोस्।

लेख्नुहोस्

1. तपाईँलाई थाहा भएका केही परम्परागत भारतीय सङ्गीत वाद्ययन्त्रहरू के के हुन्?

2. स्थानीय रूपमा उपलब्ध सामग्रीबाट सङ्गीत वाद्य बनाउने प्रयास गर्नुहोस्।

© NCERT not to be republished

एकताको भाव

भारत एकताको भावनाको एउटा उज्ज्वल उदाहरण हो। हामीसँग सम्पन्न भाषाहरू, धर्महरू, कपड़ा र परम्पराहरूको विविधता छ। हामी एकार्कालाई सहयोग र समर्थन गर्दै सँगै बस्छौं।

भारतको प्रत्येक क्षेत्रले हामीलाई एउटा अद्वितीय कथा बताउँछ, जुन धागोजस्तै एकार्कासँग जोडिएको छ। यी सबै विभिन्न धागोहरू ऊर्जा, रङ्ग र जीवनले भरिएको एउटा बलियो र जीवन्त कपड़ामा एकसाथ बुनिएका छन्।

हामीसँग समृद्ध इतिहास, संस्कृति र आयुर्वेद, योग र ध्यानजस्ता अभ्याशहरू छन्। हामीसँग जीवनमा केही गर्नका लागि रोमाञ्चक भविष्य पनि छ। वैज्ञानिकहरूले रकेट प्रक्षेपण गरिरहेका छन्, किसानहरूले राम्रो खेती बाली उब्जाउन प्रविधिको प्रयोग गरिरहेका छन्, र बालबालिकाहरू नृत्य र सङ्गीतसँगै विज्ञान र प्रविधि सिक्दैछन्। हामी छिटो रेलहरूमा यात्रा गर्छौं,

© NCERT not to be republished

एक क्लिकमै डिजिटल भुक्तानी पठाउँछौँ र देशभित्र तथा विदेशमा रहेका साथीभाइ र परिवारसँग केही सेकेन्डमै सम्पर्क राख्छौँ। यी आधुनिक परिवर्तनहरूले पुराना परम्पराहरूलाई हटाइरहेका छैनन्—बरु तिनमा नयाँ रङ्गहरू थपिरहेका छन्।

भारतका गौरवान्वित नागरिकका रूपमा हामी सबैले हाम्रो धनी र अद्भुत देशको हेरचाह गर्न सक्दो प्रयास गर्नुपर्छ।

हामी विचार गरौँ

1. यदि तपाईँ एउटा अर्को भारतीय भाषा सिक्न सक्नुहुन्छ भने तपाईँ कुन भाषा छान्नुहुन्छ र किन?
2. तपाईँले विभिन्न मुद्रा वा नोटहरूमा कुन कुन स्मारकहरू देख्नुहुन्छ? एउटा तालिका बनाउनुहोस्।

नामावली	स्मारक	राज्यको नाम
₹10	कोणार्कको सूर्य मन्दिर	ओडिसा
₹20		
₹50		
₹100		
₹200		
₹500		

3. तल देखाइएका छविहरूमध्ये भारतीय मुद्राको प्रतीक चिन्नुहोस् (सङ्केत हाम्रो मुद्रा नोटमा छ)। तपाईँले अन्य कुन देशको मुद्राको चिह्न चिन्न सक्नुहुन्छ?

€ $ ₽ ₹ ¥ ¥ £ £

© NCERT not to be republished

4. तपाईंले ₹ 10 को नोटमा कुन पशुलाई देख्नुहुन्छ?

5. तपाईंले आफ्नो विद्यालय वा अन्य कुनै ठाउँमा भारतका केही महान् व्यक्तिहरूको चित्र देखेको हुनुपर्छ। तल देखाइएका यी महान् पुरुष र महिलाहरूको नाम चिन्नुहोस् र उनीहरूको योगदानका बारेमा केही पङ्क्तिहरू लेख्नुहोस्।

6. सामूहिक गतिविधिः आफ्ना अग्रजहरूबाट यी व्यक्तिहरूको बारेमा पत्ता लगाउनुहोस्, जसले तपाईंको क्षेत्रका वा राज्यबाट राष्ट्रका लागि योगदान दिएका छन् र तपाईंले कक्षाकोठामा सिकेका कुराहरू साझा गर्नुहोस्।

7. परियोजनाः सांस्कृतिक मेला

भारतको जीवन्त विविधताको उत्सव मनाउनुहोस् जहाँ प्रत्येक राज्यले आफ्नै रङ्गीन कथा बताउँछ।

- कक्षालाई विभिन्न समूहमा विभाजन गर्नुहोस्।
- प्रत्येक समूहलाई भारतको फरक–फरक राज्य प्रदान गर्नुहोस्।
- प्रत्येक समूहले आफ्नो लागि तोकिएको राज्यको अन्वेषण गर्नेछ र परम्परागत पहिरन, लोकप्रिय खाना, चाडपर्व, भाषा, नृत्य वा सङ्गीतलाई समेट्ने प्रस्तुति तयार गर्नेछ।

© NCERT not to be republished

तपाईँलाई दिइएको राज्यको विषयमा पोस्टर, कटआउट आदि पनि तयार गर्न सक्नुहुन्छ।

- कक्षामा एउटा सांस्कृतिक मेला लगाउनुहोस्। प्रत्येक समूहले आफ्नै राज्यको केन्द्र (बुथ) स्थापना गर्न सक्छन्। विद्यार्थीहरू पालैपालो अन्य बुथहरूमा जानेछन् र प्रत्येक राज्यको विषयमा जान्नेछन्।
- मेलापछि सबै विद्यार्थीहरूलाई गोल आकारमा भेला गर्नुहोस् र छलफल गर्नुहोस्:
    - तपाईँले प्रत्येक राज्यमा फेला पारेका अद्वितीय विशेषताहरू के के हुन्?
    - तपाईँले फेला पारेका समानताहरू वा सामान्य मानहरू के के हुन्?

© NCERT not to be republished