पहाडहरू

नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

पहाडहरू

नताशा भिजकारा

यो किताब
पुस्तकालय प्रयोजनका लागि हो ।
बिक्री गर्न पाइने छैन ।

नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक : नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

© प्रकाशकमा

परिमार्जित संस्करण : २०७३

अमेरिकी अन्तर्राष्ट्रिय विकास नियोग (युएसएआइडी) को सहयोगमा यो सन्दर्भ सामग्री प्रकाशन भएको हो। यसमा समाविष्ट सामग्रीको जिम्मेवारी प्रकाशकमा निहित छ। यसमा रहेका सामग्रीले युएसएआइडी र अमेरिकी सरकारको अवधारणालाई प्रतिनिधित्व गर्दैनन्।

हाम्रो भनाइ

बाल बालिकाको पठन सिप बढाउन, मनोरञ्जन प्रदान गर्न, मानसिक र बौद्धिक विकासका लागि सिकाइ सम्बद्ध सन्दर्भ सामग्रीहरूको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । सन्दर्भ सामग्रीले बाल बालिकालाई अध्ययनशील बनाउनका साथै पढाइ सिप विकास गरी पाठ्य पुस्तकमा भएका विषय वस्तु ग्रहण गर्नसमेत मदत गर्छ ।

पाठ्यक्रम विकास केन्द्रद्वारा राष्ट्रिय प्रारम्भिक कक्षा पढाइ कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्ने क्रममा सेभ द चिल्ड्रेनले तयार गरेको यो सन्दर्भ सामग्रीलाई अद्यावधिक गरी युएसएआइडीको आर्थिक सहयोगमा प्रकाशनमा ल्याइएको हो। प्रस्तुत सन्दर्भ सामग्री कक्षा १ देखि ३ सम्मका विद्यार्थीहरूका लागि उपयोगी हुने गरी विकास गरिएको छ तापनि आवश्यकतानुसार जुनसुकै कक्षामा पनि प्रयोग गर्न सकिने छ ।

प्रस्तुत सामग्री शिक्षकहरूले सबै बाल बालिकाहरूलाई पढ्ने मौका दिई आपसमा छलफलसमेत गराई उनीहरूको पठन सिप विकासमा सहयोग गर्नुहुने छ भन्ने अपेक्षा गरिएको छ । अन्त्यमा यस सामग्रीका सम्बन्धमा प्राप्त हुने सुझाव एवम् प्रतिक्रियाका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र सदैव स्वागत गर्दछ ।

वि.सं. २०७३

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

विषय सूची

पहाड भनेको के हो ?	५
पहाड र पर्वत	६
पहाडहरू कसरी बन्छन् ?	७
पहाडका प्रकारहरू	१०
पहाड र इतिहास	१४
शब्द अर्थ	१७

पहाड भनेको के हो ?

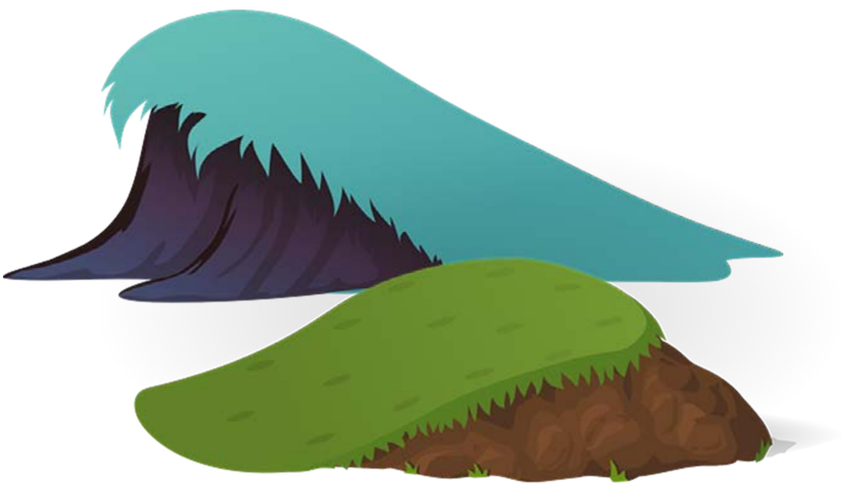
पहाड भनेको पृथ्वीको सतहमा एउटा सानो थुम्को जस्तै हो । पहाड वरिपरिका अन्य कुराभन्दा उचाइमा उठेको जमिन हो ।

पहाड र पर्वत

तर पहाड पर्वतभन्दा अझ सानो हुन्छन् ।
पर्वतहरू कम्तीमा २000 फिट वा ३0५ मिटर
भन्दा अग्ला हुन्छन् ।

पहाडहरू कसरी बन्छन् ?

पहाडहरू फरक फरक तरिकाले बन्छन् । कहिलेकाहीँ पृथ्वीको सतहभित्रका ठुला चट्टानहरू माटो र अरू चट्टानलाई माथि ठेलेर चल्दछन् । समय क्रममा यसले पहाड बनाउन सक्दछ ।



अरू पहाडहरू पानी वा हावाले जमिनका भागहरू ताछेर अरू भागलाई ठाडिन छाडिदिँदा बन्दछन् । धेरै वर्षपछि ठाडिएका भागहरूबाट पहाड बन्दछ ।

केही पहाडहरू उचाइ घटेका पर्वतहरू हुन् । जब वर्षा वा हावाले माटो बगाएर लैजान्छ र पर्वतका चट्टानहरू पटक पटक छुट्टिँदा त्यो पर्वत पहाडमा खुम्चन सक्दछ ।

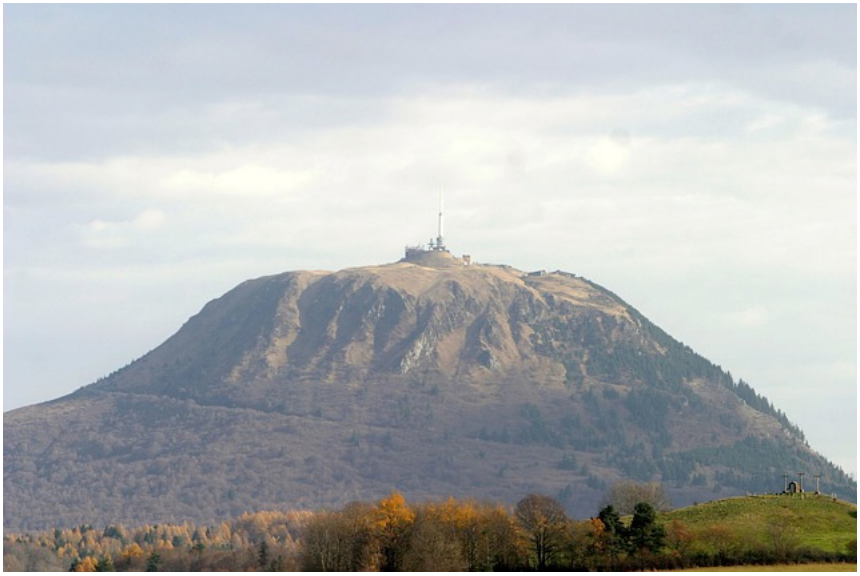
पहाडका प्रकारहरू

धेरै प्रकारका पहाडहरू हुन्छन् । ड्रमलिन सुस्त बग्ने बर्फिला नदीहरूले बनाएको लामो पहाड हो ।

बट भनेको ठाडो भिरहरूको माथि समतल टुप्पो भएको पहाड हो । बटहरू प्राय: समतल क्षेत्रमा एक्लै ठडिएका हुन्छन् ।

पिङ्गो भनेको माटाले ढाकिएको बरफको थुप्रो हो । यी पहाडहरू अमेरिकाको आलास्का जस्ता चिसा ठाउँहरूमा भेट्न सकिन्छ । क्यानाडा, ग्रिनल्यान्ड, साइबेरिया र नर्वेमा पनि पिङ्गो पहाडहरू छन् ।

पोय भनेको त्यस्तो पहाड हो, जो ज्वालामुखी पनि हो । पोय-डे-डोम फ्रान्समा छ ।

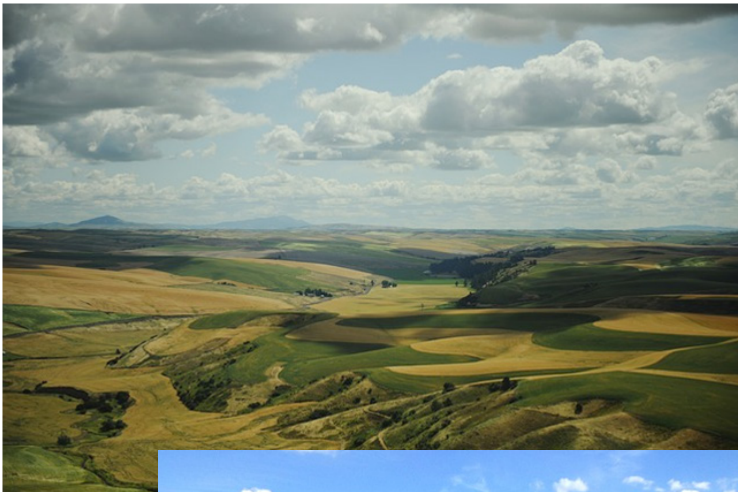


पहाड र इतिहास

पहाडहरूले इतिहासमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका छन् । हजारौँ वर्ष पहिले रोमका जनताले आफ्ना सहरहरू पहाडहरूमा बनाए । यसले उनीहरूलाई बाढीबाट जोगायो ।

उनीहरूले आफ्ना दुश्मनहरू आएको टाढैबाट समेत देख्न सके । इतिहासभर विभिन्न देशमा भएका लडाइँहरू पहाडमा पहिले जुन सेना पुगे, त्यसैले जितेका थिए ।

यद्यपि पहाड चढ्नुको सबैभन्दा उत्कृष्ट कारणहरूमध्ये एक चाहिँ त्यसभन्दा तलको भूदृष्यको सुन्दरता हेर्नु नै हो ।



शब्द अर्थ

काट्नु -कुनै कुराको केही भाग छुट्याएर आकार परिवर्तन गर्नु

भूदृष्य -एउटा निश्चित ठाउँबाट देख्न सकिने जमिनको फैलावट

ढिस्को - सतहबाट ठडिएको गोलाकार आकार

भिर - सिधै अग्लिएको वा झरेको, अत्यन्त ठाडो

पाठकका निम्ति प्रश्नहरू

१. पहाड र पर्वतबिच के भिन्नता छ ?

२. पहाडहरू बन्ने तरिकाहरू के के हुन् ?

३. किताबमा उल्लेख गरिएका पहाडका केही प्रकार भन ।

४. इतिहासमा पहाडहरूलाई कसरी प्रयोग गरिएको छ ?

५. तिमी बस्ने ठाउँ नजिकैको चर्चित पहाडलाई के भनिन्छ ?

६. तिमी कुनै पर्वत वा पहाड चढेका छौ ? किन ?