

## ਪੰਜਾਬੀ (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)

### ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

#### ਉਦੇਸ਼

#### 1. ਪੜ੍ਹਾਈ

- (i) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪੱਧਰ ਦੀ ਪੜ੍ਹਨ-ਸਮਗਰੀ ਉੱਚੀ ਬੋਲ ਕੇ ਅਤੇ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਹੀ ਗਤੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (ii) ਉਹ ਪੜ੍ਹਨ ਸਮੇਂ ਇਬਾਰਤ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਵਿਸਰਾਮ-ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਲੇਖਕ ਦੇ ਹਾਵਾਂ-ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ।
- (iii) ਉਹ ਛਪੀ ਸਮਗਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਗਤੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (iv) ਉਹ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਕਿਸੇ ਲਿਖਤ ਅਰਥਾਤ ਕਹਾਣੀ, ਵਾਰਤਾ, ਸੂਚਨਾ, ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਖ਼ਬਾਰ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਨੂੰ ਠਰ੍ਹੰਮੇ ਤੇ ਵਹਾਅ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕੇ।

#### 2. ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ

##### (ੳ) ਸੁਣ ਕੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ

- (i) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਕਾਗਰਤਾ ਨਾਲ ਸੁਣ ਅਤੇ ਸਮਝ ਸਕੇ।
- (ii) ਉਹ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲੁਕੇ ਵਿਅੰਗ, ਚੋਭ ਤੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ।
- (iii) ਉਹ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਸ਼ੁੱਧ ਉਚਾਰਨ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਲਹਿਜ਼ੇ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।
- (iv) ਉਹ ਕਵਿਤਾ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਦੇ ਗਾਇਨ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।

##### (ਅ) ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ

- (i) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।
- (ii) ਉਹ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇ ਸਕੇ।

**ਨੋਟ:-** ਇਸ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗਿਆਨ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਅਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੜ੍ਹੇਗਾ। ਹਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਉਹ ਨਿਯਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਪੜ੍ਹੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਹ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬਾਲ ਪੁਸਤਕਾਂ, ਬਾਲ ਰਸਾਲੇ ਤੇ ਅਖ਼ਬਾਰ ਵੀ ਪੜ੍ਹੇਗਾ।

#### 3. ਪ੍ਰਗਟਾਅ

##### (ੳ) ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਗਟਾਅ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਸਪਸ਼ਟ, ਸਰਲ ਅਤੇ ਰਵਾਨੀ ਵਾਲੀ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕੇ। (ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਉਸ ਦੀ ਪੜ੍ਹੀ ਸਮਗਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਦੇ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਹਿਲੂਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।)

##### (ਅ) ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ

- (i) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਾਫ਼, ਸੁੰਧ ਅਤੇ ਗਤੀ ਨਾਲ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (ii) ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੀਂ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਰਲ ਵਾਕਾਂ ਅਤੇ ਠੀਕ ਪੈਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (iii) ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਘਟਨਾ-ਕ੍ਰਮ ਅਤੇ ਤੱਥ-ਕ੍ਰਮ ਅਨੁਸਾਰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (iv) ਉਹ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (v) ਉਹ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਰਚਨਾਤਮਿਕ ਰਚਨਾ ਵੀ ਕਰ ਸਕੇ ਅਰਥਾਤ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪੱਧਰ ਅਨੁਸਾਰ ਕਵਿਤਾ, ਗੀਤ, ਲੇਖ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ - ਰਚਨਾ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੇ।

**ਨੋਟ:-** ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣ-ਸਮਗਰੀ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਦੇ ਰੂਪ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣਗੇ:

ਲੇਖ, ਕਹਾਣੀ, ਚਿੱਠੀ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ, ਸਫ਼ਰ, ਘਟਨਾ/ਦ੍ਰਿਸ਼-ਵਰਨਣ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਕਵਿਤਾ ਆਦਿ।

## ਫੋਟੋ ਸ਼ੈਲੀ

1. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਤੇ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਖੇਤਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਨ:-

- (1) ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ/ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ, ਸਥਾਨ/ਸੰਸਥਾ
- (2) ਘਟਨਾਵਾਂ, ਦ੍ਰਿਸ਼, ਇਮਾਰਤਾਂ
- (3) ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਕਾਮੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇੱਕ ਦਿਨ
- (4) ਕੌਮੀ ਪੱਧਰ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ, ਸਥਾਨ, ਮੇਲੇ/ਰੁੱਤਾਂ
- (5) ਖੇਡਾਂ
- (6) ਮਹਾਂ-ਪੁਰਖਾਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ

ਇਸ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਲਗ-ਪਗ 15 ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

2. **ਚਿੱਠੀਆਂ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ**

ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਜਾਂ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਲਈ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਤੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਉਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਮੈਚ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਲਈ ਆਦਿ। ਇਸ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਚਿੱਠੀਆਂ ਅਤੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗ-ਪਗ 10 ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

3. **ਕਹਾਣੀਆਂ**

ਪੰਜਾਬ/ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੱਸ ਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਉਣਾ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਪੰਜ ਕਹਾਣੀਆਂ ਲਿਖਣ ਜਾਂ ਅਧੂਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

4. ਪਾਠਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖਣਾ ਅਤੇ ਪਾਠਾਂ ਪਿੱਛੇ ਦਿੱਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ

5. ਕਿਸੇ ਖ਼ਬਰ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਡਾਇਰੀ ਵਿੱਚ ਨੋਟ ਕਰਨਾ।

6. ਇਸ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਵਿਆਕਰਨ ਦਾ ਪੱਧਰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇਗਾ:

- (ੳ) ਵਿਸਰਾਮ ਚਿੰਨ੍ਹ-ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਵਰਤੋਂ।
- (ਅ) ਨਾਂਵ, ਪੜਨਾਂਵ, ਕਿਰਿਆ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ-ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਤੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਾ।
- (ੲ) ਮੁਹਾਵਰੇ ਅਤੇ ਅਖਾਉਤਾਂ-ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਤੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਾ।
- (ਸ) ਕਾਲ (ਟੈਂਸ) ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਵਰਤੋਂ।

**ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ :** ਪੰਜਾਬੀ ਪੁਸਤਕ-6 (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਕਰਨ ਤੇ ਲੇਖ - ਰਚਨਾ (ਮਿਡਲ ਸ਼ੈਲੀਆਂ ਲਈ)

## ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)

### ਉਦੇਸ਼

1. **ਪੜ੍ਹਾਈ**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੜ੍ਹਨ-ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਬੋਲ ਕੇ ਅਤੇ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਵਿਸਰਾਮ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਸਹੀ ਉਚਾਰਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਛਪੀ ਸਮਗਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (4) ਉਹ ਹਿੰਦੀ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿਖੇੜਾ ਕਰ ਸਕੇ।
- (5) ਉਹ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਿਖਤ ਅਰਥਾਤ ਕਵਿਤਾ, ਕਹਾਣੀ, ਵਾਰਤਾ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਠਰ੍ਹੰਮੇ ਤੇ ਵਹਾਅ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕੇ।

2 (ੳ) **ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ (ਪੜ੍ਹ ਕੇ)**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।

**(ਅ) ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ (ਸੁਣ ਕੇ)**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਕੇ।
- (2) ਉਹ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲੁਕੇ ਵਿਅੰਗ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸਮਝ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਚੁਟਕਲੇ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।

**3 ਪ੍ਰਗਟਾਅ**

**(ੳ) ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਗਟਾਅ**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਲਤਾ ਅਤੇ ਰਵਾਨੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੋ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਕਿਸੇ ਜਾਣੀ-ਪਛਾਣੀ ਵਸਤੂ, ਥਾਂ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।

**(ਅ) ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਦੇ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਸੋਹਨਾ ਕਰਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਗੁਰਮੁਖੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਦੇਵਨਾਗਰੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (4) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੋ-ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (5) ਉਹ ਨਿੱਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (6) ਆਪਣੀ ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ/ਮਿੱਤਰ ਤੇ ਸਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਆਦਿ ਲਿਖ ਸਕੇ।

ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ) ਦੀ ਲਿਖਣ ਸਮਗਰੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਦੇ ਰੂਪ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹੋਣਗੇ:  
ਲੇਖ, ਚਿੱਠੀ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ, ਕਹਾਣੀ, ਕਵਿਤਾ, ਸਫਰ, ਘਟਨਾ ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼-ਵਰਨਣ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ ਆਦਿ।

**ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)**

**ਲਿਖਣ ਸਮਗਰੀ**

**ਨਿਬੰਧ :** ਕੁਝ ਜਾਣੇ ਪਛਾਣੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਤੇ ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਾਏ ਜਾਣਗੇ ਜਿਵੇਂ ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ, ਕੋਈ ਸਥਾਨ, ਜੀਵਨੀ। ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਲਗ-ਪਗ 10 ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

**ਚਿੱਠੀਆਂ :** ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸੂਚਨਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਪੱਤਰ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਉਣਾ।

**ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ :** ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਮੈਚ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਲਿਖਣੇ। ਇਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਚਿੱਠੀਆਂ ਅਤੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗ-ਪਗ 8 ਹੋਵੇਗੀ।

**ਕਹਾਣੀਆਂ :** ਦਿੱਤੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਤੋਂ ਕਹਾਣੀ ਲਿਖਣਾਂ ਜਾਂ ਅਧੂਰੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ। ਅਜਿਹੀਆਂ 5 ਕਹਾਣੀਆਂ ਲਿਖਣ ਜਾਂ ਅਧੂਰੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

**ਪਾਠ-ਅਭਿਆਸ :** ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇਣੇ। ਹਿੰਦੀ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਤੋਂ ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਇਹਨਾਂ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

**ਵਿਆਕਰਨ :**

- (ੳ) ਵਿਸਰਾਮ-ਚਿੰਨ੍ਹ -ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
- (ਅ) ਨਾਂਵ, ਪੜਨਾਂਵ, ਕਿਰਿਆ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ - ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾਠ ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।
- (ੲ) ਕਾਲ (ਟੈਨਸ) - ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਵਰਤੋਂ।

**ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ :** ਪੰਜਾਬੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ-6 (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ) (ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)

कक्षा : छठी  
(2) हिन्दी (प्रथम भाषा)  
मूल उद्देश्य

1. अपने मानसिक स्तर के अनुसार विद्यार्थी हिन्दी भाषा (उच्चरित तथा लिखित) को ठीक समझ सके । लिखित भाषा को शुद्ध हिन्दी भाषा में लिख सके ।
2. विद्यार्थियों में राष्ट्रीय, सांस्कृतिक एवं मानवीय मूल्यों का बोध एवं विकास हो सके ।

**सामान्य उद्देश्य**

**पढ़ाई**

1. विद्यार्थी पठन-सामग्री को ऊँचा बोलकर एवं चुपचाप मन में गति के साथ पढ़ सके ।
2. पढ़ते समय वाक्य में लगे विराम-चिह्नों के अनुसार लेखक के हाव-भाव को समझ सके ।
3. छपी सामग्री के अतिरिक्त अपने हाथ का लिखा हुआ एवं दूसरे का हस्त-लिखित गति के साथ पढ़ सके ।
4. कविता अथवा गीत को लय के साथ पढ़ कर रसानुभूति कर सके ।
5. कहानी, निबन्ध एवं समाचार-पत्र आदि को प्रवाह के साथ पढ़कर समझ सके ।

**ग्रहण करना**

**(क) सुनकर ग्रहण करना**

1. विद्यार्थी दूसरे के विचारों को एकाग्रता से सुनकर समझ सके ।
2. विद्यार्थी वक्ता के शुद्ध-अशुद्ध उच्चारण में भेद कर सके ।
3. कविता एवं गीतों को सुनकर उनका रसास्वादन कर सके ।

**(ख) पढ़कर ग्रहण करना**

पाठ्य-सामग्री को पढ़कर उसका भाव ग्रहण कर सके ।

**मौखिक अभिव्यक्ति**

विद्यार्थी अपने विचारों को शुद्ध, सरल एवं प्रवाहपूर्ण भाषा में प्रकट करने में समर्थ हो सके ।

**लिखित अभिव्यक्ति**

1. विद्यार्थी यथासंभव सुन्दर, साफ़ तथा गतिपूर्ण ढंग से शुद्ध भाषा में लिख सके । पठित सामग्री पर आधारित पूछे गए प्रश्नों के ठीक उत्तर दे सकें ।
2. वह अपने विचारों को उपयुक्त शब्दावली का प्रयोग करके सरल वाक्यों पर आधारित अनुच्छेदों में लिख सकें ।
3. वह अपने अनुभव को गद्य/पद्य में अभिव्यक्त कर सके ।

**पाठ्यक्रम**

1. पद्यांश की सप्रसंग व्याख्या
2. पाठ्य-पुस्तक में से 6 लघुतर प्रश्न
3. पाठ्य-पुस्तक में से 3 निबन्धात्मक प्रश्न
4. पारिभाषिक व्याकरण
5. व्यावहारिक व्याकरण
  - लिंग और वचन परिवर्तन

- भाववाचक संज्ञा और विशेषण निर्माण
- समानार्थक शब्द और विपरीतार्थक शब्द
- वाक्यांशों के लिए शब्द
- शब्द-शुद्धि
- विराम चिह्न
- कठिन शब्दों/मुहावरों/लोकोक्तियों के अर्थ सहित वाक्य प्रयोग
- संज्ञा, सर्वनाम, विशेषण, क्रिया शब्दों की वाक्यों में पहचान

6. निबन्ध

7. पत्र/ प्रार्थना -पत्र

**नोट:**

1. इस स्तर पर लगभग 15 निबन्ध लिखने का अभ्यास करवाया जाये। निबन्धों के कुछ विषय इस प्रकार हो सकते हैं:-

- मेरा गाँव / स्कूल / नगर/ संस्था आदि
- घटना, दृश्य, भवन
- महापुरुषों की जीवनियों से सम्बन्धित
- त्योहार, स्थानीय मेले, ऋतुएं
- खेल प्रतियोगिताएं

2. पत्र / प्रार्थना- पत्र

**पत्र:-** अपने मित्र, सम्बन्धी अथवा घर के किसी सदस्य को अपनी आवश्यकता बताते हुए तथा कोई सूचना देने के लिए पत्र लिखने का अभ्यास करवाना ।

**प्रार्थना -पत्र:** विद्यार्थियों को अलग - अलग विषयों (जैसे अवकाश के लिए, मैच खेलने की अनुमति लेने के लिए आदि) विषयों पर प्रार्थना -पत्र लिखने का अभ्यास करवाना ।

लगभग 10 पत्र/ प्रार्थना लिखने का अभ्यास करवाया जाये ।

पाठ्य-पुस्तक : हिन्दी पुस्तक -6 (प्रथम भाषा) (पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित )

**हिन्दी (द्वितीय भाषा )**

**उद्देश्य**

**1. पढ़ना**

- i. विद्यार्थी पठन सामग्री को बोलकर और चुपचाप मन में पढ़ सके ।
- ii. वह विराम चिह्नों के अनुसार और शुद्ध उच्चारण के साथ पढ़ सके ।
- iii. छपी सामग्री के अतिरिक्त वह हस्तलिखित भी गति के साथ पढ़ सके ।
- iv. वह हिन्दी और पंजाबी की ध्वनियों में अन्तर कर सके ।
- v. पाठ्य-पुस्तक के अतिरिक्त वह समाचार-पत्र, पत्रिका या किसी अन्य पुस्तक में कविता, कहानी, लेख, वार्ता और सूचना आदि को प्रवाह के साथ पढ़ सके ।

## 2. ग्रहण करना

### i. सुनकर ग्रहण करना

- विद्यार्थी दूसरे के विचारों को सुनकर समझ सके ।
- वह शुद्ध और अशुद्ध उच्चारण में भेद कर सके ।
- वह कहानी, चुटकले, कविता एवं गीतों आदि का रसास्वादन कर सके ।

### ii. पढ़कर ग्रहण करना

- विद्यार्थी पाठ्य-पुस्तक को पढ़कर उसका भाव ग्रहण कर सके ।
- वह पाठ्य-पुस्तक के पाठों का सार बता सके तथा प्रश्नों के उत्तर दे सके ।
- पुस्तक के अन्त में दिए शब्द-कोश का प्रयोग करना सीख सके ।

## 3. अभिव्यक्ति

### i. मौखिक अभिव्यक्ति

- विद्यार्थी अपने विचारों को सरलता से तथा प्रवाह के साथ प्रकट कर सके ।
- वह अपने आस-पास के लोगों के साथ हिन्दी में बात कर सके ।
- वह किसी देखी-सुनी घटना या समाचार को बता सके ।

### ii. लिखित अभिव्यक्ति

- विद्यार्थी देवनागरी लिपि के अक्षरों को सुन्दर ढंग से लिख सके ।
- वह देवनागरी लिपि के शब्दों और गुरुमुखी लिपि के शब्दों में अन्तर करके उन्हें लिख सके ।
- वह पाठ्य-पुस्तक में से पढ़ी गई सामग्री में से पूछे गए सभी प्रश्नों के उत्तर शुद्ध रूप में लिख सके ।
- अपने विचारों को लिखकर प्रकट कर सके ।
- व्यावहारिक व्याकरण का ज्ञान प्राप्त कर सके ।

**छठी श्रेणी**  
**(द्वितीय भाषा)**  
**पाठ्य-क्रम एवं प्रश्न-पत्र की रूपरेखा**

1. पाठ्य-पुस्तक में से कविता लेखन
2. पाठ्य- पुस्तक में से पाँच लघूत्तर प्रश्न (लगभग 20 शब्दों में )
3. पाठ्य-पुस्तक में से निबन्धात्मक प्रश्न (लगभग 60 शब्दों में)  
(जैसे कहानी का सार/कोई घटना/ संदेश)
4. पंजाबी शब्दों के हिन्दी रूप
5. कठिन शब्दों/मुहावरों का अर्थ सहित वाक्य प्रयोग
6. व्याकरण
  - i. लिंग परिवर्तन
  - ii. वचन परिवर्तन
  - iii. भाववाचक संबा

- iv. विशेषण निर्माण
  - v. समानार्थक शब्द
  - vi. विपरीतार्थक शब्द
  - vii. शब्द शुद्धि
  - viii. विराम चिह्न
  - ix. संज्ञा, सर्वनाम, विशेषण, कारक की पहचान
7. निबन्ध
  8. प्रार्थना-पत्र / कहानी रचना

**नोट:-**

1. प्रश्न-पत्र पूर्णतया पाठ्य-पुस्तक पर आधारित होना चाहिए ।
2. पाठ्य क्रम में 10 निबन्ध निश्चित हैं । निबन्ध के विषय बहुत सरल हों जैसे मेरा मित्र/मेरा अध्यापक/मेरा स्कूल /त्योहार /मेला / मैच / आदि । निबन्ध लगभग 100 शब्दों में हो ।
3. अपने प्रधानाध्यापक को छुट्टी/ जुर्माना माफी/ फीस माफी के लिए लगभग पाँच प्रार्थना-पत्र कक्षा में करवाये जाएं ।
4. कोई पाँच शिक्षाप्रद कहानियाँ लिखवाई जाएं ।

**पाठ्य-पुस्तक : आओ हिन्दी सीखें -6 (पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित )**

## संस्कृत

### सामान्य उद्देश्यः

1. छात्रों को सरल संस्कृत भाषा का शुद्ध उच्चारण सिखाना ।
2. छात्रों में सरल संस्कृत पढ़ने एवं भाषान्तर करने की क्षमना उत्पन्न करना ।
3. संस्कृत में सरल वाक्य लिख सकने की योग्यता का विकास करना ।
4. श्लोकों को कण्ठस्थ कर सस्वर वाचन की योग्यता का विकास करना ।
5. छात्रों को संस्कृत व्याकरण का सामान्य परिचय कराना ।
6. छात्रों में सत्प्रवृत्तियों का विकास करना ।

### शिक्षण विधि :

1. रूचि संवर्धन के लिए दृश्य-श्रव्य उपकरणों का प्रयोग किया जाए ।
2. पाठ को दैनिक एवं निकट परिवेश को साथ सम्बन्धित किया जाए ।
3. संस्कृत शब्दों एवं रचना की तुलना, जहां तक सम्भव हो, हिन्दी और पंजाबी से की जाएं, जिससे विद्यार्थी को संस्कृत के साथ आत्मीयता स्थापित करने में सहायता मिले ।
4. व्याकरण को केवल रटने का विषय न बना कर, उसे व्यावहारिक विधि से समझाया जाए ।
5. संस्कृत शब्दों और वाक्यों के शुद्ध उच्चारण और लेखन के अभ्यास पर बल दिया जाए ।
6. दैनिक व्यवहार में सरल वाक्यों को प्रयोग किया जाए ।
7. व्यक्तिगत एवं सामुहिक सस्वर वाचन, श्लोक- उच्चारण, अन्त्याक्षरी आदि की प्रतियोगिता कराना उपयोक्ती होगा ।

## संस्कृत छठी श्रेणी

### (क) पाठ्य पुस्तक

1. संस्कृत वाक्यों का अर्थ (हिन्दी या पंजाबी भाषा में )
2. दस संस्कृत शब्दों का हिन्दी में अर्थ
3. पाठ्य पुस्तक के अभ्यासों और पाठों पर आधारित पाँच प्रश्न, रिक्त स्थान पूर्ति
4. संस्कृत लोकोक्तियों का हिन्दी अनुवाद
5. कहानी का सार हिन्दी में ( काकःलोमश :च )

### (ख) व्याकरण

1. निम्नलिखित शब्दों के रूप सब विभक्तियों में  
(क) अकारान्त पुलिङ्गः- बालक, देव, नर, अज, गज, अश्व, सिंह, वानर, काक, शुक,  
(ख) अकारान्त नपुंसक लिंगः- फल, वन, कमल, पत्र, पुस्तक ।
2. निम्नलिखित सर्वनामों के रूप केवल प्रथमा विभक्ति में तद् (पुं., नपुं. ) युष्पद्, अस्मद् ।
3. संख्यावाची शब्द : एक से दस तक संख्यावाची शब्द, पुलिङ्ग, नपुंसक लिंग में केवल प्रथमा विभक्ति में ।
4. निम्नलिखित परस्मैपदी धातुओं के रूप केवल लट् लकार में:-  
(क) भ्वादिगण :- भू, हस्, खेल्, चल्, चर्, पठ्, खाद्, पा(पिब्), कूज्, गर्ज्, गम्, गच्छ्, धाव्, पत्, वद्, नी(नय्) ।  
(ख) तुदादिगण : लिख्, मिल्, सिच् (सिंच्), विश्, प्रच्छ्, (पृच्छ्)
5. अनुवाद : पाठ्य पुस्तक के अभ्यासों में दिए गए हिन्दी वाक्यों का संस्कृत में अनुवाद

निर्धारित पाठ्य-पुस्तक : संस्कृत पुस्तक-6

पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित



**English**  
**Class VI**

**Unit I Reading Skills**

One seen passage and one unseen passage followed by Comprehension questions.

**Unit II (Textbook)**

**Lessons**

1. Brave Sunderlal
2. The Bangle-Seller
3. A Story from Bapu's Life
4. The Three Fish
5. Sajjan, the Robber
6. Letters from A Father to his Daughter
7. From Walking to Flying
8. The Kabuliwallah
9. Games for Fun
10. The Gift
11. Fire! Fire!
12. Conversation

**Poems**

- (i) Night
- (ii) My Shadow
- (iii) The Blind Beggar
- (iv) The Clock
- (v) Who has Seen the Wind?

**Unit III (GRAMMAR)**

1. Noun
  - i. Noun-Number
  - ii. Noun-Gender

2. Pronouns
3. Adjectives
4. Verbs
5. Adverbs
6. Tenses
7. Prepositions
8. Conjunctions
9. Articles
10. The Sentence
11. Punctuation
12. Occupations
13. Young Ones
14. Homes of People/Things/Animals
15. Synonyms and Antonyms
16. Homonyms

#### **Unit IV (COMPOSITION)**

- (i) Letter Writing
- (ii) Paragraph Writing
- (iii) Story Writing

#### **Prescribed books**

1. Textbook for Class VI, prescribed by Punjab School Education Board.
2. Grammar and Composition for Class VI, prescribed by Punjab School Education Board.

**ਗਣਿਤ**  
**ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਛੇਵੀਂ**  
**ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)**

**ਅਧਿਆਇ-1 ਆਪਣੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ**

ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ:- ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਸਥਾਨ ਅੰਤਰਣ, ਸਥਾਨਕ ਮੁੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ, ਵੱਡੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਆਮ ਜੀਵਨ (ਵਿਹਾਰਕ ਜੀਵਨ) ਵਿੱਚ ਵੱਡੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਬਰੈਕਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ, ਰੋਮਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ।

**ਅਧਿਆਇ-2 ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ**

ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ, ਸੰਖਿਆ ਰੇਖਾ, ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਗੁਣ, ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਮੂਨੇ।

**ਅਧਿਆਇ-3 ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ**

ਗੁਣਨਖੰਡ ਅਤੇ ਗੁਣਜ, ਅਭਾਜ ਅਤੇ ਭਾਜ ਸੰਖਿਆਵਾਂ, ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਭਾਗ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਸਾਂਝੇ ਗੁਣਨਖੰਡ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ ਗੁਣਜ, ਭਾਗ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਨਿਯਮ, ਅਭਾਜ ਗੁਣਨਖੰਡਣ, ਮਹੱਤਮ ਸਮਾਪਵਰਤਕ, ਲਘੁਤਮ ਸਮਾਵਰਤਕ, ਮ.ਸ.ਵ. ਅਤੇ ਲ.ਸ.ਵ. ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਕੁਝ ਹੋਰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ।

**ਅਧਿਆਇ-4 ਮੁਢਲੀਆਂ ਰੇਖਾ ਗਣਿਤਿਕ ਧਾਰਨਾਵਾਂ**

ਬਿੰਦੂ, ਰੇਖਾ ਖੰਡ, ਇੱਕ ਰੇਖਾ, ਕਾਟਵੀਆਂ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਸਮਾਨ -ਅੰਤਰ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਕਿਰਨ, ਵਕਰ, ਬਹੁਭੁਜ, ਕੋਣ ਤ੍ਰਿਭੁਜ, ਚਤੁਰਭੁਜ, ਚੱਕਰ।

**ਅਧਿਆਇ-5 ਮੁਢਲੇ ਅਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਨਾ**

ਰੇਖਾ ਖੰਡਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਣਾ, ਕੋਣ: ਸਮਕੋਣ ਅਤੇ ਸਰਲ ਕੋਣ, ਕੋਣ: ਨਿਊਨ ਕੋਣ, ਅਧਿਕ ਕੋਣ, ਰਿਫੈਲਕਸ / ਪ੍ਰਤਿਵਰਤੀ ਕੋਣ, ਕੋਣ: ਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਣਾ, ਲੰਬ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਤਿਕੋਣਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ, ਚਤੁਰਭੁਜ, ਬਹੁਭੁਜ, ਤਿੰਨ ਪਸਾਰੀ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ/ਆਕਾਰ।

**ਅਧਿਆਇ-6 ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ**

ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ, ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸੰਖਿਆ ਰੇਖਾ ਤੇ ਨਿਰੂਪਣ, ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਕ੍ਰਮਬੱਧਤਾ, ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਜੋੜ: ਸੰਖਿਆ ਰੇਖਾ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਅਤੇ ਘਟਾਉਣਾ।

**ਅਧਿਆਇ-7 ਭਿੰਨਾਂ**

ਇੱਕ ਭਿੰਨ, ਸੰਖਿਆ ਰੇਖਾ ਉੱਤੇ ਭਿੰਨ, ਉਚਿਤ ਭਿੰਨ, ਅਣਉਚਿਤ ਭਿੰਨ ਅਤੇ ਮਿਸ਼ਰਤ ਭਿੰਨ, ਤੁਲ ਭਿੰਨਾਂ, ਭਿੰਨਾਂ ਦਾ ਸਰਲਤਮ ਰੂਪ, ਸਮਾਨ ਭਿੰਨਾਂ, ਭਿੰਨਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ, ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨ ਭਿੰਨਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ। ਭਿੰਨਾਂ

ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ, ਸਮਾਨ ਭਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਜਾਂ ਘਟਾਉਣਾ, ਹਰੇਕ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਭਿੰਨਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ।

**ਅਧਿਆਇ-8 ਦਸ਼ਮਲਵ**

ਦਸ਼ਮਲਵ (ਦਸਵੇਂ, ਸੌਵੇਂ), ਦਸ਼ਮਲਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ।

**ਅਧਿਆਇ-9 ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ**

ਅੰਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਨਾ, ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਇੰਦਰਾਜ , ਚਿਤਰ-ਆਲੇਖ, ਚਿੱਤਰ-ਆਲੇਖ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ, ਚਿੱਤਰ-ਆਲੇਖ ਖਿੱਚਣਾ , ਛੜ-ਗ੍ਰਾਫ , ਛੜ-ਗ੍ਰਾਫ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ, ਛੜ-ਗ੍ਰਾਫ ਖਿੱਚਣੇ।

**ਅਧਿਆਇ-10 ਖੇਤਰ ਮਿਤੀ**

ਪਰਿਮਾਪ/ਘੇਰਾ (ਆਇਤ, ਸਮਭੁਜੀ ਚਿੱਤਰ ਦਾ), ਖੇਤਰਫਲ (ਅਇਤ, ਵਰਗ ਦਾ) ।

**ਅਧਿਆਇ-11 ਬੀਜ ਗਣਿਤਕ**

ਪ੍ਰਤੀਰੂਪ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਚਲਾਂ ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ, ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਨਾਲ ਹੋਰ ਪ੍ਰਤੀਰੂਪ ਪਤਾ ਕਰਨੇ, ਸਧਾਰਣ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ, ਅੰਕ ਗਣਿਤ ਦੇ ਨਿਯਮ, ਚਲਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅੰਜਕ , ਵਿਹਾਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ , ਸਮੀਕਰਣ ਕੀ ਹੈ ? ਇੱਕ ਸਮੀਕਰਣ ਦਾ ਹੱਲ, ਇੱਕ ਸਮੀਕਰਣ ਦਾ ਹੱਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਸਮੀਕਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨਾ।

**ਅਧਿਆਇ-12 ਅਨੁਪਾਤ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਅਨੁਪਾਤ**

ਅਨੁਪਾਤ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਅਨੁਪਾਤ, ਇਕਾਈ ਵਿਧੀ ।

**ਅਧਿਆਇ-13 ਸਮਮਿਤੀ**

ਸਮਮਿਤੀ ਅਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣਾ, ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋ ਸਮਮਿਤੀ ਰੇਖਾਵਾਂ ਹੋਣ, ਬਹੁ ਸਮਮਿਤੀ ਰੇਖਾਵਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ, ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਅਤੇ ਸਮਮਿਤੀ।

**ਅਧਿਆਇ-14 ਪ੍ਰਯੋਗਿਕ ਰੇਖਾ ਗਣਿਤ**

ਰੇਖਾ ਖੰਡ ਖਿੱਚਣਾ, ਚੱਕਰ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਲੰਬ ਸਮਦੁਭਾਜਕ, ਕੋਣ ਮਾਪਕ (ਡੀ) ਨਾਲ ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਪਰਕਾਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ 60°, 120° ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਦਿੱਤੇ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਕੋਣ ਦੀ ਰਚਨਾ, 30°, 45°, 90° ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਪਰਕਾਰ ਨਾਲ ਰਚਨਾ, ਦਿੱਤੀ ਰੇਖਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬਿੰਦੂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਸਮਾਂਤਰ ਰੇਖਾ।

**ਪ੍ਰਯੋਗੀ (ਗਣਿਤ)**

ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਕਿ ਜੋੜ ਦਾ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਨਿਯਮ ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ।

1 ਤੋਂ 100 ਵਿਚਲੀਆਂ ਅਭਾਜ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਇਰੇਟੋਸਥੀਨਜ਼ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।

ਕਾਗਜ਼ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾ ਕੇ/ਮਾਚਿਸ ਦੀਆਂ ਤੀਲੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਦੋ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਸਮਾਪਵਰਤਕ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।

ਪ੍ਰਯੋਗਿਕ ਜਿਅਮਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਡੁੱਟਾ, ਪਰਕਾਰ, ਡਿਵਾਈਡਰ, ਕੋਣ ਮਾਪਕ, ਸੈੱਟ ਸੁਕੇਅਰ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸਿਖਾਉਣੀ।

ਦੀਵਾਰ ਘੜੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਕੋਣਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਕਰਵਾਉਣਾ।

ਕੋਈ ਚੱਕਰ ਖਿੱਚ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਕੇਂਦਰ, ਅਰਧ ਵਿਆਸ, ਵਿਆਸ ਅੰਕਿਤ ਕਰਨਾ।

ਮਾਚਿਸ ਦੀਆਂ ਤੀਲੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਤ੍ਰਿਭੁਜ, ਚਤੁਰਭੁਜ, ਪੰਜਭੁਜ ਅਤੇ ਛੇ ਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨੀ।

ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਤਿਕੋਣਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚੋਂ ਭੁਜਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਤਿਕੋਣਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਣ ਕਰਨਾ।

ਸੈੱਟ ਸੁਕੇਅਰ ਦੇ ਜੋੜਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣਾ

- i. ਵਰਗ    ii. ਆਇਤ    iii. ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ    iv. ਸਮਚਤੁਰਭੁਜ    v. ਸਮਲੰਬ ਚਤੁਰਭੁਜ

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਬਟਨ/ਗੀਟੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਪੰਰੂਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ ਕਰਨਾ।

ਦੋ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੀ.ਵੀ. ਦੇਖਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਇੱਕਠੇ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅੰਕੜਿਆਂ ਤੋਂ ਕਾਗਜ਼ ਕੱਟ ਕੇ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਛੜ ਗ੍ਰਾਫ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

ਗ੍ਰਾਫ ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਦਾ ਛਾਪ ਲੈ ਕੇ, ਵਰਗਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੱਥ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।

ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਪਰਿਮਾਪ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।

ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਮਮਿਤੀ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਪਤਾ ਕਰਨੀ।

- i. ਸਮਭੁਜੀ ਤਿਕੋਣ    ii. ਸਮਦੋਭੁਜੀ ਤਿਕੋਣ    iii. ਵਰਗ    iv. ਆਇਤ    v. ਸਮਚਤੁਰਭੁਜ

ਫੁੱਟੇ ਅਤੇ ਪਰਕਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ  $60^\circ, 120^\circ, 30^\circ, 45^\circ$  ਅਤੇ  $90^\circ$  ਦੇ ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨੀ।

## ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ

### ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਫੇਵੀ

### ਭਾਗ ਭੂਗੋਲ

#### ਧਰਤੀ: ਸਾਡਾ ਆਵਾਸ

- ਪ੍ਰਿਥਵੀ: ਸੂਰਜ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਅੰਗ।
- ਗਲੋਬ: ਧਰਤੀ ਦਾ ਮਾਡਲ, ਵਿਥਕਾਰ ਅਤੇ ਲੰਬਕਾਰ,
- ਧਰਤੀ ਦੀਆਂ ਗਤੀਆਂ, ਦੈਨਿਕ ਅਤੇ ਵਾਰਸ਼ਿਕ।
- ਨਕਸ਼ੇ: ਸਾਡੇ ਮਦਦਗਾਰ ਕਿਵੇਂ।
- ਧਰਤੀ ਤੇ ਚਾਰ ਮੰਡਲ: ਭੂ-ਮੰਡਲ, ਜਲ-ਮੰਡਲ, ਵਾਯੂ-ਮੰਡਲ ਅਤੇ ਜੀਵ-ਮੰਡਲ।
- ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ: ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਭੂ-ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਵੰਡ: ਪਹਾੜ, ਪਠਾਰ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨ:
- ਭਾਰਤ ਦਾ ਜਲਵਾਯੂ, ਕੁਦਰਤੀ ਬਨਸਪਤੀ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ।

#### ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ

1. ਸੌਰ ਮੰਡਲ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣਾ।
2. ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ ਉੱਤੇ ਮੁੱਖ ਅਕਸ਼ਾਸ਼ ਅਤੇ ਦਿਸ਼ਾਤਰ ਅੰਕਿਤ ਕਰਨਾ।
3. 'ਧਰਤੀ ਦੀਆਂ ਗਤੀਆਂ' ਵਿਸ਼ੇ ਉੱਤੇ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਕੁਟੀਜ਼ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਵਾਉਣਾ।
4. ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਲੋਨੀ ਦਾ ਕੱਚਾ-ਪੱਕਾ ਨਕਸ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
5. ਪਹਾੜ, ਪਠਾਰ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨ ਦੇ ਮਾਡਲ ਬਣਾਉਣਾ।
6. ਭਾਰਤ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਰਾਜ, ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਸਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਰਾਜਧਾਨੀਆਂ ਅੰਕਿਤ ਕਰਨਾ।
7. ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਰੁੱਖਾਂ ਦਾ ਚਾਰਟ ਬਣਾਉਣਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਫਲ, ਰੇਸ਼ਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਧਾਰ ਤੇ ਵਰਗੀਕਰਨ ਕਰੋ।
8. ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਨਕਸ਼ੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਸੁਰਖਿਆ ਥਾਵਾਂ ਭਰਵਾਉਣਾ।

ਨੋਟ: ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਚਾਰ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰੋ।

### ਭਾਗ ਇਤਿਹਾਸ

#### ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ

- ਅਤੀਤ ਦਾ ਅਧਿਐਨ: ਸਰੋਤ।
  - ਮਾਨਵ ਜੀਵਨ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਪੜਾਅ:
  - ਸ਼ਿਕਾਰ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਤੱਕ।
  - ਸਭਿਅਤਾ ਦਾ ਅਰੰਭ:
  - ਕਾਂਸਾ, ਯੁੱਗ, ਹੜੱਪਾ ਸਭਿਅਤਾ (ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ), ਵੈਦਿਕ ਸਭਿਅਤਾ)
  - ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਰਾਜਾਂ ਅਤੇ ਸਾਮਰਾਜਾਂ ਦਾ ਉਥਾਨ:
  - ਜਨਪਦ ਅਤੇ ਮਹਾਂਜਨਪਦ, ਮੌਰੀਆਂ ਕਾਲ, ਸ਼ੁੰਗ ਕਾਲ, ਮੱਧ ਏਸ਼ੀਆਂ, ਗੁਪਤ ਕਾਲ, ਹਰਸ਼ ਕਾਲ, ਚਾਲੂਕਿਆ ਅਤੇ ਪਲੱਵ, ਭਾਰਤ ਦਾ ਪੱਛਮੀ ਰੋਮਨ ਸਾਮਰਾਜ ਨਾਲ ਸਬੰਧ।
- (ਸਰੋਤ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਾਜਨੀਤਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸਮੇਤ ਵਪਾਰ, ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ, ਧਰਮ, ਕਲਾ ਅਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ)।

#### ਕਿਰਿਆਵਾਂ :

1. ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਸਮਾਰਕਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਕੇ ਸਕਰੈਪ ਬੁੱਕ ਤਿਆਰ ਕਰੋ।
2. ਭਾਰਤ: ਅਸ਼ੋਕ ਦਾ ਸਤੰਭ, ਸਾਰਨਾਥ, ਸਾਂਚੀ ਦਾ ਸਤੂਪ, ਮਹਿਰੌਲੀ ਵਿਖੇ ਲੋਹੇ ਦਾ ਸਤੰਭ, ਅਜੰਤਾ ਅਤੇ ਅਲੌਰਾ, ਕੋਨਾਰਕ ਅਤੇ ਲਿੰਗਰਾਜ ਦੇ ਮੰਦਰ, ਚਦੇਮਬਰਮ ਵਿਖੇ ਨਟਰਾਜ ਦਾ ਮੰਦਰ।

#### ਨਕਸ਼ੇ :

1. ਹੜੱਪਾ ਸਭਿਅਤਾ ਦੀ ਸੀਮਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ।

2. ਅਸ਼ੋਕ ਜਾਂ ਗੁਪਤ ਕਾਲ ਸਮੇਂ ਭਾਰਤ ।

### ਭਾਗ ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਸਤਰ

#### ਸਮੁਦਾਇ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਕਾਸ

- ਸਮੁਦਾਇ: ਪਿੰਡ/ਕਸਬਾ, ਕੁਦਰਤੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਪੰਦੇ, ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਹਾਰ।  
ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਮੁਦਾਇ (ਘਰ, ਭੋਜਨ, ਸੰਗੀਤ, ਨਾਚ, ਲੋਕ ਕਥਾਵਾਂ ਐਤ ਪਹਿਰਾਵਾ ਆਦਿ) ਦੇ ਸਮੂਹਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ।
- ਸਥਾਨਕ ਸਵੈ-ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸਕਾਰੀ ਕਿਰਿਆਵਾਂ :
  1. ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ-ਪੰਚਾਇਤੀ ਰਾਜ : ਗ੍ਰਾਮ, ਪੰਚਾਇਤ, ਪੰਚਾਇਤ, ਸੰਸਤੀ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ, ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ (ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੰਚਾਇਤ), ਦੀ ਬਣਤਰ ਅਤੇ ਕੰਮ।
  2. ਸ਼ਹਿਰੀ ਖੇਤਰ - ਨਗਰ, ਨਿਗਮ ਅਤੇ ਨਗਰ, ਪਰਿਸ਼ਦ ।
  3. ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ- (ਵਿਦਿਆ, ਸਿਹਤ, ਰਿਹਾਇਸ਼, ਆਵਾਜਾਈ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ - ਪ੍ਰਬੰਧ ਆਦਿ) ਅਤੇ ਵਿਕਾਸਵਾਦੀ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਵੈ- ਸ਼ਾਸਨ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ।
- ਸਮੁਦਾਇ ਦੀ ਸਰਵਜਨਕ ਸੰਪਤੀ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ : ਇਤਿਹਾਸਕ ਸਮਾਰਕਾਂ - ਸਾਡੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕ ਵਜੋਂ।

#### ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ

1. ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ, ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ, ਪਿੰਡ, ਕਸਬੇ ਦਾ ਰੇਖਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣਾ।
  2. ਪਰਿਵਾਰਿਕ, ਸਥਾਨਿਕ ਖੇਤਰ ਆਂਢ ਗੁਆਂਢ (ਭੋਜਨ, ਸੰਗੀਤ, ਉਤਸਵ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਕ ਅਤੇ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ) ਦੀਆਂ ਆਮ ਜਾਂ ਖਾਸ ਰੋਜਾਨਾ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾਉਣਾ।
  3. ਕਲਾਸ/ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਿਕ ਉਤਸਵ ਮਨਾਉਣਾ।
  4. ਪੰਚਾਇਤ ਅਤੇ ਸ਼ਾਸਨ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਨਾਟਕ ਕਰਾਉਣਾ ।
- ਨੋਟ: ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਦੋ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰੋ।**

**ਪਾਠ 1 ਕੰਪਿਊਟਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਪਛਾਣ**

ਕੰਪਿਊਟਰ ਕੀ ਹੈ?

- ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਪਰੀਭਾਸ਼ਾ
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਵਿਚ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ

**ਪਾਠ 2 ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ**

- ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਬਲਾਕ ਡਾਇਗਰਾਮ
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

**ਪਾਠ 3 ਵਿੰਡੋਜ਼ ਨਾਲ ਜਾਣ - ਪਛਾਣ**

- ਆਪਰੇਟਿੰਗ ਸਿਸਟਮ ਕੀ ਹੈ?
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਕਿਵੇਂ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ
- ਡੈਸਕਟਾਪ ਕੀ ਹੈ, ਆਈਕਾਨ, ਟਾਸਕ ਬਾਰ
- ਆਈਕਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?
- ਟਾਸਕ ਬਾਰ ਕੀ ਹੈ
- ਵਿੰਡੋਜ਼ ਦੇ ਭਾਗ, ਟਾਈਟਲ ਬਾਰ, ਮੀਨੂ ਬਾਰ, ਟੂਲ ਬਾਰ, ਸਕਰੋਲ ਬਾਰ
- ਕੰਪਿਊਟਰ ਕਿਵੇਂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ

**ਪਾਠ 4 ਐਮ.ਐਸ.ਪੇਂਟ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ।**

- ਪੇਂਟ ਕੀ ਹੈ ?
- ਪੇਂਟ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ
- ਪੇਂਟ ਦੀ ਵਿੰਡੋ ਦੇ ਭਾਗ
- ਪੇਂਟ ਦੀ ਵਿੰਡੋ ਦੇ ਟੂਲਜ਼
- ਟੈਬਜ਼ (ਹੋਮ ਟੈਬਜ਼ , ਵੀਊ ਟੈਬਜ਼)

**ਪਾਠ 5 ਐਮ.ਐਸ.ਪੇਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ**

- ਹੋਮ ਟੈਬ ਦੀ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਵਕ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਵੀਊ ਟੈਬ ਦੀ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਵਕ ਜਾਣਕਾਰੀ
- (ਕਮਾਡਜ਼ ਦੇ ਸ਼ਾਰਟਕੱਟਜ਼)



**ਪਾਠ 6 ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਅਤੇ ਸਾਫਟਵੇਅਰ**

- ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਕੀ ਹੈ?
- ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਕੀ ਹੈ ?
- ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ
- ਸਿਸਟਮ ਅਤੇ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਸਾਫਟਵੇਅਰ

**ਪਾਠ 7 ਇਨਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸਸ**

- ਇਨਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
- ਇਨਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋ
- ਇਨਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਕਿਸਮਾਂ
- ਮਾਊਸ,ਕੀ ਬੋਰਡ,ਮਾਈਕਰੋਫੋਨ,ਸਕੈਨਰ,ਵੈਬ ਕੈਮਰਾ, ਜਆਏ ਸਟਿਕ,ਲਾਈਟ ਪੈਨ, ਟੱਚ ਪੈਡ

**ਪਾਠ 8 ਆਊਟਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸਸ**

- ਆਊਟਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
- ਆਊਟਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋ
- ਆਊਟਪੁੱਟ ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਕਿਸਮਾਂ:

ਮੋਨੀਟਰ,ਪ੍ਰਿੰਟਰ,ਸਪੀਕਰ,ਪਲੋਟਰ

**ਪਾਠ 9 ਵਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ ਨਾਲ ਜਾਣ -ਪਛਾਣ**

- ਵਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ ਅਤੇ ਕਿਸਮਾਂ
- ਨੋਟ ਪੈਡ, ਵਰਡ ਪੈਡ ਅਤੇ ਐਮ.ਐਸ ਵਰਡ

ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

- ਵਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
- ਐਮ.ਐਸ ਵਰਡ ਦੀ ਵਿੰਡੋ ਦੇ ਭਾਗ
- ਐਮ.ਐਸ ਵਰਡ ਵਿੱਚ ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਤਿਆਰ

ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸੇਵ ਕਰਨਾ

- ਐਮ.ਐਸ ਵਰਡ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣਾ

**ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ : ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦਾ ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਵੇਗਾ।**

**ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ  
ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ  
ਲਿਖਤੀ ਭਾਗ**

**ਪਾਠ ਨੰ:**

1. ਸਿਹਤ
2. ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ  
(ੳ) ਘਰ ਦੀ (ਅ) ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ (ੲ) ਸਕੂਲ ਦੀ
3. ਹਾਕੀ ਦਾ ਜਾਦੂਗਰ- ਮੇਜਰ ਧਿਆਨ ਚੰਦ
4. ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਲੋਕ ਖੇਡਾਂ
5. ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿੱਖਿਆ
6. ਕੌਮੀ ਝੰਡਾ  
(ੳ) ਇਤਿਹਾਸ (ਅ) ਬਣਾਵਟ (ੲ) ਰੰਗ (ਸ) ਚੱਕਰ (ਹ) ਆਕਾਰ (ਕ) ਝੰਡਾ ਲਹਿਰਾਉਣ ਦੇ ਅਵਸਰ  
(ਖ) ਝੰਡਾ ਲਹਿਰਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ
7. ਕੌਮੀ ਗੀਤ ਅਤੇ ਕੌਮੀ ਗਾਣ  
(ੳ) ਭਾਵ (ਅ) ਮਹੱਤਤਾ (ੲ) ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ

**ਪ੍ਰਯੋਗੀ**

**ਗਰੁੱਪ (ੳ) ਖੇਡਾਂ**

**ਨੋਟ:-** ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਇੱਕ ਖੇਡ ਚੁਣਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਲੜਕਿਆਂ ਲਈ ਖੇਡਾਂ-ਫੁੱਟਬਾਲ, ਹਾਕੀ ਹੈਂਡਬਾਲ, ਬਾਸਕਟਬਾਲ, ਵਾਲੀਬਾਲ, ਕਬੱਡੀ, ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ, ਕ੍ਰਿਕਟ, ਬੈਡਮਿੰਟਨ, ਬਾਕਸਿੰਗ (ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ੀ), ਤੈਰਾਕੀ ਅਤੇ ਖੋ-ਖੋ।

ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਖੇਡਾਂ-ਹਾਕੀ, ਹੈਂਡਬਾਲ, ਵਾਲੀਬਾਲ, ਬਾਸਕਟਬਾਲ, ਖੋ-ਖੋ, ਬੈਡਮਿੰਟਨ, ਸੋਫਟਬਾਲ ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ।

**ਗਰੁੱਪ (ਅ)-ਐਥਲੈਟਿਕਸ**

**ਦੌੜਾ-ਲੜਕੀਆਂ**

- (1) 50 ਮੀਟਰ (2) 200 ਮੀਟਰ

**ਲੜਕੇ**

- (1) 100 ਮੀਟਰ (2) 400 ਮੀਟਰ

**ਛਾਲਾਂ :-**

ਲੰਬੀ ਛਾਲ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਛਾਲ

ਸੁੱਟਾਂ-ਕ੍ਰਿਕਟ ਬਾਲ ਜਾਂ ਗੋਲਾ 6 ਪੌਂਡ (ਲੜਕੇ) 4 ਪੌਂਡ (ਲੜਕੀਆਂ)

**ਗਰੁੱਪ (ੲ) ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ**

ਬਿਨਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਤੋਂ ਜਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਨਾਲ

**ਗਰੁੱਪ (ਸ)**

ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:-

- (1) ਯੋਗ (2) ਲੋਕ-ਨਾਚ (3) ਕਾਲਿਸਥੈਟਿਕਸ (ਹਲਕੀਆਂ ਸਮਨਾਸਟਿਕ ਕਸਰਤਾਂ) (4) ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ (5) ਰੀਲੇਜ਼

**ਗਰੁੱਪ (ੳ) ਖੇਡਾਂ**

**(1) ਫੁੱਟਬਾਲ**

1. ਕਿਕਿੰਗ : ਖੜ੍ਹੀ ਬਾਲ, ਹੌਲੀ ਚੱਲ ਦੀ ਬਾਲ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਬਾਲ ਨੂੰ ਨੀਵੀਂ ਕਿੱਕ ਮਾਰਨਾ।
2. ਬਾਲ ਰੋਕਣਾ : ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੋਈ ਅਤੇ ਚੱਲਦੀ ਬਾਲ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ।
3. ਪਾਸ ਹੋਣਾ : ਸਿੱਧਾ ਅਤੇ ਤਿਰਛਾ ਪਾਸ

**(2) ਹਾਕੀ**

1. ਹਾਕੀ ਫੜਨਾ

2. ਹਿੱਟ ਕਰਨਾ : ਸਿੱਧੀ ਹਿੱਟ ਮਾਰਨਾ
3. ਰੋਕਣਾ : ਬਾਲ ਰੋਕਣੀ
4. ਪਾਸ : ਸਿੱਧਾਂ ਪਾਸ ਹੋਣਾ
5. ਡਰਿਬਲਿੰਗ : ਸਾਦੀ ਡਰਿਬਲਿੰਗ
6. ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (3) ਹੈਂਡਬਾਲ

1. ਬਾਲ ਫੜਨੀ
2. ਬਾਲ ਸੁੱਟਣੀ
3. ਡਰਿਬਲਿੰਗ ਕਰਨੀ
4. ਬਾਲ ਨੂੰ ਕੈਚ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਬੁੱਚਣਾ
5. ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (4) ਵਾਲੀਬਾਲ

1. ਸਰਵਿਸ : ਸਿੱਪਲ ਸਰਵਿਸ ਕਰਨੀ
2. ਪਾਸ : ਅੰਡਰ ਹੈਂਡ ਪਾਸ ਅਤੇ ਅੱਪਰ ਹੈਂਡ ਪਾਸ
3. ਬਾਲ ਲੈਣੀ : ਅੰਡਰ ਹੈਂਡ ਅਤੇ ਅੱਪਰ ਹੈਂਡ ਬਾਲ ਲੈਣੀ

### (5) ਬਾਸਕਟਬਾਲ

1. ਬਾਲ ਫੜਨੀ ਅਤੇ ਖਿਡਾਰੀ ਦੇ ਖੜ੍ਹਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ (ਸਟਾਂਸ)
2. ਡਰਿਬਲਿੰਗ : ਸਿੱਪਲ ਡਰਿਬਲਿੰਗ
3. ਪਾਸ : ਛਾਤੀ ਜਾਂ ਪੁੱਛ ਪਾਸ, ਅੰਡਰ ਹੈਂਡ ਪਾਸ, ਓਵਰ ਹੈਂਡ ਪਾਸ

### (6) ਬੈਡਮਿੰਟਨ

1. ਰੈਕਟ ਫੜਨਾ
2. ਪੈਰਾਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹਨ ਦੀ ਆਦਤ (ਸਟਾਂਸ)
3. ਚਿੜੀ ਫੜਨਾ ਅਤੇ ਉਛਾਲਣਾ
4. ਸਰਵਿਸ ਕਰਨ ਦਾ ਢੰਗ
5. ਹਿੱਟ ਕਰਨ ਦਾ ਢੰਗ
6. ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (7) ਕਬੱਡੀ

1. ਕਬੱਡੀ ਕੈੱਟ
2. ਖੇਡ : ਮਿਡ ਲਾਇਨ ਕਰਾਸ
3. ਰੇਡਰ ਨੂੰ ਫੜਨਾ : ਗੁੱਟ ਤੋਂ ਅਤੇ ਗਿੱਟੋ ਤੋਂ
4. ਛੂਹਣਾ : ਪੈਰ ਨਾਲ ਅਤੇ ਹੱਥ ਨਾਲ
5. ਕਿੱਕ : ਸਾਹਮਣੇ ਕਿੱਕ, ਬੈਕ ਕਿੱਕ ਅਤੇ ਸਾਇਡ ਕਿੱਕ
6. ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ

### (8) ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ
2. ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਇਲ
3. ਦਸਤੀ : ਇਸਦਾ ਕਾਊਂਟਰ ਅਤੇ ਗੀ-ਕਾਊਂਟਰ
4. ਮੋੜਾ : ਇਸਦਾ ਕਾਊਂਟਰ ਅਤੇ ਗੀ-ਕਾਊਂਟਰ
5. ਬੰਗੜੀ : ਇਸਦਾ ਕਾਊਂਟਰ ਅਤੇ ਗੀ-ਕਾਊਂਟਰ
6. ਮੋਚ : ਇਕਹਰੀ ਅਤੇ ਦੁਸਰੀ

7. ਕੁਸ਼ਤੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

**(9) ਕ੍ਰਿਕਟ**

1. ਬੈਟਿੰਗ : ਪਕੜ, ਸਟਾਂਸ, ਸਟਰੋਕ, ਬੈਕ, ਲਿਫਟ, ਡੀਫੈਂਸ, ਬੈਟਿੰਗ
2. ਬਾਊਲਿੰਗ : (1) ਪਕੜ (2) ਸਿੰਪਲ ਬਾਊਲਿੰਗ
3. ਫੀਲਡਿੰਗ : ਗੇਂਦ ਨੂੰ ਰੋਕਣ, ਕੈਚ ਕਰਨਾ।

**(10) ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ੀ**

1. ਬਾਕਸਿੰਗ ਟਸਾਂਸ
2. ਫੁੱਟ ਵਰਕ (ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਹਰਕਤ ਸਾਰਿਆਂ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ)
3. ਸਿੱਧੇ ਪੰਚ
4. ਮੁੱਢਲੇ ਬਚਾਓ

**(11) ਤੈਰਾਕੀ**

1. ਤੈਰਾਕੀ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ
2. ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ
3. ਸਿੱਧੇ ਤੈਰਨਾ
4. ਤਲਾਬ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ

**(12) ਖੋ-ਖੋ**

1. ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
2. ਚੋਰਸ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੈਠਣਾ
3. ਖੋ-ਖੋ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ
4. ਡਾਜ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਝਕਾਨੀ ਮਾਰਨਾ
5. ਅਸਲੀ ਖੇਡ

**(13) ਸੌਫਟ ਬਾਲ**

1. ਸਟਾਂਸ : ਸਟਰਾਈਕਰ ਲਈ
2. ਸਟਾਂਸ : ਪੀਚਿੰਗ
3. ਕੈਚਰ ਲਈ ਅਭਿਆਸ
4. ਥਰੋ ਦੀ ਬਾਲ

**ਗਰੁੱਪ (ਅ) ਐਥਲੈਟਿਕਸ ਵਿਸਥਾਰ ਰੈਡੀਰੈਕਨਟ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ।**

**ਗਰੁੱਪ (ਬ) ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ**

**(ੳ) ਬਿਨਾਂ ਸਮਾਨ ਤੋਂ ਅਭਿਆਸ**

1. ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ ਸਥਿਤੀਆਂ
2. ਨਾਚ ਕਦਮ
3. ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਲੌਟਣੀ ਖਾਣਾ
4. ਸਪਲਿਟ ਅਤੇ ਸੀਜ਼ਰ ਜੰਪ
5. ਰੱਸੀ ਟੱਪਣਾ
6. ਦੌੜਦੇ ਹੋਏ ਲੰਬੀ ਛਾਲ ਮਾਰਨਾ

**(ਅ) ਬੋਲਿਸਿੰਗ ਬੀਮ ਤੇ ਕਸਰਤਾਂ ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ**

1. ਮਾਊਂਟਸ (ਚੜਨਾ) ਬੀਮ ਉੱਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੋਖੇ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਚੜ੍ਹਨਾ
2. ਡਿਸਮਾਊਂਟਸ (ਉਤਰਨਾ)
3. ਬੀਮ ਤੇ ਚੱਲਣਾ : ਚੱਲਣ ਦੇ ਸੋਖੇ ਢੰਗਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ ਚੱਲਣਾ
4. ਬੀਮੇ ਦੇ ਨੱਚਣ ਵਾਲੇ ਕਦਮ (ਸਟੈੱਪ) ਲੈਣੇ।

**(ੲ) ਵਾਲਟਿੰਗ (ਹੋਰਸ) (ਬੋਰਡ ਬੋਸ) ਲੜਕੇ**

1. ਸਾਧਾਰਨ ਜੰਪ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਡਿੱਗਣਾ
2. ਨੀਜ਼ ਐਨ, ਜੰਪ ਆਫ (ਗੋਡੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਅਤੇ ਜੰਪ ਮਾਰਨਾ)
3. ਐਸਟਾਰਬੀਡ ਵਾਲਟ (ਲੱਤਾਂ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਜੰਪ ਕਰਨਾ)
4. ਬਰੋ ਵਾਲਟ (ਘੋੜਾ ਪਾਰ ਕਰਨਾ)

**ਗਰੁੱਪ (ਸ) ਨੋਟ:- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

1. ਯੋਗ : ਤਾੜ ਆਸਣ, ਅਰਧ ਚੰਦਰ ਆਸਣ, ਭੁਜੰਗ ਆਸਣ
2. ਕਾਲੀਸਥੈਨਿਕ : ਹਲਕੀਆਂ ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ ਕਸਰਤਾਂ ਜਾਂ ਐਲ.ਐਫ.ਸੀ, ਸਿਲੇਬਸ ਅਨੁਸਾਰ
3. ਲੋਕ ਨਾਚ : ਭੰਗੜੇ ਦੇ ਮੂਲ ਕਦਮ
4. ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ : ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੀ ਸੂਝ ਅਨੁਸਾਰ ਖੇਡਾਂ ਕਰਵਾਏ।

**ਗਰੁੱਪ (ੳ) ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।**

1. ਸਿਧਾਂਤ 60%
2. ਖੇਡ 40%

ਗਰੁੱਪ (ਅ) ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਅੰਕ ਰੈਡੀਰੈਕਨਰ ਦੇ ਪੱਧਰ ਮੁਤਾਬਿਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਗਰੁੱਪ (ੲ) ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਮੁਲਅੰਕਣ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਤਿੰਨ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਮੁਲਅੰਕਣ ਕਰਨਗੇ।

**ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ : ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ-6 (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ ਮਾਧਿਅਮ)**

**ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ**

#### 4. ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈ

##### ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

1. ਕੱਚਾ, ਬਖੀਆ, ਕੱਚਾ ਬਖੀਆ (Run & Back ) ਸਾਦੀ ਸਿਲਾਈ , ਉਲੇੜੀ,ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਬੁਸ਼ਟਰ ਦੇ ਬਟਨ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ।
2. ਉਪਰੋਕਤ ਟਾਂਕਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਕੇ ਦੋ ਨਰਮ ਭਰੇ ਹੋਏ ਖਿਡੌਣੇ (Soft Toys) ਬਣਾਉਣੇ।
3. ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਝਬਲਾ ਹੱਥ ਨਾਲ ਸਿਲਾਈ ਕਰਕੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
4. ਦੋ ਤਰੀਕੇ ਦੇ ਲੰਗੋਟ (Diapers) ਹੱਥ ਨਾਲ ਸਿਲਾਈ ਕਰਕੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

**ਨੋਟ: ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਕਟਾਈ ਅਧਿਆਪਕ ਕਰਕੇ ਦੇਣਗੇ।**

#### 5. ਨੀਡਲ ਵਰਕ

##### ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

1. ਕੱਚਾ ਟਾਂਕਾ, ਬਖੀਆ ਅਤੇ ਉਲੇੜੀ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
2. ਮੈਟੀ ਜਾਂ ਟਾਟ ਦੇ ਮੋਟੇ ਧਾਗੇ ਨਾਲ ਦਸੂਤੀ, ਮੱਛੀ ਟਾਂਕਾ ਅਤੇ ਕਾਂਥਾ ਵਰਕ (ਛੋਟਾ-ਛੋਟਾ ਕੱਚਾ ਟਾਂਕਾ) ਸਿੱਖਣਾ ਅਤੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ।
3. ਲਜ਼ੀ ਡੇਜ਼ੀ, ਚੇਨ ਸਟਿਚ ਅਤੇ ਡੰਡੀ ਟਾਂਕੇ ਨਾਲ ਦੋ ਰੁਮਾਲ (9"×9") ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ।
4. ਦਸੂਤੀ ਟਾਂਕੇ ਨਾਲ ਮੇਜ਼ਪੋਸ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

ਕਾਂਥਾ ਵਰਕ ਨਾਲ ਟਰੇਅ ਕਵਰ ਜਾਂ ਥਾਲੀ ਦਾ ਕਵਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ

## 6. ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)

1. ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ: ਭੋਜਨ, ਕੱਪੜਾ ਅਤੇ ਮਕਾਨ
2. ਭੋਜਨ ਦੇ ਕੰਮ: ਭੋਜਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ
3. ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਕਾਰਨ: ਪਕਾਏ ਅਤੇ ਅਣਪਕਾਏ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਫਰਕ-ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ: ਭੁੰਨਣਾ, ਸੇਕਣਾ, ਉਬਾਲਣਾ ਅਤੇ ਤਲਣਾ, ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਸਮੇਤ।
4. ਘਰ
  - ਘਰ ਦਾ ਅਰਥ
  - ਚੰਗੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਮਹੱਤਵ
  - ਘਰ ਦੀ ਸਫਾਈ -ਝਾੜੂ ਲਾਉਣਾ, ਪੋਚਾ ਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਨਾਲ ਸਫਾਈ ਕਰਨੀ
  - ਝਾੜੂਆਂ ਅਤੇ ਬੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ
5. ਸ਼ੁੱਧ ਹਵਾ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ
  - ਹਵਾ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ
  - ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ
6. ਪਹਿਨਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਚੋਣ
7. ਸੂਤੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ
  - ਸੂਤੀ ਕੱਪੜੇ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ ਠੀਕ ਸਾਬਨ ਅਤੇ ਪਾਊਡਰ
  - ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤਿਆਰੀ (ਪ੍ਰੈਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤਹਿ ਲਗਾਉਣਾ)
8. ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ
  - ਅੱਖਾਂ, ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ
  - ਨਹਾਉਣ ਦਾ ਮਹੱਤਵ

### ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)

1. ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਤੇਲ ਵਾਲੇ ਸਟੋਵ ਤੇ ਗੈਸ ਦਾ ਸਟੋਵ ਚਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਵਰਤਣਾ।
2. ਚਾਹ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਪਰੋਸਣਾ
3. ਆਂਡੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਅਤੇ ਅੱਧਾ ਉਬਾਲਣਾ
4. ਨਿੱਜੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ- ਫਰਾਕ, ਜਾਂਘੀਆਂ, ਸਲਵਾਰ, ਕਮੀਜ਼ ਅਤੇ ਦੁਪੱਟਾ
5. ਕੱਚਾ, ਬਖੀਆ, ਕੱਚਾ ਬਖੀਆ, ਸਾਦੀ ਸਲਾਈ, ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਉਲੇੜੀ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ
6. ਦਸ ਇੰਚ ਲੰਬੇ ਅਤੇ ਦਸ ਇੰਚ ਚੌੜੇ ਰੁਮਾਲ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤੇ ਉਲੇੜੀ ਕਰਨਾ।

## 7. ਸੰਗੀਤ (ਗਾਇਨ)

### ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

### ਪਰਚਾ ਏ -ਲਿਖਤੀ

#### ਭਾਗ-ੳ

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ  
i. ਸੰਗੀਤ (ਗਾਇਨ, ਵਾਦਨ ਅਤੇ ਨ੍ਰਿਤ)  
ii. ਸੁਰ (ਸੁੱਧ ਕੌਮਲ ਅਤੇ ਤੀਬਰ)  
iii. ਲੈਅ (ਵਿਲੰਬਤ, ਮੱਧ ਅਤੇ ਦਰੁਤ)  
iv. ਸਪਤਕ (ਮੰਦਰ, ਮੱਧ ਅਤੇ ਤਾਰ)  
v. ਅਰੋਹ, ਅਵਰੋਹ  
vi. ਨਾਦ

2. ਹਰਮੋਨੀਅਮ ਦਾ ਵਰਣਨ

#### ਭਾਗ-ਅ

1. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਭੁਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਕਹਿਰਵਾ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
3. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦਸ਼ ਦੀ ਸੁਰਲਿਪ.
4. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਪੀ

### ਪਰਚਾ ਬੀ-ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ

#### ਪਾਠਕ੍ਰਮ

1. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ
  - (ੳ) ਅਰੋਹ: ਸਾ ਰੇ ਗਾ ਮਾ ਪਾ ਧਾ ਨੀ ਸਾਂ  
ਅਵਰੋਹ : ਸਾਂ ਨੀ ਧਾ ਪਾ ਮਾ ਗਾ ਰੇ ਸਾ
  - (ਅ) ਅਰੋਹ :ਸਾਸਾ ਰੇਰੇ ਗਾਗਾ.....  
ਅਵਰੋਹ :ਸਾਂਸਾਂ ਨੀਨੀ ਧਾਧਾ .....
  - (ੲ) ਅਰੋਹ :ਸਾਰੇਗਾ ,ਰੇਗਾਮਾ ,ਗਾਮਾਪਾ .....
  - ਅਵਰੋਹ : ਸਾਂਨੀਧਾ,ਨੀਧਾਪਾ ,ਧਾਪਾਮਾ.....
2. ਭੁਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਛੋਟਾ ਖਿਆਲ।
3. ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਕਹਿਰਵਾ ਤਾਲ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ ।
4. ਉਪਰੋਕਤ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਇਕ ਭਜਨ ਜਾਂ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਲੋਕਗੀਤ
5. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ

ਨੋਟ: ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖਿਆਲ ਗੀਤ, ਸ਼ਬਦ ਆਦਿ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਹੋਣਗੇ।

#### ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ

1. ਗਾਇਨ (ਪੰਜਾਬੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ , ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ।
2. ਗਾਇਨ (ਹਿੰਦੀ ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ , ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ



**8. ਸੰਗੀਤ ਵਾਦਨ**  
**ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ)**  
**ਭਾਗ-ੳ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:-
  - ਸੰਗੀਤ(ਗਾਇਨ, ਵਾਦਨ ਅਤੇ ਨਰਿਤ)
  - ਸੁਰ(ਸੁੱਧ, ਕੋਮਲ ਅਤੇ ਤੀਬਰ)
  - ਲੈਅ(ਵਿਲੰਬਤ, ਮੱਧ ਅਤੇ ਦਰੁਤ)
  - ਸਪਤਕ(ਮੰਦਰ, ਮੱਧ ਅਤੇ ਤਾਰ)
  - ਅਰੋਹ, ਅਵਰੋਹ
  - ਨਾਦ

2. ਸਿਤਾਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

**ਭਾਗ-ਅ**

1. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਭੁਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ) ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲ(ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਕਹਿਰਵਾ) ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

**ਪਰਚਾ-ਬੀ-ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ**  
**ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ
  - ਅਰੋਹ: ਸਾ ਰੇ ਗਾ ਮਾ ਪਾ ਧਾ ਨੀ ਸਾਂ
  - ਅਵਰੋਹ: ਸਾਂ ਨੀ ਧਾ ਪਾ ਮਾ ਗਾ ਰੇ ਸਾ
  - ਅਰੋਹ: ਸਾਸਾ ਰੇਰੇ ਗਾਗਾ ..
  - ਅਵਰੋਹ: ਸਾਂਸਾਂ ਨੀਨੀ ਧਾਧਾ
  - ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇਗਾ,ਰੇਗਾਮਾ, ਗਾਮਾਪਾ
  - ਅਵਰੋਹ ਸਾਂਨੀਧਾ,ਨੀਧਾਪਾ,ਧਾਪਾਮਾ
2. ਭੁਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰੁੱਤਗਤ।
3. ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਕਹਿਰਵਾ ਤਾਲ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ
4. ਉਪਰੋਕਤ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਧੁਨ ਵਜਾਉਣੀ।
5. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ ਦੀ ਧੁਨ ਵਜਾਉਣੀ।

**ਨੋਟ:- ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਤਮਿਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਵਜਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਹੋਣਗੀਆਂ।**

- ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ: 1. ਵਾਦਨ(ਪੰਜਾਬੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
2. ਵਾਦਨ(ਹਿੰਦੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ

**9. ਨਿ੍ਤ**  
**ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ)**  
**ਭਾਗ-ੳ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:
  - i. ਨਿ੍ਤ
  - ii. ਸਮ, ਤਾਲੀ, ਖਾਲੀ ਅਤੇ ਲੈਅ
  - iii. ਪਤਾਕਾ,ਤਰੀਪਤਾਕਾ ਮੁਦ੍ਰਾਵਾਂ
2. ਕੱਥਕ ਨਿ੍ਤ ਦੀ ਵੇਸ਼ਭੂਸ਼ਾ

**ਭਾਗ-ਅ**

1. ਤਿਨ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਕੱਥਕ ਨਿ੍ਤ ਦੇ ਦੋ ਤੋੜੇ, ਆਮਦ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਲਾਮੀ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਖੀ ।
2. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ।
3. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਖੀ

**ਪਰਚਾ-ਬੀ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ**

**ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦਾ ਤਿੰਨ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ :
  - (ੳ) ਤਤਕਾਰੋ
  - (ਅ) ਸਧਾਰਨ ਤੋੜੇ
  - (ੲ) ਆਮਦ
  - (ਸ) ਸਲਾਮੀ
2. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਾਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ:
  - (ੳ) ਕਹਿਰਵਾ
  - (ਅ) ਤਿੰਨ ਤਾਲ
3. ਲੋਕ ਨਿ੍ਤ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ

ਸਾਂਤਵੀਂ ਸ਼ੁੱਠੀ

**ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**(1) ਪੰਜਾਬੀ (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)**

**ਲਿਖਣ ਸਮੱਗਰੀ**

1. ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:
  - (i) ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ
  - (ii) ਸਕੂਲ ਜੀਵਨ
  - (iii) ਖੇਡਾਂ, ਮੈਚ
  - (iv) ਕਿਸੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਸਮ ਦਾ ਵਰਨਣ ਜਿਵੇਂ ਵੇਖੇ ਵਿਆਹ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼
  - (v) ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ

ਨੋਟ : ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇ ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਾਲੇ ਹੀ ਰੱਖ ਕੇ ਪਰ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਦੇ ਕੇ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਲਗ-ਪਗ 15 ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਾਏ ਜਾਣਗੇ।

**ਚਿੱਠੀਆਂ:** ਪਰਿਵਾਰਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਚਿੱਠੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ-ਵਰਨਣ ਵਾਲੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ।

**ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ :**

ਸਥਾਨਿਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਬੀ. ਡੀ. ਓ., ਮਿਉਂਸਪਲ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਮੁਖੀ, ਸਰਪੰਚ, ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ, ਪੋਸਟ ਮਾਸਟਰ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ/ਮੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਚਿੱਠੀਆਂ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗ-ਪਗ 10 ਹੋਵੇਗੀ।

3. ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਾਂਸਕ੍ਰਿਤਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਸਦਾਚਾਰਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੱਸ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਕੁੱਲ ਕਹਾਣੀਆਂ 10 ਹੋਣਗੀਆਂ।
4. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਅਤੇ ਹਰ ਪਾਠ ਪਿੱਛੇ ਦਿੱਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
5. ਸ਼੍ਰੇਣੀ/ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮੀਟਿੰਗ ਜਾਂ ਸਮਾਰੋਹ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਡਾਇਰੀ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

**ਵਿਆਕਰਨ (ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ)**

- (1) ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੇ ਵਿਆਕਰਨ -ਅੰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਕਿਆਈ।
- (2) ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦ-ਭੇਦ।
- (3) ਬਹੁਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।
- (4) ਇੱਕ ਧਾਤੂ ਤੋਂ ਬਣਦੇ ਵੱਖਰੇ - ਵੱਖਰੇ ਸ਼ਬਦ - ਰੂਪਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ।

**ਨਿਯਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ :** ਪੰਜਾਬੀ ਪੁਸਤਕ-7 (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ) ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਕਰਨ ਤੇ ਲੇਖ - ਰਚਨਾ (ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)

**ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)**

**ਉਦੇਸ਼**

**1. ਪੜ੍ਹਾਈ**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੜ੍ਹਨ-ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਬੋਲ ਕੇ ਅਤੇ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਵਿਸਰਾਮ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਸਹੀ ਉਚਾਰਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਛਪੀ ਸਮਗਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (4) ਉਹ ਹਿੰਦੀ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿਖੇੜਾ ਕਰ ਸਕੇ।
- (5) ਉਹ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਿਖਤ ਅਰਥਾਤ ਕਵਿਤਾ, ਕਹਾਣੀ, ਵਾਰਤਾ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਠਰ੍ਹੰਮੇ ਤੇ ਵਹਾਅ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕੇ।

**2 (ਉ) ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ (ਪੜ੍ਹ ਕੇ)**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।

**(ਅ) ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ (ਸੁਣ ਕੇ)**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਕੇ।
- (2) ਉਹ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲੁਕੇ ਵਿਅੰਗ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸਮਝ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਚੁਟਕਲੇ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।

**3 ਪ੍ਰਗਟਾਅ (ੳ) ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਗਟਾਅ**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਲਤਾ ਅਤੇ ਰਵਾਨੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਕਿਸੇ ਜਾਣੀ-ਪਛਾਣੀ ਵਸਤੂ, ਥਾਂ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।

**(ਅ) ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ**

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਦੇ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਸੋਹਨਾ ਕਰਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ।
  - (2) ਉਹ ਗੁਰਮੁਖੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਦੇਵਨਾਗਰੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ।
  - (3) ਉਹ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲਿਖ ਸਕੇ।
  - (4) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
  - (5) ਉਹ ਨਿੱਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
  - (6) ਆਪਣੀ ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ/ਮਿੱਤਰ ਤੇ ਸਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਆਦਿ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ) ਦੀ ਲਿਖਣ ਸਮਗਰੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਦੇ ਰੂਪ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹੋਣਗੇ:  
ਲੇਖ, ਚਿੱਠੀ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ, ਕਹਾਣੀ, ਕਵਿਤਾ, ਸਫ਼ਰ, ਘਟਨਾ ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼-ਵਰਨਣ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ ਆਦਿ।

**ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ(ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)**

**ਲਿਖਣ ਸਮਗਰੀ**

**ਨਿਬੰਧ :** ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਾਲੇ ਹੀ ਰੱਖ ਕੇ ਪਰੰਤੂ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਦੇ ਕੇ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਉਣਾ। ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਲਗ-ਪਗ 12 ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

**ਚਿੱਠੀਆਂ :** ਪਰਿਵਾਰਕ/ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਉਣਾ। ਚਿੱਠੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਵਰਨਣ ਵਾਲੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ।

**ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ :** ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀ, ਜੁਰਮਾਨਾ-ਮਾਫ਼ੀ ਆਦਿ ਲਈ ਅਤੇ ਸਥਾਨਿਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਬੀ. ਡੀ. ਓ./ਸਰਪੰਚ ਜਾਂ ਮਿਉਂਸਪਲ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੁਖੀ, ਸਿਹਤ-ਅਧਿਕਾਰੀ, ਪੋਸਟ ਮਾਸਟਰ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਮੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਬਿਨੈ ਪੱਤਰ ਲਿਖਣਾ। ਇਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਚਿੱਠੀਆਂ ਐਤ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗ-ਪਗ 10 ਹੋਵੇਗੀ।

**ਕਹਾਣੀਆਂ :** ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਸੁਣਾਈਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣਾ। ਅਜਿਹੀਆਂ 5 ਕਹਾਣੀਆਂ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

**ਪਾਠ-ਅਭਿਆਸ :** ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਤੇ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਸਾਰ ਲਿਖਣੇ। ਹਿੰਦੀ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਤੋਂ ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਇਹਨਾਂ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

**ਵਿਆਕਰਨ :** ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਮਿਥੇ ਵਿਆਕਰਨ- ਅੰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਕਿਆਈ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਰਲ ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ ਅਤੇ ਅਖਾਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸਿਖਾਉਣਾ।

**ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ :** ਪੰਜਾਬੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ-7 (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ) (ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)

(2) हिन्दी (प्रथम भाषा)

कक्षा सातवीं

मूल उद्देश्य

1. अपने मानसिक स्तर के अनुसार विद्यार्थी हिन्दी भाषा (उच्चारित तथा लिखित) को ठीक समझ सके । लिखित भाषा को शुद्ध हिन्दी भाषा में लिख सके ।
2. विद्यार्थियों में राष्ट्रीय, सांस्कृतिक एवं मानवीय मूल्यों का बोध एवं विकास हो सके ।

सामान्य उद्देश्य

पढ़ाई

1. विद्यार्थी पठन-सामग्री को ऊँचा बोलकर एवं चुपचाप मन में गति के साथ पढ़ सके ।
2. पढ़ते समय वाक्य में लगे विराम-चिह्नों के अनुसार लेखक के हाव-भाव को समझ सके ।
3. छपी सामग्री के अतिरिक्त अपने हाथ का लिखा हुआ एवं दूसरे का हस्त-लिखित गति के साथ पढ़ सके ।
4. कविता अथवा गीत को लय के साथ पढ़ कर रसानुभूति कर सके ।
5. कहानी, निबन्ध एवं समाचार-पत्र आदि को प्रवाह के साथ पढ़कर समझ सके ।

ग्रहण करना

(क) सुनकर ग्रहण करना

1. विद्यार्थी दूसरे के विचारों को एकाग्रता से सुनकर समझ सके ।
2. विद्यार्थी वक्ता के शुद्ध-अशुद्ध उच्चारण में भेद कर सके ।
3. कविता एवं गीतों को सुनकर उनका रसास्वादन कर सके ।

(ख) पढ़कर ग्रहण करना

पाठ्य-सामग्री को पढ़कर उसका भाव ग्रहण कर सके ।

मौखिक अभिव्यक्ति

विद्यार्थी अपने विचारों को शुद्ध, सरल एवं प्रवाहपूर्ण भाषा में प्रकट करने में समर्थ हो सके ।

लिखित अभिव्यक्ति

1. विद्यार्थी यथासंभव सुन्दर, साफ़ तथा गतिपूर्ण ढंग से शुद्ध भाषा में लिख सके । पठित सामग्री पर आधारित पूछे गए प्रश्नों के ठीक उत्तर दे सकें ।
2. वह अपने विचारों को उपयुक्त शब्दावली का प्रयोग करके सरल वाक्यों पर आधारित अनुच्छेदों में लिख सकें ।
3. वह अपने अनुभव को गद्य/पद्य में अभिव्यक्त कर सके ।

हिन्दी (प्रथम भाषा)

कक्षा सातवीं (पाठ्यक्रम)

1. पद्यांश की सप्रसंग व्याख्या
2. पाठ्य-पुस्तक में से 6 लघूत्तर प्रश्न
3. पाठ्य-पुस्तक में से 3 निबन्धात्मक प्रश्न
4. पारिभाषिक व्याकरण
5. व्यावहारिक व्याकरण
  - लिंग और वचन परिवर्तन
  - भाववाचक संज्ञा और विशेषण निर्माण
  - विपरीतार्थक शब्द
  - पर्यायवाची शब्द
  - शब्द - शुद्धि
  - संधि
  - समास
  - उपसर्ग
  - प्रत्यय
  - विराम चिह्न
  - कठिन शब्दों / मुहावरों / लोकोक्तियों के अर्थ सहित वाक्य प्रयोग
  - क्रिया विशेषण, संबंध बोधक, योजक, विस्मयादि बोधक शब्दों की वाक्यों में पहचान
6. निबन्ध
7. पत्र / प्रार्थना-पत्र

नोट:-

1. इस स्तर पर लगभग 15 निबन्ध लिखने का अभ्यास करवाया जाये। निबन्धों के कुछ विषय इस प्रकार हो सकते हैं:-
  - पारिवारिक वातावरण

- स्कूल जीवन
- खेल प्रतियोगिताएं
- घर में आयोजित किसी समारोह का वर्णन जैसे विवाह, जन्मोत्सव आदि।
- पंजाब के मेले और त्योहार।
- समाज सुधारक, धार्मिक और राजनीतिक विशिष्ट व्यक्तियों से सम्बन्धित।
- सामान्य जीवन में प्रयुक्त होने वाले आविष्कार जैसे रेडियो, दूरदर्शन, टेलीफोन आदि।

## 2. पत्र तथा प्रार्थना-पत्र:-

- **पत्र:-** पारिवारिक तथा सामाजिक जीवन की विविध स्थितियों से सम्बन्धित पत्र लिखने का अभ्यास करवाया जाये।
- **प्रार्थना-पत्र:-** दैनिक जीवन से सम्बन्धित अपनी समस्याओं के समाधान तथा आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु अधिकारी वर्ग को प्रार्थना-पत्र लिखने का अभ्यास करवाया जाये।

लगभग 10 पत्र/ प्रार्थना-पत्र लिखने का अभ्यास करवाया जाये।

**पाठ्य-पुस्तक : हिन्दी पुस्तक -7 (प्रथम भाषा) (पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित)**

## हिन्दी (द्वितीय भाषा)

### उद्देश्य

#### 4. पढ़ना

- विद्यार्थी पठन सामग्री को बोलकर और चुपचाप मन में पढ़ सके।
- वह विराम चिह्नों के अनुसार और शुद्ध उच्चारण के साथ पढ़ सके।
- छपी सामग्री के अतिरिक्त वह हस्तलिखित भी गति के साथ पढ़ सके।
- वह हिन्दी और पंजाबी की ध्वनियों में अन्तर कर सके।
- पाठ्य-पुस्तक के अतिरिक्त वह समाचार-पत्र, पत्रिका या किसी अन्य पुस्तक में कविता, कहानी, लेख, वार्ता और सूचना आदि को प्रवाह के साथ पढ़ सके।

#### 5. ग्रहण करना

- सुनकर ग्रहण करना**
  - विद्यार्थी दूसरे के विचारों को सुनकर समझ सके।
  - वह शुद्ध और अशुद्ध उच्चारण में भेद कर सके।
  - वह कहानी, चुटकले, कविता एवं गीतों आदि का रसास्वादन कर सके।
- पढ़कर ग्रहण करना**
  - विद्यार्थी पाठ्य-पुस्तक को पढ़कर उसका भाव ग्रहण कर सके।
  - वह पाठ्य-पुस्तक के पाठों का सार बता सके तथा प्रश्नों के उत्तर दे सके।
  - पुस्तक के अन्त में दिए शब्द-कोश का प्रयोग करना सीख सके।

#### 6. अभिव्यक्ति

- मौखिक अभिव्यक्ति**
  - विद्यार्थी अपने विचारों को सरलता से तथा प्रवाह के साथ प्रकट कर सके।
  - वह अपने आस-पास के लोगों के साथ हिन्दी में बात कर सके।
  - वह किसी देखी-सुनी घटना या समाचार को बता सके।
- लिखित अभिव्यक्ति**
  - विद्यार्थी देवनागरी लिपि के अक्षरों को सुन्दर ढंग से लिख सके।
  - वह देवनागरी लिपि के शब्दों और गुरुमुखी लिपि के शब्दों में अन्तर करके उन्हें लिख सके।
  - वह पाठ्य-पुस्तक में से पढ़ी गई सामग्री में से पूछे गए सभी प्रश्नों के उत्तर शुद्ध रूप में लिख सके।
  - अपने विचारों को लिखकर प्रकट कर सके।
  - व्यावहारिक व्याकरण का ज्ञान प्राप्त कर सके।

### सातवीं श्रेणी (द्वितीय भाषा)

#### पाठ्य क्रम एवं प्रश्न-पत्र की रूपरेखा

1. सरलार्थ
2. पाठ्य-पुस्तक में से लघूत्तर प्रश्न (लगभग 20 शब्दों में)
3. पाठ्य-पुस्तक में से निबन्धात्मक प्रश्न (लगभग 60 शब्दों में)
4. पंजाबी शब्दों के हिन्दी रूप
5. कठिन भावों / मुहावरों का अर्थ सहित वाक्य प्रयोग
6. व्याकरण

- लिंग परिवर्तन
- वचन परिवर्तन
- भाववाचक संज्ञा
- विशेषण निर्माण
- समानार्थक शब्द
- विपरीतार्थक शब्द,
- शब्द शुद्धि
- विराम चिह्न
- क्रिया, काल, पुरूष, वाच्य, क्रिया विशेषण, सम्बन्ध बोधक, योजक, विस्मयादि बोधक की पहचान ।

#### रचना भाग

7. निबन्ध
8. पारिवारिक पत्र/प्रार्थना-पत्र / कहानी रचना

#### नोट:-

1. प्रश्न-पत्र पूर्णतया पाठ्य-पुस्तक पर आधारित होना चाहिए ।
2. निबन्ध के विषय छठी श्रेणी वाले रखकर कुछ विस्तार से लिखवाएं जाएं। इसके अतिरिक्त किसी महापुरूष/ देश भक्त/धार्मिक गुरु की जीवनियां करवायी जाएं। निबन्ध लगभग 150 शब्दों में हो। इनकी संख्या दस तक निश्चित है।
3. छठी श्रेणी में करवाए गए प्रार्थना-पत्रों के अतिरिक्त स्थानीय अधिकारी जैसे सरपंच/पोस्टमास्टर/स्वास्थ्य अधिकारी आदि को प्रार्थना-पत्र लिखवाए जाएं । इनके साथ पारिवारिक पत्र जैसे धन्यवाद पत्र/बधाई/घर से पैसे मंगवाने हेतु पत्र/घरेलू समाचार देने हेतु पत्र भी लिखवाए जाएं । इस स्तर पर पाँच पारिवारिक पत्र करवाए जाएं ।
4. कोई पाँच शिक्षाप्रद कहानियाँ लिखवाई जाएं ।

पाठ्य-पुस्तक : आओ हिन्दी सीखें -7 (पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित )



### **3. English**

#### **Class VII**

#### **Unit I Reading Skills**

One seen passage and one unseen passage followed by Comprehension questions.

#### **Unit II (Textbook)**

##### **Lessons**

1. How The Camel got Its Hump
2. The Selfish Giant
3. Deserts
4. Reaching for the Stars
5. Birbal Hits Back
6. Kindness always Pays
7. Let's Meet Them
8. A Clean Confession
9. The Child's Return-I
10. The Child's Return-II
11. A Letter From A Son to his Mother
12. The Olympic Games

##### **Poems**

- (i) My Shadow
- (ii) The Fox and the Grapes
- (iii) The Ice Cream Man
- (iv) The Master Plan
- (v) The Wind

#### **Unit-III (GRAMMAR)**

1. The Noun
2. Noun: Number
3. Noun: Gender
4. Nouns: Countable and Uncountable
5. Nouns: Possessive Case
6. Verbs: Main and Helping Verbs
7. Kinds of Verbs
8. Agreement of the Verb with its subject
9. Active and Passive Voice
10. The Sentence
11. The Pronoun

12. The Adjective
13. The Adverb
14. The Preposition
15. The Conjunction
16. Tenses
17. Direct and Indirect Speech
18. Use of Articles
19. Punctuation
20. Interjection

**Unit-IV (COMPOSITION)**

- (i) Letter Writing
- (ii) Creative Writing (Paragraph Writing, Story Writing)

**Prescribed books**

1. Textbook for Class VII, prescribed by Punjab School Education Board.
2. Grammar and Composition for Class VII, prescribed by Punjab School Education Board.

**4. ਗਣਿਤ**  
**ਸੱਤਵੀਂ ਜਮਾਤ**  
**ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)**

**1. ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ:**

ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ ਦੇ ਗੁਣ- ਜੋੜ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਬੰਦ (Closure) ਗੁਣ; ਘਟਾਓ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਬੰਦ (Closure) ਗੁਣ, ਜੋੜ ਦਾ ਕ੍ਰਮਵਟਾਂਦਰਾ ਗੁਣ, ਜੋੜ ਦਾ ਸਹਿਚਾਰਤਾ ਗੁਣ, ਜੁੜਨਯੋਗ ਤਤਸਮਕ, ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ- ਇੱਕ ਧਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਇੱਕ ਰਿਣਾਤਮਕ ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਗੁਣਾ, ਦੋ ਰਿਣਾਤਮਕ ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ, ਤਿੰਨ ਜਾਂ ਵੱਧ ਰਿਣਾਤਮਕ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਗੁਣਨਫਲ। ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ ਦਾ ਗੁਣ:- ਗੁਣਾ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਬੰਦ (Closure) ਗੁਣ, ਗੁਣਾ ਦਾ ਕ੍ਰਮਵਟਾਂਦਰਾ ਗੁਣ, ਸਿਫਰ ਨਾਲ ਗੁਣਾ, ਗੁਣਾਤਮਕ ਤਤਸਮਕ, ਗੁਣਾ ਦਾ ਸਹਿਚਾਰਤਾ ਗੁਣ, ਗੁਣਾ ਦਾ ਵੰਡਕਾਰੀ ਗੁਣ, ਗੁਣਾ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਭਾਗ, ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਭਾਗ ਦੇ ਗੁਣ।

**2. ਭਿੰਨਾਂ ਅਤੇ ਦਸ਼ਮਲਵ:**

ਭਿੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਗਿਆਨ, ਭਿੰਨਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ- ਇੱਕ ਭਿੰਨ ਨਾਲ ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ ਗੁਣਾ, ਭਿੰਨ ਦੀ ਭਿੰਨ ਨਾਲ ਗੁਣਾ; ਭਿੰਨਾਂ ਦੀ ਭਾਗ-ਭਿੰਨ ਦੀ ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ ਭਾਗ, ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਭਿੰਨ ਨਾਲ ਭਾਗ, ਇੱਕ ਭਿੰਨ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਭਿੰਨ ਨਾਲ ਭਾਗ। ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਗਿਆਨ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ- ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ 10,100 ਅਤੇ 1000 ਨਾਲ ਗੁਣਾ। ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਭਾਗ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ 10,100 ਅਤੇ 1000 ਨਾਲ ਭਾਗ। ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਭਾਗ।

**3. ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ:**

ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕਠਾ, ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਪ੍ਰਤਿਨਿਧ ਮੁੱਲ, ਅੰਕਗਣਿਤਕ ਮੱਧਮਾਨ-ਵਿਚਲਣ ਸੀਮਾ, ਬਹੁਲਕ-ਵੱਡੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਬਹੁਲਕ, ਮੱਧਿਕਾ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਛੜ ਗਰਾਫ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ- ਇੱਕ ਸਕੇਲ (ਜਾਂ ਮਾਪਦੰਡ) ਨੂੰ ਚੁਣਨਾ, ਸੰਯੋਗ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾ।

**4. ਸਰਲ ਸਮੀਕਰਣ:**

ਦਿਮਾਗੀ ਖੇਡ, ਸਮੀਕਰਣ ਬਣਾਉਣਾ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਉਸਦੀ ਸਮੀਖਿਆ, ਸਮੀਕਰਣ ਕੀ ਹੈ?- ਇੱਕ ਸਮੀਕਰਣ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ, ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਸਮੀਕਰਣ, ਵਿਹਾਰਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਰਲ ਸਮੀਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।

**5. ਰੇਖਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੋਣ:**

ਰੇਖਾ, ਸਬੰਧਿਤ ਕੋਣ- ਪੂਰਕ ਕੋਣ, ਸੰਪੂਰਕ ਕੋਣ, ਲਾਗਵੇਂ ਕੋਣ, ਰੇਖੀ ਜੋੜਾ, ਸਿਖਰ ਸਨਮੁੱਖ ਕੋਣ, ਰੇਖਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋੜੇ-ਕਾਟਵੀਆਂ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਤਿਰਛੀ ਰੇਖਾ, ਤਿਰਛੀ ਰੇਖਾ ਦੁਆਰਾ ਬਣੇ ਕੋਣ, ਸਮਾਂਤਰ ਰੇਖਾਵਾਂ ਦੀ ਤਿਰਛੀ ਰੇਖਾ, ਸਮਾਂਤਰ ਰੇਖਾਵਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ।

**6. ਤਿਭੁਜ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਗੁਣ:**

ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀਆਂ ਮੱਧਿਕਾਵਾਂ, ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੇ ਸਿਖਰਲੰਬ, ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦਾ ਬਾਹਰੀ ਕੋਣ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਗੁਣ, ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਕੋਣਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਗੁਣ, ਦੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤ੍ਰਿਭੁਜਾਂ- ਸਮਭੁਜੀ ਅਤੇ ਸਮਦੋਭੁਜੀ, ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀਆਂ ਦੋ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੇ ਮਾਪਾਂ ਦਾ ਜੋੜ, ਸਮਕੋਣ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਅਤੇ ਪਾਇਥਾਗੋਰਸ ਗੁਣ।

### 7. ਤ੍ਰਿਭੁਜਾਂ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ:

ਤਲ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ, ਰੇਖਾਂ ਖੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ, ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ, ਤ੍ਰਿਭੁਜਾਂ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ, ਤ੍ਰਿਭੁਜਾਂ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ ਦੇ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ, ਸਮਕੋਣ ਤ੍ਰਿਭੁਜਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ, ਗਿਆਨ ਵਧਾਉ ਕਿਰਿਆ।

### 8. ਰਾਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ:

ਤੁੱਲ ਅਨੁਪਾਤ, ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤਤਾ-ਰਾਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਧੀ, ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤਤਾ ਦੇ ਅਰਥ, ਭਿੰਨ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲਨਾ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਭਿੰਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲਨਾ, ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਨੂੰ ਸਧਾਰਣ ਭਿੰਨ ਜਾਂ ਦਸ਼ਮਲਵ ਵਿੱਚ ਬਦਲਨਾ, ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨੋਰੰਜਨ, ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤਤਾ ਦੇ ਉਪਯੋਗ- ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤਤਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤਤਾ ਤੋਂ ਸੰਖਿਆ ਪਤਾ ਕਰਨੀ, ਅਨੁਪਾਤਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ , ਵਾਧਾ ਜਾਂ ਘਾਟਾ ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਮੁੱਲ ਭਾਵ ਵੇਚ ਮੁੱਲ ਅਤੇ ਖਰੀਦ ਮੁੱਲ, ਲਾਭ ਜਾਂ ਹਾਨੀ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਿੱਚ ਉਧਾਰ ਲਏ ਗਏ ਧਨ ਉੱਤੇ ਖਰਚ ਭਾਵ ਸਧਾਰਣ ਵਿਆਜ, ਅਨੇਕ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵਿਆਜ।

### 9. ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆ:

ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆ ਕੀ ਹਨ? ਧਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਰਿਣਾਤਮਕ ਸੰਖਿਆਵਾਂ, ਮਿਆਰੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ, ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ, ਦੋ ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ, ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ 'ਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ (ਜੋੜ, ਘਟਾਉ, ਗੁਣਾ, ਭਾਗ)।

### 10. ਪ੍ਰਯੋਗਿਕ ਜਿਆਮਿਤੀ:

ਇੱਕ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਰੇਖਾ ਦੇ ਸਮਾਂਤਰ ਉਸ ਬਿੰਦੂ ਤੋਂ ਹੋ ਕੇ ਰੇਖਾ ਖਿੱਚਣਾ ਜੋ ਉਸ ਰੇਖਾ ਤੇ ਸਥਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤ੍ਰਿਭੁਜਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਉਸਦੀਆਂ ਤਿੰਨੋਂ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਣ (SSS ਕਸੇਟੀ), ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਦੋ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬਾਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਕੋਣ ਦਾ ਮਾਪ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ (SAS ਕਸੇਟੀ), ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਉਸਦੇ ਦੋ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਮਾਪ ਅਤੇ ਇਹਨਾ ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਭੁਜਾ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇ (ASA ਕਸੇਟੀ), ਇੱਕ ਸਮਕੋਣ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਉਸਦੀ ਇੱਕ ਭੁਜਾ ਅਤੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇ (RHS ਕਸੇਟੀ)।

### 11. ਪਰਿਮਾਪ ਅਤੇ ਖੇਤਰਫਲ:

ਵਰਗ ਅਤੇ ਆਇਤ- ਆਇਤ ਦੇ ਭਾਗ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਤ੍ਰਿਭੁਜ, ਆਇਤਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਰਬੰਗਸਮ ਭਾਗਾਂ ਦੇ ਲਈ ਵਿਆਪੀਕਰਣ, ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ, ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ, ਚੱਕਰ ਦਾ ਘੇਰਾ, ਚੱਕਰ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ, ਇਕਾਈਆਂ ਦਾ

ਰੁਪਾਂਤਰਣ, ਉਪਯੋਗ।

## 12. ਬੀਜਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕ:

ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਇੱਕ ਵਿਅੰਜਕ ਦੇ ਪਦ, ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨ ਪਦ, ਇੱਕ ਪਦੀ, ਦੋ ਪਦ, ਤਿੰਨ ਪਦ ਅਤੇ ਬਹੁਪਦ, ਬੀਜ ਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ, ਕਿਸੀ ਵਿਅੰਜਕ ਦਾ ਮੁੱਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਬੀਜਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ- ਸੂਤਰ ਅਤੇ ਨਿਯਮ।

## 13. ਘਾਤ-ਅੰਕ ਅਤੇ ਘਾਤ:

ਘਾਤ-ਅੰਕ, ਘਾਤ ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮ- ਇੱਕ ਹੀ ਆਧਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਘਾਤਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ, ਇੱਕ ਹੀ ਆਧਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਘਾਤਾਂ ਦੀ ਭਾਗ, ਇੱਕ ਘਾਤ ਦੀ ਘਾਤ ਲੈਣਾ, ਸਮਾਨ ਘਾਤ-ਅੰਕ ਵਾਲੀਆਂ ਘਾਤਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ, ਸਮਾਨ ਘਾਤ-ਅੰਕ ਵਾਲੀਆਂ ਘਾਤਾਂ ਨਾਲ ਭਾਗ। ਘਾਤ-ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਫੁੱਟਕਲ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਯੋਗ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ, ਵੱਡੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਮਿਆਰੀ ਰੂਪ ਦਰਸਾਉਣਾ।

## 14. ਸਮਮਿਤੀ:

ਸਮ ਬਹੁਭੁਜਾਂ ਦੇ ਲਈ ਸਮਮਿਤੀ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਘੁੰਮਣ ਸਮਮਿਤੀ, ਰੇਖੀ ਸਮਮਿਤੀ ਅਤੇ ਘੁੰਮਣ ਸਮਮਿਤੀ।

## 15. ਠੋਸ ਆਕਾਰਾਂ ਦਾ ਚਿੱਤਰਣ:

ਤਲ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਠੋਸ ਆਕਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ, ਫਲਕ ਕਿਨਾਰੇ ਅਤੇ ਸਿਖਰ, 3D- ਆਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਜਾਲ (ਨੈੱਟ), ਇੱਕ ਸਮਤਲ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਠੋਸਾਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚਣਾ, ਤਿਰਛੇ ਜਾਂ ਅਨਿਯਮਿਤ ਚਿੱਤਰ, ਸਮਦੂਰੀ ਚਿੱਤਰ, ਠੋਸ ਵਸਤੂਆਂ ਦਾ ਚਿੱਤਰਣ, ਕਿਸੇ ਠੋਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ।

### ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਕਿਰਿਆਵਾਂ

1. ਦੋ ਅਸਮਾਨ ਭਿੰਨਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਕਿਰਿਆ।
2. ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ।
3. ਆਇਤ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨਾ।
4. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤਿਭੁਜ ਦੇ ਤਿੰਨਾਂ ਕੋਣਾਂ ਦਾ ਜੋੜ  $180^\circ$  ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
5. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤਿਭੁਜ ਦਾ ਬਾਹਰਲਾ ਕੋਣ ਅੰਦਰੂਨੀ ਦੋ ਸਨਮੁੱਖ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਜੋੜ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
6. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤਿਭੁਜ ਦੀਆਂ ਮੱਧਿਕਾਵਾਂ ਸੰਗਾਮੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
7. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਤਿਭੁਜ ਦੇ ਲੰਬ ਦੁਭਾਜਕ ਸੰਗਾਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
8. ਤਿਭੁਜ ਦੇ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਸਮਦੁਭਾਜਕ ਸੰਗਾਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
9. ਪਾਈਥਾਗੋਰਸ ਥਿਊਰਮ ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ।

10. ਤਿਭੁਜ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ।
11. ਤਿਭੁਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਕੋਣ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
12. ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ।
13. ਤਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨੀ:
  - ਜਦੋਂ ਤਿੰਨੇ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਣ।
  - ਦੋ ਭੁਜਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲਾ ਕੋਣ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ।
  - ਇੱਕ ਭੁਜਾ ਅਤੇ ਸਿਰਿਆਂ ਦੇ ਕੋਣ ਦਿੱਤੇ ਹੋਣ।
  - ਇੱਕ ਕਰਣ ਅਤੇ ਇੱਕ ਭੁਜਾ ਦਿੱਤੇ ਹੋਣ।
14. ਪੇਪਰ ਕੱਟਕੇ ਅਤੇ ਮੋੜ ਕੇ ਘਣ ਅਤੇ ਘਣਾਵ ਬਣਾਉਣਾ।

**ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ**  
**ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਸੱਤਵੀਂ**  
**ਭਾਗ ਭੂਗੋਲ**

**ਸਾਡਾ ਵਾਤਾਵਰਣ**

1. ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਮੁੱਚੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ : ਕੁਦਰਤੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਵਾਤਾਵਰਨ।
2. ਧਰਤੀ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤੇ ਬਾਹਰੀ ਰੂਪ
3. ਧਰਤੀ ਦਾ ਬਲਦਦਾ ਰੂਪ ਤੇ ਭੂ-ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ। (ਕਿਸੇ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੇ ਆਏ ਭੂਚਾਲ ਦਾ ਬਿਰਤਾਂਤ)
4. ਵਾਯੂ ਮੰਡਲ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਮੌਸਮ ਅਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਦੇ ਤੱਤ ਤਾਪਮਾਨ
5. ਵਾਯੂ-ਦਾਬ, ਨਮੀ ਅਤੇ ਹਵਾ (ਕਿਸੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆਏ ਚੱਕਰਵਾਤਾਂ ਦਾ ਬਿਰਤਾਂਤ)
6. ਮਹਾਸਾਗਰ: ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜਲ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵੰਡ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਜਲ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਲ ਚੱਕਰ (ਸੁਨਾਮੀ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਬਿਰਤਾਂਤ)
7. ਕੁਦਰਤੀ ਬਨਸਪਤੀ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵਨ
8. ਮਨੁੱਖੀ ਵਾਤਾਵਰਨ : ਬਸਤੀਆਂ, ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ
9. ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ: ਆਪਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਮਾਰੂਥਲੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ (ਥਾਰ ਉੱਤੇ ਲਦਾਖ); ਉਸ਼ਣ ਅਤੇ ਉਪ ਉਸ਼ਣ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ (ਐਮੇਜਨ ਅਤੇ ਗੰਗਾ-ਬ੍ਰਹਮਪੁੱਤਰ) ਸ਼ੀਤ ਉਸ਼ਣ (ਪ੍ਰੇਅਰੀ ਅਤੇ ਵੈਲਡ)

**ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ**

- ਸਥਾਨਕ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰੇਖਣ ਲਿਖਣਾ, ਘਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਬਸਤੀਆਂ, ਆਵਾਜਾਈ, ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਬਨਸਪਤੀ।
- ਧਰਤੀ ਦੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੋਇਆ ਧਰਤੀ ਦਾ ਮਾਡਲ ਬਣਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਖੇਤਰਾਂ ਸਬੰਧੀ ਕਹਾਣੀਆਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਥੇ ਹੋਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿੱਥੇ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਈਆਂ/ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਬਦਲ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ?
- ਜਵਾਲਾਮੁੱਖੀ ਪਰਬਤ ਦਾ ਮਾਡਲ/ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਵਰਨਣਿਤ ਸਥਾਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀਆਂ-ਜੁਲਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਕੱਠੀ ਕਰੋ।

**ਨੋਟ :-** ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰੋ।

**ਭਾਗ ਇਤਿਹਾਸ**

**ਸਾਡਾ ਅਤੀਤ: II**

1. **ਕਿੱਥੇ, ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ:** (ੳ) ਉਪ-ਮਹਾਂਦੀਪ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਗਏ ਨਾਂ (ਟਰਮਜ਼) ਅਤੇ ਨਕਸ਼ੇ ਸਹਿਤ ਇਸ ਦੇ ਖੇਤਰ (ਅ) ਸਮੇਂ ਦੀ ਵੰਡ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪ੍ਰਗਤੀਆਂ ਦੀ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ। (ੲ) ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾਂ।
2. **ਨਵੇਂ ਰਾਜੇ ਅਤੇ ਰਾਜ :-**  
(ੳ) ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪ੍ਰਗਤੀਆਂ ਦਾ ਵਰਣਨ (700-1200 ਈ. ਤੱਕ)।

- (ਅ) ਚੋਲ ਸ਼ਾਸਕਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ ਸਮੇਤ ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਭੌ-ਸੁਧਾਰ ਵਿਸਥਾਰ।
3. **ਦਿੱਲੀ ਸਲਤਨਤ :**  
 (ੳ) ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ।  
 (ਅ) ਰਾਜ ਦਰਬਾਰ, ਕੁਲੀਨ ਵਰਗ ਅਤੇ ਭੂਮੀ-ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ।  
 (ੲ) ਤੁਗਲਕਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
4. **ਇੱਕ ਸਾਮਰਾਜ ਦੀ ਉਤਪੱਤੀ :**  
 (ੳ) ਮੁਗਲ ਸਾਮਰਾਜ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਸਬੰਧੀ ਵਰਨਣ।  
 (ਅ) ਹੋਰ ਸ਼ਾਸਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ, ਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਰਾਜ ਦਰਬਾਰ।  
 (ੲ) ਜਿਮੀਦਾਰਾਂ ਸੰਬੰਧ  
 (ਸ) ਅਕਬਰ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
5. **ਰਾਜਸੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵਜੋਂ ਭਵਨ ਉਸਾਰੀ ਕਲਾ : ਕਿਲ੍ਹੇ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨ :**  
 (ੳ) ਭਾਰਤ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਰਕ ਉਸਾਰੀ ਕਲਾ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ।  
 (ਅ) ਸ਼ਾਹਜਹਾਂ ਦੀ ਭਵਨ ਉਸਾਰੀ ਕਲਾ ਨੂੰ ਸਰਪ੍ਰਸਤੀ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
6. **ਕਸਬੇ, ਵਪਾਰੀ ਅਤੇ ਕਾਰੀਗਰ :**  
 (ੳ) ਸ਼ਹਿਰੀ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ :- ਰਾਜਧਾਨੀ ਨਗਰ, ਤੀਰਥ-ਸਥਾਨ ਕੇਂਦਰ, ਬੰਦਰਗਾਹਾਂ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਨਗਰ।  
 (ਅ) ਲਾਹੌਰ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਸੂਰਤ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
7. **ਕਬੀਲੇ, ਖਾਨਾਬਦੋਸ਼ ਅਤੇ ਸਥਿਰ ਭਾਈਚਾਰੇ:**  
 (ੳ) ਕਬੀਲਿਆਂ, ਖਾਨਾਬਦੋਸ਼ ਅਤੇ ਘੁਮਕੜ ਵਰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾਂ।  
 (ਅ) ਜਾਤੀ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ।  
 (ੲ) ਗੌਡ ਅਤੇ ਅਹੋਮ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
8. **ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਧਰਮ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਗੋਸ਼ਟੀਆਂ :**  
 (ੳ) ਵਿਸ਼ਵਾਸ-ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ, ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ, ਤੀਰਥ ਅਸਥਾਨ ਅਤੇ ਸਮਨ ਵੈਵਾਦੀ ਪੂਜਾ ਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ।  
 (ਅ) ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
9. **ਖੇਤਰੀ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ :**  
 (ੳ) ਖੇਤਰੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ, ਸਾਹਿਤ, ਚਿੱਤਰਕਲਾ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਕਲਾ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਰਨਣ।  
 (ਅ) ਪੰਜਾਬ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।
10. **18 ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸੰਗਠਨ :-**  
 (ੳ) ਉਪ-ਮਹਾਂਦੀਪ ਦੇ ਸੁਤੰਤਰ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਰਾਜੀ ਰਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ।  
 (ਅ) ਸਿੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ।



## ਭਾਗ- ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਸਤਰ

### ਲੋਕਤੰਤਰ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾ

#### 1. ਲੋਕਤੰਤਰ

ਲੋਕਤੰਤਰ ਕਿਉਂ ?

ਇਤਿਹਾਸਿਕ : ਆਧੁਨਿਕ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ ਮੌੜ ਅਤੇ ਘਟਨਾਵਾਂ।

ਮੂਲ ਲੱਛਣ/ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਅਧੁਨਿਕ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਰੂਪ, ਸਮਕਾਲੀਨ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਚਲਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੱਥ-ਰਸਮੀ ਸਮਾਨਤਾ, ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਵਿੱਚ, ਭਿੰਨਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ-ਇਕਸੁਰਤਾ, ਮੁੱਨਖੀ ਗੌਰਵ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ।

ਲੋਕਤੰਤਰ ਦਾ ਸੰਸਥਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀ -ਨਿਧਤਾ

ਸਰਵ ਵਿਆਪਕ ਮਤ-ਅਧਿਕਾਰ ਲੋਕ ਮਤ, ਚੋਣਾ , ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਦਲ , ਬਹੁਦਲੀ ਸਰਕਾਰ

#### 2. ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ

ਕਾਰਜਪ੍ਰਣਾਲੀ: ਮੁੱਖ ਅਹੁਦੇਦਾਰ-ਮੁੱਖ-ਮੰਤਰੀ ਅਤੇ ਮੰਤਰੀ-ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਦੀ ਰੂਪ ਰੇਖਾ ।

ਭੂਮੀ ਸੁਧਾਰ ਵਿਭਾਗ, ਸਿੱਚਾਈ, ਸਿੱਖਿਆ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਆਦਿ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇਕ ਵਿਭਾਗ ਬਾਰੇ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ, ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਦੇ ਤੱਥ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਮੁਦਾਇ ਤੱਕ ਇੱਕਠ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਬਾਰੇ।

#### 3. ਮੀਡੀਏ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸੂਚਨਾ ਦੇਣਾ, ਲੋਕਮਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਾਦ ਵਿਵਾਦ ਫੋਰਮ, ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ ਵਿੱਚ ਸੰਬਧ ਵਿਸ਼ਾ ਅਧਿਨਿਯਮ ਅਧਿਐਨ, ਵਗਿਆਪਨ : ਵਪਾਰਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਖਪਤਕਾਰੀ; ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਪਨ।

#### 4. ਲਿੰਗ-ਵਿਤਕਾਰਾ

ਸਮਾਜਿਕ ਪਹਿਲ : ਲੋੜੀਂਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਅਤੇ ਕਦਰਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਲੜਕੇ ਲੜਕੀਆਂ ਵਲੋਂ(ਪਰਿਵਾਰ, ਸਮੁਦਾਇ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਰਵਜਨਕ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ)

ਆਰਥਿਕ ਪਹਿਲ : ਔਰਤ ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਕਦਰ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਅਧਾਰਿਤ ਵੰਡ ਔਰਤ ਦੀ ਛਿਪੀ ਹੋਈ (ਅਦਿਖ) ਮਿਹਨਤ।

#### 5. ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਬਾਜ਼ਾਰ/ਮੰਡੀਆਂ

ਸਾਡੀਆਂ ਰੋਜਾਨਾ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚੁਨ ਬਾਜ਼ਾਰ;

ਬੋਕ ਦੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਚੁਨ ਬਾਜ਼ਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਬਾਜ਼ਾਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣੇ ਦੇ ਤੱਥਾਂ ਜਿਹਾ ਕਿ ਸਹੂਲਤ, ਪੈਸੇ, ਗੁਣਵਤਾ, ਕੀਮਤ ਅਤੇ ਆਮਦਨ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

2. ਸਥਾਨਕ ਬੋਕਮੰਡੀ ਅਨਾਜ, ਫੁੱਲ ਅਤੇ; ਸਬਜੀ ਮੰਡੀ) ਦਬਾਲਾ ਭੂਮਿਕਾ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਪੈਦਾਵਰ ਤੇ ਪ੍ਰਚਾਵ, ਸਮਝਣ ਲਈ, ਮੰਡੀ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ।

## ਕੰਪਿਊਟਰ ਸਾਇੰਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਸੱਤਵੀਂ

ਛੇਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ

### 1. ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ

- ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਕੀ ਹੈ?
- ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਖੋਲ੍ਹਣਾ
- ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਦੇ ਭਾਗ
- ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਦੇ ਵਿਊ : ਬੰਬ ਨੋਲਜ਼, ਟਾਈਲਜ਼, ਆਈਕਾਨ, ਲਿਸਟ, ਡਿਟੇਲ
- ਡਿਸਪਲੇਅ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀਜ਼ : ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ, ਸਕਰੀਨ ਸੇਵਰ
- ਫਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਫੋਲਡਰਾਂ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ : ਫੋਲਡਰ ਬਣਾਉਣਾ, ਕਟ ਕਰਨਾ, ਕਾਪੀ ਕਰਨਾ, ਪੇਸਟ ਕਰਨਾ, ਡਿਲੀਟ ਕਰਨਾ, ਰੀਨੇਮ ਕਰਨਾ
- ਰੀਸਾਈਕਲ ਬਿਨ
- ਫਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਫੋਲਡਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ
- ਰਨ ਕਮਾਂਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
- ਕੈਲਕੁਲੇਟਰ ਖੋਲ੍ਹਣਾ

### 2. ਸਟੋਰੇਜ਼ ਡਿਵਾਇਸਿਜ਼

- ਮੈਮਰੀ
- ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਮੈਮਰੀ : ਰੋਮ, ਰੋਮ
- ਸੈਕੰਡਰੀ ਮੈਮਰੀ : ਫਲੌਪੀ ਡਿਸਕ, ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ, ਸੀ.ਡੀ.ਰੋਮ, ਡੀ.ਵੀ.ਡੀ.ਰੋਮ

### 3. ਟਾਈਪਿੰਗ ਟਿਊਟਰ

- ਟੱਚ ਟਾਈਪਿੰਗ
- ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਉਂਗਲਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ
- ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਦੀ ਮੁਹਾਰਤ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ : ਰੋਮ ਲਾਈਨ ਦੀਆਂ ਕੀਜ਼, ਦੂਸਰੀ ਲਾਈਨ ਦੀਆਂ ਕੀਜ਼, ਤੀਸਰੀ ਲਾਈਨ ਦੀਆਂ ਕੀਜ਼, ਚੌਥੀ ਲਾਈਨ ਦੀਆਂ ਕੀਜ਼, ਸ਼ਿਫਟ ਕੀਜ਼

### 4. ਐੱਮ.ਐੱਸ ਵਰਡ ਬਾਰੇ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

- ਵਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ : ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਕਿਸਮਾਂ
- ਐੱਮ.ਐੱਸ. ਵਰਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ
- ਵਰਡ ਦੀ ਸਕਰੀਨ : ਟਾਈਟਲ ਬਾਰ, ਮੀਨੂੰ ਬਾਰ, ਟੂਲ ਬਾਰ, ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਖੇਤਰ, ਇਨਸਰਸ਼ਨ ਪੁਆਇੰਟ, ਰੂਲਰ, ਟਾਸਕ ਪੇਨ, ਸਕਰੋਲ ਬਾਰ, ਸਟੇਟਸ ਬਾਰ
- ਵਰਡ ਬੰਦ ਕਰਨਾ
- ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣਾ
- ਟੈਕਸਟ ਫੋਰਮੈਟਿੰਗ : ਟੈਕਸਟ ਸਿਲੈਕਟ ਕਰਨਾ (ਮਾਊਸ ਰਾਹੀਂ, ਕੀ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ), ਟੈਕਸਟ ਐਡਿਟ ਕਰਨਾ (ਕਟ ਜਾਂ ਕਾਪੀ ਕਰਨਾ, ਡਿਲੀਟ ਕਰਨਾ), ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਸੇਵ ਕਰਨਾ, ਸਪੈਲਿੰਗ ਅਤੇ ਗਰਾਮਰ ਚੈੱਕ, ਹੈਡਰ ਅਤੇ ਫੁਟਰ, ਪੇਜ ਸੈਟਅੱਪ, ਪ੍ਰਿੰਟ ਪ੍ਰੀਵਿਊ, ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰਨਾ

### 5. ਵਰਡ ਦੇ ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਨੂੰ ਫਾਰਮੈਟ ਕਰਨਾ

- ਫੌਂਟ, ਫੌਂਟ ਦਾ ਸਟਾਈਲ ਅਤੇ ਫੌਂਟ ਦਾ ਸਾਈਜ਼ ਬਦਲਣਾ : ਫਾਰਮੈਟ ਮੀਨੂੰ ਰਾਹੀਂ, ਫਾਰਮੈਟਿੰਗ ਟੂਲ ਬਾਰ ਰਾਹੀਂ, ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਸ਼ਾਰਟਕੱਟ ਰਾਹੀਂ
- ਟੈਕਸਟ ਅਲਾਈਨ ਕਰਨਾ : ਫਾਰਮੈਟ ਮੀਨੂੰ ਰਾਹੀਂ, ਫਾਰਮੈਟ ਟੂਲ ਬਾਰ ਰਾਹੀਂ, ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਸ਼ਾਰਟਕੱਟ ਰਾਹੀਂ

- ਲਾਈਨ ਅਤੇ ਪੈਰਾਗ੍ਰਾਫ ਸਪੇਸਿੰਗ : ਫਾਰਮੈਟ ਮੀਨੂੰ ਰਾਹੀਂ, ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਸ਼ਾਰਟਕੱਟ ਰਾਹੀਂ
  - ਟੈਕਸਟ ਵਿੱਚ ਇਨਡੈਂਟ : ਫਾਰਮੈਟ ਮੀਨੂੰ ਰਾਹੀਂ, ਰੂਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
  - ਬੁਲਟ ਅਤੇ ਨੰਬਰ ਭਰਨਾ : ਫਾਰਮੈਟ ਮੀਨੂੰ ਰਾਹੀਂ, ਫਾਰਮੈਟਿੰਗ ਟੂਲ ਬਾਰ ਰਾਹੀਂ
  - ਬਾਰਡਰ ਅਤੇ ਸ਼ੈਡਿੰਗ
  - ਕਾਲਮ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ : ਡਰਾਇੰਗ ਟੂਲਬਾਰ
  - ਆਟੋ ਸ਼ੇਪ ਭਰਨਾ
  - ਡਰਾਇੰਗ ਕਰਨਾ
  - ਵਰਡ ਆਰਟ ਭਰਨਾ
  - ਕਲਿੱਪ ਆਰਟ ਭਰਨਾ
  - ਰੰਗ ਭਰਨਾ
6. **ਲੋਗੋ ਬਾਰੇ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ**
- ਲੋਗੋ ਕੀ ਹੈ?
  - ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
  - ਟਰਟਲ, ਪ੍ਰੋਸੀਜ਼ਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਮੀਟਿਵ
  - ਲੋਗੋ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ
  - ਲੋਗੋ ਦੀ ਸਕਰੀਨ : ਗ੍ਰਾਫਿਕ ਸਕਰੀਨ, ਲਿਸਨਰ ਵਿੰਡੋ
  - ਕਮਾਂਡਜ਼ ਦੇਣਾ
  - ਪਿਛਲੀਆਂ ਕਮਾਂਡਜ਼ ਨੂੰ ਵਾਪਿਸ ਬੁਲਾਉਣਾ
  - ਬਟਨ ਬਾਰ
  - ਲੋਗੋ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ
  - ਸ਼ਾਰਟਕੱਟ ਕੀਜ਼
7. **ਲੋਗੋ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਾਫਿਕਸ**
- ਲੋਗੋ ਕਮਾਂਡਜ਼ : ਫਾਰਵਰਡ ਲੋਗੋ ਕਮਾਂਡਜ਼, ਬੈਕ ਕਮਾਂਡ, ਰਾਈਟ ਕਮਾਂਡ, ਲੈਫਟ ਕਮਾਂਡ, ਕਲੀਅਰ, ਸਕਰੀਨ ਕਮਾਂਡ
  - ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

**ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ : ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦਾ ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਵੇਗਾ।**

**ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**ਵਿਸ਼ਾ ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ**  
**ਲਿਖਤੀ ਭਾਗ**

1. ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ
2. ਸਰੀਰਿਕ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਦੇ ਲਾਭ
3. ਸਰੀਰਿਕ ਢਾਂਚਾ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਕਰੂਪੀਆਂ
4. ਖੇਡ ਸੱਟਾਂ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ
5. ਯੋਗ
6. ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ
7. ਸਕਾਊਟਿੰਗ ਅਤੇ ਗਾਈਡਿੰਗ

**ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਭਾਗ**

ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਓ,ਅ,ੲ ਤੇ ਸ ਚਾਰ ਗਰੁੱਪ ਹਨ। ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਗਰੁੱਪਾਂ ਲਈ ਹਰ ਗਰੁੱਪ ਦੇ 15 ਅੰਕ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਦੋ ਗਰੁੱਪਾਂ ਲਈ ਹਰ ਗਰੁੱਪ ਦੇ 10 ਅੰਕ ਹਨ।

**ਨੋਟ:-** ਹਰੇਕ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਇੱਕ ਖੇਡ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

**ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਖੇਡਾਂ:-** ਫੁੱਟਬਾਲ, ਹਾਕੀ, ਹੈਂਡਬਾਲ, ਬਾਸਕਟਬਾਲ, ਵਾਲੀਬਾਲ, ਕਬੱਡੀ, ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ, ਕ੍ਰਿਕੇਟ, ਬੈਡਮਿੰਟਨ, ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ੀ, ਤੈਰਾਕੀ ਅਤੇ ਖੋ-ਖੋ।

**ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਖੇਡਾਂ :-** ਹਾਕੀ, ਹੈਂਡਬਾਲ, ਵਾਲੀਬਾਲ, ਬਾਸਕਟਬਾਲ, ਕਬੱਡੀ, ਖੋ-ਖੋ, ਬੈਡਮਿੰਟਨ, ਸੋਫਟਬਾਲ ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ

**ਗਰੁੱਪ (ਅ) ਐਥਲੈਟਿਕਸ**

ਦੌੜਾਂ

ਲੜਕੀਆਂ : (1) 50 ਮੀਟਰ (2) 200 ਮੀਟਰ

ਲੜਕੇ : (1) 100 ਮੀਟਰ (2) 400 ਮੀਟਰ

ਛਾਲਾਂ : ਲੰਬੀ ਛਾਲ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਛਾਲ

ਸੁੱਟਾ : ਕ੍ਰਿਕਟ ਬਾਲ ਜਾਂ

ਗੋਲਾ-6 ਪੌਂਡ (ਲੜਕੇ) 4 ਪੌਂਡ (ਲੜਕੀਆਂ)

**ਗਰੁੱਪ (ਬ) ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ**

ਬਿਨਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਤੋਂ ਜਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਨਾਲ

**ਗਰੁੱਪ (ਸ) ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।**

1. ਯੋਗ 2. ਲੋਕ-ਨਾਚ 3. ਕਾਲੀਸਥੈਨਿਕਸ 4. ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ 5. ਰੀਲੇਜ਼ ਗਰੁੱਪ

**(ੳ) ਖੇਡਾਂ**

**(1) ਫੁੱਟਬਾਲ**

1. ਪਹਿਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਪਾਸ : ਛੋਟਾ ਪਾਸ ਅਤੇ ਲੰਬਾ ਪਾਸ ਸਿੱਧਾ, ਤਿਰਛਾ, ਪਾਸਿਆਂ ਤੇ ਅਤੇ ਜੋੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਸ
3. ਡਰਿਬਲਿੰਗ : ਦੌੜਦੇ ਹੋਏ ਡਰਿਬਲ ਕਰਨਾ
4. ਟਰੈਪ : ਸੋਲ ਟਰੈਪ, ਪੈਰ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਸੇ, ਸਾਹਮਣੇ ਤੋਂ ਆਏ ਸਾਈਡ ਤੋਂ ਟਰੈਪ ਕਰਨਾ।

**(2) ਹੈਂਡਬਾਲ**

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਕੈਚਿੰਗ : ਛਾਤੀ ਤੇ ਅਤੇ ਪਾਸ ਤੋਂ
3. ਪਾਸਿੰਗ : ਫਲਿਕ ਪਾਸ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਤੋਂ ਪਾਸ
4. ਡਰਿਬਲਿੰਗ : ਨੀਵੀਂ ਅਤੇ ਉੱਚੀ
5. ਸ਼ੂਟਿੰਗ
6. ਟੀਮ ਬਚਾਓ : ਮੈਨ ਟੂ ਮੈਨ ਡੀਫੈਂਸ ਜਾਂ ਹਰ ਖਿਡਾਰੀ ਮਗਰ ਬਚਾਉ

### (3) ਵਾਲੀਬਾਲ

1. ਪਾਸ : (ੳ) ਸਿਰ ਉਪਰੋਂ ਦੀ ਪਾਸ : ਬੈਕ ਰੋਲਿੰਗ ਨਾਲ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਪਾਸ  
(ਅ) ਸਾਈਡ ਰੋਲਿੰਗ ਨਾਲ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਪਾਸ  
(ੲ) ਜੰਪ ਅਤੇ ਪਾਸ
2. ਸਰਵਿਸ (ੳ) ਓਵਰ ਹੈਂਡ ਸਰਵਿਸ ਜਾਂ ਟੈਨਿਸ ਸਰਵਿਸ  
(ਅ) ਰਾਊਂਡ ਆਰਮ ਸਰਵਿਸ  
(ੲ) ਫਲਾਉਟਿੰਗ ਸਰਵਿਸ
3. ਸੈਟ ਅਪ (ੳ) ਯੱਕ ਦਮ ਸਮੈਸ਼ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਲੈਣਾ  
ਮੂਵ ਐਂਡ ਸੈੱਟ ਅੱਪ (ਪਿਛਲੇ ਜੋਨ ਤੋਂ)
4. ਨੈੱਟ ਰਿਕਵਰੀ :  
(ੳ) ਰੋਲਿੰਗ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰੋਲਿੰਗ ਪਾਸ  
(ਅ) ਰੋਲਿੰਗ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰੋਲਿੰਗ ਇੱਕ ਹੱਥ ਨਾਲ ਅੰਡਰ ਆਰਮ ਪਾਸ
5. ਹਮਲਾ (ੳ) ਸਮੈਸ਼ ਵਿੱਚ ਟਰਨ ਆਫ ਬਾਡੀ (ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਘੁਮਾਕੇ)  
(ਅ) ਸਮੈਸ਼ ਵਿੱਚ ਟਰਨ ਆਫ ਰਿਸਟ (ਗੁੱਟ ਘੁਮਾਕੇ ਸਮੈਸ਼)  
(ੲ) ਰਾਊਂਡ ਆਰਮ ਸਮੈਸ਼
6. ਬਲਾਕ (ੳ) ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਮਲਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਦੁਹਰਾ ਬਲਾਕ  
(ਅ) ਯੱਕ ਦਮ ਹਮਲੇ ਵਿਰੁੱਧ ਦੁਹਰਾ ਬਲਾਕ

### (4) ਬਾਸਕਟਬਾਲ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਪਾਸ : (ੳ) ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਤੇ ਪਾਸ  
(ਅ) ਬਾਉਂਸ ਪਾਸ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ  
(ੲ) ਸਿਰ ਉੱਪਰੋਂ ਦੀ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਪਾਸ
3. ਡਰਿਬਲਿੰਗ : ਦੋਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਸਪੀਡ ਨਾਲ  
ਉੱਚੀ ਅਤੇ ਨੀਵੀਂ ਡਰਿਬਲ ਕਰਨੀ
4. ਸ਼ੂਟਿੰਗ (ੳ) ਦੋਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਸੈਟ ਸ਼ਾਟ  
(ਅ) ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਫਰੀ ਥਰੋਅ  
(ੲ) ਲੇਅ ਅੱਪ ਸ਼ਾਟ
5. ਟੀਮ ਡੀਫੈਂਸ ਬਚਾਓ : ਮੈਨ ਟੂ ਮੈਨ ਡੀਫੈਂਸ  
ਟੀਮ ਓਫੈਂਸ ਜਾਂ ਹਮਲਾ : ਫਾਸਟ ਬਰੇਕ ਓਫੈਂਸ

### (5) ਹਾਕੀ

1. ਸਿੱਧੇ ਪੁਸ਼ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ (ੳ) ਵਾਪਸ ਪੁਸ਼ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ  
(ਅ) ਪੁਸ਼ਿੰਗ ਆਨ ਦੀ ਰੋਂਗ ਫੁੱਟ
2. ਪਾਸ : (ੳ) ਥਰੋਅ ਪਾਸ  
(ਅ) ਵਾਪਸ ਪਾਸ
3. ਬੁੱਲੀ, ਕਾਰਨਰ, ਪੈਨਲਟੀ ਸਟਰੋਕ, ਪੁਸ਼ ਇੱਨ ਅਤੇ ਗੋਲ ਕੀਪਿੰਗ ਕੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗ
4. ਟੈਕਲਿੰਗ
5. ਹਮਲੇ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ
6. ਬਚਾਉ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ

### (6) ਕ੍ਰਿਕਟ

1. ਬੈਟਿੰਗ  
(ੳ) ਡੀਫੈਂਸਿਵ ਬੈਟਿੰਗ  
(ਅ) ਪੁੱਲ ਕੱਟ

- (ੲ) ਹੁੱਕ  
 2. ਬਾਉਲਿੰਗ (ੳ) ਬਾਲ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ  
 (ਅ) ਤੇਜ਼ ਬਾਉਲਿੰਗ  
 (ੲ) ਮੀਡੀਅਮ ਪੇਜ਼ ਬਾਉਲਿੰਗ  
 3. ਫੀਲਡਿੰਗ (ੳ) ਦੌੜਨਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਨੂੰ ਫੀਲਡ ਕਰਨਾ  
 (ਅ) ਵਿਕਟ ਕੀਪਿੰਗ  
 (ੲ) ਸਟੈੱਪ ਜਾਂ ਕਿੱਲੀਆਂ ਪਿੱਛੇ ਬਾਲ ਲੈਣੀ

#### (7) ਖੋ-ਖੋ

- ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
- ਚੇਜਿੰਗ ਸਕਿੱਲ : (ੳ) ਟਰੈਪਿੰਗ ਡਾਇਵ ਸਟੇਸ਼ਨਰੀ ਜਾਂ ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਕੇ ਡਾਇਵ ਕਰਨਾ  
 (ਅ) ਪੈਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੱਥ ਨਾਲ ਛੂਹਣਾ
- ਦੌੜਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ : ਚੇਜਰ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੌੜਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਜਾਂ ਕਲਾ

#### (8) ਬੈਡਮਿੰਟਨ

- ਸਟਰੋਕ (ੳ) ਨੈਟ ਸਟਰੋਕ  
 (ਅ) ਲਿਫਟ ਸਟਰੋਕ  
 (ੲ) ਰੱਸ਼ ਕਰਨਾ  
 (ਸ) ਕਰਾਸ ਕਰਨਾ
- ਸ਼ਾਟ (ੳ) ਸਾਹਮਣੇ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਤੋਂ ਸ਼ਾਟ ਕਰਨਾ  
 (1) ਅਟੈਕਿੰਗ ਟੇਸ  
 (2) ਡੀਫੈਂਸਿਵ ਟੇਸ
- ਸਰਵਿਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ (ੳ) ਸ਼ਾਟ ਸਰਵਿਸ  
 (ਅ) ਉੱਚੀ ਸਰਵਿਸ  
 (ੲ) ਫਲਿਕ ਸਰਵਿਸ
- ਸ਼ਾਟ ਰੀਸੀਵ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ : ਸਾਹਮਣੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਜਾਂ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਨਾਲ

#### (9) ਬਾਕਸਿੰਗ

- ਫੁੱਟ ਵਰਕ (ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਕੰਮ)
- ਪੰਚਿੰਗ ਬੈਗ ਤੇ ਅਭਿਆਸ
- ਮੁੱਢਲੇ ਬਚਾਓ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ
- ਮੁੱਢਲੇ ਹਮਲੇ

#### (10) ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ

- ਇੱਕਹਰੀ ਲੱਤ ਦੀ ਪਕੜ ਅਤੇ ਦੂਹਰੀ ਲੱਤ ਦੀ ਪਕੜ
- ਹਮਲਾ ਤੇ ਬਚਾਓ
- ਨਕਾਲ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਬਚਾਓ
- ਢਾਕ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਰੋਧ
- ਧੋਬੀ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਰੋਧ
- ਰੂਮ (ਬੈਠਣਾ ਅਤੇ ਉੱਠਣਾ)
- ਕਾਗੜਾ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਰੋਧ

#### (11) ਕਬੱਡੀ

- ਹਮਲੇ ਲਈ ਸਕਿੱਲ: ਐਰੋਕਿੱਕ, ਕਰਵ ਕਿੱਕ, ਰੋਲ ਕਿੱਕ
- ਬਚਾਓ ਲਈ ਸਕਿੱਲ: ਟਰੱਕ ਕੈਚ, ਸ਼ੋਲਡਰ ਕੈਚ, ਚੇਨ ਦਾ ਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਨੌ ਕਰੋਸ ਪਲੇਅ
- ਲੀਡਐਪ ਗੇਮ: ਲੰਗੜੀ ਕਬੱਡੀ, ਫੜੇ ਹੋਏ ਖਿਡਾਰੀ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ

4. ਟੋਸ, ਬੋਨਸ, ਲੋਨਾ
5. ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟਾਇਲ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਸਟਾਇਲ ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ।

**(12) ਤੈਰਾਕੀ**

1. ਬੈਕ ਸਟਰੋਕ
2. ਬਰੈਸਟ ਸਟਰੋਕ
3. ਫਰੀ ਸਟਾਇਲ
4. ਸਟਾਰਟ ਐਂਡ ਟਰਨ ਸਟਾਰਟ :
 

(ੳ) ਗਰੈਬ	(ਅ) ਕੋਨਵੈਨਸ਼ਨਲ (ਸਰਕੂਲਰ ਆਰਮ ਸਵਿੰਗ)
(ੲ) ਬੰਚ ਸਟਾਰਟ	(ਸ) ਟਰੈਕ ਸਟਾਰਟ

ਟਰਨ:

- |                   |              |
|-------------------|--------------|
| (ੳ) ਲੈਟਰਨ         | (ਅ) ਪਿਵਟ     |
| (ੲ) ਥਰੋਅ ਅਵੇ ਅਟਰਨ | (ਸ) ਫਲਿਪ ਟਰਨ |

**(13) ਜਮਨਾਸਟਿਕ**

**ਗਰੁੱਪ (ੲ)**

**ਲੜਕਿਆਂ ਲਈ :**

1. ਜ਼ਮੀਨ ਅਤੇ ਕਸਰਤਾਂ (ੳ) ਫਾਰਵਰਡ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ  
(ਅ) ਬੈਕ ਵਰਡ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ
2. ਵਾਲਟਿੰਗ ਬਾਕਸ (ੳ) ਸਪਲਿਟ ਵਾਲਟ  
(ਅ) ਥਰੋਅ ਵਾਲਟ  
(ੲ) ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ ਵਿੱਚ ਕਾਰਟ ਵੀਲ
3. ਪੈਰਲਲ ਬਾਰ: (ੳ) ਅੱਪ ਸਟਾਰਟ  
(ਅ) ਫਰੰਟ ਅੱਪ ਰਾਈਜ਼  
(ੲ) ਸ਼ੋਲਡਰ ਸਟੈਂਡ  
(ਸ) ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ

**ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ :**

1. ਜ਼ਮੀਨ ਅਤੇ ਕਸਰਤਾਂ (ੳ) ਫਾਰਵਰਡ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ  
(ਅ) ਬੈਕ ਵਰਡ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ  
(ੲ) ਰਾਊਂਡ ਆਫ  
(ਸ) ਸਲੋਅ ਬੈਕ ਹੈਂਡ ਸਪਰਿੰਗ
2. ਵਾਲਟਿੰਗ ਬਾਕਸ (ੳ) ਸਪਲਿਟ ਵਾਲਟ  
(ਅ) ਥਰੋਅ ਵਾਲਟ
3. ਬੀਮ (ੳ) ਫਾਰਵਰਡ ਰੋਲ  
(ਅ) ਬੈਕ ਵਰਡ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ  
(ੲ) ਕਾਰਟ ਵੀਲ  
(ਸ) ਬਰਿੱਜ  
(ਹ) ਬੈਲੈਂਸ

**ਗਰੁੱਪ (ਸ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:**

1. ਯੋਗਾ 2. ਕੈਲਿਸਥੈਨਿਕ, ਲੋਕ ਨਾਚ, ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਰੀਲੇਜ਼
1. ਯੋਗਾ (ੳ) ਤਾੜ ਆਸਣ (ਅ) ਭੁਜੰਗ ਆਸਣ (ੲ) ਪਸਚਿਮ ਉਤਾਨ ਆਸਣ (ਸ) ਪਦਮ ਆਸਣ
2. ਕੈਲਿਸਥੈਨਿਕ (ੳ) ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ  
(ਅ) ਲੇਜੀਅਮ ਕਸਰਤਾਂ

3. ਲੋਕ ਨਾਚ (ੳ) ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ  
(ਅ) ਲੜਕਿਆਂ ਲਈ ਭੰਗੜੇ ਦੇ ਸਟੈਪਸ  
(ੲ) ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ : ਗਿੱਧੇ ਦੇ ਸਟੈਪਸ
4. ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੀ ਯੂਝ ਅਨੁਸਾਰ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
5. ਗੀਲੇਜ਼ (ੳ) ਸਰਕਲ ਹੋਪਿੰਗ ਗੀਲੇਜ਼ (ਅ) ਖੋ-ਖੋ ਗੀਲੇਜ਼ (ੲ) ਸਾਇਕਲ ਹੋਪਿੰਗ ਗੀਲੇਜ਼  
ਮੁਲਅੰਕਣ ਦੀ ਵਿਧੀ

**(14) ਸੈਠਟ ਬਾਲ**

1. ਸਟਰਾਈਕਰ: ਪੂਰੀ ਸਵਿੰਗ, ਅੱਧੀ ਸਵਿੰਗ ਅਤੇ ਬੰਟ
2. ਪੀਚਿੰਗ: ਇੰਨ ਸਵਿੰਗ, ਆਉਟ ਸਵਿੰਗ, ਰਾਈਜ਼ਰ, ਡਿੱਪ ਬਾਲ
3. ਫੀਲਡ ਪਲੇਸ: ਪਹਿਲਾ ਬੇਸ, ਦੂਜਾ ਬੇਸ, ਤੀਜਾ ਬੇਸ, ਸੋਰਟ ਸਟੋਪਰ, ਲੈਠਟ ਫੀਲਡ, ਰਾਈਟ ਫੀਲਡ, ਸੈਂਟਰ ਫੀਲਡ, ਖਿੱਚਰ ਅਤੇ ਕੈਚਰ
4. ਬੇਸਟੂ ਬੇਸ ਦੌੜ

**ਗਰੁੱਪ (ੳ) ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ**

1. ਸਿਧਾਂਤ 60%
2. ਖੋਡ 40%

**ਗਰੁੱਪ (ਅ)** ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਰੈਡੀਕੈਨਰ ਦੇ ਪੱਧਰ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ।

**ਗਰੁੱਪ (ੲ)** ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਮੁਲਅੰਕਣ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

**ਗਰੁੱਪ (ਸ)** ਅੰਕ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਤਿੰਨ ਮੈਂਬਰੀ ਕਮੇਟੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਕੰਮ ਦਾ ਮੁਲਅੰਕਣ ਕਰੇ।

**ਪੁਸਤਕ: ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ -7 (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਧਿਅਮ)**

**(ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)**



**संस्कृत**  
**सातवीं श्रेणी**

**(क) पाठ्य पुस्तक**

1. दो गद्य भागों का अर्थ (हिन्दी या पंजाबी भाषा में )
2. दो पद्यों का अर्थ (हिन्दी या पंजाबी भाषा में )
3. संस्कृत शब्दों का हिन्दी में अर्थ
4. पाठ विषय संबंधी प्रश्न, पाठ्य पुस्तक के अभ्यासों के आधार पर
5. पाठ्य पुस्तक के अभ्यासों में से रिक्त स्थान पूर्ति, वाक्य परिवर्तन आदि भाषा संबंधी प्रश्न
6. हिन्दी सुभाषित , लोकोक्ति , सूक्ति को हिन्दी में अर्थ लिखना

**(ख) व्याकरण**

1. स्वर संधि – दीर्घ, गुण , वृद्धि
2. निम्नलिखित शब्दों के रूप सभ विभक्तियों में  
(क) इकारान्त पुलिंग : मुनि, कवि , कपि, रवि  
(ख) उकारान्त पुलिंग : साधु , वायु , भानु , पशु , शिशु  
(ग) आकारान्त स्त्रीलिंग : लता, माला, बालिका, छात्रा, रमा ।
3. नम्नलिखित सर्वनामों के रूप सब लिंगों की प्रथमा, द्वितीया, तृतीया, चतुर्थी विभक्ति में:-  
तद् , एतद् , किम् , अस्मद् , युष्मद् ।
4. (क) बीस तक संख्यावाची शब्दों का ज्ञान प्रथमा विभक्ति मे  
(ख) एक और द्वि के रूप तीनों लिंगों और सब विभक्तियों में
5. (क) निम्नलिखित परस्मैपदी धातुओं के रूप लट् लोट् लङ् लकारों में:-  
भ्वादिगण : स्था (तिष्ठ), दृश, (पश्य) भू (भव्), भ्रम्, तृ, (तर)  
तुदादिगण : स्पृश्, प्रच्छ , (पृच्छ ), क्षिप् ।  
दिवादिगण : तुष् , शुष् , कुप् ।  
चुरादिगण : चुर, कथ्, भक्ष्, क्षल् ।  
(ख) लृट् लकार में : चर् , चल्, गम्, धाव्, खेल, हस्, पठ्, पत् ।
6. अनुवाद : पाठ्य – पुस्तक के अभ्यासों मे दिए गए हिन्दी वाक्यों का संस्कृत में अनुवाद  
निर्धारित पाठ्य –पुस्तक : संस्कृत पुस्तक – 7  
पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित

#### 4. ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈ

##### ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

1. ਸਿਲਾਈ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ, ਚਲਾਉਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ, ਮਸ਼ੀਨ ਵਿੱਚ ਧਾਗਾ ਪਾਉਣਾ, ਫਿਰਕੀ ਭਰਨਾ ਆਦਿ।
2. ਹੱਥ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਸਾਦੀ ਸਿਲਾਈ, ਗੁੰਮ ਸਿਲਾਈ (French Seam) ਪਾਈਪਿੰਗ, ਪੱਟੀ (Facing) ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
3. ਪ੍ਰੈੱਸ ਬਟਨ ਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਲਾਸਟਿਕ ਪਾਉਣਾ।
4. ਆਪਣੇ ਮਾਪ ਦੀ ਸ਼ਮੀਜ ਸਿਉਂਣੀ ਅਤੇ ਨੀਚੇ ਲੇਸ ਲਾਉਣੀ।
5. ਏ ਲਾਈਨ ਫਰਾਕ ਬਣਾਉਣੀ।
6. ਜਾਂਘੀਆਂ ਜਾਂ ਫੈਂਸੀ ਕੱਛਾ ਬਣਾਉਣਾ।

**ਨੋਟ:** ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਕਟਾਈ ਅਧਿਆਪਕ ਕਰਕੇ ਦੇਣਗੇ।

#### 5. ਨੀਡਲ ਵਰਕ

##### ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

1. ਮੱਛੀ ਟਾਂਕਾ (Herring bone), ਬੀਡਿੰਗ, ਸ਼ੈਡੋ ਵਰਕ(Shadow Work) ਕੰਬਲ ਟਾਂਕਾ ਅਤੇ ਪਿਛਲੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੇ ਟਾਂਕਿਆਂ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।
2. ਸ਼ੈਡੋ ਵਰਕ(Shadow Work) ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਕੇ ਆਰਕੰਡੀ ਜਾਂ ਸੂਤੀ ਵਾਇਲ (Voile) ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਨੈਪਕਿਨ/ ਥਾਲੀ ਕਵਰ/ ਦੁਪੱਟਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।
3. ਹੁਣ ਤੱਕ ਸਿੱਖੇ ਕਢਾਈ ਦੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਟਾਂਕੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ ਮੇਸ਼ਪੇਸ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।
4. ਬੁਣਾਈ : ਕੁੰਘੇ ਪਾਉਣਾ ,ਸਿੱਧਾ , ਪੁੱਠਾ ਬਾਰਡਰ ,ਦਾਣਾ ਬੁਣਤੀ ਅਤੇ ਕੁੰਡੇ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।
5. ਟਿਕੋਜ਼ੀ ਕਵਰ/ਥਾਲੀ ਕਵਰ ਤੇ ਕਢਾਈ ਕਰਕੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤੇ ਬੀਡਿੰਗ ਕਰਨਾ।

**6. ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ**  
**ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)**

1. ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ
  - ਚਿਹਰਾ, ਵਾਲ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਫਾਈ
2. ਸਰੀਰਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਅਤੇ ਉਸ ਲਈ ਤਿਆਰੀ।
3. ਭੋਜਨ ਸਮੂਹ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ।
4. ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ
  - ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਪਕਾਉਣ ਸਮੇਂ ਸਫਾਈ।
5. ਘਰ ਦੀ ਸਫਾਈ
  - ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਪਤਾਹਿਕ ਅਤੇ ਰੁੱਤ ਅਨੁਸਾਰ
6. ਮਕਾਨ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਲੈਣ ਸਮੇਂ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ।
7. ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਪਿੱਤਲ ਸਟੇਨਲੈਸ ਸਟੀਲ ਅਤੇ ਐਲੂਮੀਨੀਅਮ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨਾ।
8. ਬਨਾਉਟੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਣਾਏ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ , ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧੁਆਈ।

**ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)**

1. ਭੋਜਨ ਨੁਸਖੇ: ਚੌਲ ਉਬਾਲਣਾ, ਸਬਜੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀ , ਖਿਚੜੀ, ਦਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸਬੂਦਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ, ਕਾਫੀ ਸਕੰਜਵੀ ਅਤੇ ਲੱਸੀ ਬਣਾਉਣਾ।
2. ਘਰੇਲੂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ, ਪਿੱਤਲ, ਸਟੀਲ ਅਤੇ ਐਲੂਮੀਨੀਅਮ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨਾ।
3. ਬਨਾਉਟੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਣਾਏ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਧੁਆਈ।
4. ਡੰਡੀ ਟਾਂਕਾ , ਦਸੂਤੀ ਟਾਂਕਾ ਅਤੇ ਬੀਡਿੰਗ ਦੇ ਟਾਂਕਿਆਂ ਨਾਲ ਟਰੇਅ ਦਾ ਕੱਪੜਾ ਬਣਾਉਣਾ।
5. ਬੱਚੇ ਲਈ ਹੱਥ ਨਾਲ ਸਿਲਾਈ ਕਰਕੇ ਬਿੱਬ ਬਣਾਉਣਾ ਤੇ ਪਾਸਿਆਂ ਤੇ ਲੈਸ ਲਾਉਣੀ।
6. ਜਾਂਘੀਏ ਨੂੰ ਕੱਟਣਾ ਅਤੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਸਿਉਣਾ।
7. ਸਾਦਾ ਬੁਣਾਈ - ਸਿੱਧਾ , ਪੁੱਠਾ ਅਤੇ ਮੋਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸਲਾਈਆਂ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੂਟ ਬੁਣਨੇ।

## 7. ਸੰਗੀਤ (ਗਾਇਨ)

### ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

### ਪਰਚਾ ਏ -ਲਿਖਤੀ

#### ਪਾਠਕ੍ਰਮ

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
  - i. ਰਾਗ
  - ii. ਰਾਗ ਦੀਆਂ ਜਾਤੀਆਂ (ਅੰਡਵ ,ਸ਼ਾਡਵ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ )
  - iii. ਵਾਦੀ,ਸੰਵਾਦੀ ,ਵਿਵਾਦੀ ਅਨੁਵਾਦੀ ਸੁਰ। ਵਰਜਿਤ ਸੁਰ ,ਵਕਰ ਸੁਰ
  - iv. ਪਕੜ
  - v. ਤਾਲ, ਮਾਤਰਾ , ਵਿਭਾਗ, ਸਮ ,ਤਾਲੀ ਤੇ ਖਾਲੀ
  - vi. ਅਵਰਤਨ
  - vii. ਖਿਆਲ
2. (ੳ) ਜੀਵਨੀ : ਪੰਡਤ ਵਿਸਨੂੰ ਦਿਗੰਬਰ ਪਲਸਕਰ  
(ਅ) ਭਾਤਖੰਡੇ ਸੁਰਲਿਪੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ  
(ੲ) ਤਬਲੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

#### ਭਾਗ-ਅ

1. ਪਾਠਕ੍ਰਮਾਂ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਆਸਾ ਅਤੇ ਖਮਾਜ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਦਾਦਰਾ ਅਤੇ ਝਪਤਾਲ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
3. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦਸ਼ ਦੀ ਸੁਰਲਿਪੀ
4. ਪਾਠਕ੍ਰਮਾਂ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਪੀ

#### ਪਰਚਾ-ਬੀ-ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ

#### ਪਾਠਕ੍ਰਮ

1. ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ :  
(ੳ) ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇਗਾਗਾ, ਰੇਗਾਮਾਮਾ.....  
ਅਵਰੋਹ : ਸਾਂਨੀਧਾਧਾ, ਨੀਧਾਪਾਪਾ.....
2. ਆਸਾ ਅਤੇ ਖਮਾਜ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਛੋਟਾ ਖਿਆਲ
3. ਦਾਦਰਾ ,ਝਪਤਾਲ ਅਤੇ ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੀਆਂ ਤਾਲਾਂ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੰਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ।
4. ਉਪਰੋਕਤ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਭਜਨ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਗੀਤ।
5. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ।

ਨੋਟ: ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਤਮਿਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖਿਆਲ ਗੀਤ ,ਸ਼ਬਦ ਆਦਿ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਣਗੇ ।

#### ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ

1. ਗਾਇਨ (ਪੰਜਾਬੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ ,ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
2. ਗਾਇਨ (ਹਿੰਦੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ ,ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ

**8. ਸੰਗੀਤ ਵਾਦਨ**  
**ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ)**  
**ਭਾਗ-ੳ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:
  - ਰਾਗ
  - ਰਾਗ ਦੀਆਂ ਜਾਤੀਆਂ (ਅੰਡਵ, ਸ਼ਾਡਵ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ)
  - ਵਾਦੀ, ਸੰਵਾਦੀ, ਵਿਵਾਦੀ, ਅਨੁਵਾਦੀ ਸੁਰ, ਵਰਜਿਤ ਸੁਰ, ਵਕਰਸੁਰ
  - ਪਕੜ
  - ਤਾਲ, ਮਾਤਰਾ, ਵਿਭਾਗ, ਸਮ, ਤਾਲੀ ਤੇ ਖਾਲੀ
  - ਅਵਰਤਨ
  - ਖਿਆਲ
2. (ੳ) ਜੀਵਨੀ: ਪੰਡਤ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਨਰਾਇਣ ਭਾਤਖੰਡੇ  
 (ਅ) ਭਾਤਖੰਡੇ ਸੁਰਲਿਪੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ  
 (ੲ) ਤਬਲੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

**ਭਾਗ-ਅ**

1. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਆਸਾ ਅਤੇ ਖਮਾਜ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਦਾਦਰਾ ਅਤੇ ਝਪਤਾਲ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
3. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦਸ਼ ਦੀ ਸੁਰਲਿਪੀ
4. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਪੀ।

**ਪਰਚਾ-ਬੀ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ**

**ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ**

1. ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ  
 (ੳ) ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇਗਾਗਾ, ਰੇਗਾਮਾਮਾ.....  
 ਅਵਰੋਹ: ਸਾਨੀਧਾਧਾਂ, ਨੀਧਾਪਾਪਾ.....  
 (ਅ) ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇਗਾਮਾ, ਰੇਗਾਮਾਪਾ.....  
 ਅਵਰੋਹ: ਸਾਨੀਧਾਪਾ, ਨੀਧਾਪਾਮਾ.....
2. ਆਸਾ ਅਤੇ ਖਮਾਜ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਦਰੁੱਤ ਗਤ।
3. ਦਾਦਰਾ, ਝਪਤਾਲ ਅਤੇ ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿਖੀਆਂ ਤਾਲਾਂ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ।
4. ਉਪਰੋਕਤ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਧੁਨ।
5. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ

**ਨੋਟ:** ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਤਮਿਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਵਜਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ

1. ਵਾਦਨ(ਪੰਜਾਬੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
2. ਵਾਦਨ(ਹਿੰਦੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ

**9. ਨਿੱਤ  
ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ  
ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ  
ਭਾਗ-ੳ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:  
(ੳ) ਨਿੱਤ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ  
(ਅ) ਕੱਥਕ ਨਿੱਤ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਗਤ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ  
(ੲ) ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ;  
ਮਾਤਰਾ, ਤਤਕਾਰ, ਸਲਾਮੀ, ਆਮਦ, ਤੋੜਾ

**ਭਾਗ-ਅ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ  
(ੳ) ਨਿੱਤ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ  
(ਅ) ਕੱਥਕ ਨਿੱਤ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ  
(ੲ) ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ;  
ਮਾਤਰਾ, ਤਤਕਾਰ, ਸਲਾਮੀ, ਆਮਦ, ਤੋੜਾ

**ਪਰਚਾ-ਬੀ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ**

**ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦਾ ਤਿੰਨ ਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ  
(ੳ) ਤਤਕਾਰ  
(ਅ) ਚਾਰ ਤੋੜੇ  
(ੲ) ਆਮਦ  
(ਸ) ਸਲਾਮੀ  
(ਹ) ਕਵਿਤ  
(ਕ) ਪਰਨ
2. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਾਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ:  
(ੳ) ਤਿੰਨ ਤਾਲ  
(ਅ) ਰੂਪਕ ਤਾਲ  
(ੲ) ਦਾਦਰਾ
3. ਪਤਾਕਾ ਅਤੇ ਤਰੀਪਤਾਕਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ
4. ਲੋਕ ਨਿੱਤ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ

ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

## (1) ਪੰਜਾਬੀ (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)

### ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

#### 1. ਨਿਬੰਧ

ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਣਗੇ।

(ੳ) ਜੀਵਨੀਆਂ (ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ, ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ, ਲਾਲਾ ਲਾਜਪਤ ਰਾਏ, ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ

ਜਵਾਹਰ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ ਆਦਿ)।

(ਅ) ਤਿਉਹਾਰ (ਦਿਵਾਲੀ, ਦੁਸਹਿਰਾ, ਲੋਹੜੀ ਆਦਿ)

(ੲ) ਸੰਚਾਰ/ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਸਾਧਨ (ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ, ਅਖ਼ਬਾਰ, ਸਿਨਮਾ ਆਦਿ)

(ਸ) ਰੁੱਤਾਂ (ਬਸੰਤ, ਗਰਮੀ, ਸਰਦੀ ਆਦਿ)

(ਹ) ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤਿਉਹਾਰ (ਪੰਦਰਾਂ ਅਗਸਤ, ਛੱਬੀ ਜਨਵਰੀ ਆਦਿ)

(ਕ) ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ (ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਵਧਦੀ ਵਸੋਂ, ਦਾਜ ਆਦਿ)

(ਖ) ਦਿਸ਼ ਵਰਨਣ (ਬੱਸ ਅੱਡਾ, ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਵਿਆਹ, ਅੱਖੀਂ ਡਿੱਠਾ ਮੈਚ, ਅੱਖੀਂ ਡਿੱਠਾ ਮੇਲਾ ਆਦਿ)

#### 2. ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ/ਚਿੱਠੀਆਂ

ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੁਖੀ ਨੂੰ ਫ਼ੀਸ ਮਾਫ਼ ਜਾਂ ਜੁਰਮਾਨਾ ਮਾਫ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ, ਮੈਚ ਵੇਖਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਲਈ, ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਸੰਬੰਧੀ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਲਈ, ਸਕੂਲ ਦੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਬਾਲ ਬਸਾਲੇ ਤੇ ਅਖ਼ਬਾਰ ਮੰਗਵਾਉਣ, ਸਕੂਲ ਛੱਡਣ ਦਾ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਲੈਣ ਲਈ/ਚਰਿੱਤਰ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਲੈਣ ਲਈ, ਬਲਾਕ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਅਫ਼ਸਰ ਨੂੰ ਪਿੰਡ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੁਧਾਰਨ ਬਾਰੇ, ਮਿਊਂਸਪਲ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੁਹੱਲੇ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਿਕਾਸ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਬਾਰੇ, ਪੋਸਟ ਮਾਸਟਰ ਨੂੰ ਮੁਹੱਲੇ/ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਡਾਕ-ਪ੍ਰਬੰਧ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਲਿਖਵਾਏ ਜਾਣਗੇ।

3. ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਾਠਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਅਤੇ ਪਾਠ-ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖਣੇ, ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ। ਨਿਬੰਧਾਤਮਿਕ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ, ਛੋਟੇ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ, ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਉੱਤਰ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ।

4. ਵਿਆਕਰਨ: ਸ਼ਬਦ-ਭੇਦ (ਨਾਂਵ, ਪੜਨਾਂਵ, ਕਿਰਿਆ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ, ਸੰਬੰਧਕ, ਯੋਜਕ ਵਿਸਮਿਕ ਕੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤੇ ਉਦਾਹਰਨਾਂ)

ਵਚਨ/ਲਿੰਗ, ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜ, ਵਿਸਰਾਮ ਚਿੰਨ੍ਹ (ਪੂਰਵ ਵਿਸਰਾਮ ਚਿੰਨ੍ਹ, ਕਾਮਾ, ਪ੍ਰਸ਼ਨ-ਚਿੰਨ੍ਹ, ਪੁੱਠੇ ਕਾਮੇ ਤੇ ਸਿੱਧੇ ਕਾਮੇ, ਵਿਸਮਿਕ ਚਿੰਨ੍ਹ) ਸਮਾਨਾਰਥਕ ਤੇ ਵਿਰੋਧਾਰਥਕ ਸ਼ਬਦ।

5. ਨਿਯਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ, ਅਖਾਉਤਾਂ ਅਤੇ ਔਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨਾ।

**ਨਿਯਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ :** ਪੰਜਾਬੀ ਪੁਸਤਕ-8 (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਕਰਨ ਤੇ ਲੇਖ - ਰਚਨਾ (ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)



## ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)

### ਉਦੇਸ਼

#### 1. ਪੜ੍ਹਾਈ

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੜ੍ਹਨ-ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਬੋਲ ਕੇ ਅਤੇ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਵਿਸਰਾਮ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਸਹੀ ਉਚਾਰਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਛਪੀ ਸਮਗਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੱਥ-ਲਿਖਤ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।
- (4) ਉਹ ਹਿੰਦੀ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿਖੇੜਾ ਕਰ ਸਕੇ।
- (5) ਉਹ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਿਖਤ ਅਰਥਾਤ ਕਵਿਤਾ, ਕਹਾਣੀ, ਵਾਰਤਾ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਠਰ੍ਹੰਮੇ ਤੇ ਵਹਾਅ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕੇ।

#### 2 (ੳ) ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ (ਪੜ੍ਹ ਕੇ)

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੱਸ ਸਕੇ।

#### (ਅ) ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ (ਸੁਣ ਕੇ)

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਕੇ।
- (2) ਉਹ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲੁਕੇ ਵਿਅੰਗ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸਮਝ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਚੁਟਕਲੇ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ।

#### 3 ਪ੍ਰਗਟਾਅ (ੳ) ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਗਟਾਅ

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਲਤਾ ਅਤੇ ਰਵਾਨੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਕਿਸੇ ਜਾਣੀ-ਪਛਾਣੀ ਵਸਤੂ, ਥਾਂ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।

#### (ਅ) ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ

- (1) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਦੇ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਸੋਹਨਾ ਕਰਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (2) ਉਹ ਗੁਰਮੁਖੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਦੇਵਨਾਗਰੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (3) ਉਹ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਸਮਗਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (4) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (5) ਉਹ ਨਿੱਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕੇ।
- (6) ਆਪਣੀ ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ/ਮਿੱਤਰ ਤੇ ਸਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਆਦਿ ਲਿਖ ਸਕੇ।

ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ) ਦੀ ਲਿਖਣ ਸਮਗਰੀ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਦੇ ਰੂਪ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹੋਣਗੇ:

ਲੇਖ, ਚਿੱਠੀ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ, ਕਹਾਣੀ, ਕਵਿਤਾ, ਸਫ਼ਰ, ਘਟਨਾ ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼-ਵਰਨਣ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ,

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਾਇਰੀ ਆਦਿ।

## ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ (ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ))

### ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ

#### 1. ਨਿਬੰਧ

ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਣਗੇ:

- (ੳ) ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ, ਮੇਰਾ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਥਾਨ।
- (ਅ) ਮਹਾਂਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ।
- (ੲ) ਅੱਖੀਂ ਡਿੱਠਾ ਮੈਚ/ਮੇਲਾ, ਸਕੂਲ ਦਾ ਸਲਾਨਾ ਸਮਾਗਮ, ਬੱਸ ਅੱਡਾ/ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼।
- (ਸ) ਰੁੱਤਾਂ, ਤਿਉਹਾਰ।
- (ਹ) ਸੰਚਾਰ/ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਸਾਧਨ ਜਿਵੇਂ ਰੇਡੀਓ, ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ, ਸਿਨੇਮਾ।
- (ਕ) ਅਜੋਕੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਸੜਕ ਦੁਰਘਟਨਾ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਵਧਦੀ ਵਸੋਂ।

#### 2. ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ/ਪੱਤਰ

**ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ:** ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀ, ਜੁਰਮਾਨਾ ਮਾਫ਼ੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੰਮ ਲਈ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਬਾਰੇ, ਸਥਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਮਿਉਂਸਪਲ ਕਮੇਟੀ/ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮੁਖੀ, ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ, ਪੋਸਟ ਮਾਸਟਰ ਆਦਿ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿੱਜੀ, ਆਪਣੇ ਗਲੀ ਮੁਹੱਲੇ, ਸ਼ਹਿਰ ਦੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਲਿਖਣਾ।

**ਪੱਤਰ :** ਪਰਿਵਾਰਿਕ/ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖਣਾ। ਚਿੱਠੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਵਰਨਣ ਵਾਲੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ।

- 3. ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਾਠਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਅਤੇ ਪਾਠ-ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖਣੇ।
- 4. ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚ ਆਏ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ ਅਤੇ ਅਖਾਉਤਾਂ ਨੂੰ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਾ।
- 5. ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ-ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜ ਲਿਖਣੇ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਨਾਰਥਕ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖਣੇ।

**ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ :** ਪੰਜਾਬੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ-8 (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)

**ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਕਰਨ ਤੇ ਲੇਖ ਰਚਨਾ (ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)**

## (2) हिन्दी (प्रथम भाषा)

### मूल उद्देश्य

3. अपने मानसिक स्तर के अनुसार विद्यार्थी हिन्दी भाषा (उच्चरित तथा लिखित) को ठीक समझ सके । लिखित भाषा को शुद्ध हिन्दी भाषा में लिख सके ।
4. विद्यार्थियों में राष्ट्रीय, सांस्कृतिक एवं मानवीय मूल्यों का बोध एवं विकास हो सके ।

### सामान्य उद्देश्य

#### पढ़ाई

6. विद्यार्थी पठन-सामग्री को ऊँचा बोलकर एवं चुपचाप मन में गति के साथ पढ़ सके ।
7. पढ़ते समय वाक्य में लगे विराम-चिह्नों के अनुसार लेखक के हाव-भाव को समझ सके ।
8. छपी सामग्री के अतिरिक्त अपने हाथ का लिखा हुआ एवं दूसरे का हस्त-लिखित गति के साथ पढ़ सके ।
9. कविता अथवा गीत को लय के साथ पढ़ कर रसानुभूति कर सके ।
10. कहानी, निबन्ध एवं समाचार-पत्र आदि को प्रवाह के साथ पढ़कर समझ सके ।

#### ग्रहण करना

##### (क) सुनकर ग्रहण करना

4. विद्यार्थी दूसरे के विचारों को एकाग्रता से सुनकर समझ सके ।
5. विद्यार्थी वक्ता के शुद्ध-अशुद्ध उच्चारण में भेद कर सके ।
6. कविता एवं गीतों को सुनकर उनका रसास्वादन कर सके ।

##### (ख) पढ़कर ग्रहण करना

पाठ्य-सामग्री को पढ़कर उसका भाव ग्रहण कर सके ।

##### मौखिक अभिव्यक्ति

विद्यार्थी अपने विचारों को शुद्ध, सरल एवं प्रवाहपूर्ण भाषा में प्रकट करने में समर्थ हो सके ।

#### लिखित अभिव्यक्ति

4. विद्यार्थी यथासंभव सुन्दर, साफ तथा गतिपूर्ण ढंग से शुद्ध भाषा में लिख सके । पठित सामग्री पर आधारित पूछे गए प्रश्नों के ठीक उत्तर दे सकें ।
5. वह अपने विचारों को उपयुक्त शब्दावली का प्रयोग करके सरल वाक्यों पर आधारित अनुच्छेदों में लिख सकें ।
6. वह अपने अनुभव को गद्य/पद्य में अभिव्यक्त कर सके ।

## हिन्दी (प्रथम भाषा )

### कक्षा आठवीं

### प्रश्न पत्र की रूप रेखा

1. पद्यांश की सप्रसंग व्याख्या
2. पाठ्य-पुस्तक में से 6 लघूत्तर प्रश्न
3. पाठ्य-पुस्तक में से 3 निबन्धात्मक प्रश्न
4. पारिभाषिक व्याकरण
5. व्यावहारिक व्याकरण

#### 1) भाग

- लिंग/वचन परिवर्तन/विपरीतार्थक शब्द
- भाववाचक संज्ञा और विशेषण निर्माण
- पर्यायवाची शब्द
- वाक्यांशों के लिए एक शब्द और शब्द शुद्धि
- संधि
- समास
- उपसर्ग
- प्रत्यय

#### 2) भाग

- समरूपी भिन्नार्थक शब्द (वाक्य प्रयोग)
- विराम चिह्न
- कठिन शब्दों/ मुहावरों/ लोकोक्तियों के अर्थ सहित वाक्य-प्रयोग
- संज्ञा, सर्वनाम, विशेषण, क्रिया, क्रिया- विशेषण, सम्बन्ध बोधक, योजक, विस्मयादि बोधक शब्दों की वाक्यों में पहचान

6. निबन्ध

7. पत्र/प्रार्थना-पत्र

**नोट:**

1. प्रश्न-पत्र पूर्णतया पाठ्य-पुस्तक पर आधारित होना चाहिए ।
2. इस स्तर पर लगभग 20 निबन्ध लिखने का अभ्यास करवाया जाये । पाठ्य-पुस्तक में वर्णित निबन्ध अवश्य करवाये जायें । सातवीं श्रेणी वाले प्रमुख विषयों के अतिरिक्त ऐसे विषय पर भी निबन्ध लिखने की ओर प्रेरित किया जाये जिनसे बालक की मौलिक रचनात्मक प्रतिभा का विकास हो
3. **पत्र/प्रार्थना-पत्र**
  - 1) पत्र: पत्रों के विषय सातवीं श्रेणी वाले ही रखकर कुछ विस्तार करवाया जाये । उनमें अधिकारी वर्ग का क्षेत्र प्रान्तीय स्तर तक ले जाया जाये ।
  - 2) इस स्तर पर पत्रों/प्रार्थना-पत्रों की संख्या पन्द्रह तक हो सकती है ।

**पाठ्य-पुस्तक: हिन्दी पुस्तक -8 (प्रथम भाषा) (पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित)**

## हिन्दी (द्वितीय भाषा )

**उद्देश्य**

**7. पढ़ना**

- i. विद्यार्थी पठन सामग्री को बोलकर और चुपचाप मन में पढ़ सके ।
- ii. वह विराम चिह्नों के अनुसार और शुद्ध उच्चारण के साथ पढ़ सके ।
- iii. छपी सामग्री के अतिरिक्त वह हस्तलिखित भी गति के साथ पढ़ सके ।
- iv. वह हिन्दी और पंजाबी की ध्वनियों में अन्तर कर सके ।
- v. पाठ्य-पुस्तक के अतिरिक्त वह समाचार-पत्र, पत्रिका या किसी अन्य पुस्तक में कविता, कहानी, लेख, वार्ता और सूचना आदि को प्रवाह के साथ पढ़ सके ।

**8. ग्रहण करना**

**i. सुनकर ग्रहण करना**

- विद्यार्थी दूसरे के विचारों को सुनकर समझ सके ।
- वह शुद्ध और अशुद्ध उच्चारण में भेद कर सके ।
- वह कहानी, चुटकले, कविता एवं गीतों आदि का रसास्वादन कर सके ।

**ii. पढ़कर ग्रहण करना**

- विद्यार्थी पाठ्य-पुस्तक को पढ़कर उसका भाव ग्रहण कर सके ।
- वह पाठ्य-पुस्तक के पाठों का सार बता सके तथा प्रश्नों के उत्तर दे सके ।
- पुस्तक के अन्त में दिए शब्द-कोश का प्रयोग करना सीख सके ।

**9. अभिव्यक्ति**

**i. मौखिक अभिव्यक्ति**

- विद्यार्थी अपने विचारों को सरलता से तथा प्रवाह के साथ प्रकट कर सके ।
- वह अपने आस-पास के लोगों के साथ हिन्दी में बात कर सके ।
- वह किसी देखी-सुनी घटना या समाचार को बता सके ।

**ii. लिखित अभिव्यक्ति**

- विद्यार्थी देवनागरी लिपि के अक्षरों को सुन्दर ढंग से लिख सके ।
- वह देवनागरी लिपि के शब्दों और गुरुमुखी लिपि के शब्दों में अन्तर करके उन्हें लिख सके ।

- वह पाठ्य-पुस्तक में से पढ़ी गई सामग्री में से पूछे गए सभी प्रश्नों के उत्तर शुद्ध रूप में लिख सके।
- अपने विचारों को लिखकर प्रकट कर सके।
- व्यावहारिक व्याकरण का ज्ञान प्राप्त कर सके।

### आठवीं श्रेणी (द्वितीय भाषा)

#### पाठ्यक्रम

#### क. पाठ्य-पुस्तक

- 1 सरलार्थ
- 2 पाठ्य-पुस्तक में से पाँच लघुतर प्रश्न (लगभग 30 शब्दों में)
- 3 पाठ्य-पुस्तक में से निबन्धात्मक प्रश्न (लगभग 75 शब्दों में)(जैसे कहानी का सार/कोई घटना/ संदेश)
- 4 पंजाबी से हिन्दी में अनुवाद  
पण पंजाबी शब्दों के हिन्दी समानार्थक शब्द  
पपण सरल पंजाबी वाक्यों का हिन्दी अनुवाद
- 5 कठिन शब्दों के अर्थ
- 6 मुहावरे / लोकोक्तियाँ (केवल वाक्य प्रयोग)

#### ख. व्याकरण

- 1 भाववाचक संज्ञा
- 2 लिंग परिवर्तन
- 3 वचन परिवर्तन
- 4 विशेषण निर्माण
- 5 विपरीतार्थक शब्द
- 6 पर्यायवाची शब्द
- 7 वाक्यांशों के लिए एक शब्द
- 8 शब्द शुद्धि
- 9 विराम चिह्न
- 10 संज्ञा, सर्वनाम, विशेषण, क्रिया, क्रिया-विशेषण,सम्बन्ध बोधक, योजक,विस्मयादि बोधक की पहचान।

#### ग रचना भाग

- I निबन्ध
- II पत्र / प्रार्थना-पत्र

#### नोट:-

- १<sup>ण</sup> प्रश्न-पत्र पूर्णतया पाठ्य-पुस्तक पर आधारित होना चाहिए।
- २<sup>ण</sup> निबन्धों के विषय छठी, सातवीं श्रेणी वाले रखकर विषय-वस्तु में विस्तार करवाया जाए इसके अतिरिक्त किसी महापुरुष की जीवनी/आँखों देखा मैच/मेला/स्कूल का वार्षिक उत्सव आदि विषयों पर लगभग 15 निबन्ध लिखवाये जाएं। निबन्ध लगभग 250 शब्दों में हो।
- ३<sup>ण</sup> **प्रार्थना-पत्र** : छठी एवं सातवीं श्रेणी में करवाए गए प्रार्थना-पत्र के अतिरिक्त स्थानीय अधिकारी जैसे खण्ड शिक्षा अधिकारी, नगरपालिका के प्रधान/बस डिपो के मैनेजर आदि को प्रार्थना-पत्र लिखवाये जाएं।  
**पत्र**: पारिवारिक/सामाजिक जीवन से सम्बन्धित विभिन्न स्थितियों के बारे में पत्र लिखवाए जाएं। इस स्तर पर प्रार्थना पत्रों एवं पत्रों की संख्या पन्द्रह तक हो सकती है।

पाठ्य-पुस्तक : आओ हिन्दी सीखें -8 (पंजाब शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित)

### **3. English Class VIII**

#### **Unit I Reading Skills**

One seen passage and one unseen passage followed by Comprehension questions.

#### **Unit II (Textbook)**

##### **Lessons**

1. Abdul Hamid
2. Say 'NO' !
3. How Daddy Decided What He Wanted to be
4. Three Questions
5. Our National Symbols
6. A Robot Called Makito
7. The Punjab-A Glimpse
8. Childhood
9. Two Memorable Speeches
10. Saint Ravidas
11. Our Civilisation-I
12. Our Civilisation-II

##### **Poems:-**

- (I) True Growth
- (II) Abou Ben Adhem
- (III) This is My Prayer To Thee
- (IV) Lucy Gray
- (V) Sympathy
- (VI) He That Is Down Needs Fear No Fall

#### **Unit-III (GRAMMAR)**

##### **I. GRAMMAR**

1. Parts of Speech
2. Nouns
3. The Pronoun
4. Adjectives
5. The Verb
6. The Tenses

7. Active and Passive Voice
8. The Adverbs
9. Non-Finite
10. The Determiners
11. The Sentence

#### **Unit-IV COMPOSITION**

1. Letter/Application Writing
2. Notices, Explaining Newspaper Headlines
3. Guided Creative Writing
4. Dialogue Writing
5. Completing an Incomplete Paragraph

#### **Prescribed books**

3. Textbook for Class VIII, prescribed by Punjab School Education Board.
4. Grammar and Composition for Class VIII, prescribed by Punjab School Education Board.

## ਜਮਾਤ - ਅੱਠਵੀਂ

### ਵਿਸ਼ਾ - ਗਣਿਤ

#### ਅਧਿਆਇ - 1 ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ

ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਬੰਦ, ਕ੍ਰਮ ਵਟਾਂਦਰਾ, ਸਹਿਚਾਰਿਤਾ, ਸਿਫਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ, 1 ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ, ਸੰਖਿਆ ਦਾ ਰਿਣਾਤਮਕ, ਉਲਟਕ੍ਰਮ, ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਜੋੜ 'ਤੇ ਗੁਣਾ ਦਾ ਵੰਡਕਾਰੀ ਨਿਯਮ; ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸੰਖਿਆ ਰੇਖਾ 'ਤੇ ਨਿਰੂਪਣ, ਦੋ ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਪਰਿਮੇਯ ਸੰਖਿਆਵਾਂ।

#### ਅਧਿਆਇ - 2 ਇੱਕ ਚਲ ਵਾਲੇ ਇੱਕ-ਘਾਤੀ ਸਮੀਕਰਣ

ਸਮੀਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਰੇਖੀ ਵਿਅੰਜਕ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਸਿਰਫ ਸੰਖਿਆ ਹੋਵੇ, ਸਮੀਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਸਮੀਕਰਣ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਚਲ ਹੋਣ, ਸਮੀਕਰਣਾਂ ਦੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਵਰਤੋਂ, ਸਮੀਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਸਰਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣਾ, ਰੇਖੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਦਲੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਮੀਕਰਣ।

#### ਅਧਿਆਇ - 3 ਚਤੁਰਭੁਜਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਬਹੁਭੁਜ-ਬਹੁਭੁਜਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਣ, ਵਿਕਰਣ, ਉੱਤਲ ਅਤੇ ਅਵਤਲ ਬਹੁਭੁਜ, ਸਮ ਅਤੇ ਬਿਖਮ ਬਹੁਭੁਜ, ਕੋਣ ਜੋੜ ਗੁਣ, ਇੱਕ ਬਹੁਭੁਜ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਮਾਪਾਂ ਦਾ ਜੋੜ; ਚਤੁਰਭੁਜਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ-ਸਮਲੰਬ ਚਤੁਰਭੁਜ, ਪਤੰਗ, ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ, ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੇ ਅੰਸ਼, ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੇ ਕੋਣ, ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੇ ਵਿਕਰਣ; ਕੁਝ ਖਾਸ ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ-ਸਮਚਤੁਰਭੁਜ, ਆਇਤ, ਵਰਗ।

#### ਅਧਿਆਇ -4 ਪ੍ਰਯੋਗਿਕ ਰੇਖਾ - ਗਣਿਤ

ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ-ਇੱਕ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਜਦੋਂ ਚਾਰੋਂ ਭੁਜਾਵਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਿਕਰਣ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇ, ਇੱਕ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਦੋ ਵਿਕਰਣ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਣ, ਇੱਕ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਦੋ ਲਾਗਵੀਆਂ ਭੁਜਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਕੋਣ ਦਿੱਤੇ ਹੋਣ। ਇੱਕ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਤਿੰਨ ਭੁਜਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਦੋ ਕੋਣ ਦਿੱਤੇ ਹੋਣ, ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਥਿਤੀਆਂ।

#### ਅਧਿਆਇ - 5 ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ, ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਸੰਗਠਨ, ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਣ- ਬਰਾਬਰ ਅੰਤਰ ਵਾਲੇ ਛੜ; ਚੱਕਰ ਗਰਾਫ਼ ਜਾਂ ਪਾਈ ਚਾਰਟ-ਪਾਈ ਚਾਰਟ ਬਣਾਉਣਾ; ਮੌਕਾ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾ-ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ, ਸਮ-ਸੰਭਾਵੀ ਪਰਿਣਾਮ, ਮੌਕੇ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ, ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਤੀਜੇ, ਅਸਲੀ ਜੀਵਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਮੌਕੇ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾ।

#### ਅਧਿਆਇ -6 ਵਰਗ ਅਤੇ ਵਰਗਮੂਲ

ਵਰਗ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਗੁਣ, ਕੁਝ ਹੋਰ ਰੋਚਕ ਨਮੂਨੇ, ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਵਰਗ ਪਤਾ ਕਰਨਾ- ਵਰਗਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਨਮੂਨੇ, ਪਾਇਥਾਗੋਰੀਅਨ ਤ੍ਰਿਗੁੱਟ; ਵਰਗਮੂਲ-ਵਰਗ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਘਟਾਓ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਵਰਗਮੂਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਅਭਾਜ ਗੁਣਨਖੰਡੀਕਰਣ ਰਾਹੀਂ ਵਰਗਮੂਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਭਾਗ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਵਰਗਮੂਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ; ਦਸ਼ਮਲਵਾਂ ਦਾ ਵਰਗਮੂਲ, ਵਰਗਮੂਲ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣਾ।



### **ਅਧਿਆਇ - 7 ਘਣ ਅਤੇ ਘਣਮੂਲ**

ਘਣ-ਕੁਝ ਰੋਚਕ ਨਮੂਨੇ, ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਗੁਣਜ ਜੋ ਪੂਰਨ ਘਣ ਹੈ; ਘਣਮੂਲ-ਅਭਾਜ ਗੁਣਨਖੰਡੀਕਰਣ ਰਾਹੀਂ

ਘਣਮੂਲ, ਕਿਸੀ ਘਣ ਸੰਖਿਆ ਦਾ ਘਣਮੂਲ।

### **ਅਧਿਆਇ - 8 ਰਾਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ**

ਅਨੁਪਾਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ, ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਘਾਟਾ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਕਟੌਤੀ ਪਤਾ ਕਰਨਾ-ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣਾ; ਖਰੀਦ ਅਤੇ ਵੇਚ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਮੁੱਲ - (ਲਾਭ ਜਾਂ ਹਾਨੀ) ਖਰੀਦ ਮੁੱਲ/ਵੇਚ ਮੁੱਲ, ਲਾਭ % / ਹਾਨੀ % ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਵਿਕਰੀ ਕਰ/ਵੈਟ; ਮਿਸ਼ਰਤ ਵਿਆਜ, ਮਿਸ਼ਰਤ ਵਿਆਜ ਦਾ ਸੂਤਰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ, ਦਰ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਜਾਂ ਛਿਮਾਰੀ ਵਰਤੋਂ, ਮਿਸ਼ਰਤ ਵਿਆਜ ਦੇ ਸੂਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।

### **ਅਧਿਆਇ -9 ਬੀਜ ਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕ ਅਤੇ ਤਤਸਮਕ (ਸਰਬਸਮਤਾ)**

ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪਦ, ਗੁਣਨਖੰਡ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂਕ, ਇੱਕ ਪਦੀ, ਦੋ ਪਦੀ ਅਤੇ ਬਹੁਪਦੀ, ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨ ਪਦ, ਬੀਜ ਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦੀ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ, ਬੀਜ ਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ, ਇੱਕ ਪਦੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਦੀ ਨਾਲ ਗੁਣਾ ਕਰਨਾ, ਇੱਕ ਪਦੀ ਨੂੰ ਬਹੁਪਦ ਨਾਲ ਗੁਣਾ ਕਰਨਾ, ਬਹੁਪਦ ਨੂੰ ਬਹੁਪਦ ਨਾਲ ਗੁਣਾ ਕਰਨਾ, ਸਰਬਸਮਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਮਿਆਰੀ ਸਰਬਸਮਤਾਵਾਂ, ਸਰਬਸਮਤਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।

### **ਅਧਿਆਇ -10 ਠੋਸ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਚਿਤਰਨ**

3-D ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼, ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀ ਚਿਤਰਨ, ਫਲਕ, ਕਿਨਾਰੇ ਅਤੇ ਸਿਖਰ।

### **ਅਧਿਆਇ -11 ਖੇਤਰ ਮਿਤੀ**

ਸਮਲੰਬ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ, ਆਮ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ-ਖਾਸ ਚਤੁਰਭੁਜਾਂ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ, ਬਹੁਭੁਜਾਂ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ, ਠੋਸ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ, ਘਣ, ਘਣਾਵ ਅਤੇ ਸਿਲੰਡਰ ਦੀ ਪਾਸਵੀਂ (ਵਕਰ) ਸਤ੍ਹਾ ਦਾ ਖੇਤਰਫਲ; ਘਣ, ਘਣਾਵ ਅਤੇ ਸਿਲੰਡਰ ਦਾ ਆਇਤਨ; ਆਇਤਨ ਅਤੇ ਧਾਰਨ ਸਮਰੱਥਾ।

### **ਅਧਿਆਇ -12 ਘਾਤ - ਅੰਕ ਅਤੇ ਘਾਤ**

ਰਿਣਾਤਮਕ ਘਾਤ-ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਘਾਤ, ਘਾਤ-ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮ, ਛੋਟੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਘਾਤ-ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਮਿਆਰੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਉਣਾ। ਬਹੁਤ ਵੱਡੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ।

### **ਅਧਿਆਇ -13 ਸਿੱਧੇ ਅਤੇ ਉਲਟ ਸਮਾਨ - ਅਨੁਪਾਤ**

ਸਿੱਧੇ ਸਮਾਨ-ਅਨੁਪਾਤ, ਉਲਟ ਸਮਾਨ - ਅਨੁਪਾਤ

### **ਅਧਿਆਇ -14 ਗੁਣਨਖੰਡੀਕਰਣ**

ਪ੍ਰਾਕ੍ਰਿਤਕ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਗੁਣਨਖੰਡ, ਬੀਜ ਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦੇ ਗੁਣਨਖੰਡ, ਗੁਣਨਖੰਡੀਕਰਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ-ਸਾਂਝੇ ਗੁਣਨਖੰਡਾਂ ਦੀ ਵਿਧੀ, ਪਦਾਂ ਦੇ ਪੁਨਰ ਸਮੂਹਣ ਦੁਆਰਾ ਗੁਣਨਖੰਡੀਕਰਣ, ਸਰਬਸਮਤਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਗੁਣਨਖੰਡੀਕਰਣ,  $(x + a)(x + b)$  ਦੇ ਰੂਪ ਦੇ ਗੁਣਨਖੰਡ; ਬੀਜਗਣਿਤਕ ਵਿਅੰਜਕਾਂ ਦੀ ਭਾਗ, ਬਹੁਪਦ ਦੀ ਬਹੁਪਦ ਨਾਲ ਭਾਗ।

### ਅਧਿਆਇ -15 ਗਰਾਫ਼ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਫ਼ੜ ਗਰਾਫ਼, ਪਾਈ ਚਾਰਟ (ਜਾਂ ਚੱਕਰ ਗਰਾਫ਼) ਆਇਤ ਚਿੱਤਰ, ਰੇਖਾ ਗਰਾਫ਼; ਰੇਖੀ ਗਰਾਫ਼- ਬਿੰਦੂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਨਿਰਦੇਸ਼-ਅੰਕ; ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।

### ਅਧਿਆਇ -16 ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ

ਆਮ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਖਿਆਵਾਂ, ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਾਂ, ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਲਈ ਅੱਖਰ, 2,3,5,9 ਅਤੇ 10 ਨਾਲ ਭਾਗਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ।

#### ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਪ੍ਰਯੋਗੀ

1. ਪੇਪਰ ਮੋੜਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਉੱਤਰ ਅਤੇ ਅਵਤਲ ਬਹੁਭੁਜ ਬਣਾਉਣਾ।
2. ਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਕੋਣਾਂ ਦਾ ਜੋੜ  $360^\circ$  ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
3. ਪੇਪਰ ਕੱਟਕੇ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਬਹੁਭੁਜ ਦੇ ਇੱਕ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਬਣੇ ਬਾਹਰਲੇ ਕੋਣਾਂ ਦਾ ਜੋੜ  $360^\circ$  ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
4. ਪੇਪਰ ਮੋੜ ਕੇ ਅਤੇ ਕੱਟਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ
  - i. ਇੱਕ ਪਤੰਗ
  - ii. ਇੱਕ ਸਮਚਤੁਰਭੁਜ
5. ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਕਿ
  - i. ਆਇਤ ਦੇ ਵਿਕਰਨ ਲੰਬਾਈ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
  - ii. ਵਰਗ ਦੇ ਵਿਕਰਨ ਲੰਬਾਈ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
  - iii. ਸਮਚਤੁਰਭੁਜ ਜਾਂ ਸਮਾਂਤਰ ਚਤੁਰਭੁਜ ਦੇ ਵਿਕਰਨ ਲੰਬਾਈ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।
6. ਇੱਕ ਘਣ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਜ਼ਾਲ (ਗਰਾਫ਼ ਪੇਪਰ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਡਾਈਸ (ਪਾਸਾ) ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਉਪਰੀ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਤੀਜੇ 1, 2, 3, 4, 5, 6 ਆਉਣ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਇਸ ਨੂੰ 100 ਵਾਰੀ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਵੇ।
7. ਦਿੱਤੇ ਸੰਖਿਆ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਅਗਲੇ ਤਿੰਨ ਪਗ/ਕਤਾਰਾਂ ਲਿਖੋ।
8. ਪੇਪਰ ਕੱਟਕੇ ਅਤੇ ਚਿਪਕਾ ਬੀਜਗਣਿਤਕ ਤਤਸਮਕ  $(a+b)^2 = a^2 + b^2 + 2ab$  ਨੂੰ ਸਿੱਧ ਕਰੋ।
9. ਆਈਸੋਮੀਟ੍ਰਿਕ ਸ਼ੀਟ ਤੇ ਇਕਾਈ ਘਣਾਂ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਤਿੰਨ ਪਸਾਰੀ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਫਲਕ, ਉਪਰਲਾ ਫਲਕ ਅਤੇ ਟੇਢਾ ਫਲਕ ਬਣਾਉਣਾ।
10. ਘਣਾਵ ਦੀ ਕੁੱਲ ਸਤ੍ਹਾ ਦੇ ਖੇਤਰਫਲ ਦਾ ਸੂਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।
11. ਇਕਾਈ ਘਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ, ਦਿੱਤੇ ਪਸਾਰਾਂ  $(4 \times 3 \times 2, 3 \times 3 \times 3)$  ਅਨੁਸਾਰ ਘਣਾਵ ਅਤੇ ਘਣ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਦਾ ਆਇਤਨ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
12. ਦੋ ਘਾਤੀ ਵਿਅੰਜਕ  $x^2 + 3x + 2$  ਦੇ ਗੁਣਨਖੰਡ ਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
13. ਸਿਲੰਡਰ ਦੀ ਕੁੱਲ ਸਤ੍ਹਾ ਦੇ ਖੇਤਰਫਲ ਦਾ ਸੂਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।

**ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਅੱਠਵੀਂ**  
**ਵਿਸ਼ਾ: ਵਿਗਿਆਨ**  
**ਪਾਠਕ੍ਰਮ**

**ਅਧਿਆਇ-1: ਫਸਲ ਉਤਪਾਦਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (CROP PRODUCTION AND MANAGEMENT):**

1. ਖੇਤੀ ਅਭਿਆਸ : ਰਬੀ ਅਤੇ ਖਰੀਫ
2. ਮੁੱਖ ਖੇਤੀ ਪੱਧਤੀਆਂ: ਜਮੀਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਖਾਦ, ਪਾਣੀ, ਸਿੰਚਾਈ, ਫਸਲ ਬੀਜਣੀ, ਨਦੀਨ ਕਢਣੇ, ਕਟਾਈ ਗਹਾਈ ਭੰਡਾਰਣ।
3. ਜਮੀਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਖੇਤੀ ਦੇ ਸੰਦ: ਪੰਰਪਰਾਗਤ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਸੰਦ
4. ਫਸਲ ਬੀਜਣੀ: ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਚੋਣ, ਬੀਜ ਬੀਜਣ ਦੇ ਢੰਗ, ਛੱਟਾ, ਹੱਥ ਨਾਲ ਕੇਰਾ, ਪੋ ਜਾ ਡਰਿੱਲ
5. ਰੂੜੀ ਖਾਦ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਖਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਰੂੜੀ ਖਾਦ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਰਮੀਕੋਪੋਸਟ, ਰਸਾਇਣਿਕ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
6. ਸਿੰਚਾਈ ਲਈ ਪੁਰਾਤਨ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਢੰਗ: ਨਹਿਰਾਂ, ਤਲਾਬ, ਖੂਹ, ਟਿਊਬਵੈੱਲ, ਤੁਪਕਾ ਸਿੰਚਾਈ, ਫਹਾਰਾ ਸਿੰਚਾਈ।
7. ਨਦੀਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ: ਨਦੀਨ ਕੱਢਣ ਦੇ ਢੰਗ; ਹੱਥ ਨਾਲ ਪੁੱਟਣਾ, ਗੋਡੀ, ਨਦੀਨ ਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
8. ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਗਹਾਈ: ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਗਹਾਈ ਦੇ ਪੁਰਾਤਨ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਢੰਗ; ਦਾਤੀ, ਕਟਾਈ ਮਸ਼ੀਨ ਜਾਂ ਰੀਪਰ, ਕੰਬਾਇਨ ਹਾਰਵੈਸਟਰ।
9. ਭੰਡਾਰਣ: ਭੰਡਾਰਣ ਦੇ ਢੰਗ, ਭੜੋਲੇ, ਟੈਂਕੀਆਂ ਅਤੇ ਗੁਦਾਮ।

**ਅਧਿਆਇ-2: ਸੂਖਮਜੀਵ: ਮਿੱਤਰ ਅਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣ (MICRO ORGANISMS: FRIENDS AND FOES):**

1. ਸੂਖਮਜੀਵ: ਵਿਸ਼ਾਣੂ (VIRUSES), ਜੀਵਾਣੂ (BACTERIA), ਉੱਲੀ (FUNGI), ਪ੍ਰੋਟੋਜ਼ੋਆ (PROTOZOA) ਅਤੇ ਕਾਈ (ALGAE)
2. ਸੂਖਮਜੀਵ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ? ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜੰਤੂਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਅਤੇ ਅੰਦਰ ਨਿਵਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮਜੀਵ।
3. ਸੂਖਮਜੀਵ ਅਤੇ ਅਸੀਂ: ਮਿੱਤਰ ਸੂਖਮਜੀਵ, ਖੇਤੀ ਉਤਪਾਦਨ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੇ, ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਦਹੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਦਵਾਈਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਵੈਕਸੀਨ, ਪ੍ਰਤੀਜੈਵਿਕ।
4. ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸੂਖਮਜੀਵ: ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮਜੀਵ, ਛੂਤ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਸੂਖਮਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵਾਹਕ ਫਸਲਾਂ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮਜੀਵ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ੈਲਾਪਨ।
5. ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਅਣ (FOOD PRESERVATION): ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਅਣ ਦੇ ਢੰਗ, ਫਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਢੰਗ, ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਲੂਣ ਦਾ ਘੋਲ, ਖੰਡ ਦੀ ਚਾਸ਼ਣੀ, ਤੇਲ, ਸਿਰਕਾ, ਗਰਮ ਕਰਨਾ, ਉਬਾਲਣਾ ਅਤੇ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣਾ ਰੈਫਰੀਜ਼ਰੇਸ਼ਨ, ਪਾਸ਼ਚਰੀਕਰਨ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਡੱਬਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ।
6. ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਸਥਿਰੀਕਰਣ (NITROGEN FIXATION): ਹਵਾ ਦੀ ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਨੂੰ ਯੌਗਿਕ ਭਾਵ ਨਾਈਟ੍ਰੇਟ ਅਤੇ ਨਾਈਟ੍ਰਾਈਟ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮਜੀਵ ਅਤੇ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਖਾਦਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
7. ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਚੱਕਰ (NITROGEN CYCLE): ਹਵਾ ਵਿਚਲੀ ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਦਾ ਯੌਗਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਕੇ ਸਜੀਵਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਸਜੀਵਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਲਤਿਆਗ ਤੋਂ ਯੌਗਿਕਾਂ ਦਾ ਟੁੱਟ ਕੇ ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਨੂੰ ਮੁੜ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣਾ।

**ਅਧਿਆਇ-3: ਬਨਾਵਟੀ ਰੇਸ਼ੇ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ (SYNTHETIC FIBRES AND PLASTICS):**

1. ਬਨਾਵਟੀ ਰੇਸ਼ੇ ਕੀ ਹਨ? (WHAT ARE SYNTHETIC FIBERS?) ਕੁਦਰਤ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਬਹੁਲਕ।
2. ਬਨਾਵਟੀ ਰੇਸ਼ਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਨਾਵਟੀ ਰੇਸ਼ਮ ਜਾਂ ਰਿਆਨ (TYPES OF SYNTHETIC FIBERS), ਨਾਈਲੋਨ, ਪੋਲੀਐਸਟਰ ਅਤੇ ਐਕਰੀਲਿਕ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ।
3. ਬਨਾਵਟੀ ਰੇਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਗੁਣ (CHARACTERISTICS OF SYNTHETIC FIBERS): ਸੁੰਦਰ, ਟਿਕਾਊ, ਪਾਣੀ ਰੋਧਕ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਰੋਧਕ ਗੁਣ।

4. ਪਲਾਸਟਿਕ (PLASTIC): ਪਲਾਸਟਿਕ ਅਤੇ ਪੋਲੀਥੀਨ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਉਤਪਾਦਨ, ਥਰਮੋਪਲਾਸਟਿਕ ਅਤੇ ਥਰਮੋਸੈਟ ਪਲਾਸਟਿਕ।
5. ਪਲਾਸਟਿਕ ਇੱਕ ਚੋਣਵੇਂ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ (PLASTIC AS MATERIAL OF CHOICE): ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭੰਡਾਰਣ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ: ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਰਿਆ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਗੁਣ, ਹਲਕਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਟਿਕਾਊਪਨ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਬਿਜਲੀ ਰੋਧਕ ਗੁਣ।
6. ਪਲਾਸਟਿਕ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ (PLASTIC AND ENVIRONMENT): ਕੁਦਰਤੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਜੈਵ-ਵਿਘਟਿਤ (NON-BIODEGRADABLE) ਗੁਣ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ: ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ 4-R ਭਾਵ ਘੱਟ ਵਰਤੋਂ (REDUCE), ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ (REUSE), ਪੁਨਰਉਤਪਾਦਨ (RECYCLE) ਅਤੇ ਮੁਰੰਮਤ (RECOVER/ REPAIR) ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ।

#### ਅਧਿਆਇ-4: ਪਦਾਰਥ: ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਅਧਾਤਾਂ (MATERIALS: METALS AND NON-METALS):

1. ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਅਧਾਤਾਂ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਗੁਣ (PHYSICAL PROPERTIES OF METALS AND NON-METALS): ਠੋਸ, ਤਰਲ ਅਤੇ ਗੈਸ, ਭੌਤਿਕ ਅਵਸਥਾ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਅਧਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਗੀਕਰਨ, ਘਣਤਾ, ਕਠੋਰਤਾ, ਲਚੀਲਾਪਨ, ਖਿਚਣਯੋਗਤਾ, ਕੁਟੀਣਯੋਗਤਾ, ਗੂੰਜਣਯੋਗਤਾ, ਬਿਜਲੀ ਚਾਲਕਤਾ ਅਤੇ ਕੁਚਾਲਤਾ ਵਰਗੇ ਗੁਣ।
2. ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਅਧਾਤਾਂ ਦੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਗੁਣ (CHEMICAL PROPERTIES OF METALS AND NON-METALS): ਆਕਸੀਜਨ ਨਾਲ ਕਿਰਿਆ, ਜੰਗ ਲੱਗਣਾ ਅਤੇ ਖੋਰਣ, ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਅਧਾਤਾਂ ਦੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਕਿਰਿਆ, ਤੇਜ਼ਾਬਾਂ ਅਤੇ ਖਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕਿਰਿਆ, ਘੱਟ ਅਤੇ ਵੱਧ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਸਥਾਪਨ ਕਿਰਿਆ।
3. ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਅਧਾਤਾਂ ਦੇ ਉਪਯੋਗ (USES OF METALS AND NON-METALS): ਹਵਾ ਦੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਆਕਸੀਜਨ, ਨਾਈਟਰੋਜਨ, ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਗੈਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਖੇਤੀ ਲਈ ਰਸਾਇਣਿਕ ਖਾਦਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਾਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਦਵਾਈਆਂ ਵੱਜੋਂ ਵਰਤੋਂ, ਧਾਤਾਂ ਦਾ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ (ਭਵਨ ਨਿਰਮਾਣ, ਉਦਯੋਗ, ਰੇਲਵੇ) ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ, ਧਾਤਵੀ ਯੋਗਿਕਾਂ ਦੇ ਉਪਯੋਗ।

#### ਅਧਿਆਇ-5: ਕੋਲਾ ਅਤੇ ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ (COAL AND PETROLEUM)

ਊਰਜਾ ਸਰੋਤ: ਖਤਮ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਮੁੜ-ਉਤਪਾਦਨ ਵਾਲੇ ਪਥਰਾਟ ਬਾਲਣ:

1. ਕੋਲਾ (COAL): ਧਰਤੀ ਹੇਠਾਂ ਕੋਲੇ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਲਾ, ਕੋਲੇ ਦੇ ਭੰਜਕ, ਕਸ਼ੀਦਨ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਉਤਪਾਦ ਕੋਕ, ਕੋਲ ਗੈਸ।
2. ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ (PETROLEUM): ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ ਦਾ ਧਰਤੀ ਹੇਠਾਂ ਨਿਰਮਾਣ, ਇਸ ਦੇ ਭੰਡਾਰ, ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ ਗੈਸ, ਧਰਤੀ ਹੇਠੋਂ ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ ਕੱਢਣਾ ਉਸਦਾ ਕਸ਼ੀਦਣ ਕਰਕੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅੰਸ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
3. ਕੁਦਰਤੀ ਗੈਸ (NATURAL GAS): ਕੁਦਰਤੀ ਗੈਸ ਦੀ ਨਪੀੜਤ ਕੁਦਰਤੀ ਗੈਸ (CNG) ਵਜੋਂ ਵਰਤੋਂ।
4. ਕੁਝ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤ ਸੀਮਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (SOME NATURAL RESOURCES ARE LIMITED)। ਕੋਲਾ, ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ ਵਰਗੇ ਸੀਮਿਤ ਊਰਜਾ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਸੂਰਜੀ ਊਰਜਾ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣਾ।

#### ਅਧਿਆਇ -6: ਜਲਣਾ ਅਤੇ ਲਾਟ (Combustion and Flame)

1. ਜਲਣਾ ਕੀ ਹੈ? (WHAT IS COMBUSTION?): ਜਲਣ ਕਿਰਿਆ, ਬਾਲਣ ਅਤੇ ਜਲਣ ਕਿਰਿਆ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸ਼ਰਤਾਂ, ਬਲਣ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ ਜਲਣ ਸਹਾਇਕ। ਜਲਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਨਾ ਜਲਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ।
2. ਅਸੀਂ ਅੱਗ ਕਿਵੇਂ ਬੁਝਾਂਦੇ ਹਾਂ? (HOW DO WE CONTROL FIRE?): ਬਲਣ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਅਤੇ ਅੱਗ ਬੁਝਾਣੀ ਅਗਨੀਸ਼ਾਮਕ ਯੰਤਰ ਦੀ ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ
3. ਬਲਣ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ (TYPES OF COMBUSTION?): ਅਚਾਨਕ ਬਲਣਾ, ਤੇਜ਼ ਬਲਣਾ ਅਤੇ ਧਮਾਕਾਖੇਜ਼ ਬਲਣਾ।
4. ਲਾਟਾਂ (FLAMES): ਅੱਗ, ਚਿਮਨੀ, ਮੋਮਬੱਤੀ ਅਤੇ ਮਸ਼ਾਲ ਦੀ ਲਾਟ।
5. ਲਾਟ ਦੀ ਰਚਨਾ (STRUCTURE OF A FLAME): ਲਾਟ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ

6. ਬਾਲਣ ਕੀ ਹੈ? (WHAT IS FUEL?): ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬਾਲਣ।
7. ਜਲਣ ਯੋਗਤਾ (FUEL EFFICIENCY?): ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬਾਲਣਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਗਰਾਮ ਜਲਣਯੋਗਤਾ, ਜਲਣ ਉਤਪਾਦ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੈਸ਼ਵਿਕ ਤਾਪਨ, ਤੇਜਾਬੀ ਵਰਖਾ।

#### ਅਧਿਆਇ -7: ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ( Conservation of Plants and Animals)

1. ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਕਾਰਣ (DEFORESTATION AND ITS CAUSES?): ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਕਾਰਣ। ਖੇਤੀ, ਉਦਯੋਗਾਂ, ਸੜਕਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਲਈ, ਜੰਗਲ ਸਾਫ ਕਰਨਾ।
2. ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ (CONSEQUENCES OF DEFORESTATION): ਕੁਦਰਤ ਵਿੱਚ ਅਸੰਤੁਲਨ ਸੋਕਾ, ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਬਣਨੇ, ਹੜਾਂ ਨਾਲ ਭੋਂ ਖੋਰ, ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨਾਲ ਹਰਾ ਗ੍ਰਹਿ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਤਾਪਨ।
3. ਜੰਗਲਾਂ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ (CONSERVATION OF FORESTS AND WILD LIFE): ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਤਰ, ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਰੈਖਾਂ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਜੈਵਮੰਡਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਤਰ।
4. ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜੈਵਮੰਡਲ (BIOSPHERE RESERVE): ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜੈਵਮੰਡਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜੈਵਿਕ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੀ ਸੰਭਾਲ।
5. ਪੌਦੇ ਅਤੇ ਜੰਤੂ (FLORA AND FAUNA): ਕਿਸੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਕੁੱਲ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ
6. ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਖੇਤਰੀ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ (ENDEMIC SPECIES?): ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ।
7. ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਸ਼ਰਣਸਥਲ (WILD LIFE SANCTUARY): ਅਜਿਹੀਆਂ ਜੰਗਲੀ ਥਾਵਾਂ ਜਿੱਥੇ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਫੜਨਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਦ ਹੋਵੇ।
8. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਾਰਕ (NATIONAL PARK): ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜੀਵ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਤਰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ।
9. ਲਾਲ-ਕਿਤਾਬ (RED DATA BOOK): ਅਜਿਹੀ ਪੁਸਤਕ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਵੇ।
10. ਪ੍ਰਵਾਸ (MIGRATION): ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਚਲੇ ਜਾਣਾ।
11. ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਪੁਨਰ ਨਿਰਮਾਣ (RECYCLING OF PAPER): ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ 'ਤੇ ਬੋਝ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਵਰਤੇ ਗਏ ਕਾਗਜ਼ ਤੋਂ ਮੁੜ ਕਾਗਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
12. ਮੁੜ ਜੰਗਲ ਉਗਾਉਣਾ (REFORSTRATION): ਜੰਗਲਾਂ ਨੂੰ ਹਰਿਆ ਭਰਿਆ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜਿੱਥੋਂ ਰੁੱਖ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਉੱਥੇ ਹੋਰ ਪੌਦੇ ਉਗਾਉਣੇ।

#### ਅਧਿਆਇ -8: ਕੋਸ਼ਿਕਾ (ਸੈੱਲ) ਬਣਤਰ ਅਤੇ ਕਾਰਜ (Structure and Function)

1. ਕੋਸ਼ਿਕਾ(ਸੈੱਲ) ਦੀ ਖੋਜ (DISCOVERY OF THE CELL): ਰਾਬਰਟ ਹੁੱਕ ਦੁਆਰਾ 1665 ਵਿੱਚ ਕਾਰਕ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ
2. ਕੋਸ਼ਿਕਾ (THE CELL): ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਪੌਦਾ ਸੈੱਲਾਂ (ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ) ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਸੂਖਮਦਰਸ਼ੀ ਹੇਠਾਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵੇਖਣਾ।
3. ਸਜੀਵ, ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਸਰੂਪ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨਤਾ ਦਰਸਾਏ ਹਨ। (ORGANISM SHOW VARIETY CELL NUMBER, SHAPE AND SIZE) ਇੱਕ ਸੈੱਲੀ ਤੇ ਬਹੁਸੈੱਲੀ ਜੀਵ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਸਰੂਪ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਆਕਾਰ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਸੈੱਲ
4. ਕੋਸ਼ਿਕਾ: ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਕਾਰਜ (CELL: STRUCTURE AND FUNCTION): ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਉੱਤਕ (Tissue) ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ
5. ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਦੇ ਨਿਕੜੇ ਅੰਗ (PARTS OF THE CELL): ਸੈੱਲ ਦਾ ਅਧਿਐਨ, ਉਸਦੇ ਨਿਕੜੇ ਅੰਗ (Organelles) ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਜ, ਨਾਭਿਕ, ਪਲਾਜ਼ਮਾ ਸੈੱਲ ਭਿੱਤੀ।

6. ਬਨਸਪਤੀ ਸੈੱਲ ਅਤੇ ਜੰਤੂ ਸੈੱਲ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ (COMPARISON OF PLANT AND ANIMAL CELL):  
ਬਨਸਪਤੀ ਸੈੱਲ ਅਤੇ ਜੰਤੂ ਸੈੱਲ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾ ਕੇ ਅੰਤਰ ਦੱਸਣਾ

### ਅਧਿਆਇ-9: ਜੰਤੂਆਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਜਨਨ (Reproduction in Animals)

1. ਪ੍ਰਜਨਨ ਦੇ ਢੰਗ (MODE OF REPRODUCTION): ਪ੍ਰਜਨਨ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਰਥ, ਪ੍ਰਜਨਨ ਦੇ ਲਿੰਗੀ ਅਤੇ ਅਲਿੰਗੀ ਢੰਗ।
2. ਲਿੰਗੀ ਪ੍ਰਜਨਨ (SEXUAL REPRODUCTION): ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗੀ ਪ੍ਰਜਨਨ। ਨਰ ਜਨਨ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਮਾਦਾ ਜਨਨ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਚਾਰਟ/ ਮਾਡਲ ਰਾਹੀਂ ਅਧਿਐਨ, ਯੁਗਮਕਾਂ (Gametes) ਤੋਂ ਯੁਗਮਜ਼ (Zygote) ਦਾ ਬਣਨਾ, ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਨਿਸ਼ੇਚਨ ਕਿਰਿਆ। ਮਾਦਾ ਗਰਭ ਵਿੱਚ ਭਰੂਣ ਦਾ ਵਿਕਾਸ। ਡੱਭੂ ਵਿੱਚ ਅੰਡੇ, ਲਾਰਵੇ ਅਤੇ ਡੱਭੂ ਤੱਕ ਵਿਕਾਸ।
3. ਅਲਿੰਗੀ ਪ੍ਰਜਨਨ (ASEXUAL REPRODUCTION): ਹਾਈਡਰਾ, ਅਮੀਬਾ ਵਰਗੇ ਜੀਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਲਿੰਗੀ ਪ੍ਰਜਨਨ, ਕਲੋਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਧੀ। ਦੋ-ਖੰਡਨ ਅਤੇ ਬਹੁ ਖੰਡਨ ਵਿਧੀ।

### ਅਧਿਆਇ-10:

1. ROLE OF HORMONS IN INITIATING REPRODUCTIVE FUNCTION - ਪ੍ਰਜਨਨ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਹਾਰਮੋਨ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ। ਹਾਰਮੋਨ ਦਾ ਰਿਸਾਵ ਵਹਿਣੀ ਰਹਿਤ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਗ ਤੇ ਹੋਣਾ
2. REPRODUCTIVE PHASE OF LIFE IN HUMANS - ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਜਨਨ ਅਵਸਥਾ। ਲਕੀਆਂ ਵਿੱਚ 10-12 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਮਾਸਿਕ ਧਰਮ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਾ ਅਤੇ 40-50 ਸਾਲ (ਮੈਨੋਪਾਜ਼) ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਚੱਲਣਾ।
3. HOW IS THE SEX OF THE BABY DETERMINED - ਬੱਚੇ ਦਾ ਲਿੰਗ ਕਿਵੇਂ ਜਾਂਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਿਸ਼ੇਚਿਤ ਅੰਡੇ ਵਿੱਚ ਗੁਣਸੂਤਰ ਦਾ 23ਵਾਂ ਜੋੜ XX ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲੜਕੀ ਜੇ XY ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲੜਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
4. HORMONES OTHER THAN SEX HORMONES - ਲਿੰਗੀ ਹਾਰਮੋਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਾਕੀ ਹਾਰਮੋਨ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਿਮਾਗ ਨੇੜੇ ਪਿਚੁਟਰੀ ਗ੍ਰੰਥੀ ਗਲੇ ਨੇੜੇ ਥਾਈਰਾਈਡ ਗ੍ਰੰਥੀ ਪਾਚਨ ਲਈ ਨਾਲ ਲੂਬਾ ਗੁਰਦਿਆਂ ਨੇੜੇ ਐਂਡਰੀਨਲ ਗ੍ਰੰਥੀ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਸਣ ਵਾਲੇ ਹਾਰਮੋਨ।
5. ROLE OF HORMONES IN COMPLETING THE LIFE HISTORY OF INSECTS AND FROG - ਡੱਭੂ ਅਤੇ ਕੀਟਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਕੀਟਾਂ ਅਤੇ ਡੱਭੂ ਵਿੱਚ ਅੰਡਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੂਰਣ-ਵਿਕਸਿਤ ਜੀਵ ਤੱਕ ਹਾਰਮੋਨ ਸਹਾਇਕ ਹੈ।
6. REPRODUCTIVE HEALTH - ਪ੍ਰਜਨਨ ਸਿਹਤ। ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ, ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਯੋਗਾ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਤੌਵਾ ਕਰਨੀ

### ਅਧਿਆਇ - 11 ਬਲ ਅਤੇ ਦਬਾਓ (Force and Pressure)

1. FORCE: A PUSH OR A PULL ਖਿੱਚ ਜਾਂ ਧਕੇਲ ਬਲ : ਬਲ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਬਲ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ। ਧਕੇਲ ਬਲ, ਖਿੱਚ ਬਲ, ਦਬਾਓ।
2. FORCES AND DUE TO AN INTER ACTION - ਆਪਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਰਣ ਬਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੇਡਣਾ, ਚੱਲਣਾ, ਧਕੇਲਣਾ, ਖਿੱਚਣਾ, ਕਿਕਲੀ ਪਾਉਣਾ ਸਭ ਆਪਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
3. EXPLORING FORCES : ਬਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ : ਸਾਰੇ ਬਲ ਇੱਕ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਤਾਂ ਪਰਿਣਾਮੀ ਬਲ ਵੱਧਦਾ ਹੈ। ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾਵੀ ਬਲਾਂ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮੀ ਬਲ ਦਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਬਲ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।
4. A FORCE CAN CHANGE THE STATE OF MOTION ਬਲ ਗਤੀ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਰਾਮ ਨੂੰ ਗਤੀ, ਗਤੀ ਨੂੰ ਵਿਰਾਮ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣਾ। ਗਤੀ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਬਦਲਣਾ ਬਲ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
5. FORCES CAN CHANGE THE SHAPE OF OBJECT ਬਲ ਨਾਲ ਵਸਤੂ ਦਾ ਆਕਾਰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਪਰਿੰਗ ਖਿੱਚਣਾ ਬਲ-ਵਰਕਰ ਦਬਾਉਣਾ ਨਚੋੜਨਾ ਸਪੰਜ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਨਾਲ ਆਕਾਰ ਬਦਲਦਾ ਹੈ।

6. CONTACT FORCES- ਫੋਹ ਬਲ : ਮਨੁੱਖ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਮਾਸ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਬਲ ਫੋਹ ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਰਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਰਗੜ ਬਲ ਵੀ ਫੋਹ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
7. NON-CONTACT FORCES - ਬਿਨਾਂ ਫੋਹ ਵਾਲੇ ਬਲ। ਚੁੰਬਕੀ ਬਲ, ਧਰਤੀ ਦੀ ਗੁਰਤਾ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਗੁਰਤਾਕਰਸ਼ਣ, ਬਿਜਲੀ ਚੁੰਬਕੀ ਬਲ ਬਿਨਾਂ ਫੋਹ ਵਾਲੇ ਹਨ। !
8. PRESSURE - ਦਬਾਓ। ਕੱਟਣਾ, ਚੀਰਨਾ, ਫਾੜਨਾ, ਭਾਰ ਚੁੱਕਣਾ ਆਦਿ।
9. PRESSURE EXERTED BY LIQUIDS AND GASES - ਦ੍ਰਵਾਂ ਅਤੇ ਗੈਸਾਂ ਦਾ ਦਬਾਓ : ਦ੍ਰਵਾਂ ਨਾਲ ਭਰੇ ਭਾਂਡਿਆਂ ਦੇ ਤਲ ਤੇ ਦਬਾਓ, ਡੈਮ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਤੇ ਦਬਾਓ, ਵਾਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਟਿਊਬਾਂ/ਟਾਇਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਬਾਓ।
10. ATMOSPHERIC PRESSURE - ਵਾਯੂਮੰਡਲੀ ਦਬਾਓ : ਧਰਤੀ ਦੁਆਲੇ ਹਵਾ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਕਾਰਣ ਦਬਾਓ।

### ਅਧਿਆਇ - 12 ਰਗੜ (Friction)

ਦੋ ਤਲਾਂ ਦੀ ਆਪਸੀ ਗਤੀ ਕਾਰਣ ਰਗੜ ਬਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

1. FOCES OF FRICTION ਰਗੜ ਬਲ ਇੱਕ ਵਸਤੂ (ਸਜੀਵ ਜਾਂ ਨਿਰਜੀਵ) ਦੀ ਦੂਜੀ ਵਸਤੂ ਦੇ ਤਲ ਤੇ ਗਤੀ ਕਾਰਣ ਰਗੜ।
2. FACTORS AFFECTING FRICTION - ਰਗੜ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕ : ਆਪਸੀ ਤਲਾਂ ਦਾ ਪੱਧਰਾ ਗੋਲ, ਚਪਟਾ ਜਾਂ ਰੇੜ੍ਹ ਆਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ। ਭਾਰੀ ਜਾਂ ਹਲਕੀ ਵਸਤੂ। ਵਾਹਨਾਂ ਦੇ ਟਾਇਰਾਂ/ਟਾਇਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦਬਾਓ ਅਤੇ ਰਗੜ ਬਲ। ਫੋਹ ਤਲਾਂ ਦਾ ਆਕਾਰ।
3. FRICTION A NECESSARY EVIL - ਰਗੜ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬੁਰਾਈ: ਰਗੜ ਕਾਰਣ ਹੀ ਗਤੀ ਸੰਭਵ, ਬ੍ਰੇਕਾਂ ਦਾ ਬਲ ਪਰ ਘਿਸਣਾ ਜਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਰਗੜ ਕਾਰਣ ਫਟਣਾ ਲਾਭਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਪਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
4. INCREASING AND REDUCING FRICTION - ਰਗੜ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਘਟਾਉਣਾ : ਖੁਰਦਰੇ ਤਲ, ਟਾਇਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਗੁੱਟੀਆਂ, ਉਬੜ-ਖਾਬੜ ਤਲ ਰਗੜ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਬਾਲ ਵੀਅਰਿੰਗ, ਗਰੀਸ ਦੇਣਾ ਤੱਲ ਪੱਧਰਾ ਕਰਨਾ, ਪਾਉਡਰ ਰਗੜ ਘਟਾਂਦੇ ਹਨ।
5. WHEELS REDUCE FRICTION - ਪਹੀਏ ਜਾਂ ਰੇੜ੍ਹ ਬਲ ਘਟਾਂਦੇ ਹਨ। ਵੱਡੇ ਭਾਰ ਹੇਠਾਂ ਰੇੜ੍ਹ ਲਾਣ, ਪਹੀਆਂ ਨਾਲ ਰਗੜ ਦਾ ਘਟਣਾ।
6. FLUID FRICTION- ਤਰਲਾਂ ਦਾ ਦਬਾਓ : ਉੱਡਦੇ ਪੰਛੀਆਂ, ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਤੇ ਹਵਾ ਦੀ ਰਗੜ ਨਾਲ ਗਤੀ ਘਟਣਾ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਰਗੜ ਬੇੜੀ ਤੈਰਾਕ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਜਹਾਜ਼ ਦੀ ਗਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਂਦੀ ਹੈ।

### ਅਧਿਆਇ-13 ਧੁਨੀ (Sound)

ਧੁਨੀ ਉਰਜਾ ਦਾ ਇੱਕ ਰੂਪ

1. SOUND IS PRODUCED BY A VIBRATING BODY ਕੰਪਨ ਕਰਦੀ ਵਸਤੂ ਦੀ ਧੁਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੰਪਨ ਕਰਦੇ ਰਬੜ ਬੈਂਡ ਘੰਟੀ, ਭਾਂਡਾ, ਗਿਟਾਰ ਦੀ ਤਾਰ, ਤੂੰਬੀ ਦੀ ਤਾਰ, ਤਬਲਾ, ਵੀਣਾ ਆਦਿ ਧੁਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।
2. SOUND PRODUCED BY HUMANS ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਧੁਨੀ: ਸੰਘ ਅਤੇ ਸੁਰ-ਯੰਤਰ ਵਿੱਚ ਕੰਪਨ ਕਰਦੇ ਵੋਕਲ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਧੁਨੀ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦਿੰਦੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਦੰਦ, ਜੀਭ, ਤਾਲੂ ਆਦਿ।
3. SOUND NEEDS A MEDIUM FOR PROPAGATION ਧੁਨੀ ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਮਾਧਿਅਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੈਸ, ਦ੍ਰਵ ਅਤੇ ਠੋਸਾਂ ਵਿੱਚ ਕਣਾਂ ਦੇ ਕੰਪਨ ਕਾਰਨ ਤਰੰਗਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਤਰੰਗਾਂ ਰਾਹੀਂ ਧੁਨੀ ਸੰਚਾਰ।
4. WE HEAR SOUND THROUGH OUR EAR ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਮਨੁੱਖੀ ਕੰਨ ਦੀ ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਧੁਨੀ ਦਾ ਸੁਣਨਾ।
5. AMPLITUDE TIME PERIOD AND FREQUENCY OF A VIBRATION ਤਰੰਗਾਂ ਦੀ ਆਵ੍ਰਿਤਿ, ਸਮਾਕਾਲ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਪੰਨ। ਕੰਪਨ ਕਰਦੇ ਕਣਾਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਪਨ, ਤਰੰਗ ਦੀ ਆਵ੍ਰਿਤਿ, ਤਰੰਗ ਦੇ ਕਣਾਂ ਦਾ ਸਮਾਕਾਲ ਧੁਨੀ ਦਾ ਉੱਚਾਪਨ।

6. AUDIBLE AND INAUDIBLE SOUND ਸੁਣਨਯੋਗ ਅਤੇ ਨਾ ਸੁਣਨਯੋਗ ਧੁਨੀ। ਸੁਣਨਯੋਗ ਧੁਨੀ ਦੀ ਆਵ੍ਰਤਿ ਅਤੇ ਨਾ ਸੁਣਨਯੋਗ ਧੁਨੀ ਦੀ ਆਵ੍ਰਤਿ।
7. NOISE AND MUSIC ਸ਼ੋਰ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ। ਧੁਨੀ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਵਿੱਚ ਵਰਗੀਕਰਣ ਅਤੇ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ।
8. NOISE POLLUTION ਧੁਨੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ (ਸ਼ੋਰ) : ਧੁਨੀ ਦਾ ਉੱਚਾ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਸ਼ੋਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣਾ, ਸ਼ੋਰ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ। ਧੁਨੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਾਰਣ ਬੋਲਾਪਨ। ਸ਼ੋਰ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਢੰਗ।

#### ਅਧਿਆਇ-14 ਬਿਜਲੀ ਧਾਰਾ ਦੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵ (Chemical Effects of Electric Current)

ਬਿਜਲੀ ਚਾਰਜ ਦਾ ਵਹਾਅ ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਧਾਰਾ

1. DO LIQUIDS CONDUCT ELECTRICITY? ਕੀ ਦ੍ਰਵ ਵੀ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਚਾਲਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ? : ਵੱਖ ਦ੍ਰਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬਿਜਲੀ ਧਾਰਾ ਗੁਜ਼ਾਰ ਕੇ ਚਾਲਕ ਅਤੇ ਕਚਾਲਕ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਬਿਜਲੀ ਟੈਸਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
2. CHEMICAL EFFECTS OF ELECTRIC CURRENT ਬਿਜਲੀ ਧਾਰਾ ਦੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵ : ਬਿਜਲੀ ਚਾਲਕ ਘੋਲਾਂ ਦਾ ਬਿਜਲੀ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ। ਫਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਬਿਜਲੀ ਉਤਪਾਦਨ, ਬਿਜਲੀ ਲੇਪਨ।

#### ਅਧਿਆਇ-15 ਕੁੱਝ ਕੁਦਰਤੀ ਵਰਤਾਰੇ (Some Natural Phenomena)

ਮੀਂਹ, ਹੜ੍ਹ ਭੂਚਾਲ, ਸੌਕਾ, ਤੂਫਾਨ, ਲਿਸ਼ਕਾਰਾ, ਚੱਕਰਬਾਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

1. LIGHTENING ਅਕਾਸ਼ੀ ਬਿਜਲੀ : ਅਕਾਸ਼ੀ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ। ਉਲਟ ਚਾਰਜ ਵਾਲੇ ਬੱਦਲਾਂ ਕਾਰਣ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਲਿਸ਼ਕਾਰਾ ਅਤੇ ਗੜਗੜਾਹਟ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੇਂ ਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਪੁੱਜਣਾ, ਧੁਨੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੀ ਚਾਲ ਕਾਰਣ।
2. CHARGING BY RUBBING ਰਗੜ ਕਾਰਣ ਚਾਰਜ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ। ਰਗੜ ਦੌਰਾਨ ਇਲੈਕਟਰਾਨ ਦੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਪਦਾਰਥ ਤੇ ਜਾਣ ਕਾਰਣ ਸਥਿਰ ਬਿਜਲੀ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ।
3. TYPES OF CHARGES AND THEIR INTERACTION ਚਾਰਜਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਰਗੜਨ ਕਾਰਣ ਧੰਨ ਤੇ ਰਿਣ ਚਾਰਜ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ।
4. TRANSFER OF CHARGE ਚਾਰਜ ਦਾ ਸਥਾਨੰਤਰਣ। ਰਗੜ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਚਾਰਜ ਨੂੰ ਛੋਹ ਨਾਲ ਦੂਜੀ ਵਸਤੂ ਤੇ ਸਥਾਨੰਤਰਿਤ ਕਰਨਾ।
5. THE STORY OF LIGHTENING ਅਕਾਸ਼ੀ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ। ਅਕਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਜਲਵਾਸ਼ਪਾਂ ਦੀ ਰਗੜ ਕਾਰਣ ਬੱਦਲਾਂ ਵਿੱਚ ਚਾਰਜ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ। ਉਲਟੇ ਚਾਰਜ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾ ਦੇ ਟਕਰਾਉਣ ਨਾਲ ਅਕਾਸ਼ੀ ਬਿਜਲੀ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ।
6. LIGHTENING SAFETY ਅਕਾਸ਼ੀ ਬਿਜਲੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ। ਮੀਂਹ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਲਿਸ਼ਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਠਿਕਾਣੇ।
7. EARTHQUAKE ਭੂਚਾਲ : ਭੂਚਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ, ਭੂਚਾਲ ਨੂੰ ਮਾਪਣਾ।

#### ਅਧਿਆਇ-16 ਪ੍ਰਕਾਸ਼ (Light)

ਉਰਜਾ ਦਾ ਰੂਪ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਇਸ ਨਾਲ ਵਸਤਾਂ ਦੇਖਣਾ

1. WHAT MAKES THINGS VISIBLE ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਯੋਗ ਕੌਣ ਬਣਾਂਦਾ ਹੈ?: ਅਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੈਣ ਨਾਲ ਉਹ ਵੇਖਣਯੋਗ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
2. LAWS OF REFLECTION: ਪਰਾਵਰਤਕ ਦੇ ਨਿਯਮ: ਚਮਕੀਲੇ ਤਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਪਰਾਵਰਤਨ ਸਮਤਲ ਦਰਪਣ ਰਾਹੀਂ ਪਰਾਵਰਤਨ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਨਿਯਮ ਸਮਤਲ ਦਰਪਣ ਵਿੱਚ ਬਣੇ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਦੇ ਲੱਛਣ।
3. REGULAR AND DIFFUSED REFLECTION ਨਿਯਮਬੱਧ ਅਤੇ ਉਂਦਲਾ ਪਰਾਵਰਤਨ: ਸਮਤਲ ਦਰਪਣ ਅਤੇ ਟੇਡੇ-ਮੇਢੇ ਤਲ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਪਰਾਵਰਤਨ
4. REFLECTED LIGHT CAN BE REFLECTED AGAIN ਪਰਾਵਰਤਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪਰਾਵਰਤਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੈਰੀਸਕੋਪ ਰਾਹੀਂ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਪਰਾਵਰਤਨ।



5. MULTIPLE IMAGES ਬਹੁ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ : ਸਮਾਨੰਤਰ ਦਰਪਣਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਲੱਤ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ। ਦੋ ਦਰਪਣਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੋਣ ਤੇ ਜੋੜ ਕੇ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਬਣਾਉਣੇ।
6. SUNLIGHT : WHITE OR COLOURED ਸੂਰਜੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ : ਸਵੇਦ ਜਾਂ ਰੰਗੀਨ। ਪ੍ਰਿਜ਼ਮ ਰਾਹੀਂ ਸੂਰਜੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਅਧਿਐਨ
7. WHAT IS INSIDE OUR EYES ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਅੰਦਰ ਕੀ ਹੈ? ਮਨੁੱਖੀ ਅੱਖ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਮਾਡਲ ਰਾਹੀਂ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਭਾਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।
8. CARE OF THE EYES ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ : ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪੋਸ਼ਣ, ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੀ ਠੀਕ ਵਰਤੋਂ ਤੇਜ਼ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਅ।
9. VISUALLY CHALLENGED PERSONS CAN READ AND WRITE ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਗੀਨ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਪੜ੍ਹ-ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਗੀਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਵਸਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ, ਸਹਾਇਕ ਯੰਤਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
10. WHAT IS THE BRAILLE SYSTEM ਬਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੀ ਹੈ?: ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਗੀਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਉਭਰਵੇਂ ਅੱਖਰਾਂ ਵਾਲੀ ਬਲ-ਪ੍ਰਣਾਲੀ

### ਅਧਿਆਇ-17 ਤਾਰੇ ਅਤੇ ਸੌਰ ਮੰਡਲ (Stars and the Solar System)

ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀਆਂ ਪੁਲਾੜੀ ਵਸਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਅਤੇ ਦੂਰ ਪੁਲਾੜੀ ਪਿੰਡ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

1. THE MOON ਚੰਨ : ਚੰਨ ਦੇ ਆਕਾਰ, ਗਤੀ, ਉਸਦੇ ਚਮਕਣ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਦੁਆਲੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਚੰਨ ਦੀ ਗੁਰਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ।
2. THE STARS ਤਾਰੇ: ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਗਲੈਕਸੀ ਅਤੇ ਤਾਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ।
3. CONSTELLATIONS ਤਾਰਾ ਝੁੰਡ : ਗਲੈਕਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਤਾਰਿਆਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮੂਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜੋ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਜਾਂ ਜੀਵ ਵਰਗੇ ਦਿਸਦੇ ਹਨ। ਤਾਰਾ ਝੁੰਡ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ੀ।
4. THE SOLAR SYSTEM ਸੌਰ ਮੰਡਲ: ਸੂਰਜ ਇਸਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਮੌਜੂਦ ਗ੍ਰਹਿ, ਉਪਗ੍ਰਹਿ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਪੁਲਾੜੀ ਪਿੰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਗ੍ਰਹਿਆਂ ਅਤੇ ਉਪਗ੍ਰਹਿਆਂ ਦੇ ਪੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।
5. SOME OTHER MEMBERS OF THE SOLAR ਸੌਰ ਮੰਡਲ ਦੇ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਪੁਲਾੜੀ ਪਿੰਡ। ਲਘੂ ਆਕਾਸ਼ੀ ਪਿੰਡ ਧੂਮ ਕੇਤੂ (ਪੁੱਛਲੇ ਤਾਰੇ)। ਉਲਕਾਵਾਂ, ਉਲਕਾ ਪਾਤ ਅਤੇ ਬਨਾਵਟੀ ਉਪਗ੍ਰਹਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

### ਅਧਿਆਇ -18 ਹਵਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ (Pollution Of The Air and Water)

ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

1. AIR POLLUTION ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ : ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਬੇਲੋੜੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
2. HOW DOES AIR GET POLLUTED : ਹਵਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਦਯੋਗ, ਵਾਹਨ ਅਤੇ ਖੇਤੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਸਾਇਣ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ। ਉਜੌਨ ਪਰਤ ਦਾ ਨਸ਼ਟ ਹੋਣਾ।
3. CASE STUDY OF THE TAJ MAHAL : ਤਾਜਮਹਲ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਐਨ । ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਾਰਨ , ਤੇਜਾਬੀ ਵਰਖਾ ਨਾਲ ਤਾਜਮਹਲ ਦੀ ਸੰਭਾਲ।
4. GREEN HOUSE EFFECT ਹਰਾਗ੍ਰਹਿ ਪ੍ਰਭਾਵ : ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਵਧਦੀ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈ ਆਕਸਾਈਡ ਕਾਰਨ ਹਰਾ ਗ੍ਰਹਿ ਪ੍ਰਭਾਵ। ਉਸਦਾ ਸਜੀਵ ਅਤੇ ਨਿਰਜੀਵ ਤੇ ਅਸਰ ਅਤੇ ਹਰਾ ਗ੍ਰਹਿ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਉਪਰਾਲੇ।
5. WHAT CAN BE DONE ? ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?: ਪਥਰਾਟ ਬਾਲਣਾਂ ਦੀ ਵੱਧਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਨ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਵਧਦੇ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈ ਓਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਯਤਨ।
6. WATER POLLUTION ਪਾਣੀ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ: ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਬੇਲੋੜੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ।
7. HOW DOES WATER GET POLLUTED? ਪਾਣੀ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ। ਗੰਗਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਗੰਗਾ ਐਕਸ਼ਨ ਪਲਾਨ

8. WHAT IS PUBLIC WATER AND HOW IS WATER PURIFIED ? ਜਨਤਕ ਪਾਣੀ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਨ?ਜਨਤਾ ਦੁਆਰਾ ਪੀਣ ਅਤੇ ਸਾਫ- ਸਫਾਈ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਪਾਣੀ। ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਨਾ।
9. WHAT CAN BE DONE? ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? : ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਤਿੰਨ ਆਰ (3-R) ਭਾਵ ਘੱਟ ਵਰਤੋਂ, ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਪੁਨਰ ਚੱਕਰਨ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ।

## 6. ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ

### ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

#### ਭੂਗੋਲ

#### ਭਾਗ: ਸਧਾਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

1. ਸਾਧਨ- ਕਿਸਮਾਂ ਤੇ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ
2. ਕੁਦਰਤੀ ਸਾਧਨ: ਭੂਮੀ, ਮਿੱਟੀ, ਪਾਣੀ, ਬਨਸਪਤੀ ਤੇ ਜੰਗਲ
3. ਖਣਿਜ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਸਾਧਨ
4. ਸਾਡੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ: ਕਿਸਮਾਂ, ਮੁੱਖ ਫਸਲਾਂ
5. ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਿਕਾਸ: ਕਿਸਮਾਂ ਤੇ ਵੰਡ
6. ਮੁੱਖ ਉਦਯੋਗ: ਵਿਆਖਿਆ ਤੇ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਅਧਿਐਨ
7. ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਧਨ
8. ਆਫ਼ਤ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

#### ਇਤਿਹਾਸ

#### ਭਾਗ: ਸਾਡਾ ਅਤੀਤ-III

9. ਕਿੱਥੇ, ਕਦੋਂ, ਕਿਵੇਂ
10. ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਈਸਟ ਇੰਡੀਆ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ
11. ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਬਣਤਰ, ਬਸਤੀਵਾਦੀ ਸੈਨਾ ਅਤੇ ਸਿਵਲ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ
12. ਪੇਂਡੂ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜ
13. ਬਸਤੀਵਾਦ ਅਤੇ ਕਬਾਇਲੀ ਸਮਾਜ
14. ਦਸਤਕਾਰੀ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗ
15. 1857 ਈ: ਦਾ ਵਿਦਰੋਹ
16. ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਰਾਜ
17. ਇਸਤਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ

18. ਜਾਤੀ-ਪ੍ਰਥਾ ਨੂੰ ਚਣੌਤੀ
19. ਬਸਤੀਵਾਦ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਪਰਿਵਰਤਨ
20. ਕਲਾਵਾਂ: ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ, ਸਾਹਿਤ, ਭਵਨ ਨਿਰਮਾਣ ਕਲਾ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ
21. ਰਾਸ਼ਟਰਵਾਦੀ ਅੰਦੋਲਨ: 1885-1919 ਈ:
22. ਭਾਰਤੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼: 1919-1947
23. ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਾ ਭਾਰਤ

#### **ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਸਤਰ**

#### **ਭਾਗ: ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਜੀਵਨ**

24. ਸਾਡੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੀਚੇ
25. ਮੁੱਢਲੇ ਅਧਿਕਾਰ ਤੇ ਕਰਤੱਵਾਂ ਦਾ ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਰਾਜ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਸਿਧਾਂਤ
26. ਭਾਰਤ ਇੱਕ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਰਾਜ
27. ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ- ਸੰਗਠਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ
28. ਜਨਮ, ਮੌਤ (ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ) ਪੰਜੀਕਰਣ
29. ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਪੁਨਰ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ
30. ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ
  - ਭਾਰਤੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਨੀਤੀ
  - ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ-ਰਚਨਾ ਤੇ ਸਿਧਾਂਤ
  - ਵਿਸ਼ਵ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ

**ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ : ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ -8 ( ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਮਾਧਿਅਮ)**  
**ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ**

ਸਿਲੇਬਸ (ਕੰਪਿਊਟਰ ਸਾਇੰਸ)  
ਜਮਾਤ ਅੱਠਵੀਂ  
ਲਿਖਤੀ ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ

ਪਾਠ 1 ਪਿਛਲੀ ਜਮਾਤ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ

ਪਾਠ 2 ਐਮ.ਐਸ ਵਰਡ ਵਿਚ ਟੇਬਲ ਅਤੇ ਮੇਲ ਮਰਜ਼ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

- ਟੇਬਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
- ਟੇਬਲ ਬਣਾਉਣਾ, ਰੋਅ ਅਤੇ ਕਾਲਮ, ਟੇਬਲ ਵਿਚ ਡਾਟਾ ਇਨਸਰਟ ਕਰਨਾ
- ਟੇਬਲ ਵਿਚ ਰੋਅ,ਕਾਲਮ ਇਨਸਰਟ ਅਤੇ ਡਲੀਟ ਕਰਨਾ।
- ਟੇਬਲ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀਜ਼,ਅਲਾਈਨਮੈਂਟ ਜਾਂ ਸੈਲ ਦਾ ਆਕਾਰ ਬਦਲਣਾ
- ਟੇਬਲ ਨੂੰ ਵੰਡਣਾ ਜਾਂ ਸਪਲਿਟ ਕਰਨਾ
- ਸੈਲਾਂ ਨੂੰ ਸਪਲਿਟ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮਰਜ਼ ਕਰਨਾ ।
- ਮੇਲ ਮਰਜ਼ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਿਵੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਾਠ 3 ਇਨਫੋਰਮੇਸ਼ਨ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

- ਵੈਬ ਸਾਇਟਸ,
- ਸਰਚਿੰਗ,ਸਰਫਿੰਗ
- ਆਨ ਲਾਈਨ ਅਤੇ ਆਫ ਲਾਈਨ ਵਿਚ ਫਰਕ
- ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਾ
- ਨੈਟ ਬੈਕਿੰਗ ਕੀ ਹੈ ?
- ਆਨ ਲਾਈਨ ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਕੀ ਹੈ
- ਆਨ ਲਾਈਨ ਰਿਜਲਟਸ ਦੇਖਣਾ
- ਮੋਬਾਇਲ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋ।

ਪਾਠ 4 ਇੰਟਰਨੈਟ ਦੇ ਮੂਲ ਸਿਧਾਂਤ

- ਇੰਟਰਨੈਟ ਕੀ ਹੈ?
- ਇੰਟਰਨੈਟ ਲਈ ਮੁੱਖ ਜਰੂਰਤਾਂ , ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਅਤੇ ਸਾਫਟਵੇਅਰ

- ਨੈਟਵਰਕ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਦੇ ਕੰਮ
- ਇੰਟਰਨੈਟ ਕੁਨੇਕਸ਼ਨ : ਮੋਡਮ, ਮੋਡਮ ਦੀ ਸਪੀਡ, ਇੰਟਰਨੈਟ ਕੁਨੇਕਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ
- ਇੰਟਰਨੈਟ ਦੇ ਲਾਭ
- ਇੰਟਰਨੈਟ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਇਡਰ
- ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਟੂਲਜ਼
- ਇੰਟਰਨੈਟ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਵੈਬ ਨੂੰ ਬ੍ਰਾਊਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਵੈਬਸਾਇਟ ਨੂੰ ਸਰਚ ਕਰਨਾ

#### ਪਾਠ 5 ਪਾਵਰ ਪੁਆਇੰਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਪਛਾਣ

- ਪ੍ਰੋਜਨਟੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਲਾਈਡਸ
- ਪਾਵਰ ਪੁਆਇੰਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ
- ਪਾਵਰ ਪੁਆਇੰਟ ਵਿੰਡੋ ਦੇ ਭਾਗ
- ਪ੍ਰੋਜਨਟੇਸ਼ਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ
- ਨਵੀਂ ਸਲਾਈਡ ਇਨਸਰਟ ਕਰਨਾ
- ਲੇਅ ਆਉਟ ਆਟੋ ਸ਼ੋਪਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ।
- ਸੇਵ, ਓਪਨ ਅਤੇ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ।

#### ਪਾਠ 6 ਪਾਵਰ ਪੁਆਇੰਟ ਭਾਗ -2

- ਸਲਾਈਡ ਦੀ ਦਿੱਖ ਬਦਲਣਾ
- ਡਿਜਾਇਨ ਟੈਮਪਲੇਟ ਬਦਲਣਾ
- ਕਲਰ ਸਕੀਮ ਬਦਲਣਾ
- ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ ਕਲਰ ਬਦਲਣਾ
- ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ ਪੈਟਰਨ ਜਾਂ ਟੈਕਸਚਰ ਬਦਲਣਾ
- ਗ੍ਰੇਡੀਐਂਟ ਬਦਲਣਾ
- ਪਾਵਰ ਪੁਆਇੰਟ ਵਿਚ ਆਬਜੈਕਟ ਦਾਖਲ ਕਰਨਾ
- ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਗਾਉਣਾ
- ਮੂਵੀ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਫਾਈਲ ਦਾਖਲ ਕਰਨਾ

#### ਪਾਠ 7 ਐਮ.ਐਸ ਐਕਸਲ ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ

- ਖੋਲਣਾ
- ਐਕਸਲ ਦੀ ਸਕਰੀਨ ਦੇ ਭਾਗ
- ਡਾਟਾ ਦਾਖਲ ਕਰਨਾ : ਰੇਂਜ ਭਰਨੀ, ਡਾਟਾ ਸੀਰੀਜ਼ ਬਣਾਉਣੀ, ਵਰਕ ਬੁਕ ਨੂੰ ਸੇਵ, ਬੰਦ ਅਤੇ ਐਕਸਲ

ਤੇ ਬਾਹਰ ਆਉਣਾ ।

- ਸੈਲਜ਼ ਅਤੇ ਰੋਅਜ਼ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

**ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ :** ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦਾ ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਵੇਗਾ।

### ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

#### 1. ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ

- (ੳ) ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ (ਅ) ਭੋਜਨ ਦੇ ਕੰਮ (ੲ) ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ  
(ਸ) ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ ਦੇ ਤੱਤ (ਹ) ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਗੁਣ (ਕ) ਦੁੱਧ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਭੋਜਨ ਹੈ  
(ਖ) ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਢੰਗ (ਗ) ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸਿਧਾਂਤ

#### 2. ਯੋਗ ਅਤੇ ਆਸਣ

#### 3. ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਪ੍ਰਬੰਧ

- (ੳ) ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਕਿਰਿਆਵਾਂ (ਅ) ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ  
(ੲ) ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਟੂਰਨਾਮੈਂਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ

1. ਅੰਤਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ 2. ਜ਼ੋਨ ਪੱਧਰ 3. ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰ 4. ਰਾਜ ਪੱਧਰ 5. ਕੌਮੀ ਪੱਧਰ

#### 4. ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ

- (ੳ) ਮੁੱਢਲੇ ਸਹਾਇਕ ਦੇ ਗੁਣ (ਅ) ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਿਯਮ  
(ੲ) ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੱਟਣਾ ਅਤੇ ਡੰਗ ਦਾ ਇਲਾਜ (ਸ) ਸਾੜ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ  
(ਹ) ਲੂ ਲੱਗਣਾ (ਕ) ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਝਟਕਾ (ਖ) ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬੇ ਦਾ ਇਲਾਜ  
(ਗ) ਬਣਾਉਣੀ ਯਾਹ

#### 5. ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ

#### 6. ਐਥਲੈਟਿਕਸ ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ

### ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਭਾਗ

#### ਗਰੁੱਪ ਓ ਖੇਡਾਂ

**ਨੋਟ:-** ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਇੱਕ ਖੇਡ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

**ਲੜਕਿਆਂ ਲਈ ਖੇਡਾਂ** - ਫੁਟਬਾਲ, ਹਾਕੀ, ਹੈਂਡਬਾਲ, ਬਾਸਕਟਬਾਲ, ਵਾਲੀ ਬਾਲ, ਕਬੱਡੀ, ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ, ਕ੍ਰਿਕਟ, ਬੈਡਮਿੰਟਨ, ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ੀ, ਤੈਰਾਕੀ, ਖੋ-ਖੋ ਟੇਬਲ ਟੇਨਿਸ

**ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਖੇਡਾਂ** - ਹਾਕੀ, ਹੈਂਡਬਾਲ, ਬਾਸਕਟਬਾਲ, ਵਾਲੀ ਬਾਲ, ਕਬੱਡੀ, ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ, ਕ੍ਰਿਕਟ, ਬੈਡਮਿੰਟਨ, ਖੋ-ਖੋ, ਸੋਫਟਬਾਲ ਤੇ ਤੈਰਾਕੀ

#### ਗਰੁੱਪ ਅ ਦੌੜਾਂ

ਨੋਟ: ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਈਵੈਂਸਟ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਦੋ ਚੁਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲੜਕੀਆਂ (1) 50 ਮੀਟਰ (2) 200 ਮੀਟਰ

ਲੜਕੇ (1) 100 ਮੀਟਰ (2) 400 ਮੀਟਰ

ਛਾਲਾਂ : ਲੰਬੀ ਛਾਲ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਛਾਲ

ਸੁੱਟਾਂ : ਕ੍ਰਿਕਟ ਬਾਲ ਸੁੱਟਣ ਜਾਂ ਗੋਲਾ ਸੁੱਟਣਾ : 6: ਪੌਂਡ (ਲੜਕੇ) 4 ਪੌਂਡ (ਲੜਕੀਆਂ)

ਗਰੁੱਪ (ੲ) ਜਮਨਾਸਟਿਕ :ਬਿਨਾਂ ਅਪਰੇਟਸ ਤੋਂ ਜਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਨਾਲ

ਗਰੁੱਪ (ਸ) ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯੋਗਾ (2) ਲੋਕ ਨਾਚ (3) ਕੈਨਿਸਥੈਨਿਕਸ (ਹਲਕੀਆਂ ਜਮਨਾਸਟਿਕ ਕਸਰਤਾਂ) (4) ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ (5) ਰੀਲੇਜ਼

(ਖੇਡਾਂ)

(1) ਫੁੱਟਬਾਲ

1. ਪਾਸ : ਕਰਾਸ ,ਸਪੀਡ ,ਬੈਕ ਪਾਸ ਅਤੇ ਪਾਸ ਥਰੂ ਬੈਕ
2. ਗੋਲ ਕੀਪਿੰਗ : ਪੈਨਲਟੀ ਕਿੱਕ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਅਤੇ ਬਚਾਉਣਾ
3. ਟੈਕਲਿੰਗ: (ੳ) ਸਲਾਇਡਿੰਗ ਟੈਕਲ ( ਅ) ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਹੋਰ ਅਣਿਆਸ
4. ਭਾਜ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਝਕਾਂਵੀ ਦੇਣਾ
5. ਖੇਡ ਅਤੇ ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ

(2) ਹੈਂਡਬਾਲ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਟੀਮ ਡੀਫੈਂਸ ਜਾਂ ਬਚਾਓ: ਜੋਨਲ ਡੀਫੈਂਸ
3. ਪੂਰੀ ਖੇਡ ਅਤੇ ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

(3) ਵਾਲੀਬਾਲ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ
2. ਪਾਸ : (ੳ) ਫਾਰਵਰਡ ਡਾਇਵ ਅਤੇ ਪਾਸ (ਅ) ਸਾਇਡ ਰੋਲਿੰਗ ਨਾਲ ਇੱਕ ਬਾਂਹ ਦਾ ਪਾਸ
3. ਹਮਲਾ ਕਰਨਾ : (ੳ) ਛੋਟੇ ਪਾਸ ਦੇ ਸਮੇਸ਼ ਜਾਂ ਵਾਲੀ ਮਾਰਨੀ (ਅ) ਸਿੰਪਲ ਅਟੈਕ ਕੋਬੀਨੇਸ਼ਨ
4. ਬਲਾਕ (ੳ) ਦੁਹਰਾ ਬਲਾਕ (ਅ) ਤੀਹਰਾ ਬਲਾਕ ਕਰਨਾ
5. ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ ਲਈ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ

(4) ਬਾਸਕਟਬਾਲ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ
2. ਪਿਵਟਿੰਗ
3. ਡਾਜਿੰਗ : ਡਾਜ ਕਰਨਾ
4. ਪੂਰੀ ਖੇਡ ਅਤੇ ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

(5) ਹਾਕੀ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ
2. ਸਕੂਪ (ੳ) ਪੁਸ਼ ਸਕੂਪ (ਅ) ਸ਼ੋਵਲਿੰਗ
3. ਫਲਿਕ (ੳ) ਸਿੱਧੀ ਫਲਿਕ (ਅ) ਪਿੱਛੇ ਫਲਿਕ ਕਰਨਾ (ੲ) ਫਲਿਕ ਆਨ ਦੀ ਰੋਂਗ ਫੁੱਟ
4. ਡਾਜ : (ੳ) ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਵਿਰੋਧੀ ਨੂੰ ਡਾਜ ਕਰਨਾ (ਅ) ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਵਿਰੋਧੀ ਨੂੰ ਡਾਜ ਕਰਨਾ (ੲ) ਦੋਹਰਾ ਡਾਜ

5. ਪੂਰੀ ਖੇਡ ਅਤੇ ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (6) ਕ੍ਰਿਕਟ

1. ਬੈਟਿੰਗ : ਕੱਚ , ਗਲੇਂਸ , ਸਵੀਪ
2. ਬਾਉਲਿੰਗ : (ੳ) ਆਊਟ , ਸਵਿੰਗ , ਇੰਨ ਸਵਿੰਗ (ਅ) ਆਫ ਬਰੇਕ ਅਤੇ ਗੁਗਲੀ
3. ਫੀਲਡਿੰਗ : ਉੱਚੀ ਕੈਚ ਅਤੇ ਸਲਿੱਪ ਕੈਚ
4. ਟੈਕਟਿਸ : ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬਾਉਲਿੰਗ ਅਤੇ ਬੈਟਿੰਗ ਲਈ ਟੈਕਟਿਸ (ਫੀਲਡ ਪਲੇ ਸਿੰਗ)

### ਖੋ-ਖੋ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਦੌੜਦੇ ਹੋਏ ਡਾਈਵ ਕਰਨਾ (ਰਨਿੰਗ ਡਾਈਵ)
3. ਟੈਕਟਿਸ : ਖੇਡਣ ਦਾ ਢੰਗ , ਇਕਰਦੀ ਅਤੇ ਦੁਹਰੀ ਖੇਡ
4. ਪੂਰੀ ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (8) ਬੈਡਮਿੰਟਨ

1. ਸ਼ਾਟ : (ੳ) ਸਮੈਸ਼ ( ਫੋਰ ਹੈਂਡ ਅਤੇ ਬੈਕ ਹੈਂਡ ) (ਅ) ਡਰੋਪ ਹੈਂਡ ਅਤੇ ਬੈਕ ਹੈਂਡ (ੲ) ਨੈਟ ਸ਼ਾਟ (ਫੋਰ ਹੈਂਡ ਅਤੇ ਬੈਕ ਹੈਂਡ)
2. ਸ਼ਾਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਰੀਸੀਵ ਕਰਨਾ  
(ੳ) ਸ਼ਾਟ ਜਾਂ ਸਮੈਸ਼ (ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਨਾਲ) (ਅ) ਡਰਾਅ ਸ਼ਾਟ (ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਨਾਲ)  
(ੲ) ਡਰਾਈਵ ਸ਼ਾਟ (ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਨਾਲ) (ਸ) ਨੈਟ ਸ਼ਾਟ (ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਨਾਲ)
3. ਇਕਹਿਰੀ ਤੇ ਦੂਹਰੀ ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (9) ਬਾਕਸਿੰਗ

1. ਹਮਲਾ ਤੇ ਬਚਾਓ
2. ਮੁੱਢਲੇ ਪੰਚ : (ਹੁੱਕਾ ਅਤੇ ਅੱਪਰ ਕੱਟ )
3. ਹੁੱਕਾਂ ਅਤੇ ਅੱਪਰ ਕੱਟਾਂ ਲਈ ਬਚਾਓ
4. ਬਾਊਟ (ਬਾਕਸਿੰਗ ਮੁਕਾਬਲਾ)

### (10) ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ

1. ਕਲਾ ਜੰਗ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਬਚਾਓ
2. ਸਖੀ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਬਚਾਓ
3. ਨੈਲਸਨ -ਇਕਹਿਰੀ ਅਤੇ ਦੋਹਰੀ
4. ਰਗੜਾ ਬਚਾਓ
5. ਕੁੰਡਾ ਬਚਾਓ

### (11) ਕਬੱਡੀ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਟੈਕਸਿਟ
3. ਡਾਈਵਿੰਗ
4. ਪੰਜਾਬ ਸਟਾਇਲ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟਾਇਲ ਕਬੱਡੀ ਦੀ ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

### (12) ਤੈਰਾਕੀ

1. ਇੰਡੀਵੀਜ਼ੁਅਲ ਮੈਡਲੇ ਅਤੇ ਮੈਡਲੇ ਰੀਲੇਅ ਅਤੇ ਫਰੀ ਸਟਾਇਲ ਰੀਲੇਅ
2. ਬੱਟਰ ਸਟਰੋਕ



3. ਡਾਈਵਿੰਗ : (ੳ) ਬੈਕ ਡਾਇਵ (ਅ) ਇੰਨ ਵਰਡ ਡਾਇਵ

### (13) ਜਨਮਾਸਟਿਕ

ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ : 1. ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਕਸਰਤਾਂ

(ੳ) ਹੈਂਡ ਸਪਰਿੰਗ ਟੂ ਦੀ ਡਾਈਵ ਰੋਲ (ਅ) ਰਾਊਂਡ ਆਫ ਟੂ ਬੈਕ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ

2. ਹੋਰੀ ਜੈਂਟਲ ਬਾਰ

(ੳ) ਅੱਪ ਸਟਾਰ ਵਿੱਚ ( ਨਾਲ ) ਓਵਰ ਗਰਿੱਪ (ਅ) ਅੱਪ ਸਟਾਰ ਵਿੱਚ (ਨਾਲ) ਅੰਡਰ ਗਰਿੱਪ (ੲ)

ਸ਼ਾਟ ਸਰਕਲ

3. ਰੋਮਨ ਰਿੰਗ

(ੳ) ਸਿੰਪਲ ਸਵਿੰਗ ਅੱਪ (ਅ) ਸਵਿੰਗਿੰਗ ਵਿੱਚ ਇਨਵਰਵਡ ਹੈਂਗ

ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ

1. ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਕਸਰਤਾਂ

(ੳ) ਰਾਊਂਡ ਆਫ ਨਾਲ ਬੈਕ ਰੋਲ ਨੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ (ਅ) ਸਪਲਿਟ ਸੀਵਿੰਗ (ੲ) ਸਲੋਅ ਹੈਂਡ ਸਪਰਿੰਗ

2. ਵਾਲਟਿੰਗ ਬਾਕਸ : ਹੈਂਡ ਸਪਰਿੰਗ

3. ਬੀਮ : ਜੰਮ ਵਿੱਚ ਸਪਲਿਟ

4. ਅਨਈਵਨ ਬਾਰ : (ੳ) ਅਪਰ ਬਾਰ ਤੇ ਘੁੰਮਣਾ (ਅ) ਬੈਕ ਅੱਪ ਸਾਈਜ਼

ਯੋਗਾ

(ੳ) ਹਲ ਆਸਣ (ਅ) ਯੋਗ ਮੁਦਰਾ ਆਸਣ (ੲ) ਮਯੂਰ ਆਸਣ

(ਸ) ਸੁਰੀਆਂ ਨਮਸਕਾਰ ਆਸਣ (ਹ) ਸ਼ਵ ਆਸਣ

(ਅ) ਕੈਲਿਸਥੈਨਿਕਸ

1. ਤਾਲ ਮਈ ਕਸਰਤਾਂ ਕਸਰਤਾਂ 2. ਡੰਬਲ ਨਾਲ ਕਸਰਤਾਂ 3. ਲੇਜ਼ੀਅਮ ਨਾਲ

(ੲ) ਲੋਕ ਨਾਲ ਲੜਕੇ ਅਤੇ ਲਕੀਆਂ ਲੲ.

(ੳ) ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਨਾਚ (ਅ) ਹਰਿਆਣਾ ਲੋਕ ਨਾਚ (ੲ) ਰਾਜਸਥਾਨੀ ਲੋਕ ਨਾਚ

(ਸ) ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ :- ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੀ ਸੂਝ ਅਨੁਸਾਰ ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

(ਹ) ਗੀਲੇਜ਼ 1. ਲੇਟਰਟ ਬਾਲ ਪਾਸ ਗੀਲੇਜ਼ 2. ਕਾਂਗੜ ਗੀਲੇਜ਼  
3. ਫਰਾਗ ਜੰਪ ਗੀਲੇਜ਼ 4. ਰਾਊਂਡ ਅਤੇ ਅੰਡਰ ਗੀਲੇਜ਼

ਮੁਲਅੰਕਣ ਦੀ ਵਿਧੀ

### (14) ਮੋਫਟ ਬਾਲ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ 2. ਖੇਡ ਪ੍ਰਤੀ ਪੂਰੀ ਟੈਕਟਿਸ 3. ਪੂਰੀ ਖੇਡ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਿਆਰੀ

ਗਰੁੱਪ ਓ : ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ।

1. ਸਿਧਾਂਤ 60% 2. ਖੇਡ 40%

ਗਰੁੱਪ ਅ: ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਰੈਡੀਰੈਕਨਰ ਦੇ ਪੱਧਰ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ।

ਗਰੁੱਪ ਏ: ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਮੁਲਅੰਕਣ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਗਰੁੱਪ ਸ: ਇਸ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਅੰਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ

ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ -8 (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਧਿਅਮ)

**संस्कृत**  
**आठवीं श्रेणी (अगवाई – पिर्देश )**

**(क) पाठ्य पुस्तक**

1. दो गद्य भागों का अर्थ (हिन्दी या पंजाबी भाषा में)
2. दो पद्यों का अर्थ (हिन्दी या पंजाबी भाषा में)
3. संस्कृत शब्दों का हिन्दी में अर्थ
4. पाठ विषय संबंधी प्रश्न, पाठ्य पुस्तक के अभ्यासों के आधार पर
5. रिक्त स्थान पूर्ति, वाक्य परिवर्तन आदि भाषा संबंधी प्रश्न पुस्तक के अभ्यासों के आधार पर
6. हिन्दी सुभाषित, लोकोक्ति, सूक्ति को संस्कृत में लिखना

**(ख) व्याकरण**

1. (क) स्वर संधि – यण् , अयादि सन्धि  
(ख) व्यंजन संधि – अनुस्वार विधि, जश्त्व विधि, लत्व विधि, श्चुत्व विधि, ष्टुत्व विधि का साधारण परिचय, (पाठ्य पुस्तक में किए गए प्रयोग को समझने के लिए, परीक्षा के लिए नहीं )
2. निम्नलिखित शब्दों को रूप सब विभक्तियों में :-  
(क) ऋकारान्त पुलिङ्ग – कर्तृ , धातृ, पितृ , दातृ ।  
(ख) इकारान्त स्त्रीलिङ्ग – मति, गति, भूति, रात्रि ।  
(ग) उकारान्त स्त्रीलिङ्ग – धेनु , तनु ।
3. निम्नलिखित सर्वनामों के रूप सब लिङ्गों की पंचमी, सत्तमी विभक्ति में :-  
तद्, एतद्, किम्, अस्मद्, युष्मद्
4. (क) पचास तक संख्यावाची शब्दों के रूप केवल प्रथमा विभक्ति में  
(ख) त्रि, चतुर, के रूप तीनों लिङ्गों और सब विभक्तियों में  
(ग) पंचन् के रूप – बहुवचन में (सभी विभक्तियों में )
5. निम्नलिखित परस्मैपदी धातुओं के रूप  
(क) लट् , लोट् , लङ् , विधिलिङ् , लकारें में  
भ्वादिगण –दा (यच्छ) , गै (गाय्), घ्रा (जिघ्र), याच्, नम्, वस् ।  
तुदादिगण – क्षिप् ,तद् , मुच् (मुञ्च)

दिवादिगण – नृत् ।

चुरादिगण – चिन्त्, तुल् ।

(ख) लृत् लकार में (सेट्) – तृ (तर) भू (भव), कथ् , रच् , क्षल् (अनिट्) – पा, गै (गाय्), स्था, घ्रा ।

6. क्त्वा प्रत्यय का सरल प्रयोग

7. स्त्री प्रत्यय आ और ई का प्रयोग

8. अभितः, अभक्तः परितः, सर्वतः, विना, सह, अलम्, अव्ययों का प्रयोग द्वितीया/ तृतीया विभक्ति के साथ ।

(ग) अनुवादः पाठ्य पुस्तक में दिए गए अभ्यासों में से सरल हिन्दी वाक्यों का संस्कृत में अनुवाद

निर्धारित पाठ्य पुस्तक : संस्कृत पुस्तक – 8

पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित ।

#### 4. कटाई अਤੇ सिलाई

##### अँठवीं श्रेणी

##### पाठकूम (पूजोगी)

1. चँदर सिलाई (Run & fell seam) गुँम सिलाई, चेर सिलाई (French seam) चेरणां, सादा पलीट, बाकस पलीट दे सैपल हँष नं मशीन दी सिलाई नाल तਿਆर करणा।
2. कान करणा अते फैसी बटन लग्गुणा। जिप वैलकरो (Velcro) टेप लग्गुणा, चेरणां पा के उंस ते पँटी लग्गुणा दे (Gathers into a band) सैपल तਿਆर करणा।
3. सादा टाकी दे सैपल तਿਆर करणा।
4. गुँम सिलाई दा इसतेमाल करके सिरगणे दा कवर तਿਆर करणा।
5. कँपडे दे टुकडिआं नूँ नोड के फैसी बैग तਿਆर करणा अते जिप नं वैलकरो दा इसतेमाल करके नोब लग्गुणा।
6. चुटणां नं पलीटां वाली सकरट तਿਆर करणा ।
7. डराढटिंग बणा के सादा पजामा तਿਆर करणा।

नोट:- कँपडिआं दी कटाई अथिआपक आप करके देणगे । इस तें इलावा इँक सैपल बुँक तਿਆर कीती न्नावेगी जिंस विँच ढेवीं तें अँठवीं श्रेणी तँक सिँधे सारे सैपल लग्गुणा न्नाणगे।

#### 5. नीडल वरक

##### अँठवीं श्रेणी

##### पाठकूम (पूजोगी)

1. चेर सटिच, साटन सटिच, श्रेड वरक अते कँबल टाँका।
2. बँबल टाँका, दूगरी तारकशी, शीशे दा कँम, फुलकारी ते पिढलीआं श्रेणीआं विँच सिँधे कचाई दे टाँकिआं दे सैपल तਿਆर करणे।
3. समेकिंग दे सैपल तਿਆर करणे।

4. ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦਾ ਕੰਮ ਅਤੇ ਕਢਾਈ ਕਰਕੇ ਛੋਟਾ ਪਰਸ ਬਣਾਉਣਾ ।
  5. ਉੱਨ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ ਕਰੋਸ਼ੀਏ ਨਾਲ ਟੋਪੀ /ਮਫ਼ਲਰ/ਨੈਪਕਿਨ ਆਦਿ ਬਣਾਉਣਾ।
  6. ਇਸ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੇ ਕਢਾਈ ਦੇ ਦੋ ਟਾਂਕੇ ਵਰਤ ਕੇ ਕੁਸ਼ਨ ਕਵਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।
  7. ਸਲਾਈਆਂ ਨਾਲ ਟੋਪੀ ਅਤੇ ਬੂਟ ਬਣਾਉਣੇ ਜਾਂ ਪੰਜ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ।
- ਨੋਟ: ਛੇਂਵੀ ਤੋਂ ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੱਕ ਸਿੱਖੇ ਸਿਲਾਈ ,ਕਢਾਈ ਅਤੇ ਬੁਣਾਈ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੈਂਪਲ ਲਾ ਕੇ ਇੱਕ ਸੈਂਪਲ ਬੁੱਕ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

## 6. ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ

### ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)

1. ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ: ਭੋਜਨ, ਸਾਬਣ, ਤੇਲ, ਕਰੀਮ ਪਾਊਡਰ ਅਤੇ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ।
2. ਨਿਯਮ ਵੱਧ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਿਸਟਾਚਾਰ।
3. ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ।
4. ਭਾਰਤੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੇਜ਼ ਲਗਾਉਣਾ।
5. ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ।
6. ਕਾਰਜਾਤਮਿਕ ਫਰਨੀਚਰ ਦੀ ਚੋਣ।
7. ਘਰੇਲੂ ਕੀੜੇ ਤੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਜੰਤੂ ਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
8. ਗਰਮ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ, ਸੂਤੀ ਅਤੇ ਗਰਮ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲਣਾ
9. ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ-ਜਲਣਾ, ਲੁੱ ਲੱਗਣਾ, ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਤੇ ਖੂਨ ਦਾ ਵਗਣਾ, ਝਰੀਟਾਂ, ਡੁੱਬਣਾ ਆਦਿ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ।

### ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)

1. ਅੰਡਾ ਪਕਾਉਣਾ -ਤਲਣਾ ,ਪੋਚਿੰਗ (ਅੰਡੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪਕਾਉਣਾ) ਭੁਰਜੀ ਤੇ ਆਮਲੇਟ ਬਣਾਉਣਾ (ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਥਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ)
2. ਸ਼ਬਜੀਆਂ, ਸਲਾਦ ਅਤੇ ਸੂਪ ਬਣਾਉਣਾ
3. ਪਨੀਰ, ਕਸਟਰਡ, ਦਹੀ ਅਤੇ ਰਾਇਤੇ ਬਣਾਉਣੇ
4. ਫੁਲਕਾ ਅਤੇ ਪਰੋਠਾ ਬਣਾਉਣਾ
5. ਉਨੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ।
6. ਘਾਹ, ਖੂਨ, ਸਿਆਹੀ ਅਤੇ ਬਿਧਿਆਈ ਦੇ ਦਾਗ ਉਤਾਰਨਾ
7. ਹੱਥ ਨਾਲ ਸਾਦੀ ਸਿਉਣ ਅਤੇ ਫਰੈਂਚ ਸਿਉਣ ਬਣਾਉਣੀ।
8. ਬਟਨ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਕਾਜ ਬਨਾਉਣਾ, ਸਾਦਾ ਟਿੱਚ ਬਟਨ, ਹੁੱਕ ਅਤੇ ਆਈ ਲਾਉਣਾ।
9. ਕੱਚਾ, ਉਲੇੜੀ, ਬਖੀਆ ਅਤੇ ਕਾਂਥਾ ਵਰਕ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਉਪਯੋਗੀ ਵਸਤੂ ਬਣਾਉਣੀ।
10. ਲੇਜ਼ੀ ਡੇਜ਼ੀ ,ਚੇਨ ਸਟਿਚ,ਡੰਡੀ ਟਾਂਕੇ ਨਾਲ ਦੋ ਰੁਮਾਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
11. ਉੱਨ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈਆਂ ਨਾਲ ਬੁਣਾਈ ਕਰਕੇ ਪੰਜ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ।

ਜਾਂ

ਕੋਈ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਪਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪ ਦੀ ਕੋਟੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।  
ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ: ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ, 6-7-8 (ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ)

**7. ਸੰਗੀਤ (ਗਾਇਨ)**  
**ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ**  
**ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ**  
**ਭਾਗ-ੳ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:
  - i. ਰਾਗ, ਰਾਗ ਦੇ ਨਿਯਮ
  - ii. ਥਾਟ, ਥਾਟ ਦੇ ਨਿਯਮ
  - iii. ਭਾਤਖੰਡੇ ਪਧਤੀ ਦੇ ਦਸ ਥਾਟ
  - iv. ਆਸ਼ਰੀਆ ਰਾਗ
  - v. ਸਥਾਈ, ਅੰਤਰਾ, ਸੰਚਾਰੀ ਅਤੇ ਅਭੋਗ
  - vi. ਖਿਆਲ, ਲੱਛਣ ਗੀਤ, ਸਰਗਮ ਗੀਤ, ਭਜਨ, ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਲੋਕਗੀਤ
  - vii. ਅਲਾਪ ਅਤੇ ਤਾਨ
2. ਗਾਇਕ ਦੇ ਗੁਣ ਅਤੇ ਔਗੁਣ
3. ਤਾਨਪੁਰੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
4. ਜੀਵਨੀਆਂ:- ਪੰਡਤ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਨਾਰਾਇਨ ਭਾਤਖੰਡੇ ਅਤੇ ਪੰਡਤ ਦਲੀਪ ਚੰਦਰ ਬੇਦੀ।

**ਭਾਗ-ਅ**

1. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਭੈਰਵੀ, ਅਲਹੀਆ ਬਿਲਾਵਲ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਕਹਿਰਵਾ, ਦਾਦਰਾ, ਤਿੰਨਤਾਲ, ਝਪਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
3. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦਸ਼ ਦੀ ਸੁਰਲਿਪੀ
4. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਪੀ।

## ਪਰਚਾ-ਬੀ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗੋ

### ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ

1. ਸ਼ੁਧ ਅਤੇ ਕੋਮਲ ਸੁਰਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ
2. ਇੱਕ ਗੁਣ ਅਤੇ ਦੁਗੁਣ ਲੈਅਕਾਰੀਆਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ
3. ਛੇਵੀਂ ਅਤੇ ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਸਮੇਤ 10 ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ  
(ੳ) ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇ ਸਾਰੇਗਾ,.....  
ਅਵਰੋਹ:ਸਾਂਨੀ ਸਾਂਨੀਧਾ.....  
(ਅ) ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇ, ਸਾਰੇ ,ਗਾਮਾ.....  
ਅਵਰੋਹ:ਸਾਂਨੀ, ਸਾਨੀ ਧਾਪਾ.....  
(ੲ) ਅਰੋਹ: ਰੇਸਾ, ਗਾਰੇ,ਮਾਰਾ.....  
ਅਵਰੋਹ:ਨੀਸਾਂ, ਧਾ ਨੀ, ਪਾ ਧਾ.....  
(ਸ) ਸਾ ਰੇ ਸਾ ਗਾ ਰੇ ਸਾ, ਰੇਗਾ ਰੇ ਮਾ ਗਾ ਰੇ .....  
(ਹ) ਸਾਂ ਨੀ ਸਾਂ ਧਾ ਨੀ ਸਾਂ, ਨੀ ਧਾ ਨੀ ਪਾ ਧਾ ਨੀ.....
4. ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਭੈਰਵੀ ਅਤੇ ਅਲਹੀਆ ਬਿਲਾਵਲ ਰਾਗਾਂ ਦੇ ਖਿਆਲ, ਸਧਾਰਨ ਅਲਾਪ ਅਤੇ ਤਾਨਾਂ ਸਮੇਤ।
5. ਉਪਰੋਕਤ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਗਮ ਗੀਤ ਜਾਂ ਲਛਣਗੀਤ।
6. ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਤਿਕ ਲੋਕਗੀਤ ਜੋ ਛੇਵੀਂ, ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖੇ ਗੀਤਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋਵੇ।
7. ਤਾਲ ਕਹਿਰਵਾ, ਦਾਦਰਾ,ਤਿੰਨਤਾਲ, ਝਪਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ ਤਾਲ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ।
8. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ ਨੀਯਤ ਧੁਨ,ਲੈਅ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਗਾਉਣਾ

**ਨੋਟ:- ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖਿਆਲ ਗੀਤ,ਸ਼ਬਦ ਆਦਿ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਹੋਣਗੇ।**

### ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ

1. ਗਾਇਨ(ਪੰਜਾਬੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
2. ਗਾਇਨ(ਹਿੰਦੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ

**8. ਸੰਗੀਤ ਵਾਦਨ  
ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ  
ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ)  
ਭਾਗ-ੳ**

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:
  - ਰਾਗ, ਰਾਗ ਦੇ ਨਿਯਮ
  - ਥਾਟ, ਥਾਟ ਦੇ ਨਿਯਮ
  - ਭਾਤਖੰਡੇ ਪਧਤੀ ਦੇ ਦਸ ਥਾਟ
  - ਆਸ਼ਰੀਆ ਰਾਗ
  - ਸਥਾਈ, ਅੰਤਰਾ, ਸੰਚਾਰੀ ਅਤੇ ਅਭੋਗ
  - ਮਸੀਤਖਾਨੀ ਗਤ, ਰਜ਼ਾਖਾਨੀ ਗਤ, ਧੁਨ ਅਤੇ ਝਾਲਾ
  - ਅਲਾਪ ਅਤੇ ਤੋੜਾ
2. ਵਾਦਕ ਦੇ ਗੁਣ ਅਤੇ ਔਗੁਣ
3. ਸਿਤਾਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
4. ਜੀਵਨੀਆਂ:- ਉਸਤਾਦ ਅਲਾਉਦੀਨ ਖਾਂ, ਪੰਡਤ ਰਵੀਸ਼ੰਕਰ
5. ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਮਹੱਤਵ

**ਭਾਗ-ਅ**

1. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਭੈਰਵੀ, ਅਲਹੀਆ ਬਿਲਾਵਲ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਕਹਿਰਵਾ, ਦਾਦਰਾ, ਤਿੰਨਤਾਲ, ਝਪਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ

3. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦਸ਼ ਦੀ ਸੁਰਲਿਪੀ
4. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਲ ਲਿਪੀ।

### ਪਰਚਾ-ਬੀ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗੋ

#### ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ

1. ਸੁਧ ਅਤੇ ਕੋਮਲ ਸੁਰਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ
  2. ਇੱਕ ਗੁਣ ਅਤੇ ਦੁਗੁਣ ਲੈਅਕਾਰੀਆਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ
  3. ਛੇਵੀਂ ਅਤੇ ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਸਮੇਤ 10 ਅਲੰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ
    - (ੳ)ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇ ਸਾਰੇਗਾ,.....  
ਅਵਰੋਹ:ਸਾਂਨੀ ਸਾਂਨੀਧਾ.....
    - (ਅ)ਅਰੋਹ: ਸਾਰੇ, ਸਾਰੇ ,ਗਾਮਾ.....  
ਅਵਰੋਹ:ਸਾਂਨੀ, ਸਾਨੀ ਧਾਪਾ.....
    - (ੲ)ਅਰੋਹ: ਰੇਸਾ, ਗਾਰੇ,ਮਾਰਾ.....  
ਅਵਰੋਹ:ਨੀਸਾਂ, ਧਾ ਨੀ, ਪਾ ਧਾ.....
    - (ਸ)ਸਾ ਰੇ ਸਾ ਗਾ ਰੇ ਸਾ, ਰੇਗਾ ਰੇ ਮਾ ਗਾ ਰੇ .....
    - (ਹ)ਸਾਂ ਨੀ ਸਾਂ ਧਾ ਨੀ ਸਾਂ, ਨੀ ਧਾ ਨੀ ਪਾ ਧਾ ਨੀ.....
  4. ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਭੈਰਵੀ ਅਤੇ ਅਲਹੀਆ ਬਿਲਾਵਲ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਨ ਸਧਾਰਨ ਅਲਾਪ ਅਤੇ ਤੋੜਿਆਂ ਸਮੇਤ।
  5. ਉਪਰੋਕਤ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਪੁਨ।
  6. ਤਾਲ ਕਹਿਰਵਾ, ਦਾਦਰਾ, ਤਿੰਨਤਾਲ, ਝਪਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ ਤਾਲ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ।
  7. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗੀਤ ਨੀਯਤ ਪੁਨ, ਲੈਅ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਜਾਉਣਾ
- ਨੋਟ:- ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖਿਆਲ ਗੀਤ,ਸ਼ਬਦ ਆਦਿ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਹੋਣਗੇ।

#### ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ



1. ਵਾਦਨ(ਪੰਜਾਬੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
2. ਵਾਦਨ(ਹਿੰਦੀ) ਮਿਡਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ

## 9. ਨਿ੍ਤ

### ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

#### ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ

#### ਭਾਗ-ੳ

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:
  - (ੳ) ਨਿ੍ਤ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਮਹੱਤਤਾ
  - (ਅ) ਕੱਥਕ ਨਿ੍ਤ ਦੀ ਵੇਸ਼ਭੂਸ਼ਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਗਤ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
  - (ੲ) ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ; ਲੈਅ, ਮਾਤਰਾ, ਸਮ, ਤਾਲੀ, ਖਾਲੀ, ਤਤਕਾਰ, ਸਲਾਮੀ, ਆਮਦ, ਕਵਿਤ
  - (ਸ) ਮੁਦਰਾ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
  - (ਹ) ਇੱਕ ਹੱਥ ਦੀਆਂ ਪੰਜ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਲਿਖਣ ਦਾ ਗਿਆਨ
  - (ਕ) ਜੀਵਨੀ: ਦਮਯੰਤੀ ਜੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਬਿਰਜੂ ਮਹਾਰਾਜ

#### ਭਾਗ-ਅ

1. ਤਿੰਨ ਤਾਲ, ਝਪਤਾਲ, ਇੱਕ ਤਾਲ, ਕਹਿਰਵਾ ਅਤੇ ਦਾਦਰਾ ਤਾਲ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗੁਣ ਅਤੇ ਦੁਗੁਣ ਲੈਅ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣਾ।
2. ਤਿੰਨ ਤਾਲ ਅਤੇ ਝਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਤਤਕਾਰ, ਤੋੜੇ, ਆਮਦ, ਸਲਾਮੀ, ਕਵਿਤ, ਪਰਨ ਚੱਕਰਦਾਰ ਨੂੰ ਲਿਪੀਬਧ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ।
3. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ ਦੀ ਦਿੱਤੇ ਬੋਲਾਂ ਤੋਂ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ।

#### ਪਰਚਾ-ਬੀ

#### ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭਾਗ

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦਾ ਤਿੰਨ ਤਾਲ ਅਤੇ ਝਪਤਾਲ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ :
  - (ੳ) ਤਤਕਾਰ
  - (ਅ) ਤੋੜੇ
  - (ੲ) ਆਮਦ
  - (ਹ) ਕਵਿੱਤ
  - (ਕ) ਪਰਨ

- (ਖ) ਚੱਕਰਦਾਰ
2. ਗਤ ਨਿਕਾਸ
  3. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਾਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ:
    - (ੳ) ਤਿੰਨ ਤਾਲ
    - (ਅ) ਝਪਤਾਲ
    - (ੲ) ਕਹਿਰਵਾ
    - (ਹ) ਦਾਦਰਾ
  4. ਹਸਤ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ
  5. ਲੋਕ ਨ੍ਰਿਤ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ