ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ- ਛੇਂਵੀਂ ਤੋਂ ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

ਸੈਸ਼ਨ–2019-20

ਵਿਸ਼ਾ ਸੂਚੀ ਛੇਵੀਂ ਤੋਂ ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

ਲਾਜ਼ਮੀ ਵਿਸ਼ੇ

i. ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਪੰਜਾਬੀ/ਹਿੰਦੀ/ਉਰਦੂ)

ii. ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਪੰਜਾਬੀ/ਹਿੰਦੀ/ਉਰਦੂ)

iii. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ

iv. ਗਣਿਤ

v. ਵਿਗਿਆਨ

vi. ਸਮਾਜਿਕ ਸਿੱਖਿਆ

vii. ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ

viii. ਕੰਪਿਊਟਰ ਸਾਇੰਸ

ਚੋਂਣਵਾਂ ਵਿਸ਼ਾ (ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ):-

1. ਡਰਾਇੰਗ
2. ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ
3. ਉਰਦੂ
4. ਖੇਤੀਬਾੜੀ
5. ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈ
6. ਨੀਡਲ ਵਰਕ
7. ਸੰਗੀਤ ਵਾਦਨ
8. ਸੰਗੀਤ ਗਾਇਨ
9. ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ
10. ਨ੍ਰਿਤ (ਡਾਂਸ)
11. ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਕਲਾ ਸਿੱਖਿਆ (ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਆਰਟਸ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ)
12. ਕਿੱਤੇਵਰਾਨਾ (ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਲਈ)।
    i. ਘਰੇਲੂ ਵਾਇਰਿੰਗ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਘਰੇਲੂ ਯੰਤਰਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨਾ (ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁੰਡੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਲਈ)
    ii. ਟਰਾਂਜਿਸਟਰ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਅਤੇ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨਾ

ਸੱਤਵੀਂ ਸ੍ਰੇਣੀ

CLASS VII

I. ENGLISH

Unit I Reading Skills

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

Unit II (Textbook)

Lessons

1. The Selfish Giant
2. Deserts
3. Reaching for the Stars
4. Birbal Hits Back
5. Kindness always Repays
6. Let's Meet Them
7. A Clean Confession
8. The Olympic Games

Poems

(i) The Fox and the Grapes

(ii) The Ice Cream Man

(iii) 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)

4. Translation from English to Punjabi/Hindi

1. The Selfish Giant

1. It was a lovely garden.
2. The children were scared.
3. It was a wonderful sight.
4. A little boy stood there.
5. The giant missed his little friend.
6. These are homes of love
7. His eyes were full of tears.
8. Trees did not blossom.
9. What are you doing here?
10. The giant knock down the wall.

2. **Deserts**

1. They eat animals.
2. Camels are desert animals.
3. All deserts are not hot.
4. Some deserts are bare and rocky.
5. Camels are used for carrying goods.
6. An oasis is like a green island.
7. Plant needs water to survive.
8. The largest desert is the sahara in Africa.
9. Camel is also known as 'The ship of the desert'
10. Camels eat dry, thorny plants.

3. Reaching for the stars

1. Kalpana loved to fly.
2. She always dreamt big.
3. She was a keen maker of aero models.
4. She was the second Indian to go to space.
5. She left to do her higher studies in America.
6. She later took up acrobatic flying.
7. India had lost a daughter.
8. Her spirit will never die.
9. Follow your dream.
10. Her dream begin at the age of eight.

4. Birbal hits Back

1. Akbar was a great Mughal Emperor.
2. He was the son of Himayun.

3. He was Akbar's favorite.
4. He always come in our way.
5. They hatched a plot to kill Birbal.
6. They went to the Royal Barber.
7. They looked very sad.
8. My barber had a dream.
9. Birbal passed six months in exile.
10. Birbal was called to the court.

5. Kindness Always Repays

1. Androcles was walking through a forest.
2. He was a poor man.
3. He heard the roar of a lion.
4. Androcles was a very kind man.
5. He saw the lion on the ground.
6. At last the day arrived.
7. Androcles lifted his head.
8. The lion came near Androcles.
9. The people were taken aback.
10. Androcles open his eyes.

6. Let's Meet Them

1. Rani and Raju were on their way to chennai.
2. I want to open a clinic.
3. She belonged to Jalandhar.
4. Why did you become a writer?
5. These were highly appreciated.
6. Is it hard to become a writer?
7. How do your books reach the children?
8. Have you read any of my books?
9. Its my pleasure.
10. When did you join the air force?

7. A Clean Confession

1. We went to kedarji Mandir.
2. But we had no money.
3. But how were we to do it?
4. We dared not take more.
5. I was trembling.
6. I handed him the note.
7. Those tears of love cleansed my heart.
8. I also cried.
9. He again lay down.
10. I confess my guilt.

8.The Olympic Games

1. The Olympic games are named after Olympia.
2. These were held in Olympia.
3. Thirteen brave men tried their luck.
4. The track is used for running races.

5. The Olympic flame is lit with a torch.
6. The Olympic games are held every four years.
7. We have won several medals.
8. The Olympic games help to foster friendship.
9. A sound mind in a sound body.
10. The games begin with a March.

Translation from Punjabi/Hindi to English

Present Indefinite Tense

1. ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।/ मैं स्कूल जाता हूँ।
2. ਬੱਚੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ।/ बच्चे खेलते है।
3. ਮਾਤਾ ਜੀ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ/ माता जी खाना बनाते हैं।
4. ਮੁੰਡੇ ਦੌੜਦੇ ਹਨ।/ लड़के दौड़ते हैं।
5. ਮੋਹਿਤ ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।/ मोहित दाँत साफ करता है।

Present Indefinite Tense (Interrogative)

6. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ?/ क्या तुम स्कूल जाते हो?
7. ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ?/ तुम क्या चाहते हो?
8. ਤੁਸੀਂ ਦੇਰ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ?/ तुम देर से क्यों आते हो?
9. ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ?/ तुम कहाँ रहते हो?
10. ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੂਲ ਕਦੋਂ ਲਗਦਾ ਹੈ ?/ स्कूल में छुट्टी कब होती है?

Present Indefinite Tense (Negative)

11. ਰੋਹਿਤ ਝੂਠ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।/ रोहित झूठ नहीं बोलता है।
12. ਮੈਂ ਖਾਣਾ ਬਰਬਾਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।/ मैं खाना बर्बाद नहीं करता हूँ।
13. ਤੁਸੀਂ ਗਾਣਾ ਨਹੀਂ ਗਾਉਂਦੇ ਹੋ।/ आप गाना नहीं गाते हो।
14. ਸਮਾਂ ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰੁਕਦਾ ਹੈ।/ समय किसी के लिए भी नहीं रुकता है।
15. ਅਸੀਂ ਸਕੂਲ ਲੇਟ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।/ हम स्कूल देर से नहीं जाते हैं।

Past Indefinite Tense

16. ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਗਿਆ।/ मैं स्कूल गया।
17. ਤੁਸੀਂ ਖਾਣਾ ਖਾਧਾ।/ आप ने खाना खाया।
18. ਮੇਰੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੇ ਭੋਜਨ ਬਣਾਇਆ।/ मेरी माता जी ने भोजन बनाया।
19. ਮੈਂ ਕੱਲ੍ਹ ਪਾਠ ਯਾਦ ਕੀਤਾ।/ मैंने कल पाठ याद किया।
20. ਚਪੜਾਸੀ ਨੇ ਘੰਟੀ ਵਜਾਈ।/ चपड़ासी ने घंटी बजायी।

Past Indefinite Tense (Interrogative)

21. ਕੀ ਕੱਲ੍ਹ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਗਏ ਸੀ ?/ क्या आप कल स्कूल गये थे?
22. ਕੱਲ੍ਹ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇਂ ਵਜੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਗਏ ਸੀ ?/ कल आप कितने बजे बाज़ार गये थे?
23. ਤੁਸੀਂ ਕੱਲ੍ਹ ਦੇਰ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਆਏ ?/ कल आप देर से क्यों आये?
24. ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਸੁਣੀ ?/ उन्होंने मेरी बात क्यों नहीं सुनी?
25. ਊਸ਼ਾ ਨੇ ਖਾਣਾ ਕਦੋਂ ਬਣਾਇਆ ?/ उषा ने खाना कब बनाया?

Past Indefinite Tense (Negative)

26. ਮੈਂ ਝੂਠ ਨਹੀਂ ਬੋਲਿਆ।/ मैंने झूठ नहीं बोला।
27. ਸ਼ਰਨ ਨੇ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਖਾਧੀ।/ शरण ने दवाई नहीं खाई।

28. ਰਚਨਾ ਨੇ ਕਸਰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ।/ रचना ने व्यायाम नहीं किया।
29. ਭਾਰਤ ਨੇ ਮੈਚ ਨਹੀਂ ਹਾਰਿਆ।/ भारत ने मैच नहीं हारा।
30. ਚਪੜਾਸੀ ਨੇ ਘੰਟੀ ਨਹੀਂ ਵਜਾਈ।/ चपड़ासी ने घंटी नहीं बजायी।

Future Indefinite Tense

31. ਕੱਲ੍ਹ ਬਰਸਾਤ ਹੋਵੇਗੀ।/ कल वर्षा होगी।
32. ਮੈਂ ਕੱਲ੍ਹ ਸਕੂਲ ਆਵਾਂਗਾ।/ मैं कल स्कूल आऊँगा।
33. ਉਹ ਕੱਲ੍ਹ ਦਿੱਲੀ ਜਾਵੇਗਾ।।/ वह कल दिल्ली जायेगा।
34. ਤੁਸੀਂ ਰਮੇਸ਼ ਨੂੰ ਕੱਲ੍ਹ ਮਿਲੋਗੇ।/ आप रमेश को कल मिलेंगे।
35. ਰਮਨ ਕੱਲ੍ਹ ਮਨੂੰ ਈ-ਮੇਲ ਕਰੇਗਾ।/ रमन कल मुझे ईमेल करेगा।

Future Indefinite Tense (Negative)

36. ਬੱਚੇ ਝੂਠ ਨਹੀਂ ਬੋਲਣਗੇ। / बच्चे झूठ नहीं बोलेंगे।
37. ਪੰਛੀ ਗੀਤ ਨਹੀਂ ਗਾਉਣਗੇ। / पक्षी गीत नहीं गायेंगे।
38. ਕਿਸ਼ਤੀ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਡੁੱਬੇਗੀ। / किश्ती समुद्र में नहीं डूबेगी।
39. ਅੱਜ ਬਰਸਾਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।/ आज वर्षा नहीं होगी।
40. ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ।/ आप स्कूल से छुट्टी नहीं करोगे।

Future Indefinite Tense (Interrogative)

41. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੱਲ੍ਹ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲੋਗੇ? / क्या आप मुझे कल मिलोगे?
42. ਕੀ ਚਿੱਤਰਕਾਰ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਏਗਾ? / क्या चित्रकार चित्र बनायेगा?
43. ਕੀ ਉਹ ਗਾਣਾ ਗਾਉਣਗੇ? / क्या वे गाना गायेंगे?
44. ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਕਦੋਂ ਆਉਗੇ? / आप स्कूल कब आओगे?
45. ਤੁਸੀਂ ਮੇਰਾ ਕੰਮ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ ? / आप मेरा काम क्यों नहीं करोगे?

Present Continuous Tense

46. ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹਨ।।/ बच्चे पढ़ रहे हैं।
47. ਅੰਜੂ ਕਾਰ ਚਲਾ ਰਹੀ ਹੈ।।/ अंजु कार चला रही है।
48. ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸੀਨਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ।।/ आपको पसीना आ रहा है।
49. ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਵਗ ਰਿਹਾ ਹੈ।।/ पानी बहुत तेज बह रहा है।
50. ਅਧਿਆਪਕ ਪੜ੍ਹਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।।/अध्यापक पढ़ा रहा है।

Interrogative

51. ਕੀ ਪਾਣੀ ਤੇਜੀ ਨਾਲ ਵਗ ਰਿਹਾ ਹੈ? /क्या पानी तेज़ी से बह रहा है?
52. ਲੋਕ ਦਰਖਤਾਂ ਦੀ ਛਾਂ ਕਿਉਂ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹਨ? /लोग वृक्षों की छाया क्यों ढूँढ रहे हैं?
53. ਕੀ ਰਾਣੀ,ਨਿਸ਼ੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ? /क्या रानी निशि की मदद कर रही है?
54. ਮੋਹਨ ਘਰ ਕਦੋਂ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ? /मोहन घर कब जा रहा है?

55. ਉਸਦੀ ਮਾਂ ਕਿਹੜਾ ਖਾਣਾ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ? /उसकी माँ कौन सा खाना बना रही है?

Negative

56. ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਖਾਣਾ ਨਹੀਂ ਖਾ ਰਹੇ ਹਨ|/ छोटे बच्चे खाना नहीं खा रहे हैं।
57. ਰੋਹਿਤ ਗੱਡੀ ਤੇਜ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ|/ रोहित गाड़ी तेज नहीं चला रहा है।
58. ਸੀਤਾ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ|/ सीता अपना काम ठीक नहीं कर रही है।
59. ਬਰਸਾਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ | / वर्षा नहीं हो रही है।
60. ਮਕੈਨਿਕ ਕਾਰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ|/ मैकनिक कार ठीक नहीं कर रही है।

Past Continuous Tense

61. ਉਹ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ|/ वह सफलता के लिए प्रार्थना कर रहा था।
62. ਮੇਰਾ ਭਰਾ ਸਕੂਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ|/ मेरा भाई स्कूल जा रहा था
63. ਮਾਂ ਪੈਸੇ ਬਚਾ ਰਹੀ ਸੀ|/ माँ पैसे बचा रही थी।
64. ਸਿਮਰ ਨਵੀਂ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖ ਰਹੀ ਸੀ|/ सिमर नई किताब लिख रही थाी।
65. ਬਰਸਾਤ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ|/ वर्षा हो रही थी।

Past Continuous Tense (Negative)

66. ਸਾਈਕਲ ਤੇਜ ਨਹੀਂ ਚਲ ਰਹੀ ਸੀ|/ साइकिल तेज़ नहीं चल रही थी।
67. ਪੰਛੀ ਉੱਡ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਸਨ|/ पक्षी उड़ नहीं रहे थे।
68. ਮੇਰੀ ਸਹੇਲੀ ਗਾਣਾ ਨਹੀਂ ਗਾ ਰਹੀ ਸੀ|/ मेरी सहेली गाना नहीं गा रही थी।
69. ਮੇਰੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਗੁੱਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ|/ मेरी माता जी गुस्सा नहीं कर रही थी।
70. ਬੱਚੇ ਸ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਮਚਾ ਰਹੇ ਸਨ|/ बच्चे शोर नहीं मचा रहे थे।

Past Continuous Tense (Interrogative)

71. ਕੀ ਸਭ ਆਪਣਾ ਪਾਠ ਯਾਦ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ? / क्या सब अपना पाठ याद कर रहे थे?
72. ਪਾਰਸ ਆਪਣਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨਾ ਰਿਹਾ ਸੀ? / पारस अपना जन्म दिन किस तरह मना रहा था?
73. ਲੇਖਕ ਕਿਹੜੀ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖ ਰਿਹਾ ਸੀ? / लेखक कौन सी किताब लिख रहा था?
74. ਰਾਕੇਸ਼ ਘਰ ਕਦੋਂ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ? / राकेश घर कब जा रहा था?
75. ਬਰਸਾਤ ਕਦੋਂ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ? / वर्षा कब हो रही थी?

Future Continuous Tense

76. ਮੈਂ ਕੱਲ ਬੱਸ ਤੋਂ ਦਿੱਲੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵਾਂਗਾ|/ मैं कल बस से दिल्ली जा रहा हूँगा।
77. ਮੇਰੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਇਸ ਵਕਤ ਖਾਣਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋਣਗੇ|/ मेरे माता जी इस समय खाना बना रहे होंगे।
78. ਪ੍ਰੀਤੀ ਗਾਣਾ ਗਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇਗੀ|/ प्रीति गाना गा रही होगी।
79. ਰਚਿਤ ਫਿਲਮ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ| / रचित फिल्म देख रहा होगा।
80. ਕੱਲ ਮਨਜੀਤ ਪੇਪਰ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ| कल मनजीत पेपर दे रहा होगा।

Future Continuous (Negative)

81. ਅਗਲੇ ਹਫਤੇ ਕਿਸਾਨ ਫਸਲ ਨਹੀਂ ਕੱਟ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ| / अगले सप्ताह किसान फसल नहीं काट रहा होगा।
82. ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੌਰਾਨ ਅਸੀਂ ਟੀ.ਵੀ. ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋਵਾਂਗੇ| / परीक्षा के समय हम टी.वी. नहीं

देख रहे होंगे।

83. ਮੁਸਕਾਨ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਚਾਹ ਨਹੀਂ ਪੀ ਰਹੀ ਹੋਵੇਗੀ। / मुस्कान शाम के समय चाय नहीं पी रही होगी।
84. ਉਹ ਘਰ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇਗੀ। / वह घर नहीं जा रही होगी।
85. ਬੱਚਾ ਇਸ ਸਮੇਂ ਸੌਂ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ। / बच्चा इस समय सो नहीं रहा होगा।

Future (Interrogative)

86. ਗੁਰਮੁਖ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ? / गुरुमुख शाम को क्या कर रहा होगा?
87. ਕੀ ਕੱਲ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਸੋਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ? / क्या कल सुबह सोनू पढ़ रहा होगा?
88. ਕੀ ਨਰੇਸ਼ ਨਵੀਂ ਕਿਤਾਬ ਖਰੀਦ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ? / क्या नरेश नई किताब खरीद रहा होगा?
89. ਕੀ ਸੋਨੂੰ ਕ੍ਰਿਕੇਟ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ? / क्या सोनू क्रिकेट खेल रहा होगा?
90. ਨਿਸ਼ੀ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਘਰ ਕਿਵੇਂ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇਗੀ? / निशि शाम को घर कैसे जा रही होगी?

Other Sentences

91. ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋ।/ मेरी बात सुनो।
92. ਨਿਮਰਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।/ नम्रता से बात करो।
93. ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ ਮੈਨੂੰ ਦਿਓ।/ अपनी किताब मुझे दो।
94. ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਧੱਕਾ ਨਾ ਮਾਰੋ।/ एक दूसरे को ध्क्का न दो।
95. ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਨਾ ਲੜੋ।/ आपस में न लड़ो।
96. ਉਹ ਆਦਮੀ ਅਮੀਰ ਹੈ।/ वह आदमी अमीर है।
97. ਚਾਹ ਗਰਮ ਹੈ।/ चाय गरम है।
98. ਉਹ ਘਰ ਸੁੰਦਰ ਹੈ।/ वह घर सुंदर है।
99. ਉਹ ਚੰਗਾ ਅਧਿਆਪਕ ਹੈ।/ वह अच्छा अध्यापक है।
100. ਧਰਤੀ ਸੂਰਜ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ।/ /धरती सूर्य के इर्द–गिर्द घूमती है।

FOLLOWING ARE TO BE DELETED **(This portion will neither be taught nor evaluated)**

Sr No.	Book/ Topic	Lesson No.	Lesson / Topic to be deleted
1.	Reader	1	How the camel got its Hump
2.	Reader	9, 10	The Child's Return I and II
3.	Reader	11	A letter from a son to his mother
4.	Reader (Poem)	I	My Shadow
5.	Reader (Poem)	IV	The Master Plan

1. **Paragraphs**:
    1. An Accident Scene (Page No. 133)
    2. The Story Book I enjoyed reading the most (Page No. 133)
    3. My Best Friend (Page No. 133)

4. A visit to the Golden Temple (Page No. 134)

2. **Letter and Applications:**
   1. Letter to your uncle describing that you saw a snake. (page No. 128)
   2. Write a letter to your mother about your daily routine (page No. 128)
   3. To your friend about your visit to your grandparents. (page No. 128)
   4. To a friend to has lost his dog (Page no. 128)
   5. Letter to dealer to replace defective television. (Page No. 129)
   6. To the secretary about appreciating the project. (Page No. 130)
   7. Letter to a manager requesting to replace the computer (Page No. 130)
   8. Letter to the health officer of your town about the insanitary conditions in your locality. (page No. 131)
   9. Letter to your local cycle dealer placing an order. (Page No. 131)
3. **Stories**:
   1. Three friends (page no. 137)
   2. The Foolish Donkey. (page No. 138)
   3. The shepherd and the wolf. (page No. 139)
   4. Mongoose and the baby (page No. 139)

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.

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਸੱਤਵੀਂ

II. ਪੰਜਾਬੀ (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)

ਲਿਖਣ-ਸਮਗਰੀ

1. ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:
   - (i) ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਆਲ਼ਾ-ਦੁਆਲ਼ਾ
   - (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 ਵਾਲ਼ੇ ਹੀ ਰੱਖ ਕੇ ਪਰ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਵਿਸਤਾਰ ਦੇ ਕੇ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਲਗ-ਪਗ 15 ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਾਏ ਜਾਣਗੇ।

2. **ਚਿੱਠੀਆਂ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ:** ਪਰਿਵਾਰਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਏਗਾ। ਚਿੱਠੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ-ਵਰਨਣ ਵਾਲ਼ੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ।

   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 ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਚਿੱਠੀਆਂ/ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗ-ਪਗ 10 ਹੋਵੇਗੀ।
3. ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਾਂਸਕ੍ਰਿਤਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਸਦਾਚਾਰਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਲ਼ੀਆਂ 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 ਕਰਵਾਇਆ 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)

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ:- ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ- ਸੱਤਵੀ

III. 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 ਨਾਲ਼ 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 ਨਾਲ਼ 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 ਵਾਲ਼ੇ 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 ਨਾਲ਼ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੇ।

(2) ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ਼ 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 ਸੋਹਣਾ 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 ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ 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।

ਲਿਖਣ ਸਮਗਰੀ

ਨਿਬੰਧ : ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਾਲ਼ੇ 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 ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਉਣਾ। ਚਿੱਠੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ, ਸੂਚਨਾ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਵਰਨਣ ਵਾਲ਼ੀ 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 1● ਹੋਵੇਗੀ।

ਕਹਾਣੀਆਂ : ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਲ਼ੀਆਂ 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 ਨਾਲ਼-ਨਾਲ਼ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

ਵਿਆਕਰਨ : ਛੇਵੀਂ ਸ਼ੇਣੀ ਵਿੱਚ ਮਿਥੇ ਵਿਆਕਰਨ- ਅੰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਕਿਆਈ ਦੇ ਨਾਲ਼-ਨਾਲ਼ ਸਰਲ ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ ਅਤੇ ਅਖਾਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸਿਖਾਉਣਾ।

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

कक्षा सातवीं

II हिंदी (प्रथम भाषा)

मूल उद्देश्य

1. अपने मानसिक स्तर के अनुसार विद्यार्थी हिन्दी भाषा (उच्चरित तथा लिखित) को ठीक समझ सके । लिखित भाषा को शुद्ध हिंदी भाषा मे 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 यथासंम्भव 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 लघूतर 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 शब्दो / 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

नोटः-

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

- **पत्रः-** पारिवारिक तथा सामाजिक जीवन की विविध स्थितियों से सम्बन्धित पत्र लिखने का अभ्यास करवाया जाये।
- **प्रार्थना-पत्रः-** 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 : हिंदी पुस्तक -7 (प्रथम भाषा) (पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित)

सातवीं श्रेणी
III हिंदी (द्विवितीय 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 गुरूमुखी 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 ।

पाठ्यक्रम

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 शब्दों/मुहावरों का अर्थ सहित वाक्य प्रयोग

6. व्याकरण

- लिंग परिवर्तन
- वचन परिवर्तन
- भाववाचक संज्ञा
- विशेषण निर्माण
- समानार्थक शब्द
- विपरीतार्थक शब्द,
- अनेक शब्दों के लिए एक शब्द
- शब्द शुद्धि
- विराम चिह्न
- 'र' के विभिन्न रूप, क्रिया, काल, पुरुष, वाच्य, क्रिया विशेषण, सम्बन्ध बोधक, योजक, विस्मयादि बोधक की पहचान ।

रचना भाग

7. **निबन्ध**

1. मेरी कक्षा का कमरा
2. वैशाखी का मेला
3. मेरा मित्र
4. मेरा अध्यापक
5. आँखों देखा मैच
6. गुरु गोबिन्द सिंह
7. दीवाली

8. **प्रार्थना-पत्र/पत्र**

(क) औपचारिक पत्र-

1. आपसे स्कूल की खिड़की का शीशा टूट गया है,इसलिए स्कूल की मुख्याध्यापिका को क्षमा माँगते हुए पत्र ।
2. बहन के विवाह में सम्मिलित होने के कारण स्कूल के मुख्याध्यापक को अवकाश लेने के लिए प्रार्थना पत्र।

(ख) अनौपचारिक पत्र :

1. मित्र के प्रथम आने पर उसे बधाई पत्र।
2. गर्मियों की छुट्टियों में अपने घनिष्ठ मित्र को छुट्टियाँ एक साथ मनाने के लिए निमन्त्रण पत्र।
3. अपने मित्र को पत्र लिखकर बतायें कि आपका नया स्कूल किन- किन बातों में अच्छा है।

9. **कहानी रचना**

1. दो बिल्लियाँ और बंदर
2. खरगोश और कछुआ
3. हाथी और दरजी
4. दो मित्र और रीछ
5. शेर और चुहिया

नोटः-

प्रश्न-पत्र पूर्णतया पाठ्य-पुस्तक पर आधारित होना चाहिए ।

निबन्ध लगभग 120-150 शब्दों में हो ।

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

ਉਰਦੂ (in lieu of Hindi)

8

SYLLABUS OF URDU CALSS-VII 2017-18

In lieu of Hindi

نصابی کتاب: جان پہچان (ساتویں جماعت کیلئے) شائع کردہ: N.C.E.R.T. New Delhi

تحریری پرچہ نمبر ۹۰

داخلی تعین نمبر ۱۰

کل نمبر ۱۰۰

وقت: ۳ گھنٹے

I	سوالات کے جواب لکھنا۔	10
II	خالی جگہ پُر کرنا۔	5
III	الفاظ ومحاوروں سے جملے بنانا۔	10
IV	واحد جمع لکھنا/ مذکر مونث لکھنا۔	5
V	متضاد الفاظ لکھنا۔	5
VI	کالم الف کا ب، کے ساتھ صحیح جوڑ ملانا۔	5
VII	فعل ماضی، فعل حال، فعل مستقبل اور صفت کی تعریف لکھنا اور مثالیں دینا۔	15
VIII	اشعار کا مطلب لکھنا۔	10
IX	دیے گئے عنوانات میں سے کسی ایک عنوان پر بیس جملے لکھنا۔	15
X	سکول کے پرنسپل کے نام شادی میں شامل ہونے کیلئے یا بیماری کیلئے یا فیس معافی کیلئے درخواست لکھنا۔	10

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਸੱਤਵੀਂ
IV. ਗਣਿਤ

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, ਸਿਫ਼ਰ 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 1੦,1੦੦ ਅਤੇ 1੦੦੦ ਨਾਲ ਗੁਣਾ। ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਭਾਗ, ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ 1੦,1੦੦ ਅਤੇ 1੦੦੦ ਨਾਲ ਭਾਗ। ਪੂਰਨ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ ਦਸ਼ਮਲਵ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਭਾਗ।

3. ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ:

ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕਠ,ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਪ੍ਰਤਿਨਿਧ ਮੁੱਲ, ਅੰਕਗਣਿਤਕ ਮੱਧਮਾਨ-ਵਿਚਲਣ ਸੀਮਾ, ਬਹੁਲਕ-ਵੱਡੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਬਹੁਲਕ, ਮੱਧਿਕਾ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਦੇਸ਼ਾ 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. ਤ੍ਰਿਭੁਜ 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 ਵਧਾਊ 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, ਤ੍ਰਿਭਜਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਉਸਦੀਆਂ ਤਿੰਨੋਂ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆ ਹੋਣ (SSS ਕਸੌਟੀ), ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਦੋ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬਾਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਕੋਣ ਦਾ ਮਾਪ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ (SAS ਕਸੌਟੀ), ਇੱਕ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਉਸਦੇ ਦੋ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਮਾਪ ਅਤੇ ਇਹਨਾ ਕੋਣਾਂ ਦੀ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਭੁਜਾ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇ (ASA ਕਸੌਟੀ), ਇੱਕ ਸਮਕੋਣ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਉਸਦੀ ਇੱਕ ਭੁਜਾ ਅਤੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇ (RHS ਕਸੌਟੀ)।

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 ਬਹੁਭਜਾਂ ਦੇ ਲਈ ਸਮਮਿਤੀ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਘੁੰਮਣ ਸਮਮਿਤੀ, ਰੇਖੀ ਸਮਮਿਤੀ ਅਤੇ ਘੁੰਮਣ ਸਮਮਿਤੀ।

15. ਠੋਸ ਆਕਾਰਾਂ ਦਾ ਚਿਤਰਣ:

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. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੇ ਤਿੰਨਾਂ ਕੋਣਾ ਦਾ ਜੋੜ 180° ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
3. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦਾ ਬਾਹਰਲਾ ਕੋਣ ਅੰਦਰੂਨੀ ਦੋ ਸਨਮੁੱਖ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਜੋੜ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
4. ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀਆਂ ਮੱਧਿਕਾਵਾਂ ਸੰਗਾਮੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
5. ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੇ ਕੋਣਾਂ ਦੇ ਸਮਦੁਭਾਜਕ ਸੰਗਾਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
6. ਪਾਈਥਾਗੋਰਸ ਥਿਊਰਮ ਸਿੱਧ ਕਰਨਾ।
7. ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਦੀ ਸਰਬੰਗਸਮਤਾ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ।

8. ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨ ਭੁਜਾਵਾਂ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਕੋਣ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

9. ਤ੍ਰਿਭੁਜ 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।

10. ਪੇਪਰ ਕੱਟਕੇ ਅਤੇ ਮੋੜ ਕੇ ਘਣ ਅਤੇ ਘਣਾਵ ਬਣਾਉਣਾ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਸੱਤਵੀਂ
V. ਵਿਗਿਆਨ

(ਪਾਠਕ੍ਰਮ)

1. **ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੌਸ਼ਣ** **(Nutrition Plants)** :-

ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸ਼ੰਸ਼ਲੇਸਣ, ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀ, ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਜਿਵੇਂ ਸਵੈਪੋਸ਼ੀ, ਪਰਪੋਸ਼ੀ, ਸੈਪਰੋਟਰੋਫਿਕ ਪੋਸ਼ਣ, ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਅਕਸਾਈਡ ਗੈਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸ਼ੰਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਸਮੇਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਆਦਿ।

2. **ਜੀਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪੌਸ਼ਣ** **(Nutrition in Animals)** :-

ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ, ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਿਧੀ ਚਿੱਤਰ ਸਮੇਤ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੰਦ, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਤਰਤੀਬ ਚਿੱਤਰ ਸਮੇਤ, ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ, ਘਾਹ-ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤੂਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਚਨ ਕਿਵੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਮੀਬਾ ਵਿੱਚ ਪਾਚਨ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਖਾਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਆਦਿ।

3. **ਤੰਤੂਆਂ ਸੰਬੰਧੀ** **(Fibre to Fabric)**:-

ਜੀਵ ਤੰਤੂ-ਊਨ ਤੇ ਸਿਲਕ ਕਿਥੋਂ ਕਿਥੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਜਾਨਵਰ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਰੇਸ਼ਮ ਤੇ ਸਿਲਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਊਨੀ ਤੰਤੂ, ਭਾਰਤੀ ਭੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਤੱਮ ਕਿਸਮਾਂ ਦਾ ਚਾਰਟ, ਰੇਸ਼ਮੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਧੀ (Life History), ਕਕੋਨ ਤੋਂ ਰੇਸ਼ਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਆਦਿ।

4. **ਤਾਪ** **(Heat)** :-

ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਡੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਥਰਮਾਮੀਟਰ, ਤਾਪਮਾਨ ਮਾਪਣਾ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਧੀਆਂ, ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇ ਪੜ੍ਹਣਾ, ਕੁਝ ਆਦਮੀਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਮਾਪਣ ਸੰਬੰਧੀ ਚਾਰਟ, ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਥਰਮਾਮੀਟਰ, ਤਾਪ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ, ਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜੋਂ ਅਸੀ ਪਹਿਣਨ ਦੇ ਹਾਂ, ਊਨੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਜੋਂ ਸਾਨੂੰ ਗਰਮ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

5. **ਤੇਜ਼ਾਬਾਂ, ਖਾਰਾਂ ਅਤੇ ਲੂਣ** **(Acids, Bases and Salts)** :-

ਤੇਜਾਬ ਅਤੇ ਖਾਰਾ, ਕੁਦਰਤੀ ਇੰਨਡੀਕੇਟਰ ਲਿਟਸ ਇੱਕ ਕੁਦਰਤੀ ਡਾਈ, ਟਰਮੈਰਿਕ ਅਤੇ ਚਾਈਨਾ ਰੋਜ ਇੰਨਡੀਕੇਟਰ, ਉਦਾਸੀਨਤਾ, ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਉਦਾਸੀਨਤਾ, ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਵੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਦ।

6. **ਭੌਤਿਕ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪਰਿਵਰਤਨ** **(Physical and Chemical Changes)** :-

ਭੌਤਿਕ ਪਰਿਵਰਤਨ, ਰਸਾਇਣਕ ਪਰਿਵਰਤਨ, ਲੋਹੇ ਨੂੰ ਜੰਗ ਲੱਗਣਾ, ਰਵੇ ਬਣਾਉਣਾ।

7. **ਮੌਸਮ, ਵਾਤਾਵਰਨ, ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸੰਬੰਧੀ (Wealthes, Climate and Adaptations of Animals to Climate)** :-

ਮੌਸਮ, ਮੌਸਮ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਕਠੀ ਕਰਨੀ ਤੇ ਚਾਰਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣਾ, ਜੰਮੂ ਅਤੇ ਕਸ਼ਮੀਰ ਤੇ ਕੈਰਲਾ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦਾ ਚਾਰਟ, ਟਰਾਪੀਕਲ ਵੱਰਖਾ ਵਾਲੇ ਜੰਗਲ।

8. **ਹਵਾਵਾਂ, ਤੁਫਾਨਾਂ ਅਤੇ ਭੁਚਾਲਾਂ ਦਾ ਆਉਣਾ (Winds, storms And Cyclones)** :-

ਹਵਾ ਦਾ ਦੁਬਾਅ, ਤੇਜ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹਵਾਵਾਂ, ਘੱਟ ਹਵਾ ਦੇ ਦੁਬਾਉ ਨਾਲ ਚੱਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਗਰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹਵਾਵਾਂ ਫੈਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਨਾ ਗਰਮ ਹਵਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਹਵਾ ਕਰੰਟ ਦਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ, ਤੁਫਾਨਾਂ ਅਤੇ ਭੁਚਾਲਾਂ ਦਾ ਆਉਣਾ, ਭਚਾਲਾਂ ਕਾਰਨ ਤਬਾਹੀ, ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਚਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ।

9. **ਮਿੱਟੀ (Soil)** :-

ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ, ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਅਯੋਜਨ, ਮਿੱਟੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਗੁਣ, ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਹੋਣਾ, ਮਿੱਟੀ ਦੁਆਰਾ ਪਾਣੀ ਦਾ ਚੂਸਣਾ, ਵਿੱਟੀ ਅਤੇ ਫਸਲਾਂ।

1●. **ਜੀਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਾਹ ਲੈਣਾ (Respiration in Animals)** :-

ਅਸੀ ਕਿਉ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਹ ਕਿਰਿਆ, ਅਸੀ ਕਿਵੇਂ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਹ ਪ੍ਰਦਾਲੀ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਚਿੱਤਰ, ਸਾਹ ਕਿਰਿਆ ਦੀ ਵਿਧੀ, ਦੂਜੇ ਜੰਤੂਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲੈਣਾ/ਪਾਣੀ ਅੰਦਰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੀ ਪੌਦੇ ਵੀ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

11. **ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰ (Transportation in Animals and Plants)** :-

ਖੂਨ ਦੇ ਦੌੜ ਦਾ ਸਿਸਟਮ, ਦਿਲ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਣਤਰ ਚਿੱਤਰ ਸਮੇਤ, ਦਿਲ ਬੀਟ ਅਤੇ ਪਲਸਰੇਟ ਚਾਰਟ, ਮਲ ਤਿਆਗ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਲੂਣ ਦਾ ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਵਹਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਾਸਪਉਤਸਰਜਨ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

12. **ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਤੇ ਜਣਨ ਕਿਰਿਆਂ (Reproduction in Plants)** :-

ਜਣਨ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਢੰਗ, ਅਲਿੰਗੀ ਜਣਨ ਕਿਰਿਆ, ਪ੍ਰਜਣਨ ਕਿਰਿਆ ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸਪੋਰ ਦਾ ਬਣਨਾ, ਫੁੱਲ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਚਿੱਤਰ ਸਮੇਤ, ਪਰਾਗਣ ਦੇ ਢੰਗ, ਫਲ ਅਤੇ ਬੀਜਾਂ ਦਾ ਬਾਣਨਾ, ਬੀਜਾਂ ਦਾ ਬਿਖਰਨਾ।

13. **ਗਤੀ ਅਤੇ ਸਮਾਂ (Motion and Time)** :-

ਚਾਲ, ਸਮਾਂ ਦਾ ਮਾਪ, ਸਧਾਰਨ ਪੈਡੂਲਮ, ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਚਾਲ ਦੀਆਂ ਇਕਾਈਆਂ, ਚਾਲ ਦਾ ਮਾਪ, ਦੂਰੀ-ਸਮਾਂ ਗਰਾਫ।

14. ਬਿਜਲਈ ਕਰੰਟ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ (Electric Current and its effects) :-

ਕੁਝ ਬਿਜਲਈ ਸਰਕਟ ਕਮਪੋਨੈਂਟ ਲਈ ਸੰਕੇਤ, ਬਿਜਲਈ ਕਰੰਟ ਲਈ ਹੀਟਿੰਗ ਅਸਰ, ਟਿਊਬ ਲਾਈਟ ਅਤੇ CFL's, ਬਿਜਲਈ ਕਰੰਟ ਦਾ ਚੁਬੰਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਇਲੈਕਟਰੋਮੈਗਨਿਟ, ਬਿਜਲਈ ਘੰਟੀ।

15. ਪ੍ਰਕਾਸ਼ (Light) :-

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਿਧੀਾਂ ਰੇਖਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਪਰਾਵਰਤਨ ਲੈਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਾਂ ਦਾ ਬਣਨਾ, ਸੂਰਜੀ ਰੋਸ਼ਨੀ, ਚਿੱਟੀ ਜਾਂ ਰੰਗਦਾਰ।

16. ਪਾਣੀ ਇੱਕ ਕੀਮਤੀ ਸਾਧਨ (Water a Precious Resource) :-

ਕਿੰਨਾ ਪਾਣੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਧਰਤੀ ਦਾ ਪਾਣੀ, ਇੱਕ ਪਾਣੀ ਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਰੋਤ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਟੇਬਲ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋਣਾ, ਆਬਾਦੀ ਦਾ ਵੱਧਣਾ, ਉਦਯੋਗਾਂ ਦਾ ਵੱਧਣਾ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦਾ ਸਾਧਨ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਵੰਡ, ਪੌਦਿਆਂ ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਆਟ ਦਾ ਅਸਰ।

17. ਜੰਗਲ, ਸਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਰੇਖਾ (Forests, Our Life line) :-

ਜੰਗਲ ਦੀ ਸੈਰ, CO_2 ਅਤੇ O_2 ਦਾ ਚੱਕਰ।

18. ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ (Loaste water story) :-

ਪਾਣੀ, ਸਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ, ਸੀਵਰਜ ਕੀ ਹੈ, ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਲਈ ਸਰਵੇਇ ਕਰਨਾ, ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਧੀ, ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਟਰੀਟਮੈਂਟ ਪਲਾਂਟ, ਘਰ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਸੈਨੀਟੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਿਕਾਸ ਦਾ ਹੋਰ ਤਰੀਕਾ।

SA – 1 (ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ)

ਕਿਰਿਆ 1 : ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸੰਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਧਿਐਨ। (ਪਾਠ : 1, ਪੰਨਾ : 3, ਕਿਰਿਆ : 1.1)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਇੱਕ ਹੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪੌਦਿਆਂ ਵਾਲੇ ਦੋ ਗਮਲੇ, ਆਇਓਡੀਨ ਦਾ ਘੋਲ, ਲਾਲ/ਪੀਲੇ/ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਦੇ ਪੱਤੇ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 2 : ਮ੍ਰਿਤ-ਜੀਵੀ ਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਅਧਿਐਨ। (ਪਾਠ ਨੰ: 1, ਪੰਨਾ ਨੰ: 5, ਕਿਰਿਆ : 1.2)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਬਰੈੱਡ (ਡਬਲਰੋਟੀ), ਵਡਦਰਸ਼ੀ ਲੈਨਜ਼/ਸੂਖਮਦਰਸ਼ੀ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ-3-: ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਾਰਜ। (ਪਾਠ : 2, ਪੰਨਾ : 14, ਕਿਰਿਆ : 2.2)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਮਾਡਲ, ਸਮਤਲ ਦਰਪਣ, ਸੇਬ ਜਾਂ ਰੋਟੀ ਦਾ ਟੁਕੜਾ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 4 : ਸਟਾਰਚ ਤੇ ਲਾਰ ਦੇ ਅਸਰ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ । (ਪਾਠ ਨੰ : 2, ਪੰਨਾ ਨੰ: 15, ਕਿਰਿਆ : 2.3)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਉੱਬਲੇ ਹੋਏ ਚਾਵਲ, ਪਰਖਨਲੀਆਂ, ਆਇਉਡੀਨ ਘੋਲ, ਡਰਾਪਰ, ਪਾਣੀ।

ਕਿਰਿਆ 5 :ਜੀਭ ਉੱਤੇ ਸੁਆਦ ਦੇ ਵੱਖ-2 ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣਾ। (ਪਾਠ ਨੰ: 2, ਪੰਨਾ :16, ਕਿਰਿਆ : 2.4)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਚੀਨੀ ਦਾ ਘੋਲ, ਨਮਕ ਦਾ ਘੋਲ, ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਘੋਲ, ਨਿੰਮ ਦੇ ਪੱਤਿਆਂ ਜਾਂ ਕਰੇਲੇ ਦਾ ਘੋਲ, ਟੁੱਥਪਿਕ।

ਕਿਰਿਆ 6 : ਕੁਦਰਤੀ ਅਤੇ ਬਣਾਉਟੀ ਰੇਸ਼ੇ।(ਪਾਠ : 3, ਪੰਨਾ : 30, ਕਿਰਿਆ : 3.5, 3.6)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਉੱਨ, ਕੁਦਰਤੀ ਰੇਸ਼ਮ, ਬਣਾਉਟੀ ਰੇਸ਼ਮ, ਸਪਿਰਟ ਲੈਂਪ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 7 : ਵੱਖ-2 ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਲਿਟਮਸ ਪੇਪਰ ਨਾਲ ਪ੍ਰੀਖਣ।(ਪਾਠ : 5, ਪੰਨਾ : 53, ਕਿਰਿਆ : 5.1)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਨੀਲਾ ਅਤੇ ਲਾਲ ਲਿਟਮਸ ਪੇਪਰ / ਘੋਲ, ਡਰਾਪਰ, ਪਰਖ ਨਲੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਖਣ ਯੋਗ ਪਦਾਰਥ।

ਕਿਰਿਆ 8 : ਹਲਦੀ ਅਤੇ ਚਾਈਨਾ ਰੋਜ਼ ਦੇ ਫੁੱਲ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਸੂਚਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ।

(ਪਾਠ : 5, ਪੰਨਾ : 53 – 54, ਕਿਰਿਆ : 5.2 ਅਤੇ 5.3)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਹਲਦੀ ਪਾਊਡਰ, ਚਾਈਨਾ ਰੋਜ਼ ਦਾ ਫੁੱਲ, ਕਸ਼ੀਦਤ ਪਾਣੀ, ਬੀਕਰ, ਬਰਨਰ, ਬਲਾਟਿੰਗ ਪੇਪਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਖਣ ਯੋਗ ਪਦਾਰਥ।

ਕਿਰਿਆ 9 : ਸਕੂਲ ਦੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਕੁਦਰਤੀ ਸੂਚਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ ਨੰ: 5, ਪੰਨਾ ਨੰ. 55, ਕਿਰਿਆ : 5.4)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਨੀਲਾ ਅਤੇ ਲਾਲ ਲਿਟਮਸ ਪੇਪਰ/ਘੋਲ, ਹਲਦੀ ਪੇਪਰ ਸੂਚਕ, ਚਾਈਨਾਰੋਜ਼ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਸੂਚਕ, ਡਰਾਪਰ, ਪਰਖ ਨਲੀਆਂ, ਪਰਖ ਨਲੀ ਸਟੈਂਡ, ਪਰਖ ਨਲੀ ਹੋਲਡਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਰਸਾਇਣ।

ਕਿਰਿਆ 10 : ਉਦਾਸੀਨੀਕਰਣ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਧਿਐਨ।(ਪਾਠ: 5, ਪੰਨਾ : 55, ਕਿਰਿਆ : 5.5)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਪਰਖਨਲੀ, ਡਰਾਪਰ, ਹਾਈਡ੍ਰੋਕਲੋਰਿਕ ਐਸਿਡ, ਸੋਡੀਅਮ ਹਾਈਡ੍ਰੋਆਕਸਾਈਡ, ਫਿਨਾਲਫਥਲੀਨ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 11 : ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ।(ਪਾਠ : 10, ਪੰਨਾ : 120, ਕਿਰਿਆ : 10.5)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਬੋਤਲ, 'Y' ਆਕਾਰ ਦੀ ਕੱਚ ਜਾਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਨਲੀ, ਗੁਬਾਰੇ, ਕਟਰ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 12 : ਨਬਜ਼ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਦਾ ਅਧਿਐਨ।(ਪਾਠ : 11, ਪੰਨਾ : 129, ਕਿਰਿਆ : 11.1)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ : ਸਟਾਪ ਵਾਚ।

ਕਿਰਿਆ 13 : ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਸਟੈਥੋਸਕੋਪ ਬਨਾਉਣਾ।(ਪਾਠ : 11, ਪੰਨਾ : 132, ਕਿਰਿਆ : 11.2)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਕੀਫ, ਰਬੜ ਦੀ ਨਲੀ, ਗੁਬਾਰਾ, ਰਬੜਬੈਂਡ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 14 : ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ (cells) ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪਰਿਵਹਨ।(ਪਾਠ : 11, ਪੰਨਾ : 136, ਕਿਰਿਆ : 11.3)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਆਲੂ, ਖੰਡ ਦਾ ਘੋਲ, ਪਿੰਨ, ਪਾਣੀ, ਬੀਕਰ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 15 : ਪੌਦਿਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਤੋਂ ਨਵੇਂ ਪੌਦੇ ਉਗਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀ।

(ਪਾਠ : 12, ਪੰਨਾ : 141, 142, ਕਿਰਿਆ : 12.1, 12.2)

ਲੌੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਚਾਕੂ, ਗੁਲਾਬ ਦਾ ਪੌਦਾ, ਆਲੂ, ਅਦਰਕ ਦਾ ਟੁੱਕੜਾ, ਗਮਲਾ, ਮਿੱਟੀ, ਪਾਣੀ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 16 : ਪੁੰਕੇਸਰ ਅਤੇ ਇਸਤਰੀ ਕੇਸਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ।

(ਪਾਠ : 12, ਪੰਨਾ : 144, ਕਿਰਿਆ : 12.4)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਸਰ੍ਹੋਂ, ਚਾਈਨਾ ਰੋਜ਼ ਜਾਂ ਪਿਟੂਨੀਆਂ ਦਾ ਫੁੱਲ, ਬਲੇਡ, ਡਾਈਸੈਕਟਿੰਗ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 17 : ਇੱਕ ਪੈਂਡੂਲਮ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਆਵਰਤਕਾਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 13, ਪੰਨਾ ਨੰ: 155, ਕਿਰਿਆ : 13.2)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਪਤਲਾ ਅਤੇ ਮਜਬੂਤ ਧਾਗਾ, ਧਾਤ ਦੀ ਛੋਟੀ ਗੋਲੀ, ਵਿਰਾਮ ਘੜੀ, ਸਟੈਂਡ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 18 : ਫਰਸ਼ ਤੇ ਰਿੜਦੀ ਗੇਂਦ ਦੀ ਚਾਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।(ਪਾਠ ਨੰ: 13, ਪੰਨਾ ਨੰ: 157, ਕਿਰਿਆ : 13.3)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਚਾਕ, ਫੀਤਾ, ਘੜੀ ਜਾਂ ਸਟਾਪ ਵਾਚ, ਗੇਂਦ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 19 : ਬਿਜਲੀ ਧਾਰਾ ਦਾ ਤਾਪਨ ਪ੍ਰਭਾਵ।(ਪਾਠ : 14, ਪੰਨਾ : 172, ਕਿਰਿਆ : 14.3)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਸੈੱਲ, ਬਲਬ, ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਤਾਰ, ਨਾਈਕ੍ਰੋਮ ਦੀ ਤਾਰ।

ਕਿਰਿਆ 20 : ਬਿਜਲੀ ਧਾਰਾ ਦਾ ਚੁੰਬਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ।(ਪਾਠ : 14, ਪੰਨਾ :175, ਕਿਰਿਆ : 14.5)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਖਾਲੀ ਮਾਚਸ ਦੀ ਡੱਬੀ, ਚਾਲਕ ਤਾਰ, ਚੁੰਬਕੀ ਕੰਪਾਸ, ਬਿਜਲਈ ਸੈੱਲ, ਬਲੱਬ, ਕੁੰਜੀ ਆਦਿ।

ਕਿਰਿਆ 21 : ਬਿਜਲੀ ਚੁੰਬਕ ਬਣਾਉਣਾ।(ਪਾਠ ਨੰ: 14, ਪੰਨਾ 177, ਕਿਰਿਆ : 14.6)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਬੈਟਰੀ ਜਾਂ ਸੈੱਲ, ਲੋਹੇ ਦਾ ਕਿੱਲ (6-10 ਸਮ), ਰੋਧਿਤ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਤਾਰ (ਲਗਭਗ 75 ਸਮ), ਲੋਹੇ ਦੀ ਪਿੰਨ।

SA – 2 (ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ)

ਕਿਰਿਆ 1: ਤਾਪ ਦੀ ਸਾਪੇਖਤਾ (Specific Heat) ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 4, ਪੰਨਾ : 37, ਕਿਰਿਆ : 4.1)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਮਾਨ: ਤਿੰਨ ਵੱਡੇ ਮੱਗ, ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ, ਗਰਮ ਪਾਣੀ, ਸਧਾਰਨ ਪਾਣੀ।

ਕਿਰਿਆ 2: ਤਾਪ ਦੀ ਚਾਲਨ (Conduction) ਵਿਧੀ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 4, ਪੰਨਾ : 42, ਕਿਰਿਆ : 4.6)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਮਾਨ: ਧਾਤ ਦੀ ਪੱਤੀ, ਮੇਖਾਂ, ਮੋਮਬੱਤੀ, ਮਾਚਿਸ।

ਕਿਰਿਆ 3: ਤਾਪ ਦੀ ਸੰਵਹਿਣ (Convection) ਅਤੇ ਵਿਕਿਰਣ (Radiation) ਵਿਧੀ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 4, ਪੰਨਾ : 43, ਕਿਰਿਆ : 4.8)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਮਾਨ: ਗੋਲ ਥੱਲੇ ਵਾਲੀ ਫਲਾਸਕ ਜਾਂ ਬੀਕਰ, ਪਾਣੀ, ਤਿਪਾਈ, ਲੋਹੇ ਦੀ ਜਾਲੀ, ਮੋਮਬੱਤੀ, ਸਟ੍ਰਾਅ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ ਪਰਮੈਂਗਾਨੇਟ ਅਤੇ ਮਾਚਿਸ।

ਕਿਰਿਆ 4: ਮੋਮਬੱਤੀ ਦੀ ਲਾਟ ਰਾਹੀਂ ਸੰਵਹਿਣ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ (ਜਲ ਸਮੀਰ ਥਲ ਸਮੀਰ ਕਿਰਿਆ)। (ਪਾਠ : 4, ਪੰਨਾ : 43, ਕਿਰਿਆ : 4.9)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਮੋਮਬੱਤੀ, ਮਾਚਿਸ।

ਕਿਰਿਆ 5: ਹਲਕੇ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਗੂੜ੍ਹੇ ਰੰਗ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਪ ਸੋਖਦੇ ਹਨ।

(ਪਾਠ : 4, ਪੰਨਾ : 45, ਕਿਰਿਆ : 4.10)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਇੱਕ ਕਾਲੇ ਤਲੇ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਫੇਦ ਤਲੇ ਵਾਲਾ ਬਰਤਨ।

ਕਿਰਿਆ 6: ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਰਿਬਨ ਨੂੰ ਜਲਾਉਣ 'ਤੇ ਵਾਪਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 6, ਪੰਨਾ : 63, ਕਿਰਿਆ : 6.6)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਰਿਬਨ, ਰੇਗਮਾਰ, ਚਿਮਟੀ, ਸਪਿਰਟ ਲੈਂਪ, ਮਾਚਿਸ, ਵਾਚ ਗਲਾਸ, ਪਾਣੀ, ਲਾਲ ਅਤੇ ਨੀਲਾ ਲਿਟਮਸ ਪੇਪਰ।

ਕਿਰਿਆ 7: ਵਿਸਥਾਪਨ ਕਿਰਿਆ (Displacement Reaction) ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 6, ਪੰਨਾ : 64, ਕਿਰਿਆ : 6.7)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਬੀਕਰ, ਪਰਖ ਨਲੀ, ਕੱਚ ਦੀ ਰਾਡ, ਕਾਪਰ ਸਲਫੇਟ, ਪਾਣੀ, ਕਿੱਲ ਜਾਂ ਬਲੇਡ।

ਕਿਰਿਆ 8: ਸਿਰਕਾ (Vinegar) ਅਤੇ ਮਿੱਠੇ ਸੋਡੇ (Baking Soda) ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ। (ਪਾਠ : 6, ਪੰਨਾ : 64, ਕਿਰਿਆ : 6.8)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਪਰਖ ਨਲੀਆਂ, ਰਬੜ ਸਟਾਪਰ (ਕਾਰਕ), ਨਿਕਾਸਨਲੀ, ਬੀਕਰ, ਮਿੱਠਾ ਸੋਡਾ, ਸਿਰਕਾ, ਚੂਨਾ, ਪਾਣੀ।

ਕਿਰਿਆ 9: ਕਾਪਰ ਸਲਫੇਟ ਦੇ ਰਵੇ (Crystals) ਬਣਾਉਣੇ।

(ਪਾਠ : 6, ਪੰਨਾ : 67, ਕਿਰਿਆ : 6.9)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਬੀਕਰ, ਡਰਾਪਰ, ਸਪਿਰਟ ਲੈਂਪ, ਤਿੰਨ ਲੱਤਾਂ ਵਾਲਾ ਸਟੈਂਡ, ਜਾਲੀ, ਮਾਚਿਸ, ਚਮਚ ਜਾਂ ਸਪੈਚੁਲਾ, ਕੱਚ ਦੀ ਰਾਡ, ਕੀਫ, ਚਾਈਨਾ ਡਿਸ਼, ਫਿਲਟਰ ਪੇਪਰ, ਸਲਫਿਊਰਿਕ ਐਸਿਡ, ਪਾਣੀ, ਕਾਪਰ ਸਲਫੇਟ।

ਕਿਰਿਆ 10: ਪੌਣ ਦਾ ਵੇਗ ਵਧਣ ਨਾਲ ਵਾਯੂ ਦਾ ਦਬਾਓ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(ਪਾਠ : 8, ਪੰਨਾ : 86, ਕਿਰਿਆ : 8.3)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਧਾਗਾ, ਗ਼ੁਬਾਰੇ, ਮੋਟੀ ਤਾਰ ਜਾਂ ਸੋਟੀ।

ਕਿਰਿਆ 11: ਗਰਮ ਕਰਨ 'ਤੇ ਹਵਾ ਫੈਲਦੀ ਹੈ।

(ਪਾਠ : 8, ਪੰਨਾ : 87, ਕਿਰਿਆ : 8.5)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਪਰਖਨਲੀ, ਗੁਬਾਰੇ, ਟੇਪ, ਬੀਕਰ, ਪਾਣੀ, ਸਪਿਰਿਟ ਲੈਂਪ, ਬਰਫ।

ਕਿਰਿਆ 12: ਗਰਮ ਹਵਾ ਠੰਡੀ ਹਵਾ ਤੋਂ ਹਲਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(ਪਾਠ : 8, ਪੰਨਾ : 88, ਕਿਰਿਆ : 8.6)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਕਾਗ਼ਜ਼ ਦੇ ਲਿਫਾਫੇ ਜਾਂ ਕੱਪ, ਧਾਗਾ, ਧਾਤ ਜਾਂ ਲੱਕੜ ਦੀ ਛੜ, ਮੋਮਬੱਤੀ, ਮਾਚਿਸ, ਸਟੈਂਡ।

ਕਿਰਿਆ 13: ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਖਾਕਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ। (ਪਾਠ : 9, ਪੰਨਾ : 102, ਕਿਰਿਆ : 9.2)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਕੱਚ ਦਾ ਗਿਲਾਸ ਜਾਂ ਬੋਤਲ, ਮਿੱਟੀ, ਪਾਣੀ

ਕਿਰਿਆ 14 : ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਨਮੀ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਸੋਖਣ ਦਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ।

(ਪਾਠ : 9, ਪੰਨਾ : 106, ਕਿਰਿਆ : 9.5 - 9.6)

ਲੋੜੀਦਾ ਸਮਾਨ: ਪਰਖ ਨਲੀ, ਮਿੱਟੀ, ਟੈਸਟ ਟਿਊਬ ਸਟੈਂਡ, ਟੈਸਟ ਟਿਊਬ ਹੋਲਡਰ, ਮਾਚਿਸ, ਬਰਨਰ, ਬੀਕਰ, ਖੁਸ਼ਕ ਮਿੱਟੀ, ਫਿਲਟਰ ਪੇਪਰ, ਕੀਫ਼, ਡਰਾਪਰ, ਮਾਪਕ ਸਿਲੰਡਰ, ਸਟੈਂਡ।

ਕਿਰਿਆ 15: ਸਮਤਲ ਦਰਪਣ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਬਿੰਬ ਦਾ ਪਾਸੇਦਾਅ ਉਲਟਣਾ (Latral Inversion)। (ਪਾਠ : 15, ਪੰਨਾ : 187 - 188, ਕਿਰਿਆ : 15.3 - 15.4)

ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ: ਸ਼ਤਰੰਜ ਦਾ ਇੱਕ ਬੋਰਡ (ਚੈੱਸ ਬੋਰਡ) / ਚਾਰਟ ਪੇਪਰ, ਪੈਨਸਿਲ, ਸਕੈੱਚ ਕਲਰ, ਸਕੇਲ

ਕਿਰਿਆ 16: ਅਵਤਲ ਅਤੇ ਉੱਤਲ ਦਰਪਣ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਬਣਾਉਣਾ।

(ਪਾਠ : 15, ਪੰਨਾ : 189 - 192, ਕਿਰਿਆ : 15.5 - 15.8)

ਲੋੜੀਦਾ ਸਮਾਨ: ਕਾਗਜ ਦੀ ਸ਼ੀਟ, ਅਵਤਲ ਦਰਪਣ, ਉੱਤਲ ਦਰਪਣ, ਦਰਪਣ ਹੋਲਡਰ, ਨਵਾਂ ਚਮਚ, ਮੋਮਬੱਤੀ।

ਕਿਰਿਆ 17: ਉੱਤਲ ਲੈਨਜ਼ ਅਤੇ ਅਵਤਲ ਲੈਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਸੂਰਜ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ।

(ਪਾਠ : 15, ਪੰਨਾ : 193-194, ਕਿਰਿਆ : 15.9-15.10)

ਲੋੜੀਦਾ ਸਮਾਨ: ਕਾਗ਼ਜ਼ ਦੀ ਸ਼ੀਟ, ਅਵਤਲ ਲੈਨਜ਼, ਉੱਤਲ ਲੈਨਜ਼, ਲੈਨਜ਼ ਹੋਲਡਰ, ਮੋਮਬੱਤੀ।

ਕਿਰਿਆ 18: ਸਫੈਦ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੰਗਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਊਟਨ ਡਿਸਕ।

(ਪਾਠ : 15, ਪੰਨਾ : 196, ਕਿਰਿਆ : 15.11-15.12)

ਲੋੜੀਦਾ ਸਮਾਨ: ਕਾਗਜ ਦੀ ਸ਼ੀਟ, ਪ੍ਰਿਜ਼ਮ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਸੋਮਾ, ਨਿਊਟਨ ਡਿਸਕ।

ਨੋਟ :- ਸਮੂਹ ਸਾਇੰਸ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਅਲੱਗ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਨੋਟ ਬੁੱਕ ਆਦਿ ਨਾ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ/ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਣ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਇਹਨਾਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਨੋਟ ਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲਿਖ ਲਿਆ ਜਾਵੇ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਸੱਤਵੀਂ
VI. ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ

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); ਊਸ਼ਣ ਅਤੇ ਉਪ ਊਸ਼ਣ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ (ਐਮੇਜਨ ਅਤੇ ਗੰਗਾ-ਬ੍ਰਹਮਪੁੱਤਰ) ਸ਼ੀਤ ਊਸ਼ਣ (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 ਆਲ਼ਾ-ਦੁਆਲ਼ਾ ਬਦਲ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ?
- ਜਵਾਲਾਮੁੱਖੀ ਪਰਬਤ ਦਾ ਮਾਡਲ/ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਵਰਨਣਿਤ ਸਥਾਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀਆਂ-ਜੁਲਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਕਠੀ ਕਰੋ।

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

ਭਾਗ ਇਤਿਹਾਸ

ਸਾਡਾ ਅਤੀਤ II

1. ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ (ਕਿੱਥੇ, ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇ)
2. ਨਵੇਂ ਰਾਜ ਅਤੇ ਸਮਰਾਟ
3. ਦੱਖਣੀ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਵਿਕਾਸ
4. ਦਿੱਲੀ ਸਲਤਨਤ
5. ਮੁਗਾਲ ਸਾਮਰਾਜ
6. ਸਮਾਰਕ ਨਿਰਮਾਣ ਕਲਾ
7. ਨਗਰ,ਵਪਾਰੀ ਅਤੇ ਕਾਰੀਗਰ
8. ਕਬੀਲੇ,ਖਾਨਾਬਦੋਸ਼ ਅਤੇ ਸਥਿਰ ਭਾਈਚਾਰੇ
9. ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਕਾਸ
10. ਖੇਤਰੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਵਿਕਾਸ
11. 18ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਨਵੀਆਂ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ

ਮਾਨਚਿੱਤਰ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

1. ਭਾਰਤੀ ਉਪ ਮਹਾਦੀਪ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ
2. ਸੱਤਵੀ-ਬਾਰ੍ਹਵੀਂ ਸਦੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਰਾਜ
3. ਦਸਵੀਂ ਗਿਆਰ੍ਹਵੀਂ ਸਦੀ ਦਾ ਭਾਰਤ
4. ਤੇਰਵੀਂ ਸਦੀ ਦੀ ਤੁੱਰਕ ਸਲਤਨਤ
5. ਤੁਗਲਕ ਸਾਮਰਾਜ
6. ਭਾਰਤ 1526 ਈ: ਵਿੱਚ
7. ਅਕਬਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਮੁਗਲ ਸਾਮਰਾਜ
8. ਔਰਗਜੇਬ ਦੇ ਸਮੇਂ ਭਾਰਤ
9. ਗੋਡਵਾਲਾ
10. 18ਵੀਂ ਸਦੀ ਦਾ ਭਾਰਤ

ਭਾਗ- ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਸ਼ਤਰ

1. ਲੋਕਤੰਤਰ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾ
2. ਲੋਕਤੰਤਰ-ਸੰਸਥਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤਿਨਿਧਤਾ
3. ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ
4. ਜਨੰਤਕ ਸੰਚਾਰ (Media) ਅਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ
5. ਲਿੰਗ-ਅਸਮਾਨਤਾ
6. ਮੰਡੀ/ਬਾਜ਼ਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ

ਨੋਟ:- ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਤਿੰਨੋਂ ਭਾਗਾਂ (ਭੂਗੋਲ, ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਸਤਰ) ਦੀਆਂ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ/ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ/ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵਿਦਿਆਥੀਆਂ ਵਲੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨੋਟ ਬੁੱਕਸ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਵੱਖਰੀਆਂ ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਫਾਈਲਜ਼/ਸਕਰੈਪ ਬੁੱਕ ਆਦਿ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਨੋਟ:- ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਾਲ 2019-20 ਲਈ ਉਪਰੋਕਤ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਭੂਗੋਲ ਭਾਗ ਦੇ 'ਪਾਠ ਨੰ: 3 ਧਰਤੀ ਦਾ ਬਦਲਦਾ ਰੂਪ ਤੇ ਭੂ-ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ,ਪਾਠ ਨੰ: 5 ਵਾਯੂ-ਦਾਬ, ਨਮੀ ਅਤੇ ਹਵਾ,ਪਾਠ ਨੰ 9 ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ: ਆਪਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਮਾਰੂਥਲੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ (ਥਾਰ ਉੱਤੇ ਲਦਾਖ); ਊਸ਼ਣ ਅਤੇ ਉਪ ਊਸ਼ਣ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ (ਐਮੇਜਨ ਅਤੇ ਗੰਗਾ-ਬ੍ਰਹਮਪੁੱਤਰ) ਸ਼ੀਤ ਊਸ਼ਣ (ਪ੍ਰੇਅਰੀ ਅਤੇ ਵੈਲਡ) ਅਤੇ ਭਾਗ- ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਸ਼ਤਰ ਦੇ ਪਾਠ ਨੰ: 25 ਲਿੰਗ-ਅਸਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਪਾਠ ਨੰ: 26 ਮੰਡੀ/ਬਾਜ਼ਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਾ ਪੜ੍ਹਾਏ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਮਾਜਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ Delete ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:-

ਜਮਾਤ ਸੱਤਵੀਂ (ਵਿਸ਼ਾ - ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ)
20% ਕਟੌਤੀ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ
ਪਾਠ - 1 ਵਾਤਾਵਰਣ

(1)

ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ/ਇੱਕ ਵਾਕ (1-15 ਸ਼ਬਦਾਂ) ਵਿੱਚ ਦਿਓ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ - 1 ਤਿੰਨ ਮੰਡਲਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਤੋਂ ਬਣੇ ਮੰਡਲ ਨੂੰ ਕਿਸ ਨਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣਿਆਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ? ਇਸ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-2 ਬਦਲਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?

ਪਾਠ - 2 ਧਰਤੀ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਰੂਪ

ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ/ਇੱਕ ਵਾਕ (1-15 ਸ਼ਬਦਾਂ) ਵਿੱਚ ਦਿਓ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ - 1 ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਆਲ ਪਰਤ ਨੂੰ ਇਸ ਨਾਮ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਪੁਕਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਧਰਤੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਖਣਿਜ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕੋਲ੍ਹਾ , ਲੋਹਾ ਅਤੇ ਪੈਟ੍ਰੋਲਿਅਮ ਕਿੱਥੇ ਕਿੱਥੇ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ?

ਪਾਠ -4 ਵਾਯੂ ਮੰਡਲ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਸਮਤਾਪ ਸੀਮਾ ਕਿਸਨੂੰ ਆਖਦੇ ਹਨ ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਦਿਨ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ - 3 ਸ਼ਿਮਲੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਨਾਲੋਂ ਕਿਉਂ ਘੱਟ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੀ ਹੇਠਲੀ ਤਹਿ ਨੂੰ ਕੀ ਆਖਦੇ ਹਨ ? ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ।

ਪਾਠ - 6 ਮਹਾਂਸਾਗਰ

ਛੋਟੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1ਦੱਖਣੀ ਅੰਧ-ਮਹਾਂਸਾਗਰੀ ਚੱਕਰ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖੋ ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ- 1 ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਪੱਛਮੀ ਬੰਦਰਗਾਹਾਂ ਸਿਆਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਖੁੱਲੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦਕਿ ਇਹਨਾਂ ਹੀ ਅਕਸ਼ਾਂਸ਼ਾਂ ਤੇ ਸਥਿੱਤ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀਆਂ ਪੂਰਬੀ ਬੰਦਰਗਾਹਾਂ ਇਸ ਰੁੱਤ ਬਰਫ਼ ਜੰਮਣ ਕਾਰਣ ਬੰਦ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ?ਕਾਰਣ ਦੱਸੋ ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਸਾਰਾਗਾਸੋ ਸਾਗਰ ਕੀ ਹੈ ? ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਬਣਦਾ ਹੈ ?

ਪਾਠ - 8 ਮਨੁੱਖੀ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਸਤੀਆਂ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਜਲ-ਮਾਰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਬੰਦਰਗਾਹਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖੋ ।

ਪਾਠ- 7 ਕੁਦਰਤੀ ਬਨਸਪਤੀ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ

ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਾਕ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਉਸ਼ਣ ਘਾਹ ਦੇ ਮੈਦਾਨਾਂ ਦੇ ਸਥਾਂਨਕ ਨਾਂ ਦੱਸੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਠੰਡੇ ਮਾਰੂਥਲਾਂ ਦੀ ਬਨਸਪਤੀ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ ।

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ- 1 ਭੂ-ਮੱਧ ਰੇਖੀ ਵਣਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ ।

ਪਾਠ-11 ਨਵੇਂ ਰਾਜ ਅਤੇ ਰਾਜੇ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ - 1 ਤ੍ਰੈਪੱਖੀ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਿਹੜੇ ਰਾਜਵੰਸ਼ਾਂ ਵਿਚੱਕਾਰ ਹੋਇਆ ?

ਪਾਠ - 12 ਦੱਖਣੀ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪ੍ਰਗਤੀਆਂ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ - 1 ਚੋਲ ਰਾਜ ਦੀ ਬਣਤਰ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀ ਕੀ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿੰਚਾਈ ਵਿਵਸਥਾ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋਇਆ ?

ਪਾਠ - 13 ਦਿੱਲੀ ਸਲਤਨਤ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਦਿੱਲੀ ਸਲਤਨਤ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖੋ ?

ਪਾਠ - 14 ਮੁਗਲ ਸਾਮਰਾਜ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ- 1 ਮਨਸਬਦਾਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ

ਪਾਠ -15 ਸਮਾਰਕ ਨਿਰਮਾਣ ਕਲ੍ਹਾ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਦਿੱਲੀ ਸਲਤਨਤ ਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਉਸਾਰੇ ਗਏ ਸਮਾਰਕਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਮਿਲਾਨ ਚਿੰਨ੍ਹ

ਪਾਠ-16ਨਗਰ , ਵਪਾਰੀਅਤੇ ਕਾਰੀਗਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ- 1 ਮੁਗਲ ਸਾਮਰਾਜ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਰਾਜਧਾਨੀ ਨਗਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖੋ ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-2 ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ :- 2 ਲਾਹੌਰ------ ਤੱਕ ਅਕਬਰ ਸਾਮਰਾਜ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਸੀ

ਪਾਠ-17 ਕਬੀਲੇ, ਖਾਨਾਬਦੋਸ਼ ਅਤੇ ਸਥਿਰ ਭਾਈਚਾਰਾ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਕਿਸ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਗੋਂਡਵਾਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?

ਪਾਠ-19 ਖੇਤਰੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ - 1 ਮੁਗਲ ਕਾਲ ਦੀਆਂ ਸਾਹਿੱਤਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਚਿੱਤਰਕਲਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਾਜਪੂਤਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਪਾਠ-20 18ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਪਾਠ ਵਿਚਲੇ ਉੱਤਰਕਾਲੀਨ ਮੁਗਲਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।

ਪਾਠ -21 ਲੋਕਤੰਤਰ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾ

ਛੋਟੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਪ੍ਰਧਾਨਾਤਮਕ ਸਰਕਾਰ ਕਿਹੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਸਮਾਨਤਾ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਸੰਸਦਾਤਮਕ ਲੋਕਤੰਤਰ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।

ਪਾਠ -22 ਲੋਕਤੰਤਰ ਸੰਸਥਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ

ਛੋਟੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰ1 ਆਮ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਮੱਧਕਾਲੀਨ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਫਰਕ ਹੈ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰ1 ਇੰਡੀਅਨ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਦੋ ਨੀਤੀਆਂ ਲਿਖੋ?

ਪਾਠ -23 ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ

ਛੋਟੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਭਾਰਤ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਦੱਸੋ ਜਿੱਥੇ ਦੋ ਸਦਨੀ ਵਿਧਾਨ ਪਾਲਿਕਾ ਹੈ ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਰਾਜਪਾਲ ਦੀਆਂ ਸਵੈ-ਇੱਛਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਲਿਖੋ ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਮੰਤਰੀ ਪਰੀਸ਼ਦ ਅਤੇ ਰਾਜ-ਵਿਧਾਨ ਪਾਲਿਕਾ ਦੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ ।

ਪਾਠ-24 ਜਨਤਕ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ

ਛੋਟੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -1 ਜਨਤਕ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸਬੰਧ ਹੈ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ -2 ਵਿਗਿਆਪਨ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?

50-60 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ-1 ਵਿਗਿਆਪਨ ਸਬੰਧੀ ਅਧੀਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਕਿਉਂ ਹੈ ?

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਸੱਤਵੀਂ
VII. 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 ੳ,ਅ,ੲ ਤੇ ਸ ਚਾਰ ਗਰੁੱਪ ਹਨ।

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

ਲੜਕਿਆਂ 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 (ੲ) ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ

ਬਿਨਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਤੋਂ ਜਾਂ ਅਪਰੇਟਿਸ ਨਾਲ਼

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

(ੳ) ਖੇਡਾਂ

(1) ਫੁੱਟਬਾਲ

1. ਪਹਿਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
2. ਪਾਸ : ਛੋਟਾ ਪਾਸ ਅਤੇ ਲੰਮਾ 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 ਪਾਸੇ 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 ਨਾਲ਼ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਪਾਸ

(ਅ) ਸਾਈਡ ਰੋਲਿੰਗ ਨਾਲ਼ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਪਾਸ

(ੲ) ਜੰਪ ਅਤੇ ਪਾਸ

2. ਸਰਵਿਸ (ੳ) ਓਵਰ ਹੈੱਡ ਸਰਵਿਸ ਜਾਂ ਟੈਨਿਸ ਸਰਵਿਸ

(ਅ) ਰਾਊਂਡ ਆਰਮ ਸਰਵਿਸ

(ੲ) ਫਲਾਉਟਿੰਗ ਸਰਵਿਸ

3. ਸੈੱਟ ਅੱਪ (ੳ) ਇੱਕ ਦਮ ਸਮੈਸ਼ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਲੈਣਾ ਮੂਵ ਐਂਡ ਸੈੱਟ ਅੱਪ (ਪਿਛਲੇ ਜੋਨ ਤੋਂ)
4. ਨੈਟ ਰਿਕਵਰੀ :

(ੳ) ਰੋਲਿੰਗ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰੋਲਿੰਗ ਪਾਸ

(ਅ) ਰੋਲਿੰਗ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰੋਲਿੰਗ ਇੱਕ ਹੱਥ ਨਾਲ਼ 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 ਨਾਲ਼ ਛਾਤੀ 'ਤੇ ਪਾਸ

(ਅ) ਬਾਉਂਸ ਪਾਸ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ਼

(ੲ) ਸਿਰ ਉੱਪਰੋਂ ਦੀ ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ਼ ਪਾਸ

3. ਡਰਿਬਲਿੰਗ : ਦੋਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਸਪੀਡ ਨਾਲ਼

ਉੱਚੀ ਅਤੇ ਨੀਵੀਂ ਡਰਿਬਲ ਕਰਨੀ

4. ਸ਼ੂਟਿੰਗ (ੳ) ਦੋਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ਼ ਸੈਟ ਸ਼ਾਟ

(ਅ) ਦੋ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ਼ 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, ਪੈਨੰਲਟੀ 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 ਬਾਊਲਿੰਗ

(ੲ) ਮੀਡੀਅਮ ਪੇਸ਼ ਬਾਉਲਿੰਗ

3. ਫੀਲਡਿੰਗ (ੳ) ਦੌੜਨਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਨੂੰ ਫੀਲਡ ਕਰਨਾ

(ਅ) ਵਿਕਟ ਕੀਪਿੰਗ

(ੲ) ਸਟੈੱਪ ਜਾਂ ਕਿੱਲੀਆਂ ਪਿੱਛੇ ਬਾਲ ਲੈਣੀ

(7) ਖੋ-ਖੋ

1. ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ

2. ਚੇਜਿੰਗ ਸਕਿੱਲ : (ੳ) ਟਰੈਪਿੰਗ ਡਾਇਵ ਸਟੇਸ਼ਨਰੀ ਜਾਂ ਉਸੇ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਕੇ ਡਾਇਵ ਕਰਨਾ

(ਅ) ਪੈਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੱਥ ਨਾਲ਼ ਛੂਹਣਾ

3. ਦੌੜਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ : ਚੇਜਰ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੌੜਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਜਾਂ ਕਲਾ

(8) ਬੈਡਮਿੰਟਨ

1. ਸਟਰੋਕ (ੳ) ਨੈੱਟ ਸਟਰੋਕ

(ਅ) ਲਿਫਟ ਸਟਰੋਕ

(ੲ) ਰੱਸ਼ ਕਰਨਾ

(ਸ) ਕਰਾਸ ਕਰਨਾ

2.ਸ਼ਾਟ (ੳ) ਸਾਹਮਣੇ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਤੋਂ ਸ਼ਾਟ ਕਰਨਾ

(1) ਅਟੈਕਿੰਗ ਟੋਸ

(2) ਡੀਫੈਸਿਵ ਟੋਸ

3.ਸਰਵਿਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ (ੳ) ਸ਼ਾਟ ਸਰਵਿਸ

(ਅ) ਉੱਚੀ ਸਰਵਿਸ

(ੲ) ਫਲਿਕ ਸਰਵਿਸ

4. ਸ਼ਾਟ ਰੀਸੀਵ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ : ਸਾਹਮਣੇ ਹੱਥ ਨਾਲ਼ ਜਾਂ ਪਿੱਛੇ ਹੱਥ ਨਾਲ਼

(9) ਬਾਕਸਿੰਗ

1. ਫੁੱਟ ਵਰਕ (ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਕੰਮ)

2. ਪੰਚਿਗ ਬੈਗ ਤੇ ਅਭਿਆਸ

3. ਮੁੱਢਲੇ ਬਚਾਓ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

4. ਮੁੱਢਲੇ ਹਮਲੇ

(10) ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ

1. ਇੱਕਹਰੀ ਲੱਤ ਦੀ ਪਕੜ ਅਤੇ ਦੂਹਰੀ ਲੱਤ ਦੀ ਪਕੜ

2. ਹਮਲਾ ਤੇ ਬਚਾਓ

3. ਨਕਾਲ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਬਚਾਓ

4. ਢਾਕ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਰੋਧ

5. ਧੋਬੀ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਰੋਧ

6. ਰੂਮ (ਬੈਠਣਾ ਅਤੇ ਉੂਠਣਾ)

7. ਕਾਗੜਾ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਵਿਰੋਧ

(11) ਕਬੱਡੀ

1. ਹਮਲੇ ਲਈ ਸਕਿਲ: ਐਰੋਕਿੱਕ,ਕਰਵ ਕਿੱਕ,ਰੋਲ ਕਿੱਕ

2. ਬਚਾਓ ਲਈ ਸਕਿਲ: ਟਰੰਕ ਕੈਚ,ਸ਼ੋਲਡਰ ਕੈਚ ,ਚੇਨ ਦਾ ਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਨੋ ਕਰੋਸ ਪਲੇਅ

3. ਲੀਡਅੱਪ 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) ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ

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) ਹੈੱਡ ਸਟੈਂਡ

(14) ਸੈਫਟ ਬਾਲ

1. ਸਟਰਾਈਕਰ: ਪੂਰੀ ਸਵਿੰਗ,ਅੱਧੀ ਸਵਿੰਗ ਅਤੇ ਬੰਟ

2. ਪੀਚਿੰਗ: ਇੰਨ ਸਵਿੰਗ, ਆਉਟ ਸਵਿੰਗ,ਰਾਈਜ਼ਰ,ਡਿੱਪ ਬਾਲ

3. ਫੀਲਡ ਪਲੇਸ: ਪਹਿਲਾ ਬੇਸ, ਦੂਜਾ ਬੈਸ, ਤੀਜਾ ਬੇਸ, ਸੋਰਟ ਸਟੋਪਰ, ਲੈਠਟ ਫੀਲਡ, ਰਾਈਟ ਫੀਲਡ, ਸੈਂਟਰ ਫੀਲਡ, ਖਿੱਚਰ ਅਤੇ ਕੈਚਰ

4. ਬੇਸਟੂ ਬੇਸ ਦੌੜ

ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ :

1. ਜ਼ਮੀਨ ਅਤੇ ਕਸਰਤਾਂ (ੳ) ਫਾਰਵਰਡ ਰੋਲ ਟੂ ਹੈਂਡ ਸਟੈਂਡ
(ਅ) ਬੈਂਕ 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) ਬੈਂਕ 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. ਯੋਗ 2. ਕੈਲਸਥੈਨਿਕ, ਲੋਕ ਨਾਚ,ਛੋਟੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਰੀਲੇਜ਼

1. ਯੋਗ (ੳ) ਤਾੜ ਆਸਣ (ਅ)ਭੁਜੰਗ ਆਸਣ (ੲ) ਪਸਚਿਮ ਉਤਾਨ ਆਸਣ (ਸ) ਪਦਮ ਆਸਣ

2. ਕੈਲਿਸਥੈਨਿਕ (ੳ) ਮੁੱਢਲੀ ਸਕਿੱਲ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ
(ਅ) ਲੇਜ਼ੀਅਮ ਕਸਤਰਾਂ

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. ਰੀਲੇਜ਼ (ੳ) ਸਰਕਲ ਹੋਪਿੰਗ ਰੀਲੇਜ਼ (ਅ) ਖੋ-ਖੋ ਰੀਲੇਜ਼ (ੲ) ਸਾਇਕਲ ਹੋਪਿੰਗ ਰੀਲੇਜ਼

ਮੁਲੰਅੰਕਣ ਦੀ ਵਿਧੀ

ਪੁਸਤਕ: ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ -7 (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਧਿਅਮ)
(ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)

VIII. ਕੰਪਿਊਟਰ ਸਾਇੰਸ
ਸ੍ਰੇਣੀ-ਸੱਤਵੀਂ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)

ਪਾਠ 1: ਟਾਈਪਿੰਗ ਟਿਊਟਰ

ਟੱਚ-ਟਾਈਪਿੰਗ, ਕੀਅ-ਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਉਂਗਲਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਨੁਮੈਰਿਕ ਕੀਅ-ਪੈਡ, ਕੀਅ-ਬੋਰਡ ਦੀਆਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੀਜ਼, ਅਨਮੋਲ ਲਿਪੀ ਫ਼ੌਂਟ ਰਾਹੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਟਾਈਪਿੰਗ, ਟਾਈਪਿੰਗ ਸਪੀਡ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ , ਬੈਠਣ ਦਾ ਸਹੀ ਤਰੀਕਾ, ਲਗਾਤਾਰ ਟਾਈਪਿੰਗ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ ਤੋਂ ਬਚਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

ਪਾਠ 2 : ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ

ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ, ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣਾ, ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਦੇ ਭਾਗ, ਵਿੰਡੋਜ਼ ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਦੇ ਵਿਊ, ਫ਼ਾਈਲ ਅਤੇ ਫ਼ੋਲਡਰ ਨਾਲ਼ ਕੰਮ ਕਰਨਾ, ਸਰਚਿੰਗ, ਰਨ-ਕਮਾਂਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਕੈਲਕੂਲੇਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਕਸਟਮਾਇਜ਼ਿੰਗ ਡੈੱਸਕਟਾਪ

ਪਾਠ 3 : ਸਟੋਰੇਜ ਡਿਵਾਇਸਿਜ਼

ਮੈਮਰੀ ਕੀ ਹੈ?, ਮੈਮਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋ, ਮੈਮਰੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਮੈਮਰੀ, ਸੈਕੰਡਰੀ ਮੈਮਰੀ

ਪਾਠ 4 : ਐੱਮ.ਐੱਸ ਵਰਡ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮੈਟਿੰਗ (ਭਾਗ-1)

ਸਿਲੈਕਸ਼ਨ ਆਫ ਟੈਕਸਟ, ਕੱਟ, ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਪੇਸਟ, ਫਾਰਮੈਟ ਪੇਟਰ, ਟੈੱਕਸਟ ਫ਼ਾਰਮੈਟਿੰਗ, ਟੈੱਕਸਟ ਇਫੈਕਟਸ, ਚੇਂਜ ਟੈੱਕਸਟ ਕੇਸ, ਬੁਲੇਟ ਜਾਂ ਨੰਬਰ, ਟੈੱਕਸਟ ਦੀ ਅਲਾਈਨਮੈਂਟ, ਲਾਈਨ ਸਪੇਸ ਐਡਜਸਟ ਕਰਨਾ, ਸ਼ੇਡਿੰਗ, ਫ਼ਾਂਈਡ ਅਤੇ ਰਿਪਲੇਸ, ਪੇਜ ਬ੍ਰੇਕ, ਪੇਜ ਨੰਬਰ, ਹੈੱਡਰ ਤੇ ਫੁੱਟਰ, ਪਿਕਚਰ/ਕਲਿੱਪ ਆਰਟ, ਸ਼ੇਪਸ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਨਾ, ਸਮਾਰਟ ਆਰਟ ਗ੍ਰਾਫਿਕਸ, ਟੈਕਸਟ ਬਾਕਸ ਦਾਖਲ ਕਰਨਾ, ਵਾਰਡ ਆਰਟ, ਸਿੰਬਲਸ

ਪਾਠ 5 : ਐੱਮ.ਐੱਸ.ਵਰਡ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮੈਟਿੰਗ (ਭਾਗ-2)

ਪਿਕਚਰ ਟੂਲ(ਫ਼ਾਰਮੈਟ ਟੈਬ), ਪੇਜ ਲੇਅ-ਆਊਟ, ਪੇਜ ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ, ਰਿਵਿਓ, ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਡਾਕੂਮੈਂਟਸ

ਪਾਠ 6 : ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਨਾਲ਼ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਦੇ ਭਾਗ, ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਪ੍ਰੈਜ਼ੈਂਟੇਸ਼ਨ, ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਦੇ ਖੇਤਰ

ਪਾਠ 7 : ਐੱਮ.ਐੱਸ ਡਾਸ

ਯੂਜ਼ਰ ਇੰਟਰਫ਼ੇਸ, ਡਾਸ ਕੀ ਹੈ?, ਕਮਾਂਡ ਪ੍ਰੌਮਪਟ

ਪਾਠ 8 : ਡਾਸ ਕਮਾਂਡਜ਼

ਐੱਮ.ਐੱਸ.ਡਾਸ ਲਈ ਲੁੜੀਂਦੀਆਂ ਫ਼ਾਈਲਾਂ, ਐੱਮ.ਐੱਸ.ਡਾਸ ਦੀਆਂ ਕਮਾਂਡਾਂ, ਡਾਸ ਡਿਸਕ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦਾ ਹੈ?, ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੂਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ, ਡਾਸ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਬਣਤਰ, ਇੰਟਰਨਲ ਕਮਾਂਡਜ਼, ਐਕਸਟਰਨਲ ਕਮਾਂਡਜ਼, ਐੱਮ.ਐੱਸ.ਡਾਸ ਐਡੀਟਰ, ਬੈਚ ਫ਼ਾਈਲ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)

ਪ੍ਰਯੋਗ 1. ਹੋਮ ਲਾਈਨ ਉੱਤੇ ਉਂਗਲਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 2. ਦੂਸਰੀ ਅਤੇ ਤੀਸਰੀ ਲਾਈਨ ਦੀਆਂ ਕੀਜ਼ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਇੱਕ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਓ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 3. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਟੈਕਸਟ ਟਾਈਪ ਕਰੋ।

All deleted files folders are stored in **Recycle bin**. If file/folder is deleted by mistake, then it can be recovered back from Recycle bin with the help of "Restore" option.

ਪ੍ਰਯੋਗ 4. ਵਿੰਡੋ ਐਕਸਪਲੋਰਰ ਨੂੰ ਸਟਾਰਟ ਬਟਨ, ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਸ਼ਾਰਕੱਟ ਅਤੇ ਸਰਚ ਆਪਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਖੋਲੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 5. Paint ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਕੋਈ ਇੱਕ ਪਿਕਚਰਜ਼ ਨੂੰ ਡੈਕਸਟਾਪ ਦੀ ਬੈਕਗ੍ਰਾਉਂਡ ਉੱਤ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸਟੇਪ ਦੱਸੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 6. 3D Text ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਸਕਰੀਨ ਸੇਵਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਲਗਾਓ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 7. (I) D: ਡਰਾਈਵ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਫੋਲਡਰ ਬਣਾਓ।

(II) ਫੋਲਡਰ ਨੂੰ ਮਾਊਸ ਜਾਂ ਕੀਅ ਬੋਰਡ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਡਿਲੀਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਰੀਸਟੋਰ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 8. (I) ਡੈਸਕਟੱਪ ਤੇ ਇੱਕ "SCHOOL" ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਫੋਲਡਰ ਬਣਾਓ।

(II) ਫੋਲਡਰ ਨੂੰ COPY ਕਰਕ D: ਡਾਈਵ ਵਿੱਚ ਪੇਸਟ ਕਰੋ।

(III) ਰੀਨੇਮ ਆਪਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਫੋਲਡਰ ਦਾ ਨਾਂ "SCHOOL" ਤੋ ਬਦਲਕੇ "CLASS" ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 9. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਟੈਕਸਟ ਟਾਈਪ ਕਰੋ।

1.	Left alignment :	To align text on left margin
2.	Right alignment:	To align text on right margin
3.	Centre alignmant:	To align text in centre
4.	Justify alignment:	To align text on both left and right margin.

ਪ੍ਰਯੋਗ 9.1. ਉਪਰੋਕਤ ਟੈਕਸਟ ਦਾ ਫੌਂਟ Times New Roman ਅਤੇ Size 2● ਕਰੋ।

ਪਹਿਲੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ Left ਅਲਾਈਨ ਕਰੋ।

ਦੂਜੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ Right ਅਲਾਈਨ ਕਰੋ।

ਤੀਜੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਸੈਂਟਰ ਅਲਾਈਨ ਕਰੋ।

ਚੋਥੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ Justify ਅਲਾਈਨ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 9.2 ਉਪਰੋਕਤ ਟੈਕਸਟ ਵਿੱਚੋਂ ਗਲਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਪੈਲਿੰਗ ਗਰਾਮਰ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਸਹੀ ਕਰੋ।

1. ਪਹਿਲੀ ਲਾਈਨ ਦੇ ਟੈਕਸਟ ਨੂੰ ਸਿਲੈਕਟ ਕਰੋ।
2. ਉਸਦੀ ਟੈਕਸਟ ਬੈਕਗ੍ਰਾਉਂਡ YELLOW ਕਰੋ।
3. ਉਪਰੋਕਤ ਟੈਕਸਟ ਵਿੱਚੋਂ "Find" ਆਪਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ "text" ਸ਼ਬਦ ਫਾਈਂਡ ਕਰੋ।
4. Replace ਆਪਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ "text" ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ "line" ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਰਿਪਲੇਸ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 9.3 ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਪੇਜ ਦੇ ਥੱਲੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਪੇਜ ਨੰਬਰ ਇਨਸਰਟ ਕਰੋ।
ਹੈਡਰ ਵਿੱਚ "Computer Science" ਅਤੇ ਫੁੱਟਰ ਵਿੱਚ Class 7th ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 1●. M.S. word ਵਿੱਚ insert table ਆਪਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਟੇਬਲ ਬਣਾਓ।

Input Device	**Output Device**
Keyboard	Printer
Mouse	Speaker
Scanner	Monitor
Microphone	Plotter

ਪ੍ਰਯੋਗ 11. ਉਪਰੋਕਤ ਟੇਬਲ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਇੰਨਪੁੱਟ ਅਤੇ ਆਊਟਪੁੱਟ ਡਿਵਾਈਸਸ ਦੀਆਂ ਪਿਕਚਰਾਂ ਇਨਸਰਟ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 12. Smart Art ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਸ਼ੇਪ ਦਾਖਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਟੈਕਸਟ ਟਾਈਪ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 13. MS-DOS ਦੀਆਂ ਇਨਟਰਨਲ ਕਮਾਂਡਾਂ ਲਿਖੋ।

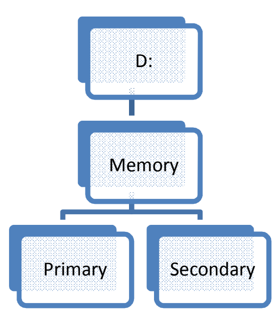
ਪ੍ਰਯੋਗ 14. D: ਡਰਾਈਵ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਦੀ ਨਵੀਂ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਬਣਾਓ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 15. ਬਣਾਈ ਗਈ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਵਿੱਚ Com1 ਅਤੇ Com2 ਨਾਮ ਦੀਆਂ ਦੋ ਫਾਈਲਾਂ ਬਣਾਓ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 16. D: ਡਰਾਈਵ ਵਿੱਚ ਫਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਫੋਲਡਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਮਾਂਡ ਟਾਈਪ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 17. Com 2 ਫਾਈਲ ਨੂੰ delete ਕਰਨ ਲਈ ਕਮਾਂਡ ਲਿਖੋ।

ਪ੍ਰਯੋਗ 18. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਕਮਾਂਡਾਂ ਲਿਖੋ।



ਪ੍ਰਯੋਗ 19. Com 2 ਫਾਈਲ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਬਣਾਓ ਜਿਸਦਾ ਨਾਮ Com 3 ਰੱਖੋ

ਪ੍ਰਯੋਗ 2●. ਕਮਾਂਡ ਪਰਾਮਟ ਦੀ ਸਕਰੀਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਮਾਂਡ ਲਿਖੋ।

ਚੌਣਵੇ ਵਿਸ਼ੇ

ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

1. ਜਿਉਮੈਟਰੀਕਲ ਡਰਾਇੰਗ ਅਤੇ ਚਿੱਤਰਕਲਾ

(ਭਾਗ –1) ਡਰਾਇੰਗ

(ੳ) ਜਿਉਮੈਟਰੀਕਲ ਡਰਾਇੰਗ (ਜ਼ਰੂਰੀ)

1. ਤਿਕੋਣ ਅਤੇ ਤਿਕੋਣਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨ
2 ਚਤੁਰਭੁਜ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਮਾਪ: ਪੂਰੇ ਡਰਾਇੰਗ ਕਾਗਜ ਦਾ 1/4 ਭਾਗ (35 ਸੈ.ਮੀ. × 25 ਸੈ.ਮੀ)

(ਅ) ਮਾਡਲ ਡਰਾਇੰਗ (Model Drawing) (ਵਸਤੂ ਚਿੱਤਰਣ) (ਜ਼ਰੂਰੀ)

ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੋਲ ਵਰਗਾਕਾਰ ਤੇ ਆਇਤਾਕਾਰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣੇ – ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੀਪ (ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੀ), ਫੁੱਲਦਾਨ, ਇੱਟ, ਚਾਕਾਂ ਦਾ ਡੱਬਾ, ਬੰਦ ਪੁਸਤਕ ਆਦਿ ।

ਨੋਟ: ਪੈਨਸਲ ਜਾਂ ਪੇਸਟਲ ਰੰਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅਤੇ ਛਾਂ (Light & Shade) ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

(ੲ) ਕਲਪਨਾਮਈ ਚਿੱਤਰਕਲਾ (Imaginative Drawing)

1. (i) ਫਰੀਹੈਂਡ ਸਕੈਚਿੰਗ /ਚਾਰਕੋਲ, ਪੈਨਸਲ, ਕਰੇਓਨ ਪੇਸਟਲ(Crayon Pastel) , ਬੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਰੰਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਲਪਨਾਮਈ ਸਕੈਚਿੰਗ।
   (ii) ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੁਤੰਤਰ ਸਵੈ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ (Freehand self expression) – ਛੇਵੀਂ ਦੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਿਆਂ ਸੁਤੰਤਰ ਪ੍ਰਗਟਾ ਦੁਆਰਾ ਸੁੰਦਰ ਧਰਤੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਜਿਵੇਂ ਦਰੱਖਤ, ਪਹਾੜਾਂ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਆਦਿ।
   (iii) ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ,ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ,ਰੰਗ ਬਰੰਗੇ ਭੁਕਾਨੇ (ਗੁਬਾਰੇ) ਵੇਚਣ ਵਾਲਾ, ਫੁੱਟਬਾਲ ਖੇਡਦਾ ਮੁੰਡਾ , ਘੰਟੀ ਵਜਾਉਂਦਾ ਸਹਾਇਕ ਕਰਮਚਾਰੀ,ਭਾਰ ਢੋਂਦਾ ਮਜ਼ਦੂਰ ਆਦਿ।

ਨੋਟ: ਕਲਪਨਾਮਈ ਚਿੱਤਰਾਂ ਵਿਚਲੇ ਕੰਮ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਪੇਸਟਲ ਰੰਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

2. ਅਕਾਰੀ ਰੇਖਾ ਚਿੱਤਰ (Figure Drawing)

(i) ਤੀਲੀ ਰੇਖਾਵਾਂ (Stick figure Drawing) ਦੁਆਰਾ ਮਨੁੱਖੀ ਚਿੱਤਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ।

(ii) ਸਮਾਨੀ ਰੇਖਾਵਾਂ ਨਾਲ ਰੇਖਾ ਵਿਧੀ ਦੁਆਰਾ ਆਮ ਜਾਣੇ ਪਛਾਣੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਚਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣੇ । ਜਿਵੇਂ ਕੁੱਤਾ, ਚੂਹਾ, ਬਿੱਲੀ ਅਤੇ ਹਾਥੀ ।

(iii) ਕਾਰਟੂਨ ਡਰਾਇੰਗ (ਹਾਸਰਸ/ਵਿਅੰਗ ਦੇ ਅਧਾਰਿਤ ਮਨੁੱਖੀ ,ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਟੂਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ)

3. ਅੱਖਰ ਲਿਖਣ ਕਲਾ ਅਤੇ ਪੋਸਟਰ ਡਿਜ਼ਾਈਨਿੰਗ (Lettering & Poster Designing)

ਪੋਸਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ, ਵਧੇਰੇ ਫ਼ਲ ਖਾਣ, ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਅੰਨ ਉਗਾਉਣ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੋਵੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੋਸਟਰਾਂ ਦੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਮੁਤਾਬਕ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਧਾਰਨ ਚਿੰਨ੍ਹ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਸ਼ਕਤੀ ਤੋਂ ਹੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ।

4. ਡਿਜ਼ਾਇਨ (Design)

(i) ਜਿਉਮੈਟਰੀ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦਾ ਬਣਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ । ਜਾਣੇ ਪਹਿਚਾਣੇ ਫੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਸਰਲ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ । ਆਕਾਰਾਂ ਦੇ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ । ਆਕਾਰਾਂ

ਡਿਜ਼ਾਇਨਾਂ ਨੂੰ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਵਰਗ ਵਿੱਚ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ । ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟਰ ਰੰਗ ਭਰੇ ਜਾਣ

(ii) ਸਟੈਂਸਲਿੰਗ(Stencilling) ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਬਨਾਵਟ ਜਿਵੇਂ ਅੱਖਰ, ਪੰਛੀ ਆਦਿ ।

(iii) ਪੇਪਰ ਕਟਿੰਗ ਅਤੇ ਕੋਲਾਜ ਰਚਨਾ: (Paper cutting & Collage making):- ਰੰਗਦਾਰ ਕਾਗਜ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਚਿੱਤਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ।

2. सातवीं श्रेणी

संस्कृत

(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 सुभषित , लोकोक्ति , सूक्ति को हिन्दी में अर्थ लिखना

(ख) व्याकरण

1. स्वर संधि – दीर्घ, गुण , वृद्धि
2. निम्नलिखित शब्दों के रूप सअ विभक्तियों में
   (क) इकारान्त पुंलिंग : मुनि, कवि , कपि, रवि
   (ख) उकारान्त पुंलिंग : साधु , वायु , भानु , पशु , शिशु
   (ग) आकारान्त स्त्रीलिंग : लता, माला, बालिका, छात्रा, रमा ।
3. नम्नलिखित सर्वनामों के रूप सब लिंगों की प्रथमा, द्वितीया, तृतीया, चनुर्थी विभक्ति में:–
   तद् , एतद् , किम् , अस्मद् , युष्मद् ।
4. (क) बीस तक संरव्यावाची 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 (तिष्ठ्), दृश, (पश्य्) भू (भव्), भ्रम्, तृ, (तर्)
   तुदादिगण : स्पृश्, प्रच्छ् , (पृच्छ्), क्षिप् ।
   दिवादिगण : तुष् , शुष् , कुप् ।
   चुरादिगण : चुर्, कथ्, भक्ष्, क्षल् ।
   (ख) लृट् लकार में : चर् , चल्, गम्, धाव्, खेल्, 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

Punjab School Education Board

S.A.S Nagar, Mohali

Syllabus of Urdu (Optional Class VII) Session 2017-18

نصابی کتاب: دور پاس (ساتویں جماعت کیلئے) شائع کردہ: N.C.E.R.T., New DELHI

تحریری پرچہ نمبر:90 داخلی تعین نمبر:10 کل نمبر:100 وقت:3 گھنٹے

I۔	دیئے گئے سوالات کے جواب لکھنا۔	10
II۔	خالی جگہ پُر کرنا۔	5
III۔	دیئے گئے الفاظ کو جملوں میں استعمال کرنا۔	10
IV۔	واحد کے جمع لکھنا یا جمع کے واحد لکھنا۔	5
V۔	دیئے گئے الفاظ کے متضاد الفاظ لکھنا۔	5
VI۔	''ع'' یا ''م'' سے شروع ہونے والے پانچ لفظ لکھنا۔	5
VII۔	ہندوستان کی پانچ مشہور خواتین کے نام لکھنا۔	5
VIII۔	''دار'' لگا کر پانچ مرکب الفاظ لکھنا۔	5
IX۔	دیئے گئے کوئی پانچ اشعار کا مطلب لکھنا۔	10
X۔	جگنو کے متعلق پانچ جملے لکھنا۔	10
XI۔	اسکول کے پرنسپل کے نام درخواست لکھنا۔ بیماری کیلئے، جرمانہ معافی کیلئے، ضروری کام کیلئے۔	10
XII۔	کسی ایک عنوان پر مضمون لکھنا۔ ہمارا اسکول۔گائے۔صفائی۔میرا دوست	10

****

ਸ਼੍ਰੇਣੀ - ਸੱਤਵੀਂ

5. ਖੇਤੀਬਾੜੀ

ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੀ ਬਣਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ 19 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ । ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ । ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ :

1. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰ. 1 ਤੋਂ 6 ਤੱਕ 1-1 (ਇੱਕ-ਇੱਕ) ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਹੋਣਗੇ । ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਆਬਜੈਕਟਿਵ ਟਾਈਪ (ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ) ਹੋਣਗੇ ।
2. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰ. 7 ਤੋਂ 12 ਤੱਕ 2-2 (ਦੋ- ਦੋ) ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਹੋਣਗੇ । ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਗਭਗ ਇੱਕ-ਦੋ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।
3. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰ. 13 ਤੋਂ 17 ਤੱਕ 4-4 (ਚਾਰ–ਚਾਰ) ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਹੋਣਗੇ । ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਗਭਗ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਵਾਕਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ।
4. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰ. 18 ਤੋਂ 19 ਤੱਕ 6-6 (ਛੇ–ਛੇ) ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਹੋਣਗੇ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਪੰਜ-ਛੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇਗਾ । ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਦਰੂੰਨੀ ਛੋਟ ਹੋਵੇਗੀ । ਅੰਦਰੂਨੀ ਛੋਟ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਸੇ ਇਕਾਈ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਵੇਗਾ ।

ਸਮਾ 2 ਘੰਟੇ

ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੀ ਬਣਤਰ

1. ਪ੍ਰੀਖਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਯੋਗ / ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਦੋ ਪ੍ਰਯੋਗ / ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ
2. ਜ਼ਬਾਨੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ
3. ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਨੋਟ ਬੁੱਕ
4. ਸੈਂਪਲ ਫਾਈਲ, ਚਾਰਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ।
5. ਬੀਜਾਂ, ਖਾਦਾਂ, ਫਲਾਂ, ਸੰਦਾਂ ਅਤੇ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਆਦਿ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ।

ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)

ਪਾਠ 1 : ਹਰਾ ਇਨਕਲਾਬ

ਹਰਾ ਇਨਕਲਾਬ ਕੀ ਹੈ ? ਹਰਾ ਇਨਕਲਾਬ ਆਉਣ ਦੇ ਕਾਰਨ : ਸੁਧਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾ ਦੇ ਬੀਜ, ਸਿੰਚਾਈ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਰਸਾਇਣਕ ਖਾਦਾਂ, ਮਿਹਨਤਕਸ਼ ਕਿਸਾਨ, ਸੁਚੱਜਾ ਮੰਡੀਕਰਨ, ਖੋਜ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸਹੂਲਤਾਂ ਆਦਿ ।

ਪਾਠ 2 : ਖੇਤੀ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਰਖ

ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਰਖ : ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਸਬੰਧੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ, ਕੱਲਰੀ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ, ਬਾਗ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ । ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਰਖ : ਟਿਊਬਵੈੱਲ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ । ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਪਰਖ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾਵਾਂ । ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਪਰਖ ਰਿਪੋਰਟ ।

ਪਾਠ 3 : ਫ਼ਸਲਾਂ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤ

ਫ਼ਸਲਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤ, ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਮੁੱਖ ਤੱਤ ਅਤੇ ਸੂਖ਼ਮ ਤੱਤ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫ਼ਸਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਾਈਟਰੋਜਨ, ਫਾਸਫੋਰਸ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਗੰਧਕ, ਜ਼ਿੰਕ, ਲੋਹਾ, ਮੈਗਨੀਜ਼ ਆਦਿ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕੰਮ, ਘਾਟ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਪੂਰਤੀ ।

ਪਾਠ 4 : ਖੇਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ

ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ ਡਿੱਗਣ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਸਿੰਚਾਈ ਦੇ ਤਰੀਕੇ : ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਸਿੰਚਾਈ, ਤੁਪਕਾ ਸਿੰਚਾਈ, ਫੁਆਰਾ ਸਿੰਚਾਈ, ਵੱਟਾਂ/ਖੇਲਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਸਿੰਚਾਈ, ਬੈੱਡ ਬਣਾ ਕੇ ਸਿੰਚਾਈ ਆਦਿ। ਸਿੰਚਾਈ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ । ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਤਰੀਕੇ : ਫ਼ਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਆਧੁਨਿਕ ਖੇਤੀ ਮਸ਼ੀਨਰੀ, ਝੋਨੇ ਵਿੱਚ ਟੈਂਸ਼ੀਉਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਮਲਚਿੰਗ, ਮੀਂਹ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ, ਪੱਕੀਆਂ ਨਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਖਾਲ ਬਣਾਉਣਾ ਆਦਿ।

ਪਾਠ 5 : ਨਦੀਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ

ਨਦੀਨ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ, ਨਦੀਨਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ, ਨਦੀਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ : ਘਾਹ ਵਾਲੇ ਨਦੀਨ, ਚੌੜੀ ਪੱਤੀ ਵਾਲੇ ਨਦੀਨ। ਹਾੜੀ ਅਤੇ ਸਾਉਣੀ ਦੇ ਨਦੀਨ। ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਤਰੀਕੇ : ਗੋਡੀ, ਕਾਸ਼ਤਕਾਰੀ ਢੰਗ, ਨਦੀਨ ਨਾਸ਼ਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਦਿ। ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ।

ਪਾਠ 6 : ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੇ ਕੀੜੇ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀਆਂ

ਫ਼ਸਲਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੀੜੇ : ਰਸ ਚੂਸਣ ਵਾਲੇ ਕੀੜੇ, ਫ਼ਲ ਅਤੇ ਤਣਾ ਛੇਦਕ ਕੀੜੇ, ਪੱਤੇ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਕੀੜੇ, ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੀੜੇ। ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ : ਉੱਲੀ, ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ। ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਰਵ-ਪੱਖੀ ਰੋਕਥਾਮ। ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਗਲਤ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਚਾਓ।

ਪਾਠ 7 : ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਘਰੇਲੂ ਬਗੀਚੀ

ਘਰੇਲੂ ਬਗੀਚੀ ਦੇ ਫਾਇਦੇ : ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ, ਜ਼ਹਿਰ-ਮੁਕਤ ਭੋਜਨ, ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਖਰਚੇ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਆਦਿ। ਬਗੀਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਯੋਗ ਗੱਲਾਂ : ਥਾਂ ਦੀ ਚੋਣ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਚੋਣ, ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ, ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਨਦੀਨਾਂ ; ਕੀੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤੁੜਾਈ ਆਦਿ। ਜੜ੍ਹੀ-ਬੂਟੀਆਂ ਉਗਾਉਣਾ। ਘਰੇਲੂ ਬਗੀਚੀ ਦਾ ਮਾਡਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

ਪਾਠ 8 : ਸਜਾਵਟੀ ਬੂਟੇ

ਸਜਾਵਟੀ ਬੂਟਿਆਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ। ਸਜਾਵਟੀ ਰੁੱਖ, ਝਾੜੀਆਂ ਅਤੇ ਵੇਲਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ। ਗਰਮੀ, ਬਰਸਾਤ ਅਤੇ ਸਰਦੀ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਪਾਠ 9 : ਅਨਾਜ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

ਅਨਾਜ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ, ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਕੀੜੇ, ਅਨਾਜ ਨੂੰ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ। ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਅਨਾਜ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ। ਗੁਦਾਮ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਅਨਾਜ ਨੂੰ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ। ਗੁਦਾਮ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰਜ਼ਾ ਸਹੂਲਤਾਂ।

ਪਾਠ 10: ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ

ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ, ਨਵਿਆਉਣਯੋਗ ਅਤੇ ਨਾ-ਨਵਿਆਉਣਯੋਗ ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮੇ। ਹਵਾ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਘਰਾਂ ; ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਅਤੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ।

ਪਾਠ 11: ਬਾਇਓ ਗੈਸ

ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਕੀ ਹੈ ? ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਦੀ ਸੰਰਚਨਾ, ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀ, ਲਾਭ, ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਪਲਾਂਟ ਦੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ, ਢੁੱਕਵੇਂ ਅਕਾਰ ਅਤੇ ਥਾਂ ਦੀ ਚੋਣ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਪਲਾਂਟ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਨਾ। ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਪਲਾਂਟ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜ ਸਮੇਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ।

ਪਾਠ-ਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)

1. ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਸਬੰਧੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ।
2. ਕੱਲਰੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ।
3. ਬਾਗ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ।
4. ਟਿਊਬਵੈੱਲ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਇੱਕੱਤਰ ਕਰਨਾ।
5. ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਪਰਖ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾਵਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰਨਾ।
6. ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਸਬੰਧੀ ਨਮੂਨੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰ ਕੇ ਫਾਈਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
7. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿੰਜਾਈ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਪਕਾ ਸਿੰਚਾਈ ਅਤੇ ਫੁਆਰਾ ਸਿੰਚਾਈ ਵਾਲੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।
8. ਹਾੜ੍ਹੀ ਅਤੇ ਸਾਉਣੀ ਦੇ ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨਾ।
9. ਪੌਦਿਆਂ ਦੇ ਰੋਗਗ੍ਰਸਤ ਭਾਗਾਂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰ ਕੇ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨਾ।
10. ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਬਗੀਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
11. ਸਕੂਲ, ਘਰ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਸਜਾਵਟੀ ਰੁੱਖ, ਝਾੜੀਆਂ, ਵੇਲਾਂ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਫੁੱਲ ਉਗਾਉਣਾ।
12. ਅਨਾਜ ਭੰਡਾਰ ਵਾਲੇ ਗੁਦਾਮਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰ ਕੇ ਅਨਾਜ ਸੰਭਾਲਣ ਅਤੇ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।
13. ਕਿਸੇ ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਪਲਾਂਟ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰ ਬਾਇਓ ਗੈਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਧੀ, ਲਾਭ ਅਤੇ ਅਤੇ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ -ਸੱਤਵੀਂ
6. ਕਟਾਈ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈ

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।

ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ
7. ਨੀਡਲ ਵਰਕ

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 ਮੇਜ਼ਪੋਸ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ।
4. ਬੁਣਾਈ : ਕੁੰਡੇ 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।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ -ਸੱਤਵੀਂ
8. ਸੰਗੀਤ (ਗਾਇਨ)
ਪਰਚਾ ਏ -ਲਿਖਤੀ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ

1. ਸਵਰ-ਸ਼ੁੱਧ, ਕੋਮਲ,ਤੀਬਰ ਸਵਰ
2. ਰਾਗ ਅਤੇ ਰਾਗ ਦੇ ਨਿਯਮ
3. ਨਾਦ-ਅਨਾਤ ਆਹਤ
4. ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ:- ਵਾਦੀ,ਸੰਵਾਦੀ ,ਵਿਵਾਦੀ ਅਨੁਵਾਦੀ ਸੁਰ ਵਰਜਿਤ ਸੁਰ
5. ਪਕੜ
6. ਸ਼ਰੁਤੀ
7. ਜੀਵਨੀ : ਪੰਡਤ ਵਿਸਨੂੰ ਨਰਾਇਣ ਭਾਤਖੰਡੇ
8. ਹਰਮੋਨਿਅਮ ਦੀ ਜਾਣ ਪਹਿਚਾਣ,ਅੰਗ ਵਰਣਨ

ਭਾਗ-ਅ

1. ਪਾਠਕ੍ਰਮਾਂ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਭੂਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ) 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. ਭੂਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਛੋਟਾ ਖਿਆਲ
3. ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ ਤਾਲ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ।

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

ਸ਼੍ਰੇਣੀ -ਸੱਤਵੀਂ
9. ਸੰਗੀਤ ਵਾਦਨ
ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ)

ਭਾਗ-ੳ

1. ਸਵਰ-ਸ਼ੁੱਧ, ਕੋਮਲ,ਤੀਬਰ ਸਵਰ
2. ਰਾਗ ਅਤੇ ਰਾਗ ਦੇ ਨਿਯਮ
3. ਨਾਦ (ਅਨਾਹਤ,ਆਹਤ)
4. ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ:- ਵਾਦੀ,ਸੰਵਾਦੀ ,ਵਿਵਾਦੀ ਅਨੁਵਾਦੀ ਸੁਰ ਵਰਜਿਤ ਸੁਰ
5. ਪਕੜ
6. ਸ਼ਰੂਤੀ
7. ਜੀਵਨੀ : ਪੰਡਤ ਵਿਸਨੂੰ ਨਰਾਇਣ ਭਾਤਖੰਡੇ
8. ਸਿਤਾਰ ਵਜਾਣ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੰਕੇਤ।

ਭਾਗ-ਅ

1. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ (ਭੂਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
2. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਤਾਲਾਂ (ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ) ਦੀ ਜਾਣ ਪਛਾਣ
3. ਪਾਠ ਕ੍ਰਮ ਦੇ ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰੁਤ ਗਤ 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: ਸਾਂਨੀਧਪਾ, ਨੀਧਾਪਾਮਾ................................
2. ਭੂਪਾਲੀ ਅਤੇ ਦੁਰਗਾ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਦਰੁੱਤ ਗਤ।
3. ਤਿੰਨਤਾਲ ਅਤੇ ਰੂਪਕ ਤਾਲ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਤਾਲੀ ਦੇ ਕੇ ਉਚਾਰਨ ਕਰਨਾ।

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

ਸ਼੍ਰੇਣੀ -ਸੱਤਵੀਂ
10. ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ

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

- ਰੋਜਾਨਾ, ਸਪਤਾਹਿਕ ਅਤੇ ਰੁੱਤ ਅਨੁਸਾਰ

6. ਮਕਾਨ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਲੈਣ ਸਮੇਂ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ।

7. ਸ਼ੀਸਾ ਪਿੱਤਲ ਸਟੇਨਲੈਸ ਸਟੀਲ ਅਤੇ ਐਲੂਮੀਨੀਅਮ ਦੀਆਂ ਚੀਜਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨਾ।

8. ਬਨਾਉਟੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਣਾਏ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ , ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧੁਆਈ।

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)

1. ਭੋਜਨ ਨੁਸਖੇ: ਚੋਲ ਉਬਾਲਣਾ, ਸਬਜੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀ , ਖਿਚੜੀ, ਦਲੀਆ ਅਤੇ ਸਬੂਦਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ, ਕਾਫੀ ਸਕੰਜਵੀ ਅਤੇ ਲੱਸੀ ਬਣਾਉਣਾ।

2. ਘਰੇਲੂ ਸ਼ੀਸੇ, ਪਿੱਤਲ, ਸਟੀਲ ਅਤੇ ਐਲੂਮੀਨੀਅਮ ਦੀਆਂ ਚੀਜਾਂ 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 ਸਿਉਂਣਾ।

7. ਸਾਦਾ ਬੁਣਾਈ -ਸਿੱਧਾ ,ਪੁੱਠਾ ਅਤੇ ਮੋਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸਲਾਈਆਂ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੂਟ ਬੁਣਨੇ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ -ਸੱਤਵੀਂ
11. ਨ੍ਰਿਤ (ਡਾਂਸ)
ਪਰਚਾ ਏ-ਲਿਖਤੀ

ਭਾਗ-ੳ

1। ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:

(ੳ) ਨ੍ਰਿਤ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

(ਅ) ਕੱਥਕ ਨ੍ਰਿਤ 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) ਨ੍ਰਿਤ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

(ਅ) ਕੱਥਕ ਨ੍ਰਿਤ 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 ਨ੍ਰਿਤ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ

12. ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਕਲਾ ਸਿੱਖਿਆ
(Practical Art Education)

ਨਵੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ ਅਧੀਨ ਛੇਵੀਂ, ਸਤੱਵੀਂ, ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਤਰਤੀਬਵਾਰ ਤਰਖਾਣਾ ਕੰਮ ਮੈਟਲ ਫਿਟਿੰਗ ਟ੍ਰੇਡ ਅਤੇ (ੳ) ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਕੰਮ (ਅ) ਰੇਡੀਓ ਦਾ ਕੰਮ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵੰਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

	ਕ੍ਰਮ	ਵਿਸ਼ਾ	ਲਿਖਤੀ (ਸਿਧਾਂਤਕ ਹਦਾਇਤਾ)	ਪ੍ਰਯੋਗੀ (ਅਮਲੀ ਅਭਿਆਸ)
(1) ਛੇਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ				
	1	ਤਰਖਾਣਾ ਕੰਮ	1,2,3,4,5	1,2,3,4,
	2	ਤਰਖਾਣਾ ਕੰਮ	6,7,8,9	5,6
(2) ਸੱਤਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ				
	1	ਮੈਟਲ ਫਿਟਿੰਗ	1	1,2,3
	2	ਮੈਟਲ ਫਿਟਿੰਗ	2	4,5
(3) ਅੱਠਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ				
	1	(ੳ)ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਕੰਮ	1,2,3,4	1,2,3
	2	" "	5,6	4
	1	(ਅ) ਰੇਡੀਓ ਦਾ ਕੰਮ	1,2,3	1,2,3,4
	2	" "	4,5	5,6,7