ਚੌਥੀ ਸ੍ਰੇਣੀ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਚੌਥੀ

1. ਪੰਜਾਬੀ (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)

ਉਦੇਸ਼

1. ਪੜ੍ਹਨਾ

(ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਸਰਲ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਲੇਖ ਆਦਿ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਅਖ਼ਬਾਰ, ਬਾਲ-ਰਿਸਾਲੇ, ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ, ਚਿੱਠੀ-ਪੱਤਰ ਆਦਿ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਵਿਸਰਾਮ-ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਹੀ ਉਚਾਰਨ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਲਹਿਜੇ ਨਾਲ਼, ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਵਾਰਤਕ ’ਤੇ ਕਵਿਤਾ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਨੂੰ ਬੋਲ ਕੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਲੁੜੀਂਦੀ ਗਤੀ ਨਾਲ਼ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

2. ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ

(i) **ਸੁਣ ਕੇ**

(ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੁਆਰਾ ਪੜ੍ਹੇ ਪਾਠਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਸੰਥਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਜਾਂ ਸਕੂਲ-ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾਏ ਚੁਟਕਲੇ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵੇਖੇ, ਸੁਣੇ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਕਿਸੇ ਦਾ ਬੋਲਿਆ ਸੁਣ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਵਿਅੰਗ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ii) **ਪੜ੍ਹ ਕੇ**

(ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਟਨਾ-ਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਉਹ ਆਪਣੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਭਾਵ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਸੰਬੰਧੀ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਸਧਾਰਨ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਕਿਸੇ ਨੋਟਿਸ, ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਆਦਿ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਮਝ ਸਕੇ।

(ਹ) ਵਿਸਰਾਮ-ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ, ਲਿਖਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਹੈਰਾਨੀ ਅਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਆਦਿ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ।

3. ਪ੍ਰਗਟਾਅ

(i) **ਮੌਖਿਕ**

(ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿਚਲੇ ਪੜ੍ਹੇ ਪਾਠਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿੱਕੇ ਅਤੇ ਸਰਲ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂ ਸੁਣੀ ਹੋਈ ਕਹਾਣੀ ਜਾਂ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾ ਸਕੇ।

(ੲ) ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਬਿਨਾਂ ਝਿਜਕ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਆਪਣੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਵਿਤਾ ਜਾਂ ਗੀਤ ਸੁਣਾ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਸਕੂਲ-ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਦਿਲਚਸਪ ਗੱਲ, ਘਟਨਾ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾ ਸਕੇ ।

(ii) **ਲਿਖਤੀ**

(ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਾਠ-ਅਭਿਆਸਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਢੁਕਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਚੁਣ ਕੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਭਰ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਸ਼ਬਦਾਂ, ਵਾਕਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਪੱਖੋਂ ਸ਼ੁੱਧ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਲਿਖਣ ਵੇਲ਼ੇ ਪੂਰਨ-ਵਿਸਰਾਮ, ਕਾਮਾ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਵਾਚਕ-ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਪੁੱਠੇ-ਸਿਧੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਢੁਕਵੀਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦਿਲਚਸਪ ਲੇਖ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਸਰਲ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ

ਵਿੱਚ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਕ) ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਮੁਹਾਵਰੇ ਚੁਣ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕੇ ।

(ਖ) ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਜਾਂ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨੋਟ ਕਰ ਸਕੇ ।

4. ਲਿਖਤ ਰਚਨਾ

ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਅਨੁਸਾਰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆ ਬਾਰੇ 10-15 ਵਾਕ ਲਿਖ ਸਕੇ ।
ਜਿਵੇਂ : ਮੇਰੀ ਕਿਤਾਬ, ਸਾਡਾ ਪਿਡ/ਸ਼ਹਿਰ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਸੂ ਬਾਰੇ, ਡਾਕੀਆ, ਦਿਵਾਲ਼ੀ, ਦਸਹਿਰਾ, ਕੋਈ ਰੁੱਤ (ਵਰਖਾ-ਰੁੱਤ) ਆਦਿ ।

ਅ) ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ, ਚਿੱਠੀਆਂ
ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਫ਼ੀਸ ਮਾਫ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ, ਸਕੂਲ ਵਿਚਲੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ।

ੲ) ਮਿੱਤਰ/ਸਹੇਲੀ ਅਤੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸਾਕ-ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀਆਂ।
ਕੁੱਲ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਅਤੇ ਚਿੱਠੀਆਂ: ਲਗ-ਪਗ ਦਸ। ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ ਅਤੇ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਨਿਯਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ

1. **ਪੰਜਾਬੀ ਪੁਸਤਕ-4 (ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ)**

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ:- ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਚੌਥੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ

2. ਪੰਜਾਬੀ (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ)

ਉਦੇਸ਼

1. ਪੜ੍ਹਨਾ

(ੳ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਵਰਨ-ਮਾਲ਼ਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਸਕੇ ਤੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰਾਂ ਦੇ ਲਗਾਂ ਨੂੰ ਦੇਵਨਾਗਰੀ ਅੱਖਰਾਂ ਤੇ ਲਗਾਂ ਨਾਲ਼ੋਂ ਨਿਖੇੜ ਦੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦੀਆਂ ਲਗਾਂ-ਮਾਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਸਕੇ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।

(ਸ) ਆਰੰਭ ਵਿੱਚ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਫਿਰ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਵਾਕ ਅਤੇ ਪੈਰੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਸਰਲ ਤੇ ਸੰਖੇਪ ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਲੇਖ ਆਦਿ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਕ) ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਬਾਲ-ਰਸਾਲੇ, ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ, ਅਖ਼ਬਾਰ, ਚਿੱਠੀ -ਪੱਤਰ ਆਦਿ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਖ) ਬੋਲ ਕੇ ਵਿਸਰਾਕ-ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਨੁਸਾਰ ਢੁਕਵੇਂ ਠਹਿਰਾਅ, ਦਬਾਅ ਤੇ ਤਾਨ ਨਾਲ਼ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

(ਗ) ਉਹ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਗਤੀ ਨਾਲ਼ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ ।

2. ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ

(i) **ਸੁਣ ਕੇ**

(ੳ) ਆਮ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਪੜ੍ਹਾਏ ਪਾਠ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੁਆਰਾ ਪੜ੍ਹੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਕੂਲ-ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾਏ ਗੀਤ, ਕਹਾਣੀਆਂ, ਚੁਟਕਲੇ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮਝ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓ ਤੋਂ ਵੇਖੇ/ਸੁਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ii) **ਪੜ੍ਹ ਕੇ**

(ੳ) ਘਰ ਆਈ ਕੋਈ ਚਿੱਠੀ, ਸੁਨੇਹਾ, ਬਾਲ-ਰਸਾਲਾ ਜਾਂ ਸਰਲ ਬਾਲ-ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਟਨਾ-ਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਕਿਸੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਭਾਵ ਜਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਸਕੇ।

(ਸ) ਵਿਸਰਾਮ-ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਲਿਖਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਹੈਰਾਨੀ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ ।

3. ਪ੍ਰਗਟਾਅ

(i) ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਗਟਾਅ

(ੳ) ਪੜ੍ਹੇ ਪਾਠਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿੱਕੇ ਤੇ ਸਰਲ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੇ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂ ਸੁਣੀ ਹੋਈ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਬਿਨਾਂ ਝਿਜਕ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਆਪਣੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੜ੍ਹਨ-ਸਮਗਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਵਿਤਾ ਜਾਂ ਗੀਤ ਸੁਣਾ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਆਪਣੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਜਾਂ ਸਕੂਲ-ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਦਿਲਚਸਪ ਗੱਲ ਜਾਂ ਘਟਨਾ ਸੁਣਾ ਸਕੇ ।

(ii) ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ

(ੳ) ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਸੋਹਣਾ-ਸੋਹਣਾ ਕਰਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਅ) ਅੱਖਰਾਂ ਦੀ ਬਣਾਵਟ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਕ ਬਣਾ ਕੇ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ੲ) ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਮਨ-ਪਸੰਦ ਪਾਠ ਜਾਂ ਕਵਿਤਾ ਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਨੂੰ ਸੋਹਣਾ-ਸੋਹਣਾ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਪਾਠ-ਅਭਿਅਸਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਹ) ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਂ ਜਮਾਤ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਉੱਤੇ ਲਾਉਣ ਲਈ ਸੋਹਣੇ ਮੱਟੋਂ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਕ) ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਜਾਂ ਦਿਲਸਚਪੀ ਦੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕਰ ਸਕੇ ।

4. **ਲਿਖਤ ਰਚਨਾ**

(ੳ) ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ 10 ਵਾਕ ਲਿਖ ਸਕੇ :-
ਮੇਰੀ ਕਿਤਾਬ/ ਮੇਰਾ ਬਸਤਾ, ਮੇਰੀ ਪੈਂਨਸਿਲ/ਮੇਰਾ ਪੈੱਨ, ਸਾਡਾ ਘਰ/ ਸਾਡਾ ਸਕੂਲ, ਵਰਖਾ-ਰੁੱਤ, ਦਿਵਾਲੀ, ਦੁਸਹਿਰਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਖੇਡ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ।

(ਅ) ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਜੁਰਮਾਨਾ ਮਾਫ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਬਿਨੈ-ਪੱਤਰ, ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਸਹੇਲੀ ਜਾਂ ਸਕੇ-ਸੰਬੰਧੀ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖ ਸਕੇ । ਕੁੱਲ ਪੱਤਰ / ਚਿੱਠੀਆਂ-ਪੰਜ ।

(ੲ) ਕਿਤੋਂ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂ ਸੁਣੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾ ਵਿੱਚ ਲਿਖ ਸਕੇ ।

(ਸ) ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਬੋਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਸਰਲ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਜੋੜਾ ਪੱਖੋਂ ਸ਼ੁੱਧ ਲਿਖ ਸਕੇ।

ਨਿਯਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ

1. **ਪੰਜਾਬੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ -4 (ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ) (ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ)**

कक्षा : 4

हिंदी (प्रथम भाषा)

मौखिक अभिव्यक्ति :

विद्यार्थी में निम्नलिखित योग्यताओं का विस्तार करना:

1 भाषा के सुन्दर और शिष्ट रूप का प्रयोग:

2 स्कूल या किसी अन्य सभा में भाषण करना:

3 कहानी, चुटकले सुना सकना और पहेलियाँ डालनी तथा उनके उत्तर देना:

4 स्कूल, गाँव या कस्बे में घटित घटनाओं को वर्णित करना:

5 प्रभावशाली ढंग से कविता पाठ करना:

6 सरल वार्तालाप या भाषण मुकाबलों में भाग लेना:

7 जीवन की साधारण झाँकियों की नकल उतारनी या छोटे-छोटे नाटकों में अभिनय करना:

8 उचित गति और बोली के बीच ठहराव, बल, हाव-भाव, आदि का सही प्रयोग और बोलते समय मानक बोली का प्रयोग।

पढ़ाई :

विद्यार्थी में निम्नलिखित योग्यताओं का विस्तार करना:

1 सही उच्चारण और बढ़िया ढंग से पाठ्य-पुस्तक में से वार्ता और कविता के अंशों को बोलकर पढ़ना:

2 चुपचाप उचित / तीव्र गति और ठीक समझ से पढ़ना:

3 दो पूरक-रीडर पढ़ना। रुचि के समाचार-पत्र तथा बालकों के लिए लिखी गई पुस्तकों आदि को पढ़ने के प्रति प्रेरित होना:

4 पहले सीखे हुए शब्दों के अतिरिक्त 200 से 250 तक नए शब्द सीखना। बच्चों को शब्दकोश प्रयोग के लिए प्रेरित करना।

लिखाई : विद्यार्थी में निम्नलिखित योग्यताओं का विस्तार करना :

1 श्रुतलेख लिखने के योग्य हो सके:

2 पढ़े हुए पाठ से साधारण प्रश्नों के उत्तर दे सके:

3 कविता की पंक्तियाँ पूरी कर सके।

4 पाठ में आए कठिन शब्दों के अर्थ लिख सके।

5 संक्षिप्त वाक्य बना सके।

6 मुहावरों का प्रयोग कर सके

7 व्यावहारिक व्याकरण

8 चित्र देख कर समझ अनुसार वाक्य लिखना

9 अपने शब्दों में सरल कहानियाँ लिख सके, दो मित्र और भालू, लालची कुत्ता, प्यासा कौआ, दो बकरियाँ

10 माता-पिता, मित्रों और रिश्तेदारों को साधारण पत्र लिखने के योग्य हो तथा इनमें:

(क) पता और पत्र लिखने की तारीख

(ख) पता लिखने की विधि,

(ग) पत्र लिखने की विधि

(घ) पत्र के विषय में आरम्भ, विस्तार, पत्र का अन्त आदि स्पष्ट रूप में समझ सके।

पत्र

1) बीमारी के कारण स्कूल के अध्यापक / मुख्याध्यापक / प्रधान अध्यापक को प्रार्थना पत्र।

2) कोई ज़रूरी काम होने के कारण स्कूल से अवकाश लेने के लिए प्रार्थना पत्र।

3) मित्र / सहेली को जन्म दिन की बधाई देते हुए पत्र।

4) मित्र / सहेली को अपने जन्म दिन पर निमंत्रण पत्र।

11 घर, परिवार, स्कूल, मित्र /रिश्तेदार से सम्बन्धित छोटा सा लेख लिख सकें:

लेख

मेरा मित्र, मेरा प्रिय अध्यापक, मेरा स्कूल, मेरे घर का बगीचा, मेरी माँ

पाठ्य-पुस्तक : हिंदी पुस्तक-4
(पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित)

कक्षाः चौथी

विषय हिन्दी (प्रथम भाषा)

परीक्षा अंक विभाजन

क्रमांक	विषय वस्तु	प्रश्नों की संख्या	कुल अंक
1	**बहु वैकल्पिक प्रश्न**		
	(पाठ्य-पुस्तक का अभ्यासगत 'बताओ' भाग)	5	5 × 1 = 5
	समान अर्थ वाले शब्द	2	2 × 1 = 2
	शुद्ध-अशुद्ध	3	3 × 1 = 3
	अभ्यास में दिये गए शब्द-अर्थ	2	2 × 1 = 2
	संज्ञा की पहचान	1	1
	सर्वनाम की पहचान	1	1
	विशेषण की पहचान	1	1
	क्रिया की पहचान	1	1
2	**निबन्धात्मक उत्तरों वाले प्रश्न** (5 में से 3 प्रश्नों के उत्तर देने को कहा जाएगा)	3	3 × 4 = 12
3	**रिक्त स्थान**	3	3 × 1 = 3
4	**मिलान कीजिए**	3	3 × 1 = 3
5	**वाक्य बनाओ**	3	3 × 1 = 3
6	**लिंग बदलो**	2	2 × 1 = 2
7	**वचन बदलो**	2	2 × 1 = 2
8	**विपरीत शब्द**	2	2 × 1 = 2
9	**अनेक शब्दों के लिए एक शब्द**	1	1 × 2 = 2
10	**भिन्नार्थक शब्द** (शब्दों को दो अलग-अलग वाक्यों में प्रयोग करते हुए उनके भिन्न अर्थ स्पष्ट करने को कहा जाएगा)	1	1 × 2 – 2
11	**मुहावरे** (5 में से 3 मुहावरों को वाक्यों में प्रयोग करने को कहा जाएगा ताकि उनका अर्थ स्पष्ट हो जाए)	3	3 × 2 = 6
12	**विराम चिह्न**	1	1 × 2 = 2
13	**कविता की पंक्तियाँ पूरी करो** (दो पंक्तियाँ पूरी करना) अथवा 'किसी कविता की चार पंक्तियाँ लिखना	1	4
14	चित्र देखकर समझ अनुसार पाँच वाक्य लिखें अथवा संक्षिप्त कहानी प्यासा कौआ, लालची कुत्ता, दो मित्र और भालू, दो बकरियाँ	1	5 × 1 = 5
15	पत्र (100 प्रतिशत आंतरिक विकल्प दिया जाएगा)	1	8
16	सरल विषयों पर अपने शब्दों में लिखना (तीन में से किसी एक विषय पर लगभग 80 शब्दों में लिखने को कहा जाएगा।	1	8
	कुल अंक		80

कक्षा: चौथी

हिंदी (द्वितीय भाषा)

परीक्षा अंक विभाजन

पूर्णांक:80

सी.सी.ई:20

कुल अंक:100

क्रमांक	विषय वस्तु	प्रश्नों की संख्या	कुल अंक
1	बहुवैकल्पिक प्रश्न		
	गद्यांश पढ़कर प्रश्नों के उत्तर दें	5	$5 \times 1 = 5$
	निर्देशानुसार प्रश्नों के उत्तर दें	16	$16 \times 1 = 16$
2	वर्णमाला पूरी करो	8	8
3	पंजाबी से हिंदी	10	$10 \times 1 = 10$
4	मिलान करो	5	5
5	मात्रा लगाकर शब्द बनाएं	10	$10 \times 1 = 10$
6	कहे अनुसार करें (क) वर्ण से पहले वाला वर्ण लिखें (ख) वर्ण के बाद वाला वर्ण लिखें (ग) वर्ण के मध्य वाला वर्ण लिखें	3	$3 \times 1 = 3$
7	दिए शब्दों में पूछा गया वर्ण पहचानो	2	$2 \times 2 = 4$
8	वर्ण का प्रयोग करते हुए शब्द बनाना	3	$3 \times 2 = 6$
9	शब्द से वाक्या बनाओ	4	$4 \times 2 = 8$
10	शब्दों का प्रयोग करते हुए गद्यांश पूरा करना	5	5
	कुल अंक		80

कक्षाः चौथी
हिंदी (द्वितीय भाषा)
(चौथी कक्षा के लिए)

इस स्तर पर भाषा-शिक्षण का यह उद्देश्य होना चाहिए कि बालक को प्राइमरी के पाँचवें वर्ष के अन्त तक हिंदी (द्वितीय भाषा) की पढ़ाई द्रुत-गति से प्राप्त करने की प्रेरणा दी जाये तथा अपने आपको अभिव्यक्त करने का सुअवसर प्रदान किया जाए। इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए निम्नलिखित बातों को ध्यान में रखना आवश्यक है:-

मौखिक अभिव्यक्तिः

विद्यार्थी में ऐसी योग्यता का विस्तार करना जिससे वह:

1. हिंदी की सभी ध्वनियों की चित्र देखकर पहचान कर सके:
2. हिंदी की मिलती-जुलती ध्वनियों की पहचान कर सके:
3. हिंदी और पंजाबी की ध्वनियों की समानता और विभिन्नता की पहचान कर सके:
4. हिंदी की मात्राओं की तुलना पंजाबी की मात्राओं के साथ कर सके:
5. पंजाबी में प्रयोग होने वाली बिन्दी (ਂ) और टिप्पी (ੰ) के स्थान पर हिंदी में अनुस्वार और अनुनासिक का प्रयोग कर सके:
6. हिंदी में दिए गए मौखिक निर्देशों को समझ सके:
7. अपने परिवेश/पर्यावरण की जानकारी प्राप्त कर सके:
8. घर और समाज में विचरते हुए नैतिक मूल्यों जैसे : प्रेम, सहानूभूति, आदर, परिश्रम आदि की पहचान कर सके:
9. चित्र देखकर बात कर सके:
10. समूह में या व्यक्तिगत रूप से हाव-भाव के साथ कविता का उच्चारण कर सके।

पढ़ाईः

विद्यार्थी में ऐसी योग्यता का विस्तार करना जिससे वह:

1. चित्र देखकर हिंदी वर्णमाला पढ़ सके:
2. निर्धारित पाठ्य-पुस्तक में शब्दों और वाक्यों को स्पष्ट रूप से पढ़ सके:
3. अपने परिवेश से नये शब्द पढ़ सके:

लिखाईः

विद्यार्थी में ऐसी योग्यता का विस्तार करना जिससे वह:

1. देवनागरी लिपि के चिह्नों के सही रूप व आकार की जानकारी प्राप्त कर सके:
2. हिंदी पंजाबी शब्दों की समानता एवं भिन्नता को समझकर हिंदी शब्दों को लिख सके:
3. गुरुमुखी लिपि में दिये गये वाक्यों को देवनागरी लिपि में लिख सके:

4. सरल शब्दों एवं संक्षिप्त वाक्यों की प्रतिलिपि और श्रुतलेख लिख सके:

5. बहुत छोटे-छोटे वाक्य बना सके:

6. दिए गए शब्दों का प्रयोग करते हुए कुछ वाक्य / गद्यांश पूरा कर सकें:

पाठ्य-पुस्तक : आओ हिंदी सीखें -4

(पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रकाशित)

4. ਉਰਦੂ

٦

Punjab School Education Board

S.A.S Nagar, Mohali

Syllabus of Urdu (Class 4th)

نصابی کتاب:۔ابتدائی اردو(پہلی جماعت کے لیے اردو کی درسی کتاب)

شائع کردہ: N.C.E.R.T., DELHI

کل نمبر: 50 — وقت: 3 گھنٹے

نوٹ: تمام سوالات نصابی کتاب سے پوچھے جائیں گے۔

I۔ نیچے دیئے گئے عنوانات میں سے کسی ایک عنوان پر دس جملے لکھنا۔ میرا گھر، میرا اسکول، میرا دوست، میری امّی، میری کتاب 5

II۔ دیئے گئے دس الفاظ پر زبر، زیر اور پیش لگانا۔ جس سے صحیح لفظ بن جائے۔ 5

III۔ حروف کو ملا کر لفظ بنانا یا الفاظ سے حروف بنانا۔ 5

IV۔ مناسب الفاظ سے خالی جگہ پر کرنا یا ادھورے جملے پورے کرنا۔ 5

V۔ تشدید والے پانچ لفظ لکھنا۔ 5

VI۔ دیئے گئے ہندسوں کو الفاظ میں لکھنا۔ 5

VII۔ ''الف'' اور ''ب'' کے تحت دیئے گئے الفاظ کا صحیح جوڑ ملانا۔ 5

VIII۔ نون غنہ والے پانچ لفظ لکھنا۔ 5

IX۔ ہمزہ والے پانچ لفظ لکھنا۔ 5

X۔ اپنی کتاب میں سے کوئی ایک شعر لکھنا۔ 5

CLASS IV
5. ENGLISH

The learner may be provided opportunities in pairs/groups/individually and encouraged to:	**The learner:**
➢ participate in role-play, enactment, dialogue and dramatisation of stories read and heard. ➢ listen to simple instructions, announcements in English made in class/school and act accordingly. ➢ participate in classroom discussions on questions based on the day to day life and texts he/she already read or heard. ➢ learn English through new vocabulary , in addition to books and children's literature. ➢ read independently and silently in English, stories, poems, essays etc. ➢ learn grammar in a contextual and integrated manner and frame grammatically correct sentences. ➢ notice the use of nouns, pronouns, adjectives, prepositions and verbs in speech and writing and in different language activities. ➢ enrich vocabulary in English mainly through telling and re-telling stories/folk tales. ➢ start using dictionary to find out spelling and meaning of new words. ➢ practise reading aloud with pause and intonation, with an awareness of punctuation (full stop, comma, question mark); also use punctuation appropriately in writing. ➢ infer the meaning of unfamiliar words from the context. ➢ takes dictation of words/phrases/sentences from known and unknown texts. ➢ be sensitive to issues like road safety ,personal hygiene , conservation of natural resources, etc. ➢ look at pictures with or without words and interpret them. ➢ enrich vocabulary through crossword puzzles, word chain, etc. ➢ appreciate verbally and in writing the variety in food, dresses and festivals as read/heard in his/her day to day life and story book, seen in videos, films, etc.	• recites poems with appropriate expressions and intonation. • enacts different roles in short skits. • responds to simple instructions, announcements in English made in class/school. • responds verbally/in writing in English to questions based on day-to-day life experiences, an article, story or poem heard or read. • describes briefly, orally about places and/or personal experiences in English. • shares riddles and tongue-twisters in English. • solves simple crossword puzzles, builds word chains, etc. • infers the meaning of unfamiliar words by reading them in context. • uses dictionary to find out spelling and meaning. • writes dictation of sentences. • uses punctuation marks appropriately in reading aloud with intonations and pauses such as question mark, comma, full stop and capital letter. • writes informal letters/messages. • uses linkers to indicate connections between words and sentences such as 'First', 'Next', etc. • uses nouns, pronouns, verbs, adjectives, and prepositions in speech and writing. • reads print script on the classroom walls, notice, board, in posters and in advertisements • speaks briefly on any familiar issue like conservation of water; and experiences of day to day life like visit to a zoo; going to fair under guidance. • reads text related to issues like road safety, Personal hygiene and conservation of natural resources.

Contents

1. The King and His Sons
2. The Farmer and the Bullock Cart
3. Safety Rules
4. Team Work
5. Walnut and Watermelon
6. Health in Our Heads
7. Green Diwali Safe Diwali
8. Guru Nanak Dev Ji
9. Adventure with Books

Book prescribed by Punjab School Education Board

RAINBOW (English class-IV)

ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਚੌਥੀ

6. ਗਣਿਤ

ਸਮਾਂ: 3 ਘੰਟੇ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਗਣਿਤ)

ਰੇਖਾ ਗਣਿਤ

ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿੱਥਮਈ ਗਿਆਨ:-

- ਮੁਕਤ ਹੱਥ ਨਾਲ਼ ਅਤੇ ਪਰਕਾਰ ਨਾਲ਼ ਚੱਕਰ ਖਿੱਚਣਾ।
- ਚੱਕਰ ਦਾ ਕੇਂਦਰ, ਅਰਧ ਵਿਆਸ ਅਤੇ ਵਿਆਸ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨੀ।
- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਟੇਨਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।
- ਟਾਇਲ ਜਿਮਾਇਤੀ ਆਕਾਰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਅਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ।
- ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਟਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਟਾਇਲ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਜੋ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਅੰਤਰ ਗਿਆਨ ਦੁਆਰਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਦੁਆਰਾ ਪੱਟੜੀਬੱਧ ਕਰ ਸਕੇ।
- ਸਧਾਰਣ ਅਕਾਰਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰਫਲ ਅਤੇ ਪਰਿਮਾਪ ਅੰਤਰ ਗਿਆਨ ਦੁਆਰਾ ਟਟੋਲਣਾ।
- ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਜਾਲ ਤੋਂ ਜੋ ਸਿਰਫ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਬਣੇ ਹਨ, ਤੋਂ 4-ਫਲਕ, 5-ਫਲਕ ਅਤੇ 6-ਫਲਕ ਘਣ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਛਿਹਾਈ ਦੇ ਫੈਲਾਓ ਨਾਲ਼, ਕਾਗਜ ਕੱਟ ਤੇ ਅਤੇ ਕਾਗਜ ਨੂੰ ਤਹਿ ਮਾਰਕੇ ਅੰਤਰ ਗਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਤਿਬਿੰਬ ਟਟੋਲਣਾ।
- ਜਾਣੀਆਂ -ਪਛਾਣੀਆਂ ਰਿਵਾਇਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ 3-ਪਸਾਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨਾ।
- ਸਧਾਰਨ ਅਕਾਰਾਂ ਦੇ ਤਲ, ਸਾਹਮਣਾ ਪਾਸਾ ਅਤੇ ਪਾਸਵੀਂ ਪਾਸੇ ਅੰਤਰ ਗਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਬਣਾਉਣਾ।

ਸੰਖਿਆਵਾਂ

ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ

- ਗੁਣਨ ਤੱਥ ਲਿਖਣਾ
- 10×10 ਤੱਕ ਪਹਾੜੇ ਲਿਖਣਾ
- ਲੇਟਿਸ ਐਲਗੋਰਿਥਮ ਅਤੇ ਮਿਆਰੀ ਕੱਾਲਮ ਐਲਗੋਰਿਥਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ 2 ਅਤੇ 3 ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਾ
- ਇੱਕ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੰਖਿਆ ਨਾਲ਼ ਅੱਲਗ ਅੱਲਗ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਵੰਡਣਾ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ:
  - ਬਿੰਦੂ ਲਗਾ ਕੇ
  - ਸਮੂਹ ਬਣਾ ਕੇ
  - ਗੁਣਨ ਤੱਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ
  - ਘਟਾਓ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾ ਕੇ
- ਚਾਰ ਮੁਢਲੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਸ਼ਬਦ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ
- ਦਿੱਤੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਜੋੜਫਲ, ਘਟਾਓ ਅਤੇ ਗੁਣਨਫਲ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ।

ਦਿਮਾਗੀ ਅੰਕਗਣਿਤ

- 10 ਅਤੇ 100 ਦੇ ਗੁਣਜਾਂ ਦਾ ਦਿਮਾਗੀ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਓ।
- ਅੰਸ਼ਿਕ ਗੁਣਨਫਲ ਨੂੰ ਦਿਮਾਗੀ ਜੋੜਦੇ ਹੋਏ ਗੁਣਨਤੱਥ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ। (ਜਿਵੇਂ $7\times6 = 5\times6+2\times6$)

ਭਿੰਨਾਤਮਕ ਸੰਖਿਆਵਾਂ

- ਇੱਕ ਪੂਰਨ ਦਾ ਅੱਧਾ, ਇੱਕ ਚੋਥਾਈ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਚੋਥਾਈ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਚਿੰਨ੍ਹ 1/2, 1/4, 3/4, ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ।
- 1/2, 1/4 ਅਤੇ 3/4 ਦੇ ਅਰਥ ਦਾ ਸਪਸ਼ਟੀਕਰਣ।

- 2/4 ਅਤੇ 1/2; 2/2, 3/3, 4/4 ਅਤੇ 1 ਦੀ ਤੁਲਤਾ ਦਾ ਮਹੱਤਵ।

ਧਨ

- ਰੁਪਇਆਂ ਨੂੰ ਪੈਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਨਾ।
- ਧਨ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਅਤੇ ਘਟਾਉਣਾ, ਕਾਲੱਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਸਮੂਹੀਕਰਨ ਨਾਲ਼ ਘਟਾਉ
- ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੁੱਲ, ਅਦਲਾ-ਬਦਲੀ, ਇਕਾਈ ਮੁੱਲ ਅਤੇ ਬਹੁਪੱਖੀ ਮੁੱਲ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਕੁੱਲ ਅਤੇ ਕੁੱਲ ਮੁੱਲ ਦਾ ਰਫ਼ ਅੰਦਾਜਾ ਲਗਾਉਣਾ।

ਮਾਪ (ਲੰਬਾਈ)

- ਮੀਟਰ ਦਾ ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧ
- ਮੀਟਰ ਦਾ ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਅਤੇ ਉਲਟ।
- ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਦੂਰੀ ਨਾਲ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੱਲ ਕਰਨਾ।
- ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਦੋ ਦਿੱਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਦੂਰੀ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣਾ।

ਭਾਰ

- ਇੱਕ ਤੱਕੜੀ ਅਤੇ ਮਿਆਰੀ ਇਕਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ਼ ਵਸਤੂਆਂ ਦਾ ਭਾਰ ਤੋਲਨਾ।
- ਭਾਰਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਦੇ ਭਾਰ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੱਕੜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ।

ਆਇਤਨ

- ਮਿਆਰੀ ਇਕਾਈਆਂ ਨਾਲ਼ ਅੰਕਿਤ ਡੱਬਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਦਿੱਤੇ ਤਰਲ ਦਾ ਮਾਪ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਆਇਤਨਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਕਿਸੇ ਬਰਤਨ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਤਰਲ ਦੇ ਆਇਤਨ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਮਾਪ ਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ।

ਸਮਾਂ

- ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਗਣਨਾ ਕਰਨਾ।
- ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦਾ ਹਰੇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਨਾਲ਼ ਸਹਿ-ਸਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ।
- ਲੀਪ ਸਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਦਾ ਕਾਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਦੇਣਾ।
- ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨਾ।
- ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਪਦਾਂ "A.M" ਅਤੇ "P.M" ਨਾਲ਼ ਦਰਸਾਉਣਾ।
- ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਘਟਨਾ ਦੀ ਅਵਧੀ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣਾ।
- ਬਤੀਤ ਹੋਏ ਸਮੇਂ ਨੂੰ (ਨੇੜੇ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ) ਲਗਭਗ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਦੋ ਤਰੀਖਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੀ ਗਣਨਾ ਕਰਨਾ।

ਅੰਕੜੇ ਬਣਾਉਣਾ

- ਅੰਕੜੇ ਇੱਕਠੇ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਛੜ ਗਰਾਫ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਉਣਾ।
- ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ਼ ਚਰਚਾ ਕਰਕੇ ਨਿਚੋੜ ਕਢਨਾ।

ਨਮੂਨੇ

- ਗੁਣਾ ਅਤੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚੋਂ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨੀ: 9 ਦੇ ਪਹਾੜੇ ਤੋਂ ।
- ਕਿਸੇ ਦਿੱਤੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚੋਂ 9 ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਕੇ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨੀ ਕਿ ਇਹ 9 ਦਾ ਗੁਣਜ ਹੈ।
- 10 ਅਤੇ 100 ਨਾਲ਼ ਭਾਗ ਅਤੇ ਗੁਣਾ ਕਰਨੀ।
- ਸਮਮਿਤੀ ਉੱਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਜਿਮਾਇਤੀ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨੀ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਚੌਥੀ

7. ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿੱਖਿਆ

ਉਦੇਸ਼

ਸਿੱਖਿਆਰਥੀ

- ❖ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਆਮ ਵਸਤਾਂ, ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਸਬੰਧਤ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਵਰਤਾਰੇ ਨੂੰ ਵਾਚਣ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ, ਵਰਗੀਕਰਨ, ਬਿਆਨਣ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ।
- ❖ ਉਹ ਸਵਸਥ ਜੀਵਨ - ਸ਼ੈਲੀ ਲਈ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁੱਰਖਿਅਤ ਸਟੋਰੇਜ ਦੇ ਸਧਾਰਨ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਕੂੜਾਂ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਸੁਟਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਸਵੈ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ❖ ਉਹ ਡਰਾਇੰਗ, ਪੇਂਟਿੰਗ, ਨਾਚ-ਗਾਣੇ, ਬਾਗ਼ਬਾਨੀ, ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਵਰਗੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਓ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਜਗਤ ਨਾਲ਼ ਵਾਸਤਾ ਰੱਖ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਵਤੀਰਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਉਹ ਪ੍ਰਾਕਿਰਤੀ ਲਈ ਪਿਆਰ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ, ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਰਗੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਾਠਕ੍ਰਮ

1. **ਬੇਟੀ ਆਈ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਲਿਆਈ**- ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ/ ਅੱਜ ਦੀ ਬੰਸਾਵਲੀ (Family Tree); ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਬਦਲਾਵ; ਮਾਂ-ਬੱਚੇ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ; ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਗੋਦ ਲੈਣਾ; ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, **ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ** ਜਾਤ-ਪਾਤ ਅਤੇ ਧਰਮ; ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਮਾਉਣ-ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ‘ਤੇ ਅਸਰ।

2. **ਪਾਰਕ ਦੀ ਸੈਰ** -ਛੂਹਣ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ (ਸਪਰਸ਼ ਬੋਧ); ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਥੱਪੜ ਪ੍ਰਤੀ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ; ਸੁੰਘਣ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ-ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ/ ਬਦਬੂ; ਛੂਹ ਕੇ ਜਾਂ ਸੁੰਘ ਕੇ ਪਦਾਰਥਾਂ/ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਕਰਨਾ; ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਛੋਹ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ; ਛੋਹ ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਬੁਰੀ ਲੱਗਣੀ।

3. **ਮੇਲੇ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ –** ਮੇਲੇ ਅਤੇ ਪਤੰਗ ਉਡਾਉਣਾ-ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਵਜੋਂ। ਖੇਡਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ, ਕੌਣ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮ; ਖੇਡ ਦੌਰਾਨ ਲੜਾਈ-ਝਗੜਾ ਅਤੇ ਮਿਲਵਰਤਨ; ਰਲ਼ ਮਿਲ ਕੇ ਖੇਡਣਾ ਖੇਡਣ ਉੱਤੇ ਲਿੰਗ ‘ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਪਾਬੰਦੀ (ਵਿਤਕਰਾ);

4. **ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿੱਤਾਕਾਰ** - ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਕੰਮ-ਧੰਦੇ (ਪੇਸ਼ੇ); ਸੰਬੰਧਤ ਔਜ਼ਾਰ(ਸੰਦ); ਕਾਮਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਅਤੇ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖੀ; ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਧੰਧੇ।

5. **ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ-**ਜੰਤੂਆਂ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਲੱਛਣ; ਪੰਛੀਆਂ, ਥਣਧਾਰੀਆਂ, ਰੀਂਗਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਕੀਟਾਂ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ।

6. **ਜੰਤੂ ਅਤੇ ਝੁੰਡ-** ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਝੁੰਡ ਵਿੱਚ ਵਿਵਹਾਰ; ਜੰਤੂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮੇਲ ਜੋਲ; ਮਧੂ ਮੱਖੀਆਂ/ ਤਿਤਲੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਫੁੱਲਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਦ।

7. **ਪੌਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ-** ਜੜ੍ਹਾਂ ਪਾਣੀ ਸੋਖਦੀਆਂ ਹਨ; ਖਾਣਯੋਗ ਜੜ੍ਹਾਂ, ਕਾਲ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਭੋਜਨ ਵਜੋਂ; ਹਵਾਈ ਜੜ੍ਹਾਂ।

8. **ਰੰਗ ਬਰੰਗੇ ਫੁੱਲਃ-** ਫੁੱਲਦਾਰ ਪੌਦੇ; ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਮੌਸਮ; ਆਕ੍ਰਿਤੀ, ਰੰਗ ਅਤੇ ਸੁਗੰਧੀ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ; ਕਲੀ ਅਤੇ ਫੁੱਲ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ; ਖਾਣਯੋਗ ਫੁੱਲ; ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਉਪਯੋਗ; ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ; ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਵਪਾਰ,

9. **ਰੁੱਖ ਦੇਣ ਸੁੱਖ**:- ਜੰਗਲੀ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਪੌਦੇ; ਫਲ਼ ਅਤੇ ਰੁੱਖ; ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ, ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ।

10. **ਖੇਤ ਤੋਂ ਘਰ ਤੱਕ** -ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਉਗਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫਸਲਾਂ-ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਅਨਾਜ, ਦਾਲਾਂ, ਤੇਲਾਂ ਵਾਲੇ ਬੀਜ, ਮਸਾਲੇ ਆਦਿ; ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਫਲ; ਉਪਰੋਕਤ ਸਭ ਕੁੱਝ ਨੂੰ ਖੇਤ ਤੋਂ ਮੰਡੀ/ ਬਾਜ਼ਾਰ ਤੱਕ ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਘਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ; ਸੁੰਘਕੇ ਅਤੇ ਖਾ ਕੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ**ਣ**।

11. **ਚੰਗਾ ਖਾਈਏ ਸਿਹਤ ਬਣਾਈਏ – ਭੋਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ, ਸਮੂਹਿਕ** ਭੋਜਨ- ਲੰਗਰ, ਹੋਸਟਲ ਮੈੱਸ, ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ; ਸਮਾਜਿਕ **ਸਮਾਰੋਹ**/ ਖ਼ਾਸ ਮੌਕਿਆਂ/ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਸਮੇਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਭੋਜਨ ਦੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ, ਪੈਂਟਰੀ ਕਾਰ।

12. **ਚੁੰਝ ਅਤੇ ਦੰਦ** -ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਭਾਗ, ਜੀਭ-ਚੱਖਣਾ ਅਤੇ ਬੋਲਣਾ; ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਜੰਤੂਆਂ ਦੇ ਦੰਦ, ਪੰਛੀਆਂ ਦੀਆਂ ਚੁੰਝਾਂ ਅਤੇ ਪੰਜੇ/ ਪਹੁੰਚੇ; ਚੁੰਝਾਂ, ਪੰਜਿਆਂ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ।

13. **ਮਨੁੱਖੀ ਆਵਾਸ**:- ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ, ਆਦਿ ਮਾਨਵ, ਪੁਰਾਣਾ ਸਮਾਂ, ਪਿੰਡ, ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚਲੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਥਾਨ, ਘਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ, ਘਰਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬੰਦੀ , ਬਹੁਮੰਜ਼ਲੀ ਘਰ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ, ਝੁੱਗੀ-ਝੌਂਪੜੀ ਬਸਤੀਆਂ, ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿਹੂਣੇ ਲੋਕ।

14. **ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਆਵਾਸ**:- ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਵਾਸ/ਪਾਲਤੂ ਜੀਵ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਵਾਸ, ਜਲੀ ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਆਵਾਸ, ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਆਵਾਸ, ਆਵਾਸ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਣ।

15. **ਆਵਾਸ ਸਵੱਛਤਾ**:- ਘਰਾਂ ਦਾ ਵਿਅਰਥ/ ਕੂੜਾ ਕਰਕਟ ਇਸ ਦੀ ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਵਖਰੇਵਾਂ; ਕੂੜੇ-ਕਰਕਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਨਿਪਟਾਰਾ, ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤਣ ਅਤੇ ਪੁਨਰ ਚੱਕਰ।

16. **ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੰਜਮ**:- ਖੇਤੀ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਦੇ ਢੰਗ।

17. **ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ**:- ਪਾਣੀ ਦਾ ਗੰਦਾ ਹੋਣਾ, ਕਾਰਨ, ਜਲ ਸੋਧਣ ਪਲਾਂਟ, ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਪਾਅ, ਕਾਲੀ ਵੇਂਈ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ।

18. **ਪਾਣੀ ਸੰਭਾਲ**:- ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ, ਮੀਂਹ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ।

ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ, ਡੈਮ ਵਰਖਾ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿਣ (Ran water harvesting- **ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਚਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ**।

19. **ਛੁੱਕ-ਛੁੱਕ ਰੇਲ** -ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ; ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ; ਰੇਲਵੇ ਟਿਕਟਾਂ, ਰੇਲਵੇ ਸਮਾਂ ਸਾਰਣੀ; ਰੇਲਵੇ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ, ਪਹਿਰਾਵੇ, ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ; ਧਰਾਤਲ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ; ਰਸਤੇ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨਤਾ; ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ।

20. **ਜਾਣੋ ਆਪਣੀ ਕਰੰਸੀ** -ਕਰੰਸੀ ਨਾਲ ਜਾਣ ਪਛਾਣ- ਨੋਟਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਕਿਆਂ ਉੱਪਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਚਿੰਨ੍ਹ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ।

21. **ਇਮਾਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁੱਲ**:- ਇਮਾਰਤਾਂ ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰੀਗਰ, ਸਮੱਗਰੀ, ਇੱਟਾਂ ਸੀਮਿੰਟ ਆਦਿ। ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੱਚੇ-ਪੱਕੇ ਪੁੱਲ।

22 ਕੰਪਿਊਟਰ ਇੱਕ ਅਨੋਖੀ ਮਸ਼ੀਨ- ਰਫ਼ਤਾਰ, ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ, ਬਹੁਗੁਣਤਾ, ਆਟੋਮੈਟਿਕ, ਕਾਮਾ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ (ਕਿੱਥੇ ਤੇ ਕਿਵੇ)

ਸ਼੍ਰੇਣੀ- ਚੌਥੀ

8. ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ

ਸਰੀਰਕ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਸਿੱਖਿਆ

(1) ਕਾਲੀਸਥੈਨਿਕਸ

- i. ਲੇਜੀਅਮ ਕਸਰਤਾਂ
- ii. ਡੰਬਲਜ਼ ਕਸਰਤਾਂ
- iii. ਰਿਧਮਿਕ ਕਸਰਤਾਂ

(2) ਐਥਲੈਟਿਕਸ

- i. 50 ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੌੜ
- ii. ਉੱਚੀ ਛਾਲ
- iii. ਲੰਮੀ ਛਾਲ
- iv. ਕ੍ਰਿਕਟ ਜਾਂ ਹਾਕੀ ਬਾਲ ਨੂੰ ਸੁੱਟਣਾ।

(3) ਖੇਡਾਂ

ਨੋਟ : ਹਰ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਖੇਡ ਚੁਣਨੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਲੜਕੇ	ਲੜਕੀਆਂ
ਫੁੱਟਬਾਲ	ਫੁੱਟਬਾਲ
ਹਾਕੀ	ਹਾਕੀ
ਹੈਂਡਬਾਲ	ਹੈਂਡਬਾਲ
ਖੋ-ਖੋ	ਖੋ-ਖੋ
ਤੈਰਾਕੀ	ਤੈਰਾਕੀ
ਕੁਸ਼ਤੀ	

ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਸਭਾ (ਪਹਿਲੀ ਤੋਂ ਪੰਜਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ)

1. **ਫਾਰਮੇਸ਼ਨ:** ਸਿਖਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫਾਰਮੇਸ਼ਨਾ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਨਾ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਵੇ।
   ਇਹ ਫਾਰਮੇਸ਼ਨਾ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ:
   ਕਤਾਰ, ਅਰਧ-ਚੱਕਰ ਅਤੇ ਘੋੜੇ ਦੀ ਨਾਲ਼ ਵਾਂਗ ਖੜ੍ਹਨ ਦੀ ਫਾਰਮੇਸ਼ਨਾ :
   ਖੁਲ੍ਹੀ ਲਾਈਨ, ਨਿਕਟ ਲਾਈਨ, ਵਰਗਾਕਾਰ, ਦੂਹਰਾ ਚੱਕਰ ਅਤੇ ਦਸਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਨ ਦੀ ਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ।
   ਛੋਟੀਆਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਨ ਲਈ ਚੂਨੇ ਦੀਆਂ ਲੀਕਾਂ ਵਾਹੁਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇਗੀ।
2. **ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ:** ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗਾਣ ਜਾਂ ਕੌਮੀ ਗੀਤ ਜਾਂ ਕੌਮੀ ਝੰਡੇ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਤਾਲ ਅਤੇ ਸ਼ੁੱਧ ਉਚਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ।
3. **ਸਿਹਤ ਨਿਰੀਖਣ:** ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਨਹੁੰਆਂ, ਕੇਸਾਂ, ਦੰਦਾਂ, ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਵਰਦੀ ਆਦਿ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਆਮ ਹਦਾਇਤਾਂ :

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਬਣਾਉਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਬੈਠਣਾ, ਖੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਚੱਲਣਾ। ਸਮਾਜਿਕ ਸ਼ਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਤੇ ਨਿੱਕੀਆਂ-ਨਿੱਕੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਜਾਂ ਗੱਲ - ਬਾਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪ ਕਰਕੇ ਵੀ ਦਿਖਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਹੇਠਾਂ ਕੁੱਝ ਵਿਸ਼ੇ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਬੈਠਣਾ ਚਲਣਾ :

ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਬੈਠਣਾ, ਖੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਚਲਣਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਖੜ੍ਹਨ, ਬੈਠਣ, ਦੌੜਨ, ਸੌਣ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦੇ ਸਹੀ ਢੰਗਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਉਣ, ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਚਾਰਟ ਵੀ ਦਿਖਾਏ ਜਾਣ।

ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਦਤਾਂ :

ਆਰਾਮ ਕਰਨ, ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲ਼ੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਪਿਸ਼ਾਬ ਖਾਨਿਆ ਅਤੇ ਟੱਟੀ ਖਾਨਿਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਖਾਈ ਜਾਵੇ।

ਸਮਾਜਿਕ ਸ਼ਿਸ਼ਟਾਚਾਰ :

ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਸਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਵਡੇਰਿਆਂ ਦਾ ਆਦਰਮਾਨ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਵੇ।