ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ

ਜਮਾਤ ਅੱਠਵੀਂ(2021-22)

ਪਾਠਕ੍ਰਮ

ਪਾਠ 1- ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ

ਪਾਠ 2- ਸ੍ਵੈ-ਨਿਯੰਤਰਨ

ਪਾਠ 3- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ਼ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ

ਪਾਠ 4- ਸਾਡੀ ਕੀਮਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਪਾਠ 5- ਪਸ਼ੂਆਂ ਪ੍ਰਤਿ ਨੈਤਿਕਤਾ

ਪਾਠ 6- ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣਾ

ਪਾਠ 7- ਖੇਡ-ਭਾਵਨਾ

ਪਾਠ 8- ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ

ਪਾਠ 9- ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ

ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਪੰਜ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ।

1. ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਸਹਿਤ ਵਰਨਨ ਕਰੋ।
2. ਆਪਣੇ 5 ਗੁਣਾਂ ਅਤੇ 5 ਔਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਨ ਅਤੇ ਔਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲਿਖੋ।
3. ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਅਤੇ ਨਿਪੁੰਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕੀ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਹੋਰ ਕੌਸ਼ਲਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇਗੀ।
4. ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨਾਲ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਰੁੱਖ ਬਣਾਓ। ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰੋ।
5. ਆਪਣੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲਈ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਡ ਬਣਾਓ।
6. ਸੜਕ ਤੇ ਆਪਣੀ ਕੀਮਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕਰਨ ਯੋਗ ਅਤੇ ਨਾ ਕਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਵੇਰਵਾ ਦਿਉ।
7. ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਪੋਸਟਰ ਬਣਾਓ।
8. ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਨਾਹਰੇ ਲਿਖੋ।
9. ਅਖ਼ਬਾਰ ਵਿਚੋਂ ਸੜਕ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਕੱਟ ਕੇ ਚਿਪਕਾਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ।
10. ਤੁਹਾਡੀ ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਨਾਪਸੰਦੀ ਦੇ ਜਾਨਵਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਚਿਪਕਾਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪਸੰਦ ਜਾਂ ਨਾਪਸੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਇੱਕ ਗੁਣ ਜਾਂ ਲਾਭ ਲਿਖੋ।
11. ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਚਿਪਕਾਓ। ਉਹ ਵਸਤੂਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਦੱਸੋ ਕੀ ਉਹ ਵਸਤੂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸਹੀ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸ ਦਾ ਇੱਕ ਬਦਲ ਦੱਸੋ।
12. ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦਿਉ।
13. ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੇ ਹੋ ਰਹੇ ਕੋਈ ਪੰਜ ਅੱਤਿਆਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਉਪਾਅ ਦੱਸੋ।
14. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਲਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਅਹਿਮ ਫੈਸਲੇ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫੈਸਲੇ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਉ।
15. ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਖਿਡਾਰੀ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਚਿਪਕਾਓ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਚੰਗੀ ਖੇਡ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉ।
16. ਚੰਗੀ ਖੇਡ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਇੱਕ ਪੋਸਟਰ ਬਣਾਓ।

17. ਕੋਈ ਪੰਜ ਜਨਤਕ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਚਿਪਕਾਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦੱਸੋ।

18. ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਾਏ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾ ਕੇ ਅਧਿਆਪਕ ਤੋਂ ਤਸਦੀਕ ਕਰਵਾਓ।

19. ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਉੱਘੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦਿਉ।

20. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਇੱਕ ਨਿਬੰਧ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ।
    - ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ-ਬਰਾਬਰ ਅਧਿਕਾਰ, ਬਰਾਬਰ ਸਤਿਕਾਰ
    - ਮਾਦਾ ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ
    - ਮਾਦਾ ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆ-ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਾਅ
    - ਬਿਰਧ ਆਸ਼ਰਮ-ਨਿਘਰਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਸੂਚਕ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਸਮਾਜਿਕ ਯੋਗਦਾਨ-10 ਅੰਕ

ਇਹ ਅੰਕ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ

ਸੜਕ ਤੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਪਸ਼ੂਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਨੈਤਿਕਤਾ

ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ

ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ

ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਯੋਗਦਾਨ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕੀ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪਾਉਣਗੇ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਸਥਿਤੀ ਆਧਾਰਿਤ ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰੀਖਿਆ 10 ਅੰਕ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਜਾਂ ਸੁਝਾਅ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ।

ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਕਿਰਿਆ 10 ਅੰਕ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਚਾਰ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਕੇ ਕੋਈ ਦੋ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

1. ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਵੱਛਤਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕੁਝ ਆਦਤਾਂ ਦੱਸੋ।
2. ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਉਦਾਹਰਣ ਸਹਿਤ ਵਰਣਨ ਕਰੋ। (ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ 16)
3. ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦੱਸੋ। (ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ 21)
4. ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਤਿੰਨ ਨਾਹਰੇ ਲਿਖੋ।
5. ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ:

   ਦੱਸੀ ਗਈ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੇ ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਉਪਾਅ ਦੱਸਣਾ(ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ 31)
6. ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਥਿਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣਾ। (ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ 34)

7. ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਸੌਟੀਆਂ ਤੇ ਪਰਖਦੇ ਹੋਏ ਚੰਗੀ ਖੇਡ ਤੇ ਮਾੜੀ ਖੇਡ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨਾ। (ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ 41)
8. ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਨਤਕ ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦੱਸਣਾ।
9. ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਮੁੱਦੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੱਲ ਦੇਣਾ।