आपके लिए

सम्माननीय अभिभावक, आचार्य बन्धु/भगिनी एवं प्रिय भैया-बहन

प्रत्येक शैक्षणिक सत्र के पूर्व, पारंपरिक रूप से आपके सम्मुख पाठ्यक्रम का नवीन स्वरुप विद्यमान होता है। इसी क्रम में शैक्षणिक सत्र 2021-22 के निमित्त यह पाठ्यक्रम आपको प्रेषित हो रहा है। इसी भाव एवं विचार को ध्यान में रखकर इस सत्र के लिए पाठ्यक्रम निर्धारित किया गया है। पूर्ण विश्वास है कि आप इसके आधार पर अध्ययन/अध्यापन कार्य कर पूर्णरूपेण लाभान्वित होंगे।

सधन्यवाद !

आवश्यक निर्देश

- प्रांत द्वारा कक्षा अरुण से द्वादश तक की परीक्षाएँ ली जाएँगी।
- पूरे सत्र में कक्षा अरुण से नवम एवं एकादश की दो परीक्षाएँ- Term-I (अर्धवार्षिक) एवं Term-II (वार्षिक) ली जाएँगी।
- कक्षा दशम एवं द्वादश की केवल एक परीक्षा होगी।
- कक्षा अरुण एवं उदय के प्रत्येक विषय की लिखित या मौखिक परीक्षा का पूर्णांक 100 होगा।
- कक्षा प्रथम से नवम तक के प्रत्येक विषय की लिखित परीक्षा 80-80 अंकों की होगी। 20-20 अंक का आंतरिक मूल्यांकन- आवधिक मूल्यांकन (Periodic Assessment) के रूप में होगा।
- प्रथम से लेकर सभी कक्षाओं में संपूर्ण सत्र में दो आवधिक मूल्यांकन (Periodic Assessments) होंगे, जो लिखित परीक्षा के पूर्व लिए जाएँगे।
- 20 अंक के तीन भाग होंगे। पहला- 10 अंकों का Periodic Test होगा- जिसमें घोषित कार्यक्रम तक संपन्न पाठ्यक्रम को शामिल किया जाएगा। दूसरा- 05 अंक- अभ्यास पुस्तिका का मूल्यांकन (Note Book Assessment) के आधार पर देय है, जिसके अंतर्गत कार्य की नियमितता, सौंपे गए कार्य का निष्पादन तथा पुस्तिकाओं की स्वच्छता व रख-रखाव का मूल्यांकन होगा और तीसरा- 05 अंक- विषयों के प्रति भैया-बहनों की अभिरुचि और समझ के लिए दिए जाएँगे। इसमें विषय-संवर्धन (Subject Enrichment) के अंतर्गत भाषा में वाचन एवं श्रवण-कौशल का मूल्यांकन। गणित में पहाड़ा (Table), मानसिक गणित {Mental Maths}, कक्षा स्तर के अनुरूप गणित के सामान्य प्रश्नों के आधार पर मूल्यांकन होगा। विज्ञान में वैज्ञानिक कुशलता का विकास, वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास, जीवन की व्यवस्थितता तथा विज्ञान संबंधी सामान्य तथ्यों व प्रश्नों के आधार पर मूल्यांकन होगा। स्वास्थ्य और शारीरिक शिक्षा के अंतर्गत कबड्डी, खो-खो एवं शारीरिक क्षमता के अनुरूप अन्य खेल, योग-व्यायाम एवं अंगों के संचालन संबंधी क्रियाओं तथा अनुशासन का मूल्यांकन होगा।

- आंतरिक मूल्यांकन के 20 अंकों में प्राप्त अंक बाद में लिखित परीक्षा के 80 अंकों में प्राप्त अंक के साथ जोड़े जाएँगे। इस प्रकार परीक्षा का परिणाम 100 अंकों पर घोषित किया जाएगा।
- Term-I (अर्धवार्षिक) में 80 अंकों के लिए निर्धारित पाठ्यक्रम से ही प्रश्न पूछे जाएँगे।
- Term-II (वार्षिक) में 80 अंकों की लिखित परीक्षा का पाठ्यक्रम निम्न प्रकार से होगा-
  - (क) कक्षा प्रथम से पंचम तक की वार्षिक (Term-II) परीक्षा में अर्धवार्षिक (Term-I) के पाठ्यक्रम से 20 प्रतिशत अंक के प्रश्न तथा वार्षिक (Term-II) के पाठ्यक्रम से 80 प्रतिशत अंक के प्रश्न रहेंगे। अर्थात् Term-I से 16 अंकों के प्रश्न और Term-II से 64 अंकों के प्रश्न होंगे।
  - (ख) कक्षा षष्ठ में 80 अंकों की लिखित परीक्षा में Term-II का पूरा पाठ्यक्रम + Term-I का 10 प्रतिशत पाठ्यक्रम (Term-II के पाठ्यक्रम के लिए 72 अंक और Term-I के पाठ्यक्रम के लिए 08 अंक) निर्धारित रहेंगे। अर्थात् Term-I से 08 अंकों के और Term-II से 72 अंकों के प्रश्न रहेंगे।
  - (ग) कक्षा सप्तम में 80 अंकों की लिखित परीक्षा में Term-II का पूरा पाठ्यक्रम + Term-I का 20 प्रतिशत पाठ्यक्रम (Term-II के पाठ्यक्रम के लिए 64 अंक और Term-I के पाठ्यक्रम के लिए 16 अंक) निर्धारित रहेंगे। अर्थात् Term-I से 16 अंकों के और Term-II से 64 अंकों के प्रश्न रहेंगे।
  - (घ) कक्षा अष्टम में 80 अंकों की लिखित परीक्षा में Term-II का पूरा पाठ्यक्रम + Term-I का 30 प्रतिशत पाठ्यक्रम (Term-II के पाठ्यक्रम के लिए 56 अंक और Term-I के पाठ्यक्रम के लिए 24 अंक) निर्धारित रहेंगे। अर्थात् Term-II से 24 अंकों के और Term-II से 56 अंकों के प्रश्न रहेंगे।
  - (ङ) कक्षा नवम के Term-II में 80 अंकों की लिखित परीक्षा में केवल मुख्य पुस्तक से Term-I के भी प्रश्न पूछे जाएँगे।
  - (च) कक्षा दशम में प्रांत द्वारा एक ही परीक्षा Term-I (अर्धवार्षिक) ली जाएगी। इसके लिए अंकों का विभाजन नवम के जैसा ही रहेगा। 80 अंकों की लिखित परीक्षा + 20 अंकों का आंतरिक मूल्यांकन। दोनों में प्राप्त अंकों को जोड़कर 100 पूर्णांक पर परिणाम घोषित किया जाएगा।
- निर्धारित पाठ्यक्रम में अंकित प्रश्नों के अतिरिक्त पाठ (अध्याय) के अंदर से भी प्रश्न पूछे जा सकते हैं। इसलिए संपूर्ण पाठ का अध्ययन करना चाहिए।
- कक्षा अरुण से पंचम तक के प्रत्येक विषय की परीक्षा के लिए परीक्षावधि 2 घंटे की होगी।
- कक्षा षष्ठ से अष्टम तक के प्रत्येक विषय की परीक्षा के लिए परीक्षावधि 2:30 घंटे की होगी।
- कक्षा नवम से द्वादश तक के प्रत्येक विषय की परीक्षा के लिए परीक्षावधि 3 घंटे की होगी।

- परंतु सभी कक्षाओं में शारीरिक शिक्षा एवं संगणक के लिए परीक्षावधि 1:30 घंटे की रहेगी।

आचार्य बंधु /भगिनी के लिए निर्देश

- एक सत्र में केवल दो परीक्षाएँ [Term-I & Term-II] होनी है। इसी तथ्य को ध्यान में रखकर इस पाठ्यक्रम का निर्माण किया गया है। अतएव इसे ध्यान में रखते हुए, इसी आधार पर अध्यापन कार्य करना है। साथ ही भैया-बहनों को प्रदत्त पाठ्यक्रम के अतिरिक्त भी संबंधित जानकारियाँ प्रदान की जाय जो उनके प्रतिभा विकास में सहायक सिद्ध हो सके।
- अध्यापन करने से पूर्व पाठ्यक्रम में स्थान-स्थान पर दिए गए निर्देशों का अवलोकन कर लेना श्रेयस्कर होगा।
- बालकों के प्रतिभा विकास के लिए हिन्दी, संस्कृत, अंग्रेजी इत्यादि भाषाओं में वाचन, लेखन, भावाभिव्यक्ति इत्यादि पर विशेष ध्यान देना आवश्यक है।
- गणित, विज्ञान, सामाजिक विज्ञान, संगणक इत्यादि में प्रायोगिक कार्य [Practical Work] एवं परियोजना कार्य [Project Work] को प्राथमिकता प्रदान करते हुए तदनुरूप अध्यापन करना चाहिए ताकि भैया-बहनों का संज्ञानात्मक, बोधात्मक एवं कौशलात्मक विकास हो सके।
- हिन्दी एवं अंग्रेजी विषय में प्रदत्त पत्र-लेखन और निबंध के पाठ्यक्रम के अलावे भी अन्य विभिन्न विषयों पर निबंध एवं पत्र इत्यादि का अभ्यास कराना श्रेयस्कर होगा।
- आचार्य बंधु/भगिनी से अपेक्षा है कि भैया-बहनों को केवल अभ्यास माला [Exercise] से ही प्रश्नों का अभ्यास न करावें अपितु पाठ के मध्य से भी प्रश्न निर्माण कर उनका अभ्यास करावें तथा उन्हें स्वयं भी ऐसा करने हेतु प्रोत्साहित करें।
- हमें संबंधित पाठ के बीच से भी प्रश्न निर्माण कर भैया-बहनों के ज्ञान, बोध एवं कौशल विकास की जाँच समय-समय पर करनी चाहिए तथा पाठ्यक्रम को आगे बढ़ाना चाहिए।

भैया-बहनों के लिए आवश्यक निर्देश

- यह पाठ्यक्रम आपकी कक्षा के लिए निर्धारित पाठ्य-पुस्तक के पाठों को ध्यान में रखकर तैयार किया गया है।
- दिए गए आवश्यक निर्देशानुसार पाठ्यक्रम से ही प्रश्न पूछे जाएँगे।
- भैया-बहनों से अपेक्षा है कि आप इस पाठ्यक्रम को आधार मानकर इससे संबंधित अन्य अपेक्षित जानकारी भी अर्जित करें। ऐसा करने से आपका ज्ञान भंडार भी बढ़ेगा तथा परीक्षाओं में इस पर आधारित प्रश्नों को हल करने में भी सुविधा होगी।
- परीक्षा में निर्धारित पाठ्यक्रम से कहीं से भी (अभ्यासमाला से अथवा पाठ के बीच से भी) प्रश्न पूछे जा सकते हैं। इसलिए पाठ्यक्रम का सम्यक् अध्ययन वांछनीय है।

हिन्दी

आचार्यों के लिए निर्देश

पाठ्य-पुस्तक के विषय के अनुरूप ही जरा हट कर भी हम आवश्यकतानुसार कुछ अतिरिक्त ज्ञानवर्द्धक जानकारियाँ भैया-बहनों को दे सकते हैं, इससे भैया-बहनों की मेधा परिष्कृत होगी। भैया-बहन विकासशील रहते हुए विकसित हो जायेंगे।

भैया-बहनों के लिए निर्देश

सभी विषयों के वस्तुनिष्ठ प्रश्नों को ज्यादा-से-ज्यादा हल करें। आप हमेशा अपना तुलनात्मक मूल्यांकन करें। प्रथम, द्वितीय के भैया-बहन अपना मूल्यांकन स्वयं नहीं कर सकते हैं इसलिए उनका मूल्यांकन माता-पिता, आचार्य कर सकते हैं। इससे उनका क्रमिक एवं सम्यक् विकास होगा।

माता-पिता के लिए निर्देश

माता-पिता एवं अभिभावक भी अपने शिशुओं की क्रमिक प्रगति के प्रति सजग रहें। उनका मूल्यांकन करते रहें। उन्हें उचित और प्रत्यक्ष संबल एवं सहयोग प्रदान करें ताकि उनका अपेक्षित एवं सम्यक् विकास हो सके।

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल

बाल भारती : 1. कबीरदास की वाणी-लयबद्ध पाठ कंठस्थ कराना।
2. जंगल का देवता- अभ्यास कार्य।

व्याकरण : भाषा परिचय एवं वर्ण परिचय-पढ़ाना एवं अभ्यास कार्य।

पत्र लेखन : बीमार माँ की देखभाल के कारण परीक्षा में नहीं बैठ सकने के कारण प्रधानाचार्य को अवकाश हेतु आवेदन पत्र।

सुलेख : प्रथम शनिवार को स्वर एवं व्यंजन वर्णों को श्यामपट्ट पर मूलाकृति में लिखकर कक्षाकार्य में सुलेख करवाना। शेष शनिवार को सुलेख मार्गदर्शिका पुस्तिका में सुलेख कराना।

निर्देश→ : व्याकरण रत्न में दिए गए निबंधों एवं पत्रों का भी क्रमशः प्रत्येक माह अभ्यास कराना।

मई+जून

बाल भारती : 3. तीन भाई 4. बिहार और झारखंड 5. तुलसी के राम 6. भारतवर्ष- अभ्यास कार्य कराना।

व्याकरण : संज्ञा से विशेषण बनाने, लिंग-निर्णय तथा एकवचन से बहुवचन बनाने का अभ्यास।

निबंध : मेरा प्रिय मित्र एवं शिशु/बाल सभा।

पत्र लेखन : विद्यालय के प्रथम दिन का अनुभव दर्शाते हुए मित्र/भाई/माँ/बहन को पत्र लिखने का अभ्यास कराना।

सुलेख : पूर्वोक्त विधि के अनुसार।

जुलाई

बाल भारती : 7. महाकवि भूषण 8. भूषण की वाणी-भावार्थ सहित सस्वर कंठस्थ कराना 9. मित्र को पत्र-अभ्यास कार्य कराना।

व्याकरण : कारक की परिभाषा, भेद एवं चिह्न सहित बताना।

निबंध : हमारा गाँव / नगर एवं मोर।

सुलेख : प्रथम शनिवार को क्ष, त्र, ज्ञ, श्र एवं द्य वर्णों से शब्द बनाकर श्यामपट्ट पर कक्षाकार्य में सुलेख करवाना। शेष शनिवार को सुलेख मार्गदर्शिका पुस्तिका में सुलेख कराना।

निर्देश → : वर्णों के शुद्ध उच्चारण, लेखन, वाचन आदि पर ध्यान देना।

अगस्त

बाल भारती : 10. भक्त कवि और बादशाह 11. गौरैया की कहानी-अभ्यास कार्य कराना।

व्याकरण : अनेक शब्दों के लिए एक शब्द एवं विपरीतार्थक शब्द बताना। वाक्यों की अशुद्धियाँ- प्रयोग सहित बताना।

निबंध : वर्षा ऋतु एवं बाढ़ का दृश्य।

पत्र लेखन : किसी एक ऐतिहासिक/धार्मिक स्थल की चर्चा करते हुए अनुज/अग्रज को पत्र लिखने के लिए बताना।

सुलेख : पूर्वोक्त विधि के अनुसार।

सितंबर

अर्धवार्षिक परीक्षा हेतु पुनराभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

बाल भारती : 12. कुछ काम करो- भावार्थ सहित सस्वर कंठस्थ कराना 13. कहावतों की बातें- अभ्यास कार्य।

व्याकरण : 'शब्द विचार' पाठ एवं शब्दों के प्रकार बताना।

निबंध : हमारे पर्व-त्योहार।

पत्र लेखन : बीमारी के कारण परीक्षा में नहीं बैठ सकने के लिए मित्र/भाई/बहन को सांत्वना पत्र लिखने के लिए बताना।

नवंबर

बाल भारती : 14. अग्नि और पवन 15. रामलीला 16. ग्राम शोभा- अभ्यास कार्य कराना।

व्याकरण : संधि की परिभाषा एवं भेद उदाहरण सहित बताना।

निबंध : हमारा देश, प्रदूषण की समस्या एवं पुस्तकालय।

पत्र लेखन : समय का महत्त्व बताते हुए मित्र/भाई/बहन को पत्र लिखें।

सुलेख : पूर्वोक्त विधि के अनुसार।

निर्देश → : पाठ्यक्रम में वर्णित निबंधों के अलावा विभिन्न विषयक-निबंध, पत्र लिखने को बताना ताकि भैया-बहनों में रचनात्मक प्रवृत्ति का सृजन हो।

दिसंबर

बाल भारती : 17. न्यूटन की विज्ञान कथा 18. महाकवि दिनकर 19. कर्ण की पीड़ा- भावार्थ सहित सस्वर कंठस्थ कराना एवं अभ्यास कार्य कराना।

व्याकरण : समास की परिभाषा, भेद उदाहरण सहित बताना। वाक्य : वाक्य विचार- अभ्यास कार्य।

निबंध : कंप्यूटर, दूरदर्शन एवं पर्वतराज हिमालय।

पत्र लेखन : छात्रवृत्ति के लिए प्रधानाचार्य के पास आवेदन पत्र लिखें।

सुलेख : पूर्वोक्त विधि के अनुसार।

जनवरी

बाल भारती : 20. चंद्रशेखर 'आजाद'- अभ्यास कार्य कराना।

व्याकरण : विराम चिह्न पढ़ाना- अभ्यास कार्य।

पत्र लेखन : परीक्षा में अंक की जगह ग्रेडिंग के संबंध में समझाते हुए अनुज को पत्र लिखने के लिए बताना।

सुलेख : पूर्वोक्त विधि के अनुसार।

फरवरी+मार्च

बाल भारती : 21. चंद्रशेखर 'आजाद' का बलिदान-भावार्थ सहित कंठस्थ कराना।
व्याकरण : श्रुतिसमभिन्नार्थक शब्द, पर्यायवाची शब्द एवं मुहावरे।
निबंध : गंगा नदी।
सुलेख : पूर्वोक्त विधि के अनुसार।

वार्षिक परीक्षा हेतु पुनराभ्यास कराना।

संस्कृत

आचार्याणां कृते निर्देशाः

1. संस्कृतस्य महत्त्वम् छात्रं-छात्रां च वदतु।
2. सत्रारम्भे एव सम्भाषण-शिविरस्य आयोजनं भवेत्। संस्कृते सम्भाषणम् कुर्वन्तु।
3. कक्षायां प्रसन्नमुद्रायां प्रविश्य छात्राणां कुशलतां पृच्छनीया।
4. कक्षायां संस्कृत-शब्दानां प्रयोगः करणीयः।
5. प्रश्नोत्तर-विधिना शिक्षणं करणीयम्।
6. कक्षायां प्रेरक-प्रसङ्गः, लघुकथा, श्लोकवाचनं यदा-कदा करणीयम्।
7. संस्कृते शिशु-सभा प्रतियोगिता च करणीया।
8. कालांशस्य प्रारम्भे मङ्गलाचरणस्य सामूहिकं सस्वरगानं भवेत्।
9. पाठानुरूपाभिनयेन पाठ प्रस्तुतिकरणं भवेत्।
10. पाठाधारितं सह-पाठ्यसामग्रीणां (चित्राणि, वस्तूनि, शब्द फलकानि) संग्रहणं करणीयम्।
11. श्रवणं, भाषणं पठनं लेखन चेति, एतेन क्रमेण भाषापाठः करणीयः।
12. प्रत्येक पाठः आचार्येण प्रथमं मौखिकरूपेण उपस्थापनीयः।

छात्राणां कृते निर्देशाः

1. छात्राः संस्कृतस्य अध्ययनं रूचिपूर्वकं कुर्युः।
2. छात्राणां मध्ये संस्कृतभाषया सम्भाषणं करणीयम्।
3. व्याकरणस्य अपि सम्यक् ज्ञानं भवेत्।
4. अन्या संस्कृतपत्रिका अपि पठनीया।
5. कक्षायां नीतिप्रदाः श्लोकाः, सुभाषितानि च स्थापनीयानि।
6. संस्कृत प्रतियोगितायां शिशुसभायां च सहभागिता भवेत्।

अभिभावकानां कृते निर्देशाः

1. संस्कृतसम्भाषणं प्रति स्वपुत्रान् प्रेरयतु।

2. संस्कृतग्रन्थस्य अध्ययनं प्रति प्रेरणीयम्।
3. संस्कृतपत्रिका गृहे आगच्छेत्। स्वयं संस्कृत साहित्यं पठन्तु।
4. बालकः सद्वाक्यानि, वस्तूनां नामानि संस्कृते लिखित्वा भित्तौ स्थापयेत्।

अर्धवार्षिकी परीक्षाः

अप्रैल

'मङ्गलाचरणम्' : 'मङ्गलाचरणम्' इत्यस्य सस्वर वाचनम्। पूर्वं सरस्वतीमातुः ध्यानं कारयतु। उच्चारणाभ्यासं कृत्वा सरलसंस्कृतभाषया भावार्थः अपि वक्तव्यः।
प्रथमः पाठः : 'धीराः बालकाः' इति पाठस्य कथायाः सारः संस्कृतमाध्यमेन वक्तव्यः। धैर्यस्य महत्त्वम् अपि स्थापयितव्यम्। 'क्तवतु' प्रत्ययस्य एकवचनं-बहुवचनं रूपं कण्ठस्थं कारणीयम्।
व्याकरणम् : क्तवतु प्रत्ययान्त कृदन्तपदानां संग्रहः वाक्ये व्यवहारे च। पठ्, लिख्, गम् धातूनां लट्, लृट् लकारयोः अभ्यासः वाक्य प्रयोगः च।
वन्दना : प्रातः स्मरणम्, संस्कृतसरस्वतीवन्दना, भोजनमंत्राः इत्येषां सस्वरवाचनम् मौखिकाभ्यासः च।

मई+जून

द्वितीयः पाठः : 'मित्र-सम्भाषणम्' इत्यस्य पाठस्य अध्यापनम्। छात्राणां मध्ये संवादवाचनं अपि भवेत्। सम्भाषणविषयस्य परिवर्तनं कृत्वा नूतनसंभाषणस्य सृजनम् अपि आवश्यकम्।
व्याकरणम् : अस्, कृ, गम् एतेषां धातूनां लट्, लङ्, लकारयोः एकवचने-बहुवचने च प्रयोगः। बालक, लता शब्दरूपद्वयोः स्मरणं कारणीयम्।
वन्दना : एकतामंत्रस्य, वंदेमातरम् इत्यस्य सस्वरं उच्चारणाभ्यासः।
तृतीयः पाठः : 'भग्नः पिष्टघटः' पूर्वं मौखिकरूपेण कथासारः सरलभाषया वक्तव्य। तत्पश्चात् पाठनं भवेत्। आदर्शवाचनम् अपि कारयेत्। 'अतिलोभः न कर्त्तव्यः' इत्यस्मिन् विषये संदेशं अपि दातव्यम्।
व्याकरणम् : लट्-लृट् लकारयोः विशेषरूपाणि अपि कण्ठस्थं कारणीयम्।

जुलाई

चतुर्थः पाठः : गीतम् 'नैव क्लिष्टा न च कठिना' इति गीतस्य सस्वरगानम्। सरल-संस्कृतभाषया गीतस्य भावार्थः वक्तव्यः। संस्कृतभाषयाः महत्त्वम् अपि छात्राणां मध्ये कथनीयम्। संस्कृतग्रन्थानां ज्ञानमपिआवश्यकम्।

व्याकरणम् : भू, पठ्, लिख् धातूनांरूपाणि लट्, लङ्, लृट् लकारेषु कण्ठस्थं कारणीयम्। मुनि, नदी शब्दरूपद्वयोः उच्चारणाभ्यासः विभक्तिनांज्ञानम् अपि दातव्यम्।

वन्दना : एकात्मतास्तोत्रम्- एकतः दशश्लोकपर्यन्तं, गीतासारः - एकतः पञ्चश्लोकपर्यन्तं सर्वेषां श्लोकानां सस्वर वाचनम्।

पञ्चमः पाठः : 'तृतीया विभक्तिः' इत्यस्य प्रयोगः अभिनयमाध्यमेन भवेत्। प्रथमं स्वयं वाक्यं वदतु अनन्तरं प्रश्नः प्रष्टव्यः। कः, केन, कया इति आधारेण वाक्यनिर्माणस्य अभ्यासः।

व्याकरणम् : तृतीया विभक्तौ शब्दरूपाणामभ्यासः।

अगस्त

षष्ठः पाठः : 'अहो! विस्मरणशीलता' इत्यस्य पाठस्य अध्यापनं अभिनयमाध्यमेन भवेत्। पात्रपरिचयं कारयित्वा संवादवाचनं भवेत्। सह, विना, एव अव्ययपदैः अधिकाधिकं वाक्य- निर्माणस्य अभ्यासः भवेत्।

व्याकरणम् : कर्ता, कर्म, क्रिया आधारित वाक्यानां प्रयोगः।

वन्दना : गीतासारस्य षष्ठतः दशपर्यन्तं श्लोकानां सस्वरवाचनम्। स्पष्ट उच्चारणाभ्यासः अनन्तरं रटनाभ्यासः (कण्ठस्थाभ्यासः) लेखनकार्यञ्च।

सप्तमः पाठः : 'रविवासरे कुत्र गमिष्यति?' इत्यस्य पाठस्य अध्यापनं साभिनयं भवितव्यम्। अस्मिन् पाठे क्त्वा, ल्यप् प्रत्ययोः प्रयोगः अस्ति। विशेषरूपाणि कण्ठस्थं कारणीयम्। उदाहरणं दत्त्वा छात्र मुखात् अपि उच्चारणं कारयेत्।

व्याकरणम् : क्त्वा, ल्यप् प्रत्ययोश्च वाक्ये प्रयोगः। कर्ता, कर्म, क्रिया-आधारित वाक्यानां प्रयोगः।

वन्दना : सुभाषितम्-प्रथमतः पञ्चश्लोकपर्यन्तं, एकात्मतास्तोत्रम्- एकादशतः विंशतिश्लोकपर्यन्तं सर्वेषां श्लोकानां सस्वर उच्चारणाभ्यासः।

सितंबर *पाठ्यपुस्तकः - पठित पाठस्य पुनराभ्यासः।*

अर्धवार्षिकी परीक्षाः हेतुः अध्यापितपाठानां पुनराभ्यासः।

वार्षिकी परीक्षाः

अक्टूबर

अष्टमः पाठः : 'सुभाषितानि' इत्यस्य पाठस्य सस्वरवाचनम्। व्यक्तिगतं सामूहिकञ्च उच्चारणाभ्यासः। सरलसंस्कृतभाषया अर्थः अपि वक्तव्यः। श्लोकानां रटनाभ्यासः अपि भवितव्यः।

नवमः पाठः : 'कः बलवान्?' अस्याः कथायाः पूर्वं मौखिकरूपेण वाचनं भवेत् अनन्तरं पाठः पाठनीयः। पाठाधारितं अभ्यासकार्यम् अपि अधिकाधिकं भवेत्। पाठस्य शिक्षा अपि वक्तव्या।

व्याकरणम् : कर्ता, कर्म, करण, सम्प्रदानकारकाणां ज्ञान प्रदानम्। दा- ददाति, दाण्-यच्छति-इत्यनयोः आधारेण वाक्यानां प्रयोगः। अस्मद्, युष्मद्, शब्दरूपम्।

क्रियाकलापः : श्लोकान् सुन्दरेषु अक्षरेषु लिखित्वा कक्षायां टङ्कनस्य प्रयासः करणीयः।

वन्दना : 'एकात्मतास्तोत्रम्'- अवशिष्टाः श्लोकाः सर्वेषां श्लोकानां सस्वरं उच्चारणाभ्यासः।

द्रष्टव्यः : 'सुभाषितानि' आधृत्य सुलेख प्रतियोगितायाः आयोजनं आवश्यकम्।

नवंबर

दशमः पाठः : 'वस्तु-प्रदर्शिनी' पाठाधारेण प्रदर्शिन्याः आयोजनं कक्षायां अपि कर्तुं शक्यते। पाठस्य अध्यापनं संवादवाचनं कारयित्वा भवेत्।

व्याकरणम् : 'तद्' सर्वनाम शब्दरूपस्य रूपाणि त्रिषु लिङ्गेषु पाठनीयः अभ्यासं च कारणीयः। अपादान, संबंध, अधिकरण कारकैः वाक्य प्रयोगः कारयितुं शक्यते।

वन्दना : 'गीतासारः'- एकादशतः पञ्चदशश्लोकपर्यन्तम्, सुभाषितम्- षड्तः दशश्लोकपर्यन्तम्। सर्वेषां श्लोकानां सस्वर वाचनम्। स्पष्टउच्चारणा-भ्यासः रटनाभ्यासः, स्मरणादिकार्यञ्च।

क्रियाकलापः : नित्योपयोगी वस्तूनां फलकस्य (चार्ट) निर्माणं कृत्वा गृहे विद्यालये वा टङ्कनं करोतु।

दिसंबर

एकादशः पाठः : 'स्वामी विवेकानन्दः' इत्यस्य पाठस्य कथासारः पूर्वं मौखिकरूपेण वक्तव्यः अनन्तरं पाठः पाठनीयः। पाठनसमये विवेकानन्दस्य चित्रमपि भवेत्। छात्राः अन्येषां महापुरुषाणां जीवनी अपि संस्कृतभाषया वदेयुः।

द्वादशः पाठः : 'विज्ञानस्य आविष्काराः।' पाठस्य माध्येन विज्ञान विषये रूचिजागृत करणीयः। प्रश्नोत्तर कार्यं।

व्याकरणम् : पठ्, गम्, लिख् धातूनांरूपाणि पञ्चषु लकारेषु उच्चारणीयः अभ्यासः च कारणीयः। कारकाधारितं अनुवादः अपि कारणीयाः।

वन्दना : 'गीतासारस्य' अवशिष्टाः श्लोकाः। सर्वेषां श्लोकानां स्पष्टं सस्वरं च उच्चारणाभ्यासः।

क्रियाकलापः : विवेकानन्दस्य विषये संस्कृतसंभाषणं प्रतियोगितायाः आयोजनं अवश्यमेव भवेत्।

जनवरी

त्रयोदशः पाठः : 'दीपावलिः।' पाठस्य आधारेण अन्य त्योहारस्य कथा सरल-भाषया वक्तव्यः। महत्त्वं अपि कथनीयं। प्रश्नोत्तर कार्यं।

व्याकरणम् : संज्ञा, सर्वनाम, क्रियाधारितं पर्यायविलोमपदानां च अवबोधनम्।

वन्दना : सुभाषितस्य सर्वेषां श्लोकानां सस्वरं उच्चारणाभ्यासः।

फरवरी+मार्च

चतुर्दशः पाठः : 'प्रहेलिकाः।' प्रथमं प्रहेलिका स्वयं वदतु अनन्तरम् सर्वेषां सस्वर वाचनम्। पुनश्च प्रहेलिका स्वयं वदतु अनन्तरम् उत्तरम् प्रष्ट्व्यः।

व्याकरणम् : कारकस्य विभक्तेः च विशेषाभ्यासः। स्वरसन्धेः अपि सामान्यरूपेण ज्ञानप्रदानम्।

वन्दना : एकात्मतास्तोत्रम्; सुभाषितम्; गीतासारः; एकता मंत्रस्य पुनराभ्यासः।

पाठ्यपुस्तकः पठित पाठस्य पुनराभ्यासः।

वार्षिकी परीक्षाः हेतुः अध्यापितपाठानां पुनराभ्यासः।

ENGLISH

Instructions For Teachers

1. A Teacher should try to teach the students proper cursive writing.
2. Each and every word should be pronounced correctly.
3. Maximum involvement of students in classroom study should be prioritised.
4. Teacher must speak english in English Classes.
5. Teachers should use proper actions to express every word and sentence with proper sound effect.
6. Proper teaching aids must be used by the teacher.
7. Poem should be taught rhythmically.

8. Teachers should use comprehension passages from the prescribedbook.

Instructions For Guardians

1. Guardians should encourage to use maximum English words and sentences at home.
2. Help the children learn the meaning and spelling with the help of a dictionary.
3. Make the students do one page writing daily in cursive.
4. Create English environment at home.
5. Sit with your children at least two hours daily.

Instructions For Students

1. Read the lessons with proper pronunciation.
2. Memorize the spelling and meaning of new words everyday.
3. Write beautifully one page daily.
4. Speaking practice at least one hour with your elder.
5. Directions given by the teachers must be followed perfectly.

Halfyearly (Term-I) Examination

[APRIL]

Text Book : **Chapter-1-** Mother- Poem (Page- 04 to 08)

Grammar : Parts of Speech. Practice work to be solved.

Paragraph : Holi.

[MAY]+[JUNE]

Text Book : **Chapter-2-** The Puppet- Story (Page-97-16)
Chapter-3- The Story of a Coin- Essay (Page-17-23)
Chapter-4- Birthday Party- Story (Page-24 to 30)

Grammar : Kinds of Noun. Formation of abstract Nouns, Practice work to be solved. Kinds of Gender. Practice work to be solved.

Application : Write an application to the principal requesting him to grant you 5 days leave.

Paragraph : Your Classroom.
Conversation : Reading practice of Chapter-1 & 2.

[JULY]

Text Book : **Chapter-5-** I Float My Paper Boats- Poem. (P- 31 to 35). **Self Assessment-I** (Page-36 to 37) **Chapter-6-** True Friends- Story. (Page-38 to 45) **Chapter-7-** Jagdish Chandra Bose- Biography (Page- 46 to 52)
Grammar : Numbers, Kinds of Number, Ways of forming, Plurals from Singulars. Practic work to be solved.
Paragraph : Your Mother/Father.
Translation : Based on Present Tense.
Conversation : Practice of speaking imperative sentences.
Activity work : Prepare a chart paper containing words and their meanings given in unit 1 & 2. Practic of questions answer is a must.

[AUGUST]

Text Book : **Chapter- 8-** The Dream- Story- (Page-53 to 60).
Chapter- 9- The Town Child- Poem (Page-61 to 66)
Chapter-10- Nachiketa- Story (Page-67 to 74).
Grammar : Case : Kinds of Case & Practice work. Pronoun, Kinds of Pronoun, Practice work.
Paragraph : The Elephant.
Letter : Write a letter to your mother asking for some home-made sweets.
Conversation : Reading practice of Chapter-3.

[SEPTEMBER]

Text Book : **Self Assessment-II** (Page- 75 and 76)
Revision of Chapter-1 to 10.
Grammar : Practice of Text paper 'A' (Page-112 - 115)
N. B.: Past simple and past continuous only.

Revision for Halfyearly Examination.

Annual (Term-II) Examination

[OCTOBER]

Text Book : **Chapter-11-** Gautama Buddha- Biography (P-77 to 84)
Grammar : Adjective, Comparison of Adjective. Practice Work to be solved.
Paragraph : Durja Puja.
Translation : Based on 'Past Tense.'
Conversation : Reading Practice of Chapter-4, 5 & 6.
N. B. : Past perfect and past perfect continuous tense.
Activity Work : Make a timetable for you to follow.

[NOVEMBER]

Text Book : **Chapter-12-** Veer Hanuman- Play (Page-85 to 93)
Chapter-13- Education- Poem (Page-94 to 97)
Chapter-14- Golden Deer- Story (Page-98 to 105)
Grammar : Conjunction & Preposition. Practice Work.
Paragraph : Diwali.
Translation : Based on 'Future Tense.'
Conversation : Reading practice of Chapter-7, 8 & 9.
N. B. : Simple Future and Future Continuous.

[DECEMBER]

Text Book : **Chapter-15-** The Whale- Essay (Page-106 to 112), **Self Assessment-III** (Page-113 to 114) **Chapter- 16-** Right Decision- Story- (Page-115 to 122) **Chapter-17-** Cleanliness- Poem (Page-123 to 127)
Grammar : Time and Tense, Verb forms- Practice work.
Paragraph : Your School.
Letter : Write a letter to your father/mother asking for money.
Translation : Practice of Translation taught previously.
Conversation : Reading practice of Chapter- 10 & 11.

[JANUARY]

Text Book : **Chapter-18-** The Clever Jackal- Story (Page-128 to 135)
Chapter-19- The Book of Nature- Letter (P-136 to 141)

Grammar : Sentence, Subject-Verb-Agreement.

Translation : Based on question making.

Conversation : Reading Practice of Chapter- 12 & 13.

Activity work : Prepare Comprehension Practice from lesson Homework.

[FEB.]+[MARCH]

Text Book : **Chapter-20-** Dadhichi- Picture Story (Page-142 to 150).
Self Assessment-IV (Page-151 to 152)

Grammar : Practice of Test Paper- B & C.

Application : Write an application to your principal for leave to attend your sister's/brother's marriage.

Conversation : Reading Practice of Chapter- 14 & 15.

Revision for Annual Examination.

गणित

आचार्यों एवं भैया-बहनों के लिए निर्देश

* पाठ्यक्रम को दो खंडों में विभाजित किया गया है।
* प्रत्येक सावधिक परीक्षा के लिए अलग-अलग पाठ तय किए गए हैं, इसका अद्यतन अध्ययन आपके अध्ययन एवं अध्यापन विकास में सहायक होगा।
* प्रत्येक लिखित परीक्षा में इससे ही प्रश्न पूछे जाएँगे। फिर भी इसे आधार मानकर इससे संबंधित अन्य जानकारियाँ भी अपेक्षित हैं जो आपके ज्ञान भंडार को बढ़ाएगा और इस पर आधारित प्रश्नों को हल करने में भी सहायक सिद्ध होगा।
* पाठ का विभाजन पुस्तक के अंदर के अध्याय से पृष्ठ संख्या को आधार मानकर किया गया है। इसी के आधार पर अध्ययन एवं अध्यापन कार्य करें।
* इसका पूर्णरूपेण अध्यापन अपेक्षित है तथा अध्यापन करते समय पाठ्यक्रम में दिए गए निर्देश अवश्य देख लेंगे।
* गणित के सवाल हल करने में सरलता हो इसलिए गिनती, उलटी गिनती, पहाड़ा, ग्यारहाँ-'11 ग्यारहाँ-121...' से '20 ग्यारहाँ 220...' तक बताना, लिखाना एवं याद कराना।

ग्यारहाँ

11 × 11 = 121	12 × 11 = 132	13 × 11 = 143	14 × 11 = 154	15 × 11 = 165
11 × 12 = 132	12 × 12 = 144	13 × 12 = 156	14 × 12 = 168	15 × 12 = 180
11 × 13 = 143	12 × 13 = 156	13 × 13 = 169	14 × 13 = 182	15 × 13 = 195
11 × 14 = 154	12 × 14 = 168	13 × 14 = 182	14 × 14 = 196	15 × 14 = 210
11 × 15 = 165	12 × 15 = 180	13 × 15 = 195	14 × 15 = 210	15 × 15 = 225
11 × 16 = 176	12 × 16 = 192	13 × 16 = 208	14 × 16 = 224	15 × 16 = 240
11 × 17 = 187	12 × 17 = 204	13 × 17 = 221	14 × 17 = 238	15 × 17 = 255
11 × 18 = 198	12 × 18 = 216	13 × 18 = 234	14 × 18 = 252	15 × 18 = 270
11 × 19 = 209	12 × 19 = 228	13 × 19 = 247	14 × 19 = 266	15 × 19 = 285
11 × 20 = 220	12 × 20 = 240	13 × 20 = 260	14 × 20 = 280	15 × 20 = 300
16 × 11 = 176	17 × 11 = 187	18 × 11 = 198	19 × 11 = 209	20 × 11 = 220
16 × 12 = 192	17 × 12 = 204	18 × 12 = 216	19 × 12 = 228	20 × 12 = 240
16 × 13 = 208	17 × 13 = 221	18 × 13 = 234	19 × 13 = 247	20 × 13 = 260
16 × 14 = 224	17 × 14 = 238	18 × 14 = 252	19 × 14 = 266	20 × 14 = 280
16 × 15 = 240	17 × 15 = 255	18 × 15 = 270	19 × 15 = 285	20 × 15 = 300
16 × 16 = 256	17 × 16 = 272	18 × 16 = 288	19 × 16 = 304	20 × 16 = 320
16 × 17 = 272	17 × 17 = 289	18 × 17 = 306	19 × 17 = 323	20 × 17 = 340
16 × 18 = 288	17 × 18 = 306	18 × 18 = 324	19 × 18 = 342	20 × 18 = 360
16 × 19 = 304	17 × 19 = 323	18 × 19 = 342	19 × 19 = 361	20 × 19 = 380
16 × 20 = 320	17 × 20 = 340	18 × 20 = 360	19 × 20 = 380	20 × 20 = 400

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल
इकाई-1- बड़ी संख्याएँ एवं मूल संक्रियाएँ

मई+जून
इकाई-2- महत्तम समापवर्तक एवं लघुत्तम समापवर्त्य
इकाई-3- भिन्नात्मक संख्याएँ
इकाई-4- साधारण भिन्न के जोड़ एवं घटाव

जुलाई
इकाई-5- साधारण भिन्न के गुणा एवं भाग
इकाई-6- दशमलव भिन्न

अगस्त
इकाई-7- प्रतिशत
इकाई-8- लाभ-हानि

विशेष : अभ्यास पत्र- 01 से 06 तक (पृष्ठ-181 से 186)

सितंबर ***अर्धवार्षिक परीक्षा हेतु पुनराभ्यास कराना।***

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर इकाई-9- औसत

इकाई-10- समय (पृष्ठ- 90 से 95 तक)

नवंबर इकाई-10- समय (पृष्ठ- 96 से 100 तक)

इकाई-11- मुद्रा

इकाई-12- लंबाई / तौल / धारिता की इकाई

दिसंबर इकाई-13- ज्यामितीय आकृतियाँ

इकाई-14- परिमाप, क्षेत्रफल एवं आयतन

इकाई-15- चाल, दूरी एवं समय

जनवरी इकाई-16- आँकड़ों का चित्रात्मक निरूपण

फरवरी+मार्च

इकाई-17- अंक नमूना

विशेष : अभ्यास पत्र- 07 से 10 तक (पृष्ठ-187 से 190)

वार्षिक परीक्षा हेतु पुनराभ्यास कराना।

MATHEMATICS

1. Mental Maths and activity time have been attached to every unit.
2. Students must be taught above topics.
3. Questions will also be asked from them.
4. Graph paper must be used while teaching graph.
5. The subject teacher must stress on the students to prepare project.

Note :-Writing, Reading and Memorize Practice of Counting, Table etc from Hindi Medium Maths syllabus.

11 × 11 = 121... to 20 × 11 = 220.... .

Halfyearly (Term-I) Examination

[APRIL]

Chapter-1- Warm Up. (Page- 1 to 3)

Chapter-2- Numbers and Number Names. (Page- 4 to17)

[MAY+JUN]

Chapter-3- Addition and Subtraction. (Page- 18 to 29)

Chapter-4- Multiplication and Division. (Page- 30 to 43)

Chapter-5- Factors & Multiples. (Page- 44 to 55)

First Model Paper-Chapter-2 to 5. (Page-56)

[JULY]

Chapter-6- Common Fractions. (Page- 57 to 87)

Chapter-7- Decimals. (Page- 88 to 110)

Project Work : Write the date of birth of your friends in Roman Numeral on the chart paper.

[AUGUST]

Chapter-8- Money. (Page- 111 to 119)

Chapter-9- Measurement of Length. (Page- 120 to 128)

Second Model Paper- Chapter-2 to 9. (Page- 129 & 130)

[SEPTEMBER] *Revision for Halfyearly Examination.*

Annual (Term-II) Examination

OCTOBER

Chapter-10- Measurement of Weight (mass) (Page-131 to 136)

Chapter-11- Measurement of Capacity. (Page- 137 to 143)

NOVEMBER

Chapter-12- Measurement of Time. (Page- 144 to 155)

Chapter-13- Geometry. (Page- 157 to 174)

Third Model Paper- Chapter-10 to 12. (Page- 156)

DECEMBER

Chapter-14- Perspective View & Net of a 3-D Object.(P.-175-186)

Chapter-15- Perimeter, Area and Volume. (Page-187 to 202)

Project W. - Write 1 to 10 in Hindi, Gujrati, Marathi, Bengali, Panjabi, Kannar, Hindu-Arabik and Roman Numeral on the Chart Paper.

JANUARY

Chapter-16- Patterns. (Page-203 to 214)

Chapter-17- Data Handling. (Page- 215 to 231)

FEB.+MARCH

Chapter-18- Let's Get Ready for Examination. (Page- 232 to 237)

Extra- Put on Your Thinking Cap (Page- 238 & 139)

Fourth (Annual) Model Paper- Chapter-2 to 17. (Page-240 - 241)

Revision for Annual Examination.

विज्ञान

आचार्यों के लिए निर्देश

पाठ्यक्रम के समस्त विषय बाल केंद्रित एवं क्रिया आधारित है। आचार्य बंधुओं से निवेदन है कि विषय वस्तु का ज्ञान बच्चों को पारम्परिक शैली में नहीं कराकर प्रत्यक्षीकरण विधि द्वारा कराया जाए। समुचित शैक्षिक उपकरण का उपयोग अवश्य किया जाए। परियोजना कार्य भी कराना अपेक्षित है।

अभिभावकों के लिए निर्देश

अभिभावकों से अपेक्षा है कि वे भैया/बहनों के पठन-पाठन में प्रत्यक्ष सहयोग दें।

छात्रों के लिए निर्देश

आचार्यों द्वारा दिये गए निर्देशों का पूर्णत: पालन करें। विभिन्न विषय-वस्तु से संबंधित परियोजना कार्य भी अवश्य करें।

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल इकाई–1 : परिवार एवं मित्र

अध्याय –1.1 : संबंध

अध्याय –1.2 : वृद्धि एवं अवलोकन

मई+जून अध्याय –1.3 : पादप

अध्याय –1.4 : वन एवं वनवासी

अध्याय –1.5 : जन्तु

जुलाई अध्याय –1.6 : वन्य जीवों का संरक्षण

अध्याय –1.7 : कार्य और खेल

अध्याय –1.8 : कार्य

अगस्त इकाई–2 : आहार

अध्याय –2.1 : भोजन खराब कब होता है?

विशेष- 1. प्रश्नोत्तर कार्य का अभ्यास

2. कार्य पत्रक क्र०-1, 2 एवं 3 (पृ०-89-91)

सितंबर ***अर्धवार्षिक परीक्षा हेतु पठित पाठों का पुनराभ्यास।***

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर इकाई–3 : आश्रय- घर के प्रकार

नवंबर इकाई–4 : जल

अध्याय –4.1 : जल की उपलब्धता

अध्याय –4.2 : जलीय पौधे एवं जन्तु

दिसंबर इकाई–5 : यात्रा- ईंधन

जनवरी इकाई–6 : **वस्तुओं का निर्माण एवं उपयोग**- खाद्यान्न की उपज

फरवरी+मार्च

विशेष : 1. प्रश्नोत्तर कार्य का अभ्यास

2. कार्य-पत्रक क्र०-4, 5, 6 एवं 7. (पृ०-92-95)

वार्षिक परीक्षा हेतु पठित पाठों का पुनराभ्यास।

SCIENCE

Instruction for the Teachers/Acharya

Subject matter of the lessons are child centred and based on actions. Teachers are requested to teach the lesson by "direct method of teaching" and to use learning by doing policy go elaborate the concept clearly. Always use teaching aids and required experiment must be performed. Project work must be done.

Instruction For Guardians

Guardians should help the children to need the lesson properly.

Instruction For Students

Directions given by teachers must be followed. Project related to different topics should be prepared.

Halfyearly (Term-II) Examination

APRIL — **UNIT-1- FAMILY AND FRIENDS**
- Chapter-1.1 : Relationships
- Chapter-1.2 : Growth and its Observation

MAY+JUN — **UNIT-1- FAMILY AND FRIENDS**
- Chapter-1.3 : Plants
- Chapter-1.4 : Forests and Forest People
- Chapter-1.5 : Animals

JULY — **UNIT-1- FAMILY AND FRIENDS**
- Chapter-1.6 : Conservation of Wild Life
- Chapter-1.7 : Games
- Chapter-1.8 : Work

AUGUST — **UNIT-2- FOOD- When Food gets Spoilt.**

Exercise Work- 1- Question-Answers Practic

2- Worksheet-1, 2 & 3 (Page- 89 to 91)

SEPTEMBER — ***Revision for Halfyearly Examination.***

Annual (Term-II) Examination

OCTOBER — **UNIT-3- SHELTER : Why Different Houses.**

NOVEMB. — **UNIT-4- WATER**
- Chapter-4.1 : Availability of Water.
- Chapter-4.2 : Plants and Animals in Water.

DECEMB. — **UNIT- 5- TRAVEL : Fuel.**

JANUARY — **UNIT-6- THINGS WE MAKE AND DO-**
Growing Food.

FEB.+MARCH

Exercise Work- 1- Question-Answers Practic

2- Worksheet- 4, 5, 6 & 7 (P.- 92 to 95)

Revision for Annual Examination.

सामान्य अध्ययन

ज्ञान भारती-25; गौरवशाली भारत-25; आचार्य शिष्य संवाद-25; नवीन जानकारी-05

आचार्य एवं अभिभावकों के लिए निर्देश **कुल-80 अंक**

प्रतिदिन समाचार सुनना, समाचार-पत्र पढ़ना एवं नवीन खोजों की जानकारी प्राप्त कर भैया-बहनों को देना। आचार्यों द्वारा राष्ट्रीय घटनाक्रम की जानकारी देने का कार्य भी अपेक्षित है।

भैया-बहनों के लिए निर्देश– प्रतिदिन समाचार सुनना, समाचार-पत्र पढ़ना एवं नवीन खोजों की जानकारी कक्षा में आचार्य जी एवं अपने अभिभावकों से लेना।

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल

ज्ञान भारती **–पाठ- 1 –** पुण्य भूमि 'भारत'।
–पाठ- 2 – भारत के राज्य एवं केंद्र शासित प्रदेश।

आ. शिष्य संवाद – प्रथम किरण

गौरवशाली भारत – पाठ-1

मई+जून

ज्ञान भारती **–पाठ- 3 –** भारतवर्ष के महापुरुष।
–पाठ- 4 – भारतीय भाषाएँ
– **ज्ञान परीक्षण-1**
–पाठ- 5 – भारत की फसलें एवं उत्पादन क्षेत्र।
–पाठ- 6 – भारतीय शास्त्रीय नृत्य
–पाठ- 7 – भारत की प्रसिद्ध पुस्तकें एवं उनके लेखक।

आचार्य शिष्य संवाद – द्वितीय एवं तृतीय किरण।

गौरवशाली भारत – पाठ-2, 3 एवं 4

जुलाई

ज्ञान भारती **–पाठ- 8 –** व्यक्तियों से संबंधित स्थान।
– **ज्ञान परीक्षण-2**
–पाठ- 9 – भारत के प्रशिक्षण संस्थान।
–पाठ-10 – भारत के प्रमुख राष्ट्रीय उद्यान एवं अभ्यारण्य।
–पाठ-11 – भारत के बाँध और बहुउद्देशीय परियोजनाएँ।

—पाठ-12 – भारतीय संविधान।
आचार्य शिष्य संवाद – चतुर्थ किरण।
गौरवशाली भारत – पाठ-5 एवं 6

अगस्त

ज्ञान भारती – **ज्ञान परीक्षण-3**
—पाठ-13 – भारत के राष्ट्रपति।
—पाठ-14 – भारत के प्रधानमंत्री।
—पाठ-15 – भारतीय चलचित्र।
– **ज्ञान परीक्षण-4**
आचार्य शिष्य संवाद – पंचम किरण।
गौरवशाली भारत – पाठ-7 एवं 8

सितंबर **आचार्य शिष्य संवाद, गौरवशाली भारत एवं ज्ञान भारती में पढ़ाये गये पाठों का अर्धवार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास कराना।**

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

ज्ञान भारती —पाठ-16 – शरीर विज्ञान।
—पाठ-17 – चिकित्सा एवं स्वास्थ्य विज्ञान।
आचार्य शिष्य संवाद – षष्ठ किरण।
गौरवशाली भारत – पाठ-9

नवंबर

ज्ञान भारती —पाठ-18 – सौरमंडल।
—पाठ-19 – विश्व के महासागर एवं महाद्वीप
—पाठ-20 – शब्द संक्षेप।
—पाठ-21 – महत्त्वपूर्ण दिवस।
– **ज्ञान परीक्षण-5**
आचार्य शिष्य संवाद – सप्तम किरण।
गौरवशाली भारत – पाठ- 10 एवं 11

दिसंबर

ज्ञान भारती —पाठ-22 – प्रमुख पुरस्कार एवं सम्मान।

—पाठ-23 – नोबेल पुरस्कार।
—पाठ-24 – विभिन्न देशों के राष्ट्रीय खेल।
—पाठ-25 – व्यापारिक चिह्न।
—पाठ-26 – व्यापारिक नाम एवं उत्पाद।
– **ज्ञान परीक्षण-6**
आचार्य शिष्य संवाद – अष्टम एवं नवम किरण।
गौरवशाली भारत – पाठ-12 एवं 13

जनवरी

ज्ञान भारती —पाठ-27 – संगणक और इंटरनेट।
—पाठ-28 – प्रमुख ऐतिहासिक स्थल।
आचार्य शिष्य संवाद – प्रश्नोत्तर कार्य एवं पुनराभ्यास।
गौरवशाली भारत – पाठ-14

फरवरी+मार्च

ज्ञान भारती —पाठ-29 – त्योहार
—पाठ-30 – स्वर्णिम तथ्य।
आचार्य शिष्य संवाद – दशम किरण।
गौरवशाली भारत – पाठ-15

आचार्य शिष्य संवाद, गौरवशाली भारत एवं ज्ञान भारती में पढ़ाये गये पाठों का वार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास कराना।

COMPUTER

Theory- 50 Marks + Practical- 30 Marks = 80 Marks

Instruction For Teacher

1. Always entered in classroom with teaching aids.
2. Provide sufficient lab time to each and every student.
3. Motivate to do something extra
4. Clear the concept of all topics/terms of students.
5. Provide three computer classes in a week.

Instruction For Students

1. Always sincere in the class room & lab.

2. Ask more and more questions.
3. Complete your project work properly.

Halfyearly (Term-I) Examination

[APRIL]

Chapter- 1 : **Basic of Computers.** Introduction : Working, Growth & Development of Computer.

Lab : Give Demo of first to fifth generations of computer.

[MAY]+[JUNE]

Chapter-2 : **Computer System.** Introduction : Hardware & Software.

Lab : Show the parts of Input, Output Processing & Peripherals Parts and discuss system & Application Software.

Pro. Work : Make a chart showing the different parts of the Computer System.

Chapter- 3 : **Operating System.**

[JULY]

Chapter- 4 : **Slide Presentation**

Lab : Create folder & Delete folder, To change wallpaper & screen sever, Making slide, Additional slides, Adding text-box, New slide design background opening & exit the presentation.

[AUGUST]

Chapter- 5 : **Animation in Presentation.** Introduction : Feature of Presentation, To insert pictures, To add movie or Sound, Animation and To set timing for a slide show.

Lab : Formating, Editing, Viewing a Presentation.

[SEPTEMBER] ***Revision for Halfyearly Examination.***

Annual (Term-II) Examination

[OCTOBER]

Chapter- 6 : **Algorithm.**

Lab : Demonstrate Algorithm, Steps in problem solving.

[NOVEMBER]

Chapter- 7 : **Introduction to Basic.**

Lab : Define Basic and Q-Basic, How to start Basic & Q-Basic, To open, Save & Run the program.

Project Work : Make a chart showing all the presentation work of slide.

[DECEMBER]

Chapter- 8 : **Figures in Basic.**

Lab : Co-ordinates, Resolution, Text Mode, Graphics & Screen mode & Background colour command.

Project Work : Draw & Define the work of Network (LAN or WAN)

[JANUARY]

Chapter- 9 : **World on Internet.** Introduction : LAN, WAN, MAN.

Lab : Beginning with Internet, email, facebook, Whats App & Multimedia.

[FEB.]+[MARCH]

Lab : Based on Previous Topics.

Revision for Annual Examination.

चित्रकला

वर्णनात्मक : 20 अंक + चित्र निर्माण : 60 अंक = कुल : 80 अंक

आचार्यों के लिए निर्देश

* कोई भी चित्र बनाते समय ध्यान रखें 'पेंसिल का प्रयोग हल्के हाथों से ही करें।'
* संबंधित विषयाचार्य नहीं रहने पर आचार्य जी या दीदी जी भी कुछ चित्रों का अभ्यास घर पर कर लिया करेंगे।

* अभ्यास करने के लिए पेंसिल द्वारा चित्र को देखकर प्रत्येक दिन बनायें।
* बाजार में उपलब्ध विभिन्न प्रकाशनों की पुस्तिकाओं पर भी हमारा ध्यान रहे कि अमुक पुस्तिका में चित्र बनाने के तरीके बताए गए हैं।
* बच्चों को स्वतंत्र चित्र बनाने के लिए प्रेरित करना।
* बच्चों द्वारा बनाये गए चित्रों का निरीक्षण करना।
* 2-बी पेंसिल, मोम रंग, स्केच रंग आदि का प्रयोग कराना।

बच्चों के लिए निर्देश

* सभी भैया-बहन कला से संबंधित आवश्यक सामग्री का ध्यान रखें। जैसे कि- ड्राइंग कॉपी, 2बी॰ पेंसिल (शेडिंग के लिए) वाटर कलर, ब्रस (2 एवं 0 न॰ का), मोम रंग, स्केच रंग आदि का।
* स्वतंत्रतापूर्वक मनोनुकूल चित्र बनाने का अभ्यास करें।
* कठिनाईयों के लिए विषयाचार्य जी से अवश्य संपर्क करें।
* स्वरचित चित्रण कक्षा में लगावें।

निर्देश माता-पिता के लिए

* बच्चों को प्रोजेक्ट कार्य करने के लिए इनकी सहायता करेंगे।

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल

- कला की परिभाषा, उद्देश्य एवं आवश्यकता के बारे में बताना।
- **पृष्ठ**-3-के अनुसार बच्चों को जानकारी देना।
- **पृष्ठ**-4-प्रारंभिक रंगों से द्वितीय रंग बनाने की विधि बताना।

मई + जून

- **पृष्ठ**-5 **एवं** 32-फूलदान, **पृष्ठ**-6-फूल, **पृष्ठ**-7-हमारे राष्ट्रीय प्रतीक तथा **पृष्ठ**-8-दिए गए चित्रों में रंग भरवाना। कला की पुस्तिका में पुन: बनवाना। फूलदान का बड़ा चित्र बनवाकर कक्षा में लगवाना।

जुलाई

- **पृष्ठ**-9-पवन चक्की, **पृष्ठ**-10-डायनासोर, **पृष्ठ**-11- मेंढ़क-मछली तथा **पृष्ठ**-12-दिए गए घर के चित्र को निर्देशित विधि के मन-पसंद रंगों से सजाएँ। अपनी पुस्तिका पर भी बनाकर रंग भरें।

- <u>परियोजना-कार्य</u>- **पृष्ठ**-9 पर दिए गए 'पवन चक्की' का आकर्षक चित्र बनाकर कक्षा में लगाना।

अगस्त

- **पृष्ठ**-13-उपवन, **पृष्ठ**-14-लोमड़ी और अंगूर, **पृष्ठ**-15-बिल्ली की पकड़ तथा **पृष्ठ**-16-जोकर के चित्र को निर्देशित विधि के मनपसंद रंगों से सजाएँ। अपनी पुस्तिका पर भी बनाकर रंग भरें।
- **पृष्ठ**-17-मुखाकृति का चित्रण करवाना, बार-बार अभ्यास कराना। * सभी चित्रों का पुनराभ्यास कराना।
- <u>प्रोजेक्ट वर्क</u>- **पृष्ठ**-12-पर दिए गए 'घर' का सुंदर चित्र बनाकर मोम रंग से रंगवा कर मँगवाना।

सितंबर   अर्धवार्षिक परीक्षा हेतु पुनराभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

- **पृष्ठ**-18-'रानी का चित्रण' से पूर्व नाक, आँख, ओष्ठ आदि बनाने का अभ्यास **पृष्ठ**-19- 'चाचा चौधरी' का चित्र देखकर दूसरे चित्र को पूरा करें तथा निर्देशित मनपसंद रंगों से सजाएँ।

नवंबर

- **पृष्ठ**-20 पर दिए गए 'लड़के' **पृष्ठ**-21-'तितली के पीछे भागती लड़की' **पृष्ठ**-22-चेहरे के भावों को समझ कर निर्देशित रंग भरें। अलग से पुस्तिका पर अभ्यास करें। **पृष्ठ**-23-पर दिए गए नर्तक का चित्र बनाकर निर्दिष्ट रंगों से सजाएँ। अपनी पुस्तिका पर भी चित्रों का अभ्यास करना।
- <u>परियोजना-कार्य</u>- **पृष्ठ**-22 के चित्रों को विशेष रूप से बनवाना एवं कक्षा में लगाना।

दिसंबर

- **पृष्ठ**-24- 'मछलीवाली' का चित्र बनाकर निर्दिष्ट रंगों से सजाएँ। **पृष्ठ**-25- कुएँ से पानी भरकर जाती महिला 'ग्रामीण दृश्य' **पृष्ठ**-26-खेलता बच्चा **पृष्ठ**-27-नौका की सैर का चित्र बनाकर निर्देशित रंगों से सजाएँ। अपनी पुस्तिका पर भी चित्रों का अभ्यास करना।

➡ **<u>परियोजना-कार्य</u>- पृष्ठ-25-'ग्रामीण दृश्य'** का विशेष चित्रण कर अपनी कक्षा में लगावें।

जनवरी

➡ **पृष्ठ-28**-रचना-'फल' का चित्र **पृष्ठ-29**-खरगोश और कछुआ का चित्र बनाकर निर्दिष्ट रंगों से सजाएँ।

फरवरी+मार्च

➡ **पृष्ठ-30** को देखकर **पृष्ठ-31** के रेखाचित्र में पेंसिल से शेडिंग करें।

➡ **<u>परियोजना-कार्य</u>- पृष्ठ-23** पर अंकित नर्तक का चित्र हमारा ऐतिहासिक चित्रण भी है। अत: कार्ड बोर्ड पर इसका सुंदर चित्रण कर इसे रंगें एवं कक्षा में लगावें।

वार्षिक परीक्षा हेतु पुनराभ्यास कराना।

शारीरिक, स्वास्थ्य एवं योग शिक्षा

भैया-बहनों के लिए आवश्यक निर्देश–

1. अनुशासित, चरित्र संपन्न व योग्य नागरिक बनना।
2. व्यायाम भोजन की तरह आवश्यक है, यह ज्ञान प्रतिपादित करना।
3. सामूहिकता एवं सेवा-भाव के गुणों का विकास करना।
4. आचार्य द्वारा दिए गए निर्देशों का पालन करना।
5. कोई भी नयी क्रिया आचार्य जी की देख-रेख में करना व बताये गए कार्यों का विकास करना।
6. नेतृत्व गुणों का विकास करना।
7. विभिन्न अंतर्निहित क्षमताओं व कौशल का विकास करना।
8. इच्छा शक्ति का विकास करना।
9. मार्स पी॰टी॰की व्यवस्था समयानुसार होनी चाहिए।
10. भैया-बहन कक्षा-कक्ष से संचलन करते हुए अपने मैदान में निश्चित जगह पर पहुँचें। आचार्य उनके साथ रहें।

स्वास्थ्य शिक्षा

(अ) <u>नैसर्गिक हलचल</u> (<u>उन्मुक्त क्रिया</u>)– 1. पूर्व कक्षा की पुनरावृत्ति। 2. रस्सी चढ़ना। 3. रस्सी पर लटकना 4. दोनों हाथ एवं दोनों पैर जमीन

पर लगाकर चलना (सील वाक) 5. टेढ़ा-मेढ़ा कूदना (झिक-झाक जंप) 6. दोनों पैर मिलाकर एक साथ आगे कूदना (स्क्वांइट जंप) 7. सूर्य नमस्कार। 8. झुकते हुए दौड़ना (दौड़ते समय क्रमश: दायें-बायें हाथ से जमीन को छूना) 9. ताल पर हाथ और पैरों का व्यायाम करना। 10. समता-दक्ष, आरम्, वामवृत्त, दक्षिणवृत्त, अर्द्धवृत्त, दक्षिण सर, वाम सर, मित काल।

(आ) <u>स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा</u>– 1. शरीर के अंग व उनके कार्य। 2. ऋतुएँ व उसका स्वास्थ्य पर प्रभाव। 3. व्यक्तिगत एवं सामूहिक स्वच्छता। 4. स्वास्थ्य को प्रभावी करने वाले तत्त्व। 5. भोजन एवं उससे संबंधित जानकारी। 6. प्राथमिक चिकित्सा संबंधी ज्ञान। 7. यातायात संबंधी जानकारी। 8. अच्छी आदतें। 9. यम, नियम, आसन व प्राणायाम। 10. व्यक्तिगत आरोग्य।

शारीरिक शिक्षा

तन है जिनका स्वस्थ, हृदय है मस्त, कार्य में व्यस्त,
उनमें विकसित अनुशासन, शौर्य, पराक्रम, साहसिक तथ्य।
यह सब संभव है शारीरिक, खेल और योग के माध्यम से।

आचार्यों के लिए निर्देश

* कार्य की पूर्व तैयारी कर लें। आवश्यक साधन सामग्री जुटा कर रखें। * खेल से पूर्व स्वयं क्रिया करके बालक को समझाएँ। * हर बच्चे को अवसर दें। * तेज क्रिया के बाद शांत क्रिया करवाएँ।

अभिभावक के लिए निर्देश

* अपने शिशु को खेलने-कूदने का अवसर प्रदान करें। * विद्यालय में होने वाले क्रियाकलापों की जानकारी प्रतिदिन लें। * खेल के समय शांति बनाए रखने के लिए प्रेरित करें।

भैया-बहन के लिए निर्देश

* आचार्य/आचार्या के निर्देशों का पालन करें। * खेलते समय झगड़ा न करें। * शांति पूर्वक क्रियाकलापों में भाग लें।

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल

सिद्धान्त : शरीर को स्वस्थ रखने के लिए प्राथमिक आदतों की जानकारी

देना व महत्त्व बताना। यथा- संतुलित दिनचर्या, आहार-विहार, स्वयं की स्वच्छता आदि पर विशेष ध्यान।

ध्यान : माँ सरस्वती, भारत माता एवं 'ऊँ' के चित्र को ध्यानपूर्वक देखना, ध्यान केंद्रित करना एवं मौन बैठने का अभ्यास। किसी भी छोटी वस्तु पर ध्यान केंद्रित करना। 'ऊँ' मंत्र का उच्चारण करना।

योग (यम): सीता, सावित्री, राम, कृष्ण की कहानी कहना एवं सुनना।

पुस्तक : **अध्याय-1**- खेल और व्यायाम की जानकारी देना। आवश्यकता और लाभ बताना।

खेल : मंडल के खेल, सामने की ओर मुँह रखते हुए निश्चित सीमा तक दौड़ कर जाना पुनः उसी स्थिति में पीछे आना।

मई+जून

योग (यम): गुरु गोविंद सिंह, महाराणा प्रताप, भगीरथ, विवेकानंद की कहानी कहना एवं सुनना।

पुस्तक : **अध्याय-2**-शारीरिक शिक्षा **अध्याय-3**-आइये खेलें खेल। अर्थ, परिभाषा एवं महत्त्व बतलाना। अध्याय में दिए गए प्रश्नोत्तर कार्य कराना। खेल का अभ्यास कराना।

ध्यान : 'योग प्रार्थना' एवं 'समाप्ति मंत्र' का शुद्ध-शुद्ध सस्वर अभ्यास कराना।

व्यायाम : विभिन्न संधि योगों की जानकारी देना, लाभ बताना एवं अभ्यास।

खेल : डमरु दौड़, अग्नि चक्र, दीवार युद्ध का अभ्यास, कबड्डी एवं खो-खो का अभ्यास।

जुलाई

प्राणायाम : शौच, स्वाध्याय, आसन, प्राणायाम (पूरक, रेचक, कुंभक), ध्यान आदि की जानकारी देना। लाभ बताकर अभ्यास कराना। संबंधित प्रश्नोत्तर कार्य कराना।

योग (यम): सावित्री, सीता, भगिनी निवेदिता की कहानी कहना।

पुस्तक : **अध्याय-4**-दिनचर्या की जानकारी देना। **अध्याय-5**-योग और योगासन- योग शिक्षा का अर्थ, आवश्यकता, उद्देश्य एवं योग के विभिन्न अंगों की जानकारी देना।

खेल : अभिनययुक्त खेल, नारा लगाने का खेल। लंबी एवं ऊँची कूद अभ्यास।

कर्मयोग : जीवों पर दया करने का भाव विकसित करना-राजा शिवि, महर्षि दधीचि, राजा रघु की कथा के माध्यम से। घर या विद्यालय में पौधों की देखभाल, स्वच्छता तथा अनुशासन का ध्यान रखना।

अगस्त + सितंबर

प्राणायाम : **अध्याय-6**-यम/नियम- अर्थ, आवश्यकता, उद्देश्य एवं महत्त्व की जानकारी देना। **अध्याय-7**-प्राणायाम, बन्धमुद्रा व ध्यान- स्वान श्वसन, शशक श्वसन, दीर्घ श्वसन का अभ्यास।

शुद्धि क्रिया: कुल्ला करने एवं विभिन्न धौती क्रियाओं आदि की जानकारी देना एवं इसे व्यवहार में लाने का आग्रह करना।

योग (यम): वीरता के भाव विकसित करने के लिए कर्ण, भीष्मपितामह, महाराणा प्रताप, लक्ष्मीबाई, दुर्गावती की कहानी कहना एवं सुनना।

व्यायाम : साधन के साथ व्यायाम करना- यथा-डंबल, डाँडिया के साथ उछल-कूद के साथ व्यायाम का अभ्यास।

खेल : प्रदर्शनात्मक खेल- सीने या पीठ का पुल पार करना, पिरामिड बनाना एवं विभिन्न प्रकार की कूद का अभ्यास।

कर्मयोग : पाठ्य-पुस्तक एवं कॉपी पर जिल्द व्यवस्थित करना। मार्ग पार करने में बच्चे, वृद्ध और रोगी की मदद करना।

उपर्युक्त सभी कार्यों का पुनराभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

आसन : कोणासन, पार्श्वकोणासन, पश्चिमोत्तानासन, गोमुखासन और सूर्यनमस्कार का शुद्ध-शुद्ध अभ्यास कराना।

प्राणायाम : भ्रामरी एवं आद्यश्वसन का अभ्यास।

पुस्तक : **अध्याय-8**-आसन- अर्थ, आवश्यकता, महत्त्व एवं लाभ बताना। अभ्यास कार्य कराना।

नवंबर

आसन : भुजंगासन, धनुरासन, पादोत्तान आसन एवं मकरासन का सम्यक् अभ्यास कराना एवं लाभ की जानकारी देना।

प्राणायाम : पृष्ठ-25- नमस्कार मुद्रा, ज्ञान मुद्रा, चिन्मय मुद्रा एवं ब्रह्मजलि मुद्रा का अभ्यास कराना।

योग (यम): तुलसी के पौधे तथा पुष्प के पौधे में जल डालना, उसे साफ रखना एवं तुलसी के पौधे के प्रति सम्मान का भाव रखना।

शुद्धि क्रिया: नाखून, दाँत, जीभ एवं बाल की सफाई। समय-समय पर नाखून एवं बाल कटाना, नाक एवं कान की स्वच्छता, नाक में अँगुली तथा कान में लकड़ी नहीं डालना, रूमाल एवं रुई का प्रयोग करना।

व्यायाम : कमर से आगे-पीछे, अगल-बगल झुकने वाला एवं अंग संचालन वाला व्यायाम कराना।

पुस्तक : **अध्याय-9**-संतुलित आहार और स्वास्थ्य शिक्षा की जानकारी देना। अभ्यास कार्य कराना। **अध्याय-10**-खेल और खिलाड़ी-विषय की जानकारी देना।

खेल : मैदान में नियमानुसार रेखांकन कर कबड्डी, खो-खो, ऊँची कूद, लंबी कूद, दौड़ एवं बाधा दौड़ आदि का अभ्यास कराना।

कर्मयोग : मार्ग में किसी के गिर जाने पर हँसी नहीं उड़ाने एवं उनके उठने में सहयोग करने का आग्रह। प्राथमिक उपचार की जानकारी। आगे-पीछे, अगल-बगल देखकर सड़क एवं रेलमार्ग पार करना।

दिसंबर

आसन : वृक्षासन, गरुड़ासन, वीरभद्रासन, उत्कट आसन तथा सूर्य नमस्कार का अभ्यास।

प्राणायाम : ध्यान-धारणा का अभ्यास।

योग (यम): अहिंसा की जानकारी देना। स्वामी दयानंद, रामकृष्ण परमहंस, महर्षि अरविंद, स्वामी रामतीर्थ, बुद्ध एवं गुरुनानक आदि की कहानी कहना।

व्यायाम : दो-दो एवं चार-चार भैया-बहनों का दल बनाकर आमने-सामने मुख करके व्यायाम का अभ्यास, मंडल में व्यायाम का अभ्यास।

पुस्तक : **अध्याय-11**-लम्बी कूद, ऊँची कूद, मल्ल युद्ध एवं जूडो की जानकारी देना एवं अभ्यास कराना। प्रश्नोत्तर कार्य कराना।

खेल : मल्लयुद्ध- कुश्ती का नियमानुसार अभ्यास। साधन के खेल-बैडमिंटन, कैरम आदि का अभ्यास।

कर्मयोग : अपने आस-पास साफ-सुथरा रखना एवं दूसरे से भी इसका आग्रह।

जनवरी

आसन : सर्वांगासन, हलासन, नावासन (नौकासन), बद्धपद्मासन, तितली आसन आदि का अभ्यास कराना।

प्राणायाम : प्रत्याहार, समाधि (पृ.-18) एवं त्राटक (पृ.-22) का अभ्यास कराना।

योग (यम): ऋषि-महर्षि एवं मुनियों की जानकारी- विश्वामित्र, वशिष्ठ, वाल्मीकि, व्यास, नारद एवं सप्तर्षियों की पूरी जानकारी देना।

शुद्धि क्रिया: आँख, नाक, कान की नियमित सफाई करना, आँखों में पानी का छींटा लगाना, गलगली करना एवं बाल में जू न रहे इसका ध्यान रखना। नियमित सफाई।

व्यायाम : धीमी एवं द्रुत गति का व्यायाम कराना।

पुस्तक : **अध्याय-12**-आइए खेलें खेल खो-खो की जानकारी देना एवं अभ्यास कराना। प्रश्नोत्तर कार्य कराना।

खेल : विभिन्न खेलों के नियम बताकर खेल का अभ्यास कराना। चक्का एवं गोला फेंक, जूडो का अभ्यास। वजन उठाकर दौड़ एवं बोरा दौड़ का अभ्यास।

कर्मयोग : अपने छोटे-मोटे कार्य करने का अभ्यास। यथा- मोजा, गमछा, गंजी एवं जांघिये की सफाई। जूते-चप्पल की सफाई एवं पॉलिस करना। कंघी की सफाई पढ़ने का स्थान साफ-सुथरा एवं स्वच्छ रखना। रात्रि में ईश्वर का नाम लेकर शयन कार्य।

फरवरी+मार्च

पुस्तक : **अध्याय-13**-कबड्डी की जानकारी देना एवं खेल का अभ्यास कराना। प्रश्नोत्तर कार्य कराना।

उपर्युक्त सभी कार्यों का पुनराभ्यास कराना।

संगीत

संगीत हमारी भारतीय संस्कृति की धरोहर है। वेदों में भी इसकी चर्चा की गयी है। सामवेद में संगीत की विद्या दर्शायी गयी है। मीरा, तुलसी, सूर, कबीर, नानक इत्यादि भक्त कवियों ने संगीत के माध्यम से ईश्वर को प्राप्त किया। अतः हम संगीत की विद्या से अछूते न रह जाएँ ऐसा हम सभी भैया-बहनों एवं आचार्यों को इस विद्या को प्राप्त करने का सतत प्रयास करना चाहिए।

माता-पिता की भूमिका– 'संगीत' विद्या भारती का आधारभूत अंग है। इसके अभ्यास से बच्चों का सर्वांगीण विकास होता है। आज समाज में संगीत का महत्त्व तीव्र गति से बढ़ता जा रहा है। दूरदर्शन, रेडियो इत्यादि क्षेत्रों में भिन्न- भिन्न प्रकार के कार्यक्रम प्रस्तुत किये जा रहे हैं। जिससे बच्चों में आत्मविश्वास के साथ-साथ आर्थिक लाभ एवं स्वरोजगार के समुचित अवसर प्राप्त होते हैं।

अत: हम अभिभावकों को भी यह प्रेरणा लेनी चाहिए कि हमारे बच्चों में अगर संगीत विद्या का अंकुरण हुआ है तो यह कैसे पुष्पित और पल्लवित हो ऐसा ध्यान रखकर समयानुसार नित्य अभ्यास कराने में सहयोग दें।

सामान्य निर्देश– **अनमोल शारीरिक स्वास्थ्य एवं योग शिक्षा के अध्याय-14 के आधार पर पाठ्यक्रम–**

अर्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल
1. संगीत की परिभाषा तथा उसका महत्त्व।
2. सप्तक की परिभाषा एवं प्रकार।
3. स्वर की परिभाषा, शुद्ध, कोमल एवं तीव्र स्वरों की पहचान
4. अलंकार क्र॰-1 से तीन तक का अभ्यास।

मई+जून
1. लय एवं ताल की परिभाषा।
2. तबला का सचित्र वर्णन।
3. राग यमन का आरोह, अवरोह एवं पकड़।
4. लय पर आधारित गीत एवं भजन का अभ्यास।
5. ताल दादरा का अभ्यास।

जुलाई
1. कोमल, शुद्ध एवं तीव्र स्वरों का अभ्यास।
2. अलंकार, क्र॰-चार एवं पाँच का अभ्यास।
3. राग यमन में छोटा ख्याल (तीन ताल) के बंदिश स्वर लिपि के साथ अभ्यास।
4. तीन ताल के ठेका का परिचय।
5. **'हिन्दुस्तानी संगीत पद्धति' एवं 'भातखण्डे स्वर लिपि'** बताना एवं प्रश्नोत्तर कार्य कराना।

अगस्त
1. संस्कृत वंदना की स्वर लिपि को बजाने का अभ्यास।
2. राग यमन में छोटा ख्याल के स्थायी के बंदिश के चार-चार मात्रा के चार तान।

3. राष्ट्रगान का सस्वर अभ्यास।
4. राष्ट्रभक्ति एवं सामूहिक गीत का अभ्यास।
5. कहरवा ताल के ठेका का अभ्यास।

सितंबर *सभी अभ्यासों की पुनरावृत्ति करावें।*

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर
1. मंद्र, मध्य एवं तार सप्तक की परिभाषा एवं पहचान।
2. एक प्रसिद्ध संगीतकार का संक्षिप्त परिचय।
3. हिन्दी वंदना का सस्वर अभ्यास।
4. लय पर आधारित एक भजन या गीत का अभ्यास।
5. राग यमन में छोटा ख्याल के बँदिश की स्वर लिपि के साथ अभ्यास।
6. अंतरा के बंदिश के चार-चार मात्रा के चार तान।
7. तीन ताल के ठेका का अभ्यास।

नवंबर
1. राग यमन में प्रारंभिक दो गायन का आलाप। (सरगम एवं आकार की मात्रा में)
2. राग यमन में स्थायी के बँदिश में आठ-आठ मात्राओं की दो ताने।
3. अलंकार क्र॰-छः एवं सात का अभ्यास।
4. **'कर्नाटक संगीत पद्धति' एवं 'पलुस्कर स्वर लिपि'** बताना एवं प्रश्नोत्तर कार्य कराना।

दिसंबर
1. वादी, संवादी एवं विवादी का परिचय।
2. राग यमन में आठ-आठ मात्राओं की दो ताने।
3. दादरा ताल के ठेका को ताली एवं खाली दिखाकर करने का अभ्यास।
4. ताली एवं खाली का परिचय।

जनवरी+फरवरी+मार्च
1. राग यमन में बताए गए तानों का सरगम एवं आकार में करने का अभ्यास।
2. राष्ट्रगान एवं राष्ट्रगीत का अभ्यास।
3. बताए गए बंदिश की तिहाई का अभ्यास।
4. सभी प्रकार के बंदिश को वाद्ययंत्रों पर गाने एवं बजाने का अभ्यास।
5. प्रश्नोत्तर कार्य।

सभी अभ्यासों की पुनरावृत्ति करावें।