सरस्वती शिशु मंदिर, बिहार

केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा परिषद्

पाठ्यक्रम

सत्र : 2025–26

कक्षा : प्रथम

वीर बालक पृथिवी सिंह

प्रकाशक

लोक शिक्षा समिति, बिहार

एम्बेस्सडर पैलेस, कलमबाग चौक, मुजफ्फरपुर–842001

विद्या भारती द्वारा निर्धारित संस्कृत गीत-2025-26

जय महामङ्गले जय सदा वत्सले ।
देवि परमोज्जवले भरत-भू-रूपिणि ।।

हिमगिरि-किरीटिनी सुर-तटिनी-मालिनी ।
जलधि-वलयाङ्किते जय जगन्मोहिनी ।। 1 ।।

भ्रमपटल-हारिणी दुर्मोह-विध्वंसिनी ।
जय सदा शारदे बुद्धि-बल-दायिनी ।।2।।

अखिल-खल-मर्दिनी सुजन-बल-वर्धिनी ।
जय समर चण्डिके रौद्र-तनु-धारिणी ।।3।।

सत्य-सावित्री जय पुण्य-गायत्री जय ।
विमल-सुख-धात्री जय दिव्य-तेजस्विनी ।।4।।

वीरवर-सेविते योगिजन-चिन्तिते ।
देवगण-वन्दिते विश्वहित-कारिणी ।

हमारी संकल्पना

हमें ऐसे बालकों का निर्माण करना है
जिनके चेहरे पर आभा,
शरीर में बल,
मन में प्रचंड इच्छा शक्ति,
बुद्धि में पांडित्य,
जीवन में स्वावलंबन,
हृदय में शिवा, प्रताप, ध्रुव, प्रह्लाद की
जीवन गाथाएँ अंकित हों और
जिन्हें देखकर
महापुरुषों की स्मृतियाँ झंकृत हो उठे।

पाठ्य पुस्तकों की सूची

1.	बाल भारती- भाग-1	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
	हिन्दी सुलेख माला, भाग-2	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
2.	गणित माला, भाग-1	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
	Prachi Mathematics, Part-I	Prachi [India] Pvt. Ltd. N.Delhi
3.	Creative Eng. Reader, Book-I	Vidya Mandir Prakashan, Patna-4
	Fun with Rhymes, Part-III	Vidya Mandir Prakashan, Patna-4
	English Conversation, Book-I	Vidya Mandir Prakashan, Patna-4
	English Writing Copy, Part-I	Vidya Mandir Prakashan, Patna-4
4.	देववाणी संस्कृतम्, प्रथम सर्ग	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
5.	ज्ञान भारती, भाग-1	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
6.	कला पूजन, भाग-2	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
7.	My Computer, Vol-I	Vidya Mandir Prakashan, Patna-4
8.	वंदना	विद्या मंदिर प्रकाशन, पटना-4
9.	गृहकार्य निर्देशिका	सर्व शिक्षा सेवा न्यास, विहार
10.	कॉपी	सर्व शिक्षा सेवा न्यास, विहार

पाठ्यक्रम के क्रियान्वयन हेतु आवश्यक निर्देश

नवीन शैक्षणिक सत्र 2025-26 के निमित्त यह पाठ्यक्रम संप्रेषित है। इसके आधार पर आप अपने भैया-बहनों को उचित रीति से अध्ययन/अध्यापन एवं मार्गदर्शन कर पूर्णरूपेण लाभान्वित होंगे।

- पूरे सत्र में कक्षा अरुण से पंचम की दो परीक्षाएँ- Term-I (अर्द्धवार्षिक) एवं Term-II (वार्षिक) ली जाएँगी।
- कक्षा अरुण एवं उदय के प्रत्येक विषय की लिखित या मौखिक परीक्षा का पूर्णांक 100 होगा।
- कक्षा प्रथम से पंचम 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 पंचम तक की 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-II (वार्षिक) में 80 अंकों की लिखित परीक्षा का पाठ्यक्रम निम्न प्रकार से होगा- कक्षा प्रथम से पंचम तक की वार्षिक (Term-II) परीक्षा में अर्द्धवार्षिक (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।
- निर्धारित पाठ्यक्रम में अंकित प्रश्नों के अतिरिक्त पाठ (अध्याय) के अंदर से भी प्रश्न पूछे जा सकते हैं। इसके लिए संपूर्ण पाठ्यक्रम का समुचित अध्ययन करना उत्तम रहेगा।
- कक्षा अरुण से पंचम तक के प्रत्येक विषय की परीक्षा के लिए परीक्षावधि 2 घंटे की होगी। तथा शारीरिक शिक्षा एवं संगणक के लिए परीक्षावधि 1:30 घंटे की रहेगी।
- 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।

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।

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।

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।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल **निर्देश- सभी मात्राओं की स्पष्ट जानकारी एवं शुद्ध उच्चारण बताना।**

बाल भारती : पाठ-1-'विनती' कविता को गेय बनाकर बताना। याद करवाकर शुद्ध-शुद्ध लिखाना एवं अभ्यास कार्य करवाना।

व्याकरण : बोली और भाषा, वर्ण, ध्वनि, अक्षर, वर्णों का उच्चारण स्थान, वर्तनी (बारहखड़ी) संयुक्त वर्णों की जानकारी देना।

सुलेख : दोनों पंक्तियों में सटाकर सभी वर्णों को लिखवाने का अभ्यास कराये ।

मई+जून

बाल भारती : **पाठ-2-**'अपना देश' **पाठ-3-**'बालक भरत' **पाठ-4-**'बालक पाणिनी' **पाठ-5-**'गाय' का अध्यापन। संयुक्त वर्ण अलग करवाना तथा उन्हें जोड़कर शब्द निर्माण का अभ्यास कराना।

व्याकरण : संज्ञा, सर्वनाम एवं क्रिया पदों की जानकारी देना।

लेख : ग्रीष्म ऋतु।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख पुस्तिका से सुलेख का अभ्यास कराना।

जुलाई

बाल भारती : **पाठ-6-**'पूसी पी गई दूध' **पाठ-7-**'शिवाजी का बचपन' **पाठ-8-**'सफाई' **पाठ-9-**'प्रताप' का अध्यापन। कविता का लयबद्ध वाचन करना एवं करवाना। गद्य एवं पद्य की हल्की जानकारी देना तदनुरूप अभ्यास कार्य।

व्याकरण : लिंग-निर्णय का अभ्यास कराना।

लेख : वर्षा ऋतु।

अनुच्छेद : 'अपने बारे में' दस वाक्य लिखने तथा बोलने का अभ्यास कराना।

सुलेख : सुलेख पुस्तिका से अभ्यास कराये।

आलोक : कक्षाकक्ष में भाषा शुद्ध एवं परिमार्जित हो। कविता का वाचन लयबद्ध कराया और पढ़ाया जायेगा तो भैया-बहन इसे त्वरित हृदयंगम करेंगे।

अगस्त

बाल भारती : **पाठ-10-**'दो भाई' **पाठ-11-**'साँझ हुई' **पाठ-12-**'शेर और खरगोश' का अध्यापन एवं अभ्यास कार्य कराना, कविता याद कराना।

व्याकरण : वाक्य निर्माण का अभ्यास। श्रुतलेख द्वारा संयुक्त वर्ण वाले शब्दों का अभ्यास।

लेख : स्वतंत्रता दिवस।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

ध्यातव्य : वर्णों की मौलिक आकृति का श्यामपट्ट पर अभ्यास कराना ठीक रहेगा।

सितंबर

बाल भारती : पाठ-1 से 12 तक का अभ्सास कार्य कराना।

व्याकरण : श्रुतलेख कराना, अशुद्ध शब्द को शुद्ध कराना। विशेषण की परिभाषा तथा वाक्य में से चुनने का अभ्यास कराना।

लेख : गाय।

सुलेख : शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

बाल भारती : पाठ-13-'बरसात' पाठ-14-'तेनालीराम' का अध्यापन एवं अभ्यास कार्य। कहानी बोलने के लिए कहें।

व्याकरण : संज्ञा, सर्वनाम, क्रिया एवं विशेषण के शब्दों को चुनने का अभ्यास कराना।

लेख : दुर्गापूजा।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

द्रष्टव्य : वाचन, लेखन के दौरान भैया-बहनों को अनुस्वार के महत्त्व को बतायें तथा लिखायें। तालव्य, मूर्धन्य एवं दन्त्य वर्ण का सही उच्चारण बताना श्रेयस्कर होगा।

नवंबर

बाल भारती : पाठ-15-'सही पढ़ाई' पाठ-16-'सोने का पिंजरा' पाठ-17-'दीवाली' पाठ-18-'तैराक' का अध्यापन। कविता याद कराना, सुनना एवं लिखवाना, अभ्यास कार्य।

व्याकरण : शब्दों से वाक्य निर्माण एवं वाक्य शुद्धता का अभ्यास।

लेख : दीपावली।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

दिसंबर

बाल भारती : पाठ-19-'गोल-गोल' पाठ-20-'मित्र लाभ' का अध्यापन एवं अभ्यास कार्य, कविता याद कराना।

व्याकरण : पूर्व के अध्यापित अंशों की पुनरावृत्ति।

लेख : घोड़ा।

अनुच्छेद : अपने प्रिय आचार्य जी अथवा दीदी जी के बारे में दस वाक्य लिखने तथा बोलने का अभ्यास कराना।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

जनवरी

बाल भारती : पाठ-21-'सूर्य की जीत' पाठ-22-'पूर्वांचल की कहानी (बुद्धिमान कछुआ) का अध्यापन एवं अभ्यास कार्य कराना।

लेख : सरस्वती पूजा।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

फरवरी-मार्च

बाल भारती : पाठ-23-'मन शुद्ध हो गया' का अध्यापन एवं अभ्यास कार्य

लेख : होली।

सुलेख : प्रत्येक शनिवार को सुलेख का अभ्यास कराना।

आलोक : भाषा को पुष्ट करने की दृष्टि से व्याकरण एवं उच्चारण के पक्ष पर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है।

वार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास।

संस्कृत

अर्द्धवार्षिकी परीक्षाः

अप्रैल : श्री सरस्वत्यै नमः (पृष्ठ-6)
प्रथमः पाठः -स्वराः (पृष्ठ-7), शब्दानां उच्चारणाभ्यासः, रटनाभ्यासः स्मरणं च। शब्दार्थानाम्- स्मरणाभ्यासः लेखनकार्यम् च।

मई+जून : द्वितीयः पाठः - व्यञ्जनानि (पृष्ठ-8 से 10 तक)
तृतीयः पाठः - संयुक्त व्यञ्जनानि (पृष्ठ-11)
उच्चारणाभ्यासः शब्दार्थानाम् स्मरणं लेखनकार्यम् च।

जुलाई : चतुर्थः पाठः -पदपरिचयः -पुल्लिङ्गपदानि (पृष्ठ-12-15)

अगस्त : पञ्चमः पाठः - पदपरिचयः -स्त्रीलिङ्गपदानि (पृष्ठ-16-18) लेखनकार्यम्।

सितंबर : ***शब्दार्थानाम् स्मरणं लेखनकार्यञ्च।अर्द्धवार्षिकी परीक्षाः हेतुः उपर्युक्त पाठानां पुनराभ्यासः।***

वार्षिकी परीक्षाः

अक्टूबर : षष्ठः पाठः - पदपरिचयः -नपुंसकलिङ्गपदानि (पृष्ठ-19 से 21 तक)

नवंबर : सप्तमः पाठः - गृहोपयोगिवस्तूनि (पृष्ठ-22 से 25 तक)

दिसंबर : अष्टमः पाठः - फलानि च शाकानि, शब्दार्थानाम् उच्चारणाभ्यासः स्मरणं च। (पृष्ठ-26 एवं 27)

नवमः पाठः - क्रियापदानि (पृष्ठ-28 एवं 29)

जनवरी : दशमः पाठः - शरीरस्य अङ्गानि (पृष्ठ-30) शब्दानाम् शब्दार्थानाम् च उच्चारणाभ्यासः स्मरणं च। लेखनाभ्यासः अपि।

फरवरी+मार्च : एकादशः पाठः - संख्या पाठनम् (पृष्ठ-31)
द्वादशः पाठः - वर्णानांपरिचयः (पृष्ठ-32)
उच्चारणाभ्यासः लेखनाभ्यासः स्मरणं च।

वार्षिकी परीक्षाः हेतुः पुनरावृत्ति।

ENGLISH

For Teachers

1. A Teacher should try to increase the capacity of a student in reading and writing both.
2. Each and every word should be pronounced correctly.
3. Each class should be English oriented by the teacher.
4. Teacher should use proper actions to express every word with proper sound effect.
5. Proper teaching aids must be used by the teacher.
6. Writing skill should be improved by regular practice.
7. Rhymes, Poems and Songs should always be sung rhythmically or in chorus.
8. Action of hands and whole body makes rhymes attractive and beautiful. So, be sure, your pupil must adopt it while singing.

For Guardians

1. Guardians should help the children read the lessons correctly. English words should be used at home.
2. Help the children learn the spellings of hard words.

3. Writing practice must be improved by giving writing work everyday in four lines exercise book.
4. Create English environment at home.
5. Sit with your children atleast one hour daily.

For Students

1. Read the lessons with proper pronunciation.
2. Memorize the spellings of difficult words given in each lesson.
3. Writing beautifully everyday at least one page.
4. Speaking practice atleast one hour daily.
5. Directions given by the teachers must be followed.

Halfyearly (Term-I) Examination

APRIL

: Practice of small letters in cursive writing must be done daily. After that words should be written in cursive writing.

Text book : **lesson-1 to 3** with exercises should be taught. Word meaning of difficult words should be written so that the vocabulary might be strong.

Rhymes : **1.** God is Behind **2.** Good Morning- with proper action and clear pronunciation.

Conversation : **1.** Practice of 'Self Introduction' so that they may express themselves.

Writing : Page no.- **3 to 5.**

MAY + JUNE

Text book : **Lesson-4 to 9** with given exercise word meaning of difficult words should be written to enrich the

vocabulary of students.

Rhymes : **1.** Thank you and please **2.** The Moon **3.** Gift- with proper action and pronunciation.

Conversation : **2.** Conversation Practice of 'A Few Polite Sentences'.

Writing : Page no.- **6 to 10.**

JULY

Text book : Lesson- **10 to 14** with exercises. The teacher should teach the students, formation of plural. They should also teach the opposite words other than prescribed lesson. Word meaning of difficult words should be written to enrich the vocabulary. Pronunciation and dictation practice.

Rhymes : **1. For Teachers 2. Sing and Play 3. The Clock** Recitation with action and correct pronunciation.

Conversation : **3.** About family **4.** Introduction between two friends. Practice work of question answer is a must.

Writing : Page no.- **11 to 15.**

AUGUST

: Dictation practice should be done daily and pronunciation practice should also go together.

Text book : Lesson- **15 to 18** should be practiced. Practice of opposite words other than prescribed lesson. Meaning of difficult words should also be taught.

Rhymes : **1.** Fingers Family **2.** Me- with correct pronunciation and action

Conversation : **5.** My House **6.** My Daily Routine- should be taught with correct pronunciation.

Writing : Page- 16 to 19.

SEPTEMBER *Revision for Halfyearly Examination.*

Annual (Term-II) Examination

OCTOBER

: Dictation and writing practice should be done daily.

Text book : Lesson- **19 to 20** should be practised. Teachers must teach the students how to ask questions. Uses of different words in sentences must be taught.

Rhymes : **1.** Bang **2.** Grate Splash- with proper action and creating sound effect.

Conversation : **7.** My school **8.** 'Colours'- with correct pronunciation.

Activity work: Draw the pictures of a letter box and a computer. Practice work of question answer is must.

Writing : Page- **20** to **23.**

NOVEMBER

: Dictation writing practice and pronunciation practice. Word meaning practice should also be done.

Text book : Lesson- **21 to 24.** Teachers should teach students how to ask question and correct pronunciation.

Rhymes : **1.** Name of Days **2.** Post Box- with action and correct pronunciation.

Conversation : **9.** Days of the week **10.** Days of months- with

correct pronunciation.

Writing : Page- **24 to 27.**

DECEMBER

: Dictation and writing practice with question answers must be done.

Text book : Lesson- **25 to 27** practice of reading should be done with correct pronunciation.

Rhymes : **1.** Play and Dance **2.** Worthy Son. With Proper Action.

Conversation : **11.** Conversation between two friends **12.** Works done by people- should be read properly.

Writing : Page- **28 to 31.**

JANUARY

Text book : Lesson- **28 & 29** should be read with correct pronunciation and question answer method should also be used.

Rhymes : **1.** Group song and Dance **2.** Group Song and Play- with proper action.

Conversation : **13.** Remember **14.** Tell me who am I? Should be taught with question answer method.

Writing : Page- **32** and **33.**

FEB.+MARCH

Text Book : Practice work of question-answer is a must.

Activity work: Make a list of difficult spellings.

Writing : Page- **34 to 36.**

Revision for Annual Examination.

गणित

आचार्यों के लिए निर्देश

* पाठ्यक्रम का अध्ययन तो बच्चों को कराया ही जाए साथ-ही-साथ पाठ से संबंधित अन्य जानकारियाँ भी बताएँ।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल : **इकाई-1-** आकार और आकृति की तुलना। (पृ.-5 से 14 तक)
विशेष- गिनती एवं उलटी गिनती का अभ्यास कराना।

मई+जून : **इकाई-2-** एक से बीस तक की संख्याएँ। (पृष्ठ-15 से 32)
इकाई-3- संख्याओं की तुलना। (पृष्ठ-33 से 40)
विशेष-2 से 5 तक के पहाड़े का अभ्यास।

जुलाई : **इकाई-4-** इकाइयों का जोड़। (पृष्ठ-41 से 48)
इकाई-5- इकाई-दहाई का जोड़। (पृष्ठ-49 से 60)
विशेष- (1) अंकों और शब्दों में लिखाना।
(2) 6 से 10 तक के पहाड़े का अभ्यास।

अगस्त : **इकाई-6-** इकाइयों के घटाव। (पृष्ठ-61 से 66)
विशेष- (1) सीधी एवं उलटी गिनती का अभ्यास।
(2) अंकों और शब्दों में लिखाना।
(3) 11 से 15 तक के पहाड़े का अभ्यास।

सितंबर : **विशेष-** (1) सीधी एवं उलटी गिनती का अभ्यास।
(2) अंकों और शब्दों में लिखाना।
(3) 02 से 15 तक के पहाड़े का अभ्यास।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा की दृष्टि से सभी का पुनराभ्यास।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर : **इकाई-7-** इकाई-दहाई के घटाव। (पृष्ठ-67 से 76)
विशेष-16 से 20 तक के पहाड़े का अभ्यास।

नवंबर : **इकाई-8-** इकाई का गुणा (पृष्ठ-77 से 82 तक)
विशेष-2 से 20 तक का पहाड़ा लिखने एवं बोलने का पुनः अभ्यास कराना।

दिसंबर : **इकाई-9-** इकाई से भाग। **इकाई-10-सिक्के** और नोट। (पृष्ठ-83-92)
विशेष-21 से 23 तक का पहाड़ा लिखने एवं बोलने का अभ्यास कराना।

जनवरी : **इकाई-11-** भार-मापन। **इकाई-12-** धारिता मापन। (पृष्ठ-93 से 96 तक)
विशेष- 24 एवं 25 का पहाड़ा लिखने एवं बोलने का अभ्यास कराना।

फरवरी+मार्च
इकाई-13- दिनों के नाम, चिड़ियाघर एवं डाटा हैंडलिंग (पृष्ठ-97 से 100 तक)
Activity Work (सक्रियता/क्रियात्मक)-1 to 4.(पृष्ठ-101-104)
विशेष-2 से 25 तक का पहाड़ा, सीधी और उलटी गिनती लिखने एवं बोलने का अभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास।

MATHEMATICS

Instruction For Teachers :-

5. The subject teacher must stress on the students to prepare project work given in the Syllabus.

Halfyearly (Term-I) Examination

APRIL
Chapter -1 - Shapes and Space (Page-5 to 16)
Math Fun - Page.17
Extra - Counting and Reverse Counting Practice.

MAY+JUNE
Chapter -2 - Numbers from 1 to 9. (Page.18 to 34)
Chapter -3 - Addition. (Page-35 to 44)
Test Paper - TEST-Paper-I- Based on chapters 1 to 3) Page-45
Extra - Table 1 to 5.

JULY
Chapter -4 - Subtraction. (Page.46 to 56)
Chapter -5 - Numbers from 10 to 20. (Page.57 to 67)
Extra - Tables 6 to 10.
Activity Worksheet-1- Representation of 2-digit number.

AUGUST
Chapter-6 - Numbers from 21 to 50. (Page.68 to 74)
Chapter-7 - Numbers from 51 to 100. (Page.75 to 102)
Math Fun-103
Test Paper - II- Based on chapters 4 to 7. Page-104
Test Paper - III- Based on chapters 1 to 7. Page-105
Extra - Tables 11 to 15.
Lab - Roman Numerals- 1 to 10. (Practice)

SEPTEMBER

Revision for Halfyearly Examination.

Annual (Term-II) Examination

OCTOBER+NOVEMBER
Chapter-8 - Multiplication. (Page.106 to 116)
Chapter-9 - Measurement. (Page.117 to 125)
Math Fun-126, More or less - 127
Test Paper - 4- Based on chapters 8 to 9. page-128
Extra - Tables 1 to 15. (Revise- Read and write and memorize practice)
Counting and Reverse Counting Practice- 1 to 100 & 100 to 1.

DECEMBER+JANUARY
Chapter-10 - Time. (Page.129 to 135)
Chapter-11 - Money. (Page.136 to 139)
Extra - Tables 16 to 20.
Lab - Activity-2- Making a Clock.

FEBUARY+MARCH
Chapter-12 - Patterns. (Page.140 to 144)
Chapter-13 - Data Handling. (Page.145 to 147)
Test Paper - V - Based on chapters 10 to 13. page-148
Test Paper - Vi- Based on chapters 8 to 13. page-149
Extra - (i) Tables - 1 to 20 (Read, write and memorize practice)
(ii) Roman numerals 1 to 10. (Read, write and memorize practice)

Revision for Annual Examination.

सामान्य ज्ञान एवं नैतिक शिक्षा

आचार्यों के लिए निर्देश

निर्धारित पुस्तक के अतिरिक्त उपयोगी अन्य जानकारी भी प्रत्येक माह में देने से भैया-बहनों के ज्ञान व क्षमता में वृद्धि।

भैया-बहनों के लिए निर्देश

1. स्वयं का परिचय (भैया-बहनों का नाम, पिता का नाम, पत्राचार का पता) पूछना एवं बताना।
2. अपने-अपने सामान को यथास्थान रखना, कपड़े पहनना एवं उतारना।
3. पुस्तक-पुस्तिका पर जिल्द लगा रहना चाहिए।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल

पाठ- 1- मानव शरीर-विभिन्न अंगों के बारे में जानकारी देना। (पृ.-4-6)

विशेष प्रह्लाद एवं ध्रुव की कहानी सुनाना।

मई+जून

पाठ- 2- अच्छी आदतें। (पृष्ठ-7 एवं 8)

पाठ- 3- फूलों की पहचान। (पृष्ठ-9)

पाठ- 4- फलों की पहचान। (पृष्ठ-10 से 12)

विशेष– i. सरस्वती वंदना, प्रातः स्मरण एवं गायत्री मंत्र बोलने का अभ्यास।
ii. मासिक गीत तथा शांति पाठ याद कराना।
iii. भोजन मंत्र बोलने का अभ्यास कराना।
iv. लव-कुश एवं श्रीकृष्ण-सुदामा की कहानी सुनाना।

जुलाई

पाठ- 5- सब्जियों की पहचान। (पृष्ठ-13 से 15)

पाठ- 6- पशु (जानवर)। (पृष्ठ-16 एवं 17)

विशेष– i. विद्यालय परिसर में मिले वस्तु को खोया-पाया प्रमुख आचार्य जी या दीदीजी के पास जमा करने की प्रेरणा देते हुए ईमानदारी का परिचय दिलाना।
ii. विद्यालय परिसर से घर जाने से पहले अपनी पुस्तक-पुस्तिका, पेंसिल, रबर आदि की जाँच कर लेना।
iii. नाखून एवं दाँतों की सफाई पर ध्यान दिलाना।
iv. एकात्मतास्तोत्रम् के प्रथम से तृतीय श्लोक का मौखिक अभ्यास कराना।
v. श्रवण कुमार एवं आरुणि की कहानी सुनाना।

अगस्त

पाठ- 7- पक्षी। (पृष्ठ-18 एवं 19)

पाठ- 8- कौन-कहाँ रहता है? (पृष्ठ-20)
पाठ के आधार पर अन्य पशु-पक्षी के आवासों की जानकारी देना।

विशेष– i. पौधे एवं वृक्ष लगाने एवं सिंचाई की प्रेरणा देना।
ii. एकात्मतास्तोत्रम् के चतुर्थ एवं पंचम श्लोक का मौखिक अभ्यास।
iii. रक्षाबंधन एवं स्वतंत्रता दिवस के विषय में बताना।
iv. दुर्गापूजा के संबंध में प्रचलित कथा बतलाना।

सितंबर ***अर्द्धवार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास कराना।***

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

पाठ- 9- वाद्ययंत्र। (पृष्ठ-21) अन्य वाद्ययंत्रों के साथ-साथ उनके उपयोग एवं प्रयोग की जानकारी देना।

पाठ-10- यातायात के साधन। अन्य साधनों की भी जानकारी देना। (पृष्ठ-22)

विशेष– i. यातायात के नियमों के पालन की प्रेरणा देना।
ii. किसी भी कार्यक्रम में पंक्तिबद्ध कक्षा से बाहर जाने एवं आने की जानकारी देना। सामान्य व्यावहारिक जानकारी भी देना।
iii. मासिक गीत याद कराना। लिखने का भी अभ्यास कराना।

iv. एकात्मतास्तोत्रम् के प्रथम श्लोक को लिखने का अभ्यास कराना।
v. दीपावली के संबंध में प्रचलित कथा बतलाना।

नवंबर

पाठ-11- वस्त्र। उपयोग में आने वाले सभी प्रकार के एवं सभी मौसम के वस्त्रों की जानकारी देना। (पृष्ठ-23)

पाठ-12- घरेलू उपयोग की वस्तुएँ। अतिरिक्त उपयोगी वस्तुओं की जानकारी देना। (पृष्ठ-24 एवं 25)

दिसंबर

पाठ-13- खेल सामग्री। विभिन्न खेलों की जानकारी देते समय खेलने के नियम, खिलाड़ी, खिलाड़ियों की संख्या आदि की भी जानकारी देना। (पृष्ठ-26)

पाठ-14- हमारे गौरवमणि। कहानी के माध्यम से संबंधित जानकारी देना। चित्र में रंग भरवाना-बड़े आकार में फोटो कॉपी करवाकर देना। (पृ.-27)

विशेष-
i. गाँव, शहर, जिला, कमिश्नरी, राज्य, राजधानी, देश एवं राजधानी की जानकारी देना।
ii. सभी आचार्य जी, दीदी जी, कर्मचारी के बारे में बताना।
iii. अपने राज्य के मुख्यमंत्री एवं राज्यपाल के नाम याद कराना।
iv. एकात्मतास्तोत्रम् के द्वितीय श्लोक को लिखने का अभ्यास कराना।

जनवरी

पाठ-15- संचार के साधन। अन्य साधनों की भी जानकारी देना। (पृष्ठ-28)

पाठ-16- हमारे महापुरुष। चित्र में दिए गए महापुरुषों के बारे में संक्षिप्त जानकारी देना। यथासंभव अपने राज्य के अन्य महापुरुषों की भी जानकारी देना। (पृष्ठ-29)

विशेष-
i. भारत के राष्ट्रपति, उप राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, राष्ट्रीय एवं राजकीय चिह्न, प्रमुख धार्मिक एवं ऐतिहासिक स्थलों की जानकारी देना।
ii. भारत के राज्य एवं राजधानी की संख्या, केन्द्रशासित प्रदेश

की भी जानकारी देना।
iii. एकात्मतास्तोत्रम् के तृतीय श्लोक को लिखने का अभ्यास कराना।

फरवरी

पाठ-17- सप्ताह के दिनों के नाम। अभ्यास कार्य कराना। (पृष्ठ-30)

पाठ-18- वर्ष के महीनों के नाम। अभ्यास कार्य। (पृष्ठ-31 एवं 32)

विशेष-
i. हिन्दी माह के साथ अंग्रेजी माह को मिलाकर बताना।
ii. प्रत्येक हिन्दी माह में मनाये जाने वाले प्रमुख पर्व-त्योहारों की जानकारी देना। गणतंत्र दिवस की जानकारी देना।
iii. उठने, बैठने, चलने, बोलने, खाने आदि की सही जानकारी देना।
iv. एकात्मतास्तोत्रम् के चतुर्थ श्लोक को लिखने का अभ्यास कराना।

मार्च

विशेष-
i. शालीनता, स्वावलंबन, समय-पालन, सत्य, ईमानदारी, व्यवस्थाप्रियता, अनुशासन आदि की पूर्ण जानकारी देना।
ii. सूर्य, चन्द्रमा, तारे आदि की भी जानकारी देना।
iii. एकात्मतास्तोत्रम् के पाँचवें श्लोक को लिखने का अभ्यास कराने के साथ-साथ पाँचों श्लोकों को पुनः लिखने एवं बोलने का अभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास कराना।

इन्द्रिय विकास एवं कला

वर्णनात्मक-20 अंक + चित्र बनाना एवं रंग भरना-60 अंक = कुल अंक-80

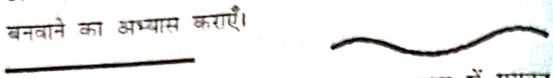
आवश्यक निर्देश

1. कला का ज्ञान देने से पूर्व बच्चों की किताब एवं ड्राइंग कॉपी का निरीक्षण करें।
2. पेंसिल का प्रयोग कैसे करें इसकी जानकारी देना।
3. पृष्ठ संख्या-3 एवं 4 पर दिए गए आवश्यक निर्देशों, प्रयुक्त होने वाली सामग्रियों आदि की भी जानकारी देना।

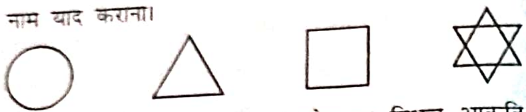
4. पेंसिल का प्रयोग हल्के हाथों से करें तथा रंगने के लिए मोम कलर का प्रयोग करना।
5. चित्र बनाने के लिए बायलॉजी पेपर या कार्डबोर्ड का प्रयोग करना।
6. सप्ताहिक जाँच आवश्यक है।
7. विद्यालय स्तर पर चित्र प्रदर्शिनी लगाना चाहिए।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल
- अभ्यास-1- सरल एवं वक्र रेखा खींचने का अभ्यास कराएँ।
- अभ्यास-2- श्यामपट्ट पर गोल, तिकोण, चौकोण एवं षट्कोण बनवाने का अभ्यास कराएँ।



- कला-पूजन-2–पृष्ठ-3 एवं 4-में दिए गए कला में प्रयुक्त आवश्यक सामग्रियों की सूची, प्रारंभिक एवं द्वितीय रंगों का नाम याद कराना।



- प्रोजेक्ट वर्क-1–अलग-अलग गोल या त्रिभुज आकृति में प्रारंभिक एवं द्वितीय रंग भरवाकर मँगवाना।

मई+जून
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-5, 6, 7 एवं 8-तक सभी चित्रों को बनवाने एवं रंग भरने का अभ्यास कराना।
- ग्रीष्मावकाश में पृष्ठ संख्या-9 एवं 10-में दिए गए 'गुड़िया' एवं 'झोपड़ी और पेड़' का चित्र बनाने एवं रंग भरने के लिए देना। अवकाश बाद चित्रों का निरीक्षण अवश्य करें।

जुलाई
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-11 से 13-'सेब और केला', 'दृश्य चित्र- नदी में तैरती नाव' एवं 'कमल के फूल' का चित्र बनवाना। उपयुक्त रंगों को भरना।

- प्रोजेक्ट वर्क-2–पृष्ठ-10-'झोपड़ी और पेड़' का चित्र बनाना एवं उचित रंगों से भरवाना।

अगस्त
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-14-'बतख' का चित्र बनवाने का अभ्यास कराना एवं निर्देशित रंगों से रंगवाना।

सितंबर
- प्रोजेक्ट वर्क-3–मनपसंद चित्र को बनवाकर एवं रंग भरवाकर मँगवाना।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-15-'नाव' का चित्र बनाने का अभ्यास कराना।

नवंबर
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-16 से 18-'प्रकृति-चित्रण', 'पाल नौका' एवं 'दृश्य-चित्रण' बनवाना एवं रंग भराना।
- प्रोजेक्ट वर्क-4–'पाल वाली नौका' एवं 'दृश्य चित्रण' को विशेष रूप से बड़े कार्डबोर्ड पर बनवाकर कक्षा में लगाना।

दिसंबर
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-19 से 21-में 'झोपड़ी', 'घड़ा' एवं 'जलपरी' का चित्रण करवाना एवं रंगों से सजाना।
- प्रोजेक्ट वर्क-5–एक घड़ा का चित्र बनवाकर सितारे या चमकीले बुरादे से सजाकर मँगवाना।

जनवरी
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-22 एवं 23-'हाथी' एवं 'लड़के' का चित्र बनाने एवं रंग भरने का अभ्यास कराना।

फरवरी–मार्च
- कला-पूजन-2–पृष्ठ-24-'हवाई जहाज' का चित्र बनवाना एवं रंग भरने का अभ्यास कराना।
- प्रोजेक्ट वर्क-6–'राष्ट्रीय ध्वज, भगवा ध्वज, पहाड़ के पीछे उगते सूर्य या सूर्यास्त' का चित्रण करवाना।

वार्षिक परीक्षा की दृष्टि से पुनराभ्यास कराना।

Book's Name : My Computer, Vol-I

Term -I (Half Yearly)

2024 - 25

APRIL	: Chapter-1	Nature of Computer
MAY + JUNE	: Chapter-2	Compu Friend
JULY + AUGUST	: Chapter-3	Part of Computer
SEPTEMBER	: Revision of all Previous Chapters.	

Term -II (Annual)

OCTOBER	: Chapter-4	Rules of Lab
NOVEMBER	: Chapter-5	Clicks of Mouse
DECEMBER	: Chapter-6	Key board
JANUARY	: Chapter-7	Kea Coloring
FEBRUARY + MARCH	: Revision of all Previous Chapters Term-I and Term-II.	

●●●

स्वास्थ्य एवं शारीरिक

अभिभावकों के लिए सूचना

हलचल करना बच्चों की स्वाभाविक प्रवृत्ति है। बच्चा जन्म से हलचल करना प्रारंभ करता है और यह हलचल करने की प्रक्रिया जीवन के अन्तिम क्षण तक चलती है। बच्चों की शारीरिक वृद्धि एवं विकास खेल के माध्यम से ही होता है। खेल बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए अति आवश्यक है। खेल के द्वारा बच्चों का शारीरिक, मानसिक, नैतिक, बौद्धिक, सामाजिक सभी प्रकार का विकास होता है और बच्चों में अनुशासन और सामूहिक कार्य करने का भाव जागृत होता है। खेल के द्वारा बच्चे स्वस्थ तो रहते ही हैं साथ-साथ प्रतिस्पर्धा, साहस, चपलता, सतर्कता आदि गुणों का विकास भी होता है। बच्चों की सुप्त गुणों का विकास भी खेल के माध्यम से होता है।

अत: अभिभावक वृंद से अपेक्षा है कि वे अपने बच्चों को खेल एवं शारीरिक क्रियाओं के लिए प्रेरित करें। बहुत खेलते हो या खेलना नहीं चाहिए ऐसा कह कर हतोत्साहित नहीं करना चाहिए।

आचार्यों के लिये सूचना

1. शारीरिक शिक्षा का अभ्यासक्रम सुचारू रूप से चल सके इस हेतु निश्चित कालांश पूर्व में ही तय कर लिया जाय। कक्षा में- सप्ताह में तीन कालांश।
2. खेल हेतु 'बच्चों के खेल' (विद्या भारती प्रकाशन) पुस्तक का उपयोग किया जा सकता है।
3. भोजन के तुरंत उपरांत कठिन शारीरिक शिक्षा का उपयोग न किया जाय।
4. खेल का मैदान स्वच्छ होना चाहिए।
5. शारीरिक शिक्षा हेतु योग्य साहित्य की व्यवस्था करना।
6. भैया-बहनों की शारीरिक क्षमता की दृष्टि से शारीरिक क्रियायें करायी जाय।
7. शारीरिक क्रियाओं द्वारा उन्हें उल्लाषित किया जाय ताकि उनमें थकान न आए।
8. शरीर संचालन के माध्यम से भैया-बहनों में अनुशासन की भावना आए जैसे चलना, बैठना, दौड़ना आदि।
9. बच्चों का स्वास्थ्य परीक्षण प्रत्येक सत्र में अवश्य हो।

10. समय-समय पर अंतर्राष्ट्रीय खेलों के नियम एवं मानकों की जानकारी बच्चों को देते रहना चाहिए।
11. शारीरिक क्षमताओं के आधार पर बच्चों को तीन वर्ग में बाँटना चाहिए :-
   (क) प्रथम से पंचम तक (शिशु वर्ग)
   (ख) षष्ठ से अष्टम तक (बाल वर्ग)
   (ग) नवम एवं दशम (किशोर वर्ग)
12. शारीरिक शिक्षा का महत्त्व अपने सहकर्मियों व भैया-बहनों को भी समझाना चाहिए।
13. प्रत्येक कक्षा में उनका व्यक्तिगत निरीक्षण अवश्य हो। जैसे- नाखून, बाल, वेश, दाँत आदि।
14. किसी कार्य एवं शारीरिक क्रियाओं को करवाने हेतु पहले बताना, फिर दिखाना बाद में करवाना।
15. किसी भी स्थिति में बहुत देर तक नहीं रखना। कार्य समाप्ति के बाद आरम् एवं स्वस्थ: की आज्ञा देना।
16. इन सारे कार्यों हेतु मैदान होना आवश्यक नहीं है। सुविधा अनुसार कक्षा-कक्ष में भी किया जा सकता है।
17. जहाँ मैदान उपलब्ध है वहाँ 100 मी॰, गोला फेंक, लंबी कूद और एक मुख्य खेल की परीक्षा लेना अनिवार्य है।
18. जहाँ मैदान नहीं है वहाँ छोटी दौड़ (शटल रन), एक मिनट रस्सी कूद, बैलेन्स (सेकेंड में) सीर अप, पुश अप आदि की परीक्षाएँ लेनी चाहिए। अन्यथा कहीं पास के मैदान में उपरोक्त परीक्षाएँ ली जा सकती हैं।

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 दिये गये निर्देशों का पालन करना।
5. कोई भी नयी क्रियाएँ आचार्य की देख-रेख में करना व बताये गये 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 पहुँचे। आचार्य उनके साथ रहें।

शारीरिक शिक्षा का उद्देश्य

1. शारीरिक क्षमता का विकास करना।
2. कौशल्य का विकास करना।
3. मनोरंजन का विकास।
4. स्नायु एवं मज्जा तंत्र का समन्वय एवं विकास।
5. खाली समय का सदुपयोग।
6. राष्ट्रीय भावना का विकास।
7. इच्छा शक्ति का विकास।
8. नेतृत्व गुणों का विकास।
9. सामाजिक एवं चारित्रिक विकास।
10. 'शरीर माद्यं खलु धर्म साधनम्' इस भाव का बोध कराना। स्वस्थ्य शरीर में स्वस्थ मन का वास होता है।
11. विभिन्न संवेगों को उचित दिशा देना।
12. सुगठित शरीर का निर्माण करना।
13. स्वस्थ शरीर हेतु पौष्टिक आहार का उपयोग।
14. स्पर्धात्मक गुणों का विकास।
15. बच्चों को स्वास्थ्य के बारे में जानकारी देना।
16. व्यक्तिगत एवं वातावरण स्वच्छता की जानकारी।
17. शरीर की सुयोग्य स्थिति व हलचल के विषय में जानकारी।

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

(अ) <u>नैसर्गिक हलचल</u> (उन्मुक्त क्रिया)

1. दौड़ना - हाथ ऊपर, हाथ बाजु में, हाथ सामने, मंडल में दौड़ना
2. हाथ गोलाकार घुमाना-आगे से पीछे एवं पीछे से आगे
3. घुटना उठाकर जगह पर दौड़ना (एक ही स्थान पर)
4. एक पैर पर दौड़ना फिर दूसरे पैर पर दौड़ना
5. झुककर दौड़ना
6. दोनों हाथ कमर पर रखकर कूदते हुए आगे जाना
7. समता-दक्ष, आरम्, दक्षिण वृत, वाम वृत

(आ) <u>खेल</u>

1. खट्टे- अंगूर, खरगोश और कछुआ, मूर्ख कबूतर आदि।
2. नारे के खेल- हर-हर बम-बम, 1-2-3-4, हाथी-घोड़ा-पालकी.
3. समूह खेल- शक्ति परिचय, जमीन पर पीठ लगाना।
4. सतर्कता के खेल-मूर्ति, बाल्टी में गेंद फेंकना, गेंद पास करना।

(इ) <u>स्वास्थ्य शिक्षा</u>

1. स्वच्छता हेतु बच्चों को जानकारी देना, जैसे- दाँत, हाथ, आँख, नाक, नाखून, त्वचा, स्नान, बाल आदि
2. आहार संबंधी जानकारी- भोजन में हरी सब्जी का प्रयोग। दूध, फल आदि। बाहरी एवं तेलमय भोजन न करना। खुले भोजन का उपयोग न करना।
3. स्वच्छ वेश पहनना व कक्षा-कक्ष को स्वच्छ रखना।

योग शिक्षा

अर्द्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल

सिद्धान्त : शरीर को स्वस्थ रखने के लिए प्राथमिक आदतें, दिनचर्या, आहार-विहार, स्वच्छता की जानकारी देना।

आसन : ताड़ासन, सिंहासन।

ध्यान : ॐ का उच्चारण (2:1, 2:2, 1:3 के अनुसार)

शुद्धि क्रिया : शौच व दन्त धौति की जानकारी।

मई+जून

आसन : उष्ट्रासन।

ध्यान : मौन ध्यान का अभ्यास।

शुद्धि क्रिया : तालु धौति।

जुलाई

आसन : वज्रासन, पादहस्तासन का अभ्यास।

ध्यान : ज्ञान मुद्रा में ॐ उच्चारण का अभ्यास।

शुद्धि क्रिया : जिह्वा मूला धौति।

अगस्त

आसन : पद्मासन, मकरासन का अभ्यास।

ध्यान : श्वसन क्रिया पर ध्यान।

यौगिक खेल : मौन का खेल, ॐ का उच्चारण करते हुए मंडल में खेलना।

सितंबर

आसन : किए गए आसनों का पुनराभ्यास।

ध्यान : चित्र ध्यान का अभ्यास।

यौगिक खेल : मानसिक विकास के खेल (संदर्भ- योग शिक्षा - क्या, क्यों, कैसे देखें।)

अर्द्धवार्षिक परीक्षा हेतु सभी कार्यों का अभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर

आसन : वीरासन का अभ्यास।

ध्यान : प्रतिमा ध्यान का अभ्यास।

शुद्धि क्रिया : ऊषापान का अभ्यास।

नवंबर

आसन : गोमुखासन, पार्श्वकोणासन का अभ्यास।
ध्यान : ॐ मंत्र का अभ्यास।
कर्मयोग : गाय को रोटी देना। बाँटकर खाना।

दिसंबर

आसन : उत्तानपादासन, नावासन का पूर्ण अभ्यास।
ध्यान : त्राटक का अभ्यास।
कर्मयोग : चींटियों को दाना देना। (परोपकार को भरना)

जनवरी

आसन : किए गए सभी आसनों का पुनराभ्यास।
प्राणायाम : भस्त्रिका प्राणायाम का अभ्यास।
मुद्रा योग : नमस्कार मुद्रा, ज्ञान मुद्रा का अभ्यास।

फरवरी+मार्च

1. प्रश्नोत्तरी कार्य यथा- अभ्यास के सभी आसनों की जानकारी व करने की विधि की जानकारी प्राप्त करना।
2. ॐ उच्चारण की शुद्धता पर विशेष ध्यान।

वार्षिक परीक्षा हेतु सभी कार्यों का अभ्यास कराना।

संगीत

सामान्य निर्देश

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।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा

अप्रैल भैया-बहनों को छोटे-छोटे गीतों का अभिनय के साथ अभ्यास कराना (भजन- गणेश वंदन, नाचे भोले नाथ)।

मई+जून 1. सरगम का मौखिक अभ्यास

सा, रे, ग, म, प, ध, नि, सां

सां, नि, ध, प, म, ग, रे, सा

2. अलंकार क्र० 1 एवं 2 का मौखिक अभ्यास–

जैसे- (क) आरोह- सासा, रेरे, गग, मम, पप, धध, निनि, सांसां
अवरोह- सांसां, निनि, धध, पप, मम, गग, रेरे, सासा
(ख) आरोह - साग, रेम, गप, मध, पनि, धसां
अवरोह- सांध, निप, धम, पग, मरे, गसा

जुलाई 1. अभिनय के साथ भैया-बहनों को गीत का अभ्यास। जैसे- रेलगाड़ी, आकार ज्ञान।
2. आरोह एवं अवरोह का अर्थ।

अगस्त 1. संगीत संबंधी वाद्य यंत्रों का परिचय।
2. सरगम का वाद्य यंत्रों पर अभ्यास कराना।
3. अलंकार क्र०-1 एवं 2 का वाद्य यंत्रों पर अभ्यास कराना।

सितंबर

सभी कार्यों का मौखिक एवं वाद्य यंत्रों पर अभ्यास कराना।

वार्षिक परीक्षा

अक्टूबर संगीत की परिभाषा तथा सप्तकों का परिचय।

नवंबर मंद्र, मध्य एवं तार सप्तकों के स्वरों की पहचान।

दिसंबर 2. अलंकार क्र० तीन एवं चार का अभ्यास–

(क) आरोह – सारेग, रेगम, गमप, मपध, पधनि, धनिसां

अवरोह – सांनिध, निधप, धपम, पमग, मगरे, गरेसा

(ख) आरोह – सारेगम, रेगमप, गमपध, मपधनि, पधनिसां

अवरोह – सांनिधप, निधपम, धपमग, पमगरे, मगरेसा

जनवरी हाथ पर ताली देकर मात्रा गिनने का अभ्यास।

फर.+मार्च

सभी कार्यों का मौखिक एवं वाद्य यंत्रों पर अभ्यास कराना।

□□□

हमारी प्रतिज्ञा

भारत हमारा देश है ।
हम सब भारतवासी भाई-बहन हैं ।
हमें अपना देश प्राणों से प्यारा है ।
इसकी समद्धि और विविध थातियों पर हमें गर्व है।
हम इसके सुयोग्य अधिकारी बनने का प्रयत्न सदा करते रहेंगे ।
हम अपने माता-पिता एवं गुरुजनों का आदर करेंगे और
सबके साथ शिष्टता का व्यवहार करेंगे।
हम अपने देश और देशवासियों के प्रति निष्ठा
बनाए रखने की प्रतिज्ञा करते हैं ।
राष्ट्र धर्म ही हमारे लिए सर्वोपरि होगा।
राष्ट्र के कल्याण और समृद्धि में ही हमारा सुख निहित है ।
भारत माता की जय।

आदर्श बालक की संकल्पना

हमें ऐसे बालकों का निर्माण करना है
जिनके चेहरे पर आभा, शरीर में बल,
मन में प्रचंड इच्छा शक्ति, बुद्धि में पांडित्य,
जीवन में स्वावलंबन,
हृदय में शिवा, प्रताप, ध्रुव, प्रह्लाद की
जीवन गाथाएँ अंकित हों और जिन्हें देखकर
महापुरुषों की स्मृतियाँ झंकृत हो उठे ।

विद्या भारती द्वारा निर्धारित वार्षिक गीत–2025–26

प्राथमिक कक्षाओं हेतु

भारत माँ के चरण-कमल की,
हम नन्हीं सी धूल है ।
अलग-अलग है रूप-रंग और,
भाषाओं के फूल है ।।

1. श्रेष्ठजनों का आदर उर में,
सेवा और समर्पण है ।
अतिथि देवो भव सा वन्दन,
प्रेम भाव का अर्पण है ।।
छोटे–छोटे बच्चे है रूप–रंग हम,
हिमगिरि के समतुल्य हैं।
अलग–अलग है रूप–रंग और,
भाषाओं के फूल हैं ।।

2. देश धर्म की रक्षा के हित,
हँसकर हम लड़ जायेंगे।
गुरुगोविन्द के बच्चे बनकर,
[illegible] हम मिट जायेंगे।।
भारत [illegible] जयकार करेंगे,
चाहे जितने शूल हैं ।
अलग–अलग है रूप–रंग और,
भाषाओं के फूल हैं ।।

3. मिलजुल कर सब काम करेंगे,
संगठन की रीति यही।
ऊँच–नीच का भेद मिटाएं,
समरसता की नीति यही।।
सकल विश्व में नाम करेंगे,
भारत भू के मूल हैं।
अलग–अलग है रूप–रंग और,
भाषाओं के फूल हैं।।

भारत माँ के चरण–कमल की,
हम नन्हीं सी धूल हैं।
अलग–अलग है रूप–रंग और,
भाषाओं के फूल हैं।।

माध्यमिक कक्षाओं हेतु

समरसता मान बिन्दु
यह भारत देश महान है।
कोई छोटा-बड़ा नहीं है
सब जन एक समान है ।।

1. हिल मिल कर हम सब रहते हैं,
कुटुम्ब की भावना ।
सबकी जय हो प्रगति हो सबकी,
रखते हैं यह कामना ।
जन जन का उत्थान हो बस अब,
यही एक अभियान है ।
कोई छोटा–बड़ा नहीं हैं,
सब जन एक समान हैं ।।

2. सभी स्वस्थ हों सभी निरोगी,
सबका यह शुभ चिन्तन हो ।
हरित भूमि हो शस्य श्यामला,
धरा का सुन्दर कण–कण हो ।।
पर्यावरण व्यवस्थित हो अब,
देना इस पर ध्यान है।
कोई छोटा–बड़ा नहीं हैं,
सब जन एक समान हैं ।।

3. बोध हो 'स्व' का बनें स्वदेशी,
गाँव–गाँव उद्योग बढ़े।
निज कर्तव्यों को समझें और
राष्ट्रधर्म के मूल्य गढ़ें ।।
भारत है सिरमौर जगत में,
गूँजे यह फिर गान है ।
कोई छोटा–बड़ा नहीं हैं,
सब जन एक समान हैं ।।