ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿੱਖਿਆ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ- ਤੀਜੀ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (2024-25)

ਅਧਿਆਇ 1	**ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ:-** ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸੰਕਲਪ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਇੱਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਢਾਂਚੇ ਵਜੋਂ, ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਸਮਝ, ਪੁਸ਼ਤੈਨੀ ਖਾਕਾ (ਤਿੰਨ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਤੱਕ), ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ-ਸਰੀਰਕ ਲੱਛਣ, ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਆਦਤਾਂ, ਗੁਣ ਅਤੇ ਨਿਪੁੰਨਤਾਵਾਂ। ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ।
ਅਧਿਆਇ 2	**ਦਾਦਾ ਜੀ ਜਦੋਂ ਜਵਾਨ ਸਨ:-** ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ (ਅੰਗਹੀਣਾਂ) ਬਾਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਵੇਖਣ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਦੀਆਂ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੰਕੇਤਕ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਬਰੇਲ ਲਿਪੀ ਬਾਰੇ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ।
ਅਧਿਆਇ 3	**ਸਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਿੱਤਕਾਰ:** ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿੱਤੇ, ਕੰਮ/ ਵਿਚਲਾ ਸਮਾਂ, ਉਮਰ, ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਕੰਮ-ਕਾਜ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਮਜ਼ਦੂਰੀ, ਘਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ।
ਅਧਿਆਇ 4	**ਆਓ ਖੇਡੀਏ:** ਵਿਹਲ, ਅੱਜ ਅਤੇ ਪੁਰਾਤਨ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੰਪਰਾਗਤ ਖੇਡਾਂ, ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਖੇਡੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 5	**ਪੌਦੇ ਸਾਡੇ ਮਿੱਤਰ:** ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪੌਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਓਹਨਾਂ ਦੇ ਉੱਗਣ-ਸਥਾਨ, ਆਕਾਰ, ਸ਼ਕਲ, ਰੰਗ ਅਤੇ ਸੁਗੰਧ ਆਦਿ, ਪੌਦਿਆਂ ਉੱਪਰ ਸਾਡੀ ਨਿਰਭਰਤਾ, ਨਵੇਂ ਪੌਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪੌਦਿਆਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ।
ਅਧਿਆਇ 6	**ਰੰਗ-ਬਰੰਗੇ ਪੱਤੇ:** ਪੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ-ਆਕਾਰ, ਸ਼ਕਲ, ਰੰਗ, ਬਣਤਰ ਅਤੇ ਸੁਗੰਧ, ਰੁੱਤ ਅਨੁਸਾਰ ਪੱਤਿਆਂ ਦਾ ਝੜਨਾ, ਪੱਤਿਆਂ ਤੋਂ ਖਾਦ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
ਅਧਿਆਇ 7	**ਜੰਤੂ ਇੱਕ ਜਾਣ ਪਹਿਚਾਣ:** ਜੰਤੂਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਮਝ, ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਜੰਤੂਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਾਪੇਖੀ ਆਕਾਰ, ਉਹ ਕੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਰੀਂਗਣ ਵਾਲੇ ਤੇ ਉੱਡਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਕੀਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ। ਕੀਟਾਂ ਦੁਆਰਾ ਡੰਗ ਮਾਰਨਾ।
ਅਧਿਆਇ 8	**ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ:** ਪੰਛੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਹਿਣ-ਸਥਾਨ, ਕੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ, ਖੰਭ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਵਰਗੇ ਆਮ ਲੱਛਣ, ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇਣਾ।
ਅਧਿਆਇ 9	**ਭੋਜਨ ਪਕਾਈਏ ਅਤੇ ਖਾਈਏ:** ਕੱਚਾ ਤੇ ਰਿੰਨ੍ਹਿਆ (ਉਬਾਲਿਆ, ਭੁੰਨਿਆ, ਬੇਕਰੀ ਦਾ ਤੇ ਤਲਿਆ) ਭੋਜਨ, ਦੁੱਧ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ

	ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਾਲਣ, ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਚੁੱਲ੍ਹਿਆਂ ਤੇ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ। ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਭਿੰਨਤਾ, ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੰਮ ਤੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ।
ਅਧਿਆਇ 10	**ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰ:** ਲਿੰਗ, ਉਮਰ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕਾਰਜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ, ਭੋਜਨ ਵੱਜੋਂ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪੌਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜੰਤੂਆਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ, ਪਾਲਤੂ ਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਭੋਜਨ, ਪਾਲਤੂ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ।
ਅਧਿਆਇ 11	**ਸਾਡਾ ਆਵਾਸ:** ਸਾਡਾ ਘਰ/ ਨਿਵਾਸ-ਸਥਾਨ, ਘਰ ਦਾ ਅਰਥ ਨਿਵਾਸ-ਸਥਾਨ ਦੀ ਲੋੜ। ਘਰਾਂ ਦੀ ਸਜਾਵਟ। ਕੂੜੇ -ਕਰਕਟ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ, ਘਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਘਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪਦਾਰਥ।
ਅਧਿਆਇ 12	**ਸਾਡਾ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ:** ਆਂਢ ਗੁਆਂਢ ਦਾ ਅਰਥ/ ਨਕਸ਼ਾ ਬਣਾ ਕੇ ਦੂਰੀ ਤੇ ਦਿਸ਼ਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣ।
ਅਧਿਆਇ 13	**ਪਾਣੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਧਾਰ:** ਪਾਣੀ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਮਹੱਤਤਾ, ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਜ, ਮਨੁੱਖ ਜੀਵ-ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ।
ਅਧਿਆਇ 14	**ਪਾਣੀ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ:** ਧਰਤੀ ਹੇਠ ਪਾਣੀ, ਸਤਰੰਗੀ ਪੀਂਘ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ।
ਅਧਿਆਇ 15	**ਸ੍ਰੀ ਅਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਟੂਰ:** ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਲੋੜ, ਆਪਣੇ ਨਿਵਾਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਂ ਦੂਰ ਜਾਣਾ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਧਨ ਜੋ ਥੋੜੀ ਅਤੇ ਅਧਿੱਕ ਦੂਰੀ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਨਵੀਤਮ ਸਾਧਨ, ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਉੱਪਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਰਮਚਾਰੀ।
ਅਧਿਆਇ 16	**ਪੰਖੁੜੀ ਦੇ ਸੰਦੇਸ਼:** ਚਿੱਠੀ-ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਇੱਕ ਮਾਧਿਅਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਡਾਕ-ਘਰ ਵਿਚਲੇ ਕੰਮ ਤੇ ਸਬੰਧਤ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਧਨ।
ਅਧਿਆਇ 17	**ਫੁੱਲਾਂ ਵਾਲੀ ਫ਼ਰਾਕ:** ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੱਪੜੇ, ਕੱਪੜੇ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਨਮੂਨੇ, ਰੰਗਾਂ ਤੇ ਸਬਜੀਆਂ ਦੇ ਠੱਪਿਆਂ ਨਾਲ ਛਪਾਈ।
ਅਧਿਆਇ 18	**ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਖਿਡੌਣੇ:** ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਬਰਤਨ ਬਣਾਉਣੇ, ਮਿੱਟੀ ਗੁੰਨ੍ਹਣਾ, ਆਕਾਰ ਦੇਣਾ, ਸੁਕਾਉਣਾ ਅਤੇ ਰੰਗ ਕਰਨਾ, ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਬਰਤਨਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ, ਚੀਕਣੀ ਮਿੱਟੀ ਤੋਂ ਬਰਤਨ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ।
ਅਧਿਆਇ 19	**ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਉਪਕਰਨ:** ਬਿਜਲਈ ਮਸ਼ੀਨਾਂ- ਰੇਡੀਓ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਫਰਿੱਜ, ਪ੍ਰੈੱਸ ਕੈਮਰਾ, ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ, ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ, ਕੰਪਿਊਟਰ।

ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿੱਖਿਆ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ- ਚੌਥੀ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (2024-25)

ਅਧਿਆਇ 1	ਬੇਟੀ ਆਈ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਲਿਆਈ-: ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ/ ਪਰਿਵਾਰਕ ਢਾਂਚਾ (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 ਜਾਤਪਾਤ ਅਤੇ ਧਰਮ, ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਮਾਉਣ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ-'ਤੇ ਅਸਰ।
ਅਧਿਆਇ 2	ਪਾਰਕ ਦੀ ਸੈਰ-: ਛੂਹਣ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ (ਸਪਰਸ਼ ਬੋਧ), ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਥੱਪੜ ਪ੍ਰਤੀ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ, ਸੁੰਘਣ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਬਦਬੂ, ਛੂਹ ਕੇ ਜਾਂ ਸੁੰਘ ਕੇ ਪਦਾਰਥਾਂ/ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨਾ, ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਛੋਹ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ, ਛੋਹ ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਬੁਰੀ ਲੱਗਣੀ।
ਅਧਿਆਇ 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 ਝ ਝਗੜਾਗੜਾ ਅਤੇ ਮਿਲ ਵਰਤਨ, ਰਲ ਮਿਲ ਕੇ ਖੇਡਣ ਉੱਤੇ ਲਿੰਗ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਪਾਬੰਦੀ (ਵਿਤਕਰਾ)।
ਅਧਿਆਇ 4	ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿੱਤਾਕਾਰ - ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਕੰਮ,(ਪੇਸ਼ੇ) ਧੰਦੇ, ਸੰਬੰਧਤ ਔਜ਼ਾਰ(ਸੰਦ), ਕਾਮਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਅਤੇ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖੀ; ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕੰਮਧੰਧੇ।-
ਅਧਿਆਇ 5	ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ-: ਜੰਤੂਆਂ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਲੱਛਣ; ਪੰਛੀਆਂ, ਥਣਧਾਰੀਆਂ, ਰੀਂਗਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤੂਆਂ ਅਤੇ ਕੀਟਾਂ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ।
ਅਧਿਆਇ 6	ਜੰਤੂ ਅਤੇ ਝੁੰਡ-: ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਝੁੰਡ ਵਿੱਚ ਵਿਵਹਾਰ; ਜੰਤੂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮੇਲ ਜੋਲ; ਮਧੂ ਮੱਖੀਆਂ /ਤਿਤਲੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਫੁੱਲਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਦ।
ਅਧਿਆਇ 7	ਪੌਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ-: ਜੜ੍ਹਾਂ ਪਾਣੀ ਸੋਖਦੀਆਂ ਹਨ; ਖਾਣਯੋਗ ਜੜਾਂ; ਕਾਲ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਭੋਜਨ ਵਜੋ; ਹਵਾਈ ਜੜਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 8	ਰੰਗ-ਬਰੰਗੇ ਫੁੱਲ-: 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 ।
ਅਧਿਆਇ 9	ਰੁੱਖ ਦੇਣ ਸੁੱਖਜੰਗਲੀ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਪੌਦੇ -:; ਫਲ ਅਤੇ ਰੁੱਖ; ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ, ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ।
ਅਧਿਆਇ 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 ਮੰਡੀਬਾਜ਼ਾਰ ਤੱਕ / ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਘਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ; ਸੁੰਘਕੇ ਅਤੇ ਖਾ ਕੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨਣ।
ਅਧਿਆਇ 11	ਚੰਗਾ ਖਾਈਏ ਸਿਹਤ ਬਣਾਈਏ -: ਭੋਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ, ਸਮੂਹਿਕ ਭੋਜਨਲੰਗਰ -, ਹੋਸਟਲ ਮੈਂਸ, ਮਿਡਮੀਲ-ਡੇ-; ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਰੋਹ/ ਖ਼ਾਸ ਮੌਕਿਆਂ/ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਸਮੇਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਭੋਜਨ ਦੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ, ਪੈਂਟਰੀ ਕਾਰ।
ਅਧਿਆਇ 12	ਚੁੰਝ ਅਤੇ ਦੰਦਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ -:, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਭਾਗ, ਜੀਭ-ਚੱਖਣਾ ਅਤੇ ਬੋਲਣਾ, ਭਿੰਨਭਿੰਨ ਜੰਤੂਆਂ ਦੇ ਦੰਦ-, ਪੰਛੀਆਂ ਦੀਆਂ ਚੁੰਝਾਂ ਅਤੇ ਪੰਜੇ/ ਪਹੁੰਚੇ; ਚੁੰਝਾਂ, ਪੰਜਿਆਂ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ।
ਅਧਿਆਇ 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-ਝੋਪੜੀ ਬਸਤੀਆਂ, ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿਹੂਣੇ ਲੋਕ।
ਅਧਿਆਇ 14	ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਆਵਾਸਪਾਲਤੂ ਜੀਵ/ਜੀਵ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਵਾਸ ਜੰਗਲੀ -:, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਵਾਸ, ਜਲੀ ਜੰਤੂਆਂ ਦਾ ਆਵਾਸ, ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਆਵਾਸ, ਆਵਾਸ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਣ।
ਅਧਿਆਇ 15	ਆਵਾਸ ਸਵੱਛਤਾਘਰਾਂ ਦਾ ਵਿਅਰਥ -:/ ਕੂੜਾ ਕਰਕਟ ਇਸ ਦੀ ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਵਖਰੇਵਾਂ; ਕੂੜੇ ਕਰਕਟ-ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਨਿਪਟਾਰਾ, ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤਣ ਅਤੇ ਪੁਨਰ ਚੱਕਰ।
ਅਧਿਆਇ 16	ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੰਜਮ:ਖੇਤੀ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ -, ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਦੇ ਢੰਗ।

ਅਧਿਆਇ 17	ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣਪਾਣੀ ਦਾ ਗੰਦਾ ਹੋਣਾ -:, ਕਾਰਨ, ਜਲ ਸੋਧਣ ਪਲਾਂਟ, ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਪਾਅ, ਕਾਲੀ ਵੇਂਈ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ।
ਅਧਿਆਇ 18	ਪਾਣੀ ਸੰਭਾਲਪਾਣੀ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ -:, ਮੀਂਹ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ, ਡੈਮ ਵਰਖਾ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿਣ) Rain water harvesting- ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਚਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 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 ਵੱਖਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ-; ਰਸਤੇ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨਤਾ; ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ।
ਅਧਿਆਇ 20	ਜਾਣੋ ਆਪਣੀ ਕਰੰਸੀ-: ਕਰੰਸੀ ਨਾਲ ਜਾਣ ਪਛਾਣਨੋਟਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਕਿਆਂ ਉੱਪਰ - ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਚਿੰਨ੍ਹ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 21	ਇਮਾਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁੱਲ ਇਮਾਰਤਾਂ :-ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰੀਗਰ, ਸਮੱਗਰੀ, ਇੱਟਾਂ ਸੀਮਿੰਟ ਆਦਿ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੱਚੇਪੱਕੇ ਪੁੱਲ।-
ਅਧਿਆਇ 22	ਕੰਪਿਊਟਰ ਇੱਕ ਅਨੋਖੀ ਮਸ਼ੀਨ-: ਰਫ਼ਤਾਰ, ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ, ਬਹੁਗੁਣਤਾ, ਆਟੋਮੈਟਿਕ, ਕਾਮਾ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ (ਕਿੱਥੇ ਤੇ ਕਿਵੇ)