

ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਪੰਜਵੀਂ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ)

2021-22

ਸਮਾਂ: 3 ਘੰਟੇ

ਕੁੱਲ ਅੰਕ: 100

ਅਧਿਆਇ 1	ਬਦਲਦੇ ਵਕਤ ਬਦਲਦੇ ਪਰਿਵਾਰ: ਆਰਥਕ, ਸਮਾਜਕ ਕਾਰਨਾ ਕਾਰਨ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ, ਪਰਦੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਵਾਸ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ, ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ।
ਅਧਿਆਇ 2	ਪਰਵਾਸ: ਪਰਵਾਸ ਕਾਰਨ ਰਹਿਣ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ, ਤਬਾਦਲਾ, ਢਹਾਈ ਬਰਬਾਦੀ, ਉਦਯੋਗਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਤ ਔਕੜਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 3	ਪਸੰਦ ਆਪੋ ਆਪਣੀ: ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ - ਮਿੱਤਰਾਂ ਸਕੇ ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੁਆਦ, ਖੁਸ਼ਬੂ ਅਤੇ ਰੰਗਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਨਾ ਪੰਸਦ, ਵਿਲੱਖਣ ਸਮੱਰਥਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ।
ਅਧਿਆਇ 4	ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ: ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਭਾਵਨਾ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਖੇਡਾਂ, ਪੰਸਦੀਦਾ ਖਿਡਾਰੀ, ਵਰਗ ਪੁਰਸ਼, ਇਸਤਰੀ, ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਰੂੜੀ ਬੱਧਤਾ, ਕੌਮੀ ਖਿਡਾਰੀ, ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਸਥਾਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ।
ਅਧਿਆਇ 5	ਖੇਡ-ਖੇਡ ਵਿੱਚ: ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਖੇਡਾਂ, ਮਾਰਸ਼ਲ ਆਰਟ, ਸਥਾਨਕ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਬਦਲਦੇ ਰੂਪ, ਆਰਾਮ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਬਦਲਦੇ ਰੂਪ, ਸਾਹ ਲੈਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ, ਛਾਤੀ ਬੁਲਾਉਣਾ।
ਅਧਿਆਇ 6	ਧਰਤੀ ਸਾਡਾ ਵੀ ਘਰ: ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਵੇਦਨਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੁਣ, ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰਾ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਨਵਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ।
ਅਧਿਆਇ 7	ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਾਥੀ ਜੰਤੂ: ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵਿੱਚ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਲੋਂ ਮਦਦ।

ਅਧਿਆਇ 8	ਬੀਜ ਦਾ ਸਫਰ: ਬੀਜ ਅਤੇ ਪੌਦੇ ਦੇ ਬਾਕੀ ਭਾਗਾਂ ਤਜੋ ਪੌਦਾ ਉਗਾਉਣਾ, ਜੜ੍ਹ ਅਤੇ ਤਣਾ। ਬੀਜਾਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਭੰਡਾਰਨ, ਬੀਜਾਂ ਦਾ ਖਿੰਡਰਨਾ।
ਅਧਿਆਇ 9	ਜੰਗਲ ਅਤੇ ਜੀਵਨ: ਜੰਗਲ, ਕਬੀਲੇ ਦੇ ਲੋਕ, ਜੰਗਲਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਜੰਗਲਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਾ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਪੌਦੇ, ਵਚਿੱਤਰ ਪੌਦਿਆਂ ਉੱਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ।
ਅਧਿਆਇ 10	ਖਾਦ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਾਭ ਸੰਭਾਲ: ਭੋਜਨ ਦਾ ਭੰਡਾਰਨ, ਭੰਡਾਰ ਵਿੱਚ ਅਨਾਜ ਦਾ ਖਰਾਬ ਹੋਣਾ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ, ਅਚਾਰ ਬਨਾਉਣਾ।
ਅਧਿਆਇ 11	ਭੋਜਨ ਦੇ ਬਦਲਦੇ ਰੂਪ: ਬੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਅੱਜ ਦੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਆਦਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਖਾਣ ਪਾਣ ਦਾ ਵਖਰੇਵਾਂ, ਬਦਲਦੀਆਂ ਨਸਲਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 12	ਭੋਜਨ ਖਾਈਏ ਤੇ ਪਚਾਈਏ: ਭੋਜਨ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਪਾਚਨ, ਭੋਜਨ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 13	ਤਰੁੱਟੀ ਰੋਗ: ਸਤੁੰਲਿਤ ਭੋਜਨ, ਪੌਸ਼ਟਿਕਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਤਰੁੱਟੀ ਰੋਗ, ਭੁੱਖਮਰੀ।
ਅਧਿਆਇ 14	ਕੀਟ ਆਹਾਰੀ ਪੌਦੇ: ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਭੋਜਨ, ਕੀਟ ਆਹਾਰੀ ਪੌਦੇ, ਭੋਜਨ ਲੜੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਜਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ।
ਅਧਿਆਇ 15	ਆਵਾਸ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ: ਜਲਵਾਯੂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਉਪਲੱਬਧਤਾ ਕਾਰਨ, ਆਰਥਿਕ ਪੱਧਰ ਕਾਰਨ, ਭੌਤਿਕ ਸਥਿਤੀ ਕਾਰਨ, ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਉਪਲੱਬਧਤਾ ਕਾਰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਪੱਖੀ ਘਰ।
ਅਧਿਆਇ 16	ਸਮੂਹ ਅਤੇ ਸੁੱਖ: ਗੁਆਂਢ, ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਸਮੇਂ ਘਰ ਖੁੱਸਣ ਦਾ ਸਦਮਾ, ਸਮੁਦਾਇਕ ਮਦਦ, ਹਸਪਾਤਲ, ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ।
ਅਧਿਆਇ 17	ਪਾਣੀ ਇੱਕ ਵੱਡਮੁੱਲਾ ਕੁਦਰਤੀ ਸਾਧਨ: ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਰੂਪ, ਜਲ ਚੱਕਰ, ਘੁਲਣਸ਼ੀਲਤਾ, ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਤੈਰਨਾ ਅਤੇ ਡੁੱਬਣਾ, ਸਮਾਜਕ ਵਿਤਕਰਾ।
ਅਧਿਆਇ 18	ਪਾਣੀ ਖੇਤੀ ਦਾ ਆਧਾਰ: ਸਿੰਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨ, ਪੁਰਾਤਨ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ, ਹਾੜੀ ਤੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ, ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਬਚਾਅ।
ਅਧਿਆਇ 19	ਪਾਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆ: ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮੁੱਖ ਪੌਦੇ, ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮੁੱਖ ਜੀਵ ਜੰਤੂ, ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ।

ਅਧਿਆਇ 20	ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਆਕਾਸ਼ ਤੱਕ: ਬਾਲਣ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੋਮੇ, ਨਾ ਨਵਿਆਉਣਯੋਗ ਸੋਮੇ, ਯਾਤਰਾ, ਸਫਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਜਰਬੇ।
ਅਧਿਆਇ 21	ਝਲਕ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ: ਵਿਰਾਸਤੀ ਇਮਾਰਤਾਂ, ਗਿਆਨ ਦੇ ਸੋਮੇ, ਕਿਵੇਂ ਉਸਾਰੀਆਂ ਗਈਆਂ, ਵਰਤੀ ਗਈ ਸਮੱਗਰੀ, ਕਾਰੀਗਰਾਂ ਦੀ ਨਿਪੁੰਨਤਾ, ਕੁਝ ਇਤਿਹਾਸਤਕ ਸਖੱਸ਼ੀਅਤਾਂ।
ਅਧਿਆਇ 22	ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤ: ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਗਟਾਅ, ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ, ਅਜਿਹੀਆਂ ਖੋਜਾਂ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਵੱਲੋਂ ਪਾਈਆਂ ਘਾਟਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾ ਕੇ ਸਥਿਤੀ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾ ਸਕਣ।
ਅਧਿਆਇ 23	ਖੇਤ ਤੋਂ ਪਲੇਟ ਤੱਕ: ਅਨਾਜ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਖੇਤ ਤੋਂ ਪਲੇਟ ਤੱਕ, ਢੰਗ ਅਤੇ ਸੰਦ, ਅਨਾਜ ਤੋਂ ਬਣੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਕਵਾਨ, ਘਰਾਂ ਜਾਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਤਜ਼ੋ ਉੱਪਰ ਉਠਾਉਣ ਦੇ ਢੰਗ।
ਅਧਿਆਇ 24	ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ: ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਸਿੱਖਿਆ, ਬੈਂਕ, ਵਪਾਰ, ਘਰ ਮਨੋਰੰਜਨ, ਸਿਹਤ, ਖੇਡਾਂ।