

**ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ**  
**ਜਮਾਤ- ਗਿਆਰ੍ਹਵੀਂ**  
**ਪਾਠਕ੍ਰਮ**

1. ਨਿੱਜੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਇਮਾਨਦਾਰੀ
  - ਸਤਿਕਾਰ
2. ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ/ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ
  - ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ
  - ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਬੱਚਤ
3. ਕਿਸ਼ੋਰ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਸਿਹਤਵਰਧਕ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ
  - ਉਸਾਰੂ ਸੋਚਣ ਸ਼ਕਤੀ
4. ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਸਮੂਹ-ਸਤਿਕਾਰ
  - ਸਵੈ-ਮਾਣ
5. ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਬੁਰਾਈਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਚੇਤਨਾ (ਕੋਈ ਇੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈ ਵਿਰੁੱਧ ਚੇਤਨਾ)
6. ਸਿਹਤਵਰਧਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਉਮਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ
  - ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਸੋਝੀ
7. ਲਿੰਗਕ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਲਿੰਗਕ ਸਮਾਨਤਾ
  - ਲਿੰਗਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ
8. ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮੱਰਥਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ
  - ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ
  - ਤਰਕ ਅਧਾਰਿਤ ਵਿਹਾਰ
9. ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਹੁਨਰ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕ ਵਰਤੋਂ
  - ਪਿ੍ਟ ਤੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਮੀਡੀਆ (ਟੀ.ਵੀ., ਗੀਤ ਫਿਲਮਾਂ ਆਦਿ) ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ
  - ਪਿ੍ਟ ਤੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਮੀਡੀਆ (ਟੀ.ਵੀ. ਗੀਤ, ਫਿਲਮਾਂ ਆਦਿ) ਦੀ ਸਵੈ-ਚੇਤਨਾ