

ਵਿਸ਼ਾ –ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਦਸਵੀਂ

ਓਪਨ ਸਕੂਲ

ਸੈਸਨ-2023-24

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਲਿਖਤੀ)

ਪਾਠ ਪਹਿਲਾ	:	ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ
ਪਾਠ ਦੂਜਾ	:	ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਮਹੱਤਵ
ਪਾਠ ਤੀਜਾ	:	ਭੋਜਨ
ਪਾਠ ਚੌਥਾ	:	ਕੁਪੋਸ਼ਨ
ਪਾਠ ਪੰਜਵਾਂ	:	ਜੀਵ ਮੰਡਲ (ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ-1) (ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ-2)
ਪਾਠ ਛੇਵਾਂ	:	ਧਰਤੀ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ
ਪਾਠ ਸੱਤਵਾਂ	:	ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਰੋਗ
ਪਾਠ ਅੱਠਵਾਂ	:	ਰੋਗ
ਪਾਠ ਨੌਵਾਂ	:	ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਪਾਠ ਦਸਵਾਂ	:	ਯੋਗ ਅਤੇ ਆਸਣ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਪ੍ਰਯੋਗੀ)

ਪਹਿਲਾ	:	ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ
ਦੂਜਾ	:	ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਮਹੱਤਵ
ਤੀਜਾ	:	ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੁਪੋਸ਼ਨ
ਚੌਥਾ	:	ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਰੋਗ
ਪੰਜਵਾਂ	:	ਯੋਗ ਅਤੇ ਆਸਣ
ਛੇਵਾਂ	:	ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਸੱਤਵਾਂ	:	ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਰਿਕਾਰਡ ਲਈ ਨੋਟ ਬੁੱਕ
ਅੱਠਵਾਂ	:	ਜ਼ੁਬਾਨੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਵਿਸ਼ਾ -ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਦਸਵੀਂ

ਓਪਨ ਸਕੂਲ

ਸੈਸਨ-2023-24

ਨਵੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ

ਸਮਾਂ :2:00 ਘੰਟੇ

ਥਿਊਰੀ ਅੰਕ : 40

ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ: 50 ਅੰਕ

ਸੀ.ਸੀ.ਈ :10 ਅੰਕ

ਕੁੱਲ ਅੰਕ-100 ਅੰਕ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ (ਥਿਊਰੀ)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਾਗ ਹੋਣਗੇ ਓ, ਅ, ਏ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 25 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ।

ਭਾਗ (ਓ) ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ 15 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਇੱਕ ਅੰਕ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ/ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਠ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। (15%1=15)

ਭਾਗ (ਅ) ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ 5 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2 ਅੰਕ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। (5%2=10)

ਭਾਗ (ਏ) ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ 5 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3 ਅੰਕ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। (5%3=15)