

F-SEP ¼ Fke o'½, o S-SEP ¼ }rh; o'½

fo | ky; vutko dk; Øe

(School Experience Programme)

xqkoÜkk i wKz f'k{kk ds dñz ea, d l tx] l fØ; vKj ifrc) f'k{kd dk gksuk vko'; d gA l kFk gh ; g Hkh t: jh gSfd og f'k{kd Ldnyh xfrfof/k ds fofHku vk; keka dks u fl QZ l eh{kRRed <æ l s l e>s cfYd og dqkyrki d d bl l s tMh xfrfof/k; ka dks vatke Hkh ns l dA fi Nys nks&ru n'kdka ea fl) kar vKj 0; ogkj dk vFkã wKz l ædk LFkfir dj mlga , d nlr js dh dl kVh ij dl us dh ifØ; k; a yxkrkj c<h gA dgus dks i R; æd f'k{kd&f'k{k.k dk; Øe ea *f'k{k.k&vH; kl * ml dk , d vfuok; Z fgLI k gk&k gS ij , d k de gh gks i krk gSfd f'k{kk; h fparu dks l fØ; : i l s f'k{k.k vH; kl dk fgLI k cuk; k tk; A urhtru f'k{kd&f'k{k.k dk; Øeka ea fl) kar ka dks ti us dh i d fÜk rks c<rh gh gS l kFk gh f'k{k.k vH; kl , d gLr{ki dkjh vutko gks us dh ctk; egt , d vdknfed dok; n cudj jg tkrh gA f'k{k.k vH; kl dks f'k{kk ds fl) kar ka f'k{k.k&'kkL= o f'k{kk; h fparu l s vyx dj ds ugha n[kk tk l drk gA dks'k'k ; g gSfd f'k{k.k&vH; kl ds vutko f'k{kk; h foe'kz dks l e>us dk vk/kkj cua rFkk f'k{kk; h foe'kz f'k{k.k&vH; kl dks vKj l eh{kRRed cukus ea enn xkj cua fo | ky; vutko dk; Øe l s rkrI ; Z gS fo | ky; ea gks us okys dk; ka o xfrfof/k; ka dk l exz vutkoA bl dk eny m[s ; çf'k{kq/ka ea f'k{k.k vH; kl ds l kFk&l kFk fo | ky; l s tMh vL; xfrfof/k; ka dh l e> Hkh fodfl r djuk gA l kFk gh] bl dk; Øe ds ek; e l s çf'k{kq vius f'k{k.k o fo | ky; ea viuh Hkfiedk ds çfr , d vkykpukRed o euu'kny nf'Vdksk Hkh fodfl r dj ik, pA

bl dk; Øe ds eny r%pkj vo; o gA
 f'k{k.k vH; kl , D'ku fjl pz
 fo | ky; vk/kkj r xfrfof/k fo | ky; ml u; u ; kst uk

fo | ky; vutko dk; Øe ds eny; kdu dh : ij[kk

fo ky; vutko dk; Øe	fo ky; vutko dk; Øe ds vkydyudr[val	
f'k{k.k vH; kl	çf'k{k.k l l Fkku ds l ædk; l nL; @fo'k; &fo'ks kK@ çf'k{kd }kjk fyf[tr i kB ; kst uk dh xqkoÜkk dk eny; kdu	20	
	çf'k{k.k l l Fkku ds l ædk; l nL; }kjk d[tk f'k{k.k dk voykdu] l eh{k , oa eny; kdu	l ædk; l nL; ½xyj½ }kjk	60
		l ædk; l nL; ½k/skuy½ }kjk	20
	fo ky; ç/kkukpk; Z@fo'k; &f'k{kd }kjk d[tk f'k{k.k dk voykdu] l eh{k , oa eny; kdu		20
, D'ku fjl pz	fo ky; ea tkus kys l ædk; l nL; ½xyj½ }kjk vkdyu	30	
fo ky; vk/kkj r xfrfof/k	fo ky; ea tkus kys l ædk; l nL; ½xyj½ }kjk vkdyu	25	
fo ky; ml u; u ; kst uk	fo ky; ea tkus kys l ædk; l nL; ½xyj½ }kjk vkdyu	25	
dy val ¼çr o'½		200	
fo ky; vutko dk; Øe çFke o'½ F-SEP½ rFkk f}rh; o'½ S-SEP½	200\$200 dy ; kx	400	

f'k{k.k vH; kl

f'k{k.k vH; kl ds Øe ea vkykpkukRed f'k{k.k'kkL= dks l e>uk vK; ml s vH; kl Øe dk fgLI k cukuk bl i kB; p; kZ dk çed[k mÍs' ; gA ; gk; t+ jr gkrh gSfd ge f'k{k.k vH; kl ds Øe ea vi uh ftEenkjh %vdknfed] "kS{k d o l kelftd½ dks f'k{k{k ds ogÜkj ij.j.kke o ykdrk=d l ekt ds l nHkZ ea l e>A d{k{k ds Hkhrj dh çfØ; k dkbZ i Fkd ?kVuk ugha g\$ çfYd bl dk xgjk tMko fofHkUu l kelftd o , srgfl d çfØ; kvka l s gkrk gA f'k{k d vius l kFkd deZ ds ek/; e l s vl eku l kelftd 0; oLFkkvka ds fo#) gLr{k{i djrk gA ml dh ; g Hkfredk , d l kLÑfrd deZ dh rjg gkrh gA f'k{k.k&vH; kl ea bl ckr dk fo'k\$ /; ku j [kk tk; xk fd çf'k{k&f'k{k d u fl QZ f'k{k{k ds rdudh i {k dks l e> ik; a çfYd os vi uh gLr{k{i dkjh Hkfredk dks Hkh l kdkj : i ns l dA dks' k'k ; g gksh pkfg, fd os vutkoka ds tfj; s : <hoknh l ekt d&l kLdfrd eku; rkvka dks rkfdZ <æ l s puksh ns l dA bl Øe ea os u fl QZ i kB&; kstuk cuk; a çfYd ogk; i <k; s tkus okys fo" k; ka ij , d vkykpkukRed l e> Hkh fodfl r djus dh dks' k'k djA fo | ky; l sykS/us ds ckn os l pr vK; l fØ; rkj l sogk; ds fofHkUu fØ; k&dyki ka dks vi uh Mk; jh ea ntZ djA

f'k{k.k vH; kl l s l æf/kr çed[k l puk; a fuEufyf[kr g&

vof/k %

- çfr o'kZ pkyhl ¼40½ dk; Zfnol ¼çFke o'kZ@f}rh; o'kZ½
- yxHkx nl ¼10½ l l rkg
- çfr l l rkg i k p ¼05½ fnu ¼ kœokj & 'kØokj½
- ' kfuokj dks çf'k{kq i k B ; kstuk fuekZ k o i jke'kZ ds fy; s l LFkku tk; æs

i k B ; kstuk %

- ifr o'kZ U; ure vLI h ¼80½ i k B ; kstukvka dk fuekZ k o f'k{k.k
- çfr fo'k; U; ure i k p ¼05½ i k B ; kstukvka dh l æk; l nL; @fo'k; &fo'ks kK@çf'k{k d }kj k l eh{k k o l øko
- fo'k; okj i k B ; kstukvka dk l æ; k fuEufyf[kr g&

fo'k;	i k B ; kstukvka dh U; ure l æ; k	
	çFke o'kZ ¼F-SEP½	f}rh; o'kZ ¼S-SEP½
xf.kr dk f'k{k.k	20	20
væst h dk f'k{k.k	20	20
fgl nh dk f'k{k.k	20	&
i ; kbj .k v/ ; ; u dk f'k{k.k	20	&
foKku@l kelftd v/ ; ; u dk f'k{k.k	&	20
fgl nh@mnl@l æ-r@ckxyk@esFkyh Hkk'kk dk f'k{k.k	&	20
i k B ; kstukvka dh dy U; ure l æ; k	80	80

, d i k B ; k s t u k l s r k R i ; Z , d v / ; k ; v F k o k b d k b z u g h a g A c f Y d] , d i k B ; k s t u k l s r k R i ; Z g S , d d k y k a k d s f y ; s f ' k { k . k d h : i j s [k k A , d g h v / ; k ; v F k o k b d k b z e a b l d s d b z ' k h ' k z l k a o v o / k k j . k k v k a d l s y d j d b z i k B & ; k s t u k ; a c u k ; h t k l d r h g A i k B & ; k s t u k d k f u e l z k d S s f d ; k t k ; } b l d h p p k z c f ' k { k . k l l F k k u e a f d ; k t k ; s k A

c f ' k { k / k a } k j k c u k ; s x ; s i k B ; k s t u k v k a d h l e h { k k o l o p k o c f ' k { k . k l l F k k u d s l a d k ; l n L ; @ f o ' k ; & f o ' k s k K @ c f ' k { k d } k j k d h t k ; s h A c R ; d f o ' k ; d s f y , c u k ; s x ; s i k B ; k s t u k v k a e a l s U ; u r e i k p 105 1/2 i j l a d k ; l n L ; @ f o ' k ; & f o ' k s k K @ c f ' k { k d l s p p k z , o a l o p k o y u k v f u o k ; Z g A f y f [k r i k B ; k s t u k v k a d k e W ; k a d u H k h l a d k ; l n L ; @ f o ' k ; & f o ' k s k K @ c f ' k { k d } k j k f d ; k t k ; s k 1/6 o | k y ; v u t k o d k ; D e d h v a d & r f y d k n s [k A

d { k k r f ' k { k . k %

f ' k { k . k v h ; k l d s n s k u c f r f n u v f / k d r e n k s i k B & ; k s t u k v k a d k f ' k { k . k e k U ; g k s k A i k B & ; k s t u k v k a d s f ' k { k . k d s n s k u c f ' k { k / k a d k e W ; k a d u H k h v f r v k o ' ; d g A e W ; k a d u d s v a r x r c f r f o ' k ; U ; u r e i k p 105 1/2 d { k k v k a d k i ; b { k . k v f u o k ; Z g A ; g l i " V d j n a f d f o | k y ; e a t k u o k y s l a d k ; l n L ; k a 1/4 s x y j o j k s / s k u y] n k s k 1/2 d k e d ; d k ; Z c f ' k { k f ' k { k d k a d k s l y g n s k o m u l s f o f H k U f o ' k ; k a i j l a d k n d j u s d k g k s k A

l a d k ; l n L ; d k j s x y j ^ v F k o k j k s / s k u y ^ g k u s d k r k R i ; Z f o | k y ; f o ' k s k d s l a n H z e a g A o s s l a d k ; l n L ;] f t l g a f d l h f o | k y ; e a i f ' k { k / k a d s f ' k { k . k & v h ; k l d s v o y k a d u d s f y ; s f u ; f e r : i l s t k u k g s o s f o | k y ; f o ' k s k d s l a n H z e a l a d k ; l n L ; 1/4 s x y j 1/2 d g y k ; s k A o s s l a d k ; l n L ;] t k s L o ; a d k s v k o a V r f o | k y ; l s f H k U f d l h v l ; f o | k y ; e a i f ' k { k / k a d s f ' k { k . k & v h ; k l d s f y ; s l e ; v a r j k y i j t k ; s j o s m l f o | k y ; d s l a n H z e a l a d k ; l n L ; 1/4 k s / s k u y 1/2 d g y k ; s k A b l i d l j , d g h l a d k ; l n L ; v i u s f o | k y ; d s f y ; s j s x y j ^ r f k f d l h v l ; f o | k y ; d s f y ; s j k s / s k u y ^ g k s l d r k g A

LoeW ; k a d u %

c f ' k { k / k a } k j k v i u s f ' k { k . k d k L o e W ; k a d u H k h v f r v k o ' ; d g A b l d s f c u k f ' k { k . k & v h ; k l d h i j h c f O ; k v / k j h g A c f ' k { k q v i u k L o e W ; k a d u e y r % n k s e k / ; e k a l s d j a s %

- **c f ' k { k q M k ; j h &** i j s f ' k { k . k v h ; k l d s n s k u c k l r p u k s r ; k a o v u t k o k a d k s c f ' k { k q . k f n u o k j v i u h M k ; j h e a f y [k a s r f k k v i u s c f ' k { k . k l l F k k u d s l a d k ; l n L ; @ c f ' k { k d d s l k f k p p k z d j a s b l d s e k / ; e l s f p a r u & e u u } k j k o s L o ; a d s f ' k { k . k d h l e h { k k r f k k l o } u d j i k ; s k A i j s f ' k { k . k v h ; k l d s n s k u c f ' k { k / k a d k s v y k p u k r e d p p k z g r q v i u h M k ; j h d s l k f k l a d k ; l n L ; @ c f ' k { k d l s d e l s d e r h u c k j f e y u k v f u o k ; Z g A
- **f o | k f k z k a d k e W ; k a d u &** c f ' k { k / k a } k j k v i u s f ' k { k . k d k L o e W ; k a d u f o | k f k z k a d s l h [k u s d s v k / k k j i j H k h d j u k v f r e g l o i w k z g A v r % f ' k { k . k v h ; k l d s v a r e l l r k g e a o s v i u s f o | k f k z k a d k e W ; k a d u d j a r f k k m l d h f j i k s / z H k h r s k j d j a e W ; k a d u d k L o : l k d s k g k s b l d s A i j c f ' k { k . k l l F k k u e a d k ; Z k y k v k a } k j k f o l r r p p k z d h t k ; s h A

D'ku fjl p

vi us f'k{k.k ds njs ku cf'k{kq/ka dks dbz l eL; kvka o ppuksr; ka dk vuttko gksuk l Hkkfor gA l kFk gh mudseu ea f'k{k k l s l EcA/kr dbz ftKkl k; a Hkh gkxhA , d dky v/; ki d l s; g vi {kk dh tkrh gs fd og vi uh f'k{k.k l eL; kvk ppuksr; ka o ftKkl kvka dk l ek/kku oKkfud fof/k (Scientific method) ds ek/; e l s djA vr% cf'k{kq/ka dks f'k{k.k ds l kFk&l kFk ' kksk&dk; Z djuk Hkh egloi wZ gS rkd muea oKkfud nf'Vdksk fodfl r gks l dA bl h mIs; ds l mHkZ ea fo |ky; vuttko dk; De ea cf'k{kq/ka ds fy, , D'ku fjl pZ dks Hkh j [kk x; k gA

D'ku fjl pZ dk fo'k; & CR; d cf'k{kq vi us fo |ky;] f'k{k.k.k] fo |kFkZ ka vFkok vU; xfrfo/k; ka l s l EcA/kr dbz , d l eL; k ; k ftKkl k dks ppa o ml ij , D'ku fjl pZ djA

dkylof/k %fo |ky; vuttko dk; De ds njs ku cf'k{kq, D'ku fjl pZ dks djA fo |ky; vuttko dk; De ds vr ea mlga vi us, D'ku fjl pZ dh fj i kZ rS kj djds l dk; l nL; ds ikl tek djuk gkskA

D'ku fjl pZ dk eW; kdu %cf'k{kq }kjk fd; s x; s, D'ku fjl pZ dk eW; kdu fo |ky; vuttko dk; De ds njs ku cf'k{kq ds f'k{k.k&vH; kl dk voykdu djuokys l dk; l nL; ½xyj½ }kjk dh tk; sxA ; g vi {kk dh tkrh gs fd l dk; l nL; ' kksk ds fl) ka ka ds vk/kkj ij fj i kZ dk eW; kdu djA

fo |ky; vk/Wjr xfrfof/k; k

f'k{k.k ds vykok fo |ky; ds vU; xfrfof/k; ka ea Hkh v/; ki d dh l ayXurk vfr egloi wZ gS D; kAd os xfrfof/k; k Hkh fo |ky; ea l h[ku&l h[kkus dh cfO; k dk vfhkÉ vak gA vr% cf'k{kq/ka l s vi {kk gs fd os fo |ky; l s l EcA/kr fofhkÉ xfrfof/k; ka ds vk; kst u l pkyu o fO; kJo; u ea l fO; l ghkfxrk fuHk; xA ; s xfrfof/k; k dbz rjg dh gks l drh gS mnkgj .kr%

- fo |ky; ea cfrfnu dh xfrfof/k; k ½kr% l Hkk] [ky] l e; &l kj .kh fuelZ k] bR; kfn½
- l ka Nfrd dk; De@l ekj kq@cky l Hkk@okf' kZl k l o
- MhE, yE, ME i k BDe ds fofhkÉ fo'k; i =ka ea fn; s x; s fo |ky; l s l EcA/kr cLrkfor dk; Z

dkylof/k %i j s fo |ky; vuttko dk; De ds njs ku fd, tkus okys fo |ky; h xfrfof/k; ka ea cf'k{kq/ka dks Hkx ysuk gA fo |ky; vuttko dk; De ds vr ea cf'k{kq.k vi us fo |ky; ea fd; s x; s xfrfof/k; ka dh l f{klr fj i kZ cuk, xA

eW; kdu %fo |ky; ds fofhkÉ xfrfof/k; ka ea cf'k{kq/ka dh l fO; Hkfedk dk eW; kdu f'k{k.k&vH; kl dk voykdu djuokys l dk; l nL; ½xyj½ }kjk dh tk; sxA

fo |ky; mlu; u ; kst uk fuelZ k

fo |ky; vuttko dk; De ds njs ku cf'k{kq/ka dk fo |ky; fo'ksk ds l mHkZ ea dbz vuttko jgs gkxhA l kFk gh bu vuttkoka ds vk/kkj ij mlga reke vk dMs i klr gq s gkxhA cf'k{kq mu vk dMha dk fo" ysk.k djds fo |ky; ds fy, , d mlu; u ; kst uk dk fuelZ k dja ft l ea fo |ky; ds fodkl ds fy, l dkkj kRed l pko fn; s tk; A ; kst uk dh : i j s {kk ea fo |ky; ds fofHkUu vk; kela dk vkykpukRed v/; ; u dks Hkh "kkfey djA

dkylof/k %i j s fo |ky; vuttko dk; De ds njs ku i klr vuttkoka ds }kjk vk dMs bd I s fd; s tk; A

eW; kdu %fo |ky; mlu; u ; kst uk ds fj i kZ dk eW; kdu l dk; l nL; ½xyj½ }kjk }kjk fd; k tk; sxA

i w k z l %50

FP-1

I m h i

or'eku l e; ea l p u k , o a l p k j r d u h d h g e k j s l k e k f t d v a r % Ø ; k d k , d v k o ' ; d v a k c u p e d h g a f ' k { k k e a r d u h d h d k b l r e k y d k b z u b z c k r u g h a g a l p k j c k s j k s x d h d s f o f h k e v l o s k . k k a d s } k j k f ' k { k k o ; o l F k k e a Ø k f u r d k j h c n y k o y k ; s t k j g s g a v k t v u d c d k j d s l p u k o l p k j r d u h d l e f f k r f ' k { k k o v / ; k i u f o f / k ; k a d k c ; k s x f ' k { k k f k z k a d s o ; f d r x r v u t k o } v h ; k l v k j k k u d s l o f i) r d j u s d s f y ; s f d ; k t k j g k g a b u r d u h d k a d s d k j . k f ' k { k k e a g k s j g s u o k p k j d s l k f k & l k f k l m j { k s = k a r d f ' k { k k d k c l k j h k h g k s j g k g a l p u k o l p k j r d u h d d s f o f h k e e k / ; e k a } k j k l p u k v k a d s l a g . k l p ; u l q e m i ; k s x r f k k r s t h l s v k n k u & c n k u d h l f o / k k g a f ' k { k k d s { k s = e a u b z l p k j r d u h d k a d s m i ; k s x u s f ' k { k d d h h k f i e d k j f ' k { k . k e a l p u k , o a l p k j r d u h d h ¼/vk b z l h-Vh-½ d k l g h l e k o s ' k u c P p k s a e s a i z H k k o d k j h v f / k x e d k s m R i k f g r , o a m R i s z f j r d j l d r k g S A l k F k g h l k F k j r d u h d h d s i z ; k s x u s f ' k { k d d s v U ; d k ; k s Z a t S l s e w Y ; k a d u j l a l k / k u l s o k v k f n d k s l j y , o a i z H k k o d k j h c u k ; k t k l d r k g S A f o f ' k ' V v k o ' ; d r k o k y s c P p k a d h f ' k { k k d s f y , h k h l p u k o l p k j r d u h d d k f o ' k s k e g l o g a , d v / ; k i d b l r d u h d d s d q k y c ; k s x } k j k v i u s d k ; k a d k s o ; o l F k r r F k k v i u s f ' k { k . k d k s c h k k o h c u k l d r k g a v k b z l h-Vh- r d u h d h d k f ' k { k . k v f / k x e d k ; k s Z a e s a m i ; k s x d s f y ; s ; g v k o ' ; d g S f d f ' k { k d k s a e s a b l d s i z k s x l s f ' k { k . k d k s k y d h { k e r k f o d f l r d h t k ; a b l i k B ; Ø e d s f o ' k ; o L r q d s e k / ; e l s i f ' k { k q u o h u v k b z l h-Vh- l a k / k u k a d k s ' k s { k d i f Ø ; k v k a d k v f h k u u h k k x e k u r s g q s m u l s v o x r g k s i k ; a a

m l . "

bl i k B ; Ø e i j v k / k f j r f o ' k ; o L r q d s f ' k { k . k d s m i s ' ; f u E u f y f [k r g a % &

- v k b z l h-Vh- d h v o / k k j . k k r F k k f ' k { k k e a b l d h m i ; k s x r k l s v o x r d j k u k A
- v k b z l h-Vh- d s f o f h k e m i k x e k a d k s f ' k { k . k c f Ø ; k e a c ; k s x d j u s d k d k s k y f o d f l r d j u k A
- f ' k { k . k v f / k x e d h x q k o r k i w k z c u k u s d s f y ; s b u r d u h d k a d s e g R o d k s l e > u k A
- v k b z l h-Vh- d s f o f h k e m i k x e k a t S s b a / j u s v o m Z i k d l j j i s t a / s k u ¼ h i h v h ¼ v k f n d k s f ' k { k . k c f Ø ; k e a i h k k o h : i l s c ; k s x d j u k A
- v k b z l h-Vh- d s f o f h k e r j h d k a d k s , d l k f k l e f l o r d j d s i z k s x d j u s d s d k s k y d k s f o d f l r d j u k A
- v k i s u y f u z k f l l V e d s i z k s x , o a m i ; k s x r k l s v o x r g k s u k A
- c f ' k { k q / k a e a v k b z l h-Vh- d s f o f h k e m i d j . k k a t S s & V h E o h E d E l ; w j c k s t Ø v j f j d k m j b R ; k f n d s c ; k s x o j [k & j [k k o d k d k s k y f o d f l r d j u k A

FP-1

bdlb&I %f'k{k.k dsfy, vkb-1 hVh dk ifjp;

- vkbZl h-Vh- dh vo/kkj .kk
- vkb-1 h-Vh- dsfofHku rduhd
- f'k{k.k vf/lxe ea vkbZl hVh dh mi ; kfxrk

bdlb&II %f'k{k.k vf/lxe eadEl; Wj dk mi ; kx

- dā; Wj rFkk bl ds bLræky dsfo"K; ea egÛoi wkZ fooj .k
- dā; Wj dsfofHku iZkj , oa vfuok; Z?kVd
- dā; Wj ea Lefr vk\$ Hk&/kj .k 0; oLFkk
- vkWj sVæ fl LVe

bdlb&III %f'k{k.k vf/lxe dsfy, vkQI vkWkesku I kVVoş j

- vkQI vkWkesku fl LVe o bl dsfy, mi yC/k fofHku I kVVoş j
- oMZ ikl ş j I kVVoş j o bl ds iæçk dk; Z
- Li M' khV o bl ds iæçk dk; Z
- iLrqr ¼i stv's ku½ I kVVoş j o bl ds iæçk dk; Z
- f'k{k.k vf/lxe ifØ; k ea iLrqr ¼i stv' ku½ I kVVoş j dk mi ; kx

bdlb& IV %f'k{k.k vf/lxe ifØ; k eabVjuş

- bVjuş I sduD'ku dh ifØ; k
- bVjuş ckmTj o bl ds iæçk dk; Z
- b&ey rFkk f'k{k.k vf/lxe ifØ; k ds I nHkZ eabl dk bLræky
- bVjuş ij [kkt ¼ p½ batu rFkk f'k{k.k ds I nHkZ eabl dk bLræky

bdlb&V %f'k{k.k vf/lxe eavQI vkWkesku fl LVe dk vuiq; kx

- f'k{k.k vf/lxe ea oMZ ikl ş j I kVVoş j dh Hkæedk
- f'k{k.k vf/lxe ea iLrqr I kVVoş j dh mi ; kfxrk
- f'k{k.k vf/lxe dsfy, Li M&' khV dh mi ; kfxrk
- vkQI vkWkesku I kVVoş j dh enn I sFmftVy I kexh ; k MKVk dks r\$ kj djuk
- I koBkæed mi ; kx grwfgnh Hk"kk ea dEl; Wj dk I Bkkyku o iz kx

bdlb&VI %f'k{k.k&vf/kxe eabVjuV dk mi ; kx

- ik—frd foKku] I kekftd foKku] Hkk"kk] vkfn fofHkUu fo"K; ka dsfy, bV/juV/ I d k/ku
- xuky MKD I vkSj vU; vkUykbU vkUQI I kUjVos j ds mi ; kx o YkHk
- DykmM vk/kkfjr HkM/kj .k ¼Vksjst½ tS s ckD I , oa MRW ckD I ds ykHk
- vkbZl h-Vh- ds mi ; kx ea I j {kk dk /; ku % bV/juV/ ij I fQZk vkSj I kS ky uS/ofdZk I kbV+
- vki su yfuZk fl LVe o vkUykbU yfuZk dsu, mHkjr s : >ku

bdlb&VII %f'k{k.k&vf/kxe i fØ; k eavU; vkbZl h-Vh- rdudh dk iz kx

- f'k{k.k&vf/kxe ea jSM; kS Vyhfo tu dk mi ; kx
- gSM gYM midj .k ¼tS s , M/k; M vk/kkfjr midj .k½ dk mi ; kx
- ohfM; ks vkSj vkMM; k fl LVe dk mi ; kx
- f'k{k.k&vf/kxe dsfy, i kstDVj dk mi ; kx
- dQn f'k{kki ; kxh gkMbs j vkSj I kUjVos j I d k/ku

çLrfor dk;

- f'k{k.k ea ç; Ør vkbZl h-Vh- ds mi dj .kka tS s & jSM; kS VhEohE] dEI; Wj] çkstDVj] bR; kfn dk v/; ; u ¼ fjp;] ç; kx dh fof/k] fo'kskrk] f'k{k.k ea mi ; kSxrk½
- vkbZl h-Vh- ds fdUgha i qp mi kxeka bV/juV/ i kojlok bV/ vkMM; k&fotwpy fj dMMWx] MKD; Øv/h ' kSj bEsy] fQYe] jSM; kS&Kkuok.kh] nijn'kZ&Kkun'kZ o vU; ' kSf.kd dk; Øe] vkfn½ ds ç; kx ds dS ky dks I h[kukA
- fdl h oMZ i kd sI æ I kUjVos j dk iz kx dj 'f'k{k.k vf/kxe dsfy, vkbZl h-Vh- dS ky dkd I ea vi us vuHkoka ds vk/kkj ij , d fjiKVZ rS kj djA
- vkbZl h-Vh- dk ç; kx djrs gq s f'k{k.k vH; kl ds nkS ku U; ure i qp i kB&; kst ukvka dk fuekZ k rFkk d {kk&d {k ea f'k{k.kA
- vkbZl h-Vh- I s I æd/kr vi us dS ky ka dks fuEu I kUjVos j ds vk/kkj ij , d i qp i Ekus fclnq Ldsy ¼cgf vPNk] I rks ktud] vkS r] vPNk] vl rks ktud½ ij jS/ dja %& oMZ i kd d j ¼oMZ] Li M' khV ¼ DI sy½ i stV/s ku ¼ hi hV/h½ rFkk bV/juV/ ctmftæ

i w{k}d %50

SP-1

I m{h

dyk I k{n; Z dk c{k k v{k} v{f}k; fDr g{A ; g eut; ds fopkj ka v{k} Hkkoka dks c{dV djus dh Hkk'kk g{A bl dk m{is' ; gS thou ea I k{n; Z dk c{k k djuka ; g dkbZ i Fkd Kku ugh gS cfYd gekjs n{ud thou dk gh fgLI k g{ ftI dk c; k{x ge fdl h u fdl h : i ea djsrjgrs g{A dyk ds ek/; e I sge , d n{ j s ds Hkkoka , oa vu{kkoka dks I jkgrs g{A 0; fDrxr~: fp] euk{kk} c{kFkfed n{Vdksk o v{f}k: fp vkfn bl h ds : i g{ ftuds ek/; e I sge fdl h phit dks I e>rs g{A vkt ds I kekftd ifjn'' ; ea dyk f'k{k{kk dh fo'ksk fLFkr g{A fo|ky; ka ea fu; fer i k{B; Øe ds I kFk dyk dks tk{M}ej n{[kus dh vko'' ; drk c{rhr gks jgh gS D; k{rd bl s vc i k{B; p; kZ ds v{f}k{u v{x ds : i ea Lohdkj tkus yxk g{A , d f'k{k{d ds fy; s dyk dk fo'ksk eg{lo gS D; k{rd bl ds ek/; e I s og vi us f'k{k.k dks fofo/k c{dkj I s jkpd cuk I drk g{A I kFk gh ml ds i kl v{f}k; fDr dk , d v{k} ek/; e t{M+ tkrk gS ftI dk c; k{x og fo|ky; ds fof{Hk{u dk; k{ ea dj I drk g{A dyk ds c{fr I n{ 'khy f'k{k{d vi uh d{[kk ea Hkh bl s eg{lo n{ks rFk vi us fo|kFkZ; ka ds v{nj Nij s I t{ukRedrk dks Hkh igpku ik; x{A dyk ds fof{Hk{u : i ka ea I x{hr] fp=d{y} ukV; } xhr] y{ku} vkfn c{e}k g{A bl i k{B; Øe ea fn; s x; s fo''k; oLrq ds ek/; e I s c{f'k{k}q I } k{rd , oa i k; k{x}d i {kka ds c{fr vi uh I e> cuk; x{A ; g{k} c{f'k{k}q/ka }kjk fof{Hk{u dyk&d{k}kyka dks dj ds I h[kus ij fo'ksk cy fn; k tk; x{A I kFk gh ; g c; kl Hkh g{k}k fd os vi uh dyk dks vi us f'k{k.k ds I kFk tk{M}ej n{[k ik; A

m{I''

bl i k{B; Øe ij vk/kfjr fo'k; oLrq ds f'k{k.k ds m{is' ; fuEufyf[kr g{A %&

- c{f'k{k}q/ka dks dyk f'k{k{kk dh vo/kk} .kk , oa mi ; k{xrk I s voxr djuka
- dyk f'k{k{kk ds I } k{rd , oa i k; k{x}d i {kka ds ek/; e I s c{f'k{k}q/ka ea dyk ds d{k}ky dk fodkl djuka
- LFku fo'ksk ds I n{h}kZ ea i k{j}hkd Lrj ij dyk f'k{k{kk ds eg{yo dks I e>uka
- {k{x}k; dykvka , oa f'k{y}i dk Kku , oa f'k{k{kk ea bl dh I kFkZdrk dks I e>uka
- dyk f'k{k{kk dh ; kst uk , oa I x{Bu ds fof{Hk{u}k vo; oka I s voxr g{k}ka
- dyk vu{kkoka ds vol jka dks fodfl r dj i kus dh {kerk dk fodkl djuka
- dyk f'k{k{kk ds I } k{rd , oa i k; k{x}d i {kka ds ek/; e I s c{f'k{k}q/ka ea dyk ds d{k}ky dk fodkl djuka
- i n'kZ dyk ds fof{Hk{u r{yoka I s voxr g{k}ka
- dyk ea e{w; k{du ds fof{Hk{u mi kxeka , oa rduhdka dks tkuuk , oa mudk i Hkkoh iz; k{x djuka

dyk f'k'k

SP-1

bdlb&I %dyk dhs l e> vls dyk f'k'k %l)kr½

- dyk f'k'k % vo/kkj .kk] i dfr , oa {k'k
- ikj dhd Lrj ij dyk f'k'k dk egYo %LFku fo'ksk ds l nHkz edz & n" ; dyk dk egYo , oabl dh mi ; k'srk & in'ku dyk dk egYo , oabl dh mi ; k'srk & cky dyk dh l e>
- {k'k; dyk vka , oaf'kyi dk Kku , oaf'k'k eabl dh l k'k'rk & {k'k; dyk , oaf'kyi & ikj dhd f'k'k l sdyk , oaf'kyi dk l a'k
- n" ; dyk , oain'ku dyk ds {k'k l s l edkyhu dyk vka dyk dk jka , oadkjhxjka dk Kku

bdlb&II %n" ; dyk, a, oaf'kyi %k; k'xd½

- n" ; dyk , oaf'kyi dh fofHku oLrjka dk iz kx i l y] i k'Vy jax] i k'Vj jax] dye vls L; kgh] jaxsyh cukus dk l keku] fe' h fefJr l kexh] f'kyi dk l keku
- n" ; dyk , oaf'kyi dh fofHku fof/k; ka dh [k'k' , oamuds l k'k' iz kx f'k'ku vls i vax] cyk' i vax] dky k' cukuk] eq'k'k' vls dBi'ryh cukuk fe' h l s v'k'f'r; k; cukuk %Dys ek'f'ya½] dkxt dk Vdj , oek'kdj v'k'f'r; k; cukuk
- fd, x, ik; k'xd dk; Zdk Q'k'Mj cukuk Q'k'Mj dk v'k'z vls egYo] Q'k'Mj d's cuk, j Q'k'Mj ds mi ; kx

bdlb&III %dyk f'k'k dh ; k'uk , oal xBu

- ikj dhd d{k'vka ds fy, dyk & vut'ko ka dk vk; k'stu & dyk & vut'ko D; k g's \ dyk & vut'ko dk vk; k'stu d's dja \ & fo | ky; l e; & l kj .kh ea dyk f'k'k dk LFku
- dyk & vut'ko ds fy, l kexh , oal Fku dh 0; oLFk %n" ; dyk , oain'ku dyk ds fy,
- dyk & vut'ko dh 0; oLFk , oabl s l qe cuku dh i f'Ø; k

bdlb&IV %in'ku dyk %k; k'xd½

- in'ku dyk ds fofHku r'yo & l xhr %xk; u] ok | & uR; % ykd uR;] "kk'k'k; uR;] l 'tukRed & j'ep % ykd j'ep] vk/k'ud j'ep] dBi'ryh dyk
- dyk ds fofHku : i ka dk egYo
- in'ku dyk % ; k'stuk] r's kjh] i Lr'hdj .k

bdlb&v %dyk f'k{k ea eW; kdu

- dyk f'k{k ea eW; kdu %egYo , oa i fØ; k
dyk&vuŋko ds eW; kdu dsfy, D; k ; kn j [ka \
eW; kdu dk l a s k.k d s s dja \
- dyk ea eW; kdu ds fofHKU mikxeka , oarduhdka dh l e> %
voykdu ¼/kc tož ku ¼/ ph] i fj; kst uk] i k/Dkfy; kš pd fyLV] jšVak Ldsy
?kVuk oŸkar ¼ u d MKW y j d k MZ ¼ in'kū ¼ M Llys ½ vkfn A
- dyk ea eW; kdu ds l d r d % v Fkz n" ; dyk , oa in'kū dyk ds l n Hkz ea
- i k/Dkfy; ks cukuk ¼ i k; kš xd ½ % egYo] j [k&j [kko] eW; kdu dsfy, i k/Dkfy; ks dk mi ; kš

çLrfor dk; i

- fdl h , d dyk dlnz ds fo'k; ea tkudkj çl r djuk rFkk f'k{k ds l n Hkz ea ml dk
fo'ysk.kA
- fdl h dyk dk f'k{k.k ea fofo/k çdkj l s ç; kš djuka
- l h [ks x, dyk dks kyka dk ç; kš djds i kB ; kst ukvka dk fuekz k djuka
- vi us fo | kFkz ka ds dykRed : fp; ka dk v/; ; u djuk rFkk muds çkRl kgu dsfy, ; kst uk
rš kj djuka
- fofHKU dykvka ds vuŋkoka dk fo | ky; ea l tu djuk rFkk fo | kFkz ka dh mu dykvka ea : fp
dk v/; ; u djuka
- in'kū dyk dk f'k{k.k ea fofo/k çdkj l s ç; kš djuka
- l h [ks x, dyk dks kyka dk ç; kš djds i kB ; kst ukvka dk fuekz k djuka
- vi us fo | kFkz ka ds dykRed : fp; ka eW; kdu djuk rFkk muds çkRl kgu dsfy, ; kst uk rš kj
djuka

i wkd %50

FP-2

I mHk

0; fDr ds l kelftd] ekufi d o ' kkjhfjd fodkl ds l mHkZ ea thou dSky] ;sx o LokLF; f'k{k ds eglo dks n[kk tk l drk gA cnyrs l e; o ifjosk ds vuq kj gekjs thou'kSyh ea Hkh dbz cnyko vi f{kr gA bu cnykoka ds l mHkZ ea thou dSky] ;sx o LokLF; f'k{k dh vo/kkj.kk dks l e>uk o vkrEl kr djuk vko'; d gA thou dSky dk c; sx ge vius nsud thou ea fujl rj djrs jgrs gA bu dSkyka ds ek/; e l s ge l kelftd v r %Ø; k ds l kFk&l kFk nsud thou ea vkus okyh foHkUu puksr; ka o l eL; kvka dk l Qy l ek/kku dj ikrs gA cf'k{k/ka ea thou dSky dk fodkl muds v/; ki u puksr; ka ds l mHkZ ea vko'; d gA bl ds l kFk gh ;sx o LokLF; f'k{k dk Hkh cf'k{k/ka ds l mHkZ ea fo'kSk eglo gA ;sx Hkkjrh; l h—fr dh veV; fuf/k gA ;g 0; k; ke ek= ugha gScfYd bl l s ekufi d LokLF; o , dxz fpru dk l o) u Hkh gkrk gA LokLF; f'k{k ds ek/; e l s LokLF; l Ecakh Kku dks 0; fDrxr , oa l kelftd Lrj ij 0; ogkfjd : i ea ifjofr r fd; k tk l drk gA ;g , d 0; kogkfjd f'k{k gS tks u fl QZ LokLF; o/kZd rjhdk dk Kku djrk gScfYd mu vknrka ds fuekzk ds fy, vuphy ifjLFkr; ka ds fuekzk ea Hkh egri wkZ Hkfedk fuHkrk gA , d LoLFk eut; gh viuh fteepkfj; ka dk dqyrki wZd fuokg dj l drk gA v/; ; u o v/; ki u ds fy, Hkh f'k{k{kFkZ ka o v/; ki dka dk LoLF; gkuk vko'; d gA LokLF; f'k{k ds ek/; e l s cf'k{k/ka dks LokLF; ds cfr l on'khy cuk; k tk, xkA

mI''

- thou dSky ds foHkUu vk; keka l s cf'k{k/ka dks voxr djuka
- f'k{k.k ds l mHkZ ea thou dSky ds 0; ogkfjd i {kka dks l e>uka
- cf'k{k/ka ea ;sx ds fu; fer vH; kl dks fodfl r djuka
- cf'k{k/ka ea LokLF; l Ecakh tkx: drk yuka
- LokLF; ds foHkUu i gyp/ka %i ks k.k] j sx] mi pkj bR; kfn % ds fo'k; ea cf'k{k/ka dks voxr djuka

❖ Thou dSky

- vo/kkj.kk] eglo , oa vko'; drk
- thou dSkyka dh igpku o muds idkj
- thou dSkyka dk nsud thou ea iz; sx
- f'k{k.k&i f'k{k.k ds n[sk ku thou dSkyka dk fodkl
- thou dSkyka dk l h[ku&l h[kkus dh i fØ; k ea mi ; ksrk

❖ ; kx f'k{k

- vo/kkj.kk] egÙo , oa vko' ; drk
- ; kx vkl uka dh fo'k{krkvka dk v/ ; ; u
- ; kx dk nšud thou es iz kx
- fo|ky; ea ; kx f'k{k dk ił kj

❖ LokLF; f'k{k

- cPpka dh LokLF; I æłkh vko' ; drk; a
- cPpka ds LokLF; dk I h[kus ij iłkko
- fo|ky; ea i ksk.k& e/; kà Hkkst u
- fo|ky; i fjošk , oa LokLF;
- i kFkfed mi pkj ds mi dj.k , oa mi ; kx
- dı ksk.k dh I e> rFkk bl ds mleyu ds mi k;
- [ksydın vıš ' kkjhfjd LokLF; ea I æłk

çLrkfor dk; ;

- thou dšky dh vo/kkj.kk o bl ds vo; oka dk v/ ; ; uA
- vi us f'k{k.k ds vıj ç; Ør foHkè thou dškyka dš fpÙgr djuk o muds fodkl dh I Hkkrouk ds fy; s I Øko , df=r djukA
- fdÙgh i kp ; kx vkl uka ds fo'k{krkvka dk v/ ; ; u o nšud ç; kxA
- vi us I ù.Fkku ea LokLF; I æłkh I eL; kvka dk fo'ysk.kkRed v/ ; ; uA
- fudVorh LokLF; dšnz ea mi yC/k LokLF; I fjo/kkvka dk v/ ; ; uA
- fo|ky; ea ; kx o LokLF; f'k{k I s I æł/kr dk; Zkkykvka dk v/ ; ; uA

i wkkd %50

SP-2

I mki

dk; Zvutko ea cf'k{kq/ka l s vi s{kr gSfd os viuh : fp vuq i mi yC/k fo'k; ka 1/4K3 & -f'k , oa cxxokuh] enk&dk; } dk' B&dk; } f[kyk&us cukuk] Nk; ka du] fctyh ds dke ; k vU; tks fo"K; l LFkku ea mi yC/k gk& ea l s , d dks p&dj ml ds fofHku vk; kela dks tkuus , oa l e>us dk c; kl djs& fo'k; dh l e> , oa vftR dksy cf'k{kq/ka dks Hkfo"; ea f'k{k.k dks vf/kd cHkkoH cukus ea l gk; rk djs& l kFk gha l kFk ; g muea Je vk/kfjr dk; ka ds cfr l Eeku Hkh txk; s&A

mi"

- Je , oa dksy dk l EekuA
- ikB; Øe ea ' kfeY rFkk l LFkku }jkj mi yC/k dj; s x, dk; Z vlt; kl ea l s fdl h , d ea fui qkrk gfl y djukA
- l h[ks x, dksy dk ; Fkk l Hko f' {k.k vf/kxe cfØ; k ds nkj ku mi ; ks&A
- l h[ks x, dksy dk nsud thou eami ; ks&A

❖ Nf'k , oacxokuh (Farming & Gardening)%

Nf'k , oacxokuh vkt Hkh fcgkj dh , d cMh vkcknh dh thfodk dk l kku gS i jarqfd l h Hkh 0; ol k; l s tMs yks buds l c&k ea tkudj buea l ayXu gks l drsg&

cf'k{kqbl ds }jkj &

- vius vkl ikl ds cktNfrd okrkoj .k dks l e) dj l drsg&
- mxk, x, Ql yka dk c; ks f'k{k.k vf/kxe l kexh ds : i eadj l drsg&
- LFkkuh; Ql yka , oa muds c&kj dh tkudkjH lktR dj l drsg&
- LFkkuh; Ql yka ds mxk; s tkus ds l c&k ea vko' ; d tkudkjH dk l xg dj l drsg&
- mi ; Ør Ql y dk p&ko dj ml smxk l drsg&

❖ Nk; ka du (Photography)%

bl dk l c&k fl QZ fLFkj Nk; kfp= l sugha gS vfi r&bl ea fofM; ks&Qh dks Hkh ' kfeY fd; k x; k g& fLFkj fp= u d&y cgr de [kpZ , oa vkl ku j [k j [kko okys f'k{k.k vf/kxe l kexh ds fueZk ea l gk; d gS cfYd bl dk mi ; ks fo | ky; vutko dk; Øe ds nkj ku fofHk& l p&ukvka dks , d= djus , oa fj i kvZ r\$ kj djusea fd; k tk l drk g&

cf'k{kqbl ds }jkj &

- fofM; ks&Qh }jkj r\$ kj dh xbZ y?kq fp=ka , oa orfp=ka dk c; ks cf'k{kq f' k{k vk/vf/kxe l kexh ds : i ea rFkk ifj; kstuk fueZk vkfn ds fy; s dj l drsg&
- fofHku fo'k; ka l s l c&/kr fp=ka dk c; ks dj vius f'k{k.k dks fo | kfFkz ka ds fy, vf/kd : fpdj cuk l drsg&

❖ **fctyh dsdle** (Electrical Work):

çf'k{lqbl ds}kjk &

- ?kj@fo |ky; ea gksus okys l kekl; ok; fjæ dh tkudkj h i klr dj l drs gA
- ?kj,yw mi dj .kka fo |ky; ea ç; ksx ea yk; s tkus okys fctyh ds mi dj .kka vkfn dks eknyh [kj kfc; ka dks Bhd dj i kus dk dksky l h[k l drs gA
- fo/kr l s gksus okyh nqk/ukvka ds dkj .kka dh tkudkj h ,oa cpko ds fy, vi s{kr r\$ kfj; ka dh l e> fodfl r dj ik; æA

❖ **enk&dk;Z** (Clay Work) %

feVvh ds crZ] f[kyk&uk vkfn u dpy xkeh.k vfi rq' kgjh thou l s Hkh xgjs tM/gA buds i kjEi fjd mi ; ksx ds vfrfjDr ubZ l Hkkoukvka us enk dk; Z dks u; k thou fn; k gA çf'k{kqenk dk; Z ea dqkyrk çklr dj vi us f'k{k.k ea Hkh bl dk mi ; ksx dbZ çdkj l s dj l drs gA

çf'k{lqbl ds}kjk %

- feVvh ds f[kyk&uk ekMy vkfn cuk dj mudk mi ; ksx f'k{k.k gsrq dj l drs gA
- fo |kfkz; ka ea bl çdkj ds dksky ds çfr l Eeku ,oa blga l h[kus ds mRl kg dks i k' kr dj l drs gA
- feVvh ds crZ] f[kyk&uk fo'k; ka ds i kB; Øe l s l æi/kr ekMy vkfn cuk ik; æA