

# ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ವಾರ ಯೋಜನೆ

## 5 "ಇ" ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ಶ್ರೀ ಸಂತೋಷ ಬಿ ಬಿರಾಜನವರ

ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಕ್ಷಕರು ಗ್ರೇಡ್ 1

ಸರಕಾರಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ ಮುದ್ದಾಪುರ (ಆರ್.ಎಂ.ಎಸ್.ಎ)

ತಾ:ಮುಧೋಳ ಜಿ:ಬಾಗಲಕೋಟಿ

ಮೊ ನಂ : - 9740826660

ಶ್ರೀ ಪರಶುರಾಮ ಶಿ ಸಾಳುಂಕೆ

ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಕ್ಷಕರು ಗ್ರೇಡ್ 1

ಶ್ರೀಮತಿ ನೀಲಮ್ಮ.ಚ.ಅಕ್ಷ. ಸರಕಾರಿ ಬಾಲಕಿಯರ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ ಸಂಶೀಲನೆ

ತಾ: ಕುಂದಗೋಳ ಜಿ: ಧಾರವಾಡ

ಮೊ.ನಂ : 9902663722

2023- 24 ನೇ ಸಾಲಿನ

# ದ್ವಾರ್ಪಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ

## 5 "ಇ" ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ತರಗತಿ : - 10

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

ಶಿಕ್ಷಕರ ಹೆಸರು :-

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ತಿಕ್ಕಣ

ದೃಷ್ಟಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ

ತರಗತಿ : 9

ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ತಿಂಗಳು	ಪಾಠದ ಹೆಸರು & ಸಾಮರ್ಥ್ಯ	ಕೊಶಲ್ಯಗಳು	ಪೋಲ್ಯೂಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ:	ಉಪಕರಣ
ಜೂನ್	ಮೌದಲನೆ ದೃಷ್ಟಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ	<p>1.ವೇಗ :- ಬಾಲಕರಿಗೆ -50 ಮೀ ಓಟ ಬಾಲಕಿಯರಿಗೆ -30 ಮೀ ಓಟ</p> <p>2.ಬಲ: ಗುಂಡು ಎಸೆತ</p> <p>3.ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ: ನಡಿಗೆ/ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ :-20ನಿ ನಡಿಗೆ/1ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ:-10ನಿ ನಡಿಗೆ/1 ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್</p> <p>ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ದೃಷ್ಟಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪೋಲ್ಯೂಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ವೇಗ:- 6 ಅಂಕ ಬಲ:- 6 ಅಂಕ ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ :- 6 ಅಂಕ ಮೂರ್ಖಗೊಳಿಸುವಿಕೆ :- 2 ಅಂಕ ಓಟ್ಟು :- 20 ಅಂಕ</p> <p>(ಸರಾಸರಿ ತೆಗೆದುಹೊಂಡು ಅಂಕವನ್ನು ನೀಡುವದು )</p>	<p>ಸ್ಟ್ರೋ ವಾಚ್, ಶಾಟ್ ಮುಟ್ಟೊ ಟೈಪ್‌, ಸುಣ್ಣ ವೈಸಿಲ್‌</p> <p>ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ</p>

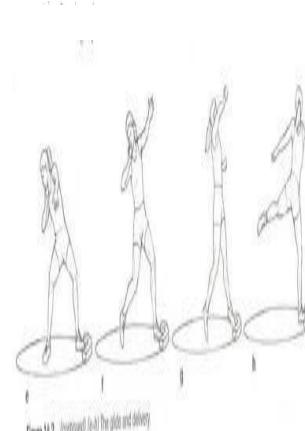
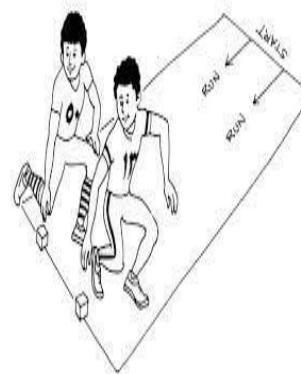


Figure 14.2 (continued) (a) The glide and recovery



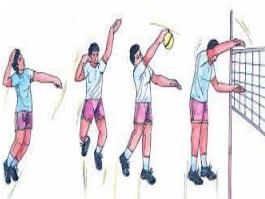
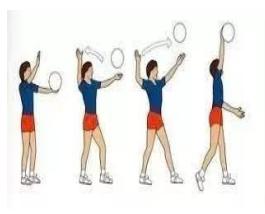
**ದೃಷ್ಟಿಕೆ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ಕಾರ್ಥ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ**

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕೆ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ :	ಫಾಟಕ : ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಬಲಂಪಿಕ್ ಮತ್ತು ಏಷ್ಟನ್ ಕ್ರೀಡೆಗಳು	ತರಗತಿ : 10			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ		
* ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಬಲಂಪಿಕ್ ಪ್ರಾರಂಭ ಮತ್ತು ಅದರ ಉದ್ದೇಶಗಳು. * ಬಲಂಪಿಕ್ ದ್ವಾರಾ ನೀಡಲಾಗಿರುವ ಬಳಂಪಿಕ್ ಕ್ರೀಡೆಗಳು. * ಬಲಂಪಿಕ್ ಜ್ಯೋತಿ * ಏಷ್ಟನ್ ಕ್ರೀಡೆಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬರಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>*ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	ಎಲ್ಲ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಇದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಅತೀ ದೊಡ್ಡ &amp; ಮಹತ್ವದ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟ ಯಾವದು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ 4 ಗುಂಪು ಮಾಡುವದು. ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>1.ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಬಲಂಪಿಕ್ ಪ್ರಾರಂಭ &amp; ಅದರ ಉದ್ದೇಶಗಳು</li> <li>2.ಬಲಂಪಿಕ್ ದ್ವಾರಾ 3.ಬಲಂಪಿಕ್ ಜ್ಯೋತಿ</li> <li>4. ಏಷ್ಟನ್ ಕ್ರೀಡೆಗಳು</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋತ್ಸವಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ & ವಿವರಕಾರಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಾವಿಕ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ನೀಡಿ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಮಂಡಿಸಲು ತಿಳಿಸುವದು</li> <li>*ಲುಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಆಲಿಸುವರು &amp; ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವರು</li> <li>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮಟ್ಟುವಂತೆ ನೋಡುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ & ವಿವರಕಾರಕ	ಕಮ್ಮು ಹಲಗೆ ಪತ್ರ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಾವಿಕ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಬಲಂಪಿಕ್ &amp; ಏಷ್ಟನ್ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟಗಳ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು.</li> <li>* ಪ್ರಾರಂಭದ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಮೌರ್ಚಿಕ್ ನೀಡುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಮಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	ಒಬ್ಬರಿಗಿಂತ ಒಬ್ಬರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೇಳಿದರು
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಎರಡಿಸುವದು</li> </ul>	ವಿಧಾನ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಾವಿಕ	ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು



## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು		ಫಾಟಕ : ವಾಲಿಬಾಲ್		ತರಗತಿ : 10			
ಚೇಳಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :			ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು		ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಪೋಲ್ಯುಮಾಪನ			
						ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
* ತೇಲುವ ಸರ್ವೀಸ್ * ದೇಹವನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿ ಹೊಡೆಯುವದು. * ಬಾಲಕಂಗ್ & ಪ್ರೈವೆಧ್ಯತೆಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು. * ಅನಾರೋಗ್ನವಿರುವ ಮುಕ್ತಾಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ			
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ವಾಲಿಬಾಲ್ ಶ್ರೇಡರ್ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು & ಶೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೃಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು * ವಾಲಿಬಾಲ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿ ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವದು.	ಪ್ರತ್ಯೇಕ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ,ಸುಣಿ ದಾರ,ಸೀಡಿ, ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕಂಬಗಳು ನೇಟ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ			
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕೊಶಲ್ಯುವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ಅಲ್ಲಿಂದ - ಲಿಂಡ - ಅಲ್ಲಿಂದ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು.ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಾಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮುಕ್ತಾಳಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯುದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಿಳಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ			
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯುಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯುಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯುವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಟದ ಕೊಶಲ್ಯುಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಸ್ಟೀಲಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ			
	Evaluation ಪೋಲ್ಯುಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಪೋಲ್ಯುಮಾಪನ ಮಾಡುವದು		ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ	ತಮ್ಮೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ತಮ್ಮೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		



## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ಕಾರ್ಥ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು

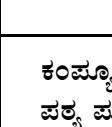
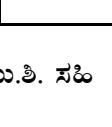
ಫೋಟೋ : ವಾಲಿಬಾಲ್

ತರಗತಿ : 10

ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
*ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ *ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ &amp; ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಕೊಂಡು ಬರಲು ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ಕಳ ಗಮನ ಸೇಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಕೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	ಎಲ್ಲ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಮುಕ್ಕಳನ್ನು ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಹಂಚುವದು &amp; ಅಪುಗಳನ್ನು ವಿವರಣೆ ನೀಡಲು ,ಚಟುವಟಿಕೆ ತಯಾರು ಆಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರು :</li> <li>1.ಎಂ.ಶಾಂಸುಂದರಾವ್, 2. ಏ.ರಮಣ ರಾವ್</li> <li>3.ಜಿಮ್ ಜಾಜರ್ 4. ಜೆ.ಇ.ಶ್ರೀಧರನ್</li> <li>*ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರು :</li> <li>1.ಜಾಲ್ರ್ ಕರ್ಲಿ 2ಯಮಿಲ್ಯಾ ರೂಯಿರು</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಳ್ವೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul> 	ವೀಕ್ಷಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪತ್ರ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಅಟಗಾರರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು . &amp; ಚಟುವಟಿಕೆ ಸುವರ್ಚಾರ್ಯ.</li> <li>*ಲುಳಿದ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು.</li> <li>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯು ಬಳಕೆ ಪತ್ರ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಅಟಗಾರರ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕಾಂಶ ಮುಟ್ಟುವಂತೆ ನೋಡುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಕಂಪ್ಯೂಟರ ಪತ್ರ ಮಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	ಒಬ್ಬರಿಗಿಂತ ಒಬ್ಬರು ಚಿತ್ರಪನ್ನು ಚಿನ್ನಾಗಿ ಬರೆದರು
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧಿಕಾರಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ರಸಪ್ರಶ್ನೆ ವಿವರಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆತ್ವರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	ಉತ್ತಮದಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು

ದೃ.ಶ.ಶ. ಸಹಿ

ಮು.ಶ. ಸಹಿ

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು	ಫಾಟಕ : ಹಾಕಿ	ತರಗತಿ : 10				
ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :	ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :					
ಕಲಿಕಾಂತಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ		
					ಸಾಧನ			
* ರಾಜ್ಯ, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಾಗೂ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ * ಏಷಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	*ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಾಕಿ ತ್ರೇಡೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ & ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಟಗಾರರ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಕೊಂಡು ಬರಲು ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವದು. * ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ಕಳ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವದು.	ವೀಕ್ಷಕೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಮುಕ್ಕಳನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಕಲಿಕಾಂತಗಳನ್ನು ಹಂಪುವದು & ಅವುಗಳನ್ನು ವಿವರಕ್ಕೆ ನೀಡಲು ,ಚರ್ಚೆಸಲು ತಯಾರು ಆಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸುವದು. * ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಟಗಾರರು : 1.ಧ್ಯಾನಚಂದ್ರ 2. ಅಜಿತ್ ಪಾಲ್ 3. ಲೆಸ್ಲಿ ಕ್ಲೈಡಿಯ್ಸ್ 4. ಡಾ// ಎಂ.ಪಿ.ಗ್ರೇಟ್ 5. ಧನರಾಜ್ 6. ಪಿ.ಪಿ.ಪಿ. 7. ಮಾರಜ್ 8. ಹೆಲನ್ 9. ಮೇರಿ ಇನ್ಸೆಂಟ್ *ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಟಗಾರರು : 1.ಡಾ// ರಿಚರ್ಡ್ ಚಾಲ್ರ್‌ಪತ್ರ್‌ 2. ಶರ್ವಬಾಜ್ 3. ಅಹ್ದ್‌ 3.ಪೋಲಿಸ್ 4. ಯಾನ್ 5. ಬೋವಿಲ್ಯಾಂಡರ್ 6. ಹಸನ್ 7. ಸದಾರ್ *ವಿಶ್ವಕಪ್ ಟ್ರೋಫಿ * ಕಲಿಕಾಂತಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋತ್ಸವಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.	 	ವೀಕ್ಷಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಮುಸ್ತಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
	Explain ವಿವರಕ್	*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಆಟಗಾರರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಕ್ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು . & ಚರ್ಚೆಸಲುವದು. *ಉಲಿದ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು. * ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಕ್ ಮಾಡುವದು.	ವೀಕ್ಷಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಡಿ.ಡಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡೆಯೋ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹಾಕಿ ಆಟಗಾರರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಣವನ್ನು ನೀಡುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕಾಂತ ಮುಟ್ಟುವಂತೆ ನೋಡುವದು.	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪೌಟರ ಮುಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂತಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು. * ರಸಸ್ತುಪ್ರಶ್ನೆ ವಿವರದಿಸುವದು.	ವೀಕ್ಷಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ		

## ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ

ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು

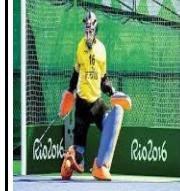
ಫಾಟಕ : ಹಾಕಿ

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

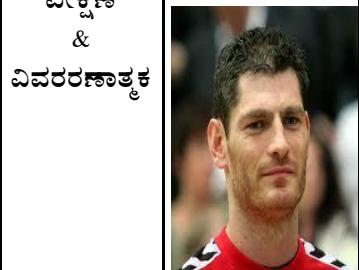
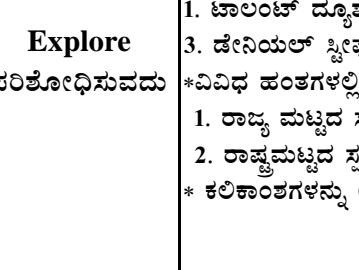
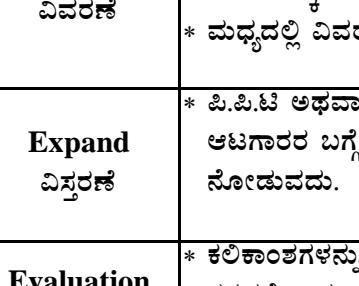
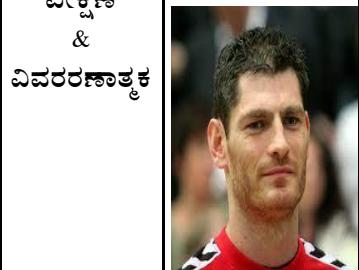
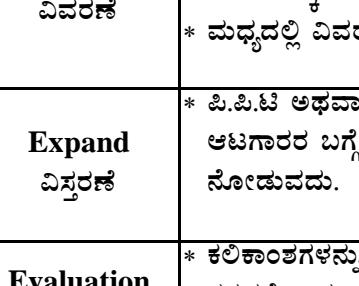
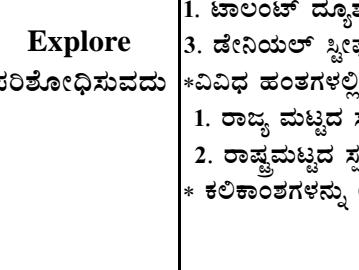
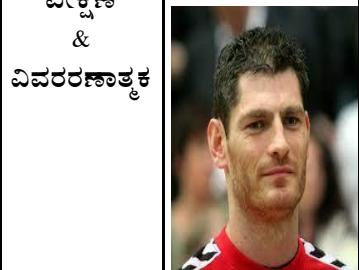
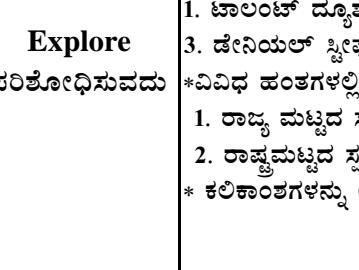
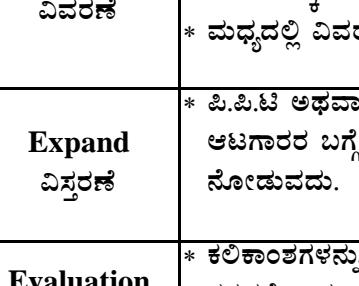
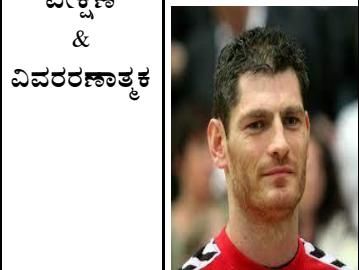
ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಲಾಂಗ್ ಕಾನ್ಸರ್ * ಪೆನಾಲ್ಟಿ ಕಾನ್ಸರ್ * ಪೆನಾಲ್ಟಿ ಸೈಕ್ಲ್ * ಹೊಸಿಪನಲ್ ಸ್ಟ್ರೀ * ಗೋಲ್ ಕೆಚಿಂಗ್	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>* ಅನಾರೋಗ್ನವಿರುವ ಮತ್ತು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತುತಿ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul> 	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಹಾಕಿ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು &amp; ಕೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು, ಜಪಲತೆ, ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು</li> <li>* ಹಾಕಿ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul> 	ಪ್ರಶ್ನಾತ್ಮಕ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ, ಸುಜ್ಞಾ, ದಾರ, ಹಿಟಿ, ಹಾಕಿ ಸೈಕ್ಲ್ ಬಾಲ್,	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಹಾಕಿ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವಾಗಿ ಅವಿಂದ - ಎಂಡ - ಅವಿಂದ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಮತ್ತು ಲಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯದ ಅಭಾವವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಿಳಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.</li> </ul> 	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತೆ ಮೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಆ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು.</li> <li>* ಆ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಟದ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul> 	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್‌ಎಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

ದೃ.ಶ್ರೀ.ಶ್ರೀ ಸಹಿ

ಮು.ಶ್ರೀ. ಸಹಿ

**ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ**

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು	ಫಾಟಕ : ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬಾಲ್	ತರಗತಿ : 10					
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :					
* ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ * ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು		ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ ಅವಲೋಕನ		
		<p>*ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ &amp; ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಕೊಂಡು ಬರಲು ಮುಕ್ತಿಗೆ ತಿಳಿಸುವದು.</p> <p>* ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಗಮನ ಸೇಳಿಸುವದು.</p>				ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು			
			<p>* ಮುಕ್ತಿಗಳನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಹಂತುವದು &amp; ಅವುಗಳನ್ನು ವಿವರಣೆ ನೀಡಲು ,ಚಟುವಟಿಕೆ ತಯಾರು ಆಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸುವದು.</p> <p>*ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರು :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ಟಾಲಂಡ್ ಮ್ಯಾರ್ಟೆಂಟ್‌ವ್</li> <li>2. ಜಾಕ್‌ಸನ್ ರಿಚ್‌ಡ್ರ್ಜ್‌ನ್</li> <li>3. ಡೇನಿಯಲ್ ಸ್ಟ್ರೀಫ್‌ನ್</li> <li>4. ಹೆನ್ರಿಂಗ್ ಸ್ಟ್ರೀಟ್</li> </ol> <p>*ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದ ಸ್ವಫ್ಱೆಗಳು</li> <li>2. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದ ಸ್ವಫ್ಱೆಗಳು</li> <li>3. ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸ್ವಫ್ಱೆಗಳು</li> </ol> <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋತ್ಸಾಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</p>			ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	
			<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಅಟಗಾರರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಒಂದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು . &amp; ಚಟುವಟಿಕೆ ಸುವರ್ದಿಸುವದು.</p> <p>*ಉಳಿದ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು.</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.</p>			ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	
			<p>* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬಾಲ್ ಅಟಗಾರರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾನ್ನವನ್ನು ನೀಡುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕಾಂಶ ಮುಟ್ಟುವಂತೆ ನೋಡುವದು.</p>			ಚಟುವಟಿಕೆ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪೌಟರ ಮಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ
			<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</p> <p>* ರಸಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು.</p>			ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು		ಫಾಟಕ : ಹ್ಯಾಂಡ್ ಬಾಲ್		ತರಗತಿ : 10	
ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಪೋಲ್ಯೂಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ರಿವೆಸ್ ಪಾಸ್		<p><b>Engage</b> ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು</p> <p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</p> <p>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮುಕ್ತಾಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತು ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</p>		<p>ಅನುಕರಣೆ &amp; ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p> <p>ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆ &amp; ಅನುಕರಣೆ</p> <p>ಚಟುವಟಿಕೆ &amp; ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p> <p>ವಿಡಿಯೋ ಸ್ಟೀಂಗ್</p> <p>ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ &amp; ವಿಕಾಸ</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p> <p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p> <p>-</p> <p>-</p> <p>ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p> <p>ಅವಲೋಕನ</p> <p>ಅವಲೋಕನ</p> <p>ಅವಲೋಕನ</p> <p>ಅವಲೋಕನ</p>	
* ಫಾಲ್ ಟಾಟ್							
* ಪಿಂಚೋಟ್ ಡಾಡ್ಜ್							
* ಗೋಲ್ ರಕ್ಕಣ							
							
<b>Explore</b> ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು							
							
<b>Explain</b> ವಿವರಣೆ							
							
<b>Expand</b> ವಿಸ್ತರಣೆ							
							
<b>Evaluation</b> ಪೋಲ್ಯೂಮಾಪನ							

ಮೊದಲನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ -

ಅಂಕಗಳು : 30

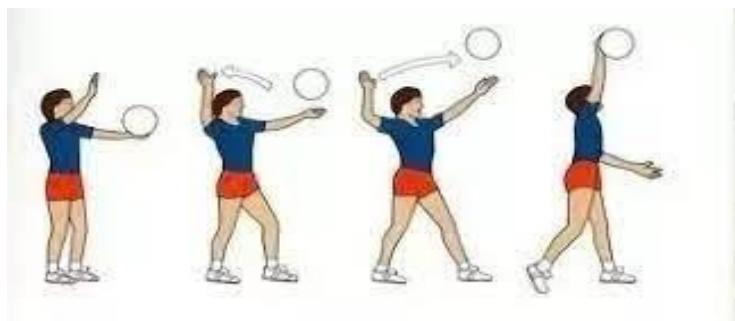
ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು

ಮೊದಲನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ

ತರಗತಿ : 10

ತಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು	ಮಾನಕಗಳು	ಉಪಕರಣ
ಜುಲೈ	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ : ತೇಲುವ ಸರ್ವೀಸ್ :- 15 ಅಂಕ</li> <li>* ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ : ರಿವರ್ಸ್ ಪಾಸ್ :- 15 ಅಂಕ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ನಿಲವು</li> <li>ಹಿಡಿತಗಳು</li> <li>ಸಂಪರ್ಕ</li> <li>ನಿರ್ವಹಣೆ</li> <li>ಅಂತಾನುಗತ</li> <li>( ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅವಿಂಡವಾಗಿ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು &amp; ಅಂಕಗಳನ್ನು 15ಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಹಾಕುವದು.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ವಾಲಿಬಾಲ್ ,ನೆಟ್, ಕಂಬ ,ಸ್ನಾಕ್ ,ಸೀಟೆ ,ದಾರ</li> <li>* ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ,ಸ್ನಾಕ್ ಸೀಟೆ</li> </ul> <p>ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ : ಏಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ ಸಾಧನ : ತಪಶೀಲು ಪಟ್ಟಿ</p>



ದೃ.ಶ.ಶಿ.ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ.ಸಹಿ

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ತಾಳಬದ್ದ ಚಟುವಟಿಕೆ		ಫೋಟೋ : ಎಸ್.ಡಿ.ಎಸ್ ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್		ತರಗತಿ : 10	
ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಆಗೇ ಕೆ ಮೋರ್ ಬಾಲ್ *ಚೈಮುಖಿ ಮೋರ್ ಬಾಲ್	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>*ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತುತಿ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಕೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್ನ್ನು ಎಲ್ಲ ಎಲ್ಲ ನೋಡಿದ್ದಿರ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್ನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾ ದಂಡ &amp; ಹಿಡಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಡಿತೆ ಕೊಡುವದು.</li> <li>* ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್ನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಹಿಡಿಯಬೇಕು &amp; ಬಳಸುವ ರೀತಿ ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಹೇಳುವದು.</li> </ul>	ಪ್ರತ್ಯೇಕ & ಅನುಕರಣೆ	ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್ ಸೀಟಿ ಡ್ರ್ಯೂ ಸೆಟ್	ವೀಕ್ಷಕೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಲೇರ್ಯೂಮ್ಸ್ ಕೊಶಲ್ಯಾವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಯಾಗಿ ಅಲಿಂಡ - ಲಿಂಡ - ಅಲಿಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು.ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯಾದ ಅಭಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಕೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಅಣವನ್ನು ಆಡಿಸುವದು	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	



## ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ

ವಿಧಾಗ : ತಾಳಬದ್ದ ಚಟುವಟಿಕೆ

ಫೋಟೋ : ಏರೋಬಿಕ್ಸ್

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂತಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
1.ಕ್ರಾಸ್‌ಫಿಶ್ ಡಿಲ್ಲಿ ಹೆಚ್‌ಗಳು 2.ಹೀಂಡ್ - ಮುಂದೆ ಹೆಚ್‌ಗಳು 3.ಹೆಚ್‌ಹೆಚ್‌ಗಳು 4.ಇಂಡ್‌ ಹೆಚ್‌ಗಳು 5.ಎಲ್‌ ಆರ್ಥರ್ ಹೆಚ್‌ಗಳು 6.ಎ ಆರ್ಥರ್ ಹೆಚ್‌ಗಳು 7.ಮುಂದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್‌ ಇಟ್ಟು ಮುಟ್ಟುವದು 8.ಹೀಂಡ್‌ ಹೆಚ್‌ಹೆಚ್‌ಇಟ್ಟು ಮುಟ್ಟುವದು. 9.ಗ್ರೆಪ್ ಹೈನ್ 10.ಗ್ರೆಪ್ ಹೈನ್ ಹಿಪ್‌ಎಕ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ 11.ಮಾಂಬೋ 12.ಮಾಂಬೋ ಹಿಪ್‌ಎಕ್ಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ 13.ಫ್ - ಫ್ - ಫ್ 14 ಮೊಣಾಲು ಎತ್ತುವದು 15.ಕ್ಯಾಗ್‌ನ್ನು ಎತ್ತುವದು.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು. * ಅನಾರೋಗ್ನವಿರುವ ಮುಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆ ಸಲು ತಿಳಿಸುವದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಏರೋಬಿಕ್ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದ್ದಿರಿ ಎಂದು ಮುಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಳುವದು. * ಏರೋಬಿಕ್ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಹೇಳುವದು. * ಏರೋಬಿಕ್ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಸಿಗುವ ಮನರಂಜನೆ ಮುಂತಿರಿಸಿ ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಾಡುವದು.	ಪ್ರತ್ಯೇಕ & ಅನುಕರಣ	ಟೇಪ್ ,ಅಡಿಯೋ ಸೀಟಿ	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯುಕ್ತಾಂತ ಏರೋಬಿಕ್ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಯಾಗಿ ಅವಿಂಡ - ಖಂಡ - ಅವಿಂಡ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮುಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮುಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯದ ಅಭಿಧರವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಷ್ಟಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಮುಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಅಟವನ್ನು ಆಡಿಸುವದು	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸ್ಯೆಲ್ಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	



ದೃ.ಶ.ಶಿ. ಸೆಂ

ಮು.ಶಿ. ಸೆಂ

## ದೃಷ್ಟಿಕೆ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕೆ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಅರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

ಫಳಕ : ಸಮುದಾಯದ ಅರೋಗ್ಯ

ತರಗತಿ : 10

ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ * ಒಳಚರಂಡಿ * ಬಾವಿ ಕರೆಗಳ ಸ್ವಚ್ಚತೆ * ಶುದ್ಧ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನ ಮೂರ್ಕೆ.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಶಾಲೆಯ ಮೃದಾನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾರು ಒಂದು ವಸ್ತುಗಳು ಮುಡಕಿ ಕೊಂಡು ಬರಲು ತಿಳಿಸುವದು. ಅದು ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರಬಹುದಾದ ವಸ್ತು ಇರಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲಿರಬಹುದು.</li> <li>ಅಥವಾ</li> <li>* ಒಂದು ಉಂಟಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅರೋಗ್ಯ &amp; ಇನ್ಸ್ಯೂಲಂದು ಉಂಟಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅರೋಗ್ಯದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಕಢೆ ಹೇಳುವದು</li> </ul>	ವಿಳುವಿಕೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಹಾಗಾದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅರೋಗ್ಯ ಕಿನಾಗಿರಲು ಏನು ಚೇಪು ?</li> <li>* ಮುಕ್ತಾಳನ್ನು 4 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>1.ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ</li> <li>2.ಒಳಚರಂಡಿ</li> <li>3. ಬಾವಿ ಕರೆಗಳ ಸ್ವಚ್ಚತೆ</li> <li>4. ಶುದ್ಧ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನ ಮೂರ್ಕೆ.</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಳ್ವಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಳುವಿಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಪ್ರಶ್ನೆ ಮತ್ತು ಕವನ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವದು.</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಳುವಿಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕವನ ಹಳಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಉತ್ತಮ ಪರಿಸರ ವಿರದಿದ್ದರೆ ಎಂಭಾವ ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುವದು.</li> <li>* ನಾಟಕಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.	ವಿಳುವಿಕೆ	ಪ್ರಮೇಳತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ	

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಅರ್ಮೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

ಫಳಕ : ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳಗಿದಾಗ (ಸಿ.ಪಿ.ಆರ್ ) ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ * ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಪಟ್ಟಿಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಅಟವಾಡುವ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇತರೆ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗಾಯವಾದರೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿರಿ ಹೇಳಿ ಮುಕ್ತಿಂ ?</li> <li>* ಸಣ್ಣ ಕಂಫ್ರೆ ಹೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ತಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಹಾಗದರೆ ಅಪಘಾತಗಳಾದಗ ಏನು ಅವಶ್ಯ ಹೇಳಿ ಮುಕ್ತಿಂ ?</li> <li>* ಮುಕ್ತಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>1. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳಗಿದವರಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತೀರಿ</li> <li>2. ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಬ್ಯಾಂಡ್ ಏಡ್ಗ್ ಗಳು</li> <li>3. ಇಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಕೇಪ್ ಬ್ಯಾಂಡ್ ಎಂಡ್ಜ್</li> <li>4. ರೋಗಾಳು ರಹಿತ ಸುರಳಿ ಪ್ರಾಡ್</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಒದಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವದು.</li> <li>* ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ವಿಡಿಯೋ ಸ್ಟ್ರೀಮ್ ಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು.</li> <li>* ನಾಟಕ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಾತ್ಯಕ್ಷಕವಾಗಿ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸುವದು</li> </ul>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪ್ಯೂಟರ್	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ	

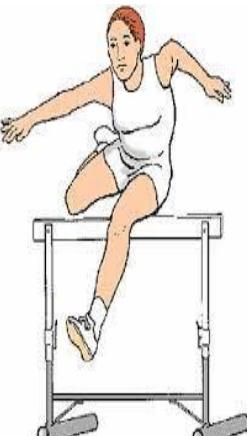
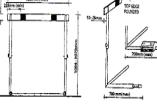


## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

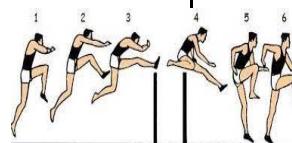
ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ತಾಳಬದ್ದ ಚಟುವಟಿಕೆ	ಫೋಟೋ : ಪದ ಕವಾಯಿತು	ತರಗತಿ : 10		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :	ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	
* ಖೂಳಿ ಲೈನ್ಸ್ * ನಿಕಟ ಲೈನ್ಸ್ ಚಲ್ * ದಹಿನೆ ಘೋಮ್ * ಬಾಯೀ ಘೋಮ್ * ಆಫಿಸರ್ ಕೋ ಪತ್ರದೇನಾ ಬೈರ್ ಇನಾಮ ಲೇನಾ * ಅತಿಥಿಗಳಿಗೆ ವಂದನೆ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮತ್ತು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತು ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು ?</li> <li>* ಪದ ಕವಾಯಿತ್ವ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವದು.</li> <li>* ಇದನ್ನು ಯಾವ ಯಾವ ಇಲಾಖೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ನೀಡುವದು.</li> </ul>	ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆ & ಅನುಕರಣೆ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಪದ ಕವಾಯಿತು ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಯಾಗಿ ಅವಿಂದ - ಲಿಂಡ - ಅವಿಂದ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಮತ್ತಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ಡ್ರೆಮ್ಸಿಸ್ಟ್ ವಿಷಿಲ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಮತ್ತು ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಅಣವನ್ನು ಆಡಿಸುವದು	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ



## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಫಾಟಕ : ಅಡೆತಡೆ ಓಟಗಳು		ತರಗತಿ : 10			
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :					
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು		ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ	
		* ಅಡೆತಡೆ ರಚನೆ * ವಿವಿಧ ಸ್ವರ್ಥಗಳ ವಿವರಗಳು ಮತ್ತು ನಿಯಮಗಳು * ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಪರಿಚಯ & ದಾಖಲೆಗಳು				ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಅಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪು ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? * ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? * ಈ ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಓಟಗಳು ಯಾವವು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?		ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಇದರಲ್ಲಿ ಜಿಗಿಯಿತ್ತು ಓಡುತ್ತಾರಲ್ಲ ಅದು ಯಾವ ಅಣ ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? * ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು. 1. ಹಡೆತಡೆ ರಚನೆ. & ಸುಂದರವಾದ ಒತ್ತು ತೆಗೆಯುವದು. 2. ವಿವಿಧ ಸ್ವರ್ಥಗಳ ವಿವರ 3. ಹಡೆತಡೆ ಸ್ವರ್ಥಗಳ ನಿಯಮಗಳು 4. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ & ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಪರಿಚಯ & ದಾಖಲೆಗಳು * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಳ್ವಿಕೆಯಿಂದ ತಿಳಿಸುವದು.		ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಮ್ಮ ಹಲಗೆ ಮಸ್ತಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
	Explain ವಿವರಣೆ	*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಕೊಟ್ಟಿಂತಹ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಓದಲು & ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು. *ಉಳಿದ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು. * ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.		ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಮ್ಮ ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಾಡಿದ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವದು. * ಬೇರೆ ಆಟದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.		ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಕಂಪೂಟರ ಮಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು. * ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ವಿಧಾನ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ		

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಫಾಟಕ : ಅಡೆತಡೆ ಓಟಗಳು		ತರಗತಿ : 10	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯತ್ತೇವೆ. * ಪ್ರಾರಂಭದ ತಂತ್ರ * ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದ ಮೊದಲನೆ ಅಡೆತಡಿಗೆ ಓಟುವದು. * ನೆಗಡಿ *ಅಡೆತಡ ದಾಟುವದು. * ಹಿಂದಿನ ಕಾಲಿನ ಜಲನೆ ಮತ್ತು ಲ್ಯಾಂಡಿಂಗ್ * ಎರಡು ಅಡೆತಡಗಳ ನಡುವಿನ ಓಟ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿರ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮತ್ತು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಏಕೆಂದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತುತಿ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಹಡೆಲ್ಲ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು & ಕೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು, ಜಪಲತೆ, ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು * ಹಡೆಲ್ಲ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಪರಿಷಯ ಮಾಡಿಸುವದು.	ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ, ಸುಸ್ಥಿ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ಹಡೆಲ್ಲ ಟೆಪ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಹಡೆಲ್ಲ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಅಲಿಂಡ - ಖಂಡ - ಅಲಿಂಡ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮತ್ತು ಲಿಗ್ ಕೊಶಲ್ಯದ ಅಭಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಟ್ಟಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ				ಅವಲೋಕನ
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತ ಮೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಟದ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಲೆಂಪೀಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	



ಎರಡನೇ ರೂಪನಾತ್ಯಕ ಪರೀಕ್ಷೆ -

ಅಂಕಗಳು : 30

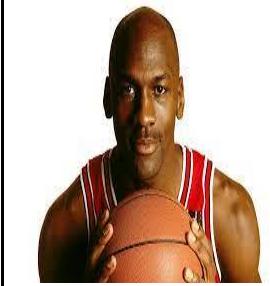
ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ	ವಿಭಾಗ : ತಾಳಬದ್ಧ ಚಟುವಟಿಕೆ	ಎರಡನೇ ರೂಪನಾತ್ಯಕ ಪರೀಕ್ಷೆ	ತರಗತಿ : 10	
ತಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು	ಮಾನಕಗಳು	ಉಪಕರಣ
ಸಪ್ಪಂಬರ್	3	<p>* ಏರೋಬಿಕ್ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ :</p> <p>ವಿ ಆಕಾರದ ಹೆಚ್ಚಿಗಳು :- 15 ಅಂಕ</p> <p>* ಪದ ಕವಾಯತ್ವನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ :</p> <p>ಶಿಲೇ ಲೈನ್ ಚಲ್ ಅಥವಾ</p> <p>ನಿಕಟ ಲೈನ್ ಚಲ್ :- 15 ಅಂಕ</p>	<p>1.ಸ್ಥಿತಿ 3 ಅಂಕ</p> <p>2.ಪ್ರಾರಂಭ 3 ಅಂಕ</p> <p>3.ಪ್ರದರ್ಶನ 3 ಅಂಕ</p> <p>4.ಮುಕ್ತಾಯ 3 ಅಂಕ</p> <p>5.ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ. 3 ಅಂಕ</p> <p>( ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅವಿಂಡವಾಗಿ ಮಾಡಲು ತೀಳಿಸುವದು &amp; ಅಂಕಗಳನ್ನು 15ಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಹಾಕುವದು.)</p>	<p>* ಟೈಪ್ ,ಪ್ರೈಸಿಲ್</p> <p>* ಡ್ರೆಮ್ ಸೆಟ್</p> <p>ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ</p> <p>ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಕಾ ವಿಧಾನ</p> <p>ಸಾಧನ : ತಪಶೀಲು ಪಟ್ಟಿ</p>



ದೃ.ಶ.ಶಿ.ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ.ಸಹಿ

**ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ**

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು	ಫೋಟೋ : ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್	ತರಗತಿ : 10		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :	ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲೀಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲೀಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲೀಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	
* ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ. * ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ. * ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ. * ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಮಹ್ಕೆಳೇ ಒಂದಿನ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಲನ್ನು ಒಡಿಸುಹೊಂಡು ಯಾವ ಯಾವ ಅಟಗಳನ್ನು ಅಡುತ್ತೀರಿ ಹೇಳಿ ಮಹ್ಕೆಳೇ.</li> <li>* ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಲ್‌ನ್ನು ಬಳಸಿ ಅಡುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವುವು ಹೇಳಿ ಮಹ್ಕೆಳೇ ?</li> <li>ಕಲೀಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸ್ನಾಯು ಮಟ್ಟೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳತ್ತಾ ಅಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮಹ್ಕೆಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಕೈಯಿಂದ ಕೈಗೆ ಮತ್ತು ಜಾಳಿಗೆ ಒಳಗೆ ಬಾಲನ್ನು ಹಾಕುವ ಆಟ ಯಾವುದು ಹೇಳಿ ಮಹ್ಕೆಳೇ ?</li> <li>*ವಿಧಾಧಿಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗೂಡಿಸಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು.</li> <li>1. ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.</li> <li>2. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.</li> <li>3. ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.</li> <li>4. ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು.</li> <li>** ಕಲೀಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕಲೀಕಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಅಥವಾ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು .</li> <li>*ಲುಳಿದ ಮಹ್ಕೆಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು.</li> <li>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಓಟಿಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮೂಲಕ ಮಹ್ಕೆಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹಾಕಿ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಳಿಸುವನ್ನು ನೀಡುವದು.	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪೌಟರ ಮಸ್ತಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಟಿಟ್	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲೀಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ

ದೃ.ಶ.ಶ. ಸಹಿ

ಮು.ಶ. ಸಹಿ

## ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ

ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು

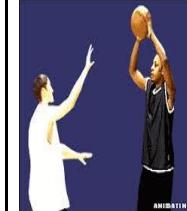
ಫಾಟಕ : ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್

ತರಗತಿ : 10

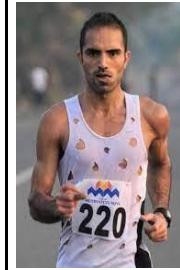
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಬೋನ್ಸ್ ಪಾಸ್ * ಜಂಪ್ ಸ್ಟ್ರೋಪ್ * ಜಂಪ್ ಶಾಟ್ * ಆಕ್ರಮಣ ರಕ್ಖಣಾ ತಂತ್ರಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮುಕ್ತಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	 
 	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೊರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು &amp; ಕೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು, ಚಪಲತೆ, ಮೃದಣಣಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು</li> <li>* ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ, ಮಣಿಸ್ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಬಾಲ್, ಚೋಡ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಕೊಶಲ್ಯಾವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಯಾಗಿ ಅವಿಂಡ - ಖಿಂಡ - ಅವಿಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಮುಕ್ತಳಗೆ ಕೊಶಲ್ಯಾದ ಅಭಿಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಾಕ್ ತಕ್ಷಂತ ಪೊರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಆ ಕೊಶಲ್ಯಾಕ್ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು.</li> <li>* ಆ ಕೊಶಲ್ಯಾವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಟದ ಕೊಶಲ್ಯಾಕ್ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಸ್ಟೀಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಾಕ್ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಫಾಟಕ : ನಡಿಗೆ		ತರಗತಿ : 10			
ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :		ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ	
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ			
* ಏವಿಧ ಸ್ವರ್ವಧೀಗಳ * ಸ್ವರ್ವಧೀಯ ಮೂಲನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಅಕ್ರಮಗಳು * ದಾಖಲೆಗಳು, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾಪಟಿಗಳ ಪರಿಚಯ & ದಾಖಲೆಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೆ	* ಅಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪು ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? * ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? * ಈ ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಓಟಗಳು ಯಾವವು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?	ವೀಕ್ಷಕೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ			
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಇದರಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಸುತ್ತು ಹಾಕುತ್ತಾರಲ್ಲ ಅದು ಯಾವ ಆಟ ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? * ವಿಧಾನಿಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು. 1. ನಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಸ್ವರ್ವಧೀಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ 2. ನಡಿಗೆಯ ಸ್ವರ್ವಧೀಯ ಮೂಲ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಅಕ್ರಮಗಳು 3. ನಡಿಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಓಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ 4. ನಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾಪಟಿಗಳ ಪರಿಚಯ. * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.	ವೀಕ್ಷಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ		
	Explain ವಿವರಣೆ	*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಕೊಟ್ಟಿತರ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಓದಲು & ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು. *ಉಲಿದ ಮಾಡಲಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು. * ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.	ವೀಕ್ಷಕೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ			
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಾಡಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವದು.	ಚಂಚಾರ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪೌಣಿರ ಮಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ			
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು. * ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏಷಾದಿಸುವದು	ವೀಕ್ಷಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ			

ದೃಷ್ಟಿಕೆ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

## ವಿಷಯ : ದೃಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

## ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು

ಫೋಟೋ : ನದಿಗೆ

ତରକ୍ଷି : 10

## ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲೆಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವಾಧೀನ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
 <b>Racewalking</b>	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕೆಳಕಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯತ್ತೇವೆ.</li> <li>* ನಡಿಗೆಯ ತಂತ್ರಗಳು.</li> <li>* ಕೈಗಳ ಚಲನೆ.</li> <li>* ಕಾಲುಗಳ ಮತ್ತು ಪಾದಗಳ ಚಲನೆ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಏಕ್ಷನ್‌ಲು ತಿಳಿಸುವದು</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾರೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ಏಕ್ಷನ್	ಅವಲೋಕನ
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ನಡಿಗೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಘೋರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು &amp; ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚುವದು, ಇಪಲತೆ, ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು</li> </ul>	ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ, ಸುಜ್ಞಿ ದಾರ, ಸೀಟೆ,	ಏಕ್ಷನ್	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಅಯ್ಯುಕೊಂಡ ನಡಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ತಯಾಗಿ ಅವಿಂಡ - ಬಿಂಡ - ಅವಿಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಶಲ್ಯದ ಅಭಾವವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಿಷ್ಣಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಅಯ್ಯುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತೆ ಘೋರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> <li>* ಆ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು.</li> <li>* ಆ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಂದ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತ್ರಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ಏಕ್ಷನ್		ತಪ್ಪಿಲ್ಲ ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

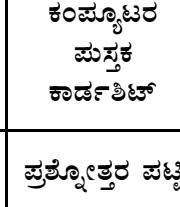
ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಫಾಟಕ : ಸ್ವ-ರಕ್ಷಣಾ ತಂತ್ರಗಳು		ತರಗತಿ : 10	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. 1. ದೃಷ್ಟಿಕ ಸ್ವ ರಕ್ಷಣೆ 2. ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವ ರಕ್ಷಣೆ 3. ಮುಟ್ಟಿ ಹೊಡಿತ 4. ತರೆದ ಹಸ್ತಗಳಿಂದ ಸ್ವ ರಕ್ಷಣೆ 5. ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ತಿವಿತ 6. ಸ್ವ-ರಕ್ಷಣೆಯ ಅಸ್ವಾಗಿ ಕಾಲುಗಳು ಬಳಸುವದು 7. ತಡೆಗಳು 8. ಅಕ್ರಮಾಳಾರನ ಹಿಡಿತದಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ರಕ್ಷಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನೀಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದೆ. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮುಕ್ತಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಮುಕ್ತಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಸ್ವರಕ್ಷಣೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು & ಕೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು, ಜಪಲತೆ, ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು	ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ, ಸುಜ್ಞಾ ದಾರ, ಸೀಪಿ,	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕರಾಟೆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ತಯಾಗಿ ಅವಿಂದ - ಖಂಡ - ಅವಿಂದ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮುಕ್ತಳಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭಿಧಾನವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ			ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್‌ಎಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಮಿಲ್‌ಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	



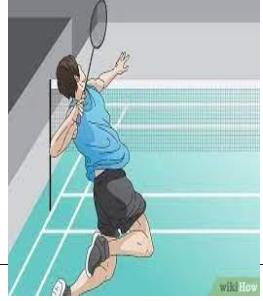
ದೃ.ಶ.ಶಿ. ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ. ಸಹಿ

**ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ**

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು	ಫ್ರಂಟ : ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್	ತರಗತಿ : 10		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :	ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	
* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಹಿಂದಿನ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗುಂಪು ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡಿದ್ದಿರಿ ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಏಂ ? *ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವುವು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ? ಕಲಿಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಣ್ಣ ಮುಟ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳತ್ತಾ ಆಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವದು.	ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ
* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಶಟಲ್ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಡ್ ನ್ನು ಬಳಸಿ ಆಡುವ ಆಟ ಯಾವದು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ? *ವಿಧಾನಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುಣಾವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು. 1. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ. 2. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ. 3. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ. 4. ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು. * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋಪಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.	ವಿಧಾನ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.	Explain ವಿವರಣೆ	*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕಲಿಕಾಂಶಗಳ ವಿವರಣೆ ಅಥವಾ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು . *ಉಲಿದ ಮತ್ತು ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು. * ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.	ವಿಧಾನ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ
* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಹಾಸಿ ಬಗೆ ಜಾನ್ನವನ್ನು ನೀಡುವದು.	ಚಟಾನ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪೌಟರ ಮಸ್ತಕ ಕಾಡ್‌ಶಿಕ್ಕ್	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ
* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಟಗಾರರ ಪರಿಚಯ.	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು. * ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು	ವಿಧಾನ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ವಣಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ

## ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯಾ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಅಟಗಳು	ಘಟಕ : ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್	ತರಗತಿ : 10			
ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ	
					ಸಾಧನ		
* ಫೋರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸ್ಟ್ಯಾಂಟ್ ( ಮುಂಗ್ಯೆ ಹೊಡೆತ ) * ಬ್ಯಾಕ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸ್ಟ್ಯಾಂಟ್ ( ಹಿಂಗ್ಯೆ ಹೊಡೆತ ) * ರ್ಯಾಲಿ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಗಾರಿಕೆಗಳು.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮತ್ತು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಏಕೆಂದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತು ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು & ಕೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು, ಜಪಲತೆ .ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು * ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕ್ರೀಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿ ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವದು.	ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆ & ಅನುಕರಣೆ		ಮೃದಾನ, ಸುಜ್ಞಾ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ರಾಕೆಟ್, ಟಟಿಲ್, ನೆಟ್, ಕಂಬ	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಕೊಶಲ್ಯುವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತೆಯಾಗಿ ಅವಿಂಡ - ಖಿಂಡ - ಅವಿಂಡ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮತ್ತು ಕಡೆಯಿಂದ ಅಭಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯುಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯುಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಧಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯುವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಟದ ಕೊಶಲ್ಯುಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿದ್ಯೆಯೋ ಕ್ಲಿಬ್‌ಎಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು

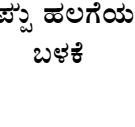
ಫಾಟಕ : ಚಕ್ರ ಎಸೆತ

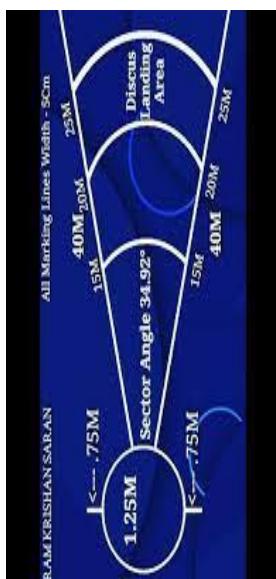
ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ವೈಲ್ಯಾಪಣ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
* ಅಂಕಣದ ಅಳತೆ * ನಿಯಮಗಳು * ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಸಾಧನ. * ದಾಖಲೆಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪು ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?</li> <li>* ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?</li> <li>* ಈ ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಸೆತಗಳು ಯಾವವು ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?</li> </ul>	ವೈಕ್ಕಣಿ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಇದರಲ್ಲಿ ಚಕ್ರ ಹಿಡಿದು ಎಸೆಯುವ ಯಾವ ಅಣ ಹೇಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?</li> <li>* ವಿಧಾದಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು.</li> <li>1. ಚಕ್ರದ ಅಳತೆ ಮತ್ತು ಸುಂದರವಾದ ಅಂಕಣದ ಒತ್ತು ಬಿಡಿಸುವದು.</li> <li>2. ಚಕ್ರ ಎಸೆತದ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಅಕ್ರಮಗಳು.</li> <li>3. ರಾಷ್ಟ್ರ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಟಗಾರರ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>4. ದಾಖಲೆಗಳು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋಪಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವೈಕ್ಕಣಿ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ವೈಲಿಕ		
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಕೊಟ್ಟಿಂತಹ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಓದಲು &amp; ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>*ಲುಳಿದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು.</li> <li>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ವೈಕ್ಕಣಿ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ		ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ವೈಲಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜಾಣವನ್ನು ನೀಡುವದು.	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪೌಟರ ಮಸ್ತಕ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		
	Evaluation ವೈಲ್ಯಾಪಣ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ವಿರುದ್ಧಿಸುವದು</li> </ul>	ವೈಕ್ಕಣಿ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ವೈಲಿಕ		



ದೃ.ಶ.ಶಿ. ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ. ಸಹಿ

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು

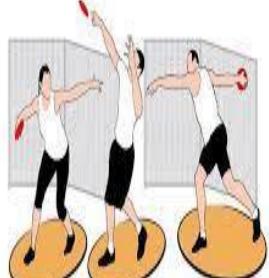
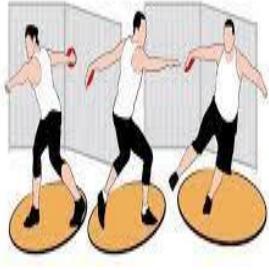
ಫಾಟಕ : ಚಕ್ರ ಎಸೆತ

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
* ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. * ನಡಿಗೆಯ ತಂತ್ರಗಳು. * ಕ್ರೀಗಳ ಚಲನೆ. * ಕಾಲುಗಳ ಮತ್ತು ಪಾದಗಳ ಚಲನೆ.	<b>Engage</b> ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನೀಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮತ್ತು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಏಕೆಂದು ತಿಳಿಸುವದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತು ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ		
  		* ಚಕ್ರ ಎಸೆತಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರ್ಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು & ಕ್ರೀಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು ,ಚಪಲತೆ .ಮೈಮಣಿಕೆದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಶ್ನಾತ್ಮ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೃದಾನ, ಮಣಿ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ಚಕ್ರ	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ		
		* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಚಕ್ರ ಎಸೆತದ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಾತ್ಮಕೆಯಾಗಿ ಅವಿಂಡ - ಖಂಡ - ಅವಿಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮತ್ತು ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮತ್ತು ಕ್ರೀಗ ಕೊಶಲ್ಯದ ಅಭಿಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ		
		* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಂತೆ ಪೂರ್ಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು. * ಆ ಕೊಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಅಣದ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕೆಪ್ಪಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ		
		ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		

ಮೂರನೇ ರೂಪನಾತ್ಕ ಪರೀಕ್ಷೆ -

ಅಂಕಗಳು : 30

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು	ಮೂರನೇ ರೂಪನಾತ್ಕ ಪರೀಕ್ಷೆ	ತರಗತಿ : 10
ಶಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೊಶಲ್ಯಗಳು	ಮಾನಕಗಳು	ಉಪಕರಣ
ಡಿಸೆಂಬರ್	3	* ನಡಿಗೆ ಒರುವ ಕೊಶಲ್ಯ :  * ಚಕ್ರ ಎಸೆತದ ಕೊಶಲ್ಯ ಪ್ರದರ್ಶನ : 15 ಅಂಕ	15 ಅಂಕ  1.ಕೈ ಗಳ ಚಲನೆ 2.ಮೋಳಕೈಗಳು 90 ಡಿಗ್ರಿ ಮಡಚಿ 3.ಕಾಲುಗಳ ಚಲನೆ 4.ಕಾಲಿನ ಸೆಲದ ಸಂಪರ್ಕ 5.ದೇಹದ ಸ್ಥಿ	3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ  1. ಚೆಕ್ಕ ಮಾಕ್ ಗುರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು. 3 ಅಂಕ 2. ಚಕ್ರ ಹಿಡಿತ 3 ಅಂಕ 3. ಚಕ್ರದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ತೂಗಾಡುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ತಿರುಗುವಿಕೆ. 3 ಅಂಕ 4.ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುವದು 3 ಅಂಕ 5.ಅಂತ್ಯನುಗತ 3 ಅಂಕ

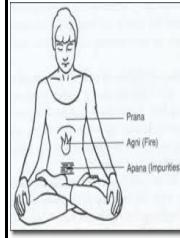
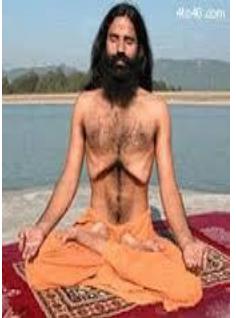


ಸೂಚನೆ : 10 ನೇ ತರಗತಿಯ ರೂಪಣತ್ಕ ಪೊಲ್ಯುವಾಪನದ ಅಂಕಗಳು ಮತ್ತು ಕೊಶಲ್ಯಗಳು ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲ. ಇದೆ ಅಂತಿಮ ಆಗಿರುವದಿಲ್ಲ.

ದೃ.ಶಿ.ಶಿ ಸಹಿ

ಮು .ಶಿ. ಸಹಿ

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ಯೋಗ	ಫಾಟಕ : ಧ್ಯಾನ	ತರಗತಿ : 10		
ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :		
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	
* ಧ್ಯಾನದ ಅರ್ಥ * ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಮಗಳು. * ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಜನರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆಯುಷ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸಲು ಎಂಝರ್ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಲೇ ?</li> <li>* ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಎಂಝರ್ ಸಾಮೂಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಲೇ ?</li> </ul> <p>ಕಲಿಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಣ್ಣ ಮಟ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಅಸ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಏಕಾಗ್ರತೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಎಂಝರ್ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಲೇ</li> <li>* ವಿಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 3 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ಧ್ಯಾನದ ಅರ್ಥ</li> <li>2. ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಮಗಳು</li> <li>3. ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು.</li> </ol> <p>** ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯರ್ಥಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಕಾರಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಮುಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಪೌಲ್ಯಿಕ
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕಲಿಕಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಮತ್ತು ಒದಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಉಳಿದ ಮತ್ತು ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು.</li> <li>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಕಾರಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಪಿಟಿಟೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಪೌಲ್ಯಿಕ
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಸುವದು. ಅನುಭವ ಹಂಡಿಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>* ಪ್ರೋಜೆಕ್ಟ್ ವರ್ಕ್ ನೀಡುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಮುಸ್ತಕ ಕಾಡ್‌ಶ್ರೀಟ್	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ
	Evaluation ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</li> <li>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪರಿಸರಿಸುವದು</li> </ul>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಪೌಲ್ಯಿಕ

ದೃ.ಶ.ಶಿ. ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ. ಸಹಿ

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಯೋಗ

ಫಾಟಕ : ಯೋಗಾಸನ

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

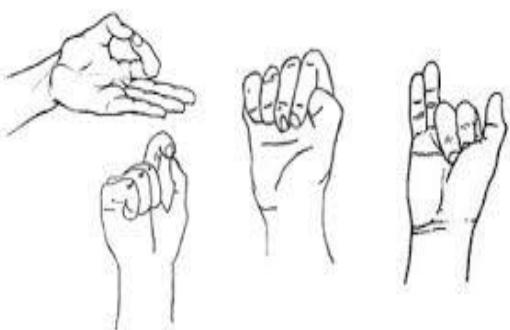
ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
* ನಿಂತು ಮಾಡುವ ಅಸನಗಳು	<b>Engage</b> ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವೆದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮುಕ್ತಾಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸುತ್ತು ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ		
* ಕುಳಿತು ಮಾಡುವ ಅಸನಗಳು.		<b>Explore</b> ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಯೋಗ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವದು, ಕಾಲು & ಕ್ರೈಗಳನ್ನು ಬಾಚುವದು, ಜಪಲತೆ, ಮೃಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು	ಪ್ರೈಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ		ಮೃಂತ್ಯು	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
* ಮಲಗಿ ಮಾಡುವ ಅಸನಗಳು.								
* ಧ್ಯಾನ	<b>Explain</b> ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯುಷ್ಕಾಂಡ ಯೋಗ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರೈಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅವಿಂಡ - ಖಂಡ - ಅವಿಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವದು. ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಾಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವದು. * ಮುಕ್ತಾಳಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ				ಅವಲೋಕನ	
	<b>Expand</b> ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಮನರಂಜನೆ ಆಟಗಳನ್ನು ಅಡಿಸುವದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಧಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಧಿಯೋ ಕ್ಕಿಂಗ್	-		ಅವಲೋಕನ	
	<b>Evaluation</b> ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾರ್ತಕ ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		

## ನಾಲ್ಕನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ -

ಅಂಕಗಳು : 30

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಯೋಗಾಸನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ	ನಾಲ್ಕನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ		ತರಗತಿ : 10
ಶಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೊಶಲ್ಯಗಳು	ಮಾನಕಗಳು	ಉಪಕರಣ	
ಜನ್ಮವರಿ	3	<p>*ಯೋಗಾಸನ ಯಾವುದಾದರು ಒಂದು ಆಸನ &amp; ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರು ಒಂದು ಆಸನಗಳ ಕೊಶಲ್ಯಗಳ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡಿಸುವದು.</p> <p>ಪ್ರತಿ ಕೊಶಲ್ಯಕ್ಕೆ 15 ಅಂಕ: ಒಟ್ಟು :- 30 ಅಂಕ</p>	<p>1.ಮೂಲ ಶಿಂಗಳ 2.ಅಂಗಾಗಗಳ ಚಲನೆ 3.ಉಸಿರಾಟಿದ ಕ್ರಿಯೆ 4.ಕೊನೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನ (ಮೋಸಿಷನ್) 5.ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ</p>	<p>3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ 3 ಅಂಕ</p>	<p>* ಮ್ಯಾಟ್ * ತಪಶೀಲು ಪಟ್ಟಿ * ಸ್ಥಾಪ್ ವಾಚ್</p>



ಸೂಚನೆ : 10 ನೇ ತರಗತಿಯ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಮತ್ತು ಕೊಶಲ್ಯಗಳ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲ. ಇದೆ ಅಂತಿಮ ಆಗಿರುವದಿಲ್ಲ.

ದೃ.ಶ.ಶಿ.ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ.ಸಹಿ

## ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಫೀಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಅರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

ಘಟಕ : ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
* ಏವಿಧ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು ,ಲಕ್ಷಣಗಳು, ಹರಡುವಿಕೆ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಮುಂಜಾಗ್ರತಾಕ್ರಮ. * ಮಲೇರಿಯಾ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಒಂದು ಲೂರಿನ ಜನರ ತುಂಬಾ ಅರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಅದರೆ ಇನ್ನೊಂದು ಲೂರಿನ ಜನರು ಅರೋಗ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೇಳಿ ?</li> <li>* ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪಕ್ಷಿದ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾರೂ ಅರೋಗ್ಯ ಸರಿ ಇಲ್ಲದ ಆಸ್ತಿಗೆ ಹೋಗಿರುವದು ನಿಮಗೆ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆಯೇ ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೇಳಿ ?</li> </ul>	ವಿಷಯ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
* ಕಾಲರಾ * ಕ್ಷಯಿ * ವಿಷಮ ಶೀತ ಜ್ವರ * ಇನ್‌ಫ್ಲೂಯಿಂಜಾ	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಲೂರಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಜನರು ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾರೂ ರೋಗ ಬಂದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಎಂಭದ ರೋಗ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೇಳಿ ?</li> <li>* ಮತ್ತು ಅನ್ನ 5 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>1. ಮಲೇರಿಯಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣ,ಲಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮುಂಜಾಗ್ರತ ಕ್ರಮ,ಉಪಚಾರ</li> <li>2. ಕಾಲರಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣ,ಲಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮುಂಜಾಗ್ರತ ಕ್ರಮ,ಉಪಚಾರ</li> <li>3. ಕ್ಷಯಿ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣ,ಲಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮುಂಜಾಗ್ರತ ಕ್ರಮ,ಉಪಚಾರ</li> <li>4. ವಿಷಮ ಶೀತ ಜ್ವರ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣ,ಲಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮುಕ್ಕೆ,ಉಪಚಾರ</li> <li>5. ಇನ್‌ಫ್ಲೂಯಿಂಜಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣ,ಲಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮುಕ್ಕೆ,ಉಪಚಾರ</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಷಯ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ		ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವದು.</li> <li>* ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ವರಿಹರಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಷಯ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಳಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಕಪ್ಪು ಹಳಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪಿಪಿಟಿ ಮತ್ತು ವಿಡಿಯೋ ಮುಲಕ ಸಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುವದು..</li> <li>* ನಾಟಕಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ಚರ್ಚಾ- ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಪ್ರೋಜೆಕ್ಟ್ ಟಿ.ವಿ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು	ವಿಷಯ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ		



shutterstock.com - 1862260567

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಧಾಗ : ಅರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

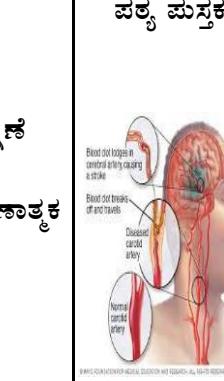
ಫಳಕ : ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳು

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳು * ಅಲಾರಿಸ್ಟ್ ಮಾನ್ಯ ಕಾರಿತೆ * ಉಬ್ಬಸ(ಅಸ್ತ್ರಮ್) * ಕಾನ್ಸರ್ * ಮಧುಮೇಹ * ಹೃದ್ಯೋಗಗಳು * ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ರೋಗಗಳು * ಲಿಂಫೆ * ಬೊಜ್ಜುತನ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕೆ	* ನಿಮ್ಮ ಮನಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸಂಭಾಷಿಕರಲ್ಲಿ ಎಂಧಹ ರೋಗಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದಿರಿ ಅಥವಾ ನೋಡಿದ್ದಿರಿ ಹೀಳ ಮುಕ್ಕಳೇ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ?	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಇದರಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ದಿಫರೆಂಟ್ ಉಳಿಯುವ ರೋಗಗಳು ಹೀಳ ಮುಕ್ಕಳೇ ? * ಮುಕ್ಕಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವದು. * ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಕೊಡುವದು. ಇವುಗಳ ಕಾರಣಗಳು, ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಮುಂಜಾಗ್ರತ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವದು.. * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಪತ್ಯ ಮಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ	  
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು. * ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವದು. * ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿಹಿಟಿ ಮತ್ತು ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುವದು.. * ನಾಟಕಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮಾಡುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ	ಪೌಲ್ರಿಜೆಕ್ಟರ್ ಟಿ.ವಿ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಮೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲಿಕ	

**ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ**

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಧಾಗ : ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ		ಫಳತ : ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ		ತರಗತಿ : 10		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು		ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥಾನ
						ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾ, ಮಹತ್ವ ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕತೆ. * ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು * ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ.	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಮಹತ್ವದ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾ ನಿರ್ಮಾಣ ಲಾರಿಸಲ್ಪಿ ಎಂಫಾಸಿಸಿದ್ದರೆ ಪ್ರಜೀಗಳು ವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಮಹತ್ವಾ? *</li> <li>* ನಿರ್ಮಾಣ ಲಾರಿಸಲ್ಪಿ ಯಾವುದಾದರು ಜಾತ್ರೆ ಆದರೆ ಕೇವಲ ಒಬ್ಬರೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಾ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾ ಎಲ್ಲಾರು ಸೇರಿ ಮಾಡುತ್ತಿರಾ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಮಹತ್ವಾ?</li> <li>* ಹೀಗೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ	ಚಟುವಟಿಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಉದಾರತ್ವ ಯಾವ ರೀತಿ ಬದಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರದ ಏಕತೆಗಾಗಿ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಹೇಳಿ ಮಹತ್ವಾ?</li> <li>* ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ 4 ಗುಂಪು ಮಾಡುವದು.</li> <li>1.ರಾ.ಭಾ.ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾ ಮತ್ತು ಮಹತ್ವ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>2.ರಾ.ಭಾ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>3.ರಾ.ಭಾ.ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವದು.</li> <li>4.ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯೋತ್ಸಾಹಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ & ವಿವರಕಾರಕ	ಪರ್ಯಾಪ್ತತೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ		
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವದು.</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶವನ್ನು ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ & ವಿವರಕಾರಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಭಾವುಟಿದ ಚಿತ್ರಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ		
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ. ಮುಖಾಂತರ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮುಖಾಂತರ ಮಹತ್ವಾಗೆ ಕಲಿಕ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಯಾಗುವಂತೆ ಕಲಿಸುವದು.	ಚಬಾರ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಾಡೆ ಶಿಕ್ಷಣ	ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಪಾಠದ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದು</li> <li>* ರಸವ್ಯಾಪ್ತಿ ಸ್ವಫ್ಂ ಏರ್ವಾದಿಸುವದು.</li> </ul>	ವಿಧಾನ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಲ್ಯಿಕ		

## ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಭಾಗ : ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ

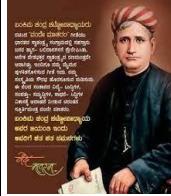
ಘಟಕ : ವಂದೇ ಮಾತರಂ

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕಿಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ವೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
ಬಂಡಿಮೆ ಚಂದ್ರ ಚಟುವಟಿಕೆ ರವರ "ವಂದೇ ಮಾತರಂ" ಹಾಡನ್ನು ರಾಗ, ತಾಳ, ಲಯ ಬಧ್ವಾಗಿ ಹಾಡುವದನ್ನು ಕಲಿಯೋಣ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲುವದು.</li> <li>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೃದಾನದ ಸ್ತುತಿ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ ಮುದಿಸುವ ಅಂಶಗಳು ಯಾವವು ಎಂಬುದನ್ನು ತ್ವರಿಸುವದು.</li> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ವಂದೇ ಮಾತರಂ ಗೀತೆಯನ್ನು ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಧವಾ ಮಸ್ತಕವನ್ನು ನೋಡಲು ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ಪ್ರತ್ಯೇಕ & ಅನುಕರಣೆ	ಪತ್ಯ ಮಸ್ತಕ	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶವನ್ನು ರಾಗ ಬಧ್ವಾಗಿ ಹಾಡಲು ಕಲಿಸುವದು.</li> <li>* ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಡಿ ಅಭ್ಯಸವಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವದು.</li> <li>* ಬಂಡಿಮೆ ಚಂದ್ರ ಚಟುವಟಿಕೆ ಕವಿ ಪರಿಚಯವನ್ನು ತಿಳಿಸುವದು</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಟೇಪ್ ಅಧವಾ ಆಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹಾಡನ್ನು ಕಲಿಸುವದು.</li> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶವು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮುಟ್ಟಿವಂತೆ ನೋಡುವದು.</li> <li>* ಗುಂಪು ಸ್ವದೇಶ ನಡೆಸುವದು.</li> <li>*</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ಆಡಿಯೋ	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ವೌಲ್ಯಮಾಪನ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ರೂಪಕಾರ್ತ್ಯಕ ವೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವದು</li> <li>* ಪ್ರೋಜೆಕ್ಟ್ ವರ್ಕ ನೀಡುವದು.</li> </ul>	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ ತೀಕ್ಷ್ಣ

ದೃಷ್ಟಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ

ತರಗತಿ : 10

ಚೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ತಿಂಗಳು	ಪಾಠದ ಹೆಸರು & ಸಾಮರ್ಥ್ಯ	ಕೊಶಲ್ಯಗಳು	ಪೋಲ್ಯೂಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ:	ಉಪಕರಣ
	ಎರಡನೇ ದೃಷ್ಟಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ	<p>1.ವೇಗ :- ಬಾಲಕರಿಗೆ -50 ಮೀ ಓಟ ಬಾಲಕಿಯರಿಗೆ -30 ಮೀ ಓಟ</p> <p>2.ಬಲ: ಗುಂಡು ಎಸೆತ</p> <p>3.ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಟತೆ: ನಡಿಗೆ/ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ :-20ನಿ ನಡಿಗೆ/1ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ:-10ನಿ ನಡಿಗೆ/1 ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್</p> <p>ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ದೃಷ್ಟಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪೋಲ್ಯೂಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ವೇಗ:- 6 ಅಂಕ ಬಲ:- 6 ಅಂಕ ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಟತೆ :- 6 ಅಂಕ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವಿಕೆ :- 2 ಅಂಕ ಓಟ್ಸ್ : - 20 ಅಂಕ</p> <p>(ಸರಾಸರಿ ತೆಗೆದುಹೊಂಡು ಅಂಕವನ್ನು ನೀಡುವದು )</p>	<p>ಸ್ಟ್ರೋ ವಾಚ್, ಶಾಟ್ ಮುಟ್ಟೆ, ಟೈಪ್, ಸುಣ್ಣ, ವೈಸಿಲ್, ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ</p>

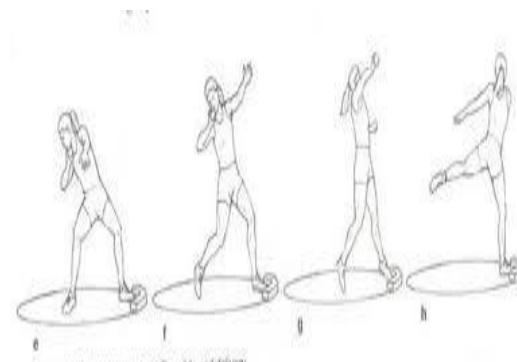
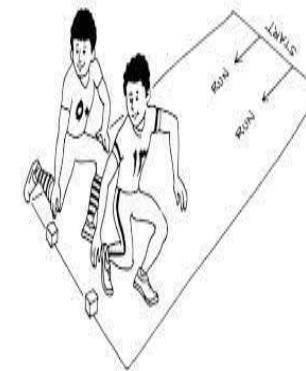


Figure 14.2. (continued) (e-h) The glide and delivery.



## ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ ( 5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯೆ

ವಿಧಾಗ :

ಫಳಕ : ಮನರಂಜನಾ ಆಟಗಳು

ತರಗತಿ : 10

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನಕೊಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ಥ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಗೆಜ್ಜೆ ಬಿಬ್ಜ್ಜೆ.</li> <li>* ಹುಲಿ-ಕೋವಿ-ಮನಸ್ಯ</li> <li>* ಘಟ್ಟ ಯುದ್ಧ</li> <li>* ಸುದ್ದಿಗಾರ</li> <li>* ತುಂಟು ಕುದರೆ</li> <li>* ಕರಕಂಡುಕ</li> <li>* ಗದ್ದೀ ಕಿಸ್ತೆ ಕೀ ಹೈ</li> <li>* ನಮ್ಮ ಕರಡಿ</li> <li>* ಹೀತೆ ಯಾರದು</li> <li>* ರಾಜಧಾನಿ ಪ್ರವಾಸ</li> <li>* ಸವಾಲು</li> <li>* ಪಂಚಾಬಿ ಕಬಡ್ಡಿ</li> </ul> 	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಡಿರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದು.</li> <li>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮತ್ತು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಏಕೆಂದು ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಸುತ್ತು ಒಂದುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದು.</li> </ul>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಮನರಂಜನೆ ಆಟಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ಶಿಗುವಂಥಿಕೆ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೇಳಿ.</li> <li>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಒಂದು ಕಲಿಕಾಂಶ ನೀಡುವದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅವನಿಗೆ ಅಡಿಸಲು ತಿಳಿಸುವದು .(ನಾಯಕ )</li> </ul>	ಪ್ರಶ್ನಾತ್ಮಕ & ಅನುಕರಣೆ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ನಾಯಕರಿಂದ ಅಡಿಸುವದು.</li> <li>* ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವದು.</li> <li>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ಡ್ರೆಮ್ಸಿಸೆಂಟ್ ವೀಕ್ಷಣೆ	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ಮತ್ತು ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ಅಡಿಸುವದು</li> <li>* ಮುಂದಿನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾವುದಾದರೂಂದು ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ನೀವೇ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಬನ್ನಿ ಎಂದು ಹೇಳುವದು.</li> </ul>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಪೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವದು.	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವಿಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	