



NORTH POINT SENIOR SECONDARY BOARDING SCHOOL
(Under North Point Education Trust)
CLASS VIII SYLLABUS FOR THE SESSION : 2026-27

1.	ENGLISH LANGUAGE	
	PRE MID TERM	MID TERM
	1. Determiners 2. Subject Verb Agreement 3. Notice Writing 4. Comprehension Passage POST MID TERM 1. Modal Verbs 2. Direct and Indirect Speech (Assertive sentences) 3. Diary Entry 4. Comprehension Passage	1. Tenses and Their Uses: Present, Past and Future 2. Preposition 3. Active and Passive Voice 4. Determiners 5. Subject Verb Agreement 6. Clauses and it's Kinds 7. Diary Entry 8. Letter Writing (Placing Order) 9. Notice Writing 10. Comprehension Passage ANNUAL 1. Subject Verb Agreement 2. Direct and Indirect Speech 3. Tenses and Their Uses: Present, Past and Future 4. Determiners 5. Active and Passive Voice 6. Modal Verbs 7. Clauses and it's Kinds 8. Letter Writing (Enquiry, Placing Order) 9. Story Writing 10. Diary Entry 11. Notice Writing 12. Comprehension Passage.
2.	ENGLISH LITERATURE	
	PRE MID TERM	MID TERM
	1. The Wit that Won Hearts 2. A Concrete Example (poem) POST MID TERM 1. Waiting for the Rain 2. The Magic Brush of Dreams (Poem)	1. Wisdom Paves the Way 2. Somebody's Mother (Poem) 3. Verghese Kurien - I Too Had A Dream 4. A Spectacular Wonders 5. The Wit that Won Hearts 6. A Concrete Example (Poem)

		<p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. The Cherry Tree 2. Harvest Hymn (Poem) 3. Magnifying Glass (Poem) 4. Bibha Chowdhuri: The Beam of Light that Lit the Path for Women in Indian Science 5. The Magic Brush of Dreams (poem) 6. Waiting for the Rain
3.	SOCIAL SCIENCE	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>HISTORY Chapter 2 - Reshaping India's Political Map(upto 2.3.4 Akbar ,Pg 38)</p> <p>GEOGRAPHY Chapter 1- Natural Resources And Their Use</p> <p>CIVICS Chapter 5- Universal Franchise And India's Electoral System (upto 5.5 Model Code Of Conduct,pg 134)</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>HISTORY Chapter 3- The Rise Of The Marathas Chapter 4- The Colonial Era In India Chapter 2- Reshaping India's Political Map</p> <p>GEOGRAPHY Chapter 1- Natural Resources And Their Use Chapter7- Factors Of Production</p> <p>CIVICS Chapter 6- The Parliamentary System: Legislature And Executive Chapter 5- Universal Franchise And India's Electoral System</p>
4.	MATHEMATICS	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>Part I Chapter 1 :- A square and A cube Chapter 2:- Power play Chapter 4:- Quadrilaterals</p> <p>POST MID TERM</p> <p>Part II Chapter 6 :-Algebra play. Chapter 7:- Area.</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>Part I Chapter 1:- A square and A Cube. Chapter 2:- Power play. Chapter 3 :- A story of numbers. Chapter 4:- Quadrilaterals. Chapter 5 :- Number play. Chapter 6:- We distribute, yet things multiply. Chapter 7:- Proportional reasoning 1.</p> <p>Part II Chapter- 1 :-Fractions. Chapter- 2:- Pythagoras. Chapter -3:-Proportional reasoning.</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>Part II</p>

		<p>Chapter- 1 :-Fractions. Chapter- 2:- Pythagoras. Chapter -3:-Proportional reasoning. Chapter- 4:- Geometry. Chapter- 5:- Dots and lines. Chapter- 6:- Algebra play. Chapter- 7:- Area. Part I Chapter - 1 :-A square and A cube. Chapter -2 :-Power play.</p>
5.	COMPUTATIONAL THINKING	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>Pre Mid Exam Part I (CT WORKBOOK) Chapter 1 :- A square and A cube Chapter 2:- Power play</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>Part II (CT WORKBOOK) Chapter 1 :-Fractions Chapter 2:- Pythagoras</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>Part I (CT WORKBOOK) Chapter 1:- A square and A Cube. Chapter 2:- Power play. Chapter 3 :- A story of numbers. Chapter 4:- Quadrilaterals. Chapter 5 :- Number play. Chapter 6:- We distribute, yet things multiply. Chapter 7:- Proportional reasoning 1. Part II (CT WORKBOOK) Chapter 6 :-Algebra play. Chapter 7:- Area)</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>Part I (CT WORKBOOK) Chapter 1:- A square and A Cube. Chapter 2:- power play. PART II (CT WORKBOOK) Chapter 1:- Fractions Chapter 2:- Pythagoras Chapter 3:- Proportional Reasoning Chapter 4:- Geometry Chapter 5:- Dots and lines Chapter 6:- Algebra Play Chapter 7:- Area</p>

6.	SCIENCE	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>Chapter 5 : Exploring Forces Chapter 1 : Exploring the investigative world of science Chapter 2 : The Invisible Living World : Beyond Our Naked Eye</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>Chapter 4 : Electricity: Magnetic and Heating Effects Chapter 8 : Nature of matter : element compound mixture Chapter 11: Keeping time with the skies. Chapter 13 : Our Home: Earth, a Unique Life Sustaining Planet .</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>Chapter 5 : Exploring Forces Chapter 6 : Pressure, Winds, Storms, and Cyclones Chapter 1 : Exploring the investigative world of science Chapter 7 : Particulate nature of matter Chapter 3 : Health: The Ultimate Treasure Chapter 2 : The Invisible Living World: Beyond Our Naked Eye (including pre-midterm chapter)</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>Chapter 4 : Electricity: Magnetic and Heating Effects Chapter 10 : Light: Mirrors and Lenses Chapter 8 : Nature of matter : element compound mixture Chapter 9 : The amazing world of solute solvent solution Chapter 12 : How Nature Works in Harmony Chapter 13 : Our Home: Earth ,a Unique Life Sustaining Planet (including post-midterm chapter)</p>
7.	INFORMATION TECHNOLOGY AND ARTIFICIAL INTELLIGENCE	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>IT(Future Tech)</p> <p>Chapter 1 Using Lists and Tables in HTML 5</p> <p>ARTIFICIAL INTELLIGENCE</p> <p>Chapter 1 Introduction to AI Project Cycle</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>IT(Future Tech)</p> <p>Chapter 6 Concept of Networking</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>IT(Future Tech)</p> <p>Chapter 1 Using Lists and Tables in HTML 5 Chapter 2 Images, Links and Frames in HTML 5 Chapter 5 App Development</p> <p>ARTIFICIAL INTELLIGENCE</p> <p>Chapter 1 Introduction to AI Project Cycle Chapter 2 AI Project Cycle - I Chapter 4 AI Ethics</p>

	ARTIFICIAL INTELLIGENCE Chapter 5 Machine Learning	<p style="text-align: center;">ANNUAL</p> IT(Future Tech) Chapter 6 Concept of Networking Chapter 9 Control Statements in Python Chapter 12 Latest Technology
	ARTIFICIAL INTELLIGENCE Chapter 5 Machine Learning Chapter 7 Classification of Robots Chapter 10 Condition statements and control statements	
8.	VALUE EDUCATION	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> CHAPTER 2- CREATIVE THINKING	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> CHAPTER 1- ADOLESCENT MENTAL HEALTH CHAPTER 3- THE ART OF LETTING GO CHAPTER 4- DEVELOPING TOLERANCE
	<p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> CHAPTER 6- THE POWER OF RESILIENCE	<p style="text-align: center;">ANNUAL EXAM</p> CHAPTER 7- UNDERSTANDING ATTRACTIONS CHAPTER 9- DEALING WITH HIGH RISK BEHAVIOUR CHAPTER 10- SAY NO TO SUBSTANCE USE
9.	GENERAL KNOWLEDGE	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> Chapter 1: Architectural marvels Chapter 2: Source of inspiration Chapter 3: Major sports in India Chapter 4: Indian space Chapter 5: Ratan Tata: a visionary leader	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> Chapter 8: Cybercrime and security Chapter 10: Understanding banking Chapter 12: Animals in danger Chapter 13: Energy conservation Chapter 16: The seat of power: parliaments of the world Chapter 21: India's 52-run win sparks a new age in women's cricket Chapter 22: Amazing plants Chapter 23: The green brigade Chapter 24: Geographical factopedia Chapter 25: Nobel laureate Chapter 26: Turning disability to ability Chapter 27: World record holders Chapter 29: Satellites launch sites in India Chapter 30: India at Paris olympic 2024 Chapter 33: Commonwealth games 2022
	<p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> Chapter 34: Indian defence Chapter 37: Indian sports persons Chapter 38: Medical specialist Chapter 40: New species discovered Chapter 42: Tragic accidents	

		<p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>Chapter 44: Nature cure Chapter 45: Business leaders of the world Chapter 46: Asian games 23 Chapter 47: Incredible India Chapter 48: Women scientists Chapter 49: Make your language more vibrant Chapter 50: Indian handicrafts Chapter 51: Innovations of the 21st century Chapter 52: Awards and honours 2025 Chapter 53: Brain teasers Chapter 54: Tragic ends Chapter 56: Heritage quiz Chapter 58: Life skill: positive thinking Chapter 61: Art of living: the yoga way Chapter 62: Types of insurance policies</p>
10.	BENGALI 2ND	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>১) গদ্য :- i) মেজ দিদি (পৃষ্ঠা ১৬ থেকে ২৫) ২) পদ্য:- i) কাল্ডারী হুঁশিয়ার (পৃষ্ঠা ৪) ৩){i) মুক্তির মন্দির সোপানতলে (পৃষ্ঠা ৫), ii) ছাত্রদলের গান (পৃষ্ঠা ৬) iii) অন্নদার আত্মপরিচয় (পৃষ্ঠা ১২ থেকে ১৫) for(বানান , শ্রুতি লিখন, হাতের লেখা)}। ৪) ব্যাকরণ:- প্রথম অধ্যায়- বিসর্গ সন্ধি (পৃষ্ঠা ৭ থেকে ১২) একাদশ অধ্যায় -বিপরীত শব্দ (পৃষ্ঠা ৮৬ থেকে ৮৭) POST MID TERM ১) গদ্য :- i) যাত্রা পথে (পৃষ্ঠা ৬৬ থেকে ৭২) ২) পদ্য :- i) ফুল্লরার বারোমাস্যা (পৃষ্ঠা ৫৫ থেকে ৬০) ৩){ i) সাগর সঙ্গমে (পৃষ্ঠা ৪৯ থেকে ৫৪) ii) পুরাতন ভৃত্য (পৃষ্ঠা ৬১ থেকে ৬৫) iii) রূপোকাকা (পৃষ্ঠা ৮৭ থেকে ৯৩)</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>১) গদ্য :- i) মেজদিদি (পৃষ্ঠা ১৬ থেকে ২৫) ii) সুভা পৃষ্ঠা (৪১ থেকে ৪৮) iii) সাগর সঙ্গমে(পৃষ্ঠা ৪৯ থেকে ৫৪) ২) পদ্য :- i) কাল্ডারী হুঁশিয়ার (পৃষ্ঠা ৪) ii) নৌকা চলে (পৃষ্ঠা ৩৩ থেকে ৩৬) iii) বাংলার মুখ আমি দেখিয়াছি (পৃষ্ঠা ৩৭ থেকে ৪০) ৩){ i) ভোরাই (পৃষ্ঠা ৮ থেকে ১১) ii) সাধনবাবুর সন্দেহ (পৃষ্ঠা ২৬ থেকে ৩২) iii) রাণার (পৃষ্ঠা ৮২ থেকে ৮৬) For(বানান , শ্রুতি লিখন, হাতের লেখা)}। ৪) ব্যাকরণ – প্রথম অধ্যায়-বিসর্গ সন্ধি (পৃষ্ঠা ৭ থেকে ১২) দ্বিতীয় অধ্যায়- লিঙ্গ – বচন – পুরুষ (পৃষ্ঠা ১৩ থেকে ২৮) তৃতীয় অধ্যায়- ধাতু ও ক্রিয়াপদ (পৃষ্ঠা ২৯ থেকে ৩২) চতুর্থ অধ্যায়-ক্রিয়ার কাল (পৃষ্ঠা ৩৩ থেকে ৩৭)</p>

For(বানান , শ্রুতি লিখন, হাতের লেখা)।
৪) ব্যাকরণ: –
দশম অধ্যায়- বাচ্য (পৃষ্ঠা ৮২থেকে ৮৫)
পঞ্চদশ অধ্যায়-এক কথায় প্রকাশ (পৃষ্ঠা ১১১
থেকে ১১৫)

নবম অধ্যায়-বাক্য নির্মাণের শর্ত ও বাক্যের
শ্রেণীবিভাগ (পৃষ্ঠা ৭৭ থেকে ৫৪)
একদশ অধ্যায়-বিপরীত শব্দ (পৃষ্ঠা ৪৯ থেকে
৫৪)
দ্বাদশ অধ্যায়-সমার্থক শব্দ (পৃষ্ঠা ৪৯ থেকে
৫৪)
ত্রয়োদশ অধ্যায়- সমোচ্চারিত ভিন্নার্থক শব্দ
(পৃষ্ঠা ৪৯ থেকে ৫৪)
চতুর্দশ অধ্যায়-একই শব্দের বিভিন্ন অর্থে
ব্যবহার (পৃষ্ঠা ৪৯ থেকে ৮১)
সপ্তদশ অধ্যায়-বোধ পরীক্ষণ (পৃষ্ঠা ১২৭
থেকে ১৪১)
বিংশ অধ্যায়- পত্র লিখন (পৃষ্ঠা ১৫৩ থেকে
১৬৭)
একবিংশ অধ্যায়- প্রবন্ধ রচনা। (পৃষ্ঠা ১৬৮
থেকে ১৯৬)

ANNUAL

১) গদ্য :-

- i) যাত্রা পথে (পৃষ্ঠা ৬৬ থেকে ৭২)
- ii) অপূর কল্পনা (পৃষ্ঠা ৭৩ থেকে ৭৭)
- iii) গ্যালিলিও (পৃষ্ঠা ১২০ থেকে ১২৪)

২) পদ্য :-

- i) ফুল্লরার বারোমাস্যা (পৃষ্ঠা ৫৫ থেকে ৬০)
- ii) শ্রাবণে (পৃষ্ঠা ৭৮ থেকে ৮১)
- iii) জীবন ভিক্ষা (পৃষ্ঠা ১০৪ থেকে ১০৭)
- ৩){ i) বুড়ি বালামের তীরে (পৃষ্ঠা ৯৪ থেকে
১০০)
ii) কপোতাক্ষ নদ (পৃষ্ঠা ১০১ থেকে ১০৩)
iii) চন্দ্রগুপ্ত ও সেলুকাস (পৃষ্ঠা ১০৮ থেকে
১১৪)
iv) পেটুক (পৃষ্ঠা –১১৫ থেকে ১১৯)

For(বানান , শ্রুতি লিখন, হাতের লেখা)।

৪) ব্যাকরণ :-

প্রথম অধ্যায়- বিসর্গ সন্ধি (পৃষ্ঠা ৭ থেকে ১২)
দ্বিতীয় অধ্যায়-লিঙ্গ ,বচন ,পুরুষ (পৃষ্ঠা ১৩
থেকে ২৮)

		<p>तृतीय अध्याय-धातु ० क्रियापद (पृष्ठा २९ थेके ३२)</p> <p>चतुर्थ अध्याय-क्रियार काल (पृष्ठा ३३थेके ३५)</p> <p>सप्तम अध्याय -समास (पृष्ठा ५१ थेके ७५)</p> <p>दशम अध्याय-वाच्य (पृष्ठा ८२ थेके ८५)</p> <p>एकादश अध्याय-विपरीत शब्द (पृष्ठा ८७ थेके ९३)</p> <p>द्वादश अध्याय- समार्थक शब्द (पृष्ठा ९४ थेके ९५)</p> <p>त्रयोदश अध्याय -समोच्चारित भिन्नार्थक शब्द (पृष्ठा ९९ थेके १०५)</p> <p>चतुर्दश अध्याय-एकई शब्दर विभिन्न अर्थे प्रयोग (पृष्ठा १०७ थेके ११०)</p> <p>पञ्चदश अध्याय-एक कथाय प्रकाश (पृष्ठा १११ थेके ११५)</p> <p>षोडश अध्याय-वागधारा (पृष्ठा ११७ थेके १२७)</p> <p>सप्तदश अध्याय-बोध परीक्षण (पृष्ठा १२९ थेके १४१)</p> <p>विंश अध्याय-पत्रलिखन (पृष्ठा १५३ थेके १७५)</p> <p>एकविंश अध्याय-प्रबन्ध रचना (पृष्ठा १७८ थेके १९७)</p>
11.	HINDI 2ND	
	PRE MID TERM	MID TERM
	<p>1.स्वदेश</p> <p>2. दो गौरैया</p> <p>Grammer</p> <p>3.उपसर्ग</p> <p>4 प्रत्यय</p> <p>कक्षा कार्य का अनुसरण</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>Literature</p> <p>1.मत बांधो</p>	<p>Literature</p> <p>1. आशीर्वाद</p> <p>2.हरिद्वार</p> <p>3. कबीर के दोहे</p> <p>Grammer.</p> <p>समास</p> <p>क्रिया</p> <p>अपठित गद्यांश और पद्यांश</p> <p>अनुच्छे लेखन</p>

	<p>2. एक टोकरी भर मिट्टी</p> <p>Grammer</p> <p>वाक्य विचार</p> <p>वाच्य</p> <p>कक्षा कार्य का अनुसरण</p>	<p>पत्र लेखन</p> <p>संवाद लेखन</p> <p>कक्षा कार्य का अनुसरण</p> <p>Pre mid included</p> <p>ANNUAL</p> <p>Literature</p> <p>नए मेहमान</p> <p>आदमी का अनुपात</p> <p>तरुण का सपना</p> <p>Grammer</p> <p>अलंकार</p> <p>संदेश लेखन</p> <p>पत्र लेखन</p> <p>अनुच्छेद लेखन</p> <p>अपठित गद्यांश और पद्यांश</p> <p>कक्षा कार्य का अनुसरण</p> <p>Post Mid Term syllabus is Included</p>
12.	HINDI 3 RD	
	PRE MID TERM	MID TERM
	<p>सीख</p> <p>सच्चाई</p> <p>POST MID TERM</p> <p>हंस</p> <p>श्रवण कुमार</p>	<p>बरखा बादल</p> <p>मकड़ी रानी</p> <p>पर्यावरण</p> <p>सीख</p> <p>सच्चाई</p> <p>ANNUAL</p> <p>हम नन्हे-नन्हे बच्चे हैं</p> <p>तेनालीराम की चतुराई</p> <p>बुद्धिमान बंदर</p> <p>हंस</p> <p>श्रवण कुमार</p>
13.	BENGALI 3 RD	
	PRE MID TERM	MID TERM
	<p>১) গদ্য - আব্দুল মাঝির গল্প।</p>	

	<p>২) পদ্য - আমাদের পণ। ৩) ব্যাকরণ - বিপরীতার্থক শব্দ।</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>১) গদ্য - একতাই বল। ২) পদ্য - শরৎ। ৩) ব্যাকরণ - সমার্থক শব্দ।</p>	<p>১) গদ্য - আব্দুল মাঝির গল্প , টুনটুনি আর রাজার কথা। ২) পদ্য - শিশুর সাধ , আমাদের পণ । ৩) ব্যাকরণ - লিঙ্গ , বিপরীত শব্দ। ৪) অনুচ্ছেদ রচনা, বোধ পরীক্ষণ।</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>১) গদ্য - পিঁপড়ের বুদ্ধি , একতাই বল। ২) পদ্য - আদর্শ ছেলে , শরৎ। ৩) ব্যাকরণ - লিঙ্গ, বিপরীতার্থক শব্দ, সমার্থক শব্দ । বোধ পরীক্ষণ, অনুচ্ছেদ রচনা।</p>
14.	FRENCH 3RD	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>1) Numéro de téléphone 2) Les adverbess, adjectifs 3) Nègatives 4) Présent 5) Article indéfini et défini</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>1) Futur simple 2) Compréhension écrite 3) Adjectifs démonstratifs 4) Articles partitifs et contractés 5) Expression écrite</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>1) Compréhension écrite 2) Passé composé 3) L'impératif 4) Prépositions 5) Adjectifs interrogatifs 6) L'interrogation 7) Expression écrite</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>1) Futur proche 2) Passé récent 3) Compréhension écrite 4) Expression écrite 5) Passé composé 6) L' impératif 7) Nègative 8) Adjectif et adverbess</p>
15.	ART EDUCATION	

	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>Chapter 1 – Introduction (Elements of Art) Chapter 2 – Still Life Chapter 3 – Nature Study Class Activity</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>Chapter 7 – Human Life Chapter 8 – Composition Chapter 9 – Knife Painting Chapter 10 – Poster Design Class Activity</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>Chapter 4 – Animal Life Chapter 5 – Human Anatomy Chapter 6 – Cartoon World Class Activity</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>Chapter 11 – Folk Art Chapter 12 – Miscellaneous Chapter 13 – Creative Craft Chapter 14 – Legendary Artist Chapter 15 – Glossary Class Activity</p>
16.	HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (HPE) Code: 502	
	<p style="text-align: center;">PRE MID TERM</p> <p>1. Games and Sports: a. We walk on the road of flowers – Balance, coordination, rhythmic movement b. Kit-kit / Hopscotch – Agility, leg strength, number recognition c. Dodgeball – Reflexes, throwing accuracy, teamwork 2. Health and Fitness: Personal Health and Hygiene – Importance of cleanliness; care of skin, hair, teeth, eyes, ears. Basics of balanced diet. 3. SEWA: Introduction to SEWA – meaning & objectives. Selection of simple activity: cleanliness drive, assisting in school library. 4. Health and Activity Record: Height, Weight, BMI calculation. Understanding growth charts.</p> <p style="text-align: center;">POST MID TERM</p> <p>1. Games and Sports: a. Andingoka of Meghalaya – Indigenous running/tag game, speed & alertness</p>	<p style="text-align: center;">MID TERM</p> <p>Games and Sports: a. Passing the ball – Hand-eye coordination, team passing skills b. Cock fighting – Leg strength, balance, endurance c. Thengaldor / Three-legged race – Cooperation, synchronization d. Gadha maar / Marham pati – Agility, chasing & dodging skills 2. Health and Fitness: Safety and First Aid – First aid for minor cuts, burns, nose bleeding, insect bites. Safety rules at home, school, playground. 3. SEWA: 5-10 hours of community service. Eg: Campus cleaning, water conservation awareness, helping primary students. 4. Health and Activity Record: Fitness Tests – 50m Standing Start, 600m Run/Walk, Sit & Reach Test.</p> <p style="text-align: center;">ANNUAL</p> <p>Games and Sports:</p>

	<p>b. Circle catch and throw – Reaction time, catching/throwing accuracy</p> <p>c. Monkey in the middle – Anticipation, passing under pressure</p> <p>2. Health and Fitness: Communicable Diseases – Meaning, spread, prevention of cold, flu, diarrhea. Role of vaccination.</p> <p>3. SEWA: Reflection on SEWA activity. Prepare short report with drawings/photos.</p> <p>4. Health and Activity Record: Posture – Meaning of good posture. Common deformities: flat foot, knock knee. Basic corrective exercises.</p>	<p>a. Jumping Relay Race (Running + Jumping) – Speed, explosive power, team coordination</p> <p>b. Throwing/Catching – Fundamental motor skills, hand-eye coordination</p> <p>c. Team Game / Individual Game – Choose any one: Football, Cricket, Badminton, Throwball, Handball – Basic rules + match play</p> <p>2. Health and Fitness: Yoga & Lifestyle – Suryanamaskar, Tadasana, Vrikshasana, Bhujangasana. Importance of yoga for students.</p> <p>3. SEWA: Final submission – Hour log + “What I Learnt” + Self-appraisal form.</p> <p>4. Health and Activity Record: Annual Fitness Assessment – Partial Curl-up, Push-ups/Modified push-ups, Flamingo Balance Test.</p>	