

# BAGLESS DAY ACTIVITIES

20<sup>TH</sup> DECEMBER  
2025





## BAGLESS DAY ACTIVITIES FOR TABLES

- 1. Multiplication Relay Race:** Students form teams and race to solve multiplication table problems on the board.
- 2. Table Treasure Hunt:** Hide answer cards around the classroom; students solve multiplication problems to find the next clue.
- 3. Interactive Table Chart:** Create a large, colorful multiplication table chart and have students fill in the missing numbers through group activities.
- 4. Table Art Project:** Students create artwork or patterns based on multiplication tables, combining math with creativity.
- 5. Dodging Table Relay:** Divide students into teams. Each student "Dodges" (recites) a specific multiplication table (e.g., 6s, 7s). After completing their turn, the next student in line continues from where the previous left off.
- 6. Oral Speed Challenge:** Call out random multiplication facts from a particular table. Students must answer aloud as quickly as possible.
- 7. Written Table Puzzle:** Provide students with incomplete multiplication tables or fill-in-the-blank worksheets. For example, missing some multiples, and students fill in the blanks.
- 8. Table Art Competition:** Students create colorful posters or charts illustrating a specific multiplication table with drawings, patterns, and mnemonics.
- 9. Oral & Written Table Skit:** In pairs or groups, students prepare short skits or dialogues to teach a multiplication table, combining oral and written elements.
- 10. Multiplication Table Bingo** Create bingo cards with multiples or products. Call out questions, and students mark the correct answers.
- 11. Clapping activity :** Students clap their hands a certain number of times to represent the multiplicative process. For example, for  $3 \times 4$ :





## BAGLESS DAY ACTIVITIES FOR TABLES

**12.** One Student will start counting. Teacher will write the name of a table on board & say the other students to clap when a multiple of that table falls in counting.



**TABLE ART WORK**



**CLAPPING ACTIVITY**



## BAGLESS DAY ACTIVITY - 1

### 1. ਮਲਟੀਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਰੀਲੇ ਰੇਸ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਟੀਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਕੇ ਬਲੈਕਬੋਰਡ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ multiplication ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਰੀਲੇ ਰੇਸ ਕਰਵਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

### 2. ਟੇਬਲ ਟ੍ਰੇਜ਼ਰ ਹੰਟ

ਕਲਾਸਰੂਮ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰ ਵਾਲੇ ਕਾਰਡ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲੁਕਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗੁਣਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇ ਕੇ ਅਗਲਾ ਇਸ਼ਾਰਾ (clue) ਲੱਭਦੇ ਹਨ।

### 3. ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਟੇਬਲ ਚਾਰਟ

ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਅਤੇ ਰੰਗ-ਬਿਰੰਗੇ Multiplication ਚਾਰਟ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖਾਨੇ ਖਾਲੀ ਛੱਡੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਹ ਖਾਲੀ ਖਾਨੇ ਸਹੀ ਨੰਬਰਾਂ ਨਾਲ ਭਰਦੇ ਹਨ।

### 4. ਟੇਬਲ ਆਰਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ multiplication ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ, ਡ੍ਰਾਇੰਗਾਂ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਪੈਟਰਨ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਗਣਿਤ ਅਤੇ ਕਲਾ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### 5. ਡੇਜ਼ਿੰਗ ਟੇਬਲ ਰੀਲੇ

ਟੀਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਹਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਖਾਸ ਪਹਾੜਾ (ਜਿਵੇਂ 6, 7, 8 ਆਦਿ) ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣਾ ਪਹਾੜਾ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਗਲਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸੇ ਥਾਂ ਤੋਂ ਪਹਾੜਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

### 6. ਮੌਖਿਕ ਸਪੀਡ ਚੈਲੇਂਜ

ਅਧਿਆਪਕ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੋਂ ਪਹਾੜੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬੇਤਰਤੀਬ ਗੁਣਾ ਤੱਥ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਮੌਖਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਹੀ ਉੱਤਰ ਦੇਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### 7. ਲਿਖਤ ਟੇਬਲ ਪਹੇਲੀ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਧੂਰੀਆਂ multiplication ਜਾਂ ਭਰੋ-ਖਾਲੀ ਥਾਂ (fill in the blanks) ਵਾਲੀਆਂ ਵਰਕਸ਼ੀਟਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਗੁਣਨਫਲ ਗਾਇਬ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### 8. ਟੇਬਲ ਆਰਟ ਮੁਕਾਬਲਾ

ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਗੁਣਾ ਭਾਗ ਨੂੰ ਚੁਣ ਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਰੰਗ-ਬਿਰੰਗੇ ਤੇ ਆਕਰਸ਼ਕ ਪੋਸਟਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਚਿੱਤਰ, ਪੈਟਰਨ ਅਤੇ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।







## BAGLESS DAY ACTIVITIES FOR TABLES

### 9. ਮੌਖਿਕ ਅਤੇ ਲਿਖਤ ਟੇਬਲ ਸਕਿਟ

ਜੋੜਿਆਂ ਜਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਛੋਟੇ ਨਾਟਕ, ਸੰਵਾਦ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸਤੁਤੀਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਪਹਾੜੇ ਜਾਂ ਗੁਣਾ ਨੂੰ ਮੌਖਿਕ ਅਤੇ ਲਿਖਤ ਦੋਵੇਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਰਚਨਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ।

### 10. ਮਲਟੀਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਟੇਬਲ ਬਿੰਗੋ

ਬਿੰਗੋ ਕਾਰਡਾਂ 'ਤੇ ਗੁਣਨਫਲ ਜਾਂ ਪਹਾੜੇ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਲਿਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਕਾਰਡਾਂ 'ਤੇ ਸਹੀ ਉੱਤਰ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।

### 11. ਕਲੈਪਿੰਗ ਐਕਟੀਵਿਟੀ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤਾਲੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਗੁਣਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ  $3 \times 4$  ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ 3 ਦੀ ਲੜੀ ਅਨੁਸਾਰ 4 ਵਾਰ ਤਾਲੀਆਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੁਣਾ ਦੀ ਸਮਝ ਹੋਰ ਪੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

### 12. ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਤਾਲੀ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਗਿਣਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਕੋਈ ਇੱਕ ਪਹਾੜਾ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਤੇ ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਗਿਣਤੀ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਪਹਾੜੇ ਦਾ ਗੁਣਨਫਲ ਆਏ, ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਤਾਲੀ ਮਾਰਣ।



TABLE ART WORK



CLAPPING ACTIVITY





## ACTIVITY 2: EMOTIONS WALK



### Description

Have you ever noticed how different places make you feel different emotions? Maybe your home or classroom makes you feel calm, or the playground makes you feel excited. Every place we go can change how we feel. We will create a map to show how we feel in the world around us..

**Resources Required:** Paper, Pen/pencil, Colors (optional)

**No. of Players:** Individual

### Learning Outcome:

Students will be able to identify the emotions they feel in the world around them and create a map to depict them

### Check-in (20 mins):

- Close your eyes and take deep breaths.
- Think of your world around you, your walk from home to school - the path that you take and everything you see around.
- Create a mental list of some memorable moments/things from this walk - things/moments that make you feel good.
- As you take a deep breath in, think about how you feel remembering all these memories/things.
- With a deep exhale, breathe out and spread the feelings that these memories have brought you.
- On your paper, draw a picture of your favorite memory in a place around your home: Where was this? Who was with you? What was the emotion you were feeling?
- Now, turn to your partner and share about what you have drawn

### Steps of the Activity (60 mins):

**Step 1 (5 mins):** What can you tell me about maps? When have you used a map and why? (Take 2-3 responses)

**Step 2 (25 mins):** Let us create our own map. Think of your way to school. Take a sheet of paper and draw the map.

- The starting point will be your home and the end point will be your school.

**Note:** Demonstrate this on the board for students.

- Think of 3-4 places from your home to school you see and draw them on the map.

- Diverging roads
- Parks or trees around you
- 3-4 places (shops, houses etc.) you regularly see on your way



**Step 3 (15 mins):** To add details to the map, we will use Phulkari art which is a traditional embroidery style originating from the Punjab. It uses flower-like shapes and patterns like lines and dots to create designs on fabrics.

- Fill in the places, buildings, trees you have drawn on your map using different Phulkari patterns: dots, lines, squares and triangles. For example-



**Step 4 (15 mins):** Once the map is complete:

- Look at the wheel of emotion and think of the emotion you feel in the 3-4 places you have drawn.
- Draw the emotions as emojis next to these places on the map.
- Colour and add any other details to the map.



**Sample Artworks**

### **Showcase (30 mins):**

- **Gallery Walk (15 mins):** Keep all the maps on the desk/floor and walk around to see what everyone has drawn.
- **Large group sharing (15 mins):** Few students can share their drawing with the class.

**Note:** Select students from different grades on a weekly basis to present their artworks in the school assembly.

### **Check-out (10 mins):**

- If you are feeling difficult emotions, which place on your map can you go to, to feel better? What about this place will help you feel better?
- What is one place on your map that you would like to take your friend to and why?





## ਗਤੀਵਿਧੀ 2: ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸੈਰ



### ਵਰਣਨ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ? ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਜਾਂ ਕਲਾਸਰੂਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਖੇਡ ਦਾ ਮੈਦਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜਿਸ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਉਹ ਜਗ੍ਹਾ ਸਾਡੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਕਸ਼ਾ ਬਣਾਵਾਂਗੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

**ਸਾਧਨ:** ਕਾਗਜ਼, ਪੈਨ/ਪੈਨਸਿਲ, ਰੰਗ (ਵਿਕਲਪਿਕ)

**ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ:** ਇਕੱਲਾ ਵਿਅਕਤੀ (ਵਿਅਕਤੀਗਤ)

### ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਨਤੀਜਾ:

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਕਸ਼ਾ ਬਣਾ ਸਕਣਗੇ

### ਚੈੱਕ-ਇਨ (20 ਮਿੰਟ):

- ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਡੂੰਘੇ ਸਾਹ ਲਓ।
- ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ, ਘਰ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸੈਰ - ਉਹ ਰਸਤਾ ਜਿਸ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲੰਘਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।
- ਇਸ ਸੈਰ ਤੋਂ ਕੁੱਝ ਯਾਦਗਾਰੀ ਪਲਾਂ/ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ - ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ/ਪਲ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਡੂੰਘਾ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਯਾਦਾਂ/ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਇੱਕ ਡੂੰਘਾ ਸਾਹ ਛੱਡੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਓ/ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਯਾਦਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਕਾਗਜ਼ 'ਤੇ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਨਪਸੰਦ ਯਾਦ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਓ: ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਸੀ? ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੌਣ ਸੀ? ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਭਾਵਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ?
- ਹੁਣ, ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵੱਲ ਮੁੜੋ ਅਤੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।

### ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਪੜਾਅ (60 ਮਿੰਟ):

**ਕਦਮ 1 (5 ਮਿੰਟ):** ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਨਕਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਨਕਸ਼ਾ ਕਦੋਂ ਵਰਤਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਉਂ? (2-3 ਜਵਾਬ ਲਓ)

**ਕਦਮ 2 (25 ਮਿੰਟ):** ਆਓ ਆਪਾਂ ਆਪਣਾ ਨਕਸ਼ਾ ਬਣਾਈਏ। ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਰਸਤੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ੀਟ ਲਓ ਅਤੇ ਨਕਸ਼ਾ ਬਣਾਓ।

- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਿੰਦੂ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅੰਤ ਬਿੰਦੂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੂਲ ਹੋਵੇਗਾ।

**ਨੋਟ:** ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰੋ।

- ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ 3-4 ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਬਣਾਓ।

- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਸਤਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੜਕਾਂ
- ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਪਾਰਕ ਜਾਂ ਦਰੱਖਤ
- 3-4 ਥਾਵਾਂ (ਦੁਕਾਨਾਂ, ਘਰ ਆਦਿ) ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਆਪਣੇ ਰਸਤੇ 'ਤੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ

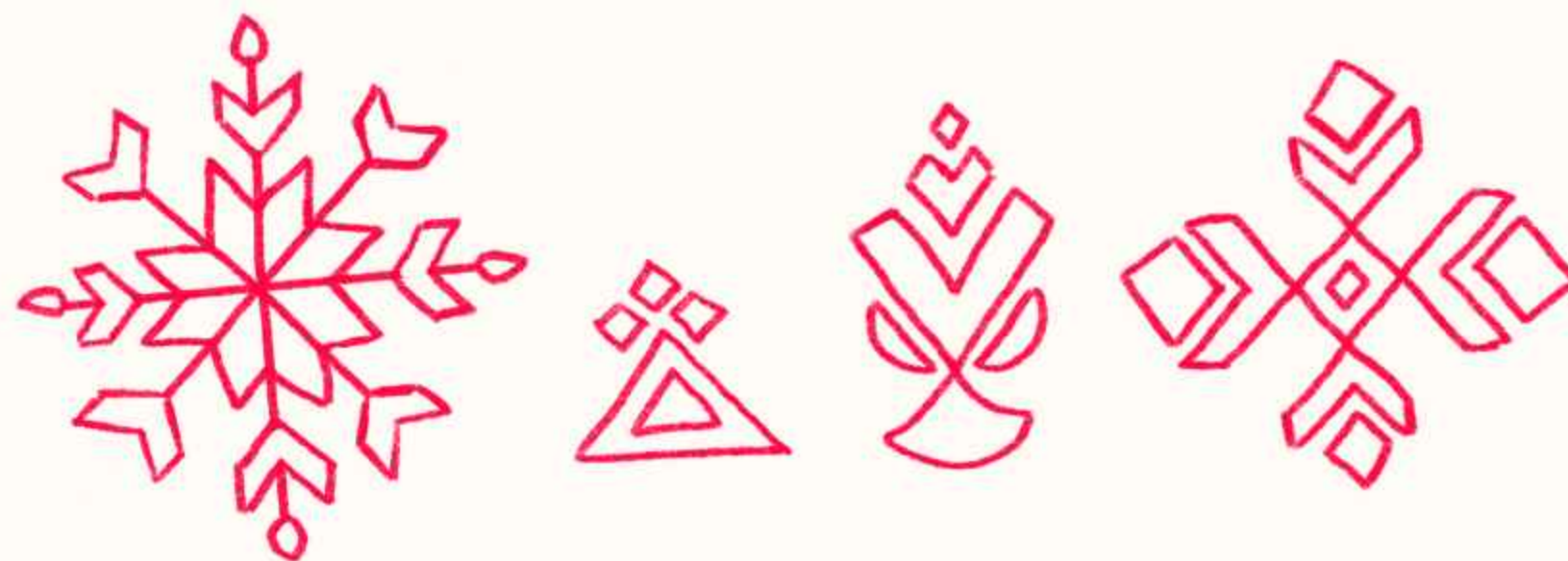






**ਕਦਮ 3 (15 ਮਿੰਟ):** ਨਕਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਵੇਰਵੇ ਜੋੜਨ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਫੁਲਕਾਰੀ ਕਲਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਾਂਗੇ ਜੋ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਈ ਇੱਕ ਰਵਾਇਤੀ ਕਢਾਈ ਸ਼ੈਲੀ ਹੈ। ਇਹ ਫੈਬਰਿਕ 'ਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਫੁੱਲਾਂ ਵਰਗੇ ਆਕਾਰਾਂ, ਲਾਈਨਾਂ ਅਤੇ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਰਗੇ ਪੈਟਰਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਇਮਾਰਤਾਂ, ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫੁਲਕਾਰੀ ਪੈਟਰਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਭਰੋ: ਬਿੰਦੀਆਂ, ਲਾਈਨਾਂ, ਵਰਗ ਅਤੇ ਤਿਕੋਣ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ-



**ਕਦਮ 4 (15 ਮਿੰਟ):** ਇੱਕ ਵਾਰ ਨਕਸ਼ਾ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਣ 'ਤੇ:

- ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ 3-4 ਥਾਵਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।
- ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਅੱਗੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇਮੋਜੀ/ ਸਮਿਲੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਣਾਓ।
- ਨਕਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੇਰਵੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਰੰਗ ਭਰੋ।



ਆਰਟਵਰਕ ਦਾ ਨਮੂਨਾ

### ਸ਼ੋਅਕੇਸ (30 ਮਿੰਟ):

- **ਭਾਗ 1: ਗੈਲਰੀ ਵਾਕ (15 ਮਿੰਟ):** ਸਾਰੇ ਨਕਸ਼ੇ ਡੈਸਕ/ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਘੁੰਮੋ ਕਿ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਕੀ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।
- **ਭਾਗ 2: ਵੱਡੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ (15 ਮਿੰਟ):** ਕੁੱਝ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਲਾਸ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਡਰਾਇੰਗ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**ਨੋਟ:** ਸਕੂਲ ਅਸੈਂਬਲੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਕਲਾਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਜਮਾਤਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ।

### ਚੈੱਕ-ਆਊਟ (10 ਮਿੰਟ):

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਕਿਹੜੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ? ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਬਾਰੇ ਅਜਿਹਾ ਕੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ?
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਕਿਹੜੀ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਕੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਲੈ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

