

## Grade 9

**Mindfulness** - महीनेकापहला सोमवारमतलब full period माइंडफुलनेस !

**Thematic Unit** -

1. **Recap** - ग त व ध 2.2 केअनुभव परचचा कर ।
2. **Activity** - ग त व ध 2.3 - साथी के सुनाये क सेकोबड़ेसमूहम बना बदलाव और उसी भाव के साथ साझा कर ।
3. **Reflection** - च तनऔरचचा के सवालसाझाकर ।

**Student Specials** - श नवार को छा ारा Jaldi Debate या JAM क ग त व ध कर ।

## Grade 10

**Mindfulness** - महीने का पहला सोमवार मतलब full period माइंडफुलनेस !

**Thematic Unit** -

1. **Recap** - कहानी म कूल के अनुभव और वचार पर चचा कर ।
2. **Activity** - ग त व ध 2.3 - समूहम चुनेगए वषयपरएकमज़ेदारधुन वाला गाना लख और उसक त तु कर ।
3. **Reflection** - च तन और चचा के सवाल साझा कर ।

**Student Specials** - श नवारकोछा ारा Group Discussion या Interview क ग त व ध कर ।

## Grade 11

**Mindfulness** - महीने का पहला सोमवार मतलब full period माइंडफुलनेस !

**Thematic Unit** -

1. **Introduction** - Unit 1 का और ग त व ध ारा प रचय द ।
  2. **Activity** - ग त व ध 1.1 - येकछा क शेय र गल औरअपना उदाहरण साझाकर ।
  3. **Reflection** - च तन और चचा के सवाल साझा कर ।
- Career Exploration** - अपनी चय और मता केआधारपर वयं के लए Mind Map बनाएंगे।

**Student Specials** - श नवारकोछा ारा Jaldi Debate या JAM क ग त व ध ।

## Grade 12

**Mindfulness** - महीने का पहला सोमवार मतलब full period माइंडफुलनेस !

**Thematic Unit** -

1. **Recap** - कहानी जो खम म जीत के अनुभव और वचार पर चचा कर ।
2. **Activity** - ग त व ध 2.3 - समूहम सोचेगए व भ क रयरकेव मानलाभऔर वपरीत भाव का ऑकलन कर ।
3. **Reflection** - च तन और चचा के सवाल साझा कर ।

**Student Specials** - श नवारकोछा ारा Group Discussion या Interview क ग त व ध कर ।

## Note:

1. Ensure that maximum students participate in activities.
2. Take reflection from maximum students.
3. This is a suggestive plan, you can take more time to complete an activity or story.
4. Do different student special activities every Saturday.