

& ધોરણ 10 &

કે વિષય - યોગ, સ્વા. શા. શિક્ષણ >

વર્ષ - ૨૦૨૦ - ૨૧ માટે 70 % અભ્યાસક્રમ (શાળાકીય કક્ષાએ)

ક્રમ	અભ્યાસક્રમમાં રાખેલ પ્રકરણ	ગુણ	અભ્યાસક્રમમાં રદ કરેલ પ્રકરણ	ગુણ
૧	યોગ	(6)	માનવ ચિકિત્સા પદ્ધતિ	(3)
૨	આસનો	(12)	ચેપી અને બીનચેપી રોગ	(3)
૩	HIV	(5)	આસનો (નૌકાસન, ચક્રાસન, ભૂજંગાસન, સલભાસન, ગરુડાસન, મકરાસન)	(6)
૪	દોડ	(5)	અષ્ટાંગયોગ	(3)
૫	ફેદ	(5)		
૬	ફેંક	(5)		
૭	કબડ્ડી	(6)		
૮	વોલીબોલ	(6)		
		કુલ ગુણ - 50		