https://www.upboardonline.com/

गृह विज्ञान

कक्षा–12 पूर्णांकः 100 अंक

कोविड–19 महामारी के कारण शैक्षिक सत्र–2021–22 में समय से विद्यालयों में पठन–पाठन का कार्य न हो पाने की स्थिति में सम्यक विचारोपरान्त विषय विशेषज्ञों की समिति द्वारा निम्नवत् 30 प्रतिशत पाठ्यक्रम कम किये जाने की अनुशंसा की गयी हैः–

खण्ड–क शरीर क्रिया विज्ञान तथा स्वास्थ्य रक्षा विज्ञान

इकाई–1–पोषण–1 पोषण में दुग्ध का स्थान

इकाई–5–जननतंत्र की प्रारम्भिक क्रिया

स्वास्थ्य रक्षा–इकाई–2 गन्दी बस्तियां तथा उनसे खतरा।

इकाई–4स्वास्थ्य के नियमों में समाज की शिक्षा के लिए आधुनिक आन्दोलन

खण्ड–ख (समाजशास्त्र तथा बाल कल्याण)

इकाई–5 विवाह में समायोजन, संवेगात्मक, सामाजिक, लैंगिक व आर्थिक।

इकाई–7 सामाजिक विषमताओं तथा विच्छेदनों का निराकरण।

बाल कल्याण

इकाई–4 परिवार कल्याण एवं परिवार नियोजन।

उपर्युक्त के अनुक्रम में 70 प्रतिशत का पाठ्यक्रम निम्नवत् है–

गृह विज्ञान

कक्षा–12 पूर्णांकः 100 अंक

इस विषय में लिखित परीक्षा हेतु एक प्रश्न पत्र 70 अंको का समयावधि 3 घण्टे होगी। इसमें 30 अंकों की प्रयोगात्मक परीक्षा भी होगी। न्यूनतम उत्तीर्णांक 23+10=33 अंक।

खण्ड–ख

समाज शास्त्र तथा बाल कल्याण	35
प्रयोगात्मक पाककला एवं सिलाई से सम्बन्धित मौखिक	30

उत्तीर्ण होने के लिये लिखित और प्रयोगात्मक परीक्षा में क्रमशः कम से कम 23 तथा 10 एवं योग में 33 अंक पाना आवश्यक होगा।

खण्ड–क

(शरीरक्रिया विज्ञान तथा स्वास्थ्य रक्षा) **35 अंक**

शरीर क्रिया विज्ञान **18 अंक**

इकाईवार पाठ्यक्रम निम्नवत निर्धारित हैः–

इकाई–1 2– संतुलित आहार– निर्धाकर कारक, विभिन्न अवस्थाओं में संतुलित आहार।

इकाई–2 परिसंचरण तंत्र (1) रक्त का संघटन तथा कार्य (2) रक्त संचरण का यंत्रिकत्व तथा अंगों में उनकी आवश्यकतानुसार रूधिर संभरण।

इकाई–3 श्वासोच्छवास (1) कंठ, चहिका, फेफड़ा, ब्रांक (2) श्वासोच्छवास का प्रयोजन और शरीर की आवश्यकताओं से समायोजन (3) उचित रूप से श्वास लेने की आदत तथा आसन का उस पर प्रभाव। (4) श्वास धारिता तथा उसकी सार्थकता।

इकाई–4 तंत्रिका तन्त्र तथा ज्ञानेन्द्रियां (1) तंत्रिता कोशिकायें, तंत्रिकायें, मेरूरज्जु व मष्तिष्क (2) कर्ण, नासिका, जिह्वा, त्वचा एवं चक्षु की रचना (3) दृष्टि का सामान्य दोष तथा उसकी प्रारम्भिक पहचान 4–समन्वय और औधविन्यसन से उसका कक्षेम

इकाई–5 अंतः स्त्रावी ग्रन्थियां।

स्वास्थ्य रक्षा **17 अंक**

इकाई–1 निम्नलिखित रोगों का उद्गम, फैलने की विधि, चिन्ह, लक्षण, निरोध तथा उपचार–मलेरिया, डेंगू, चिकनगुनिया, इन्सेफलाइटिस, हाथी पांव, हेपेटाइटिस (ए, बी, सी, एवं ई,) पीत ज्वर, क्षयरोग, कुष्ठ रोग, रेबीज, चेचक, हैजा, प्लेग, खसरा, मोतीझरा, पोलियो एवं अन्य रोग।

इकाई–3 प्रदूषण एवं पर्यावरण का जनजीवन पर प्रभाव।

Downloaded From official website on dt 12-Nov-2021

https://www.upboardonline.com/

इकाई–4 प्राकृतिक आपदायें जैसे– आग, भूकम्प, बाढ़ तथा सूखा की मूलभूत जानकारियां, प्रभाव
इकाई–5 तथा इससे बचने के उपाय।

खण्ड–ख

(समाजशास्त्र तथा बाल कल्याण) 35 अंक

समाजशास्त्र 18 अंक

इकाई–1 एकाकी तथा संयुक्त परिवार के सम्बन्धों का मनोविज्ञान।
इकाई–2 व्यक्ति के व्यक्तित्व पर बाल्यावस्था का प्रभाव। (7 से 11 वर्ष)
इकाई–3 बाल विवाह गुण तथा दोष।
इकाई–4 विवाह के कानूनी तथा जीव शास्त्रीय गुण।
इकाई–6 दहेज समस्या एवं उसका उन्मूलन।

बाल कल्याण 17 अंक

इकाई–1 शिशु की देखभाल– (1) प्रगति के निर्देशन हेतु नियमित रूप से वजन लेना। (2) दूध छुडाना (3) दांत निकलना (4) वस्त्र (5) नियमित उत्सर्जन की आदत का निर्माण (6) लघु पाचक व्याधियों का उपचार।
इकाई–2 शिशु–मृत्यु संख्या की समस्यायें।
इकाई–3 बाल कल्याण की आधुनिक गतिविधियां।

प्रयोगात्मक 30 अंक

1. जैम – आम, अमरूद, रसभरी।
2. जेली – आम, अमरूद, रसभरी।
3. सॉस – टमाटर सॉस, श्वेत सॉस।
4. मार्मलेड – संतरा, खट्टा नीबू, हजारा।
5. दूध से बनी मिठाई – (1) तीन प्रकार की कतली (2) दो प्रकार की खीर (3) छेने से बनी एक मिठाई।

सिलाई

1. सिलाई की मशीन तथा उसकी यांत्रिकत्व की जानकारी जिसमें मशीन की साधारण खराबियों को दूर करने का व्यावहारिक ज्ञान।
2. सिलाई, काज आदि के व्यावहारिक प्रयोग के मानक बनाकर सिले वस्त्रों की सूक्ष्मताओं तथा परिष्कार का ज्ञान देना।
3. नीचे दिये गये प्रत्येक वर्गों के एक वस्त्र
   (1) लेडीज कुर्ता या बुशर्ट।
   (2) सलवार या मर्दानी कमीज़।
   (3) फ्राक या पेटीकोट।
   (4) सनसूट या ब्लाउज।

प्रत्येक छात्रा को फैन्सी टांकों की कढ़ाई का एक सेट तैयर करना चाहिये जैसे लंच सेट, डचेज सेट, टीसेट अथवा बेडशीट (सिंगल या डबल बेड सुविधानुसार)

गृह विज्ञान (प्रयोगात्मक)

अधिकतम अंक–30 **न्यूनतम अंक–10** **समय : 05 घंटा**

वाह्य मूल्यांकन–

निर्धारित अंक

1–पाक कला	4 अंक
2–सिलाई	4 अंक
3–सत्रीय कार्य	4 अंक
4–मौखिक कार्य–(मौखिक सभी खण्डों से होना अनिवार्य)	3 अंक

आन्तरिक मूल्यांकन–

1–सत्रीय कार्य (सिलाई एवं फाइल रिकार्ड)	6 अंव
2–पाक कला (सत्रीय पाठ्यक्रम पर आधारित सभी बिन्दु)	6 अंव
3–मौखिक कार्य (सभी खण्ड से)	3

Downloaded From official website on dt 12-Nov-2021

https://www.upboardonline.com/

अंक 03 अंक

नोट–1 अध्यापिका के द्वारा प्रत्येक परीक्षार्थी के कार्य का विवरण वाह्य परीक्षक के समक्ष प्रस्तुत किया जाये।

2–वाह्य परीक्षा के समय प्रत्येक परीक्षार्थी से माडल बनाने हेतु एक मीटर कपड़ा मंगाया जाये। इस निर्णय का पालन करना अनिवार्य है।

व्यक्तिगत परीक्षार्थियों की प्रयोगात्मक परीक्षा–

व्यक्तिगत परीक्षार्थियों की प्रयोगात्मक परीक्षा हेतु जो विद्यालय प्रयोगात्मक परीक्षा केन्द्र निर्धारित किये जायेंगे, उन विद्यालयों के सम्बन्धित विषयों के अध्यापक/प्रधानाचार्य द्वारा आन्तरिक परीक्षक रूप में व्यक्तिगत परीक्षार्थियों को पचास प्रतिशत अंक प्रदान किये जायेंगे, शेष पचास प्रतिशत अंक वाह्य परीक्षक द्वारा देय होंगे।

सिलाई

1–सिलाई की मशीने तथा उसकी यांत्रिकत्व की जानकारी जिसमें मशीन में धागा उचित रूप से लगाना, तनाव व टांके के नियम तथा मशीन की साधारण खराबियों को दूर करने का व्यावहारिक ज्ञान।

2–नीचे दिये प्रत्येक वर्ग से एक वस्त्र–

1–फ्राक या पेटीकोट। 3– लेडीज कुर्ता या बुशर्ट।

2–सनसूट या ब्लाउज। 4– सलवार या मर्दानी कमीज़।

प्रत्येक छात्रा को फैन्सी टांकें की कढ़ाई का एक सेट तैयार करना चाहिए जैसे लंच सेट, डचैज सेट व टी सेट।

टिप्पणी–शिक्षिका को प्रत्येक छात्रा का कार्य के विवरण, वाह्य प्रयोगात्मक परीक्षक के निरीक्षण हेतु तैयार रखना चाहिए।

पुस्तकें–

कोई भी पुस्तक निर्धारित या संस्तुत नही की गई है। विद्यालयों के प्रधान संबंधित विषय अध्यापक के परामर्श से पाठ्यक्रम के अनुरूप उपयुक्त पुस्तक का चयन कर लें।

Downloaded From official website on dt 12-Nov-2021