

कक्षा-6

गृह विज्ञान

पाठ्यक्रम की मासिक बॉट – फरवरी 2021 से मई 2021

मास	पुस्तक का नाम	विषयवस्तु	अधिगम उपलब्धियाँ
फरवरी	सुगंधा	<p>1. भोजन</p> <p>2. भोजन और स्वास्थ्य</p> <p>3. भोजन के पोषक तत्व</p>	<p>बच्चे:-</p> <p>भोजन के महत्त्व व उपयोगिता को समझते हैं। भोजन प्राप्ति के स्रोतों की पहचान, वर्गीकरण व सूचीकरण करते हैं। खाद्य पदार्थों व उनमें प्रयुक्त सामग्री में संबद्धता स्थापित करते हैं।</p> <p>स्वस्थ जीवन व सम्पूर्ण शारीरिक विकास के लिए भोजन, व्यायाम, निद्रा व स्वास्थ्य संबंधी अच्छी आदतों को अपनाते हैं।</p> <p>भोजन के पोषक तत्वों के कार्यों के आधार पर उनके महत्त्व को समझते हैं तथा वर्णन करते हैं।</p>
मार्च	सुगंधा	<p>5 सरल एवं पौष्टिक व्यंजन</p> <p>7 सफाई का महत्त्व</p> <p>17 प्राथमिक सहायता</p>	<p>उचित विधि से सरल एवं पौष्टिक व्यंजन बनाकर आकर्षक तरीके से परोसते हैं।</p> <p>व्यक्तिगत तथा अपने आस-पास की सफाई के प्रति जागरूक होते हैं। सफाई के लिए आवश्यक साधन व सामग्री की पहचान एवं प्रयोग करते हैं।</p> <p>सामान्य दुर्घटनाओं में प्राथमिक सहायता के लाभ व महत्त्व को समझते हैं तथा आवश्यकता पड़ने पर प्राथमिक सहायता प्रदान करते हैं।</p>
अप्रैल	सुगंधा	<p>9 रंग-बिरंगी रंगोली</p> <p>11 हमारे वस्त्र</p> <p>12 तंतु तरह-तरह के</p>	<p>विभिन्न उपलक्ष्यों पर सजावट हेतु रंगोली द्वारा कलात्मक अभिव्यक्ति करते हैं।</p> <p>वस्त्रों में विविधता, उसके प्रकार, महत्त्व तथा उपयोग का वर्णन करते हैं।</p> <p>तंतुओं के प्रकार, उनका वर्गीकरण, स्रोत तथा विशेषताओं पर टिपण्णी करते हैं।</p>

मई	सुगंधा	14 वस्त्रों की धुलाई	साफ वस्त्रों के महत्त्व पर तर्क आधारित व्याख्या करते हैं। धुलाई के विभिन्न चरणों का विस्तृत वर्णन करते हैं।
		15 सिलाई व कढ़ाई के मूल टाँके	सिलाई के मूल टाँकों तथा वस्त्रों को आकर्षक बनाने में विभिन्न कढ़ाई के टाँके सीखते हैं।

कक्षा-7  
गृह विज्ञान

पाठ्यक्रम की मासिक बॉट – फरवरी 2021 से मई 2021

मास	पुस्तक का नाम	विषयवस्तु	अधिगम उपलब्धियाँ
फरवरी	सुगंधा	1 संतुलित भोजन 2 भोजन पकाने का महत्त्व 3 भोजन पकाने की विधियाँ	बच्चे:- उत्तम स्वास्थ्य के लिए संतुलित भोजन की तर्क आधारित व्याख्या करते हैं। खाद्य समूहों तथा भोजन संबंधी अच्छी आदतों का वर्णन करते हैं। भोजन पकाने के उद्देश्यों को समझकर कच्चे व पक्के भोजन की तुलनात्मक व्याख्या करते हैं। भोजन पकाने की विभिन्न विधियों को पहचानकर उनका वर्गीकरण, सूचीकरण व समीक्षा करते हैं।
मार्च	सुगंधा	5 आहार आयोजन 6 पाक कला 18 गृह परिचर्या	आहार आयोजन के महत्त्व व परिवार के सदस्यों की पोषण संबंधी आवश्यकताओं के विषय में तार्किक विवेचना एवं विस्तृत वर्णन करते हैं। विभिन्न प्रकार के व्यंजनों को उचित विधि से बनाकर आकर्षक तरीके से परोसते हैं। गृह परिचर्या के माध्यम से रोगी के उपचार व उचित देखभाल के उपाय सुझाते हैं।
अप्रैल	सुगंधा	7 विभिन्न प्रकार के कमरे 9 फर्नीचर 11 बजट व इसके लाभ	घर के सभी कमरों के उचित रख-रखाव एवं देखभाल के उपाय सुझाते हैं। फर्नीचर की उपयोगिता व रख-रखाव के तरीकों पर चर्चा करते हैं। घर में आर्थिक बचत के महत्त्व के प्रति जागरूक होकर बजट बनाते हैं तथा मुद्रा प्रबन्धन के उपाय सुझाते हैं।

मई	सुगंधा	12 कूड़े-ककट का निस्तारण	कचरे के उचित निस्तारण के प्रति जागरूक होकर उपाय सुझाते हैं।
		14 धुलाई के उपकरण	धुलाई प्रक्रिया में विभिन्न उपकरणों व सहायक सामग्री को पहचानकर उनकी उपयोगिता का वर्णन करते हैं।
		16 कढ़ाई	कढ़ाई प्रक्रिया के विभिन्न चरणों व टाँकों को पहचानकर कढ़ाई करना सीखते हैं।

कक्षा-8  
गृह विज्ञान

पाठ्यक्रम की मासिक बाँट – फरवरी 2021 से मई 2021

मास	पुस्तक का नाम	विषयवस्तु	अधिगम उपलब्धियाँ
फरवरी	सुगंधा	1 भोजन के पोषक तत्व  3 व्यक्तिगत स्वास्थ्य एवं स्वच्छता  4 खाद्य पदार्थों का संग्रहण	बच्चे:- पोषक तत्वों के कार्य, व स्रोतों की व्याख्या करते हैं। स्वास्थ्य तथा पोषक तत्वों की कमी व अधिकता में संबद्धता स्थापित करते हैं।  अच्छे स्वास्थ्य तथा व्यक्तिगत एवं आस-पास की स्वच्छता में संबंधता स्थापित करते हैं।  खाद्य पदार्थों को संग्रह करने के तरीकों को सीखते हैं तथा उनको संग्रह करने के लाभ के प्रति जागरूक होते हैं।
मार्च	सुगंधा	6 रोगी का आहार  7 सलाद, सूप व डेजट  18 संक्रामक एवं जीवन शैली रोग	भोजन परोसने की विधियों व मेज़ सजाने के तरीकों को सीखते हैं।  आवश्यक सामग्री के उपयोग से विभिन्न प्रकार के फूलों से पुष्प सज्जा की विभिन्न विधियाँ सीखते हैं।  संक्रामक रोगों के फैलने के कारण व उनसे बचने के उपायों की तर्क आधारित व्याख्या करते हैं।
अप्रैल	सुगंधा	9 मेज़ सज्जा  10 महकती सुंदरता  11 हमारा व्यवहार	भोजन परोसने की विधियों व मेज़ सजाने के तरीकों को सीखते हैं।  आवश्यक सामग्री के उपयोग से विभिन्न प्रकार के फूलों से पुष्प सज्जा की विभिन्न विधियाँ सीखते हैं।  परिवार, विद्यालय व समाज के सदस्यों के प्रति उचित व्यवहार के महत्त्व पर तार्किक चर्चा करते हैं।

		12 दैनिक जीवन में प्रबंधन	समय प्रबंधन के महत्त्व को समझकर उसे दैनिक जीवन में समायोजित करते हैं।
मई	सुगंधा	13 वस्त्रों का चयन  15 ऊनी वस्त्रों की धुलाई व संभाल  17 कपड़ों की सज्जा	अवसरों, मौसम, व्यवसाय, आयु के अनुसार व वस्त्रों के चयन में संबद्धता स्थापित करते हैं।  ऊनी वस्त्रों की धुलाई की उचित प्रक्रिया सीखते हैं। कपड़ों के ठीक रख-रखाव के उपाय सुझाते हैं।  सामान्य वस्त्रों को आकर्षक बनाने में सहायक विभिन्न तरीके सुझाते हैं।