

15/05/2020

Subject - Home Science Teaching
Topic - Home Science Knowledge
of Subject matter

B.Ed.
1st Year

Imp.

Course Study of class VII syllabus

कक्षा - 7 के पाठ्यक्रम की पाठ्यवस्तु

1.	स्वास्थ्य	* कुपोषण का अर्थ, कुपोषण से होने वाली बीमारियाँ, बन्ताल्पता, घेंघा, रतौंधी एवं चर्म रोग, कुपोषण से बचाव।
2.	स्वच्छता	* संतुलित भोजन की अच्छे स्वास्थ्य की आवश्यकता, प्रदूषित जल, हवा एवं भोजन से होने वाली धानियाँ एवं बचने के उपाय, उत्तम स्वास्थ्य, स्वच्छ जल, मुख्य जीवन की आवश्यकता
3.	पोषण	* स्वस्थ शरीर के लिए संतुलित आहार की आवश्यकता, अर्थ एवं महत्व, भोजन के पोषक तत्वों का ज्ञान, मौसमी तथा स्थानीय भोज्य पदार्थों का सेवन एवं उनकी उपयोगिता।
4.	पाचन सम्बन्धी रोग	* पाचन सम्बन्धी रोग - टाइफाइड, अतिसार, पेचिस, एवं दूजा रोग के कारण, लक्षण तथा उनसे बचने के उपाय।
5.	पुशुषण	* वायु एवं ध्वनि पुशुषण का अर्थ, कारण, प्रभाव एवं उनसे बचने के उपाय।
6.	प्राथमिक चिकित्सा	* प्राथमिक उपचार चिकित्सा, उपकरण एवं उसके प्रयोग का ज्ञान, घरेलू वस्तुओं का प्राथमिक उपचार में प्रयोग।
7.	सिलाई कला	* आवश्यक वस्तु के नाप की विधि, लडकी की समझ, पायजामा, पेटिकोट काटना, धर की सिलाई के लाभ।

8.	कढ़ाई कला	कढ़ाई के लिए आवश्यक सामग्री, वस्त्रों पर नमूने उतारने की विधियाँ, कढ़ाई करते समय ध्यान देने योग्य बातें, विभिन्न तंतुओं द्वारा स्वाभाविक रंगों से कढ़ाई करना।
9.	बुनाई कला	* उन शरीरों के समय आवश्यक सावधानियाँ बच्चों के भोजन, पुलावर बुनाई के चार नमूने बनाना, जूली बनाना, डोबिया द्वारा चूने एवं किनारे के दो साधारण नमूने बनाना।
10.	पाक कला	* रोटी, सूखी व रसेदार दो-दो सब्जियाँ खिचड़ी ताहरी, चाय बनाना, भोजन परीक्षण की कला,
11.	गृह प्रबंध	* हानिकारक कीटाणु - खटमल, मक्खी, भट्ठर, जूँ तथा दीमक को नष्ट करने के उपाय कीटाणुनाशक विधियाँ तथा उनसे लाभ। तथा बाजार का हिसाब करना।
12.	धुलाई कला	* उनी एवं रेशमी वस्त्रों की धुलाई। वस्त्रों पर प्रेस करना,