

कक्षा –12 गृहविज्ञान प्रायोगिक

परीक्षा के लिए योजना 30 अंक

1. परियोजना (Project) (5 अंक)
 2. बुजुर्ग व्यक्ति के लिए किसी एक परिवार के भोजन का संशोधन। किसी एक को तैयार करना संशोधित पकवान। (5 अंक)
- या
- प्री-स्कूलर (2-6 वर्ष) पोषण कार्यक्रम के लिए किसी एक पूरक भोजन का विकास और तैयारी।
- या
- स्कूल कैंटीन के लिए एक मेनू की योजना बनाना और किसी एक पौष्टिक व्यंजन को तैयार करना।
3. निम्नलिखित में से किसी एक में रासायनिक परीक्षण का उपयोग करके मिलावटी की पहचान करें—
शुद्ध घी, चाय की पत्ती, साबुत काली मिर्च, हल्दी पाउडर, दूध, हींग।) (2 अंक)
 4. लागू वस्त्र डिजाइन तकनीकों का उपयोग कर एक नमूना तैयार करें
टाई और डाई/बैटिक/ब्लॉक प्रिंटिंग। (4 अंक)
 5. सफेद सूती कपड़े से किसी भी एक दाग को हटा दें
बॉल पेन, सब्जी का दाग, तेल, स्याही, लिपस्टिक, चाय, कॉफी। (2 अंक)
 6. कंज्यूमर एजुकेशन एंड प्रोटेक्शन के लिए लीफलेट/ पैम्फलेट किसी पर भी विकसित करें
निम्नलिखित में से एक— (5 अंक)
क) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम (सीपीए)
इ) उपभोक्ता जिम्मेदारियां
ग) उपभोक्ता संगठन
क) उपभोक्ता समस्याएं
 7. प्रायोगिक कार्य पुस्तिका(प्रेक्टीकल रिकार्ड) (5 अंक)
 8. मौखिक (2 अंक)

प्रायोगिक पाठ्यक्रम

1.पोषण, खाद्य विज्ञान और प्रौद्योगिकी

1. बुजुर्ग व्यक्ति के लिए नरम आहार के लिए सामान्य आहार का संशोधन।
2. पोषण कार्यक्रम के लिए पूरक खाद्य पदार्थों का विकास और तैयारी।
3. एक सप्ताह के लिए स्कूल में एक स्कूल कैंटीन या मिड-डे मील के लिए एक मेनू की योजना बनाना।
4. एक प्रसंस्कृत खाद्य उत्पाद को डिजाइन, तैयार करना और उसका मूल्यांकन करना।
5. खाद्य मिलावट के लिए गुणात्मक परीक्षण शुद्ध घी, चाय की पत्ती, साबुत काली मिर्च, हल्दी पाउडर, दूध, हींग।

2.मानव विकास और पारिवारिक अध्ययन

6. समुदाय में बच्चों / किशोरों / वयस्कों के लिए सामाजिक रूप से प्रासंगिक संदेशों को संप्रेषित करने के लिए किसी एक शिक्षण सहायता की तैयारी और उपयोग।

3.कपड़े और परिधान

7. लागू वस्त्र डिजाइन तकनीकों का उपयोग करके एक नमूना तैयार करना, टाई और डाई/बैटिक/ब्लॉक प्रिंटिंग।
8. परिधान उद्योग (किसी एक रेडीमेड परिधान) में गुणवत्ता नियंत्रण तकनीकों का अनुप्रयोग –
(क) कपड़े का निरीक्षण (ख) सीम और फास्टरों धारणाओं की गुणवत्ता
9. सफेद सूती कपड़े से अलग-अलग तरह के दाग हटाएं—बॉल पेन, सब्जी, तेल, स्याही, लिपस्टिक, चाय और कॉफी।

4.परिणाम प्रबंधन

10. किसी भी नौकरी की स्थिति के लिए किसी एक विज्ञापन का मूल्यांकन करें।
11. निम्नलिखित में से किसी एक पर उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण के लिए एक पत्रक/पर्चे विकसित करें—) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम (CPA)
(क) उपभोक्ता जिम्मेदारियां (ख) उपभोक्ता संगठन (ग) उपभोक्ता समस्याएँ

5. संचार और विस्तार

12. फोकस, प्रस्तुति, प्रौद्योगिकी और लागत के संदर्भ में किसी एक प्रिंट / रेडियो / इलेक्ट्रॉनिक मीडिया का विश्लेषण और चर्चा।

6.परियोजना

निम्नलिखित में से कोई भी एक परियोजना का अध्ययन और मूल्यांकन किया जाना चाहिए—

1. स्वयं के क्षेत्र में एकीकृत सामुदायिक आधारित, पोषण / स्वास्थ्य कार्यक्रम का अध्ययन, जिसके संदर्भ में —
(क) कार्यक्रम के उद्देश्य (ख) फोकल समूह/लाभार्थी (ग) कार्यान्वयन के तौर-तरीके
2. पड़ोसी क्षेत्रों का दौरा करें और विशेष आवश्यकताओं वाले व्यक्तियों की उनकी धारणा के बारे में दो किशोरों और दो वयस्कों का साक्षात्कार करें।
3. किसी भी दो व्यक्ति (बच्चे/वयस्क) को विशेष आवश्यकता के साथ उनके आहार, कपड़े, गतिविधियों, शारीरिक और मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं का पता लगाने के लिए प्रोफाइल करें।
4. विभिन्न फोकल समूहों के लिए संचार के विभिन्न तरीकों का उपयोग करके पोषण, स्वास्थ्य और जीवन कौशल के लिए किसी भी पांच संदेशों की योजना बनाना।
5. पैकेजिंग और लेबल जानकारी के साथ किसी भी पांच प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों का सर्वेक्षण करें।

Class-12 Home Science Practical Scheme for Examination 30 Marks

1. Project (5 marks)

2. Modification of a single family meal for an elderly person. Prepare a modified dish.

(5 marks)

Or

Development and preparation of a single supplement meal for a pre-schooled (2–6 years) nutrition program.

or

Planning a menu for the school canteen and preparing one of the nutritious dishes.

3. Identify adulteration using chemical testing in one of the following -

Pure ghee, tea leaves, whole black pepper, turmeric powder, milk, asafoetida.) (2 marks)

4. Prepare a sample using applied textile design techniques

tie and Dye / batik / block printing. (4 marks)

5. Remove any one stain on white cotton cloth

Ball pen, curries, oils, inks, lipsticks, tea, coffee. (2 marks)

6. Develop leaflets / pamphlets for consumer education and protection on anyone

One of the following - (5 marks)

A) Consumer Protection Act (CPA)

E) Consumer Responsibilities

C) Consumer Organization

A) Consumer problems

7. Experimental work book (Practical record) (5 marks)
8. Verbal (2 marks)

SYLLABUS FOR PRACTICAL

Nutrition, Food Science and Technology

1. Modification of normal diet to soft diet for elderly person.
2. Development and preparation of complementary foods for nutrition program.
3. Planning a menu for a school canteen or mid-day meal at school for a week.
4. Design, formulation and evaluation of a processed food product.
5. Qualitative test for food adulteration: pure ghee, tea leaves, whole black pepper, turmeric powder, milk, asafoetida.

Human Development and Family Studies

6. Preparation and use of any one teaching aid to communicate socially relevant messages to children / adolescents / adults in the community.

or

Preparation of one of the toys for children (age appropriate) using locally available and indigenous materials

Clothing and Apparel

7. Tie and Dye/Batik/block printing of a single article using applied textile design techniques.
8. Application of quality control techniques in the garment industry (any one readymade garment) -
 - A) Fabric inspection
 - B) Quality of Seam and Fasteners assumptions
9. Remove different stains from white cotton cloth - pen, curry, oil, ink, lipstick, tea and coffee.

Results Management

10. Evaluate any one advertisement for any job position.
11. Develop a leaflet / leaflet for consumer education and protection on any one of the following-Consumer Protection Act a) Consumer Responsibilities b) Consumer Organization c) Consumer Problems

Communication and Extension

12. Analysis and discussion of any one of the print / radio / electronic media in terms of focus, presentation, technology and cost.

Project

Any one of the following projects should be evaluated and evaluated-

1. Study of integrated community-based, nutritional health program in its own field, with reference to-
 - (A) Program objectives (b) Focal groups / beneficiaries (c) Modes of implementation

2. Visit neighboring areas and interview two teenagers and two adults about their perception of individuals with special needs.
3. Profile any two persons (child/adult) with special needs to ascertain their diet, clothing, activities, physical and psychological needs.
4. Planning any five messages for nutrition, health, and life skills using different methods of communication for different focal groups.
5. Market survey any five processed foods with their packaging and label information.