

**गृहविज्ञान**  
(कक्षा-11)

कोविड-19 महामारी के कारण शैक्षिक सत्र-2020-21 में विद्यालयों में समय से 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 है:-

**खण्ड-क**

**शरीर क्रिया विज्ञान**

इकाई-2- पेशीतन्त्र का समरेखीय अध्ययन तथा उनकी सामान्य विकास की अवस्थायें।

**स्वास्थ्य रक्षा**

इकाई-2-व्यक्ति का उत्तरदायित्व।

इकाई-3-उद्यान, खेल के मैदान, खुले स्थान।

**खण्ड-ख**

**समाजशास्त्र**

इकाई-3- भारतीय परिवार तथा परिवार के प्रत्येक सदस्य का कर्तव्य।

इकाई-4- बालक/बालिका संबंध।

**बाल कल्याण**

इकाई-2- प्रसव की तैयारी।

उपर्युक्त के अनुक्रम में 70 प्रतिशत का पाठ्यक्रम निम्नवत् है-

**14-गृहविज्ञान- कक्षा-11**

**केवल प्रश्नपत्र**

इसमें 70 अंकों की लिखित एवं 30 अंकों की प्रयोगात्मक परीक्षा होगी । न्यूनतम उत्तीर्णांक 23 एवं 10 कुल 33 अंक

(केवल बालिकाओं के लिये)

100 अंक

**इकाईवार पाठ्यक्रम निम्नवत् है:-**

<b>खण्ड-क (शरीर क्रिया विज्ञान तथा स्वास्थ्य रक्षा)</b>		<b>35 अंक</b>
<b>शरीर क्रिया विज्ञान</b>		<b>18 अंक</b>
इकाई-1	जीवित ऊतकों की कोशकीय बनावट।	
इकाई-2	अस्थि पंजर का समरेखीय अध्ययन तथा उनकी सामान्य विकास की अवस्थायें।	
इकाई-3	1- पाचन तन्त्र- रचना, सहयोगी अंग एवं पाचन तथा अवशोषण की क्रिया। 2- भोजन के विभिन्न पोषक तत्व।	
इकाई-4	उत्सर्जन तंत्र - त्वचा, वृक्क तथा आंत और उनके सामान्य कार्य।	
<b>स्वास्थ्य रक्षा</b>		<b>17 अंक</b>
इकाई-1	स्वास्थ्य रक्षा (1) व्यक्तिगत स्वास्थ्य रक्षा जैसे त्वचा, दन्त, चक्षु आदि (2) घर की हाईजीन जैसे संवाहन तथा स्वच्छता (3) कूड़ा करकट तथा व्यर्थ जल के निकास की व्यवस्था, जल निकास, शौचालय (4) जल- जल आपूर्ति (5) खाद्य सम्भरण।	
इकाई-4	विकास तथा क्रियात्मक क्षमता पर व्यायाम का प्रभाव।	
<b>खण्ड-ख (समाजशास्त्र तथा बाल कल्याण)</b>		<b>35 अंक</b>
<b>समाजशास्त्र</b>		<b>18 अंक</b>
इकाई-1	मानव आवश्यकतायें तथा परिस्थितियाँ, जिससे भग्नाशा उत्पन्न होती है।	
इकाई-2	मानव आवश्यकताओं की संतुष्टि के रूप में परिवार।	
इकाई-5	गृहस्थ परिवार का आय-व्यय लेखा, नित्य, क्रय-विक्रय में मितव्ययता के सिद्धान्त, परिवार सम्भरण के क्रय तथा गृह-खर्च।	
<b>बाल कल्याण</b>		<b>17 अंक</b>
इकाई-1	प्रत्याशित माता की देखरेख।	
इकाई-3	नवजात शिशु की देखभाल 0-3 माह, 3-6 माह, 6-9 माह, 9-12 माह, 01-02 वर्ष सामान्य व्याधिया।	
इकाई-4	प्रारम्भिक बाल्य अवस्था की देखभाल(3-6 वर्ष) चारित्रिक गुण।	
<b>प्रयोगात्मक</b>		<b>30 अंक</b>

पाककला	सूखी सब्जी, रसेदार सब्जी, तरकारी का सूप, तली तथा घोटी हुई (Mash) सब्जी।
अचार	आम का अचार, प्याज, जमीरी नीबू तथा मिश्रित तरकारी।
मुरब्बा	आम, आंवला, पेठा तथा गाजर।

### सिलाई

1. सिलाई की मशीन तथा उसकी यांत्रिकी की जानकारी जिसमें मशीन में धागा लगाना,तनाव तथा टांके के नियम तथा 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 वर्ग से एक वस्त्र
  - (1) लेडीज कुर्ता या बुशर्ट।
  - (2) सलवार या मर्दानी कमीज़।
  - (3) फ्राक या पेटीकोट।
  - (4) सनसूट या ब्लाउज

प्रत्येक छात्रा को फैन्सी टॉकों की कढ़ाई का एक सेट तैयार करना चाहिये जैसे लंचसेट पर अथवा वेड शीट (सिंगल या डबल सुविधानुसार) डचेस सेट टी सेट।

पुस्तकें : कोई पुस्तक निर्धारित या संस्तुत नहीं है। विद्यालय के प्रधान संबंधित विषय अध्यापक के परामर्श से पाठ्यक्रम के अनुसार उपयुक्त पुस्तक का चयन कर लें।