

B.A. 1st Year Home Science

Practical Code: HSC 103

Paper 1: Family Resource Management (पारिवारिक संसाधन प्रबंधन)

PRACTICAL:

Practical 1: Preparation of educative play materials for preschool children.

Practical 2: Preparing budget for low, high and middle-income group family.

Practical 3: To find out problem of ten families of urban and rural areas, managing their home related issues with special reference to time, money, energy by the use of surrounding resources and setting the goals. Write a detail report on the above.

Practical 4: Use of waste material for making decorative and utility material.

Practical 5: Paper cutting for decorating a house for special occasions.

प्रयोगात्मक कार्य

प्रयोग १ : पूर्व विद्यालयी बच्चों के लिए शिक्षाप्रद खेल सामग्री तैयार करें।

प्रयोग २ : एक निम्न, मध्यम एवं उच्च वर्गीय परिवार के लिए बजट तैयार कीजिये।

प्रयोग ३ : ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के दस परिवारों की घरेलू समस्याओं जैसे समय, पैसा तथा ऊर्जा का उनके आस पास के संसाधनों तथा उनके लक्ष्यों को तय करके समाधान करना। इसके बारे में एक विस्तृत रिपोर्ट तैयार कीजिए।

प्रयोग ४ : रद्दी सामान द्वारा सजावट तथा उपयोगी सामान बनाइये।

प्रयोग ५ : कागज़ की कतरन से घर को एक विशेष अवसर के लिए सजाइये।

Paper 2: Child Development (बाल विकास)

PRACTICAL:

Practical 1: Survey of play school/ nursery school and get attached to a child, get involve with the child and record his/her daily activities. Write a report on his/her overall development.

Practical 2: Development of appropriate play material for cognitive development infant and preschoolers.

Practical 3: Curriculum planning for a child in a play school.

Practical 4: Preparation of play material by use of indigenous materials.

प्रयोगात्मक कार्य

प्रयोग १ : एक प्ले स्कूल या नर्सरी स्कूल का सर्वेक्षण कीजिए, वहाँ पर एक बच्चे से घुलिये-मिलिए तथा उसकी दिनभर की गतिविधियां रिकार्ड कीजिए। उस बच्चे के सम्पूर्ण विकास पर एक रिपोर्ट तैयार कीजिए।

प्रयोग २ : एक शिशु एवं एक पूर्व विद्यालयी बच्चे के मानसिक विकास हेतु उचित खेल सामग्री बनाइये।

प्रयोग ३ : प्ले स्कूल के बच्चे हेतु पाठ्य सामग्री की योजना बनाइये।

प्रयोग ४ : स्वदेशी सामग्री के प्रयोग द्वारा खेल सामग्री का निर्माण कीजिए।

B.A. 2nd Year Home Science (बी. ए. द्वितीय वर्ष गृह विज्ञान)

Practical Code: HSC 203

Paper 1: Food and Nutrition (आहार एवं पोषण)

PRACTICAL:

Practical 1: To detect common adulterant present in food stuffs

Practical 2: Do meal planning for various age groups.

Practical 3: Prepare balanced diet for various age groups.

Practical 4: Prepare few recipes using traditional cooking methods for children, adult and old age person.

Practical 5: Prepare few nutritious recipes using modern cooking methods for children, adult and old age person.

Practical 6: Give method demonstration of some nutritious recipe for infant and preschoolers.

Practical 7: Prepare one recipe using food enrichment techniques.

प्रयोगात्मक कार्य:

प्रयोग १: खाद्य पदार्थों में सामान्य मिलावटी वस्तुओं की पहचान कीजिए।

प्रयोग २: विभिन्न आयु वर्गों हेतु आहार नियोजन कीजिए।

प्रयोग ३: विभिन्न आयु वर्गों हेतु संतुलित आहार बनाइए।

प्रयोग ४: भोजन तैयार करने के पारम्परिक तरीकों का प्रयोग कर बच्चों, वयस्कों तथा वृद्धों के लिए कुछ व्यंजन तैयार कीजिए।

प्रयोग ५: भोजन तैयार करने के आधुनिक तरीकों का प्रयोग कर बच्चों, वयस्कों तथा वृद्धों के लिए कुछ पोषक व्यंजन तैयार कीजिए।

प्रयोग ६: शिशुओं तथा शालापूर्व बच्चों के लिए कुछ पोषक व्यंजनों का विधि प्रदर्शन कीजिए।

प्रयोग ७: खाद्य संवर्धन तकनीकों का प्रयोग कर एक व्यंजन तैयार कीजिए।

Paper 2: Extension Education (प्रसार शिक्षा)

PRACTICAL

Practical 1: Prepare at least five teaching aids, at least one should be selected from each projected (poster, chart, flashcard, puppet, flannel graph, model, graph, map) and non-projected aids (transparencies, slide with power point presentation).

Practical 2: Prepare a radio talk in regard to women development programs.

Practical 3: Prepare one poster/chart on environmental/ personal hygiene and sanitation.

Practical 4: Development of proforma for conducting village and household survey.

Practical 5: Development of survey schedules for obtaining demographic information on village and profile of household.

प्रयोगात्मक कार्य

प्रयोग १ : कोई पांच शिक्षण सामग्रियाँ तैयार कीजिए जिनमें से कम से कम एक नान प्रोजेक्टेड या गैर प्रक्षेपित दृश्य सामग्री (पोस्टर, चार्ट, फ्लैशकार्ड, कठपुतली, फ्लैनल ग्राफ, मॉडल, ग्राफ, मानचित्र) तथा एक प्रोजेक्टेड या प्रक्षेपित दृश्य सामग्री (ट्रांसपेरेंसी, पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन) से चयनित किया जाना चाहिए।

प्रयोग २ : महिला विकास कार्यक्रमों के संबंध में एक रेडियो टॉक तैयार कीजिए।

प्रयोग ३ : पर्यावरणीय / व्यक्तिगत स्वच्छता और साफ सफाई पर एक पोस्टर / चार्ट तैयार कीजिए।

प्रयोग ४ : गांव और घरेलू सर्वेक्षण करने के लिए एक फार्म तैयार कीजिए।

प्रयोग ५ : गांव की जनसंख्या तथा घर के विवरण सम्बंधित जानकारी प्राप्त करने के लिए सर्वेक्षण कार्यक्रम बनाइये।

B.A. 3rd Year Home Science

Practical Code: HSC 303

Paper 1: Community Nutrition (सामुदायिक पोषण)

PRACTICAL

Practical 1: Visit to ICDS and PHC/MCH to observe supplementary feeding and prophylactic programmes.

Practical 2: Assess the growth-monitoring chart of a child and interpretation of growth chart.

Practical 3: Prepare a Performa for clinical signs and symptoms of various diseases.

Practical 4: Prepare performa for evaluating dietary history among women in a rural community.

Practical 5: Prepare a report on factors affecting child growth including: weaning practices, immunization practices and sanitary practices

Practical 6: Assess the nutritional status of women/ children, registered in nearby aganwadi Centre.

Practical 7: Generate awareness/ impart nutrition education, among pregnant and lactating women regarding current government scheme/ programmes.

प्रयोगात्मक कार्य:

प्रयोग १: पूरक आहार तथा रोगनिरोधी कार्यक्रमों के निरीक्षण हेतु समन्वित बाल विकास केंद्रों तथा मातृ एवं बाल स्वास्थ्य केंद्रों का भ्रमण कीजिए।

प्रयोग २: बच्चों के वृद्धि निगरानी चार्ट का आंकलन कीजिए तथा इस वृद्धि चार्ट की व्याख्या कीजिए।

प्रयोग ३: विभिन्न रोगों के नैदानिक संकेतों एवं लक्षणों के लिए एक प्रोफार्मा बनाइए।

प्रयोग ४: ग्रामीण समुदाय में महिलाओं के आहारय इतिहास के मूल्यांकन के लिए प्रोफार्मा बनाइए।

प्रयोग ५: बाल विकास को प्रभावित करने वाले कारकों जैसे पूरक आहार प्रथाओं, टीकाकरण प्रथाओं और स्वच्छता प्रथाओं पर एक रिपोर्ट तैयार कीजिए।

प्रयोग ६: आस-पास के आंगनवाड़ी केंद्र में पंजीकृत महिलाओं/बच्चों की पोषण संबंधी स्थिति का आंकलन कीजिए।

प्रयोग ७: वर्तमान सरकारी योजनाओं/कार्यक्रमों के संबंध में गर्भवती और धात्री महिलाओं के बीच जागरूकता पैदा कीजिए/पोषण शिक्षा प्रदान कीजिए।

Paper 2: Clothing & Textile (वस्त्र एवं परिधान)

PRACTICAL

Practical 1: Introduction of sewing machine and its functions, recognizing the parts and their function, basic operation, practice machining - straight, curve, spiral, reverse and corners.

Practical 2: Seams: Plain seam and finishing; Enclosed seams-Run's fell, French seams; Edge finishing - shaped facing; Pocket - Patch packed and variations; Placket - Even hem.

Practical 3: Drafting, stitching and decoration of following:

- Petticoat
- Apron
- Baby frock

Practical 4: Hand Stitches: Functional: Temporary and permanent, basting, hemming, running, back stitch, slipstitch, stem chain, buttonhole, herringbone, French knot

Practical 5: Removal of stains from samples and garments.

Practical 6: Prepare one article with decorative dyeing: Tie and dye/ Batik

Practical 7: Prepare one article with printing: Block printing; Screen / stencil printing

Practical 8: Identification of fibers with different test.

प्रयोगात्मक कार्य

प्रयोग १ . सिलाई मशीन और उसके कार्यों का परिचय, विभिन्न भाग और उनके कार्य, आधारभूत कार्य, मशीन पर निम्न का अभ्यास कीजिए- सीधे चलाना, घुमावदार, सर्पिलाकार तथा उल्टा चलाना और कोनों पर सिलाई करना।

प्रयोग २ : सीवन: सादी सीवन और परिसज्जा, संलग्न सीवन, फ्रेंच सीवन, किनारे की परिसज्जा, विभिन्न पॉकेट तथा प्लैकेट।

प्रयोग ३ : निम्न की ड्राफ्टिंग, सिलाई और सजावट कीजिए:

- पेट्टीकोट
- एप्रन
- बेबी फ्रॉक

प्रयोग ४ : हाथ की सिलाई: कार्यात्मक: अस्थायी और स्थायी, बास्टिंग, हेमिंग, रनिंग, बैक सिलाई, स्लिप सिलाई, बटनहोल, हेरिंगबोन, फ्रेंच गाँठ।

प्रयोग ५ : वस्त्रों से दाग को हटाना।

प्रयोग ६ : सजावटी रंगाई जैसे टाई और डाई (बांधनी) या बटिक से एक वस्त्र तैयार कीजिए।

प्रयोग ७ : मुद्रण अथवा प्रिंटिंग जैसे ब्लॉक प्रिंटिंग, स्क्रीन प्रिंटिंग या स्टेनलेस प्रिंटिंग द्वारा एक वस्त्र या नमूना तैयार कीजिए।

प्रयोग ८ : विभिन्न परीक्षणों की सहायता से तंतुओं की पहचान कीजिए।