परिशिष्ट "A"

पाठ्यक्रम संरचना
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

पूर्णांक – 100

सैद्धांतिक – 75
प्रायोगिक – 25

स.क्र.	इकाई एवं पाठ्यवस्तु	आबंटित अंक	कालखण्ड
1.	(अ) गृह व्यवस्था एवं निर्णय प्रक्रिया (ब) मूल्य, लक्ष्य, स्तर, (स) मेरे साधन	12	35
2.	(अ) समय और शक्ति प्रबंध, (ब) कार्य का सरलीकरण	05	15
3.	(अ) गृह एवं परिवार, (ब) आवास समस्या	07	20
4.	परिवारिक आय	10	30
5.	(अ) भोजन एवं स्वास्थ्य (ब) भोज्य समूहों का वर्गीकरण	19	35
6.	मूल भोज्य समूह	07	20
7.	सिलाई एवं कढ़ाई	11	20
8.	कढ़ाई के विभिन्न टाँके	04	15
	योग –	**75**	**190**
	प्रायोगिक –	**25**	**50**
	महायोग –	**100**	**240**

प्रश्नपत्र योजना
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

कुल अंक – 75 समय – 3:00 घण्टे

"A शैक्षिक उद्देश्य अनुसार अंक विभाजन

क्र.	शैक्षिक उद्देश्य	वस्तुनिष्ठ/ एक शब्द में उत्तर 01	अति लघु उत्तरीय (VSA) 02	लघु उत्तरीय (SA) 03	दीर्घ उत्तरीय (LA-I) 04	दीर्घ उत्तरीय (LA-II) 05	कुल अंक	% अधिमार
1.	ज्ञानात्मक (Knowledge) परिभाषा, सिद्धांत, तथ्यों को पहचानना, सूचना इत्यादि पर आधारित स्मरण क्षमता पर आधारित प्रश्न	15	-	-	-	-	15	20%
2.	अवबोधात्मक (Understanding) अर्थ, व्याख्या, अंतर स्पष्ट करना, वैचारिक समझ, भावानुवाद	-	02	02	01	01	19	25%
3.	अनुप्रयोगात्मक (Application) उदाहरण सहित/संदर्भ और समझ के आधार पर दी गई नयी परिस्थितियों को समझना/सिद्धांत के समाधान/हल निकालना	-	02	03	-	01	18	25%
4.	विश्लेषणात्मक (Analysis) [HOTS] वर्गीकृत, तुलनात्मक, व्याख्या विभिन्न स्त्रोतो पर आधारित विशेष जानकारी को समाहित करना/एकीकरण/सुसंगठित करना/अंतर	-	-	01	01	-	07	10%
5.	मूल्यांकन (Evaluation) मूल्यांकन करना/समीक्षा करना/मूल्य निर्धारण/निष्कर्ष निकालना/चयन करना/ तर्क आधारित	-	02	-	01	-	08	10%
6.	रचनात्मक (Creation/Creativity) सृजन करना/पुर्वानुमान/योजना बनाना/ परिकल्पना/संगठित करना	-	-	01	-	01	08	10%
	योग	1(15) =15	2(06) =12	3(07) =21	4(03) =12	5(03) =15	75	100%

"B"- प्रश्नानुसार विभाजन

क्र.	प्रश्नों के प्रकार	प्रत्येक प्रश्न पर आबंटित अंक	कुल प्रश्न	कुल अंक
1.	वस्तुनिष्ठ/एक शब्द में उत्तर	01	1(15)	15
2.	अति लघुउत्तरीय (VSA)	02	06	12
3.	लघुउत्तरीय (SA)	03	07	21
4.	दीर्घउत्तरीय (LA-I)	04	03	12
5.	दीर्घउत्तरीय (LA-II)	05	03	15
		कुल	19+1 (15) = 20	75

"C"-कठिनाई स्तर अंक विभाजन

क्र.	कठिनाई स्तर	अंक	प्रतिशत
1.	सरल (E)	22	30%
2.	औसत (AV)	38	50%
3.	कठिन (D)	15	20%
	योग	75	100%

परिशिष्ट – "C"

ब्लूप्रिंट
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

कुल अंक – 75 समय – 3:00 घण्टे

क्र	इकाई एवं पाठ्यवस्तु ↓	अंकों का अधिमार ↓	वस्तुनिष्ठ / एक शब्द में उत्तर 01	अति लघु उत्तरीय (VSA) 02	लघु उत्तरीय (SA) 03	दीर्घ उत्तरीय (LA-I) 04	दीर्घ उत्तरीय (LA-II) 05	कुल अंक	कुल प्रश्नों की संख्या
1.	(अ) गृह व्यवस्था एवं निर्णय प्रक्रिया (ब) मूल्य, लक्ष्य, स्तर, (स) मेरे साधन	12	04	01	02	-	-	12	3(4)
2.	(अ) समय और शक्ति प्रबंध, (ब) कार्य का सरलीकरण	05	01	-	-	01*	-	05	1(1)
3.	(अ) गृह एवं परिवार, (ब) आवास समस्या	07	01	01	-	01*	-	07	2(1)
4.	परिवारिक आय	10	03	01	-	-	01*	10	2(3)
5.	(अ) भोजन एवं स्वास्थ्य (ब) भोज्य समूहों का वर्गीकरण	19	03	02	01	01*	01*	19	2(0)
6.	मूल भोज्य समूह	07	-	01	-	-	01*	07	5(3)
7.	सिलाई एवं कढ़ाई	11	02	-	03	-	-	11	3(2)
8.	कढ़ाई के विभिन्न टाँके	04	01	-	01	-	-	04	1(1)
	योग	75	1(15) =15	2(06) =12	3(07) =21	4(03) =12	5(03) =15	75	19+1 (15) =20

नोट –

01. वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के दो भाग होंगे। खण्ड 'अ' में 10 बहुविकल्पीय प्रश्न (MCQ) एवं खण्ड 'ब' में 05 एक शब्द में उत्तर (OWA) प्रश्न होंगे।
02. * तारांकित प्रश्नों में विकल्प दिए जायेंगे।
03. योग में कोष्ठक के बाहर की संख्या अंको को दर्शाती है तथा कोष्ठक के अंदर की संख्या प्रश्नों की संख्या को दर्शाती है।

प्रश्नपत्र संरचना
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

कुल अंक – 75 **समय – 3:00 घंटे**

1. प्रश्न क्र0–1 वस्तुनिष्ठ प्रश्न है जिसमें दो खण्ड होंगे :–

(i) **"खण्ड–अ" में 10** बहुविकल्पीय प्रश्न (MCQ) होंगे। प्रत्येक में 01 अंक निर्धारित है।

(ii) **खण्ड–"ब" में 05** एक शब्द में उत्तर (OWA) प्रश्न होंगे। प्रत्येक में 01 अंक निर्धारित है।

2. प्रश्न क्र0–02 से प्रश्न क्र0–07 तक अति लघुउत्तरीय प्रश्न (VSA) होगें, प्रत्येक में 02 अंक निर्धारित है। शब्द सीमा 30 शब्द।

3. प्रश्न क्र0–08 से प्रश्न क्र0–14 तक लघुउत्तरीय प्रश्न (SA) होगें, प्रत्येक में 03 अंक निर्धारित है। शब्द सीमा 50 शब्द।

4. प्रश्न क्र0–15 से प्रश्न क्र0–17 तक दीर्घउत्तरीय प्रश्न (LA-I) होगें, प्रत्येक में 04 अंक निर्धारित है। शब्द सीमा 75–100 शब्द।

5. प्रश्न क्र0–18 से प्रश्न क्र0–20 तक दीर्घउत्तरीय प्रश्न (LA-II) होगें, प्रत्येक में 05 अंक निर्धारित है। शब्द सीमा 100–150 शब्द।

पाठ्यक्रम

कक्षा – 11वीं

विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

गृह प्रबंध एवं पोषण (सैद्धांतिक)

01	(अ) गृह व्यवस्था एवं निर्णय प्रकिया – गृह व्यवस्था का अर्थ, परिभाषा, महत्व, गृह व्यवस्था की प्रक्रिया के विभिन्न सोपान (आयोजन, नियंत्रण, मूल्यांकन), निर्णय की प्रक्रिया– परिभाषा, प्रक्रिया के विभिन्न चरण, निर्णय के प्रकार । (ब) मूल्य, लक्ष्य स्तर–अर्थ, परिभाषा, प्रकार, पारस्परिक संबंध । (स) मेरे साधन– अर्थ, प्रकार, साधनों में सहसंबंध, महत्व । (A) Home Management & Decision Making - Meaning of home management, definition important steps of home management process (Planning, Controling, Evaluation), Decision making- Definition and need of decision making, steps and types of decision making. (B) Values, Goals and Standards-meaning, definition, types, corelation between values, goals and standards. (C)My Resources-Definition, Importance types and their corelation.	12	3.5
02	**(अ) समय और शक्ति प्रबंध**– समय, शक्ति, बचाने के सिद्धांत, समय शक्ति बचाने के साधन । (ब) कार्य का सरलीकरण– अर्थ, महत्व, कार्य के सरलीकरण के तरीके (A) Management of time and energy- Principles of saving time and energy, time and energy saving equipments. (B) Work Simplification-Meaning, important methos of work Simplification.	05	1.5
03	**(अ) गृह एवं परिवार** – परिभाषा, गृह तथा मकान में अंतर, उत्तम गृह एवं उसके चुनाव के मापदण्ड, परिवार– परिभाषा, परिवार के प्रकार संयुक्त एवं एकाकी परिवार से लाभ एवं हानियां, परिवार का समाज में योगदान **(ब) आवास समस्या**– आवास समस्या के कारण, आधुनिक युग में आवास समस्या का समाधान (A) Home and Family-- Defination of Home, difference between home & house. Ideal home and its measures of selection Family- Definition of family, Types of family advantage and disadvantage of single and joint family. Contribution of family in the society. (B) Problems of house- Reason of house problem solution of the problem of house in modren time.	07	2.0
04	**पारिवारिक आय** (अ) पारिवारिक, आय, व्यय बजट–अर्थ, प्रकार, बजट का महत्व,	10	30

(बजट के प्रमुख मद, बजट बनाने के विभिन्न चरण)

(ब) क्रय या खरीददारी–क्रय करना एवं हिसाब रखना, अर्थ, क्रय करने के प्रकार, क्रय करने के सिद्धांत, घरेलू हिसाब रखने से लाभ, कैश बुक तैयार करना, कैश बुक से लाभ

(स) बचत एवं विनियोग– अर्थ, बचत का महत्व, बचत के निर्धारक तत्व, धन नियोजित करने के साधन, बैंक, जीवन बीमा, डाकखाना, सहकारी संस्थाएं, नेशनल सेविंग सर्टिफिकेट, जी.पी.एफ, सी.पी.एफ, गिफ़्ट चेक ।

Family Income-

(A) Family Income, expenditure, budget, Family Income:- Meaning, types and importance. of budget, items of budget, steps in making budget.

(B) Purchasing and keeping house hold Record, meaning, types and principles of purchasing advantages of keeping house hold record meaning, types and principles of purchasing, advantage of keeping house hold record, preparing of cash book, advantages of cash book.

(C) Saving and Investment – Meaning, definitioin, important sources of money investment, bank, life insurance, post office, co-operative society, National saving certificates, G.P.F., C.P.F. Gift cheque.

05 (अ) भोजन एवं स्वास्थ्य– भोजन का अर्थ, भोजन में पाये जाने वाले पोषक तत्व, भोजन के कार्य (शारीरिक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक कार्य) 07 20

(ब) भोज्य समूहों का वर्गीकरण– ICMR के अनुसार, डेली फूड गाइड के अनुसार कार्य एवं पोषक तत्वों के आधार पर

(A) Food and health- meaning of food, nutrients of food, functions of food (Physialogical, psychological, social and cultural)

(B) Classification of food groups- According to ICMR, daily food guide functions and presence of nutrients

06 मूल भोज्य समूह 19 35

(अ) अनाज– अनाज के प्रकार, संरचना, संगठन उपयोग करने के तरीके

(ब) दालें– प्रकार, संगठन, अंकुरण व खमीरीकरण के प्रभाव ।

(स) दूध एवं दूध से बने पदार्थ– प्रकार, संगठन, दूध से बने भोज्य पदार्थ, पाश्चुराइजेशन एवं होमोजिनाइजेशन ।

(द) फल एवं सब्जियाँ–वर्गीकरण, संगठन ।

(इ) अण्डा– संगठन एवं पकाने पर प्रभाव ।

(फ) माँस, मछली, पोल्ट्री– वर्गीकरण, संगठन, इनके पकाने से होने वाले परिवर्तन

(त) शक्कर, गुड़, शहद– संगठन एवं प्रकार

(छ) पेय पदार्थ– प्रकार, संगठन, पोषण की दृष्टि से उपयोगिता, अधिक प्रयोग से हानि ।

(ज) मसाले– वर्गीकरण, संगठन, पोषण की दृष्टि से महत्व ।

(झ) वंसा व तेल– वर्गीकरण, संगठन, पोषण की दृष्टि से महत्व

Basic food groups-

1. Cereals-Type, composition, structure and uses of cereals.
2. Pulses- types and composition effect of sprouting and fermentation
3. Milk and milk products- Types and composition, Milk products, pasteurization and homogenization
4. Fruits and vegetables- classification and composition
5. Egg- composition and effect of cooking on egg
6. Meat, fish and poultry- classification, composition, changes on cooking
7. Sugar, jaggery and honey- Types and composition
8. Beverages- Types, composition, nutritive value of beverage adverse effect of its excessive use.
9. Spices- classification, composition, importance of spices according to nutritive value.
10. Oil and fats- classification, composition, importance according to nutritive value

सिलाई एवं कढ़ाई– सिलाई के प्रकार एवं उनका महत्व, मशीन के विभिन्न भाग, सिलाई करते समय ध्यान रखने योग्य बातें, सिलाई के सिद्धांत, शरीर का माप लेना, नाप का महत्व, नाप लेते समय ध्यान रखने योग्य बातें । कढ़ाई करते समय ध्यान रखने योग्य बातें, ड्राफ्टिंग का अर्थ, ड्राफ्टिंग को बनाना, ड्राट का महत्व, पेपर पेटर्न, अर्थ प्रकार एवं तैयार करते समय ध्यान देने योग्य बातें । बच्चे के कपडे तैयार करना (झबला, फाक, पजामा)	11	20
Stitching and Embroidary- Kinds of stitches and parts of sewing machine, important point to keep in mind while stitching, measurment of body, importance of measurment, measuring different parts of the body, important points to keep in mind while embroidering **Drafting**- meaning of it, making draft, importance of drafting, paper-pattern its meaning, types, preparaing children's clothes (Jhabla, Frock, Paijama)		
कढ़ाई के विभिन्न टांके– उल्टी बखिया, रनिंग, साटिन कश्मीरी, बटनहोल, लेजीडेज़ी, फ्रेंचनाट, बुलियन हेयरिंग बोन **Stitches of Embroidary**- Different types of stitchs (Stem stitch, Running, sattin, kashmiri, button hole, lazy dazy, french khott, bulian, Hearing Bone.	04	15
प्रायोगिक Practical	25	50
योग	100	240

परिशिष्ट – "A-1"

प्रायोगिक कार्य
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध पोषण (610)

कुल अंक – 25

समय – 3:00 घंटे

मूल्यांकन योजना

स.क्र.	विषयवस्तु	आबंटित अंक
01	कटाई एवं सिलाई– बच्चों के वस्त्र, झबला, फ्राक, पायजामा	04
02	कढ़ाई करना	04
03	पाक क्रिया	06
04	फाइल की विषयवस्तु	06
05	मौखिक	05
	Total	**25**

नोट – प्रायोगिक कार्ययोजना, पूर्ववत् यथावत है।

परिशिष्ट – "A-I"

प्रायोगिक कार्य
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

कुल अंक – 25 समय – 3:00 घंटे

मूल्यांकन योजना

स.क्र.	विषयवस्तु	आबंटित अंक
01	कटाई एवं सिलाई– बच्चों के वस्त्र, झबला, फ्राक, पायजामा	04
02	कढ़ाई करना	04
03	पक क्रिया	06
04	फाइल की विषयवस्तु	06
05	मौखिक	05
	Total	25

नोट – प्रायोगिक कार्ययोजना, पूर्ववत् यथावत है।

प्रायोगिक कार्ययोजना
कक्षा – 11वीं
विषय – गृह प्रबंध एवं पोषण (610)

गृह प्रबंध एवं पोषण (प्रायोगिक)

समय 3.00 घटे पूर्णांक 25

01	कटाई एव सिलाई– बच्चो के वस्त्र झबला, फ्राक, पायजामा Cutting & Stitching- Children's clothes (Jhabla, Frock, Paijama)	04
02	कढाई करना– विभिन्न स्टिच के रूमाल तैयार करना (स्टेम स्टीच, रनिंग, साटन कश्मीरी, बुलीयन, फ्रेंचनाट लेजी डेजी, हेयरिंग बोन) Embroydary- Preparing hankerchief using the following stitches. Stem, Running, sattin, kashmiri Bullian french knot, lazy dazy	04
03	पाक क्रिया– पावभाजी, डोसा, पनीर पकोडा, चाउमीन, बर्गर, उपमा, चिलीचना, चिली पनीर, अकुरित सलाद, सैंडविच, छत्तीसगढी व्यजन Cooking- Pav bhaji, Dosa, paneer pakoda chaumin, burger, upma chilli chana, chilli panner sprouted salad, sandwitches, chhattisgarhi Dishes.	06
04	फाइल की विषयवस्तु– ड्राफ्ट का रेखाचित्र बनाना, सेमी में कागज की कटिंग, स्टिच का रेखा चित्र तथा रूमाल लगाना, व्यंजनों की विधि चित्र सहित लिखना Subject matter of Record- Drafting, cutting in CM, Drafting of stitches, method of different meals and snacks with diagram.	06
05	मौखिक VIVA	05