

माध्यमिक शिक्षा मण्डल, मध्यप्रदेश, भोपाल



हायर सेकेण्डरी स्कूल सर्टिफिकेट परीक्षा

सत्र—2013—2014

11 वीं एवं 12 वीं
गृह विज्ञान समूह
प्रायोगिक परीक्षकों हेतु निर्देश

1. विज्ञान के तत्व
2. गृह प्रबन्ध
3. मातृ कला
4. गृह विज्ञान (कला समूह)

सर्वाधिकार सुरक्षित मूल्यांकन इकाई, माध्यमिक शिक्षा मण्डल, मध्यप्रदेश, भोपाल

गृह प्रबंध, पोषण एवं वस्त्र विज्ञान (गृह विज्ञान समूह)**समय – 3 घण्टे****कक्षा – 11वीं****पूर्णांक – 25**

प्रायोगिक परीक्षा के लिये पाठ्यक्रम

1. भोज्य पदार्थों में उपस्थित पोषक तत्वों की सूची बनायें, उनमें से कोई 10 खाद्य पदार्थों में उपस्थित पोषक तत्वों के नाम लिखिये। 04
2. भोज्य पदार्थों में मिलावटी पदार्थों की सूची बनाये (कोई 10) तथा किसी एक पदार्थ का परीक्षण करें। 04
3. गृह विज्ञान, विभिन्न व्यावसायिक क्षेत्रों के अन्तर्गत रोजगार के अवसर से संबंधित चार्ट बनाना। 04
4. धब्बे छुड़ाना – स्याही, पान, तेल चाय, कॉफी। 06
5. मौखिक 02
6. रिकार्ड 05

प्रायोगिक परीक्षाओं के लिये निर्देश

कक्षा – 11 वीं

समय – 3 घण्टे

विषय– गृह प्रबंध (गृह विज्ञान समूह)

पूर्णांक – 25

1. (i) भोज्य पदार्थों में उपस्थित विभिन्न पोषक तत्व (कार्बोज, प्रोटीन वसा, विटामिन खनिज लवण, रेशेदार पदार्थों की प्राप्ति के साधनों की सूची तैयार करना। 02
(ii) विभिन्न व्यंजनों (पुलाव, पूड़ी, हलवा, खीर, समोसा, केक चटनी, छोले, सलाद आदि) में उपस्थित पोषक तत्वों की सूची बनाइये। 02
2. विभिन्न भोज्य पदार्थों में किस प्रकार मिलावट की जाती है। (कोई 10 मिलावटी भोज्य पदार्थों के नाम लिखिये) 04
3. गृह विज्ञान, विभिन्न व्यावसायिक क्षेत्र के अन्तर्गत रोजगार के अवसर से संबंधित चार्ट बनाना। 04
4. दाग धब्बे छुड़ाना–निम्न धब्बे में से किसी दो धब्बों की पहचान करना व उन्हें छुड़ाया जाये।
जंग, रक्त, चाय, दूध, स्याही, काफी, हल्दी, तेल, पॉलिश, घास ग्रीज, लिपस्टिक का धब्बा। 06
5. मौखिक–प्रायोगिक पाठ्यक्रम के आधार पर प्रश्न पूछे जायें। 02
6. सत्रगत कार्य–बनाना :- 05
 1. विभिन्न पोषक तत्वों की प्राप्ति के साधन।
 2. विभिन्न व्यंजनों को बनाने की विधि व पोषक मूल्य।
 3. दाग धब्बे छुड़ाना तथा पहचानना।

नोट:– सत्रगत कार्य का मूल्यांकन कर दिनांक सहित हस्ताक्षर करें।

विज्ञान के तत्व (गृह विज्ञान समूह)**समय – 3 घण्टे****कक्षा – 11वीं****पूर्णांक – 25**

प्रायोगिक परीक्षा के लिये पाठ्यक्रम

भौतिक शास्त्र—

1. निकलसन हाइड्रोमीटर द्वारा ठोस (कांच अथवा कार्क) का आपेक्षिक घनत्व ज्ञात करना। 06
2. निकलसन हाइड्रोमीटर द्वारा दिये गए द्रव का आपेक्षिक घनत्व ज्ञात करना।
3. मोम का गलनांक ज्ञात करना।

रसायन शास्त्र—

06

4. एकल अनुमापन (अम्ल क्षार)

जीव विज्ञान –

06

5. किसी एक पुष्प का अध्ययन (पाठ्यक्रम के आधार पर) 06
6. स्पॉटिंग – प्राणी एवं वनस्पति शास्त्र के पाठ्यक्रम के अनुसार
7. प्रायोगिक रिकार्ड 05
8. मौखिक प्रश्नोत्तर—भौतिक शास्त्र, रसायन शास्त्र एवं जीव विज्ञान से संबंधित। 02

कक्षा— 11वीं

समय— 3 घण्टे

विज्ञान के तत्व (गृह विज्ञान समूह)

पूर्णांक – 25

प्रायोगिक परीक्षकों के लिये निर्देश

1. भौतिक शास्त्र –

1. निकलसन हाइड्रोमीटर द्वारा ठोस (कांच अथवा कार्क) का आपेक्षिक घनत्व ज्ञात करना। 06
2. निकलसन हाइड्रोमीटर द्वारा दिये गए द्रव का आपेक्षिक घनत्व ज्ञात करना।
3. मोम का गलनांक ज्ञात करना।

रसायन शास्त्र –

4. एकल अनुमापन (अम्ल क्षार) 06

जीव विज्ञान –

06

5. किसी एक पुष्प का अध्ययन (पाठ्यक्रम के आधार पर)
6. स्पॉटिंग— प्राणी एवं वनस्पति शास्त्र के पाठ्यक्रम के अनुसार
7. प्रायोगिक रिकार्ड— फाइल तैयार करना। (तीनों विषय की) 05
8. मौखिक प्रश्नोत्तर—भौतिक शास्त्र, रसायन शास्त्र एवं जीव विज्ञान से संबंधित। 02

गृह विज्ञान (कला समूह)**समय – 3 घण्टे****कक्षा – 11वीं****पूर्णांक – 25**

प्रायोगिक परीक्षा के लिये पाठ्यक्रम

1. प्राथमिक चिकित्सा-प्राथमिक चिकित्सा पेटी तैयार करना। विभिन्न प्रकार की पट्टियाँ बांधना। 04
2. स्थानीय बाजार में उपलब्ध खाद्य पदार्थों की सूची, मूल्य एवं पोषक तत्वों के आधार पर तैयार करना। प्रत्येक समूह के दस (10) नाम, कोई एक खाद्य पदार्थ बनाना। 04
3. विभिन्न कढ़ाई के टांकों को प्रयोग करते हुए नमूना तैयार करना। 05
4. विभिन्न वस्त्रों की धुलाई एवं परिसज्जा करना। 05
5. मौखिक 02
6. रिकार्ड (फाईल) 05

प्रायोगिक परीक्षाओं के लिये निर्देश

कक्षा – 11वीं गृह विज्ञान (कला समूह)

समय:- 3 घण्टे विषय-एनाटॉमी फिजियोलॉजी एवं हाइजीन

पूर्णांक – 25

1. प्राथमिक चिकित्सा के अन्तर्गत लम्बी व तिकोनी पट्टियाँ बांधना। 04
2. व्यंजन तैयार कर उसका पोषक मूल्य बताना। 04
3. कढ़ाई के टांकों का प्रयोग करते हुए नमूना तैयार करना। 05
4. विभिन्न प्रकार के वस्त्रों की धुलाई (रेशमी, ऊनी, सूती)। 05
5. मौखिक-प्रायोगिक पाठ्यक्रम के आधार पर प्रश्न पूछे जायें। 02
6. सत्रगत कार्य :-
 1. फाईल बनाना। 03
 2. प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स तैयार करना। 02

गृह प्रबंध, पोषण एवं वस्त्र विज्ञान (गृह विज्ञान समूह)

कक्षा – 12वीं

प्रायोगिक पाठ्यक्रम

समय : 3 घण्टे

अंक 25

1. बंधेज प्रक्रिया द्वारा एक नमूना तैयार करना। 06
2. बैंक अथवा पोस्ट ऑफिस में खाता खोलने की प्रक्रिया एवं संबंधित फार्म भरना। 02
3. आहार आयोजन विभिन्न आयु समूहों के लिए निम्न व्यक्तियों के लिए आहार तालिका तैयार करना। (कोई एक)
 - (अ) किशोरावस्था
 - (ब) गर्भावस्था
 - (स) धात्री अवस्था।
4. खाद्य संरक्षण की विधियों में से किसी एक विधि द्वारा खाद्य सामग्री तैयार करना।
(उदाहरण—जैम, जैली, अचार, सॉस, बड़ी, चिप्स इत्यादि) 05
5. मौखिक। 02
6. रिकार्ड। 05

प्रायोगिक परीक्षकों के लिये निर्देश

कक्षा – 12वीं

विषय—गृह प्रबंध, पोषण एवं वस्त्र विज्ञान

समय – 3 घण्टे

पूर्णांक – 25

1. बंधेज प्रक्रिया द्वारा एक नमूना तैयार करना। 06
2. बैंक अथवा पोस्ट ऑफिस में खाता खोलने की प्रक्रिया संबंधित फार्म भरवाये जाये। 02
3. आहार तालिका तैयार करवाना कोई एक 05
 - (अ) किशोरावस्था।
 - (ब) गर्भावस्था।
 - (स) धात्री अवस्था।
4. खाद्य संरक्षण की विधियों में से किसी एक विधि द्वारा खाद्य सामग्री तैयार करवाना। 05
(उदाहरण— जैम, जैली, अचार, टमाटर सॉस, शर्बत, बड़ी, चिप्स आदि)
5. मौखिक प्रायोगिक पाठ्यक्रम से सम्बन्धित कोई चार प्रश्न पूछे जाये। 02
6. रिकार्ड— सत्रगत कार्य – फाईल तैयार करवाना। 05

शरीर रचना, क्रिया विज्ञान एवं स्वास्थ्य (गृह विज्ञान समूह)**कक्षा – 12वीं****प्रायोगिक पाठ्यक्रम**

समय : 3 घण्टे	अंक 25
1. (अ) मानव अंगों की पहचान करना। (उपलब्ध चार्ट, मॉडल एवं नमूनों के आधार पर)	03
(ब) (AIDS) एड्स अथवा पर्यावरण पर प्रोजेक्ट तैयार करना।	09
2. पट्टियाँ – बाँधना, रक्तस्राव एवं अस्थिभंग होने पर।	03
3. तापक्रम चार्ट बनाना। थर्मामीटर का उपयोग गर्मपानी की थैली एवं बर्फ की थैली का उपयोग तथा प्राणायाम की विधि एवं महत्व लिखें।	03
4. मौखिक।	02
5. रिकार्ड।	05

प्रायोगिक परीक्षकों के लिये निर्देश**कक्षा – 12वीं**

शरीर रचना, क्रिया विज्ञान एवं स्वास्थ्य (गृह विज्ञान समूह)	समय – 3 घण्टे
	पूर्णांक – 25
1. मानव अंगों की चार्ट्स, माडल्स, स्पेसीमेन द्वारा पहचान करवाई जावे।(उपलब्धता के आधार पर)	03
(अ) विभिन्न संस्थान – रक्त परिवहन संस्थान, श्वसन संस्थान, प्रजनन तंत्र, नाड़ी संस्थान, ज्ञानेन्द्रियाँ, नलिका विहीन ग्रन्थियां संस्थान से सम्बन्धित अंग।	
(ब) एड्स (AIDS) अथवा पर्यावरण पर प्रोजेक्ट तैयार करना –	09
2. पट्टियाँ– रक्त स्राव एवं अस्थिभंग होने पर शरीर के किसी अंग पर लम्बी या तिकोनी पट्टियाँ बाँधना।	03
3. (अ) रोगी का तापक्रम चार्ट तैयार करना।	03
(ब) थर्मामीटर की रीडिंग करना।	03
(स) गर्म पानी एवं बर्फ की थैली की पहचान एवं उपयोग प्राणायाम योग क्रिया का महत्व।	
4. मौखिक– प्रायोगिक पाठ्यक्रम से संबंधित कोई चार प्रश्न पूछे जायें।	02
5. सत्र गत कार्य– शरीर रचना, प्राथमिक चिकित्सा संबंधी फाईल बनाना।	05

विज्ञान के तत्व (गृह विज्ञान समूह)**कक्षा – 12वीं****प्रायोगिक पाठ्यक्रम**

समय : 3 घण्टे

अंक 25

- | | |
|--|----|
| 1. भौतिक शास्त्र | 06 |
| (1) चुम्बक के द्वारा चुम्बकीय बल रेखाएँ खींचना। | |
| (2) प्रिज्म का अपवर्तनांक ज्ञात करना। | |
| (3) सिद्ध करना कि प्रकाश सीधी रेखा में गमन करता है। | |
| (4) जूल कैलोरीमीटर द्वारा J का मान ज्ञात करना। | |
| (2) रसायन शास्त्र | 06 |
| (5) द्विक अनुमापन (अम्ल तथा क्षार) | |
| (6) अम्लीय मूलकों का परीक्षण जैसे— $\text{No}_2, \text{Cl}, \text{Br}, \text{I}, \text{Co}_3, \text{So}_4$ | |
| (3) जीव विज्ञान | 06 |
| (7) स्पॉटिंग (प्राणीशास्त्र पाठ्यक्रम के अनुसार जो उपलब्ध हो) | |
| (8) किसी एक कुल का वर्णन (क्रूसीफेरी, सोलेनेसी) | |
| (4) प्रायोगिक रिकार्ड | 05 |
| (5) मौखिक प्रश्नोत्तर (भौतिक शास्त्र, रसायन शास्त्र, जीवशास्त्र से सम्बन्धित) | 02 |

विज्ञान के तत्व (गृह विज्ञान समूह)**कक्षा – 12वीं**

विज्ञान के तत्व (गृह विज्ञान समूह)

समय – 3 घण्टे

पूर्णांक – 25

- | | |
|--|----|
| 1. भौतिक शास्त्र | 06 |
| (i) चुम्बक के द्वारा चुम्बकीय बल रेखाएँ खींचना। | |
| (ii) प्रिज्म का अपवर्तनांक ज्ञात करना। | |
| (iii) सिद्ध करना कि प्रकाश सीधी रेखा में गमन करता है। | |
| (iv) जूल कैलोरीमीटर द्वारा J का मान ज्ञात करना। | |
| (2) रसायन शास्त्र | 06 |
| (v) द्विक अनुमापन – (अम्ल तथा क्षार) | |
| (vi) अम्लीय मूलकों का परीक्षण जैसे—
$\text{No}_2, \text{Cl}, \text{Br}, \text{I}, \text{CO}_3, \text{SO}_4$ | |
| (3) जीवविज्ञान | 06 |
| (vii) स्पॉटिंग, (प्राणि शास्त्र पाठ्यक्रमानुसार) | |
| (viii) किसी एक कुल का वर्णन (क्रूसीफेरी सोलोनेली) | |
| (4) प्रायोगिक रिकार्ड – फाईल बनाना | 05 |
| (5) मौखिक – प्रायोगिक पाठ्यक्रम से सम्बन्धित कोई चार प्रश्न पूछे जाये। | 02 |

एनाटोमी, फिजियोलॉजी एवं हाईजीन (कला समूह)**कक्षा – 12वीं****प्रायोगिक पाठ्यक्रम**

समय : 3 घण्टे

पूर्णांक : 25

क्र.		अंक
1.	रोगी का तापक्रम लेना एवं चार्ट बनाना। बाल्यावस्था (1 से 10) वर्ष के बालक का आहार तैयार करना।	05
2.	बैंक, पोस्ट ऑफिस में खाता खोलने की प्रक्रिया एवं संबंधित फार्म भरना।	04
3.	निम्नलिखित खाद्य पदार्थों में से किसी एक खाद्य पदार्थों में मिलावट का परीक्षण करना— दालें, दूध, चायपत्ती, धनिया, हल्दी, लालमिर्च पाउडर, काली मिर्च।	04
4.	परम्परागत कढ़ाई से नमूना तैयार करना।	05
5.	मौखिक	02
6.	रिकार्ड (फाईल)	05

प्रायोगिक परीक्षकों के लिये निर्देश**कक्षा – 12वीं**

एनाटोमी, फिजियोलॉजी एवं हाईजीन (कला समूह)

समय – 3 घण्टे

पूर्णांक – 25

1.	थर्मामीटर की रीडिंग करना एवं रोगी का तापक्रम चार्ट तैयार करवाना।	03
2.	(1 से 10 वर्ष) आयु के बालक के लिये एक दिन की आहार तालिका तैयार करना।	02
3.	बैंक, पोस्ट ऑफिस से खाता खुलवाने सम्बंधित फार्म प्राप्त कर छात्राओं से भरवाना।	04
4.	खाद्य पदार्थों में मिलावट का परीक्षण करना। जैसे— दाले, दूध, चायपत्ती, धनिया, हल्दी, लालमिर्च पाउडर, कालीमिर्च।	04
5.	कढ़ाई के लिये एक नमूना रूमाल पर बनाया जाये जिसमें पाँच प्रकार के टॉकों का प्रयोग किया गया हो।	05
6.	प्रायोगिक पाठ्यक्रम से संबंधित मौखिक कोई चार प्रश्न पूछे जाये।	02
7.	सत्रगत कार्य— शरीर रचना सम्बंधी एवं प्राथमिक चिकित्सा सम्बंधी फाईल बनाना।	05