

MONTHLY SYLLABUS
SESSION-2016-17
CLASS-VIII
SUBJECT-HOME SCIENCE

माह	विषयवस्तु
1 अप्रैल 2016 से 9 मई 2016	<p>अध्याय-01 : साधारण रोग</p> <p>बच्चों से अस्पताल या डिस्पेंसरी से टीकाकरण तालिका एवं कुछ बीमारियाँ जैसे डेंगू, मलेरिया से संबंधित पैमफ्लेट, पोस्टर मंगवाएँ।</p> <p>अध्याय-02 : रोगी का आहार</p> <p>जीवन रक्षक घोल का पैकेट मंगवाकर समझाएँ साथ रोगी के तीन आहार से सम्बन्धित मैगज़ीन व अखबार से रेसिपी मंगवाकर स्क़ैब बुक में चिपकवाएँ।</p> <p>अध्याय-03 : संतुलित आहार</p> <p>बच्चों से चर्चा करें कि भोजन का पोषण मान किन विधियों द्वारा बढ़ाया जा सकता है - आसान विधियाँ जिसमें खर्चा भी कम हो साथ ही संतुलित आहार में किन खाद्य पदार्थों को खाया जाता है और उनसे होने वाले लाभ। पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा तालिका पर भी चर्चा करें।</p> <p>अध्याय-04 : वस्त्रों की देखरेख</p> <p>प्रत्येक विद्यार्थी से 1"×1" आकार के सूती कपड़े पर विभिन्न प्रकार के धब्बों के दागयुक्त नमूनों का सैंपल स्क़ैब बुक में लगवाएँ।</p> <p>अध्याय-05 : बच्चों के वस्त्र</p> <p>बच्चों से सिलाई किट बनवाएँ जिसमें 5"×5" का दोहरी तह वाले सूती कपड़े का सैंपल, काज, हुक, टिच बटन, सूई, कैंची, धागें आदि</p>

	<p>रखवाएँ।</p> <p>अध्याय-06 : हमारा घर</p> <p>बच्चों से चर्चा करें कि उनके घर में किस किसका फर्नीचर है, उसे कौन इस्तेमाल करता है, उस फर्नीचर की आवश्यकता क्या है?</p> <p>अध्याय-07 : उपभोक्ता संरक्षण</p> <p>बच्चों से बाज़ार में उपलब्ध डिब्बे और पैकेटों पर दिए गए अलग-अलग भारतीय मानक संस्थान द्वारा निर्धारित मानकीकरण चिह्नों से संबंधित उपयोगी की वस्तुओं के लेबल इकट्ठे करवाइए और स्क्रेब बुक में लगवाएँ।</p> <p>अध्याय-08 : पारिवारिक आय तथा बचत</p> <p>बैंक व डाकघर में उपलब्ध अनेक प्रकार के फार्म जैसे - बचत खाता फॉर्म, धन जमा पर्ची व धन निकासी पर्ची आदि फार्म मगवाएँ और स्क्रेप बुक में चिपकवाएँ।</p>
10 मई 2016 से 31 मई 2016	ग्रीष्मकालीन अवकाश
1 जून 2016 से 30 जून 2016	ग्रीष्मकालीन अवकाश
1 जुलाई से 15 जुलाई 2016	<p>अध्याय-01 : साधारण रोग</p> <p>संक्रमण के माध्यम, सम्प्राप्ति काल, संक्रामक काल, खसरा, अतिसार, आँखे दुखना, मलेरिया, बचाव के टीके</p>
16 जुलाई से 31 जुलाई 2016	<p>अध्याय-02 : रोगी का आहार</p> <p>पूर्णतः तरल आहार, अर्द्ध तरल आहार, कोमल आहार</p>
1 अगस्त से 15	अध्याय-03 : संतुलित आहार

अगस्त 2016	सन्तुलित भोजन, भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद द्वारा भारतीयों के लिए पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा तालिका, व्यक्ति की दैनिक पौष्टिक आवश्यकताओं का आधार, भोजन का पौष्टिक मान बढ़ाना, एक किशोर के लिए एक दिन की भोजन तालिका, कुछ भोजन पदार्थ बनाने की विधियाँ
16 अगस्त से 31 अगस्त 2016	अध्याय-04 : वस्त्रों की देखरेख वस्त्रों की धुलाई में सहायक पदार्थ, धब्बे-प्रकार, दूर करने के नियम, विभिन्न प्रकार के धब्बों को छुड़ाना, स्थानिक सफाई, वस्त्रों की रंगाई, वस्त्र रंगते समय ध्यान देने योग्य बातें, सूती वस्त्रों की रंगाई, ऊनी स्वेटर की धुलाई
सितम्बर 2016	पुनरावृत्ति - अध्याय-01, 02, 03, 04 SA-I परीक्षाएँ
अक्टूबर 2016	SA-II परीक्षाएँ शरदकालीन अवकाश
1 नवम्बर से 15 नवम्बर 2016	अध्याय-05 : बच्चों के वस्त्र वस्त्रों का चुनाव, वस्त्रों के रंगों का चुनाव करते समय ध्यान देने योग्य बातें, बच्चों के फ्रॉक की चोली, फ्रॉक बनाने में प्रयोग आने वाले आवश्यक टांके, कढ़ाई के विभिन्न टांके, बच्चों की टोपी बुनना, बच्चे का मोजा बुनना, बच्चे के ऊनी जूते बुनना।
16 नवम्बर से 30 नवम्बर 2016	अध्याय-06 : हमारा घर आंगन या बरामदा, बैठक या रहने का कमरा, भोजन का कमरा, सोने का कमरा, पढ़ने का कमरा, रसोईघर, घर की देखरेख - घर की सफाई, कुछ विशेष वस्तुओं की देखभाल एवं सफाई, घर की स्वच्छता

1 दिसम्बर से 24 दिसम्बर 2016	अध्याय-07 : उपभोक्ता संरक्षण व्यापारियों द्वारा अपनाई जाने वाली विभिन्न चालें, उपभोक्ता संरक्षण - खाद्य अपमिश्रण अधिनियम, उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम, एफ.पी.ओ., आई.एस.आई., एगमार्क
1 जनवरी से 15 जनवरी 2017	शीतकालीन अवकाश
16 जनवरी से 31 जनवरी 2017	अध्याय-08 : पारिवारिक आय तथा बचत आय के साधन, बचत का अर्थ व आवश्यकता, बचत के साधन-बैंक, डाकघर, जीवन बीमा
फरवरी 2017	पुनरावृत्ति - अध्याय - 05, 06, 07, 08
मार्च 2017	S.A. II परीक्षाएँ