

**MONTHLY SYLLABUS**  
**SESSION-2017-18**  
**CLASS-VII**  
**SUBJECT-HOME SCIENCE**

माह	विषयवस्तु
अप्रैल 2017	<p><b>अध्याय-01 : वातावरण की स्वच्छता</b></p> <p>वातावरण को स्वच्छता का महत्व, वातावरण दूषित होने के कारण, अस्वच्छ वातावरण का स्वास्थ्य पर प्रभाव, वातावरण को स्वच्छ रखने के उपाय।</p> <p><b>Activity</b> - बच्चों से महत्वपूर्ण दिनों पर पौधा लगवाएँ साथ ही बच्चों से पूछें कि वातावरण को स्वच्छ रखने के साधारण उपाय क्या हो सकते हैं? साथ ही विभिन्न प्रकार के प्रदूषण के कारण पर भी चर्चा करें।</p>
10 मई से 30 जून 2017	<b>ग्रीष्मकालीन अवकाश</b>
जुलाई 2017	<p><b>अध्याय-02 : हमारा भोजन</b></p> <p>आहार आयोजन, आहार आयोजन का महत्व, आहार आयोजन करते समय ध्यान देने योग्य बातें, विभिन्न समय के भोजन का आयोजन, खाद्य सामग्री कब और कहाँ से खरीदें, रसोईघर में सुरक्षा के नियम, भोजन पकाना तथा परोसना।</p> <p><b>Activity</b> - बच्चों से मिड-डे-मील पर चर्चा करें और साथ ही उनकी राय लें कि वो सब मिड-डे-मील में क्या खाना पसन्द करेंगे और स्वास्थ्य पर उसके प्रभाव की चर्चा भी करें। इसके अतिरिक्त भोजन पकाने की विभिन्न प्रकार की रेसिपी अखबार या मैगज़ीन से एकत्रित कर आकर्षक रेसिपी बुक बनवाएँ।</p>
अगस्त 2017	<p><b>अध्याय-03 : वस्त्रों की स्वच्छता</b></p> <p>वस्त्रों को स्वच्छ रखने की आवश्यकता, वस्त्र धोने के आवश्यक</p>

	<p>उपकरण व सामग्री, नील, माँड व गोंद का घोल बनाना व इनका उपयोग, विभिन्न प्रकार के वस्त्रों को धोने के साधारण नियम, धुलाई तथा परिसज्जा।</p> <p><b>Activity</b> - कपड़ों का धोने के लिए बाजार में उपलब्ध साबुन, पाउडर, ब्लीच, नील आदि के सैंपल स्क़ैप बुक में लगवाएँ।</p>
सितम्बर 2017	<p style="text-align: center;"><b>Autumn Break</b> Revision of Lesson- 01, 02 and 03 Summative Assessment-1 Examination</p>
अक्टूबर 2017	<p><b>अध्याय-04 : सिलाई, कढ़ाई एवं धुलाई</b></p> <p>रूमाल पर लेस लगाना, बच्चे का जाँघिया, कुशन या तकिए के गिलाफ़ पर कढ़ाई करना, बच्चे की बनियान बुनना, मफलर बुनना।</p> <p><b>Activity</b> - बच्चों से सिलाई कीट बनावाएँ। जिसमें कैंची, सूई, धागे, कढ़ाई वाले धागे, सिपियाँ, बटन, हुक, चाँक व पैमाना हो।</p>
नवम्बर 2017	<p><b>अध्याय-05 : गृह परिचर्या</b></p> <p>गृह परिचारक के गुण, कर्तव्य, रोगी का कमरा, रोगी के लिए आवश्यक सामान, रोगी के कमरे के लिए फर्नीचर, कमरे में सामान का प्रबन्ध, कमरे की सफाई, प्रकाश का प्रबन्ध, रोगी का बिस्तर, थर्मामीटर सेंक, विसंक्रामक</p> <p><b>Activity</b> - पारा और अंक थर्मामीटर के बारें में बच्चों से चर्चा करके बच्चों को तापमान देखना सिखाएँ। साथ ही रोगी के लिए आवश्यक सामान की किट बनवाएँ।</p>
दिसम्बर 2017	<p><b>अध्याय-06 : उपभोक्ता संरक्षण</b></p> <p>खाद्य मिलावट - मिलावट का अर्थ, मिलावट के दुष्परिणाम, मिलावटी पदार्थ व उनका स्वास्थ्य पर कुप्रभाव, कुछ खाद्य पदार्थों में मिलावट की जांच</p> <p><b>Activity</b> – बच्चों से अखबार व मैगजीन में छपे कटिंग जिसमें मिलावटी खाद्य पदार्थों व्यापारी द्वारा अपनाई गई चालें, जागों ग्राहक जागों के बारें में उल्लेख किया गया हो, पर स्क़ैब बुक बनवाएँ।</p>

01-15 जनवरी 2018	<b>WINTER VACATION</b>
जनवरी 2018	<p><b>अध्याय-07 : विद्यालय में आपसी संबंध</b></p> <p>बच्चे का अध्यापक वर्ग से सम्बन्ध, बच्चे का मित्रगण एवं साथियों से सम्बन्ध, बच्चे का अध्यापक वर्ग के प्रति व्यवहार, बच्चे का मित्रगण एवं साथियों के प्रति व्यवहार, बच्चे का अन्य कर्मचारियों के प्रति व्यवहार</p> <p><b>Activity</b> - चित्र वाला विद्यालय परिवार वृक्ष बनवाइए। साथ ही कोई एक प्रिय सहपाठी की तस्वीर के साथ फोटो फ्रेम बनवाइए या उसके व्यक्तित्व से सम्बन्धी अच्छी बातों को लिखवाइए।</p>
फरवरी 2018	<b>Revision Assesment-04,05,06 and 07</b>
मार्च 2018	<b>Summative Assessment-II Examination</b>