

शैक्षिक सत्र-2025-26

विषय-गृहविज्ञान

(कक्षा-11)

केवल प्रश्नपत्र

इसमें 70 अंकों की लिखित एवं 30 अंकों की प्रयोगात्मक परीक्षा होगी। न्यूनतम उत्तीर्णांक 23 एवं 10 कुल

33 अंक

(केवल बालिकाओं के लिये)

100 अंक

भाग-1

अध्याय 1- **परिचय**-मानव पारिस्थिति की और परिवार विज्ञान
विषय का उद्भव और जीवन की गुणवत्ता के प्रति इसकी प्रासंगिकता

इकाई-1 स्वयं को समझना-किशोरावस्था

20 अंक

अध्याय-2 स्वयं को समझना

क. मुझे 'मैं' कौन बनाता है?

ख. स्वयं का विकास एवं विशेषताएँ

ग. पहचान पर प्रभाव-स्व बोध का विकास हम कैसे करते हैं?

अध्याय 3- भोजन, पोषण, स्वास्थ्य और स्वस्थता

अध्याय 4- संसाधन प्रबंधन

अध्याय 5- कपड़े-हमारे आस-पास

अध्याय 6- संचार माध्यम और संचार कौशल

इकाई-2 परिवार, समुदाय और समाज के प्रति समझ

20 अंक

अध्याय 7- विविध संदर्भों में सरोकार और आवश्यकतायें

क. पोषण, स्वास्थ्य और स्वास्थ्य विज्ञान

ख. संसाधन उपलब्धता और प्रबंधन

ग. भारत की वस्त्र परंपराएँ

भाग-2

इकाई 3- बाल्यावस्था

15 अंक

अध्याय 8- उत्तरजीविता, वृद्धि तथा विकास

अध्याय 9- पोषण, स्वास्थ्य तथा स्वास्थ्य

अध्याय 10- हमारे परिधान

इकाई 4- वयस्कावस्था

15 अंक

अध्याय 11- वित्तीय प्रबंधन एवं योजना

अध्याय 12- वस्त्रों की देखभाल तथा रखरखाव

प्रयोगात्मक हेतु निर्देश

प्रयोगात्मक :- 30 अंक

सिलाई कला- 5 अंक

पाक कला- 5 अंक

कढ़ाई कला- 5 अंक

रंगाई कला (टाई एण्ड डाई)- 3 अंक

प्रोजेक्ट कार्य- 6 अंक

मौखिक- 6 अंक

योग- 30 अंक

प्रयोगात्मक पाठ्यक्रम संबंधी विवरण :-

- विभिन्न आयु वर्ग के अनुसार छात्राओं को शिक्षिका द्वारा निम्न दो नमूना (मॉडल) सिखाया जायेगा-
 - सादा फ्राक या ब्लाउज़
 - झबला या पेटिकोट
- शिक्षिका हेतु निर्देश :- किसी आयु वर्ग के पोषकीय आवश्यकतानुसार आहार का प्रयोग कराकर छात्राओं को पोषण संबंधी जानकारी देगी।
- भारत के पारंपरिक कढ़ाई के छः नमूने एवं बंधेज से 1 नमूना तैयार कराया जायेगा।

4. पाठों से निर्देशानुसार क्रियात्मक एवं प्रयोगात्मक कार्यो, प्रोजेक्ट, फाइल तैयार करायी जायेगी।
5. मौखिक