

B.A. (Pt-II) HOME SCIENCE - 2013

Scheme:

Paper	Duration of Exam.	Max. Marks	Min. Marks	Total No. of Pds/week
I. Foods & Nutrition	3hrs.	75	27	3
II. EXTENSION EDUCATION	3hrs.	75	27	3
Practicals I & II	6hrs.	50	18	2hrs./batch

Paper -I FOODS AND NUTRITION

Duration: 3 hrs.

Max. Marks 75

Note : The question paper will contain three sections as under –

Section-A : One compulsory question with 10 parts, having 2 parts from each unit, short answer in 20 words for each part. Total marks : 10

Section-B : 10 questions, 2 questions from each unit, 5 questions to be attempted, taking one from each unit, answer approximately in 250 words. Total marks : 35

Section-C : 04 questions (question may have sub division) covering all units but not more than one question from each unit, descriptive type, answer in about 500 words, 2 questions to be attempted. Total marks : 30

UNIT -1

- Definition of terms:** Food, Nutrition, Nutrients, Health&Dietitics.
 - Functions of Food** - Physiological, Psychological and Socio- cultural functions.
 - Classification of food** - based on function, nutrients and perishability.
 - Different methods of cooking with their advantages and Limitations. Methods used to conserve and enhance the nutritive value of food.
- Proteins, Carbohydrates and fat:** elementary knowledge of their composition, classification, functions, daily allowances, sources and effect of their deficiency.

UNIT -II

- Minerals-** Functions, daily allowances, effect of deficiency and excess and food sources of Calcium, phosphorus, Iron, Iodine, Flourine and sodium.
- Vitamins- Functions, daily allowances, food sources, effect of deficiency and excess of fat soluble vitamin A&D and water soluble vitamin B₁ B₂, niacin, folic acid and Vitamin C.
- Water - Distribution, Function and water balance.

UNIT - III

Meal planning

- Balanced diet : Importance and essential constituents.
- Advantages of meal planning and factors to be considered while planning meals.
- Meal planning for different age groups and vulnerable groups.
- Recommended dietary allowances of nutrients for various age groups.

UNIT - IV

Therapeutic Nutrition:

1. Purpose of diet therapy:
2. Causes, symptoms and dietary modification in-
 - a. Constipation and diarrhoea.
 - b. Overweight and underweight
 - c. Acute fevers
 - d. Peptic ulcer
 - e. Diabetics
 - f. Hypertension
 - g. Hepatitis

UNIT - V

- I
 - a. Energy Metabolism : Unit of measurements, Calorie, Physiological fuel value of foods.
 - b. Basal metabolic rate - definition, measurement factors affecting.
 - c. Factors influencing the total energy requirement, sources of energy and energy balance.
2. Food preservation, factors contributing to food spoilage and principle and technique used in various methods of preservation used at home level.
3. Food adulteration : Definition, Common adulterants present in foods and methods of detection at home level.

Reference:

1. M. Swaminathan : Principles of nutrition and dietetics
2. I.C.M.R. : Nutritive value of Indian foods.
3. C.H. Robinson : Normal and Therapeutic nutrition.
4. I.C.M.R. : Nutritive Requirements for Indians.
5. Williams, S.R. : Nutrition and Diet Therapy

PAPER II : EXTENSION EDUCATION

Duration: 3 hrs.

Max. Marks 75

Note : The question paper will contain three sections as under –

- Section-A :** One compulsory question with 10 parts, having 2 parts from each unit, short answer in 20 words for each part. Total marks : 10
- Section-B :** 10 questions, 2 questions from each unit, 5 questions to be attempted, taking one from each unit, answer approximately in 250 words. Total marks : 35
- Section-C :** 04 questions (question may have sub division) covering all units but not more than one question from each unit, descriptive type, answer in about 500 words, 2 questions to be attempted. Total marks : 30

UNIT - I

1. **Home Science-**
 - a. Meaning and Definition
 - b. Objectives and scope
 - c. Areas of Home science - Objectives and scope of each area.

2. Extension Education
 - a. Meaning Definition of education, extension and extension education.
 - b. Need of extension education
 - c. Ways of imparting extension education
 - a. Formal
 - b. Non Formal
 - c. Informal
3. Extension Education and its relationship with other subjects.

UNIT - II

- a. Philosophy of extension education.
 - b. Principles of extension education.
 - c. Basic elements of extension education.
 - d. Extension teaching approaches & methods
 - a. Classification of extension teaching approaches and methods.
 - i. Individual
 - ii. Group
 - iii. Mass
- Concept, Characteristics, selection, advantages & limitations of each.

UNIT III

Community Development

- a. Meaning and definition of community, development and community development.
- b. Objectives and principles of community development.
- c. Scope and organisational set up of C.D programme.
- d. Roll of NGO's in development effort- CAPART, CHETNA, CARE & SEWA others.
- e. Panchayati Raj. in india - concept, objectives, and structural organisation.

UNIT IV

Communication:

- a. Meaning and definition
- d. Importance and scope of communication in development
- c. Functions of communication.
- d. Types of communication.
- e. Elements of communication process and their characteristics.
- f. Models of communication process.
- g. Barriers of communication process.

UNIT V

- a. **Planning** - nature, role, principles & process of planning.
- b. **Implementation** - Publicity, Involvement of local leaders, establishing rapport actual implementation and problems in programme implementation.
- c. Evaluation
 - (i) Meaning, objectives and aims of evaluation
 - (ii) Criteria for effective evaluation
 - (iii) Steps in evaluation

- (iv) Advantages of evaluation
- (v) Error and problems of evaluation

References:

1. Singh, R., Text Book of Extension Education, Sahitya Kala Prakashan, Ludianai, 1987
2. Supe, S.V., An Introduction to Extension Edu. Oxford, I.B.H. New Deli 1984.
3. Dhama, O.P & Bhatnagar, O.P, Extension and communication for development, Oxford to IBH Publishing Pvt. Ltd. New Delhi, 1985.
4. Extension Education in Community Development Directorate of Extension, Ministry of Food and Agriculture, Government of India, New Delhi, 1961
5. Devdas, R.P, Text Book of Home Science, NCERT, New Delhi, 1980
6. Singh, K. Principles of Sociolog, Prikashan Kendra Lucknow, 1980
7. Almenyso, Social Change: Developments Sage Publication Pvt. Ltd. Madras, 1990.
8. Redd, A., Extension Education, Sri Laxmi Press Bapatla, 1987.
9. Desai, V.A. Study of Rural Economics System Approach, Himalya Publishing House, New Delhi 1990.
10. Mann, Peter, H., Methods of Social investigation, Basic Blackwell, 1985.
11. Duran, J. Communication for rural Development British Council, London, U.K. 1978

Home Science - Practical Examination

Time: 3 Hrs

Max Marks: 50

Min.Marks: 18

Part I - Meal Management

1. Planning preparation and serving of meals. Break fast, Lunch, Tea and Dinner for sedentary, moderate and heavy worker.
2. Planning preparation and serving of all the meals for pregnant and lactating mother.
3. Planning, preparation and serving of all the meals for preschool child, adolescent and old age person.
4. Planning, preparation and serving of meals for special occassion
 - a) Birthday party b) Festival c) Journey
 - d) Peptic Ulcer e) Obesity

Distribution of Marks : for Part - I

1. Sessional and file.	6 (3+3)
2. Menu planning (1 Hour)	5
3. Two dishes out of the planned menu	10 (5+5)
4. Table management, service & cleaning	4
Total	25

Note: While planning the stress should be laid on the time plan, market order, cost, number and size of serving.

Part II - Extension Education

1. Planning, preparation and presentation of communication aids
a) Poster, chart, Flash Cards, pamphlets/ leaflets, folder, Flannel Graph.
2. Planning and arranging any one.
a) Bulletin Board Display b) Window Display c) Exhibition
3. Planning, preparation and presentation of any one
a) Demonstration b) Role Play/ Dramatization
4. Assess any two of the following
a) T.V. Programmes b) News Paper articles
c) Social & Commercial Advertisements d) Magazine articles.

Distribution of Marks for Part II

1.	Sessional and File	8
2.	Any one communication aid (Individual)	8
3.	Bulletin Board/Window Display (group)	4
4.	Demonstration/Role play	5

	Total Marks	25

बी.ए./बी.एससी.-गृह विज्ञान-भाग द्वितीय-2013

योजना

प्रश्न पत्र	परीक्षा की अवधि	अधिकतम अंक	न्यूनतम अंक	कालांश/हफ्ते
प्रथम- खाद्य एवं पोषण	3 घंटे	75	27	3
द्वितीय- प्रसार शिक्षा	3 घंटे	75	27	3
प्रायोगिक ८ - ८	6 घंटे	50	18	2/बैच

प्रथम प्रश्न पत्र - खाद्य एवं पोषण

समय 3 घंटे

पूर्णांक - 75

नोट : इस प्रश्न पत्र में 03 खण्ड निम्न प्रकार होंगे :

- खण्ड अ :** इस खण्ड में एक अनिवार्य प्रश्न जिसमें प्रत्येक इकाई से 02 लघु प्रश्न लेते हुए कुल 10 लघु प्रश्न होंगे। प्रत्येक लघु प्रश्न का उत्तर लगभग 20 शब्दों में हो। कुल अंक : 10
- खण्ड ब :** इस खण्ड में प्रत्येक इकाई से 02 प्रश्न लेते हुए कुल 10 प्रश्न होंगे। प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न का चयन करते हुए कुल 05 प्रश्नों के उत्तर देने होंगे। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग 250 शब्दों में हो। कुल अंक : 35
- खण्ड स :** इस खण्ड में 04 प्रश्न वर्णनात्मक होंगे (प्रश्न में भाग भी हो सकते हैं) जो सभी इकाईयों में से दिए जावेंगे, किन्तु एक इकाई से एक से अधिक प्रश्न नहीं होगा। दो प्रश्नों के उत्तर दिये जाने हैं। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग 500 शब्दों में हो। कुल अंक : 30

इकाई -1

- अ. खाद्य, पोषण, पोषक तत्व, स्वास्थ्य एवं पथ्यापथ्य की परिभाषा।
ब. भोजन के कार्य : शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक कार्य।
स. भोजन का वर्गीकरण - कार्य के अनुसार, पोषक तत्वों के आधार पर एवं नश्वरता के आधार पर।
द. भोजन बनाने की विभिन्न विधियाँ- उनके लाभ व सीमाएँ।
य. खाद्य पदार्थों में उपस्थित पोषक तत्वों का संरक्षण व खाद्यों में पौष्टिकता बढ़ाने के उपाए।
- प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट और वसा** - इनका संगठन, वर्गीकरण, कार्य, दैनिक आवश्यकता, प्राप्ति के साधन और कमी के प्रभाव का सामान्य अध्ययन।

इकाई -2

- खनिज लवण** - कार्य, दैनिक आवश्यकता, कमी व अधिकता का प्रभाव कैल्शियम, फास्फोरस, लोहा, आयोडीन, फ्लोरिन और सोडियम के स्रोत।
- विटामिन** - कार्य, दैनिक आवश्यकता, प्राप्ति साधन, कमी और अधिकता का प्रभाव वसा में घुलनशील विटामिन ए तथा डी और जल में घुलनशील विटामिन बी₁, बी₂ नियासिन, फोलिक अम्ल और विटामिन सी।
- जल** - वितरण, कार्य एवं जल संतुलन।

इकाई -3

आहार नियोजन :

- अ. संतुलित भोजन - महत्व एवं अनिवार्य घटक।
- ब. आहार आयोजन के लाभ व आहार आयोजन करते समय ध्यान रखने वाले कारक।
- स. विभिन्न आयु वर्ग और मध्य वर्ग के लिए आहार नियोजन।
- द. विभिन्न आयु वर्ग के लिए प्रस्तावित पोषक तत्वों की आहारिय मात्राएँ।

इकाई -4

उपचारार्थ आहार

1. आहारिय उपचार के उद्देश्य
2. निम्न के कारण, लक्षण और आहारिय परिवर्तन
 - अ. कब्ज और अतिसार
 - ब. अतिभार और अल्पभार
 - स. बुखार
 - द. पौष्टिक व्रणय. मधुमेह
 - र. उच्च रक्तचाप
 - ल. हिपेटाईटिस

इकाई -5

1. अ. उर्जा चयापचन - मापीकरण की इकाई, कैलोरी, भोजन की फिजियोलोजिकल प्यूल वेल्यू।
 - ब. आधारीय चयापचय दर - परिभाषा, नाप, प्रभावित करने वाले कारक।
 - स. सम्पूर्ण उर्जा आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारक, उर्जा के साधन एवं उर्जा संतुलन।
2. **खाद्य परिरक्षण** -खाद्य दूषण के सहायक कारक, खाद्य परिरक्षण की विभिन्न विधियों के सिद्धान्त और तकनीक का घर में प्रयोग। खाद्य परिरक्षण - घरेलू स्तर पर खाद्य परिरक्षण की विभिन्न विधियाँ :
3. **खाद्य अपमिश्रण** - परिभाषा, भोजन में उपस्थित अपमिश्रण और घरेलू स्तर पर इन्हें पहचाने की विधियाँ।

पाठ्य पुस्तके -

1. डॉ. बृन्दा सिंह - आहार विज्ञान एवं पोषण।
2. एस. स्वामीनाथन - पोषण और उपचारार्थ के सिद्धान्त, बैंगलौर, प्रिन्थि और को. लिमिटेड, बैंगलौर, पब्लिशिंग।
3. आई. सी. एम. आर. - भारतीय भोज्य पदार्थ के पोषण मूल्य।
4. आई. सी. एम. आर. - भारतीय के लिए पोषणीय आवश्यकता।
5. सी. एच. रोबिन्सन और एम. आर. लालर - सामान्य और आचार्य पोषण।
6. नारायण सुधा - "आहार विज्ञान" रिसर्च पब्लिकेशन, जयपुर।

द्वितीय प्रश्न पत्र- प्रसार शिक्षा

समय 3 घंटे

पूर्णांक - 75

नोट : इस प्रश्न पत्र में 03 खण्ड निम्न प्रकार होंगे :

खण्ड अ : इस खण्ड में एक अनिवार्य प्रश्न जिसमें प्रत्येक इकाई से 02 लघु प्रश्न लेते हुए कुल 10 लघु प्रश्न होंगे। प्रत्येक लघु प्रश्न का उत्तर लगभग 20 शब्दों में हो। कुल अंक : 10

खण्ड ब : इस खण्ड में प्रत्येक इकाई से 02 प्रश्न लेते हुए कुल 10 प्रश्न होंगे। प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न का चयन करते हुए कुल 05 प्रश्नों के उत्तर देने होंगे। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग 250 शब्दों में हो। कुल अंक : 35

खण्ड स : इस खण्ड में 04 प्रश्न वर्णनात्मक होंगे (प्रश्न में भाग भी हो सकते हैं) जो सभी इकाईयों में से दिए जावेंगे, किन्तु एक इकाई से एक से अधिक प्रश्न नहीं होगा। दो प्रश्नों के उत्तर दिये जाने हैं। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग 500 शब्दों में हो। कुल अंक : 30

इकाई -1

1. गृह विज्ञान

- अ. अर्थ, परिभाषा।
- ब. उद्देश्य व कार्यक्षेत्र।
- स. गृह विज्ञान के क्षेत्र, प्रत्येक क्षेत्र के उद्देश्य एवं कार्यक्षेत्र

2. प्रसार शिक्षा

- अ. शिक्षा, प्रसार, प्रसार शिक्षा का अर्थ एवं परिभाषा।
- ब. शिक्षा की आवश्यकता।
- स. शिक्षा प्रदान करने के तरीके -
(i) औपचारिक (ii) औपचारिकेतर (iii) अनौपचारिक

3. प्रसार शिक्षा का अन्य विषयों के साथ सम्बन्ध।

इकाई - 2

- अ. प्रसार शिक्षा का दर्शन।
 - ब. प्रसार शिक्षा के सिद्धान्त।
 - स. प्रसार शिक्षा के प्रमुख तत्व।
 - द. प्रसार शिक्षण पद्धतियाँ।
- अ. प्रसार शिक्षण पद्धतियों का वर्गीकरण-
(i) व्यक्तिगत सम्पर्क (ii) समूह सम्पर्क (iii) व्यापक जन सम्पर्क
प्रत्येक पद्धति की अवधारणा, विशेषताएँ, चुनाव, प्रयोग, लाभ तथा सीमाएँ।

इकाई -3

सामुदायिक विकास

- अ. समुदाय, विकास और सामुदायिक विकास का अर्थ एवं परिभाषा।
- ब. सामुदायिक विकास के उद्देश्य एवं सिद्धान्त।
- स. सामुदायिक विकास कार्यक्रम का कार्यक्षेत्र व संगठनात्मक ढाँचा।
- द. गैर सरकारी संस्थानों की विकास में भूमिका -
CAPART, CHETNA, CARE & SEWA अन्य संस्थाएँ
- य. भारत में पंचायती राज- अवधारणा, उद्देश्य एवं संगठनात्मक ढाँचा।

इकाई - 4

संचार

- | | |
|--|-------------------------------------|
| अ. अर्थ एवं परिभाषा। | ब. संचार का महत्व एवं कार्यक्षेत्र। |
| स. संचार के कार्य। | द. संचार के प्रकार। |
| य. संचार प्रक्रिया के तत्व व उनकी विशेषताएँ। | |
| र. संचार प्रक्रिया के मॉडल। | ल. संचार प्रक्रिया में बाधाएँ। |

इकाई - 5

- अ. नियोजन - प्रकृति, भूमिका, सिद्धान्त तथा नियोजन की प्रक्रिया।
- ब. क्रियान्वन - प्रचार, स्थानीय नेताओं की भागीदारी, सम्बन्ध बनाना, वास्तविक क्रियान्वन तथा कार्यक्रम क्रियान्वन में बाधाएँ।
- स. मूल्यांकन
- | | |
|---|--------------------------------------|
| अ. अर्थ, उद्देश्य, लक्ष्य। | ब. प्रभावोत्पादक मूल्यांकन की कटौती। |
| स. मूल्यांकन के चरण। | द. मूल्यांकन से लाभ। |
| य. मूल्यांकन में अशुद्धियाँ एवं समस्याएँ। | |

पाठ्य पुस्तकें

1. हरपालानी - शिक्षा प्रसार
2. डॉ. पी.एन. कल्ला- प्रसार शिक्षा के नये आयाम
3. गीता पुष्प शॉ, जॉयस शीला शॉ- प्रसार शिक्षा

गृह विज्ञान - प्रायोगिक

समय 6 घंटे

पूर्णांक : 50

प्रायोगिक प्रथम - आहार नियोजन

1. हल्का, साधारण एवं भारी कार्य करने वालों का सुबह का नाश्ता, दोपहर का भोजन, शाम की चाय, एवं रात्रि के भोजन के लिए आयोजन, तैयारी एवं परोसना।
2. गर्भवती एवं धात्री माता के लिए सभी आहारों का आयोजन, तैयारी एवं परोसना।
3. पूर्व विद्यालय बालक, किशोर एवं वृद्ध व्यक्तियों हेतु सभी आहारों का आयोजन, तैयारी एवं परोसना।
4. कम लागत (मूल्य), मध्यम लागत (मूल्य), अत्यधिक लागत (मूल्य) के आहारों का आयोजन, तैयार करना एवं परोसना।
5. विशेष अवसरों हेतु आहार, आयोजन, तैयारी एवं परोसना।
 - अ. जन्म दिवस समारोह
 - ब. त्यौहार

- स. यात्रा
 द. अन्य अवसरों पर चाय, दोपहर एवं रात्रि भोजन समारोह
6. विशेष आहार की आवश्यकता हेतु भोजन, आयोजन, तैयारी एवं परोसना
- अ. बुखार (तापमान)
 ब. मलबद्धता (कब्ज)
 स. अतिसार
 द. मोटापे, में

प्रायोगिक परीक्षा हेतु अंको का विभाजन (प्रथम भाग)

1. सत्र कार्य एवं फाइल	6 (3+3)
2. आहार आयोजन (एक घण्टा)	5
3. आहार आयोजन में किन्ही दो व्यंजनों को पकाना	10 (5+5)
4. मेज व्यवस्था, कार्यकुशलता एवं सफाई	4

.....

योग 25

टिप्पणी: आहार आयोजन के समय, समय योजना, बाजार आदेश, लागत एवं परोसने के समय मात्रा पर अधिक जोर दिया जाना चाहिए।

प्रायोगिक द्वितीय - प्रसार शिक्षा

1. विभिन्न संचार सामग्री की योजना, तैयारी तथा प्रस्तुति
 -पोस्टर, चार्ट, फ्लैश कार्ड, लघु पुस्तिका, पर्चा (लीफलेट), फोल्डर, फलालेन ग्राफ
2. किन्ही एक की योजना एवम् प्रस्तुति-
 अ. बुलेटिन बोर्ड डिस्प्ले
 ब. विन्डो डिस्प्ले
 स. प्रदर्शनी
3. किन्ही एक की योजना तैयारी और प्रस्तुति
 अ. डेमोन्स्ट्रेशन विधि/ परिणाम प्रदर्शन
 ब. रोल प्ले / मंचन
4. निम्नलिखित में से किन्ही दो का मूल्यांकन
 अ. टी.वी. कार्यक्रम
 ब. समाचार पत्रों के लेख
 स. सामाजिक एवम् व्यावसायिक विज्ञापन
 द. पत्रिकाओं के लेख

प्रायोगिक परीक्षा हेतु अंको का विभाजन (द्वितीय भाग)

1.	सत्र कार्य तथा फाईल	8
2.	कोई एक संचार माध्यम बनाना (व्यक्तिगत)	8
3.	बुलेटिन बोर्ड/विन्डो डिस्प्ले (समूह)	4
4.	प्रदर्शन/रोल प्ले	5
	
	योग	25