

विषय-सूची

इकाई-I

खाद्य विज्ञान (Food Science)

- | | |
|---|-------|
| 1. आधारिक खाद्य-वर्ग (Basic Food Groups) | 3-5 |
| 2. भोजन बनाने के तरीके (Methods of Food Preparation) | 6-24 |
| 3. खाद्य भण्डारण एवं खाद्य संरक्षण (Food Storage and Food Preservation) | 25-32 |
| 4. आहार आयोजन के सिद्धान्त (Principles of Meal Planning) | 33-36 |

इकाई-II

पोषण विज्ञान (Nutrition Science)

- | | |
|--|---------|
| 1. पोषण के आधारभूत सिद्धान्त (Basic Principles of Nutrition) | 37-39 |
| 2. अल्प-पोषण के कारक (Factors of Under-Nutrition) | 40-44 |
| 3. वृद्धि और विकास के लिए पोषण (Nutrition for Growth and Development) | 45-48 |
| 4. प्रोटीन (Protein) | 49-57 |
| 5. कार्बोहाइड्रेट्स (Carbohydrates) | 58-63 |
| 6. वसा (लिपिड) [Fats (Lipids)] | 64-68 |
| 7. विटामिन एवं दूध (Vitamins and Milk) | 69-75 |
| 8. खाद्य सूक्ष्मजीव विज्ञान (Bacteriology) | 76-80 |
| 9. पोषण विज्ञान में उच्चस्तरीय अध्ययन (Advance Studies in Nutrition Science) | 81-89 |
| 10. आहार द्वारा उपचार (Diet Therapy) | 90-99 |
| 11. पोषण-शिक्षा एवं योजनाएँ (Nutrition-Education and Projects) | 100-110 |

इकाई-III

संस्थानिक प्रबन्धन (Institutional Management)

- | | |
|--|---------|
| 1. कार्मिक प्रबन्धन एवं आहार प्रबन्धन (Personnel Management and Food Management) | 111-113 |
| 2. अधिक मात्रा में भोजन बनाने का सिद्धान्त (Principle of Quantity Cooking) | 114-115 |
| 3. बहीखाता पद्धति एवं लेखांकन (Book-Keeping and Accountancy) | 116-118 |
| 4. भोजन परोसना (Food Service) | 119-121 |

5. संगठन और व्यवस्था (Organisation and Management)	122–125
6. ग्रामीण विकास प्रबन्धन कार्यक्रम (Rural Development Management Programmes)	126–128
7. शैक्षणिक संस्थानों में प्रबन्धन (Management in Educational Institutions)	129–131

इकाई-IV

पहनावे या आवरण (Clothing or Garment)

1. आवरण या पहनावे की बनावट का सिद्धान्त (Principle of Clothing or Garment Construction)	132–134
2. पहनावे के चुनाव में कारक (Factors in Selection of Garments)	135–137
3. कपड़े धोने के सिद्धान्त (Principles of Washing Clothes)	138–141
4. पहनावे या आवरण की देखरेख तथा एहतियात (Care and Precautions of Clothing or Garments)	142–144
5. वस्त्र के रूपांकन के सिद्धान्त (Principles of Textile Designing)	145–147
6. उच्चस्तरीय परिधान (Advance Garments)	148–155
7. परिधान का मनोविज्ञान (Psychology of Garment)	156–157
8. धुलाई की विधियाँ एवं सूखी धुलाई (Methods of Cleaning and Dry Cleaning)	158–161

इकाई-V

वस्त्र विज्ञान (Textile)

1. रेशों की पहचान और गुण-धर्म (Identification of Fibres and Properties)	162–165
2. रेशों के चुनाव में कारक (Factors in Selection of Fibres)	166–167
3. फैशन एवं शैली (Fashion and Styles)	168–169
4. वस्त्रोपयोगी रेशों का वर्गीकरण (Classification of Textile Fibres)	170–176
5. वस्त्रों के परीक्षण के तरीके (Methods of Testing of Textiles)	177–180
6. धागे तथा वस्त्र निर्माण की विधियाँ (Yarns and Methods of Cloth Construction)	181–183
7. सूती तथा ऊनी रेशों की उत्पत्ति, गुण एवं विशेषताएँ और परिसज्जा (Origin, Properties and Characteristics of Cotton and Woolen Fibres and Finishing)	184–192

इकाई-VI

संसाधन व्यवस्था (Resource Management)

1. गृह-व्यवस्था की परिकल्पना (Concept of Home Management)	193–194
2. समुदाय संसाधन व्यवस्था की परिकल्पना (Concept of Community Resource Management)	195–197

3. समय, ऊर्जा एवं धन-बचत व्यवस्थापन (Time, Energy and Money-Save Management)	198–201
4. घरेलू साज-सामान की देखरेख (Care of Household Equipment)	202–203
5. आन्तरिक सज्जा के सिद्धान्त (Principles of Interior Design)	204–205
6. कार्य-सरलीकरण (Work-Simplification)	206–207
7. साज-सज्जा और अभिन्यास (Equipment and Layout)	208–211
8. निर्णय का सिद्धान्त (Theory of Decision)	212–213
9. आन्तरिक गृहसज्जा में परदे, कुशन और रंग का महत्व (Importance of Curtain, Cushion and Colour in Interior Decoration)	214–217
10. बचत (Saving)	218–220

इकाई-VII

बाल/मानव विकास (Child/Human Development)

1. बाल-विकास के सिद्धान्त (Principles of Child Development)	221–223
2. वृद्धि एवं विकास के चरण (Stages of Growth and Development)	224–225
3. संज्ञानात्मक/मानसिक विकास (Cognitive / Mental Development)	226–228
4. संवेगात्मक और सामाजिक विकास (Emotional and Social Development)	229–231
5. बचपन में समस्याएँ (Problems in Childhood)	232–235
6. शिशुपालन एवं समाजीकरण प्रथाएँ (Child Rearing and Socialisation Practices)	236–237
7. शिशुवस्था, प्राग्विद्यालय और विद्यालय में बच्चों के विकास में क्रियाएँ (Activities in the Development of Children in Infancy, Pre-School and School)	238–241
8. बाल अध्ययन विधियाँ (Child Study Methods)	242–248
9. परिवार कल्याण नियोजन और जनसंख्या वृद्धि के नियन्त्रण के साधन (Family Welfare Planning and Means of Control of Population Growth)	249–251

इकाई-VIII

गृह विज्ञान : विस्तार शिक्षा और अनौपचारिक शिक्षा

(Home Science : Extension Education and Non-Formal Education)

1. गृह विज्ञान विस्तार शिक्षा का सिद्धान्त (Principle of Home Science Extension Education)	252–255
2. गृह विज्ञान विस्तार शिक्षा से सम्बन्धित राष्ट्रीय कार्यक्रम (National Programmes Related to Home Science Extension Education)	256–258
3. औपचारिक तथा अनौपचारिक पाठ्यक्रम के उद्देश्य एवं योजनाएँ (Objectives and Planning of Formal and Non-Formal Curriculum)	259–261

4. प्रसार शिक्षक की भूमिका एवं गुण (Role and Merits of Extension Teacher)	262–265
5. ग्रामीण विकास में महिलाओं का योगदान (Role of Women in Rural Development)	266–269
6. कार्यक्रम नियोजन (Programme Planning)	270–272
7. ग्रामीण विकास कार्यक्रम तथा 'सर्व शिक्षा अभियान' [Rural Development Programmes and Sarva Shiksha Abhiyan (SSA)]	273–275

इकाई-IX

संचार एवं शैक्षिक विस्तार

(Communication and Educational Extension)

1. संचार के तरीके (Methods of Communication)	276–278
2. दृश्य-श्रव्य साधन (Audio-Visual Aids)	279–281
3. यंत्र और तकनीकी का मूल्यांकन (Evaluation of Tools and Techniques)	282–283
4. गृह विज्ञान में कक्षा संचार के तरीके (Methods of Class Communication in Home Science)	284–286

इकाई-X

अनुसंधान के तरीके (Methods of Research)

1. अनुसंधान के गुण (Properties of Research)	287–289
2. अनुसंधान के तरीके, प्रेक्षण, क्षेत्र तथा प्रयोगशाला में अध्ययन (Methods, Observations, Scope of Research and Study in Laboratory)	290–293
3. परिवर्ती का चुनाव : अधीन तथा स्वाधीन (Selection of Variables : Dependent and Independent)	294–295
4. साक्षात्कार : आरूप एवं अनुसूची (Interview : Formal and Schedule)	296–299
5. सर्वेक्षण : परिभाषा, वर्गीकरण तथा विशेषताएँ (Survey : Definition, Classification and Characteristics)	300–302
6. सारणीयन एवं वर्गीकरण (Tabulation and Classification)	303–307
7. सांख्यिकीय विश्लेषण : प्राचलिक तथा अप्राचलिक तकनीक (Statistical Analysis : Parametric and Non-Parametric Techniques)	308–312
● मॉडल पेपर (I-II)	313–320
