

CH. CHARAN SINGH COLLEGE OF EDUCATION & TECHNOLOGY



SADARPUR, MEERUT

Lesson Plan

DEPARTMENT OF EDUCATION

B.Ed. Session

2023-2024

Name

Roll No. Enrol No

Teaching Subject

Class B.Ed: Ist year Section

Internship Centre Swami Shri Bal Chandranand

Inter College Sadarpur (Meerut)

Roll No. 2

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 05-05-22

Topic आकारादीप पठितरुख
(रामराज) Period 1

UNIT
PIC कार्य

MAJOR CONCEPTS

1. हाथों में गृह विज्ञान के प्रति रुचि जागृत करना।
2. हाथों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण जगाना।
3. हाथों में विज्ञान के प्रति जिज्ञासा उत्पन्न करना।

MINOR CONCEPTS

1. हाथों की कार्य के बारे में अपगत जानकारी।
2. हाथों की कार्य का अर्थ व माहक समझाना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

हाथ कार्य के बारे में जानकारी रखने हेतु अपगत

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान आधारित पढ़ना	पूर्वज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना	परिचयना पढ़ना - ① हमें स्कूल जाना है लिए किने 2 वाहनों का उपयोग करना है। ② पार्किंग चलाये 3 लिए क्या करना पड़ता है। ③ कार्य क्या है।
कार्य	हाथ कार्य के अर्थ का उत्पारभरण करने है।	हाथियापिका कथन - कार्य वह वाह्य कार्य है जो किसी वस्तु पर लगाया जाए तो वस्तु बल की दिशा में पिस्थापित हो जाती है। उदा. जब हम मैज पर पुखी वस्तु पर बल लगाते है तो लगाए गए बल की दिशा में वस्तु पिस्थापित हो जाती है। तो इसे कार्य कहते है। जो वस्तु

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
हैं। साइकिल, बस आदि का उपयोग किया जाता है।	प्रश्नोत्तर विधि	
पार्किंग चलाने में बल कार्य करना पड़ता है।		
हाथ निरखार		
हाथ ध्यानपूर्वक रखते है।	कथन विधि	

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		$W = 100 \text{ Joule}$
		(3) प्रश्न में दिया है $F = 15 \text{ N}$ $d = 10 \text{ m}$ $W = F \times d \cos \theta$ $= 15 \times 10 \times 1 = 150 \text{ जूल}$
श्यामपट्ट कार्य	दाक्ष आर्षित ज्ञान का प्रत्याभरण कर सकेगा	श्यामपट्ट सारांश (1) कार्य का सूत्र बताएगा (2) कार्य का मापक बताएगा (3) कार्य में कौन सा बल लगता है?
गूँदकार्य	दाक्ष आर्षित ज्ञान का प्रत्याभरण कर सकेगा	(1) कार्य को परिभाषित करेगा (2) कार्य का सूत्र व मापक बताएगा

अधिगम अनुभव Learning Experience	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
<div style="background-color: black; color: white; padding: 5px;"> श्यामपट्ट सारांश कार्य की परिभाषा → कार्य का सूत्र मापक → यदि $F = 10 \text{ N}$ $d = 20 \text{ m}$ $\theta = 60^\circ$ $W = F \cdot d \cos \theta$ $= 20 \times 10 \times \cos 60$ $= 20 \times 10 \times \frac{1}{2}$ $= 100 \text{ जूल}$ </div>	व्याख्यान विधि	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी दाक्ष श्यामपट्ट कार्य अपनी $\frac{1}{2}$ उतरपात्रक में उतारते हैं		लेखन विधि
सभी दाक्ष गूँदकार्य अपनी $\frac{1}{2}$ उतर पात्रक में उतारते हैं		लेखन विधि

Lesson No. 2

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 2-05-2022

School आनन्दशरीप पब्लिक स्कूल (रामराज) Period 2

UNIT

TOPIC

स्वास्थ्य एवं शारीरिक स्वच्छता

MAJOR CONCEPTS

1. छात्रों को गृह विज्ञान के विषय में ज्ञान प्राप्त करना
2. छात्रों में व्यक्तिगत व तार्किक शक्ति का विकास करना
3. छात्रों के तथ्यों के विवेचन की शक्ति प्रदान करना

MINOR CONCEPTS

1. विद्यार्थी स्वास्थ्य रक्षा व शारीरिक स्वच्छता महत्व समझने योग्य होंगे।
2. विद्यार्थियों को स्वास्थ्य रक्षा व शारीरिक स्वच्छता को पहचानने में मदद करना।
3. विद्यार्थी स्वास्थ्य रक्षा व शारीरिक स्वच्छता का निष्कर्ष निकालने में योग्य होंगे।

PREVIOUS KNOWLEDGE

सभी छात्र स्वास्थ्य एवं स्वच्छता के विषय में सामान्य ज्ञान का भी रखते हैं।

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
पूर्वज्ञान	पूर्वज्ञान को नकीन ज्ञान से जोड़ना	प्रस्तावना पढ़ना हमारी मूलभूत आवश्यकताएँ को नकीन - सी है ? जोड़ना करने से व्यक्ति को क्या रहता है ? व्यक्ति शारीरिक दृष्टि से को क्या होना चाहिए ?
स्वास्थ्य एवं शारीरिक स्वच्छता	हमारे को विषय - वस्तु से अवगत कराना	उद्देश्य कथन :- अच्छा बच्चे आज हम शारीरिक स्वच्छता के स्वास्थ्य रक्षा के कार्यों में अध्ययन करेंगे
		प्रस्तुतीकरण :- व्यक्ति के स्वास्थ्य का संबंध उसके शरीर मन एवं संवेगों से होता है। जो व्यक्ति शारीरिक, मानसिक तथा संवेगान्मक दृष्टि से पूरी तरह सामान्य होता है उसे ही पूर्ण स्वास्थ्य कहा जाता है।

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
उद् - शरीर, कपड़ा, मकान।		पुश्नोत्तर विधि
उद् - स्वस्थ		
उद् - मिठतर पढ़ना		
पुष्पी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		कथन विधि
पुष्पी ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		व्याख्यान विधि पुश्न + प्रतिदिनी स्मानक क्या है

अदा Input Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		विकासात्मक प्रश्न:- प्रतिदिन नियमित स्नान 40.14 करने से क्या लाभ है?
		40.21 क्या स्वच्छ व्यक्ति का शरीर स्वस्थ और स्फूर्तिवान बना रहता है?
		40.22 व्यायाम किस प्रकार होता चाहिए?
स्वास्थ्य की देखरेख तथा रक्षा	हमारे स्वास्थ्य के बारे में ध्यानकारी बनना	स्पष्टीकरण:- शरीर को स्वस्थ रखने के लिए प्रतिदिन के दैनिक कर्तव्य शौच आदि निर्या होना, व्यायाम करना, स्वस्थ रहना, नाश्ता व आँजन आदि समय से करना। व्यक्तिगत स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए निम्न बातों का पालन करना चाहिए। विकासात्मक प्रश्न:- 40.19 शरीर स्वस्थ रहने से क्या लाभ है?

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
40.1 शरीर स्वच्छ रहता है।	प्रश्नोत्तर विधि	
40.2 निरंतर प्रश्न		
40.3 जहाँ शरीर के लिए हानिकारक है		मूल्यांकन प्रश्न
सभी छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	
		स्वास्थ्य का ध्यान किस प्रकार रखना चाहिए
		आनंदानुभव व्यायाम के द्वारा
शरीर दृढ़, पुष्ट, फुलीला और सुंदर हो जाता है।	प्रश्नोत्तर	

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		श्यामपट्ट कार्य :-
श्यामपट्ट कार्य	लेखन का विकास करना	स्वास्थ्य का क्या अर्थ है। हाथपैरों को धोना, श्यामपट्ट कार्य उतारने के लिए कलर है।
		घृहकार्य :-
		1. स्वास्थ्य की देखरेख आप किस प्रकार कर सकते हैं।
		2. स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक कौन हैं।
घृहकार्य	ज्ञान की पुष्टि करना	

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी हाथ श्यामपट्ट कार्य अपनी \approx उतार पुस्तिका में उतारते हैं।		
सभी हाथ घृहकार्य अपनी \approx उतार पुस्तिका में उतारते हैं।		
		लेखन विधि

Lesson No. 3

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 5-5-2022

School आकाशदीप पब्लिक स्कूल (रामराज) Period 3

UNIT

TOPIC

रक्त परिवहन संस्थान

MAJOR CONCEPTS

1. विद्यार्थी रक्त परिवहन संस्थान को पहचानने योग्य होंगे।
2. विद्यार्थी रक्त परिवहन संस्थान के बारे में बौद्धिक एवं तार्किक शक्ति का विकास करना।
हामों की रक्तों की विवेचन की शक्ति
3. प्रदान करना।

MINOR CONCEPTS

1. हामों को रक्त परिवहन संस्थान प्रत्यास्मरण करने योग्य होंगे।
2. विद्यार्थी रक्त परिवहन संस्था का कारण बताने योग्य होंगे।

PREVIOUS KNOWLEDGE

स्पष्टी द्वारा रक्त परिवहन संस्थान के बारे में सामान्य जानकारी प्राप्त करते हैं।

अदा Input		प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियां Real Learning Outcomes (RLOs)
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities	छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
पूर्वज्ञान	पूर्वज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना	प्रस्तावना प्रस्तुत - 1) हमारे शरीर को सबसे ज्यादा जरूरत किस चीज की होती है? 2) हमारे शरीर का ऊर्जा का स्रोत क्या निकलता है? 3) उच्च शरीर के विभिन्न अंगों में किस प्रकार जागे	हमारे शरीर को सबसे ज्यादा जरूरत एम्ट की होती है। रक्त निकलता है। उच्च संतरोषजनक प्राप्त नहीं होता।	प्रतीति विधि
	हाथों की विषयवस्तु से अवगत ठराना	उद्देश्य कुथन - अच्छा लक्ष्य प्राप्त हम एम्ट परिवहन संस्थान के बारे में अध्ययन करेंगे	सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	कुथन विधि
कौशिक कौशल	हाथों की कौशिक कौशल के विषय में जानकारी देना।	व्याख्यात्मक प्रस्तुत - हमारा शरीर असंख्य जीवित कोशिकाओं का एक विशाल समूह है। अपने शरीर को ठूलना में हम विशाल देश और उनकी असंख्य जीवित कोशिकाओं की ठूलना देश में रहने वाले	सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	हमारा शरीर असंख्य जीवित कोशिकाओं के एक विशाल समूह है। सही/गलत सही

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
कौशिक कौशल	हाथ को मोशिकाओं के बारे में जानकारी प्राप्त कर सकेगी	<p><u>रूपरेखा</u> :- वन में एक ल. जाने वाली नदी को रुधिर वाहिनी नाडियाँ कहते हैं। उस लिए हम सभी के शरीर में उतरी आंग में जीवन ऑक्सीजन और दूसरी आवश्यक वस्तुओं की कमी नहीं आने वाली है दिन रात एक आया-जाया करता है। रक्त एक परिवहन संस्थान कहते हैं।</p> <p><u>विकासोत्पन्न प्रश्न:-</u> ① एक एक स्थान से दूसरी स्थान पर किस प्रकार जाता है। ② घमनियाँ किसे कहते हैं। ③ दृढ़ मानव शरीर में कहां पर स्थित होता है।</p>

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	
		मूल्यांकन प्रश्न
प्रश्न से रक्त रुधिर वाहिनी को द्वारा जाता है।	प्रश्नोत्तर विधि	① रुधिर किसे साफ करने में मदद करता है। ② रक्त को साफ करती है। ③ अस्पष्ट उत्तर

Class & Section 7th

Date 8.5.22

School आकाशदीप पब्लिक

Period 7

स्कूल (रामराज)

UNIT

TOPIC

दुध में उपस्थित पोषक तत्व

MAJOR CONCEPTS

1. छात्रों में गृह विज्ञान विषय का ज्ञान प्राप्त करना

2. छात्रों में वैज्ञानिक रंग तार्किक शक्ति का विकास करना

3. छात्रों में दुध में उपस्थित पोषक तत्वों का प्रत्यास्मरण करने योग्य होना।

MINOR CONCEPTS

1. छात्रों में तथ्यों की विवेचना की शक्ति प्रदान करना।

2. छात्रों में मानसिक शक्ति का विकास करना।

3. छात्रों को दुध में उपस्थित पोषक तत्वों को पहचानने के बारे में जानकारी देना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

1. सभी छात्र दुध में उपस्थित पोषक तत्वों के बारे में सामान्य जानकारी रखते हैं।

अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		ए-जार्म में सभी पोषक तत्व पाये जाते हैं।
		विकासामक प्रश्न :- दूध में कौन सी प्रोटीन पायी जाती है। वसा में कौन से विटामिन पाये जाते हैं। दूध में कैल्शियम किस रूप में पाया जाता है।
जोलीन विटामिन-स	दूध की प्रोटीन का विकास करना	स-पहली कुरा :- दूध में कैसीन नामक प्रोटीन होता है। दूध में भी विटामिन का समुचित मात्रा है। दूध में विटामिन समुचित तथा विभिन्न मात्रा में पाया जाते हैं। दूध में वसा पायस या जमलायन के रूप में रहती है। दूध की वसा परलता से पच जाती है। इस वसा में विटामिन ए० तथा डी० भी पाये जाते हैं।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
दूध ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		
इनके सीन नामक प्रोटीन दूध में पाई जाती है। विटामिन तथा विटामिन से पाये जाते हैं। स-पहले उत्तर		प्रश्नोत्तर विधि
सभी दूध ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	मूल्यांकन प्रश्न :- दूध में कौन सा प्रोटीन पाया जाता है। दूध में कैसीन नामक प्रोटीन पाया जाता है।

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		विकासोन्मुख प्रश्न :- 1) दुध में कार्बोहाइड्रेट किस रूप में पाया जाता है ? 2) दुध में कौन कौन से खनिज लवण पाये जाते हैं ? 3) दुध हमारे किस काम आता है ? बताओ ।
तृतीयक का विकास करना		स्पष्टीकरण :- दुध में लैक्टोज के रूप में कार्बोहाइड्रेट पाया जाता है । दुध में लैक्टोज की मात्रा 4% से 5% तक होती है । दुध में पाये जाने वाला लैक्टोज धूलनशील अवस्था में रहती है । दुध में कैल्शियम तथा फास्फोरस पाये जाते हैं । दुध में एन्जाइम भी उपस्थित होता है । एन्जाइम विभिन्न मात्राओं में उपरक की भूमिका निभाते हैं ।
हाथों को पोषक तत्वों के कारों में जासूसी करना		

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
दुध में लैक्टोज के रूप में कार्बोहाइड्रेट पाया जाता है । दुध में कैल्शियम, फास्फोरस । दुध अस्पष्ट उच्च	प्रश्नोत्तर विधि	
रसभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं ।	व्याख्यान विधि	

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कौशल का विकास करना	श्यामपट्ट सारांश :- 1) दुध में उपस्थित पोषक तत्व कौन कौन हैं ? 2) दुध में कौन कौन से विटामिन पाये जाते हैं ? 3) दुध से हमारे शरीर को क्या लाभ होता है ?
गृहकार्य	ज्ञान की पुष्टि करना	गृहकार्य :- दुध में उपस्थित सभी पोषक तत्वों के बारे में लिख कर और याद करके ब्री आने है। हाथव्यापक सभी हाथों को गृहकार्य को अपनी उतर-पुस्तिका में उतारने को कहते है।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी हाथ श्यामपट्ट सारांश अपनी उतर पुस्तिका में उतारते है।		
सभी हाथ श्यामपट्ट सारांश अपनी उतर पुस्तिका में उतारते है।		
सभी हाथ श्यामपट्ट सारांश अपनी उतर पुस्तिका में उतारते है।		लेखन विधि

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कौशल का विकास करना	श्यामपट्ट सारांश :- 1) दुग्ध में उपरिस्थत पोषक तत्व कौन कौन हैं। 2) दुग्ध में कौन कौन से विटामिन पाये जाते हैं। 3) दुग्ध से हमारे शरीर को क्या लाभ होता है।
गूढकार्य	प्राप्त ज्ञान की पुष्टि करना	गूढकार्य :- दुग्ध में उपरिस्थत सभी पोषक तत्वों के बारे में लिखकर और याद करने की आने है। हाथियापत्र सभी हाथों को गूढकार्य को अपनी उतर-पुस्तिका में उतारने को कहते हैं।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियां Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities		
सभी हाथ श्यामपट्ट सारांश अपनी उतर पुस्तिका में उतारते हैं।		2. दुग्ध में विटामिन पाये जाते हैं उनके नाम बताइए। 3. दुग्ध से हमारा
सभी हाथ श्यामपट्ट सारांश अपनी उतरपुस्तिका में उतारते हैं।		लेखन विधि

Lesson No. 5

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7A

Date 10-5-22

School आमराठी पब्लिक स्कूल
(रामराज)

Period 4

UNIT

TOPIC

" कुपोषण "

MAJOR CONCEPTS

1. छात्रों में गृह विज्ञान विषय का ज्ञान प्रदान करना
2. छात्रों में बौद्धिक एवं तार्किक क्षमता का विकास करना
3. छात्रों को तथ्यों की विवेचन की क्षमता प्रदान करना।
4. छात्रों में व्यक्तिगत विचारों को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त करने की क्षमता विकसित करना।

MINOR CONCEPTS

1. छात्रों को कुपोषण की पहचान के बारे में जानकारी देना।
2. छात्रों को कुपोषण तथा उसके उपायों के बारे में ज्ञान देना।
3. विद्यार्थी कुपोषण का अर्थ बताने योग्य बन सकें।

PREVIOUS KNOWLEDGE

1. सभी छात्र कुपोषण के बारे में सामान्य जानकारी रखते हैं।

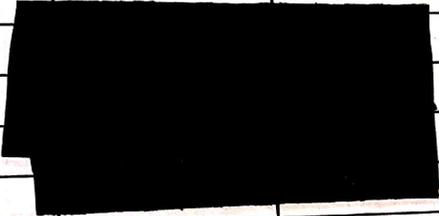
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		धर्म हमारे जीवन की अनेक प्रकार से प्रभावित करते हैं।
		विकासोन्मुख प्रश्न - 1) कुपोषण का हमारे शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है? 2) कुपोषण का प्रभाव हमारे शरीर के किस अंग पर प्रभाव पड़ता है? 3) समय से भोजन करने से क्या तात्पर्य है? स्पष्टीकरण। कुपोषण होने के कारण विभिन्न प्रकार के रोगों का उत्पन्न होता है। रतौंधी, लूरीसी, प्लानकाइलिस, हृदय रोग, गाइटर आदि रोग सामान्य रूप से कुपोषण के ही परिणाम स्वरूप होते हैं। कुपोषण का एक कारण गरीबी व अज्ञानता की कमी है। कुछ परिवारों में लड़कों के कारण अपने बच्चों को उचित मात्रा में भोजन व
हाथों में बंध रखें चिन्तन शक्ति का विकास करना।		
हाथों को कुपोषण के बारे में जानकारी देना।		

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		
हमारा शरीर जोति दुर्बल हो जाता है और झुका दिखने लगता है। कुपोषण का प्रभाव हमारी आंखों पर, दांतों पर, त्वचा को नुकसान पहुँचाता है। आस्पष्ट उत्तर		प्रश्नोत्तर विधि
सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		व्याख्यान विधि

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		अच्छी देख-रेख न होने के कारण भी बच्चे कुपोषण का शिकार हो जाते हैं।
		विकाससाध्य प्रश्न :-
झाड़ों में खोंद एवं चिन्तन	शक्ति का विकास करना	<ol style="list-style-type: none"> कुपोषण किससे उत्पन्न होता है बताइए। कुपोषण होने के कारण कौन-कौन से रोग उत्पन्न होते हैं? अशिक्षा व उन्नतता का कुपोषण में क्या होना चाहिए।
		स्पष्टीकरण :-

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनें।	व्याख्यान विधि	
पूर्ण रूप से मौखिक न मिलने के कारण को कुपोषण कहते हैं।		प्रश्नोत्तर विधि
कुपोषण होने के कारण रोंधी, प्लोरस, हृदय रोग, माइटर आदि रोग उत्पन्न होते हैं।		

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कौशल का विकास करना	श्यामपट्ट कार्य ① कुपोषण के कुप्रभाव क्या हैं ② समय से आरिक्ता व अनिद्रा का दुष्परिणाम क्या होता है।
गूटकार्य	आपत्त ज्ञान की पुष्टि करना।	गूटकार्य ① कुपोषण से बचने के उपाय का लिखकर लाना है। ② कुपोषण जैसे अ-य रोगों का नाम याद करके आना है।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी छात्र श्यामपट्ट कार्य अपनी उचित पुस्तिका में उतारते हैं।		
ह्याप्रध्यापक छात्रों से गूटकार्य आरंभ के लिए कहते हैं।	लेखन विधि	
		मूल्यांकन विधि ① कुपोषण किस कारण से संकट है ② आरिक्ता व अनिद्रा की अनिद्रा

Lesson No. 6

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 15.5.22

School आकाशदीप पब्लिक स्कूल
(रामराज)

Period 5

UNIT

TOPIC

गृह अर्थव्यवस्था

MAJOR CONCEPTS

1. छात्रों में गृह विज्ञान के ज्ञान प्राप्त करना।
2. छात्रों में आर्थिक व ताकिक क्षमता का विकास करना।
3. छात्रों के लक्ष्यों के विवेचन की क्षमता प्रदान करना।
4. छात्रों में व्यक्तिगत विचारों को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त करने की क्षमता विकसित करना।

MINOR CONCEPTS

1. छात्रों को गृह अर्थव्यवस्था के बारे में जानकारी देना।
2. छात्रों को गृह व्यवस्था तथा उनके उपायों के बारे में ज्ञान देना।
3. छात्रों को गृह अर्थव्यवस्था में अंतर करने योग्य बताना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

सभी छात्र गृह अर्थव्यवस्था के बारे में सामान्य जानकारी रखते हैं।

अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान पर आधारित प्रश्न	पूर्वज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना।	प्रस्तावना प्रश्न:- 1) मनुष्य को जीवित रखने के लिए किन-कीजा का आवश्यकता पड़ती है? 2) घर-परिवार की पर्याप्त व आर्थिक सुविधाओं का स्वरूप तथा प्रत्यक्षित होनी क्या कहलाता है? 3) गृह उपभोग्यता को प्रभावित करने वाले कारक कौन-कौन से होंगे?
	दातों को विषय परसु से अवगत कराना	उद्देश्य कथन:- अच्छा बच्चों आज हम गृह कार्य अर्थ व्यवस्था के बारे में अध्ययन करेंगे।
		रूपरेखा:- परिवारिक जीवन को सुव्यवस्थित ढंग से चलाना ही गृह उब-ध कहलाता है। इस प्रक्रिया में परिवार के सदस्यों को प्राप्त करने और परिवार को चलाने के लिए आवश्यक नियम बनाना ही समायोजन है। व्यक्ति ही या परिवार गृह

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
गोली, कपड़ा, मकान आदि	प्रश्नोत्तर विधि	
गृह अर्थ व्यवस्था		
गृह उत्तर संगीत बनक पावे नहीं होता है।		
सभी छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	कथन विधि	
सभी छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	

Lesson No. 7

Subject .. गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date ... 19 ... 6 ... 22

School ... आकाशनीय प्रिविडेंट स्कूल
(रामराज) Period ... 5

UNIT

TOPIC

सामान्य बीमारियाँ

MAJOR CONCEPTS

1. छात्रों को गृह विज्ञान विषय का ज्ञान-प्रदान करना
2. छात्रों की बौद्धिक व तार्किक शक्ति का विकास करना।
3. छात्रों को लक्ष्यों के विवेचन की शक्ति प्रदान करना।
छात्रों में व्यक्तिगत विचारों को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त करने की क्षमता विकसित करना।

MINOR CONCEPTS

1. छात्रों को सामान्य बीमारियों के बारे में जानकारी देना।
2. छात्रों को सामान्य बीमारियों तथा उसके उपाय के बारे में ज्ञान देना।
3. छात्रों को बीमारियों के बीच अन्त ज्ञात करना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

सभी छात्र सामान्य बीमारी के बारे में सामान्य जानकारी रखते हैं।

अदा Input
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन
Expected Behaviour Outcomes (EBOs)

पाठ्य वस्तु
(Content and items to be taught)

उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण
Objective with Specifications in Behavioural Terms

शिक्षक क्रियाएँ
Teachers Activities

पूर्वज्ञान - पूर्वज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना

परिचयना प्रश्न :-
सामान्य बीमारियाँ कौन सी होती हैं?
मलेरिया किस जाति के मिच्छर के काटने से होता है?
मलेरिया से बचने के उपाय बताइए।

उद्देश्य लक्ष्य :-
हाथों को विषय-सम्बन्धी आज हम पस्तु से अपगत उपाय सामान्य बीमारियों के बारे में अध्ययन करेंगे।

विशिष्टीकरण :-
मनुष्य के शरीर में होने वाली ऐसी बीमारियाँ हैं जो विभिन्न सूक्ष्म जीवों से उत्पन्न होती हैं। जैसे - मलेरिया मलेरिया एक भ्रूणरुपी बीमारी है। कभी-कभी इसके कारण मनुष्य की मृत्यु भी हो जाती है। यह बीमारी

प्रक्रिया Process
अधिगम अनुभव
Learning Experience

प्रदा Output
वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ
Real Learning Outcomes (RLOs)

छात्र क्रियाएँ
Pupil Activities

तकनीकी एवं साधन
Techniques and Aids

उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन
Objective based Evaluation

हस्तबुखार, मुकाम खाँसी, आदि सामान्य बीमारियाँ हैं। मलेरिया लीनफिलिफ नामक मोटा मिच्छर के काटने से होता है।
उत्तर-पल उत्तर

सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।
कथन विधि
मूल्यांकन प्रश्न

सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।
व्याख्यान विधि
सामान्य बीमारियाँ कौन सी होती हैं? बुखार, मुकाम खाँसी आदि

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
	शक्ति विकास कारणों।	विकास आत्मक प्रश्न:- 1) मलेरिया रोग एवं बचाव हेतु क्या उपाय हैं? 2) फाइलेरिया रोग को क्या लक्षण हैं और कौन से है।
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कार्य का विकास करना।	श्यामपट्ट कार्य 1) मलेरिया रोग कैसे होता है 2) फाइलेरिया रोग कैसे होता है हाथियापक हाथों से श्यामपट्ट सारंग उतारने के लिए कहते हैं।
गृह कार्य	आपत्त ज्ञान की पुष्टि करना।	गृहकार्य:- 1) इन सभी बीमारियों के बारे में घर में याद करके तथा लिख कर लाना है। हाथियापक हाथों से गृहकार्य उतारने के लिए कहते हैं।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
छात्र अपने घर तथा आस-पास के गड्डी अथवा बर्तनों में पानी एकत्र होने के आपत्त उतार	प्रश्नोत्तर विधि	
सभी हाथ श्यामपट्ट कार्य अपनी उत्तर पुस्तिका में उतारते हैं।		मूल्यांकन प्रश्न 1) मलेरिया फाइलेरिया रोग किस कारण से संचरित कहते हैं दोहा है।
सभी हाथ गृहकार्य अपनी उत्तर पुस्तिका में उतारते हैं।	लेखन विधि	

Lesson No. 8

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7A

Date 28-5-22

School आकाशीय पब्लिक
स्कूल (रामराज)

Period 6

UNIT

TOPIC

अशुद्ध वायु से होने वाली रोग

MAJOR CONCEPTS

1. छात्रों को गृह विज्ञान विषय का ज्ञान प्रदान करना।

2. छात्रों की बौद्धिक व लौकिक, शक्ति का विकास करना।

3. छात्रों में व्यक्तिगत विचारों को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त करने की क्षमता विकसित करना।

MINOR CONCEPTS

1. छात्रों को अशुद्ध वायु से होने वाले रोगों के बारे में जानकारी देना।

2. छात्रों को अशुद्ध वायु से होने वाले रोगों तथा उपायों के बारे में ज्ञान देना।

3. छात्रों को रोगों से बचाव के बारे में जानकारी देना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

पिछले छात्र अशुद्ध वायु से होने वाले रोगों के बारे में सामान्य जानकारी रखते हैं।

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		विकासोत्तम परन
	हाथी में श्वेत रक्त रक्त रक्त का विकास करना	अशुद्ध वायु से फैलने वाले रोग को रोकना शुद्ध वायु और जीवन में किस प्रकार सहायक है चेपक नामक रोग किस विषाणु के कारण होता है
		स्पष्टीकरण
अशुद्ध वायु का प्रभाव	हाथी को अशुद्ध वायु से फैलने वाले रोगों के कारण में जानकारी देना	अशुद्ध तथा दूषित वायु से फैलने वाले रोग निम्न प्रकार है - श्वास द्वारा फैलने वाले रोग जैसे टिब्रिड, निमोनिया, जुन्हाम आदि रोग श्वास द्वारा फैलते हैं। विभिन्न जीव प्रवासन द्वारा फैलने वाले रोगों को रोकना कॉबिन-डाइ आम्पाइड या ऑक्सीजन का माथा बदलना है।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
छात्र कॉबिन-डाइ (आम्पाइड) रोग को पहचानेंगे और हमें बताने में सक्षम होंगे।	पुस्तकें, चित्र	मूल्यांकन परन अशुद्ध वायु के कारणों का विवरण देना
		व्याख्यान विधि

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
उद्यामपट्ट कार्य	लेखन और शब्द का विकास करना	विकासीय मंडल पढ़ाना 1. मनुष्य कौन-सी गैस महसूस करता है? 2. मनुष्य कौन-सी गैस बाहर निकालता है?
गृहकार्य	पाठ्य ज्ञान की पुष्टि करना	उद्यामपट्ट कार्य:- 1. वायु द्वारा संतुलित होने वाले मुख्य रंग कौन-से हैं- 2. उदाहरण के तौर पर अपनी प्रयोगशाला में उद्यामपट्ट प्रयोगों को अपनी उच्च प्रीविका में उतारने के लिए सुझाव दें।
		गृहकार्य:- 1. अशुद्ध वायु से होने वाले रंग उद्योग में आप लोग लिखकर लाइजो

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
8. ऑक्सीजन		
9. जलिन - डार्क ऑक्साइड		
प्रयोग द्वारा उद्यामपट्ट कार्य अपनी उच्च प्रीविका में उतारें।	लेखन विधि	
प्रयोग द्वारा गृहकार्य अपनी उच्च प्रीविका में उतारें।	लेखन विधि	

Lesson No. 9

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 3-5-22

School आकाशदीप पब्लिक
स्कूल

Period 6

UNIT

TOPIC

विटामिन

MAJOR CONCEPTS

1. हाथों को गृह विज्ञान विषय का ज्ञान करना।
2. हाथों को पौष्टिक एवं तार्किक शक्ति का विकास करना।
3. हाथों को लक्ष्य को विवेचन की शक्ति प्रदान करना।
4. हाथों से व्यक्तिगत विचारों को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त करने की क्षमता विकसित करना।

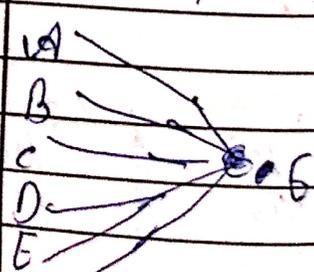
MINOR CONCEPTS

1. हाथों से दैनिक जीवन में उपयोग किये जा रहे औजार का महत्व प्रदान करना।
2. हाथों को पौष्टिक लक्ष्यों को समीप से होने वाले लोगों से दूर रखने में बलाने।
3. विटामिनस से महत्व को बताने हुए पौष्टिक लक्ष्यों का अध्ययन को सँभालना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

हाथ विटामिनस के विषय में जानकारी प्राप्त की गयी।

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान	पूर्व ज्ञान की नवीन ज्ञान में जोड़ना	प्रस्तावना पुरन:- 1. कुछ पानी में नाम बताओ 2. टमाटर, गाजर में मुख्यतः कौन सा विटामिन पाया जाता है? 3. विटामिन 'A' की कमी से कौन सा रोग होता है? 4. विटामिन 'A' के बारे में और क्या ज्ञान है?
हाथी की विषय-पत्र से अवगत करना	हाथी की विषय-पत्र से अवगत करना	उद्देश्य कथन:- प्रिय हाथी! अब हम विटामिन पर विचार से चर्चा करेंगे।
विटामिन-सूची की परिचय	हाथी की विटामिन-सूची के विषय में जानकारी देना	प्रपत्तीकरण:- शरीर की आन्तरिक क्रियाओं को संचालन रूप से चलाने के लिए आवश्यक तत्व विटामिन होता है।



प्रक्रिया Process		अधिगम अनुभव Learning Experience	प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcome (RLOs)
1. गाजर, पपीता, खीरा, टमाटर, अंगूर 2. विटामिन 'A'	पुरनीले विधि		
3. रबी			
4. असफल उत्तर			
प्रश्नी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		कथन विधि	
प्रश्नी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		व्याख्यान विधि	मूल्यांकन पुरन विटामिन-सूची मिलने पर उत्तर को दोष दें।

अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन
Expected Behaviour Outcomes (EBOs)

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		विकासमूलक प्रश्न
हाथों में वैश्विक एवं राष्ट्रिय शक्ति का विकास करना		गाजर में कोबाल्ट विटामिन होता है। विटामिन की कमी से कोबाल्ट रोग होता है। सूर्य के प्रकाश में कोबाल्ट से विटामिन होता है।
		स-पत्तीकरण :- घास में घुलनशील विटामिन गाजर में घुलनशील विटामिन
हाथों को विटामिन-युक्त उपकरणों से जानकारी देना		घास में घुलनशील विटामिन मुंगफली आलू न उन सभी विटामिन-युक्त कारों की आवश्यकता की पूर्ति होती है। रोगों से रक्षा करती है। रक्तवीर्य
विटामिन-युक्त की आवश्यकता		विकासमूलक प्रश्न

प्रक्रिया Process

अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcome (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
विटामिन से	प्रश्नोत्तर विधि	
विटामिन से		
रक्तवीर्य		
प्रश्नोत्तर विधि		
हाथ व्याख्यान विधि		मूल्यांकन प्रश्न विटामिन की कमी से कोबाल्ट रोग होता है। रक्तवीर्य

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
	हाथों में तर्कशक्ति का विकास करना	बच्चा में धूलनशील फिल्म के नाम बताइए। ① विटामिन के नाम बताइए। ② विटामिन का हमारे शरीर में क्या प्रभाव पड़ता है? स्पष्टीकरण :- कुछ विटामिन जैसे बी०, सी०, ए०, डी०, ई०, के० फल में धूलनशील होते हैं। और कुछ वसा में घूलनशील होते हैं। विटामिन का हमारे शरीर में बहुत बड़ा योगदान होता है। विटामिन शरीर में रोगों से लड़ने के लिए शक्ति प्रदान करते हैं। विकासामक प्रश्न :- ① फल में धूलनशील फिल्म के नाम बताइए। 'B', 'C', 'D' का अर्थ क्या है? विटामिन 'B' गोबर में नहीं पाया जाता है।
विटामिन के महत्व के विषय में शान्त भाव से चर्चा करें।	हाथों में तर्कशक्ति का विकास करना	
हाथों में तर्कशक्ति का विकास करना	हाथों में तर्कशक्ति का विकास करना	

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcome: (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
बी०, सी०, ए०, डी०, ई०, के० विटामिन हैं।	प्रश्नोत्तर विधि	
उत्तर - A, B, C, D, E, K - अस्पष्ट उत्तर		
हृद्य ध्यानपूर्वक सुनें।		मूल्यांकन प्रश्न - कुछ विटामिन फल में धूलनशील
साथ	प्रश्नोत्तर विधि	
असाध्य		

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कौशल का विकास करना	श्यामपट्ट कार्य : विटामिन की कमी से मान सा रोग होता है दोषाद्यापक सभी हमी की श्यामपट्ट कार्य उतारने के लिए कहते हैं।
गूटकार्य	जान की पुष्टि करना	गूटकार्य : विटामिन पर संक्षिप्त लिपिणी की विषय। दोषाद्यापक सभी हमी के गूटकार्य उतारने के लिए कहते हैं।

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी दोष श्यामपट्ट कार्य अपनी अपनी उत्तरपुस्तिका में उतारते हैं।		
सभी दोष अपनी गूटकार्य उत्तरपुस्तिका में उतारते हैं।	लेखन विधि	

Lesson No. 10

Subject ... गृह विज्ञान

Class & Section ... 7th

Date ... 4.6.2022

School ... आनंदीय...
स्कूल (रामराज)

Period ... 6

UNIT

TOPIC

प्राथमिक चिकित्सा

MAJOR CONCEPTS

- 1) हाथों को गृह विज्ञान विषय का ज्ञान करना।
- 2) हाथों में बौद्धिक एवं ताकिक शक्ति का विकास करना।
- 3) हाथों की लथ्थों के विवेचन की शक्ति प्रदान करना।
- 4) हाथों में व्यापक विचारों को प्रभावशाली हों।
- 5) में व्यक्त करने की क्षमता विकसित करना।

MINOR CONCEPTS

- 1) हाथों को प्राथमिक चिकित्सा का अर्थ तथा उसका प्रयोग करना योग्य बनाना।
- 2) हाथों को प्राथमिक चिकित्सा का महत्व व उपयोगिता की जानकारी देना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

हाथ प्राथमिक चिकित्सा के बारे में
आभा-य जानकारी रखते हैं।

अदा Input		अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान	पूर्वज्ञान की नवीन ज्ञान से जोड़ना।	<p>प्रस्तावना:-</p> <p>1) अच्छा बच्चा बलाउरी चौर लगने पर पहले क्या होता है?</p> <p>2) प्राथमिक चिकित्सा हम क्यों करते है और क्या करते है?</p> <p>3) प्राथमिक चिकित्सा के बारे में बताइए।</p>
हाथों की विषय - वस्तु से अवगत कराना		<p>उद्देश्य कथन:-</p> <p>अच्छा बच्चा आज हम प्राथमिक चिकित्सा के बारे में अध्ययन करने स्पष्टीकरण प्राथमिक चिकित्सा प्राप्त हो जाने से का मुख्य उद्देश्य दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति की हालत को अधिक बिगड़ने से बचाने के लिए यदि तुरन्त उपचार ना किया जाए तो घाव या चोट गम्भीर हो जाता है।</p>
प्राथमिक चिकित्सा का अर्थ:-	प्राथमिक चिकित्सा के बारे में जानकारी देना	<p>अर्थात् चौर लगने पर दवा लगाकर घर पर पहुँचने का धरल उपाय कहेलाता है।</p>

प्रक्रिया Process		अधिगम अनुभव Learning Experience	प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
स्वच्छ पानी से साफ करके पट्टी बांधते है।	प्रश्नोत्तर विधि		
प्राथमिक चिकित्सा करते है।			
आपल उत्तर			मूल्यांकन - प्रश्न
सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते है।	कथन विधि	1) चौर लगने पर दवा लगाकर घर पर पहुँचने का क्या कहेलाता है?	
सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते है।		धरल उपाय	
	व्याख्यान विधि		

अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
हाथों में विकास करना		विकास सामग्री - प्रश्न डॉक्टर के आने से पहले दिया जाने वाला उपचार क्या कहलाता है ? पल्लियों को समय प्रयोग की जाती है ? पल्लियों को क्रेन चीजों के द्वारा बांधा जा सकता है ?
हाथों में प्राथमिक चिकित्सा के बारे में सामान्य जानकारी देना		प्र-पल्लिकरण - प्राथमिक चिकित्सा के लिए आवश्यक सामग्री को प्रक. बाँधस में रखना ज़रूरी है। एक डॉक्टर पर, पिन टैप के साथ चम्मच एवं गिलास, बैंड, पल्लियाँ आदि अगर दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति मुँह में है तो उसे तुरन्त घास - पास के किसी चिकित्सालय में तुरन्त भर्ती कर देना चाहिए।

अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
प्राथमिक उपचार कहलाता है। घाव अथवा मोच आदि पर बांधने में काम आती है। पिनो द्वारा बांधते हैं।		उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
		मूल्यांकन प्रश्न - प्राथमिक चिकित्सा एक घरेलू चिकित्सा सत्य/असत्य है। सत्य
	व्याख्यान विधि	

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
दुधटना से सम्बन्धित बातें	चिन्तन एवं लक्ष्य शक्ति का विकास करना	विकासोन्मुख प्रश्न :- ① यदि दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति के द्वारा से रक्त बह रहा हो तो सर्वप्रथम क्या करना चाहिए ② प्राथमिक चिकित्सा के लिए दुर्घटना को जाँचना क्यों आवश्यक है?
हानियों को दूर करना सम्बन्धी जानकारी देना		स्पष्टीकरण :- दुर्घटना के समय घायल व्यक्ति की स्थिति को देखकर तुरन्त सिली चिकित्सा अस्पताल में सम्पर्क करना चाहिए और उसका इलाज डॉक्टरों द्वारा तुरन्त शुरू करा देना चाहिए। वाँ जल्दी से रीज हो जाए।

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcome (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
पानी से घाव को चीने के बाद धरलू पही करनी चाहिए।	विधि	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन
लाडि घाव, चोट में लॉन्गमण ना हो।	विधि	मूल्यांकन
सभी हानि ध्यानपूर्वक समर्थ हो।	व्याख्यान विधि	चोट के लगने पर सर्वप्रथम क्या करना चाहिए। पानी से साफ कर पही बाधनी चाहिए।

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
रयामपट्ट कार्य	लेखन कौशल का विकास	रयामपट्ट कार्य :- प्राथमिक चिकित्सा के आवश्यक सामग्री का कटां रखा जाता है।
गृहकार्य	ज्ञान की पुष्टि करना।	गृहकार्य :- प्राथमिक चिकित्सा द्वारा किये गए कुछ सामान्य कार्यों का उल्लेख करके लारणी। हालांकि रयामपट्ट सभी हाथों की गृहकार्य उतारने के लिए कहते हैं।

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियां Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी हाथ रयामपट्ट कार्य अपनी उत्तर पुस्तिका में लिखें।		
सभी हाथ गृहकार्य अपनी उत्तर पुस्तिका में लिखें।	लेखन विधि	

Lesson No. 11

Subject

Class & Section ~~7A~~

Date 7-6-22

School ~~अमारादीप पब्लिक स्कूल~~
(रामराज)

Period 7

UNIT

TOPIC

सुत निर्माण की अवस्थाएं

MAJOR CONCEPTS

- 1) छात्रों को उचित विज्ञान विषय का ज्ञान प्रदान करना
- 2) छात्रों को वैश्विक स्तर तकनीकी, शक्ति का विकास करना।
- 3) छात्रों को तथ्यों के विश्लेषण की शक्ति प्रदान करना

MINOR CONCEPTS

- 1) विद्यार्थी सुत निर्माण की अवस्थाओं को पहचानने योग्य होंगे।
- 2) विद्यार्थी सुत निर्माण की अवस्थाओं को समझने योग्य होंगे।
- 3) विद्यार्थी सुत निर्माण की अवस्थाओं सम्बन्धी परिकल्पना करने योग्य होंगे।
- 4) विद्यार्थी सुत निर्माण की अवस्थाओं सम्बन्धी विरलक्षण करने व मूल्यांकन करने योग्य बन सकते हैं।

PREVIOUS KNOWLEDGE

सभी छात्रों को सुत निर्माण के बारे में सामान्य जानकारी होनी ही चाहिए।

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्व ज्ञान	पूर्व ज्ञान का नवीन ज्ञान से जोड़ना।	प्रस्तावना पुरन :- 1) अच्छा बच्चा वस्त्रों का उपयोग हम किस लिए करते हैं ? 2) अच्छा बच्चा बतावरे कि हम जिस वस्त्र को अपने शरीर पर धारण करते हैं वे किससे बनते हैं। 3) धागे का निर्माण किससे होता है ?
	छात्रों को विषय-वस्तु से अवगत कराना।	उद्देश्य कथन :- अच्छा बच्चा आज हम युक्त निर्माण की आपरधारण को बारे में अध्ययन करेगा। रूपरेखाकरण :-
सुत का निर्माण	धातों का सुत निर्माण की अवस्थाओं के बारे में	वस्त्रों उद्योग धातों के निर्माण का विशेष महत्व है। धातों से ही वस्त्र तैयार किया जाता है। धातों की मजबूती और प्रकार ही वस्त्र मजबूती तथा प्रकार पर निर्भर करते हैं। धातों

प्रक्रिया Process		
अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम सफलियाँ Real Learning Outcome (RLOs)
1) पहनने, ओढ़ने आदि।	प्रश्नीत्तर विधि	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
2) धागे से बनके तैयार होते हैं।	"	
3) अस्पष्ट उत्तर	"	मूल्यांकन पुरन :-
सभी छात्र	कथन विधि	
सभी छात्र	कथन विधि	पुरन :- सुत किस कहते हैं ? उत्तर :-
छात्र	व्याख्यान विधि	उत्तर :- क्यास।

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
श्यामपट्ट कार्य	लेखन का विकास करना	(1) वस्तु उपयोगी बनाने वाले वस्तु कोन है सी ही ? (2) छात्रों निर्माण की आवश्यकता कोन है सी ही ? छात्राध्यापक सभी छात्रों को श्यामपट्ट कार्य उतारने के लिए कहते हैं।
		ग्रह कार्य :-
ग्रह कार्य	ग्रहों का ज्ञान की पुष्टि करना	ग्रह निर्माण की आवश्यकता का संबंध में वर्णन करने लाने हैं। छात्राध्यापक सभी छात्रों को ग्रह कार्य उतारने के लिए कहते हैं।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी छात्र श्यामपट्ट - कार्य उतारने के लिए कहते हैं।		
सभी छात्र ग्रह कार्य अपनी ऊपर पुस्तिका में उतारते हैं।		
सभी छात्र ग्रह कार्य अपनी ऊपर पुस्तिका में उतारते हैं।		लेखन विधि

Lesson No. 12

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 8

Date 6-8-22

School आनंदीय पब्लिक स्कूल

Period 7

UNIT

TOPIC

औषधियों के स्त्रोत

MAJOR CONCEPTS

① छात्रों में गृह विज्ञान विषय के प्रति रुचि जागृत करना।

② बच्चों को आहार-विहार और विचार की शुद्धता के लाभ को बताना।

③ बच्चों की स्वच्छता, स्वास्थ्य, गृह उलब्धन आदि की जानकारी प्रदान करना।

MINOR CONCEPTS

① विद्यार्थी औषधियों के स्त्रोत को पहचानने योग्य बनाना।

② विद्यार्थी औषधियों के स्त्रोत को सामान्यीकरण करने योग्य बनाना।

③ औषधियों के स्त्रोतों का मिश्रण निष्पन्न आदि।

④ औषधियों के स्त्रोतों का विश्लेषण व मूल्यांकन करने योग्य बनाना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

सभी छात्रों को औषधियों के स्त्रोतों के बारे में सामान्य जानकारी देना।

अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन
Expected Behaviour Outcomes (EBOs)

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान	पूर्व जान की नवीन	पुस्तक पढ़ना :- ① किसी भी प्रकार का शारीरिक कण्ट वया प्राप्ति होगा
	जान से जोड़ना	② लक्ष्य किसे रोग के निवारण में सहायक होता है
औषधियों के स्त्रोत	छात्रों को विषय- वस्तु से अवगत कारण।	उद्देश्य कथन :- अच्छा अच्छा आज हम औषधियों के स्त्रोत के बारे में अध्ययन करेंगे।
	छात्रों की औषधियों के बारे में सामान्य जानकारी देना।	पुस्तकी कारण औषधियों विभिन्न प्रकार के तत्वों से प्राप्त होती हैं जैसे की कुछ औषधि या वनस्पति जगत से प्राप्त होती हैं वनस्पति जगत वन मुख्य औषधियों का विशाल स्रोत है अधिकांश औषधिया वनस्पति जगत से प्राप्त होती हैं वनस्पति जगत से प्राप्त विभिन्न प्रकार से लस बीजा की

प्रक्रिया Process

अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcome (RLOs)
		उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
③ शारीरिक कण्ट या रोग	छात्रों पर विधि	
④ असम्पष्ट उत्तर!	"	मूल्यांकन प्रश्न
सभी छात्र ध्यान पूर्वक सुनते हैं।	कथन विधि	
सभी छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	प्रश्न :- वनस्पति जगत मुख्य औषधियों का विशाल स्रोत है।

अधिगम अनुभव
Learning Experience

प्रदा Output

वास्तविक अधिगम उपलब्धियां
Real Learning Outcome
(RLOs)

छात्र क्रियाएँ
Pupil Activities

तकनीकी एवं साधन
Techniques and Aids

उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन
Objective based
Evaluation

सभी हाथ
रयामपट्ट कार्य
अपनी \approx
उत्तरपरिचय
में आरंभ है।

सभी हाथ
बृहत्कार्य
अपनी \approx
उत्तर
परिचय
में
उत्तर है।

लेखन कार्य

Lesson No. 13

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 2-6-22

School श्री. रावीप. पब्लिक स्कूल
(रामराज)

Period 8

UNIT कढ़ाई कला
TOPIC

MAJOR CONCEPTS

- 1) बच्चा में गृह विज्ञान विषय के उचित सीखे
- 2) मायल करना
- 3) बच्चों को आकार, विचार और विचार की शुद्धता
- 4) लक्ष्य को पढ़ाना
- 5) बच्चों को स्वच्छता, स्वास्थ्य एवं गृह सुबंधन
- 6) आदि को जानकारी प्रदान करना।

MINOR CONCEPTS

बच्चा को कढ़ाई कला एवं कढ़ाई कला
में परिचित करना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

- 1) बच्चे कढ़ाई के विषय में सामान्य जानकारी प्राप्त कर लेंगे।
- 2) बच्चों को कढ़ाई के प्रकार तथा कढ़ाई के उपकरणों की जानकारी हो जाएगी।

अदा Input
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन
Expected Behaviour Outcomes (EBOs)

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
-------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------

पूर्वज्ञान	बच्चे के पूर्वज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना	<p><u>पुरस्कावना पत्रिका</u> -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) पृथी पर सबसे जागरूक प्राणी कौन है? 2) मनुष्य की कितनी मूलभूत आवश्यकताएँ हैं? 3) वीनी आवश्यकताओं का नाम बताओ? 4) कड़ाई कैसे डिजाई है?
------------	---------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

कड़ाई का अर्थ	हाथों की विषयवस्तु से अवगत करना	<p>उद्देश्य कथन</p> <p>बच्चों को उनाम टमलोग "कड़ाई कला" नामक पाठ का विस्तृत अध्यापन करेंगे।</p>
---------------	---------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------

प्रस्तुतीकरण:-

प्रक्रिया Process

अधिगम अनुभव
Learning Experience

छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
------------------------------------	----------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------

मनुष्य		उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
खेल		
रोटी, कपडा, मकान		
माँ (अस्पष्ट उत्तर)		

सभी हाथ ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	कथन विधि	<p>मूल्यांकन पत्रिका</p> <p>परस्त्री का उपयोग किया गया है।</p>
--------------------------------	----------	----------------------------------------------------------------

अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन
Expected Behaviour Outcomes (EBOs)

पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		विकासीय मंडल प्रारंभ - ज्यादातर कढ़ाई पत्र-पत्र डिजाई होना है।
	हाथों में बोध शक्ति रूप चिन्तन का विकास करना	कढ़ाई के उपकरणों के विषय में उत्साह प्रेरणा प्रदान हो ? पर्यवेक्षण - वर्षा 1 कढ़ाई के लिए पेन्सिल रंग का वर्ण करना चाहिए।
कढ़ाई के उपकरण	हाथों को कढ़ाई के उपकरण जानकारी देना	1. नमूना या डिजाई 2. नमूनों की कढ़ाई के उत्साह होना या बड़ा होना चाहिए। 3. ट्रेसिंग पेपर पर एक प्रकार का कागज होना है हस्त पर चिह्न रखकर चिह्न की आकृति होपते हैं। और फर्से नमूने के उप रखकर नमूना उतारते हैं। 4. कठिन पेपर पर नमूने की रूपरेखा पर नमूना होपते हैं।

प्राक्रिया Process

अधिगम अनुभव Learning Experience	छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
	प्रश्न चमकदार	परिचालन विधि	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
	मौन		
	प्रश्नी	व्याख्या विधि	मूल्यांकन प्रश्न 1. मेजपौरा 2. लक्ष्या का आदि पर कढ़ाई चिह्न - चिह्न है। उतारते हैं। 3. प्रश्न मशीन क्रेम, आदि
	होष ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		पौष्टिक जयद नमूना बनाने लया उतारने के काम आने है।
		सुईन सुई कूड़े उकार की खाली है। मोली, मील लया मरीची सुई।
प्रयामपूह काय	लेखन कौशल का विकास करना	श्यामपूह काय का साधारण वर-ख पर खंडों का उपयोग करने है।
गूहकाय	बाह्य ज्ञान की पुष्टि करना	गूहकाय कढ़ाई करने के लिए कि-की बुन्ड कांटे बनाने की प्रौष्टी लिखिए। हालायपक प्रश्नी हाका का गूहकाय को अपनी उत्तरपुस्तिका में उतारने का कहते है।

प्रक्रिया Process		
अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
		उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
प्रश्नी हाका प्रयामपूह काय अपनी उत्तरपुस्तिका में लिखते है।	व्याख्यान विधि-	
प्रश्नी हाका प्रयामपूह काय अपनी उत्तरपुस्तिका में लिखते है।		
प्रश्नी हाका गूहकाय को अपनी उत्तरपुस्तिका में उतारने है।	लेखन विधि	

Lesson No. 14

Subject गृह विज्ञान

Class & Section 7th

Date 15-6-22

School आर्मी शहीद पब्लिक स्कूल (रामराज)

Period 8

UNIT

मिलान कला

TOPIC

MAJOR CONCEPTS

बच्चा में गृह विज्ञान विषय में प्रति

शक्ति जागृत करना।

बच्चा को आहार, विहार और विचार में

सुदृढ़ता के लाभ को बजाए

बच्चा को स्वच्छता, स्वास्थ्य गृह प्रबंधन

आदि की जानकारी प्रदान करना।

MINOR CONCEPTS

बच्चा को मिलान कला से

मिलान कला से परिचित करना।

PREVIOUS KNOWLEDGE

बच्चा को मिलान कला की जानकारी

प्राप्त हो जाएगी।

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान	पूर्वज्ञान की जाँच ज्ञान में जोड़ना	परिचयना प्रश्न:- 1. पृथ्वी पर सबसे जागरूक प्राणी कौन है। 2. मनुष्य की कितनी युलभूत आवश्यकताएँ हैं। 3. कृषि किस कला के सिपाई है। 4. मनुष्य अपना ऊपजा किसकी सिलने को देता है।
सिपलाई कला		उद्देश्य कथन:- बच्चों को आज हम लोग "सिपलाई कला" नामक पाठ को विस्तृत अध्ययन करेंगे।
	हाथों को विषय-वस्तु से अवगत कराना	

प्रक्रिया Process		
अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
		उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
मनुष्य		
वीन		प्रश्नोत्तर विधि
सिपलाई में		
कृषि की		
सभी हाथों द्वारा		कथन विधि
सुनने पूर्वक		

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
		विकाससमक प्रश्न:-
दृष्टी में बौद्ध एवं चिन्तन शक्ति का विकास करना		1) आपसे बाल के बदन यदि हल जाती है/रों उसे कौन लगाता है। 2) सिलाई कला किस तरह है।
		स्पष्टीकरण:-
सिलाई कला में बानसारी हना		दृष्टी को सिलाई कला के बारे में जानकारी हना। अनुसार काल का उसे धारण हवारा हाथ सभवा मशीन पर जोडना ही सिलाई कला है।
		विकाससमक प्रश्न
दृष्टी में बौद्ध व चिन्तन शक्ति का विकास करना		1) कपडे को सिलाई कौन करता है। 2) सिलाई करने के लिए माप लेने की किलनी विधियां हैं।

अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियां Real Learning Outcomes (RLOs)
दृष्टी	प्रश्नोत्तर विधि	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
आपसे उलर		
सभी छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं,	व्याख्यान विधि	मूल्यांकन प्रश्न 1) कपडे को पहनने पर उपलब्ध क्या कम है। जाली है। सुंदरता
दृष्टी		
मौन	प्रश्नोत्तर विधि	

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
	दाएँ में बौद्ध एवं चिन्तन शक्ति का विकास करना	विकासक्रमिक प्रश्न:- 1) आपके राई के बलम यदि टूट जाती है/तो उसे कौन लगाता है। 2) सिलार कला किस तरह है।
	सिलार कला में ध्यानकारी होना	स्पष्टीकरण:- 1) सिलार कला का मापने अनभार काल का उसे सुरक्षा धारा द्वारा हाथ सधवा मशीन से जोड़ना है। सिलार कला है।
	दाएँ में बौद्ध व चिन्तन शक्ति का विकास करना	विकासक्रमिक प्रश्न:- 1) कुपडे को सिलार कौन करता है। 2) सिलार करने के लिए आप लेने की कितनी विधियाँ हैं।

अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
दृष्टी	प्रश्नोत्तर विधि	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
आपस में उल्लेख		
सभी हाथ ध्यानपूर्वक (सुनते हैं)	व्याख्यान विधि	सूत्रांकन प्रश्न फोटो कुपडे पहनने पर उल्लेख क्या कम है। जाली है। सुंदरता
दृष्टी		
प्रश्नोत्तर विधि		

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
सिलार्ड की विधि	हाथों से सिलार्ड की विधि को बारी में बताना	स्पष्टीकरण :- नाप लेने के लिए दो विधियों का प्रयोग किया जाता है। ① प्रत्यक्ष नाप इस विधि में शरीर के अंगों की नाप रूचीलेप से ली जाती है। अप्रत्यक्ष व वक्ष या नाप की सीट से नाप लेना इस विधि से किसी व्यक्ति के पक्ष या सीट की नाप से ही नाप ली जाती है।
	हाथों में बंधे हुए चिन्तन शक्ति की विकास करना	विकासप्रामुख फ़रना ① कपड़े की सिलार्ड किससे ली जाती है। ② सिलार्ड के और कौन से उपयोग हैं।

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
सभी छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	मूल्यांकन फ़रना ① नाप लेने की कौन से दो विधियाँ होती हैं। ② प्रत्यक्ष ③ अप्रत्यक्ष
① सिलार्ड मशीन से प्रश्नोत्तर विधि		
② अप्रत्यक्ष उत्तर		

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्वज्ञान	पूर्वज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना	<p>प्रस्तावना प्रश्न -</p> <p>मनुष्य के जीवन रहने के लिए क्या चीजें आवश्यक हैं ?</p> <p>जल के स्त्रोत क्या हैं ?</p> <p>जल को पानी के रूप में पीते हैं ?</p> <p>जल में गंदगी के कारण कौन सा प्रदूषण होता है ?</p>
हालांकि को विषय-वस्तु से अकारण करना		<p>उद्देश्य कथन -</p> <p>बच्चों आज हम लोग जल प्रदूषण नियंत्रण का विस्तृत अध्ययन करेंगे।</p>

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
<p>श्रीजन जल तथा वायु</p> <p>नादियाँ, ललाब, कुत्ता नल आदि</p> <p>गन्दा होता है।</p> <p>आरपार उतर</p>	<p>प्रश्नोत्तर विधि</p>	
<p>सभी हाथ ध्यान</p> <p>पूर्वक प्रश्न</p>	<p>कथन विधि</p>	<p>मूल्यांकन प्रश्न</p> <p>जल के स्त्रोत</p> <p>बलाहल</p>

अंदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
	छात्रों में जांच रखने का चिन्तन शक्ति का विकास करना।	विकासात्मक प्रश्न :- 1. गाँव में परतुओं को फँसाने का कौशल क्या है। 2. प्रदूषण मुख्यतः पार प्रकार का होता है। जल प्रदूषण के बारे में बताओ। 3. दूषित पदार्थों के प्रभाव। 4. सूखा प्रदूषण।
	छात्रों में जांच रखने का चिन्तन शक्ति का विकास करना।	विकासात्मक प्रश्न :- 1. नदियों तालाबों का जल पीने योग्य क्यों नहीं है। 2. जल प्रदूषण किसे फल देता है।
	जल प्रदूषण के बारे में जांच रखने का चिन्तन शक्ति का विकास करना।	स्पष्टीकरण जल प्रदूषण का अर्थ है पानी में अवांछित तथा हानिकारक तत्वों की उपस्थिति से पानी का दूषित हो जाना जिससे कि वह पीने योग्य नहीं रहता।

प्रक्रिया Process		
अधिगम अनुभव Learning Experience		
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
सभी छात्रों का ध्यानपूर्वक सुनना।	व्याख्यान विधि।	मूल्यांकन प्रश्न।
		प्रदूषण मुख्यतः 4 प्रकार के होते हैं।
		जल प्रदूषण। 1. दूषित पदार्थों। 2. दूषित पदार्थों। 3. पायु प्रदूषण। 4. सूखा प्रदूषण।
गन्धों को गन्धों को गन्धों को		मूल्यांकन प्रश्न।
मौन		जल का रासायनिक सूत्र H ₂ O है।
सभी छात्रों का ध्यानपूर्वक सुनना।	व्याख्यान विधि।	3. H ₂ O

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
जल प्रदूषण के कारण	छात्री को जल प्रदूषण के कारणों के बारे में ज्ञान	विचारसामक प्रश्न 1. पूरे गाँव में घर की नालियाँ का जल कहाँ गिराया जाता है ? 2. जल प्रदूषण के क्या कारण हैं ?
	छात्री को नदियों व सवियों के बारे में जानकारी देना।	स्पष्टीकरण जल प्रदूषण के निम्नलिखित कारण हैं। 1. मानव मल का नदियों नहरों आदि में निक्षेपण। 2. स्फार्क तथा सीवर का उचित प्रबंध ना करना। 3. नदियों में लार्शों को प्रदूषित करना। 4. जंदा नाली, सीवरों के पानी का नदियों में छोड़ा जाना।
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कौशल का विकास करना।	श्यामपट्ट कार्य विश्व जल दिवस 22 मार्च को मनाया जाता है जिसका उद्देश्य जल संरक्षण एवं उसकी स्वच्छता के प्रति लोगों को जागरूक करना।
गृहकार्य	उत्तर जान की पुष्टि करना।	जल के प्रदूषित होने से बचाने के लिए क्या उपाय लेंगे ? छात्र श्यामपट्ट सभी छात्रों को उतारने को कहते हैं।

प्रक्रिया Process		
अधिगम अनुभव Learning Experience	छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
	पॉस्टर में	मूल्यांकन प्रश्न
	सभी छात्र	जल प्रदूषण किसे कहते हैं?
	सभी छात्र श्यामपट्ट सारांश से अपनी उत्तर पुस्तिका में उतारते हैं।	
	सभी छात्र गृहकार्य को अपनी उत्तर पुस्तिका में उतारते हैं।	लेखन विधि

Lesson No. 16

Subject ... श. ए. विज्ञान ...

Class & Section ... 7th

Date ... 6-8-23

School ... आकाश दीप चरित्रिक स्कूल रायसोन Period ... 3

UNIT पाषाण
TOPIC

MAJOR CONCEPTS
पाषाण का महान विज्ञान विषय के बारे में ज्ञान

कारण।
पाषाण में वैज्ञानिक व तार्किक शक्तियों का विकास

कारण।
पाषाण को स्वच्छता रखारथय महान उपनद्य आदि की जानकारी देना।

MINOR CONCEPTS
पाषाण का पाषाण रूप पाषाण से परिचित करना।
पाषाण का पाषाण के महान व उसकी उपयोगिता के बारे में जानकारी करना।

PREVIOUS KNOWLEDGE
पाषाण का पाषाण के बारे में जानकारी प्राप्त करना।
पाषाण का विभिन्न पाषाण तथा उनके महान की जानकारी प्राप्त होगी।

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पूर्व विज्ञान	पूर्व ज्ञान को नवीन ज्ञान से जोड़ना।	पुस्तक पढ़ना 1. पृथ्वी पर सबसे जागरूक प्राणी कौन है ? 2. मनुष्य जब बीमार होता है तो किसके पास जाता है ? 3. डॉक्टर क्या करते हैं ? 4. डॉक्टर दवा के साथ-साथ वैसा भीजन करने को कहते हैं ?
	छात्रों को विषय वस्तु से अवगत कराना।	उद्देश्य कथन :- बच्चे आज हम लोग पोषण नामक पाठ का विस्तृत अध्ययन करेंगे।
पोषण	छात्रों को पोषण के विषय में जानकारी देना।	पुस्तकीकरण :- पोषण का उत्तम उदाहरण के जीवन में महत्व स्थल है पोषण के द्वारा ही व्यक्ति स्वस्थ रहता है तथा उसका शारीरिक व मानसिक विकास ठीक प्रकार से होता है।

प्रक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
1. मनुष्य	प्रश्नोत्तर विधि	
2. डॉक्टर के पास।	"	
3. दवा देते हैं।	"	
4. असमर्थ उत्तर।	"	मूल्यांकन प्रश्न :-
सभी छात्र	कथन विधि	
ध्यानपूर्वक सुनते हैं।		
सभी छात्र	व्याख्यान विधि	
ध्यान पूर्वक सुनते हैं।		

अद्या Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
	छात्री में लीच एवं चिन्तन शक्ति का विकास करना।	विकासत्मक प्रश्न:- 1. भोजन के अलावा आप और क्या खाते हैं? 2. पोषण के बारे में आप क्या जानते हैं?
पोषण क्या है	छात्री को पोषण के बारे में जानकारी देना।	स्पष्टीकरण:- भोजन में पार जाने वाले पोषण तत्वों द्वारा शारीरिक आवश्यकताओं की पूर्ति करना। ही पोषण है। हमें प्रतिदिन भोजन में दाल, चावल, रोटी, सब्जी, फल एवं दूध रफ़ा विविध मात्रा में अवश्य लेना चाहिए।
	छात्री में लीच एवं चिन्तन शक्ति का विकास करना।	विकासत्मक प्रश्न:- 1. फल खाने से क्या फायदे हैं? 2. पोषक तत्व से क्या समझते हैं?

अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs) उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
दूध, फल, मांस - सब्जी आदि। असंगत उल्लेख।	" प्रश्नीकरण विधि	
सभी छात्र ध्यान पूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	प्रश्न:- पोषण के लिए हमें किन आहार पदार्थों को अवश्य खाने की उम्मीद करनी चाहिए?
असंगत उल्लेख।	प्रश्नीकरण विधि	भोजन करने का तरीका
असंगत उल्लेख (मौन)	" "	मूल्यांकन विधि

अदा Input अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	
पोषक तत्व	छात्रों को पोषक तत्व के बारे में जानकारी देना।	स्पष्टीकरण :- भोजन में विभिन्न प्रकार के पोषक तत्व पाए जाते हैं। ही भिन्न-भिन्न प्रकार की तरफ स्वस्थ रहता है।
		पोषक तत्व कार्य कारकों का है। शरीर को विकसित करने के लिए आवश्यक है। विटामिन एवं खनिज लवण से बचाव। ③ प्रोटीन - शरीर का विकास। ④ वसा - शरीर को ऊर्जा प्रदान करने के लिए। विकासत्मक प्रश्न :- आपको कौन से भोजन पसंद है या नहीं? पका भोजन? उबला भोजन? पकाकर खाने की जानकारी देना।
भोजन को पकाकर खाना	छात्रों को भोजन को पकाकर खाने की जानकारी देना।	उबला भोजन पकाकर खाने से क्या लाभ है?

प्रक्रिया Process अधिगम अनुभव Learning Experience		प्रदा Output वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
समीक्षा		मूल्यांकन
ध्यान		प्रश्न :- पोषक तत्वों के प्रकार
पूर्वक		अनाज - दाल, सब्जी - या फल
सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	बुद्धि मांस मछली आदि हैं।
पका भोजन	प्रश्नोत्तर विधि	मूल्यांकन प्रश्न
समीक्षा उत्तर	"	"

अदा Input		
अपेक्षित व्यवहार परिवर्तन Expected Behaviour Outcomes (EBOs)		
पाठ्य वस्तु (Content and items to be taught)	उद्देश्य एवं उनका विशिष्टीकरण Objective with Specifications in Behavioural Terms	शिक्षक क्रियाएँ Teachers Activities
	छात्रों को भोजन पकाने सम्बन्धित जानकारी देना।	स्फूर्तीकरण :- 1. पका भोजन खाने की निम्न फायदे हैं - स्वाद बढ़ाना 2. पचाने योग्य बनाना। 3. हानिकारक कीटाणु को नष्ट करना। भोजन पकाने से पूर्व ध्यान देने योग्य बातें - 1. साफ सफ़ी धोने के बाद पीठ 2. चूल्हा माँस सफ़ी पकाये। 3. भोजन पकाने से सम्बन्धित सभी सामग्री पारस में रखें।
श्यामपट्ट कार्य	लेखन कार्य का विकास करना।	श्यामपट्ट कार्य - भोजन पकाने से उत्पन्न कीटाणु नष्ट हो जाते हैं। छात्राध्यापक छात्रों से श्यामपट्ट कार्य उतारने के लिए कहते हैं।
गृह कार्य	उत्तर जान की पुष्टि करना।	गृह कार्य - माँस द्वारा काम करने वाले पक्षियों को भोज्य पदार्थों का नाम लिखकर लाना है। छात्राध्यापक छात्रों से सहाय्य उतारने के लिए कहते हैं।

प्राक्रिया Process		प्रदा Output
अधिगम अनुभव Learning Experience		वास्तविक अधिगम उपलब्धियाँ Real Learning Outcomes (RLOs)
छात्र क्रियाएँ Pupil Activities	तकनीकी एवं साधन Techniques and Aids	उद्देश्य केन्द्रित मूल्यांकन Objective based Evaluation
छात्र ध्यानपूर्वक सुनते हैं।	व्याख्यान विधि	प्रश्न - भोजन पकाने से नष्ट कीटाणु कीटाणु
सभी छात्र श्यामपट्ट कार्य अपनी उत्तर पुस्तिका में उतारते हैं।		
सभी छात्र गृहकार्य अपनी उत्तर पुस्तिका में उतारते हैं।	लेखन विधि	