

GOVT. D.B. GIRL'S P.G. AUTONOMOUS COLLAGE
RAIPUR (CHHATTISGARH)

FACULTY OF HOME SCIENCE

**SYLLABUS
OF
B.A.
PART I,II,III**

HOME SCIENCE

2020-21

Signature of Chairman

**Signature of Member
(Subject)**

B.A. (Home - Science)

PART – III

MARKING SCHEME

S.No.	Subject	Max. Marks	Min. Marks
(1)	HUMAN DEVELOPMENT	50	33
(2)	FOOD & NUTRITION	50	
	PRACTICAL	50	17

HOME SCIENCE

Paper – I

“HUMAN DEVELOPMENT”

(Pater Code - 0253)

UNIT – I

1. Development – meaning of child growth and development.
Defferent aspects of growth, principles of development,
factors affecting child development, heredily and
environment.
2. Stages of development
 1. Physiology of pregnancy
 2. Prenatal
 - (a) Reproductive system
 - (b) Prenatal development
 3. Infancy
 - (a) Early infancy
 - (b) Babyhood
 4. Childhood
 - (a) Early Childhood
 - (b) Late childhood
 5. Adolescence
 - (a) Early adolescence
 - (b) Late adolescence

- (II) Prenatal growth and development –

- (a) Sources of Studing prenatal life
- (b) Stages of growth prenatal and development.
- (c) Factors affection prenatal and development growth
 - (1) Mother's food
 - (2) Health of mother
 - (3) Narcotics
 - (4) Age of parents
 - (5) Effect of season
 - (6) Emotion of mother

UNIT – II

- 1. Effect of normal and scissoring delivery.
- 2. Adjustment of new environment .
 - (a) Temperature
 - (b) Respiration
 - (c) Food consumption
 - (d) Excretion
- 3. Physical development of infant.
 - (a) Physical proportion
 - (b) Height
 - (c) Weight

- (d) Pulse rate
 - (e) Respiration rate
 - (f) Body temperature
 - (g) Frequency of hunger
- 4. Sensory development of infant
 - (a) Light
 - (b) Sound
 - (c) Taste
 - (d) Smell
 - (e) Skin Sensitivity
- 5. Motor activity of infants.
 - (a) Mass activities
 - (b) Specific activities
 - (i) Reflex activities
 - (ii) Advantages of reflex action
- 6. Emotions of infants.
 - (a) Type of emotions
 - (b) Significance emotions
- 7. characteristics of infant behaviour.
 - (a) Dependency

(b) Individual difference

(c) Adjustment

UNIT – III

1. Childhood Adolescence
2. Factors affecting growth and development during childhood and adolescence.
3. Physical growth height weight body proportion teeth.
4. growth and development of internal organs (a) Nervous (b) Mental (c) Circulatory system (d) Digestive system (e) Respiratory system. (f) Tissues and muscles systems.
5. Development of motor abilities (i) Types of motor abilities (ii) importance and characteristics of motor abilities in childhood (iii) Development of motor skills Types of motor skills (iv) Delayed motor development.

UNIT – IV

6. Development of emotional behaviour-characteristics special emotions (affection anger, fear, jealousy and worries) factors affecting emotional behaviour.
7. Social development stages – (a) during infancy, (b) nursery school period (c) elementary school period (d) Factors affecting social development.

8. Development of intelligence Types according to throndyke, theories regarding intellegence.

UNIT – V

9. Play meaning of play, work and play theories of play characteristics of children's play types of play factors effecting play and importance of play.
10. Habits :
 1. Definition.
 2. Functions performed by habits.
 3. Habits and learning.
 4. Laws of habit formation – identical of laws of learning.
 5. Habit formation.
 - (a) Principles of habit formation.
 - (b) Bules for habit formation.
11. Children delinquency – Types causes and remedial measures.

द्वितीय – पेपर
आहार एवं पोषण विज्ञान
(पेपर कोड – 0254)

पूर्णांक : 50

यूनिट – 1 पोषण

1. पोषण की परिभाषा ।
2. कार्यों के आधार पर पौष्टिक तत्वों का वर्गीकरण ।
 - (अ) उष्मा प्रदान करने वाले कार्बोज, वसा ।
 - (ब) शरीर का निर्माण करने वाले – प्रोटीन, खनिज तत्व ।
 - (स) सुरक्षा व नियमन करने वाले जल, जीवन तत्व ।
3. कार्बोज – परिभाषा, कार्य पाचन, अभिपोषण, चयापचय, रक्त शर्करा स्तर व इसके नियमन अधिकता का प्रभाव प्राप्ति का साधन एवं दैनिक आवश्यकता ।
4. वसा – परिभाषा, कार्य वर्गीकरण, पाचन, अभिशोषण, चयापचय, संतृप्त वसीय अम्ल आवश्यक वसीय, अम्ल, कोलेस्टेरॉल कमी व अधिकता के प्रभाव एवं दैनिक आवश्यकता ।
5. प्रोटीन – परिभाषा, कार्य, वर्गीकरण, पाचन, अभिपोषण, चयापचय, नाइट्रोजन संतुलन, प्रोटीन का जैविक मूल्य, प्रोटीन का पूरक मूल्य, प्रोटीन व कैलोरी कुपोषण, प्राप्ति के साधन एवं दैनिक आवश्यकता ।
6. खनिज तत्व – सामान्य वर्गीकरण व कार्य, कार्य, अभिपोषण को प्रभावित करने वाले तत्व कमी व अधिकता के प्रभाव, साधन (कैल्शियम, फास्फोरस, लौहलवण, आयोडीन सोडियम व क्लोराईड)
7. विटामिन्स – (जीव तत्व) सामान्य वर्गीकरण व कार्य, कमी व अधिकता के प्रभाव, प्राप्ति के साधन (जीवन सत्व ए.बी.सी.डी.ई. के)
8. जल – सामान्य कार्य, जल का संतुलन अधिकता के प्रभाव व निर्जलीयकरण ।

यूनिट – 2 आहार

1. आहार का वर्गीकरण व कार्य आधोरीय चार – भोज्य समूह व साहत भोज्य समूल ।
2. अनाज – प्रकार, रचना, संगठन पकाने सेपहले की प्रक्रिया – मौलिंग, पालिसिंग, पारवाईलिंग, फनोरिंग ।
3. दालें – प्रकार संलग्न, अंकुरण व खमीरीकरण के प्रभाव
4. दूध – प्रकार, संगठन, दूध से बने पदार्थ – दही, मक्खन, चीज आदि पश्चयुराईलेशन एवम् होमोजीनाइजेशन ।
5. फल व सब्जियों – वर्गीकरण, संगठन, वर्णक, प्रोटीन का महत्व परिपक्व होने की प्रक्रिया ।
6. अण्डा – संगठन, पकाने का प्रभाव ।
7. मांस मठली, पोल्ट्री – संगठन, पकाने से होने वाले परिवर्तन ।
8. शक्कर गुड़, शहद – संगठन, प्रकार, विधियों में उपयोग ।
9. पेय पदार्थ – वर्गीकरण, पोषण की दृष्टि से महत्व, अत्याधिक उपयोग का प्रभाव ।
10. मसाले – प्रकार, संगठन, पोषण की दृष्टि से महत्व ।

यूनिट – 3

1. खाद्य संरक्षण – उद्देश्य, विधियां, घरेलू संरक्षण, औद्योगिक संरक्षण ।
2. खाद्य पदार्थों में सड़द – कारण, पहचान, उपचारात्मक विधियां ।
3. भोज्य विषाक्ता – कारण, प्रकार, पहचान, उपचारात्मक तरीके ।
4. खाद्य मिलावट – आवश्यकता, प्रकार महत्वपूर्ण मिलावटी पदार्थ, मिलावटी पदार्थ को पहचानने की सरल विधियां ।
5. आहार, स्वास्थ्य व स्वच्छता – प्रकार, उपचारात्मक तरीके ।
6. खाद्य संग्रहण – आवश्यकता, प्रकार, उपयोग में होने वाले महत्वपूर्ण रसायन ।

यूनिट - 4 आहार नियोजन

1. महत्व - आहार नियोजन के सिद्धांत प्रतिदिन की निर्धारित मात्रा (आर.डी.ए.) आहार आयोजन को प्रभावित करने वाले तत्व समय शक्ति बचाने वाले आहार का आयोजन करना।

(अ) पहले से योजना बनाना।

(ब) क्रय करने की योजना।

(स) सरल आहार तालिका।

आर्थिक स्तर के आधार पर आहार का आयोजन करना। चुनाव संग्रहण पूरक पदार्थों का उपयोग बचे खाद्य पदार्थों का उपयोग।

2. शिशु विभिन्न आयु में पौष्टिक तत्व व खाद्य पदार्थों की आवश्यकता आहार माता का दूध, फार्मूला फीडिंग।
3. बालक का पोषण - आयु समूह की विशेषताएँ, पौष्टिक तत्व एवं आहार की आवश्यकता, शारुलेय, आहार कार्यक्रम प्रकार, महत्व, कीमत, पोषण स्तर, आहारोपलब्ध व लक्षण, परीक्षण शरीर मापन विधियाँ।
4. गर्भावस्था व छान्नीवस्था में पोषण - शारीरिक परिवर्तन, पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता, असामान्य परिस्थितियाँ।

यूनिट - 5 उपचारात्मक पोषण - परिभाषा

सामान्य आहार परिवर्तन - तरलता, पौष्टिक तत्व, गंध की उपस्थिति अनुपस्थिति कुछ खाद्य पदार्थों का सम्मिलित न करना।

चयापचयी रोग -

1. मधुमेह - परिभाषा, लक्षण, कारण, इन्सुलेशन के प्रकार, आहार का प्रभाव, हाईपोग्लोसेमिक दवाईयाँ मधुमेह में असामान्य स्थितियाँ, मधुमेह व गर्भवस्था, मधुमेह व बाल्यावस्था।

2. अधिक वनज/कम वनज — परिभाषा, कारण, उपचारात्क तरीके, असामान्य स्थितियाँ।

पौष्टिक तत्वों की कमी होने वाले रोग।

1. रक्तहीन — प्रकार, कारण पहचान, आहार।
2. ए-विटामीनोसिस — प्रकार कारण उपचार।
3. प्रोटीन कैलोरी कुपोषण — कारण उपचारात्मक तरीके।

रोग जिसमें आहारीय चिकित्सा सम्मिलित है —

1. यकृत के रोग — प्रकार, कारण, आहार (पौष्टिक, तत्वों की आवश्यकता)
 1. पौष्टिक अल्सर — कारण, लक्षण, आहार (पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता)
 2. अपचर — कारण, पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता।
 3. अतिसार — प्रकार, कारण, आहार।
 4. कब्ज — प्रकार, कारण, आहार।

1. अनाज — दालें, अण्डा, दूध, मेवे, सब्जियाँ, फलों के उपयोग तैयार करना, हर भोज्य पदार्थ की कोई भी तीन पात्र विधियों के प्रायोगिक रिकार्ड बुक में लिखना। कैलोरी एवं प्रोटीन की गणना।
2. आहार आयोजन —
 - (अ) गर्भवती महिला
 - (ब) कब्ज की स्थिति
 - (स) मधुमेह रोग
 - (द) अधिक वजन की स्थिति।
3. विभिन्न आर्थिक स्थिति में आहार योजना।
4. खाद्य संरक्षण कोई भी चार पाक विधि से बनायी जाये।
5. सम्पूर्ण भोजन — आयोजन, गणना।
6. व्यक्तित्व मापन विधि
7. बुद्धियापन विधि

प्रायोगिक परीक्षा अंकों का विभाजन

सेशनल	10
योजना	10
तैयारी	10
गणना	10
मौखिक प्रश्न	10
कुल अंक	50

REFERENCES BOOKS

Normal & Therapeutic Nutrition.

1. C.H. Robinson - Noraml & Therapetic Nutrition
2. F.P. Anita - Clinical Nutrition & Dietetics.
3. M.Swaminathan - Essentialqs of Nutrition Vol I&II
4. P. Rajalaxmi - Applied Nutrition
5. C. Gopalan – etal - The Nutrition value of indian Food, ICHR. 1991
6. Mangode Konge - Normal & Therapeutic Nutrition (In Hindi).
7. Jyoti Kulkarni - Noraml & therapentic Nutrition
8. Geeta Pushpa Shaw -
9. Kreuse M.N. - Food Nutrition & Diet Tharapy.
10. आहार एवं पोषण विज्ञान — डॉ. अरुणा पल्टा, शिव प्रकाशन, इन्दौर
11. खाद्य परिरक्षण — डॉ. अमिता सहगल, शिवा प्रकाशन, इन्दौर।

APPROVED BY THE BOARD OF STUDIES

Name	In the capacity of chairman	
Chairman Dr. J.R. Tiwari		
1. Dr. Rekha Lilhare	2. Dr. Aruna Palta	3. Dr. Minakshi Saxena
Subject Expert (Principal)		
1. Dr. Varsha Raghuwanshi	2. Dr. S.Sen	3. Dr. Abha Tiwari
Member of the Department		
1. Dr. Rashmi Minj	2. Dr. Maya Thakur	3. Dr. Vasu Verma
4. Dr. Anubha Jha	5. Dr. Abhaya R. Joglekar	6. Ms. Manju Shrivastava
7. Dr, Shipra Banerjee	8. Dr. Alka Verma	9. Dr, Rekha Diwan
10. Dr. Deepali Rao		