Academic Session 2022-23

कक्षा – 8

विषय – गृह विज्ञान

पुस्तक का नाम– सुगंधा

मास	विषयवस्तु	अधिगम उपलब्धियाँ
अप्रैल, 2022	1. भोजन के पोषक तत्त्व	पोषक तत्वों के कार्य, व स्त्रोतों की व्याख्या करते हैं। स्वास्थ्य तथा पोषक तत्वों की कमी व अधिकता में संबद्धता स्थापित करते हैं।
	2. संतुलित आहार	अच्छे स्वास्थ्य के लिए संतुलित आहार के विषय में तार्किक विवेचना एवं विस्तृत वर्णन करते हैं।
मई, 2022	3. व्यक्तिगत स्वास्थ्य एवं स्वच्छता	अच्छे स्वास्थ्य तथा व्यक्तिगत एवं आस–पास की स्वच्छता में संबंधता स्थापित करते हैं।
	4. खाद्य पदार्थों का संग्रहण	खाद्य पदार्थों को संग्रह करने के तरीकों को सीखते हैं तथा उनको संग्रह करने के लाभ के प्रति जागरूक होते हैं।
जून, 2022	**Summer Vacations from 1st June 2022 to 30th June, 2022**	
जुलाई, 2022	5. खाद्य पदार्थों का संरक्षण	भोजन के खराब होने के कारणों पर चर्चा एवं टिप्पणी करते हैं। भोजन को सुरक्षित रखने की विधियों की व्याख्या करते हैं।
	6. रोगी का आहार	रोग के अनुसार दिए जाने वाले उचित आहार की तार्किक विवेचना करता हैं।
	1stStudent Assessment Test in the last week of July, 2022	

अगस्त, 2022	7. सलाद, सूप व डेजर्ट	सलाद, सूप व डेजर्ट बनाने की विभिन्न विधियाँ सीखते हैं।
	8. कैसा हो रसोईघर	रसोईघर की व्यवस्था, साफ–सफाई, आकार एवं आवश्यकता का विस्तृत वर्णन करते हैं।
सितम्बर, 2022	9. मेज़ सज्जा	भोजन परोसने की विधियों व मेज़ सजाने के तरीकों को सीखते हैं।
	10. महकती सुंदरता	आवश्यक सामग्री के उपयोग से विभिन्न प्रकार के फूलों से पुष्प सज्जा की विभिन्न विधियाँ सीखते हैं।
अक्तूबर ,2022	11. हमारा व्यवहार	परिवार, विद्यालय व समाज के सदस्यों के प्रति उचित व्यवहार के महत्त्व पर तार्किक चर्चा करते हैं।
	12. दैनिक जीवन में प्रबंधन	समय प्रबंधन के महत्त्व को समझकर उसे दैनिक जीवन में समायोजित करते हैं।
	2nd Student Assessment Test in the last week of October, 2022	
नवम्बर, 2022	13. वस्त्रों का चयन	अवसरों, मौसम, व्यवसाय, आयु के अनुसार व वस्त्रों के चयन में संबद्धता स्थापित करते हैं।
	14. धब्बे छुड़ाना	धब्बों के प्रकार को पहचानकर उन्हें छुड़ाने की विभिन्न विधियाँ सीखते हैं।
दिसम्बर ,2022	15. ऊनी वस्त्रों की धुलाई व संभाल	ऊनी वस्त्रों की धुलाई की उचित प्रक्रिया सीखते है। कपड़ों के ठीक रख–रखाव के उपाय सुझाते हैं।
	16. कटाई व सिलाई के उपकरण	कटाई व सिलाई के विभिन्न उपकरणों को पहचानते हैं। सिलाई मशीन का

		उपयोग व उचित रख–रखाव करना सीखते हैं।
जनवरी, 2023	**Winter Braek from 1st january to 15th January, 2023**	
	17. कपड़ो की सज्जा	सामान्य वस्त्रों को आकर्षक बनाने में सहायक विभिन्न तरीके सुझाते हैं।
	3rd Student Assessment Test in the last week of January, 2023	
फरवरी, 2023	18. संक्रामक एवं जीवन शैली रोग	संक्रामक रोगों के फैलने के कारण व उनसे बचने के उपायों की तर्क आधारित व्याख्या करते हैं।
	19. कीटाणुनाशक	विसंक्रमण के लिए उपयोग होने वाले कीटाणुनाशकों का वर्णन करते हैं।
मार्च,2023	दोहराई	
	Annual Assessment in the third week of March, 2023	