aglasem.com

FOR UTTARAKHAND CLASS 10 PREPARATION

Uttarakhand Board Class 10 Syllabus 2027 Home Science

EXAM	YEAR	TYPE	SUBJECT
Uttarakhand Class 10	2027	Syllabus	Home Science

2026-2027

कक्षा– 10

THEORY : 70 Marks **Time : 3.00 Hrs.**

प्रथम इकाई – बाल विकास एवं वृद्धि : अर्थ, सिद्धांत एवं आवश्यकताएँ **10**

1. बाल विकास एवं वृद्धि : अर्थ एवं सिद्धांत
2. शैशवावस्था (जन्म से 3 वर्ष) में विकास
3. बच्चों की शारीरिक, सामाजिक तथा संवेगात्मक आवश्यकताएँ

द्वितीय इकाई – शिशु के विकास में विभिन्न साधनों की भूमिका **04**

4. शिशु के विकास में विभिन्न साधनों की भूमिका

तृतीय इकाई – खेल : अर्थ **05**

5. खेल : अर्थ, आवश्यकता तथा प्रकार

चतुर्थ इकाई – पोषण संबंधी विकार **05**

6. पोषण संबंधी विकार

पंचम इकाई – आहार–नियोजन **06**

7. आहार नियोजन : अर्थ, आवश्यकता तथा कारक
8. आहार–समूह तथा प्रस्तावित आहारीय मात्रा

षष्ठ इकाई – खाद्य स्वच्छता तथा आहार संग्रह की विधियाँ **05**

9. खाद्य स्वच्छता
10. आहार संग्रह की विधियाँ

सप्तम इकाई – परिवार को उपलब्ध साधन **06**

11. परिवार को उपलब्ध साधन

अष्टम इकाई – धन–प्रबंधन **06**

12. धन प्रबंधन

नवम इकाई – उपभोक्ता शिक्षा **06**

13. उपभोक्ता के अधिकार तथा उत्तरदायित्व
14. उपभोक्ता की समस्याएँ एवं संरक्षण

दशम इकाई – वस्त्रों की देखरेख **12**

15. वस्त्रों की सफाई तथा परिसज्जा के कारक
16. वस्त्रों से दाग–धब्बे छुड़ाना
17. वस्त्रों की धुलाई तथा संग्रह

एकादश इकाई – परिधान की गुणवत्ता की जाँच **05**

18. परिधान की गुणवत्ता की जाँच

PRACTICAL : 30 Marks

क्र0सं0	प्रयोगात्मक भाग हेतु मूल्यांकन बिन्दु	कुल अंक
1	0–3 वर्ष तक के बच्चों के शारीरिक व क्रियात्मक लक्षणों के सम्बन्ध में प्रेक्षण, 1–3 वर्ष तक के बच्चों में खेलों के क्रिया कलाप, उनका खेलों से लगाव और खेल सामग्री का प्रेक्षण तथा बच्चों के लिए उपयुक्त खेल सामग्री का निर्माण हेतु एक प्रोजेक्ट का निर्माण।	10
2	पाक क्रिया व सिलाई के एक–एक प्रयोग (कुल दो प्रयोग)।	10
3	सत्रीय कार्य	05
4	सतत मूल्यांकन (इकाई परीक्षा)*	05
	कुल योग	**30**

aglasem.com For more Question Papers, Sample Papers, Notes & Syllabus visit aglasem.com Page 1 of 2

***सतत मूल्यांकन (इकाई परीक्षा) (CONTINUOUS ASSESSMENT- UNIT TEST)**

कक्षा 9– सत्र में कुल 04 इकाई परीक्षायें होंगी (02 इकाई परीक्षायें अर्द्धवार्षिक परीक्षा से पूर्व तथा 02 अर्द्धवार्षिक परीक्षा के उपरान्त)। अर्द्धवार्षिक परीक्षा के परीक्षाफल निर्माण हेतु प्रथम दो इकाई परीक्षाओं (प्रथम व द्वितीय) में से अधिक प्राप्तांक वाली इकाई परीक्षा के अंक लिये जायेंगे तथा इन अंकों को 05 के भारांक में परिवर्तित किया जायेगा। इसी प्रकार वार्षिक परीक्षा के परीक्षाफल निर्माण हेतु अन्तिम दो इकाई परीक्षाओं (तृतीय व चतुर्थ) में से अधिक प्राप्तांक वाली इकाई परीक्षा के अंक लेकर इन अंकों को 05 के भारांक में परिवर्तित किया जायेगा।

कक्षा 10– सत्र में कुल 03 इकाई परीक्षायें (02 इकाई परीक्षायें अर्द्धवार्षिक परीक्षा से पूर्व तथा 01 अर्द्धवार्षिक परीक्षा के उपरान्त) तथा 01 प्री–बोर्ड परीक्षा होगी। अर्द्धवार्षिक परीक्षा के परीक्षाफल निर्माण हेतु प्रथम दो इकाई परीक्षाओं (प्रथम व द्वितीय) में से अधिक प्राप्तांक वाली इकाई परीक्षा के अंक लिये जायेंगे तथा इन अंकों को 05 के भारांक में परिवर्तित किया जायेगा। परिषदीय परीक्षा के आन्तरिक मूल्यांकन हेतु तीन इकाई परीक्षाओं में से सर्वाधिक प्राप्तांक वाली इकाई परीक्षा के अंक लेकर इन अंकों को 05 के भारांक में परिवर्तित किया जायेगा।

*****

aglasem.com For more Question Papers, Sample Papers, Notes & Syllabus visit aglasem.com