

**B.A. 2<sup>nd</sup> Year Home Science (बी. ए. द्वितीय वर्ष गृह विज्ञान)**

**Practical Code: HSC 203**

**Paper 1: Food and Nutrition (आहार एवं पोषण)**

**PRACTICAL:**

Practical 1: To detect common adulterant present in food stuffs

Practical 2: Do meal planning for various age groups.

Practical 3: Prepare balanced diet for various age groups.

Practical 4: Prepare few recipes using traditional cooking methods for children, adult and old age person.

Practical 5: Prepare few nutritious recipes using modern cooking methods for children, adult and old age person.

Practical 6: Give method demonstration of some nutritious recipe for infant and preschoolers.

Practical 7: Prepare one recipe using food enrichment techniques.

**प्रयोगात्मक कार्य:**

प्रयोग १: खाद्य पदार्थों में सामान्य मिलावटी वस्तुओं की पहचान कीजिए।

प्रयोग २: विभिन्न आयु वर्गों हेतु आहार नियोजन कीजिए।

प्रयोग ३: विभिन्न आयु वर्गों हेतु संतुलित आहार बनाइए।

प्रयोग ४: भोजन तैयार करने के पारम्परिक तरीकों का प्रयोग कर बच्चों, वयस्कों तथा वृद्धों के लिए कुछ व्यंजन तैयार कीजिए।

प्रयोग ५: भोजन तैयार करने के आधुनिक तरीकों का प्रयोग कर बच्चों, वयस्कों तथा वृद्धों के लिए कुछ पोषक व्यंजन तैयार कीजिए।

प्रयोग ६: शिशुओं तथा शालापूर्व बच्चों के लिए कुछ पोषक व्यंजनों का विधि प्रदर्शन कीजिए।

प्रयोग ७: खाद्य संवर्धन तकनीकों का प्रयोग कर एक व्यंजन तैयार कीजिए।

**Paper 2: Extension Education (प्रसार शिक्षा)**

**PRACTICAL**

Practical 1: Prepare at least five teaching aids, at least one should be selected from each projected (poster, chart, flashcard, puppet, flannel graph, model, graph, map) and non-projected aids (transparencies, slide with power point presentation).

Practical 2: Prepare a radio talk in regard to women development programs.

Practical 3: Prepare one poster/chart on environmental/ personal hygiene and sanitation.

Practical 4: Development of proforma for conducting village and household survey.

Practical 5: Development of survey schedules for obtaining demographic information on village and profile of household.

### प्रयोगात्मक कार्य

प्रयोग १ : कोई पांच शिक्षण सामग्रियाँ तैयार कीजिए जिनमें से कम से कम एक नान प्रोजेक्टेड या गैर प्रक्षेपित दृश्य सामग्री (पोस्टर, चार्ट, फ्लैशकार्ड, कठपुतली, फ्लैनल ग्राफ, मॉडल, ग्राफ, मानचित्र) तथा एक प्रोजेक्टेड या प्रक्षेपित दृश्य सामग्री (ट्रांसपेरेंसी, पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन) से चयनित किया जाना चाहिए।

प्रयोग २ : महिला विकास कार्यक्रमों के संबंध में एक रेडियो टॉक तैयार कीजिए।

प्रयोग ३ : पर्यावरणीय / व्यक्तिगत स्वच्छता और साफ सफाई पर एक पोस्टर / चार्ट तैयार कीजिए।

प्रयोग ४ : गांव और घरेलू सर्वेक्षण करने के लिए एक फार्म तैयार कीजिए।

प्रयोग ५ : गांव की जनसंख्या तथा घर के विवरण सम्बंधित जानकारी प्राप्त करने के लिए सर्वेक्षण कार्यक्रम बनाइये।