

BA (HOME SCIENCE)

Year	Course Code	Subject Name	Theory / Practical	Total Credit	Marks	
Theory First Year					Max	Min
	BA HSC-1T	Home Science paper-1 (Anatomy Physiology and Hygiene)	Theory	4	50	17
	BA HSC-2T	Home Science paper-2 (Extension Education)	Theory	4	50	17
	BA HSC -1P	Home Science Practical-1	Practical	2	50	17
Second Year	BA HSC -3T	Home Science paper-3 (वस्त्र विज्ञान)	Theory	4	50	17
	BA HSC 4T	Home Science paper-4 (गृह प्रबंध)	Theory	4	50	17
	BA HSC 2P	Home Science Practical-2	Practical	2	50	17
Third Year	BA HSC -5T	Home Science paper-5 (Human Development)	Theory	4	50	17
	BA HSC -6T	Home Science paper-6 (आहार एवं पोषण)	Theory	4	50	17
	BA HSC -3P	Home Science Practical-3	Practical	2	50	17
		Total (I+II+III)		30	450	

Part A: Introduction			
Program: Degree Course		Class: B.A. III Year	Year: 2022 Session: 2022-2023
1	Course Code	BAHSC-5T	
2	Course Title	Home Science- Paper 5 (Human Development)	
3	Course Type	Theory	
4	Pre-requisite (if any)	NO	
5	Course Learning Outcomes (CLO)	At the end of this course, the students will be enable to: • To understand Basic Knowledge of Development. • To understand Basic Knowledge of Development in various stages of age. • To understand Basic knowledge of factors affecting growth & Development. • To understand Basic knowledge of Prenatal & Post natal growth. • To understand Basic knowledge of Physical, Emotional and social development.	
6	Credit Value	Theory:4	
7	Total Marks	Max. Marks: 50	Min Passing Marks: 17

Part B: Content of the Course		
Total Periods: 60		
Unit	Topics	No. of Periods
I	Development: meaning of child growth and development. Different aspects of growth, principles of development, factors affecting child development, heredity and environment. Stages of development : Physiology of pregnancy Prenatal:(a)Reproductive system (b)Prenatal development Infancy :(a) Early infancy (b) Babyhood Childhood: (a) Early childhood (b) Late childhood Adolescence:(a) Early adolescence (b) Late adolescence Prenatal growth and development : (a)Sources of studying prenatal life, (b)Stages of growth prenatal and development, (c)Factors affecting prenatal development and growth- Mother's food, Health of mother, Narcotics, Age of parents, Effect of season, Emotion of mother.	12
II	Effect of normal and caesarean delivery: Adjustment to new environment: Temperature, Respiration, Food consumption, Excretion. Physical development of infant: Physical proportion, Height, Weight, Pulse rate, Respiration rate, Body temperature, Frequency of hunger. Sensory development of infant: Light, Sound, Taste, Smell, Skin	12

	sensitivity. Motor activity of infants: Mass activities, Specific activities: Reflex activities, Advantages of reflex action. Emotions of infants: Types of emotions, Significance of emotions. Characteristics of infant behavior: Dependency, Individual difference, Adjustment.	
III	Childhood : Adolescence: Characteristics of this stage., Factors affecting growth and development during childhood and adolescence., Physical growth height, weight, body proportion, teeth, Growth and development of internal organs:(a) Nervous (b) Mental (c) Circulatory system (d) Digestive system, (e) Respiratory system (f) Tissues and muscles systems. 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.	12
IV	Development of emotional behavior: characteristics special emotions (affection, anger, fear, jealousy and worries) factors affecting emotional behavior. Social developments stages: (a) during infancy, (b) nursery school period (c) elementary school period (d) Factor affecting social development. Development of intelligence: Types according to Thorndike, theories regarding intelligence.	12
V	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: Habits: Definition, Functions performed by habits, Habits and learning, Laws of habit formation: Identical to laws of learning. Habit formation: Principles of habit formation, Rules for habit formation. Child delinquency: Types causes and remedial measures.	12
Keywords: Development: meaning of child growth and development. Different aspects of growth, principles of Development, factors affecting child development, heredity and environment. Pre natal, Post natal growth, Emotional development, Social Development.		

Part C: Learning Resources	
Text Books. Reference Books, Other Resources	
Suggested Readings: 1. The Development of Children- Cynthia Lightfoot, 1st Edition, MACMILLAN. 2. Human Development- Srivatava Sushila, 1st Edition, S Chand & Company. 3. Human Resource Development- Siddhant Memon, 3rd Edition, INFINITY ENGINEERING ACADEMY. 4. Foundation of Human Development- Asha Singh, 1st Edition, The Orient Blackswan. 5. Human Development- Carol K. Sigelman, 1st Edition, Cengage Learning India Private Limited. 6. Human Development- Diane Papalia, 11th Edition, McGraw-Hill Education.	

7. Human Resource Development- Randy L. DeSimone, 6th Edition, Cengage Learning India Private Limited.

E-Learning Sources:

1. खेल एवं विकास
<https://youtu.be/dXMRB97r57E>
2. बाल विकास में खेल और काम में अन्तर
<https://youtu.be/FANhL3AdksE>
3. संवेगात्मक विकास
<https://youtu.be/EFxIkCpedlg>
4. विभिन्न अवस्थाओं में क्रियात्मक विकास
<https://youtu.be/v9Zra08uS9Q>
5. Stages of development infancy babyhood ,earl childhood late childhood adolescence adulthood old age
<https://youtu.be/2fgDs8SgpY8>
6. जीन पियाजे के सिद्धांत
<https://youtu.be/gnlkUzdWV0Y>
7. POCSO,PCPNDT CARA GAWA!!FOR WOMEN AND CHILDREN
<https://youtu.be/aL6tEqkbD64>
8. Psycho sexual theory by Freud (child development)
<https://youtu.be/Y7jyaURVJuM>
9. बाल्यावस्था में होने वाले क्रियात्मक विकास
<https://youtu.be/1Fy-FJY4WhY>
10. **Child Development -Reflex Action-Moro, rooting, palmer, grasp reflex in Infancy Stage**
<https://youtu.be/BU52UO5Si1o>
11. गर्भावस्था की अवस्थाएं
<https://youtu.be/Idui61y1M5A>
12. शैशवावस्था की विशेषताएं
<https://youtu.be/JwhscommKQg>
13. कोलबर्ग की थ्योरी
<https://youtu.be/9AAV21IfTOY>
14. Piagets Cognitive development theory
<https://youtu.be/QRXOneFB0Qo>
15. Piaget's Cognitive development theory
<https://youtu.be/L9weWOrZzK4>
- psychosexual theory
<https://youtu.be/GSMNWoD45VA>
- फ्रायड की मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त
<https://youtu.be/ZgKrYH3HF34>

Part D:Assessment and Evaluation

Suggested Continuous Evaluation Methods:-

University Exam (UE): 50

आज दिनांक 31.05.2022 को केन्द्रीय अध्ययन मण्डल की मीटिंग गृहविज्ञान विभाग में आयोजित की गई जिसमें निम्नलिखित सदस्य उपस्थित हुए तथा विभिन्न गृहविज्ञान से संबंधित विषयों के पाठ्यक्रम संशोधित एवं अनुमोदित किये गये-

डॉ. सीमा मिश्रा, शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर

- अध्यक्ष,

डॉ. बबीता दुबे

- प्रतिनिधि, उच्च शिक्षा विभाग, नया रायपुर

डॉ. भारती सेठी, डॉ. खूबचंद बघेल शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, भिलाई-3, दुर्ग

- सदस्य

डॉ. संध्या वर्मा, शासकीय कला एवं वाणिज्य महावि. देवेन्द्र नगर, रायपुर

- सदस्य

डॉ. संध्या मदन मोहन, प्राचार्य, भिलाई महिला महाविद्यालय, भिलाई,

- सदस्य

एवं अध्यक्ष, अध्ययन मण्डल, हेमचंद्र यादव विश्वविद्यालय

डॉ. रश्मि मिंज, दूधाधारी महिला महावि. रायपुर

- सदस्य

डॉ. अल्का दुग्गल, वामन राव पाटनकर महिला महावि, दुर्ग

- सदस्य

डॉ. निशा श्रीवास्तव, होलीकास महिला महावि. अंबिकापुर

- सदस्य

डॉ. शिप्रा बनर्जी, दूधाधारी महिला महावि. रायपुर

- सदस्य

श्रीमती ममता आर. देव, शासकीय कमलादेवी राठी महिला स्नातको. महावि. राजनांदगांव छ.ग.

- सदस्य

सुश्री सुषमा घई, शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर

- सदस्य

डॉ. दीपाली राव, शासकीय घनश्याम सिंह गुप्त स्नातको. महावि, बालोद

- सदस्य

डॉ. अर्चना दीक्षित, शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर

- सदस्य

डॉ. शोभा महिस्वर, शासकीय माता शबरी महावि. बिलासपुर

- सदस्य

डॉ. वर्षा डोडिया, विषय विशेषज्ञ तथा शेष अन्य सदस्य अग्न लाइन
उपस्थित रहे,

Part A: Introduction			
Program: Degree Course		Class: B.A. III Year	Year: 2022 Session:2022-2023
1	Course Code	BAHSC-6T	
2	Course Title	Home Science- Paper 6 (आहार एवं पोषण)	
3	Course Type	Theory	
4	Pre-requisite(if any)	NO	
5	Course Learning Outcomes (CLO)	At the end of this course, the students will be enable to: • To understand Basic Knowledge of health & Nutrition. • To understand Basic knowledge of Food Groups. • To understand Basic knowledge of Excess & deficiencies of nutrients. • To understand Basic knowledge of Vitamins. • To understand Basic knowledge of Normal & Therapeutic nutrition.	
6	Credit Value	Theory: 4	
7	Total Marks	Max. Marks: 50	Min Passing Marks: 17

Part B: Content of the Course		
Total Periods: 60		
Unit	Topics	No. of Periods
I	पोषण: पोषण की परिभाषा, कार्यों के आधार पर पौष्टिक तत्वों का वर्गीकरण, उष्मा प्रदान करने वाले कार्बोज, वसा, शरीर का निर्माण करने वाला:प्रोटीन, खनिज तत्व, सुरक्षा व नियमन करने वाले जल, जीवन तत्व। कार्बोज: परिभाषा, कार्य पाचन, अभिपोषण, चयापचय,रक्त शर्करा स्तर व इसके नियमन अधिकता का प्रभाव प्राप्ति का साधन एवं दैनिक आवश्यकता। वसा: परिभाषा, कार्य, वर्गीकरण, पाचन, अभिशोषण, चयापचय, संतृप्त व असंतृप्त वसीय अम्ल, आवश्यक वसीय अम्ल, कोलेस्टोरॉल कमी व अधिकता के प्रभाव एवं दैनिक आवश्यकता। 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। खनिज तत्व: सामान्य वर्गीकरण व कार्य, कार्य, अभिपोषण को प्रभावित करने वालेतत्व कमी व अधिकता के प्रभाव, साधन (कैल्शियम, फास्फोरस, लौहलवण, आयोडीन सोडियम, व क्लोराईड) विटामिन्स: (जीवन तत्व) सामान्य वर्गीकरण व कार्य, कमी व अधिकता के प्रभाव,प्राप्ति के साधन, (जीवन सत्व ए.बी.सी.डी.ई.के)। जल:सामान्य कार्य, जल का संतुलन अधिकता के प्रभाव निर्जलीकरण।	12
	आहार: आहार का वर्गीकरण व कार्य, आधारीय चार-भोज्य समूह व स्रोत: भोज्य समूह अनाज: प्रकार, रचना, संगठन, पकाने से पहले की प्रक्रिया:मौलिंग,	12

II	पालिशिंग, पारवाईलिंग, फनोरिंग, पारचिंग, अनाज को उपयोग करने के विभिन्न तरीके, अनाज: ताप, क्षार, खमीरीकरण व ब्रीडिंग के प्रभाव। दालें: प्रकार, संलग्न, अंकुरण व खमीरीकरण के प्रभाव दूध: प्रकार, संगठन, दूध से बने पदार्थ: दही, मक्खन, चीज आदि पाश्चुराइलेशन एवम् होमोजीनाइजेशन। फल व सब्जियाँ: वर्गीकरण, संगठन, वर्णक, प्रोटीन का महत्व, परिपक्व होने की प्रक्रिया। अण्डा: संगठन, पकाने का प्रभाव मांस मछली, पोल्ट्री: संगठन, पकाने से होने वाले परिवर्तन। शक्कर, गुड़, शहद: संगठन, प्रकार, विधियों में उपयोग। पेय पदार्थ: वर्गीकरण, पोषण की दृष्टि से महत्व, अत्याधिक उपयोग का प्रभाव। मसाले: प्रकार, संगठन, पोषण की दृष्टि से महत्व।	
III	खाद्य संरक्षण: उद्देश्य, विधियाँ, घरेलू संरक्षण, औद्योगिक संरक्षण। खाद्य पदार्थों में सड़न: कारण, पहचान, उपचारात्मक विधियाँ भोज्य विषाक्तता: कारण, प्रकार, पहचान, उपचारात्मक तरीके खाद्य मिलावट: आवश्यकता, प्रकार, महत्वपूर्ण मिलावटी पदार्थ, मिलावटी , पदार्थों को पहचानने की सरल विधियाँ। खाद्य संग्रहण: आवश्यकता, प्रकार, उपयोग में होने वाले महत्वपूर्ण रसायन।	12
IV	आहार नियोजन: महत्व: आहार नियोजन के सिद्धांत प्रतिदिन की निर्धारित मात्रा (आर.डी.ए.) आहार आयोजन को प्रभावित करने वाले तत्व, शिशु में पौष्टिक तत्वों व खाद्य पदार्थों की आवश्यकता, आहार माता का दूध, फार्मूला फीडिंग। बालक का पोषण: आयु समूह की विशेषताएँ, पौष्टिक तत्व एवं आहार को आवश्यकता, शालेय आहार कार्यक्रम: प्रकार, महत्व। गर्भावस्था व छात्रीवस्था में पोषण: शारीरिक परिवर्तन, पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता, असामान्य परिस्थितियाँ। वृद्धावस्था में आहार एवम् पोषण: शारीरिक परिवर्तन, पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता। असामान्य स्थितियाँ।	12
V	उपचारात्मक पोषण: परिभाषा सामान्य आहार परिवर्तन चयापचयी रोग: मधुमेह: परिभाषा, लक्षण, कारण, इन्सुलेशन के प्रकार, आहारका प्रभाव, हाइपोग्लोसेमिक दवाईयाँ, मधुमेह में असामान्य स्थितियाँ, अधिक वजन/कम वजन: परिभाषा, कारण, उपचारात्मक तरीके। पौष्टिक तत्वों की कमी से होने वाले रोग: रक्तहीनता: प्रकार, कारण, पहचान, आहार, ए-विटामीनोसिस: प्रकार, कारण, उपचार। प्रोटीन कैलोरी कुपोषण: कारण, उपचारात्मक तरीके। रोग जिसमें आहारीय चिकित्सा सम्मिलित है: यकृत के रोग: प्रकार, कारण, आहार (पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता) पेप्टिक अल्सर: कारण, लक्षण, आहार (पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता) अपचन: कारण, पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता, अतिसार: प्रकार, कारण, आहार, कब्ज: प्रकार, कारण, आहार, उक्त रक्तचाप: कारण, आहार।	12
Keywords: पोषण कार्बोज वसा प्रोटीन खनिज तत्व कैल्शियम, फास्फोरस, लौहलवण, आयोडीन सोडियम, क्लोराईड विटामिन्स जल।		

Part C: Learning Resources

Text Books, Reference Books, Other Resources

Suggested Readings:

1. Normal & Therapeutic Nutrition- C.H. Robinson, 1st Edition, Collier Macmillan Ltd.
2. Normal & Therapeutic Nutrition- Robinson, 16th Revised Edition, Macmillan publisher.
3. Normal & Therapeutic Nutrition- Vipul Khetarpaul, 1st Edition, Generic publisher.
4. Foundations of Normal and Therapeutic Nutrition- T. Randall Lankford, 2nd Edition, Delmar Cengage Learning publisher.
5. Food Science- B Srilakshmi, 6th Edition, New Age International Publishers.
6. Nutrition Science- B Srilakshmi, 6th Edition, New Age International Publishers.

E-Learning Resource:

1. Carbohydrates

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/161547>
<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/carbohydrates/>

2. Protein

<https://www.britannica.com/science/protein>
www.youtube.com/watch?v=HSCUAjZQhXI

3. Fat

<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/fats-and-c>
<https://www.youtube.com/watch?v=QhUrc4BnPgg>

4. Nutrition Care Process

<https://youtu.be/4IMhVISEcxA>

5. Nutritional Management of Diabetes -2

<https://youtu.be/4iDi7fjSAGE>

6. Nutritional requirements during pregnancy

<https://youtu.be/o6s1jGdo7po>

7. Nutritional Management of Diabetes – 1

<https://youtu.be/FMZNmgmwXag>

8. Nutritional Management of infections

<https://youtu.be/B0vLIHvNxAY>

9. Nutritional Care During Fever -1

https://youtu.be/6EHdeYmq_ic

10. Nutritional Care - Celiac Disease and Lactose Intolerance

<https://youtu.be/DiNl31acMGc>

11. Nutritional Management of Hepatitis

<https://youtu.be/z34vP8uus5E>

12. Nutritional management Eating Disorders

https://youtu.be/79V_jHpMB3A

13. Management of Metabolic Syndrome

<https://youtu.be/GjSeaWcVpjI>

14. Management of Hypertension II

<https://youtu.be/eAonEBKWMhE>

15. Management of Food allergy & Intolerance- <https://youtu.be/JfZ4G0aF8DA>

Part D: Assessment and Evaluation

Suggested Continuous Evaluation Methods:-

University Exam (UE): 50

A handwritten signature in blue ink, consisting of a stylized 'h' followed by a checkmark-like flourish.

आज दिनांक 31.05.2022 को केन्द्रीय अध्ययन मण्डल की भीटिंग गृहविज्ञान विभाग में आयोजित की गई जिसमें निम्नलिखित सदस्य उपस्थित हुए तथा विभिन्न गृहविज्ञान से संबंधित विषयों के पाठ्यक्रम संशोधित एवं अनुमोदित किये गये-

डॉ. सीमा मिश्रा, शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर

- अध्यक्ष,

डॉ. बबीता दुबे

- प्रतिनिधि, उच्च शिक्षा विभाग, नया रायपुर

डॉ. भारती सेठी, डॉ. खूबचंद बघेल शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, गिलाई-3, दुर्ग

- सदस्य

डॉ. संध्या वर्मा, शासकीय कला एवं वाणिज्य महावि. देवेन्द्र नगर, रायपुर

- सदस्य

डॉ. संध्या मदन मोहन, प्राचार्य, गिलाई महिला महाविद्यालय, गिलाई,

- सदस्य

एवं अध्यक्ष, अध्ययन मण्डल, हेमचंद यादव विश्वविद्यालय

डॉ. रश्मि मिंज, दूधधारी महिला महावि. रायपुर

- सदस्य

डॉ. अल्का दुग्गल, वामन राय पाटनकर महिला महावि, दुर्ग

- सदस्य

डॉ. निशा श्रीवास्तव, होलीकास महिला महावि. अंबिकापुर

- सदस्य

डॉ. शिप्रा बनर्जी, दूधधारी महिला महावि. रायपुर

- सदस्य

श्रीमती ममता आर, देव, शासकीय कमलादेवी राठी महिला स्नातको. महावि. राजनांदगांव छ.ग.

- सदस्य

सुश्री सुषमा घई, शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर

- सदस्य

डॉ. दीपाली राव, शासकीय घनश्याम सिंह गुप्त स्नातको. महावि, बालोद

- सदस्य

डॉ. अर्चना दीक्षित, शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर

- सदस्य

डॉ. शोभा महिस्वर, शासकीय माता शबरी महावि. बिलासपुर

- सदस्य

डॉ. वर्षा डोडिया, विषय विशेषज्ञ तथा शेष अन्य सदस्य अगंतु लाइन उपस्थित रहे,