



Estb. 1963

Governed by Kasturba Gandhi National Memorial Trust
Kasturbagran Rural Institute
 Kasturbagran, Indore (M.P.) - 452020
 An Autonomous Women's College, Affiliated to Devi Ahilya University, Indore

Syllabus - B. H.Sc. II Year - Academic Session 2026-27
 (Under NEP 2020 & As per Ordinance - 14-1)
 Semester - IV

विषय - गृह विज्ञान

प्रश्न पत्र - कौर कोर्स - 5

प्रश्न पत्र का नाम - मानव विकास

Course Code - BH3M401HDI

MINIMUM MARKS : (21+14)
 TOTAL HOURS : 64

MAXIMUM MARKS : 100 (70+30)
 TOTAL CREDITS : 06(04T+02P)

Course Learning Outcomes (CLO) -

1. Understand the importance of early years of education
2. Realize the importance of early years and significance of intervention programs for early childhood development
3. Plan and prepare models and teaching aids for early years.
4. To equip the students to prepare strong plan of action to facilitate different developmental aspects of early years.

इकाई/ Unit	पाठ्यक्रम की विषयवस्तु / Particulars	घंटे Hrs.
इकाई- 1	1. प्रारंभिक बाल्यावस्था पाठ्यक्रम और भारतीय ज्ञान परंपरा - 1.1 पाणिनी, आर्यभट्ट, चाणक्य, जैसे विचारकों की विषय संबंधी अंतर्दृष्टि 1.2 प्रारंभिक बाल्यावस्था पाठ्यक्रम परिभाषा, अवधारणा, पाठ्यक्रम उपागम, विषय केंद्रित, विद्यार्थी केंद्रित और समुदाय केंद्रित। 1.3 विकासात्मक रूप से उपयुक्त प्रथाएं (डीएपी.) विकासात्मक रूप से इसीई. पाठ्यक्रम के घटक और आवश्यक विशेषताएं। गतिविधि :- शासकीय और अशासकीय बाल शाला की शिक्षण विधियों का अवलोकन करें और समूह चर्चा करें।	15
1	1. Early Childhood Curriculum and Bhartiya Gyan Parampara - 1.1 Insights from thinkerson ECC like - Panini, Aryabhata, Chanakya. 1.2 Definition, concept, Curriculum Approaches of ECC - subject centred, Learned centred and Community centred. 1.3 Developmentally Appropriate Practice (DAP) 1.4 Components & essential features of developmentally appropriate ECE curriculum. Activities - Observe and discuss in group on teaching methods of a Government and Private Nursery School.	15
इकाई-2	1. पाठ्यक्रम नियोजन - 2.1 प्रारंभिक वर्षों में पाठ्यक्रम नियोजन की आवश्यकता एवं महत्व। 2.2 प्रारंभिक वर्षों के लिए कार्यक्रम नियोजन के सिद्धांत। 2.3 लक्ष्यों एवं उद्देश्यों का निर्माण - दीर्घकालिक एवं अल्पकालिक लक्ष्य। 2.4 बाल उत्तरजीविता एवं विकास के निर्धारक। 2.5 इसीडी. कार्यक्रम में गुणवत्ता एवं प्रभावशीलता सुनिश्चित करना। गतिविधि:- पूर्वशालाओं में बच्चों तथा शिक्षकों से बातचीत कर वहां की शिक्षण प्रणाली का अवलोकन करना।	15
II	2. Curriculum Planning - 2.1 Need & importance of curriculum planning in early years. 2.2 Principles of Program planning for early years. 2.3 Formulation of goals & objectives - long term & short terms goals. 2.4 Determinants of child survival and developments. 2.5 Ensuring quality and effectiveness in ECD program. Activities -Observe teaching methods and interact with children and teachers of Preschool.	15
इकाई-3	सृजनात्मकता, पाठ्यक्रम और विज्ञान कौशल - सृजनात्मकता - परिभाषा, महत्व, चरण और कार्य। 1.1 साक्षरता और भाषा अनौपचारिक बातचीत, कहानी सुनाना - महत्व, विधियां, तकनीकें। 1.2 नाट्यरूपण - नाटक के प्रकार, नाट्यरूपण पाठ्यक्रम में शिक्षक की भूमिका। 1.3 विज्ञान कौशल - विविध इंद्रियों से अन्वेषण, सौंदर्यबोध अनुभव, प्रकृति की सराहना, विज्ञान अनुभव, शिक्षक की भूमिका। 1.4 विद्यालय तत्परता अवधारणा। गतिविधि :- पूर्वशालेय बच्चों के सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न पहलुओं के विकासात्मक गतिविधियों को सूचिवद्ध करें।	15

III	1.1 Creativity, Dramatization and science skills. 1.2 Creativity – Definition, Importance, stages and functions. 1.3 Literacy and Language – Informal talk, storytelling – Importance, Methods, Techniques. 1.4 Dramatization – types of dramatic play, Role of teacher in Dramatization. 1.5 Science skills – Exploring with multiple senses. Aesthetic experiences. 1.6 School Readiness Concept. Activities - List out the different activities for each domain to promote all round development in pre school children.
इकाई-4	3. नवोन्मेषी ईसीसीई./मॉडल – 3.1 नूतन बाल शिक्षण संघ, भारत 3.2 दक्षिणामूर्ति बाल मंदिर, भारत 3.3 ग्राम बाल शिक्षण केंद्र, भारत 3.4 लोक जुम्बिश कार्यक्रम, भारत 3.5 मिरांबिका, भारत 3.6 ऋषि घाटी, भारत 4. ईसीसीई. में वर्तमान नीतियां। गतिविधि:—वर्तमान समय तक की पंच वर्षीय योजनाओं में बच्चों की शिक्षा के लिए योजनाओं एवं क्रियान्वयन को रेखांकित करते हुए उनके बारे में लिखें।
IV	2 Innovative ECCE. / Models - 2.1 Nutan Bal Shikshan Sangh, India 2.2 Daxinamurti Baal Mandir, India 2.3 Gram Baal Shikshan Kendra, India 2.4 Lok Jumbish Program, India 2.5 Miranbika, India 2.6 Rishi Valley, India 3 Recent Policies in ECCE Activities - In the Five year plans up to present time, write about the schemes and words done for Education for Children.
	संदर्भ ग्रंथ : - डेविड अलका, पूर्व बाल्यावस्था शिक्षा, शिक्षा प्रकाशन, इंदौर - शर्मा एस. एन., शैक्षिक मनोविज्ञान, सूरज पब्लिकेशन, दिल्ली - सिंह एस.पी., बाल्यावस्था की नींव, विनोद पब्लिकेशन, आगरा - मिश्रा एस.पी., पूर्व बाल्यावस्था शिक्षा, गंगा पब्लिकेशन, वाराणसी - Grewal J.S., Early Childhood Education – foundation and Practices, National Psychological corporation, Agara - Mohanty J. Mohanty B., Early Childhood Care and Educatin, Deep Publications. New Delhi. - Sen Gupta M. Early Childhood Care & Education PHI, Learning Pvt. Ltd. - Leeper et al, Good Schols for Young Children – A Guide for working with Three, Four, Five years old children. 2nd edi. McMillan Co, New York.

कस्तूरबागाम रूरल इन्स्टीट्यूट, कस्तूरबागाम, इंदौर
Syllabus – B. H.Sc. II Year – Academic Session 2026-27
(Under NEP 2020 & As per Ordinance – 14-1)
Semester – VI

प्रश्न पत्र – कौर कोर्स – 5
प्रश्न पत्र का नाम – मानव विकास
Practical

- 1- पूर्व शालेय बच्चों के लिए एक गतिविधि पुस्तिका तैयार करना। 12
- 2- पूर्व शाला के लिये उपयुक्त शिक्षण अधिगम सामग्री तैयार करना। 12
- 3- बच्चों के भाषा कौशल को विकसित करने के लिए कठपुतलियां बनाना। 12
- 4- पूर्व शाला की साप्ताहिक सारणी तैयार करना। 12
- 5- बच्चों के लिए पूर्व शाला शिक्षा (पीएसई.) किट तैयार करना। 12

-
1. Prepare an Activity Book for Preschool children. 12
 2. Prepare a suitable teaching learning material used for preschool. 12
 3. Make puppets for children to develop their language skills. 12
 4. Prepare a weekly time tale of preschool. 12
 5. Prepare a preschool Education (PSE) kit for children 12

 



Estb. 1963

Governed by Kasturba Gandhi National Memorial Trust
Kasturbagaram Rural Institute
Kasturbagaram, Indore (M.P.) - 452020
An Autonomous Women's College, Affiliated to Devi Ahilya University, Indore



Syllabus – B. H.Sc. II Year – Academic Session 2026-27
 (Under NEP 2020 & As per Ordinance – 14-1)
 Semester – IV

विषय – आहार एवं पोषण

प्रश्न पत्र – माईनर – 4

प्रश्न पत्र का नाम – जीवन चक्र पोषण

Course Code - **BHSM403FNT**

MAXIMUM MARKS : 100 (70+30)
 TOTAL CREDITS : 04(03T+01P)

MINIMUM MARKS : (21+14)
 TOTAL HOURS : 60

Course Learning Outcomes (CLO) –

- 1- Understand the concept and scope of life cycle nutrition.
- 2- Explain the importance of nutrition during various life stages.
- 3- Identify key nutritional determinants of growth and development.
- 4- Identify and prevent common nutritional disorders in early life.
- 5- Analyze the changing nutritional need during adulthood pregnancy and ageing.
- 6- Recommend dietary modifications for specific physiological conditions.
- 7- Evaluate the role of nutrition in maintaining health and preventing age related diseases.

इकाई/ Unit	पाठ्यक्रम की विषयवस्तु	घंटे Hrs.
इकाई- 1	जीवनचक्र पोषण की अवधारणा और महत्व – 1. जीवन चक्र पोषण की अवधारणा और महत्व 2. पोषण मूल्यांकन की विधियां 3. जीवन के विभिन्न चरणों में पोषण को प्रभावित करने वाले कारक (जैविक, सामाजिक, आर्थिक और पर्यावरणीय। 4. आहार संबंधी दिशानिर्देश एवं अनुशंसित आहार मात्रा – भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद राष्ट्रीय पोषण संस्थान। गतिविधि :- जीवन के विभिन्न चरणों और प्रमुख पोषण आवश्यकताओं को दर्शाने वाला चार्ट या पोस्टर तैयार करना। मानवमितीय मापों का प्रदर्शन करना। जैसे – उँचाई, वजन, शरीर द्रव्यमान सूचकांक और मध्य उपरी भुजा परिधि। उदाहरण या भूमिका अभिनय, विभिन्न आहार पैटर्न वाले परिवारों के जीवन का एक दिन।	15
1	Concept and significance of life cycle nutrition - 1. Concept and Importance of life cycle nutrition. 2. Nutritional assessment methods. 3. Factors affecting nutrition across life stages (biological, socio-economic and environmently) 4. Dietary guidelines and Recommended Dietary Allowances (RDA) – ICMR/NIN. Activities - Chart making or poster presentation showing different stages of life and key nutritional needs. Demonstration of anthropometric measurements (Height, Weight, BMI, MUAC) Case examples or role play A day in the life of families with different dietary patterns.	15
इकाई-2	जीवन के प्रारंभिक और मध्य चरणों में पोषण – 1. शैशवावस्था (0-1 वर्ष) स्तनपान, अन्नप्राशन, अनुपूरक आहार, वृद्धि की निगरानी। 2. पूर्व विद्यालय एवं विद्यालय आयु के बच्चे: पोषण संबंधी आवश्यकताएं, सामान्य पोषण समस्याएं, डिब्बा भोजन (पैकड फूड) की योजना। 3. किशोरावस्था, पोषण की आवश्यकताएं, भोजन व्यवहार, कुपोषण (मोटापा, रक्ताल्पता/एनीमिया) जीवनशैली में सुधार। गतिविधि:- कक्षा में चर्चा और वीडियो प्रदर्शन, सही स्तनपान तकनीकों तथा केवल स्तनपान के महत्व पर। पोषण शिक्षा पोस्टर तैयार करना, लोह से भरपूर खाद्य पदार्थों पर	15
II	Nutrition During Early and Middle Stages of Life - 1. Infancy (0-1 years) – Breastfeeding, weaning, complementary feeding. Growth monitoring. 2. Preschool & School age children –Nutritional requirements. Common nutrition's problems, packed food planning. 3. Adolescence. Nutritional needs, eating behavior, malnutrition (obesity, anemia) lifestyle modification. Activities- Classroom discussion and video demonstration on correct breastfeeding techniques and importance of exclusive breastfeeding, prepare a nutrition education poster on iron-rich foods.	15

इकाई-3	वयस्कता और वृद्धावस्था में पोषण - 1. वयस्क अवस्था - पुरुषों और महिलाओं के लिए संतुलित आहार, व्यवसायिक एवं जीवनशैली से संबंधित प्रभाव। 2. गर्भावस्था और स्तनपान - अवधि शारीरिक परिवर्तन, पोषक तत्वों की आवश्यकताएं तथा पोषण संबंधी जटिलताएं। 3. वृद्धावस्था - पोषण संबंधी समस्याएं, आहार में आवश्यक संशोधन और जीवन शैली प्रबंधन। गतिविधि:- गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं के लिए ICMR, RDA के आधार पर पोषक तत्व समृद्ध आहार योजना तैयार करना।	15
III	Nutrition During Adulthood and Later life - 1. Adulthood - Balanced diet for men and women, occupational and lifestyle influences. 2. Pregnancy and lactation - physiological changes, nutrient needs, complications related to nutrition. 3. Old Age - Nutritional problems, dietary modifications and lifestyles management. Activities- Preparation of nutrient dense diet plans for pregnant and lactating women based on ICMR RDA.	15
	Reference Books - 1. Bibson, R.S. Principles of Nutritional Assessment. Oxford University Press. 2. Swaminathan, M. Advanced Textbook on food and Nutrition. 3. Gopalan, C. Ramasastri, B.V., & Balasubramanian, S.C. Nutritive Value of Indian Foods . NIN, ICMR 4. Srilakshmi, B. Dietetics, New Age International Publishers. 5. Wardlaw, G.M., & Smith, A.M., Contemporary Nutrition, McGraw Hill. 6. NIN, Dietary Guidelines for Indians National Institute of Nutrition, Hyderabad. 7. IGNOU Study Material (MFN-006) Public Nutrition.	

कस्तूरबाग्राम रूरल इन्स्टीट्यूट, कस्तूरबाग्राम, इंदौर

Syllabus - B. H.Sc. II Year - Academic Session 2026-27

(Under NEP 2020 & As per Ordinance - 14-1)

सेमेस्टर - चतुर्थ

प्रश्न पत्र - माईनर - 4

प्रश्न पत्र का नाम - जीवन चक्र पोषण

प्रायोगिक

1. पोषण स्थिति का मूल्यांकन- शरीर द्रव्यमान सूचकांक, मध्य उपरी भुजा परिधि और आहार स्मरण। 06
2. भोजन तैयारी - बच्चों के लिए अन्नप्राशन और उर्जा सम्पन्न स्नेक्स तैयार करना। 06
3. संतुलित आहार योजना, विभिन्न आयु समूहों (बालक, किशोर, वयस्क, वृद्ध) के लिए संतुलित आहार तैयार करना। 06
4. गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं के लिए आहार योजना। 06
5. केस स्टडी - किशोरावस्था में एनीमिया या मोटापे का अध्ययन।

1. Assessment of nutritional status (MBI, MUAC, dietary recall).
2. Preparation of weaning foods and energy dense snacks for children.
3. Planning balanced diets for different age groups (child, adolescent, adult, elderly).
4. Diet planning for pregnant and lactating women.
5. Case study on anaemia or obesity during adolescence and visit to Anganwadi/PHC to study nutrition programs. (e.g., ICDS).



Governed by Kasturba Gandhi National Memorial Trust

Kasturbagram Rural Institute

Kasturbagram, Indore (M.P.) - 452020

An Autonomous Women's College, Affiliated to Devi Ahilya University, Indore

Estb. 1963



Syllabus - B. H.Sc. II Year - Academic Session 2026-27

(Under NEP 2020 & As per Ordinance - 14-I)

Semester - IV

विषय - गृह विज्ञान - मानव विकास

प्रश्न पत्र - डीएसई - 2A

प्रश्न पत्र का नाम - प्रसवोत्तर देखभाल

Course Code -

MAXIMUM MARKS : 100 (70+30)

TOTAL CREDITS : 04(03T+01P)

MINIMUM MARKS : (21+14)

TOTAL HOURS : 60

पाठ्यक्रम अध्ययन की उपलब्धियाँ :-

1. माँ और बच्चे में प्रसवोत्तर देखभाल व खतरे को समझने में सक्षम होंगे।
2. प्रसवोत्तर अवसादग्रस्त महिला की विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा कर सकेंगे।
3. बच्चों की सामान्य बीमारियों के लिए घरेलू उपचार सहित प्रसवोत्तर देखभाल की महत्वपूर्ण जानकारी संप्रेषित कर सकेंगे।

इकाई/ Unit	पाठ्यक्रम की विषयवस्तु / Particulars	घंटे Hrs.
इकाई- 1	1. नवजात की देखभाल और विकास - 1.2 प्राचीन काल में मातृ तथा नवजात शिशु की देखभाल 1.2 पहले चार हफ्तों के दौरान माँ और बच्चों की देखभाल 1.3 स्तनपान कराना, माँ और बच्चे के लिये इसका महत्व 1.4 स्तनपान के संबंध में स्वच्छता 1.5 दूध छुड़ाना, प्रक्रिया और महत्व गतिविधि :- अपने महाविद्यालय स्तर पर स्तनपान सप्ताह आयोजित करें।	15
1	1. Neonate care and development - 1.1 Maternal and Neonate care during ancient period. 1.2 Care on mother and child during first four weeks. 1.3 Breast feeding - importance for the mother and the baby. 1.4 Hygiene with respect to breast feeding. 1.5 Weaning - process and importance. Activities - Organise a college level program on Breast feeding week.	15
इकाई-2	1. पोषण की कमी से होने वाली बीमारियाँ - 1.1 कारण, लक्षण, कारण और रोकथाम 1.2 कुपोषण, क्वाशिओकोर, मरास्मस, विटामिन और आयरन की कमी 1.3 पोषण का महत्व - बच्चों की पोषक तत्वों की आवश्यकता 2. बच्चों में सामान्य बीमारियाँ - 2.1 लक्षण, कारण और देखभाल 2.2 कान का दर्द, सर्दी और खांसी, बुखार, वमन गतिविधि:- बच्चों की विभिन्न बीमारियों के लिए घरेलू नुस्खे की सूची तैयार करें।	15
II	1- Nutritional deficiency diseases - 1.1 Meaning, symptoms, causes and prevention of - 1.2 Malnutrition, Kwashiorkor. Marasmus. Vitamin and Iron deficiency. 1.3 Importance of nutrition - nutrients requirement of children. 2 Symptoms, causes and care. 2.1 Constipation and diarrhoea 2.2 Ear ache, cold and cough, fever, vomiting Activities - Prepare a list of Home remedies for various diseases of children.	15
इकाई-3	1. प्रतिरक्षण - 1.1 टीकाकरण की आवश्यकता और महत्व 1.2 टीकाकरण कार्यक्रम और टीकाकरण के बाद देखभाल 1.3 बच्चों की वृद्धि माप और आकलन 1.4 वृद्धि संवर्धन के कार्यक्रम, पोषण, पुनर्वास, केंद्र 1.5 एसएनपी. पूरक पोषण कार्यक्रम, मध्याह्न भोजन और आईसीडीएस. गतिविधि:- बच्चों के लिए प्रोटीन स्रोत वाले पूरक खाद्य पदार्थों की सूची तैयार करें।	15

III	I. Immunization - 1.1 Need and importance of immunization. 1.2 Immunization schedule and care after vaccination. 1.3 Growth measurement and assessment of children. 1.4 Programs for growth promotion Nutrition, Rehabilitation Centres. 1.5 SNP supplementary nutrition program, Mid-day Meals and ICDS. Activities - Prepare a list of supplementary foods containing protein sources for children.
	संदर्भ ग्रंथ : 1- अग्रवाल नीता, निगम वीणा, मातृकला एवं शिशु पालन, श्री विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा 2- नागर वीनू सिंह आशा,, बाल विकास, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा 3- पाण्डेय सुधा (चतुर्थ संस्करण), मानव विकास ज्योति प्रकाशन, आगरा 4- E.D. Hurlock Child Development, Fifth edition McGraw Hill Kogakusha, New Delhi. 5- John W. Santrock Life span Development Third Edition, Tata McGraw Hill Pub. New Delhi. 6- Diane E. Papalia, Sally Wendkos olds. Human Development Fifth Ed, Tata McGraw Hill Pub. Com. New Delhi. 7- Laura E. Berk Child Development Sixth ed., person Education, New Delhi.

कस्तूरबाग्राम रूरल इन्स्टीट्यूट, कस्तूरबाग्राम, इंदौर

Syllabus – B. H.Sc. II Year – Academic Sessio
(Under NEP 2020 & As per Ordinance – 14-1)

Semester – IV

विषय – गृह विज्ञान

प्रश्न पत्र – डीएसई. – 2

प्रश्न पत्र का नाम – प्रसवोत्तर देखभाल

Practical

- 1- नवजात शिशु किट तैयार करें। 05
- 2- शिशुओं और छोटे बच्चों के लिए भोजन योजना तैयार करें। 05
- 3- दूध छुड़ाने की प्रक्रिया पर एक पत्रक तैयार करना। 05
- 4- टीकाकरण चार्ट तैयार करें। 05
- 5- बच्चों की कुछ सामान्य बीमारियों के लिए घरेलू उपचार। 05
- 6- माँ और बच्चे से संबंधित प्रसवोत्तर स्वास्थ्य देखभाल पर एक संसाधन फाइल तैयार करें। 05

-
1. Prepare a neonate kit. 05
 2. Prepare a meal plan for infants and toddlers. 05
 3. Prepare a leaflet on weaning process. 05
 4. Prepare Immunization chart. 05
 5. Prepare a list of home remedies for some common ailments of children. 05
 6. Prepare a resource file on postnatal health care related to mother and child. 05





