शिक्षा निदेशालय

राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र, दिल्ली सरकार

सहायक सामग्री

(2024-2025)

कक्षा : बारहवीं

गृह विज्ञान

<u>मार्गदर्शनः</u>

श्री अशोक कुमार

सचिव (शिक्षा)

श्री आर.एन. शर्मा

निदेशक (शिक्षा)

डॉ. रीता शर्मा

अतिरिक्त शिक्षा निदेशक (स्कूल एवं परीक्षा)

समन्वयकः

श्री संजय सुभाष कुमार	श्रीमती रितु सिंघल	श्री राज कुमार	श्री कृष्ण कुमार
उप शिक्षा निदेशक (परीक्षा)	विशेष कार्याधिकारी (परीक्षा)	विशेष कार्याधिकारी (परीक्षा)	विशेष कार्याधिकारी (परीक्षा)

उत्पादन मंडल

अनिल कुमार शर्मा

दिल्ली पाठ्य पुस्तक ब्यूरो में राजेश कुमार, सचिव, दिल्ली पाठ्य पुस्तक ब्यूरो, 25/2, पंखा रोड, संस्थानीय क्षेत्र, नई दिल्ली द्वारा प्रकाशित तथा मैसर्स अरिहन्त ऑफसेट, नई दिल्ली द्वारा मुद्रित।

ASHOK KUMAR
IAS

सचिव (शिक्षा)
राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र
दिल्ली सरकार
पुराना सचिवालय, दिल्ली-110054
दूरभाषः 23890187 टेलीफैक्स : 23890119

सत्यमेव जयते

Secretary (Education)
Government of National Capital Territory of Delhi
Old Secretariat , Delhi-110054
Phone : 23890187, Telefax : 23890119
E-mail : secyedu@nic.in

DE.5/228/Exam/Message/SM/2018/555
Dated:- 01/07/2024

MESSAGE

In the profound words of Dr. Sarvepalli Radhakrishnan, **"The true teachers are those who help us think for ourselves."**

Every year, our teams of subject experts shoulder the responsibility of updating the Support Material to synchronize it with the latest changes introduced by CBSE. This continuous effort is aimed at empowering students with innovative approaches and techniques, thereby fostering their problem-solving skills and critical thinking abilities.

I am confident that this year will be no exception, and the Support Material will greatly contribute to our students' academic success.

The development of the support material is a testament to the unwavering dedication of our team of subject experts. It has been designed with the firm belief that its thoughtful and intelligent utilization will undoubtedly elevate the standards of learning and continue to empower our students to excel in their examinations.

I wish to extend my heartfelt congratulations to the entire team for their invaluable contribution in creating this immensely helpful resource for our students.

Wishing all our students a promising and bright future brimming with success.

(ASHOK KUMAR)

R.N. SHARMA, IAS
Director, Education & Sports

सत्यमेव जयते

Directorate of Education
Govt. of NCT of Delhi
Room No. 12, Old Secretariat
Near Vidhan Sabha,
Delhi-110054
Ph.: 011-23890172
E-mail : diredu@nic.in

DE.5/228/Exam/Message/SM/2018/576
Dated. 04/07/2024

MESSAGE

It brings me great pleasure to present the support material specifically designed for students of classes IX to XII by our dedicated team of subject experts. The Directorate of Education remains resolute in its commitment to empower educators and students alike, extending these invaluable resources at no cost to students attending Government and Government-Aided schools in Delhi.

The support material epitomizes a commendable endeavour towards harmonizing content with the latest CBSE patterns, serving as a facilitative tool for comprehending, acquiring and honing essential skills and competencies stipulated within the curriculum.

Embedded within this initiative is a structured framework conducive to nurturing an analytical approach to learning and problem-solving. It is intended to prompt educators to reflect upon their pedagogical methodologies, forging an interactive conduit between students and academic content.

In the insightful words of Rabindranath Tagore, **"Don't limit a child to your own learning, for he was born in another time."**

Every child is unique, with their own interests, abilities and potential. By allowing children to learn beyond the scope of our own experiences, we support their individual growth and development, helping them to reach their full potential in their own right.

May every student embrace the joy of learning and be empowered with the tools and confidence to navigate and shape the future.

(R. N. SHARMA)

Dr. RITA SHARMA
Additional Director of Education
(School/Exam)

सत्यमेव जयते

Govt. of NCT of Delhi
Directorate of Education
Old Secretariat, Delhi-110054
Ph.: 23890185

D.O. No. DE.5/228/Exam/Message/SM/2018/570
Dated: 02/07/2024

MESSAGE

"Children are not things to be molded, but are people to be unfolded." - Jess Lair

In line with this insightful quote, the Directorate of Education, Delhi, has always made persistent efforts to nurture and unfold the inherent potential within each student. This support material is a testimony to this commitment.

The support material serves as a comprehensive tool to facilitate a deeper understanding of the curriculum. It is crafted to help students not only grasp essential concepts but also apply them effectively in their examinations. We believe that the thoughtful and intelligent utilization of these resources will significantly enhance the learning experience and academic performance of our students.

Our expert faculty members have dedicated themselves to the support material to reflect the latest CBSE guidelines and changes. This continuous effort aims to empower students with innovative approaches, fostering their problem-solving skills and critical thinking abilities.

I extend my heartfelt congratulations to the entire team for their invaluable contribution to creating a highly beneficial and practical support material. Their commitment to excellence ensures that our students are well-prepared to meet the challenges of the CBSE examinations and beyond.

Wishing you all success and fulfilment in your educational journey.

(Dr. Rita Sharma)

शिक्षा निदेशालय

राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र, दिल्ली सरकार

सहायक सामग्री

(2024-2025)

गृह विज्ञान

कक्षा : बारहवीं

(हिन्दी माध्यम)

नि:शुल्क वितरण हेतु

दिल्ली पाठ्य-पुस्तक ब्यूरो द्वारा प्रकाशित

भारत का संविधान

भाग 4क

नागरिकों के मूल कर्तव्य

अनुच्छेद 51 क

मूल कर्तव्य - भारत के प्रत्येक नागरिक का यह कर्तव्य होगा कि वह -

(क) संविधान का पालन करे और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज और राष्ट्रगान का आदर करे;

(ख) स्वतंत्रता के लिए हमारे राष्ट्रीय आंदोलन को प्रेरित करने वाले उच्च आदर्शों को हृदय में संजोए रखे और उनका पालन करे;

(ग) भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता की रक्षा करे और उसे अक्षुण्ण बनाए रखे;

(घ) देश की रक्षा करे और आह्वान किए जाने पर राष्ट्र की सेवा करे;

(ङ) भारत के सभी लोगों में समरसता और समान भ्रातृत्व की भावना का निर्माण करे जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग पर आधारित सभी भेदभावों से परे हो, ऐसी प्रथाओं का त्याग करे जो महिलाओं के सम्मान के विरुद्ध हों;

(च) हमारी सामासिक संस्कृति की गौरवशाली परंपरा का महत्त्व समझे और उसका परिरक्षण करे;

(छ) प्राकृतिक पर्यावरण की, जिसके अंतर्गत वन, झील, नदी और वन्य जीव हैं, रक्षा करे और उसका संवर्धन करे तथा प्राणिमात्र के प्रति दयाभाव रखे;

(ज) वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन तथा सुधार की भावना का विकास करे;

(झ) सार्वजनिक संपत्ति को सुरक्षित रखे और हिंसा से दूर रहे;

(ञ) व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष की ओर बढ़ने का सतत् प्रयास करे, जिससे राष्ट्र निरंतर बढ़ते हुए प्रयत्न और उपलब्धि की नई ऊँचाइयों को छू सके; और

(ट) यदि माता-पिता या संरक्षक है, छह वर्ष से चौदह वर्ष तक की आयु वाले अपने, यथास्थिति, बालक या प्रतिपाल्य को शिक्षा के अवसर प्रदान करे।

Constitution of India

Part IV A (Article 51 A)

Fundamental Duties

It shall be the duty of every citizen of India —

(a) to abide by the Constitution and respect its ideals and institutions, the National Flag and the National Anthem;

(b) to cherish and follow the noble ideals which inspired our national struggle for freedom;

(c) to uphold and protect the sovereignty, unity and integrity of India;

(d) to defend the country and render national service when called upon to do so;

(e) to promote harmony and the spirit of common brotherhood amongst all the people of India transcending religious, linguistic and regional or sectional diversities; to renounce practices derogatory to the dignity of women;

(f) to value and preserve the rich heritage of our composite culture;

(g) to protect and improve the natural environment including forests, lakes, rivers, wildlife and to have compassion for living creatures;

(h) to develop the scientific temper, humanism and the spirit of inquiry and reform;

(i) to safeguard public property and to abjure violence;

(j) to strive towards excellence in all spheres of individual and collective activity so that the nation constantly rises to higher levels of endeavour and achievement;

*(k) who is a parent or guardian, to provide opportunities for education to his child or, as the case may be, ward between the age of six and fourteen years.

Note: The Article 51A containing Fundamental Duties was inserted by the Constitution (42nd Amendment) Act, 1976 (with effect from 3 January 1977).

*(k) was inserted by the Constitution (86th Amendment) Act, 2002 (with effect from 1 April 2010).

भारत का संविधान

उद्देशिका

हम, भारत के लोग, भारत को एक [1]**[संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य]** बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :

सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक **न्याय,**

विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म

और उपासना की **स्वतंत्रता,**

प्रतिष्ठा और अवसर की **समता**

प्राप्त कराने के लिए,

तथा उन **सब में**

व्यक्ति की गरिमा और [2]**[राष्ट्र की एकता और अखंडता]** सुनिश्चित करने वाली **बंधुता**

बढ़ाने के लिए

दृढ़संकल्प होकर **अपनी इस संविधान सभा में** आज तारीख 26 नवंबर, 1949 ई. को **एतद्द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।**

---

1. संविधान (बयालीसवां संशोधन) अधिनियम, 1976 की धारा 2 द्वारा (3.1.1977 से) "प्रभुत्व-संपन्न लोकतंत्रात्मक गणराज्य" के स्थान पर प्रतिस्थापित।
2. संविधान (बयालीसवां संशोधन) अधिनियम, 1976 की धारा 2 द्वारा (3.1.1977 से) "राष्ट्र की एकता" के स्थान पर प्रतिस्थापित।

THE CONSTITUTION OF INDIA

PREAMBLE

WE, THE PEOPLE OF INDIA, having solemnly resolved to constitute India into a [1]**[SOVEREIGN SOCIALIST SECULAR DEMOCRATIC REPUBLIC]** and to secure to all its citizens :

JUSTICE, social, economic and political;

LIBERTY of thought, expression, belief, faith and worship;

EQUALITY of status and of opportunity; and to promote among them all

FRATERNITY assuring the dignity of the individual and the [2][unity and integrity of the Nation];

IN OUR CONSTITUENT ASSEMBLY this twenty-sixth day of November, 1949 do **HEREBY ADOPT, ENACT AND GIVE TO OURSELVES THIS CONSTITUTION.**

---

1. Subs. by the Constitution (Forty-second Amendment) Act, 1976, Sec.2, for "Sovereign Democratic Republic" (w.e.f. 3.1.1977)
2. Subs. by the Constitution (Forty-second Amendment) Act, 1976, Sec.2, for "Unity of the Nation" (w.e.f. 3.1.1977)

Session 2024-25
List of Members who prepared the Support Material for Home Science Class XII

Team Leader

1.	**Ms. Poonam Khurana** Vice Principal/HOS Emp ID-19940623	Govt. Girls Senior Secondary School, Ashok Nagar, New Delhi School I.D.-1514018
	Subject Experts	
2.	**Ms. Pratibha Goel** Lecturer Home Science Emp ID-19935177	SKV Malka Ganj, Delhi School ID-1207035
3.	**Ms. Manju Sharma** Lecturer Home Science Emp ID-20036317	SKV Basai Darapur, New Delhi School ID-1516019
4.	**Ms. Anju Dara** Lecturer Home Science Emp ID-19946006	GGSSS, Kirti Nagar, New Delhi School ID-1516025
5.	**Ms. Monika Sachdeva** Lecturer Home Science Emp ID-19940648	Govt. Co-Ed SSS B-3, Paschim Vihar New Delhi, School ID-1617137
6.	**Ms. Neeru Sharma** Lecturer Home Science Emp ID-19941125	G(Co-Ed) SSS No. 1, Roop Nagar, Delhi, School ID-1207039

Cover page designed by. PRATIBHA GOEL,
Lecturer Home Science
SKV Malka Ganj

Images have been taken from following internet sources

- istockphoto.com/photo-credit: a nameko
- MANUAL FOR FSO4 19-3-21 FLIP.cdr/FSSAI
- istockphoto.com/vector-credit: PCH-Vector
- FSSAI-Ministry of Health and Family Welfare, Government of India
- istockphoto.com/vector/quality-certification-credit: denkrreative
- estrightindia.gov.in
- Pixabay.com/illustrations
- Pixabay.com/vectors
- Pixabay.com/photos
- istockphoto.com/vector/communication-credit: exdes
- clipartstation.com/age-clipart-11
- ieds-wed.nic.in/photogallery.aspx

विषय सूची
गृह विज्ञान (064) सहायक सामग्री (2024-2025)

क्रमांक	इकाई	अध्याय/विषय	पृष्ठ संख्या
i.		सी.बी.एस.ई. पाठ्यक्रम 2024–25	xvi-xxvi
ii.		परियोजना/प्रायोगिक कार्यो की सूची	xxvii-xxviii
iii.		प्रायोगिक परीक्षा के लिए योजना	xxxix
iv.		प्रश्न पत्र डिज़ाइन	xxx-xxxi
1.	इकाई–I कार्य, आजीविका तथा जीविका	कार्य, आजीविका तथा जीविका	01–27
2.	इकाई–II पोषण, खाद्य विज्ञान और प्रौधोगिकी	नैदानिक पोषण और आहारिकी	28–50
3.		जनपोषण तथा स्वास्थ्य	51–71
4.		खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी	72–90
5.		खाद्य गुणवत्ता और खाद्य सुरक्षा	91–113
6.	इकाई–III मानव विकास और परिवार अध्ययन	प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा	114–130
7.		बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के लिए सहायक सेवाओं, संस्थानों और कार्यक्रमों का प्रबंधन	131–163
8.	इकाई–IV वस्त्र एवं परिधान	वस्त्र एवं परिधान के लिए डिज़ाइन	164–190
9.		फैशन डिज़ाइन और व्यापार	191–209
10.		संस्थाओं में वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव	210–229
11.	इकाई–V संसाधन प्रबंधन	आतिथ्य प्रबन्धन	230–251
12.		उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण	252–275
13.	इकाई–VI संचार और विस्तार	विकास संचार तथा पत्रकारिता	276–300
		सी.बी.एस.ई.पेपर–अंक योजना सहित (2022–23)	301–328
		• सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर – अंक योजना सहित (2023–24)	329–342
		• सी.बी.एस.ई. पेपर – अंक योजना सहित (2023–24)	343–368

CBSE SYLLABUS
HOME SCIENCE (CODE NO.064)
(Class-XII)
(2024-2025)

Preface

The course in Home Science encompasses five areas namely, Foods and Nutrition, Human Development and Family Studies, Fabric and Apparel, Resource Management and Communication and Extension. All these domains have their specific content in focus that contributes to the study of the individual and the family in Indian social cultural context.

The purpose of Home Science is the creation of an environment and outlook to enable learner to live a richer and more purposeful life, become future ready and develop 21st century life skills for work, livelihood and careers. All the domains within the home science discipline provide ample scope for professional avenues of higher education and career opportunities. They range from professions catering to various health and service institutions/agencies, educational organizations, industry and business houses of textiles, garments, food industry, teaching learning materials, ergonomically appropriate equipment and work situations. The subject integrates the application of various sciences and humanities to improve Human Environment, Family Nutrition, Management of Resources and Child Development.

In Class XI, the “Self and family” and the "Home" are focal points for understanding the dynamics for individual lives and social interactions.

In class XII, the emphasis is on "Work and careers" through the life span.

Learning Objectives

The Home Science curriculum at senior secondary level has been framed to enable the learners to:

1. develop an understanding of the self and one's role and responsibilities as a productive individual and as a member of family, community and society.

2. integrate learning across diverse domains and undertake a critical analysis of issues and concerns specific to family, community and society.
3. appreciate the discipline of Home Science for professional careers.
4. acquaint learners with the basic knowledge specific to five domains namely, Foods and nutrition, Human Development and Family studies, Fabric and Apparel, Resource Management and Communication and Extension.
5. develop functional skills in the five domains for career and employment.
6. equip learners for enrichment and higher studies.

Learning Outcomes

After undertaking the course students will be able to:

1. function as a productive and responsible individual in relation to self, family, community and society.
2. apply the basics of human development with specific reference to self, family and community.
3. utilize the skills of judicious management of various resources.
4. be sensitized to fabric and apparel, their selection and care.
5. inculcate healthy food habits and lifestyle to enable prevention and management of diseases.
6. become alert and aware consumer.
7. appreciate the potential of entrepreneurship and other varied professional opportunities to make informed career choices.

Home Science (2024–25)
Class XII

Introduction:

In class XII, the emphasis is on "Work and careers" through the life span. Within the curriculum the significance and scope of each domain (Foods and Nutrition, Human Development and Family Studies, Fabric and Apparel, Resource Management and Communication and Extension), the multiple thrust areas emerging within them have been emphasized. The units spell out the basic concepts, requisite knowledge and skills in each thrust areas and delineate the career avenues and the preparation required for them in order to make informed career choices.

Course Structure: **Theory and practical**

Time 3 Hours

Practical : 30 Marks **Theory: 70 marks**

No.	Units	Marks	No. of Periods
1.	Work, Livelihood and Career	05	10
2.	Nutrition, Food Science and Technology	23	33
3.	Human Development and Family Studies	10	24
4.	Fabric and Apparel	17	28
5.	Resource Management	10	24
6.	Communication and Extension	05	07
	Theory	**70**	**126**
	Practical	**30**	**28**
	Grand Total	**100**	**154**

CLASS XII

Theory : 70 Marks

UNIT I : Work, livelihood and Career

Ch. Work, livelihood and Career

UNIT II: Nutrition, Food Science and Technology

Ch. Clinical Nutrition and Dietetics

Ch. Public Nutrition and Health

Ch. Food Processing and Technology

Ch. Food Quality and Food Safety

UNIT III: Human Development and Family Studies

Ch. Early Childhood Care and Education

Ch. Management of Support Services, Institutions and Programmes for Children, Youth and Elderly

UNIT IV: Fabric and Apparel

Ch. Design for Fabric and Apparel

Ch. Fashion Design and Merchandising

Ch. Care and Maintenance of Fabrics in Institutions

UNIT V: Resource management

Ch. Hospitality Management

Ch. Consumer Education and Protection

UNIT VI: Communication and Extension

Ch. Development Communication and Journalism

Prescribed NCERT textbook: Human Ecology and Family Sciences (For Class XII): Part I and Part II.

कक्षा - XII

गृह विज्ञान (064)

सत्र - 2024-2025

पाठ्यक्रम संरचना : सैद्धांतिक और प्रायोगिक

समय-3 घंटे | सैद्धांतिक : 70 अंक
प्रायोगिक : 30 अंक

इकाई न.	इकाई का नाम	अंक
I	कार्य, आजीविका तथा जीविका	05
II	पोषण, खाद्य विज्ञान और प्रौद्योगिकी	23
III	मानव विकास और परिवार अध्ययन	10
IV	कपड़े और परिधान	17
V	संसाधन प्रबंधन	10
VI	संचार और विस्तार	05
	सैद्धांतिक	70
	प्रायोगिक	30
	कुल योग	100

संदर्भ बिन्दु

इकाई-I कार्य, आजीविका तथा जीविका

- प्रस्तावना
  - कार्य और अर्थपूर्ण कार्य
  - कार्य, जीविका और आजीविकाएँ
- भारत में परम्परागत व्यवसाय
  - कृषि
  - हस्तशिल्प
  - भारतीय पाक प्रणाली
  - चित्रण कला

- कार्य, आयु और जेंडर
    - ➢ कार्य के संबंध में जेंडर मुद्दे
    - ➢ स्त्रियों और उनके कार्य से संबंधित मुद्दे और सरोकार
        - ✓ के. जी. बी. वी. - कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालय
        - ✓ बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ योजना
- कार्य के प्रति मनोवृत्तियाँ और दृष्टिकोण, आजीविका के लिए जीवन कौशल
    - ➢ कार्य के प्रति मनोवृत्तियाँ और दृष्टिकोण
    - ➢ आजीविका के लिए जीवन कौशल
    - ➢ कार्य स्थल पर आवश्यक प्रक्रिया कौशल (सॉफ्ट स्किल्स)
- सुकार्यिकी (एर्गोनॉमिक्स)
    - ➢ सुकार्यिकी की परिभाषा तथा आवश्यकता
    - ➢ सुकार्यिकी के लाभ
    - ➢ उद्यमिता
    - ➢ परिभाषा और विशेषताएँ

इकाई–II पोषण, खाद्य विज्ञान और प्रौद्योगिकी

<u>अध्याय : नैदानिक पोषण और आहारिकी</u>

- प्रस्तावना
    - ➢ पोषण
    - ➢ नैदानिक पोषण
- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
    - ➢ आहार चिकित्सा
- आहार के प्रकार : नियमित आहार और संशोधित आहार
- तरलता में परिवर्तन
- भोजन देने के तरीके
- चिरकालिक रोगों की रोकथाम
- जीविका की तैयारी
- कार्यक्षेत्र

अध्याय : जनपोषण तथा स्वास्थ्य

- प्रस्तावना
- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
  - ➢ जन स्वास्थ्य पोषण
  - ➢ भारत में पोषण संबंधी समस्याएँ
    प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण
    सूक्ष्मपोषकों की कमी
- लौह तत्त्व (आयरन) की कमी से अरक्तता
- विटामिन ए की कमी
- आयोडीन हीनता विकार
- पोषण समस्याओं का सामना करने के लिए कार्यनीतियाँ/हस्तक्षेप
  - ➢ आहार या भोजन आधारित
  - ➢ पोषण–आधारित कार्यनीतियाँ/दृष्टिकोण
- भारत में संचालित पोषण–कार्यक्रम
  - ➢ आई.सी.डी.एस.
  - ➢ पोषण हीनता नियंत्रण कार्यक्रम
  - ➢ आहार पूरक कार्यक्रम
  - ➢ भोजन सुरक्षा कार्यक्रम
- स्वास्थ्य देखभाल
- कार्यक्षेत्र

अध्याय : खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी

- प्रस्तावना
- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
  - ➢ खाद्य विज्ञान
  - ➢ खाद्य संसाधन
  - ➢ खाद्य प्रौद्योगिकी
  - ➢ खाद्य उत्पादन
- खाद्य संसाधन और प्रौद्योगिकी का विकास
- खाद्य संसाधन और संरक्षण का महत्त्व

- खाद्य पदार्थों का वर्गीकरण, संसाधन की सीमा और प्रकार के आधार पर
- जीविका के लिए तैयारी
- कार्यक्षेत्र

<u>अध्याय : खाद्य गुणवत्ता और खाद्य सुरक्षा</u>

- प्रस्तावना
- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
    - ➢ खाद्य सुरक्षा (आविषालुता और संकट)
    - ➢ संकट (भौतिक, रासायनिक और जैविक)
    - ➢ खाद्य संक्रमण
    - ➢ खाद्य विषाक्तता
    - ➢ खाद्य गुणवत्ता
- भारत में खाद्य मानक नियमन–FSSA (2006)
- खाद्य मानकों, गुणवत्ता, शोध और व्यापार से संबंध अंतर्राष्ट्रीय संस्थान और समझौते
    - ➢ कोडेक्स एलिमेंटैरियस कमीशन
    - ➢ अंतर्राष्ट्रीय मानकीकरण संगठन
    - ➢ विश्व व्यापार संगठन
- खाद्य सुरक्षा प्रबंधन प्रणलियाँ
    - ➢ उत्तम निर्माण पद्धतियाँ (जी.एम.पी.)
    - ➢ उत्तम हस्तन पद्धतियाँ (जी.एच.पी.)
    - ➢ संकट विश्लेषण क्रांतिक नियंत्रण बिंदु (HACCP)
- कार्यक्षेत्र

इकाई–III मानव विकास और परिवार अध्ययन

<u>अध्याय : प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा</u>

- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
- जीविका के लिए तैयारी
- कार्यक्षेत्र

<u>अध्याय : बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के लिए सहायक सेवाओं संस्थानों और कार्यक्रमों का प्रबंधन</u>

- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
- बच्चे संवेदनशील क्यों होते हैं?

- संस्थागत कार्यक्रम और बच्चों के लिए पहल
  - आई.सी.डी.एस.
  - एस.ओ.एस. बाल गाँव
  - सरकार द्वारा चलाए जा रहे बाल गृह
  - गोद लेना
- युवा क्यों संवेदनशील हैं?
- भारत में युवा कार्यक्रम
- वृद्धजन क्यों संवेदनशील हैं?
- वृद्धजनों के लिए कुछ कार्यक्रम
- जीविका के लिए तैयारी
- कार्यक्षेत्र

इकाई–IV **वस्त्र एवं परिधान**

अध्याय : वस्त्र एवं परिधान के लिए डिज़ाइन

- प्रस्तावना
- मूलभूत संकल्पनाएँ (डिज़ाइन : संरचनात्मक तथा अनुप्रयुक्त)
- डिज़ाइन के तत्त्व
  - रंग
  - बुनावट
  - रेखा
  - आकृतियाँ या आकार
- डिज़ाइन के सिद्धांत
  - अनुपात
  - संतुलन
  - महत्त्व
  - आवर्तिता
  - सामंजस्यता
- जीविका के लिए तैयारी
- कार्यक्षेत्र

अध्याय : फैशन डिजाइन और व्यापार

- प्रस्तावना
- महत्त्व

- मूलभूत संकल्पनाएँ
    - फ़ैशन शब्दावली–फैशन, शैली, फैड्स, चिरसम्मत (क्लासिक)
- फ़ैशन का विकास
    - फ्रांस–फैशन का केंद्र
    - फ़ैशन विकास
- फ़ैशन व्यापार
- फ़ैशन के खुदरा संगठन
- जीविका के लिए तैयारी
- कार्यक्षेत्र

<u>अध्याय : संस्थाओं में वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव</u>

- प्रस्तावना
- मूलभूत संकल्पनाएँ
    - धुलाई के उपकरण
    - सुखाने के उपकरण
    - इस्तरी/प्रेस करने के उपकरण
- संस्थाएँ
- जीविका के लिए तैयारी
- कार्यक्षेत्र

इकाई–V **संसाधन प्रबंधन**

<u>अध्याय : आतिथ्य प्रबंधन</u>

- प्रस्तावना
- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
- एक संगठन के आतिथ्य प्रबंधन में सम्मिलित विभाग
- कार्यक्षेत्र

<u>अध्याय : उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण</u>

- प्रस्तावना
- उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण का महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
    - उपभोक्ता उत्पाद
    - उपभोक्ता व्यवहार

- उपभोक्ता फोरम
- उपभोक्ता आगमन संख्या (फुटफॉल्स)
- उपभोक्ता समस्याएँ
- उपभोक्ता अधिकार
- मानकीकृत चिन्ह (आई.एस.आई., वूलमार्क, हॉलमार्क, सिल्कमार्क)
- संरक्षण परिषद
- उपभोक्ता के दायित्व

- कार्यक्षेत्र

इकाई–VI **संचार और विस्तार**

अध्याय : विकास संचार और पत्रकारिता

- प्रस्तावना
- महत्त्व
- मूलभूत संकल्पनाएँ
    - विकास
    - विकास पत्रकारिता
    - विकास संचार
- संचार की विधियाँ
    - अभियान
    - रेडियो तथा टेलीविज़न
    - मुद्रण माध्यम (प्रिंट मीडिया)
    - सूचना और संचार प्रौद्योगिकी
- इस क्षेत्र में जीविका के लिए ज्ञान और कौशल
- विकास संचार में कार्यक्षेत्र और जीविका के अवसर

प्रायोगिक कार्य

1. वृद्धजनों के लिए सामान्य आहार को मृदु आहार में परिवर्तित करना।
2. पोषण कार्यक्रमों के लिए पूरक खाद्य पदार्थों को विकसित करना और तैयार करना।
3. एक स्कूल की कैंटीन के लिए अथवा एक मध्याहन भोजन के लिए एक सप्ताह की व्यंजन सूची (मेन्यू) की योजना बनाना।
4. एक संसाधित खाद्य उत्पाद का डिज़ाइन बनाना, उसे तैयार करना और उसका मूल्यांकन करना।
5. खाद्य अपमिश्रण के लिए गुणात्मक परीक्षण–शुद्ध घी, चायपत्ती, साबुत काली मिर्च, हल्दी पाउडर, दूध,हींग।
6. स्थानीय रूप से उपलब्ध और देसी सामग्री का उपयोग करके बच्चों (आयु–उपयुक्त) के लिए कोई एक खिलौना तैयार करना।

   या

   समुदाय में बच्चों/किशोरों/व्यस्कों के लिए सामाजिक रूप से प्रांसगिक संदेशों को संप्रेषित करने के लिए शिक्षण सहायक सामग्री तैयार करना और उसका उपयोग करना।
7. अनुप्रयुक्त वस्त्र डिज़ाइन तकनीकों का प्रयोग करके कोई एक वस्तु तैयार करना। (बँधाई और रँगाई/बाटिक/ब्लॉक छपाई)
8. सफेद सूती वस्त्र से विभिन्न प्रकार के दाग–धब्बों को हटाना–बॉल पेन, सब्जी (करी), चिकनाई (ग्रीस), स्याही, लिपस्टिक, चाय और कॉफी।
9. किसी निर्धारित पद के लिए विज्ञापन का मूल्यांकन करना।
10. निम्न में से किसी उक विषय पर उपभोक्ता शिक्षा और सरंक्षण के लिए पर्चा/पैम्फलेट तैयार करना–
    क) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम
    ख) उपभोक्ता के कर्तव्य
    ग) उपभोक्ता संगठन
    घ) उपभोक्ता की समस्याएँ

परियोजना

निम्नलिखित परियोजनाओं में से कोई एक ली जा सकती है और उसका मूल्याकंन किया जा सकता है-

1. अपने क्षेत्र में कार्यान्वित किए जा रहे एक एकीकृत समुदाय आधारित, पोषण/स्वास्थ्य कार्यक्रम का अध्ययन, जिसके संदर्भ में-

   क) कार्यक्रम के उद्देश्य

   ख) फोकल समूह/लाभार्थी

   ग) क्रियान्वयन के तौर-तरीके

2. पड़ोस के दो किशोरों और दो व्यस्कों से विशेष आवश्यकताओं वाले व्यक्तियों के बारे में उनकी धारणा जानने के लिए साक्षात्कार करें।

3. किन्हीं दो विशेष आवश्यकताओं वाले व्यक्ति (बच्चे/व्यस्क) से उनके आहार, वस्त्रों, गतिविधियों, शारीरिक और मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं का पता लगाएँ और प्रोफाइल तैयार करें।

4. विभिन्न फोकल समूहों के लिए संचार के विभिन्न तरीकों का उपयोग करके पोषण, स्वास्थ्य और जीवन कौशल के लिए किन्हीं पांच संदेशों की योजना बनाना।

5. किन्हीं पांच प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ के पैकैजिंग और लेबल जानकारी के लिए बाजार सर्वेक्षण।

प्रायोगिक परीक्षा के लिए योजना 30 अंक

1. परियोजना (5 अंक)
2. वृद्ध व्यक्ति के लिए परिवार के किसी एक आहार का संशोधन। किसी एक संशोधित पकवान को तैयार करना। (5 अंक)

या

प्री-स्कूलर (2-6 वर्ष) पोषण कार्यक्रम के लिए किसी एक पूरक भोजन का विकास और तैयारी।

या

स्कूल कैंटीन के लिए एक मीनू की योजना बनाना और किसी एक पौष्टिक व्यंजन को तैयार करना।

3. निम्नलिखित में से किसी एक में रासायनिक परीक्षण का उपयोग करके मिलावट की पहचान करें- शुद्ध घी, चाय की पत्ती, साबुत काली मिर्च, हल्दी पाउडर, दूध, हींग। (2 अंक)
4. वस्त्र डिजाइन तकनीकों (बधाँई और रँगाई/बॉटिक/ब्लॉक छपाई) का उपयोग करके एक नमूना तैयार करें। (4 अंक)
5. सफेद सूती कपड़े से किसी भी एक दाग को हटाएँ-बॉल पेन, सब्जी, ग्रीस, स्याही, लिपस्टिक, चाय, कॉफी। (2 अंक)
6. निम्नलिखित में से किसी एक पर उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण के लिए एक पर्चा/पैम्फलेट बनाएँ। (5 अंक)
   - क) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम (सी.पी.ए.)
   - ख) उपभोक्ता कर्त्तव्य
   - ग) उपभोक्ता संगठन
   - घ) उपभोक्ता की समस्याएँ
7. फाइल/FILE (5 अंक)
8. वाइवा/VIVA (2 अंक)

QUESTION PAPER DESIGN 2023-24 HOME SCIENCE (CODE NO. 064) CLASS- XI & XII TIME: 3 HOURS Max. Marks: 70			
S. No.	**Typology of Questions**	**Total Marks**	**Weightage %**
1.	Knowledge and understanding based questions terms, concepts, principles, or theories; Identify, define, or recite interpret, compare, contrast, explain, paraphraseinformation)	28	40%
2.	Application - or knowledge/concepts based questions (Use abstract information in concrete situation, toapply knowledge to new situations. Use given content to interpret a situation, provide an example, or solve a problem)	21	30%
3..	Formulation, analysis, Evaluation and creativity based question (Appraise, judge, and /or justify the value or worth of a decision or outcome, or topredict outcomes) Classify, compare, contrast, or differentiatebetween different pieces of integrate unique piece of information from a varietyof sources)	21	30%
	TOTAL	**70**	**100**

NOTE: Internal Choice of 30% will be givenEasy- 20% Average- 60% Difficult- 20%

The changes for classes XI-XII year-end Board Examinations (2024-25)

(Classes XI-XII)		
Particulars	Academic Session 2023-24	Academic Session 2024-25
Composition of question paper for year-end examination/board Examination (Theory)	• Competency Focused Questions in the form of MCQS/ Case Based Questions. Source-based integrated Questions or any other type =40% • Select response type questions (MCQ) =20% • Constructed response questions (Short Answer Questions/Long Answer type Questions, as per existing pattern) = 40%	• Competency Focused Questions in the form of MCQs/ Case Based Questions Source-based Integrated Questions or any other type=50% • Select response type questions (MCQ)=20% • Constructed response Questions (Short Answer Questions/Long Answer type Questions as per existing pattern) = 30%

1. कार्य, आजीविका तथा जीविका

'स्मरणीय बिंदु'

1. कार्य का तात्पर्य उन सभी आवश्यक गतिविधियों से है, जो किसी उद्देश्य एवं आवश्यकता की पूर्ति के लिए की जाती हैं। सभी मनुष्य कार्य करते हैं और समाज में अपनी एक पहचान बनाते हैं।

2. **कार्य की परिकल्पना/उद्देश्य**

   (i) कार्य नौकरी व अनेक व्यक्तिओं के लिए आजीविका का साधन है।

   (ii) कार्य स्वयं की पहचान को विकसित करने व स्वाभिमान बढ़ाने का साधन है।

   (iii) कार्य आनन्द और मानसिक संतुष्टि का स्रोत है।

   (iv) कार्य पद, शक्ति और नियंत्रण का प्रतीक है।

   (v) कार्य स्व विकास व स्वयं की सृजन क्षमता का माध्यम है।

   (vi) कार्य आध्यात्मिक आचरण, धर्म एवं कर्त्तव्य की अभिव्यक्ति के रूप में भी देखा जा सकता है।

   (vii) कार्य द्वारा हमें आर्थिक लाभ होता है।

   (viii) कार्य, स्वयं की प्रतिभा व रचनात्मकता की अभिव्यक्ति के लिए अवसर प्रदान करता है।

3. **कार्य को प्रभावित करने वाले कारक**

   (i) शिक्षा

   (ii) स्वास्थ्य

   (iii) आयु व लिंग

   (iv) अवसर की सुलभता

   (v) वैश्वीकरण

   (vi) भौगोलिक स्थिति

   (vii) वित्तीय लाभ

   (viii) पारिवारिक पृष्ठभूमि

4. अर्थपूर्ण कार्य

(i) वह कार्य जो समाज व अन्य लोगों के लिए उपयोगी हो, जिम्मेदारी से किया जाए और आनन्ददायक हो, अर्थपूर्ण कार्य कहलाता है।

(ii) अर्थपूर्ण कार्य व्यक्ति में आत्मविश्वास एवं महत्त्व जागृत करता है व व्यक्तिगत विकास में योगदान देता है।

(iii) यह स्वयं के जीवन की व समाज की परिस्थितिओं को सुधारने में योगदान देता है।

5. कार्य, जीविका और आजीविका

(i) कार्य :

नियत परिणामों की गतिविधियों का एक समूह है, जिसमें नौकरी व व्यवसाय के साथ अन्य गतिविधियाँ जैसे धार्मिक, कर्त्तव्यपालन, सामाजिक कार्य, परामर्श, उद्यमवृत्ति, परामर्श सेवाएँ आदि भी सम्मिलित हैं।

(ii) जीविका :

जीविका का अर्थ साधन और व्यवसाय से है, जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। जीविका में सफलता प्राप्त करने के लिए व्यक्ति निरंतर नए कौशल सीखता है, नई जानकारी प्राप्त करता है, अपनी क्षमताएँ बढ़ाने व अपने चुने हुए क्षेत्र में स्वयं को प्रमाणित करने को हमेशा तत्पर रहता है। जीविका एक जीवन प्रबंधन संकल्पना है, जिसमें जीवन पर्यन्त विकास होता रहता है।

(iiii) आजीविका :

आजीविका के अंतर्गत नौकरी, व्यवसाय व अन्य कार्य आते हैं, जिनके द्वारा हम धन अर्जित करते हैं व अपने और परिवार की मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करते हैं।

6. जीविका व आजीविका में अंतर

जीविका (करियर)	=	आजीविका (नौकरी) +

1. अपने क्षेत्र में स्वयं को प्रमाणित करने की इच्छा
2. नौकरी में आनंद लेना,
3. जीवन को बेहतर बनाना, नए कौशल सीखना व नई जानकारी प्राप्त करने के लिए हमेशा उत्साहित रहना।

पंरपरागत भारतीय हस्तशिल्प व चित्रकला के उदाहरण

शोला शिल्प (उड़ीसा)

चन्नपटन की मूर्तियाँ (कर्नाटक)

वारली चित्रकला (महाराष्ट्र)

कठपुतली कला (राजस्थान)

7. जीविका के चुनाव से पहले स्वयं से पूछे जाने वाले प्रश्न

- व्यक्ति की विशिष्ट प्रतिभाएँ, विशेषताएँ और अभिरूचियाँ
- व्यवसाय का स्वयं के लिए उपयोगी होने का बोध।
- कार्य का स्वयं के लिए प्रेरक और चुनौतीपूर्ण होना।
- कार्य स्थल का वातावरण और लोकाचार।

8. धन अर्जित करने के लिए किए गए कार्य के परिप्रेक्ष्य :–

- नौकरी के रूप में कार्य रोज़गार संतुष्टि अर्जित आय से होती है।
- जीविका के रूप में कार्य : नौकरी का संतोष कार्य से प्राप्त उपलब्धियाँ और नौकरी में मिली तरक्की से होता है।
- अपनी रूचि व पसंद का जीविका के रूप में कार्यः अपने मनपसंद कार्य को जीविका के रूप में सफल रूप से पूरा करने में ही व्यक्ति को संतोष की प्राप्ति होती है।

9. भारत के परंपरागत व्यवसाय

प्राचीन काल या सदियों से चल रहे व्यवसाय जो देश की संस्कृति और कला का बोध कराते हैं, परंपरागत व्यवसाय कहलाते हैं।

(i) कृषि कार्य

- भारत की 70 प्रतिशत जनसंख्या गाँवों में रहती है व कृषि पर निर्भर है।
- देश के अधिकांश भागों में किसान शहरों में बेचने के लिए 'नकदी फसल' उगाते हैं।
- आर्थिक महत्त्व वाली फसलें जैसे–चाय, कॉफी, इलाइची व रबड़, विदेशी मुद्रा प्राप्त करवाने में सहायक हैं।
- भारत विश्व में काजू, नारियल, दूध, अदरक, हल्दी, व काली मिर्च में सबसे अधिक उत्पादन करने वाले देशों में से है।

(ii) मछली पकड़ना

- भारत की अत्याधिक लंबी तट रेखा के कारण मछली पकड़ना हमारे देश का महत्त्वपूर्ण व्यवसाय है।

(iii) हस्तशिल्प

अंतरराष्ट्रीय बाजार में भारत की अनेक ललित कलाएँ व हस्तशिल्प लोकप्रिय हैं।

उदाहरण–

- उड़ीसा की शोला शिल्प
- कर्नाटक की चन्नपटन मूर्तियाँ
- महाराष्ट्र की वार्ली चित्रकला
- राजस्थान की कठपुतली शिल्प
- केरल का नारियल शिल्प
- आसाम का बाँस शिल्प

बुनाई व कशीदाकारी उद्योग

- भारत विभिन्न प्रकार की बुनाई के लिए प्रसिद्ध है। यह भारत का एक महत्त्वपूर्ण कुटीर उद्योग है।
- प्रत्येक राज्य के विशिष्ट वस्त्र, कशीदाकारी व परंपरागत परिधान है, जो उस क्षेत्र–विशेष की जलवायु व जीवनशैली के लिए उपयुक्त होते हैं।

(iv) भारतीय पाक प्रणाली

- सड़क पर भोजन बेचने से पाँच सितारा होटल तक यह व्यवसाय अनेक व्यक्तिओं के रोजगार का साधन है। भारत के अनेक परंपरागत व्यंजनों व मिर्च मसालों की बहुत से देशों में माँग रहती है।

(v) चित्रण कला–

(i) भारत में कलाकारों व शिल्पकारों को बड़े हिन्दू मंदिरों और राजाओं द्वारा संरक्षण प्राप्त था।

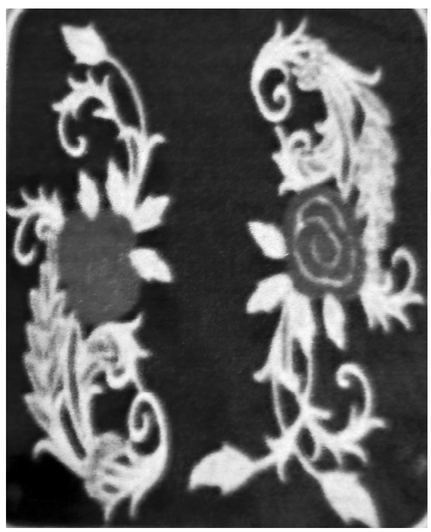
(ii) भारत के विभिन्न धार्मिक स्थानों पर वास्तुकला की विभिन्न शैलियाँ देखने को मिलती हैं।

जैसे– 1. रंगों द्वारा चित्रित प्रतिमाएँ

2. पत्थरों पर कुशलता से गढ़ी चाँदी, टेराकोटा या लकड़ी की प्रतिमाएँ।

नारियल शिल्प (केरल)

बाँस शिल्प (असम)



कशीदाकारी

कुछ अन्य परंपरागत व्यवसाय

- आभूषण बनाना
- पुजारी का कार्य
- नमक बनाना
- खनन कार्य, ईंट व टाईल बनाना
- शिकार करना (पक्षी व जानवर पकड़ना)

10. परंपरागत व्यवसायों के लुप्त होने के कारण

(i) निरक्षरता

(ii) आर्थिक पिछड़ापन

(iii) अपर्याप्त वित्तीय व विपणन सेवाएँ

(iv) वन–आधारित संसाधनों की कमी

(v) भूमि सुधार लागू करने में धीमी प्रगति

(vi) पर्यावरणीय निम्नीकरण

(vii) ललित कलाओं के प्रति सौन्दर्यबोध के कमी

11. परंपरागत व्यवसायों में सुधार की आवश्यकता के कारण

(i) स्वदेशी ज्ञान को बनाए रखने के लिए

(ii) विदेशी मुद्रा व आय उत्पादन का स्रोत

(iii) जीविका अवसरों का व्यापक क्षेत्र

(iv) अपनी संस्कृति व विविधता को बनाए रखने के लिए

12. परंपरागत व्यवसायों में सुधार के तरीके

(i) प्रशिक्षण सुविधाओं की व्यवस्था

(ii) नए डिज़ाइन बनाना

(iii) पर्यावरण हितैषी कच्चे माल का उपयोग

(iv) संरक्षण और परिष्करण नीतियाँ

(v) नई पैकेजिंग

(vi) बौद्धिक संपदा अधिकार का रक्षण (आई.पी.आर.)

(vii) परंपरागत ज्ञान का संरक्षण

13. कार्य, आयु, और जेंडर

(i) किसी भी कार्यबल में कार्य करने वालों की आयु व लिंग उनकी व्यक्तिगत व व्यवसायिक जीवन की कार्य पद्धति को प्रभावित करती है।

(ii) कार्यकर्ताओं की आयु व लिंग, के प्रति व्यक्ति, समाज और राष्ट्र का दृष्टिकोण उनके जीवन को भी प्रभावित करते हैं।

(iii) बच्चों, महिलाओं एवं बड़ी आयु वर्ग के लोगों के स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है, जब उन्हें हम ऐसे श्रम कार्य में लगाते हैं, जो उनके लिए उपयुक्त नही होते हैं।

14. कार्य के संबंध में जेंडर मुद्दें

(i) जैविक और आनुवांशिकी आधार पर मानव जाति को दो लिंगों में बाँटा गया है– पुरुष व मादा । भारत के सर्वोच्च न्यायालय ने पारजेंडर (ट्रांसजेंडर) को भी तीसरे लिंग के रूप में मान्यता दी है।

(ii) सेक्स या लिंग जैविक वर्ग से संबंधित है और जेंडर सामाजिक पहचान पर आधारित है।

(iii) प्रत्येक समाज में सामाजिक और सांस्कृतिक प्रथाएँ तय करती हैं कि विभिन्न जेंडर को किस प्रकार का व्यवहार व कार्य करने हैं।

(iv) समाज द्वारा अपेक्षित व्यवहार, स्त्री व पुरूष की भूमिका की पहचान के रूप में स्थापित हो जाता है।

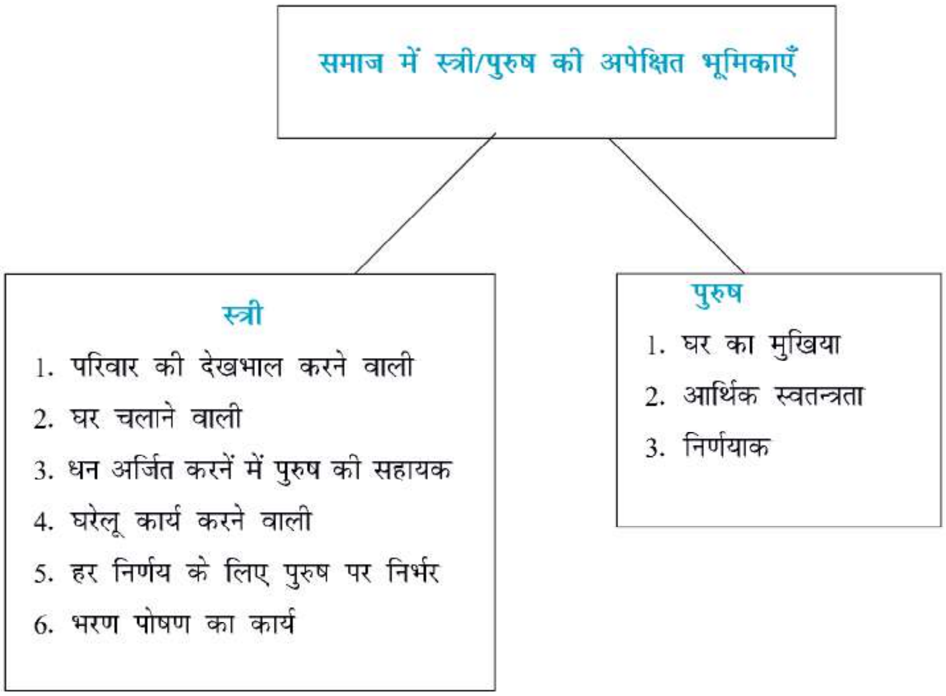
(v) धन कमाने में सक्रिय भागीदारी व परिवार के संसाधनों में योगदान के बावजूद स्त्रियों को स्वतन्त्र रूप से निर्णय लेने की समाज में मनाही है।

(vi) समय की माँग है कि हम इन्हें शिक्षित करें, सशक्त बनाएँ और समाज में उचित स्थान व अधिकार दें।

(vii) महिलाओं द्वारा किए गए घरेलू कार्यों को आर्थिक योगदान व उत्पादन गतिविधि की तरह महत्त्व देने की आवश्यकता है।

(viii) महिलाओं पर दोहरा भार : समय के साथ साथ भूमिकाओं और आचरण में परिवर्तन हो रहा है। महिलाओं ने अब अर्थ व्यवस्था के प्रत्येक क्षेत्र में भाग लेना शुरू कर दिया है और बहुत से उच्च पदों पर आसीन है, परंतु उनसे यह अपेक्षा की जाती है कि वे घर का अधिकांश काम–काज करें व घर परिवार की देखभाल करें।

15.



16. स्त्रियों और उनके कार्य से संबंधित मुद्दे और सरोकार

(i) श्रम बाजार में स्त्रियों की भागीदारी के अवसरों में कमी

(ii) स्त्रियों की कमाई को पूरक और गौण माना जाना

(iii) बाजार में पुरुषों के समान प्रतिष्ठा न मिलना (जेंडर भेदभाव)

(iv) तनाव व स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव

(v) कार्य स्थल पर सुनिश्चित सुरक्षा व

(vi) मातृत्व लाभ व बच्चों की देखभाल के लिए सहायता

17. महिला सशक्तिकरण के प्रयास

(क) समाज व परिवार द्वारा

(i) शिक्षित करना।

(ii) घरेलू निर्णयों में भागीदारी।

(iii) उच्च पदों पर नौकरी के अवसरों में वृद्धि व स्वीकृति।

(iv) घरेलू कार्यों का मूल्यांकन करना व आर्थिक उत्पादक गतिविधि मानना।

(v) घरेलू कार्यों में परिवार का सहयोग।

(ख) सरकार द्वारा

17. ख) सरकार द्वारा

- **H.** संविधानिक समानता: भारतीय संविधान के अनुच्छेद 16(1) के अनुसार समान रोजगार के अवसर व समान वेतन का हक।
- **G.** कार्यस्थल पर शिशुसदन– 1948 के फैक्टरी अधिनियम धारा 48 के अतंगर्त 30 से अधिक महिला कर्मचारी होने पर शिशुसदन का होना अनिवार्य।
- **F.** समाज कल्याण विभाग द्वारा महिलाओं के लिए राष्ट्रीय कार्य योजना (NPA) का गठन। जो समान पारिश्रमिक अधिनियम (ERA) लागू करने में सहायक।
- **E.** नौकरियों में महिलाओं के लिए आरक्षण व कार्य स्थल पर सुरक्षा।
- **D.** श्रम मंत्रालय द्वारा महिला श्रमिकों की समस्याओं को सुलझाने हेतु महिला प्रकोष्ठों की स्थापना।
- **C.** अन्य अधिनियम जैस– 1952 कर खदान अधिनियम, कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम (E.S.I.) मातृत्व लाभ अधिनियम (1961)!
- **B.** सरकारी योजनाएँ : KGBV, SSA, LADLI, BBBP
- **A.** योजना आयोग द्वारा 'कार्यकारी समूह' की स्थापना जो ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाओं के रोजगार में भागीदारी सुनिश्चित करें।

18. महिला सशक्तिकरण के उदाहरण

- किरण मजूमदार शा (एक जैव प्रौद्योगिकीविद) बायोकॉन इंडिया लिमिटेड की अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक, एक प्रख्यात उद्यमी महिला है। इन्होंने अपना व्यवसायिक जीवन 'कार्लटन एण्ड यूनाइटेड बेवरेज़स में एक किण्वक प्रशिक्षु के रूप में प्रारंभ किया और 1978 में अपनी स्वयं की कंपनी बायोकॉन इंडिया लिमिटेड बनाई। इन्हें बहुत से प्रतिष्ठा पूर्ण पुरस्कार प्राप्तः हुए और 1989 में इन्हें पद्यमश्री को उपाधि मिली और 2005 में इन्हें पद्मभूषण से सम्मानित किया गया।

- **महिला सशक्तिकरण के लिए संगठित प्रयास का उदाहरण**

श्री महिला गृह उद्योग लिज्जत पापड़, महिलाओं के लिए और महिलाओं द्वारा संचालित एक संगठन है, जिसका उद्देश्य महिलाओं को सम्मानजनक रोजगार उपलब्ध कराना है। यह संस्था 1959 में 7 सदस्यों के साथ प्रारंभ हुई। आज

यह संस्था पूरे भारत में कई हजार साथी सदस्यों को स्वरोजगार उपलब्ध कराती है। इसकी वार्षिक बिक्री करोड़ों में है। इसे सर्वश्रेष्ठ ग्रामीण उद्योग का पुरस्कार भी मिला है और इसके उत्पादों में खाखरा, मसाला बड़ी, डिटरजेंट, चपाती, केक और कई अन्य उत्पाद भी शामिल हैं।

19. कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालय (K.G.B.V.)

(i) इस योजना का आरम्भ सर्वशिक्षा अभियान/समग्र शिक्षा के अंतर्गत 2004 में किया गया।

(ii) यह योजना भारत सरकार के कानून आर.टी.ई. (राईट टू एजूकेशन) को लागू करने में सहायक है।

(iii) के. जी.बी.वी. में नामांकित सभी लड़कियाँ प्रवेश स्तर की तैयारी के लिए ब्रिज कोर्स का अध्ययन करती हैं। के.जी.बी.वी. में प्रवेश स्तर छठी कक्षा है और अब इस योजना को बारहवीं कक्षा तक बढ़ा दिया गया है।

(iv) लाभार्थी

- अनुसूचित जाति व जनजाति, पिछड़ा वर्ग व अल्पसंख्यक वर्ग की बालिकाएँ।
- गरीबी रेखा के नीचे जीवन यापन करने वाले परिवारों की वे बालिकाएँ जो कभी विद्यालय में दाखिल नहीं हुई या विद्यालय छोड़कर चली गई हैं।

(v) उद्देश्य

- विषम परिस्थितियों में जीवन यापन करने वाली लड़कियों के लिए एक सुरक्षित माहौल में शिक्षा उपलब्ध करवाना।
- BPL परिवार को उन लड़कियों के लिए जो बीच में स्कूल छोड़ देती है, प्रारंभिक शिक्षा उपलब्ध करवाना।
- बालिका शिक्षा दर को बढ़ाना।
- राइट टू एजूकेशन (RTE) को लागू करने में सहायक ।

20. बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ योजना (BBBP)

(i) 22.01.2015 को प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा हरियाणा (पानीपत) में इस योजना का प्रारम्भ किया गया।

(ii) इस योजना का क्रियान्वन तीन मंत्रालयों के सहयोग से हुआ–

- महिला एवं बाल विकास मंत्रालय
- स्वास्थ्य मंत्रालय और परिवार कल्याण मंत्रालय
- मानव संसाधन विकास मंत्रालय

(iii) बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ योजना के उद्देश्य :

- पक्षपाती लिंग चुनाव की प्रक्रिया का उन्मूलन (कन्या भ्रूण हत्या को रोकना)
- बालिकाओं की शिक्षा को सुनिश्चित करना।
- शिक्षा के साथ–साथ बेटियों को अन्य क्षेत्रों में आगे बढ़ाना और उनकी भागीदारी सुनिश्चित करना।
- लिंग अनुपात में सुधार लाना।
- बालिकाओं के सशक्तिकरण के लिए एक समग्र वातावरण का निर्माण।
- समाज की लैंगिक रूढ़िवादी सोच को तोड़ना।

21. कार्य के प्रति मनोवृत्तियाँ और दृष्टिकोण –

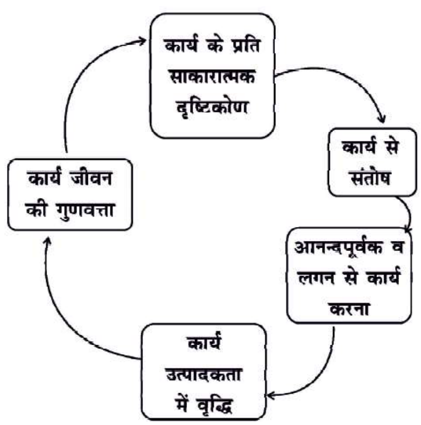
(i) कार्य के प्रति मनोवृति का अर्थ है कार्य के प्रति हमारा रवैया।

(ii) व्यक्ति का नौकरी से संतोष अथवा असंतोष का अनुभव उसकी मनोवृति से काफी प्रभावित होता है।

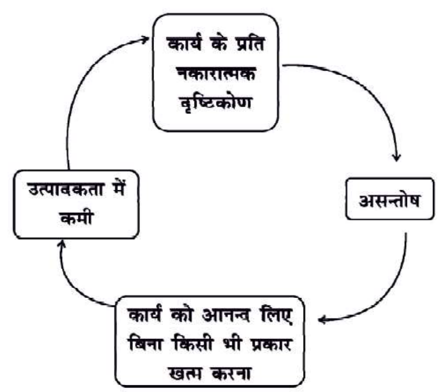
(iii) जब कोई व्यक्ति अपने कार्य (नौकरी) को पारितोष व सीखने के स्रोत के रूप में देखता है, तो नौकरी का संतोष सुनिश्चित हो जाता है।

(iv) कार्य की दिनचर्या व कार्य के प्रति व्यक्ति का दृष्टिकोण कार्य जीवन की गुणवता को प्रभावित करता है।

(क)



(ख)



कार्य के प्रति व्यक्ति के दृष्टिकोण का प्रभाव

22. आजीविका के लिए जीवन कौशल

(i) जीवन कौशल वे क्षमताएँ हैं, जो व्यक्ति को जीवन की दैनिक आवश्यकताओं और चुनौतियों से प्रभावशाली तरीके से निपटने के योग्य बनाती हैं।

(ii) ये जीवन पर्यन्त काम आते हैं।

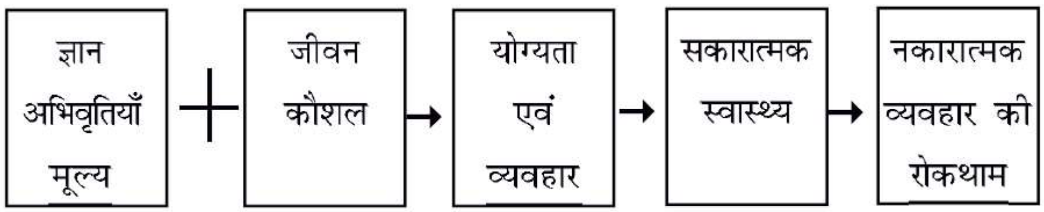
(iii) ये विषम परिस्थितियों से उबरने में व्यक्ति को समर्थ बनाती हैं।

(iv) ये लोगों के स्वास्थ्य और विकास को प्रोत्साहन देने में सहायता करते हैं।

(v) ये समुदाय व समाज के विकास के लिए भी आवश्यक हैं।

(vi) इन कौशलों को अनुभव द्वारा ही प्राप्त किया जा सकता है।

(vii) व्यक्ति का ज्ञान, अभिवृतियाँ और मूल्य व्यक्ति को जीवन कौशल विकसित करने में समर्थ बनाते हैं तथा नकारात्मक व अनुचित व्यवहार को रोकते हैं।



23. विशेषज्ञों द्वारा पहचाने गए दस जीवन कौशल

(i) स्वजागरूकता
(ii) संप्रेषण
(iii) निर्णय लेना
(iv) सृजनात्मक चिंतन
(v) मनोभावों से जूझना
(vi) परानुभूति
(vii) अंतरवैयक्तिक संबंध
(viii) समस्या सुलझाना
(ix) आलोचनात्मक चिंतन
(x) तनाव से जूझना

24. कार्य स्थल पर आवश्यक प्रकिया कौशल

(i) उत्पादकतापूर्ण कार्य – पर्याप्त ज्ञान, कौशल, अनुभव, जोश, उत्साह व प्रवीणता से कार्य कर हम उत्पादकता बढ़ा सकते है।

(ii) प्रभावी ढंग से सीखना

- अपने क्षेत्र से संबंधित उपकरणों और कार्य नीतियों को सीखना।
- नवीनतम जानकारी रखना।
- कड़ी मेहनत व लगन से सभी आवश्यक कौशलों को सीखने के लिए तत्पर रहना।

(iii) स्पष्ट संप्रेषण।

(iv) मिल जुल कर काम करना– सहयोग भावना।

(v) विवेचनात्मक और रचनात्मक सोच– कुछ नया करना और विवेचनात्मक मूल्यांकन करना।

(vi) एकाग्रता व सतर्कता।

25. सुकार्यिकी / अर्गोनॉमिक्स / श्रमदक्षता शास्त्र

(i) अर्गोनॉमिक्स दो ग्रीक शब्दों से मिलकर बना है– ergon (काम) तथा nomics (प्राकृतिक नियम)

(ii) इसे मानव कारक अभियांत्रिक (Human factors Engineering) भी कहा जा सकता है।

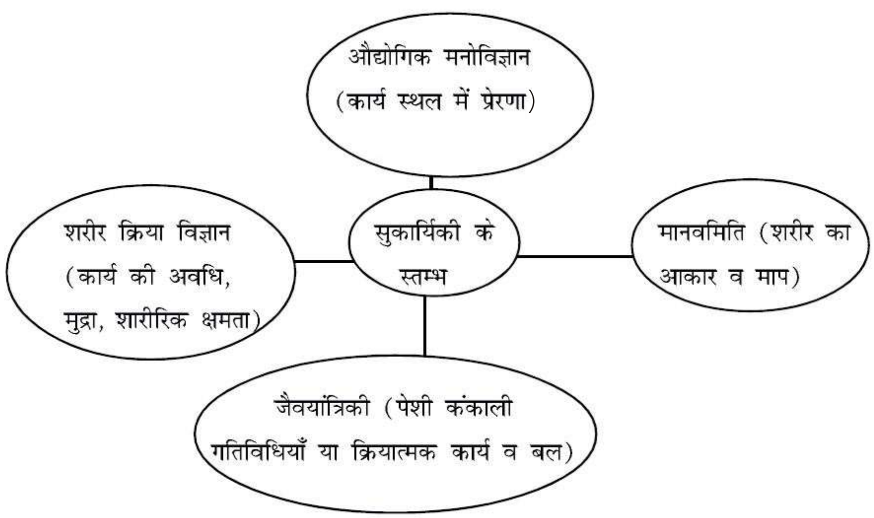
(iii) सुकार्यिकी मानव व मशीन का सामंजस्य है।

(iv) सुकार्यिकी विज्ञान की वह शाखा है जिसमे जैविक विज्ञान के आधार पर कार्य करने वाले व्यक्तिओं, उनकी आवश्यकतओं, उपकरणो, कार्यविधियों और पर्यावरण के साथ उनके अन्तर सम्बन्धों को समझ कर कार्य व कार्यस्थल को सुविधाजनक बनाया जाता है; जिससे कार्यदक्षता बढ़ती है।

(v) सुकार्यिकी के उद्देश्य

- कार्यस्थल व कार्य के उपकरणों को कार्यकर्ता की आवश्यकतानुसार सुविधाजनक बनाना।
- कार्यकर्त्ता की दक्षता व उत्पादकता को बढ़ाना।

(vi) सुकार्यिकी के स्तम्भ



(vii) **सुकार्यिकी के लाभ**

- उत्पादन बढ़ाना
- त्रुटियाँ कम करना
- चोट और दुर्घटनाओं के ज़ोखिमों को कम करना
- कार्य दक्षता बढ़ाना
- तनाव कम करना
- कर्मचारियों के मनोबल को बेहतर बनाना
- रोज़गार संतुष्टि में वृद्धि

सुकार्यिकी (श्रमदक्षता शास्त्र)– एक प्रभावी उत्पादकता उपकरण, जो निम्नलिखित बिंदुओं द्वारा संबोधित होता है–

- कार्यस्थल डिज़ाइन
- कार्य विधि का डिज़ाइन
- उपकरण डिज़ाइन
- सुविधाएँ
- वातावरण

26. उद्यमिता (Enterpreneurship)

(i) उद्यमिता एक नया और नवप्रवर्तक उद्यम उत्पाद या सेवा स्थापित करने का कार्य है।

(ii) उद्यमी वह व्यक्ति है, जो नए उत्पाद या सेवा को एक उद्यम अथवा व्यवसाय का रूप देता है।

(iii) उद्यमी नवपवर्तक, रचनात्मक, सुव्यवस्थित और जोखिम उठाने वाला व्यक्ति होता है।

(iv) उद्यमी संसाधनों को अपनी कुशाग्र बुद्धि से जुटाता है और उन्हें जीविका के लिए लक्ष्य बनाता है।

(v) उद्यमी नए संगठनों की शुरूआत अथवा वर्तमान संगठनों को पुनर्जीवित करने का कार्य करते हैं।

(vi) उद्यमियों के लक्षण

- कड़ी मेहनत की इच्छा।
- योजना बनाने व क्रियान्वन करने का ज्ञान व कौशल।
- वित्त, सामग्री, व्यक्तियों और समय के प्रबन्धन का कौशल ।
- जोखिम उठाने का साहस।
- एक साथ कई कार्य करने की योग्यता।
- अच्छे संप्रेषण कौशलों का होना।
- कठिन मुद्दों से निपटने और उनके समाधान ढूँढने की क्षमता।
- गतिरोधों, चुनौतियों और असफलताओं का सामना करने की योग्यता।
- यथार्थवादी होना व आसान समाधानों की अपेक्षा न करना।
- विनम्र हाना।

उद्यमियों के उदाहरण श्रीमान नारायण मूर्ति, जे. आर. डी. टाटा, किरण मजूमदार शा, धीरू भाई अम्बानी।

27. सामाजिक उद्यमिता

(i) सामाजिक उद्यमिता अच्छे सामाजिक कार्य करने पर केन्द्रित है।

(ii) सामाजिक उद्यमी कमजोर, अपेक्षित व वंचित समूह के लिए कार्य करते हैं।

(iii) ये मूलभूत सामाजिक परिवर्तनों और सुधारों का सृजन करते हैं।

(iv) इनका कार्य क्षेत्र शिक्षा, स्वास्थ्य, आर्थिक विकास, पर्यावरण, कला या कोई सामाजिक सुधार हो सकता हैं।

(v) इनकी सफलता सामाजिक लाभ व प्रभाव से आंकी जाती है।

पूरा नाम	
I.P.R.	Intellectual Property Right
आई.पी.आर.	बौद्धिक संपदा अधिकार
E.R.A.	Equal Renumeration Act
ई. आर. ए.	समान पारिश्रमिक अधिनियम
N.P.A.	National Plan of Action
एन.पी.ए.	राष्ट्रीय कार्य योजना
R.T.E.	Right to Education
आर.टी.ई.	शिक्षा का अधिकार
S.S.A.	Sarv Shiksha Abhiyan (Now Samagra Shiksha)
एस.एस.ए.	सर्व शिक्षा अभियान (समग्र शिक्षा)
B.B.B.P	Beti Bacho, Beti Padao
बी.बी.बी.पी.	बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ
K.G.B.V	Kasturba Gandhi Balika Vidyalaya
के.जी.बी.वी.	कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालय

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. प्रतिकूल परिस्थितिओं में रहने वाली या विद्यालय छोड़ चुकी लड़कियों के लिए सर्व शिक्षा अभियान के तहत कौन सी योजना चलाई गई है?

   (क) K.G.B.V. के.जी.बी.वी. (ख) B.B.B.P बी.बी.बी.पी.

   (ग) N.P.A. एन.पी.ए (घ) M.D.A. एम.डी.एम

उत्तर– K.G.B.V. के.जी.बी.वी.

2. वह गतिविधि जो किसी उद्देश्य व आवश्यकता को पूरा करने के लिए की जाए

   (क) आजीविका (ख) कार्य

   (ग) जीविका (घ) जीवन कौशल.

उत्तर– (ख) कार्य

3. –आनुवांशिकी और जनन अंगों के आधार पर जैविक वर्ग से सम्बन्धित है।

(क) जेंडर (ख) लिंग

(ग) पुरुष (घ) स्त्री

उत्तर– (ख) लिंग

4. फ़ैक्टरी नियम की धारा 48 के अनुसार

(क) किसी उद्योग में तीस से अधिक महिला होने पर शिशुसदन की व्यवस्था अनिवार्य है।

(ख) फैक्टरी में पुरुषों व स्त्रियों को समान वेतन का अधिकार है।

(ग) फ़ैक्टरी में नियुक्ति संबंधी मामलों में पुरुषों और स्त्रियों को समानता की गारंटी मिलती है।

(घ) फ़ैक्टरी में कार्य करने वाले कर्मचारियों की सुरक्षा अनिवार्य है।

उत्तर– (क) किसी उद्योग में तीस से अधिक महिला होने पर शिशुसदन की व्यवस्था अनिवार्य है।

5. नित्या की एक गारमेंट कंपनी है और यह प्रतिदिन अपने काम में जोखिम भरे निर्णय लेती है। नित्या एक. .... है। (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) उद्यमी (ख) वेतन प्राप्त कर्मचारी

(ग) मज़दूर (घ) अनिपुण कारीगर

उत्तर– (क) उद्यमी

6. निम्न में से क्या सुकार्यिकी के चार स्तंभों में से एक नहीं है?

(सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) बायोमिट्रिक (ख) मानवमितिय माप

(ग) शरीर क्रिया विज्ञान (घ) औद्योगिक मनोविज्ञान

उत्तर– (क) बायोमिट्रिक

7. भारत संविधान का .... अनुच्छेद किसी भी रोज़गार में सभी नागरिकों को समानता की गारंटी देता है।

(क) 16 (1) (ख) 21

(ग) 25 (घ) 370

उत्तर– (क) 16 (1)

8. निम्न में से कौन सा व्यवहार जीवन कौशल नहीं है?

(क) संप्रेषण (ख) सृजनात्मक चिंतन

(ग) परानुभूति (घ) आत्मविश्वास की कमी

उत्तर– (घ) आत्मविश्वास की कमी

9. .... वे क्षमताएँ हैं जो लोगों को चुनौतीपूर्ण परिस्थितिओं में कार्य करने के योग्य बनाती है।

(क) मूल्य (ख) मनोवृत्ति

(ग) जीवन कौशल (घ) नकारात्मक व्यवहार

उत्तर– (ग) जीवन कौशल

10. निम्नलिखित भारत के लोकप्रिय पारंपरिक हस्तशिल्प है, इनमें से कौन सा विकल्प गलत है?

(क) नारियल शिल्प – केरल (ख) वार्ली पेंटिंग – महाराष्ट्र

(ग) शोला शिल्प – कर्नाटक (घ) बाँस शिल्प – असम

(सी.बी. एस. ई सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– (ग) शोला शिल्प – कर्नाटक

11. स्नातक स्तर की पढ़ाई के बाद रीना को MNC में नौकरी मिल गई। लेकिन उस के लिए अपने कामकाजी जीवन का सामना करना मुश्किल हो रहा है।

कार्य जीवन को बेहतर बनाने के लिए यहां कुछ सुझाव दिए गए है :

(i) परानुभूति रखें (ii) नीरस तरीके से सोचें

(iii) साझेदारी को प्रोत्साहित करें (iv) कठोर बनें

सही विकल्प चुनें

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iv)

(ग) (i) और (iii) (घ) (ii) और (iii)

(सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– (ग) (i) और (iii)

12. वे बायोकॉन इंडिया लिमिटेड की अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक हैं। उन्होंने 'कार्लसन और यूनाइटेड बेवरेज़ेस' में एक किण्वक प्रशिक्षु के रूप में अपना कार्य शुरु किया। 2005 में उन्हें पद्मभूषण से सम्मानित किया गया था। उस व्यत्तित्व को पहचानें।

(क) सुश्री किरण मजूमदार शॉ (ख) सुश्री कुसुम मजूमदार शॉ

(ग) सुश्री किरण मजूमदार शाह (घ) सुश्री कल्याणी मजूमदार शॉ

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– (क) सुश्री किरण मजूमदार शॉ

13. फैक्ट्री अधिनियम 1948, यह सुनिश्चित करत है, कि कार्य परिसर में..............की सुविधा उपलब्ध हो।

(क) जलपान गृह (ख) छाया

(ग) क्रेच (घ) प्राथमिक चिकित्सा

उत्तर– (ग) क्रेच

(ख) (i) मिलान कीजिए

A. शोला शिल्प	(i) केरल
B. चन्नपटन की मूर्तियाँ	(ii) कर्नाटक
C. वार्ली चित्रकला	(iii) उड़ीसा
D. नारियल शिल्प	(iv) महाराष्ट्र

सही विकल्प चुनें

(क) A – iii, B – ii, C – iv, D – i (ख) A – ii, B – iii, C – i, D – iv

(ग) A – i, B – ii, C – iv, D – iii (घ) A – iii, B – ii, C – i, D – iv

उत्तर– (क) A – iii, B – ii, C – iv, D – i

(ख) (ii) मिलान कीजिए

A. मानव ओर मशीन का सामंसज्य	(i) जीवन कौशल
B. स्वयं की सृजन क्षमता का माध्यम	(ii) कार्य
C. स्पष्ट संप्रेषण	(iii) संगठित महिला शक्तिकरण
D. गृह उद्योग लिज्जत पापड़	(iv) सुकार्यिकी
E. किरण मजूमदार	(v) एक प्रख्यात उद्यमी

सही विकल्प चुनें

(क) A – i, B – iii, C – ii, D – iv, E – v

(ख) A – iv, B – ii, C – i, D – iii, E – v

(ग) A – iv, B – ii, C – i, D – v, E – iii

(घ) A – ii, B – i, C – iv, D – v, E – iii (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– (ख) A – iv, B – ii, C – i, D – iii, E – v

(ग) चित्र को पहचान कर, कला का नाम एवं किस राज्य से सम्बन्धित है, बताएँ।

उत्तर– कठपुतली शिल्प, राजस्थान

(घ) अति लघु उत्तरीय प्रश्न (1 अंक)

1. अर्थपूर्ण कार्य से आप क्या समझते हैं? (एन.सी.आर.टी)

उत्तर– वे सभी गतिविधियाँ जिनसे मनुष्य में पहचान, महत्त्व व प्रतिष्ठा का बोध विकसित होता है और जो समाज व अन्य लोगों के लिए उपयोगी होती हैं, अर्थपूर्ण कार्य कहलाती हैं।

2. बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ योजना के कोई दो उद्देश्य लिखिए।

उत्तर– (i) पक्षपाती लिंग चुनाव की प्रक्रिया का उन्मूलन।

(ii) बालिकाओं की शिक्षा को सुनिश्चित करना।

3. सुकार्यिकी के दो लाभ बताएँ

(i) उत्पादकता में वृद्धि।

(ii) त्रुटियों को कम करना

4. नए विचारों को प्रभावी और सफलतापूर्वक उपयोग में लाने को क्या कहते हैं?

उत्तर– नवाचार

5. आधुनिक भारत में स्त्रियों से सम्बन्धित कोई मुद्दे लिखें।

(i) कार्य (नौकरी) व परिवार का दोहरा, भार फलस्वरूप तनाव व स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव।

(ii) मातृत्व लाभ व शिशु देखरेख के लिए सामाजिक सहायता।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

आर्थिक विकास हर एक की प्रबल इच्छा होती है। इस इच्छा की पूर्ति में उघामिता की महत्वपूर्ण भूमिका है। उद्यामिता व्यक्ति में ऐसा गुण भरती है कि वह उद्योगजगत का सूत्रधार बनकर अपने व देश के आर्थिक विकास में भागीदार साबित हो। एक उद्यमी नए विचारों को वास्तविकता का रूप देता है। वह संसाधनों को अपनी कुशाग्र बुद्धि से जुटाता है और जीवन का लक्ष्य बनाता है पेटीएम कम्पनी के संस्थापक 'विजय शेखर शर्मा' उघमी का एक उदाहरण हैं। उन्होंने यह जान लिया कि भविष्य में लेन देन डिजिटल रूप से किए, जाएगें।

1. सामाजिक उद्यमिता की सफलता को किस के द्वारा आँका जाता है?

(क) आर्थिक लाभ | (ख) सामाजिक प्रभाव

(ग) लोकप्रियता | (घ) उद्यमी के ज्ञान

उत्तर–(ख) सामाजिक प्रभाव

2. एक उद्यमी में अपने उद्देश्यों की प्राप्ति के लिए क्या होना आवश्यक नहीं है?

(क) सकारात्मक दृष्टिकोण (ख) अभिमान

(ग) संतुष्टि (घ) आर्थिक लाभ

उत्तर – (ख) अभिमान

3. निम्न में से कौन एक सफल उद्यमी का उदाहरण नहीं है?

(क) श्रीमान नारायण मूर्ति (ख) श्रीमान धीरूभाई अंबानी

(ग) श्रीमान मोरारजी देसाई (घ) श्रीमान जे. आर. डी टाटा

उत्तर– (ग) श्रीमान मोरारजी देसाई

4. निम्न में से कौन सा कथन गलत है?

(क) एक उद्यमी में जोखिम उठाने का गुण होना चाहिए।

(ख) एक उद्यमी की सफलता के लिए संप्रेषण कौशल आवश्यक है।

(ग) उद्यमी को लक्ष्य अभिमुखी होना चाहिए।

(घ) सफल उद्यमी यथार्थवादी नहीं होते।

उत्तर–(घ) सफल उद्यमी यथार्थवादी नहीं होते ।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. कोई चार तरीके लिखें, जिनसे कार्य को समझा जा सकता है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (i) नौकरी और अनेक व्यक्तिओं के लिए आजीविका का साधन

(ii) स्वयं की सृजन–क्षमता का माध्यम

(iii) शक्ति और नियंत्रण का प्रतीक

(iv) आनंद और पूर्ण मानसिक संतुष्टि का स्रोत

2. करिअर/जीविका का चुनाव करते समय ध्यान में रखने वाली कोई चार विचार लिखें।

उत्तर– (i) व्यक्ति की विशिष्ट प्रतिभाएँ, विशेषताएँ और अभिरूचियाँ।

(ii) व्यवसाय का स्वयं के लिए उपयोगी होने का बोध।

(iii) कार्य का स्वयं के लिए प्रेरक और चुनौतीपूर्ण होना।

(iv) कार्य स्थल का वातावरण और लोकाचार।

3. गृहणियाँ कौन होती है? परिवार की अर्थव्यस्था में एक गृहणी का क्या योगदान है?/महिलाओं द्वारा किए गए घरेलू कार्य को आर्थिक योगदान और उत्पादन गतिविधि की तरह क्यों महत्त्व देना चाहिए? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– वे महिलाएँ जो मुख्य रूप से घर पर रहकर परिवार की देखभाल करती है व घर का दायित्त्व सम्भालती हैं, गृहणियाँ कहलाती हैं। वे घर में निम्न कार्य करती हैः–

(i) परिवार के भरण पोषण का कार्य।

(ii) परिवार के सदस्यों को सहयोग व योगदान जिससे वे अपना कार्य दक्षता से कर सके।

(iii) घरेलू कार्य व परिवार के संसाधनों में योगदान।

(iv) संसाधनों की पूर्ति (विवेकपूर्ण प्रयोग द्वारा)

4. सुकार्यिकी का अध्ययन किन स्तंभों पर व्यवस्थित है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु 25(vi) देखे।

5. भारत के परंपरागत व्यवसाय के लुप्त होने के कोई दो कारण लिखें।

उत्तर– (i) ललित कलाओं का कम होता सौन्दर्य बोध

(ii) अकुशल विपणन व वित्तीय सेवाएँ

6. जेंडर और लिंग (सेक्स) शब्दों से आप क्या समझते है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– सेक्स (लिंग) आनुवंशिकी व जनन अंगों पर आधारित है। लिंग के आधार पर मानवजाति को तीन भागों में बाँटा जाता है– मादा, पुरुष व ट्रांसजेंडर।

जेंडर सामाजिक पहचान पर आधारित है। प्रत्येक सामाज की संस्कृति व सामाजिक प्रथाओं के आधार पर मानवजाति के कार्यों को स्त्रीयोचित व पुरूषोचित कार्यो में बाँटा जाता है।

7. नौकरी और जीविका में भेद कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– वे कार्य जो धन अर्जित करने के उद्देश्य से किए जाते है और जिनसे व्यक्ति अपने व परिवार की मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करता है, नौकरी कहलाते हैं।

जीविका का अर्थ उन कार्यों से हैं जिनके द्वारा व्यक्ति अपनी मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करने के साथ अपनी क्षमताएँ बढ़ाने व अपने चुने हुए क्षेत्र में नई जानकारी प्राप्त करने के लिए हमेशा उत्साहित रहता है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. भारत के लुप्त होते परंपरागत व्यवसायों में किस प्रकार सुधार लाया जा सकता है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 12 देखिए।

2. 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' योजना का प्रारम्भ किन मंत्रालयों के सहयोग से हुआ है?

उत्तर– (i) महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

(ii) स्वास्थ्य मंत्रालय और परिवार कल्याण मंत्रालय

(iii) मानव संसाधन विकास मंत्रालय

3. महिलाओं को परिवार और समाज में पहचान कैसे मिलेगी? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (i) हमें अपनी मानसिकता को आधुनिक बनाना होगा।

(ii) महिलाओं द्वारा किए गए घरेलू कार्यों को आर्थिक गतिविधि के रूप में गिनता।

(iii) परिवार के अन्य सदस्यों की घरेलू कार्यों में भागीदारी।

(iv) शिक्षा दर में बढ़ोतरी से।

(v) समाज की अभिवृत्ति और नज़रिए को बदलना होगा।

(vi) उच्च पद पर महिलाओं की नियुक्ति द्वारा।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. महिलाओं के हित में सरकार के क्या प्रयास है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 17 (ख) देखिए।

2. के.जी.बी.वी. योजना का पूरा नाम क्या है? इसका आरम्भ कब हुआ था? इस योजना के लाभार्थी व उद्देश्य लिखें।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 19 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. जीवन कौशल क्या है? एक उद्यमी को सफलता में इनका क्या योगदान है ? कोई छः जीवन कौशल लिखें।

उत्तर– जीवन कौशल वे क्षमताएँ है जो व्यक्ति को जीवन की दैनिक आवश्यकताओं और चुनौतियों से प्रभावशाली तरीके से निपटने के योग्य बनाती हैं।

एक उद्यमी की सफलता में योगदान

(i) ये उद्यमी को चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में व्यवहार करने योग्य बनाते हैं।

(ii) नकारात्मक व्यवहार की रोकथाम में सहायक हैं।

'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 23 देखिए।

2. रोहित एक फैक्टरी का मैनेजर है। अपने क्षेत्र में उन्नति प्राप्त करने में उसे कौन सी आवश्यक प्रक्रिया कौशल (soft skills) का विकास करना होगा, विस्तार से लिखें।

उत्तर– कार्य स्थल पर आवश्यक प्रक्रिया कौशल 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 24 देखिए।

3. महिलाओं को परिवार और समाज में पहचान कैसे मिलेगी? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 17 (क) देखिए।

2. नैदानिक पोषण और आहारिकी

'स्मरणीय बिंदु'

1. पोषण

(i) पोषण–भोजन, खाद्य, पोषकों और दूसरे पदार्थों के साथ शरीर द्वारा उनके पाचन, अवशोषण तथा उपयोग का विज्ञान है। पोषण का संबंध भोजन और खाने के सामाजिक, मनोवैज्ञानिक और आर्थिक पहलुओं से भी है।

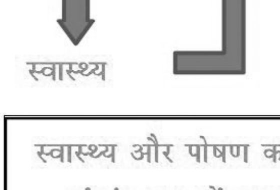
(ii) समुचित पोषण/अच्छा पोषण/पर्याप्त पोषण महत्त्वपूर्ण है–

- प्रतिरक्षा प्रदान करने के लिए।
- संक्रमण से रोधक्षमता और सुरक्षा देने के लिए।
- विभिन्न प्रकार की बीमारियों से स्वास्थ्य लाभ के लिए।
- असाध्य बीमारियों से निपटने के लिए।

(iii) अपर्याप्त पोषण/निम्न पोषण के प्रभाव–

- शरीर में रोध क्षमता रक्षा में कमी से स्वास्थ्य समस्याओं का जटिल होना।
- घाव भरने में कठिनाई।
- शरीर द्वारा दवाओं को उपयोग नहीं हो पाना।
- विभिन्न अंगों के सुचारू रूप से कार्य करने में कठिनाई से अतिरिक्त स्वास्थ्य समस्याओं का उत्पन्न होना।

(iv) आहार, अच्छा पोषण तथा एक स्वस्थ जीवनशैली चिरकालिक रोगों को विलंबित और नियंत्रित कर सकते हैं।



स्वास्थ्य और पोषण का परस्पर अंतरंग रूप में जुड़ाव है।

2. नैदानिक पोषण

(i) पोषण का विशेष क्षेत्र जो बीमारी से सम्बंधित है। इस क्षेत्र को चिकित्सीय पोषण उपचार भी कहा जाता है।

3. आहारिकी

(i) यह वह विज्ञान है, जो बताता है कि भोजन और पोषण मानव के स्वास्थ्य को कैसे प्रभावित करते हैं।

(ii) आहार विशेषज्ञ डाइटीशियन, पोषण संबंधी समस्याओं का आकलन, निदान और उपचार करते है। यह लाइसेंस प्राप्त व्यावसायिक, इष्टतम पोषण देखभाल तथा स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करते हैं।

4. नैदानिक पोषण और आहारिकी का महत्त्वः

1. बीमारियों की रोकथाम और अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में आहार विशेषज्ञ नैदानिक पोषण चिकित्सक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

2. नयी बीमारियाँ जैसे– एच.आई.वी तथा गैरसंक्रामक बीमारियाँ / चिरकालिक रोग जैसे मोटापा, हृदय रोग, अति तनाव और मधुमेह का व्यापक रूप से बढ़ रहीं हैं।

3. जनसांख्यिकीय परिवर्तनों से जनसंख्या का वह भाग बढ़ रहा है, जिसे पोषण देखभाल, सहायता और आहार सलाह की आवश्यकता है, जैसे वृद्धजन।

4. विभिन्न बीमारियों के उचित प्रबंधन के लिए चिकित्सीय आहार का सुझाव रोगी की पोषण स्थिति तथा आवश्यकता आकलन के उपरान्त नैदानिक पोषण विशेषज्ञ / आहार उपचारक द्वारा ही दिया जाता है।

5. मरीजों के पोषण में नयी तकनीक, नए तरीके और पूरकों का उपयोग तथा पोषण संबंधी आधारभूत शोध, विभिन्न पोषकों और अन्य पदार्थों जैसे–पोषण औषध, चिकित्सीय खाद्य पदार्थ पादपरसायनों / जैवसक्रिय पदार्थों की भूमिका के विषय में विकास के कारण नैदानिक पोषण क्षेत्र में उन्नति हुई है।

6. चिकित्सीय पोषण विशेषज्ञ / आहार विशेषज्ञ ही प्रत्येक व्यक्ति / मरीज़ की पोषण देखभाल एक व्यवस्थित और औचित्य पूर्ण तरीके द्वारा उनकी विशिष्ट आवश्यकताओं के अनुसार कर सकता है।

5. नैदानिक पोषण के क्षेत्र में उन्नतिः

भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (एफ.एस.एस.ए.आई.) के अनुसार विशेष आहार उपयोग के लिए, खाद्यपदार्थ या न्यूट्रास्यूटिकल या स्वास्थ्य के लिए पूरक पदार्थों का अर्थ ऐसे खाद्य पदार्थ हैं जो विशेष रूप से संसाधित या विशेष आहार आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए तैयार किए जाते हैं, जो किसी विशेष शारीरिक स्थिति या विशिष्ट बीमारियों के कारण उत्पन्न होते हैं। ऐसे में इन खाद्य पदार्थों की संरचना में और तुलनीय प्रकृति के सामान्य खाद्‌य पदार्थों की संरचना में महत्त्वपूर्ण अंतर होना चाहिए।

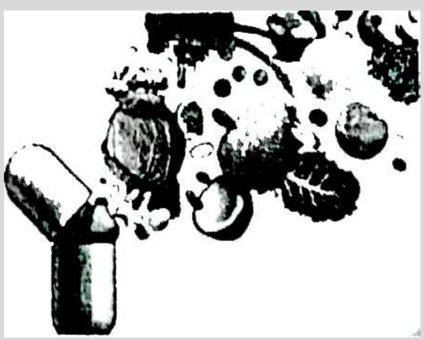
इनमें निम्नलिखित में से एक या अधिक तत्त्व शामिल हो सकते हैं–

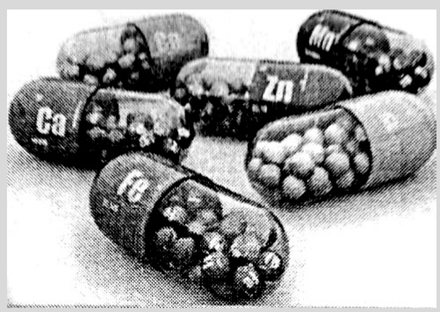
(i) पौधे या वनस्पति या उनके भाग पाउडर के रूप में

(ii) खनिज या विटामिन या प्रोटीन या अमीनो एसिड के यौगिक

(iii) पशु मूल के पदार्थ

(iv) पूरक खाद्य पदार्थ जो कुल आहार सेवन में वृद्धि करते हैं





चिकित्सीय खाद्‌य पदार्थः डॉक्टर के पर्चे पर उपलब्ध, विशेष रूप से विशेष आवश्यकता वाले व्यक्तियों के लिए निर्मित जैसे ओ. आर. एस., लैक्टोस रहित दूध आदि

पादपरसायनों (फाइटोकेमिकल्स) – जैवसक्रिय यौगिक खाद्‌य पदार्थों में मौजूद ऐसे गैर–पोषक तत्व जिनमें क्रियात्मक या जैविक क्रियाशीलता होती है और वे स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

प्रति–ऑक्सीकारक जैसे बीटा–कैरोटीन / केरोटीनॉयड।

6. मूलभूत संकल्पनाएँ–नैदानिक पोषण और आहारिकी

6. (i) (क) आहार विशेषज्ञ / नैदानिक पोषण चिकित्सक की भूमिका–

(i) रोगी की पोषण स्थिति का मूल्यांकन करके, पोषण आवश्यकताओं का विश्लेषण करना, सलाह देना तथा डॉक्टर द्वारा लिखी गयी तकनीकी सूचना को आहार संबंधी दिशानिर्देशों में बदलना।

(ii) रोगियों की पोषण संबंधी आवश्यकता पूरा करने के लिए आहार योजना बनाना।

(iii) विभिन्न रोग स्थितियों में आहार को संशोधित करना।

(iv) खिलाड़ियों के लिए, अंतरिक्ष, पनडुब्बियों, रक्षा सेवा, उद्योगों में कार्य करने वाले व्यक्तियों के लिए, आहार योजना बनाना।

(v) अस्पताल में भर्ती रोगी या बाह्य रोगी, क्लीनिकों के रोगी व संस्थाओं में स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देना।

(vi) वृद्धाश्रम, स्कूल, अनाथालय आदि संस्थानों में आहार सेवाओं का प्रबंधन करना।

(vii) दीर्घकालीन बीमारियों के रोगियों की जटिलता को रोकने व जीवन की गुणवत्ता सुधारने के लिए स्वास्थ्य को बढावा देना।

6. (i) (ख) रोगियों के लिए आहार को संशोधित करते समय आहार विशेषज्ञ (डायटिशियन) निम्न कारकों पर विचार करते हैं–

(i) भोजन के प्रतिरूप, विभिन्न प्रकार के भोजन को ग्रहण करने की आवृत्ति, बीमारी का निदान और डॉक्टर द्वारा दिया गया पर्चा।

(ii) स्वास्थ्य की स्थिति और शारीरिक स्थिति जिसमें खाने, चबाने, निगलने, पचाने और अवशोषण करने की क्षमता सहित विभिन्न प्रकार के भोजन के सेवन की आवृत्ति, भूख का अहसास और व्यक्ति की पसंद और नापसंद।

(iii) भूख का अहसास, शारीरिक गतिविधियाँ और जीवन शैली,

(iv) व्यवसाय, सांस्कृतिक, जातीय प्रथाएँ, सामाजिक–आर्थिक पृष्ठभूमि और धार्मिक विश्वास।

(v) पोषण संबंधी तनाव

(vi) मनौवैज्ञानिक तनाव

(vii) आहार एवं अन्य खाद्य पदार्थ

6. (ii) आहार चिकित्सा

चिकित्सकीय उद्देश्य के लिए भोजन के उपयोग से संबंधित आहार विज्ञान की एक शाखा है। यह विभिन्न रोगों से पीड़ित रोगियों की पोषण आवश्यकताओं और उनके लिए सही प्रकार के आहार निर्धारित करने से संबंधित है।

आहार चिकित्सा के उद्देश्य हैं–

(i) मरीज़ की भोजन संबंधी आदतों को ध्यान में रखते हुए आहार की योजना बनाना।

(ii) बीमारी के हालात को सुधारने और नियंत्रण में रखने के लिए वर्तमान आहार में परिवर्तन करना।

(iii) पोषणहीनता की स्थिति में आहार उपचारहीनता को दूर करना।

(iv) दीर्घकालिक व अल्पकालिक बीमारियों में आहार उपचार और समस्याओं को रोकने में मदद करना।

(v) मरीज़ को निर्धारित आहार का अनुसरण करने की शिक्षा और परामर्श देना।

6. (iii) (क) पोषण देखभाल

बीमारी के दौरान पोषण देखभाल निम्न गतिविधियों का एक संगठित समूह है, जिसमें शमिल है–

पोषण स्थिति का आकलन/मूल्यांकन

↓

पोषण समस्याओं का निदान

↓

पोषण आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए पोषण हस्तक्षेपों की योजना बनाना और वरीयता तय करना

↓

पोषण देखभाल परिणामों का मूल्यांकन और जाँच तथा यदि आवश्यक हो तो उनमें परिवर्तन

6. (iii) (ख) पोषण मूल्यांकन

रोगी को पोषण स्थिति व पोषण सम्बन्धी आवश्यकता की निम्न जानकारी के आधार पर मूल्यांकन– (A B C D क्रम में)

(i) **एंथ्रोपोमीट्रिकः** (मानवमितीय) माप–लम्बाई, वज़न व अन्य शारीरिक माप।

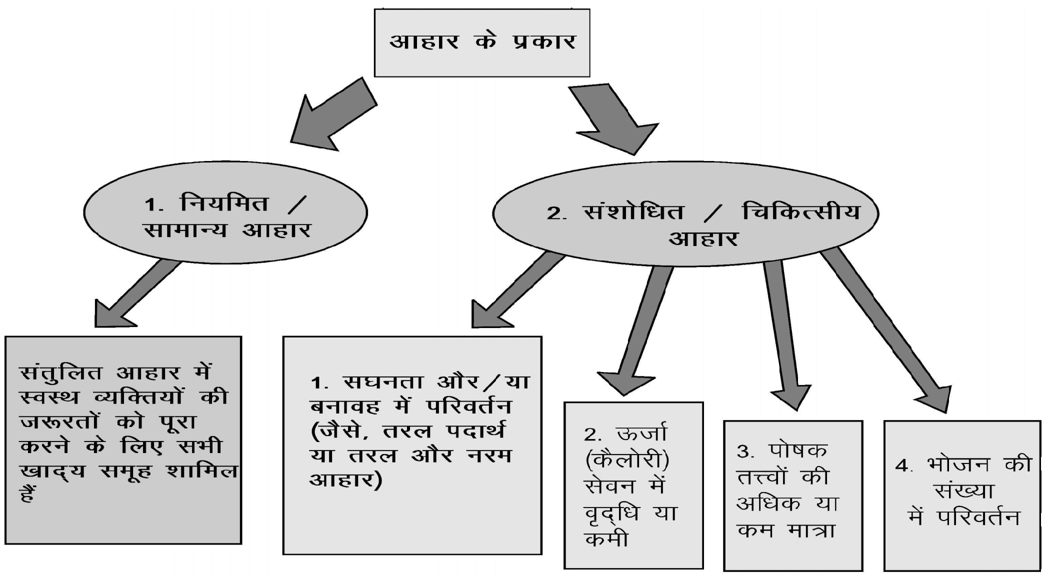
(ii) **बायोकैमिकल जैव रसायनिक मूल्यांकनः** प्रयोगशाला में जैव रासायनिक जाँच (रक्त, मल–मूत्र इत्यादि) और भौतिक मापों की जानकारी को डॉक्टरी निदान से संबद्ध करना।

(iii) **क्लीनिकल (नैदानिक) मूल्यांकनः** रोगी के स्वास्थ्य, आहार, व्यक्तिगत और चिकित्सीय इतिहास की विस्तृत जानकारी प्राप्त करना।

(iv) **डिसीज (रोग) की पहचानः** प्रमुख पोषण हीनता और भावी हीनताओं के

जोखिम का पता लगाने के लिए उपरोक्त सभी क्रियाएँ करना।

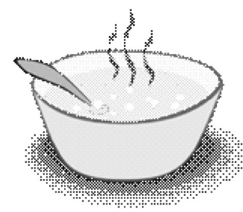
6. (iv) आहार के प्रकार



यह चिकित्सीय आहार/संशोधित आहार–यह चिकित्सीय स्थिति के आहार का हिस्सा है जो कुछ खाद्य पदार्थों या पोषक तत्त्वों के सेवन को नियंत्रित करके रोगी की चिकित्सा अवश्यकताओं को पूरा करती हैं।यह सामान्यतः एक चिकित्सक द्वारा निर्धारित किया जाता है और एक आहार विशेषज्ञ द्वारा इसकी योजना बनाई जाती है। चिकित्सीय आहार आमतौर पर नियमित आहार का संशोधन होता है।

6. (iv) संशोधित आहारों के प्रकार व उदाहरण–

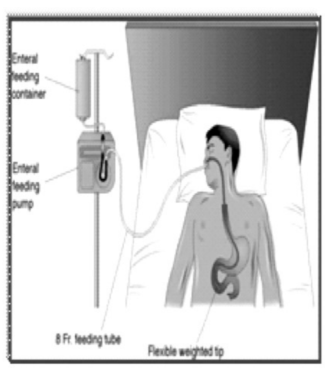
1. सघनता/बनावट में परिवर्तन	
(i) तरल आहार– कमरे के तापमान पर सामान्यतः द्रव अवस्था में रहते हैं । इन्हें पूर्ण तरल आहार के रूप में भी जाना जाता है। ये फाइबर (रेशा) से मुक्त होते हैं और पोषक रूप से पर्याप्त होते हैं। उदाहरण– नारियल पानी, फलों का रस, सूप, दूध, छाछ, मिल्क शेक आदि **लाभ–** • अगर जठरांत्र (गैस्ट्रॉइन्टेस्टाइनल) क्षेत्र सामान्य रूप से काम कर रहा है, तो पोषक तत्व आसानी से अवशोषित हो जाते हैं। • उन व्यक्तियों के लिए उपयुक्त हैं जो चबाने या निगलने में असमर्थ हैं। जैसे पोस्ट ऑपरेटिव रोगी	 **तरल आहार–फलों और सब्जियों का रस**

(ii) पूर्ण/स्पष्ट तरल आहार, जो सघनता में तरल आहार से और भी अधिक पतला होता है। उदाहरण– पूर्ण/स्पष्ट सूप या रस (बिना लुगदी), बहुत हल्की चाय आदि। **लाभ**– सर्जरी के तुरंत बाद दिया जाता है। सीमा– यह व्यक्ति की पोषण संबंधी आवश्यकताओं को पूरी तरह से पूरा नहीं करता।	 **पूर्ण/स्पष्ट तरल आहार– पूर्ण तरल/छना हुआ सूप**
(iii) नरम आहार– ये नरम, लेकिन ठोस खाद्य पदार्थ होते हैं, जो हल्के पकाए जाते हैं। ये अधिक रेशेदार या गैस बनाने वाले खाद्य पदार्थ नहीं होते। इन आहारों को चबाना और पचाना आसान होता है। उदाहरण– खिचड़ी, दलिया, साबूदाना खीर इत्यादि **लाभ**– • इस तरह के आहार से अपाचन, पेट के फूलने, मतली, ऐंठन अथवा किसी अन्य जोख़िम का खतरा कम–से–कम हो जाता है। • ये उपचार के अनुसार एक आहारी संशोधन है, जो पूर्णतया नरम होता है। ये कठोर रेशों, बीजों, उच्च वसा या मसालेदार खाद्य पदार्थों के बिना केवल सरल और आसानी से पचने वाला आहार है। यह तब दिया जाता है जब पाचन तंत्र को आराम देने की सलाह दी जाती है।	 **नरम/मृदु आहार– दलिया, खिचड़ी, साबूदाना खीर**
(iv) तैयार मृदु आहार जब बड़ी उम्र समूह के सामान्य प्रौढ़ों को चबाने की समस्या होने पर आहार में कुछ संशोधन किए जाते हैं। यह कोई चिकित्सीय संशोधन नहीं है, इसमें केवल खाना पकाने की विधि में परिवर्तन या संशोधन किया जाता है। उदाहरण– नरम, मसला हुआ, कुचला हुआ और शोरबा युक्त खाद्य पदार्थ, फल और सब्जियाँ जिनको चबाने में आसानी होती है।	 **तैयार मृदु आहार– शोरबा युक्त खाद्य पदार्थ, मसले हुए फल, सब्जियाँ**

2. ऊर्जा (कैलोरी) सेवन में वृद्धि या कमी
1. ऊर्जा (कैलोरी) सेवन में वृद्धि उदाहरण– ज्वर की स्थिति में दिया गया आहार
2. ऊर्जा (कैलोरी) सेवन में कमी उदाहरण मोटापे की अवस्था में दिया गया आहार
3. पोषक तत्वों की अधिक या कम मात्रा
उदाहरण– 1. शल्यक्रिया (सर्जरी) की अवस्था में अधिक प्रोटीन लेना 2. गुर्दा (किडनी) के खराब होने की स्थिति में कम प्रोटीन लेना 3. अधिक या कम रेशा (फाइबर) लेना 4. पीलिया में वसा की कम मात्रा 5. उच्च रक्तचाप में सोडियम लेने पर रोक 6. तरल पदार्थ के सेवन पर प्रतिबंध 7. कुछ खाद्य पदार्थों का सेवन सीमित करना क्योंकि इनमें गैर पोषक आहार अवयवों की मात्रा अधिक हो सकती हैं, जैसे पालक–क्योंकि पालक ऑक्सलेट्स से भरपूर होता है।
4. भोजन की संख्या में परिवर्तन, या भोजन के अंतराल या विशेष योजना में संशोधन उन रोगियों के लिए जिनके भोजन देने के तरीके में बदलाव हो।

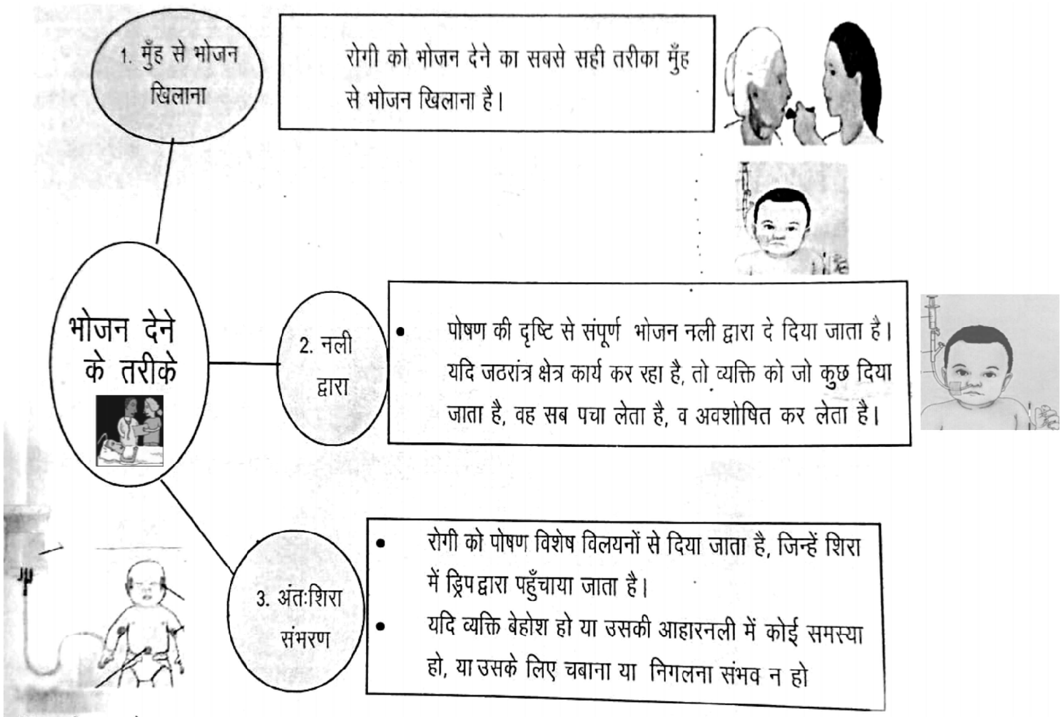
6. (v) भोजन देने के तरीके:

मुँह के द्वारा भोजन खिलाना



संपूर्ण भोजन नली द्वारा

अंतःशिरा द्वारा



6. (vi) चिरकालिक रोगों की रोकथाम

- सही आहार अच्छा पोषण व स्वस्थ जीवन शैली चिरकालिक रोगों को नियंत्रित करने व उनके प्रारम्भ होने में विलंब कर सकता है।
- हम जिन खाद्य पदार्थों का सेवन करते हैं, उनमें वसा और शक्कर की मात्रा अधिक होती है तथा रेशेदार और अन्य लाभदायक/पौष्टिक अवश्य कम होते हैं।
- शहरों भारतीयों की जीवन शैली में विभिन्न परिवर्तन हुए हैं। उनके आहार में वसा तथा परिष्कृत शक्कर, अधिक लवण युक्त खाद्य पदार्थों तथा अधिक सोडियम अंश वाले संसाधित खाद्य पदार्थों का उपयोग बढ़ा है और शारीरिक गतिविधि में कमी आई है। रेशेदार भोजन, विटामिन व खनिज युक्त आहार न लेने के परिणाम स्वरूप चिरकालिक रोगों जैसे मोटापा, मधुमेह, हृदय रोग, अति तनाव, उच्च रक्तचाप और कैंसर इत्यादि की संख्या में वृद्धि हो रही है।
- चिरकालिक रोगों को रोकने में नैदानिक पोषण चिकित्सक उचित आहार परामर्श तथा समुदाय में बेहतर स्वास्थ्य देखभाल बढ़ाने में मदद करता है। वे समाज के विभिन्न समूहों जैसे– विद्यालय, महाविद्यालय, अन्य संस्थानों में ऐसी समस्याओं को उत्पन्न होने से रोकने के लिए उचित मार्गदर्शन दे सकते हैं। चिरकालिक बीमारियों के उदाहरण मोटापा, कैंसर, मद्युमेह, हृदयरोग, उच्च रक्तचाप आदि

7. नैदानिक पोषण और आहारिकी में जीविका की तैयारी

निम्न का संपूर्ण ज्ञान और समझ आवश्यक–

- विषय क्षेत्रों जैसे पोषण, खाद्य विज्ञान, तथा मूल भूत विज्ञान विषय जैसे रसायन, जीव विज्ञान, भौतिकी, शरीर विज्ञान, जैव रसायन।
- रोग की स्थिति में शारीरिक परिवर्तन
- पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा में परिवर्तन
- पारंपरिक और जातीय व्यंजन विधियाँ
- रोगी से प्रभावी रूप से बातचीत के लिए विभिन्न भाषाओं का ज्ञान।
- बही खाता, रिकॉर्ड रखना, मनोविज्ञान आदि की समझ।

निम्न कौशल आवश्यक–

- नैदानिक और जैव रासायनिक मापदंड का उपयोग कर रोगियों के पोषण की स्थिति का आकलन
- वैयक्तिक रोगियों और विशिष्ट रोग परिस्थितियों में आवश्यकता अनुसार अनुकूलित आहार योजना तैयार करना।
- आहार परामर्श हेतु बातचीत का कौशल।
- सांस्कृतिक वातावरण अपनाने का कौशल, भोजन निषिद्धता का ज्ञान
- विभिन्न आहार, दवाओं और पोषक पूरकों की उपयोगिता का पता लगाने के लिए प्रयोगशाला शोध और रोगियों के साथ प्रयोगात्मक रूपरेखा तैयार कर पाना

आवश्यक योग्यता–

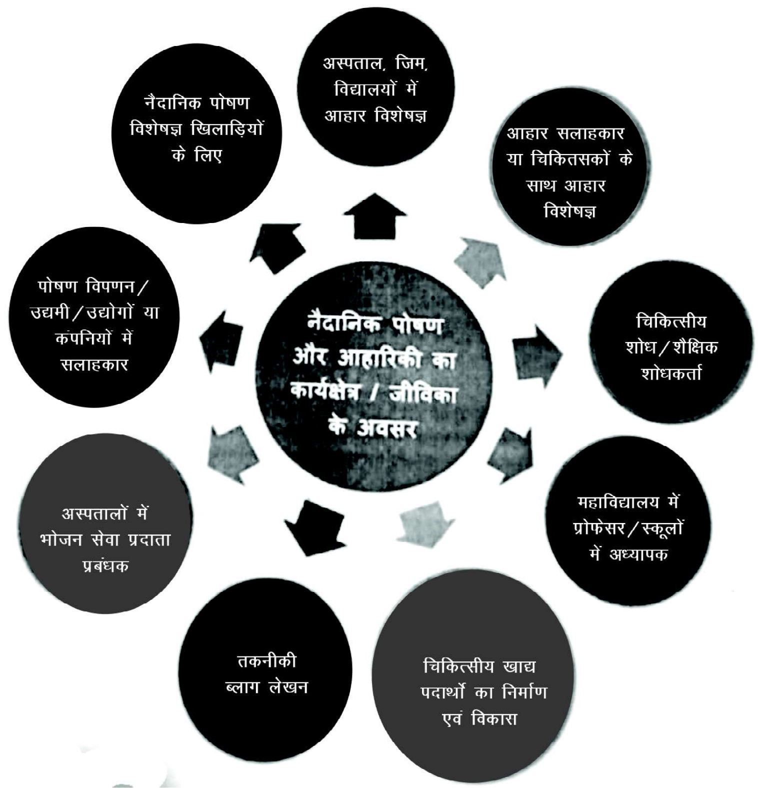
- 10+2 स्तर पास करना
- बी.एस.सी. होम साइंस या बी.एस.सी. डिग्री पोषण विज्ञान में।
- **आहार विशेषज्ञ के लिए–**
- डायटेटिक्स में स्नातकोतर डिप्लोमा।

  एम.एस.सी. खाद्य विज्ञान और पोषण अथवा डायटेटिक्स में।

  पंजीकृत आहार विशेषज्ञ के रूप में योग्यता, इंटर्नशिप के साथ
- शिक्षण और शोध के लिए

  एम.एस.सी. के बाद, विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यू.जी.सी.) की राष्ट्रीय पात्रता परीक्षा (यू.जी.सी. नेट) को पास करना और पी.एच.डी. की डिग्री लेना।

8. नैदानिक पोषण और आहारिकी का कार्यक्षेत्र/जीविका के अवसर



संक्षिप्त अक्षरों का पूर्ण रूप

1.	HIV एच.आई.वी.	Human Immuno deficiency Virus ह्यूमन इम्युनो डेफ्रिशिएंसी वायरस
2	AIDS एड्स	Acquired Immune deficiency Syndrome- अक्वायर्ड इम्युनोडेफिशिएंसी सिंड्रोम
3	OPD	Out Patient Department ओ.पी.डी. बाह्य रोगी विभाग
4	IV आई.वी.	Intravenous अंतःशिरा
5	MNT एम.एन.टी.	Medical Nutrition Therapy चिकित्सीय पोषण उपचार
6	RDA आर.डी.ए.	Recommended Dietary Allowances प्रस्तावित दैनिक मात्रा
7	RD आर.डी.	Registered Dietitian पंजीकृत आहार विशेषज्ञ

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहु विकल्पीय प्रश्न

1. .... मानवमितीय (एंथ्रोपोमेट्रिक) माप के अंतर्गत आते हैं?

(i) रक्त और मूत्र जाँच

(ii) लंबाई और वज़न/भार माप

(iii) सिर की परिधि व बी.एम.आई. माप

(iv) मल तथा थूक जाँच

उचित विकल्प चुनिए–

(क) (i) व (ii) (ख) (i) व (iv)

(ग) (iii) व (iv) (घ) (ii) व (iii)

उत्तर– (घ) (ii) व (iii)

2. वह विज्ञान जो खाद्य पोषकों और दूसरे पदार्थों के साथ शरीर द्वारा उनके पाचन, अवशोषण तथा उपयोग से संबधित है, ... कहलाता है

(क) जन पोषण

(ख) नैदानिक घोषण

(ग) चिकित्सीय पोषण उपचार

(घ) पोषण

उत्तर– (घ) पोषण

3. किसी रोगी की पोषण स्थिति का आकलन करते समय नैदानिक पोषण विशेषज्ञ किस कारक पर विचार नहीं करता है? (सी.बी.एस.ई. सेम्पल पेपर 2022)

(क) मानवमितीय माप

(ख) आहार और दवाई के इतिहास की विस्तृत जानकारी

(ग) प्रयोगशाला और भौतिक मापों की जानकारी से संबंध

(घ) आहार सर्वेक्षण

उत्तर– (घ) आहार सर्वेक्षण

4. आपकी बहन ने नैदानिक पोषण और आहारिकी में डिप्लोमा पूरा कर लिया है। निम्नलिखित विकल्पों में से चुनिए जो उसके लिए अपना करियर शुरू करने के लिए उपलब्ध हैं? (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) विद्यालय परामर्शदाता

(ख) पोषण औषधियों (न्यूट्रास्यूटिकल्स) का अनुसंधान और विकास

(ग) ई.सी.सी. ई.

(घ) कृषि उद्योग में

उत्तर– (ख) पोषण औषधियों (न्यूट्रास्यूटिकल्स) का अनुसंधान और विकास

5. आपके दादाजी पेट की सर्जरी के बाद बेहोश हो गए हैं, भोजन खिलाने की कौन सी विधि उनके लिए पंसद की जाएगी और क्यों? (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) मुँह के द्वारा और चबाने में आसान

(ख) नली द्वारा (ट्यूब फीडिंग) और पचाने में आसान

(ग) अंतः शिरा द्वारा भोजन और पोषण प्राप्त करने के लिए

(घ) नासोगैस्ट्रिक फीडिंग और पोषण

उत्तर– (ग) अंतः शिरा द्वारा भोजन और पोषण प्राप्त करने के लिए

6. निम्नलिखित में से कौन आहार चिकित्सा का उद्देश्य नहीं है?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) वर्तमान आहार में संशोधन

(ख) पारंपरिक व्यंजनों का ज्ञान

(ग) जटिलताओं की रोकथाम

(घ) पोषण की कमी का सुधार

उत्तर– (ख) पारंपरिक व्यंजनों का ज्ञान

7. प्राकृतिक खाद्य पदार्थों या निर्मित खाद्य उत्पादों में मौजूद घटकों को पहचान करें जिनमें स्वास्थ्य लाभ प्रदान करने के लिए विशिष्ट अवयवों को शामिल किया गया है। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) पोषण औषधीय पदार्थ (न्यूट्रास्यूटिकल्स)

(ख) चिकित्सा खाद्य पदार्थ

(ग) एंटीऑक्सीडेंट

(घ) पादप रसायन औषधीय पदार्थ (फाइटोकैमिकल्स)

उत्तर– (क) पोषण औषधीय पदार्थ (न्यूट्रास्यूटिकल्स)

8. आहार विशेषज्ञ द्वारा आपके दादा जी को किस प्रकार के आहार निर्धारित किए जाने चाहिए जो क्रमशः गुर्दे और चबाने की समस्या से पीड़ित हैं?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) कम प्रोटीन आहार और तैयार मृदु आहार

(ख) उच्च प्रोटीन आहार और तैयार मृदु आहार

(ग) कम रेशे युक्त आहार और तरल आहार

(घ) उच्च रेशे युक्त आहार और नियमित आहार

उत्तर– (क) कम प्रोटीन आहार और तैयार मृदु आहार

(ख) (i) **मिलान कीजिए**

A. मधुमेह की स्थिति में	(i) कम प्रोटीन युक्त आहार
B. शल्य क्रिया (सर्जरी) में	(ii) कम सोडियम युक्त आहार
C. उच्च रक्तचाप की स्थिति	(iii) अधिक प्रोटीन युक्त आहार
D. गुर्दा (किडनी) खराब हो जाने पर	(iv) कम कार्बोज युक्त आहार

सही विकल्प चुनिए–

(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)

(ख) A - (iv), B - (i), C - (iii), D - (ii)

(ग) A - (ii), B - (iv), C - (i), D - (iii)

(घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

(ख) (ii) **मिलान कीजिए**

A. ओमेगा–3 वसा अम्ल	(i) प्रति–ऑक्सीरकारक
B. एरीथीमियास	(ii) रोग के उद्भव, वितरण और नियंत्रण का वैज्ञानिक अध्ययन
C. बीटा कैरोटीन	(iii) मछली
D. एपिडेमिओलॉजी	(iv) असामान्य हृदय लय/ताल

सही विकल्प चुनिए–

(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii) (ख) A - (iv), B - (i), C - (iii), D - (ii)

(ग) A - (ii), B - (iv), C - (i), D - (iii) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर–(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)

(ग) अतिलघु उत्तरीय प्रश्न

1. श्रीमती अरोरा की बेटी, आहार विशेषज्ञ की योग्यता प्राप्त करने के बाद किन दो संस्थानों में कार्य कर सकती है?

उत्तर– (i) स्वास्थ्य क्लबों या व्यायामशालाओं में सलाहकारों / चिकित्सकों के साथ आहार विशेषज्ञ।

(ii) अस्पतालों में विशिष्ट विभागों में आहार विशेषज्ञ के रूप में।

(iii) अस्पतालों, विद्यालयों, उद्योगों के अल्पाहार गृहों की खान–पान सेवाओं में आहार विशेषज्ञ (कोई अन्य कोई दो)

2. बीसवीं और इक्कींसवीं शताब्दियों में कौन सी दो नयी बीमारियाँ उभर कर आई हैं?

उत्तर– एच.आई.वी./एड्स, स्वाइनफ्लू, कोविड–19 (कोई अन्य, कोई दो)

3. जीवन शैली से संबंधित किन्हीं दो चिरकालिक रोगों के नाम बताइए।

उत्तर– मोटापा, मधुमेह, हृदय रोग, अति तनाव (कोई अन्य, कोई दो)

4. उच्च रक्तचाप के खतरे को बढ़ाने वाले दो कारण दीजिए–

उत्तर– (i) अधिक लवण युक्त खाद्य पदार्थों का प्रयोग।

(ii) अधिक सोडियम अंश वाले संसोधित खाद्य पदार्थों का प्रयोग।

(iii) पोटाशियम से परिपूर्ण फलों, सब्जियों, अनाजों व दालों का कम उपयोग।

(iv) कम कैल्शियम अंतःग्रहण।

(v) कम शारीरिक गतिविधियों और तनाव। (कोई अन्य कोई दो)

केस स्टडी आधारित बहुविकल्पीय प्रश्न (4 × 1 अंक)

चिकित्सीय खाद्य पदार्थ वे उत्पाद हैं, जो किसी बीमारी के विशिष्ट आहार प्रबंधन के लिए विशेष रूप से निर्मित होते हैं, केवल डॉक्टर के पर्चे के साथ जिनका उपयोग किया जा सकता है, लेकिन उन्हें दवाओं के रूप में नहीं माना जाता है।

- चिकित्सीय खाद्य पदार्थों के कुछ उदाहरण हैः विशेष शिशु आहार, चयापचय संबंधी विकारों के लिए उत्पाद, ओरल रिहाइड्रेशन उत्पाद या दीर्घकालिक दस्त के लिए मधुमेह, एड्स, गुर्दे की बीमारी या चयापचय संबंधी जन्मजात त्रुटियों वाले रोगियों के लिए विशेष पोषण उत्पाद।
- पारंपरिक चिकित्सीय खाद्य पदार्थ सामान्यतः तरल या पाउडर पेय मिक्स के रूप में होते हैं।
- पिछले कुछ वर्षों में कई चिकित्सीय खाद्य पदार्थ विकसित हुए हैं, क्योंकि अधिक से अधिक बीमारियाँ उभर कर सामने आई हैं।

1. खाद्य पदार्थों में उपस्थित ऐसे अवयव या गैर–पोषक तत्त्व जिनकी शरीर में क्रियात्मक या जैविक क्रियाशीलता होती है और वह स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं, ... कहलाते हैं।

    (क) अपोषीय आहार अवयव   (ख) पोषण औषध

    (ग) चिकित्सीय खाद्य पदार्थ   (घ) पादप रसायन

उत्तर– (घ) पादप रसायन

2. प्राकृतिक खाद्य पदार्थों के कुछ भाग अथवा निर्मित खाद्य उत्पाद जिनमें स्वास्थ्य लाभ के लिए विशिष्ट पदार्थ मिलाए जाते हैं, उन्हें क्या कहते हैं?

    (क) तैयार मृदु आहार   (ख) पूरक आहार

    (ग) पोषण औषध   (घ) जैव सक्रिय पदार्थ

उत्तर– (ग) पोषण औषध

3. छाने हुए पतले सूप तथा जूस .... आहार के उदहारण है।–

    (क) तरल   (ख) पूर्ण तरल

    (ग) सामान्य   (घ) नरम

उत्तर– (ख) पूर्ण तरल

4. निम्नलिखित में से कौन–सा कथन गलत है–

(क) फल, सब्जियाँ और दालें खाने से हृदय रोग उत्पन्न होने का खतरा कम हो जाता है।

(ख) ओ. आर. एस. व लैक्टोस मुक्त दूध चिकित्सीय खाद्य पदार्थों के उदाहरण हैं।

(ग) अत्याधिक परिष्कृत खाद्य पदार्थ स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होते हैं।

(घ) विटामिन ई और विटामिन सी, शरीर में एक संरक्षी भूमिका निभाते हैं।

उत्तर– (ग) अत्यधिक परिष्कृत खाद्य पदार्थ स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होते हैं।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. (क) एक आहार विशेषज्ञ की भूमिकाएँ क्या होती हैं?

(ख) एक आहार विशेषज्ञ रोगी की देखभाल के लिए अन्य स्वास्थ्य देखभाल करने वाले कर्मचारी के साथ टीम कैसे बनाता है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर–(क) स्मरणीय बिंदु 6 (क) देखिए।

(ख) आहार विशेषज्ञ मेडिकल टीम का अभिन्न हिस्सा होता है–

- वह आहार संबंधी आदेशों का अनुपालन कराने के लिए चिकित्सक व स्वास्थ्य देखभाल कर्मियों के साथ निरंतर संपर्क में रहता है।
- रोगी व उसके रोग के अनुसार पोषण देखभाल योजना के विकसित करके अस्पताल में भर्ती अथवा बाह्रय रोगी विभाग (ओ.पी.डी.) में रोगियों को उचित हिदायतें देने व लागू करने में भी अन्य स्वास्थ्य कर्मियों के साथ समन्वय बनाता है।
- रोगी को वह परामर्श भी देता है।

2. चिकित्सीय खाद्य पदार्थ क्या होते है? दो उदाहरण देकर समझाइए।

उत्तर– (क) स्मरणीय बिन्दु संख्या–5 देखिए।

3. कोई दो मुख्य कारण लिखिए जिसके फलस्वरूप देश में मधुमेह रोगियों की संख्या निरंतर बढ़ रही है और भारत विश्व की 'मधुमेह राजधानी' बन सकता है?

उत्तर– देश में मधुमेह रोगियों की संख्या निरंतर बढ़ने के दो मुख्य कारण–

(i) जो खाद्य पदार्थ आज हम उपयोग में ले रहे हैं, उनमें बहुत से अन्य पदार्थ मिलाए जाते हैं, जिनमें अधिक वसा या शक्कर होती है।

(ii) अत्याधिक परिष्कृत खाद्य पदार्थों का सेवन और रेशेदार भोजन का कम प्रयोग।

(iii) आहार में विटामिनों और खनिजों की भी अत्याधिक कमी।

(iv) माँसाहारी लोगों में जंतु प्रोटीन के उपयोग का बढ़ना।

(v) अनुचित जीवन शैली।

(vi) शारीरिक गतिविधियों या व्यायाम की कमी। (कोई अन्य, कोई दो)

4. अस्वस्थता/रोग किस प्रकार किसी व्यक्ति की पोषण स्थिति को प्रभावित करता है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– अस्वस्थता/रोग निम्न समस्याएँ उत्पन्न करते हैं तथा पोषण स्थिति को भी प्रभावित करते हैं।

(i) शरीर के लिए रोधक्षमता रक्षा में कमी से स्वास्थ्य समस्याओं का जटिल होना।

(ii) घाव भरने में कठिनाई।

(iii) रोग के उपचार में देरी।

(iv) विभिन्न अंगों के सुचारु रूप से कार्य संचालन में कठिनाई से नई स्वास्थ्य समस्याओं का उत्पन्न होना।

(v) पाचन, अवशोषण, उपापचय तथा उत्सर्जन क्षमता में कमी

(कोई अन्य, कोई दो)

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. रोगी को भोजन खिलाने का सर्वोत्तम तरीका कौन सा है? नली द्वारा भोजन देने और अंतः शिरा संभरण में अन्तर स्पष्ट कीजिए

उत्तर– रोगी को भोजन देने का सबसे सही व सर्वोत्तम तरीका मुँह से भोजन खिलाना है।

नली द्वारा	अन्तःशिरा संभरण
(i) पोषण की दृष्टि से संपूर्ण भोजन नली द्वारा दे दिया जाता है। यदि जठरांत्र क्षेत्र कार्य कर रहा है, तो व्यक्ति को जो कुछ दिया जाता है, वह सब पचा लेता है, व अवशोषित कर लेता है। (ii) यह तरीका अंतःशिरा संभरण की अपेक्षा अधिक पसंद किया जाता है। (कोई अन्य, कोई दो)	(i) रोगी को पोषण विशेष विलयनों से दिया जाता है, जिन्हें शिरा में दिए द्वारा पहुँचाया जाता है। (ii) यदि व्यक्ति बेहोश हो या उसकी आहार नली में कोई समस्या हो, या उसके लिए चबाना या निगलना संभव न हो। (कोई अन्य कोई दो)

2. पवन अपने आहार में अत्यधिक वसा तथा शक्कर का प्रयोग करता है और रेशेदार पदार्थ बिलकुल नहीं लेता। उसे अच्छे पोषण का महत्त्व बता कर शिक्षित कीजिए।

उत्तर– समुचित पोषण/अच्छा पोषण/ पर्याप्त पोषण महत्त्वपूर्ण है–

- प्रतिरक्षा प्रदान करने के लिए
- संक्रमण से रोधक्षमता सुरक्षा देने के लिए
- विभिन्न प्रकार की बीमारियों से स्वास्थ्य लाभ के लिए
- असाध्य बीमारियों से निपटने के लिए

शक्कर और वसा का अत्यधिक उपभोग के साथ रेशों के बिलकुल नहीं या कम उपभोग तथा शारीरिक गतिविधियों में कमी के कारण वे शीघ्र ही मधुमेह रोग के शिकार हो सकते हैं।

यह अध्ययनों में पाया गया कि अधिक फल, सब्जियाँ, पूर्ण अनाज, निम्न वसा के दुग्ध उत्पाद और बिना चरबी का माँस या दालें खाने से हृदय रोग उत्पन्न होने का खतरा कम हो जाता है। अतः अच्छा और पर्याप्त पोषण बहुत महत्त्वपूर्ण है। (कोई अन्य)

3. डॉक्टरी पोषण और आहार विशेषज्ञों की जीविका के लिए हम कैसे तैयारी कर सकते हैं? (एन.सी.ई.आर.टी.)

अथवा

बारहवी कक्षा के बाद लता मेडिकल न्यूट्रिशनिष्ट (चिकित्सीय पोषण उपचारक) और डाइटीशियन का करियर अपनाना चाहती है। इस संदर्भ में आपको उसका मार्गदर्शन कैसे करना चाहिए कि वह स्वयं को तैयार कर सके।

उत्तर– **डॉक्टरी पोषण और आहार विशेषज्ञ की जीविका की तैयारी**–

आहार विशेषज्ञ के लिए आवश्यक योग्यताएँ–

(क) 10+2 स्तर पास करने के बाद बी.एस.सी. गृह विज्ञान या बी.एस.सी डिग्री पोषण विज्ञान जीवन विज्ञान, जैवरसायन, सूक्ष्म जैविकी या जैव प्रौद्योगिकी में।

(ख) आहार विज्ञान में स्नातकोत्तर डिप्लोमा डायटेटिक्स में इंटर्नशिप के साथ, उसके बाद पंजीकृत आहार विशेषज्ञ (आर.डी.) के रूप में योग्यता प्रमाण पत्र।

(ग) इसके अलावा खाद्य विज्ञान और पोषण अथवा आहारिकी में यह एम.एस.सी. भी की जा सकती हैं, जिससे इस क्षेत्र में और विशेषज्ञता प्राप्त की जा सके।

(घ) महाविद्यालयों व विश्वविद्यालयों की शिक्षा पूरी करने के बाद पी.एच.डी. / चिकित्सीय शोध कार्य भी किया जा सकता है।

4. नैदानिक पोषण और आहारिकी से आप क्या समझते हैं? (एन.सी.ई,आर,टी.)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 2 और 3 देखिए।

5. नैदानिक पोषण और आहारिकी का क्या महत्त्व है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 4 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. चिकित्सीय आहार में किस प्रकार के संशोधन किए जाते हैं, जो एक चिकित्सीय पोषण विशेषज्ञ कर सकता है?

(एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 6(iv) देखिए।

2. राकेश एक स्वास्थ्य क्लब में एक आहार विशेषज्ञ के रूप में हुआ है। यहाँ ग्राहकों के उचित स्वास्थ्य और पोषण देखभाल करने के लिए, उसकी भूमिका क्या होगी, इसकी समीक्षा कीजिए।

उत्तर– स्वास्थ्य क्लब में आने वाले ग्राहकों के लिए राकेश निम्न कारकों पर विचार कर सकते हैं

'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 6 (i) (क) और (ख) देखिए।

3. विभिन्न प्रकार के चिरकालिक रोगों से बचने के लिए आहार में किन परिवर्तनों की आवश्यकता होती है? ये जीवन शैली से किस प्रकार संबंधित है।

(एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 6 (vi) देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. श्रीमान मेहता अपने उच्च रक्तचाप को खतरे को कम करने के लिए एक नैदानिक पोषण चिकित्सक से परामर्श लेना चाहते हैं। इस सन्दर्भ में आप उन्हें निम्न के विषय में बताइए–

    (क) आहार चिकित्सा क्या होती है?

    (ख) आहार चिकित्सा के क्या उद्देश्य हैं?

    (ग) उनकी पोषण स्थिति व अन्य पोषण आवश्यकता सम्बन्धी सूचनाओं को प्राप्त करने के लिए, नैदानिक पोषण चिकित्सक, किस प्रकार उनका पोषण मूल्यांकन करेंगे?

उत्तर– (क) आहार चिकित्सा–स्मरणीय बिन्दु संख्या 6(ii) देखिए।

(ख) आहार चिकित्सा के उद्देश्य–'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 6(ii) देखिए।

(ग) **पोषण मूल्यांकन**– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 6(iii) ख देखिए।

2. रेशमा तीन वर्ष से शहर के प्रतिष्ठित अस्पताल में मुख्य आहार विशेषज्ञ के पद पर कार्य कर रही है। इस सन्दर्भ में आप निम्न के विषय में संक्षेप में समझाइए–

    (क) एक सफल व्यवसायिक आहार विशेषज्ञ के रूप में रेशमा के पास कौन से दो महत्त्वपूर्ण कौशल होंगे?

    (ख) नैदानिक पोषण और आहारिकी का अध्ययन चिकित्सीय पोषण व्यावसायिकों को कैसे सक्षम बनाता है?

उत्तर– (क) स्मरणीय बिंदु संख्या–7 देखिए।

(ख) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 6 (i) क देखिए।

3. एक डॉक्टरी अध्ययन में पाया गया कि जो महिलाएँ खूब फल, सब्जियाँ, पूर्ण अनाज, निम्न वसा के दुग्ध उत्पाद और बिना चरबी का माँस खाती थीं, वे अधिक समय तक जीवित रहीं। अधिक फल, सब्जियाँ और दालें खाने से हृदय रोग उत्पन्न होने का खतरा कम हो जाता है।

    निम्नलिखित के विषय में आप क्या निष्कर्ष निकालेंगे?

    (क) रोग उत्पन्न करने में आहार की भूमिका

    (ख) रोगों की रोकथाम में आहार की भूमिका

उत्तर– (क) रोग उत्पन्न करने में आहार की भूमिका–

(i) स्वास्थ्य और पोषण परस्पर अंतरंग रूप से जुड़े हुए हैं। निम्न पोषण न केवल स्वास्थ्य समस्याएँ उत्पन्न करता है परंतु वर्तमान समस्याओं को बदतर बना सकता है, जबकि समुचित आहार और अच्छा पोषण रोगों को नियंत्रित करने और उनके प्रारंभ होने की अवस्था में विलंब कर सकते है। जिन खाद्य पदार्थों में अधिक वसा या शक्कर होती है अथवा अत्याधिक परिष्कृत खाद्य पदार्थों से निर्मित होते हैं या जिनमें रेशेदार और अन्य महत्त्वपूर्ण अवयव कम होते हैं जो स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हों, ऐसे खाद्य पदार्थ रोग उत्पन्न करने में सहायक होते हैं।

(ii) उदाहरण के लिए आहार में ओमेगा–3 वसा अम्ल युक्त खाद्य पदार्थों का कम प्रयोग करने से हृदय में घातक एरीथीमियास (असामान्य हृदय लय ताल) जैसे रोगों से खतरा 52 प्रतिशत तक बढ़ सकता है। (कोई अन्य)

(ख) रोगों की रोकथाम में आहार की भूमिका–पोषण, स्वास्थ्य की रक्षा और संवर्धन के साथ–साथ अनेक रोग परिस्थितियों की रोक–थाम प्रबंधन के लिए आवश्यक है।

उदाहरण के लिए पादप रसायन/जैवसक्रिय यौगिक खाद्य पदार्थों में पाए जाने वाले ऐसे अवयव होते हैं जिनकी शरीर में क्रियात्मक या जैविक क्रियाशीलता होती है और विशेष रूप से खाद्य पदार्थों से प्राप्त प्रति–ऑक्सीकारकों जैसे– बीटा–केरोटीन, शरीर में एक संरक्षी भूमिका निभाते हैं।

×———×———×

3. जनपोषण तथा स्वास्थ्य

'स्मरणीय बिंदु'

1. जन स्वास्थ्य पोषण का लक्ष्य अल्पपोषण और अतिपोषण दोनों की रोकथाम करना तथा लोगों के अनुकूलतम पोषण स्तर को बनाए रखना है।

2. कुपोषण को दूर करने का कारण– कुपोषण के कारण हमें पोषण के इस क्षेत्र के विशिष्ट पहलू पर ध्यान देने की आवश्यकता है।

   (i) भारत में जन्म लेने वाले लगभग 1/5 बच्चे का कम जन्म (2.5 किग्रा से कम भार) वाले बच्चें होते हैं इससे उनकी विकासशील अवस्था में कष्ट होता है।

   (ii) सामाजिक – आर्थिक दृष्टि से कमजोर परिवारों के बच्चों में वृद्धि – मंदन पाया जाता है।

   (iii) बच्चों और प्रौढ़ों में सूक्ष्मपोषक तत्त्वों की कमी पाई जाती है जैसे– लौह तत्त्व, विटामिन 'ए', ज़िक, विटामिन–सी, विटामिन 'डी', आयोडीन, फोलिक अम्ल और विटामिन बी 12 की कमी।

3. कुपोषण के कुप्रभाव– भारत कुपोषण का दोहरा भार उठा रहा है क्योंकि यहाँ अल्पपोषण और अतिपोषण दोनों ही पाए जाते हैं। यदि इन समस्याओं को नियंत्रित नहीं किया जाता तो ये शारीरिक, मानसिक और संज्ञानात्मक विकास को प्रभावित कर सकती है, ये सब मिलकर जीवन की उत्पादकता और गुणवत्ता पर विपरीत प्रभाव डालती हैं। यदि हम कुपोषण का समाधान कर लेते है तो हम भारत के विकास और आर्थिक वृद्धि में सहायक हो सकते है।

4. भारत में अतिपोषण के कारण–

   (i) आहारी पद्धतियों ओर जीवन शैली में बदलाव।

   (ii) लोग अल्प श्रम करने लगे हैं।

   (iii) यातायात के दूरगामी साधनों पर निर्भर रहते हैं।

(iv) कम पैदल चलते हैं।

(v) घर के बाहर की शारीरिक गतिविधियाँ कम करने लगे है।

(vi) बच्चे बाहर मैदान में नहीं खेलते।

(vii) लोग संसाधित खाद्य पदार्थ, तले खाद्य पदार्थ अल्पाहार (स्नैक्स), पाश्चात्य खाद्य पदार्थ जैसे बर्गर, पिज्जा ज्यादा खाने लगे हैं।

(viii) साबुत अनाजों, दालों, सब्जियों और फलों का सेवन कम हो गया है।

5. अतिपोषण के कुप्रभाव

(i) अवांछनीय/अनुचित भार में वृद्धि

(ii) उच्च रक्तचाप

(iii) मधुमेह

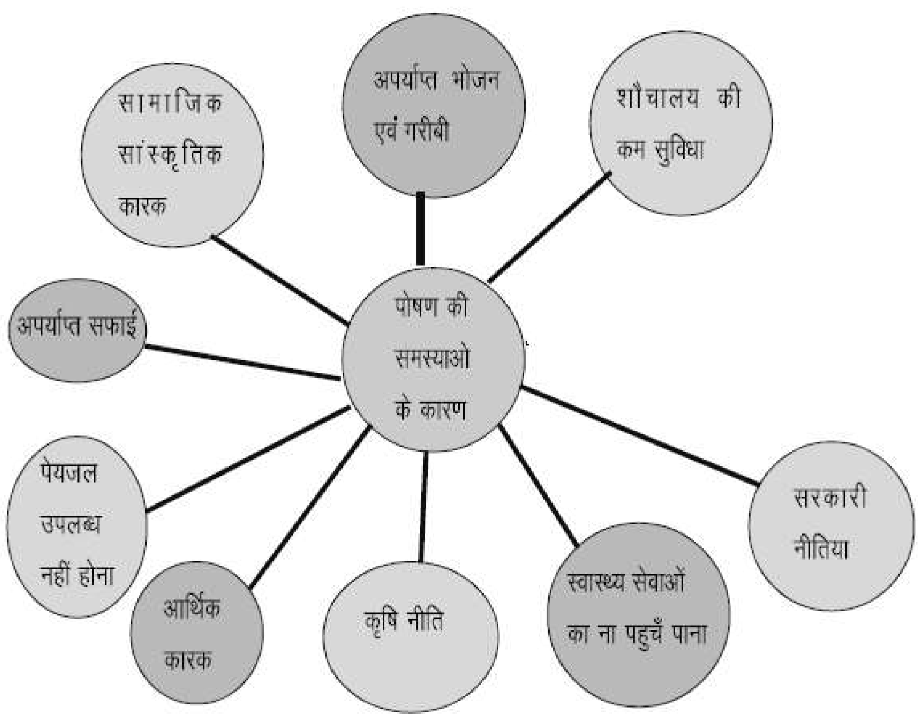
(iv) कैंसर

(v) गठिया

(vi) जीवन की गुणवत्ता पर प्रभाव

(vii) वित्तीय बोझ

6. (a)



6. (b) **परिणाम**

↓

कुपोषण, अक्षमता और मृत्यु

व्यक्तिगत स्तर पर तात्कालिक कारण

↓

- कुपोषण, अक्षमता और मृत्यु
- रोग

घरेलू/पारिवारिक स्तर पर अंतनिर्हित कारण

↓

- भोजन की अपर्याप्त उपलब्धता
- अपर्याप्त मातृ एवं शिशु देखभाल के तरीके
- अपर्याप्त जल/सफाई और स्वच्छता
- अपर्यापत स्वास्थ्य सेवाएँ और स्वास्थ्य सेवाओं तक कम पहुँच
- अपर्याप्त और/अथवा उचित जानकारी तथा महिलाओं वृद्धजनों और बालिकाओं के प्रति भेदभाव
- अपर्याप्त शिक्षा

मूलभूत कारण

↓

- वास्तविक संसाधनों की मात्रा और गुणवत्ता उदाहरण के लिए जन–शक्ति (मानव–संसाधन), वित्तीय और संगठनात्मक (सेवाओं का अस्तित्व और उनकी संचालित तथा नियंत्रित करने का तरीका)
- राजनीतिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, आर्थिक और सामाजिक व्यवस्था। इसमें महिलाओं की स्थिति, समस्याओं का समाधान करने हेतु कार्यक्रमों के लिए निधि का आबंटन पर्यावरणीय निम्नीकरण और जैवविविधता
- संभावित संसाधन– पर्यावरण, प्रौद्योगिकी और लोग

7. भारत में पोषण संबंधी समस्याएँ

(a) प्रोटीन– ऊर्जा कुपोषण (पी.ई.एम.) – इसका कारण है वृहत् पोषकों अर्थात् ऊर्जा और प्रोटीन का अपर्याप्त अंतर्ग्रहण। बच्चों को बड़ी उम्र के लोगों को और जो क्षयरोग, एडस् जैसे रोगों से ग्रसित हैं, उन्हें इस कुपोषण का खतरा रहता है। इसका निर्धारण मानवमितिक मापों द्वारा (भार और ऊँचाई) द्वारा किया जाता है।

(i) मरास्मस– भोजन और ऊर्जा की कमी से होने वाला अल्पोषण मरास्मस कहलाता है।

(ii) क्वाशिओरकोर– प्रोटीन की कमी से उत्पन्न स्थिति क्वाशिओरकोर कहलाती है।

(b) सूक्ष्म पोषकों की कमी–

(i) **लौह तत्त्व की कमी से अरक्तता (आई.डी.ए.)**– यह विकसित तथा विकासशील दोनों देशों में सबसे अधिक सामान्य पोषण विकार हैं।

संवेदनशील वर्ग–

- गर्भधारण करने वाली कम आयु की महिलाएँ
- किशोर बालिकाएँ
- गर्भवती महिलाएँ
- विद्यालयी, आयु वाले बच्चे

अरक्तता – तब होती है जब शरीर में हीमोग्लोबिन का बनना काफी कम हो जाता है और रक्त में इसका स्तर कम हो जाता है। शरीर में ऑक्सीजन को पहुंचाने के लिए हीमोग्लोबिन की आवश्यकता होती है।

अरक्तता के संकेत/लक्षण

- जीभ में पीलापन
- नख परतों में पीलापन
- कोमल तालु में पीलापन

- ध्यान केंद्रित न होना
- स्मरण शक्ति में प्रभाव
- एकाग्र रह पाने की अवधि में प्रभाव
- सामान्य पीलापन
- नेत्र श्लेष्मा

(ii) **विटामिन A की कमी (वी.ए.डी.)**

विटामिन 'ए' के कार्य–

- स्वस्थ उपकला
- सामान्य दृष्टि
- वृद्धि
- रोग प्रतिरोधकता

कमी–

- रंतौधी, छोटे बच्चों में अंधेपन का कारण
- पूर्ण अंधता
- संकमण के प्रति प्रतिरोध कम हो जाता है। शरीर की वृद्धि बुरी तरह प्रभावित होती है।

(iii) **आयोडीन हीनता विकार (आई.डी.डी.)**– सामान्य मानसिक और शारीरिक वृद्धि एवं विकास के लिए आयोडीन की आवश्यकता होती है।

भारत के राज्य में जहाँ आयोडीन हीनता विकार पाए जाते है

- हिमाचल क्षेत्र में जम्मू और कश्मीर से लेकर अरूणाचल प्रदेश तक
- आंध्र प्रदेश
- कर्नाटक
- केरल
- महाराष्ट्र

पोषण संबंधी समस्याएँ

क्वाशिओरकोर

मरास्मस

अरक्तता

रतौंधी

गलगण्ड

- आयोडीन हीनता विकार ऐसी अवस्था है जो आयोडीन को आहार द्वारा अपर्याप्त मात्र में ग्रहण करने के कारण भ्रूण से लेकर प्रौढ़ावस्था तक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है।
- आयोडीन की कमी के कारण थाइरॉइड हार्मोन अपर्याप्त मात्रा में बनता है, जिसका संश्लेषण थाइरॉइड ग्रंथि द्वारा होता है। आयोडीन की कमी से थाईरॉइड ग्रंथि बढ़ जाती है और यह गलगण्ड (goitre) कहलाता है।
- गर्भावस्था में आयोडीन की कमी से भ्रूण में मानसिक मंदन और जन्मजात विकृति सामने आती है।

8. पोषण संबंधी समस्याओं से निपटने के लिए कार्य नीतियाँ/हस्तक्षेप

पोषण अभियान या समग्र पोषण के लिए प्रधान मंत्री की व्यापक योजना मार्च 2018 में राजस्थान के झुंझुनू में शुरू की गई थी। यह स्टंटिंग (बौनापन– कम कद के शिकार), अल्प–पोषण, एनीमिया (छोटे बच्चों, महिलाओं और किशोरियों के बीच) और कम जन्म दर को लक्षित करता है। यह ऐसी सभी योजनाओं के कार्यान्वयन की निगरानी और समीक्षा करने के लिए है।

महिला एवं बाल विकास मंत्रालय (MWCD) पोषण अभियान को कार्यान्वित कर रहा है। मजबूत बहु–मंत्रालय अभिसरण तंत्र और अन्य घटकों के माध्यम से पोषण अभियान तालमेल बनाने का प्रयास करता है।

इसमें दो हस्तक्षेप/योजनाएँ शामिल हैं जैसे–

(i) अल्प अवधि हस्तक्षेप

- समेकित बाल विकास सेवाएँ–0–6 वर्ष आयु समूह के सभी संवेदनशील बच्चों और सभी गर्भवती महिलाओं और सभी दुग्धपान कराने वाली माताओं के लिए सेवाएँ।
- आवश्यक खाद्य पदार्थों का पुष्टीकरण (नमक का आयोडीन द्वारा प्रबलीकरण)
- महिलाओं के सहयोग से देशी और स्थानीय कच्चे माल से कम कीमत वाले पोषक खाद्य पदार्थों का उत्पादन करना और उन्हें लोकप्रिय बनाना।
- संवेदनशील वर्गो में सूक्ष्मपोषकों की कमी पर नियंत्रण लाना जैसे बच्चों, गर्भवती महिलाओं और दुग्धपान कराने वाली माताओं में लौहतत्व, विटामिन ए, फोलिक अम्ल और आयोडीन की कमी।

(ii) लम्बी अवधि योजनाएँ

- खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करना– भोजन उपलब्धता में सुधार करना।
- पोषण की दृष्टि से पोषण तत्त्वों से युक्त पदार्थों की उपलब्धता को सुनिश्चित करके आहारपद्धतियों में सुधार लाना।

- ग्रामीण और शहरी गरीबों की गरीबी कम करना।
  – रोजगारपरक योजनाओं द्वारा
  – जन वितरण प्रणाली द्वारा
  – भूमि सुधार लागू करके
  – स्वास्थ्य और परिवार कल्याण में सुधार करके
  – खाद्य पदार्थों में मिलावट रोककर
  – मीडिया को सम्मिलित करके
  – आधारभूत पोषण को जानकारी देकर
  – पोषण कार्यक्रमों की निगरानी करके
  – महिलाओं के शिक्षा के स्तर में सुधार करके
  – समाज की भागीदारी से

9. **कार्य नीतियाँ–**

(i) आहार अथवा भोजन आधारित कार्यनीतियाँ

लाभ

- दीर्घापयोगी
- लागत प्रभावी
- अतिमात्रा या अविषालुता का खतरा नहीं होता
- विभिन्न सांस्कृतिक और आहारी परंपराओं के लिए अपनाए जा सकते है।

उपागम

- आहारी विविधता या परिवर्तन
- बागवानी हस्तक्षेप
- पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा
- भोजन पुष्टिकरण

(ii) पोषण आधारित अथवा औषधीय दृष्टिकोण

- इस दृष्टिकोण में संवेदनशील समूहों को पोषक पूरक भोजन पदार्थ दिए जाते है।
- अल्पावधि नीति।
- मँहगें होते हैं।
- विभिन्न पोषकों के लिए मुख्य लक्ष्य समूह भिन्न होते हैं।

10. अल्पपोषण कम करने के लिए विभिन्न हस्तक्षेप

हस्तक्षेप	जिसके लिए उचित है	लाभ	चुनौतियाँ/हानियाँ
चिकित्सीय अथवा पोषण–आधारित			
पोषण पूरक	डॉक्टरी उपचार रोकथाम विशिष्ट लक्ष्य समूहो के लिए कार्यक्रम	समयबद्ध दीर्घापयोगिता	दूसरे उपायो से अधिक महँगे कार्यक्षेत्र का सीमित लक्ष्य
भोजन–आधारित अथवा आहार–आधारित नीतियाँ			
पुष्टीकरण (भोजन को पोषकों द्वारा पुष्ट करना)	रोकथाम (सार्वभौमिक/सभी लिए)	बहुत अधिक मूल्य प्रभाव दीर्घोपयोगी व्यापक क्षेत्र	खाद्य उद्योग की भागीदारी की आवश्यकता होती है। पोषण और पोषकों के महत्त्व के बारे में लोगों को जागरूक नहीं करता। लंबी अवधि वाले दीर्घकालिक आहारी/व्यावहारिक परिवर्तनों की ओर अग्रसित नहीं करता।
आहार विविधता	रोकथाम (सार्वभौमिक/सभी के लिए	बहुत अधिक मूल्य प्रभावी दीर्घोपयोगी व्यापक क्षेत्र बहुत से सूक्ष्म पोषक एक साथ उपलब्ध कराना भोजन सुरक्षा में सुधार	भोजन लेने के व्यवहार में की आवश्यकता होती है आर्थिक विकास की संभावना की आवश्यकता होती है। कृषि नीतियों में में परिवर्तन की आवश्यकता

11. भारत में पोषण कार्यक्रमों की सूची–

(i) एकीकृत बाल विकास सेवाएँ

(ii) पोषण हीनता नियंत्रण कार्यक्रम

- विटामिन 'ए' की कमी के कारण अंधापन रोकने के लिए राष्ट्रीय रोग निरोधक कार्यक्रम
- राष्ट्रीय पोषण एनीमिया रोकथाम कार्यक्रम (नैशनल न्यूट्रिशनल एनीमिया प्रौफिलैक्सिस प्रोग्राम)
- राष्ट्रीय आयोडीन होनता विकार नियंत्रण कार्यक्रम

(iii) आहार पूरक कार्यक्रम

- मध्याहन भोजन कार्यक्रम

(iv) भोजन सुरक्षा कार्यक्रम

- जन वितरण प्रणाली
- अंत्योदय अन्न योजना
- अन्नपूर्णा योजना
- कार्य के बदले अनाज राष्ट्रीय कार्यक्रम

(v) स्वरोजगार और वैतनिक रोजगार योजनाएँ

स्वास्थ्य देखभाल– स्वास्थ्य देखभाल में केवल डॉक्टरी देखभाल नहीं बल्कि बहुत सी सेवाएँ सम्मिलित हैं जैसे स्वास्थ्य को संवर्धित करने, कायम रखने, निगरानी करने और स्वास्थ्य लाभ में सहायता।

12. भारत में स्वास्थ्य देखभाल के तीन स्तर हैं–

(i) प्राथमिक स्तर – व्यक्ति, परिवार या समुदाय का स्वास्थ्य पद्धति से प्रथम संपर्क का स्तर होता हैं। हमारे देश में ये सेवाएँ प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों द्वारा उपलब्ध कराई जाती है।

(ii) द्वितीय स्तर – अधिक जटिल स्वास्थ्य समस्याओं का निराकरण जिला अस्पतालों और सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों द्वारा किया जाता है।

(iii) तृतीय स्तर – यह अधिक जटिल समस्याओं को सुलझाता है। तृतीय स्तर के संस्थान मेडिकल कॉलेजों के अस्पताल, क्षेत्रीय अस्पताल, विशिष्ट अस्पताल और अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान होते हैं।

13. पोषण विशेषज्ञ का कार्यक्षेत्र एक सामुदायिक पोषण विशेषज्ञ निम्नलिखित क्षेत्रों में कार्य कर सकता है—

(i) अस्पतालों द्वारा रोकथाम और संवर्धन तथा शिक्षा के लिए किए जाने वाले विस्तारित कार्यक्रमों में भाग लेने के रूप में।

(ii) शैक्षिक योग्यताओं और विशेषता के आधार पर विभिन्न स्तरों पर, एकीकृत बाल विकास सेवाओं में भाग लेने के रूप में।

(iii) सरकारी स्तर पर परामर्शदाताओं, सलाहकारों के रूप में अथवा नीति निर्धारण समितियों में।

(iv) सरकार के सारे विकासात्मक कार्यक्रमों स्वयंसेवी संस्थाओं और अंतर्राष्ट्रीय संस्थाओं में कार्य

(v) उन संस्थाओं में जो विभिन्न लक्ष्य समूहों के लिए बड़े पैमाने पर पोषणाहार कार्यक्रम चलाती है।

(vi) पोषण विशेषज्ञ अथवा विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रमों के विद्यालय स्वास्थ्य परामर्शदाता के रूप में।

(vii) शिक्षण, शोध, उद्यमवृति, उद्योगों में उनकी कल्याणकारी गतिविधियों में भागीदारी के रूप में।

14. सामुदायिक पोषण सम्बन्धी स्वयंसेवी संस्थाओं और अंतर्राष्ट्रीय संस्थाओं के नाम—

(i) यूनिसेफ

(ii) आक्सफैम

(iii) डी.एफ.आइ.डी.

(iv) एफ.ए.ओ.

(v) डब्ल्यू.एच.ओ.

(vi) यू.एस.ए.आई.डी.

(vii) जी.ए.आई.एन.

(viii) माइक्रोन्यूट्रिएंट इनीशिएटिव

(ix) आई.एफ.पी.आर.आई.

15. **जन स्वास्थ्य पोषण**– जन स्वास्थ्य पोषण, अध्ययन का वह क्षेत्र है जो अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए, पोषण संबंधी रोगों/समस्याओं का समाधान करने वाली सरकारी नीतियों और कार्यक्रमों के जरिए लोगों की समस्याओं का समाधान करता है।

16. **कुपोषण**– शरीर की आवश्यकतानुसार उचित तथा निश्चित मात्रा में पोषक तत्व न ग्रहण करना कुपोषण कहलाता है।

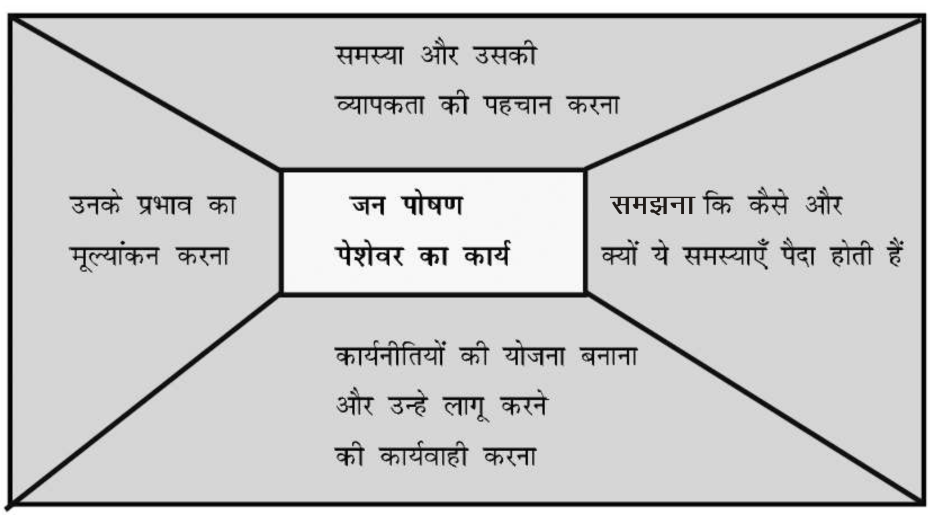
17. **समुदाय**– लोगों का एक ऐसा समूह होता है जिसमें कुछ सामान्य विशेषताएँ पाई जाती है जैसे एक जैसी भाषा अथवा एक जैसी स्वास्थ्य समस्याएँ।

18. **अल्पभारी**– एक व्यक्ति अल्पभारी तब कहलाता है जब उसके शरीर का भार उसकी आयु के अनुरूप उचित भार से कम होता है।

19. **बौनापन**– बौनापन तब होता है जब शरीर की ऊँचाई आयु के अनुरूप उपयुक्त ऊँचाई से कम होती है।

20. **क्षयकारी**– जब व्यक्ति का भार ऊँचाई की तुलना में पर्याप्त नहीं होता है उसे क्षयकारी कहा जाता है।

21. **छिपी भूख**– सूक्ष्मपोषक हीनता के लिए 'छिपी भूख' जैसा शब्द में प्रयोग में लाया जाता है।



पूरा नाम		
1	(P.E.M.) पी.ई.एम.	PROTEIN ENERGY MALNUTRITION प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण
2	(I.D.A.) आई.डी.ए.	IRON DEFICIENCY ANEMIA लौह तत्त्व की कमी से अरक्कता
3	(V.A.D.) वी.ए.डी.	VITAMIN A DEFICIENCY विटामिन A की कमी
4	(I.D.D.) आई.डी.डी.	IODINE DEFICIENCY DISORDER आयोडीन हीनता विकार
5	(I.C.D.S.) आई.सी.डी.एस.	INTEGRATED CHILD DEVELOPMENT SERVICES एकीकृत बाल विकास सेवाएँ

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

1. भारत में पोषण संबंधी समस्या कौन सी है?

   (क) प्रोटीन–ऊर्जा कुपोषण (ख) मलेरिया

   (ग) क्षयरोग (घ) कैंसर

उत्तर– (क) प्रोटीन–ऊर्जा कुपोषण

2. अतिपोषण की समस्या के कारण

   (क) अल्प श्रम (ख) गलत आहारी पद्धति

   (ग) व्यायाम (घ) पैदल चलना

   (i) (क) और (ग) (ii) (ख) और (घ)

   (iii) (क) और (ख) (iv) (ग) और (घ)

उत्तर– (iii) (क) और (ख)

3. इनमें से कौन सा सूक्ष्मपोषक नहीं है?

(क) प्रोटीन (ख) जिंक

(ग) लौह तत्त्व (घ) आयोडीन

उत्तर– (क) प्रोटीन

4. सुनीता ने जन पोषण पेशेवर का रोज़गार लिया है। उसको अच्छे पोषण को बढ़ावा देना और पोषण संबंधी समस्याओं को रोकना है। इसके लिए वह–

(क) समस्या की पहचान करेगी।

(ख) समझेगी कि समस्या क्यों हुई और कार्यनीतियों की योजना बनाएगी।

(ग) योजना नहीं लागू करेगी और उनके प्रभाव का मूल्यांकन नहीं करेगी।

(घ) समस्या से दूर भागेगी

(i) (क) और (ख) (ii) (ख) और (घ)

(iii) (क) और (ग) (iv) (ग) और (घ)

उत्तर– (i) (क) और (ख)

5. जब रक्त में हीमोग्लोबिन की मात्रा कम हो जाती है तब कौन सी बीमारी होती है।

(क) गलगण्ड (ख) अरक्तता

(ग) स्कर्वी (घ) रतौंधी

उत्तर– (ख) अरक्तता

6. सूक्ष्म पोषक तत्त्वों की कमी को कहा जाता है–.

(क) गलगंड (ख) छिपी भूख

(ग) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण (घ) रक्त हीनता

उत्तर– (ख) छिपी भूख

7. निम्न में से कौन–सा अल्प पोषण का तत्काल कारण है?

(क) अपर्याप्त आहार का सेवन (ख) अपर्याप्त शिक्षा

(ग) अपर्याप्त स्वास्थ्य सेवाएँ (घ) खराब सफाई व्यवस्था और स्वच्छता

उत्तर– (क) अपर्याप्त आहार का सेवन

8. जब बच्चे की ऊंचाई उसकी उम्र के लिए 'पर्याप्त ऊँचाई' से कम होती है, तो इसे क्या कहा जाता है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

(क) कम भार (ख) बौनापन

(ग) क्षणकारी (घ) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण

उत्तर– (ख) बौनापन

9. निम्नलिखित भारत में चल रहे पोषण कार्यक्रम और उनके उदाहरण हैं। गलत विकल्प का चयन करें। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 21–22)

(क) खाद्य पूरक कार्यक्रम–मध्याह भोजन

(ख) खाद्य सुरक्षा कार्यक्रम–सार्वजनिक वितरण प्रणाली

(ग) आई.सी.डी.एस.–अन्नपूर्णा योजना

(घ) पोषणहीनता नियंत्रण कार्यक्रम–राष्ट्रीय रोग निरोधक कार्यक्रम

उत्तर– (ग) आई.सी.डी.एस.–अन्नपूर्णा योजना

10. पोषण संबंधी समस्याओं से निपटने के लिए पोषण अभियान शुरु किया गया था, जिसमें निम्नलिखित व्यावधान शामिल किए गए। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 21–22)

(क) खाद्य प्रबलीकरण (ख) खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करना

(ग) गरीबी उन्मूलन (घ) कम लागत वाले पौष्टिक भोजन उत्पादन

सही विकल्प चुनें

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iii)

(ग) (i) और (iv) (घ) (ii) और (iv)

उत्तर– (ग) (i) और (iv)

(ख) (i) मिलान कीजिए

A. आयरन	(i) रतौंधी
B. विटामिन A	(ii) घेंघा रोग (गलगण्ड)
C. प्रोटीन	(iii) अरक्तता
D. आयोडीन	(iv) क्वाशियोरकर

सही विकल्प चुनिए–

(क) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii)   (ख) A - (iv), B - (ii), C - (i), D - (iii)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)   (घ) A - (i), B - (iv), C - (iii), D - (ii)

उत्तर– (क) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii)

(ख) (ii) मिलान कीजिए

A. उच्च रक्तचाप	(i) लंबी अवधि योजना
B. सूखा रोग	(ii) अतिपोषण
C. ICDS	(iii) अल्प पोषण
D. खाद्य सुरक्षा	(iv) अल्प अवधि योजना

(क) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)

(ख) A - (i), B - (ii), C - (iv), D - (iii)

(ग) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii)

(घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (क) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)

(ङ) अतिलघु उत्तरीय प्रश्न (अंक 1)

1. प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण के दो प्रकार बताओ।

उत्तर– मरास्मस, क्याशियोरकर

2. पोषण समस्याओं का सामना करने के लिए भारत सरकार ने मार्च 2018 में कौन सी नीति अपनाई?

उत्तर– पोषण अभियान

3. गर्भावस्था में आयोडीन की कमी से भ्रूण के विकास पर क्या प्रभाव होता है?

उत्तर– भ्रूण के मानसिक मंदन और जन्मजात विकृति सामने आती है।

4. जनपोषण सम्बन्धी समस्या दूर करने की दो कार्य नीतियाँ बताओ।

उत्तर– 1. आहार अथवा भोजन आधारित कार्यनीतियाँ

2. पोषण– आधारित दृष्टिकोण

5. सार्वजनिक स्वास्थ्य पोषण का मुख्य उद्देश्य क्या है? (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 21–22)

उत्तर– सार्वजनिक स्वास्थ्य पोषण का मुख्य उद्देश्य अल्पपोषण और अतिपोषण दोनों की रोकथाम करना तथा लोगों के अनुकूलतम पोषण स्तर को बनाए रखना है।

6. पिछले 15 दिनों से 30 वर्षीय सीमा थोडी सी मेहनत करने पर ही सुस्ती सांस फूलना महसूस कर रही है। उस अभाव रोग को पहचाने, जिससे वह पीडित हो सकती है।

(सी.बी.एस. ई. सैम्पल पेपर 21–22)

उत्तर– I.D.A. लौह तत्त्व की कमी से होने वाली अरक्तता।

7. क्षयकारी किन्हें कहते है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 20 देखिए।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

आयोडीन हीनता विकार एक पारिस्थितिक परिघटक है, जो अधिकतर मृदा में आयोडीन की कमी से होती है। भारत के राज्य जहाँ आयोडीन हीनता विकार पाए है उनमें हिमालय क्षेत्र में जम्मू और कश्मीर से लेकर अरुणाचल प्रदेश तक आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, केरल, महाराष्ट्र और मध्य प्रदेश है। 'आयोडीन हीनता विकार' ऐसी अशक्त अवस्थाओं का दर्शाते हैं जो आयोडीन को आहार द्वारा अपर्याप्त मात्रा में ग्रहण करने के कारण भ्रूण से लेकर प्रौढ़ावस्था तक मानव स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

1. आयोडीन की कमी के कारण कौन सा हार्मोन अपर्याप्त मात्रा में बनता है?

उत्तर–(क) थायरोक्सीन (ख) मेलाटोनीन

(ग) डोपामीन (घ) प्रोलेक्टिन

2. आयोडीन की कमी से .... रोग होता है।

(क) अनीमिया　　(ख) गलगण्ड

(ग) रंतौधी　　(घ) मरास्मस

उत्तर– (ख) गलगण्ड

3. थॉक्रोक्सीन का संश्लेषण .... ग्रंथि द्वारा होता है?

(क) पीनियल ग्रंथि　　(ख) थाइरॉइड ग्रंथि

(ग) प्रोस्टेट ग्रंथि　　(घ) थाइमस ग्रंथि

उत्तर– (ख) थाइरॉइड ग्रंथि

4. गलगण्ड को रोकने के लिए सरकार ने कौन सा कार्यक्रम चलाया है?

(क) आहार पूरक कार्यक्रम

(ख) राष्ट्रीय आयोडीन हीनता विकार नियंत्रण कार्यक्रम

(ग) पोषण एनीमिया रोकथाम कार्यक्रम

(घ) राष्ट्रीय रोग निरोधक कार्यक्रम

उत्तर– (ख) राष्ट्रीय आयोडीन हीनता विकार नियंत्रण कार्यक्रम

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. भारत ''कुपोषण का दोहरा भार उठा रहा है''? क्यों? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– भारत कुपोषण का दोहरा भार इसलिए उठा रहा है क्योंकि यहाँ अल्पपोषण और अतिपोषण दोनों ही पाए जाते हैं।

2. अतिपोषण की समस्या के चार कुप्रभाव बताओ।

उत्तर– (i) मोटापा　　(ii) उच्च रक्तचाप

(iii) मधुमेह　　(iv) वित्तीय बोझ

3. विटामिन A की आवश्यकता क्यों होती है?

उत्तर– (i) स्वस्थ उपकला　　(ii) सामान्य दृष्टि

(iii) वृद्धि　　(iv) रोग प्रतिरोधकता

4. भारत में स्वास्थ्य देखभाल के तृतीय स्तर के कौन से संस्थान है?

उत्तर–(i) मेडिकल कॉलेजों के अस्पताल

(ii) क्षेत्रीय अस्पताल

(iii) विशिष्ट अस्पताल

(iv) अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान

5. मरास्मस और क्वाशिओरकोर के बारे में बताओ। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 7 देखिए।

6. जनस्वास्थ्य पोषण क्या है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 15 देखिए।

7. समुदाय किसे कहते है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 17 देखिए।

8. जन्म के समय कम भार वाले शिशु किन्हें कहते है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– कम जन्म भार वाले शिशु का जन्म के समय भार 2.5 kg से भी कम होता है। ऐसे शिशुओं का स्वास्थ्य बुद्धि और विकास जीवन को सभी अवस्थाओं में निम्न स्तर का होता है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. ग्रामीण और शहरी गरीबों को गरीबी कम करने के उपाय बताओ।

उत्तर– (i) रोजगारपरक योजनाओं द्वारा

(ii) जन वितरण प्रणाली द्वारा

(iii) भूमि सुधार लागू करके

(iv) स्वास्थ्य और परिवार कल्याण में सुधार करके

(v) खाद्य पदार्थों में मिलावट रोककर

(vi) आधारभूत पोषण की जानकारी देकर

2. आहार अथवा भोजन आधारित कार्यनीतियों के तीन लाभ और तीन उपाय

बताओ।

उत्तर– **लाभ**

(i) लागत प्रभावी

(ii) अतिमात्रा या आविषालुता का खतरा नहीं होता।

(iii) विभिन्न सांस्कृतिक और आहारी परंपराओं के लिए अपनाए जा सकते है।

उपाय या उपागम

(i) आहारी विविधता या परिवर्तन

(ii) बागवानी हस्तक्षेप

(iii) पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा

(iv) भोजन पुष्टिकरण

3. पोषण हीनता नियंत्रण कार्यक्रम कौन से हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 11 (ii) देखिए।

4. भारत किन सामान्य पोषण समस्याओं का सामना कर रहा है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 7 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. अरक्तता के लक्षण बताओ।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 7 (b) (i) देखिए

2. भारत में स्वास्थ्य देखभाल के प्राथमिक और द्वितीय स्तर में अंतर बताओ।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 12 देखिए।

3. आई.डी.ए. और आई.डी.डी.की कमी के परिणाम क्या हैं? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 7 (b) (i, iii) देखिए।

4. जन पोषण समस्याओं से जूझने के लिए उपयोग में लाई जा सकने वाली विभिन्न कार्य नीतियों की विवेचना कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 9 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (अंक 5)

1. जन पोषण सुधार के लिए सरकार द्वारा चलाई गई दो योजनाएँ संक्षेप में बताएँ।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 8 देखिए।

2. सार्वजनिक स्वास्थ्य पोषण का दायरा क्या है? इस क्षेत्र में कॅरिअर के कुछ विकल्पों को सूचिबद्ध करें। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 13 देखिए।

3. अल्प पोषण के उत्तरदायी कारक लिखो।

उत्तर– व्यक्तिगत स्तर पर तात्कालिक कारण–

(i) कुपोषण, अक्षमता और मृत्यु

(ii) रोग

घरेलू/पारिवारिक कारण–

(i) भोजन की अपर्याप्त उपलब्धता

(ii) अपर्याप्त मातृ एवं शिशु देखभाल के तरीके

(iii) अपर्याप्त जल/सफाई और स्वच्छता

(iv) अपर्याप्त स्वास्थ्य सेवाएँ और स्वास्थ्य सेवाओं तक कम पहुँच

(v) अपर्याप्त जानकारी तथा महिलाओं, वृद्धजनों और बालिकाओं के प्रति भेदभाव

(vi) अपर्याप्त शिक्षा

मूलभूत कारण–

(i) वास्तविक संसाधनों की मात्रा और गुणवत्ता का अभाव

उदाहरण– जन–शक्ति (मानव संसाधनों), वित्तीय और संगठनात्मक (सेवाओं का अस्तित्व और उनको संचालित तथा नियंत्रत करने का तरीका)

(ii) राजनीतिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, आर्थिक और सामाजिक व्यवस्था। इसमें महिलाओं की स्थिति, समस्याओं का समाधान करने हेतु कार्यक्रमों के लिए धन का आवंटन, पर्यावरणी निम्नीकरण और जैवविविधता का ह्मस।

(iii) संभावित संसाधनों की कमी जैसे पर्यावरण, प्रौद्योगिकी और लोग।

4. खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी

'स्मरणीय बिंदु'

1. **खाद्य विज्ञान**– यह एक विशिष्ट क्षेत्र है जिसमें आधारभूत विज्ञान विषयों जैसे रसायन और भौतिकी, पाककलाओं, कृषिविज्ञान और सूक्ष्मजीव विज्ञान के अनुप्रयोग शामिल हैं। खाद्य वैज्ञानिकों को खाद्य पदार्थों का संघटन, फसल काटने से लेकर विभिन्न प्रक्रमों और भण्डारण की विभिन्न स्थितियों में होने वाले परिवर्तनों, उनके नष्ट होने के कारण और खाद्य संसाधन से जुड़े सिद्धान्तों के अध्ययन के लिए जीव विज्ञान, भौतिक विज्ञानों और अभियांत्रिकी का उपयोग करना पड़ता है।

2. **खाद्य संसाधन**– यह ऐसी विधियों और तकनीकों का समूह है जो कच्ची सामग्रियों को तैयार या आधे तैयार उत्पादों में बदल देता है।

3. **खाद्य प्रौद्योगिकी**– प्रौद्योगिकी एक ऐसा विज्ञान है जिसमें वैज्ञानिक अनुप्रयोगों के साथ–साथ सामाजिक–आर्थिक ज्ञान और उत्पादन के कानूनी नियमों का व्यावहारिक उपयोग होता है। खाद्य विज्ञान और खाद्य अभियांत्रिकी का उपयोग करके सुरक्षित, पोषक, सम्पूर्ण वांछनीय के साथ सस्ते, सुविधाजनक खाद्य पदार्थों के चयन, भण्डारण, संरक्षण, संसाधन पैक करने के कौशलों को विकसित करता है।

4. **खाद्य उत्पादन**– इसमें खाद्य उत्पादों की बढ़ती जनसंख्या की विविध माँगों को पूरा करने के लिए खाद्य प्रौद्योगिकी के सिद्धान्तों का उपयोग करते हुए बड़े पैमाने पर तैयार किया जाता है।

5. प्रारम्भ में खाद्य पदार्थों का संसाधन उनकी सुपाच्यता, स्वाद सुधारने और खाद्य ताजे और प्राकृतिक 'खाद्यों पदार्थ की निरन्तर आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए किया जाता था जैसे अचार, मुरब्बा, पापड़।

6. उन्नत परिवहन, संचार और बढ़ते औद्योगीकरण के कारण अब सुविधाजनक खाद्यों, सुरक्षित और स्वास्थ्यवर्धक खाद्यों तथा पर्याप्त सुरक्षा काल वाले खाद्यों की माँग बढ़ती जा रही है।

7. खाद्य प्रौद्योगिकी की माँग एवं आवश्यकता के महत्त्व/कारण–

(i) भारत का कृषि न्यून वाले देश से कृषि आधिक्य वाले देश में बदलने के कारण कृषि और बागवानी के उत्पादों के भण्डारण और प्रसंस्करण की आवश्यकता उत्पन्न हो गई है।

(ii) जीवनशैली में परिवर्तन। खाना बनाने में कम समय लगता है।

(iii) आवागमन में वृद्धि

(iv) वैश्वीकरण।

(v) सामान्य अनाजों में कुछ पोषक तत्त्वों की कमी होती है अतः उन पोषक पदार्थों को मिलाकर खाद्य पदार्थों का प्रबलीकरण किया जाता है।

(vi) F.S.S.A.I. ने नमक, गेहूँ के आटे, दूध, तेलों जैसे मुख्य खाद्य पदार्थों के प्रबलीकरण के लिए मानक निर्धारित किए हैं।

(vii) हृदय रोग और मधुमेह जैसे रोगों की बढ़ती व्यापकता के कारण वैज्ञानिकों के लिए यह आवश्यक हो गया है कि खाद्यों में कुछ पोषक तत्त्वों की मात्रा को बदल दें।

(viii) भोजन पदार्थों के बारे में उपभोक्ता के परिवर्तित नजरिए के कारण।

(ix) रसायन, पीड़कनाशियों और परिरक्षकों से मुक्त खाद्य पदार्थों की माँग के कारण

(x) स्थूल और नाशवान् खाद्य पदार्थों को अधिक उपयोगी, सांद्रित, लंबे समय तक स्थायी रहने योग्य और स्वादिष्ट खाद्य और पेय पदार्थ में बदले जाते हैं।

8. खाद्य संसाधनों और प्रौद्योगिकी का विकास–

(i) वर्ष 1810 में निकोलस ऐप्पर्ट ने खाद्य पदार्थों को डिब्बों में बंद करने की प्रक्रिया को विकसित किया।

(ii) वर्ष 1864 में लुई पाश्चर ने अँगूरी शराब को खराब होने से बचाने का शोध किया। इसके अतिरिक्त ऐलकोहल, सिरका, बीयर और दूध के खट्टा होने पर भी शोध किया। उन्होंने रोग उत्पन्न करने वाले जीवों को नष्ट करने के लिए पाश्च्चुरीकरण प्रक्रम को विकसित किया।

(iii) बीसवीं सदी में विश्वयुद्धों, अंतरिक्ष में खोज, उपभोक्ताओं द्वारा विभिन्न उत्पादों की बढ़ती माँग, कामकाजी महिलाओं की आवश्यकताओं ने खाद्य प्रौद्योगिकी के विकास में योगदान दिया।

(iv) भोजन की बदली रुचियाँ और अधिमान्यताएँ; विभिन्न क्षेत्रों और देशों की व्यंजन अपनाने के कारण, पूरे वर्ष में मौसमी खाद्यों के पसंद के कारण खाद्य प्रौद्योगिकीविदों ने नई तकनीकों का उपयोग कर सुरक्षित और ताजे खाद्य उपलब्ध कराने का प्रयास किया।

9. भोजन के बिगड़ने या नष्ट होने के कारक–

(i) खाद्य पदार्थ भौतिक, रासायनिक और जैविक रूपों से खराब हो सकते हैं।

(ii) खाद्य का विकृत होना, दुर्गन्ध आना, बनावट नष्ट होना, रंग बिगड़ना, भिन्न स्तर पर पोषण मान में कमी, सौन्दर्य–बोध में कमी और उपयोग के लिए असुरक्षित होना सम्मिलित है।

(iii) भोजन के नष्ट होने के कारक हैं–पीड़क, कीटों का आक्रमण, संसाधन और भण्डारण के लिए अनुपयुक्त ताप, प्रकाश और अन्य विकिरणों, ऑक्सीजन और नमी का अत्यधिक प्रभाव।

(iv) खाद्य पदार्थ सूक्ष्मजीवों जैसे जीवाणु, यीस्ट और फफूँदी अथवा पीड़कनाशियों जैसे रसायन से संदूषित होते हैं।

(v) खाद्य पदार्थ प्राकृतिक रूप से उपस्थित एंजाइम द्वारा निम्नीकरण से भी नष्ट हो जाते हैं।

(vi) पौधों और जन्तु स्रोतों से प्राप्त खाद्य पदार्थों के कुछ अवयवों में फसल काटने या पशु वध के तुरन्त बाद भौतिक और रासायनिक परिवर्तन होते हैं।

- जीवाणु अधिक प्रोटीन युक्त खाद्य पसंद करते हैं, जैसे–माँस, मछली, अंडे, मुर्गा–मुर्गी और डेरी, उत्पाद। ये सब अत्यधिक जोखिम वाले खाद्य कहलाते हैं।
- जीवाणु 5 से 60°C ताप पर वृद्धि करते हैं। ताप की यह परास खतरे का क्षेत्र कहलाती है।

10. खाद्य संसाधन और संरक्षण की पुरानी विधियाँ–

(i) धूप में सुखाना

(ii) नियंत्रण किण्वन

(iii) नमक लगाना/अचार बनाना

(iv) सेंकना

(v) भूनना

(vi) धूमन

(vii) चूल्हे में पकाना

(viii) मसालों का परिरक्षी के रूप में उपयोग करना

11. खाद्य पदार्थों के वर्ग

(i) **विकार्य खाद्य पदार्थ** – वे हैं जो एक–दो दिन में खराब हो जाते हैं जैसे– दूध, दही, मछली और माँस।

(ii) **अर्ध–विकार्य पदार्थ**– वे हैं जो 1–2 सप्ताह तक सही हालत में रह सकते हैं। जैसे फल और सब्जियाँ। रुपान्तरित तने वाली फसले जैसे प्याज और आलू 2–4 सप्ताह तक खराब नहीं होते।

(iii) **अविकार्य पदार्थ**– वे हैं जो एक वर्ष तक खराब नहीं होते जैसे अनाज, दालें और तिलहन।

12. (a) भोज्य पदार्थों को नष्ट करने वाले सूक्ष्म जीव

(i) जीवाणु

(ii) कवक

(iii) यीस्ट

(iv) फफूँदी

सूक्ष्मजीवो की वृद्धि को प्रभावित करने वाले कारकः–

(i) पोषक पदार्थों की उपलब्धता

(ii) नमी PH

(iii) ऑक्सीजन स्तर

(iv) रोधक पदार्थों जैसे प्रतिजैविक की उपस्थिति या अनुपस्थिति।

12. (b) खाद्य पदार्थों को नष्ट से बचाने के लिए संसाधित विधियों की मूलभूत संकल्पनाएँ निम्नलिखित हैं:–

(i) ऊष्मा का अनुप्रयोग

(ii) जल को हटाना

(iii) भण्डारण के समय ताप कम करना

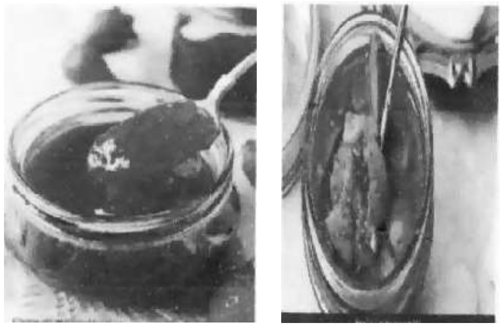
(iv) PH कम करना

(v) ऑक्सीजन और कार्बन डाइऑक्साइड की उपलब्धता पर नियंत्रण करना।

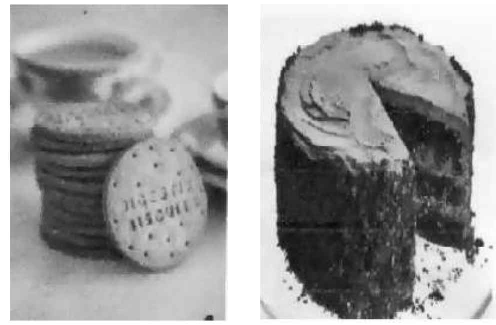
13. खाद्य पदार्थों का वर्गीकरण, संसाधन की सीमा और प्रकार के आधार पर निम्नलिखित प्रकार से किया जा सकता है–

संसाधित खाद्य पदार्थ के प्रकार

संरक्षित खाद्य



विनिर्मित खाद्य



फार्मूलाबद्ध खाद्य

खाद्य व्युत्पन्न

कार्यमूलक खाद्य

चिकित्सीय खाद्य

(i) **न्यूनतम संसाधित खाद्य** – ये कम–से–कम संसाधित खाद्य पदार्थ होते हैं, जिससे ताजे खाद्य पदार्थों की गुणवत्ता बनी रहती है। इसके लिए उपयोग में लाई जाने वाली प्रक्रियाएँ हैं– साफ़ करना, काट–छाँट करना, छीलना, काटना, पतले टुकड़े करना और निम्न ताप अर्थात् प्रशीतत ताप पर भंडारण करना।

(ii) **संरक्षित खाद्य** – इसके अंतर्गत संरक्षण के लिए प्रयुक्त की गई विधियाँ उत्पाद के गुणों में अधिक परिवर्तन नहीं करती जैसे–हिमशीतित मटर, हिमशितित सब्जियाँ, डिब्बाबंद फल।

(iii) **विनिर्मित खाद्य** – इस प्रकार के उत्पादों में कच्ची सामग्री के मूल गुण काफी समाप्त हो जाते हैं ओर संरक्षण के लिए कुछ मूलभूत विधियाँ काम में लाई जाती हैं। विभिन्न संघटकों जैसे नमक, शक्कर, तेल या रासायनिक संरक्षकों का उपयोग किया जाता है। जैसे– अचार, जैम, मुरब्बा, शरबत पापड़ और बड़ी।

(iv) **फार्मूलाबद्ध खाद्य** – विभिन्न संघटकों को मिलाकर और संसाधित करके ये उत्पाद तैयार किए जाते हैं जिससे प्राप्त खाद्य उत्पादों का शैल्फकाल अपेक्षाकृत अधिक हो सके। उदाहरण– डबलरोटी, बिस्कुट, आइसक्रीम, केक, कुल्फी आदि।

(v) **खाद्य व्युत्पन्न** – उद्योग में खाद्य पदार्थों के संघटकों को कच्ची सामग्री से शोधन द्वारा प्राप्त किया जा सकता है जैसे गन्ने से शक्कर, तिलहन से तेल।

(vi) **कार्यमूलक खाद्य** – ये खाद्य पदार्थ मानव स्वास्थ्य पर लाभदायक प्रभाव डालते हैं। उदाहरण– प्रोबायोटिक लाइकोपीन।

(vii) **चिकित्सकीय खाद्य** – ये रोगों के आहारी प्रबन्धन में उपयोग में उपयोग में लाए जाते हैं उदाहरण–कम सोडियम वाला नमक, लैक्टोस असह्यता वाले व्यक्तियों के लिए लैक्टोस मुक्त दूध।

14. खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी में लगे हुए व्यावसायिकों में व्यापक ज्ञान और कौशल के तीन स्तर–

(i) सामग्री के रूप में खाद्य (ii) खाद्य उत्पादन विकास

(iii) रैसीपी विकास

खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी के लिए आवश्यक ज्ञान और कौशल

सामग्री के रूप में खाद्य

- खाद्य सामग्री की प्रकृति और गुण
- पोषक मात्रा और उसका विश्लेषण

- खाद्य पदार्थ की लागत/कीमत
- रासायनिक पीड़कनाशी, समय, नमी, ताप और संयोजी पदार्थों का प्रभाव
- गुणवत्ता वाली खाद्य सामग्री के उत्पादन के लिए कच्चे खाद्य और संघटकों की गुणवत्ता का आकलन
- खाद्य स्वस्च्छता और खाद्य सुरक्षा
- समकालीन खाद्य उत्पादन के लिए सूचना प्रौद्योगिकी का ज्ञान

खाद्य उत्पादन विकास

- बड़े पैमाने पर खाद्य उत्पादन के लिए खाद्य पदार्थ तैयार करने और पाकक्रिया के कौशलों का ज्ञान
- उत्पादन विनिर्देशन और उसका परीक्षण करने का ज्ञान
- विश्लेषण विवरण के अनुसार खाद्य पदार्थ के गुणवत्ता नियंत्रण का प्रेक्षण और मापन
- संवेदी विधियों द्वारा आकलन (उत्पादित खाद्यों का परीक्षण करके और स्वाद चखकर)
- प्रौद्योगिक पद्धतियाँ और विनिर्माण तंत्र तथा उनका नियंत्रण
- विपणन योग्य तैयार उत्पाद पर लेबल लगाना और उसे पैक करना
- संकट विश्लेषण और क्रांतिक नियंत्रण बिंदु (एच.ए.सी.सी.पी.)

रेसीपी विकास

- पाकक्रिया कौशलों और उनके उपयोग में निपुणता
- संघटकों के उपयोग, उनका मापन तथा तोलना
- एक मूल रैसीपी को डिजाइन करना, विश्लेषण करना और उसे अपनाना
- खाद्य पदार्थों को संभालने और काम में लाने के कौशल
- स्वच्छता और सुरक्षा के मापदंडों का पालन करते हुए खाद्य उत्पन्न
- औजारों और उपकरणों का सावधानी पूर्वक प्रयोग
- उपभोक्ताओं के बोध के अनुसार उत्पादों को बनाना और डिजाइन बनाने में नव प्रवर्तन।
- समकालीन उत्पादन के लिए सूचना प्रौद्योगिकी का उपयोग

15. खाद्य प्रौद्योगिकियों के व्यवसायिक में निम्नलिखित ज्ञान और कौशल होने आवश्यक है:–

(i) खाद्य विज्ञान, खाद्य रसायन, सूक्ष्मजीव विज्ञान खाद्य संसाधन, बेहतर विनिर्माण पद्धतियाँ और पोषण।

(ii) कच्चे और पकाए हुए/निर्मित खाद्यों के संघटन, गुणवत्ता और सुरक्षा का विश्लेषण।

(iii) खाद्य सामग्री; बड़े पैमाने पर खाद्य निर्माण और खाद्य उत्पादन में उनका उपयोग।

(iv) उत्पादन विनिर्देशन और खाद्य उत्पादन में विकास।

(v) संवेदी मूल्यांकन और स्वीकार्यता।

(vi) औद्योगिक पद्धतियाँ, कार्य प्रणाली नियंत्रण, वितरण प्रणालियाँ, उपभोक्ता क्रय पैटर्न।

(vii) खाद्यों को पैक करना, लेबल लगाना।

(viii) उत्पादन रूपरेखा डिजाइन की सहायता के लिए सूचना प्रौद्योगिकी के उपयोग की योग्यता।

(ix) संवेदी मूल्यांकन करना।

(x) खाना बनाने और पाकक्रिया में कौशल।

(xi) डिजाइन तैयार करने, विश्लेषण करने, प्रतिरूप का अनुसरण और रैसीपी का अनुकूलन।

16. पाठ्यक्रम

(i) भौतिकी, रसायन, गणित (PCM) अथवा भौतिकी, रसायन और जीव विज्ञान (PCB) विषयों के साथ 10+2 के बाद खाद्य शिल्प संस्थानों/अनुप्रयुक्त विज्ञानों के महाविद्यालयों से कम अवधि के प्रमाण–पत्र पाठ्यक्रम, शिल्प और डिप्लोमा पाठ्यक्रमों के लिए प्रवेश प्राप्त कर सकता है। जैसे मैसूर का सी.एफ. टी.आर.आई. (केन्द्रीय खाद्य प्रौद्योगिकी शोध संस्थान)

(ii) भारत और विदेश के अनेक विश्वविद्यालय इस क्षेत्र में स्नातक और स्नातकोत्तर डिग्रियाँ देते हैं। जैसे सोनीपत में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ़ फूड टेक्नोलोजी एंड एंटरप्रेन्योरशिप मैनेजमैंट (एम.आई.एफ.टी.ई.एम.)

17. खाद्य प्रौद्योगिकीविदों का काम मुख्य रूप से इन संस्थानों में होता है–

(i) खाद्य उद्योगों

(ii) गुणवत्ता नियंत्रक विभागों

(iii) होटलों

(iv) अस्पतालों

(v) लेबल लगाने और पैक करने वाले उद्योगों

(vi) मद्य निर्माण कारखानों

(vii) मृदु पेय उद्योगों

(viii) डेयरी

(ix) कन्फेक्शनरी

(x) मछली और माँस संस्थान

(xi) फल और सब्जी संसाधन

(xii) अनाजों, धान्यों

(xiii) ज्वार–बाजरा, आटा कारखाने

18. इन संस्थानों के विभिन्न विभागों में अपनी प्रवीणता का उपयोग किया जा सकता है। जैसे–

(i) क्रय और भण्डारण

(ii) संसाधन/विनिर्माण

(iii) गुणवत्ता नियंत्रण और प्रबंधन

(iv) सुरक्षा आकलन

(v) शोध और विकास

19. स्वरोजगार के अवसर–

(i) भारत में खाद्य संसाधन हमेशा घरेलू या कुटीर स्तर की गतिविधि के रूप में कार्यरत रहा है। जैसे– मिठाइयाँ, पापड़, मुरब्बा, अचार, तले हुए अल्पाहार, भुने हुए और फुलाए हुए अनाज।

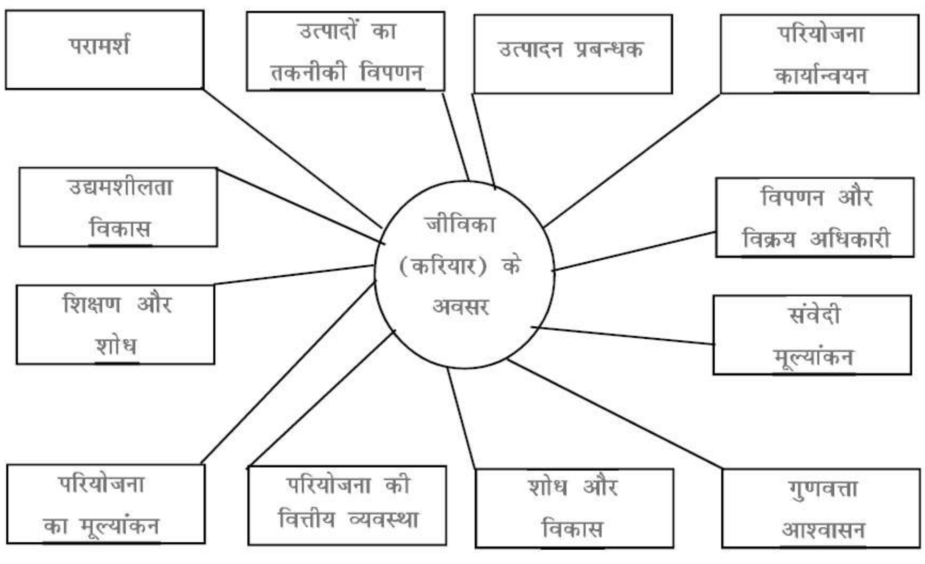
(ii) कृषि, बागवानी और मत्स्यपालन में वृद्धि होने के कारण कच्चे माल के उत्पादन में सुधार हुआ है।

(iii) सरकार वित्तीय सहायता, प्रशिक्षण, आधारभूत ढाँचा और विपणन सुविधाएँ उपलब्ध कराकर उन तकनीकी व्यक्तियों को प्रोत्साहन और सहायता देती है, जो स्वयं अपने उद्यम स्थापित करना चाहते हैं।

(iv) बहुत से बैंक विशेषकर महिला उद्यमियों को वित्तीय सहायता देते हैं।

(v) राज्य सरकारों भी स्वउद्यमियों की मदद के लिए भूमि उपलब्ध कराती हैं।

(vi) स्वरोजगार का प्रयास बहुत अधिक प्रौद्योगिकी– उन्मुख और अधिक निवेश वाला हो सकता है अथवा निम्न प्रौद्योगिकी और कम निवेश वाली इकाइयों के रूप में हो सकता है, जैसे नमकीन मूँगफली, पेय जल की थैली आदि।



वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. भोजन को किन परिस्थितियों में खराब कहा जाता है?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 21–22)

(i) खराब प्रस्तुति (ii) सघनता में बदलाव

(iii) बनावट और स्वाद में बदलाव (iv) अस्वास्थ्यकर भोजन

सही विकल्प चुनें:

(क) (i) और (iii) (ख) (ii) और (iii)

(ग) (iii) और (iv) (घ) (ii) और (iv)

उत्तरः (ख) (ii) और (iii)

2. हिमशीतित मटर कौन सा संसाधित खाद्य पदार्थ है?

(क) संरक्षित खाद्य (ख) विनिर्मित खाद्य

(ग) फार्मूलाबद्ध खाद्य (घ) चिकित्सकीय खाद्य

उत्तरः (क) संरक्षित खाद्य

3. ऐसे खाद्य पदार्थ जो एक–दो दिन में खराब हो जाते हैं क्या कहते हैं?

(क) विकार्य खाद्य पदार्थ (ख) अर्ध–विकार्य पदार्थ

(ग) अविकार्य पदार्थ (घ) संसाधित पदार्थ

उत्तरः (क) विकार्य खाद्य पदार्थ

4. निम्न पदार्थों में से कौन–सा विनिर्मित खाद्य का उदारण है?

(क) लैक्टोस मुक्त दूध (ख) डिब्बाबंद फल

(ग) जैम, मुरब्बा (घ) केक

उत्तरः (ग) जैम, मुरब्बा

5. निम्न में से कौन–सा, भोजन बिगड़ने या नष्ट होने का कारक नहीं है?

(क) कीटों का आक्रमण (ख) नमी का अत्यधिक प्रभाव

(ग) नमक लगाना (घ) पीड़क

उत्तर (ग) नमक लगाना

6. धूप में सुखाना, खाद्य संरक्षण का सबसे पुराना तरीका है। यह खाद्य संरक्षण के कौन से सिंद्धात पर आधारित है?

(क) तापमान में कमी (ख) pH में कमी

(ग) जल को हटाना (घ) नियंत्रित ऑक्सीजन की उपलब्धता

उत्तर (ग) जल को हटाना

(ख) (i) मिलान कीजिए

A. विकार्य खाद्य पदार्थ	(i) फल और सब्जियाँ
B. अर्ध विकार्य पदार्थ	(ii) अनाज, दालें
C. रूपांतरित तने वाली फसलें	(iii) दूध
D. अविकार्य पदार्थ	(iv) प्याज और आलू

सही विकल्प चुनें

(क) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii) (ख) A - (i), B - (iii), C - (ii), D - (iv)

(ग) A - (ii), B - (i), C - (iv), D - (iii) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर (क) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii)

(ख) (ii) मिलान कीजिए

A. संरक्षित खाद्य	(i) आचार
B. विनिर्मित खाद्य	(ii) डिब्बाबंद फल
C. फार्मूलाबद्ध खाद्य	(iii) लैक्टोस मुक्त दूध
D. चिकित्सीय खाद्य	(iv) केक

सही विकल्प चुनें

(क) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii) (ख) A - (ii), B - (i), C - (iv), D - (iii)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर (ख) A - (ii), B - (i), C - (iv), D - (iii)

(ङ) अतिलघु उत्तरीय प्रश्न (1 अंक)

1. ऐसे कौन से संसाधित खाद्य पदार्थ होते हैं जिससे ताजे खाद्य पदार्थ की गुणवत्ता बनी रहती है?

उत्तर– न्यूनतम संसाधित खाद्य

2. चिकित्सकीय खाद्य किसे कहते हैं?

उत्तर– चिकित्सकीय खाद्य रोगों के आहारी प्रबंधन के उपयोग में लाए जाते हैं जैसे कम सोडियम वाला नमक।

3. वर्ष 1864 में खाद्य की सूक्ष्मजीवों से सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए पाश्च्चुरीकरण का कदम किसने उठाया?

उत्तर– लुई पाश्चर

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

वैश्वीकरण के साथ विदेशी निवेश और प्रौद्योगिकियों के लिए भारत ने अपने द्वार खोल दिए हैं। परिणाम स्वरूप बहुत सी विदेशी कम्पनियाँ और बहुराष्ट्रीय कम्पनियाँ हमारे देश में अपने उत्पाद, शोध और विकास, शैक्षिक स्तर और बाह्य स्रोत सुविधाएँ स्थापित कर रही है। अतः खाद्य वैज्ञानिकों के लिए भारतीय और विदेशी संस्थानों में काम करने के भरपूर अवसर उपलब्ध हैं। खाद्य संसाधन उद्योग ने न केवल उत्पादों के निर्यात के लिए ही अच्छे अवसर उपलब्ध कराए हैं बल्कि इससे रोजगार आदान–प्रदान भी सशक्त और उन्नत होगा।

1. प्रारम्भ से ही भारत में खाद्य संसाधन की गतिविधियाँ रहीं हैं। उसका उदाहरण है–

(क) अचार (ख) कोक

(ग) केक (घ) पेस्ट्री

उत्तर (क) अचार

2. कच्चे माल के उत्पादन में सुधार किन कारणों से हुआ?

(क) कृषि और बागवानी में वृद्धि (ख) औद्योगिक वृद्धि

(ग) उत्पादों में वृद्धि (घ) तकनीक उन्नति

उत्तर (क) कृषि और बागवानी में वृद्धि

3. सरकार किस तरह उन व्यक्तियों को प्रोत्साहन और सहायता देती है जो स्वयं अपने उद्यम स्थापित करना चाहते हैं?

(क) वित्तीय सहायता द्वारा (ख) प्रशिक्षण द्वारा

(ग) विपणन सुविधाएँ ना देकर (घ) विज्ञापन द्वारा

सही विकल्प चुनें:

(i) (क) और (ख) (ii) (क) और (घ)

(iii) (ख) और (घ) (iv) (क) और (ख)

उत्तरः (iv) (क) और (ख)

4. निम्नलिखित वाक्यों में से कौन–सा कथन असत्य है?

(क) बहुत से बैंक महिला उद्यमियों को वित्तीय सहायता नहीं देते।

(ख) राज्य सरकारें भी स्व–उद्यमियों की मदद के लिए भूमि उपलब्ध कराती हैं।

(ग) स्व–रोजगार का प्रयास अधिक निवेश वाला हो सकता है।

(घ) भारत ने कृषि – न्यून वाले देश से कृषि आधिक्य वाले देश के रूप में उन्नति की है।

उत्तरः (क) बहुत से बैंक महिला उद्यमियों को वित्तीय सहायता नहीं देते।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. ऐसे कारण बताओ जिससे विभिन्न प्रकार के उत्पादों और नयी प्रौद्योगिकी की माँग एवं आवश्यकता बढ़ गई है?

उत्तर– (i) जीवनशैली में परिवर्तन।

(ii) आवागमन में वृद्धि।

(iii) वैश्वीकरण।

(iv) भारत का कृषि – न्यून वाले देश से कृषि आधिक्य वाले देश में बदलना।

2. खाद्यों में कुछ पोषक तत्त्वों की मात्रा बदल देने के उदाहरण दो। ऐसा क्यों किया जाता है?

उत्तर– हृदय रोग और मधुमेह जैसे रोगों की बढ़ती व्यापकता के कारण वैज्ञानिकों के लिए यह आवश्यक हो गया है कि खाद्यों में कुछ पोषक तत्त्वों की मात्रा को बदल दें जैसे–

(i) कैलोरीयुक्त खाद्य को कृत्रिम मिठास देने वाले पदार्थ से बदलना।

(ii) आइसक्रीम में वसा की जगह विशेष रूप से उपचारित प्रोटीनों का प्रयोग।

3. खाद्य पदार्थों को भोज्य और सुरक्षित रूप से संरक्षित करने के लिए पुरानी विधियाँ कौन–सी हैं। और वर्तमान में उनकी क्या व्यवहार्यता है। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तरः धूप में सुखाना, नियंत्रित किण्वन, नमक लगाना, आचार बनाना, सेंकना, भूनना, धूमन, चूल्हे में पकाना और मसालों का परिरक्षी के रूप में उपयोग करना।

खाद्य परिरक्षण की पुरानी विधियाँ आज भी बहुत व्यवहारिक हैं क्योंकि ये बहुत सरल और सस्ती हैं।

उदाहरण–

नियंत्रित किण्वन–डबलरोटी, बीयर के लिए

नमक लगाना–अचार बनाने के लिए

धूप में सुखाना – सूखे मेवे जैसे किशमिश के लिए।

4. भोज्य पदार्थों को नष्ट करके वाले मुख्य सूक्ष्मजीव कौन से हैं? इनकी वृद्धि को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारक कौन से हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 12(a) देखिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. खाद्य पदार्थों को नष्ट होने से बचाने के लिए संसाधित विधियों की मूलभूत संकल्पनाएँ कौन–सी हैं? या खाद्य संसधनों में खाद्य पदार्थों का शैल्फ काल बढ़ाने के लिए क्या किया जाता है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 12(b) देखिए।

2. खाद्य उद्योग के क्षेत्र में कौन से कार्य सम्मिलित हैं?

उत्तर– (i) संसाधन / निर्माण

(ii) शोध और विकास (वर्तमान खाद्य उत्पादनों में सुधार, नए उत्पादों का विकास, उपभोक्ता बाजारों में शोध और नई प्रौद्योगिकियों का विकास)।

(iii) खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करना।

(iv) खाद्य गुणवत्ता को मॉनीटर करना।

(v) गुणवत्ता को नियंत्रित करने की पद्धतियों में सुधार करना।

(vi) लाभप्रद उत्पादन को सुनिश्चित करने हेतु लागत निकालना।

(vii) नियामक मामले।

3. खाद्य पदार्थों के वर्गों का वर्णन कीजिए

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 11 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. खाद्य पदार्थ किन कारणों से संसाधित किए जाते हैं? खाद्य प्रौद्योगिकी का महत्त्व क्यों बढ़ गया है? (एन.सी.ई.आर.टी)

(i) खाद्य पदार्थों का सुरक्षा काल बढ़ाने के लिए

(ii) उन्नत परिवहन, संचार और बढ़ते औद्योगिकरण के कारण विविध आवश्यकताओं के कारण।

(iii) उपभोक्ता बेहतर गुणवत्ता वाले, स्वाद वाले, खराब नहीं होने वाले आसानी से पैक, भंडारित और परिवहन होने वाले खाद्यों की अपेक्षा करते हैं।

(iv) ऐसे खाद्य पदार्थों की माँग बढ़ रही है जो रसायनों, पीड़कनाशियों और परिक्षकों से मुक्त हों।

(v) खाद्य पदार्थ अपनी प्राकृतिक महक लिए हुए हों।

(vi) कामकाजी महिलाओं की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए।

(vii) पूरे वर्ष में मौसमी खाद्यों के लिए पसन्द के कारण।

(viii) खाद्य सुरक्षा और रोजगार के लिए रास्तों के कारण।

2. संसाधित खाद्य पदार्थों के वर्गीकरण का वर्णन करो।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 13 देखिए।

3. खाद्य संसाधन और प्रोद्योगिकी के क्षेत्र में व्यवस्था के क्या–क्या अवसर होते हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 19 देखिए।

4. खाद्य प्रौद्योगिकीविदों का काम मुख्य रूप से किन संस्थानों में होता है–

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 16 देखिए।

5. खाद्य परिरक्षण की वर्तमान स्थिति तक इसके विकास का संक्षिप्त विवरण दीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिन्दु संख्या 8 देखिए।

6. स्वास्थ्य और कल्याणकारी संकल्पनाओं को ध्यान में रखते हुए उदाहरण सहित समझाइए कि खाद्य वैज्ञानिक संसाधित और पैक किए हुए खाद्यों के खाद्य मानों को बढ़ाने का किस प्रकार प्रयास कर रहे हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (क) खाद्य पदार्थो या मसालों में जिन पोषक पदार्थों की कमी होती है, उन्हें मिलाकर खाद्य पदार्थों का प्रबलीकरण किया जाता है जिससे यह सुनिश्चित हो जाता है कि आहार की न्यूनतम आवश्यकताएँ पूरी हो रही हैं जैसे आयोडीन युक्त नमक, फोलिक अम्ल युक्त आटा, विटामिन । युक्त तेल/घी।

(ख) हृदय रोग और मधुमेह जैसे रोगों की बढ़ती व्यापकता से वैज्ञानिकों के लिए यह आवश्यक हो गया है कि खाद्यों में कुछ पोषक तत्वों की मात्रा को बदल दें। उदाहरण– संसाधित खाद्यों की कैलोरी मात्रा को कम करने के लिए कैलोरी युक्त खाद्य को कृत्रिम मिठास देने वाले पदार्थों से बदल दें।

(ग) आइसक्रीम में वसा की जगह विशेष रूप से उच्चारित प्रोटीनों का प्रयोग करके ऊर्जा की मात्रा को कम किया।

(घ) ऐसे खाद्य पदार्थ बनाए जा रहें हैं जो रसायन, पीडकनाशी और परिरक्षकों से मुक्त हो परंतु उनका सुरक्षाकाल अधिक हो और वे अपनी प्राकृतिक महक लिए हुए हों।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. खाद्य संसाधन ओर प्रौद्योगिकी क्षेत्र के व्यवसायिक में कौन से ज्ञान और कौशल होने आवश्यक हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–15 देखिए।

2. खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी में लगे हुए व्यवसायिकों में कौन से ज्ञान और कौशल होने चाहिए?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 14 देखिए।

3. निम्नलिखित पदों को समझाइए– (A) खाद्य विज्ञान (B) खाद्य संसाधन (C) खाद्य प्रौद्योगिकी (D) खाद्य विनिर्माण (E) खाद्य का खराब होना। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (A) खाद्य विज्ञान–'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 1 देखिए।

(B) खाद्य संसाधन–'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 2 देखिए।

(C) खाद्य प्रौद्योगिकी–'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 3 देखिए।

(D) खाद्य विनिर्माण–'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 4 देखिए।

(E) खाद्य का खराब होना–खाद्य का खराब होने का तात्पर्य उस स्थिति से है जिसमें कोई खाद्य पदार्थ मानव उपभोग के लिए असुरक्षित हो।

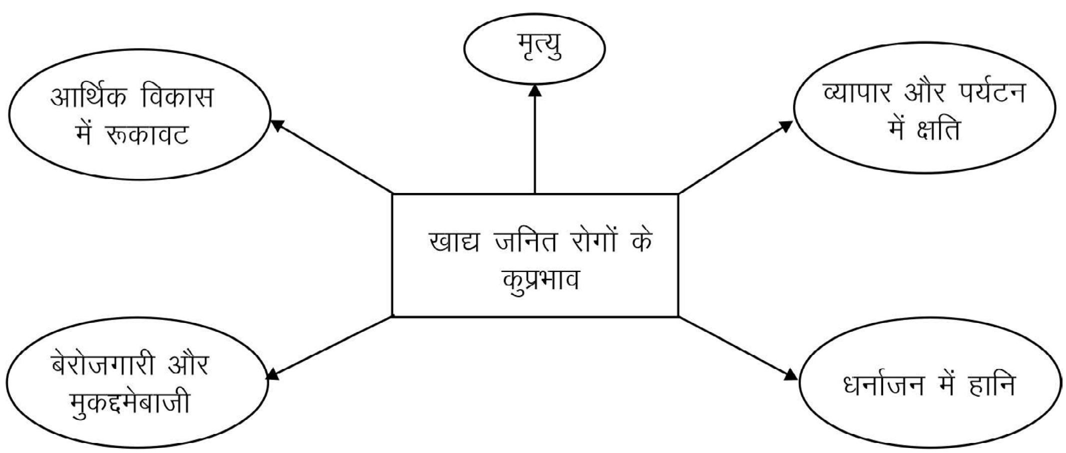
4. खाद्य प्रौद्योगिकी के महत्त्व को संक्षेप में समझाइए व इसने आधुनिक महिलाओं विशेषकार कार्यरत महिलाओं के जीवन पर किस प्रकार प्रभाव डाला है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या– 6 और 7 देखिए।

5. खाद्य गुणवत्ता और खाद्य सुरक्षा

'स्मरणीय बिंदु'

1. भोजन किसी भी देश की जनता के स्वास्थ्य, पोषक स्थिति व उत्पादकता को निर्धारित करता है।
2. जो भोजन हम खाते हैं वह संतुलित होने के साथ–साथ पौष्टिक व सुरक्षित भी होना चाहिए।
3. संदूषित और मिलावटी खाद्य पदार्थों से उत्पन्न होने वाले खाद्य जनित रोग दुनिया भर की सार्वजनिक स्वास्थ्य संबंधी एक प्रमुख समस्या है। वर्ष 2005 में दस्त जैसे रोगों से 18 लाख लोगों की मृत्यु हुई।
4. राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण 2015–16 के अनुसार 5 वर्ष से कम आयु वाले बच्चों में प्रतिवर्ष गम्भीर दस्त के लगभग 9 लाख मामले सामने आए।



महत्त्व

5. खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता घरेलू स्तर पर बहुत अधिक महत्त्वपूर्ण है परन्तु इसका महत्त्व खाद्य उत्पादन और प्रसंस्करण उद्योगों में और भी अधिक हो जाता है क्योंकि—

   (i) जीवनशैली और खान—पान की आदतों के तेजी से बदलने के कारण लोग अधिक संख्या में घर से बाहर खाना खाने के लिए जाते हैं।

   (ii) संसाधित व पैक किए हुए खाद्य पदार्थों का प्रचलन अधिक हो गया है।

   (iii) विभिन्न प्रकार के मसालों की माँग शहरों व नगरों में अधिक हो गई है।

   (iv) खाद्य पदार्थों के संसाधन व उपयोग के बीच एक लम्बा अंतराल होता है, जिससे सूक्ष्मजीवों की वृद्धि का खतरा होता है।

   (v) अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर सूक्ष्मजैविक रोगों के मामलों में वृद्धि होना।

   (vi) विश्व व्यापार संगठन (W.T.O.) के समझौते पर हस्ताक्षर के पश्चात् अंतर्राष्ट्रीय व्यापार में प्रवेश पाने और विश्व बाजार की अधिक उपलब्धता के कारण इसका महत्त्व और अधिक बढ़ गया है।

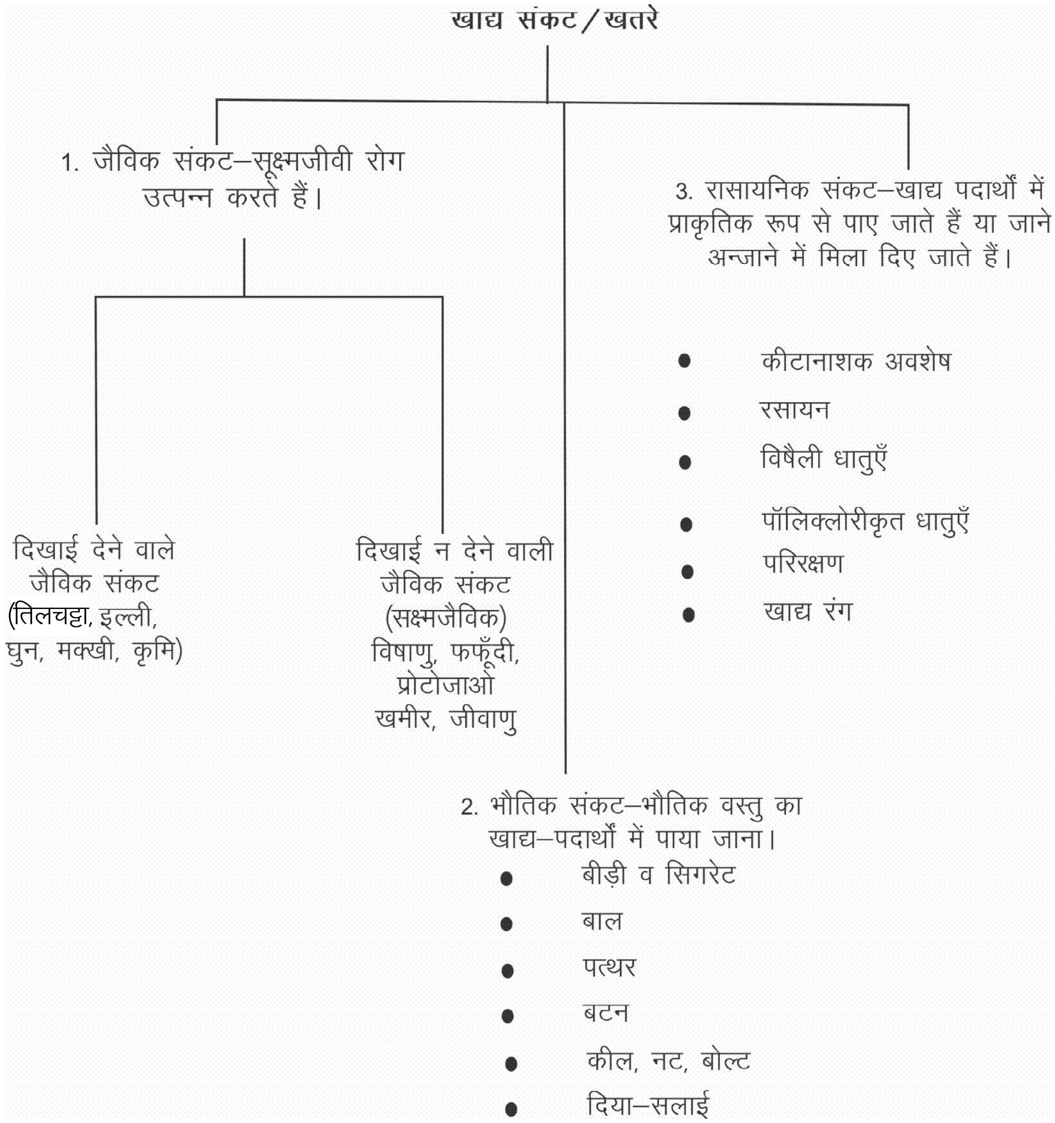
   (vii) वायुमण्डल, जल, मिट्टी के बढ़ते प्रदूषण तथा रासायनिक उर्वरकों व कीटनाशकों के प्रयोग से भोजन संदूषित हो सकता है।

   (viii) खाद्य पदार्थों में मिलाए जाने वाले पदार्थ जैसे— परिरक्षक, कृत्रिम रंग, सुगंध का प्रयोग करना भी खाद्य सुरक्षा को प्रभावित करता है।

6. **खाद्य सुरक्षा** — खाद्य सुरक्षा का अर्थ है कि खाद्य पदार्थ उपभोक्ताओं के लिए किसी प्रकार से क्षतिपूर्वक नहीं है और उनके स्वास्थ्य के लिए पूर्ण रूप से सुरक्षित है।

7. **आविषालुता / विषाक्तता** — जब किसी पदार्थ में किसी प्रकार व किन्हीं परिस्थितियों में क्षति उत्पन्न करने की क्षमता होती है, उसे आविषालुता कहते हैं।

8. **संकट** — जब किसी पदार्थ को किसी प्रस्तावित तरीके और मात्रा में प्रयुक्त न किया जाए जिसके फलस्वरूप क्षति हो सकती है।



9. सूक्ष्मजीवी रोगाणुओं से दो प्रकार के खाद्यजनित रोग उत्पन्न होते हैं–

- संक्रमण
- विषाक्तता

10. **खाद्य संक्रमण** – किसी संदूषित खाद्य पदार्थ को ग्रहण करने पर सूक्ष्मजीवी रोगाणु के शरीर में प्रवेश करने से रोग उत्पन्न होना खाद्य संक्रमण कहलाता है। उदाहरण : साल्मोनेला

साल्मोनेला की विशेषताएँ

- जीव जन्तुओं के आंत्र क्षेत्र में रहता है।
- गर्म करने पर नष्ट हो जाता है।
- सही ढंग से न पकने पर कुछ जीव बचे रहते हैं।
- साल्मोनेला पारसंदूषण से फैलते हैं। यह ऐसे हो सकता है जब एक रसोइया एक तख्ते पर कच्चा माँस, मुर्गा–मुर्गी के टुकड़े काटे और बिना तख्ते को साफ किए ऐसे खाद्य पदार्थ को काटे जिसे पकाने की आवश्यकता नहीं होती जैसे सलाद।
- स्त्रोत : कच्चा माँस, कच्चा दूध, अण्डे।
- साल्मोनेला बहुत तेजी से अपनी संख्या में वृद्धि करते हैं और प्रत्येक 20 मिनट में उनकी संख्या दुगुनी हो जाती है।
- साल्मोनेला के संक्रमण के लक्षण– अतिसार, ज्वर, पेट में ऐंठन।

11. **खाद्य विषाक्तता / आविषिता** – भोज्य पदार्थों को पकाने पर उनमें उपस्थित अधिकांश रोगाणु नष्ट हो जाते हैं, परन्तु कुछ जीवाणु रह जाते हैं जो सामान्यताप पर विष उत्पन्न करते हैं तथा भोज्य पदार्थ को विषाक्त कर देते हैं परन्तु गंध, दिखावट व स्वाद को परिवर्तित नहीं करते। उदाहरणः 'स्टैफलोकॉकस आरियस'।

 (i) स्टैफलोकॉक्स आरियस वायु, धूल और जल में तथा 50% स्वस्थ व्यक्तियों के नाक, गले, त्वचा व बालों में पाए जाते हैं।

 (ii) विभिन्न प्रकार के परजीवी भी रोग उत्पन्न कर सकते हैं उदाहरण फीताकृमि द्वारा संक्रमित सूअर का माँस ग्रहण करने से स्वस्थ व्यक्तियों में संक्रमण हो सकता है।

 (iii) कीड़ों द्वारा अनाज व दालें खराब होती हैं।

12. खाद्यों में होने वाले विभिन्न संकटों में से जैविक संकट खाद्यजनित रोगों के प्रमुख कारण हैं। हमारे देश में खाद्य सुरक्षा के विभिन्न नियम व कानून बनने के बावजूद जैविक खाद्यजनित रोग गंभीर चिन्ता का विषय है क्योंकि निम्न कारणों से नए रोग लगातार उत्पन्न हो रहे हैं।

(i) मानव परपोषी, जन्तु परपोषी और रोगाणुओं की मनुष्य व जन्तुओं के साथ पारस्परिक क्रियाओं के कारण रोगाणु उत्पन्न होते हैं।

(ii) भोज्य पदार्थों के उत्पादन, संसाधन, भण्डारण, पकाने व परोसने के समय उचित ताप व नमी के अभाव में रोगाणु उत्पन्न होते हैं।

(iii) व्यक्ति की आयु तथा अन्य परिस्थितियाँ जैसे अस्वच्छ वातावरण, कुपोषण तथा व्यक्ति की संक्रमण के प्रति संवेदनशीलता भी एक प्रमुख कारण है।

(iv) अनुवांशिक परिवर्तनों के कारण नए प्रकार के जीवाणु उत्पन्न हो रहे हैं। जिनमें रोग उत्पन्न करने की क्षमता होती है।

(v) खान–पान की आदतों में परिवर्तन, जलवायु, बड़ी मात्रा में उत्पादन, खाद्य संसाधन और खाद्य पूर्ति में वैश्विक वृद्धि के माध्यम से व्यक्ति नए रोगाणुओं के संपर्क में आते हैं, जिसके कारण नए भौगोलिक क्षेत्रों व नई जनसंख्या में रोगाणु पनप सकते हैं। कुछ उदाहरण – नोरोवायरस, रोटावायरस, हेपेटाइटस E इत्यादि।

13. खाद्य संदूषण तथा खाद्य मिलावट / अपमिश्रण

खाद्य संदूषण	खाद्य मिलावट / अपमिश्रण
खाद्य पदार्थ में भण्डारण या प्रसंस्करण के समय/पहले/बाद में हानिकारक, अरूचिकर या आपत्तिजनक पदार्थों जैसे रसायन, सूक्ष्मजीव व तनुकारी पदार्थों की उपस्थिति संदूषण कहलाती है। उदाहरणः– लकड़ी, पत्थर, वर्जित रंग व परिरक्षक व कीटनाशकों के अवशेष	किसी खाद्य पदार्थ में जानबूझ कर या संयोगवश अशुद्ध, सस्ते या अनावश्यक अवयवों को मिलाना या किसी पौष्टिक तत्त्व को निकालना, जो खाद्य पदार्थों के गुणों और संघटनों को बदल देता है और खाद्य पदार्थ की गुणवत्ता को कम कर देता है। उदाहरणः– दूध में पानी मिलाना या क्रीम निकाल लेना।

14. खाद्य गुणवत्ता – खाद्य गुणवत्ता से अभिप्राय उन गुणों से है जो उपभोक्ताओं के लिए उत्पादों के गुणों को प्रभावित करती है।

खाद्य गुणवत्ता

सकारात्मक गुण
- रंग व सुगन्ध
- बनावट व आकार
- स्वाद व सुरूचि

नाकारात्मक गुण
- सड़ना
- संदूषण
- अपमिश्रण
- खाद्य सुरक्षा संबंधित खतरे

खाद्य सुरक्षा, गुणवत्ता का अत्याधिक महत्वपूर्ण गुण है। विभिन्न सरकारो व खाद्य संगठनों ने खाद्य मानक तय किए है, जो सुनिश्चित करते हैं कि खाद्य पदार्थ सुरक्षित व अच्छी गुणवत्ता के हैं।

15. खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करने के लिए ध्यान देने योग्य बातें :–

(i) कच्चे माल और जल की गुणवत्ता

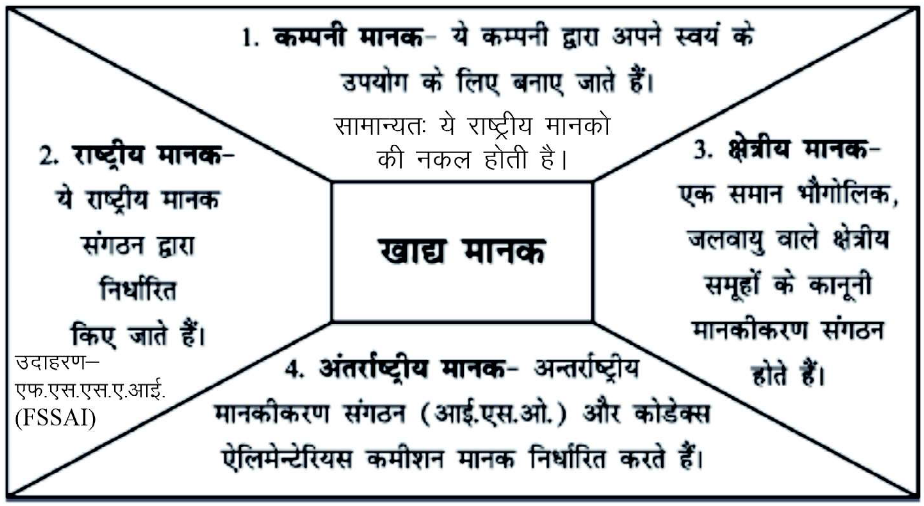
(ii) परिसर, कर्मचारियों, उपकरणों, खाद्य निर्माण और भण्डारण क्षेत्रों की स्वच्छता।

(iii) उपयुक्त ताप पर खाद्य का भण्डारण।

(iv) खाद्य स्वास्थ्य विज्ञान।

(v) बेहतर सेवा के तरीके।

16. खाद्य मानक – उपभोक्ताओं के लिए स्वच्छ, सुरक्षित व पौष्टिक खाद्य पदार्थों की आपूर्ति के लिए व देश के भीतर और विभिन्न देशों के बीच व्यापार को बढ़ाने के लिए प्रभावी खाद्य मानकों व नियंत्रण प्रणालियों की आवश्यकता होती है। खाद्य मानकों के चार स्तर हैं।



भोजन में मिलावट रोकने के लिए भारत सरकार द्वारा खाद्य अपमिश्रण निवारण अधिनियम (PFA, 1954) में अधिनियमित किया गया था। अधिनियम में आवश्यकता के अनुसार कई बार (200 से अधिक) संशोधन किया गया है। पी.एफ.ए. के अलावा, अन्य आदेश या अधिनियम हैं जो विशिष्ट खाद्य पदार्थों की गुणवत्ता सुनिश्चित करने में मदद करते हैं जैसे कि–

1. फल और सब्जी उत्पाद आदेश– इसके अंतर्गत फल के लिए विनिर्देशों और सब्ज़ी उत्पाद आते हैं।
2. मांस खाद्य उत्पाद आदेश– इस आदेश के तहत माँस उत्पादों का प्रसंस्करण लाइसेंस आता है।
3. वनस्पति तेल उत्पाद आदेश– इसमें वनस्पति, मार्जरीन के लिए विनिर्देश और शोर्टिंग्स आते हैं। ऐसे सभी कृत्यों की एफ.एस.ए के तहत समेकित किया गया है।

एफ.एस.एस.ए. के तहत निर्धारित आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए सभी खाद्य उत्पाद भारत में निर्मित होते हैं, या भारत में आयात और बेचे जाते हैं।

17. भारत में खाद्य मानक नियमनः

(I) **स्वैच्छिक उत्पादन प्रमाणीकरण** – हमारे देश में कुछ स्वैच्छिक श्रेणीकरण और अंकन योजनाएँ हैं, जिनका कार्य उपभोक्ताओं को उत्तम गुणवत्ता का आश्वासन देना है।

(i) **आई. एस. आई. मार्क** – यह मार्क भारत मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.) द्वारा दिया जाता है। इस चिन्ह के प्रयोग का लाइसेंस लेने के लिए उत्पादकों को बी.आई.एस. की कुछ शर्तों को पूरा करना होता है।

(ii) **एगमार्क** – भारत सरकार के कृषि मंत्रालय के अधीन विपणन एवं निरीक्षण निदेशालय द्वारा कृषि उत्पादों (कच्चे व संसाधित) के लिए प्रमाणीकरण की एक स्वैच्छिक योजना है।

(II) **खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम, 2006** – भारत सरकार द्वारा खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करने के लिए कई नियम बनाए परन्तु खाद्य उद्योग को यह बहुत पेचीदा लगने लगे। अतः इस बात की आवश्यकता महसूस हुई कि खाद्य गुणवत्ता के नियमन के लिए इन सभी नियमों का एकीकरण कर दिया जाए। इसी उद्देश्य से भारत सरकार ने वर्ष 2006 में खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम (एफ. एस.एस. ए.) 2006 पारित कर दिया। इसके उद्देश्य निम्नलिखित हैं।

(i) खाद्य पदार्थों से संबंधित नियमों का एकीकरण करना।

(ii) खाद्यों के लिए विज्ञान आधारित मानक निर्धारित करना।

(iii) खाद्य पदार्थ के निर्माण, भण्डारण, वितरण, विक्रय और आयात के नियमन के लिए।

(iv) मनुष्य के उपभोग के लिए सुरक्षित और पौष्टिक खाद्यों की उपलब्धता सुनिश्चित करना।

(v) निर्माण परिसर में और उसके आस–पास स्वास्थ्यजनक परिस्थितियाँ बनाए रखना तथा मानव स्वास्थ्य के खतरों के कारकों का वैज्ञानिक तरीके से आकलन और प्रबंधन करना।

भारतीय खाद्य और मानक प्राकधिकरण (एफ.एस.एस.ए.आई.) को निम्नलिखित कार्य करने के लिए खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम, 2006 द्वारा अनिवार्य किया गया है–

- भोजन के लेखों के संबंध में मानकों और दिशानिर्देशों को निर्धारित करने के लिए विनियमों का निर्धारण और इस प्रकार अधिसूचित विभिन्न मानकों को लागू करने की उपयुक्त प्रणाली को निर्दिष्ट करना।
- खाद्य व्यवसायों के लिए खाद्य सुरक्षा प्रबंधन प्रणाली के प्रमाणन में लगे प्रमाणीकरण निकायों की मान्यता के लिए तंत्र और दिशानिर्देशों को रखना।
- प्रयोगशालाओं की मान्यता और मान्यता प्राप्त प्रयोगशालाओं की अधिसूचना के लिए प्रक्रिया और दिशानिर्देशों को रखना।
- खाद्य सुरक्षा और पोषण का प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित क्षेत्रों में नीति और नियमों को तैयार करने के मामलों में केंद्र सरकार और राज्य सरकारों को वैज्ञानिक सलाह और तकनीकी सहायता प्रदान करना।
- खाद्य पदार्थों की खपत, घटनाओं और जैविक जोखिम के प्रसार, भोजन में प्रदूषण, विभिन्न प्रकार के अवशेष, खाद्य पदार्थों के उत्पादों में दूषित पदार्थ, उभरते जोखिमों की पहचान और तेजी से सतर्क प्रणाली की शुरुआत के बारे में डेटा एकत्र करना।

- देश भर में एक सूचना नेटवर्क बनाना ताकि जनता, उपभोक्ताओं, पंचायतो आदि को खाद्य सुरक्षा और चिंता के मुद्दों के बारे में तेजी से, विश्वसनीय और उद्देश्यपूर्ण जानकारी प्राप्त हो।
- उन लोगों के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रदान करना जो खाद्य व्यवसायों में शामिल होने का इरादा रखते हैं।
- भोजन, स्वच्छता और फाइटो–सैनिटरी मानकों के लिए अंतर्राष्ट्रीय तकनीकी मानकों के विकास में योगदान करना।
- खाद्य सुरक्षा और खाद्य मानकों के बारे में सामान्य जागरूकता को बढ़ावा देना।

अधिक जानकारी के लिए https://fssai.gov.in देखें।

खाद्य मानकों, गुणवत्ता, शोध और व्यापार से संबंधित अंतर्राष्ट्रीय संस्थान और समझौते।

CODEX ALIMENTARIUS
International Food Standards
World Health Organization
Food and Agriculture Organization of the United Nations

Hazard•Analysis HACCP Critical•Control•Point

Good Manufacturing Practice Certification GMP Quality

18. खाद्य मानकों, गुणवत्ता, शोध और व्यापार से संबंधित अंतर्राष्ट्रीय संस्थान और समझौते।

वर्तमान समय में ऐसे बहुत से अंतर्राष्ट्रीय संस्थान और समझौते हैं, जो खाद्य सुरक्षा, गुणवत्ता और बचाव को बढ़ावा देने, शोध व व्यापार को आसान बनाने के लिए प्रमुख भूमिका निभा रहे हैं।

(i) **कोडेक्स ऐलिमेन्टेरियस कमीशन** : यह एक अंर्तसरकारी संस्था है, जिसे उपभोक्ताओं के स्वास्थ्य मानक, सुरक्षा व खाद्य एवं कृषि व्यापार को सरल बनाने के लिए स्थापित किया गया।

- सन् 2017 में सी.ए.सी. ने अंतर्राष्ट्रीय सदस्यों की संख्या क्रमशः 187 सदस्य देश और एक सदस्य संगठन (यूरोपियन समुदाय) की थी।
- भारत स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के माध्यम से सी.ए.सी. का सदस्य है।
- सी.ए.सी. द्वारा प्रकाशित प्रलेख कोडेक्स ऐलिमेन्टेरियस में उपभोक्ताओं के बचाव और खाद्य व्यापार में निस्वार्थ पद्धतियों को सुनिश्चित करने के लिए अंतर्राष्ट्रीय मानक, पद्धति की नियमावली, मार्गदर्शन और अनुशंसाएँ भी सम्मिलित की गई हैं।

(ii) अंतर्राष्ट्रीय मानकीकरण संगठन (आई.एस.ओ.)

(क) यह एक गैर–सरकारी संघ है।

(ख) वस्तुओं और सेवाओं के अंतर्राष्ट्रीय विनिमय को सरल बनाता है।

(ग) यह अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर वैज्ञानिक, तकनीकी, बौद्धिक एवं आर्थिक गतिविधियों के क्षेत्रों में सहयोग विकसित करने के दृष्टिकोण से मानकीकरण एवं संबंधित गतिविधियों के विकास को प्रोत्साहन देता है।

(घ) आई. एस. ओ. द्वारा किए गए कार्य के परिणामस्वरूप अंतर्राष्ट्रीय समझौते होते हैं, जो अंतर्राष्ट्रीय मानकों के रूप में प्रकाशित होते हैं।

(ङ) आई. एस. ओ. 9000 गुणवत्ता आवश्यकताओं का एक अंतर्राष्ट्रीय संकेत चिह्न है। यह किसी संस्थान के ''गुणवत्ता प्रबंधन'' से संबंधित होता है। इन मानकों को अपनाना स्वैच्छिक होता है।

(iii) विश्व व्यापार संगठन (डब्ल्यू.टी.ओ.)

(क) विश्व व्यापार संगठन की स्थापना वर्ष 1995 में हुई थी।

(ख) इसका उद्देश्य व्यापार के समझौतों को लागू करना, व्यापार के झगड़ों को निपटाना, देश की व्यापार नीति के मुद्दों में सहायता देना है।

(ग) व्यापार को सहजतापूर्वक, स्वतंत्रतापूर्वक, व निष्कपट रूप से चलाना।

(घ) डब्ल्यू. टी. ओ. समझौते के अंतर्गत वस्तुएँ, सेवाएँ तथा बौद्धिक संपदा आते हैं।

19. **खाद्य नियंत्रण प्रणाली** – विभिन्न मानकों को अपनाने और लागू करने के लिए एक सुदृढ़ खाद्य नियंत्रक प्रणाली में निम्न का होना आवश्यक है।

(i) **खाद्य परीक्षण** –

- उत्पादकों की मानकों के साथ समरूपता को निरीक्षण द्वारा प्रमाणित किया जाता है।
- यह सुनिश्चित किया जाता है कि सभी खाद्य पदार्थों के उत्पादन, हस्तन, संसाधन, भण्डारण और वितरण में नियमों व कानूनों का पालन हो।
- सरकार द्वारा खाद्य निरीक्षकों की नियुक्ति की जाती है जो प्रयोगशाला में खाद्य पदार्थों की गुणवत्ता को मानकों के साथ जाँचते हैं।

(ii) विश्लेषणात्मक क्षमता

- खाद्यों का विश्लेषण सरकारी मान्यता प्राप्त तथा सुसज्जित प्रयोगशाला में होना आवश्यक है।

- ऐसे प्रशिक्षित कर्मचारियों की आवश्यकता होती है जो प्रयोगशाला प्रबंधन के सिद्धान्तों, भौतिक, रायासनिक तथा सूक्ष्मजैविक विश्लेषण का ज्ञान रखते हों।

20. **खाद्य सुरक्षा प्रबंधन प्रणालियाँ** :– खाद्य और गुणवत्ता को आहार श्रृंखला के हर चरण पर सुनिश्चित करने के लिए निम्न प्रणालियों की आवश्यकता होती है।

(i) उत्तम निर्माण पद्धतियाँ (जी.एम.पी.)

- यह गुणवत्ता आश्वासन का एक भाग है।
- यह संदूषण कम करने व गलत लेबल लगाने से बचने में मदद करता है।
- निर्माताओं द्वारा अनुपालन व निष्पादन करने में मदद करता है।

(ii) उत्तम हस्तन पद्धतियाँ (जी.एच.पी.)

- यह 'खेत से उपभोक्ता' तक खतरों के संभावित स्रोतों की पहचान करता है।
- यह सुनिश्चित करता है कि खाद्य पदार्थों का हस्तन करने वाले सभी व्यक्तियों की स्वास्थ्य संबंधी आदतें अच्छी हैं।

(iii) संकट विश्लेषण क्रांतिक महत्त्वपूर्ण नियंत्रण बिन्दु (एच.ए.सी.सी.पी.)

- कच्ची सामग्री एकत्र करना, निर्माण, वितरण आदि के समय होने वाले संकटों की संभावनाओं का आकलन और संकटों के नियंत्रण के लिए उपाय बताना।

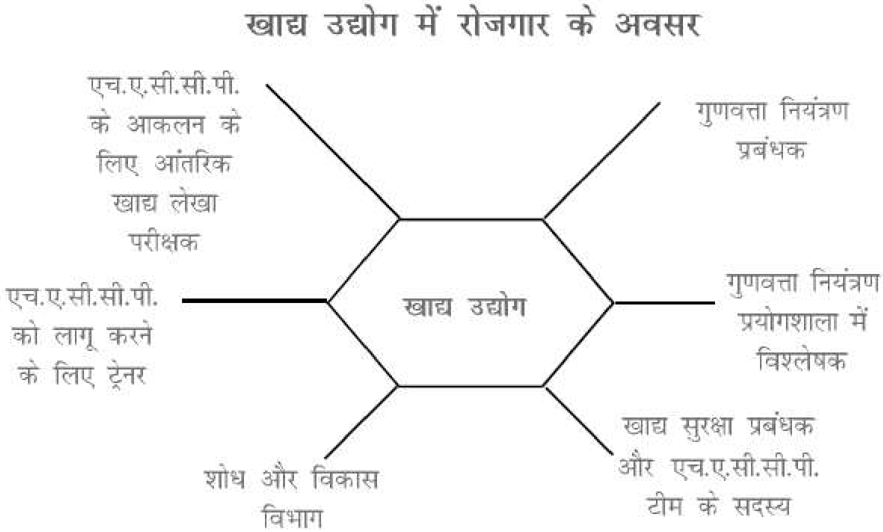
एच.ए.सी.सी.पी. के लाभ

1. खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता को सुनिश्चित करना।
2. यह संसाधन या निर्माण के किसी भी स्तर पर आने वाली समस्या के उत्पन्न होने पर उचित कार्रवाई करके हमें खतरों की पहचान करने में सक्षम बनाती है।
3. यह उपभोक्ता संरक्षण और अंतर्राष्ट्रीय खाद्य व्यापार के लिए महत्त्वपूर्ण है।
4. यह नियमित रूप से उत्तम गुणवत्ता वाले उत्पादों का आश्वासन देता है।
5. यह उत्पादकों संसाधकों, वितरकों और निर्यात करने वालों को संसाधनों का उपयोग प्रभावशाली तरीके से करने के लिए सक्षम बनाती है।

21. **जीविका के लिए आवश्यक ज्ञान और कौशल**

- खाद्य रसायन, खाद्य संसाधन और सरंक्षण, खाद्य विश्लेषण और गुणवत्ता नियंत्रण में पर्याप्त ज्ञान होना आवश्यक है।
- उन्हें खाद्य सूक्ष्म जैविकी, खाद्य कानून और संवेदी मूल्यांकन में निपुण होना चाहिए।

22. **कार्य क्षेत्र :**



22. **जीविकाओं के अवसर :–**

- खाद्य गुणवत्ता व सुरक्षा के क्षेत्र में जीविकाओं के अवसर।
- खाद्य उद्योग की गुणवत्ता नियंत्रण प्रयोगशालाओं में विश्लेषक या प्रबंधक स्तर पर।
- सार्वजनिक और निजी क्षेत्रों में खाद्य परीक्षण प्रयोगशालाओं में खाद्य निरीक्षकों, खाद्य परीक्षण एच. ए.सी.सी.पी. सहित विभिन्न पदों पर कार्य करना।
- एच.ए.सी.सी.पी. में विशेषज्ञ।
- लेखा परीक्षक।
- गुणवत्ता प्रमाणीकरण जैसे– आई.एस.ओ.।
- शिक्षण और शैक्षिक क्षेत्र।

- शोध।
- वैज्ञानिक लेखन।
- स्वैच्छिक संगठनों में विभिन्न पदों पर।
- बड़े खाद्य उद्योग, वायुयानों के रसोईघर।
- स्वरोज़गार और उद्यमिता।

पूरा नाम			
1.	G.H.P.	–	Good Handling Practices
	जी.एच.पी.	–	उत्तम हस्तन पद्धतियाँ
2.	G.M.P.	–	Good manufacturing practices
	जी.एम.पी.	–	उत्तम निर्माण पद्धतियाँ
3.	H.A.C.C.P.	–	Hazard Analysis and Critical Control Point
	एच.ए.सी.सी.पी.	–	संकट विश्लेषण संकटपूर्ण नियंत्रित बिंदु
4.	WTO	–	World Trade Organization
	डब्लल्यू टी.ओ.	–	विश्व व्यापार संगठन
5.	PFA	–	Prevention of Food Adulteration Act
	पी.एफ.ए.	–	खाद्य अपमिश्रण अधिनियम
6.	B.I.S.	–	The Bureau of Indian Standards
	बी.आई.एस.	–	भारतीय मानक ब्यूरो
7.	F.S.S.A.	–	Food Safety and Standards Act.
8.	C.A.C.	–	Codex Alimentarius Commission
	सी.एस.सी.	–	कोडेक्स ऐलिमेन्टेरियस कमीशन
9.	I.S.O.	–	International Organization for Standardization
	आई.एस.ओ.	–	अंतर्राष्ट्रीय मानकीरण संगठन

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. निम्न में से दिखाई देने वाला जैविक संकट कौन–सा है?

(क) जीवाणु (ख) विषाणु

(ग) फफूँदी (घ) कृमि

उत्तर (क) कृमि

2. 'कोडेक्स ऐलिमेन्टैरियस कमीशन' का गठन कब किया गया था?

(क) 1960 (ख) 1965

(ग) 1962 (घ) 1969

उत्तर– (घ) 1969

3. राहुल ने एक सैंडविच खाया जो देखने में अच्छा और मनमोहक महक वाला था । कुछ घंटों के अंदर ही राहुल पेट दर्द, जी मिचलाना और उल्टी आने की शिकायत करने लगा। इसके लिए किसे जिम्मेदार ठहराया जा सकता है–

(सी.बी.एस. ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) खाद्य अपमिश्रण (ख) खाद्य विषाक्तता

(ग) खाद्य संक्रमण (घ) खाद्य संदूषण

उत्तर (ख) खाद्य विषाक्तता

4. भारत निम्न में से किसके माध्यम से कोडेक्स का सदस्य है?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्रालय

(ख) कृषि और सहकारिता विभाग

(ग) स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय

(घ) स्वास्थ्य महानिदेशालय

उत्तर (ग) स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय

5. निम्नलिखित में से कौन सा एच. ए. सी. सी. पी. कार्य नहीं है?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) खाद्य सुरक्षा निश्चित करने के उपागम

(ख) केवल उत्पादों को संसाधनों का कुशलतापूर्वक उपयोग करने में सक्षम बनाना

(ग) नियमित रूप से अच्छी गुणवत्ता वाले उत्पादों का आश्वासन देना

(घ) खाद्य संस्करण या निर्माण के किसी भी स्तर पर खतरों का पता लगाना

उत्तर (ख) केवल उत्पादों को संसाधनों का कुशलतापूर्वक उपयोग करने में सक्षम बनाना

6. निम्नलिखित में से कौन–सी उत्तम निर्माण पद्धति जी.एस.पी. (G.H.P.) की विशेषता नहीं है ? (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) गलत लेबलिंग को कम करना (ख) उपभोक्ता संरक्षण

(ग) संदूषण को दूर करना (घ) उपभोक्ता को गुमराह करना

उत्तर (घ) उपभोक्ता को गुमराह करना

7. सालमोनेला बैक्टीरिया कितने मिनट में अपनी संख्या दुगुनी कर सकता है?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) हर 10 मिनट (ख) हर 20 मिनट

(ग) हर 40 मिनट (घ) हर 5 मिनट

उत्तर (ख) हर 20 मिनट

8. निम्नलिखित में से कौन सा एफ.एस.एस.ए.आई का कार्य नही हैं?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(i) उपभोक्ताओं के स्वास्थ्य की रक्षा के लिए अंतर्राष्ट्रीय मानक स्थापित करना।

(ii) खाद्य सुरक्षा और खाद्य माँग के बारे में सामान्य जागरुकता को बढ़ावा देना।

(iii) विश्व में मानकीकरण संबंधित गतिविधियों के विकास को बढ़ावा देना।

(iv) खाद्य व्यवस्थाओं से जुड़े या उनसे जुड़ने का विचार रखने वाले व्यक्तियों के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रदान करना

सही विकल्प चुनें:

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iv)

(ग) (iii) और (iv) (घ) (i) और (iii)

उत्तर (ख) (ii) और (iv)

(ख) मिलान कीजिए

A.	साल्मोनेला	(i)	खाद्य विषाक्तता
B.	स्टैफलोकोकस आरियस	(ii)	पारसंदूषण
C.	डब्ल्यू.टी.ओ.	(iii)	2006
D.	एफ.एस.एस.ए.	(iv)	1995

सही विकल्प चुनें

(क) A - (ii), B - (i), C - (iv), D - (iii) (ख) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i) (घ) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)

उत्तर (क) A - (ii), B - (i), C - (iv), D - (iii)

अति लघु उत्तरीय प्रश्न (1 अंक)

1. एक प्रभावी खाद्य नियंत्रण तंत्र में कौन–से दो अवयव शामिल होने चाहिए।

उत्तर– (i) खाद्य निरीक्षण

(ii) विश्लेषणात्मक क्षमता

2. नेहा ने रसोईघर में एक तख्ते पर माँस के टुकड़े काटे तथा उसे साफ किए बिना ही उस पर सलाद काटा। ऐसी स्थिति में हुए खाद्य संक्रमण को क्या कहा जाता है?

उत्तर– पारसंदूषण

3. खाद्य संकट को परिभाषित कीजिए।

उत्तर– खाद्य संकट वह सापेक्षिक संभावना है कि जब पदार्थ को किसी प्रस्तावित तरीके और मात्रा में उपयोग न किया जाए तो उसके फलस्वरूप क्षति हो सकती है।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

रोगाणुओं के उत्पन्न होने के लिए जो कारक महत्त्वपूर्ण हैं उनमें सम्मिलत हैं– मानव परपोषी, जंतु परपोषी, मानव एवं स्वयं रोगाणुओं के साथ पारस्परिक क्रियाएँ, पर्यावरण जिसमें भोजन, भोजन का उत्पादन, संसाधन, भोजन पकाना, परोसना आदि क्रियाएँ और भण्डारण होता है। उदाहरण के लिए कुपोषण, आयु और अन्य परिस्थितियों के कारण परपोषी की संवेदनशीलता में परिवर्तन आने से सुभेद्द जनसंख्या में नए रोग लग सकते हैं।

1. खाद्यों से होने वाले विभिन्न खतरों के अंतर्गत निम्न में से कौन–से खाद्य जनित रोगों के प्रमुख कारण हैं?

   (क) जैविक संकट (ख) भौतिक संकट

   (ग) रासायनिक संकट (घ) बिजली संकट

उत्तर– (क) जैविक संकट

2. मनुष्य का निम्न में से किस माध्यम द्वारा नए रोगाणुओं से संपर्क नहीं हो सकता है?

   (क) खाने की आदतों में परिवर्तन (ख) जलवायु

   (ग) खाद्य संसाधन (घ) खाद्य गुणवत्ता

उत्तर– (घ) खाद्य गुणवत्ता

3. नई .... तथा नए भौगोलिक क्षेत्रों में रोगाणु पनप सकते हैं।

   (क) जलवायु (ख) जनसंख्या

   (ग) खाद्य पदार्थ (घ) खाद्य निर्माण

उत्तर (क) जलवायु

4. निम्न में से कौन सा कथन गलत है?

(क) साल्मोनेला छोटी आँत में पाया जाता है।

(ख) समय के अभाव के कारण घर पर भोजन कम बनाया जाता है।

(ग) जो भोजन हम खाते हैं वह पौष्टिक नहीं होना चाहिए।

(घ) पूरे विश्व में खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता के महत्त्व में वृद्धि हुई है।

उत्तर – (ग) जो भोजन हम खाते हैं वह पौष्टिक नहीं होना चाहिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. संसाधित तथा व्यवहारिक खाद्य पदार्थों का उत्पादन किन कारणों से बढ़ता जा रहा है?

उत्तर– (i) प्रौद्योगिकी व संसाधनों में प्रगति।

(ii) प्रति व्यक्ति आय में वृद्धि।

(iii) बेहतर क्रय क्षमता।

(iv) उपभोक्ताओं की बढ़ती माँग।

2. सूक्ष्मजीवी रोगाणु किन दो प्रकार से खाद्य–जनित रोग उत्पन्न करते हैं? उदाहरण सहित लिखिए।

उत्तर– (i) संक्रमण। उदाहरण – साल्मोनेला

(ii) आविषालुता। उदाहरण – स्टैफलोकॉक्स आरियस

3. खाद्य मानक की आवश्यकता क्यों होती है?

उत्तर– (i) खाद्य के उत्पादन, संसाधन तथा भण्डारण में एकीकृत गुणवत्ता लाने के लिए।

(ii) स्वच्छ व पौष्टिक खाद्य की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए।

4. मानकों के कौन से चार स्तर हैं?

उत्तर– (i) कम्पनी मानक (ii) राष्ट्रीय मानक

(iii) क्षेत्रीय मानक (iv) अंतर्राष्ट्रीय मानक

5. कोडेक्स ऐलीमेन्टैरियस क्या है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 18(i)

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. कोडेक्स और आई. एस. ओ. में अन्तर लिखिए।

उत्तर–

कोडेक्स	आई. एस. ओ.
• अंर्तसरकारी संस्था • राष्ट्रीय नियमनों के विकास के लिए उपयोग में लाया जाता है। • परिवर्तन बहुत धीमे होते हैं। • अल्पमत स्वीकृत पद्धतियों का वर्णन करता है।	• गैर सरकारी संघ • स्वैच्छिक • प्रत्येक पाँच वर्षों बाद मानकों का पुनरावलोकन होता है। • वर्तमान मानक औद्योगिक पद्धतियों का वर्णन करता है।

2. खाद्य संकट कितने प्रकार के होते सकते हैं?

उत्तर– खाद्य संकट तीन प्रकार के होते हैं?

(i) **भौतिक संकट**– यह कोई भी भौतिक पदार्थ हो सकता है, जो सामान्यतः खाद्य पदार्थों में नहीं पाया जाता है तथा रोग उत्पन्न कर सकता है। उदाहरण– लकड़ी, पत्थर, कीट, बाल आदि।

(ii) **रसायनिक संकट**– ये कोई रसायनिक या हानिकारक पदार्थ होता है जो खाद्यों में प्राकृतिक रूप से पाए जाते हैं या जाने/अनजाने मिला दिए जाते हैं। उदाहरण– कीटनाशक, परिरक्षक, खाद्य रंग इत्यादि।

(iii) **जैविक संकट**– इसमें विभिन्न जीवधारी शामिल हैं, जिनमें सूक्ष्मजीवी जीव सम्मिलित हैं और ये सूक्ष्मजीवी रोग उत्पन्न करते हैं।

3. खाद्य सुरक्षा, गुणवत्ता और बचाव को बढ़ावा देने, शोध व व्यापार को सरल बनाने के लिए कौन से संस्थान प्रमुख भूमिका निभा रहे हैं?

उत्तर– (i) कोडेक्स ऐलिमेन्टेरियस आयोग (C.A.C.)

(ii) अंतर्राष्ट्रीय मानकीकरण संगठन (I.S.O.)

(iii) विश्व व्यापार संगठन (W.T.O.)

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. ''विभिन्न नियम व कानून बनने के बावजूद जैविक खाद्य–जनित रोग गंभीर चिन्ता का विषय है।'' इस कथन की विवेचना कीजिए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 12 देखिए।

2. खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता एक वैश्विक मुद्दा क्यों है? स्पष्ट रूप से समझाइए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (i) वैश्विक स्तर पर खाद्य जनित रोग, सार्वजनिक स्वास्थ्य संबंधी प्रमुख समस्या है।

(ii) वर्ष 2005 में दस्त जैसे रोगों से 18 लाख लोगों की मृत्यु हुई।

(iii) राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण 2015–16 के अनुसार 5 वर्ष से कम आयु वाले बच्चों में प्रतिवर्ष दस्त के 30 करोड़ से अधिक मामले आये।

(iv) खाद्य जनित रोगों से व्यापार और पर्यटन को भी नुकसान पहुँचता है जिसके कारण धनार्जन में हानि, बेरोजगारी और मुकदमेंबाजी बढ़ती है तथा आर्थिक विकास में रूकावट आती है।

3. एच.ए.सी.सी.पी. के महत्त्व की विवेचना कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–20(iii)

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करने के लिए खाद्य उत्पादकों/संसाधकों को कौन–सी बातों का ध्यान रखना आवश्यक है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–15 देखिए।

2. खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम किस वर्ष में पारित किया गया? तथा इसके मुख्य उद्देश्य क्या हैं?

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 17(II) देखिए।

3. इन शब्दों को समझाइए 1 – (क) खाद्य संकट (ख) खाद्य आविषालुता (ग) संदूषण (घ) खाद्य गुणवत्ता (ड़) अपमिश्रण। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (क) खाद्य संकट – स्मरणीय बिंदु संख्या '8' देखिए।

(ख) खाद्य आविषालुता – स्मरणीय बिंदु संख्या '11' देखिए।

(ग) संदूषण – स्मरणीय बिंदु संख्या '13' देखिए।

(घ) खाद्य गुणवत्ता – स्मरणीय बिंदु संख्या '14' देखिए।

(ङ) अपमिश्रण – स्मरणीय बिंदु संख्या '13' देखिए।

4. राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय खाद्य मानकों की सूची बनाइए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (क) राष्ट्रीय खाद्य मानक– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या – 17 देखिए।

(ख) अंतर्राष्ट्रीय खाद्य मानक–'स्मरणीय बिंदु संख्या' – 18 देखिए।

6. प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा

'स्मरणीय बिंदु'

1. प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा एक ऐसी गतिविधि है जो विभिन्न स्थितियों में बाल्यावस्था को लाभ पहुँचाने के साथ ही इन मूलभूत कामों में माता–पिता और समाज की सहायता करके परिवारों को भी लाभान्वित करती है।

2. प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा को ई. सी. सी. ई. (Early Childhood Care and Education) भी कहा जाता है।

3. प्रारम्भिक बाल्यावस्था जन्म से लेकर आठ वर्ष की आयु तक की अवस्था है, जिसे दो भागों में बाँटा जाता है–

   (i) जन्म से लेकर 3 वर्ष

   (ii) 3 से 8 वर्ष

   यह विभाजन इन दोनों अवस्थाओं में छोटे बच्चों में होने वाले विकासात्मक परिवर्तनों पर आधारित होता है।

4. शैशवावस्था जन्म से लेकर 2 वर्ष की अवस्था है, जिसमें बच्चा अपनी प्रत्येक ज़रूरत के लिए वयस्कों पर निर्भर करता है।

5. टॉडलर दो से तीन वर्ष के बच्चे को कहा जाता है, जिसमें फुदककर चलने की प्रवृत्ति होती है।

6. विद्यालय पूर्व बच्चा वह बच्चा होता है, जो किसी ऐसे परिवेश में रहने के लिए तैयार होता है जो परिवार से बाहर का होता है।

7. माँ की अनुपस्थिति में बच्चे को दी गई देखभाल को वैकल्पिक देखभाल कहा जाता है। बच्चे की वैकल्पिक देखभाल निम्न लोगों द्वारा की जा सकती है:–

   (i) दादा–दादी, नाना–नानी (ii) अन्य रिश्तेदार

(iii) बड़ी बहन / भाई | (iv) आया

(v) शिशु केन्द्र (क्रेच) | (vi) दिवस देखभाल केन्द्र

8. देखभालकर्ता: एक परिवार का सदस्य या वेतन पर रखा गया एक सहायक होता है जो नियमित रूप से एक बच्चे / बीमार व्यक्ति / वृद्ध व्यक्ति / विशेष आवश्यकता वाले व्यक्ति की देखभाल करता है।

9. वैकल्पिक शिशु देखभाल देने के कई कारण हो सकते हैं–

(i) माँ की अकस्मात मृत्यु | (ii) माँ की अस्वस्थता / कोई रोग

(iii) कामकाजी महिला | (iv) एकल परिवार

10. एक बड़ी बहन द्वारा अपने छोटे भाई / बहन की देखभाल करने की कई हानियाँ हो सकती हैं जैसे–

(i) उसे अपनी पढ़ाई छोड़नी पड़ेगी।

(ii) वह छोटी है, बच्चे की उचित देखभाल नहीं कर पाएगी।

(iii) वह खेल में लग सकती है, अतः उसके पास बच्चा छोड़ना सुरक्षित नहीं है।

(iv) अगर कोई आपातकालीन स्थिति आ जाए जैसे– बच्चा बीमार हो जाए या उसे चोट लग जाए, तो वह उसे नहीं सम्भाल पाएगी।

11. शिशु केन्द्र (क्रेच) एक संस्थागत व्यवस्था है जिसे विशेष रूप से शिशुओं और छोटे बच्चों की घर में देखभाल करने वालों की अनुपस्थिति में देखभाल के लिए बनाया गया है।

इसके द्वारा प्रदान की गई सेवाएँ–

(i) भोजन की सुविधा | (ii) आराम की सुविधा

(iii) मनोरंजन की सुविधा | (iv) प्राथमिक चिकित्सा

(v) अनौपचारिक शिक्षा | (vi) साफ़ व सुरक्षित वातावरण

12. दिवस देखभाल केन्द्र (डे केयर सेंटर) दिन में देखभाल करने वाले केन्द्र होते हैं जो बच्चों की विद्यालय पूर्व वर्षों में देखभाल करते हैं। इन केन्द्रों में शिशु एवं विद्यालय पूर्व बच्चों की देखभाल प्रमुख देखभालकर्ता की अनुपस्थिति में की जाती है।

13. आँगनवाड़ी का अर्थ है– आँगन आश्रय। ये ग्रामीण या शहरी शिशु देखभाल केन्द्र होते हैं जो आई.सी.डी.एस. कार्यक्रम के अंतर्गत आते हैं तथा ये विद्यालयपूर्व शिक्षा देते हैं।

14. प्रारम्भिक बाल्यावस्था में सामाजिक विकास–

(i) छोटा बच्चा अपने परिवार (विशेषकर माता–पिता, भाई–बहन) के साथ लगाव विकसित करने लगता है।

(ii) वह परिवार के सदस्यों को पहचानता है। बच्चा उन लोगों के बीच अंतर करना सीखता है जिन्हें वह पहचानता है और जो उसके लिए अपरिचित होते हैं।

(iii) 8 – 12 माह का बच्चा अनजान व्यक्ति के प्रति भय प्रदर्शित करता है।

(iv) 12 माह के बच्चे को अपनी माँ के साथ अत्यधिक लगाव होता है और उनके आसपास न होने पर वह रोने लगता है। धीरे–धीरे वह समझ जाता है कि दूसरे कमरे में जाने पर माँ लुप्त नहीं हो जाएगी।

15. तीन वर्ष के बच्चे की विशेषताएँ–

(i) उसकी गतिविधियाँ और अनुभव बढ़ने लगते हैं।

(ii) बच्चा अनौपचारिक और छोटी सामूहिक गतिविधियों को कर पाता है।

(iii) बच्चे में नई चीज़ों को सीखने की जिज्ञासा होती है।

(iv) वह नई चीज़ें सीखता है और अपने परिवेश का पता लगाता है।

(v) वह अपने आसपास के लोगों और चीज़ों के साथ परस्पर व्यवहार करता है।

16. विद्यालय पूर्व शिक्षा 3 से 6 वर्ष की आयु में औपचारिक शिक्षा शुरू होने से पहले बच्चों को दी गई शिक्षा है। यह शिक्षा एक अच्छे विद्यालय पूर्व केन्द्र द्वारा दी जाती है।

अच्छे विद्यालय पूर्व केन्द्र की विशेषताएँ :

- बाल केन्द्रित उपागम
- खेल–खेल में सिखाना
- बच्चा एक दूसरे के साथ जल्दी सीखता है

- बच्चा एक दूसरे का साथ पसंद करता है
- बच्चा आत्मनिर्भर बन जाता है
- अनौपचारिक शिक्षा और औपचारिक विद्यालय के लिए तैयारी
- कठिन परिस्थितियों वाले बच्चों के लिए लाभकारी, समावेशी शिक्षा की उपलब्धता
- सुरक्षित परिवेश
- साफ़ और स्वच्छ वातावरण
- प्राथमिक चिकित्सा / सुविधाएँ
- प्रेमपूर्ण व प्रशिक्षित शिक्षक / कर्मचारी
- विविध प्रकार की खेल सामग्री / मनोरंजन सुविधाएँ
- सीखने का अनुकूल परिवेश

17. मॉन्टेसरी स्कूल ऐसे विद्यालय हैं जो प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा के उन सिद्धान्तों पर आधारित हैं, जिनकी रूपरेखा विख्यात शिक्षाविद् मारिया मॉन्टेसरी द्वारा बनाई गई है।

विकास मनोवैज्ञानिक 'जीन पियाजे' ने अपना जीवन यह समझने और समझाने के प्रयास में गुज़ार दिया कि छोटे बच्चों के दुनिया को समझने के तरीके भिन्न होते हैं जिसके कारण घटनाओं को अपने तरीके से समझने के लिए अनुकूल परिवेश की आवश्यकता होती है।

18. ई.सी.सी.ई. से संबंधित कुछ संकल्पनाएँ—

    (i) छोटे बच्चों के अपने आसपास की चीज़ों को समझने के अलग–अलग तरीके हैं।

    (ii) बच्चों के सभी संस्थानों को उन बच्चों के परिवार के सांस्कृतिक मान्यताओं के अनुकूल काम करने चाहिए।

19. राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005 के अनुसार प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा (ई.सी.सी.ई.) के मूल उद्देश्य हैं—

(i) बच्चे का समग्र विकास जिससे वह अपनी क्षमता पहचान सके।

(ii) औपचारिक विद्यालय जाने के लिए बच्चे को तैयार किया जा सके।

(iii) बच्चों और महिलाओं के लिए सहायक सेवाएँ प्रदान की जाएँ।

20. राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005 के अनुसार प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा (ई.सी.सी.ई.) के मार्गदर्शी सिद्धान्त हैं–

(i) सीखने का आधार खेल होना चाहिए।

(ii) शिक्षा का आधार कला होनी चाहिए।

(iii) बच्चों की विशिष्ट सोच – विशेषताओं को मान्यता देनी चाहिए।

(iv) विशेषज्ञता की बजाए अनुभव को प्रमुखता देनी चाहिए।

(v) दैनिक नित्यचर्या में अच्छी जानकारी और चुनौतियों का अनुभव होना चाहिए।

(vi) औपचारिक तथा अनौपचारिक दोनों प्रकार की शिक्षा का मेल होना चाहिए।

(vii) पाठविषयक और सांस्कृतिक स्त्रोतों का मेल होना चाहिए।

(viii) स्थानीय सामग्रियों, कला और ज्ञान का उपयोग होना चाहिए।

(ix) विकासात्मक रूप से उपयुक्त तरीके अपनाए जाएँ, जिनमें लचीलापन और अनेकता होनी चाहिए।

(x) स्वास्थ्य, कल्याण और स्वस्थ आदतें सिखानी आवश्यक हैं।

21. छोटे बच्चों के देखभालकर्ता से निम्न अपेक्षाएँ की जाती हैं–

(i) शिक्षक बच्चों को खेल–खेल में सिखाए।

(ii) बच्चों को रोमांचक व दिलचस्प तरीके से पढ़ाया जाए।

(iii) बच्चों को काम करवाने का अवसर प्रदान करने पर ध्यान केन्द्रित करे।

(iv) शिक्षक बच्चों की क्षमताओं के बारे में पूरी जानकारी रखे।

(v) बच्चों के लिए गतिविधियाँ उनके सांस्कृतिक और क्षेत्रीय पर्यावरण के अनुरूप रखे।

(vi) शिक्षक में प्रशासनिक और प्रबंधकीय कौशल होने चाहिए जैसे रिकार्ड रखना, लेखाकरण, रिपोर्ट लिखना, अभिभावकों के साथ सम्पर्क रखना आदि।

(vii) शिक्षक में विविध कला कौशल हों जैसे बच्चों को कहानी सुनाना, नृत्य, संगीत, आवाज़ में परिवर्तन कर पाना, खेल आयोजित करना आदि।

(viii) छोटे बच्चे कम समय तक ही ध्यान केन्द्रित कर पाते हैं, इसलिए शिक्षक की कार्ययोजना में लचीलापन हो जिसे बच्चों की ज़रूरतों के अनुसार बदला जा सके।

मनोवैज्ञानिक और शिक्षाविद् 'व्यागोत्सकी' ने इस बात को अत्यधिक आवश्यक बताया है कि बच्चों को उनका ख्याल रखने वाले, देखभाल करने वाले और जानकार वयस्क की ज़रूरत होती है। जो उनकी क्षमताओं को जानकर/समझकर उन्हें अनुकूल परिवेश प्रदान कर सके।

22. प्रारम्भिक बाल्यावस्था के व्यावसायिकों में आवश्यक कौशल–

(i) बच्चों और उनके विकास में रूचि होना।

(ii) छोटे बच्चों की आवश्यकताओं और क्षमताओं के बारे में जानकारी होना।

(iii) बच्चों से बातचीत करने की क्षमता होना।

(iv) बच्चों के साथ रचनात्मक और रोचक गतिविधियाँ कर पाना।

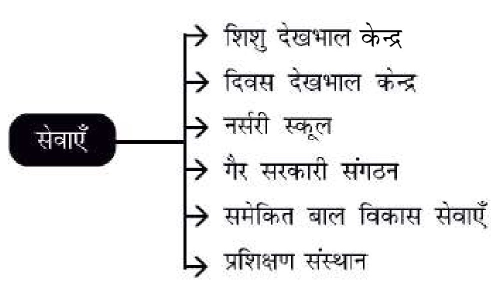
(v) बच्चों के साथ सभी गतिविधियाँ उत्साह से करना जैसे– कहानी सुनाना, कविता सुनाना, प्रकृति संबंधी बातें बताना आदि।

(vi) बच्चों की जिज्ञासु प्रवृति के कारण उनके द्वारा पूछे गए कई प्रश्नों के उत्तर देने की इच्छा एवं रूचि होना।

(vii) छोटे बच्चे एक दूसरे से भिन्न होते हैं, उनकी व्यक्तिगत भिन्नताओं को समझ पाना।

(viii) कई तरह की शारीरिक गतिविधियों के लिए हमेशा तैयार रहना।

23. प्रारंभिक बा लब्ध सेवाएँ–



24. प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा में जीविका के अवसर–

(i) नर्सरी स्कूल में शिक्षक।

(ii) शिशु देखभाल केन्द्र और दिवस देखभाल केन्द्र में देखभालकर्ता।

(iii) बच्चों के लिए विभिन्न कार्यक्रम (जैसे समेकित बाल विकास सेवाएँ) के दल के सदस्य।

(iv) सरकारी या गैर–सरकारी संगठनों द्वारा बच्चों के लिए आयोजित अभियानों अथवा सेवाओं की योजना बनाने और संवर्धन करने के लिए व्यवसायिक।

(v) बच्चों से संबंधित कार्यक्रमों का उद्यमी – जैसे शिविर लगाना, शैक्षिक पिकनिक करवाना, क्रिया क्लब चलाना, अपना विद्यालय पूर्व शिक्षा केन्द्र खोलना।

25. प्रारंभिक बाल्यावस्था क्षेत्र में जीविका के लिए आवश्यक शैक्षिक योग्यताएँ–

(i) नर्सरी अध्यापक प्रशिक्षण (नर्सरी टीचर ट्रेनिंग)।

(ii) प्रारंभिक बाल्यावस्था शिक्षा, बाल / मानव विकास या बाल मनोविज्ञान विषय में स्नातक / डिप्लोमा, फिर स्नातकोत्तर।

(iii) मुक्त विश्वविद्यालय से शैक्षिक पाठ्यक्रम।

(iv) पीएच.डी.।

पूरा नाम			
1.	ECCE	–	Early Childhood Care and Education
	ई.सी.सी.ई.	–	प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा
2.	NCF	–	National Curriculum Framework
	एन.सी.एफ.	–	राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा
3.	ICDS	–	Integrated Child Development Services
	आई.सी.डी.एस.	–	समेकित बाल विकास सेवाएँ
4.	NTT	–	Nursery Teacher Training
	एन.टी.टी.	–	नर्सरी अध्यापक प्रशिक्षण

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. ई.सी.सी.ई. का पूरा नाम है –

   (क) प्राथमिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा

   (ख) प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा

   (ग) प्रारम्भिक बचपन देखभाल और शिक्षा

   (घ) प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा और देखभाल

उत्तर– (ख) प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा

2. किस आयु का बच्चा अनजान व्यक्ति से डर जाता है?

   (क) 4–6 माह (ख) 0–2 माह

   (ग) 6–8 माह (घ) 8– 12 माह

उत्तर– (घ) 8– 12 माह

3. दो से तीन वर्ष का बच्चा .... कहलाता है।

   (क) टॉडलर (ख) शिशु

   (ग) किशोर (घ) विद्यालय जाने वाला बच्चा

उत्तर– (क) टॉडलर

4. मनोवैज्ञानिक ––––––––– के अनुसार बच्चों को उनका ख्याल रखने वाले, देखभाल करने वाले और जानकारी वयस्क की ज़रूरत होती है।

   (क) पियाजे (ख) मारिया मॉन्टेसरी

   (ग) व्यागोत्सकी (घ) प्रांग

उत्तर– (ग) व्यागोत्सकी

5. दूरस्थ क्षेत्रों में विद्यालय पूर्व शिक्षा प्रदान करने के लिए आई. सी. डी. एस. का प्रमुख क्षेत्र कौन–सा है? (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

   (क) आँगनवाड़ी (ख) प्रशिक्षण संस्थान

   (ग) क्रैच (घ) डे केयर सेंटर

उत्तर– (क) आँगनवाड़ी

6. अनीता ने अभी–अभी अपनी स्कूल शिक्षा पूर्ण की है। वह प्रारंभिक बाल्यावस्था में अपनी जीविका बनाना चाहती है। निम्नलिखित में से उपयुक्त पाठ्यक्रम सुझाइए, जो उसे उसके सपने को साकार करने में मदद करेगा।

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) आहारिकी में डिप्लोमा

(ख) ई. सी. सी. ई. में स्नातकोत्तर डिप्लोमा

(ग) ई.सी.सी.ई. में डिप्लोमा

(घ) मानव संसाधन में डिप्लोमा

उत्तर– (ग) ई.सी.सी.ई. में डिप्लोमा

7. शीना शहर के मशहूर प्ले स्कूल में काम करना चाहती है। उसके पास कौन से गुण होने चाहिए? (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(i) बच्चों में रूचि

(ii) बच्चों की स्वास्थ्य स्थिति के बारे में जानकारी

(iii) रचनात्मक गतिविधियों के लिए कौशल

(iv) पाक कला कौशल

सही विकल्प चुनें–

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iv)

(ग) (iii) और (iv) (घ) (i) और (iii)

उत्तर– (घ) (i) और (iii)

8. श्रीमती वर्मा अपने इलाके में एक प्री स्कूल (विद्यालय पूर्व केंद्र) खोलना चाहती हैं। उन्हें ई.सी.सी.ई. के किन मार्गदर्शक सिंद्धातों पर विचार करना चाहिए?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(i) पाठ विषयक और सांस्कृतिक स्त्रोतों का मेल

(ii) स्थानीय सामग्री का उपयोग

(iii) केवल पौष्टिक भोजन पर ध्यान देना

(iv) कठिन कार्य को बढ़ावा देना

सही विकल्प चुनें–

(क) (i) और (ii)	(ख) (ii) और (iv)
(ग) (i) और (iii)	(घ) (ii) और (iii)

उत्तर– (क) (i) और (ii)

(ख) (i) मिलान कीजिए

A.	प्रारंभिक बाल्यावस्था	(i)	जन्म से 2 वर्ष
B.	शिशु	(ii)	3 से 6 वर्ष
C.	टॉडलर	(iii)	जन्म से 8 वर्ष
D.	विद्यालय पूर्व बच्चा	(iv)	2 से 3 वर्ष

सही विकल्प चुनें

(क) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)	(ख) A - (i), B - (iii), C - (iv), D - (ii)
(ग) A - (ii), B - (iv), C - (i), D - (iii)	(घ) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii)

उत्तर– (घ) A - (iii), B - (i), C - (iv), D - (ii)

(ii) मिलान कीजिए

A.	आँगनवाड़ी	(i)	शिशु से 18 वर्ष के लिए स्कूल
B.	दिवस देखभाल केन्द्र	(ii)	बाल केन्द्रित उपागम
C.	विद्यालय पूर्व केन्द्र	(iii)	आँगन आश्रय
D.	मॉन्टेसरी	(iv)	दिन में देखभाल करने वाला केन्द्र

सही विकल्प चुनें

(क) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)	(ख) A - (iii), B - (iv), C - (ii), D - (i)
(ग) A - (iv), B - (ii), C - (i), D - (iii)	(घ) A - (ii), B - (i), C - (iv), D - (iii)

उत्तर– (ख) A - (iii), B - (iv), C - (ii), D - (i)

(ग) अति लघु उत्तरीय प्रश्न

1. प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा से आप क्या समझतें हैं?

(एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– प्रारम्भिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा एक ऐसी गतिविधि है जो विभिन्न स्थितियों में बाल्यावस्था को लाभ पहुँचाने के साथ ही इन मूलभूत कामों में माता–पिता और समाज की सहायता करके परिवारों को भी लाभान्वित करती है।

2. वैकल्पिक देखभाल क्यों आवश्यक होती है, कोई दो कारण दीजिए।

उत्तर–(i) माँ की अकस्मात मृत्यु

(ii) माँ की अस्वस्थता / कोई रोग

3. मीता तीन वर्ष की छोटी लड़की है। उसमें पाए जाने वाली कोई दो विशेषताएँ बताइए।

उत्तर– (i) वह कई अनौपचारिक और छोटी सामूहिक गतिविधियाँ कर पाएगी।

(ii) वह अपने आसपास के वातावरण से कई नई चीज़ें सीख लेगी।

4. सीमा विद्यालय पूर्व केन्द्र में शिक्षिका बनना चाहती है। उसे बताइए कि कौन–सी दो शैक्षिक योग्यताएँ उसके लिए सहायक होंगी?

उत्तर– (i) नर्सरी अध्यापक प्रशिक्षण (नर्सरी टीचर ट्रेनिंग)।

(ii) बाल / मानव विकास या बाल मनोविज्ञान विषय में स्नातक।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

छोटे बच्चों के वयस्क शिक्षक / देखभालकर्ता से कई अपेक्षाएँ की जाती हैं। विद्यालय पूर्व के वर्षों में शिक्षक को सभी बातों का ध्यान रखना चाहिए लेकिन विद्यालय पूर्व बच्चों की शारीरिक देखभाल जैसे – सफ़ाई, खान–पान, शौच आदि की निगरानी करने की कम आवश्यकता होती है, क्योंकि बच्चा बोलने, मल और मूत्र विसर्जन की गतिविधियों पर नियंत्रण और अपने स्वयं खा–पी लेने की क्षमता विकसित कर लेता है। शिक्षक को बच्चों को नई चीज़ों को सीखने, प्राकृतिक घटनाओं का अनुभव करने और अनेक प्रकार के अनुभवों को दिलचस्प और रोमांचक अवसर प्रदान

करने पर अधिक ध्यान देना चाहिए। इस समय उसकी रचनात्मक अभिव्यक्ति और खोज – बीन करने की प्रवृति को बढ़ावा दिया जाता है।

1. प्रारम्भिक बाल्यावस्था को किन दो भागों में बाँटा गया है?

    (क) जन्म से 3 वर्ष, 3 से 6 वर्ष

    (ख) जन्म से 3 वर्ष, 3 से 8 वर्ष

    (ग) जन्म से 2 वर्ष, 2 से 6 वर्ष

    (घ) जन्म से 2 वर्ष, 3 से 8 वर्ष

उत्तर– (ख) जन्म से 3 वर्ष, 3 से 8 वर्ष

2. निम्न में से कौन–सा वैकल्पिक देखभाल का उचित साधन नहीं है?

    (क) दादा–दादी

    (ख) शिशु केन्द्र

    (ग) दिवस देखभाल केन्द्र

    (घ) बड़ी बहन (10 वर्षीय)

उत्तर– (घ) बड़ी बहन (10 वर्षीय)

3. निम्न में से कौन–सा ई.सी.सी.ई. से संबंधित जीविका का अवसर है?

    (क) नर्सरी स्कूल में शिक्षक

    (ख) आहार विशेषज्ञ

    (ग) विश्वविद्यालय में प्रवक्ता

    (घ) होटल प्रबंधक

उत्तर– (क) नर्सरी स्कूल में शिक्षक

4. निम्न में से कौन–सा कथन गलत है–

    (क) अपने छोटे भाई–बहन की देखभाल के लिए बड़ी बहन को अपनी पढ़ाई छोड़नी पड़ेगी।

    (ख) दस वर्षीय बहन अपने छोटे भाई–बहन की उचित देखभाल नहीं कर पाएगी।

(ग) दस वर्षीय बहन के पास छोटा भाई–बहन सुरक्षित है।

(घ) दस वर्षीय बहन आपातकालीन परिस्थिति नहीं सम्भाल पाएगी।

उत्तर– (ग) दस वर्षीय बहन के पास छोटा भाई–बहन सुरक्षित है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. देखभालकर्ता से आप क्या समझते हैं? माँ की अनुपस्थिति में एक वर्षीय सोनू की कौन–दो लोग देखभाल कर सकते हैं?

उत्तर– देखभालकर्ता एक परिवार का सदस्य या वेतन पर रखा गया एक सहायक होता है जो नियमित रूप से एक बच्चे / बीमार व्यक्ति / वृद्ध व्यक्ति / विशेष आवश्यकता वाले व्यक्ति की देखभाल करता है।

सोनू की देखभाल निम्न दो लोग कर सकते हैं–

(i) दादा–दादी

(ii) आया

2. शिशु देखभाल केंद्र क्या होता है और यह केंद्र कौन– सी सेवाएँ प्रदान करता है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– शिशु देखभाल केंद्र एक संस्थागत व्यवस्था को दिया गया नाम है जिसे विशेषरूप से शिशुओं और छोटे बच्चों की घर में देखभाल करने वालों की अनुपस्थिति में देखभाल के लिए बनाया गया है।

अच्छे शिशु केन्द्र की चार सेवाएँ–

(i) भोजन की सुविधा

(ii) आराम की सुविधा

(iii) मनोरंजन की सुविधा

(iv) अनौपचारिक शिक्षा

3. रोहित आठ माह का शिशु है और रोहन बारह माह का है। दोनों के सामाजिक विकास की एक–एक विशेषता बताइए।

उत्तर– **आठ माह** – बच्चा अनजान व्यक्ति के प्रति भय प्रदर्शित करता है।

बारह माह – बच्चे को अपनी माँ के साथ अत्यधिक लगाव होता है और उसके आसपास न होने पर वह रोने लगता है।

4. ई.सी.सी.ई. के मूल उद्देश्य क्या हैं? ये किसके द्वारा दिए गए हैं?

उत्तर– ई.सी.सी.ई. के मूल उद्देश्य राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005 द्वारा दिए गए हैं।

ई.सी.सी.ई. के मूल उद्देश्य–

(i) बच्चे का समग्र विकास जिससे वह अपनी क्षमता पहचान सके।

(ii) औपचारिक विद्यालय जाने के लिए बच्चे को तैयार किया जा सके।

(iii) बच्चों और महिलाओं के लिए सहायक सेवाएँ प्रदान की जाएँ।

5. देखभाल की वे कौन – सी विभिन्न व्यवस्थाएँ हैं जिनकी आवश्यकता छोटे बच्चों को हो सकती है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– छोटे बच्चों को देखभाल निम्न व्यवस्थाओं से प्रदान की जाती है–

(i) माता–पिता

(ii) दादा–दादी / नाना–नानी

(iii) आया

(iv) शिशु केंद्र / क्रेच

(v) दिवस देखभाल केंद्र

6. किन कारणों से छोटे बच्चों को विद्यालय में विशेष अनौपचारिक कार्यक्रम की आवश्यकता होती है ? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– छोटे बच्चों को विद्यालय में विशेष अनौपचारिक कार्यक्रम की आवश्यकता होती है क्योंकि छोटे बच्चों के अपने आसपास की चीज़ों को समझने के अलग–अलग तरीके हैं। बच्चे के परिवार की सांस्कृतिक मान्यताओं के अनुकूल काम करना आवश्यक है।

7. बाल–केंद्रित उपागम से क्या अभिप्राय है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– बाल–केंद्रित उपागम का अर्थ है बच्चे की रूचि, उसकी क्षमता, आयु और प्रवृति के अनुसार उसे शिक्षा प्रदान करना।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. श्रीमती कुसुम अपने तीन वर्षीय बच्चे के लिए अच्छे विद्यालय पूर्व केन्द्र का चुनाव करना चाहती है। आप उसे समझाइए कि अच्छे विद्यालय पूर्व केन्द्र में क्या विशेषताएँ होनी चाहिए?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–16 को देखिए।

2. मिशिका तीन वर्ष की टॉडलर है। इस शब्द से आप क्या समझते हैं? इस आयु के बच्चे की क्या विशेषताएँ होती हैं?

उत्तर– टॉडलर शब्द की व्युत्पत्ति इस उम्र के छोटे बच्चों की फुदककर चलने की प्रवृति से हुई है।

टॉडलर की विशेषताएँः–

(i) इस आयु में बच्चे की गतिविधियाँ और अनुभव बढ़ने लगते हैं।

(ii) बच्चा अनौपचारिक और छोटी सामूहिक गतिविधियों को कर पाता है।

(iii) इस आयु के बच्चे में नई चीज़ों को सीखने की जिज्ञासा होती है।

(iv) बच्चा नई चीज़ें सीखता है और अपने परिवेश का पता लगाता है।

(v) बच्चा अपने आसपास के लोगों और चीज़ों के साथ परस्पर व्यवहार करता है।

3. प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा के क्षेत्र में उपलब्ध सेवाओं की सूची बनाइए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 23 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. शालू प्रारंभिक बाल्यावस्था में व्यवसाय बनाना चाहती है। इसके लिए उसमें कौन से कौशल होने आवश्यक हैं?

अथवा

उन कौशलों को सूचीबद्ध कीजिए जो ई. सी. सी. ई. कार्यकर्ता में होने चाहिए।
(एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–22 देखिए।

2. आपकी बहन प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा में जीविका बनाना चाहती है। उसे बताइए कि इस क्षेत्र में कौन से जीविका के अवसर हो सकते हैं? साथ ही उसे बताइए कि कौन–से दो शैक्षिक योग्यताएँ उसे चाहिए होंगी?

अथवा

हम ई.सी.सी.ई. में जीविका के लिए किस प्रकार तैयारी कर सकते हैं? वर्णन कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– **प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा में जीविका के अवसर**–

(i) नर्सरी स्कूल में शिक्षक।

(ii) शिशु देखभाल केन्द्र और दिवस देखभाल केन्द्र में देखभालकर्ता।

(iii) बच्चों के लिए विभिन्न कार्यक्रम (जैसे समेकित बाल विकास सेवाएँ) के दल के सदस्य।

(iv) सरकारी या गैर–सरकारी संगठनों द्वारा बच्चों के लिए आयोजित अभियानों अथवा सेवाओं की योजना बनाने और संवर्धन करने के लिए व्यावसायिक।

(v) बच्चों से संबंधित कार्यक्रमों का उद्यमी जैसे शिविर लगाना, शैक्षिक पिकनिक करवाना, क्रिया क्लब चलाना, अपना विद्यालय पूर्व शिक्षा केन्द्र खोलना।

शैक्षिक योग्यताएँ–

(i) नर्सरी अध्यापक प्रशिक्षण

(ii) बाल / मानव विकास या बाल मनोविज्ञान विषय में स्नातक / डिप्लोमा फिर स्नातकोत्तर

(iii) मुक्त विश्वविद्यालय से शैक्षिक पाठ्यक्रम

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005 के अनुसार प्रारंभिक देखभाल और शिक्षा के मार्गदर्शी सिद्धान्त लिखिए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–20 देखिए।

2. 'विद्यालय पूर्व बच्चा' कौन होता है? इस बच्चे के देखभालकर्ता से क्या अपेक्षाएँ की जाती हैं?

उत्तर– 'विद्यालय पूर्व बच्चा' वह होता है जो किसी ऐसे परिवेश में रहने के लिए तैयार होता है जो परिवार से बाहर का होता है।

'विद्यालय पूर्व बच्चे' के देखभालकर्ता से निम्न अपेक्षाएँ की जाती हैं–

(i) शिक्षक बच्चों को खेल–खेल में सिखाए।

(ii) वह बच्चों को रोमांचक व दिलचस्प तरीके से पढ़ाए।

(iii) वह बच्चों को काम करवाने का अवसर प्रदान करने पर ध्यान केन्द्रित करे।

(iv) शिक्षक बच्चों की क्षमताओं के बारे में पूरी जानकारी रखे।

(v) बच्चों के लिए गतिविधियाँ उनके सांस्कृतिक और क्षेत्रिय पर्यावरण के अनुरूप रखे।

(vi) शिक्षक में प्रशासनिक और प्रबंधकीय कौशल होने चाहिए जैसे रिकॉर्ड रखना, लेखाकरण, रिपोर्ट लिखना, अभिभावकों के साथ सम्पर्क रखना आदि।

(vii) शिक्षक में विविध कला कौशल हों जैसे बच्चों को कहानी सुनाना, नृत्य, संगीत, आवाज़ में परिवर्तन कर पाना, खेल आयोजित करना आदि।

(viii) छोटे बच्चे कम समय तक ही ध्यान केन्द्रित कर पाते हैं, इसलिए शिक्षक की कार्ययोजना में लचीलापन हो जिसे बच्चों की ज़रूरत के अनुसार बदला जा सके।

3. आपको अपने विद्यालय की नर्सरी कक्षा एक दिन पढ़ाने की परियोजना दी गई। आप सर्वश्रेष्ठ तरीके से इस परियोजना को करने के लिए क्या तरीके अपनाएँगी? इसमें आपके कौन–कौन से कौशल काम आएँगे?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 21, 22 देखिए।

7. बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के लिए सहायक सेवाओं, संस्थानों और कार्यक्रमों का प्रबंधन

'स्मरणीय बिंदु'

1. **बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के लिए सेवाओं, संस्थानों और कार्यक्रमों की आवश्यकता क्यों है?**

    (i) परिवार समाज की मूल इकाई होता है और इसका एक मुख्य कार्य अपने कार्य अपने सदस्यों की आवश्यकताओं का ध्यान रखना है। जैसे बच्चों की औपचारिक शिक्षा की आवश्यकता, युवाओं को नौकरियों के लिए कौशल प्रशिक्षण की आवश्यकता और बुजुर्गों को सहायता और स्वास्थ्य देखभाल की आवश्यकता का ध्यान रखना।

    (ii) प्रत्येक समुदाय विद्यालयों, अस्पतालों, विश्वविद्यालयों, मनोरंजन केन्द्रों, प्रशिक्षण केंद्रों आदि का निर्माण करता है, जो विशिष्ट सेवाएँ अथवा सहायक सेवाएँ प्रदान करते हैं, जिनके द्वारा परिवार के विभिन्न सदस्यों को अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने का अवसर मिलता है।

    (iii) हमारे देश में अनेक परिवार विभिन्न कारणों, विशेष रूप से वित्तीय संसाधनों की कमी के कारण, अपने सदस्यों की मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करने और अथवा समाज की अन्य व्यवस्थाओं द्वारा प्रदान की जाने वाली विभिन्न सेवाओं तक पहुँचने और उनका उपयोग करने में असमर्थ हैं, इस कारण से अनेक बच्चे, युवा और वृद्धजन अपने परिवारों से अलग हो जाते हैं और वे चुनौतीपूर्ण स्थितियों में अपना जीवनयापन करते हैं।

    (iv) बहुत से कमजोर बच्चों और युवाओं को भूख, कुपोषण, शिक्षा या चिकित्सा सुविधाओं तक सीमित पहुँच या हिंसा, भेदभाव और बहिष्कार सहित विभिन्न कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। बुजुर्गों को बीमारी और विकलांगता या उनके परिवार के सदस्यों पर आर्थिक निर्भरता का सामना करना पड़ता है।

2. हमारे देश में सहायक सेवाओं की पहुँच में आने वाली बाधाएँ और उनके कारण–

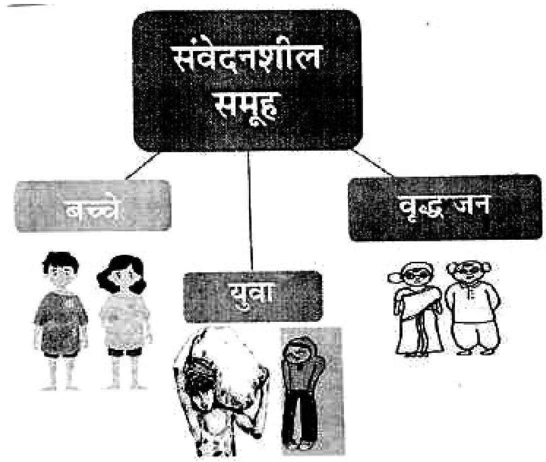
(i) भारत में व्यापक स्तर पर गरीबी है और देश में विश्व के एक तिहाई गरीब हैं। योजना आयोग के अनुसार 2011–12 में 29.5 प्रतिशत जनसंख्या राष्ट्रीय गरीबी रेखा से नीचे जीवनयापन कर रही थी।

(ii) कम प्रशिक्षित दाईयों द्वारा प्रसव का कराया जाना जो अधिक मातृ और शिशु मृत्युदर तथा अस्वस्थता दर का कारण हैं।

(iii) देश के आधे से भी कम परिवार आयोडीनयुक्त नमक खाते हैं। आयोडीन की कमी से बच्चे की मानसिक और शारीरिक वृद्धि को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करती है।

(iv) बालिकाओं और महिलाओं के प्रति भेदभाव की भावना जो पोषण और शैक्षिक नतीजों तथा विशेष रूप से सबसे छोटे आयु वर्ग में लड़कों की तुलना में लड़कियों के घटते अनुपात समेत अनेक प्रतिकूल सूचकों में परिलक्षित होती है।

(v) पाँच वर्ष से कम उम्र के लगभग दो तिहाई बच्चे मध्यम अथवा गंभीर कुपोषण से पीड़ित हैं। कुपोषण सभी क्षेत्रों के विकास को प्रभावित करता है।



3. संवेदनशील समूह

'सवेदनशील' शब्द का अर्थ समाज के उन व्यक्तियों / समूहों से है जिन पर प्रतिकूल परिस्थितियों का अधिक हानिकारक प्रभाव होने की संभावना होती है। बच्चे, युवा और वृद्धजन संवेदनशील समूह है।

4. बच्चे संवेदनशील क्यों होते हैं?

(i) बच्चे संवेदनशील होते हैं, क्योंकि बाल्यावस्था सभी क्षेत्रों में तीव्र विकास की अवधि होती है और एक क्षेत्र का विकास अन्य सभी क्षेत्रों के विकास को प्रभावित करता है।

(ii) बच्चों के सम्पूर्ण विकास के लिए महत्त्वपूर्ण है कि उनकी भोजन आश्रम, स्वास्थ्य देखभाल, प्रेम, पालन और प्रोत्साहन की आवश्यकताओं को समग्र रूप से पूरा किया जाए। प्रतिकूल अनुभवों का बच्चे के विकास पर स्थायी प्रभाव पड़ सकता है।

(iii) सभी बच्चे संवेदनशील होते हैं, लेकिन कुछ बच्चे दूसरों की अपेक्षा अधिक संवेदनशील होते हैं। ये वे बच्चे हैं जो इतनी चुनौती पूर्ण स्थितियों और कठिन परिस्थितियों में जीते हैं कि उनकी भोजन, स्वास्थ्य देखभाल और पालन–पोषण की मूलभूत आवश्यकताएँ पूरी नहीं हो पाती हैं।

(iv) कठिन परिस्थितियों में रहने वाले सभी बच्चों को विशेष देखभाल और संरक्षण की आवश्यकता होती है।

5. हमारे देश में बाल जनसंख्या के बड़े अनुपात की आवश्यकताएँ पूरी नहीं हो पाने के कारण–

(i) पाँच साल से कम आयु के काफी बच्चे कुपोषित होते हैं। कुपोषण उनके विकास को बहुत प्रभावित करता है।

(ii) लगभग 30 लाख बच्चे सड़कों पर बिना किसी आश्रय के रहते हैं।

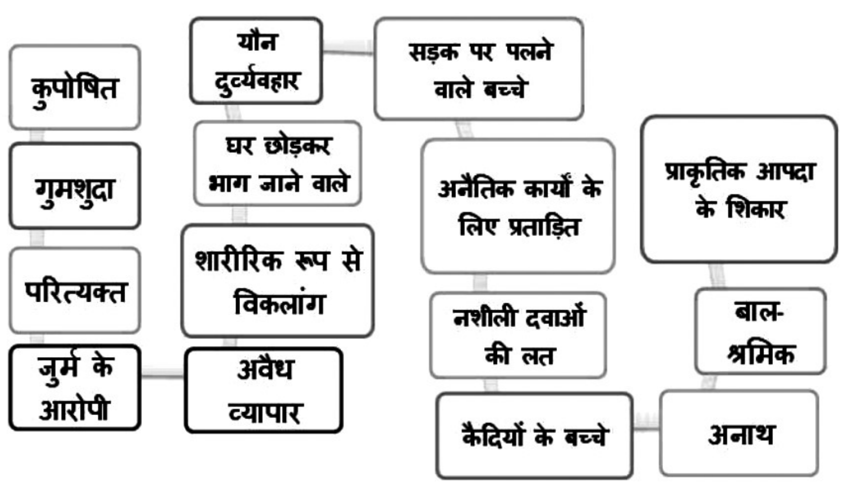
(iii) विद्यालय पूर्व आयु के तीन में से सिर्फ एक बच्चे को आरंभिक शिक्षा में भाग लेने का अवसर मिलता है।

(iv) भारत में 6–14 वर्ष से बीच की आयु के आधे से भी कम बच्चे विद्यालय जाते हैं।

(v) कक्षा 1 में नामांकन कराने वाले बच्चों में से केवल एक तिहाई से कुछ ही ज्यादा बच्चे कक्षा 8 तक पहुँच पाते हैं, अन्य किसी–न–किसी कारण से विद्यालय छोड़ देते हैं।

(vi) भारत में आधिकारिक आकलनों के अनुसार 17 करोड़ बच्चे काम करते हैं। विश्व बैंक के अनुसार इनकी वास्तविक संख्या 44 करोड़ तक हो सकती है।

6. कौन से बच्चे संवेदनशील है–



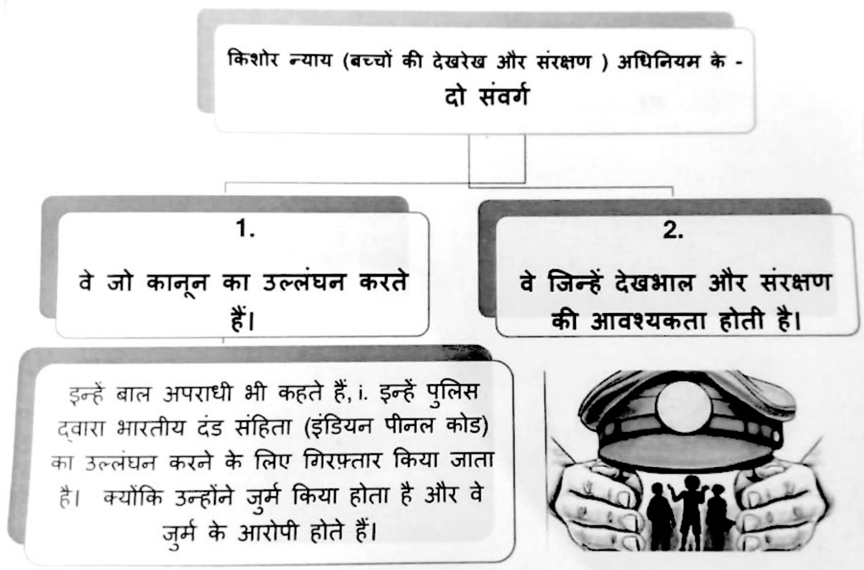
7. किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2000 तथा

किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2015

(i) किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2000 भारत में किशोरों के लिए न्याय का प्राथमिक विधिक ढाँचा है। परन्तु किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2015 ने अब इसका स्थान ले लिया है।

(ii) इस अधिनियम का सरोकार बच्चों के दो संवर्गो से है–

- जो कानून का उल्लंघन करते हैं
- जिन्हे देखभाल और सुरक्षा की जरूरत है।



(iii) इस अधिनियम में बाल– अपराध की रोकथाम और उनके साथ व्यवहार के लिए विशेष **बाल मित्रवत अधिगम** का प्रावधान है और यह बच्चों की विकास संबंधी आवश्यकताओं को पूरा करके उन्हें उचित देखभाल, संरक्षण, उपचार/व्यवहार और पुर्नवास के लिए रूपरेखा प्रदान करता है

(iv) यह अधिनियम बाल–अधिकार समझौते के अनुरूप है और इसके अनुसार देखभाल और संरक्षण की आवश्यकता वाले बच्चे वे हैं–

- जिनका कोई घर निश्चित स्थान अथवा आश्रय नहीं है अथवा जिनके पास निर्वहन का कोई साधन नहीं है। इनमें परित्यक्त बच्चे, सड़के पर पलने वाले बच्चे, घर छोड़कर भाग जाने वाले बच्चे और गुमशुदा बच्चे शामिल हैं।

- जो ऐसे व्यक्ति (अभिभावक अथवा कोई और) के साथ रहते हैं जो बच्चे पर नियंत्रण रखने के लिए अनुपयुक्त होता है अथवा जहाँ बच्चे के साथ दुर्व्यवहार होने अथवा उसके प्रति लापरवाही बरतने की संभावना होती है।
- जो बच्चे मानसिक अथवा शारीरिक रूप से विकलांग, बीमार अथवा किसी लंबी या ठीक न होने वाली बीमारी से पीड़ित हों, विशेष जरूरतों वाले बच्चे और जिनके पास उनकी देखभाल अथवा उसके प्रति लापरवाही बरतने की संभावना होती है।
- जिन्हें यौन दुर्व्यवहार या अनैनिक कार्यों के लिए प्रताड़ित या दंडित किया जाता है।
- जो नशीली दवाओं की लत या उनके अवैध व्यापार के लिए संवेदनशील होते हैं।
- जो सशस्त्र विद्रोह, नागरिक विद्रोह या प्राकृतिक होने की संभावना होती है।
- इनमें परित्यक्त, अनाथ, वेश्याओं के चंगुल से छुड़ाए गए बाल–श्रमिक, गुम गए, भाग गए और कैदियों के बच्चे शामिल हैं।

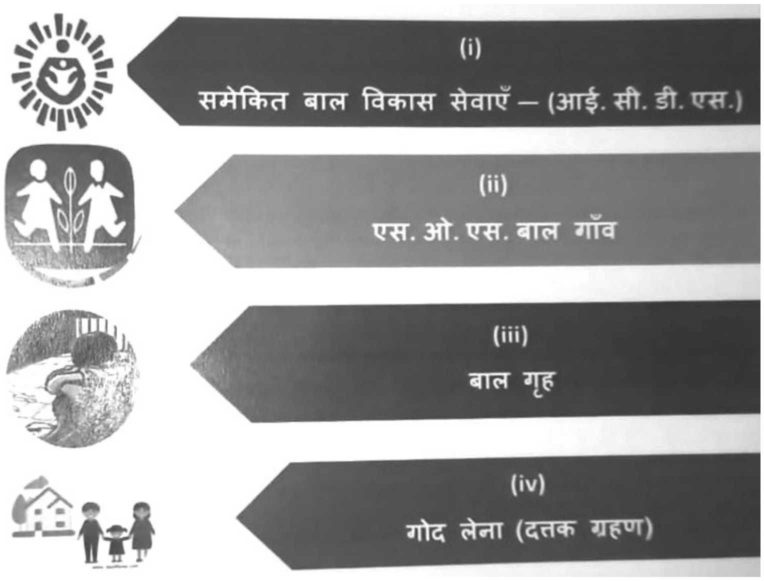
किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2015

यह नया अधिनियम 'जघन्य अपराध' करने वाले 16 से 18 साल के किशोर पर उसी तरह मुकदमा चलाने की अनुमति देता है जैसे किसी बालिग पर चलाया जाता है, जुवेनाइल जस्टिस एक्ट, 2000 के तहत 18 साल से कम आयु के किसी भी किशोर पर इस तरह मुकदमा चलाना संभव नहीं है।

इस अधिनियम में गोद लेने के लिए माता–पिता की योग्यता और गोद लेने की पद्धति को भी शामिल किया गया है।

8. बच्चों के लिए संस्थागत कार्यक्रम और पहल

संवेदनशील बच्चों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए देश में अनेक कार्यक्रम और विभिन्न सेवाएँ सरकार और गैर–सरकारी संगठनों द्वारा प्रदान की जा रही हैं।



(i) **समेकित बाल विकास सेवाएँ – (आई.सी.डी.एस.)**

उद्देश्य–

- समेकित तरीके से छह वर्ष से कम उम्र के बच्चों के स्वास्थ्य, पोषण, आरंभिक अधिगम / शिक्षा की आवश्यकताओं को पूरा करना, जिससे उनके विकास को बढ़ावा दिया जा सके।
- गर्भवती तथा स्तनपान माताओं के लिए पोषण तथा स्वास्थ्य देखरेख सेवाएँ।
- यह विश्व का सबसे बड़ा आरंभिक बाल्यावस्था कार्यक्रम है। वर्तमान में इस कार्यक्रम से 41 करोड़ बच्चे लाभान्वित हो रहे हैं। ये सेवाएँ आँगनवाड़ी नामक देखरेख केंद्र पर समेकित तरीके से दी जाती हैं।

8. **(ii) एस.ओ.एस. बाल गाँव–**

- यह एक स्वतंत्र गैर–सरकारी सामाजिक संगठन है जिसने अनाथ और परित्यक्त बच्चों की दीर्घावधि देखरेख के लिए परिवार अभिगम प्रारंभ किया है।
- एस.ओ.एस. गाँवों का उद्देश्य ऐसे बच्चों को परिवार–आधारित दीर्घावधि की देखरेख प्रदान करना है जो किन्हीं कारणों से अपने जैविक परिवारों के साथ नही रहते हैं।
- प्रत्येक एस. ओ. एस. घर में एक ''माँ'' होती हैं जो 10–15 बच्चों की देखभाल करती हैं। यह इकाई एक परिवार की तरह रहती है और बच्चे एक बार फिर संबंधों और प्रेम का अनुभव करते हैं जिससे उन्हें अपने त्रासद अनुभवों से उबरने में सहायता मिलती है।
- ये एक स्थिर पारिवारिक परिवेश में पलते हैं और एक स्वतंत्र युवा व्यस्क बनने तक उनकी व्यक्ति रूप से सहायता की जाती है।
- एस.ओ.एस. परिवार एक साथ रहते हैं सहायक 'ग्राम' परिवेश बनाते हैं, तथा स्थानीय समुदाय के साथ जुड़े रहते हैं।

भारत में पहला एस.ओ.एस. गाँव 1964 में फरीदाबाद में स्थापित किया गया था। भारत में जब भी कोई विद्रोह अथवा पर्यावरण और प्राकृतिक आपदा, जैसे– भोपाल में 1984 में विषैली गैस के रिसाव की घटना या भीषण चक्रवात तथा विनाशकारी भूकंप और सूनामी के आने पर एस. ओ. एस. बच्चों के गाँवों ने आपातकालीन राहत कार्यक्रमों के द्वारा तत्काल सहायता प्रदान की।

आई.सी.डी.एस.	एस.ओ.एस.बाल गाँव
1. समेकित बाल विकास सेवाएँ 0–6 वर्ष आयु समूह के सभी संवेदनशील बच्चों, और गर्भवती महिलाओं और दुग्धपान कराने वाली महिलाओं के लिए कार्यक्रम है।	1. यह संस्था केवल अनाथ और परिव्यक्त बच्चों के लिए है।
2. यह भारत सरकार द्वारा आरंभ किया गया था।	2. यह एक स्वतंत्र गैर–सरकारी सामाजिक संगठन है।
3. यह परिवार अभिगम का अनुकरण नहीं करता।	3. यह परिवार अभिगम का अनुकरण करता है।

8. (iii) बाल गृह–

- 3– 18 वर्ष के बच्चों के लिए सरकार द्वारा तीन प्रकार के घर स्थापित किए गए हैं, जो विभिन्न कारणों से राज्य की परिधि में हैं।
- सरकार पर इन्हें घर, बोर्डिंग, शिक्षा और व्यावसायिक प्रशिक्षण दिलाने का दायित्व होता है, जिससे वे समाज के उत्पादक/उपयोगी सदस्य बनने में सक्षम हो सकें। इनमें से अधिकांश गृह सरकार द्वारा गैर–सरकारी संगठनों के साथ भागीदारी में चलाए जा रहे हैं।

ये निम्न हैं–

प्रेक्षण गृह	विशेष गृह	किशोर/बालगृह
• जहाँ बच्चे अस्थायी रूप से अपने माता–पिता का पता लगाए जाने और उनकी पारिवारिक पृष्ठभूमि के बारे में जानकारी एकत्रित किए जाने तक रहते हैं।	• जहाँ कानून का उल्लंघन करने वाले किशोरों (18 वर्ष से कम आयु के बच्चे) को हिरासती देख–रेख में रखा जाता है।	• जहाँ उन बच्चों को रखा जाता है जिनके परिवार का पता नहीं चल पाता है अथवा जिनके अभिभावक अस्वस्थ/मृत होते हैं अथवा जो बच्चों को वापस नहीं ले जाना चाहते हैं।

8. (iv) गोद लेना (दत्तक ग्रहण)–

- गोद लेने का मतलब एक ऐसी कानूनी प्रक्रिया है जो किसी को उस बच्चे के माता–पिता बनने की अनुमति देता है, भले ही उनका आपस में रक्त से संबध नहीं हो।
- भारत में बच्चा गोद लेने की परंपरा काफी पुरानी है। अब परिवार के बाहर के बच्चों को गोद लेने की प्रथा को संस्थागत और विधिक बना दिया गया है।
- जहाँ भारत सरकार और राज्य सरकारें नीतियों और कार्यक्रमों द्वारा आवश्यक सहायता और मार्गदर्शन प्रदान करती हैं, वहीं गैर–सरकारी संगठन (एन.जी. ओ) गोद लेने की प्रक्रिया के लिए आवश्यक वितरण प्रणाली प्रदान करते हैं।
- भारत सरकार ने उच्चतम न्यायालय की सलाह के अंतर्गत एक केंद्रीय संस्थान, केंद्रीय दत्तक ग्रहण संसाधन प्राधिकरण (सी.ए.आर.ए.) का गठन किया है जो बच्चों के कल्याण और उनके अधिकारों की रक्षा के लिए गोद लेने के लिए दिशानिर्देश बनाती है।

9. युवा कौन हैं?

(i) नई राष्ट्रीय युवा नीति 2014 के अनुसार, 'युवा' को 15–29 वर्ष की आयु के व्यक्तियों के रूप में परिभाषित किया गया है। 13–19 वर्ष के, जो किशोर भी कहलाते हैं।

(ii) युवा वह अवधि है जब व्यक्ति एक वयस्क की भूमिका निभाने के लिए तैयारी करता है। जिनमें से दो सबसे महत्त्वपूर्ण भूमिका आजीविका कमाना/विवाह करना और उसके बाद पारिवारिक जीवन प्रारंभ करना है।

(iii) हमारी राष्ट्रीय प्रगति प्रमुख रूप से उन तरीकों और साधनों पर निर्भर करती है जिनके द्वारा युवाओं को राष्ट्र की वृद्धि के लिए प्रोत्साहित और पोषित किया जाता है और सामाजिक–आर्थिक विकास में योगदान देने में सक्षम बनाया जाता है।

10. कौन से युवा संवेदनशील हैं?

- ग्रामीण और जनजातीय युवा
- विद्यालय छोड़ चुके युवा
- किशोर विशेष रूप से किशोरियाँ
- अपंगताओं वाले युवा
- अवैध धंधों के शिकार
- सड़कों के आवारा बच्चे
- अनाथ या अन्य विशेष कठिन स्थितियों वाले युवा

11. युवा क्यों संवेदनशील हैं?

(i) युवावस्था अनेक कारणों से संवेदनशील अवधि होती है। इस अवधि में कोई व्यक्ति अपने शरीर में होने वाले अनेक जैविक परिवर्तनों के साथ सामंजस्य बैठाने की कोशिश करता/करती है, जिनका व्यक्ति की सेहत और पहचान के बोध पर असर होता है।

(ii) निरंतर साथियों का दबाव और बेहतर करने का दबाव अन्य कारक है।

(iii) परिवार/परिवेश का किशोरों को सकारात्मक सहायता/सहारा प्रदान नहीं कर पाते परिणामस्वरूप कुछ किशोर शराब या नशीली दवाओं का सेवन करने लगते हैं।

(iv) युवाओं को यौन और जनन स्वास्थ्य संबंधी अनेक जोखिमों का सामना करना पड़ता है और अनेक लोगों को यौन और जनन स्वास्थ्य के सही विकल्पों की उचित जानकारी नहीं होती।

12. युवाओं की क्या आवश्यकताएँ हैं?

13. भारत में युवाओं के लिए कार्यक्रम

युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय के राष्ट्रीय युवा नीति 2003 के बाद वर्ष 2014 में नई राष्ट्रीय युवा नीति लागू की गई।

13. (i) राष्ट्रीय सेवा योजना (एन.एस.एस.)

राष्ट्रीय सेवा योजना
National Service Scheme
युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय
Ministry of Youth Affairs and Sports
भारत सरकार
Government of India

(i) राष्ट्रीय सेवा योजना (एन. एस. एस.) भारत सरकार, युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय की एक केंद्रीय क्षेत्र की योजना है।

(ii) यह भारत के +2 बोर्ड स्तर पर स्कूलों की कक्षा 11वीं और 12वीं के युवा छात्रों और तकनीकी संस्थाओं, कॉलेजों तथा विश्वविद्यालय स्तर के स्नातक एवं स्नातकोत्तर युवा छात्रों को सरकार द्वारा चलाये जा रहे विभिन्न समुदाय सेवा कार्यकलापों और कार्यक्रमों में भाग लेने का अवसर प्रदान करता है।

उद्देश्य – एन. एस. एस. का एकमात्र उद्देश्य युवा छात्रों को समुदाय सेवा प्रदान करने में अनुभव प्रदान करना है। राष्ट्रीय सेवा योजना के विद्यार्थी समाज के आर्थिक व सामाजिक कमजोर वर्ग के लिए विभिन्न राहत और पुनर्वास कार्यक्रमों के क्रियान्वयन के लिए भी स्थानीय अधिकारियों को सहायता प्रदान करते हैं।

13. (ii) राष्ट्रीय सेवा स्वयंसेवक योजना तथा नेहरू युवा केन्द्र संगठन

(i) ग्रामीण युवाओं को राष्ट्र निर्माण की प्रक्रिया में भाग लेने और इसके साथ साथ उनके व्यक्तित्व एवं कौशल विकास के सुअवसर उपलब्ध कराने के उद्देश्य से नेहरू युवा केन्द्रों की स्थापना 1972 की गई थी।

(ii) वर्ष 1987–88 में नेहरू युवा केन्द्र संगठन (एन.वाई.के.एस.) की स्थापना युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय के अंतर्गत स्वायत्तशासी संस्था के रूप में की गई। विश्व में यह अपने प्रकार की जमीनी स्तरीय सबसे बड़ी स्वयंसेवी संस्था है।

(iii) यह स्वैच्छिकता, स्व–सहायता और सामुदायिक प्रतिभागिता के सिद्धातों के आधार पर 13–35 वर्ष के युवाओं की शक्ति को सही दिशा देता है।

नेहरू युवा केन्द्र संगठन (एन.वाई.के.एस.) के अंतर्गत विद्यार्थियों के लिए विभिन्न कार्यकलाप

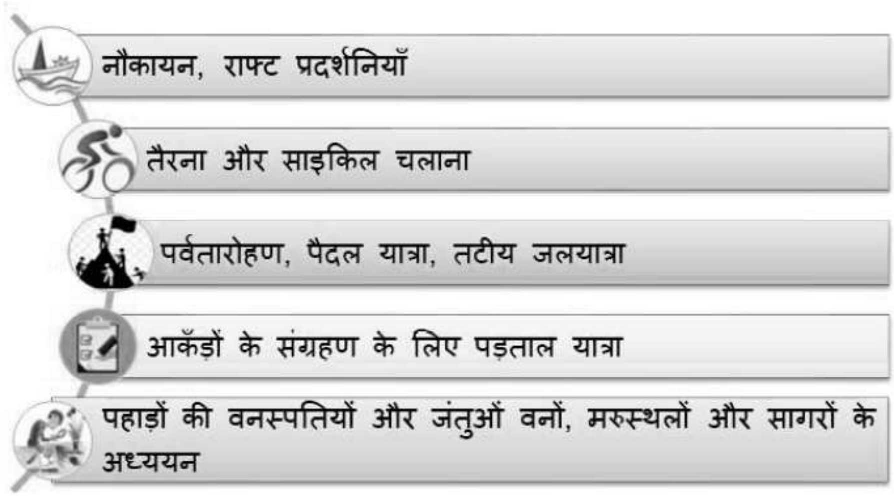
- अच्छी नागरिकता के मूल्यों को विकासित करना
- औपचारिक शिक्षा
- कौशल विकास, व्यावसायिक प्रशिक्षण
- सृजनकारी एवं संगठनात्मक व्यवहार अपनाने में सहायता करना
- युवाओं के लिए खेलों का आयोजन
- सांस्कृतिक और मनोरंजन के कार्यक्रम
- धर्मनिरपेक्ष रूप से सोच और व्यवहार को विकसित करना
- युवा नेतृत्व प्रशिक्षण शिविर, समाज सेवा शिविर
- युवा क्लबों को प्रोत्साहन और स्थापना

(iv) इनके अंतर्गत कार्यकलापों का आयोजन विद्यालय नहीं जाने वाले युवाओं के लिए निम्न उद्देश्य से किया जाता है–

- उन्हें आत्मनिर्भर अर्थात् क्रियात्मक रूप से सक्षम, आर्थिक रूप से उत्पादक और सामाजिक रूप से उपयोगी बनाने के लिए।
- उन्हें साक्षर बनाने और गणितीय कौशल विकसित करने के लिए।
- उनकी कार्य क्षमता को बेहतर बनाने और उन्हें उनके विकास की संभावनाओं के बारे में जानकार बनाने के लिए।

13. (iii) साहसिक कार्यों को प्रोत्साहन

(i) अनेक युवा क्लब और स्वयंसेवी संगठन साहसिक कार्यों के प्रोत्साहन के लिए सरकार द्वारा प्रदान की जाने वाली वित्तीय सहायता का उपयोग करके विभिन्न गतिविधियों का आयोजन करते हैं, जो इस प्रकार हैं–



(ii) इन कार्यकलापों का उद्देश्य युवाओं में साहस, जोखिम लेने, सहयोगात्मक रूप से दल में काम करने, पढ़ने की क्षमता और चुनौती पूर्ण स्थितियों के लिए सहनशीलता विकसित करने के लिए, प्रोत्साहन देना है।

13. (iv) राष्ट्रीय एकता को प्रोत्साहन

(i) सरकार द्वारा अनेक स्वयंसेवी संस्थाओं को वित्तीय सहायता प्रदान की जाती है, जिसमें एक प्रदेश में रहने वाले युवाओं को दूसरे ऐसे प्रदेशों के दौरे पर भेजने का प्रबंध किया जा सके जिनमें काफी सांस्कृतिक भिन्नताएँ हों, जिससे उनमें देश की ऐतिहासिक और सांस्कृतिक धरोहरों, विभिन्न क्षेत्रों और परिवेशों के लोगों द्वारा झेली जाने वाली कठिनाइयों, देश के अन्य भागों के सामाजिक रीति–रिवाजों आदि की अधिक समझ विकसित हो सके।

(ii) राष्ट्रीय एकीकरण को बढ़ावा देने के लिए शिविरों, सेमिनारों/सम्मेलनों आदि का भी आयोजन किया जाता है।

13. (v) स्काउट और गाइड

(i) सरकार स्काउट और गाइड के प्रशिक्षण, रैलियों और जम्बूरियों आदि के आयोजन के लिए वित्तीय सहायता प्रदान करती है।

(ii) **उद्देश्य–**

- लड़के और लड़कियों में निष्ठा, देशभक्ति और दूसरों के प्रति विचारशील होने की भावना को बढ़ावा देकर उनके चरित्र को विकसित करना

- शारीरिक और मानसिक विकास को भी बढ़ावा
- समाज सेवा की भावना विकसित करना

13. (vi) राष्ट्रमंडल युवा कार्यक्रम–

उद्देश्य–युवाओं को अपने देशों की विकास प्रक्रियाओं में भागीदारी करने और राष्ट्रमंडल देशों में सहयोग और समझ को बढ़ाने के लिए मंच प्रदान करना है।

युवा कार्यों में उन्नत अध्ययन के लिए तीन क्षेत्रीय केन्द्रों की स्थापना की गई। एशिया पैसीफिक क्षेत्रीय केंद्र, चंडीगढ़, भारत में स्थापित किया गया था।

14. भारत में वृद्धजनों की जनसंख्या की विशिष्ट विशेषताएँ

(i) अनेक देशों में, वरिष्ठ नागरिक 65 वर्ष या अधिक की आयु वाले व्यक्ति होते हैं। जबकि भारत में 60 वर्ष या अधिक आयु के व्यक्तियों को वरिष्ठ नागरिक माना जाता है।

(ii) भारत में वृद्धजनों की जनसंख्या में लगातार वृद्धि हो रही है,

- जीवन प्रत्याशा जो 1947 में 29 वर्ष थी, 2011 में बढ़कर 67.9 वर्ष हो गई
- भारत वरिष्ठ जनों की जनसंख्या में चीन के बाद दूसरे स्थान पर है।
- इनमें से अधिकांश (80 प्रतिशत) ग्रामीण क्षेत्रों में रहते हैं।
- वृद्ध जनसंख्या में स्त्रियों की संख्या में वृद्धि।
- अति वृद्ध व्यक्तियों (80 वर्ष से अधिक आयु) की संख्या में वृद्धि।
- 30 प्रतिशत वरिष्ठ नागरिक गरीबी रेखा के नीचे जीवनयापन कर रहे हैं।

15. किन कारणों से वृद्धजन संवेदनशील समूह हैं?

(i) खराब स्वास्थ्य – उम्र बढ़ने के साथ अनेक बीमारियाँ और अपंगताएँ जैसे –

- दृष्टि कमजोर होना और मोतियाबिंद के कारण अंधापन
- तंत्रिका विकार के कारण बहरापन
- गठिया के कारण चलने करने में परेशानी और अपनी देखभाल कर पाने में अक्षमता

(ii) अकेलेपन की पीड़ा–पारिवारिक जीवन चक्र में ऐसी अवधि जब बच्चों के विवाह हो जाने से या उनका आजीविका कमाने के लिए परिवार से दूर हो जाने से अकेलापन, पृथक्करण या दूसरों पर बोझ बन जाने की भावना का अनुभव हो

(iii) आर्थिक रूप से अपने बच्चों पर निर्भर होने का तनाव

16. वृद्धजनों की उचित देखभाल न हो पाने का कारण

- पारंपरिक पारिवारिक ढाँचे में बिखराव–शहरी जीवन की कुछ विशेषताएँ (छोटा परिवार, एकल परिवार, बुजुर्गो की देखभाल के लिए समय की कमी, रहने के लिए सीमित स्थान, महँगे रहन–सहन, अधिक कार्य घंटे) निकट और विस्तारित परिवार के अंतर्गत कम सहायता का मिलना।

- पारंपरिक मूल्यों में भी परिवर्तन।

- परिवार के सदस्यों की निजता, अपने लिए समय स्वतंत्रता, भौतिकता और आत्मकेंद्रित होने जैसी प्रवृत्तियाँ भी वृद्धजनों की उचित देखभाल में सक्षम न होने का कारण होती हैं। अतः अनेक वृद्धजन ऐसे समय में अकेले रहते हैं, जब परिवार का सहारा उनके लिए अधिक आवश्यक होता है।

17. वृद्धजनों के लिए कुछ कार्यक्रम

(i) सरकार ने 1999 में वृद्धजनों के लिए राष्ट्रीय नीति को अपनाया।

(ii) बुजुर्गों को मानव संसाधन के रूप में माना जाना चाहिए और उनके व्यापक अनुभव और बाकी क्षमताओं का इष्टतम उपयोग राष्ट्र के विकास के लिए किया जाना चाहिए। सरकार को भी उनके स्वस्थ और अर्थपूर्ण जीवनयापन की क्षमता को सुनिश्चित करना चाहिए।

(iii) राष्ट्रीय पेंशन योजना (एन.ओ.ए.पी.एस)

इस योजना को वर्ष 2007 में इंदिरा गांधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना (इग्नॉप्स) का नाम दिया गया है।

- यह उन बुजुर्गों के लिए है, जो या तो बेसहारा हैं या वे गरीबी रेखा से नीचे के परिवार से संबंधित है।

- पहले वृद्धावस्था पेंशन योजना में भाग लेने के लिए वरिष्ठ नागरिकों की आयु 65 साल थी जिसे वर्ष 2011 में घटाकर 60 वर्ष कर दिया गया है।

- लाभार्थी को 60 वर्ष या उससे अधिक का होना चाहिए और उनके पास अपना आयु–प्रमाण पत्र और निराश्रित होने का प्रमाण होना चाहिए।

(iv) देश में वृद्धजनों के लिए चलाए जा रहे कुछ कार्यक्रम

ग्रामीण और सुदूर तथा पिछड़े इलाकों में रहने वाले वृद्धजनों के लिए मोबाइल चिकित्सा देखभाल इकाइयाँ
अंतरपीढ़ीय संबंधों विशेष रूप से बच्चों/युवाओं और वृद्धजनों के बीच संबंधो के विकास और उन्हें सशक्त करना
परित्यक्त बुजुर्गों के भोजन, आश्रय और स्वास्थ्य देखभाल
बुजुर्गों के लिए बहु-सेवा केंद्र जो उन्हें दिन में देखभाल शिक्षा, मनोरंजन, संगी-साथी और स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करते हैं
विद्यालयों और महाविद्यालयों के बच्चों में संवेदनशीलता जगाने के कार्यक्रम
वृद्धजनों की देखभाल करने वालों के लिए प्रशिक्षण व जागरूकता कार्यक्रम
बुजुर्गों के लिए विश्राम गृह सतत् देखभाल गृह जो गंभीर रूप से बीमार हों
भोजन, देख-रेख और आश्रय प्रदान करने के लिए वृद्धावस्था सदन
वृद्धावस्था के क्षेत्र में अनुसंधान पैरवी और जागरूकता बढ़ाने के लिए
सक्रिय और उत्पादक/अर्थपूर्ण रूप से वृद्धावस्था गुज़ारने को प्रोत्साहन देने के लिए कार्यक्रम
मानसिक स्वास्थ्य देखभाल और बुजुर्गों के लिए विशेषीकृत देखभाल जैसे अपंगता और सुनने में सहायक यंत्र / उपकरण
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना (इग्नॉप्स)
फिजियोथिरेपी क्लीनिक भौतिक चिकित्सा केंद्र
बुजुर्गों के लिए सहायता और परामर्श केंद्र
अल्ज़ाइमर रोग/पागलपन के रोगियों के लिए डे-केयर सेंटर (दैनिक देखभाल केंद्र)

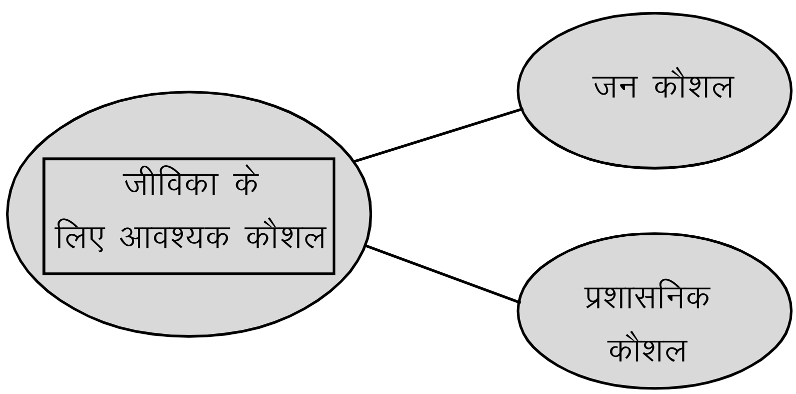
18. जीविका के लिए तैयारी करना

(i) बच्चों युवाओं और वृद्धजनों के लिए संस्थानों और कार्यक्रमों के प्रबंधन में करिअर / रोजगार के लिए एक योजनाकार, प्रबंधक और परीक्षक की क्षमताओं और कौशलों का होना आवश्यक है, जिससे किसी पहले से चल रहे कार्यक्रम / संस्थान में इंचार्ज अथवा प्रबंधक के रूप में काम किया जा सकता है।

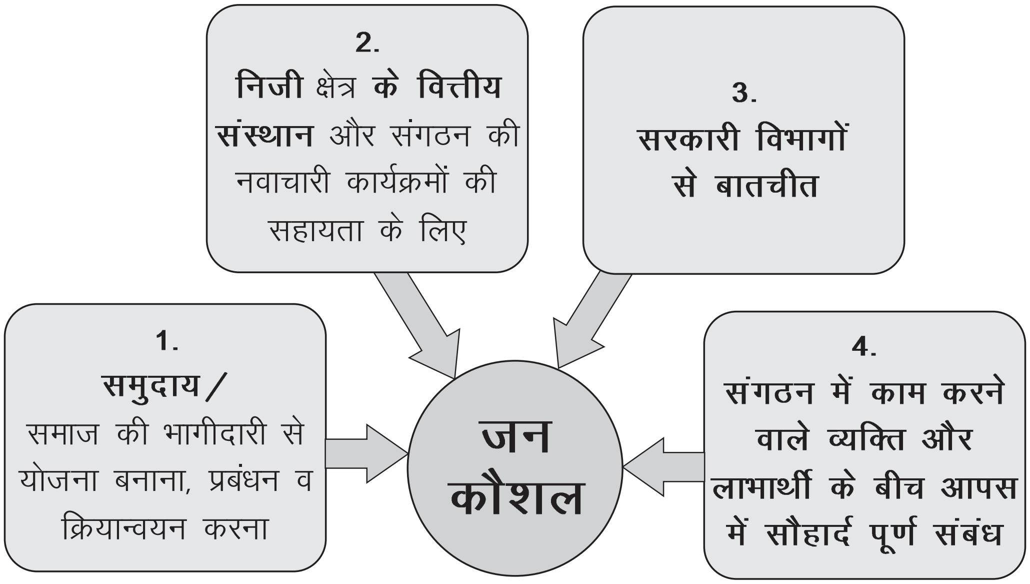
(ii) करिअर / रोजगार विकल्प के रूप में उद्यमी भी हो सकते हैं, युवाओं, बच्चों अथवा वृद्धजनों के लिए किसी संगठन या कार्यक्रम को स्थापित करने की पहल कर सकते हैं। जिसके लिए लक्ष्य समूह की आवश्यकताओं और देखभाल के तरीकों की पूरी जानकारी होनी चाहिए।

(iii) जीविका के लिए व्यापक जानकारी और अनेक कौशलों और क्षमताओं का विकास

19. जीविका के लिए आवश्यक कौशल



(i) जन कौशल– किसी संगठन को चलाने या उसमें काम करने का अर्थ है कि आपको विभिन्न पदों पर काम करने वाले भिन्न पृष्ठभूमियों के लोगों से बातचीत करनी है।



(ii) प्रशासनिक कौशल – किसी संगठन या कार्यक्रम को चलाने या उसका प्रबंधन करने में प्रत्येक मुद्दे की मूलभूत समझ होनी चाहिए।

20. **इस क्षेत्र के रोजगार बाजार में प्रवेश करने के लिए अध्ययन कार्यक्रम / पाठ्यक्रम**

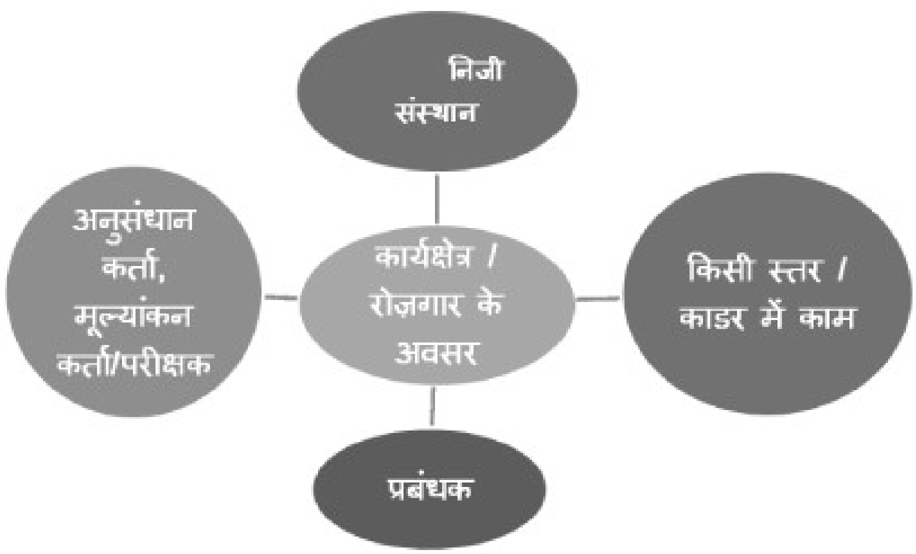
पूर्व स्नातक डिग्री

- गृह विज्ञान (परिवार और समाज समुदाय विज्ञान)
- सामाजिक कार्य में अथवा समाज विज्ञान की किसी अन्य शाखा में

मुक्त और दूर शिक्षा प्रणाली – इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय

- गैर–सरकारी संगठन प्रबंधन में सर्टिफिकेट कार्यक्रम
- युवा विकास कार्य में डिप्लोमा
- (सी.जी.सी.ए.) वृद्धों की देखभाल सहायता में प्रमाण पत्र
- ई.सी.सी.ई. डिप्लोमा / डिग्री

21. **कार्यक्षेत्र / रोजगार के अवसर**



संक्षिप्त अक्षरों का पूर्ण रूप			
1.	JJ Act	–	Juvenile Justice (Care and Protection of Children) Act
	जे.जे.एक्ट	–	किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम
2.	CRC	–	Convention of the Rights of the Child
	सी.आर.सी.	–	बाल अधिकार समझौता
3.	ICDS	–	Integrated Child Development Services
	आई.सी.डी.एस.	–	समेकित बाल विकास सेवाएँ
4.	NGO	–	Non Government Organisation
	एन.जी.ओ.	–	गैर सरकारी संगठन
5.	IPC	–	Indian Penal Code
	आई.पी.सी.	–	भारतीय दंड संहिता (इंडियन पीनल कोड)
6.	CARA	–	Central Adoption Resource Authority
	सी.ए.आर.ए.	–	केंद्रीय दत्तक ग्रहण संसाधन प्राधिकरण
7.	NYP	–	National Youth Policy
	एन.वाई.पी.	–	राष्ट्रीय युवा नीति
8.	NSS	–	National Service Scheme
	एन.एस.एस.	–	राष्ट्रीय सेवा योजना
9.	NYK	–	Nehru Yuvak Kendra
	एन.वाई.के.	–	नेहरू युवक केंद्र
10.	CYP	–	Commonwealth Youth Programme
	सी.वाई.पी.	–	राष्ट्रमंडल युवा कार्यक्रम
11.	NOAPS	–	National Old age Pension Scheme
	एन.ओ.ए.पी.एस.	–	राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना
12.	IGNOAPS	–	Indra Gandhi National Old Age Pension Scheme
	(इग्नाप्स)	–	इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय वृद्धपावस्था पेंशन योजना
13.	IGNOU (इग्नू)	–	Indira Gandhi National Open University
	आई.जी.एन.ओ.यू.	–	इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय
14.	MYAS	–	Ministry of Youth Affairs and Sports
	एम.वाई.ए.एस.	–	युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहु–विकल्पीय प्रश्न

1. वे बच्चे जो गैरकानूनी गतिविधियों में लिप्त होतें हैं और जिन्हें पुलिस द्वारा भारतीय दंड संहिता (इंडियन पीनल कोड) का उल्लंघन करने के लिए गिरफ्तार किया जाता है, उन्हें क्या कहते हैं?

   (क) तस्करी किए गए नाबालिग (ख) बाल अपराधी

   (ग) परित्यक्त बच्चे (घ) युवा विद्रोही

उत्तर– (क) बाल अपराधी

2. केंद्रीय दत्तक ग्रहण संसाधन संस्थान (सी. ए. आर. ए.) का गठन क्यों किया गया?

   (क) आपातकालीन राहत कार्यक्रमों के द्वारा तत्काल सहायता प्रदान करने के लिए

   (ख) किशोरों को सकारात्मक सहायता/सहारा प्रदान करने के लिए

   (ग) बच्चों में कौशल विकसित करने व व्यावसायिक प्रशिक्षण दिलाने के लिए

   (घ) गोद लेने के नियमों को सुगम तथा सशक्त बनाने के लिए

उत्तर– (घ) गोद लेने के नियमों को सुगम तथा सशक्त बनाने के लिए

3. युवा क्लब या स्वयंसेवी संगठन, पहाड़ों की वनस्पतियों, जंतुओ, वनों, मरुस्थलों और सागरों का अध्ययन जैसी गतिविधियों का आयोजन किस कार्यक्रम के अंतर्गत करते हैं?

   (क) साहसिक कार्यों को प्रोत्साहन (ख) राष्ट्रीय एकता को प्रोत्साहन

   (ग) राष्ट्रीय अनुशासन योजना (घ) राष्ट्रमंडल युवा कार्यक्रम

उत्तर– (क) साहसिक कार्यों को प्रोत्साहन

4. इंदिरा गांधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना (आई.जी.एन.ओ.ए.पी.एस.) में लाभार्थियों की न्यूनतम आयु क्या होनी चाहिए?

   (क) 60 वर्ष या अधिक (ख) 62 वर्ष या अधिक

   (ग) 65 वर्ष या अधिक (घ) 68 वर्ष

उत्तर– (क) 60 वर्ष या अधिक

5. भारत में पहला एस.ओ.एस. गाँव किस वर्ष स्थापित किया गया था और लाभार्थी कौन थे ? (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) 1954 और विकलांग बच्चे

(ख) 1964 और परित्यक्त बच्चे

(ग) 1965 और विशेष आवश्यकता वाले बच्चे

(घ) 1963 और किशोर अपराधी

उत्तर– (ख) 1964 और परित्यक्त बच्चे

6. उस एजेंसी का नाम बताइए जिसने बच्चों के कल्याण और अधिकारों की रक्षा के लिए गोद लेने के लिए दिशा–निर्देश निर्धारित किए हैं।

(सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) NARA (ख) CARA

(ग) CAPA (घ) RACA

उत्तर– (ख) CARA

7. उन वर्षों का उल्लेख कीजिए जिनमें 'वृद्ध व्यक्तियों के लिए राष्ट्रीय नीति' तथा 'राष्ट्रीय युवा नीति' को अपनाया गया। (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) वर्ष 1999 और 2003 (ख) वर्ष 1998 और 2003

(ग) वर्ष 1999 और 2004 (घ) वर्ष 1998 और 2004

उत्तर– (क) वर्ष 1999 और 2003

8. श्री रमेश को रेलवे स्टेशन के पास एक चार साल का बच्चा मिला और उसे स्थानीय पुलिस को सौंप दिया। पुलिस के लिए फिलहाल उपयुक्त विकल्प सुझाइए कि बच्चे को कहां भेजा जाए? (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) किशोर घर (ख) विशेष घर

(ग) प्रेक्षण गृह (घ) एस.ओ.एस. गाँव

उत्तर– (ग) प्रेक्षण गृह

9. श्री अनिल 80 वर्ष के हैं, जो वृद्धाश्रम में रह रहे हैं और पिछले सप्ताह हृदय के शल्य चिकित्सा हुई और उन्हें निरंतर नर्सिंग देखभाल की आवश्यकता है। उनके लिए कौन सा कार्यक्रम उपयुक्त है? (सी.बी.एस. सैम्पल पेपर 2022)

(क) मोबाइल केयर यूनिट (ख) विश्राम गृह

(ग) बहु इकाइयाँ (घ) डे केयर

उत्तर– (ख) विश्राम गृह

10. 'राष्ट्रीय सेवा स्वयंसेवी योजना' छात्रों को राष्ट्रीय विकास के कार्यक्रमों में एक या दो साल की छोटी अवधि के लिए पूर्णकालिक आधार पर खुद को शामिल करने का अवसर प्रदान करती है। उनके द्वारा चलाए जा रहे कार्यक्रम इस प्रकार हैं– (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(i) जंबूरियों का आयोजन (ii) व्यावसायिक प्रशिक्षण

(iii) प्रौढ़ शिक्षा (iv) तटीय नौकायन

सही विकल्प चुनें। (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) (i) और (ii) (ख) (iii) और (iv)

(ग) (ii) और (iv) (घ) (i) और (iv)

उत्तर– (घ) (i) और (iv)

11. बुजुर्ग विभिन्न कारणों से कमजोर समूह हैं। कुछ कारण हैं – (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(i) रक्षा तंत्र में कमी (ii) वित्तीय संसाधनों में वृद्धि

(iii) बेहतर शारीरिक भंडार (iv) एकल परिवार प्रणाली

सही विकल्प चुनें। (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iii)

(ग) (i) और (iv) (घ) (ii) और (iv)

उत्तर– (ग) (i) और (iv)

(ख) मिलान कीजिए

A. नया किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम — (i) 1999

B. भारत में पहला एस. ओ. एस. गाँव — (ii) 2014

C. नयी राष्ट्रीय युवा नीति — (iii) 1964

D. वृद्धजनों के लिए राष्ट्रीय नीति — (iv) 2015

सही विकल्प चुनिए

(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)　　(ख) A - (iv), B - (i), C - (iii), D - (ii)

(ग) A - (ii), B - (iv), C - (i), D - (iii)　　(घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

(ग) अति लघु उत्तरीय प्रश्न –

1. राष्ट्रीय एकीकरण को बढ़ावा देने के लिए सरकार द्वारा युवाओं के लिए आयोजित किए जाने वाले कोई दो कार्यक्रम बताइए।

उत्तर– शिविर, भ्रमण कार्यक्रम, सेमिनार/सम्मेलन (कोई अन्य कोई दो)

2. किन्ही दो 'संवेदनशील' समूह के नाम बताइए।

उत्तर– बच्चे, युवा, वृद्धजन (कोई दो)

3. नयी राष्ट्रीय नीति–2014 के अनुसार युवा किस आयु वर्ग को माना गया है?

उत्तर– 15–29 वर्ष

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

हर साल 24 सितंबर को राष्ट्रीय सेवा योजना दिवस मनाया जाता है। इसे पहली बार 24 सितंबर, सन 1969 को मनाया गया था। जब राष्ट्रीय सेवा योजना की स्थापना की गई थी। इस योजना का ध्येय वाक्य है 'मैं नहीं आप' जिसके माध्यम से स्वयंसेवक प्रजातांत्रिक ढंग से निःस्वार्थ सेवा की आवश्यकता का समर्थन करता है। किसी राष्ट्र के निर्माण में युवाओं का बहुत बड़ा योगदान होता है। आज देश में

65 फीसदी जनसंख्या युवा है। इसके लिए आजादी के समय गांधी जी ने युवाओं को राष्ट्रीय सेवा से जोड़ने पर विशेष बल दिया था। आजादी के पश्चात् विश्व विद्यालय अनुदान आयोग ने डॉ. राधाकृष्णन की अध्यक्षता में पहली बार स्वैच्छिक आधार पर शैक्षिक संस्थालयों में राष्ट्रीय सेवा आरंभ करने की सिफारिश की।

1. नई राष्ट्रीय युवा नीति, वर्ष 2014 में किस मंत्रालय द्वारा अपनाई गई।

(क) महिला और बाल विकास (ख) ग्रामीण विकास

(ग) सामाजिक न्याय और अधिकारिता (घ) युवा कार्यक्रम एवं खेल

उत्तर– (घ) युवा कार्यक्रम एवं खेल

2. युवाओं की महत्त्वपूर्ण भूमिका कौन सी है?

(i) आजीविका कमाना (ii) विवाह करना

(iii) सोशल मीडिया पर सक्रिय रहना (iv) फिल्म देखना

सही विकल्प चुनिए–

(क) (iii) और (iv) (ख) (i) और (iii)

(ग) (ii) और (iv) (घ) (i) और (ii)

उत्तर– (घ) (i) और (ii)

3. .... देने के लिए सरकार एक प्रदेश में रहने वाले युवाओं को दूसरे प्रदेशों के दौरे पर भेजने के लिए वित्तीय सहायता प्रदान करती है।

(क) राष्ट्रीय एकता को प्रोत्साहन

(ख) साहसिक कार्यों को प्रोत्साहन

(ग) युवा क्लबों को प्रोत्साहन

(घ) भारतीय रेल तथा अन्य यातायात को प्रोत्साहन

उत्तर– (क) राष्ट्रीय एकता को प्रोत्साहन

4. निम्नलिखित में से कौन सा कथन गलत है–

(क) जब परिवार किशोरों को सकारात्मक सहारा प्रदान नहीं कर पाता है, तो कुछ किशोर शराब या नशीली दवाओं का सेवन करने लगते हैं।

(ख) स्काउट और गाइड के प्रशिक्षण से लड़के और लड़कियों में निष्ठा तथा देशभक्ति की भावना को बढ़ावा नहीं मिल पाता है।

(ग) राष्ट्रीय सेवा योजना के विद्यार्थी तालाबों से खरपतवारों को निकालना, गड्ढे खोदना, सड़कों का निर्माण और मरम्मत आदि राष्ट्रीय विकास कार्यों में शामिल होते हैं।

(घ) सामाजिक रूप से उपयोगी और आर्थिक रूप से उत्पादक होने के लिए युवाओं को उचित शिक्षा और प्रशिक्षण और व्यक्तिगत विकास की आवश्यकता होती है।

उत्तर– (ख) स्काउट और गाइड के प्रशिक्षण से लड़के और लड़कियों में निष्ठा तथा देशभक्ति की भावना को बढ़ावा नहीं मिल पाता है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. 'संवेदनशील' से क्या अभिप्राय है? संक्षेप में समझाइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–3 देखिए।

2. सीमा वृद्धों के लिए एक संगठन में योजनाकार के पद पर काम करती है। उसे कार्य के संबंध में संगठन के अंदर तथा बाहर, भिन्न पृष्ठभूमियों के लोगों से मिलना होता है। बताइए कि वह अपने किस कौशल का प्रयोग करती होगी तथा किन दो समूहों से उसे बातचीत करनी पड़ सकती है।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–19 (i) देखिए।

3. वृद्धजनों के संदर्भ में कुछ सरोकार क्या है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– वृद्धजनों के संदर्भ में कुछ सरोकार–

(i) **स्वास्थ्य** – एक प्रमुख सरोकार होता है। वृद्धजन कम शारीरिक शक्ति और रक्षा क्रियाविधियों के कारण रोगों के लिए अधिक संवेदनशील होते हैं। जैसे दृष्टि कमजोर होना और मोतियाबिंद के कारण अंधापन, तंत्रिका विकार के कारण बहरापन, गठिया के कारण चलने फिरने में परेशानी और अपनी देखभाल कर पाने में अक्षमता आदि हो सकती है।

(ii) **अकेलेपन की पीड़ा** – अपने बच्चों के विवाह हो जाने से अथवा आजीविका कमाने के लिए परिवार से बाहर चले जाने के कारण वे अकेलेपन की पीड़ा झेलते हैं।

(iii) **आर्थिक रूप से अपने बच्चों पर निर्भर** हो जाते हैं, जिसकी वजह से वे तनाव महसूस करते हैं।

(iv) शहरी जीवन में छोटा परिवार, एकल परिवार, बजुर्गों की देखभाल के लिए समय की कमी, रहने के लिए सीमित स्थान, महँगे रहन–सहन के कारण वे दूसरों पर बोझ बन जाने की भावना भी अनुभव करते हैं।

(v) कभी–कभी निजता, परिवार के सदस्यों के अधिक कार्य घंटे, अपने लिए समय की स्वतंत्रता, भौतिकता और आत्मकेंद्रित होने जैसी प्रवृत्तियाँ भी वृद्धजनों की उचित देखभाल में सक्षम न होने का कारण होती हैं।

(कोई अन्य, कोई दो)

4. युवाओं के कौन से समूह अधिक संवेदनशील माने जाते हैं?

उत्तर– स्रमणीय बिंदु संख्या–10 देखिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. बच्चे, युवा और वृद्धजन क्यों संवेदनशील होते हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– निम्न कारणों से बच्चे, युवा और वृद्धजन संवेदनशील होते हैं–

	बच्चे	युवा	वृद्धजन
1.	चुनौतीपूर्ण स्थितियों और कठिन परिस्थितियों में जीना	शरीर में होने वाले अनेक जैविक परिवर्तनों के साथ सामंजस्य न बैठा पाना	कम शारीरिक शक्ति, मानसिक समस्याएँ
2	भोजन, स्वास्थ्य, देखभाल, आवास और पालन-पोषण की मूलभूत आवश्यकताएँ पूरी नहीं हो पाना	साथियों का दबाव, तनाव दूर करने के लिए शराब या नशीली दवाओं का सेवन से नशे की लत	बीमारियों के अतिरिक्त, उम्र बढ़ने के साथ अनेक अपंगताएँ जैसे-दृष्टि कमजोर होना, अपनी देखभाल कर पाने में अक्षमता
3	बच्चे की अन्य आवश्यकताओं जैसे प्रेम, पालन और प्रोत्साहन को समग्र रूप से पूरा न किया जाए या	परिवार/परिवेश से सकारात्मक सहायता/सहारा नही प्राप्त होना	अकेलेपन की पीड़ा, पृथक्करण बच्चों द्वारा अनदेखी या समय कम देना
4	किसी भी प्रकार के प्रतिकूल अनुभवों के कारण उनकी संपूर्ण क्षमताओं का विकास नहीं हो पाता जिससे बच्चे के विकास पर स्थायी प्रभाव पड़ सकता है। (कोई अन्य, प्रत्येक समूह के लिए कोई दो)	यौन और जनन स्वास्थ्य संबंधी अनेक जोखिमों का सामना	दूसरों पर बोझ बन जाने की भावना, आर्थिक रूप से अपने बच्चों पर निर्भर हो जाने का तनाव

2. बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों में से प्रत्येक के लिए दो कार्यक्रमों के बारे में बताइए। (एन.सी.ई.आर.टी.)

या

डेविड न्यूयार्क से एक स्वयंसेवी संस्था में प्रशिक्षण के लिए भारत आया है उसे बच्चों युवाओं और वृद्धजनों में से प्रत्येक के लिए चल रहे दो कार्यक्रमों के बारे में बताइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु देखिए– नं 8 (बच्चों के लिए), नं 13 (युवाओं के लिए) नं 17 (वृद्धजनों के लिए)

3. बच्चों/युवाओं/वृद्धजनों के लिए अपना निजी संस्थान खोलने की योजना बनाने वाले किसी व्यक्ति को आप क्या सलाह देगें? (एन.सी.ई.आर.टी.)

अथवा

नवीन बच्चों/युवाओं/बुजुर्गों के लिए अपना निजी संस्थान खोलने की योजना बना रहा है। इससे संबधित कोई छः महत्त्वपूर्ण बिंदुओं का उल्लेख कर उनका मार्गदर्शन कीजिए।

उत्तर– (i) बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के बारे में जानकारी अर्जित करना और उनके प्रति समझ विकसित करना।

(ii) स्पष्ट और पूर्ण संकल्पना– कि उसका लक्ष्य क्या है और संगठन किस प्रकार लक्षित समूह की आवश्यकताओं को पूरा करने में योगदान देगा।

(iii) लक्षित लाभार्थियों को लाभ क्या मिलेगा।

(iv) प्रदान की जाने वाली सेवा/सेवाओं का संयोजन करना।

(v) संगठन को चलाने के लिए वित्तीय सहायता।

(vi) कार्यक्रम के विभिन्न पहलुओं की देखरेख के लिए विभिन्न कौशलों और जानकारी वाले कर्मचारियों की भर्ती।

(vii) संगठन के पंजीकरण की औपचारिकताओं, आवर्ती मूल्यांकन और फीडबैक / प्रतिक्रिया पर आधारित कार्यकलापों का ज्ञान

(viii) कार्यक्रम के क्रियान्वयन का कौशल

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. किशोर न्याय (बच्चों की देखरेख और संरक्षण) अधिनियम, 2015 का सरोकार बच्चों के किन दो संवर्गों से है? इस अधिनियम के अनुसार देखभाल और संरक्षण की आवश्यकता वाले बच्चे कौन से हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–7 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. कुसुम को सामाजिक कार्य विषय में एक परियोजना भारत में वृद्ध पर व्याख्यान देने सुदूर क्षेत्र में जाना है। आप देश में वृद्धजनों के लिए चल रहे कोई दस कार्यक्रमों की सूची बनाकर कुसुम की मदद कीजिए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–17 देखिए।

2. बच्चों/युवाओं/वृद्धजनों के संस्थानों और कार्यक्रमों के प्रबंधन में करिअर बनाने के लिए आपको किन कौशलों और जानकारी की आवश्यता होगी उसके बारे में बताइए। (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर–'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 19 और 20 देखिए।

8. वस्त्र एवं परिधान के लिए डिज़ाइन

'स्मरणीय बिंदु'

1. डिज़ाइन उत्पादों की कल्पना करने, योजना बनाने और कार्यान्वित करने की मानवीय सामर्थ्य है, जो मानव जाति को किसी वैयक्तिक अथवा सामूहिक उद्देश्य के निष्पादन में सहायता करती है।

   डिज़ाइन विश्लेषण– चाही गई वस्तु की रचना के लिए डिज़ाइन एक योजना के अनुसार व्यवस्थित होता है जिससे सौंदर्यबोधक संतोष प्राप्त होता है।

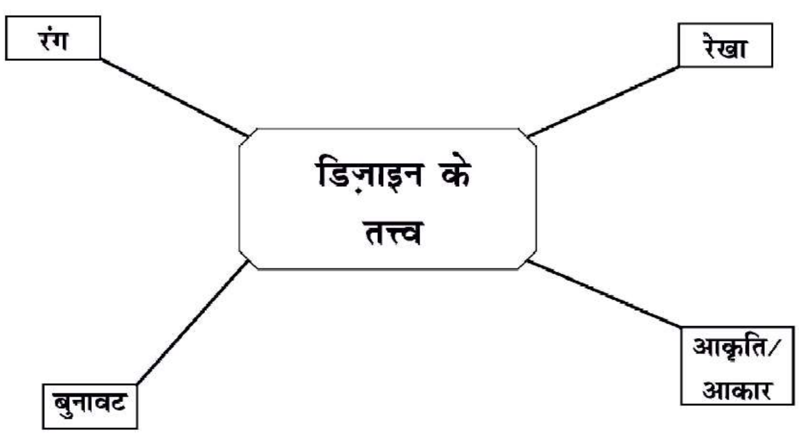
2. **डिज़ाइन दो प्रकार के होते हैं– संरचनात्मक, अनुप्रयुक्त।**

   (i) संरचनात्मक डिज़ाइन कपड़े की मूल कटाई पर निर्भर करता है। कपड़े को विभिन्न रूप से काटकर और सिलकर पोशाक में संरचनात्मक डिज़ाइन लाया जाता है। जैसे ए–लाइन फ्रॉक।

   (ii) अनुप्रयुक्त डिज़ाइन कपड़े पर ऊपरी सजावट से बनाया जाता है। इनसे पोशाक संवर जाती है और आकर्षक दिखती है। जैसे कपड़ों पर कसीदाकारी, फैन्सी बटन, लेस, रंगाई, छपाई और विलक्षण सुई–धागे का काम।

3. **डिज़ाइन के दो मुख्य कारक–तत्त्व और सिद्धान्त।**

4.



5. **वस्त्रों में रंग का चुनाव निम्न बातों पर निर्भर करता है–**

(i) व्यक्ति की पसंद
(ii) मौसम
(iii) समारोह / अवसर
(iv) लोगों की भावनाएँ
(v) संस्कृति / परम्परा
(vi) जलवायु
(vii) फैशन

6. रंग को प्रकाश के किसी वस्तु के पृष्ठ से टकराकर परावर्तन होने के रूप में परिभाषित किया जा सकता है। यह दृश्य प्रकाश किरणों के परावर्तन के परिणामस्वरूप होने वाली अनुभूति है। जब हम कोई रंग देखते हैं, तब प्रकाश की किरणें दृष्टिपटल से टकराती है। आँखों की तंत्रिकाओं की कोशिकाएँ उत्तेजित होती हैं और मस्तिष्क को संदेश भेजती हैं। इसी कारण हम रंग देख पाते हैं। जब प्रकाश की सभी किरण परावर्तित होती हैं, तो वस्तु सफ़ेद दिखाई देती है, परन्तु जब कोई भी किरण परावर्तित नहीं होती तब वस्तु काली दिखाई देती है।

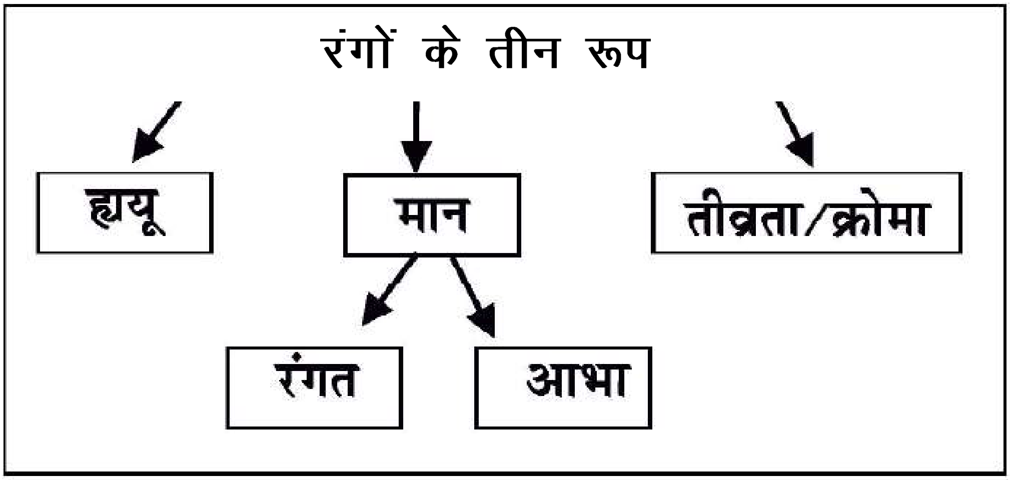
7. प्रकाश एक प्रकार की विकिरण ऊर्जा है। यह विद्युत चुम्बकीय विकिरण वर्णक्रम (स्पेक्ट्रम) का एक अंग है। सूर्य का प्रकाश विकिरणी ऊर्जा है जो प्रकाश तरंगों के रूप में पृथ्वी पर पहुँचता है।

8. जब प्रकाश वर्षा की बूँदों पर पड़ता है, तो प्रकीर्णन के पश्चात् सात रंगों में विभाजित हो जाता है। रंगों के इस समूह को वर्णक्रम (स्पेक्ट्रम) कहते हैं। वर्णक्रम को संक्षिप्त रूप में VIBGYOR कहते हैं, ये सात रंग हैं– बैंगनी, इंडिगो, नीला, हरा, पीला, नारंगी तथा लाल। सूर्य के प्रकाश में इन सात रंगों के अतिरिक्त पराबैंगनी और अवरक्त किरणें भी होती हैं।

9. शान्त प्रभाव वाले रंग–वे रंग होते हैं जो कम तरंग देर्ध्यों वाली प्रकाश किरणों का समूह होता है जैसे हरा, नीला, बैंगनी।

उत्तेजित प्रभाव वाले रंग– वे रंग होते हैं जो अधिक तरंग दैर्घ्यों वाली प्रकाश किरणों का समूह होता है जैसे लाल, नारंगी, पीला।

10. **मुंसेल रंग चक्र के अनुसार रंगों के तीन रूप–**

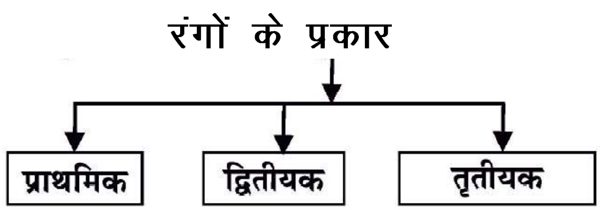


हयू – हयू रंग का सामान्य नाम होता है। जैसे– लाल, नीला, पीला।

मान – मान रंग का हल्कापन या गहरापन बताता है। किसी रंग में सफ़ेद रंग मिलाकर उसे हल्का किया जा सकता है, इसे आभा कहते हैं। किसी रंग में काला रंग मिलाकर उसे गाढ़ा किया जा सकता है, इसे रंगत कहते हैं। जैसे गुलाबी और मेहरून लाल रंग के दो मान हैं।

तीव्रता या क्रोमा – यह रंग की मंदता या चमक बताता है। जैसे गुलाब का लाल रंग और रक्त का लाल रंग विभिन्न तीव्रता के होते हैं।

11. **मुंसेल रंग चक्र के अनुसार रंगों के तीन प्रकार–**



प्राथमिक– ये मूल रंग होते हैं जो किसी अन्य रंग को मिलाने से नहीं बनाए जा सकते हैं जैसे लाल, पीला, नीला।

द्वितीयक – जब दो प्राथमिक रंगों को समान मात्रा में मिलाया जाता है, तो द्वितीयक रंग बनते हैं। जैसे–

नीला + पीला = हरा

नीला + लाल = बैंगनी

लाल + पीला = नारंगी

तृतीयक – जब दो रंगों (एक प्राथमिक और एक द्वितीयक) को समान मात्रा में मिलाया जाता है, तो तृतीयक रंग बनते हैं। जैसे–

लाल + नारंगी = लाल नारंगी

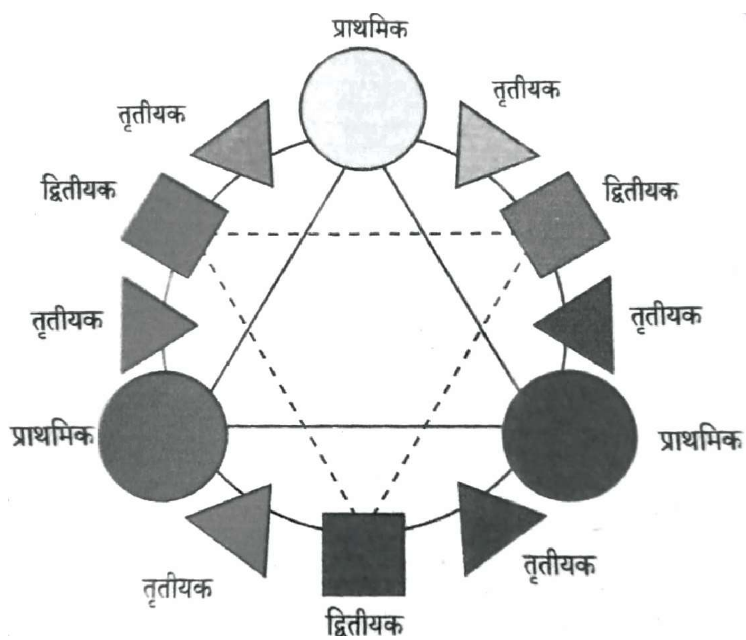
लाल + बैंगनी = लाल बैंगनी

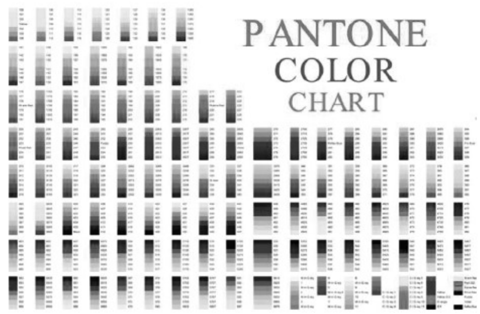
पीला + हरा = पीला हरा

पीला + नारंगी = पीला नारंगी

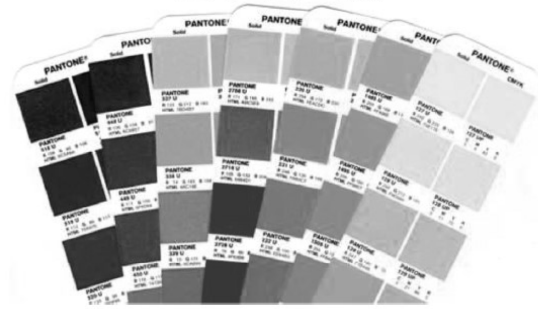
नीला + हरा = नीला हरा

नीला + बैंगनी = नीला बैंगनी





पेंटोन शेड कार्ड



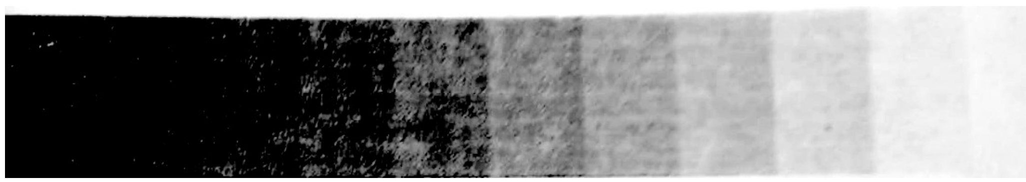
पेंटोन रंग चार्ट

12. mnklhu jax@vo.kZ – ये बिना रंग के रंग कहलाते हैं जैसे सफ़ेद, काला, धूसर, रजत, धात्विक।

13. **ग्रे (धूसर) पैमाना** – ग्रे पैमाना किसी भी रंग के तुल्य मान का अनुमान लगाने में सहायता करता है। इसमें ।। ग्रेड (0 से 10) होते हैं। काले रंग का मान 0 और सफ़ेद रंग का 10 होता है। मध्य मान 5 धूसर के लिए होता है। धूसर पैमाना किसी भी रंग (हयू) की आभा और रंगत दर्शाता है।

ग्रे (धूसर) पैमाना

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
काला					धूसर					सफ़ेद
	रं	ग	त		ह्यू		आ	भा		



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

14. **रंग को पहचानना** – रंग को पहचानने के कई तरीके हैं।

(i) रंगों के विभिन्न मान और तीव्रताओं के हिसाब से जैसे लाल रंग कई प्रकार का हो सकता है, ईंट–सा लाल, रक्त–सा लाल, टमाटर सा लाल, रूबी–सा लाल, गाजर–सा लाल।

(ii) रंगों के प्राकृतिक स्त्रोतों के हिसाब से जैसे फल, फूल, पेड़, खाद्य पदार्थ, पशु, पक्षी, पत्थर, धातु, खनिज।

(iii) पेंटोन शेड कार्ड–पैंटोन शेड कार्ड रंगों, आभाओं और रंगतों को विभिन्न तीव्रताओं के साथ प्रदर्शित करता है। प्रत्येक को एक कोड संख्या दी गई है, जिसे अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर स्वीकार किया जाता है। इसमें फैशन के बारे में पूर्व–जानकारी (फोरकास्ट) देने और विदेशों में उत्पादों का आर्डर देने में सहायता मिलती है।

15. **वस्त्र में रंग विभिन्न स्तर पर किए जा सकते हैं–**

(i) **रेशे के स्तर पर** – कई बार रेशों को रंगा जा सकता है। यह तब किया जाता है जब रेशे आसानी से रंगे नहीं जा सकते या डिज़ाइन में ऐसे धागों की आवश्यकता हो जिसमें बहुरंगीय रेशे हों। रेशे के स्तर पर रंगाई कम की जाती है क्योंकि यह महँगी प्रक्रिया है।

(ii) **धागे के स्तर पर** – कई बार धागों को रंगा जाता है जिससे बहुविध डिज़ाइन की रचना करने में मदद मिलती है जैसे– बुनी हुई धारीदार पट्टियाँ, चौकदार

कपड़ा, पट्टू, ज़री और जैकार्ड। जब धागों की बँधाई और रंगाई की जाती है, तो सुंदर इकत पैटर्न तैयार होता है।

(iii) **वस्त्र के स्तर पर** – इसमें तैयार वस्त्रों को एक रंग में या बँधाई और रंगाई या बाटिक प्रक्रिया द्वारा रंगा जाता है। यह सबसे अधिक प्रचलित विधि है।

(iv) वस्त्र के स्तर पर भी रंगाई, चित्रकारी, छपाई, कसीदाकारी, पैच अथवा गोटा–पट्टी द्वारा की जा सकती है।

16. **रंग योजना / रंग सुमेल** – विभिन्न रंगों को एक सुनियोजित ढंग से प्रयोग करना रंग योजना अथवा रंग सुमेल कहलाता है।

रंग योजनाओं रंग सुमेल के प्रकार

सम्बन्धित

- एक वर्णी सुमेल
- अवर्णी सुमेल
- विशिष्टतापूर्ण उदासीन
- अनुरूप सुमेल

विषम

- पूरक सुमेल
- दोहरा पूरक सुमेल
- विभाजित पूरक सुमेल
- अनुरूप पूरक सुमेल
- त्रणात्मक सुमेल

सम्बन्धित रंग योजनाएँ / सुमेल

जो रंग योजनाएँ रंग चक्र के नज़दीक वाले रंगों का प्रयोग करके बनती हैं, सम्बन्धित रंग योजनाएँ कहलाती हैं। इनमें कम से कम एक रंग सामान्य होता है। ये चार प्रकार की होती हैं–

(i) **एक वर्णी सुमेल** – यह रंग योजना एक रंग पर आधारित होती है। इसमें एक रंग, विभिन्न मान एवं तीव्रता के रूप में प्रयोग होता है। जैसे लाल, गुलाबी, मेहरून।

(ii) **अवर्णी सुमेल** – इस रंग योजना में केवल उदासीन रंगों का प्रयोग किया जाता है जैसे– सफ़ेद, काला।

(iii) **विशिष्टतापूर्ण उदासीन सुमेल** – इस रंग योजना में एक उदासीन रंग व एक अन्य रंग का प्रयोग किया जाता है जैसे सफ़ेद और लाल, काला और पीला आदि।

(iv) **अनुरुप सुमेल** – इस रंग योजना में वर्णचक्र के समीप के दो या तीन रंगों का प्रयोग किया जाता है। जैसे– पीला, पीला हरा और हरा।

विषम रंग योजनाएँ/सुमेल–

जो रंग योजनाएँ रंग चक्र के दूर वाले रंगों का प्रयोग करके बनती है, विषम रंग योजनाएँ कहलाती हैं। ये पाँच प्रकार की होती हैं–

(i) **पूरक सुमेल** – इस रंग योजना में दो रंगों का उपयोग होता है जो वर्णचक्र में एक दूसरे के ठीक सामने होते हैं। जैसे लाल और हरा, नीला और नारंगी।

(ii) **दोहरा पूरक सुमेल** – इस रंग योजना में दो पूरक युगल होते हैं जो सामान्यतः वर्णचक्र में एक दूसरे के पड़ोसी होते हैं। जैसे लाल, हरा, बैंगनी, पीला।

(iii) **विभाजित पूरक सुमेल** – इस रंग योजना में एक रंग और उसके पूरक रंग के दाँए–बाएँ वाले रंगों का प्रयोग करके रंग योजना बनाई जाती है। जैसे लाल, नीला हरा, पीला हरा।

(iv) **अनुरूप पूरक सुमेल** – यह रंग योजना अनुरूप और पूरक योजनाओं का संयोजन होती है, इसमें – पड़ोसी रंगों के समूह में प्रधानता के लिए पूरक का चयन किया जाता है। जैसे– लाल, लाल बैंगनी, बैंगनी एवं पीला, पीला हरा, हरा।

(v) **त्रणात्मक सुमेल** – इस रंग योजना में तीन रंगों का संयोजन होता है जो रंग चक्र पर समान भुजाओं वाला त्रिकोण बनाते हैं। जैसे – लाल, नीला, पीला।

17. **बुनावट (टेक्सचर) दिखने और छूने की एक संवेदी अनुभूति है जो वस्त्र की स्पर्शी तथा दृष्य गुणवत्ता को बताती है।**

बुनावट को निम्न तरीके से समझाया जा सकता है–

(i) **वह कैसा दिखाई देता है**– चमकीला, मंद, अपारदर्शक, पारदर्शक, पारभासी, घना, चिकना।

(ii) **उसकी प्रकृति कैसी है**– ढीला, लटका हुआ, कड़ा, बाहर को निकला हुआ, चिपकने वाला, लहराता हुआ।

(iii) **छूने पर कैसा लगता है**– नरम, कड़क, रूखा, समतल, उबड़ खाबड़ सतह वाला, खुरदरा, दानेदार।

18. **वस्त्र की बुनावट का निर्धारण करने वाले कारक–**

(i) **रेशा** – रेशे के प्रकार (प्राकृतिक या मानव निर्मित), उसकी लम्बाई, उत्कृष्टता और इसके पृष्ठीय गुण।

(ii) **धागे का संसाधन और धागे का प्रकार** – संसाधन की विधि, संसाधन के समय समावेशित घुमाव, धागे की उत्कृष्टता और धागे का प्रकार।

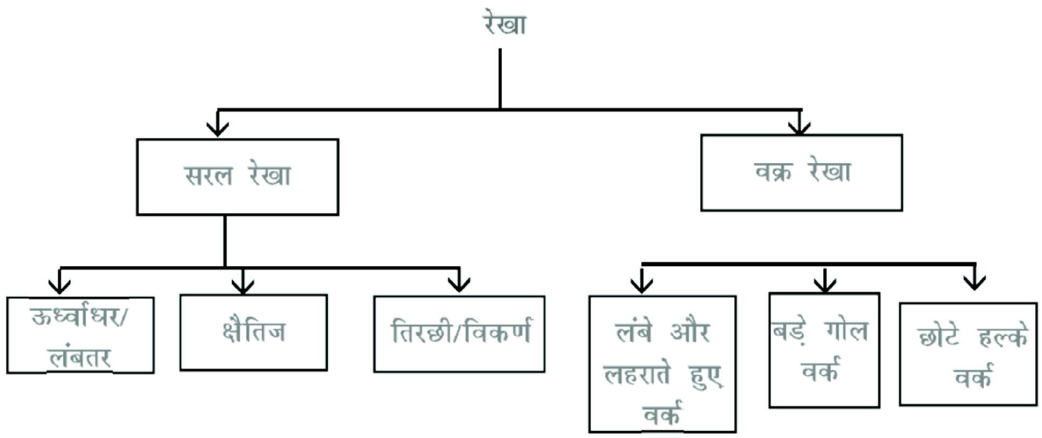
(iii) **वस्त्र निर्माण तकनीक** – बुनावट (बुनने का प्रकार और उसकी सघनता), बुनाई, नमदा बनाना, गुँथना, लेस या जाली बनाना।

(iv) **वस्त्र सज्जा** – कड़ा करना (माँड लगाना, आकार, मापन, गोंद लगाना), इस्तरी करना, कैलेंडरिंग, टेंटरिंग, नैपिंग, परिष्करण करना।

(v) **पृष्ठीय सजावट** – गुच्छे से सजाना, मखमली मुद्रण, कसीदाकारी और सिलाई डिज़ाइन के प्रभाव।

19. **रेखा वह चिह्न है जो दो बिंदुओं को जोड़ती है। उसमें एक प्रारम्भ और एक अंत होता है। यह किसी वस्तु, आकृति या आकार की रूपरेखा की भाँति हो सकती है। रेखा, डिज़ाइन के तत्त्व के रूप में वस्तुओं की आकृति प्रदर्शित करती है, गति प्रदान करती है और दिशा निर्धारित करती है।**

20. रेखा के प्रकार



सरल रेखा

सरल रेखा एक दृढ़ अखण्डित रेखा होती है, जो अपनी दिशा के अनुसार विभिन्न प्रभावों का सृजन करती है। यह मनोवृत्ति का प्रदर्शन भी करती है। ये बल, सामर्थ्य तथा दृढ़ता देती हैं। सरल रेखाएँ तीन प्रकार की होती हैं–

(i) **ऊर्ध्वाधर / लम्बतर रेखाएँ** – ये रेखाएँ ऊपर और नीचे गति पर बल देती हैं। ये लम्बाई का आभास देती हैं और तीव्र, सम्मानजनक व सुरक्षित प्रभाव देती हैं।

(ii) **क्षैतिज रेखाएँ** – ये रेखाएँ एक ओर से दूसरी ओर गति पर बल देती हैं। ये चौड़ाई का आभास देती हैं और स्थायी व सौम्य प्रभाव देती हैं।

(iii) **तिरछी / विकर्ण रेखाएँ** – ये रेखाएँ कोण की कोटि और दिशा पर निर्भर करते हुए चौड़ाई और ऊँचाई को बढ़ाती या घटाती हैं। ये एक सक्रिय, आश्चर्यजनक अथवा नाटकीय प्रभाव देती हैं।

सरल रेखाएँ

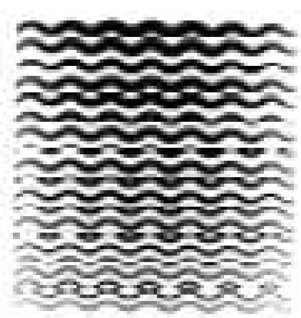
तिरछी / विकर्ण रेखाएँ

उर्ध्वाधर / लंबतर रेखाएँ

क्षैतिज रेखाएँ

वक्र रेखाएँ

लम्बे और लहराते वक्र



छोटे हल्के वक्र

बड़े गोल वक्र

वक्र रेखा

वक्र रेखा किसी भी कोटि की गोलाई वाली रेखा होती है। यह एक सरल चाप या जटिल हाथ से खींचा गया वक्र हो सकता है। गोलाई की कोटि वक्र का निर्धारण करती है। अल्प कोटि की गोलाई सीमित वक्र कहलाती है और अधिक कोटि की गोलाई वृत्तीय वक्र कहलाती है। कुछ वस्तुएँ इन वक्रों से सम्बन्धित हैं और इनके नाम हैं– परवलय, कुण्डली, विसर्पण, केशपिन, चाबुक की रस्सी, सर्पाकार आठ की

आकृति आदि। वक्र रेखाएँ मृदु और शालीन दिखाई देती हैं। वक्र रेखाएँ तीन प्रकार की होती हैं–

(i) **लम्बी और लहराती हुई वक्र रेखाएँ** – ये बहुत ही मनोहर और लयबद्ध दिखाई देती है।

(ii) **बड़े गोल वक्र** – ये एक नाटकीय स्पर्श प्रदान करती हैं और अमाप को बढ़ा–चढ़ाकर प्रस्तुत करती हैं।

(iii) **छोटे हल्के वक्र** – ये युवा एवं प्रफुल्ल होते हैं।

21. आकृतियाँ या आकार रेखाओं को जोड़कर बनाए जाते हैं। ये द्विविमीय हो सकते हैं जैसे वस्त्र पर कोई चित्रकारी। ये त्रिविमीय हो सकते हैं (जिसे तीन या अधिक दिशाओं से देखा जा सके) जैसे मानव शरीर पर कोई पोशाक। उपयोग की गई रेखाओं के गुण आकृति के गुण निर्धारित करते हैं।

22. **आकृतियों के चार मूलभूत समूह** –

(i) **प्राकृतिक आकृतियाँ** – ये प्रकृति या मानव निर्मित वस्तुओं की सामान्य आकृतियों जैसी होती हैं।

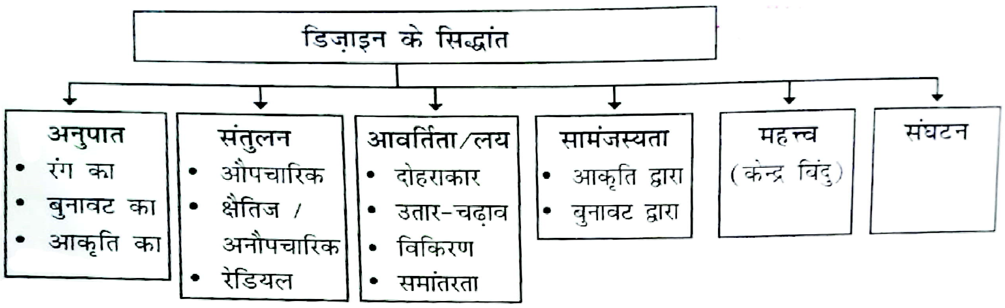
(ii) **फैशनेबल शैली की आकृतियाँ** – ये सरलीकृत या संशोधित प्राकृतिक आकृतियाँ होती हैं। इनका कुछ भाग विकृत या बढ़ा–चढ़ाकर बनाया होता है।

(iii) **ज्यामितीय आकृतियाँ** – ये गणितीय रूप से बनाई जाती हैं, जिन्हें पैमाना, कम्पास या अन्य मापक उपकरणों का उपयोग कर बनाया जाता है।

(iv) **अमूर्त आकृतियाँ** – ये मुक्त रूप होती हैं। ये किसी विशिष्ट वस्तु जैसी दिखाई नहीं देती। अपने वैयक्तिक सम्बन्धों के कारण ये विभिन्न लोगों के लिए विभिन्न वस्तुएँ हो सकती हैं।

23. पैटर्न / प्रतिरूप तब बनता है जब विभिन्न आकृतियाँ एक साथ समूहित की जाती हैं। ये आकृतियाँ एक प्रकार की या विभिन्न प्रकार की भी हो सकती हैं। इन आकृतियों का समूहन भी प्राकृतिक, रूढशैली का, ज्यामितीय अथवा अमूर्त हो सकता है।

24. डिज़ाइन के सिद्धान्त वे नियम होते हैं जो संचालन करते हैं कि किस प्रकार श्रेष्ठतम तरीके से डिज़ाइन के तत्त्वों को परस्पर मिलाया जाए।



1. **अनुपात** – अनुपात का अर्थ है वस्तु के एक भाग का दूसरे भाग से सम्बन्ध। यह सम्बन्ध अमाप, रंग आकृति और बुनावट में हो सकता है। अनुपात सामान्यतः स्वर्णिम माध्य पर आधारित होता है। एक स्कर्ट और टॉप का स्वर्णिम माध्य 3:5:8 और पैंट कमीज का 5:8:13 होता है।

पोशाक में अनुपात लाने के विभिन्न तरीके हैं–

(i) **रंग का अनुपात** – स्वर्णिम माध्य का उपयोग करते हुए, रंग का अनुपात उत्पन्न करने क लिए कमीज और पैंट के विभिन्न रंग पहने जा सकते हैं।

(ii) **बुनावट का अनुपात** – यह तब प्राप्त होता है जब पोशाक बनाने वाली सामग्री की विभिन्न बुनावटें पोशाक पहनने वाले व्यक्ति का साइज़ बढ़ा या घटा देती हैं। जैसे एक पतले व्यक्ति पर भारी बुनावट वाली पोशाक अच्छी नहीं लगती।

(iii) **आकृति तथा रूप में अनुपात** – एक पोशाक में कलाकृतियों अथवा छपाई का साइज़ पहनने वाले के साइज़ के अनुपात में होते हैं। छोटे बच्ची की पोशाक पर छोटे प्रिंट, बड़े व्यक्ति की पोशाक पर बड़े प्रिंट उचित लगते हैं। गर्भावस्था में स्त्री की कुर्ती ऊँची कमर की होनी चाहिए। असमान क्षैतिज विभाजन व्यक्ति को दिखने में पतला बना देते हैं।

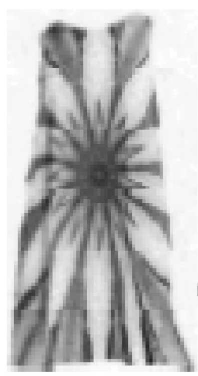
डिज़ाइन के सिद्धान्त

अनुपात (स्वर्णिम माध्य)

औपचारिक संतुलन

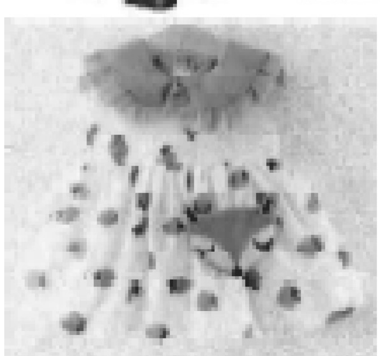
क्षैतिज / अनौपचारिक संतुलन

रेडियल संतुलन



सामंजस्यता

महत्त्व



आकृति द्वारा

बुनावट द्वारा

आवर्तिता / लय

दोहराना

विकिरण

उतार चढ़ाव

निरंतरता

2. **संतुलन** – संतुलन का अर्थ है केन्द्र बिन्दु से भार का एक समान वितरण करना। अगर किसी पोशाक में बीच में ऊर्ध्वाधर रेखा खींची जाए, तो उसमें संतुलन होना आवश्यक होता है। डिज़ाइन के सभी तत्त्वों जैसे रेखा, रंग, बुनावट का संतुलन बनाते समय ध्यान रखा जाता है।

संतुलन तीन प्रकार से लाया जा सकता है–

(i) **औपचारिक संतुलन** – एक मानव शरीर सममित होता है, अर्थात् केन्द्रीय ऊर्ध्वाधर रेखा के दोनों ओर शरीर समान होता है। अगर किसी पोशाक में बीच में केन्द्रीय ऊर्ध्वाधर रेखा बनाई जाए, तो उसका दायाँ और बायाँ हिस्सा समान हो तब उस पोशाक में औपचारिक संतुलन होता है। जैसे एक कमीज के दोनों ओर समान कॉलर, कफ़, बाजू आदि होना। यह कम खर्चीला होता है।

औपचारिक संतुलन स्थायित्व, गरिमा देता है परन्तु इसमें नीरस होने की प्रकृति होती है।

(ii) **अनौपचारिक / क्षैतिज संतुलन** – अगर किसी पोशाक में बीच में केन्द्रीय ऊर्ध्वाधर रेखा बनाई जाए और उसका दायाँ और बायाँ हिस्सा एक समान न हो, तो उसे क्षैतिज/अनौपचारिक संतुलन कहते हैं। जैसे अंगरक्खा कुर्ता । यह खर्चीला हो सकता है परन्तु इसमें नीरसता नहीं आती।

(iii) **रेडियल संतुलन** – इस प्रकार के संतुलन में डिज़ाइन पोशाक के एक केन्द्र बिन्दु से दूसरी तरफ फैलता है। यह बनाना आसान नहीं है परन्तु पोशाक में नयापन देने के लिए किया जाता है।

3. **महत्त्व** – यह पोशाक का केन्द्र बिन्दु होता है जहाँ देखने वाले की नज़र सबसे पहले पड़ती है। महत्त्व का स्थान देखने वाले को आकर्षित करता है और पोशाक में रूचि पैदा करता है। महत्त्व को रंग, डिज़ाइन, रेखाओं और उपसाधनों जैसे आकर्षक बटन, कसीदाकारी आदि द्वारा सृजित किया जा सकता है। जैसे पोशाक के गले पर सुन्दर पैच या कसीदाकारी करवाना, प्लेन गाउन पर सुन्दर आकर्षक बैल्ट पहनना। शारीरिक आकृति वाली समस्याओं वाले लोग अपनी आकृति संबंधी समस्याओं को महत्त्व दे सकते हैं अथवा छुपा भी सकते हैं। जैसे– पतली कमर वाली महिला अपनी पतली कमर को महत्त्व देने के लिए एक चमकदार और विषम रंग वाली बैल्ट पहन सकती है, जबकि बड़े नितम्बों वाली महिला नितम्ब बैल्ट पहनकर अथवा नितम्ब भाग पर अन्य डिज़ाइन विवरणों के साथ, अधिक उजागर कर सकती है।

4. **आवर्तिता / लय** – आवर्तिता का अर्थ है डिज़ाइन अथवा विवरण की रेखाओं, रंगों अथवा अन्य तत्त्वों को दोहराकर पैटर्न का सृजन करना, जिसके माध्यम से पदार्थ या पोशाक आँख को अच्छी लगे। जब किसी पोशाक को एक कोने से दूसरे कोने तक देखा जाए, तो लय बीच में टूटनी नहीं चाहिए। आवर्तिता रेखाओं, आकृतियों, रंगों तथा बुनावटों का उपयोग कर इस प्रकार सृजित की जा सकती है कि यह दृश्य–एकता दर्शाती है।

आवर्तिता निम्नलिखित प्रकार से सृजित की जा सकती है–

(i) **दोहराकर** – पोशाक में कसीदाकारी, लेस, बटन, पाइपिंग आदि को गले, बाजू, किनारों पर दोहराकर उसमें आवर्तिता लाई जा सकती है।

(ii) **उतार चढ़ाव** – पोशाक में कलाकृतियाँ, रेखाएँ, बटन, रंग, बुनावट को क्रमिक वृद्धि अथवा कमी करके आवर्तिता प्राप्त की जा सकती है। जैसे– कमीज़ में कसीदाकारी/पैच को छोटे से बड़े क्रम में लगाना, साड़ी का रंग हल्के से गहरे रंग की ओर बढ़ना या गहरे से हल्के रंग की ओर घटना।

(iii) **विकिरण** – इसमें आँखें एक केन्द्र बिन्दु से एक व्यवस्थित तरीके से गतिमान होती हैं। जैसे कमर की चुन्नटें, योक या कफ़ पर छोटी प्लीट जो सूर्य की किरणों के समान फैलती हैं।

(iv) **समांतरता** – यह तब सृजित होती है जब तत्त्व एक दूसरे के समान्तर होते हैं। जैसे योक में चुन्नटें अथवा स्कर्ट में धारीदार चुन्नटें। रंग की धारियाँ भी किसी पोशाक में आवर्तिता का प्रभाव उत्पन्न करती हैं।

5. **सामंजस्यता** – सामंजस्यता अथवा एकता पोशाक में तब उत्पन्न होती है जब पोशाक के डिज़ाइन के सभी तत्त्व एक रोचक सामंजस्यपूर्ण प्रभाव के साथ एक–दूसरे के साथ आते हैं।

सामंजस्यता लाने के दो तरीके हैं–

(i) **आकृति द्वारा सामंजस्यता** – यह तब उत्पन्न होती है जब पोशाक के सभी भाग एक जैसी आकृति दर्शाते हैं। जैसे एक बच्ची की फ्रॉक में कॉलर, कफ़, जेबें और किनारे सभी गोलाकर के होना।

(ii) **बुनावट द्वारा सामंजस्यता** – जब पोशाक कई भागों में हो जैसे सलवार, कुर्ता, दुपट्टा तो पोशाक के लिए सही बुनावट का उपयोग करके बुनावट में सामंजस्य सृजित किया जा सकता है। सूती सलवार कमीज़ के साथ सूती दुपट्टा अच्छा सामंजस्य स्थापित करता है।

6. **संघटन** – का अर्थ है कलाकृति या संकल्पना जो उचित तरीकों से तत्त्वों को लगातार या डिज़ाइन के सिद्धातों का आयोजन करके एक स्थान पर तैयार किया जाता है। संघटन की रचना करने के लिए रचनाकार दो या तीन डिज़ाइन के सिद्धातों का चयन कर सकता है जो कलाकृति की आवश्यकता के लिए सबसे उचित लगे और अच्छी दृश्य अपील दे। दूसरे शब्दों में, यह डिज़ाइन के तत्त्वों को एक दिए गए स्थान में दो आयामी या तीन आयामी तरीके से लगाना है।

25. वस्त्र एवं परिधान के लिए डिज़ाइन के क्षेत्र में जीविका के लिए निम्न ज्ञान होना आवश्यक है–

(i) रेशे के गुण, लाभ और सीमाएँ तथा संसाधन का ज्ञान।

(ii) विभिन्न रेशों और वस्त्रों की रँगाई के गुणों का ज्ञान।

(iii) डिज़ाइन के सिद्धान्तों का ज्ञान।

26. सारे संस्थान वस्त्र एवं परिधान क्षेत्र में दीर्घ व लघु अवधियों के सर्टिफिकेट, डिप्लोमा, ऐसोसिएट या स्नातक की डिग्री देते हैं। जैसे– गृह विज्ञान कॉलेज, निफ्ट, आई.टी.आई. आदि।

27. वस्त्र एवं परिधान के कार्यक्षेत्र–

(i) वस्त्र निर्माण डिज़ाइनर उद्योग में काम करना।

(ii) अनुसंधान करना।

(iii) वस्त्र निर्माण कम्पनियों और फ़ैशन प्रतिष्ठानों के लिए कपड़े के डिज़ाइन का उत्पादन करना।

(iv) डिज़ाइन एजेंसियों में काम करना – कॉस्टयूम डिज़ाइनर।

(v) स्वतंत्र कार्यकर्ता डिज़ाइनर बनना।

(vi) फ़ैशन समन्वयक बनना।

(vii) फ़ैशन चित्रकार बनना।

(viii) दृश्य व्यापारी बनना।

(ix) कपड़े की मिल में खुदरा प्रबंधक बनना।

(x) उद्यमी बनना।

(xi) फ़ैशन व्यापारी बनना।

पूरा नाम			
1.	N.I.F.T.	–	National Institute of Fashion Technology
	निफ्ट	–	राष्ट्रीय फ़ैशन प्रौद्योगिकी संस्थान
2.	VIBGYOR	–	Violet, Indigo, Blue, Green, Yellow, Orange, Red
	VIBGYOR	–	बैंगनी, इंडिगो, नीला, हरा, पीला, नारंगी, लाल
3.	I.T.I.	–	Industrial Training Institute
	आई.टी.आई.	–	औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहु – विकल्पीय प्रश्न

1. डिज़ाइन के प्रकार का नाम बताइए।

(क) संरचनात्मक (ख) रेडियल

(ग) अनुप्रयुक्त (घ) (क) और (ग) दोनों

उत्तर– (घ) (क) और (ग) दोनों

2. निम्न में से कौन सा रंग VIBGYOR में नहीं होता?

(क) लाल (ख) नीला

(ग) सफ़ेद (घ) हरा

उत्तर– (ग) सफ़ेद

3. रंग का हल्कापन रंग की .... कहलाता है।

(क) आभा (ख) रंगत

(ग) शेड कार्ड (घ) क्रोमा

उत्तर– (क) आभा

4. निम्न में कौन सा गुण वस्त्र की बुनावट को निर्धारित नहीं करता?

(क) धागे का प्रकार (ख) रेशे का प्रकार

(ग) वस्त्र की कीमत (घ) वस्त्र की सज्जा

उत्तर– (ग) वस्त्र की कीमत

5. ये रेखाएँ लम्बाई का आभास देती हैं।

(क) क्षैतिज (ख) ऊर्ध्वाधर

(ग) तिरछी (घ) वक्र

उत्तर– (ख) ऊर्ध्वाधर

(ख) (i) **मिलान कीजिए**

A.	महत्त्व	(i)	दोहराना
B.	संतुलन	(ii)	स्वर्णिम माध्य
C.	आवर्तिता	(iii)	केन्द्र बिन्दु
D.	अनुपात	(iv)	औपचारिक

सही विकल्प चुनें

(क) A - (i), B - (iv), C - (ii), D - (iii) (ख) A - (ii), B - (i), C - (iii), D - (iv)

(ग) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (i), D - (ii)

उत्तर–(ग) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)

(ii) **मिलान कीजिए**

A.	अवर्णी सुमेल	(i)	तीन रंगों का संयोजन
B.	दोहरा पूरक सुमेल	(ii)	दो पूरक युगल
C.	एक वर्णी सुमेल	(iii)	केवल उदासीन रंग
D.	त्रणात्मक सुमेल	(iv)	एक रंग

सही विकल्प चुनें

(क) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv) (ख) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

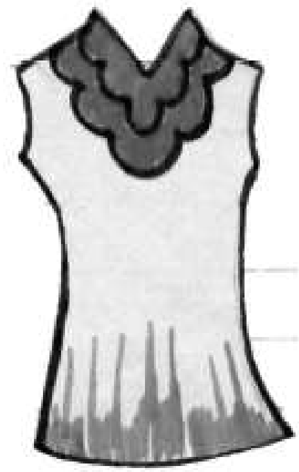
(ग) A - (ii), B - (i), C - (iii), D - (iv) (घ) A - (iii), B - (ii), C - (iv), D - (i)

उत्तर– (घ) A - (iii), B - (ii), C - (iv), D - (i)

(ग) चित्र आधारित प्रश्न

1. एक छोटी सी लड़की की फ्रॉक पर महत्त्व लाने का एक तरीका चित्र बनाकर दिखाइए।

उत्तर–



(घ) अति लघु उत्तरीय प्रश्न

1. ग्रे (घूसर) पैमाना क्या होता है?

उत्तर– ग्रे पैमाना किसी भी रंग के तुल्य मान का अनुमान लगाने में सहायता करता है। इसमें 11 ग्रेड (0 से 10) होते हैं।

2. अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर किसी भी रंग की पहचान कैसे की जाती है?

उत्तर– अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर रंग की पहचान पेंटोन शेड कार्ड द्वारा की जाती है। यह कार्ड रंगों, आभाओं और रंगतों की विभिन्न तीव्रताओं के साथ प्रदर्शित करता है।

3. वस्त्रों में अनुपात को परिभाषित कीजिए।

उत्तर– अनुपात का अर्थ है वस्तु के एक भाग का दूसरे भाग से सम्बन्ध। यह सम्बन्ध आमाप, रंग, आकृति और बुनावट में हो सकता है।

4. वस्त्र एवं परिधान में जीविका बनाने के लिए व्यक्ति में कौन–सी दो बातों का ज्ञान होना आवश्यक है?

उत्तर– (i) रेशे के गुण, लाभ और सीमाओं तथा संसाधनों का ज्ञान।

(ii) डिज़ाइन के सिद्धान्तों का ज्ञान।

5. आप 'डिज़ाइन' शब्द से क्या समझते हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– डिज़ाइन उत्पादों की कल्पना करने, योजना बनाने और कार्यान्वित करने की मानवीय सामर्थ्य है, जो मानव जाति को किसी वैयक्तिक अथवा सामूहिक उद्देश्य के निष्पादन में सहायता करती है।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

डिज़ाइन उद्योग एक जीवन्त, विविधतापूर्ण तथा सक्रिय रचनात्मक क्षेत्र है जो हमारे जीवन के कई भागों में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वस्त्र निर्माण या वस्त्र डिज़ाइन में कार्य करना बदलती प्रवृत्तियों और शैलियों के प्रति जागरूकता और डिज़ाइनों के उत्पादन की योग्यता की माँग करता है, जो नया, आधुनिक या फैशन वक्र से भी आगे हों। परिधान, फैशन के लिए वस्त्र डिज़ाइन, सजावट की सामग्री के डिज़ाइनों की अपेक्षा, अधिक तेजी से बदलने की प्रवृति रखते हैं। वस्त्र निर्माण डिज़ाइनर उद्योग में काम करते हैं– अनुसन्धान करते हैं और वस्त्र–निर्माता कम्पनियों अथवा फैशन प्रतिष्ठानों के लिए डिज़ाइनों का उत्पादन करते हैं, परन्तु वे डिज़ाइन एजेंसियों के लिए अथवा स्वतंत्र कार्यकर्ता के रूप में भी कार्य कर सकते हैं।

1. ऐसा व्यक्ति जो हमारे वस्त्रों को सुसंगत रूप दे सके और साथ ही उसमें आधुनिक पुट भी शामिल कर सके, क्या कहलाता है?

(क) वस्त्र विशेषज्ञ (ख) फ़ैशन डिज़ाइनर

(ग) वस्त्र व्यापारी (घ) आंतरिक डिज़ाइनर

उत्तर– (ख) फ़ैशन डिज़ाइनर

2. किसी भी रंग की मंदता या चमक क्या कहलाती है?

(क) ह्यू (ख) मान

(ग) तीव्रता (घ) वर्णक्रम

उत्तर– (ग) तीव्रता

3. निम्न में से कौन सी पोशाक अवर्णी सुमेल का उदाहरण है?

(क) सफ़ेद कमीज़ (ख) गुलाबी फ्रॉक

(ग) काला सूट और रंगबिरंगा दुपट्टा (घ) लाल टॉप और हरी स्कर्ट

उत्तर– (क) सफ़ेद कमीज़

4. निम्न में से कौन सा कथन सत्य नहीं है?

(क) संरचनात्मक डिज़ाइन कपड़े की मूल कटाई पर निर्भर करता है।

(ख) अनुप्रयुक्त डिज़ाइन कपड़े की ऊपरी सजावट से बनाया जाता है।

(ग) VIBGYOR में सात रंगों का समूह होता है।

(घ) मान रंग का सामान्य नाम होता है।

उत्तर– (घ) मान रंग का सामान्य नाम होता है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. शालू अपने लिए वस्त्र खरीदना चाहती है। वस्त्र के रंग का चुनाव किन चार बातों पर निर्भर करेगा?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–5 देखिए।

2. शान्त प्रभाव वाले और उत्तेजित प्रभाव वाले रंगों में अन्तर दीजिए।

उत्तर– शान्त प्रभाव वाले रंग वे रंग होते हैं जो कम तरंग दैर्ध्यों वाली प्रकाश किरणों का समूह होता है। जैसे– हरा, नीला, बैंगनी। उत्तेजित प्रभाव वाले रंग वे रंग होते हैं जो अधिक तरंग दैर्ध्यों वाली प्रकाश किरणों का समूह होता है। जैसे लाल, नारंगी, पीला।

3. बुनावट से आप क्या समझते हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–17 देखिए।

4. नीतू वस्त्र एवं परिधान क्षेत्र में जीविका बनाना चाहती है। उसे बताइए कि उसके पास कौन–से चार विकल्प हैं।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–27 देखिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. मुंसेल रंग चक्र के अनुसार रंगों के तीन प्रकार कौन से होते हैं? उदाहरण सहित समझाइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–11 देखिए।

2. वस्त्रों पर सरल रेखाएँ तीन प्रकार की होती हैं। प्रत्येक प्रकार का नाम और एक विशेषता लिखिए।

उत्तर– सरल रेखाओं के तीन प्रकार –

(i) **ऊध्वार्धर / लम्बतर रेखाएँ** :– ये लम्बाई का आभास देती हैं।

(ii) **क्षैतिज रेखाएँ** :– ये चौड़ाई का आभास देती हैं।

(iii) **तिरछी / विकर्ण रेखाएँ** :– ये रेखाएँ कोण की कोटि और दिशा पर निर्भर करते हुए चौड़ाई और लम्बाई को बढ़ाती या घटाती हैं।

3. पोशाक में संतुलन कैसे उत्पन्न किया जाता है, किसी पोशाक का उदाहरण देकर समझाइए।

उतर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 24 (2) देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. मुंसेल रंग चक्र के अनुसार रंगों के तीन रूप समझाइए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–10 देखिए।

2. रोहण अपनी पोशाक सम्बन्धित रंग योजना द्वारा सजाना चाहता है। उसे विभिन्न सम्बन्धित रंग योजनाएँ समझाइए ताकि वह उचित चयन कर सके।

उत्तर– सम्बन्धित रंग योजनाएँ रंग चक्र के नज़दीक वाले रंगों का प्रयोग करके बनती हैं। इनमें कम से कम एक रंग सामान्य होता है। सम्बन्धित रंग योजनाएँ चार प्रकार की होती हैं–

(i) **एक वर्णी सुमेल** – यह रंग योजना एक रंग पर आधारित होती है। इसमें एक रंग, विभिन्न मान एवं तीव्रता के रूप में प्रयोग होता है। जैसे– लाल, गुलाबी, मेहरून।

(ii) **अवर्णी सुमेल** – इस रंग योजना में केवल उदासीन रंगों का प्रयोग किया जाता है। जैसे सफ़ेद, काला।

(iii) **विशिष्टतापूर्ण उदासीन सुमेल** – इस रंग योजना में एक उदासीन रंग व एक अन्य रंग का प्रयोग किया जाता है। जैसे सफ़ेद और लाल, काला और पीला आदि।

(iv) **अनुरूप सुमेल** – इस रंग योजना में वर्णचक्र के समीप के दो या तीन रंगों का प्रयोग किया जाता है। जैसे– पीला, पीला हरा और हरा।

3. विभिन्न प्रकार की रेखाएँ तथा आकृतियाँ कौन–सी होती हैं? वे किस प्रकार विभिन्न प्रभावों तथा मनोदिशाओं का सृजन करती हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

अथवा

सुषमा विभिन्न आकृतियों का उपयोग करके पोशाक बनाना चाहती है। विभिन्न रेखाओं का प्रयोग करके वह कौन–सी चार मूल आकृतियाँ बना सकती है? (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 20,22 देखिए।

4. कपड़े और परिधान के लिए डिज़ाइन के क्षेत्र का विस्तार हुआ है और यह इतना विस्तृत हो गया है कि इसे वास्तव में दो विशेषताओं के रूप में माना जा सकता है। रीना ने किसी ऐसे क्षेत्र में मान्यता प्राप्त संस्थान से सर्टिफिकेट प्रोग्राम किया है। वह एक फैशन हाउस खोलना चाहती हैं। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) वह छह साल की बच्ची के लिए फ्रॉक में एक अनोखा डिज़ाइन बनाना चाहती है। चित्र की सहायता से इसमें लय लाने के दो तरीकों की व्याख्या करें।

(ख) वह भारी बाहों वाले व्यक्ति के लिए जेंट्स कुर्ता डिज़ाइन कर रही है। वह किन दो तरीकों से भारी बाजू के दबाव को हटा देगी।

उपयुक्त चित्रों की सहायता से अपने उत्तर का समर्थन करें।

उत्तर– (क)'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 24 (4) देखिए।

(ख) बाजुओं से दवाब हटाने के दो तरीके–

(i) कमर आदि पर अंलकरण लगाना।

(ii) गले आदि पर विपरित रंगों का प्रयोग करना।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. आपको अपनी डबलबेड की चादर विषम रंग योजना से सजानी है। पाँचों योजनाएँ को उदाहरण देकर समझाइए।

अथवा

नूरी विषम रंगों का प्रयोग करके कपड़े बनाना चाहती है। वह कौन – सी चार विषम रंग योजनाओं का इस्तेमाल कर सकती है?

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– जो रंग योजनाएँ रंग चक्र के दूर वाले रंगों का प्रयोग करके बनती हैं, विषम रंग योजनाएँ कहलाती हैं। ये पाँच प्रकार की होती हैं–

(i) **पूरक सुमेल** – इस रंग योजना में दो रंगों का उपयोग होता है जो वर्णचक्र में एक दूसरे के ठीक सामने होते हैं। जैसे– लाल और हरा, नीला और नारंगी।

(ii) **दोहरा पूरक सुमेल** – इस रंग योजना में दो पूरक युगल होते हैं जो सामान्यतः वर्णचक्र में एक दूसरे के पड़ोसी होते हैं। जैसे– लाल, हरा, बैंगनी, पीला।

(iii) **विभाजित पूरक सुमेल** – इस रंग योजना में एक रंग और उसके पूरक रंग के दाएँ–बाएँ वाले रंगों का प्रयोग करके रंग योजना बनाई जाती है। जैसे– लाल, नीला हरा, पीला हरा।

(iv) **अनुरुप पूरक सुमेल** – यह रंग योजना अनुरूप और पूरक योजनाओं का संयोजन होती है, इसमें पड़ोसी रंगों के समूह में प्रधानता के लिए पूरक का चयन किया जाता है। जैसे– लाल, लाल बैंगनी, बैंगनी एवं पीला, पीला हरा, हरा।

(v) **त्रणात्मक सुमेल** – इस रंग योजना में तीन रंगों का संयोजन होता है जो रंग चक्र पर समान भुजाओं वाला त्रिकोण बनाते हैं। जैसे– लाल, नीला, पीला।

2. वस्त्रों की बुनावट से आप क्या समझते हैं? वे कौन–से कारक हैं जो वस्त्र की बुनावट को उसके निर्माण के समय प्रभावित करते हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–17, 18 देखिए।

3. आप पोशाक में आवर्तिता तथा सांमजस्यता किस प्रकार प्राप्त करते हैं?

(एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 24(4) और 24(5) देखिए।

4. मोना वस्त्र एवं परिधान क्षेत्र में जीविका बनाना चाहती है परन्तु इसके कार्यक्षेत्र से पूरी तरह परिचित नहीं है। उसे वस्त्र एवं परिधान के कार्यक्षेत्र की सूची बनाकर दीजिए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु संख्या – 27 देखिए।

9. फैशन डिज़ाइन और व्यापार

'स्मरणीय बिंदु'

1. 'फ़ैशन डिज़ाइन और व्यापार' एक उत्साहवर्धक जीविका विकल्प है, जिसमें व्यक्ति की भौतिक आवश्यकताओं के साथ रचनात्मक इच्छा भी पूरी होती है।

2. वर्ष 1920 में 'पहनने के लिए तैयार' वस्त्रों के उत्पादन के साथ 'फैशन परिधान' एक महत्त्वपूर्ण व्यवसाय के रूप में स्थापित हुआ है, जिसमें डिजाइन, निर्माण, वितरण, विपणन, विज्ञापन, प्रसार व परामर्श के क्षेत्र में लाखों लोग व्यवसाय प्राप्त कर रहे हैं।

3. **महत्त्वः** – फ़ैशन डिज़ाइन व व्यापार के द्वारा ही हम फैशन व्यवसाय के विभिन्न कार्यों के बारे में समझ सकते है:–

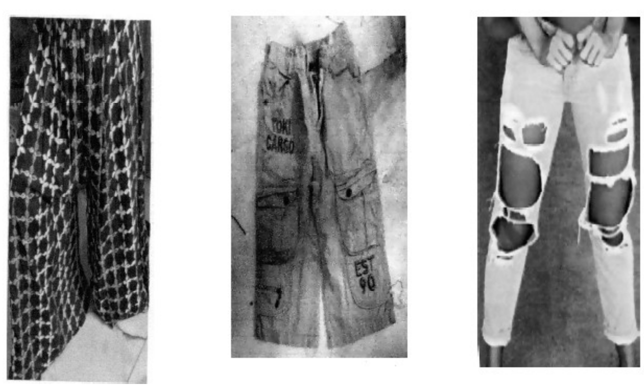
   (i) कच्चे माल, परिधान, और सहायक सामग्री के उत्पादन की प्रक्रिया।

   (ii) वस्त्र निर्माण को प्रक्रिया।

   (iii) एक शैली का फैशन में परिवर्तन। (क्या, क्यों और कब?)

   (iv) खुदरा विक्रय के लिए फैशन की समय सीमा की उपयुक्तता इसके अन्तर्गत नियोजन, एवं विक्रय सभी सम्मिलित हैं।

4. **फ़ैशन सम्बन्धी शब्दावली**



फ़ैड्स के उदाहरण

चिरसम्मत के उदाहरण

(i) **फ़ैशन** – एक शैली या शैलियां हैं, जो किसी एक काल/अवधि में सबसे अधिक प्रचलन में रहती हैं।

(ii) **शैली** – परिधान अथवा सहायक सामग्री की विशेष दिखावट अथवा विशिष्टता शैली कहलाती है।

(iii) **फ़ैड्स** – अस्थाई फ़ैशन जो कम समय के लिए होते हैं और जल्दी चले जाते हैं। उदाहरण बैगी पैंट, फटी हुई जींस, हॉट पैंट और बेमेल बटन इत्यादि।

(iv) चिरसम्मत (क्लासिक): शैली जो कभी पूर्णतः अप्रचलित नहीं होती और एक लम्बे समय तक स्वीकृत रहती है। उदाहरण कुर्ता पायज़ामा, कोट–पैंट, साड़ी, बलेज़र जैकेट, पोलो शर्ट, चैनल/श–नैल सूट। इनमें डिज़ाइन की सादगी की विशिष्टता होती है।

5. फ़ैशन विकास

फ़ैशन का इतिहास डिज़ाइन बनाने वालों को वर्तमान और भावी फ़ैशन संबंधी निर्णय लेने में मदद करता है। भूतपूर्व धारणाएँ आज के फ़ैशन के लिए अकसर पुनर्विवेचित की जाती हैं।

(i) प्राचीनकाल व मध्यकालीन शैलियां लगभग पूरी शताब्दी तक परिवर्तित नहीं होती थी। नव जागरण काल के दौरान पश्चिमी सभ्यता से फ़ैशन परिवर्तन को बढ़ावा मिला।

(ii) फ़ैशन का केंद्र फ्रांस

- अंतरर्राष्ट्रीय फ़ैशन में फ्रांस का प्रभुत्व 18वीं शताब्दी में आरम्भ हुआ।

(iii) औद्योगिक क्रांति पूर्व फ़ैशन

- सम्राट लुईस XIV एवं उनके कोर्ट के सदस्यों की शाही परिधान की शैली ने पेरिस को यूरोप की फ़ैशन राजधानी बना दिया।
- सम्राट व दरबारियों के वस्त्रों के लिए रेशम, रिबन व लेस फ्रांस के विभिन्न शहरों से आते थे और परिधान व्यक्ति की नाप के अनुसार हाथ से सिले जाते थे।
- परिधान निर्माण की कला को कूटुअर कहा जाता था। परिधान डिजाइन करने वाले पुरुष को कटुरियर व महिला को कूटुरियरे कहते थे।

(iv) औद्योगिक क्रान्ति के बाद फ़ैशन

- कातने वाले यंत्र व मशीनी करघों के आविष्कार के कारण कम समय में अधिक वस्तुओं का निर्माण होने लगा।
- सिलाई मशीन के अविष्कार ने हस्तशिल्प को एक उद्योग में बदल दिया। 1859 में इस्साक सिंगर ने सिलाई मशीन को पैरों से चलाने के लिए पाँव चक्की विकसित की।
- 1849 में 'लेवी स्ट्रॉस' ने टेंटो और माल डिब्बों के कवर के लिए बने कपड़ों के उपयोग से पेंटें बनाई, जिनमें मज़दूरों के लिए औजार रखने के लिए जेबें लगाई गई। ये काफी लोकप्रिय हुई और 'डेनिम्स' के नाम से जानी गई। यही एकमात्र परिधान पिछले लगभग 150 वर्षों से एक जैसा रहा है।

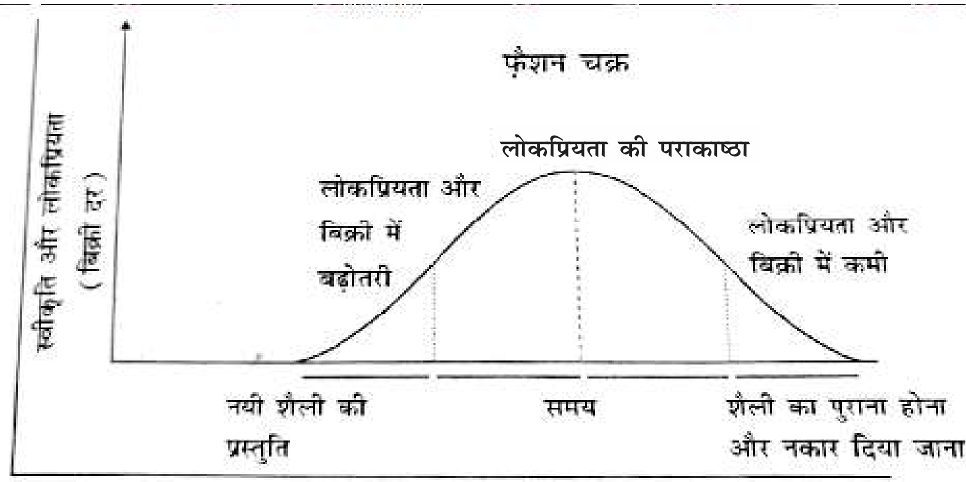
(v) 1880 के दशक से महिलाओं द्वारा स्कर्ट ब्लाउज का प्रचलन शुरू हुआ, जो महिलाओं के लिए 'पहनने को तैयार कपड़ों' के निर्माण की ओर पहला कदम था।

(vi) मेलों और बाजारों के माध्यम से 19वीं शताब्दी में लोगों को उनकी आर्थिक स्थिति के अनुसार मोलभाव करके वस्त्र खरीदने में सहायता मिली।

(vii) शहरों में अधिक संख्या में लोगों के बसने के कारण अस्थाई दुकानें स्थापित की जाने लगी व विविध प्रकार की वस्तुओं की बढ़ती मांग के कारण खुदरा दुकानें खुलने लगी।

(viii) प्रेट्–अ–पोरटर (रेडी टू वीयर) कपड़े सर्वप्रथम 1960 में आरम्भ किए गए। यह शब्द फैक्टरी निर्मित कपड़ों को वर्णित करता है जो तैयार स्थिति में और मानक मापों में बेचा जाता है (बेस्पोक या माप के अनुसार बनाए गए वस्त्र से अलग)। उत्कृष्ट फ़ैशन होटे् कुटुयर येवस सेंट लॅारेट पहले फाँसीसी होटे् कुटुयर थे।

6. **फ़ैशन चक्र (Fashion Cycle) :** फैशन का समय के साथ बदलना फैशन चक्र के रूप में समझा जा सकता है। किसी भी फैशन का जीवनकाल 5 चरणों में पूरा होता है। फ़ैशन चक्र को समय व बिक्री घंटीनुमा वक्र के रूप दर्शाया जाता है।



फ़ैशन चक्र के चरणः

(i) **शैली की प्रस्तुतिः** फ़ैशन डिज़ाइनर का लोगों को एक नई शैली उपलब्ध कराना। रूपरेखा, रंग, आकृति, कपड़े के प्रकार आदि को बदलकर नए डिज़ाइन तैयार किए जाते हैं।

(ii) **लोकप्रियता में वृद्धिः** जब नया फ़ैशन बहुत से लोगों द्वारा खरीदा, देखा व पहना जाता है, यह लोकप्रिय हो जाता है।

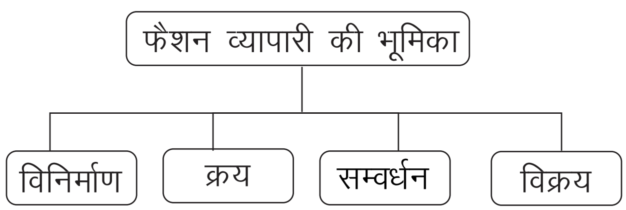
(iii) **लोकप्रियता की पराकाष्ठाः** जब फ़ैशन लोकप्रियता की ऊँचाई पर होता है तब कई अन्य निर्माता उस फ़ैशन की नकल कर कम मूल्य पर उसके रूपांतरित उत्पाद को बेचने लगते हैं।

(iv) **लोकप्रियता में कमी होनाः** रूपांतरित उत्पादों के बाजार में आने से भारी संख्या में इनका चलन हो जाता है, अब फ़ैशन प्रिय व्यक्ति कुछ नया खरीदना चाहते हैं और पुरानी शैली को दुकानों पर कम दामों में बेचा जाता है।

(v) **शैली का परित्यागः** पुरानी शैली धीरे–धीरे अप्रचलित हो जाती हैं और नया फ़ैशन चक्र शुरू हो जाता है।

7. **फ़ैशन व्यापारी** (merchandiser) – वह व्यक्ति जो अपनी प्रेरणा अथवा कल्पना को डिज़ाइन में बदलकर उपभोक्ताओं की आवश्यकता और मांगों के लिए उत्पादों का नियोजन, उत्पादन, संवर्धन और वितरण करता है, फ़ैशन व्यापारी कहलाता है।

8. **फ़ैशन के विभिन्न पहलुओं में फ़ैशन व्यापारी की भूमिका** **01**



(i) विनिर्माण (manufacturing)

- परिधान को बनाने के लिए विभिन्न कपड़ो में से उपयुक्त कपड़े का चयन।
- वस्त्र की ऐतिहासिक व सामाजिक सूझ बूझ को ध्यान में रखते हुए परिधान की रचना।
- अपने डिज़ाइन के उत्पादन के लिए सर्वश्रेष्ठ विकल्प का चुनाव।
- मूल्य व लक्षित बाजार को ध्यान में रखते हुए अपनी कल्पना को वास्तविकता का रूप देना।

(ii) क्रय (Buying)

- फ़ेशन व्यापारी फैशन की सामग्री को अपनी दुकान में रखने व बेचने के लिए खरीदता है। इसके लिए उसे लक्षित बाजार की जानकारी होनी चाहिए।
- उसे फ़ैशन की प्रवृत्ति व पूर्व अनुमान लगाने में निपुण होना चाहिए, जिससे वह ठीक खरीददारी कर सके अथवा सामान का आर्डर दे।
- उसे प्रचलित फैशन का विश्लेषण करने में भी निपुण होना चाहिए।

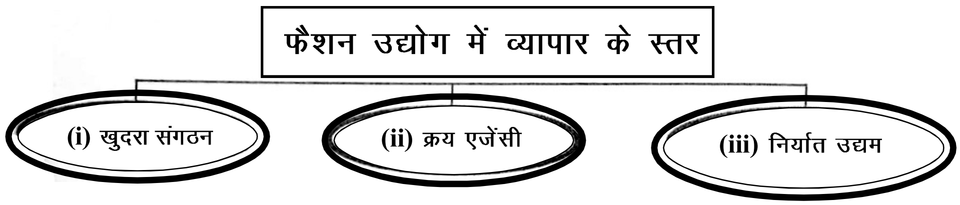
(iii) सम्वर्धन (Promoting)

- जब एक फ़ैशन व्यापारी डिज़ाइनर के लिए कार्य करता है तब उसकी प्राथमिक जिम्मेदारी होती है कि वह डिज़ाइनर के उत्पादों को उन दुकानों तक पहुंचाए जहां उसका अधिक विक्रय हो। इसके लिए उसमें रचनात्मक सोच, व्यापारिक कौशल व उत्पादन कौशल का ज्ञान होना आवश्यक है।
- डिज़ाइनर के उत्पादों को बढ़ावा देने के लिए फैशन व्यापारी फैशन प्रदर्शनियों में भाग लेता है। उत्पादों के लिए लक्षित बाजार ढूँढता है।

(iv) विक्रय (Selling)

- फ़ेशन व्यापारी दुकानों को फ़ेशन की वस्तुएं बेचने के लिए उत्तरदायी होता है और दुकानें वह माल ग्राहकों को बेचती हैं।
- इसके लिए बाजारों की प्रवृत्ति का ज्ञान होना चाहिए, ताकि वह पूर्वानुमान कर उत्पादन की अनुशंसा (सिफारिश) कर सके।
- एक खुदरा दुकान में कार्य करने वाले व्यापारी की दुकान (स्टोर) में सजावट की जिम्मेदारी होती है। उसमें वस्त्रों को आकर्षक ढंग से सजाने को कौशल होना आवश्यक है।

9. **फैशन उद्योग में व्यापार के स्तरः**



(i) खुदरा संगठन (Retail Organization)

यह एक विशेष प्रबन्धन क्रिया है, जिसमें फ़ैशन / उत्पाद को फ़ैशन डिज़ाइनर के शोरूम से खुदरा दुकानों तक और वहाँ से ग्राहकों तक पहुँचाया जाता है।

इसमें उचित नियोजन द्वारा सुनिश्चित किया जाता है –

- विक्रय के लिए माल का पर्याप्त प्रावधान हो।
- माल का बिक्री मूल्य उपभोक्ता की पहुँच में हो।
- खुदरा संगठन को उचित लाभ भी हो।

(ii) क्रय एजेंसी (Buying agency) व्यापार – यह एजेंसी फ़ैशन उत्पाद के क्रय के लिए परामर्शकर्ता (Consultant) का कार्य करती है। निर्यातकों (Exporters) के लिए एजेंसी के माध्यम से बेचना व खरीदना लाभदायक होता है क्योंकि इसमें समय और लागत की बचत होती है।

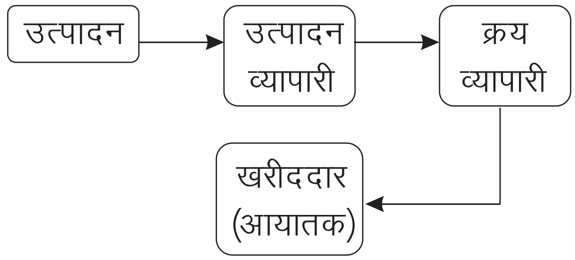
क्रय एजेंटों का उत्तरदायित्वः

- विक्रेताओं की पहचान।
- मूल्य का मोलभाव।
- उत्पाद बनते समय व लादनपूर्व (Preshipment) गुणवत्ता की जाँच।

(iii) निर्यात उद्यम (Export house) व्यापार – निर्यात उधम में दो प्रकार के व्यापारी होते हैं

(a) क्रय व्यापारी (Buyer merchaniser)

(b) उत्पादन व्यापारी (Production merchandiser)



निर्यात उद्यम में व्यापारिक गतिविधियाँ

(a) क्रय व्यापारी

- यह खरीदार और उत्पादक के बीच मध्यस्थता का कार्य करते हैं।
- सुनिश्चित करते हैं कि उत्पाद खरीदार की आवश्यकता अनुसार विकसित हो।
- इनकी जिम्मेदारी स्त्रोत ढूंढने, नमूना लेने व आयातक (खरीदार) से बातचीत करने की होती है।

(b) उत्पादन व्यापारी

- यह उत्पादन और खरीदार (क्रय) व्यापारी के बीच मध्यस्थता का कार्य करते हैं।
- ये सुनिश्चित करते हैं कि उत्पादन (Production) समयबद्धता व खरीदार की आवश्यकता अनुसार हो। उत्पादन के लिए कच्चे माल का प्रबन्धन भी इनका दायित्व होता है।

10. लक्षित बाजार (target market)

(i) उपभोक्ताओं की वह श्रेणी जिसे फैशन व्यापारी अपने उत्पाद बेचने के लिए लक्षित (target) करता है।

(ii) लक्षित बाजार को हम बाजार विभाजन द्वारा समझ सकते हैं।

11. बाजार विभाजन (market segmentation) – यह एक ऐसी नीति है जिसमें बड़े बाजारों को उपभोक्ताओं की सामान आवश्यकताओं के आधार पर उप–समूह में बाँटा जाता है।

बाजार विभाजीकरण

- जनसांख्यिकीय **विभाजीकरण** (Demographic segmentation)- यह समूहन मुख्य रूप से जनसंख्या, आयु, कॉमन जेंडर, व्यवसाय, शिक्षा और आय पर आधारित होता है।

- **भौगोलिक विभाजीकरण** (Geographic segmentation)- यह समूहन मुख्य रूप से नगरों, राज्य और क्षेत्रों पर आधारित समूह है। किसी स्थान का जलवायु व मौसम कपड़ों के चयन को प्रभावित करते हैं।

- **व्यवहारगत विभाजीकरण** (behavioral segmentation)- यह समूहन विशिष्ट उत्पादों या सेवाओं पर लोगों की राय पर आधारित है। इससे उत्पाद व सेवाओं को बेहतर बनाया जा सकता है।

- **मनोवृतिपरक विभाजीकरण** (Psychographic segmentation)- यह समूहन जीवन शैली जैसे सामाजिक गतिविधियों, अभिरुचियों, मनोविनोद संबंधी कार्यों, आवश्यकताओं और अपेक्षाओं पर आधारित है। समान जीवन शैली वाले लोग एक लक्षित बाजार बनाते हैं।

12. व्यापार के लिए सही बातें– उत्तम व्यापार के वांछित बिंदु

(i) **सही व्यापार** : फुटकर व्यापारी को अपने शेल्फें उस सामान से भरी रखनी चाहिए, जिसकी ग्राहकों को जरूरत रहती है।

(ii) **सही स्थान पर** : व्यापार के लिए स्थान सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण होता है, क्योंकि वह ग्राहक तक पहुँच तय करता है।

(iii) **सही समय पर** : अधिकांश व्यापारिक सामग्री मौसमी प्रकृति की होती है। जब इसकी सबसे अधिक आवश्यकता हो, तब यह सामग्री उपलब्ध होनी चाहिए।

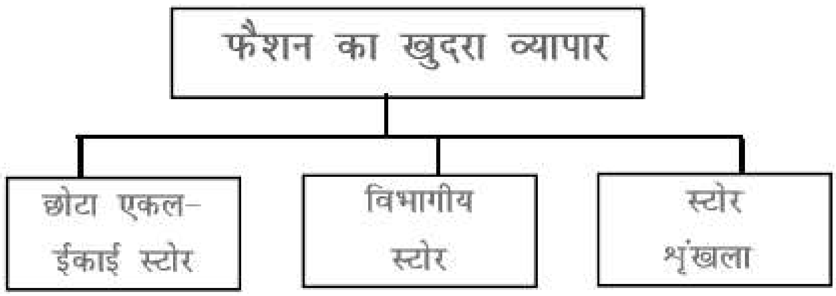
(iv) **सही मात्रा में** : इसका अर्थ है कि बिक्री की मात्रा और बिकाऊ समान सूची की मात्रा के बीच लाभप्रद संतुलन होना।

(v) **सही मूल्य** : व्यापारी को ऐसा मूल्य रखना चाहिए जो इतना अधिक हो कि दुकान को लाभ मिले और फिर भी इतना कम हो कि स्पर्धा में रह सके और ग्राहकों की अपेक्षाओं के अनुरूप हो।

(vi) **सही संवर्धन** : प्रचार के लिए किया गया निवेश और आकर्षित ग्राहकों की संख्या के मध्य सही संतुलन होना चाहिए।

13. फ़ैशन का खुदरा संगठन

फ़ैशन उद्योग में संगठन प्रणाली को विभिन्न प्रकार की व्यापार सामग्री, व्यापार के आकार और लक्षित ग्राहक के आधार पर तीन भागों में विभाजित किया जा सकता है।



(i) **छोटा एकल – इकाई (Small single unit) स्टोर** : पड़ोस की या स्थानीय दुकान जो एक व्यक्ति या उसके परिवार द्वारा चलाई जाती है।

(ii) **विभागीय स्टोर (Departmental store)** : इसमें अलग–अलग विभाग होते हैं जैसे कपड़े, खेल का सामान, इलेक्ट्रॉनिक उपकरण इत्यादि।

(iii) **स्टोर श्रृंखला (Chain store)** : एक ही ब्रांड और केंद्रीय प्रबंधन की फुटकर दुकाने । इनकी मानकीकृत व्यावसायिक विधियां और पद्धतियां भी एक जैसी होती हैं।

14. स्टोर श्रृंखला के प्रमुख विभाग व उनके कार्य

(i) **व्यापारिक विभाग**– क्रय–विक्रय, व्यापारिक नियोजन और नियंत्रण का कार्य।

(ii) **विक्रय और संवर्धन विभाग**–

विज्ञापन, प्रचार, जनसंपर्क, दृश्य व्यापार का कार्य।

(iii) **वित्त और नियंत्रण विभाग**– सभी प्रकार की वित्तीय लेनदेन, समान सूची नियंत्रण।

(iv) **प्रचालन विभाग**– दुकानदार व व्यापार सामग्री की सुरक्षा की देखभाल, सुविधाओं की देखरेख।

(v) **कार्मिक और शाखा स्टोर विभाग**– यदि स्टोर बहुत बड़े हैं तो इस विभाग की आवश्यकता होती है– कौन, कब, कहाँ कार्य करेगा।

15. जीविका के लिए तैयारी

आवश्यक कौशल जो फैशन डिजाइनर व व्यापारी में होना चाहिए :

(i) **पूर्वानुमान योग्यता** – फैशन की प्रवृत्ति के सम्बन्ध में पूर्वानुमान की योग्यता, इस जीविका का आवश्यक भाग है। वह विगत एवं वर्तमान फैशन प्रवृत्ति के आधार पर भावी फैशन प्रवृत्ति का अनुमान लगा सकता है।

(ii) **विश्लेषणात्मक योग्यता** – उसे सम्पूर्ण अर्थव्यवस्था की जानकारी होनी चाहिए व अपनी विशिष्ट कंपनी की अर्थव्यवस्था की भी जानकारी हो और समझ हो कि किस प्रकार कुछ शैलियां उपभोक्ता के बजट में समा सकेंगी। जिससे वह अपनी पूँजी निवेश से उचित लाभ प्राप्त कर सके।

(iii) **सम्प्रेषण योग्यता** – उसमें निर्माता के साथ मूल्यों को तय करने के लिए बातचीत करने की योग्यता हो और जन साधारण का उत्पाद बेच सकने की संप्रेषण योग्यता हो (विज्ञापन, समाचार पत्र इत्यादि द्वारा)।

(iv) शैली एवं व्यापार बोध का ज्ञान होना भी आवश्यक है।

व्यवसायिक (शैक्षिक) योग्यता

(i) फ़ैशन व्यापार में सर्टिफिकेट (प्रमाण पत्र) या डिप्लोमा, डिग्री कार्यक्रम (6 माह से 1 वर्ष तक का)।

(ii) फ़ैशन व्यापार से सम्बन्धित 2 वर्षीय स्नातकोत्तर कार्यक्रम।

(iii) फ़ैशन डिजाइन अथवा फैशन व्यापार में 4 वर्षीय स्नातक उपाधि कार्यक्रम।

16. कार्यक्षेत्र (फ़ैशन डिज़ाइन के क्षेत्र में जीविकाएं)

(i) **दृश्य व्यापार डिज़ाइनरः यह निम्न कार्यों के लिए उत्तरदाई होते हैं:**

- शो केस में प्रदर्शन
- दुकानों में सामान व्यवस्था
- आकर्षक प्रचार वाक्यों की रचना
- पुतलों को आकर्षक ढंग से सजाने और प्रदर्शन का कार्य
- विज्ञापन अभियानों का नेतृत्व

(ii) **फ़ैशन डिज़ाइनर के रूप में कार्य :**

- कपड़ों और परिधानों की रचना का विशिष्ट कार्य
- लोकप्रिय डिजाइनरों के साथ काम करना
- अपना स्वयं का फ़ैशन कार्य करना

(iii) **सेट डिज़ाइनर के रूप में निम्न कार्य कर सकते हैं :**

- चलचित्र, टी. वी., नाटक की सेट के डिजाइन तैयार करना
- व्यापार प्रदर्शनों और संग्रहालयों के लिए डिजाइन तैयार करना

(iv) **आंतरिक डिज़ाइनर के रूप में कार्य :**

- डिजाइन को कार्यात्मक रूप प्रदान करना
- किसी विशेष स्थल या क्षेत्र को ऐसा आंतरिक रूप देना जो उसके सौंदर्य, सुरक्षा और क्रियाशीलता में वृद्धि करे, जैसे खुदरा दुकानें, घर, दफ्तर, होटल आदि।

वस्तुनिष्ठ प्रश्न 1 अंक

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. महिलाओं ने जींस पहनना किस वर्ष में प्रारम्भ किया?

(क) 1920 (ख) 1950

(ग) 1955 (घ) 1975

उत्तर– (ख) 1950

2. फैशन की वह शैली जो कम समय के लिए होती है .... कहलाती है।

(क) फैड्स (ख) विशिष्ट शैली

(ग) चिरसम्मत शैली (घ) फ़ैशन

उत्तर– (क) फैड्स

3. फुटकर दुकानें जिनका एक ही ब्रांड और केंद्रीय प्रबंधन होता है, क्या कहलाती हैं?

(क) व्यापारिक प्रभाव (ख) विभागीय स्टोर

(ग) स्टोर श्रृंखला (घ) एकल इकाई स्टोर

उत्तर– (ग) स्टोर श्रृंखला

4. परिधान को डिज़ाइन करने वाली स्त्री को .... कहते थे।

(क) कूटुअर　　(ख) कूटुरियरे

(ग) कूटुरियर　　(घ) स्त्री कूटुअर

उत्तर– (ख) कूटुरियरे

5. डेनिम्स की रचना द्वारा की गई।

(क) लेवी स्ट्रॉस　　(ख) लुइस 14

(ग) इसाक सिंगर　　(घ) न्यूटन

उत्तर– (क) लेवी स्ट्रॉस

(ख) (i) मिलान कीजिए

A.	शैली	(i)	परिधान की विशिष्ट दिखावट अथवा विशिष्टता
B.	दृश्य व्यापार डिज़ाइनर	(ii)	खरीदार व उत्पादक के बीच की कड़ी
C.	क्रय एजेंट	(iii)	आकर्षक विज्ञापन की रचना
D.	फ़ैशन डिज़ाइनर	(iv)	परिधान की रचना का कार्य

(क) A - (i), B - (iii), C - (ii), D - (iv)　　(ख) A - (ii), B - (iv), C - (iii), D - (i)

(ग) A - (i), B - (iv), C - (iii), D - (iv)　　(घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (क) A - (i), B - (iii), C - (ii), D - (iv)

(ख) (ii) मिलान कीजिए

A.	चिरसम्मत शैली	(i)	साड़ी, ब्लेज़र
B.	शैली की प्रस्तुति	(ii)	अस्थाई फ़ैशन
C.	फैड्स	(iii)	फ़ैशन चक्र का चरण
D.	तैयार कपड़ों की मांग की ओर महत्त्वपूर्ण कदम	(iv)	स्कर्ट ब्लाउज़

(क) A - (i), B - (iii), C - (ii), D - (iv) (ख) A - (ii), B - (iv), C - (iii), D - (i)

(ग) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (क) A - (i), B - (iii), C - (ii), D - (iv)

अति लघु उत्तरीय प्रश्न (1 अंक)

1. फ़ैशन व्यापारी कौन होता है?

उत्तर– फ़ैशन व्यापारी वह व्यक्ति है जो अपनी प्रेरणा को डिज़ाइन में परिवर्तित करता है। वह उत्पाद का नियोजन, उत्पादन, संवर्धन और वितरण उपभोक्ताओं की आवश्यकता व मांग के अनुसार करता है।

2. उपभोक्ताओं की उस श्रेणी को क्या कहते हैं, जिसे व्यापारी अपने उत्पाद बेचने के लिए लक्षित करता है?

उत्तर– लक्षित बाजार

3. एक निर्यात उद्यम में कौन से दो प्रकार के व्यापारी होते हैं?

उत्तर– (i) क्रय व्यापारी

(ii) उत्पादन व्यापारी

4. औद्योगिक क्रांति के किन आविष्कारों ने वस्त्रों के उत्पादन व व्यापार को प्रोत्साहन दिया?

उत्तर– कातने वाला यंत्र व मशीन करघा के आविष्कार ने।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

सदियों से फ़ैशन हमारी परम्परा का हिस्सा रहा है। यह एक ऐसा क्षेत्र है जो युवाओं को बड़ी संख्या में आकर्षित करता है। वैश्वीकरण के दौर में फ़ैशन की दुनिया अपना असर तेजी से डाल रही है। फ़ैशन डिज़ाइनिंग में करियर अथवा जीविका बनाने के लिए रचनात्मक व कलात्मक कौशल आवश्यक है। फ़ैशन डिज़ाइनिंग के कोर्स के लिए किसी मान्यता प्राप्त बोर्ड से 12वीं की कक्षा उत्तीर्ण करने के बाद व्यक्ति फ़ैशन डिज़ाइनिंग का डिप्लोमा या डिग्री कोर्स कर सकता है। फ़ैशन कभी

भी स्थाई नहीं होता। समय के साथ इस में परिवर्तन होता रहता है। इस क्षेत्र में आने वाले हर इंसान को हमेशा सतर्क और उत्साहित रहना होगा। यह एक चुनौती भरा और ग्लैमर से परिपूर्ण व्यवसाय है।

1. निम्न में से कौन सी जीविका फ़ैशन डिज़ाइन से सम्बन्धित नहीं है।

   (क) दृश्य व्यापार डिज़ाइन (ख) सेट डिज़ाइनर

   (ग) मानव संसाधन प्रबंधक (घ) आंतरिक डिज़ाइनर

उत्तर– (ग) मानव संसाधन प्रबंधक

2. फ़ैशन की वह शैली जो कभी पूर्णता अप्रचलित नहीं होती क्या कहलाती है?

   (क) क्लासिक (ख) फैड्स

   (ग) पोशाक (घ) विशिष्ट शैली

उत्तर– (क) क्लासिक

3. फ़ैशन डिज़ाइन अथवा फैशन व्यापार में स्नातक उपाधि कितने वर्ष में प्राप्त की जा सकती है?

   (क) 2 वर्ष (ख) 3 वर्ष

   (ग) 4 वर्ष (घ) 1 वर्ष

उत्तर– (ग) 4 वर्ष

4. निम्न कथनों में से कौन सा कथन सही नहीं है?

   (क) फ़ैशन का इतिहास डिजाइन बनाने वालों को वर्तमान और भावी फैशन संबंधी निर्णय लेने में सहायता करता है।

   (ख) वस्तुओं और शिल्प का विनिमय व्यापार पद्धति का प्रारंभ था।

   (ग) प्राचीन काल व मध्यकालीन काल में फैशन बहुत तेजी से परिवर्तित होता था।

   (घ) औद्योगिक क्रांति से पहले केवल अमीर ही फैशन वाले कपड़े खरीदने में समर्थ थे।

उत्तर– (ग) प्राचीन काल व मध्यकालीन व मध्यकालीन काल में फ़ैशन बहुत तेजी से परिवर्तित होता था।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. विक्रय और संवर्धन प्रभाग के क्या कार्य हैं?

उत्तर– (i) विक्रय बढ़ाने के लिए विज्ञापन बनाने के कार्य,

(ii) दृश्य व्यापार,

(iii) विशेष कार्यक्रमों का प्रबंधन

(iv) आयोजन, प्रचार व जनसंपर्क का कार्य।

2. फैशन व्यापार में क्रय एजेंसी की क्या भूमिका है?

उत्तर– क्रय एजेंसी वस्तु के क्रय के लिए परामर्शकर्ता का कार्य करती है। एक क्रय एजेंट के निम्न उत्तरदायित्त्व होते हैं :

(i) विक्रेताओं की पहचान

(ii) मूल्य का मोलभाव

(iii) वस्त्र बनते समय गुणवत्ता की जांच करना

(iv) लदान पूर्व गुणवत्ता की जांच करना।

3. शैली और फैशन में क्या अंतर है?

उत्तर– (i) शैली, परिधान की अथवा उसकी सहायक सामग्री की विशेष दिखावट को कहते हैं।

(ii) एक या अनेक शैलियां जो किसी काल अवधि में सबसे अधिक प्रचलित हो, फैशन कहलाती हैं। फैशन में शैली आती है और चली जाती है।

4. उपभोक्ता की मांग की व्याख्या करने के लिए, लक्षित बाजार और ग्राहक प्रोत्साहन को समझना चाहिए। इस कथन को संक्षेप में समझाइए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (i) किसी भी फैशन व्यापारी का अपने उत्पाद के लिए लक्षित बाजार को पहचानना व समझना अति आवश्यक है।

(ii) लक्षित बाजार वह श्रेणी है जिसे व्यापारी अपने उत्पाद बेचने के लिए लक्षित करता है।

(iii) अपने लक्षित बाजार के उपभोक्ताओं की मांग व आवश्यकता के अनुसार, विक्रय विभाग अपने उत्पाद को बेचने की नीतियां तय करता है।

(iv) उपभोक्ता केंद्रित नीतियों से ग्राहक प्रोत्साहित होते हैं, और अधिक क्रय करते हैं। इससे उत्पादक को अधिक लाभ की प्राप्ति होती है।

5. फैशन व्यापारी/फैशन मर्चन्डाइजर के रूप में सुधा को निम्न क्षेत्रों में कौन सी दो–दो भूमिका निभानी होगी? (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

   1. विनिर्माण में (In manufacturing)
   2. संवर्धन (In promoting)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु 8(i) व (iii) देखिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. उन तीन प्राथमिक कौशलों का वर्णन कीजिए जो एक फैशन डिजाइनर अथवा व्यापारी के पास अवश्य होने चाहिए? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–15 देखिए।

2. फ़ैशन उद्योग की खुदरा संगठन प्रणाली को किस प्रकार विभाजित किया जा सकता है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–13 देखिए।

3. फ़ैशन चक्र को परिभाषित कीजिए व इसके चरणों के नाम लिखिए। फैशन चक्र के विभिन्न स्तरों की पहचान कीजिए व इनको समझाइए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–6 देखिए।

4. नीलेश दृश्य व्यापार डिजाइनर बनना चाहता है। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) उसे कौन से चार व्यापारिक अधिकार के बारे में पता होना चाहिए?

(ख) उसके पास कौन से दो विशिष्ट कौशल होने चाहिए?

उत्तर– (क) उसे शो केस में प्रदर्शन, दुकानों में सामान व्यवस्था, आकर्षक प्रचार – वाक्यों की रचना, कपड़ों को रखने की व्यवस्था, पुतलों को आकर्षक ढंग से सजाने और प्रदर्शन एवं विज्ञापन अभियानों को नेतृत्व करने का ज्ञान होना चाहिए।

(ख) उसमें पूर्वानुमान क्षमता, विश्लेषणात्मक क्षमता, संचार क्षमता का कौशल होना चाहिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. आपका मित्र फ़ैशन डिज़ाइन और व्यापार की जीविका को अपनाना चाहता है, उसे उपलब्ध विकल्पों के बारे में बता कर उसका मार्गदर्शन कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 16 देखिए।

2. फ़ैशन उद्योग में एक स्टोर के प्रमुख विभाग कौन से हैं? प्रत्येक विभाग के कोई दो कार्य बताएँ।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–14 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. फ़ैशन के प्रमुख विकास की रूपरेखा दीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 5 देखिए।

2. फ़ैशन व्यापार से आप क्या समझते हैं? एक फ़ैशन व्यापारी की फैशन व्यापार के प्रत्येक पहलू में भूमिका का वर्णन कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– फैशन व्यापार का अर्थ है सही समय पर सही स्थान पर और सही मूल्य पर आवश्यक योजना बनाना जिससे उत्पाद की बिक्री को प्रोत्साहन मिले।

'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–8 देखिए।

3. फ़ैशन व्यापार के विभिन्न स्तरों का वर्णन कीजिए।

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 9 देखिए।

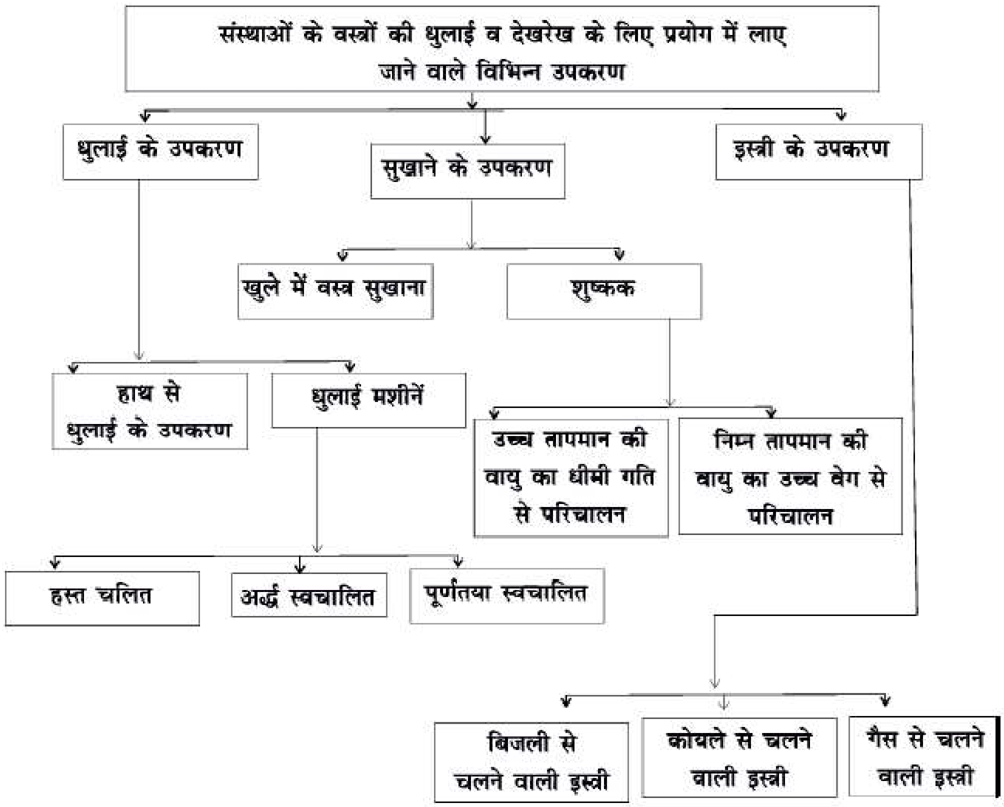
10. संस्थाओं में वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव

'स्मरणीय बिंदु'

1. संस्थाओं में प्रयोग में लाए जाने वाले वस्त्रों में, उनके औद्योगिक और कार्यक्षेत्र के अनुरूप, कुछ विशेष गुण होना आवश्यक है। इन कपड़ों का चयन उनके विशेष उपयोग व कार्यात्मकता के आधार पर किया जाता है।
2. इन वस्त्रों के विशेष गुण बनाए रखने व इनकी जीवन अवधि बढ़ाने के लिए विशेष देखरेख व रखरखाव आवश्यक हैं।
3. संस्थाओं के वस्त्रों की देखभाल में दो पहलू हैं।
   (i) वस्त्रों को भौतिक क्षति से मुक्त रखना और प्रयोग करते समय अगर कोई क्षति पहुँची है, तो उसमें सुधार करना।
   (ii) कपड़ों की चमक, रूप और विशेषता को बनाए रखना।
4. **वस्त्रों की देखरेख व रखरखाव की विधि निम्न कारकों पर निर्भर करती है:**
   (i) रेशों की मात्रा
   (ii) धागे का प्रकार
   (iii) वस्त्र निर्माण तकनीक
   (iv) वस्त्र पर की गई परिसज्जा
   (v) वस्त्र का उपयोग

धुलाई एक विज्ञान और कला दोनों हैं। यह विज्ञान है, क्योंकि यह वैज्ञानिक सिद्धांतों और तकनीकों के अनुप्रयोगों पर आधारित है। यह एक कला भी है, क्योंकि सौंदर्यपरक रुचिपरक परिणाम प्राप्त करने के लिए इसके अनुप्रयोग के कुछ कौशलों से संबंधित निपुणता की आवश्यकता होती है।

5. संस्थाओं के वस्त्रों की धुलाई (लॉन्ड्री) के उपकरण



6. धुलाई के उपकरण

धुलाई की मशीनें दो प्रकार के मॉडल में पाई जाती हैं–

1. ऊपर से भराई वाले (Top Loading)
2. सामने से भराई वाले (Front Loading)

ये मॉडल तीन प्रकार के हो सकते हैं:–

- **हस्त चलित**– इन मशीनों में 50% या अधिक काम प्रचालक को हाथ से करना पड़ता है।
- **अर्ध स्वचालित**– ये दो टब वाली मशीन होती है। इन मशीनों में समय–समय पर वस्त्र धोने वाले व्यक्ति के हस्तक्षेप की आवश्यकता होती है। प्रत्येक चक्र के साथ खंगालने का पानी मशीन में भरना पड़ता है और निकालना पड़ता है।

• **पूर्णतया स्वचालित मशीन** – इन मशीनों में वस्त्रों के धुलने खंगालने व निचोड़ने का कार्य मशीन द्वारा एक ही ड्रम में किया जाता है और व्यक्ति के हस्तक्षेप की आवश्यकता नहीं पड़ती। मशीन में पानी भरने, निश्चित ताप तक गर्म करने, धुलाई चक्र और खंगालने की संख्या के सभी नियंत्रणों को एक ही बार सेट कर दिया जाता है, और वस्त्र डालकर छोड़ देते हैं। निश्चित समय के बाद मशीन अपने आप बंद हो जाती है।

7. पूर्णतया स्वचालित मशीन के विभिन्न प्रचलन

पूर्णतया स्वचालित मशीन में निम्नलिखित प्रचलन होते हैं–

(i) **जल भरना**

(ii) **जल स्तर नियंत्रण** (स्वचालन अथवा हस्त चालन)

(iii) **जल के ताप का नियंत्रण** – मशीन के जल के ताप के नियंत्रण के लिए एक पैनल अथवा बटन होता है, जो जल के वांछित ताप का चयन करने में सहायता करता है। वस्त्रों को धोने और खंगालने के लिए जल का तापमान समान या फिर भिन्न हो सकता है।

(iv) **धुलाई** – धुलाई की सभी मशीनें एक ही सिद्धान्त पर कार्य करती हैं– कपड़ों से मेल को दूर करने के लिए उन्हें साबुन अथवा डिटर्जेंट वाले पानी में घुमाना अर्थात् गतिशील रखना।

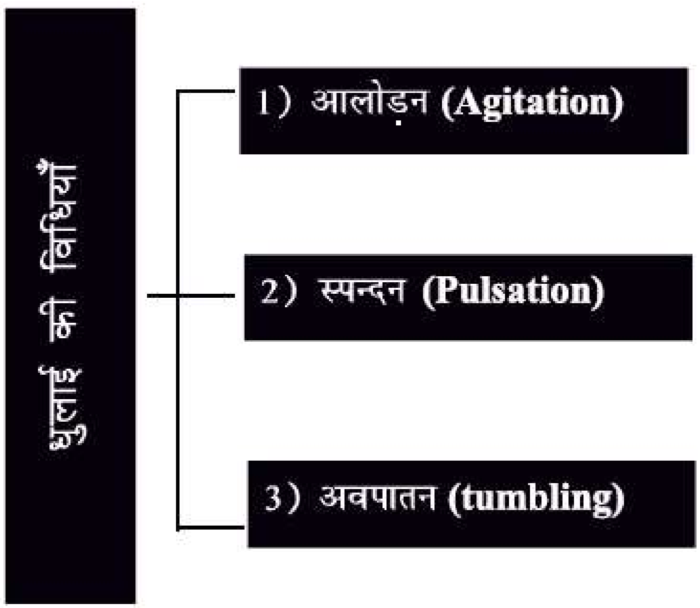
ऊपर से भरने वाली मशीन

सामने से भरने वाली मशीन

हस्त चलित मशीन

अर्द्ध स्वचालित

पूर्णतया स्वचालित



- **आलोड़न (Agitation)**

  (i) यह ऊपर से कपड़े डालने वाली मशीनों में प्रयोग में लाया जाता है।

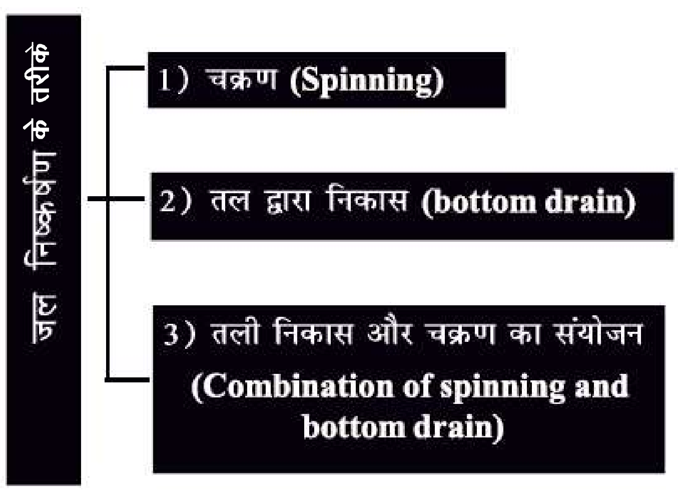
  (ii) इसमें ब्लेड होते हैं, जो घूमते हैं (एक दिशा में गति करते हैं) या दोलन करते हैं (दोनों दिशाओं में बारी–बारी से गति)।

  (iii) जिससे कपड़े जल के साथ तेजी से घूमते हैं और साफ होते हैं।

- **स्पन्दन (Pulsation)**
  - (i) यह भी ऊपर से भरने वाली मशीन में प्रयोग होता है।
  - (ii) इसमें जल की की गति एक सीधे खड़े यंत्र दवारा होती है, जो स्पंदन करता हुआ बहुत तेजी से घूमता है और कपड़ों को साफ करता है।
- **अवपातन (Tumbling)**
  - (i) इसका प्रयोग सामने से भरने वाली मशीनों में किया जाता है।
  - (ii) इन मशीनों में धुलाई एक छिद्रयुक्त बेलन में होती है, जो क्षैतिज अवस्था में लगा होता है, आंशिक रूप से भरे टब में घूमता है।
  - (iii) प्रत्येक चक्कर के साथ कपड़े ऊपर आते हैं, और फिर पानी में गिरा दिए जाते हैं। इसमें कपड़े जल में से गुजरते हैं। जबकि पहली दो विधियों में जल कपड़ों में से गुजरता है।
  - (iv) मशीन के आकार और धोए जाने वाले वस्त्रों के प्रकार के आधार पर आलोड़कों को प्लास्टिक, एलुमिनियम या बेकलाइट का बनाया जाता है क्योंकि इन पर विरंजको, अपमार्जको आदि का प्रतिकूल प्रभाव नहीं पड़ता है।
  - (v) वस्त्र के आधार पर आलोड़क की गति को भी नियंत्रित किया जा सकता है।

(v) खंगालना (Rinsing) धुलाई के बाद कपड़ों में से डिटर्जेंट व साबुन आदि को निकालने के लिए पानी से खंगाला जाता है, जिससे डिटर्जेंट आदि वस्त्रों में से निकल सकें। अन्यथा वे मटमैले दिखाई देंगे और उनकी बुनावट भी कड़ी हो सकती है।

(vi) जल निष्कर्षण (Water extraction) धुलाई और प्रत्येक खंगालने की प्रक्रिया के बाद जल को निकाल दिया जाता है। यह तीन तरीकों से किया जा सकता है –



- **चक्रण (Spinning)** 300 चक्कर प्रति मिनट (rpm) से अधिक गति से चक्रण होने पर एक अपकेंद्री बल (Centrifugal force) उत्पन्न होता है, जो जल को कपड़ों से बाहर निकालता है। यह जल पम्प द्वारा नाली में छोड़ दिया जाता है।
- **तली निकास (Bottom drain)** छिद्रित टबों वाली मशीनें, धुलाई और खंगालने की प्रक्रिया समाप्त होने पर रुक जाती हैं। मशीन के टब में भरा जल, तल में लगी नाली द्वारा बाहर निकल जाता है। इसके पश्चात टब तेजी से चक्रण करता है, जिससे कपड़ों में से बचा खुचा जल भी निकल जाता है।
- **तली निकास और चक्रण का संयोजन (Combination of spinning and bottom drain)** कुछ मशीनें बिना रुके तली से जल निकास करती हैं। यह निकास चक्रण के साथ–साथ ही हो जाता है। यह मशीन में से पानी निकालने की सबसे श्रेष्ठ विधि है। इससे जल में निलंबित गंदगी भी साथ ही बाहर निकल जाती है।

  चक्रण की गति 333 – 1100 rpm तक हो सकती है। चक्रण की गति वस्त्रों से निकाले गए जल की मात्रा को प्रभावित करती है। चक्रण की उपयुक्त गति 600 – 620 rpm है।

8. सुखाने के उपकरण और प्रक्रिया

व्यापारिक और संस्थागत स्तरों पर वस्त्रों को सुखाने के लिए शुष्ककों (driers) का प्रयोग किया जाता है।

शुष्ककों में दो प्रकार के परिचालन होते हैं:

(i) अपेक्षाकृत निम्न तापमान की वायु का उच्च वेग से परिचालनः इस प्रणाली में कमरे में उपस्थित वायु शुष्कक में सामने के पैनल के नीचे से प्रवेश करके, ऊष्मा के स्त्रोत के ऊपर से प्रवाहित होती है। गरम वायु वस्त्रों में से होती हुई निकास नली से बाहर निकल जाती है। इससे कमरे का तापमान और आर्द्रता सामान्य बनी रहती है।

(ii) उच्च तापमान की वायु का धीमी गति से परिचालनः इस प्रणाली में जब वायु शुष्कक में प्रवेश करते हुए ऊष्मा के स्त्रोत के ऊपर से निकलती है, तब इस

वायु को शुष्कक के ऊपरी हिस्से में स्थित छेदों में से एक छोटे पंखे के द्वारा खींच लिया जाता है। यह वायु फिर नीचे की ओर वस्त्रों के बीच से निकलते हुए निकास नली से बाहर चली जाती है। निष्कासित वायु की आर्द्रता अधिक होती है।

9. इस्त्री (प्रेस करना) के उपकरण

इस्त्री करना एक प्रक्रिया है, जिससे कपड़ों की सिलवटें दूर हो जाती हैं व पोशाकों की बाहों, चुन्नटों या पेंट आदि में क्रीज बनाने में मदद मिलती है। ये मुख्य रूप से दो प्रकार की होती हैं।

- बिजली से चलने वाली इस्त्री : यह अधिकांश घरों में होती है। इस्त्री में चिकनी धात्विक स्तह होती है, जिसे गर्म किया जा सकता है। इसका भार 1.5 से 3.5 किलोग्राम तक हो सकता है। इनमें एक ताप स्थाई लगा होता है जो कपड़े के लिए उपयुक्त ताप को समायोजित करता है। कुछ इस्त्रियों में भाप उत्पन्न करने का यंत्र भी लगा होता है।

- कोयले से चलने वाली इस्त्रीः यह एक ढक्कनदार धातु के बक्से की तरह होती है, जिसे गरम करने के लिए जलते हुए कोयले के टुकड़े डाले जाते हैं।

आजकल कई लोग गैस से चलने वाली इस्त्रियों का भी प्रयोग कर रहे हैं।

10. वस्त्रों की देखभाल एवं रखरखाव के विभिन्न स्तरः

(i) **घरेलू स्तर** – प्रतिदिन पहनने वाली पोशाकों व उपयोग में लाए जाने वाली वस्तुओं की धुलाई व रखरखाव घर पर ही की जा सकती है।

(ii) **व्यावसायिक स्तर** – कुछ विशेष वस्तुओं व वस्त्रों की धुलाई हम लॉन्ड्री द्वारा अथवा व्यावसायिक व्यक्तियों के द्वारा करवा सकते हैं।

(क) **व्यवसायी व्यक्ति (धोबी)**: ये घरों, छात्रावासों, होटलों और रेस्टोरेंट्स जैसी संस्थाओं को सेवाएं देते हैं। धोबी अपने घरों या विशेष स्थानों (धोबी घाट) पर कपड़ों की धुलाई करते हैं।

(ख) **लॉन्ड्री अथवा ड्राई क्लीनिंग की दुकानें**: यहाँ ग्राहक धुलवाने के लिए वस्त्र लाते हैं और कुछ दिन बाद धुले और इस्त्री किए हुए वस्त्र वापस ले जाते हैं। ग्राहक कोई संस्था या व्यक्ति हो सकता है। कुछ धुलाई घर वस्त्र ले जाने और वापस पहुँचाने की सेवा भी देते हैं।

(ग) **व्यावसायिक धुलाईघर** : इन धुलाईघरों में वस्त्र की विभिन्न धुलाई प्रक्रियाओं के लिए अलग–अलग विभाग होते हैं।

धुलाई विभाग	जल निष्कासन विभाग
शुष्कक विभाग	इस्त्री विभाग
रंग और पॉलिश जैसी परिसज्जाओं की व्यवस्था विभाग	निर्जल धुलाई और रेशा विशिष्ट धुलाई विभाग
निरीक्षण सामग्री को छाँटना, पूर्व उपचार जैसे रफू मरम्मत के विभाग	अस्पतालों और संस्थाओं के विभाग

- इन धुलाई घरों में बड़े–बड़े उपकरण होते हैं। धुलाई मशीन में एक चक्र में 100 किलोग्राम या अधिक भार लेने की क्षमता होती है। पानी निकालने, सुखाने के

लिए बड़े उपकरण, इस्त्री करने वाले रोलर, कैलेंडरिंग मशीन, तह लगाने की मेज, एक स्थान से दूसरे स्थान तक ले जाने के लिए ट्रॉली आदि की व्यवस्था होती है।

- सभी व्यावसायिक प्रतिष्ठानों में रिकॉर्ड रखने के लिए सांकेतिक पट्टियों की पद्धति होती है। ग्राहक को एक रसीद दी जाती है। जिस पर वस्त्र की संख्या, प्रकार और उस पर किए जाने वाला कार्य आदि लिखा होता है। रसीद के अनुरूप वस्त्र पर टैग लगा दिया जाता है और उससे प्रत्येक ग्राहक के वस्त्र को पहचानने में मदद मिलती है।

11. संस्थाओं (अस्पताल और होटल) में वस्त्र रखरखाव की व्यवस्था

संस्थाओं के संचालन के लिए कपड़ों को व्यवस्थित रूप से इकट्ठा करना, उनकी धुलाई और समय पर सुपुर्द करना बहुत आवश्यक होता है। दो प्रकार की संस्थाएँ हैं जिनमें धुलाई और रखरखाव की अपनी व्यवस्था होती है– होटल और अस्पताल।

अस्पतालः

(i) अस्पताल के धुलाई घर में स्वास्थ्य, स्वच्छता और विसंक्रमण का ध्यान रखा जाता है। कई अस्पताल, जिनमें संक्रमण का खतरा अधिक होता है, उपयोग के बाद फेंक देने वाली सामग्री का, प्रयोग करते हैं, जिसे जलाकर नष्ट कर देते हैं।

(ii) इनमें (कम्बल छोड़कर) प्रायः सभी वस्त्र सूती होते हैं। ये सफेद या पक्के रंग के होते है। अस्पताल अथवा उसके विभाग का कोई विशेष रंग भी हो सकता है।

(iii) अस्पताल के कपड़ों पर धब्बे छुड़ाना व अन्य विशेष परिसज्जाओं जैसे स्टार्च लगाना, सफेदी या इस्त्री करना आदि का विशेष ध्यान नहीं दिया जाता है। कपड़ों की मरम्मत करना और अनुपयोगी सामग्री का निपटान करना भी सेवा में शामिल किया जा सकता है।

(iv) अस्पतालों में धुलाई विभाग के कार्य करने की प्रक्रिया के चरण

- अस्पताल के विभिन्न विभागों से गंदे कपड़े एकत्र करना और धुलाई घर संयंत्र तक ले जाना।

- गंदे कपड़ों को छांट कर अलग–अलग करना।
- वस्त्रों की धुलाई।
- जल निष्कर्षण।
- नमी युक्त वस्त्रों को सुखाना।
- प्रेस करना व तह लगाना और अलग–अलग ढेर लगाना।
- आवश्यकता हो तो वस्त्र की मरम्मत या सुधार करना।
- अनुपयोगी सामग्री का निपटान करना।
- साफ वस्त्रों को पैक करना।
- संबंधित विभागों में साफ कपड़ों का वितरण।

आतिथ्य सत्कार क्षेत्र अथवा होटल

(i) इस क्षेत्र में प्रयोग किए जाने वाले वस्त्रों और वस्त्रों का सौंदर्य बोध और अंतिम सज्जा सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण होता है।

(ii) अस्पतालों की अपेक्षा यहाँ विभिन्न रेशों वाले वस्त्रों का प्रयोग किया जाता है।

(iii) धुले हुए वस्त्रों की अंतिम परिसज्जाएं जैसे स्टार्च लगाना, प्रेस करना, दक्षता से तह लगाना आदि पर विशेष बल दिया जाता है।

(iv) आवश्यकता पड़ने पर मेहमानों के व्यक्तिगत कपड़ों की धुलाई का भी ध्यान रखा जाता है।

12. संस्थाओं में धुलाई की क्षमता

(i) धुलाई किए जाने वाले वस्त्रों की संख्या अस्पताल में होटल से कहीं अधिक होती है।

(ii) एक बड़े होटल में 400 से 500 तक कमरे हो सकते हैं जबकि किसी अस्पताल में 1800 से 2000 तक या इससे भी अधिक हो सकते हैं, जिन की देखभाल करनी पड़ती है।

(iii) ऑपरेशन थिएटर, प्रसूति वार्ड, प्रसव कक्ष में तो दिन में 5 से अधिक बार भी चादर बदलनी पड़ सकती हैं।

(iv) भंडार में प्रति बिस्तर कम से कम 6 चादरों के सेट रखने होते हैं। एक सेट में एक बिस्तर पर बिछाने की चादर, एक ओढ़ने की चादर और एक तकिए का कवर होता है।

(v) कम्बलों को प्रतिदिन नहीं धोया जाता। परन्तु इन्हें भी अतिरिक्त मात्रा में भंडार घर में रखा जाता है।

(vi) इसके अतिरिक्त रोगी की पोशाकें, डॉक्टर की पोशाकें और कुछ सामान्य सामग्री जैसे– मेज़पोश, पर्दे आदि हो सकते हैं।

13. व्यावसायिक धुलाई घरों के समान, अस्पताल व अन्य संस्थाओं में भी कपड़े इकट्ठे करने और प्रत्येक विभाग को उनके वितरण करने से संबंधित रिकॉर्ड रखने की एक पद्धति होती है।

रिकॉर्ड रखने का उदाहरण नीचे दिया गया है

अस्पताल का नाम

धुलाई के कपड़ों की रसीद

रसीद सं. ....

देने वाले का नाम ....

दिनांक .... समय.................

क्र. सं.	कपड़े का नाम	संख्या	टिप्पणी
1	चादर बिछाने की		
2	ओढ़ने की चादर सफेद		
3	रोगी का कुर्ता		
4	रोगी का पाजामा		
5	तौलिया		
6	मास्क		
7	बच्ची की फ्रॉक		
8	तकिये के कवर		
9	ऐप्रन		
10	गल पट्टी		
	गंदे कपड़ों का थैला		

14. जीविका के लिए तैयारी

प्राथमिक आवश्यताएँ / कौशल

(i) वस्त्रों की आवश्यक देखभाल के लिए उसके रेशों के प्रकार व मात्रा, धागा, कपड़ा उत्पादन तकनीक, कपड़ों की रंगाई और अन्य परिसज्जाओं का ज्ञान होना।

(ii) अंतर्निहित प्रक्रियाओं का ज्ञान।

(iii) विभिन्न प्रक्रियाओं में प्रयोग में लाए जाने वाले रसायनों और अभिकर्मकों का और उनका विभिन्न प्रकार के वस्त्रों पर होने वाले प्रभाव का ज्ञान।

(iv) वस्त्रों की देखरेख में प्रयोग में लाई जाने वाली मशीनों की आवश्यकताओं और इनकी कार्यप्रणाली का व्यवहारिक ज्ञान।

शैक्षणिक योग्यता :

(i) धुलाई प्रबन्धन में लघु अवधि पाठ्यक्रम :

(ii) इन पाठ्यक्रमों के द्वारा अनुशिक्षण, रोजगार प्राप्ति सहायता, व्यापार प्रारम्भ करने हेतु सहायता आदि के साथ उच्च तकनीक वाले धुलाई घरों में व्यवहारिक प्रशिक्षण दिया जाता है।

(iii) विभिन्न संस्थाओं जैसे विमान कम्पनी, जलयान, रेलवे, होटल, अस्पतालों आदि में व्यवाहारिक प्रशिक्षण अथवा इंटर्नशिप।

(iv) वस्त्र विज्ञान, वस्त्र रसायन, वस्त्र और परिधान गृह विज्ञान में स्नातक डिग्री के पाठ्यक्रम भी विश्वविद्यालयों में उपलब्ध हैं।

15. कार्य क्षेत्र

(i) स्वउद्यमी गतिविधियों में प्रवेश।

(ii) उपचार घर, छोटे अस्पताल, दिवस देखभाल केंद्र में सेवारत।

(iii) रेलवे, विमान कंपनियां, पोत परिवहन कंपनियों, होटलों, अस्पतालों जैसी बड़ी संस्थाओं के धुलाई घरों में विभिन्न पदों पर नौकरी।

कुछ महत्त्वपूर्ण परिभाषाएँ

1. **निर्जल धुलाई अथवा शुष्क धुलाई :** ऊनी, रेशमी, रियान और कुछ विशेष अथवा महंगे वस्त्रों की धुलाई जल के स्थान पर कार्बनिक विलायकों से की जाती है।
2. **कैलेंडरिंग :** यह वस्त्रों पर की जाने वाली एक प्रक्रिया है, जिससे उनकी सतह चिकनी और चमकदार हो जाती है। इसमें वस्त्र को बड़े–बड़े गर्म रोलर्स में से उच्चदाब देकर निकाला जाता है।

3. **विसंक्रमण** : रोगाणुओं को नष्ट करने की प्रक्रिया को विसंक्रमण कहते हैं। यह क्रिया उच्चदाब, ताप या रसायनों से की जा सकती है।

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. मशीन में वस्त्रों की धुलाई का मुख्य सिद्धान्त क्या है?

(क) धोने वाले घोल में कपड़ों में से गंदगी हटाने के लिए कपड़ों को गतिशील रखना।

(ख) मशीन में पानी का भरना।

(ग) मशीन के नियंत्रण को सेट करना।

(घ) गंदगी हटाने के लिए मशीन में अच्छे डिटर्जेंट का डालना।

उत्तर– (क) धोने वाले घोल में कपड़ों में से गंदगी हटाने के लिए कपड़ों को गतिशील रखना।

2. सामने से भरने वाली मशीनों के मॉडल में धुलाई की किस विधि का प्रयोग होता है?

(क) आलोड़न (ख) स्पंदन

(ग) अवपातन (घ) चक्रण

उत्तर– (ग) अवपातन

3. वस्त्रों की धुलाई के लिए चक्रण की उपयुक्त गति क्या है?

(क) 300–350 rpm (ख) 500–530 rpm

(ग) 900–1100 rpm (घ) 600–620 rpm

उत्तर– (घ) 600–620 rpm

4. अस्पतालों के कपड़ों में किस प्रकार के वस्त्र का अधिक प्रयोग होता है?

(क) सूती वस्त्र (ख) रेशमी वस्त्र

(ग) ऊनी वस्त्र (घ) संश्लिष्ट तंतु से बने वस्त्र

उत्तर– (क) सूती वस्त्र

5. चक्रण की गति 300 rpm होने पर कौन सा बल उत्पन्न होता है?

(क) अपकेंद्री बल (ख) गुरुत्वाकर्षण

(ग) क्षेत्रीय बल (घ) चुंबकीय बल

उत्तर (क) अपकेंद्री बल

(ख) (i) मिलान कीजिए

A. अवलोड़न	(i) सिल्वटों को समतल करना
B. इस्त्री करना	(ii) कपड़ों की धुलाई की विधि
C. जल निष्कासन	(iii) चक्रण
D. धोबी घाट	(iv) धुलाई के लिए विशिष्ट स्थान

सही विकल्प चुनें

(क) A - (ii), B - (iii), C - (i), D - (iv) (ख) A - (ii), B - (i), C - (iii), D - (iv)

(ग) A - (iii), B - (ii), C - (iv), D - (i) (घ) A - (i), B - (ii), C - (iv), D - (iii)

उत्तर– (ख) A - (ii), B - (i), C - (iii), D - (iv)

(ख) (ii) मिलान कीजिए

A. निर्ज़ल धुलाई	(i) सूती वस्त्रों की धुलाई और विसंक्रमण
B. अस्पताल के धुलाई घर	(ii) कपड़ों के सौंदर्य बोध पर विशेष ध्यान
C. होटल के धुलाई घर	(iii) रेशमी, ऊनी व विशेष वस्तुओं की निर्जल धुलाई
D. धोबी घाट	(iv) विशिष्ट निर्दिष्ट स्थान पर वस्त्र की धुलाई व इस्त्री

सही विकल्प चुनें

(क) A - (iii), B - (i), C - (ii), D - (iv) (ख) A - (i), B - (ii), C - (iv), D - (iii)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (i), D - (iv) (घ) A - (iii), B - (ii), C - (i), D - (iv)

उत्तर– (क) A - (iii), B - (i), C - (ii), D - (iv)

अति लघु उत्तरीय प्रश्न (1 अंक)

1. वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव के दो पहलू क्या हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (i) वस्त्र को किसी भी प्रकार की भौतिक क्षति से मुक्त रखना। अगर कोई क्षति है, तो उसमें सुधार करना।

(ii) वस्त्र पर से धब्बे और धूल दूर करके उसकी रंग रूप, चमक और विशेषताओं को बनाए रखना।

2. धुलाई की मशीनों में मुख्य कितने प्रकार के मॉडल उपलब्ध हैं? नाम लिखें।

उत्तर– धुलाई की मशीन में दो प्रकार के मॉडल उपलब्ध हैं:

(i) ऊपर से भराई वाले, जिनमें मशीन में कपड़े ऊपर से डाले जाते हैं।

(ii) सामने से भराई वाले, जिनमें मशीन में कपड़े सामने से भरे जाते हैं।

3. घरेलू लिनन की बड़ी वस्तुएं या कुछ विशेष वस्त्रों की धुलाई हम किस प्रकार करवाते हैं?

उत्तर– रेशमी, ऊनी या कुछ विशेष वस्त्रों की धुलाई हम घर पर ना करके लॉन्ड्री से करवाते हैं। यहाँ उनकी निर्जल धुलाई (कार्बनिक विलायक से धुलाई) की जाती है।

4. वस्त्रों को धुलाई के लिए मशीन में गतिशील रखने की कोई दो विधियों के नाम लिखें।

उत्तर– (i) आलोड़न

(ii) स्पंदन

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

व्यवसायिक धुलाई घर विभिन्न विभागों में व्यवस्थित किए जाते हैं। प्रत्येक भाग एक विशिष्ट कार्य से सम्बन्धित होता है, जैसे –धुलाई, जल निष्कासन, सुखाना, प्रेस करना। कुछ धुलाई घरों में अस्पतालों और संस्थाओं के लिए अलग खण्ड हो सकते हैं और वैयक्तिक और निजी कार्यों के लिए अलग। अधिकांश धुलाई घरों में

निरीक्षण, सामग्री को छाँट कर अलग करना और पूर्व उपचार जैसे रफू करना, धब्बे हटाने के लिए इकाइयाँ होती हैं।

1. धुलाई और खंगालने की प्रक्रिया के बाद वस्त्रों से जल निकालने की प्रक्रिया को क्या कहा जाता है?

(क) स्पंदन (ख) अवपातन

(ग) चक्रण (घ) जल निष्कर्षण

उत्तर– (घ) जल निष्कर्षण

2. धुलाई के बाद वस्त्रों को अगर अच्छी तरह पानी से ना खंगाला जाए तो वे .... दिखाई देते हैं और उनकी बुनावट .... हो जाती है।

(क) सफेद, कड़ी (ख) मटमैले, कड़ी

(ग) पीले, कड़ी (घ) पीले, सघन

उत्तर– (ख) मटमैले, कड़ी

3. व्यवसायी व्यक्ति जो धोने अथवा इस्त्री करने के लिए घर से कपड़े इकट्ठे करते हैं, उन्हें क्या कहा जाता है?

(क) धोबी (खा) मिस्त्री

(ग) उद्यमी (घ) धुलाईकर्ता

उत्तर– (क) धोबी

4. निम्नलिखित में से कौन सा विकल्प सही है?

(क) वस्त्रों की धुलाई के काम की मात्रा होटलों में अस्पतालों की तुलना में अधिक होती है।

(ख) कुछ धुलाई मशीनें बिना रुके तली से जल का निकास करती हैं, और यह जल निकास की श्रेष्ठ पद्धति है।

(ग) अस्पताल के धुलाई घर में वस्त्रों के सौंदर्य बोध, स्वास्थ्य, स्वच्छता और विसंक्रमण का ध्यान रखा जाता है।

(घ) वस्त्रों की देखभाल के क्षेत्र में जीविका प्राप्ति के लिए व्यवहारिक प्रशिक्षण की आवश्यकता नहीं होती।

उत्तर– (ख) कुछ धुलाई मशीनें बिना रुके तली से जल निकास करती हैं, और यह जल निकास की श्रेष्ठ पद्धति है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. वस्त्रों की सफाई को प्रभावित करने वाले कोई चार कारक लिखिए।

(एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– (क) वस्त्रों के रेशों की मात्रा व धागे का प्रकार

(ख) वस्त्र निर्माण की तकनीक

(ग) वस्त्र पर की गई परिसज्जा

(घ) वस्त्र का विशेष उपयोग

2. वस्त्रों की धुलाई एक विज्ञान और कला दोनों हैं। इस कथन की विवेचना कीजिए।

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– वस्त्र की धुलाई एक विज्ञान है, क्योंकि यह वैज्ञानिक सिद्धांतों और तकनीक के अनुप्रयोगों पर आधारित है। यह एक कला है क्योंकि सौंदर्यपरक रुचिकर परिणाम प्राप्त करने के लिए संबंधित कौशलों में निपुणता होना आवश्यक है।

4. ड्राई क्लीनिंग शॉप्स ''निर्जल धुलाई की दुकान'' से आप क्या समझते हैं?

उत्तर– ड्राई क्लीनिंग शॉप (निर्जल धुलाई की दुकान) में लोग, कुछ विशेष वस्त्रों को धुलाई के लिए देते हैं। यहाँ ग्राहक धुलवाने के लिए वस्त्र देते हैं, और कुछ दिन बाद धुले हुए वस्त्र ले जाते हैं। ये ग्राहक कोई व्यक्ति या संस्था हो सकती है। कुछ धुलाई घर ग्राहक से सामग्री लेने और पहुँचाने की सेवा भी देते हैं। यह विशेष रूप से छात्रावास, छोटे होटल, रेस्टोरेंट्स और नर्सिंग होम जैसी संस्थाओं को सेवा भी देते हैं। कुछ दुकानों में पूर्व उपचार जैसे रफू करना, मरम्मत करना और वस्त्र की रंगाई के लिए इकाइयाँ भी होती हैं।

4. व्यवसायिक धुलाई घरों में जाने प्रयोग किए जाने वाले कोई 4 उपकरणों के नाम लिखें।

उत्तर– कोई चार

(i) धुलाई की बड़ी मशीनें

(ii) जल निष्कासक

(iii) शुष्कक

(iv) प्रेस करने के उपकरण

(v) कैलेंडरिंग मशीन

(vi) एक स्थान से दूसरे स्थान तक ले जाने के लिए ट्रॉली

5. निम्न का कारण बताइये। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

(क) वस्त्रों का लगभग सुखने तक चक्रण नहीं किया जाता।

(ख) धुलाई मशीन के आलोड़क बैकलाइट से बने होते हैं।

उत्तर– (क) लगभग सुखने तक चक्रण नहीं किया जाता क्योंकि इससे वस्त्रों में सिलवटें पड़ जाती हैं जो इस्तरी द्वारा बहुत कठिनाई से हटती है।

(ख) क्योंकि विभिन्न प्रकार के अपमार्जको, विरंजकों, व मृदुकारकों का इन पर कोई प्रभाव नही पड़ता।

6. घरेलू और व्यावसायिक लॉन्ड्री के बीच चार अंतर बतायें।

(सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

घरेलू लॉन्ड्री

1. कपड़ों की मात्रा कम होती है (5–10 किलो)
2. रिकॉर्ड की कोई आवश्यकता नहीं होती
3. विभिन्न कार्यों के लिए कोई अलग खंड नही होते।
4. उपयोग किए जाने वाले उपकरण ब्रश, बाल्टी, धुलाई मशीन आदि होते हैं।

व्यावसायिक लॉन्ड्री

1. कपड़ों की मात्रा अधिक होती है (100 किग्रा या अधिक)
2. उचित रिकॉर्ड रखा जाता है।
3. निरीक्षण, छँटाई, सुखाने, इस्त्री, आदि के लिए अलग खंड होते हैं।
4. बड़े–बड़े उपकरण जैसे – शुष्कक, रोलर, इस्त्री आदि का प्रयोग होता है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव में जीविका प्राप्ति के इच्छुक व्यक्ति में किन प्राथमिक आवश्यकताओं का ज्ञान होना चाहिए?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–14 देखिए।

2. एक अस्पताल में किन वस्त्रों की धुलाई व देखरेख की आवश्यकता होती है?

उत्तर– (i) संस्थाओं में बिछाने व ओढ़ने के कपड़े जैसे चादर, कम्बल आदि।

(ii) कर्मचारियों के कपड़े या वर्दी।

(iii) संस्था के कमरों में सज्जा की सामग्री।

(iv) ऐप्रन, टोपियां, सिर के परिधान, मास्क।

(v) अस्पताल में रोगियों की और होटलों में ग्राहकों की पोशाकें।

(vi) रसोईघर के कपड़े।

(vii) कुछ अन्य सामग्री जैसे पर्दे, मेजपोश आदि।

3. एक स्वचालित धुलाई मशीन में जल निष्कर्षण किन विधियों द्वारा हो सकता है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–7(vi) देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. शुष्कक का मशीन में क्या कार्य होता है? यह किस प्रकार परिचालन कर सकते हैं, वर्णन कीजिए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 8 देखिए।

2. व्यवसायिक धुलाई घरों और अस्पतालों के धुलाई घरों, के कार्य की प्रक्रिया में क्या अंतर है, स्पष्ट कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर–

व्यवसायिक धुलाई घर

1. व्यवसायिक धुलाई घर में ग्राहकों के कपड़े की सफाई व देखरेख की जाती है। ग्राहक कोई भी व्यक्ति, छात्रावास या संस्था हो सकता है।
2. रेशम, ऊनी व अन्य महंगे वस्त्रों की निर्जल धुलाई और विशिष्ट वस्तुओं जैसे कालीन की धुलाई, वस्त्रों की जरी पॉलिश, रंगाई आदि परिसज्जाओं के लिए अलग खंड हो सकते हैं।
3. वस्त्रों की इस्त्री व पैकिंग पर विशेष ध्यान दिया जाता है।
4. वस्त्रों के विसंक्रमण को अधिक महत्त्व नहीं दिया जाता है। धब्बों की साफ सफाई पर और वस्त्र के सौंदर्य बोध का विशेष ध्यान दिया जाता है।

अस्पतालों के धुलाई घर

1. अस्पतालों के धुलाई पर घर में केवल उस अस्पताल के वस्त्रों और कर्मचारियों के वस्त्रों की ही साफ–सफाई और देखरेख की जाती है।
2. यहाँ अधिकांश सामग्री सूती कपड़ों से ही बनी होती है। अस्पतालों के विभिन्न विभागों के लिए अलग खंड हो सकते हैं।
3. वस्त्रों के पैकिंग, सौन्दर्य बोध व इस्त्री पर विशेष ध्यान नहीं दिया जाता है।
4. यहाँ पक्के धब्बों को दूर करने पर अधिक ध्यान नहीं दिया जाता, पर वस्त्रों की स्वच्छता और विसंक्रमण का विशेष ध्यान रखा जाता है।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. व्यावसायिक धुलाईघरों में वस्त्र वितरण करने से संबंधित रिकॉर्ड रखने का प्रारूप बनाइए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 13 देखिए।

2. वस्त्र धोने की विभिन्न प्रकार की मशीनें कौन से हैं? संक्षेप में इनकी कार्यविधि लिखें। धुलाई मशीन में आलोड़क किन पदार्थों से बनाए जाते है और क्यों?

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 6 देखिए।

धुलाई मशीन में आलोड़क प्लास्टिक, एलुमिनियम अथवा बेकलाइट जैसे पदार्थों से बनाए जाते हैं क्योंकि विभिन्न प्रकार के अपमार्जक, विरंजक, मृदुकारक आदि का इन पर कोई कुप्रभाव नहीं होता।

11. आतिथ्य प्रबन्धन

'स्मरणीय बिंदु'

1. भारतीय सभ्यता में अतिथियों को भगवान के समान माना जाता है और उनके साथ वैसा ही व्यवहार किया जाता है, जैसे कि "अतिथि देवो भव" शब्द में विदित है।
2. प्राचीन काल में प्रायः लोग अपने सम्बन्धियों या मित्रों के यहाँ या धर्मशलाओं में रुकते थे परन्तु आज के आधुनिक समय में लोगों की विभिन्न उद्देश्यों से की जाने वाली यात्राओं की संख्या में वृद्धि हुई है, ऐसी स्थिति में सत्कार की मूलभूत सेवाओं की व्यवस्था की आधिक आवश्यकता हो गई है।
3. आतिथ्य प्रबन्धन का महत्त्व – वैश्वीकरण के साथ, लोग अनेक कारणों से एक स्थान से दूसरे स्थान पर यात्रा करते हैं–
   (i) कुछ लोग विभिन्न स्थानों की यात्रा, विभिन्न संस्कृतियों का अनुभव करने, परम्परागत इमारतों को देखने के लिए, वन्य जीवन पर्यटन के लिए जाते हैं।
   (ii) लोग धार्मिक यात्राओं पर, धार्मिक स्थलों के दर्शन के लिए व धार्मिक उत्सवों में भाग लेने जाते हैं। जैसे पुष्कर तथा कुंभ मेला, दशहरा उत्सव, मुम्बई व पुणे का गणपति उत्सव इत्यादि।
   (iii) आज के युग में लोग व्यापारिक उद्देश्य से भी भिन्न–भिन्न देशों की यात्रा करते हैं।
   (iv) चिकित्सकीय पर्यटन भी एक बढ़ता हुआ क्षेत्र है लोग दूसरे देशों में स्वास्थ्य सेवा प्राप्त करने के लिए यात्रा करते हैं।
   (v) शिक्षा प्राप्त करने के लिए भी विद्यार्थी दूसरे देशों में यात्रा करते हैं।

   इस प्रकार के आयोजनों/समारोहों में भाग लेने के लिए आने वाले सभी लोग, ऐसे स्थानों पर रुकना चाहते हैं जो आरामदायक, सुरक्षित तथा स्वच्छ हों। इस प्रकार आतिथ्य उद्योग "एक घर से दूर घर" की सुविधा के रूप में विकसित हुआ है और यह तीव्र गति से विकसित हो रहा उद्योग है।

पर्यटक – पर्यटक वह है जो किसी दूसरे स्थान की यात्रा करते हैं और अस्थायी रूप से ठहरता है।

आतिथ्य सेवाएँ प्रदान करने वाले विभिन्न प्रतिष्ठान

मोटल

होटल

लॉज

सुसज्जित फ्लैट

सैरगाह (रिर्जाट)

सुसज्जित कैम्प

4. **आतिथ्य** – आतिथ्य, अतिथि तथा मेजबान के बीच का सम्बन्ध है। यह एक प्रकार का सत्कारशील व्यवहार है, जिसमें अतिथियों का उदारतापूर्वक और मित्रतापूर्वक स्वागत करना, उनका मनोरंजन करना तथा उन्हें शिष्टतापूर्ण सेवाएँ प्रदान करना भी सम्मिलित है। विभिन्न प्रकार के प्रतिष्ठान आतिथ्य सेवाएँ प्रदान करते हैं।

   (i) **होटल** – ये बडे व्यापारिक प्रतिष्ठान होते हैं जो अतिथियों को रहने का स्थान, भोजन तथा अन्य सेवाएँ प्रदान करते हैं।

   (ii) **मोटल** – मोटल, होटलों से छोटे होते हैं, होटल जैसी सेवाएँ प्रदान करते हैं और कमरे के पास पार्किंग की सुविधा प्रदान करते हैं या कमरे का दरवाजा ही पार्किंग स्थल में खुलता है।

   (iii) **आवास (लॉज)** – लॉज किराये पर स्थान प्रदान करता है, विशेष रूप से सोने के लिए और यह भी हो सकता है कि वहाँ भोजन और अन्य सेवाएँ उपलब्ध न करवाई जाएँ।

   (iv) **सैरगाह/रिजार्ट** – ये बड़े व्यवसायिक प्रतिष्ठान होते हैं। ये सुख–सुविधा के आकर्षण के लिए जाना जाता है। यहाँ अनेक प्रकार की सुविधाएँ / खेल की सुविधाएँ उपलब्ध होती हैं।

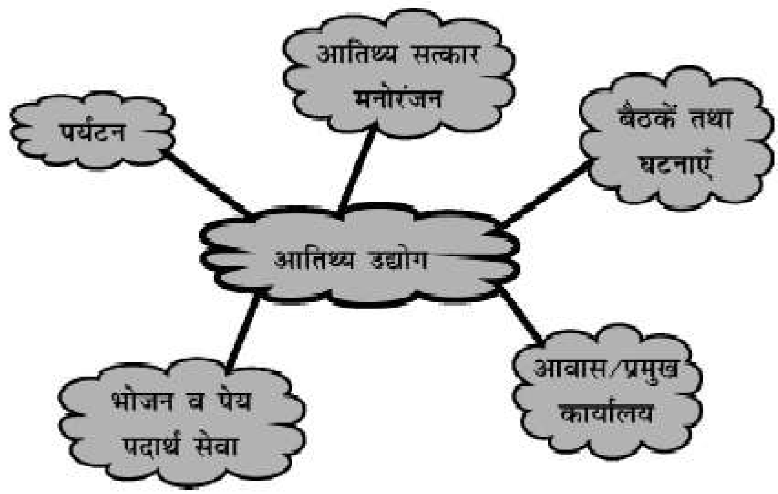
   (v) **सुसज्जित फ्लैट** – यहाँ अतिथियों की सभी अपेक्षित सुविधाएँ प्रदान की जाती हैं। यहाँ पर अतिथि अपना भोजन स्वयं बना सकते हैं।

   (vi) **सुसज्जित शिविर (कैंप)** – प्रायः ये उन लोगों का आतिथ्य प्रदान करते हैं जो पैदल लंबी यात्रा (हाइकिंग) ट्रैकिंग, रॉक क्लाइबिंग, राफ्टिंग आदि जोखिम भरे खेलों में भाग लेते हैं।

   (vii) **इनके अतिरिक्त आतिथ्य सेवाएँ** – सम्मेलनों, सभाओं, थीम पार्क (प्रकरण उद्यान), समुद्री पर्यटन (क्रूज़) आदि में प्रदान की जाती हैं।

   (viii) अतिथि गृह, अस्पताल, छात्रावास आदि में भी आतिथ्य सेवाएँ प्रदान की जाती हैं।

आतिथ्य उद्योगों के विभाग/क्षेत्र



5. **आतिथ्य चक्र** – आतिथ्य उद्योग को समझने के लिए अतिथि चक्र को समझना आवश्यक है।

(i) **आगमन पूर्व अवस्था** – आगमन पूर्व अवस्था में निम्न कार्य किए जाते हैं।

- अतिथि के लिए कमरे तथा अन्य सुविधाओं के रेट देना।
- अतिथि और होटल के बीच दर पर सहमति बन जाने पर कमरा आरक्षित करना।

(ii) **आगमन अवस्था** – अतिथि का वास्तव में आगमन होता है और उसका नाम रजिस्टर में दर्ज किया जाता है या 'चेक–इन' होता है।

(iii) **कमरे पर आधिपत्य (ऑक्यूपेसी)** – इस चरण में अतिथि के कमरे में जाने के बाद उसकी आवश्यकताओं के अनुरूप सभी अतिथि सेवाएँ प्रदान की जाती हैं, जैसे अतिथि की सुरक्षा तथा अतिथि सेवाओं का समन्वयन जिनका उद्देश्य 'ग्राहक की निष्ठा' को पाना और उसे बनाए रखना होता है।

(iv) **प्रस्थान** – यह अतिथि चक्र की अंतिम अवस्था है, जिसमें अतिथि आवास छोड़ने या 'चेक–आउट' के लिए तैयार होता है। प्रस्थान करते समय निम्न क्रियाकलाप किए जाते हैं।

- अतिथि द्वारा बिल का भुगतान व उसे रसीद देना।
- कमरे की चाबियाँ वापिस लेना।
- अतिथि संबंधी सारी जानकारी होटल के रिकॉर्ड में रखना जिसमें अतिथि द्वारा होटल की सेवाओं के बारे में प्रतिपुष्टि (फीडबैक) भी सम्मिलित है।
- धन्यवाद पत्र

एक संगठन के आतिथ्य प्रबन्धन में सम्मिलित विभाग

6. **प्रमुख कार्यालय** – अतिथि चक्र सामान्यतः प्रमुख कार्यालय के क्षेत्र में आता है।
    - यहाँ अतिथि का आगमन होता है तथा वह आतिथ्य उद्योग के कर्मचारियों के सम्पर्क में आता है।
    - प्रमुख कार्यालय किसी भी होटल का केन्द्र बिन्दु है क्योंकि अतिथि और संगठन के बीच अच्छे सम्बन्ध विकसित करने और संगठन की अच्छी छवि बनाने के लिए अतिथि और संगठन के बीच पारस्परिक सम्पर्क अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है।

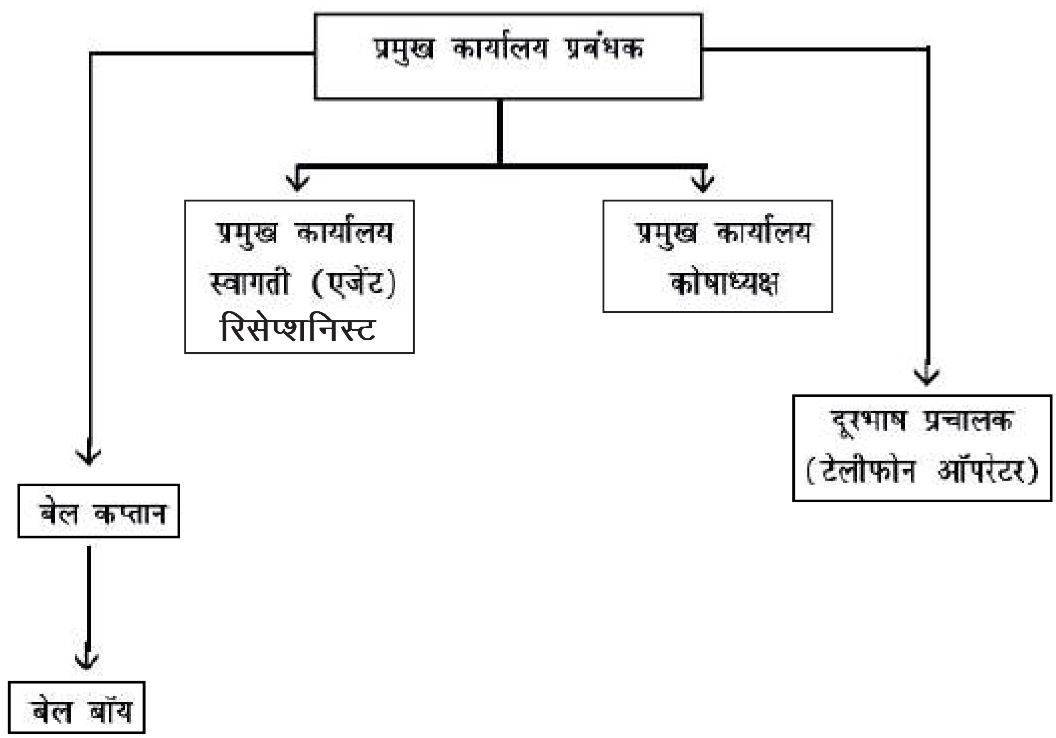
7. **प्रमुख कार्यालय कर्मचारियों द्वारा अतिथियों को दी जानेवाली सेवाएँ–**
    - अतिथियों का स्वागत व अभिवादन करना।
    - कमरे के आरक्षण की उपलब्धता की स्थिति को व्यवस्थित करना।
    - अतिथियों तथा कमरों के आबंटन का पंजीकरण करना।
    - चेक इन तथा चेक आउट के विवरणों का रिकॉर्ड रखना।
    - अतिथियों का सामान कमरे तक पहुँचाना।

- अतिथियों को कमरे की चाबियों सौंपना।
- अतिथियों को संस्थान में उपलब्ध अन्य सशुल्क सेवाओं के बारे में जानकारी देना।
- अतिथियों के बिल बनाना व भुगतान करवाना।

8. प्रमुख कार्यालय के कर्मचारी अतिथियों को सेवाएँ प्रदान करने के लिए संस्थान के विभिन्न विभागों से समन्वय करते हैं जैसे–

परिवहन विभाग, लेखा विभाग, बिल विभाग, कमरे में दी जाने वाली सेवाएँ, रेस्तराँ इंजिनियरिंग विभाग, भंडार, विक्रय विभाग तथा गृह व्यवस्था विभाग

9. प्रमुख कार्यालय के विभाग का संगठन



10. प्रमुख कार्यालय में काम करने वाले विभिन्न कर्मचारियों के पदनाम व कर्तव्य

	पदनाम	कर्तव्य
1.	प्रमुख कार्यालय प्रबन्धक	♦ प्रमुख कार्यालय, लॉबी एवं परिवहन संबंधी कार्यों की व्यवस्था। ♦ कर्मचारियों की ड्यूटी लिस्ट बनाना व स्टाफ को पालियों में आने के लिए सारणी बनाना। ♦ अतिथियों के आगमन की जाँच करना ♦ अतिविशिष्ट अतिथियों का आगमन, गृहव्यवस्था तथा अन्य विभागों से समन्वय करना।
2.	प्रमुख कार्यालय पर्यवेक्षक	♦ एक पाली का पूरा उत्तरदायित्व होता है। ♦ आने वाले अतिथियों का स्वागत। ♦ अतिथियों को उनकी बुकिंग के अनुसार कमरा जल्द से जल्द प्रदान करना। ♦ कमरों के आधिपत्य की जाँच करना।
3.	प्रमुख कार्यालय कोषाध्यक्ष	♦ अतिथियों के बिलों का लेखा-जोखा जैसे- कमरे का किराया, बुकिंग की राशि, भोजन का बिल।
4.	दूरभाष संचालक /सूचना सहायक	♦ होटल में आने वाले सभी टेलीफोन, कॉल का जवाब देना एवं पूछी गई सूचनाएँ देना।
5.	सहायक प्रबन्धक प्रमुख कार्यालय	♦ मुख्य कार्यालय के प्रबंधक की अनुपस्थिति में मुख्य कार्यालय को सुव्यवस्थित रखना। ♦ पर्यवेक्षण करना।
6.	प्रतीक्षा कक्ष (लॉबी) प्रबन्धक	♦ सभी वर्दीधारी सेवाओं को संगठित करना। ♦ पर्यवेक्षण तथा नियंत्रण करना।
7.	स्वागती (रिसेप्शनिस्ट)	♦ अतिथियों के लिए कमरे आरक्षित करना। ♦ रजिस्टर में नाम दर्ज करना तथा कमरा निर्धारित करना, सूचना प्रदान करना।
8.	बेल कप्तान	♦ प्रतीक्षा कक्ष में सभी वर्दीधारी सेवकों और सम्मान/संदेशवाहक को संगठित करना। ♦ पर्यवेक्षण तथा नियंत्रण करना। ♦ होटल में लाने और वहाँ से ले जाने के समय सारे सामान का पर्यवेक्षण करना।
9.	बेल ब्वाय	♦ अतिथियों के सामान को कमरे में या कमरे से बाहर लाने/ले जाने के लिए उत्तरदायी।
10.	दरबान	♦ अतिथियों के आगमन पर स्वागत करता है। ♦ उनको पंजीकरण डेस्क तक पहुँचाता है।

11. गृह व्यवस्था विभाग – इस विभाग का मुख्य कार्य संस्थान में स्वच्छता एवं साफ–सफाई बनाए रखना है।

- गृह व्यवस्था विभाग अतिथियों के कमरे की साज–सज्जा, कमरे में प्रदान की गई सभी सुविधाओं, उनकी सुरक्षा, स्वच्छता एवं सफाई का पूरा ध्यान रखता है।

- संस्थान के सौन्दर्य को बनाए रखने के लिए भी उत्तरदायी होता है।

आजकल कई संस्थाएँ व कॉरपोरेट ऑफिस गृह व्यवस्था सेवाओं को ठेके के आधार पर रखती है। इस कार्य के लिए विभिन्न अनुभागों एवं प्रशिक्षित कर्मचारियों को आवश्यकता होती है।

(i) **गृह व्यवस्था विभाग के कार्य –**

- सार्वजनिक क्षेत्रों की साफ–सफाई करना।
- धुले कपड़ों का रखरखाव तथा आपूर्ति और विभिन्न प्रकार की लिनेन तथा ड्रेसों को बदलना।
- होटल के अन्दर फूलों की सजावट की व्यवस्था तथा होटल के बाहर उद्यान का रखरखाव।

  नियंत्रण डेस्क के माध्यम से प्रमुख कार्यालय, रेस्तराँ, इंजिनियरिंग, लेखा आदि विभिन्न विभागों में समन्वय व संचार स्थापित करना।
- कीट नियंत्रण।

(ii) इन कार्यों को भली–भांति करने के लिए गृह व्यवस्था विभाग को विभिन्न वर्गों में बाँटा गया है।

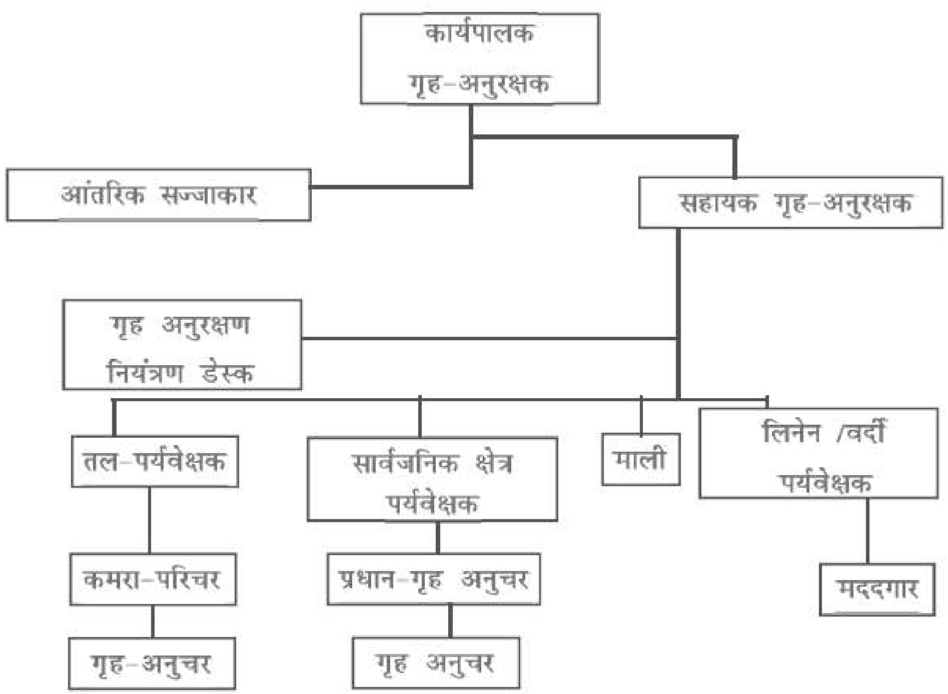
- **गृह व्यवस्था नियन्त्रण डेस्क** – होटल के विभिन्न भागों में कार्य करनेवाले कर्मचारियों तक सूचना पहुँचाता है।
- **गृह व्यवस्था प्रबन्ध** – यह विभाग के सभी क्रियाकलापों की योजना बनाता है।
- **अतिथि गृह ब्रिगेड** – अतिथि गृहों की स्वच्छता और रखरखाव करती है।
- **सार्वजनिक क्षेत्र ब्रिगेड** – प्रवेश क्षेत्र, प्रतीक्षा कक्ष, प्रमुख कार्यालय तथा अन्य सार्वजनिक क्षेत्रों की स्वच्छता बनाए रखती है।
- **लिनेन तथा वर्दी कक्ष** – यह लांड्री संबंधी गतिविधियों में समन्वय स्थापित करने, पूरे प्रतिष्ठान को धुले हुए साफ लिनेन तथा सभी कर्मचारियों को वर्दी प्रदान करने का कार्य करता है।
- **उद्यान तथा पुष्प प्रबन्धन टीम** – होटल के उद्यान व कमरों एवं विभिन्न स्थानों में पुष्प सज्जा संबंधी कार्य करती है।

- **खोया पाया विभाग** – अतिथियों के खोए हुए सामान को जमा करने का कार्य करता है।

12. गृह व्यवस्था विभाग का कर्मचारी भर्ती संरूप (स्टाफिंग पैटर्न)

गृह व्यवस्था विभाग को दक्षतापूर्वक चलाने के लिए विभिन्न पदों की नियुक्तियाँ की जाती हैं। एक संस्था की संस्थागत संरचना तथा पदानुक्रम दूसरी संस्था से भिन्न हो सकती है। कहीं पर विभिन्न पदों के लिए अलग–अलग व्यक्ति नियुक्त किए जा सकते हैं या एक ही कर्मचारी से विभिन्न कार्यों को करवाया जा सकते हैं।

गृह व्यवस्था विभाग का सामान्य संगठनात्मक चार्ट



13. गृह व्यवस्था विभाग के कर्मिकों के उत्तरदायित्व

(i) **कार्यकारी गृह–अनुरक्षक** – इसका उत्तरदायित्व जनशक्ति, पदार्थों, धन, समय तथा अन्य संसाधनों का विवेकपूर्ण उपयोग करवाना है। वह गृह व्यवस्था विभाग की समय–सारिणी, स्वच्छता तथा सभी कार्य–पद्धति को नियन्त्रित करता है।

(ii) **सहायक गृह–अनुरक्षक** – वह ड्यूटी–सारणी तैयार करता है तथा स्वच्छता एवं कर्मचारियों के कार्यों की जाँच करता है।

(iii) **डेस्क नियन्त्रण पर्यवेक्षक** – अतिथियों के प्रस्थान की सूचना के लिए प्रमुख कार्यालय से समन्वय रखता है।

- खाली हुए कमरों की सफाई करवाकर साफ कमरे तैयार करवाता है। इस डेस्क पर 24 घण्टे एक व्यक्ति रहना चाहिए।

(iv) **तल पर्यवेक्षक** – प्रत्येक तल के लिए एक पर्यवेक्षक होता है, जो अतिथियों के कमरों, गलियारों, सीढ़ियों व रसोईघर की स्वच्छता तथा देखभाल के लिए उत्तरदायी होता है।

(v) **कमरा परिचर** – अतिथियों के कमरों तथा स्नानगृहों की सफाई करता है। जबकि गृह अनुचर वैक्यूम करना, झाडू लगाना, पोंछा लगाना तथा फर्नीचर खिसकाने का कार्य करता है।

(vi) **सार्वजनिक क्षेत्र पर्यवेक्षक** – यह गृह अनुचरों से कार्य लेना है तथा मुख्य प्रवेश, गलियारा, दफ्तर, रेस्तराँ आदि को स्वच्छ रखने के लिए उत्तरदायी होता है।

(vii) **माली** – यह उद्यान का रख–रखाव करता है और होटल के विभिन्न भागों में पुष्प सज्जा करता है।

(viii) **लिनेन कक्ष पर्यवेक्षक** – होटल के विभिन्न भागों में जरूरी लिनेन तथा वर्दियों की आपूर्ति, प्राप्ति, संग्रहण, वितरण व स्वच्छता के लिए उत्तरदायी होता है।

14. संस्थान/होटल में स्वच्छता कार्य–

किसी भी संस्थान/होटल के लिए उचित देख–रेख एवं स्वच्छता बहुत महत्त्वपूर्ण है। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए निम्न आवश्यकताएँ होती हैं।

- उचित सफ़ाई की विधियों का ज्ञान।
- दक्ष कर्मचारियों का चयन।
- विशिष्ट उपकरणों/साधनों का ज्ञान।
- सफ़ाई के लिए घोलों का उपयुक्त चयन।
- सफ़ाई की नवीनतम तकनीकें।

15. विभिन्न तलों की सफ़ाई–

- विभिन्न तलों जैसे दीवारे, फर्श, काउंटर की ऊपरी सतह तथा फर्नीचर आदि की सफ़ाई उपयुक्त औजारों, साफ करने के घोलों एवं विशिष्ट विधियों द्वारा की जाती है।
- ये तल लकड़ी, प्लास्टिक, विनाइल, फाइबर ग्लास, धातु, बेंत, रबर, वॉल पेपर, कपड़ा, ग्रेनाइट, संगमरमर, पत्थर, लिनोनियम के बने हो सकते हैं। अतः इसके लिए विभिन्न पदार्थों एवं पॉलिश की आवश्यकता होती है।
- सफ़ाई करने के लिए उपकरणों, जैसे– वैक्यूम क्लीनर, विभिन्न प्रकार के ब्रुश एवं पोंछे, बर्तन, सफाई में प्रयोग आने वाले कपड़े, समान ले जाने वाली ट्रालियाँ आदि की आवश्यकता होती है।
- सफ़ाई करने के विभिन्न साधनों जैसे– साबुन, डिटर्जेंट, कपड़े धोने का सोडा, अमोनिया, सिरका, अपघर्षक अम्ल एवं पॉलिश आदि की भी आवश्यकता होती है।

16. लिनेन एवं वर्दियों की धुलाई एवं रख–रखाव :

- यह गृह व्यवस्था विभाग का एक अभिन्न हिस्सा है।
- यह कार्य या तो धुलाई विभाग में किया जाता है या किसी बाहरी ऐजेंसी को दिया जाता है।
- लिनेन कक्ष भंडार में पलंग की चादरें, तौलिए, रेस्टोरेंट के लिए लिनेन तथा होटल के स्टाफ के सभी सदस्यों के लिए वर्दियों का पर्याप्त स्टॉक जमा रखा जाता है और उसका रख–रखाव किया जाता है।

17. आंतरिक स्थानों की सुन्दरता :

- आन्तरिक स्थानों की सुन्दरता बढ़ाने के लिए फूलों का प्रयोग किया जाता है।
- संस्थान किसी पुष्प विक्रेता से, नियमित रूप से फूलों की व्यवस्था का अनुबंध कर सकता है।

18. पर्यावरण संरक्षण

- होटल कर्मचारियों को पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रशिक्षित किया जाता है। जैसे सिंगल यूज़ प्लास्टिक का उपयोग न करना।
- 100% जैव सूती चादरें उपयोग में लाई जाती हैं।
- रसायन मुक्त धुलाई चक्र द्वारा कपड़ों की धुलाई की जाती है।
- अविषैले, जल–आधारित, हाइपोएलरजैनिक तथा जैव– निम्नीकरण कारकों का उपयोग।
- होटलों के कमरों में ऐसे कार्ड रखे जाते हैं जिसमें संसाधनों की बचत करने का आग्रह किया जाता है।
- कमरों में ऊर्जा बचाने वाले बल्बों का प्रयोग किया जाता है तथा सौर–ऊर्जा का उपयोग।
- वर्षा जल संयचन
- वृक्षारोपण करना
- होटल के रसोईघर के अपशिष्ट से खाद बनाना।

19. खाद्य तथा पेय पदार्थ विभाग–

खाद्य तथा पेय पदार्थ विभाग खाद्य तथा पेय पदार्थों की बिक्री के लिए उत्तरदायी है। इस विभाग से संबंधित निम्न सेवाएँ उपलब्ध होती हैं।

- रसोईघर, भोजन कक्ष (रेस्तराँ), रूम सर्विस, परिचर, कॉफी शॉप, बार। **रसोईघर** – यह वह स्थान है, जहाँ भोजन तैयार किया जाता है। बड़े होटलों में भोजन तैयार करने से सम्बन्धित विभिन्न पक्ष हो सकते है। जैसे– बूचड़खाना, बेकरी तथा मिष्ठान भंडार, सब्जियाँ तैयार करना, सूप विभाग, पेन्ट्री, चूल्हे आदि के अलग–अलग अनुभाग हो सकते हैं। छोटे होटलों में ये रसोईघर से जुड़े हो सकते हैं।

(i) **बड़े होटलों में रसोईघर में बहुत से कर्मचारी हो सकते हैं–**

- कार्यपालक रसोइया रसोईघर का प्रमुख होता है जिनका कार्य रसोईघर के क्रियाकलापों की योजना बनाना, व्यवस्था करना व नियंत्रण करना होता है।

- इसके बाद उप–रसोईया होता है।
- रसोईघर के कुछ अनुभागों के पर्यवेक्षक होते हैं, जिन्हें 'शेफ–डे पार्टी' कहा जाता है।
- अनेक रसोइए होते हैं जो खाने की वस्तुएँ बनाते हैं।

(ii) **रसोईघर की व्यवस्था का विभाग**–

- रसोईघर की व्यवस्था का सम्बन्ध रसोईघर के भण्डारण, रखरखाव, स्वच्छता, क्रॉकरी वितरण से है।
- इस विभाग में एक कार्यपालक रसोई प्रबन्धक, खाने के बर्तन धोने (डिशवाशर), पकाने वाले बर्तन धोने (पॉटवाशर) तथा रसोईघर को साफ रखने के लिए कर्मी होते हैं। इस विभाग के कर्मियों में बनने–संवरने, स्वास्थ्य तथा स्वच्छता एवं अच्छा आचरण तथा मूलभूत शिष्टाचार के उच्च स्तर का होना आवश्यक है।

(iii) **रेस्तराँ** – यह एक व्यापारिक सुविधा है जो ग्राहकों को खाद्य और पेय पदार्थ उपलब्ध करवाता है। ये खाने की मेज, कुर्सियों तथा अन्य आवश्यक फर्नीचर और साथ क्रॉकरी व लिनेन के साथ सुसज्जित होते हैं।

रेस्तराँ के विभिन्न कर्मचारियों के कार्य–

- प्रबन्धक – सम्पूर्ण कार्य संचालन के लिए उत्तरदायी होता है।
- वरिष्ठ रेस्तराँ पर्यवेक्षक तथा प्रधान बैरा (वेटर) बैरों और परिचारिकों के दल का नेतृत्व करते हैं व भोजन परोसते हैं।
- ग्राहक से खाद्य पदार्थों के बिल का भुगतान प्राप्त करते हैं।
- सहायक बैरे मेज साफ करते हैं।
- रेस्तराँ की स्वच्छता, साफ–सफाई तथा सेवाओं का उचित स्तर बनाए रखते हैं।
- रेस्तराँ के कर्मचारियों को अतिथियों के साथ भद्र तथा शिष्टाचार पूर्ण व्यवहार करना चाहिए। उनके चेहरे पर मुस्कान होनी चाहिए। उन्हें भोजन परोसने के तरीकों का विस्तृत ज्ञान होना चाहिए।

20. **सहायक सेवा विभाग** – संस्थानों में कुछ अन्य विभाग होते हैं जो संस्थानों के प्रबन्धन व सुचारू रूप से कार्य संचालन के लिए महत्त्वपूर्ण होते हैं। इन्हें 'बैक ऑफिस' भी कहा जाता है। ये हैं–

- वित्त तथा लेखा विभाग
- इंजीनियरिंग विभाग
- मानव संसाधन विभाग
- विक्रय तथा विपणन विभाग

21. **प्रबन्धन कार्य** – प्रबन्धन के कुछ मुख्य कार्य निम्नलिखित हैं।

आतिथ्य प्रबन्धन के क्षेत्र में कार्य करने वाली संगठनात्मक संरचना में निम्न पद आते हैं।

- शीर्ष प्रबन्धन, मध्य प्रबंधन, अवर प्रबन्धन, पर्यवेक्षक तथा प्रचालन स्टाफ संगठनात्मक संरचना के अंतर्गत इन सभी स्तरों पर नौकरी के अवसर उपलब्ध हैं।

(i) आयोजन
(ii) संगठन
(iii) समन्वय
(iv) स्टाफ नियुक्ति
(v) निर्देशन
(vi) नियंत्रण
(vii) मूल्यांकन

- आतिथ्य प्रबन्धन केवल होटल उद्योगों तक ही सीमित नहीं है बल्कि यह छात्रावासों एवं अस्पतालों जैसे बड़े क्षेत्रों में भी लागू होता है।

22. **युवाओं को आतिथ्य उद्योग में वरीयता के कारण–**

- युवाओं को इस क्षेत्र में वरीयता प्राप्त होती है क्योंकि वे कई घण्टों तक कार्य कर सकते हैं।
- शिक्षा में प्रगति होने से युवाओं को अधिक जानकारी तथा अधिक सामर्थ्य होता है।
- युवा नवीनतम प्रौद्योगिकियों तथा नए विचारों को अपनाने के लिए तत्पर रहते हैं।
- उनके अन्दर सफलता और अधिक पैसा कमाने की महत्त्वाकांक्षा होती है।

23. **आतिथ्य उद्योग में कार्य करने के लिए अनिवार्य योग्यताएँ :**

- कर्मचारियों का इस क्षेत्र में प्रशिक्षित होना आवश्यक है।
- कर्मचारियों को साफ–सुथरा, व्यवस्थित, शिष्टाचारपूर्ण, अच्छे आचरण वाला तथा सदा चेहरे पर मुस्कान रखने वाला होना चाहिए।

- प्रमुख कार्यालय स्टाफ हँसमुख, स्व–अनुशासित, विनम्र, स्वस्थ, आत्मविश्वासी होने के साथ बहु–भाषीय कौशल वाला होना चाहिए।
- स्टाफ को कुछ अन्य बातों का ध्यान रखना भी आवश्यक है जैसे– हमेशा साफ एवं भली प्रकार इस्तरी की हुई वर्दी पहनना, सौम्य फैशन के साधनों का प्रयोग करना, बाल अच्छे ढंग से बनाना नाखून साफ और सही तरह से कटे हों।
- प्रमुख कार्यालय के कर्मचारियों का व्यक्तित्व सौम्य होना चाहिए क्योंकि वे अपनी ही नहीं संस्थान की भी छवि प्रस्तुत करते हैं।

24. कार्यक्षेत्र/जीविका के अवसर–

- होटल प्रबंधन एक कैरियर के लिए सबसे लोकप्रिय विकल्प है। विभिन्न संस्थान खानपान और आतिथ्य प्रबंधन पाठ्यक्रम उपलब्ध करवाते हैं। अभ्यर्थी स्नातक स्तर के साथ–साथ स्नातकोत्तर स्तर पर खानपान के कोर्स कर सकते हैं। डिग्री पाठ्यक्रमों के अलावा कोई भी इस क्षेत्र में डिप्लोमा और सर्टिफिकेट कोर्स कर सकता है।
- गृह व्यवस्था विभागों में विभिन्न पदों पर कार्य करना।
- गृह व्यवस्था में उद्यमशीलता के अवसर।
- होटल में प्रमुख कार्यालय तथा स्वागत/नियंत्रण डेस्क के पद।
- फूलों की आपूर्ति आदि के लिए उद्यमशीलता के अवसर।
- फूलों की सजावट व आंतरिक सज्जाकार के रूप में।
- संगठन के अन्दर विषय–वस्तु आधारित कार्यक्रम प्रबन्धन में विशेषज्ञ।

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. निम्न में से कौन सा विकल्प आतिथ्य सेवा के अन्तर्गत नहीं आता?

(क) होटल (ख) लॉज

(ग) रिजोर्ट (सैरगाह) (घ) जनता फ्लैट्स

उत्तर– (घ) जनता फ्लैट्स

2. एक होटल में कौन–सा व्यक्ति एक कमरे की सफ़ाई करता है?

(क) बैल ब्वाय (ख) तल पर्यवेक्षक

(ग) कमरा परिचर (घ) रेस्तराँ प्रबन्धक

उत्तर– (ग) कमरा परिचर

3. निम्न में से कौन–सा विभाग सहायक विभाग के अन्तर्गत नहीं आता?

(क) प्रमुख कार्यालय (ख) वित्त और लेखा

(ग) मानव संसाधन विभाग (घ) विक्रय और विपणन विभाग

उत्तर– (क) प्रमुख कार्यालय

4. निम्न में से किस के लिए सुसज्जित कैंप (शिविर) लगाया जाता है?

(i) रिवर राफ्टिंग (ii) ट्रेकिंग

(iii) विवाह (iv) जन्मदिन पार्टी

सही विकल्प चुनिए।

(क) (i) और (iii) (ख) (ii) और (iii)

(ग) (i) और (iv) (घ) (i) और (ii)

उत्तर– (घ) (i) और (ii)

5. निम्न में से कौन–सा आतिथ्य उद्योग क्षेत्र के अन्तर्गत नहीं आता है?

(क) पर्यटन (ख) बैठकें

(ग) आवास (घ) विवाह

उत्तर– (घ) विवाह

(ख) मिलान कीजिए

A. सहायक गृह–अनुरक्षक	(i) पुष्प सज्जा
B. माली	(ii) स्नानघर की सफ़ाई
C. कमरा परिचर	(iii) ड्यूटी सारणी
D. तल–पर्यवेक्षक	(iv) गलियारों की स्वच्छता

सही विकल्प चुनें

(क) A - (iii), B - (i), C - (ii), D - (iv) (ख) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)

(ग) A - (i), B - (iii), C - (iv), D - (i) (घ) A - (iv), B - (i), C - (ii), D - (iii)

उत्तर– (क) A - (iii), B - (i), C - (ii), D - (iv)

(ग) मिलान कीजिए

A.	अतिथि चक्र	(i)	वित्त व लेखा विभाग
B.	कैंप	(ii)	उप–रसोईया
C.	बैक ऑफिस	(iii)	आगमन
D.	रसोईघर	(iv)	शफ्टिंग

सही विकल्प चुनें

(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii) (ख) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i) (घ) A - (iii), B - (iv), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)

(घ) बताइए कि निम्नलिखित कथन सही है या गलत –

(क) प्रमुख कार्यालय कार्मिक के लिए 'चेहरे पर मुस्कान होना' सर्वाधिक स्थायी योग्यता है।

(ख) एक 'स्यूट' में दो कमरे होते हैं, एक बैठक एवं भोजन क्षेत्र और दूसरा कमरा शयन–कक्ष होता है।

(ग) गृह व्यवस्था विभाग ग्राहकों को भोजन प्रदान करता है।

(घ) रसोईघर प्रबंधक भोजन तैयार करने से संबंध रखता है।

(ड) नियंत्रण करना यह सुनिश्चित करने का कार्य है कि योजनाएँ तथा उद्देश्य समय–सारणी तथा आवंटित बजट के अनुरूप सही हैं।

उत्तर– (क) सही, (ख) सही, (ग) गलत, (घ) गलत, (ड) सही

(ङ) अति लघु उत्तरीय प्रश्न (1 अंक)

1. भारतीय सभ्यता में अतिथियों के साथ किया जाने वाला व्यवहार किन शब्दों में निहित है?

उत्तर– भारतीय सभ्यता में अतिथियों को भगवान माना जाता है तथा उनके साथ वैसा ही व्यवहार किया जाता है जैसा कि 'अतिथि देवो भव' शब्दों में निहित है।

2. सैरगाह (रिजार्ट) पर्यटकों को किस प्रकार आकर्षित करता है?

उत्तर– सैरगाह सुख–सुविधा के आकर्षण के लिए जाना जाता है।

- यहाँ खेल की सुविधाएँ उपलब्ध होती हैं।
- अवकाश के क्रियाकलाप प्रदान किए जाते हैं, जिससे पूर्ण अवकाश का अनुभव प्राप्त हो सके।

3. अतिथि चक्र की आगमन पूर्व अवस्था में कौन–से क्रियाकलाप किए जाते हैं?

उत्तर– आगमन पूर्व अवस्था में किए जाने वाले क्रियाकलापों में निम्नलिखित सम्मिलित हैं।

(i) अतिथि के लिए कमरे तथा अन्य सुविधाओं के रेट देना।

(ii) अतिथि और होटल के बीच दर पर सहमति बन जाने पर कमरा आरक्षित करना।

4. होटल में बेल–ब्वाय का कार्य क्या होता है?

उत्तर– बेल–ब्वाय अतिथियों के सामान को कमरे में या कमरे से बाहर लाने ले जाने के लिए उत्तरदायी है।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

किसी भी संगठन/दफ्तर/होटल के लिए स्वच्छता एक अनिवार्य भाग है, इसलिए इसमें योजना बनाना तथा गृह–अनुरक्षण के व्यवहारिक परिचालन कौशलों में दक्ष ऐसे कर्मचारियों का चयन करने, सुव्यवस्थित आगमन अपनाने की आवश्यकता है, जो सफाई की उचित विधियों तथा गुणवत्ता सुविधाओं को सुनिश्चित करने के लिए प्रशिक्षित पर्यवेक्षकों की देखरेख में कार्य करने के कौशलों से युक्त हों।

1. निम्न में से कौन–सी आतिथ्य सेवा किराया लेकर विशेष रूप से सोने के लिए स्थान प्रदान करती तथा सामान्यता भोजन व अन्य सेवाएँ नहीं देती।

(क) होटल (ख) लॉज

(ग) मोटल (घ) कैंप

उत्तर– (ख) लॉज

2. अतिथि चक्र की अवस्थाओं में निम्न में से क्या सम्मिलित नहीं है?

(क) आगमन (ख) प्रस्थान

(ग) आगमन पूर्व (घ) मनोंरजन

उत्तर– (घ) मनोरंजन

3. निम्नलिखित में से किस का प्रयोग आतिथ्य प्रबंधन के क्षेत्र में पर्यावरण संरक्षण के लिए किया जा सकता है।

(i) जैव सूती चादरों का प्रयोग (ii) ए.सी. का प्रयोग

(iii) प्लास्टिक का अधिक उपयोग (iv) सौर ऊर्जा का उपयोग

सही विकल्प चुनिए।

(क) (i) और (ii) (ख) (i) और (iv)

(ग) (ii) और (iv) (घ) (iii) और (iv)

उत्तर– (ख) (i) और (iv)

4. निम्न में से कौन सा कथन गलत है?

(क) होटल एक व्यापारिक प्रतिष्ठान है जो अतिथियों को आवास, भोजन तथा अन्य सेवाएँ प्रदान करते हैं।

(ख) प्रमुख कार्यालय कार्मिक के चेहरे के लिए 'चेहरे पर मुस्कान होना' सर्वाधिक स्थायी योग्यता है।

(ग) आज के आतिथ्य उद्योग 'एक घर से दूर घर' की अवधारणा के आधार पर कार्य करता है। रसोईघर प्रबन्धक भोजन तैयार करने से सम्बन्ध रखता है।

(घ) रसोईघर प्रबन्धक भोजन तैयार करने से सम्बन्ध रखता है।

उत्तर– (घ) रसोईघर प्रबन्धक भोजन तैयार करने से सम्बन्घ रखता है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. एक होटल में प्रमुख कार्यालय पर्यवेक्षक किन कार्यों के लिए उत्तरदायी होता है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या 10(ii) देखिए।

2. आतिथ्य उद्योग में पर्यावरण संरक्षण के महत्त्व को किस प्रकार बढ़ावा दिया जा रहा है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–18 देखिए।

3. अतिथि चक्र के चार अवस्थाएँ कौन सी हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–5 देखिए।

4. सहायक सेवा विभाग के अन्तर्गत कौन–से विभाग आते हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–20 देखिए।

5. किसी होटल में विभिन्न प्रकार की कौन–सी भोजन सेवाएँ होती हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– एक होटल में निम्न प्रकार की भोजन सेवाएँ होती हैं।

(i) बैन्कवेट (ii) रेस्तराँ

(iii) रूम सर्विस (iv) कॉफी शॉप / बार

6. होटल के संदर्भ में प्रबधन के क्या कार्य हैं? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– '(स्मरणीय बिंदु) संख्या 21 देखिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. ''आतिथ्य उद्योग'' 'एक घर से दूर घर की सुविधा के रूप में विकसित हुआ है।' यह उद्योग तीव्र गति से क्यों विकसित हो रहा है?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–3 देखिए।

2. प्रमुख कार्यालय के कर्मचारी अतिथियों को सेवाएँ प्रदान करने के लिए संस्था के कौन–से विभिन्न विभागों से समन्वय करते हैं?

उत्तर– (i) परिवहन विभाग	(ii) लेखा व बिल विभाग
(iii) रेस्तराँ	(iv) इंजीनियरिंग विभाग
(v) भण्डार	(vi) सह व्यवस्था विभाग

3. गृह– व्यवस्था विभाग के प्रमुख कार्यों की सूची बनाइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–11(i)

4. होटल में प्रमुख कार्यालय का क्या महत्त्व है? (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर–
- प्रमुख कार्यालय वह विभाग है, जहाँ अतिथि का आगमन होता है, और वह पहली बार अतिथि उद्योग के कर्मचारियों के संपर्क में आता है।
- प्रमुख कार्यालय किसी भी होटल का केंद्र बिंदु है क्योंकि संगठन और अतिथि और संगठन के बीच अच्छे सम्बंध विकसित करने और संगठन की अच्छी छवि बनाने के लिए अतिथि और संगठन के बीच पारस्परिक सम्पर्क अत्यंत महत्वपूर्ण है।
- अतिथि चक्र सामान्यतः प्रमुख कार्यालय के क्षेत्र में आता है।

5. प्रमुख कार्यालय के स्टाफ के किन्ही तीन स्टाफ सदस्यों के उत्तरदायित्वों को लिखिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 10 देखिए।

6. किसी होटल के गृह – व्यवस्था विभाग के किन्हीं तीन सदस्यों के उत्तरदायित्वों को लिखिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 13 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. रसोईघर के अर्थ व कार्यप्रणाली को समझाइए।

उत्तर – स्मरणीय बिंदु संख्या–19 देखिए।

2. किन्हीं चार प्रकार के प्रतिष्ठानों के बारे में लिखिए जो आतिथ्य सेवाएँ प्रदान करते हैं।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 4 देखिए।

3. 'आतिथ्य प्रबंधन के क्षेत्र में नौकरी, व्यवसाय के अधिक अवसर युवाओं को क्यों दिए जाते हैं, समझाइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–22 देखिए।

4. गृह व्यवस्था विभाग का संगठनात्मक चार्ट बनाइए। इस विभाग में कार्यरत होने पर नीता को कौन–सी चार जिम्मेदारियाँ निभानी पड़ेगी?

(सी.बी.एस. ई. सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 12 और 13 देखिए।

5. आपके भाई हाल ही में एक होटल का प्रमुख कार्यालय विभाग में भर्ती हुआ है। उसे प्रमुख कार्यालय प्रबंधक व प्रमुख कार्यालय पर्यवेक्षक के चार–चार कर्तव्यों से अवगत करवाइए। (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर– 2022)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 10 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. आतिथ्य उद्योग में कार्य करने के लिए शैक्षणिक योग्यताओं के अतिरिक्त कौन सी योग्यताएँ अपेक्षित हैं।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–23 देखिए।

2. आतिथ्य उद्योग में जीविका के कौन से अवसर उपलब्ध हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–24 देखिए।

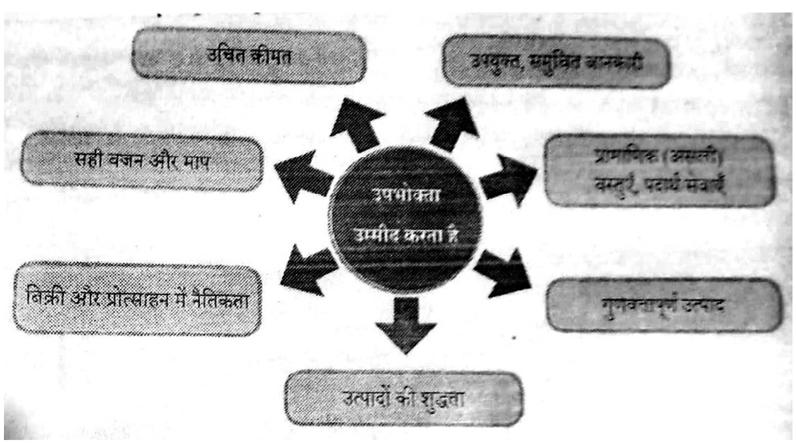
3. रेस्तराँ तथा रसोईघर के अर्थ तथा कार्यप्रणाली समझाइए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या 19 देखिए।

12. उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण

'स्मरणीय बिंदु'

1. उपभोक्ता वह व्यक्ति होता है जो वस्तुओं और सेवाओं को अपनी व्यक्तिगत जरूरतों की संतुष्टि के लिए खरीदता है। उपभोक्ता किसी सामाजिक–आर्थिक तंत्र के प्राथमिक घटक होते हैं।
2. उपभोक्ता उत्पाद का अर्थ है ऐसी कोई भी वस्तु जिसे उपभोक्ता के व्यक्तिगत या परिवार के प्रयोग के लिए अपने घर में अथवा किसी संस्थान जैसे– विद्यालय, अस्पताल, महाविद्यालय, कार्यालय आदि में अथवा व्यावसायिक उद्देश्य से निर्मित किया या बिक्री के लिए वितरित किया जाता है।
3. उपभोक्ता व्यवहार वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा खरीददार खरीदने के बारे में निर्णय लेता है।
4. उपभोक्ता फोरम वह स्थान/संगठन होता है जहाँ उपभोक्ता, उपभोक्ता – उत्पादों, सेवाओं और उनके लाभ और हानियों के बारे में चर्चा कर सकते हैं।
5. उपभोक्ता आगमन संख्या का अर्थ है विशेष स्थान जैसे– किसी दुकान, स्टोर अथवा किसी मॉल में आने वाले उपभोक्ताओं अथवा ग्राहकों की संख्या।
6. वस्तुओं को खरीदते समय उपभोक्ताओं की निम्न अपेक्षाएँ होती हैं–



वस्तुओं को खरीदते समय उपभोक्ताओं की अपेक्षाएँ

7. **उपभोक्ता की समस्याएँ** :– उपभोक्ता को बाज़ार में कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है क्योंकि निर्माता अथवा सेवा प्रदान करने वाला उनकी सब अपेक्षाओं को पूरा करने में असमर्थ रहते हैं। वे धोखाधड़ी करते हैं क्योंकि उपभोक्ता अपनी समस्याओं के विरूद्ध कोई कार्यवाई नहीं करते तथा उन्हें विभिन्न सरंक्षण उपायों की जानकारी नहीं होती।

(i) **कम स्तर की खराब गुणवत्ता वाली वस्तुएँ** – कई निर्माता खराब गुणवत्ता वाली वस्तुएँ बनाकर बेचते हैं। कई बार उनपर लगा लेबल भी उच्च गुणवत्ता वाली वस्तु की नकल होता है। ऐसा होने पर उपभोक्ता धोखा खा जाता है और उन्हें खरीद लेता है।

(ii) **मिलावट** – मिलावट का अर्थ है किसी पदार्थ में निम्न स्तर का घटिया पदार्थ मिलाना या उसमें से कुछ अच्छा पदार्थ निकाल लेना। मिलावट जानबूझकर पैसा कमाने के लिए की जाती है, परन्तु कभी अनजाने में हो जाती है। मिलावटी पदार्थ स्वास्थ्य पर कुप्रभाव डालते हैं। जैसे हल्दी में मेटानिल पीला रंग, चाय पत्ती में लोहे का चूरा, दूध में पानी आदि।

(iii) **अधिक कीमत** – कई बार एक ही वस्तु की कीमत अलग–अलग दुकानों पर भिन्न होती है। इसके कई कारण हो सकते हैं जैसे बड़ी दुकानों के अतिरिक्त खर्चे, खरीदारी का स्थान, वस्तु की माँग, वितरण प्रणाली, वस्तु की गुणवत्ता। उपभोक्ता को ऐसा नहीं समझना चाहिए कि महँगी वस्तु ही अच्छी गुणवत्ता की होती है, उसे अच्छे से बाजार – सर्वेक्षण करके कीमतों की तुलना करनी चाहिए और फिर वस्तु खरीदनी चाहिए।

(iv) **उपभोक्ता जानकारी का अभाव** – ज्यादातर उपभोक्ताओं को अपने अधिकारों और दायित्वों की जानकारी नहीं होती। इसलिए वे इतनी समस्याओं का सामना करते हैं।

(v) **अपूर्ण या गलत जानकारी मिलना** – किसी भी वस्तु की जानकारी प्राप्त करने के कई साधन हैं परन्तु फिर भी उपभोक्ता को पूरी सही जानकारी नहीं मिलती।

(क) अधिकांश वस्तुओं पर लगे लेबल अपूर्ण होते हैं, वे सम्पूर्ण जानकारी नहीं देते। कुछ लेबल बड़ी कम्पनियों की नकल होते हैं, इसलिए उपभोक्ता को धोखा देते हैं।

(ख) उपभोक्ता के लिए वस्तु की जानकारी प्राप्त करने का दूसरा साधन विज्ञापन होते हैं। परन्तु अधिकांश विज्ञापन पूरी जानकारी नहीं देते। कुछ विज्ञापन भ्रामक भी होते हैं, वस्तु की गुणवत्ता को बढ़ा–चढ़ाकर बताते हैं। जैसे क्रीम,

शैम्पू आदि के विज्ञापन। विज्ञापनों में कभी–कभार ही उत्पादों की विशेषताओं, देखभाल और रखरखाव तथा बिक्री–पश्चात् सेवाओं आदि के विषय में बताया जाता है।

(ग) उपभोक्ता को उत्पाद की गुणवत्ता की पहचान करने के लिए क्रय मार्गदर्शिका उपलब्ध नहीं होती, इसलिए वह उचित वस्तु का चुनाव नहीं कर पाता।

(घ) कई बार उपभोक्ता अनुचित पैकिंग के कारण भी धोखा खा जाता है। त्योहारों में ज्यादातर आकर्षक पैकिंग वाला सामान बाज़ार में दिखता है। कई बार बाहर से पैकिंग बहुत सुन्दर होती है, परन्तु अन्दर सामान खराब निकलता है। बहुत बार बड़ी आकर्षक पैकिंग के प्रलोभन में उपभोक्ता वस्तु खरीद लेता है, परन्तु अन्दर सामान बहुत कम मात्रा में निकलता है। विनिर्माता पहले से मौजूद उत्पादों को आकर्षक दिखने वाले नए आकारों के पैकेटों में पुनः पैक कर देते हैं और उत्पाद का प्रचार 'नए पैक' के रूप में करते हैं जबकि उत्पाद की गुणवत्ता वही रहती है।

(v) **गलत तोल और माप** – कई दुकानदार गलत तोल और माप से उपभोक्ता को ठगते हैं और कम सामान देते हैं जैसे–

(क) प्रमाणित बाटों का प्रयोग न करना।

(ख) बाट के स्थान पर पत्थर से तोलना।

(ग) बाट को नीचे से खोदना।

(घ) तराजू के पल्ले में चुम्बक लगा देना।

(ङ) तरल पदार्थ को मापने वाले तोल को नीचे से ऊपर उठा देना।

(च) इलास्टिक, रिबन आदि को खींचकर मापना।

(छ) मीटर रॉड का प्रयोग न करना, मेज़ पर निशान लगाकर कपड़ा मापना।

(vii) **अप्रामाणिक / नकली / जाली उत्पाद** – किसी जानेमाने ब्राण्ड की नकल करके कुछ जाली उत्पाद बाज़ार में बिकते हैं। कई बार इनका लेबल भी असली ब्राण्ड की नकल होता है। उनका नाम और पैकेजिंग असली उत्पाद जैसी होने के कारण उपभोक्ता धोखा खा जाता है और उसे खरीद लेता है।

(viii) **बिक्री संवर्धन योजनाएँ** – आजकल बाज़ार में उत्पादों की भरमार है इसलिए कम्पनियाँ एक दूसरे से स्पर्धा कर रही हैं। उपभोक्ता को अपनी वस्तु को खरीदवाने के लिए वे कई बिक्री संवर्धन योजनाएँ लाती हैं जैसे– लकी ड्रा, फ्री गिफ्ट, पुराने के बदले नया सामान आदि। कई बार इनके प्रलोभन में आकर उपभोक्ता ठगा जाता है।

(ix) **सेवाओं के संबंध में उपभोक्ता समस्याएँ** – उपभोक्ताओं को न केवल दैनिक उपयोग के उत्पादों के उपभोग के संबंध में समस्याओं का सामना करना पड़ता है, बल्कि उन्हें विभिन्न प्रकार की सेवाओं का उपयोग करते हुए भी काफी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इसमें सार्वजनिक उपयोगिताओं, जैसे– म्यूनीसिपल कार्पोरेशन, पानी, बिजली, बैंक, बीमा और अन्य वित्तीय संस्थाओं द्वारा प्रदान की गई सेवाएँ शामिल हैं। उपभोक्ताओं को बिक्री के बाद खराब सेवाएँ प्रदान करायी जाती है। सेवाओं के प्रदाता बिक्री अनुबंध के तहत जो वादा करते हैं, वह पूरा नहीं करते।

पर्यावरण के अनुकूल उत्पादन और ग्रीन उपभोग स्थिरता इन दिनों चर्चा का विषय है। यह अनिवार्य रूप से उत्पादन और खपत प्रणाली से संबंधित है। ग्रीन मार्केटिंग उपभोक्ताओं को ऐसे उत्पादन प्रदान कराता है जो पर्यावरण के अनूकूल होते है, कम अपशिष्ट उत्पन्न करते हैं, कम सामग्री का उपयोग करते हैं और अन्य संसाधनों को बचाते हैं।

8. **उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण** ऐसे साधन हैं जो उपभोक्ताओं को स्वयं को प्रतिकूल बाज़ार बलों से सुरक्षित करने के लिए सशक्त और तैयार करते हैं। ये उपभोक्ताओं को उन कानूनों और नीतिगत मसलों को समझने में सहायक होते हैं, जो प्रत्यक्ष रूप से उपभोक्ता के रूप में उनके अधिकारों और विकल्पों पर प्रभाव डालते हैं।

9. **उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण का महत्त्व** – हम एक 'वैश्विक ग्राम' में रह रहे हैं और वैश्विक बाज़ार की चुनौतियों का सामना कर रहे हैं। वैश्विक अर्थव्यवस्था की दिशा में बढ़ते कदम उपभोक्ताओं के लिए वैश्विक नज़रिए को आवश्यक मानते

हैं। उपभोक्ता चुपचाप नहीं बैठ सकता, उसे आर्थिक तंत्र और व्यक्तियों के एक–दूसरे के साथ परस्पर सम्बन्धों को समझना होगा। अगर वह शिक्षित होगा, सतर्क और जागरूक होगा, तो अपनी समस्याओं का हल निकाल लेगा और ठगा नहीं जाएगा। आज बाज़ार में वस्तुओं के कई विकल्प उपलब्ध हैं। उपभोक्ता को नई प्रौद्योगिकी और नए उत्पादों को समझकर उचित चयन करना पड़ेगा। इसलिए उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण बहुत महत्त्वपूर्ण है।

10. **उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम (सी.पी.ए.)** 1986 में दिया गया। इसमें कई संशोधन हुए। 2019 में नया उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम लागू किया गया।

उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम के दो पहलू–

(i) उपभोक्ता को अपनी शिकायत अधिकारी से करने का अधिकार देता है और तत्काल निवारण की माँग कर सकता है।

(ii) उपभोक्ता विनिर्माता द्वारा की गई लापरवाही की वजह से होने वाली किसी हानि अथवा क्षति के लिए हर्जाने का दावा कर सकता है। यह बात सभी वस्तुओं और सेवाओं पर लागू होती है, सिवाए उन वस्तुओं के जिन्हें केन्द्र सरकार द्वारा स्पष्ट रूप से अधिसूचित किया गया है।

11. (i) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम 1986 के तहत छः उपभोक्ता अधिकारों को दिया गया। उपभोक्ता अधिकार वे अधिकार होते हैं जो कानूनी रूप से उपभोक्ता हितों की सुरक्षा के लिए प्रदान किए जाते हैं अथवा किए जाने चाहिए। इन अधिकारों की रचना यह सुनिश्चित करने के लिए की गई है कि सभी उपभोक्ताओं को उचित गुणवत्तापूर्ण वस्तुएँ और सेवाएँ, उचित कीमतों पर प्राप्त हो सकें।

(ii) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम (सी.पी.ए) 2019 ने तीन दशक पुराने सी. पी. ए. 1986 की जगह ले ली है। नए अधिनियम ने कुछ उपायों का प्रस्ताव किया है और उपभोक्ता अधिकारों को सुरक्षित रखने के लिए मौजूदा नियमों को कड़ा किया है। एक केंद्रीय नियामक को शामिल करना, भ्रामक विज्ञापनों के लिए सख्त दंड और ई–कॉमर्स और इलेक्ट्रॉनिक सेवा प्रदाताओं के लिए दिशानिर्देश इसके कुछ मुख्य आकर्षण हैं।

12. उपभोक्ता के अधिकार

उपभोक्ता के अधिकार

- सुरक्षा का अधिकार
- सूचित किए जाने का अधिकार
- चयन का अधिकार
- सुने जाने का अधिकार
- शिकायत निवारण प्राप्त करने का अधिकार
- उपभोक्ता शिक्षा का अधिकार

उपभोक्ता के छः अधिकारः–

(i) **सुरक्षा का अधिकार**– इसका अर्थ है उपभोक्ता को अपने स्वास्थ्य/जीवन को होने वाले हानिकारक प्रभाव से सुरक्षित किए जाने का अधिकार है। उपभोक्ता को ऐसे उत्पादों, उत्पादन प्रक्रियाओं और सेवाओं से सुरक्षा का अधिकार है जो स्वास्थ्य या जीवन के लिए हानिकारक हों।

(ii) **सूचित किए जाने का अधिकार**– इसका अर्थ है कि उपभोक्ता को हर वस्तु और सेवा की गुणवत्ता, मात्रा, क्षमता, शुद्धता और मूल्य की जानकारी पाने का अधिकार है ताकि वह व्यापार के अनुचित तरीकों से अपने आप को बचा सके।

(iii) **चयन का अधिकार**– इसका अर्थ है कि उपभोक्ता को विभिन्न गुणवत्ता, मात्रा, कीमत, माप और डिज़ाइन के उत्पाद मिलने चाहिए। उपभोक्ता उनमें से अपनी इच्छा व आवश्यकता के अनुसार चयन कर सकता है।

(iv) **सुने जाने का अधिकार** – इसका अर्थ है उपभोक्ताओं के हितों पर उपयुक्त मंचों पर उचित विचार–विमर्श किया जाए। इसमें उपभोक्ता कल्याण को सुनिश्चित करने के लिए कार्य कर रहे विभिन्न मंचों से प्रस्तुत किए जाने का अधिकार भी शामिल है।

(v) **शिकायत निवारण प्राप्त करने का अधिकार**– इसका अर्थ है उपभोक्ता को व्यापार के अनुचित तरीकों के विरुद्ध शिकायत करने का अधिकार है। अगर कोई उपभोक्ता का शोषण करता है, दोषपूर्ण वस्तुएँ या सेवाएँ प्रदान करता है, तो उपभोक्ता उसकी शिकायत कर सकता है और क्षतिपूर्ति प्राप्त कर सकता है।

(vi) **उपभोक्ता शिक्षा का अधिकार**– इसका अर्थ है कि प्रत्येक उपभोक्ता को उपभोक्ता शिक्षा का अधिकार है ताकि वह शोषण से बच सके और अपनी समस्याओं का समाधान कर सके। उसे जानकार उपभोक्ता होने के लिए ज्ञान और कौशल अर्जित करने का अधिकार है जिससे वह वस्तुओं को खरीदते समय या सेवाओं को प्राप्त करते समय सही निर्णय ले सके।

13. **उपभोक्ता के दायित्व** :– उपभोक्ता के रूप में हमारे कुछ कर्त्तव्य हैं जो हमें निभाने पड़ते हैं ताकि हम अपनी उपभोक्ता समस्याएँ कम कर सकें। ये हमारे उपभोक्ता के दायित्व कहलाते हैं।

(i) उपभोक्ता सरकार द्वारा बनाए गए विभिन्न कानूनों के बारे में अपनी जानकारी बढ़ाता रहे।

(ii) उसे सभी सामान (वस्तु/सेवा) का लेन–देन ईमानदारी से करना चाहिए।

(iii) कोई भी वस्तु खरीदने से पहले उसे बाजार सर्वेक्षण करना चाहिए ताकि वह सभी वस्तुओं की तुलना करके उचित चयन कर सके।

(iv) उसे अपनी आवश्यकता के अनुसार उपलब्ध विभिन्न किस्मों में से स्वयं चुनना चाहिए, किसी के बहकावे में नहीं आना चाहिए।

(v) खरीदने से पहले लेबल/ब्रोशर पर दी गई सारी जानकारी को पढ़ना चाहिए।

(vi) उसे मानकीकरण चिह्न वाले उत्पाद ही खरीदने चाहिए जो उच्च गुणवत्ता के होते हैं।

(vii) खरीदते समय वस्तु का पक्का बिल अवश्य लें। इस बिल व अन्य ज़रूरी कागज़ात को संभालकर रखना चाहिए।

(viii) बीमा, क्रेडिट कार्ड, बैंक जमा आदि सेवाओं को लेते समय, सभी शर्तें और नियम ध्यान से पढ़ने और समझने चाहिए।

(ix) कई राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय उपभोक्ता संगठन उपभोक्ता हित में कार्य कर रहे हैं। इनके कार्यों और गतिविधियों को समझना चाहिए। ऐसे किसी संगठन का सदस्य भी बनना लाभकारी होगा।

14. **मानकीकरण चिह्न**

IS : 8034

CM/L-7407873

SILK MARK INDIA

Your Assurance of Pure Silk

BIS 100% Hall Marked Jewellery

WOOLMARK

WOOLMARK BLEND

WOOL BLEND

Agmark certification

fssai

Food Saftey and Standards Authority of India

fssai FSSL 11518012000272

ECOMARK

मानकीकरण चिह्न वे चिह्न होते हैं जो सरकार द्वारा केवल उच्च गुणवत्ता वाले उत्पादों पर ही लगाए जाते हैं और ये उस उत्पाद की शुद्धता सुनिश्चित करते हैं।

(i) **आई.एस.आई. मार्क**– यह बी.आई.एस. (भारतीय मानक ब्यूरो) का प्रमाणन चिह्न है। बी.आई. एस. को पहले आई.एस.आई. (भारतीय मानक संस्थान) के नाम से जाना जाता था। यह मानक चिह्न कई खाद्य पदार्थों पर पाया जाता है जैसे नमक, पैकेज्ड पेयजल, संसाधित खाद्य पदार्थ, कैंडी टॉफी, बच्चों के दूध का पाउडर। यह अन्य पदार्थों पर भी पाया जाता है जैसे बिजली के उपकरण, प्रेशर कुकर, साबुन, डिटेरजेंट, पेंट, कागज़, सीमेंट, सरिया आदि।

(ii) **एगमार्क** – यह मार्क विपणन और निरीक्षण निदेशालय द्वारा दिया जाता है। यह कृषि उत्पादों पर दिया जाता है जैसे मसाले, घी, मक्खन, तेल, आटा, बेसन आदि।

(iii) **एफ.पी.ओ.** – फल उत्पाद आदेश का मार्क खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्रालय द्वारा दिया जाता था। यह फल एवं सब्जी उत्पादों पर दिया जाता था। जैसे – जैम, अचार, चटनी, जूस आदि। एफ.पी.ओ. विभिन्न फल उत्पादों के लिए धातु संबंधी संदूषकों और परिरक्षकों की सीमा का भी निर्धारण करता था।

(iv) **एफ.एस.एस.ए.आई.** – एफ.एस.एस.ए.आई. अर्थात् भारतीय खाद्य संरक्षा और मानक प्राधिकरण स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मन्त्रालय द्वारा दिया गया मानक चिह्न है। यह सभी खाद्य पदार्थों पर अनिवार्य है जैसे– बिस्किट, चायपत्ती, कॉफी, ठंडे पेय आदि। एफ.एस.एस.ए.आई. की स्थापना खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम 2006 के तहत की गई है। यह खाद्य पदार्थों के लिए विज्ञान आधारित मानकों को बताता है और मानव उपभोग के लिए खाद्य पदार्थ की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए उनके निर्माण, भंडारण, वितरण और बिक्री को विनियमित करवाता है।

(v) **वूलमार्क** – यह अच्छी गुणवत्ता वाली ऊन या ऊनी वस्त्रों पर पाया जाता है। यह अन्तर्राष्ट्रीय ऊन सचिवालय का मानक चिह्न है।

(vi) **सिल्कमार्क** – यह भारतीय रेशम मार्क संगठन (एस.एम.ओ.आई.) द्वारा दिया गया मानक चिह्न है जो शुद्ध रेशमी वस्त्रों पर पाया जाता है। सिल्कमार्क 100% प्राकृतिक रेशम को सुनिश्चित करता है।

(vii) **हॉलमार्क** – यह भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.) द्वारा दिया जाता है। शुद्ध सोना, चाँदी और प्लैटिनम के आभूषणों पर पाया जाता है। यह दर्शाता है कि मूल्यवान धातुओं का मूल्यांकन और जाँच एक अधिकारिक मूल्यांकन और हालमार्किंग करने वाले केंद्र पर की गई है, और उन्होंने ये प्रमाणित किया है कि प्रयुक्त धातु, शुद्धता और उत्कृष्टता में राष्ट्रीय/अंतर्राष्ट्रीय मानकों के अनुरूप है।

(viii) **ईकोमार्क** – यह मार्क भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.) द्वारा दिया जाता है। यह साबुन, डिटेरजेंट, पेंट, कागज, सौन्दर्य प्रसाधन आदि पदार्थों पर पाया जाता है जो प्रदूषण नहीं फैलाते। ईकोमार्क का चिह्न एक मिट्टी का घड़ा है जो दर्शाता है कि यह उत्पाद पर्यावरण के अनुकूल है और इसमें कोई खतरनाक

अपशिष्ट नहीं निकलता है, यह बायो डिग्रेडेबल है और इसका पुर्ननवीनीकरण किया जा सकता है।

मानकीकरण चिह्न

मानक चिन्ह	पूरा नाम	संस्था जिसके द्वारा दिया गया	किन उत्पादों पर अंकित होता है
आई. एस. आई.	भारतीय मानक संस्थान	भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.)	अनिवार्य प्रमाणीकरण – मिनरल वॉटर, पैकेज्ड पेय जल, कंडेसंड दूध, दूध का पाउडर ,कस्टर्ड पाउडर इत्यादि स्वैच्छिक प्रमाणीकरण– चाय, कॉफी, बिस्किट इत्यादि
एगमार्क	एगरीकलचरल मार्केटिंग / कृषि विपणन	विपणन और निरीक्षण निदेशालय	कृषि उत्पाद (कच्चे तथा संसाधित) जैंसे आटा, घी, तेल, बेसन इत्यादि।
एफ. एस. एस. ए. आई	भारतीय खाद्य संरक्षा और मानक प्राधिकरण	स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय	सभी खाद्य उत्पाद
वूलमार्क	वूलमार्क	अंतर्राष्ट्रीय ऊन सचिवालय	शुद्ध ऊन, ऊनी वस्त्र-स्वैटर, कम्बल
सिल्कमार्क	सिल्कमार्क	भारतीय रेशममार्क संगठन (एस.एम.ओ.आई.)	शुद्ध रेशमी उत्पाद
हॉलमार्क	हॉलमार्क	भारतीय मानक ब्यूरो (बी. आई.एस.)	सोना, चाँदी व प्लैटीनम के आभूषण
ईकोमार्क योजना	ईकोमार्क	भारतीय मानक ब्यूरो (बी. आई.एस.)	साबुन, डिटेरजेंट, पेंट, कागज़, सौन्दर्य प्रसाधन, पैकिंग के पदार्थ

15. उपभोक्ता के हितों की रक्षा करने वाले भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.) तथा विपणन और निरीक्षण निदेशालय, भारत सरकार (डी.एम.आई.) जैसे वैद्यानिक, अर्ध सरकारी और गैर सरकारी निकायों के अतिरिक्त, सरकार द्वारा केन्द्र और राज्य स्तरों पर संरक्षण परिषदों की भी स्थापना की गई है।

16. स्वैच्छिक उपभोक्ता संगठनों/गैर–सरकारी संगठनों द्वारा किए गए कार्य–
   (i) उपभोक्ता को शिक्षित व संरक्षित करना।
   (ii) उत्पादों के तुलनात्मक परीक्षण करना।
   (iii) हानिकारक और असुरक्षित उत्पादों के बारे में उपभोक्ता को जागरूक करना।
   (iv) उपभोक्ताओं के लिए नए वैधानिक प्रावधानों के बारे में जानकारी का अपनी पत्रिकाओं, पुस्तिकाओं, समाचार–पत्रों, मार्गदर्शिकाओं, दृश्य–श्रव्य सामग्रियों और अनुसंधान रिपोर्ट द्वारा प्रचार करना।

(v) कानूनी सलाह देना और पैरवी करना।

(vi) उपभोक्ताओं की शिकायतों को निपटाना।

(vii) सतर्कता समूह के रूप में कार्य करना।

(viii) जनसभाओं को आयोजित करके और पत्र–पत्रिकाएँ छापकर उपभोक्ता जागरूकता, सशक्तिकरण और उपभोक्ता आन्दोलन में प्रमुख भूमिका निभाना।

17. उपभोक्ता संगठन

कुछ उपभोक्ता संगठन

क्र. सं.	देश	उपभोक्ता संगठन	पत्रिका
1	भारत	वॉयस, दिल्ली	कंज़्यूमर वॉयस
2	भारत	सी.ई.आर.सी. अहमदाबाद	इन्साइट
3	अमरीका	उपभोक्ता संघ	कंज़्यूमर रिपोर्ट्स
4	इंगलैण्ड	उपभोक्ता संघ	विच
5	ऑस्ट्रेलिया	ऑस्ट्रेलियाई उपभोक्ता संघ	चॉइस

18. उपभोक्ता अध्ययन क्षेत्र में जीविका के लिए आवश्यक कौशल–

19. उपभोक्ता शिक्षण और संरक्षण के क्षेत्र में शैक्षिक पाठ्यक्रम–

(i) बी. एस. सी. गृह विज्ञान

(ii) बी.एस.सी. परिवार संसाधन प्रबन्धन

(iii) बी. एस. सी. गृह प्रबन्धन

(iv) बी.बी.ए. (व्यवसाय प्रशासन में स्नातक)

(v) बी.बी.एस. (व्यवसाय अध्ययन में स्नातक)

विभिन्न संस्थानों में इस विषय को उपभोक्ता अध्ययन, उपभोक्ता शिक्षा, उपभोक्ता व्यवहार, बाज़ार में उपभोक्ता आदि के नामों से जाना जाता है।

20.उपभोक्ता शिक्षण और संरक्षण में कार्यक्षेत्र/जीविका के अवसर–

(i) भारतीय मानक ब्यूरो, विपणन और निरीक्षण निदेशालय, उपभोक्ता मामलों के मंत्रालय आदि जैसे सरकारी संगठनों में प्रबंधकीय और तकनीकी पदों पर कार्य।

(ii) स्वैच्छिक संगठनों में कार्य जैसे उत्पाद परीक्षण, उपभोक्ता शिक्षण व सशक्तिकरण पत्रिका का प्रकाशन आदि।

(iii) निगमित कॉरपोरेट व्यापारिक संस्थानों के उपभोक्ता प्रभाग में कार्य।

(iv) बाज़ार अनुसंधान संगठनों के साथ कार्य।

(v) अपना उपभोक्ता संगठन शुरू करना।

(vi) उपभोक्ता परामर्श सेवा और लोगों की शिकायतों का निवारण करने के लिए राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन में कार्य।

(vii) विद्यालयों और महाविद्यालयों द्वारा चलाए गए उपभोक्ता क्लबों में परामर्शदाता के रूप में कार्य।

(viii) शिकायत निवारण के मार्गदर्शन के लिए स्वतंत्र परामर्शदाता के रूप में कार्य।

(ix) दृश्य–श्रव्य प्रचार प्रभाग में विषय–वस्तु विकासकर्ता के रूप में कार्य।

(x) उपभोक्ता परीक्षण प्रयोगशालाओं में उत्पादों के तुलनात्मक मूल्यांकन के लिए विश्लेषणकर्ता के रूप में कार्य।

(xi) उपभोक्ता सक्रियतावादी बनना।

(xii) उपभोक्ता मामलों से संबंधित पत्रकारिता।

पूरा नाम			
1.	CPA	–	Consumer Protection Act
	सी.पी.ए.	–	उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम
2.	BIS	–	Bureau of Indian Standards
	बी.आई.एस.	–	भारतीय मानक ब्यूरो
3.	ISI	–	Indian Standards Institute
	आई.एस.आई.	–	भारतीय मानक संस्थान
4.	FSSAI	–	Food Safety and Standards Authority of India
	एफ.एस.एस.ए.आई.	–	भारतीय खाद्य संरक्षा और मानक प्राधिकरण
5.	F.S.S.A. 2006	–	Food Safety and Standards Act 2006
	एफ.एस.एस.ए. 2006	–	खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम 2006
6.	AGMARK	–	Agricultural Marketing
	एगमार्क	–	एगरीकल्चरल मार्केटिंग / कृषि विपणन
7.	DMI	–	Directorate of Marketing and Inspection
	डी.एम.आई.	–	विपणन और निरीक्षण निदेशालय
8.	SMOI	–	Silk Mark Organisation of India
	एस.एम.ओ.आई.	–	भारतीय रेशममार्क संगठन
9.	CERC	–	Consumer Education and Research Centre
	सी.ई.आर.सी.	–	उपभोक्ता शिक्षा और अनुसन्धान केन्द्र
10.	VOICE	–	Voluntary Organisation in Interest of Consumer Education
	वॉयस	–	उपभोक्ता शिक्षा के हित के लिए गैर लाभकारी संगठन

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. विशेष स्थान जैसे किसी दुकान अथवा मॉल आदि में आने वाले ग्राहकों/उपभोक्ताओं की संख्या क्या कहलाती है?

   (क) उपभोक्ता संघ (ख) उपभोक्ता उत्पाद

   (ग) उपभोक्ता आगमन संख्या (घ) उपभोक्ता व्यवहार

उत्तर– (ग) उपभोक्ता आगमन संख्या

2. उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम कब स्वीकृत किया गया?

   (क) 1964 (ख) 1972

   (ग) 1982 (घ) 1986

उत्तर– (घ) 1986

3. निम्न में से कौन–सा मानकीकरण चिह्न पानी की पैक्ड बोतल पर लगाया जाता है?

   (क) एगमार्क (ख) आई. एस. आई.

   (ग) सिल्कमार्क (घ) वूलमार्क

उत्तर– (ख) आई.एस.आई.

4. हॉलमार्क का मानक चिह्न किन चीज़ों पर होता है?

   (i) सोने के आभूषण (ii) चाँदी के बर्तन

   (iii) पीतल के बर्तन (iv) स्टील के आभूषण

   सही विकल्प चुनें

   (क) (i) और (iv) (ख) (ii) और (iii)

   (ग) (iii) और (iv) (घ) (i) और (ii)

उत्तर– (घ) (i) और (ii)

5. निम्न में से कौन–सा जीविका का अवसर उपभोक्ता शिक्षण और संरक्षण से जुड़ा हुआ नहीं है?

(क) उपभोक्ता सक्रियतावादी बनना

(ख) उपभोक्ता क्लब में परामर्शदाता बनना

(ग) पत्रकार बनना

(घ) बी.आई. एस. में कार्य करना

उत्तर– (ग) पत्रकार बनना

(ख) (i) मिलान कीजिए

A.	कंज़्यूमर वॉयस	(i)	अमरीका
B.	विच	(ii)	भारत
C.	चॉइस	(iii)	इंग्लैण्ड
D.	कंज़्यूमर रिर्पोट्स	(iv)	ऑस्ट्रेलिया

सही विकल्प चुनें

(क) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i) (ख) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)

(ग) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i) (घ) A - (iii), B - (i), C - (ii), D - (iv)

उत्तर– (क) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)

(ii) मिलान कीजिए

A.	आई.एस.आई	(i)	स्वैटर
B.	वूलमार्क	(ii)	मसाले
C.	एगमार्क	(iii)	कागज़
D.	इकोमार्क	(iv)	प्रेशर कुकर

सही विकल्प चुनें

(क) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv) (ख) A - (iv), B - (i), C - (ii), D - (iii)

(ग) A - (iii), B - (ii), C - (iii), D - (iv) (घ) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)

उत्तर– (ख) A - (iv), B - (i), C - (ii), D - (iii)

(ग) चित्र आधारित प्रश्न

1. आप रेशमी स्कार्फ खरीदना चाहती हैं। उस पर कौन सा मानक चिह्न देखेंगी ? चित्र बनाइए।

उत्तर– सिल्कमार्क

2. दिए गए चित्र को पहचानिए और बताइए यह मानकीकरण चिह्न किस संस्था द्वारा दिया जाता है?

उत्तर– संस्था – बी.आई.एस. (भारतीय मानक ब्यूरो)

(घ) अति लघु उत्तरीय प्रश्न

1. 'उपभोक्ता' शब्द को समझाइए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– उपभोक्ता वह व्यक्ति होता है जो वस्तुओं और सेवाओं को अपनी व्यक्तिगत ज़रूरतों की संतुष्टि के लिए खरीदता है। वह किसी सामाजिक–आर्थिक तंत्र का प्राथमिक घटक होता है।

2. एक सब्ज़ी वाला किन दो तरीकों से अपने ग्राहकों को ठग सकता है?

उत्तर– (i) बाट के स्थान पर पत्थर से सब्जी तोलकर।

(ii) तराजू के नीचे चुम्बक लगाकर।

3. उपभोक्ता को मिले चयन के अधिकार से आप क्या समझते हैं?

उत्तर– चयन के अधिकार का अर्थ है उपभोक्ता को विभिन्न गुणवत्ता, मात्रा, कीमत, माप और डिज़ाइन के उत्पाद मिलने चाहिए। उपभोक्ता उनमें से अपनी इच्छा व आवश्यकता के अनुसार चयन कर सकता है।

4. आप अपने लिए गरम स्वैटर खरीदना चाहते हैं। उस स्वैटर पर कौन सा मानकीकरण चिह्न देखेंगे? यह चिह्न किस संस्था द्वारा दिया जाता है?

उत्तर– स्वैटर पर वूलमार्क का मानकीकरण चिह्न देखेंगे। यह मार्क अन्तर्राष्ट्रीय ऊन सचिवालय द्वारा दिया जाता है।

केस स्टडी आधारित प्रश्न (4 × 1 अंक)

हम अपनी आवश्यकताओं और इच्छाओं की पूर्ति के लिए विभिन्न प्रकार की वस्तुओं को खरीदते और सेवाएँ प्राप्त करते हैं, अतः प्रत्येक मनुष्य एक स्वाभाविक उपभोक्ता है। शहरी और ग्रामीण दोनों बाज़ारों में ही उत्पादों का निर्माण और बिक्री निरन्तर बढ़ती जा रही है। निर्माता अच्छी गुणवत्ता वाले उत्पादों की आपूर्ति के लिए उत्तरदायी होते हैं और यदि कोई समस्या हो तो उसकी शिकायत करने का अधिकार होता है। निर्माता उपभोक्ताओं/ग्राहकों को अनदेखा नहीं कर सकते। उपभोक्ताओं की बढ़ती संख्या तथा वस्तुओं और सेवाओं के उपयोग की मात्रा बढ़ने के साथ, निर्माता ये समझने लगे हैं कि उपभोक्ता का सम्मान और उन्हें संतुष्ट करना महत्त्वपूर्ण है, चूँकि कम्पनी की प्रतिष्ठा और उसके लाभों का निर्धारण उपभोक्ता की राय पर ही आधारित होता है।

1. एस.एम.ओ.आई. द्वारा दिया गया मानकीकरण चिह्न कौन सा है?

(क) सिल्कमार्क (ख) एगमार्क

(ग) वूलमार्क (घ) हॉलमार्क

उत्तर– (क) सिल्कमार्क

2. निम्न में से कौन–सी उपभोक्ता की समस्या नहीं है?

(क) मिलावटी सामान मिलना (ख) उचित कीमत पर वस्तु मिलना

(ग) अपूर्ण जानकारी मिलना (घ) नकली/जाली उत्पाद मिलना

उत्तर– (ख) उचित कीमत पर वस्तु मिलना

3. सी.पी.ए. का पूरा नाम क्या है?

(क) उपभोक्ता लोक अधिनियम (ख) केन्द्रित संरक्षण मंच

(ग) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम (घ) केन्द्रित जनसंख्या मंच

उत्तर– (ग) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम

4. निम्न में से कौन–सा कथन गलत है–

(क) उपभोक्ता संगठन उपभोक्ता को कानूनी सलाह देते हैं।

(ख) उपभोक्ता को शिकायत निवारण प्राप्त करने का अधिकार है।

(ग) उपभोक्ता को शिकायत निवारण संस्थाओं की जानकारी होना चाहिए।

(घ) शिकायत निवारण के लिए खरीदी गई वस्तु की रसीद लेना आवश्यक नहीं है।

उत्तर– (घ) शिकायत निवारण के लिए खरीदी गई वस्तु की रसीद लेना आवश्यक नहीं है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. आपकी माँ जब बाज़ार से कोई सामान खरीदती है, तो उनकी कौन सी चार अपेक्षाएँ हैं?

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–6 देखिए।

2. उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम के दो पहलू लिखिए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–10 देखिए।

3. इकोमार्क क्या होता है? यह किस संस्था द्वारा दिया जाता है?

उत्तर– इकोमार्क उन पदार्थों को दिया जाता है जो वातावरण में प्रदूषण नहीं फैलाते। जैसे– साबुन, डिटेरजेंट, पेंट, कागज, सौन्दर्य प्रसाधन आदि। इकोमार्क का मानकीकरण चिह्न भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.) द्वारा दिया जाता है।

4. रीना उपभोक्ता अध्ययन क्षेत्र में जीविका बनाना चाहती है। इसके लिए उसे कौन–सी शिक्षा लेनी चाहिए? उसे चार विकल्प सुझाइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–19 देखिए।

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. उपभोक्ता शिक्षा का महत्त्व बताएँ।

उत्तर– (i) उपभोक्ता को सही वस्तु खरीदने के लिए शिक्षित करना।

(ii) उपभोक्ता को अच्छी गुणवत्ता का सामान खरीदने का सही निर्णय लेने में सहायता करना।

(iii) उपभोक्ता को अपने अधिकारों व दायित्वों की जानकारी देना।

(iv) उपभोक्ता सतर्क रहता है तथा अनुचित दबाव और कुचालों, विज्ञापनों का शिकार नहीं होता।

(v) सुरक्षित, विश्वसनीय और अच्छी गुणवत्ता की वस्तुएँ सस्ते दामों पर पाना।

(vi) अगर कोई समस्या आए, तो उपभोक्ता उचित कार्रवाई करे, शिकायत दर्ज करवा पाए।

2. किन्हीं तीन उपभोक्ता संगठनों के नाम बताइए। वे कहाँ कार्यरत हैं? उनके द्वारा प्रकाशित पत्रिका का नाम भी लिखें।

उत्तर– तीन उपभोक्ता संगठन हैं–

(i) वॉयस – दिल्ली, भारत

पत्रिका – कंज्यूमर वॉयस

(ii) सी.ई.आर.सी. – अहमदाबाद, भारत

पत्रिका – इन्साइट

(iii) उपभोक्ता संघ – अमरीका

पत्रिका – कंज़्यूमर रिपोर्ट्स

3. सीमा ने जो बिजली की इस्तरी पिछले महीने खरीदी थी, अब खराब हो गई। इस सन्दर्भ में उसके तीन अधिकार व तीन दायित्व लिखें।

उत्तर– तीन अधिकार

(i) सुरक्षा का अधिकार

(ii) सूचित किए जाने का अधिकार

(iii) शिकायत निवारण प्राप्त करने का अधिकार

तीन दायित्व –

(i) उसे खरीदने से पहले लेबल/ब्रोशर पर दी गई सारी जानकारी को पढ़ना चाहिए था।

(ii) उसे मानकीकरण चिह्न (आई.एस.आई.) वाली इस्तरी ही खरीदनी चाहिए थी।

(iii) खरीदते समय इस्तरी का पक्का बिल लेना चाहिए था और इस बिल को सम्भालकर रखना चाहिए था।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. उपभोक्ता को बाज़ार में कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। उपभोक्ता की किन्हीं चार समस्याओं को समझाइए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–7 देखिए।

2. उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम द्वारा उपभोक्ता को कौन से अधिकार दिए गए हैं? उनकी सूची बनाइए। कोई एक अधिकार विस्तार से समझाइए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–12 देखिए।

3. निम्नलिखित खाद्य पदार्थों को कौन से मानक चिह्न दिए जायेंगे? उनके पूरे नाम भी दीजिए।

दूध का पाउडर, पैकेज्ड पेय जल, आटा, बिस्किट

उत्तर–

खाद्य पदार्थ	मानक चिह्न	पूरा नाम
दूध का पाउडर	आई.एस.आई.	भारतीय मानक संस्थान
पैकेज्ड पेय जल	आई.एस.आई.	भारतीय मानक संस्थान
आटा	एगमार्क	कृषि विपणन
बिस्किट	एफ.एस.एस.ए.आई.	भारतीय खाद्य संरक्षा और मानक प्राधिकरण

नोटः सभी खाद्य पदार्थों पर एफ.एस.एस.ए.आई. का मानक चिह्न होता है, अतः यह भी सही विकल्प है।

4. उपभोक्ता संगठनों द्वारा किए गए कार्यों की सूची बनाइए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 16 देखिए।

5. 'प्रत्येक मनुष्य के केवल अधिकार ही नहीं, उत्तरदायित्व भी होते हैं।' अतः आपको उपभोक्ता के रूप में किन आठ दायित्वों के प्रति जागरूक होने की आवश्यकता है? (सी.बी.एस.ई सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– 'स्मरणीय बिंदु' संख्या – 13 देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. दिनेश उपभोक्ता अध्ययन क्षेत्र में जीविका बनाना चाहता है। इसके लिए उसमें कौन से कौशल होने चाहिए? यह भी बताइए कि उसे इस क्षेत्र की किस प्रकार की जानकारी होनी चाहिए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–18 देखिए।

2. राज उपभोक्ता मामलों से संबंधित पत्रकारिता में रूचि रखता है, परन्तु वह इस बात से अनजान है कि उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण के क्षेत्र में उसके पास जीविका के और कौन से अवसर हो सकते हैं। इस क्षेत्र में उपलब्ध विभिन्न जीविका के अवसर की एक सूची बनाकर उसकी सहायता कीजिए।

अथवा

आपने उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण में प्रशिक्षण लिया है। आपके लिए नौकरी के कौन–से चार अवसर उपलब्ध होंगे? (सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर 2022)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 20 देखिए।

3. निम्नलिखित को दो–तीन पंक्तियों में समझाइए – (एन.सी.ई.आर.टी)

(क) उपभोक्ता (ख) उपभोक्ता के अधिकार

(ग) उपभोक्ता के दायित्व (घ) उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम

(ड) उपभोक्ता समस्याएँ

उत्तर– (क) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 1 देखिए।

(ख) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 11 देखिए।

(ग) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 13 देखिए।

(घ) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 10 देखिए।

(ङ) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 7 देखिए।

4. निम्नलिखित को सूचीबद्ध कीजिए – (एन.सी.ई.आर.टी)

(क) कोई तीन उपभोक्ता अधिकार (ख) कोई तीन उपभोक्ता दायित्व

(ग) कोई पाँच उपभोक्ता समस्याएँ (घ) कोई तीन मानकीकरण चिह्न (मार्क)

उत्तर– (क) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 12 देखिए।

(ख) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या – 13 देखिए।

(ग) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–7 देखिए।

(घ) 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–14 देखिए।

5. उपभोक्ता शिक्षा और सरंक्षण की मूलभूत संकल्पनाओं की संक्षेप में चर्चा कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी)

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या 1 से 5 देखिए।

13. विकास संचार तथा पत्रकारिता

'स्मरणीय बिंदु'

1. विकास संचार तथा पत्रकारिता का महत्त्व

(i) प्रभावी संचार एक दुतरफा प्रक्रिया है। संचार मीडिया के विभिन्न रूपों जैसे प्रिंट, रेडियो, टेलीविजन, नए मीडिया आदि के उपयोग को भी संदर्भित करता है।

(ii) विकास की विभिन्न गतिविधियों में, लोगों की भागीदारी को सुविधाजनक बनाने के लिए संचार का प्रयोग एक सशक्तिकरण उपकरण के रूप में किया जाता है।

(iii) संचार, उपलब्ध प्रौद्योगिकियों के बारे में जानकारी देता है, जिससे समाज की उन्नति होती है।

(iv) ये छात्रों को विकास की प्रक्रिया के लिए संवेदनशील बनाता है और उन्हें समान, न्यायसंगत तथा निष्पक्ष समाज से संबंधित मुद्दों के बारे में लिखने और/या बोलने के लिए प्रशिक्षित करता है।

(v) संचार सरकारी संस्थाओं, गैर–सरकारी संस्थाओं (एन.जी.ओ.) तथा व्यक्तियों को जोड़ता है।

(vi) विकास संचार का उद्देश्य विकास के मुद्दों पर छात्रों, वर्तमान तथा भविष्य के पत्रकारों, अभियान चलाने वालों तथा मीडिया व्यावसायिकों का ज्ञान बढ़ाने तथा व्यावहारिक कौशलों को दृढ़ करना है।

2. विकास

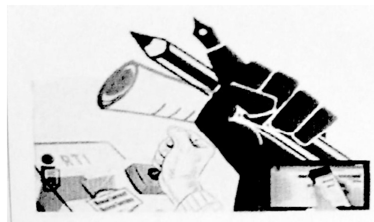
(i) विकास परिवर्तन का सूचक है। यह परिवर्तन स्थिति को बेहतर बनने के लिए होता है।

(ii) विकास का अर्थ है अधिकांश व्यक्तियों के सामाजिक, आर्थिक तथा सांस्कृतिक जीवन में बगैर शोषण या हिंसा के स्थायी रूप से सकारात्मक परिवर्तन या प्रगति सुधार लाना। संसार के अधिकांश भागों में विकास द्वारा व्यापक

निरक्षरता, जनसंख्या, कुपोषण, खराब स्वास्थ्य तथा प्रदूषण आदि की समस्याओं का सामना करने के लिए गहन प्रयास करने की आवश्यकता है।

3. विकास पत्रकारिता

(i) विकास पत्रकारिता एक सामाजिक गतिविधि है।



(ii) पत्रकार अनेक माध्यमों द्वारा समुदाय की भावनाओं को समुदाय तक पहुँचाता है । पत्रकारिता का महत्त्व इसलिए है कि जनता को अपना मत प्रकट करने तथा अभिव्यक्ति का अधिकार होता है। किसी भी लोकतांत्रिक व्यवस्था के लिए पत्रकारिता एक अविभाज्य अंग है।

(iii) विकास पत्रकारिता ऐसे व्यक्तियों की सफलता के समाचार पर ध्यान केंद्रित करती है, जिन्होंने नयी प्रौद्योगिकियाँ अपनाई हैं, नयी विधियों का परीक्षण किया है और समाज की सहायता की है।

(iv) विकास पत्रकारिता मानवीय विकास को बढ़ावा देती है। लोगों को उनकी बुनियादी जरूरतों को पूरा करने में मदद करने, उनकी चिंताओं को मुखर करने और उनके विकास का प्रबंधन करने और गरीबी और असमानता को सुधारने के लिए सशक्त बनाने पर केंद्रित है।

4. विकास संचार

(i) यह सामाजिक, आर्थिक विकास तथा व्यक्तियों तथा सामान्य जन–समुदाय की सुख–शांति को सुगम करता है।

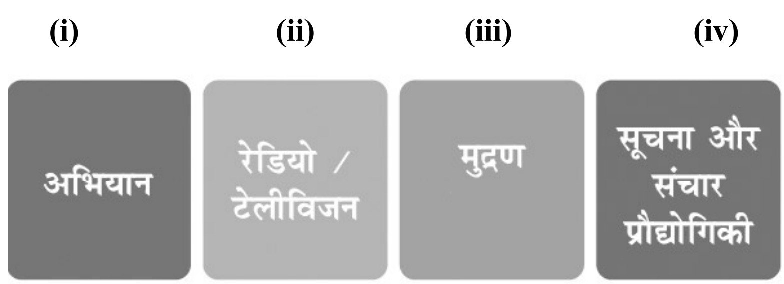
(ii) इसका उद्देश्य समुदाय को सूचना देना तथा शिक्षित करना है। यह किसी देश के नागरिक के जीवन यापन के तरीके को बदलने या बेहतर बनाने के लिए संचार का उपयोग करने के बारे में है। लोगों की सामाजिक–आर्थिक स्थिति में या उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार के लिए यह विभिन्न प्रकार के संदेशों का इस्तेमाल करता है।

(iii) अधिक प्रभाव के लिए यह उपयुक्त जनसंचार साधनों तथा अंतर्वैयक्तिक संचार चौनलों को जोड़ता है। यह श्रोताओं की विशिष्टताओं तथा उनके परिवेश पर आधारित है।

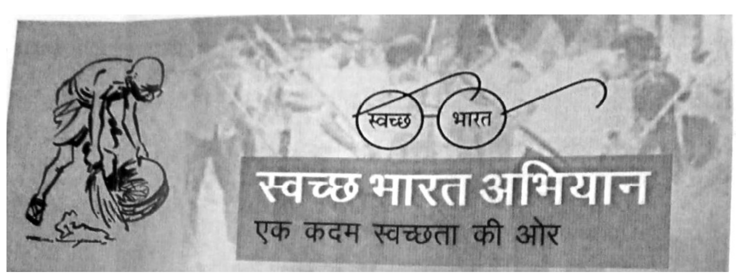
(iv) 'डेवलपमेंट कम्यूनिकेशन' (अर्थात् विकास संचार) शब्द को सबसे पहले 1972 में प्रसिद्ध सामाजिक वैज्ञानिक और संचार विशेषज्ञ नोरा सी. क्यूब्राल ने प्रयोग किया। इन्हें ''विकास संचार की माँ'' के रूप में जाना जाता है। क्यूब्राल के अनुसार, ''यह कला तथा मानवीय संचार का वह विज्ञान'' है जिसका उपयोग किसी अभाग्रस्त समाज के विकास की गति को तीव्र करने के लिए योजनाबद्ध तरीके से किया जाता है जिससे समानता तथा व्यक्ति की क्षमता को सुनिश्चित किया जा सके।

(v) विकास संचार विकास का साधन है और हमारे जैसे विकासशील राष्ट्र के लिए अत्याधिक आवश्यक है।

5. विकास संचार के विभिन्न साधन/विधियाँ



5. **(i) अभियान**



(i) विभिन्न संचार विधियों तथा सामग्री जैसे बैठकें, भ्रमण, समाचार–पत्रों के लेख, पत्रक (लीफलेट्स) तथा पूर्व – निश्चित समय के लिए किसी विषय पर प्रदर्शनियों का मिलाजुला उपयोग।

(ii) यह एक संकेंद्रित तथा भली–भाँति आयोजित क्रियाकलाप होता है। जैसे 'चुनाव अभियान'। चुनाव के दौरान हर दल या उम्मीदवार, विभिन्न संचार जैसे सार्वजनिक बैठकों, प्रिंट सामग्री, रेडियो और टेलीविजन पर विज्ञापन आदि का उपयोग करके लोगों के अपने बारे में बताते हैं। चुनाव प्रक्रिया शुरू होने से पहले ही अभियान शुरू हो जाता है और चुनाव आयोग द्वारा दी गयी तिथि पर समाप्त हो जाता है।

(iii) अभियान से जनता को जानकारी प्राप्त होती है और यह विशिष्ट संदेश प्रदान करता है।

(iv) यह व्यक्ति की स्मृति से जुड़ जाता है तथा कार्य करने के लिए प्रोत्साहित करता है। यह उपयुक्त कार्यव्यवहार अपनाने के लिए उपयुक्त वातावरण उत्पन्न करता है।

(v) अभियान कभी–कभी एक निश्चित अवधि के लिए समयबद्ध कार्यक्रम होते हैं। उदाहरण के लिए पोलियो प्रतिरक्षण के लिए महीने में एक विशेष रविवार।

(vi) इसी तरह विकास संचार के लिए प्रिंट मीडिया, रेडियो और टेलीविजन, नाटक, लघु फिल्म आदि का उपयोग जनता को किसी विषय के प्रति जागरूक करने तथा ध्यान और रुचि को सुनिश्चित करता है। उदाहरण के लिए–

(क) स्वच्छ भारत अभियान – सार्वभौमिक स्वच्छता कवरेज प्राप्त करने के प्रयासों में तेजी लाने और स्वच्छता पर ध्यान केंद्रित करने के लिए भारत के प्रधान मंत्री ने 2 अक्टूबर 2014 को स्वच्छ भारत मिशन शुरू किया था। मिशन को एक राष्ट्रव्यापी अभियान जन आंदोलन के रूप में लागू किया गया था जिसका उद्देश्य खुले में शौच को समाप्त करना था। 2014 से 2019 की अवधि के दौरान ग्रामीण क्षेत्रों में बड़े पैमाने पर व्यवहार परिवर्तन के दौरान घरेलू और सामुदायिक स्वामित्व वाले शौचालय का निर्माण और शौचालय निर्माण और उपयोग की निगरानी के लिए तंत्र स्थापित करना।

(ख) रेड रिबन एक्सप्रेस–

(i) एच.आई.वी. / एड्स के बारे में जागरूकता उत्पन्न करने के लिए देशव्यापी अभियान था।

(ii) विशेष रूप से डिजाइन की गई एक रेलगाड़ी, एक वर्ष में 9000 किलोमीटर से अधिक चली।

(iii) इसने 180 जिले / हॉल्ट स्टेशन तय किए एवं 43200 गाँवों में कार्यक्रम तथा क्रियाकलाप आयोजित किए।

(iv) इसमे सात कोच शामिल थे जो मुख्य रूप से एच.आई.बी. / एड्स की शैक्षिक सामग्री से सुसज्जित थे।

(iv) इसमें सात कोच शामिल थे जो मुख्य रूप से एच.आई.वी. / एड्स की शैक्षिक सामग्री से सुसज्जित थे।

(v) इसमें इंटरैक्टिव टच स्क्रीन और 3–डी मॉडल भी थे, एच.आई.वी.,टी.बी. सह–संक्रमण के संदर्भ में सेवाएँ, एक एलसीडी प्रोजेक्टर और लोक प्रदर्शन के लिए मंच, परामर्श के बिन और परामर्श और उपचार प्रदान करने के लिए दो डॉक्टरों के केबिन भी थे।

(vi) प्रदर्शनी ट्रेन में कलाकारों द्वारा सूचना शिक्षा संचार (आई.ई.सी.) के क्रिया कलापों जैसे नुक्कड़ नाटक / लोकगीत, कहानियाँ तथा समूह परामर्श सत्र, वीडियो आदि के माध्यम से इस बीमारी के कारण, लक्षणों तथा बचाव के बारे में जानकारी प्रदान की।

(vii) परियोजना को राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन (नाको), नेहरू युवा केंद्र संगठन तथा यूनिसेफ और यू.एन.एड्स आदि अंतर्राष्ट्रीय एजेंसियों ने भारतीय रेलवे के साथ मिलकर कार्यान्वित किया।

(viii) रेड रिबन एक्सप्रेस के उद्देश्य–

- प्राथमिक निवारण सेवाओं के बारे में सूचनाओं का प्रसार करना, एड्स के प्रति जागरूकता उत्पन्न करना।
- बीमारी की समझ उत्पन्न करके, एड्स को कलंक न मानकर, इससे पीड़ित व्यक्तियों के प्रति भेदभाव को कम करना।

- रोग से निवारण और रोकथाम की जानकारी देना।
- रोगों की रोकथाम, स्वास्थ्यप्रद आदतें तथा जीवन शैली के बारे में लोगों की जानकारी बढ़ाना।

5. **(ii) रेडियो / टेलीविज़न**

(i) **रेडियो** सर्वाधिक लोकप्रिय, सबसे सस्ते तथा सुविधाजनक जनसंचार माध्यम हैं जो विकास के प्रयोजन के लिए उपयोग किया जाता हैं।

(ii) हमारे देश में बड़ी संख्या में लोगों के लिए रेडियो सूचना, शिक्षा और मनोरंजन का एकमात्र स्रोत बना हुआ है।

(iii) यह एक चल माध्यम है जो कि श्रोताओं के साथ उनके कार्य या विश्राम के समय रह सकता है।

(iv) रेडियो प्रसारण पत्रकारिता (मुद्रण माध्यम अर्थात् प्रिंट मीडिया) की अपेक्षा अधिक लाभदायी है क्योंकि इसका उपयोग अधिक से अधिक व्यक्तियों, विशेष रूप से निम्न साक्षरता स्तर के लोगों के लिए किया जा सकता है। जो लोग पढ़ या लिख नहीं सकते हैं, उनके आसपास क्या हो रहा है इसके बारे में सूचित करने के लिए रेडियो उपयुक्त है।

(क) जन सेवा उद्घोषणा

(i) यह सामान्यतः तुकबंदी के रूप में कार्यक्रम के बीच में 10–60 सेकंड का संक्षिप्त संदेश होता है।

(ii) इनसे कार्य करने के लिए सूचना या सुझाव प्राप्त होते हैं।

(iii) मूलतयाः ये जनता की भलाई के लिए किसी विचार अथवा संदेश के विज्ञापन होते हैं, जैसे 'यातायात के नियमों का पालन कीजिए', 'तंबाकू को मना कीजिए', 'एक कदम स्वच्छता की ओर' या अन्य विषय।

(iv) सामान्यतः ये अपने आकर्षक नारों तथा प्रसारण की पुनरावृत्ति के कारण बहुत प्रभावशाली होते हैं।

(ख) सामुदायिक रेडियो

1. रेडियो की शुरुआती (प्रतिपुष्टि प्राप्त नहीं करने की) सीमा को नए अन्योजन क्रियात्मक (इंटरैक्टिव) संरूप फ़ॉर्मेट और स्थानीय रेडियो, जिसे सामुदायिक–रेडियो कहा जाता है और जो सफलतापूर्वक जन माध्यम के रूप में उपयोग किया जा रहा है। संचार के माध्यम के रूप में रेडियो की लोकप्रियता के कारण, सूचना और प्रसारण मंत्रालय ने स्थानीय रेडियो स्टेशन/सामुदायिक रेडियो स्टेशन (सी.आर.एस.) की नई संकल्पना को शुरु किया है, जहां स्थानीय लोगों की महत्त्वपूर्ण भूमिका है।
2. सी.आर.एस. का समर्थन देने के लिए और क्षमता निर्माण के लिए काम करने वाले गैर सरकारी संगठनों द्वारा कुछ स्थानीय लोगों को प्रशिक्षण देकर, कम लागत में, एक सीमित क्षेत्र में प्रसारण की संभावना के साथ एक रेडियो स्टेशन स्थापित किया जा सकता है।
3. यह स्थानीय लोगों द्वारा चलाया और प्रबंधित किया जाता है और इसके विषय उनकी स्थानीय बोली में तथा स्थानीय उपयोग के लिए होते हैं।
4. स्थानीय रेडियो स्टेशन आम तौर पर विकास के स्थानीय कार्यक्रमों का बढ़ावा देते हैं।
5. यह व्यक्तियों को इन कार्यक्रमों में भाग लेने और अपने विचार व्यक्त करने और अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने का अवसर प्रदान करते हैं।
6. रेडियो इस प्रकार व्यक्तियों की आवाज बन जाता है और व्यक्तियों के विकास के लिए एक उत्प्रेरक का कार्य करता है तथा युवाओं को विकास संचार और पत्रकारिता (डी.जे.से.) के क्षेत्र में जीविका के लिए तैयार होने के लिए प्रोत्साहित करता है।
7. समुदाय के साथ सौहार्द स्थापित करने के साथ–साथ सहभागिता से संबंध विषय वस्तु का विकास तथा मूल्य निर्धारण सफल सामुदायिक रेडियो पहल के लिए महत्त्वपूर्ण पूर्वापेक्षाएँ बन जाती हैं। गैर–सरकारी संस्थाओं तथा शिक्षण संस्थाओं को सी.आर.एस. स्थापित करने के लिए अनुज्ञप्ति (लाइसेंस) दिया जाता है।

8. इसका उपयोग सरकारी नीतियों, अधिकारों, कार्यक्रमों, योजनाओं और सेवाओं की जानकारी देने के लिए भी किया जाता है।

सामुदायिक रेडियो स्टेशन (सी.आर.एस.)

9. सामुदायिक रेडियो का उपयोग के कुछ सफल प्रयास एवं कुछ उदाहरण वनस्थली विद्यापीठ (राजस्थान) स्व–नियोजित महिला संस्था (सेवा) (गुजरात), दिल्ली विश्वविद्यालय (डी.यू.), (एफ.एम.) उत्तरी दिल्ली हैं। ऐसे ही अन्य सामुदायिक रेडियो अन्य समुदायों को उनकी समस्याओं को उठाने और समाधान खोजने में सहायता कर रहे हैं।

टेलीविज़न

(i) यह स्थानीय, राष्ट्रीय तथा अंतर्राष्ट्रीय स्तरों के माध्यम से अनेक चैनलों द्वारा विविधि कार्यक्रमों को प्रस्तुत करता है। इनमें से कुछ कार्यक्रमों ने व्यक्तियों को वार्ता कार्यक्रमों, वास्ताविक घटना कार्यक्रम (रियालिटी–शो) तथा प्रतियोगिताओं आदि के रूप में भाग लेने का अवसर मिलता है।

(ii) टेलीविज़न दर्शकों के लिए सूचना तथा जानकारी के नए क्षितिज खोल सकता है।

(iii) कई सरकारी तथा गैर सरकारी संस्थान विभिन्न चैनलों पर शैक्षिक महत्त्व के तथा जनहित संबंधी कार्यक्रम दिखा रहें हैं। गहन शैक्षिक महत्त्व के कार्यक्रमों को भी निजी चैनलों पर देखा जा सकता है। जैसे "क्योंकि जीना इसी का नाम है," "मै कुछ भी कर सकती हूँ।"

(iv) टेलीविज़न वर्तमान में विकास संचार का सबसे प्रमुख साधन है जो मनोरंजन के साथ–साथ शैक्षिक और ज्ञानवर्धक भी है।

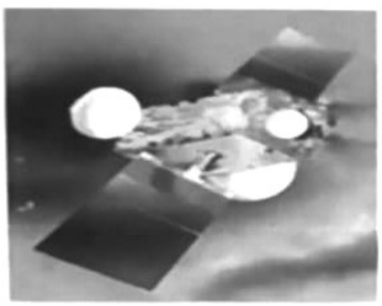
(ग) एडुसैट–

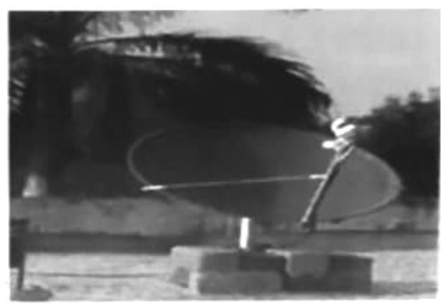
(i) भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) द्वारा सितंबर, 2004, में, भारत ने शिक्षा उपग्रह एडुसैट (EDUSAT) का प्रमोचन किया।

(ii) यह पहला भारतीय उपग्रह था जिसे विशेष रूप से शैक्षिक क्षेत्र की सेवा के लिए बनाया गया था। इसे जीसैट–3 के नाम से भी जाना जाता है।

(iii) इसका मुख्य उद्देश्य देश के लिए अन्योन्य क्रियात्मक (इंटरैक्टिव) उपग्रह आधारित दूरस्थ शिक्षा प्रणाली की मांग को पूरा करना था।

(iv) यह राष्ट्रीय विकास के लिए अंतरिक्ष प्रौद्योगिकी का उपयोग करने की भारत की प्रतिबद्धता को दृढ़ता से दर्शाता है। विशेष रूप से दूर दराज के और ग्रामीण स्थानों में आबादी के विकास तथा शिक्षा के प्रसार के लिए यह एक वैकल्पिक माध्यम के रूप में प्रयोग किया गया।





5. (iii) मुद्रण माध्यम–

(i) मुद्रण माध्यम (प्रिंट मीडिया) जनसंचार के सबसे पुराने और बुनियादी रूपों में से एक है। इसमें समाचार पत्र, सप्ताहिक समाचार पत्र, पत्रिकाएँ (मैगज़ीन), पुस्तकें, पत्रक, आदि अन्य रूप शामिल हैं।

(ii) देश भर में राष्ट्रीय तथा क्षेत्रीय स्तर पर अनेक दैनिक समाचार पत्र हैं परन्तु ऐसे बहुत कम क्षेत्रीय अखबार है जो ग्रामीण क्षेत्रों तथा कृषि से संबंधित समस्याओं के विषय में लिखते तथा छापते है। फिर भी ये सतत् शिक्षा का एक माध्यम है।

(iii) जानकारी प्रदान करने और ज्ञान के हस्तांतरण में मुद्रण माध्यम का योगदान उल्लेखनीय है। इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के आगमन के बाद भी प्रिंट मीडिया ने अपना आकर्षण या प्रासंगिकता नहीं खोई है।

(iv) मुद्रण माध्यम पाठक के मन पर एक लंबा और गहरा प्रभाव बनाते हैं।

(v) मुद्रण माध्यम के पत्रकार विभिन्न घटनाओं के समाचार एकत्र करके उन्हें विभिन्न दैनिक समाचार पत्रों के संपादकों को भेजते हैं। उनको अपने कार्य

दिवस में समाचार योग्य घटनाओं के कथामुख तैयार करने के लिए व्यक्तियों का साक्षात्कार करना, पत्रकार सम्मेलन में भाग लेना या टेलीफोन से सम्पर्क करना और ई–मेल भेजना आदि कार्य करने होते हैं।

(iv) मुद्रण माध्यम का प्रभाव

- मुद्रण माध्यम जनता को शिक्षित करता है।
- मुद्रण माध्यम लोकतंत्र को प्रभावी ढंग से कार्य करने में मदद करता है, जनता को सरकारी नीतियों और कार्यक्रमों के बारे में जानकारी देता है।
- इससे लोगों को अपनी भावनाओं को आवाज़ देने में मदद मिलती है और सरकार को उन नीतियों या कार्यक्रमों में जरूरी बदलाव करने में मदद मिलती है।
- ग्रामीण निर्धनों के लिए मनोयोग तथा संवेदनशीलता से लिखने वाले विकास संचार पत्रकारिता व्यावसायिकों की संख्या अभी कम ही है। ग्रामीण क्षेत्रों की उपेक्षा के बावजूद भी कलम की ताकत अथवा प्रेस की शक्ति को नकारा नहीं जा सकता।

(क) विकास पत्रकारिता प्रयोगः "हमारा गाँव छतेरा''

(i) छतेरा ग्राम परियोजना 1969 में प्रारंभ हुई।

(ii) इस परियोजना में हिन्दुस्तान टाइम्स के संपादक ने उत्तर पश्चिम दिल्ली के एक छोटे गाँव छतेरा पर ध्यान केंद्रित किया।

(iii) हिन्दुस्तान टाइम्स समाचार पत्र के उत्साही रिपोर्टरों ने गाँव छतेरा के व्यक्तियों के जीवन का वर्णन करते हुए नियमित रूप से एक पाक्षिक कॉलम छापना प्रारंभ किया।

(iv) रिपोर्टरों के एक दल ने गाँव की स्थिति को संवेदनशीलता से समझा तथा उस के बारे में विस्तृत कहानियाँ देना प्रारंभ किया।

(v) इससे गाँव की ओर सरकारी विभागों तथा अन्य संस्थाओं का ध्यान आकर्षित हुआ और फिर गाँव की अनेक समस्याओं का हल भी निकला। जैसे–

- ग्राम का चौपाल बना
- पुल और सड़कों का निर्माण हुआ।
- बैंक की शाखा गाँव में खोली गई।
- आय बढ़ाने वाली नयी योजनाएँ बनी।
- बिजली पानी की समस्या दूर हुई।

5. **(iv) सूचना संचार प्रौद्योगिकी**

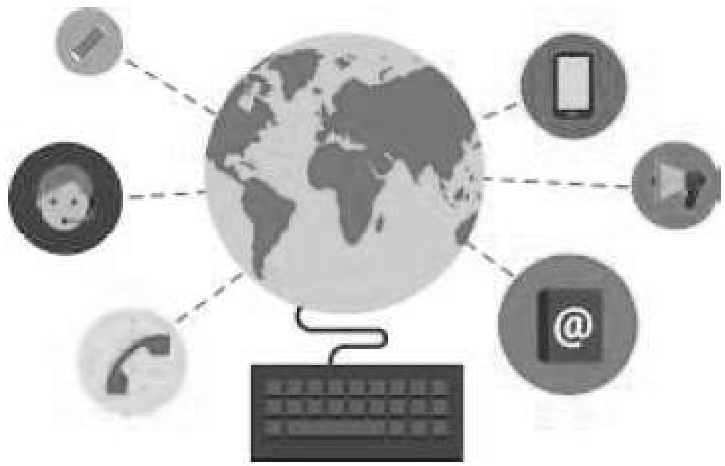
(i) सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी एक ऐसा समावेशी शब्द है, जिसमें कंप्यूटर का हार्डवेयर तथा सॉफ्टवेयर (यंत्र सामग्री तथा प्रक्रिया सामग्री), अंकीय प्रसारण तथा दूरसंचार प्रौद्योगिकियाँ जैसे रेडियो, टेलीविजन, मोबाइल फोन आदि सम्मिलित हैं।

(ii) सूचना संचार प्रौद्योगिकी का उपयोग व्यक्तियों को सूचना या जानकारी प्रदान करने के लिए किया जाता रहा है। जिसके प्रभाव से ही कृषि, स्वास्थ्य, शिक्षा जैसे अनेक क्षेत्र में पहले के मुकाबले काफी बदलाव देखने को मिले है।

(iii) सूचना संचार प्रौद्योगिकी ने वित्तीय, सामाजिक तथा राजनैतिक क्षेत्रों में महत्त्वपूर्ण परिवर्तन ला दिया है।

(iv) आज सूचना संचार प्रौद्योगिकी (आई.सी.टी.) का उपयोग विकास संचार का एक सक्रिय उपकरण बन गया है। उदाहरण– ई–गवर्नेस (इलेक्ट्रॉनिक गवर्नेस) कंप्यूटर की मदद द्वारा लोगों के दरवाजे पर सार्वजनिक सेवाओं और सूचनाओं का वितरण है। ई–गवर्नेस टिकाऊ समावेशी विकास के लिए उत्प्रेरक की भूमिका निभा सकता है।

(v) निर्धन व्यक्तियों के जीवन को बेहतर बनाने के लिए सूचना संचार प्रौद्योगिकी के उपयोग का अधिक सीधा तरीका टेलीसेंटरों का निर्माण हो सकता है। जून 2000 में लॉन्च किया गया, 'ई–चौपाल', ग्रामीण भारत में इंटरनेट आधारित सभी हस्तक्षेपों के बीच एक बड़ी पहल है।



सूचना संचार प्रौद्योगिकी

(क) एस.ए.आर.आई.

तमिलनाडु राज्य में ग्रामीण भारत में टिकाऊ पद्धति (एस.ए.आर.आई.) परियोजना के अंतर्गत लगभग 80 टेलीसेंटर मंडप बनाए गए, जिनमें अनेक सेवाएँ, जिनमें मूलभूत कंप्यूटर शिक्षा, ई–मेल, वेब ब्राउजिंग तथा अनेक ई– सरकारी सेवाएँ सम्मिलित हैं, जिनमें प्रमाण–पत्रों की व्यवस्था भी प्रदान की गई।

(ख) सेवा– स्व–नियोजित महिला संघ

(i) यह ज़मीनी स्तर पर जुड़ी महिलाओं का सशक्तिकरण है।

(ii) इस संघ का उद्देश्य है, महिला श्रमिकों को पूर्ण रोजगार तथा आत्मनिर्भरता प्रदान करना। उन्हें अन्य संबंधित क्षेत्रों, जैसे– आय, भोजन तथा सामाजिक सुरक्षा (स्वास्थ्य, शिशु देखभाल तथा आश्रय) की गतिविधियों में कार्य तथा सहारा देना।

(iii) यह ऐसे कार्यक्रम चलाते हैं जिससे महिलाओं की क्षमता कंप्यूटर, रेडियो, टेलीविजन, वीडियो, टेलीफोन, फैक्स मशीनों, मोबाइल फोनों तथा उपग्रह संचार में उपयोग के लिए विकसित हो सके।

(iv) ग्रामीण क्षेत्रों में समुदाय शिक्षण केंद्र (सी.एल.सी.) स्थापित किए गए हैं तथा सदस्यों की क्षमता बढ़ाने के लिए सूचना प्रौद्योगिकी के प्रशिक्षण पर बल दिया गया है, जिनमें वैद्युत, यांत्रिक तथा सूचना प्रौद्योगिकी इंजीनियरिंग जैसे क्षेत्र सम्मिलित हैं।

6. जीविका के लिए ज्ञान और कौशल

(i) संज्ञानात्मक कौशल

किसी समस्या के विषय में प्रभावी रूप से लिखने या प्रस्तुत करने से पहले उस समस्या को अच्छी तरह समझना तथा रचनात्मक तरीके से प्रस्तुत करने के लिए (जिससे दूसरों का ध्यान आकर्षित कर सकें और उन पर प्रभाव डाल सकें) जरूरी होता है।

(ii) सृजनात्मक कौशल

- सृजनात्मक कौशल का होना जरूरी है।
- जन संचार माध्यम में अभिकल्पना, उत्पादन तथा तकनीकी यंत्रों के संचालन के कौशलों के साथ किसी जन संचार माध्यम कार्यालय (मीडिया हाउस) या विज्ञापन एजेंसी में कार्य कर रहे किसी व्यक्ति के पास संज्ञानात्मक तथा सृजनात्मक कौशल हो, तो वह हमेशा दूसरों की अपेक्षा लाभ की स्थिति में रहेगा।

(iii) तकनीकी कौशल–

- विकास संचार तथा पत्रकारिता व्यवसायियों को उपकरणों को ठीक ढंग से परिचालित करना आना चाहिए, जिससे कि वे उनका प्रस्तुतीकरण इष्टतम ढंग से कर सकें।
- जो विकास सम्बन्धी फिल्म बनाने में रुचि रखते हैं, उन्हें विषय– वस्तु के विकास तथा कार्यान्वयन के अतिरिक्त कैमरे की तकनीकों तथा वीडियो उत्पादन के बारे में जानना आवश्यक है।
- उन्हें सभी कानूनों और विनियमों की जानकारी होनी चाहिए ताकि उन्हें ज्ञात रहे कि वे क्या कर सकते हैं, क्या नहीं?
- उन्हें स्टेशन को चलाने में उपयोग किए जाने वाले कंप्यूटरों, उचित यंत्रोत्तर सामग्री का उपयोग करके मूलभूत रेडियो प्रस्तुति कौशलों तथा प्रभावशाली ढंग से अभिव्यक्त करने के लिए सृजनात्मक संक्षिप्त लेख लिखना, सीखना आवश्यक है।

(iv) प्रस्तुति कौशल

विकास संचार ओर पत्रकारिता के क्षेत्र में जीविका के लिए पत्रकारिता तथा प्रस्तुति कौशलों का मिश्रण आवश्यक है।

सामयिक विषयों तथा स्थानीय परिस्थितियों में रुचि, रेडियो में प्रत्यक्ष सीखने का अनुभव, संचारित करने की क्षमता तथा संगीत का ज्ञान भी लाभकारी है।

(v) प्रश्न करने की क्षमता

प्रश्न करने की क्षमता किसी भी समस्या के सूक्ष्म ब्यौरे जानने में सहायता करती है। साहसिक यात्रा का शौक भी लाभकारी है।

(vi) विभिन्न प्रकार के समूहों के साथ कार्य करने की क्षमता

- लोगों के साथ तालमेल बिठाने वाला होना चाहिए जिससे वह उनके जीवन को प्रभावित करने वाली समस्याओं के बारे में समझ सके और उनका कारगर हल ढूँढ सके।

- सामाजिक कार्य के सिद्धांतों को भी जानना आवश्यक है।
- नेतृत्व के कौशल और अंतरा वैयक्तिक कौशल होने चाहिए।
- अच्छा श्रोता होना चाहिए ताकि संवेदनशीलता के साथ लिख सके।

(vii) भाषा और कंप्यूटर कौशल

- किसी भी एक भाषा पर अधिकार, जिसमें बोलना, लिखना और पढ़ना एवं तकनीकी रिपोर्ट तथा प्रालेख लिखने की क्षमता सम्मिलित है।
- कंप्यूटर के मूलभूत कौशलों का ज्ञान होना सफलता के लिए वांछनीय है।
- विभिन्न प्रकार के कंप्यूटर सॉफ्टवेयर या विभिन्न एप्लीकेशन जैसे – माइक्रोसॉफ्ट ऑफिस के वर्ड, एक्सेल तथा पॉवर पॉइंट या गूगल डॉक, गूगल शीट इत्यादि के संचालन का पूर्ण ज्ञान होना चाहिए।

7. विकास संचार में कार्यक्षेत्र और जीविका के अवसर

संक्षिप्त अक्षरों का पूर्ण रूप

DCJ	–	Development Communication Journalism
डी.सी.जे.	–	विकास संचार पत्रकारिता
RRE	–	Red Ribbon Express
आर.आर.ई.	–	रेड रिबन एक्सप्रेस
IEC	–	Information Education Communication
आई.ई.सी.	–	सूचना शिक्षा संचार
NACO	–	National AIDS Control Organisation
नाको	–	राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन
NYKS	–	Nehru Yuva Kendra Sangathan
एन.वाई.के.एस.	–	नेहरू युवा केंद्र संगठन
UNICEF	–	United Nation International Children's Fund
युनीसेफ	–	संयुक्त राष्ट्र बाल कोष
UNAIDS	–	United Nation Programme on HIV / AIDS
यूएनएंड्स	–	एचआईवी / एड्स संयुक्त राष्ट्र का कार्यक्रम
AIR	–	All India Radio
ए.आई.आर.	–	आकाशवाणी (ऑल इंडिया रेडियो)
PSA	–	Public Service Announcement
पी.एस.ए.	–	जन सेवा उद्घोषणा
SEWA	–	Self-Employed Women's Association
सेवा	–	स्व–नियोजित महिला संस्था
EDUSAT	–	Education Satellite
एडुसैट	–	शिक्षा उपग्रह
ICT	–	Information and Communication Technologies
आई.सी.टी.	–	सूचना और संचार प्रौद्योगिकी
SARI	–	The Sustainble Access in Rural India
एस.ए.आर.आई.	–	ग्रामीण भारत में टिकाऊ पद्धति
CLC	–	Commuunity Learning Centre
सी.एल.सी.	–	सामुदायिक शिक्षण केन्द्र
C.R.S.	–	Community Radio Station
सी.आर.एस.	–	सामुदायिक / स्थानीय रेडियो स्टेशन

वस्तुनिष्ठ प्रश्न (1 अंक)

(क) बहुविकल्पीय प्रश्न

1. ग्रामीण भारत में टिकाऊ पद्धति परियोजना में कौन सी सेवाएँ प्रदान की गईं?

   (क) रोजगार सेवाएँ (ख) कृषि सेवाएँ

   (ग) ई– नियंत्रित सेवाएँ (घ) सामुदायिक सेवाएँ

उत्तर– (ग) ई– नियंत्रित सेवाएँ

2. अनेक माध्यमों द्वारा समुदाय की भावनाओं को समुदाय तक पहुँचाने का काम कौन करता है?

   (क) लेखाकार (ख) साहूकार

   (ग) इतिहासकार (घ) पत्रकार

उत्तर– (घ) पत्रकार

3. साप्ताहिक समाचार पत्र, पत्रिकाएं, पत्रक निम्न में से किस माध्यम के उदाहरण हैं?

   (क) साहित्य (ख) मुद्रण माध्यम

   (ग) प्रशिक्षण माध्यम (घ) अंकीय माध्यम

उत्तर– (ख) मुद्रण माध्यम

4. पल्स पोलियो प्रतिरक्षण बहुमाध्यम .... का एक उदाहरण है?

   (क) परियोजना (ख) अभियान

   (ग) विज्ञापन (घ) अन्योन्य क्रियात्मक संरूप

उत्तर– (ख) अभियान

(ख) I मिलान कीजिए

A.	सेवा	(i)	दिल्ली विश्वविद्यालय
B.	ग्रामीण भारत में टिकाऊ पद्धति	(ii)	जीसैट–3
C.	समुदाय रेडियो	(iii)	गुजरात
D.	एडुसैट	(iv)	तमिलनाडु

सही विकल्प चुनिए

(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii) (ख) A - (iv), B - (i), C - (iii), D - (ii)

(ग) A - (ii), B - (iv), C - (i), D - (iii) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii)

II मिलान कीजिए

A.	स्वच्छ भारत मिशन की शुरूआत	(i)	1969
B.	छतेरा ग्राम परियोजना	(ii)	2004
C.	विकास संचार 'शब्द'	(iii)	1972
D.	प्रथम शिक्षा उपग्रह	(iv)	2014

सही विकल्प चुनिए

(क) A - (iii), B - (iv), C - (i), D - (ii) (ख) A - (iv), B - (i), C - (iii), D - (ii)

(ग) A - (ii), B - (iv), C - (i), D - (iii) (घ) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

उत्तर– (ख) A - (iv), B - (i), C - (iii), D - (ii)

(ग) अति लघु उत्तरीय प्रश्न

1. मोबाइल फोन के उपयोग ने किन सेवाओं को सुलभ तथा सुसाध्य बना दिया है। कोई दो उदाहरण दीजिए।

उत्तर– बैंकिंग तथा वित्तीय लेन–देन, विपणन तथा वितरण, रोजगार, सामाजिक कारोबार तथा जन सेवाएँ। (कोई अन्य, कोई दो)

2. एक विकास संचार विशेषज्ञ अपनी जीविका के लिए किस प्रकार की संस्था या संगठन को चुन सकता है?

उत्तर– सरकारी तथा गैर–सरकारी संस्थाओं या जन संचार संगठन।

(कोई अन्य, कोई दो)

3. स्व–नियोजित महिला संघ (सेवा) द्वारा ग्रामीण क्षेत्रों में कौन से केंद्र स्थापित किए गए हैं?

उत्तर– समुदाय शिक्षण केन्द्र (सी.एल.सी)

4. अनुसंधान संस्थानों में शोध कर रहे छात्रों द्वारा किन दो विकासात्मक समस्याओं का अध्ययन किया जा सकता है?

उत्तर– स्त्री– पुरुष (जेंडर) तथा विकास समस्याएँ जैसे पर्यावरण, उपभोग – व्यवहार, स्वास्थ्य, कृषि तथा जीवन–यापन की समस्याओं का अध्ययन।

(कोई अन्य, कोई दो)

केस स्टडी आधारित (4 × 1 अंक)

विश्वविद्यालय के अधिकांश विभागों में जन संचार और पत्रकारिता विषय में स्नातकोत्तर या पूर्व स्नातकोत्तर कार्यक्रम उपलब्ध है। कुछ विश्वविद्यालय, कॉलेज और मीडिया संस्थान विकास संचार विषय में भी विशेषज्ञता प्रदान करते हैं। जामिया मिलिया इस्लामिया, नई दिल्ली एक वर्ष के स्नातकोत्तर डिप्लोमा कार्यक्रम विकास संचार में प्रदान करता है जो छात्रों को वैश्विक और घरेलू स्तर पर हो रही विभिन्न समवर्ती विकास पहलों के बारे में परिचित कराता है। इन पाठ्यक्रमों में प्रवेश लेने की पात्रता आम तौर पर सामाजिक–आर्थिक मुद्दों की कुछ समझ रखने वाली किसी भी विषय के पूर्व स्नातक की होती है। विकास क्षेत्र में वर्तमान घटनाओं की अच्छी जानकारी भी होनी चाहिए। चयन लिखित परीक्षा के आधार पर होता है जिसके बाद साक्षात्कार भी होता है।

1. माइक्रोसॉफ्ट ऑफिस, पॉवर पॉइंट जैसी एप्लीकेशनों के संचालन का पूर्ण ज्ञान किन कौशल के अंतर्गत प्राप्त होगा?

(क) संज्ञानात्मक कौशल (ख) कंप्यूटर कौशल

(ग) सृजनात्मक कौशल (घ) हार्डवेयर कौशल

उत्तर– (ख) कंप्यूटर कौशल

2. किसी मीडिया के लिए विज्ञापन एजेंसी में कार्य कर रहे विकास संचार व्यावसायिक के पास यदि . ...हो, तो वह हमेशा दूसरों की अपेक्षा लाभ की स्थिति में होगा।

(क) विविध प्रकार के समूहों के साथ कार्य करने का कौशल

(ख) भाषा कौशल

(ग) सृजनात्मक कौशल

(घ) नृत्य कौशल

उत्तर– (ग) सृजनात्मक कौशल

3. निम्नलिखित में से कौन सा माध्यम विकास संचार उपकरण के रुप में प्रभावी नहीं है?

(क) सामुदायिक रेडियो (ख) टेलीविज़न

(ग) चर्चा और बहस (घ) इंटरनेट

उत्तर– (ग) चर्चा और बहस

4. निम्नलिखित में से कौन सा कथन गलत है–

(क) विकास पत्रकारिता एक सामाजिक गतिविधि है।

(ख) विकास पत्रकारिता लोगों को उनकी बुनियादी जरूरतों को अधिक अशक्त बनाने पर केंद्रित है।

(ग) विकास पत्रकारिता मानवीय विकास को बढ़ावा देती है।

(घ) विकास संचार सामाजिक, आर्थिक विकास तथा व्यक्तियों तथा सामान्य जन समुदाय की सुख–शांति को सुगम करता है।

उत्तर– (ख) विकास पत्रकारिता लोगों को उनकी बुनियादी जरूरतों को अधिक अशक्त बनाने पर केंद्रित है।

लघु उत्तरीय प्रश्न (2 अंक)

1. विकास संचार क्या है और विकास में इसकी क्या भूमिका है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–4 देखिए।

2. समुदाय रेडियो आकाशवाणी (ऑल इंडिया रेडियो) से किस प्रकार भिन्न है? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर–
- सामुदायिक रेडियो आकाशवाणी की तुलना में नया, स्थानीय और इंटरैक्टिव प्रारूप है जो समुदाय के द्वारा, समुदाय के लिए और समुदाय के बारे में है जो पांरपरिक रेडियो की तुलना में लोगों के माध्यम के रूप में अधिक सफल है।
- ‘स्थानीय रेडियो स्टेशन’ की यह नई अवधारणा लाभ के लिए नहीं बनाई गयी है।

- यह समुदाय को गरीबी उन्मूलन, लैंगिक असमानता, स्वास्थ्य, स्वच्छता आदि को कम करने में सक्षम बनाता है तथा सभी संभावित स्तरों पर सार्वजनिक भागीदारी सुनिश्चित करता है। जबकि आकाशवाणी अथवा ऑल इंडिया रेडियो सरकार द्वारा राष्ट्रीय स्तर पर चलाये जाने वाला रेडियो स्टेशन है। (कोई अन्य, कोई दो)

3. अभियान क्या है? अपनी पंसद की समस्या पर अभियान के लिए एक नारा बनाइए। (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– किसी विशेष उद्देश्य के लिए, बैठकों, भ्रमण, यात्राओं, लेखों, लिखित समाग्री के वितरण या प्रदर्शनियों का मिला जुला उपयोग करना अभियान कहलाता है। अभियान द्वारा एक विशेष संदेश को रोचक ढंग से ऐसे प्रस्तुत किया जाता है जो लोगों की स्मृति से जुड़ जाता है।

'कोरोना वैक्सीन' के जागरुकता अभियान के लिए नारा–

'कोविड वैक्सीन की अवश्य ले लो दो डोज,

सुरक्षा मिलेगी कोरोना से और हो जाएगी मौज़'

(कोई अन्य नारा, कोई एक)

4. सूचना संचार प्रौद्योगिकियाँ विकास की भावी वाहिका हैं। टिप्पणी कीजिए। (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी एक ऐसा समावेशी शब्द है जिसमें कंप्यूटर हार्डवेयर तथा सॉफ्टवेयर, डिजीटल प्रसारण तथा दूर संचार प्रौद्योगिकी सम्मिलित है।

(i) विश्व के सभी देश आज सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी के उपयोग द्वारा ही जनता को सूचनाएँ एवं जानकारियों प्रदान कर रहें है।

(ii) पूरे विश्व में मोबाइल फोन के बढ़ते प्रयोग ने बाजार तथा जन सुविधाओं एवं सेवाओं तक आम आदमी की पहुँच तक और सुविधाजनक बना दिया है। विभिन्न प्रकार की सेवाएँ जैसे– बैंकिंग, खरीदारी, स्वास्थ्य सम्बन्धी, व्यापारिक लेन–देन इत्यादि सेवाएँ मोबाइल फोन पर इंटरनेट द्वारा घर बैठे ही आसानी से उपलब्ध हो जाती हैं।

(iii) सूचना संचार प्रौद्योगिकियाँ विकास की भावी वाहिका इसलिए भी है क्योंकि इस के द्वारा ही निर्धन तथा पिछड़े हुए लोगों के जीवनयापन में सुधार तथा उसे और बेहतर बनाना संभव होगा।

(iv) सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी के प्रयोग ने आर्थिक, सामाजिक तथा राजनैतिक क्षेत्रों में बहुत से महत्त्वपूर्ण परिवर्तन ला दिए है।

(कोई अन्य, कोई दो)

लघु उत्तरीय प्रश्न (3 अंक)

1. 'आई.सी.टी. (ICT) का उपयोग विकास संचार के सशक्तिकरण उपकरण के रूप में किया जाता है'। इसके छः उपयोग बताइए।

उत्तर– आई.सी.टी. मुख्य रूप से लोगों को कंप्यूटर, वीडियो, टेलीफोन, फैक्स मशीनों, मोबाइल फोनों, रेडियो, टेलीविजन तथा उपग्रह संचार द्वारा सूचना पहुँचाने का एक तरीका है।

(i) मोबाइल फोन के प्रयोग ने दुनिया छोटी कर दी है। कोविड– 19 महामारी के दौरान मोबाइल फोनों ने बाजारों, सामाजिक व्यापार और सार्वजनिक सेवाओं को सक्षम और सुगम बनाया है।

(ii) सरकार द्वारा कोरोना की जानकारी सर्वप्रथम मोबाइल फोन के द्वारा ही प्रदान की गई थी।

(iii) आई.सी.टी. के विभिन्न साधनों द्वारा आर्थिक सेवाएँ जैसे बैंकिंग और वित्तीय लेनदेन, विपणन और वितरण, रोजगार और सार्वजनिक सेवाओं के प्रयोग को भी आसान किया है।

(iv) शैक्षिक सामग्री किसी भी रूप में अब इंटरनेट तथा फोन के माध्यम से उपलब्ध है।

(v) स्कूल या महाविद्यालय के शिक्षक मोबाइल पर या कंप्यूटर के माध्यम से आई. सी. टी. के लाभों का उपयोग करके छात्रों की परीक्षाएँ भी ली जा रही हैं।

(vi) आई.सी.टी. आर्थिक, सामाजिक और राजनीतिक रूप से परिवर्तनकारी साबित हो रहे हैं। लोग अपने फोन का इस्तेमाल सिर्फ दुनिया भर के लोगों से जुड़ने

के लिए नहीं कर रहे हैं, बल्कि अपने फोन के जरिए बिल पेमेंट भी कर रहे हैं और ऑनलाइन स्वास्थ्य सेशन लिए जा रहे हैं।

(कोई अन्य, कोई छः)

2. विकास संचार की अपेक्षित विशिष्टताएँ क्या हैं? (एन.सी.ई.आर.टी.)

उत्तर– (i) मुख्य रूप से ये लोगों को सूचना देने, शिक्षित तथा जागरूक बनाने में सहायक है।

(ii) यह पिछड़े, कमजोर तथा उपेक्षित समाज/समुदाय लोगों के जीवन स्तर को अच्छा करने के लिए सहायक है।

(iii) उपलब्ध प्रौद्योगिकियों की जानकारी का उपयोग शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, पर्यावरण आदि में जन समुदाय की उन्नति करने के लिए मददगार है।

(iv) लोगों को विकास की प्रक्रिया के लिए संवेदनशील बनाने और उन्हें समान, न्यायसंगत तथा निष्पक्ष समाज से संबंधित मुद्दों के बारे में प्रशिक्षित करने में सहायक है।

(v) सरकारी संस्थाओं, गैर–सरकारी संस्थाओं (एन.जी.ओ.) तथा लोगों के आपसी सम्बद्ध को दृढ़ता प्रदान करता है।

(vi) इसका उद्देश्य विकास के मुद्दों पर छात्रों, वर्तमान तथा भविष्य के पत्रकारों, अभियान चलाने वालों तथा मीडिया व्यावसायिकों का ज्ञान बढ़ाने तथा व्यावहारिक कौशलों को दृढ़ करना है। (कोई अन्य, कोई छः)

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (4 अंक)

1. रेड रिबन एक्सप्रेस को भारत में विश्व एड्स दिवस, 1 दिसंबर, 2007 को लॉन्च किया गया था। यह एचआईवी/एड्स के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए राष्ट्रव्यापी संचार अभियान है। विभिन्न सूचना शिक्षा संचार (आई.ई.सी) विधियों के माध्यम से, खतरनाक बीमारियों के बारे में आबादी को जानकारी का प्रसार किया जाता है।

रेड रिबन एक्सप्रेस के सन्दर्भ में निम्नलिखित प्रश्नों का उत्तर दें।

(क) इस कार्यक्रम का प्राथमिक उद्देश्य क्या था?

(ख) बीमारियों के बारे में जानकारी फैलाने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली आई. ई.सी. गतिविधियों की गणना करें।

(ग) इस कार्यक्रम में कौन सी राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय एजेंसियाँ शामिल थीं?

उत्तर– (क) रेड रिबन एक्सप्रेस के उद्देश्य–

- प्राथमिक निवारण सेवाओं के बारे में सूचनाओं का प्रसार करना।
- बीमारी की समझ उत्पन्न करके, एड्स को कलंक न मानकर, इससे पीड़ित व्यक्तियों के प्रति भेदभाव को कम करना।
- रोगों की रोकथाम, स्वास्थ्यप्रद आदतें तथा जीवन शैली के बारे में लोगों की जानकारी बढ़ाना।

(ख) कार्यक्रम में किए गए आई.ई.सी. गतिविधियाँ हैं– नुक्कड़ नाटक, लोक गीत, कहानियाँ और समूह परामर्श सत्र

(ग) निम्न राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय परियोजना में एजेंसियाँ शामिल थी।

- राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन (नाको)
- नेहरू युवा केंद्र संगठन
- यूनिसेफ और यू. एन. एड्स आदि (अंतर्राष्ट्रीय एजेंसियाँ)
- भारतीय रेलवे

(कोई अन्य)

2. 'रेडियो विकास संचार के स्रोत के रूप में प्रिंट मीडिया या टेलीविजन की तुलना में अधिक महत्त्व रखता है'? इस क्षेत्र में रेडियो की भूमिका की समीक्षा करें।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–5(ii) को देखिए।

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (5 अंक)

1. विकास संचार पत्रकारिता के क्षेत्र में आजीविका के लिए आवश्यक किन्ही पाँच कौशलों के बारे में विस्तार में समझाइए।

उत्तर– 'स्मरणीय बिन्दु' संख्या–6 (i) से (vii) देखिए।

(कोई अन्य, कोई पाँच)

2. विकास संचार की विभिन्न विधियाँ कौन–कौन सी है तथा किन्हीं दो विधियों के बारे में विस्तार से लिखिए।

उत्तर– स्मरणीय बिंदु संख्या–5(i) से (iv) तक देखिए।

सी.बी.एस.ई. पेपर (2022–23)
गृह विज्ञान (सैद्धान्तिक) (064)

निर्धारित समय : 3 घण्टे **अधिकतम अंक : 70**

सामान्य निर्देशः

निम्नलिखित निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़िए और उनका सख्ती से पालन कीजिएः

(i) **सभी** प्रश्न **अनिवार्य** हैं।

(ii) इस प्रश्न पत्र में **35** प्रश्न हैं।

(iii) प्रश्न–पत्र को **तीन** खण्डों में विभाजित किया गया है **खण्ड क, ख** तथा **ग**।

(iv) **खण्ड क** में प्रश्न संख्या **1** से **18** (बहुविकल्पीय प्रश्न) हैं और प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है।

(v) **खण्ड ख** में प्रश्न संख्या **19** से **25** प्रत्येक 2 अंक के तथा प्रश्न संख्या **26** से **29** प्रत्येक 3 अंक के हैं।

(vi) **खण्ड ग** में प्रश्न संख्या **30** से **33** प्रत्येक 4 अंक के तथा प्रश्न संख्या **34** और **35** प्रत्येक 5 अंक के हैं।

(vii) कुछ प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।

(viii) जहाँ भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तरों का समर्थन कीजिए।

खण्ड क

1. रेड रिबन एक्सप्रेस (आर. आर.ई.) परियोजना के क्रियान्वयन में निम्नलिखित में से किसका सहयोग नहीं था? 1

(a) यूनिसेफ (b) यूनेस्को

(c) नेहरू युवा केन्द्र संगठन (d) नाको

2. महिला मजदूरों की समस्याओं का निपटारा करने के लिए .... मंत्रालय में महिला प्रकोष्ठों की स्थापना की गई। 1

(a) शिक्षा (b) गृह

(c) महिला एवं बाल विकास (d) श्रम एवं रोज़गार

3. .... लंबी पैदल यात्रा (हाइकिंग) तथा जोखिम भरे खेलों में भाग लेने वाले व्यक्तियों को आतिथ्य प्रदान करता है। 1

(a) लॉज/आवास (b) रिज़ॉर्ट/सैरगाह

(c) सुसज्जित शिविर/कैंप (d) मोटल

4. आयशा 'लड़कियों की सुरक्षा' के लिए एक अभियान चला रही है। इस अभियान के लिए उसे लघु फिल्म बनानी है जिसके लिए उसे कैमरे की तकनीकों तथा वीडियो उत्पादन के बारे में जानना आवश्यक है। निम्नलिखित में से कैमरा उपकरण को सही ढंग से परिचालित करने के लिए आवश्यक कौशल की पहचान कीजिए : 1

(a) सृजनात्मक कौशल (b) संज्ञानात्मक कौशल

(c) तकनीकी कौशल (d) भाषा तथा कंप्यूटर कौशल

5. उस रंग सुमेल/योजना का नाम बताइए जिसमें केवल उदासीन रंगों का उपयोग किया जाता है। 1

(a) विभाजित पूरक (b) एकवर्णी

(c) अवर्णी (d) त्रणात्मक

6. दिए गए चित्र में हस्तशिल्प को पहचानिए और उस राज्य का नाम बताइए जहाँ यह लोकप्रिय है। 1

निम्नलिखित प्रश्न केवल **दृष्टिबाधित परीक्षार्थियों** के लिए प्र. सं. 6 के स्थान पर है।
कठपुतली किस राज्य की पारंपरिक हस्तशिल्प है?

(a) पंजाब (b) उत्तर प्रदेश

(c) राजस्थान (d) गोआ

7. आपकी माँ चाँदी की चूड़ियाँ खरीदना चाहती है। उन पर कौन–सा मानकीकरण चिह्न उन्हें देखना चाहिए? 1

(a) एफ.एस.एस.ए.आई. (b) हॉलमार्क

(c) वूलमार्क (d) आई. एस. आई.

8. ये क्षमताएँ जो लोगों को समुचित तरीकों से व्यवहार करने योग्य बनाती हैं, विशेष रूप से उन परिस्थितियों में जो उनके लिए चुनौतीपूर्ण होती हैं, क्या कहलाती हैं? 1

(a) मनोवृत्तियाँ (b) जीवन कौशल

(c) मूल्य (d) शारीरिक श्रम

9. निम्नलिखित का मिलान कीजिए :

(i) राष्ट्रीय युवा नीति 1. 2014

(ii) प्रथम एस.ओ.एस. बाल गाँव 2. 2005

(iii) राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा 3. 1964

(iv) वृद्धजनों के लिए राष्ट्रीय नीति — 4. 1999 — 1

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i) - 4, (ii) - 3, (iii) - 2, (iv) - 1

(b) (i) - 3, (ii) - 4, (iii) - 1, (iv) - 2

(c) (i) - 1, (ii) - 3, (iii) - 2, (iv) - 4

(d) (i) - 3, (ii) - 1, (iii) - 4, (iv) - 2

10. निम्नलिखित का मिलान कीजिए : 1

(i) खाद्य तथा पेय पदार्थ विभाग	1. स्वागती
(ii) फ्रंट ऑफिस	2. लेखाकार
(iii) गृह व्यवस्था विभाग	3. शेफ़–डे– पार्टी
(iv) सहायक सेवा विभाग	4. कमरा परिचर

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i) - 3, (ii) - 1, (iii) - 4, (iv) - 2

(b) (i) - 1, (ii) - 2, (iii) - 3, (iv) - 4

(c) (i) - 2, (ii) - 3, (iii) - 1, (iv) - 4

(d) (i) - 3, (ii) - 4, (iii) - 2, (iv) - 1

11. ऊपर से कपड़े डालने वाली धुलाई मशीन में वस्त्र धुलाई की विधियों को पहचानिए। 1

(i) आलोड़न (ii) अवपातन

(iii) कैलेंडरिंग (iv) स्पंदन

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i) और (ii) (b) (i) और (iv)

(c) (ii) और (iv) (d) (ii) और (iii)

12. राघव विकास संचार के क्षेत्र में जीविका बनाना चाहता है। निम्नलिखित में से कौन–से विकल्प वह चुन सकता है ? 1

(i) अनुसंधान छात्र (रिसर्च स्कॉलर) (iii) टी.वी. एंकर

(ii) रेडियो जॉकी (iv) दृश्य व्यापार डिजाइनर

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i), (ii) और (iv) (b) (i), (iii) और (iv)

(c) (ii), (iii) और (iv) (d) (i), (ii) और (iii)

13. स्वर्णिम माध्य का अनुपात वस्त्र के माप के अनुसार निम्नलिखित अनुपातों पर आधारित होता है :

(i) 1 : 2 : 4 (ii) 2 : 4 : 10

(iii) 5 : 8 : 13 (iv) 3 : 5 : 8 1

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i) और (ii) (b) (iii) और (iv)

(c) (i) और (iii) (d) (ii) और (iv)

केस स्टडी–आधारित प्रश्न

अनुच्छेद को ध्यानपूर्वक पढ़िए और प्रश्न संख्या 14 से 18 तक के उत्तर दीजिए।

जन स्वास्थ्य पोषण, अध्ययन का वह क्षेत्र है जो अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देने से संबंधित है। इस उद्देश्य के लिए यह पोषण संबंधी रोगों/समस्याओं का समाधान करने वाली सरकारी नीतियों और कार्यक्रमों के ज़रिए लोगों के इन पोषक संबंधी रोगों/समस्याओं का समाधान करता है। जन स्वास्थ्य आहार विशेषज्ञ/व्यावसायिक

जनसंख्या (अर्थात् बड़ी संख्या में लोगों के लिए सामूहिक कार्रवाई की आवश्यकता हो) को प्रभावित करने वाली समस्याओं के समाधान के लिए बड़े पैमाने पर सुनियोजित और बहुविषयक पद्धतियों का उपयोग करते हैं। अतः यह क्षेत्र बहुविषयक प्रकृति का है और जीवन विज्ञान तथा सामाजिक विज्ञान विषयों की बुनियाद पर टिका हुआ है। यह पोषण के अन्य क्षेत्रों जैसे – नैदानिक पोषण और आहारिकी से भिन्नता रखता है, क्योंकि इसके लिए समुदाय/जनता, विशेष रूप से अतिसंवेदनशील समूहों की समस्याओं के समाधान के लिए व्यावसायिकों की आवश्यकता होती है।

14. सूक्ष्म पोषकों की कमी को क्या कहते हैं? 1

(a) गलगण्ड (b) अरक्तता

(c) छिपी भूख (d) मोटापा

15. वैयक्तिक स्तर पर विभिन्न बीमारियों के पोषण प्रबंधन करने वाले व्यावसायिकों को क्या कहते हैं?

(i) नैदानिक पोषण विशेषज्ञ (ii) जन स्वास्थ्य पोषण विशेषज्ञ

(iii) चिकित्सा प्रतिनिधि (iv) चिकित्सीय पोषण उपचारक

(v) आहार विशेषज्ञ 1

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i), (ii), (iii) (b) (i), (iii), (iv)

(c) (i), (iii), (v) (d) (i), (iv), (v)

16. निम्नलिखित में से कौन–सी स्थिति उत्पन्न होती है जब एक व्यक्ति के शरीर का भार उसकी आयु के अनुरूप उचित भार से कम होता है? 1

(a) अत्यधिक भार (b) अल्पभारी

(c) क्षयकारी (d) बौनापन

17. जन स्वास्थ्य पोषण किससे संबंधित है? 1

(i) वैयक्तिक स्तर पर अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देना

(ii) जनसंख्या स्तर पर अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देना

(iii) वैयक्तिक पोषण–संबंधी बीमारियों / समस्याओं की रोकथाम

(iv) सामुदायिक स्तर पर पोषण संबंधी बीमारियों / समस्याओं की रोकथाम

(v) समग्र पोषण के लिए कार्यनीतियों की योजना बनाना और लागू करना

सही विकल्प चुनिए :

(a) (i), (iii), (iv) (b) (ii), (iii), (iv)

(c) (i), (ii), (iv) (d) (ii), (iv), (v)

18. निम्नलिखित में से कौन–सा स्वास्थ्य देखभाल के तृतीयक स्तर का उदाहरण नहीं है? 1

(a) अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (b) प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र

(c) मेडिकल कॉलेज के अस्पताल (d) विशिष्ट अस्पताल

खण्ड ख

19. 'युवाओं' के व्यापक संवर्ग में चार ऐसे समूहों के नाम लिखिए जो विशेष रूप से संवेदनशील हैं। 2

20. पादपरसायन, चिकित्सीय खाद्य–पदार्थों से किस प्रकार भिन्न हैं? 2

21. (क) उन चार स्तंभों की सूची बनाइए जिन पर सुकार्यिकी का विज्ञान व्यवस्थित है। 2

अथवा

(ख) सामाजिक उद्यमियों को 'सामाजिक उत्प्रेरक' क्यों कहा जाता है? एक उद्यमी की कोई दो विशेषताएँ लिखिए। 2

22. (क) आहार चिकित्सा के किन्हीं चार उद्देश्यों को सूचीबद्ध कीजिए। 2

अथवा

(ख) आहार विशेषज्ञ / नैदानिक पोषण विशेषज्ञ किन चार तरीकों द्वारा रोगी की पोषण स्थिति का मूल्यांकन करते हैं? 2

23. (क) ''सामुदायिक रेडियो'' से आप क्या समझते हैं? 2

(ख) देश के विकास में इसकी दो महत्त्वपूर्ण भूमिकाओं का वर्णन कीजिए।

24. (क) विनिर्मित खाद्य तथा फॉर्मूलाबद्ध खाद्य में अंतर स्पष्ट कीजिए। प्रत्येक का एक उदाहरण दीजिए। 2

अथवा

(ख) (i) अत्यधिक जोखिम वाले खाद्यों से आप क्या समझते हैं? एक उदाहरण दीजिए।

(ii) जीवाणुओं की वृद्धि के लिए तापमान की किस परास (रेंज) को खतरे का क्षेत्र कहा जाता है? 2

25. 'अंतर्राष्ट्रीय फैशन में फ्रांस का प्रभुत्व 18वीं शताब्दी के प्रारंभ में शुरू हुआ।' औद्योगिक क्रांति से पूर्व फैशन में हुए किन्हीं दो विकासों का उल्लेख कीजिए। 2

26. (क) राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (एन.सी.एफ.) के ई.सी.सी.ई. पर प्रकाशन के अनुसार, ई.सी.सी.ई. के किन्हीं छह मार्गदर्शी सिद्धांतों की सूची बनाइए। 3

अथवा

(ख) फातिमा बानो अपने तीन वर्षीय बच्चे को विद्यालय पूर्व केंद्र में भेजना चाहती हैं। समझाइए कि उन्हें एक अच्छे विद्यालय पूर्व केंद्र में कौन–कौन से छह गुण देखने चाहिए। 3

27. मनदीप एक रेडीमेड पैंट और कमीज़ खरीदना चाहता है। वह किन दो तरीकों से उसमें अनुरूपता ला सकता है? समझाइए। 3

28. जूलिया अपना एक छोटा होटल खोलना चाहती है।

(क) सर्वप्रथम वह अपने कर्मचारियों को अतिथि चक्र के बारे में समझाना चाहती है। उसके कर्मचारियों को अतिथि चक्र की चार अवस्थाएँ समझाइए।

(ख) वह अपने होटल में किन दो प्रकार से पर्यावरण संरक्षण और पारिस्थितिक अनुकूलता को सुनिश्चित करेगी, उसकी सूची बनाइए। 3

29. खाद्य मानकों, गुणवत्ता और व्यापार से संबंधित निम्नलिखित अंतर्राष्ट्रीय संस्थानों का पूरा नाम दीजिए।

(क) सी.ए.सी. (ख) आई.एस.ओ.

(ग) डब्ल्यू.टी.ओ. 3

खण्ड ग

30. (क) आपको अपने विद्यालय में 'राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस' पर एक भाषण देना है। किन चार उपभोक्ता अधिकारों और चार उपभोक्ता दायित्वों को आप अपने भाषण में सम्मिलित करेंगे, उनका उल्लेख कीजिए। 2+2=4

अथवा

(ख) (i) प्रकाश एक अर्ध सरकारी उपभोक्ता संगठन में कार्यरत है। उपभोक्ताओं के हित में उसके संगठन को कौन–सी चार महत्त्वपूर्ण भूमिकाएँ निभानी चाहिए, बताइए। 2+2=4

(ii) दिल्ली और अहमदाबाद प्रत्येक में स्थित कोई एक उपभोक्ता संगठन का नाम लिखिए। उनके द्वारा प्रकाशित पत्रिकाओं के नाम भी बताइए।

31. (क) (i) मार्च 2018 में शुरू किए गए पोषण अभियान के कोई दो अल्पावधि हस्तक्षेपों की सूची बनाइए।

(ii) अपने देश में चल रहे पोषण अभियान के अतिरिक्त अन्य कोई चार पोषण कार्यक्रमों का उल्लेख कीजिए। 2+2=4

अथवा

(ख) (i) संशोधित आहार से आप क्या समझते हैं?

(ii) तरलता में परिवर्तन के आधार पर, तीन प्रकार के आहार कौन से हैं? प्रत्येक आहार का एक उदाहरण दीजिए। 1+3=4

32. (क) फ़ैशन उद्योग में, 'फ़ैड्स' का क्या अर्थ है? एक उदाहरण दीजिए।

(ख) फ़ैशन उद्योग में व्यापार के तीन स्तरों की विवेचना कीजिए। 1+3=4

33. (क) पाँच वर्षीय बंटी रेलवे स्टेशन पर अपने माता–पिता से बिछड़ गया है। रेलवे

कर्मी उसे किस प्रकार के बालगृह में भेजेंगे?

(ख) संवेदनशील बच्चों के लिए सरकार द्वारा चलाए जा रहे दो अन्य प्रकार के बालगृहों को संक्षेप में समझाइए।

(ग) उस अधिनियम का नाम बताइए जो गैर–सामाजिक गतिविधियों में संलग्न बच्चों के लिए बनाया गया है। 1+2+1=4

34. (क) खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी उद्योग में लगे हुए रेसीपी विकास व्यावसायिकों में कौन–से पाँच आवश्यक ज्ञान और कौशल होने चाहिए? विस्तार से बताइए। 5

अथवा

(ख) आविषालुता तथा संकट को परिभाषित कीजिए। तीन प्रकार के खाद्य संकटों को उदाहरण देकर समझाइए। 1+1+3=5

35. (क) आपका मित्र फ़ैशन डिज़ाइनर बनना चाहता है। इस क्षेत्र में सफलता पाने के लिए उसमें कौन–से तीन प्राथमिक कौशल होने चाहिए? 3+2=5

(ख) उसे औपचारिक तथा अनौपचारिक संतुलन में अंतर दर्शाकर समझाइए।

दृष्टिबाधित परीक्षार्थियों के लिए

(ख) चित्र बनाने की आवश्यकता नहीं है।

सी.बी.एस.ई. पेपर (2022–23)

कक्षा – XII गृह विज्ञान (सैद्धान्तिक)

अंक योजना

खंड क

1. (b) यूनेस्को

2. (d) श्रम एवं रोज़गार

3. (c) सुसज्जित शिविर / कैम्प

4. (c) तकनीकी कौशल

5. (c) अवर्णी

6. ओडिशा का शोला शिल्प अथवा पश्चिम बंगाल (प्रश्न में विकल्प न होने पर प्रयास के लिए एक अंक दिया जाए)

दृष्टिबाधित परीक्षार्थियों के लिए

(c) राजस्थान

8. (b) जीवन कौशल

9. (c) (i) - 1, (ii) - 3, (iii) - 2, (iv) - 4

10. (a) (i) - 3, (ii) - 1, (iii) - 4, (iv) - 2

11. (b) (i) और (iv)

12. (d) (i), (ii) और (iii)

13. (b) (iii) और (iv)

14. (c) छिपी भूख

15. (d) (i), (iv), (v)

16. (b) अल्पभारी

17. (d) (ii), (iv), (v)

18. (b) प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र

खंड ख

19. चार युवा समूहों के नाम जो विशेष रूप से संवेदनशील हैं– ½ × 4=2

1. ग्रामीण और जनजातीय युवा
2. विद्यालय छोड़ चुके युवा
3. किशोर, विशेष रूप से किशोरियाँ

4. अपंगताओं वाले युवा
5. विशेष कठिन स्थितियों वाले युवा जैसे अवैध धंधों के शिकार अनाथ और सड़कों के आवारा बच्चे

कोई अन्य कोई चार

20. **पादपरसायन (जैवसक्रिय यौगिक)**

ये खाद्य पदार्थों में पाए जाने वाले गैर पोषक अवयव होते हैं जिनकी शरीर में क्रियात्मक या जैविक क्रियाशीलता होती है और स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

चिकित्सीय खाद्य पदार्थ

ये वे उत्पाद हैं जो विशिष्ट आवश्यकताओं वाले लोगों के लिए विशेष रूप से तैयार किए जाते हैं। इस प्रकार के खाद्य पदार्थ नियंत्रित किए जाते हैं और किसी बीमारी या स्थिति की विशिष्ट आहार व्यवस्था के अंतर्गत केवल डॉक्टरी नुस्खे या सलाह पर इनका उपयोग किया जा सकता है। उदाहरण– लैक्टोज़ मुक्त दूध, कम सोडियम नमक आदि। 1+1=2

कोई अन्य, कोई एक अंतर

21. **(क) सुकार्यिकी (एर्गोनॉमिक्स) के चार स्तंभ–**

1. मानवमिति (एंथ्रोपोमेट्री)– शरीर का आकार और मापन ½ × 4=2
2. जैव–यांत्रिकी (बायोमैकेनिक्स)– पेशी–कंकाली गतिविधियाँ और लगाए जाने वाला बल
3. शरीर क्रिया विज्ञान
4. औद्योगिक मनोविज्ञान

अथवा

(ख) सामाजिक उद्यमियों को 'सामाजिक उत्प्रेरक' इसलिए कहा जाता है क्योंकि वे–

1. अच्छे सामाजिक कार्य करने पर ध्यान केंद्रित करते हैं।
2. बड़े पैमाने पर सामाजिक लाभ प्राप्त करने का लक्ष्य रखते हैं।

3. कमजोर / उपेक्षित वचिंत समूह के लिए कार्य करते हैं।
4. जिनके पास दित्तीय साधनों की कमी है उनकी मदद करते हैं।
5. मूलभूत सामाजिक परिवर्तन लाते हैं।
6. सतत विकास / टिकाऊ सुधारों का सृजन करते हैं।
7. शिक्षा / स्वास्थ्य देख–भाल / आर्थिक विकास / पर्यावरण / ललित कलाएँ / कोई अन्य सामाजिक क्षेत्र में विकास लाते हैं।
8. आर्थिक लाभ के लिए नहीं बल्कि सामाजिक लाभ और प्रभाव के लिए काम करते हैं।

कोई अन्य कोई एक

एक उद्यमी की दो विशेषताएँ–

1. कड़ी मेहनत करने की इच्छा
2. योजना बनाने और क्रियान्वयन करने का ज्ञान और कौशल
3. वित्त सामग्री, कर्मियों / व्यक्तियों और समय के प्रबंधन के कौशल
4. आकलित जोखिम उठाने का साहस होना
5. एक साथ कई कार्यों को आरंभ करने की योग्यता और तत्परता
6. आरंभ किए गए कार्यों के लिए आवश्यक कौशलों को सीखने और प्राप्त करने की योग्यता
7. कठिन मुद्दों से निपटने और समाधान ढूँढने की क्षमता
8. यथार्थवादी होना और आसान समाधानों की अपेक्षा न करना
9. गतिरोधों, चुनौतियों और असफलताओं का सामना करने की योग्यता
10. भागीदारी विकसित करना, कार्यनीति बनाना तथा तालमेल बनाने की योग्यता
11. समझौता करने, कार्यनीति और प्राथमिकताओं को देखने की योग्यता
12. विनम्र होना और संकट की स्थितियों से निपटने की योग्यता
13. अच्छे संप्रेषण कौशलों का होना

कोई अन्य, कोई दो

22. (क) आहार चिकित्सा के उद्देश्य हैं– ½×4=2

(i) मरीज़ की भोजन की प्रकृति को ध्यान में रखते हुए आहार की सूची तैयार करना

(ii) बीमारी के हालात को सुधारने और नियंत्रण में रखने के लिए वर्तमान आहार में परिवर्तन करना

(iii) पोषणहीनता की स्थिति में आहार उपचार द्वारा हीनता को दूर करना

(iv) दीर्घकालिक बीमारियों में आहार उपचार द्वारा अल्पकालिक और दीर्घकालिक समस्याओं को रोकने में मदद करना

(v) निर्धारित आहार का अनुसरण करने की आवश्यकता संबंधी शिक्षा और सलाह मरीज़ को देना

कोई अन्य, कोई चार

अथवा

(ख) आहार विशेषज्ञ/नैदानिक पोषण विशेषज्ञ द्वारा रोगी की पोषण स्थिति का मूल्यांकन करने के लिए उपयोग किये जाने वाले चार तरीकेः

1. रोगी के स्वास्थ्य, आहार, व्यक्तिगत और चिकित्सीय इतिहास की विस्तृत जानकारी प्राप्त करना/चिकित्सीय मूल्यांकन
2. मानवमितीय माप (लंबाई, वज़न, सिर और छाती की परिधि)
3. प्रयोगशाला में की गई जाँच और भौतिक मापों की जानकारी को डॉक्टरी निदान से संबद्ध करना/जैव–रासायनिक मूल्यांकन
4. उपरोक्त सभी क्रियाओं से प्रमुख पोषण हीनता और भावी हीनताओं के जोखिम का पता लगाना/रोग की पहचान

23. (क) सामुदायिक रेडियो– 1

1. सूचना और प्रसारण मंत्रालय की पहल है
2. स्थानीय रेडियो भी कहा जाता है

3. समुदाय के लिए, समुदाय के द्वारा और समुदाय के बारे में
4. अन्योन्य क्रियात्मक संरूप
5. स्थानीय लोगों द्वारा चलाया और नियंत्रित किया जाता है/सामान्य रूप से गैर सरकारी संगठनों द्वारा लोगों को प्रशिक्षित किया जाता है
6. जन माध्यम
7. स्थानीय उपयोग के लिए
8. स्थानीय बोली/भाषा
9. सहभागिता से सम्बंधित विषय वस्तु का विकास
10. कम लागत
11. आर्थिक लाभ के लिए नहीं
12. सीमित क्षेत्र में प्रसारण

कोई अन्य, कोई एक

(ख) देश के विकास में इसकी दो महत्त्वपूर्ण भूमिकाएँ हैं. ½×2=1

1. विकास के स्थानीय कार्यक्रमों को समर्थन देना
2. व्यक्तियों को कार्यक्रमों में भाग लेने और अपने विचार व्यक्त करने का अवसर प्रदान करना/यह व्यक्तियों की आवाज़ बन जाता है
3. सामाजिक परिवर्तन को प्रोत्साहित करना
4. अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने का अवसर प्रदान करना
5. व्यक्तियों के विकास के लिए उत्प्रेरक का कार्य करना
6. संचार तथा पत्रकारिता डी.सी.जे. (DCJ) के क्षेत्र में जीविका के लिए तैयार होने के लिए प्रोत्साहित करना
7. समुदायों को उनकी समस्यायों तथा उनके हलों के लिए आवाज़ उठाने में सहायता करना

कोई अन्य, कोई दो

24. (क) **विनिर्मित खाद्य** ½×4=2

(i) ऐसे उत्पादों में कच्ची सामग्री के मूल गुण काफ़ी समाप्त हो जाते हैं, और सरंक्षण के लिए कुछ मूलभूत विधियाँ काम में लाई जाती हैं। अक्सर विभिन्न संघटको जैसे नमक, शक्कर, तेल या रासायनिक संरक्षणों का प्रयोग किया जाता है।

(ii) उदाहरण– अचार, जैम, मुरब्बा, शरबत, पापड़, वड़ी आदि।

फार्मूलाबद्ध खाद्य

(i) ये ऐसे उत्पाद है जिन्हें विभिन्न संघटकों को मिला कर और संसाधित करके तैयार किया जाता है, जिससे प्राप्त खाद्य उत्पादों का शैल्फ़काल अपेक्षाकृत हो सके।

(ii) उदाहरण– डबलरोटी/ब्रैड, बिस्कुट, आइसक्रीम, केक, कुल्फी आदि।

कोई अन्य कोई एक अंतर प्रत्येक के लिए एक उदाहरण के साथ

अथवा

(i) अत्याधिक जोखिम वाले खाद्यः

बैक्टीरिया/जीवाणु उच्च प्रोटीन वाले खाद्य पदार्थों पर हमला करते हैं। 1

उदाहरण–

माँस मछली, मुर्गी, अंडे और डेयरी उत्पाद ½

(ii) तापमान की परास (रेंज) ½

5°C - 60°C

25. **औद्योगिक क्रांति से पूर्व फ़ैशन में विकास–** 1×2=2

1. शाही न्यायालय से समर्थन।
2. फ्रांस में रेशम उद्योग का विकास।
3. फ्रांस के बहुत से शहर कोर्ट के रेशमी वस्त्र रिबन और लेस भेज रहे थे।
4. कपड़े हाथ से बने/सिले होते थे।
5. कपड़े ग्राहक के सही नाप के अनुसार बने होते थे।

कोई अन्य, कोई दो

26. (क) ई.सी.सी. ई. के छह मार्गदर्शी सिद्धांत – ½×6=3

1. सीखने का आधार खेल हो
2. शिक्षा का आधार कला हो
3. बच्चों की विशिष्ट सोच–विशेषताओं को मान्यता देना
4. विशेषज्ञता की बजाय अनुभव को प्रमुखता (अर्थात अनुभवजन्य अधिगम को महत्त्व दिया गया है)
5. दैनिक नित्यचर्या में अच्छी जानकारी और चुनौतियों का अनुभव
6. औपचारिक तथा अनौपचारिक दोनों प्रकार की परस्पर बातचीत
7. पाठविषयक और सांस्कृतिक स्त्रोतों का मेल
8. स्थानीय सामग्रियों, कला और ज्ञान का उपयोग
9. विकासात्मक रूप से उपयुक्त तरीके, लचीलापन तथा अनेकता
10. स्वास्थ्य, कल्याण और स्वस्थ आदतें

कोई छह

अथवा

(ख) छह गुण जिन्हें उन्हें एक अच्छे विद्यालय पूर्व केंद्र में देखने चाहिए:

½×6=3

1. सुरक्षित परिवेश
2. साफ़ और स्वच्छ वातावरण
3. खेल – खेल में सीखने का तरीका
4. बाल–केन्द्रित उपागम
5. प्राथमिक चिकित्सा/सुविधाएँ
6. प्रेमपूर्ण व प्रशिक्षित शिक्षक/कर्मचारी
7. विविध प्रकार की खेल सामग्री/मनोरंजन सुविधाएँ

8. अनौपचारिक शिक्षा

9. सीखने का अनुकूल परिवेश

10. औपचारिक स्कूल के लिए तैयारी।

11. विशेष आवश्यकताओं वाले/कठिन परिस्थितिओं में पलने वाले बच्चों के लिए अतिरिक्त सहायता/समावेशी शिक्षा की उपलब्धता

कोई अन्य, कोई छह

27. दो तरीके जिनसे अनुरूपता लाई जा सकती है– 1½+1½=3

1. **बुनावट द्वारा** – परिधान में बुनावट और अलंकरण एक–दूसरे के अनुरूप होने चाहिए। सही सामंजस्य के लिए कमीज़ और पैंट दोनों की बुनावट एक समान होनी चाहिए। उदाहरण– सूती कमीज़ के साथ सूती पैंट।

2. **आकृति द्वारा** – परिधान में डिज़ाइन की निरंतरता बनाए रखने के लिए प्रिंट, रेखाओं के कोणों ओर रंगों का मिलान करके अनुरूपता लाई जा सकती है। उदाहरण कॉलर, कफ़, जेब और किनारे एक ही आकृति के होने चाहिए।

3. **रंग द्वारा** – किसी भी रंग योजना/सुमेल का उपयोग करना। उदाहरण– कमीज़ और पैंट दोनों के रंग किसी भी रंग योजना के अनुसार होने चाहिए।

कोई अन्य कोई दो

28. (क) अतिथि चक्र की चार अवस्थाएँ ½×4=2

1. **आगमन पूर्व अवस्था** – अतिथि के लिए दर उद्धृत करना, कमरा आरक्षित करना।

2. **आगमन अवस्था** – अतिथि का वास्तव में आगमन होना और उसका नाम रजिस्टर में दर्ज करना या चेक–इन।

3. **कमरे पर आधिपत्य (ऑक्यूपेंसी)** – अतिथि की आवश्यकताओं के अनुसार, अतिथि की सुरक्षा सुनिश्चित करते हुए विभिन्न अतिथि सेवाओं के समन्वयन के साथ, विभिन्न सेवाएँ प्रदान करना। अतिथि की संतुष्टि सुनिश्चित करना।

4. **प्रस्थान** – यह अंतिम अवस्था है जहाँ अतिथि आवास छोड़ने/बाहर जाने या चेक–आउट के लिए तैयार होता है। अतिथि सम्बंधी जानकारी तथा सेवाओं के बारे में अतिथि की राय भी सम्मिलित होती है।

(ख) 1. 100 प्रतिशत जैव सूती चादरों का प्रयोग ½×2=1

2. रसायन मुक्त धुलाई चक्र का प्रयोग

3. ऐसे कारकों का उपयोग करना जो अविषैले, जल–आधारित, हाइपोएलरजैनिक तथा जैव– निम्नीकरणीय हो

4. तौलियों के पुनः उपयोग का अतिथि से आग्रह जिससे संसाधन जैसे जल, विद्युत धुलाई में उपयोग होने वाले डिटर्जेंट की बचत हो सके

5. कमरों में ऊर्जा दक्ष बल्ब का उपयोग

6. वर्षा जल संचयन (रेन वाटर हार्वेस्टिंग)

7. सौर ऊर्जा का उपयोग

8. सिंगल यूज़ प्लास्टिक का उपयोग ना करना

9. वृक्षारोपण करना और होटल के उद्यानों को व्यवस्थित करना

10. होटल के रसोईघर के अपशिष्ट से खाद बनाना

कोई अन्य, कोई दो

29. पूरा नाम– 1×3=3

(क) सी.ए.सी.–कोडेक्स एलिमेंटेरियस कमीशन (Codex Alimentarius Commission)

(ख) आई एस ओ–अंतर्राष्ट्रीय मानकीकरण संगठन (International Organisation for Standardisation)

(ग) डब्ल्यू. टी. ओ.–विश्व व्यापार संगठन (World Trade Organisation)

खंड ग

30. (क) चार उपभोक्ता अधिकार– ½×4=2

1. सुरक्षा का अधिकार
2. चयन का अधिकार
3. सूचित किए जाने का अधिकार
4. सुने जाने का अधिकार
5. शिकायत निवारण प्राप्त करने का अधिकार
6. उपभोक्ता शिक्षा का अधिकार

कोई चार

चार उपभोक्ता दायित्व– ½×4=2

उपभोक्ता को–

1. सरकार द्वारा बनाए गए विभिन्न कानूनों के विषय में अपनी जानकारी को नियमित तौर पर अद्यतन (अपडेट) करना चाहिए
2. सभी लेन–देन ईमानदारी से करने चाहिए और अपनी सभी खरीदारी का भुगतान करना चाहिए
3. बाज़ार का सर्वेक्षण करना चाहिए और कीमतों की तुलना करनी चाहिए
4. अपनी आवश्यकताओं के अनुसार उपलब्ध विभिन्न किस्मों में से चयन करना चाहिए
5. लेबल/ब्रोशर पर दी गई समस्त जानकारी को पढ़ना चाहिए
6. मानकीकरण चिन्ह वाले उत्पाद खरीदने चाहिए
7. रसीद और अन्य सम्बंधित दस्तावेज अपने पास रखने चाहिए
8. बीमा, क्रेडिट कार्ड, बैंक बचत आदि सेवाओं को खरीदते समय सभी शर्तों और नियमों, दायित्वों, सेवा प्रभारों को पढ़ना और समझना चाहिए
9. विभिन्न राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय उपभोक्ता संगठनों के बारे में जानकारी बढ़ाना चाहिए

कोई अन्य, कोई चार

अथवा

(ख) उपभोक्ता संगठनों की चार महत्त्वपूर्ण भूमिकाएँ ½×4=2

1. उपभोक्ता जागरूकता फैलाना
2. पत्रिकाओं, पुस्तिकाओं, समाचार पत्रों, मार्गदर्शिकाओं, दृश्य–श्रव्य सामग्रियों आदि के माध्यम से जानकारी प्रसारित करना।
3. कानूनी सलाह देना
4. उत्पादों का तुलनात्मक परीक्षण
5. उत्पादों की वापसी करवाना
6. उपभोक्ता की शिकायतों से निपटना
7. जनसभाएँ आयोजित करना
8. उपभोक्ता सशक्तिकरण और उपभोक्ता आंदोलन करना
9. उपभोक्ता के हित में पत्र–पत्रिकाओं का प्रकाशन करना
10. पुस्तकालयों और दस्तावेज़ केंद्रों की स्थापना करना
11. सतर्कता समूह के रूप में कार्य करना

कोई अन्य, कोई चार

(ii) ½×4=2

स्थान	**उपभोक्ता संगठन**	**पत्रिका का नाम**
दिल्ली	वॉयस (VOICE)	कंज़्यूमर वॉयस
अहमदाबाद	सी.ई.आर.सी. (CERC)	इन्साइट

31. (क) पोषण अभियान के दो अल्पावधि हस्तक्षेपः 1×2=2

1. 0–6 वर्ष आयु समूह के सभी संवेदनशील बच्चों, गर्भवती महिलाओं और स्तनपान कराने वाली माताओं के लिए समेकित बाल विकास सेवाएँ (आई.सी.डी.एस.) सुनिश्चित करना

2. आवश्यक खाद्य पदार्थों का पुष्टीकरण (नमक का आयोडीन द्वारा प्रबलीकरण)
3. महिलाओं के सहयोग से देशी और स्थानीय उपलब्ध कच्चे माल से कम कीमत वाले पोषक खाद्य पदार्थों का उत्पादन करना और उन्हें लोकप्रिय बनाना
4. संवेदनशील वर्गों में सूक्ष्मपोषकों की कमी पर नियंत्रण लाने के लिए पोषक पूरक देना।

कोई दो

(ii) अपने देश में चल रहे पोषण अभियान के अतिरिक्त अन्य कोई चार पोषण कार्यक्रमः ½×4=2

1. एकीकृत बाल विकास सेवाएँ (आई. सी. डी. एस.)
2. पोषण हीनता नियंत्रण कार्यक्रम
   - विटामिन A की कमी के कारण अंधापन रोकने के लिए राष्ट्रीय रोग निरोधक कार्यक्रम
   - राष्ट्रीय पोषण एनीमिया रोकथाम कार्यक्रम (नेशनल न्यूट्रिशनल एनीमिया प्रौफिलेक्सिस प्रोग्राम)
   - राष्ट्रीय आयोडीन हीनता विकार नियंत्रण कार्यक्रम
3. आहार पूरक कार्यक्रम
4. भोजन सुरक्षा कार्यक्रम
   - जन वितरण प्रणाली
   - मध्याह्न भोजन कार्यक्रम
   - अंत्योदय अन्न योजना
   - अन्नपूर्णा योजना
   - कार्य के बदले अनाज राष्ट्रीय कार्यक्रम
5. स्वरोजगार और वैतनिक रोजगार योजनाएँ।

कोई अन्य, कोई चार

अथवा

(i) संशोधित आहार वे होते हैं जो रोगी की चिकित्सीय आवश्यकताओं या व्यक्ति की विशेष आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए समायोजित किए जाते हैं। 1

(ख) (ii) तरलता में परिवर्तन के आधार पर तीन आहार हैं– 1×3=3

1. पूर्ण तरल आहार/पूर्णतया तरल आहार

– बहुत पतला तरल आहार ऑपरेशन के तुरंत बाद दिया जाता है

– रेशे रहित और कम मसाले वाला

उदाहरणः नारियल पानी, छना हुआ सूप/जूस (रेशे रहित) इत्यादि।

2. तरल आहार

– कमरे के ताप पर द्रव अवस्था में

– उन व्यक्तियों को दिए जाते हैं जो सामान्य रूप से चबा या निगल नहीं सकते

– बहुत कम रेशे और मसाले

उदाहरणः सूप, फलों का रस, दूध, छाछ इत्यादि।

3. अर्ध– ठोस आहार

– अर्ध–ठोस अवस्था वाले खाद्य पदार्थों को सम्मिलित करना

– कम रेशा और मसाले

उदाहरणः पतला कस्टर्ड, पतला दलिया इत्यादि।

4. नर्म आहार

– हल्के मसाले और कम रेशेदार

– चबाना और पचाना आसान

उदाहरणः खिचड़ी, दलिया, कस्टर्ड इत्यादि।

5. तैयार मृदु आहार

– नरम, कुचला हुआ और शोरबा युक्त भोजन

– वृद्धजनों/शिशु अथवा जिनको चबाने में परेशानी होती है, उनको दिए जाते हैं

– आसानी से पचने वाला भोजन–कठोर रेशे, उच्च वसा या मसाले युक्त खाद्य पदार्थ नहीं होते

उदाहरणः स्ट्यूड फल, कुचली व उबली हुई सब्ज़ियाँ इत्यादि।

कोई तीन, प्रत्येक का कोई एक उदाहरण

32. (क) फ़ैड्स अस्थाई फ़ैशन है जो एक ही बार आकर चले जाते हैं। ये डिज़ाइन इतने प्रभावी नहीं होते कि ग्राहको को लंबे समय तक आकर्षित कर सके।

उदाहरण – हॉट बैगी पैंट, बेमेल बटन आदि। $\frac{1}{2} \times 2 = 1$

कोई अन्य, कोई एक उदाहरण

(ख) फ़ैशन उद्योग में व्यापार के तीन स्तरः $1 \times 3 = 3$

1. खुदरा संगठन में व्यापारिक गतिविधियाँ

- यह वह व्यवसाय है जो फ़ैशन की दुनिया को डिज़ाइनरों के प्रदर्शन कक्ष से खुदरा दुकानों तक और फिर ग्राहकों के हाथों में पहुँचाता है
- सुनिश्चित करता है कि व्यापार में विक्रय के लिए उस मूल्य पर माल का पर्याप्त प्रावधान रहे जिस मूल्य पर ग्राहक इच्छापूर्वक लेने को तैयार है

2. क्रय एजेंसी व्यापारिक गतिविधियाँ

- खरीदारों के लिए सामान उपलब्ध कराने के कार्यालय के रूप में कार्य करता है
- उत्पादन प्रक्रिया के दौरान गुणवत्ता पर नियमित नियंत्रण रखता है
- वस्तु के क्रय के लिए परामर्श देता है
- निर्यातक के लिए लाभदायक लागत और समय की बचत

3. निर्यात उद्यम में व्यापारिक गतिविधियाँ

- निर्यात उद्यम में दो प्रकार के व्यापारी होते हैं–

(क) क्रय एजेंट

- खरीदार और उत्पादकों के बीच मध्यस्थता का कार्य करता है
- खरीदार की आवश्यकताओं को सुनिश्चित करता है

(ख) उत्पादक व्यापारी

- उत्पादन और खरीदार व्यापारियों के बीच मध्यस्थता का कार्य करता है
- सुनिश्चित करता है कि उत्पादन समयबद्धता और खरीदार की आवश्यकताओं के अनुसार हो

प्रत्येक स्तर के लिए कोई एक बिंदु।

33. (क) प्रेक्षण गृह 1

(ख) संवेदनशील बच्चों के लिए सरकार द्वारा चलाए जा रहे दो प्रकार के बालगृह। 1×2=2

1. विशेष गृह जहाँ कानून का उल्लंघन करने वाले किशोरों (18 वर्ष से कम आयु के बच्चे) को हिरासती देख–रेख में रखा जाता है।
2. किशोर बालगृह जहाँ उन बच्चों को रखा जाता है जिनके परिवार का पता नहीं चल पाता है अथवा, जिनके अभिभावक अस्वस्थ/मृत होते हैं अथवा जो बच्चों को वापस नहीं ले जाना चाहते हैं।

(ग) किशोर न्याय (बच्चों की देख–रेख और संरक्षण) अधिनियम 1

34. (क) खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी उद्योग में लगे हुए रेसिपी विकास व्यावसायिकों के पाँच आवश्यक ज्ञान और कौशल– 1×5=5

1. पाक क्रिया में निपुणता
2. भोजन की प्रकृति और गुणों का ज्ञान
3. संघटकों के उपयोग, उनका यथार्थ मापन और तोलना
4. एक मूल रेसिपी को डिज़ाइन करना, विश्लेषण करना और उसे अपनाना
5. खाद्य पदार्थों को संभालने के कौशल
6. खाद्य उत्पादन में स्वच्छता और सुरक्षा के मापदंडों का पालन
7. औज़ारों और उपकरणों का सावधानीपूर्वक प्रयोग
8. उपभोक्ताओं के बोध के अनुसार उत्पादों को बनाना और डिज़ाइन बनाने में नव प्रवर्तन

9. समकालीन उत्पादन के लिए सूचना प्रौद्योगिकी का उपयोग

कोई अन्य कोई पाँच

अथवा

(ख) **आविषालुता** – यह किसी पदार्थ की किसी प्रकार और किन्हीं परिस्थितियों में क्षति उत्पन्न करने की क्षमता होती है। 1

खतरा – यह सापेक्षिक संभावना है कि जब पदार्थ को किसी प्रस्तावित तरीके और मात्रा में प्रयुक्त न किया जाए तो उसके फलस्वरूप क्षति हो सकती है। 1

खाद्य पदार्थ में तीन प्रकार के संकट– $1\times3=3$

1. **भौतिक संकटः** कोई भी भौतिक पदार्थ हो सकता है, जो सामान्यतः खाद्य पदार्थों में नहीं पाया जाता है, जो रोग उत्पन्न कर सकता है अथवा आघात पहुँचा सकता है।

   उदाहरणः लकड़ी, पत्थर, बाल, बीड़ी, सिगरेट, बटन, कील इत्यादि।

2. **रासायनिक संकटः** वे रासायनिक अथवा हानिकारक पदार्थ होते हैं जो खाद्यों में जाने या अनजाने मिला दिए जाते हैं।

   उदाहरणः कीटनाशक, रासायनिक अवशेष, खाद्य रंग, परिरक्षक, विषैली धातुएँ इत्यादि।

3. **जैविक संकटः** में विभिन्न जीवधारी शामिल हैं, जिनमें सूक्ष्मजीवी जीव जो खाद्य से संबंधित होते हैं और रोग उत्पन्न करते हैं, सम्मिलित है। यह दो प्रकार के हो सकते हैं–

   - दिखाई देने वाले जैविक संकटः उदाहरण– कृमि, मक्खी, तिलचट्टा, (कॉकरोच), घुन इत्यादि।
   - दिखाई न देने वाले सूक्ष्मजैविक संकट उदाहरण जीवाणु (बैक्टीरिया), विषाणु (वाइरस), खमीर (यीस्ट), फफूँदी, प्रोटोज़ोआ इत्यादि।

तीन संकट, प्रत्येक के एक उदाहरण सहित

35. (क) फ़ैशन सम्बंधित ज्ञान के अलावा, सफल फ़ैशन डिज़ाइनर बनने के लिए आवश्यक तीन प्राथमिक कौशल– $1\times3=3$

1. पूर्वानुमान योग्यता/फ़ैशन की प्रवृत्तियों/रुझानों के संबंध में भविष्यवाणी करने में सक्षम होना चाहिए/फ़ैशन प्रवृत्तियों के अनुसार उत्पाद के विपणन की जागरूकता
2. विश्लेषणात्मक योग्यता/संपूर्ण अर्थव्यवस्था से अवगत रहना चाहिए/यह समझना चाहिए कि किस प्रकार कुछ शैलियाँ उपभोक्ता के बजट में समा सकेंगी
3. संप्रेषण योग्यता/निर्माता के साथ बातचीत करने तथा मूल्यों को तय करने में और उपभोक्ता को उनकी पसंद के फ़ैशन बेचने में सक्षम होना चाहिए/लेखन कौशल

कोई अन्य, कोई तीन

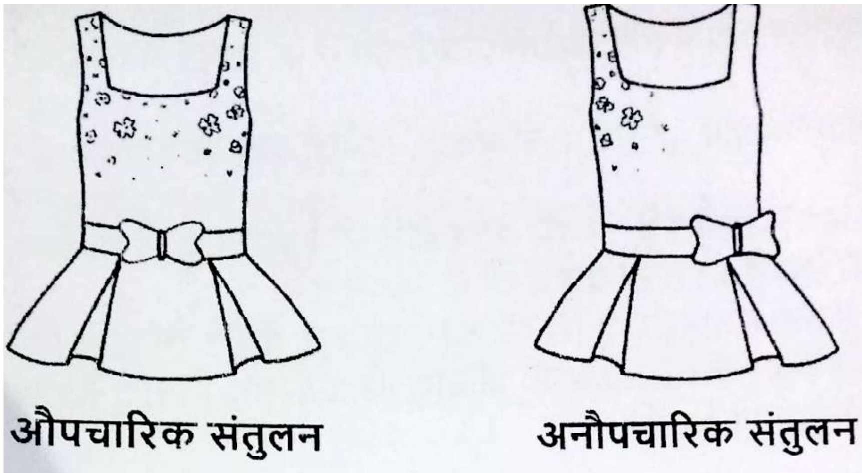
(ख) औपचारिक संतुलन $1 \times 3 = 3$

1. यह सममित संतुलन है
2. केन्द्रीय ऊध्वार्धर रेखा के दोनों ओर समान है
3. नीरस होने की प्रवृत्ति होती है
4. कम खर्चीला है
5. स्थायित्व और औपचारिकता की अनुभूति देता है

अनौपचारिक संतुलन

1. यह असममित संतुलन है
2. केन्द्रीय ऊध्वार्धर रेखा के दोनों ओर समान नहीं है
3. नीरस होने की प्रवृत्ति नहीं होती है
4. खर्चीला हो सकता है
5. आकृति की समस्याओं का समाधान करता है

कोई अन्य, कोई एक अंतर



कोई अन्य उपयुक्त चित्र

(ख) दृष्टिबाधित परीक्षार्थियों के लिए–

चित्र बनाने की आवश्यकता नहीं है।

सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर (2023–24)

कक्षा – XII गृह वैज्ञान (सैद्धान्तिक) (064)

निर्धारित समय : 3 घण्टे **अधिकतम अंक : 70**

सामान्य निर्देशः

1. सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
2. इस प्रश्न पत्र में 35 प्रश्न हैं।
3. प्रश्न–पत्र चार खंडों–क, ख, ग और घ में विभाजित है।
4. खंड क में प्रश्न 1 से 14 (बहु विकल्पीय प्रश्न) हैं और प्रत्येक 1 अंक का है।
5. खंड ख में प्रश्न संख्या 15 से 18 (केस आधरित प्रश्न) है और प्रत्येक एक अंक का है।
6. खंड ग में प्रश्न संख्या 19 से 25 प्रत्येक 2 अंक का और प्रश्न 26 से 29 प्रत्येक 3 अंक का है।
7. खंड घ में प्रश्न संख्या 30 से 33 प्रत्येक 4 अंक का है और प्रश्न संख्या 34 और 35 प्रत्येक 5 अंक का है।
8. कुछ प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिये गये हैं।
9. जहाँ भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तरों का समर्थन करें।

खण्ड क (बहुविकल्पीय प्रश्न)

1. हॉट पैंट किसका उदाहरण है? 1(MCQ)

(क) चिरसम्मत शैली (क्लासिक) (ख) फ़ैशन

(ग) फ़ैड्स (घ) शैली

2. निम्न में से कौन सा ई.सी.सी.ई. का मार्गदर्शी सिद्धांत नहीं है? 1(MCQ)

(क) पाठयविषयक और सांस्कृतिक स्त्रोतों का मेल

(ख) अनुभवजन्य अधिगम पर बल

(ग) केवल अनौपचारिक पारस्परिक क्रिया पर आधारित

(घ) स्वास्थ्य कल्याण और स्वस्थ आदतें

3. भारत के संविधान का कौन सा अनुच्छेद रोज़गार सम्बंधित मामलों में सभी नागरिकों को समानता का अधिकार देता है? 1(MCQ)

(क) अनुच्छेद 16(1) (ख) अनुच्छेद 16(2)

(ग) अनुच्छेद 26(1) (घ) अनुच्छेद 36(2)

4. उस मनौवेज्ञानिक का नाम बताइए जिसने छोटे बच्चों के लिए सहायक वातावरण पर बल दिया। 1(MCQ)

(क) पियाज़े (ख) मारिया मॉन्टेसरी

(ग) व्यागोत्सकी (घ) सिगमंड फ्रायड

5. सामने में से भरने वाली धुलाई मशीन में प्रायः निम्न में से कौन सी धुलाई की विधि प्रयोग की जाती है? 1(MCQ)

(क) आलोड़न (ख) स्पन्दन

(ग) अवपातन (घ) क्रम्बलिंग

6. आदित्य ने गहरे गुलाबी कुर्ते के साथ हल्का गुलाबी पाज़ामा पहना हुआ है। यह किस रंग सुमेल को दर्शा रहा है? 1(MCQ)

(क) अनुरूप (ख) अवर्णी

(ग) विशिष्टतापूर्ण (घ) एक वर्णी

अथवा

वे आकृतियाँ जो किसी विशिष्ट वस्तु जैसी नहीं दिखाई देती हैं–

(क) प्राकृतिक (ख) अमूर्त

(ग) फ़ैशनेबल शैली (घ) ज्यामितीय

7. सेवा (SEWA) का पूरा नाम क्या हैं? 1

(क) स्व–नियोजित महिला संघ

(ख) स्व–नियोजित कार्यबल संघ

(ग) स्थायी रोज़गार योग्य महिला कारीगर

(घ) स्व–सशक्त महिला संघ

8. एन.ओ. ए. पी. एस. के लाभार्थी को होना चाहिए 1(MCQ)

(क) 65 वर्षीय और निराश्रित स्तर (ख) 62 वर्षीय और निन्दित स्तर

(ग) 58 वर्षीय और वैकल्पिक स्तर (घ) 60 वर्षीय और गठित स्तर

9. निम्न में से गलत कथन का चयन कीजिए। 1(MCQ)

(क) कार्य करना और आजीविका कमाना आशा, आत्मसम्मान, गरिमा का अवसर प्रदान करता है।

(ख) अर्थपूर्ण कार्य समाज के लिए उपयोगी होता है, जिम्मेदारी से किया जाता है तथा कार्यकर्त्ताओं के लिए आनंददायक होता है।

(ग) आजीविका उत्कृष्टता प्राप्त करने की प्रबल इच्छा और आगे बढ़ने के उत्साह से प्रेरित होती है।

(घ) कार्य इच्छित परिणामों के लिए किया गया गतिविधियों का समूह है।

10. सही युग्म का चुनाव कीजिए। 1(MCQ)

(क) खाद्य उत्पादन में वैज्ञानिक ज्ञान का अनुप्रयोगः खाद्य संदूषण

(ख) कच्चे पदार्थों का तैयार व अर्द्धनिर्मित उत्पाद में परिवर्तनः खाद्य प्रसंस्करण

(ग) बड़े पैमाने पर खाद्य पदार्थों का उत्पादनः खाद्य प्रौद्योगिकी

(घ) विभिन्न चरणों में भोजन में होने वाले परिवर्तनः खाद्य विनिर्माण

11. सूची I का सूची II के साथ मिलान कीजिए। 1(MCQ)

सूची I (युवाओं के लिए कार्यक्रम)	सूची II (गतिविधियाँ)
A. राष्ट्रीय सेवा योजना	(i) प्रौढ़ शिक्षा
B. स्काउट्स और गाइड	(ii) वनस्पतियों और जीवों का अध्ययन
C. साहसिक कार्यो को प्रोत्साहन	(iii) रैली का आयोजन
D. राष्ट्रीय सेवा स्वयंसेवक योजना	(iii) वृक्षारोपण

निम्न में से सही विकल्प का चुनाव कीजिए।

(क) A - (iii), B - (iv), C - (ii), D - (i)　　(ख) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)　　(घ) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)

12. सूची I का सूची II के साथ मिलान कीजिए। 1(MCQ)

सूची I (संचार के माध्यम)	सूची II (विशेषताएँ)
A. रेडियो	(i) आर्थिक गतिविधि
B. प्रेस	(ii) सबसे लोकप्रिय
C. टेलीविजन	(iii) लोकतंत्र का स्तंभ
D. आई.सी.टी.	(iii) टॉक शोज़

निम्न में से सही विकल्प का चुनाव कीजिए।

(क) A - (iii), B - (iv), C - (ii), D - (i)　　(ख) A - (iv), B - (iii), C - (ii), D - (i)

(ग) A - (ii), B - (iii), C - (iv), D - (i)　　(घ) A - (i), B - (ii), C - (iii), D - (iv)

13. ''सुकार्यिकी मानव और मशीन का सामंजस्य है।' इसमें मानव और उसके कार्य के आपस में अनुकूलतम सामंजस्य जिसमें लाभ को मानव क्षमता और स्वास्थ्य–कल्याण के रूप में मापा जाना हो, उसे प्राप्त करने के लिए मानव जैविक विज्ञान के अनुप्रयोग को अभियांत्रिकी विज्ञान के साथ शामिल किया जाता है। यह महत्त्वपूर्ण है– 1(MCQ)

(i) बेहतर प्रभावी रोज़गार हेतु

(ii) श्रमिकों के सामाजिक संपर्क में सुधार लाने हेतु

(iii) उत्पादकता कम करने हेतु

(iv) देश के आर्थिक सुधार हेतु

निम्न में सही विकल्प का चुनाव कीजिए

(क) (i) और (ii)　　(ख) (ii) और (iii)

(ग) (i) और (iv)　　(घ) (iii) और (iv)

अथवा

निम्न में कौन सी प्रक्रिया कौशल उस व्यक्ति में होनी चाहिए जो वस्त्र उद्योग से जुड़ना चाहता हैं? 1(MCQ)

1. प्रभावी ढंग से सीखना
2. सकारात्मक स्वास्थ्य
3. स्पष्ट संप्रेषण
4. नकारात्मक व्यवहार की रोकथाम

निम्न में सही विकल्प का चुनाव कीजिए।

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iii)

(ग) (i) और (iii) (घ) (iii) और (iv)

14. उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण के क्षेत्र में ज्ञान किस जीविका को विकसित करने में सहायता कर सकता है? 1(MCQ)

1. सरकारी और गैर–सरकारी संगठन
2. पत्रकारिता और श्रव्य–दृश्य प्रचार
3. व्यापार और फोरेंसिक विज्ञान
4. वित्तीय सलाहकार

निम्न में से सही विकल्प का चुनाव कीजिए–

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iii)

(ग) (ii) और (iv) (घ) (i) और (iv)

खंड 'ख'

केस–आधारित प्रश्न (CBQ)

अनुच्छेद को ध्यानपूर्वक पढ़िए और प्रश्न संख्या 15 से 18 तक के उत्तर दीजिए।

खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता घरेलू स्तर पर महत्त्वपूर्ण हैं, परंतु बड़े पैमाने पर खाद्य उत्पादन और संसाधन, यहाँ तक कि जहाँ ताज़ा भोजन बनाया और परोसा जाता है, वहाँ यह स्थिति गंभीर होती है। पुराने समय में बहुत से खाद्य पदार्थ घरेलू स्तर पर संसाधित किए जाते थे और उनकी शुद्धता चिंता का विषय नहीं होती थी। प्रौद्योगिकी और संसाधन में प्रगति, प्रति व्यक्ति आय में वृद्धि और बेहतर क्रय क्षमता के साथ–साथ उपभोक्ता की बढ़ती माँग के कारण खाद्य उत्पादों का बड़े पैमाने

पर निर्माण हो रहा है जैसे– संसाधित खाद्य पदार्थ, स्वास्थ्य के लिए खाद्य/व्यावहारिक खाद्य पदार्थ। ऐसे खाद्य पदार्थों की सुरक्षा के आकलन की आवश्यकता होती है।

15. निम्न में से कौन सा युग्म सही नहीं है? 1

(क) बीज : भौतिक संकट (ख) साल्मोनेला : जैविक संकट

(ग) प्रोबॉयोटिक :रासायनिक संकट (घ) हेपेटाइटिस : रोगज़नक

16. निम्नलिखित में से कौन सा उत्पाद की गलत लेबलिंग को हटाने के लिए ज़िम्मेदार है– 1

(क) जी.एम.पी. (ख) जी.एच.पी.

(ग) एच.ए.सी.सी.पी. (घ) जी.डी.पी.

17. नीचे दिए दो कथनों को अभिकथन (A) और कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है। 1

अभिकथन (A): आपकी माताजी चर्म रोग से पीड़ित हैं और डॉक्टर ने उन्हें रसोईघर में काम न करने की सलाह दी है।

कारण (R): स्टैफलोकॉक्स आरियस स्वस्थ व्यक्तियों के नाक, गले, त्वचा व बालों में भी पाए जाते हैं।

दिए गए विकल्पों में से सर्वाधिक उपयुक्त उत्तर चुनें–

(क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(ख) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।

(ग) (A) सही है लेकिन (R) गलत है।

(घ) (A) गलत है लेकिन (R) सही है।

18. नीचे दिए दो कथनों को अभिकथन (A) और कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है। 1

अभिकथन (A): एफ. एस. एस. ए. आई. खाद्य पदार्थों के मानकों और दिशा–निर्देशों को निर्धारित करने और विभिन्न मानकों को लागू करने की प्रणाली के लिए नियम बनाने के लिए ज़िम्मेदार है।

कारण (R): यह वस्तुओं और सेवाओं के अंतर्राष्ट्रीय आदान–प्रदान के लिए प्रमाणन की मान्यता के लिए तंत्र और दिशानिर्देश भी निर्धारित करता है।

(क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(ख) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।

(ग) (A) सही है लेकिन (R) गलत है।

(घ) (A) गलत है लेकिन (R) सही है।

खंड 'ग'

(लघुउत्तरीय प्रश्न)

19. परंरागत व्यवसायों की समृद्ध धरोहर के होते हुए भी आधुनिक संदर्भ में कला की ये कृतियाँ धीरे–धीरे बहु मात्रा में उत्पादित सामग्री की अपेक्षा कम पसंद की जा रही हैं। किन्हीं चार क्षेत्रों का सुझाव दें जहाँ इन व्यवसायों के पुनरुद्धार के लिए हस्तक्षेप की आवश्यकता है। 2(SA)

20. श्री अनुराग, जिनकी हाल ही में प्रमुख कार्यालय में नियुक्ति हुई हैं को अतिथि चक्र के चार चरणों का उल्लेख कीजिए। 2(SA)

अथवा

श्री सुशांत आतिथ्य प्रबंधन में स्नातक है। वे एक होटल के प्रमुख कार्यालय में स्वागती के रूप में नियुक्त हुए हैं। उनके कौन से कार्य/कर्त्तव्य होंगे?

21. आहार चिकित्सा के चार उद्देश्य लिखिए। 2(SA)

22. ''विश्लेषणात्मक योग्यता एक फ़ैशन व्यापारी के लिए पूर्व–आवश्यकता हैं।'' इस कथन की विवेचना दो कारण देकर कीजिए। 2(SA)

23. भोजन के खराब या नष्ट होने के कौन से चार कारण हो सकते हैं? 2(SA)

24. विरेन बच्चों और वृद्धजनों के साथ काम करना चाहता है। वह प्रसिद्ध राज्य विश्वविद्यालय से स्नातक कर रहा है। उसे दो पाठ्यक्रमों का सुझाव दीजिए, जो वह स्नातक होने के साथ–साथ कर सकता है। 2(CBQ)

अथवा

आरव दिवस देखभाल केंद्र में काम करना चाहता है, उसके पास कौन से चार कौशल अवश्य होने चाहिए।

25. उपभोक्ताओं के स्वास्थ्य की रक्षा के लिए सी.ए.सी. और डब्ल्यू.टी.ओ. प्रत्येक की दो प्रमुख भूमिकाओं का उल्लेख कीजिए। 2(SA)

26. श्रीमती शर्मा अपनी बेटी के लिए शादी के कपड़े लेने बाज़ार गईं। उनका मार्गदर्शन कीजिए कि उन्हें किन तीन प्रकार के स्टोर पर अवश्य जाना चाहिए। 3(CBQ)

27. 'विकास संचार' शब्द से आप क्या समझते हैं? इसकी कोई चार आवश्यक विशेषताएँ बताइए। 3(SA)

अथवा

'अभियान' शब्द को एक उदाहरण सहित समझाइए। यह संचार का प्रभावी साधन कैसे है? अपने उत्तर का समर्थन दो कारणों सहित कीजिए।

28. (a) कार्यात्मक भोजन से क्या तात्पर्य है? कोई एक उदाहरण दीजिए। 1+2=3(SA)

(b) रोमा आचार की नई रैसिपी विकसित करना चाहती है। उसके पास कौन से चार कौशल अवश्य होने चाहिए।

29. (a) रेस्तराँ में काम करने वाले कर्मचारियों के किन्हीं चार कर्त्तव्यों की सूची बनाइए। 2+1=3(SA)

(b) ग्राहक के साथ व्यवहार करते समय उनमें पाए जाने वाले दो आवश्यक कौशलों का उल्लेख कीजिए।

अथवा

होटल के प्रमुख कार्यालय और गृह–व्यवस्था विभाग प्रत्येक की कोई तीन भूमिकाएँ लिखिए।

खंड 'घ'

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

30. अमृता शुद्ध शाकाहारी है, उसने किराने की दुकान से चीज़ बॉल खरीदे। बाद में उसमें उसने कुछ माँसाहारी पदार्थ पाया। न तो विज्ञापन और न ही उत्पाद की पैकेजिंग में यह दर्शाया गया कि इसमें कोई माँसाहारी सामग्री है। उसने दुकानदार से लौटाने के लिए कहा पर उसने मना कर दिया। 2+2=4(CBQ)

(a) उपरोक्त स्थिति में किन दो अधिकारों की पूर्ति नहीं हुई/उल्लंघन किया गया?

(b) किसी वस्तु को खरीदने से पहले उसे किन चार कर्त्तव्यों का पालन करना चाहिए? वर्णन कीजिए।

31. पोशाक में संतुलन और अनुपात लाने के किन्हीं दो तरीकों का विस्तार से वर्णन कीजिए। 4(LA)

अथवा

विपरीत रंग योजना के किन्हीं चार रंग सुमेल को प्रदर्शित कीजिए।

32. आपका मित्र रोहन शहर के एक अस्पताल में नैदानिक पोषण चिकित्सक है।

2+1+1=4(CBQ)

(क) रोगी के पोषण स्थिति और आवश्यकताओं की जानकारी प्राप्त करने के लिए वह किन चार विधियों का उपयोग करेगा। इंगित कीजिए।

(ख) वह आपके दादा जी जिनकी मुँह की सर्जरी हुई है, को भोजन खिलाने का कौन सा सबसे उत्तम तरीका सुझाएगा और क्यों?

(ग) आपके दादाजी के स्वस्थ होने के बाद वे उन्हें किस प्रकार के आहार की सलाह देंगे और क्यों?

33. बच्चे को सभी क्षेत्रों में इष्टतम रूप से वृद्धि के लिए यह महत्त्वपूर्ण है कि बच्चे की भोजन, आश्रय, स्वास्थ्य देखभाल, प्रेम, पालन–पोषण और उद्दीपन की आवश्यकताओं को समग्र रूप से पूरा किया जाए। एस.ओ.एस. और आई.सी.डी.एस. संवेदनशील बच्चों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए देश में संचालित कुछ कार्यक्रमों के उदाहरण हैं। 1+1+2=4(CBQ)

(क) पहला एस.ओ.एस. गाँव कब स्थापित किया गया था?

(ख) एस.ओ.एस. गाँव का मुख्य उद्देश्य क्या है?

(ग) यह आई.सी.डी.एस. से किस प्रकार भिन्न है

34. (क) भारत में पोषण संबंधी समस्याओं को हल करने की प्रत्येक के लिए तीन लघु–अवधि और दीर्घ–कालिक कार्यनीतियों की रूपरेखा प्रस्तुत कीजिए।

3+2=5(CBQ)

(ख) हमारे देश में चल रहे किन्हीं दो पोषण कार्यक्रमों का वर्णन कीजिए।

अथवा

(क) भारत में जन पोषण समस्याओं से निपटने के लिए उपयोग की जाने वाली भोजन या आहार आधारित रणनीतियों के तीन–तीन लाभ और हानियों की तुलना कीजिए।

(ख) मानव शरीर में आयोडीन के दो कार्य क्या हैं? यदि गर्भवती महिला अपने आहार में आयोडीन की प्रस्तावित मात्रा नहीं ले रही है तो इसके दो दुष्प्रभाव बताइए।

35. मोहन ने हाल ही में उच्च–तकनीक वाला धुलाई घर शहर में खोला है। सरकारी अस्पताल से उसका अनुबंध हो गया है। 1+4=5(CBQ)

(क) अस्पताल के वस्त्रों की धुलाई करते समय उसे किन दो महत्त्वपूर्ण बातों पर ध्यान देना चाहिए?

(ख) अस्पतालों में कपड़ें धोने के कार्य की प्रक्रिया के आठ चरण लिखिए।

सी.बी.एस.ई. सैम्पल पेपर (2023–24)

कक्षा–XII गृह विज्ञान

अंक योजना

खंड क

1. (ग) फैड्स

2. (ग) केवल अनौपचारिक पारस्परिक क्रिया पर आधारित

3. (क) अनुच्छेद 16(1)

4. (क) पियाज़े

5. (ग) अवपातन

6. (घ) एक वर्णीय

अथवा

(ख) अमूर्त

7. (क) स्व–नियोजित महिला संघ

8. (क) 65 वर्षीय और निराश्रित स्तर

9. (ग) आजीविका उत्कृष्टता प्राप्त करने की प्रबल इच्छा और आगे बढ़ने के उत्साह से प्रेरित होती है।

10. (ख) कच्चे पदार्थों का तैयार व अर्द्धनिर्मित उत्पाद में परिवर्तनः खाद्य प्रसंस्करण

11. (ख) A-(iv), B-(iii), C-(ii), D-(i)

12. (ग) A-(ii), B-(iii), C-(iv), D-(i)

13. (क) (i) और (ii) अथवा ग (i) और (iii)

14. (क) (i) और (ii)

खंड 'ख'

15. (ग) प्रोबायोटिक : रासायनिक संकट

16. (क) जी.एम.पी.

17. (क) A और R दोनों सही हैं और R, A की सही व्याख्या है।

18. (ग) A सही है लेकिन R गलत है।

खण्ड ग

19. अध्याय I 'कार्य, आजीविका तथा जीविका'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 12 देखिए

20. अध्याय II 'आतिथ्य प्रबंधन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 5 देखिए

अथवा

अध्याय II 'आतिथ्य प्रबंधन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 10(7) देखिए

21. अध्याय 2 'नैदानिक पोषण और आहारिकी'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 6(ii) देखिए

22. अध्याय 9 'फ़ैशन डिज़ाइन और व्यापार'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 15(ii) देखिए

23. अध्याय 4 'खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 9 देखिए

24. अध्याय 7 'बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के लिए सहायक सेवाओं, संस्थानों और कार्यक्रमों का प्रबंधन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 20 देखिए

अथवा

अध्याय 6 'प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 22 देखिए

25. अध्याय 5 'खाद्य गुणवत्ता और खाद्य सुरक्षा'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 18(i) और (iii) देखिए

26. अध्याय 9 'फ़ैशन डिज़ाइन और व्यापार'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 13 देखिए

27. अध्याय 13 'विकास संचार तथा पत्रकारिता'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 4 देखिए

अथवा

अध्याय 13 'विकास संचार तथा पत्रकारिता'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 6 देखिए

28. (क) अध्याय 4 'खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 13(vi) देखिए

(ख) अध्याय 4 'खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 14 की तालिका देखिए

29. (क) अध्याय II 'आतिथ्य प्रबंधन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 19(iii) देखिए

(ख) अध्याय II 'आतिथ्य प्रबंधन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 19(iii) देखिए

अथवा

29. अध्याय II 'आतिथ्य प्रबंधन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 7 और 11(i) देखिए

खण्ड घ

30. (क) अध्याय 12 'उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 12 देखिए

(ख) अध्याय 12 'उपभोक्ता शिक्षा और संरक्षण'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 13 देखिए

31. अध्याय 8 'वस्त्र एवं परिधान के लिए डिज़ाइन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 24(1) and (2) देखिए

अथवा

अध्याय 8 'वस्त्र एवं परिधान के लिए डिज़ाइन'

स्मरणीय बिन्दु संख्या 16 देखिए

32. अध्याय 2 'नैदानिक पोषण और आहारिकी'

(क) स्मरणीय बिन्दु संख्या 12 (iii) (ख) देखिए

(ख) स्मरणीय बिन्दु संख्या 6 (v) देखिए

(ग) स्मरणीय बिन्दु संख्या 6 (iv), देखिए

33. अध्याय 2 'बच्चों, युवाओं और वृद्धजनों के लिए सहायक सेवाओं, संस्थानों और कार्यक्रमों का प्रबंधन

(क) स्मरणीय बिन्दु संख्या 8 (ii) (ख) देखिए – वर्ष 1964

(ख) स्मरणीय बिन्दु संख्या 8 (ii) देखिए

(ग) स्मरणीय बिन्दु संख्या 8 (i), और (ii) के पश्चात तालिका देखिए

34. अध्याय 3 'जनपोषण तथा स्वास्थ्य'

(क) स्मरणीय बिन्दु संख्या 8 (i) और (ii) देखिए

(ख) स्मरणीय बिन्दु संख्या 11 देखिए

अथवा

अध्याय 3 'जनपोषण तथा स्वास्थ्य'

(क) स्मरणीय बिन्दु संख्या 10 देखिए

(ख) स्मरणीय बिन्दु संख्या 8 (b) (iii) देखिए

35. अध्याय 10 'वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव'

(क) स्मरणीय बिन्दु संख्या 11 (i) देखिए

(ख) स्मरणीय बिन्दु संख्या 11 (iv) देखिए

सी०बी०एस०ई० पेपर (2023–24)

गृह विज्ञान (सैद्धान्तिक) (064)

निर्धारित समय : 3 घण्टे **अधिकतम अंक : 70**

सामान्य निर्देशः

निम्नलिखित निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़िए और उनका सख्ती से पालन कीजिएः

(i) **सभी** प्रश्न **अनिवार्य** हैं।

(ii) इस प्रश्न पत्र में **35** प्रश्न हैं।

(iii) प्रश्न–पत्र को **चार** खण्डों में विभाजित किया गया है–खण्ड **क, ख, ग** तथा **घ**।

(iv) **खण्ड क** में प्रश्न संख्या **1** से **14** (बहुविकल्पीय प्रश्न) हैं और प्रत्येक प्रश्न **1** अंक का है।

(v) **खण्ड ख** में प्रश्न संख्या **15 से 18** (केस स्टडी–आधारित प्रश्न) हैं और प्रत्येक प्रश्न **1** अंक का है।

(vi) **खण्ड ग** में प्रश्न संख्या **19** से **25** प्रत्येक 2 अंक के तथा प्रश्न संख्या **26** से **29** प्रत्येक 3 अंक के हैं।

(vii) **खण्ड घ** में प्रश्न संख्या **30** से **33** प्रत्येक 4 अंक के तथा प्रश्न संख्या **34** और **35** प्रत्येक 5 अंक के हैं।

(viii) कुछ प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।

(ix) जहाँ भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तरों का समर्थन कीजिए।

खण्ड क

(बहुविकल्पीय प्रश्न)

1. भारत सरकार द्वारा बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ योजना निम्नलिखित में से किस उद्देश्य के लिए शुरू की गई थी? 1

(क) लड़कियों को स्कूल में प्रवेश हेतु तैयार करने के लिए ब्रिज कोर्स (सेतु पाठ्यक्रम) में नामांकित करने के लिए

(ख) पक्षपात लिंग (जेंडर) चुनाव की प्रक्रिया को बढ़ावा देने के लिए

(ग) बालिकाओं की उत्तरजीविता, संरक्षण और शिक्षा को सुनिश्चित करने के लिए

(घ) सभी को रोज़गार उपलब्ध कराने के लिए

2. किसी होटल के अतिथि कक्षों और स्नानगृहों की वास्तविक सफ़ाई कौन करता है? 1

(क) बेल–बॉय (ख) दरबान

(ग) कमरा परिचर (घ) तल पर्यवेक्षक

3. धुलाई मशीनों का आलोड़क बनाने के लिए निम्नलिखित में से कौन–सा पदार्थ उचित **नहीं** है? 1

(क) प्लास्टिक (ख) ऐलुमिनियम

(ग) बैकलाइट (घ) लोहा

4. कार्यस्थल पर कर्मचारियों के तनाव और स्वास्थ्य समस्याओं को कम करने के लिए उपकरणों मशीनों और कार्यकेन्द्रों को डिज़ाइन करने के लिए........का उपयोग महत्त्वपूर्ण है। 1

(क) उद्यमिता (ख) सुकार्यिकी

(ग) मानवमिति (घ) शरीरविज्ञान

5. एक बड़े होटल में एक चक्र में धुलाई के लिए कपड़ों का अधिक भार सँभालने के लिए किस क्षमता की धुलाई मशीन उपयुक्त होगी? 1

(क) 100 किग्रा. (ख) 5 से 10 किग्रा.

(ग) 20 से 30 किग्रा. (घ) 15 किग्रा.

6. निम्नलिखित में से कौन–सा आहार पूरक कार्यक्रम है? 1

(क) राष्ट्रीय पोषण अरक्तता रोग निरोधक

(ख) कार्य के बदले अनाज राष्ट्रीय कार्यक्रम

(ग) अन्नपूर्णा योजना

(घ) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम

अथवा

निम्नलिखित में से किस स्थान पर मार्च, 2018 में पोषण अभियान शुरू किया गया था? 1

(क) पानीपत, हरियाणा (ख) झुंझुनू, राजस्थान

(ग) कन्याकुमारी, तमिलनाडु (घ) मैसूरू, कर्नाटक

7. नाको (NACO) का पूर्ण रूप क्या है? 1

(क) राष्ट्रीय गठिया नियंत्रण संगठन

(ख) नया एड्स नियंत्रण संगठन

(ग) राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन

(घ) राष्ट्रीय अल्ज़ाइमर समुदाय संगठन

8. भारत सरकार निम्नलिखित में से किसके माध्यम से शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में विद्यालय पूर्व शिक्षा प्रदान करती है? 1

(क) क्रेच (शिशु देखभाल केन्द्र)

(ख) मॉन्टेसरी स्कूल

(ग) दिवस देखभाल केन्द्र (डे केयर सेंटर)

(घ) आँगनवाड़ियाँ

9. निम्नलिखित में से **गलत** कथन ढूँढ़िए: 1

(क) खाद्य पदार्थों को डिब्बों में बंद करने की प्रक्रिया (डिब्बाबंदी) निकोलस ऐपर्ट द्वारा विकसित की गई थी।

(ख) खाद्य पदार्थों से पोषक तत्त्वों को हटाना खाद्य पदार्थों का प्रबलीकरण (फ़ोर्टिफ़िकेशन) है।

(ग) लैक्टोज रहित दूध चिकित्सीय खाद्य का एक उदाहरण है।

(घ) 5 से 60°C तक की ताप की परास को खतरे का क्षेत्र कहा जाता है।

10. निम्नलिखित में से सही युग्म का चयन कीजिए। 1

(क) वार्ली–महाराष्ट्र (ख) चन्नपटन की गुड़ियाँ–केरल

(ग) शोला शिल्प–गुजरात (घ) बाँस शिल्प–पंजाब

11. सूची I का मिलान सूची II से कीजिए। 1

सूची I (बाज़ार विभाजन के प्रकार)	सूची II (विभाजन का आधार)
(i) जनांकिकीय	1. विशिष्ट उत्पादों या सेवाओं पर राय
(ii) मनोवृत्तिपरक	2. क्षेत्र, जलवायु
(iii) भौगोलिक	3. समान जीवनशैलियाँ, अभिरुचियाँ
(iv) व्यवहारगत	4. आयु, जनसंख्या

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए :

(क) (i) - 1, (ii) - 2, (iii) - 4, (iv) - 3 (ख) (i) - 3, (ii) - 1, (iii) - 4, (iv) - 2

(ग) (i)- 4, (ii) - 3, (iii) - 2, (iv) - 1 (घ) (i) - 2, (ii) - 1, (iii) - 4, (iv) - 3

12. सूची I का मिलान सूची II से कीजिए। 1

सूची I (ई.सी.सी.ई. से संबंधित)	सूची II (आयु)
(i) टॉडलर	1. 8–12 महीने
(ii) प्रारंभिक	2. जन्म से 6 वर्ष तक
(iii) अनजान व्यक्ति से डर	3. 2 से 3 वर्ष
(iv) समेकित बाल विकास सेवाएँ (आई.सी.डी.एस.)	4. जन्म से 8 वर्ष तक

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए:

(क) (i) - 4, (ii) - 2, (iii) - 1, (iv) - 3 (ख) (i) - 1, (ii) - 3, (iii) - 2, (iv) - 4

(ग) (i) - 3, (ii) - 1, (iii) - 4, (iv) - 2 (घ) (i) - 3, (ii) - 4, (iii) - 1, (iv) - 2

13. खाद्य और औषध निर्माण उद्योगों में प्रगति के कारण रोगियों के पोषण के लिए कौन–से पोषक पूरक प्रयोग किए जा रहे हैं? 1

(i) न्यूट्रास्युटिकल्स (ii) पॉलीक्लोरीनेटेड बाइफिनाइल्स

(iii) पादप रसायन (iv) खाद्य परिरक्षक

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए।

(क) (i) और (ii) (ख) (i) और (iii)

(ग) (iii) और (iv) (घ) (ii) और (iii)

अथवा

भारत को अक्सर विश्व की 'मधुमेह राजधानी' कहा जाता है। मधुमेह जैसे चिरकालिक रोग के दो संभावित कारणों की पहचान कीजिए।

(i) चिकित्सीय पोषण उपचारक द्वारा निर्धारित आहार लेना

(ii) कम शारीरिक क्रियाकलाप

(iii) चीनी और वसा उपभोग में वृद्धि

(iv) रेशा/फाइबर उपभोग में वृद्धि

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए।

(क) (i) और (ii) (ख) (ii) और (iv)

(ग) (ii) और (iii) (घ) (iii) और (iv)

14. 'स्वच्छ भारत मिशन' अभियान के उद्देश्य हैं: 1

(i) एच.आई.वी./एड्स की रोकथाम

(ii) वनों की कटाई को प्रोत्साहित करना

(iii) खुले में शौच का उन्मूलन

(iv) घरेलू और सामुदायिक शौचालयों का निर्माण

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए:

(क) (iii) और (iv) (ख) (i) और (iii)

(ग) (ii) और (iv) (घ) (i) और (ii)

खंड 'ख'

(केस स्टडी–आधारित प्रश्न)

अनुच्छेद को ध्यानपूर्वक पढ़िए और प्रश्न संख्या 15 से 18 तक के उत्तर दीजिए।

स्वास्थ्य और पोषण परस्पर अंतरंग रूप से जुड़े हुए हैं। कुछ बीमारियों में, पोषण, व्यवस्था और उपचार में प्रमुख भूमिका निभाता है और कुछ में यह चिकित्सीय उपचार में पूरक का कार्य करता है। बीमारी से पहले और बाद में पोषण की स्थिति और सहायता, रोग के पूर्वानुमान, स्वास्थ्यलाभ और यहाँ तक कि अस्पताल में भर्ती रहने की अवधि के निर्धारण में भी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाती है। रोगी की पोषण संबंधी स्थिति ओर पोषण संबंधी आवश्यकताओं के बारे में जानकारी प्राप्त करने के लिए पोषण मूल्यांकन आवश्यक है। एक आहार विशेषज्ञ बीमारी की स्थिति में पोषण संबंधी आवश्यकताओं का विश्लेषण करके पोषण देखभाल योजना विकसित कर सकता है और उचित आहार परामर्श और मार्गदर्शन भी प्रदान कर सकता है।

15. निम्नलिखित में से कौन–सा युग्म **गलत** है? 1

(क) नरम आहार : अर्ध–ठोस भोजन

(ख) तरल आहार : रेशों और वसा की अधिकता वाला तरल पदार्थ

(ग) नियमित आहार : सामान्य भोजन, सभी भोजन समूह सम्मिलित

(घ) तैयार मृदु आहार : मसला हुआ और शोरबा युक्त आहार

16. नैदानिक पोषण और आहारिकी के संदर्भ में निम्नलिखित में से कौन–सा कथन सही है? 1

(क) इसे जन पोषण चिकित्सा भी कहा जाता है।

(ख) पोषण का विशिष्ट क्षेत्र, जो बीमारी के दौरान पोषण से संबंधित है।

(ग) यह समग्र रूप से समुदाय की समस्याओं का समाधान करता है।

(घ) यह ग्रामीण घरों की स्वच्छता स्थिति को सुधारता है।

17. नीचे दिए दो कथनों को अभिकथन (A) और कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है। 1

अभिकथन (A): नली द्वारा भोजन खिलाने में पोषण की दृष्टि से संपूर्ण आहार एक नली के माध्यम से रोगी को दिया जाता है।

कारण (R): मुँह से भोजन खिलाने का अर्थ यह है कि रोगी को पोषण विशेष विलयनों से दिया जाता है, जिन्हें उसकी शिरा में ड्रिप द्वारा पहुँचाया जाता है।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सर्वाधिक उपयुक्त उत्तर चुनिए:

(क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(ख) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या **नहीं** हैं।

(ग) (A) सही हैं, लेकिन (R) गलत है।

(घ) (A) गलत है लेकिन (R) सही है।

18. नीचे दिए दो कथनों को अभिकथन (A) और कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है। 1

अभिकथन (A): मछली में ओमेगा–3 वसा अम्ल अधिक होते हैं जो कोशिकाओं के आवश्यक अवयव हैं।

कारण (R): यह हृदय को असामान्य हृदय लय/ताल से बचा सकते हैं।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सर्वाधिक उपयुक्त उत्तर चुनिए:

(क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(ख) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या **नहीं** हैं।

(ग) (A) सही हैं, लेकिन (R) गलत है।

(घ) (A) गलत है लेकिन (R) सही है।

खण्ड–ग

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

19. खाद्य प्रसंस्करण के क्षेत्र में किन्हीं चार स्व–रोज़गार अवसरों के नाम बताइए जिन्हें घरेलू या कुटीर स्तर के क्रियाकलाप के रूप में अपनाया जा सके। 2

20. सी.ए.आर.ए. (CARA) का क्या अर्थ है? संवेदनशील बच्चों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए इसके एक कार्य पर प्रकाश डालिए। 2

अथवा

एन.एस.एस. (NSS) का क्या अर्थ है? भारत में युवाओं के विकास के लिए इसका एक उद्देश्य लिखिए।

21. भारतीय उपभोक्ता किस प्रकार बिक्री संवर्धन के लुभावने हथकंडों के प्रलोभन में आकर भ्रमित हो जाते हैं और इसके शिकार बन जाते हैं? 2

22. एक प्रशिक्षण कार्यक्रम में जतिन ने यह सीखा कि व्यावसायिक जीवन में सफल होने के लिए किस प्रकार जीवन कौशल मददगार होते हैं। अब वह अपने कार्यस्थल पर अपनी टीम के सदस्यों को कौन–से चार प्रमुख जीवन कौशलों का सुझाव देगा? 2

23. राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (एन.सी.एफ.)–2005 के प्रारंभिक बाल्यावस्था शिक्षा स्थिति पत्र के अनुसार, प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा (ई.सी.सी.ई.) के कोई दो मूल उद्देश्यों का उल्लेख कीजिए। 2

24. मुंसेल रंग चक्र के आधार पर रंगों का वर्गीकरण कीजिए। किसी एक प्रकार के रंग का कोई एक उदाहरण दीजिए। 2

अथवा

संरचनात्मक और अनुप्रयुक्त डिज़ाइन के बीच अंतर बताइए।

25. खाद्य उद्योग में खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता नियंत्रण के संबंध में विभिन्न रोजगार के विकल्प उपलब्ध हैं। अपने भाई से, जिसने खाद्य सूक्ष्मजैविकी में स्नातकोत्तर की पढ़ाई पूरी की है, इस क्षेत्र में उपलब्ध किन्हीं चार जीविका के अवसरों की जानकारी प्राप्त कीजिए। 2

26. 'उपभोक्ताओं को मानकीकरण चिह्न (मार्क) वाले उत्पाद ही खरीदने चाहिए।' दो कारणों का उल्लेख करते हुए इस कथन का औचित्य बताइए। आई.एस.आई (ISI) मार्क कौन–से संगठन का प्रमाणन चिह्न है? 3

27. विकास संचार के क्षेत्र में एक महत्त्वाकांक्षी व्यावसायिक को इस क्षेत्र में सफल होने के लिए कोई तीन आवश्यक ज्ञान और कौशलों के सुझाव दीजिए। 3

अथवा

विकास संचार की विधि के रूप में मुद्रण माध्यम (प्रिंट मीडिया) की टेलीविज़न के साथ तुलना कीजिए। 3

28. (क) एक उद्यमी, जो अपना व्यावसायिक धुलाईघर स्थापित करना चाहता है, के लिए विभिन्न भागों में किए जाने वाले किन्हीं चार कार्यों की सूची बनाइए।

2+1=3

(ख) व्यावसायिक धुलाईघर में सांकेतिक पट्टियों की पद्धति से आप क्या समझते हैं?

29. पूर्व ऐतिहासिक काल से ही विभिन्न तरीकों का उपयोग करते हुए खाद्य पदार्थों को संरक्षित किया जाता रहा है। 3

(क) खाद्य संरक्षण की ऐसी चार पुरानी विधियों की एक सूची बनाइए जिनका उपयोग आज भी किया जा रहा है।

(ख) भारत में खाद्य प्रसंस्करण एवं प्रौद्योगिकी में विशेष पाठ्यक्रम प्रदान करने वाले किसी एक संस्थान का नाम बताइए।

अथवा

(क) एक विषय के रूप में खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी के महत्त्व पर संक्षेप में चर्चा कीजिए।

(ख) भारत में नमक, दूध, तेलों जैसे मुख्य खाद्य पदार्थों के प्रबलीकरण के मानक किसके द्वारा निर्धारित किए जाते हैं? 2+1=3

खण्ड–घ

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

30. एच.ए.सी.सी.पी. में आहार श्रृंखला के प्रत्येक चरण के समय होने वाले खाद्य संकटों की पहचान करना सम्मिलित है। 1+3=4

(क) एच.ए.सी.सी.पी. का पूर्ण रूप दीजिए।

(ख) खाद्य उद्योग में एच.ए.सी.सी.पी. का कार्यान्वयन क्यों महत्त्वपूर्ण है, इसके तीन कारण बताइए।

31. शौर्य ने एक होटल में चेक–इन किया है। होटल के किस विभाग का कर्मचारी सबसे पहले उसका अभिवादन और स्वागत करेगा? होटल के इस विभाग द्वारा दी जाने वाली किन्हीं तीन अन्य सेवाओं की सूची बनाइए। 4

अथवा

''घर से दूर एक घर'' वाक्यांश का प्रयोग प्रायः आतिथ्य उद्योग में यह दर्शाने के लिए किया जाता है कि अतिथियों को वहाँ उनके घर के समान ही आराम और सुविधाएँ प्रदान की जाती हैं। इस संदर्भ में आतिथ्य सेवाएँ प्रदान करने वाले किन्हीं चार प्रकार के प्रतिष्ठानों का उल्लेख कीजिए। 4

32. अनिल दुल्हन का लहँगा तैयार कर रहा है : 2+2=4

(क) वह इसमें किस प्रकार आवर्तिता (लय) का सृजन कर सकता है? उदाहरणों के साथ दो तरीकों के सुझाव दीजिए।

(ख) यदि वह लहँगे को एक ही रंग में डिज़ाइन करना चाहता है, तो वह किस रंग योजना या रंग सुमेल का प्रयोग करेगा?

(ग) पृष्ठीय सजावट (सतही अलंकरण) के द्वारा लहँगे की बुनावट उभारने के लिए किसी एक तकनीक का नाम बताइए।

33. वृद्धजनों को मानव संसाधन के रूप में मानना महत्त्वपूर्ण है और उनके व्यापक अनुभव का उपयोग राष्ट्रीय विकास के लिए किया जाना चाहिए। 1+1½+1½=4

(क) वृद्धजनों के स्वस्थ और सुरक्षित जीवन को सुनिश्चित करने के लिए, वर्ष 1999 में भारत सरकार द्वारा क्या पहल की गई थी?

(ख) उन तीन कारणों का उल्लेख कीजिए जिनके कारण वृद्धजनों को संवेदनशील समूह माना जाता है।

(ग) वृद्धजनों के लिए बहु–सेवा केन्द्रों में प्रदान की जाने वाली किन्हीं तीन सुविधाओं की सूची बनाइए।

34. हितिका ने एक ऐसे प्रतिष्ठित फैशन स्टोर में दृश्य व्यापार डिज़ाइनर के रूप में कार्य शुरू किया है जो केवल रेडी–टू–वियर (पहनने के लिए तैयार) वस्त्रों का व्यापार करता है। 3+2=5

(क) उसके तीन कार्य उत्तरदायित्वों की सूची बनाइए जिनसे अधिक ग्राहकों को आकर्षित करने की अपेक्षा की जाती है।

(ख) निम्नलिखित के लिए फ्रांस में किस शब्द का प्रयोग किया जाता है?

(i) पहनने के लिए तैयार कपड़े

(ii) परिधान निर्माण की कला

अथवा

रीमा एक फ़ैशन डिज़ाइनर है और एक फ़ैशन डिज़ाइनिंग संस्थान चलाती है।

(i) इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने वाले नए छात्रों को वह किस प्रकार 'फैशन–चक्र' के पाँच स्तरों को समझाएगी?

(ii) उसके संस्थान में प्रदर्शित करने के लिए एक लेबलयुक्त 'फैशन–चक्र' ग्राफ / चित्र बनाइए। 2½+2½=5

दृष्टिबाधित परीक्षार्थियों के लिए

(ii) ग्राफ / चित्र बनाने की आवश्यकता नहीं है।

35. (क) 'भारत कुपोषण के दोहरे भार का सामना कर रहा है।' दो कारण बताते हुए इस कथन का औचित्य दीजिए। 2+3=5

(ख) भारतीय स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ, लोगों के स्वास्थ्य को संवर्धित करने, कायम रखने, निगरानी करने और स्वास्थ्य लाभ में सहायता करती हैं। चर्चा कीजिए कि, ये स्वास्थ्य सेवाएँ तीन विभिन्न स्तरों पर लोगों को कैसे प्रदान की जाती हैं।

सी.बी.एस.ई. पेपर (2023–2024)
कक्षा-XII गृह विज्ञान (सैद्धान्तिक)
अपेक्षित उत्तर/मूल्य बिंदु

खंड क

1. (ग) बालिकाओं की उत्तरजीविता, संरक्षण और शिक्षा को सुनिश्चित करने के लिए
2. (ग) कमरा परिचर
3. (घ) लोहा
4. (ख) सुकार्यिकी
5. (क) 100 किग्रा.
6. (घ) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम

अथवा

(ख) झुंझुनू, राजस्थान

7. (ग) राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन
8. (घ) आँगनवाड़ियाँ
9. (ख) खाद्य पदार्थों से पोषक तत्त्वों को हटाना पदार्थों का प्रबलीकरण (फ़ोर्टिफ़िकेशन)है।
10. (क) वार्ली – महाराष्ट्र
11. (ग) (i)-4 (ii) -3 (iii) -2 (iv) -1
12. (घ) (i) - 3, (ii) - 4, (iii) - 1, (iv) - 2
13. (ख) (i) और (iii) अथवा (ग) (ii) और (iii)
14. (क) (iii) और (iv)

खंड ख

15. (ख) तरल आहार : रेशों और वसा की अधिकता वाला तरल पदार्थ
16. (ख) पोषण का विशिष्ट क्षेत्र, जो बीमारी के दौरान पोषण से संबंधित है।
17. (ग) (A)सही है लेकिन (R) गलत है।
18. (क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

खंड ग

19. खाद्य प्रासंस्करण के क्षेत्र में स्व–रोज़गार के अवसर जिन्हें घरेलू या कुटीर स्तर के क्रियाकलाप के रूप में लिया जा सकता है– ½×4=2

- ❖ निर्जलित उत्पाद / पापड़ / वड़ी
- ❖ मुरब्बा / कैंडी
- ❖ अचार / जैम / जैली / शरबत
- ❖ भुने और फूले हुए स्नैक्स / नमकीन मूँगफली / खाखरा
- ❖ तले हुए स्नैक्स / मठरी / नमकीन / नमकपारे / थेपला / चिप्स / मुरुक्कू
- ❖ बेकरी उत्पाद
- ❖ मिठाइयाँ / गुड़ बनाना
- ❖ पेय जल की थैलियाँ

कोई अन्य, कोई चार

20. सी.ए.आर.ए (CARA) एक केंद्रीय संस्था है जो बच्चों को कानूनन गोद लेने में सहायता करती है। इसका पूर्ण रूप केंद्रीय दत्तक–ग्रहण संसाधन प्राधिकरण / केंद्रीय दत्तक–ग्रहण संसाधन संस्था है।

कोई एक

इसके कार्य–

1. बच्चों के कल्याण और अधिकारों की रक्षा के लिए, गोद लेने के लिए दिशानिर्देश बनाना।
2. गोद लेने के नियमों को सशक्त करना।
3. गोद लेने की प्रक्रिया को सुगम बनाना।

कोई अन्य, कोई एक

अथवा

एन.एस.एस. (NSS) योजना विद्यालय और कॉलेज स्तर के विद्यार्थियों को समाज सेवा और राष्ट्रीय विकास के कार्यक्रमों में सम्मिलित करती है। इसका पूर्ण रूप राष्ट्रीय सेवा योजना है।

कोई एक

इसका उद्देश्य विद्यार्थियों को निम्नलिखित गतिविधियों / कार्यक्रमों में सम्मिलित करना है।

1. सड़कों, विद्यालय की इमारतों, गाँव के तालाबों, तालों आदि का निर्माण और मरम्मत

2. पर्यावरण और पारिस्थितिकी सुधार जैसे—वृक्षारोपण, खरपतवारों को निकालना, गड्ढे खोदना आदि
3. सफ़ाई और स्वच्छता, परिवार कल्याण, बाल—देख रेख, सामूहिक टीकाकरण
4. शिल्प, सिलाई, बुनाई आदि में व्यावसायिक प्रशिक्षण
5. सहकारी संघों का आयोजन
6. आर्थिक और सामाजिक रूप से कमज़ोर वर्गों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए विभिन्न राहत और पुनर्वास कार्यक्रमों का क्रियान्वयन

कोई अन्य, कोई एक

21. बिक्री संवर्धन के लुभावने हथकंडे 1×2=2

1. पुराने के बदले नए सामान की अदला बदली
2. बोनस
3. लकी ड्रॉ
4. भ्रामक/अतिशयोक्तिपूर्ण विज्ञापन
5. सेल और छूट
6. मुफ्त उपहार
7. भ्रामक/आकर्षक पैकेजिंग
8. डुप्लिकेट उत्पाद/नकली उत्पाद को असली की तरह बेचना

कोई अन्य, कोई दो

22. प्रमुख जीवन कौशल— ½×4=2

1. स्व—जागरूकता
2. परानुभूति
3. संप्रेषण
4. अंतरवैयक्तिक संबंध
5. निर्णय लेना
6. समस्या सुलझाना
7. सृजनात्मक चिंतन
8. आलोचनात्मक चिंतन
9. मनोभावों से जूझना
10. तनाव से जूझना

कोई चार

23. प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा (ई.सी.सी.ई.) के दो मूल उद्देश्य

1. बच्चे का समग्र विकास जिससे वह अपनी क्षमता पहचान सके।
2. विद्यालय के लिए तैयारी।
3. महिलाओं और बच्चों के लिए सहायक सेवाएँ प्रदान करना। 1×2=2

कोई दो

24. मुंसेल रंग चक्र के आधार पर रंगों का वर्गीकरण ½×3=1½

1. प्राथमिक रंग
   उदाहरण– लाल/पीला/नीला
2. द्वितीयक रंग
   उदाहरण–नारंगी/हरा/बैंगनी
3. तृतीयक या माध्यमिक रंग

उदाहरण–लाल–नारंगी/पीला–नारंगी/पीला–हरा/नीला–हरा/नीला–बैंगनी/लाल–बैंगनी
किसी एक प्रकार के रंग का कोई एक उदाहरण

अथवा

संरचनात्मक और अनुप्रयुक्त डिज़ाइन के बीच अंतर बताइए। ½×4=2

क्र.सं	संरचनात्मक	अनुप्रयुक्त डिज़ाइन
1	इसका संदर्भ वस्त्रों की मूल कटाई या आकार से है।	इसका संदर्भ वस्त्रों के अलंकरण से है।
2	यह वस्त्रों के रूप पर निर्भर करता है न कि ऊपरी सजावट पर	यह मूल सरंचना के ऊपर बनाया जाता है।
3	इसमें रेशों का मूल संसाधन, रेशों और धागों के प्रकार, बुनाई, निटिंग इत्यादि में विविधता सम्मिलित है।	इसमें वस्त्र की परिसज्जा, रँगाई तथा छपाई, पैच वर्क, शीशे का काम, कसीदाकारी, विलक्षण सुई धागे का काम, लेस का काम आदि सम्मिलित है।

कोई अन्य, कोई दो अंतर

25. खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता नियंत्रण के संबंध में खाद्य उद्योग में उपलब्ध जीविका के अवसर– ½×4=2

1. खाद्य विश्लेषक

2. खाद्य उद्योग प्रयोगशालाओं में खाद्य गुणवत्ता नियंत्रण प्रबंधक

3. सार्वजनिक/निजी क्षेत्र/स्वैच्छिक संगठनों की खाद्य परीक्षण प्रयोगशालाओं में विभिन्न पदों पर खाद्य निरीक्षक/खाद्य परीक्षण व्यावसायिक

4. खाद्य लेखा परीक्षक

5. खाद्य सूक्ष्मजीव वैज्ञानिक/एच.ए.सी.सी.पी./बी.आई.एस./एगमार्क आदि में विशेषज्ञ

6. आई.एस.ओ./बी.आई.एस./एफ़.एस.एस.ए.आई. आदि में गुणवत्ता प्रमाणीकरण व्यावसायिक

7. शिक्षण और शैक्षिक क्षेत्र

8. अनुसंधान और विकास व्यावसायिक

9. वैज्ञानिक लेखक

10. कंटेंट क्रिएटर/ब्लॉगर

11. उद्यमी

कोई अन्य, कोई चार

26. मानकीकरण चिह्न सुनिश्चित करते हैं $1\times2=2$

1. उत्पादों की गुणवत्ता
2. उत्पादों की शुद्धता/उत्पाद नकली नहीं है।
3. धन का सही मूल्य
4. सुरक्षा/उपभोक्ता संरक्षण
5. उत्पाद का निर्माण प्रमाणीकरण संस्थाओं के दिशानिर्देशों के अनुसार हुआ है

कोई अन्य, कोई दो

आई,एस,आई मार्क, भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.) संगठन का प्रमाणन चिह्न है।

27. विकास संचार के क्षेत्र में एक महत्त्वाकांक्षी व्यावसायिक को इस क्षेत्र में सफल होने के लिए आवश्यक ज्ञान और कौशल– $1\times3=3$

1. संज्ञानात्मक कौशल/समस्या को समझ पाने की क्षमता
2. सृजनात्मक/प्रस्तुतीकरण कौशल/संकल्पनाओं को रचनात्मक तरीके से प्रस्तुत करने की क्षमता
3. तकनीकी कौशल/कैमरा की तकनीकें/वीडियो उत्पादन/लेखन सामग्री का विकास/ संपादन कौशल
4. प्रश्न करने की क्षमता/किसी भी समस्या के सूक्ष्म ब्यौरे को जानने की

क्षमता/अद्वितीय तथा रोचक घटनाओं को एकत्रित करना

5. विविध प्रकार के समूहों के साथ कार्य करने की क्षमता/दूसरों के दृष्टिकोण को समझने की क्षमता
6. भाषा कौशल (बोलना, लिखना, पढ़ना)/तकनीकी रिपोर्ट तथा प्रलेख लिखने की क्षमता
7. कंप्यूटर कौशल
8. सम्बंधित कानूनों और विनियमों का ज्ञान

कोई अन्य, कोई तीन

अथवा

विकास संचार की विधि के रूप में मुद्रण माध्यम (प्रिंट मीडिया) की टेलिविज़न के साथ तुलना कीजिए।

क्र.सं	मुद्रण माध्यम (प्रिंट मीडिया)	टेलिविज़न
1	संचार का दृश्य माध्यम	संचार का दृश्य–श्रव्य माध्यम
2	साक्षर जनसंख्या तक सीमित	साक्षर तथा निरक्षर, दोनों के लिए उपयुक्त
3	मुद्रण माध्यम	इलेक्ट्रॉनिक माध्यम
4	सस्ता माध्यम	महँगा माध्यम
5	चल माध्यम	स्थिर माध्यम

28. (क) व्यावसायिक धुलाई घर के विभिन्न भागों में किए जाने वाले कार्य– ½×4=2

1. वस्त्रों का एकत्रण, निरीक्षण तथा छँटाई
2. रफू करना, मरम्मत करना और दाग–छब्बे हटाने जैसे पूर्व उपचार
3. धुलाई
4. जल निष्कासन
5. सुखाना
6. शुष्क सफाई
7. प्रेस करना और इस्त्री करना
8. रँगाई
9. विशिष्ट सुसज्जा जैसे जरी पॉलिश, कैलेंडरिंग आदि
10. पैकिंग

11. वितरण

कोई अन्य, कोई चार

(ख) व्यावसायिक धुलाईधर में सांकेतिक पट्टियों की पद्धति से आप क्या समझते हैं?

सांकेतिक पट्टियों की पद्धति व्यावसायिक धुलाईघर में–

(i) रिकॉर्ड/रसीद रखने में सहायक होती है।

(ii) रसीद के अनुरूप प्रत्येक ग्राहक की वस्तुओं को पहचानने/मिलान करने में सहायक होती है।

कोई अन्य, कोई एक

29. (क) खाद्य संरक्षण की पुरानी विधियाँ– ½×4=2

1. धूप में सुखाना
2. नियंत्रित किण्वन
3. नमक लगाना
4. अचार बनाना
5. कैंडी बनाना
6. भूनना
7. धूमन
8. सेंकना (बेकिंग)
9. मसालों, तेल, चीनी आदि को परिरक्षकों के रूप में उपयोग करना

कोई अन्य, कोई चार

(ख) 1. केंद्रीय खाद्य प्रौद्योगिकी शोध संस्थान (सी.एफ.टी.आर.आई.), मैसूर 1

2. नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ फूड टेक्नोलॉजी एंड एंटरप्रेन्योरशिप मैनेजमेंट (एन.आई.एफ.टी.ई.एम.) सोनीपत

कोई अन्य, कोई एक

अथवा

(क) खाद्य प्रसंस्करण और प्रौद्योगिकी का महत्त्व– 1×2=2

1. कृषि और बागवानी अधिशेष के भंडारण और प्रसंस्करण में मदद करता है।
2. बदलती जीवन शैली, आवागमन में वृद्धि ओर वैश्वीकरण ने विभिन्न प्रकार के उत्पादों की माँग बढ़ा दी है।
3. उपभोक्ता ऐसे खाद्य पदार्थों की माँग करते हैं जो रसायनों, कीटनाशकों, परिरक्षकों आदि से मुक्त हों।
4. खाद्य उत्पादों की सुरक्षा काल (शैल्फ लाइफ) बढ़ाने में मदद करता है।
5. स्थूल, खराब होने वाले और कभी–कभी खाए ना जा सकने वाले पदार्थों को अधिक उपयोगी, सांद्रित, स्वादिष्ट खाद्य पदार्थों और पीने योग्य पेय पदार्थों में परिवर्तित करने के लिए उपयोग किया जाता है।
6. पकाने के लिए तैयारी का समय कम कर देता है।
7. अंतिम उत्पादों का महत्त्व बढ़ाता है।
8. मुख्य खाद्य पदार्थों में पोषक तत्त्वों की मात्रा बढ़ाने के लिए उसका प्रबलीकरण किया जा सकता है।
9. जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों के बढ़ने से खाद्य पदार्थों में पोषक तत्त्वों की मात्रा को बदलना आवश्यक है।
10. देश की आर्थिक वृद्धि में योगदान करता है।
11. रोज़गार के अवसर उत्पन्न करता है।

(ख) एफ.एस.एस.ए.आई. (भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण) 1

खण्ड घ

30. (क) संकट विश्लेषण क्रांतिक नियंत्रण बिंदु/संकट विश्लेषण संकटपूर्ण महत्वपूर्ण नियंत्रित बिंदु 1

(ख) एच.ए.सी.सी.पी. का कार्यान्वयन महत्त्वपूर्ण होने के कारण– 1×3=3

1. यह खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करने का किफायती व निवारक उपागम है।
2. संसाधन या निर्माण के किसी भी स्तर पर हमें खतरों की पहचान करने के लिए सक्षम बनाता है।

3. समस्या उत्पन्न होने पर उचित कार्रवाई करके तैयार उत्पाद की उत्तम गुणवत्ता को सुनिश्चित करता है।

4. यह खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करने के लिए उत्पादकों, संसाधकों, वितरकों और निर्यात करने वालों को संसाधनों का उपयोग प्रभावशाली तरीके से करने के लिए सक्षम बनाता है।

5. यह उपभोक्ता संरक्षण और अंतरराष्ट्रीय खाद्य व्यापार के लिए महत्त्वपूर्ण है।

6. यह नियमित रूप से उत्तम गुणवत्ता वाले उत्पादों का आश्वासन देता है।

7. यह एफ.एस.एस.ए, 2006 के माध्यम से खाद्य सुरक्षा का उत्तरदायित्व उत्पादकों और आपूर्ति करने वालों पर डालता है।

कोई अन्य, कोई तीन

31. (क) युवाओं के संवेदनशील होने के कारण – 1×3=3

प्रमुख कार्यालय

प्रमुख कार्यालय विभाग द्वारा दी जाने वाली सेवाएँ–

1. कमरे के आरक्षण की उपलब्धता की स्थिति को व्यवस्थित करना
2. अतिथियों का पंजीकरण एवं कमरों का आबंटन
3. चेक–इन और चेक–आउट विवरण का रिकॉर्ड रखना
4. कुली की सेवाएँ
5. अतिथियों को कमरे की चाबियाँ सौंपना
6. अतिथियों को संदेश भेजना
7. अन्य अतिथि सेवाओं/विभागों जैसे परिवहन, कमरे में दी जाने वाली सेवाएँ, गृह व्यवस्था, रेस्तराँ, लेखा विभाग आदि के साथ समन्वय करना
8. अतिथियों को आंतरिक एवं बाह्य जानकारी प्रदान करना
9. उनके बिल तैयार करना और उनका निपटान करना
10. अतिथियों से प्रतिपुष्टि लेना
11. अतिथियों की निजी जानकारी का रिकॉर्ड रखना

कोई अन्य, कोई दो

अथवा

(ख) विभिन्न प्रकार के प्रतिष्ठान जो आतिथ्य सेवाएँ प्रदान करती हैं :– 1×4=4

1. होटल/एक व्यापारिक प्रतिष्ठान जो अतिथियों को आवास, भोजन तथा अन्य सेवाएँ प्रदान करता है।

2. मोटल/होटल जैसी ही सेवाएँ प्रदान करता है और कमरे के समीप पार्किंग की सुविधा प्रदान करता है या कमरे का दरवाज़ा ही पार्किंग स्थल में खुलता है।

3. आवास (लॉज)/किराए पर स्थान प्रदान करता है, विशेष रूप से सोने के लिए और यह भी हो सकता है कि वह भोजन तथा अन्य सेवाएँ न दे।

4. सैरगाह(रिज़ॉर्ट)/यह अनेक प्रकार की सुविधाएँ, खेल की सुविधाएँ तथा अवकाश के लिए क्रियाकलाप प्रदान करता है, जिसे पूर्ण अवकाश का अनुभव प्राप्त हो सके।

5. सुसज्जित फ़्लैट्स/अतिथियों को सभी आवश्यक सुविधाएँ प्रदान करते हैं।

6. सुसज्जित शिविर (कैंप)/उन लोगों को आतिथ्य प्रदान करते हैं जो पैदल लंबी यात्रा (हाइकिंग) तथा जोखिम भरे खेलों आदि में भाग लेते हैं।

7. समुद्री पर्यटन (क्रूज लाइन)/समुद्र या नदियों पर चलने वाले क्रूज जहाज़ का संचालन करती है तथा सभी सुख सुविधा प्रदान करती है।

8. अतिथि गृह/आमतौर पर छोटे प्रतिष्ठान होते हैं जो किसी के घर/आपार्टमेंट में किराए के लिए निजी कमरे उपलब्ध कराते हैं।

कोई अन्य, कोई चार

32. (क) आवर्तिता (लय) सृजन के तरीकें– 1×2=2

1. दोहराकर–लहँगे में कढ़ाई, लेस, पाइपिंग, रंग आदि का दोहराव।

2. उतार–चढ़ाव–कलाकृतियों, रेखाओं, रंगों और बुनावट के आकार में क्रमिक वृद्धि या कमी के द्वारा।

3. विकिरण–जहाँ आँखे एक केंद्रीय बिंदु से एक व्यवस्थित तरीके से गतिमान होती हैं जैसे, लहँगे की कमर में चुन्नटें।

4. सामंतरता–जब तत्त्व एक–दूसरे के समांतर होते हैं जैसे, लहँगे में टक्स या प्लीट्स। रंगों की धारियाँ भी लहँगे में लय पैदा करती हैं।

कोई अन्य, कोई दो

(ख) एक वर्णी सुमेल/योजना

(ग) पृष्ठीय सजावट (सतही अलंकरण) की तकनीक

गुच्छे से सजाना/मखमली मुद्रण/कसीदाकारी(कढ़ाई)/शीशे का काम/मोती का काम/लेस का काम/नगों का काम/एप्लिक वर्क/सिलाई द्वारा लाया गया प्रभाव

कोई अन्य, अन्य एक

33. (क) वृद्धजनों के लिए राष्ट्रीय नीति 1

(ख) वृद्धजनों को संवेदनशील समूह मानने के कारण– ½×3=1½

1. खराब स्वास्थ्य/बीमारी/शरीर क्रिया संबंधी भंडारों में कमी।
2. उम्र बढ़ना (एजिंग) और रक्षा क्रियाविधियों में कमी के साथ अपंगताओं का होना जैसे दृष्टि कमजोर होना, बहरापन, चलने फिरने में परेशानी आदि।
3. अकेलापन, पृथक्करण और दूसरों पर बोझ बन जाने की भावना जिससे अवसाद और तनाव हो सकता है।
4. आर्थिक रूप से दूसरों पर निर्भर।
5. अपने बच्चों द्वारा पारिवारिक सहारे में कमी/परिवार के सदस्यों द्वारा गलत व्यवहार।
6. पारंपरिक पारिवारिक ढांचे में बिखराव तथा पारंपरिक मूल्यों में परिवर्तन।
7. स्वयं की देखभाल करने में असमर्थता।

कोई अन्य, कोई तीन

(ग) वृद्धजनों के लिए बहु–सेवा केंद्रो में प्रदान की जाने वाली सुविधाएँ– ½×3=1½

1. दिवस देखभाल (मूल सुविधाएं जैसे पौष्टिक भोजन, सुरक्षित पेयजल आदि)
2. शिक्षा के अवसर
3. मनोरंजन के अवसर
4. स्वास्थ्य देखभाल/चिकित्सीय सहायता
5. संगी–साथी का साथ
6. परामर्श सेवाएँ

कोई अन्य, कोई तीन

34. (क) दृश्य व्यापार डिज़ाइनर के कार्य/उत्तरदायित्व– 1×3=3

1. शो केस में प्रदर्शन
2. दुकानों में समान व्यवस्था
3. आकर्षक प्रॉप्स की रचना
4. कपड़ों को रखने की व्यवस्था
5. पुतलों को सजाना और प्रदर्शन
6. विज्ञापन अभियानों का नेतृत्व करना

कोई अन्य, कोई तीन

(ख) 1. प्रेट–ए–पोर्टर (pret-a-porter) 1

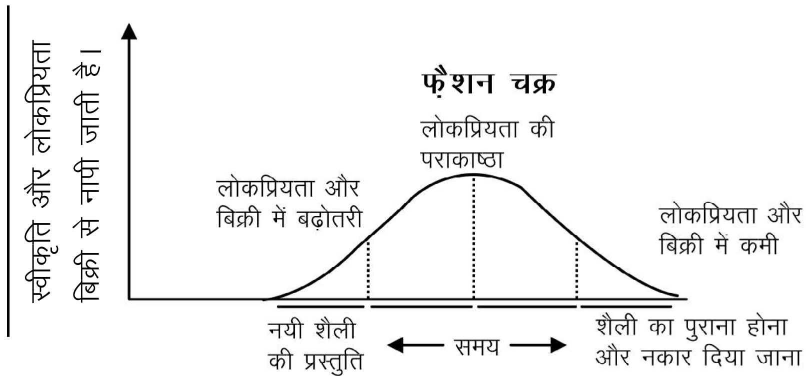
2. कुटुअर (couture) 1

अथवा

(i) फ़ैशन चक्र के पाँच स्तर– ½×5=2½

1. **शैली की प्रस्तुति** : डिज़ाइनर अपने शोध और रचनात्मक विचारों को परिधान में ढालते हैं और फिर जनसाधारण को नई शैली उपलब्ध कराते हैं।
2. **लोकप्रियता में वृद्धि** : जब नया फैशन बहुत से लोगों द्वारा खरीदा, पहना और देखा जाता है, तो इसकी लोकप्रियता बढ़नी शुरू होती है।
3. **लोकप्रियता की पराकाष्ठा** : लोकप्रियता की ऊँचाई पर, बढ़ती माँग के कारण निर्माता फैशन की नकल करते हैं या उसके रूपांतरणों का उत्पादन करते हैं।
4. **लोकप्रियता में कमी** : अंततः उस शैली की प्रतियों का भारी संख्या में उत्पादन होने से फैशन प्रिय व्यक्ति उससे ऊब जाते हैं और कुछ नया देखने लगते हैं।
5. शैली का परित्याग अथवा अप्रचलन : इस अंतिम पड़ाव में कुछ उपभोक्ता पहले से ही नये रंग रूप में आ जाते हैं और इस प्रकार नया फैशन चक्र प्रारंभ हो जाता है।

(ii) फ़ैशन चक्र ग्राफ/चित्र 2½



दृष्टिबाधित परीक्षार्थियों के लिए–

(ii) ग्राफ/चित्र बनाने की आवश्यकता नहीं है।

नोटः भाग (i) में 5 में से अंक दिये जाएँ।

35.(क)1. भारत कुपोषण का दोहरा भार उठा रहा है, अर्थात यहाँ अल्पपोषण और अतिपोषण दोनों ही पाए जाते हैं। 1×2=2

2. अल्पपोषण/अपर्याप्त अथवा दोषपूर्ण आहार/रोग या संक्रमण/गरीबी/भोजन की अपर्याप्त उपलब्धता/अपर्याप्त मातृ एवं शिशु देखभाल के तरीके/दूषित जल/खराब स्वच्छता/अपर्याप्त स्वास्थ्य सेवाएँ,/अपर्याप्त जानकारी/महिलाओं, वृद्धजनों और बालिकाओं के प्रति भेदभाव

3. अतिपोषण/ जीवन शैली का कम सक्रिय होना/यातायात की द्रुतगामी साधनों पर निर्भर रहना/ घर के बाहर की गतिविधियों में कमी/ अल्प श्रम/ फास्ट फूड और संसाधित भोजन पर निर्भरता के कारण आहार और जीवन शैली में बदलाव

कोई अन्य, कोई दो

(ख) भारत में स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने के तीन स्तर– 1×3=3

1. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल

यह व्यक्ति, परिवार या समुदाय का स्वास्थ्य पद्धति से प्रथम संपर्क है।

यह सेवाएँ प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों (पी.एच.सी.)/डिस्पेंसरी के नेटवर्क द्वारा उपलब्ध कराई जाती हैं।

2. द्वितीय स्वास्थ्य देखभाल

अधिक जटिल स्वास्थ्य समस्याओं का निराकरण द्वितीय स्तर पर जिला अस्पतालों और सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों द्वारा किया जाता है।

सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र परामर्श देने के पहले स्तर के रूप में कार्य करते हैं।

3. तृतीय स्वास्थ्य देखभाल

यह स्वास्थ्य देखभाल का तीसरा/उच्चतम और विशिष्ट स्तर है।

यह अधिक जटिल समस्याओं को सुलझाता है, जिन्हें पहले दोनों स्तरों पर सुलझाया नहीं जा सकता।

तृतीय स्तर के संस्थान मेंडिकल कॉलेजों के अस्पताल, क्षेत्रीय अस्पताल, विशिष्ट अस्पताल और अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान हैं।

स्वास्थ्य देखभाल के तीन स्तर, प्रत्येक के लिए एक बिन्दु

नोट्स