സെക്കൻഡറി കോഴ്സ്

216 – ഗൃഹശാസ്ത്രം

പുസ്തകം– 3 – പ്രായോഗികഗ്രന്ഥം

കോഴ്സ് കോ–ഓർഡിനേറ്റർ
നേഹശർമ്മ

പ്രൊജക്ട് കോ–ഓർഡിനേറ്റർ
അഷീമാ സിങ്

നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഓപ്പൺ സ്കൂളിങ്
(MHRD യുടെ കീഴിലുള്ള ഒരു സ്വയംഭരണാവകാശസ്ഥാപനം, ഭാരതസർക്കാർ)
എ 24/25 ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂഷണൽ ഏരിയ, സെക്ടർ – 62, നോയിഡ – 201309 (യു.പി.)
വെബ്സൈറ്റ്: www.nios.ac.in, ടോൾഫ്രീ നമ്പർ – 18001809393

© National Institute of Open Schooling

August, 2013 (...............)

Published by the Secretary, National Institute of Open Schooling, A-24/25, Institutional Area, Sector-62, Noida-201309 and Printed at M/s Pelican Press, A-45 Naraina Indl. Area, Phase II, New Delhi-110028

ഉപദേശകസമിതി

ഡോ. സിതാൻസു എസ്. ജനാ
ചെയർമാൻ
എൻ.ഐ.ഒ.എസ്., എൻ.ഒ.ഐ.ഡി.എ.

ഡോ. കുൽദീപ് അഗർവാൾ
ഡയറക്ടർ (അക്കാദമിക്)
എൻ.ഐ.ഒ.എസ്., എൻ.ഒ.ഐ.ഡി.എ.

ഡോ. വെങ്കടേഷ് ശ്രീനിവാസൻ
അസിസ്റ്റന്റ് റെപ്രസന്റേറ്റീവ്
യു.എൻ.എഫ്.പി.എ.

മിസ്. ഗോപാ ബിസ്വാസ്
ജോ. ഡയറക്ടർ (അക്കാദമിക്)
എൻ.ഐ.ഒ.എസ്., എൻ.ഒ.ഐ.ഡി.എ.

കരിക്കുലം കമ്മറ്റി

ഡോ. കൈലാസ് ഖന്ന
റീഡർ (റിട്ട.), വിദ്യാഭ്യാസവകുപ്പ്
ലേഡി ഐർവിൻ കോളേജ്,
ഡൽഹി സർവ്വകലാശാല

ഡോ. നീലം ഗ്രീവാൾ
ഡീൻ,
പഞ്ചാബ് അഗ്രിക്കൾച്ചറൽ
യൂണിവേഴ്സിറ്റി, ലുധിയാന, പഞ്ചാബ്.

ഡോ. റീത്ത സൊണാവറ്റ്
ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് ഹ്യൂമൻ ഡെവലപ്മെന്റ്
എസ്.എൻ.ഡി.റ്റി. വിമൻസ് യൂണിവേഴ്സിറ്റി
ചർച്ച് ഗേറ്റ് കാമ്പസ്, മറൈൻ ലൈൻ, മുംബൈ

പ്രൊഫ. ഉമാജോഷി
ഡീൻ
എം.എസ്. ബറോഡാ
കോളേജ് ഓഫ് ഹോംസയൻസ്, ബറോഡാ

പ്രൊഫ. ദീക്ഷ കപൂർ
സ്കൂൾ ഓഫ് കണ്ടിന്യൂയിങ് എഡ്യൂക്കേഷൻ
ഐ.ജി.എൻ.ഒ.യു.
മദൻ ഗർഹി, ന്യൂഡൽഹി

മിസ്. മായാ പണ്ഡിറ്റ്
സി.ഐ.ഇ.റ്റി., എൻ.സി.ഇ.ആർ.റ്റി.
ശ്രീ അരബിന്ദോമാർഗ്
ന്യൂഡൽഹി

മിസിസ്സ്. റിതാ രഘുവൻഷി
ഡീൻ, ഹോംസയൻസ്
ജി.ബി. പാന്റ് അഗ്രിക്കൾച്ചറൽ
യൂണിവേഴ്സിറ്റി, പാന്റ് നഗർ, ഉത്തർഖണ്ഡ്

ഡോ. മുക്താസിങ്
ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് ഹോംസയൻസ്
മഹിളാമഹാവിദ്യാലയ, ബനാറസ് ഹിന്ദു
യൂണിവേഴ്സിറ്റി, വാരാണസി.

മിസിസ്സ്. ശ്വേത കിൻറ
പി.ജി.ടി.
ഹോംസയൻസ് സാൻസ്കൃതി സ്കൂൾ
ന്യൂഡൽഹി.

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

ഡോ. കൈലാസ് ഖന്ന
റീഡർ (റിട്ട.), വിദ്യാഭ്യാസവകുപ്പ്
ലേഡി ഐർവിൻ കോളേജ്,
ഡൽഹി സർവ്വകലാശാല, ന്യൂഡൽഹി

മിസ്. അഷീമാസിങ്
പ്രൊജക്ട് കോ-ഓർഡിനേറ്റർ (എ.ഇ.പി.)
എൻ.ഐ.ഒ.എസ്. എ-24-25, സെക്ടർ - 62
എൻ.ഐ.ഒ.ഐ.ഡി.എ., യു.പി.

മിസ്. എസ്. കെ. അറോറ
റിട്ട. പ്രിൻസിപ്പാൾ
ഡൽഹി അഡ്മിനിസ്ട്രേഷൻ
ന്യൂഡൽഹി.

കോഴ്സ് റൈറ്റിങ് ടീം

ഡോ. അമർജീത് (ടീം ലീഡർ)
ഗവ. കോളേജ് ഫോർ ഗേൾസ്
സെക്ടർ - 42
ചണ്ഡീഗഡ്

ഡോ. മൻപ്രീറ്റ് ബിൻദ്ര
ഗവ. കോളേജ് ഫോർ ഗേൾസ്
സെക്ടർ - 42
ചണ്ഡീഗഡ്

മിസ്. ജസ്വന്ത് ലാഹേൽ
ഗവ. കോളേജ് ഫോർ ഗേൾസ്
സെക്ടർ - 42
ചണ്ഡീഗഡ്

മിസ്. സുശീൽ
ഗവ. ഹോംസയൻസ് കോളേജ്
സെക്ടർ - 10
ചണ്ഡീഗഡ്

മിസ്. ഗുൺജിത്ത് കൗർ
ഗവ. കോളേജ് മൊഹാലി
ഫേസ് - VI
മൊഹാലി

ഡോ. സുർജിത് പതേജ
ഗവ. കോളേജ് ഫോർ ഗേൾസ്
സെക്ടർ - 11
ചണ്ഡീഗഡ്

മിസ്. രാംനിക്
ഗവ. ഗേൾസ് സീനിയർ സെക്കൻഡറി സ്കൂൾ
സെക്ടർ - 8 ബി
ചണ്ഡീഗഡ്

മിസ്. അഷീമാസിങ്
നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഓപ്പൺ സ്കൂളിങ്
എ - 24 - 25, ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂഷണൽ ഏരിയ
സെക്ടർ - 62, എൻ.ഒ.ഐ.ഡി.എ., യു.പി.

ലൈഫ് സ്കിൽ അഡ്വൈസറി ഗ്രൂപ്പ്

മിസ്. അഷീമാസിങ്
പ്രൊജക്ട് കോ-ഓർഡിനേറ്റർ (എ. ഇ. പി.)
എൻ.ഐ.ഒ.എസ്., എ - 24 - 25
ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂഷണൽ ഏരിയ
സെക്ടർ - 62, എൻ.ഒ.ഐ.ഡി.എ., യു.പി.

ഡോ. ജയ
നാഷണൽ പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ
യു.എൻ.എഫ്.പി.എ, 55
ലോദി എസ്റ്റേറ്റ്, ന്യൂഡൽഹി

പഞ്ചാബ് അഗ്രിക്കൾച്ചറൽ യൂണിവേഴ്സിറ്റി
(മെൻററിങ് ഏജൻസി)
ലുധിയാന
പഞ്ചാബ്

കോഴ്സ് കോ-ഓർഡിനേറ്റർ

മിസ്. നേഹശർമ്മ
സീനിയർ എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ
എ.ഇ.പി.
നാഷനൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഓപ്പൺ സ്കൂളിങ്
എൻ.ഒ.ഐ.ഡി.എ.

മലയാളപരിഭാഷ

മിസിസ്സ്. അനിത കെ.പി.
ഗൃഹശാസ്ത്രവിഭാഗം
ലേബർ ഇന്ത്യ ഗുരുകുലം പബ്ലിക് സ്കൂൾ ആൻഡ് ജൂനിയർ കോളേജ്
മരങ്ങാട്ടുപിള്ളി, കോട്ടയം
കേരളം - 686635

ഗ്രാഫിക് ആർട്ടിസ്റ്റ്

മിസ്റ്റർ. പവൻ കിച്ച്ലൂ
ഇൻക്ലൂസീവ് ഗ്രോത്ത് കമ്പനി
ക്യൂ 9, ഹൗസ് ഖാസ് എൻക്ലേവ്,
എൻ.ഡി.

മി. സബ്യസാചി പൻജ
ഫ്രീലാൻസ് ഗ്രാഫിക് ആർട്ടിസ്റ്റ്
ന്യൂഡൽഹി

കവർ ഡിസൈൻ

മിസ്റ്റർ. മുകുൾ ഗാർഗ്
ഫ്രീലാൻസ് ഗ്രാഫിക് ആർട്ടിസ്റ്റ്

എം.എച്ച്.ആർ.ഡി -യു.എൻ.എഫ്.പി.എ-യുടെ മേൽനോട്ടത്തിൽ വികസിപ്പിച്ചത്.
സഹായം - അഡോളസെൻസ് എഡ്യൂക്കേഷൻ പ്രോഗ്രാം

നിങ്ങളോടൊരു വാക്ക്

പ്രിയ പഠിതാവേ,

ഗൃഹശാസ്ത്രം പഠിതാക്കൾക്ക് ജീവിതപാടവവികസനത്തിന് വിപുലമായ സാധ്യതകളാണ് വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നത്. നിങ്ങളുടെയും നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുപാടുകളുടെയും പാടവങ്ങൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനാവശ്യമായ പഠനത്തിൽ നിങ്ങൾ മുഴുകേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. പ്രായോഗികപരീക്ഷണത്തിലൂടെ പഠിതാവിന് പരിചയവും ഈ പാടവങ്ങൾ വികസിക്കുവാനുള്ള അവസരവും ലഭിക്കുന്നു. അതിനാൽ പ്രായോഗികപരീക്ഷണത്തിന്റെ പിന്തുണ കൂടാതെയുള്ള ഗൃഹശാസ്ത്രപഠനം അപൂർണമാണ്.

ഗൃഹശാസ്ത്രപാഠങ്ങൾ പഠിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്കു നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ട പല പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെയും കടന്നുപോകേണ്ടി വരും. ഈ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ നിർവ്വഹണവും അവലോകനവും നിങ്ങളുടെ സൈദ്ധാന്തികമായ അറിവ് മെച്ചപ്പെടുത്തുവാൻ സഹായിക്കുന്നു. ഇത് ആത്മവിശ്വാസം വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും പഠിച്ച വിഷയം ദൈനംദിനജീവിതത്തിൽ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുവാനും നിങ്ങളെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു.

ഭൂരിഭാഗം പ്രവർത്തനങ്ങളും നിങ്ങൾക്ക് സ്വയം ചെയ്യുവാൻ കഴിയുമെന്ന് ഞങ്ങൾക്കുറപ്പുണ്ട്. എങ്കിലും നിങ്ങൾക്ക് മാർഗ്ഗദർശനത്തിനായി ഞങ്ങൾ ഒരു പ്രായോഗികഗ്രന്ഥം തയ്യാറാക്കിയിട്ടുണ്ട്. നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ട എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളും ചെയ്യുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ ഈ ഗ്രന്ഥത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. വിശദമായ അവലോകനവും ആധികാരികരേഖകളും ഓരോ പ്രവർത്തനത്തോടൊപ്പം നല്കുന്നു. അവ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം മനസ്സിലാക്കിയശേഷം അവലോകനങ്ങൾ പ്രസ്തുത ഗ്രന്ഥത്തിൽ രേഖപ്പെടുത്തുക. പഠിത്തത്തിൽ പിന്നോക്കം നില്ക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഇഷ്ടമുള്ളത് തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ അനുയോജ്യമായ ക്രമീകരണങ്ങൾ ഈ ഗ്രന്ഥത്തിൽ ഉണ്ട്.

ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കു നന്നായി ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കുമെന്ന് ഞാൻ കരുതുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവപ്പെടുന്നുവെങ്കിൽ എനിക്ക് നേരിട്ട് എഴുതുവാൻ മടിക്കേണ്ടതില്ല. നിങ്ങളെ സഹായിക്കുന്നതിൽ എനിക്ക് സന്തോഷമേയുള്ളൂ.

ശുഭാംശംസകൾ

മിസ്. നേഹാ ശർമ്മ
സീനിയർ എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ
(എ.ഇ.പി.)
homescience @ nios.ac.in

പരിഭാഷകക്കുറിപ്പ്

സ്വാതന്ത്ര്യാനന്തരഭാരതത്തിൽ പ്രാദേശികഭാഷകൾക്കുണ്ടായ ഉണർവ് സർഗ്ഗാത്മകകൃതികളുടെ രചനയിൽ മാത്രമല്ല വിവർത്തനമേഖലയിലും പ്രചോദനമുളവാക്കി. ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസത്തിന് പ്രാദേശിക ഭാഷകൾ മാധ്യമങ്ങളായപ്പോൾ ശാസ്ത്രഗ്രന്ഥങ്ങൾക്കും മലയാളത്തിൽ വിവർത്തനങ്ങളുണ്ടായി. സസ്യശാസ്ത്രം, ജന്തുശാസ്ത്രം, ഗണിതശാസ്ത്രം തുടങ്ങിയ വിഭിന്നശാസ്ത്രമേഖലകൾക്ക് പ്രത്യേകനിഘണ്ടുക്കളും ആധികാരികഗ്രന്ഥങ്ങളും ഉണ്ടായി. കേരള ഭാഷാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഈ വിഷയത്തിൽ ചെയ്തിട്ടുള്ള സേവനങ്ങൾ ശ്രദ്ധേയമാണ്.

മലയാളത്തിൽ പരിമിതമായി മാത്രം ഗ്രന്ഥങ്ങളുള്ള ശാസ്ത്രശാഖയാണ് ഗൃഹശാസ്ത്രം. ഹയർ സെക്കൻഡറിതലത്തിലും ബിരുദബിരുദാനന്തരതലത്തിലും ഗൃഹശാസ്ത്രത്തിന്റെ ബോധനമാധ്യമം ഇംഗ്ലീഷായതിനാൽ ഈ പരിമിതി അധ്യാപകരെയും വിദ്യാർത്ഥികളെയും കാര്യമായി ബുദ്ധിമുട്ടിച്ചിട്ടില്ല. എന്നാൽ നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഓപ്പൺ സ്കൂളിങ് സെക്കൻഡറി തലത്തിൽ ഗൃഹശാസ്ത്രത്തെ പാഠ്യവിഷയമായി അംഗീകരിക്കുകയും മലയാളത്തിൽ പഠിപ്പിക്കുവാൻ അനുവാദം നൽകുകയും ചെയ്തതോടുകൂടി ഈ വിഷയത്തിലുള്ള മലയാളഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ കുറവ് ഒരു കുറവായി ത്തന്നെ അനുഭവപ്പെട്ടു തുടങ്ങി.

സെക്കൻഡറി കോഴ്സിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള ഗൃഹശാസ്ത്രത്തിന്റെ രണ്ടു പുസ്തകങ്ങളുടെയും അവയുടെ പ്രായോഗികഗ്രന്ഥത്തിന്റെയും പരിഭാഷയാണ് ഇപ്പോൾ തയ്യാറാക്കിയിരിക്കുന്നത്. മലയാളത്തിൽ പ്രചാരത്തിലില്ലാത്ത ചില സാങ്കേതിക പദങ്ങൾ തർജ്ജമ ചെയ്യേണ്ടിവന്നിട്ടുണ്ട്. ഇതിന് ഈ കോഴ്സിലേക്കുവേണ്ടി മുമ്പ് തയ്യാറാക്കപ്പെട്ട പരിഭാഷകളും മലയാളത്തിലെ ശാസ്ത്രനിഘണ്ടുക്കളും എനിക്ക് സഹായകമായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ട്.

ഒരേ കാലയളവിൽ മൂന്നു ഗ്രന്ഥം പരിഭാഷപ്പെടുത്തേണ്ടി വന്നതുകൊണ്ട് ഈ പരിഭാഷായത്നത്തിൽ ചില അപാകതകൾ വന്നുപോയിട്ടുണ്ടാവാം. ശാസ്ത്രപണ്ഡിതരും അധ്യാപകരും അവ കണ്ടെത്തി സൂചിപ്പിക്കുമെങ്കിൽ തുടർന്നുള്ള പരിഭാഷകളിൽ അത് പ്രയോജനപ്പെടുമായിരുന്നു.

ഈ പരിഭാഷ നിർവഹിക്കുന്നതിന് ഉചിത നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകിയിട്ടുള്ള ശ്രീ വി.എസ്. രവീന്ദ്രൻ (റീജിയണൽ ഡയറക്ടർ, എൻ.ഐ.ഒ.എസ്., റീജിയണൽ സെന്റർ, കൊച്ചി), പ്രൊഫ. വി.എ. ഇബ്രാഹിം (എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ, എൻ.ഐ.ഒ.എസ്., റീജിയണൽ സെന്റർ, കൊച്ചി) എന്നിവരെ നന്ദിപൂർവ്വം സ്മരിക്കുന്നു.

കൂടാതെ ലേബർ ഇന്ത്യാ ഗ്രൂപ്പ് വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥാപനങ്ങളുടെ ചെയർമാൻ ശ്രീ വി.ജെ. ജോർജ് കുളങ്ങരയോടും ലേബർ ഇന്ത്യാഗുരുകുലം പബ്ലിക് സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പാൾ ശ്രീമതി സുജ കെ. ജോർജിനോടും എനിക്കുള്ള കടപ്പാടും ഇവിടെ രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

അനിത കെ.പി.
പി.ജി.ടി.
ഗൃഹശാസ്ത്രവിഭാഗം
ലേബർ ഇന്ത്യാഗുരുകുലം പബ്ലിക് സ്കൂൾ
മരങ്ങാട്ടുപിള്ളി

മരങ്ങാട്ടുപിള്ളി, കോട്ടയം
23-01-2013

ഉള്ളടക്കം

പരീക്ഷണം 1	വ്യത്യസ്തരീതിയിൽ പാചകംചെയ്ത രണ്ടു ധാന്യത്തിന്റെയും രണ്ട് പച്ചക്കറിയുടെയും പാചകഫലങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.
പരീക്ഷണം 2	കാഴ്ചയിലൂടെ തിരിച്ചറിയാവുന്ന തുണിത്തരങ്ങൾ
പരീക്ഷണം 3	ഒരു പ്രഥമശുശ്രൂഷാസഞ്ചി തയ്യാറാക്കുക.
പരീക്ഷണം 4	നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലെ പ്രതിവാരചിലവുപദ്ധതി പഠിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.
പരീക്ഷണം 5	ഒരു കുടുംബാഘോഷം ഒരുക്കുന്നതിനാവശ്യമായ പ്രവർത്തനഘട്ടങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുക.
പരീക്ഷണം 6	രണ്ടു സ്കൂൾ കുട്ടികളുള്ള ഒരു കുടുംബിനിക്കുവേണ്ടി വൈകുന്നേരം 4 മണിമുതൽ എട്ടുമണിവരെയുള്ള സമയപദ്ധതി തയ്യാറാക്കുക.
പരീക്ഷണം 7	ഒരു ഉല്പന്നത്തിന്റെ താഴെക്കാണുന്ന ഗുണമേന്മാമുദ്രണമുള്ള ലേബൽ തയ്യാറാക്കുക.
	അല്ലെങ്കിൽ
	*താഴെപ്പറയുന്ന മുദ്രണങ്ങളുള്ള ഉല്പന്നങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുത്ത് ഒരു ലേബലിൽ ഉണ്ടാകേണ്ട വിവരങ്ങൾ എന്തൊക്കെയെന്നു കണ്ടുപിടിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.
പരീക്ഷണം 8	വീടുകളിലെ സുരക്ഷാഭീഷണിയെക്കുറിച്ച് ഒരു സർവ്വേ നടത്തി അതിനുവേണ്ട പ്രതിവിധികൾ നിർദ്ദേശിക്കുക.
പരീക്ഷണം 9	തന്നിരിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവപ്പട്ടികയിൽനിന്ന് ഭക്ഷ്യയോഗ്യമായ ഇനങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് ഓരോന്നും ഏതു ഭക്ഷ്യവിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്നുവെന്ന് ഇനംതിരിക്കുക. ഈ ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങളിൽ ഏത് വിഭാഗമാണ് ഉൾക്കൊള്ളാത്തതെന്നു നിർദ്ദേശിക്കുക.
പരീക്ഷണം 10	കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ ലിംഗം, വയസ്, പ്രവൃത്തി എന്നിവ മനസ്സിലാക്കി തന്നിരിക്കുന്ന ഭക്ഷണവിഭവങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുക.
പരീക്ഷണം 11	കത്തിച്ചുള്ള പരീക്ഷണംകൊണ്ട് നാരുകളെ തിരിച്ചറിയുക
	അല്ലെങ്കിൽ
	*തന്നിട്ടുള്ള തുണിക്കഷണങ്ങൾ തൊട്ടുനോക്കിയും ഇഴ അടുപ്പംനോക്കിയും തിരിച്ചറിയുക.
പരീക്ഷണം 12	കടലാസ്പട്ട ഉപയോഗിച്ച് പ്ലെയിൻവീവിന്റെ മാതൃകയോ ഗ്രാഫിക് ഉദാഹരണമോ ഉണ്ടാക്കുക.
പരീക്ഷണം 13	വെള്ളത്തുണിയിൽനിന്നും താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കറ കളയുക.
	അല്ലെങ്കിൽ
	*താഴെപ്പറയുന്ന കറകൾ നീക്കംചെയ്യുന്നതിന്റെ ശരിയായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ പട്ടികയിൽ രേഖപ്പെടുത്തുക.
പരീക്ഷണം 14	എ. കോട്ടൻദുപ്പട്ട/സാരി/ഷർട്ട് ഇവയിലൊന്നു കഴുകി ഫിനിഷ് ചെയ്യുക.
	ബി. കമ്പിളിഷാൾ അല്ലെങ്കിൽ കാർഡിഗൺ കഴുകി ഫിനിഷ് ചെയ്യുക.
	സി. പട്ട് സ്കാർഫ്/ബ്ലൗസ്/ദുപ്പട്ട ഇവയിലൊന്നു കഴുകി ഫിനിഷ് ചെയ്യുക.
പരീക്ഷണം 15	താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പ്രതലങ്ങൾ വൃത്തിയാക്കുക.
	അല്ലെങ്കിൽ
	*താഴെപ്പറയുന്ന പ്രതലങ്ങൾ വൃത്തിയാക്കാനുള്ള അവശ്യസാധനങ്ങളും പ്രവർത്തനരീതിയും എഴുതുക.
പരീക്ഷണം 16	താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പ്രായത്തിലുള്ള നാലു കുട്ടികളുടെ സംഭാഷണവൈഭവം നിരീക്ഷിക്കുക.
പരീക്ഷണം 17	കുട്ടികൾക്കു വേണ്ടുന്ന ചിലവുകുറഞ്ഞ ഒരു കളിപ്പാട്ടം വീട്ടുപയോഗസാധനങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാക്കുക.

കുറിപ്പ്: അവശതയുള്ള പഠിതാക്കളാൽ ശ്രമിക്കപ്പെടേണ്ടത്.

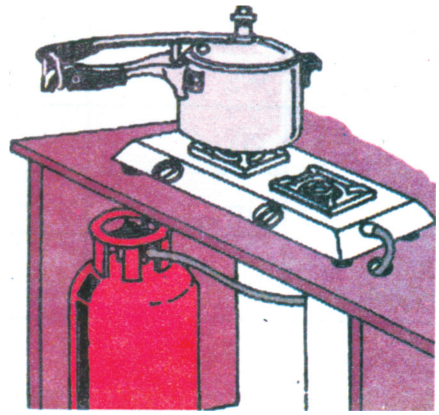
പ്രാക്ടിക്കൽ പരീക്ഷയുടെ മാർക്ക് വിഭജനം

ആകെമാർക്ക് 15	സമയം $2^1/_2$ മണിക്കൂർ
പ്രായോഗികഗ്രന്ഥം	3 മാർക്ക്
പ്രാക്ടിക്കൽപരീക്ഷ(രണ്ട് പരീക്ഷണങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടതാണ്)	8 മാർക്ക്
പ്രാക്ടിക്കലുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വൈവ	4 മാർക്ക്

പരീക്ഷണ നമ്പർ - 1

ലക്ഷ്യം:

വ്യത്യസ്തരീതിയിൽ പാചകം ചെയ്ത രണ്ട് ധാന്യത്തിന്റെയും രണ്ട് പച്ചക്കറിയുടെയും പാചകഫലങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.



ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ സ്വായത്തമാക്കേണ്ടവ.

- ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങളിൽ പാചകത്തിന്റെ പരിണാമം മനസ്സിലാക്കാം
- വിവിധ രീതികളിലുള്ള പാചകരീതികൾ പഠിക്കാം.
- പോഷകനാശം ലഘൂകരിക്കേണ്ട രീതികൾ തിരഞ്ഞെടുക്കാം.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

രണ്ടു ധാന്യങ്ങൾ, രണ്ടു പച്ചക്കറികൾ, കത്തി, കുഴിപാത്രം, കടായി - പാചകം ചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ട പാത്രങ്ങൾ, പ്രഷർകുക്കർ, വിളമ്പുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ള പാത്രങ്ങൾ, പാചകയെണ്ണ, സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങൾ, സ്പൂണുകൾ, ഗ്യാസ്സ്റ്റൗവ്, എൽ.പി.ജി. സിലിണ്ടർ, ഉണ്ടാക്കേണ്ട സാധനങ്ങളുടെ ചേരുവകൾ

പ്രവർത്തനം (procedure)

1. രണ്ടു ധാന്യങ്ങളും, രണ്ടുതരം പച്ചക്കറികളും തിരഞ്ഞെടുക്കുക.
2. ജലാംശത്തിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിലുള്ള പാചകം, ജലാംശത്തിന്റെ അഭാവത്തിലുള്ള പാചകം, വറുത്തെടുക്കൽ എന്നീ വിവിധതരം പാചകരീതികളിൽനിന്ന് ധാന്യങ്ങളുടെയും പച്ചക്കറികളുടെയും പാചകത്തിനുയോജിച്ച പാചകരീതി തിരിച്ചറിഞ്ഞ് പാചകം ചെയ്യുക.
3. പാചകം ചെയ്ത ഭക്ഷണത്തിൽനിന്ന് അല്പമെടുത്ത് നിറം, മണം, നേർമ എന്നിവ സൂക്ഷ്മതയോടെ നിരീക്ഷിക്കുക. താഴെക്കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പട്ടികയിലിവ രേഖപ്പെടുത്തുക.

നിരീക്ഷണപട്ടിക:

ഭക്ഷണ പദാർത്ഥം	പാചക രീതി	നിറം		നേർമ		മണം	
		പാചകത്തിനുമുമ്പ്	പാചകത്തിനുശേഷം	പാചകത്തിനുമുമ്പ്	പാചകത്തിനുശേഷം	പാചകത്തിനുമുമ്പ്	പാചകത്തിനുശേഷം
ധാന്യങ്ങൾ 1.	(എ)						
	(ബി)						
	(സി)						
2.	(എ)						
	(ബി)						
	(സി)						

ഭക്ഷണ പദാർത്ഥം	പാചക രീതി	നിറം		നേർമ		മണം	
		പാചകത്തിനുമുമ്പ്	പാചകത്തിനുശേഷം	പാചകത്തിനുമുമ്പ്	പാചകത്തിനുശേഷം	പാചകത്തിനുമുമ്പ്	പാചകത്തിനുശേഷം
പച്ചക്കറികൾ 1.	(എ)						
	(ബി)						
	(സി)						
2.	(എ)						
	(ബി)						
	(സി)						

മുൻകരുതലുകൾ:

1. ധാന്യങ്ങൾ നല്ലവണ്ണം കഴുകി വൃത്തിയാക്കുക.
2. പച്ചക്കറികൾ മുറിച്ചതിനുശേഷം കഴുകി വൃത്തിയാക്കരുത്.
3. പച്ചക്കറികൾ വളരെ ചെറുതായി കഷണിക്കരുത്.
4. ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ അധികം വേവിക്കരുത്.
5. പാചകത്തിനു വേണ്ടുന്നത്രമാത്രം എണ്ണ/വെള്ളം/ചൂട് എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുക.

സമാപനം: പാചകം ഒരു ഭക്ഷണപദാർത്ഥത്തിന്റെ കാഴ്ച, മണം, ഗുണമേന്മ എന്നിവ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു.

വിലയിരുത്തൽ മാനദണ്ഡം:

- ജലാംശസഹായത്തോടെ പാചകം ചെയ്യുന്ന ഭക്ഷണങ്ങളുടെ ആകൃതിയും നിറവും കഴിയുംവിധം കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്നു.
- ജലാംശത്തിന്റെ അഭാവത്തിൽ പാചകം ചെയ്യുന്ന വിഭവങ്ങൾക്ക് ശരിയായ തോതിൽ ജലാംശവും മൊരുമൊരുപ്പും ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ്.
- വറുത്ത ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ മൊരിഞ്ഞതും സ്വർണ്ണവർണ്ണമുള്ളതും അമിത എണ്ണമയമില്ലാത്തതുമാവണം.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. വിവിധതരത്തിലുള്ള പാചകരീതികൾ എന്തെല്ലാമാണ്?
2. പാചകസമയത്തെ പോഷകനാശങ്ങൾ ലഘൂകരിക്കുവാനുള്ള വിവിധ മാർഗ്ഗങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുക.
3. പച്ചക്കറികൾ ചെറുതായി കഷണിക്കാത്തതിന്റെ കാരണമെന്ത്?
4. പച്ചക്കറികൾ മുറിച്ചതിനുശേഷം കഴുകി വൃത്തിയാക്കരുതെന്ന് പറയുന്നതിന്റെ കാരണമെന്ത്?

അദ്ധ്യാപക ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. വിവിധതരത്തിലുള്ള പാചകരീതികളിൽ പാചകം ചെയ്ത ഭക്ഷണപദാർത്ഥം കാണിച്ച് പാചകരീതികൾ തിരിച്ചറിയാൻ പഠിതാവിനോടാവശ്യപ്പെടുക.
2. പോഷകനാശങ്ങൾ ലഘൂകരിക്കുവാനുള്ള ഒരു പാചകരീതി തിരിച്ചറിയാൻ പഠിതാവിനോടാവശ്യപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്: പാഠ്യഭാഗത്തെ 1-ാം പുസ്തകത്തിലെ 4-ാമത്തെ പാഠം അഭ്യസിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ - 2

ലക്ഷ്യം:

കാഴ്ചയിലൂടെ തിരിച്ചറിയാവുന്ന തുണിത്തരങ്ങൾ.

- **നെയ്ത തുണിത്തരങ്ങൾ**
- **തുന്നിച്ചേർത്ത തുണിത്തരങ്ങൾ**

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കുന്നത്

- നെയ്ത്തുതുണികളും തുന്നൽതുണികളും തിരിച്ചറിയുവാൻ

സ്രോതസ്സ്:

വിവിധ ഉറവിടങ്ങളിൽനിന്നുള്ള തുണിക്കഷണങ്ങൾ ശേഖരിക്കുക.

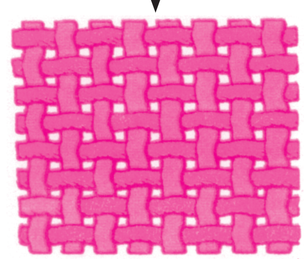
1. വീട്ടിൽനിന്നോ തയ്യൽക്കാരിൽനിന്നോ അവശേഷിക്കുന്ന തുണികൾ.
2. പഴയ ബനിയൻ/ടി ഷർട്ട്/സോക്സ് അല്ലെങ്കിൽ സ്വറ്റർ.

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. മുകളിൽ കാണുന്ന ഏതെങ്കിലും ഉറവിടങ്ങളിൽനിന്ന് 5 സെ.മീ x 5 സെ.മീ അളവുകളിലുള്ള മാതൃക മുറിച്ചെടുക്കണം.
2. തിരഞ്ഞെടുക്കൽ മാനദണ്ഡത്തിൽ തന്നിരിക്കുന്ന സ്വഭാവവിശേഷങ്ങൾ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം നിരീക്ഷിക്കുക.
3. രണ്ടു നെയ്ത്തുമാതൃകകളും രണ്ടു തുന്നൽ മാതൃകകളും തിരഞ്ഞെടുക്കുക.
4. താഴെ പട്ടികയിൽ കാണിച്ചിരിക്കുന്നതുപോലെ ഇവ നിങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനഫയലിലെ കോളങ്ങളിൽ ഒട്ടിക്കുക.
5. രണ്ടു സാമ്പിളിന്റെയും വ്യത്യാസം രേഖപ്പെടുത്തുക.

തിരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള മാനദണ്ഡം

തുന്നൽ	നെയ്ത്ത്
ചുരുണ്ടുകയറിയ അറ്റങ്ങൾ പ്രതലത്തിൽ ചെറുതായ ഉൾവശം ബന്ധിച്ച കണ്ണികൾ കാണാം തുണികളിലുടനീളം ഒറ്റനൂൽ പരന്നുകിടക്കുന്നു	അറ്റം പരന്നു കിടക്കുന്നു. ഒന്നിടവിട്ട് നൂൽ അടുക്കിയത് പ്രതലത്തിൽ കാണാം. പാവ് (warp) ഊട് (weft) എന്നീ പേരുകളിലുള്ള ഒരു കൂട്ടം നൂലുകളാൽ തുണി നിർമ്മിതമാണ്.



നിരീക്ഷണപട്ടിക:

നെയ്ത്ത് മാതൃക		തുന്നൽ മാതൃക	
മാതൃക ഒട്ടിക്കുക	ഉചിതമായ കാരണം	മാതൃക ഒട്ടിക്കുക	ഉചിതമായ കാരണം

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. നെയ്ത്തു തുണിയുടെയും തുന്നൽതുണിയുടെയും വ്യത്യാസം എഴുതുക.
2. നെയ്ത്തുതുണികൾ ഏതൊക്കെ തരമുണ്ട്?

അദ്ധ്യാപകശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. പലതരം മാതൃകകളിൽനിന്ന് നെയ്ത്തുമാതൃകയും തുന്നൽമാതൃകയും തിരിച്ചറിഞ്ഞ് വേർതിരിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യഭാഗത്തെ 1-ാം ബുക്കിലെ 10-ാം പാഠം ശ്രദ്ധിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ - 3

ലക്ഷ്യം:

ഒരു പ്രഥമ ശുശ്രൂഷാസഞ്ചി തയ്യാറാക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം നിങ്ങൾക്ക് സ്വായത്തമാക്കാം.

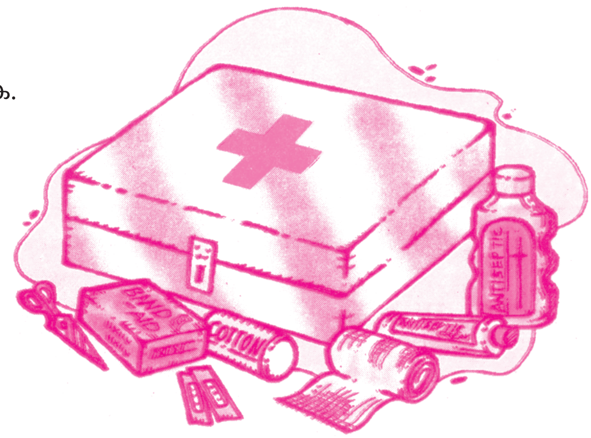
- വീട്ടിലെ അത്യാഹിതങ്ങളെ കൈകാര്യം ചെയ്യാനാവശ്യമായ പ്രഥമശുശ്രൂഷാസാമഗ്രികൾ നിരത്തുക.
- അവശ്യസാധനങ്ങളുടെ സ്രോതസ്സ് തിരിച്ചറിയുക
- പ്രഥമശുശ്രൂഷാസഞ്ചി ചിട്ടപ്പെടുത്തുക
- പ്രഥമശുശ്രൂഷാസഞ്ചിയുടെ ഗുണഗണങ്ങൾ കൂട്ടുവാനുള്ള എല്ലാ സൂചികകളും നിരത്തുക.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

ഒരു പെട്ടി, ബാന്റ് എയ്ഡ്, ഡറ്റോൾ അല്ലെങ്കിൽ ആന്റിസെപ്റ്റിക് ക്രീം, ചെറിയ കത്രിക, ബാന്റേജ്, പഞ്ഞി, ആസ്പിരിൻപോലൊരു വേദനസംഹാരി, തെർമോമീറ്റർ

ക്രമീകരണം (procedure):

1. വീട്ടിലുള്ള ഒരു പെട്ടിയെടുക്കുക.
2. വീട്ടിൽ ലഭ്യമായ അവശ്യസാധനങ്ങൾ ശേഖരിക്കുക.
3. വീട്ടിൽ ലഭ്യമല്ലാത്ത സാധനങ്ങൾ പുറമെനിന്നും വാങ്ങുക.
4. എല്ലാ സാധനങ്ങളും പെട്ടിയിലിടുക.
5. എളുപ്പത്തിൽ കിട്ടാവുന്നവിധം അതു സൂക്ഷിക്കുക.



മുൻകരുതലുകൾ:

1. മരുന്നുകളുടെ കാലാവധി ശ്രദ്ധിക്കുക.
2. പെട്ടി കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കൈയ്യെത്താത്തവിധം സൂക്ഷിക്കുക.
3. പഞ്ഞിയും, ബാന്റ് എയ്ഡും, പെട്ടിയും വൃത്തിയായും അണുമുക്തമായും സൂക്ഷിക്കണം.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ഫസ്റ്റ്എയ്ഡ് കിറ്റിലെ ഏതെങ്കിലും അഞ്ചു സാധനങ്ങളുടെ പട്ടിക തയ്യാറാക്കുക.
2. വൃത്തിയുള്ള ബാന്റ് എയ്ഡിന് ഫസ്റ്റ്എയ്ഡ് ബോക്സിലുള്ള പ്രാധാന്യമെന്ത്?
3. കാലാവധി കഴിയാത്ത ഫസ്റ്റ്എയ്ഡ്കിറ്റ് സൂക്ഷിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെന്ത്?

അദ്ധ്യാപകശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. മേശപ്പുറത്ത് സൂക്ഷിച്ചിരിക്കുന്ന സാധനങ്ങളുപയോഗിച്ച് പഠിതാവിനോട് ഒരു ഫസ്റ്റ്എയ്ഡ് കിറ്റ് ഉണ്ടാക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക.
2. ഒരു ഫസ്റ്റ്എയ്ഡ് ബോക്സ് കാണിച്ച് അതിലില്ലാത്ത വസ്തുക്കളുടെ പട്ടിക തയ്യാറാക്കുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യപദ്ധതിയിലെ 2-ാം പുസ്തകത്തിലെ 13-ാമത്തെ പാഠം അഭ്യസിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ - 4

ലക്ഷ്യം:

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലെ പ്രതിവാരചിലവുപദ്ധതി പഠിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ: ഈ പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം നിങ്ങൾ പ്രാപ്തരാണ്.

- വരവുചിലവു പദ്ധതി രേഖപ്പെടുത്തുവാനുള്ള കഴിവ് വർദ്ധിക്കുന്നു.
- അനാവശ്യചിലവുകൾ ഒഴിവാക്കാനുള്ള കഴിവ് വർദ്ധിക്കുന്നു.
- അത്യാഹിതസമയങ്ങളിൽ ചിലവുപദ്ധതിയിൽ വരുത്തേണ്ട വ്യത്യാസങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുവാൻ കഴിയുന്നു.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

പേന, നോട്ട്ബുക്ക്, പേപ്പർ, പെൻസിൽ

ക്രമീകരണം (procedure)

1. ചിലവുപദ്ധതി തയ്യാറാക്കാൻ താഴെപ്പറയുന്ന തലക്കെട്ടുകൾ ഉപയോഗിക്കുക.
2. എല്ലാ ദിവസങ്ങളിലെയും ചിലവുകൾ ഓരോ തലക്കെട്ടിനു താഴെയും എഴുതിച്ചേർക്കുക.
3. മാസാവസാനം ആകെത്തുക എഴുതുക.

സാധനങ്ങൾ ↓	പ്രതിവാരചിലവ്							
ദിവസങ്ങൾ →	ഞായർ	തിങ്കൾ	ചൊവ്വ	ബുധൻ	വ്യാഴം	വെള്ളി	ശനി	മൊത്തം
1. ആഹാരം								
- പാൽ								
- പലവ്യഞ്ജനങ്ങൾ								
-പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും								
2. വസ്ത്രം								
3. പാർപ്പിടം								
4. വിദ്യാഭ്യാസം								
5. ആരോഗ്യം								
6. വിനോദം								
7. മറ്റേതെങ്കിലും ഇനങ്ങൾ								
8. സമ്പാദ്യം								

ആകെത്തുക **രൂപ.............................**

മുൻകരുതലുകൾ:

1. മുടങ്ങാതെ ശ്രദ്ധയോടെ ഓരോ ഇനങ്ങളുടെയും ചിലവ് റിക്കോർഡ് ചെയ്യുക.

സമാപനം:

1. ആകെ ചിലവ് കണ്ടെത്തിയതിൽനിന്നും ചിലവ് നീതീകരിക്കത്തക്കതാണെങ്കിൽ അതിന്റെ കാരണങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുക.
2. നീക്കിയിരിപ്പിനുവേണ്ടി ചിലവുകളിൽ വ്യതിയാനങ്ങൾ ഉന്നയിക്കുക.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ചിലവുകൂടിയതും/കുറഞ്ഞതുമായ ഏതെങ്കിലും മൂന്നു ഇനങ്ങൾ അണിനിരത്തുക.
2. വിനോദത്തിനുവേണ്ടി അല്പം പണം മാറ്റിവെക്കുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യമെന്ത്?
3. നീക്കിയിരിപ്പ് പണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യമെന്ത്?
4. ചിലവ് ചുരുക്കലിന് പ്രയാസം നേരിടുന്ന ചിലവ് തലക്കെട്ട് ഏത്?
5. ഭക്ഷണചിലവു ചുരുക്കാൻ ഏതെങ്കിലും മൂന്നു മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉന്നയിക്കുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്

പാഠ്യപദ്ധതിയിൽ 2-ാമത്തെ ബുക്കിൽ 16-ാമത്തെ പാഠം വിചിന്തനം ചെയ്യുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ - 5

ലക്ഷ്യം:

ഒരു കുടുംബാഘോഷം ഒരുക്കുന്നതിനാവശ്യമായ പ്രവർത്തനഘട്ടങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്ക് സാധിക്കുന്നത്

- ഒരു ആഘോഷം ഒരുക്കുവാനുള്ള വിവിധ ഘട്ടങ്ങളെ തിരിച്ചറിയുന്നു.
- കുടുംബവിഭവങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ചിട്ടയോടെ ഒരു കുടുംബാഘോഷം സംഘടിപ്പിക്കുവാൻ കഴിയുന്നു.
- കൃത്യത്തിന്റെ ജയപരാജയങ്ങളെ വിലയിരുത്താൻ കഴിയുന്നു.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

പേന, കടലാസ്

പ്രവർത്തനരീതി (procedure)

ആഘോഷദിനത്തിനു മുമ്പായി രേഖാമൂലം കൃത്യം ആസൂത്രണം ചെയ്യണം. ആസൂത്രണത്തിന്റെ വിശദീകരണങ്ങൾ കുറിക്കാൻ താഴെക്കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പട്ടിക ഉപയോഗിക്കുക. വ്യത്യസ്ത ജോലികൾ ഏല്പിച്ചുകൊടുക്കേണ്ടതുണ്ടെങ്കിൽ ഈ പട്ടിക ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

നിരീക്ഷണ പട്ടിക:

ലക്ഷ്യം: ഈ കൃത്യത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യമെഴുതുക.

ആസൂത്രണം	സംഘാടനം	നിർവ്വഹണം	വിലയിരുത്തൽ

മുൻകരുതലുകൾ:

1. നിങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യം വ്യക്തമായി മനസ്സിലാക്കുക.
2. എല്ലാ ചുവടുകളും ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം ആസൂത്രണം ചെയ്യുക.
3. ആസൂത്രണപദ്ധതി പാലിക്കുക.

അല്ലെങ്കിൽ

നിങ്ങൾ അടുത്ത ചുറ്റുപാടുകൾ സന്ദർശിച്ച സന്ദർഭം താഴെ പ്പറയുന്ന തലക്കെട്ടുകളിൽ വിലയിരുത്തുക.

- ഏതു സമയത്താണ് സന്ദർശിച്ചത്
- സന്ദർഭത്തിന്റെ അനർഗ്ഗളത
- മൊത്തത്തിലുള്ള നിർവ്വഹണം
- വേദി
  - സ്ഥലം
  - പ്രദർശിപ്പിക്കൽ

സമാപനം:

പരിപാടിക്കുശേഷം അതു വിലയിരുത്തുക

വിലയിരുത്തുവാനുള്ള മാനദണ്ഡം:

കൃത്യത്തിന്റെ എല്ലാ ഘട്ടങ്ങളും വിഘ്നങ്ങളും പ്രശ്നങ്ങളും ഇല്ലാതെ പര്യവസാനിപ്പിക്കാം.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ആസൂത്രണത്തിന്റെ തുടക്കത്തിൽ തന്നെ വ്യക്തമായൊരു ലക്ഷ്യം വേണമെന്നാവശ്യപ്പെടുന്നതെന്തു കൊണ്ട്?
2. വിലയിരുത്തലിന്റെ പ്രാധാന്യമെന്ത്?
3. മറ്റുള്ളവർക്ക് ജോലികൾ ചുമതലപ്പെടുത്തുന്നതിന്റെ രണ്ടു ഗുണവും രണ്ട് ദോഷവും പ്രതിപാദി ക്കുക.
4. ചുമതലപ്പെടുത്തിയ ജോലി ചെയ്തുതീർത്തുവെന്നു ഉറപ്പുവരുത്തുവാൻ എന്തെല്ലാമാണു നിങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുന്നത്.

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. വിവിധ ലക്ഷ്യങ്ങൾ നല്കി അവ സാക്ഷാത്കരിക്കുവാനുള്ള ആസൂത്രണം നടത്താൻ ആവശ്യ പ്പെടണം.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യപദ്ധതിയിലെ 2-ാമത്തെ ബുക്കിൽ 14-ാമത്തെ പാഠം ആധാരമാക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ - 6

ലക്ഷ്യം:

രണ്ട് സ്കൂൾകുട്ടികളുള്ള ഒരു കുടുംബിനിക്കുവേണ്ടി വൈകുന്നേരം 4 മണി മുതൽ എട്ടുമണിവരെയുള്ള സമയപദ്ധതി തയ്യാറാക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ

ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്ക് സാധ്യമാകും.

- ഒരു സായാഹ്നത്തിൽ ചെയ്തു തീർക്കേണ്ട എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളും തിരിച്ചറിയുക.
- പ്രവൃത്തികൾ ഒന്നിനു പുറമേ ഒന്നായി ക്രമീകരിക്കുക.
- മറ്റുള്ളവർ എങ്ങനെ എപ്പോഴാണ് ഉൾപ്പെടേണ്ടത് എന്ന് ആലോചിക്കുക.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ

പേപ്പർ, പേന

പ്രവർത്തനരീതി (procedure)

1. നിശ്ചിതസമയങ്ങളിൽ ചെയ്തു തീർക്കേണ്ട പ്രവൃത്തികളുടെ ഒരു ലിസ്റ്റ് തയ്യാറാക്കുക. കുട്ടികളെ പാർക്കിൽ അല്ലെങ്കിൽ പാട്ടു ക്ലാസ്സിൽ/ഷോപ്പിങ്ങിന് കൊണ്ടുപോകുക. അവരുടെ ഗൃഹപാഠങ്ങൾ ചെയ്യാൻ സഹായിക്കുക. പിറ്റേദിവസത്തെ പാചകത്തിനു ഒരുക്കങ്ങൾ നടത്തുക എന്നിവ.
2. ഓരോ പ്രവൃത്തിക്കും വേണ്ടുന്ന സമയം കണക്കാക്കി അവ ക്രമം അനുസരിച്ച് പ്രാവർത്തികമാക്കുക.
3. കുറച്ചു ജോലികൾ മറ്റുള്ളവരെ ഏല്പിച്ച് നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം അദ്ധ്വാനഭാരം കുറയ്ക്കുക.
4. സമയപദ്ധതി പരിശോധിക്കുക. എല്ലാ വേണ്ടപ്പെട്ട പ്രവൃത്തികളും ഉൾക്കൊണ്ടുള്ളതായിരിക്കണം ആസൂത്രണം.
5. എല്ലാം ചെയ്തതിനുശേഷം സമയപദ്ധതി വിലയിരുത്തുക.

നിരീക്ഷണപട്ടിക:

സമയപദ്ധതി

സമയം	കൃത്യങ്ങൾ	വിലയിരുത്തൽ

മുൻകരുതലുകൾ:

1. നിങ്ങൾക്ക് എളുപ്പത്തിൽ ചെയ്യാൻ പറ്റാത്ത സമയപദ്ധതി നിർമ്മിക്കരുത്.
2. അടിയന്തിരാവശ്യങ്ങൾക്കും സല്ലാപങ്ങൾക്കുമായി അല്പസമയം നീക്കിവെക്കുക.
3. ഇത് പ്രായോഗികവും സാധ്യമായതുമായിരിക്കണം.

സമാപനം:

ആസൂത്രണം പരിശോധിച്ച് പുരോഗതികൾ നിർദ്ദേശിക്കുക.

വിലയിരുത്തലിന്റെ മാനദണ്ഡം:

ഒരു നല്ല ആസൂത്രണത്തിൽ എല്ലാ പ്രവൃത്തികൾക്കും വിശ്രമത്തിനും സമയം ഉണ്ടായിരിക്കും.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ഒരു സമയപദ്ധതി എങ്ങനെ സഹായകമാകാം?
2. സമയത്തിന്റെ കൃത്യമായൊരു നിർണ്ണയം എങ്ങനെ നടത്താം?
3. പ്രവൃത്തി പ്രതിനിധീകരണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം എന്ത്?

അദ്ധ്യാപകശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. കുടുംബത്തിലെ വിവിധ അംഗങ്ങൾക്കുവേണ്ടി സമയപദ്ധതി തയ്യാറാക്കാൻ ഒരു പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടാം.
2. പഠിതാവിന്റെ ഒരു മുഴുവൻ ദിവസത്തിന്റെയും സ്വന്തം സമയപദ്ധതി തയ്യാറാക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടാം.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യഭാഗത്തെ 2-ാം പുസ്തകത്തിൽ 15-ാം പാഠം അവലംബിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -7

ലക്ഷ്യം:

ഒരു ഉല്പന്നത്തിന്റെ താഴെ കാണുന്ന ഗുണമേന്മ മുദ്രണമുള്ള ലേബൽ തയ്യാറാക്കുക.

a) ISI

b) FPO

c) Agmark

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം ചെയ്തതിനുശേഷം നിങ്ങൾക്ക് സാദ്ധ്യമാകും.

- ഒരുത്പന്നത്തിനുമേൽ അച്ചടിക്കേണ്ട അല്ലെങ്കിൽ മുദ്ര കുത്തപ്പെടേണ്ട വിശദീകരണങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുക.
- ഉപഭോക്താവിനു ശരിയായ തിരഞ്ഞെടുക്കൽ നടത്തുവാൻ വേണ്ടുന്ന ഉചിതമായ വിശദീകരണങ്ങൾ ആസ്പദമാക്കി ഒരു ലേബൽ നിർമ്മിക്കുക.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

പേന, പേപ്പർ

പ്രവർത്തനം (Procedure):

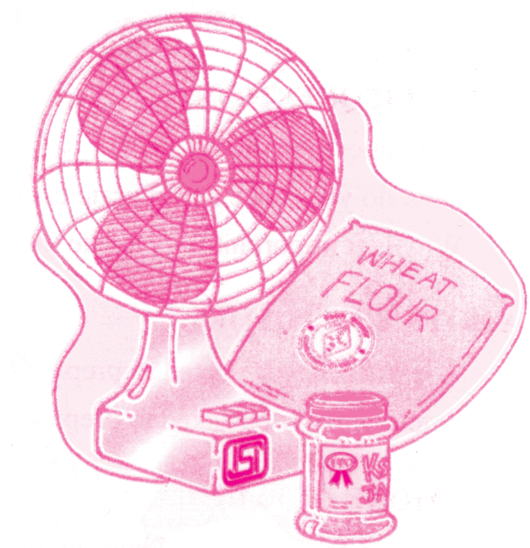
1. ഗുണമേന്മ മുദ്രകളുള്ള ഉല്പന്നം തിരഞ്ഞെടുത്ത് നാമകരണം ചെയ്യുക.

   ഉദാഹരണത്തിന്

   ISI മാർക്കുള്ള ഫാൻപോലെയുള്ള ഇലക്ട്രിക് ഉപകരണങ്ങൾ.

   FPO മാർക്കുള്ള ജാംപോലെയുള്ള പഴ ഉല്പന്നങ്ങൾ

   Agmark ഉള്ള ഗോതമ്പുമാവുപോലെയുള്ള കാർഷികഉല്പന്നങ്ങൾ.



2. ലേബലിനു മുകളിലുള്ള വിശദീകരണങ്ങളുടെ ഒരു പട്ടിക നിരത്തുക.

   താഴെ കാണുന്ന വിവരങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നവയാണ് ലേബലുകൾ

   a) ഉല്പന്നത്തിന്റെ പേര്

   b) വാണിജ്യമുദ്രനാമം

   c) ഉല്പാദകന്റെ പേരും വിലാസവും

d) ഉള്ളടക്കം/അടങ്ങിയ വസ്തുക്കൾ

e) ഉല്പന്നത്തിന്റെ ഉപയോഗം

f) ഉപയോഗത്തിന്റെ നിർദ്ദേശം

g) ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ കരുതേണ്ട മുൻകരുതലുകൾ

h) നിർമ്മാണതീയതി/കാലാവധി (കേടാകുന്ന ഉല്പന്നങ്ങളുടെ)

i) ഗ്യാരന്റിയുടെ കാലം

j) ഉല്പന്നത്തിന്റെ വില/എം.ആർ.പി.

3. ഓരോ ഉല്പന്നത്തിലും മുകളിൽ സൂചിപ്പിച്ച വിവരങ്ങൾ ഉണ്ടോ എന്നു നോക്കണം.

4. ലേബലിന്റെ വലിപ്പം തിട്ടപ്പെടുത്തുക.

5. ഓരോ ഉല്പന്നത്തിന്റെയോ അതിന്റെ ആവരണത്തിനു മേലോ അച്ചടിക്കാവുന്നതോ, മുദ്രണം ചെയ്യാവുന്നതോ ആയ ഒരു ലേബൽ നിർമ്മിക്കുക.

6. ഉപഭോക്താവിന്റെ ശ്രദ്ധ പിടിച്ചുപറ്റുംവിധം ക്രിയാത്മകമായി എല്ലാ വിവരങ്ങളെയും ചിട്ടപ്പെടുത്തുക.

മുൻകരുതലുകൾ:

1. വ്യക്തമായി എല്ലാ വിവരങ്ങളും ലേബലിൽ എഴുതുക.
2. തെറ്റായ വിവരങ്ങൾ ലേബലിൽ കൊടുക്കരുത്.
3. സംക്ഷിപ്തമായി എല്ലാ വിവരങ്ങളും ക്രമീകരിക്കുക.
4. ഉല്പന്നത്തിന്റെ വലിപ്പം മനസ്സിൽ കരുതുക.

വിലയിരുത്തൽ മാനദണ്ഡം:

അനായാസമായി വായിക്കാൻ പറ്റിയ വിധത്തിൽ ലേബലിൽ എല്ലാ വിവരങ്ങളും അടങ്ങിയിരിക്കും.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ഒരു ലേബലിൽ ഉല്പാദകന്റെ പേരും വിലാസവും ചേർക്കുന്നതിനുള്ള പ്രാധാന്യം എന്ത്?
2. ഒരു ലേബലിൽ നിർമ്മാണതീയതിക്കും കാലാവധിക്കുമുള്ള പ്രാധാന്യം എന്ത്?
3. ഉല്പന്നങ്ങളിൽ ലേബലിന്റെ ആവശ്യകത എന്ത്?

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധക്ക്

1. പ്രദർശനത്തിനുവേണ്ട ഒരു ഉല്പന്നത്തിന്റെ ലേബൽ തയ്യാറാക്കാൻ ഒരു പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടാം.
2. ഒരു അപൂർണ്ണ ലേബൽ കാണിച്ച് അവ പൂർണ്ണതയിൽ എത്തിക്കുവാൻ ആവശ്യപ്പെടാം.
3. ഒരു തെറ്റായ ലേബൽ കാണിച്ച് അവ തെറ്റുകൾ തിരുത്താൻ ആവശ്യപ്പെടാം.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്

പാഠ്യപദ്ധതിയിലെ 2-ാം പുസ്തകത്തിലെ 22-ാമത്തെ പാഠം അവലംബിക്കുക.

അല്ലെങ്കിൽ

* ലക്ഷ്യം:

താഴെപ്പറയുന്ന മുദ്രണങ്ങളുള്ള ഉല്പന്നങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുത്ത് ഒരു ലേബലിൽ ഉണ്ടാകേണ്ട വിവരങ്ങൾ എന്തൊക്കെയെന്ന് കണ്ടുപിടിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക. (പ്രവർത്തനത്തിലെ 2-ാമത്തെ സൂചന ശ്രദ്ധിക്കുക)

നമ്പർ	മുദ്രണങ്ങൾ	ലേബലിലെ വിവരങ്ങൾ
1	ISI	
2	FPO	
3	Agmark	

** നോട്ട്: അവശതയുള്ള പഠിതാക്കളാൽ ശ്രമിക്കപ്പെടേണ്ടത്.*

പരീക്ഷണ നമ്പർ -8

ലക്ഷ്യം:

വീടുകളിലെ സുരക്ഷാഭീഷണിയെ കുറിച്ച് ഒരു സർവ്വേ നടത്തി അതിനുവേണ്ട പ്രതിവിധികൾ നിർദ്ദേശിക്കുക

— നിലത്തിനു അടുത്തുള്ള പ്ലഗ് പോയിന്റ്

— മരുന്നുകൾ, കീടനാശിനികൾ, ഫിനോയിൽ എന്നിവയുടെ സ്ഥാനം.

— മേൽക്കൂരയുടെ അരമതിൽ

— ഗോവണിയുടെ കൈവരികൾ.

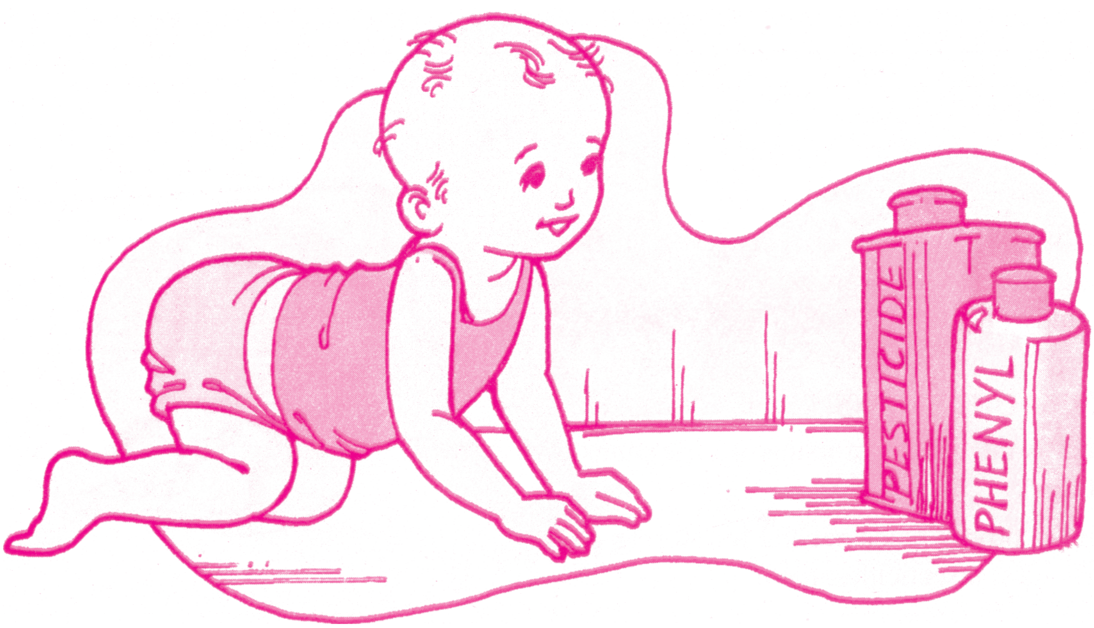
ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണങ്ങൾ കഴിയുമ്പോഴേക്കും നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കും.

- നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലെ സുരക്ഷാഭീഷണി നിർണ്ണയിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു.
- നിങ്ങളുടെ വീടുകളിൽ വിഷലിപ്ത വസ്തുക്കളും മരുന്നുകളും സൂക്ഷിക്കേണ്ട സ്ഥലത്തെ കുറിച്ചൊരു തിരിച്ചറിവ് ലഭിക്കുന്നു.
- അടുക്കളയുടെയും ബാത്ത്റൂമിന്റെയും നിലം മേൽക്കൂരയിലെ കൈവരികളും അരമതിലും എന്നീ സ്ഥലങ്ങളിലെ സുരക്ഷാമാർഗ്ഗങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കാൻ കഴിയുന്നു.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

പേന, പേപ്പർ



പ്രവർത്തനം

താഴെപ്പറയുന്നവ നിരീക്ഷിച്ച് നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലെ സുരക്ഷാഭീഷണി പരിശോധിക്കുക. നിങ്ങളുടെ ഉത്തരം (✓) ചെയ്യുക.

		നമ്പർ	ശരി	തെറ്റ്
പ്ലഗ് പോയിന്റ്	1. നിലത്തിനു അടുത്തായി പ്ലഗ്പോയിന്റുണ്ടോ? 2. പ്ലഗ് ISI മുദ്രയുള്ളതാണോ? 3. പ്ലഗുകൾക്ക് ആവരണമുണ്ടോ? 4. ഉപകരണങ്ങൾക്ക് ശരിയായ വയറും പ്ലഗുമുണ്ടോ? 5. വൈദ്യുതഉപകരണങ്ങൾക്ക് എർത്ത് ഘടിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടോ?	1 2 3 4 5		
സൂക്ഷിക്കുന്ന സ്ഥലം	6. ഫിനോയിൽ, കീടനാശിനികൾ, അണുനാശിനികൾ, മരുന്നുകൾ ഇവ പ്രത്യേകഅറയിലാണോ സൂക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നത്? 7. അവയ്ക്ക് എല്ലാത്തിനും ലേബൽ ഒട്ടിച്ചിട്ടുണ്ടോ?	6 7		
മേൽക്കൂര	8. മേൽക്കൂരയിലെ അരമതിലിന് സുരക്ഷക്കായുള്ള അതിർത്തിയുണ്ടോ? 9. അതിർത്തികളിൽ കുട്ടികളുടെ സുരക്ഷ ഉറപ്പാക്കിയിട്ടുണ്ടോ? (തുറന്നതാണോ/വല പിടിപ്പിച്ചതാണോ/ അടച്ചതാണോ)	8 9		
ഗോവണിപ്പടി	10. ഗോവണിപ്പടിക്ക് കൈവരിയുണ്ടോ? 11. കൈവരി കുട്ടികൾക്ക് സുരക്ഷിതമായാണോ ഉള്ളത്?	10 11		
നിലങ്ങൾ	12. അടുക്കളയുടെയും കുളിമുറിയുടെയും പ്രതലങ്ങൾ വരണ്ടതാണോ? 13. നിലങ്ങൾ വിരിപ്പുകളാൽ ആവരണംചെയ്യപ്പെട്ടവയാണോ? 14. നിലങ്ങൾ അഥവാ പ്രതലങ്ങൾ കൂനകളിൽനിന്നും കുഴികളിൽനിന്നും വിമുക്തമാണോ?	12 13 14		

മുൻകരുതലുകൾ: എല്ലാ വിവരങ്ങളും സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിക്കണം.

സമാപനം: വിമർശനാധിഷ്ഠിതമായ പഠനത്തിലൂടെ അഭിവൃദ്ധിക്കായി നിർദ്ദേശങ്ങൾ കൊടുക്കുക.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ

1. ഐ.എസ്.ഐ. മുദ്രകളുള്ള വൈദ്യുതി പ്ലഗുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ പ്രയോജനം എന്ത്?
2. മരുന്നുകളും കീടനാശിനികളും ഫിനോയിലും സൂക്ഷിക്കുവാൻ പ്രത്യേകസ്ഥലം വേണമെന്ന് ആവശ്യപ്പെടുന്നത് എന്തുകൊണ്ട്?

പഠിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്: ചിത്രത്തിൽ തന്നിരിക്കുന്ന അവസ്ഥയുടെ സുരക്ഷിതാവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് അഭിപ്രായം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ പഠിതാക്കളോട് ആവശ്യപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യപദ്ധതിയിൽ 2-ാമത്തെ പുസ്തകത്തിൽ 22-ാം പാഠം അഭ്യസിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -9

ലക്ഷ്യം:

തന്നിരിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവപട്ടികയിൽനിന്ന് ഭക്ഷിക്കാവുന്ന ഇനങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച് ഓരോന്നും ഏതു ഭക്ഷ്യവിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്നുവെന്ന് ഇനം തിരിക്കുക. ഈ ഭക്ഷണവിഭവങ്ങളിൽ ഏതു ഭക്ഷ്യവിഭാഗമാണ് ഉൾക്കൊള്ളാത്തതെന്ന് നിർദ്ദേശിക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം നിങ്ങൾക്കും സാധിക്കും.

- ഭക്ഷ്യവിഭവത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്ന വിഭവങ്ങളിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പ്രധാന ഘടകങ്ങൾ ഓരോന്നായി നിരത്താൻ
- വിവിധഭക്ഷ്യവിഭാഗങ്ങളിലായി ഇവയെ ഇനം തിരിക്കാൻ
- കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം സമീകൃതമാണോ അല്ലയോ എന്നു തീരുമാനിക്കാൻ.
- ഭക്ഷണം സമീകൃതമല്ലെങ്കിൽ അതിൽ ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ട ഇനങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കാം.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

പേപ്പർ, പേന, സ്കെയിൽ, ഭക്ഷ്യവിവരപ്പട്ടിക.

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. തന്നിരിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ ശ്രദ്ധയോടെ പഠിക്കുക.
2. ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങളിൽ തന്നിരിക്കുന്ന ഇനങ്ങളിലെ പ്രധാനഘടകങ്ങൾ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം നിരത്തുക.
3. ഓരോ ഇനങ്ങളും അതാതു ഭക്ഷ്യവിഭാഗങ്ങളിൽ തിരിക്കുക.
4. ഉച്ചഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടാത്ത ഭക്ഷ്യവിഭാഗത്തെ തരംതിരിക്കുക.
5. ഉൾപ്പെടുത്താത്ത ഭക്ഷ്യവിഭാഗത്തിലെ ഭക്ഷണയിനങ്ങളെ നിർദ്ദേശിച്ച് സമീകൃതമാക്കുക.

ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ:

രാജ്മ

ചോറ്/സീരാപുലാവ്

ഉരുളക്കിഴങ്ങും പച്ചക്കറിയും വരട്ടിയത്

പായസം

നിരീക്ഷണ പട്ടിക:

ക്രമ നമ്പർ	ഭക്ഷ്യ വിഭവങ്ങൾ	ഉപയോഗിച്ച ഭക്ഷണപദാർത്ഥം	പ്രധാന ഘടകങ്ങൾ	ഭക്ഷ്യവിഭാഗം	ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ട ഭക്ഷണയിനങ്ങൾ

മുൻകരുതലുകൾ:

1. ശ്രദ്ധയോടെ ഭക്ഷണവിഭവങ്ങൾ പഠിക്കുക.
2. ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുവാൻ ഉപയോഗിച്ച ഓരോ ഘടകങ്ങളും രേഖപ്പെടുത്തുക.
3. ഒരു ഭക്ഷ്യവിഭവവും ഒഴിവാക്കപ്പെടരുത്.

സമാപനവും പുരോഗതിക്കുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങളും:

1. നിശ്ചിത ഭക്ഷണവിഭവത്തിൽ എല്ലാ ഭക്ഷ്യവിഭാഗങ്ങളും ഉൾപ്പെടുന്നുണ്ട്/ഉൾപ്പെടുന്നില്ല.
2. വിട്ടുപോയ ഭക്ഷ്യവിഭാഗങ്ങളിൽനിന്നുള്ള ഭക്ഷണ പദാർത്ഥം ഉൾപ്പെടുത്തുക.

ഭക്ഷണവിഭവങ്ങൾ വിലയിരുത്താൻവേണ്ട മാനദണ്ഡം:

ഒരു സമീകൃതാഹാരത്തിൽ എല്ലാ ഭക്ഷ്യവിഭാഗത്തിൽനിന്നുമുള്ള ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളിക്കണം അങ്ങനെയൊരു ഭക്ഷണവിഭവത്തിൽനിന്നാണ് ഒരു സാധാരണ ആരോഗ്യ ജീവിതം നയിക്കുവാൻ ശരീരത്തിനു വേണ്ടുന്ന പോഷകങ്ങൾ ലഭ്യമാവുന്നത്.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. വിവിധ ഭക്ഷണവിഭാഗങ്ങൾ എഴുതുക?

2. സമീകൃതാഹാരം എന്നാൽ എന്ത്?
3. സമീകൃതാഹാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യമെന്ത്?
4. അന്നജം കൂടുതലുള്ള ആഹാരം എല്ലാ ദിവസവും കഴിച്ചാലെന്തു സംഭവിക്കും?
5. അമ്മമാർ ദിവസവും കുട്ടികളെ പാലുകുടിക്കാൻ നിർബന്ധിക്കുന്നതെന്തുകൊണ്ട്?

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധക്ക്:

1. ഒരു അസമീകൃതഭക്ഷ്യവിഭവപട്ടിക കൊടുത്ത് സമീകൃതമാക്കാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടുക.
2. കഴിച്ച ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ ഓർമ്മിച്ച് അത് സമീകൃതമാണോ അല്ലയോ എന്ന് തീരുമാനിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യപദ്ധതിയിലെ ഒന്നാം പുസ്തകത്തിലെ 3-ാം പാഠം ശ്രദ്ധിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -10

ലക്ഷ്യം:

കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ ലിംഗം, വയസ്സ്, പ്രവൃത്തി എന്നിവ മനസ്സിലാക്കി തന്നിരിക്കുന്ന ഭക്ഷണവിഭവങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം ചെയ്തുകഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്ക് സാധിക്കും.

- ലിംഗം, വയസ്സ്, ശാരീരികപ്രവൃത്തികൾ എന്നിവയനുസരിച്ച് പോഷകത്തിന്റെ ആവശ്യകത അറിയാൻ
- കുടുംബത്തിലെ ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ആവശ്യത്തിനനുസരിച്ച് തന്നിരിക്കുന്ന ഭക്ഷണവിഭവങ്ങളെ ഒരുക്കാൻ

അവശ്യവസ്തുക്കൾ:

താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പട്ടിക രേഖപ്പെടുത്തുവാനുള്ള പേപ്പർ, പേന, സ്കെയിൽ എന്നിവയും ഭക്ഷണ വിവരപട്ടികയും.

സ്വീകരിക്കാവുന്ന പ്രവർത്തനം (procedure):

1. താഴെ തന്നിരിക്കുന്ന പട്ടികയിലെ മാനദണ്ഡം അനുസരിച്ച് ഓരോരുത്തരുടെയും പ്രത്യേക ആവശ്യങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുക.
2. ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ആവശ്യമനുസരിച്ച് ഭക്ഷണവിഭവങ്ങളിൽ ഭേദഗതി വരുത്തുക.

നിരീക്ഷണ പട്ടിക:

പട്ടിക എ: പൊതു അറിവ്

ക്രമ നമ്പർ	കുടുംബാംഗങ്ങൾ	ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും പ്രത്യേക ആവശ്യം	വയസ്സ്	ലിംഗം	ശാരീരികപ്രവർത്തി
1	ഭർത്താവ്		45	പു.	ഭാരിച്ച ജോലി
2.	ഭാര്യ		39	സ്ത്രീ	വ്യായാമരഹിതജോലി
3.	കുട്ടി		4	സ്ത്രീ	
4.	മുത്തച്ഛൻ		62	പു.	വ്യായാമരഹിതജോലി
5.	കൗമാരക്കാർ		16	പു.	ഭാരിച്ച ജോലി

പട്ടിക ബി: കുടുംബത്തിലെ ഭക്ഷണവിതരണം

	അച്ഛൻ	അമ്മ	കുട്ടി	കൗമാരക്കാർ	മുത്തച്ഛൻ
അതിരാവിലെ					
പ്രാതൽ					
മദ്ധ്യപ്രഭാതം					
ഉച്ചയൂണ്					
സായാഹനചായ					
അത്താഴം					

മുൻകരുതലുകൾ:

1. ഓരോ കുടുംബങ്ങളുടെ ലിംഗം, വയസ്സ്, പ്രവൃത്തി എന്നിവ കണക്കിലെടുത്ത് ഓരോരുത്തരുടെയും ആവശ്യങ്ങൾ സൂക്ഷിക്കുക.
2. ഭക്ഷണം ആസൂത്രണംചെയ്യുമ്പോൾ കുറഞ്ഞത് ഒരു ഭക്ഷണപദാർത്ഥം ഓരോ ഭക്ഷണവിഭാഗത്തിൽ നിന്നും ഉൾപ്പെടുത്തണം. ഇത് കുടുംബത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനഭക്ഷണവിഭവപട്ടിക ആസൂത്രണം ചെയ്യുവാൻ സഹായിക്കും.

സമാപനവും പുരോഗമനങ്ങൾക്കുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങളും:

1. ഒരു കുടുംബത്തിലെ ഭക്ഷണവിഭവ ആസൂത്രണം സമീകൃതമാണ്/സമീകൃതമല്ല, യോജിച്ചതാണ്/യോജിച്ചതല്ല.
2. ഭക്ഷണവിഭവങ്ങൾ താഴെ കാണുന്നവർക്ക് വ്യത്യസ്തമാകുന്നതിന്റെ ഒരു കാരണം പറയുക. കുട്ടി, മുത്തച്ഛൻ, കൗമാരക്കാർ, ഭാരിച്ച ജോലിചെയ്യുന്ന ഭർത്താവ്.

വിലയിരുത്തുവാനുള്ള മാനദണ്ഡം:

- കുട്ടികൾക്ക് ഇടയ്ക്കിടെ കുറഞ്ഞ അളവിലുള്ള ആഹാരമാണ് ആവശ്യം.
- വയസ്സായവർക്ക് എല്ലാ ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങളും കഴിക്കാൻ സാധിക്കില്ല.
- ആണുങ്ങൾക്ക് പെണ്ണുങ്ങളെക്കാൾ കൂടുതൽ മാംസ്യം ആവശ്യമാണ്.
- വ്യായാമരഹിതജോലി എടുക്കുന്നവർക്ക് ഭാരിച്ച ജോലി എടുക്കുന്നവരെക്കാൾ കുറഞ്ഞ ഊർജ്ജം മതിയാവും.
- സുഖക്കേടുള്ളപ്പോൾ അസുഖം ആസ്പദമാക്കി ഭക്ഷണത്തിന്റെ അളവ്, ഗുണം, ഭക്ഷണസമയം എന്നിവ വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ

1. ഭക്ഷണവിഭവ ആസൂത്രണമെന്നാൽ എന്ത്?
2. ഒരു ഭക്ഷണവിഭവ ആസൂത്രണത്തെ ബാധിക്കുന്ന വിവിധ ഘടകങ്ങൾ എന്തെല്ലാമെന്ന് എഴുതുക.
3. ഒരു ശിശുവിനും കൗമാരക്കാർക്കും കൊടുക്കാവുന്ന ഗോതമ്പിന്റെ വ്യത്യസ്തരൂപമേത്?

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് യോജിക്കുംവിധം കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവപട്ടിക ക്രമീകരിക്കുവാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടുക.
2. വിവിധപ്രായക്കാർക്ക് ഒരു ഭക്ഷണയിനം തന്നെ ക്രമീകരിക്കുവാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടുക.
3. കുടുംബത്തിൽ ഒരസുഖം പിടിപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ അതിനനുസൃതമായ ഭക്ഷണം വ്യതിയാനപ്പെടുത്തുവാൻ പറയുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

പാഠ്യപദ്ധതിയിലെ 1-ാമത്തെ ബുക്കിൽ 3-ാം പാഠം അഭ്യസിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -11

ലക്ഷ്യം:

കത്തിച്ചുള്ള പരീക്ഷണംകൊണ്ട് നാരുകളെ തിരിച്ചറിയുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്ക് സാധിക്കും.

- മാർക്കറ്റിൽ ലഭ്യമാകുന്ന വിവിധ തുണിത്തരങ്ങൾ കത്തിച്ച് പരീക്ഷണംകൊണ്ട് തിരിച്ചറിയാം.
- വില്പനക്കാരന്റെ വഞ്ചനയിൽനിന്നും രക്ഷപ്പെടാം.
- അനുയോജ്യമായ തുണികൾ തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ സാധിക്കും.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

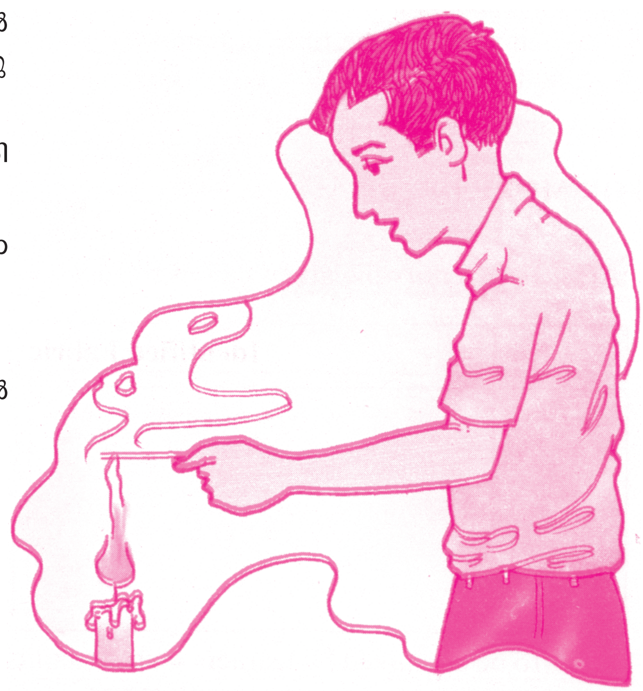
വിവിധ തരത്തിലുള്ള തുണിയുടെ നാടകൾ, ഒരു സൂചി, ചവണ, ഒരു മെഴുകുതിരി, തീപ്പെട്ടി എന്നിവ.

ഉറവിടം:

വീട്ടിലുള്ള പഴയ തുണിക്കഷണങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ തയ്യൽക്കാരിൽനിന്ന് ലഭിക്കുന്ന അവശേഷിച്ച തുണിക്കഷണങ്ങൾ.

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. ഏതെങ്കിലും വ്യത്യസ്തമായ 10 തുണിനാടകൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുക.
2. 1 മുതൽ 10 വരെ അവയെ എണ്ണം ഇടുക.
3. ഒന്നാം നാടയെടുത്ത് അവയിൽനിന്ന് നാരുകൾ ഒരു സൂചിയുടെ സഹായത്താൽ പിഴുതെടുക്കുക.
4. ഒരു തീപ്പെട്ടിയുടെ സഹായത്താൽ മെഴുകുതിരി കത്തിക്കുക.
5. ഒരു ചവണകൊണ്ട് പിഴുതെടുത്ത നാരുകൾ തീനാളത്തിനരികിലേക്ക് കൊണ്ടുവരിക.
6. സൂക്ഷ്മമായി നിരീക്ഷിക്കുക.
7. താഴെ തന്നിരിക്കുന്ന പട്ടികയിൽ നിരീക്ഷണങ്ങൾ കുറിക്കുക.
8. മറ്റുള്ള നാടകളിലും ഇതുപോലെ ആവർത്തിക്കുക.



നിരീക്ഷണ പട്ടിക

നാടയുടെ നമ്പർ	തീനാളത്തിൽ	നാളത്തിന്റെ പ്രകൃതി	മണം	ചാരം	തിരിച്ചറിഞ്ഞ തുണി
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

മുൻകരുതലുകൾ:

1. ശരിയായ ഫലം കിട്ടുവാൻ തുണിയിൽനിന്ന് നീണ്ട നൂലുകൾ പിഴുതെടുക്കുക.
2. തീനാളത്തിൽ നൂലുകൾ പിടിക്കാൻ ചവണ ഉപയോഗിക്കുക.
3. തീ അണയുന്നതിനുമുമ്പ് കത്തിയ നാരുകൾ മണപ്പിക്കരുത്.
4. നൂലുകൾ ആറി തണുക്കാതെ വിരലുകൾകൊണ്ടു ചാരം പരിശോധിക്കരുത്.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. കത്തിയ നാരുകളുടെ അവശിഷ്ടം കടുത്ത മുത്തുപോലെയാണെങ്കിൽ അത് ഏതു നാര് ആയിരിക്കും.
2. തീനാളത്തിൽ കത്തിക്കുമ്പോൾ മഞ്ഞനാളത്തിൽ വേഗത്തിൽ കത്തുന്നു എങ്കിൽ ആ നാരുകൾ എന്ത്.
3. ഒരു നാര് കത്തുമ്പോൾ പാൽ കരിഞ്ഞ മണം വരുന്നു. ഇത് ഒരു മൃഗനാരോ, അല്ലെങ്കിൽ സസ്യ നാരോ?

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്: 1-ാം പുസ്തകത്തിൽ 10-ാമത്തെ പാഠം പഠിക്കുക.

അല്ലെങ്കിൽ

***ലക്ഷ്യം:** തന്നിട്ടുള്ള തുണിക്കഷണങ്ങൾ തൊട്ടുനോക്കിയും ഇഴയടുപ്പം നോക്കിയും തിരിച്ചറിയുക.

നമ്പർ	തിരിച്ചറിഞ്ഞ തുണികൾ
1	
2	
3	
4	
5	

** നോട്ട്:- അവശതയുള്ള പഠിതാക്കളാൽ ശ്രമിക്കപ്പെടേണ്ടത്.*

പരീക്ഷണ നമ്പർ -12

ലക്ഷ്യം:

കടലാസുപട്ട ഉപയോഗിച്ച് പ്ലെയിൻ വീവിന്റെ മാതൃകയോ, ഗ്രാഫിക് ഉദാഹരണമോ ഉണ്ടാക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കും.

- തുണി നിർമ്മാണത്തിലുള്ള സാങ്കേതികവശങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാം. (പ്ലെയിൻ വീവിങ്ങിലൂടെ)

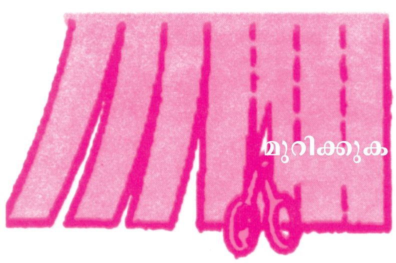
അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

പേപ്പർ, പേന, പെൻസിൽ, കത്രിക, സ്കെയിൽ

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. ചിത്രം മൂന്ന് സൂക്ഷിച്ചുനോക്കുക.
2. ബോക്സ് ഒന്നിൽ പെൻസിലും സ്കെയിലും കൊണ്ട് അവ നിർമ്മിക്കുക.
3. 2-ാം ചിത്രത്തിൽ കാണിച്ചതുപോലെ രണ്ടു നിറത്തിലുള്ള കടലാസുപട്ട 2 മി.മീ. കനത്തിൽ മുറിച്ചെടുക്കുക.
4. പെട്ടിയുടെ വലിപ്പത്തിലും അല്പം കൂടുതൽ നീളത്തിൽ ആയിരിക്കണം കടലാസുപട്ടയുടെ നീളം.
5. 3-ാം ചിത്രത്തിൽ കാണിച്ചിരിക്കുന്ന തരത്തിൽ പായപോലെ നെയ്യുക.
6. രണ്ടാമത്തെ ബോക്സിൽ ഈ മാതൃക ഒട്ടിക്കുക.

ഒരു നിറത്തിലെ പേപ്പർ



ചിത്രം 1

രണ്ടു നിറത്തിലെയും പേപ്പർ

ചിത്രം 2

ബോക്സ് 1

ബോക്സ് 2

മുൻകരുതലുകൾ:

1. ഊട് (weft) നൂലുകൾ ഒന്നിടവിട്ട് പാവ് (warp) നൂലുകളിലൂടെ കോർത്തിണക്കുക.

വിലയിരുത്തലിന്റെ മാനദണ്ഡം:

ഒരു നല്ല നെയ്ത്തിൽ ഊടും പാവും നൂലുകൾ അടുപ്പിച്ച് അടുക്കി ഒരു ഒതുങ്ങിയ തുണി നിർമ്മിക്കണം.

നിർദ്ദിഷ്ടചോദ്യങ്ങൾ:

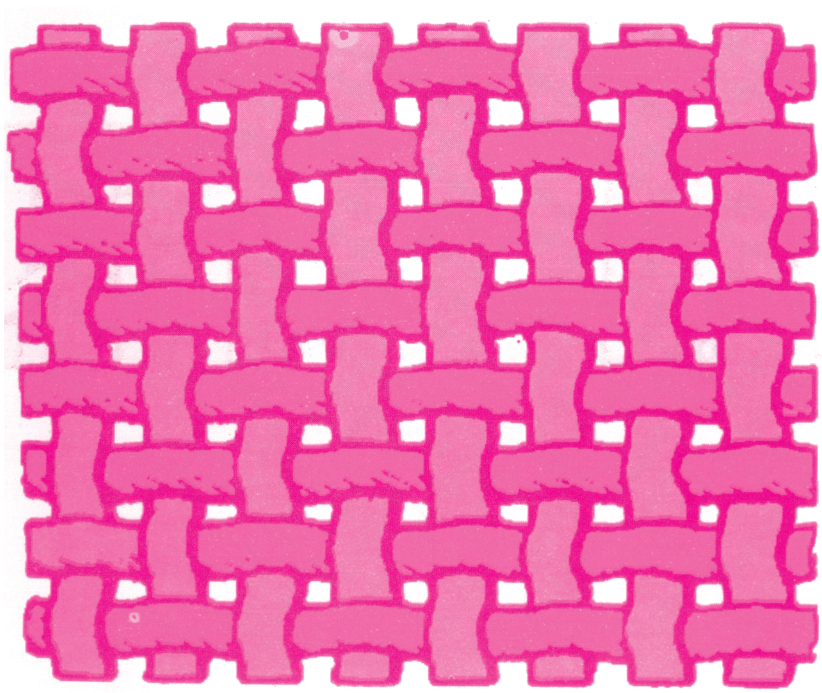
1. ഊടിൽനിന്നും പാവിൽനിന്നും നിങ്ങൾ എന്തു മനസ്സിലാക്കുന്നു.
2. നല്ല ഗുണമേന്മയുള്ള തുണിയിൽനിന്നും നിങ്ങൾ എന്തെല്ലാം ഗുണങ്ങളാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്?
3. പ്ലെയിൻ വീവിലൂടെ നെയ്ത ഒരു തുണിയുടെ ഉദാഹരണം എഴുതുക.

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. വള്ളിയോ കമ്പിളിയോ ഉപയോഗിച്ച് ഒരു മാതൃക ഉണ്ടാക്കാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

1-ാമത്തെ പുസ്തകത്തിൽ 10-ാമത്തെ പാഠത്തെ അവലംബിക്കുക.



ചിത്രം - 3

പരീക്ഷണ നമ്പർ -13

ലക്ഷ്യം:

വെള്ള തുണിയിൽനിന്ന് താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കറ കളയുക.

a) ഉടനെതന്നെ.

b) രണ്ട് ദിവസത്തെ പഴക്കമുള്ളത്.

കറകൾ:

1. ചായ/കാപ്പി
2. രക്തം/പാൽ/മുട്ട
3. എണ്ണ
4. ചെടി/നെയിൽ പോളീഷ്
5. മഷി

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്ക് സാധിക്കും.

- കറ തിരിച്ചറിയുവാൻ
- കറ കളയുന്നതിന് അനുയോജ്യമായ ഒരു വസ്തു തിരഞ്ഞെടുക്കുക.
- ശരിയായ കറ കളയൽ രീതി തിരഞ്ഞെടുക്കുവാൻ.
- പുതിയതും രണ്ടു ദിവസത്തെ പഴക്കമുള്ളതുമായ കറകൾ തുണിയിൽനിന്ന് നീക്കംചെയ്യുവാൻ.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

i) 5 സെ.മീ x 5 സെ.മീ. അനുപാതത്തിൽ വെള്ള പരുത്തിതുണിയുടെ 15 മാതൃകകൾ

ii) വെള്ളം

iii) സോപ്പ്

iv) ഗ്ലിസറിൻ

v) ഉപ്പ്

vi) ടാൽക്കം പൗഡർ

vii) പുളിച്ച മോര്

viii) നാരങ്ങാനീര്

ix) മണ്ണെണ്ണ

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. മൂന്ന് വെള്ള തുണികളിൽ മൂന്ന് കറകൾ വീതം ഉണ്ടാക്കുക.
   ഉദാഹരണത്തിന് മൂന്ന് തുണി കഷണം ചായക്കറയും മൂന്നെണ്ണം എണ്ണക്കറയും മൂന്നെണ്ണം ചായം ഉപയോഗിച്ചും കറകൾ ഉണ്ടാക്കുക.

2. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മൂന്നു കള്ളികളിൽ ഒന്നിൽ ഒരെണ്ണം ഒട്ടിക്കുക. ബാക്കി വരുന്ന രണ്ടു കൂട്ടം കൈയിൽ സൂക്ഷിക്കുക.
3. അതിന്റെ ക്രമം തെറ്റിക്കാനായി കൈകളിലിട്ടു കശക്കുക. അതിൽ ഒരെണ്ണം രണ്ടു ദിവസത്തിനായി മാറ്റി വയ്ക്കുക.
4. നിറംകൊണ്ടും മണംകൊണ്ടും സ്പർശംകൊണ്ടും കറയെ തിരിച്ചറിയുക. പട്ടികയിലെ രണ്ടാമത്തെ കള്ളിയിൽ അതാത് ക്രമം അനുസരിച്ച് രേഖപ്പെടുത്തുക.
5. പുസ്തകത്തിൽ തന്നിരിക്കുന്ന രീതികൾ ഉപയോഗിച്ച് മാതൃകയുടെ കറ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് കഴുകി കളയുക.
6. കഴുകി വൃത്തിയാക്കിയ മാതൃകകൾ പട്ടികയിലെ മൂന്നാമത്തെ കള്ളിയിൽ ഒട്ടിക്കുക.
7. രണ്ടു ദിവസത്തിനുശേഷം അതേ രീതിതന്നെ ഉപയോഗിച്ച് രണ്ടാമത്തെ മാതൃകകൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവയിലെ കറ നീക്കംചെയ്യുക.
8. പട്ടികയിലെ നാലാമത്തെ കള്ളിയിൽ വൃത്തിയാക്കിയ മാതൃകകൾ ഒട്ടിക്കുക.
9. താഴെ തന്നിരിക്കുന്ന പട്ടികയിൽ അഞ്ചാമത്തെ കള്ളിയിൽ നിങ്ങൾ അവലംബിച്ച പ്രവൃത്തി രേഖപ്പെടുത്തുക.

നിരീക്ഷണപട്ടിക:

കറ പുരണ്ട മാതൃക	കറ	ഉടനെ വൃത്തിയാക്കിയത്	രണ്ടുദിവസത്തിനു ശേഷം വൃത്തിയാക്കിയത്	അവലംബിച്ച പ്രക്രിയ(/)	
				കണ്ടുപിടിക്കാൻ	വൃത്തിയാക്കാൻ
I	II	III	IV	V	

മുൻകരുതലുകൾ:

1. കറ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അനുയോജ്യമായ രീതികൾ ഉപയോഗിച്ച് കറ നീക്കംചെയ്യുക.
2. ആദ്യമേ വീര്യംകൂടിയ രാസവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കരുത്.
3. രാസവസ്തു ഉപയോഗിച്ചതിനുശേഷം നല്ലവണ്ണം ഉലച്ചു കഴുകുക.

സമാപനം:

കഴിവതും ഉടനടിതന്നെ കറ നീക്കംചെയ്യുക.

വിലയിരുത്തുവാനുള്ള മാനദണ്ഡം:

- കഴുകി വൃത്തിയാക്കിയ മാതൃകകളിൽ ഒട്ടും കറ പുരണ്ടിരിക്കരുത്.

അധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. നിറംകൊണ്ടും മണംകൊണ്ടും സ്പർശംകൊണ്ടും കറ പുരണ്ട മാതൃക തിരിച്ചറിയാൻ ഒരു പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടുക.
2. അനുയോജ്യമായ കറ അകറ്റുന്നതിനുള്ള രാസവസ്തുവും അതിനുതകുന്ന രീതിയും പട്ടിക തയ്യാറാക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക.
3. ഈ രീതികൾ ഉപയോഗിച്ച് മാതൃക വൃത്തിയാക്കാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

1-ാമത്തെ പുസ്തകത്തിലെ 9-ാമത്തെ പാഠം അവലംബിക്കുക.

അല്ലെങ്കിൽ

* ലക്ഷ്യം

താഴെപ്പറയുന്ന കറകൾ നീക്കംചെയ്യുന്നതിന്റെ ശരിയായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ പട്ടികയിൽ രേഖപ്പെടുത്തുക.

നമ്പർ	കറകൾ	നീക്കംചെയ്യുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങൾ
1	ചായ/കാപ്പി	
2.	രക്തം/പാൽ/മുട്ട	
3.	എണ്ണ	
4.	പെയിന്റ്/നെയിൽ പോളിഷ്	
5.	മഷി	

** നോട്ട്:- അവശതയുള്ള പഠിതാക്കളാൽ ശ്രമിക്കപ്പെടേണ്ടത്.*

പരീക്ഷണ നമ്പർ -14

ലക്ഷ്യം:

a) കോട്ടൺദുപ്പട്ട/സാരി/ഷർട്ട് ഇവയിലൊന്ന് കഴുകി ഫിനിഷ്ചെയ്യുക.

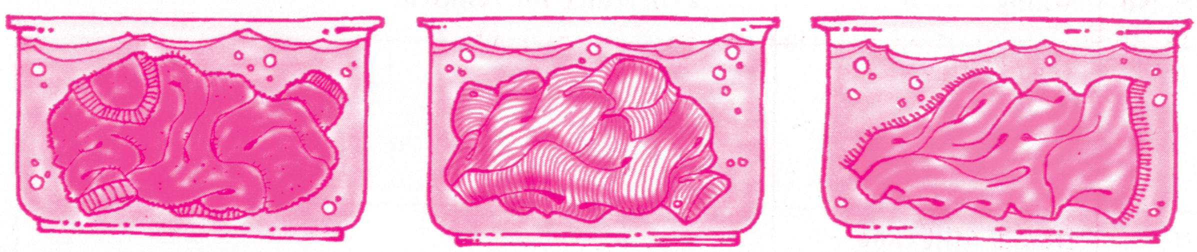
b) കമ്പിളിഷാൾ അല്ലെങ്കിൽ കാർഡിഗൺ കഴുകി ഫിനിഷ്ചെയ്യുക.

c) പട്ട് സ്കാർഫ്/ബ്ലൗസ്/ദുപ്പട്ട ഇവയിലൊന്നു കഴുകി ഫിനിഷ്ചെയ്യുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കും.

- വിവിധ തുണികൾ കഴുകി ഫിനിഷ്ചെയ്യാനാവശ്യമായ രീതികളും അതിനുവേണ്ടുന്ന പദാർത്ഥങ്ങൾ ഏതെന്നു തിരഞ്ഞെടുക്കാനും
- തുണിയുടെ പ്രകൃതം മനസ്സിലാക്കാൻ



a) ദുപ്പട്ട/സാരി/ഷർട്ട് കഴുകി ഫിനിഷ് ചെയ്യാൻ

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

സോപ്പ് അല്ലെങ്കിൽ ഡിറ്റർജന്റ്, മൃദുവായ ബ്രഷ്, ബക്കറ്റ്, മൈദ, അല്ലെങ്കിൽ റെഡിമെയ്ഡ് പശ, ഇസ്തിരിപെട്ടി.

പ്രവർത്തനം (procedure)

1. ഡിറ്റർജന്റ് ലായനിയിൽ കുറച്ചുനേരം വസ്ത്രം കുതിർത്തുവയ്ക്കുക.
2. വസ്ത്രങ്ങൾ കഴുകാൻ ഉരക്കൽ രീതി സ്വീകരിക്കുക.
3. വളരെ അഴുക്കുപുരണ്ട സ്ഥലങ്ങളിൽ മൃദുവായ ബ്രഷ് ഉപയോഗിച്ച് കഴുകുക.
4. കഴുകിയതിനുശേഷം വൃത്തിയുള്ള വെള്ളത്തിൽ നല്ലവണ്ണം ഉലച്ചു കഴുകി പിഴിയുക.
5. ഒരു പാത്രം വെള്ളത്തിൽ, കുറച്ച് പശ കുഴമ്പുരൂപത്തിലാക്കി ഒഴിച്ച് കൂട്ടിയിളക്കുക.
6. നനച്ച തുണി പശ ലായനിയിൽ മുക്കുക. പിഴിഞ്ഞ് വെയിലത്തിടുക.
7. ഉണക്കാനിടുമ്പോൾ വസ്ത്രം അതിന്റെ ആകൃതി നഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.
8. ഉണങ്ങിയ ദുപ്പട്ടയുടെ/സാരിയുടെ അരിക് വലിച്ചുനീട്ടുക. ആദ്യം നീളത്തിലും പിന്നീട് വീതിക്കും മടക്കുക.
9. അല്പം ഈർപ്പം നല്കി അവ ഇസ്തിരിയിടുക.

മുൻകരുതലുകൾ:

1. നിറം ഇളകുന്ന വസ്ത്രങ്ങൾ നനച്ചുവെക്കരുത്.
2. നിറമുള്ള തുണികൾ നേരിട്ട് വെയിലത്തുണക്കരുത്.
3. കുറുകിയതും കട്ടപിടിച്ചിരിക്കുന്നതുമായ പശ ഉപയോഗിക്കരുത്.
4. വളരെയധികം ചൂടിൽ ഇസ്തിരി ഇടരുത്. ആ വസ്ത്രം മഞ്ഞനിറമാകും. വെള്ളവസ്ത്രങ്ങൾ ഇസ്തിരിക്കിടുമ്പോൾ താപനില നിയന്ത്രിക്കുക.

b) കമ്പിളിഷാൾ അല്ലെങ്കിൽ കാർഡിഗൺ കഴുകി ഫിനിഷ്ചെയ്യാൻ

അവശ്യസാധനങ്ങൾ

കമ്പിളിഷാൾ, കാർഡിഗൺ, ബക്കറ്റ്, വെള്ളം, റീത്താനട്ട് ലായനി അനുയോജ്യമായ വിപണിനിർമ്മിതം, ഒരു മൃദുവായ ടവ്വൽ, ഇസ്തിരിപ്പെട്ടി.

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. റീത്താനട്ട് ലായനി ഒരു ബക്കറ്റിലാക്കി ആവശ്യമായ വെള്ളം ചേർത്തിളക്കുക.
2. വസ്ത്രം ലായനിക്കകത്ത് മുക്കിവെക്കുക.
3. മൃദുവായ തിരുമ്മലും പിഴിയലും രീതിയിൽ കഴുകുക.
4. റീത്താനട്ട് ലായനി പോകുന്നതുവരെ തണുത്ത വെള്ളത്തിൽ കുറച്ചുസമയം ഉലയ്ക്കുക.
5. അവസാന ഉലച്ചിലിനുശേഷം മൃദുവായി പിഴിഞ്ഞ് മുഴുവൻ ജലാംശവും മാറ്റാൻ മൃദുവായ ടവ്വലിൽ പൊതിയുക.
6. പരന്ന പ്രതലത്തിൽ പരത്തിയിട്ട് ഉണക്കുക.
7. ഇസ്തിരിപ്പെട്ടി ചൂടാക്കി മൃദുവായി ഇസ്തിരിയിടുക.

മുൻകരുതലുകൾ:

1. കമ്പിളിഷാൾ അലക്കുവാൻ സാധാരണ ഡിറ്റർജന്റ് ഉപയോഗിക്കരുത്.
2. ഫെൽറ്റിങ് പ്രത്യേകത ഉള്ളതിനാൽ ചൂടുവെള്ളവും ഉപയോഗിക്കരുത്.
3. കമ്പിളിവസ്ത്രങ്ങൾ അഴകളിൽ തൂക്കരുത്. അവയ്ക്ക് ആകൃതി നഷ്ടപ്പെടും.
4. വസ്ത്രങ്ങൾ തണലിൽ ഉണക്കുക.
5. വെള്ള കമ്പിളിവസ്ത്രങ്ങൾ കഴുകുവാൻ റീത്താനട്ട് ഉപയോഗിക്കരുത്. ഉപയോഗിച്ചാൽ വസ്ത്രങ്ങൾ കറ പുരണ്ടേക്കാം. മാർക്കറ്റിൽ ലഭിക്കുന്ന വിപണിനിർമ്മിതങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

c) സിൽക്ക് സ്കാർഫ് ബ്ലൗസ്/ദുപ്പട്ട എന്നിവ കഴുകി ഫിനിഷ് ചെയ്യാൻ.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

സിൽക്ക് സ്കാർഫ്, ദുപ്പട്ട, ബക്കറ്റ്, വെള്ളം, റീത്താനട്ട്ലായനി, അല്ലെങ്കിൽ ഉചിതമായ ഏതെങ്കിലും വിപണിനിർമ്മിതങ്ങൾ, വിനാഗിരി, നാരങ്ങാനീര്, പശലായനി, മൃദുവായ ടൗവ്വൽ, ഇസ്തിരി.

പ്രവർത്തനം (procedure):

1. ഒരു ബക്കറ്റിൽ ചെറുചൂടുവെള്ളമെടുത്ത് റീത്താനട്ട് ലായനി ഒഴിച്ച് പതപ്പിക്കുക.
2. അലക്കേണ്ട പട്ടുവസ്ത്രം ലായനിക്കകത്ത് മുക്കിവയ്ക്കുക.
3. മൃദുവായി വസ്ത്രങ്ങൾ തിരുമ്മി പിഴിയുക.
4. ലായനിയിൽനിന്നും പുറത്തെടുത്ത് മൃദുവായി പിഴിയുക.
5. തണുത്ത ഒഴുക്കുവെള്ളത്തിൽ സോപ്പ് ഉലച്ചുകളയുക. ശക്തിയായി പിഴിയരുത്.
6. അവസാന ഉലച്ചിലിൽ കുറച്ചുതുള്ളി വിനാഗിരിയോ, നാരങ്ങാനീരോ, കൂടാതെ പശയും ചേർക്കുക.
7. അധികം ജലം മാറ്റാനായി വസ്ത്രം ഒരു ടൗവ്വലിൽ പൊതിയുക.
8. തണലിൽ അഴകളിൽ ഇട്ട് അവ ഉണക്കിയെടുക്കുക.

മുൻകരുതലുകൾ:

1. അലക്കാൻ ചൂടുവെള്ളം ഉപയോഗിക്കരുത്.
2. വസ്ത്രം അലക്കാൻ സാധാരണ സോപ്പോ ഡിറ്റർജന്റോ ഉപയോഗിക്കരുത്.
3. വസ്ത്രം കഴുകാൻ ഫ്രിക്ഷൻരീതി ഉപയോഗിക്കരുത്.
4. കറ പുരളാതിരിക്കാൻ വെളുത്ത പട്ടുതുണി കഴുകുമ്പോൾ റീത്താനട്ട് ലായനി ഉപയോഗിക്കരുത്.
5. വസ്ത്രങ്ങൾ തണലിൽ ഉണക്കുക.

വിലയിരുത്തുവാനുള്ള മാനദണ്ഡം:

1. ഫിനിഷ് ചെയ്ത വസ്ത്രങ്ങൾ ബലമുള്ളതും തിളക്കമുള്ളതും ആകണം.
2. ഫിനിഷ് ചെയ്ത വസ്ത്രങ്ങൾ വൃത്തിയുള്ളതും പുതുമ ഉള്ളതുമായിരിക്കണം.
3. അവ കറയില്ലാത്തതും നല്ലവണ്ണം ഇസ്തിരി ഇട്ടവയുമായിരിക്കണം.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. വെളുത്ത തുണികൾക്ക് റീത്താനട്ട് ലായനി ഉപയോഗിക്കാത്തത് എന്തുകൊണ്ട്?
2. കമ്പിളിവസ്ത്രങ്ങൾ തണുത്ത വെള്ളംകൊണ്ടു കഴുകുന്നത് എന്തുകൊണ്ട്?
3. പശ മുക്കിയ വസ്ത്രം ഇസ്തിരി ഇടുന്നതിനുമുമ്പ് അല്പം നനയ്ക്കുന്നത് എന്തിന്?

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

1-ാം പുസ്തകത്തിലെ 9-ാമത്തെ പാഠം ശ്രദ്ധിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -15

ലക്ഷ്യം:

താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പ്രതലങ്ങൾ വൃത്തിയാക്കുക.

a) പ്ലാസ്റ്റിക് ബക്കറ്റും മഗ്ഗും

b) ബാത്ത്റൂം ടൈൽസ്

c) കക്കൂസ് നിലം/ക്ലോസറ്റ്

d) ലോഹടാപ്പ്

e) പെയിന്റ് ചെയ്ത വാതിലും ജനലും

f) ജനൽപാളികൾ

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ:

ഈ പരീക്ഷണം ചെയ്തതിനുശേഷം നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കും.

- പ്രതലം തിരിച്ചറിയാൻ
- ക്ലീനിങ് ഏജന്റ് തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ
- ശരിയായ ക്ലീനിങ് രീതി തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

1. ചൂൽ, ബ്രഷുകൾ, വാക്വം ക്ലീനർ
2. ഡസ്റ്റർ, തുടക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നവ.
3. ബക്കറ്റ്/ബേസിൻ/മഗ്ഗ്
4. സോപ്പ്, ഡിറ്റർജന്റ്, ബ്ലീച്ചിങ് പൗഡർ
5. അണുനാശിനി: ഡെറ്റോൾ
6. ആൽക്കലി: സോഡാ, ബൊറാക്സ്, അമോണിയ
7. ആസിഡ്: പുളി, വിനാഗിരി
8. എണ്ണകൾ: മണ്ണെണ്ണ, ലിൻ സീഡ് എണ്ണ, ടർപ്പന്റയിൻ എണ്ണ, പെട്രോൾ.

പ്രവർത്തനം (procedure):

ക്രമ നമ്പർ	പ്രതലം	പരിശോധി ക്കേണ്ടത്	അവശ്യ സാധനങ്ങൾ	പ്രവർത്തനരീതി
1.	പ്ലാസ്റ്റിക് മഗ്ഗും ബക്കറ്റും	കറയും പൊടിയും	ചൂടുള്ള സോപ്പു വെള്ളം, പല്ലു തേക്കുന്ന ബ്രഷ്, വിനാഗിരി.	1. സോപ്പുവെള്ളംകൊണ്ട് വസ്ത്രം കഴുക 2. ഉൾവശങ്ങളിൽ എത്താൻ ബ്രഷ് ഉപയോഗിക്കുക. 3. വിനാഗിരിയും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് എണ്ണമയമുള്ള കറ കളഞ്ഞ് തിളക്കം വരുത്തുക. 4. ശുദ്ധജലത്തിൽ ഉലയ്ക്കുക. 5. ഉണക്കി മിനുസം വരുത്തുക.
2.	ബാത്ത്റൂം, കിച്ചൺ ടൈൽസും			
3.	കക്കൂസും അതിന്റെ നിലവും			
4.	ലോഹടാപ്പ്			
5.	പെയിന്റ് ചെയ്ത കതകും ജനാലകളും			
6.	ജനാലപാളികളും കണ്ണാടിയും			

(മറ്റു പ്രതലം വൃത്തിയാക്കാൻ പാഠം 12 ശ്രദ്ധിക്കുക.)

മുൻകരുതലുകൾ:

1. പരുപരുത്ത സ്ക്രബ്ബർ ഒഴിവാക്കണം.
2. പ്രതലത്തിൽ റീ ഏജന്റ് കെട്ടിനില്ക്കാൻ പാടില്ല. ഉടനെ തന്നെ കഴുകിയുണക്കുക.
3. വീര്യംകൂടിയ ആസിഡുകളും ആൽക്കലികളും ഒഴിവാക്കുക.
4. പിന്നീട് വെള്ളത്തിന്റെ പാടുകൾ വരാതിരിക്കാൻ ജലാംശം ഉണക്കി തുടച്ചുകളയുക.

വിലയിരുത്തുവാനുള്ള മാനദണ്ഡം:

വൃത്തിയാക്കിയതിനുശേഷം പ്രതലങ്ങൾ വെട്ടിത്തിളങ്ങണം.

വളവുകളിൽനിന്നും ഒടിവുകളിൽനിന്നും പൊടിയും കറയും ഇല്ലാതാക്കണം.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. പ്ലാസ്റ്റിക്കിനുമേൽ കടുത്ത ബ്രഷുകൊണ്ട് ഉരച്ചാൽ എന്തുസംഭവിക്കും?
2. പിച്ചള ടാപ്പുകളിൽനിന്ന് കറ നീക്കം ചെയ്യുന്നതെങ്ങനെ?
3. ജനൽപാളികളിൽനിന്നും കൊഴുപ്പുകറ എങ്ങനെ മാറ്റം ചെയ്യാം?
4. വീര്യംകൂടിയ ആസിഡും ആൽക്കലികളും ഒഴിവാക്കുന്നതിന്റെ ആവശ്യകത എന്ത്?

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. പ്രദർശനത്തിനു വച്ചിരിക്കുന്ന വസ്തുക്കളിൽനിന്ന് ക്ലീനിങ് ഏജന്റുകളെ ചേരുംപടി ചേർക്കാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടാം.
2. അനുയോജ്യമായ ക്ലീനിങ് ഏജന്റ് സാങ്കേതികവിദ്യകൾ ഉപയോഗിച്ച് തന്നിരിക്കുന്ന സാധനങ്ങൾ വൃത്തിയാക്കാൻ പഠിതാവിനോട് ആവശ്യപ്പെടാം.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്:

2-ാം പുസ്തകത്തിലെ 12-ാം പാഠം അഭ്യസിക്കുക.

അല്ലെങ്കിൽ

*ലക്ഷ്യം

താഴെപ്പറയുന്ന പ്രതലങ്ങൾ വൃത്തിയാക്കാനുള്ള അവശ്യസാധനങ്ങളും പ്രവർത്തനരീതിയും എഴുതുക.

നമ്പർ	പ്രതലങ്ങൾ	ശുചീകരണവസ്തു	പ്രവർത്തനരീതി
1.	പ്ലാസ്റ്റിക് ബക്കറ്റ്, മഗ്ഗ്		
2.	ബാത്ത്റൂമിലെ ടൈൽസ്		
3.	കക്കൂസിന്റെ നിലം, ക്ലോസറ്റ്		
4.	ലോഹടാപ്പ്		
5.	പെയിന്റ് ചെയ്ത വാതിലും ജനലും		
6.	ജനാലപാളികളുടെ കണ്ണാടി		

നോട്ട്:- അവശതയുള്ള പഠിതാക്കളാൽ ശ്രമിക്കപ്പെടേണ്ടത്.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -16

ലക്ഷ്യം:

താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പ്രായത്തിലുള്ള നാലു കുട്ടികളെ നിരീക്ഷിക്കുക.

8 മാസം - 12 മാസം, 1 വയസ്സ് - $1^1/_2$ വയസ്സ്, $1^1/_2$ വയസ്സ് - 2 വയസ്സ്, 2 വയസ്സ് - 3 വയസ്സ്.

അവരുടെ സംഭാഷണവൈഭവം മനസ്സിലാക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ: ഈ പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കും.

- ഒരു കുട്ടി എങ്ങനെ ആശയവിനിമയം നടത്തുന്നുവെന്ന് കണ്ടുപിടിക്കാൻ
- ഒരു കാലഘട്ടത്തിൽ എങ്ങനെ ആശയങ്ങൾ പുരോഗമിക്കുന്നു എന്നു കണ്ടെത്താൻ
- ഒരു നിശ്ചിതകാലഘട്ടത്തിൽ കുട്ടിയുടെ ഭാഷാസമ്പത്തിന്റെ വളർച്ച മനസ്സിലാക്കാൻ

അവശ്യസാധനങ്ങൾ: പേപ്പർ, പേന, കുട്ടി

നിരീക്ഷണപട്ടിക:

	കുട്ടി I (8 - 12 മാസം)	കുട്ടി II (1 - $1^1/_2$ വയസ്സ്)	കുട്ടി III ($1^1/_2$ - 2 വയസ്സ്)	കുട്ടി IV (2 - 3 വയസ്സ്)
ആംഗ്യങ്ങൾ വാചകങ്ങൾ പദ സമ്പത്ത്				

മുൻകരുതലുകൾ:

1. പ്രതീക്ഷിച്ചത്ര നല്ല ഫലം കിട്ടാൻ നല്ലൊരു താരതമ്യപ്പെടുത്തലിനായി കുറച്ചധികം കുട്ടികളെ നിരീക്ഷിക്കുക.
2. ഓരോ നിരീക്ഷണങ്ങളും ചുരുങ്ങിയത് 2 ആഴ്ചയെങ്കിലും നീണ്ടുനില്ക്കണം.
3. ദിവസത്തിൽ പല സമയത്തും 5-10 മിനിറ്റുസമയം കുട്ടിയെ നിരീക്ഷിച്ചിരിക്കണം.

സമാപനം:

നിങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ച കുട്ടികളുടെ സംസാരചാതുര്യം പുരോഗമിച്ചതെങ്ങനെയെന്ന് അനുമാനിച്ച് വിവരിക്കുക.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. 8-ാം മാസം മുതൽ ഒരു വയസ്സിനിടയിലുള്ള കുട്ടികൾ എങ്ങനെയാണ് ആശയവിനിമയം നടത്തുന്നത്?
2. എപ്പോഴാണ് ഒരു കുട്ടി പൂർണ്ണമായി ഒരു വാചകം സംസാരിക്കുന്നത്?
3. ഒരു കുട്ടിയുടെ 1-ാം വയസ്സിലുള്ള പദസമ്പത്ത് ഏകദേശം നിങ്ങൾക്കു കണക്കാക്കാമോ?
4. ഭാഷാപുരോഗതിയിൽ ആൺ പെൺ വ്യത്യാസം നിങ്ങൾക്കു കാണാമോ?
5. കുട്ടികളുടെ ഭാഷാ പുരോഗമനത്തിൽ മറ്റുള്ളവരുടെ പങ്കെന്ത്?

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്: 2-ാം പുസ്തകത്തിലെ 18-ാം പാഠം ശ്രദ്ധിക്കുക.

പരീക്ഷണ നമ്പർ -17

ലക്ഷ്യം:

കുട്ടികൾക്ക് വേണ്ടുന്ന ചിലവുകുറഞ്ഞ ഒരു കളിപ്പാട്ടം/കളി വീട്ടുപയോഗസാധനങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാക്കുക.

ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ: ഈ പരീക്ഷണം കഴിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്കു സാധിക്കും.

- പുരോഗതിയുടെ എല്ലാ ഘട്ടങ്ങളിലുമുള്ള അനുയോജ്യമായ പഠനസാമഗ്രികളുടെ ആവശ്യകതയും പുരോഗമനത്തിൽ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിലുള്ള പ്രത്യേകാവശ്യങ്ങളെയും മനസ്സിലാക്കാം.
- രൂപരേഖ തയ്യാറാക്കാനും അനുയോജ്യമായ കളിപ്പാട്ടം/കളി സാമഗ്രി ഉണ്ടാക്കാനുള്ള കഴിവ് വർദ്ധിക്കുന്നു.
- സർഗ്ഗാത്മകത പ്രകടമാക്കുവാൻ സാധിക്കും.

അവശ്യസാധനങ്ങൾ:

എളുപ്പത്തിൽ കിട്ടാവുന്ന സാധനങ്ങൾ ആയ തുണിക്കഷണം, പഴയ സോക്സ്, സ്പോഞ്ച്, കമ്പിളി, നിറ്റിങ് സൂചികൾ, കാലിപ്പെട്ടി, കുപ്പികൾ, കാർഡ്ബോർഡ്, പശ, സ്കെയിൽ, പെയിന്റ് ബോക്സ് ക്രയോൺ, കളർ പെൻസിൽ, നൂൽ, സൂചി, കത്രിക എന്നിവ.

പ്രവർത്തനം (procedure):

- വീട്ടിൽ ലഭ്യമായ സാമഗ്രികൾവെച്ച് ഒരു കുട്ടിക്ക് കിലുക്കാംപെട്ടി, മൃദുവായ കളിപ്പാട്ടം, പാവ, മൊബൈൽ പസ്സിൽ എന്നീ കളിസാമഗ്രികൾ രൂപപ്പെടുത്തുക.
- ഒരു കുട്ടിക്ക് കളിപ്പാട്ടത്തിന്റെ അനുയോജ്യത പ്രതിപാദിക്കുക. ഉത്തരങ്ങളുടെ കാരണവും വർണ്ണിക്കുക.

നിരീക്ഷണപട്ടിക:

ക്രമനമ്പർ	കളിപ്പാട്ടവിവരണം	പ്രായപരിധി അനുയോജ്യത	കാരണങ്ങൾ

മുൻകരുതലുകൾ:

1. നിങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തിയ കളിപ്പാട്ടം ഉണ്ടാക്കാനും ഉപയോഗിക്കാനും എളുപ്പമുള്ളതാവണം.
2. ഒരു കളിപ്പാട്ടം നിർമ്മിക്കുന്നതിന് സുരക്ഷിതമല്ലാത്ത സാധനങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കരുത്.

3. രൂപപ്പെടുത്തിയ കളിപ്പാട്ടം പ്രായത്തിനൊത്തു ചേരുന്ന വിധത്തിലായിരിക്കണം.
4. കളിപ്പാട്ടം സുരക്ഷിതവും കഴിവതും ബലമുള്ളതും ആയിരിക്കണം.

സമാപനം:

നിങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തിയ കളിപ്പാട്ടം മാർക്കറ്റിൽ ലഭ്യമാകുന്ന കളിപ്പാട്ടത്തിനോട് താരതമ്യപ്പെടുത്തി, കളിപ്പാട്ടത്തിന്റെ നല്ലതും ചീത്തയുമായ കാര്യങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കണം.

വിലയിരുത്താനുള്ള മാനദണ്ഡം:

കളിപ്പാട്ടം ആകർഷകവും ലഘുവുമായി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതും സുരക്ഷിതവും വികസനത്തിനുതകുന്നതുമായിരിക്കണം.

ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ഒരു വയസ്സ് പ്രായമുള്ള കുട്ടിക്ക് അനുയോജ്യമായ കളിപ്പാട്ടത്തിൽ ഏതെങ്കിലും രണ്ടു സ്വഭാവസവിശേഷതകൾ പറയുക.
2. 4 വയസ്സുള്ള കുട്ടിയുടെയും ഒരു വയസ്സുള്ള കുട്ടിയുടെയും കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള രണ്ട് വ്യത്യാസങ്ങൾ വിവരിക്കുക.
3. കുട്ടികൾക്ക് കളിപ്പാട്ടം തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ സുരക്ഷിതത്വം പ്രധാനമായത് എന്തുകൊണ്ട്?
4. കുട്ടികൾക്ക് സുരക്ഷിതമായ ഒരു കളിപ്പാട്ടം രൂപപ്പെടുത്താൻ നിങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുക.

അദ്ധ്യാപകരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്:

1. ഒരു പ്രത്യേക പ്രായക്കാർക്ക് പറ്റിയ ഒരു കളിപ്പാട്ടം തന്നിരിക്കുന്ന സാമഗ്രികൾകൊണ്ടു ചിട്ടപ്പെടുത്താൻ ഒരു പഠിതാവിനോടാവശ്യപ്പെടുക.
2. ഒരു കളിപ്പാട്ടം കാണിച്ച് ഒരു പ്രത്യേക പ്രായക്കാർക്ക് അത് എങ്ങനെ യോജിക്കുന്നു എന്ന് അനുമാനിക്കുക.

കൂടുതൽ വിശദീകരണങ്ങൾക്ക്: 2-ാമത്തെ പുസ്തകത്തിലെ 18-ാമത്തെ പാഠം അവലംബിക്കുക.