क्र.स.	विषय/शीर्षक	प्रयोग सख्या	दिनांक	हस्ताक्षर
1.	स्वयं तथा परिवार के लिए समय योजना तैयार करना।	1.		
2.	विभिन्न आय वर्ग के लिए पारिवारिक बजट बनाना	2.		
3.	रंग योजना तैयार करना।	3.		
4.	घरेलू उपकरणों का बाजार सर्वेक्षण	4.		
5.	रंग चक्र।	5.		
6	फर्श की सजावट	6.		
7	पुष्प सज्जा	7.		
8.	गृह शिल्प में प्रयोग आने वाले चिह्न	8		

Scanned with CamScanner

घर में रहनेवाली और कार्यशील गृहिणी की प्रतिदिन की कार्य की समय तालिका

गृहकार्य		घर में रहने वाली गृहिणी		कार्यशील गृहिणी	
		घण्टे	गृहकार्य के समय (प्रतिशत)	घण्टे	गृहकार्य के समय (प्रतिशत)
1-	भोजन बनाना	1.6	22	1.2	20
2-	खाने के बर्तनों की सफाई	—	—	—	—
3.	घर की देखभाल व सफाई	1.6	22	0.8	20
4.	पारिवारिक सदस्यों की देखभाल	1.1	15	0.5	7
5,	बाजार के कार्य एवं हिसाब-किताब रखना	1.6	22	0.8	20
6-	समस्त कार्य	7.4	100	4.1	100

Scanned with CamScanner

प्रयोग संख्या [1]

उद्देश्य :—

स्वयं तथा परिवार के लिए समय योजना तैयार करना :—

हम सभी के जीवन में समय की कुछ माँग होती है - परन्तु यह व्यक्ति विशेष पर निर्भर करता है कि वह समय का उचित उपयोग इन कार्यों के करने में करता है या नहीं। समय योजना का वास्तविक उद्देश्य समय का इस प्रकार उपयोग करना है, जिससे व्यक्तिगत एवं पारिवारिक लक्ष्यों को अधिक से अधिक प्राप्त किया जा सके।

समय के उचित व्यवस्थापन के लिए कार्य आराम तथा अवकाश में 8 : 8 : 8 घण्टे का अनुपात रखने से संतुलन बना रहता है। अत: गृहिणी को इन तीनों क्रियाओं के बराबर समय देना चाहिए, इससे उसकी शारीरिक, मानसिक तथा संवेगात्मक स्थिति ठीक रहती है।

कठिन परिश्रम वाले कार्यों को पहले करके कार्य में परिवर्तन करके तथा कार्य को सरल बनाने के उपकरणों की सहायता लेने से भी समय की उचित व्यवस्था में सहायता मिलती है।

Scanned with CamScanner

प्रयोग संख्या = [2]

उद्देश्य :—

:— विभिन्न आय वर्ग के लिए पारिवारिक बजट बनाना :—

पारिवारिक बजट :— पारिवारिक अर्थव्यवस्था को सफल बनाने के लिए पारिवारिक आय और पारिवारिक व्यय को नियोजित करना आवश्यक होता है। इसके नियोजन के लिए परिवार को आय तथा व्यय को लिखित रूप दिया जाता है। आय-व्यय का यह लिखित रूप ही "पारिवारिक बजट" कहलाता है।

परिभाषा :— "पारिवारिक बजट किसी परिवार का निश्चित अवधि में होने वाले आय - व्यय का प्रपत्र होता है।"

मार्शल के अनुसार,— "पारिवारिक बजट मोटे तौर पर आय - व्यय का अनुमान है।"

Scanned with CamScanner

ऐंजिल का उपभोग का नियम :— (Engel's Law of Consumption) :—

बजट के सन्दर्भ में ऐंजिल का उपभोग का नियम बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने कुछ परिवारों के उपभोग से सम्बंधित आँकड़े एकत्रित करके कुछ महत्वपूर्ण सिद्धान्तों का प्रतिपादन किया था। उन्होंने परिवारों को तीन वर्गों - निम्न मध्यम एवं उच्च वर्गों में बाँटकर उनके पारिवारिक बजट के आधार पर कुछ निष्कर्ष निकाले थे और इन्हीं निष्कर्षों निष्कर्षों को ऐंजिल के उपभोग नियम के नाम से जाना जाता है, जो निम्नलिखित हैं —

[1] आय में वृद्धि होने के साथ भोजन पर व्यय होने वाला प्रतिशत कम होता है।

[2] आय में परिवर्तन होने पर वस्त्रों पर होने वाला व्यय करीब - करीब समान रहता है।

[3] आय घटने या बढ़ने पर मकान, प्रकाश एवं ईंधन पर व्यय का प्रतिशत लगभग स्थिर होता है।

[4] आय में वृद्धि होने पर शिक्षा, मनोरंजन, स्वास्थ्य विलासिता एवं व्यक्तिगत सेवाओं पर व्यय प्रतिशत में वृद्धि होती जाती है।

Scanned with CamScanner

* ऐंजिल द्वारा निर्धारित व्यय का प्रतिशत *

व्यय की मदें	पारिवारिक आय का व्यय का प्रतिशत		
	निम्न वर्ग	मध्यम वर्ग	उच्च वर्ग
भोजन	60 %	55 %	50 %
वस्त्र	18 %	18 %	18 %
मकान	12 %	12 %	12 %
प्रकाश एवं ईंधन	5 %	5 %	5 %
शिक्षा, स्वास्थ्य एवं मनोरंजन	5 %	10 %	15 %

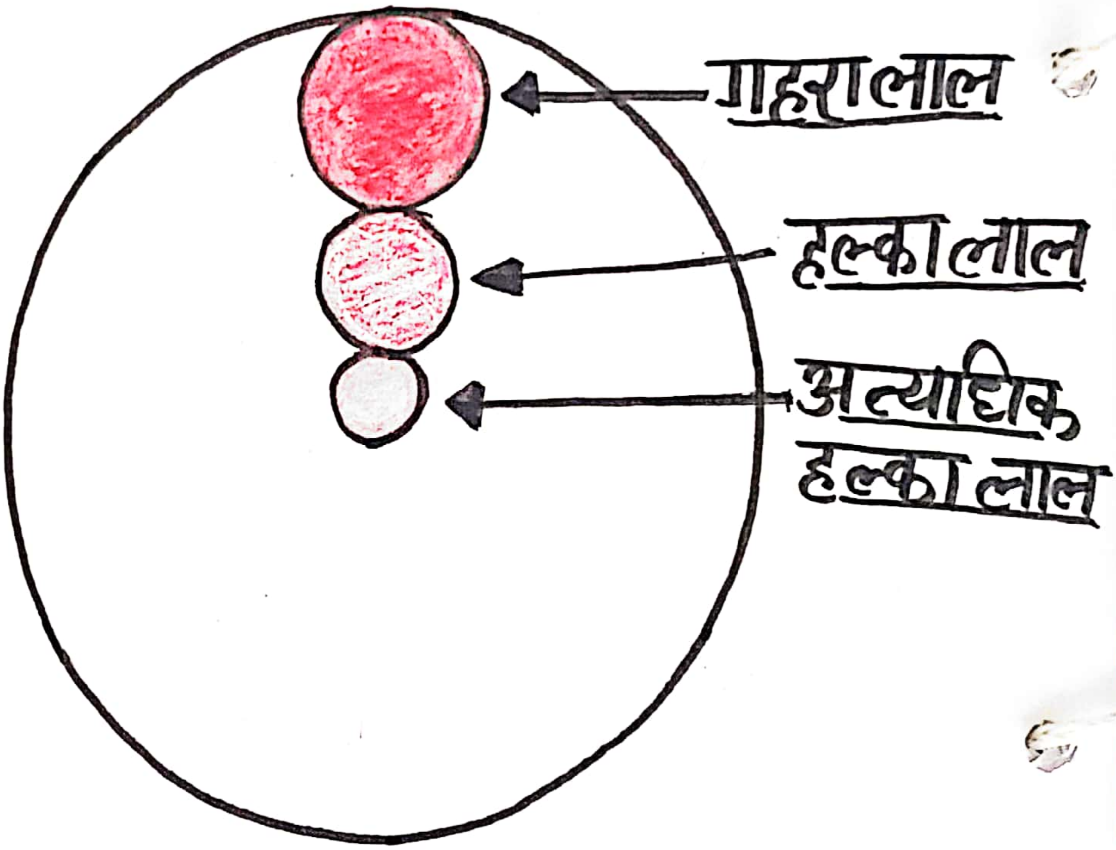
Scanned with CamScanner

अनुमानित बजट
[निम्न-मध्यम एवं उच्च वर्ग के लिए]

व्यय की मदें	₹ 8,000 प्रति मास		₹ 12,000 प्रति मास		₹ 20,000 प्रति मास		₹ 25,000 प्रति मास	
	व्यय	प्रतिशत	व्यय	प्रतिशत	व्यय	प्रतिशत	व्यय	प्रतिशत
1. भोजन	4,800	60%	6000	50%	9,000	45%	10000	40%
2. वस्त्र	640	8%	960	8%	2,000	10%	3,000	12%
3. मकान	960	12%	1,440	12%	3,000	15%	4,000	16%
4. प्रकाश एवं इन्वर्टर	320	4%	600	5%	1,000	5%	1,500	6%
5. अन्य व्यय	240	3%	600	5%	800	4%	1,250	5%
6. व्यक्तिगत व्यय	240	3%	720	6%	1,000	5%	1,250	5%
7. शिक्षा, स्वास्थ्य एवं मनोरंजन	400	5%	720	6%	1,200	6%	1,500	6%
8. बचत	400	5%	960	8%	2,000	10%	2,500	10%
कुल व्यय (योग)	8,000	100%	12,000	100%	20,000	100%	25,000	100%

Scanned with CamScanner

[1]



एक रंगीय रंग योजना

Scanned with CamScanner

प्रयोग संख्या - [3]

उद्देश्य :-

-: रंग योजना तैयार करना :-

रंग योजना पाँच प्रकार की होती है -

1. एक रंगीय रंग योजना
2. समीपवर्ती रंग योजना
3. तीन रंगीय रंग योजना
4. सम्पूरक या विरोधाभासी रंग योजना
5. उदासीन रंग योजना

[1] एक रंगीय रंग योजना -:

इस रंग योजना में एक ही रंग को लेकर उसके विभिन्न शेड्स का प्रयोग किया जाता है। यह रंग प्राथमिक अथवा सहायक रंगों में से ही कोई एक रंग होता है। उदाहरण के लिए नीला रंग लेकर सजावट के विभिन्न क्षेत्रों से इस हल्के पन मध्यम गाढ़े तथा गाढ़े रंग का उसमें प्रयोग किया जाएगा। यह योजना सबसे अधिक आसान तथा सादी होती है और बड़प्पन का प्रदर्शन करती है।

[2] समीपवर्ती रंग योजना-: रंग चक्र में एक-दूसरे के पास स्थित दो अथवा तीन रंगों को लेकर यह योजना बनाई जाती है। रंग योजना में एक-दूसरे के पास स्थित रंगो में एकरूपता होती है जैसे- पीला एवं हरा, पीला रंग दोनो में पीले रंग के कारण एकरूपता है। समीपवर्ती रंग योजना हेतु रंगो का चयन इस प्रकार किया जाना चाहिए कि प्राथमिक, सहायक तथा मद्धयवर्ती तीनो प्रकार का एक-एक रंग हो, सामान्यता प्राथमिक रंग की प्रधानता होनी चाहिए।

[3] तीन रंगीय रंग योजना-: यह रंग योजना रंग चक्र मे बराबर की दूरी पर स्थित तीन रंगो के द्वारा बनाई जाती है। उदाहरण के लिए पीला-लाल तथा नीला अथवा हरा-बैंगनी और नारंगी। यह रंग योजना यदि सावधानीपूर्वक बनाई जाए तो सबसे अधिक रुचि प्रद बनाई जा सकती है तीन रंग में रंग योजना में तीन सहायक अथवा तीन मद्धयवर्ती रंग ही चुने जाते है।

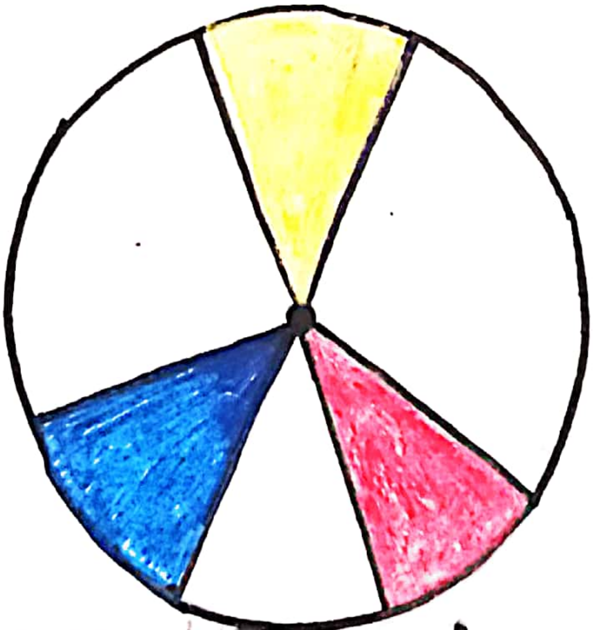
[4] विरोधभासी या सम्पूरक रंग योजना-: यह रंग योजना रंग चक्र में एक दूसरे की विरोधी दिशा में स्थित रंगो के द्वारा बनाई जा सकती है; जैसे- नीला एवं नारंगी रंग किंतु इन रंगो को साम्य बनाना आवश्यक है। दोनो रंगो मे से एक रंग की प्रधानता होनी चाहिए दूसरा रंग उससे कम मात्रा में सहायक रंग को रूप मे प्रयुक्त किया जाना चाहिए।

Scanned with CamScanner

[2]

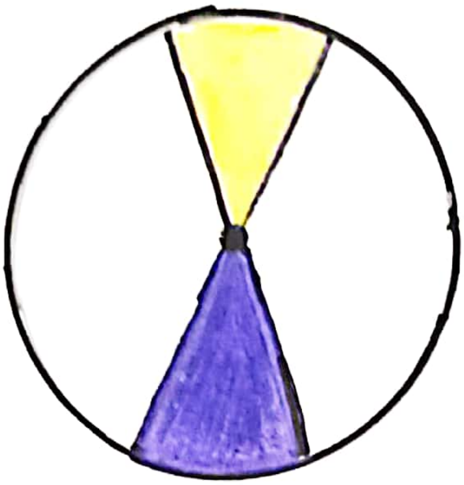
समीपवर्ती रंग योजना

[3]

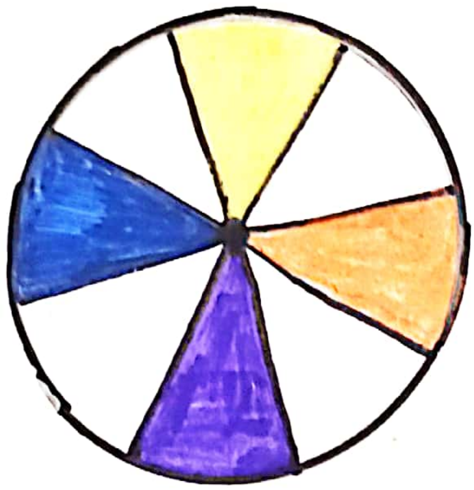


तीन रंगीय रंग योजना

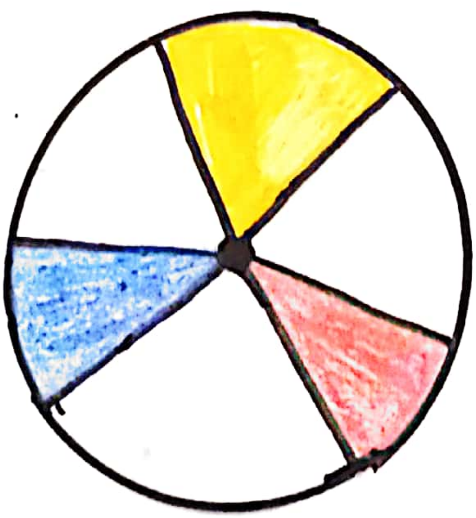
Scanned with CamScanner



प्रत्यक्ष सम्पूरक



दोहरी सम्पूरक



त्रिभुज सम्पूरक

Scanned with CamScanner

विरोधाभासी रंग योजना अग्रलिखित प्रकार की होती है –

[i] प्रत्यक्ष सम्पूरक –: इस रंग योजना में रंग चक्र में एक-दूसरे के विरोधी दिशा में स्थित दो रंगों के द्वारा संपूर्ण रंग योजना बनाई जाती है। जो दो विरोधी रंग चुने जाते हैं, उनमें से एक रंग शीतल तथा दूसरा रंग उष्ण होना चाहिए जैसे– हरा व लाल, पीला तथा बैंगनी, नीला एवं नारंगी आदि।

[ii] दोहरी सम्पूरक –: कोई भी दो रंग लेकर तथा उन दोनो के विरोधी रंगों द्वारा यह योजना तैयार की जाती है। जैसे –: पीला और नारंगी लेकर इसके विरोधी बैंगनी और नीला भी लेकर रंग योजना बनाई जाए। इस प्रकार चार रंगो द्वारा यह रंग योजना तैयार की जाती है।

[iii] त्रिभुज सम्पूरक –: रंग चक्र से कोई भी एक रंग चुनकर उनके विरोधी रंग के साथ-साथ दाहिनी एवं बाईं ओर के दोनों रंग ले जाए तो ऐसी रंग योजना त्रिभुज संपूरक कहलाती है। उदाहरण के लिए पीले रंग का विरोधी बैंगनी है इसके दोनो ओर के नीली बैंगनी तथा लाल बैंगनी भी ले लिया जाए।

[iv] बिखरी हुई संपूरक –: इस प्रकार की रंग योजना में दो विरोधी

रंग चुनने के पश्चात् एक रंग छोड़कर इसके आसपास के दोनो रंग चुना गया है तो नारंगी को छोड़कर उसके दोनो ओर के पीली नारंगी तथा नारंगी लाल रंग द्वारा यह योजना बनाई जाती है।

[5] उदासीन रंग योजना -:

उदासीन रंग योजना जिसमें कमरे के अधिकांश क्षेत्र में उदासीन रंग प्रयुक्त किया जाए तथा एकरूपता को दूर करने हेतु छोटे-छोटे क्षेत्रों में तथा उपकरणों के चटकीले रंगो का प्रयोग किया जाए। यह योजना उदासीन रंग योजना कहलाती है। उदाहरण हेतु दीवार, फर्श, बिछावन, ग्रे रंग के हो सकते है एव आवश्यकता हेतु 1-2 कुर्सी लाल रंग की रखी जा सकती है।

Scanned with CamScanner

प्रेशर कुकर

Scanned with CamScanner

प्रयोग संख्या = [4]

उद्देश्य :-

घरेलू उपकरणों का बाजार सर्वेक्षण

आज के युग में आवश्यकताओं में वृद्धि होने से उनकी पूर्ति के लिए कई प्रकार के यन्त्रों का अविष्कार हुआ। इनके प्रयोग से गृहिणी समय तथा शक्ति के अपव्यय को रोक सकती है तथा बची हुई शक्ति तथा समय को दूसरे कार्यों में लगाकर उनका सदुपयोग कर सकती है।

बाजार में एक ही प्रकार के विभिन्न उपकरण उपलब्ध है जिसके कारण बाजार सर्वेक्षण के उपरान्त ही उपकरणों को खरीदना सही है। बाजार सर्वेक्षण में उनकी विशेषताओं की तुलना आवश्यक है।

	उपकरण का नाम	विशेषताएँ	मूल्य
1	प्रेशर कुकर	भोजन पकाने में कम समय लगता है (समय ईंधन और शक्ति की बचत होती है)	900रु

Scanned with CamScanner

2. **मिक्सर ग्राइंडर ⇒**	मिक्सर ग्राइंडर मसाले पीसने से लेकर फलों का रस बनाने, सलाद बनाने, आटा गूंथने, चटनी व ठंडी लस्सी बनाने के काम आते हैं।	3159 रु0.
3. **रेफ्रिजरेटर ⇒**	रेफ्रिजरेटर एक घरेलू उपकरण है जो सब्जी तथा खाद्य पदार्थों आदि को ठण्डा बनाये रखकर उनको जल्दी खराब होने से बचाता है।	59490रु
4. **वॉशिंग मशीन ⇒**	पानी गर्म करने पर भाप या बिजली, ताकि कपड़े और साफ हो जाएं।	11990रु
5. **माइक्रोवेव सोलर कुकर ⇒**	① ईंधन की बचत होती है ② खाना स्वादिष्ट एवं पौष्टिक बनता है ③ एक ही समय में 4-5 खाद्य पदार्थ पकाए जा सकते हैं	4000 - 7000 तक

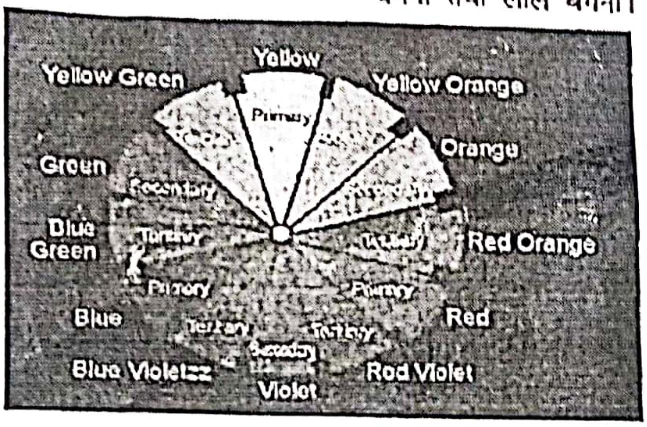
Scanned with CamScanner

मिक्सर ग्राइंडर

माइक्रोवेव सोलर कुकर

Scanned with CamScanner

प्राथमिक रंग — पीला, हरा, नीला
द्वितीयक रंग — नारंगी, बैंगनी, हरा
तृतीयक रंग — लाल-नारंगी, पीला-नारंगी बैंगनी तथा लाल बैंगनी।



चित्र—रंग चक्र

प्रयोग संख्या =
[5]

उद्देश्य :-

-: रंग चक्र :-

रंग सिद्धान्त में विभिन्न प्रकार के रंगों को व्यवस्थित करने के लिए रंग चक्र का सहारा लेना पड़ता है।

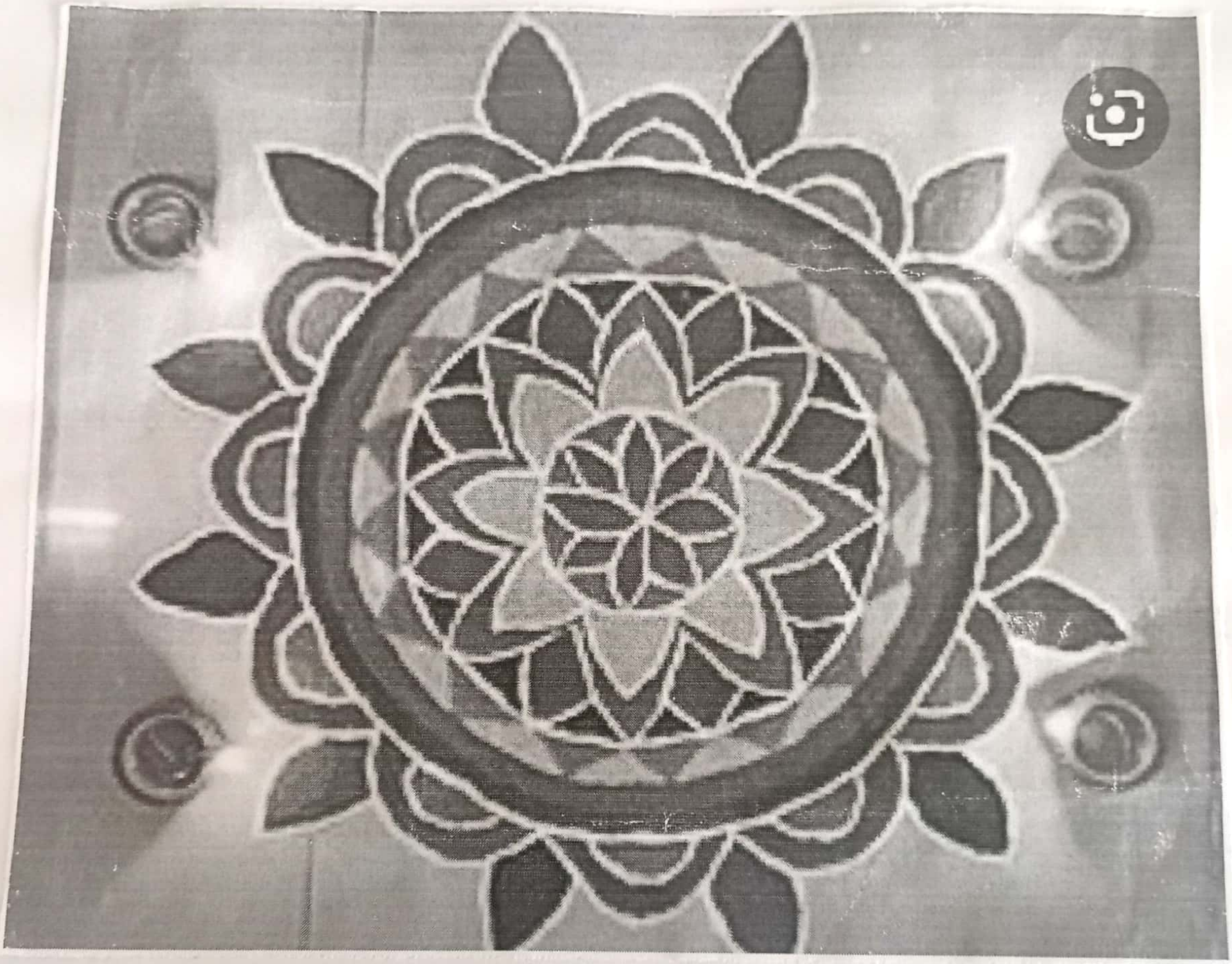
'प्रसिद्ध गणितज्ञ सर आइजैक न्यूटन' ने पहले रंग के लिए अर्थात् रंग चक्र का अविष्कार किया था। प्रिज्म से परावर्तित होने वाले सफेद प्रकाश का अध्ययन करते हुए, उन्होंने देखा कि प्रकाश रंगों के एक स्पेक्ट्रम को दर्शाता है और उसी के बाद रंग का भी जन्म हुआ।

→ रंग चक्र में तीन विभिन्न प्रकार के रंग होते हैं और उन्हें तीन श्रेणियों में बांटा गया है जो निम्न हैं —

[i] प्राथमिक रंग — पीला, हरा, नीला
[ii] द्वितीयक रंग — नारंगी, बैंगनी, हरा
[iii] तृतीयक रंग — लाल-नारंगी, पीला-नारंगी बैंगनी तथा लाल-बैंगनी

Scanned with CamScanner

रंगोली



Scanned with CamScanner

प्रयोग संख्या - [6]

उद्देश्य :-

—: फर्श की सजावट :—

भारत में तीज त्योहारों व पावन अवसरों पर फर्श सजावट एक प्राचीन परम्परा है। हमारे देश के विभिन्न भागों में विभिन्न कला शैली द्वारा फर्श सजाया जाता है। रंगोली तथा अल्पना मुख्य रूप से सजावट के लिए उपयोग में ली जाती है।

[1] रंगोली :—

रंगोली का प्रयोग दीपावली, होली, शादी और पावन अवसरों पर किया जाता है। हमारे देश के कई प्रदेशों में इसे प्रतिदिन घर के सामने सजाया जाता है। जैसा कि नाम से ही पता चल रहा है कि विभिन्न रंगों का समायोजन एक विशिष्ट डिजाइन में करने को रंगोली कहते हैं।

→ परम्परागत रंगोली सजाने में **'चावल का पेस्ट या पाउडर'** इस्तेमाल किया जाता है जिसमें पीला, नीला, लाल व हरा रंग मिला दिया जाता है।

→ आजकल रंगोली बनाने के लिए गुलाल, पोस्टर कलर, तैलीय रंग (Oil paints) एवं गुलाल रंगोली के लिए विशिष्ट रंग जो फैलाने में अत्यन्त

Scanned with CamScanner

आसान होते है।

→ इसके अलावा फूलों की पत्तियों, लकड़ी के बुरादे तथा अनाज व दालों की सहायता से भी रंगोली बनाई जा सकती है।

→ आधुनिक रंगोली में जलती हुई मोमबत्ती एवं दीपक का भी प्रयोग किया जाता है।

विधि :— रंगोली के लिए सर्वप्रथम चॉक से फर्श पर डिजाइन बना लें। किसी एक पदार्थ का चुनाव कर, रंग योजना चुनकर डिजाइन मे रंग बुरकाये ताकि रंग एक समान भर जाये और फर्श नजर न आये।

अल्पना : अल्पना को मांडणा भी कहते है। मांडणो की लोक कला भी अति प्राचीन है। विशेषकर इसे धार्मिक जीवन से जोड़ा गया है। अतः इसे पूजा के स्थान पर बनाया जाता है।

→ लिपे-पुते, अधसूखे ऑगन पर गेरू व खड़िया से अलग-अलग के जो चित्र बनाये जाते है, उन्हें मांडणे कहते है। इनकी भी अनेक और विशिष्ट प्रकार की डिजाइने होती है।

विधि :— इनको बनाने के लिए गेरू मिट्टी एवं खड़िया को पहले पानी में भिगो दिया जाता

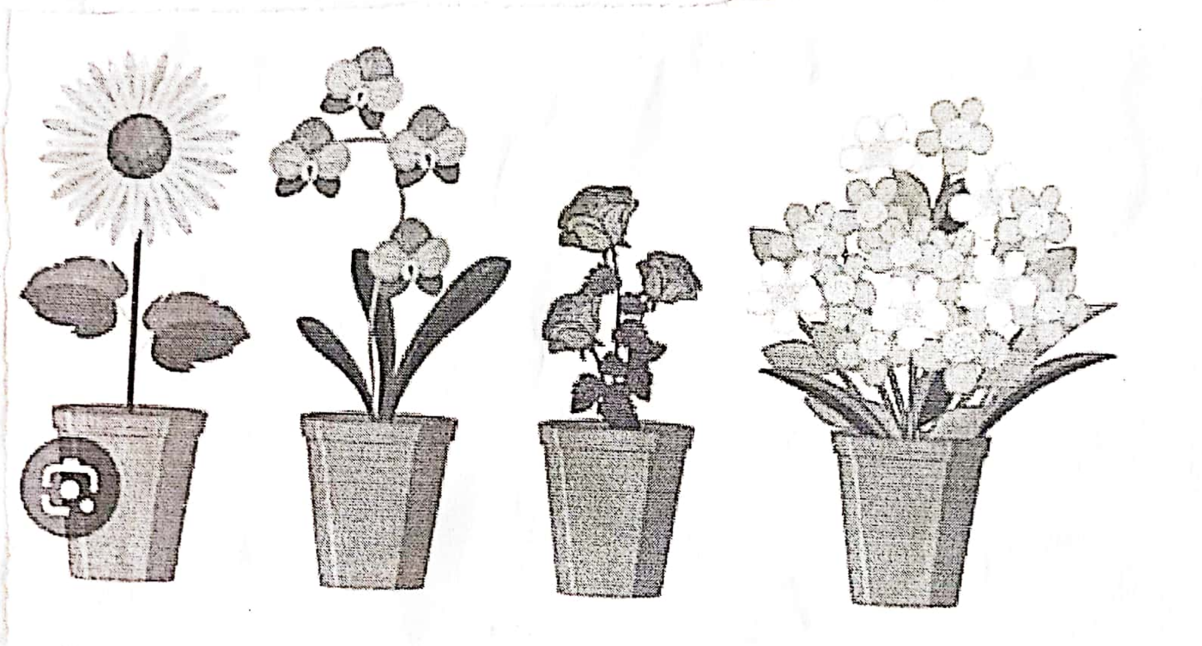
Scanned with CamScanner

अल्पना

Scanned with CamScanner

है। स्थान को साफ कर पहले गेरू से पोत लिया जाता है। सूखने के पश्चात खड़िया से चित्र बनाये जाते हैं। यह मांडणा या अल्पना सूखने के बाद दिखने में अत्यन्त सुन्दर दिखाई देता है।

Scanned with CamScanner



पुष्प सज्जा

Scanned with CamScanner

प्रयोग संख्या=[7]

पुष्प सज्जा

पुष्प विन्यास एक कला है फूलो का सौन्दर्य स्वाभाविक होता है तथा मन को प्रसन्न करता है इसका प्रमुख उद्देश्य वातावरण की सजीवता एवं सुन्दरता में वृद्धि करना है फूलो पत्तियो व टहनियो को फूलदानो में उनकी बनावट व रंग के आधार व रंग के आधार पर विशेष स्थान पर सजाने की कला को पुष्प सज्जा कहते है

पुष्प सज्जा के लिये हमे फूल व पत्ते, फूल व पत्तो को खड़ा रखने के लिये टहनी साधन फूल दान चाकू व कैची आदि की आवश्यकता होती है

फूल व पत्तो को खड़ा रखने के लिये बाजार में कई प्रकार के टहनी साधन उपलब्ध होते है वे आमतौर पर लोहे के बने होते है तथा इनमे नुकीली कीलो जैसी संरचना पायी जाती है ताकि टहनी इनमे आसानी से लगाई जा सके। इसके स्थान पर स्पंज तथा लोहे की जाली का उपयोग भी किया जा सकता है फूलदान में गीली मिट्टी

Scanned with CamScanner

कंकर पत्थर आदि डालकर भी फूलो को खड़ा किया जा सकता है
फूलदान का चुनाव फूलो की लम्बाई, कमरे में रखने के स्थान तथा पुष्प सज्जा के आकार पर निर्भर करता है जैसे
खाने के मेज पर छोटा तथा चौड़ा फूलदान उपयुक्त रहता है तथा कमरे के लिये लम्बा व सकरा फूलदान उचित होगा पुष्प सज्जा करते समय निम्न बिन्दुओ को आवश्य ध्यान दे।

1. पुष्प सदैव ताजे, सुन्दर एवं गंधरहित हो साथ ही कीड़ो को आकर्षित न करे
2. फूलो का चयन करते समय फूलो का रंग कमरे में उपयोग किये गये रंगो को ध्यान में रखकर करना चाहिए।
3. ~~पु~~ पुष्पो को हमेशा सायंकाल में तोड़कर ताजा पानी में कुछ घण्टे रहने दे।
4. पुष्प सज्जा अवसर के अनुकूल हो जैसे औपचारिक अवसरो पर शानदार फूलो की बड़ी सममितीय सज्जा उपयुक्त होती है सुन्दर पुष्पो के छोटे गुलदस्ते पर्याप्त होते है
5. फूलो का आपसी संयोजन भी महत्वपूर्ण है उदाहरण के लिये गुलाब के फूलो के साथ गेंदे के फूल अच्छे नही लगेंगे फूल व फूलदान में भी समायोजन होना चाहिए

प्रयोग संख्या= [8]

गृह शिल्प में प्रयोग आने वाले चिह्न
(Architectural Symbols Used in House Plans)

एक दरवाजा (एक ओर खुलने याला)
Single door with single swing

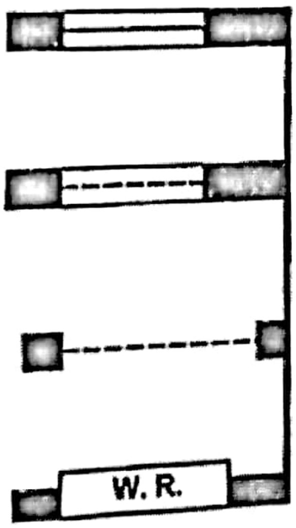
दोनों ओर खुलने वाला दरवाजा
Single door with double swing

एक ओर खुलने वाला द्वि दरवाजा
Double door single swing

दोनों ओर खुलने वाला द्वि दरवाज
Double door with double&wing

खिसकने वाला दरवाजा
Sliding door

चारों ओर घूमने वाला दरवाजा
Revolving door



खिड़की
Window

रोशनदान
Ventilator

विभाजन रेखा
Partition

आलमारी
Wardrob

सीढ़ी
Stair Case

रसोईघर की सिन्क
Kitchen Sink

कोने का वाश बेसिन
Corner Wash basin

फुव्वारा
Shower

Scanned with CamScanner