-------- Click on the --------
Download Link
To view the complete book

भाग 1

12146

मानव पारिस्थितिकी एवं परिवार विज्ञान

कक्षा 12 के लिए पाठ्यपुस्तक

© NCERT not to be republished

12146 – मानव पारिस्थितिकी एवं परिवार विज्ञान भाग 1
कक्षा 12 के लिए पाठ्यपुस्तक

ISBN 978-93-5292-001-3 (Part I)

प्रथम संस्करण
नवंबर 2017 अग्रहायण 1939

पुनर्मुद्रण
फ़रवरी 2021 माघ 1942
नवंबर 2021 कार्तिक 1943

PD 25T RPS

© राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, 2017

₹ 250.00

80 जी.एस.एम. पेपर पर मुद्रित।

प्रकाशन प्रभाग में सचिव, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, श्री अरविंद मार्ग, नयी दिल्ली 110 016 द्वारा प्रकाशित तथा फौजी प्रिंटिंग प्रैस, खसरा नं. 24/20 नंगली शकरावती इंडस्ट्रियल एरिया, नजफ़गढ, नयी दिल्ली – 110 043 द्वारा मुद्रित।

सर्वाधिकार सुरक्षित

- प्रकाशक की पूर्व अनुमित के बिना इस प्रकाशन के किसी भाग को छापना तथा इलैक्ट्रॉनिकी, मशीनी, फ़ोटोप्रतिलिपि, रिकॉर्डिंग अथवा किसी अन्य विधि से पुन: प्रयोग पद्धति द्वारा उसका संग्रहण अथवा प्रचारण वर्जित है।
- इस पुस्तक की बिक्री इस शर्त के साथ की गई है कि प्रकाशन की पूर्व अनुमित के बिना यह पुस्तक अपने मूल आवरण अथवा जिल्द के अलावा किसी अन्य प्रकार से व्यापार द्वारा उधारी पर, पुनर्विक्रय या किराए पर न दी जाएगी, न बेची जाएगी।
- इस प्रकाशन का सही मूल्य इस पृष्ठ पर मुद्रित है। रबड़ की मुहर अथवा चिपकाई गई पर्ची (स्टिकर) या किसी अन्य विधि द्वारा अंकित कोई भी संशोधित मूल्य गलत है तथा मान्य नहीं होगा।

एन. सी. ई. आर. टी. के प्रकाशन प्रभाग के कार्यालय

एन.सी.ई.आर.टी. कैंपस
श्री अरविंद मार्ग
नयी दिल्ली 110 016 फ़ोन : 011-26562708

108 ए 100 फीट रोड
हेली एक्सटेंशन, होस्डेकेरे
बनाशंकरी III इस्टेज
बेंगलुरु 560 085 फ़ोन : 080-26725740

नवजीवन ट्रस्ट भवन
डाकघर नवजीवन
अहमदाबाद 380 014 फ़ोन : 079-27541446

सी.डब्ल्यू.सी. कैंपस
निकट धनकल बस स्टॉप पिनहटी
कोलकाता 700 114 फ़ोन : 033-25530454

सी.डब्ल्यू.सी. कॉम्प्लैक्स
मालीगाँव
गुवाहाटी 781021 फ़ोन : 0361-2676869

प्रकाशन सहयोग

अध्यक्ष, प्रकाशन प्रभाग	:	*अनूप कुमार राजपूत*
मुख्य संपादक	:	*श्वेता उप्पल*
मुख्य उत्पादन अधिकारी	:	*अरुण चितकारा*
मुख्य व्यापार प्रबंधक	:	*विपिन दिवान*
संपादन सहायक	:	*ऋषिपाल सिंह*
उत्पादन सहायक	:	*प्रकाशवीर सिंह*

© NCERT not to be republished

Click on the
Download Link
To view the complete book

आमुख

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (एन. सी. एफ़.) – 2005 में अनुशंसा की गई है कि बच्चों के विद्यालयी जीवन को विद्यालय के बाहर के जीवन के साथ अवश्य जोड़ा जाना चाहिए। यह सिद्धांत पुस्तकीय अध्ययन की परंपरा से दूर जाता प्रतीत होता है। यह हमारी प्रणाली को सतत् रूप से आकार देता है और विद्यालय, घर तथा समुदाय के बीच एक अंतराल उत्पन्न करता है। एन.सी.एफ़. के आधार पर विकसित पाठ्यक्रम और पाठ्यपुस्तकें इस मूलभूत विचार के कार्यान्वयन का प्रयास करती हैं। ये रटकर सीखने और विभिन्न विषय-क्षेत्रों के बीच एक स्पष्ट सीमा बनाए रखने को निरुत्साहित करने का प्रयास भी करती हैं। हमें आशा है कि ये उपाय हमें राष्ट्रीय शिक्षा नीति (1986) में बताई गई बाल-केंद्रित प्रणाली की दिशा को और आगे बढ़ाने में सहायक होंगे।

इस पहल को सफलता तभी मिलेगी जब इससे लाभ पाने वाले सभी व्यक्ति–विद्यालयों के प्राचार्य, माता-पिता और शिक्षक बच्चों को उनके द्वारा सीखी गई बातों पर विमर्श करने तथा उनकी कल्पनाशील गतिविधियों एवं प्रश्नों को प्रोत्साहित करेंगे। हमें यह स्वीकार करना चाहिए कि मौका, समय और स्वतंत्रता दिए जाने पर बच्चे वयस्कों द्वारा दी गई जानकारी का उपयोग कर नए ज्ञान को जन्म देते हैं। हमें यह भी याद रखना चाहिए कि निर्धारित पाठ्यपुस्तक बच्चे के लिए सीखने के संसाधनों में मात्र एक है और शिक्षक दूसरा। उसका घर, परिवेश उसका जीवन तथा उसके हमउम्र साथी, ये सभी सीखने के संसाधन और स्थल हैं। रचनात्मकता और पहल मन में बैठाना तभी संभव है जब हम बच्चों को उनके अधिगम के मुख्य अभिकर्ता के रूप में समझें और बर्ताव करें, ना कि उन्हें ज्ञान की एक निश्चित मात्रा प्राप्त करने वाले के रूप में देखें। ये मान्यता विद्यालय की नियमित प्रणालियों और कार्यशैली में पर्याप्त बदलाव लाते हैं।

आपके हाथ में यह पुस्तक एक उदाहरण है कि एक पाठ्यपुस्तक कैसी हो सकती है। यह शिक्षार्थी और समकालीन भारत की गतिशील सामाजिक-आर्थिक वास्तविकताओं के परिप्रेक्ष्य में सभी क्षेत्रों में ज्ञान के सृजन के लिए एन.सी.ई.आर.टी. के प्रस्ताव पर आधारित है। एन. सी. एफ़. – 2005 के तत्त्वावधान में नियुक्त शिक्षा संबंधी जेंडर मुद्दों पर राष्ट्रीय फ़ोकस समूह द्वारा गृह विज्ञान जैसे पारंपरिक से परिभाषित विषयों को ज्ञान मीमांसा की दृष्टि से पुन: परिभाषित करने के लिए महिलाओं के दृष्टिकोण को शामिल करने की आवश्यकता पर बल दिया गया है। हमें आशा है कि वर्तमान पाठ्यपुस्तक इस विषय को जेंडर संबंधी भेदभाव से मुक्त रखेगी और यह रचनात्मक अध्ययन तथा प्रायोगिक कार्य के लिए युवा मन और शिक्षकों को चुनौती देने में सक्षम होगी।

एन. सी. ई.आर. टी. इस पुस्तक के लिए उत्तरदायी पाठ्यपुस्तक विकास समिति द्वारा की गई कड़ी मेहनत की सराहना करती है। हम माध्यमिक एवं उच्चतर शिक्षा विभाग व मानव संसाधन विकास मंत्रालय को उनके मूल्यवान समय और योगदान के लिए तथा मानव पारिस्थितिकी एवं परिवार विज्ञान की उप-समिति (राष्ट्रीय समीक्षा समिति) को पाठ्यपुस्तक की समीक्षा में उनके योगदान के लिए विशेष आभार प्रकट करते हैं।

© NCERT not to be republished

Click on the
Download Link
To view the complete book

सभी के लिए गुणवत्तापूर्ण अधिगम पर लक्षित, अपने उत्पादों की गुणवत्ता के व्यवस्थित सुधार और सतत् संशोधन के लिए प्रतिबद्ध संस्था के रूप में, एन. सी. ई. आर. टी. टिप्पणियों और सुझावों का स्वागत करती है, जो हमें आगे संशोधन और परिष्करण में सक्षम बनाएँगे।

हृषिकेश सेनापति
निदेशक
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान
और प्रशिक्षण परिषद्

नयी दिल्ली
जुलाई, 2017

© NCERT not to be republished

प्राक्कथन

मानव पारिस्थितिकी एवं परिवार विज्ञान (एच. ई. एफ़. एस.) विषय जो अब तक 'गृह विज्ञान' के रूप में जाना जाता है, इसकी पाठ्यपुस्तकें एन.सी.ई.आर.टी. की *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा* – 2005 के दृष्टिकोण और सिद्धांतों के आधार पर विकसित की गई हैं। विश्व में, गृह विज्ञान का क्षेत्र नए नामों से जाना जाता है परंतु इसमें मूलरूप से पाँच क्षेत्र सम्मिलित हैं, जिनके नाम हैं – भोजन एवं पोषण, मानव विकास एवं परिवार अध्ययन, वस्त्र एवं परिधान, संसाधन प्रबंधन और संचार एवं विस्तार। इनमें से प्रत्येक क्षेत्र या विशेषज्ञता प्राप्त (जैसा कि विभिन्न कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में निर्दिष्ट है) व्यक्तियों, परिवारों, उद्योग और समाज की बढ़ती ज़रूरतों को ध्यान में रख, बढ़ते हुए दायरे के साथ विकसित और परिपक्व हुआ है। परिणामस्वरूप, इन क्षेत्रों में रोज़गार बाज़ार विकसित करने के उद्देश्य से नए आकर्षण विकसित किए गए हैं और बहुत से विश्वविद्यालयों में इनकी वर्तमान प्रतिष्ठा और कार्य क्षेत्र को बेहतर तरीके से दर्शाने के लिए इन्हें नए नाम दिए गए हैं।

इन सभी क्षेत्रों की अपनी विषयवस्तु और केंद्रबिंदु होता है जो वैश्विक, सामाजिक-सांस्कृतिक और सामाजिक-आर्थिक संदर्भों में व्यक्तियों, परिवारों और समुदायों के जीवन की गुणवत्ता में योगदान करते हैं। प्रत्येक व्यक्ति एक अच्छे गुणवत्तापूर्ण जीवन का अधिकारी होता है। इससे ऐसे व्यावसायिकों की माँग उत्पन्न होती है, जो सकारात्मक रूप से वैयक्तिक और सामाजिक जीवन के विभिन्न कार्यक्षेत्रों और आवश्यकताओं हेतु योगदान कर सकते हैं। ये कार्यक्षेत्र आधारभूत स्वच्छता, आवास, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए देखभाल, सुरक्षा, पर्यावरणी संवर्धन और सुरक्षा, वस्त्र, वित्त और सूक्ष्म से वृहद् स्तरों तक जीवन के असंख्य संबद्ध पहलुओं के मेज़बान तक हो सकते हैं। यह स्पष्ट रूप से विविध सेवाएँ देने वाले व्यक्तियों को प्रशिक्षित करने के लिए शिक्षाविदों और शैक्षणिक संस्थानों के लिए एक चुनौती उत्पन्न करते हैं। इस संदर्भ में एच. ई. एफ़. एस. अंतरविषयक महत्त्व वाले अवसर उपलब्ध कराता है। इनमें उद्योग/निगमित क्षेत्रों, विभिन्न स्तरों पर शिक्षण, अनुसंधान और विकास, विभिन्न संवर्गों में सार्वजनिक क्षेत्र, क्षेत्रीय, राष्ट्रीय तथा अंतर्राष्ट्रीय संगठन जो समुदायों के साथ और उनके लिए कार्य करते हैं और उद्यम संबंधी प्रयास सम्मिलित हैं।

शैक्षिक समुदाय, समुदाय विकास और उद्योगों के लिए कार्य करने वाले व्यावसायिक इन क्षेत्रों में निरंतर पारस्परिक क्रिया कर रहे हैं और शिक्षा और प्रशिक्षण की रूपरेखा बना रहे हैं। इस प्रकार एच. ई. एफ़. एस. (गृह विज्ञान / परिवार और समुदाय विज्ञान) ऐसे व्यावसायिकों को विकास की ओर अग्रसर करता है, जिनके पास केवल ज्ञान और कौशल ही नहीं होता, परंतु जो जीवन की गुणवत्ता, उत्पादकता और स्थायी विकास से संबंधित चुनौतियों, आवश्यकताओं और सरोकारों के प्रति संवेदनशील होते हैं।

इस पाठ्यपुस्तक में वैयक्तिक और समुदायिक रूप से जीवन की गुणवत्ता को परिदृश्य में रखते हुए, कार्य, रोज़गार और जीविका से संबंधित मामलों पर विचार करने के लिए समग्र दृष्टिकोण अपनाया गया है। अत: पहली इकाई और अध्याय आजीविका के लिए जीवन कौशलों, कार्य के प्रति अभिवृत्तियों, कार्य चुनौतियों, सृजनात्मकता, निष्पादन एवं उत्पादकता, सामाजिक दायित्व तथा स्वयं से संवाद पर केंद्रित है। लचीलापन, विविधता, अनुकूलन के महत्त्व; काम, आराम और मनोरंजन के बीच संतुलन, उन्नतकार्य-

© NCERT not to be republished