SET – 4

Series : SGN/C

कोड नं.
Code No. 69

रोल नं.
Roll No. | | | | | | | |

परीक्षार्थी कोड को उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर अवश्य लिखें ।
Candidates must write the Code on the title page of the answer-book.

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ **7** हैं ।
- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें ।
- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में **25** प्रश्न हैं ।
- **कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें ।**
- इस प्रश्न-पत्र को पढ़ने के लिए 15 मिनट का समय दिया गया है । प्रश्न-पत्र का वितरण पूर्वाह्न में 10.15 बजे किया जाएगा । 10.15 बजे से 10.30 बजे तक छात्र केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे ।
- Please check that this question paper contains **7** printed pages.
- Code number given on the right hand side of the question paper should be written on the title page of the answer-book by the candidate.
- Please check that this question paper contains **25** questions.
- **Please write down the Serial Number of the question before attempting it.**
- 15 minute time has been allotted to read this question paper. The question paper will be distributed at 10.15 a.m. From 10.15 a.m. to 10.30 a.m., the students will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

गृह विज्ञान (सैद्धान्तिक)

HOME SCIENCE (Theory)

निर्धारित समय : 3 घंटे | *अधिकतम अंक : 70*

Time allowed : 3 hours | *Maximum Marks : 70*

सामान्य निर्देश :

(i) ***सभी*** *प्रश्न अनिवार्य हैं ।*

(ii) *इस प्रश्न-पत्र में कुल 25 प्रश्न हैं ।*

(iii) *प्रश्न-संख्या 1 – 6 तक* **एक** *अंक के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर* **एक या दो** *लाइन में दीजिए ।*

(iv) *प्रश्न-संख्या* ***7 – 13*** *तक* **दो** *अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर* ***10 – 20*** *शब्दों में दीजिए ।*

(v) *प्रश्न-संख्या* ***14 – 15*** *तक* **तीन** *अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर* ***20 – 30*** *शब्दों में दीजिए ।*

(vi) *प्रश्न-संख्या* ***16 – 21*** *तक* **चार** *अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर* ***40*** *शब्दों में दीजिए ।*

(vii) *प्रश्न-संख्या* ***22 – 25*** *तक* **पाँच** *अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर* ***50 – 60*** *शब्दों में दीजिए ।*

(viii) *जहाँ आवश्यक हो उपयुक्त उदाहरणों सहित अपने उत्तरों की पुष्टि कीजिए ।*

General Instructions :

(i) ***All*** *questions are compulsory.*

(ii) *There are total* ***25*** *questions.*

(iii) *Questions no.* ***1 – 6*** *are for* ***1*** *mark, to be answered in* ***one or two*** *lines.*

(iv) *Questions no.* ***7 – 13*** *are of* ***2*** *marks, to be answered in* ***10 – 20*** *words.*

(v) *Questions no.* ***14 – 15*** *are of* ***3*** *marks, to be answered in* ***20 – 30*** *words.*

(vi) *Questions no.* ***16 – 21*** *are of* ***4*** *marks, to be answered in* ***40*** *words.*

(vii) *Questions no.* ***22 – 25*** *are of* ***5*** *marks, to be answered in* ***50 – 60*** *words.*

(viii) *Support your answers with suitable examples wherever required.*

1. गर्मियों की पोशाक के कपड़े में कौन से दो गुण होने चाहिए जिनके कारण वे पहनने में आरामदायक लगते हैं ? **1**

Name two qualities of a dress fabric which make it comfortable to wear in summers.

2. महात्मा गाँधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी स्कीम के अन्तर्गत की गई किन्हीं दो गतिविधियों का नाम बताएँ । **1**

Name any two activities which were carried out under Mahatma Gandhi National Rural Employment Guarantee Scheme.

3. आपकी बहन खाद्य व पोषण में अधिस्नातक है । इस क्षेत्र में स्वयं रोज़गार के उसे कौन से दो अवसर उपलब्ध हैं ? **1**

Your sister is post-graduate in Food and Nutrition. Which two self employment opportunities are available to her in this field ?

4. पदार्थ के शाकाहारी होने का संकेत निर्माता लेबल पर किस प्रकार दर्शाते हैं ? **1**

How can a manufacturer indicate on the label that the food product is vegetarian ?

5. गीता का गर्भावस्था के दूसरे माह में गर्भपात हो गया । डॉक्टर ने इसका कारण उसके आहार में किसी पौष्टिक तत्त्व की कमी बताया है । यह कौन सा पौष्टिक तत्त्व हो सकता है ? उसे अपने दैनिक आहार में इसकी कितनी मात्रा सम्मिलित करनी चाहिए थी ? **1**

Geeta had a miscarriage in her second month of pregnancy. The doctor has recognized the cause to be a deficiency of a nutrient in her diet. What could be the nutrient ? How much quantity of this nutrient should she have included in her daily meals ?

6. नवजात शिशु के पोशाक का डिज़ाइन बनाते समय आप किन दो बातों का ध्यान रखेंगे जिससे शिशु को पोशाक आसानी से पहनाई जा सके । **1**

To make the dressing of a new-born easier, which two points would you keep in mind while designing his/her clothes ?

7. अपने आहार में एक मिलावटी पदार्थ का नाम बताएँ जिसके कारण आपके शरीर के खुले भागों में दाने/चकत्ते हो जाते हैं । यह किन दो खाद्यों में उपस्थित हो सकता है ? ऐसे खाद्य पदार्थों का लगातार सेवन करने से स्वास्थ्य पर अन्य कौन सा एक और कुप्रभाव हो सकता है ? **2**

Name one adulterant in your food which may be responsible for rashes on the exposed parts of your body. In which two foods it may be present ? Name one more health hazard, if you continue consuming such foods.

8. कोई चार लक्षण बताएँ जिससे एक लड़की का एनोरेक्सिया नरवोसा से पीड़ित होने का संकेत मिले । **2**

Write any four signs that indicate that a girl has anorexia nervosa.

9. "वृद्धाश्रम निवासियों की सामाजिक व मनोरंजक आवश्यकताओं की पूर्ति करने में मदद करते हैं ।" प्रत्येक के दो-दो उदाहरण दीजिए । **2**

"Old age homes help in meeting the social and recreational needs of its inmates." Give two examples of each.

10. किशोर अकसर अपनी क्षमता व योग्यताओं के बारे में अनिश्चित हैं । किन्हीं चार तरीकों का सुझाव दीजिए जिनसे उनके अध्यापक उन्हें अधिक समर्थ बनाने में मदद कर सकते हैं । **2**

Adolescents are often unsure of their potential and abilities. Suggest four ways by which their teachers can help them to become more competent.

11. "परिवार के आहार में खाद्य पदार्थों व पकाने की विधि में बदलाव लाकर उसे एक बीमार सदस्य के लिए परिवर्तित किया जा सकता है ।" इस कथन की पुष्टि एक-एक उदाहरण की सहायता से करें । **2**

"Family meals can be modified for a sick member by changing the food stuffs and the cooking method." Support this statement with the help of one example each.

12. पच्चीस वर्षीय सोहन नौकरी में तनाव के कारण अपनी नौकरी से त्याग-पत्र देना चाहता है । उसे नौकरी संबंधित अपनी जिम्मेदारियों को निभाने के चार सुझाव दें, जिससे वह इसी कंपनी में काम करता रहे । **2**

Twenty five year old Sohan wants to resign from his job as he finds it very stressful. Suggest four ways by which he can cope with his job related responsibilities so that he manages to continue working in the same company.

13. अतिसार से पीड़ित व्यक्ति के लिए आहार आयोजन करते समय आपको किन दो प्रकार के खाद्य पदार्थों को सम्मिलित नहीं करना चाहिए ? उसके लिए दो सस्ते तरल खाद्य पदार्थों का सुझाव भी दे । **2**

Identify two types of foods you should avoid while planning meals for a person suffering from diarrhoea. Also suggest two low cost liquid foods for him.

14. दुकानदार ने आपको दो बिजली के फिल्टर दिखाए जिसमें से एक रिवर्स आस्मोसिस (आर ओ) पर आधारित था । चार कारण बताएँ कि आपने बिना आर ओ का फिल्टर क्यों चुना । इसका प्रयोग करते समय आप कौन सी दो सावधानियाँ बरतेंगे ? **3**

The shopkeeper showed you two electric filters, one of which was based on reverse osmosis (RO). Give four reasons why you chose the electric filter without the RO. What two precautions would you adopt while using it ?

15. अपनी सहेली की भुजाओं पर आपने सुईयाँ चुभने के निशान देखे हैं । वह अकसर कक्षा से बाहर जाना चाहती है व अकेला रहना पसंद करती है । आपके विचार में उसकी क्या समस्या है ? यदि समय से इसका समाधान नहीं निकाला गया तो इसके व्यवहार के कौन से तीन परिणाम हो सकते हैं ? उसकी मदद करने के दो तरीके सुझाएँ । **3**

You have noticed needle prick marks on your friend's arms. She often excuses herself from the class and likes to remain alone. What do you think is her problem ? What could be the three consequences of her behaviour, if the problem is not dealt in time ? Suggest two ways by which she can be helped.

16. बाहर का खाना खाने के पश्चात् आप बीमार हो गए । विक्रेता की आठ अस्वच्छ आदतें लिखिए जो आपकी बीमारी का कारण हो सकती हैं ? **4**

You feel ill after eating out. Write eight unhygienic habits of the vendor which may be the cause of your illness.

17. एक लापरवाह किशोर चालक सोचता है कि उसके साथ कोई दुर्घटना घट नहीं सकती । उसकी यह सोच किस विशेष गुण से प्रभावित है ? इस विकास के क्षेत्र से संबंधित किन्हीं दो अन्य बदलावों को विस्तार से समझाइए । उसके व्यक्तित्व पर इन बदलावों का किन चार तरह से प्रभाव पड़ सकता है ? **4**

A careless adolescent driver is confident that he cannot have an accident. Specify the characteristic which influences his thinking. Briefly explain two other changes associated with this domain of development. In which four ways these changes could influence his personality ?

18. साबुन व डिटरजेंट की मूल संरचना क्या है ? दोनों में से कौन सा अधिक प्रभावशाली है ? अपने उत्तर की पुष्टि चार कारण देकर करें । **4**

What is the basic composition of soap and detergent ? Which one of the two is more effective ? Give four reasons to support your answer.

19. उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम उपभोक्ता के कल्याण/सुरक्षा के लिए बना है । इस अधिनियम की आठ मुख्य विशेषताओं का विवरण देकर इस कथन की पुष्टि करें । **4**

Consumer Protection Act is meant to protect the consumers. Support this statement by describing eight salient features of this Act.

20. अच्छा वेतन होने पर भी वर्मा को समझ में नहीं आता कि महीने के आखिर में उनके पास पैसा क्यों नहीं बचता । चार-चार कारण बताकर उन्हें बचत करने व अपने खर्चों का ब्योरा लिखने के लिए प्रेरित करें । **4**

Inspite of a good salary, Mr. Verma cannot understand why he has no money left at end of the month. Convince him to start saving and maintaining a record of his expenses giving four reasons of each.

21. एक परिवार को दोपहर के भोजन में मटर पुलाव, दही व सूजी हलवा परोसा गया है । इस आहार को पोषण के लिए मूल्यांकन करें । इस आहार को किशोरियों के लिए उपयुक्त बनाने के लिए तीन परिवर्तन सुझाएँ । अपने उत्तर की कारण देकर पुष्टि करें । **4**

A family has been served pea pulao, curd and suji halwa for lunch. Evaluate this meal for nutrition. Also suggest three modifications in this meal to make it suitable for an adolescent girl. Support your answer with reasons.

22. सुनार अपने ग्राहकों को धोखा देने के लिए कौन सी कुरीतियाँ अपना सकते हैं ? ऐसी कुरीतियों से बचने के लिए, उपभोक्ता कौन से चार कदम उठा सकते हैं ? उस मानक चिह्न का चित्र बनाए जिसकी जाँच से उपभोक्ता विश्वसनीय सोना खरीद सकता है । **5**

Enumerate four malpractices a goldsmith can adopt to deceive the customers. What four steps can consumers take to safeguard themselves from these malpractices ? Also draw the standard mark that the consumers should check for buying reliable gold.

23. आपके बड़े भाई का अपना व्यवसाय है । उन्हें ऐसी दो योजनाओं में निवेश करने का सुझाव दो, जो ब्याज आयकर से मुक्त होता है । दोनों योजनाओं के चार-चार अन्य लाभ बताकर अपने चुनाव की पुष्टि करें । **5**

Your elder brother has his own business. Suggest him any two investment schemes where the interest is tax free. Justify your selection giving any other four advantages of both schemes.

24. चाय के धब्बे छुटाते समय, मीता ने अपनी कीमती सूती साड़ी को नष्ट कर दिया । उसने कौन सी आठ संभावित गलतियाँ की होंगी ? इन्हें संग्रह करने के उसे दो मुख्य निर्देश भी दें । **5**

Meeta ruined her expensive cotton sari while removing tea stains from it. What eight possible mistakes she may have committed ? Also give her two specific tips to store these.

25. नीना एक नाटे कद की महिला के लिए साड़ी–ब्लाऊज़ का डिज़ाइन बना रही है । महिला को लम्बा प्रतीत कराने के लिए उसे कला के किन दो तत्त्वों का उपयोग करना चाहिए ? इस पोशाक में अनुरूपता व लय लाने के दो–दो तरीके दर्शाएँ । **5**

Nina is designing a sari blouse for a woman who is short in height. Which two elements of art should she use to make the woman appear taller ? Illustrate two ways by which she can create harmony and rhythm in this dress.