Downloaded From :http://cbseportal.com/

SET-4

Series JMS/C

कोड नं.
Code No. **37**

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 **8** 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 **32** 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 **8** 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 **32** 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

HOME SCIENCE

निर्धारित समय : 3 घण्टे | *अधिकतम अंक : 75*

Time allowed : 3 hours | *Maximum Marks : 75*

Downloaded From :http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From :http://cbseportal.com/

सामान्य निर्देश :

*इस प्रश्न-पत्र में **पाँच** खण्ड **क, ख, ग, घ** और **ङ** हैं । खण्ड क में प्रत्येक **1** अंक के **8** प्रश्न हैं । खण्ड ख में प्रत्येक **2** अंक के **8** प्रश्न हैं । खण्ड ग में प्रत्येक **3** अंक के **3** प्रश्न हैं । खण्ड घ में प्रत्येक **4** अंक के **8** प्रश्न हैं । खण्ड ङ में प्रत्येक **5** अंक के **5** प्रश्न हैं ।*

General Instructions :

*This question paper contains **five** sections **A, B, C, D** and **E**. Section A contains **8** questions of **1** mark each. Section B is of **8** questions of **2** marks each. Section C is of **3** questions of **3** marks each. Section D is of **8** questions of **4** marks each. Section E is of **5** questions of **5** marks each.*

खण्ड क

SECTION A

*दिए गए **आठ** प्रश्नों में से **किन्हीं सात** प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।*

*Attempt **any seven** questions of the given **eight** questions.*

1. आहार आयोजन से आप क्या समझते हैं ? *1*

अथवा

संज्ञानात्मक विकास क्या है ? *1*

What do you understand by meal planning ?

OR

What is cognitive development ?

2. खाद्य स्वच्छता से आप क्या समझते हैं ? *1*

अथवा

मानसिक आय को परिभाषित कीजिए । *1*

What do you understand by food hygiene ?

OR

Define psychic income.

3. अपने रसोईघर को घरेलू जीवों से बचाए रखने के लिए दो तरीकों का सुझाव दीजिए । *1*

Suggest two ways to keep your kitchen free from household pests.

4. ‘खेल’ से आप क्या समझते हैं ? *1*

What do you understand by ‘play’ ?

Downloaded From :http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From :http://cbseportal.com/

5. 'वृद्धावस्था' से आप क्या समझते हैं ? *1*

What do you understand by 'old age' ?

6. सही विकल्प चुनिए ।

धुलाई के दौरान सिरके को चमक प्रदान के लिए प्रयोग करते हैं *1*

(a) सिल्क का

(b) सूती वस्त्र का

(c) ऊनी वस्त्र का

(d) नायलॉन का

अथवा

सूती कपड़ों में से रंग निकलने से बचाने के लिए आप किस पदार्थ का उपयोग करेंगे ? *1*

Choose the correct option.

Vinegar is used in laundry to give shine to

(a) Silk

(b) Cotton

(c) Wool

(d) Nylon

OR

What will you use to prevent colour from bleeding from cotton fabrics ?

7. खाद्य सुरक्षा की परिभाषा दीजिए । *1*

Define food safety.

8. सफ़ेद सूती वस्त्रों पर नील का क्या प्रभाव होता है ? *1*

What is the effect of blue on white cottons ?

खण्ड ख

SECTION B

*दिए गए **आठ** प्रश्नों में से **किन्हीं सात** प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।*

*Attempt **any seven** questions of the given **eight** questions.*

9. चार उदाहरण देते हुए, दुकानदारों द्वारा ग्राहकों को विभिन्न मूल्य लगाकर ठगने वाले तरीकों को समझाइए । *2*

Explain giving four examples, the practices adopted by shopkeepers to cheat consumers through price variation.

Downloaded From :http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From : http://cbseportal.com/

10. आपका चूल्हा (ओवन) ठीक से काम नहीं कर रहा है । गारंटी अवधि भी खत्म हो गई है । उपभोक्ता होने के नाते आप इसे ठीक कराते समय कौन-से चार कर्तव्य निभाएँगे ? *2*

Your oven is not working properly. Guarantee period has also expired. While getting it repaired, what are your four responsibilities as a consumer ?

11. भोज्य पदार्थों को खरीदते समय आप कौन-सी चार बातें ध्यान में रखेंगे ? *2*

अथवा

व्यवसाय व वातावरण खाने की योजना को किस प्रकार प्रभावित करते हैं ? *2*

What are the four points you will consider while buying food ?

OR

How do occupation and climate influence meal planning ?

12. हल्का कार्य करने वाले पुरुष व महिला की कैलोरी व प्रोटीन की प्रस्तावित दैनिक आवश्यकताएँ क्या हैं ? *2*

What are the recommended daily dietary allowance of calories and protein for a sedentary working man and woman ?

13. सीमा हर समय थकी महसूस करती है । उसकी इस शारीरिक थकान के कोई चार कारण दीजिए । *2*

Seema feels tired all the time. Give any four causes of her physiological fatigue.

14. नेहल मानसिक थकान से पीड़ित है । उसे कोई चार तरीके सुझाइए जिन्हें अपनाकर वह इसे कम कर सके । *2*

Nehal suffers from psychological fatigue. Suggest any four ways that she should adopt to reduce it.

15. किशोरावस्था में भोजन सम्बन्धी कौन-सी दो प्रकार की अनियमितताएँ (विकार) देखने को मिलती हैं ? इनके पीछे क्या कारण हो सकते हैं ? *2*

State two types of eating disorders an adolescent suffers from. What is the reason behind it ?

16. आप स्याही का धब्बा किस प्रकार छुड़ाएँगी ? *2*

How will you remove an ink stain ?

Downloaded From : http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From : http://cbseportal.com/

खण्ड ग

SECTION C

*दिए गए **तीन** प्रश्नों में से **किन्हीं दो** प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।*

*Attempt **any two** questions of the given **three** questions.*

17. यह नवम्बर का महीना है और सर्दियाँ आरम्भ होने वाली हैं । निशा को अगले मौसम तक अपने सूती कपड़ों को संग्रह कर रखना है । वह कौन-सी छ: सावधानियाँ अपनाए जिससे उसके कपड़े अगली गर्मी के मौसम तक सुरक्षित रह सकें ? *3*

It is the month of November and winter is approaching. Nisha has to put away her cotton clothes for the next season. What are the six precautions she should adopt to ensure that her clothes are stored safely for the next summer season ?

18. संतुलित आहार देने के लिए खाद्य वर्ग किस प्रकार लाभदायक हैं ? एक किशोरी के लिए दोपहर के संतुलित भोजन का आयोजन कर व्याख्या कीजिए । *3*

How are food groups helpful in providing balanced meals ? Explain by planning a balanced meal (lunch) for an adolescent girl.

19. धब्बों का वर्गीकरण दीजिए । पशु और वनस्पति दागों को आप किस प्रकार दूर करेंगी ? *3*

अथवा

ब्लीचिंग पदार्थ क्या होते हैं ? ऑक्सीडाइजिंग व रिड्यूसिंग ब्लीचिंग पदार्थों में अंतर बताइए । प्रत्येक का एक-एक उदाहरण दीजिए । *3*

Give the classification of stains. How will you remove animal and vegetable stains ?

OR

What are bleaching agents ? Give the difference between oxidising and reducing bleaching agents. Give one example of each.

खण्ड घ

SECTION D

*दिए गए **आठ** प्रश्नों में से **किन्हीं सात** प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।*

*Attempt **any seven** questions of the given **eight** questions.*

20. आरम्भिक बाल्यावस्था (2 – 3 वर्ष) तक बालक में होने वाले आठ प्रकार के गत्यात्मक विकास की सूची बनाइए । *4*

List eight types of motor development that take place in early childhood (2 – 3 years).

Downloaded From : http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From : http://cbseportal.com/

21. रेनू समय बहुत नष्ट करती है और समय की कमी की सदैव शिकायत करती है । उसे समय की व्यवस्था के आठ महत्त्व बताइए । *4*

Renu wastes time and always complains about the shortage of time. Explain to her eight importances of time management.

22. खाना बनाने वाले व्यक्ति को आप ऐसी आठ आदतें बताइए जिन्हें अपनाकर वह भोजन कीटाणुरहित रखे । *4*

Suggest eight behaviours you would insist in your cook so as to ensure that the food cooked is germ-free.

23. "एक ही प्रकार का आहार आयोजन सभी व्यक्तियों के लिए उचित नहीं है ।" इस कथन की व्याख्या कीजिए । नवजात शिशुओं के लिए खाने की योजना बनाते समय आप किन बातों का ध्यान करेंगे ? *4*

अथवा

खाने की योजना का महत्त्व दीजिए । *4*

"One type of planned menu is not suitable for everyone." Explain the statement. Give specific points to be considered while planning meals for infants.

OR

Give the importance of meal planning.

24. निम्नलिखित खाद्य पदार्थों में पाए जाने वाले एक मिलावटी पदार्थ का नाम व उससे होने वाले शारीरिक कुप्रभाव बताइए : *4*

(a) चावल/गेहूँ

(b) सूजी

(c) चना दाल

(d) पिसी हल्दी

अथवा

ऊनी स्वैटर को धोते समय आप किन सावधानियों को बरतेंगे ? *4*

Name the adulterant found in the following food materials and its ill effect on health :

(a) Rice/Wheat

(b) Suji

(c) Chana dal

(d) Turmeric powder

OR

What precautions will you take while washing a woollen sweater ?

Downloaded From : http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From : http://cbseportal.com/

25. अनन्या ने दुकानदार से कुछ सब्ज़ियाँ खरीदीं । लेकिन उसने पाया कि उनका वजन कुछ कम था । दुकानदार कौन-सी आठ ग़लत नीतियाँ अपनाकर कम तौल की सब्ज़ियाँ देते हैं ? *4*

Ananya bought some vegetables from the vendor. But she realised that weight given was less. What kind of eight malpractices does the vendor use to underweigh the vegetables ?

26. हेमलता ने समारोह से आने के बाद अपनी साड़ी पर एक दाग देखा । उसे बिल्कुल नहीं पता था कि यह किस वस्तु का दाग है । उस अनजाने दाग को हटाने के लिए उसे कौन-सी सावधानियाँ अपनानी चाहिएँ ? *4*

Hemlata came from a party and found a stain on her saree. She has no clue as to what type of stain is this. What precautions should she adopt while removing this unknown stain ?

27. खाद्य सुरक्षा से आप क्या समझते हैं ? FSSAI कब स्थापित हुआ था ? उन गतिविधियों को समझाइए जिनमें FSSAI शामिल है । *4*

What do you understand by food safety ? When was FSSAI formed ? Explain the activities in which FSSAI is involved.

खण्ड ङ

SECTION E

*दिए गए **पाँच** प्रश्नों में से **किन्हीं चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।*

*Attempt **any four** questions of the given **five** questions.*

28. वृद्धावस्था में वृद्धों के घरों में कुछ बदलाव/सावधानियाँ अपनानी चाहिएँ जिससे उन्हें आरामदायक व दुर्घटनारहित बनाया जा सके । ऐसे दस बदलाव/सावधानियाँ कारण सहित बताइए जिससे यह संभव हो सके । *5*

During old age certain changes/precautions are required in the old persons' homes to prevent any kind of mishappening and for making them comfortable for them. Suggest ten such changes/precautions with reason.

Downloaded From : http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE

Downloaded From :http://cbseportal.com/

29. श्री गुप्ता व श्री मोहपात्रा एक ही कार्यालय में एक ही पद पर समान वर्षों से कार्य कर रहे हैं । उनके परिवार में सदस्यों की संख्या भी समान है, किन्तु उनकी पारिवारिक आय भिन्न है । इसके लिए कौन-से पाँच कारण हो सकते हैं ? व्याख्या कीजिए । *5*

Mr. Gupta and Mr. Mohpatra are working in the same office having same post and length of service. Their family members are also the same but their family income is different. What may be the five reasons for it ? Explain.

30. निवेदिता स्तनपान अवस्था में है । दोपहर के भोजन में रोटी, भिण्डी की सब्ज़ी व दही बनाने का आयोजन है । इस भोजन में आप कौन-से उपयुक्त परिवर्तन करना चाहेंगे ? प्रत्येक परिवर्तन (सुझाव) के कारण बताइए । *5*

Nivedita is in the lactating stage. The lunch menu planned is chapati, lady finger curry and curd. Suggest suitable modifications in the planned meal for her. Give reasons for each suggestion.

31. आप अपने लिए एक सिली-सिलायी क़मीज खरीदना चाहते हैं । इसका चयन करते समय आप किन दस बिन्दुओं पर विचार करेंगे ? अपने उत्तर के समर्थन में औचित्य भी बताइए । *5*

You wish to buy a readymade shirt for yourself. Write about ten areas you will look into while selecting it. Support your answer with justification.

32. मध्य वयस्कता की विशेषताओं की व्याख्या कीजिए । *5*

अथवा

ग्राहक संस्थाओं की भूमिका दीजिए । *5*

Explain the features of middle adulthood.

OR

Give the role of consumer organisations.

Downloaded From :http://cbseportal.com/ Courtesy : CBSE