

**Series HMJ/C****SET-4**कोड नं.  
Code No. **69/C**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.

नोट	NOTE
(I) कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ 11 हैं ।	(I) Please check that this question paper contains 11 printed pages.
(II) प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें ।	(II) 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.
(III) कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में 33 प्रश्न हैं ।	(III) Please check that this question paper contains 33 questions.
(IV) कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, उत्तर-पुस्तिका में प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें ।	(IV) Please write down the Serial Number of the question in the answer-book before attempting it.
(V) 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 ।	(V) 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 घण्टे

अधिकतम अंक : 70

Time allowed : 3 hours

Maximum Marks : 70



### सामान्य निर्देश :

निम्नलिखित निर्देशों को बहुत सावधानी से पढ़िए और उनका सख्ती से पालन कीजिए :

- (i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं ।
- (ii) इस प्रश्न-पत्र में कुल 33 प्रश्न हैं ।
- (iii) खण्ड क में प्रश्न संख्या 1 - 18 तक वस्तुनिष्ठ प्रश्न हैं, प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है ।
- (iv) खण्ड ख में प्रश्न संख्या 19 - 23 तक 2 अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर 10 - 20 शब्दों में दीजिए ।
- (v) खण्ड ग में प्रश्न संख्या 24 - 25 तक 3 अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर 20 - 30 शब्दों में दीजिए ।
- (vi) खण्ड घ में प्रश्न संख्या 26 - 29 तक 4 अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर 40 शब्दों में दीजिए ।
- (vii) खण्ड ङ में प्रश्न संख्या 30 - 33 तक 5 अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर 50 - 60 शब्दों में दीजिए ।
- (viii) सभी खण्डों क, ख, ग, घ और ङ में आंतरिक विकल्प दिए गए हैं ।
- (ix) जहाँ आवश्यक हो उपयुक्त उदाहरणों सहित अपने उत्तरों की पुष्टि कीजिए ।

### खण्ड क

नोट : उपयुक्त शब्द/शब्दों से रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए :

1. FSSAI के अतिरिक्त, सेब के रस को \_\_\_\_\_ मानक चिह्न भी दिया जाता है । 1
2. एक ग्वाला मिलावटी दूध की बिक्री कर रहा है । उसने आपके कौन-से उपभोक्ता अधिकार का उल्लंघन किया है ? \_\_\_\_\_ का अधिकार । 1
3. लिपस्टिक के धब्बे छुड़ाने के लिए \_\_\_\_\_ रसायन का प्रयोग किया जाता है । 1
4. 'गृह प्रबंध' के क्षेत्र में सीखा गया एक कौशल जिससे रोज़गार मिलने में मदद मिल सकती है \_\_\_\_\_ है । 1
5. असुरक्षित संभोग से \_\_\_\_\_ एवं \_\_\_\_\_ जैसे यौन संचारित रोग हो सकते हैं । 1
6. गर्भवती महिला को प्रतिदिन \_\_\_\_\_ विटामिन सी की मात्रा की आवश्यकता होती है । 1
7. यह \_\_\_\_\_ चिह्न ऊन की शुद्धता का प्रतीक होता है । 1
8. रेशमी वस्त्रों को उपयोग करने के पश्चात् हवा लगानी चाहिए क्योंकि वह \_\_\_\_\_ के कारण क्षतिग्रस्त हो सकते हैं । 1
9. एक लम्बे कद की पतली महिला के लिए आप \_\_\_\_\_ रेखाओं एवं \_\_\_\_\_ प्रिन्ट (छींट) वाले कपड़े खरीदेंगे । 1
10. एक अधेड़ महिला को दोपहर के भोजन में इडली एवं सांभर परोसा गया है । उसके आहार में यह दो खाद्य वर्ग नहीं हैं : \_\_\_\_\_ एवं \_\_\_\_\_ । 1



### General Instructions :

Read the following instructions very carefully and strictly follow them :

- (i) **All** questions are compulsory.
- (ii) There are total **33** questions.
- (iii) **Section A** : Question nos. **1 – 18** are objective type questions and of **1** mark each.
- (iv) **Section B** : Question nos. **19 – 23** are **2** marks each, to be answered in **10 – 20** words.
- (v) **Section C** : Question nos. **24 – 25** are **3** marks each, to be answered in **20 – 30** words.
- (vi) **Section D** : Question nos. **26 – 29** are of **4** marks each, to be answered in **40** words.
- (vii) **Section E** : Question nos. **30 – 33** are of **5** marks each, to be answered in **50 – 60** words.
- (viii) Internal choices are given in all the sections A, B, C, D and E.
- (ix) Support your answers with suitable examples wherever required.

### SECTION A

**Note :** Fill in the blanks with suitable word(s) :

1. Besides FSSAI, apple juice is also given \_\_\_\_\_ standard mark. 1
2. A milkman is selling adulterated milk. The consumer right that he has violated is right to \_\_\_\_\_ . 1
3. The chemical used for removing lipstick stains is \_\_\_\_\_ . 1
4. One skill you have learnt in the field of Home Management, which can help you find employment is \_\_\_\_\_ . 1
5. Unsafe sex may lead to sexually transmitted diseases like \_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_ . 1
6. A pregnant woman requires \_\_\_\_\_ amount of vitamin C per day. 1
7. This symbol \_\_\_\_\_ is the sign of purity of wool. 1
8. Silk clothes should be aired after use as they can get damaged due to \_\_\_\_\_ . 1
9. You will buy clothes with \_\_\_\_\_ lines and \_\_\_\_\_ prints for a tall and thin woman. 1
10. An elderly woman has been served idli and sambhar for lunch. The food groups missing in this meal are \_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_ . 1



**नोट :** बहुविकल्पीय प्रश्न : (उचित विकल्प चुनिए)

11. एक तीस-वर्षीय कामकाजी महिला को मासिक आय योजना में निवेश करना चाहिए क्योंकि इसमें
- (A) ब्याज आय कर से मुक्त है ।  
 (B) निवेश की कोई सीमा नहीं है ।  
 (C) धन सुरक्षित है ।  
 (D) आय कर में छूट की सुविधा है ।


1

**अथवा**

एक शाकाहारी खाद्य की पहचान उसके लेबल पर लगे \_\_\_\_\_ बिन्दु से होती है ।

1

- (A) हरे  
 (B) नीले  
 (C) लाल  
 (D) भूरे

12. पोशाक के सुरक्षा लेबल पर यदि यह  चिह्न हो, तो इसका अर्थ है कि इसे \_\_\_\_\_ नहीं चाहिए ।

1

- (A) समतल सुखाना  
 (B) धूप में सुखाना  
 (C) ड्राइक्लीन कराना  
 (D) टम्बल ड्राई कराना

13. मनरेगा (MGNREGA) के अंतर्गत ग्राम पंचायत के सदस्य होने के नाते आपका कर्तव्य है कि आप सुनिश्चित करें कि गाँव से कार्यस्थल की दूरी \_\_\_\_\_ से अधिक न हो ।

1

- (A) 2 किलोमीटर  
 (B) 3 किलोमीटर  
 (C) 4 किलोमीटर  
 (D) 5 किलोमीटर

14. खाद्य एवं पोषण में विशेषता प्राप्त करके गुरप्रीत ने एक रेस्तराँ खोल लिया है । परन्तु इससे उसे अधिक लाभ नहीं हो रहा है । अपनी विशेषता के क्षेत्र में ही कम खर्चा करते हुए उसके लिए सर्वोत्तम विकल्प है कि उसे

1

- (A) एक और रेस्तराँ खोलना चाहिए ।  
 (B) घर से खाना बनाना आरंभ करना चाहिए ।  
 (C) नई मिठाइयाँ व नमकीन बनाने चाहिए ।  
 (D) रेस्तराँ में पाक कला सिखाने का प्रबन्ध करना चाहिए ।




**Note :** Multiple choice questions : (Choose the best option)

11. A thirty-year-old working woman should invest in monthly income scheme as it has 1
- (A) tax free interest.
  - (B) no limit on investment.
  - (C) money is safe.
  - (D) tax rebate facility.

**OR**

A vegetarian food can be recognized by \_\_\_\_\_ dot on its label. 1

- (A) green
- (B) blue
- (C) red
- (D) brown

12. If you see this symbol  on a care label of a garment, it indicates that it should **not** be 1

- (A) dried flat
- (B) dried in sun
- (C) dry-cleaned
- (D) tumble-dried

13. As a member of Gram Panchayat under MGNREGA, it is your duty to ensure that the distance of the worksite from the village is **not** more than 1

- (A) 2 km
- (B) 3 km
- (C) 4 km
- (D) 5 km

14. After specialising in Food & Nutrition, Gurpreet has opened a restaurant. But she is not able to make profit from it. By spending least amount of money, her best option within her speciality is to 1

- (A) start another restaurant.
- (B) start making food at home.
- (C) make new sweets and savouries.
- (D) make arrangements to start cookery classes in the restaurant.



15. सोलह-वर्षीय सिमरन को किसी समारोह में जाना पसंद नहीं है क्योंकि वह सोचती है कि सब उसी को घूरते हैं। उसका ऐसा सोचना कौन-सी ज्ञानात्मक विशेषता का संकेत है ? 1
- (A) परिचय अभाव  
 (B) व्यक्तिगत आख्यान  
 (C) काल्पनिक दर्शक  
 (D) आत्मकेन्द्रितता
16. रिशी के माता-पिता कामकाजी हैं। उन्हें उसके साथ समय व्यतीत करने का अवसर नहीं मिल पाता। ऐसी परवरिश पद्धति के परिणामस्वरूप 1
- (A) वह सामाजिक विकास के क्षेत्र में शीघ्र परिपक्व होगा।  
 (B) उसे स्वयं पर अधिक संयम होगा।  
 (C) वह सामाजिक कौशलों में निपुण नहीं होगा।  
 (D) उसके आत्मविश्वास में कमी होगी।
17. प्रतिदिन अपने भोजन में \_\_\_\_\_ युक्त खाद्यों के सेवन करने से एक गर्भवती महिला संक्रमण रोगों से सुरक्षित रहेगी। 1
- (A) विटामिन सी  
 (B) विटामिन डी  
 (C) कैल्सियम  
 (D) लोहा
18. जब एक शर्ट का प्रिन्ट बाजू के प्रिन्ट से लाइनवार जुड़ जाता है, तो डिज़ाइन का कौन-सा सिद्धांत उत्पन्न होता है ? 1
- (A) लय  
 (B) एकरूपता  
 (C) अनुपात  
 (D) संतुलन



15. Sixteen-year-old Simran dislikes going to any party as she thinks everyone stares only at her. Which cognitive characteristic is reflected in her thinking ? 1
- (A) Identity crisis  
(B) Personal fable  
(C) Imaginary audience  
(D) Egocentrism
16. Rishi's parents are working and do not get time to interact with him. Due to influence of such parenting style he will 1
- (A) become socially mature quickly.  
(B) have more self control.  
(C) have few social skills.  
(D) have no confidence in self.
17. Consumption of \_\_\_\_\_ rich foods in her daily meals can protect a pregnant woman from infections. 1
- (A) Vitamin C  
(B) Vitamin D  
(C) Calcium  
(D) Iron
18. When print of a shirt is aligned with print of its arm, then which principle of design is created ? 1
- (A) Rhythm  
(B) Harmony  
(C) Proportion  
(D) Balance



### खण्ड ख

19. पेय जल बनाने के लिए फिटकरी एवं उबालने की विधियों का प्रयोग करते समय कौन-सी दो-दो सावधानियाँ बरतनी चाहिए ? 2
20. आपके दादाजी वृद्धाश्रम में रहना चाहते हैं। उन्हें इस आश्रम से कौन-सी चार मूल सुविधाओं की आशा रखनी चाहिए ? 2

### अथवा

एक पैंतालीस-वर्षीय महिला की परिवार के प्रति दो नई ज़िम्मेदारियाँ बताएँ। इनको निभाने के लिए उन्हें दो तरीके सुझाइए। 2

21. “परिवार के सदस्य अपनी संपत्ति एवं कौशलों की मदद से अपनी मौद्रिक एवं प्रत्यक्ष आय बढ़ा सकते हैं।” एक-एक उदाहरण देकर इस कथन की पुष्टि कीजिए। 2
22. एक शिशु घुटनों के बल चलने लगा है। उसके लिए पैन्ट का डिज़ाइन बनाते समय आप किन चार बिन्दुओं का ध्यान रखेंगे ? 2

### अथवा

किसी पोशाक के रंगों का चयन किन चार कारकों से प्रभावित हो सकता है ? 2

23. भोजन में कौन-सी मिलावट के कारण महिलाओं में बाँझपन हो सकता है ? किसी एक ऐसी मिठाई का नाम बताएँ जिसमें यह मिलावट पाई जा सकती है। ऐसे खाद्यों का लगातार सेवन करने से स्वास्थ्य पर अन्य कौन-से दो कुप्रभाव हो सकते हैं ? 2

### खण्ड ग

24. आपके भाई को चक्कर आते हैं। आपको शक है कि वह उच्च रक्तचाप से पीड़ित है। इस रोग के तीन अन्य लक्षण बताइए जिससे आपका शक यकीन में बदल जाए। उसके आहार में तीन परिवर्तन सुझाइए। 3

### अथवा

एक परिवार को दोपहर के भोजन में मूँग दाल, रोटी, पालक आलू की सब्ज़ी एवं दही परोसी गई है। एक किशोरी की पौष्टिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए इस भोजन की उपयुक्तता सिद्ध कीजिए। 3

25. रोहित ने अपनी कलाई काटने की चेष्टा की है। अन्य किन दो लक्षणों के आधार पर आपने निष्कर्ष निकाला कि वह उदासीनता से पीड़ित है ? इस समस्या के दो कारण क्या हो सकते हैं ? उसे इस अवस्था से निकालने के लिए दो तरीके सुझाइए। 3



**SECTION B**

19. What two precautions each should be adopted while using alum and boiling methods to make water potable ? 2
20. Your grandfather wants to live in an old age home. What are four basic facilities he should expect from such a home ? 2

**OR**

Write two new responsibilities of a forty-five-year-old woman towards her family. Suggest two ways she can cope with these. 2

21. "Family members can increase their money and direct income with the help of their assets and skills." Support this statement with the help of one example each. 2
22. What four points would you keep in mind while designing a pant for an infant who has started crawling ? 2

**OR**

State four factors that would influence the choice of colours of a dress. 2

23. Name one adulterant which if present in your food may lead to sterility in women. Name one sweet-meat in which this adulterant may be present. Mention two other health hazards, if one continues to consume such foods. 2

**SECTION C**

24. Your brother is suffering from dizziness. You suspect that he is suffering from hypertension. List three more symptoms which can confirm your suspicion. Suggest three dietary tips for his meals. 3

**OR**

A family has been served moong dal, chapatti, spinach potatoes vegetable and curd for lunch. Justify whether this meal is appropriate for the nutritional requirements of an adolescent girl. 3

25. Rohit tried to cut his wrist. Which other two symptoms helped you conclude that he is suffering from depression ? What could be two probable causes of this problem ? Suggest two ways by which he can be helped to come out of this condition. 3



### खण्ड घ

26. किशोरों की कोई चार मनोवैज्ञानिक-सामाजिक आवश्यकताओं की व्याख्या कीजिए। इन आवश्यकताओं की पूर्ति करने में उनका विद्यालय कैसे मदद कर सकता है ? 4
27. छात्रों में व्यक्तिगत स्वच्छता सुनिश्चित करने के लिए प्रदर्शन पट्ट (डिस्प्ले बोर्ड) पर आठ दिशा-निर्देश लिखिए। 4
28. गुनीत ने अपना व्यवसाय स्थापित किया है। वह सार्वजनिक भविष्य निधि (पी.पी.एफ.) एवं राष्ट्रीय बचत प्रमाण-पत्र में निवेश करने की योजना बना रहा है। उसके चुनाव के चार-चार कारण बताकर पुष्टि कीजिए कि उसने सही विकल्प चुने हैं। 4

### अथवा

- जीवन बीमा (LIC) एवं सावधिक जमा खाते (फिक्सड डिपोजिट अकाउन्ट) में निवेश करने के गुणों तथा अवगुणों के बीच तुलना कीजिए। 4
29. साबुन एवं डिटरजेंट के बीच अंतर बताइए। इनमें से कौन-सा अधिक प्रभावी है ? क्यों ? 4

### खण्ड ङ

30. उदाहरणों की सहायता से आहार आयोजन के कोई पाँच सिद्धान्त तथा इसे प्रभावित करने वाले कोई पाँच कारक समझाइए। 5
31. ग्रीस के धब्बे छुड़ाते समय सुहानी ने अपने ऊनी कोट को खराब कर दिया है। उसकी कौन-सी छह गलतियों के कारण ऐसा हुआ होगा ? अपने ऊनी वस्त्रों को संग्रह करने के लिए उसे चार सुझाव भी दीजिए। 5

### अथवा

- एक सिले-सिलाए कोट की संतोषजनक कारीगरी के लिए आप कौन-सी दस विशेषताओं की जाँच करेंगे ? 5
32. उपभोक्ताओं को बाज़ार में चल रहे चार अनुचित व्यापारिक चलनों एवं चार प्रतिबंधित व्यापारिक चलनों से अवगत कराएँ। इनसे वह अपना बचाव किन दो तरह से कर सकते हैं ? 5
- अथवा
- आपकी बहन को दरवाजे पर आए विक्रेता से साड़ियाँ खरीदना बहुत सुविधाजनक लगता है। उसे ऐसा न करने के चार कारण बताइए। साथ ही उसे अपने उपभोक्ता होने की छः जिम्मेदारियों से अवगत कराइए। 5
33. उपभोक्ता अदालत में रमेश का मुकदमा (केस) खारिज कर दिया गया है। उसने मुकदमा दर्ज करते समय कौन-सी आठ संभव गलतियाँ की होंगी ? यदि वह मुकदमा जीत जाता तो उसे संभवतः क्या राहत मिलती ? 5

**SECTION D**

26. Elaborate four psychosocial needs of adolescents. How can their school help to fulfil these needs ? 4
27. Write eight guidelines on a display board which will ensure that students would follow personal hygiene. 4
28. Guneet has opened his own business. He is planning to invest in PPF and NSC. Justify, giving at least four reasons for each, that he has made the right choices. 4
- OR**
- Compare the merits and demerits of investing in LIC and fixed deposit account. 4
29. Differentiate between soaps and detergents. Which one is more effective ? Why ? 4

**SECTION E**

30. Explain any five principles of meal planning and five factors influencing it. Use examples to elaborate your explanations. 5
31. Suhani has ruined her woollen coat while removing grease stains from it. Her which six mistakes may be the reason for this ? Also give her four suggestions to store her woollen garments. 5
- OR**
- What ten features would you check to ensure that the readymade coat has satisfactory workmanship ? 5
32. Make the consumers aware of any four unfair trade practices and four restrictive trade practices in the market. Suggest two ways they can safeguard themselves from these. 5
- OR**
- Your sister finds it very convenient to buy her saris from vendors who come to her door-step. Tell her four reasons why she should discontinue to do so. Also make her aware of her six responsibilities as a consumer. 5
33. Ramesh's case in the Consumer Court got rejected. Analyse eight possible mistakes he may have committed while filing the case. What is the likely relief he would have got, had he won the case ? 5