क्रमांक	खंड - A (वस्तुनिष्ठ प्रश्न) Section- A (Objectives Type Questions)	अंक
1.	(b) शारीरिक कार्य Physical function	1
2.	(a) गुजरात	1
3.	(c) संवेदनात्मक Sensorimotor	1
4.	(b) बजट के of budget	1
5.	(d) उपरोक्त सभी All of the above	1
6.	(c,) मूक- बधिर Deaf and dumb	1
7.	संसाधनों का प्रबंध Resource management	1
8.	सुजनी और जलकदोज़ी Sujani and Jalakdozii	1
9.	स्थूल क्रियात्मक विकास Gross motor development	1
10.	उपग्रह अनुदेशात्मक टेलीविजन प्रयोग **Satellite Instructional Television Experiment**	1
11.	समय व्यवस्था Time management	1
12.	बीमा पॉलिसी और कर्मचारी भविष्य निधि Health insurance policies and Public Provident Fund	1
13.	**(b)** अभिकथन **(A)** और कारण **(R)** दोनों सही हैं और कारण **(R),** अभिकथन **(A)** की सही व्याख्या नहीं है। (b) Assertion (A) and reason (R) both are correct but the reason(R) is not the correct explanation of the assertion (A).	1

Download from www.MsEducationTv.com

14.	(b) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही है और कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या नहीं है (b) Assertion (A) and reason(R) both are correct but the reason(R) is not the correct explanation of the assertion(A).	1
15.	(a) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही है और कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या है। (b) Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R), is the correct explanation of the assertion(A).	1
	खंड ख (अति लघु उत्तरीय प्रश्न) Section B (Very Short answer type questions)	
16.	जन्म से लेकर किशोरावस्था तक अर्जित किए गए गुणो , योग्यताओं कमा क्षमता जिनके प्रति किशोर धीरे-धीरे सजग होता है तथा स्वयं को उस आधार पर स्वीकार कर एक विशिष्ट व्यक्तित्व प्राप्त करता है । The characteristic traits, abilities acquired from childhood till adolescence that capture an adolescent's attention steadily are gradually accepted by the adolescent and help him or her form their identity.	2
17.	**विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार स्वास्थ्य का अर्थ सिर्फ शरीर का रोग मुक्त होना ही नहीं अपितु शारीरिक , मानसिक तथा सामाजिक रूप से सुरक्षित वन्य रोग महसूस करना है।** According to who health does not only mean the absence of diseases but also physical, mental and social wellness. अथवा (OR) **पोषण** : शरीर में कार्य करता हुआ भोजन । **पोषक तत्व :** वह रासायनिक तत्व जो शरीर की विभिन्न क्रियो के लिए तथा वृद्धि एवं विकास के लिए जरूरी पोषण प्रदान करते हैं । Nutrition : Food at work is called nutrition. Nutrients : Those chemical constituents that provide essential energy to the body for various functions.	2 1+1
18.	• गरीब देश के निर्धनतम तथा धनवान देश के निर्धनतम वर्गों में बाल मृत्यु दर का प्रतिशत अधिक है । • अधिक निर्धन वर्ग अर्थात अधिक बाल मृत्यु दर । • Child mortality rate prevailing amongst the poor residing in	1+1

Download from www.MsEducationTv.com

	poornations and the poor residing in affluent Nations is comparatively higher. ● Poore sections of society have comparatively higher more child mortality rate.	
19.	वास्तविक स्वयं : वह क्षमताएं जो किशोरी के पास है। आदर्श स्वयं : वह क्षमताएं जो किशोरी के पास होनी चाहिए। Real self : The capacities that an adolescent possesses. Ideal self : Those capacities that an adolescent should possess.	1+ 1
20.	तनाव प्रबंधन की कुछ युक्तियां- ● मित्रों एवं परिवार जनों से बातचीत ● नियमित रूप से योगासनों का अभ्यास ● अपनी पसंदीदा अभिरुचि का विकास ● अपना पसंदीदा संगीत सुनना ● अध्यात्म का सहारा लेना ● ज्ञानवर्धक तथा प्रेरणादायक पुस्तक पढ़ने की आदत विकसित करना ● (कोई चार) Tips to cope with stress and pressure- ● Talk to your family members ● Practice yoga on regular basis ● Develop your favourite hobby ● Listen your favourite music ● See help in spirituality ● Develop the habit of reading knowledgeable and motivational books ● (Any four) अथवा OR उच्च श्रेणी की स्वस्थता वाले व्यक्ति के गुण- ● सकारात्मक दृष्टिकोण रखते हैं ● हंसमुख स्वभाव के होते हैं ● शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ्य होते हैं ● स्वस्थ जीवन शैली का अनुसरण करते हैं ● नशीले पदार्थों का सेवन नहीं करते ● जीवन की चुनौतियों का सामना करने की क्षमता रखते हैं (कोई चार) Qualities of a person who is rated high on wellness- ● Has a positive Outlook or approach ● Is of a pleasant nature ● Is physically and mentally healthy ● Follows a healthy lifestyle ● Does not consume any drugs ● Is capable to face the challenges of life , (any four)	½ X 4 ½ X 4

Download from www.MsEducationTv.com

21.	संक्रामक रोग से बचाव के लिए दवाई या टीकाकरण के माध्यम से शरीर को उपलब्ध कराए जाने वाली एंटीबॉडीज को प्रतिरक्षण कहते हैं।	2
22	किशोर द्वारा अटपटा महसूस करने के संभावित कारण - • अचानक से कद या भार में परिवर्तन आना • शारीरिक अनुपात में परिवर्तन • शरीर की अपेक्षा हाथ पांव का अधिक लंबा या चेहरे का अधिक बड़ा दिखने लगना • आवास का बहुत अधिक भारी या बहुत अधिक पतला होना • (कोई अन्य) Possible reasons of adolescent feeling weird- • Sudden change in height or weight • Transformation in body ratio and proportion • Hand and legs assuming proportionately bigger size as compared to rest of the body and face becoming unexpectedly long . • Voice becoming extremely hoarse or shrill. • (Any other)	½ X 4
	खंड ख (लघु उत्तरीय प्रश्न) Section C (Short answer type questions)	
23.	• सभी के पास संसाधन सीमित मात्रा में होते हैं • सभी को सभी संसाधन पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध नहीं होते • संसाधनों की दीर्घकालिक उपलब्धता बनी रहे • पर्यावरणीय शक्ति को काम किया जा सकता है • जनसंख्या वृद्धि के कारण संसाधनों में निरंतर कमी आ रही है • आने वाली पीढ़ी के लिए संसाधनों की कमी ना हो (कोई अन्य)	½ X 6

Download from www.MsEducationTv.com

	• Everyone has limited resources • Not everyone has proper access to all the resources • All the resources are available in the long run • The damage to environment can be reduced • Resources are continuously getting depleted due to population explosion • (Any other)	
24.	गृह विज्ञान की शिक्षा लड़कों और लड़कियों के जीवन में समान रूप से उपयोगी है क्योंकि- • यह विषय दोनों के भावी जीवन की नींव रखता है • यह दोनों को ही उपलब्ध संसाधनों के बेहतर उपयोग की तैयारी में बराबर की सहभागिता निभाता है • जब महिला घर की चार दिवारी से बाहर निकाल कर कमाने लगी है तो पुरुष को भी घर के भीतर की व्यवस्था आनी आवश्यक है Home science education is equally important for boys as it is to girls because- • It lays a strong foundation for their future life . • It helps both to manage their resources properly . • Today when when girls are moving out of the confines of home to earn, it becomes the equal responsibility of boys to manage homes. अथवा OR गृह विज्ञान के मुख्य उद्देश्य है- • वृद्धि एवं विकास संबंधी ज्ञान अर्जित करना • सतर्क और जागरूक उपभोक्ता बनना • स्वस्थ आहार संबंधी आदतों का विकास करना • सीमित साधनों के उचित व्यवस्थापन के कौशल का विकास करना • वस्त्र विज्ञान कमा परिधान के चयन एवं सुरक्षा संबंधी ज्ञान प्रदान करना • पोषण संबंधी ज्ञान प्रदान करना (कोई अन्य) Main objectives of home science education- • Gain knowledge about growth and development • Become an informed consumer • Develop good food habits • Develop proper management skills of limited resources • Impert knowledge regarding clothing textiles selection of garments and their maintenance. • Impart knowledge regarding nutrition (Any other) .	1+1+1 ½ X 6
25.	पोषक तत्वों की आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारक-	½ × 6

Download from www.MsEducationTv.com

	• आयु • लिंग • शारीरिक दशा • शारीरिक क्रियाकलाप का स्तर • व्यवसाय • स्वास्थ्य **(** कोई अन्य तथा सभी का उचित वर्णन **)** Factors affecting the nutritional requirement of people • Age • Gender • Physical condition • Level of physical activity • Occupation • Health (Any other and proper explanation of each)	
26.	**समय प्रबंधन की तीन स्थितियां-** • **चरम भार अवधि** • **कार्य वक्र** • **विश्राम अथवा अंतराल कीअवधि** • **कार्य का सरलीकरण** (कोई अन्य तथा तीनों का उचित वर्णन) **3 Three tools in Time Management-** • **Peak load period** • **Work curve** • **Rest or break periods** • **Work simplification** **(Any other and proper explanation of each)**	1+1+1
27.	बच्चों के परिधान की मुख्य आवश्यकताएं - • आराम और सुविधा • स्व सहायता • सुरक्षा • वृद्धि के लिए गुंजाइश • शारीरिक गतिविधियों में सहायक • शोख व चटख रंग (कोई अन्य तथा सभी का उचित वर्णन) Three features of a child's apparel-	½ X 6

Download from www.MsEducationTv.com

	• Comfort and convenience • Self help • Safety • Scope for margin • Helpful in physical activities • Bright colours **(Any other and proper explanation of each)**	
28.	**पारिवारिक बजट योजना बनाने के लाभ-** • **धन व्यवस्थापन की शिक्षा प्रदान करता है** • **परिवार को ऋण के भार से बचाता है** • **आय का उचित निर्धारण करने में सहायक** • **दीर्घकालिक लक्ष्यों की प्राप्ति में सहायक** • **परिवार को उसकी आय के उपभोग का अनुमान प्रदान करने में सहायक** • **आय व्यय का संतुलन जचने में सहायक** (कोई अन्य तथा सभी का उचित वर्णन) **Advantages of planning a family budget-** • **Helpful in imparting knowledge regarding money management** • **Helps save the family from loan** **Helpful in estimating the family income** **Facilitates achieving long term goals** **Help helps the family gain and inside to income and its proper use** **Makes possible the balance between income and expenditure** **(Any other and proper explanation of each)** **अथवा** **OR** **मौद्रिक आय बढ़ाने के उपाय-** • **बचत की आदत कोबढ़ाना** • **ट्यूशन पढ़ाना** • **पार्ट टाइम अथवा ओवर टाइम काम करना** • **अनावश्यक खर्चों पर लगाम कसना** • **घर का कुछ भाग अथवा कमरा किराए पर दे देना** • **घर पर पेइंग गेस्ट रख लेना** (कोई अन्य तथा सभी का उचित वर्णन) **Measures to increase money income-** • **Inculcate the habit of saving**	½ X 6 ½ X 6

Download from www.MsEducationTv.com

	• **Give tuition classes** • **Doing part time or over time** • **Curb unnecessary expenditures** • **Rent out a part of home or a room** • **Keep paying guest at home** **(Any other and proper explanation of all)**	
29.	विशिष्ट परिसज्जा- किसी विशेष उद्देश्य से कॉम वस्त्र की उपयोगिता बढ़ाने के लिए अर्थात कपड़े के प्रयोग में परिवर्तन के उद्देश्य से जो परिसजजा की जाती है। दो विशिष्ट परिसजजा है - • जल अभेघता - वस्त्रो पर रबर , ऑक्सीकृति तेल या अन्य कोई जल रोकने वाला रासायनिक पदार्थ का लेप किया जाता है जिससे जल वस्त्रों के छिद्रों में ना जाकर उसकी ऊपरी सतह से ही फिसल जाता है। • मॉथ प्रूफिंग -सोडियम क्लोराइड तथा अल्युमिनियम क्लोराइड नामक रसायनों को वस्त्रों के ऊपर लेप किया जाता है जिससे उन्हें कीड़ों से बचाया जाता है। (कोई अन्य) Functional finishes- Finishes applied to fabrics with the special purpose to increase the functionality of the fabric • Waterproofing- oxidized oilness or rubber layer are applied over fabrics which prevents water from being absorbed by the fabric. • Moth proofing- chemicals namely sodium fluoride and Aluminium fluoride are applied to silk fabrics to prevent them from damage caused by silk moth. (Any other)	1+1+1
	खण्ड घ (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न) Section D (long answer type questions)	

Download from www.MsEducationTv.com

30	किशोरावस्था में आहार संबंधी समस्याओं के प्रमुख कारण- ● भोजन में अनियमितता ● दिन में किसी एक समय के भोजन को त्यागना ● स्नेक्स का अधिक सेवन ● फास्ट फूड ● अल्पाहार ● गैर परंपरागत भोजन पद्धति ● भोजन संबंधी विकार (कोई पांच तथा सभी का उचित वर्णन) Various causes of dietary problems during adolescence ● Irregular meals ● Skipping meals ● More of snacking ● Fast food ● Dieting ● Non traditional eating patterns ● Disordered eating (Any five and proper explanation of each) अथवा Or आहार मार्गदर्शक पिरामिड दैनिक खाद्य संबंधी दिशा निर्देशों का ग्राफिक चित्रण है। इसका उपयोग- ● यह चित्रण विविधता संतुलन और अनुपात को दर्शाता है ● प्रत्येक खंड का आकार प्रत्येक दिन परोसी जाने वाली निर्धारित मात्रा दर्शाता है। ● सबसे नीचे का चौड़ा आधार यह बताता है कि खाद्यान्न प्रचुर मात्रा में लिए जाने चाहिए और यह स्वस्थ आहार की नींव है। ● नीचे से दूसरा आधार फल और सब्जियां दर्शाता है अर्थात उनके आहार में खाद्यान्न से कम प्रधानता है किंतु फिर भी यह महत्वपूर्ण स्थान रखते हैं। ● खाद्य पिरामिड के तीसरे स्तर पर प्रोटीन युक्त खाद्य पदार्थ आदर्श गए हैं जो कि मानव शरीर के सभी ऊतकों के निर्माण की प्रमुख इकाई है। ● मांस और दूध शिखर के पास एक छोटी पट्टी में है प्रत्येक की अल्पआपूर्ति से ही महत्वपूर्ण पोषक तत्व जैसे प्रोटीन, विटामिन और खनिज प्राप्त किया जा सकते हैं। ● वसा, तेल और मिठाई के लिए शिखर पर थोड़ी सी जगह है जो दर्शाती है कि इसका उपयोग सबसे कम होना चाहिए। ● आहार पिरामिड में अल्कोहल युक्त पर पदार्थों को नहीं दर्शाया गया। ● बहुत कम खाद्य पदार्थों के बारे में ज्ञान रखने वाला व्यक्ति भी इस पिरामिड को देखकर खान-पान के तरीकों का अंदाजा लगा सकता है। ● यह पिरामिड सभी आवश्यक पोषक तत्वों की पूर्ति उपयुक्त शारीरिक बार बनाए रखने के लिए स्वास्थ्यवर्धक आहार का चयन करने में सहायता प्रदान	1+1+1+1+1 ½ X 10

Download from www.MsEducationTv.com

	करता है Food pyramid is the graphical representation of food items available. Uses of food Pyramid in daily life- ● It depends variety, balance and ratio. ● Each level depex serving size to be consumed everyday. ● The lowest level is broad depicting food grains should be consumed in plenty as they are the basis of healthy life. ● The second level from bottom depics fruits and vegetables that are less important than the lowest level of pyramid but cannot be surpassed or ignored in a diet. ● The third level includes pulses and lentils which help in the protein daily protein intake. ● Non vegetarian and milk products are depicted in a small section depicting a little intake of these products is helpful in full filling the requirements of protein , vitamins and minerals. ● Fats , oil and sugar are depicted in the top narrow most column that shows that such items should be consumed in very less amount. ● Alcoholic beverages are not depicted in the food pyramid. ● People with even very less knowledge of food products can help maintain a balanced diet by paying a little attention to the various levels of food pyramid. ● Food pyramid helps people maintain essential intake of nutrients and maintain required body weight.		

Download from www.MsEducationTv.com

31.	साबुन तथा डिटर्जेंट में अंतर- ● साबुन वास बालकनी के मिश्रण से बनता है जबकि डिटर्जेंट कार्बनिक यौगिक होते हैं जो खनिज तेल से रासायनिक प्रक्रिया द्वारा बनाए जाते हैं। ● साबुन कठोर जल में झाग नहीं देते और ठीक प्रकार से साफ नहीं करते जबकि डिटर्जेंट कठोर में कोमल दोनों ही जल में अच्छी प्रकार से सफाई करते हैं। ● कपड़ों से साबुन जल्दी से नहीं निकलता किंतु डिटर्जेंट आसानी से निकल जाते हैं। ● साबुन नाजुक रेशमी कपड़ों के लिए उपयुक्त नहीं है जबकि डिटर्जेंट नाजुक रेशमी कपड़ों को भी अच्छे से साफ कर देता है। ● साबुन सस्ते होते हैं जबकि डिटर्जेंट महंगे साबुन के लंबे प्रयोग से सफेद कपड़े पीले पड़ जाते हैं जबकि डिटर्जेंट के अंदर उपस्थित ब्लीचिंग तत्व कपड़ों की सफेदी को बनाए रखते हैं। Difference between soap and detergents- ● Soap is made from fats and alkalis whereas detergents are the problem compounds which are obtained from chemical processing of mineral oils ● soaps do not lather in hard water whereas detergent wash the clothes properly in both hard as well as soft water. ● Soaps are not easily removed from the fabrics detergents can be easily removed from the fabrics. ● Soaps are not suitable for delicate silk fabrics where as detergents was even the delicate silk fabrics very easily. ● Soaps are cheap whereas detergents are costly. ● Prolonged use of soap leaves a yellowing effect on fabrics whereas the bleaching agents present in detergents help maintain its brightness . अथवा OR दाग धब्बे हटाते समय ध्यान रखने योग्य बातें- ● दाग को सदैव ताजा ही उतारे। ● कपड़े की प्रकृति और दाग की प्रकृति दोनों का ध्यान में रखकर ही दाग उतारने की प्रक्रिया का चयन करें। ● दाग पर रासायनिक प्रतिकर्मक के तनु घोल का प्रयोग करें। ● वस्त्र पर प्रतिकर्मक केवल उतनी ही देर रखें जितनी देर में ढाबा छूट जाए। ● अज्ञात धब्बों को छुड़ाने के लिए सबसे कम हानिकारक प्रतीकरमाकों के प्रयोग का प्रयास करें ● पहले सरल प्रक्रिया का प्रयोग करें और फिर जटिल प्रक्रिया की ओर बढें। ● हल्के अम्लीय गोल का प्रयोग करें ● यदि अम्लीय गोल से दाग न उतरे तत्पश्चात हल्के क्षारीय घोलो का इस्तेमाल करें। ● ठंडे पानी और साबुन से गोल छुड़ाने का प्रयत्न करें यदि ना छूटे तत्पश्चात गर्म पानी और साबुन से छुड़ाएं। ● गोलक विधि के लिए पदार्थ जैसे बेंजीन, पैट्रोल आदि का प्रयोग करें।	1+1+1+1+1 ½ X 10

Download from www.MsEducationTv.com

Points to be considered while removing stains-

- Remove stains when fresh.
- Choose the appropriate stain removal technique keeping in mind the nature of fabric and the nature of stain.
- Use the miles solution of chemical reagent used for removing stain.
- Keep the stain removal reagent only as long as it helps in removing the stay else the fibre gets destroyed.
- Try to use the mild reagents for removing unknown stains.
- Use easy techniques first and then move to difficult techniques.
- Use mild acidic reagents to remove the stains.
  Mild acidic reagents cannot help in removing the stains then use mild reagents.
- Use cold water and soap to remove the stain if unsuccessful only then use warm or lukewarm water and soap to remove the stain.
- Use products like benzene and petrol for solvent methods.

Download from www.MsEducationTv.com