

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 घण्टे

Time allowed : 3 hours

अधिकतम अंक : 70

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. अपने कीमती कपड़ों को बचाने के लिए आपके द्वारा बरती जाने वाली कोई दो सावधानियों की सूची बनाइए ।

1

List any two precautions you will take in order to save your expensive clothes.

2. नवीनतम आर.डी.ए. के अनुसार, 14-वर्षीय किशोरावस्था वाली लड़की को कितने प्रोटीन की आवश्यकता होती है ?

1

As per the latest RDA, how much protein is required by a 14-year-old adolescent girl ?

3. कपड़ों और वस्त्रों के पाठ्यक्रम का अध्ययन करने से आपकी किन दो कौशलताओं का विकास होगा, उनका उल्लेख कीजिए । 1
Mention any two skills that you will develop by studying a course of clothing and textiles.
4. श्रीमती सिंह अपनी गर्भवती बहु के लिए भोजन का नियोजन करते समय किन दो बातों का विचार करेंगी ? 1
What two points will Mrs. Singh consider while planning a meal for her pregnant daughter-in-law ?
5. उपभोक्ता के दो अधिकार बताइए जो आपको धोखा होने पर न्याय प्राप्त करने में मदद करेंगे । 1
State two consumer rights which will help you to get justice when cheated.
6. अपने दोस्त को दो पाठ्यक्रमों का सुझाव दीजिए जो कक्षा XII के बाद गृह विज्ञान में अपना कैरियर बनाना चाहती है । 1
Suggest two courses to your friend who wants to pursue her career in Home Science after Class XII.
7. “किशोरावस्था के दौरान सभी किशोरों द्वारा पहचान के संकट का अनुभव होता है ।” क्या आप इस कथन से सहमत हैं ? दो उपयुक्त उदाहरणों सहित अपने उत्तर का समर्थन कीजिए । 2
“Identity crisis is experienced by all adolescents during adolescence.” Do you agree with the statement ? Support your answer with two suitable examples.
8. घरेलू रिकॉर्ड बनाए रखने का एक साप्ताहिक प्रारूप तैयार कीजिए । 2
Draw a weekly format of maintaining household records.
9. 60-वर्षीय व्यक्ति की सामाजिक आवश्यकताओं को पूरा करने के कोई चार तरीके बताइए । 2
State any four ways to meet the social needs of a 60-year-old person.

10. बीमारियाँ व रोग किसी व्यक्ति की पोषण-संबंधी स्थिति को कैसे प्रभावित करते हैं ? दो उपयुक्त उदाहरणों सहित अपने उत्तर का समर्थन कीजिए । 2
- How do diseases/illnesses affect the nutritional status of a person ? Support your answer with two suitable examples.
11. आपकी माता ने डबलरोटी खरीदने के लिए आपको एक विभागीय दुकान (डिपार्टमेंटल स्टोर) पर भेजा । उसके लेबल पर आप किन चार विशेषताओं की जाँच करेंगे ? 2
- Your mother sent you to a departmental store to purchase a loaf of bread. Which four features will you check on the label ?
12. कपड़ों से गंदगी को हटाने में साबुन व डिटर्जेंट के कार्य को समझाइए । 2
- Explain the action of soap and detergent in removing dirt from fabrics.
13. “गर्म रंग व ठण्डे रंग व्यक्ति के व्यक्तित्व को प्रभावित करते हैं ।” कथन का औचित्य साबित करने के लिए प्रत्येक के दो उपयुक्त उदाहरण दीजिए । 2
- “Warm colours and Cool colours influence the personality of a person.” Justify the statement with two suitable examples of each.
14. गृह विज्ञान प्रयोगशाला में काम करते समय आपने अपनी सफ़ेद कमीज़ पर धब्बा लगा लिया । इस धब्बे को हटाने के समय आप किन छः आम सिद्धान्तों को अपनाएँगे ? 3
- While working in the Home Science lab you stained your white shirt. Which six general principles will you follow while removing the stain ?
15. दसवीं कक्षा के छात्रों का एक समूह भ्रमण यात्रा के लिए जा रहा है । क्लोरीन की गोलियों का उपयोग करके उन्हें पानी की सफाई का तरीका दिखाइए । उन्हें क्लोरीन की गोलियाँ प्रयोग में लाने के कोई दो लाभ भी समझाइए । 3
- A group of students from Class X is going on an excursion trip. Demonstrate to them the method of cleaning water by using chlorine tablets. Also explain to them any two advantages of using chlorine tablets.

16. 'व्यक्तिगत स्वच्छता' शब्द से आप क्या समझते हैं ? अपनी गृह विज्ञान प्रयोगशाला में अपनाने वाले छः किए जाने वाले व छः न किए जाने वाले कार्यों का उल्लेख करते हुए एक चार्ट बनाइए । 4

What do you understand by the term 'Personal Hygiene' ? Make a chart mentioning 6 do's and 6 don'ts to be followed in your Home Science lab.

17. कोई चार परिस्थितियों को समझाइए जिनमें उपभोक्ता सी.पी.ए. में शिकायत दर्ज कर सकता है और इस अधिनियम के तहत उपभोक्ता के लिए उपलब्ध कोई भी चार राहें सूचीबद्ध कीजिए । 4

Explain any four situations in which a consumer can file a complaint in the CPA and also list any four reliefs which are available to consumers under this Act.

18. एक नवविवाहित जोड़े की कोई चार नई ज़िम्मेदारियाँ लिखिए और उन चार कौशलों को भी समझाइए जिनकी इन ज़िम्मेदारियों का प्रबंधन करने में आवश्यकता होगी । 4

Write any four new responsibilities of a newly-wed couple and also explain four skills they need to have to manage these responsibilities.

19. भोजन को मिलावटी कब कहते हैं ? अपने उत्तर के समर्थन में कोई चार बातें बताइए । किसी एक मिलावटी पदार्थ का नाम बताइए जो अरहर दाल में मौजूद हो सकता है और उसके कोई दो स्वास्थ्य खतरों के बारे में भी लिखिए । 4

When is food said to be adulterated ? Give any four points in support of your answer. Name one adulterant which might be present in arhar dal and also write any two health hazards of the same.

20. 'निवेश' शब्द को परिभाषित कीजिए । किन्हीं दो दीर्घकालिक योजनाओं के नाम बताइए जो कि किसी व्यक्ति को अपनी बचत का अधिक उपयोग करने के लिए निवेश करने में मदद करेंगी । प्रत्येक के दो फायदे और दो नुकसान लिखिए । 4

Define the term 'Investment'. Name any two long term schemes which will help a person to invest his/her savings for further use. Write two advantages and two disadvantages of each.

21. “अलग-अलग आयु समूहों के लिए अलग-अलग कपड़ों की आवश्यकता होती है।” आप अपनी 5-वर्षीय बहन और 13-वर्षीय भाई के लिए कपड़े खरीदते समय किन चार बातों का ध्यान रखेंगे ?

4

“Different clothes are required by different age groups.” What four points will you consider while selecting clothes for your 5-year-old sister and 13-year-old brother ?

22. अच्छी कार्यकुशलता सुनिश्चित करने के लिए निधी बने-बनाए गाऊन में कौन-सी छः विशेषताएँ देखेगी ? लेबल में कौनसा चिह्न शत प्रतिशत शुद्ध रेशम का संकेत करेगा ? उस प्रतीक चिह्न का चित्र बनाइए ।

5

Which six features will Nidhi look for in a readymade gown to showcase efficient workmanship ? Which mark in the label will indicate that it is 100% pure silk ? Draw the logo of the same.

23. प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष वास्तविक आय में अन्तर बताइए । कोई तीन तरीके बताइए जिनके द्वारा आप और आपके कॉलेज में अध्ययन कर रहा भाई अपने परिवार की आय में पूरक व्यवस्था कर सकते हैं ।

5

Differentiate between Direct and Indirect Real Income. Explain any three ways by which you and your college-studying brother can supplement the family income.

24. मधुमेह के कोई चार लक्षण लिखिए । उसके आहार प्रबंधन में चार प्रमुख विचारणीय विषयों की सूची बनाइए । किन्हीं दो खाद्य पदार्थों के नाम बताइए, जिनकी मधुमेह रोगी को उदारता से अनुमति दी जानी चाहिए ।

5

Write any four symptoms of diabetes. List four major considerations in dietary management of the same. Name any two food items which should be liberally allowed to a diabetic patient.

- 25.** किशोरावस्था में पदार्थों के बारे में दुरुपयोग के चार कारणों के बारे में कक्षा 10वीं और 11वीं के छात्रों के समूह को शिक्षित कीजिए तथा शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य पर पदार्थों के दुरुपयोग के किन्हीं दो परिणामों की भी क्रमशः व्याख्या कीजिए । इनको नियंत्रित रखने के कोई दो तरीके लिखिए ।

5

Educate a group of students of Class 10th and 11th about four causes of substance abuse among adolescents and also explain any two consequences of substance abuse on physical health and mental health respectively. Write any two ways of controlling it.