

Sample Paper (2025-26)

Class – 10th (Tenth)

Code:

Roll No -

--	--	--	--	--	--	--	--	--

Home Science

[Hindi and English Medium]

Academic / Open

[Time allowed: 3 hours]

[Maximum Marks: 60]

-
- Please make sure that the printed pages in this question paper are six in number and it contains 30 questions.
कृपया जांच कर ले कि इस प्रश्न पत्र में मुद्रित पृष्ठ संख्या छह हैं और 31 प्रश्न हैं।
 - The Code No. on the right side of the question paper should be written by the candidate on the front page of the answer book.
परीक्षार्थी द्वारा प्रश्न पत्र के दायीं ओर दिए गए कोड नंबर को उत्तर पुस्तिका के मुख्य पृष्ठ पर लिखा जाना चाहिए।
 - Before beginning to answer a question, its Serial Number must be written.
कृपया प्रश्न का उत्तर लिखने से पहले प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।
 - Don't leave blank page/pages in your answer-book.
उत्तर-पुस्तिका के बीच में खाली पृष्ठ न छोड़ें।
 - Except answer-book, no extra sheet will be given. Write to the point and do not strike the written answer.
उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अतिरिक्त शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार और लिखा उत्तर न काटे।
 - Candidates must write their Roll Number on the question paper.
परीक्षार्थी प्रश्न पत्र पर अपना अनुक्रमांक अवश्य लिखें।
 - Before answering the questions, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, no claim in this regard, will be entertained after examination.
प्रश्नों के उत्तर देने से पहले यह सुनिश्चित कर लें कि आपको सही और पूर्ण प्रश्न पत्र दिया गया है, परीक्षा के बाद इस संबंध में कोई दावा मान्य नहीं होगा।

General Instructions:

- (i) All questions are compulsory.

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

(ii) Marks of each question are indicated against it.

प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सम्मुख दर्शाए गए हैं।

SECTION - A

1. Active play is 1

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| a. drawing a picture | b. riding a cycle |
| c. digging sand | d. arranging building blocks |

सक्रिय खेल है -

- | | |
|----------------|----------------------------------|
| a. चित्र बनाना | b. साइकिल चलाना |
| c. रेत खोदना | d. बिल्डिंग ब्लॉक व्यवस्थित करना |

2. Children start using one word to communicate at the age of 1

- | | |
|--------------|--------------|
| a. 12 months | b. 5 months |
| c. 8 months | d. 10 months |

बच्चे संवाद करने के लिए एक शब्द का उपयोग की उम्र में करना शुरू कर देते हैं

- | | |
|-------------|-------------|
| a. 12 महीने | b. 5 महीने |
| c. 8 महीने | d. 10 महीने |

3. Ways to reduce fatigue include - 1

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| a. developing motivation | b. resting all the time |
| c. avoiding difficult jobs | d. working only when you feel like |

थकान कम करने के तरीकों में शामिल हैं -

- | | |
|--------------------------|--------------------------------------|
| a. प्रेरणा विकसित करना | b. हर समय आराम करना |
| c. मुश्किल कामों से बचना | d. सिर्फ तभी काम करना जब आपका मन करे |

4. By taking rest we can regain. 1

- | | |
|----------|-----------------|
| a. time | b. energy |
| c. money | d. all of above |

आराम करके हम वापस पा सकते हैं -

- | | |
|---------|----------------|
| a. समय | b. ऊर्जा |
| c. पैसा | d. उपरोक्त सभी |

5. Examples of perishable foods are 1

- a. lemon and citrus fruits b. milk and eggs
c. cereals and dals d. Sugar and jiggery

जल्दी खराब होने वाले खाद्य पदार्थों के उदाहरण हैं

- a. नींबू और खट्टे फल b. दूध और अंडे
c. अनाज और दालें d. चीनी और गुड़

6. Which nutrient is not found in mother's milk ... 1

- a. calcium b. vitamin A
c. iron d. potassium

माँ के दूध में कौन सा पोषक तत्व नहीं पाया जाता है -

- a. कैल्शियम b. विटामिन A
c. आयरन d. पोटैशियम

7. Prior meal Planning can save,and 1

पूर्व भोजन योजना से,और की बचत हो सकती है।

8. Some products bear like wool mark, FPO, ISI etc. 1

कुछ उत्पादों पर अंकित होता है जैसे ऊनी मार्क, एफपीओ, आईएसआई आदि।

9. PFA was passed in the year 1

पीएफए वर्ष में पारित किया गया था।

10. By what age do children get all their milk teeth? 1

किस उम्र तक बच्चों के सभी दूध के दाँत निकल आते हैं?

11. Name any two human resource. 1

कोई दो मानव संसाधन का नाम बताइए।

12. Write any two causes of spoiling food products. 1

खाद्य उत्पादों के खराब होने के कोई दो कारण लिखिए।

The following questions (Q. No. 13 to 15) consist of two statements namely Assertion (A) and Reason (R). Read both statements carefully and answer the questions by selecting the appropriate option given below:

निम्नलिखित प्रश्न (प्रश्न संख्या 13 से 15) में दो कथन हैं: अभिकथन (A) और कारण (R)। दोनों कथनों को ध्यानपूर्वक पढ़ें और नीचे दिए गए उपयुक्त विकल्प का चयन करके प्रश्नों के उत्तर दें:

13. Assertion (A): Some food products are perishable.

1

Reason (R): Moisture and micro-organisms are main causes of spoiling food products.

Options:

(A) Only Assertion (A) is correct.

(B) Only Reason (R) is correct.

(C) Both Assertion (A) and Reason (R) are correct and Reason (R) is the correct explanation of Assertion (A).

(D) Both Assertion (A) and Reason (R) are correct, but Reason (R) is not the correct explanation of Assertion (A).

अभिकथन (A) : कुछ खाद्य उत्पाद जल्दी खराब हो जाते हैं।

कारण (R) : नमी और सूक्ष्म जीव खाद्य उत्पादों के खराब होने का मुख्य कारण हैं।

विकल्प :

(A) केवल अभिकथन (A) सही है।

(B) केवल कारण (R) सही है।

(C) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं और कारण (R) अभिकथन (A) की सही व्याख्या है।

(D) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं, लेकिन कारण (R) अभिकथन (A) की सही व्याख्या नहीं है।

14. Assertion (A): All electronic equipment has the ISI mark.

1

Reason (R): A standardization mark determines the quality of the product.

Options:

(A) Only (A) is correct.

(B) Only (R) is correct.

(C) Both (A) and (R) are correct and (R) is the correct explanation of (A).

(D) Both (A) and (R) are correct, but (R) is not the correct explanation of (A).

अभिकथन (A) : सभी इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों पर ISI चिह्न होता है।

कारण (R) : मानकीकरण चिह्न उत्पाद की गुणवत्ता निर्धारित करता है।

विकल्प :

(A) केवल (A) सही है।

(B) केवल (R) सही है।

(C) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(D) (A) और (R) दोनों सही हैं, लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।

15. Assertion (A): Meal planning is based on age and occupation.

1

Reason (R): Planned meals should be healthy.

Options:

(A) Only (A) is correct.

(B) Only (R) is correct.

(C) Both (A) and (R) are correct and (R) is the correct explanation of (A).

(D) Both (A) and (R) are correct, but (R) is not the correct explanation of (A).

अभिकथन (A) : भोजन योजना आयु और व्यवसाय पर आधारित होती है।

कारण (R) : नियोजित भोजन स्वस्थ होना चाहिए।

विकल्प :

(A) केवल (A) सही है।

(B) केवल (R) सही है।

(C) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(D) (A) और (R) दोनों सही हैं, लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।

SECTION - B

16. Define active play.

2

सक्रिय खेल को परिभाषित करें।

or

Which moral qualities are developed in children through games?

खेल द्वारा बच्चों में किन नैतिक गुणों का विकास होता है।

17. Write full form of FPO.

2

एफपीओ का पूरा नाम लिखें।

18. What is energy management.

2

ऊर्जा प्रबंधन क्या है।

or

What are the types of family budget?

पारिवारिक बजट के प्रकार क्या हैं।

19. Write the types of bleaching agents. 2

ब्लीचिंग एजेंट के प्रकार लिखें।

20. Name the adulterants used in jaggery (gur) and mustard oil. 2

गुड़ और सरसों के तेल में इस्तेमाल होने वाले मिलावट के नाम बताएँ।

21. Give four examples of animal stains. 2

जानवरों के दाग के चार उदाहरण दें।

22. what is javelle water. 2

जैवेल वाटर क्या है।

or

Write any two methods of removing stains. 2

दाग हटाने की कोई दो विधियाँ लिखिए।

SECTION - C

23. What are the factors affecting meal planning. 3

भोजन नियोजन को प्रभावित करने वाले कारक क्या हैं?

or

What are the various points should be kept in mind while preparing a balanced diet?

संतुलित आहार तैयार करते समय किन विभिन्न बिंदुओं को ध्यान में रखना चाहिए?

24. What are the responsibilities of a consumer ? 3

उपभोक्ता की क्या जिम्मेदारियाँ हैं?

or

List down various rights of a consumer.

उपभोक्ता के विभिन्न अधिकारों की सूची बनाएँ।

25. What is the importance of label for a consumer? 3

उपभोक्ता के लिए लेबल का क्या महत्व है?

26. What are the differences between wet and dry method of washing ? 3

धुलाई के गीले और सूखे तरीके में क्या अंतर है?

27. What are the common reasons of conflict between parents and teenagers? 3

माता-पिता और किशोरों के बीच संघर्ष के सामान्य कारण क्या हैं?

28. Suggest three changes in work arrangement in a kitchen that will help in work simplification. 3

रसोई में कार्य व्यवस्था में तीन बदलाव सुझाएँ जो काम को सरल बनाने में मदद करेंगे।

29. Write the sources to increase family income. 3

पारिवारिक आय बढ़ाने के स्रोत लिखिए।

or

Explain the types of family income.

पारिवारिक आय के प्रकारों की व्याख्या करें।

SECTION – D

30. Explain the major food groups in detail. 5

प्रमुख खाद्य समूहों के बारे में विस्तार से बताएं।

or

Explain the problems faced by consumers.

उपभोक्ताओं के सामने आने वाली समस्याओं के बारे में बताएं।

31. List down the health hazards of common food adulterants. 5

आम खाद्य पदार्थों में मिलावट करने वाले पदार्थों से होने वाले स्वास्थ्य संबंधी खतरों की सूची बनाएं।

or

Classify stains and give one example of each type of stain.

दागों को वर्गीकृत करें और प्रत्येक प्रकार के दाग का एक उदाहरण दें।