कक्षा 10 Home Science
अभ्यास प्रश्न पत्र 2 (Practice paper 2)
अंक योजना 1(Marking Scheme)

क्रमांक	खंड - क (वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)	अंक
1.	(a) बची हुई खाद्य सामग्री का उचित उपयोग Use of the left over food	1
2.	(b) ऐगमार्क AgMark	1
3.	(a) स्टेफिलोकोक्कस Staphylococcus	1
4.	(d) आत्मिक आय Psychic income	1
5.	(b) अनुकरण से Following	1
6.	(a) किशोरावस्था Adolescence	1
7.	समय Time	1
8.	भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद Indian Council of Medical Research	1
9.	कपड़े धोना और सीढ़ी पर भार उठाना Washing clothes and lifting luggage on staircase	1
10.	55:20:25 Carbohydrate: protein : fats	1
11.	वूल मार्क Woolmark	1

12.	ईर्ष्या Jealousy	1
13.	(a) , अभिकथन(A) तथा कारण (R)दोनों सही है और कारण (R) , अभिकथन (A) की सही व्याख्या है	1
14.	(a) अभिकथन(A) और कारण(R) दोनों सही है और कारण (R),अभिकथन की सही व्याख्या है Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R) is the correct explanation of the assertion(A).	1
15.	(a) अभिकथन(A) और कारण(R) दोनों सही है और कारण (R),अभिकथन की सही व्याख्या है Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R) is the correct explanation of the assertion(A).	1
	खंड ख (Section B) अति लघु उत्तरीय प्रश्न Very short answer type questions	
16.	• दंड देने की बजाय अच्छे व्यवहार के लिए प्रेरित करें • स्वयं वो व्यवहार करें जो आप बच्चों से चाहते हैं • Rather than punishing motivate the child for good behaviour • Do what you want your children to do	1 X 2
17.	• धातु खाद्य पदार्थों में प्रवेश कर जाती है • खट्टे पदार्थ धातु के साथ अभिक्रिया करके नीला थोथा बनाते हैं जो विष युक्त होता है। • The metal seeps into	1 X 2

	the utensil and thus the food product. ● Sour products react with copper and brass to form copper sulphate which is toxic अथवा (OR) खांसी जुकाम से पीडित व्यक्ति की नाक और गले में स्टेफिलोकोकाई रोगाणु होते हैं जो संक्रमण जल्दी फैलाते हैं An infected person with cough and cold has staphylococcus germs that spread infection fast	2
18.	● कार्य की गुणवत्ता बेहतर होती है ● व्यक्ति को संतुष्टि का भाव प्राप्त होता है ● विश्राम और मनोरंजन के लिए पर्याप्त समय मिलता है ● कम समय में भी अधिक उत्पादक कार्य हो जाता है अन्य ● Quality of work is improved ● Provides satisfaction ● Gets enough time for rest and recreation ● Is able to be more productive in a limited time span (Any Other)	½ X 4

19.	प्रदर्शन विधि स्पर्श कराके चिकना, खुरदरा और सीमेंटड महसूस करा सकती है	1 X 2
20.	● टेलकम पाउडर ● मैंदा ● नमक ● चाक पाउडर ● Talcum powder ● All purpose floor	½ X 4

	• Common salt • Chalk powder	
21	• बहुत कोशिश के बाद भी गणित का सवाल हल न होने पर • हर रोज काम में वही पुरानी नीरसता होने पर • कार्य पूरा होने के पश्चात भी शाबाशी ना मिलने पर • लगातार कई कक्षाओं में निरंतर पढ़ाई होने पर • No solution of mathematics question even after repeated attempts • Mundane routine • No praise even after timely completion of work • Continuous studies in many periods.	½ X 4
	खंड -ग **(Section C)** लघु उत्तरात्मक प्रश्न **Short answer type questions**	
22.	मौसमी फल व सब्जियों का ज्यादा उपयोग करके • आहार में हरी पत्तेदार सब्जियों की मात्रा बढ़ाकर • आहार में मोटे अनाज को शामिल करके • पोषक तत्वों के महंगे स्रोतों के बजाय सस्ते स्त्रोत अपना कर • मांसाहारी खाद्य पदार्थों का सेवन काम करके • फुल क्रीम दूध के स्थान पर टोंड दूध लेकर • By including season fruits and vegetables • By increasing the intake of green leafy vegetables • By including millets in your meals • Opting for cheap sources of nutrients	½ X 6

	• Reducing the intake of animal products • Opting for skimmed milk in place of fullcream milk अथवा • पूरा नाम भारतीय खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण है। • स्थापना खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम 2006 के अधीन की गई • मुख्य उद्देश्य खादय से संबंधित विभिन्न नियमों को समेकित करना था • इसके अंतर्गत चिन्ह केइसके अंतर्गत चिन्ह के साथ कंपनी का लाइसेंस नंबर देना भी अनिवार्य है • खाद्य नियमों के अंतरराष्ट्रीय मानकों का काफी हद तक अनुकरण करता है • जैसे - टॉफी, बिस्किट आदि • Full form - Food Safety and Standards Authority of India • Estb. Under food safety and security act 2006. • Main objective was to integrate various acts pertaining to adulteration and food products. • Along with the logo of fssai licence number is also provided to the company • It ensures compliance of international standards • For ex- on candies and biscuits	

23.	● हल्दी और अरहर दाल हानिकारक प्रभाव- ● प्रजनन अंगों पर कुप्रभाव ● पेट में गड़बड़ी ● पांचन संबंधी विकार ● अत्यधिक सेवन से कैंसर की संभावना Turmeric and arhar dal Harmful effects- ● Effects reproductive organs of male and female ● Disturbance in stomach ● Digestive problems ● Prolonged use increases the risk of cancer	1 + ½X4
24.	● दाग को ताजा रहते ही उतार ले ● धब्बे छुड़ाने वाले पदार्थ कपड़ों की संरचना के अनुकूल हो ● रासायनिक प्रतिकर्मक के तनु घोल का प्रयोग करें ● अज्ञात धब्बों के लिए कम हानिकारक प्रतीकमकों का प्रयोग करें ● प्रतिकर्मक केवल उतनी ही देर वस्त्र पर रखें जितने में धब्बा छूट जाए ● ऊन व सिल्क के धब्बों के लिए केवल हाइड्रोजन पेरोक्साइड के तनु घोल का प्रयोग करें। ● Remove the stain when wet ● stain removers should be according to the composition of the fabric ● Use diluted solution of	½ X 6

	the chemicals to remove unknown stains ● Use less harmful chemicals ● Soak the clothes in the chemicals only till the stain gets removed ● To remove stains from silk and wool use only hydrogen peroxide.	
25.	स्टेफिलोकोक्कस ● फोडों में मवाद पैदा हो जाता है ● यह मवाद भोजन में पहुंच जाए तो आतों की बीमारियां पैदा करता है ● इन रोगणुओं में विद्यमान विषाक्त पदार्थ भी आतों को बीमार कर देते हैं ● त्वचा व मृदु कोशिकाओं में संक्रमण ● रक्त के प्रवाह में यह प्रवेश नहीं कर पाते Staphylococcus ● Produces mucus in the boil ● Infects the intestines if it enters through food ● Toxic material present in it causes problems with the intestine ● Infects the soft cells ● Cannot enter the bedstream	½ + ½X 5
26.	थकान - कार्य क्षमता से अधिक कार्य करने पर या अभिरुचियों में कमी आने पर जो स्थिति उत्पन्न होती है ● शारीरिक थकान ● मानसिक थकान -	1 + ½ X 4

	- नीरसता से होने वाली थकान - कुंठा से होने वाली थकान The condition that arises when one works beyond one's capacity or without one's interest is called fatigue. Physical fatigue Mental fatigue - Boredom fatigue - Frustration fatigue	
27.	- क्रोध और आक्रामकता - भय व व्याकुलता - ईर्ष्या - जिज्ञासा - खुशी तथा उत्साह - मनोस्थिति बदलना - विषम लिङ्गियों में रुचि (अन्य) - Anger - fear and anxiety - jealousy - curiosity - happiness and motivation - moodswings - interest in opposite sex (any other)	½ X 6
	खंड घ - (Section D) दीर्घ उत्तरात्मक प्रश्न Long answer type questions	
28.	- स्तर 1 अनाज और उत्पाद - स्तर 2 फल और सब्जियां - स्तर 3 दालें और फलियां स्तर 4 दूध, मीट तथा दूध से बने उत्पाद - स्तर 5 वसा तथा शर्करा - Level 1 food grains and products	1 X 5

	- level 2 fruits and vegetables - level 3 pulses and lintels - level 4 milk and dairy products - level 5 fat and sugar अथवा (OR) - अभाव जनित रोगों से सुरक्षा - रोग प्रतिरोधक शक्ति में वृद्धि - शरीर को पौष्टिक तत्व की प्राप्ति - शरीर निर्माण क्रियाओं का सुचारू संचालन - आहार में उचित् तरल पदार्थ के उपयोग पर बल - प्रत्येक व्यक्ति को संतुलित आहार की प्राप्ति - जीवन चक्र की विभिन्न अवस्थाओं के अनुसार भोजन ग्रहण (कोई पांच) - Protection from deficiency diseases - increase in the immunity - ensure availablilityof nutrients to body - Proper functioning of regular activities - inclusion of proper liquids in the diet - availability of balanced diet to every person - consumption of diet according to stage of life (Any five)	
29.	मिलावट एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा खाद्य पदार्थ के गुण ,पोषकता तथा प्रकृति में परिवर्तन आ जाता है। इसका मुख्य कारण गलत तरीके से	2+3

	मुनाफा कमाना है । इसका मुख्य नुकसान - -आर्थिक हानि - स्वास्थ्य हानि - विश्वास की हानि Adulteration is a process by which quality ,nutrients and the nature of a food item is altered with .The sole purpose of adulteration is to earn money using immoral practices. Disadvantages of adulteration to a consumer- -monetary loss -health loss -loss of trust अथवा (OR) पसंद नापसंद के आधार पर ही किसी आहार को दिनचर्या में को शामिल किया जाता है ● साग के सथान पर रायता या हरीसब्जी की रोटी ● घीया की सब्जी के स्थान पर घीया का हलवा या बरफी ● रागी की रोटी के स्थान पर रागी की खीर ● दूध ना पसंद करने वाले सदस्यों को दही या कस्टर्ड ● दाल नापसंद करने वाले व्यक्ति को दाल का चिल्ला Any food product isincluded in the meal based on the personal food choice of an individual. for example- ● Green leafy vegetable raita in place of green saag ● Ghia halwa in place of Ghia curry ● Raagi kheer in place of of ragi chapati	2½ + 2½

	• Custard or curd for those disliking milk • Daal chilla to those who dislike dal	
30.	दाग के प्रकार • वानस्पतिक दाग • प्राणिज दाग • चिकनाई युक्त दाग • खनिज दाग • रंग के दाग Types of stain • vegetable stains • animal stains • Grease stain • minerals stain • dye stain अथवा (OR) • घोलक विधि • रासायनिक विधि • अवशोषक विधि • Solvent method • chemical method • absorbent method	1X5 5