CLASS – 10th (SECONDARY)

गृह विज्ञान

HOME SCIENCE

समय : 3 घण्टे] [पूर्णांक : 60

Time allowed: 3 hours] [Maximum Marks: 60

General Instructions:

[1] इस प्रश्न- पत्र में कुल 34 प्रश्न है, जिन्हें चार खण्डों: 'अ', 'ब', 'स' तथा 'द' में बाँटा गया है|

This question-paper consist of 34question, which are divided into four Section: 'A','B','C'&'D'.

[2] सभी प्रश्न अनिवार्य हैं|

All question are compulsory.

[3] खण्ड-अ में प्रश्न संख्या 1 से 21 तक वस्तुनिष्ठ प्रश्न हैं| निर्देशानुसार इन प्रश्नों के उत्तर दीजिए| प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है|

Section-A consist of Question Nos. 1 to 21 Objective Type Question.

Answer these questions as per instructions. Each question carries 1 mark.

[4] खण्ड-ब में प्रश्न संख्या 22 से 27 तक अतिलघु उत्तरीय प्रश्न हैं| प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का हैं|

Section-B consist of Question Nos. 22 to 27 Vary Short Answer Type Questions. Each Question carries 2 marks.

[5] खण्ड-स में प्रश्न संख्या 28 से 31 तक लघु उत्तरीय प्रश्न हैं| प्रत्येक प्रश्न 3 अंक का हैं|

Section-C consist of Question Nos. 28 to 31 Short Answer Type Questions. Each question Carries 3 marks.

[6] खण्ड-द में प्रश्न संख्या 32 से 34 तक दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं| प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का हैं|

Section-D consist of Question Nos. 32 to 34 Long Answer Type Questions. Each question

Carries 5 marks.

[7] कुछ प्रश्नों में आंतरिक चयन प्रदान किया गया हैं| ऐसे प्रश्नों में से आपको केवल एक ही प्रश्न करना हैं|

Internal choice are given in some questions. You have to attempt only one of the given Choice in such questions.

खण्ड- अ

SECTION - A

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

(Objective Type Questions)

निम्नलिखित बहुविकल्पीय प्रश्नों के सही विकल्प चुनिए (प्रश्न संo 1 से 21) :

Select the correct option of the following multiple choice questions (Question Nos. 1 to 21)

1. खेल से बच्चे का होता है -

(a) शारीरिक विकास (b) मानसिक विकास

(c) नैतिक विकास (d) सभी

Play helps to child -

(a) Physical Development (b) Mental Development

(c) Moral Development (d) All of these

2. शिशुओं के दाँतों की संख्या कितनी होती है?

(a) 20 (b) 13

(c) 32 (d) 28

How many teeth do babies have?

(a) 20 (b) 13

(c) 32 (d) 28

3. समय योजना बनाते समय किन कार्यों को प्राथमिकता देनी चाहिए?

(a) आवश्यक कार्य (b) ऐच्छिक कार्य

(c) मनोरंजक कार्य (d) धार्मिक कार्य

What task should be prioritized when planning time?

(a) Essential work (b) Elective work

(d) Recreational activities (d) Religious work

4. कार्य सरलीकरण के द्वारा हम किसकी बचत कर सकते हैं?

(a) समय (b) शक्ति

(c) समय और शक्ति (d) कोई नहीं

What can we save by work simplification?

(a) Time (b) Energy

(c) Time & Energy (d) None of these

5. शीघ्र नष्ट होने वाले पदार्थों को रखना चाहिए -

(a) फ्रिज में (b) पानी में

(c) टोकरी में (d) धूप में

Perishable items should be kept -

(a) Refrigerator (b) In water

(c) In the basket (d) In sun

6. रात का भोजन कैसा होना चाहिए?

(a) हल्का (b) भारी

(c) भूख के अनुसार (d) समान रूप से

What should dinner be like ?

(a) Light (b) heavy

(c) According to hunger (d) Equally

7. भोजन में विभिन्नता लाने के तरीके हैं -

(a) रंग (b) सुगंध

(c) पकाने के ढंग (d) सभी

Whys to bring variety to your diet are:

(a) Color (b) Fragrant

(c) Cooking methods (d) All of these

8. वूलमार्क किन वस्तुओं पर लगाया जाता है?

(a) ऊनी वस्त्रों पर (b) खाद्य पदार्थों पर

(c) कपड़ों पर (d) कोई नहीं

On which items is the bullmark affixed?

(a) Woolen clothes (b) On food items

(c) On clothes (d) None of these

9. वस्त्रों में कड़ापन लाने के लिए प्रयोग करते हैं -

(a) साबुन (b) नील

(c) स्टार्च (d) ब्लीचिंग पाउडर

To bring stiffness in clothes, it is used -

(a) Soap (b) Neel

(d) Starch (d) Bleaching powder

10. एक जांतव दाग है:

(a) अण्डा (b) फल

(c) जंग (d) स्याही

A genital stain is:

(a) The egg (b) Fruit

(c) Rust (d) Ink

रिक्त स्थान भरें :

Fill in the blanks:

11. शीघ्र नष्ट होने वाले खाद्य पदार्थों को ....जगह पर रखा जाता हैं|

Perishable food items are kept in ....place.

12. परिवार की .... ध्यान में रख कर आहार आयोजन करना चाहिए|

Meal .... should be planned keeping the family in mind.

13. वस्तुओं को खरीदते समय उन पर लगा .... देखना चाहिए|

While purchasing items, one should check .... The label on them.

14. रक्त का धब्बा .... है|

There is a blood .... stain.

निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर एक-दो शब्दों/वाक्यों मे दीजिए :

Answer the following questions in one-two words/sentences:

15. घास का दाग कैसा होता है?

What type of grass stain is?

16. हॉलमार्क किन वस्तुओं पर लगता है?

On which items is hallmarked?

17. आहार आयोजन का कोई एक उद्देश्य लिखो |

Write any one objective of diet planning.

18. विकारीय पदार्थ कौन-से होते हैं?

What are perishable substances?

नीचे दिए गए प्रश्नों [19, 20 तथा 21] में दो -दो कथन हैं, अभिकथन [A] और कारण [R] नीचे दिए गए विकल्पों में से उचित विकल्प का चयन करके प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

The question [19, 20 & 21] below consists of two statements each namely Assertion [A] and [R]. Answer the questions by selecting the appropriate option given below :

19. अभिकथन [A] : आहार आयोजन करते समय पकाने की विधियों का ज्ञान होना चाहिए|

कारण [R] : आहार आयोजन द्वारा हम ईंधन, समय व श्रम की बचत कर सकते 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] का सही स्पष्टीकरण है|

[D] अभिकथन [A] और कारण [R] दोनों सही हैं, लेकिन कारण [R],अभिकथन [A] का सही स्पष्टीकरण नहीं है|

Assertion [A] While planning a diet, one should know the cooking methods.

Reason [R] By planning meals we can save fuel, time and labour.

Option:

[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].

20. अभिकथन [A] वस्त्रों मे कड़ापन लाने के लिए मुख्यत: स्टार्च का प्रयोग किया जाता है|

कारण [R] यह आसानी से कपड़ों के रेशों में घुस जाते हैं तथा सूखने पर कपड़ों में कड़ापन लाते 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] का सही स्पष्टीकरण है|

[D] अभिकथन [A] और कारण [R] दोनों सही हैं, लेकिन कारण [R],अभिकथन [A] का सही स्पष्टीकरण नहीं है|

Assertion [A] Starch is mainly used to stiffen the fabrics.

Reason [R] It easily penetrates the fabrics of the clothes and stiffens them when dried.

Option:

[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].

21. अभिकथन [A] भोजन में एंजाइम होते हैं|

कारण [R] भोजन में परिवर्तन एंजाइम के द्वारा नहीं होता |

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] का सही स्पष्टीकरण है|

[D] अभिकथन [A] और कारण [R] दोनों सही हैं, लेकिन कारण [R],अभिकथन [A] का सही स्पष्टीकरण नहीं हैं|

Assertion [A] Food contains enzymes.

Reason [R] Changes in food are not done by enzymes.

Option:

[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

[D] Both Assertion [A] and Reason [R] are correct, but Reason [R] is not the correct Explanation of Assertion [A].

खण्ड - ब

SECTION - B

(अतिलघु उत्तरीय प्रश्न)

(Vary Short Answer Type Questions)

22. खेल के द्‌वारा बच्चों में किन-किन नैतिक गुणों का विकास होता है?

Which moral qualities are developed in children through sports?

23. थकावट होने का क्या कारण है?

What causes fatigue?

24. खराब भोजन से क्या अभिप्राय है?

What is meant by spoiled food?

25. पूरक आहार किसे कहते हैं?

What is called supplementary diet?

अथवा

OR

संतुलित भोजन किसे कहते हैं?

What is a balanced diet?

26. उपभोगता शिक्षा से आप क्या समझते हैं?

What do you understand by consumer education?

अथवा

OR

चार वस्तुओं के नाम लिखो जिन पर एगमार्क का चिन्ह लगाया जाता है|

Write the name of four items on which the Agmark symbol is affixed.

27. धब्बे कितने प्रकार के होते हैं? नाम लिखो|

How many types of are there? Name them.

अथवा

OR

सफाई की शुष्क विधियों के दो लाभ लिखिए|

Write two benefits of dry cleaning.

खण्ड - स

SECTION - C

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

(Short Answer Type Question)

28. "किशोरावस्था तूफान तथा तनाव की अवस्था है|" वर्णन करो |

"Adolescence is a period of storm and stress". Describe.

29. कार्य सरलीकरण के कोई चार महत्व बताओ |

Mention any four importance of work simplification.

30. धुलाई कितने प्रकार की होती है? वर्णन करें|

How many types of laundry are there? Describe.

अथवा

OR

धब्बे कितने प्रकार के होते हैं? प्रत्येक का वर्णन करें|

How many types of spots are there? Describe each one.

31. आहार आयोजन के मूल सिद्धांत कौन कौन से हैं?

What are the basic principles of diet planning?

अथवा

OR

आहार आयोजन को प्रभावित करने वाले कारक कौन कौन से हैं?

What are the factors affecting diet planning?

खण्ड - द

SECTION - D

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

(Long Answer Type Questions)

32. खेल सामग्री का चुनाव करते समय किन किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

What are the things that should be kept in mind while choosing sports Equipment?

अथवा

OR

खेल को प्रभावित करने वाले कारक कौन कौन से हैं?

What are the factors affecting the game?

33. समय योजना को प्रभावित करने वाले कारक कौन कौन से हैं?

What are the factor affecting time planning?

अथवा

OR

थकान होने के कारणों का विस्तार से वर्णन करें |

Describe in detail the causes of fatigue.

34. अच्छे उपभोक्ता के गुण और कर्तव्य का वर्णन करें|

Describe the qualities and duties of a good consumer.

अथवा

OR

उपभोक्ता की समस्याओं का वर्णन करें|

Describe the consumer's problems.

MARKING INSTRUCTIONS AND MODEL ANSWERS

HOME SCIENCE

General Instructions:

[1] इस प्रश्न- पत्र में कुल 34 प्रश्न है, जिन्हें चार खण्डों: 'अ', 'ब', 'स' तथा 'द' में बाँटा गया हैं|

This question-paper consist of 34question, which are divided into four Section: 'A','B','C'&'D'.

[2] खण्ड-अ में प्रश्न संख्या 1 से 21 तक वस्तुनिष्ठ प्रश्न हैं| निर्देशानुसार इन प्रश्नों के उत्तर दीजिए| प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है|

Section-A consist of Question Nos. 1 to 21 Objective Type Question.

Answer these questions as per instructions. Each question carries 1 mark.

[3] खण्ड-ब में प्रश्न संख्या 22 से 27 तक अतिलघु उत्तरीय प्रश्न हैं| प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का हैं|

Section-B consist of Question Nos. 22 to 27 Vary Short Answer Type Questions. Each Question carries 2 marks.

[4] खण्ड-स में प्रश्न संख्या 28 से 31 तक लघु उत्तरीय प्रश्न हैं| प्रत्येक प्रश्न 3 अंक का हैं|

Section-C consist of Question Nos. 28 to 31 Short Answer Type Questions. Each question Carries 3 marks.

[5] खण्ड-द में प्रश्न संख्या 32 से 34 तक दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं| प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का हैं|

Section-D consist of Question Nos. 32 to 34 Long Answer Type Questions. Each question Carries 5 marks.

खण्ड - अ

(बहुविकल्पीय प्रश्न)

Multiple choice Question :

1. (D) सभी
2. (A) 20
3. (A) आवश्यक कार्य
4. (C) समय और शक्ति
5. (A) फ्रिज में
6. (A) हल्का
7. (D) सभी
8. (A) ऊनी वस्त्रों पर
9. (C) स्टार्च
10. (A) अण्डा

Fill in the blanks:

11. ठंडे स्थान पर
12. पौष्टिक आवश्यकता
13. मार्क
14. प्राणिज

One-two words/sentences:

15. वानस्पतिक धब्बा

16. सोने की

17. दैनिक आवश्यकता पूरी हो सके|

18. जो जल्दी खराब हो जाते हैं|

Assertion and Reason:

19. (C) अभिकथन [A] और कारण [R] दोनों सही हैं और कारण [R], अभिकथन [A] का सही स्पष्टीकरण है|

20. (C) अभिकथन [A] और कारण [R] दोनों सही हैं और कारण [R], अभिकथन [A] का सही स्पष्टीकरण है|

21. (A) केवल अभिकथन [A] सही है|

खण्ड - ब

(अतिलघु उत्तरीय प्रश्न)

22. सच्चाई, ईमानदारी, सहयोग व नियंत्रण |

23. मांसपेशियों की क्रिया से लैक्टिक अम्ल और कार्बन - डाई - ऑक्साइड जैसे पदार्थ उत्पन्न होते हैं और मांसपेशियों की कार्यक्षमता काम हो जाती है|

24. भोजन की नमी और रासायनिक तत्वों के परिवर्तन से भोजन की रचना, स्वाद और गुणों मे अंतर पड़ जाता है|

25. 1. माँ के दूध के अलावा दिया गया आहार

    2. पौष्टिक आवश्यकता पूरी करने वाला |

अथवा

विभिन्न खाद्य पदार्थों के मिश्रण से बना आहार जिसमें सभी पोषक तत्व दैनिक आवश्यकता के अनुसार उचित मात्रा में हो|

26. उपभोक्ता को अपने अधिकारों, हितों, अनहितों, तथा सरकार द्वारा उसके हितों की रक्षा के लिए उठाए गए कदमों के बारे में शिक्षित करना है|

अथवा

खाने का तेल, घी, मक्खन, अण्डों, मसलों आदि

27. 1. वानस्पतिक धब्बे

2. प्राणिज धब्बे

3. चिकनाई के धब्बे

4. खनिज धब्बे

5. अन्य धब्बे

अथवा

1. वस्त्र की स्थिति जैसी होती है वही रहती है|

2. साबुन व पानी का कोई प्रभाव नहीं पड़ता|

3. जरी पर किसी प्रकार का असर नहीं होता|

4. उनका रंग खराब नहीं होता|

खण्ड - स

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

28. इस अवस्था में कद वजन में बढ़ोतरी मानसिक तथा सामाजिक समझदारी, संवेगात्मक बदलाव के साथ-साथ किशोर में स्वतंत्रता की इच्छा, कुछ कर दिखाने की इच्छा तथा सफल व्यवसाय की इच्छा जागृत होती है| इतने सारे परिवर्तन एक साथ तनाव व दबाव लाते हैं| किशोर इन परिवर्तनों के साथ समायोजन नहीं कर पाते हैं| अतः इसे तनाव तथा तूफान की अवस्था कहते है|

29. 1. कार्य सरलीकरण से कार्य को आसान बना कर अपने समय व शक्ति का उचित प्रयोग कर सकते हैं|
2. कार्य करने की योग्यता आ जाती है|
3. समय व शक्ति की बचत होती है|
4. विश्राम तथा कार्य मे संतुलन बना रहता है|

30. दो प्रकार की -

1. शुष्क धुलाई - शुष्क धुलाई उन वस्त्रों पर की जाती है जिन पर पानी और साबुन से खराब प्रभाव पड़ता है|

2. आर्द्र धुलाई - आम प्रयोग वाले वस्त्रों पर की जाती है| इन वस्त्रों मे सूती व मानव वस्त्र निर्मित रेशों वाले कपड़े शामिल हैं|

अथवा

1. वानस्पतिक धब्बे
2. प्राणिज धब्बे
3. चिकनाई के धब्बे
4. खनिज धब्बे
5. अन्य धब्बे

31. 1. पौष्टिक आवश्यता और रुचि के अनुसार होना |

2. भूख शांत करने वाला होना|

3. आय का ध्यान रखना|

4. भोजन मे विभिन्नता होना|

5. मौसमी फल व सब्जियों का अधिक प्रयोग करना|

अथवा

1. आयु
2. लिंग
3. परिवार की आय
4. व्यवसाय
5. परिवार के सदस्यों की संख्या
6. रूचियाँ और मौसम

खण्ड - द

(दीर्घ उत्तरात्मक प्रश्न)

32. 1. आयु वर्ग

2. रंगदार

3. लड़के व लड़कियों के खिलौने

4. अच्छी गुणवत्ता

5. शिक्षात्मक

6. सँभालने का स्थान

7. सफाई में आसानी

8. खिलौने अधिक न खरीदे

9. खिलौनों की कीमत

अथवा

1. शारीरिक स्वास्थ्य

2. आयु

3. लिंग विभिन्नता

4. बौद्धिक विकास

5. मौसम

6. खेल के साधन

7. खेल के साथी

8. वातावरण

33. 1. काम करने वाले व्यक्ति की रुचि

2. कार्य के प्रकार

3. कार्य करने की गति

4. थकान

5. उपलब्ध समय

6. परिवार के सदस्यों की का सहयोग

7. समय और शक्ति बचाने वाले उपकरणों का प्रयोग

8. परिवार का प्रकार

9. प्रशंसा

10. ग्रामीण और शहरी क्षेत्र

अथवा

1. अधिक शारीरिक कार्य

2. कार्य की प्रकृति

3. कार्य करने का समय

4. चिंता तथा मानसिक तनाव

5. नीरस कार्य

6. अनुचित उपकरण

7. शारीरिक अंग स्थिति

8. कार्य मे निपुणता की कमी

9. कार्य में हस्तक्षेप

34. 1. सावधानी से वस्तु खरीदनी चाहिए

2. अपनी आवशकताओं की जानकारी रखना

3. दुकानदार के बहकावे में न आना

4. उचित और विश्वसनीय दुकान से खरीदना

5. माप-तोल का ध्यान रखना

6. नकद खरीददारी करना

7. उचित मात्रा में वस्तु खरीदना

8. उचित कीमत पर खरीदना

9. सेल की खरीददारी में सावधानी रखना

10. वस्तु को खरीदने के बाद की सेवा को ध्यान में रखना

अथवा

1. दोषपूर्ण वजन और तोल

2. वस्तुओं मे मिलावट

3. कीमतों मे अस्थिरता

4. भ्रामक विज्ञापन

5. उपभोक्ता को बिल या रसीद प्राप्त न होने की समस्या

6. झूठी व अधूरी जानकारी

7. बाजार मे नकली वस्तुओं की उपलब्धि

8. जमाखोरी के कारण बाजार में वस्तुएँ उपलब्ध न होना

9. उपभोक्ताओं में एकता का आभाव